

အမရပူရမြို့၊

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်

အရှင်နေကာဘိဝံသ

၅၁

ဦ. ချမ်းသာ



၁၃၆၂-ခုနှစ်

ကဆုန်လ

နယူးဘားဟားဒေသ(ပြ)ဆက်ပိဋကပွဲပိတ္ထကိုက်

အမရပူရမြို့၊

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာမျခွင့်ပြုချက်
အမှတ် (၂၅၀/၂၀၀၀)(၅)

စာအုပ်စာတမ်း စာနှယ်ဇင်းမျက်နှာဖုံး
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၂၁၉/၂၀၀၀)(၅)

မျက်နှာဖုံးရိုက် - နယူးဘားမားပိဋကပုံနှိပ်တိုက်

အုပ်ရေ - ၅၀၀၀

အကြိမ် - တတိယအကြိမ်

ခုနှစ် - ၂၀၀၀-ခုနှစ်, မေလ

တန်ဖိုး - ()

ထုတ်ဝေသူ - ဦးမောင်မောင်၊ မဟာဂန္ဓာရုံစာပေ၊
(မြ-၀၃၂၇၁)၊ပိန်းတန်းရပ်၊အမရပူရမြို့။

ပုံနှိပ်သူ - ဦးမောင်မောင်၊ (၀၁၈၂၄)
နယူးဘားမားအော့ဖ်ဆက်ပိဋကပုံနှိပ်တိုက်
မဟာဂန္ဓာရုံ ဒရပ်ဝင်း၊ အမရပူရမြို့။

ခေါင်းစဉ်-မာတိကာ

အကြောင်းအရာ		စာမျက်နှာ
ကျမ်းပီးအမှာစကား	...	၈၀
အချိန်ဒါန်း	...	၉၁

၁။ ဆင်းရဲနှင့်ချမ်းသာ ပြခန်း

ကိုယ်ဆင်းရဲ	...	၁
စိတ်ဆင်းရဲ	...	၂
ကိုယ်ချမ်းသာ	...	၃
စိတ်ချမ်းသာ	...	၄
စိတ်ဆင်းရဲ ကြောက်ဖွယ်	...	၅
စိတ်ချမ်းသာလိုလား	...	၆
မကျန်းမာလျှင် မချမ်းသာနိုင်	...	၇
ကိုယ်ချမ်းသာကို ကိုယ်ကျန်းမာက အားပေး	...	၈
ကံကြောင့် ကျွန်းမာ	...	၉
စိတ်ကြောင့် ကျွန်းမာ	...	၁၀
ဥတုကြောင့် ကိုယ်ပရ်များ ပြောင်း	...	၁၁
ဥတုကြောင့် ကိုယ်တွင်းရုပ်များ ပြောင်း	...	၁၂
အာဟာရကြောင့် မကောင်းရပ် ဖြစ်	...	၁၄
အာဟာရကြောင့် ကောင်းရပ်များ ဖြစ်	...	၁၅
ချမ်းသာမူး စိတ်ပင်ပြု	...	၁၆

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၂။ စကြဝ္မာနှင့်သတ္တဝါအန္တိပြခန်း

အသိဉာဏ်ကြီးမှ သဘောထားကြီး	၁၈
စကြဝ္မာအန္တိ	၁၈
လောဟိတသုရသေ့	၁၉
သတ္တဝါအန္တိ	၂၀
မျက်မြင် မျက်ကွယ် သတ္တဝါ(၂)မျိုး	၂၁
အရှင်မောဂ္ဂလာန်၏တန်ဖိုး	၂၂
ဘုရားရှင်ပိန့်တော်မူပုံ	၂၃
သတ္တဝါအန္တိ၏သဘောတူ အချက်	၂၄
တပ်မက်ခြင်း၏အကြောင်းရင်း	၂၅
အပိုဇာတယှာ အရင်းခဲ့	၂၆
တယှာဆန်းကြယ်လို သတ္တဝါဆန်းကြယ်	၂၇
ဖိမကွဲမှု တယှာပြီ	၂၈

၃။ ပဋိသန္ဓာမျိုးအစားနှင့်လူပဋိသန္ဓာပြခန်း

ယောနိ(ပဋိသန္ဓာ)လေးမျိုး	၂၀
အလျှောက်-လောမျှောက်	၂၁
သံသေဒေ-ညှပပါတီက	၂၀
ဂတိ(၅)မျိုး	၂၂
ပဋိသန္ဓာ(၄)မျိုးနှင့် ဂတိတဲ့	၂၂
ပဋိသန္ဓာတည်ခြင်း၏ အင်္ဂါများ	၂၃
သန္ဓာတည်စ ရုပ်ခန္ဓာပမာဏ	၂၄

ခေါင်းစဉ်-မာတိကာ

၈

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ရုပ်ကလာပ်(၃)ခု စတည်ခိုန် စိတ် စေတသိက်များ...	၃၆
သန္တေတည်ခိုန် သလွှားထက်သော တရားများ ...	၃၇
ရှေးဝါသနာကြောင့် စာတ်သလွှားမတူ ...	၃၈
ရှေးကံကြောင့် ပဋိသန္တေ ရုပ်-နာမ်ဖြစ်	၄၀
စိတ်ချင်းမတူ၍ ကံချင်းမတူ ...	၄၁
ဘာဝရုပ်၏ သလွှား	၄၂
ကံမတူ၍ ညာ၏မတူ	၄၃
သေခါနီး အာရုံထင်လာ	၄၅
မိဘတို့၏သွေးကြောင့် သန္တေတည်သလော	၄၆
ပါရှားဘုရင်နှင့် မိဖုရား	၄၇
ဗောဓိမင်းသားနှင့် မိဖုရား	၄၀
ရှေးကံ မယုံသူများ စဉ်းစား	၄၁
ဘယ်က လာ၍ ဘယ်မှာ စုနေသလဲ	၄၂
မိဘ၏သွေးက ကျေးဇူးပြု	၄၃
အမိဝမ်း၌ ကြီးရင့်	၄၅
ရုပ်ပုံ အပြောင်းအလဲ	၄၇
စေတ်ဆေးပညာ	၄၈
အမိဝမ်း၌ အမိ၏တာဝန်	၆၀

၄။ ငါးနှစ်အချွဲယ် ချမ်းသာဖွယ်ပြစန်း

ကံကို မူလဟု ဟောတော်မူ	၆၄
ဥစ္စာဘောဂ-ပယောဂ	၆၅

ယ ခေါင်းစဉ်-မှတိကာ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ကာလ-ဒေသ-ပုဂ္ဂလ နှင့်သီန်ပုံ-	၆၆
ကောသလမင်းနှင့်ဘုရားရှင်	၆၇
အန္တာလတို့ ကံ-ဝိရိယ မယုံကြ	၇၁
ဝပတ္ထိဆိုက်လျှင် မကောင်းကျိုးရ	၇၂
သမွှတ္ထိဆိုက်မှ ကောင်းကျိုးရ	၇၃
ဂတိဝပတ္ထိ	၇၃
ဂတိသမွှတ္ထိ၊ ကာလဝပတ္ထိ	၇၅
ကာလသမွှတ္ထိ၊ ဥပမိဝပတ္ထိ	၇၆
ဥပမိသမွှတ္ထိ	၇၇
ပယောဂဝပတ္ထိ	၇၈
မင်းသားတစ်ယောက်	၇၉
ပယောဂသမွှတ္ထိ	၈၉
ကာလောပမိပယောဂါနံ ဂါထာ	၈၅
တရားက တရားကျင့်သူကို စောင့်ရှောက်	၈၉
မိဘများ၏တာဝန်	၉၉
ကျိန်းမာအောင် ပြုပြင်	၉၀
ကြီးထွားအောင် စောင့်ရှောက်	၉၀
ဥပမိကောင်းအောင် ပြင်	၉၁

၅။ ငါးနှစ်မှ ဆယ်နှစ်အထိ အောက်တန်းပညာသင်ချိန်

ဒုက္ခဖြင့် ရင်းနှီးမှ သုခရ	၁၀၅
အချိန်နှောင်းလျှင် အကျိုးနည်း	၁၀၈

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ပညာရှိသားသမီး ဖြစ်ပါစေ	၁၁၁
ပညာမတတ်လျှင် အမြဲဒက္ခပေး	၁၁၁
အမျိုးထိန်းနိုင်မှ သားသမီးကောင်း	၁၁၂
ဂုဏ်ရှိတစ်ယောက်၏ တန်ဖိုး	၁၁၂
ဘယ်အမျိုးမဆို ပညာရှိထွက်ဖို့	၁၁၃
ပညာမရှိလျှင် နှစ်မြေပြိုလိပ်မည်	၁၁၃
ပညာမတတ်လျှင် မမြတ်နိုင်	၁၁၃
စာသင်ကျောင်း	၁၁၄
စာမတတ်သူ ပပေါ်က်ဖို့	၁၁၄
ကျောင်းနေစာ၊ ဝယ် သင်ပြဖွယ်	၁၁၅
အိုးသစ်နှင့်တူသော ကလေးအရွယ်	၁၁၆
အိပ်ရာထံချိန်	၁၁၆
သွားတိုက် လျှောခြစ်	၁၁၈
မျက်နှာသစ်	၁၁၉
မျက်နှာသစ်ပြီး စိတ်ကောင်းထား	၁၂၁
အစာ စားပြီး စာကျက်	၁၂၂
ကျောင်းတွင်းကျင့်ဝတ်	၁၂၃
စာသင်ခြင်း နှေ့စာ စားခြင်း	၁၂၄
အိပ်ပြန်ချိန်	၁၂၅

မာတိကာပြီးပြီး

— ၁၇၁ — ၁၇၂ — ၁၇၃ —

ပြောချမှတ်းသော

ကျမ်းမြို့အမှာစကား

ထူးခြားသော လူသွေးစွဲပန္တလာသော—ဟု လူဘဝကို
ရခဲလှသော ဘဝအဖြစ် ဘုရားရှင်က ဟောတော်
မူခဲ၏၊ ရခဲရုံသာလော၊ ဤမျှ မကသေးပါ၊
ထူးခြားသော ဂုဏ်များရှိနေသော ဘဝလည်း ဖြစ်ပါ၏၊ ရှင်တော်
မြတ်ဘုရားက ဖွူးပြီလူများသည် မြောက်ကျွန်းသူ၊ မြောက်
ကျွန်းသား၊ တာဝတိသာနတ်များကို အကြောင်းသုံးပါးတို့ဖြင့် သာလွန်
လွမ်းပိုးနိုင်ကြောင်း၊ အကြောင်းသုံးပါးမှာ...“ရဲရင့်ခြင်း၊ လွန်ကဲသော
သတိရှိခြင်း၊ ဤဒေသက မင်ဟူသော ပြဟ္မစရိယကျင့်သုံးမှုများ
ရှိခြင်းများ”ဖြစ်ကြောင်း ဟောတော်မူခဲ၏။

နတ်သားဘဝက ချမ်းသာလှသောဘဝဖြစ်ရာ ချမ်းသာဖြင့်
ယစ်မူးမေ့လျော့နေကြသော နတ်များမှာ ဆိုင်မြေသောသတိ မရှိကြ၊
မြောက်ကျွန်းလည်း လူဘုံးတွင် မပူမပင် မကြောင့်မကြ အစစ်
ပြည့်စုကာ ချမ်းသာသော ဒေသတစ်ခုဖြစ်ရာ ထိုချမ်းသာဖြင့်
ကျော်နေကြ၊ မေ့နေကြ၍ ဆိုင်မြေသောသတိ မရှိကြ၊ ငရေဘဝ
ကျပြန်တော့ ဒုက္ခချည်း ခံနေရသောဘဝဖြစ်ရာ ဘယ်မှာ သတိ
ဖြစ်နိုင်ပါအဲနည်း၊ ထိုသို့ ချမ်းသာလှ ဆင်းရဲလှသော ဘဝများ
ဖြစ်၍ပင် ရဲရင့်မှုလည်း မရှိနိုင်ကြ၊ လူဘဝကား ချမ်းသာဆင်းရဲ
ရောဖြေားနေသော ဘဝဖြစ်ရာ မြောက်ကျွန်း၊ တာဝတိသာတို့ထက်
ရဲရင့်က သတိရှိကြ၏၊ ဖွူးပြီပ လူဌာနကား ဘုရား၊ ပစ္စကဗုဏ်းတို့

ပေါ်ထွန်းရာ အဖြစ်ဖြင့်လည်း ယောက်ဌာနတို့ထက် ထူးခြားရ၏
ဤကား မြောက်ကျွန်း လူ့ဘဝတို့ထက် ထူးခြားသော လူ့ဘဝ
ဂုဏ်ရည်ပင် ဖြစ်ပါ၏။

နတ်များက ချီးကျျှုံး နတ်များက လူ့ဘဝကို ချီးကျျှုံးဂုဏ်ပြုပုံ
ဂုဏ်တင်ရသောဘဝ ဗုဒ္ဓရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားတော်မူသော
ပဋိပုဇ္ဇာနိမိတ္ထသုတေသနမှာ လူတိဂုတ်ပါဋီဌာန်တော်၌
လာ၏ ရဟန်းတို့ ... နတ်တစ်ယောက်ယောက် စုတေမည့်
ရှိသောအခါ ပုံးနှံမိတ် (သေတော့မည့် ရှေ့ပြေးနှံမိတ်များ)
ထင်လာကြ၏၊ ပန်းတွေ ညီးလာရ၏၊ ဝတ်စားတန်ဆာတွေ
ည်စွမ်း မျှေးမိန်လာရ၏၊ ချိုင်းကြား ကိုယ်ခန္ဓာမှ ချွေးများ
ယိုတွက်လာကြ၏၊ ကိုယ်အဆင်း ယိုယွင်း ဖောက်ပြန်လာ၏၊
နတ်ပြည့်၌ မပျော်တော့၊ ထိုအခါ နတ်များက သုံးခွန်းသောစကား
တို့ဖြင့် သက်သာရာရ၊ ဝမ်းမြောက်စေကြကုန်၏။

“လူတော့ သော သူကတို့ ဂုဏ်-အိန်တ်သား... ကျိုး
နတ်ပြည့်မှ သူကတိဘဝသို့ သွားပါလေ၊ သူကတို့
ဂုဏ်သူ သုလဒ္ဓလာဘံ လဘံ-သူကတိဘဝရောက်တော့
ကောင်းစွာရအပ်သော လာဘံလာဘကို ရအောင်
ပြုပါလေ့၊ သုလဒ္ဓလာဘံ လဘံတွာ သုပ္ပတိနှိုးတော့
ဘဝါယို-ကောင်းစွာ ရအပ်သော လာဘံလာဘကို
ရပြီးသော် ကောင်းစွာ တည်တဲ့သူ ဖြစ်ပါလေ”။

ဤသို့ စတေခါနီး နတ်အား နတ်အများက ဝမ်းမြောက် စေရေး အားပေးစကား သုံးခွန်းမြှောက်ကြား အားပေးကြကြောင်း ဘုရားရှင်က မိန့်ကြားတော်မူခဲ့၏။

ရဟန်း အမေး ထိအခါ ရဟန်းတစ်ပါးက လျောက်ထား ဘုရား အဖြေ ဖေးမြှော်း၏ “မြတ်စွာဘုရား ... သုဂတ္တာဝ သွားခြင်းဟု နတ်တိုက ချီးကျျှုံးရှုံးတင် ပြောကြားအပ်သည်မှာ ဘယ်လိုဘဝပါနည်း၊ ကောင်းစွာ ရအပ်သော လာသိလာဘဟု ရှုံးပြု ချီးကျျှုံးအပ်သည်မှာ ဘယ်လို လာသိ လာဘပါနည်း၊ ကောင်းစွာ တည်တဲ့သူဟု ရှုံးပြု ချီးကျျှုံး ပြောဆိုအပ်သူမှာ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်ပါနည်း”။

ဘုရားရှင်၏ အဖြေမှာ ဤသို့တည်း။-

“ရဟန်း...နတ်တိုက သုဂတ္တသွားခြင်းဟု ရှုံးပြု ချီးကျျှုံးအပ် သော ဘဝမှာ လူ့ဘဝပင် ဖြစ်၏ လူဖြစ်သည်ရှိသော ငါဘုရား သာသနာ၌ သဒ္ဓိတရားကို ရ၏၊ ဤ ရအပ်သော သဒ္ဓိတရားမှာ နတ်တိုက ကောင်းစွာရအပ်သော လာသိဟု ရှုံးပြုအပ်သော တရားပင် ဖြစ်၏၊ ထိသဒ္ဓိသည် ကောင်းစွာတည်မြဲ အမြစ်စွဲလျော် မည်သည့် နတ်မြေဟု သမဏေမြာဟွာဏေကမျှ ရွှေလျားတိမ်းပါး အောင် မတတ်နိုင်သည်ဖြစ်မှ ထိပုဂ္ဂိုလ်မှာ နတ်များက ကောင်းစွာ တည်တဲ့သူဟု ရှုံးပြုအပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ပင် ဖြစ်တော့သည်”။

လူ.ချမ်းသာ လူ.ဘဝကို နတ်တွေက သုဂ္ဂတိဟု ဂုဏ်တင်၍
လူတိုင်းမရ လိုလိုလားလား အရောက် သွားဖို့ ညွှန်ကြားကြ
 သည်၊ မိမိတို့ လူသားများအဖို့ ဂုဏ်ယူဖွယ်ပင်
 ဖြစ်ပါ၏၊ တို့ အရတော်လှပေစွဟု အားရဖွယ်လည်း ဖြစ်ပါ၏၊
 သို့သော် နတ်တွေက ဂုဏ်တင်ရသော လူ.ဘဝ ရရောကာမူ လူ.ဘဝ
 ချမ်းသာကို လူတိုင်း ခံစားရသည်ကား မဟုတ်၊ အချို့သာ
 ချမ်းသာ၍ အချို့မှာ မချမ်းသာ၊ ဤသို့ ဖြစ်ရသည်မှာ ချမ်းသာ
 အောင် ပြုတတ်၊ မပြုတတ်သော ဘယ်သူမပြု မိမိမူပင်ဟု ဤ
 လူ.ချမ်းသာစာအုပ်က ထောက်ပြခဲ့ပါသည်။

ပယောက လိုသည် နတ်ပြည်မှာ မမူပင် မကြောင့်ကြရ၊ အဆင်သင့်
 အရုံသင့်ရသော သူခတ္ထိဖြင့် တင့်တယ်စွာ
 ခံစား ခံစားနေရသည် ဖြစ်ရာ သူတို့ ချမ်းသာတွေမှာ ကံအကျိုး
 ကြောင့် ရသော ချမ်းသာတွေ ဖြစ်၏၊ သူတို့ကား-နဲ့ ဥစ္စာနဖလူပမီဒီ-
 ရိရိယ အကျိုးမှို့ အသက်မွေးကြသူတို့ မဟုတ်၊ ကမ္မဖလူပမီဒီ -
 ကံကျိုး သက်သက် မို့လျက် အသက်မွေးကြသူတွေ ဖြစ်ပါ၏၊
 ကံတည်းဟူသော မိတ်ဆွေက ချမ်းသာတွေ ဆက်ပေးလျက် ရှိရာ
 ဘာမျှ မပူကြရ၊ မကြောင့်ကြရ၊ အလိုအတိုင်း ပြည့်စုံလျက်သာ
 ရှိ၏၊ လူ.ဘဝကား... ဥစ္စာနဖလူပမီဒီ-လွှဲလိုရိရိယအကျိုး မို့လျက်
 လည်း အသက်မွေးရ၊ ကမ္မဖလူပမီဒီ - ကံအကျိုး မို့လျက်လည်း
 အသက်မွေးရသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်၏၊ တနို့၊ လုပ်လုပ်စားစားခို့သလို
 စီးပွားမဖြစ်သူတို့ကား လွှဲလေအကျိုးမျှ မို့လျက် အသက်မွေးရသော
 ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးပင်၊ အချို့ကမူ လုပ်သလောက် ခံရိုးရောက်လျက်

ကြီးပွားတိုးတက်ကြ၏၊ သူတို့ ကံ-လုံလနှစ်မျိုး၊ အကျိုးမို့လျက် အသက်မွေးနေသူတွေ ဖြစ်၏၊ ထိုကြောင့် လူ့ဘဝချမ်းသာမှာ မကြီးစားဘဲ အရုံသင့် ဖြစ်လာသည် မဟုတ်၊ မိမိ ပယောဂ၊ မိဘ ဆရာသား၊ အစောင့်အရှောက်ကို ခံယူကြရ၏၊ ထိုကြောင့် ဆရာတော်က လူ့ဘဝ၏ အေးချမ်းသာယာစွာ နေရမည့် “လူ့ချမ်းသာ”ကို ထုတ်ဖော်တင်ပြခဲ့ပါပေသည်။

ကရဏာရှင် လူပြည်၌ ချမ်းသာစွာ နေထိုင်ပါလျက် မနေတတ်၍ မချမ်းမသာ ဖြစ်နေရသော လူတွေကို မြင်နေရ သော ဆရာတော်အဖို့ လူ့ဘဝချမ်းသာရေး နည်းပေးလိုသောဆန္ဒ၊ ကရဏာဖြစ်လာသည်မှာ အဆန်းမဟုတ်ပါ၊ ဆရာတော်ကား-တကယ် ကရဏာရှင် ဖြစ်တော်မူပါပေသည်၊ ဤကရဏာက သာသန္တာအကျိုး၊ လောကအကျိုး အမြတ်မီး သယ်ပိုးနိုင်အောင် နှီးဆော်ပေးလျက် ရှိပါပေသည်၊ ထိုသို့ ကရဏာတရား စေားချက် အရပ်င စေတ်ပြင်တရားများ ဟောပြောခဲ့၏၊ တပေါ့ချ သာသန္တာစိုး စွဲစွဲမြှေ့မြှေ့ ထမ်းဆောင်ခဲ့၏၊ တကယ့် ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့၏ ကရဏာ ဆိုသည်မှာလည်း ကိုယ်တွေ၊ လက်ရှိကရဏာရှင်တို့သာ သိနိုင်ပါ၏၊ “ပညာရှိတို့၏ ပင်ပန်းခြင်းကို ပညာရှိမှ သိနိုင်၏၊ သားဖွားမှုဒုက္ခကို အမြှုံးမ-က မသိ”ဟု ပညာရှိတို့ ဆိုကြ၏၊ သား၌ ချစ်မှု၊ သနားမှု ဆိုသည်မှာလည်း အမြှုံးမအရာ မဟုတ်၊ သားဖွားဖွားသော မိခင်၏ အရာသာ၊ ဤသို့ဆိုလျှင် ပညာရှိတို့သာ နားလည်နိုင်သော ပညာရှိစာရာတော်၏ ကရဏာအရ ဤလူ့ချမ်းသာ ဖြစ်လာရခြင်းသည် သဘာဝအတိုင်းသာ ဖြစ်ပါပေ၏။

လူ.ချမ်းသာ ဆိုသည်မှာ အချို့ မင်းစီး သူငြောင်း သူကြောင်း သူလည်း
တို့၏ ပြည့်စုံသော ဘဝချမ်းသာကို
“လူ.ချမ်းသာ”ဟု ထင်ကြ၏ အချို့က ပညာရှိမှု၊ အချို့က
ကျန်းမာမှုဟု မိမိအာမြင်အရ အမျိုးမျိုး ဆိုကြပေလိမ့်မည်၊ လူ.ချမ်းသာ
ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်းမေးလျှင် အမျိုးမျိုးပင် ပြောကြမည်
ဖြစ်၏ အများ ကျော်အောင်၊ ပြည့်စုံ တိကျအောင် ပြောဖို့
မလွယ်လှ၊ ဤကျမ်း၌ ချမ်းသာ ဆင်းရဲအခန်းဖြင့် ပထမ စဖွင့်ခဲ့၏၊
ကျမ်းဂန်အရလည်းကောင်း၊ လောကသဘာဝအရလည်းကောင်း
ပြည့်ပြည့်စုံစုံ အကျိုးသင့် အကြောင်းသင့် တင်ပြထားသည်မှာ
မှတ်သားဖွယ်ချည်းသာ ဖြစ်ပါပေ၏။

စကြေဝ္မာ သတ္တဝါ လူ.ချမ်းသာကို ရေးလိုသော် လူ.ဘဝ အစကို
အနှစ် ရေးဖို့ လိုသေး၏ ထိအစ ပဋိသန္ဓာကို ရေးမည်
ရှိသောအခါ ထိဘဝဖြစ်စို့ အခြေခံအကြောင်း
များ ရှိနေရာ ထိအကြောင်းများလည်း ချိန်မထားသာ၊ ထိုပြင်-
ဘဝဟု ဖြစ်ရှု လူသာမက အခြားသတ္တဝါအနှစ် လည်း ရှိနေကြ
သေး၏၊ သူတို့မှာလည်း ဘဝဖြစ်လာဖို့ရာ အခြေခံအားဖြင့် လူနှင့်
တူသော အကြောင်းများ ရှိခဲ့၏၊ ထိုပြင် သူတို့နေရာ စကြေဝ္မာ
အနှစ် တွေကလည်း ရှိနေသေး၏ ထိုကြောင့် စကြေဝ္မာနှင့် သတ္တဝါ
အနှစ် ဟု အခန်းတစ်ခန်း ဖွင့်ပြခဲ့ပြန်၏၊ ဤအခန်းဖွင့်ရှု အသိဉာဏ်
ပညာ ကြီးမားခြင်းသည် စိတ်နေသဘောထား ကြီးမားကာ ချမ်းသာ
ပြင်းအကြောင်း ဖြစ်၍ ပြရခြင်းဖြစ်ကြောင်း မှာထားခဲ့ပါသည်။

လူဘဝ အစ “လူချမ်းသာ” ရေးခြင်းက ဘဝအစ ပဋိသန္တက
ရေးမှ ပြည့်စုံမည် ဖြစ်၍ ပဋိသန္တကို တစ်ခန်း
ရေးခဲ့၏၊ ထိအနိက် ပြုပြင်ဖွယ် အမျိုးမျိုးနှင့်စပ်၊ သိမှတ်ဖွယ်ရာ၊
အဖြာဖြာတိုကို၊ ဝေဝေဆာဆာ ထုတ်ဖော်၊ အတော်ပြည့်စုံအောင်
ရေးထားပါသည်။ အဖြေခံကိုသော အချို့အချက်အလက်များကိုလည်း
အများကျေနပ်အောင် ရှင်းလင်း တင်ပြထားခဲ့၏။

ဤအခန်းမြှုလည်း ပဋိသန္တနှင့် စပ်၍ အသိအလိမ္မာပညာ
တိုးအောင် အမျိုးမျိုး စိစဉ်တင်ပြထားရာ ကျမ်းဆရာတစ်ဦးအနေဖြင့်
တာဝန်ကျေလှပါသည်။

ဝါနှစ်အရွယ်အထိ ပဋိသန္တမှ ဝါနှစ်အရွယ် ကလေးအတွက်
မိဘတို့ တာဝန်လုံးလုံးလို ဖြစ်နေ၏၊ ထိအခိုန်
ဝယ် ခန္ဓာကိုယ်အတွက်၊ စိတ်အတွက် ပြုပြင်ပေးဖို့ရာ ပြုစု
စောင့်ရောက် သင်ပြနည်းများကို ပြသထားသည်မှာ တကယ် စိတ်
ချမ်းသာမည် ကလေးတစ်ယောက် ဖြစ်မြောက်လာဖို့ရာ လုံလောက်
နေပါသည်။ ဝါနှစ်အရွယ် ချမ်းသာဖွယ်အခန်း၌ ကံ၊ ညာဏ်၊
စီရိယန့် စပ်၍လည်းကောင်း၊ သမ္မတို့-စိပတ္တိနှင့် စပ်၍လည်းကောင်း
သိမှတ်ဖွယ်ရာ အချက်အလက်များစွာကို ဝေဝေဆာဆာ ပြည့်စုံအောင်
တင်ပြထားရာ လူအများ အသိညာဏ်ပညာ တိုးပွားဖို့ရာ အဘယ်မျှ
လိုလားတော်မူသည်ကို သိနိုင်ပါပေသည်။

နောက် အောက်တန်း ပညာသင်ချိန်အတွင်း မိဘ၊ ဆရာ၊ ကလေးတို့၏ အသီးအသီး ပြုရမည့် တာဝန်များကို ပြထားသည့် မှားလည်း ပြောဖွယ်ရာ မရှိ၊ စုစိ သေချာလှပါပေ၏၊ သိမှတ်ဖွယ်ရာ များလည်း မနည်းလှပေ။

ဖြည့်စရာနှုပါသည် ငါးနှစ်မှ ဆယ်နှစ်အထိ အောက်တန်းပညာ သင်ဖွယ်ရာအခန်းမှာ စာများ အဆုံးသတ်သွား ပါသည်၊ ပုံလွန်တော်မူသည်အထိ ဤစာကို ဆက်မရေးဖြစ်ခဲ့၊ သို့သော်လည်း ပြခဲ့ပြီး စာတွေအရ ရှေ့ဘာလုပ်သင့်သည်ကို ဆရာတော် အာဘော်ကျ ပြည့်ပြည့်စုစိ မည့်နှင့်ဖြစ်သော်လည်း မှန်းဆန္ဒင်လောက်ပါ၏၊ ဆရာတော်အလိမ္မာ “လူတစ်ယောက် ချမ်းသာဖို့ ကိုယ်ကျန်းမာရေး စိတ်ထားမွန်မြတ်ရေး၊ အသိအလိမ္မာ ဥက္ကလာ ကြွယ်ဝရေး၊ အကျင့်စာရိတ္ထကောင်းမွန်ရေး၊ တရား လိုက်နာ ကျင့်ကြုံရေးများသည်ပင် လူချမ်းသာ ခံစားရဖို့ အကြောင်းများ”ဟု ဆိုလိုပါလိမ့်မည်၊ အကြောင်းမသင့်၊ အခွင့် မသာ၍ ပြီးဆုံးအောင် မရေးဖြစ်ခဲ့သော်လည်း ဆရာတော်၏ “ကိုယ်ကျင့်အဘိဓမ္မာ၊ ရတနုဂုဏ်ရည်” စသော ကျမ်းစာတိုက ကျိန်နေသော အရှယ်ပိုင်းအတွက် လူချမ်းသာ ခံစားဖို့ရာ ဖြည့်စွက် ညွှန်ကြားပေးနေလိမ့်မည်ဟု မြင်ရပါသည်၊ ထိုကျမ်းတွေပါ ညွှန်ကြားချက် အတော်များများမှာ လူချမ်းသာ ခံစားဖို့ ညွှန်ပြနေ သော အချက်အလက်တွေသာ ဖြစ်ကြောင်း ရေးသားတင်ပြ အမှာစကား ပါးလိုက်ရပါသတည်း ...။

အရှင်ဝါသော်ဘိဝံသ

လူချမ်းသာ

အချိန်ဒါန်း

မြတ်စွာဘုရား၊ မြတ်တရားနှင့်၊ မြတ်သားသံယာ၊
အရိယာဟု၊ ရတနာသုံးလီ၊ ဦးထိပ်စိလျက်၊ လောကီ
လူပေါင်း၊ အများကောင်းဖို့၊ ကျိုးကြောင်းစုလင်၊ ရေးစီရင်
အဲ ...। များဖြင့်လူရွာ၊ လူဖြစ်ပါလည်း၊ လူသာမည့်၊
လူဗာလတို့ ဒုက္ခတွေတွေ၊ ပင်လယ်ဝေသို့၊ ဖြစ်နေကြပုံး၊
စိတ်အာရုံကြောင့်၊ လူဘုံလူလမ်း၊ လူအစွမ်းဖြင့်၊
“လူချမ်းသာ”သာ၊ ဖြစ်စော့ဟု၊ ကရာဏာထန်ပြင်း၊
ဖော်သွင်း၍၊ ဆွောင်းမျိုးပေါင်း၊ သိဖွောက်သား၊
ထုံးဟောင်းသိပ်သည်း၊ ချမ်းသာနည်းကို၊ သီးသီးခွဲခြမ်း၊
ခုပေးကမ်းမည်၊ လက်လှမ်းယူကြစေ ... ဆုံး။

ဘဝ (၉)မျိုး အပြား ဘဝ များစွာ သံသရာဝယ် သတ္တဝါ
နှင့် တစ်ယောက် အဖြစ်ဖြင့် ဖြစ်ခဲ့ရ,

ငဲ့ ပြီဇာ ဒုက္ခ ကျင်လည်ခဲ့ရသော ဘဝအမျိုးမျိုးတွင်
ဤ လူဘဝသည် အဖိုးအတန်ဆုံး

ဖြစ်၏း ရှင်းပြပါနီးမည်၊ -ပဋိသန္ဓု တည်နေသည်မှ စ၍ သေသည့်
တိုင်အောင် ကာလအတွင်း၌ အဖြစ်အပျက် (ခန္ဓာကိုယ်) တစ်ရပ်ကို

“တစ်ဘဝ”ဟု ခေါ်ဆို သတ်မှတ်ရသည်၊ ထိုဘဝသည် ငရဲဘဝ၊ ပြီတ္ထဘဝ၊ တိရှာ့နှုန်ဘဝ၊ လူဘဝ၊ နတ်ပြဟ္မာဘဝအားဖြင့် (ခြ)မျိုးကွဲပြား၏၊ ထို(ခြ)မျိုးသော ဘဝတို့တွင် ငရဲ၊ ပြီတ္ထဘဝတို့ဝယ်များစွာသောအချိန်တို့၌ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေသာ ခံနေကြရ၏၊ ထိုဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစားခွင့်လည်း မရှိကြ၊ တချို့၊ ပြီတ္ထများကား အနည်းငယ် ချမ်းသာခွင့် ရှိပါ၏၊ သို့သော် ထိုချမ်းသာကလေးမျှကိုလည်း ရရှိသူ နည်းပါးလှလေသည်။

တိရှာ့နှုန်ဒုက္ခ

ယခု လူတို့သည် တိရှာ့နှုန်ဘဝ၏ ဒုက္ခကို
တော်တော်များများ တွေမြောက်ကြရ၏၊ နား၊
ကွဲ၊ ဇွေး၊ ကြက်၊ ငှက် စသော တိရှာ့နှုန်တို့သည် ဆင်းရဲစွာ
နေကြရ၏၊ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်လည်း မစားကြရ၊ တချို့ကား
ဝအောင်မျှပင် မစားကြရ၊ အရိုက်အနှက် အပစ်အခတ် အသတ်
အဖြတ်လည်း ခံကြရ၏၊ နိုင်ရာ တိရှာ့နှုန်များ၏ အညွှန်းဆဲကို
လည်း ခံကြရ၏၊ လူတို့၏ အနိုင်းအစောင့် တိရှာ့နှုန် တချို့မှာ
နိုင်းစေသူတို့၏ မညှာတာမှုကြောင့် မထမ်းဆောင်နိုင်သော တာဝန်ကို
ထမ်းဆောင်ရာတွင် အရိုက်အနှက် အညွှန်းအဆဲကိုပါ ခံကြရရှား၏၊
ထိုတိရှာ့နှုန်များသည် မသေမိကာလည် တွေကြံ့ရသော ဒုက္ခမှ
လွတ်မြောက်အောင် မရှောင်နိုင်ကြသည်ပြင် အသတ်ခံ ဘဝသို့
ရောက်သောအခါ လည်ပင်းစင်း၍ အတင်း အသေခံ ကြရရှာ
တော့သည်။

နတ် မြဟ္မာနှင့် နတ်ဘဝတွင် လူတို့နှင့် နီးကပ်နေသော နတ်
လျ၏ တစ်မျိုးများ လူများလိုပင် ချမ်းသာ-ဆင်းရဲ တွဲ၍
ထူးခြားချက် နေ၏၊ သို့သော် နတ်ဆင်းရဲတို့သည် ထိဆင်းရဲမှ
 လွတ်ဖြောက်အောင် မတတ်နိုင်ကြချေ အောက်
တန်းဝယ် ချမ်းသာသော နတ်ကြီးများနှင့် အထက်နတ်များ၊ မြဟ္မာ
များသည် ချမ်းသာကြပါပေ၏၊ သို့သော် ရပြီးသော ချမ်းသာကို
တိုးတက်အောင်လည်းကောင်း၊ တည်သင့်သည်ထက် ပို၍ တာရှည်
တည်အောင်လည်းကောင်း မတတ်နိုင်ကြချေ၊ အများအားဖြင့်
နောင်ရေးနောင်တာ သံသရာခရီအတွက် ကြိုတင်၍ ပြင်ဆင်မှု၊
ပါရမိတိုးပွားအောင် ကြီးစားမှုလည်း မပြုနိုင်ရာကြချေ၊ လူဘဝ၌
ကား သုခ ဒုက္ခ နှစ်မျိုးလုံး ရှိသော်လည်း ရရှိသော ဒုက္ခကို
သက်သာအောင်လည်း ပြုနိုင်၏၊ လုံးလုံး လွတ်ကင်းအောင်လည်း
ပြုနိုင်၏၊ ရရှိသော သုခကိုလည်း တည်တဲ့အောင် ပြုနိုင်၊ တိုးတက်
အောင်လည်း ပြုနိုင်၏၊ နောင်ရေးနောင်းတာ သံသရာခရီးအတွက်
လည်း ကြိုတင်၍ ပြင်ဆင်နိုင်ပေသည်။

လူ့ချမ်းသာ ထိမျှလောက် (နတ်, မြဟ္မာဘဝထက်ပင်) သာလွန်
ကျော်စာ ၍ အဖိုးတန်သော လူ့ဘဝကို လက်ကိုင်ရကြသူ
 လူအများသည် ယခုဘဝ၊ နောက်နောင်ဘဝ
အတွက် ဒုက္ခ နည်းပါး၍ သုခ ကြီးမားအောင် နေတတ် ထိုင်တတ်,
ပြောတတ် ဆိုတတ်, စိတ်ထားတတ်ဖို့ အရေးကြီးလှပေသည်၊
ယခု လူတို့၌ ဆင်းရဲဒုက္ခ (ကြုံသင့်သည်ထက် ပို၍) တွေကြုံရခြင်း
သည် ရေးကံကြောင့်ချည်း မဟုတ်ပါ၊ အများအားဖြင့် မနေတတ်၊

မပြောတတ်၊ စိတ်ထားမတတ်ခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထိုကြောင့် လူအများပင် ဒုက္ခ နည်းပါး၌ သူခဲ့မှုးများလျက် ကောင်းမှုပါရမိ တိုးပွားကြောင့်း ကောင်းသော အစီအစဉ်များကို ညွှန်ပြ၍ “လူချို့သာ”ဟူသော အမည်အားဖြင့် ကျမ်းစာတစ်စောင် စီစဉ်ရပါသည်။

ဤကျမ်းစာကို ကြည့်ရှုရုံမှဖြင့် တာဝန်ကျသည်ဟု သဘော မထားဘဲ ကျမ်းစာညွှန်ပြချက်အရ လိုက်နာပြုကျင့်မှသာ တာဝန် ကျေမည်ဖြစ်သောကြောင့် အောက်ပါလက်ာကို ရွှေတ်ဖတ်ရင်း၊ မိမိ စိတ်ကို အဓိဋ္ဌနှင့် ပြုကြစေလိုပါသည်။

အောင်။ ။ သက်ဆုံးတည်အောင်၊ ဤကိုယ်ကောင်ကို၊ ရွှေက်အောင်လေးမှု၊ ငါမွေးမြှုံး၊ ငယ်မှု ယွင်းဖောက်၊ အိုချိန်ရောက်လည်း၊ မပျောက် မပျက်၊ စည်းစိမ့်တက်၍၊ နှစ်သက်ကြည်မွေး၊ တရားဖြည့်လျက်၊ စုတော့သောခါ၊ ကိုယ်လို ရာဝယ်၊ ဆက်ကာစံမြန်း၊ နိဗ္ဗာန်နှစ်းနှင့်၊ စခန်းမထောက်၊ လမ်းမကောက်အောင်၊ အရောက်ကြီးစားမည်တကား ... ။

အချိန်ဒါန်း ပြီး၏။

အရှင်ဇနကာတိဝံသ
၁၃၃၉-ခုနှစ်

လူ·ချမ်းသာ

အနောက် အနောက် အနောက်

၁။ ဆင်းရဲနှင့်ချမ်းသာပြခန်း

ကိုယ်ဆင်းရဲ ပါဉ္စလို “ဒုက္ခ” ဖြန်မာလို “ဆင်းရဲ”ဟု ခေါ်ရသော တရားတစ်မျိုးသည် ပိမိတို့၏ ဘန္ဒာကိုယ်၌ မကြာ မကြာ ဖြစ်တတ်၏၊ ထိုဒုက္ခသည် ကာယိကဒုက္ခ၊ စေတသိကဒုက္ခဟု နှစ်မျိုးရှိ၏၊ (ကာယိက-ကိုယ်၌ဖြစ်သော+ဒုက္ခ-ဆင်းရဲ စေတသိက-စိတ်၌ဖြစ်သော+ဒုက္ခ-ဆင်းရဲ၊) ထိုနှစ်မျိုးတွင် ကိုယ်ဆင်းရဲမှုသည် ကိုယ်တွင်းက ရုပ်တရားတွေ မည်မယ့် ဖောက် ပြန်ကြသဖြင့် လေထိခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ မကျန်းမဟာ နာဖျားခြင်း၊ အနာပေါက်ခြင်းတို့ကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ တစ်စုံတစ်ခုဖြင့် ထိမိ၊ ခိုက်မိ၊ တိုက်မိခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ အပူဒဏ်၊ အအေးဒဏ် ခံရခြင်း၊ ပိုးမွှား တိရှာစွာနှစ်တို့၏ ကိုက်ခံခံရခြင်းတို့ ကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ မနိုင်မန်း ဝန်ထုပ်ကြီးကို ထမ်းရခြင်း၊ ပင်ပင်ပန်းပန်း အလုပ်လုပ်ရခြင်း၊ တစ်ပင်တစ်ပန်း ခရီးသွားရခြင်း တို့ကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ ဘူးဘုံပါး၏ ခိုက်နှက် ပုံ၊ ပတ်ဒဏ်၊ ခံရခြင်းကြောင့်လည်း မခံမရပ်နိုင်အောင် ဖြစ်သတ်လေသည်။

စိတ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆုံးခြင်း၊ စိတ်ကောက်ခြင်း၊ ဝပ်နည်းခြင်း၊
စီးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်း၊ စိတ်ပင်ပန်းခြင်း၊ စိတ်
မကြည်မလင်ခြင်း၊ စိတ်ညစ်နှစ်းခြင်းတို့ကို “စိတ်ဆင်းရဲ”ဟု ခေါ်၏၊
ထို စိတ်ဆင်းရဲမှုသည် ပြဆိုခဲ့သော ကိုယ်ဆင်းရဲမှု တစ်ခုကို
အကြောင်းပြု၍လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ (ကိုယ်ဆင်းရဲမှု မရှိသော်လည်း)
ချစ်သူနှင့် သေကွဲ ကွဲရခြင်း၊ ရှင်ကွဲ ကွဲရခြင်းကြောင့်လည်း
ဖြစ်တတ်၏၊ မှန်းသူနှင့် တွေ့ရ၊ ကြံရ၊ အတူနေရခြင်းကြောင့်လည်း
ဖြစ်တတ်၏၊ မလိုချင်သော အရာကို ရခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်
၏၊ ကြောက်စရာ လန့်စရာ ချုံစရာကောင်းသော အဆင်း၊ အသံ၊
ဘာနဲ့၊ အရသာ၊ အတွေ့တို့ကို မြင်ရ၊ ကြားရ၊ နံရ၊ စားသောက်ရ၊
တွေ့ထိရခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ ကိုယ့်ထက် သာသည်ကို
မနာလိုသော “ကူသာ”တရားကြောင့်လည်း စိတ်ဆင်းရဲတတ်၏၊
ပစ္စည်းညစ္စာကို ကိုယ်ရသလို သူ့ကို မရစေလိုသော မစ္စရိယ်၊
ကိုယ်လှသလို သူ့ကို မလှစေလိုသော မစ္စရိယ်၊ ကိုယ်တတ်သလို
သူ့ကို မတတ်စေလိုသော မစ္စရိယ်၊ ကိုယ်ဂုဏ်ရှုသလို သူ့ကို
ဂုဏ်မရှုစေလိုသော မစ္စရိယ်၊ ဤမစ္စရိယ် အမျိုးမျိုးကြောင့်လည်း
စိတ်ဆင်းရဲရတတ်လေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ မှန်၌ မြှေမှန်တင်လျှင် မှန် မကြည်လင်သကဲ့သို့
ရေ့မြှေမှန်များနေလျှင် ရေ မကြည်လင်သကဲ့သို့
ထိုအတူ ပြခဲ့သော မချမ်းသာမှု တစ်ခုခု ဖြစ်လျှင်
စိတ်လည်း မကြည်မလင် ဖြစ်နေတတ်၏

