တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

စိတ်အေးစရာ သာသနာ

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၄၇)

ပဌမအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်ရေ (၂၀၀၀၀)
(တိပိဋကယောဆရာတော်၏ ရဟန်းသက် ၄၅–နှစ်ပြည့်
နှင့် မန္တလေးမြို့ မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်ကြီး၏
နှစ်–၁၀၀ပြည့် အထူးလက်ဆောင်)

သာသနာ	ကောဇာ	ခရစ်
၂၅၅၁	၁၃၆၉-ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလ	၂၀၀၇-ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ

မာတိကာ

၁။ ငါကားလူသား ငါလူသား ၅
(လူပဲလုပ်ရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့)
၂။ မကောင်းပဲ မများချင်နဲ့ ၁၄
၃။ စိတ်အေးစရာ သာသနာ ၂၅
၄။ အသိထူးခြား မြတ်တရား ၃၇
၅။ လိမ္မာယဉ်ကျေး ကြက်တူရွေး ၄၄
၆။ စာသိ ကျင့်သိ ၂-မျိုးညို ၅၂
၇။ အဆိုးဖြင့်စမ်း တရားစွမ်း ၅၉
၈။ လိမ္မာယဉ်ကျေး မျောက်ကလေး ၇၁
၉။ အရိုင်းကင်းပျောက် အယဉ်ရောက် ၈၅
၁၀။ လိမ္မာယဉ်ကျေး ဖားကလေး ၉၄
၁၁။ ဘဝဇာတ်ခုံ ပုံစံစုံ ၁၀၁
၁၂။ အမှားပြင်က နောက်မကျ ၁၂၂
၁၃။ ချိန်သီးလက်တံ စွမ်းအားမှန် ၁၃၅

တိပိဋကယောဆရာတော်၏

စိတ်အေးစရာ သာသနာ

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၄၅)

နမော သဗ္ဗဓမ္မဒေသကဿ

သုဝေါ ဝဒတိ ဝါစမ္ပိ၊
မက္ကဋောပိစ နစ္စကော။
မနုဿောဟိ သုသိက္ခိတော၊
ကော အဒန္တော မဟာမုနိ။

မနုဿောဟိ - စကားကျွမ်းကျင်, စွမ်းအင်ထူးခြား, လူအများတို့က၊ သုသိက္ခိတော - ကောင်းစွာမချွတ်, သင်ပေးအပ်ပါပေသော၊ သုဝေါပိ - အသိကင်းဝေး, တောထဲက ကြက်တူရွေးငှက်ပင်သော်လည်း၊ ဝါစံ-သင်ပြအပ်ခြား, လူ့စကားကို၊ ဝဒတိ-အများတကာ, နားလည်လာအောင်, ကောင်းစွာမချွတ်, ပြောပြတတ်ပါသေး၏။

မနုဿောဟိ - အကကျွမ်းကျင်, စွမ်းအင်ထူးခြား, လူအများတို့က၊ သုသိက္ခိတော- ကောင်း စွာမချွတ်, သင်ပေးအပ်ပါပေသော၊ မက္ကဋောပိ - အသိထုံထိုင်း, တောထဲက

မျောက်ရိုင်းပင်သော်လည်း၊ နစ္စကော-လူအများက, သဘောကျအောင်, ကပြတတ်ပါသေး၏။

မနုဿောဟိ - အကျင့်လည်းရှိ, စွမ်းအားပြည့်၍, အသိထူးခြား, ပညာရှိလူအများတို့က၊ သုသိက္ခိတော - နည်းမှန်လမ်းမှန်, စနစ်မှန်အောင်, စွမ်းအားဆောင်ကာ, ကောင်းစွာမချွတ်, သင်ပေးအပ်ပါပေသော။ မဟာမုနိ - အသိထူးလှ, မြတ်ဗုဒ္ဓ၏, ဆုံးမနာယူ, လုံ့လကူခြား, ငါကဲ့သို့သော လူသားသည်ကား၊ ကော အဒန္တော - အဘယ်မှာလျှင် မလိမ္မာမယဉ်ကျေးဘဲ ရှိရာအံ့နည်း။ ဒန္တော ဝေ -

စိတ်အစဉ်အေး, ယဉ်ကျေးရမည်သာလျှင်၊ ဟောတိ - စိတ်အေးစရာ, သာသနာကြောင့်, ကောင်းစွာမသွေ, ဖြစ်ရပါပေသတည်း။

❋❋❋

၁။ ငါကြားလေ့သား, ငါလေ့သား
(လူပဲလုပ်ရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့)

ကြက်တူရွေးပင်၊ စကားသင်ခြား၊
လူ့စကား၊ ပြောကြားတတ်ပေ၏။
မျောက်ကလေးပင်၊ လူတို့သင်ခြား၊
လူ့အလား၊ ထူးခြားက-တတ်၏။
ကောင်းစွာလေ့လာ၊ ကောင်းစွာကျင့်ခြား၊
ငါလူသားမှာ၊ မစွမ်းရာ၊

ဘယ်ဟာ -ဘာမရှိ။
လိမ္မာယဉ်ကျေး၊ အစဉ်အေးကာ၊
စိတ်ချမ်းသာ၊ ကောင်းစွာရနိုင်၏။
စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊
ကောင်းစွာကျင့်ရန်၊ အကျင့်မှန်၊
ကေန်အကုန်ရှိ။

ကိုယ့်အောက်ယုတ်နိမ့်တဲ့ တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါလေးတွေကိုကြည့်ပြီး ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားပေးတဲ့ ဂါထာလေးတစ်ခုပါ။

ယုတ်ညံ့အောက်တန်းကျတဲ့ တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါလေးတွေတောင် လမ်းညွှန်ကောင်းရရင် လိမ္မာယဉ်ကျေးပြီး အဖိုးတန်တွေဖြစ်သွားနိုင်ကြသေးတယ်ဆိုရင် ဗုဒ္ဓအဆုံးအမကို

နာယူမှတ်သား ဖြည့်ကျင့်ခွင့်ရနေတဲ့ ငါလိုလူသားတစ်ယောက် ဘာလို့ မလိမ္မာမယဉ်ကျေးပဲ နေရမှာလဲ၊ ကေန် လိမ္မာယဉ်ကျေးအေးချမ်းရမယ်၊ ဘာလို့ အဖိုးမတန်ပဲ နေရမှာလဲ၊ ကေန် အဖိုးတန်ရမှာပေါ့လို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားပေးတာပါ။

အသိထူးခြားတဲ့လူတွေက စကားပြောတတ်အောင်သင်ပေးရင် အသိကင်းဝေးတဲ့ တောထဲကကြက်တူရွေးငှက်တောင်မှ အများနားလည်အောင် စကားပြောတတ်ပါသေးတယ်။ ပြောတော့လဲ သင်ပြပေးသူက "ရွှေခဲ" တို့ "တိုက်ကျော်" တို့လောက် သင်ပြပေးရင် ကြက်တူရွေးကလဲ ဒီလောက်ပဲ ပြောတတ်မှာ

ပေါ့။ ရတနာ ၃-ပါးနှင့် ဆက်စပ်တဲ့ တရားစကားကို သင်ပေးရင်တော့ ရတနာ ၃-ပါးနှင့် ဆက်စပ်တဲ့ တရားစကားကိုလဲ ကြက်တူရွေးက ပြောတတ်မှာပါ။

ပြီးတော့ အသိထူးခြားတဲ့လူတွေက က, တတ်အောင်သင်ပေးရင် အသိထုံထိုင်းတဲ့ တောထဲကမျောက်ရိုင်းတောင် အများသဘောကျအောင် ကပြတတ်ပါသေးတယ်။

တစ်နည်းပြောရင်တော့ သာသနာနှင့်တွေ့ကြုံခွင့်ရရင် ကြက်တူရွေးတို့မျောက်တို့တောင် စိတ်အေးရတတ်ပါတယ်။ လူဆိုတာတော့ မပြောနဲ့၊ ကေန်စိတ်အေးရပြီးသား။ အပြန်အားဖြင့် သာသနာနှင့်တွေ့ကြုံခွင့်မရရင် လူတောင်

စိတ်မအေးရဘူး။ တိရစ္ဆာန်ဆိုတာတော့ မပြောနဲ့တော့၊ ဒီလိုပြောရင်လဲ ဖြစ်တာပါပဲ။

ဦးပဥ္စင်းဟာ အသက် ၁၈-နှစ်အရွယ် ၁၃၂၂-ခု နယုန်လဆန်း ၈-ရက်နေ့က ဂန့်ဂေါမြို့နယ် ကန်တောရကျောင်းတိုက်မှာ ပထမကန်တောရဆရာတော်ဘုရားကြီးကို ဥပဇ္ဈာယ်ပြုပြီး ဒုတိယအကြိမ် ရှင်သာမဏေပြုခဲ့ပါတယ်။ မိမိဟာ သက်တော် ၉၆-နှစ်ရှိ ပထမကန်တောရဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ နောက်ဆုံးတပည့်ပါ။ ဆရာဘုန်းကြီး ဦးနန္ဒမာက "ရှင်သီရိန္ဒ" လို့ ဘွဲ့နာမည် ချီးမြှင့်ပေးပါတယ်။

အသက် ၁၄-နှစ်အရွယ် ၁၃၁၈-ခု နှောင်းတန်ခူးလဆန်း၁၄-ရက်နေ့က ဇာတိလက်ပန်

ရွာကျောင်းမှာ လက်ပန်ဆရာတော် ဦးတိသကို ဥပဇ္ဈာယ်ပြုပြီး ပထမအကြိမ် ကိုရင်ဝတ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီတုန်းက ခဏဝတ်တာပဲဆိုပြီး ဆရာဘုန်းကြီးက ဘွဲ့နာမည်မပေးခဲ့ပါဘူး။

ကန်တောရမှာ ဒုတိယအကြိမ် ကိုရင်ဝတ်တဲ့နေ့ ညဘုရားဝတ်တက်ပြီးတဲ့အချိန် တိုက်အုပ်ဆရာတော် ဦးဝိသုတက "လက်ပန်ကိုရင် လာခဲ့ဦး"လို့ခေါ်တာနဲ့ ဆရာတော်ထံ တစ်ပါးတည်း ရောက်သွားပါတယ်။ ယခုနှစ် အစိုးရစစ် သတ္တမတန်းစာမေးပွဲမှာ ကန်တစ်ကျောင်းလုံး တစ်ယောက်တည်းသာအောင်တဲ့ လက်ပန်သား ကျောင်းသားတစ်ယောက် ကန်တောရမှာ အမြဲတမ်းကိုရင်လာဝတ်တယ်

ကြားလို့ ခေါ်တာပါတဲ့။

မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ အလွန်အားကြီးလှတဲ့ ကန်တောရတိုက်အုပ်ဆရာတော်ကြီးဟာ မိမိကို ဝမ်းသာအားရ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ချီးမွမ်းအားပေးတဲ့စကားတွေ တော်တော်ကြာအောင် မိန့်ကြားပေးပါတယ်။ စပ်ရာစပ်ရာ ဆုံးမစကားတွေလဲ ပြောပေးတယ်။ ဆရာတော်ကြီးစကားတွေ ကြားရတော့ "ငါတော့ နေရာကောင်းရောက်ပြီဟဲ့" လို့ စိတ်ထဲမှာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကြုံးဝါးမိလောက်အောင် သိပ်ပြီးအားတက်သွားတာပေါ့။

နောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက အထက်မှာ ဖော်ပြခဲ့တဲ့ဂါထာကလေးကို ရွတ်

ရွတ်ပြီး အားပေးဆုံးမပါတယ်။ "ကြက်တူရွေးတောင် လူတွေက စကားသင်ပေးရင် စကားပြောတတ်သေးတာကွဲ့၊ တောထဲက မျောက်ရိုင်းတောင် လူတွေ အကသင်ပေးရင် အများသဘောကျအောင် ကတတ်သေးတယ်။ တိရစ္ဆာန်တောင် နည်းမှန်လမ်းမှန် သင်ပေးရင် တတ်သေးတာ လူဆိုတာတော့မပြောနဲ့၊ ဆရာသမားကောင်းတွေက သင်ပေးရင် တကယ်တတ်ပါတယ်။ ကြိုးစား၊ ဘာမှအားမငယ်နဲ့၊ ဘာမဆို လိုတာပြော၊ အနာဂတ်သာသနာက ကိုရင်တို့လက်ထဲမှာပဲ ရှိတယ်။ စာတတ်အောင်လဲ လုပ်, အကျင့်ကောင်းအောင်လဲ နေ၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားကိုးရအောင်လဲ နေ,

အများရဲ့ အားကိုးရာဖြစ်အောင်လဲ ကြိုးစား၊ ဒါမှ သင်္ကန်းဝတ်ရကျိုးနပ်မှာ၊ လူပဲ လုပ်ရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့" တဲ့။

ဆရာတော်ကြီးတို့ရဲ့ မေတ္တာရိပ်အောက်မှာနေရတာဟာ ပြောမပြတတ်လောက်အောင် အေးချမ်းလှပါတယ်။ နေ့စဉ် ပဲပြုတ်နှင့်ချဉ်ဟင်းလောက် ပင်တိုင်ထားစားနေရပေမယ့် ဆရာ့မေတ္တာရိပ်က မခွါချင်လောက်အောင် အလွန်ပျော်တယ်။ နောက်လဲ မကြာမကြာ ခေါ်ပြီး အားပေးဆုံးမပါတယ်။

❊❊❊

၂။ မကောင်းပဲ မများချင်နဲ့

- **အကောင်းမပါ၊ များရုံသာ၊**
  ရှိလာသမျှ ဆင်းရဲသည်။
- **အကောင်းပါမှ၊ များလာက၊**
  မုချချမ်းသာမည်။
- **များလာဖို့ထက်၊ ကောင်းဖို့တွက်သော်၊**
  စွမ်းအားပေါ်၊ ရှင်ပျော်အားတက်သည်။

- **လောကအရာ၊ ဝေစုမှာ၊**
  ရှိတာရနိုင်သည်။
- **တရားအရာ၊ ဝေစုမှာ၊**
  သိတာရနိုင်သည်။
- **အရှိကိုနိုင်၊ အသိပိုင်၊**
  ကြံ့ခိုင်စွမ်းအားပြည့်ဝသည်။

ကိုရင်ဝတ်ပြီးလို့ နောက် ၁-ပတ်လောက် ရှိပြီဆိုရင်ပဲ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ဖြစ်တဲ့ သက်တော်ရှည် ပထမကန်တောရဆရာတော်ကြီးက "လက်ပန်ကိုရင်ကို လွှတ်လိုက်စမ်း" လို့ ကိုရင်တစ်ပါးကို အခေါ်ခိုင်းလိုက်တယ်။ ဆရာတော်ကြီးက ဥပဓိရုပ်ခန့်ခန့်ကြီး၊ သက်တော်ရွယ်တော်ကြီးသလောက် ဣန္ဒြေသိက္ခာ

ကြီးမား ရင့်ကျက်တော်မူတယ်။ တပည့်များကို ဆိုဆုံးမတဲ့အခါ ဖော်ဖော်ရွေရွေ ရွှင်ရွှင်လန်းလန်းနဲ့ စိတ်ဝင်စားအောင်, နားထဲပစ်သွင်းလိုက်သလို အသိစွဲသွားအောင် ပြောတတ်တယ်။ အဝေးကကြည့်ရင် အနားမကပ်ရဲလောက်အောင် ဥပဓိက္ကန္ဒြေ ရင့်ကျက်ကြီးမားသလောက် အနားရောက်သွားရင် အနားက မခွါချင်လောက်အောင် မေတ္တာ ကရုဏာ ဆွဲအား သိပ်ကြီးပါတယ်။ အေးအေးလေးနဲ့ နားဝင်အောင် ပြောတတ်တယ်။

ဆရာတော်ကြီးအနား ရောက်သွားတော့ "လက်ပန်ကိုရင် ပျော်ရဲ့လားကွဲ့" "မှန်ပါ၊ ပျော်ပါတယ်ဘုရား" "အေး--အေး၊ ပျော်

အောင်နေ၊ ပျော်အောင်နေတယ်ဆိုပေမယ့် အကုသိုလ်နဲ့ ပျော်တာတော့ မကောင်းဘူး၊ ကုသိုလ်နဲ့ ပျော်မှပဲ အကျိုးရှိမယ်၊ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်နဲ့ ပျော်အောင်နေနော် ကိုရင်”

“မှန်ပါဘုရား”

“လက်ပန်ကိုရင်! မကောင်းတာ ၁၀၀ နဲ့ ကောင်းတာတစ်ခုဆိုရင် ဘယ်ဟာကို ယူမလဲ၊ ဘယ်ဟာကို ပိုကြိုက်သလဲ”

“ကောင်းတာတစ်ခုကိုပဲ ယူမှာပါဘုရား၊ ကောင်းတာကိုပဲ လိုချင်ပါတယ်၊ မကောင်းတာတော့ ဘယ်လောက်များများ မလိုချင်ပါဘုရား”

“အေး--အဲဒါမှန်သကွဲ့၊ မကောင်းတာ

၁၀၀ဆိုတာအရေအတွက်များပေမယ့် အရည်အသွေးမပါတော့ ကိုယ့်မှာရှိလာသလောက် ကြောက်ရတယ်၊ အကောင်းတစ်ခုက နည်းပေမယ့် အရည်အသွေးပါတော့ ရှိရင် စိတ်အေးရတယ်၊ အဆိုးတွေ တိုးလာသလောက် ဆင်းရဲရမယ်၊ အကောင်းတွေ တိုးလာသလောက်ပဲ ချမ်းသာရမယ်၊ များဖို့ထက် ကောင်းဖို့ ဦးစားပေးကြိုးစား၊ မကောင်းပဲ မများချင်နဲ့၊ အရေအတွက်များဖို့ထက် အရည်အချင်းရှိအောင် ကြိုးစားနော်” လို့ ဆုံးမတော်မူတယ်။

