http://www.dhammadownload.com

ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်

- သမထ၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာကျင့်စဉ်များတွင် အတူယှဉ်တွဲပါဝင်အပ်သော မေတ္တာကျင့်စဉ်။
- ဘဝကိုစွဲလောင်နေသော (၁၁) မီးငြိမ်း မေတ္တာလမ်းစဉ်။
- လောကဓမ္မနှစ်ပါးတွင် အောင်မြင်မှုသရဖူဆောင်းပေးမည့် အကောင်းဆုံးကျင့်စဉ်၊ အမြတ်ဆုံးလမ်းစဉ်။

မေတ္တာဟူသည်ညီမျှခြင်း

မောင်သွေးချွန်

စုစည်းပူဇော်သည်

2005 Graphic Designed By Aike Moon

ကျေးဇူးတော်ရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော် ● မေတ္တာဟူသည်ညီမျှခြင်း ● မောင်သွေးချွန် စုစည်းပူဇော်သည်

နမော တဿ ဗုဒ္ဓ ဝီရဿ၊

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်

မေတ္တာဟူသည်ညီမျှခြင်း

မောင်သွေးချွန်

စုစည်းပူဇော်သည်

http://www.dhammadownload.com

အဓိဋ္ဌာန်

အဖကိုယ်စား သာသနာထား၍
အမိကိုယ်စား နိုင်ငံထား၍
ချစ်သားပြုစု လုပ်ကျွေးမှုဖြင့်
နရာမှရင့် ရင့်ပြီးပွင့်အောင်
ဖွဲ့ဖြင့်နှောင်
ကျင့်ဆောင် အားသစ်ရပါစေ။ ။

မောင်သွေးချွန်

သုဝဏ္ဏသျှမ်
သာသနာပြုစာစဉ်
၇၄၊ သာယာအေးလမ်း၊ ၃ – ရပ်ကွက်
မရမ်းကုန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း – ၆၆၀၆၇၀

http://www.dhammadownload.com

ပထမအကြိမ်

၁၃၆၇ခုနှစ်၊ ဝါဆို-ဝါခေါင်

၂၁၀၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်	-	၆၄/၂၀၀၄ (၁)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်	-	၃၂၀ ၃၂၃ ၀၅၀၆
အုပ်ရေ	-	၁၀၀၀
မျက်နှာဖုံး	-	အိုက်မွန်း
စာစီ	-	'စံ' ကွန်ပျူတာ၊၁၂၈၊၃၄လမ်း။
အတွင်းဖလင်	-	AZ
စာအုပ်ချုပ်	-	ကိုတင်အေး (လှိုင်စာအုပ်ချုပ်)
အဖွင့်စာတ်ပုံ	-	ခင်မောင်သန်း (နတ်တလှ)

ထုတ်ဝေသူ

ဦးမြင့်စိုး(ယာယီ-၈၃၂)၊ယန်းစကြာစာပေ၊

အမှတ်-၇၄၊ သာယာအေးလမ်း၊ ၃-ရပ်ကွက်၊ မရမ်းကုန်း၊ ရန်ကုန်။

မျက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်းပုံနှိပ်

ဦးဇော်မြင့်ဝင်း၊ ကာလာဓုံအော့ဖ်ဆက်

အမှတ်-၁၈၄(ဘီ)၊ ၃၁-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ထုတ်လုပ်ရေး

နန်းရွှေအေး၊ ဇင်မ်းချမ်းသာ၊ နန်းစုစန္ဒာမိုး

(600 ကျပ်)

မွှမ်းမံပန်းတီးမှု - အိုက်မွန်း

http://www.dhammadownload.com

နမော တဿ ဗုဒ္ဓ ဝိရဇ္ဇဿ

သုဝဏ္ဏသျှမ်
သာသနာပြုစာစဉ် - ၂၆

ကျေးဇူးတော်ရှင်
မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်
၏

မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်း

မောင်သွေးချွန်
စုစည်းပူဇော်သည်။

http://www.dhammadownload.com

ဒို့တာဝန် အရေးသုံးပါး

ပြည်ထောင်စု မပြိုကွဲရေး	ဒို့အရေး
တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး	ဒို့အရေး
အချုပ်အခြာအာဏာ တည်တံ့ခိုင်မြဲရေး	ဒို့အရေး

ပြည်သူ့သဘောထား

- ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်၏ ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက် နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ။

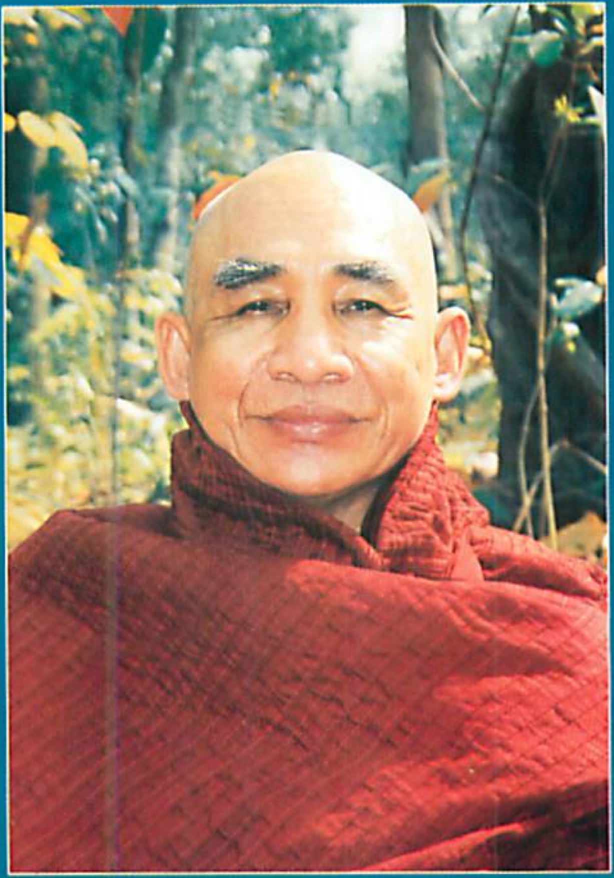
နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေ ပေါ်ပေါက်ရေးသည်
ပြည်ထောင်စုသား အားလုံး၏
ပဓာနကျသော တာဝန်ဖြစ်သည်။

ဥပဒေဘောင်တွင်း နေထိုင်ခြင်း
အေးရန်ကင်းကွာ ပြည်သာယာ။

http://www.dhammadownload.com

ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်



http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကိုယ်တော်တိုင် ထုတ်ပြန်တော်မူသော ဝါဆိုတော်စဉ်အညွှန်း

စဉ်	ခုနှစ်	ဌာန	ဝါဆိုနေရာ	မှတ်ချက်
၁	၁၃၄၁	ရန်ကုန်	သာသနာ့ဗိမာန်	ရဟန်းဖြစ်စနှစ်
၂	၁၃၄၂	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်းတောင်	တောထွက်စနှစ်
၃	၁၃၄၃	ဇင်းကျိုက်	ဇင်းကျိုက်တောင်	
၄	၁၃၄၄	ဇင်းကျိုက်	မင်းတစ်ရာတစ်ပါးတောင်	သုံးဝါ
၅	၁၃၄၅	ဇင်းကျိုက်	ကျောက်စမောက်ဂူ	
၆	၁၃၄၆	ဖူးကြီး	သံသုမာရတောင်	နှစ်ဝါ
၇	၁၃၄၇	ဖူးကြီး	သံသုမာရတောင်	
၈	၁၃၄၈	စစ်ကိုင်း	အရှေ့ပရက္ကမချောင်	နှစ်ဝါ
၉	၁၃၄၉	စစ်ကိုင်း	အရှေ့ပရက္ကမချောင်	
၁၀	၁၃၅၀	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်း	
၁၁	၁၃၅၁	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်း	သုံးဝါ
၁၂	၁၃၅၂	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်း	
၁၃	၁၃၅၃	ပျဉ်းမနား	လက်လုပ်တောင်	
၁၄	၁၃၅၄	ပျဉ်းမနား	လက်လုပ်တောင်	သုံးဝါ
၁၅	၁၃၅၅	ပျဉ်းမနား	လက်လုပ်တောင်	
၁၆	၁၃၅၆	သုဝဏ္ဏသျှံ	ဘုန်းတော်ပြည့်တောင်	သုံးဝါ
၁၇	၁၃၅၇	သုဝဏ္ဏသျှံ	မဟာဗောဓိမြိုင်	(ရှမ်းပြည်နယ်
၁၈	၁၃၅၈	သုဝဏ္ဏသျှံ	မဟာဗောဓိမြိုင်	မိုင်းပျဉ်း)
၁၉	၁၃၅၉	ဓာတိမြေ	နတ်တလှ	တစ်ဝါ
၂၀	၁၃၆၀	ပြင်ဦးလွင်	ဒေဒလ္လ	တစ်ဝါ (ဒီးဒုတ်ဒုရွာအနီး)
၂၁	၁၃၆၁	ဂန့်ဂေါ	မဖြိုမ ဓမ္မဓာနိဂူ	တစ်ဝါ (လယ်ဓမ္မအနီး)
၂၂	၁၃၆၂	ဂန့်ဂေါ	မောနေယျတော	(ကေားရွာအနီး)

http://www.dhammadownload.com

ခေတ္တ သီတင်းသုံးခဲ့ပူးသော နေရာများ

စဉ်	ခုနှစ်	ဒေသ	ဝါဆိုနေရာ	မှတ်ချက်
(က)	၁၃၄၃	ဇင်းကျိုက်	ရသေ့မဂူ	သုံးလခန့်
(ခ)	၁၃၄၅	ဇင်းကျိုက်	ဖရုံညာခခန်း	တစ်လ (ပန်းကုန်းရွာအနီး)
(ဂ)	၁၃၄၉	မိတ္ထီလာ	တောင်စဉ်	တစ်လ
(ဃ)	၁၃၆၀	ကျောက်ဆည်	ကျောက်ထီးတောင်	နှစ်လ
(င)	၁၃၆၁	ပုလဲ	ဝါးသုံးရုံခခန်း	၇၂-ရက်

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

◆ အမှာစာ ၁

◆ မိမိမှ ကမ္ဘာလောကသို့ မေတ္တာ ၅

◆ သုဝဏ္ဏသျှမ်၏မေတ္တာစံ ၂၁

◆ မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်း ၄၇

◆ မေတ္တာလမ်းစဉ် မေတ္တာကျင့်စဉ် ၅၅

◆ တောရရှင်နှင့်မေတ္တာကျင့်စဉ် ၇၃

◆ ကိုယ်ချင်းစာ ကိုယ်ကျင့်တောင်းမှ
မေတ္တာလမ်းကြောင်းပေါ်သို့ ၈၃

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

နမောတဿ ဗုဒ္ဓ ဝိရုဠှ

အမှာစာ

ကမ္ဘာလောကကြီးကို မဆိုထားပါဘိ။

မိသားစုနှင့် ဆွေမျိုးစုများအတွင်းမှာပင် မေတ္တာပျက်ယွင်းသော အခြေအနေများကို တွေ့မြင်နေရပါသည်။ မေတ္တာပျက်ယွင်းသောအခြေအနေများက လူတို့သည် တစ်နေ့တခြား အတ္တစိတ် ပိုမိုကြီးမားလာနေကြောင်း တစ်တစ်ခွခွ ဖော်ပြနေပါသည်။

မေတ္တာပျက်ရခြင်းမှာ ဝတ္တရားပျက်သောကြောင့်၊

ဝတ္တရားပျက်ခြင်းမှာ ကိုယ်ချင်းစာတရား ခေါင်းပါးသောကြောင့်၊

ကိုယ်ချင်းစာတရား ခေါင်းပါးရခြင်းမှာ ငါစွဲဒိဋ္ဌိ ကြီးမားသောကြောင့်၊

သုဝဏ္ဏသျှမ်တာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

ငါးစွဲဒိဋ္ဌိ ကြီးမားခြင်းမှာ တိရစ္ဆာန်သွေးမကုန်သေးသော ကြောင့်...

ဤသို့သော ကွင်းဆက်သဘောတရားများကို ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ရှေးဦးမဆွကပင် ဖော် ထုတ်ဆုံးမခဲ့ဖူးလေပြီ။ လူ့ဘဝ တစ်ကြိမ်ရဖို့ တိရစ္ဆာန်ဘဝပေါင်း တစ်ရာမျှ ရင်းနှီးပေးဆပ်ရသည်ဖြစ်ရာ ထို တိရစ္ဆာန်ဘဝများမှ ပါ လာသော 'ငါ ကောင်းစားပြီးရော' ကြီးနိုင်ငယ်ညှင်း အတ္တဝါဒ (ဝါ) ငါးစွဲဒိဋ္ဌိ ကြီးမားမှုသည် လူ့ဘဝရသည့်တိုင်အောင် နိုင်နိုင်မာမာ အမြစ်တွယ် ရှင်သန်သတ္တိပြလျက်ရှိလေသည်။ ဤသို့ဖြင့် ရခဲသော လူ့ဘဝ၏ မေတ္တာပျိုးခင်းသည် ငါးစွဲဒိဋ္ဌိတည်းဟူသော ပေါင်းမြက် တို့ ကြီးစိုးဖုံးလွှမ်းခြင်းကို အစဉ်ခံရလေတော့သည်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သာသနာပြု ရည်မှန်းချက်များတွင် ငါးစွဲဒိဋ္ဌိ အမြစ်ပြတ်သုတ်သင် ရှင်းလင်းရေးသည် အဓိကရည်မှန်းချက်တစ်ခုဖြစ်သည်ဟု နားလည် ရပါသည်။ မြေ ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း၊ မျိုး ဘယ်လောက် ကောင်းကောင်း မေတ္တာမိုးခေါင်နေသမျှ မည်သည့်အပင်မျှ ဖြစ် ထွန်းရှင်သန်မည်မဟုတ်ပါ။

ထို့ကြောင့် ကျေးဇူးရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ၏ တရားဓမ္မ အဆုံးအမများအားဖြင့် မေတ္တာမိုး သွန်းဖြိုးဖို့ ကြိုးစား ကြည့်မိပါသည်။ အပူသက်သာ အေးငြိမ်းချမ်းသာကြပါစေကြောင်း

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာရေသွန်းလောင်း၍ ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ မေတ္တာဓမ္မကို ပူဇော်လိုက်ရပြန်ပါပြီ။ ချွတ်ချော်မှု တစ်စုံတစ်ရာ ရှိခဲ့ပါသော် ကျွန်တော်၏ တာဝန်သာ။ ဤစာအုပ်ငယ်တွင် စုစည်းထားသောစာမူများကို ရှေးဦးစွာ ဖော်ပြခဲ့ကြသော ဂမ္ဘီရနှင့် ရွက်နု ဝေမဂ္ဂဇင်းများမှ မိတ်ဆွေအယ်ဒီတာများကိုလည်း ကျေးဇူးမှတ်တမ်းတင်ပါကြောင်းဖြင့်…

မောင်သွေးချွန်

[၁၃၆၂ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလဆန်း ၁၄ ရက်နေ့]

[၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၁၁ ရက်နေ့]

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

မိမိမှ ကမ္ဘာလောကသို့ မေတ္တာ

မေတ္တာ၏အခြေခံမှာ ကိုယ်ချင်းစာ။

ကိုယ်ချင်းစာတတ်အောင် ကိုယ်ဘာကြိုက်တယ်၊ ကိုယ်ဘာမကြိုက်ဘူးဆိုတာတွေလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို စစ်မေးထားသင့်ပါတယ်။ ကိုယ်ကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာတဲ့ဘဝမျိုးကို ကိုယ်ကြိုက်တယ်၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲဘဝမျိုးကို ကိုယ်မကြိုက်ဘူးဆိုတဲ့ အဖြေမျိုး အလွယ်တကူ ဖြေဆိုနိုင်ကြပါလိမ့်မယ်။ ဒီတော့ ကိုယ်ကျန်းမာသလို သူကျန်းမာပါစေ... ၊ ကိုယ်ချမ်းသာသလို သူချမ်းသာပါစေဆိုတဲ့ ကိုယ်ချင်းစာ မေတ္တာပွားတဲ့စိတ်ကလေး မွေးမြူလေ့ကျင့်ဖို့ လိုအပ်လာပါပြီ။

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအဖို့ 'ပရိတ်၊ မေတ္တာ၊ ဘာဝနာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း' ဆိုတဲ့ 'ကိုယ်စောင့်ဘာဝနာလေးပါး' ရှိပါတယ်။ ကိုယ်စောင့်ဘာဝနာ ဆိုတဲ့အတိုင်း ကိုယ်နှင့်မကွာ လိုက်ပါစောင့်ကြပ် မပြတ်ဆင်ခြင်အပ် တဲ့တရားစုတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီမှာ မေတ္တာပွားတယ်ဆိုတာ...

'မိမိစိတ်၌ ပူးဝင်နေကြသော ရာဂစိတ်(တပ်မက်စိတ်)၊ ဒေါသစိတ်(မုန်းငြိုးပြစ်မှားစိတ်)များကို ချေမှုန်းပြီး သူတစ်ပါးတို့သို့ သွားရောက် အာရုံပြုပေးနေသော ရာဂစိတ်၊ ကြိုက်စိတ်ဖြင့် ပြစ်မှား နေမိခြင်း၊ ဒေါသစိတ်... မကျေနပ်စိတ်ဖြင့် ပြစ်မှားနေမိခြင်း... ထို စိတ်ရိုင်းနှစ်ပါးတို့ကိုလည်း ဖယ်ရှားပေးပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ မေတ္တာ သည် အရံအတားပင် ဖြစ်ပါသည်။' (မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်– လားဟူဗုဒ္ဓဘာသာ လက်စွဲကျမ်း၊ စာ–၈၆၊ ၁၃၅၇ ထုတ်)

မေတ္တာဖြင့် အရံအတား ထားရှိရာမှာလည်း ကိုယ်လိုချင်တာ တွေ၊ ကိုယ်မလိုချင်တာတွေကို အာရုံပြု ဆုတောင်းမိတတ်တာ သတိ ပြုမိပါလိမ့်မယ်။

မလိုချင်တာတွေက...

- ရန်မလိုချင်ဘူး၊
- စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ ဗျာပါဒ မလိုချင်ဘူး၊
- စိတ်ဆင်းရဲခြင်း မလိုချင်ဘူး၊
- ဘဝသိစိတ်ရဲ့ လက်ရှိအဆင့်အတန်းထက် ယုတ်လျော့ သွားမှာ မလိုချင်ဘူး၊

http://www.dhammadownload.com

လိုချင်တာတွေက…
– မိမိကိုယ်ကို ချမ်းသာအောင် ဆောင်ရွက်ချင်တယ်၊
– ဝဋ်ဒုက္ခ ဝဋ်ဆင်းရဲက လွတ်မြောက်ချင်တယ်၊
– ကံသာလျှင် မိမိပိုင်ရှိသည်ကို သိမြင်လိုတယ်၊

ကိုယ်လိုချင်တာမျိုးကို အများကလည်း လိုချင်ပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ်မလိုချင်တာမျိုးတွေကို အများကလည်း လိုချင်မှာမဟုတ်ပါ။ ဒါကြောင့် မေတ္တာဖြင့် အရံအတားပြုရာမှာ ကိုယ်ချင်းစာတတ်စေဖို့ မိမိကိုယ်ကို ရှေးဦးစွာ အာရုံပြုဆုတောင်းရပါတယ်။ ပါဠိတော်အားဖြင့် ရွတ်ပွားဆင်ခြင်မယ်ဆိုရင်…

အဟံ အဝေရော ဟောမိ၊ အဗျာ ပဇ္ဇော ဟောမိ
အနီဃော ဟောမိ၊ သုခီအတ္တာနံ ပရိ ဟရာမိ၊
ဒုက္ခာ မုစ္စာမိ၊ ယထာ လဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆာမိ၊ ကမ္မဿကော၊

မြန်မာအဓိပ္ပာယ်ကတော့ အထက်မှာ ဖော်ပြခဲ့တဲ့ မလိုချင်တာတွေနဲ့ လိုချင်တာတွေ အာရုံပြုထားတာပါ။ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း မလိုချင်ဘူး၊ မိမိကိုယ်ကို ချမ်းသာအောင် ဆောင်ရွက်ချင်တယ်… စသည်ဖြင့်ပါပဲ။ ဒီလို မလိုချင်တာနဲ့ လိုချင်တာတွေ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်းမှာ ဖြစ်နေတာလား၊ မဟုတ်ပါ။ အမျိုးအစား စုံလင်လှပါ

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ ရှိုင်ပြောတော့ သဗ္ဗေသတ္တာ... ခပ်သိမ်းကုန်သော သတ္တဝါ အပေါင်းပေါ့၊ သတ္တဝါအပေါင်းဆိုတာကလည်း ကျယ်ပြန့်လှတော့ ထပ်ပြီးသရုပ်ခွဲရင်း...

သဗ္ဗေပါဏာ	–	ထွက်သက်ဝင်သက်ရှိသူအပေါင်း
သဗ္ဗေဘူတာ	–	ကိုယ်ထင်ရှားရှိသူအပေါင်း
သဗ္ဗေပုဂ္ဂလာ	–	ပုဂ္ဂိုလ်အမည်ရ မှန်သမျှ
သဗ္ဗေအတ္တဘာဝပရိယာပန္နာ	–	ကိုယ်အတ္တဘော၌ အကျုံးဝင်သူတွေ
သဗ္ဗာဣတ္ထိယော	–	မ,အမည်ရ မှန်သမျှ
သဗ္ဗေပုရိသာ	–	ဖိုအမည်ရ မှန်သမျှ
သဗ္ဗေအနရိယာ	–	အရိယာနွယ်ဝင်သူတော်စင် မဟုတ်သူတွေ
သဗ္ဗေအရိယာ	–	အရိယာ သူတော်ကောင်းအပေါင်း
သဗ္ဗေဒေဝါ	–	နတ်အပေါင်း
သဗ္ဗေမနုဿာ	–	လူအပေါင်း
သဗ္ဗေဝိနိပါတိကာ	–	စွဲမိရာကျ ဘဝရသူတွေ

သူတို့ကိုလည်း... ရန်မရှိကြပါစေနှင့်၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ မရှိကြပါစေနှင့်၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ... စသည် အာရုံပြုဆု တောင်းပေးရပါတယ်။ ပါဠိလို ဒီလို ရွတ်ပွားဆင်ခြင်ပါ။

သုဝဏ္ဏသျှမ်တာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

သဗ္ဗေသတ္တာ သဗ္ဗေပါဏာ၊ သဗ္ဗေဘူတာ၊ သဗ္ဗေပုဂ္ဂလာ၊ သဗ္ဗေ အတ္တ ဘာဝ ပရိယာပန္နာ၊ သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ သဗ္ဗေ ပုရိသာ၊ သဗ္ဗေ အရိယာ၊ သဗ္ဗေအနရိယာ၊ သဗ္ဗေ ဒေဝါ၊ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊ သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ… အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနီဃာ ဟောန္တု၊ သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု၊ ဒုက္ခာမုစ္စန္တု၊ ယထာ လဒ္ဓ သမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု၊ ကမ္မဿကာ၊

အရပ်ဆယ်မျက်နှာမှာရှိတဲ့ သတ္တဝါခပ်သိမ်းတို့ကိုလည်း မေတ္တာပို့ဖို့ လိုပါသေးတယ်။ ပါဠိတော်အားဖြင့် ဒီလိုဖော်ပြထားပါတယ်။

ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ၊ ဥတ္တရာယ ဒိသာယ၊ ဒက္ခိဏာယ ဒိသာယ၊ ပုရတ္ထိမာယ အနုဒိသာယ၊ ပစ္ဆိမာယ အနုဒိယာယ၊ ဟေဋ္ဌိမာယ ဒိသာယ၊ ဥပရိမာယ ဒိသာယ၊ သဗ္ဗေသတ္တာ သဗ္ဗေပါကာ၊ သဗ္ဗေဘူတာ၊ သဗ္ဗေပုဂ္ဂလာ၊ သဗ္ဗေ အတ္တ ဘာဝပရိယာ ပန္နာ၊ သဗ္ဗေ ဣတ္ထိယော သဗ္ဗေပုရိသာ၊ သဗ္ဗေ အရိယာ၊ သဗ္ဗေ အနရိယာ၊ သဗ္ဗေဒေဝါ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊ သဗ္ဗေဝိနိပါတိကာ… အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနီဃာ ဟောန္တု၊ သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု၊ ဒုက္ခာမုစ္စန္တု၊ ယထာ လဒ္ဓ သမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု၊ ကမ္မဿကာ။

http://www.dhammadownload.com

အရပ်ဆယ်မျက်နှာရှိ သတ္တဝါအပေါင်းတို့ထံ မေတ္တာပို့ပြီး နောက် ကုန်းနေ၊ ရေနေ၊ လေနေ အားလုံးတို့အတွက် ဆက်လက် ရွတ်ပွားဆင်ခြင်ရမဲ့ ပါဠိတော်က ဒီလိုပါ။

* ဥဒ္ဓံယာဝ ဘဝဂ္ဂါစ အဓောယာဝ အဝီစိတော၊ သမန္တာစက္ကဝါဠေသု ယေသတ္တာ ပထဝီစရာ အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာစ၊ နိဒုက္ခာစ နုပဒ္ဒဝါ၊
* ဥဒ္ဓံယာဝ ဘဝဂ္ဂါစ အဓောယာဝ အဝီစိတော၊ သမန္တာ စက္ကဝါဠေ သု ယေသတ္တာ ဥဒကေ စရာ၊ အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာစ နိဒုက္ခာစ နုပဒ္ဒဝါ၊
* ဥဒ္ဓံယာဝ ဘဝဂ္ဂါစ အဓောယာဝ အဝီစိတော၊ သမန္တာစက္ကဝါဠေသု ယေသတ္တာ အာကာသေစရာ၊ အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာစ နိဒုက္ခာစ နုပဒ္ဒဝါ၊