ပန်းကလေး မလန်းမဆန်းနှင့် နွဲမ်းနေသလို စိတ်
ကလေးသည် မရွှေ့ငါးမလန်း နွဲမ်းနေတတ်၏၊ စိတ်
ဗြွှေ့ငါးသောအခါ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်လည်း (မျက်နှာ
ပျက်နေသည်တိုင်အောင်) မရွှေ့ငါးလျေသဖြင့်
ကာယိကုက္ခက္ခ ဖြစ်ရပြန်၏၊ ဤသို့ စိတ်ကို
မထိန်းနှင့်သူ၊ မထိန်းတတ်သူ (ထိန်းနည်းကို
မသိသူ)တို့မှာ ကိုယ်ဆင်းရဲနှင့် စိတ်ဆင်းခဲ့
ခွန်တွဲနေတတ်သောကြောင့် “ကိုယ်ပန်းတော့
စိတ်နွဲမ်းသည်”ဟုလည်းကောင်း၊ “စိတ်ထောင်း
တော့ ကိုယ်ကြောသည်”ဟုလည်းကောင်း ပြော
ဝမှတ် ပြုကြသည်။

ကိုယ်ချမ်းသာ ပါဋ္ဌလို “သူခဲ့” မြန်မာလို “ချမ်းသာ”ဟု ခေါ်ရ¹
သော တရားတစ်မျိုးလည်း (ဒုက္ခ)ကဲ့သို့ မိမိတို့၏
ခန္ဓာကိုယ်၌ မကြာ မကြာ ဖြစ်တတ်၏၊ ကာယိကသုခ (ကိုယ်
ချမ်းသာခြင်း၊ စေတသိကသုခ (စိတ်ချမ်းသာခြင်း)ဟု (ဒုက္ခကဲ့သို့)
နှစ်မျိုးပင် ရှိ၏၊ ထိနှစ်မျိုးတွင် ခန္ဓာကိုယ်၌ ဖြစ်သော သာယာမှုကို
“ကိုယ်ချမ်းသာ”ဟု ခေါ်၏၊ ထိကိုယ်ချမ်းသာမှုသည် နှီးညံ့သော
အတွေ့အထိကို တွေ့ရ ထိရခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ ကာမ
ချမ်းသာကို ခံစားခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်၏၊ သူတတ်ကောင်း
တို့မှာ တရားမှန်ကို သိရသဖြင့် စိတ်ဗြွှေ့ငါးသည်အတွက် တစ်ကိုယ်
လုံး ရုပ်တွေ ရွှေ့ငါးသဖြင့် ကိုယ်ချမ်းသာမှု ဖြစ်တတ်ပေသည်။

(တစ်ရုံတစ်ခါ စိတ်ချမ်းသာမှုကို အကြောင်းပြု၍ သို့မဟုတ် စကား ပြောရင်း သဘောကျ၍ ကြက်သီးတဖန်းဖြန်း ထုတတ်၏၊ ထို ကြက်သီးတခြင်းဟူသည် ရုပ်စာတိအချင်းချင်း ထိခိုက်ကြသော “ကိုယ်ချမ်းသာမှု”ပင်တည်း။

စိတ်ချမ်းသာ ပြခဲ့သော စိတ်ဆင်းခဲ့မှုတို့၏ ကင်း၍ စိတ်ဖြူစင်ခြင်း၊ စိတ်ကြည်လင်ခြင်း၊ ချင်ချင်လန်းလန်း ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်ခြင်းကို “စိတ်ချမ်းသာ”ဟု ခေါ်၏၊ ထိုစိတ်ချမ်းသာမှု သည် ပြခဲ့သော ကိုယ်ချမ်းသာမှု တစ်ခုခုကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏၊ ချုပ်သူနှင့် အတူနေရ၊ အတူသွားရ၊ အတူစားရ၊ အတူစကားပြော နေခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏၊ မိမိ လိုချင်သော အရာကို ရခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏၊ “သတ္တဝါတို့ကို ကျန်းမာပါစေ...၊ ချမ်းသာပါစေ...، ဒုက္ခခံပိုစ်း ကင်းဌိမ်းပါစေ...، ဘေးရန်ခံပိုစ်း အေးဌိမ်းပါစေ”ဟု တကယ့်စေတနာဖြင့် ပို့သော မေတ္တာကြောင့် လည်း ဖြစ်နိုင်၏၊ သူတစ်ပါး ကျန်းမာနေသည်ကို ဝမ်းမြောက်သော မှုဒါတာ၊ သူတစ်ပါး ပစ္စည်းညစ္စ ရှာဖွေ၍ ရသည်ကို ဝမ်းမြောက်သော မှုဒါတာ၊ သူတစ်ပါး ပစ္စည်းညစ္စ ပေါ်များနေသည်ကို ဝမ်းမြောက်သော မှုဒါတာ၊ သူတစ်ပါး ပညာတတ်သည်ကို ဝမ်းမြောက်သော မှုဒါတာ၊ သူတစ်ပါး ဂဏ်သတင်းကျော်ကြားသည်ကို ဝမ်းမြောက်သော မှုဒါတာ၊ ၌၊ မှုဒါတာတရားကြောင့်လည်း စိတ်ချမ်းသာမှု ဖြစ်နိုင်ပေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ မြှုပ်နည်းသော မှန်အပြင်, ရေအပြင်သည်
ကြည်လင်သကဲ့သို့ ပြခဲ့သော ကိုယ်ဆင်းရဲ, စိတ်
ဆင်းရဲတို့မှ ကင်းသော စိတ်အစဉ်သည် ကြည်လင်
နေ၏၊ ပန်းကလေး လန်းနေသလို ရွှင်ရွှင်လန်းလန်း၊
ဝမ်းပန်းတာသာ ဖြစ်နေ၏၊ စိတ်၏ ရွှင်လန်းမှုကြောင့်
မျက်နှာလည်း ရွှင်လန်း၍ တစ်ကိုယ်လုံး ချမ်းချမ်း
သာသာနှင့် ကာယိကသုခ ဖြစ်၏၊ ဤနည်းအား
ဖြင့် စိတ်ချမ်းသာမှုသည် ကိုယ်၏ ကျွန်းမာမှု,
ချမ်းသာမှုကို ဖြစ်စေနိုင်၏၊ ကိုယ်၏ ကျွန်းမာမှုက
လည်း စိတ်ချမ်းသာမှုကို ဖြစ်စေနိုင်၏၊ ထိုကြောင့်
“ကိုယ်ကျွန်းမာလို စိတ်ချမ်းသာ, စိတ်ချမ်းသာလို
ကိုယ်ကျွန်းမာ”ဟု အပြန်အလှန်လည်းကောင်း၊
စိတ်ပျိုတော့ ကိုယ်နှတယ်” ဟုလည်းကောင်း
ပြောစမှတ် ပြကြရပေသည်။

ကိုယ်ဆင်းရဲထက် လူဘဝျှ “လူအများတို့သည် အမှတ်တမ္မာ
စိတ်ဆင်းရဲက စဉ်းစားလျှင် စိတ်ဆင်းရဲမည်ထက် ခန္ဓာကိုယ်၏
ကြောက်ဖွေယ ဆင်းရဲမည်ကို ကြောက်ကြသည်” ဟု ထင်ရ၏၊
လက်တွေ့အားဖြင့် ထိုထင်တိုင်း မဟုတ်ချော်
ကိုယ်ဆင်းရဲဒဏ်ကို ခံနိုင်ကြသော်လည်း စိတ်ဆင်းရဲဒဏ်ကို မခံနိုင်ကြော်
ချေပြပါဦးမည်။ -အလုပ်သမားဖြစ်စေ, လခစားဖြစ်စေ, လယ်သမား
ဖြစ်စေ ဆိုင်ရာအလုပ်ကို လုပ်ရသောအပါ ခန္ဓာကိုယ် ပင်ပန်းဆွမ်းလျှော်

ကိုယ်ဆင်းရဲကြပေ၏ သို့သော် ထိအလုပ်အတွက် ထိက်တန်သော နေ့ခု၊ လခု၊ စပါး၊ ပဲ စသည်ကို ရလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ချက်ကြောင့် စိတ်မဆင်းရဲကြာဘဲ ထိအလုပ် လုပ်ရသော ဒုက္ခကို ခံနိုင်ကြပေလေသည် အချိန် ကျော် မျှော်လင့်ထားသော နေ့ခု၊ လခု၊ စပါး၊ ပဲ စသည် မရသောအခါးကား အလွန်အမင်း စိတ်ဆင်းရဲကြရ၏၊ စိတ်ဆင်းရဲ သောကြောင့်လည်း “ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်တော့”ဟု နှုလုံးသွင်းကာ တစ်ခါတစ်ရုံး တချို့လူတိမှာ အပေါ်အပါး လိုက်၍ သောက်စားမှု စသော မတရားသော အမှုကို ပြု၍ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ဖြမ်းကြသော ကြောင့် သာ၍ ဆင်းရဲသော ဒုက္ခနှင့် တွေကြရပေလေသည်၊ ထိုကြောင့် “ကိုယ်ဆင်းရဲမှုထက် စိတ်ဆင်းရဲမှုသည် သာ၍ ကြောက်မက်ဖွယ် ကောင်း၏”ဟု သိသာပေသည်။

ကိုယ်ချမ်းသာထက်
စိတ်ချမ်းသာကို
လိုလားပုံ

ဤချမ်းသာနှစ်မျိုးတွင်လည်း အမှတ်တဲ့မဲ့ စဉ်းစားလျင် “ကိုယ်ချမ်းသာမှုကို သာ၍ လိုလားသည်”ဟု ထင်ရ၏၊ သို့သော် လက်တွေ့အားဖြင့်ကား စိတ်ချမ်းသာမှုကို သာ၍ လိုလားကြောင်း သိရသည့်၊ ချုပါဦးမည်၊ -တချို့လူတိသည် အီမံကောင်း၊ တိုက်ကောင်း၍ နေ၍ စားကောင်းသောက်ဖွယ်များ ကို စားသောက်လျက် ပင်ပင်ပန်းပန်း အလုပ်မလုပ်ဘဲ နေနိုင်သော ကြောင့် ကာယိကသုခ (ကိုယ်ချမ်းသာမှု)ကို ရပါပေ၏၊ ထိုသူ့ကို မြင်ရသော အခြား လူတိုက်လည်း “စိတ်ပါ ချမ်းသာပေလိမ့်မည်” ဟု ထင်ကြပေလိမ့်မည်၊ သို့သော် ကိုယ်ချမ်းသာသူတိုင်းကား

စိတ်မချမ်းသာချေး၊ ထိုလူချမ်းသာသည် အလုပ်အကိုင် အရောင်း အဝယ် မကောင်းသောကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ချစ်သူနှင့် အတူ မနေရသော ကြောင့်ဖြစ်စေ၊ မူန်းသူနှင့် အတူနေရသောကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အလိုဂျိ သလို မရသောကြောင့်ဖြစ်စေ စိတ်ဆင်းရဲမှူး (စိတ်ဒုက္ခ) ရောက်နေရ တတ်လေသည်၊ ထိုသို့ စိတ်ဒုက္ခရောက်သောအခါ ကိုယ်ချမ်းသာ မှုက စိတ်ဆင်းရဲမှူးကို မကာကွယ်နိုင်တော့ချေး၊ ထိုကြောင့်ပင် ငယ်ရွယ်သူတဲ့သူ၏သည် စိတ်ဆင်းရဲဒဏ်ကို မခံနိုင်ရကား၊ ထို စိတ်ဆင်းရဲမှူးကြောင့်ပင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အဆုံးသော်လည်း စီရင် သွားတတ်၏၊ ချမ်းသာဖွယ်ကောင်းသော အိမ်ယာ၊ တိုက်တာနှင့် မိဘအေးမျိုးများကို စွန့်ခွာ၍ (စိတ်ချမ်းသာလိမ့်မည်ဟူသော အထင် ဖြစ်) ချစ်သူနောက်သို့ ကောက်ကောက်ပါအောင် လိုက်သွားမိတတ် လေသည်၊ ဤအချက်များကို ထောက်ထား၍ ကိုယ်ချမ်းသာမှုထက် စိတ်ချမ်းသာမှုကို သာ၍ နှစ်သက်ကြကြောင်း ထင်ရှားပေသည်။

မကျန်းမာလျှင်လည်း **ကြီးကျယ်သော နေရာဝယ် စားကောင်း
မချမ်းသာနိုင်** **သောက်ဖွယ်နှင့်တာဂွ အဝတ် တန်ဆာ
အသုံးအဆောင်တွေပါ ခမ်းနားပြည့်ကြော်၍**
နေပါသော်လည်း ကျန်းမာမှု မရှိလျှင် စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ချမ်းသာ မဖြစ်နိုင်ပေါ့ မကျန်းမာလျှင် ဆေးပါးစာတ်စာ အရာရာ ပြည့်စုံစေ ကာမူ နာကျင်ကိုက်ခဲသော ကိုယ်ဆင်းရဲဒဏ်ကို ခံရ၏၊ ထို ကိုယ်ဆင်းရဲဒဏ်ကို အားတင်းသောစိတ်၊ တရားသဘော ဆင်ခြင် တတ်သော စိတ်ဖြစ် မခံနိုင်သူတို့ဘာ စိတ်ဆင်းရဲမှူးလည်း ပါနော်တတ်၏

ထိုကိုယ်ဆင်းရဲ့ စိတ်ဆင်းရဲ့ ဖြစ်နေချိန်မှာ ဆေးပါးတတ်စာ၏ မပြည့်စုံခြင်း၊ ပြုစုမည့်သူ ပရီခြင်း၊ ရှိဝေကာမူ စေတနာ သန္တုသန္တု ဖြင့် ဂရာတစိုက် ပပြုစု မယုယခြင်းတို့နှင့် တွေ့ကြုံနေရပြန်လျှင် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ သာ၍ ဆင်းရဲပြန်လေသည်။

မန္တုလေးမြို့ တိုက်ကြီးတစ်တိုက်ပေါ်ဝယ် အချိန်အချွေယောင်း သော အမျိုးသမီးတစ်ယောက်သည် မကျန်းမဟာ ဖြစ်နေ၏၊ သူတို့၏ တိုက်နှင့် ကပ်လျက်နေရာ၌လည်း တိုက်တစ်လုံး တည် ဆောက်နေ၏၊ အလွန်နေပူသော အချိန်ဝယ် အုတ်များကို ရွက်၍ အမြင့်သို့ တက်ရသော (ပန်းရုံခြေား) အလုပ်သမကလေးကား သိချင်းတအေးအေးနှင့် ဝါးလျေကားကို တက်နေ၏၊ ခမ်းနားသော ခုတင်ပေါ်ဝယ် မကျန်းမဟာနှင့် လဲလောင်းနေရသော အမျိုးသမီး ကလေး ညည်းညာရှာသည်မှာ “ဝါဟာ သူ့လို အုတ်တွေ ရွက်ပြီး အမြင့်သို့ တက်နေရသော အလုပ်သမကလေးသာ ဖြစ်ချင်ပါတော့ တယ”တဲ့ .။ ထိုကြောင့် ကိုယ်ချမ်းသာ၊ စိတ်ချမ်းသာ (ကိုယ် မချမ်းသာစေကာမူ) စိတ်ချမ်းသာမှာကို ရလိုသူတိုင်း ကျန်းမာမှု ကိုလည်း အသက်တမျှ ဂရပြသင့်ကြပေသည်။

ကိုယ်ချမ်းသာမှာကို
ကျန်းမာရေးက
အားပေးပုံ

ပြခဲသော အကျိုး-အကြောင်းကို စဉ်းစားလျှင်
“ကိုယ်ခန္ဓာ၏ ချမ်းသာကြောင်း အစစ်အာမ့်
သည် အိမ်ကောင်း၊ ယာကောင်း၊ ဝတ်ကောင်း၊
စားကောင်း၊ အသုံးအဆောင်ကောင်းများ
မဟုတ်ကြ၊ အနာရောဂါ ကင်း၍ ကျန်းမာခြင်းသာ ကိုယ်ခန္ဓာ၏

ချမ်းသာကြောင်း အစစ်အမှန် ဖြစ်သည်”ဟု ကောင်းကောင်းသိသင့်ပေပြီ၊ ထို့ကြောင့် ကိုယ်ချမ်းသာခြင်းကို အလိုရှိသူ လူအများသည် ကိုယ်၏ ကျွန်းမာရေးကို အထူး ဂရာစိက်ရပေလိမ့်မည်၊ ကျွန်းမာရေးကို ဂရာစိက်ပြန်လျှင်လည်း ကျွန်းမာခြင်း အရင်းခံဖြစ်သော ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ အကြောင်းကို အတော်အတန်နားလည်မှသာ မှန်ကန်တိကျွော ဂရာစိက်တတ်ပေလိမ့်မည်၊ မှန်၏ ဤခန္ဓာကိုယ်၏ ကျွန်းမာမှု မကျွန်းမာမှုကို “ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ”ဟူသော အကြောင်းလေးခုက ပေါင်းစပ်၍ ပြုပြင်ထားကြလေသည်၊ ထို့ကြောင့် ထိုအကြောင်း လေးခုကို ကောင်းကောင်းပြုပြင်နိုင်သူသည် ကျွန်းမာ၏၊ ကောင်းအောင် မပြုနိုင်သူကား ကျွန်းကျွန်းမာမာ နေလိုပါသော်လည်း မကျွန်းမာနိုင်ချေ။

ကံကြောင့် ရှေးရှေးဘဝက ကံကောင်း အကျိုးပေး အခွင့်သာ ကျွန်းမာပုံ နေသူသည် ခန္ဓာကိုယ်၌ ထို့ကံကောင်းကြောင့် ကောင်းသော ရုပ်တွေ အမြုပင် ဖြစ်နေ၏ ခန္ဓာကိုယ်၌ အမြုရှိနေသော ကိုယ်ငွေ့သည် ထိုကံကြောင့်ဖြစ်သော ရုပ်ပင်တည်း၊ ထိုကိုယ်ငွေ့ကောင်းသူသည် အအေးဒဏ် အပူဒဏ်ကို ခံနိုင်၏၊ အအေးမိခြင်း အပူမိခြင်းကြောင့် အနာရောဂါ မဖြစ်နိုင်၊ ခန္ဓာကိုယ်၌ အစာကို ကြောက်စေနိုင်သော ဝမ်းမီးသည် အစာသစ်အိမ်၏ အနီးအပါး၌ ရှိ၏၊ ထိုဝမ်းမီးသည်လည်း ကံကြောင့်ဖြစ်သော စာတိမီးတစ်မျိုးတည်း၊ ကံကောင်းလျှင် ထိုဝမ်းမီးကောင်း၏၊ ကံညွှံလျှင် ထိုဝမ်းမီး ညွှံ၏ (“အကောင်း အညွှံ”ဟူရှိ၍

ဝမ်းမီး၏ ဖပြင်း၊ မည့်ကို ဆိုလိုသည်၊ ဝမ်းမီး လွန်ကဲလျှင်လည်း
မကောင်းပင်တည်း၊) ဝမ်းမီးကောင်းနေသူ၏ အစာအိမ်၌ စားသမျှ
အစာသည် ကြေကျက်၏၊ အစာ၏ ကြေကျက်မှုကြောင့် ထိအစာ၏
အဆီးသာသည် တစ်ကိုယ်လုံး ပျော်ရှု၍ အားအင် ပြည့်ဖြီး၏၊
အားအင် ပြည့်သောကြောင့် တော်တော်တန်တန်နှင့် အနာရောဂါ
မဖြစ်နိုင်ဘဲ ကျိန်းကျိန်းမာမာ ချမ်းချမ်းသာသာ နေနိုင်လေသည်။

စိတ်ကြောင့် ချမ်းသာသော စိတ်သည် ကျိန်းမာသော ရုပ်ကို
ကျိန်းမာပုံ အချိန်ရှိသရွှေ့ (စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်းက) ဖြစ်စေ၏၊
“စိတ်ပျော် ကိုယ်နှ” ဆိုသည်မှာ ချမ်းသာသော
စိတ်ကြောင့် ကျိန်းမာသော ရုပ်များ ဖြစ်ခြင်းပင်တည်း၊ မကျိန်းမာ
ဖြစ်နေသူအား စိတ်ချမ်းသာမည့် အကြောင်းအရာကိုသာ ပြောပေး
ခြင်း၊ ရောဂါ သက်သာလာပြီဟု အားပေးစကား ပြောပေးခြင်း၊
ဆေးဝါး စာတ်စာကို သူကျေနှုပ်အောင် ရှာဖွေပေးခြင်း၊ သူနှင့်
ချမ်းခင်သူ အားကိုးသူကို အနီးအပါး၌ နေ၍ ပြုစုစေခြင်း၊ ဤ
အားလုံးသည် “စိတ်ချမ်းသာမှာ ရုပ်ကောင်းတွေ ဖြစ်၍ ကျိန်းမာ
လွယ်မည်”ဟု နားလည်သူတိုက စိတ်ချမ်းသာအောင် ပြုစုပေးခြင်း
များပေတည်း၊ ဤနည်းအားဖြင့် စိတ်ချမ်းသာအောင် အပြုစုခံရသူ၊
ပင်ကိုအားဖြင့် စိတ်ချမ်းသာအောင် နေထိုင်တတ်သူသည် ထို
စိတ်ချမ်းသာမှုကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်လည်း ကျိန်းမာ ချမ်းသာတတ်
ပေသည်၊ ဤအကြောင်းကို ကောင်းကောင်း နားမလည်သော
လူမာ ပြုစုသူတို့သည် လူမာ အနီးအပါး၌ စိတ်မချမ်းသာဖွယ်

စကားတွေကို ပြောခြင်း၊ လူမဟာ၏ အကျိုး မလိုလားသူတွေကို အနီးအပါး၌ လူမဟာ မေးလာခွင့်ပေးခြင်းတို့ဖြင့် ရောဂါ တာရှည်အောင် အားပေးသလို (မြန်မြန်ဆုံးအောင် နိုင်စက်သလို) ဖြစ်တတ်ကြလေ သည်။

ဥတုကြောင့် “**ဥတု**”ဟူသည် ရုပ်တရားတို့တွင် ပါပဝင်သော ကိုယ်ပရိပုံများ “တေဇ္ဇာ”ဟု ခေါ်ရသော “အငွေ့”ရာတ် ပြောင်းပုံ တည်း၊ အဘိဓမ္မာတရားတော်၌ “ထိုဥတုက ရုပ်ကို ဖြစ်စေနိုင်၏”ဟု ဟောတော်မူသည်၊ မြေ၊ ရေ၊ လေတို့၌ ထိုအငွေ့ရာတ် ရှုံး၏ ခန္ဓာကိုယ်၏ အပြင်ဘက်၌ သစ်ပင်၊ တော့၊ တောင်တို့သည်လည်းကောင်း၊ မြေ၊ ရေ၊ လေ တို့သည်လည်းကောင်း၊ ထိုဥတုအဆက်ဆက်ကြောင့် ဖြစ်နေသော ရုပ်၊ အစိုင်အခဲ၊ အစုအဝေးတို့သာ ဖြစ်ကြသည်၊ မိုးအခါ်၌လည်း ကောင်း၊ မိုးကောင်းသော အရပ်ဒေသတို့လည်းကောင်း၊ သစ်ပင်များ စိမ်းစိမ်းစိုးစိုး စည်စည်ကားကား ဖြစ်နေခြင်းသည် မိုးရေ့၌ ပါသော ဥတုကြောင့် ရုပ်သစ်ကလေးတွေ ဖြစ်နေခြင်းတည်း၊ မိုးကောင်း သော (အပူရာတ် နည်းပါးသော) အရပ်ဒေသ၌ မေကြီး၏ စိုးစိုး ပြည်ပြည် ရှိခြင်းလည်း ထိုဥတုကြောင့် ရုပ်သစ်ကလေးတွေ ဖြစ်နေခြင်းပင်တည်း။

နွေအခါ်၌ များသောအားဖြင့် အပူမကြိုက်သော သစ်ပင်များ၏ သွေ့ခြောက်ခြင်း၊ သစ်ရွှေကလေးတွေ အစိုးရာတ်အစေး ပျောက်၍ ကြွောက်ခြင်းသည် နေပူပါသော အပူငွေ့၊ အပူဥတုကြောင့် သစ်ပင်

သစ်ရွက်တို့၌ ရှိသော ရပ်ကလေးတွေ အဖြစ်နည်းပါး၏ အပျက် များနေခြင်းတည်း၊ နေအခါ်၌ သစ်ပင်များကို ရေများများ လောင်းပေးခြင်းသည် အပူးတုဒုဒဏ်ကို ခံနိုင်အောင်နှင့် ထိုရေ၏ အငွေ့ကြောင့် သစ်ပင်ကလေးတွေ စိမ့်းပို့နေအောင် အားပေးခြင်းတည်း။

ဥတ္တေကြာင့် ကိုယ်တွေးရပ်များ ပြောင်းပုံ	ခန္ဓာကိုယ်၏ အပြင်အပည့် ဥတ္တေကြာင့် ဖြစ်သော ရပ်ကလေးများ၏ ပြောင်းလဲနေပုံကို စဉ်းစား၏ ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းပြုလည်း အတွင်းဥတ္တေ အပြင် ဥတ္တေကြာင့် ရပ်မှုနှင့်ကလေးတွေ ပြောင်းလဲ နေဟန်ကို နားလည်ထိုက်ပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်၌ အအေး၊ အပူး (ရှိရှိးရှိစဉ်အတိုင်း) ညီညာများ ရှိနေမှုသာ ဖြစ်ရှိးဖြစ်စဉ် ရပ်ကလေးများလည်း ပုန်မှန် ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ အအေး လွန်လျှင်ဖြစ်စေ၊ အပူး လွန်လျှင်ဖြစ်စေ၊ ထို လွန်လာသော ဥတ္တေအငွေ့ကြာင့် ဖောက်ပြန်သော ရောဂါရပ်များ ဖြစ်ကြလေသည်။ ညျဉ်အခါ အအေးမိ၍ နောက်တစ်နှစ် ဖျော်ခြင်း၊ ရေချိုး ခေါင်းလျှော် များ၏ ဖျော်ခြင်း၊ အပူးထဲ၌ သွားမိ၍ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ မျက်စိနာခြင်း စသော ရောဂါများသည် ထို ဖောက်ပြန်သော ဥတ္တေကြာင့် မကောင်းသော ရပ်ကလေးတွေ ဖြစ်ခြင်းပင်တည်း။
--	---

ဤသို့ အအေး၊ အပူး လွန်ကဲမှုကြာင့် မကောင်းသော ရောဂါရင်တွေ ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ အအေး၊ အပူး မျှတအောင် နေတတ်သူ,

အေးသောအခါ ရေခါးလိုလျှင် ရေနွေးစပ်၍ ခီးခြင်း၊ ရေခါးဖြီး
သောအခါ အဝတ်ထူထူ ဝတ်ခြင်း၊ ပူအိုက်သောအခါ လေညှိး
ခံခြင်း၊ ရေခါးခြင်း စသည်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်တတ်သူ၌
ထိုကောင်းသော ဥတုကြောင့် ကောင်းသော ရုပ်ကလေးတွေ
ဖြစ်နေရကား မကျန်းမာသူသည် တဖြည်းဖြည်း ကျန်းမာလာ၏
ကျန်းမာနေသူကား ဝဝဖြီးဖြီး ကြည်ကြည်လင်လင်ဖြင့် ကိုယ်
ချမ်းသာမှုကို ရရှိပေါ်သည်။

ထိုပြင်-ထိုင်သောအခါ ဒူးကွေး၍, တုပ်၍ ကြာကြာ ထိုင်လေ့
ရှိသူ၌ သွေးကြောကလေးတွေလည်း ကွေး၍ နေသောကြောင့်
အကြောတို့၌ လျှောက်သော သွေးလေတို့သည် ချောချောမောမော
မလျှောက်နိုင်ကြ၊ စုစုပါစုပါ ဖြစ်နေကြ၏၊ ထိုစုစုပါစုပါ၌ ရပ်အချင်းချင်း
မညီမည့် ဖြစ်လျက် ရောဂါရပ်ကလေးတွေ ဖြစ်ကာ ညာဦးညာ
ကိုကိုခဲ့မှစသော ရောဂါရပ်တွေ ပေါ်လာတတ်လေသည်၊ ထိုရှုပ်ကလေး
များကား ဖောက်ပြန်သော ဥတုကြောင့် ဖြစ်ရသော ရုပ်ကလေးများ
တည်း၊ ထိုကြောင့် ကိုယ်အတွင်း၌ ဥတုကြောင့် ရုပ်ကလေးတွေ
ညီညီမှုများ ဖို့နိုင်ကြဖို့ရာ ကြာရည်စွာ ကွေး၍ ထိုင်ခြင်း၊ ဒူးတုပ်၍
ထိုင်ခြင်းများကို ရှောင်ရှား၍ လမ်းမှန်မှန်လျှောက်ခြင်း၊ ရထား၊
လျဉ်း စသည် မစီးဘဲ ဖြစ်နိုင်လောက်သော ခရီးကို သွားရာ၌
ခြေလျင်ခရီးသွားခြင်းတို့ဖြင့် ကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်တတ်သူမှာ
ကျန်းမာသော ရုပ်ကလေးများ ဖုန်းမှန်ဖြစ်သောကြောင့် ကိုယ်ချမ်းသာမှု
(ကာယိကသုခ)ကို ရရှိပေါ်သည်။

အာဟာရကြောင့်
မကောင်းရပ် ဖြစ်ပုံ

စားသောက်အပ်သမျှ အစာ, ရေတိုကို
“အာဟာရ”ဟု ခေါ်၏ “အစာ, ရေ
မရှိလျှင် ခန္ဓာကိုယ် မတည်တဲ့နိုင်သော

ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် ဖြစ်နိုင်အောင် ဆောင်ရွက်တတ်
သော ရှုပ်ဝါတစ်မျိုး”ဟု မြန်မာလို ဆိုလိုသည်၊ မှန်၏ -ကျို
ခန္ဓာကိုယ်သည် အစားအသောက်တို့က ဆောင်ရွက်ထားသော
ကြောင့်သာ ကြောရည်တည်တဲ့နိုင်၏ အစာ မစာ၊ အရည် မသောက်
လျှင် ကြောရည် မတည်တဲ့နိုင်၊ ထိမျှလောက် ခန္ဓာကိုယ်ကား
ကျေးဇူးများစွာသော အစာအာဟာရ၌ “ဉာဏ်”ဟု ခေါ်အပ်သော
ရုပ်စာတ်တစ်မျိုး ပါရှိ၏ ထိအစာ ဉာဏသည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌
အမြှဖြစ်လျက်ရှိသော ဉာဏနှင့် ပူးပေါင်း၍ မိမိအစွမ်းသတ္တိ ရှိသမျှ
အသစ် အသစ် ရုပ်ကလေးများကို ဖြစ်စေနိုင်၏ ထိသို့ ဖြစ်စေ
ရာဝယ် မိမိနှင့် မသင့်သော အစာ, ဆေးတို့၌ ပါသော ဉာဏသည်
မိမိအတွက် မကောင်းသော ရောဂါရုပ်ကလေးများကို ဖြစ်စေ၏။

ထိုကြောင့် အစာများ၍ ဖျားနာတတ်ခြင်း၊ ဆေးထိုးများ၍
ရောဂါရခြင်း၊ အဆိပ်တက်၍ မခံမရပ်နိုင် ဖြစ်ခြင်း၊ သေခြင်း
များသည် ထိအစာ, ထိုဆေး၊ ထိုအဆိပ်တို့၌ ပါသော ဉာဏ်
ကြောင့် မကောင်းသော ရုပ်အသစ်ကလေးတွေ ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံး
၌ ပုံစံ၍ ဖြစ်ခြင်းတည်း၊ “ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်”ဟူသည် စားသောက်
အပ်သော အစာ၏ အဖတ် အရည်ပင်တည်း၊ ထိုကျင်ကြီး
ကျင်ငယ်ကို စွန့်ချင်ပါလျက် အောင့်ထားသောအခါ ထိုအဖတ်

အရည်သည် အခြား တစ်နေရာ၌ တိုးငွေ့ နေတတ်၏၊ ဓာတ်ချုပ် ဆီးချုပ်သောအခါလည်း ထိုအတူပင် တိုးငွေ့နေတတ်၏၊ ထိုအခါ မခံမရပ်နိုင်အောင် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းသည် ထို အစာတို့ကြောင့် မကောင်းရပ်ကလေးတွေ ဖြစ်နေခြင်းပင်တည်း။

အာဟာရကြောင့် မိမိနှင့် သင့်တော်သော အစားအသောက် ကောင်းသောရုပ်ဖြစ်ပုံ ၌ ပါသော ဉာဏ်သည် (အစွမ်းရှိသမျှ) ကောင်းသော (ကျွန်းမာစေနိုင်သော)ရုပ် များကို ဖြစ်စေ၏၊ ထိုကြောင့် မိမိနှင့် သင့်၊ မသင့်ကို သတိထား၍ သင့်တော်သော အစာကိုသာ စားလေ့ရှိသူသည် ကျွန်းမာ၏၊ မကျွန်းမာသောအခါ ဆရာတို့ ပေးအပ်သော “ဓာတ်စာဆေး” ဟူသည် မကျွန်းမာ ဖြစ်နေသော ရပ်ဓာတ်ကို ကျွန်းမာသော ရပ်ဓာတ် ဖြစ်အောင် (ဓာတ်တည်အောင်) ပေးအပ်သော အစားနှင့် ဆေးတည်း၊ ထိုဓာတ်စာ၊ ထိုဆေးသည် ဆရာမှန်းသည်အတိုင်း သင့်မြတ်ပါမှ ထိုဓာတ်စာ ဆေးတို့ကြောင့် ရပ်ကောင်းကလေးတွေ ဖြစ်၏၊ ထိုအသစ်ဖြစ်သော ရပ်ကောင်းကလေးတွေက မကျွန်းမာ သော ရပ်မကောင်းကလေးတွေကို လွှမ်းမိုးသဖြင့် မကောင်းရပ်တွေ အားနည်း၍ အားနည်း၍ လာပြီးလျှင် မကြာခင် မကောင်းရပ် အဆက်ပြတ်၍ ကောင်းသောရပ်များ ဖြစ်သည်ကို “ကျွန်းမာလာပြီ” ဟု ခေါ်ကြရသည်၊ ထိုသို့ ကျွန်းမာသောအခါ ညောင်းမှု၊ ကိုက်ခဲ့မှု၊ စသော ဒုက္ခများ မရှိတော့သဖြင့် “ကာယိကသုခ” ခေါ်သော ကိုယ်ချမ်းသာမှုကို ရရှိကြလေသည်။

စိတ်ချမ်းသာမှု ခန္ဓာကိုယ်၏ ကျန်းမာ၊ ချမ်းသာမှုကို ကံ၊ စိတ်၊
စိတ်ပင်ပြီ၊ ဥတု၊ အာဟာရတိုက ပြုကြသကဲ့သို့ စိတ်ချမ်းသာ
မှုကို အခြားအကြောင်းများက မပြုနိုင်ဘဲ မိမိ
စိတ်ကပင် ပြုနိုင်ပေသည်၊ ချမ်းသာအောင် ပြုနိုင်သော စိတ်
ဖြစ်ဖို့ရန်လည်း အရာရာ၌ စဉ်းစားတတ်သော အသိအလိမ္ာ
ညာ၏ပညာရှိဖို့ လိုပေသည်၊ အသိအလိမ္ာ ညာ၏ပညာ ရှိဖို့ရန်လည်း
အောက်ပါ အကြောင်းများနှင့် ပြည့်စုံမှ ဖြစ်နိုင်စရာ ရှိပေသည်၊
ထိုအကြောင်းအရာများကား—

- ၁။ ငယ်ရွယ်စဉ်အခါကပင် အဖြော်အမြင်ရှိသော မိဘ^{ဘိုးဘွားတို့၏} သင်ပြုမှုကို ရရှိခြင်း။
- ၂။ စာသင်ချိန်အရွယ် ရောက်သောအခါ အဖြော်အမြင်နှင့်
စာပေပညာရှိသော ဆရာကောင်းများ၏ သင်ပြုခုံးမှုမှုကို
ရရှိခြင်း။
- ၃။ ဓာတ်အားလျှော့စွာ (အနည်းဆုံး) အခြေခံစာပေကို
တတ်မြောက်ခြင်း။
- ၄။ အလိမ္ာကိုလည်းကောင်း၊ စဉ်းစားညာ၏ကိုလည်းကောင်း
ပေးနိုင်သော စာကောင်းများကို ဖတ်ရှုလေ့လာခြင်း။
- ၅။ လိမ္ာ၌ စဉ်းစားညာရှိသော မိတ်ကောင်း၊ ဆရာကောင်း
များကို ဆည်းကပ်ခြင်း။

ဤအကြောင်းများနှင့် ပြည့်စုံသူသည် အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်
ပညာ တိုးပွား၍ အကြောင်းအားလော်စွာ ပေါ်လာသော ကိစ္စွာ
စဉ်းစား ဆင်ခြင်တတ်၏၊ ထိုသို့ စဉ်းစားတတ်၊ ဆင်ခြင်တတ်
သောကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲစရာနှင့် ကြွဲဖောကာမှ သက်သာခွင့် ရ၏၊
လုံးလုံး စိတ်မဆင်းရဲဘဲသော်လည်း ရှိတတ်၏၊ ထိုကြောင့် ဤ
ကျမ်းစာကို ကြည့်ရှုသူတို့၏ စိတ်ဆင်းရဲ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ သက်သာ
နိုင်သမျှ သက်သာ၍ စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ချမ်းသာခွင့်ကို ရရှိနိုင်သမျှ
ရဖို့ရန် အခြေခံ အသိအလိမ္မာ စဉ်းစားဉာဏ်ပညာကို အခန်းတိုင်း
တွေကြရပါလိမ့်သတည်း။

ဆင်းရဲချမ်းသာပြုခန်း ပြီး၏။

၂။ စကြဝြာနှင့် သတ္တဝါအန္တာ ကို ပြခန်း

အသိဉာဏ်ကြီးမှ များစွာသော သတ္တဝါတို့သည် အသိဉာဏ် သဘောထားကြီးပုံ နည်းလျင် စိတ်နေ၊ စိတ်ထား(သဘောထား) လည်း သေးသိမ်တတ်ကြ၏။ စိတ်နေ သဘောထား သေးသိမ်သူသည် မည်သည်ကိစ္စုံမဆို ကိုယ်ကျိုး တစ်ခုလောက်ကိုသာ ကြည့်တတ်သောကြောင့် သူတစ်ပါးနှင့် (တစ်ရုံ တစ်ခါ လူအားများနှင့်) ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်ကာ စိတ်ဆင်းရဲ့ ကိုယ်ဆင်းရဲ ဖြစ်ရတတ်၏။ အသိဉာဏ် ကြီးသူကား စိတ်နေသဘောထား ကြီးမားတတ်၏။ စိတ်သဘောထား ကြီးမားသောကြောင့် ကိုယ်ကျိုး တစ်ဖက်သတ်ကို ကြည့်လေ့မရှိ ကိုယ့်ကျိုးသူ့ကြိုး မျှမျှတတ် ကြည့်လေ့ရှိ၏။ ထိုသို့ မျှမျှတတ် ကြည့်လေ့ရှိသောကြောင့်လည်း ထိုထိုကိစ္စုံ ပြောပြောပြိုပြစ် ဖြစ်လျက် စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာ ဖြစ်ရတတ်ပေသည်။ ထိုကြောင့် အရှင်းခံဖြစ်သော အသိဉာဏ် ကျယ်ပြန့်ဖို့ရန် စကြဝြာနှင့် သတ္တဝါတို့ အန္တာဟု ဆိုရလောက်အောင် များမြောင်ပုံကို ပြပါပီးမည်။

စကြဝြာအန္တာ “စက္ကဝါ”ဟူသော သက္ကတမှ “စက္ကဝါဌဌ” ဟု ပါ့မြိုဖြစ်၏။ ဤကဗ္ဗာမြေပြင်ကို ပတ်ဝန်းကျင်က စိုင်းကာလျက်ရှိသော စက်စိုင်းနှင့်တူသော ကျောက်တောင်

အစိုင်းကြီးကို “စကြေဝြာ”ဟု ခေါ်၏၊ ထိကျောက်တောင်အစိုင်းကြီး၏ အတွင်းဘက်ပြုရှိသော မြေ၊ ရေ၊ လေအားလုံးနှင့်တကွ နေ၊ လ၊ နက္ခတ်၊ တာရာတို့ ရှိကြ၏၊ ထိတောင်စိုင်းနှင့်တကွ နေ၊ လ၊ နက္ခတ်၊ တာရာတို့၏ အထက်ပြု တည်ရှိသော နတ်ပြည် မြေဟုပြည်တိုကိုပါ သိမ်းကျေး၍ “စကြေဝြာတစ်ခု” “ကမ္မာ လောကဓာတ်တစ်ခု”ဟု ကျမ်းစာတို့၌ သတ်မှတ်ထားသည်၊ ထိကဲသို့သော စကြေဝြာ (ကမ္မာ)ပေါင်းသည် မရောတွက်နှင့်အောင် ယူးစွာရှိ၏၊ ထိကြောင့် “စကြေဝြာအန်း”ဟု ပြောစမှတ် ပြက ရသည်။ (န+အန္တာ=အန်း၊ အန္တာ-ဤရွှေ ဤမှု ရှိ၏)ဟု ဂဏ်းချုပ် ပြနိုင်လောက်သော အပိုင်းအခြားသင်+န-ပရှိ။)

လောဟိတသုရသော

ဘုရားပွင့်တော်မမူမဲ့ အလွန်ဝေးသော ရှေးကာလ၌ “လောဟိတသု” မည်

သော ရသောတစ်ယောက် ရှိ၏၊ ထိရသောသည် အလွန် တန်ခိုးကြီး၏၊ ထန်းပင် အရိပ်တွေ ဆက်ကာ ဆက်ကာနေသော အရိပ် အဆက်ဆက်ကို မြားဖြင့် ပစ်သောအခါ ထန်းပင်တစ်ပင်၏ အရိပ်ကို မြားလွန်သွားရာ အချိန်ကလေးလောက် ရှိလျှင် သူက လည်း စကြေဝြာတစ်ခုကို ဖြတ်ကျေသွား၏၊ ထိမျှလောက် တန်ခိုးကြီး ရသောသည် တစ်နေ့သည် တိုးစားမိသည်မှာ ဤစကြေဝြာ ကမ္မာအတွင်း၌ ရှိကြသော သတ္တဝါတွေသည် မည်သူတစ်ယောက်များ မအိုမသော အမြှေနေနိုင်သူ မရှိကြ၊ ဤစကြေဝြာ ကမ္မာအဆုံးမှာ ဘယ်လိုများ နေကြပါလိမ့်မည်နည်း၊ ငါသည် စကြေဝြာ ကမ္မာအဆုံးကို