နောက်တစ်ခါ ဆရာတော်ကြီးက “လက်ပန်ကိုရင်! ဘာလုပ်ဖို့ ပညာသင်ရတာလဲ”လို့

ကိုယ့်ဟာကိုယ် မေးခွန်းထုတ်ပြီး “ပညာသင်တယ်ဆိုတာ အရှိကို အသိက အနိုင်ယူဖို့ သင်ရတာ၊ အရှိကိုနိုင်တဲ့ အသိကမှ ပညာအစစ်ဖြစ်တယ်၊ အရှိကို အသိက မနိုင်ရင် အရှိနှိပ်စက်တာ ခံနေရတယ်၊ ကိုယ့်မှာ ရှိလာသမျှ အသိကနိုင်နေအောင် ပညာတကယ်တော်အောင်ကြိုးစား၊ ဒါမှ သင်္ကန်းဝတ်တာ အကျိုးရှိမယ်”လို့ ကိုယ်တိုင်ဖြေကြားဆုံးမခဲ့ပါတယ်။ မိမိစိတ်ထဲမှာ အသိစွဲသွားပါတယ်။

အရှိဆိုတာ ကံက အကန့်အသတ်နဲ့ပေးထားလို့ နေ့စဉ် ပြုပြင်စောင့်ရှောက်နေရတဲ့ ခန္ဓာအရှိရယ်, ခန္ဓာကိုအရင်းတည်ပြီး ကံအား, ဉာဏ်အား, လုံ့လအားနဲ့ ရှာဖွေစုဆောင်းထား

တဲ့ စီးပွားဥစ္စာအရှိရယ်၊ ကိုယ်နှင့်ဆက်စပ်ပြီး ပေါ်ပေါက်လာတဲ့ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေအရှိတွေ, လူဆိုရင် သားသမီးအရှိတွေ, ရဟန်းဆိုရင် တပည့်တပန်း သီတင်းသုံးဖော်အရှိတွေ အားလုံးပေါ့။ အတွင်းရှိ, အပြင်ရှိလို့ အကျဉ်းချုံးပြောရင်လဲ ရတာပါပဲ။

ခန္ဓာအရှိရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို ဉာဏ်အသိက နိုင်နင်းလွှမ်းမိုးမထားနိုင်ရင် ခန္ဓာနှိပ်စက်သမျှ လူးလိမ့်ခံနေရမယ်။ ဉာဏ်အမြင်ကန်းတဲ့ ခန္ဓာဝန်ထမ်းဟာ အလွန်ပင်ပန်းလှပါတယ်။ ခန္ဓာအရှိကို သတိဉာဏ်နဲ့သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာပေါ်အောင် အနိုင်ယူ လွှမ်းမိုးထားရမယ်။

ပစ္စည်းအရှိကိုတော့ သတိဉာဏ်နဲ့ပဲ ဒါနသီလ သမာဓိ ဝိပဿနာစွမ်းအား ကျန်နေခဲ့အောင် အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးနိုင်ရမယ်။ ပစ္စည်းအရှိအပေါ် ကိုယ်က သတိဉာဏ်နဲ့ အနိုင်မယူနိုင်ရင် ကြောင့်ကြရ, ပူပန်ရ, စောင့်ရှောက်ရ, ခိုက်ရန်ဖြစ်ရ, လက်နက်ကိုင်ရ, စိုးရိမ်ကြေကွဲဝမ်းနည်းရ, ငိုကြွေးရဆိုတဲ့ အပူတွေနဲ့ ညှပ်ဖိနှိပ်စက်တာ ခံနေရမယ်။ သတိဉာဏ်ကင်းမဲ့ရင် ရှိချင်တာလဲ ကိုယ်ပဲ၊ အရှိကို မနိုင်တာလဲ ကိုယ်ပဲ၊ အရှိကြောင့် ဆင်းရဲပူလောင်နေရတာလဲ ကိုယ်ပဲ ဆိုတာမျိုးဖြစ်သွားမယ်။ ရှိဒုက္ခဟာ မရှိဒုက္ခထက် အခံရခက်တတ်တယ်။ သာသနာဆိုတာ အရှိကို

အနိုင်ယူတတ်ဖို့ လောကထဲမှာ ပေါ်လာတာပါ။ ဒါကြောင့် စိတ်အေးစရာဖြစ်ရတာပါ။

ဒုတိယအကြိမ် ကိုရင်ဝတ်စက သက်တော်ရှည် ပထမကန်တော့ရဆရာတော်ကြီး မိန့်ကြားခဲ့တဲ့ -

(၁) “များဖို့ထက် ကောင်းဖို့ အရေးကြီးတယ်” ဆိုတဲ့ လမ်းညွှန်ချက်နဲ့

(၂) “အရှိကို အသိက အနိုင်ယူရမယ်”ဆိုတဲ့ ဘဝအသုံးချ နည်းဗျူဟာစကားများဟာ ရိုးစင်းနေပေမယ့် ဘဝအမြင်ရှင်းသွားစေပါတယ်။ နောက်လဲ မကြာမကြာ အနားခေါ်ဆုံးမပါတယ်။ ကိုရင်ဝတ်ခါစက ဆရာတော်ကြီး ၂-ပါးနှင့် တွေ့ခွင့်ရတာဟာ မိမိအတွက် တန်ဖိုး

မဖြတ်နိုင်တဲ့ ဆုလာဘ်ကြီးများပါ။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းကြီးတွေဟာ တစ်ခဏလေးတွေ့ဆုံခွင့်ရရင်တောင် နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း တစ်သံသရာလုံး အစောင့်အရှောက်ပေးနိုင်တာကိုး။

လောကဝေစုဆိုတာ အရှိအတိုင်း ယူရတာ။ ရှိတာကိုယူရတော့ ရှိတဲ့အတိုင်းပဲ ရမှာပဲ။ တကယ်ရှိနေတာက ဒုက္ခအပူတွေပဲဆိုတော့ ဒုက္ခအပူတွေကိုပဲ အမြဲရနေတော့မှာပါ။ တရားဝေစုကတော့ အရှိထဲက အသိနဲ့နှိုက်ယူသလောက်ပဲ ရနိုင်ပါတယ်။ ရှိသလောက်မရဘဲ သိသလောက်ပဲ ရနိုင်တယ်။ အရှိကို အသိက နိုင်နေမှလဲ အရှိထဲ စေ့စေ့စပ်စပ်

နှိုက်ယူတတ်မယ်။ ဒါမှ စိတ်အေးစရာ တရားဝေစု ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရနိုင်မယ်။

***

၃။ စိတ်အေးစရာ သာသနာ

မိတ်ကောင်းကိုရှာ၊ တရားနာ၊
ကောင်းစွာစိတ်ကိုထား။
အသိအကျင့်၊ ဘက်စုံမြှင့်၊
ဆင့်ဆင့်ပညာပွား။
စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊
ကောင်းစွာကျင့်ကြံ၊ အကျင့်မှန်၊
ကေန်အားရှိသွား။

သာသနာဆိုတာ လူ့လုပ်ငန်းအစီအစဉ်, လူသွားလမ်းကြောင်း, လူ့ဦးတည်ချက်၃-မျိုးကိုသတ်မှတ်ပေးတာပါ။ သာသနာဆိုတဲ့တရားဟာ လောကကို အနိုင်ယူဖို့ ပေါ်လာတာဖြစ်တယ်။ လူရဲ့အဓိကအင်အားကလဲ တရားပဲ။ တရားစွမ်းအားရဖို့ လက်တွေ့ကျင့်ရမယ်။ ကျင့်တတ်တဲ့အသိ သိမှီးထားရမယ်။ တရားနှင့် အဆက်အသွယ်ရထားရမယ်။ ဆက်သွယ်ပေးသူရှိရမယ်။ ဒါဆိုရင်စိတ်အေးစရာ တရားစွမ်းအားရမှာ သေချာပေါက်ပါ။

တရားနှင့်ဆက်သွယ်ပေးတဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေနှင့်တွေ့ရမှ တရားနာယူရတဲ့ အဆက်အသွယ်ရမယ်။ လူ့တစ်ကိုယ်လုံး

တရားသွင်းစရာ မျက်စိ နား ၂-ပေါက်ပဲရှိတာ။ တရားနာကြားတယ်လို့ပြောလိုက်ရင် တရားစာဖတ်တာလဲ ပါသွားတာပဲ။ တရားဆက်သွယ်ရေးရမှ စိတ်ကို နည်းမှန်လမ်းမှန်ကောင်းမွန်အောင် ထိန်းသိမ်းတတ်, ထားတတ်တယ်။ စိတ်ထားတတ်တယ်ပေ့ါ။ ဒါမှလက်တွေ့အသုံးချပြီး ကျင့်တတ်တယ်။ ကျင့်တတ်သလောက်ကျင့်နိုင်သလောက် စိတ်အေးစရာစွမ်းအားတွေ ရောက်လာမှာသေချာပေါက်ပါ။ ရအောင်ယူတဲ့ပညာ, ထိန်းသိမ်းတဲ့ပညာ, အသုံးချတဲ့ပညာကနေပြီး ထိုးထွင်းသိတဲ့ပညာထိ တက်နိုင်လို့ လုံးဝစိတ်အေးရမှာဖြစ်တယ်။

ဘုရားလက်ထက်တုန်းက ကုရုတိုင်းဆို

တာရှိတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်အလုပ် အလွန်ခေတ်စားနေတဲ့နေရာပေ့ါ။ အိမ်ရှင်မတွေ အချင်းချင်းတွေ့ကြတဲ့အခါ သားသမီးစကား, စီးပွားရေးစကားတွေ မပြောကြဘူး။ ဒါတွေက တစ်သံသရာလုံး ပြောခဲ့တဲ့စကားတွေပဲ။

တရားလမ်းညွှန်ပေးတတ်တဲ့ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတွေထံက ဘဝအသုံးချ သတိပဋ္ဌာန်တရားတွေ နာကြားခွင့်ရကြတာဖြစ်လို့ တရားအသိ ထူးထူးခြားခြားရရှိထားကြတယ်။ စကားပြောတော့လဲ တရားစကားပဲ ပြောကြသတဲ့။ လူ့ဘဝမှာ တကယ်စကားတစ်ခုလုပ်ပြီး ပြောစရာက တရားပဲရှိတာ။ အိမ်ရှင်မတွေ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် တွေ့ကြ

ရင် "ညီမက ဘာတရားအားထုတ်သလဲ" "အစ်မက ဘယ်တရားလက်ကိုင်ထားလဲ" "မ-ဘယ်သူက ဘယ်တရားနဲ့ ဘဝကိုအသုံးချနေသလဲ" လို့ မေးကြတာတဲ့။

တကယ်လို့များ တစ်ယောက်ယောက်က အဖြေပေးတယ်ဆိုပါတော့။ "စားဝတ်နေရေး, စီးပွားရေး, လူမှုရေးတွေနဲ့ ဖပ်ဖပ်မောလုံးလည်ချာလည်လိုက်လို့၊ အချိန်မရတော့ ဘယ်တရားမှ အားမထုတ်နိုင်ပါဘူး"လို့ ပြောလိုက်မိရင် အားမနာတမ်း ဝိုင်းပြီး အပြစ်တင်စကားပြောကြတာတဲ့။

"မိရတ္ထု တဝ ဇီဝတံ - သင့်အသက်ရှင်ခြင်းဟာ သိပ်စက်ဆုပ်စရာကောင်းတယ်၊

ကိုယ်ကလဲ လိုသမျှ ပေးထားရ ကျွေးထားရသေး၊ ကိုယ့်ကိုလဲ အမြဲနှိပ်စက်ခြိမ်းခြောက်နေသေး၊ ကိုယ့်ရန်သူ ကိုယ်ပြန်ကျွေးနေရတာရှုံးတယ်" တဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်။ ကိုယ်ကသာပေးပြီး သူ့ဆီက ဘာမှပြန်မရရင် တကယ်ရှုံးတာပါ။ ဆိုကြပါစို့၊ ၁၀-သိန်းပေးဝယ်ထားရတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုကို ၁-သိန်းနဲ့ ပြန်ရောင်းရရင် ရှုံးတယ်ပဲ ပြောကြမှာပါ။ ရှုံးပေမယ့် ၁၀-ပုံ ပုံ ၁-ပုံတော့ ပြန်ရပါသေးတယ်။ ကိုယ့်ခန္ဓာကို နေ့စဉ် ထောင်ကုန် သောင်းကုန်ခံကျွေးနေရတော့ ကိုယ့်ခန္ဓာက ကိုယ့်ကို ဘာတွေများပြန်ပေးလို့လဲ။ အညစ်အကြေးတွေပြန်ပေးလိုက်, အပူ အရှုပ် အညစ်တွေ ပြန်

ပေးလိုက်, အို နာ သေ ဒုက္ခတွေပြန်ပေးလိုက်နဲ့ ကိုယ်မလိုချင်တာတွေချည်း ပြန်ပေးနေတယ်။ ကိုယ်က သူ့ကို ကျွေးထားရပေမယ့် သူ့ဆီက အပုံ ၁၀၀၀-ပုံလို့ ၁-ပုံတောင် ပြန်ပေးရဲ့လား၊ ဒါက ပိုမရှုံးဘူးလား၊ ဟုတ်တယ်၊ သိပ်ရှုံးတာပေ့ါ။

ပြီးတော့ "ဇီဝမာနာပိ တွံ မတသဒိသာ = သင်ဟာအသက်ရှင်တယ် ဆိုရပေမယ့် အသေကောင်ကြီးနှင့် အတူတူပဲ။ စိတ်အေးစရာ ဘာတစ်ခုမှရအောင် မယူနိုင်ရင် အသေကောင်နှင့် ဘာထူးသေးသလဲ" လို့ ကဲ့ရဲ့ကြတာတဲ့။

ဟုတ်တယ်။ တရားအကုန်လုံးကို သတိ

က ချုပ်ကိုင်ထားတာဆိုတော့ သတိမရှိရင် အသိတွေသေကုန်ပြီပဲ။ ပကတိအသေကောင်ကြီးဟာ ဘာတစ်ခုမှ မစွမ်းဆောင်နိုင်တော့သလို သတိကင်းလို့ အသိသေနေသူဟာလဲ အားကိုးစရာတရားစွမ်းအားရဖို့ ဘာမှမစွမ်းဆောင်နိုင်ဘူး။ သတိဆိုတာ အသိထဲအသက်သွင်းပေးတာ။

"တရားအလုပ် ဘာမှမလုပ်နိုင်ဘူး" လို့သာ အဖြေပေးမယ်ဆိုရင် "သူများတွေမှာလက်ထဲမှာ ကိုင်ထားတာ ကုသိုလ်ထုပ်ဖြစ်ရမယ်ဆိုပြီး တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်အေးချမ်းစွာနဲ့ စွမ်းအားတွေရအောင် ယူနိုင်ပါရက်သားနဲ့ သင်တစ်ယောက် တယ်ညံ့ဖျင်းပါလား၊ သင့်သန္တာန်

မှာ သာသနာကွယ်နေပြီ”ဆိုပြီး ဝိုင်းကဲ့ရဲ့ကြတယ်ဆိုပဲ။

ဒီလို မေးလိုက်လို့ တစ်ယောက်ယောက်က ဖြေတယ်ဆိုပါတော့။ “ကာယာနုပဿနာကိုင်နေရတာပေါ့၊ ခန္ဓာကိုယ်မှာ လှုပ်တိုင်းလှုပ်တိုင်း ဘယ်ဟာမှ အလွတ်မခံနိုင်ဘူး၊ ဘယ်ပစ္စုပ္ပန်မှ အလွတ်မခံနိုင်ဘူး၊ အားအောင်လဲ မစောင့်နိုင်ဘူး၊ အို နာ သေထက်ကိုယ်က လက်ဦးထားမှ ဖြစ်မှာ”

“ခန္ဓာကရှိနေတော့ ခန္ဓာအလုပ်လဲ လွှတ်ထားလို့ ဖြစ်တာမှမဟုတ်ပဲ။ ခန္ဓာအလုပ်ထဲ ဉာဏ်လေးထည့်ပြီးတော့ ကာယာနုပဿနာဖြစ်အောင် လုပ်ရတာပဲ၊ ဝေဒနာနုပဿနာ

ကိုင်ထားရတာပဲ၊ စိတ်ကလေးကို ဘယ်အချိန်မှ အလွတ်မခံဘဲ သတိဉာဏ်နဲ့ စောင့်ကြည့်ပြီး ရှုနေရတာပဲ” လို့ ပြောလိုက်ရင် ဝိုင်းပြီးချီးမွမ်းစကားပြောကြတာတဲ့။

“တဝ ဇီဝိတံ သုဇီဝိတံ = သင်ရဲ့အသက်ရှင်ခြင်းဟာ ကိုယ့်ကို ပြန်ကယ်မယ့်အသက် ဖြစ်နေလို့ ကောင်းတဲ့အသက်ရှင်ခြင်းပဲ၊ ကိုယ့်ကို ငြိမ်းအေးချမ်းသာအောင် ဒုက္ခအကုန်လွတ်အောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့အားကိုးစရာ အသက်ကလေးဖြစ်နေတယ်၊ သင့်ရဲ့အသက်ရှင်ခြင်းဟာ အလွန်စွမ်းအားကောင်းတယ်၊ အသက်ရှင်ရကျိုးနပ်တယ်”တဲ့။