ဒီလိုဆုတောင်းမေတ္တာ ပို့သရာမှာ မိမိရဲ့ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ အာဃာတပြေရုံ၊ ကုသိုလ်ရရုံ 'သာမန်မေတ္တာပွားနည်း'နဲ့ မိမိစိတ် သန့်ပြန့်စင်ကြယ်စေတဲ့အထိ 'ဈာန်ရ မေတ္တာပွားနည်း'ရယ်လို့ နှစ်မျိုး ရှိတယ်လို့ ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ညွှန် ပြတော်မူပါတယ်။ အထက်မှာ ဖော်ပြထားတဲ့ မေတ္တာပွားနည်းတွေ က 'သာမန်မေတ္တာပွားနည်း'မျှသာ ရှိပါသေးတယ်။ သာမန်မေတ္တာ ပွားနည်းအပေါ် ဆရာတော်ဘုရားကြီး မှတ်ချက်ပြုထားပုံကိုလည်း သတိပြုမိစေလိုပါတယ်။

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

'.... သူတစ်ပါးတို့သည် မိမိပို့သသော မေတ္တာကြောင့် အကျိုးထူးခံစားခွင့်များ ရချင်လည်းရမည်။ ရချင်မှလည်း ရပါမည်။ တစ်ဖက် ရမရကား အကြောင်းမဟုတ်ပါ။ မိမိ၏ ထိုရာဂ၊ ဒေါသ စိတ်များကြောင့် မတင်မကျဖြစ်နေသော စိတ်သည် ချမ်းသာခွင့် ရရှိမည်ကား အမှန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ပူကိုယ်နွမ်း ပင်ပန်း နေသော မိမိ၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး သက်သာရာရစေသည်ကား အမှန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဈာန်ရမေတ္တာပို့နည်းသာလျှင် အကျိုးထူး ကေန်ရစေ ကြောင်း ဒီလို ဖော်ပြထားပါတယ်။

'ထိုမှတစ်ဆင့် ဈာန်ရမေတ္တာဖြစ်သော စိတ်စင်ကြယ်အဆင့် ထိ တက်ရောက်၍ မိမိစိတ် စင်ကြယ်ရာမှ စူးရှတောက်ပြောင်လာ သော ထိုစိတ်တန်ခိုး စိတ်သတ္တိတို့ဖြင့် ပို့လွှတ်၍ ပေးပို့နိုင်ပါသော် ကား သူတစ်ပါးများလည်း မိမိမြင်တွေ့လိုသော ဆန္ဒအတိုင်းလျှင် အကျိုးထူးခံစားခွင့်များ မုချရလာစေပါမည်။'

ထိုမေတ္တာခေတ်၏ သတ္တိစွမ်းပကားသည်

(၁) တစ်ဦးကား တစ်နေ့လျှင် ဆန်တင်းတစ်ရာကျ ချက်ပြုတ်၍ အမွှန်အမြတ်ထားသော ဟင်းလျာတို့ဖြင့် မြင်သမျှ၊ ကြား သမျှ၊ လာသမျှ ပရိသတ်များကို ဖိတ်ခေါ်ကျွေးမွေးနေပါ၏။

(၂) နောက်တစ်ဦးကား တစ်နေ့လျှင် သုံးခါမျှ အထက်ပါ မေတ္တာ ပို့သနည်းအတိုင်း (သီးခြားပို့နည်း၊ ခြုံပို့နည်း) ပို့သနေပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ထိုနှစ်ဦးတွင်… မေတ္တာပို့သသူ၏ ကုသိုလ်သည်သာ အကျိုးထူးခံစားခွင့် သာစေပါမည်။

[၁၃၅၇ ခုနှစ်ထုတ်– လားဟူဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲကျမ်း၊ စာ–၁၂၀]

သဗ္ဗေသတ္တာဆိုပြီး သတ္တဝါအားလုံးကို လွှမ်းခြုံမေတ္တာပို့ရာမှာ…

(က) မြင်အပ်၊ မမြင်အပ် အားလုံး

(ခ) ကြောက်တတ်သူ၊ မကြောက်တတ်သူအားလုံး

(ဂ) အနီးရှိ၊ အဝေးရှိအားလုံး

(ဃ) ဘဝဇာတ်ဆုံးပြီးသူ၊ မဆုံးသေးသူအားလုံး

ပါဝင်နေပါတယ်။ ဒီအထဲမှာမှ… ရှည်သူ၊ တိုသူ၊ အလယ်အလတ်ရှိသူ… သုံးမျိုး၊ ဝိန်သူ၊ ဝသူ၊ အလယ်အလတ်ရှိသူ… သုံးမျိုး၊ ကြီးသူ၊ ငယ်သူ၊ အလယ်အလတ်ရှိသူ… သုံးမျိုးလည်း ပါဝင်နေပါတယ်။ ဒီအထဲကမှ မိန်းမရယ်၊ ယောကျ်ားရယ် စသည်ခွဲပြီး မေတ္တာပို့တာကို 'သီးခြားမေတ္တာပို့'လို့ ဆိုပါတယ်။

တံငါသည် ငါးဖမ်းရာမှာ ပိုက်ကွန်ကြီးကို ရေပေါ် လွှမ်းခြုံပစ်ချလိုက်တာဟာ 'လွှမ်းခြုံမေတ္တာပို့နည်း'နဲ့ တူပါတယ်။ ပိုက်ထဲ ပါလာတဲ့ငါးတွေ တစ်ကောင်ချင်းရွေးယူတာကတော့ 'သီးခြားမေတ္တာပို့နည်း' ဖြစ်ပါတယ်။ လွှမ်းခြုံပို့၊ သီးခြားပို့ မေတ္တာပို့နည်းနှစ်ခုမှာပါတဲ့ စကားလုံးများရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်း သိထားသင့်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

၁။ သဗ္ဗေသတ္တာ ။ ။ လူသတ္တဝါနှင့် နတ်သတ္တဝါနှင့် မြင်းသတ္တဝါနှင့် စသည် သီးခြားကိုယ်ခန္ဓာ ဖြစ်ပေါ်လာသူ မှန်သမျှ၊

၂။ သဗ္ဗေပါဏာ ။ ။ ထွက်သက်ဝင်သက် လေရှူလေရှိုက်ဖြင့် အသက်ရှင်ရသူအားလုံး၊

၃။ သဗ္ဗေဘူတာ ။ ။ လူနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့ကဲ့သို့ ခန္ဓာကိုယ် အထင်အရှားရှိသူများ၊

၄။ သဗ္ဗေပုဂ္ဂလာ ။ ။ နတ်၊ ဗြဟ္မာတို့နှင့် ငရဲ၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် စသည်တို့ကဲ့သို့သော ကိုယ်ခန္ဓာ အထင်အရှားမရှိကြလေသူများ၊ အရူးကဲ့သို့ သာမန်မဟုတ်သူများ၊

၅။ သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝ ပရိယာပန္နာ ။ ။ အမှတ်သညာကားမရှိ၊ အစွဲရုပ် ကိုယ်မျှသာရှိသော အသညသတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ နာမ်သက်မဝင်သေးသော ပဋိသန္ဓေတည်စ သတ္တဝါလောင်းများ၊

ဒီငါးမျိုးကို ရည်ညွှန်းရွတ်ဆိုပြီး မေတ္တာပို့ရင် လူ၊ နတ်၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမ စသည် ခွဲခြားသော ညွှန်းဆိုမှုမပါတဲ့အတွက် 'လွှမ်းခြုံမေတ္တာပို့နည်း'လို့ ဆိုရပါတယ်။

လွှမ်းခြုံမေတ္တာပို့နည်းအတွင်း ပါဝင်နေတဲ့ သတ္တဝါအားလုံး

http://www.dhammadownload.com

အတွင်းမှ ရည်ညွှန်းမှုပါလာတဲ့ သီးခြားမေတ္တာပို့နည်းမှ စကားလုံးများရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်း သိထားသင့်ပါတယ်။

* မသတ္တဝါများသို့ မေတ္တာပို့ရင် – သဗ္ဗာဣတ္ထိယော
* ဖိုသတ္တဝါများသို့ မေတ္တာပို့ရင် – သဗ္ဗေပုရိသာ
* သူတော်ကောင်းကြီးများသို့မေတ္တာပို့ရင် – သဗ္ဗေ အရိယာ
* သူတော်ကောင်း မဟုတ်သေးသူများသို့ – သဗ္ဗေအနရိယာ
* နတ်ဗြဟ္မာများသို့ မေတ္တာပို့ရင် – သဗ္ဗေဒေဝါ
* လူအပေါင်းသို့ မေတ္တာပို့ရင် – သဗ္ဗေမနုဿာ
* ငရဲ၊တိရစ္ဆာန်၊ပြိတ္တာ၊အသူရကာယ်များသို့– သဗ္ဗေဝိနိပါတိကာ

တစ်ခါ… ကုန်းနေ၊ ရေနေ၊ လေနေဆိုပြီးတော့ မေတ္တာပို့လိုက်တဲ့အခါ လောကကြီးတစ်ခုလုံးကို လွှမ်းခြုံမိသွားပြီ၊ တလောကလုံးကို မေတ္တာနဲ့ လွှမ်းခြုံပြီးဖြစ်လို့ အထင်မှား၊ အမြင်မှား၊ ပြစ်မှား၊ စော်ကားခြင်းတွေကို ကာကွယ်ပြီးဖြစ်နေပြီ၊ ဖယ်ရှားပြီး ဖြစ်နေပြီဆိုတာ အလွန်အင်မတန် သေချာပါတယ်။

'စမ်းရေစီးကြောင်းသည် မီးကိုလည်း တားဆီးပေးနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ သစ်ခေါက်အမှိုက်များကိုလည်း မျှောပစ်နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ ကျောက်ခဲသလဲ စသည်များကိုလျှင် လိမ့်စေနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

သက်မဲ့ဖြစ်သော စမ်းရေသော်မှ ထိုမျှ စွမ်းဆောင်နိုင်သေးလျှင် သက်ရှိမေတ္တာရှင်၏ စွမ်းပကားမှာ ထိုမျှမက ထိရောက်မည်မှာ ယုံမှားစရာ မဝင်သာပါပြီ။' (ငင်းစာ–၁၂၆)

http://www.dhammadownload.com

ဘဝမှာ မေတ္တာဖြင့်နေခြင်းသာလျှင် 'အမြတ်ထွက်သော ဘဝနေနည်း' ဖြစ်ပြီး မေတ္တာကင်းဆိတ်တဲ့ နေပုံထိုင်ပုံဟာ အရှုံးပေါ်တဲ့ ဘဝနေနည်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

(က) ငွေစုပြီး အတိုးပေးစားသူနဲ့ ငွေကိုအတိုးနဲ့ချေးပြီး ဖဲရိုက်၊ အရက်သောက် သုံးဖြုန်းပစ်သူ... ဘယ်သူမြတ်လို့ ဘယ်သူရှုံးသနည်း။ အဖြေက ရှင်းနေပါတယ်။

ဒီလိုပဲ။ တလောကလုံးအပေါ် မေတ္တာဖြင့် ဆက်ဆံပေါင်းသင်းနေသူသာလျှင် မြတ်သောနေနည်းနဲ့ နေတတ်သူလို့ ဆိုထိုက်ပါတယ်။ မေတ္တာဖြင့်နေတယ်ဆိုရာမှာ...

* မိမိသည် ဘေးရန်ကင်းချင်သလို... တလောကလုံးကိုလည်း ဘေးရန်ကင်းစေချင်တဲ့ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်အပြည့်နဲ့ အမျှမေတ္တာပွားများ ပို့သနေခြင်းမျိုး၊
* မိမိသည် သောကမဖြစ်စေချင်သလို... တလောကလုံးကိုလည်း မိမိနှင့် ထပ်တူထပ်မျှ သောကကင်းစေချင်တဲ့စိတ်ထားနဲ့ အမျှမေတ္တာပွားများ ပို့သနေခြင်းမျိုး၊
* မိမိသည် စိတ်မဆင်းရဲချင်သကဲ့သို့... တလောကလုံးကိုလည်း စိတ်မဆင်းရဲစေလိုတဲ့ စိတ်ထားဖြင့် အမျှမေတ္တာပွားများပို့သနေခြင်းမျိုး၊
* မိမိသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချမ်းချမ်းသာသာထားလိုသကဲ့သို့ တလောကလုံးကိုလည်း ချမ်းချမ်းသာသာ ရှိစေချင်တဲ့စိတ်

http://www.dhammadownload.com

ထားဖြင့် အမျှမေတ္တာပွားများပို့သနေခြင်းမျိုး၊

ဒီလို စိတ်ထားမျိုးနဲ့ မိမိကိုယ်တိုင်ရန်ကင်း၊ ဒဏ်ကင်းနေစဉ် တလောကလုံးသို့ မေတ္တာပို့ပေးနေတာကို 'အမျှမေတ္တာပို့နည်း'လို့ ဆိုပါတယ်။ (အဝေရာ ဟောန္တုမှ သုခီအတ္တာနံအထိ)

(ခ) တစ်ဖန် မိမိကား ကိုယ်၏အညှဉ်းပန်းခံနေရသော ဒုက္ခမျိုးမရှိ၊ အခြားတို့မှာမူကား အချုပ်အနှောင် ခံနေရခြင်း၊ အရိုက်နှက်ခံနေရခြင်း၊ အစာရေစာ ပြတ်တောက်နေခြင်း စသည့် ကာယိကဒုက္ခများ အလူးအလှိမ့် ခံစားနေကြရရှာသည်ကို မျက်မြင်နားကြားအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ အတွေးအားဖြင့်လည်းကောင်း သိနေဆဲရှိရာ... ၎င်းတို့ကို သနားစိတ်ဖြင့်မျှော်၍ ထိုသူအားလုံး ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေဟူ၍ ပွားပို့နေခြင်းမျိုးသည် 'ကရုဏာ မေတ္တာပို့' ဆိုလျှင်... ဒုက္ခာ မုစ္စန္တု။ (၎င်းစာ–၁၂၇)

(ဂ) တစ်ဖန်လည်း မိမိ၌ကား ရပြီးဘဝနှင့် စည်းစိမ်များမြဲရန် မသေချာသေး၊ သို့မဟုတ် ထိုအဆင့်မီဘဝ စည်းစိမ်မျိုး လက်ဝယ်မရောက်သေး။ အခြားသူတို့မှာမူကား အဆင့်အတန်းမီသော ထိုဘဝ၊ ထိုစည်းစိမ်မျိုး ကိုယ်စီကိုယ်င ခံစားနေကြရပြီဖြစ်၏။ ထိုအခါ ထိုသူအားလုံးတို့ကို မှန်းမျှော်၍ ထိုစည်းစိမ်များ မယုတ်လျော့ကြပါစေနှင့်ဟူ၍ ဝမ်းမြောက်စိတ်ဖြင့် မေတ္တာပွားပို့နေခြင်းမျိုးသည် 'မုဒိတာ မေတ္တာပို့'ဆိုလျှင်... ယထာလဒ္ဓ သမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု။

http://www.dhammadownload.com

(ဃ) နောက်ထပ် တစ်ဖန်... မိမိလက်လှမ်းမမီသဖြင့် ဆိုးကြောင်း၊ ကောင်းကြောင်း မကြားမိ၊ ကြားမိပါသော်မှ မိမိဝင်မကူသာရှိနေသော တလောကလုံးကြီး၏ ဖြစ်မှုပျက်ရာများသို့ စိတ်မှန်းလှမ်းမျှော်၍ ထိုသူအားလုံးတို့သည် ကိုယ်ပြုသည့်ကံအတိုင်း စံရခံရခြင်းမျှသာ၊ မည်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ပယောဂကြောင့်မှ စံရ ခံရခြင်းမဟုတ်ဟူ၍ ကံသာလျှင် အမှုသည်ဖြစ်ကြောင်း ကောင်းကောင်းကြီး သဘောပေါက်နိုင်ကြပါစေဟူ၍ ပွားပို့နေခြင်းမျိုးသည် 'ဥပေက္ခာ မေတ္တာပို့'ဆိုလျှင်... သဗ္ဗေသတ္တာ ကမ္မဿကာ။ (ဌင်းစာ–၁၂၈)

မေတ္တာပို့ မေတ္တာအခြေခံပြီး ဗြဟ္မာစိုရ်တရားလေးပါး (မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ)နဲ့ ပြည့်စုံအောင် ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ပါချေပြီ။

မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ လေးမျိုး ပွားနေတတ်သူဟာ...

(က) မိမိနှင့်တန်းတူများအပေါ် ပြိုင်ဆိုင်ရမှု မာနမဝင်တော့ပါ။
(ခ) မိမိအောက်များအပေါ် ဝန့်တိုမှုမစ္ဆရိယလည်း မဝင်တော့ပါ။
(ဂ) မိမိအထက်တို့အပေါ် မနာလိုမှု ဣဿာလည်းမဝင်တော့ပါ။
(ဃ) မသိသူတို့အပေါ်၌လည်း စိတ်မဝင်ဆန့်မှု မောဟလည်း မဝင်တော့ပါ။

ထို အယုတ်တရားဆိုး လေးမျိုးတို့ မဝင်သာတော့ခြင်း

http://www.dhammadownload.com

ကြောင့် ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းမှဖြစ်သော ချစ်ကြွေး မုန်းကြွေးများလည်း မတင်တော့ပါပြီ။ ထိုကြွေးများ မတင်တော့ပါလျှင် မိမိလုပ်သမျှ မိမိသာရစေတော့ရကား အမြတ်ဘဝချည်း ရစေပါမည်။ သို့ကြောင့် ထိုလေးမျိုးသော စိတ်ထားဖြင့် နေလေ့ရှိသောသူကို 'အမြတ်ရ သမား'ဟူ၍ သမုတ်ကြရပါမည်။ သူမြတ်ဘွဲ့ထူး ဆွတ်ခူးရရှိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုမြတ်သောနေခြင်းမျိုးကို...

ဘုရားရှင်သည် လင်းလွန်းဗောဓိပင်အောက်ဝယ် ခုနစ်ရက် လုံးလုံး တလောကလုံးသို့ ဖြန့်ဝေပို့လွှတ်ကာ နေတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထိုမှစ၍ ၄၅ဝါတိုင်အောင်ပင် ထိုစိတ်ထားတော်လေးမျိုးတို့ဖြင့်သာ နေတော်မူခဲ့ပါသည်။ (ငှင်းစာ–၁၂၉)

အဲဒီဖြစ်တော်စဉ်တွေ အာရုံပြုပြီး မိမိအတွက် မေတ္တာဆုကို ဦးစွာတောင်းပါ။

ပြီးတော့မှ မိမိရသလို တလောကလုံးလည်း ကိုယ်စီကိုယ်ငှ အညီအမျှ ရကြပါစေရန် မုန်းမျှော်၍ အမျှမေတ္တာပို့လွှတ်ပေးပါလေ လို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက တိုက်တွန်းပါတယ်။

ကမ္ဘာကြီးဟာ တစ်နေရာမှာ နေပူနေပြီး... တစ်နေရာမှာ တော့ လသာလို့၊ တစ်နေရာမှာ မိုးရွာနေပြီး တစ်နေရာမှာ လေပြင်း တိုက်လို့၊ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ သတ္တဝါတွေဆိုတာလည်း... ကောင်းသူ ကောင်း၊ စောင်းသူစောင်း၊ ငိုသူငို၊ ရယ်သူရယ်၊ အံကြိတ်သူ၊ တောက်ခေါက်သူ၊ အိပ်သူ၊ နိုးသူ... စသည် ဖြစ်ပျက်နေကြလေရာ

http://www.dhammadownload.com

'မေတ္တာ… မေတ္တာ'ဟူသည်ကို လူမဟာ ရေတောင်းသလို တောင်း နေကြပေပြီ။

ကျွန်တော်တို့ဘက်ကကော… မေတ္တာပို့ဖို့ အဆင်သင့် ဖြစ်ပါ ပြီလား။

[အညွှန်း။ ၁။ ၁၃၅၇ ခုထုတ်၊ လားဟူဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲကျမ်း
၂။ ၁၉၉၉ ခု၊ ဂုလဲမြို့နယ်၊ ဝါးသုံးရုံတောရ ဩဝါဒများ]
အမှတ်–၇၄၊ ၂၀၀၁ ခု၊ စက်တင်ဘာလ၊ ဂမ္ဘီရမဂ္ဂဇင်း

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

သုဝဏ္ဏသျှမ်၏ မေတ္တာစံ

မေတ္တာစိတ်ဆိုတာ စမ်းရေလိုပဲ အလွန်အေးမြကြည်လင်နေပါတယ်။ ရာဂ ဒေါသစိတ်တွေကတော့ မီးပြင်းလိုပဲ ပူလွန်းလှပါတယ်။ မေတ္တာစိတ် အားကြီးနေသူမှာ မြွေ၊ ကျား စတဲ့ အကောင်တွေရဲ့ အဆိပ်ကိုတောင် ပြေပျောက်သွားစေပါတယ်။ ရာဂစိတ်အားကြီးနေသူမှာတော့ ဆူးကလေးတစ်ချောင်း အစူးခံရတာတောင် ဒဏ်ရာအနာတရ ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ မေတ္တာအင်အားကြီးမားနေမယ်ဆိုရင် စမ်းချောင်းထဲ မီးမလောင်သလိုဘဲ ရာဂ၊ ဒေါသစိတ်တွေ ဖယ်ရှားသွားပါလိမ့်မယ်။ သားသမီးအပေါ် ထားတဲ့ မိဘမေတ္တာအားကြီးလွန်းတော့ အမုန်းစိတ်၊ ရာဂစိတ်တွေ ဘယ်မှာ ဝင်သာလို့လဲ။

သုဝဏ္ဏသျှမ်ဇာတ်

http://www.dhammadownload.com

မိဘမေတ္တာဆိုတာ လိမ္မာတဲ့ သားသမီးအပေါ်မှာမှ သက်ရောက်တာမျိုးမဟုတ်ပါ။ ဆိုးတဲ့သားသမီးလည်း ဆိုးလို့ဆိုပြီး ကရုဏာတစ်မျိုးတိုးပြီး မေတ္တာမိုး သွန်းဖြိုးပေးစမြဲပါ။ တကယ့်မေတ္တာစိတ်ဆိုတာ...