ကြည့်ရလျင် ကောင်းမည်၊ ဤသို့ ကြောညီပြီးလျင် သူ၏ တန်ဖိုးကို အားကိုးလျက် စကြေဝြာ တစ်ခုပြီး တစ်ခု အမြန်ဆုံး သွားနေလသည်။ စားရုံ၊ ရေသောက်ရုံ၊ အိပ်ချင်ဖြေရုံ၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်ရုံ လောက်သာ ရပ်နား၏၊ ထိုသို့ စကြေဝြာ အဆုံးရောက်အောင် သွားဖို့ ကြောညီချိန်၌ ရသေ့ကြီး အသက်သည် အနှစ်တစ်ရာခန့် ကျန်သေး၏၊ ထိုသို့ သွားနေသည်မှာလည်း နှစ်ပေါင်းတစ်ရာလောက် ပင် ကြာသည်၊ ထိုသို့ သွားနေစဉ် စကြေဝြာ မကုန်ဆုံးသေးဘဲ သူ၏အသက်သာ ကုန်ဆုံး၍ ကမ္မာဝယ်တွယ်တာမှူးကြောင့် ဤ ကမ္မာက နတ်ပြည်ဝယ် နတ်သား ဖြစ်လာလေသည်။ ဘုရား ပွင့်တော်မူသောအခါ သူ၏ အကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား လျှောက် ထားသဖြင့် ဘုရားရှင်က “ဤကုန်သို့ အသွားမျိုးဖြင့် လောကအဆုံးသို့ မရောက်နိုင်”ဟု မိန့်တော်မူသည်။ (ဒေဝပုတ္ထာသံယုတ်ပါဋ္ဌတော်)

သတ္တဝါအနှစ် မရောမတွက်နိုင်အောင် များမြောင်လှစာသော စကြေဝြာကမ္မာလောကဓာတ် တစ်ရပ် တစ်ရပ်၏ အတွင်း၌ ငရဲကောင်၊ တိရစ္စနှင့်ကောင်၊ ပြီတ္ထာကောင်တို့နှင့်အတူ လူ၊ နတ်၊ မြေဟွာဟု ခေါ်ရသော သတ္တဝါတို့သည်ကား မရောမတွက် နိုင်အောင် များပြားလှ၏၊ ကမ္မာတိုင်းမှာပင် ထိုသို့ အများအပြား နှုကြသောကြောင့် သတ္တဝါအနှစ် ဖြစ်ကြောင်းကို အထူး ချွဲထွင်ဖွယ် မလိုတော့ပါ၊ ကုန်းနေသတ္တဝါတို့တွင် “လူ”ဆိုသော သတ္တဝါသည်ပင် ဤကမ္မာ၌ ကုဇ္ဇာသိန်းပေါင်းများစွာ ရှိနေပြီ၊ တိရစ္စနှင့်တွေ့ကလည်း

မရောမတွက်နိုင်အောင် ရှုံး၏ တောင်ပိုတစ်ခု၌ ခြားစုကလေးတွေ၊
ပျားအုံတစ်ခု၌ ပျားကောင်ကလေးတွေ များနေပုံ၊ ရေနေသတ္တဝါ
တို့တွင်လည်း သေးကယ်လှသော ငါးအုပ်တွေ၊ ငါးဥုတစ်ခု၌ ငါးဖြစ်ဖို့
ဥကလေးတွေ မရောမတွက်နိုင်အောင် များနေပုံကို ဤကဗ္ဗာ
တစ်ရပ်အတွက်ပင် စဉ်းစားကြည့်ပါမဲ အပိုင်းအခြား မရှုံးသောကြောင့်
အနှစ်ဖြစ်ပုံကို သိနိုင်ပါသည်၊ အခြား အခြား စကြဝ္မာ ကဗ္ဗာ
လောကဓာတ်များ၌ ဤသို့ပင် သတ္တဝါအပြည့် အနှစ် ရှိကြပေသည်။

မျက်မြင် မျက်ကွယ် ယခုအခါ များစွာသော လူတို့သည် မိမိတို့
သတ္တဝါ နှစ်မျိုး မျက်စီဖြင့် မြင်နိုင်သော သတ္တဝါတို့ကိုသာ
ရှိမှန် သိကြ၏၊ အမှန်အားဖြင့်ကား မျက်စီ
ဖြင့် မဖြင့်နိုင်သော သတ္တဝါတို့သည် မျက်မြင်သတ္တဝါတို့ထက်ပင်
များ၏၊ ထိုသတ္တဝါကို ဘုရားပွင့်တော်မူရာအခါ မဟုတ်လျှင်
တန်ဖိုးကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်အချို့၊ သိနိုင်၊ မြင်နိုင်ကြ၏၊ ဘုရား
ပွင့်တော်မူသောအခါ ရဟန္တာ၊ တန်ဖိုးရှင်များလည်း ကိုယ်တိုင်
သိမြင်နိုင်ကြ၏၊ တန်ဖိုးပရှိသူတို့ကား ဘုရားရှင် ဟောပြတော်မူ
သောကြောင့် ထိုမျက်မြင် မဟုတ်သော သတ္တဝါတွေ ရှိနေကြောင်းကို
သိကြရပေသည်၊ ဘုရားရှင်၏ တရားတော်ကို မယုံကြည်သူတို့ကား
ထိုမျက်ကွယ်သတ္တဝါတွေ ရှိနေကြောင်းကို မယုံကြည်နိုင်ကြသဖြင့်
မည်သည့်ကိစ္စုံမဆို အတွေးအခေါ် ကျဉ်းမြောင်းလျက် (စဉ်းစား
ညာ၏ ရှိသူချင်း တူလျှင်) ရှိကြလေသည်။

အရှင်မောဂ္ဂလွှာနိ၏ အခါတစ်ပါး၌ အရှင်မောဂ္ဂလွှာနှုန်း အရှင်တန်ခိုး လက္ခဏတို့သည် ဂိဉ္ဇာဥုံးတောင်ပေါ်မှ ရာဇ်ဗြဟ္မာဖြူဗြို့ဆွမ်းခံဝင်ဖို့ရန် သက်ဆင်းတော်မူလာကြ၏၊ ထိုအခါ တောင်ခုလတ် တစ်နေရာဝယ် အရှင်မောဂ္ဂလွှာနှုန်းပြီးတော်မူ၏၊ ထို ပြုးတော်မူသည်ကို အရှင်လက္ခဏပြင်၍ “ဘုံကြောင့် ပြုးပါသနည်း”ဟု မေးလေသည်၊ အရှင်မောဂ္ဂလွှာနှုန်းသည် ဖြေတော်မူသေးသဲ “ဆွမ်းစားပြီးနောက် ဘုရားအထံတော်ရောက်မှ မေးပါ”ဟု ပြောလေသည်၊ ထိုနောက် ဘုရားအထံတော် ရောက်သောအခါ အရှင်လက္ခဏသည် ထပ်မံ၍ မေးလေသော် အရှင်မောဂ္ဂလွှာနှုန်း ဖြေတော်မူသည်မှာ...

ဂိဉ္ဇာဥုံးတောင်မှ ဆင်းလာစဉ်ဝယ် ကောင်းကင်၍ သွားနေသော အရိုးစုပြုတ္ထာကြီးကို မြင်ရပါသည်၊ ထို ပြုတ္ထာကြီးကို ပြုတ္ထာကျိုးကာန်း၊ ပြုတ္ထာလင်းတာ၊ ပြုတ္ထာသိမ်း-စွန်တွေက လိုက်၍ လိုက်၍ ထိုးကြ၊ ဆိတ်ကြပါသည်၊ ပြုတ္ထာကြီးလည်း အလွန်နာကျင်သော အသံဖြင့် သနားစရာ အောင်ရှာပါသည်၊ ထိုအကြောင်းအရာကို မြင်ရသောကြောင့် “လောကကြီးမှာ ဤကဲ့သို့ အုံထဲစရာ၊ သနားစရာ သတ္တုဝါတွေလဲ နှိုက်သကိုး”ဟု တွေးတောကာသနားကရုဏာ ဖြစ်ပြီးလျှင် “မိမိမှာတော့ ဤကဲ့သို့ ဘဝမျိုးမှ လွှတ်ခဲ့ရပေပါ”ဟု စဉ်းစားကာ ပြုးမိပါသည်။

ဘုရားရှင်
မိန့်တော်မူပုံ

ထိအပါ ဘုရားရှင်သည် အရှင်ဟောဂ္ဂလွှာန်၏
 ပြီးတွေ့မြင်ပုံနှင့် စပ်၍ ကိုယ်တော်မြတ်၏ သာဝက
 တို့ တန်ဖိုးအဘိညာဉ် ဥာဏ်အမြင် မျက်စိ
 ကောင်းကြပုံကို ခီးမွမ်းတော်မူပြီးလျှင် “ဝါဘုရားလည်း ဘုရားဖြစ်ခါနီး
 ဦးပင် (ဒီပွဲစက္ခအဘိညာဉ် ရတော်မူခါန်၍) ဤ ပြီးတွေ့သတ္တဝါတွေ
 ကို မြင်တော်မူ၏၊ သို့ရာတွင် ပုထုဇူးဖြစ်သူတို့သည် ကြားလျှင်
 ယုံကြည်ဖို့ ခဲ့ယဉ်းသောကြောင့် ဤပြီးတွေ့မျိုးတွေ လောကြုံ
 ရှိနေကြောင်းကို မိန့်တော်မူယာ နေခဲ့သည်၊ ယခုမှ ဟောဂ္ဂလွှာန်၏
 ကိုယ်တွေ့၊ မျက်မြင် လျှောက်ထားချက်ကို သက်သေခံ၍ ဤ
 ပြီးတွေ့မျိုးတွေ့ ရှိနေကြောင်းကို မိန့်တော်မူရသည်၊ ဟောဂ္ဂလွှာန်
 ဖြင်ခဲ့သော ထိအရိုးစပ်ပြီးတွေ့မူရသည် ဤရာဇ်ဟိုဟို နွားသတ်သမား
 လုပ်၍ အသက်ဖွေးခဲ့သူ ဖြစ်၏၊ နွားသတ်စဉ်က အသားတွေ့ကို
 ခွာ၍ အရိုးတွေ့ကို ပုထားခဲ့သည်၊ ထိုကံကြောင့် ငရဲ့၌ ကြာမြင့်စွာ
 ဖြစ်ပြီးမှ ကံကြိုင်းအကျန်ကြောင့် အရိုးစပ်ပြီးတွေ့ ဖြစ်လာရသည်”ဟု
 မိန့်တော်မူသည်။

ဝတ္ထုမှတ်ချက်။

“**ဘုရားရှင်သည်**
အများ မျက်မြင် မဟုတ်သဖြင့် ယုံကြည်ဖို့
ခက်ခဲသော အကြောင်းအရာများကို ဟောပြ
တော်မူလေ့ မရှိ”ဟု သိသာ၏၊ အရှင်
ဟောဂ္ဂလွှာန်ကဲ့သို့ တန်ဖိုးရှင်များလည်း ရှိရိုး
မျက်စိဖြင့် မဖြင့်နိုင်ကြ၊ တန်ခိုးအဘိညာဉ်ကို
အသုံးပြုမှသာ မြင်နိုင်ကြ၏၊ ထို့ကြောင့်

အရှင်လက္ခဏသည် တန်ခိုးရှင် ဖြစ်ပါလျက် မဖြင့်ရချေ၊ အရှင်မောဂလ္လာန်လည်း ထိအခါမှု ၀၅၍ တန်ခိုးဖြင့် ကြည့်ရှုလေရာ အလားတူ ပြတ္တာတွေကို မကြာ မကြာ တွေဖြစ်ရပေသည်။ ဤစကားအရ ငါတို့၏ မျက်မြင် မဟုတ်က သော ငရဲသတ္တဝါ၊ ပြတ္တာသတ္တဝါ၊ တိရစ္ဆာန် သတ္တဝါနှင့် လူနှစ်ပြုဟု သတ္တဝါတွေ မရေ မတွက်နိုင်အောင် အနှစ်ရှိကြသည်ဟု မှတ်ပါ။

သတ္တဝါအနှစ်၏
သဘောတူသော
အချက်

“သတ္တ”ဟူသော ပါဌိုစကားမှ, “သတ္တ”ဟူသော သတ္တတစကားမှ “သတဝါ-သတ္တ”ဟူသော မြန်မာစကား ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိ “သတ္တ” ဟူသော ပါဌိုသည် “ရူပ, သဒ္ဓ စသည့်အာရုံ ကာမဂ္ဂ၏တို့၌ တပ်မက်တတ်”ဟူသော အစိပ္ပာယ်ကို ပြ၏။ ထိုကြောင့် သတ္တဝါ အနှစ်ရှိ၍ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက်, တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် မတူသော်လည်း လူပသော ရူပါရုံကို ကြည့်ချင်, သာယာသော အသံကို နားထောင်ချင်, မျိုးရှိုးအလိုက် မွေးသော အနှစ်ကို နမ်းချင်, ကောင်းသော အစာကို စားချင်, ကောင်းသော အတွေ့ကို ထိတွေ့ချင်သော (နှစ်သက်ခင်မင်သော) တဏ္ဍာအားဖြင့်ကား သဘောတူလျက် ရှိကြ၏။ ထိုသို့ တပ်မက်ရာ၌ အဖိုစာတ်ပါသော (ပုရိသဘာဝ-ဟု ခေါ်ရသော ရုပ်တစ်မျိုးပါသော)

သတ္တဝါသည် အမဓာတ်ပါသော (ကြတ္တဘာဝ-ဟု ခေါ်ရသော ရုပ်တစ်မျိုးပါသော) သတ္တဝါ၏ အဆင်း၊ အသံ၊ အနှစ်၊ အရသာ၊ အတွေ့ကို သာ၍ တပ်မက်၏။ အမဓာတ်ပါသော သတ္တဝါသည် လည်း အဖိုဓာတ်ပါသော သတ္တဝါ၏ အဆင်း အစရှိသည်ကို သာ၍ တပ်မက်လေသည်၊ ထိုသို့ သာ၍ တပ်မက်သောကြောင့် ထို အဖို အမ သတ္တဝါနှစ်မျိုးသည် အစုံ အစုံ နေလေ့ရှိကြလေသည်။

တရားတော် ဘိက္ဗာတို့ ... မိန်းမ၏ (အမသတ္တဝါ၏) အဆင်း သည် ယောက်ဗျား၏ (အဖိုသတ္တဝါ၏) စိတ်ကို သိမ်းကျျး၍ ယူနိုင်၏။ မိန်းမအဆင်းလောက် ယောက်ဗျား၏ စိတ်ကို သိမ်းကျျး၍ ယူနိုင်သော အခြားအဆင်းကို မြင်တော်မမူ၊ ဘိက္ဗာတို့ ယောက်ဗျား၏ အဆင်းသည် မိန်းမ၏ စိတ်ကို သိမ်းကျျး၍ ယူနိုင်၏။ ယောက်ဗျား၏ အဆင်းလောက် မိန်းမ၏ စိတ်ကို သိမ်းကျျး၍ ယူနိုင်သော အခြား အဆင်းကို မြင်တော်မမူ။ (အသံ စသည်တို့ အတွက်လည်း ဤအတိုင်း ဟောတော်မူသည် အင်္ဂါးရိုရို ပါဉ္ဇာတော်။)

တပ်မက်ခြင်း၏ သက်ရှိသတ္တဝါ အန္တ၏ အခြေခံသည် အဝိဇ္ဇာ အကြောင်းရင်း နှင့် တဏော ဤ နှစ်ပါးတည်း အဝိဇ္ဇာသည် အရေးတကြီး သိရမည့် အချက်များကို မသိခြင်း သဘော ဖြစ်၍ တဏောကား တပ်မက်ခြင်း (ခင်မင်ခြင်း၊ လိုချင်ခြင်း၊

မက်မောခြင်း၊ ချစ်ခြင်း၊ ကြိုက်ခြင်း)သဘော ဖြစ်၏၊ ထိတရားနှစ်ပါး သည် သတ္တဝါတိုင်း၏ အရင်းအကျဆုံးတရားများ ဖြစ်သောကြောင့် ထိတရားနှစ်ပါး မကုန်ဆုံးသေးသမျှ သိစရာအမှန်ကိုလည်း ကေန် မသိသေးဘဲ ရှိခိုးမည်သာ၊ အဆင်း၊ အသံ၊ အနှစ်၊ အရသာ၊ အတွေ့၊ အချုပ်များကိုလည်း တပ်မက် ခင်မင် လိုချင်လျက် နော်းမည်သာတည်း၊ ထိတရားနှစ်ပါး ကုန်ဆုံးသောအခါ၌ကား သိစရာ အမှန်ကိုလည်း ကေန်သိပြီး ဖြစ်၍ ကာမဂ္ဂကိုအာရုံများကို မလိုချင် တော့ပေါ့ ထိအခါ အပိဋ္ဌာကုန်ခန်း တဏောကုန်ခန်းသော ရဟန္တာ ဟု ခေါ်ရတော့၏၊ ရဟန္တာဖြစ်ပြီးသောအခါလည်း (စတေလျှင်) သတ္တဝါတစ်ယောက်အဖြစ်မှ လွတ်မြောက်လေတော့သည်။

အပိဋ္ဌာ တဏော မွေးဖားခါစ ကလေးတစ်ယောက်ကို ကြည့်ပါ၊
 အရင်းခံပုံ သူသည် အပိဋ္ဌာ တဏော အရင်းခံပါသော သတ္တဝါတစ်ယောက်ပင် ဖြစ်၏၊ ထိုကြောင့် မွေးဖားခါစသာဖြစ်သော ထိုကလေးသည် အပိဋ္ဌာအတွက်ကြောင့် ဘာဆို ဘာကိုမျှ မသိတတ်သေး၊ တဏောအတွက်ကြောင့် လိုချင်မှု ကား (မည်သူမျှ သင်မပေးဘဲ) ရှိနေပြီ၊ တဏောကြောင့်သာ စားချင် သောက်ချင်တတ်၏၊ ရက်လ အနည်းငယ် ကြာလာလျှင် မိမိကို ယုယုယယနှင့် နှီးချို့တိုက်ကျွေးသော အမိကို ချစ်တတ်လာ၏၊ အတော်ကြာလာလျှင် နှီးချို့ကိုသာမက ဟိုဟာ ဒီဟာ လိုချင်လာ၏၊ မိဘ ဆွဲမျိုးတို့ကလည်း လိုချင်တတ်အောင် သင်ပေးသလို

အရှင်ကလေး ပြခြင်း၊ သီချင်းသံကလေး ဆိုပေးခြင်း၊ အမွှေးအကြိုင် လိမ်းပေးခြင်းတို့ဖြင့် တဏ္ဍာကို တိုးပွားစေကြ၏၊ အရွယ်ရောက်သည့်မှ စဉ်ကား လိုချင်မှုတွေ ပိုမို ကျယ်ပြန်ကာ မီးနိုးမဆုံး မိုးမဆုံး ဆိုသလို လိုချင်မှုမဆုံးနိုင်အောင် ရှိတော့သတည်။

တရားတော် နွားကလေး၏ ရှေးဦးစွာ ပေါက်လာသော ဦးချို့သည် နွားကလေး ကြီးလေ ရည်လေ ဖြစ်သကဲ့သို့ သူတော်ကောင်းတရားကို မသိ၊ မကျင့်သော (တရားဖြင့် ထိန်း၍ မထားသော) သတ္တဝါ၏ တဏ္ဍာသည်လည်း အရွယ်ကြီးလေ တဏ္ဍာကြီးလေ ဖြစ်သတည်။ (ကာမဇာတ်တော်) တဏ္ဍာကို တရားဖြင့် ထိန်းမထားနိုင်သော ထိုသတ္တဝါကို ပြန်မာစကား၌ “သံပုရာသီးလို ကြီးလေ ချဉ်လေ”ဟု ပြောလေ့ရှိ၏၊ ထိုတဏ္ဍာကို တရားဖြင့် မထိန်းနိုင်သော ရောအိတိအတွက်ကား “သွောင်ကြီးလျှင် ငိုက်၊ လူကြီးလျှင် မိုက်”ဟု ပြောစမှတ်ပြုကြသည်။

တဏ္ဍာဆန်းကြယ်လွှာ တဏ္ဍာ၏ တပ်မက်ပုံ ဆန်းကြယ်သော ကြောင့်ပင် တဏ္ဍာအရင်းခံသော သတ္တဝါ အန္တ လည်း ထိုထိုကံကို ပြရာဝယ် ဆန်းကြယ်စွာ ပြကြ၏၊ ကံဆန်းကြယ်သောကြောင့်လည်း တစ်မျိုး နှင့်တစ်မျိုး မတူအောင် ဆန်းကြယ်၏၊ တစ်မျိုးတည်းမှုလည်း တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်၊ တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် မတူငွေအောင်

ဆန်းကြယ်၏ “လူ”ဟု ခေါ်ရသော သတ္တဝါတစ်မျိုးတည်းပင် လူတစ်မျိုးနှင့် အခြားလူတစ်မျိုးတို့ မတူတူးခြား ကွဲပြား ဆန်းကြယ်၏ ပြန်မာလူမျိုးတစ်မျိုးဖြင့်လည်း လူချင်း မတူကြသေး တစ်မီ တစ်ဖ တည်းမှ ပေါက်ဖွားသော ညီ အစ်ကို ဖောင် နှမတို့သည်ပင် မတူကြ၊ ဤသို့ မတူကွဲပြား ထူးခြားဆန်းကြယ်အောင် ဆန်းကြယ သောကံက ပြု၏ ကံဆန်းကြယ်အောင် တဏောက ပြုသည်၊ ထို့ကြောင့် သတ္တဝါအနှစ်၏ ဆန်းကြယ်မှု အရင်ခံမှာ တဏော ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ပါ။

အဖိုး
အမ ကွဲမှု
တဏောပြု

ယောက်ဗျား (အဖိုး အထိုး) ဖြစ်ကြသော
သတ္တဝါတို့သည့် ဘန်း (များသောအားဖြင့်)
ယောက်ဗျားအဖြစ် ယောက်ဗျားအနေအား

ဖြင့်သာ ခံစားလိုသော တဏောဖြစ်၏ ထို့ကြောင့် ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံ တစ်ခုခုကို ပြုတိုင်း ထိုတဏောသည် အရင်ခံ အဖြစ်ဖြင့် ပါရှိရကား ထိုကံများ အကျိုးပေးသောအခါ ယောက်ဗျား (အဖိုး-အထိုး) သတ္တဝါ အဖြစ်ဖြင့်သာ အကျိုးပေး၏ ထူးခြားသော တဏော မဖြစ်သမျှ သို့မဟုတ် ယုတ်မာသော ကာမေသုမြို့စာရက် အကျိုးမပေးသမျှ အဖိုးဘဝမှု အမဘဝသို့ ပြောင်းလဲလေ့ မရှိ။

ပိန်းမ (အမ) ဖြစ်ကြသော သတ္တဝါတို့ သည့် မှုလည်း များသောအားဖြင့် ပိန်းမအဖြစ်ဖြင့်သာ ခံစားလိုသော တဏောဖြစ်၏

ထိုကြောင့် ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ကံပြုတိုင်း၌ ထိုတဏ္ဍာသည် အရင်းခံအဖြစ်ဖြင့် ပါဝင်နေရကား ထိုကံတစ်ခုခု အကျိုးပေးသော အခါ ပိန်းမအဖြစ်၊ အမသတ္တဝါအဖြစ်ဖြင့် အကျိုးပေးသည်၊ ယောက်ရှားဖြစ်ဖို့ရန် စိတ်ထက်သန်၍ ပိန်းမဖြစ်လိုစိတ် နည်းပါး သဖြင့် ကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုလျှင်ကား ပိန်းမဘဝမှ ပြောင်းလဲ၍ ယောက်ရှားဘဝကို ရနိုင်၏ (ထိုသို့ “ယောက်ရှားဖြစ်လိုသူသည် ပိမိယောက်ရှားကို ဂရိစိုက်၍ ပြုစုရုမှုဖြင့် ယောက်ရှားဘဝကို ရနိုင်၏”ဟုလည်း ဟောတော်မှသည်။)

ဓကဗောဓာန်သတ္တဝါအန္တပြခန်း ပြီး၏



၃။ ပဋိသန္ဓာတ္ထအမြို့အစားနှင့်
လူ.ပဋိသန္ဓာတ္ထပြခန်း

ပဋိသန္ဓာတ္ထ “ပဋိသန္ဓာတ္ထ”ဟူသော ပါဉီစကားကို မြန်မာလို “ပဋိသန္ဓာတ္ထ” ဟု ခေါ်၏၊ “ဆက်စပ်ခြင်း”ဟူသော အစိပ္ပာယ်ရုံ၏ ပြုခဲ့သော အနိဒါးသတ္တဝါတွေသည် မည်သူမျှ မအို မသေဘဲ မနေနိုင်၊ ရရှိသော ရပ်ခန္ဓာကြီး ဆွေးမြေးသောအပါ “အိုခြင်း”ဟု ခေါ်၏၊ အလွန်အမင်း အိုသောအပါ တစ်ဘဝအတွက် အဆက်ပြတ် မူကို “သေခြင်း”ဟု ခေါ်ရသည်၊ တရီးသတ္တဝါတွေမှာ သိသိသာသာ မအိုရသေးဘဲ တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းကြောင့် သေကြုရုံ၏ မည်သည့်နည်းဖြင့် သေသေ တစ်ဘဝအတွက် ရပြီးသော ရပ်ခန္ဓာကား အဆက်ပြတ်ရသည်သာ ထိုရပ်ခန္ဓာ အဆက်ပြတ်လျင် စိတ်၊ စေတသိက်ဟု ခေါ်ရသော နာမ်ခန္ဓာလည်း အဆက်ပြတ်ရုံ၏ ထိုသို့ ဘဝဟောင်းက ရပ်နာမ်ခန္ဓာတို့၏ အဆက်အပြတ်တွင် ချက်ချင်း ဆက်စပ်၍ ရပ်သစ်၊ နာမ်သစ်တို့၏ ဖြစ်ခြင်းကို “ပဋိသန္ဓာတ္ထ”ဟု ခေါ်သည်။

ယောနီ(ပဋိသန္ဓာတ္ထ) “ယောနီ”ဟူသော ပါဉီစကားသည် “ရပ်နာမ် လေးမြို့း” ခန္ဓာကျ စုဝေးတည်နေခြင်း”ဟူသော အနက်ကို ပြု၏၊ ထိုယောနီကို “ပဋိသန္ဓာတ္ထ”ဟု ခေါ်လျင် သာ၍ နားလည်လွယ်၏၊ ထိုကြောင့် ယောနီကိုပင် ပဋိသန္ဓာတ္ထဟု ခေါ်၏၊ အဏူးပေါ်ပဏ္ဏ အလူးလူးပဏ္ဏ

လော့မှုပေါ်သန္တ၊ သံသေဒပေါ်သန္တ၊ ဉာဏ်ပါတီကပါ်သန္တဟု
ပဋိသန္တ လေးမျိုးရှိ၏။ (မူလပရွာ့သ၊ မဟာသီဟနာဒသတဲ့)

အဏ္ဍာန (အဏ္ဍာ-ညွှန်+ခ-ဖြစ်သောသတ္တဝါ)၊ ကြက်၊ ငုက်
လော့မှု စသော သတ္တဝါတို့သည် ညွှန် သန္တတည်၍ ညမှ
ပေါက်ဖွားကြရ၏၊ ထိုကြောင့် ထိုသတ္တဝါတို့ကို
“အဏ္ဍာသောတ္တဝါ”ဟုလည်းကောင်း၊ အဏ္ဍာပေါ်သန္တနေသူတို့ဟု
လည်းကောင်း ခေါ်ရ၏။ (လော့-သားအိမ်၌ + ခ-ဖြစ်သော
သတ္တဝါ။) သားအိမ်၌ သန္တတည်၍ ထိုသားအိမ်မှ ပေါက်ဖွားရသော
လူ၊ မြင်း၊ ခွေး စသော သတ္တဝါတို့ကို “လော့မှုသောတ္တဝါ”ဟု
ခေါ်ရ၏။

သံသေဒ (သံသေဒ-ဌီတွယ်ရာအရပ်၌ + ခ-ဖြစ်သော
ဉာဏ်ပါတီက သတ္တဝါ။) ကျင့်ကြီး ကျင့်ထယ်ပုပ်၊ ငါးပုပ်၊
ခွေးသေကောင်ပုပ်၊ လူသေကောင်ပုပ်စသော
အရပ်၌ ဖြစ်ကြရသော ပိုးလောက်စသော သတ္တဝါ၊ မပုပ်သော
နေရာ၌ ဖြစ်သော်လည်း သက္ကလတ် စသော အရပ်၌ ဖြစ်သော
ပိုးထယ်ကလေးများ၊ ပဒ္ဒဗြာကြားပန်းစသော အရပ်၌ဖြစ်သော ပဒ္ဒမဝတီ
စသော လူမျိုးများကို “သံသေဒသောတ္တဝါ”ဟု ခေါ်၏၊ ထိုသုံးမျိုး၌
မဖြစ်ဘဲ ခန္ဓာကိုယ် အထင်အရှား ဘွားကနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာသော
ငရဲကောင်၊ နတ် ဗြဟ္မာ စသော သတ္တဝါတို့ကို ဉာဏ်ပါတီက
(ဉာဏ်ပါ်ပဋိသန္တနေသော) သတ္တဝါများဟု ခေါ်ရသည်။

ဂတိ(၉)မျိုး သတ္တဝါတစ်ယောက် ရတေ (သေ)ပြီး နောက်၌ ရောက်ထိုက်သော ဘဝကို “ဂတိ”ဟု ခေါ်၏ ထိုကတိသည် နိုရယ, တိရဇ္ဇာန့်, ပေတာ, မန့်သာ, ဒေဝအားဖြင့် (၉)မျိုး ရှိ၏၊ ငဲ့, တိရဇ္ဇာန့်, ပြီတ္ထာ, လူ, နတ် (၉)မျိုး ဟူလို့ (အပါယ်လေးပါးတွင် ပါဝင်သော အသူရကာယ်ကို ပေတာကတိ၌ သွင်းထား၏၊ ပြဟ္မာများကိုလည်း ဒေဝကတိ၌ သွင်းထားသည်) ထိုကတိ(၉)မျိုးတွင် နိုရယ, တိရဇ္ဇာန့်, ပေတာကတိတို့သည် မကောင်းသော ဂတိများ ဖြစ်၏၊ ပါဉိုလို “ဒုဂုတ်”ဟု ခေါ်၏၊ မန့်သာနှင့် ဒေဝကတိကား ကောင်းသော ဂတိ(သုဂုတ်)တည်း။

ပဋိသန္ဓု(၄)မျိုးနှင့် နိုရယကတိ၌ ဥပပတ်ပဋိသန္ဓု တစ်မျိုးသာ ဂတိတွဲကြည့် ရရှိ၏၊ ဒုက္ခကြီးစာ အမြဲခံနေရသောကြောင့် မေတ္တနိမ့်ဝိုင်းကိုစွဲ မရှိတော့ရကား အလျှေ, လော့မွေ (ညွှန်လည်းကောင်း၊ သားအိမ်၌လည်းကောင်း ဖြစ်နိုင် ခြင်း) မရှိကြတော့၊ ဤတွယ်စရာ အစိအစေး မရှိရကား သံသေဒေ လည်း မရှိကြတော့၊ ပေတာကတိ၌ အမြဲမီးလောင်ခံနေရသော ပြတ္ထာတစ်မျိုး ရှိ၏ “နိုအျာမတဏိုကပြတ္ထာ”ဟု ခေါ်၏၊ ထိုပြတ္ထာမျိုး ၌လည်း ဥပပတ်တစ်မျိုးသာ ရှိသည်၊ အထက်နတ် ပြဟ္မာဟူသော ဒေဝကတိ၌လည်း ဥပပတ်ပဋိသန္ဓု တစ်မျိုးသာ ရှိ၏၊ တိရဇ္ဇာနှင့်, မန့်သာကတိနှင့် များစွာသော ပေတာကတိတို့ ပဋိသန္ဓု(၄)မျိုးထဲ့ ရရှိ၏၊ ကမ္မာဦးက လူတို့သည် မိဘမရှိဘဲ ဥပပက်ပဋိသန္ဓု နေသူများတည်း၊ ဥမှ ပေါက်ဖွားသော အလျှေ၊ ပဒုမဝတီ စသော

သံသေဒလူများလည်း ရှိကြ၏၊ သားအီမိန္ဒ ဖြစ်ကြရသော (ဇလာဗုဒ္ဓ)လူတွေသာ များသည်၊ နတ်တို့တွင် ဘုမ္မစိုး၊ ရက္ခစိုးဟု ခေါ်ရသော သစ်ပင်၊ တော့၊ တောင်တို့၌ ဖြစ်ကြသော နတ်များ ရှိကြ၏၊ ထိနတ်တို့ဝယ် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရသော နတ်မိန့်းမများ ရှိသေး၏၊ ထိနတ်မိန့်းမတို့မှ ဖွားမြင်ရသော နတ်တို့ကို “ဇလာဗုဒ္ဓ ပဋိသန္ဓနောက်သော နတ်”ဟု ခေါ်ရ၏၊ သို့သော တစ်ခါတည်း ကိုယ်အထင်အရား ဖြစ်ရသော ဥပပတ်နတ်တွေသာ များစရာ ရှိပေါသည်။

ပဋိသန္ဓတည်ခြင်း၏ အဂါသုံးပါး

လူ့ဘဝျှေး ဇလာဗုဒ္ဓသန္ဓဖြင့် အမိ
ဝမ်း၌ သန္ဓတည်သောအခါ (၁) မိခင်
လောင်းမိန့်းမတို့၏ ဓမ္မတာပန်း ပွု့လန်း

ပြီး ဖြစ်ခြင်း၊ (၂) ဖောင်လောင်းနှင့် ပျော်ပါးခြင်း၊ (၃) ဖြစ်မည့် သတ္တဝါ၏ ဘဝဟောင်းမှ စုတောင်း၊ ဤအဂါ သုံးပါးစုံမှ (အများအားဖြင့်) သန္ဓတည်နိုင်ကြသည်၊ ထိုသုံးပါးတွင် ရှုံးအဂါ နှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံစေကာမှ ထိုဝမ်း၌ ဖြစ်ထိုက်သော သတ္တဝါ မရှိလျှင် ထိုမိန့်းမသည် သန္ဓမရနိုင်၊ (၁)နှင့် (၃)အဂါ ပြည့်စုံလျှင် ကား မိခင် ဖောင်လောင်းတို့ တစ်ကြိမ်ပျော်ပါးလျှင် (၇)ရက်အတွင်း မှာ သန္ဓတည်နိုင်၏ဟု ဆို၏၊ ဤကာတို့ကား (၁၅)ရက်အတွင်းမှာ သန္ဓတည်နိုင်၏ဟု ဖွဲ့ကြသည်၊ ထိုကြောင့် မယ်တော်မာယာသည် (၈)ပါးသီလ စောင့်လျက်ပင် ဘုရားအလောင်းတော်ကို သန္ဓ ရလေသည်။

မိမာတာ ကြောခန်းက,
 ပန်းရတုရာသီ၊
 ပွင့်ဆဲစ ခါဆီ၊
 ထူယျဉ်ဖီ ပျောပါး၊
 ကိန်းထိုက်သည့် ထိုသလူလော်၊
 ထင်ရှေးရှု စုတိခိုက်ကြား၊
 သည်အင်္ဂါ စုစောမှု၊
 တုံးစလေ့ ဤလူပြည်၊
 တည်သန္တအများ၊
 ဤအင်္ဂါသုံးပါး၌၊
 ထုံးမှားဖွယ် ဟိုအရာ၊
 ထူယျဉ်ဖီ တစ်ကြိမ်စက်လျှင်၊
 ခုနစ်ရက်စောတ် ဖြစ်သည်သာ၊
 သို့အတွက်ကြောင့် မယ်မယာမှာ၊
 အင်ရှုစြာ သီလန့်၊
 လောင်းမှုစွဲ မှတ်သန္တော်၊
 စွဲကပ်နိုင်ပေါ်၊
 သန္တခန်း အင်သုံးတွေကို၊
 ခင်ဘူန်းဆွဲ မှတ်စမ်းကွယ်လေး၊

(သတပဒီကပ္ပါလာ ကမျာကို အနည်းငယ် ပြင်ထားသည်။)

သန္တတည်ဝရပုဂ္ဂန္တ၏ ပဋိသန္တတည်ဝရ

ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်၏ ပမာဏ ဤ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်၏ ပဋိသန္တတည်ဝရ အခြေခံ ပမာဏသည် အလွန့် အလွန့် သေးငယ်လှ၏၊ ကလာပ်တစ်ခု တစ်ခုလျှင် ရုပ်ပေါင်း (၁၀)ခုစီပါသော ရုပ်ကလာပ် (၃)ခု အစုမျှသာ ဖြစ်၏၊ အသေးငယ်ဆုံးသော “ပရမာဏ္ဍာမြို့”၏ မြို့ပူနှင့်ကလေး၌ ဖြစ်ဆဲ ရုပ်ကလာပ်၊ တည်ဆဲ ရုပ်ကလာပ်အားဖြင့် ရုပ်ကလာပ်ပေါင်း (၁၆)ခုမျှ စုမ္ပါနေသေး၏၊ သန္တတည်ဝရကား ရုပ်ကလာပ် (၃)ခုမျှသာ စုမ္ပါလေသည်၊ ထိုကြောင့် အကောင်းဆုံးမှန်ပြောင်းဖြင့် ကြည့်သော လည်း မမြင်နိုင်လောက်အောင် သေးငယ်သော ရုပ်ခန္ဓာကိုယ် ကလေးသည် အမိဝင်း သားအိမ်ဝယ် ပြုတွယ် စတည်မှုကို “ပဋိသန္တ တည်နေခြင်း”ဟု မှတ်ပါ။

မပါလျှင်မဖြီးသော ကလာပ်စည်း သုံးစည်း

ထိုစတည်သော ရုပ်ကလာပ်(၃)ခုဟူသည် “ကာယဒသက၊ ဘာဝဒသက၊ ဝတ္ထုဒသက”ဟူသော ရုပ်ကလာပ်စည်း(၃)စည်းတည်း၊ ထို(၃)စည်းတွင် ကာယဒသက၊ သည် ဤခန္ဓာကိုယ်ကာယ်၏ ရုပ်ကလာပ်တစ်စည်း ဖြစ်၏၊ “ဘာဝ”ဟူသည် မိန်းမဖြစ်ကြောင်း ရုပ်၊ ယောက်ဗျားဖြစ်ကြောင်း ရုပ်တစ်မျိုးတည်း၊ ထိုရုပ်၏ အခြေအရုပ် ရုပ်ကလေးပေါင်း (၅)ခု ပါရှိသောကြောင့် “ဘာဝဒသက”ဟု ၏၏ ယောက်ဗျား မိန်းမတိုင်း၌ ဤ ဘာဝဒသကကလာပ် ပါရသောကြောင့် ဤ ရုပ်ကလာပ်လည်း

မပါလျှင် မပြီးသော ရုပ်ကလာပ် တစ်မျိုးပင်တည်း “ဝအ္မာရပ်” ဟူသည် စိတ်ဝိယှဉ်၏ ဖိုရာ ရုပ်တစ်မျိုး ဖြစ်၍ ဤ ဝအ္မာဒသက လည်း မပါလျှင် မပြီးသော ရုပ်ကလာပ် တစ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဤသို့လျှင် ပဋိသန္တန္တ တည်ခါစွဲ ရုပ်ကလာပ် အပိုတွေ မပါဘဲ အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သော (မပါလျှင် မပြီးသော) ရုပ်ကလာပ် (၃)စည်းသာ စတည် ပေသည်။

စိတ် စေတသိက်များ ပါရှိပုံ	ထို ရုပ်ကလာပ်(၃)ခု စတည်ချိန်ဝယ် “ဝအ္မာ၌”ခေါ်သောစိတ်နှင့် စေတသိက် များလည်း တစ်ပြိုင်နက် ပါရှိကြ၏ ထိုစေတသိက်သည် ဥက္ကာ၌နှင့် ပိတိ (အသိဓာတ်နှင့် အချွင်ဓာတ်) ပါရှိသူ၌ (၃၃)ပါး ရှိ၏ ဥက္ကာသာ ပါ၍ ပိတိ မပါ၊ ပိတိ ပါ၍ ဥက္ကာမပါသူ၌ (၃၂)ပါးသာ ရှိ၍ ဥက္ကာ ပိတိ နှစ်မျိုးလုံး မပါသူ၌ (၃၁)ပါး ရှိသည်၊ “ဥက္ကာ”ဟူရှိ၍ ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း၊ တတိယတန်း စသည်ဖြင့် ဥက္ကာအမျိုးမျိုး ကွဲပြားသေး၏ သို့ရာတွင် ဥက္ကာဓာတ် မပါသူသည် မွေးဖွားလာသောအခါ အသိဥက္ကာ နည်းပါး၏ ဥက္ကာဓာတ် ပါလာသူကား မွေးဖွားလာသောအခါ ဥက္ကာဓာတ် အမျိုးမျိုးအားလုံး၏ ဥက္ကာထက်မြှက်သူ ဖြစ်လာ၏၊ ပိတိဓာတ် မပါသူလည်း မွေးဖွားလာသောအခါ ခွင့်ခွင်ပျော် မရှိ၊ ပိတိဓာတ် ပါလာသူကား မွေးစကပင် ခွင့်ခွင်ပျော် ရှိလေသည်။
--	---

စဉ်းစားပါ ပဋိသန္ဓာတည်စ အခိုင်ကာလ၌ ပါရှိသော ကလာပ်
(၃)ဝည်း (ရပ်ကလေးပေါင်း ၃၀)နှင့် စိတ်တစ်ခု,

စေတသိက်(၃၃)ခု၊ သို့မဟုတ် (၃၂-၃၁)ခု ပါရှိရကား ရပ်တရား
နှင့် စေတသိက်ဟူသော နာမ်တရားသည် အလွန် နည်းပါးလှ၏၊
ထိနည်းပါးလှသော ရပ်နာမ် နှစ်မျိုးကိုပင် “ပုဂ္ဂိုလ်” “သတ္တဝါ”
“ပါ” “သူ” “ယောက်၍” “မိန့်ဗီးမှု”ဟု ခေါ်နေကြရသည်၊ အမှန်
အားဖြင့် ထို ရပ်နာမ်အရာကလေးမှုတစ်ပါး “ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊
ပါ၊ သူ၊ ယောက်၍၊ မိန့်ဗီးမဟု သီးခြား မရှုပါတကား”ဟု စဉ်းစားခဲ့
ပါလော...။

သတ္တိထက်သော ထို ပဋိသန္ဓာစိတ် ဖြစ်ချိန်၌ သတ္တိ ထက်မြေက်
တရားများ သော စေတသိက်များ မပါသေး ချွဲ့ဗြိုးအုံ၊ –
မပါသေး မကောင်းဘက်၌ သတ္တိထက်သော တရား
ဟူသည် လောဘ(လိုချင်မှု), ဒေါသ(စိတ်ဆိုမှု),
မောဟ(အမှန်မသိတတ်မှု), မာန(ကိုယ်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးမှု),
ကူသာ(ကိုယ်ထက်သာလျှင် မာနလိုမှု), မစွဲရိယ(ပစ္စည်းဂုဏ်သိရိ,
စည်းစိမ်ပညာကို သူတစ်ပါး မရေစေလိုသော ဝန်တိမှု), ဒီဇို
(အယူမှားမှု), စိမိကိုမာ (ဘုရားစသော အမှန်အာရုံး ယုံမှားသံသယ
ဖြစ်မှု) ဤတရားစုတည်း၊ ဤတရားစု မပါသေးသောကြောင့်
ပဋိသန္ဓာသည် ဘာမှု ထက်ထက်မြေက်မြေက် ဆိုးဆိုးရှားရှား ဖုန်ချော့
လူ့ပဋိသန္ဓာ တချို့၌ ဉာဏ်ပါသော်လည်း ထိုဉာဏ်သည် တစ်ခု
တစ်ခုကို ကြော်စည်းတတ်သောဉာဏ် မဟုတ်ရကား သတ္တိ မထက်ချော့