ဟုတ်ပါတယ်။ လူဆိုတာ တရားနှင့်

အတန်ဆုံးဖြစ်လို့ သတိဉာဏ်နဲ့ အသိထဲအသက်သွင်းပေးမှ ဘဝအနှစ်တရား စွမ်းအားရနိုင်မယ်။ ဒါမှလဲ အသက်ရှင်ရတာ တန်ဖိုးရှိမယ်။ တရားဆိုတာ အဆိုးအားလုံးကို အနိုင်ယူနိုင်တာဖြစ်လို့ လူ့အရှိန်အဝါပါပဲ။ လူ့စွမ်းအားတန်ခိုးလို့ ပြောရင်လဲ မှန်တာပါပဲ။

ပြီးတော့ “တဝတ္ထာယ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဥပ္ပန္နော = မြတ်စွာဘုရားဟာ သင်လို သူတော်ကောင်းအတွက် ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်တော်မူခဲ့တာ၊ သင်ဟာ သိပ်ကောင်းမြတ်တဲ့ ဘဝကောင်းကို ရတာပဲ” လို့လဲ ချီးမွမ်းစကားပြောကြားကြပါသတဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်၊ ဘုရားသာသနာနှင့် တွေ့ရသူဟာ ရတနာကြောပေါ်

ရောက်နေပြီပဲ။ ကိုယ့်ခန္ဓာ၊ ကိုယ့်ပစ္စည်းထဲက လိုရာတရားကို လိုသလောက် ဉာဏ်နဲ့ဖော်ထုတ်ယူရုံပါ။

❊❊❊

၄။ အသိထူးခြား မြတ်တရား

ပစ္စည်းခန္ဓာ၊ ကိုယ့်မှာအရှိ၊
အမှားကြည့်လတ်၊ မသိတတ်က၊
သုံးမရ၊ ဒုက္ခရောက်တတ်သည်။

ပစ္စည်းခန္ဓာ၊ ကိုယ့်မှာအရှိ၊
အမှန်ကြည့်က၊ အသိထူးခြား၊
မြတ်တရား၊ ထင်ရှားပေါ်လာသည်။

အရှိကိုနိုင်၊ အသိပိုင်၍၊
ကြံနိုင်ထူးခြား၊ တရားရှိမှ၊
စွမ်းအားရ၊ မှချချမ်းသာမည်။

သတိပဋ္ဌာန်တရား အလွန်ခေတ်စားနေတဲ့ အဲဒီအချိန်တုန်းက ကုရုတိုင်းမှာ ဘိက္ခုနီအမြောက်အမြား စုပေါင်းသီတင်းသုံးနေထိုင်တဲ့ကျောင်းတိုက်တစ်တိုက်ရှိတယ်။ ဘိက္ခုနီရှိရင် သိက္ခမာန် သာမဏေရီတို့လဲ ရှိရမှာပါပဲ။ အချိန်နှင့်ဘဝကိုမဖြုန်းတီးပဲ ပရိယတ် ပဋိပတ် ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း ၂-ရပ်ကို အစွမ်းကုန် ကြိုးစားအားထုတ်နေကြပါတယ်။

သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့နေရသူဟာ အချိန်, ဘဝ, ပစ္စည်းကို လုံးဝမဖြုန်းတီးကြ

ပါဘူး။ သာသနာနှင့် မတွေ့ရသူတွေသာ ရသမျှ ရှိသမျှ အကုန်ဖြုန်းပစ်နေကြတာပါ။ ဖြုန်းတယ်ဆိုတာ အလကားကုန်သွားတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကို လောင်မြိုက်မယ့်အပူတွေကို စုနေတာဖြစ်တယ်။

ဉာဏ်ပညာအသိဆိုတာ, အထူးအားဖြင့် တရားပိုင်းဆိုင်ရာ ဉာဏ်ပညာအသိဆိုတာ ကိုယ့်အရှိတွေကို အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးဖို့, အဖိုးတန်အောင်အသုံးချဖို့သာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရှိကို တကယ်နိုင်မှလဲ ပညာအစစ်ပါ။

တရားအသိမရှိရင် ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာနှင့် ပစ္စည်းအရှိကို နည်းမှန်လမ်းမှန် မကြည့်တတ်လို့ အသိလွဲချော်နေတတ်တယ်။ အရှိနှင့်

အသိ အံကိုက်မဖြစ်တော့ အရှိအောက်မှာ အသိရောက်ပြီး အရှိရဲ့ဖိစီးမှုကြောင့် မွန်းကျပ်ပူလောင်နေရတတ်တယ်။ အရှိကို အဖိုးတန်အောင် မသုံးနိုင်ပဲ အရှိဆိုတဲ့အထုပ်ကို ထမ်းပြီး ဆင်းရဲပင်ပန်းနေတတ်ပါတယ်။ အရှိတွေ ရှုပ်ပွပြီး ဒုက္ခရောက်တတ်ပါတယ်။ အထုပ်ကို ထမ်းလို့မနိုင်တော့ အရှိတွေနဲ့ရမ်းကားပြီး အထမ်းသမားကနေ အရမ်းသမားလဲ ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ အသိမရှိရင် ရှိဒုက္ခဟာ မရှိဒုက္ခထက် ပိုအခံရခက်တတ်ပါတယ်။

တရားအသိလက်ဦးနေမှပဲ အသိအောက်မှာ ခန္ဓာနှင့်ပစ္စည်းအရှိတွေ ရောက်သွားပြီး အရှိကို အသိနဲ့ အဖိုးတန်အောင် အသုံးချနိုင်

မှာပါ။ ကိုယ့်ကို အာမခံတာဝန်ယူမယ့် တရား စွမ်းအားပေါ်အောင် ဖော်ပေးနိုင်မှ အသုံးချ တယ်လို့ ခေါ်တာပါ။ အရိုတွေကုန်သွားရင် ကျမသွားဘဲ စွမ်းအားပြန်ရလာမှ စိတ်အေး ရမယ်။ ကုန်ကျဖြစ်ရင် စိတ်အားငယ်ရမယ်။ ကုန်ရဖြစ်မှ စိတ်အားရှိမှာဖြစ်တယ်။ အရှိကို အသိကနိုင်မှ အစွမ်းသမားဖြစ်နိုင်မယ်။

စိတ်အေးရဖို့အတွက် ကိုယ့်အရှိတွေကို နိုင်ရုံနဲ့ မပြီးသေးဘူး။ ကိလေသာအပူကို နိုင် ဖို့လဲ လိုသေးတယ်။ ပုထုဇဉ်အနေနဲ့ ကိလေ သာအပူကို လုံးဝ အနိုင်မယူနိုင်သေးပေမယ့် စိတ်နှင့်အပူ ခွါပေးရုံ ကန့်ပေးရုံ သန့်ပေးရုံ ထိန်းပေးရုံလောက်တော့ စွမ်းနိုင်ပါတယ်။

ဘုရားအား, တရားအားကို အကူအညီယူရ မှာပေါ့။ အထူးအားဖြင့် သာသနာမှာ အား အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ သတိကို အကြိမ်များများ ကိုင်နိုင်အောင် စိတ်နှင့်သတိ အတွဲများ အောင် လေ့ကျင့်ပေးနေရမယ်ပေါ့။ သတိနှင့် ကိလေသာ တွဲဖြစ်နိုင်တာမဟုတ်တော့ သတိ ဖြစ်တိုင်း ကိလေသာအပူကင်းပါတယ်။

အဲဒီ ကျောင်းတိုက်ထဲမှာ နေထိုင်ကြတဲ့ ဘိက္ခုနီ သိက္ခမာန် သာမဏေရီတွေဟာ အရှိ တွေကိုလဲ အသိနဲ့ အနိုင်ယူနိုင်ဖို့, အပူတွေ ကိုလဲ သတိနဲ့ လွှမ်းမိုးနိုင်ဖို့, မမေ့မလျော့ လေ့ကျင့်နေကြတယ်။ ပရိယတ်ကို ပဋိပတ်နဲ့ အသက်သွင်းလို့, ပဋိပတ်ကို ပရိယတ်နဲ့

မတိမ်းစောင်းအောင် ထိန်းကျောင်းလို့ နေ့ည မစဲ သဲသဲမဲမဲကြိုးစားနေကြပါတယ်။ သာသနာ အတွက် အားတက်စရာလဲကောင်း, ကြည်ညို စရာလဲ ကောင်းပေါ့။

***

၅။ လိမ္မာယဉ်ကျေး ကြက်တူရွေး

လူတို့သင်ကြား၊ လူ့စကား၊
ပြောကြားတတ်ပေ၏။
လူတို့သင်ကြား၊ လူ့တရားလဲ၊
ပြောတတ်မြဲ၊ စိတ်ဖွဲ့ထက်သန်၏။
အကျင့်အမှန်၊ သင်ပေးပြန်လဲ၊
ကျင့်တတ်မြဲ၊ ထူးကဲအမှန်သိ။

လိမ္မာယဉ်ကျေး၊ ကြက်တူရွေး၊
စိတ်အေးရပေ၏။
ဟောသူရှိမှ၊ နာယူရ၊
ဘဝအမြင်ရှင်းနိုင်၏။

တစ်ချိန်မှာ ကချေသည် ဇာတ်သမား တစ်ယောက်ဟာ တောထဲက ကြက်တူရွေး ငှက်ကလေးတစ်ကောင်ကို ဖမ်းယူမွေးစားထား ပြီး လူ့စကား သင်ပေးထားတယ်။ ဇာတ်သမား ဆိုတော့ ဇာတ်သမားစကားလောက်ပဲ သင်ပေး တတ်မှာပေါ့။ တရားစကားတော့ ဘယ်သင် ပေးတတ်မလဲ။ ဇာတ်သမားက စကားသင်ပေး ထားတဲ့ ကြက်တူရွေးဟာ တော်တော်ကြာ လာတော့ လူ့စကားပြောတတ်တယ်။ သူများ

တွေ ပြောတာလဲ နားလည်တယ်။

ဇာတ်သမားဟာ စကားအတော်ပြော တတ်နေတဲ့ကြက်တူရွေးကို သွားလေရာ ခေါ် သွားတတ်တယ်။ သွားရင်းသွားရင်းနဲ့ ခုနက ဘိက္ခုနီတွေ သီတင်းသုံးနေထိုင်တဲ့ ကျောင်း ဝင်းထဲ ရောက်သွားတော့ အရိပ်ကောင်းတဲ့ သစ်ပင်တစ်ပင်အောက်မှာ အပန်းဖြေ အနား ယူနေတယ်။ သူပြန်သွားတော့ ကြက်တူရွေး ငှက်ကလေးကို ဘိက္ခုနီကျောင်းတိုက်ထဲမှာပဲ ချန်ထားခဲ့တယ်။ ကျန်နေခဲ့တာလဲ ဖြစ်နိုင် တယ်ပေါ့။

ကြက်တူရွေးကလေး ကျန်နေခဲ့တာ ကံ ကောင်းတယ်ဆိုရမယ်။ သာသနာနှင့်တွေ့ဖို့

အကြောင်းဖြစ်သွားလို့ပါ။ ဘိက္ခုနီတွေက ကြက်တူရွေးငှက်ကလေးကို မြင်ကြတော့ ကောက်ယူမွေးစား စောင့်ရှောက်ထားလိုက်ကြ တယ်။ "ဗုဒ္ဓရက္ခိတ"လို့လဲ နာမည်ပေးထား လိုက်တယ်။ ဘုရားစောင့်ပေါ့။ ဘုရားရဲ့ အစောင့်အရှောက်ကို ရပြီပေါ့။ ဘုရားရဲ့ အစောင့်အရှောက်ရရင် ရတနာ ၃-ပါးလုံးရဲ့ အစောင့်အရှောက်, သာသနာရဲ့ အစောင့် အရှောက်ကိုလဲ ရပြီပေါ့။ စိတ်အေးစရာပဲ။

ဇာတ်သမားလက်ထဲကစ စကားပြော တတ်နေတဲ့ ကြက်တူရွေးငှက်ကို ဘိက္ခုနီ သိက္ခမာန် သာမဏေရီတွေက တရားစကားပါ သင်ပေးကြတယ်။

"ဟေ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းအခု ရောက်နေ တဲ့နေရာဟာ အချိန်ဖြုန်းနေသူ, အပူစုနေသူ တို့ရဲ့ နေရာမဟုတ်ဘူး၊ အချိန်နှင့်ဘဝကို အဖိုး တန်အောင် အသုံးချနေသူ, တရားစွမ်းအား စုဆောင်းနေသူတို့ရဲ့ နေရာသာဖြစ်တယ်။ သူ တော်ကောင်းတွေထံ ရောက်နေသူဟာ ဘယ် သူပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်အတိုင်းအတာနှင့်ကိုယ်, ကိုယ့်အင်အားရှိသလောက် ဘဝကို အသုံးချ နေရမှာပဲ။ ဒါကြောင့် မင်းလဲ အလကားနေလို့ မဖြစ်ဖူး။ တရားအလုပ် လုပ်ရမယ်"

ပရိယတ်ဆိုတာ လမ်းတို, လမ်းရှည် ၂-မျိုးရှိတယ်။ ရိပ်သာတွေမှာ ယောဂီတွေ ရှုမှတ်တတ်ရုံ ဖြတ်လမ်းနည်းနဲ့ သင်ပြပေးတာ

က လမ်းတိုနည်းပေါ့။ လူတွေ လိုက်နာကျင့် သုံးတတ်အောင် ကောက်နုတ်ချက်တွေ ဟော ပြောရေးသား လမ်းညွှန်ပေးရတာတွေဟာလဲ လမ်းတိုနည်းတွေပါပဲ။

ပရိယတ္တိစာသင်တိုက်ကြီးတွေမှာ အခြေ ခံကျမ်းစာတွေကစလို့ ပိဋက ၃-ပုံထိ ပို့ချ သင်ယူ ကြိုးစားနေကြရတာက လမ်းရှည်နည်း ပါ။ သာသနာ ကြာကြာတည်ဖို့အတွက် လမ်း ရှည်နည်းကိုပဲ အားကိုးနေရပါတယ်။

ဘိက္ခုနီတွေက ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေး လေးကို လမ်းတိုနည်းနဲ့ စာသင်ပေးကြတယ်။ သင်ပေးတဲ့တရားစာက တစ်ခွန်းတည်းရယ်၊ "အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု"တဲ့။

"ကဲ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ ဒါလေးကိုပဲ မင်းခဏခဏ ရွတ်ကွာ"လို့ သင်ပေးပြီး အဆိုခိုင်းကြတယ်။ ကြက်တူရွေးကလဲ သင်ယူပြီး နှုတ်တက်နေ အောင် မကြာမကြာ ရွတ်ဆိုနေတယ်။

သစ်ပင်ပေါ်ပျံသွားတော့လဲ "အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု"၊ ဟိုနားဒီနားသွားတော့လဲ "အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု" ဒါချည်း ရွတ်နေတယ်။ ကိုယ့်နေရာ ကိုယ်နေတော့လဲ ဒါကိုပဲ ရွတ်ဆိုနေတယ်။ ကြက်တူရွေးလေး ဟာ နာမည်နှင့်လိုက်အောင် ပြောစကားကို တော်တော်နားထောင်တတ်သားပဲ။

ရက်တော်တော်များလာတော့ တော် တော် အထုံရလာတယ်။ နှုတ်ကျိုးလို့ ကျေ

ညက်လာတယ်။ ဘာမှတော့ သူနားမလည် သေးပါဘူး။ သင်ပေးလို့သာ ဆိုနေတာပါ။ ကြက်တူရွေးလေး လမ်းတိုနည်းနဲ့စာသင်နေ လိုက်တာ "အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု"လို့ နှုတ်နဲ့ ကျွမ်းကျင်စွာ ဆိုတတ်နေပြီ။

❊❊❊

၆။ စာသိ ကျင့်သိ ၂–မျိုးညှိ

အကျင့်မပါ၊ သိရုံသာ၊
စိတ်မှာ အားမပြည့်။
အသိမတွဲ၊ ကျင့်ရုံလဲ၊
ချွတ်လွဲ တတ်ချေ၏။
အသိတွဲကာ၊ အကျင့်ပါ၊
စိတ်မှာ စွမ်းအားပြည့်။

ပရိယတ်ဆိုတဲ့ စာသိကို ပဋိပတ်ဆိုတဲ့ ကျင့်သိနှင့် တွဲပေးရမှာဖြစ်တယ်။ စာသိသာ ရှိပြီး ကျင့်သိမပါရင် စိတ်အားမပြည့်ပါဘူး။ အသိဟာ မရှင်သန်ဘဲ သေနေတတ်ပါတယ်။ စာသိမပါဘဲ ကျင့်ပြန်တော့ လမ်းမှားချွတ်ချော် တတ်တယ်။ စာသိနှင့်ကျင့်သိ တွဲမိမှပဲ အသိ တွေရှင်သန်ပြီး စိတ်စွမ်းအားပြည့်ဝလာနိုင် ပါတယ်။

ဘိက္ခုနီတွေက ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေး လေးရဲ့စာသိကို ကျင့်သိနှင့်ပေါင်းစပ်ပေးကြ တယ်။

"ကဲ- -ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! လာဟေ့၊ အဲဒီ အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု ဆိုတာကို မြင်အောင်

အလုပ်ပေးမယ်ကွာ"