* အဖေက သမီးအပေါ်ထားတဲ့စိတ်မျိုး၊
* အမေက သားအပေါ်ထားတဲ့စိတ်မျိုး။

ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဥပမာပေး ရှင်းပြဖူးပါတယ်။ ဒီတော့မှ မေတ္တာဆိုတာ ရာဂစိတ်၊ ဒေါသစိတ်တို့ဖြင့် သူတစ်ပါးတို့အပေါ် စော်ကားလိုခြင်း၊ ပြစ်မှားလိုခြင်း အလျှင်းကင်းတဲ့ ပကတိ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်နေတဲ့ စိတ်မျိုးဖြစ်ကြောင်း နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မိပါတော့တယ်။

မေတ္တာဆိုတာ မိမိနှင့်ဖြစ်စေ၊ မိမိ၏ရင်သွေး တစ်ဦးတည်းသောသားလူလှကလေးနှင့်ဖြစ်စေ အားလုံးကို အညီအမျှ တစ်တန်းတည်းထားနိုင်မှ မေတ္တာ၊ မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်း။ လူလူချင်းသာ မေတ္တာထားပြီး တိရစ္ဆာန်တွေအပေါ် မေတ္တာမထားနိုင်သေးလျှင်လည်း မေတ္တာရှင်အစစ် မဟုတ်သေး။ သဗ္ဗေသတ္တာလို့ ဆိုထားတဲ့အတွက် မေတ္တာသည် သတ္တဝါအားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်ပါတယ်။ ကိုယ့်သားလေးစားဖို့ သူ့သား(ကြက်သား)လေး သတ်ကျွေးရင်လည်း ကိုယ့်သားနဲ့သူ့သား အညီအမျှ မထားနိုင်တဲ့အတွက် မေတ္တာရှင် မဟုတ်။ ကိုယ့်မယားစားဖို့ သူ့မယား (ကြက်မကြီး) သတ်ကျွေးရင်

http://www.dhammadownload.com

လည်း ကိုယ်ချင်းမစာတဲ့အတွက် မေတ္တာရှင်မဟုတ်တော့ပြီ။ ကိုယ့်သား၊ ကိုယ့်မယားအပေါ်မှာသာ မေတ္တာထားပြီး တခြားသူတွေဘာဖြစ်နေနေဆိုရင်... ကွက်ကြားမိုး ရွာသလိုမျိုး ရှိပါလိမ့်မယ်။

မေတ္တာ၏အခြေခံသည် ကိုယ်ချင်းစာ၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားကသာလျှင် မေတ္တာတရားကို မွေးဖွားပေးပြီးတော့ 'မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်း' အဓိပ္ပာယ်ကို ပေါ်ပေါ်လွင်လွင် ဖော်ဆောင်ပါလိမ့်မယ်။ လိုလျှင်ကူ၊ မလိုလျှင် ပြုံးရှု၊ တစ်ဖက် ကူသလိုလိုနှင့် ကိုယ့်ဘက်အရချူနေတာ မေတ္တာမဟုတ်ပါ။ (အဲဒါ– လောဘ)

လူတွေမှာ ဉာဉ်ကောင်းနှင့် ဉာဉ်ဆိုး နှစ်မျိုး ဒွန်တွဲနေလေ့ရှိပါတယ်။ ဉာဉ်ကောင်းက လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ၊ ဗြဟ္မာဘဝက ပါလာတဲ့အမွေဖြစ်ပြီး၊ ဉာဉ်ဆိုးမှန်သမျှ တိရစ္ဆာန်ဘဝများစွာက ပါလာတဲ့အမွေဆိုးဖြစ်ပါတယ်။ ငါကောင်းစားပြီးရော ကြီးနိုင်ငယ်ညှဉ်း တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ်ထားတွေဟာ တိရစ္ဆာန်လောကမှာ အတွင်ကျယ်ဆုံး၊ ဒါကြောင့်... မေတ္တာခေါင်းပါးနေသူတွေ ပြစမ်းပါဆိုရင် တိရစ္ဆာန်တွေကိုပဲ အလွယ်တကူ လက်ညှိုးထိုးပြရမှာဖြစ်ပါတယ်။ လူဖြစ်ပါလျက် မေတ္တာခေါင်းပါးနေပြန်ရင်လည်း 'လူ့တိရစ္ဆာန်'လို့ သတ်မှတ်ရတော့မှာဖြစ်ကြောင်း ကျေးဇူးရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဘွင်းဘွင်းရှင်းရှင်း အမိန့်ရှိဖူးပါတယ်။

တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ်သည် ရာဂ၊ ဒေါသတရားများ ခိုနားရာ ဘုံဗိမာန်ဖြစ်လို့ တိရစ္ဆာန်လောကမှာ အတွင်ကျယ်ဆုံး၊ တန်းတူ

http://www.dhammadownload.com

ထားစိတ်သည် မေတ္တာ၊ ကရုဏာတို့ ခိုနားရာ ဘုံဗိမာန်ဖြစ်လို့ လူ့လောကမှာ အတွင်ကျယ်ဆုံး၊ လူမှန်လျှင် မေတ္တာနှလုံး မွေးမြူအပ်လှတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ လူမှန်လျှင် လူလူချင်းကို မဆိုထားနဲ့ စားကောင်းတဲ့ ကြက်၊ ဝက်၊ ငါး စတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေအပေါ်မှာလည်း ကြိုက်စိတ် စော်ကားတာမျိုး မပြုအပ်၊ ရန်လို အဆိပ်ပြင်းတဲ့ ကျား၊ မြွေ စတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေအပေါ်မှာလည်း မုန်းစိတ်နဲ့ တိုက်ခိုက်တာမျိုး မပြုအပ်။ သူလည်း အသက်နဲ့ ငါလိုပဲဆိုတဲ့ တန်းတူထားနိုင်တဲ့ စိတ်ထားရှိသူသာလျှင် မေတ္တာရှင်အစစ်၊ မေတ္တာထွန်းသစ်သူလို့ ဆိုနိုင်ကြောင်းကိုလည်း ကျေးဇူးရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်တော်မှာ ဩဝါဒပေးခဲ့ဖူးလေပြီ။

တကယ်လို့များ တစ်ဖက်သားက မိမိအား ရာဂ၊ ဒေါသတို့ဖြင့် ပြစ်မှားလာခဲ့မည်ဆိုလျှင်တောင်မှ အဲဒီ ပြစ်မှားသူကို မိမိရဲ့ သားသမီးပမာအလား မေတ္တာစိတ် ထားကြည့်မယ်ဆိုရင် သူ့မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ရာဂ၊ ဒေါသတွေ ပြယ်လွင့်သွားနိုင်ကြောင်းလည်း ထပ်လောင်းမိန့်ကြားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလို ရာဂ၊ ဒေါသရဲ့ဒဏ်ကို ခံနိုင်ရည်ရှိလာပါမှ စိတ်ဓာတ်ရင့်ကျက်လာပါလိမ့်မယ်။ စိတ်ဓာတ်ရင့်ကျက် မတုန်လှုပ်တော့ခြင်းသာလျှင် သစ္စာဉာဏ် အမှန်တရားကို ထိုးထွင်းသိရာရဲ့ အခြေခံပါပဲ။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက မြန်မာပြည်အရပ်ရပ် တောတောင်အသီးသီးမှာ မေတ္တာဘာဝနာ

http://www.dhammadownload.com

အားဖြင့် သာသနာပြုတော်မူခဲ့ပါတယ်။ မကြုံစဖူး ထူးကဲတဲ့ သမိုင်းဝင်ဖြစ်ရပ်ကြီးကတော့ သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်တော်မဟာမှာ ၁၃၅၇ ခုနှစ် တပေါင်းလပြည့်နေ့က ကျင်းပခဲ့တဲ့ လားဟူလီရှောတိုင်းရင်းသားများရဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာခံယူပွဲကြီးပါပဲ။ နတ်နဲ့ ဘာသာခြားကိုးကွယ်သူ လားဟူလီရှောတိုင်းရင်းသားများဟာ မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ မေတ္တာရိပ်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ရှာလုံးကျွတ်၊ နယ်လုံးကျွတ် ခံယူခဲ့ကြတယ်မဟုတ်ပါလား။ သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်မှာ ဆရာတော်ဘုရားကြီး သာသနာပြုပုံနှင့် သာသနာပြုခရီးစဉ်ကြီးမှ ခမ္မအနှစ်သာရများကို ၁၉၉၈ ၊ နိုဝင်ဘာလကစပြီး ၁၉၉၉၊ ဩဂုတ်လအထိ ဂန္ထဝင်ရတနာမဂ္ဂဇင်းမှာ လစဉ်လဆက် ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်ပါတယ်။

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး သုံးနှစ်သုံးဝါ သီတင်းသုံး သာသနာပြုတော်မူခဲ့ရာ သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်တော်ဝန်းကျင်ဟာ သာမောအေးမြတဲ့ ရပ်ဝန်းသေလာ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အထူးသဖြင့်တော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ မေတ္တာတော် လွှမ်းခြုံသောအားဖြင့် သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်ဝန်းကျင်ဟာ ပိုပြီးအေးမြ၊ ပိုပြီးစိမ်းလန်း၊ ပိုပြီးငြိမ်းချမ်းနေတယ်လို့ ခံစားရပါတယ်။ သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်ကြီးကို ကြည့်ငေးမိလေတိုင်းမှာလည်း ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ရဲ့ အလောင်းတော်ဘဝ အရှင့်မာတစ်ကျိပ်ထဲက တတိယမြောက်ဘဝဖြစ်တဲ့ 'သုဝဏ္ဏသာမ' ဇာတ်တော်ကို တလှိုက်လှိုက် သတိရနေမိပါတယ်။ သုဝဏ္ဏသာမ

http://www.dhammadownload.com

ဓာတ်ကြောင်းကို ကဗျာ၊ ပုံပြင်၊ ပြဓာတ်၊ ဝတ္ထုအဖြစ် စာပေပုံစံ အမျိုးမျိုးနဲ့ ငယ်စဉ်ကပင် ဖတ်မှတ်စွဲလမ်းခဲ့ဖူးပါတယ်။ မင်းပူးဆရာတော်ဦးသြဘာသမှသည် ဆရာမင်းယုဝေအထိ ရေးခဲ့ကြသမျှ ဖတ်မှတ်ကြည်ညိုဖွယ်ရာတွေချည်းပါပဲ။

သုဝဏ္ဏသျှမ်မြေပေါ်မှာ 'သုဝဏ္ဏသာမ' ဓာတ်တော်ကို ကျေးဖူးရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ခင်းကျင်းဟောပြခဲ့ပုံမှာ တစ်မျိုးတစ်ဖုံ ဆန်းသစ်နေပြီး မေတ္တာရှုထောင့်မှာ သုံးသပ်ရှုမြင်ထားကြောင်း နားလည်ရပါတယ်။

သုဝဏ္ဏသာမဓာတ်တော် ဖြစ်ပေါ်ချိန်မှာ အလောင်းတော်ရဲ့အသက်ဟာ ၁၆နှစ်မျှသာ ရှိပါသေးတယ်။ သို့သော် အသက်အရွယ် နုငယ်သလောက် မေတ္တာအင်အား ကြီးမားရာတွင်ကားနှိုင်းစရာမရှိခဲ့ပြီ။ သူ မြားမှန်ခံရတာတောင်မှ အဲဒီမြားမှန်ခံရချိန်ကလေးဟာ မေတ္တာချာနကလွတ်သွားတဲ့အချိန်ကလေး၊ မေတ္တာကျင့်စဉ်မှ တဒင်္ဂခဏငယ်လေးမျှ ပျက်ကွက်နေတဲ့အချိန်ကလေး ဖြစ်မယ်လို့ သူ့ကိုယ်သူပဲ အပြစ်တင်ခဲ့ပါတယ်။ မြားနဲ့ပစ်သူ ရန်သူကိုသော်မှ အပြစ်မတင်ပါ။

အဲဒီနေ့က... အလောင်းတော်ဟာ မျက်မမြင်မိဘနှစ်ပါးကို လုပ်ကျွေးဖို့ သမင်အပေါင်းခြံရံပြီး မိဂသမ္မတမြစ်ဆီ ရေခပ်ဆင်းခဲ့တယ်။ ဒီအချိန်မှာပဲ သမင်လိုက်မုဆိုး ပိဠိယက္ခမင်းကြီးဟာ အလောင်းတော်ကို အဝေးကပင် လှမ်းမြင်ပါတယ်။ ရွှေအဆင်း

http://www.dhammadownload.com

ဝင်းလျှံနေတဲ့ ကြည်ညိုဖြတ်နီးဖွယ် အဆင်းရှိတဲ့ သုဝဏ္ဏသျှမ်ကို နတ်လား၊ နဂါးလား ခွဲခြားမရ ဖြစ်နေတယ်။ ဒီတော့ ဒီတောင်ကြီး ထဲမှာ ဒီလောက်ရုပ်အဆင်းလှတဲ့သူဟာ လူတော့မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ ပိဋ္ဋိယက္ခမင်းကြီး တွေးထင်နေတယ်။

သင် ဘယ်သူလဲ… မေးမြန်းစုံစမ်းရင်လည်း ထိတ်လန့်ထွက် ပြေးသွားမှာ စိုးရတယ်။ ဒီတော့ တစ်ခါတည်း မြားနှင့်ပစ်ပြီး အဖြေ ရှာတာ အသေချာဆုံးပဲတဲ့၊ ပိဋ္ဋိယက္ခရဲ့ အတွေးစိတ်ကူးနဲ့အမျှ သူ့ မြားက မြန်လှချေရဲ့။ အလောင်းတော်ဟာ မြားဒဏ်သင့်လျှင်သင့် ချင်း 'ငါ မေတ္တာရှာနက လွတ်သွားလို့ မြားပစ်ခံရတာ' လို့ သူ့ကိုယ် သူ အပြစ်တင်သုံးသပ်တယ်။ မြားဆိပ်တက်ပြီး မသက်မသာ ဝေဒနာခံစားနေရပေမဲ့ ရန်သူကို မပြစ်မှား၊ သတိအားကို မဆုတ် ယုတ်စေဘဲ သဲသောင်ပြင်ပေါ် လဲလျောင်းမိန်းမောနေရရှာတယ်။ ဖြူလွလွသဲပြင်ပေါ် သွေးစိမ်းရှင်ရှင် စီးကျရာ မြားဒဏ်ရာမှသည် ရန်သူဆီ မှန်းမျှော်ဖိတ်ခေါ်လိုက်တော့တယ်။

အို လေးမြားရှင်…

သင်… ဘာကြောင့် ငါ့ကိုပစ်ခတ်ပါဘိသနည်း၊

ငါ့အသားကို မစားကောင်း၊ ငါ့အရေကို မသုံးကောင်း၊

သင်နှင့်ငါ… ရန်သူလည်း မဟုတ်ပါကြ၊

သို့ပါလျက်… သင် ဘာကြောင့် ငါ့ကို ပစ်ခတ်ပါဘိသနည်း၊

http://www.dhammadownload.com

သုဝဏ္ဏသျှမ်ရဲ့ ဖိတ်ခေါ်သံကိုကြားတော့ ပိဠိယက္ခ အံ့ဩ တုန်လှုပ်ရပြီ။

ကြည့်စမ်း... သည်မျှ ဒဏ်ရာပြင်းထန်နေတဲ့ကြားက သည် စကားလုံးတွေ ထွက်ပေါ်လာနိုင်ခဲ့တာလေ။ အထူးသဖြင့် မြားပစ် သူကို မကျိန်ဆဲ၊ နည်းနည်းမှ အပြစ်မတင်၊ မေတ္တာစိတ်အစဉ်ဖြင့် ဖိတ်ခေါ်သံပါတကားလို့ ပိဠိယက္ခ သဘောပေါက် နားလည်သွား တယ်။ အလောင်းတော်ရဲ့ အနီးအပါး ချက်ချင်းပဲ အရောက်သွား ကာ သူ့အထုပ် သူဖြေပြတော့တယ်။

'အို... လုလင်၊

ငါသည် လေးမြားအတတ်ကို တစ်ဖက်ကမ်းခတ် တတ် မြောက်သော ကာသိတိုင်း၏ဘုရင် ပိဠိယက္ခ၊ ဘုရင့်စည်းစိမ်ထဲမှာ အမြိန်ယှက်ဆုံးကတော့ သမင်သားစားခြင်း၊ အပြင်းပြဆုံး ဝါသနာ ကတော့ သားကောင်ကို ကိုယ်တိုင်ပစ်ခတ်ယူခြင်း၊ သမင်လိုက်ခြင်း၊ ဒါဟာ... ငါ့အကြောင်း အကျဉ်းချုပ်ပေပဲ၊ သင့်အကြောင်း ပြောပါ ဦးလော့' လို့လည်း မြားဆိပ်သင့်နေသူကို မေးမြန်းစုံစမ်းတော့တယ်။

ဘုရင်ပိဠိယက္ခရဲ့အမေး မဖြေမီ သုဝဏ္ဏသျှမ်ရဲ့အတွေးမှာ ဒီလို ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ 'ငါဟာ... ကိန္နရာတို့ အစောင့်အရှောက် မကောင်းတဲ့အတွက် ငါ့ကိုယ်ငါ ကိန္နရာပြောလို့ရသလို သူလည်းယုံမှာ ပါပဲ၊ ဒီလိုပဲ၊ နတ်တို့ အစောင့်အရှောက်မကောင်းတဲ့အတွက် ငါဟာ နတ်မျိုးပြောလို့ရသလို သူလည်းယုံမှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဒီလူကြမ်းကြီး

http://www.dhammadownload.com

ကို အမြင်မှန်ရစေမယ့် သစ္စာ၊ မေတ္တာနဲ့ယှဉ်တဲ့ အဖြေမျိုးသာ ငါ ပေးသင့်တယ်။

'အို... အရှင်မင်းကြီး...

ငါကား လူသားစင်စစ် ကေန်ဖြစ်ပါ၏။ ရွှေအဆင်း ဝင်းပ သော ရူပကာယကို အကြောင်းပြု၍ ငါ့အား 'သုဝဏ္ဏသာမ'ဟု ခေါ် တွင်ကြပါကုန်၏။ ငါ့မိဘများကား တံငါသည် သားသမီးများ ဖြစ်ခဲ့ ကြပါ၏။ တံငါမျိုးပင်ဖြစ်သော်လည်း သူတော်ကောင်းအကျင့်ဖြင့် နေကြပါကုန်၏။

အရှင်မင်းကြီး... ငါသည် လူသားစင်စစ် ကေန်ဖြစ်ပါ၏။ ငါ့ အသားသည် မစားကောင်း၊ ငါ့အရေသည် မသုံးကောင်း၊ ငါ့အစွယ် လည်း မသုံးလောက်၊ သို့ဖြစ်ပါလျက် ငါ့အား ဘာ့ကြောင့် ပစ်ခတ် ရပါသလဲ'

'အိုဘယ့်... သုဝဏ္ဏသျှမ်...

ငါသည် သမင်ကိုပစ်ဖို့ မြားကိုချိန်စဉ် သမင်သည် သင့်ကို မြင်၍ လန့်ပြေးလေ၏။ သို့ကြောင့် သင့်အား ငါစိတ်ဆိုး၍ ပစ်မိ သည်'

ပိဋကယကွမင်းကြီးက ဖြေမိဖြေရာ လိမ်ညာပြီး အဖြေပေး တယ်။

ပိဋကယကွရဲ့အဖြေမှာ သုဝဏ္ဏသာမ အံ့သြသွားရတယ်။ အဘယ်သမင်သည် မိမိကိုမြင်ရုံမျှဖြင့် လန့်၍ထွက်ပြေးသွားရပါ

http://www.dhammadownload.com

မည်နည်း။ ပိဋကယကွမင်းကြီး မှသားဆိုနေမှန်း သုဝဏ္ဏသျှမ်သိလေပြီ။

'အလို… အသင်မင်းကြီး ဒီတောဒီတောင်မှာ ကျွန်ုပ်ကို လန့်ဖြတ်သောသတ္တဝါ တစ်ကောင်တလေမှမရှိပါ။ သမင်အစ ကျားအဆုံး ကျွန်ုပ်ရဲ့ မေတ္တာနဲ့ ဖုံးလွှမ်းရစ်ပတ်ထားတာပါ။ တောတောင်အားလုံးဟာ ကျွန်ုပ်ရဲ့ မိတ်ဆွေတွေချည်းသာ… '

မြားဒဏ်ရာတန်းလန်းနဲ့ ပိဋကယကွမင်းကြီးကို ရှင်းပြနေရတာ သုဝဏ္ဏသာမမှာ နာကျင်လွန်းလှပါတယ်။ ပြောရင်းက ခံတွင်းဝက သွေးတွေ စိမ့်ယိုစီးကျလာပါပကောလား။ အလောင်းတော်ရဲ့ ဖြစ်အင် မြင်ရတဲ့ ပိဋကယကွမှာ အလွန်အမင်း သနားခြင်းဖြစ်မိတော့ရဲ့။ ဒါပေမဲ့ သူ့ရဲ့သိလိုစိတ်ကိုလည်း မချိုသိပ်နိုင်လေတော့ အလောင်းတော်ရဲ့မိဘ စသည်တို့ကို မေးမြန်းစုံစမ်းပြန်တော့တယ်။

'မြတ်သောမင်းကြီး…

ကျွန်ုပ်၏ မိဘနှစ်ပါးလုံး မျက်မမြင်ဒုက္ခိတများပါ။ ဟောဟိုက တောတောင်ကြီးထဲက ဂူကြီးထဲမှာနေပြီး သူတော်ကောင်းတရားအားထုတ်နေကြပါတယ်။ မျက်မမြင်မိဘနှစ်ပါးအတွက် ချိုးရေ သုံးရေ သောက်ရေများကို ကျွန်ုပ်က ခပ်ပေးရပါတယ်။ သစ်သီးသစ်ဥတို့ကိုလည်း ကျွန်ုပ်က ရှာဖွေကျွေးမွေးရပါတယ်။ တကယ်တော့ ကျွန်ုပ်ဟာ မိဘတို့ရဲ့ ခြေလက်၊ မိဘတို့ရဲ့ အသက်… '

http://www.dhammadownload.com

ဒီတော့မှ သုဝဏ္ဏသျှမ်ကိုယ်တိုင်ဟာလည်း မိဘလုပ်ကျွေး နေတဲ့ သူတော်ကောင်းပါလားဆိုကာ ပိဠိယက္ခ သဘောပေါက်သွား တော့တယ်။ မိမိရဲ့မြားချက်မှာ အလောင်းတော် မသက်မသာ ဝေဒနာ ခံစားနေရတာကိုလည်း အရှင်မင်းကြီး မကြည့်ရက်တော့ ပါဘူး။ 'ဪ... သူ့ကိုယ်စား သူ့မိဘနှစ်ပါးကို ငါလုပ်ကျွေးမှပဲ'ဆို တဲ့ အတွေးများ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။

အလောင်းတော်ခမျာမှာတော့ မြားဆိပ်မြားဒဏ်ကို သည်း သည်းထန်ထန် အလူးအလဲ ခံစားနေရှာတယ်။ သွေးတွေကလည်း ပါးစပ်မှ... နှာခေါင်းမှ တသွင်သွင် ယိုစီးကျလျှက်သာ ရှိတော့တယ်။

ဒီလိုအခြေအနေ... ဝေဒနာခံစားရင်းက သုဝဏ္ဏသျှမ် အား ယူပြီးတော့ တောင်းပန်တယ်။

'အရှင်မင်းကြီး... ယခုခံစားနေရသော မြားဒဏ်ရာထက် မိဘနှစ်ပါးကို မဖူးမြင်ရခြင်းက ဝေဒနာပိုပြင်းလှပါတယ်၊ မိဘနှစ်ပါး ခမျာလည်း... သားလာချိန် ပြန်မလာသဖြင့် ပူဆွေးတမ်းတ ငိုလျက် က မျှော်နေကြပါရော့မည်၊ သေသောသားကို ရှင်သောမိဘတို့က မတွေ့ရခြင်းသည်လည်းကောင်း... ၊ ရှင်သောမိဘကို သေသော သားက မတွေ့ရခြင်းသည်လည်းကောင်း... နှစ်ဦးနှစ်ဖက် နှလုံး သည်းပွတ် ပျက်စမန်း၊ မြားဆိပ်လွှမ်းတာထက်ပိုပြီး ထိခိုက်နာကျင် စွာ ခံစားနေရပါတယ် အရှင်မင်းကြီး... '

ပိဠိယက္ခမင်းကြီး အခြေအနေအရပ်ရပ်ကို နားလည်သွားရဲ့

http://www.dhammadownload.com

မှူမက မှူဝေစံစားတတ်သောနှလုံးသားအားဖြင့် အားပေးစကား ပြောကြားပါတော့တယ်။

'သင့်မိဘများအတွက် မစိုးရိမ်ပါလင့် သုဝဏ္ဏသျှမ်၊ သင့်ကိုယ်စား ကျွန်ုပ် လုပ်ကျွေးပြုစုပါအံ့၊ ကျွန်ုပ်၏ မိဘရင်းချာပမာ သဘောထား လုပ်ကျွေးပါအံ့၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပါအံ့၊ သင့်မိဘနှစ်ပါး၏ နေရာဌာနသို့သာ ငါ့အား လမ်းပြပါလော့… "

အလောင်းတော်မှာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သာစုခေါ်လျက် 'အရှင်မင်းကြီး… ကျွန်ုပ်၏ခေါင်းရင်းက တစ်ကိုယ်စာ လမ်းကျဉ်းကလေး၊ လမ်းယောင်ယောင်ကလေးဟာ လမ်းစလည်း မပျောက်၊ လမ်းလောက်လည်း မထွန်းသေးပေမဲ့ ကျွန်ုပ်မိဘများဆီ အရောက် ခရီးပေါက်အောင် ညွှန်ပြသယ်ဆောင်သွားပါလိမ့်မယ်' လို့ စကားဆိုရင်း မိဘများရှိရာ ရည်မှန်းပြီး ရှိုးဦးချကာ…

'အရှင်မင်းကြီး… အကျွန်ုပ်၏ကိုယ်စား ဤကန်တော့ပန်းကလေးများကိုလည်း သယ်ဆောင်သွားပါဦးလော့၊ မိဘများကို သားသုဝဏ္ဏသျှမ် ကန်တော့လိုက်ကြောင်း ပြောပါလော့'လို့ ကြေကွဲစွာ မှာကြားရှာတယ်။

အလောင်းတော် မှာကြားစကားအဆုံးမှာပဲ အလောင်းတော်ဟာ ငြိမ်သက်သွားရှာတယ်။ ပိဠိယက္ခမင်းကြီးဟာ မျက်လွှာပိတ်၊ ပါးစပ်ပိတ် ငြိမ်ဆိတ်သွားတဲ့ အလောင်းတော်ကိုကြည့်ပြီး အထိတ်တလန့် ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဘုရင်တစ်ပါးရဲ့ စစ်တိုက်ခြင်း၊

http://www.dhammadownload.com

တောလိုက်ခြင်း စတဲ့ အသက်ဘေးနဲ့နီးတဲ့ အရေးအရာတွေမှာ တောင် ဒီလို မထိတ်လန့်ခဲ့စဖူး။ အခုပဲ စကားတွေဆိုလို့ အခုပဲ နှုတ်ပိတ်သွားပါပေါ့လား။ မြန်ဆန်လွန်းလှချေတကား... ။

ဗိဋ္ဋိယကွဟာ သုဝဏ္ဏသာမရဲ့ကိုယ်ကို အသာအယာ စမ်းကြည့်တယ်။ တစ်ကိုယ်လုံး အေးစက်တောင့်တင်းလို့ပါလား။ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းဆိုတဲ့ အခြင်းအရာတွေဟာ ဒါပါပဲလားလို့ ပြသသွားသည့်နှယ်။ သူ့အသက်နဲ့ သူ့သွေးနဲ့ရင်းပြီး အလောင်းတော်ဟာ ဒီတရားတွေ ဟောသွားတာပါပဲလား။

အို... ငါ သူတော်ကောင်းကို ပြစ်မှားမိပြီ။ သူတော်ကောင်းကို သတ်ဖြတ်မိခဲ့ချေပြီ။

သူတော်ကောင်းကို သတ်သော သူသတ်သမားကြီးဟူ၍ တိုင်းသူပြည်သားတို့က ကဲ့ရဲ့ကြတော့မည်။ ဒီလို ကဲ့ရဲ့ခံပြီး ဘုရင့်စည်းစိမ်မခံစားလိုတော့ပြီ။ သုဝဏ္ဏသျှမ်ကို ကတိပေးခဲ့သည့်အတိုင်း သူ့မိဘနှစ်ပါးကို လုပ်ကျွေးရင်း တောမှာပင်နေတော့မည်။ ဒီလို ဆုံးဖြတ်ပြီး သူ့အပြစ်သူ ယူကြုံးမရဖြစ်ကာ ဗိဋ္ဋိယကွ ငိုရှာတော့တယ်။ သူ့ငိုသံဟာ တောနဲ့တောင်မှာ ပဲ့တင်ဖြာနေတော့ရဲ့။