ထိုကြောင့် ပဋိသန္တတည်နေခါစ သတ္တဝါကလေးသည် အလွန် နှံသော ရပ်နာမ်ခန္ဓာကလေးမျှသာ ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ပါ။

ဓာတ်သတ္တီ ပဋိသန္တခေါ်ကြောင်းသာ, ဒေါသ စသော တရား
ပါရိုမော် ထိုသည် သရပ်သကောင် အထင်အရှား မပါသေး
 သော်လည်း (နောင်ခါ လောဘ, ဒေါသ စသည်
 ဖြစ်ဖို့ရန်) အခြေခံ ဓာတ်သတ္တကား ပါရိုသည်သာ မွေးဖွားလာ
 သောအခါ တချို့က လောဘကြီးသူ ဖြစ်နေခြင်း၊ တချို့က ဒေါသ,
 တချို့က ဂူသော, တချို့က မစွဲရှိယ, တချို့က မာန, တချို့က
 ဒီဋီ, တချို့က အဖျင်း အ-အ, တချို့က ပညာထက်, တချို့က
 သဒ္ဓါတရားထက်, ဤသို့ အကွဲကွဲ အပြားပြား ဖြစ်နေခြင်းသည်
 ပဋိသန္တခေါ်ကြောင်းပင် ထိုဓာတ် ပါရိုပူး မတူသောကြောင့်တည်း လောဘ
 ဓာတ်သတ္တီ လွန်လွန်ကဲက ပါမိလျင် မွေးဖွားလာသောအခါ လောဘ
 ကြီးသူ ဖြစ်နေ၏။ ဤသို့ စသည်ဖြင့် ချွဲထွင်သိပါ။

ရှုံးဝါသနာကြောင့် “ဝါသနာ”ဟူသော ပါဉိယျက် စကားတစ်ဖိုး
ဓာတ်သတ္တီ မတူ ရှိ၏။ မြန်မာလို “အထု”ဟု ခေါ်၏။ အဝတ်၌
 အပုပ်နံဖြစ်စေ, အမွှေးအကြိုင်နံဖြစ်စေ စွဲနေ
 ခြင်းကို “အထု”ဟု ဆိုလိုသည်၊ စိတ်ဓာတ်၌ ထိုအထုဓာတ်တစ်ဖိုး
 စွဲနေတတ်၏။ တစ်ခုသောဘဝျှောင်းသူ, လောကီအာရုံ
 ကာမဂ္ဂဏ် လိုက်စားသူ ဖြစ်လျင် ထိုတဏော ရာဂ လောဘသည်
 စိတ်အစဉ်မှာ မကြာခကာ ဖြစ်နေသောကြောင့် ထို စိတ်အစဉ်၌

လော (တဏ္ဍာ ရာဂ) အထုပါနေ၏ ဒေသကြီးသူ၊ မနာကြီးသူ၊ ဒိဋ္ဌဖော်သူ၊ ကူသာ မစွဲခိုး အားကြီးသူတို့၏လည်း ထိတရားဆိုးတွေ အထုပါနေတတ်၏ သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ ပိုရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိကြီးသူ တို့၏လည်း ထိသဒ္ဓါ စသော တရားများ (အဝတ်မှာ ရေဇွေးနှင့် ထုနေသက္ကာသို့) ဂိတ်အစဉ်မှာ အထုပါနေတော်၏။

ထိုကြောင့် မကောင်းတရား အထုပါနေသူ၏ နောက်ဘဝဝယ်
ထိုမကောင်းတရားတွေပင် အဖြစ်များနေတတ်၏၊ ကောင်းတရားတွေ
အထုပါနေသူ၏လည်း ထို ကောင်းတရား အထုပါနေ၏၊ ထိုကြောင့်
ပညာဘက်က ထက်မြက်လိုသော အရှင်သာရိပုတ္တရာသည်
တစ်အသချွဲနှင့် ကမ္မာတစ်သိန်းကြာအောင် ပညာအထံ ပါခဲ့ရ
ကား နောက်ဆုံးဘဝ၌ ပညာဘက်က တော်ဂါရသော ပညာရှိ
ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး ဖြစ်လာရပေသည်။ ရှင်ဘုရင်ဘဝ များစွာ ဖြစ်ခဲ့၍
မာနဘက်၌ အထုရနေသော အရှင်ပိလိန္ဒဝိထောင်ကား ရဟန္တာ
ဖြစ်၍ မာနကုန်သွားသည့်တိုင်အောင် ထိုမာန အထုဝါသနာ အရှိန်
ကလေး ပါနေရကား သူတစ်ပါးကို ခေါ်သောအခါ “သယလ-
ဟုံးအကောင်”ဟူသော အသုံးအနှစ်များကို ပြောဆို သုံးနှစ်းမိပါသေး
သတဲ့...။

ဤသိလျှင် အထုပါသနာသည် စိတ်အစဉ်၌ ခွဲကပ်ပါနေတတ်ရကာ၊ မကောင်းသော အထုပါသနာကို (ဆပ်ပြာဖြင့် စီမံ၍ အပုပ်ဘတ်ကို ချွှတ်ရသကဲ့သို့) အသုဘာကမ္မာဌာန်းတရား၊ မေတ္တာဘာဝနာ

စသောတရားတို့ဖြင့် ချတ်မှသာ ပျက်ပြယ် ပျောက်ကင်းနိုင်၏၊ ကောင်းသာ အထုတ်သနာကိုကား တိုးသည်ထက် တိုးပွားဒေါ် အလုပ်သဘောအားဖြင့် ကြီးမားရလေသည်၊ ထိုကြောင့် ယခုအခါ လောဘ၊ ဒေါသ စသော မကောင်းတရား ကြီးမားသူသည် ရွှေးက ပါလာသော ဝါသနာကို မဆွတ်နိုင်ခဲ့ရကား ပဋိသန္ဓာတ်တို့ပင် ထို မကောင်းစာတ် ပါနေသည်ဟုလည်းကောင်း၊ သဒ္ဓါ၊ ပညာ ကြီးမားသူ၌လည်း ပဋိသန္ဓာတ်တို့သဒ္ဓါ၊ ပညာ ပါနေသည်ဟ လည်းကောင်း ခဲ့ခြား၍ မှတ်သားပါလော့။

ရှေ့ကံကြောင့် “လူ့ပဋိသန္ဓာ”ဟု ခေါ်ရသော ရုပ်ကလာပ် ပဋိသန္ဓာရုပ်၊ နာမ်ဖြစ်
(၃)စည်းနှင့် စိတ်၊ စေတသိက်ဟုသော နာမ်တရားအစုသည်၊ လွန်ခဲ့သော ရှေးရေး ဘဝများစွာတွင် တစ်ခုခုသော ဘဝ၌ ပြုခဲ့သော ကံကြောင့် ဖြစ်၏၊ ထိုရုပ်၊ ထိုနာမ် (ပဏိသန္ဓာ)သည် မိဘတို့၏ သွေးသားကြောင့် ဖြစ်သည် မဟုတ်၊ မိမိကံကြောင့်သာ ဖြစ်၏၊ ထိုကြောင့် ယောကျား ဖြစ်ထိုက်သော ကံကြောင့် ပဏိသန္ဓာရုပ်ကလာပ် (၃)စည်းတွင် ပုဂ္ဂိုလ်ဘာဝရုပ်ကလာပ် ပါရှိ၍ မိန်းမဖြစ်ထိုက်သော ကံကြောင့် ကူးကူးဘာဝရုပ်ကလာပ် ပါရှိလေသည်၊ ထိုရုပ်ကလာပ်နှင့်မျိုးသည် တစ်ဘဝအတွက် (ကံအထူး မရှိလျှင်) အပြောင်းအလဲ မရှိတော့၊ ပုဂ္ဂိုလ်ဘာဝရုပ်ကလာပ် ပါရှိနေသူသည် တစ်ဘဝလုံး ယောကျားသာ ဖြစ်ခွင့်ရှိ၍ ကူးကူးဘာဝရုပ်ကလာပ် ပါရှိသူကလည်း တစ်ဘဝလုံး

မိန်းမသာ ဖြစ်ခွင့်ရှိတော့သည်၊ သို့သော် ရှေးကံကြာ့င့် ဖြစ်စေ၊ ဤဘဝ္ဗုံ ထူးခြားသောကံကြာ့င့်ဖြစ်စေ နည်းနည်းပါးပါး ပြောင်းလဲ နိုင်ပါသေး၏။

**စိတ်ချင်း မတူ၍
ကံချင်းလည်း မတူ**

“ဘုံးကံကြာ့င့် ရှေးကံချင်း မတူပါလိမ့်မည် နည်း” ဟု စဉ်းစားလျှင် “ရှေးရှေးဘဝ္ဗုံ စိတ်ဖြစ်ပုံချင်း မတူသောကံကြာ့င့် ကံချင်းမတူ” ဟု အဖြေပေါ်လာ၏၊ ယခု မျက်မြင် လူများ၏ စိတ်ဖြစ်ပုံကို စဉ်းစားပါ၊ ယောက်ဌားသည် ယောက်ဌားလိုသာ ဝတ်စား ဆင်ပြင် လုပချင်၍ ကာမဂ္ဂ၏ချမ်းသာကိုလည်း ယောက်ဌားလိုသာ ခံစားလို၏၊ မိန်းမဖြစ်သူလည်း မိန်းမလိုသာ ဝတ်စား ဆင်ပြင် လုပချင်၍ မိန်းမလိုသာ ကာမဂ္ဂ၏ ခံစားလို၏၊ ဤသို့ ယောက်ဌားလို ဖြစ်ချင်သော တဏ္ဍာအထုံရသော သတ္တဝါသည် ကံတစ်ခုခုကို ပြုသောအခါ ထိုတဏ္ဍာကို အရင်းခံပြု၏၊ ထိုကံသည် ယောက်ဌားဘဝ ရဖိုရန် ပဋိသန္တခဏ်၍ ပုရိသာဘဝရှုပ်ကလာပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ မိန်းမလို ဖြစ်ချင်သော တဏ္ဍာအထုံရသော သတ္တဝါသည်လည်း ကံတစ်ခုခုကို ပြုသောအခါ ထိုတဏ္ဍာကို အရင်းခံ၍ ပြု၏၊ ထိုကံသည် မိန်းမဘဝကို ရဖိုရန် ပဋိသန္တခဏ်၍ ကဲတ္တိဘဝရှုပ်ကလာပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ ဤသို့ စိတ်ချင်း မတူသောကံကြာ့င့် ကံချင်းမတူ၊ ကံချင်း မတူသောကံကြာ့င့် ဘဝရှုပ်ချင်း မတူ၊ ထိုဘဝရှုပ်ချင်း မတူသောကံကြာ့င့် “ယောက်ဌား မိန်းမ” ဟု ကဲပြားသော သတ္တဝါနှစ်မျိုးကို တွေ့ကြုရလေသည်။

ဘာဝရှုပ်၏ ထို သန္တေသား သတ္တဝါ၏ ရှုပ်ကလာပ်တွေ
သတ္တိ တဖြည်းဖြည်း တိုးပွားလာသောအခါ ထိုဘာဝ
 ရှုပ်သည် ထိုရှုပ်ကလာပ်များစွာတို့၏ အကြား
 အကြား၌ ပါရှိရကား ပုဂ္ဂိုသဘာဝရှုပ်ကြောင့် အကိုယ်နှင့်တကွ
 ကိုယ်လုံး ကိုယ်ထည် မျက်နှာ လက် ခြေထိုသည် ယောကျား
 ပုံသဏ္ဌာန် ပေါ်လာကြရ၏၊ လူတ္ထိဘာဝရှုပ်ကြောင့်လည်း ထိုအားလုံး
 ပင် မိန်းမပုံသဏ္ဌာန် ပေါ်လာကြသည်၊ ထိုကြောင့် ယောကျား
 မိန်းမတို့ ပုံသဏ္ဌာန်ချင်း မတူမှု၏ အကြောင်းအဆက်ဆက်သည်
 ဘာဝရှုပ် ရှေးကံ ရှေးစိတ်များပင် ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ပါ။

တော်တော်တန်တန်နှင့် မိန်းမနှင့်ဆိုင်သော ဖြစ်ချင်မှု တဏာ့
အဖြစ်မပြောင်း အရင်းခံ၍ ကံအဆက်ဆက်ကြောင့်
 ဘဝအဆက်ဆက်၌ မိန်းမချည်း ဖြစ်နေ၏။ စိသာခါသည် ကမ္မာတစ်သိန်းလောက် ဘုရား၊ ကျောင်းအမ
 ဖြစ်လိုသော ဆန္ဒဖြင့်လည်းကောင်း၊ မိန်းမလို ခံစားလိုသော တဏာ့
 အရင်းခံဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကံအမျိုးမျိုးကို ဘဝဆက်တိုင်း ပြုခဲ့
 သောကြောင့် မိန်းမဘဝချည်း ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်လာ၍
 စိသာခါ ကျောင်းအမ ဖြစ်လာ၏၊ ယသော်စရာသည် လေးအသချို့
 နှင့် ကမ္မာတစ်သိန်းပတ်လုံး မိန်းမချည်း ဆက်ကာ ဆက်ကာ
 ဖြုံလာ၏၊ ထိုကြောင့် မိန်းမဘဝ ရပြီးသူသည် ယောကျားဘဝကို
 အထူးလိုလား တော်တသောစိတ် မပြောင်းသမျှ ယောကျား(အထိုး)
 မဖြစ်နိုင်၊ ယောကျား ဖြစ်ပြီးသူလည်း တော်တော်တန်တန်

ကံဆိုးမပါလျှင် မိန်းမဘဝသို့ မပြောင်းနိုင်၊ ကမေသု မိစ္စာတရာကံ ဆိုးကြီး ပါလာမူကား မိမိက မိန်းမဘဝကို မတောင့်တစေကာမူ ငဲ့ တိရှာဖွဲ့စည် စသည် ဖြစ်ပြီးနောက် မိန်းမ (အမ)ဘဝသို့ ပြောင်းလဲ နိုင်လေသည်။

ကံမတူ၍ သတ္တဝါတို့သည် ကံပြုစဉ်အခါ၌ စိတ်ချင်း
ဉာဏ်လည်း မတူ မတူသောကြောင့် ကံချင်းလည်း မတူနိုင်ကြ၊
 ဥပမာ-ဘုရားရှိခိုးခြင်း စသော ကုသိုလ်
 အလုပ်တစ်မျိုးတည်းကို လူအများ တစ်ပြီးငါက် ပြုကြရာ၌ စိတ်
 ထက်သန် မထက်သန်၊ သဒ္ဓိတရား အားကောင်း မကောင်း၊
 ဘုရားဂုဏ်တော်ကို သိသောဉာဏ် ရှိ-မရှိ၊ ရှိပြန်လျှင်လည်း
 အသိချင်း မတူ၊ ဉာဏ်အတိမိအနေက် ကွာခြားနေ၏၊ ထိုကြောင့်
 ထိုကံတစ်မျိုးက လူဘဝအကျိုးပေးလျှင် ဘုရားရှိခိုးစဉ်က စိတ်。
 သဒ္ဓိ၊ ပညာ စသည် ကွဲပြားသလောက် လူချင်း ကွဲပြားရုံမက
 ဉာဏ်ချင်းလည်း ကွဲပြား၏၊ ဉာဏ်ထက်သူချင်း တူစေကာမူ
 ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း၊ တတိယတန်း အဖြစ်ဖြင့် ဉာဏ်ချင်း
 ကွဲပြားသေး၏၊ ဤသို့လျှင် ကံချင်းမတူသောကြောင့် ယခုအခါ
 သတ္တဝါချင်း မတူ၊ စည်းစိမ် ဥစ္စာချင်း မတူ၊ ဉာဏ်ပညာချင်း
 မတူသော လူအမျိုးမျိုးကို တွေ့ကြရပေသည်၊ ထိုကြောင့် ဉာဏ်
 ကောင်းသူများကို တွေ့ရလျှင် ရွှေးရွှေးဘဝတို့၌ ဉာဏ်ပညာ
 ထက်ထက်သန်သန် အမြော်အမြှင် ကြီးကြီးမားမား ကံပြုလာခဲ့သူ
 သော်လည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ပညာကို အားပေးသော ကံကို ပြုလာ
 ခဲ့သူတော်လည်းကောင်း ဖြစ်နိုင်သည်ဟု စန့်မှန်းနိုင်ပါသည်။

တော်ဓတ်နှင့် မယုံနိုင်စရာ “ပဋိသန္တတည်စ ပထမအချိန်၌
ရုပ်ကလာပ် (၃) စည်းနှင့် စိတ်
ဝိညာဉ် စေတသိက်များ စ၍ တည်မိကြ၏”ဟူသော စကားကို
တော်တော်ဘန်တုန် ပညာညာဏ်ရှိရှိ၊ စာပေကို တော်တော် လေ့လာရုံ
မျှဖြင့် မယုံကြည်နိုင်၊ နားမလည်နိုင်ကြပေ၊ ချွေးဦးအုံ-လောက၌
“နားလည်မှ ယုံကြည်မှ”ဟူသည် ဇွဲဗွားစကာတည်းက မိဘစသော
အပေါင်းအသင်းနှင့် လေ့လာအပ်သော စာများကို အရင်ခံ၍ ဖြစ်၏၊
ထိုကြောင့် ဤတရားကို မကြားနာရ၊ မသင်ယူရ၊ မူလေ့လာရသော
ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပညာညာဏ်ရှိသူ ဖြစ်စေကာမှ ဤပဋိသန္တတည်ခန်းကို
မယုံကြည်နိုင်ပါ။

ဤတရား ဤစာမျိုးကို ကြားရ၊ နာရ၊ လေ့လာ သင်ယူရ^၁
စေကာမှ အခြေအမြစ်မှ စ၍ ကျကျနှစ် မသင်ရ၊ မနာရလျှင်
(မိရိုးဖလာ ယုံကြည်မှုထက် ပို၍) နှစ်နှစ်ကာကာ မယုံကြည်နိုင်ပါ။
ထိုသို့ နှစ်နှစ်ကာကာ မယုံကြည်နိုင်သူ ယောင်းဝါး ဖြစ်နေသူသည်
ဤတရား ဤစာနှင့် ဆန့်ကျင်သော လောကိစာပေကို သင်ယူ
လေ့လာရပြန်လျှင် သာ၍ ဆန့်ကျင်သော အမြင်ကို မြင်ကာ ဤ
ပဋိသန္တတည်ခန်းကို လုံးလုံး ပယ်လှန်ကြလေတော့သည် ထိုကြောင့်
ဤပဋိသန္တတည်ခန်းကို ယခု ရေးပြသည်ထက် ပို၍ နားလည်
ဖို့ရာ အသိဓမ္မာတရားတော်ကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် လေ့လာသင့်ကြပါ
သည်။

သေခါမီး “ရှေးကံကြောင့် ပဋိသန္တ တည်နေရသည်”
အာရုံ ထင်လာပုံ ဟူရာ၌ “ရှေးကံ”ဟူရာဝယ် လွန်ခဲ့ပြီးသော ဒုတိယဘဝက ကံလည်း ဖြစ်နိုင်၊ တတိယ ဘဝမှ စဉ် ရှေးရှေး ဘဝများစွာက ကံလည်း ဖြစ်နိုင်၏၊ ထိုကံ သည် သူချဉ်းသက်သက် ဘွားကနဲ့ ပေါ်လာ၍ အကျိုးပေးသည် မဟုတ်ပါ၊ ဒုတိယဘဝ စုတေကာနီး၌ မေ့မျောနေချိန်ဝယ် (မည်သူ မဆို နောက်ဆုံးအချိန်) ခဏာကလေးမျှ သတိလတ်သလို မေ့သွားရ၏၊ ထိုအချိန်ဝယ်) အီပ်မက် မက်သကဲ့သို့ ရှေးရှေး မိမိပြုခဲ့သော ကုသိုလ်ကံဖြစ်စေ၊ အကုသိုလ်ကံဖြစ်စေ ထင်လာတတ်၏၊ တချို့မှာ ယခုလောလောဆယ် ပြုနေသလို ထင်နေ၏၊ “ကံအာရုံ ထင်ခြင်း” ဟု ခေါ်၏၊ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် မထင်လျှင် ထို ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ပြုစဉ်က တွေ့ခဲ့ကြော့ရသော အာရုံပျော် ထင်လာတတ်၏၊ ထိုထင်လာမှုကို “ကမ္မနိမိတ်ထင်လာခြင်း” ဟု ခေါ်၏၊ တချို့၌ ကား ရောက်ရမည့် ဂတိဘဝက ငရဲမီး စသော နတ်ဘုံစသော အာရုံတွေ ထင်လာတတ်၏၊ ထိုထင်လာမှုကို “ဂတိနိမိတ်ထင်ခြင်း” ဟု ခေါ်၏။ (ကံ၊ ကမ္မနိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ်)

ထင်လာသော အာရုံအလိုက် ကံက အကျိုးပေး ကောင်းသောအာရုံတွေ ထိုအာရုံတို့တွင် တစ်မျိုးဖြစ်စေ၊ နှစ်မျိုးဖြစ်စေ၊ သုံးမျိုးလုံးဖြစ်စေ ထင်လာခြင်းသည် (ရှေးကံ အခွင့်ရဖို့ရန်) ရေလာမြောင်းပေး ပြုလုပ်ပေး ခြင်း ဖြစ်၏၊ ထိုကြောင့် စုတေခါနီး၌ ကောင်းသောအာရုံတွေ (စုတေစိတ် ကျခါနီးအထိ) ထင်နေလျှင်

ထိအာရုံနှင့် သက်ဆိုင်သော ရှေးကုသိလ်ကံသည် နောင်ဘဝျှော် ပဋိသန္တအကျိုး (ရပ်ကလာပ် သုံးစည်းနှင့် စိတ် စေတသိက်များ)ကို ဖြစ်စေတော့၏၊ စုတေသါနီး၌ မကောင်းသော အာရုံတွေ ထင်နေပြန်လျှင်လည်း ထိအာရုံနှင့် သက်ဆိုင်သော ရှေးအကုသိလ် ကံသည် နောက်ဘဝျော် ပဋိသန္တအကျိုးကို ဖြစ်စေတော့၏။ ဤစကားအရ “ရှေးရှေးကံသည် သူ.ချည်းသက်သက် ဘွားကနဲ့ ပေါ်လာ၍ အကျိုးပေးသည် မဟုတ်၊ စုတေသါနီး၌ ထင်လာသော အာရုံအားလုံးစွာသာ အကျိုးပေးရသည်”ဟု မှတ်ပါ။

ရှေးကံကြောင့်	လောက်၍ မိမိက သူတစ်ပါး၏ အယူဝါဒကို
မဟုတ်လျှင်	ပယ်လိုလျှင် မိမိ အယူဝါဒကို နိုင်နိုင်မှာမာ
ဘူးကြောင့်လ	(အကြောင်း လုံလုံလောက်လောက်) ပြနိုင်မှ လမ်းယှဉ် ကျ၏၏ မိမိက နိုင်မြှုသောအကြောင်း
ကို မပြနိုင်ဘဲ သူတစ်ပါး၏ အယူဝါဒကို ပယ်ခြင်းသည် ရိုင်းစိုင်း၏။	စောက်ရေးရာလည်း ရောက်၏၊ ထိုကြောင့် “ရှေးကံကြောင့် ပဋိသန္တ တည်ရပါသည်”ဟု ဆိုရာ၌ “ရှေးကံကြောင့် မဟုတ်လျှင် အဘယ် အကြောင်းကြောင့် ပဋိသန္တ စတည်ရပါသနည်း”ဟု ပြန်မေးဖို့ရာ ပြသုနာတစ်ခု ပေါ်လာသည်။

မိဘတို့၏ သွေးကြောင့်	ထိုသို့ ပြသုနာ ပေါ်လာသောအခါ
ပဋိသန္တ တည်သလော	ယခုခေတ် လောကို ပညာရှိတို့က “မိဘတို့၏ သုက်သွေး၌ ပါရှိသော

ပို့ကောင်ယ်ကလေးများမှ သန္တသား၏ အစိတ်အပိုင်း အစကလေး ဖြစ်ပွား၏”ဟု ဆိုကြသတတ်၊ ထိုအဆိုကို စဉ်းစားကြဖို့ ...။

- I။ အမြဲမွေးသော ကလေးနှစ်ယောက်တွင် တစ်ယောက်သည် မိန့်ကလေး၊ တစ်ယောက်က ယောက်ဗျားကလေး ဖြစ်နေရာ၌ သုက်သွေးချင်း တူပါလျက် မွေးဖွားခိုန်လည်း တစ်ဆက်တည်း ဖြစ်နေပါလျက် အဘယ်အကြောင်းကြောင့် မိန့်မ ယောက်ဗျား ကွဲပြားရပါသနည်း။ (မှုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်အလိုမှာ ပဋိသန္တတည်စ ပထမအခိုန်ပြုပင် ရေးကံကြောင့် ကူတိတာဝရှုကလာပ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်သာဝရှုပ်ကလာပ်ဟု သာဝရှုပ်ချင်း ကွဲပြား ခဲ့လေပြီ။)
- J။ အမြဲမွေး ကလေးနှစ်ယောက်လုံးပင် ယောက်ဗျားချည်း၊ သို့မဟုတ် မိန့်မချည်း ဖြစ်နေပါလျက် အဘယ်အကြောင်းကြောင့် တစ်ယောက်သည် ဉာဏ်ကောင်း၍ တစ်ယောက်က ဉာဏ်မကောင်း ဖြစ်ရသနည်း။ [မှုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်အလိုမှာ ရေးကံကြောင့် (ရေးက ဉာဏ်နှင့်ဆိုင်သော ကောင်းမှုကို ပြခဲ့ခြင်း၊ မပြခဲ့ခြင်း ကွဲပြားသောကြောင့်) ပဋိသန္တစိတ်ပြုပင် ဉာဏ်စာတ် ပါခြင်း၊ မပါခြင်းအားဖြင့် ကွဲပြားလေပြီ၊ ထိုကြောင့် ဖွားမြင်လာသောအခါ ဉာဏ်ကောင်း၊ မကောင်း ကွဲပြားရသည်။]

- ၃။ ထိအမြဲမွေး ညီအစ်ကို သိမ္မဟုတ် ညီအစ်မ နှစ်ယောက်တွင် အဘယ်အကြောင်းကြောင့် တစ်ယောက်သည် လောဘကြီး၍ တစ်ယောက်က လောဘ နည်းရပါသနည်း။ (မှုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်အလိုအားဖြင့် ရွေးဘဝက လောဘကြီးသူ၊ လောဘခြေရံ၍ လူ.ပဋိသန္တာနဲ့ အကျိုးပေးမည့်ကံကို ပြုခဲ့သူ သည် ဤဘဝ၌ လောဘအထုပါသောကြောင့် လောဘကြီးသူ ဖြစ်ရ၏။ ထိသို့ လောဘအထုပါသူကဗား လောဘနည်းသူ ဖြစ်လေသည်။)
- ၄။ ဒေါသကြီးခြင်း၊ ဒေါသနည်းခြင်းအတွက်လည်း ဤနည်းအတိုင်း ရွေးဘဝက ဒေါသအားကြီးသူ၊ ဒေါသခြေရံ၍ လူ.ပဋိသန္တာနဲ့အကျိုးပေးမည့်ကံကို ပြုခဲ့သူသည် ဒေါသအထုပါနေရကား ဒေါသကြီးသူ ဖြစ်တတ်လေသည်။ (မာနကြီးခြင်း၊ မကြီးခြင်း၊ ကူသာ မစွဲရိယ အားကြီးခြင်း၊ မကြီးခြင်းများ လည်း ဤနည်းအတိုင်း ရွှေ့က ပါလာသော အထုပါသနာနှင့် သက်ဆိုင်ကြသည်။)
- ၅။ ဤနည်းအတိုင်း အမြဲမွေး ကလေး နှစ်ယောက်၏ ရောဂါများခြင်း၊ မများခြင်း၊ ဉာဏ်ရိရိယ တူပါလျက် ပညာတတ်ခြင်း၊ မတတ်ခြင်း၊ ဉာဏ်ပေါ်ခြင်း၊ မပေါ်ခြင်း၊ အသက်ရှည်ခြင်း၊ မရှည်ခြင်း စသည်တို့ကို စိစစ်ကြည့်ရ၏။

ထိုသို့ စိစစ်တိုင်းပင် “မိဘတိုက် သုက်သွေးကြောင့် သန္တသားကလေး ဖြစ်လာရ၏”ဟူသော အယူဝါဒ၌ ကျေနပ်ဖွယ် အဖြေ မထွက်နိုင်ဘဲ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ “ရှေးကံကို အခြေခံ၍ သန္တ တည်ရသည်”ဟူသော အယူဝါဒ၌သာ ကျေနပ်ဖွယ် အဖြေထွက်စရာ ရှိပါသည်။

ပါရှားဘုရင်နှင့်

မိဖုရား

လွန်ခဲ့သော (၂)နှစ်ကျော်လောက်က ပါရှား

ဘုရင်၏ မိဖုရားသည် သားသမီး မရှု သား

မရှုလျှင် ထိုးနှစ်းအမွှေ ဆက်ခံ ယူရမည်။

မရှု ထိုးကြောင့် မျိုးရှုံးထုံးစံအရ မိဖုရားကို ကွာရတော့မည်၊ ဘုရားကလည်း မကွာရက်ရှာ၊ ဘုရင်ရော မိဖုရားပါ သား သမီးရအောင် ကြိုးစားရှာကြ၏၊ နိုင်ငံခြား ဆရာဝန်များနှင့်တကွ ဆရာဝန် အမျိုးမျိုး ဖြင့် သား သမီး ရဖို့ရန် ကြိုးစားကြ၏၊ (၁)နှစ်လုံးလုံး ပေါင်းပါ သော်လည်း သား သမီး မရှုသော မိဖုရားကို ကွာလိုက်ရတော့၏၊ ထို့နောက် အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ကို မိဖုရား ပြောက်သောအခါ တစ်နှစ်အတွင်းမှာပင် သားရတနာ ရပ်သတဲ့။ (ဤနေရာဝယ် လောကတတ် ပညာရှိတို့က အဘယ်သို့ ဆိုလိုကြသနည်း၊ “မိဖုရား မှာ ရောဂါရိလို့”ဟု ဆိုလျှင် ထိုရောဂါရိ ဆရာဝန်မျိုးစုနှင့် ကုမည် မဟုတ်ပါလော မိဖုရားကား ယခုတိုင်အောင်ပင် ကျေန်းကျေန်းမာမာကြိုး ပါတကား။)

ဟောမိမင်းသားနှင့်
မိဖုရား
ဘုရား လက်ထက်တော်၌ ဘဂ္ဂတိုင်းဝယ်
ဟောမိမင်းသား၏ မိဖုရားသည် သား သမီး
မရ ထိသူတို့သည် ရေးတစ်ခုသောဘဝါး
ကျွန်းငယ်တစ်ခုသို့ (လျေသင်္ခာ ပျက်သောကြောင့်) ရောက်သွားကြ
၏၊ စားစရာအစာ မရသောကြောင့် နှက်ကလေးများကို သဘောတူ
စားခဲ့ကြ၏၊ ထိကံ၏အကျိုးပေးခွင့် ကြံ့သောကြောင့် ယခုဘဝါး
သား သမီး မရသော မင်းသားနှင့် မိဖုရားများ ဖြစ်လာကြရသည်။
(နှက်ကလေးများကို စားစဉ်အခါး၌ တစ်ယောက်ယောက်က
သဘောမတူလျှင် ထိသောမတူသူအတွက် သား သမီး ရနိုင်စရာ
ရှိ၏၊ ယခုသော် နှစ်ယောက်လုံး သဘောတူ စားခဲ့ကြသောကြောင့်
သား သမီး မရဘဲ ရှိရသည်။)

တရားတော် သခိုရဟန္တယာ ထိညာဏံ၊ ထိညာဏံပွဲယာ နာမရပံ့—
ကုသိလ်ကံ အကုသိလ်ကံ(ဟူသော သခိုရ)ကြောင့်
ပဋိသန္ဓိညာဏံစိတ် ဖြစ်ရ၏၊ ပဋိသန္ဓိညာဏံစိတ်ကြောင့် (ထိ
စိတ်နှင့် တစ်ပြိုင်နှက်) နာမ်ဟူသော စေတသိက်နှင့် ရပ်ကလာပ်များ
ဖြစ်ကြရသည်။

သမ္မ ကမ္မသုကာ သတ္တာ၊ ကမ္မ သတ္တာ ဝိဘဒ္ဒတီ၊
ဟီနပဏီတဘာဝါယ၊ န စိန္တာယ သမီးမြို့နော်။

အားလုံးသော သတ္တာဝိတို့သည် ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ
(ဖို့အားထားရာ)ရှိကြကုန်၏၊ ကံသည် သတ္တာဝိတို့ကို အယုတ်အမြတ်

(အောက်တန်း၊ အထက်တန်း) ကွဲပြားဖို့ရင် ခဲ့ခြမ်းဝေဖန်၏ ကံမလုံ
လျှင် ကြံရုံဖြင့် မပြည့်စုနိုင်ကြ။

ရှေးကံ မယုံသူများ ပိမိတို့ အိပ်ပျော်နေသောအခါ မည်သည့်
ထင်၍ ငိုးစား အိပ်မက်မျှလည်း မမက်လျှင် “ဘဝ်”ဟု
ခေါ်အပ်သော စိတ်အစဉ် ဖြစ်နေ၏ စိတ်
အမျိုးမျိုးလည်း မဖြစ် စိတ်တစ်မျိုးတည်းသာ (မနီးမချင်း) ဆက်ကာ
ဆက်ကာ ဖြစ်နေ၏ ထို စိတ်အစဉ်သည် ပဋိသန္တစိတ်နှင့် အားလုံး
တူရကား ပဋိသန္တစိတ်ကဲ့သို့ ရှေးကံကြောင့် ဖြစ်သော စိတ်အစဉ်
တည်း၊ ထိုအိပ်ပျော်နိုက်၌ ဖြစ်နေသောစိတ်ကို (ရှေးကံကို မယုံသူ
တိုက) “မည်သည့် အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်သောစိတ်”ဟု ညွှန်ပြ
သင့်ကြပေသည်။

ရှေးကံကြောင့် အိပ်ပျော်သောအခါ ဖြစ်ပျက်နေသော စိတ်များ
ဖြစ်သောစိတ်များ သာမက နှီးနေသောအခါ “စက္ခဝိညာဏ်”ဟု
ခေါ်အပ်သော မြင်သိ သိသောစိတ်လည်း ရှေး
ကံကြောင့် ဖြစ်သော စိတ်ပင်တည်း မကောင်းသောအဆင်းကို
မြင်ရသောအခါဖြစ်သော စက္ခဝိညာဏ်စိတ်သည် ရှေးက အကုသိုလ်
ကံကြောင့် ဖြစ်၏ ကောင်းသော လှပသော အဆင်းကို မြင်ရ^၁
သောအခါ ဖြစ်သော စက္ခဝိညာဏ်စိတ်သည် ရှေးက ကုသိုလ်ကံ
ကြောင့် ဖြစ်၏ ဤအတူ သောတစိညာဏ် (ကြေားသိ သိသော)
စိတ်၊ ယာနိုင်ညာဏ် (နှိသိ သိသော) စိတ်၊ နှိုာစိညာဏ် (အရသာ
သိသော) စိတ်၊ ကာယိုင်ညာဏ် (အထိအတွေ့ကို သိသော)

စိတ်များလည်း ရေးကံကြောင့် ဖြစ်ရသော စိတ်များတည်း၊ ဤသို့
စသည်ဖြင့် ရေးကံကြောင့် ဖြစ်ရသော စိတ်တွေများစွာ ရှိလေ
သည်။

ဘယ်က လာ၍ ပြခဲ့သော ဘဝ်, စက္ခတိညာဏ် စသော
ဘယ်မှာ စနေသလဲ စိတ်တို့သည် မဖြစ်စီ (မထင်ရှားသောစိတ်
 အဖြစ်ဖြင့်) တစ်နေရာမှာ စနေကြသည်
 မဟုတ်၊ ဖြစ်ပြီးနောက် (တစ်နေရာ စနေကြသည် မဟုတ်ဘဲ)
 တစ်ခါတည်း ချုပ်ပျောက်ရကုန်၏ ထိုကြောင့် အကြောင်း ညီညွတ်
 သောအခါ ရေးကံကြောင့် တစ်ခါတည်း ပေါ်လာ၍ တစ်ခဏာ
 လောက် တည်ပြီးနောက် ချုပ်ပျောက်ကြရခြင်းသည် စိတ်များ၏
 ထုံးစံဓမ္မတာပင် ဖြစ်သည်ဟု မှတ်၊ (တဒ္ဒါက “စိတ်တို့သည်
 မထင်မရှားဘဲ စန္တာကိုယ်ထဲမှာ တည်ရှိနေသော အောက်တန်း
 အထပ်အလွှာစိတ် အရာတစ်မျိုး၊ ထိုအောက်တန်းအထပ်အလွှာဝယ်
 တည်ရှိသော စိတ်အများထဲမှ အကြောင်းအားလုံးစွာ အထင်အရှား
 ထွက်ပေါ်လာသော အထက်တန်းလွှာစိတ်တစ်မျိုး”ဟု နှစ်မျိုး
 ခွဲကြသတတ်၊ ထိုသို့ ခွဲဖို့ရာ စုဝေးတည်ရှိနေသော စိတ်ဟူ၍
 မရှိပါ။)

အကြောင်းညီညွတ် “အကြောင်းညီညွတ်သောအခါ”ဟု ဆိုခဲ့၏၊
 ထိုစကားကို ရှင်းပြပါမည်။—“ဘဝ်စိတ်”
 ဆိုသည်မှာ ကံအရှိန် ရှိသေးသမျှ ထိုဘဝ် မပြတ်အောင် ဆက်စပ်
 ပေးသော စိတ်တစ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ထိုကြောင့် အခြား “စိတ်စိတ်”၏

စိတ်အစဉ်တစ်ရပ် ပြတ်ခြင်းသည် ရှေးကံကြောင့်ဖြစ်သော ဘဝ်စိတ် ဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းတည်း၊ မြင်လောက်သော အရောင် ရှိ၍ စက္ဗုပသာဒ အကြည်စာတိဝယ် ရုပါရုံစာတိခိုက်သည့်အခါ ထိ ရုပါရုံကို ဆင်ခြင်မှု (သတိထားမှု) ရှိခြင်းသည် စက္ဗုပညာကို ဖြစ်ခြင်း၏အကြောင်းတည်း၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် ရှေးကံကြောင့် စိတ်ဖြစ်ရာ၌ အကြောင်းညီညွတ်မှ ဖြစ်နိုင်ပုံကို နားလည်သင့်ကဲ ပါသည်၊ ထိုကြောင့် ပဋိသန္ဓာ စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်တို့ ဖြစ်ရာ ၌လည်း—

- (၁) မိခင်လောင်း၏ ရာသီပန်း ပွင့်ပြီးခြင်း
- (၂) ဖောင်လောင်းနှင့် ပျော်ပါးခြင်း
- (၃) သန္ဓာတ်ထိုက်သော သတ္တဝါ၏ ဘဝဟောင်းမှ စုတေ ခဲ့ခြင်း—

ဟူသော အကြောင်းသုံးပါး ညီညွတ်မှ ရှေးကံကြောင့် ဖြစ်ရပုံကို ယုံကြည်သင့်ကြပေသည်။

မိဘ၏ သွေးက “ရှေးကံကြောင့် ပဋိသန္ဓာ (ရုပ်နှင့် စိတ်, ကျေးဇူးပြုပုံ စေတသိက် နာမ်တရားတို့) စတည်ရရှုင် ထို သန္ဓာတ်သားကလေးအား မိဘတို့၏ သွေးက ကျေးဇူးမပြုတော့ပြီလော”ဟု မေးဖွယ် ရှိ၏။ “မိဘတို့၏ သွေးက ထိုသန္ဓာတ်သားကလေးအား ကျေးဇူးပြုသည်မှာ သာမန် မဟုတ်။ အလွန်ကို ကျေးဇူးပြုပါသည်”ဟု ဖြေရပေလိမ့်မည်။

ထင်ရှားစေအဲ၊ -သန္တတည်၍ ကြီးရင့် မွေးဖွားခြင်းသည် သစ်ပင် စိုက်၍ သစ်ပင် ကြီးထွားပုံနှင့် တူ၏၊ သစ်ပင်စိုက်ရာ၌-

- ၁။ မျိုးစေသည် အရေးကြီးဆုံး ဖြစ်၏၊ မျိုးစေ မရှိလျှင် သစ်ပင် မပေါက်နိုင်၊ ထိုအတူ သန္တ တည်ရှု၍ ရှေး ကံသည် မျိုးစေနှင့် တူ၏၊ ရှေးကံ မရှိလျှင် သန္တ မတည်နိုင်။
- ၂။ မျိုးစေချည်းလည်း အပင် မပေါက်နိုင်၊ မျိုးစေကို အားပေးကူညီမည် မြေ၊ ရေ (အစိုးဝယ်)ရှိမှ အပင် ပေါက်နိုင်၏၊ ထိုအတူ မိဘတို့၏ သွေးသည် မြေ၊ ရေနှင့် တူ၏၊ ထို သွေးမရှိလျှင် သန္တ မတည်နိုင်။
- ၃။ မျိုးစေကောင်းသလောက် ရေ၊ မြေ ကောင်းသလောက် အပင်ကြီးထွားသကဲ့သို့၊ ထိုအတူ ရှေးကံ ကောင်း သလောက်၊ မိဘ၏ သွေးသားကောင်းသလောက် ထိုသန္တသားကလေးသည် ရုပ်အဆင်းအားဖြင့်လည်း ကောင်း၊ ဉာဏ်ပညာစသော အရည်အချင်းအားဖြင့် လည်းကောင်း ကြီးပွား ထွားကြိုင်းနှင့်သည်။
- ၄။ မျိုးစေက ညွှေသော်လည်းကောင်း၊ ရေ၊ မြေက ညွှေသော လည်းကောင်း ပေါက်လာသော အပင်သည် မကြီးပွားဘဲ ငယ်ငယ်ကလေးနှင့် သေတတ်၊ မသေသော်လည်း စည်စည်ပင်ပင် မရှိတဲ့တ်သကဲ့သို့ ရှေးကံက ညွှေသော

လည်းကောင်း၊ မိဘတို့၏ သွေးသားက (ကာလသားရောဂါ စသောရောဂါကြောင့်) ညုံသော်လည်းကောင်းထိသန္တသားကလေးသည် အမိဝင်းထည့် ဖြစ်စေ၊ ဖွား၍ မကြာမိဖြစ်စေ ပျက်စီးတတ်၊ မပျက်စီးသော်လည်း အသက် မရည်ဘဲ ရောဂါသည်ကလေး ဖြစ်နေတတ် လေသည်။