သူတို့ကျောင်းဝင်းထဲမှာ တရားပြတဲ့အခါ လက်တွေ့အသုံးချဖို့ စုဆောင်းထားတဲ့ ကြက် ရိုးတို့ ငှက်ရိုးတို့ စတဲ့အရိုးတွေရှိတယ်။ အဲဒီ အရိုးတွေကို ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးအနား ကို ယူလာပြီး ပြကြတယ်။

"ဟေ့---ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းနှုတ်က တစ် တွတ်တွတ်ရွတ်ဆိုနေတဲ့ အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု ဆိုတာ ဟောဒီအရိုးတွေကိုပြောတာ၊ သေသေချာချာ မြင်အောင်ကြည့်စမ်း"

"အဲဒီအရိုးဆိုတာ မင်းခန္ဓာထဲမှာလဲ ရှိ တာပဲကွ။ မင်းက တင့်တယ်တယ် လှတယ် လို့ထင်နေတဲ့ အပေါ်ကအမွှေးတွေကို နှုတ်

ပစ်လိုက်ရင်, အပေါ်က အရေခွံကို ခွါချလိုက် ရင်, အသားတွေကို ခွါချလိုက်ရင်, မင်းခန္ဓာ ထဲမှာလဲ အရိုးတွေ ပေါ်လာမှာပဲ" အဲဒီလို ထပ်တလဲလဲ ပြောပြကြတယ်။

တရားအလုပ်ဆိုတာ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲသူ ရှိမှ ပိုအားထုတ်ဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်သဘောနဲ့ ကိုယ်ဆို လုပ်ချင်မှလုပ်ဖြစ်တာ၊ မလုပ်ဖြစ် တာက များပါတယ်။ ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ကြီးကြပ် ကွပ်ကဲသူပညာရှင် မေတ္တာ ကရုဏာရှင်တွေ ရှိနေတော့ ယောဂီ ဖြစ်မှန်းမသိဖြစ်သွားတယ်။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတကြက်တူရွေးလေး တရားထိုင် နေရတယ်။ ဘေးနားမှာချထားတဲ့ ကြက်ရိုး ငှက်ရိုးတွေကို ပသာဒမျက်လုံးနဲ့ လှမ်းကြည့်

လိုက်ပြီး မျက်စိမှိတ်လိုက်တယ်။

"ငါ့ခန္ဓာထဲမှာလဲ ဒါတွေရှိတယ်နော်၊ ဟောဒီ အမွှေးတွေ, အရေတွေ, အသားတွေ ကို အကုန်ဖယ်ရှားလိုက်မယ်ဆိုရင် အရိုးတွေ စုနေတဲ့ အရိုးစုကြီးပါလား" မျက်စိလေးမှိတ် ပြီး ခန္ဓာထဲက အရိုးတွေကို အာရုံပြုလိုက် တယ်။ ရတ်တရက်ကြည့်လိုက်တော့ အိပ် ငိုက်နေတယ်ထင်ရတယ်။ ဘယ်ဟုတ်မလဲ၊ ယောဂီလေး တရားအားထုတ်နေတာ။

"ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ = အရှိကို အရှိအတိုင်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း မြင်အောင် ကြည့်တာဟာ တရားပဲ။ ဘေးနားမှာချထား တဲ့ ကြက်ရိုးငှက်ရိုးတွေကို ပသာဒမျက်လုံးနဲ့

ဖွင့်ကြည့်လိုက်, မျက်လုံးကိုမှိတ်ပြီး အသိစိတ်နဲ့ ခန္ဓာထဲက အရိုးတွေကို မှန်းကြည့်လိုက်နဲ့ ကြက်တူရွေးလေး တရားမှတ်နေတယ်။

အဲဒီလို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အနားပေးချိန်မှာ အနားပေးလိုက်, အလုပ်ချိန်မှာ ခေါင်းလောင်းထိုးအချက်ပေးခေါ်ပြီး တရားထိုင်ခိုင်းလိုက်နဲ့ ဘိက္ခုနီတွေက အချိန်မှန်ကြီးကြပ်စေခိုင်းပေးနေကြတယ်။ တကယ် ကံကောင်းလိုက်တဲ့ ကြက်တူရွေးလေးပေါ့။

“ကဲ- -ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! လာခဲ့၊ အလုပ်လုပ်ဖို့ အချိန်ရောက်ပြီ၊ ကဲ ကဲ တရားမှတ်နေတော့”

အရိုးတွေ ချထားတဲ့နေရာမှာ ကြက်တူရွေးကို တရားထိုင် တရားမှတ်ခိုင်းနေကြ

တယ်။ ရက်တွေ တော်တော်များလာတော့ အလေ့အကျင့် ထုံလာတယ်။ စောစောပိုင်းမှာတော့ သညာသိပေါ့။ နောက်ပိုင်းမှာ အသိစိတ်ကလေးတွေ ဝင်လာတယ်။ တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ တိရစ္ဆာန်လောက်ပဲ သိနိုင်မှာပါ။ လူရဲ့အသိကိုတော့ မှီချင်မှလဲမှီမယ်ပေါ့။ အချိန်တွေ အကြိမ်တွေ များလာတော့ အထုံက တော်တော်များလာပါတယ်။ နေ့စဉ် အချိန်မှန် တရားထိုင်ခွင့်, တရားအလုပ် အားထုတ်ခွင့် ရနေတာကိုး။

❊❊❊

၇။ အဆိုးဖြင့်စမ်း တရားစွမ်း

အဆိုးကြောင့်သာ၊ အကောင်းမှာ၊ ကောင်းစွာပေါ်လွင်၏။

အဆိုးဖြင့်စမ်း၊ တရားစွမ်း၊ တက်လှမ်းနိုင်ဟုသိ။

တရားရဲ့အကောင်းဂုဏ်ဟာ အဆိုးကြောင့်သာ ပေါ်လွင်နေတာပါ။ အကောင်းရဲ့

ကြံ့ခိုင်မှုကို အဆိုးနဲ့စမ်းသပ်ရတယ်။ အဆိုးနဲ့ နည်းမျိုးစုံအစမ်းခံနိုင်မှ အကောင်းလို့အတည်ပြုနိုင်တာပါ။ လောကအဆိုးအားလုံးဟာ အကောင်းရဲ့ တွန်းအားချည်းပါပဲ။

တစ်နေ့တော့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးရဲ့ တရားအကောင်းစွမ်းရည်ကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးပေးတဲ့ ကြောက်လန့်ဖွယ်အဆိုးတစ်ခု ပေါ်လာတယ်။ ဆောင်းရာသီ နံနက်ခင်းကာလ အရှေ့က နေထွက်ကာစအချိန်မှာ ချမ်းအေးတာနဲ့ ကျောင်းဝင်းထဲက တိုင်ထိပ်မှာနားပြီး ဗုဒ္ဓရက္ခိတ နေဆာလှုံနေတယ်။ နေဆာလှုံချင်တဲ့ စိတ်ဆန္ဒစောနေတာဖြစ်လို့ တရားအမှတ်လွတ်နေတယ်။

ကောင်းကင်ပေါ်မှာ အစာရှာရင်း ပျံဝဲနေတဲ့ သိမ်းငှက်ကြီးတစ်ကောင်က တိုင်ထိပ်မှာ နေဆာလှုံနေတဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးကို မြင်ပါလေရော။ “ဟော - ဟိုမှာ ကြက်တူရွေးတစ်ကောင်၊ အနားမှာလဲ ဘယ်သူမှမရှိဘူး၊ အတော်ပဲ၊ ငါတော့ အစာရပြီဟဲ့”လို့ ကောင်းကင်ပေါ်ပျံဝဲနေရာက ထိုးစိုက်ဆင်းလာပြီး ဗုဒ္ဓရက္ခိတကို ထိုးသုတ်ဖမ်းယူသွားပါလေရော။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ယောဂီလေး သိမ်းငှက်ကြီး ထိုးသုတ်လို့ ပါသွားပြီလေ။ တရားမှတ်လွတ်နေတဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ရုတ်တရက် ထိတ်လန့်ပြီး ကြောက်အားလန့်အားနဲ့ စူးစူးဝါးဝါး အော်ချလိုက်တယ်။

သူ့အသံကို ခပ်လှမ်းလှမ်းမှာရှိနေတဲ့ ဘိက္ခုနီတွေ သိက္ခမာန်တွေ သာမဏေမတွေ ကြားကြလို့ ကောင်းကင်ပေါ်မော့ကြည့်လိုက်တော့ “ဟယ် ဗုဒ္ဓရက္ခိတလေးကို သိမ်းငှက်ကြီး ချီသွားပြီဟေ့”ဆိုပြီး လက်လှမ်းမှီရာ ဒုတ်တွေ ခဲတွေ ကောက်ယူ အတင်းပြေးလိုက်ပြီး ချောက်ကြတယ်။ ပါးစပ်ကလဲအော်၊ ဒုတ်တွေ ခဲတွေနဲ့လဲ လိုက်ပစ်ကြတယ်။

“ဟဲ့-သိမ်းငှက်ကြီး၊ သူတော်ကောင်းကို မပြစ်မှားရဘူးဟဲ့၊ သူတော်ကောင်းကို မသတ်ကောင်းဘူးဟဲ့၊ လွှတ်ခဲ့ လွှတ်ခဲ့” အဲဒီလို နောက်က အော်သံတွေပေး၊ ခဲတွေ ဒုတ်တွေနဲ့ လိုက်ပစ်ကြတော့ ကံအားလျော်စွာ သိမ်း

ငှက်ကြီးက ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးလေးကို လွှတ်ချလိုက်တယ်။ ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ကောင်းကင်ကနေ မြေပေါ် တစ်စတစ်စ ရောက်လာတော့ အကြီးဆုံး ဘိက္ခုနီမက ယုယုယယ ကောက်ယူပွေ့ချီပြီး ပြောတယ်။ တရားစစ်တဲ့ သဘောပါ။

“ဟဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းကို သိမ်းငှက်ကြီး ချီသွားလိုက်တာကွယ်၊ ငါတော့ ဒီတစ်ခါ မင်းသေပြီလို့ အောက်မေ့တာ၊ သိမ်းငှက်အစာ ဖြစ်ပြီလို့ ထင်လိုက်တာ”

“ကဲ ပြောစမ်းပါဦး၊ သိမ်းငှက်ကြီးက မင်းကို ထိုးသုတ်ချီသွားတော့ မင်းစိတ်ထဲ ဘယ်လိုနေသလဲ၊ ပြောစမ်း” “ဘဝအခက်

အခဲကြုံတဲ့အခါ အခက်အခဲကို မင်းဘယ်လို ဖြေရှင်းတယ်ဆိုတာ ငါ့ကို ပြောပြစမ်း” တရားစစ်တာပါ။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ဇာတ်သမားတွေလက်ထဲမှာတုန်းက ရိုးရိုးအရပ်စကားပဲ ပြောတတ်တယ်။ ဘိက္ခုနီတွေ လက်ထဲရောက်တော့ တရားစကားတွေပါ ကောင်းကောင်းပြောတတ်နေပြီ။

“ရှင်မတို့!ကျွန်ုပ်ဟာ တိုင်ထိပ်မှာနေဆာလှုံနေတုန်း နေဆာလှုံချင်တဲ့ ဆန္ဒစောနေတာဖြစ်လို့ တရားမှတ်လွတ်နေပါတယ်၊ ဒီအချိန်မှာ သိမ်းငှက်ကြီးက ကောင်းကင်က ထိုးစိုက်ဆင်းလာပြီးတော့ ကျွန်ုပ်ကို ထိုးသုတ်ဖမ်းဆီး

သွားပါတယ်။ အမှတ်တမဲ့နေတဲ့အချိန် တရားမှတ်လွတ်နေတဲ့အချိန်ဖြစ်လို့ ကြောက်အားလန့်အားနဲ့ ကယောင်ကတမ်း အော်မိပါတယ်၊ ခဏကြာတော့ ရှင်မတို့ သင်ပြပေးတဲ့တရားတွေ အသိစိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာတယ်"

"ပေါ်လာပုံက အော် - အရိုးစုကြီးတစ်ခုက အရိုးစုလေးတစ်ခုကို ချီသွားပြီ၊ ချီသွားတဲ့ သိမ်းငှက်ကြီးကိုလဲ အရိုးစုလို့မြင်လာတယ်၊ အချီခံရတဲ့ ကျွန်ုပ်ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကိုလဲ အရိုးစုလို့ပဲ မြင်လာပြီး အော်--အရိုးစုကြီးတစ်ခုက အရိုးစုလေးတစ်ခုကို ချီသွားလိုက်တာ၊ အချီခံရတဲ့အရိုးစုလေး ဘယ်နေရာတင်များ ဖရိုဖရဲ ပြိုကျ ပျက်စီးသွားရမယ်မသိဘူး၊ ခိုင်မြဲတာ

မှ မဟုတ်ပဲ. . .လို့ အသိစိတ်တွေ ပေါ်လာပါတယ်"

"အဲဒီ အသိစိတ်တွေ ဝင်လာတဲ့အချိန်ကစပြီး ကြောက်လဲ မကြောက်တော့ဘူး၊ အော်လဲ မအော်တော့ဘူး၊ အဲဒီအချိန်မှာ ရှင်မတို့ ဝိုင်းချောက်လိုက်လို့ သိမ်းငှက်ကြီးက ကျွန်ုပ်ကို လွှတ်ချထားခဲ့ပါတယ်"လို့ ရေရေလည်လည်ပြောပြတော့ ဘိက္ခုနီကြီးနှင့်တကွ ဘိက္ခုနီတွေ သိက္ခမာန်တွေ သာမဏေမတွေ အားလုံးဝိုင်းပြီး သာဓုခေါ်ကြ, ကောင်းချီးပေးကြတယ်။ တရားစစ်တာ အောင်သွားတယ်ပေါ့။ သိမ်းငှက်ကြီး ထိုးသုတ်ဖမ်းဆီးခံရလို့သာ ဗုဒ္ဓရက္ခိတရဲ့တရားစွမ်းအားတက်နေမှန်း

သိခွင့်ရသွားတာပါ။ တရားတက်မှန်းသိရအောင် အဆိုးနဲ့ စမ်းသပ်ပေးလိုက်တာပါ။

"သာဓု သာဓု ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းတော်လိုက်တာကွယ်၊ မင်းဟာ ကိုယ့်ခန္ဓာအခက်အခဲကို တရားနဲ့ ဖြေရှင်းတတ်နေပါပြီကော၊ မင်းဟာ စိတ်အေးစရာ သာသနာနှင့်ကောင်းကောင်းတွေ့နေပြီပဲ၊ လူဖြစ်ရက်သားနဲ့ မင်းလောက်တောင်မှ မသိသေးတဲ့လူတွေ လောကထဲမှာ အများကြီးရှိနေသေးတယ်၊ မင်းလို ဘဝအခက်အခဲကို ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ စွမ်းအားရှိသူတွေ အလွန်နည်းတယ်"

"မင်းဟာ သာသနာနှင့်တွေ့ရလို့ ပညာရှိ

သူတော်ကောင်းတွေနှင့် တွေ့ခွင့်ရလို့ လမ်းညွှန်ချက်ကို ကောင်းကောင်းရတဲ့ကြောင့် တိရစ္ဆာန်ပင်ဖြစ်သော်လဲ စိတ်အေးစရာ စွမ်းအားကို ရနေပြီပဲ"

"ငါဟာ တိရစ္ဆာန်ပဲပဲဆိုပြီး အားမငယ်နဲ့နော်၊ ဒီဘဝမှာ မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်ပေမယ့် ဒီဘဝက ကွယ်လွန်သွားတဲ့အခါ သုဂတိဘဝရောက်ဖို့ သေချာပြီ၊ သုဂတိဘဝမှာ ဆက်အားထုတ်ရင် မဂ်ဖိုလ်ရဖို့ သေချာသွားပြီ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ"လို့ အားပေးစကား ပြောကြတယ်။

"ကဲ--ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! တရားဟာ ဘယ်လောက်စွမ်းတယ်ဆိုတာ မင်းလက်တွေ့သိရပြီပဲ၊ ဒီလောက်စွမ်းတဲ့တရားကို မင်းဆက်

အားထုတ်ရုံပေါ့၊ ခါတိုင်းထက် ပိုကြိုးစားရုံပဲ မဟုတ်လား"ဆိုပြီး ဗုဒ္ဓရက္ခိတကို ခါတိုင်းထက်ပိုပြီး တရားထိုင်ခိုင်း အားထုတ်ခိုင်းကြတယ်။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ တရားစွမ်းမှန်းကိုလဲ လက်တွေ့သိရ, ကြီးကြပ်လမ်းညွှန်သူတွေကလဲ အလွန်ကောင်းကြတော့ ခါတိုင်းထက် ပိုကြိုးစားပါတယ်။ ကြည့်လိုက်တော့ တိရစ္ဆာန်ကလေး၊ အလုပ်လုပ်ရတာက ယောဂီအလုပ်၊ ဒီလိုဆိုတော့ လူတွေအတွက် အားတက်စရာ ပေါ်လာတယ်ပေါ့။

"ဟယ် ငါတိရစ္ဆာန်မှ မဟုတ်ပဲ၊ ငါ ကြက်တူရွေးငှက်မှ မဟုတ်ပဲ၊ ငါဟာ လူစစ်စစ်

တစ်ယောက်ပဲ၊ ငါလဲ ငါ့အတိုင်းအတာနှင့်ငါ အားထုတ်ရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့"လို့ ချက်ချင်း အားမထုတ်ပဲ မနေနိုင်လောက်အောင် အားတက်စရာ ပေါ်လာရမှာပါ။ သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့ရင် တိရစ္ဆာန်တောင် စိတ်အေးရပါတယ်။