ဗိဋ္ဋိယကွရဲ့ငိုသံဟာ ဘယ်လောက်ထိ ပြင်းထန်ကျယ်လောင်သလဲဆိုရင် ကာမဂုဏ်ခံစားနေတဲ့ နတ်သမီးတစ်ပါးကိုတောင် အလန့်တကြား ဖြစ်သွားစေတယ်။ သတိဝင်လာတဲ့ နတ်သမီးရဲ့ မြင်ကွင်းထဲမှာ သွေးအိုင်ထဲ လဲလျောင်းနေတဲ့ သုဝဏ္ဏသျှမ်ကို တွေ့

http://www.dhammadownload.com

လိုက်ရတယ်။ ဘုရား… ဘုရား… သုဝဏ္ဏသျှမ်ဆိုတာ လွန်ခဲ့တဲ့ ခုနစ်ဘဝတုန်းက ငါ့သားတော်ပါတကား။ ဗဟုသုန္ဒရီအမည်ရ နတ်သမီးဟာ ခဏအတွင်းမှာပဲ သုဝဏ္ဏသျှမ်နဲ့ ပိဠိယက္ခတို့ရဲ့ ဖြစ်ပျက်ပုံ အကြောင်းစုံကို သိလိုက်တော့တယ်။ ဒီအချိန်မှာမှ ငါမသွားရင် ငါ့သား သုဝဏ္ဏသျှမ်ကို မဆိုထားနှင့်၊ ပိဠိယက္ခမင်းကြီး သော်မှ ယူကြုံးမရ ရင်ကွဲနာကျပြီး သေရတော့မယ်။ သုဝဏ္ဏသာမရဲ့ မိဘနှစ်ပါးလည်း အစာရေစာ ငတ်ပြတ်ကာ သေရတော့မယ်၊ ငါ အချိန်မီသွားမှသာ အားလုံးအတွက် ကောင်းကျိုးဆက်တော့မယ်လို့ ဗဟုသုန္ဒရီနတ်သမီး တွေးမျှော်ပြီး ဂန္ဓမာဒနတောင်မှာ ကိုယ်ရောင် ဖျောက်၊ မိဂသမ္မတာမြစ်ကမ်းပါးမှာ ကိုယ်ရောင်တောက်စေလိုက် တော့တယ်။

ဘွားခနဲပေါ်လာတဲ့ နတ်သမီးကိုကြည့်ပြီး ပိဠိယက္ခမင်းကြီး အံ့အားသင့်နေစဉ်မှာပဲ နတ်သမီးက…

'အရှင်မင်းကြီး… သင်ဟာ မြားတစ်စင်းတည်းနဲ့ သားအမိ သုံးဦးကို သတ်ခဲ့ပေပြီ၊ သူတကာတို့ ပြုနိုင်ခဲသော အလွန်အပြစ်ကြီး သော အမှုကြီးပေတကား၊ ဤအမှုကြီးကြောင့်ပင် သင်… ငရဲလား ရချေမည်'လို့ ဆိုလိုက်တော့ ပိဠိယက္ခမင်းကြီးဟာ ပိုပြီးတော့ စိုးရိမ် ကြောက်လန့်သွားပါတယ်။

'ဒီလိုသာဆက်နေရင် သုဝဏ္ဏသာမလည်း သင့်မြားဒဏ်နှင့် ပင် သေရတော့မည်။ သူ့မိဘနှစ်ပါးလည်း အစာရေစာ ငတ်ပြတ်

http://www.dhammadownload.com

ကာ သေရရှာမည်၊ အသင်မင်းကြီးလည်း ရဲလားရမည်… ’လို့ နတ်သမီးက ဆက်လက်ပြောကြားပြီး… ထို မလိုလားဖွယ်ရာ ကိစ္စ ဆိုးများမှ လွတ်မြောက်အောင် သင်စွမ်းဆောင်ပါ၊ သုဝဏ္ဏသာမရဲ့ မိဘတွေဆီ သွားပါ၊ သားကို သတ်ခဲ့ကြောင်းဝန်ခံပြီး သားကိုယ်စား လုပ်ကျွေးပါ့မယ်လို့လည်း ကတိပေးပါလို့ တိုက်တွန်းညွှန်ကြားပါ တယ်။

ပိဠိယက္ခမင်းကြီးဟာ ဒီနေရာက ထွက်ခွာခါနီး အလောင်း တော်ကိုကြည့်လိုက်တော့ မရိုတင်ကဲ ခံစားရပြန်တယ်။ သူ့ဝေဒနာ တွေ နည်းနည်းလေးမှ သက်သာပါစေဆိုပြီး တောပန်းတောင်ပန်း လှသောပန်း၊ မွှေးသောပန်းတွေခူးကာ အလောင်းတော်ကို ပူဇော် ရှာပြန်ရဲ့။ သုဝဏ္ဏသျှမ်ကို လကျာ်ရစ် သုံးပတ်လှည့်ကာ ဂါရဝပြုပြီး တဲ့နောက် သုဝဏ္ဏသျှမ်ရဲ့ ရေအိုးလေးကို ကောက်ယူထမ်းတင်၊ တောသို့ လှမ်းဝင်လာခဲ့တော့တယ်။

သူ့ခြေလှမ်းတွေ ကြမ်းလှ၊ မြန်လှရဲ့။

တောငှက်ကလေးတွေ လန့်ပျံ၊ မြိုင်ယံတစ်ခုလုံး သူ့ခြေသံ ဖုံးလွှမ်းနေတော့တယ်။ မကြာခင်မှာပဲ ဆန်းပြားလှတဲ့ အံ့ဖွယ် ရာ တောင်တော်ကြီးကို တွေ့လိုက်ရတယ်။ မလှမ်းမကမ်းမှာတော့ ကျောင်းသခ်မ်းသဖွယ် ကျောက်ဂူနှစ်လုံး၊ ဒီဘက်မှာ ကျောက်ထွတ် ကျောက်ဖျား ကျောက်ပန်းဖွားတွေနဲ့ မွမ်းမံထားတဲ့ ကျောက်ဂူငယ် လေးကတော့ သုဝဏ္ဏသျှမ်ရဲ့ ဂူကျောင်းကလေးပဲ ဖြစ်လိမ့်မယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဟိုကျောက်ဂူကြီးနှစ်လုံးကတော့ သူ့မိဘများရဲ့ ကျောင်းသခ်မ်းပဲ ဖြစ်တန်ရာရဲ့။

ဝိဋ္ဌီယက္ခဟာ တစ်ခုသော ကျောက်ဂူကြီးထဲ ခြေသံပြင်းပြင်း နဲ့ လှမ်းဝင်လာခဲ့တယ်။

ခြေသံပြင်းပြင်းကိုကြားတော့ ဒုကူလနှင့် ပါရိကာဟာ သုဝဏ္ဏသာမရဲ့ ခြေသံမဟုတ်မှန်းသိတယ်။ ကျား၊ ခြင်္သေ့ စတဲ့ သားရဲတိရစ္ဆာန်တွေရဲ့ ခြေသံမဟုတ်မှန်းလည်း သိတယ်။ ဒါကြောင့်

'ခြေသံရှင် ဘယ်သူနည်း… ဘာကြောင့် လာရပါသနည်း'လို့ မေးလိုက်တယ်။

ဝိဋ္ဌီယက္ခဟာ ရုတ်တရက် အဖြေမပေးသေးဘဲ ဒုကူလအနီး တိုးသွားကာ ထမ်းလာတဲ့ ရေအိုးကို ချလိုက်တယ်။ ပြီးတော့… ဒူးထောက် အရိုအသေပြုကာ…

'ရှင်ရသေ့… ကျွန်ုပ်ဟာ ကာသိတိုင်းရှင် ဘုရင်ဝိဋ္ဌီယက္ခ ဖြစ်ပါတယ်'လို့ မိတ်ဆက်ဖြေဆိုလိုက်ပါတယ်။

ဘုရင်ဆိုတဲ့စကားကြောင့် ဒုကူလနှင့် ပါရိကာတို့ဟာ တစ်ဖန် အရိုအသေပြန်ပြုကာ မွှေးမြရျိမြိန်တဲ့ သစ်သီးစုံနဲ့ သောက်ရေအေး အေး တည်ခင်းကာ ဧည့်ဝတ်ပြုကြတယ်။ ဘုရင်ဝိဋ္ဌီယက္ခဟာ မောနေ ဆာနေပေမဲ့ သစ်သီးတို့ကို မစားရက်၊ သောက်ရေကိုမှ မသောက်ရက်၊ ဒါတွေဟာ သူ မြားနဲ့ခွင်းခဲ့တဲ့ သုဝဏ္ဏသာမရဲ့ အသက်သွေးတွေအဖြစ် တွေ့မြင်ခံစားနေရတယ်။ ဒါကြောင့်

http://www.dhammadownload.com

စိတ်သက်သာရာမှ ရပါစေတော့ဆိုပြီး သစ်သီးတွေ လတ်ဆတ်ကြောင်း ချီးမွမ်းလိုက်ကာမှ…

'ဒီသစ်သီးတွေဟာ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့သားကလေး ရွေးသွေးလှူလှ သုဝဏ္ဏသာမ ရှာဖွေခူးဆွတ်လာတဲ့ သစ်သီးတွေပါ။ ဒီ သောက်ရေအေးလည်း သူပဲ ဟိုအဝေးကြီးက ခပ်လာခဲ့တာပါ၊ သားကလေးဟာ… ကျွန်ုပ်တို့ကို ရှာဖွေကျွေးမွေးရုံမျှမက ခြေဆုပ်လက်နယ် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်လည်း ပြုလုပ်ပေးပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒီသားကလေးဟာ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ခြေလက်၊ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့အသက် အသည်းနှလုံးဖြစ်ပါတယ်… 'လို့ ရှင်ရသေ့ ဒုကူလဆီက သုဝဏ္ဏသာမကို ချီးမွမ်းတမ်းတသံ ကြားလိုက်ရတော့တယ်။

ဗဟုသုန္ဒရီနတ်သမီး ပြောလိုက်သကဲ့သို့… ငါသည် မြားတစ်စင်းတည်းဖြင့် အသက်သုံးချောင်း ဘဝသုံးခု သားအမိ သားအဖ သုံးဦးကို သတ်ဖြတ်မိပါပေါ့လား… လို့ နှလုံးသားကွဲအက်သံနဲ့ ပိဠိယက္ခ စိတ်မှာ မြည်တမ်းမိတယ်။ သုဝဏ္ဏသျှမ် သေပြီဆိုရင် ဒီမိဘနှစ်ပါးရဲ့ဘဝဟာ ဘာမှအဓိပ္ပာယ်မရှိတော့၊ ရှင်လျက်နှင့်သေနေသူများ ပမာ၊ ပိဠိယက္ခဟာ သူ့ရဲ့လာရင်းအကြောင်းကို တောင်းပန်တိုးလျှိုးတဲ့အသံနဲ့ အလွန်အင်မတန် ခက်ခဲပင်ပန်းစွာ ပြောလိုက်ပါတယ်။

'ရှင်ရသေ့… စိတ်အေးအေးထားပြီး နားထောင်ပါ၊ သင်တို့သား သုဝဏ္ဏသာမ ရေခပ်ဆင်းလာချိန်မှာ ကျွန်ုပ်က သမင်လိုက်

http://www.dhammadownload.com

ထွက်လာတယ်၊ ကျွန်ုပ်က သမင်ပစ်ဖို့ ချိန်ရွယ်နေစဉ်မှာပဲ သမင်ဟာ သုဝဏ္ဏသာမကြောင့် လန့်ဖျပ်ထွက်ပြေးသွားတယ်၊ ဒီမှာ ကျွန်ုပ် ဒေါသမထိန်းနိုင်ဘဲ သုဝဏ္ဏသာမကို ပစ်မိတယ်… '

ပိဋ္ဌိယက္ခ ရှင်းပြတာကို ကြားလိုက်တဲ့ ပါရိကာ ရသေ့မဟာ နွယ်ကြိုးကို စမ်းကာစမ်းကာ လှမ်းလာပြီး ပိဋ္ဌိယက္ခနဲ့ ဒုကူလတို့ အနား ရောက်လာတယ်။

'ဘယ်လို… ဘယ်လို… ခုနကစကား ပြန်ပြောစမ်းပါဦး'

အမောတကော မေးလိုက်မိရဲ့။

'သင်တို့သား… ကျွန်ုပ်ရဲ့မြားချက်နဲ့ အသက်ထွက်ရှာပြီ'

ရသေ့မကြီးပါရိကာ ရုတ်တရက် ဆောက်တည်ရာမရရှာ၊ နှလုံးကြေကွဲပူပန်စွာဖြင့်… 'သားသတ်မုဆိုး… သားသတ်မုဆိုး'လို့ အော်လိုက်မိတယ်။

ရသေ့ကြီးဒုကူလက… 'စိတ်ထိန်းပါ နှမ၊ ဘုရင်ကို မပြစ်မှားကောင်းဘူး၊ ဘုရင်ဆိုတာ လောကနတ်မဟုတ်ပါလား… 'လို့ သူတော်ကောင်းစိတ် ပြည့်ဝစွာနဲ့ သတိပေးတယ်။

ပါရိကာ အသားတဆတ်ဆတ် တုန်နေတယ်၊ နှလုံးအိမ်လည်း မငြိမ်တော့ဘူး။ ဒုကူလရဲ့ ဆုံးမစကားကိုလည်း မကြားနိုင်တော့ဘူး။

'သား… သား… သား… ခက်ခက်ခဲခဲ ရခဲတဲ့သား၊ နတ်သိကြားပေးတဲ့သား…၊ မိဘနှစ်ပါးကို လုပ်ကျွေးဖို့ ရောက်လာတဲ့သား၊

http://www.dhammadownload.com

အခုတော့... ဒီသား သေခဲ့ပြီ၊ ငါတို့သေတာနှင့် မခြားပြီ... '

ပါရိကာ ပြောရင်းငိုတယ်၊ ငိုရင်းပြောတယ်။ သား သုဝဏ္ဏသျှမ်ရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးတွေ မျက်ရည်ထဲမှာ ရှင်သန်နေတယ်။ ဒုကူလလည်း စိတ်မထိန်းနိုင်၊ ပါရိကာနဲ့ အပြိုင်လိုက်ငိုတယ်။ သူတို့ရဲ့ ငိုခြင်းမှာ ဘုရင်မုဆိုးကို ကျိန်ဆဲတာ မပါ၊ သားလိမ္မာရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးတွေကို တ၍ တ၍... မိမိတို့ရဲ့ ခိုကိုးရာမဲ့ဘဝတွေကို ဆ၍ ဆ၍... သူတော်ကောင်းမျက်ရည်နဲ့ ငိုခြင်းဖြစ်ရာ ပိဋ္ဌိယက္ခ ကြက်သီးမွေးညင်းထ အံ့သြရပြီ။ သြော်... သူတစ်ပါးအပြစ် လျစ်လျူရှုနိုင်ကြတကား။ သူတို့နှင့် နှိုင်းစာလျှင် ငါ၏ဘုရင်ဘဝသည် အလကားပါလားလို့ သုံးသပ်မိရင်း...

'အို... မိခင်ဖခင်တို့ သင်တို့သားကိုယ်စား ကျွန်ုပ်ကပင် လုပ်ကျွေးပါအံ့'လို့ မနိုတင်ကဲ ပြောကြားလိုက်တယ်။ 'အသင်မင်းကြီး... သင်က ဘုရင်ပါ၊ ကျွန်ုပ်တို့ကို လုပ်ကျွေးဖို့ မသင့်တော်လှပါ၊ အသင့်တော်ဆုံးကတော့ ကျွန်ုပ်တို့သားကလေး သေဆုံးရာကိုသာ လိုက်ပြပါလော့... 'တဲ့။ ဒုကူလက တောင်းပန်ရှာတယ်။ ဒီလိုနဲ့... သားသေဆုံးရာ ရောက်လာကြတော့ သားကလေးအလောင်းကို စမ်းစမ်းပြီး ငိုလိုက်ကြတာ၊ ဒုကူလက ခေါင်းရင်းဘက်မှာ နေရာယူလို့ သားကလေးဦးခေါင်းကို သူ့ပေါင်ပေါ် တင်ထားတယ်၊ ပါရိကာက ခြေရင်းဘက်မှာ နေရာယူလို့ သားကလေးရဲ့ အေးစက်တောင့်တင်းနေတဲ့ ခြေအစုံကို ဆုပ်နယ်ရင်း တမျှဉ်းမျှဉ်း ငိုရှိုက်နေရှာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒုကူလဟာ သားကလေးရင်ညွန့် စမ်းကြည့်မိတော့ အသက် ဓာတ် အပူငွေ့လေးကို ထိတွေ့မိတယ်။ အို… သား မသေသေးပါ လား။ မြားဆိပ်တက်ကာ မေ့မျောနေတာပါကကား၊ ပါရိကာဆီ အားတက်မျှော်လင့်ခြင်းအပြည့်နဲ့… 'နှမ… မြားဆိပ်ပြေ အသက် ကယ်ဖို့ ငါတို့ သစ္စာဆိုကြစို့…'လို့ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

* သား သုဝဏ္ဏသျှမ်သည် ရှေး၌ ဆယ်ပါးသော ကုသိုလ်ကမ္မ ပထတရားတို့ကို ကျင့်ခဲ့ဖူးသူ ဖြစ်ပါပေ၏။ ဤစကား မှန်ပါ လျှင် မြားဆိပ်ပြယ်ပါစေသတည်း။

* သား သုဝဏ္ဏသျှမ်သည် ယခုလည်း ဟုတ်မှန်သောစကားကို သာဆို၏။ ယခင်ကလည်း ဟုတ်မှန်သောစကားကိုသာ ဆိုခဲ့ ၏။ ဤစကား မှန်ပါလျှင် မြားဆိပ်ပြယ်ပါစေသတည်း။

* သား သုဝဏ္ဏသျှမ်သည် မမြတ်သော မေထုန်အကျင့်ကို ရှေး ကလည်းမကျင့်၊ ယခုလည်း မကျင့်၊ ဤစကား မှန်ပါလျှင် မြားဆိပ်ပြယ်ပါစေသတည်း။

* သား သုဝဏ္ဏသျှမ်သည် မြတ်သောအကျင့်ကို ရှေးကလည်း ကျင့်၏။ ယခုလည်း ကျင့်၏။ ဤစကား မှန်ပါလျှင် မြားဆိပ် ပြယ်ပါစေသတည်း။

* သား သုဝဏ္ဏသျှမ်သည် အမိအဖတို့ကို လုပ်ကျွေး မွေးမြူနေ သူ ဖြစ်၏။ ဤစကား မှန်ပါလျှင် မြားဆိပ်ပြယ်ပါစေသတည်း။

* သား သုဝဏ္ဏသျှမ်သည် အသက်ကြီးသူများနှင့် မိဘနှစ်ပါးကို

http://www.dhammadownload.com

ရှိသေ၏။ ဤစကား မှန်ပါလျှင် မြားဆိပ်ပြယ်ပါစေသတည်း။

* သား သုဝဏ္ဏသျှံကို ငါသည် ငါ့အသက်ထက် ချစ်မြတ်နိုး၏။ ဤစကား မှန်ပါလျှင် သားသုဝဏ္ဏသျှံအသက် ပြန်ရှင်ပါစေသတည်း။

* ငါသည်လည်းကောင်း၊ သုဝဏ္ဏသျှံ၏အဖေသည် လည်းကောင်း ကောင်းမှုအစု တစ်စုံတစ်ခုပြုခဲ့ဖူး၏။ ဤစကား မှန်ပါလျှင် သားသုဝဏ္ဏသျှံသည် မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း တည်ပါစေသတည်း။

မိခင် ပါရိကာ၏ စကားမဆုံးမီမှာပင် သား သုဝဏ္ဏသျှံသည် တစ်ဖက်စောင်း၍ လျောင်းနေရာမှ တစ်ဖက်ပြောင်း၍ လျောင်းကာ သက်ဝင်လှုပ်ရှားလာပါတယ်။ ဖခင် ဒုကူလလည်း မိခင်ပါရိကာကဲ့သို့ သစ္စာဆိုလေရာ သုဝဏ္ဏသာမ ဒီမှာဘက်သို့ တစ်ဖန် ပြန်ပြောင်း သက်ဝင်လာပါတယ်။

ဘဝဟောင်းက အမိတော်ခဲ့ဖူးသူ ဗဟုသုန္ဒရီနတ်သမီးလည်း သား သုဝဏ္ဏသျှံကိုကြည့်လျက် သစ္စာဆိုပြန်ပါတယ်။

* ငါသည် ဂန္ဓမာဒနတောင်မှာ ရှည်ကြာစွာ နေလာခဲ့၏။ ဤသားမှတစ်ပါး ချစ်မြတ်နိုးသောသားဟူ၍ အခြားမရှိ။ ဤစကား မှန်ပါလျှင် အဆိပ်နိုးတို့ မိုးသို့ပျံစေသတည်း။

* ငါနေရာ ဂန္ဓမာဒနတောင်၌ အမွှေးနံ့သာတို့ဖြင့် အတိပြီးသော အပင်တို့သာရှိ၏။ အနံ့မဲ့သော အပင်ဟူ၍ တစ်ပင်မျှမရှိ။ ဤ

http://www.dhammadownload.com

စကားမှန်ပါလျှင် အဆိပ်နို့တို့ ဘေးသို့ပျံ့ပါစေသတည်း။

* ငါ့နေရာ ဂန္ဓမာဒနတောင်တွင် မြတ်သောအကျင့်နှင့် ပြည့်စုံသော ပစ္စေကဗုဒ္ဓ ဝိဇ္ဇာရှင်တို့သာ နေကြရလေကုန်၏။ ဤစကား အမှန်ဖြစ်ပါလျှင် အဆိပ်မိုးတို့ မြေသို့လျှိုးပါစေသတည်း။

ဗဟုသုန္ဒရီနတ်သမီးရဲ့သစ္စာစကားအဆုံးမှာတော့ အလောင်းတော်ဟာ အကောင်းပကတိ ပြန်ဖြစ်ကာ ထလာခဲ့ပါပြီကောလေ။ မြားမှန်ထားတဲ့ဒဏ်ရာ ရှာလို့ပင် မတွေ့နိုင်တော့ပြီ။ သစ္စာထက်စွမ်းသော ဆေးမရှိပြီ။ ဒီလို သစ္စာဆိုကြရာမှာ ဒုကူလ၊ ပါရိကာနဲ့ ဗဟုသုန္ဒရီနတ်သမီးတို့အပြင် လောကပါလနတ်၊ သမ္မာဒေဝနတ်၊ သိကြားနတ်တို့ ပါဝင်ကြလေတယ်လို့ မိန့်မြွက်တာလည်း မှတ်သားဖွယ် ကောင်းလှပါတယ်။

* လောကပါလနတ်တွေက သီလစင်ကြယ်သူ အသက်မသေစေဖို့၊
* သမ္မာဒေဝနတ်တွေက သာသနာ့ဝန်ထမ်း အကျင့်လမ်းဖြောင့်စေဖို့၊
* သိကြားနတ်မင်းကြီးက တောင်းဆု ကြည့်ရှုစောင်မဖို့… လို့ ဆိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် နံနက်မိုးသောက် အလင်းရောက်သော် အလောင်းတော် အသက်ပြန်ရှင်ရခြင်း၊ မျက်မမြင် မိဘနှစ်ပါး မျက်စိပြန်မြင်

http://www.dhammadownload.com

ခြင်း။ သူတို့အားလုံး ကျောင်းသင်္ခမ်းအတွင်း တစ်မုဟုတ်ချင်း ရောက်နေခြင်းတို့ဟာ သစ္စာ၊ မေတ္တာနဲ့ နတ်တို့ရဲ့ အာနုဘော်ပဲဖြစ်ပါတယ်။

အားလုံး ကြည်နူးလို့မဆုံး၊ အံ့သြမဆုံးဖြစ်နေတဲ့ ဝိဋ္ဋီယက္ခကို အလောင်းတော်က ဝမ်းသာမဆုံး ပြောကြားတယ်။

'အရှင်မင်းကြီး... မိဘလုပ်ကျွေးသူကို နတ်တို့ ချစ်မြတ်နိုးကြတယ်၊ မိဘလုပ်ကျွေးသူ ဘေးရန်ထိပါး နာဖျားတဲ့အခါ နတ်တို့ ဆေးကုပေးကြတယ်၊ မိဘလုပ်ကျွေးသူကို ဒီဘဝမှာလည်း အများက ချီးမွမ်း၊ နောင်ဘဝမှာလည်း နတ်ပြည်ရောက်ရတယ်... '

ဝိဋ္ဋီယက္ခမင်းကြီးဟာ အလောင်းတော်ကို လက်စုံမိုး ရှိခိုးလျက် နတ်ပြည်သွားနည်းလမ်းများကို ပြညွှန်ပါလော့လို့ တောင်းပန်ပါတယ်။ သုဝဏ္ဏသျှမ်က မင်းကျင့်တရားဆယ်ပါးဟာ နတ်ပြည်သွား နည်းလမ်းပါပဲတဲ့။