၅။ ဖွားတို့ အောင်းရာ တွင်းသည် မြေနိဖြစ်နေလျှင် ထိ မြေနိမှ ဥတုဇရပ်စာတ် ဆက်စပ်ကူးလာသောကြောင့် ဖွားသတ္တဝါ၏ အဆင်းလည်း အနိုင်၊ သို့မဟုတ် နိုဝင်းဖြစ်တတ်သကဲ့သို့ မြေနှက်ဖြစ်လျှင်လည်း ဖွားနက် ဖြစ်တတ်သကဲ့သို့ ထိုအတူ မိဘတို့၏ သွေးမှ ရုပ်စာတ်ချင်း ဆက်စပ်နေသောကြောင့် သန္တသားကလေး၏ အဆင်းအရောင်လည်း အဖြူ။ အဝါ၊ အနက် ဖြစ်လာရုံးမက လက်၊ ခြေ၊ အကိုဝှက်ပါ အထိက်အလျောက် မိဘတို့နှင့် တူလာသည်၊ ဤနည်းအားဖြင့် မိဘတို့၏ သွေးသည် သန္တသားကလေးအား ကျေးဇူးပြုလျက် ရှိပောကြောင်း ထင်ရှားပေသည်။

အမိဝင်း၌ အမိဝင်း၌ ပဋိသန္တ တည်ခါစ ပထမ ရုပ်နာမ်တို့ကြီးရင့်ပုံ သည် ရှေးကံကြောင့် ဖြစ်ပြီးနောက် ကံကြောင့်ဖြစ်သော ရုပ်အဆက်ဆက်နှင့် ဥတု၊ စိတ်၊ အာဟာရတို့ကြောင့် ဖြစ်သော ရုပ်အဆက်ဆက်များလည်း ထိုသန္တသား၏ ကိုယ်၌ တိုးပွားလျက် ရှိ၏။

ထိုကြောင့် သန္တသားကလေးသည် တဖြည်းဖြည်း ကြီး၍
ကြီး၍ လာရ၏၊ ထိုရပ်တို့တွင် “ဉာဏ်”ဟူသည် သန္တသားကလေး၏
ရေးရေးရပ်များတွင် ပါဝင်သော အင့်. (တော့)ဓာတ်နှင့် အမိ၏
ကိုယ်ငွေ. (တော့)ဓာတ်တည်း၊ မိုးအခါ၌ ဉာဏ်ကြောင့် ဖြစ်သော
ရုပ်တွေ စည်ကား ထိုးပွား၍ သစ်ပင်များ စိမ့်စိုလာသကဲ့သို့
သန္တသားကလေး၏ ကိုယ်၌လည်း ထိုဉာဏ်မျိုးကြောင့် ဖြစ်သော
ရုပ်ကလေးတွေ ထိုးပွားလျက် ရှိ၏၊ ပဋိသန္တစိတ် ဖြစ်၍ ချုပ်ပြီး
နောက် ဘဝင်စိတ် (၁၆)ချက်ခန့်နှင့် မနောဒ္ဒိရာဝန္တးစိတ် ဆက်၍
ဖြစ်ပျက်ပြီးလျှင် မိမိရရှိသော ရုပ်နာမ် (ဘ၀) အသစ်ကို နှစ်သက်
တတ်သော လောဘအော (၇)ကြိုမ် ဖြစ်၏။ (မိမိဘ၀၊ မိမိကိုယ်ကို
ထိုအချိန်ကပင် စင်မင်ခဲ့လေပြီ။)

ထိုနောက်လည်း စိတ်အမျိုးမျိုး ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်ပျက်
၏၊ ယခု မျက်မြင်အားဖြင့် စိတ်ပြောင်းလဲသလောက် ရုပ်တွေ
ပြောင်းလဲပုဂ္ဂို ကြည့်၍ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော ရုပ်များလည်း
ရှိကဲ့သို့ သန္တသားကလေး၌လည်း ပဋိသန္တစိတ်မှ နောက်နောက်
ဖြစ်သော စိတ်များကြောင့် ရုပ်ကလေးများ ထိုးပွားနေ၏၊
သန္တတည်၍ ရက်နှစ်ပတ်လောက် ကြာလျှင် အမိစားသော အစာ
ရည်သည် ချက်ကြိုးဖြင့် ဆက်သွယ်၍ သန္တသားကလေး၏
ရုပ်အစု၌ ထိုတွေ့၏၊ ထိုအခါ အစာ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်သော
ရုပ်များလည်း သန္တသားကလေး၌ ထိုးပွားလျက် ရှိသည်၊ (ထိုသို့
အာဟာရရှုပ် ထိုးပွားရာဝယ် အမိစားအပ်သော အစာက အားကို
ဖြစ်စေနိုင်သလောက် သန္တသားမှာလည်း အားရှိသော ရုပ်များ

တိုးပွားရသည်) ဤနည်းအားဖြင့် သန္တသားကလေး၌ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရကြာ့ဖြစ်သော ရုပ်တရားတွေ အမိဝမ်း၌ ရုပ် ခန္ဓာကိုယ် အဖြစ်ဖြင့် ကြီးပွားလျက် ရှိရပေသည်။

**ရှုပ်ပုံ
အပြောင်းအလဲ** သန္တသားကလေးသည် ပထမ (၇)ရက်၌ ရေကြည်ကလေးမျှသာ ဖြစ်သေး၏၊ ဒုတိယ (၇)ရက်အတွင်း၌ အမြှုပ်ပွာက်ကလေး ဖြစ်လာ၏၊ တတိယ(၇)ရက်အတွင်း၌ အသားတစ်ကလေး ဖြစ်လာ၏၊ စတုတ္ထ(၇)ရက်အတွင်း၌ ပျော်နေသော ထိုအသားတစ်ကလေး မာမာကလေး ဖြစ်လာ၏၊ ပွဲမ(၇)ရက်အတွင်း၌ ဦးခေါင်း ခြေလက်ပေါက်ဖို့ နေရာများ၌ အဖုကလေးတွေ ပေါ်လာ၏၊ ထိုအဖုကလေးတွေ၌ ရုပ်ကလာပ်စည်းတွေ တဖြည်းဖြည်း တိုးပွားသော အခါ ဦးခေါင်းနေရာဝယ် မျက်စီ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ နေရာ တို့၌ မျက်တွင်းချိုင့်စသော အမှတ်အသားကလေးများ ပေါ်လာကြသည်၊ ထိုနောက် တဖြည်းဖြည်း ရုပ်ကလာပ်စည်းကလေးတွေ တိုးပွားပြန်ရာ မွေးဖွားခိုန်တိုင်အောင် အမိဝမ်း၌ ကြီးပွားရလေသည်။ ဤကား ခုခုကသံယုတ် ပါ့ဗိုတော်နှင့် အုပ်ကထာ ဖွံ့ဖြိုးချက်တည်း။

ခေတ်ဆေးပညာ ယခုခေတ် ဆေးပညာရှိများသည် သူတို့၏ ခွဲစိတ်၌ သူတေသန လုပ်ရာ၌ လက်တွေ၊ မျက်မြင်ကို ထွန်ပြ၍ ရုပ်ပြောင်းလဲပုံကို တစ်မျိုးဖော်ပြကြ၏၊ ထိုဖော်ပြပုံ၌ ပုံသဏ္ဌာန် အနေအထားကို အတိအကျ ဖော်ပြသည့်မှာ

စိတ်ဝင်စားဖွယ် ကောင်းလှပေသည့်၊ သို့သော “လေးလကျို့မှ
(ဦးခေါင်း အထင်အရား ပေါ်ပြီးမှ) သန္တသားကလေး၌ အသက်ဝင်
သည့်”ဟူသော အယူအဆကား (ကံနှင့် ကံအကျိုးကို ယုံကြည်
သော) ကမ္မသာကတာဉာဏ် ရှိသူတို့အတွက် များစွာ စဉ်းစားဖွယ်
ရှိလေသည့်၊ စဉ်းစားဖွယ်ကား—

- ၁။ လေးလကျို့မှ အသက် (စိတ်)ဝင်လျှင် ထိုအသက်
သည့် မိဘ၏ သွေးသားနှင့် ဆိုင်သလော၊ အဘယ်
အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်လာသနည်း။
- ၂။ ထိုလေးလကျို့မှ အသက်ဝင်လာသော ကလေးများ၌
မွေးဖွားလာသောအခါ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် စိတ်
ကောင်း စိတ်မကောင်း၊ ဉာဏ်ရှိ ဉာဏ်မရှိ (လောဘ၊
ဒေါသ၊ မာန၊ ကူသာ၊ မစွဲရိယ ကြီး-မကြီး) ကွဲပြား
ကြရသနည်း။
- ၃။ ထိုအသက်ဆိုသော အရာသည့် အဘယ်အရာပါနည်း၊
ဤသို့ စဉ်းစား စိစစ်ဖွယ်များ ရှိနေပါသည်၊ (မွှေ့မြတ်စွာ
၏ တရားတော်အလိုအားဖြင့်ကား ကံကြောင့် ဖြစ်သော
ရုပ်ပွုလည်းကောင်း၊ စေတသိက်ပွုလည်းကောင်း
“မိမိတ”ဟု ခေါ်အပ်သော ရုပ်တစ်မျိုး၊ စေတသိက်
တစ်မျိုး ပါရှိ၏၊ ထိုမိမိတကိုပင် အသက်ဟု ခေါ်၏၊
“ထိုမိမိတသည့် ပဋိသန္တတည်စ ပထမဆုံး ခဏ္ဍာပင်
ပါရှိသည့်”ဟု သိရပါသည်။)

၄။ ထို့ပြင် ပဋိသန္တသားကလေး၌ လက်, ခြေ, ဦးခေါင်း နှင့် မျက်စီ, နား, နှာခေါင်း, လျှောတို့ဖြစ်ဖို့ရာ အဘယ်သို့ အကြောင်း ရှာမည်နည်း၊ “ထံးစံဓမ္မတာဟု ဆိုလျှင် ထိုဓမ္မတာသည် အဘယ်က လာသနည်း၊ မိဘတို့၏ သွေး၌ ပါသော ပိုးကလေးများသည် ထိုသို့ ဖြစ်အောင် ကျေးဇူးပြုနိုင်သလော ဤသို့ စသည်ဖြင့် စဉ်းစားဖွယ် လည်း ရှိပြန်၏။

ဗုဒ္ဓတရားတော် အလိုအားဖြင့် ကံပြုစဉ်ကပင် ယောက်ကျားဘဝ မိန်းမဘဝကို သာယာသော တဏ္ဍာ အရင်းခံ၍ ကံပြုခဲ့သောကြောင့် ထိုကံကြောင့် ဖြစ်ရသော သန္တသားကလေး၌ ယောက်ကျားဆိုင်ရာ မိန်းမဆိုင်ရာ ရုပ်များသည် တဖြည့်ဖြည်း ကြီးရင့်ရာဝယ် အပြည့်အစုံ ပေါ်ရသည်ဟု ယူရပါသည်။

ထို့ပြင် “ဦးခေါင်းနှင့် ဦးနောက် ပေါ်လာချိန်မှ သန္တသားကလေး၏ လူ၍ရှားမှု ထင်ရှားသည်၊ ထိုကြောင့် သန္တသားကလေး၌ လေးလကျို့မှ အသက်ဝင် သည်”ဟု ယူဆရသော အေးပညာရှိတို့၏ ဝါဒကို အခြေခံ အမှန်ယူ၍ “စိတ်သည် ဦးနောက်မှာ ဖြစ်၏”ဟု ပြောကြသော ဝါဒကိုလည်း “ဦးနောက် မပေါ်မိ ပဋိသန္တ တည်စကပင် စိတ်စည်း၌ ဖြစ်နေပြီ”ဟု အသေအခြား ဆုံးဖြတ်ပြီး ဖြစ်နေသော တရားတော်က

လက်မခိုင်ပါ။ (စိတ်ရှိပါလျက် လူပ်ရှားနိုင်လောက်အောင် အကြောင်း မစုံသေး၍ မလူပ်ရှားခြင်းမှာ အိပ်ပျော် နေတုန်းအခါ မလူပ်ခြင်းကို ထောက်ဆွဲလည်း စဉ်းစား သင့်ပါသည်။)

ထိုပြင် “လေးလကျုပ်မှ နှလုံးသား၏ ခုန်ခြင်းကို သိရသောကြောင့် နှလုံးသားသည် လေးလကျုပ်မှ ဖြစ်၏”ဟု ဆိုရှုပုံ ထိုနှလုံးသားဆိုသော ရင်ဘတ်၏ ပဲဘက်၌ တည်ရှိသော အရာသည် ပိဋကတ်ကျမ်းစာ တို့၌ ဆိုထားသော ဟဒယဝတ္ထု (စိတ် စေတသိကိုတို့၏ မှိုရာ) မဖြစ်နိုင်ပါ။ ပိဋကတ်ကျမ်းစာတို့၌ကား ဟဒယဝတ္ထု သည် ပဋိသန္ဓာတ်၌ ပထမအချိန်ကပင် (စိတ်, စေတသိကို မှိုရာအဖြစ်ဖြော်) ပါရို့နဲ့၏ ရင်၏အလယ်မှာ တည်ရှိသည်ဟုလည်း ဆိုပါသည်။

အမိဝင်း၌ ရှေ့၌ သစ်ပင်၏ မျိုးစောမှု သစ်ပင် ပေါက်လာ အမိ၏ တာဝန် ပုံကို ဥပမာပြ၍ ကံမျိုးစောမှု ပဋိသန္ဓာ ရပ်၊ နာမ်များ ဖြစ်လာပုံကို ရေးခဲ့ပြီ၊ ထိုပေါက်လာ သော သစ်ပင်၏ စည်ပင်သနစွမ်းဖို့ တာဝန်သည် သစ်ပင်ရှင် (သစ်ပင်စိုက်သူ)၏ တာဝန်ဖြစ်သကဲ့သို့ သန္ဓာတ်၌ပြီးသောကလေး၏ အမိဝင်း၌ ကျန်းကျန်းမာမာ ရှိဖို့ တာဝန်သည် ပိဘ၏ (အထူးသာဖြင့် အမိ၏) တာဝန်ပင် ဖြစ်သည်၊ သန္ဓာတ်၏ သဘောကို သိသော (သိသည့် အတိုင်းလည်း စောင့်ရွှောက် ထိန်းသိမ်းသော) မိခင်သည်

အနေအထိုင်ကိုလည်း သတိထား၏ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း သွားလာ နေထိုင်လေ မရှိ အစားအသောက်ကိုလည်း သတိထား၏ လူကြီး သူမ (ဆေးဆရာ)တိုက မသင့်တော်ဟု တားပြစ်ထားသော အစာကို (စားချင်သော်လည်း) မစား၊ သင့်တော်၌ အင်အားရှိစေနိုင်သော အစာကိုသာ စား၏။

ထိုသို့ အနေအထိုင် အသွားအလာ ဆင်ခြင်မှုကြောင့် ဝမ်းထဲက သန္ဓသားကလေးသည် မပင်မပန်း ချမ်းချမ်းသာသာ နေရ၏။ သင့်တော်၌ အားအင် ဖြစ်စေနိုင်သော အစာကိုသာ အမိက စားခြင်း ကြောင့် သန္ဓသားကလေး၌ (ချက်ကြီးမှ စိမ့်၌ ဝင်လာသော အစာရည်သည် တစ်ကိုယ်လုံး ပျုံနှံရကား) အာဟာရကြောင့် ဖြစ် သော ရုပ်ကောင်းကလေးတွေ ထိုးမွား၌ ကျန်းကျန်းမာဟ ဝဝဖြူးဖြူး နှင့် အားအင် ပြည့်ဖြူး၏ ယခုခေတ်၌ကား မဖွားမိ တော့တော်က တင်ကြို၌ ကျမ်းကျင်သော ဆရာမကြီးများထံ ပြသလေ ရှိကြ၏။ ထိုဆရာမကြီးများကလည်း နည်းကောင်းများကို ဇွန်ပြု၌ အချိန်ကျသော ဖွားမြင်ရာ၌ တာဝန်ယူ၌ တောင့်ရှောက်ကြ၏။ ဤသို့ နားလည်သော မိဘတို့ ဝမ်း၌ သန္ဓတည်ရခြင်းသည်ပင် သန္ဓသားကလေး၏ ရှေးရှေးဘဝက ကံကောင်း အခွင့်သာခြင်း၏ အထိမ်းအမှတ်ပင်တည်း။

မိတ်ကိုလည်း ပြုပြုပါ သန္ဓရှိမှန်း သိလျှင် မိခင်သည် မိမိ၏ သန္ဓသားကလေးအပေါ်မှာ ချစ်ခင်စိတ်ပေါ်လာပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့ ချစ်ခင်ခြင်းသည် သန္ဓသားကလေး၌

အကျိုးရစေဖို့ အကြောင်းကောင်းသော ချစ်ခြင်းဖြစ်ပါစေ၊ မိမိ
သည် စိတ်ချမ်းသာအောင် သတိထားပါ၊ ခါတိုင်း လောဘကြီးသူ
ဖြစ်လျှင် သန္တသားကလေးကို ငဲ့၍ လောဘ (တဏ္ဍာ ရာဂ)
နည်းအောင် ကြိုးစားပါ၊ ခါတိုင်း ဒေါသ၊ မာန်မာန၊ ကူသာ၊
မစွဲရှိယ ဖြစ်တတ်လျှင် ထိုဒေါသ စသည် မဖြစ်အောင် သတိထား
ပါ၊ စိတ်ကြည်ကြည်လင်လင် ရွှေငြွေပျော်နှင့် နောက် လုပ်စရာ
အလုပ်များကို (မပင်ပန်းအောင်) လုပ်ပါ၊ တတ်နိုင်သမျှ စန်းကြ
ပေးကမ်းပါ၊ ငါးပါးသီလကို အထူး လုံခြုံအောင် ထိန်းပါ၊ သန္တသား
၌ မေတ္တာထားသလို သတ္တဝါအများ၌လည်း တတ်နိုင်သမျှ
မေတ္တာထားပါ၊ ဖစ်ကလည်း ထိုအချိန်မှာ မိမိ အနီး စိတ်ချမ်းသာ
မှုမှ စ၍ အရာရာ ညှာတာ လိုက်လျောပါ။

အကျိုးရစေပုံ

အမိ၏ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ကောင်းမှု၊ သီလ
စောင့်မှုသည် အမိ၏ ကိုယ်၌ ကောင်းသော
ရုပ် (စိတ္တရေပါ)များကို ဖြစ်စေ၏ ထိုရုပ်တို့၌ပါသော ဥတု၏
အငွေ့သည် သန္တသားကလေး၏ ကိုယ်၌ ရှိသော ဥတုအငွေ့နှင့်
ပူးပေါင်း၌ သန္တသား၏ ကိုယ်ဝယ် ကောင်းသော ဥတုရေပ်များကို
ဖြစ်စေ၏ ဤသို့ အမိ၏ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ကောင်းထားမှု၊
ကိုယ်ကျို့တရားကောင်းမှုသည် သန္တသားကလေး၌ ရုပ်ကောင်းများ
တိုးပျားစေခုံးမက စိတ်ဓာတ်ကောင်းလည်း ရရှိရန် အခြေခံဖြစ်သည်
ဘုရားအလောင်း၏ မယ်တော်သည် ဘုရားအလောင်းတော်ကို

သန္ဓာရချိန်မှ စ၍ ခမည်းတော်နှင့် မပေါ်ပါးတော့၊ သန္ဓာရသည်
နောကလည်း ရှစ်ပါးသီလာပုသိနှင့် ဖြစ်၏။ ဤသို့ အမိုကာင်း၊
အဖကာင်း အထံ၌ သန္ဓာတည်မီခြင်းသည် သူတော်ကောင်းနှင့်
ပေါင်းရသည့်အတွက် ရှုံးကံကောင်းခြင်း၏ အထိမ်းအမှတ်ပင်
ဖြစ်သည်။

လူ့ပဋိသန္ဓာပြုခန်း ပြီး၏။

အမြတ်အမြတ်အမြတ်

၄။ ငါးနှစ်အရွယ် ချမ်းသာဖွယ်
ပြခန်း

(လက်) ကံဟုမူလ, သမ္မဖွတိ, ဟောပြသည်မှာ, အရင်း
သာရှင့်၊ ဥစ္စာ-ဘောဂ, မီရိတနှင့်, သုခေါ်းရန်,
ဦးလူ.ထို့, ဤက် ဝိရိယ, ပယောဂတည်း ...।
ကာလ-အေသ, ပုဂ္ဂလကို, နှိုင်းဆအပ်တဲ့, ကံကို
ယုံ၍, မီးပုံအတွင်း, မဆင်းထိုက်စွာ၊ ကျားရဲရာ
လည်း, ကြမ္မာအကြောင်း, မရှိုးကောင်းဟု,
သူဟောင်းရှေးက, ဆိုကုန်ကြပ်း ...॥

အဇွဲဗာလ, လူထိမျှတို့, ကမ္မာ-ဝိရိယ, မယုံ
ကြတူးသိုဝါ မဟော, ပရမေသွား, မြှုပွား မိသာကိုး;
ကဲ့အိုးနှင့်; တန်ခိုးကြီးမား, နတ်တုရားတို့,
ပေးစားဖန်ဆင်း, ဖြစ်တဲ့လျှင်းဟု, ချုတ်ယွင်းသမ္မာ,
အမှားရှုသည်, တောသူ.တောင်သား အယူတည်း॥

(မဟောဝေဝါး)

ကံဟုမူလ...အရင်းသာရှင့်။ မြတ်စွာဘုရားသည် “ကမ္မာ
သာကော-သတ္တဝါသည် ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ရှိ၏၊ ကမ္မာ
ယောနှိုး-ကံသာလျှင် အကြောင်းရင်း ရှိ၏” စသည်ဖြင့် ကံကို
အရင်းမူလ ပဓာနထား၍ ဟောတော်မူ၏ ထိုသို့ ဟောတော်မူ
ရာ၌ ကံသည် မျိုးငွေနှင့် တူသောကြောင့် မျိုးငွေမရှိလျှင်

(တတ်သဘာဝမျိုးမှ မရှိလျှင်) သစ်ပင် မပေါက်နိုင်သကဲ့သို့ ကံမျိုးစွေ မရှိလျှင် သူသူ၊ ငါငါ၊ ယောက်ဗျား၊ မိန်းမ၊ အထီး-အမ မဖြစ် နိုင်သည့်အတွက် ကံကို အရင်းခံ အကြောင်းအဖြစ်ဖြင့်သာ ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဉာဏ်ဘောဂ ... ပယောဂတည်း။ ။(ဘောဂ-အသုံးအဆောင်၊ မိမိတဲ့-အသက်။) ပစ္စည်းဉာဏ်၊ အိမ်ယာ စသော အသုံးအဆောင်၊ အသက်ရှုည်ခြင်း၊ ချမ်းသာတိုးပွားခြင်းစသော ကောင်းကျိုးရဖို့ရန်ပွား ဉှိလုံးဘုံး ကံတစ်မျိုးတည်းဖြင့် မပြီးစီးနိုင်ပါ၊ ဉာဏ်၊ ဝိရိယဟူသော ပယောဂလည်း ကောင်းမှ ပြီးစီးနိုင်ပါသည်။

ပယောဂ ပယောဂဟူသည် ကိုယ်ဖြင့် ပြုမှု ကာယပယောဂ၊ နှုတ်ဖြင့် ပြောမှု ဝစ်ပယောဂ၊ စိတ်ဖြင့် ကြုံမှု မနောပဇောဂ ဉှိသို့ (၃)ပါးရှိ၏၊ ထို(၃)မျိုးကို ပြုလုပ်ရာ၌ အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာလည်း ပါရ၊ လုံလ ဝိရိယလည်း ပါရ၏၊ ထိုကြောင့် ဉာဏ်နှင့် ဝိရိယ ကောင်းမှုသည် ဉာဏ်ဘောဂ မိမိတဲ့နှင့် သူခတိုးပွားကြောင်း ကောင်းသော ပယောဂဖြစ်သည်။

ကာလ, ဒေသ, ပုဂ္ဂလကို နှိုင်းဆအပ်ပုံ။ ။လုံလ ဝိရိယ ပယောဂကို ပြုသောအပါ အချိန်ကာလကိုလည်းကောင်း၊ အရပ် ဒေသကိုလည်းကောင်း၊ ထိုကိုစွဲနှင့် သက်ဆိုင်သော ပုဂ္ဂလကို လည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ဖြင့် နှိုင်းချိန်၍၊ စိစစ်၍၊ စဉ်းစား၍၊ ပြုရပါ သည်။ မနှိုင်းချိန် မစဉ်းစားဘဲ အရမ်းမဲ့ လုံလဝိရိယ ပြုလျှင် အကျိုးမရဘဲ အပြစ်တောင် ရတတ်သေးသည်-ဟူလို့။

ကာလနှင့်ဆိုစိုပုံ တောင်သူလယ်သမားဖြစ်လျှင် “ဤအခိုန်သည် ဤမျိုးကို စိုက်သင့်၊ ပီးသင့်၏ ဤအခိုန်ကား ဤမျိုးကို မစိုက်သင့်၊ မပီးသင့်”ဟုလည်းကောင်း၊ ကူးသန်းရောင်းဝယ်သူ ဖြစ်လျှင်လည်း “ဤအခိုန်မှာ အရောင်းအထုလုပ်သင့်၏ ကုန်လောင်ထားသင့်၏ ဤအခိုန်မှာ မသင့်”ဟုလည်းကောင်း၊ အစိုးရအလုပ်လုပ်သူဖြစ်လျှင်လည်းကောင်း၊ အစိုးရဖြစ်လျှင်လည်းကောင်း ဤနည်းအတိုင်း ကာလကို ချင့်ချိန်ရပါသည်။

ဒေသကို ဦးမျိုးချိုစိုပုံ “ဤဒေသ ဤလယ်ယာ၌ ဤ မျိုးကို စိုက်သင့်၏ ဤဒေသ ဤလယ်ယာ၌ မစိုက်ပီးသင့်”ဟုလည်းကောင်း၊ “ဤဒေသ၌ ဤကုန်ကို ရောင်းဝယ်သင့်၏ ဤဒေသ၌ မသင့်”ဟုလည်းကောင်း ဤသို့ စသည်ဖြင့် ဦးမျိုးချိုစိုရပါသည်။ (မြန်မာနိုင်ငြုပ်ပင် အထက်နှင့်အောက် ဒေသအနေအထိုင် အပြောအဆို အသုံးအနှစ်းချင်း မတူ၊ ဤနိုင်ငြုနှင့် နိုင်ငြုခြားတို့၏လည်း အနေအထိုင်၊ အပြောအဆို၊ အသုံးအနှစ်းမတူ၊ ထိုသို့ မတူရှုံးလည်း ဒေသအလိုက် နေထိုင်တတ်၊ ပြောဆိုတတ်ရသည်။)

ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဦးမျိုးချိုစိုပုံ ဤပုဂ္ဂိုလ်သည် လောဘကြီးသူ၊ ဤပုဂ္ဂိုလ်ကား ဒေသကြီးသူ၊ ဤပုဂ္ဂိုလ်ကား မာနကြီး၊ အပြောက်ကြိုက်သူ၊ ဤပုဂ္ဂိုလ်ကား ပညာရှိသူ၊ ရိုးသား ဖောင့်မတ်သူ၊ ပရီးသား မဖောင့်မတ်သူ စသည်ဖြင့်

မိမိနှင့် အလုပ်အကိုင် ဆက်သွယ်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ အကြောင်းကို
လည်း သိတန်သမျှ သိအောင် ပြုပြီးမှ ထိသူနှင့် ဆက်ဆံရသည်၊
တစ်ရုံး တစ်ခါတွေ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ယုံမိ၍ ပျက်စီးရသူတွေ များလှ
၏။

ပုဂ္ဂိုလ်ကို သိနိုင်ခဲ့ပုံ **ပုဂ္ဂိုလ်ကို နှိုင်းချိန်၍** ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံ
ဖို့ရန် .လက်ာပိုက ဉာဏ်ပြပါသော်လည်း
အမှန်အားဖြင့်ကား ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်၏ သီလအကျော် စာရိတ္တ
ပညာအာရည်အချင်းကို အချိန် အတော်ကြာအောင် အကဲခတ်နိုင်
မှုပ် ကိုယ်က ဉာဏ်ရှိယူလည်း ဖြစ်မှ သိနိုင်မည်။ အတွင်းသဘောကို
ဖုံးဝှက်၍ ထားတတ်သောကြောင့် ရက်လ အနည်းငယ် စုစုမဲ့
ရုံးပြင့်လည်းကောင်း၊ အကဲခတ်တတ်သော ဉာဏ်မရှိလျှင်လည်း
ကောင်း မသိနိုင်ပါ။

ကောသလမင်းနှင့် **အခါတ်ပါး၌** ဘုရားရှင်သည် ပုံဗျာရုံ
ဘုရားရှင် **ကျောင်းတိုက်၏** အပြင်တံ့ခါးမှု၏၌ ခေတ္တ
သိတင်းသုံး နေတော်မှုစဉ် ကောသလမင်း
သည် ဘုရားအထံတော်သို့ ရောက်လာ၏၊ ထိုအနိုက်မှာပင် ရသေ့
(ရ)ယောက်, နိုဂါဏ္ဍ(ရ)ယောက်, အစောလက(ရ)ယောက်, အဝတ်
အထည်သာ ဝတ်သူ(ရ)ယောက်, ပရီဗိုဇ်(ရ)ယောက်တို့သည် အနီး
ဖြစ်သော လမ်း၌ လာနေကြကုန်၏၊ ထိုသူတို့ကို ကောသလမင်း
မြင်လျှင် ဘုရားအနီး နေရာမှ ထသွား၍ လက်ကန်တော့တင်ကာ
ဒုံးထောက်၍ “ဉာဏ်ပြုသည် ကောသလ မဟာရာဇာ ဖြစ်ပါသည်”ဟု

(၃)ကြိမ်တိုင်တိုင် ရိုသေစွာ လက်အပ်ချိမ့်း၍ ရိုစိုး လျှောက်ထား လေသည်။

ထိုနောက် ထိုသူတို့ လွန်သွားသောအခါ ဘုရားအနီးသို့ ပြန်လာ၍ “သူတို့လဲဘဲ လောကမှ ရဟန္တာ၊ ရဟန္တာဖြစ်အောင် ကျင့်သူတို့တွင် အပါအဝင်ပါပဲ”ဟု မြတ်စွာဘုရားအား လျှောက် ထားလေသည်၊ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရား မိန့်တော်မူသည်မှာ “သင် တို့လို လူဘောင်မှာ စဉ်းစီမံနှင့် နေသူတွေက ဤသူဟာ ရဟန္တာ ပဲ၊ ဤသူဟာ ရဟန္တာဖြစ်အောင် ကျင့်သူပဲ”ဟု သိမ့်ရန် ခဲယဉ်းသည်။

“လူတစ်ယောက်၏ သီလကို ပေါင်းကြည့်မှ၊ ကြာကြာ ပေါင်းကြည့်မှ၊ သတိထား၍ စဉ်းစားကြည့်မှ၊ ဉာဏ်လည်း ရှိမှ သိမ့်နိုင်သည်”ဟုလည်းကောင်း။

“လူတစ်ယောက်၏ စစ်ကြယ်သည်၊ မစစ်ကြယ်သည်၊ (ရှိသား သည်၊ မရှိသားသည်)ကို စကားပြောကြည့်မှ၊ ကြာကြာကြီး ပြောကြည့်မှ၊ သတိထား၍ စဉ်းစားကြည့်မှ၊ စဉ်းစားဉာဏ်လည်း ရှိမှ သိမ့်နိုင်သည်”ဟုလည်းကောင်း။

“လူတစ်ယောက်၏ ဉာဏ်အစွမ်းကို ဘေးရန်အန္တရာယ် ပေါ်လာမှ၊ အတော်ကြီး ကြာမှ၊ သတိထား၍ စဉ်းစားကြည့်မှ၊ စဉ်းစား ဉာဏ်လည်း ရှိမှ သိမ့်နိုင်သည်”ဟုလည်းကောင်း။

လူတစ်ယောက်၏ပညာ (မည်မျှ ထက်သည်၊ မထက်သည်) ကို ဆွေးနွေး မေးမြန်းကြည့်မှ၊ အတော်ကြီး ကြာမှ၊ သတိထား၍ စဉ်းစားကြည့်မှ၊ စဉ်းစားညာ၏လည်း ရှိမှ သိနိုင်သည်”ဟုလည်း ကောင်း မိန့်တော်မူသည်။ (ကောသလသံယုတ်ပါဌ္ဂါတ်)

အမှား။ ॥ ပြခဲ့သော ရသော စသူတို့သည် ကောသလမင်းက တိုင်းတစ်ပါးကို စုံထောက်ဖို့ရန် စေလွှာတ်ထားသော စုံထောက်များ ဖြစ်ကြသည် ထို့ကြောင့် သူတို့ ပြန်လာ သည်ကို မြင်လျက် ရှိသော လေးစားမှု မပြုလိုက်လျင် သူတို့ တွေ့မြင်ခဲ့သော တိုင်းတစ်ပါး၏ အကြောင်း အရာကို အကုန်မပြောဘဲ ထိမ်ချိန်ထားမည် စီးသော ကြောင့်လည်းကောင်း၊ မင်းနှင့် စုံထောက်တို့၏ အတွင်းကျိုတ် အကြံကို တိုင်းသူပြည်သားတို့ မသိ စေလိုသောကြောင့်လည်းကောင်း ကောသလမင်းက မသိဟန်ဆောင်၍ အရိုအသေ ပြုလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည် ထို့ကြောင့် ပုဒ္ဓမြတ်စွာက ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်၏ အကြောင်းကို သိဖို့ ခဲ့ယည်းကြောင်း မိန့်တော်မူသော အခါ ဘုရားရှင်၏ စကားတော်ကို သဘောကျွဲ့ ထိုသူတို့၏ စုံထောက်များ ဖြစ်ကြောင်း ဖွင့်၍ လျောက် လေသည်။

မှတ်ချက်။ ။လက်ဗြိ “ကာလအသ၊ ပုဂ္ဂလကို, နှင့်ဆအပ်တဲ့”
ဟု ဆိုသော်လည်း ပုဂ္ဂလိတစ်ယောက်ကို ပေါင်း
သင့်-မပေါင်းသင့် နှင့်ဆဖို့ရန်မှာ သာမန်ပုဂ္ဂလိ
မဆိုထားဘို့ ဉာဏ်ရှိသူ, အကဲခတ် ကောင်းသူ
သော်မှ ကာလအတော်ကြောအောင် ပေါင်းသင်း
ကြည့်, အကဲခတ်ကြည့်မှ ထိုသူ၏ အကြောင်းကို
ကောင်းကောင်း သိနိုင်မည်။ သူစိမ်းတစ်ရံထဲ ပုဂ္ဂလိ
များကို ပုံစွဲ မယုံကြည်သင့်ဟုသာ မှတ်ပါ။

ကံကို ယုံ၍ ... ဆိုကုန်ကြ၏။ ။ရှေးလူကြီး သူမတို့သည်
“ကံကို ယုံပြီး မီးပုံအတွင်း မဆင်းနဲ့၊ ကျားရဲရာ ကြမ္မာ မရှိုးသာ”
ဟု ပြောဆို ဆုံးမလေ့ရှိကြသည်၊ ဆုံးမလိုရင်းကား ...

ကံကို ယုံပြီး မီးပုံအတွင်း ဆင်းစမ်းပါလား၊ မီးပူလောင်မှာ
ကေနိပါ၊ ကံက မီးမပူအောင် မတားနိုင်ပါဘူး၊ ကျားဆိုးထနေတဲ့
တောထ သွားလျှင် ကျားကိုက်ခံရမှာပေါ့၊ ထိုသို့ အကိုက်ခံရသော
အခါ “ကံကြမ္မာ မကောင်းလို ခံရတာပါ”ဟု ရှေးက ကံကြမ္မာကို
မရှိုးစွဲပါနှင့်ဟု ဆိုလိုသည်။ (ကံကို သတ္တာတွေ “ကရိမ”ဟု ရေး၏၊
မြန်မာလို “ကြမ”ဟု ဖတ်သောကြောင့် ကံကို “ကြမ္မာ”ဟု
ခေါ်ထားသည်။)

ဤလက်ဗုဒ္ဓဖြင့် “မီးပုံ ဆင်းခြင်း၊ ကျားရဲရာ သွားခြင်း”
ဟူသော ပယောက မကောင်းသူမှာ ကံက ကောင်းနေသော်လည်း

မီးမလောင်, ကျေားမကိုကိုအောင် မကယ်နိုင်ပါ၊ ထို့ကြောင့် ကံ
ကောင်းသော်လည်း ဥာဏ်, ဝိရိယူ, ပယောဂ ကောင်းမှ ကောင်းကျိုး
ရနိုင်၏၊ ကံကောင်းစေကာမူ ဥာဏ်, ဝိရိယူ, ပယောဂ မကောင်းလျှင်
(မကောင်းကံ အခွင့်ရသဖြင့်) မကောင်းကျိုးကိုသာ ခံရမည်”ဟု
ဥာဏ်, ဝိရိယူ၏ အစွမ်းကို သိစေသည်။

အန္တာလ ... ကမ္မာပိရိယူ, မယုံကြဘူး။ ॥ ပညာမျက်စိ
ကန်းနေသာ လူမှိုက် လူမျှင်းတို့ကား ကံ, (ဥာဏ်) ဝိရိယူကို
မယုံကြ၊ ကံ, ဥာဏ်, ဝိရိယူ (၃မျိုးတွင် “ကမ္မာ+ဝိရိယူ”ဟု
အစနှင့် အဆုံးကို ပြသဖြင့် အလယ်က ဥာဏ်ကိုလည်း ယူရသည်၊
နှည်းအမျိုးမျိုးတွင် မိဂပဒဝလွှန် (သားကောင်၏ ခြေရာခံ)
နှည်းတည်း။

သိဝမဟော ... နှတ်ဘုရားတို့, ပေးစားဖန်ဆင်း။ ॥ (သိဝ-
သိဝနှတ်မင်း၊ မဟော-မဟိုသာရ (ပါဌီ), မဟောသွာရ (သက္ကတ)ဟု
ခေါ်ဝေါ်အပ်သောနှတ်မင်း၊ ပရမေသွာ-ပရမိသာရ (ပါဌီ), ပရမိသွာရ
(သက္ကတ)ဟု ခေါ်ရသော ပရမိသွာနှတ်မင်း၊ ဗြဟ္မာ-ဗြဟ္မာမင်း၊
မိသာတို့-“ဝိသွောကု”ဟု သက္ကတလို ခေါ်ရသော မိသာတိုးနှတ်မင်း၊
ထိုနှတ်မင်းတို့သည် ကမ္မာကို အစိုးရသော နှတ်မင်း၊ ဗြဟ္မာမင်းများ
ဖြစ်၍ လူများ၏ ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးသည် ထိုနှတ်မင်းများ
ဖန်ဆင်းမှုကြောင့် ဖြစ်ကြရ၏၊ (ကံ, ဥာဏ်, ဝိရိယူကြောင့် ဖြစ်ရ
သည် မဟုတ်)ဟု ယူဆသည်။

တောသူ၊ တောင်သား အယူတည်း။ ။ ။ ပါ၌၌ မိလက္ခ
 (မိလက္ခ)ကို “တောသူ တောင်သား”ဟု မန်မာပြန်ထားသည်
 ထိပါ၌၌၏ ဆိုလိုရင်းမှာ - “ဘုရားရှင်၏ တရားတော်ကို မနာရ^၁
 လောက်အောင် ဝေးသော တော တောင်အရပ်ဒေသည့် နေရသူ”ဟု
 ဆိုလိုရင်းတည်း ထိတောသူ တောင်သားတို့သည် (ယခုတိုင်အောင်
 ပင် အချို့နေရသည့်) နတ်မင်းကြီးသည် မိုး ကောင်း၊ မကောင်းကို
 ဖန်ဆင်းသည်၊ လယ်ယာ ကောင်း၊ မကောင်းကို ဖန်ဆင်းသည်၊
 ရောဂါ များ၊ မများကို ဖန်ဆင်းသည်၊ သေမှု ရှင်မှုကို ဖန်ဆင်းသည်^၂
 သမီး ခင်ပွန်းဖြစ်အောင် ဖူးစာရေး နတ်က ရေးသည်၊ ဤကဗျာ
 လောက်ကြီးနှင့်တာကွ သတ္တုဝါတွေကို ပြဟ္မာမင်းကြီးက ဖန်ဆင်းသည့်
 ထိနတ်တွေ၊ ပြဟ္မာတွေကိုပင် ဘုရားဟု ယူ၍ ဘာမဆို ဘုရား
 ပေးသည်၊ ဘုရားဖန်ဆင်းသည်ဟု ယူနေကြ၏၊ ထိုအယူသည်
 ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝိရိယော်အစွမ်းကို နားမလည်သော အန္တာလ (အလွန်
 ပြန်းသော လူပြန်း လူအ) တောသူ တောင်သားတို့၏ အယူသာ
 ဖြစ်၏၊ အမှန်ကား သူတို့ ယူကြသလို မဟုတ်ဘဲ ကောင်းကျိုး
 ဆိုးကျိုး အားလုံးပင် ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝိရိယကြောင့်သာ အကောင်း
 အဆိုး ဖြစ်ရသည် ဟူလို့။

ဝိပတ္တိဆိုက်လျှင် မကောင်းကျိုးရ

မကောင်းခြင်း၊ မပြည့်စုံ

ခြင်းကို “ဝိပတ္တိ” ဟု

ခေါ်၏၊ ထိုဝိပတ္တိသည် “ကတိဝိပတ္တိ၊ ကာလဝိပတ္တိ၊ ဥပမိဝိပတ္တိ၊
 ပယောဂဝိပတ္တိ”ဟု လေးမျိုး ရှိ၏၊ ထိုဝိပတ္တိတို့ တစ်ပါးနှင့် ကြုံလျှင်

တစ်ပါးအလိုက်, နှစ်ပါးနှင့် ကြံ့လျှင် နှစ်ပါးအလိုက်, သုံးပါးဆိုက်လျှင် သုံးပါးအလိုက်, လေးပါးလုံးဆိုက်လျှင် လေးပါးအလိုက် မကောင်းကံသည် အကျိုးပေးခွင့် ရ၍ မကောင်းကျိုးကို ပေးလေသည်။

သမ္မတ္ထီဆိုက်မှ ကောင်းကျိုးရ **ပြည့်စုစွမ်း၊ ကောင်းစွာ ပြီးစီးခြင်းကို “သမ္မတ္ထီ”ဟု ခေါ်၏
ထိုသမ္မတ္ထီလည်း “ဂတိသမ္မတ္ထီ၊ ကာလသမ္မတ္ထီ၊ ဥပမာဏသမ္မတ္ထီ၊
ပယောဂသမ္မတ္ထီ”ဟု လေးမျိုးပင် ရှိ၏၊ ထိုသမ္မတ္ထီက တစ်မျိုးနှင့်သာ
ပြည့်စုစွမ်း ထိုတစ်မျိုးအတွက် ကောင်းသောကံသည် အကျိုးပေးခွင့်
ရ၍ ကောင်းကျိုးကို ပေး၏၊ နှစ်မျိုး၊ သုံးမျိုး၊ လေးမျိုးလုံး ပြည့်စု
နေလျှင် ထိုပြည့်စုသလောက် ကောင်းသောကံသည် အကျိုးပေးခွင့်
ရ၍ ကောင်းကျိုးကို ပေးလေသည်။**