❊❊❊

၈။ လိမ္မာယဉ်ကျေး မျောက်ကလေး

- **လမ်းညွှန်ကောင်းများ၊ မရခြားသော်၊ လူသားတို့ပင်၊ စိတ်ရိုင်းဝင်၊ အမြင်မှား၍ မိုက်တတ်သည်။**
- **အသိပညာ၊ ကြင်နာသနား၊ မေတ္တာထားသည့်၊ လမ်းညွှန်ရှိက၊ အသိထုံထိုင်း၊ တောမျောက်ရိုင်းပင်၊**

စိတ်ကောင်းဝင်ကာ၊ ငြိမ်သက်ပါ၊
လိမ္မာယဉ်ကျေးသည်။

ပုထုဇဉ်ဆိုတာ အထိန်းတွန်းအား လမ်းညွှန်ကောင်းကို အမြဲပဲလိုအပ်နေပါတယ်။ လမ်းညွှန်ကောင်းမရပဲ ရှေ့ကိုလဲ မသွားနိုင်ဘူး။ အပေါ်ကိုလဲ မတက်နိုင်ဘူး။ လူတောင်မှ လမ်းညွှန်ကောင်းကိုမရရင် စိတ်ရိုင်းတွေဝင်လို့ အမြင်မှားပြီး မိုက်တတ်သေးတာ၊ တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ ဘာပြောဖို့လိုမှာလဲ။

ပညာလဲရှိ မေတ္တာ ကရုဏာလဲ ပြည့်ဝတဲ့ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ လမ်းညွှန်ကောင်းကိုရရင် တောမျောက်ရိုင်းလို တိရစ္ဆာန်တွေတောင်မှ စိတ်ကောင်းဝင်ပြီး လိမ္မာယဉ်

ကျေးတတ်သေးတာ၊ လူဆိုတော့ ဘာပြောဖို့ လိုမှာလဲ။

လူတွေက သင်ပေးရင် တောထဲက မျောက်ရိုင်းတောင် က,တတ်တယ်ဆိုတာက သဘာဝကိုပြောတာပါ။ တရားနဲ့မြှင့်ပြောရရင် ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေရဲ့ လမ်းညွှန်ကောင်းကိုရရင် သာသနာနှင့်တွေ့ခွင့်ရရင် မျောက်တောင်စိတ်အေးရတယ်လို့ မြှင့်ပြောလို့ရတယ်။

တောရဆောက်တည်နေတဲ့ ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးရှိတယ်။ ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီတဲ့။ မေတ္တာ ကရုဏာတရားအလွန်အားကြီးတယ်။ သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်သိက္ခာ အလွန်

အားကောင်းတယ်။ လူရဲ့ အဓိကအရှိန်အဝါက သိက္ခာ ၃-ပါးပဲ။

ဆရာတော်ကြီးက စောစောပိုင်းမှာ တစ်ပါးတည်းပဲ သီတင်းသုံးတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ ကျောင်းသားနှစ်ယောက် ရောက်လာတယ်။ တစ်ယောက်က အောင်ကောင်း၊ တစ်ယောက်က အောင်မောင်းတဲ့။ ဆရာတော်ကြီးက ကျောင်းသားနှစ်ယောက်ကို ငဆွေနှင့် ငပွေလို့ နာမည်ပြောင်းပေးထားတယ်။

ငဆွေနှင့် ငပွေဆိုတာ လူမဟုတ်ဘူး။ မျောက်နှစ်ကောင်၊ မျောက်နှစ်ကောင်က ဆရာတော်ကြီးထံ ဘယ်လိုရောက်လာသလဲဆိုတော့ ဇာတ်သမားတွေဟာ တောထဲက

မျောက်နှစ်ကောင်ကိုဖမ်းယူပြီး အမျိုးမျိုးအကသင်ပေးကြတယ်ဆိုပဲ။ အောင်ကောင်းနှင့် အောင်မောင်းလို့လဲ အမည်ပေးထားကြသတဲ့။ စည်းကိုက်ဝါးကိုက် က,တတ်အောင် သီချင်းနှင့်အက, အတီးအမှုတ်နှင့်အက ကိုက်ညီအောင် ထပ်တလဲလဲ သင်ပေးကြသတဲ့။ သင်ပေးဖန်များတော့ မျောက်နှစ်ကောင် အကကောင်းကောင်း တတ်လာကြသတဲ့။

အကကောင်းတဲ့ မျောက်နှစ်ကောင်ကို ဇာတ်သမားတွေက သွားလေရာ အမြဲခေါ်သွားကြတယ်။ လူတွေကလဲ မျောက်နှစ်ကောင် က,တာကို သိပ်သဘောကျကြတယ်ဆိုပဲ။ ဘယ်မင်းသမီး ဘယ်မင်းသားတွေ ဘယ်

လောက် အကကောင်းတယ်ပြောပြော အောင်ကောင်းနှင့် အောင်မောင်းမပါရင် ပွဲမစည်တဲ့အဆင့် ရောက်သွားတော့တာ၊ ဒီလောက်ထိ သူတို့က အသုံးဝင်တွင်ကျယ်နေကြတာ။

တော်တော်လေးကြာတော့ မျောက်နှစ်ကောင်က ဘယ်နေရာမဆို သူတို့ပါမှပြီးမှန်း, အရေးပါမှန်းသိလာကြလို့ မာန်တက်လာကြတယ်။ ကျွတ်ဆတ်ဆတ် မာကျောကျောလုပ်ချင်လာကြတယ်။ တိရစ္ဆာန်ပေမယ့် သညာသိတော့ ရှိတာကိုး။

တစ်ခါတစ်ရံ ဇာတ်သမားတွေက တစ်နေရာက တစ်နေရာကို သွားတော့မယ်ဆိုတဲ့အခါ မျောက်နှစ်ကောင်ကို ရှာမတွေ့တော့ဘူး။

လည်နေကြတယ်။ တွေ့ပြန်တော့လဲ ခေါ်မရဘူး။ ကျွတ်ဆတ်ဆတ် မာကျောကျော ပေကပ်ကပ်လုပ်လာတယ်။ နောက်တော့ အရှင်သခင်ကိုအန်တုလာတယ်။ ရန်လုပ်လာတယ်။ တစ်ခါလဲမက နှစ်ခါလဲမက ခဏခဏဖြစ်လာတော့ ဇာတ်သမားတွေ စိတ်ပျက်လာကြတယ်။

"မျောက်နှစ်ကောင်ကို တတ်ကျွမ်းအောင် သင်ထားပြီးသားဆိုတော့ သတ်ပစ်ရမှာလဲ နှမြောဖို့ကောင်းတယ်။ မျောက်နှစ်ကောင်ကလဲ ပြောမရဆိုမရ ဖြစ်နေပြီ။ မနိုင်တော့ဘူး။ ကဲ--ဘယ်လိုလုပ်ကြမလဲ"

မျောက်နှစ်ကောင်အကြောင်း ဆွေးနွေး

တိုင်ပင်ကြတော့ တစ်ချို့က အကြံပေးတယ်။

"ဟိုနားကတောရကျောင်းမှာ ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီဆိုတာရှိတယ်၊ ဆရာတော်ဟာ မေတ္တာ ကရုဏာတရား အားကြီးတယ်၊ သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်သိက္ခာလဲ အားကောင်းတယ်၊ အရပ်ထဲမှာ မိဘတွေဆိုဆုံးမလို့မရတဲ့ သားဆိုးတွေ ဆရာတော်ဆီ ရောက်သွားရင် လိမ္မာတာချည်းပဲ၊ မိဘတွေ လက်မြှောက်အရှုံးပေးရတဲ့ ကလေးဆိုးတွေ အရက်သမား ဘိန်းသမားတွေ ဆရာတော့်ဆီပို့လိုက်ရင် လိမ္မာကြတာချည်းပဲ၊ အဲဒီလောက် ဆရာတော်မှာ အရှိန်အဝါရှိတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒီမျောက်နှစ်ကောင်ကိုလဲ ဆရာတော်ထံပို့လိုက်ကြစို့

လားကွာ"

"ဟာ--ကောင်းသားပဲ"လို့ အများသဘောတူကြလို့အောင်ကောင်း အောင်မောင်းဆိုတဲ့ မျောက်နှစ်ကောင်ကိုခေါ်ပြီး တောရကျောင်း ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီထံသွားကြတယ်။ မျောက်နှစ်ကောင် မကောင်းတော့ ကျောင်းကို ပို့ချင်ကြပြီပေါ့။ တောရကျောင်းကိုရောက်တော့ ဆရာတော်ကို လျှောက်ကြတယ်။

"ဆရာတော်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ လာရတဲ့အကြောင်းက ဟောဒီ မျောက်နှစ်ကောင်ကို ဆရာတော့်ထံ အပ်မလို့ပါဘုရား။ မျောက်နှစ်ကောင်ဟာ စကားမပြောတတ်ပေမယ့် လူပြောတဲ့ လူ့စကားကိုတော့ ကောင်းကောင်း

နားလည်ပါတယ်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့က ဇာတ်သမားတွေဆိုတော့ အကသင်ပေးထားလို့ အကလဲ တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်ပါတယ်ဘုရား၊ စောစောပိုင်းက တပည့်တော်တို့ ပြောဆိုဆုံးမလို့ရပေမယ့် အခုတော့ ဆုံးမလို့မရတော့ဘူးဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ မျောက်နှစ်ကောင်ကို မနိုင်တော့ဘူးဘုရား"

"ဒီမျောက်နှစ်ကောင်ဟာ ဆရာတော့်လက်ထဲရောက်လို့ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာ မေတ္တာ ကရုဏာစွမ်းအားနဲ့ ဆုံးမသွန်သင်ပေးလိုက်မယ်ဆိုရင် လူလောက်တောင် အသုံးဝင်သွားနိုင်ပါတယ်ဘုရား၊ ဒါကြောင့် မျောက်နှစ်ကောင်ကို သနားသော

အားဖြင့် လက်ခံတော်မူပါဘုရား"

"အေး---အေး၊ ထားခဲ့ကြပေါ့ကွာ၊ မကောင်းကျောင်းပို့ဆိုတာ ဒါခေါ်တာပေါ့၊ ထားခဲ့ ထားခဲ့"

မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်ကို ဆရာတော် ထံ အပ်ထားခဲ့ပြီး ဇာတ်သမားတွေ ပြန်သွားကြတယ်။

ဆရာတော်က မျောက်နှစ်ကောင်ကို တရားစကားလေးတွေ အမျိုးမျိုးပြောပြ ဆုံးမသွန်သင်ပေးတယ်။

မျောက်နှစ်ကောင်မှာ အောင်ကောင်းက ပြောလို့ ဆိုလို့ကောင်းတယ်။ အောင်မောင်း ကတော့ ပြောရတာ တယ်မကောင်းချင်လု

ဘူး။ ဆရာတော် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတဲ့အခါ သူတို့ကို ကျောင်းသားလိုပဲ သဘောထားပြီး အနားကိုခေါ်တယ်။ "လာခဲ့ကြဟဲ့--မင်းတို့နှစ်ကောင်၊ ဒီနားမှာ ထိုင်နေကြ၊ ဘယ်မှမသွားကြနဲ့" အောင်ကောင်းက ပြောတဲ့အတိုင်း နားထောင်တာများတယ်။ အောင်မောင်းက တစ်ခါတစ်ရံ ဖောက်ဖောက်ပြီး ထထ, ကတယ်။

အောင်မောင်း ထကတဲ့အခါ ဆရာတော်က ပြောတယ်၊ "ဟဲ့ အောင်မောင်း! လူတွေက ပွဲကြည့်ချင်တော့ လူတွေရှေ့မှာ က,ရတာပေါ့ကွာ၊ သူတို့က ကြည့်ချင်တာကိုးကွ၊ ဘုန်းကြီးက ပွဲကြည့်တာမဟုတ်တော့ မင်းက,နေလဲ အလကားပါကွာ၊ ညောင်းရုံပဲရှိမှာ

ပေါ့၊ က, မနေပါနဲ့ကွာ၊ ထိုင်သာနေစမ်းပါ"

ဆရာတော်က မေတ္တာ ကရုဏာရှင်ဆိုတော့ မငေါက်ပါဘူး။ အကျိုးနဲ့ အကြောင်းနဲ့ ချိုချိုသာသာပဲ ပြောပေးပါတယ်။ ခဏပဲ ပြောလို့ရတယ်။ တော်တော်ကြာတော့ ထဖောက်ပြီး က,ပြန်တာပဲ။ က, ပြန်တော့လဲ ဆရာတော်က စိတ်ရှည်လက်ရှည် ဆုံးမပေးပြန်တယ်။

အောင်ကောင်းက ပြောဆိုရတာ လွယ်တယ်။ "ဟဲ့ အောင်ကောင်း! သရက်သီး ကြွေကျနေတယ်ကွ၊ မင်းတို့ ကောက်ယူပြီး ကပ်ပေးမှ ဘုန်းကြီးက စားလို့ ဖြစ်တာကွ"ဆိုတော့ မျောက်ကလေးအောင်ကောင်းက ကြွေ

ကျတဲ့သရက်သီးကို သွားကောက်ယူ၊ ရေဆေးပြီးမှ လာကပ်တယ်။

အခြေအနေကို အကဲခတ်လိုက်တော့ အောင်ကောင်းက ပြောဆိုဆုံးမလို့ ကောင်းတယ်။ ဆွေမျိုးလိုပဲ အားကိုးရတာဖြစ်လို့ သူ့ကို "ငဆွေ"၊ အောင်မောင်းက ကျွတ်ဆတ်ဆတ်နိုင်ပြီး အလည်အပတ်များလွန်းလို့ "ငပွေ"၊ အဲဒီလို ဆရာတော်က နာမည်ပြောင်းပေးထားတယ်။

***

၄။ အရှင်းကင်းမျောက် အယဉ်ရောက်

သနားကြင်နာ၊ ကိုယ်ချင်းစာ၊
မေတ္တာစွမ်းအားပြည့်။
သိက္ခာပြည့်ဝ၊ နလုံးလှ၊
ဆုံးမလိုက်လျှင် လိုက်နာ၏။
မျောက်ကလေးပင်၊ လိမ္မာယဉ်ကျေး၊
စိတ်ဖြူဖွေး၊ ငြိမ်းအေးရလေ၏။

ဆုံးမသွန်သင် အုပ်ချုပ်သူဟာ ဆုံးမခံရသူကို ဒုတ်ပြ ဒဏ်ပြ အော်ဟစ် ဆူပူငေါက်ငမ်းရုံနဲ့သာဆိုရင် ပင်ပန်းဆင်းရဲတာကလွဲရင် အရာမရောက်တတ်ပါဘူး။ မေတ္တာ ကရုဏာလဲရှိမှ သိက္ခာလဲပြည့်ဝမှ ဆုံးမခံရသူအပေါ် အရှိန်အဝါ သြဇာပြောင်းတတ်ပါတယ်။

ဆရာတော်ဦးမေဓာဝီဟာ သနားကြင်နာ ကိုယ်ချင်းစာတဲ့ ကရုဏာကလဲရှိ၊ မေတ္တာ တရားကလဲ အားကောင်း၊ သီလ သမာဓိ ပညာ သိက္ခာကလဲ ပြည့်ဝတော့ မျောက်နှစ်ကောင်အပေါ် သြဇာပြောင်းနေတယ်။ မပျင်းမရိ ထပ်တလဲလဲ အထုံရနေအောင်လဲ ဆုံးမသွန်သင်ဟောပြောပေးတယ်။ အရှိန်အဝါ

ကောင်းတော့ မျောက်ကလေးတွေ တစ်စတစ်စ နားထောင်လိုက်နာလာကြတယ်။

ဆရာတော်က နေ့တိုင်း တရားစကားတွေ ပြောပြပေးတယ်။ တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ တိရစ္ဆာန်လောက်ပဲသိအောင် ပြောနိုင်မှာပေါ့။ လူလောက်တော့ သိအောင်မပြောနိုင်ဘူးပေါ့။ ဒါပေမယ့် အကြိမ်များတော့ အထုံရလာလို့ နားယဉ်လာကြတယ်။

တစ်စတစ်စ ယဉ်ကျေးလာတဲ့ မျောက်နှစ်ကောင်ကို ဆရာတော်က ကျောင်းသားတွေလိုပဲ ခိုင်းခိုင်းပေးပါတယ်။ "ကဲ သွားကြ၊ ရေထမ်းချေကြဟေ့၊ ဟောဟိုတွင်းထဲမှာ ရေသွားခပ်ကြ"

မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်ဟာ ရေပုံးလေးတစ်ပုံးစီယူပြီး ရေတွင်းထဲက ရေကို တစ်ကောင်တစ်ပုံး ခပ်ယူလာခဲ့ကြတယ်။ အောင်မောင်းလဲ ခိုင်းလို့ တော်တော်ဟန်ကျနေပါတယ်။

အဲဒါနဲ့ နေ့တိုင်း ရေခပ်ခိုင်း, တံမြက်လှည်းခိုင်း, အမှိုက်ကျုံးခိုင်း, ကျောင်းဝေယျာဝစ္စတွေ ခိုင်းပေးနေတယ်။ ဒါတင်မကသေးဘူး။ တစ်စတစ်စ စည်းရုံးလာလိုက်တာ ညနေနေဝင်ခါနီးရောက်တော့ သံချောင်းလေးခေါက်ပြီး ခေါ်လိုက်တယ်။ "ကဲ--မင်းတို့ ဒီသံချောင်းခေါက်သံကြားရင် ကြားတဲ့အချိန်, ကြားတဲ့နေရာက ချက်ချင်း အမြန်ပြေးလာခဲ့နော်"လို့