(၁) မိဘတို့ကို တရားသဖြင့် လုပ်ကျွေးပါ။
(၂) သားမယားတို့ကို တရားသဖြင့် လုပ်ကျွေးပါ။
(၃) မှူးမတ်မိုလ်ပါ တိုင်းသူပြည်သားတို့ကို ပေးကမ်းစွန့်ကြဲပါ။
(၄) ဆင်မြင်းမိုလ်ပါ နောက်လိုက်နောက်ပါတို့အပေါ် တရားသဖြင့် ပြုကျင့်ပါ။
(၅) တိုင်းကားပြည်လုံး ရွာနိဂုံးတို့၌လည်း တရားသဖြင့် ပြုကျင့်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

(၆) တိုင်းကားပြည်လုံး ဇနပုဒ် အဆုံးတို့၌လည်း တရားသဖြင့် ပြုကျင့်ပါ။

(၇) ရဟန်း ပုဏ္ဏားတို့အပေါ်၌လည်း တရားသဖြင့် ပြုကျင့်ပါ။

(၈) လူမဆိုထားဘိ၊ သားငှက်တို့အပေါ်၌ပင် တရားသဖြင့် ပြုကျင့်ပါ။

(၉) ဂရုမွေ့တရားတို့ကို ကိုယ်နှင့်ယှဉ်၍ ဒေဝဒူတ တရားတို့ကို ဆင်ခြင်ပါ။

(၁၀) ဗြဟ္မစရိယ မြတ်သောအကျင့်ကို ဖြည့်ကျင့်ပါ။

မင်းကျင့်တရားဆယ်ပါးကို ဟောကြားပြီးတဲ့နောက် ငါးပါးသီလကိုပါ ဆောက်တည်စေခဲ့ပါတယ်။ ဝိဋ္ဋိယက္ခမင်းကြီးဟာ သုဝဏ္ဏသျှမ်ရဲ့ နည်းမှန်လမ်းမှန် တရားသံအကြား နှလုံးသား ညွတ်နူးလှစွာဖြင့် အလောင်းတော်ကို ရှိခိုးဦးခိုက်လို့သာ နေတော့တယ်။ 'ပြည်တော်သို့ပြန် တစ်သက်ပန်လုံး ကောင်းမှုဖြင့်သာ မွေ့လျော်ချေပြီတကား… 'လို့ ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက တရားသိမ်းပေးလိုက်ပါတယ်။

သုဝဏ္ဏသာမဇာတ်တော်မှာ အလောင်းတော်ဟာ မေတ္တာပါရမီ ဖြည့်ကျင့်ရာ၌ မိဘနှစ်ပါးအပေါ် ထားတဲ့ မေတ္တာကလည်း စမ်းရေပမာ၊ ရန်ဖက် ဝိဋ္ဋိယက္ခအပေါ်မှာလည်း သူတော်ကောင်းမေတ္တာ ပျံ့နှံ့ပြီး တည်စေခဲ့ပါတယ်။ မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်းဆိုတာ အထူးပေါ်လွင်လှပါတယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်

http://www.dhammadownload.com

ဆရာတော်ဘုရားကြီးက 'မေတ္တာရှင် သုဝဏ္ဏသာမ'ဆိုတဲ့ ကဗျာနဲ့လည်း မေတ္တာမေ့ အလင်းပြတော်မူခဲ့ပါတယ်။

* မေတ္တာဟူသည် လမ်းတူသွားမှ
တန်းတူထားလို့ မှာကာ ဝေသည်။
သူလည်း ကိုယ့်နှယ် ကောင်းစေခြင်းမို့
ဆောင်းငွေနှင်းသို့ အေးမြစေပြီ။
သူဆိုးတော့ တိုးလို့ကူညီ
တူညီသော် ဖေးခေါ်သည့်ပွဲ
သဘောတော် အကြီးစား
စီးပွားသည့် သရုပ်ပေပဲ။

* မေတ္တာစိမ်ရည် မုန်းချစ်နှစ်ပါး။
ကြိုးပစ်သွားတဲ့ ပါရမီ။
ရန်မိတ်နှစ်ဆူ အတူတွေ့က၊
နှစ်သူ အစေ့ စိတ်ကြည်တည်။
ရန်ပဲမို့ မာန်စွဲမဝင်ပြီ
ထိုးစစ်မရှိ ပြန်လည်မထား
တရားခံ ဒင်းမဟုတ်
အတွင်းရှုပ် ငုပ်ကောင်သို့ အသိပွား။

* သုဝဏ္ဏသျှမ် အထိက တစ်ပါးပါကွဲ၊
မိဘနှစ်ပါးနှင့် ရန်သူ တစ်လီ။

သုဝဏ္ဏသျှမ်တာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

မင်းပိဋ္ဋိနော် မြားဖြင့်ခွင်းလဲ၊
တရားနှင့် သွင်းမြဲ သွင်းလို့နေသည်။
ဒုက္ကူလနှင့် ပါရိကာမည်
နှစ်ဖြာရှိရာဆီ ဦးခိုက်အလှည့်
မျက်မမြင်နှစ်ပါး၏ မစားရမည့်အရေးကိုသာ သူတွေးမိ။
*   မင်းပိဋ္ဋိနော် သူ့အမှားမို့၊
ကုစားမလို့ တောင်းပန်ရှာပြီ။
မိဘတွေဆီ သွားရောက်ရင်းနဲ့၊
မြားဖောက်သတင်း သွင်းပို့ပါသည်။
မိဘတို့ လိုက်လာပြီ
ဝိုက်ကာ ရှိုလို့ဖြင့် ပွတ်သပ်ခြင်း
သိကြားမိတ် မြားဆိပ်အကုန်ဖြည်လို့
သုဝဏ္ဏရိုနတ်မိလှ အလှည့်ကျဖြေခြင်း... ။

[အညွှန်း။ ၁၉၉၆ ခု၊ သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင် ကြွခါမျှား၌...]
အမှတ်-၆၈၊ ၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ မတ်လ၊ ဂမ္ဘီရမဂ္ဂဇင်း

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်း

ကျေးရူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက 'မေတ္တာ၏ အကျိုးအာနိသင်'ကို ကဗျာလင်္ကာအားဖြင့် ဒီလိုဖွဲ့ဆို ညွှန်ပြတော်မူပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရား၏ ကဗျာဉာဏ်၊ စာဉာဏ် ကိုပါ အမှတ်တရ ပူဇော်ဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

တစ်နေ့သုံးခါ၊ အိုးတစ်ရာ၊ ချက်ကာ ကျွေးထမင်း
နို့တစ်ညှစ်စာ၊ ကြိမ်သုံးခါ၊ မေတ္တာပို့လွှတ်သွင်း
ဤနှစ်ဦးတွင်၊ မေတ္တာရှင်၊ သာပင်သာဘိခြင်း။

အိုးတစ်ရာနဲ့ ထမင်းချက်ပြီး တစ်နေ့သုံးခါ ကျွေးမွေးဒါနပြု ခြင်းထက်... တစ်နေ့သုံးခါ နို့တစ်ညှစ်စာ မေတ္တာပို့ခြင်းက ပိုပြီး စွမ်းအားကြီးတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ တစ်ဆက်တည်းမှာပဲ 'မေတ္တာ

http://www.dhammadownload.com

သုတ်တော်လာ မေတ္တာပွားနည်း'ကိုလည်း စာ၊ ကဗျာပွဲ၌ လမ်းညွှန်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

* တိမ်စင်လသို့
အေးမြကြည်သာ၊ မျှမေတ္တာကား
ဝေးရာနီးရှိ မြင်၏မမြင်
ဇာတ်ရှင်ဇာတ်သေ၊ ကြောက်လေမကြောက်
လေးယောက်အစုံ၊ အားလုံးကုန်၌
လွှမ်းခြုံပိုက်ကြုံး၊ အေးဇာတ်ဖုံးသည်
နှလုံးစိတ်ဝမ်း ချမ်းစေသော။

* လေးသင်းမှာထို တစ်မျိုးဆိုအံ့၊

* ရှည်တိုအလတ်၊ အရပ်ရပ်
မကပ်ရန်ဘေး ဝေးစေသော၊

* ကြီးလတ်ငယ်ဟူ၊ တမူမူ
ပြုစူစောင်းခြင်း ကင်းစေသော၊

* ဆူကြုံလတ်မြင့်၊ အဆင့်ဆင့်
ဘေးသင့်ရန်တွင်း ကင်းစေသော၊

* ငယ်ပေါင်း ကြီးပေါင်း သူကိုယ်ဆောင်းလျက်
သွန်းလောင်းဆက်သွင်း ဗို့လွှတ်နှင်းမည်
သူချင်းချင်းပင်၊ အကွက်ဆင်
ဖျက်ချင် ကင်းစေသော။

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

* ထင်သေးမြင်သေး၊ မခန့်လေး
ကင်းဝေးကြစေသော၊
* ဆင်းရဲဖို့ရာ သူကြမ္မာ
ရန်ရှာကင်းစေသော။
* ငါမှာ ဤသို့၊ သူတို့တကာ
မြောက်မြားစွာကို၊ ငါနှင့်ထပ်တူ
မျှကြည်ဖြူသည်
နတ်လူပြဟ္မာတိုင်အောင်သား။

မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်းဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ် လေးနက်ပေါ် လွင်လှပါတယ်။

မေတ္တာစိတ်ဆိုတာ... သတ္တဝါခပ်သိမ်းတို့အပေါ် နှလုံးစိတ် ဝမ်းငြိမ်းချမ်းစေချင်တာ၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းစေချင်တာ၊ မငြူမစူ ကြည်ဖြူတာ၊ ဆင်းရဲကင်းစင် ချမ်းသာစေချင်တာ၊ အထင် သေးအမြင်သေး မခန့်လေးစား မလုပ်တာ၊ မိမိကိုယ်နှင့် အမျှထား တာတွေဟာ မေတ္တာစိတ်ပါပဲ။ မိမိ၏ တစ်ဦးတည်းသော သားသမီး အပေါ်ထားသော မေတ္တာစိတ်မျိုးဖြင့် သတ္တဝါအားလုံးနှင့် သင့်တင့် မျှတအောင် ဆက်ဆံတတ်ပါလျှင် သူ့မှာ ဖြစ်ပေါ်နေသော ရာဂ ဒေါသ စတဲ့ ကိလေသာများ၊ အကုသိုလ်များကိုပင် ဖျက်ဆီးသုတ် သင်ပေးနိုင်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကဲလွန်ထကြွ၊ သူ့မာနနှင့်
ရာဂဒေါသ၊ သူ့ထံနေပြီး
သူ့လေထန်ပြင်း နှိပ်စက်ခြင်းကို
ချစ်ခြင်းသနား၊ ပို့လွှတ်ထားလျက်
စကားကြည်သာ ခွန်းဆင့်ပါသော်
မာန်လျှော့ညိုးလျ၊ သူနှိမ်ချမည်
ဒါမှ မေတ္တာစစ်စစ်တည်း။

မေတ္တာစိတ်ကို 'သူကောင်းစိတ်ထား'ဟူ၍လည်း မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ရည်ညွှန်းပါတယ်။ သူကောင်းစိတ်ထားဖော်ဆောင်ချက်များကိုလည်း ဒီလို လမ်းညွှန်တော်မူပါတယ်။

* လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ၊
* ရွှင်ကြည်ချမ်းအေး ကောင်းစိတ်မွေး ကံပေးမြဲပါစေ၊
* ဆင်းရဲသူကို ထောက်စိတ်ပို ကိုယ့်လို သူ့ကိုထားပါမည်၊
* တန်းတူ သူဆို မှုစိတ်ပို ကိုယ့်လို သူ့ကိုထားပါမည်၊
* ကောင်းစားသူကို မြှောက်စိတ်ပို၊ သူကို ကိုယ်သို့ထားပါမည်၊
* ရန်မိတ်နှစ်ဆူ တွေ့လျှင်မူ တန်းတူစိတ်ထားပါမည်၊
* လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
* ရွှင်ကြည်ချမ်းအေး ကောင်းစိတ်မွေး ကံပေးမြဲပါစေ၊

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

ဆင်းရဲ၊ တန်းတူ၊ သာသူ ရန်မိတ်တို့အပေါ် တစ်သဘော တည်း ထားနိုင်တဲ့စိတ်ဟာ မေတ္တာစိတ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် 'မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်း'ဆိုတဲ့ အမိပ္ပာယ် ထင်ရှားပေါ်လွင်လှပါ တယ်။

ဘယ်သူတွေဆီ မေတ္တာပို့ရမှာလဲဆိုရင်

* သဗ္ဗေသတ္တာ
* သဗ္ဗေပါဏာ
* သဗ္ဗေဘူတာ
* သဗ္ဗေပုဂ္ဂလာ
* သဗ္ဗေ အတ္တ ဘာဝ ပရိယာပန္နာ
* သဗ္ဗေ ဣတ္ထိယော
* သဗ္ဗေ ပုရိသာ
* သဗ္ဗေ အရိယာ
* သဗ္ဗေ အနရိယာ
* သဗ္ဗေ ဒေဝါ
* သဗ္ဗေ မနုဿာ
* သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ

တို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ရှေ့မှာ ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ကဗျာ လင်္ကာအားဖြင့် အလွယ်တကူ မှတ်သားရွတ်ပွားနိုင်ကြပါစေရန် ထပ်မံတင်ပြလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာဆို

http://www.dhammadownload.com

လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ... ဆိုတဲ့ အတိုင်း ဆင်းရဲ၊ တန်းတူ၊ သာသူ၊ ရန်သူမိတ်တို့အပေါ် အမျှမေတ္တာ ပို့သခြင်းအားဖြင့်...

* တန်းတူသူ့ကို မျှစိတ်ပို့၊ မရိုမာန ကင်းတော့သည်၊
* ကိုယ့်အောက် သူ့ကို ထောက်စိတ်ပို့ ဝန့်တိုမိစ္ဆာ ကင်းတော့သည်၊
* ကိုယ့်ထက်သာကို မြှောက်စိတ်ပို့၊ မျက်သို ဣဿာယွင်းတော့သည်၊
* ရန်မိတ်နှစ်ပါး တန်းတူထား ခွဲခြားကိလေ ရှင်းတော့သည်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အဲဒီလို ကဗျာလင်္ကာ ဖွဲ့ပြလျက် မေတ္တာစိတ်အားဖြင့် ကိလေသာများကို ချေဖျက်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြခဲ့ပါတယ်။ မေတ္တာစိတ်လျှင် ဦးစွန်းဖြစ်တဲ့ ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးကို ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံအားဖြင့် ပြုကျင့်နိုင်မှသာ ဒီဘဝ ဒီသံသရာမှသည် နိဗ္ဗာန်ရွှေပြည်အထိ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်း ချမ်းသာမယ်လို့ ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒီလိုညွှန်ပြ တော်မူခဲ့ကြောင်းပါဗျာ။

* ကွံ့ကော်သဇင်၊ ဖွန့်လျှင် စံပယ်
  လေးသွယ်ဗြဟ္မစိုရ်၊ တရားကိုယ်အား
  ကိုယ်နှင့်လည်းပြု၊ နှုတ်မှုတွတ်တွတ်

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ညွတ်စေပွား၊ ပြုကျင့်ဗြားက

မမှားလုပ်ကွက်၊ မသက်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေးမည်

အေးမြို့ရွှေပြည် တိုင်အောင်ကို။

[အညွှန်း။ ၁။ ၁၉၉၈၊ အောက်တိုဘာ၊ ကျောက်ထီးတောရ ဩဝါဒများမှ

၂။ ၁၉၉၉၊ မေလ၊ နတ်တလုတောရဩဝါဒများမှ]

၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ မေလ၊ ရွက်နုဝေဓဂ္ဂဝင်း

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာလမ်းစဉ် မေတ္တာကျင့်စဉ်

သာမန်လူတစ်ယောက်၏ အလွန်ရိုးစင်းသောဘဝ၏ နေထိုင်ပုံနည်းလမ်းမှာဖြစ်စေ၊ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သူတို့၏ အများအကျိုးသယ်ပိုးရာမှာဖြစ်စေ၊ သူတော်ကောင်းကျင့်စဉ်မှာဖြစ်စေ… 'မေတ္တာ' သည် စေတစ်လုံးပိုင်၊ အရာရာကို အောင်နိုင်ပြီးမြောက် ခရီးရောက်စေပါတယ်။

မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာဆိုတဲ့ ဗြဟ္မဝိဟာရတရားလေးပါးမှာလည်း မေတ္တာသည် ရှေ့ဆုံးက ဦးစွန်းနေရာမှာရှိပါတယ်။ ကောင်းကင်ကြီးမှာ နယ်နိမိတ်ပိုင်းခြားမှုမရှိသလိုဘဲ မေတ္တာမှာလည်း အပိုင်းအခြား တစ်စုံတစ်ရာမရှိပါ။ အတိုင်းအဆပမာဏ ကန့်သတ်၍မရသောကြောင့် မေတ္တာထားခြင်း၊ မေတ္တာ

http://www.dhammadownload.com

ပွားခြင်း၊ မေတ္တာပို့ခြင်းတို့ကို 'သချာလွန်ကုသိုလ်'လို့ ဆိုရပါတယ်။

ကျေးဖူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက 'ဒါနလို ကုသိုလ်မျိုးကမှ အပိုင်းအခြား အကန့်အသတ် ရှိပါသေးတယ်ဗျာ၊ ဘယ်ရွှေ့ဘယ်မျှလှူမယ်၊ လှူဘယ်လောက်ဖိတ်မယ်၊ ငါလှူတယ်၊ ဘာလှူမယ်၊ ဘယ်ဆရာတော်ကို လှူတယ်ဆိုတဲ့ အကန့်အသတ်တွေ၊ မျှော်ခေါ်တွက်ချက်မှုတွေ၊ ငါစွဲတွေ တင်းကြမ်းပြည့်နေတာ၊ မေတ္တာကတော့ စကတည်းက သဗ္ဗေသတ္တာနဲ့စတာ၊ သတ္တဝါအကုန်လုံးအပေါ် အညီအမျှ လွှမ်းခြုံထားတာ၊ အပိုင်းအခြားအကန့်အသတ်မရှိဘူး၊ နယ်ကုန်ပယ်ကုန်ပဲ' လို့ ညွှန်ပြခဲ့ဖူးလေရာ မေတ္တာ၏ အာနိသင်ကို ပိုပြီးဝင်စား၊ ပိုပြီးယုံကြည်အားကိုးလာမိပါတော့တယ်။

မေတ္တာဆိုတာ စပြီးပို့လွှတ်စဉ်မှာကတည်းက မိမိရဲ့ ရာဂ၊ ဒေါသ စတဲ့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ပုပ်တွေကို ချေဖျက်ထွင်းဖောက်ပြီးတော့မှ ကမ္ဘာလောကထဲမှာ လေထုလို ပျံ့နှံ့လွှမ်းမိုးသွားတော့တာ၊ မိမိရဲ့ မေတ္တာဟာ သာမန်မဟုတ်ဘဲ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဆိုတဲ့ ဓမ္မဓာတ်အားနဲ့ ထုံမွမ်းထားတဲ့ 'ဓမ္မမေတ္တာ'ဆိုလျှင်ကား အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းအား ခန့်မှန်း၍မရစကောင်းပြီ။ ကမ္ဘာစစ်မီးကြီးတွေ ငြိမ်းစေခဲ့တာ၊ လေမုန်တိုင်းစတဲ့ သဘာဝဘေးရန်တွေ ကာဆီးပေးတာ… စသည်ဖြင့်… ။

လူတစ်ဦးချင်းမှာလည်း ဖြစ်ဆဲ ဖြစ်အံ့ ဘေးအန္တရာယ်တွေ

http://www.dhammadownload.com

က လွှတ်မြောက်သွားတာ၊ ဖြစ်ဆဲ ဖြစ်အံ့ အကျိုးစီးပွားတွေ တိုးပွား လာတာ ကာယကံရှင်ကိုယ်တိုင်ပင် မခန့်မှန်းနိုင်ပြီ။ ဒါကြောင့် **'မေတ္တာ သဗ္ဗော အနန္တရော'** မေတ္တာစွမ်းအားသက်ရောက်ရာ အရပ် သည် အဆုံးအပိုင်းအခြားမရှိတဲ့။ မေတ္တာရဲ့ အာနိသင် စကြဝဠာ အလွန်အထိ ပျံ့နှံ့လွှမ်းခြုံပေးနိုင်တာ ယှဉ်မှားစရာမရှိပါ။

'မေတ္တာစာတ်နဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ... 'ဆိုတဲ့ အောင်ခြင်းရှစ်ပါး သီချင်းလေး ကြားယောင်မိပါရဲ့။

အာဠာဝကဘီလူးကြီးရဲ့ ကြမ်းတမ်းခက်ထန်မှုနဲ့ လက်နက် ဆန်း၊ လက်နက်ဆိုး အမျိုးမျိုးကို အောင်နိုင်ခဲ့တာ မေတ္တာ... ၊ အလွန်အင်မတန် အင်အားကြီးမားလှတဲ့ စိတ်ကြမ်းကိုယ်ကြမ်း နာဠာဂိရိဆင်ကြီးကို အောင်မြင်တော်မူခဲ့တာ မေတ္တာ... ၊ စိဉ္စမာနရဲ့ ယုတ်မာမှုကို အောင်မြင်ခဲ့တာလည်း မေတ္တာ...၊ အရိုင်းကို ယဉ်စေ ခဲ့တာ မေတ္တာ... ၊ ၄၅ဝါလုံး ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် သာသနာပြုတော်မူခဲ့တာ မေတ္တာနဲ့... ။

ကျေးဖူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အမိန့် ရှိဖူးတယ်။ ပဋိဘာန ဉာဏ ဒဿနကထာ ကျမ်းကြီးမှာလည်း ရေးခဲ့ဖူးတယ်။

'တို့ အဘဘုရားရှင်ဟာ ဘုရားမဖြစ်ခင် အလောင်းတော် ဘဝများစွာမှာ သစ္စာကို အဓိက ထားခဲ့ရတယ်။ ဘုရားဖြစ် ပွင့်ပြီး ချိန်ကစပြီး မေတ္တာကို အဓိကထားတော့တယ်... '

http://www.dhammadownload.com

ဘုရား။ ရဟန္တာ၊ အရိယာ သူတော်ကောင်းကြီးများရဲ့ မေတ္တာကို ခံယူချင်တယ်ဆိုရင် မိမိကိုယ်တိုင်က သန့်ရှင်းဖြူစင်နေဖို့ လိုပါတယ်။ အထူးသဖြင့် စိတ်စင်ကြယ်နေဖို့ လိုပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကို 'မေတ္တာပို့ပေးပါဘုရား'လို့ လျှောက်ထားလျှင်...