ဂတိဝိပတ္ထီ **ပြခဲ့သော ဂတိ (လားရောက်ရာ ဘဝ)၏မျိုးတွင်**

ငဲ့ တိရှာ့နှင့်, ပြတ္တာဘဝကို “ဂတိဝိပတ္ထီ”ဟု

ခေါ်၏၊ ထိုဘဝသို့ ရောက်ရသော သတ္တဝါ၌ ရှေးရှေးက ကုသိုလ်
ကံတွေ ပါရှိသော်လည်း ထိုကုသိုလ်ကံက အကျိုးပေးခွင့် (များများ)
မရနိုင်၊ အကုသိုလ်ကံတွေသာ အဂျိုးပေးခွင့် သာ၍ အကျိုးပေး
နေသောကြောင့် ငဲ့ တိရှာ့နှင့်, ပြတ္တာဘဝ၌ ဖြစ်ရသော သတ္တဝါ
တို့မှာ ဒုက္ခအကျိုးကိုသာ များစွာ ခံရလေတော့သည်၊ ထိုကြောင့်
တိရှာ့နှင့်သတ္တဝါတို့လည်း နိုင်ရာနိုင်ရာကို သတ်ဖြတ် စားသော်ကြော်ကြော်

လူတိုက သတ်ဖြတ် စားသောက်ကြပိုင်းအားဖြင့် အသတ် အဖြတ် ဒဏ်ကို ခံကြရ၏၊ အစားကို ဝအောင်လည်း မစားကြရ၊ လူနှင့် ဆက်စပ်နေသော နွား၊ မြင်း စသည်တို့မှာ တစ်သက်လုံး လူ၏ အနိုင်းကို ခံရ၏၊ မထမ်းဆောင်နိုင်သော ဝန်ကိုလည်း အတင်း ရိုက်နှက်၍ ထမ်းဆောင်စေကြ၏၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် တိရအ္မာန် ဘဝ္မာလည်းကောင်း၊ အစိမ်းသရဲ့ တစ္ဆေး၊ ပြီတွာ ဖြစ်နေရသော သတ္တဝါတို့တွင်လည်း တချို့မှာ အစာ လုံးလုံး မစားရ၊ ရေကိုသော်မျှ မသောက်ရ၊ စားရပြန်လည်း သလိပ် သခဲ့နှင့် လူတို့၏ အကြိုင်း အကျိန်ဖြစ်၍ စွန့်ပစ်လိုက်သော ထမင်းလုံး ဟင်းပေါက် ကောက်၍ စားရ၏၊ မီးသရဲ့ စသူတို့မှာ အမြဲ မီးလောင်ခံနေရ၏၊ ရှေ့ အရှင် မောဂလ္လာန်၏ တန်ခိုး၌ ပြခဲ့သော ဂိဇ္ဇကုဋ္ဌတောင်ပြတွာတိုကား အမြဲ အနှုပ်စက် ခံနေကြရ၏၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် ပြတွာဘဝ္မာ လည်းကောင်း၊ လူတို့ မဖြင့်နိုင်သော ငဲ့ဗြိုလည်းကောင်း အကုသိုလ် ကံတွေသာ အကျိုးပေးခွင့် ရ၍ ခုက္ခကိုသာ များစွာ ခံရတော့၏၊ ထိုသူတို့၌ ရှေးရှေး ကုသိုလ်ကံတွေ ပါရိုသော်လည်း ထို ကုသိုလ်ကံ များသည် အကျိုးပေးနိုင်ရာ ကတိ (ဘုံးဌာန) မဟုတ်သောကြောင့် အကျိုးပေးခွင့် မရကြတော့။ (တချို့၊ တိရအ္မာန်ဘဝ္မာ နောက်၌ ပြမည့် ဥပစ်သမ္မတို့၊ ပယောကသမ္မတို့ ရှိနေသူများသာ ကုသိုလ်ကံ အကျိုးပေးခွင့် သာသောကြောင့် ချမ်းသာသုခ ရနိုင်ကြပေသည်။)

ဂတီသမ္မတိ

ပြခဲ့သော ဂတီဝါးပါးတွင် မနုသာဂတီ၊ ဒေဝ
ဂတီ (လူပြည်၊ နံတ်ပြည်၊ ပြဟ္မားပြည်) ကို
“ဂတီသမ္မတိ”ဟု ခေါ်၏။ ထို ဂတီသမ္မတိ ဆိုက်နေသူကား
ရှေးရှေးက အကုသိုလ်ကံ ပါရိုနေသံလည်း ထိုအကုသိုလ်ကံသည်
များများ အကျိုးပေးခွင့် မရဲ ကုသိုလ်ကံတွေသာ များစွာ အကျိုး
ပေးခွင့်ရ၍ ကောင်းကျိုးကို ပေးလေသည်၊ ထိုကြောင့် အထက်
နတ်ပြည်တို့၌ နတ်တို့သည် ချမ်းသာသုခ များစွာ ရကြ၏။ လူနှင့်
အောက်နတ်များ၌လည်း အောက်တန်းကပင် ဖြစ်စေကာမူ စားစရာ၊
နေစရာ ရှိကြသေး၏။ ပရှိလျှင်လည်း ရှားနိုင်လျှင် ရကြသေး၏။
သမီး ခင်ပွန်း ပျော်ပျော်ပါးပါး ခံစားနိုင်သေး၏။ (နောက်၌ လာမည့်
ကာလဝိပတ္တိ၊ ဥပစိဝိပတ္တိ ဖြစ်နေလျှင်သာ လူ့ဘဝ၌ မကောင်းကံ
ကလေးတွေ အနည်းငယ် အကျိုးပေးခွင့် ရသောကြောင့် မကောင်း
ကျိုးကို ခံကြရလေသည်။)

ကာလဝိပတ္တိ

တိုင်းသူပြည်သားကို ချမ်းသာအောင် မအုပ်စိုး
နိုင်သော မင်း (ခေါင်းဆောင်) အညွှေးတို့
အုပ်စိုးရာ အခါ, စစ်ဖြစ်နေရာ အခါ, သူပုန်ထနေရာ အခါကို
“ကာလဝိပတ္တိ”ဟု ခေါ်၏။ ထိုအခါမျိုး၌ ရှေးကုသိုလ်ကံ ပါရို
သံလည်း ကောင်းကောင်း အကျိုးပေးခွင့် မရဲ ရှေးအကုသိုလ်
ကံတို့သာ အကျိုးပေးခွင့် သာ၍ မကောင်းကျိုး ပေးကြလေ
သည်၊ ထိုကြောင့် ဒုတိယစစ် အတွင်း၌လည်းကောင်း၊ သူပုန်ထရာ
အရပ်၌လည်းကောင်း နေထိုင်သူတို့မှာ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်ကြရ၏။

ကုသိတ်ကံ ကောင်းသူတို့သော်မှုလည်း ကောင်းကောင်း နေခွင့် မရကြ၊ ပစ္စည်းလက်မဲဖြစ်ကာ ဆင်းရဲစွာပင် နေကြရလေသည်။

ကာလသမ္မတ္ထီ ထိုင်းသူပြည်သားကို ချမ်းသာအောင် အုပ်စိုး တတ်သော မင်းကောင်း၊ ခေါင်းဆောင် ကောင်းတို့ အုပ်စိုးရာအခါ, စစ်ဘေး၊ သူပုန်ဘေးတို့ ကင်းဝေးရာ အခါကို “ကာလသမ္မတ္ထီ”ဟု ခေါ်၏ ထိအခါမျိုးဖြံ ရှေ့က အကုသိတ် ကံ ပါရို့သော်လည်း မကောင်းကျိုး ပေးခွင့် မရ၍ ကုသိတ်ကံတွေသာ အခွင့်သာ၍ ကောင်းကျိုးပေးကြလေသည်။ ထိုကြောင့် ကာလသမ္မတ္ထီ ကြံ့နေသောအခါ၌ အလွန်ဆင်းရဲသူ၊ ထတ်ပြုတ် သေကြသူ မရှိဘဲ သာယာဝပြော အစာ ပေါ်၏ တိရှစ်ဗုံးကဗော်မှားသော်မှ ဝဝလင်လင် စားသောက်ကြရ၏။ လူ၊ တိရှစ်ဗုံး အားလုံးပင် ရောက် ကင်း၍ ကျန်းမာ ချမ်းသာခြင်းဟူသော ကိုယ်ချမ်းသာ၊ စိတ်ချမ်းသာမှုကို ကိုယ်စိုက်ယိုင့် ရကြပေသည်။

ဥပမိဝိပတ္ထီ ရုပ်အဆင်း၏ မလှရုံးတွင် မကဘာဘဲ အရုပ်ဆိုးနေခြင်း၊ အရုပ်ဆိုးရုံးတွင် မကဘဲ မျက်စီ၊ လက်၊ ခြေ စသော ကိုယ်အစိတ်အပိုင်း၏ ချွတ်ယွင်း နေခြင်းကို “ဥပမိဝိပတ္ထီ”ဟု ခေါ်၏ ထိုသို့ ဥပမိဝိပတ္ထီဖြစ်နေသူ၌ ရှေးကုသိတ်ကံများ ပါရို့သော်လည်း ကောင်းကောင်း အကျိုးပေးခွင့် မရ၍ အကုသိတ်ကံတွေသာ အကျိုးပေးခွင့် သာ၍ ဆင်းရဲဒုက္ခ

အကျိုးကို ပေးကြလေတော့သည်၊ ထို ဥပမာဏပတ္တိကြောင့်ပင် အလုပ်အကိုင် ရှာဖွေရာ၊ ပညာရှာဖွေရာ၊ အီမံထောင်ဘက် ရှာရာ တို့၌ ထိုက်တန်အောင် မရနိုင်ကြ၊ အလုပ်ကောင်း၊ ပညာကောင်း၊ အီမံထောင်ကောင်း မရသောကြောင့်ပင် ဆင်းဆင်းရဲရဲနှင့် အသက် မွေးကြရလေသည်၊ ထို ဥပမာဏပတ္တိ ဖြစ်သူကား တိရစ္ဆာန်ပင် ဖြစ်စေ ကြယ်ဝချမ်းသာသူတို့က မမွေးမြှုလိုကြ၊ အီမံသို့ အလာပင် မခံချင်ကြရမက ရိုက်နှင့် ပစ်ခတ် ခြောက်လှန့်ခြင်းကို ခံရကာ ဆင်းရဲခုက္ခ အမျိုးမျိုး ခံကြရလေသည်။

ဥပမာဏမွှေ့တိ အရပ်အမောင်း ကိုယ်လုံး ကောင်းခြင်း၊ မျက်စီ၊ နှာခေါင်း၊ လက်၊ ခြော စသော ကိုယ်အစိတ်အပိုင်း၏ အချိုး ကျ၍ လုပ်ခြင်းကို “ဥပမာဏမွှေ့တိ”ဟု ခေါ်၏၊ ထိုသို့ ဥပမာ သမွှေ့တိ ပြည့်စုံသူ၌ အကုသိုလ်ကံ ပါရှိစေကောမူ အကျိုးပေးခွင့် မရဘဲ ကုသိုလ်ကံတွေသာ အကျိုးပေးခွင့် သာ၍ ကိုယ်ချမ်းသာ၊ စိတ်ချမ်းသာဖြစ်အောင် အကျိုးပေးကြလေသည်။

မွေးဖွားစကလေးသည် ဥပမာဏမွှေ့တိ ဖြစ်၍ လုပနေပါမှ ပိုင် ကလည်း အားရ၏၊ ဖောင်ကလည်း ကျေနှင်း၏၊ အဘိုး၊ အဘွား၊ အစိုက်၊ အစိမ စသော ဆွေမျိုးများကလည်း ချို့ခင်ကြ၏၊ ထိုကြောင့် ယူယုယယ ပြုစုကြသဖြင့် ချမ်းသာသူခ ရှိလေသည်၊ အတော် ကြီးရင့်သောအခါ မြင်သူတိုင်းက ချို့ခင်ကြသောကြောင့် အစားကောင်း၊ အသောက်ကောင်း၊ အဝတ်ကောင်းကို ရှု၍ သူခြော

ကြီးရ၏၊ အချိန်အရွယ် ရောက်သောအခါ မိမိက အဆင့်အတန်း
နိမ့်ကျနေစေကာမူ အဆင့်အတန်းမှင့်သော ဒီမီထောင်ကောင်းနှင့်
အကြောင်းသင့်ကာ (နောင်လာမည့် ပယောဂသမွှဲ့လည်း ရှုပါမူ)
တစ်ဘဝလုံးအတွက် ချမ်းသာသုခဖြင့် နေနိုင်ဖို့ အကြောင်း
အကောင်းချည်း တွေ့နိုင်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ဥပမာဏသမွှဲ့ပြည့်စုံ
သူ၌ ကုသိုလ်ကံတွေ အကျိုးပေးခွင့် သာချင်တိုင်း သာလေတော့
သည်။

ဥပစ်သမ္မတိ ပြည့်စုနေလျှင် တိရှားနှင့်ပင် ဖြစ်သော်လည်း
မွေးချင်သူ၊ ကျွေးချင်သူ ပေါ်များ၏ အဆိုင်းအစောင် နွား၊ မြင်း
စသော တိရှားနှင့်ပင် ဖြစ်စေကာမူ ပင်ပင်နှင့်ပန်း ဖြစ်အောင်
မထိုင်းစေကြ၊ သင့်တော်ရဲ ခိုင်းစေကာ ဝဝဖြူးဖြူး ရှိအောင် ကျွေးမွေး
ကြလေသည်၊ ထို့ကြောင့် ဥပစ်သမ္မတိသည် မကောင်းသော ဂတိ
စိပတ္တိ၍ပင် ကုသိုလ်ကံ အခွင့်သာအောင် ပြုစွမ်းနိုင်ပေသည်။

ပယောဂိပ္စီ ကိုယ်ဖြင့် ပြုမှုကို “ကာယ်ပယောက”, နှစ်ဖြင့်
ပြောဆိုမှုကို “ဝစ်ပယောက”, စိတ်ဖြင့် စဉ်းစား
ကြောညာလို့ စိတ်ကူးမှုကို “မနောပယောက”ဟု ခေါ်၏ ထိုကိုယ်မှု,
နှစ်မှုတို့သည် အတွင်းစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ရကား အတွင်းစိတ်၌ ဉာဏ်
ပညာ၊ သတိ၊ စံရိယတို့ ညုံဖျင်းနေလျှင်လည်းကောင်း၊ ထင်ထင်
ရှားရှား ဖရိုလျှင်လည်းကောင်း ပယောဂိပ္စီ ဖြစ်၏ ပယောဂိပ္စီ
ဖြစ်နေသူ၏ ရှေးကုသိလ်ကံတွေ ပါသော်လည်း ကောင်းကောင်း

အကျိုးပေးခွင့် မရ ပြခဲ့သော ဥပစ်သမ္မတ္ထိနှင့် ပြည့်စုံသူ ဖြစ်စေကာမူ ပယောဂဝိပတ္တိ ဖြစ် (ကိုယ်မူ၊ နှုတ်မူ၊ စိတ်မူက ညံ့ဖျင်း) နေလျှင် ကုသိလ်ကံသည် ကောင်းသင့်သလောက် ကောင်းအောင် အကျိုး မပေးနိုင်၊ သင့်တော်ရုံသာ အကျိုးပေးနိုင်၏။

မင်းသားတစ်ယောက်

သီဟိုင်ကျွန်း၌ မင်းသားကလေး
တစ်ယောက် ဖွားမြင်ခါစ ဖခမည်
တော်က သားတော်အတွက် ဆုလာဘိတစ်ခုကို (အလိုရှား ယူဖို့နှင့်)
မိဖုရားအား ပေးထား၏။ မင်းသားသည် ကလေးအချယ်၌ပင်
ကြက်တိုက်ဝါသနာ ပါသောကြောင့် ကြက်တိုက်ရာ၌ ကြက်က
ပုံ့၍ အချလိုက်တွင် မျက်စိတစ်ဖက်ကို ကြက်၏ အတက်ဖြင့်
ရူးမိသောကြောင့် ထိမျက်စိ ကွယ်လေ၏။ (ကြက်တိုက်ခြင်းသည်
ပယောဂဝိပတ္တိပင်တည်း၊) နောင်အခါ အချယ်ရောက်၍ မိဖုရားက
သူ၏ သားတော်အား ခမည်းတော်၏ အရိုက်အရာကို ထွေပေးဖို့ရန်
တောင်း၏။ ထိုအခါ ခမည်းတော်က “အသင် မိဖုရား၏ သားမှာ
မျက်စိတစ်ဖက် မကောင်းသောကြောင့် သီဟိုင်တစ်ကျွန်းလုံးအတွက်
ရှင်ဘုရင် မလုပ်ထိုက်ပါ။ ကျွန်းကယ်တစ်ခုကို ပိုင်စားယူ၍ ထိကျွန်း၏
ဘုရင်သာ လုပ်ပါစေ”ဟု ဆို၍ ကျွန်းကယ်တစ်ခုကိုသာ ပေးလေ
သည်။

ပယောဂသမ္မတ္ထိ

အသိအလိုမှာ ဉာဏ်ပညာရှိခြင်း၊ မမေ့မလျှော့
မပေါ့မဆား သတိနှင့် စိရိယ ရှိခြင်းကို
“ပယောဂသမ္မတ္ထိ” ဟု ခေါ်၏။ အသိ အလိုမှာ ရှိသောကြောင့်

ဆရာမိဘ လူကြီးသူမ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းတို့နှင့် ဆက်ဆံရာဝယ် ကိုယ်အနေလည်း ယဉ်ကျေး၏ နှုတ်အပြောလည်း ချိသာ၏။ မနာလို ဝန်တိုစိတ် မရှိဘဲ မေတ္တာ ကရဏာ ပုဒ္ဓတာစိတ် ရှိသောကြောင့် စိတ်အမူအရာလည်း ကောင်း၏၊ ဉာဏ်ပညာ ရှိသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ သတိ ဝိရိယ ရှိသောကြောင့်လည်းကောင်း သိပ္ပ ဂိဇ္ဇာ သင်ရာ၌ တတ်လွယ်၏၊ ထိုသို့ အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာနှင့် သတိ ဝိရိယဟူသော ပယောဂသမွှေ့ဖို့ ပြည့်စုနေသူသည် နိုင်က အောက်တန်းကျေစေကောမူ အထက်တန်းသို့ တက်လုပ်းနိုင်၏၊ နိုင်က အထက်တန်း ဖြစ်နေပါမျကား ပြိုင်ဘက်ကင်းအောင် အထွက်အတိပ် ရောက်နိုင်၏၊ ထိုသို့ အထက်တန်း ရောက်ခြင်း၊ အထွက်အတိပ် ရောက်ခြင်းကြောင့် စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ချမ်းသာ ဖြစ်အောင် ရှေးကုသိုလ်ကံတွေ အကျိုးပေးချင်တိုင်းပေးနိုင်လေတော့၏။

သုံးလုပ်ရိယဟူသော ပယောဂသမွှေ့ဖို့ တစ်မျိုးလောက် ရှိသူပင် ဖြစ်သူ့တော့ လုံးလုပ်ရိယ၏ အကျိုးကို ခံစားရသေး၏၊ အလုပ်ကို မပျော်မပို ဝိရိယဖြင့် လုပ်ဖော်ရသောကြောင့် နိုင်းလိုသူတွေ ပေါ်များ၍ အလုပ် လက်မဲ့ မဖြစ်ရ၊ ထိုအလုပ်ကြောင့် တော်ပြတ်လောက်အောင် ဒုက္ခ မရောက်ရ၊ အတော်အတန် ချမ်းသာသုခ ရဖို့ရန် ရှေးကုသိုလ်ကံတွေ အခွင့်သာပေ၏၊ တိရှစ္စာန်ပင် ဖြစ်စေကောမူ လီမွာသော တိရှစ္စာန်၊ အားခွွှန်ပလနှင့် လုံးလရှိသော တိရှစ္စာန်သည် အိမ်၌ ကျွေးမွှေးထားလိုသူ ပေါ်များရကား ထိုက်တန်သော ချမ်းသာခွင့်ကို

(ပယောဂသမွတ္တိ မရှိသော သူများထက်) ရနိုင်ပါသေး၏၊ ဉာဏ်၊ သတိ၊ ဝိရိယ ဟူသော ပယောဂသမွတ္တိကား ဤမျှလောက် ရှေးကံ အကျိုးပေးခွင့်သာအောင် ရေလာ မြောင်းပေး ပြနိုင်ပါပေသည်။

မေးဖွယ်။ ။ ဉာဏ်၊ သတိ၊ ဝိရိယတို့ကြောင့် ဖြစ်သော ကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှု၊ စိတ်မှုကို “ပယောဂ”ဟု ဆိုလျှင် ယခုအခါ မတရားသဖြင့် အသက်မွေးသူတို့ကို ချမ်းသာသုခ ရရှိနေရာ၌ ထိုမှတရားသော ကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှု၊ စိတ်မှု ပယောဂကြောင့်ပင် ချမ်းသာကြရသည် မဟုတ်ပါလော၊ ဥပမာ-မတရားသောနည်းဖြင့် ကူးသန်း ရောင်းဝယ်ခြင်း၊ လုယက် တိုက်ခိုက်ခြင်း၊ ဒုတိယကဗ္ဗာစစ် အတွင်းက ဂျပန်ပြည်၌ အမေရိကန်တို့က အကျိုးမြှုပူးချွဲ စစ်ပွဲ အပြီးသတ်စေနိုင်ခြင်း၊ မတရားသဖြင့် အတိုး အပွား ချထားခြင်း၊ မတရားသဖြင့် ရာထူးတိုးအောင် ကြံးစည်ခြင်း စသော ပယောဂတို့ သည် မတရားပါဘဲလျက် ထိုပယောဂကြောင့်ပင် ချမ်းသာသုခ ရနေရာ၌ ရှေးကုသိုလ်ကံ အကျိုးပေးနေခြင်း မဟုတ်ပါလောဟု ပေးဖွယ် ရှိနေ၏။

အဖြေကား။ ။ ယခုဘဝ မတရားသော ပယောဂကြောင့် လည်း ရှေးကုသိုလ်ကံ အခွင့်သာ၍ ကောင်းကျိုး ပေးနိုင်ပါသည်။ ထင်ရှားစေအုံ-ကာမာဝရကုသိုလ်ကံသည် လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ကို မက်မောသော တက္ကာအရင်းခံပါသောကံ ဖြစ်၏၊ ထိုကြောင့် လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် စည်းစိမ် ချမ်းသာကို ရအောင် ပြုလုပ်မှု

ပယောဂဟူသမျှသည် တရားသည် ဖြစ်စေ၊ မတရားသည်ဖြစ်စေ ကာမာဝစရကုသိုလ်ကံ အကျိုးပေးခွင့် ရအောင် ရေလာ မြောင်းပေး ပြုသော ပယောဂချဉ်း ဖြစ်သည်။

ထိုကြောင့် မတရား စီးပွားရှုသူတို့၏ မတရားပယောဂကြောင့် လည်း ကာမာဝစရကံကံ အခွင့်သာ၍ ကောင်းကျိုးကို ပေးရသည် သာ၊ အကုမ္ပါးများ ချမှုကြောင့်လည်း စစ်ကြီး ပြီးဆုံး၍ နောက် နောက် လူတွေ မသေမပျောက် သုခရောက်ကြရသည်၊ သို့သော ထိုသို့ မတရားပြုသူ၏ သန္တာနှင့် ထိုမတရားသော ပယောဂစုကား နောက်သံသရာ၌ မကောင်းကျိုးပေးဖို့ရန် အခြေခံ အကုသိုလ်မျိုးစွဲ အဖြစ်ဖြင့် ကျွန်ရစ်သည်သာ၊ ထိုကြောင့် နောင်ဘဝသံသရာ ရှိသေး၏ပုံ အပူရှိကြသူတိုက တစ်ဘဝ ချမ်းသာမှုကို မကြည့်ဘဲ နောင် သံသရာ၌ ကြာရည်စွာ ဆင်းခဲ့မည့် အရေးကို မျှော်တွေးကာ မတရားသော ကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှု၊ စိတ်မှု၊ ပယောဂစုကို (ယခုဘဝ ချမ်းသာကြောင်းမှန်း သိပါလျက်) ကြီးစား၍ ရှောင်ကြိုကြရပေ သည်။

မှတ်ချက် ၁ ॥ ၁။ ဤစကားအရ “အသိ အလိမ္မာ ဥုဏ်ပညာနှင့် သတိ စိရိယကို ပယောဂသမွတ်”ဟု ဆိုရာ၌ အပြစ်ကောင်းသော ဥုဏ်ပညာအစစ်၊ သတိအစစ် သာမက ပရိယာယ် မာယာဖြင့် လုညွှေစားတတ် သော အကြံကောင်း ဂိတ်က်၊ အမှတ်အသား

ကောင်းသော သညာများလည်း (အလိမ္ဗာတု, ဉာဏ်ပညာတု, သတိအတု အဖြစ်ဖြင့်) ပါဝင် နိုင်သည်ဟု မှတ်ပါ။

ထပ်၍ မေးဖွယ်။ ။ ယခုဘဝ အသိအလိမ္ဗာ, ဉာဏ်ပညာ နှင့် သတိ ဝိရိယကြောင့် ချမ်းသာသုခ ရနေသည်မှာ လက်တွေ၊ မျက်မြင် ဖြစ်ပါလျက် “ရှေးကံက အကျိုးပေးသည်”ဟု ရှေးကံကို ဆွဲ၍ ယူခြင်းသည် “လူအများ၏ ကြီးပွားရေး အလုပ်ကို တွန့်ဆုတ် အောင် တားဆီးရာ မရောက်ပါလော”ဟု ထပ်၍ မေးဖွယ် ရှိ၏ ဆိုလိုရင်းကား—ဉာဏ်ပညာရှိ၍ ပညာရေးဆိုင်ရာကို သတိ ဝိရိယ ဖြင့် လုပ်လျှင် စီးပွားရေး ရှိ၍ စားဝတ်နေ့မှု၌ လွယ်ကူ ချမ်းသာ ခြင်း၊ လုံလဝဝိရိယဖြင့် မပျင်းမရှိ အလုပ် လုပ်လျှင် နေ့စားအလုပ် လုပ်သူသော်မှ နေ့တွက် ရသဖြင့် စားဝတ်နေ့မှု ချောင်ချိခြင်း စသည်ဖြင့် ယခုဘဝ ဉာဏ် သတိ ဝိရိယကြောင့် အကျိုးရနေသည် မှာ မျက်မြင် ဖြစ်ပါလျက် မျက်မြင် မဟုတ်သော ရှေးကံကို ဆောင်ယူ ညွှန်ပြီ့ရန် မလိုတော့ပြီ့ဟု ဆိုလိုက်သည်။

အဖြေကား။ ။ မည်သည့် သစ်ပင်မဆို မျိုးစေ့ မရှိလျှင် (အနည်းဆုံး စာတ်သာဝမျိုး မရှိလျှင်) အပင် မပေါက်နိုင်သကဲ့သို့ မည်သည့် ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုး (သုခ-ဒုက္ခ) မဆို ရှေးကံ မပါလျှင် အမှန်ပင် မဖြစ်နိုင်ပါ၊ “ရှေးကံ”ဟုရှုံးသုခ-ဒုက္ခကို ပေးသော ရှေးကံတစ်မျိုးသာမက အကူအညီဖြစ်သော ရှေးကံ အများပင် ပါဝင်သည်၊ ထိုကြောင့် အသိ အလိမ္ဗာ ပညာ

ကောင်းအောင် ပြုသော ရှေးကံ၊ သတိ စိရိယ ကောင်းအောင် ပြုသော ရှေးကံ၊ ဂတိကောင်းအောင် ပြုသော ရှေးကံ၊ ကာလ ကောင်းနှင့် ကြုံအောင် ပြုသော ရှေးကံ၊ ဥပမာဏောင်းအောင် ပြုသော ရှေးကံဟု ရှေးကံ အမျိုးမျိုးက ကူညီမှသာ သုခအကျိုး အမျိုးမျိုးကို ပေးသော ရှေးကံက အခွင့်သာ၍ အကျိုးပေးရသည်၊ ကာမာဝစရကံ ပုန်လျှင် ထိ အကူအညီကံများ မပါဘဲ ကံတစ်ခု တည်းက အကျိုးပေးဖို့ မတတ်နိုင်ပါ၊ မကောင်းကံ တစ်ခုက မကောင်းကျိုး ပေးရပြု ထိုသို့ မကောင်းကံတွေ အကူအညီ ပါရ သည်သာ။

ထင်များပေပါဉီးမည်။—အမြှာမွေး ညီနောင် နှစ်ယောက်သည် ထိ အမိဝင်း၌ အတူဖြစ်ဖို့ရန် ရှေးကံချင်း အတော် တူနေ၏၊ မွေးဖွားပြီးသော အခါ၌ကား တစ်ယောက်သည် ရှုပ်ချော၏၊ တစ်ယောက်ကား မချော၊ တစ်ယောက်သည် ဥက် ထက်၏၊ တစ်ယောက်ကား ဥက်မရှိ၊ တစ်ယောက်သည် သတိ စိရိယ ရှိ၏၊ တစ်ယောက်ကား သတိလည်း မရှိ ပုံင်းလည်း ပုံင်းတတ်၏၊ မိခင်တစ်ဦးတည်းက မွေးဖွား၍ ထိ မိခင် ဖောင်တို့ အထံဝယ် သွေ့နှင့် ပြုသမှု အတူခံရပါလျက် အသိ အလိမ္မာ ဥက် ပညာနှင့် သတိ စိရိယချင်း ကွာခြားရသည်မှာ ရှေးကံချင်း မတူသော ကြောင့်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ရှေးကံ ကောင်းမှ ဂတိသမ္မတို့ (ဘဝကောင်း) ကာလသမ္မတို့ (အခါကောင်း) ရ၏ ဥပမာဏသမ္မတို့ (ရှုပ်ချော) ဖြစ်၏၊

ရှေးကံ ကောင်းမှ “ပတိရုပဒေသ”ဟု ခေါ်အပ်သော အရပ်ဒေသ ကောင်း၌ ဖြစ်၏၊ ရှေးကံကောင်းမှ “သပ္ပါရိသူ့နိသာယ”ဟု ခေါ်အပ်သော မိကောင်း၊ ဖကောင်း၊ ဆရာသမားကောင်းကို တွေ့ရ၏၊ ရှေးကံ ကောင်းမှ သွန်သင် ဆုံးမ အကောင်းကို ခံရ၏၊ ရှေးကံ ကောင်းမှ အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာလည်းကောင်း၊ သတိလည်းကောင်း၊ လုံလဝိရိယလည်းကောင်း ဤစိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်း ရှိသူ ဖြစ်နိုင်သည်ဟု မှချုပ်ဆတ် မှတ်ကြပါလေ။

တရားတော် “အတွေကစ္စနှင့် ပါပကာနိ ကမ္မသမာဒါနနှင့်
ဂတိသမ္မတိ ပတိဗာဇာနှင့် န ဝိပစ္စနှင့် -တရား၊
အကုသိုလ်ကံတိသည် ဂတိသမ္မတိုက တားမြစ်အပ်ကုန်သည် ဖြစ်၍
အကျိုး မပေးကုန်၊ တရား၊ ကုသိုလ်ကံတိသည် ဂတိဝပတ္တိက
တားမြစ်အပ်ကုန်သည် ဖြစ်၍ အကျိုးမပေးကုန်၊ တရား၊ အကုသိုလ်ကံ
တိသည် ဂတိဝပတ္တိကို ရ၍ အကျိုးပေးကုန်၏၊ တရား၊ ကုသိုလ်ကံ
တိသည် ဂတိသမ္မတိကို ရ၍ အကျိုးပေးကုန်၏” ဤသိ စသည်
ဖြင့် ဉာဏ်ဝင်းပါ၌တော်၌ ဟောတော်မူသည်၊ ထိပါ၌တော်ကို
မှု၍ အောက်ပါ ဂါထာကို ရေးပညာရီများ စိက်းထားကြသည်။

କାଲେବାପିଲବ୍ୟାଗିନ୍, ରତ୍ନିଭୂମ ଓ ଯାତ୍ରାବୁଦ୍ଧି
ଚାନ୍ଦୁତ୍ତେ ଓ ଶିଳ୍ପିତ୍ତେ ଓ, କାନ୍ଦୁଷାରମ୍ଭ ପଢ଼ୁଥିଲା

ကာလောပမိပယောဂါန်-အခါကာလ, ဆင်းရုပနှင့်, ဝိဇ္ဇာ
ဘဏ်, အတန်တန်သော ပယောဂတို့၏လည်းကောင်း၊ ဂတိယာစ-

ရောက်ရာဌာန၊ ဘုံဘဝ၏လည်းကောင်း၊ ယထာရဟံ-တွေ့နိုက် ကြံ့ခိုက်၊ ထိုက်သည်အားလော်စွာ၊ သမ္မတိုး စ-အကြောင်းရင်းကံ၊ ဖန်သည့်အလိုက်၊ သမ္မတိုးဆိုက်မှုကိုလည်းကောင်း၊ ပိပတ္တိုး စ-အကြောင်းရင်းကံ၊ ဖန်သည့်အလိုက်၊ ပိပတ္တိုးဆိုက်မှုကိုလည်းကောင်း၊ အာဂမ္မ-စုဝေးပေါင်းစု၊ အကြောင်းပြု၍ ကမ္မား-မီးခဲ့ပြာ့ဖုံး၊ ပမာသုံးဖို့၊ လုံးလုံးမပြုယ်၊ ကိုယ်ဝယ်ဖန်ထား၊ ကံတရားသည်၊ ပစ္စတိ-မျိုးစွဲစောင့်ရှောက်၊ အပင်ပေါက်၍၊ ထိုနောက် သီးကာ၊ မှည့်ရင့်လာသို့၊ လော်စွာ အကျိုးတွေ၊ ရင့်ကျက်၍ လာလေ သတည်း...။ (ပရမထ္တိနိမ္ဒ္ဓယ)

စဉ်းစားဖွယ်။ “ယခုဘဝ ပြုအပ်သမျှသော ကောင်းပူ၊ မကောင်းမူတို့သည် နောင်သံသရာ ဘဝများစွာ၍ အခွင့်သာလျှင် အကျိုးပေးဖို့ရန် (ကံပြုသူ၏ ခန္ဓာအစဉ်ဝယ်) ကံအဖြစ်ဖြင့် တည်ရှိ နေသည်”ဟု ဆိုလျှင် “ကံရှိ၏”ဟု အယူရှိကြသော ဘာသာဝင် တို့သည် လောက် ကြီးပျားရေးမြဲ အမြဲ နောက်ကျနေစရာ ရှိသည်၊ ဘုံကြောင့်နည်း...ကူးသန်း ရောင်းဝယ်မူမှ စ၍ ထိုထို အသက် မွေးမှုမြဲ မတရား ရှာဖွေသူတို့က အမြတ်အစွမ်း များစွာ ၇၅၇ တရားသဖြင့် ရှာဖွေသူတို့မှာ အမြတ်အစွမ်း နည်းစရာ ရှိသော ကြောင့်တည်း၊ ဗြိသို့ စသည်ဖြင့် စဉ်းစားဖွယ် ရှိပေသည်။

အကြမ်းအားဖြင့် စဉ်းစားလျှင် ထိုအတိုင်းပင် မှတ်ထင်ဖွယ် ရှိ၏၊ သို့သော် “ကံရှိ၏”ဟု အယူရှိသူတို့သည် မိမိအနီးမှာ ကပ် နေသော မျက်မြင် အကျိုးကိုသာ မကြည့်သင့်ပါ၊ ကွက်ကျော်

အကျိုးကိုလည်း ကြည့်သင့်ပါသည်၊ ဉာဏ်နှင့် သတိ စီစိယူကိုလည်း အမြဲ အသုံးပြုသင့်၏၊ မတရား စီးပွားရှာသူတို့သည် တစ်ခဏေသော် အကျိုးပေးတတ်၏၊ သို့သော် ထိုမတရားမှုက ဤဘဝမှာပင် ဖိမိကို ပြန်၍ ရှုံး မကောင်းကဲ အခွင့်သာအောင် ပြုတတ်ပါသည်၊ ဥပမာ- မတရား လုပ်မှုကြောင့် ထောင်ကျခြင်း၊ ပစ္စည်း အသိမ်းခံရခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင် လူအများ၏ (အတွင်းစိတ်၌) အထင်သေး အမြင်သေး ခံရခြင်း၊ ထို မတရားသူ၏ ဤရှုံး မဆက်ဆံလိုကြခြင်း၊ အရောင်း အဝယ် မလုပ်လိုကြခြင်း၊ သားပေး သမီးယူ မလုပ်ကြခြင်း စသည်ဖြင့် မကောင်းကဲ အခွင့်သာ၍ မကောင်းကျိုး ပေးတတ်ခြင်းမျိုးတည်း။

ထို့ပြင်-ထို့သူသည် “အမြင်အားဖြင့် ချမ်းသာသည်”ဟု ထင်ရသော်လည်း သူ၏ စိတ်မှာ မချမ်းသာနိုင်ပါ၊ မျက်စိကန်းသူ တဲ့ မကြောက်သကဲ့သို့ သူ့စိတ်ကို သူ လှည့်စားထားသဖြင့် စိတ်ချမ်းသာစေကော်မှ ထိုမကောင်းမှု၏ အကျိုးကား တစ်မျိုး မဖြစ်၊ တစ်မျိုး ဖြစ်တတ်သည်သာ၊ ထို့ပြင်-ထို့သူ မတရား ရှာမှုးထား သော စီးပွားသည် သားစဉ် မြေးဆက်လည်း မတည့်နိုင်ပါ၊ သူ့ လက်ထက်သော်လည်း ပျက်စီးတတ်၊ သား သမီးတို့၏ ဖြန်းတိုး မှုကြောင့်လည်း ပျက်စီးတတ်ပါသည်၊ သူ၏ မတရားမှုကို မယားနှင့် သား သမီးတို့က သိ၍ မယားကလည်း မလေးစား၊ သား သမီး တို့ကလည်း မလေးစားသောကြောင့် စိတ် အဆင်းခဲ့ကြီး ဆင်းခဲ့ကာ လုပ်ချင်ရာ လျှောက်လုပ်၍ အပျက်ကြီး ပျက်စီးတတ်ပါသည်။ (တစ်အိမ်၊ တစ်ရွှာ၊ တစ်မြှုံး၊ တစ်နှိုင်ငံနှင့် တစ်ကဗ္ဗာလုံးပင် မတရား မှုတွေ များလေ ဆင်းခဲ့ခဲ့က္ခ ရောက်ရလေပင် ဖြစ်သည်။)

တရားသဖြင့် စီးပွားရှာသူမှာ အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာနှင့် သတိ ဝိရိယ ပယောကသမ္မတ္ထိတိုကို များစွာ အသုံးပြုတတ်ရပေ လိမ့်မည်၊ ထိသို့ ပယောကသမ္မတ္ထိ ရှိပါလျက်လည်း ပထမသော အရနည်းပါးလိမ့်ဦးမည်၊ တဖည်းဖည်း ကြာသောအခါ သူ၏ တရားမှန်ကို သိ၍ သူ၏ ဆက်သွယ်သူတွေ များလာရကား အရ မနည်းဘဲ ရှိပါလိမ့်မည်၊ မတရားသူတွေထက်ပင် အရ များလာ ပါလိမ့်မည်၊ သူ၏ တရားမှုကို သိ၍ ပတ်ဝန်းကျင်က အထင်အမြင် ကြီးကာ ရိသေလေးစားလာပါလိမ့်မည်၊ အီမ်သူဇီးနှင့် သားသမီး တို့ကလည်း ရိသေလေးစားကြပါလိမ့်မည်၊ ပြောဆို ဆုံးမသမျှကို နာခံကြပါလိမ့်မည်၊ တရားသဖြင့် ဖည်းဖည်း စုဆောင်းရသော ပစ္စည်းကို ရိရိသေသေ သုံးစွဲကြပါလိမ့်မည်၊ ထိပစ္စည်းမျိုးကို စွဲယလဒ် (တရားနှင့်အညီ ရအပ်သော) ပစ္စည်းဟု ခေါ်၏၊ ထိပစ္စည်းမျိုးသာ သားစဉ် မြေးဆက် ကြာရည် တည်တိနိုင်ပါသည်၊ သူ၏ တရားမှုတွေကို စဉ်းစား၍ သူ.မှာ ကြာလေ စိတ်ချမ်းသာလေ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ထိုကြောင့် မတရားမှုကို တရားမှုဖြင့် ပြိုင်ယှဉ်သောအခါ ကွက်ကော်ကြည့်၍ အရည်ပြိုင်မှ အနိုင်ကို တွေ့ဖြိုင်နိုင်ပါသည်၊ ဤသို့ မတရားမှုကို ချုပ်း၍ တရားသော စီးပွားရှာနည်းကို ပြကြ စေလိုသောကြောင့် ကဗ္ဗားပညာရှိများက စုပေါင်း ရောင်းဝယ်ခြင်း စသော သမဝါယာမ(သမဝါယာမ)နည်းတွေကို တို့ထွင်နေကြပေသည်၊ တစ်အိမ်၊ တစ်ချား၊ တစ်ဖြို့၊ တစ်နိုင်ငံလုံးနှင့် တစ်ကဗ္ဗာလုံးမှာ တရားမှုတွေ များလေ ချမ်းသာလေ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

တရားတော်

စေ့စွဲ ဟဝေ ရက္ခတိ ဓမ္မစာရီ၊
စေ့စွဲ သုစီဇော် သုခမာဝဟတိ။

(တရားသည် တရားကို ပြုကျင့်သူကို ကေန် စောင့်ရောက်၏၊
ကောင်းစွာ ပြုအပ်သော တရားသည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာ
မှုကို ဆောင်နိုင်၏။)

မိဘများ၏တာဝန် ။ ။ ။ ရှုံး ကာလကောင်းဟူသော
ကာလသမ္မတို့၊ ရပ်အဆင်းကောင်းဟူသော ဥပမာနသမ္မတို့၊ ကိုယ်မှု၊
နှုတ်မှု၊ စိတ်မှု ကောင်းဖို့ရာ အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာနှင့်
သတိ ဝိခိုယ်ဟူသော ပယောဂသမ္မတို့ ရှိသူ့ဖြုတ်သာ (များသော
အားဖြစ်) ကုသိုလ်ကံ အကျိုးပေးခွင့် သာသည်ဟု ရေးခဲ့ပြီ ထိုသမ္မတို့
တို့တွင် ကာလသမ္မတို့ဖြစ်အောင် လူတစ်ယောက်တည်း မတတ်နိုင်ပါ၊
ခေါင်းဆောင်ကောင်းများသာ တတ်နိုင်စရာ ရှိသည်၊ ဥပမာနသမ္မတို့
ပယောဂသမ္မတို့ ဖြစ်အောင်ကား တစ်ယောက်တည်း တတ်နိုင်ပါ၏၊
သို့သော ကလေးအရွယ်မှာ ပြုပြင်ဖို့ရာ နားမလည်သေး၊ ထိုကြောင့်
မွေးဖွားသည်မှ စ၍ ငါးနှစ်အရွယ်လောက်အထိ မိဘ၊ ဘိုးဘွား
တို့၏ ပြုပြင်မှု ပယောဂကိုသာ အားထားစရာ ရှိတော့သည်၊
မိဘ ဘိုး ဘွားတို့က အပြု အပြင် ကောင်းလျှင် ကလေးများ၏