သင်ပေးထားတယ်။

နေဝင်တော့ သံချောင်းလေးခေါက်လိုက်တယ်။ ကျောင်းသားလေးနှစ်ယောက် ကျောင်းပေါ် ပြေးတက်လာကြတယ်။ “ကဲ-- လာကြ၊ ဒီနားမှာထိုင်ကြ၊ ဟောဟိုမှာ မြင်ရဲ့လား၊ အဲဒါ ဘုရားခေါ်တယ်ကွ၊ ဦးသုံးကြိမ်ချ ရှိခိုး၊ ကုသိုလ်ရတယ်ကွ” ပထမတော့ သညာသိနဲ့ သိရုံ သင်ပေးရတာပေါ့။

နောက်တော့ အသိစိတ်ကလေးတွေ တိုးလာအောင် သေသေချာချာပြောပြပြီး ဘုရားရှိခိုးခိုင်းတယ်။ မျောက်နှစ်ကောင် ဘုရားရှိခိုးတတ်လာတယ်။ အဲဒီလိုနဲ့ ဆရာတော်က စည်းရုံးသွားလိုက်တာ တရားထိုင်ခိုင်းတဲ့

အဆင့်တောင် ရောက်လာတယ်။ ကြည့်လိုက်တော့ မျောက်နှစ်ကောင်၊ အလုပ်လုပ်ရတာက ယောဂီအလုပ်၊ တရားစွမ်းအားပေါ်အောင် ထုတ်ယူရတဲ့ တရားအားထုတ်တဲ့အလုပ်။

“ကဲ မင်းတို့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဟောဒီလို လှုပ်နေတယ်နော်၊ အသိစိတ်စိုက်ထားနော်၊ ဘယ်မှ စိတ်မရောက်စေနဲ့၊ ဟောဒါလေး တစ်ခုတည်းမှာပဲ စိတ်စိုက်ထားနော်” လို့ လက်တွေ့သင်ပေးတယ်။ ကျွတ်ဆတ်ဆတ် မာကျောကျောဖြစ်နေတဲ့ အောင်မောင်းတောင် တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် လိမ္မာယဉ်ကျေးလာတယ်။ နောက်မကြာမီ နှစ်ကောင်လုံး လိမ္မာသွားကြတယ်။

“ဆရာတော်ရဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာ မေတ္တာစွမ်းအားနဲ့သာ ဆုံးမသွန်သင်ပေးလိုက်ရင်တော့ ဒီမျောက်နှစ်ကောင်ဟာ လူလောက်တောင် အသုံးကျမှာဘုရား” လို့ ဇာတ်သမားတွေလျှောက်သွားတဲ့အတိုင်း အခုတော့ လူလောက် အသုံးကျနေကြပါပြီ။

မျောက်နှစ်ကောင်ဟာ နေ့စဉ်အချိန်မှန်မှန်ရေခပ်ရတယ်။ တံမြက်လှည်းရ, အမှိုက်ကျုံးရတယ်။ ဘုန်ကြီးဆွမ်းကပ်ရတယ်။ ဝေယျာဝစ္စလုပ်ရတယ်။ ဘုရားရှိခိုးရတယ်။ တရားထိုင်ရတယ်။ သင်ပြပေးတဲ့ ဆရာတော်ကလဲ တကယ် စွဲစွဲမြဲမြဲဖွဲ့ရှိတာကိုး၊ တကယ်လဲ စိတ်ဝင်စားတာကိုး။

မျောက်နှစ်ကောင် လိမ္မာယဉ်ကျေးလာပြီဆိုတော့ ဆရာတော်ကလဲ အားပေးစကားပြောရတာပေါ့။ “ဟေ့-အောင်ကောင်းတို့ အောင်မောင်းတို့! မင်းတို့ တော်တော်လိမ္မာနေကြပြီပဲကွာ၊ ဆက်ကြိုးစားကွ၊ မင်းတို့ဟာ ဒီပြင်မျောက်တွေနှင့်တော့ တခြားစီဖြစ်သွားပြီ၊ ပုံစံက မျောက်လို့ဆိုရပေမယ့် အသိတရားက လူလိုဖြစ်ကုန်ကြပြီ”

“ငါ တိရစ္ဆာန်ပဲဆိုပြီး အားမငယ်ကြနဲ့နော်၊ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေနှင့် တွေ့ခွင့်ရလို့ သာသနာနှင့်တကယ်ကြုံရပြီဆိုရင် စိတ်အေးရပြီကွ၊ ဒီဘဝကွယ်လွန်လို့ နောက်ဘဝရောက်ရင် သုဂတိဘဝရမှာ သေချာသွားပြီ၊

သုဂတိဘဝမှာ ဆက်အားထုတ်လိုက်ရင် မင်းတို့ မဂ်ဖိုလ်ရဖို့ သေချာပါပြီကွာ” လို့ မကြာမကြာ အားပေးစကား ပြောပေးတယ်၊ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေ လက်ထဲရောက်သွားလို့ သာသနာနှင့်တွေ့ခွင့်ရရင် လူမပြောနဲ့၊ တိရစ္ဆာန်တောင် စိတ်အေးရလို့ အားရှိဖို့ သိပ်ကောင်းပါတယ်။

***

၁၀။ လိမ္မာယဉ်ကျေး ဖားကလေး

- **တရားမနာ၊ ကောင်းမှုမှာ၊ ဝေးကွာတတ်လေသည်။**
- **တရားနာမှ၊ မြတ်ပုညာ၊ တက်ကြွဝမ်းသာ ပြုနိုင်သည်။**
- **တရားမနာ၊ မဂ်ဖိုလ်မှာ၊ ဝေးကွာတတ်လေသည်။**

- **တရားနာခြား၊ မဂ်ဖိုလ်များ၊ စွမ်းအားဖြင့် တက်ရနိုင်သည်။**
- **တရားနာပေး၊ စိတ်ဖြူဖွေး၊ ဖားလေးတောင်မှ စိတ်အေးသည်။**

လောဘ ဒေါသ မောဟ မတရားမှုတွေကို အနိုင်ယူနိုင်မှ ဆင်းရဲအပူတွေကို လွှမ်းမိုးနိုင်မှ တရားလို့ခေါ်တယ်။ အထူးအားဖြင့်တော့ သတိဉာဏ်ဦးစီးတဲ့ လက်တွေ့ကိုယ်ကျင့်တရားပေါ့။ တရားနာတယ်ဆိုတာ ဘဝအသုံးချပုံ နည်းစနစ်ကို လေ့လာသင်ယူတာဖြစ်တယ်။ သိပြီးရင် ကျင့်ရမှာပဲ။

တရားမနာရရင် စိတ်မှာကိလေသာပိတ်ဖုံးပြီး ကောင်းမှုလဲဝေး, မဂ်ဖိုလ်လဲဝေးနေ

တတ်တယ်။ တရားစာဖတ်တာလဲ တရားနာတာပါပဲ။ တရားနာတာနှင့် အတူတူပါပဲ။ နည်းမှန်လမ်းမှန် ညွှန်ပြပေးသူရဲ့တရားကို နာကြားရရင် တိရစ္ဆာန်တောင် စိတ်အေးရတယ်။ လူဆိုတာတော့ ဘာပြောဖို့လိုမှာလဲ။

တစ်ချိန်တုန်းက မြတ်စွာဘုရား စမ္ပာမြို့နားက ရေကန်အနီးမှာ စမ္ပာမြို့သူမြို့သားတွေကို တရားဟောနေတုန်း ဖားလေးတစ်ကောင် ရေကန်ထဲက ခုန်တတ်လာတယ်။ တရားဟောတဲ့အနားရောက်တော့ တရားသံကြားရတယ်။ အကြောင်းအကျိုး အကောင်းအဆိုးကို ခွဲခြားမသိပေမယ့် အေးချမ်းတဲ့ တရားသံကို နားထောင်ကောင်းတာနဲ့ ရှေ့

မသွားပဲရပ်ပြီး ဖားလေး တရားနာနေတယ်။ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အသံတော်က အရှိန်အဝါ သိပ်ကြီးမားတာကိုး။

အဲဒီအချိန်မှာ နွားကျောင်းသားတစ်ယောက်ဟာ လူစုစုဝေးဝေးမြင်တာနဲ့ ရောက်လာတယ်၊ တရားနာဖို့မဟုတ်ဘူး၊ လူစုလူဝေးကိုကြည့်ဖို့လာတာ၊ သံချွန်တပ်ထားတဲ့ ဒုတ်တစ်ချောင်းကိုင်လာတယ်။ သံချွန်တပ်တဲ့ဖက်ကို အောက်ကထားလို့ မြေကြီးပေါ်ဒုတ်ထောက်ပြီး လူတွေကို မော့ကြည့်နေတယ်။ လူဖြစ်တဲ့ နွားကျောင်းသားက တရားမနာဘူး။ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်တဲ့ ဖားက တရားနာနေတယ်။ ပြောင်းပြန်ကြီးပေါ့။

နွားကျောင်းသား ထောက်ထားတဲ့ဒုတ်က တရားနာနေတဲ့ ဖားကျောပေါ်အမှတ်တမဲ့ ထောက်မိသွားတယ်။ သံချွန်ထောက်ခံရတာတောင် ဖားက ကြည်ကြည်လင်လင်နဲ့တရားနာနေတယ်။ ကြာတော့ဘယ်ခံနိုင်မလဲ၊ တရားနာနေတဲ့ဖားလေး သေသွားရှာတယ်။ တရားနာရတဲ့ကျေးဇူးကြောင့် ဖားလေးဟာ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ ဉာဏ်ကြီးတဲ့တိဟိတ်နတ်သား သွားဖြစ်တယ်။ ကောင်းဖို့လို့ ဆိုးပေးတယ်ဆိုရမှာပေါ့။

နတ်ပြည်ရောက်သွားပေမယ့် အောက်ခြေမလွတ်ဘူး။ တရားနာရလို့ ဉာဏ်ပွင့်နေတာဆိုတော့ ဘဝအမြင်ရှင်းနေတယ်။ "ဘယ်

လောက် ကြီးကျယ်တဲ့ စည်းစိမ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာတစ်ခုမှ ကိုယ်မပိုင်ပုံ, ဘယ်အရာမှ မခိုင်မြဲပုံ, တရားကြောင့်သာ နိမ့်ရာမှမြင့်ရာ ရောက်လာပုံ, တရားလွတ်ရင် အပါယ်ပြန်ရောက်သွားနိုင်ပုံ, တိရိစ္ဆာန်နားနဲ့ နာကြားရတဲ့တရားတောင် ဤမျှလောက် အကျိုးကြီးနေသေးရင် နတ်နားနဲ့ဆက်နာရင် ဒီထက်အဆများစွာ အကျိုးကြီးသွားနိုင်ပုံ" တွေကိုဉာဏ်နဲ့စေ့စေ့စပ်စပ် ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ပြီး တရားလက်ဦးအောင် ချက်ချင်းဘုရားထံသွား နာယူလိုက်တယ်။ ခန္ဓာဉာဏ်စိုက်ပြီး လက်တွေ့ပွားရင်း တရားနာတာဆိုတော့ ဖားနတ်သားသောတာပန်ဖြစ်သွားတယ်။ ဖားနတ်သား

ဆိုတာ ဖားဘဝကရောက်လာတဲ့ နတ်သားကို ပြောတာပါ။

သောတာပန်ဖြစ်တော့ ဘဝအာမခံရသွားပြီ။ တာဝတိံသာနတ်ပြည်ကိုပဲ ပြန်သွားပါတယ်။ သာသနာနှင့် တွေ့ကြုံခွင့်ရရင် ဖားတောင် စိတ်အေးရတယ်ပေါ့။

***

၁၁။ ဘဝဇာတ်ခုံ ပုံစံခုံ

ဇာတ်ညွှန်းသမား၊ ကံတရား၊
ညွှန်ကြားလိုက်သမျှ။
ဘဝဇာတ်ခုံ၊ ပုံစံခုံ၊
ကခုန်လှုပ်ရှားရ။
စိတ်ကခြယ်လှယ်၊ အသွယ်သွယ်၊
ဆက်နွှယ်အစွမ်းပြ။

အမှန်မကြည့်၊ အသိမကွဲ၊
အမြင်လွဲ၊ ငိုပွဲရယ်ပွဲရ။
အကြောင်းသိသူ၊ အမှန်ယူ၊
စင်ဖြူအေးချမ်းရ။
စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊
သူငါအများ၊ ချမ်းသာပွား၊
ထူးခြားမြင့်တက်ရ။

အတိတ်ကံဇာတ်ညွှန်းဆရာက ညွှန်ကြားလိုက်တဲ့အတိုင်း ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ ပုံစံစုံနဲ့ ကခုန် လှုပ်ရှားနေကြရပါတယ်။ သဒ္ဓါ သတိ ဝီရိယ ပညာအားနည်းတဲ့စိတ်က ခြယ်လှယ်ပေးလိုက်ရင် ညှိုးပုပ်တဲ့ကံရုပ်ကို ဆိုးယုတ်တဲ့မမှန်အလုပ်တွေနဲ့ လွှမ်းခြုံပြီး ရုပ်ပျက်ဆင်း

ပျက် သရုပ်ဆောင်ရတတ်ပါတယ်။ ထိန်းမနိုင်သိမ်းမရ ဘီလူးကြမ်း ကြမ်းပြီး စက်ဆုပ်ရွံရှာစရာ ကြောက်လန့်စရာပုံစံနဲ့လဲ ရမ်းကားနေမိတတ်ပါတယ်။ နိမ့်လိုက် မြင့်လိုက် ငိုလိုက်ရယ်လိုက်နဲ့လဲ မတည်မငြိမ် တုန်လှုပ်ချောက်ချားနေတတ်ပါတယ်။

ပညာရှင် မေတ္တာရှင်တို့ရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်ကိုရလို့ သဒ္ဓါ သတိ ဝီရိယ ပညာအားကောင်းလာရင် ခံ့ညားတဲ့ကံရုပ်ကို စွန့်စားတဲ့ဉာဏ်အလုပ်နဲ့အလှဆင်ပြီး ထည်ထည်ဝါဝါ လှလှပပ ကျက်သရေရှိရှိ သရုပ်ဆောင်ရတတ်ပါတယ်။ အထိန်းတွန်းအား လမ်းညွှန်ကောင်းနဲ့ အရာရာအကျိုးရှိအောင် စွမ်းဆောင်ပေးရင်

တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် နေထိုင်တတ်တယ်။

တစ်ခါတုန်းက ရွာတစ်ရွာမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်စုံကြွယ်ဝတဲ့ ဦးပြားနဲ့ဒေါ်ဦးဆိုတဲ့ ရွာရဲ့ မျက်နှာဖုံး ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦး ရှိခဲ့ဖူးတယ်။ ပစ္စည်းပေါတဲ့ဇနီးမောင်နှံမှာ သားလေးတစ်ဦးတည်းသာရှိတယ်။ သားလေးက မျက်လုံးပြူးပြူးနဲ့ အရုပ်ခပ်ဆိုးဆိုး၊ သားလေးရဲ့ရုပ်လုံးလဲပေါ်အောင် အဖေဦးပြားနှင့်အမေဒေါ်ဦး တို့နာမည်နှစ်မျိုးလုံးလဲပါအောင် ပြားနှင့်ဦးကိုပေါင်းစပ်ပြီး "ပြူး"လို့ နာမည်ပေးထားလိုက်တယ်။

အရုပ်ဆိုးပေမယ့် ချစ်စရာသားလေးတစ်ဦးတည်းသာရှိလို့ မိဘနှစ်ပါးက သိပ်အလို

လိုက်လွန်းတော့ ပြေျုးဟာငယ်ငယ်ကတည်းကစ အလွန်ဆိုးတယ်။ အရွယ်ရောက်လို့ ပညာသင်ဖို့ကျောင်းထားတော့ ပညာမသင်ပဲ ခဏခဏ ကျောင်းပြေးတယ်။ ကျောင်းမပြေးတဲ့အခါလဲ ဟိုလူနှင့်ရန်ဖြစ် ဒီလူနှင့်ရန်ဖြစ်။

အိမ်မှာ ပစ္စည်းတွေပေါပေမယ့် ခိုးတာဝှက်တာ ဝါသနာပါတယ်။ ဟိုလူ့ပစ္စည်း ယူလာ, ဒီလူ့ပစ္စည်းခိုးလာနဲ့ အကျင့်စာရိတ္တမကောင်းဘူး။ မိဘက လိုသမျှအကုန်ပေးထားပေမယ့် ခိုးချင်တဲ့ဝါသနာကို မဖျောက်နိုင်တော့ သူများပစ္စည်းခိုးလို့ ခဏခဏအရိုက်အနက်ခံရတယ်။

မိဘကချစ်လွန်းလို့ အလိုလိုက်ထား

တော့ ပညာကိုကောင်းကောင်းမသင်၊ ကျောင်းပြေးလိုက် ရန်ဖြစ်လိုက်ဆိုတော့ အိမ်မှာပဲထားရတော့တယ်။ အိမ်မှာထားတော့လဲ ကောင်းကောင်းမနေ, ငယ်ငယ်လေးနဲ့ အရက်သောက်တတ် ဖဲရိုက်တတ်နေပြီ။ အရပ်ထဲက လူဆိုးမှန်သမျှ အကုန်ပေါင်းတယ်။ အိမ်မှာရှိတဲ့ပစ္စည်းတွေလဲ သားတစ်ယောက်တည်းဖြုန်းတာနဲ့ လုံးပါးပါးလို့ တစ်စတစ်စ မွဲတေလာပြီ။