'မြန်မာ့အသံကတော့ သူ့အချိန်နဲ့သူ ထုတ်လွှင့်နေတာပါပဲ ဗျာ၊ သူ လွှင့်တာ မိဖို့ဆိုတာ ကိုယ့်မှာ ရေဒီယိုလည်းရှိပါမှ၊ ရေဒီယိုရှိပြန်တော့လည်း သူ့လိုင်းနဲ့သူ ဖွင့်မိ ဖမ်းမိပါမှ...'ဟူ၍ ဥပမာပေးညွှန်ပြလေ့ရှိပါတယ်။ အရိယာ သူတော်ကောင်းကြီးတွေကတော့ မေတ္တာဓာတ် မပြတ်ပေးဝေနေတာပါပဲ။ တပည့် ဒကာ ဝေနေယျတွေမှာ မေတ္တာခံယူနိုင်လောက်အောင် မဖြူစင်ကြတာဟာ မြန်မာ့အသံကိုလွှင့်တာတွေ ဖမ်းယူနားဆင်ဖို့ ရေဒီယိုလေးတစ်လုံးသော်မှ မရှိတာနဲ့တူနေပါတယ်။ မိမိကိုယ်တိုင် မေတ္တာအကျင့်နဲ့ မနေတာကတော့ ရေဒီယိုရှိပါလျက် မဖွင့်တဲ့သူလိုပါပဲ။

သူတော်ကောင်းကြီးများရဲ့ မေတ္တာကိုသာ ထိထိမိမိ ခံယူရရှိတယ်ဆိုရင် ဘေးကင်းရန်ကင်း လက်ငင်းချမ်းသာ တဲ့အကျိုးကို ပြည့်ပြည့်ဝဝ မုချရနိုင်တာ မလွဲပါ။ လွဲနေကာကာတော့ ကျွန်တော်တို့ဟာ သရဏဂုံမတည်၊ သီလမမြဲ... လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွေထဲ တဝဲလည်လည် ဖြစ်နေတာပါပဲ။ သရဏဂုံသည်သာလျှင် အရိုင်းမှ အယဉ် မေတ္တာစိတ် ဝင်ရာ၏လမ်းမကြီးမဟုတ်ပါလား။ သရဏဂုံပွားနေချိန်မှာ ကိလေသာ မဝင်သာ။ သရဏဂုံပွားနေခြင်းဟာ

http://www.dhammadownload.com

'မေတ္တာသုတ်'တော်လာ ဘာဝနာပရိက် (တရားအားမထုတ်မီ ကြို တင်ပြင်ဆင်မှု) တစ်ဆယ့်ငါးချက်နဲ့အညီ 'အာရုံမှန်' ထားနေခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အာရုံမှန်ထားခြင်းဟာ ရာဂ၊ ဒေါသများရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် မေတ္တာစိတ်ကို သက်ဝင်စေပါတယ်။ ငါ သူ့အစွဲ မခွဲတော့ဘဲ ကိုယ်ချင်းစာတရား အားကောင်းစေပါတယ်။ အရိယာ သူတော်ကောင်းကြီးတွေ ပို့သတဲ့မေတ္တာရအောင်၊ မိမိကိုယ်တိုင် မေတ္တာပို့တဲ့အခါလည်း အစွမ်းထက်အောင်၊ ရတနာသုံးပါးနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကောင်းများ ဖြစ်အောင် 'မေတ္တာသုတ်က ညွှန်ပြတဲ့ ဘာဝနာ ပရိက်တစ်ဆယ့်ငါးပါး'နဲ့အညီ မိမိတို့ စိတ်နေစိတ်ထားများကို ပြုပြင်ထားရပါမယ်။

(၁) သရဏဂုံကျင့်စဉ်တွေအပေါ် ကိုယ်နှင့်အသက် မငဲ့ကွက်ဘဲ ရက်ရက်စက်စက်ကြီး ကျင့်မယ်ဆိုတဲ့စိတ်ထား။

(၂) ကိုယ်၊ နှုတ်၊ နှလုံး သုံးပါးလုံး ဖြောင့်မှန်စေရမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ထား၊

(၃) ကိုယ်နှုတ်ဖွင့်ရာ စေတနာပါ ဖြောင့်မှန်စေရမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ထား။

(၄) ဘုရားစကား၊ ဆရာသမားစကား တစ်ထစ်ချ နားထောင်မယ်ဆိုတဲ့စိတ်ထား။

(၅) နူးညံ့သော သဘောထား အမြဲထားမည်ဆိုတဲ့စိတ်ထား၊

http://www.dhammadownload.com

(၆) ထောင်လွှားတက်ကြွ မာန်မာနတွေကို ချိုးနှိမ်ထားမယ်ဆို တဲ့ စိတ်ထား။

(၇) တရားသောက၊ အခြားသောက ငါ့ဆီမဝင်ရဆိုတဲ့စိတ်ထား။

(၈) စိတ်အလို ကိုယ်မလိုက် ထိုက်သင့်ရာလေးဖြင့်သာ ပြီးပြေအံ့ ဟူသောစိတ်ထား၊

(၉) မလုပ်မဖြစ်သော ကိစ္စမှတစ်ပါး အခြားပြုဖွယ်ရာ စွန့်ပယ် မယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ထား။

(၁၀) သရဏဂုံမှား ဘာဝနာတရားများ လျှင်မြန်စွာ တိုးပွားစေ မည်ဟူသောစိတ်ထား၊

(၁၁) စိတ်လည်းလုံ၊ အာရုံလည်း မများစေရန် မျက်စိ စသည် တံခါးများ အမြဲပိတ်ထားမည်ဟူသောစိတ်ထား၊

(၁၂) ကိလေသာအလိုဆိုးအတွင်း ဝင်စီးပိုးနေသည်ကို ဖျက်ချိုး ချထားခဲ့တော့မည်ဟူသောစိတ်ထား၊

(၁၃) ခန္ဓာဝန် ခန္ဓာကိစ္စ ကျဉ်းနိုင်သမျှ ကျဉ်းစေရမည်ဟူသော စိတ်ထား၊

(၁၄) ဆွေမိတ်မျိုးမိတ်တို့သို့ ငြိနေသော စိတ်ကိုလည်း မချိတ်မိ စေရန် ပြုပြင်ထားမည်ဟူသော စိတ်ထား၊

(၁၅) ပညာရှိတို့ ပညာမျက်စိဖြင့် အကြည့်ခံနိုင်ရန်လည်း ကြိုးစား မည်ဟူသောစိတ်ထား။ (ဓမ္မာဝါဒ ကထာ၊ စာ-၂၁၉)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လို့ အမည်ခံတော့မယ်ဆိုရင် အထက်ပါစိတ်

http://www.dhammadownload.com

ထားများ မုချမွေးမြူအပ်ပါတယ်။ ဒီလို စိတ်ထားမျိုးသည်သာလျှင် မေတ္တာနှင့် ထိုက်တန်သော စိတ်ထားမျိုးဖြစ်ပါတယ်။ သရဏဂုံ မပွားမိ သို့မဟုတ် တရားမထိုင်မီမှာ ဒီလိုစိတ်ထားမျိုးတွေ မွေးမြူပြီးမှ မေတ္တာပို့အပ်ပါတယ်။ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ်၊ ဝေးနေ၊ နီးနေ၊ ကြောက်တတ်၊ မကြောက်တတ်၊ ဘဝဖောက်ဆုံး၊ မဆုံးများစွာ သတ္တဝါ အရပ်ရပ်သို့ မေတ္တာဓာတ် ပို့လွှတ်ရပါတယ်။ တကယ်လို့ မေတ္တာ မပို့မိခဲ့ပါသော်...

- သရဏဂုံပွား (တရားထိုင်)ရာမှာ မိမိစိတ် အထိုင်မကျ ဖြစ်နေ တတ်တယ်။ တစ်ဖက်က မုန်းသူ၊ ရန်သူတို့ရဲ့ အာဃာတစိတ် တွေ မိမိဆီ ညွှတ်နေလို့ပါပဲ။
- မိတ်ဆွေတို့က သောကစိတ်တွေနဲ့ မိမိဆီ စိတ်လွှတ်နေရင် လည်း အပူလှိုင်းတွေမိပြီး မိမိစိတ် မငြိမ်သက်နိုင်။
- တရားမထိုင်မီ မိမိစိတ်က ထိုသူတို့အကြား သွားရောက်ကျက် စားနေခဲ့သော် တရားအာရုံပြုလိုက်သည်နှင့် ထိုစိတ်ကြွမ်း သရမ်းလာတတ်လှချေသည်။

(ထိုအချက်များကြောင့် တရားထိုင်အံ့ဆဲဆဲ မေတ္တာဓာတ် ပို့လွှတ်ရခြင်းတည်း။)

[ဥဇ ဒီဝင်းသာထုတ်၊ မေဗွာ့ဝါဒ ကထာမူသစ်၊ စာ-၂၂၁]

ဒီလို မေတ္တာဓာတ် ပို့လွှတ်ထားခြင်းဖြင့် မေတ္တာရဲ့အနီးရန် ရာဂနှင့် မေတ္တာ၏အဝေးရန် ဒေါသ စတဲ့ ကိလေသာတွေကို နှိမ်နင်း

http://www.dhammadownload.com

ပြီးသားလည်း ဖြစ်နေပါတော့တယ်။

မေတ္တာပွားနည်းကတော့… ကုသိုလ်ဖြစ် မေတ္တာပွားနည်းနဲ့ ဈာန်ဝင်စားပွားများနည်း နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

ကုသိုလ်ဖြစ် မေတ္တာပွားနည်းမှာ . . .

ရှေးဦးစွာ မိမိ၏ မိသားစုအပေါ် မိမိနှင့်ထပ်တူထားလျက် မေတ္တာပို့ပါ။ ပြီးတော့မှ မိမိဆွေမျိုး၊ ရပ်ရွာ၊ မြို့နယ်၊ တိုင်းပြည်၊ ကမ္ဘာမှသည် အနန္တစကြဝဠာအထိ ချဲ့၍ချဲ့၍ မေတ္တာပို့ပါ။ အထက်ဘဝဂ်မှသည် အောက်အဝီစိအထိလည်း တိုး၍တိုး၍ မေတ္တာပို့ပါ။

* မိမိသည် ဘေးရန်မရှိ ချမ်းသာစွာနေရဘိသို့ အားလုံး မိမိနှင့် ထပ်တူဖြစ်ကြပါစေ၊
* မိမိသည် စိတ်ဆင်းရဲခြင်းကင်းသကဲ့သို့ အားလုံးလည်း မိမိနှင့် ထပ်တူဖြစ်ကြပါစေ၊
* မိမိမှာ လက်ရှိပစ္စည်းမြဲနေဘိသို့ အားလုံးလည်း မိမိသို့ပင် ဖြစ်ကြပါစေ၊
* မိမိသည် စေတနာအကျိုး တိုး၍ ခံစားနေရဘိသို့ အားလုံး လည်း မိမိသို့ပင် ဖြစ်ကြပါစေ၊

ဒီနည်းအားဖြင့် အရပ်ဆယ်မျက်နှာသို့လည်း မေတ္တာပို့ပါ လေ။ ဒီလို မေတ္တာပို့နေချိန်မှာ စေတနာကောင်းနှင့် ကုသိုလ်စိတ်

http://www.dhammadownload.com

များသော မိမိမှာ ဖြစ်ပေါ်နေပါတော့တယ်။ မေတ္တာပို့နေချိန်မှာ တဏှာရာဂလည်း မထကြွ၊ ဒေါသအမျက်လည်း မထွက်တော့ဘဲ 'မေတ္တာကုသိုလ်' စစ်စစ်သာ ဖြစ်ပေါ်နေပါတော့တယ်။

ဈာန်ရအောင်မေတ္တာပွားနည်းမှာ . . .

ဈာန်ဆိုတာ ကိလေသာတို့ကို ရှို့မြှိုက်ဖျက်ဆီးပစ်နေတာကို ဈာန်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

မိမိစိတ်ကို အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ တည်စေပြီး ကိလေသာတွေကို ရှို့မြှိုက်ဖျက်ဆီးပစ်တာ၊ အာရုံတစ်ခုတည်းအတွင်းရှိ သွင်ပြင်မှုရာလက္ခဏာတွေကို ရှုသိလျက်က ရှို့မြှိုက်ဖျက်ဆီးပစ်နေတာပါပဲ။

ဒီတော့ မေတ္တာပို့ရင်း ဈာန်သို့ချဉ်းကပ်တက်လှမ်းနိုင်အောင် ဦးစွာ မိမိကိုယ်ကို မေတ္တာစိတ်ဝင်စားကြည့်ရပါတယ်။

'ငါသည် ဒုက္ခကိုမလို၊ သုခကိုသာ အလိုရှိ၏'

ငါလိုပဲ... ဘယ်သူမဆို သုခကိုသာ အလိုရှိပေလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့်... အားလုံး သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာပါစေလို့ စိတ်ညွတ်ပြီး မေတ္တာပို့ရပါမယ်။

မိမိရဲ့ မေတ္တာစိတ် ထိရောက်အောင် လေ့ကျင့်ဖို့ကတော့... ဒီနေ့မှစတွေ့ဖူးသူကစပြီး ၁၀နှစ်အတွင်း ဆုံတွေ့ခဲ့ရတဲ့မိတ်ဆွေ

http://www.dhammadownload.com

တွေအားလုံး... ပြီးတော့ ၁၀နှစ်အလွန်က မိတ်ဆွေတွေအားလုံးသို့ မေတ္တာပို့ပေးပါ။ မေတ္တာပို့နည်းကတော့... ဒီနေ့က စတွေ့သူကနေ မနေ့က၊ တစ်ပတ်အတွင်းက၊ ပြီးတော့... တစ်လနှစ်လအတွင်းက တွေ့ဖူးသူမိတ်ဆွေတွေဆီ တိုး... တိုးပြီး မေတ္တာပို့သွားပါ။ ၁၀နှစ် အပိုင်းအခြားလောက်အထိ နောက်ပြန်ပြီး ဆုံစည်းခဲ့ရာ မိတ်ဆွေများသို့ တစိမ့်စိမ့် မေတ္တာပို့ပါ။ အဲဒီကနေ ဆယ်နှစ်ကျော်ကာလများအထိ မှတ်မိသမျှ အချိန်ကာလများထဲက မိတ်ဆွေတွေကို မေတ္တာပို့ပါ။

အဲဒီ မှတ်မိသမျှ ကာလများကနေ ဆယ်နှစ်အတွင်းထိ၊ ဆယ်နှစ်အတွင်းမှသည် ယနေ့တွေ့တဲ့ မိတ်ဆွေအထိ တစ်ခေါက်ပြန်ပြီး မေတ္တာပို့ပါဦး။

ယနေ့မှ ဆယ်နှစ်၊ ဆယ်နှစ်ကျော်ကာလများ

ဆယ်နှစ်၊ ဆယ်နှစ်ကျော်ကာလများမှ ယနေ့အထိ

အသွားအပြန် အဖန်ဖန် မေတ္တာပို့ပါလို့ ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ညွှန်ပြပါတယ်။

မိမိမေတ္တာပို့ရမဲ့ နှစ်ကာလအတွင်း မေတ္တာပို့ရမဲ့သူ တစ်ရာခန့် မှတ်မိသည်ဆိုပါစို့။ အဲဒီ တစ်ရာလုံးကို တစ်မှတစ်ရာ၊ တစ်ရာမှတစ်၊ အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် မပြတ်အာရုံပြုပါ (ဝါ) မေတ္တာပို့ပေးပါလေ။ အာရုံပြုတယ်ဆိုတာ...

- ငါသည် ဒုက္ခဆင်းရဲ ကင်းချင်၏။ သူလည်း ကင်းပါစေ၊

http://www.dhammadownload.com

* အနာရောဂါ ဝေဒနာကအစ ပျောက်ကင်းချမ်းသာပါစေ၊
* ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းပါစေ၊
* ဆင်းရဲအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်၍ ချမ်းသာမှုအပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံပါစေ… လို့ စိတ်ညွှတ်ပေးတာကို ဆိုလိုပါတယ်။

ဘယ်လောက်ထိ မေတ္တာပို့ရမှာလည်းဆိုတော့…

မိမိ သွားခဲ့ဖူး၊ ရောက်ခဲ့ဖူး၊ နေခဲ့ဖူးတဲ့ အရပ်ဒေသအားလုံးမှ တွေ့မြင်ဆက်ဆံခဲ့ဖူးသမျှ အတူနေထိုင်ပြောဆိုခဲ့ဖူးသမျှ၊ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုဖူး ကူညီခဲ့ဖူးသမျှ… ကြီး၊ ငယ်၊ ရွယ်၊ လတ် လူမျိုးစုံ ဘာသာစုံ အားလုံးတို့ကို ပြန်လှန်တွေးယူပြီး တစ်ဦးချင်းသို့ မေတ္တာပို့ပေးရမှာပါ။ ကျေးဇူးပြုဖူးတဲ့သူဆိုရင် တိရစ္ဆာန်တောင် မကျန်ခဲ့ပါစေနဲ့ အားလုံးသို့ လွှမ်းခြုံမေတ္တာပို့ပါလို့ မဟာဗောဓိမြိုင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက လမ်းညွှန်တော်မူပါတယ်။

မေတ္တာရှာနံဝင်စားရာမှာ စေတနာမှန်ဖို့ အဓိက၊ စင်ကြယ်နေဖို့ပဓာန၊ ဘက်မလိုက်မှ မေတ္တာ၊ မေတ္တာဟူသည် ညီမျှခြင်း… ။ တစ်ဦးတည်းသောသားအပေါ်ထားတဲ့ အမေတစ်ယောက်ရဲ့ မေတ္တာမျိုး တစ်လောကလုံးအပေါ် ထားနိုင်ရမယ်လို့ ညွှန်ပြပါတယ်။ ဒီ မေတ္တာမျိုးသာလျှင် ရှာနံအဆင့်တက်မဲ့ မေတ္တာ။

အဲဒီလို တွေ့ခဲ့ဆုံခဲ့ဖူးသမျှ မိတ်ဆွေများဆီ အစမှ အဆုံး၊ အဆုံးမှ အစ အသွားအပြန် အဖန်ဖန် မေတ္တာပို့လေသော်… နောက်ဆုံးမှာ နှစ်သက်စရာအကောင်းဆုံး မိတ်ဆွေတစ်ယောက် ပေါ်လာ

http://www.dhammadownload.com

ပါလိမ့်မယ်။ 'နှစ်သက်စရာ'ဆိုရာမှာ 'တဏှာ' လုံးဝမပါကြောင်း အထူးသတိပြုရပါဦးမယ်။ အဲဒီနှစ်သက်စရာ အကောင်းဆုံးမိတ်ဆွေကို အာရုံစူးစိုက်ပြီးတော့...

* သူသည် ငါ့အား သနားချစ်ခင်ရှာပေ၏။ ကူညီစောင့်ရှောက်ခဲ့ပေ၏။ ကျေးဇူးအထူးပြုခဲ့ဖူးပေ၏။ သူသည်လည်း ငါလိုအသက်နှင့် သတ္တဝါပေကောပဲ... ၊
* ဆင်းရဲမလို၊ ချမ်းသာလိုပေလိမ့်မယ်၊ ဒါကြောင့်
* ဘေးရန်အန္တရာယ်ခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းချမ်းသာပါစေ
* အနာရောဂါ ဝေဒနာများမှ ကင်းငြိမ်းချမ်းသာပါစေ
* ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာပါစေ... ဆိုတဲ့

မေတ္တာစိတ်နဲ့ ခြေဖျားမှသည် ဦးခေါင်းဆံဖျားအထိ၊ ဦးခေါင်းဆံဖျားမှသည် ခြေဖျားအထိ အစဉ်အတိုင်း မေတ္တာဓာတ်ကြီးလွှမ်းခြုံပေးပါလေ။

ပြီးတော့... သူ့တစ်ကိုယ်လုံးရှိ အတွင်းပိုင်းမှ အပြင်ပိုင်း၊ အပြင်ပိုင်းမှ အတွင်းပိုင်းသို့ စိတ်ကိုင်းညွတ်လျက် မေတ္တာပို့ပါလေ။ အတွင်းပိုင်းမှာမှ သူ့နှလုံးအတွင်းရှိ စိတ်ကလေးဆီ မိမိ၏မေတ္တာစိတ် သွင်းပေးပါလေ။ သူ့စိတ်ကလေး အေးငြိမ်းပါစေ၊ ပူလောင်ခြင်းအလျဉ်းမရှိပါစေနှင့်လို့ လွှမ်းခြုံပြီး မေတ္တာပို့ပါလို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက မှာကြားလမ်းပြတော်မူပါတယ်။

အဲဒီလို သူ့ရင်ကြားက နှလုံးသားမှာ ခိုနေတဲ့ စိတ်ကလေး

http://www.dhammadownload.com

အထိ မေတ္တာပို့နိုင်ပြီဆိုရင် သူ့ကို မိမိရှေ့မှာ ဘွားခနဲပေါ်လာသလို တွေ့မြင်လာရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို အနေအထားကို ရောက်ပြီဆိုရင် မိမိရဲ့ 'မေတ္တာကျင့်စဉ် အောင်ပြီ'လို့ မှတ်ယူနိုင်ပါပြီ။ အဲဒီအချိန်မှာ မိမိစိတ်ကလေးဟာလည်း တပိုတပါးသို့ များစွာ မပြေးလွှားတော့ဘဲ မိမိ မေတ္တာပို့သူဆီမှာပဲ ငြိမ်ငြိမ်းတည်နေပါတော့တယ်။ အဲဒီလို မလှုပ်မယှက် ငြိမ်သက်တည်ကြည်နေတဲ့ စိတ်ကလေးနဲ့ မေတ္တာပွား ပို့နေတဲ့အခါ...

* အာရုံအများကြီးထဲ ကိလေသာ မကပ်တတ်ရာ အာရုံတစ်ခုကို ပေါ်အောင် ဖော်ပေးနေပါပြီ၊
* ပေါ်နေတဲ့အာရုံ ပျောက်မသွားအောင် မျက်ခြေမပြတ် သုံးသပ်ပေးနေပါပြီ၊
* မိမိကျင့်နေတဲ့ အကျင့်အပေါ် နှစ်သက်အားရ သဘောကျလာပါပြီ၊
* မိမိရဲ့ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာနေတာကိုလည်း ခံစားနိုင်ပါပြီ၊
* မိမိ လက်ခံကျင့်သုံးနေတဲ့ တစ်ခုတည်းသော အာရုံအပေါ်မှာ မိမိစိတ် တည်နေပါပြီ။

ဒါဟာ ကိလေသာကို ရှို့မြှိုက်ဖျက်ဆီးနေတဲ့ အင်္ဂါရပ်များပါပဲ။ စိတ်တည်ကြည်သန့်စင်မှုကိုပေးတဲ့ ဒီ အင်္ဂါရပ်များကို အချိန်မရွေး ဝင်စားနိုင်အောင်၊ အချိန်ကန့်သတ်ပြီး အတိအကျ ဝင်စားနိုင်အောင်၊ ကန့်သတ်ချိန်စေ့တာနဲ့ ရုတ်တရက် ထနိုင်အောင်၊ ထပြီး

http://www.dhammadownload.com

ပြန်ဝင်စား၊ ဝင်စားပြီး တစ်ဖန် ပြန်၍ရျာန်ဝင်စားနိုင်အောင် ပတ်လည်ကျက်စားပြီး လေ့ကျင့်ထားရမယ်လို့ မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ညွှန်ပြတော်မူပါတယ်။

ဒီနည်းအားဖြင့် မိမိ အနှစ်သက်ဆုံးသူအပေါ်မှာ မေတ္တာကျင့်စဉ်အောင်မြင်ပြီဆိုလျှင်... အခြား အခြားသော ပုဂ္ဂိုလ်များကိုလည်း တစ်ယောက်ချင်း မေတ္တာပို့လို့ရပါပြီ။ ကုသိုလ်ဖြစ်ရုံ ရိုးရိုးပို့စဉ်မဟုတ်တော့ဘဲ ဈာန်ရတဲ့အထိ (ကိလေသာတွေကို ရှုမြှိုက်ပြီးသည်အထိ) မေတ္တာပို့လို့ရပါပြီ။ အဲဒီနောက် မိမိ မတွေ့ဘူး၊ မသိဘူးသော်လည်း လောကကြီးတစ်ခုလုံးကို မေတ္တာပွား မေတ္တာပို့လို့ရပါပြီ။

မိမိရဲ့ ဘဝဖြတ်သန်းမှုမှာ မိတ်ဆွေတွေချည်း တွေ့ဆုံခဲ့ရတာမဟုတ်။ ရန်သူ၊ မုန်းသူအဖြစ် ပတ်သက်ခဲ့တာတွေလည်း ရှိပါလိမ့်မယ်။ မေတ္တာစစ်မှာ မိတ်ဆွေ–ရန်သူ မခွဲခြားတော့။ ဒီတော့ တစ်ခါက ရန်ဖြစ်ခဲ့ဖူးသူတွေကိုလည်း တာဝန်တစ်ရပ်အနေနဲ့ကို မေတ္တာပို့ရပါလိမ့်ဦးမယ်။ ငြိုးသူ ရန်ဘက်များကိုလည်း တစ်ဦးချင်း မေတ္တာပွားပို့ပါ။ အဲဒီမှာ ဘယ်လိုမှ မေတ္တာပို့မရတဲ့၊ တွေးမိတိုင်း မကျေမချမ်း ဖြစ်ဖြစ်နေရတဲ့ 'အမုန်းဆုံး'ဆိုတာ တွေ့ရှိခဲ့ပါသော်

နသော ဘိက္ခဝေ သတ္တော သုလဘရူပေါ
ယောနမာတာ ဘူတပုဗ္ဗော

ဆိုတဲ့ ဘုရားဟော 'အနမတဂ္ဂသုတ်'တော်ကို ဆင်ခြင်ပါလို့

http://www.dhammadownload.com

ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက လမ်းပြတော်မူပါတယ်။

သူဟာ ရန်သူမဟုတ်၊ ရှေးက မိဘအဖြစ် ငါ့အား ကျေးဇူးပြုဖူးလှပေပြီ။ ရန်သူသည် ငါ့စိတ်မှာ လာရောက်ပူးကပ်နေသော ဒေါသသာတည်း။ ဒေါသသည် ငါ့အား ဈာန်လျောအောင် ပြုလုပ်ခဲ့၏။ ရေ့သို့လည်း ပစ်ချခဲ့ဖူးချေ၏။ ထိုသူကား ငါ့ကို ဈာန်လျောအောင်လည်း မလုပ်ခဲ့စဖူး၊ ရေ့သို့လည်း ပစ်မချခဲ့ဘူးချေ။

အဲဒီလို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမလျက် မေတ္တာမပျက် မေတ္တာဆက်၍ ပို့ပါလေ။ တကယ်လို့ အဲဒီရန်သူဖြစ်ခဲ့ဖူးသူကို 'ရှေးက မိဘတော်ခဲ့ဖူးပါတကား'လို့ နှလုံးသွင်းလို့ မရဘူးဆိုပါလျှင်လည်း… သူလည်း ငါ့လိုအသက်နှင့် ပါပဲလား၊ ဆင်းရဲကင်း၍ ချမ်းသာခြင်းသာ အလိုရှိတာပါကလားလို့ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ဖြစ်ပေါ်စေပြီး မေတ္တာမပျက် မေတ္တာဆက်၍ ပို့ပါလေ။

ဒီလိုနည်းနဲ့လည်း သူ့ကို မေတ္တာပို့လို့မရသေးဘူးဆိုလျှင် အားလုံးကို မေတ္တာပွား၍ မေတ္တာအားကောင်းနေချိန်တွင် ထိုမုန်းသူအပေါ် ဦးတည်ပေးလိုက်ပါက မေတ္တာပွားပို့ပြီး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အားလုံးကို မေတ္တာပို့ပြီး သူ့ကို တစ်ဆက်တည်း မေတ္တာပို့လို့ မရတော့ပါလျှင် ဥပေက္ခာပြုလိုက်ရုံသာ ရှိပါတော့တယ်။ မေတ္တာဈာန်ဝင်စားရာမှာ ရှေးဦးစွာ မေတ္တာမပွားအပ်သူများကတော့…

http://www.dhammadownload.com

* မုန်းသူကို မေတ္တာပွားလျှင် ပွားလေ မကျေနပ်လေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။
* အချစ်ဆုံးသူကို မေတ္တာပွားလျှင် ပွားလေ သောကဝင်လေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။
* မချစ်မမုန်းသူကို မေတ္တာပွားလျှင် အာရုံမထင် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။
* ရန်သူကို မေတ္တာပွားလျှင် ပွားလေ ဒေါသဝင်လေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

ဒီလေးမျိုးကို မေတ္တာစျာန်အင်အား အလွန်ကြီးမားတဲ့အခါမှသာ မေတ္တာပွားသင့်ပါတယ်တဲ့။ မေတ္တာစျာန်ဝင်စားရာမှာ ရှောင်ကြဉ်သင့်သူ နှစ်ဦးလည်း ရှိနေပါသေးတယ်။

* ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်ကို မေတ္တာပွားလျှင် ပွားလေ ရာဂထကြွလေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။
* သေဆုံးပြီးသူမှာလည်း မိမိရဲ့ မေတ္တာဓာတ်ကို ခံနိုင်တဲ့သတ္တိမရှိ၊ အာရုံယူရန် အာရုံခံမရှိတော့လို့ မေတ္တာစျာန်ဝင်စားလို့ မရစကောင်းတော့ပါဘူး။

မှတ်ချက်။ ။ ကုသိုလ်ဖြစ် မေတ္တာပို့ရာမှာတော့ ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်ဟာ ရာဂကို မဖြစ်စေနိုင်ပါဘူး။ သေဆုံးသူကိုတော့ မေတ္တာပို့လို့လည်း အကျိုးမထူးတော့ပါဘူး။ သေသူကို အမျှဝေရုံသာ။

- သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

* မေတ္တာအင်အား ကြီးမားသူရဲ့ ကြင်နာမှုဟာ ကရုဏာကို ဖြစ်စေပါတယ်။
* မေတ္တာအင်အား ကြီးထွားသူရဲ့ နှစ်သက်မှုဟာလည်း မုဒိတာကိုဖြစ်စေပါတယ်။
* မေတ္တာအင်အား ကောင်းမွန်သူရဲ့ ဘက်မလိုက်မှုဟာလည်း ဥပေက္ခာကို ဖြစ်စေပါတယ်။

မေတ္တာဦးစွန်းရဲ့နောက်မှာ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာဆိုတဲ့ ဗြဟ္မာစိုရ်တရားများ လိုက်ပါလို့နေပါတယ်။ သို့သော်... မေတ္တာစိတ် မပြည့်ဝသေးပါလျှင် ဆင်းရဲခံနေရသည်ကို မြင်သော်လည်း ကရုဏာစိတ် ကြာရှည်မတည်၊ ဖာသိဖာသာစိတ်ဖြင့်သာ လျစ်လျူရှုပြီးနေတတ်တော့တယ်။ ဒါဟာ သူတော်ကောင်း လက္ခဏာမဟုတ်။

ဒီလိုပဲ ချမ်းသာသုခနဲ့ ပြည့်စုံနေသူကို ကြည့်မြင်ပြီးတော့လည်း နှစ်ထောင်းအားရ သဘောကျတဲ့ မုဒိတာစိတ်ဖြစ်ဖို့ ပိုပြီးတော့ ခက်လှချေသေးတယ်။ သူ့ရဲ့ ချမ်းသာသုခအပေါ် မနှစ်သက်မရှုစိမ့်နိုင်ခြင်း၊ မနာလိုစိတ် ပြင်းထန်လာခြင်း စတဲ့ ဣဿတရားဆိုးသာ တိုးပွားလာတတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကရုဏာ၊ မုဒိတာစိတ်တို့ တကယ် စစ်စစ်မှန်မှန် ပေါ်ပေါက်လာဖို့ဆိုတာ မေတ္တာကျင့်စဉ်ကိုသာ အဖန်ဖန်အခါခါ နာနာကျင့်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သူ ခပ်သိမ်းတို့အပေါ် မေတ္တာဖြင့်သာ လွှမ်းခြုံပေးပါ။ ကရုဏာ၊ မုဒိတာဆိုတာလည်း မေတ္တာ

http://www.dhammadownload.com

ဈာန်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းပဲလို့ ကျေးဇူးရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက အလေးအနက် ညွှန်ပြတော်မူပါတယ်။ ဘဝသမ္ပတ္တိ၊ ဘောဂသမ္ပတ္တိအကျိုးကို ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ ကံတို့တွင် မေတ္တာသည် အသာလွန်ဆုံး အထွတ်မြတ်ဆုံးဖြစ်၍ မေတ္တာကို အံတုနိုင်သော ကံဟူ၍ မရှိပြီလို့ မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အတိ အလင်း ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ကြောင်းပါဗျာ။

[အညွှန်း ၁။ ၁၉၉၈ ၊ ဇန်နဝါရီလ၊ မဂ္ဂပဋိသံယုတ္တ ကထာ
၂။ ၁၉၉၈ ၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ မေဃောဝါဒ ကထာ (ရှုသစ်)
၃။ ၁၉၉၈ ၊ အောက်တိုဘာလ၊ ဝေဒလ္လရောင်ခြည်ဝါဒများ]
အမှတ်-၆၆၊ ၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ ဂန္ဓီရမဂ္ဂဇင်း

http://www.dhammadownload.com

တောရှုင်နှင့် မေတ္တာကျင့်စဉ်

တောရှုင်သည် သစ္စာပါရမီအားဖြင့် ကျင့်စဉ်ရှေ့မတိုးဘဲ ရှိခဲ့ပါသော် မေတ္တာပါရမီကို ဆက်လက်ဖြည့်ကျင့်ရမယ်လို့ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ရေးသားမှာကြားတော်မူပါတယ်။ မေတ္တာမှာလည်း ရိုးရိုးမေတ္တာနဲ့ ပါရမီဖြစ်မေတ္တာ နှစ်မျိုးရှိတာ သိစေခဲ့ပါတယ်။ ရိုးရိုးမေတ္တာမှာလည်း မိရိုးဖလာ မေတ္တာပွားခြင်းနဲ့ ကုသိုလ်ဖြစ် မေတ္တာပွားခြင်း နှစ်မျိုးထပ်ကွဲပါတယ်။ မိရိုးဖလာဆိုတဲ့အတိုင်း အရွက်မထွက်သော အရိုးမျှသာ၊ မိဘက သင်ပေးလို့သာ 'နှလုံးစိတ်ဝမ်း ငြိမ်းချမ်းပါစေ' စသည် ပါးစပ်ကအော်နေပေမဲ့ စိတ်မပါ စေတနာမရောက်ရင် မေတ္တာမမြောက်၊ ပါရမီစခန်းမှာ အဟောသိကံပဲလို့ ဆိုပါတယ်။

သုဝဏ္ဏသျှမ်စာစဉ်

http://www.dhammadownload.com

ရိုးရာဓလေ့အားဖြင့် ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့ ကျင်းပနေကျဖြစ်တဲ့ ဘုရားပွဲ၊ ဝတ်ရွတ်ပွဲတွေမှာ မေတ္တာပို့ အမျှဝေတာမျိုးဟာလည်း ကုသိုလ်တော့ ရပါတယ်၊ စေတနာ မရင့်ကျက်ရင် ပါရမီမမြောက်ဘူးလို့ ညွှန်ပြပါတယ်။ (ဌင်းစာ–၁၂ ရှု) မေတ္တာဈာန်ဝင်စားပြီး နေနိုင်တာမျိုးကိုသာ ပါရမီမြောက်မေတ္တာလို့ ဆိုရပါတယ်။ အတွင်းငုပ် အပြင်ရံ ရာဂ၊ ဒေါသနှစ်ပါးကို မေတ္တာဈာန်အားဖြင့် ဖယ်ရှားမှုတ်လွင့်ပစ်နိုင်ပါတယ်။ မိခင်ရင်းက တစ်ဦးတည်းသောသားအပေါ် ထားရှိသော စိတ်ထားမျိုး၊ မေတ္တာမျိုးသာလျှင် ရင့်ကျက်၍ ပါရမီမြောက်တယ် ဆိုပါတယ်။ တစ်ဦးတည်းသော သားကလေးပေမို့ မိခင်သည် အရိပ်တကြည့်ကြည့် ရှိနေသည်မဟုတ်လော။ သားအပေါ် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာတို့ လွှမ်းခြုံထားပြီး သားတွင် မိုက်မှားမှုရှိသော်မှ ခွင့်လွှတ်နိုင်သည် မဟုတ်လော။ ထို မိခင်စိတ်မျိုးသာ ဘေးရန်ကင်းပ၊ အေးချမ်းမှုကို ရစေနိုင်တယ်လို့ လမ်းညွှန်တော်မူပါတယ်။

တောရှင်ဘဝရဲ့ ကြုံတွေ့ရင်ဆိုင်ရတဲ့ အခက်အခဲတွေက များပြားလှပါတယ်။ ချစ်ဒေါသ၊ မုန်းဒေါသ၊ အနီးပစ်၊ အဝေးပစ်၊ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ် စသည် မိမိဆီ ဦးတည်နေတဲ့ အနှောင့်အယှက်တွေ အများကြီး။ 'အပူမျိုးသည် အမြစ်၊ အခက်၊ အလက်များ ပြည့်နှက်လျက်က အပူအပင် စိုက်မိလျက်သားသာ ရှိချေ၏။ ကြောင့်ကြမှု အသီးအပွင့်များကလည်း စုံလှချေ၏။'လို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အလင်္ကာစကားနဲ့ ဖော်ပြထားပါတယ်။ မှတ်သားဖွယ်ရာကား...

http://www.dhammadownload.com

မိမိ၏မျက်ကွယ် အနီးကပ်အဝေး၊ အလှမ်း(ဒေသခြားကွာ) အဝေး တို့၏ အရှစ်အမုန်းအားဖြင့် ထုသောခဲတို့သည်ကား ရှုကွက်တွင်းမှာ လည်း အမြင် အကြားအားဖြင့် တွေ့ရ၏။ အာရုံအိပ်မက်များမှာလည်း မြင်တွေ့ရတတ်ချေသေး၏။ (ပါရမီပရိစယ ကထာ စာ-၇၄)

မိမိက တောထွက်လာပြီဆိုတော့ အနီးအဝေးမှာ ကျန်ခဲ့သူ အကျွမ်းဝင်မိတ်ကောင်းတို့က မိမိကို မေတ္တာလှမ်းပို့နေတတ်ပါ တယ်။ ချမ်းချမ်းသာသာ ကျင့်နိုင်ပါစေ… နေထိုင်ကောင်းပါစေ… သပ္ပါယအဝဝ မျှတပါစေ… စသည်ဖြင့်။ အဲဒီလို မိမိသို့ အာရုံပြုနေ ခြင်း၊ အချင်းချင်း ပြောဆိုနေကြခြင်းတို့ဟာ ကြိုးမဲ့ကြေးနန်းထက် လျှင်မြန်စွာ မိမိထံ ရောက်လာတတ်တယ်ဆိုပါတယ်။ 'ၝင်းတို့ပုံပန်း သဏ္ဍာန်ကို ရှုကြည့်လျှင် သံသယလှိုင်းရိပ်များ ပြေးလွှားနေသည် ကို အထင်းသား တွေ့ရှိရတတ်သဖြင့်… ဤကား ငါ့အတွက် စိုးရိမ် ပူပန်သူတို့ ပို့လွှတ်လိုက်သော အာရုံလှိုင်းတန်းဟူ၍ ရိပ်မိစေနိုင်၏။ ထိုအခါ ၝင်းတို့၏ ထိုးပေါ်လာသော မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ် နှင့် မနောအကြည်ဓာတ် ဝပ်ကျင်းများဆီသို့ တစ်ခုချင်း အစဉ် အတိုင်း မေတ္တာစိတ်သွင်းကာ… ချန်နဲ့သူမိတ်ဆွေတို့ရဲ့ အပူတွေကို အေးငြိမ်းစေရမယ် ဆိုပါတယ်။

တစ်ဖက်က သာမန်မျှ သတိရနေတာမျိုးဆိုရင် ရှုကွက်နဲ့ အိပ်မက်ထဲမှာ သူတို့ကို ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင် မြင်ရတတ်တယ်ဆိုပါတယ်။ ဒီမှာလည်း သူတို့ဆီ… မေတ္တာစိတ် ရည်ရွယ်ပို့လွှတ်ပေးပါလေလို့

http://www.dhammadownload.com

ညွှန်ပြပါတယ်။ တကယ်လို့ တစ်ဖက်က... မိမိကို သတိရနေတာ မိတ်ဆွေတွေမဟုတ်ဘဲ မုန်းသူတွေ ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် မိမိရဲ့ရှုကွက်နဲ့အိပ်မက်မှာ သူတို့ရုပ်သွင်တွေ ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းစွာ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်တဲ့။ ဒီမှာ... နံပါတ်တစ် ကိုယ့်အပြစ်ကိုယ်ရှာ၊ ကိုယ်ချင်းစာစိတ် အရင်မွေးရပါမယ်။ ဪ... တစ်ချိန်က ငါ မောက်မောက်မာမာ မချေမင် ဆက်ဆံပြုခဲ့လို့သာ သူတို့ မကျေမချမ်းဖြစ်ရှာတာပဲ။ ဒီမှာ အပြစ်ဝန်ခံတောင်းပန်ခဲ့ရင် ခွင့်လွှတ်ကျေအေးရစမြဲ၊ ဒါကြောင့် မိမိကို မကျေမချမ်းဖြစ်နေသူတွေ... ကျေအေးပါစေလို့ နှလုံးသွင်း မေတ္တာပို့ရပါမယ်။ မေတ္တာပါရမီအရာ၌ တကယ်ချမ်းသာစေလိုသော စေတနာသည် ဝတ်ဆံသဖွယ်ဖြစ်၏။ မိမိနှင့်မျှ စိတ်ထားနိုင်ခြင်းသည် ပွင့်ချပ်သဖွယ် ဖြစ်၏လို့ ဝတ်ဆံ၊ ပွင့်ချပ်တို့ဖြင့် တင်စားဖော်ပြထားပါတယ်။

တောတွင်းမှာ ကျင့်ဖော်ကျင့်ဖက်များ ရှိခဲ့သော်... အတူနေချင်း စိတ်ဝမ်းကွဲအောင်လည်း အမွှေအနှောက် ခံရတတ်တယ်လို့ သတိပေးတော်မူပြန်ပါတယ်။ ဒီမှာလည်း 'စာနာ နားလည်စိတ်'ရှိမှသာ အချင်းချင်း ခွင့်လွှတ်ပြီး အမွှေအနှောက်ကို ဖြင်မယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဆက်လက် သတိပေး ရေးသားထားတာတွေကို အထူးတလည် အလေးအနက်ထား မှတ်သားစေလိုတာကတော့...

'အနီး၏ မမြင်အပ်ရာတို့၏ ထိုးနှက်ချက်များကလည်း အနမ

http://www.dhammadownload.com

တဂ္ဂပင် ရှိချေသေး၏။ ရံတစ်ခါ မျက်စိမမှိတ်ရဲလောက်အောင်လည်း အတင့်ရဲတတ်၏။ ရံတစ်ခါ… သတိမလွှတ်ရဲလောက်အောင်လည်း တွေ့ကြုံရ၏။ လူ… လူချင်း ကာမရာဂဖြင့် ဖြားယောင်းစေမှုမှသည် အိပ်မက်တွင်း အတင်းအဓမ္မ ဖျက်ဆီးလုပ်ကြံသည်အထိပင် ကြုံတွေ့ရတတ်ချေ၏။ ရန်ဘက်အားဖြင့်လည်း လူ… လူချင်း နိုင်ရာ ကိုင် နိုင်ကြစတမ်းဖြင့် အကြမ်းအရမ်း နှောင့်ယှက်စေဘိသို့ အာရုံလိမ် အာရုံပူးအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ အိပ်မက်လိမ် အိပ်မက်ဆန်းများ ဖြင့်လည်းကောင်း… အနှောင့်အယှက် ပေးတတ်လှချေသေး၏။ ထိုအားလုံးသည်ပင် မမြင်အပ်ရာများ၏ အမွှေအနှောက်ချည်းသာ ဖြစ်ပါသည်ကို ရိပ်မိခဲ့ပါလေ၏။ (ငင်းစာ–၈၇)

ထိုအခါမျိုး၌… မြင်းနှင့် အပြေးလာ၍ တိုက်ခိုက်ရာတွင် မြင်းသည် အဓိကပြိုင်ဘက်မဟုတ်၊ မြင်းပေါ်နေ မြင်းစီးသမားသာ လျှင် တရားခံဆိုသည်ကို ခွဲခြားသိထားဘိသို့ မမြင်အပ်ရာ၏ ပူးကပ် စေခိုင်းမှုကိုသာ အာရုံပြု၍ တုံ့လွှတ်တတ်ရာ၏။ ပူးကပ်မှု ဟုတ် မဟုတ်… ကာယကံရှင်၏ မျက်လုံးကို ဖမ်းကြည့် သိနိုင်၏။ ပြော စကား၏ အသွားအလာကို ထောက်ကြည့် သိနိုင်၏။ ကာယကံရှင် ၏ ပင်ကိုဉာဉ်နှင့် ပယောဂ၏ဉာဉ်သည်လည်းကောင်း၊ ကာယကံ ရှင်၏ မူလဟန်ပန်နှင့် ပယောဂ၏ ဟန်ပန်သည်လည်းကောင်း အသံကြားရုံမျှဖြင့် သိသာကွဲပြား၏။ ခြေဟန်လက်ဟန် ကြည့်ရုံမျှ ဖြင့်လည်း ရိပ်မိစေနိုင်၏။

http://www.dhammadownload.com

ထိုသို့ မမြင်အပ်ရာတို့၏ အမွှေဓာတ် အနှောက်ဓာတ်များ က မိမိ၌ မကြည်ညိုသေးသူထံ ပူးယှဉ်လျက်ကဖြစ်စေ၊ မိမိ၌ ကြည်ညိုသူထံ ပူးဝင်လျက်ကဖြစ်စေ ပေါ်ပေါက်လာချေသော်... ဩော်... ငါသည်ကား ရန်ကြောက်၍တောပြေး၊ ရန်က မအေးသေးချေတကား၊ သူတစ်ပါး၏အလုပ် အတိတ်က ပုတ်ခတ်မိမှားသော ဝဋ်ကြွေးသည်ကား တောင်းသူတွေ့တုန်း ပေးဆပ်ရဦးမှာပါ ကလား။

ဤသို့ ကိုယ်ချင်းစာခံ၊ ဆင်ခြင်ဉာဏ် ရှေ့သွားပို့လွှတ်ပြီးမှ ထိုကာယကံရှင်၏ ရင်ညွန့်တည့်တည့်ရှိ မနောအကြည်ဓာတ်ရှိရာကို သတိ၏ရှုကွက်အရာထား၍ မေတ္တာဈာန်ခင်း သွင်းပေးရာ၏။ သူ့မနောနှင့် ကိုယ့်မနော အကြည်ဓာတ်ခံ ရောင်ပြန်ချင်း ဟပ်မိလာပြီး မိမိ၏ မေတ္တာဓာတ်အားတို့က အလုံးအရင်းဖြင့် စုပြုံလွှမ်းမိသွားသော် ထိုသူ၏ ပင်ကိုယ်စိတ် ပြန်ပေါ်လာ၏။ ထိုအခါ သူ၏ မျက်ကြည်တံခါးပေါက်မှစ၍ အစဉ်အတိုင်း မေတ္တာ ဖြန့်ကျက်ပေးရာ၏။ (၄င်းစာ—၈၈)

မေတ္တာဓာတ်ရဲ့ အေးမြတဲ့အရသာကို ရန်သူလည်းကြိုက်၊ မိတ်ဆွေလည်းကြိုက်၊ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း နှစ်ခြိုက်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ရန်သူဆိုတာ ဒေါသချင်း၊ မာနချင်း ဖက်ပြိုင်ရာက ဖြစ်ပေါ်လာတာ၊ မာနမီး ဒေါသမီးတွေကို မေတ္တာရေနှင့် ငြိမ်းသတ်လို့ ရန်ကြေးကင်းတဲ့ဘဝ ရောက်ပါစေ... မိတ်ဆွေဆိုတာ အကြိုက်ချင်း

http://www.dhammadownload.com

သဘောတူရာက ဖြစ်လာတာ၊ ပြီးတော့... ကျေးဇူးခံ ကျေးဇူးစား အဖြစ် နေလာရာကလည်း မိတ်ဖြစ်လာတတ်ကြရဲ့။ မိတ်ရဲ့ တရားကိုယ်ဟာ တဏှာပေမ၊ ချစ်သူ၏ ချစ်တဲ့ကို လိုလားစောင့်မျှော်နေတတ်လို့ ကာမရာဂ သံယောဇဉ်လို့ ခေါ်ပါသေးတယ်။ အပြန်အလှန် အကြိုက်ပေး ဖျက်ဆီးတတ်တဲ့ သဘာဝကြား ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ကာမမီး၊ ရာဂမီးတို့ကိုလည်း မေတ္တာရေစင်နဲ့ ငြိမ်းအေးစေအပ်တယ်။ **'အချစ်နှင့်မြူ၍ ရန်မချူလိုပြီ'** လို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက စာသားလှလှ သုံးထားပါတယ်။

မိမိ ပို့လွှတ်တဲ့မေတ္တာဟာ ကိလေသာကင်းပြီး ကိုယ်ချင်းစာ စိတ်ပြည့်ဝနေဖို့ လိုပါတယ်။ တစ်ဦးတည်းသောသားအပေါ် ထားတဲ့ မိခင်ရဲ့စိတ်ဓာတ်မျိုး မေတ္တာမျိုး ဖြစ်ရမယ်တဲ့။ တကယ်လို့ ကိုယ့်ဘက်က မေတ္တာမသန့်ဘူးဆိုရင် ကိုယ့်ရှုကွက်မှာ၊ ကိုယ့်အိပ်မက်မှာ အာရုံဆိုးတွေ ပေါ်တတ်တာကိုလည်း ဖော်ပြထားပါသေးတယ်။ တကယ်တော့ မိမိရဲ့မေတ္တာ ကျင့်စဉ်ဆိုတဲ့ ခွေးနှစ်ကောင်နဲ့တူတဲ့ ရာဂနဲ့ဒေါသကို ချည်နှောင်ထားခြင်းသာ။ မေတ္တာပို့လွှတ်နေတယ် ဆိုရာမှာ မိမိရဲ့ရာဂနဲ့ ဒေါသခိုးတွေ မှုတ်လွှင့်ပစ်နေခြင်းသာ အဓိက၊ သတ္တဝါတွေ ကျန်းမာချမ်းသာပါစေဆိုတာက ဒုတိယ... ။

မေတ္တာရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ ရာဂ ဒေါသနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒီလိုဖော်ပြခဲ့ပါတယ်။

* အာရုံ၌ ခင်မင်မှုအားကြီးခြင်းသည် ရာဂ ဒေါသ၏ မြစ်ဖျားခံ

http://www.dhammadownload.com

ရာဒေသ၊

* မိမိကိုယ်ကို ခင်မင်မှုအားကြီးခြင်းသည် ရာဂ ဒေါသ ထကြွရာ ၏ဌာန၊
* တစ်ဖက်သားအပေါ် ခင်မင်မှုအားကြီးခြင်းသည် ရာဂ ဒေါသ တို့၏ နားခိုရာဌာန၊ (၎င်းစာ–၉၂)

ကြိုက်စိတ် အားကြီးလာပါက ဘာကိုမှ ဘယ်လိုမှ ကိုယ်ချင်း မစာနိုင်တော့ပါ၊ ကိုယ်ချင်းမစာ မေတ္တာပျက်ပြီလေ၊ ဒါကြောင့် မေတ္တာရဲ့အခြေခံသည် ကိုယ်ချင်းစာ၊ ကိုယ်ချင်းစာတတ်အောင် မာန်မာနတွေကို ဖြို့ခွင်းနှိမ်နင်းပါလေမှ၊ မိမိသီလအပေါ် ချီးကျူး သောအသံတွေ ပေါ်လာချိန်မှာ ရှာကြံပြီး အပုပ်ချမှုအသံတွေကို လည်း နားစွင့်အသင့်ပြင်ထားပါလေဦးတဲ့။ လေပြင်းထဲ ကျရောက် နေတဲ့ သစ်စိမ်းခက်ပမာ တစ်နေရာတည်းမှာ ရပ်တည်ငြိမ်သက် ခြင်းဟာ မတတ်နိုင်ရာပြီလို့ ဖော်ပြသတိပေးတော်မူပါတယ်။ အဲဒီမှာ မိမိရဲ့ စိတ်ဓာတ်အပေါ်မှာ၊ မေတ္တာရဲ့ အာနိသင်အပေါ်မှာ၊ နိဗ္ဗာန အကျင့်အပေါ်မှာ သဒ္ဓါအား ဆုတ်ယုတ်သွားတတ်တယ် (ဝါ)သံသယ ဝင်လာတတ်တယ်ဆိုပါတယ်။

အဆိုးလောကဓံ၊ အကောင်းလောကဓံတို့ ကြုံလာချိန်မှာပဲ သာသနာစောင့်တို့ရဲ့ အကဲဖမ်း၊ သင့်သတ္တိ စမ်းသပ်ပုံများလည်း ပေါ်လာတတ်တယ်ဆိုပါတယ်။ စမ်းတာကို စမ်းမှန်းမသိရင် ကိုယ့် ဘက်က ရှုံးတတ်ပါတယ်။ ရှုံးလျှင် ပျက်ပြီ၊ ဆောက်တည်ထား

http://www.dhammadownload.com

သော မေတ္တာပါရမီ ပျက်လေပြီ။ မေတ္တာပါရမီ ပျက်သဖြင့် ရှေ့က ဆောက်တည်ခဲ့သော သစ္စာ၊ ခန္တီ၊ သီလ စသည် ကျင့်စဉ်များ အကုန် ဆုတ်ယုတ် အားနည်း ပြိုကွဲလုလု၊ နောင်တနဲ့ခုခံနေချိန်မှာ ကမ္ဘာ့ ရန်ချင်းတို့ကလည်း ညှဉ်းဦးမယ်ဆိုရင် 'တောထွက်တာ မှားလေစွ ဖြင့် လမ်းစပျောက်ရတတ်ချေ၏။'လို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက သတိပေး ရေးသားထားပါတယ်။

မေတ္တာအင်အား နည်းပါးလာမှန်း သိလိုက်ချိန်မှာ အတ္တပါ အတ္တလာ ရာဂနဲ့ ဒေါသတို့က ထကြွအားကောင်း လက်ခမောင်းခတ် လျှင် တောထွက်အရှင်ကို စိန်ခေါ်နေဘိသို့ ရှိလေသည်တကား။

[အညွှန်း။ ၁။ ၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ မတ်လထုတ်၊ ပါရမီ ဝရိယ ကထာ
၂။ ၁၉၉၈ ခုနှစ်၊ ဝေဠုသချောင်း ဩဝါဒများ...]
၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ အဋ္ဌမာဒမဂ္ဂဇင်း

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ချင်းစာကိုယ်ကျင့်ကောင်းမှ မေတ္တာလမ်းကြောင်းပေါ်သို့

ကိုယ်ချင်းစာတရားသည် လူတို့၏ အမြတ်ဆုံးရတနာ တစ်ပါး ဖြစ်၏။

ကိုယ်ချင်းစာတရားမရှိဘဲနှင့် မေတ္တာစစ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်။

မေတ္တာတရား ကင်းမဲ့သူ၌ ကိုယ်ကျင့်ကောင်းလည်း မကျင့်နိုင်။

မဟာစောဓိမြိုင်ဆရာတော်– လားဟူဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲကျမ်း စာ–၄၁
[၁၃၅၇ ခုနှစ် တပေါင်းလထုတ်]

သုဝဏ္ဏသျှမ်တခဉ်

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာစစ်ရဲ့ ရေသောက်မြစ်ဖြစ်တဲ့ ကိုယ်ချင်းစာတရား ထွန်းကားဖို့ ကိုယ်ကျင့်ကောင်းများ လိုအပ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်နှင့် ချိန်စက်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်နှင့် တစ်ကိုယ်ချင်း စာနာထောက်ထားတာကို 'ကိုယ်ချင်းစာတရား'လို့ ဆိုရပါတယ်။ ကိုယ်နှင့် ထပ်တူထပ်မျှ တစ်တန်းစားတည်း အညီအမျှ ထားနိုင်တာကို 'မေတ္တာ'လို့ ဆိုရပါတယ်။ ဒီတော့ မေတ္တာစိတ်ဖြစ်ပေါ်ဖို့ ရှေးဦးစွာ ကိုယ်ချင်းစာတတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ကိုယ်ချင်းစာတတ်ဖို့အတွက် ရှေးဦးစွာ ကိုယ်ကျင့်ကောင်းများနှင့် ပြည့်စုံနေဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ကိုယ်ကျင့်ကောင်းဆိုတာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေနဲ့ အလွန်အင်မတန် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်ပြီးဖြစ်တဲ့ 'ငါးပါးသီလ'ကိုပဲ ရည်ညွှန်းပါတယ်။ သို့သော် ငါးပါးသီလဆိုတာလည်း နီးလျက်နဲ့ဝေးဆိုတာလို မကျင့်သုံး၊ မဆောက်တည်နိုင်ခဲ့ကြလို့ ကမ္ဘာလောကမှာ မေတ္တာခန်းခြောက်၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားတွေ ပျောက်ဆုံးခဲ့တာ ကြာပဲကြာလှပါပြီကော။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ရဲ့ ဝိနည်းဇာတ်သုံးပုံကို အနှစ်ချုပ်ကြည့်လိုက်တော့ 'စကားတော်သုံးခွန်း' ပေါ်ထွက်လာတယ်။

(၁) မကောင်းတာ ဘာမှမလုပ်နဲ့၊

(၂) ကောင်းတာ အကုန်လုပ်၊

(၃) စိတ်ကို ဖြူစင်အောင်ထား... ၊

ဒီမှာ 'ကောင်း... မကောင်း' ဆိုတာ ချိန်ထိုးကြည့်ဖို့ စံတစ်ခု လိုလာပါပြီ။

http://www.dhammadownload.com

အရာဝတ္ထု ကုန်ပစ္စည်းတွေကို ချိန်ထိုးဖို့ အလေးတင်းတောင်း၊ ချိန်ခွင်၊ ပေတံ စသည် လိုအပ်ခဲ့သလိုပဲ လူ... လူချင်းတိုင်းတာဖို့ 'အကျင့်သီလ' လိုအပ်ခဲ့ပါပြီ။ အကျင့်ကို ဘာနဲ့တိုင်းတာရမလဲဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်နဲ့ပဲ စံထားပြီး တိုင်းတာကြည့်ပါလေ။ ဆိုပါစို့၊

တစ်စုံတစ်ယောက်က မိမိကို လာရောက်သတ်ဖြတ်ရင် မိမိ ကကြိုက်၊ မကြိုက်။

အဖြေက ရှင်းနေပါတယ်။ 'လုံးဝ... မကြိုက်ဘူး'တဲ့။

ဒီတော့ မေးခွန်း တစ်ဆင့်မြှင့်လိုက်ကြဦးစို့၊ မကြိုက်ဘူးဆိုတာ မကောင်းလို့လား၊ ကောင်းလို့လား။

မေးနေစရာ လိုပါသေးသလား၊ မကောင်းလို့ဆိုတာ ရှင်းနေတာပဲ။

ဟုတ်ပြီ၊ ဒါဖြင့်... မကောင်းလို့ဆိုတဲ့ ကိုယ်မကြိုက်တာကြီးနဲ့ တစ်ဖက်သားကို သွားရောက်သတ်ဖြတ်မယ်ဆိုရင်ကော... အဲသည် တစ်ဖက်သားက ကြိုက်ပါ့မလား။ ဒါလည်း အဖြေက ရှင်းနေပါတယ်။

မကြိုက်၊ မကြိုက်၊ လုံးဝမကြိုက်တဲ့။

ဘာလို့ မကြိုက်တာတုန်းဆိုတော့ မကောင်းလို့၊ မခံချင်လို့။ (မကောင်းလို့ ကိုယ်မကြိုက်တာကြီးနဲ့ တစ်ဖက်သား သွားရောက်ပြုလုပ်ရင် အဲဒါ မကောင်းမှု ပြုလုပ်တာပဲ။)လို့ မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက လားဟူလီရှော တိုင်းရင်းသားများ ဗုဒ္ဓဘာသာ

http://www.dhammadownload.com

ခံယူပွဲ ဩဝါဒကထာမှာ ထည့်သွင်းဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

သတ်တာဖြတ်တာကို ကိုယ်လည်းမကြိုက်၊ သူလည်းမကြိုက် ဆိုတဲ့ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် သဘောတူညီမှုတဲ့ အခြေခံမှုတစ်ခုကို ရလိုက်ပါပြီ။ ဒီကနေ ရှေ့ဆက်ကြည့်ရင်... တကယ်လို့များ မိမိကို ရန်သူတွေက သတ်မယ်ဆိုပြီး ဖမ်းချုပ်နှောင်ထားချိန်မှာ အသက်ဘေးက ချမ်းသာရာရအောင် တစ်ယောက်ယောက်က လာရောက်ကယ်တင်မယ် ဆိုရင်ကော... ကြိုက်သလား၊ မကြိုက်ဘူးလား... ။

အလို... မေးရက်ပလေတယ်၊ ကြိုက်လိုက်တာမှ လွန်ပါရော။ ဘာကြောင့်တုန်းဆို... အသက်ဘေးက လွတ်မြောက်တာ ကောင်းလို့၊ ချမ်းသာသွားလို့ပါ။ ဒါဖြင့်... သူတစ်ပါး အသက်ဘေးနှင့် ကြုံနေလျှင်ကော မိမိဘက်က ကူညီဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်ပါပြီလား။ ကိုယ့်ဘက်ကကြည့်တော့ အသက်ဘေးက ချမ်းသာတာ ကောင်းလို့ဆိုရင် ဒီကောင်းမှုကြီးနဲ့ သူ့ကိုလည်း ကူညီဖို့ လိုပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ကျေးဇူးရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက...

* ကိုယ့်လာသတ်တာ ကိုယ်မကြိုက်၊ သူ့သွားသတ်တာ သူမကြိုက်၊
  ဒါကြောင့် မကြိုက်တာ မလုပ်မိစေနဲ့၊ ဒါဟာ... ကိုယ်ချင်းစာတရားရဲ့အခြေခံ၊
* ကိုယ့်အသက် ကယ်ဆယ်စောင့်ရှောက်မှုပေးလျှင် ကိုယ်ကြိုက်တာအမှန်၊

http://www.dhammadownload.com

သူ့အသက် ကယ်ဆယ်စောင့်ရှောက်မှုပေးလျှင်လည်း သူကြိုက်မှာကေန်၊

ဒါကြောင့် ကိုယ်ကြိုက်ရာ ကိုယ်လုပ်… ၊

အဲဒီလို ညွှန်ပြတော်မူပြီး ကိုယ်ချင်းစာ မေတ္တာထားတတ်အောင် သွန်သင်တော်မူပါတယ်။ (၁၃၅၇ထုတ်– လားဟူဗုဒ္ဓဘာသာ သင်ခန်းစာ– စာ–၄၂ ရှု)

အမှန်တော့ 'ငါးပါးသီလ'ကို နေ့စဉ်ဘဝများနဲ့ ချိန်ထိုးပြပြီး ကျင့်သုံး ဆောက်တည်လွယ်အောင် ရှင်းပြနေခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အများနားယဉ်ပြီးဖြစ်တဲ့ 'အဒိန္နာဒါနာ ဝေရာမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ'ကို ရှင်းလင်းပုံနှင့် ကိုယ်ချင်းစာတရားသို့ ရှေးရှုပုံတို့ကို ဒီလို ဖတ်မှတ်ကြရပါမယ်။

'မိမိပစ္စည်းများကို မတရား သိမ်းပိုက်ခြင်း၊ လုညှိဖျားရယူခြင်းများ သူတစ်ပါးတို့ လာရောက်ပြုကျင့်က မိမိကား မကြိုက်သည့်အတူလျှင် သူတစ်ပါးပစ္စည်းများကိုလည်း မိမိက ထိုကဲ့သို့ ရယူသိမ်းပိုက်လျှင်လည်း ထိုသူလည်း မိမိကဲ့သို့ပင် မကြိုက်မည်ကား ဧကန်ပင်။

တစ်ဖန်လည်း မိမိပိုင်ပစ္စည်းများကို သူတစ်ပါးတို့က မယူငင်သောအားဖြင့် စောင့်စည်းပေးခြင်း၊ ကူညီသောအားဖြင့် ထိန်းသိမ်းပေးခြင်းအမှု ပြုကျင့်ပေးလာက မိမိကား ကြိုက်သည်အမှန်ပင်။

http://www.dhammadownload.com

သည့်အတူလျှင် သူတစ်ဖက်ပိုင်ပစ္စည်းများကိုလည်း မိမိက ထိုကဲ့သို့ ပြုကျင့်ပေးလျှင်လည်း ထိုသူတစ်ဖက်လည်း မိမိကဲ့သို့ ကြိုက်မည်ကေနပင်။

သို့ကြောင့်လျှင်… သင်ကြိုက်တာ သင်လုပ်၍ သင်မကြိုက် ရာ သင်မလုပ်မိစေရန် ကောင်းစိတ်ကိန်း၍ စောင့်ထိန်းပါလေ။' (ငှင်းစာ–၄၂)

ကိုယ်ကျင့်သီလမည်သည် ကိုယ်ချင်းစာတရား၏ အခြေခံ ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားပေပြီ။

ကြွင်း… သီလသုံးပါးရဲ့ သဘောအနှစ်ကို လိုရင်းမျှ တင်ပြ ပါဦးမည်။

* မိမိရဲ့မယား၊ မိမိလင်၊ သား၊ သမီး၊ တူ၊ တူမ… စသည်တို့ကို သူတစ်ပါးတို့က ဖြားယောင်းလို့ဖြစ်စေ၊ အတင်းအဓမ္မဖြစ်စေ လွန်ကျူးစော်ကားခဲ့ရင် ကြိုက်… မကြိုက်။ အဖြေက… ရှင်းနေ ပါတယ်။

  ဒီလိုဆိုရင် အဲဒီလွန်ကျူးစော်ကားမှုကို အချိန်မီ ဝင်ရောက် ကယ်တင်ပေးမယ်ဆိုရင်ကော… ကြိုက်၊ မကြိုက်… ။ ဒါလည်း ရှင်းနေတဲ့အဖြေပါပဲလေ။

* ပြီးတော့… မိမိကို မဟုတ်တာ အဟုတ်ထင်လာအောင်၊ မမှန် တာ အမှန်ထင်လာအောင် သူတစ်ပါးတို့က လိမ်ညာပြောခဲ့ လျှင်ကော… ခံနိုင်၊ မခံနိုင်။ အဖြေက… မခံနိုင်။

http://www.dhammadownload.com

သူနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်… အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း ပြောခြင်းက တော့ ကောင်းမှုပြုခြင်း တစ်မျိုးပင်။

* နောက်ဆုံးတစ်ခုကတော့… မုဒိတာ မွေးယစ်ရမ်းကားတာကို ကြိုက် မကြိုက်၊ ဒါလည်း… အဖြေက အရှင်းကြီးပဲ။

မူးယစ်ရမ်းကားခြင်းက လွတ်ကင်းတဲ့ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ခြင်းကို တော့ ဘယ်သူမဆို လိုလားကြပါတယ်။

ကိုယ်ချင်းစာတရားရဲ့ အခြေခံ ကိုယ်ကျင့်သီလငါးပါးကို မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒီလို အနှစ်ချုပ် ဖော်ပြ ပေးခဲ့ပါတယ်။

(က) မိမိကလည်း… အခုလည်းဆိုး၊ နောင်လည်း အကျိုးမရှိတဲ့ အကြံမျိုး၊ အပြောမျိုး၊ အလုပ်မျိုးတွေ၊ သူတစ်ပါးတို့လည်း ပဲ… အခုလည်း အကျိုးပျက်၊ နောင်လည်း အကျိုးပျက်မဲ့ အကြံ၊ အပြော၊ အလုပ်မျိုးတွေ… ဒါဆို မကောင်းဘူး၊ မလုပ်ကြလေနဲ့။ လုပ်မိခဲ့ရင် သူရော ကိုယ်ရော၊ အခုရော နောင်ပါ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ ကိုယ်ကျန်းမာမှု ရမှာမဟုတ်ကြလို့ ပါပဲ။

(ခ) မိမိလည်း… အခုလည်း ကောင်း၊ နောင်လည်း အကြောင်း လှမဲ့အကြံမျိုး၊ အပြောမျိုး၊ အလုပ်မျိုးတွေ ဖြစ်နေမယ်ဆို ရင်… လုပ်ဖြစ်အောင်လုပ်၊ နောက်မဆုတ်ကြလေနဲ့။ လုပ် ဖြစ်ခဲ့ရင် သူရော ကိုယ်ရော၊ အခုရော နောင်ပါ စိတ်ဆင်းရဲ

http://www.dhammadownload.com

စရာဆို ဘာဆိုဘာမှ တွေ့စရာ မလိုတော့လို့ပါပဲ။

[၉၉ ဖေဖော်ဝါရီထုတ်၊ ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာထား စာ – ၁၁]

ပြီးတော့… ဒါဟာ (မကောင်းရာရှောင်၊ ကောင်းရာ ဆောင်ခြင်းရဲ့ အတိုချုပ်ပါပဲ)လို့လည်း လမ်းညွှန်ထားပါတယ်။ တစ်ဆက်တည်းမှာပဲ (မညစ်ပတ်လျှင် ဖြူစင်ပြီ)လို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဝမ်းမြောက်စကားဆိုပါတယ်။

ညစ်ပတ်တဲ့အလုပ် (မကောင်းမှု) ပြုကျင့်နေချိန်မှာ စိတ်ဟာ မည်းညစ်နေပြီး ဖြူစင်တဲ့ ကောင်းမှုလုပ်နေရင် စိတ်ဟာ ဖြူစင်နေတာပဲမဟုတ်ပါလား။

'ကောင်းမှုပြုလုပ်လို့ စိတ်ဖြူနေသူရဲ့ သန္တာန်မှာ စိတ်ကို မည်းညစ်စေတတ်တဲ့ ရာဂဆိုး၊ ဒေါသဆိုးများ မကပ်သာ၊ ရာဂဆိုး၊ ဒေါသဆိုး မကပ်လှာရင် ကိုယ့်ကိုယ်နဲ့ တစ်ကိုယ်ချင်း စာနာတတ်တဲ့ ကိုယ်ချင်းစာတရား ထွန်းကားလာမှာပေါ့။ ကိုယ်ချင်းစာတရား ထွန်းကားလာရင် အရာရာ ဘာမဆို ကိုယ်နဲ့တန်းတူထား ဆက်ဆံလာကြတော့မယ်။ ကိုယ့်သားလေးနဲ့… ကိုယ့်သမီးလေးနဲ့ တန်းတူထား ဆက်ဆံလာကြလိမ့်မယ်။ ကိုယ့်ဆွေမျိုးတွေနဲ့မခြား ဆက်ဆံလာကြတော့မယ်။ သည်တော့…

(၁) မေတ္တာတရားလည်း ထွန်းကားလာရော… +

(၂) ကိုယ့်ထက်သာသူတွေ့ ဝမ်းမြောက်နိုင်တဲ့ မုဒိတာတရား၊

(၃) ကိုယ့်အောက်နိမ့်ကျသူတွေ့ သနားနိုင်တဲ့ ကရုဏာတရား။

http://www.dhammadownload.com

(၄) အားလုံးအပေါ် ရှိုင်လွှမ်းမိုးထားနိုင်တဲ့ ဥပေက္ခာတရား၊

သည် ဖြဟ္မစိုရ်တရားများပါ ထွန်းကားလာပါရေစတဲ့ဗျား။ သည်ဖြဟ္မစိုရ်တရားတွေ ထွန်းကားလာလို့...

* စိတ်မှာလည်း ကောင်းစိတ်ချည်း ဖြစ်နေမယ်၊
* နှုတ်ထွက်ကလည်း ကောင်းသော စကားချည်းဖြစ်နေမယ်၊
* ကိုယ်လှုပ် လက်မြှောက်တွေကလည်း အပြစ်ကင်းစင်တဲ့ အမူအရာချည်း ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ ဖြူသထက်ဖြူဖို့ လမ်းကောင်းပေါ် ရောက်နေပြီလို့ပဲ မှတ်ကြပေရော့။

(ၡင်းစာ–၁၃)

မေတ္တာစစ်ရဲ့ ရေသောက်မြစ်ဖြစ်တဲ့ ကိုယ်ချင်းစာတရား ထွန်းကားဖို့ ကိုယ်ကျင့်ကောင်း (ငါးပါးသီလ) ဆောက်တည်ဖို့ လိုအပ်ကြောင်း ဆိုခဲ့ပါပြီ။ ကိုယ်ချင်းစာ၊ မေတ္တာနှင့်သီလတို့ ဆက်စပ်နေပုံကို ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒီလို အနားသတ်ပေးခဲ့ပုံကိုလည်း သိမြင်ခံယူစေလိုပါတယ်။

* ကိုယ့်ကိုယ်နှင့် တစ်ကိုယ်ချင်း စာနာထောက်ထားခြင်းသည် ကိုယ်ချင်းစာ၊
* ကိုယ့်မိသားစုနှင့် သူ့မိသားစု တန်းတူထားနိုင်ခြင်းသည် မေတ္တာ၊

ထိုသို့ နှစ်မျိုးရှိရာ... ကိုယ်ကျင့်သီလ မစင်ကြယ်လျှင် သို့မဟုတ် လူ့အဆင့်မြင့် လူ့အကျင့်ကိုမျှ ကျင့်ကောင်းမှန်းမသိလျှင် ကိုယ်ချင်းစာဟူသည် မထွန်းကားနိုင်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

လူ... လူချင်းဖြစ်စေ၊ တိရစ္ဆာန်တို့အပေါ်၌ဖြစ်စေ ကိုယ်ချင်းစာတရား ခေါင်းပါးနေသူ၌ ငါလည်းပဲ သက်ရှိ၊ သူလည်းပဲ သက်ရှိ၊ ငါလည်းပဲ ငါ့အသက် ငါခင်၏။ သူလည်းပဲ သူ့အသက် သူမင်ရှာလိမ့်မည်... စသည် မစဉ်းစားနိုင်သဖြင့် တန်းတူထားသော မေတ္တာဟူသည် မထွန်းကားနိုင်တော့ပါ။

မေတ္တာစစ်သည် ဘုရားရဟန္တာနှင့် အရိယာသူတော်စင်တို့မှာသာ အဓိကတည်၏။

ကိုယ်ထင်ရာ ချစ်ခြင်း၊ ကိုယ်မင်ရာ သနားခြင်း၊ ကိုယ်ကြိုက်ရာ အရေးပေးခြင်း စသည့် ပုထုဇဉ်လောကရှိ...

(၁) မိမိမယား မိမိနှင့် တန်းတူထား ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်း၊

(၂) မိမိသားသမီးများ မိမိအသက်နှင့် ထပ်တူထားဆက်ဆံခြင်း၊

(၃) မိမိသဘောကျရာများ မိမိနှင့် တန်းတူထားဆက်ဆံခြင်း၊

ထိုအားလုံးတို့သည် ရာဂ ခွေဖြိုးသော 'ကွက်ကြားမိုးမျှသာ' ဖြစ်ကြပါ၏။ မေတ္တာစစ်၏ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် မိမိနှင့်တန်းတူထားခြင်းမျိုးနှင့်ကား မည်သို့မျှ မသက်ဆိုင်ပါချေ။ မေတ္တာဟူသည် ကိလေသာ မဆူပွက်သော ကိုယ်ချင်းစာမှ ပေါက်ဖွားရ၏။

(က) ထိုမေတ္တာမျိုး သွန်းဖြိုးလိုလျှင် သီလမကျိုးရန် စောင့်ထိန်းပါလေ။

(ခ) ကိုယ်, သူ နှစ်ပါး... ယခုရော နောင်ပါ ချမ်းသာလိုလျှင် သီလစင်ကြယ်ဖို့ ကြိုးစားပါလေ။

http://www.dhammadownload.com

ဒါဟာ သီလနှင့် မေတ္တာ ထပ်တူပွားပုံပါပဲ။ သီလမပါ မေတ္တာမစစ်၊ သီလစင်ကြယ်သလောက် မေတ္တာစရိုးရောက်ကြောင်း ကိုလည်း သဘောပေါက်ဆင်ခြင်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

[အညွှန်း။ ၁။ ၁၃၅၇ ခုထုတ်၊ လားဟူဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲကျမ်း
၂။ ၁၃၅၇ ခုထုတ်၊ လားဟူဗုဒ္ဓဘာသာ သင်ခန်းစာ
၃။ ၁၉၉၉ ၊ ဖော်ဖော်ဝါဒီရှိလာထုတ်၊ ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာထား
၄။ ၁၉၉၉ ၊ ဂုလဲမြို့နယ်၊ ဝါးသုံးရုံတောရ ဩဝါဒများ]
အမှတ်-၆၉၊ ၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ မေလ၊ ဂန္ဓိရုမဂ္ဂဇင်း

http://www.dhammadownload.com

ကျေးဇူးရှင်မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်၏တရားတော်များ

မောင်သွေးချွန် စုစည်းမှုတော်ခဲ့သမျှ

၁။ ကိလေသာတောင်တန်းကြီး
၂။ အမေ့အတွက် မမေ့တရား
၃။ ဘာ့ကြောင့် - ၁
၄။ ဘာ့ကြောင့် - ၂
၅။ အောင်မြင်ကြီးပွား မင်္ဂလာခြေလှမ်းများ
၆။ အစစ်အမှန်အောင်နိုင်ခြင်း
၇။ ပယ်သင်း လျှောက်သင်း ပေါက်စခန်း
၈။ မသိရာမှ သိရာသို့ (အလုပ်ပေးတရားစု)
၉။ တံခွန်ထူ နတ်လူသိစေသား
၁၀။ ဘဝဟောင်းမှ ဘဝသစ်သို့ (ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ တစ်နေ့တာပြုကျင့်ရပုံများ)
၁၁။ သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်မှ သုဝဏ္ဏသျှမ်တောင်သို့
၁၂။ ကာမမှဓမ္မသို့
၁၃။ ဆယ်ဆသာရမယ်
၁၄။ တလှလှ တလွင့်လွင့် အဆင့်မြင့်လူ
၁၅။ အကြွေးရှင်း ကြွေးကင်းတရားစု
၁၆။ အကောင်းဆုံးကို ရအောင်ယူ
၁၇။ နတ်တလှအလုပ်ပေးတရားစု
၁၈။ လမ်းနှင့်ပန်းတိုင်
၁၉။ သီလဂုဏ်ရည် ရွှေတိုင်းပြည်
၂၀။ ပါရမီတို့၏ သဘောသရုပ်
၂၁။ နိဗ္ဗာန်နှင့်ဝိပဿနာ
၂၂။ ပေါင်းကူးမြင့်တင် တရားစဉ်
၂၃။ ဘာ့ကြောင့် ၁ + ၂ ပေါင်းချုပ်
၂၄။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ နဝဂုဏ်တော်
၂၅။ လမင်း၏ အလင်းသစ္စာ
၂၆။ မသိရာမှသိရာသို့ + နတ်တလှအလုပ်ပေးတရားစုပေါင်းချုပ်
၂၇။ အစစ်အမှန်အောင်နိုင်ခြင်း + သီလဂုဏ်ရည်ရွှေတိုင်းပြည်