ကုသိတ်ကံ အကျိုးပေးခွင့် ရှုံး မိဘ၊ ဘိုး ဘွားတို့က အပြု အပြင် မတတ်လျှင် ကလေးများ၌ အကုသိတ်ကံများ အကျိုးပေး ခွင့် ရစရာ ရှုံး၏။ ထို့ကြောင့် ထို ငယ်ချွယ်ခိုက်အချိန်မှာ မိဘတို့ တာဝန်သာ ဖြစ်သည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ကျိုးမာအောင် ပြပြင်ပေးပါ။ ။ ကလေး ဖွားမြင်ပြီးသော အခါ မိခင်နှင့် ကလေးပါ ကျိုးမာဖို့ အရေးကြီးပါသည်၊ မိခင် သည် မျက်နှာမြင်ပြီး၍ အားငယ်နေလျှင် ကျွမ်းကျင်သော ဆရာတိုင့် အားရှုံးလာအောင် ဂရာတစိုက် ပြပြင်သင့်ပါသည်၊ သင့်တော်၍ အားအင် ပြည့်နိုင်သော အစားအသောက်ကို တော့ရှာပြုဖြစ်စေ၊ မြှုပြုဖြစ်စေ၊ ရနိုင်ရာကို စားသောက်သင့်ပါသည်၊ မိခင် ကျိုးမာမှ ကလေးလည်း ကျိုးမာဖို့ရန် အခွင့်အလမ်း ပျေားပါသည်၊ မိခင် မကျိုးမာလျှင် မိခင်၏ နှုန်းရည်သည် မကောင်းနိုင်ပါ၊ “နှုန်း”ဟူသည် ကလေးကို ချုပ်သော မေတ္တာကို အရင်းခံ၍ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတ္တ၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်နေသော သွေးပင် ဖြစ်ပါသည်၊ ထိုနှုန်းရည် သည် မိခင်ကျိုးမာမှ နှုန်းရည်ကောင်း (သွေးကောင်း) ဖြစ်၍ ထို နှုန်းရည်ကောင်းကို သောက်စို့ရသော ကလေးသာလျှင် အားအင် ပြည့်၍ ကြီးထွားလွယ်ပါသည်။

ကြီးထွားအောင် တောင့်ရှောက်ပါ။ ။ ဖွားမြင်ခါစ ကလေး သည် ပေါက်ခါစ သစ်ပင်ကလေးနှင့် တူ၏၊ သစ်ပင်ကလေးကို သစ်ပင်ရှင်က (ဥယျာဉ်စောင့်က) အပူမမိ၊ အအေးမမိ၊ ပိုးမွှေးမရှိ အောင် တကြည့်ကြည့် ကြည့်ကာ တောင့်ရှောက်နိုင်မှ သစ်ပင်ကလေး

ကြီးထွားလာသကဲ့သို့ ထိုသို့ မတော်ရှောက်လျှင် ထိုသစ်ပင်ကလေး သည် မကြီးနိုင်ဘဲ ဖြစ်ရုံသာမက တစ်ခါတစ်ရုံ သေသွားတတ် သကဲ့သို့ ထိုအတူ ဖွားမြင်ပြီးစမ် စ၍ မတ်မတ် သွားနိုင်သော အရွယ်ကျအောင် မိခင်က (ထိန်းသူက) အထူး သတိထား၍ တော်ရှောက်မှ ကျန်းကျန်းမာမာနှင့် ထွားထွားကျိုင်းကျိုင်း ဝဝဖြီးဖြီး ကြီးနိုင်ပါသည်။

ဥပမာဏောင်အောင် ပြပြင်ပါ။။ “ဥပမာဏမွဲတို့ ရှိခြင်းသည် ကုသိုလ်က အကျိုးပေးခွင့် သာဖို့ရန် အကြောင်းတစ်ပါး”ဟု ရှေ့ခြားပြီး ထိုကြောင့် မိခင်သည် မိမိကလေးကို ဥပမါ (ရပ်အဆင်း) ကောင်းတန်သမျှ ကောင်းအောင် ပြပြင်ပါ၊ နှန်ယ်သော ကလေး၌ ရုပ်ကလာပ်အသစ်ကလေးတွေ ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းမှာ ခပ်မြန်မြန် တိုးပွားနေပါသည်၊ ထိုသို့ တိုးပွားနေရာ၌ (ဖြစ်သမျှ ပျက်-ဖြော်+ပျက်နေသော်လည်း) ထပ်တိုး ရုပ်ကလာပ်တွေက များနေရကား ကလေး၏ ကိုယ်သည် ကြီးပွားလျက် ရှိပါသည်၊ ထိုသို့ ကြီးပွားရာဝယ် အလွန်နှန်ယ်ရကား ထပ်တိုး ရုပ်သစ်များဖြင့် မိခင်က ပြပြင်တတ်လျှင် ကိုယ်အနေအထား၊ မျက်နှာ၊ ဦးခေါင်း၊ လက်၊ ခြားအနေအထားတို့ အချိုးကျေတန်သမျှ ကျအောင် တိုးပွား ကြပါသည်၊ မိခင်က အပြုအပြင် မတတ်လျှင်ကား ပွေ့ချို့ပုံ အချိုးမကျမှ စသော အကြောင်းကြောင့် ကလေးငယ်၏ ကိုယ် အနေအထားလည်း အချိုးမကျ ပုံမလှဘဲ ရှိတတ်ပါသည်၊ ထိုကြောင့်—

- ၁။ ကလေးကို နှဲတိုက်သောအခါ (မိခင်၏ နှဲတံ့ဖြစ်စေ၊ နှဲဘူးဖြစ်စေ) ပက်လက်နေသော ကလေးကယ်၏ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်တို့ကို ပို၍ မနေစေဘဲ အဆင်သင့်ရုံ ထား၍ တိုက်ပါ၊ မိနေလျှင် နှာခေါင်း ပိုပြား ဖြစ်နေ တတ်၊ ပါးစပ်လည်း ပြားနေတတ်သဖြင့် ပျက်နှာပြား ကလေး ဖြစ်နေပါလိမ့်မည်။
- ၂။ ထိုင်နိုင်သော အချေယ်ကို နှဲတိုက်သောအခါ မိခင်သည် အရပ် ရှည်သူ ဖြစ်လျှင် ထိုင်နေသော ကလေးနှင့် နှဲတံ့ကို ဝေးမနေပါစေနှင့် ဝေးနေလျှင် ဟော၍ နှဲရ သောကြာ့င့်၊ ကလေး၏ မိခင်က ပုသူဖြစ်လျှင်လည်း ထိုင်၍ နှဲဖို့ရသော ကလေးသည် လည်တံ့တိုကလေး ဖြစ်နေတတ်၏ဟု (တေမိယရာတ် အဋ္ဌကထား၍) ဆိုသည်၊ ထိုကြာ့င့် နှဲတိုက်ရာ၍ အမိသည် ကလေး အနေအထား သင့်တော်အောင် ချီးနှံဆ၍ တိုက်ကျွေး သင့်ပါသည်။
- ၃။ အမိသည် မိမိနှဲရည် ကောင်းဖို့ရန်နှင့် နှဲရည်များဖို့ရန် သင့်တော်သော အစားအသောက်ကိုသာ စားသင့်ပါ သည်၊ အစားအသောက်က မိမိနှင့် သင့်တော်စေကာယူ ကလေးနှင့် မသင့်တော်လျှင် ထိုအစားအသောက်ကို ရှောင်ရပါသည်၊ ထိုသို့ မရှောင်ဘဲ ကလေးနှင့် မသင့် သည်ကို စားသောက်မိလျှင် ထိုအစားမှုဖြစ်သော နှဲရည်ကို သောက်စို့ရသော ကလေးမှာ (ဝမ်းသွားခြင်း စသော)

ရောဂါတ်ခုခု ဖြစ်တတ်ပါသည်။ (ငယ်ရွယ်စဉ်က ဝမ်းပျက်လျှင် ကလေး အားနည်း၍ ပိန့်ချိချိကလေး ဖြစ်နေပါလိမည်။)

- ၅။ မျက်နှာမြင်ပြီးသော မိခင်သည် ခါတိုင်းထက် ပို၍ စိတ် ချမ်းသာဖို့လည်း အရေးကြီးပါသည်၊ အိမ်တွင်း အဆင် မပြေခြင်း၊ စီးပွားရေး အဆင်မပြေခြင်း စသည်နှင့် အပြင်က ရန်ဘေးတို့ကြောင့် စိတ်မချုပ်းမသာ ဖြစ်ရ လျှင် နှဲရည်လည်း ကောင်းကောင်း မထွက်ဘဲ ရှုတတ် ပါသည်။ (“နှဲရည်ဟူသည် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတ္တ၊ အာဟာရတို့ကြောင့် ဖြစ်သော “သွေး”ဟု ရေးခဲ့ပြီ။)
- ၆။ ထိုသို့ မိခင် စိတ်ချမ်းသာဖို့ရန် ခင်ပွန်းသည်က အထူး ယုယ်တိုက်၊ ညှာတာတိုက်ပါသည်၊ အတူနေ ယောက္ခမ၊ မိဘ၊ ခွေဗျိုးတို့ကလည်း ထိုအချိန်၌ အထူး စိတ် ချမ်းသာဖွယ်တို့ကိုသာ ပြောဆို ပြုစုတိုက်ကြပါသည်။ ၆။ မိဘ၊ ဘိုး ဘွားတို့ကလည်း ရုပ်အဆင်းအားဖြင့် တောင့်တင်း ပြည့်ဖြိုး အလှတိုးနေသော ကလေးကို ကြည့်ကာ အလွန် စိတ်ချမ်းသာကြပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ကလေး၏ ကျွန်းမာရေးသာမက ဝဝဖြိုးဖြိုးနှင့် အလှ တိုးအောင်လည်း ကြိုးစားကြရပါသည်။
- ၇။ ယခုကာလည်း ပြုပြင်၍ ရလောက်သော အရွယ်က မပြုပြင်ကြဘဲ ဖြစ်ချင်သလို ဖြစ်ခဲ့ရသောကြောင့်-

- (က) ဦးခေါင်း မလှသူ၊ (ခ) နဗုံးနှင့် နှာခေါင်း မလှသူ
 (ဂ) ပခံး ကျဉ်းနေသူ၊ (ဃ) ရင်ဘတ် ကျဉ်းနေသူ
 (င) ခါးကော့နေသူ၊ (စ) ပေါင်း ခြေသလုံးတို့ ခွင့်နေ
 သူများကို တွေ့ရပါသည်၊ များစွာသော ကိုယ်အကို
 တို့တွင် ရှေးကံ မကောင်းလှ၍ ပြင်မရသော ကိုယ်အကို
 ကို မပြင်နိုင်သော်လည်း ပြင်၍ ရနိုင်သမျှကို ပြပြင်ပေး
 သင့်ကြပါသည်။
- ၈။ ဖွားပြီး၍ ရက်သား၊ လသားကလေးများသာ ရှိသော
 ကလေး၏ အရိုးများသည် အလွန် နှနယ်၏ ပြင်တတ်
 လျှင် ပြင်တတ်သလောက် အချိုးကျဖွယ်ရှိ၍ မပြပြင်
 တတ်လျှင်ကား အချိုးမကျား ဖြစ်ရမည့်မှာ ရှေးကံ
 ကြောင့်သာ မဟုတ်ပါ၊ အပြုအပြင် မတတ်မှာက
 အနီးကပ်ဆုံး အကြောင်း ဖြစ်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့်
 သူ့ဘာသာ ပက်လက်ကလေး အိပ်နေသော ကလေး၏
 ဦးခေါင်းကို တစ်ဖက်သတ် စောင်း၍ မနေအောင်
 ဘေးက အဝတ်နှကလေးများ ခု၍ ပြပြင်ပေးပါ။
- ၉။ ကလေး ပက်လက် အိပ်နေစဉ် နဗုံးကို လှအောင်
 ည်ည်သွင်သာသာ ပြင်ပေးပါ၊ နှာခေါင်းကိုလည်း လူမျိုး
 အလိုက် လှအောင် (နှာခေါင်းဖုနှင့် နှာတံ့ ပိမနေ
 အောင်) ပြပြင်ပေးပါ၊ မျက်ခုံးကလေးကိုလည်း
 မျက်ခုံးမွေး ပေါက်ချိန် ရောက်လျှင် ပြပြင်ပေးပါ။
 (အားလုံး ပြပြင်နည်းကို လူကြီးများ သိပါလိမ့်မည်။)

- ၁၀။ ထိကဲ့သို့ ပက်လက်အိပ်ရသောအချွဲ နှစ်ယူသော ကလေးကို မသိတတ်သော အစ်ကို အစ်မ ကလေးများ နှင့် ထား၍ အဝေးသို့ မသွားပါနှင့်၊ ဘုံကြောင့်နည်း အထက်—အောက် မွေးထားသော အစ်ကို အစ်မကလေး သည် ညီ—ညီမကလေးကို ချုပ်လွန်းလှသဖြင့် မျက်စိ ကလေး၊ ပါးစပ်ကလေးများကို လက်ဖြင့် တို့၏ ကစားတတ်ကြ၏၊ ထိုသို့ ကစားရာမှ လက်လွန်၍ မျက်စိကို နာကျင်အောင် ထို့မြတ်တတ်သောကြောင့်တည်း တစ်နည်းအားဖြင့် ကလေး၏ ပါးစပ်ထဲ၌ သူစားနေသော မှန်ကလေးကို သွင်း၍ ပေးကာ ကလေးလည်ချောင်း၍ ဆိုနေတတ်သောကြောင့်တည်း၊ ထိုကြောင့် ကလေးထော် အနား၌ မသိတတ်သေးသော အစ်ကိုလေး အစ်မလေး ရှိလျှင် ထိန်းသူမိခင်သည် သတိထားပါ။ (နားမလုပ် သူများ၏ အချုပ်သည် အပြစ်ကို ဖြစ်စေတတ်သည်။)
- ၁၁။ ကလေးကို ပွေ့ခီသောအခါ ကလေး၏ လက်ပောင်း အောက် ချိုင်းကြားနှစ်ဖက်၌ လူကြီးက လက်နှုပ်ဖက် ဖြင့် ခပ်ကြပ်ကြပ် ကိုင်၍ ပွေ့ခီတတ်ကြ၏၊ (ခပ်ကြပ် ကြပ် ၁၊ ကိုင်၍ မဖြစ်နိုင်ချေ) ထိုသို့ ပွေ့ခီဖန် များလျှင် ကလေး၏ ရင်ဘာတ်သည် ကေန သေး၍၊ လုံး၍ နေတော့လတ္တံ့၊ ရင်ဘာတ်သေး၍ ရင်အုပ် ကြီးကြီး ဟားမား ကျယ်ကျယ်ပြန်ပြန် ရရှိသည်နှင့်အတူ ပခံး နှစ်ဖက်လည်း ကျဉ်းသေး၍ နေတော့လတ္တံ့၊ ရင်အုပ်

မကြီးလျှင် ရင်အတွင်းရှိသော အသည်း၊ နှစုံး စသော အတွင်းပစ္စည်းများလည်း အနေအထား ကောင်းသုတေသန သလောက် ကောင်းမည် မထင်၊ ထိုသို့ ရင်၏ မကြီး မကျယ်ခြင်းသည် ပုံမကျခြင်း၊ မလှုခြင်းမှာ သေချာ၏ မလှုရုံသာမက ထိုသို့ ရင်အုပ် မကြီးကျယ်သူမှာ အတွင်းပစ္စည်းများ အနေအထားလိုက်၍ အားခွန်ဗုဏ်မှု လည်း နည်းပါးလိမ့်မည် ထင်သည်။

၁၂။ တဒ္ဒါ့၊ အဘ၊ အဘိုးတို့သည် ပိမိ၏ ပခုံးပေါ်၌ ကလေး မွှောက်လျက် ထား၍ ချိတတ်ကြသေး၏၊ မွှောက်လျက် နေရသော ကလေး၏ ရင်ဘတ်သည် လူကြီး၏ ပခုံး ပေါ်၌ ဖိလျက် နေရကား ထိုကဲ့သို့သာ အချိများလျှင် ကေန်မှချ ကလေး၏ ရင်သည် ချပ်ချပ်ကလေး နေပါ လိမ့်မည်၊ ထိုသို့ နေသော ရင်၏ အတွင်းသားများ လည်း အနေအထား မကျရကား ရင် မလှုရုံမက အားခွန်ဗုဏ်မှု လည်း (ရှေးနည်းအတိုင်း) နည်းပါးစရာ ရှုပါသည်။

၁၃။ မိဘတို့သည် ကလေးကို ပက်လက် ချိတတ်ကြ၏၊ ရှေးချိန်ည်းများနှင့် စာလျှင် ထုတ်ပါသေး၏၊ သို့သော ပဲဘက်ဗြိုဖြစ်စေ၊ ယာဘက်ဗြိုဖြစ်စေ ဦးခေါင်းကို နောက် ထား၍ ခီလျှင် လူကြီး၏ ရင်ဘတ်နှင့် မကြာ မကြာ ကပ်နေရသော ကလေး၏ ဦးခေါင်းသည် တစ်ဖက်ပြား (တစ်ဖက်စောင်း) ကလေး ဖြစ်နေပါလိမ့်မည်၊ ထိုကြောင့်

ဦးခေါင်း မတော်းရအောင် ပဲဘက် ယာဘက် ပြောင်း၍
ဦးခေါင်းကို ထားပါ။

- ၁၄။ ထိကဲသို့ ပက်လက်ထား၍ ချိသောအခါ လူကြီး
လက်တစ်ဖက်သည် ကလေးလေး၏ ဦးခေါင်းနား၍
မ၊ ကိုင်၍ လက်တစ်ဖက်က ကလေး၏ တင်ပါးအထက်
ခါးအောက်ပိုင်းနား၍ မ၊ ၍ ထားလေ့ရှိ၏၊ ထိထို့ ထားရှုံး
ကလေးတင်ပါးသည် လက်ဖြင့် ကိုင်မ၊ ထားရကား
တင်ပါးက တွဲကျ၍ ခါးကလေးက အထက်တက်နေရ
သဖြင့် ကာလ ကြာသောအခါ ခါးကော့သော
ကလေးငယ်တစ်ယောက် ဖြစ်နေပါလိမ့်မည်၊ ထိုကြာ့
ထိသို့ အချိုးမကျ မလှုမပ မဖြစ်အောင် မချိတ်လျှင်
မပွဲ့မချိဘဲ သူ့ဘာသာ အိပ်ရာ ပုံခေါက်ထဲ၌ ထားခြင်းက
သင့်တော်ပါသေးသည်။
- ၁၅။ ကလေး အတော်ကြီးလာသောအခါ ခါးထစ်ခွဲထား၍
ချိတ်တွေ၏၊ (ကလေးကို နံဘေး၍ ထားပြီးလျှင်
ခါးနှစ်ဖက်၍ ကလေး၏ ခြေနှစ်ဖက်ကို ခွဲထား၍
ချိခြင်းကို “ခါးထစ်ခွဲချိခြင်း”ဟု ခေါ်၏၊) ထိသို့ ချိရှုံး
ချိသူသည် ဝလွန်းနေလျှင် ကလေး၏ ပေါင်နှစ်ဖက်မှာ
အတော်ကျယ်ကျယ် ခွဲရသောကြာ့ အတော်ကြာလျှင်
ကလေး၏ ပေါင်နှစ်ဖက်သည် ခွဲပွင့်ခွင့် ဖြစ်နေ
တတ်၏။

- ၁၆။ ကလေးကို ခါးထစ်ခွဲ၏ ချီသူသည် ပိဋကဓကပ်
ဖြစ်နေပြန်လျှင် ကလေး၏ ခြေသလုံး နှစ်ဖက် ထိုသူ၏
ကိုယ်ကို ကပ်၍ နေရသောကြောင့် ခြေသလုံးနှစ်ဖက်
အတွင်းဝင်ကာ တစ်မျိုး ခွင့်နေတတ်ပြန်၏၊ ထိုကြောင့်
နှစ်ယောကလေးကို အချို့ကျအောင် ပြပြပြပြင်
မချို့တဲ့လျှင် မချို့ဘဲ အိပ်ရာထဲ၊ မူက်ထဲ၌ အလိုက်သင့်
ထားခြင်းသာ သင့်တတ်ပါသည်။

၁၇။ ကလေးသည် (၈)လ၊ (၈)လလောက် ရှိလျှင် ထိုင်နှင့်
လောက်သောအပါ မိဘ ဘိုးဘွား အစ်ကို အစ်မ
များသည် ကလေးထိုင်နေသည်ကို အလွန် ကြည့်လို
ကြ၏၊ သို့သော် အရိုးနေတုန်း၌ ကြာကြာထိုင်စေလျှင်
အရိုးက ရှေ့သို့ ညွတ်သဖြင့် ခါးကုန်းကလေး ဖြစ်နေ
တတ်၏။

၁၈။ မတ်မတ်ရပိန့်ခါဝ အခါ၌လည်း “ရပ်နိုင်ပေ၊ ရပ်နိုင်ပေ”
ဟု ပြောက်ပေးကြသောကြောင့် အပြောက်ကြိုက်သော
ကလေးသည် မရပ်နိုင် ရပ်နိုင်ဖြင့် ရပ်ရ၏၊ ထိုအပါ
ခြေသလုံး အရိုးတို့သည် ကောင်းကောင်း မရင့်သေး
ရကား ခြေသလုံး ရှေ့ခွင့်၊ နောက်ခွင့်၊ ဘေးခွင့်၊
အတွင်းခွင့် လေးမျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုး ခွင့်သွားပါသည်;
တချို့ကား မရပ်နိုင်သေးအချို့နှင့်မှာပင် ကလေး၏
ရင်ဘတ်ကို လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် ညွှပ်၍ မတ်တတ်
ရပ်စေလျက် ခီကြ၏၊ ထိုသို့ ခီခြင်းသည် ခြေကို
၂၈၇ စေတတ်သည်သား (အပြောက် ကြိုက်ခြင်းသည်

တဏ္ဍာသဘောတည်း၊ ထိုတဏ္ဍာမျိုးကား ကလေး
လူကြီး အားလုံးမှာ ရှိကြပေလိမည်။)

၁၉။ ထိုပြခဲ့သော အပြစ်များကို မဖြစ်စေလိုသောကြောင့်
နားလည်သော ကလေးမိဘတို့သည် ကလေးကို နောက်
မိုစရာလည်း ပါ၊ ထိုင်ခုလည်း ပါ၊ ခြေနှစ်ဖက်
ချထားစရာလည်း ပါ၊ ကိုယ်ကို မတ်မတ်ထားလျက်
လက်နှစ်ဖက် တင်စရာလည်း ပါသော် လက်တွန်းလည်း
ကလေးပေါ် တင်၍ လေကောင်း လေသန့်ကိုလည်း
ရှာဖိုက်စေကာ အအေးလည်း ဖမ်းအောင် ကိုယ်ကို လုပုံး
မြို့မြို့ ထားလျက် ဟိုတွန်း သည်တွန်း တွန်းပေးကြ
လေသည်၊ ထိုသို့ တွန်းပေးသောအခါ ကလေး၏
စိတ်ချွင်မျှုးလာ၏၊ ထိုလျည်းကလေးမျိုးကို ပုံစံကျအောင်
(အကြမ်းလည်း ဖြစ်စေ) ပြုလုပ်ပေးသင့်ကြပါသည်။

၂၀။ တချို့လူမျိုး၌ ပိုစ်များသည် ကလေးကို ပျဉ်ချုပ်ပေါ်၍
ပက်လက်သိပ်ကြသတဲ့ ထိုသို့ သိပ်ခြင်းဖြင့် ကျောပြင်ကို
(ခါးမကုန်းစေဘဲ) အချိုးကျစေကြသည်၊ တချို့ပိုစ်များ
ကား ပိမိ၏ ပေါင် ခြေသလုံး၌ ပက်လက် သိပ်၍
နှာခေါင်းကလေးများ လုပေအောင် ပြုပြင်ပေးကြပါသတဲ့။

၂၁။ ကလေး၏ ကျန်းမာရေးအတွက် အစာကျွေးမှုကိုလည်း
သတိပြုဖွယ် ရှိသေး၏၊ များစွာသော ပိုစ်တို့သည်
ရှေးဦးစွာ အင်ဒေါ် ဒိုးနှိုယ်ဝိုင် ငါးမာင်းကို

(သား၊ ငါးကငေးများနှင့်အတူ) ကြည်းကြောင်
ပါးပြီးမှ ထမင်းခွဲ့လေ ရှိကြ၏၊ ထိုသို့ ပါးဖတ်ကို
ကျွေးရှုပြု အစာများ ရှိသော ဉာဏ် (အဆီအရသာ)
ဓာတ်တို့သည် အဓိက ကြည်းကြောင် ပါးရာတွင်
အရည်အဖြစ် များစွာ ပါသွား၏၊ ထိုအရည်လည်း အမိ
ဝမ်းထဲ ရောက်သွား၏၊ အဆီဉာဏ် နည်းသော (အရည်
ညွှန်အားပလကိုလည်းကောင်း၊ အသားအသွေးကိုလည်း
ကောင်း များစွာ မဖြစ်စေနိုင်၊ ထို့ကြောင့် ထိုပါးဖတ်
ခွဲ့နည်းကို စေတ်ဆရာကြီးများက သဘောမတူကြ၊
နွားနှီဖြင့် ကြည်းကြောင် ချက်ထားသော ထမင်း
အပျော့ကိုသာ ခွဲ့စေလိုကြသည်။ (နွားနှီ မရနိုင်လျှင်
ဆန်ကိုချည်း ဉာက်အောင် ချက်၍ အရည်နှင့်တကွ
ထမင်းပျော့ကိုသာ ခွဲ့သင့်သည်။)

- JJII ကလေး၏ သွေးကြောတို့သည် အလွန် သန့်ရှင်းခိုက်
ဖြစ်ရကား အရသာကို ဆောင်ယူသော အကြောများ
သည် သန့်ရှင်းကြ၏၊ ထို့ကြောင့် ကလေးသည်
စားရသုံး အစာ၌ အရသာ ရှိနေ၏၊ အရသာ ရှိနေ
သည်အတွက် (အဆီဉာဏ် နည်းပါးလှသော) ပါးဖတ်
ကိုပင် စားချင်နေ၏၊ စားချင်တိုင်းလည်း မကျွေးထိုက်ပါ
အစာ များလျှင် အစာသစ်အိမ်အောက်၌ ရှိသော ဝမ်းပါး
ခေါ် အစာချေစာတိုးသည် မချေနိုင်ဘဲ ရှိပါလိမ့်မည်။

ထိုကြောင့် နှီးရည်ကိုလည်းကောင်း၊ အခြား သင့်တော် သော အစာကိုလည်းကောင်း အချိန် ပုန်မှန်သာ ကျွေး သင့်ပါ၏။

- ၂၃။ ကလေးသည် အတော်အတန် နားလည်သောအခါ မိဘ၊ အစ်ကို၊ အစ်မတို့ အစာ စားသည်ကို ကြည့်ကာ စားချင်သော အမူအရာကို ပြ၏။ မိဘ၊ အစ်ကို၊ အစ်မ တို့ကလည်း ကျွေးချင်ကြ၏။ ထမင်းပွဲ၌ ကလေးကို ချထား၍ ထမင်းစားကြ၏။ ကောင်းသော အစာဖတ် ကလေးကို ကလေးပါးစပ်အတွင်းသို့ ခွံ့ပေးတတ်ကြ၏။ ကလေးသည် စားရမှန်း သိလေ စားချင်လေ ဖြစ်၏။ လေးဖက် သွားနိုင်သောအခါ လူကြီးများ၏ ထမင်းပွဲသို့ အတင်း လာ၍ နိုက်တော့၏။ ထိုအားလုံးကား ကောင်း သော အလေ့အကျင့် မဟုတ်ပါ။
- ၂၄။ ကလေးကို အလွန်နှစ်ယ်သော အချိန်တုန်းကပင် သင့် သော အစာကိုသာ ကျွေး၍ သူ့အချိန်နှင့် သူသာ စားတတ်အောင် အလေ့အထ လုပ်ထားသင့်ပါသည်။ ကလေးနှင့် မသင့်သော အစာကို လူကြီးများက စားလိုလျှင် ကလေး မဖြင်သော နေရာ၌သာ စားထိုက် ပါသည်။ ကလေးသည် မျက်စိဖြင့် ကြည့်တတ်သော အချိန်မှ စ၍ မိမိ မျက်စိဖြင့် ပြင်ပြင်သမျှကို သင်ယူ နေသောအခါ ဖြစ်၍ အနီးအပါး၌ အမြင်မတော်သော အပြုအမူများကိုလည်းကောင်း၊ မကြားကောင်းသော

ဆဲဆိုမှုများကိုလည်းကောင်း၊ ရောင်းဝယ် ပေးကမ်းမှု စသည်၌ လိမ့်လည်ပြောဆိုမှုကိုလည်းကောင်း ကလေး ရှေ့နှင့် မပြုမိအောင် ရှောင်ရှားသင့်ကြပါသည်။ (အချိန် ကန့်သတ်ချက် မရှိဘဲ စားချင်သည့်အချိန် သင့်-မသင့်ကို ရွှေးချယ်လေ့ မရှိဘဲ စားချင်တာကို စားခြင်းကား ပြန်မာ တစ်မျိုးလုံးအတွက် စည်းကမ်းမဲ့သော ချွောတ်ယွင်းချက် ဖြစ်၏ ထိချွောတ်ယွင်းချက်ကြောင့် စားစရိတ်လည်း ပိုလာ ၏၊ ကျွန်းမာရေးလည်း မကောင်းကြ။)

- ၂၅။ ချစ်စရာကောင်းသော ကလေးကို ဟိုအိမ်၊ သည်အိမ်က လည်း ခေါ်သွားတတ်ကြ၏၊ ခေါ်ယူရုတ္တာင် မကဘဲ သင့်-မသင့် အစာကိုလည်း ကျွေးတတ်ကြ၏၊ တခြား အိမ်သို့ ခေါ်သွားခြင်းက စဉ် ကောင်းသော အလေ့ အကျင့်များ မဟုတ်ကြပါ၊ အနီးအပါး အိမ်များက မိဘ၊ ဘိုးဘွားရင်း၏ ကွယ်ရာသို့ အလိုက်သိစွာ မခေါ်သွားခြင်း သာ အရာရာ အပြစ်ကင်းပါသည်။
- ၂၆။ ကလေးသည် (၂)နှစ်သားလောက် အရွယ်ရောက်လျှင် အတော်အတန် ကစားတတ်လာ၏၊ ရပ် ရွာ ဖြူပြ အလိုက် ကစားစရာ ကလေးများနှင့် ကစားနေခြင်းသည် ကလေး၏ စိတ်ရှုံးကြောင်း၊ ကျွန်းမာကြောင်း ဖြစ်သော ကြောင့် ကစားနေပါခေါ် သို့သော် ကလေး၏ အနီးအပါး၌ ရူးရှု ထက်မြက်သော တုတ်ချွန်း၊ စား၊ သေနတ်များ မရှိစေသင့်ပါ၊ လောင်ကွွမ်းစေတတ်သော

ပီးခြစ် စသည်ကိုလည်း မရှိစေသင့်ပါ၊ လူကြီးများ မျက်ကွယ်ဖြစ်သော ကလေးအနီးအပါး၌ လက်ဖက်ရည် အိုး၊ မီးခဲ စသော ပူလောင်တတ်သော ပစ္စည်းများလည်း မရှိသင့်ပါ၊ ထိုပစ္စည်းများကို ဆွဲကိုင် ကစားမိလျှင် ကလေးမှာလည်း ဘေးဖြစ်တတ်၊ အိမ်မှာလည်း ဘေးဖြစ်တတ်ပါသည်။

- Jq။ ကလေးသည် အတော်ကလေး သွားလာတာတ်သော အခါ အနီးအပါး အိမ်သို့ လည်ချင်တတ် (လည်ပတ် နေချင်တတ်)၏၊ အလွန် စိတ်ချေရအောင် ကြည့်ရှုဖော် ရသော အိမ်မှာတ်ပါး အခြားအိမ်များသို့ လည်တတ် ခြင်းကား မကောင်းပါ၊ စိတ်လေလွှုင့်ခြင်း၊ မကောင်း သော အကျင့်ကို တတ်ခဲ့ခြင်း၊ ကလေးချင်း ရန်ဖြစ်၍ လူကြီးပါ ပါဝင်တတ်ခြင်း စသော အပြစ်များကို ဖြစ်စေ တတ်ပါသည်၊ ထိုပြင်- သူတစ်ပါးအိမ်သို့ (ဆွဲမျိုးအိမ် ဖြစ်စေ) စားချိန်၊ သောက်ချိန်၌ မလည်စေသင့်ပါ၊ သူတစ်ပါး စားသောက်သည်ကို မြင်၍ စားချင် သောက် ချင် ဖြစ်နေပါလိမ့်မည်၊ အိမ်ရှင်ကလည်း ရောက်နေသော ကလေးကို စားသောက်ဖို့ရန် မခေါ်မကောင်း၊ ခေါ် မကောင်း ဖြစ်နေပါလိမ့်မည်၊ ထို့ကြောင့် ဖိမိအိမ် ကဲသို့ ရင်းနှီး စိတ်ချေရသော အိမ်၌သာ အခြားသော ကစားဖော်များကို ခေါ်၍ ကစားစေနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

- ၂၈။ မိဘတို့သည် ကလေး၏ ကျန်းမာရေးကို အမြဲ ဂရစိုက်ရ ပါသည်၊ အနည်းငယ် မကျန်းမာလျှင် ကျမ်းကျင်သော ဆရာကို ပြပါ၊ မိမိရွာမှာ ဆရာမရှိလျှင် ဆရာ ကောင်း ကောင်း ရှိသော အရပ်သို့လည်း မအေးလွန်း၊ မပူလွန်း သော အချင့်မှာ ကလေးကို ခေါ်သွား၍ ပြပါ၊ ကလေး ကို စာသင်ချိန် မရောက်မိ ကျန်းကျန်းမာမာ ရှိရှုမက ဝေဖြေးဖြေး ရှိအောင်လည်း ဂရစိုက်သင့်ပါသည်။
- ၂၉။ ကလေးကို သတ္တိနည်းသူ ဖြစ်အောင် မခြောက်လှန့် ပါနှင့် (ကြောင်းကိုကိုလိမ့်မယ်၊ တဆွဲ ခြောက်တတ် တယ် စသည်ဖြင့် မခြောက်ပါနှင့်) နားလည်အောင်သာ ပြောပြပါ၊ ခြောက်သောအပါ ကလေးသည် လန့်သွား ၏၊ ထိုသို့ လန့်သောကြောင့် ခြောက်သည့်အတိုင်း ကြောက်စရာဟု မှတ်ထင်ကာ သတ္တိ နည်းသွား တတ်သည်၊ မိန်းကလေးဖြစ်စေ၊ ယောက်သွားကလေး ဖြစ်စေ ထိုက်တန်သော သတ္တိကား ရှိရပေသည်သာ။
- ၃၀။ ကလေးအား ပြောစကားကို နားလည်လောက်သော အပါ ရှူးသူတော်ကောင်းများ အကြောင်း၊ ဘုရား အကြောင်း၊ မိမိတို့ အမျိုးထဲမှ လူတော် လူကောင်းတို့၏ အကြောင်း၊ လူမျိုးထဲမှ လူတော် လူကောင်းတို့၏ အကြောင်း၊ ရာဇ်ဝင် ထင်ရှားသော သတ္တိကောင်းသူ တို့၏ အကြောင်းများကို ပြောပြသင့်ပါသည်၊ အိပ်ရာဝ်

အိပ်ရာထု၌ ဘုရားကို တစ်မိန်ခန့်ဖြစ်စေ ဝတ်ပြုဖို့
သင်ပေးပါ။

- ၃၁။ မိဘ ဘိုးဘွားနှင့် လူကြီးများကို အထိုက်အလျောက်
နှုန်းသေတတ်ဖို့ သင်ပေးပါ၊ စကားပြော (စကား အသုံး
အနှုန်း)ကိုလည်း ခေတ်အလိုက် ယဉ်ကျေးအောင်
သင်ပေးပါ၊ စည်းကမ်းရှုဖို့ကိုလည်း လက်တွေ့သင်ပေးပါ။
- ၃၂။ မကောင်းသောစိတ်၊ သူတစ်ပါးကို မနာလို ဝန်တိုသော
စိတ်၊ အတိုင်းထက်အလွန် နှုမြောသောစိတ်၊ အလွန်
အမင်း လောဘကြီးသောစိတ်၊ အလွန်အမင်း ဒေါသ
ကြီးသောစိတ်များ မဖြစ်အောင် သွန်သင်ပေးပါ။
- ၃၃။ အထိုက်အလျောက် ပေးချင်စိတ်၊ သူတစ်ပါးကို သနား
ညာတာစိတ်၊ မကြောက်မရဲ့ ရဲ့ဝံသောစိတ်၊ ကောင်း
ကောင်း နေချင်သောစိတ်၊ ကောင်းကောင်း ပြောချင်
သောစိတ်များ အလေ့အကျင့်ရအောင် သင်ပေးပါ၊ ဤသို့
ကိုယ်ယဉ်ကျေး၊ နှုတ်ယဉ်ကျေး၊ စိတ်ယဉ်ကျေးအောင်
သင်ပေးတတ်၊ ပုံတိပတ်စ ပြောပြတတ်သော မိခင်ကို
ရည်ရွယ်၍ “ပုခက်လွှဲသော လက်သည် တိုင်းပြည်ကို
အပ်စိုးနိုင်၏”ဟု ပြောစမှတ် ပြကြပါသည်။
- ၃၄။ ဤသို့ မိဘလက်အောက်၌ပင် ကိုယ်ကျိုးမာ၍ စိတ်
လည်း ခွင့်ပျနေအောင် ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်ပါ

ယဉ်ကျေးအောင် သင်ပေးရင်း၊ သင်သလောက်လည်း
တတ်မြောက်ရင်းပင် ကလေးသည် တသင်ကျောင်းသို့
ပိုဖို့ရန် အချိန်အရွယ်သို့ ရောက်လာပါတော့သည်။

၃၅။ တရားတော်ဗြြှုလည်း ဤသို့ သွန်သင် ပြသဖော်ရသော
မိဘ ဘိုးဘွားတို့ကို အမိုးခြင်းသည် “သပ္ပါရီသူပ
နိသုယေသမ္မတိစက်နှင့် ပြည့်စုစ်း”ဟု ဟောတော်မူ၏
ဤသို့ အမိုးကောင်းရသူသာ ရှေးကံကောင်းများ အခွင့်
သာ၍ ကောင်းကျိုး ချမ်းသာ မဂ်လာကို တွေ့ကြုံရ^{၁၁}
သည်ဟု ဟောတော်မူ၏ ထိုကြောင့် မဂ်လာရှိသော
ကလေးများ ဖြစ်ကြဖို့ရန် မိဘတို့ကလည်း သပ္ပါရီသ
(အမိုးကောင်း)များ ဖြစ်ကြပါစေသတည်း။

၈:နှစ်အရွယ် ချမ်းသာဖွယ်ပြခန်း ပြီး၏။



၅။ တီးနှစ်မှ ဆယ်နှစ်သားအထိ
အောက်တန်းပညာသင်ချိန်

ဒုက္ခဖြင့် ရင်းနှီးမှ သုခရနိုင် လူတိုင်း လူတိုင်း ချမ်းသာသူခကို အလို နိုက်၏၊ ထိုသူခကို ဒုက္ခဖြင့် ရင်းနှီးမှ ရနိုင်၏၊ ယခုကာလည် အထက်တန်းကျကျကျင့် ချမ်းသာသူခ ရနေသူကို တွေ့ရလျှင် ထိုသူ၏ ရှေ့ပိုင်းက ဒုက္ခဖြင့် ရင်းနှီးခဲ့ရပုံကို တွေ့ပါလိမ့်မည်၊ ဘုရားသခင်သည် ထိုးနှုန်းစည်းစိမ် ဖြင့် သုခခံစား၍ နေစဉ်တုန်းက သဗ္ဗည်တဗ္ဗည်တော်ကို မရခဲ့ပါ၊ ထိုးနှုန်းကို စွန့်ကာ ဒုက္ခခံ၍ ကျင့်တော်မူမ သဗ္ဗည်တဗ္ဗည်တော်ကို ရ၍ ဗုဒ္ဓဖြစ်ရပါသည်၊ ထို့ကြောင့် မိဘတို့သည် ကလေးဆင်းရဲမည် ထိုး၍ စာသင်ကျောင်းသို့ မပို့ဘဲ ထားလျှင် အမှားကြီး မှားကြုပါ လိမ့်မည်၊ ကလေး၏ နောင်ရေး မျှော်တွေးကာ ကြာရှည် ဆင်းရဲမည်ကို ထိုးသောကြောင့်ပင် (၅)နှစ် အချွဲယ်လောက်မှာ စာသင်ကျောင်းသို့ ပို့သင့်ကြပါသည်။

တရားတော် န ခေါ် သူခေါ် သူခံ အမိဂၢ္မာ္မ့်, ဒုက္ခနှင့် ခေါ် သူခံ အမိဂၢ္မာ္မ့်-သုခတစ်ခုဖြင့် ရင်းနှီး၍ သုခတစ်ခုကို မရနိုင်၊ ဒုက္ခဖြင့် ရင်းနှီးမှသာ သုခကို ရနိုင်သည်။ (မန္မာပဏ္ဍာသ, ဗောဓိရာကျမာရသုတေ၎)

အချိန်နောင်းလျှင် လမ်းမှန်သော အလုပ်တစ်ခုကို အချိန်နောင်း
အကျိုးနည်း မှ လုပ်လျှင် အကျိုးရလည်း နည်းရသည်
မှာ ဓမ္မတာ (ထုံးခံ) ဖြစ်၏၊ မှန်၏၊ -ဥက်၊
ဝိရိယ တူသူချင်း အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်ကြရာ၌ အချိန်နောင်းမှ
လုပ်သူသည် အချိန်တောင်း လုပ်သူလောက် အကျိုးမရနိုင်၊
ရေးရေးဘဝက ကံကောင်းပါဝေကာမူ အလုပ် မလုပ်လျှင် ဆိုင်ရာ
အကျိုးကို မရဘဲ ရှိတတ်၏။

ဝါ့။ " ॥ ဘုရားလက်ထက်တော်ဝယ် ဗာရာကာသီမြို့၌
ဓနသေးနှင့် သူငွေးသားကလေးသည် ပထမတန်းသူငွေးဖြစ်လောက်၊
သို့မဟုတ် ရဟန်းဖြစ်လောက်အောင် ကံကောင်း ပါလာသူတည်း၊
သို့သော် မိဘတိုက "ငါတို့ သားသည် ပညာသင်ရလျှင် ဆင်းရဲ
လိမ့်မည်"ဟု အယူရှိသောကြောင့် ငယ်ချွယ်စဉ်က ပညာသင်ဖို့ရန်
ကောင်းသို့ မပို့ခဲ့ကြ၊ အရွယ်ရောက်၍ သူငွေးသမီးတစ်ယောက်နှင့်
ထိမ်းများပေးကာ ချမ်းချမ်းသာသာ နေစေခဲ့သည်၊ သူတို့ သမီးခင်ပွန်း
နှစ်ယောက်လုံးပင် ပညာမတတ်ကြ၊ အတီးအမှုတ် အဆိုအကြုံကား
မိဘတိုက သင်စေကြသဖြင့် ကျမ်းကျင်ကြလေသည်။

နှစ်ဖက်မိဘတို့ ကွယ်လွန်ကြသောအခါ သူတို့ နှစ်ယောက်လုံး
စီးပွားကို မထိန်းသိမ်းတတ်ကြ၊ သူငွေးသားသည် အသောက်သမား
တို့၏ မြောက်စားမှုကြောင့် အသောက်သမားကြီး ဖြစ်ရာမှ အတီး
အမှုတ် အဆို အကတို့ပြု၍ အပျော်အပါးကိုလည်း လိုက်စား

လာလေသည်၊ ထိုသို့ အသောက်အစား အပျော်အပါး လိုက်စား မူကြောင်း ရှိသူမျှ စည်းစိမ်တွေ တဖြည်းဖြည်း လျော့ရာမှ ကုန်ခန်း သွားလေတော်၏၊ ထိုအခါ သမီး ခင်ပွန်း နှစ်ယောက်လုံး သူ တစ်ပါး၏ အီမံနောက်ဖေး၌ ကပ်၍ နေလျက် တောင်းရမ်း စားသောက်ကြရလေသည်။