တစ်နေကုန် အပြင်မှာလည်ပတ်ပြီး အိမ်ပြန်ပြန်လာရင်လဲ မူးမူးရူးရူးနဲ့၊ တစ်ခါတစ်ရံ ရွာထဲက လမ်းပေါ်မှာ မူးလဲနေလို့ မိခင်ဖြစ်သူသွားတွဲခေါ်လာရတယ်။ အမေလုပ်သူက

သားချစ်အတွက် ထမင်းဝိုင်းကျကျနနပြင်ပြီး စားကောင်းသောက်ဖွယ် ဟင်းလျာမျိုးစုံနဲ့ ခူးခပ်ကျွေးပေမယ့် စိတ်တိုင်းမကျရင် ထမင်းပန်းကန်ကို လွှင့်ပစ်တယ်။ ဟင်းတွေအကုန်သွန်ပစ်တယ်။ ပန်းကန်တွေရိုက်ခွဲတယ်။ ထမင်းဝိုင်းကို ခြေနဲ့ကန်ပစ်တယ်။ မိခင်ဒေါ်ဦးတစ်ယောက် သားမိုက်ကြောင့် မျက်ရည်ပေါက်ပေါက်ကျရတယ်။ ဒါမျိုး ခဏခဏကြုံရတယ်။

မကြာမကြာ မအေကို ကြိမ်းလား မောင်းလားလုပ်တယ်။ မအေဖြစ်သူက "မဆဲရင်တော်ပြီ" ဆဲတော့လဲ "မရိုက်ရင်တော်ပြီ" ရိုက်တော့လဲ "မသတ်ရင်တော်ပြီ" လို့ သား

ဆိုးကို ခွင့်လွှတ်ပြီး ချစ်ရှာတယ်။

မိခင်ဖြစ်သူက "အော် . . . ငါဟာ ရေတ်သီးကြိုက်တဲ့လူလို ဖြစ်နေပြီ၊ ရေတ်သီးကြိုက်လွန်းလို့စားတော့ ပါးစပ်အငြိမ်မနေရ၊ တစ်ရှီးရှီး တဟားဟားနဲ့ ဘယ်လောက်စပ်စပ် ကြိုက်တော့စားတာပဲ"

"ဒါမျိုးလိုပဲ သားတစ်ယောက်တည်းဆိုတော့ မချစ်ပဲလဲ မနေနိုင်၊ ချစ်တော့လဲ ချစ်မှန်းသိလို့ သားကဒုက္ခပေးတယ်၊ ဆိုးပေမယ့် အချစ်မလျော့နိုင်၊ ချစ်သလောက် အပူပွားရ၊ တယ်လဲ စိတ်ဆင်းရဲရပါလား" လို့ ညည်းတွားရှာတယ်။

ဖခင်ဖြစ်သူ ဦးပြားမှာ ပင်ကိုယ်ရောဂါ

ခံကလဲရှိ သားဆိုးရဲ့ရမ်းကားမှုကြောင့်လဲ စိတ်တွေ ထိခိုက်ပူလောင်ပြီး ဆင်းရဲနှင့်အပူကို ခံနိုင်စွမ်းမရှိတော့လို့ အရွယ်ကောင်းတုန်းမှာပဲ ကွယ်လွန်သွားရရှာတယ်။

သားအမိနှစ်ယောက်သာ ကျန်တော့ပေမယ့် သားပြေျုးကတော့ ဆိုးမြဲဆိုးလျက်ပဲ။ မိခင်ဒေါ်ဦးမှာ သားဖြုန်းလို့ ပစ္စည်းတွေလဲကုန်ဆုံး, အားကိုးရတဲ့ခင်ပွန်းလဲ ကွယ်လွန်သွားတော့ ကိုယ်စိတ်တွေဆင်းရဲပင်ပန်းပြီး ကျန်းမာရေးပျက်လာလိုက်တာ လူရုပ်တောင် မပေါ်ချင်တော့ဘူး။

မကျန်းမာပေမယ့် သားဆိုးအတွက် ဆင်းဆင်းရဲရဲအလုပ်လုပ်ပြီး ရှာကျွေးနေရတယ်။

နောက်ဆုံးဈေးတောင်းကို ခေါင်းပေါ်ရွက်လို့ ရာသီပေါ်သီးနှံလေးတွေထည့်ပြီး အရပ်ထဲလိုက်ရောင်းနေရတယ်။ ရရာ ကြုံရာ အလုပ်လုပ်ပြီး ရှာနေရတယ်။ ဒါလဲ ရသမျှ ပြေျုးကဖြုန်းတာပဲ။ ဘယ်လိုမှ မတတ်နိုင်တော့ဘူး။ သားဆိုးဆိုတော့ သားရတနာမဟုတ်ပဲ သားရတာနာ ဖြစ်နေတယ်။

ပစ္စည်းပေါများတုန်းကတောင် အခိုးအဝှက်ဝါသနာပါခဲ့တဲ့ပြေျုးဟာ ပစ္စည်းမရှိဆင်းရဲမွဲတေတဲ့ဘဝရောက်တော့ ပိုခိုးတော့တာပေါ့။ တွေ့ရာကြုံရာပစ္စည်း အကုန်ခိုးပဲ။ ခိုးလို့ရသမျှ ပစ္စည်းကိုရောင်းချပြီး ရောင်းလို့ရတဲ့ပိုက်ဆံနဲ့ အရက်သောက် ဖဲရိုက်ပစ်လိုက်

တာပဲ။

တစ်နေ့သောညမှာတော့ ပြေျုးတစ်ယောက် ရွာထဲကလမ်းပေါ်မှာ ထိပ်ပေါက်ခေါင်းကွဲ သွေးရဲရဲနဲ့ မူးလဲနေတယ်။ သတိမရပဲ မေ့မြောနေတယ်။ စက်ဆုပ်ရွံမုန်းစရာ ရွာရဲ့ချဉ်ဖတ်ဖြစ်နေလို့ မလိုမုန်းတီးသူ လူတစ်စုကဝိုင်းရိုက်ပြီး ပစ်ထားခဲ့ကြတာပါ။ လက်တစ်ဖက်လဲ ကျိုးသွားတယ်။ မိဘစိတ်ဆင်းရဲအောင်လုပ်တဲ့ သားဆိုးဆိုတာ ဒီလိုဒုက္ခမျိုးရောက်ရမှာပဲ။ ရိုက်သူတွေကတော့ အသေရိုက်တာနှင့်တူတယ်။ မသေတာပဲ တော်ရသေးတာပေါ့။

မိခင်ဒေါ်ဦး ဒီသတင်းကြားတော့ ငိုပြီး

ရောက်လာ၊ နီးစပ်ရာဆွေမျိုးတွေ အကူအညီနဲ့ အိမ်ကို ထမ်းပိုးသယ်ယူ၊ ရှိစုမဲ့စုလေးတွေ ထုခွဲရောင်းချလို့ ရတာလေးနဲ့ သားကိုဆေးကုပေးတော့ မကြာမီ သက်သာပျောက်ကင်းသွားတယ်။ လက်တစ်ဖက်ကျိုးတာလဲ ကောင်းသွားတယ်။

တစ်နေ့တော့ ကမ်းကုန်အောင်ဆိုးပြီးတဲ့ ပြေျုးဟာ အဖေါ်ကောင်းတာနဲ့ ရွာဦးဘုန်းကြီးကျောင်းကို လိုက်သွားတယ်။ မေတ္တာကရုဏာပြည့်ဝတဲ့ ပညာရှိဆရာတော်ကြီး ဦးတိဿ သီတင်းသုံးနေတယ်။ ပြေျုးရဲ့ငယ်ဆရာပါ။ ရွာဦးကျောင်းဟာ ပြေျုးငယ်ငယ်က ပညာမသင်ပဲ ခဏခဏကျောင်းပြေး

မကြာမကြာ ရန်ဖြစ်, မကြာခဏ ခိုးဝှက်နေခဲ့တဲ့နေရာပါ။

ဆရာတော်ကြီးဟာ ပြေျးရဲ့ဆိုးမှုတွေကို ငယ်စဉ်ကလဲ မြင်ခဲ့ရတယ်။ အရွယ်ရောက်လို့ တစ်ဆိုးတည်း ဆိုးပေနေတဲ့သတင်းကိုလဲ တစ်ဆင့်ကြားသိရပြီးသားပါ။ ပညာရှင် မေတ္တာရှင်ပီပီ ပြေျးရဲ့ဆိုးပြစ်တွေကို ပြီးပြီးသားတွေဖြစ်နေလို့ ခွင့်လွှတ်လိုက်ပါတယ်။ ကမ်းကုန်အောင်ဆိုးမိုက်ပြီးသူဟာ လမ်းကြောင်းပြောင်းပေးသူရှိရင် ကမ်းကုန်အောင်ပြန်ကောင်းတတ်တာကိုလဲ ဆရာတော်ကြီးက မြော်မြင်ပြီးသားပါ။

ဆရာတော်ကြီးက ပြေျးကို သူရောကိုယ်

ပါ ခရေနောင်ပါ စိတ်ချမ်းသာအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ အဖိုးတန်လူဖြစ်ဖို့ လမ်းညွှန်သွန်သင်ပေးပါတယ်။ "ဟဲ့-မောင်ပြေျး၊ လူဆိုတာ -

(၁) ဘာနင့်တွေ့တွေ့ တွေ့သမျှနင့်အဆင်ပြေအောင် တရားအသိနင့်ညှိပြီး တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ရင့်ရင့်ကျက်ကျက် အေးအေးချမ်းချမ်း နေနိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်သေချာမှ နောင်ရေးသေချာမယ်၊ အခု ကောင်းလို့ရတဲ့နေရာကစ ကောင်းလိုက်တာပဲ စိတ်အေးရမယ်။

(၂) ကိုယ့်အင်အားနဲ့ ကိုယ်ရောသူပါ လောကရော သာသနာပါ လှပထည်ဝါအောင် အလှ

ဆင်ပေးနိုင်ရမယ်၊ ကောင်းကျိုးပြုဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူနိုင်ရမယ်၊ နာမည်ကောင်းကျန်ရမယ်၊

(၃) ဘဝကူး စိတ်အေးရမယ်၊ ဒါမှ လူဖြစ်ကျိုးနပ်သူဖြစ်ခွင့်ရမယ်"

"တရားနဲ့ အဖတ်ဆယ်နိုင်မှ အဆိုးကို ဖုံးဖိနိုင်မယ်၊ ပိုက်ဆံမကုန်ပဲ ချက်ချင်းအကျိုးသက်ရောက်စေနိုင်တဲ့ ကုသိုလ်ရအောင်နေနည်းက-

(၁) သရဏဂုံ ၃-ပါးမြဲဖို့

(၂) ၅-ပါးသီလလုံဖို့

(၃) မေတ္တာတရားထားဖို့, ပွားဖို့, ဒီ ၃-ခုကို မလွတ်တမ်းကိုင်ပြီး လက်တွေ့ကျင့်သုံးပါ"

"ကြက်တူရွေးတောင် စကားသင်ပေးရင် တတ်သေးတာ၊ စကားတင်မက တရားတောင် သင်ပေးလို့ရတယ်၊ မင်းက လူပဲ၊ သင်ယူလှေ့လာရင် ဘာမတတ်ပဲ နေရမှာလဲ"

"မျောက်တောင် သင်ပေးရင် လူပြောတဲ့စကားကို နားလည်တယ်၊ စကားတင်မကဘူး၊ တရားသင်ပေးလို့တောင် တတ်တယ်၊ မင်းက လူဆိုတော့ ပိုတတ်ရမှာပေါ့၊ တိရစ္ဆာန်ထက်သာတဲ့ လူ့အရည်အချင်းက ဉာဏ်ပဲ"

"ဖားတောင် တရားနာရလို့ သေတော့ နတ်ပြည်ရောက်, ဉာဏ်ကြီးတဲ့နတ်သားဖြစ်, နတ်သားဘဝနဲ့ တရားဆက်နာလိုက်တာ သောတာပန်ဖြစ်တယ်၊ မင်းက လူပဲ ဘာလို့

မစွမ်းရမှာလဲ၊ အမှားကိုအမှားမှန်းသိလို့ ပြုပြင်တာဟာ ဘယ်တော့မှ နောက်မကျဘူးကွ"

ဆရာတော်ကြီးက လူပြိန်းနားလည်အောင် ချက်ချင်းအလုပ်လုပ်ချင်အောင် ဟောပြပေးတယ်။

ရွာထဲမှာ မောင်ဘယ်သူတို့အနေအထိုင် အလုပ်အကိုင်မတတ်လို့ အစစအရာရာ အောက်ကျဆင်းရဲရပုံ, မောင်ဘယ်သူတို့က အနေအထိုင် အလုပ်အကိုင်ကောင်းလို့ ဘယ်ပုံ ဘယ်နည်း ကြီးပွားတိုးတက်ချမ်းသာနေကြပုံတွေကိုလဲ အနီးကပ်သက်သေအဖြစ် ထုတ်ပြဆုံးမပေးတယ်။ စာထဲပေထဲမှာပါတဲ့ အကြောင်းအရာ ဇာတ်လမ်းဝတ္ထုများကိုလဲ

ထုတ်နှုတ်ပြောပြပေးတယ်။

မေတ္တာပြည့်ဝတဲ့ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ တရားလမ်းညွှန် သွန်သင်ဆုံးမစကားတွေကို ပြေျးသိပ်စိတ်ဝင်စားသွားတယ်။ မှန်ထောင်ကြည့်သလို ကိုယ့်ဟာကိုယ် အသိစိတ်နဲ့ပြန်ကြည့်လိုက်တယ်။

"အင်း…ငါလုပ်နေတာ မဟုတ်တော့ဘူး နော်၊ ငါ့ရဲ့နေထိုင်ပုံကလဲ ဘာတစ်ခုမှ အချိုးမကျတော့ဘူး၊ ဖအေရှိတုန်းကလဲ ငါဆိုးခဲ့ပေခဲ့တယ်၊ ငါ့ကြောင့်ပဲ ငါ့ဖအေ စိတ်ထိခိုက်ပြီး အသက်တိုခဲ့ရတာ၊ မအေတစ်ယောက်တည်းကျန်တော့လဲ ငါဆိုးတုန်း မိုက်တုန်း ဒုက္ခပေးတုန်းပဲ၊ မအေဟာ ကျန်းမာရေး

ကောင်းတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ မအေမှဆိုးမကြီးဟာ ပစ္စည်းကမဲ့, ကျန်းမာရေးကနည်း, စိတ်က ဆင်းရဲတဲ့ကြားထဲကပဲ ငါ့အတွက် မဖြစ်မနေ ခက်ခက်ခဲခဲ ဆင်းဆင်းရဲရဲ ပင်ပင်ပန်းပန်းနဲ့ ရအောင်ရှာပေးနေရတယ်၊ ရသမျှလဲ ငါအကုန်ဖြုန်းပစ်တာပဲ၊ စောစောက ငါတို့အိမ်မှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ အလွန်ပြည့်စုံကြွယ်ဝပေါ်များခဲ့တယ်၊ ငါ ဆိုးပေပြီး ဖြုန်းပစ်တာနဲ့ပဲ တစ်အိမ်လုံး မွဲပြာကျသွားရတာ၊ ဟဲ့-ပြေျး ဒီလောက် အသိခေါင်းပါးမိုက်ကန်းရင် လူမဟုတ်တော့ဘူး၊ အိမ်မှာမွေးထားတဲ့ ခွေးလောက် ကြောင်လောက်တောင် တန်ဘိုးမရှိတော့ဘူး၊ ငါ့သူငယ်ချင်း မောင်ခင်, မောင်ချစ်

တို့ကို ကြည့်စမ်း၊ မိဘစကားနားထောင်လိုက်ကြတာ နေပုံထိုင်ပုံ အချိုးကျလို့ လိမ္မာလို့ သူတို့မိဘတွေ စိတ်ချမ်းသာလိုက်ကြရတာတွေ၊ တယ်တော် တယ်ကောင်း၊ အော်…ငါကတော့ တယ်ဆိုး တယ်မိုက်ပါလား၊ အချိုးမပြောင်းရင်တော့ အပါယ်ငရဲသွားဖို့ပဲ ရှိတော့တယ်၊ အမြန်ပြင်လိုက်မှပဲ ဖြစ်တော့မယ်၊ ဆရာတော်ကြီးက အမှားကိုပြုပြင်တာဟာ နောက်ကျတယ်မရှိဘူးတဲ့"

ပြေျးတစ်ယောက် တရားသွားနာလိုက်တာ ကိုယ့်တရားခံ ကိုယ်ရှာတတ်သွားတယ်။ သဒ္ဓါတရားတံခါး ဟင်းလင်းပွင့်သွားတယ်ပေါ့။ အဲဒီအချိန်ကစ မောင်ပြေျးစိတ်ထဲမှာ မိခင်ကြီး

ကို သနားကြင်နာတဲ့ ကရုဏာစိတ်, ချစ်ခင်မြတ်နိုးတဲ့ မေတ္တာစိတ်တွေပေါ်လာပြီး အချိုးပြောင်းလဲပြုပြင်ဖို့လဲ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

❊❊❊

၁၂။ အမှားပြင်က နောက်မကျ

- **မောဟတရား၊ မကင်းငြား၊ မိုက်မှားတတ်လေပါ။**
- **အမှားပြင်က၊ နောက်မကျ၊ သိကပြင်လိုက်ပါ။**
- **အမှားကိုပြင်၊ အမှန်မြင်၊ ကြည်လင်စိတ်အေးပါ။**