တစ်နေ့သို့ကား ဘုရားကျောင်းတော်၌ စားကြုံင်း စားကျို့ ကလေး တောင်းရမ်းနေစဉ် ဘုရားရှင် မြင်တော်များ အရှင်အာနနှာ အား မိန့်တော်မူသည်မှာ -အာနနှာ ... သူငြေးသား သူငြေးသမီး ဖြစ်ခဲ့ဖူးသော ဤသူတောင်းစား သမီးခင်ပွန်းကို ကြည့်စမ်းလော့၊ သူတို့သည် ပထမအရွယ်၌ ကူးသန်းရောင်းဝယ်ခြင်းစသော အလုပ် များကို လုပ်ကြလိုရှိလျင် ဤမြို့မြို့ ပထမတန်းသူငြေး ဖြစ်နိုင်စရာ ရှိ၏၊ ရဟန်းပြု၍ တရားကျင့်ကြလို ရှိလျင်လည်း သူငြေးသားသည် ရဟန္တာ ဖြစ်၍ သူငြေးသမီးသည် အနာဂတ်ဖြစ်စရာ ရှိသည်။

ဒုတိယအရွယ် ရောက်မှ သတိတရား ရှုံးစီးပွားရေး ကြီးစား လျှင် ဒုတိယတန်းသူငြေး ဖြစ်နိုင်စရာ ရှိသေး၏၊ ရဟန်းပြု၍ တရား ကျင့်ကြလျင်လည်း သူငြေးသားသည် အနာဂတ်ဖြစ်၍ သူငြေးသမီးက သကဒါဂါမ် ဖြစ်စရာ ရှုံးစီးပွားရေး လိုက်စားလျှင်လည်း တတိယတန်း သူငြေး ဖြစ်စရာ ရှိသေး၏၊ ရဟန်းပြု၍ တရားကျင့်ကြလျင်လည်း သူငြေးသမီးက သကဒါဂါမ် ဖြစ်၍ သူငြေးသမီးက သောတာပ် ဖြစ်စရာ ရှိသေး၏၊ ယခုသော်ကား အရွယ်သုံးပါး၌ သတိတရား

မရခဲ့သောကြောင့် လူဘက်, ရှင်ဘက် နှစ်ဖက်လုံး၌ အရှုံးကြီး ရှုံးကာ ပါးမရှိ, ရေမရှိသော ဉာဏ်အိုင်အတွင်းက အတောင်ကျိုးနေ သော ကြီးကြာအိုကြီး ဖိုင်နေသလို ဖြစ်ကြရသည်”ဟု မိန့်တော် မူသည်။

ဝတ္ထာမှတ်ချက်။ ॥ ဤဝတ္ထာ၌ သား သမီးများကို ပညာသင် ဖို့ရန် ဆရာအထံသို့ မအပ်နှဲခြင်းသည် မိဘတို့၏ ကြီးလေးသော အပြစ်ဖြစ်၏ ထို ပညာမတတ်မှုကြောင့်သာ မိဘတို့၏ အမွှ အနှစ်ကို မထိန်းသိမ်းတတ်ခြင်း၊ အသောက် အစားသမားတို့နှင့် ပေါင်းခြင်းဟူသော အပြစ် များ ဖြစ်ရသည်၊ အကယ်၍ ပညာတတ်များ ဖြစ်ပါမဲ့ ထိုအဖြစ်ပျိုး ရောက်အောင် လူဖြစ် မရှုံးနိုင်ပါ၊ ထိုကြောင့်ပင် နိတိကျမ်းများ၌ “ငယ်ချယ်စဉ်က ပညာသင်မပေးသော မိဘ သည် သား သမီးတို့၏ ရန်သူ ဖြစ်၏”ဟု မိန့်ဆိုကြသည်။

ထိုပြင်-ထိုဝတ္ထာ၌ စီးပွားရေးဝယ် ပထမအရွယ်က ရှာလျှင် ပထမတန်းသူငြေး၊ ဒုတိယအရွယ်မှ ရှာလျှင် ဒုတိယတန်းသူငြေး စသည် ဖြစ်နိုင်ပုံကို စဉ်းစား၍ ပညာသင်ရာ၌လည်း (၅)နှစ်, (၆)နှစ် အရွယ်က စ၍ သင်လျှင် (သူ၏ ဥက္ကအလိုက် တတ်ထိုက် သော ပညာတွင်) ပထမတန်း တတ်ဖွယ်ရှိ၍ (၇)နှစ်, (၈)နှစ်စသည်

ကြီးမှ သင်လျှင် ဒုတိယတန်းလောက်သာ တတ်ဖွယ်ရှိပုံကိုလည်း
မိဘတိုင်း သတိပြုသင့်ပါသည်။

ပညာရှိ သား သမီး “အို... မိဘတို့ ... သားသမီး ရှိခြင်းသည်
ဖြစ်ပါစေ အိမ်မှာ ကျက်သရေ မဂ္ဂလာရှိကြောင်း
အကောင်းပင် ဖြစ်ပါ၏၊ သို့သော ထို
ရှိနေသော သားသမီးသည် ပညာလည်း မတတ်, ကိုယ်ကျင့်လည်း
မကောင်းလျှင် ထိုသားသမီးအတွက် သက်သက် တာဝန်ပိုနေသည်
မဟုတ်ပါလော ဥပမာ-လူတစ်ယောက်၌ မျက်စိပေါက်လာခြင်း
သည် လောကအာရုံတွေကို မြင်နိုင်ဖို့ အကြောင်းကောင်းပင်
ဖြစ်၏၊ သို့သော ထိုမျက်စိက ကွယ်၍နေလျှင် ကျိန်းစပ်ခြင်း
စသော ဒုက္ခကို ပေးနေသည့်အတွက် တာဝန် အပိုတက်ရုံသာ
ဖြစ်သကဲ့သို့တည်း၊ ထိုကြောင့် အသင်တို့၏ သား သမီးကို
ပညာတတ် ဖြစ်ဖို့ရန် ငယ်ချွယ်စဉ်ကပင် စာသင်ကျောင်းသို့
ပို့ဖြစ်အောင် ပို့ပါလော့ ...”။

ပညာမတတ်လျှင် “အို မိဘများ ... လောက၌ မွေးပြီးလျှင်
အမြဲ ဒုက္ခပေး ပြီးချင်း သေသွားသော သားသမီး၊ မသေဘဲ
အဖျင်း အ-အ ဖြစ်နေသော သားသမီး
နှစ်မျိုးတွင် ပထမအမျိုးသည် သေတန်းက တစ်ကြိမ်သာ ဒုက္ခ
ပေးတတ်၏၊ ဒုတိယအမျိုးကား နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း ဒုက္ခပေးနေပါ
သည်၊ ထိုကြောင့် အသင်တို့၏ သား သမီးကို အဖျင်း အ-အ အနှ
အထိုင်း မဖြစ်ဖို့ရန် ငယ်ချွယ်စဉ်ကပင် စာသင်ကျောင်းသို့ ပို့ဖြစ်
အောင် ပို့ပါလော့” ...။

အမျိုး ထိန်းနိုင်မှ
သားသမီးကောင်း "ဒုံးမြတ်ပါ... သေသည်ဆိတာ အဆန်း
မဟုတ်ပါ၊ ထိုကြောင့် သူ့ကံအားလျှော့စွာ
မွေးပြီး၍ သေချင်လျှင် သေပါဝေ
တစ်ပြောင်းပြန်ပြန် ကျင်လည်နေရသော ဤသံသရာတဲ့၍ မည်သူ
မဆို မွေးနေ့ရှိလျှင် သေနေ့လည်း ရှိရ၊ သေပြီးပြန်လျှင်လည်း
တစ်ဖန် ပြန်၍ ဖြစ်ရသည်မှာ ထုံးစံဖြစ်နေပါသည်၊ ထိုကြောင့်
သတ္တဝါတစ်မျိုး ဖြစ်ရှိပြစ်စဉ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို "မွေးဖွားလာ
သည်"ဟု စာမဖွဲ့ထိုက်ပါ၊ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးနောက် မိမိတို့၏ မိမျိုး
ဘမျိုး (လူမျိုး) တိုးတက်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်သော သား (သမီး)
မွေးဖွားမှသာ "တကယ် မွေးဖွားလာသည်" ဟု ဆိုရပါသည်၊
ထိုကြောင့် တကယ်မွေးဖွားလာသူဟု ဆိုရလောက်အောင် အသင်
တို့၏ သား (သမီး)လေးကို မျိုးရှိစေရောက်နိုင်သော ပညာရှိ
ဖြစ်ဖို့ရန် ငယ်ချွယ်စဉ်ကပင် တသင်ကျောင်းသို့ ပို့ဖြစ်အောင် ပို့ပါ
လေ့ ...”။

ဂုဏ်ရှိတစ်ယောက်၏ “ဒုံးမြတ်ပါ... သား သမီး အများ ရှိ
တန်ဖိုး သည်တွင် ပညာတတ်၊ အလိမ္မာ မျိုးရှိး
ဘတိကို မြှေ့ငွေ့တင်နိုင်မည့် သား သမီး
တစ်ယောက်သည် အဖျင်း အ-အ ဖြစ်ကြသော သားသမီး များစွာ
ထက် တန်ဖိုးကြီးလုပ်ပါသည်၊ ကောင်းကင်၍ လမင်းသည် တစ်စင်း
တည်း ဖြစ်သော်လည်း အမောင်ကို ဖျောက်နိုင်ပါ၏ ကြယ်တာရာတွေ
ထောင်သောင်းများစွာ ရှိနေသော်လည်း အမောင်ကို မဖျောက်နိုင်
ပါ၊ ထိုကြောင့် အသင်တို့၏ သား သမီးကလေးကို ချွေးလမင်းကလေးလို

တစ်ပျီးလုံး ဝင်းထိန်နေအောင် ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် စာသင်ကျောင်း သို့ ပိုဖြစ်အောင် ပိုပါလော့...”။

ဘယ်အပိုးမပို့
ပညာရှိ ထွက်ဖို့ “အို မိဘတိ ... ဉာဏ် ရှိသည် ဖြစ်စေ၊ ဉာဏ်
မဲသည်ဖြစ်စေ မည်သည် အပိုးအိမ်၌ ဖွားဖွား
ပညာမတတ်လျှင် မလေးစားထိုက်ပါ၊ ဉာဏ်-
လေးသည် မည်မျှ ကောင်းသော ဝါးကို လုပ်ထားစေကာမူ
လေးညို့၊ မနှိုလျှင် အကျိုးမများ၊ အလကား ဖြစ်သကဲ့သိုတည်း
ထိုကြောင့် အသင်တို့၏ ကလေးကို အသုံးချ၍ မရသော အလကား
အကောင် မဖြစ်ဖို့ရန် ငယ်ချယ်စဉ်ကပင် စာသင်ကျောင်းသို့
ပိုဖြစ်အောင် ပိုပါလေ့...”

ပညာမရှိသွင် အိမ်မြေပြန်လိမ့်မည် “အိမ်မြေပြန်လိမ့် ... အသင်တိုက် ကလေးသည် ပညာမတတ်သော လူပြန်းကလေး ဖြစ်နေမှ ညွှန်တွင်း၌ နားကြီး မြေပြန်သကဲ့သို့ ပညာတတ်သူ၏ အလယ်မှာ နစ်မြေပြန်ရပါလိမ့်မည်၊ ထိုကြောင့် အသင်တိုက် ကလေးကို အောက်ကျ နောက်ကျ မဖြစ်ဖို့ရန် ငယ်ချွယ်စဉ်ကပင် စာသင်ကျောင်းသို့ ပိုဖြစ်အောင် ပိုပါလေ့...”။

ပညာမတတ်လျှင် “ဒို မိဘတို့ ... ပေါက်ပွင့်သည် အဆင်:
မမြတ်နိုင် ရှိသော်လည်း အနုပရှိသဖြင့် လူအများ၏
လေးစား မြတ်နီးခြင်းကို မခံရသကဲ့သို့
အသင်တို့၏ ကလေးသည် အဆင်းလှသူ၊ အမျိုးအခွေ ကောင်းသူ
ဖြစ်စေကောမူ ပညာမတတ်လျှင် လူအများ၏ လေးစားမြတ်နီးခြင်းကို

ခံရလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ၊ ထိုကြောင့် အသင်တို့၏ ကလေးကို
လှုအများ၏ လေးစားမြတ်နီး အားကို ခံရလောက်အောင် ငယ်ချယ်
စဉ်ကပင် စာသင်ကျောင်းသို့ ပိုဖြစ်အောင် ပိုပါလော့...”။

စာသင်ကျောင်း “စာသင်ကျောင်း” ဟူရာ၌ “ခေတ်အား
လျဉ်စွာ သင်ပေးနိုင်သော စာသင်ကျောင်း”

ကို ဆိုလိပါသည်၊ ထိုကြောင့် စာသင်ကျောင်း မရှိသေးသော
ကျွေးဇူးများ၌ ကလေးများအတွက် အလွန် လူဖြစ်ရှုံးလောက်အောင်
ချွတ်ယွင်းခြင်း ရှိနေပါသည်၊ ကလေးများများ မရှိသော ရွာင်ယို၌
အစိုးရကာလည်း စာသင်ကျောင်း ထူထေးပေးဖို့ လွယ်ကူမည်
မဟုတ်ပါ၊ ထိုရွာင်ယိုများ၌ ရဟန်းတော်များ၏ ကျောင်းကား
ရွာတိုင်းမှာပင် ရှိနေပါသည်၊ ထိုကျောင်းများက ခေတ်အားလျဉ်သော
အောက်တန်းပညာကို သင်ပြနိုင်ဖို့ရန် ရွာလူကြီးများနှင့် ဘုန်းတော်
ကြီးများ ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားနိုင်မှသာ ထိုကလေးများ လူဖြစ်
မရှုံးသဲ ရှိပါလိမ့်မည်။

စာမတတ်သူ	ယခုအခါ နိုင်ငံတိုင်းမှာပင် စာမတတ်သူ
ပပျောက်ဖို့	ပပျောက်အောင် ကြိုးစားနေကြ၏၊ စာတတ် သူ ပေါ်များခြင်းကိုပင် နိုင်ငံ၏ဂုဏ်တစ်မျိုးဟု မှတ်သားထားကြ၏၊ ဤမြန်မာနိုင်ငံ၌ ရွာကြီးနှင့် မြို့ကြီးများ၌သော စာသင်ကျောင်း ရှိနေရုံဖြင့် စာတတ်သူ မများနိုင်ပါ၊ အခြေခံစာများ မဖတ်တတ်လျှင် ထိုထိ အကြောင်းအရာတွေကို ရေးသားထားသော စာများကို မဖတ်ရသဖြင့် အသိဉာဏ် နည်းပါးလိမ့်မည်၊ အသိဉာဏ် နည်းလျှင် အကောင်း အဆိုး အကြောင်း အကျိုးကို မစဉ်းစားတတ်，

မဝေဖန်တတ်သောကြောင့် အမှားအယွင်းများကို ပြုမိကာ အမှန်ပင် လူဖြစ်ရှုံးပါသည်၊ ထိုကြောင့် ကျေးဇူာများ၏ တစ်နည်းနည်းဖြင့် စာသင်ကျောင်း ရှိဖို့ရန် ကြီးစားနိုင်မှုသာ ဤနိုင်ငံ၌ စာမတတ်သူ ပပျောက်နိုင်ပါလိမ့်မည်။

ကျောင်းနေစဝယ်

သင်ပြုဖွယ်

ကျောင်းရောက်ခါစ ကလေးသူငယ်တို့သည် “မိမိမှာ ဤကျောင်း၌ အသိ အလိမ္မာကို သင်ယူရလိမ့်မည်”ဟု အကြမ်းအားဖြင့် နားလည်ထားကြ၏၊ ထိုကြောင့် ဆရာကြီးတို့သည် ကျောင်းရောက်စ ကလေးကို သင်ရှိုးစာများကို များများ မသင်ပေးဘဲ အနည်းအကျင့် သာ သင်၍ အလိမ္မာကိုသာ တစ်နွေးလျှင် တစ်မျိုးလောက် ရသွား အောင် သင်ပေးထိုက်ကြပါသည်၊ ထိုအလိမ္မာလည်း နွေ့စဉ် တွေ့နေရသော ကိစ္စများနှင့် ဆိုင်သော၊ လက်တွေ၊ လိုက်နာ၍ (လုပ်ကိုင်၍) ဖြစ်နိုင်သော လူ့ကျင့်ဝတ် အမျိုးအစားထဲက ဖြစ်သင့် ပါသည်၊ သင်ပေးရာ၌ အလွတ် ပြောခြင်းထက် လက်ာသံပေါက် ကလေး လုပ်၍ ပြောပြနိုင်လျှင် သာ၍ သင့်လော်ပါသည်၊ ထိုသို့ သင်ပေးလျှင် ကလေးများသည် ထိုသံပေါက်ကလေးကို ရွတ်ကာ ရွတ်ကာ အိမ်၌ ဖြစ်စေ၊ ကျောင်း၌ ဖြစ်စေ လက်တွေ၊ ကျင့်ဝတ်ကို ပြုကျင့်ကြပါလိမ့်မည်။

အိုးသစ်နှင့်တူသော

ကလေးအချွဲယ်

ကလေးအချွဲယ်သည် အိုးလုပ်ပြီးစ မီးမဖွတ်ရသေးသော အိုးနှင့်တူ၏၊ ထိုသို့ လုပ်ပြီးခ အိုး၌ အိုးအလုပ်သမားက တံဆိပ်တစ်ခုရု ဖြစ်စေ၊ ပန်းပြောက်စသည် ဖြစ်စေ ခပ်နှိပ်လိုက်လျှင် ထိုတံဆိပ်

ထိအပြောက်သည် အိုးကွဲသည့်တိုင်အောင် မပျက်တော့ဘဲ ခိုင်မြှေ၏ ကလေးအရွယ်၌ မိဘ ဆရာတိုက ပျီးရိုးအလိုက် ကျင့်ဝတ် ကောင်းကလေးများကို သင်ပြခြင်းသည် အိုးတံ့ဆိပ်၌ တံ့ဆိပ်ခပ်နှင့် ခြင်းနှင့် တူ၏၊ ထိတံ့ဆိပ်သည် အိုးကွဲသည့်တိုင်အောင် ခိုင်မြှေ သကဲ့သို့ ထိကျင့်ဝတ်ကောင်းများလည်း သေသည့်တိုင်အောင် ခိုင်မြှေတတ်ပါသည်၊ ထိကြောင့် ကျောင်းသို့ အလိမ္မာ သင်ဖို့ရန် မိဘတိုက အပ်နှံထားသော ကလေးငယ်များကို ဆရာတိုက ကျင့်ဝတ်ကောင်း၊ အလိမ္မာပေးသော တံ့ဆိပ်ကလေးများကို နှေ့တိုင်း သင်ပြ ခတ်နှင့်ကြပါလေ။

အိပ်ရာထုချိန် **အိပ်ပြီး၍** နှီးချိန်တန်သောအခါ အိပ်ရာမှ အချိန်မှုန်မှုန် ထသင့်သည် လူတို၏ နှီးချိန်သည် ဒေသအလိုက်၊ ကာလအလိုက်၊ လူအဆင့်အတန်း အမျိုးအစား အလိုက် အမျိုးမျိုး ရှိကြ၏၊ အချို့ကျေးရွား၌ စောစော ထကြ၏၊ စောစောထ၍ အလုပ်လုပ်ဖို့ရန် သွားကြ၏၊ မြှုံများ၌ အရှင်တက် ပြီးနောက် အလင်းရောက်မှ အိပ်ရာက ထကြ၏၊ ကာလ မကောင်း လျှင် စောစောထ၍ အလုပ် လုပ်သူမှာ ဘေးရန်များ၏ ထိကာလ မျိုး၌ စောစော ထခြင်းသည် မကောင်း၊ မိန်းမသားတို့သည် စောစော နှီးသော်လည်း အိမ်အပြင်ထွက်၍ လုပ်ရသော အလုပ်ကို မလုပ်ထိုက်၊ ဘုရားရှိခိုး၊ ဆွမ်းချက်၊ လက်ဖက်ရည်တည် စသော အလုပ်များကိုပင် အိမ်တံ့ခါးအတွင်း၌သာ ပြုလုပ်မှ ဘေးကင်း ရန်ကင်း ရှိနိုင်သည်၊ ဤသို့ လူကြီးများက သင့်တော်သော အချိန် ထပြီးမှ ကလေးများလည်း အိပ်ရာထရမည် ဖြစ်သောကြောင့်

မည်သည့်အချိန်ဟု မသတ်မှတ်ဘဲ အိပ်ရာထနေကျအချိန်မှာ မှန်မှန် အိပ်ရာက ထက်ပါ။

လက္ာ ၁။ အိပ်ရှိတစ်ဖမ်း၊ နိုးချိန်တန်၊ မှန်မှန်ထပါကွယ်။
၂။ မှန်မှန်ထမ္မာ၊ အားလုံးက၊ ချို့ကြ ခင်ကြမယ်။

အီအီးယို အိပ်ရာမှ ထပြီးသောအခါ နောက်ဖေး သွား
ရှာရှုပေါက် ချင်စိတ် ရှိ-မရှိကို သတိထား၍ နောက်ဖေး
သွားချင်လျှင် မျက်နှာမသစ်ခင် နောက်ဖေး
သွားပါ၊ နောက်ဖေးသွားချင်စိတ် မရှိလျှင် အခင်းကလေး (ကျင်ငယ်)
ပေါက်လိုစိတ်ကား ရှိရပေမည်၊ သိဖြစ်၍ အခင်းကလေး စွန့်ပါ၊
လူတို့သည် တစ်ညုလုံး (၉-နာရီလောက် အိပ်၍ ၅-နာရီလောက်
ထလျှင်) အိပ်ချိန် (၈)နာရီခန့် ရှိ၏၊ ပစ်အိပ်၍ စု၍ နေပါလိမ့်မည်၊
အချို့အစာများလည်း အရည်ဖြစ်၍ ကျင်ငယ်အိမ် (ဆီးအီပါ)၌
စုနေပါလိမ့်မည်၊ ထိုစုနေသော အစာဟောင်းနှင့် ဆီးများကို
အိပ်ရာမှ ထသောအခါ အလျှင်ဆုံး စွန့်ပစ်လိုက်မှ ကိုယ်လည်း
ပေါ့ပါး၍ ဝမ်းထဲမှာလည်း သန့်ရှင်းလျက် ကျန်းမာခြင်း ဖြစ်ပါလိမ့်
မည်၊ ထိုကြောင့် ကလေးများအား အိပ်ရာထလျှင် သင့်တော်သော
နေရာသို့ (အိမ်သာသို့) သွား၍ အီးအီးယိုခြင်း၊ အီးအီးမယိုလျှင်
ရှာရှုပေါက်ခြင်း အလေ့အကျင့်ရအောင် အကျိုး-အပြစ်ကို ပြောပြီ
ကြပါလေ၊ ရှာရှုပေါက်သောအခါ လူကြီးများနှင့် ဝေးသောနေရာဝယ်
သင့်တော်ရာဘက်သို့ မျက်နှာမှု၍ ပေါက်ရသည်။

၁။ အိပ်ရာထပြီး၊ တော်ရာမြို့၊ အီးအီးယိုရတယ်။
၂။ မယိုချင်သူ၊ သင့်ရာမူး၊ ရှာရှုပေါက်ရတယ်။

သွားတိုက် လျှောမြစ်

ထိုကိုစွဲများပြီးလျင် မျက်နှာသစ်ရပါတော့
မည်၊ ထို့ကြောင့် မျက်နှာသစ်ခါနီး၌
သွားတိုက်၍ လျှောကိုလည်း ခြစ်ပါ၊ မနေ့လိုက စားထားသော
အစာများကြောင့် သွားနှင့် လျှောသည် အညွစ်အကြေးများ လိမ်းကျံ
လျက် ရှုံး၏ ထိုအညွစ်အကြေးသည် စားတုန်းက ကပ်နေသော
အညွစ်အကြေး မဟုတ်သေး၊ အစာ၏အတွက် ဝမ်းထဲမှ အပေါ်သို့
တက်လာသော အညွစ်အကြေးများ ဖြစ်သည်၊ ဥပမာ-မျက်ချေးများ
ကဲ့သို့တည်း၊ စားပြီးစား၊ က ကပ်နေသော အစာတို့သည် စာပြီး
ကတည်းကပင် တံ့ပူ၊ သွားတိုက်တံ့တို့ဖြင့် ပွတ်ပစ်ခြင်းကြောင့်
စင်ကြယ်ခဲ့သော်လည်း မျက်ချေးနှင့်တူသော (နောက်မှ ထွက်လာ
သော) သွားချေး၊ လျှောချေးတို့ကား နံနှက် စောင့်စောင့်မှုပါသည်၊
သွားကို တိုက်၍၊ လျှောကိုလည်း ခြစ်၍ ပစ်မှ ပြောင်စင်နိုင်ပါသည်၊
ထိုသွားချေး၊ လျှောချေးများ မစင်လျင် ယနေ့ နံနှက် နောက်ထပ်
စားသော အစာများ၌ ရော၍ ဝမ်းတွင်းသို့ ပါသွားမည် ဖြစ်သော်
လည်း ထိုသို့ ရော၍ ပါသွားရခြင်းသည်ပင် မသန့်ရင်းခြင်း၊ လူကြီး
လူကောင်း၏ လက္ခဏာ ခွာတ်ယွင်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့်
ကလေးများကို မျက်နှာမသစ်မိ သွားတိုက်ခြင်း၊ လျှောခြစ်ခြင်းကို
အကျင့်ရအောင် သင်ပြပါ။

သွားတိုက်ဆေး

သွားတိုက်သောအခါ မြို့များ၌ သွားတိုက်ဆေး
တစ်မျိုးမျိုးနှင့် သွားပွတ်တံ့ကို သုံးစွဲကြေး၏
ကျေးဇူာများ၌ကား ထိုကဲ့သို့ သုံးစွဲဖို့ရန် လူတိုင်းမှာ ယခုအချိန်
မလွယ်ကူသေးပါ၊ ထို့ကြောင့် ဒါမ်တိုင်းမှာ ရနိုင်သော ဆားဖြင့်ပင်

သွားကို တိုက်နိုင်ပါသည်၊ သွားပွတ်တဲ့ မရှိလျှင် လက်ညီး၊ လက်မတို့ဖြင့် သင့်သလို တိုက်ပါ၊ တချို့ကား တမာခက်ကို ချိုး၍ ထိတမာရိုးဖြင့်လည်း သွားကို တိုက်ကြပါသည်၊ သွားတိုက်ခြင်း သည် သွား၏ စင်ကြယ်ခြင်းအကျိုးသာမက သွားကို ကြာရည် နိုင်စေခြင်းအကျိုးကိုလည်း ရစေနိုင်ပါသည်၊ လျှောကိုမူ လျှောခြစ်တဲ့ တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် သို့မဟုတ် တံပူးအပြားဖြင့် ခြစ်နိုင်ပါသည်။

မျက်နှာသစ် တစ်ညွှန်လုံး အိပ်ပျော်နေသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း မှ အည်စာကြေးတို့သည် မျက်စိ၊ သွား၊ လျှောတို့ ပေါ်ထွက်နေသလို တစ်ကိုယ်လုံးမှာလည်း အည်စာကြေးတွေ ထွက်နေကြသည်၊ ထိုကြောင့် အိပ်ရာမှ ထလာသူ၏ ကိုယ်နှုံးသည် မသန္တပြန်ဘဲ မကောင်းသော အနှံးတစ်မျိုး နံနေ၏၊ စဉ်းစားကြည့်ပါ၊ ထိုသို့ ကိုယ်တွင်းမှ အည်စာကြေးသည် မထွက်လျှင် မကောင်း ထွက်မှသာ ကျန်းမာရေး ကောင်းသည်၊ အည်စာကြေး မထွက်လျှင် ဆီပိတ်နေသော စက်ကဲ့သို့ ချုတ်ယွင်းချက် တစ်ခုရရှိကာ မကျန်းမဟာ ဖြစ်နေသည်သာတည်း၊ ထိုကြောင့် ကျန်းမာအောင် ထိုသို့ မကောင်း သော အနှံး ပုံးနှံးလောက်အောင် တစ်ညွှန်လုံး ထွက်နေသော အည်စာကြေးများသည် မျက်နှာပေါ်၍လည်း ထွက်၍ နေရကား မျက်နှာတစ်ခုလုံး အည်စာကြေးဖုံးကာ အဟောင်းကဲ့သို့ ဖြစ်နေ၏၊ ထိုကြောင့် တစ်ကိုယ်လုံးတွင် လူမြင်ကွင်း အကျော်းဖြစ်သော မျက်နှာကို အသစ်ဖြစ်လာအောင် ဆေးကြာပစ်ရခြင်းကိုပင် “မျက်နှာသစ်”ဟု ခေါ်ရသည်။

စင်ကြယ်အောင် သစ်ပါ

ထိုကြောင့် မျက်နှာသစ်သောအခါ
သန္တရှင်းသောရေဖြင့် သစ်ပါ၊ ဆပ်ပြာ
ရနိုင်လျှင် ဆပ်ပြာဖြင့် မျက်နှာပတ်ဝန်းကျင်အနဲ့ တိုက်၍ ထိုဆပ်ပြာ
စင်ကြယ်သွားအောင် သစ်ပါ၊ တချို့၊ လူကြီးများသည် မျက်နှာ
သစ်ရင်း မျက်စိအတွင်းသို့ မျက်စဉ်းခတ်သလို ရေကို လက်ခုပ်ဖြင့်
အကြိမ်ကြိမ် သွင်းပေးကြ၏၊ တချို့ကား ရေဇ်လုံတဲ့၍ ရေများများ
ထည့်၍ ထိုရေတဲ့၍ မျက်စိနစ်အောင် နှစ်ပြီးလျှင် မျက်စိကို
ဖွင့်ချည် ဖိုတ်ချည် ပြုလုပ်ကြ၏၊ ထိုအလုပ်များလည်း မျက်စိ
ကြည်လင်ခြင်း၊ မျက်စိ မမှုနှုန်းခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၍ ကောင်းသော
အလုပ်ပင် ဖြစ်ပါသည်၊ ကလေးအရွယ်ကပင် ထိုအလုပ်များကို
အလေ့အကျင့်ရအောင် သင်ပေးလိုက်လျှင် ကလေးအတွက်
တစ်သက်လုံး မျက်စိကျန်းမာရေး ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

မျက်နှာသစ်ပြီးလျှင်

မျက်နှာသစ်ပြီးသောအခါ မျက်နှာသုတ်
ပဝါဖြင့် စင်ကြယ်အောင် သုတ်ပါ၊
တော့ချာ တချို့၍ မျက်နှာသုတ်ပဝါ သီးခြားမထားဘဲ တော်စွာ၊
လော်စွာဖြင့် သုတ်လေ့ ရှိကြ၏၊ ထိုအလေ့အကျင့်ကား မကောင်း
ပါ၊ သင့်တော်သော (ဖုပ်လှန်းထားသဖြင့်) သန္တရှင်းသော မျက်နှာသုတ်
ပဝါဖြင့် သုတ်ခြင်း အလေ့အထက် ကလေးဘဝမှစ၍ အကျင့်ရအောင်
သင်ပြကြပါ၊ မျက်နှာသုတ်ရာ၌ နားလည်သော မိခင်များသည် မိမိ
ကလေးထောက် မျက်နှာသုတ်ပေးရင်း အနေအထားကိုလည်း
ကောင်းအောင် အချိုးကျ လုပ်အောင် ပြုပြင်ပေးလေ့ ရှိကြပါသည်၊
ထိုသို့ ပြုပြင်ပေးဖို့ရန် မိခင်မှာ တာဝန်လည်း ရှိပါပေသည်။

၅။ မျက်နှာသစ်ရာ, သွားတိုက်ပါ, လွှာလည်း ခြစ်ရမယ်။
 ၆။ စင်ကြယ်ဖို့ရာ, သင့်မျက်နှာ, ဆပ်ပြာတိုက်ပါကွယ်။
 ၇။ ရေခင်သန့်သန့်, မျက်နှာဖြန့်, နှဲအောင် သစ်ရတယ်။
 ၈။ သစ်ပြီးသောခါ, စင်ကြယ်စွာ, မျက်နှာသုတေသန။

မျက်နှာသစ်ပြီး မျက်နှာသစ်ပြီးသောအခါ စိတ်ကြည်လင်
စိတ်ကောင်းထား အောင် အလေ့အကျင့် လုပ်ရသည်၊
အလေ့လုပ်နည်းကား ဘုရားကို စိတ်ဖြင့်
။၍ လက်အုပ်ချိပြီးလျှင် ကလေးရသော ဘုရားဂုဏ်တော်ကို
ပါ။ အိမ်မှာ ပန်းရှိလျှင် ဘုရားကို မှန်း၍ ပန်းလျှပါ။ တစ်မိန့်၊
မိန့်လောက်သာ ကြာပါလိမ့်မည်၊ ထိုနောက် မိမိအိမ်၌ လူကြီး
၁ဝါးကို ရည်မှန်း၍.....

“ମେମେ କୃଷ୍ଣଙ୍କିଳାପିତେ, ଶୁଣିଲାପିତେ”।

“ဖော် ကျိန်းမာပါစေ၊ ချမှတ်သာပါစေ”।

“အဘိုး၊ အဘွား၊ အစိကို၊ အစ်မ၊ ဒေါ်ဒေါ်၊ ကြီးကြီး၊ စာသင်ပေးသော ဆရာ (ဆရာမ)”ဟု နာမည်ပေါ်၍ ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ”ဟု (၃)မိန်လောက် မေတ္တာပို့ အလေ့အကျင့်ကို လုပ်ပါစေ ...။

ဤသို့မေတ္တာပိုလော်ရှိသော ကလေးသည် အတော်ကြာသော
အခါ မေတ္တာဓာတ်က တစ်ကိုယ်လုံး ထုနေသောကြာင့် အမြဲ
ကြည်လင် ခွင့်ပျော် လုပနေပါလိမည်။

၉။ မျက်နှာသစ်လွင်, ဖြစ်ပြီးသွေ့င်, နေ့စဉ် ဘုရားရှိခိုးကွယ်။

- ၁၀။ ပန်းတော်ရှိက, ပန်းတင်ရ, သို့မှ စိတ်ကြည်မထု။
 ၁၁။ မိဘ ဆွဲညာ, ကျောင်းဆရာ, မေတ္တာပိုပါကွယ်။
 ၁၂။ မေတ္တာသက်ဝင်, ကိုယ်လုံးခွင့်, ကြည်လင်လုပတယ်။

အစာဓားပြီး စာကျက် ဘုရားအာရုံပြု၍ မေတ္တာလည်း ပိုပြီးသော အခါ စာမကျက်ခင် အိမ်မှာရှိသော အစာ တစ်မျိုးမျိုးကို လေမထအောင် အနည်းငယ် စားပါ၊ (အစာ မရှိဘဲ စာကျက်လေ့ရှိသူသည် လနှစ်၊ ကြာသောအခါ လေထသော ရောဂါတစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်ပါသည်) အစာ တားပြီးလျှင် ကျောင်းက ပေးလိုက်သော စာကို ကျက်ပါ, သို့မဟုတ် ကြည့်ပါ၊ စာကျက်ပြီး၊ စာကြည့်ပြီးမှ အလွန်ငယ်သေးသော ကလေးများ ကစားချင်လျှင် ကစားသင့်ပါသည်၊ အတော်ကြီးသော ကျောင်းသားတို့မှာ နံနက် အချိန်၌ ကစားခွင့် ရလောက်အောင် အချိန်ပိုရမည် မဟုတ်ပါ၊ ကျောင်းစာကို ကျက်ရင်း ကြည့်ရင်းပင် ကျောင်းသွားချိန် နီးလာ ပါလိမ့်မည်၊ ထိုအခါ ရေချိုး၍ ထမင်းစားပြီးလျှင် အဝတ်ကို သန့်ရှင်းစွာ ဝတ်ပါ၊ ထိုနောက် ကျောင်းသွားရပါလိမ့်မည်။ (“ရေချိုး” ဆိုရာ၌ ကောင်းကောင်း နေကောင်းသူ ဖြစ်မှ ရေချိုးသင့်ပါသည်၊ အလွန်အေးသောအခါ၌ ရေကလည်း အေးနေလျှင် ရေနွေးစပ်၍ ချိုးသင့်ပါသည်၊ သို့မဟုတ် ညနေ ကျောင်းမှ ပြန်သော်လည်း ရေနွေး စပ်တန်လျှင် စပ်၍ ချိုးသင့်ပါသည်။)

- ၁၃။ ဘုရားမေတ္တာ၊ ပြုပြီးခါ၊ အစာနည်းနည်း စားပါကွယ်။
 ၁၄။ စားချိပြီးလျင်၊ စာအုပ်တွင်၊ နေ့စဉ် ကျက်ချိ ကြည့်
 ရတယ်။
 ၁၅။ ကျောင်းချိန်နှီးခါ၊ ရချိုးပါ၊ အစာ ဝရဲ စားရမယ်။
 ၁၆။ ကျောင်းဝတ်လဲကာ၊ သန့်ရှင်းစွာ၊ ကျောင်းလာခဲ့ပါကွယ်။

ကျောင်းတွင်း ကျောင်းသို့ ရောက်သောအခါ ဆရာကိုလည်း
ကျိုင့်ဝတ် လေးစားပါ၊ ဆရာကို မြင်လျင် ထုံးခံရှိသလို
 အလေးပြုပါ၊ ကျောင်းဝင်းအတွင်း၌ တွေ့ကရာ
 နေရာဝယ် အမိုက် အနည်းငယ်မျှ မပစ်ပါနှင့်၊ အမိုက်ပုံး၌သာ
 အမိုက်ပစ်ပါ၊ စည်းကမ်းရှိသော နိုင်ငံများ၌ကား မီးခြောက်လေး
 လို အမိုက်ကိုမျှ လူသွားလမ်းပေါ်၊ မြက်ခင်းပေါ်တို့၌ မပစ်ကြဘဲ
 မိမိအိတ်ထည့် ထည့်ခဲ့၍ အမိုက်ပုံးတွေ့မှ ထည့်လေ့ရှိကြပါသတဲ့၊
 တံတွေး၊ နှုပ်စသော အညွစ်အကြေးကို လူသွားလမ်းပေါ်၌လည်း
 ကောင်း၊ လူအများ ရောက်သောနေရာ၌လည်းကောင်း၊ အထူး
 အားဖြင့် သောက်ရေအိုးစင် အနား၌လည်းကောင်း မထွေး မညှစ်
 ပါနှင့်၊ အစွမ်းအဖျားနေရာ၊ သီးသန့်ထားသော နေရာတို့၌သာ
 တံတွေး ထွေးပါ၊ နှုပ်ညွှတ်ပါ၊ နှုပ်ညွှတ်ပြီးလျင် လက်ကိုင်ပဝါဖြင့်
 နှာခေါင်းဖျားကို သုတ်ပါ၊ (အချို့ကား နှုပ်ကို အပြင်၌ ညွှတ်မချေဘဲ
 မိမိလက်ကိုင်ပဝါထည့် ညွှတ်ကြ၏၊ ရောဂါမဲက်းသူ၏ နှုပ်၌ပါသော
 ပိုးများကလေးများသည် အခြားလူကို ရောဂါကူးစေတတ်ပါသတဲ့)

ဤနှင့်, တံတွေး, အမိုက်နှင့်စပ်သော ကျင့်ဝတ်များကို အိမ်မှာလည်း
ပြုကျင့်ရပါသည်။

၁၈။ ဆရာမြင်ဌား၊ ထုံးခံအား၊ လေးစားသင့်ပါတယ်။

၁၉။ အမိုက်ပစ်ရေး, နှပ်-တံတွေး, လူဝေးနေရာ စွန့်ရတယ်။

စာသင်ခြင်းနှင့် စာသင်သောအခါ ဆရာ သင်ပေးသမျှကို နား
နှေ့စာ စာခြင်း စိုက်၍ စိတ်ဖြင့် မှတ်စရာကို စိတ်ဖြင့် မှတ်ပြီး
လျှင် ရေးမှတ်စရာကိုလည်း ရေး၍ မှတ်ထားပါ။
ထိုမှတ်သားထားသော စာကို အိမ်ပြန်ရောက်သောအခါ ကျက်တန်
လျှင် ကျက်ပါ။ နေ့လည်အခါ၌ ကလေးများ ဆာပေလိမ့်မည်။
ထိုသို့ ဆာလျှင် တွေ့ကရာ ရောင်းချသော အစာကို မစားဘဲ
အိမ်နီးလျှင် အိမ်သို့ ပြန်စားပါ။ အိမ်မနီးလျှင် အိမ်မှ သွားရည်စာ
တစ်မျိုးမျိုးကို သန့်ရှင်းစွာ ထည့်၍ ဆိုင်ရာ လူကြီးများက
ပေးလိုက်သင့်ပါသည်။ ထိုသို့ ပေးလိုက်သော သွားရည်စာများကို
သာ စားသင့်ပါသည်။ ထိုသို့ မဖြစ်နိုင်သူများအတွက် ကျိုးမာရေးနှင့်
သင့်တော်သော သွားရည်စာကိုသာ ရွှေးသည်များကို သန့်ရှင်းစွာ
ရောင်းခွင့်ပြု၍ ထိုသန့်ရှင်း၍ သင့်တော်သော သွားရည်စာကိုသာ
ဝယ်၍ စားဖို့ရန် သင့်ပါသည်။ ဤအားလုံးကို ဆရာ မိဘတို့က
တာဝန်ကျေပွန်စွာ စီစဉ်သင့်ကြပါသည်။

၁၉။ စာသင်တုံးလတ်, စိတ်ဖြင့်မှတ်, ရေးမှတ် မှတ်ရတယ်။

၂၀။ ရေးမှတ်သည်စာ, အိမ်ရောက်ခါ, ကောင်းစွာ ကျက်ရ^{မပါ။}

၂၁။ မြေလယ်အစာ၊ သင့်အောင်သာ၊ ဇွဲခါစားနိုင်တယ်။
၂၂။ ကျော်မာရေးနှင့်၊ လျှပ်အောင်ချင့်၊ အသင့်စားပါကွယ်။

အိမ်ပြန်ချိန်

စာသင်ချိန် ကုန်၍ အိမ်ပြန်ချိန်ကျသောအခါ
အိမ်ရောက်အောင် ပြန်ပါ၊ အိမ်က မိဘဆွဲချိုး
တို့သည် ပြန်ချိန်တန်လျှင် မျှော်နောတတ်ပါသည်၊ ပြန်ချိန်တန်၍
ရောက်မလာလျှင်လည်း စိတ်ပူနောတတ်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ဟိုဝင်
သည်ဝင် မဝင်ဘဲ အိမ်သို့ ရောက်အောင် ပြန်ပါ၊ အိမ်ရောက်လျှင်
မိမိ ပြန်လာကြောင်းသိရန် မိမိကို မဖြင့်သော လူကြီးများထံ
သွား၍ “မေမေ...သားသား ပြန်လာပါပြီ၊ မေမေ...သမီး ပြန်လာ
ပါပြီ” စသည်ဖြင့် ချိုသာစွာ ပြောပြပါလေ၊ ကလေးတို့၏ ချိုသာ
သောစကားသည် လူကြီးမိဘများ၏ နှလုံးသားကို အေးပြစေနိုင်
ပါသည်။

၂၃။ စာသင်ပြီးပြန်၊ ပြန်ချိန်တန်၊ အိမ်ပြန် ရောက်စေကွယ်။
၂၄။ အိမ်ရောက်သောခါ၊ နှုတ်ချို့စွာ၊ ပြန်လာခဲ့ကြောင်း
ပြောရမယ်။

အောက်တန်းပညာသင်ချိန်ပြခန်း ပြီး၏

ဇူးချော်းသာ ပြီးပြီး။