ပုထုဇဉ်ဆိုတာ မောဟမကင်းသေးတော့ ဆင်ခြင်မှုကင်းသလောက် မှားတတ် မိုက်တတ်တာပဲ။ ဒိဋ္ဌိမပါတဲ့ မောဟအမှားက လွဲမှားတဲ့၊ ဒိဋ္ဌိပါလာရင်တော့ စွဲမှားတဲ့၊ စွဲမှားကိုပြင်လို့မရပေမယ့် လွဲမှားကိုတော့ ပြင်လို့ရပါတယ်။ မှားမှန်းသိတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းပြင်လိုက်ပါ။ အမှားကိုအမှန်ပြင်တာဟာ ဘယ်တော့မှ နောက်ကျတယ်မရှိပါဘူး။ မှားမှန်းသိတာနဲ့ ပြင်တတ်ရမယ်။ ပညာရှိတွေပြင်ပေးတာကိုလဲ မြတ်မြတ်နိုးနိုးခံယူတတ်ရမယ်။

ပြေးဟာ အရက်ဝိုင်းကခေါ်တော့လဲ မသွားတော့ဘူး။ "အကျိုးမရှိတဲ့ အရှုးအလုပ်

တွေ၊ မူးရူးတော့ ကိုယ့်ကြောင့် သူလဲ စိတ်ဆင်းရဲရ၊ ကိုယ်လဲ အောက်ကျ နောက်ကျဖြစ်၊ ဘာမှ ကောင်းကျိုးမရှိ၊ တော်ပြီ၊ မသွားတော့ဘူး" တဲ့။ ဖဲဝိုင်းနားလဲ မသွားတော့ဘူး။ "ငါ ဖဲရိုက်လို့ ဘယ်လောက်ချမ်းသာဘူးလို့လဲ၊ နောက်ဆုံးမွဲတာပဲ။ သူများတွေလဲ အထင်သေးခံရတယ်။ အလကားအလုပ် ငါမလုပ်တော့ဘူး" တဲ့။ ချင့်ချိန်တတ်တဲ့ဉာဏ်တွေပေါ်လာတယ်။

သဒ္ဓါ သတိ ဝီရိယ ပညာတွေ ဖြစ်ပေါ်တိုးတက်လာတော့ စင်ကြယ်မြင့်မြတ်တဲ့ လူ့စိတ်ဓါတ်တွေ ပေါ်လာတယ်။ သရဏဂုံ သီလလဲ မြဲလာတယ်။ မေတ္တာလဲ ပွားတတ်လာ

တယ်။ စီးပွားရှာတဲ့အလုပ်ကိုလဲ ဉာဏ်ယှဉ်ပြီးလုပ်တတ်လာတယ်။ ရွာဦးကျောင်းဘုန်းကြီးထံလဲ မကြာမကြာသွားလို့ တရားနာယူတယ်။

အိမ်ပြန်ရောက်ပြီဆိုရင် မီးဖိုချောင်ဝင်ပြီး "အမေ အသာနေတော့၊ အသက်ကြီးပြီ၊ အေးအေးချမ်းချမ်းပဲနေတော့၊ သားပဲလုပ်တော့မယ်" ပါးစပ်ကလဲပြော ကိုယ်တိုင်လဲချက်ပြုတ်လို့ မိခင်ကြီးကို ကျွေးမွေးတယ်။ စောင့်ရှောက်တယ်။ ညအိမ်ရာဝင်တဲ့အခါမှာလဲ မိခင်ကြီးကို ခြေဆုပ်လက်နယ် နင်းနှိပ်ပြုစုတယ်။ နေ့တိုင်းပဲ မိခင်ကြီးကုသိုလ်ပြုနိုင်အောင် တရားဘာဝနာ အားထုတ်နိုင်အောင်ကူညီပေးတယ်။

မိခင်ဒေါ်ဦးတစ်ယောက် ဝမ်းသာလိုက်ရတာ။ နောက်ထပ်သားလိမ္မာတစ်ယောက်မွေးဖွားလာတယ်လို့တောင် ထင်မိသွားတယ်။ "ငါ-- အခုမှ သားရတနာရတာ၊ ရတနာမဟုတ်တော့ဘူး၊ ငါ့သားလေး ရတနာဖြစ်နေချိန်မှာ ကိုပြားတစ်ယောက် မြင်စမ်းစေချင်တယ်၊ သူ့အဖေ အသေစောလိုက်လေခြင်း" ဆိုပြီး မျက်ရည်တောင်ကျရတယ်။

ပြေးဟာ ရပ်ရွာကောင်းကျိုးပြုအလုပ်တွေကိုလဲ ဘယ်သူအသိအမှတ်ပြုပြု မပြုပြုစိတ်ပါလက်ပါလုပ်ပေးတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကလဲ ပြေးအပေါ် သဘောထားအမြင်တွေပြောင်းလာကြတယ်။ ရိုက်ပုတ်စရာ လူယုတ်

လို့ မမြင်ကြတော့ပဲ ချစ်စရာလူကောင်းလို့မြင်လာကြတယ်။

"ဟယ်. . .လူမိုက် ပြေးတစ်ယောက်ဘယ်လိုဖြစ်သွားတာပါလိမ့်၊ မသေသေးပဲ ဘဝပြောင်းသွားလိုက်တာ" ဆိုပြီး သိပ်အံ့သြနေကြတယ်။ ချစ်ခင်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားလာကြတယ်။ "ပြေးရယ်. . . မင်းဟာ ဒို့ရွာထဲမှာ အဖိုးတန်လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပါပြီကော" လို့ ချီးမွမ်းစကား ပြောကြားကြတယ်။

မိခင်ကြီးက သားလိမ္မာပြေးကို အိမ်ထောင်ချပေးဖို့ နားချလာတယ်။ ပြေးကလက်မခံဘူး၊ ငြင်းတယ်။ "ဟာ. . .အမေမဖြစ်ပါဘူး၊ အမေနှင့်ကျွန်တော် မခွဲနိုင်ပါဘူး၊

ကျွန်တော့်မေတ္တာကို အမေတစ်ဦးတည်းအတွက်ပဲ အပြည့်အဝပေးချင်ပါတယ်။ အမေမရှိတဲ့နောက် ကျွန်တော်ရဟန်းပဲပြုပါရစေ" လို့ တောင်းပန်တယ်။ ဘယ်လိုမှ အိမ်ထောင်ချပေးလို့ မရဘူး။

ပြေးတစ်ယောက် မိခင်ကြီးကို ပြုစုလုပ်ကျွေးရင်း စီးပွားရေးအလုပ်လုပ်တယ်။ စီးပွားရေးတွေ အလွန်အောင်မြင်လို့ ပြန်လည်ကြွယ်ဝလာတယ်။ သားအမိနှစ်ယောက်အရင်လိုပဲ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ကျက်သရေရှိရှိနေနိုင်လာတယ်။ ကြီးပွားတိုးတက်လာတော့ပြေး အောက်ခြေမလွတ်ဘူး။ "ငါ လိမ္မာတာဟာ ဘုရားရှင်ရဲ့သာသနာကြောင့်ပဲ" ဆိုပြီး

သာသနာရဲ့ကျေးဇူးကိုသိလို့ သာသနာတော်ကို အားပေးချီးမြှောက်တယ်။ ပကာသနမဖက် ဒါနစစ်စစ်ဖြစ်အောင် လုပ်တတ်တယ်။

ပစ္စည်းနှင့်ခန္ဓာကို မှန်မှန်ကန်ကန် အဖိုးတန်အောင် အသုံးချတတ်နေပြီ။ သရဏဂုံ သီလ မေတ္တာကြောင့် အရာရာမှာအောင်မြင်သူဖြစ်နေပြီ။ အောင်မြင်လေ ကုသိုလ်တိုးလုပ်လေ, ကုသိုလ်တိုးလုပ်လေ အောင်မြင်လေပဲ။

ဘယ်နေရာကြည့်ကြည့် “ဦးပြားကိုရည်စူး၍ ဒေါ်ဦးနှင့်သား-မောင်ပြုံး ကောင်းမှု” ဆိုတဲ့ အလှူရှင်ဆိုင်းဘုတ်တွေချည်း တွေ့နေရတယ်။ လမ်းဘေးရေအိုးစင်မှာလဲ ဒီဆိုင်း

ဘုတ်၊ ခရီးသည်တွေနားဖို့ လမ်းဘေးမှာဆောက်ထားတဲ့ ဇရပ်မှာလဲ သူတို့နာမည်၊ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာလဲ သူတို့ကောင်းမှုပဲ။ ရွာဦးကစေတီမှာလဲ သူတို့နာမည်မလွတ်ဘူး။

ကုသိုလ်လုပ်တိုင်း အသိဉာဏ်ဦးစီးတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို ရည်မှန်းချက်ထား လုပ်တယ်။ “ဝါဟာ ဤကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို အမြန်ဆုံးရပါရစေ၊ စောစောတုန်းကလို အမိုက် အရူးအမူးတော့ ဘယ်တော့မှ မဖြစ်ပါရစေနဲ့၊ ကိုယ့်ကိုရော သူ့ကိုပါ အလင်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းပဲ ဖြစ်ပါရစေတော့၊ စိတ်ချမ်းသာကြောင်း တိုးတက်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေ

နှင့်ချည်းသာ တွေ့ပါရစေတော့”လို့ ဆုတောင်းတယ်။

ဘုရားဒကာ - ကျောင်းဒကာ - သာသနာ့ဒကာ မောင်ပြုံးဟာ မိခင်ကြီးကွယ်လွန်သွားပြီးနောက် ရှိသမျှစည်းစိမ်ဥစ္စာအားလုံးကို သာသနာအတွက် အကုန်စွန့်ကြဲလှူဒါန်းလိုက်ပြီး ဆရာတော်ကြီးဦးတိသထံမှာ ရဟန်းပြုလိုက်တယ်။ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ လမ်းညွှန်မှုအောက်မှာနေရတော့ စာပေလဲတော်တော်ကျွမ်းတယ်၊ အကျင့်သိက္ခာ ပြည့်ဝလို့ အနေအထိုင်လဲကောင်းတယ်။

ဦးပဥ္ဇင်းငပြုံးဟာ ပြုပြင်ခွင့်ရတဲ့ ဘဝကောင်းတစ်ခုရခိုက် အမှန်ဆုံးနှင့်အမြန်ဆုံး

ဖြစ်အောင် အစွမ်းကုန်ပြုပြင်ကြိုးစားနေတယ်။ တရားဟောတရားပြလဲ အလွန်ကောင်းတယ်။ ဆရာသမားပေးထားတဲ့ ဘွဲ့နာမည်မတွင်ပဲ ငယ်နာမည်သာ တွင်နေတယ်။ “ဦးပဥ္ဇင်းမောင်ပြုံး တရားဟောသိပ်ကောင်းတယ်” လို့ ကျော်ကြားလာတယ်။ “ဦးပဥ္ဇင်းပြုံးက ဘုန်းကြီးပြုံး, ဘုန်းကြီးပြုံးက ဆရာတော်ပြုံး” လို့သာ တွင်သွားတော့တယ်။

ဒီ “ပြုံး”ဆိုတဲ့နာမည်ကိုပဲ သူကဂုဏ်ယူတယ်။ ငယ်စဉ် အမိုက်အရူးအမူးဘဝက ရစရာမရှိအောင် စက်ဆုပ်ရွံရှာစရာကောင်းလောက်အောင် ပျက်ခဲ့ရတဲ့ “ငပြုံး” နာမည်ပျက်ကို နာမည်မပြောင်းပဲ “ဦးပဥ္ဇင်းပြုံး, ဘုန်း

ကြီးပြုံး, ဆရာတော်ပြုံး” လို့ တရားနဲ့အရောင်ပြောင်းထားတဲ့ နာမည်ဖြစ်နေလို့ပါ။ အမိုက်ဘဝက ပျက်ခဲ့ရတဲ့ “ငပြုံး”ဆိုတဲ့ အမည်းရောင်ကို အလိမ္မာရဟန်းဘဝမှာ တရားရောင်တောက်ပြောင်ပြီး တက်လာတဲ့ “ဦးပဥ္ဇင်းပြုံး” ဆိုတဲ့ အဖြူရောင်နဲ့ ဖုံးအုပ်ပေးလိုက်တယ်ပေါ့။ နာမည်မပြောင်းပဲ အဟောင်းကိုဆေးရောင်ပြောင်း သုတ်လိုက်တာပါ။

အရွယ်တော်တော်ရလာတော့ ဆရာတော့်ထံခွင့်ပန်ပြီး တောထဲတစ်ပါးတည်း သွားနေတယ်။ ဘာကိုမှ မငဲ့ကွက်တော့ပဲ တောထဲမှာ တရားတစ်ခုတည်းသာ သဲသဲမဲမဲ စွဲစွဲမြဲမြဲ အားထုတ်နေပါတော့တယ်။ အချိန်

အားလုံး မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရရေးအတွက်သာ အသုံးချနေတယ်။ ခန္ဓာမှာ သတိဉာဏ်အမြဲချ ရှုမှတ်အားထုတ်နေပါတယ်။ တရားကလွဲရင် ဘာကိုမှ သူမလိုချင်တော့ဘူးတဲ့။ ဒီလိုဆို တကယ်စိတ်အေးရပြီပေါ့။

❊❊❊

၁၃။ ချိန်သီးလက်တံ စွမ်းအားမှန်

- **သတိပညာ၊ ချိန်သီးမှာ၊**
  ကောင်းစွာတပ်ထားမှ။
- **လုံ့လသဒ္ဓါ၊ လက်တံမှာ၊**
  မှန်စွာလည်ပတ်ကြ။
- **လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊**
  စိတ်ထားကောင်းမှ ရနိုင်ကြ။

- **စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာ၊**
  ကောင်းစွာတွေ့ဆုံရ။

သာသနာ့ကျင့်စဉ်အချုပ်က ချိန်သီးနှင့်လက်တံပဲ။ အာရုံနှင့်စိတ်ကို ကိလေသာကြားမညှပ်ရအောင် ကပ်ပေးပြီး အသိချင်းစပ်ပေးတဲ့ သတိရယ်, အာရုံအရှိကို ကွဲကွဲပြားပြား ခွဲခြားသိတဲ့ပညာရယ်, ဒီနှစ်ပါးက စိတ်ရဲ့ချိန်သီးပါ။ အကောင်းမှန်သမျှကို စိတ်ချလက်ချ ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံပေးတဲ့သဒ္ဓါရယ်, အတွင်းမှာ အားကိုးစရာစွမ်းအားပေါ်လာအောင် ရဲရဲရင့်ရင့် ဖေါ်ထုတ်ပေးတဲ့ဝီရိယရယ် ဒီနှစ်ပါးကတော့ စိတ်ရဲ့လက်တံပါ။

ချိန်သီးပြုတ်ရင် လက်တံပြုတ်တယ်။

ချိန်သီးရပ်ရင် လက်တံရပ်တယ်။ ချိန်သီး စောင်းတော့ လက်တံစောင်းတယ်။ ချိန်သီး သွားနေမှ လက်တံမှန်မှန်လည်ပတ်မယ်။ ဒါမှ စိတ်အေးစရာ သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့ ရမယ်။

ချိန်သီးပြုတ်နေ ရပ်နေရင် လက်တံပြုတ် တယ်၊ ရပ်တယ်။ လက်တံ ၂-ချောင်းမှာ သဒ္ဓါ လက်တံ ပြုတ်သွားရပ်သွားတယ်။ ဝီရိယ လက်တံလည်ပတ်နေပေမယ့် အပူငြိမ်းအေး ချမ်းသာတဲ့ဖက် ရှေ့တည့်တည့်ကို မလည် ပတ်တော့ပဲ အပူတိုးလို့ ချမ်းသာညှိုးတဲ့ နောက်ဖက်ကို ပြောင်းပြန်လည်သွားတယ်။ နောက်ပြန် လည်နေတယ်ပေါ့။ အို နာ သေ

ဒုက္ခအပူဖက် ပြန်လည်နေတယ်။

သတိပညာ ချိန်သီးတပ်လို့ သွားနေမှ သဒ္ဓါ ဝီရိယလက်တံဟာ အပူငြိမ်းအေး ချမ်း သာတဲ့ဖက် ရှေ့တည့်တည့်ကို ဖြောင့်ဖြောင့် လည်ပတ်ပေးပါတယ်။ သဒ္ဓါကြောင့် စိတ်တွေ လဲ သန့်ရှင်းကောင်းမွန်သွားတယ်။ စိတ် ကောင်းဟာ ကောင်းမှုအားလုံးနှင့် ထိုက်တန် တာဖြစ်လို့ ကောင်းမှုအားလုံးကို နိုင်နိုင် နင်းနင်း ရဲရဲရင့်ရင့် လက်ခံနိုင်တယ်။ လက်ခံ နိုင်ရင် တားမရတော့ဘူး။ ကေန် ကောင်းတာ လုပ်တော့မှာပါ။ ဘာပဲလုပ်လုပ် ချိန်သီးတပ် ရင် လက်တံလည်ပတ်ပြီး အကောင်းချည်း ရနေလို့ ကေန်စိတ်အေးရမယ်။ ထမင်းစား

တော့ ထမင်းစားယောဂီ, လမ်းသွားတော့ လမ်းသွားယောဂီ, မအားအောင် အလုပ်လုပ် တော့ အလုပ်ယောဂီဖြစ်သွားပြီ။ စွမ်းအားတွေ ချည်းရမှာပါ။ အချုပ်က သတိပဲ။

အားလုံးငြိမ်းချမ်းကြပါစေ

တိပိဋကယောဆရာတော်
မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
(၁၃၆၉-ခု၊ ပထမဝါဆိုလ။ ၂၀၀၇-ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ)