http://www.dhammadownload.com

ဗြိတိသျှ ဒုတိယ ရေတပ်ဗိုလ်ချုပ်

ရပ်တော့ ၏ ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ မဟာစည်

E.H Shattock

AN EXPERIMENT IN MINDFULNESS

စိုးမြိုင် ဘာသာပြန်သည်

GRAPHIC NAY WINN AUNG 099061597

http://www.dhammadownload.com

ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုလေ့လာကြည့်ခြင်းဖြင့်
ယောဂီများနှင့်တကွ ဝိပဿနာတရားကို စိတ်ဝင်စားသူ မှန်သမျှသည်
အနောက်နိုင်ငံသား တစ်ယောက်သည်ပင်လျှင်-

(၁) သတိပဋ္ဌာန် တရားတော် အပေါ်၌ မည်မျှအထိ အလေးအနက် စိတ်ဝင်စားပုံ၊
(၂) တရား၏ အစွမ်း အာနိသင်ဖြင့် မသေခင် မျက်မှောက်ဘဝ၌ အကျိုးကျေးဇူးပေါ်အောင် ရှုမှတ်သွားနိုင်ပုံ၊
(၃) တင်းတင်းရင်းရင်းစနစ်တကျကြိုးပမ်း အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်း၊
(၄) ရက်တိုတိုဖြင့် တရားအဆင့် မြင့်တက်လာပုံနှင့် ဉာဏ်များထက်ကာ အသိအမြင် ရင့်ကျက်လာပုံ၊
(၅) နောက်ဆုံး၌ တရား၏ အကျိုး ကျေးဇူးများကို ခံစားရပုံ၊

တို့ကို သိမြင်လာမည့်အပြင် များစွာသော အထွေထွေ ဗဟုသုတများကိုလည်း ရရှိနိုင်ပေသည်။

E.H Shattock

AN EXPERIMENT IN MINDFULNESS

http://www.dhammadownload.com

ဤနယ်တဖုံ

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် စဉ်းစားဉာဏ် ထက်မြက်၏၊ မြင့်မားစွာ လေ့ကျင့်တတ်မြောက်၏၊ သူမတူအောင်လည်း ပညာကြီး၏၊ အနောက်နိုင်ငံသားများ၌ ရှိလေ့ မရှိသော အရည်အချင်းများ၊ သည်းခံမှုများနှင့် ပြည့်စုံ၍ သူတို့ ကိုင်တွယ်နိုင်စွမ်းမရှိသော ပြဿနာအခက်အခဲများကို ထိုးသွင်း သိမြင်နိုင်သော ဂုဏ်သတ္တိများရှိ၏။

ဤလိုတစ်မျိုး

သတိပဋ္ဌာန်တရားသည် သဘာဝကျလှခြင်း၊ အခြားသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများနှင့် ကောင်းစွာ ကွဲပြားခြားနားခြင်း၊ ရှုပွားရသည်မှာ လွယ်ကူခြင်း၊ စိတ်ချယုံကြည်ရခြင်း၊ ယုတ္တိဗေဒ နည်းလမ်းကျခြင်း၊ တကယ်ကျင့်လျှင် တကယ် အကျိုးခံစားရခြင်း၊ စိတ်တည်ငြိမ်လာခြင်းတို့ကြောင့် အစိုးရဌာနများ၊ ရုံးများ၌ပင် သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားများစေသင့်သည်၊ ယင်းသို့ ပွားများလျှင် လုပ်ငန်းများ ပိုမိုချောမွေ့ အောင်မြင်လာမည်၊ သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ်ကို လက်တွေ့ စမ်းသပ်အားထုတ်ကြည့်မည် ဆိုပါက အနောက်နိုင်ငံသားများ နှစ်သက်လက်ခံနိုင်ကြလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် အသေအချာ ဆိုဝံ့ပါသည်။

မစ္စတာ ရှပ်တော့က ဤသို့တနည်း

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သာသနာ့ရိပ်သာ၌ တရားအားထုတ်ခဲ့ရသည့်အတွက် သုခ နှင့် ဒုက္ခ အပေါ် အမှန်အတိုင်း ခွဲခြား၍ သဘောထားတတ်လာခြင်း၊ လောကဓံ ရင်ဆိုင်ဝံ့သည့် သတ္တိရှိလာခြင်း၊ ငြိမ်းအေးချမ်းသာအောင် စိတ်ထားတတ်လာခြင်းစသောအကျိုးများကိုလက်ငင်း ချက်ချင်း ရရှိလာပေသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဗြိတိသျှ ဒုတိယ ရေတပ်ဗိုလ်ချုပ်

ရုပ်တော့

၏

ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ မဟာစည်

E.H Shattock

AN EXPERIMENT IN MINDFULNESS

စိုးမြိုင် ဘာသာပြန်သည်

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်ကိုယ်တွေ့ မဟာစည်

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၃၂၀၇၉၂၁၀၀၇) (၂-၁၁-၀၇)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၃၂၀၀၁၃၀၁၀၈)

ဒုတိယအကြိမ်

အုပ်ရေ-၁၅၀၀

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း-နေဝင်းအောင်

ပုံနှိပ်သူ

ဦးတင်အောင်ကျော်(၀၇၀၅၃)
စွယ်တော်ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်(၁၄၇) ၅၁-လမ်း၊ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ထုတ်ဝေသူ

ဦးတင်ဝမ်
ထုတ်ဝေသူမှတ်ပုံတင်အမှတ်(၂၄၀)
ဗုဒ္ဓသာသနာနုဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်
အမှတ် (၁၆) သာသနာ့ရိပ်သာလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ရန်ကုန်မြို့။

http://www.dhammadownload.com

ဇင်ဦးချို ဖောင်ဒေးရှင်း
အလှူတော်ငွေရန်ပုံငွေဖြင့်
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

အလှူရှင်မိသားစု

ဦးသိန်းထိုက်ဦး + ဒေါ်မျိုးမျိုးမင်း
သမီး ဇေဇင်ဦး

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

❀ ❀ ❀

အခန်း	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
(၁)	ကျမ်းဦးစာမွန်	(ဂ)
(၂)	ကမ္ဘာ့ဗြဟ္မာနီးပွားရန် ဆုံးဖြတ်ရခြင်း အကြောင်းရင်း	၁
(၃)	စခန်းဝင်ပြီ	၂၅
(၄)	ပထမဆုံး ခြေလှမ်းများ	၄၆
(၅)	ထင်မြင်လာသော အာရုံဆန်းများ	၇၀
(၆)	သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်	၉၇
(၇)	ဖန်ဆင်းသူမရှိ အတ္တဝိညာဉ်မရှိ	၁၂၀
(၈)	စိတ်နှင့်ပတ်သက်သည့် အတွေးအခေါ်များ	၁၄၆
(၉)	အချိန်နှင့် ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ	၁၇၀
(၁၀)	တမျိုးသော ပျံ့လွင့်မှုကလေးတွေ	၁၉၉
(၁၁)	ပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်း	၂၂၉

http://www.dhammadownload.com

အမှာစာ

ဗြိတိသျှ ရေတပ်ဗိုလ်ချုပ် Mr. E.H Shattock သည် ၁၉၅၂-ခုနှစ်တွင် စင်္ကာပူ၌ တာဝန်ထမ်းဆောင်နေရာမှ တာဝန်ပြီးဆုံး၍ ခွင့်ယူလျက် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိပဿနာရှုနည်းကို အလွန်သဘောကျလှသဖြင့် ရန်ကုန်သို့လာရောက်ပြီး လေးပတ်ကြာမျှ တရားအားထုတ်ခဲ့သူဖြစ်ပါသည်။ တရားအားထုတ်ပြီး ရေတပ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီး အငြိမ်းစားယူသောအခါ "An Experiment in Mindfulness"အမည်ဖြင့် စာအုပ်ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။

ထိုစာအုပ်ကို ဆရာကြီးဦးစိုးမြိုင်မှ "ကျွန်တော့ကိုယ်တွေ့ မဟာစည်" အမည်ဖြင့် ဘာသာပြန်ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ပါအကြောင်းအရာများသည် အလွန်စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာများ ပါရှိပါသည်။ နိုင်ငံခြားသား တစ်ဦးအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာအပေါ် အမြင်သဘောထား၊ ဝိပဿနာရှုမှတ်မှု၏ အကျိုးအာနိသင်(လောကီ လောကုတ္တရာအကျိုး) မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးအပေါ် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအမြင် ရှုထောင့်စသည့် စိတ်ဝင်စားဖွယ် မှတ်သားဖွယ်ရာများပါရှိပါသည်။ ယခုအခါ မူလစာရေးသူ Mr. Shattock လည်း ကွယ်လွန်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ဘာသာပြန်ရေးသားသော ဆရာကြီး ဦးစိုးမြိုင်လည်း မရှိတော့ပါ။

ဗုဒ္ဓသာသနာနုဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်အနေဖြင့် ဤ"ကျွန်တော့ကိုယ်တွေ့မဟာစည်" စာအုပ်ကို ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေလိုသော ဆန္ဒရှိ၍ လိုအပ်သော ခွင့်ပြုချက်များရရှိရန် စုံစမ်းဆက်သွယ်ခဲ့ရာ ဆရာကြီးဦးစိုးမြိုင် ကွယ်လွန်သွားပြီ ဖြစ်ကြောင်း သိရပြီး ကျန်ရစ်သူမိသားစုများမှလည်း ဤစာအုပ်ထုတ်ဝေခွင့်မူပိုင်ကို "ဗုဒ္ဓသာသနာနုဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်"သို့ လှူဒါန်းရန် ဆရာကြီးဆန္ဒရှိခဲ့၍ လှူဒါန်း

http://www.dhammadownload.com

လှူဒါန်းလိုသည်နှင့် တိုက်ဆိုင်စွာပင် သိရှိရပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာကြီး၏ ဇနီးဖြစ်သူ ဒေါ်ဌေးမြင့်ထွန်းကြိုင်နှင့် တူသားများက(၁၅-၉-၂၀၀၆)နေ့တွင် မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာသို့ ကြွရောက်၍ စာအုပ်ထုတ်ခွင့်နှင့် မူပိုင်အခွင့် အရေးကိုပါ မဟာစည်ဩဝါဒါစရိယ ဆရာတော်ကြီးဖြစ်တော်မူသော အဂ္ဂ-မဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ အဘိဓဇအဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိက ဘဒ္ဒန္တသံဝရ ရှေ့မှောက်တွင် ရေစက်ချလှူဒါန်းခဲ့ပါသည်။

သို့ပါ၍ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးအား ပူဇော်သောအားဖြင့်လည်း ကောင်း၊ ဘာသာပြန်ရေးသားသူ ဆရာကြီးဦးစိုးမြိုင်အား ဂုဏ်ပြုသောအား ဖြင့်လည်းကောင်း စာရှုသူများ "အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ" ဟူသော မြတ်စွာဘုရား၏ ဩဝါဒအရ တရားရှုမှတ်မှုကို ဆန္ဒဖြစ်ပေါ်စေခြင်း အကျိုးကို မျှော်ကိုး၍လည်းကောင်း ဒုတိယအကြိမ်အဖြစ် ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေ ရခြင်း ဖြစ်ပါကြောင်း။

ဦးဝင်းထိန်
ဥက္ကဋ္ဌ
ဗုဒ္ဓသာသနာ့နုဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်
မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ

http://www.dhammadownload.com

ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုလေ့လာကြည့်ခြင်းဖြင့်-

ယောဂီများနှင့်တကွ ဝိပဿနာတရားကို စိတ်ဝင်စားသူမှန်သမျှသည်- အနောက်နိုင်ငံသား တစ်ယောက်သည်ပင်လျှင်-

(၁) သတိပဋ္ဌာန် တရားတော် အပေါ်၌ မည်မျှအထိ အလေးအနက် စိတ်ဝင်စားပုံ၊

(၂) တရား၏ အစွမ်း အာနိသင်ဖြင့် မသေခင် မျက်မှောက်ဘဝ၌ အကျိုး ကျေးဇူးပေါ်အောင် ရှုမှတ်သွားနိုင်ပုံ၊

(၃) တင်းတင်းရင်းရင်း စနစ်တကျကြိုးပမ်း အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်း၊

(၄) ရက်တိုတိုဖြင့် တရားအဆင့် မြင့်တက်လာပုံနှင့် ဉာဏ်များထက်ကာ အသိအမြင် ရင့်ကျက်လာပုံ၊

(၅) နောက်ဆုံး၌ တရား၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို ခံစားရပုံ၊

တို့ကို သိမြင်လာမည့်အပြင် များစွာသော အထွေထွေဗဟုသုတများကို လည်း ရရှိနိုင်ပေသည်။

http://www.dhammadownload.com

မစ္စတာ ရုပ်ဘော့က ဤသို့ တစ်နည်း

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သာသနာ့ရိပ်သာ၌ တရားအားထုတ်ခဲ့ရသည့်အတွက် သုခနှင့်ဒုက္ခအပေါ် အမှန်အတိုင်းခွဲခြား၍ သဘောထားတတ်လာခြင်း၊ လောကဓံရင်ဆိုင်ဝံ့သည့် သတ္တိရှိလာခြင်း၊ ငြိမ်းအေးချမ်းသာအောင် စိတ်ထားတတ်လာခြင်း စသော အကျိုးများကို လက်ငင်းချက်ချင်း ရရှိလာပေသည်။

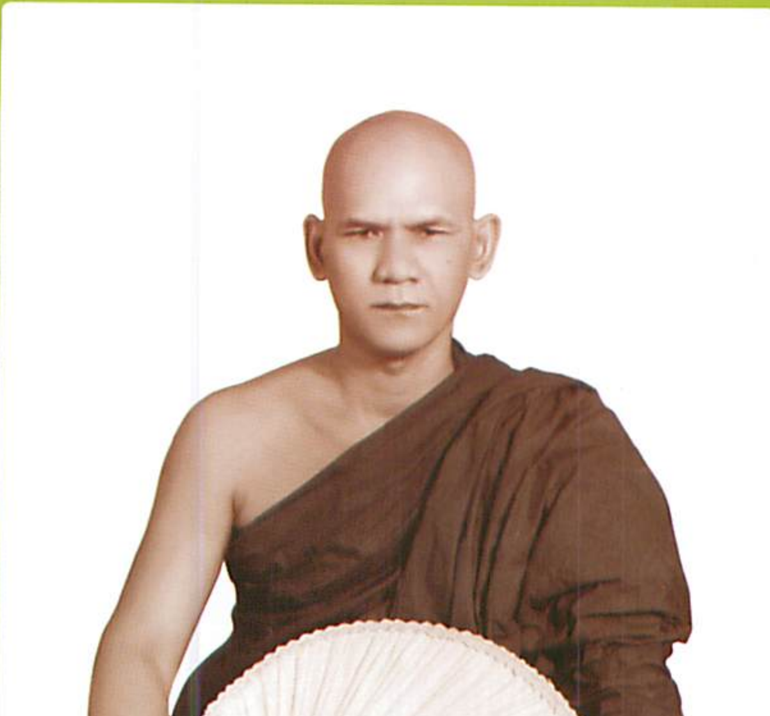
ဤနယ်တစ်ပုံ

မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် စဉ်းစားဉာဏ်ထက်မြက်၏၊ မြင့်မားစွာ လေ့ကျင့်တတ်မြောက်၏၊ သူမတူအောင်လည်း ပညာကြီး၏၊ အနောက်နိုင်ငံသားများ၌ ရှိလေ့မရှိသော အရည်အချင်းများ၊ သည်းခံမှုများနှင့် ပြည့်စုံ၍ သူတို့ကိုင်တွယ်နိုင်စွမ်းမရှိသော ပြဿနာအခက်အခဲများကို ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်သော ဂုဏ်သတ္တိများရှိ၏။

ဤလိုတစ်မျိုး

သတိပဋ္ဌာန်တရားသည် သဘာဝကျလှခြင်း၊ အခြားသော ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားများနှင့် ကောင်းစွာ ကွဲပြားခြားနားခြင်း၊ ရှုပွားရသည်မှာ လွယ်ကူခြင်း၊ စိတ်ချ ယုံကြည်ရခြင်း၊ ယုတ္တိဗေဒနည်းလမ်းကျခြင်း၊ တကယ်ကျင့်လျှင် တကယ်အကျိုး ခံစားရခြင်း၊ စိတ်တည်ငြိမ်လာခြင်းတို့ကြောင့် အစိုးရဌာနများ၊ ရုံးများ၌ပင် ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားကိုပွားများစေသင့်သည်၊ ယင်းသို့ ပွားများလျှင် လုပ်ငန်းများ ပိုမိုချောမွေ့ အောင်မြင်လာမည်၊ သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်ကို လက်တွေ့စမ်းသပ် အားထုတ်ကြည့်မည် ဆိုပါက အနောက်နိုင်ငံသားများ နှစ်သက် လက်ခံနိုင်ကြလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် အသေချာဆိုဝံ့ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com



ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အနန္တကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

ကျမ်းဦး စာမွန်

ဤစာအုပ်ကို ရေးသားသူကား ဗြိတိသျှ ဒုတိယရေတပ်ဗိုလ်ချုပ်ရုပ်တော့ (E.H. Shattock) ဖြစ်သည်၊ သူသည် မိရိုးဖလာ ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင် တစ်ယောက်ပင်၊ သူသည် ယော်ရှယ်စဉ်မှစ၍ ဟိန္ဒူယောဂကျင့်စဉ်များကို လေ့လာ ခဲ့ဘူးသည်၊ သို့သော် သဘောမတွေ့လှ၊ အခြားကမ္ဘာ့ဒွာန်းတရား နည်းလမ်းများကိုလည်း လေ့လာခဲ့ဖူးကြောင်း ဤစာအုပ်၌ တွေ့နိုင်ပါ၏။

မူရင်းစာအုပ်၏အမည်မှာ An Experiment In Mindfulness.

ရန်ကုန်သာသနာ့ရိပ်သာသို့ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီး ကြွလာပြီးနောက် ၂-နှစ်နှင့် ၃-လအကြာ၌ ဤဒုတိယ ရေတပ်ဗိုလ်ချုပ်ရုပ်တော့သည် ဆရာတော်၏ ခြေတော်ရင်းသို့ ရောက်လာ ခြင်းပင်။

သူသည် အရှေ့တိုင်း ယောဂအကျင့်များကို လေ့လာပွားများ

http://www.dhammadownload.com

အားထုတ်ယင်း သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်အကြောင်း ရေးသားထားသော စာအုပ်တစ်အုပ်ကို အမှတ်မထင် ဖတ်ရှုခဲ့ရသည်၊ ယင်းစာအုပ်မှာ သီဟိုဠ်နိုင်ငံ(ယခုသီရိလင်္ကာ)မှ အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်၏။

မစ္စတာရုပ်တော့ ဖတ်သည့် ယင်းစာအုပ်ကို ရေးသားသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရန်ကုန်မြို့ မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လာရောက်တရားအားထုတ်ကာ ပြန်သွား ပြီးနောက် မိမိကိုယ်တွေ့တို့ကို ရေးသားထားခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရ၏။

ဤစာအုပ်ကို ရေးသားသူ မစ္စတာရုပ်တော့က ယင်းစာအုပ်ကို သဘောကျ၏၊ ယင်းစာအုပ်ပါနည်းများကို ကျင့်သုံးလိုစိတ်ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ သူရောက်လာခြင်းဖြစ်၏။

မစ္စတာရုပ်တော့သည် ၁၉၅၂-ခု နှစ်ဦးပိုင်း ဖေဖော်ဝါရီလ၌ စင်္ကာပူမှ ခွင့်ယူ၍ သတိပဋ္ဌာန်တရားများကို ရှုမှတ် ပွားများရန်အတွက် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ခြေတော်ရင်းသို့ ရောက်လာခြင်းပင်၊ သူသည် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လာရောက် တရားအားထုတ်ခဲ့သည့် နိုင်ငံခြားယောဂီ အများအပြားတွင် အစောပိုင်း အချိန်ကိုမီသည့် ခေတ်ဦး ယောဂီတစ်ဦး ဖြစ်၏။

သူသည် ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာတွင် တရားအားထုတ်ခဲ့စဉ်က မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီးနှင့် ရွှေစေတီဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၏ စစ်ဆေးမေးမြန်း ညွှန်ကြားမှုကို ခံယူလျက် တရားအားထုတ်ခဲ့၏၊ ဆရာတော်ကြီးများ၏ ညွှန်ကြား ဆုံးမမှုများကို တပည့်ရင်းတစ်ယောက်အဖြစ်နှင့် လိုက်နာကျင့်သုံးခဲ့၏။

ထို့နောက် စင်္ကာပူသို့ပြန်၏၊ ယင်းမှတစ်ဆင့် အင်္ဂလန်သို့ပြန်၍ ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာ၌ တရားအားထုတ်ခဲ့စဉ်က တွေ့မြင်ခံစား နားလည် သဘော ပေါက်ခဲ့သည့် ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက်များကို သူ၏ ထင်မြင်ချက်အတိုင်း ဤစာအုပ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်းဖြစ်သည်။

http://www.dhammadownload.com

သူ၏ ထင်မြင်ချက်အတိုင်း-ဆိုသည်နှင့်အညီပင် တရားနှင့်ပတ်သက်၍ သူ၏ ထင်မြင်ချက်များ မှန်ကန်သည်သာ များသော်လည်း ရဟန်းတော်များ ဝတ်ပုံစားပုံနှင့် ပတ်သက်၍လည်းကောင်း၊ မိမိဆောက်တည်ခဲ့သော သီလနှင့် ပတ်သက်၍လည်းကောင်း သူ၏ ထင်မြင်ချက်တစ်ချို့မှာ မှန်ကန်မည် မဟုတ်ပေ၊ ဥပမာ ဤစာအုပ် အခန်း(၂)တွင် "ပဉ္စသီလနှင့်အညီ ထိန်းသိမ်း နေထိုင်လျှင် ပြီးတော့၏"ဟု ဆိုထား၏၊ သူသည် ငါးပါးသီလကိုသာ စောင့်ထိန်းခဲ့ခြင်းဟု ထင်ပုံပေါ်သည်၊ စင်စစ် ယောဂီဘဝနှင့် သူကျင့်သုံး ရသည့် သီလသည် ၈-ပါးသီလသာဖြစ်သည်။

ဤသို့ သူထင်မြင်ယူဆခြင်းသည် ထိုစဉ်က နိုင်ငံခြားသား ယောဂီများကို စောင့်ရှောက်ရသည့် ဦးဖေသင်က "ငါးပါးသီလကို သိသလား" ဟုမေးသည် ကို စွဲမြဲစွာ မှတ်သားထားမိခြင်းကြောင့်ပင် ဖြစ်ဟန်တူပေသည်။

အမှန်မှာ ဦးဖေသင်က နိုင်ငံခြားသားများကို ဗုဒ္ဓဘာသာအဖြစ်ပြောင်းမှ တရားအားထုတ်ရမည်၊ ရှစ်ပါးသီလစောင့်နိုင်မှ လက်ခံမယ်-စသည်ဖြင့် စည်းမျဉ်း ကျပ်ကျပ်တည်းတည်းကို မပေးလိုဘဲ သီလတွေထဲမှာ အလွယ်ဆုံး ဖြစ်သည့် ငါးပါးသီလကို အစောင့်ခိုင်းပြီးမှ နေမွန်းလွဲလျှင် အစာမစားရန်နှင့် ကခုန်သီဆိုမှု မပြုရန် စသည်တို့ကို အခြားစည်းကမ်းချက်များအနေနှင့်ပြောပြီး နိုင်ငံခြားသား ယောဂီတစ်ဦးအား မြန်မာယောဂီများကဲ့သို့ ၈-ပါးသီလ ပြည့်စုံအောင် စောင့်စေခြင်း ဖြစ်ဟန်တူပေသည်။

ဤသို့ သီလဆောက်တည် ထိန်းသိမ်းရမှု စသည်တို့နှင့် ပတ်သက်၍ သူ၏ ထင်မြင်ချက်အချို့ လွဲနေသည်မှာ သူသည် မဟာစည်ရိပ်သာမှာ နေစဉ် သာသနာ့ရိပ်သာ၏ ထုံးစံအတိုင်း တရားနှင့်မပတ်သက်သည့် အပိုအဆာစကားများကို မပြောရခြင်းကြောင့်ပင်ဖြစ်ပေသည်၊ ထို့ကြောင့် သူသည် ရဟန်းတော်များ၏ ဝတ်ပုံစားပုံတို့ကို မြင်သည့်အတိုင်း သူ ဝေဖန် နိုင်သော်လည်း သူ မမြင်ရသည့် သီလကျင့်ဝတ်နှင့် ပတ်သက်၍ ထင်မြင်ချက်

http://www.dhammadownload.com

လွဲနေဟန်တူပေသည်။

ထို့ပြင် မစ္စတာရှပ်တော့က ရဟန်းတော်များ၏ ဝတ်ရုံနေထိုင်ပုံနှင့် ပတ်သက်၍ သက်နီးခပ်ပွပွဖြစ်နေသည်ကို သူ့မျက်စိထဲတွင် အရုပ်ဆိုး နေသယောင်ယောင် ဖြစ်နေသည်၊ ဤသည်မှာ မဆန်းပေ၊ ဝတ်ပုံချင်း မတူသည်ကို မြင်ရစမှာ မျက်စိမယဉ်သေးရင် ဒီအတိုင်းချည်းပါပဲ၊ အနောက် တိုင်းက ဘောင်းဘီကို အရှေ့တိုင်းသားတွေကလည်း ကိုးရိုးကားရားအနေနဲ့ မြင်တာပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ မစ္စတာရှပ်တော့ကတော့ တရားတွေကို အတော် လေးလေး စားစားထိုင်သွားသူမို့ ရဟန်းတော်တွေကို ကြည်ညိုသွားပါသည်။

မစ္စတာရှပ်တော့သည် ယခုအချိန်မှာသာ ဤစာအုပ်ကို ရေးသားပါလျှင် ရဟန်းတော်များ၏ ဝတ်ရုံပုံနှင့်ပတ်သက်၍ အမြင်ယဉ်မည်မှာ မလွဲပေ၊ ဥရောပ အမေရိကတို့တွင် ယခင် ရဟန်းတော်များကို မြင်ယင်ဝိုင်းကြည့်တတ်ကြသော် လည်း ယခုအခါတွင် ရိုးနေပြီဟု အင်္ဂလန်ဆရာတော် ဦးရေဝတထံမှ တလောက စာထဲတွင် ဖတ်ရှုရသည်။

မစ္စရှပ်တော့သည် ယခုအခါ သာသနာ့ရိပ်သာကိုသာ ပြန်ရောက်လာ ပါလျှင် အဆောက်အဦများ၊ လမ်းများ၊ တံတိုင်းများဖြင့် သိုက်မြိုက်ခမ်းနားစွာ ပြောင်း လဲနေပြီမို့ အလွန်အံ့အားသင့်ပေလိမ့်မည်၊ ယခုစာဖတ်ပရိသတ်များ လည်း အံ့သြမည်မှာ ကေန်မုချပင်။

စာရေးသူ မစ္စတာရှပ်တော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားမျိုးစုံကို အားထုတ် လာရခြင်းမှာ လူတိုင်းသည် သခါရမှုများ ပြုလာကြသည်နှင့်အမျှ ပြုပြင်မှုတွေ၊ တိုးတက်မှုတွေများလာသည်နှင့်အမျှ၊ သိပ္ပံပညာတွေထွန်းကားလာသည်နှင့် အမျှ၊ လူနေမှုစနစ် အဆင့်မြင့်မားလာသည်နှင့်အမျှ ဒုက္ခတွေ များလာသည်ဟု သူယုံကြည်သည်၊ သခါရမှုတွေကို ပြုလျက်ဖြင့်ပင် သုခကို လိုက်ရှာနေကြ၏။

တံလျှပ်ကိုရေထင်၍ ပြေးနေသည့် ရွှေသမင်လိုပင် ရှာလေဝေးလေ

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်နေ၏၊ အမှန်မှာ သုခအစစ်အမှန်ဟူသည် ငြိမ်းအေးခြင်းသာဖြစ်၏၊ ဝေဒယိတသုခဟူသည် ချမ်းသာအစစ်မဟုတ်သေးကြောင်းကို သူတွက်ဆမိသည်။

နောက်ဆုံးတွင် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သာသနာ့ရိပ်သာ၌ သူအားထုတ်ခဲ့ရသည့်အတွက် သုခနှင့်ဒုက္ခအပေါ် အမှန်အတိုင်းခွဲခြား၍ သဘောထားတတ်လာခြင်း၊ လောကဓံကို ရင်ဆိုင်ဝံ့သည့်သတ္တိရှိလာခြင်း၊ ငြိမ်းအေးချမ်းသာအောင် စိတ်ထားတတ်လာခြင်း စသော အကျိုးများကို လက်ငင်းချက်ချင်း ရရှိလာပေသည်။

ထို့ပြင် သတိပဋ္ဌာန်တရားသည် အခြားသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများနှင့် ကောင်းစွာ ကွဲပြားခြားနားခြင်း၊ ရှုပွားရသည်မှာ လွယ်ကူခြင်း၊ စိတ်ချယုံကြည်ရခြင်း၊ ယုတ္တိဗေဒနည်းလမ်းကျခြင်း၊ တကယ်ကျင့်လျှင် တကယ်အကျိုးခံစားရခြင်း၊ ပွားများနေစဉ်တွင်ပင် အချိန်ကာလမခြားဘဲ စိတ်တည်ငြိမ်လာခြင်းတို့ကိုလည်းရရှိကြောင်း သူ၏စာအုပ်အနှံ့အပြားတွင် ဖော်ပြထား၏။

သတိပဋ္ဌာန်တရားများကို အားထုတ်ပြီးသော မစ္စတာရှပ်တော့သည် သတ္တလောကကြီးအတွက် မည်မျှကျယ်ပြန့်စွာ သဘောပေါက်သွားသနည်းဟူမူ။

"အစိုးရဌာနများ၊ ရုံးများ၌ပင် ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ကျင့်ကြံပွားများစေသင့်ကြောင်းနှင့် ယင်းသို့ ပွားများလျှင် လုပ်ငန်းများပိုမိုချောမွေ့စွာ အောင်မြင် မည်ဖြစ်ကြောင်း" အထိ သူသဘောပေါက်သွားခဲ့လေသည်။

ဤဘာသာပြန်စာအုပ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းအကြောင်းအရင်းမှာ ဤအမှာစာ ရေးသူ နိုင်ငံခြားသွားရမည်ဟု အများက သိလာချိန်ဝယ် တရားသူကြီး (အငြိမ်းစား) ဒကာကြီး ဦးသိန်းဟန်က မူရင်းအင်္ဂလိပ်စာအုပ်ကို မိမိဖတ်ရန် ခေတ္တလာပေးထား၏၊ စာပေပေါင်းကူးပုံနှိပ်တိုက်ပိုင်ရှင် ဒကာကြီး- ဦးတင်မောင်က မိမိစားပွဲပေါ်တွင် ထိုစာအုပ်ကို တွေ့ရှိသွား၍ ဘာသာပြန်ရန် အကြံဖြစ်ပေါ်လာပြီး မြန်မာပြန်စာအုပ်ဘဝသို့ ရောက်ရှိလာခြင်းပင်။

http://www.dhammadownload.com

ဘာသာပြန်ဆရာသည်ကား စာအုပ်ပေါင်းများစွာကို ဘာသာပြန်ဆို ရေးသားခဲ့သည့် ဝါရင့်စာရေးဆရာဖြစ်၍ ဘာသာရေးကို နောက်ခံထား၍ ဒဿနပိုင်းဆိုင်ရာတို့ဖြင့် ထုံမွှမ်းထားသော ဤစာအုပ်ကို မပျင်းမရိစေဘဲ စာဖတ်သူ၏ နှလုံးအိမ်သို့ အလွယ်တကူ ရောက်ရှိအောင် ပို့ဆောင်နိုင်မည်မှာ အမှန်မုချပင်။

ဤအမှာစာရေးသူ အနေဖြင့် စာဖတ်သူများကို အထူးမှာကြားလိုသည်မှာ ဤစာအုပ်သည် ဒဿနပိုင်းဆိုင်ရာ လေးနက်သည့် အတွေးအခေါ်များဖြင့် တင်ပြ ထားသော စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်၍ ခုန်ပျံကျော်လွှား၍ အလောသုံးဆယ် ဖတ်သည့် နည်းဖြင့် အသုံးမပြုဘဲ ဖြည်းဖြည်းလေးလေး အေးအေးဆေးဆေး တွေးတွေးဆဆ ဖတ်ရှုရန်ပင် ဖြစ်ပါကြောင်း။

အရှင်ကေလာသ
သာသနဓဇသိရီပဝရ ဓမ္မာစရိယ
ဒီဃဘာဏက ဒီဃနိကာယကောဝိဒ၊
မဟာစည် သာသနာ့ရိပ်သာ ရန်ကုန်မြို့။

နေ့စွဲ၊ ၁၉၇၉-ခု၊ မတ်လ ၃-ရက်။

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၁)

ကမ္မဋ္ဌာန်းပွားရန် ဆုံးဖြတ်ရခြင်းအကြောင်းရင်း

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများအားထုတ်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ မကြာသေးမီအချိန်ကာလအထိ ထွက်ခဲ့ပြီးသမျှသော စာအုပ်အရေအတွက်သည် ရေတွက်မှန်းဆ၍ မရနိုင်လောက်အောင်ပင် မြားမြောင်လှပေသည်၊ ယင်းတို့အနက် အချို့သည် အထူးတလည်လည်း ကောင်းမွန်လှပါ၏။

သို့သော်- ယေဘုယျ စာဖတ်သူ တစ်ယောက်အဖို့ အနှစ်အသားကို နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းလေသည်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ဆိုသည်မှာ စိတ်ဓါတ်ကြွနိုင်မှုမရှိသူတို့၏ အရသာဖြစ်သည်ဟု စာဖတ်သူ၏ စိတ်ထဲ၌ လွဲမှားစွာ ထင်မြင်လာဖွယ်ရှိပါ၏။

အထက်ဖော်ပြပါ"ကောင်းသော"စာအုပ် အချို့မှတပါး အခြား အခြား

http://www.dhammadownload.com

သော စာအုပ်များမှာမူ ကမ္မဋ္ဌာန်းစာအုပ်တို့၏ ထုံးစံအတိုင်း ခက်ခဲနက်နဲ၍ အသိခက် အလုပ်ခက်အောင် ရေးသားပြုစုထားသည့် အားလျော်စွာ စာဖတ်သူများအနေဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပွားများအားထုတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ငါတို့လူသာမန်တို့၏ကိစ္စ မဟုတ်ပါတကား၊ ပုဂ္ဂိုလ်ထူး ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တွေ၊ မဟာပုရိသတွေ၏ အလုပ်ပါတကားဟု ခံယူလျက် စိတ်ဓာတ် ဆုတ်နစ်လာဖွယ်သာရှိ၏။

ကျွန်တော်၏ ရည်ရွယ်ချက်သည် အထက်ဖော်ပြပါ စာအုပ်များကို ရေးသား ပြုစုခဲ့ကြကုန်သော နောင်တော့် နောင်တော်များ၏ ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် တူညီ ခြင်းမရှိပါချေ၊ စာဖတ်သူများကို ညွှန်ကြားပြသမှုပြုလိုသော အာသီသ ကျွန်တော့် ရင်တွင်း၌ မကိန်း။

ကျွန်တော်၏ဆန္ဒကား မြန်မာပြည် ရန်ကုန်မြို့ရှိ သာသနာ့ရိပ်သာသို့ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် သွားရောက်ပြီး လက်တွေ့ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပွားများအားထုတ်ခဲ့ပုံနှင့် တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ရပုံ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်များကို အရင်းအတိုင်း တင်ပြရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ အတွေ့အကြုံများနှင့်တကွ အကျိုးသက်ရောက်မှုတို့သည် စာဖတ်သူများအတွက် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ဖြစ်လိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော်ယူဆပါသည်၊ ဤကဲ့သို့ ဆိုလိုက်ခြင်းကြောင့် ကျွန်တော့်တွင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားနှင့် ပတ်သက်၍ အထူးအဆင့်မြင့် အရည်အချင်းများ ပြည့်ဝနေပြီဟု ညွှန်းဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။ အထွေထွေသော ကမ္မဋ္ဌာန်းသုတများ ပြည့်ဝကုံလုံခြင်းမရှိသေးပါကြောင်း ဖြင့်သာ မိမိကိုယ်မိမိ ယူဆလျက်ရှိပါသည်။

ဝိညာဉ်ဝါဒဘက်သို့ ယိမ်းသည့် ထူးခြားဆန်းကြယ်သော စိတ်တန်ခိုးမျိုးကင်းမဲ့သည့်နည်းတူ စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်မှု အဆင့်အတန်းမှာလည်း ကျွန်တော်သည် သာမန် အလယ်အလတ်တန်းစားမျှသာဖြစ်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော် ရှုပွားနိုင်ခဲ့သော သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကျင့်စဉ်ကို မည်သူမဆို ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ဖွယ်ရှိပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

တရားအားထုတ်ခဲ့စဉ် အတွင်း၌ ကျွန်တော်ရရှိခဲ့သော အတွေ့အကြုံမျိုးနှင့် စိတ်ဝယ်ဖြစ်ပေါ်လာမှုမျိုးကို လူတိုင်း ခံစားနိုင်ပါသည်၊ ယင်းတို့မှ ထွက်ပေါ်လာသော အကျိုးတရားများကိုလည်း မည်သူမဆို သိမ်းပိုက် ရယူနိုင်ပါသည်။

တကယ်တော့ အကြင်သူသည် နီဗွရူဝ ရုန်းကန်ပြေးလွှားလှုပ်ရှားနေရသော မိမိ၏ ဘဝလုပ်ငန်းခွင်မှ ခေတ္တခဏမျှဆိုသလို အနားယူလျက် သတိပဋ္ဌာန် ပွားနိုင်ငြားအံ့၊ ထိုသူသည် ကျွန်တော်ခံစားခဲ့ရသည့် ကာယစိတ္တနှစ်ဝသော အတွေ့အကြုံနှင့် အကျိုးတရားတို့ကို မုချမဖည်လှမ်းမိ ရယူနိုင်မည်သာတည်း။

နောက်အခန်းများ၌ အသေးစိတ် ဆက်လက်ဖော်ပြဦးမည် ဖြစ်သည့်အတိုင်း တအားအိပ်, တအားစားသည့် ကျွန်တော့်အကျင့်စရိုက်များကို တရားအားထုတ် စဉ်အတွင်း၌ ပြောင်းလဲခဲ့ရပါသည်၊ အလုပ်စခန်းဝင်သူတို့အတွက် သတ်မှတ်ထားသော အချိန်ဇယားမှာလည်း ရုတ်တရက်ကြည့်လျှင် ပြင်းထန်လွန်းသည်ဟု ထင်ဖွယ်ရှိပါ၏။

သို့သော်-ကျွန်တော်၏ မွေးရာပါ အနောက်တိုင်း အလေ့အထတို့သည် အလွယ်တကူပင် ပြောင်းလဲလျော့ပါးသွားပါသည်။ ယင်းသို့ ပုံစံပြောင်းရန် တခုတ်တရပင် ကြိုးပမ်းခြင်းမပြုရပါ၊ ဒုက္ခနှင့်ဒေါမနဿတို့ကိုလည်း ခံစားမနေရပါ၊ ထိုသို့ အခြေအနေတစ်ရပ်မှ တစ်ရပ်သို့ မခဲမယဉ်းကူးပြောင်းနိုင်သည်မှာ ကျွန်တော်၏စိတ်နှင့်တကွ အာရုံကြောများကို လျော့ထားသောကြောင့်ဟူ၍ ယူဆနိုင်စရာရှိပါသည်။

ဥပမာဆောင်ရမည်ဆိုပါလျှင် ကျွန်တော်သည် ကျောင်းသစ်တစ်ခုသို့ စတင် တက်ရောက်ရသည့် ကျောင်းသားကလေးတစ်ယောက်အလား ဖြစ်သွားရာ အချိန်ဇယားအတိုင်း နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်နေရသော တာဝန်တို့သည် တစ်နည်းတစ်ဖုံအားဖြင့်တော့ စိတ်ပျက်စရာကောင်းလောက်အောင် ငြီးငွေ့ဖွယ်ဖြစ်နေသည်ဟု အာရုံသက်ရောက်နေခြင်း မရှိတော့ပါချေ။

http://www.dhammadownload.com

မြန်မာပြည်၌ ရှင်ရဟန်းများ မဟုတ်ကြကုန်သော သာမန်လူဝတ်ကြောင်တို့ သည်ပင်လျှင် လုပ်ငန်းမှ အငြိမ်းစားမယူမီ ကာလအတွင်း၌ သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်ရာ အလုပ်စခန်းသို့ အချိန်အခါအားလျော်စွာလာရောက်ပြီး တရားအားထုတ်လေ့ရှိကြ၏။

ထို့နောက် အသက်အရွယ်ကြီး၍ လုပ်ငန်းခွင်မှ အနားယူချိန်ကျရောက်လာလေသည်၊ ဤတွင် မြန်မာလူမျိုး အများအပြားသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာတစ်ခုခုသို့ သွား၍ အနည်းဆုံး ၆–ပတ်ကြာမျှ ကြိုးကြိုးပမ်းပမ်းဆက်တိုက် တရားအားထုတ်လေ့ရှိသည်။

ယင်းသို့ တရားအားထုတ်သူများထဲတွင် နိုင်ငံရေးအရ စီးပွားရေးအရထင်ပေါ်ကျော်ကြားသော ပုဂ္ဂိုလ်များ ပါဝင်သည်။

မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ၌ ကျွန်တော် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်နေစဉ် အချိန်အတွင်း၌လည်း ထင်ရှားသော ပုဂ္ဂိုလ်အများအပြား လာရောက် အားထုတ်ကြရာ ယင်းတို့အထဲတွင် မကြာမီက အငြိမ်းစား ယူခဲ့သော ရန်ကုန် ရဲအဖွဲ့၏အကြီးအကဲလည်း တစ်ယောက်အပါအဝင်ဖြစ်သည်၊ သူသည် "မွမ်းမံသင်တန်း"ကို လာရောက်တက်ခြင်းပင်တည်း။

တစ်နေ့၌ သူသည် ကျွန်တော်နှင့် လာရောက် တွေ့ဆုံပြီး မည်သည့်အတွက် သတိပဋ္ဌာန်ပွားများရန် လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြသည်။

ကျွန်တော်၏အခန်းနှင့် ကပ်လျက်တည်ရှိသော အခန်း၌ နွားနို့ထုတ်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းပိုင်ရှင် လူငယ်တစ်ယောက်ကို တွေ့ရသည်၊ သူသည်နွားနို့များကို သိပ္ပံနည်းကျ ပိုးမွှားကင်းစင်အောင် လုပ်ပြီးမှ စားသုံးသူများသို့ ရောင်းချ ဖြန့်ဖြူးခြင်းဖြစ်၏၊ သူ၏လုပ်ငန်းမှာလည်း မြို့တော်တခွင်၌ အလျှင်အမြန်ပြန့်နှံ့လျက် ရှိနေချေပြီ။

သူသည် သွက်လက်ချက်ချာ၍ လောကီရေးရာကို အဓိကထားသော လူငယ်တစ်ယောက် ဖြစ်စေကာမူ ရိပ်သာတွင် အရင်ကလည်း တစ်ကြိမ်

http://www.dhammadownload.com

လာရောက် တရားအားထုတ်ပြီး ဖြစ်ကြောင်းသိရ၏၊ သို့သော်-သူ့ကို အကဲခတ်ရသည်မှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်အားထုတ်ရာဝယ် လေးလေးနက်နက် တင်းတင်းရင်းရင်းရှိပုံ မပေါ်ပေ၊ သူ့အား ဖနီးသည်က နေ့စဉ် ဝတ်မပျက် လာရောက်တွေ့ဆုံသည်ကိုလည်း မြင်ရသည့်နည်းတူ၊ သူသည် အခြားသော ဘဝတူ၊ "သင်တန်းသားများ" နှင့်လည်း "ဆိုရှယ်ကျ"(ပေါင်းသင်းရောနှော) လွန်းလှသည်။

နေ့စဉ် လုပ်ငန်းခွင်ဝင်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ စိစ်ဆေးကြီးကြပ်နေခြင်း မရှိသော်လည်း ဝိုင်းဖွဲ့စကားပြောခြင်း၊ စာဖတ်ခြင်းတို့ကိုမူ ပြင်းထန်စွာတားမြစ်သည်။

အထူးသဖြင့် အထက်တန်း တရားပွားများ အားထုတ်ကြကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဤမည်သော ပညတ်ချက်ကို ပိုမိုလိုက်နာရသည်၊ ယေဘုယျအားဖြင့် ဖော်ပြရသော် ပိုမို၍ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကြိုးကြိုးပမ်းပမ်း တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်လေ့ရှိကြသည်မှာ ရဟန်းတော်များ ဖြစ်လေ့ရှိကြ၏၊ ရဟန်းတော်များထဲမှ အများအပြားသည် အထက်ဖော်ပြပါ ပညတ်ချက်နှစ်ရပ်နှင့်အညီ အချိန်ကာလ ကြာမြင့်စွာ တရားအားထုတ်ကြလေသည်။

မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ကျွန်တော်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်အားထုတ်ရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့သနည်း၊ ယင်းသို့ အားထုတ်ရန် ဌာနအဖြစ် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုန်းကြီးကျောင်းတစ်ကျောင်းကိုရော ဘာကြောင့် ရွေးချယ်ခဲ့သနည်းဆိုသည်တို့ကို စာဖတ်သူများ သိချင်ကြမည်ထင်ပါသည်၊ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်းမပြုပါက စာဖတ်သူများ သဘောပေါက်နိုင်ကြမည်မဟုတ်ပါ။

ဤအချက်နှစ်ရပ်လုံးသည် သိရှိရန် အထူးအရေးကြီးလှသည့် အချက်များလည်းဖြစ်ကြပါသည်၊ ထို့အပြင် ဤစာအုပ်ထဲတွင် ဖော်ပြထားသည့် အချက်တို့သည် မှန်ကန်၍ အခြေအမြစ်ရှိသော အချက်အလက်များ ဟုတ်မဟုတ် ဆိုသည်ကို စာဖတ်သူများ ဆင်ခြင် ချိန်ဆနိုင်ရန်မှာလည်း ထိုအချက်နှစ်ရပ်ကို သိမြင် နားလည်မှုပေါ်တွင် မူတည်နေပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်သည် ဤစာအုပ်၏ ပင်မအကြောင်းရင်းကို မဖော်ပြမီ အထက်ပါမေးခွန်းနှစ်ရပ်၏ အဖြေကို ဦးစွာတင်ပြရန်လိုအပ်လာပါသည်၊ ယင်းသို့ ဖော်ပြရန်ပျက်ကွက်ပါလျှင် ကျွန်တော်၏ ကမ္ဘာဒ္ဓာန်းထိုင်ရန် ဆုံးဖြတ်ခြင်းနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းတစ်ကျောင်းကို ရွေးချယ်ခြင်းတည်းဟူသော အပြုအမူကို မကြုံစဖူး ထူးထွေဆန်းပြားလှသည့် "ပြောမဆုံးပေါင် တောသုံးတောင်" ဇာတ်လမ်း အဖြစ်လည်းကောင်း၊ "ကဲ-မယုံချင်နေ" တစ်ရပ်အဖြစ်လည်းကောင်း၊ အပေါင်းအသင်း ရောင်းရင်းများက ယူဆကြဖွယ် ရှိပါ၏။

တစ်စုံတစ်ယောက်သော သူက ယခု ကျွန်တော်တို့ခေတ်လူများအား "မင်းတို့ရဲ့ လက်ရှိပစ္စုပ္ပန်ဘဝနဲ့ လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်းနှစ်ရာအကြာက လူနေမှုဘဝကို လဲလှယ်ကြည့်စမ်းပါ၊ စိတ်အေးချမ်းသာမှုကျိန်းသေ တွေ့ရှိခံစားရပါလိမ့်မယ်"ဟု အာမခံစေကာမူ ကျွန်တော်တို့ မျက်မှောက်ခေတ်လူသားတွေထဲမှာ ယင်းသို့ ကျေကျေနပ်နပ်ဖြင့် သဘောတူ လက်ခံလဲလှယ်လိုသူ မရှိသလောက် ရှားပေလိမ့်မည်။

ထိုမည်သော နှစ်ပေါင်းနှစ်ရာအကြာက လူတို့၏ ဘဝသည် (ရုပ်ရှင်များနှင့် သရုပ်မှန် ဝတ္ထုရှည်ကြီးများ၌ တွေ့မြင်ဖတ်ရှုသည့်အတိုင်း) စိတ်ကူးယဉ်ချင်စဖွယ် ရိုးရိုးသားသားနေထိုင်ကြသည် မှန်သော်လည်းကျွန်တော်တို့ ယခုခေတ်လူများက ကြိုက်ကြမည် မဟုတ်ပေ၊ ရှေးခေတ်လူတို့၏ဘဝသည် အနေစုတ်သည်၊ ကြမ်းတမ်းသည်၊ များသောအားဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့်လည်း မညီညွတ်ဟု ကျွန်တော်တို့၌ အမြင်သက်ရောက်မည်သာ ဖြစ်၏။

မမှန်ကန်သည့် စိတ်ကူးယဉ်ချက်ကို ဖယ်ရှားလိုက်သည်နှင့် တစ်ချက်တည်း ရှေးခေတ်၏ ရောဂါဘယများနှင့် အဆင်မပြေမှုများသည် ယခုခေတ်လူတို့၏ ပိုမို ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသော ဘဝအခြေအနေ အထွေထွေနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရန် ပီပြင်ပေါ်လွင်လာတော့သည်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ ကျွန်တော်တို့သည်

http://www.dhammadownload.com

သက်သောင့်သက်သာရှိမှု အဆင်ပြေမှုတို့ကို ဦးစားပေးလွန်းအားကြီးလှသည့် အလျောက် နေရာတကာ၌ သက်သာချိမှုများကင်းခဲ့သော (ဝါ) အဘက်ဘက်၌ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးရသော ရှေးခေတ်လူနေမှုကို ဆင်းရဲပင်ပန်းသည် ဟူ၍ မှတ်ချက်ချလျက် ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မည်မှာ မြေကြီး လက်ခတ်မလွဲပေ။

ထိုနည်းတူ အနှစ် နှစ်ရာက လူသား တစ်ယောက်သည်လည်း ယခု မျက်မှောက်ခေတ် လူနေမှု ဘဝအခြေအနေမျိုး၌ လာရောက်နေထိုင်ရမည် ဆိုပါလျှင်လည်း သူ့အတွက် အံဝင်ခွင်ကျ ဖြစ်နိုင်စရာ မရှိပါချေ။

"မင်းတို့ရဲ့ လူနေမှုကြီး ငါစိတ်ပျက်လိုက်တာ"ဟု မြည်တမ်း ဆလံတိုက် မည်မှာ သေချာလေသည်။

ကျွန်တော်တို့ ယခုခေတ်လူများအနေနှင့်ကား အသားကျကာ အလေ့ အကျင့်ရှိသည်နှင့်အမျှ ကျွန်တော်တို့အား ဒုက္ခပေးလျက်ရှိသော အန္တရာယ်များ အကြား ၌ အသက်ရှင် နေထိုင်ရကြားသော်လည်း အခြေအနေမှန်ကို ရိပ်စားမိရန် မလွယ် ကူပေ၊ အန္တရာယ်များကို ဖက်တွယ်ထားပါလျက် အန္တရယ်မှန်း မသိကြ၊ ဒုက္ခပေးမှန်း မသိကြ။

မျက်မှောက် လူ့ယဉ်ကျေးမှုကြီးသည်လည်းကောင်း၊ လူနေမှုစနစ်ကြီးသည် လည်းကောင်း၊ လူတို့ နေပုံ ထိုင်ပုံ စားပုံ သောက်ပုံ ဓလေ့ထုံးစံတို့သည် လည်းကောင်း၊ လူသားများအား အန္တရာယ်ပေးလျက် ရှိနေပါတကားဟု အချို့သော သူတို့ သိမြင်သဘောပေါက်ပါလျှင်လည်း (သိမြင်နားလည်ရုံမှ တစ်ပါး) ယင်းအဖြစ်ကို မည်သို့မျှ ဟန်တားနိုင်လိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။

သိပ္ပံပညာနှင့်တကွ လူနေမှုစနစ်စသည်တို့သည် ယင်းတို့၏ တိုးတက်မှု အရှိန်အဟုန်နှင့်အတူ မကောင်းကျိုးများကို တပါတည်း ဆောင်ယူလာလေ့ ရှိသည်၊ ဤသို့ဖြင့် မကောင်းကျိုးတို့သည် ခေတ်ရေစီးကြောင်းအတိုင်း ရှေ့သို့ မျောပါသွားရာ၊ ယင်းတို့အား ရဲဘော်ရဲဘက် ဖြစ်ကြကုန်သော အလီလီသော လူနေမှုပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုတို့က အကာအကွယ် ပေးလေ

http://www.dhammadownload.com

သည်။

ကျွန်တော်တို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ထိုမည်သော အဖျက်အင်အားစုတို့၏ ထုထည် အဆောက်အအုံသည် တဖြည်းဖြည်း ကြီးမားလာလျက်ရှိသော်လည်း လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် အဖျက်အဆီးတို့ လျော့နည်းသွားအောင် ထိထိရောက်ရောက် စွမ်းဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိချေ၊ အဖျက်တရားများ တည်ရှိနေပါတကား ဟူ၍ ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းရန်မှတစ်ပါး အခြားနည်းလမ်းမရှိ။

ဤစာအုပ်၏ အဓိက ရည်ရွယ်ချက်မှာ ယင်းသို့ သဘောထားနိုင်ရေးပင် ဖြစ်ပါတော့သတည်း။

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝအမြင်ကို စိတ်အားထက်သန်စွာဖြင့် ပြန်လည်သုံးသပ် ပြုပြင်နိုင်ရန်မှာ လွယ်ကူခြင်း မရှိလှပေ၊ လူနေမှုပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုတို့ကို အလွန်နှစ်သက် သဘောကျနေလေ့ရှိသည့် အားလျော်စွာ ယင်းတို့က ဖြစ်ပေါ်လာစေသည့် မကောင်းကျိုးတို့ကို မျက်ခြည်ပြတ်နေတတ်ကြ၏၊ ထို့အပြင် ကျွန်တော်တို့သည် ယနေ့အခြေအနေကို အနာဂတ်မျက်စိ (ဝါ) ကြိုတင်မြော်မြင်တတ်သော မျက်စိဖြင့်လည်း ဆန်းစစ်နိုင်စွမ်း မရှိကြပေ။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း တစ်ရာ့ငါးဆယ်မှစ၍ ကျန်းမာရေးတွင်လည်းကောင်း၊ လူတို့အား သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်စေသော လူမှုအသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများတွင်လည်းကောင်း၊ တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုများ အများအပြား ပေါ်ထွန်းခဲ့ပေသည်၊ ထိုပြောင်းလဲမှုတို့သည် ကျွန်တော်တို့ လူသားများအတွက် အဘက်ဘက်မှ အကျိုးရှိသည်ဟူ၍ မဆိုနိုင်ပေ။

ကျွန်တော်တို့၏ လူဦးရေ(ကမ္ဘာ့လူဦးရေ) အချိုးအဆသည် ကြောက်ခမန်းလိလိ တိုးတက်များပြားလာငြားသော်လည်း မသေရုံတမယ်မှတပါး ပြည့်ဝဖူလုံစွာအစားအစာ ထောက်ပံ့နိုင်စွမ်း မရှိပေ၊ ယင်းသို့ အသက်ဆက်နိုင်ရုံမျှသော အာဟာရဖြင့်သာ ကမ္ဘာ့သူကမ္ဘာ့သား မြောက်မြားစွာတို့သည် မွေးဖွားသည်မှ အိုမင်းရင့်ရော်သည့်တိုင်အောင် အချိန်ကုန်လွန်ခဲ့ကြ၏။

http://www.dhammadownload.com

ကျန်းမာရေး အခြေအနေနှင့် ပတ်သက်၍ ဆန်းစစ်ကြည့်လိုက်ပြန်လျှင်လည်း လူသားတို့၏ အသက်ဇီဝိန်ကိုဖြတ်သည့် လူဦးရေကို လျော့နည်းပြုန်းတီးစေသည့် ရောဂါများစွာ ပပျောက် ကင်းစင်သွားအောင် ကျွန်တော်တို့ စွမ်းဆောင်နိုင်ခဲ့သည်မှာ မှန်ပါ၏။ သို့သော်-ရောဂါဟောင်းများ ပပျောက်သွားလင့်ကစား တန်ခိုးထက်မြက်သည့် ရှေးကမရှိဖူးသော ဆေးဝါးအသစ်အဆန်းများ၏ လက်ချက်ကြောင့် မကြုံစဖူး ကြောက်စရာကောင်းလှသော ရှေးကမရှိဖူးသည့် ရောဂါအသစ်အဆန်းများစွာ ပေါ်ထွန်းလာ၏။

ကျွန်တော်တို့သည် လူသားတို့၏ မြားမြောင်လှစွာသော ဒုက္ခတို့ကို လျော့နည်းသွားစေလျက် မရေမတွက်နိုင်သော ဖြေဖျော်မှုများကို သစ်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာစေရာဝယ် အပြုသဘောသက်သက် အဖြစ်မျိုးသို့ ရောက်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်ခြင်း မရှိခဲ့ပါချေ။

လွန်ခဲ့သည့်အနှစ် နှစ်ရာက အသက်ရှင်နေထိုင်ခဲ့ကြသော ဘိုးဘေးဘီဘင်တို့နှင့် စာလျှင် ကျွန်တော်တို့သည် တကယ်ပင် လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများဖြင့် ပြည့်စုံခြင်း၊ နေထိုင်မှု ကာကွယ်မှု စသည်တို့နှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊ ပိုမို၍ ပညာတတ်သိလာခြင်း၊ (ဒါကလည်း "ပညာ"၏အဓိပ္ပာယ်သည် ကျွန်တော်တို့နားလည်သဘောပေါက်ထားသည့်အတိုင်း ဟုတ်ပါဦးမှ)များဖြင့် ကုံလုံလျက်ရှိသည်။

ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် ခန္ဓာကိုယ်က သာမန်အားဖြင့် ကာကွယ်နိုင်သည်တို့ကိုပင် ကြိုးပမ်းကာကွယ်ရင်းဖြင့် အကာကွယ်လွန်သည့်အဖြစ်ဆိုး(ဝါ) အန္တရာယ်ထဲသို့ ကျမှန်းမသိ ကျရောက်ရလေတော့၏။ သို့တိုင်အောင် တက္ကဝါဒီ အကြံသမားတို့သည် ဤမျှလောက် ကြံစည်စိတ်ကူးတီထွင်ရသည်ကိုပင် ရောင့်ရဲ တင်းတိမ်ခြင်း မရှိကြသေးပေ။

အန္တရာယ် အဟောင်း အဟောင်းများကို ကြိုးစားတိုက်ဖျက်ရင်းဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် တုနှိုင်းမရအောင် အသိခက်သော လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်သော အန္တရာယ်အသစ်အဆန်းများကို ဖိတ်ခေါ်ပိုက်ထွေးမိလျက်သား

http://www.dhammadownload.com

ရှိနေကြချေပြီ တကား။

ကျွန်တော်တို့သည် ရောဂါပိုးမွှားများ ကင်းစင်အောင် လုပ်ကြသည်၊ ရောဂါ မစွဲကပ်နိုင်အောင် စီမံကြသည်။ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးများကို ဆောင်ရွက်ကြသည်၊ ထိုမည်သော စီမံလုပ်ဆောင်ချက်တို့သည် မရပ်မနား ရှေ့သို့ ခရီးဆက်လက်နေကြမည်လည်း ဖြစ်ပေသည်၊ ကာကွယ်မှု ကာကွယ်ဆေးမှန်သမျှဖြင့် လိုလေသေးမရှိအောင် ပြည့်စုံသည့် အခြေအနေအထိ ကျွန်တော်တို့ ဆက်လက်ကြိုးပမ်းကြဦးမည်လည်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့၏ စီမံဆောင်ရွက်ချက်တို့သည် မိမိတို့ကိုယ် မိမိတို့သာ အကာအကွယ်ပေးသည် မဟုတ်ပါ၊ ရောဂါပိုးမွှားများကိုပါ ကြိုတင် အကာအကွယ်ပေးရာ ရောက်ပေသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ရောဂါပိုးတို့သည် ကျွန်တော်တို့ မှီခိုအားထားရာ ဆေးဝါးများနှင့် ယဉ်ပါးသွားကြကာ "ဆေးပြီး"သွားသောကြောင့်တည်း။

အထက်ပါအတိုင်း မိမိတို့ကိုယ်မိမိတို့ လိုသည်ထက်ပိုအောင် ကာကွယ်လွန်းသောအခါ၌ ခန္ဓာကိုယ်၏ သဘာဝခံနိုင်စွမ်း၊ တစ်နည်း ပင်ကိုယ်ခံနိုင်စွမ်းသည်လည်း လျော့ပါးသထက် လျော့ပါးလာတော့၏။

လူနေမှုအဆင့်အတန်း မြင့်မားတိုးတက်လာခြင်းအားဖြင့် ရုပ်ခန္ဓာကို တရားလွန် ကာကွယ်မှုများလည်း အုံစဖွယ် ထွန်းကားပေါ်ပေါက်ခဲ့ချေပြီ၊ မရပ်မနား တိုးတက်လျက်ရှိသော ခေတ်လူတို့၏ လူမှုရေးအဖြာဖြာတို့သည် ကျွန်တော်တို့အား နံနက်မိုးသောက်၍ မျက်စိနှစ်လုံး ဖွင့်ချိန်မှ ညဦးနက်သန်းခေါင် မျက်စိနှစ်လုံး ပိတ်ချိန်အထိ ဒုက္ခပေးလျက်ရှိသည်ဟုဆိုရာ၌ တော်ရုံသဖြင့် မဟုတ်ပါ။

ကျွန်တော်တို့၏ ရှိသမျှအာရုံကြောများအတွင်းသို့ ထိုးဖောက်စိမ့်ဝင်ကာ မညှာမတာ အနှောင့်အယှက်ပေး၍ နေခြင်းသာဖြစ်ပါသည်၊ ယင်းသို့ လူနေမှုပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုတို့မှ ဆင့်ပွား ထွက်ပေါ်လာကုန်သော အနှောင့်အယှက်များသည် ကျွန်တော်တို့အား နိုးနေချိန်၌ သည်မျှ ဒုက္ခပေးရုံဖြင့် အားရတင်း

http://www.dhammadownload.com

တိမ်ခြင်း မရှိကြသေးဘဲ ကျွန်တော်တို့အား မကြာခဏဆိုသလို အိပ်ပျော်နေချိန်၌ပါ ဒုက္ခပေးလေ့ ရှိပြန်လေသည်။

ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများ၊ မိမိ၏ တိုင်းရေးပြည်ရေးပြဿနာများ၊ နိုင်ငံတကာအရေးအခင်းများကလည်း သောင်းခြောက်ထောင်၊ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လျင်မြန်သော အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ဤကိစ္စတွေက မရပ်မနား ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိပေသည်၊ သည်မျှနှင့်ပင် ရပ်တဲ့နေဦးမည်မဟုတ်၊ မကြာမီအချိန်အတွင်း၌ ဂြိုဟ်အချင်းချင်း ဆက်ဆံရေးများ၊ မပြေလည်မှုများ၊ ပြဿနာများ၊ အရှုပ်အထွေးနှင့် တင်းမာမှုများနှင့် ကျွန်တော်တို့တစ်တွေ တွေ့ကြုံရဦးမှာကလည်း မုချ။

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်အေးချမ်းသာစွာဖြင့် နေရသည်ဟူ၍ မရှိ စိတ်လှုပ်ရှားပြီးရင်း လှုပ်ရှားနေရပေသည်၊ ရင်တွင်း၌ လေးလံတင်းကျပ်နေရသည့် အချိန်ကာလသည်လည်း ကျွန်တော်တို့ အတွက်မဆုံးတော့၊ သို့ဖြင့် အက်ဒရီနယ်ဂလင်းခေါ် ကျွန်တော်တို့၏ ဦးကျောက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဂလင်းများ (ဝါ) အင်္ဂါအကြိတ်အဖုကလေးများသည် မည်သည့်အခါမျှ အားလပ်ရသည် ဟူ၍မရှိ၊ အချိန်ပို "အိုဗာတိုင်"ဆင်းပြီးရင်းဆင်းနေရချေသည်။

ထိုကဲ့သို့ တစ်ရံမလပ် ပူပန်ကြောင့်ကြနေရရာမှ တစ်ခဏတာမျှ အားလပ်သွားလျှင်လည်း ကျွန်တော်တို့ မနေတတ်တော့ပေ၊ အာရုံများထွေပြားနေရသည်ကိုပင် အလေ့အကျင့် ဖြစ်နေသည်၊ တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းအရာပေါ်သို့ အာရုံသက်ရောက်မှု မရှိအောင်လည်း ကျွန်တော်တို့သည် မိမိတို့၏စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်စွမ်းမရှိကြ။

ယင်းသို့ စိတ်တည်ငြိမ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမှန်း မသိသည့်အတွက် စိတ်ငြိမ်လိုသောအခါတွင် ဆေးဝါးများကို မှီဝဲအားကိုးခြင်း ပြုရလေတော့သည်၊ အာရုံကြောများ လျော့အောင် ပြုလုပ်ပေးသော ဆေးဝါးများရှိသကဲ့သို့ အနားယူ အပန်းဖြေပြီးသောအခါ၌ အာရုံကြောများ ပြန်လည် လှုပ်ရှား

http://www.dhammadownload.com

လာအောင် (ဝါ) စိတ်ဓာတ်တက်ကြွလာအောင် စွမ်းဆောင်ပေးသော ဆေးဝါးများလည်းရှိ၏။

ကျွန်တော်တို့အား အိပ်ခိုင်းသည့် အိပ်ဆေးများရှိသလို ကျွန်တော်တို့အား မျက်စိကြောင်နေစေသည့် အိပ်မပျော်ဆေးများလည်း ရှိသည်။ ရုပ်ခန္ဓာသက်သာအောင် သခါရမှုများကို ပြုရာဝယ် မမျှော်လင့်သော မကောင်းကျိုးများ အမှတ် မထင်ပေါ်ပေါက်လာသည့်နည်းတူ ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်ကို သက်သာအောင် ပြုလုပ်ရာ၌လည်း မမျှော်လင့်သော မကောင်းကျိုးများ ထွက်ပေါ်လာလေသည်။

စိတ်ဖြေဆေးများတွင်လည်း သဘာဝဖြေဆေးသည်သာ အကောင်းဆုံးဆေး ဖြစ်ပေသည်၊ ကျွန်တော်တို့၏ အာရုံကြောများသည် လေးလံတင်းကျပ်လွန်းနေပြီဖြစ်ရာ ယင်းတို့အတွက် အသင့်လျော်ဆုံး သဘာဝဖြေဆေးတစ်မယ် ရရှိရန်မှာ အရေးအကြီးဆုံး ကိစ္စတစ်ရပ်ဖြစ်လာသည်၊ သို့ရာတွင် ယခုအချိန်ထိ ထိုသို့သော ဆေးကောင်းတစ်လက် မရှိသေးပေ။

"အပန်းဖြေစရာ နည်းလမ်းတွေပြည့်လို့၊ ကြိုက်ရာနည်းရွေးပြီး အလွယ်တကူ အပန်းဖြေနိုင်တာပဲ၊ ဒီကရှေ့ဆိုရင် လုပ်ငန်းတွေမှာ စက်မှုပိုင်းဆိုင်ရာတွေ ထပ်မံ တိုးတက်လာဦးမှာမို့ ခလုတ်နှိပ်လိုက်ရုံနဲ့ ကိစ္စတွေအားလုံးပြီးမှာ၊ လူတွေအတွက် အလုပ်ချိန်တွေ လျော့သွားဦးမယ် မဟုတ်လား၊ အပန်းဖြေအနားယူဖို့ အခွင့်အရေးတွေ ပိုများလာလိမ့်ဦးမယ်"

အချို့သောသူတို့က အထက်ပါအတိုင်း ပြောကောင်းပြောမည်ဖြစ်ပါသည်။

မှန်ပါသည်၊ ထိုကဲ့သို့ ဖြစ်လာလေ လူသားများအတွက် မကောင်းလေ ဖြစ်ပါသည်၊ အာရုံကြောများ တင်းကျပ်မှုကြောင့် ရောဂါများလည်း ပိုမိုများပြား လာမည်မှာသေချာသည်၊ ဖြစ်ပေါ်လာအံ့သော အန္တရာယ်ကို ကြိုတင်မြင်ပြီး လူများအေးငြိမ်းချမ်းသာစွာ နေထိုင်နိုင်ရေးအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများကို ပြုလုပ်ထားနိုင်ပါမှသာ တန်ရုံကျပေမည်။

http://www.dhammadownload.com

ယခုအခါ၌ လူတို့သည် အပန်းဖြေကြသည်ဆိုရာဝယ် များသောအားဖြင့် အပန်းဖြေရာ မရောက်ကြပေ၊ အသစ်သော စိတ်ပန်း လူပန်းဖြစ်မှုတစ်ရပ်ကိုသာ ထပ်မံဖိတ်ခေါ်ရယူရာ ရောက်ပေသည်။

စစ်မှန်သော အပန်းဖြေမှုဆိုသည်ကို လူများစုတို့ မသိကြပေ။

ထိုသို့ ပြောလိုက်သည်ကို အချို့က ဇာရာထာသိချဲ့၍ပြောခြင်း၊ သို့မဟုတ် အဆိုးမြင် ဝါဒဘက်မှ ကြည့်မြင်သုံးသပ်ခြင်းဟု ထင်ကောင်း ထင်မည်ဖြစ်ပါသည်၊ အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အမြင်၌ လူတို့၏ ယခု ပစ္စက္ခဘဝသည် ကောင်းမွန်သာယာသော ဘဝဟူ၍ ယူဆနိုင်ဖွယ်ရှိပေသည်။ ယင်းသို့လည်း ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ အာရုံကြောများ တင်းကျပ်မှုကို လျှော့ပါးပြေပျောက်အောင် မည်သည့်နည်းလမ်းများကို ကိုင်စွဲကျင့်သုံးကြမည်နည်း၊ ဤမည်သော အတတ်ပညာကို ကျွန်တော်တို့ မျက်ခြေပြတ်လျက်ရှိပေသည်၊ ကျွန်တော်တို့သည် ခေတ်ဟောင်းလူတို့ စိတ်ပန်းဖြေသည့် နည်းလမ်းအတိုင်းသာ အလွယ်တကူ လိုက်လုပ်လေ့ရှိကြသည်၊ ယင်းသို့ ကျင့်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် ကိုယ်တိုင်လည်း ပါဝင်စရာမလိုပေ၊ သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်မှုလည်းမရ။

ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် "လူအနည်းငယ်"ကို ငေးကြည့်ရသူများ ဖြစ်လာတော့၏၊ ထို"လူအနည်းငယ်"သည် ကျွန်တော်တို့၏ ဆန္ဒကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်စွမ်းရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများပမာ ဖြစ်လာသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် သူတို့ကို ငေးကြည့်ရင်းဖြင့် ဇာတ်ကောင်တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ နေရာ၌ ကိုယ်တိုင်ပါဝင်နေရဘိသည့်အလား ခံစားလာရသည်၊ ဇာတ်ကောင်က အန္တရာယ်ပြုလိုက်လျှင် (ဝါ)ရန်သူကို နှိမ်နင်းလိုက်လျှင် မိမိ ကိုယ်တိုင် စွမ်းဆောင်လိုက်ရသည့်နှယ် ထင်လာလေ့ရှိသည်။

ရုပ်ရှင်ကြည့်သောအခါ၌ မင်းသား၊ သို့မဟုတ် မင်းသမီး ခံစားနေရသည့် သုခ ဒုက္ခတို့သည် သူတို့ပိုင်ပစ္စည်း မဟုတ်တော့ပဲ ကျွန်တော်တို့၏

http://www.dhammadownload.com

ရင်တွင်းသို့ ကူးပြောင်း ကိန်းအောင်းလာသည် မဟုတ်ပါလော။

ဘောလုံးပွဲ သွားကြည့်သောအခါတွင်လည်း ဂိုးဝင်အောင်၊ သို့မဟုတ် ဂိုးပေါက်ချော်အောင် ကန်လိုက်သော ခြေထောက်သည် ဘောလုံးသမား၏ ခြေထောက်မဟုတ်ဘဲ ကျွန်တော်တို့၏ ခြေထောက်ဖြစ်နေသကဲ့သို့ ရင်ထဲ၌ ခံစားရသည် မဟုတ်တုံလော။

ဤနည်းဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်လှုပ်ရှားမှုသည် ခံနိုင်စွမ်းထက် အတိုင်းအတာကျော်လွန်သွားပြီး အက်ဒရီနယ်ဂလင်းခေါ် ဦးဏှောက်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြိတ်အဖု ကလေးများသည် သူတစ်ပါး၏ ပျော်ရွှင်မှု သို့မဟုတ် အလွမ်းအဆွေးတို့ကို လည်းကောင်း၊ ဘောလုံးကန်ရာတွင် ဂိုးဝင်မှု မဝင်မှုတို့ကို လည်းကောင်း မိမိ၏ ကိစ္စမဟုတ်ပါဘဲလျက် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ကိစ္စပမာ တာဝန်ယူ ထိခိုက်လှုပ်ရှားပေးနေရတော့၏။

အချို့သော သူတို့သည် ယင်းအဖြစ်ကို သဘောပေါက်ကြ၍ စိတ်လှုပ်ရှားရခြင်းကို ကြိုးစားပယ်ရှားလေ့ရှိကြသည်၊ သူတို့သည် အေးငြိမ်းသာယာမှုကို ခံစားနိုင်ရန် မိမိတို့၏ အိပ်ခန်းများ၊ အနားယူခန်းများထဲတွင် ဘဝင်အေးစေသည့် တောတောင်သဘာဝ ရှုမျှော်ခင်း ပန်းချီကားများကို ချိတ်ဆွဲထားလေ့ရှိကြ၏။ တောရိပ်တောင်ရိပ် မြက်ခင်းပြင် စမ်းရေတို့၏ အငွေ့အသက်ကြောင့် အေးငြိမ်းသောပီတိကို ရယူခံစားနိုင်ပေသည်။ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်နေရသော ဘဝအဆင်မပြေမှုများမှ အနည်းကျဉ်းဆိုသလို သက်သာခွင့်ရနိုင်စရာလည်း ရှိပေသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် ဆွစ်ဇာလန်ပြည်၏ ဆွတ်ပျံ့ဖွယ် ရှုမျှော်ခင်းများဖြစ်ကြသော တောင်များ၊ ရေကန်များသို့ လေယာဉ်စီးကာ အလွယ်တကူသွားရောက်နိုင်သည်ကတော့ မှန်ပါသည်၊ သို့သော် ခံစားမှုတစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာရန် ပင် ယခုအခါတွင် ဆထက်ထမ်းပိုး တိုး၍ ခဲယဉ်းလာသည်၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှု ဖြစ်ရန်ကိုမူ အသာကလေးထားပါဦး၊ သဘာဝအလှအပများနှင့် မျက်နှာချင်း

http://www.dhammadownload.com

ဆိုင် တွေ့ဆုံရသောအခါ၌ ခံစားတတ်သော သတ္တိဖြစ်ပေါ်ရိုးထုံးစံရှိသော်လည်း ယခုသော် ထိုမည်သော ခံစားနိုင်စွမ်းကလေး ဖြစ်ပေါ်လာရန်ပင် မလွယ်တော့ပါချေ။

လေယာဉ်ပျံကြီး စီးပြီး ခရီးသွားသော်လည်း အသွားသာ အဖတ်တင်သည်၊ ခံစားမှု ဖြစ်ပေါ်လာအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်ခြင်းမရှိပါ။ တကယ်တော့လည်း ယင်းနည်းလမ်းမျိုးဖြင့် အေးငြိမ်းမှုရှာသည် ဆိုသည်ကားမှန်ကန်ခြင်းမရှိပါ၊ ထိုနည်းသည် အလွန်ဆုံး ကျွန်တော်တို့၏ မှုမမှန်ဖြစ်နေသော စိတ်ကို တဒင်္ဂမျှသာ သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်စေနိုင်မည်သာတည်း။

စင်စစ်၌ စိတ်၏အခြေအနေမှန်ကို သုံးသပ်သိမြင်နိုင်ရန် တောင်များ၊ ပင်လယ်များ စသော သဘာဝရှုမျှော်ခင်းများ၏ အကူအညီမလိုအပ်ပါပေ၊ ကျွန်တော်တို့သည် ဤမည်သော မှန်ကန်ချက်ကို အမှတ်တမဲ့ ဖြစ်နေကြလေသည်။

အဓိကအကျဆုံးသော အချက်ကား အရည်အသွေးအားဖြင့် ယိုယွင်းလျက်ရှိသော ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်စွမ်းအင်ကို ပြန်လည်ကြံ့ခိုင်တည်ငြိမ်လာအောင် လေ့ကျင့်တည်ထောင်ရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်၊ ယင်းသို့ လေ့ကျင့်ပြုပြင်ခြင်း မရှိပါက ကျွန်တော်တို့၏စိတ်သည် အလွန်ပျော့ညံ့၍ ထူးခြားမှု ကင်းမဲ့သည့် အဖြစ်သို့ ကျရောက်သွားမည်သာ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည်လည်း လူဟူ၍ ဆိုနိုင်ရုံမျှ အဆင့်အတန်းထိ နိမ့်လျှောသွားမည်သာ ဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော်တို့သည် အချက်နှစ်ရပ်ကို လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်လာပေသည်။

(၁) အချက်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ ခံစားမှုကို ဗာဟိဒ္ဓလောက (အပြင်လောက) ပေါ်သို့ သက်ရောက်ခြင်း မရှိအောင် ဆင်ခြင်သိမ်းယူ၍ အဇ္ဈတ္တလောက (အတွင်းလောက)၌သာ သက်ရောက်နေစေရန် ဖြစ်ပါသည်၊ အဇ္ဈတ္တလောက၌ လုံခြုံမှုကို မိမိဘာသာမိမိ ဖန်တီးနိုင်သည်၊ စိုးပိုင်သည်၊ မိမိ၏စွမ်းအားသည်လည်း ရုန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်း ပြုမနေရဘဲ အေးအေးငြိမ်းငြိမ်း တည်ရှိနေနိုင်သည်။

http://www.dhammadownload.com

(၂) အချက်မှာ ယခုမျက်မှောက်ခေတ်၏ အထွေထွေ အပြားပြားသော အာရုံများ၊ စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ဖွယ်များ၊ တုန်လှုပ်ချောက်ချားစရာများအား အစဉ်ထာဝရ ဥပေက္ခာပြုနိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

အထက်ပါအတိုင်း ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းနိုင်သော အခြေအနေသည် စားဝတ်နေရေးအတွက် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လှုပ်ရှားရုန်းကန်နေရချိန်၌ပင် အမှတ်မထင် ဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိပါသည်၊ ကျွန်တော်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် အေးငြိမ်းစွာ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းနိုင်သော အခွင့်အခါများလည်း ရှိကြသည်သာ။

ဥပမာအဖြစ် သင်္ဘောအရာရှိ တစ်ယောက်ကိုကြည့်ပါ၊ သူသည် အကာလ ညအခါ၌ သင်္ဘောကုန်းပတ်ပေါ်ရှိ နင်းကြမ်းထက်၌ တာဝန်ကျနေသည် ဆိုကြပါစို့၊ ပင်လယ်ထဲတွင် အသွားအလာကလည်း ရှင်းလင်းနေသဖြင့် အနှောင့်အယှက်များ ပေါ်လာမလား တစ်ခုခုနှင့်များ တိုက်မိမလား ဟူ၍လည်း ကြောင့်ကြနေရန်မလို၊ သင်္ဘော၏ ဘေးနှစ်ဘက်ကို တိုက်ခတ်လျက်ရှိသော လှိုင်းပုတ်သံမှတစ်ပါး အခြား ဘာကိုမျှ မကြားရ၊ သူသည် လှိုင်းပုတ်သံသဲ့သဲ့ကို နောက်ခံထား၍ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းနိုင်ပေသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ၌ ကျွန်တော်သည် ပင်လယ်ပြင်ပေါ်၌ လေယာဉ်ပျံဖြင့် ပျံသန်းလေ့ကျင့်ဖူးခဲ့ပါသည်၊ စက်သံမြည်ဟည်းလျက်ရှိသော လေယာဉ်ဖြင့် အပြန်ခရီးတွင် စိတ်အာရုံ ထွေပြားတင်းကျပ်မှုများအတွက် “ဖြေဆေး” တစ်ရပ် ကေန်ရှိဖို့ လိုအပ်ပြီဖြစ်ကြောင်း စဉ်းစားမိလာပါသည်၊ ထိုမည်သော ဖြေဆေးသည် တစ်ခြားမဟုတ်ပါ၊ ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်ကို စူးစိုက်တည်ငြိမ်လာအောင် ပုံမှန် လေ့ကျင့်ပေးရေးပင် ဖြစ်ပါသတည်း။

အတ္တအယူကို စွဲမြဲဆုပ်ကိုင်သည့် ဘာသာဝါဒအချို့ကို ဆန်းစစ်ကြည့်လိုက်မည်ဆိုပါလျှင် လူတို့၏ လိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်စွမ်းမပေးနိုင်ကြောင်း တွေ့နိုင်ပေသည်၊ လူများစုအနေဖြင့် ကလေးကလား အသုံးအနှုန်းများနှင့် လက်ခံနိုင်ဖွယ်မရှိသော အယူအဆများကို မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ ယုံကြည်ခြင်းပြုနိုင်

http://www.dhammadownload.com

ကြမည် မဟုတ်ပေ။

သူတို့၏ ကျမ်းစာများထဲ၌ မူရင်း အဆိုအမိန့်များထက် နောင်းလူတို့၏ အဆိုအမိန့်များက အဆမတန် ပိုမိုများပြား နေပေသည်၊ ယင်းသို့ ဖြည့်စွက်တိုးချဲ့ရင်းဖြင့် ကျမ်းစာများ၌ ကလေးပုံပြင်များ (ဝါ) ယုံတမ်းပုံပြင်များက လွှမ်းမိုးလာတော့၏။

ခေတ်မမီသည့် အချက်ကိုလည်း ယင်းကျမ်းများကပင် ဝန်ခံထားသည်။ ယင်းစာအုပ်များထဲမှ အချို့သော ညွှန်ကြားချက်များနှင့် ဆုတောင်းများသည် အလယ်ခေတ်၏ ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်ရေး အကျဉ်းစခန်းများကို ပြန်လည်ဖော်ကျူးပြသထားသည့် ပမာဖြစ်နေသည်။

အချို့သောသူများအတွက်မူ ယင်းတို့သည် နှစ်သိမ့်မှု ပေးစွမ်းနိုင်မည်ကို ကျွန်တော်မငြင်းလိုပါ၊ သို့သော် ကျွန်တော့်အနေဖြင့်ကား ဆုတောင်းခြင်းဖြင့် အပြစ်ကင်းသွားသော နည်းလမ်းထက် သာလွန်သည့် နည်းလမ်းတစ်ခုခုကိုသာ အလိုရှိပါသည်၊ ထိုနည်းလမ်းသည် လူအနည်းငယ်မှတစ်ပါး လူများစုက သဘောကျ လက်ခံလာနိုင်အောင်လည်း စွမ်းဆောင်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

ထို့ကြောင့် ပိုမိုလွတ်လပ်သော အယူသည်းမှု ကင်းစင်သော နည်းလမ်းတစ်ရပ်ကိုသာ လိုလားအပ်ပေသည်၊ လွတ်လပ်သောနည်းဖြစ်သည့် အားလျော်စွာ ပုံသေတံဆိပ်ကပ်မှုများလည်း ဖြစ်နိုင်သမျှ နည်းပါးမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် အလိုရှိအပ်သော ကျင့်စဉ်သည် သမားရိုးကျ ဘာသာတရား၏ အနှောင်အဖွဲ့မှ တတ်နိုင်သမျှ လွတ်ကင်းရန် လိုပြန်ပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုသော ဘာသာတရားကို လက်ခံသက်ဝင် ယုံကြည်မှသာ ကျင့်ကြံအားထုတ်၍ရသော နည်းလမ်းမျိုး မဖြစ်သင့်ချေ၊ လူတိုင်း ကျင့်ကြံလို့ရအောင် ကျယ်ပြန့်သည့် နည်းမျိုးသာ ဖြစ်ထိုက်သည် မဟုတ်ပါလော။

လောကကြီးသည် ယခုအတိုင်းပင် စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ် အဖြစ်များနှင့် စိတ်ပျက်စရာကောင်းလောက်အောင် တင်းကြမ်းပြည့်လျက် ရှိနေချေပြီ၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို အခြေခံသည့် နည်းလမ်းဖြင့်လည်း စိတ်အေးငြိမ်းမှုကို ရရှိနိုင်ဖွယ်မရှိ။

စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို အကြောင်းပြုလျက် အယူသည်းဘာသာရေး ဂိုဏ်းဂဏအုပ်စုအမျိုးမျိုး ကွဲခဲ့ရသည်၊ သမိုင်းစဉ်၌ ဘာသာရေးစစ်ပွဲကြီးများ ရက်စက်ဖွယ် ပေါ်ပေါက်ခဲ့ရသည်မှာလည်း စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို အဓိကထားခဲ့ကြသောကြောင့် ပင်တည်း။

စင်စစ်၌ စိတ်လှုပ်ရှားမှုသည် သည်းခံမှု၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ပင်။

နောက်ဆုံး၌ ကျွန်တော် အလိုရှိအပ်သော အရာကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ထဲမှ ရယူနိုင်ကြောင်း သိမြင်လာပါတော့၏၊ အစ ပထမက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ကျွန်တော် နားလည်ထားပုံမှာ တစ်မျိုးဖြစ်နေ၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဟိန္ဒူယောဂ ကျင့်စဉ်ကဲ့သို့ ကျင့်စဉ် တစ်မျိုးဟူ၍ ယူဆလေ့ရှိကြသည်၊ ဘာသာရေး ယုံကြည်ချက်အပေါ်တွင် မူတည်သည်ဟုလည်းထင်သည်၊ တကယ့်သူတော်စင်များ စိတ်တန်ခိုးရှင် များသာ စွမ်းဆောင်နိုင်ကြောင်းဖြင့်လည်း နားလည်ထားသည်။

ဤကား ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအပေါ် ကျွန်တော်တို့ မထင်မရှား ဝိုးတဝါး နားလည်ထားချက်ပင်တည်း။

လက်တွေ့၌ကား အထက်ပါ အယူအဆသည် တက်တက်စင်အောင် လွဲမှားနေပေသည်။ စိတ်တန်ခိုး လုံးဝဥဿုံမရှိသောသူများသည် တစ်နည်းနည်း သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ယခုအခါ၌ နေ့စဉ်ပွားများ အားထုတ်လျက်ရှိချေပြီ။

သို့သော် ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ် အားထုတ်နေမှန်း ကာယကံရှင်များပင် မသိကြပေ။

အမှန်အားဖြင့်ကား ကျွန်တော်တို့သည် ဖြစ်စဉ်ကလေးတစ်ရပ်ကို အခြား သော ဖြစ်စဉ်များထဲမှ ဖယ်ထုတ်ယူကာ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်းပြုလိုက်သည် ဆိုငြားအံ့၊ ဤကား ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ကို အားထုတ်လိုက်ခြင်းပင် မည်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားရှိခိုးခြင်းသည်လည်း တစ်ခါတစ်ရံ၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းသဘောသို့ သက်ရောက်သွားပေသည်၊ သို့သော် ဘုရားရှိခိုးထဲ၌ ပါသော စာပိုဒ်များကို သာမန်အားဖြင့် ထပ်တလဲလဲ ရွတ်ဆိုနေရုံမျှနှင့်ကား ကမ္မဋ္ဌာန်းသဘော မမြောက်ပေ။

ဘာသာရေး အကြောင်းအရာများကို နက်နက် ရှိုင်းရှိုင်း ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်းသည်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားတစ်မျိုးပင် ဖြစ်သည်၊ ဗုဒ္ဓဝါဒနှင့် ဟိန္ဒူယောဂစသော အရှေ့တိုင်းဘာသာများနှင့် စိတ်ကျင့်စဉ်တို့သည် အဆင့်အတန်း အမျိုးမျိုးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအတွေ့အကြုံများနှင့် ပေါ်များကြွယ်ဝလျက် ရှိပေသည်။

လူတို့သည် မိမိတို့၏ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေရင်း ထိုအဆင့်အမျိုးမျိုးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့ကို အလှမ်းမီစွာ လေ့ကျင့်နိုင်သည်၊ ထို့နောက် တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် လှမ်းသွားခြင်းဖြင့် အမြင့်မားဆုံးသော အဆင့်သို့ ရောက်နိုင်၏။

နောက်ဆုံး၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်သူ၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျေနပ်မှုများစသော ပိတိသောမနဿများ ပပျောက်ကင်းစင်သွားမည်ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော့်အမြင်၌ ယင်းအချက်သည် အလွန်စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသည့်အပြင် စူးစမ်းကြည့်စရာလည်း ကောင်းလှသော အချက်ပင်ဖြစ်တော့၏၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုအဆင့်သို့အရောက်၌ စိတ်လှုပ်ရှားမှုသည်လည်း အပြီးရပ်တန့်သွားမည်ဖြစ်သည့်အပြင် ယင်းသို့ ဖြစ်ရန် ဘာသာရေး ယုံကြည်ချက် ကျောထောက်နောက်ခံလည်း မလိုအပ်ချေ။

အနောက်နိုင်ငံသား တစ်ယောက်သည် အရှေ့တိုင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားတစ်မျိုးမျိုးကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ရန် ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်လာသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက်သူပထမဆုံး တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရမည့် ပြဿနာမှာ အခြားမဟုတ်ပေ၊ မိမိ၏စိတ်ကို မူလအခြေအနေအတိုင်း လွှတ်မထားဘဲ ကြိုးကြိုးစားစားထိန်းချုပ်ရန်

http://www.dhammadownload.com

ပင်ဖြစ်လေသည်။ ဤကား မလုပ်ရင်မဖြစ်သော ရှောင်လွှဲမရသည့်ကိစ္စတစ်ရပ်ပင်ဖြစ်ပါ၏။

ဤသို့ဖြင့် သူသည် ပိုမိုလွယ်ကူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်တစ်ရပ်ကို စတင်ကြည့်နိုင်မည် ဆိုပါက စိတ်ကို ထိန်းချုပ်ရသည့်အချက်မှာ စိတ်ပျက် အားလျော့စရာ အကောင်းဆုံးဖြစ်ကြောင်း တွေ့သိလာပေလိမ့်မည်၊ ထိုနောက်တွင်တော့ ငါတို့၏စိတ်သည် အရှေ့တိုင်းသားတို့၏ စိတ်နှင့်မတူ၊ အရှေ့တိုင်းသားတို့သည် မွေးကတည်းက သည်းခံနိုင်သည့် ဗီဇပါလာသည်။ တက်ကြွမှုလည်း ကင်းမဲ့သည်ဟူ၍ ထင်မြင်ကာ စိတ်ဓာတ်ကျလာပြီး လက်လျှော့ ရပ်ဆိုင်းလိုက်ဖွယ်ရှိပေသည်။

ကျွန်တော်တို့ အနောက်နိုင်ငံသားတို့သည် သဘောတရားရေးနှင့်တကွ လက်တွေ့ သိပ္ပံပညာများနှင့်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းအရပ်ရပ်တွင် အောင်မြင်မှုများကို ရရှိနေသည့် အားလျော်စွာ မိမိတို့ကိုယ်မိမိတို့ အထင်ကြီးလျက်ရှိကြရာ စိတ်လေ့ကျင့်မှု၌ တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသော အခက်အခဲကို အရှုံးပေးလက်မြှောက်ခြင်းမပြုဘဲ မိမိတို့အား စိန်ခေါ်ခြင်း စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိ-မရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းဟု သဘောထားသင့်၏။

လူသားတို့ ပိုင်ဆိုင်သည့် အံ့ဩစရာအကောင်းဆုံးနှင့် တန်ခိုး အထက်မြက်ဆုံးသော လက်နက်သည် ကျွန်တော်တို့၏ ရင်တွင်း၌ ကိန်းအောင်းလျက်ရှိ၏၊ သို့သော်လည်း ကျွန်တော်တို့သည် ယင်းကို ကောင်းစွာ အသုံးချနိုင်အောင် အလေးဂရုပြုခြင်းမရှိပေ။

ထိုမည်သော လက်နက်ကို အသုံးချတတ်သူမှာလည်း လွန်စွာ အရေအတွက်နည်းပါးလှပြီး သူတို့သည်လည်း လက်နက်၏ ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းထက် မပိုသော စွမ်းအင်သတ္တိကိုသာ အသုံးပြုတတ်ကြဖွယ် ရှိ၏။

ကျွန်တော်တို့သည် အမျိုးမျိုးသော သတင်းအကြောင်းအရာများကို စိတ်ဘဝင်တွင်းသို့ ထည့်သွင်း မှတ်သားထားလေ့ ရှိပေသည်၊ စိတ်ထဲ၌

http://www.dhammadownload.com

ထည့်သွင်းထားသည့် ထိုသတင်း အကြောင်းအရာတို့သည် လွဲမှားနေလေ့ရှိသဖြင့် မကြာခဏဆိုသလို ပြန်လည်၍ အမှားပြင်ရလေ့ ရှိပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့သည် မှတ်သားမှုတည်းဟူသော အံ့စဖွယ်စိတ်၏ အစွမ်းအာနိသင် တိုးတက်ရေးအတွက် မည်မျှပင် အပတ်တကုတ် အားထုတ်ရစေကာမူ မောပန်းသည်ဟူ၍ မရှိကြပေ။

မည်သည့် စက်မှုလုပ်ငန်းရှင်မျှ သူ၏ စက်ရုံထဲရှိ စက်များကို အလဟဿ အင်အား ပြုန်းတီးစေမည် မဟုတ်သော်လည်း ကျွန်တော်တို့ကား မိမိတို့၏ စိတ်အင်အားကို အကြောင်းမဲ့ ယုတ်လျော့စေလျက် ရှိပေသည်။

စက်တစ်ခုသည် လည်ပတ်မနေသောအခါ၌ အနားယူလျက်ရှိသည့် အလျောက် စက်ထဲ၌ ပါဝင်ကြသော အစိတ်အပိုင်းတို့သည် ပြုန်းတီးလျော့ပါးခြင်း၊ တိုက်စားခံရခြင်းများ မရှိကြပေ၊ ထို့အပြင် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား၊ လောင်စာဆီ၊ သို့မဟုတ် ရေ စသည်တို့လည်း မကုန်ပေ။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့ လူတွေသည် စက်လောက်ပင် မဟာန်ကြချေ၊ အလုပ်မလုပ်သောအခါတွင်လည်း စိတ်ကို စနစ်တကျ အနားမပေးတတ်၊ ရုံဖန်ရုံခါ၌ မမျှော်လင့်ဘဲ အမှတ်မထင် ဖြစ်သွားသောအခါ သို့မဟုတ် အိပ်မက်မမက်ဘဲ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်မောကျသော အခါများမှတပါး စိတ်ကို "အနား" ပေးတတ်ခြင်းမရှိ။

တွေဝေမိန်းမောနေခြင်းမျိုးလည်း မဟုတ်ဘဲ စိတ်ကို စနစ်တကျ အနားပေးနိုင်စွမ်းခြင်းသည် အဖိုးအနဂ္ဃထိုက်တန်လှသော အရည်အချင်းတစ်ရပ်ပင် ဖြစ်ပါ၏၊ စင်စစ်အားဖြင့်ဆိုသော် ကမ္မဋ္ဌာန်းပွားများခြင်း ဆိုသည်မှာ စိတ်ကို အနားပေး အအားထားခြင်း တစ်မျိုးပင်တည်း၊ ပိုမိုလေးနက်ကာ ဘောင်ခတ်မှုကင်းမဲ့လေလေ၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံး သက်သောင့်သက်သာဖြစ်ကာ လန်းဆန်း ကြည်လင်လေလေဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်သည် လွန်စွာ လက်တွေ့ကျသော ကိစ္စတစ်

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်ပင်ဖြစ်သည်။ ဘာသာရေး ယုံကြည်ချက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စတစ်ရပ် မလွဲမသွေ ဖြစ်ရမည်ဟု မဆိုနိုင်ပါ၊ သို့သော် လူများစုအနေဖြင့်ကား ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်သည် ဘာသာရေး ယုံကြည်ချက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စတစ်ရပ်သာဖြစ်ကြောင်း နားလည် သဘောပေါက်လျက် ရှိကြပေသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် သဘောတရားရေး (ဝါ)စာတွေ့ကို အခြေခံကာ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်ရပြီးလျှင် လက်ငင်းအကျိုးပေးသော ကိစ္စတစ်ရပ် သာ ဖြစ်လေသည်။

ဤအချက်ကို အလေးအနက် သဘောပေါက်ရန် အရေးကြီးလှကြောင်းဖြင့် ကျွန်တော်ခံယူပါသည်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် လူများစွာတို့သည် ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားဆိုသည်ကား အလွန်မြင့်မြတ်သောပုဂ္ဂိုလ်များ၊ သူတော်စင်များနှင့် သာ သက်ဆိုင်သည့် လုပ်ငန်းတစ်ရပ်ဟူ၍သာ အကြမ်းအားဖြင့် နားလည်ထား ကြသည်။

ကျွန်တော်၏ ဘဝသက်တမ်းတစ်လျှောက်၌ "ရုပ်ဝတ္ထုများမှ ရှောင်ပြေး သည့်" အခြားသော ကျင့်ကြံနည်းများကို စမ်းသပ်လေ့ကျင့်ခဲ့ဖူးပါသည်၊ ငြိမ်းအေးမှုကိုလည်း ယာယီသဘောမျှလောက်တော့ ရရှိခဲ့ဖူးပါသည်၊ လေ့ကျင့် နေစဉ် ခေတ္တအကျိုးခံစားရသော်လည်း နောင်အခါ၌ ထိုအကျိုးတရားတို့ မထင်မရှား ဝိုးတဝါးဖြင့် ပျောက်ကွယ်မှေးမှိန်သွားကြတော့၏၊ နေ့စဉ်တွေ့ ကြုံနေရသည့် ဘဝတွင် ယင်းတို့အား လက်တွေ့အသုံးချ၍ မရပေ။

ထို့ကြောင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများသာမက ဘာသာရေးသက်ဝင်ယုံကြည်ချက် များ၊ အရှုပ်အထွေးများ ကင်းစင်သည့် လက်တွေ့ဘဝနှင့်လည်း အံဝင်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုပွားနည်း တစ်ရပ်ကို ရရှိနိုင်ပါလျှင် အဘယ်မျှကောင်းမည်နည်း ဟူ၍ အကြံဖြစ်ပေါ်လျက် ရှိခဲ့ပါသည်၊ တကယ်တော့ ယင်းသို့က လက်တွေ့ ကျသော ရှုပွားနည်းကို ကျွန်တော်သာ မဟုတ်ဘဲ ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၏ သောက ဒုက္ခအဖုံဖုံကို တွေ့ကြုံခံစားနေရသူ မှန်သမျှတတောင့်တတ ဖြစ်ကြမည်

http://www.dhammadownload.com

မှာလည်း သေချာလှပါသည်။

ဤသို့ စိတ်အကြံပေါက်နေခိုက် စာအုပ်တစ်အုပ်နှင့် အမှတ်မထင်တွေ့ကြုံရပေသည်။ ထိုစာအုပ်ထဲတွင် အထက်၌ ရည်ညွှန်းထားသော နည်းလမ်းမျိုးကို ဖော်ပြထားသည်ဟုလည်း ယူဆရသည်၊ ကျွန်တော်လိုက်နာ လေ့ကျင့်နိုင်လောက်သော နည်းလမ်းများ ဖြစ်နေမလား၊ ကျွန်တော်သည် ဂရုတစိုက် ဖတ်မှတ်လေ့လာကြည့်မိသည်။

ထိုစာအုပ်ကို ရေးသားသူမှာ သီရိလင်္ကာကျွန်း (သီဟိုဠ်ကျွန်း)မှ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး သူသည် မြန်မာပြည် ရန်ကုန်မြို့ရှိ ကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာတစ်ခုသို့ သွားရောက်၍ သတိပဋ္ဌာန် အလုပ်စခန်းဝင်ခဲ့သူပင် ဖြစ်သည်။

သတိပဋ္ဌာန်တရားဆိုသည်မှာ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် နည်းပြဟောကြားခဲ့သော စိတ်လေ့ကျင့်ခန်းတစ်မျိုး ဖြစ်ပြီးလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးဖြစ်သော မဟာစည်ဆရာတော်က မြန်မာပြည်တစ်ဝှမ်း၌ ထင်ရှားလာအောင် ပြန်လည် ထုတ်ဖော်လျက်ရှိသည်။

မဟာစည်ဆရာတော်သည် ရန်ကုန်မြို့၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာကို တည်ထောင်ထားရှိလျက် ရဟန်းတော်များနှင့် လူဝတ်ကြောင်များကို တရားဟော တရားပြနေပေသည်၊ မဟာစည်ဆရာတော် ဟောကြားပြသသည့် နည်းသည် ရိုးရိုးရှင်းရှင်းနှင့် လွယ်ကူပါပေသည်၊ လွယ်ကူလွန်းလှရကား ယင်းသို့ လွယ်ကူခြင်းသည်ပင်လျှင် အခက်အခဲတစ်ရပ် ဖြစ်လာပါတော့သတည်း။

ထို့ပြင် ယင်းသို့ လေ့ကျင့်ရာဝယ် လေးနက်သော အတွေးအခေါ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နားလည်သဘောပေါက်မှုများ၊ ဘာသာရေးယုံကြည်ချက်များ၊ တသီးတသန့်ပါရှိရန်လည်း မလိုပေ။

သင့်တော် လျောက်ပတ်သော ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေမျိုးကို ရယူလျက် စိတ်ကိုတည်တည်ငြိမ်ငြိမ်ထားပြီး လေ့ကျင့်ခြင်းမပြုသမျှ မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးကိုမျှ မရနိုင်ဟု ကျွန်တော်ယူဆခဲ့ပါသည်၊ ကျွန်တော့်အလုပ်ကလည်း

http://www.dhammadownload.com

ထိုကဲ့သို့သော အခြေအနေကို မပေး။

သို့သော်လည်း မမျှော်လင့်ဘဲ အခွင့်အရေးတစ်ရပ် ပေါ်ပေါက်လာခဲ့လေသည်။ မဟာစည်ဆရာတော်၏ ကမ္ဘာ့ဒွန်းရိပ်သာရှိရာ ရန်ကုန်မြို့သို့ သွားရောက်နိုင်ခွင့် ကြုံလာသည့်အလျောက် ယင်းရိပ်သာတွင် ကျွန်တော်လာရောက်တရားထိုင်၍ ဖြစ်နိုင် မဖြစ်နိုင်၊ စီစဉ်ပေးနိုင်ခြင်းရှိ မရှိသည်ဖြင့် ဗုဒ္ဓသာသနာ့ကောင်စီသို့ စာရေးသား မေးမြန်းခြင်း ပြုလိုက်ပါတော့၏။

လာရောက် တရားအားထုတ်နိုင်ပါကြောင်း၊ ယင်းသို့ တရားအာထုတ်စဉ်ကာလအတွင်း နေထိုင်စားသောက် စရိတ်ကိုလည်း မိမိတို့က တာဝန်ယူကျခံမည်ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် စေတနာထက်သန်သော ကမ်းလှမ်းချက်နှင့်တကွအားတက်စဖွယ် ပြန်စာကို လက်ခံရရှိခဲ့ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်၏ လက်ရှိတာဝန်အပြီး၌ ခွင့်လေးပတ်ယူ၍ ရန်ကုန်သို့ သွားရောက် တရားအားထုတ်ရန် စီစဉ်ပါတော့သည်၊ ကျွန်တော့်အားဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်ဖြစ်လာတော့မည်ဟု ယေဘုယျအားဖြင့် ခန့်မှန်းကြမည့် အရေးကိုလည်း သဘောပေါက်မိပါသည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ဤစာအုပ်ထဲ၌ ဖော်ပြလိုသည်မှာ ဘာသာတစ်ခုမှတစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းသော ဇာတ်လမ်းမဟုတ်မူ၍ အစမ်းသပ်အစစ်ဆေးခံအရှေ့တိုင်း၏ စနစ်တစ်ရပ် (စိတ်လေ့ကျင့်မှု)ကို အနောက်တိုင်းသားများထဲမှအနောက်တိုင်းသား(ဝါ) သမားရိုးကျ အနောက်တိုင်းသားတစ်ယောက်ကမည်သို့မည်ပုံ ကြိုးစားစမ်းသပ် လေ့ကျင့်ခံယူပုံ ဇာတ်လမ်းစုံသာ ဖြစ်ပါတော့သတည်း။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၂)

စခန်းဝင်ပြီ

ရန်ကုန်သို့ လေကြောင်းဖြင့် ခရီးသွားရသည်မှာ တစ်စုံတစ်ရာ အခက်အခဲ မရှိနိုင်ပေ၊ ဘန်ကောက် (ထိုင်းနိုင်ငံ၏မြို့တော်)၌ အတန်ကြာမျှ ရပ်နားပြီး နောက် လေယာဉ်ပြောင်းလဲ စီးလိုက်ရုံဖြင့် ဆိုက်ရောက်နိုင်ပါသည်။

ရိပ်သာ၌ မည်သို့သော အခြေအနေမျိုးနှင့်တိုးမည်ကိုလည်း ကျွန်တော် မသိသေး၊ ထို့အပြင် ဖေဖော်ဝါရီလနှင့် မတ်လအတွင်း၌ ရန်ကုန်တွင် မခံ မရပ်နိုင်အောင် ပူအိုက်သည်ဟူ၍လည်း မိတ်ဆွေသင်္ဂဟများက သတိပေးကြ ရာ၊ မည်သို့သော အဝတ်အစားမျိုးများကို ယူဆောင်သွားရမည်နည်း ဆိုသည် မှာ ကျွန်တော့်အတွက် ပြဿနာတစ်ရပ်ဖြစ်လာပါတော့သည်။

အပူပိုင်းနိုင်ငံများ၌ တစ်နေ့လျှင် အဝတ်အစား အကြိမ်ကြိမ်လဲလှယ်ရန် လိုအပ်သည့် အားလျော်စွာ အဝတ်လျှော်ဖွပ်ပေးမည့်သူ အဆင်သင့်ရှိနေမှ

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်မည်၊ ယင်းသို့ အလျှင်မီအောင် လျှော်ဖွပ်ပေးမည့်သူ မရှိပါလျှင်လည်း ချည်ထည်ရှပ်အင်္ကျီစသည့် အဝတ်အစားများ တစ်ပုံတစ်ခေါင်းကြီး ယူဆောင်သွားရမည်ဖြစ်ပေသည်။

ထိုသို့ အဝတ်အစား အများကြီးယူဆောင်သွားပါက ကျွန်တော်၏ အထုပ်အပိုး ကြီးမားနေသည်၊ဝန်စည်စလယ်များလည်း များပြားနေပေမည်၊ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ဥရောပတိုက်သား ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသည်တစ်ယောက်၏ ဟန်အသွင်အပြင်မျိုးဖြင့် ဆိုက်ရောက်သွားမည်ကို အထူးတလည် ဘဝင်မကျနိုင်။

နောက်ဆုံး၌"ဆရွန်" မလေး ချည်ပုဆိုးနှင့် ရှပ်အင်္ကျီအချို့ကို ယူဆောင်သွားရန် ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်ပါတော့သည်၊ လိုအပ်သမျှ လျှော်ဖွပ်စရာတို့ကိုလည်း ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးစနစ်ဖြင့်ပင် စခန်းသွားရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော်လည်း ရန်ကုန်သို့ ကျွန်တော်ရောက်သွားသောအခါ ဗုဒ္ဓသာသနာ့ကောင်စီက လုံချည်နှစ်ထည် လက်ဆောင်ပေးပါသည်၊ မြန်မာတို့ အခေါ်အားဖြင့် "လုံချည်"ဆိုသည်မှာ မလေးကျွန်းဆွယ်သားတို့၏ "ဆရွန်"မလေးပုဆိုးနှင့် အတူတူပင်ဖြစ်ပါသည်။

ရိပ်သာမှ တောက်တိုမယ်ရ အလုပ်သမားတစ်ယောက်က ကျွန်တော်၏ အဝတ်အစားများကို အခကြေးငွေကလေး မဆိုစလောက်ဖြင့် လျှော်ဖွပ်ပေးပါကြောင်းတို့ကို ကြားဖြတ်၍ ဖော်ပြထားလိုပါသည်။

ဗန်ကောက်သို့အရောက်၌ လေဆိပ်ကြီးတစ်ခုလုံး ထောင်ပေါင်းများစွာသော"ပွဲကြည့်" ပရိသတ်တို့ဖြင့် ပြည့်ကျပ်နေသည်ကို တွေ့ရပါတော့၏၊ သူတို့သည် လေတစ်စွမ်းရည်ပြပွဲတစ်ရပ်ကို လာရောက်ကြည့်ရှုကြခြင်းပင်၊ တကယ်တော့ ယင်းစွမ်းရည်ပြပွဲကို အမေရိကန်တို့က အဓိကပြသခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

လေဆိပ်ပတ်ချာလည်တွင် ရောမ အမေရိကန်ပို့ဆောင်ရေး စစ်ယာဉ်ကြီးများ ရပ်တန့်ထားသည်၊ ထိုနောက်၌ ယင်းယာဉ်ကြီးများ ထွက်ခွာသွားကြ

http://www.dhammadownload.com

ပြီး ကွင်းလယ်တည့်တည့်သို့ လေထီးတပ်သားထောင်ပေါင်းများစွာ ခုန်ဆင်းကျရောက်လာကြသည်၊ စိတ်ဝင်စားလျက်ရှိသော လူထုပရိသတ်၏အပေါ်မှ ဖြတ်၍ ဂျက်တိုက်လေယာဉ်ပျံများ တဝီဝီ တရှိန်ရှိန် ပျံသန်းသွားကြလေသည်။

ကျွန်တော်စီးရမည့် လေယာဉ်ခရီးစဉ်အကြောင်း ထုတ်ပြန်ကြေငြာသံထွက်ပေါ်လာချေပြီ၊ ယင်းနောက် အချိန်အနည်းငယ်အတွင်း၌ ကျွန်တော်တို့ လေယာဉ်ပျံ စတင်ပျံတက်ခဲ့လေသည်။

လူထုပရိသတ်၏ လှုပ်ရှားမှုသည် ခုနက ထင်ထင်ရှားရှား ပီပီပြင်ပြင်ဖြစ်နေရာမှ ယခုသော် ငြိမ်သက်သွားသည်၊ စိတ်အားထက်သန်နေသော စိတ်လှုပ်ရှားနေသော ရုပ်လုံးရုပ်ဟန်တို့ကို မတွေ့ရတော့၊ ဟိုတစ်ခု သည်တစ်ခု တည်ရှိနေသော ညှိုမှိုင်းမှိုင်းအကွက်များအဖြစ်သာ ဝိုးတဝါးတွေ့မြင်ရပါတော့သည်၊ မှန် သို့မဟုတ် ကျောက်မျက်ရတနာတို့ဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော လက်ဝတ်တန်ဆာများပေါ်သို့ နေရောင် ထိုးမိသောအခါမှသာ အရောင်များပြိုးကနဲပြက်ကနဲ ရံဖန်ရံခါ ထွက်ပေါ်လာသည်။

ကျွန်တော်၏ ရင်တွင်း၌လည်း စိတ်ပျက်ငြီးငွေ့မှုတစ်ရပ်ကို ပိုက်ထွေးခံစားလာမိရာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတွေမဟုတ် ဆိုသည့်အဖြစ်ကို အထက်စီးမှ တွေ့မြင်ရလေသည်၊ ကျွန်တော်သည် လေသူရဲတစ်ယောက်အဖြစ် ပျံသန်းခဲ့စဉ်က ယင်းသဘောမျိုးကို တွေ့ကြုံခံစားဖူးခဲ့ပေသည်။

သို့သော် လေယာဉ်ပေါ်၌ကြုံခဲ့ရသည့် ခံစားချက်သည် ထုံးစံအတိုင်း လျင်မြန်စွာ လွန်မြောက်သွားလေ့ရှိသည့်အပြင် အမှတ်တမဲ့ အနေအထားတွင်လည်းရှိသည်၊ နောက်တစ်နေရာသို့ လေယာဉ်ဆင်းသက် ရပ်နားခြင်းမပြုမချင်း လေကြောင်း ခရီးသည်တစ်ယောက်သည် လက်တွေ့ကြုံနေရသည့် ကိစ္စဖြစ်သော အိပ်လိုက် စားလိုက် စာဖတ်လိုက်ဖြင့် စည်းစိမ်ခံရေးအတွက် အာရုံစူးစိုက်နေရန်မှတစ်ပါး စိတ်ဝင်စားစရာမရှိပေ။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ယခုအကြိမ်တွင်ကား ပုံသဏ္ဌာန်ပေါ်လွင်ခြင်း မရှိတော့

http://www.dhammadownload.com

သော လူထုပရိသတ်ကို ငုံ့ကြည့်ရင်း ကျွန်တော်၏ ရင်တွင်း၌ နှစ်မျိုး နှစ်စားသော ခံစားမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်၊ ယင်းသို့ ကြည့်နေရင်း လူသားတို့၏ သဏ္ဌာန်တို့သည် အိမ်ခေါင်မိုးများ၊ သစ်ပင်များနှင့် ရောနှော ပေါင်းစပ်သွားတော့သည်၊ ကနဦးက လှုပ်လှုပ်ရွရွဖြစ်နေသော အနေအထားမှ အဝေးတွင် မှုန်ရီကာ ဝါး၍ဝါး၍ သွားလေပြီတကား။

ပထမအချက်အဖြစ် ကျွန်တော်သည် လူသားများအပေါ် နတ်တမန်တစ်ပါး ၏ အမြင်ဖြင့် ကြိုးစားကြည့်မြင် သုံးသပ်မိရာ လူ့ဘဝဆိုသည် ဘာမျှ မဟုတ်ပါတကားဟု လူ့ဘဝ၏ အနှစ်အသားကင်းမဲ့မှုကို သဘောပေါက် ခံစားမိခြင်း ဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ဒုတိယအချက်မှာမူ တစ်ပြိုင်နက်တည်း၌ပင် ကျွန်တော်သည် မြေပြင်ပေါ်သို့ ရောက်ရှိလျှင် သူတို့၏ ပျော်ရွှင်မှုများနှင့် အဆင်မပြေမှုများ (သုခ ဒုက္ခများ)တွင် ပါဝင်ခံစားမိပြန်ပါသည်။

ယင်းသို့ ဖြစ်ခြင်းသည် ကျွန်တော် ရှာဖွေလျက်ရှိသော အဖြေနှင့် သဘောချင်း ထပ်တူကဲ့သို့ ဖြစ်သောအချက်တစ်ရပ်ပမာ ဖြစ်နေပါသည်၊ အထက်ဖော်ပြပါ ခံစားချက် နှစ်ရပ်သည် အချိန်အားဖြင့် သတ်မှတ်ဖော်ပြရ မည်ဆိုသော် တစ်ခုပြီးမှ တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဖျက်ဆီးသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဖြစ်စေသော ပြင်းထန်လွန်းလှ သည့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုမျိုးကို ရှောင်လွှဲ၍ရနိုင်မည် ဆိုပါက တစ်ခုပြီးတစ်ခု အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေသည့်သဘော(ဝါ) ဖြစ်ပျက်သဘောတရား ရပ်တန့်သွား ရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ရှုထောင့်အဖက်ဖက်မှနေ၍ ရှုမြင်သုံးသပ်လျက် ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန်ကျသော ပုဂ္ဂိုလ်စွဲမကင်းသော အမြင်ကို ပယ်ရှားရမည်ဖြစ်သည်၊ သုခနှင့် ဒုက္ခတရား တို့သည် အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ရင်းနှီးနေချေသည်၊ ခွဲခြား၍မရစကောင်း ဟု သဘောပေါက်နားလည်လာမှလည်း ယင်းအမြင်ကို ပယ်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

မှောင်ရီသန်းစအချိန်၌ ကျွန်တော်တို့ ရန်ကုန်သို့ ဆိုက်ရောက်သည်၊

http://www.dhammadownload.com

နေဝင်ချိန်နှင့် ညအချိန်၏ စပ်ကြားအခါသမယပင်တည်း။

အပူပိုင်းဒေသများ၌ တစ်ခုတည်းသော အလျင်အမြန် ရွေ့လျားနေသည့် အရာကား နေမင်းကြီးသာ ဖြစ်သည်ဟူ၍ ထိုမည်သော အချိန်အပိုင်းအခြား ကလေးသည် ကျွန်တော့်အား ထုတ်ဖော်ပြောကြားနေသယောင် ရှိပါသည်၊ ကျွန်တော်သည် အခြားခရီးသည်များနှင့်အတူ အတော်ညံ့ဖျင်းနုံချာသော တဲတစ်တဲသို့ လျှောက်သွားသည်။

လေဆိပ်အဆောက်အအုံများ ဆောက်လျက်ရှိရာ မပြီးမချင်း ထိုတဲထဲတွင် ယာယီရုံးခန်းများကို ဖွင့်လှစ်ထားရှိမည် ဖြစ်ပါသည်၊ ထုံးစံအတိုင်း စစ်ဆေးမှု များလည်း အဆင့်ဆင့်ရှိနေသည့်အပြင် အင်္ဂလိပ်စကားပြောသံလည်း မကြား ရပေ၊ သူတို့ ပြောဆိုနေသော ဘာသာစကားကိုလည်း နားလည်ခြင်း မရှိ ရကား မည်သို့ စခန်းသွားရမည်ကို အနည်းငယ် အကြံအိုက်လျက် မိမိ၏ အလှည့်ကို စောင့်နေမိ၏။

သို့သော် မကြာမီပင် ဗုဒ္ဓသာသနာ့ကောင်စီမှ ကိုယ်စားလှယ်နှစ်ဦးရောက် လာလေသည်၊ သူတို့သည် ကျွန်တော့်ကို တွေ့မြင်သွားသည်နှင့် လိုအပ်သော အကူအညီများကို ပေးကြသည်၊ စင်စစ်၌ သူတို့သည် ကျွန်တော့်ကို သိမြင် မခဲယဉ်းပေ။

ဥရောပဝတ်စုံကို ဆင်မြန်းထားသူဟူ၍ ကျွန်တော်တစ်ယောက်ထဲမျှ လောက်သာ ရှိဟန်တူသည်၊ အခြားသူများသည် လုံချည်နှင့်ရှပ်အင်္ကျီများကို သာ ဝတ်ဆင်ထားကြသည်၊ သူတို့ထဲမှ အများစုမှာ အပေါ်အင်္ကျီ(တိုက်ပုံ အင်္ကျီ)ကိုလည်း ဝတ်ထားကြသေးသည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဤအချိန် ၌ ညဦးပိုင်းများသည် အတန်အသင့် အေးမြဆဲပင် ဖြစ်သည်။

တစ်ခဏအတွင်း ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရှိသော ထုံးတမ်းစဉ်လာ ကိစ္စများပြီးစီး သွားသည့်အလျောက် ရန်ကုန်မြို့၌ မော်တော်ကားဖြင့် သွားကြသည်၊ ကျွန်တော့်အား ညစာကျွေးပြီးနောက် ကမ္ဘာ့ဒါန်းဗွာနသို့ ခေါ်ဆောင်သွားပါ

http://www.dhammadownload.com

တော့သည်။

"မယ်ဒီတေးရှင်း စင်တာ" (ကမ္မဋ္ဌာန်းဌာန)ဆိုသည်မှာ မြန်မာလိုသာသနာ့ရိပ်သာကို လျော်ကန်သင့်မြတ်အောင် ဘာသာပြန်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်၊ အဓိကအားဖြင့် ရဟန်းတော်များသာ ရှိကြလျက် အများစုမှာ သတိပဋ္ဌာန်ပွားကြသော်လည်း အားလုံး တရားအားထုတ်သည်တော့ မဟုတ်ချေ။

လူဝတ်ကြောင်များအတွက်လည်း အဆောင်အသီးသီးရှိ အခန်းများထဲတွင် တရားအားထုတ်ရန် နေရာပေးပါသည်၊ အနောက်တိုင်း အခေါ်အဝေါ်နှင့် ပြောရမည်ဆိုပါလျှင် ဆရာအများအပြား ထားရှိသင်ပြအုပ်ချုပ်သော စိတ်လေ့ကျင့်ရေး ကောလိပ်ကျောင်းတစ်ကျောင်းနှင့် တူလေသည်။

မည်သို့ နေထိုင်ရမည် မည်မျှကြာအောင် အလုပ်လုပ်ရမည် စသည်ဖြင့် စည်းကမ်းဥပဒေများသတ်မှတ်ထားပုံမှာကား သာမန် ကောလိပ်ကျောင်းတစ်ကျောင်းထက် ထူးကဲတင်းကျပ်ပေသည်၊ လူဝတ်ကြောင်များ တက်ရောက်ရသည့် ဘာသာရေး အခမ်းအနားများ ထူးထူးခြားခြား မရှိပါ၊ ပဉ္စသီလနှင့်အညီ ထိန်းသိမ်းနေထိုင်လျှင် ပြီးတော့၏၊ ယင်းအကြောင်းကို နောက်ပိုင်း၌ ထပ်မံဖော်ပြဦးမည် ဖြစ်ပါသည်။

တရားအားထုတ်နေစဉ် အတွင်း၌ ယင်းသီလတို့ကို အတိအကျ စောင့်ထိန်းရ၏၊ အုပ်ချုပ်ရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ရဟန်းတော် အနည်းငယ်နှင့် နည်းလမ်းပြသည္ညွှန်ကြားသော သို့မဟုတ် ဝင်းကြီးအတွင်းရှိ ဘာသာရေးဆိုင်ရာ အဆောက်အအုံများကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရသော ရဟန်းတော် အချို့တို့ရှိရာ သူတို့အားလုံး သတိပဋ္ဌာန် သင်တန်းဆင်းများ ဖြစ်ကြဟန်တူလေသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ယင်းသို့ သင်တန်းတက်ရောက်ကာ တရားအားထုတ်ဖူးပြီးမှသာလျှင် စူးရှထက်မြက်သော ဉာဏ်ကို ရနိုင်သည့်အပြင် ဗုဒ္ဓဝါဒ၏ တရားအဆီအနှစ်ကိုလည်း လက်တွေ့ သဘောပေါက်သိရှိနိုင်ပေသည်၊ ထိုသို့ အထက်တန်း တရားတော်ကို သိမြင်နိုင်ရန် ရှေးဦးစွာ စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင်

http://www.dhammadownload.com

ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်းရှိရန် လိုအပ်လှပေသည်။

ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းကြီးတစ်ကျောင်း၌ နေထိုင် တရားအားထုတ်ရလိမ့်မည် ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် ကျွန်တော် မှန်းဆထားမိပေသည်၊ မြန်မာပြည်၏ ဝေးလံသီခေါင်လှ၍ အသွားအလာ ခက်ခဲချောင်ကျသောဒေသ၌ တောင်စောင်း တစ်ခုထက်ဝယ် တည်ရှိနေသည့် ကျောင်းကြီးတစ်ကျောင်းကိုလည်း မျက်စိထဲ၌ မြင်ယောင်လျက် ရှိခဲ့ပါ၏။

အနည်းဆုံးတော့ ကမ္ဘာ့ဒွါန်းဌာနတစ်ခုဆိုသည်မှာ ပန်းချီကားများထဲတွင် မကြာခဏ တွေ့မြင်ရလေ့ရှိသည့်အတိုင်း တောင်ကုန်းတစ်ခုပေါ်၌တော့ ဖြစ်ရမည်၊ အဝင်အထွက် တစ်သီးတစ်ခြား တည်ရှိနေရမည်စသည်ဖြင့် စိတ်ကူးယဉ်ထားခဲ့မိလေသည်။

သို့သော် လက်တွေ့၌“ညီဗြအထင်နှင့်နမ်းထွက်” တက်တက်စင်အောင် လွဲနေပေတော့၏။ သာသနာ့ရိပ်သာသည် ရန်ကုန်မြို့၏ ဆင်ခြေဖုံးရပ်ကွက်တွင် တည်ရှိ၍ မော်တော်ကားလမ်းမကြီး၏ဘေး မလှမ်းမကမ်း၌ပင် ရှိသည်၊ ရန်ကုန် မြို့လယ်ခေါင်နှင့် ငါးမိုင်ခန့်သာ ဝေးသည်။

တစ်သီးတစ်သန့် တည်ရှိနေသော်လည်း မဟုတ်ပေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အိမ်များနှင့် ရုပ်သဘောအရ ဆက်စပ်နေသလို ရန်ကုန်မြို့နှင့် မင်္ဂလာဒုံလေဆိပ်ကို ဆက်သွယ်ရာဖြစ်သော လမ်းမကြီးမှ ကားသံစသည့် အမျိုးမျိုးသော ဆူညံသံတို့၏ နှောင့်ယှက်မှုမှလည်း မကင်းချေ။

ဝင်းတံခါးပေါက်ကို ကျွန်တော်တို့ကား ဖြတ်သန်းဝင်ရောက်ခဲ့စဉ် တစ်ဘက်တစ်ချက်တွင် ရွှေချထားသော စက္ကူပျော့ နဂါးရုပ်တစ်ကောင်စီကို သတိပြုလိုက်မိပါသည်၊ ပွဲလမ်းအခမ်းအနားတစ်ခုတွင် ပါဝင်ခဲ့သော အရုပ်များ ဖြစ်ကြပုံပေါ်ပေသည်။

သို့သော် ယခုကား တန်ဖိုးမဲ့ဖြစ်ကာ အသုံးမကျသည့် ဘဝတွင် ရောက်နေချေပြီ၊ အခြေအနေမှန်တွင်လည်း မဟုတ်တော့။

http://www.dhammadownload.com

ဝမ်းနည်းဖွယ် အနေအထားတွင် ရှိနေသော ဤအရုပ်တို့သည် မကြာမီကာလအတွင်းကသော် အရေးပါ အရာရောက်လှသည့် ပွဲလမ်းအခမ်းအနားတစ်ခုကို ဝံ့ဝံ့ကြွားကြွား ကိုယ်စားပြုခဲ့ပေသည်တကား။ ဤအချက်ကို တွေးလိုက်မိသည်မှာ တရားရစရာ ကောင်းလှပါသည်။

ထိုနည်းတူပင် တစ်ချိန်တစ်ခါက ပေါ်ထွန်းခဲ့သော လူသားတို့၏ အဆုံးစွန်သော မွန်မြတ်မှုများနှင့် အသာငမ်းငမ်း စွဲလမ်းမှုတို့သည်လည်း ထာဝရတည်ရှိနေနိုင်စွမ်း မရှိနိုင်ပေ။

အဆောက်အအုံများ ဆောက်လုပ်ထားပုံသည် စနစ်တကျရှိဟန်မတူ၊ သတိပြုကြည့်ရှုလိုက်ရာ ဖြစ်သလို ဆောက်လုပ်ထားသောတဲများကို ကျိုးတိုးကျဲတဲ တွေ့ရသည့်နည်းတူ မြင့်မားသော သစ်ပင်ကြီးများလည်း ရှိနေကြသည်၊ ဖုန်ကလည်း အလွန်ထူသည်၊ နှစ်သက်ဖွယ်သော မြင်ကွင်းတစ်ရပ်မဟုတ်ပေ။

ဝင်းကြီးအတွင်း၌ ကျွန်တော် နှံ့စပ်မှုမရှိ၊ အဆောင်များသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု တစ်သီးတစ်ခြားတည်ရှိနေကြပြီး အဆောင်တိုင်း၌ အခန်းများသီးသန့်ထားရှိကြောင်း တွေ့ရပါသည်၊ ကျွန်တော် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုလေ့လာဖူးခြင်းမရှိသော အဆောက်အအုံများလည်း အများအပြားရှိကြလေသည်။

နောင် အချိန်ရသောအခါတွင် ရိပ်သာဝင်းကြီးထဲသို့ လှည့်လည်ကြည့်ရှုရာ အပြင်အပလောကနှင့် အမြင့်မှုလောကပင် ခွဲခြားကန့်သတ်ခြင်းမရှိ ကြောင်းအံ့စဖွယ်တွေ့ရပေသည်၊ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီးအတွင်းက အရေးပေါ် လေယာဉ်ဆင်းကွင်းများ၌လည်းကောင်း စစ်ကားများရပ်နားရာ နေရာများတွင် ခင်းရန်အတွက်လည်းကောင်း မဟာမိတ်တပ်များ အသုံးပြုခဲ့သော သံပြားပေါက်များဖြင့် တစ်စိတ်တစ်ဒေသခြံခတ်ထားသည်။

မဟာမိတ်တပ်တို့သည် စစ်ကြီးပြီးဆုံး၍ မြန်မာပြည်မှ ပြန်လည်ဆုတ်ခွာသောအခါတွင် ယင်းသံပြားပေါက်တို့ကို ယူဆောင်မသွားဘဲ ထားရစ်ခဲ့ပုံပေါ်၏။

http://www.dhammadownload.com

ရိပ်သာ၏ ပတ်လည်တွင်လည်း အလားတူ ပစ္စည်းများဖြင့် ဆောက်လုပ်ထားသော အိမ်များကို တွေ့ရပါသည်၊ အိမ်တို့သည် လေကောင်းစွာရနိုင်သော်လည်း ပြင်းထန်သည့် ရာသီဥတုဒဏ်ကို ခံနိုင်သည့် လက္ခဏာမရှိပေ၊ ယင်းတို့သည် အနာဂတ် မျိုးဆက်များအတွက် လျို့ဝှက်နက်နဲသော ပဟေဠိတစ်ရပ် ဖြစ်လာဖွယ်ရှိပါသည်။

ရိပ်သာ၏ ပတ်လည်ရှိ ခြံစည်းရိုးသည် အချို့သောနေရာများ၌ ခြုံနွယ်များဖြင့် ဖုံးလွှမ်းနေသည်ကို တွေ့ရသည်၊ သံဆူးကြိုးဖြင့် မခိုင်မခံ့ ကာရံထားသော်လည်း ဖြတ်သန်းသွားလာရန် မလွယ်ပေါက်များ ဖြစ်လျက်ရှိသည်။ ဝင်းအတွင်းမှ လမ်းဘက်သို့ဖြစ်စေ၊ လမ်းမှနေ၍ ဝင်းထဲသို့ဖြစ်စေ စည်းရိုးကို ဖြတ်သန်းကာ အလွယ်တကူ ဝင်ထွက်နိုင်လေသည်။

ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေသည် မျှော်လင့်ထားသည်နှင့် နှိုင်းဆမရအောင် ခြားနားလျက်ရှိချေပြီ၊ ကြိုးစား တရားအားထုတ်မှုကို ကြိုတင်မှန်းဆထားခဲ့သော စိတ်ကူးထဲက ဘုန်းကြီးကျောင်း၏ အေးငြိမ်း ဆိတ်ငြိမ်ခြင်းက အထောက်အကူပြုနိုင်မည် မဟုတ်သည့်အတွက် စိတ်ပျက်အားငယ်မှုဖြစ်မိလင့်ကစား၊ စင်စစ်၌ ရင်ဆိုင်တိုက်ရမည်မှာ စိတ်နှင့်သာ ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်ပါသည်၊ အဓိက ပျံ့လွင့်မှုဟူသည် အဇ္ဈတ္တပိုင်းနှင့်သာ သက်ဆိုင်နေပေရာ ပတ်ဝန်းကျင်အနေအထားမှာ သာမညသာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် လူမှုရေးရာများမှ ကင်းဆိတ်သည့် အေးငြိမ်းရာ အရပ်တွင် သီးသီးသန့်သန့် ကမ္မဋ္ဌာန်းပွားရလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ခြင်းမက မျှော်လင့်ထားခဲ့မိသည်ကတော့ အမှန်ပါ၊ မျှော်လင့်ချက် ပါစင်အောင် လွဲမှားနေသည့်အတွက် အံ့ဩထိတ်လန့်ခြင်း ဖြစ်မိပါ၏။

နေ့ညမဟူ ခွေးအူသံများ၊ ခေါင်းလောင်းထိုးသံများနှင့် မော်တော်ကားဟွန်းသံများက မကြာခဏ ထွက်ပေါ်လျက်ရှိသည်၊ နေ့အချိန်တွင်ကား ယင်းဆူညံသံများအပြင် ကြီးမားမဲနက်သော ကျီးကန်းထောင်ပေါင်းများစွာတို့၏

http://www.dhammadownload.com

စူးစူးရှရှ တအ–အအော်သံတို့ကပါ အဆက်မပြတ် ထပ်ဆင့် နှောင့်ယှက်ကြပြန်သည်။

ဤမျှ ဆူညံနေသည့်နေရာ၌ မည်သို့ တရားအားထုတ်နိုင်ပါမည်နည်း၊ မစဉ်းစားတတ်အောင် ဖြစ်မိပါသည်။

တည်းခိုရမည့်အဆောင်သို့ မော်တော်ကားက ကျွန်တော့်အား သယ်ဆောင်သွားသည်၊ ကားမီးရောင်ဖြင့် တွေ့မြင်ရသည်မှာ စစ်ကြီးအတွင်းက ဟိုတစ်ခု ဒီတစ်ခု ကျိုးတိုးကျဲတဲဆောက်လုပ်လေ့ရှိသော တဲစခန်းကြီးတစ်ခုနှင့် ခပ်ဆင်ဆင်ခြံဝင်းကြီးဖြစ်နေသည်။

ယင်းနောက် တစ်ခုသော အဆောင်၏ရှေ့တွင် ရုတ်တရက် ကားရပ်တန့်လိုက်ရာ ဖုန်များထောင်းကနဲ ထသွားသည်၊ အခန်းများ၏ ရှေ့စကြံတွင် သင်္ကန်းဝါဝါများ ဝတ်ရုံထားကြသော ရဟန်းတော်များ ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် စကြံလျှောက်လျက်ရှိကြရာ သူတို့က ကျွန်တော့်အား လှမ်းကြည့်ကြသည်။

ကျွန်တော်သည်လည်း ထိုရဟန်းတော်များ နည်းတူ သုံးပတ်ကြာမျှ လေ့ကျင့် အားထုတ်ရတော့မည် မဟုတ်ပါလော။

တစ်ဒါဇင်ခန့်ရှိသော ညစ်ထေးထေး စုတ်ပြတ်ပြတ်နှင့် ဝံပုလွေကဲ့သို့ ရန်လိုပုံပေါ်သော ခွေးတစ်အုပ်သည် ကျွန်တော်တို့အား ဆူဆူညံညံဟောင်လိုက်ကြ၏၊ ယင်းနောက် တာဝန် ပြီးဆုံးသွားသည့်အလား အဟောင်ရပ်ကာ ပြန်လည်၍ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ကုတ်ခြစ်နေကြသည်။

ကျွန်တော့်အား အဆောင်၏ အစွန်ဆုံးအခန်းသို့ ခေါ်ဆောင်သွားသည်။ ဤအဆောင်သည် အုတ်ဖြင့် ဆောက်လုပ်ထားသည့် တစ်ထပ်အဆောက်အအုံတစ်ခုဖြစ်ပြီးလျှင် ဆယ်ပေပတ်လည်ရှိ အခန်း(၁၅)ခန်းခန့် ရှိလေသည်။

အခန်းထဲတွင် မျက်စိကျိန်းစပ်ဖွယ်ဖြစ်သော လျှပ်စစ်မီး တစ်လုံးကို အအုပ်အဆောင်းမပါဘဲ ထွန်းထားသည်၊ သစ်သားခုတင်တစ်လုံး၊ စားပွဲတစ်လုံးနှင့် ကုလားထိုင်တစ်လုံးအပြင် သံမံတလင်းပေါ်တွင် မြက်ဖျာနှစ်ချပ်ခင်းထား

http://www.dhammadownload.com

ကြောင်း မီးရောင်ဖြင့် တွေ့မြင်ရသည်၊ ထို့အပြင် ပြတင်းပေါက်နှစ်ပေါက် ရှိနေပြန်၍ ဝမ်းသာရသည်၊ (သို့သော် ထိုပြတင်းပေါက်တို့သည် ကျွန်တော့် အား ကောင်းကျိုးမပေးသည့်အဖြစ်ကို မကြာမီတွေ့ရပါ၏။)

ခုတင်၌ ခြင်ထောင် ထောင်ထားသည်ကို တွေ့ရပြန်သဖြင့်လည်း စိတ် သက်သာရာရသွားပါသည်၊ သာသနာရေးကောင်စီသည် အမြော်အမြင်ရှိစွာ ဖြင့် အိပ်ရာခင်းများ၊ မျက်နှာသုတ်ပုဝါ၊ ခြင်ဆေးထိုးပြွတ်တံနှင့် ဒီဒီတီခြင်ဆေး ရည်တစ်ဗူး စသည်တို့ကိုလည်း အသင့်စီစဉ်ထားရှိသည်။

ဤအခန်းသည် သုံးပတ်ကြာမျှ အပြင်းအထန် တရားအားထုတ်လျက် နေထိုင်ရမည့် ကျွန်တော့်အိမ်ဂေဟာပင် ဖြစ်တော့သည်၊ တရားအလုပ်ကိုလည်း များသောအားဖြင့် ဤအခန်းနံရံလေးဘက်အတွင်း၌သာ ပြုလုပ်ရပေမည်၊ အခန်းကလေး၏ အနေအထား အဆင်အပြင်သည် မျှော်လင့်ထားသည်ထက် ပင် သာလွန်နေပါသေးတော့သည်။

မိမိ၏ "အိမ်"ဟုပင် အလွယ်တကူခံယူခြင်း ပြုလိုက်နိုင်ပါသည်။

ရေတပ်မတော် အရာရှိတစ်ယောက်သည် အခြားသော ပုဂ္ဂိုလ်များထက် "အခန်း"ထဲတွင် ပိုမို၍ နေလေ့နေထရှိပေသည်၊ သူသည် အခန်းသစ်တစ်ခု အပေါ် အလျင်အမြန်တွယ်တာတတ်ခြင်း၊ ရင်းနှီးခင်မင်သော မျက်စိဖြင့် ကြည့် မြင်နိုင်ခြင်းတည်းဟူသော အလေ့အကျင့်ကို အချိန်တိုတိုအတွင်း၌ မွေးမြူနိုင် စွမ်း ရှိလေသည်။

ကျွန်တော်၏ အတွေ့အကြုံ၌ လက်ခံခြင်း မပြုနိုင်သော အခန်းအချို့ကို လည်း ရင်ဆိုင်ခဲ့ဖူးပါသည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုမည်သော အခန်းတို့ သည် ညစ်ပတ်၍ လောင်စာဆီစော် နံလွန်းသည့်နည်းတူ၊ ပင်လယ်ကူး သင်္ဘောများထက်၌ ပါရှိတတ်သည့် ပစ္စည်းများ၏ အနံ့အသက်ပေါင်းစုံနှင့် လည်း မကင်းပေ၊ အဆိုးရွားဆုံးကား ထိုကဲ့သို့ အနံ့အသက်အမျိုးမျိုးကို ရှူရှိုက်ရခြင်းပင်တည်း။

http://www.dhammadownload.com

ယခု အခန်းသည် ထိုအခန်းများနှင့်မတူ မြင့်မား၍ ရှင်းလင်းသည်။ သန့်ပြန့်သည်၊ ရင်းနှီးခင်တွယ်နိုင်ဖွယ် အခြေအနေတွင်ရှိသည်။

သက်ဆိုင်ရာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့က ရေချိုးခန်းကို ပြသကြပြန်ရာ ရေပိုက်ခေါင်း တစ်ခုဖြင့် ရေအပြည့်ဖြည့်ထားသော သံစည်ကြီးတစ်လုံး၊ အသုံးပြုခြင်းခံရပုံ မပေါ်သော ရေပန်းတစ်ခု၊ ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်သွားရသော အိမ်သာတစ်ခု (ဒီဟာအတွက် နားမလည်နိုင်အောင် ဖြစ်မိပါသည်)နှင့် ထိုင်၍သွားရသော ရိုးရိုးအိမ်သာတစ်ခုတို့ကို တွေ့ရပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းထူး ကြောင့် ဖြစ်မည်ထင်ရဲ့၊ ယင်းထိုင်၍နောက်ဖေးသွားရသော အိမ်သာသည် ကျင်ကြီးစွန့်ရန်အတွက် မဟုတ်ဘဲ ကျင်ငယ်စွန့်ရန်အတွက် ဖြစ်ကြောင်း ကြားသိရ၏၊ ထိုသို့ဖြစ်ရသည့် အကြောင်းရင်းကို မကြာမီသိရှိရလိမ့်မည် ဟူ၍ကား အကြံဖြစ်ပေါ်လာသည်။

ရေပန်းနှင့်တကွ ထိုင်၍သွားရသော အိမ်သာသည် အနောက်တိုင်းဆန် သည်၊ လူဝတ်ကြောင်များ လာရောက်တရားအားထုတ်သောအခါ အထူး အခွင့်အရေးပေးသည့်အနေဖြင့် သတ်မှတ်ထားရှိသော ပစ္စည်းများ ဖြစ်ဖွယ် ရှိသည်။

သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လိုက်ပို့သည့် ဗုဒ္ဓသာသနာ့ကောင်စီမှ အုပ်ချုပ်ရေး အရာရှိချုပ်သည် နောက်နေ့ နံနက်တွင် ကျွန်တော့်ထံ လာရောက်ဦးမည် ဖြစ်ပါသည်၊ သူနှင့် လိုက်ပါသွားပြီး မြန်မာပြည်၌ နေထိုင်စဉ်အတွင်း လိုအပ် သမျှသော အုပ်ချုပ်ရေးပိုင်းဆိုင်ရာကိစ္စများကို လုပ်ရပေဦးမည်၊ ထို့နောက် နေ့လယ် ၂း၃၀–နာရီတွင် ရိပ်သာ၏ နာယက ဆရာတော်တစ်ပါးဖြစ်သော ရွှေစေတီဆရာတော်နှင့်တွေ့ဆုံရမည်ဖြစ်ကြောင်း သူက ပြောပြသည်။

တခြား လိုတာရှိလျှင်လည်း နက်ဖြန်၌ စီစဉ်ပေးပါမည်ဟု သူက ကျွန်တော့် ကို အာမခံသည်၊ ထို့နောက် သူတို့ ထွက်ခွာသွားကြတော့ရာ ဤထူးဆန်း သော အင်္ဂလိပ်အမျိုးသားသည် နောက်နေ့နံနက်ရောက်အောင်မှ အခြေအနေ

http://www.dhammadownload.com

နှင့် အံကိုက်အောင် နေထိုင်တတ်ပါ့မည်လောဟူ၍ သူတို့၏ စိတ်ထဲဝယ် မဝေခွဲနိုင်အောင် ဖြစ်နေကြောင်းဖြင့် မဝံ့မရဲတွေးဆလိုက်မိပါသည်။

အချိန်ကား ည ၉း၀၀ နာရီ ရှိချေပြီ။

ကျွန်တော်သည် အနည်းငယ်မျှသာ ပါလာသည့် အဝတ်အစားတို့ကို ထုတ်ယူ၍ ပျဉ်ပြားများ ခင်းထားသော ခုတင်၏ အောက်ဖျားတစ်နေရာရှိ သေတ္တာတစ်လုံးထဲ ထည့်သွင်းထားလိုက်သည်၊ ထို့နောက်တွင် ခြင်များကို ခြင်ဆေးဖြင့် ထိုးလိုက်သည့်အခြားမဲ့၌ အခန်းကလေးသည် သေသေသပ်သပ် နှင့် နေချင့်စဖွယ် ဖြစ်သွားတော့၏။

တစ်နေ့လုံး ခရီးပန်းခဲ့သည်။ နက်ဖြန်ကျပြန်လျှင်လည်း စမ်းသပ်ဖိတ် ခေါ်ခြင်းကို ခံရပေဦးမည်၊ လုံးဝဥဿုံ အသစ်စက်စက်ဖြစ်နေသည့် နေထိုင်မှု စနစ်နှင့်အညီ မိမိကိုယ်မိမိ ပြုပြင်ထားရန်လည်း လိုအပ်လှပေသည်။

ပျဉ်ပြားခင်း ခုတင်နှင့် ထိပ်တိုက် တွေ့ဆုံကာ အစမ်းသပ်ခံခြင်းမပြုမီ၌ ကိစ္စတစ်ရပ်ကို ပြုလုပ်လိုက်မိပြန်ပါသည်၊ ယင်းကားအခြားမဟုတ်၊ ကျွန်တော့် အား အပြင်းအထန် ဆွဲဆောင်နိုင်ခြင်း ရှိခဲ့ရုံမက တစ်ပါတည်းလည်း ယူဆောင် လာခဲ့သော သတိပဋ္ဌာန် စာအုပ်ကလေးကို မိနစ်အနည်းငယ်ကြာမျှ ထပ်မံ ဖတ်ရှုနှလုံးသွင်းနေမိခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

လက်တွေ့ အလုပ်စခန်းသည် ဤစာအုပ်ငယ်ထဲ၌ ဖော်ပြထားသည်ထက် လွယ်ကူပါစေဟူ၍ ဆန္ဒပြုလိုက်မိသည်၊ ယင်းသို့ မဟုတ်ပါက အချိန်ကလေး ရသမျှ သုံးလေးပတ်အတွင်း၌ ဟုတ်တိပတ်တိ စွမ်းဆောင်ပေါက်ရောက်နိုင် ဖွယ်မရှိပေ။

အချိန်အနည်းငယ် ကုန်လွန်သွားအပြီးတွင် ပျဉ်ခင်း ခုတင်ပေါ်၌ စမ်းသပ် လဲလျောင်းကြည့်ရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်၏၊ နောက်နေ့နံနက် ၅း၁၅-နာရီတွင် ထမင်းစားဆောင်သို့ သွားရန် ကျွန်တော့်ကို လာခေါ်မည်ဖြစ်ရာ လေးနာရီ ထက် ပို၍ အိပ်စက်နိုင်ခွင့် ရှိမည်မှာ ဤညသည် နောက်ဆုံးညပင်တည်း။

http://www.dhammadownload.com

နောက်နေ့ နံနက်၌ အရုဏ်ကျင်း၍ အလင်းမရောက်မီကပင် အိပ်ရာမှ နိုးလာသည်၊ တင်ပါးများသည် ကိုက်ခဲနာကျင်လျက်ရှိသည်။ နောက်ထပ်တမေး လောက်ရရန် ပုံစံအမျိုးမျိုး လျောင်းလျက် ကြိုးစားကြည့်ပါ၏၊ ယခုမှ ကိုယ်လက်များ အဘယ်ကြောင့် နာကျင်နေရသနည်း၊ စဉ်းစားမရအောင် ဖြစ်နေမိသည်။

အောက်ခံအမာပေါ်တွင် အိပ်သည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် အဆန်းမဟုတ်ပါ၊ ရေတပ်မတော်၌ နေ့ရောညပါ စစ်လှေကျင့်ခန်းများ လုပ်ခဲ့ရစဉ်တုန်းက စားပွဲပေါ်၌ဖြစ်စေ ကြမ်းပြင်ပေါ်၌ဖြစ်စေ မကြာခဏအိပ်ခဲ့ဖူးပါသည်။

ကျွန်တော်၏ အတွေ့အကြုံအရ အိပ်စက်ခဲ့ဖူးသော အိပ်ရာများမှာ ဤအိပ်ရာထက် ပိုမိုသက်သောင့်သက်သာ ရှိခဲ့ကြသည်ဖြစ်ရာ ယင်းအချက်ကို စိတ်စွဲနေမှုသည်လည်း ဤကဲ့သို့ စိတ်ခံစားချက် ပေါက်ဖွားလာနိုင်ရေးအတွက် တာဝန်ကင်းဟန် မတူပေ။

မည်သည့်အတွက်ကြောင့်ပင်ဖြစ်စေ ၄း၃၀-နာရီ၌ အိပ်ရာထရသည့် အတွက်ပင် ဝမ်းမြောက်နေမိသေးတော့၏။

ကျွန်တော်တို့၏ အဆောင်အနီး၌ နေကြသော ခွေးတစ်အုပ်၏ အူသံကြောင့် အနည်းငယ် ပြန်လည် ငိုက်မျဉ်းနေရာမှ နိုးလာခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်၊ ထို့နောက်တွင်တော့ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုလုံး ပြန်လည် တိတ်ဆိတ်သွားပြီး မှောင်မှောင်မိုက်လျက်လည်း ရှိသေးသည်။

ရေပန်း၌ ရေချိုး၍ အဝတ်အစားလဲပြီးနောက် စိတ်ထဲတွင် လှုပ်ရှားဖြစ်ပေါ်နေသော ပျံ့လွင့်မှုပေါင်း သောင်းခြောက်ထောင် ပြေပျောက်သွားစေရန် အလို့ငှာ ထိုင်ကာ စိတ်တည်ငြိမ်လာအောင် ကြိုးစားလိုက်ပါသည်။

မကြာမီအချိန်အတွင်း ကျွန်တော့်အား လမ်းပြခေါ်ဆောင်မည့်သူ ရောက်လာတော့၏၊ နှစ်ဦးသား မိုင်ဝက်မရှိတရှိခန့် လျှောက်သွားမိသောအခါ ထမင်းစားဆောင်သို့ ရောက်သွားလေသည်၊ ရိပ်သာဝင်းအတွင်း၌ပင် ထိုအဆောင်

http://www.dhammadownload.com

တည်ရှိသည်။

ကျွန်တော်တို့ထက် အရင် ရဟန်းတော်လေးပါး ရောက်နေပြီး ခပ်နိမ့်နိမ့် စားပွဲတစ်လုံးတွင်တင်ပျဉ်ခွေ ထိုင်နေသည်ကို တွေ့ရ၏။ ကိုယ်တော်လေးပါး၏ ရှေ့တွင် ထမင်းအုပ်ကြီးတစ်ခု ချထားပြီး အမျိုးမျိုးသော စားသောက်စရာများ ထည့်ထားဟန်ရှိသည့် ပန်းကန်လုံးငယ်များကိုလည်း မြင်နိုင်သည်။

ကုလားထိုင်နှင့် ထိုင်လိုသလားဟု ကျွန်တော့်ကို မေးသဖြင့် မထိုင်လိုပါ ကြောင်း ကြမ်းပြင်ပေါ်၌ပင် ကြိုးစားထိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်းပြန်ကြားလိုက်ပါသည်။ ကျွန်တော့်ကို စားပွဲကလေး တစ်လုံးဖြင့် တစ်ဦးတည်းသီးခြား ပြင်ဆင်ပေး သည်၊ ကျွန်တော့်အတွက်လည်း ထမင်းများရောက်လာသည်။ တစ်နေ့လုံး စားလို့ပင် ကုန်နိုင်ဖွယ်မရှိပေ၊ ပြီးတော့ပဲနီကလေးနှင့် ဆင်ဆင်တူသည့် ပဲစေ့များလည်း ပါရှိသည်၊ အမြင်အားဖြင့် တူသော်လည်း ပဲနီကလေး ဟုတ် တော့ မဟုတ်ပေ၊ ယင်းတို့ကို ထမင်းနှင့် တွဲဖက်၍စားရသည်။

ထို့နောက်၌ လက်ဖက်ရည်တစ်ခွက် ရောက်လာပြန်ပါသည်၊ နံနက်စော စောစီးစီး၌ တကယ်တော့ ဆာလောင်ခြင်း မရှိပါချေ၊ ဤနံနက်စာသည် ကျွန်တော့်အတွက် လိုအပ်သည်ထက်ပင် ပိုပါသေးသည်၊ များမကြာမီ အချိန် အတွင်း၌ ထမင်းတစ်ထပ် စားရဦးမည်လည်းဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် နောက်ရက် များတွင် နံနက်စောစော၌ ကျွန်တော့်အတွက် လက်ဖက်ရည်နှင့် သစ်သီးသာ ပေးရန် စကားပြန်မှတစ်ဆင့် မှာကြားစီစဉ်ရသည်။

ဒုတိယနေ့ နံနက်မှစ၍ ငှက်ပျောသီး သို့မဟုတ် ပန်းသီးတစ်လုံးနှင့် လက်ဖက်ရည်တစ်အိုး ရလေ့ရှိသည်၊ တစ်ခါတစ်ရံ၌ကား သင်္ဘောသီးပေး သည်၊ လက်ဖက်ရည်အိုးနှင့်အတူ နွားနို့တစ်ခရားလည်း ပါသည်၊ ဤကား အနောက်နိုင်ငံသားဖြစ်သည့် ကျွန်တော့်အတွက် တစ်ခုတည်းသော အခွင့်ထူး ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူမိပါသည်၊ ထို့အပြင် ရေကျက်အေးကိုသာ သောက်ရန် လည်း ဆုံးဖြတ်ထားပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

စားသောက်ဆောင်မှ တည်းခိုဆောင်သို့ ပြန်လျှောက်လာချိန်၌ တိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်မှု၏ ကိုယ်စားနေ့၏ ဆူညံသံများ စတင်နေရာယူနေပြီဖြစ်သည်၊ မှောင်ဆဲပင် ရှိသေးသော်လည်း မိုးသောက် တော့မည့် အရိပ်အရောင် ပေါ်လွင်လာပေပြီ။

နံနက်စောစော ယင်းကဲ့သို့ လမ်းလျှောက်ရသည်ကို နှစ်သက်သဘောကျ၍လည်း လာမိပါသည်၊ လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် မျှဝေခွဲယူကာ တစ်နည်းတစ်ဖုံ ခံစားနိုင်သော ရင်းနှီးခင်မင်မှုတစ်ရပ် အရုဏ်ဦး၌ရှိသည်၊ တစ်ဦးတည်း တစ်ယောက်တည်း ဖြစ်နေသူများအဖို့ အရုဏ်ဦးနှင့် ရင်းနှီးခင်မင်ရသည်မှာ အားဆေးတစ်လက်သာမက စိတ်အားတက်ကြွပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာ တစ်ရပ်လည်း ဖြစ်ပေသည်။

ကျွန်တော့်တွင် အလေ့အထတစ်ရပ်ဖြစ်လာလေသည်၊ ယင်းကား နံနက် မိုးမသောက်မီ လက်ဖက်ရည် သွားသောက်ပြီး ပြန်လာတိုင်း သတ်မှတ်ထားသော နေရာသို့ အရောက်တွင် ခြေလှမ်းများ ရပ်တန့်ခြင်းမပြုဘဲ မနေနိုင်ပေ၊ ထိုနေရာတွင် မတ်တတ်ရပ်လျက် မိုးသောက်ရောင်ခြည် ထွက်ပြူလာပုံကို စောင့်ကြည့်ရသည်မှာ တာဝန်ကြီးတစ်ရပ်ဖြစ်လာသည်။

ယင်းသို့ စောင့်ကြည့်ရင်းဖြင့် ဝေဒနာနုပဿနာကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းသည်။

သတ်မှတ်ထားသောနေရာကား ချိုင့်ကြီးတစ်ခုထဲရှိ ရေကန်ငယ်တစ်ကန်၏ဘေး၌ပင်ဖြစ်တော့သည်၊ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ဝိုက်၌ လှည့်လည်သွားလာကျက်စားနေကြကုန်သော နွားတို့သည် ဤရေကန်ငယ်ကလေး၌ ရေသောက်လေ့ရှိကြသည်။

မကြာမီအတွင်း၌ ရောက်လာတော့အံ့သော အသက်ရှူကျပ်လောက်အောင် ပူလောင်ခြောက်သွေ့သည့် နေ့ရက်များ၌ ကန်ရေပြင်သည် နေ့စဉ် ခြောက်လက်မမျှ ကျဆင်းသွားကြောင်းလေ့လာမှတ်သားမိပေသည်။

http://www.dhammadownload.com

အခန်းသို့ ပြန်အရောက်တွင် အိပ်ရာသိမ်းခြင်း၊ တံမြက်စည်းလှည်းကျင်း သန့်ရှင်းခြင်းစသော နေ့စဉ်ပြုဖွယ်ကိစ္စအဝဝကို ဆောင်ရွက်လေ့ရှိသည်၊ တစ်ခန်းလုံး အနံ့အပြား ခြင်ဆေးလျှောက်ထိုးပြီး ပြတင်းပေါက်များကို နေထွက်လာချိန်တိုင်အောင် ပိတ်ထားလိုက်၏၊ ဤနည်းအားဖြင့် ခြင်များ၏ ဘေးရန်အန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်အောင် စွမ်းဆောင်ခြင်းပြုနိုင်ပေသည်။

နံနက်စာ ထမင်းကို ၁၀း၃၀-နာရီတွင် ကျွေးသည်၊ လက်ဖက်ရည်သွားသောက်ရသော စားသောက်ဆောင်သို့ပင် သွားစားရသည်၊ ထမင်းပွဲ၌ အမြဲသဖြင့် ရောမ ပန်းကန်ကြီးဖြင့် ဟင်းချိုတစ်ခွက် ပါလေ့ရှိသည်၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်ဖြင့် ချက်ပြုတ်ထားခြင်းဖြစ်ဟန်တူသော်လည်း အလွန်အာဟာရဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရသည်၊ ထို့အပြင် ငါးဖြစ်စေ၊ တစ်ခါတရံတွင်အသားဟင်းဖြစ်စေ ပါပါသေးသည်၊ ထမင်းကတော့ အမြဲတမ်း မပါမဖြစ်ပေ၊ ကျွန်တော်က ထမင်းကို မစားလိုသဖြင့် ပဲပင်ပေါက်တစ်ပန်းကန်ပေးပါသည်။

ထမင်းစားအပြီးတွင် ထုံးစံအတိုင်း လက်ဖက်ရည် တိုက်သည့်အပြင် တစ်ခါတရံတွင် ဗမာအချိုမုန့်တစ်မျိုးမျိုး၊ သို့မဟုတ် ဗာဒံစေ့၊ သစ်ဆိမ့်သီးတို့ ထည့်သွင်းကာ သကြားဖြင့်ကျိုထားသော ယိုတစ်မျိုး၊ သို့မဟုတ် သစ်သီးတို့ကို ပေးပါသည်၊ လက်ဖက်ရည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် သီးခြားစီစဉ်ပေးရခြင်း မဟုတ်ပေ၊ ဘုန်းတော်ကြီးများလည်း ဥရောပပုံစံအတိုင်း နွားနို့ဖြင့် ဖျော်ထားသော လက်ဖက်ရည်(လက်ဖက်ရည်အချို)ကို သောက်လေ့ရှိကြ၏။

ဤကား ကျွန်တော်တို့၏ တစ်နေ့တာအတွက် နောက်ဆုံးသောအစားအစာပင်ဖြစ်တော့သည်၊ နောက်နေ့နံနက် ၅း၃၀-နာရီ မထိုးမချင်းအစာ စားရတော့မည်မဟုတ်၊ ရေကိုမူ သောက်ချင်သလောက် သောက်နိုင်သည်၊ နွားနို့မထည့်ဘဲ လက်ဖက်ရည်ကိုလည်း သောက်နိုင်သည်ဟု ကျွန်တော် ယူဆပါသည်။

ကျွန်တော့်အခန်းထဲ၌ လိမ္မော်ဖျော်ရည်တစ်ပုလင်း ဆောင်ထားပြီးလျှင်

http://www.dhammadownload.com

နေ့လယ် နှစ်နာရီနှင့် ခြောက်နာရီအကြားတွင် တဝဖျော်သောက်ပါသည်၊ ရိပ်သာ၌ စားသောက်ရပုံမှာ ထုံးစံအတိုင်း စားသောက်နေကျထက်များစွာ လျော့နည်းလျက် ရှိသော်လည်း ကောင်းစွာ လုံလောက်လေသည်၊ ဆာလောင်ခြင်း မရှိပေ။

စိတ်ကို အေးဆေးစွာ ထားရှိလျက် သောကအထွေထွေမှ ကင်းဝေးစွာဖြင့် နေ့ရက်တို့ကို ကုန်လွန်စေသည့်အပြင် လမ်းလျှောက်သောအခါတွင်လည်း အင်အားကို များစွာသုံးစွဲခြင်းမပြု၊ ထို့ကြောင့် အသိစိတ်ကင်းမဲ့သည့် ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုများဖြစ်နိုင်သမျှ လျော့နည်းသွားစေရန်အတွက် အစားအစာ စားသုံးမှုကို လျှော့ချထားသည်မှာ ယထာဘူတ ကျလုရုံမျှမက မလုပ်လျှင် မဖြစ်သော လိုအပ်ချက် တစ်ရပ်လည်း ဖြစ်ပါပေသည်။

အစပိုင်း ရက်များအတွင်းက ထမင်းစားသည့် အခါတိုင်း ဘေးရှိ သီးခြားစားပွဲတစ်လုံး၌ ဆွမ်းစားနေကြသော ဘုန်းကြီးများသည် ကျွန်တော့်ကို မသိမသာ အကဲခတ်ကြည့်ရှုကြလေသည်၊ စားသောက်ဆောင်၌ တာဝန်ယူရသူ၏ ဇနီးနှင့်သားသမီးများကတော့ အထူးအဆန်းသဖွယ် ပြောင်ပင်ငေးစိုက် ကြည့်ရှုကြသည်။

ရဟန်းတော်များသည် လက်ဖြင့်ပင် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးကြသည်၊ ဆွမ်းကို လက်တစ်ဆုပ်လောက်ယူ၍ လက်ချောင်းကလေးများဖြင့် အသာထိန်းချုပ်ကိုင်တွယ်ထားပြီး ပါးစပ်ထဲသို့ ကျင်လည်စွာ ထည့်သွင်းလိုက်လေသည်၊ ဟင်းရည် ဟင်းနှစ်တို့ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ခံတွင်းလိုက်စေသည့် အချဉ်အစပ်ဖျော်ဖြင့်လည်းကောင်း ထမင်းလုပ်သည် သဟဇာတဖြစ်နေရကား တစေ့စီဖွာကြဲမကျပေ။

ရဟန်းတော်တစ်ပါးစီ၏ဘေးတွင် ရေဇလုံနှင့် လက်သုတ်ပုဝါတစ်ထည်စီ ရှိနေသည်။

ကျွန်တော်သည် ဓားတစ်ချောင်းနှင့်ခက်ရင်းကိုလည်း အသုံးပြုပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

(ဤမည်သော အထူးခွင့်ပြုချက်ကိုလည်း စောစောက ဖော်ပြရန် မေ့နေခဲ့ပါသည်။)

ရံဖန်ရံခါဆိုသလို လူမမယ် ကလေးငယ်ကလေး တစ်ယောက်တစ်လေမှ တပါး ကျွန်တော့်အား စောင့်ကြည့်ရသည်မှာလည်း မကြာမီရိုးသွားသည့်အားလျော်စွာ အနှောင့်အယှက်မရှိ စားသောက်ရပါသည်၊ စားသောက်ဆောင်ထဲတွင် ယင်နှင့်ခြင်များ ကြောက်ခမန်းလိလိ သောင်းကျန်းကြလေသည်။ စားသောက်နေချိန်၌ များသောအားဖြင့် ခြင်ကိုက်ခံရလေ့ရှိသည်။

ထိုအချိန်မှ ကျော်လွန်သောအခါ ခြင်တို့သည်ပင် အပူရှိန်၏ ပြင်းထန်မှုကြောင့် မကိုက်နိုင်တော့ပေ၊ နံနက်ပိုင်း၏ လန်းဆန်းမှုသည် ဆယ်နာရီခန့်အထိသာ တည်တန့်နေပြီး ထိုအချိန်မှ ကျော်လွန်သည်နှင့် တပြိုင်နက်လေမှုတ်မီးဖိုဖြင့် ထိုးမြှိုက်ခြင်း ခံရသည့်အလား စတင်ပူလောင်လာတော့၏။

၁၁း၀၀-နာရီကျော်ကျော်တွင် မော်တော်ကားတစ်စီး ရောက်လာသည်။ ဗုဒ္ဓသာသနာ့ကောင်စီရုံးသို့ ကျွန်တော့်ကို ခေါ်ဆောင်သွားလေသည်၊ နေထိုင်ရေးအတွက် လိုအပ်သမျှသော အုပ်ချုပ်ရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စတို့ကို ဆောင်ရွက်သည်၊ အနီး၌ ရောမအဆောက်အအုံကြီးတစ်ခုကို တွေ့ရသည်၊ အပြင်ဘက်မှ ကြည့်သော် ကျောက်တောင်တစ်တောင်နှင့် သဏ္ဌာန်တူ၏။

စင်စစ်၌ ယင်းသည် ဂူကြီးတစ်ခုအတွင်း၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့သည့် ပထမဆုံးသော သင်္ဂါယနာတင် အစည်းအဝေးပွဲကို ဂုဏ်ပြုသောအားဖြင့် ဂူပုံစံဆောက်လုပ်ထားသည့် ကောင်စီအစည်းအဝေး ခန်းမကြီးပင် ဖြစ်လေသည်။

တည်ဆောက်ထားပုံမှာ အလွန်ထူးဆန်းလှသော်လည်း အမြင်မလှပေ၊ အထိမ်းအမှတ်ပြုရာတွင်ကား တန်ဖိုးရှိနိုင်လေသည်။

အတွင်းထဲတွင်တော့ ခမ်းနားထယ်ဝါလှပေသည်၊ သင်္ဂါယနာတင်ပွဲများ၊ အစည်းအဝေးများ ပြုလုပ်နေချိန်၌ ရဟန်းတော်များ၊ လူပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ပြည့်နေပေလိမ့်မည်ဖြစ်သည့်အပြင် ပိုမို၍လည်း ဂုဏ်ကျက်သရေ တိုးတက်ခဲ့ပေ

http://www.dhammadownload.com

လိမ့်မည်။ သို့သော် ယခုတွေ့မြင်နေရသည်မှာ ဟာလာဟင်းလင်းဖြင့် လှုပ်ရှားမှု ကင်းမဲ့လျက်ရှိသည်။

စက်ုံပူသို့ အပြန်ခရီးစဉ်အတွက် ယာယီအားဖြင့် တစ်လတိတိခွာ၍ သတ်မှတ်လိုက်ပါသည်၊ သို့သော် ရင်တွင်း၌ကား ခံစားချက်တစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိပေသည်၊ ယင်းကား အခြားမဟုတ်ပေ၊ လေးပတ်ကြာအောင် ကျွန်တော်နေနိုင်ပါ့မလား၊ သို့မဟုတ် သတ်မှတ်ရက်စေ့အောင်နေခွင့်မရတော့ဘဲ ခွင့်ရက်မစေ့မီ ပြန်ပြေးရန် အရေးတကြီးကိစ္စတစ်ခုခုများ ပေါ်လာမလားစသည်ဖြင့် အတွေးရောက်နေမိသည်။

အပြန်ခရီးအတွက် ကြိုတင်၍ အမည်စာရင်း ပေးသွင်းထားရန် သက်ဆိုင်ရာ လေယာဉ်ရုံးသို့ စကားပြောကြေးနန်း ဆက်လိုက်ရာ ၄၅-မိနစ်ကြာမှ ရတော့သည်၊ ဤသို့ နှောင့်နှေးကြန့်ကြာလေ့ရှိသည်မှာ အဆန်းမဟုတ်၊ ပစ္စည်းအဟောင်း အမြင်းများကို အသုံးပြုနေရသောကြောင့်လား မပြောတတ်၊ ရန်ကုန်မြို့၏ စကားပြောကြေးနန်း ဆက်သွယ်ရေးသည် အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင် ညံ့ဖျင်းနေပေသည်။

စကားပြောကြေးနန်း ဆက်သွယ်ရေး ဝန်ထမ်းအများစုမှာမူ အင်္ဂလိပ်စကားပြောတတ်ကြ၏၊ စကားပြောကြေးနန်းဆက်သွယ်ရန်ကိစ္စ ပေါ်လာသည့်အခါတိုင်း ရုတ်တရက် ဆက်မရသဖြင့် စိတ်ဓာတ်ကျကာ လက်လျှော့လိုက်ရသည်သာဖြစ်ပါ၏။

ထိုအခါ မြန်မာလူမျိုးတစ်ယောက်ယောက်က ကျွန်တော့်ထံမှ စကားပြောခွက်ကိုယူ၍ ကူညီဆက်သွယ်ပေးလေ့ရှိသည်၊ သူတို့ စိတ်ရှည်ရှည်ဖြင့် မရရအောင် စောင့်ဆိုင်းဆက်သွယ်နိုင်ပုံကို ကြည့်ပြီး အတိုင်းအဆမရှိအောင်ကြီးမားလှသည့် သည်းခံစိတ်ကို လေးစားအံ့ဩခြင်း ဖြစ်မိပါသည်။

အင်္ဂလန်ပြည်သည်ပင် တိုးတက်သော ခေတ်သစ်နှင့် နှိုင်းစာလိုက်လျှင် စကားပြော ကြေးနန်းဆက်သွယ်မှု၌ စိတ်ပျက်စရာ ကောင်းလျက်ရှိရာ ရန်ကုန်

http://www.dhammadownload.com

မြို့တွင်ကားပြောဖွယ်ရာ မရှိတော့ချေ၊ စကားပြော ကြေးနန်းဆက်ခြင်းဟူ သည် ဒုက္ခနှင့်ရင်ဆိုင်တိုးသောအခါ၌ မည်သည့်အတိုင်းအတာထိ စိတ်ကို တည်ငြိမ်စွာထားနိုင်သနည်း၊ သည်းခံနိုင်စွမ်းရှိသနည်းဟု စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း တစ်ရပ်သာ ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် အခိုင်အမာ ဆိုစမှတ်ပြုလောက်ပါပေသည်။

ဆရာတော်နှင့် ပထမဆုံးအကြိမ်တွေ့ဆုံရန်အတွက် ရိပ်သာသို့ မကြာမီ ပြန်ရောက်ပါသည်၊ ထို့နောက်တွင်တော့ အတိအကျ အားထုတ်လေ့ကျင့်ရ တော့မည်ဖြစ်သည်၊ တကယ်တော့ လုပ်ရမည့်အလုပ်တစ်ခုကို အမြန်ဆုံး စတင် ဆောင်ရွက်ရန်အတွက်လည်း ဆန္ဒပြင်းထန်နေပါသည်။

ခက်ခဲရုံမက စိတ်ပျက်စဖွယ်လည်း ဖြစ်မည်ဟု မှန်းဆရသော ကိစ္စတစ် ရပ်ကို တမျှော်မျှော် စောင့်နေရခြင်းထက် အခြေအနေမှန်ကို နဖူးတွေ့ ဒူးတွေ့ သိမြင်နားလည်လာသည့်တိုင်အောင် ရင်ဆိုင်ပစ်လိုက်ရခြင်းကို ပိုမိုလိုလား အပ်သည် မဟုတ်ပါလော။

ကျွန်တော်သည် လက်ဝှေ့ကြိုးဝိုင်းတွင်းသို့ ဝင်ရအံ့သော သူတစ်ယောက် ပမာ ခံစားနေရပေသည်၊ စက္ကန့်များလည်း တရွေ့ရွေ့ကုန်လွန်လျက်ရှိချေပြီ။

ထွက်ပေါ်လာမည့်အချက်ပေးခေါင်းလောင်းသံကိုသာ ရင်တထိတ်ထိတ် ဖြင့် စောင့်မျှော်နေမိပါတော့သတည်း။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၃)

ပထမဆုံး ခြေလှမ်းများ

ဆရာတော်၏ ကျောင်းသည် ဝင်းတံခါးပေါက်ကြီး၏ မလှမ်းမကမ်းတွင် တည်ရှိပြီး ကျွန်တော့်ကျောင်းဆောင်မှ တခဏ လျှောက်သွားလျှင်ရောက်၏၊ ခေတ်မီမီ ဆောက်ထားသော လေးဒေါင့်သဏ္ဌာန် အဆောက်အအုံ တစ်ခု ဖြစ်ပြီးလျှင် ဘေးမျက်နှာစာများ ပွင့်လင်းပြန့်ပြူး၍ မြေပြင်၏ အထက်သို့ အတန်မြင့်သည်။

စကားပြန်ကို စောင့်နေသော နေရာမှနေ၍ ကျောင်းကို လှမ်းမြင်နေရပါသည်၊ ကျွန်တော့်အား ဆရာတော်၏ ကျောင်းသို့ စကားပြန်က လိုက်ပါပို့ဆောင်ပေးမည် ဖြစ်၏။

ကျောင်းထဲတွင် တစ်ခုတည်းသော ရောမ အခန်းကြီးတစ်ခုပါရှိနေကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်သည်၊ ပိုးကန့်လန့်ကာများကို အခန်းကြီး၏ တစ်ဘက်ထိပ်တွင်

http://www.dhammadownload.com

ချိတ်ဆွဲထားလျက် အိပ်စက်သောနေရာနှင့် ပိုင်းခြားထားသည်မှာ ထင်ရှား သည်။

တဒင်္ဂအတွင်း ကျွန်တော့်အနီးသို့ အထူးအဆန်းဖြစ်သော ဟန်အမူအရာ ရှိသူ တစ်ယောက်ချဉ်းကပ်လာသဖြင့် စကားပြန် ဖြစ်လိမ့်မည်ဟု ကောက်ချက် ချလိုက်ပါသည်၊ သူသည် အရပ်ပုပျပ်ပျပ် သက်လတ်ပိုင်းကျော်ကျော် ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ယောက် ဖြစ်သည်၊ မြန်မာလူမျိုးတို့၏ ထုံးစံအတိုင်း လုံချည် ကပိုကရို ဝတ်ထားရကားပိုမို၍ အသက်အရွယ် ရင့်သယောင်ရှိနေသည်။

လောင်မြိုက်သည့် ရာသီပိုင်းသို့ ဝင်ရောက်ခြင်း မရှိသေးသော်လည်း ဤနေ့သည် ပူပြင်းအိုက်စပ်လှသော နေ့တစ်နေ့ပင် ဖြစ်သည်၊ သူသည် ခြေလှမ်းအနည်းငယ်လှမ်းပြီးတိုင်း မျက်နှာကို လက်ကိုင်ပုဝါကြီးတစ်ထည်ဖြင့် ချွေးသုတ်သည်။

ဤပုဂ္ဂိုလ်ကြီး၏ အမည်ကား ဦးဖေသင်တည်း။

ကျွန်တော့်ထံသို့အရောက်တွင် မိမိကိုယ်မိမိ မိတ်ဆက်သည်၊ သူသည် ဗြိတိသျှတို့ လက်ထက်တစ်လျှောက်လုံး အစိုးရ အမှုထမ်းအဖြစ် တာဝန်ထမ်း ဆောင်ခဲ့သည်၊ ယခုသော် အနားယူထားလျက် သာသနာ့ရိပ်သာတွင် အခကြေးငွေမယူဘဲ အင်္ဂလိပ်စကားပြန်အဖြစ် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးနေသည်။

သူ၏ တာဝန်ကားမသေးပေ။

ရိပ်သာသို့ ရောက်လာသမျှသော နိုင်ငံခြားသား အားလုံးအတွက် အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကားဖြင့်သာ ပြောဆို ဆက်ဆံလို့ရ၏၊ အိန္ဒိယ၊ သီရိလင်္ကာ (သီဟိုဠ်)၊ ထိုင်းလူမျိုးများနှင့် တစ်ခါတရံတွင် တရုတ်လူမျိုးများပါ လာရောက် လေ့ရှိကြသည်။

ကျွန်တော့်အထင်ကိုပြောရလျှင် သာသနာ့ရိပ်သာသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ လောကတစ်ခုလုံး၌ သတိပဋ္ဌာန်နည်းဖြင့် သင်ကြားလေ့ကျင့်ပေးသည့် တစ်ခု တည်းသော ကမ္မဋ္ဌာန်းဌာနဖြစ်နိုင်၍ အာရှတိုင်းနိုင်ငံအသီးသီးမှ တရားအလုပ်

http://www.dhammadownload.com

အားထုတ်လိုသူများ အဆက်မပြတ် ဆိုက်ရောက်လျက် ရှိသည့်အားလျော်စွာ ဦးဖေသင်၏ အကူအညီ လုပ်အားပေးလှူခြင်းမှာ နေ့တိုင်းလိုအပ်ပေသည်။

သူသည် အင်္ဂလိပ်စကားပြောကြားမှုကို ချေချေမြစ်မြစ် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် တတ်ကျွမ်းသည်သာ မဟုတ်သေး၊ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာ အတွေးအခေါ် ပညာကို လေ့လာထားပြီး ဉာဏ်အမြင်ပေါက်အောင်လည်း မကြာခဏ တရားကျင့်ကြံ အားထုတ်ဖူးသည့်အလျောက် ယောဂီတစ်ယောက်အနေဖြင့် တွေ့ကြုံရလေ့ ရှိသော အခက်အခဲများကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ သဘောပေါက်နားလည်ထား သူလည်းဖြစ်သည်၊ စင်စစ်၌ သူသည် သိက္ခာ သမာဓိနှင့်ပြည့်စုံသော ပုဂ္ဂိုလ် ကြီးတစ်ယောက်ပေတည်း။

ဦးဖေသင်သာ မရှိလျှင် ရိပ်သာအတွက် လွယ်မည်မဟုတ်ပေ၊ ကျွန်တော် သည် သူ၏မေတ္တာ စေတနာ အပြည့်အဝရှိသော မျက်နှာအသွင်အပြင်ကို ယခုထက်တိုင်အောင် သတိရလျက်ပင်ရှိပါသည်၊ သူ၏မျက်နှာသည် ရွှင်ချို၍ လည်းနေလေ့ရှိပါသည်၊ ယင်းအသွင်အပြင်မျိုးကို မြန်မာလူမျိုးများ၌ တွေ့ရ ခဲသည်။

သူသည် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်နေသည်ဟူ၍လည်း မရှိ ဆရာတော်နှင့် နေ့တိုင်း တွေ့ဆုံစစ်ဆေးခြင်းကို ခံရပေရာ ကျွန်တော်တို့ နှစ်ယောက်အကြား၌ ထွက်ပေါ်လာသမျှသော ခဲရာခဲဆစ်အချက်အလက်များကို သူက မမောမပန်း စိတ်ရှည်ရှည်ဖြင့် ဘာသာပြန် ရှင်းလင်းပြောပြလေသည်။

နဖူးပြင်ကို လက်ကိုင်ပုဝါဖြင့် သုတ်ကာသုတ်ကာ အဆောင်တစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ရွေ့လျားသွားလာနေသော ဦးဖေသင်ကို အမြဲလိုလို တွေ့မြင်နေရ လေ့ရှိပါသည်၊ နိုင်ငံခြားယောဂီများနှင့် တွေ့ဆုံရှင်းလင်းပြောပြခြင်းတည်း ဟူသော မိမိယူထားသည့် စေတနာ တာဝန်ကို ကျေကျေပွန်ပွန် ထမ်းဆောင် နေခြင်းပင်တည်း။

ယောဂီများသည် ဝါရင့်တာဝန်ရှိ ဆရာတော် တစ်ပါးပါးနှင့် နေ့စဉ်

http://www.dhammadownload.com

တွေ့ဆုံပြီး တရားစစ်ဆေးခြင်းခံရသည်၊ ဤကား ယောဂီတို့အတွက် ချမှတ်ထားသော ဥပဒေစည်းကမ်းများထဲမှ အရေးကြီးသည့် အချက်တစ်ရပ် ဖြစ်၏၊ ယင်းသို့ တွေ့ဆုံရသောအခါ၌ ယောဂီသည် တရားအားထုတ်ရာ၌ မိမိတွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသော အခက်အခဲများ တိုးတက်မှုများကို ဆရာတော့်ထံ တင်ပြလျှောက်ထားရသည်။

ထိုကဲ့သို့ အစီအစဉ်တစ်ရပ် ချမှတ်ထားရန်မှာလည်း အလွန်လိုအပ်လှပေသည်၊ ယောဂီတစ်ယောက် အနေဖြင့် တိုးတက်မှုမရှိဘဲ ဖြစ်နေသောအခါ၌ စိတ်ဓာတ်ကျသွားလေ့ရှိရာ ထိုသို့ မဖြစ်ရလေအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်သည့်သဘောဖြင့် စီစဉ်ထားခြင်းပင်ဖြစ်သည်၊ တရားစစ်သော ဆရာတော်သည် ယောဂီတွေ့ကြုံရသော အခက်အခဲများကို မည်သို့ မည်ပုံ လေ့ကျင့်ကျော်လွှန်နိုင်ကြောင်း ညွှန်ကြားကူညီ၏။

"အထဲဝင်ဖို့ အသင့်ဖြစ်ပလား"

ဦးဖေသင်က ကျွန်တော့်ကို မေးလိုက်သည်။

"ဟုတ်ကဲ့ အသင့်ဖြစ်ပါပြီ၊ ဆရာတော်နဲ့ ဘယ်လိုပြောရမှာလဲ၊ သူ့နာမည်ကကော ဘယ်လိုခေါ်ပါသလဲ"

"ဒီနေ့ ရွှေစေတီဆရာတော်နဲ့ ခင်ဗျားတွေ့ရမယ်၊ မဟာစည် ဆရာတော်ဆေးရုံတက်နေခိုက် ရိပ်သာကို အုပ်ချုပ်ဖို့နဲ့ ခင်ဗျားကို အကူအညီပေးဖို့ မန္တလေးက ဆင်းလာတာ၊ ရက်အနည်းငယ်အတွင်း မဟာစည်ဆရာတော် ဆေးရုံက ဆင်းလာလိမ့်မယ်၊ အဲဒီအခါမှာ ခင်ဗျားကို လက်ခံတွေ့လိမ့်မယ်၊ အခုလောလောဆယ်မှာတော့ ရွှေစေတီတော်နဲ့ပဲ ခင်ဗျားနေ့တိုင်းတွေ့ရမယ့်သဘောပဲ၊ ဆရာတော့်နာမည် ခေါ်ဖို့မလိုဘူး၊ ကျွန်တော်နဲ့အတူ လိုက်လာပြီး ကျွန်တော်လုပ်သလိုသာလုပ်ပါ"။

ဦးဖေသင်သည် သူ၏ မျက်နှာကို နောက်ဆုံးတစ်ချက်သုတ်လိုက်ပြီး လှေကားထစ်များအတိုင်း တက်သွားသည်၊ စီးထားသော ပိန်းတန်းဖိနပ်ကို

http://www.dhammadownload.com

ခါလှုပ်ချုတ်၍ ထိပ်ဆုံးသော လေ့ကားထစ်ပေါ်၌ ညီညာသေသပ်စွာ ချွတ်ထား ရစ်သည်။

ဖိနပ်များနှင့် ပတ်သက်၍ မှုတစ်ရပ်ရှိလေသလား၊ ကျွန်တော်မစဉ်းစား တတ်အောင်ဖြစ်သွားမိသည်၊ ကျွန်တော့ဖိနပ်ကို အနည်းငယ်နိမ့်သော နေရာ တွင် ချွတ်ရမည်လား၊ ထို့နောက်တွင်တော့ ဦးဖေသင်ချွတ်သည့်အထစ်မှာပင် ချွတ်ထားလိုက်ပါသည်။

အထဲတွင် ကြိမ်ခင်း ပက်လက်ကုလားထိုင်ကြီးပေါ်၌ ခြေချိတ်၍ ထိုင်နေ သော အသားညိုညို ပိန်ပိန်ပါးပါး ဆရာတော်ကို တွေ့ရသည်၊ ခြေထောက် များအထိ ဖုံးအုပ်မိအောင် သင်္ကန်းကို ဝတ်ဆင်ထားသည်၊ အပေါ်ရုံသင်္ကန်း (အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ရဟန်းတော်သည် သင်္ကန်းနှစ်လွှာ ဝတ်ဆင်ရသည်) မှာမူ လက်ဝဲဘက် ပခုံးပေါ်မှ ဖြတ်လျက် ခပ်လျော့လျော့ တည်ရှိနေသည်။

အကြမ်းဖျင်း သဘောမျှသာ တွေ့မြင်လိုက်ရပါသေး၏၊ ထိုစဉ်၌ ဦးဖေသင် သည် ဒူးနှစ်ဖက်ထောက်၍ လက်ဖဝါးအစုံကို သူ၏ရှေ့ကြမ်းပြင်ထက်ဝယ် ထားရှိကာ ကိုယ်ကို ကိုင်းညွတ်လိုက်ပြီး လက်ဖဝါးနှစ်ဖက်ပေါ်၌ နဖူးအပ် လိုက်၏၊ ဤသို့ သုံးကြိမ်တိတိ ပြုလုပ်သည်၊ ကျွန်တော်လည်း အူကြောင် ကြောင်ဖြင့်ပင် သူလုပ်သလို လိုက်လုပ်လိုက်ပါသည်။

တစ်နည်းတစ်လမ်းအားဖြင့် မိမိလိုင်းနှင့် မိမိ ထူးချွန်ပြောင်မြောက်မှု ရှိနေသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးနှင့် တွေ့ဆုံသည့်အခါ ပုံသေသတ်မှတ်ထားအပ်သော ဂါရဝပြုမှု တစ်မျိုးဟူ၍ စိတ်ထဲတွင်လည်း ခံယူလိုက်ပါသည်၊ တပ်ထဲတွင်လည်း အထက်အရာရှိ တစ်ဦးတစ်ယောက်နှင့် တွေ့ရသောအခါ အလေးပြုရသည် မဟုတ်ပါလော။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ယင်းသို့ လုပ်ဆောင်ရသည့်အတွက် သက်သောင့် သက်သာတော့ မရှိလှပေ၊ ဂုဏ်သရေရှိသော နှုတ်ဆက်ခြင်းတစ်ရပ်ဟူ၍လည်း စိတ်ထဲ၌ ခံစားခြင်း မဖြစ်မိ။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာတော်နှင့် ဦးဖေသင်သည် မိနစ်အတန်ငယ်ကြာမျှ စကားပြောလျက်ရှိကြသည်၊ အခက်ခဲဆုံးသော လုပ်ငန်းတစ်ခု၌ ကျွန်တော့်အား နည်းပေးလမ်းပြမည့် ပုဂ္ဂိုလ်၏ မျက်နှာကို အကဲခတ်ခွင့်ရပါသည်၊ ပထမ၌ ကျွန်တော့်စိတ်ထဲတွင် အားမလို အားမရ ဖြစ်မိသည်၊ ထူးကဲစွာ ကြံ့ခိုင်သည့်အသွင်ကိုလည်းကောင်း အေးငြိမ်းမှု ထင်ရှားပေါ်လွင်နေသည်ကိုလည်းကောင်း မမြင်မိပေ။

ဆရာတော်သည် ပညာရှင်တစ်ယောက်ဖြစ်ကြောင်းမှာမူ မျက်နှာတွင်ပေါ်လွင်နေပေသည်၊ တွေ့ကြုံမြင်သိရသမျှ ဆရာတော်အားလုံး၏နည်းတူ အလွယ်တကူ ဩဇာအရှိန်အဝါ လွှမ်းနိုင်စွမ်းနှင့် ရိုးသားမြင့်မြတ်မှုတို့သည် ဆရာတော်၏ ထူးခြားသော လက္ခဏာတစ်ရပ်များပင် ဖြစ်ပါ၏။

ယင်းသို့မြင့်မြတ်သည့် သဘောပေါ်လွင်နေသည်မှာ အဝတ်တန်ဆာကြောင့်မဟုတ်ပေ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ သံဃာတော်များ၏ သင်္ကန်းသည် သပ်ရပ်ထယ်ဝါခြင်းမရှိ၊ အထူးသဖြင့် ထိုင်နေသောအခါတွင် ပိုမို၍ သားနားမှု ကင်းမဲ့လျက် လျော့ရဲလျော့လျဲ ဖြစ်နေလေ့ရှိသည်၊ ဦးခေါင်းကို ပြောင်အောင်ရိတ်ထားသည့်အတွက်ကြောင့်လည်း မျက်နှာ၏ အမူအရာ အခြေအနေမှာသာလွန်ထင်ပေါ်နေသည်။

ဆရာတော်သည် အင်္ဂလိပ်စကား တတ်သင့်သလောက် တတ်ဟန်တူသော်လည်း ဦးဖေသင်မှ တစ်ဆင့်သာ ကျွန်တော်တို့ ပြောဆိုကြသည်၊ ထို့နောက်၌ ဆရာတော်နှင့် ဦးဖေသင်ရိပ်သာ၏ အထွေထွေကိစ္စများကို ဆွေးနွေးကြပုံပေါ်၏၊ ကျွန်တော်လည်းအဖြစ်နိုင်ဆုံးကြိုးစား၍ ထိုင်နေရပါသည်၊ သင်ဖျာပါးပါးသည် ကြမ်းပြင်၏ မာကျောမှုကို အကာအကွယ်ပေးနိုင်ခြင်းမရှိ။

ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် ကြိုးစားဖွဲ့ခွေ ထိုင်ရသောအခါ တွေ့ကြုံရလေ့ရှိသည့် ဥရောပတိုက်သားတို့၏ ထုံးစံအတိုင်း ဒုက္ခနှင့်ရင်ဆိုင်တိုးတော့၏၊ အထူးသဖြင့်

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်၏ ခြေမျက်စိများ ကြီးမားကြသောကြောင့် ထိုသို့ထိုင်ရသည်မှာ ပို၍ မလွယ်ပေ။

ဆွေးနွေး၍ ပြီးဆုံးသွားသည်နှင့် ကျွန်တော့်ဘက်သို့ ဦးဖေသင် မျက်နှာ မူလိုက်ပြီး တရားအားထုတ်စဉ်အတွင်း၌ ထိန်းသိမ်းရမည်ဖြစ်သော ပဉ္စသီငါးပါးကို သိသလားဟုမေးသည်၊ ယင်းငါးပါးသီလကား အသက်သတ်ခြင်း၊ ခိုးဝှက်ခြင်း၊ မုသားပြောခြင်း၊ အရက်သေစာသောက်စားမူးယစ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးသားမယား ပြစ်မှားခြင်းတို့မှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အခြားနေရာမှာထက် ဤရိပ်သာတွင် ရောက်ရှိနေချိန်၌ ထိုအချက်တို့ကို ရှောင်ကြဉ်ရန် ကျွန်တော့်အတွက် သာလွန်လွယ်ကူမည် မဟုတ်ပါလား။

ငါးပါးသီလကို သိရှိကြောင်းနှင့် စောင့်ထိန်းရန် တာဝန်ယူကြောင်း ဖြေကြားလိုက်ပါသည်၊ ထို့အပြင် အခြားသော စည်းကမ်းချက် နှစ်ရပ်ရှိသေးကြောင်း၊ ယင်းတို့ကိုလည်း လိုက်နာရန် ပန်ကြားလိုကြောင်းတို့ကို ဦးဖေသင်က ပြောပြန်ပါသည်၊ ထိုအချက်တို့ကားအခြားမဟုတ်၊ နေမွန်းလွဲလျှင် အစာမစားရန်နှင့် ကခုန်သီချင်းဆိုခြင်းများကို မပြုလုပ်ရန် ဖြစ်ကြလေသည်။

နောက်ဆုံးသော စည်းကမ်းချက်ကို ကြားရသောအခါ ပြုံးချင်စိတ်ပေါက်လာပါသော်လည်း ကြိုးစားထိန်းချုပ်ထားလိုက်၏၊ ပြုံးလိုက်မိပါလျှင် စည်းကမ်းကိုလေးလေးနက်နက် သဘောမထားသလို ဖြစ်သွားပေလိမ့်မည်၊ ထိုသို့ အထင်ရောက်ခြင်း မခံလိုပေ။

တွေ့ကြုံရသည့် အခြေအနေအရ ကခုန်သီချင်းဆိုရန်လည်း အခွင့်အရေး ပေါ်ခြင်းမရှိ၊ ထို့အပြင် အပိုစကားများ မပြောရန် ညစဉ်အိပ်ချိန်ကို အများဆုံး လေးနာရီသာ ထားရှိရန်နှင့် တရားအားထုတ်မှု စတင်သည်နှင့် တပြိုင်နက် စာဖတ်စာရေးခြင်းတို့ကို စွန့်လွှတ်ရန် တို့ကိုလည်း မှာကြားပြန်ပါသည်။

လိုက်နာရန် ပြင်ဆင်ထားပြီးဖြစ်ရကား ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ကျင့်သုံးရန် စိတ်အားထက်သန်စွာ ကတိပြုလိုက်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ထို့နောက် ဆရာတော်နှင့်ဦးဖေသင်သည် ငါးပါးသီလကို ပါဠိလို ရွတ်ဆို ကြလျက် ကျွန်တော့်အား ဆိုနိုင်လျှင် လိုက်ဆိုရန်နှင့် ယင်းသို့ ရွတ်ဆိုယင်း စိတ်ထဲမှလည်း လက်ခံလိုက်နာကြောင်း အသိအမှတ်ပြုရန် ပြောသည်၊ သီလ ခံယူပြီးသောအခါတွင် ရဟန်းငယ်တစ်ပါးက စာအုပ်ငယ်တစ်အုပ် ကျွန်တော့် အားပေးသည်။

ဤစာအုပ်ငယ်သည် မဟာစည်ဆရာတော်ရေးသားသည့် သတိပဋ္ဌာန် ရှုပွားပုံအပြည့်အစုံထဲမှ လိုအပ်သလောက် ဦးဖေသင် အင်္ဂလိပ်လို ဘာသာပြန် ထားသော စာအုပ်ပင် ဖြစ်သည်၊ လက်တွေ့အားထုတ်ရာ၌ သိသင့်သိထိုက် သမျှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များကို ယင်းစာအုပ်ထဲ၌ တွေ့နိုင်မည်ဖြစ်၍၊ မှာကြားထားသည်တို့ထဲမှ မေ့နေသည့်အချက်တို့ကိုလည်း စာအုပ်နှင့် ညှိနှိုင်း လေသည်။

တစ်နေ့လုံး တစ်လှည့်စီ လေ့ကျင့်ရမည့် အခြေခံ လေ့ကျင့်ခန်း နှစ်ရပ် ရှိကြောင်းဖြင့် ဦးဖေသင်က ရှင်းလင်းပြသည်၊ ပထမလေ့ကျင့်ခန်းကို ခေါက် တုံ့ခေါက်ပြန် လမ်းလျှောက်ရင်းလေ့ကျင့်ရမည်ဖြစ်သည်၊ ထိုသို့ လမ်း လျှောက်ရာတွင် အမိုးအပြင်ဘက်တွင်ဖြစ်စေ၊ အဆောင်၏ အလျားအတိုင်း တည်ရှိနေသော စင်္ကြံတလျှောက်၌ဖြစ်စေ ပြုလုပ်နိုင်သည်။

လမ်းလျှောက်သည်ဆိုရာ၌ ခြေလှမ်းငါးဆယ်ခန့်အတွင်း၌သာ ဖြစ်သင့် သည်၊ တောက်လျှောက်အဝေးကြီး မလျှောက်သင့်၊ မကြာမီ တွေ့သိလာမည့် အတိုင်း ကွေ့ခြင်း၊ လှည့်ခြင်းတို့သည် စိတ်လေ့ကျင့်ခန်း၏ အရေးကြီးသော အပိုင်းတွင် ပါဝင်သည်။

လမ်းလျှောက်နေစဉ် ခြေထောက်မြှောက်မှု၊ ခြေထောက်လှမ်းမှု၊ ခြေထောက် ချမှု စသည့် ခြေထောက်၏ လှုပ်ရှားမှုများအပေါ်၌ သတိကိုထားရမည်ဖြစ်သည်၊ တကန့်စီသော လှုပ်ရှားမှုများဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း "ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်"ဟုလည်းကောင်း၊ "မြှောက်တယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်"ဟုလည်း

http://www.dhammadownload.com

ကောင်း၊ အခြား အလျဉ်းသင့်သလို တစ်နည်းနည်းဖြင့်လည်းကောင်း လှုပ်ရှားမှု နှင့် အချိန်ကိုက် စိတ်ဖြင့် မှတ်သားရွတ်ဆိုနေရန်လို၏။

လေ့ကျင့်နေစဉ်အတွင်း သတိကိုလှုပ်ရှားမှုမှ ဖယ်ကျဉ်၍ တစ်ခြားတစ်ပါးသို့ ပျံ့လွင့်ခွင့် မပြုရချေ။ ကန့်သတ်ထားသည့်နေရာ၊ သို့မဟုတ် စင်္ကြံ၏ အဆုံးသို့ အရောက်တွင် သတိကို ရပ်တန့်ခြင်း၊ လှည့်ခြင်း၊ ပြန်လည် စတင်လျှောက်ခြင်းတို့အပေါ်သို့ ပြောင်းလဲထားရှိရမည်။

ဤကဲ့သို့ လေ့ကျင့်လှုပ်ရှားနေစဉ်၌ ထင်ရှားသော ဖြစ်စဉ်နှစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်ကြောင်းဖြင့် ဆက်လက်ရှင်းပြပါသည်၊ (အခြားနည်းဖြင့် လေ့ကျင့်သည့် အခါတွင်လည်း ယင်းအချက်ကို အဓိကရှင်းပြ၏)ပထမအချက်ကား ယင်းသို့ ပြုလုပ်ရန် စိတ်ဆန္ဒဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်၍ ဒုတိယအချက်မှာ စိတ်၏ အမိန့်ကို ခန္ဓာကိုယ်နှင့်ခြေထောက်များက အကောင်အထည်ဖော်ပေးရခြင်းဖြစ်သည်။

ယင်းဖြစ်စဉ်နှစ်ရပ်ကို ခွဲခြားသတိပြုနိုင်စိမ့်သောငှာ လမ်းလျှောက်ရာမှာ ကဲ့သို့ပင် ရပ်တန့်ခြင်း၊ ပြန်လှည့်ခြင်းတို့ကိုလည်း ဖြည်းဖြည်းနှင့် ချိန်ချိန် ဆဆ ပြုလုပ်သင့်၏။

ထိုအချိန်က ဤကဲ့သို့ ဖြစ်စဉ်နှစ်ရပ်ကို ခွဲခြားသိမြင်ရန် အထူးလိုအပ် ကြောင်းအလေးအနက် ညွှန်ကြားသည့်အချက်ကို သိပ်သဘောမပေါက်ပေ၊ မယောင်ရာ ဆေးလူးနေသည်ဟု ထင်ခဲ့မိပါ၏။

ထိုနောက်တွင်ကား ဒီ၊ အေ၊ ရှိုးလ် ရေးသားပြုစုသည့် "ဦးနှောက် အပေါ်ယံလွှာ၏ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းတည်နေပုံ" အမည်ရှိစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရပေရာ အထက်ဖော်ပြပါ အယူအဆမျိုးကို ထောက်ခံထားကြောင်း တွေ့ရလေတော့ သည်၊ လှုပ်ရှားလိုသောဆန္ဒ သို့မဟုတ် အပေါ်ယံလွှာ၏ တစ်ခုစီသော အစိတ်အပိုင်းတို့က ချုပ်ကိုင် ဖန်တီးကြောင်းဖြင့် ရှိုးလ်က ထောက်ပြထား၏။

ပင်းဖီးဆိုသူ၏ လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုမှ တွေ့ရှိချက်ကို သူက ဆက်လက်ဖော် ပြသည်၊ ဦးနှောက် အပေါ်ယံလွှာမှ တစ်ခုသော အစိတ်အပိုင်း၏ လှုံ့ဆော်ချက်

http://www.dhammadownload.com

သည် လှုပ်ရှားရန် စိတ်ညွှတ်လာအောင် လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းသာ ဖြစ်ကြောင်း၊ လှုပ်ရှားမှုကို တိုက်ရိုက်ပြုလုပ်ခြင်း မဟုတ်ကြောင်းဖြင့် ယင်းစမ်းသပ်ချက်အရ သိရ၏။

ထို့ကြောင့် ရိပ်သာမှ ကျွန်တော့်အား အထက်ပါအတိုင်း အချက်နှစ်ရပ်ကို ခွဲခြားသိမြင်အောင်မှတ်ရန် ညွှန်ကြားသည်မှာ အခြားကြောင့်မဟုတ်၊ တစ်ဆက်တည်းဟု ထင်မြင်ရသော စိတ်အစဉ်ကို ပိုင်းစိတ်သဘောပေါက်ရန်နှင့် လှုပ်ရှားမှုတစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်လာရေးအတွက် လိုအပ်သော စိတ်အမူအရာ နှစ်ရပ်၏အကြောင်းကို ခွဲခြားနားလည်ရန်ပင် ဖြစ်၏။

စိတ်အစဉ်သည် တခုတည်း တစ်ဆက်တည်း မဟုတ်ကြောင်းနှင့် ထိုမည်သော အထင်မှား အမြင်မှားမှုကို ပယ်ရှားပစ်ရန် အရေးကြီးကြောင်းတို့သည် အခန်း(၇)၌ ပိုမို ထင်ရှားပေါ်လွင်လာမည် ဖြစ်ပါသည်၊ ယင်းအခန်း၌ စိတ်နှင့်ပတ်သက်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ လက်ခံယုံကြည်ပုံကို ရှင်းလင်းတင်ပြထားပါသည်။

ဒုတိယ လေ့ကျင့်ခန်း ထိုင်လျက် လုပ်ရပါသည်၊ တင်ပျဉ်ခွေဖြစ်စေ ကုလားထိုင်ပေါ်တွင်ဖြစ်စေ မိမိအတွက် သက်သောင့်သက်သာဖြစ်စေမည့် အခြား တစ်နည်းနည်းနှင့်ဖြစ်စေ ကြိုက်သလို ထိုင်နိုင်၏၊ အသက်ရှူသောအခါ ထုတ်သောအခါ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဝမ်းဗိုက်၏ မသိမသာ ဖောင်းမှုပိန်မှု အပေါ်၌ သတိကို ထားရှိရသည်။

သက်သက်သာသာ အေးအေးဆေးဆေး လေ့ကျင့်နေသောအခါတွင် အသက်ရှူရှိုက်မှုသည် အလွန်တရာ ညင်သာ၍ နှေး၍လေး၍ သွားတတ်ရကား ပထမ၌ လှုပ်ရှားမှု(ဝမ်းဗိုက် ဖောင်းမှု ပိန်မှု)ကို မှတ်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းလှပေသည်၊ သို့သော် ဇွဲကောင်းကောင်းဖြင့် ဆက်လက်ကြိုးစားပါက မှတ်သားလာနိုင်သည်။

လေ့ကျင့်ခန်း တစ်ခုကို ၂၅-မိနစ် ၃၀-မိနစ်ခန့်ကြာမျှ ဆက်တိုက်လုပ်

http://www.dhammadownload.com

လျှင် လုံလောက်ပြီ၊ ယင်းသို့ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပြောင်းလဲလျက် တစ်နေ့လုံး အားထုတ်နေရမည် ဖြစ်သည်၊ တစ်မျိုးတည်းကို အချိန်အကြာကြီး တစ်ဆက်တည်း မလုပ်သင့်၊ အကယ်၍ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် စတင်အားထုတ်ကာစ၌ စိတ်အိုက်ငြီးငွေ့ခြင်း မောပန်းခြင်းများ ဖြစ်လာမည် ဆိုပါလျှင် မိနစ်အနည်းငယ် ရပ်နား၍ စိတ်အပန်းဖြေပြီးမှ ပြန်လည်အားထုတ်သင့်သည်။

လွယ်ကူလှသော ဤလေ့ကျင့်ခန်းများ၌ ကြီးမားသည့် အခက်အခဲတစ်ခု ရှိနေသည်မှာ အခြားမဟုတ်ပေ၊ ပုထုဇဉ်တို့ သဘာဝ စိတ်ကို ယင်းကဲ့သို့ အပြင်အပသို့ မပျံ့လွင့်အောင် ထိန်းချုပ်ထားရန် ဝန်လေးခြင်းပင်တည်း။

နှလုံးသွင်း စူးစိုက်နေရမည့် လေကျင့်ခန်းပေါ်၌ စိတ်က မနေလိုပဲ နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ပျံ့လွင့်နေသည်ကို ကျွန်တော် ကိုယ်တွေ့ ကြုံခဲ့ရပါသည်၊ စတင် လေ့ကျင့်ချိန်မှစ၍ ပေါ့ပေါ့ဆဆ သဘောမထားပဲ အလျှော့မပေးတမ်း တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်သင့်ပေသည်၊ အရှုံးမပေးသည့် စိတ်ဓာတ်မျိုးကို မွေးမြူလျက် စိတ်ကူးယဉ်မှုများ၏ နောက်သို့သော်လည်းကောင်း အခြားသော ရောက်တတ်ရာရာ အတွေးအတောများ၏ ခေါ်ဆောင်ရာသို့သော်လည်းကောင်း ပျံ့လွင့်မျောပါသွားခြင်း မရှိစေသင့်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား မှန်သမျှ မည်သည့် နည်းစနစ်ဖြင့် အားထုတ်သည်ပင်ဖြစ်စေ စိတ်ပျံ့လွင့်မှုကို အရေးကြီးဆုံး ကိစ္စတစ်ခုအဖြစ် ရင်ဆိုင်ရသည်သာတည်း။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အကြောင်းအရာ တစ်ခုအပေါ်၌ အချိန်အကန့်အသတ်မရှိ ကြာညောင်းအောင် စိတ်ကို စူးစိုက်ထားရှိနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး အလွန်ရှားပါးလေသည်။

ဆရာတော်နှင့် ပထမဆုံး တွေ့ကြုံရာ၌ အထက်ပါအတိုင်း စိတ်မပျံ့လွင့်ရလေအောင် မည်သို့ လုပ်ဆောင်ရမည် ဖြစ်ကြောင်း နည်းပေးညွှန်ကြားပါသည်၊ သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ ပျံ့လွင့်မှုများကို အလွယ်တကူပင် သဘောထား

http://www.dhammadownload.com

သည်ဟု ဆိုသင့်လှပါသည်၊ ပျံ့လွင့်မှုကို အထူးပြင်းထန်လာသောအခါ၌ တရားအားထုတ်သူသည် ယင်းအဖြစ်အတွက် စိတ်ပျက်အားလျော့ရန်မလိုပေ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း နှလုံးသွင်းရန် ယာယီကိစ္စရပ်များအဖြစ်ပင် အသုံးချခြင်းပြုနိုင်ပါ၏။

ဤနည်းသည် လွယ်လွယ်ကလေးနှင့် အံ့ဘနန်း ထိရောက်ပါပေသည်၊ ထိုသို့ အကျိုးရှိလှကြောင်း ဒိဋ္ဌဓမ္မ တွေ့မြင်ရသောအခါ၌ ပန်းတိုင်ကို လှမ်းကိုင်ဆိုက်ရောက်တော့မည်ဟူ၍ စိတ်ထဲ၌ စိတ်ချယုံကြည်မှုတစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်လာတော့၏။

စိတ်သည် ထားရာ၌ မနေပဲ အပြင်အပသို့ ထွက်ပြေးပျံ့လွင့်သွားလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ အပြင်အပရှိ အာရုံတစ်ခုခု၏ လာရောက်ဆွဲဆောင်ခြင်းခံရလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ ထိုသို့အဖြစ်မှန်ကို စိတ်ဖြင့် အသိအမှတ်ပြုလိုက်ရမည်ဖြစ်၏၊ ဤသို့ မှတ်လိုက်နိုင်သည်နှင့် တပြိုင်နက် ရှုပွားလျက်ရှိသော အကြောင်းအရာပေါ်သို့ စိတ်သည် သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ တိတိကျကျ ပြန်လည်ရောက်လာသည်။

ယင်းသို့ ပြန်လည်သိမ်းပိုက်နိုင်ရေးအတွက် နင်လား ငါလားဖြင့် မျက်မှောက်ကြုတ်နေစရာ၊ စိတ်ကူးဖြင့် အံတင်းတင်း ကြိတ်နေစရာ၊ ဒေါသဖြစ်နေစရာ၊ သည်းမခံနိုင် ဖြစ်နေစရာ မလိုပါချေ ဖြစ်ပေါ်လာသမျှကို မှတ်ခြင်း၊ ရှုခြင်း၊ အလစ်မပေးပဲ စောင့်ကြည့်နေခြင်းဖြင့်ပင် ကိစ္စပြီးတော့၏။

စိတ်ထဲသို့ မဖိတ်ခေါ်ပဲ ဝင်ရောက်လာလေ့ ရှိကြသော တွေးတောမှုများ ကြံစည်မှုများမှာလည်း ရေတွက်၍ မရနိုင်အောင် များပြောင်လွန်းလှချေသည်၊ ယင်းတို့နှင့် ပတ်သက်၍လည်း အထက်ပါနည်းအတိုင်း ကျင့်သုံးလိုက်ပြီးလျှင် ပြီးတော့သည်။

မရည်ရွယ်ပဲ ဖြစ်ပေါ်လာသော အတွေး အမျိုးမျိုးတို့ကို တရားအားထုတ်နေသူသည် မည်သို့သော ပျံ့လွင့်မှုမျိုး ဖြစ်ကြောင်း အမျိုးအစား ခွဲခြားလိုက်ရန်သာ လို၏၊ ဥပမာပြရလျှင်....

http://www.dhammadownload.com

"စိတ်ကူးတယ်... သတိရတယ်... ကြံစည်တယ်" စသည်ဖြင့် သိရမည် ဖြစ်သည်၊ ဤကဲ့သို့ အနုစိတ် ခွဲခြားနေရန် ဆန္ဒမရှိပါက "ပျံ့လွင့်တယ်" ဟု သိရုံဖြင့်လည်း ပြီးနိုင်သည်။

ပျံ့လွင့်မှုကို သိရှိမှတ်သား လိုက်နိုင်ကြောင်း စိတ်ဖြင့် အသိအမှတ်ပြု လိုက်ပြီးချင်း စစ်မှန်၍ အနှစ်သာရရှိသော ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်း(ဝါ)ရှုမှတ်မှုနှင့် ပျံ့လွင့်မှုတို့ကို ခြားနားသိမြင်လာမည်ဖြစ်သည်။

ပျံ့လွင့်မှုသည် အလွန်အားကောင်းသည်၊ ပြင်းထန်သည် ဆိုကြပါစို့၊ ဤနည်းဖြင့် ပယ်ရှား၍ မရနိုင်အောင် ဖြစ်နေသည် ဆိုပါစို့၊ ထိုအခါ၌ တရားအားထုတ်သူသည် ယင်း၏ အပေါ်သို့သာ အာရုံကို အပြည့်အဝ စူးစိုက် ပစ်လိုက်ရမည်၊ ပျံ့လွင့်စေသည့် ဆူညံသံ သို့မဟုတ် စိတ်ကူးစိတ်သန်းကို နှလုံးသွင်း ရှုမှတ်ပစ်ရမည်၊ ထိုအခါတွင် ပျံ့လွင့်မှု သို့မဟုတ် အနှောင့်အယှက်၏ စွမ်းအားသည် တဖြည်းဖြည်း ကုန်ခန်းလျော့ပါးသွားပေလိမ့်မည်။

ဤအခြေအနေသို့ ရောက်လာသည့်တွင်မှ စိတ်ကို မူလရှုမှတ်နေသော အကြောင်းအရာပေါ်သို့ အရောက် ပြန်လည်ခေါ်ယူ၍ ရနိုင်လေသည်၊ မိမိ၏ စိတ်ကို သေချာစွာ စူးစမ်းစိစစ် ကြည့်ရန်လည်း အရေးကြီးသည်၊ အကယ်၍ ဖြစ်နိုင်လျှင် မည်သည့်အတွက် ယင်းသို့ ပျံ့လွင့်မှုဖြစ်ပေါ်လာကြောင်းကို သိအောင် ပြုလုပ်သင့်ပေသည်။

ဤလွယ်ကူသော အားထုတ်မှုကို အလေ့အကျင့် ဖြစ်သွားအောင် လုပ်ဆောင်ရမည် ဖြစ်သည်၊ ရှုမှတ်ရာ၌ ကျင့်သားရလာသောအခါ အပြင်အပမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော အနှောင့်အယှက်များနှင့်တကွ အခက်အခဲ မှန်သမျှကို ကျော်လွှန်နိုင်မည် ဖြစ်ပါ၏။

ဆရာတော်နှင့် နောက်ထပ် တွေ့ဆုံသောအခါတွင် တိုးတက်မှုအတွက် အဟန့်အတားများ ဖြစ်ကြသော နှောင့်ယှက်မှု အမျိုးမျိုးတို့၏ အကြောင်းကို လျှောက်ထားမေးမြန်းကြည့်ပါသည်၊ ကျွန်တော် သိလိုသည်မှာ ယင်းတို့သည်

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ခန္ဓာပိုင်းဆိုင်ရာ ကသိကအောက် ဖြစ်မှုများ ဖြစ်မည်လား သို့မဟုတ် တရားအားထုတ်ရင်း တစ်ခါ၌ ကျွန်တော် တွေ့ရှိခံစားရသကဲ့သို့ နည်းစနစ်နှင့် ပတ်သက်သော အသေးအဖွဲ အဆင်မပြေမှု ဖြစ်မည်လားဆိုသည့် အချက်ဖြစ်လေသည်။

"အဲဒါတွေကို အလေးထားမနေနဲ့ ပေါ်လာသမျှကို ကြိုးစား ရှုမှတ်ပစ်လိုက်ပြီး စိတ်ကို ပင်ရင်း အကြောင်းအရာပေါ် ရောက်အောင်သာ ပြန်ခေါ် ဘယ်နှစ်ကြိမ် ဒီလို လုပ်ရ လုပ်ရ ကိစ္စမရှိဘူး၊ သည်းမခံနိုင်မဖြစ်နဲ့၊ စိတ်ရှည်မှပေါ့၊ ရှုမှတ်ပါများတော့ အနှောင့်အယှက်တွေ နောက်ထပ်ပေါ်မလာတော့ပဲ စိတ်ကို တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ထားလို့ရလာလိမ့်မယ်"

ဆရာတော်သည် ထုံးစံအတိုင်း ဤသို့ အကြံပေး၏။

ရုတ်တရက်သော် သတိကို ဝမ်းဗိုက်၏ လှုပ်ရှားမှုပေါ်တွင် စူးစိုက်ထားလို့ မရပေ၊ အခက်အခဲ အကြီးအကျယ် တွေ့ရလေသည်၊ ဝမ်းဗိုက်ပေါ်တွင် မနေပဲ ဝင်လေထွက်လေ ပေါ်သို့သာ သတိက ကူးပြောင်းသွား၏။

ကျွန်တော်သည် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို အထိုက်အလျောက် လေ့ကျင့်ပွားများခဲ့ဖူးသည့်အပြင် ယင်းကျင့်စဉ်မှာလည်း ယခုနည်းနှင့် နီးစပ်လွန်းလှရကား အလွယ်တကူ သတိချွတ်ချော် လမ်းလွဲသွားခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်၊ အလေ့အကျင့်တစ်ရပ်ကို ရင့်သန်ကြီးထွားလာအောင် မွေးမြူရခြင်းဆိုသည်ကား အစွမ်းသတ္တိတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ပြုလုပ်ရသည်နှင့် မတူပေ။

ထို့ကြောင့် သတိကို မိမိအလိုရှိရာတွင် စူးစိုက်ထားရသည်မှာ လွယ်ကူသည့်ကိစ္စမဟုတ်၊ ဆရာတော့်အား ဝင်လေ ထွက်လေကိုသာ ရှုမှတ်ခွင့်ပြုရန် ပန်ကြားလျှောက်ကြည့်ဖူးရာ လုံးဝဥသုံခွင့်ပြုခြင်းမရှိ။

အထက်က တင်ပြခဲ့သည့် နည်းစနစ်နှင့် ပတ်သက်သော အသေးအဖွဲ အဆင်မပြေမှုဆိုသည်မှာ ဤအချက်ပင်ဖြစ်ပြီး ကျွန်တော့်အား ရုတ်တရက် ရှေ့မတိုးနိုင်အောင် ဖြစ်စေခဲ့ပါ၏၊ သတိကို စူးစိုက်ထားရှိရန် သတ်မှတ်ထား

http://www.dhammadownload.com

သည့်နေရာကား ကျွန်တော့အတွက် တော်တော်နှင့် ရှုရ မလွယ်ပါချေ။

ဤသို့ ဆရာတော်နှင့် ပထမအကြိမ် တွေ့ဆုံရာတွင် ကျွန်တော့်အတွက် လေ့ကျင့်ခန်းများ သတ်မှတ်ပေးခြင်း၊ ပျံ့လွင့်မှုများကို ဖယ်ရှားနည်းများ ပေးခြင်းဖြင့်သာ ကိစ္စပြီးသွားပါသည်။

ထို့နောက် ဦးဖေသင်သည် ကျွန်တော်ဘက်သို့ မျက်နှာ မူလိုက်ပါတော့၏။

"ခင်ဗျား အဆောင်ကိုပြန်ပြီး စ, အားထုတ်နိုင်ပြီ"

ကြမ်းပေါ်တွင် ထိုင်နေရာမှထကာ အပြင်သို့ထွက်၍ ချွတ်ထားသော ပိန်းတန်းဖိနပ်ကိုယူပြီး အဆောင်သို့ ပြန်ခဲ့ပါသည်။

ဆရာတော်နှင့် တွေ့ဆုံရသည်မှာ တစ်နာရီခန့်ကြာလေသည်။

ကျောင်းထဲ၌ပူ၍ အပြင်ဘက်တွင် သာလွန်ပူသည်။

ပူလောင်လွန်းလှသဖြင့် သစ်ပင်ရိပ် တစ်ခုမှတစ်ခုသို့ ကူးပြောင်း အရိပ်ခိုရန် ကြိုးစားလျက် ကွေ့ကာ ကောက်ကာ ရွေ့လျားခဲ့ပါသည်၊ စင်စစ်၌ သစ်ပင်တို့တွင် အရွက်များမရှိသလောက် ကင်းမဲ့နေပြီဖြစ်သည်၊ အဆောင်များအနီးသို့ ရောက်မှသာ အရိပ်ကို တွေ့ရ၏။

ယင်းကဲ့သို့ ပြန်လျှောက်လာစဉ် ရဟန်းတော်အချို့ ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် လမ်းလျှောက် ရှုမှတ်နေသည်ကို တွေ့မြင်သတိပြုမိသည်၊ ဤသို့သော အချိန်၌ နေမင်းက ခွင့်ပြုသမျှသော အရိပ်ကျဉ်းကျဉ်းကလေးထဲဝယ် ရွေ့လျားနေကြခြင်း လည်းဖြစ်ပါသည်။

သူတို့ လျှောက်နေပုံကို ကြည့်ပြီး ကနဦးက သဘောမပေါက်ခဲ့ပေ၊ အကြောင်းမဲ့ အချိန်ဖြုန်းနေသည် ဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ ယုံကြည်ချက်အယူ အဆပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စတစ်ခုခုနှင့် နှလုံးသွင်း၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်အားထုတ်နေ သည်ဟူ၍လည်းကောင်း ထင်ခဲ့သည်။

သူတို့သည် "ကြွတယ်...လှမ်းတယ်...ချတယ်"ဟု ရှုမှတ်ရွေ့လျားနေခြင်း

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်ကြောင်း၊ ယခုသော်...ကျွန်တော် သဘောပေါက်ပေပြီ။

အလွန်တရာလွယ်ကူသော မထူးဆန်းသောနည်းလမ်းတစ်ရပ်ပင်ဖြစ်၏။ လွယ်လွန်းရိုးလွန်းသဖြင့် တစ်နည်းအားဖြင့်တော့လည်း စိတ်ပျက်စရာပင် ကောင်းနေသည်၊ ယင်းသို့ လုပ်ဆောင်နေရသည့်မှာ ရုတ်တရက်ဆိုသော် မိမိကိုယ်မိမိလည်း ဘယ်လောက် အထင်သေးစရာ ကောင်းလိုက်ပါသလဲ။

ကျွန်တော်သည်ကော မိုက်မဲရာ အသိဉာဏ် ခေါင်းပါးရာ ရောက်နေပြီ လား၊ စိတ်ကို အစိုးရရန်အတွက် နည်းကောင်း နည်းဆန်းတစ်လက်လိုချင်၍ လာခဲ့ရာ၊ ယခုသော် ခြေထောက် လှုပ်ရှားမှုကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျက် ခေါက်တုန့်ခေါက်ပြန် လမ်းလျှောက်ရန် နည်းပေးညွှန်ကြားခံနေရသည်မှာ ရယ်စရာများ ကောင်းနေမည်လား။

သို့သော် "ဂျော်ဒန်မြစ် ရေချိုးခြင်း"ဆိုသည်ကိုလည်း ကျွန်တော်ကြားဖူး ထားသည် မဟုတ်ပါလား၊ ခြေထောက်လှုပ်ရှားမှုကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းရာတွင် လည်း ယင်းသဘောမျိုးကိုပင် လက်ခံထားရှိရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

နာရီပေါင်းလေးရာကြာမျှ ဝမ်းမိုက်နှင့် ခြေထောက်တို့၏ လှုပ်ရှားမှုကို ရှုမှတ်ရမည်လည်းဖြစ်၏၊ ဤသို့ စဉ်းစားလိုက်မိသဖြင့် ထိတ်လန့်၍လည်း လာမိပါသည်၊ သတ်မှတ်ထားသည့်နေ့ရက်များ ကုန်ဆုံးသည့်တိုင်အောင် လေ့ကျင့်နိုင်ပါမည်လား၊ မစဉ်းစားတတ်အောင် ဖြစ်မိတော့သည်။

ကျွန်တော်သည် ခြေသွားလမ်းကလေးမှ အနည်းငယ် ချိုးကွေ့၍ လျှောက် သွားပြီး ဆင်ခြေလျှောထိပ်တွင် ခြေလှမ်းရပ်တန့်လိုက်မိသည်၊ ထိုနေရာမှ အောက်သို့ ဆင်းသွားလျှင် ရေကန်ကလေးသို့ ရောက်၏၊ မွန်းလွဲချိန်၏ တိတ်ဆိတ်မှုကို ခံယူလျက် ရေထဲ၌ တပြြန်းပြြန်းဖြင့် ဆော့နေကြသော လူကလေးများကို စောင့်ကြည့်နေမိသည်။

ခွေးများရော ကျိုးကန်းတွေပါ အပူဒဏ်ကို လက်မြှောက်အရှုံးပေးသွားကြ ချေပြီ၊ မဆူနိုင် မညံ့နိုင်ကြတော့၊ ခေါင်းလောင်းများနှင့်တကွ မော်တော်

http://www.dhammadownload.com

ယာဉ်များသည်လည်း တခဏတာမျှ ငိုက်မျဉ်းနေကြဟန်တူ၏။

အပူရှိန်ကလည်း ကြောက်စရာကောင်းလောက်အောင် ပြင်းထန်လှ၏၊ နေပူထဲတွင် လမ်းလျှောက်လျက်ရှိကြသော ရဟန်းတော်အနည်းငယ်သည် ဦးခေါင်းများကို ယပ်တောင်များဖြင့် ကာကွယ်ထားကြ၏၊ ယပ်တောင်များသည် နေပူကာကွယ်ရာ၌ အသုံးချရန်ပင် ဖြစ်တော့၏။

ကျွန်တော်လည်း ယပ်တောင်တစ်ခုလောက် ရအောင်လုပ်ရလျှင် ကောင်းမည်၊ သို့သော် ရပိုင်ခွင့်တော့ ရှိလိမ့်မည်မဟုတ်။

အခန်းသို့ ပြန်ရောက်သောအခါ အဆောင်၏စင်္ကြံ၌ သံဃာတော်တစ်ပါး လမ်းလျှောက်နေပြီဖြစ်သည်ကို တွေ့ရ၏၊ ယင်းသို့ လျှောက်လေ့ရှိကြသည်နှင့် အညီ နေရိပ်သည့်ဘက်ကို ဦးလေ့ရှိကြသည်မှာလည်း ထုံးစံပင်ဖြစ်နေ၏။

ကျွန်တော်တို့၏ အဆောင်၌ တရားအားထုတ်နေသူ ဆယ်ယောက်ခန့် ရှိပြီး ကြေကြေလည်လည်ဖြင့်ပင် အချိန်ပိုင်းခြား သတ်မှတ်၍ ရသည်၊ တစ်ခါတစ်ရံ၌ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် စင်္ကြံကျဉ်းကျဉ်းတွင် လမ်းရှောင်ရသည့် အခက်အခဲကလေးများ တွေ့ရတတ်သည်မှတစ်ပါး အနှောင့်အယှက် ထူးထူးခြားခြား မရှိပေ။

ကျွန်တော်တို့သည် မိမိတို့၏ ခြေလှမ်းများမှလွဲ၍ အခြားတစ်နေရာသို့ စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း မရှိစေရန်လည်း သန္နိဋ္ဌာန် ချထားသူများ ဖြစ်ကြသည်။

အပြင်ဘက်တွင် လမ်းလျှောက်ရန် နေရာတစ်ခုရှာဖို့ ကျွန်တော်ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်၊ အဆောင်၏ နောက်ဘက် ဝါးရုံပင်များ၏ အရိပ်ထဲ၌ ခြေရာလမ်းကြောင်းကလေးတစ်ခုကို မထင်မရှားတွေ့ရသဖြင့် ထိုနေရာတွင် စတင်လမ်းလျှောက်ပါတော့သည်။

"ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်"

လေ့ကျင့်နိုင်လောက်အောင်လည်း လွယ်ကူပါပေသည်။

"ရပ်ချင်တယ်၊ ကွေ့ချင်တယ်၊ စချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချ

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်"

ဤနည်းဖြင့် ၂၅-မိနစ်ကြာအောင် လေ့ကျင့်နိုင်ပါမည်လား၊ ယခုပင် ကျွန်တော့်စိတ် ပျံ့လွင့်သွားပါပကော၊ ကြာကြာတော့မဟုတ်၊ တစ်အောင့်က လေးမျှသာဖြစ်သည်၊ ဟော-အခု လမ်းဆုံးသို့ ရောက်ပြန်ပြီ၊ နောက်ပြန်လှည့် ရအောင် ရပ်လိုက်ပေဦး။

စင်စစ်၌ ဤမျှထက်ပို၍ ခရီးရှည်ရှည် လျှောက်ရလျှင် ကောင်းပေလိမ့်မည်၊ ဒါမှသာ ခဏခဏကွေ့နေ လှည့်နေရမည်မဟုတ်၊ ထိုသို့ ပြုလုပ်ရသည့် အကြိမ်ပေါင်း နည်းသွားလျှင် ပျံ့လွင့်မှုလည်း လျော့သွားမည်မှာ ကေန်။

တစ်ခါထပ်၍ ပျံ့လွင့်သွားပြန်ပြီ၊ စိတ်သည် အပြင်အပသို့ ရောက်သွား၏၊ တကယ်တော့ ခြေထောက်တွေပေါ်သို့ သတိကို ပြန်အရောက်မပို့နိုင်သေး၊ စိတ်ကို ပြန်ထိန်းလိုက်နိုင်သဖြင့် မိမိကိုယ်မိမိ ဂုဏ်ပြုချီးကျူးလိုက်မည်လုပ်ကာရှိသေး အတွေးများ ခုနစ်စဉ်အမြှင်တန်းဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျံ့လွင့်သွားပြန်၏။

ကိုယ့်အမှားကို ပြင်လိုက်နိုင်ပြီ၊ လမ်းမှန်ပေါ်သို့ ပြန်လည်ရောက်ပြီဟု ထင်မှတ်လိုက်မိ၍ မဆုံးမီ အောက်ဆီဂျင် ပြတ်လပ်ကာ ဒုက္ခရောက်နေသူ တစ်ယောက်ပမာ တည့်မတ်စွာ ခြေမလှမ်းနိုင်ဘဲ လမ်းချော်ထွက်သွားပြန်ပါ၏။

"ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး"

အတွေးများကို သိမ်းဆည်းရန် ခြေလှမ်းများ ရပ်တန့်လိုက်ပြန်သည်၊ လမ်းလျှောက် မြန်လွန်းအားကြီးနေပုံပေါ်ပါသည်၊ ပိုမိုဖြည်းဖြည်းနှင့် ချိန်ချိန်ဆဆ စမ်းလျှောက်ကြည့်သင့်၏။

"ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်"

နောက်ဆုံး၌ ၂၅-မိနစ် ကုန်လွန်သွားတော့၏၊ ခြေထောက်များပေါ်၌ သတိကို ထားရှိနိုင်ပြီဖြစ်၍ အောင်မြင်ပြီဟူ၍ အမှန်တကယ်ယူဆမိပါ၏၊ အခြေကျသွားသည်နှင့်တစ်ချက်တည်းပျံ့လွင့်မှုဖြစ်ပေါ်မလာတော့သလောက်ပင်၊

http://www.dhammadownload.com

မျှော်လင့်သည်ထက်ပင် ပိုမိုလွယ်ကူနေပေသည်။

အောင်မြင်မှု ရောင်ခြည်သည် ပိုမို၍ တောက်ပဝင်းလက်လာ၏၊ ယခု လေ့ကျင့်ခန်း နောက်တစ်မျိုးကို လုပ်ရပေဦးမည်၊ ယင်းကိုကား အခန်းကလေး ထဲ၌ လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ခုတင်ပေါ်တွင် စောင်ကြမ်းကြီးတစ်ထည်ရှိရာ ခေါက်ပြီးလျှင် မာကျော သော ကြမ်းပြင်ပေါ်၌ ဖုံတစ်ခုအလားခင်းလိုက်၏၊ တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ကာ လက်နှစ် ဖက်ကို ပေါင်ပေါ်၌ အလိုက်သင့် ထားရှိလျက် ထိုင်ပုံထိုင်နည်းနှင့် မိနစ် အနည်းငယ်အတွင်း နေသားတကျ ဖြစ်သွားစေရန် ပြင်ဆင်ပြီးနောက် ရှုမှတ် ရမည့် ဝမ်းဗိုက်လှုပ်ရှားမှုပေါ်သို့ အာရုံစူးစိုက်ကြည့်၏။

ဝမ်းဗိုက်၏ ပုဆိုးစည်းထားသော နေရာမှ ဖောင်းလိုက် ပိန်လိုက်ဖြစ်နေ သည်ကို အထင်အရှား တွေ့ရပေသည်၊ ထိုသို့ လှုပ်ရှားနေသည့် အပေါ်သို့ သတိကလည်း စူးစူးစိုက်စိုက်ကျရောက်နေပါသည်။

သို့သော် မကြာလိုက်ပါချေ၊ ခွေးတစ်ကောင်၏ ဟောင်သံထွက်ပေါ်လာ သည်နှင့် အပြင်အပသို့ စိတ်လွတ်ထွက်သွားတော့သည်၊ ကျကျနနကြည့်ရှု စောင့်ရှောက် ကျွေးမွေးထားခြင်းလည်း မရှိဘဲ ရိပ်သာတွင်း၌ခွေး အများအပြား အား နေခွင့်ပြုထားသည့် အချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း မရှိနိုင်အောင် ဖြစ်မိပါသည်။

ခွေးတစ်အုပ် စ,တင်အူလိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် တစ်ရိပ်သာလုံးရှိ ခွေးအားလုံးသည်လည်း လိုက်၍အူလေ့ရှိ၏၊ တစ်ခုခု သို့မဟုတ် သက်ရှိ သတ္တဝါတစ်ကောင်ကောင်ကို အစိတ်စိတ်အမွှာမွှာဖြစ်အောင် ကိုက်ဝါးအံ့သော ဝံပုလွေအုပ်ပမာ ခမ်လှမ်းလှမ်းဆီ၌ ခွေးများအူနေသည်ကို ကြားနေရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ အတိုင်းမသိ ဆူညံနေချိန်ဝယ် စိတ်တည်ငြိမ်အောင် အဘယ်သို့ ထားနိုင်ပါမည်နည်း၊၊ ပျံ့လွင့်သွားသောစိတ်ကို ပြန်လည်၍ ကြိုးစားသိမ်းသွင်း ရပြန်ပါ၏၊ ခဏအတွင်း၌ပင် စူးစိုက်မှု ပျက်ပြားသွားသည့်အတွက်လည်း

http://www.dhammadownload.com

မိမိကိုယ်မိမိ ရှက်နေမိပါသည်။

ဘေးသို့ လမ်းချော်ထွက်ခဲ့သည်မှာ ငါးမိနစ်ခန့်ကြာ၏။

"ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်"

တစ်ခါပြန်လည်၍ ကြိုးပမ်းရှုမှတ်ပြန်၏။

ကနဦးကလောက် တိကျပေါ်လွင်ခြင်း မရှိလင့်ကစား ရှင်းလင်းသိသာသည့်အပြင် ဝင်လေ ထွက်လေနှင့် ရှုမှတ်မှုနှင့်လည်း တစ်ချိန်တည်း တစ်ပြိုင်တည်းကျသည်။

ဝင်လေ ထွက်လေတို့ နှာခေါင်းပေါက်နှင့် ထိတွေ့သွားကြသည်ကို ခံစားရ၏၊ ဝင်လေ ထွက်လေကို မှတ်ရသည်မှာ ပိုမို၍လည်း လွယ်ကူသည်၊ ယင်းတို့သည် စိတ်နှင့်သာ၍ နီးကပ်ကြောင်းဖြင့်လည်း မှတ်ယူမိ၏၊ သို့သော် စိတ်သည် ဦးခေါင်းထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်လှုပ်ရှားသည်ဟု ယူဆပါက မှားယွင်းနိုင်ဖွယ် ရှိပါ၏။

စင်စစ်၌ ကျွန်တော်သည် လမ်းချော်လွဲမှား နေပြန်ပါပြီကော။

ဝင်သွက် ထွက်သက်ကို ရှုမှတ်ရန်မှ မဟုတ်ပါဘဲကလား။

ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းချည်တစ်ခါ ပိန်ချည်တစ်လှည့်ဖြစ်နေသော လှုပ်ရှားမှု၏ အပေါ်၌သာလျှင် အာရုံစူးစိုက်ထားရမည်ဖြစ်၏၊ အသက်ရှူမှုရှိက်မှုကို အာရုံပြုရမည်မဟုတ်။

အတွေးများကို သိမ်းဆည်းလိုက်ပြန်ပါသည်၊ ဝမ်းဗိုက်၏ လှုပ်ရှားမှုကို သတိကပ်ထား၍ တစ်မိနစ်ပင် မကြာမီ အတွေးများ အမှတ်မထင် အမြွှာတန်း၍ ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏၊ ဤသို့ လျှောက်ရမည့်လမ်းမှန်မှ လွဲချော်ထွက်သွားသော်လည်း ရုတ်တရက်သော် လမ်းလွဲ၍ လွဲမှန်းမသိပေ။

လမ်းများအတိုင်း ဟိုလည် သည်လည်ဖြင့် အတော်ကလေးသွားပြီး သည့်တွင်မှ အဖြစ်မှန်ကို သဘောပေါက်တော့၏၊ စိတ်က ဝင်စားခြင်းမရှိသော ကိစ္စတစ်ရပ်၌ ကြိုးစား၍ အာရုံစူးစိုက်ရသည်မှာ မလွယ်ကူလှကြောင်း ယခင်က

http://www.dhammadownload.com

ဤမျှ သဘောမပေါက်ခဲ့၊ အမှန်ပင် စိတ်မောစရာလည်း ကောင်းလှ၏။

ဖောင်းမှု ပိန်မှုအပေါ်တွင် ကျွန်တော် စိတ်ဝင်စားမှုကို ဖြစ်ရမည်၊ ယင်း၏ အစမှအဆုံးထိတွေ့မြင်နိုင်အောင် ကြိုးစား၍ ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်လာသော နက်နဲသည့် ပညာဉာဏ်ကို မှတ်သား ဆုပ်ကိုင်မိအောင် အားထုတ်ရမည်ဖြစ်၏။

ဤသို့ ၂၅-မိနစ်ကြာမျှ အပတ်တကုတ် အားထုတ်လိုက်သောအခါ အမှန်ကို သိမြင်လာပြီဖြစ်ကြောင်းဖြင့် စိတ်ထဲ၌ ခံစားမိပါတော့သည်၊ တကယ်တော့ ဤမျှထက်ပင် သာလွန် စွမ်းဆောင်နိုင်စရာ ကောင်း၏၊ ကျွန်တော်၏ ဘဝသက်တမ်းတစ်လျှောက်လုံးတွင် များသောအားဖြင့် ကိစ္စတစ်ခုခုပေါ်၌ အာရုံ စူးစိုက်နေခြင်းဖြင့်သာ အချိန်ကုန်လွန်ခဲ့ပြီး အောင်မြင်မှုလည်း အထိုက်အလျောက် ရရှိခဲ့သည့် မဟုတ်ပါလော။

ယခု လမ်းလျှောက်အားထုတ်ရန် အချိန်ကျရောက်ပြန်ချေပြီ။

အချိန်ကလည်း ၄း၃၀-နာရီသာ ရှိသေး၏။

နောက်ထပ် ခုနှစ်နာရီခွဲကြာ အားထုတ်ပြီးမှသာ အိပ်ရာဝင်ရမည်လည်း ဖြစ်၏၊ တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောရလျှင် လမ်းလျှောက်၍ ရှစ်ကြိမ်၊ ထိုင်၍ ခုနှစ်ကြိမ် အားထုတ်ရပေဦးမည်၊ နေဝင်ရီးရီ အချိန်၌ အခန်းပြတင်းပေါက်များ ပိတ်၍ စေ့စေ့စပ်စပ် ဆေးထိုးရန် ခဏရပ်နားသည်မှတစ်ပါး လျှောက်ကျင့် ထိုင်ကျင့်ဖြင့် တစ်နေ့လုံး အချိန်ကုန်သည်။

ကောင်းကင်တစ်ပြင်လုံး တိမ်များ ကင်းစင်လျက်ရှိသည်၊ နေဝင်ချိန် ရောက်သောအခါ အနောက်ဘက် မိုးကုတ်စက်ဝိုင်း၌ ရွှေစင်ကန့်လန့်ကာ တစ်ခုသည် ဝံ့ဝံ့ကြွားကြွား ဖြန့်ကျက်နေသည့် အသွင်ဆောင်လျက်ရှိ၏၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဘုရားကျောင်းကန်များ၏ ရွှေရောင်ဝင်းနေသော ထိပ်ဖျားများနှင့် ပဏာတင့်လှပါ၏၊ တစ်ခုသော ဘုရားကျောင်း၏ ထိပ်ဖျားကို ကျွန်တော် လမ်းလျှောက်သည့်နေရာမှ လှမ်းမြင်နိုင်၏။

မိနစ်အနည်းငယ်မျှနား၍ နေဝင်ချိန် ကောင်းကင်၏ အရောင်အဆင်း

http://www.dhammadownload.com

ပြောင်းလဲသွားပုံကို ငေးမောကြည့်ရှုနေမိ၏၊ အရှေ့တိုင်း၏ စိတ်လှုပ်ရှားစရာ ကောင်းသော မြင်ကွင်းတစ်ရပ်သည် အရောင်များ ထင်ထင်ရှားရှားဖြစ်လိမ့် မည်ဟု–မကြုံဖူးသူတစ်ယောက်အနေဖြင့် မျှော်လင့်မည်ဖြစ်သော်လည်း ရွှေရောင်မှ လိမ္မော်ရောင်သို့ ကူးပြောင်းသွားတော့၏။

ထို့နောက်တွင် အဖျော့ဆုံး ပြာနုနု အရောင်အသွေးမကင်းသည့် စိမ်းဝါရောင် အဆင်းသို့ ပြောင်းသွားပြန်သည်၊ ယင်းမြင်ကွင်းသည် အတန်ကြာမျှလည်း တည်နေသည်၊ သစ်ပင်များမှာမူ မဲမဲသဏ္ဍာန်သာ ထင်လျက်ရှိပေသည်၊ နောက်ဆုံး၌ကား အရာခပ်သိမ်းသည် တဖြည်းဖြည်းတွန့်၍ ဆုတ်၍သွားကာ ခရမ်းရောင်နောက်ခံအဖြစ်သို့ ဘဝပြောင်းသွားပြန်သည်။

နေမင်းကြီး၏ ထုံးတမ်းစဉ်လာသည့် ဤအတိုင်းပင် ဖြစ်ပါပေသည်ဟူ၍ နောက်ဆုံး သတိပေးလိုက်ခြင်းပင်တည်း။

တမုဟုတ်ချင်း ညအချိန် ကျရောက်လာတော့၏။

နေ့အချိန် ရွေ့လျားကွယ်ပျောက်သွားပုံသည် လှပရှုမောဖွယ်ကောင်းလိုက် သည့်မှာ မျှော်လင့်ထားသည်ထက်ပင် သာလွန်လေသည်၊ ထိုမည်သော မြင်ကွင်းသည် မွမ်းမံခြယ်သမှုမှ လွတ်ကင်း၍ ရိုးသားစစ်မှန်သည်၊ ယင်းအား ကြည့်ရှုရာမှ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ပျော်ရွှင်မှုကို ကျွန်တော်လက်လွတ်မခံလို၊ မကြာခဏ ခံစားလေ့ရှိပါသည်။

မိုးသောက်ချိန်သည်လည်း အလားတူပင် ဖြစ်၏၊ သို့သော် အရဏ်ကျင်း ချိန်၌ စိတ်လှုပ်ရှားစရာ သဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုး၊ အရောင်အသွေး အမျိုးမျိုးသော တိမ်တိုက်များကို မတွေ့မြင်နိုင်ပေ၊ ထို့ကြောင့် ဤတိမ်သည် လှပသော ရှုမျှော်ခင်းပုံ၊ ဤတိမ်ကား တိရစ္ဆာန်တို့၏ သဏ္ဍာန်၊ ဤတိမ်မှာ "အာရေ ဘီယန် ည" ပုံပြင်ထဲမှ ဘီလူးကြီးများ၏ဟန်ဟု စိတ်ကူးယဉ်၍ မရနိုင်။

သို့သော် နေလုံးကြီးထီးထီး ထွက်ပေါ်လာသောအခါ စိတ်လှုပ်ရှားစရာ ဖြစ်လာပြန်သည်၊ နေ့တစ်နေ့ သစ်ထွန်းလာပြန်ခြင်းပင်တည်း။

http://www.dhammadownload.com

ထုံးစံအတိုင်း ပူလောင် ပြင်းပြမှု၊ ယင်ကောင် အများအပြားနှင့် ထမ်းဆောင်ရမည့် တာဝန်များစသည်တို့က စောင့်ကြိုနေလေ့ရှိပေသည်၊ အရုဏ်ကျင်းချိန်သည်လည်း ကျွန်တော့်အတွက် အံ့တစ်ပါးသာ ဖြစ်ပါ၏၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အမြင်မပါဘဲနှင့် နေထွက်ပေါ်လာပုံကို ကျွန်တော်စောင့်ကြည့်နိုင်စွမ်းရှိလာတော့သည်။

အရောင်အဆင်း ပုံသဏ္ဌာန်နှင့် အလင်းရောင်တို့ကို သာမန်အတွေ့အကြုံတစ်ရပ် အနေဖြင့်သာ နှလုံးသွင်းလာနိုင်သည်အထိ နောက်ပိုင်းရက်များ၌ တိုးတက်လာသည်။

ယခုလည်း ညနေခင်းသည် အိုမင်းသည်ထက် အိုမင်း၍ လာချေပြီ၊ လေ့ကျင့်ခန်းများကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပြုလုပ်ပြီးနောက် မောပန်း နွမ်းနယ်လာပါတော့၏၊ စိတ်ကို တည်ငြိမ်နေရအောင် တစ်ကြိမ်၌ စက္ကန့်အနည်းငယ်ထက်ပို၍ ထိန်းသိမ်းထားလို့ မရတော့။

အချိန်မှာ ည ၁၀း၀၀–နာရီရှိပြီဖြစ်သည်၊ ပထမဆုံးသော နေ့ရက်အဖြစ်တရားအလုပ်၌ တာဝန်ကျေပြီဟူ၍လည်း စိတ်ပိုင်းဖြတ်လိုက်ပါသည်၊ မတန်တဆ မောပန်းနွမ်းနယ်သွားခြင်း မရှိစေရန် ဆရာတော်ကလည်း သတိပေးထားသည်၊ အာရုံကြောများ တင်းကျပ်နွမ်းလျလာစေမှုမျိုးကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်သာတည်း။

ဤအချိန်၌ ရေချိုးခန်းထဲတွင် လူရှင်းနေပြီ၊ ရေကလည်း အတော်အတန်အေးနေပြီဖြစ်သည်၊ ရေပန်း၌ ရေချိုးလိုက်ရာ အလန်းဆန်းဆုံး အနေအထားသို့ ပြန်လည် ဆိုက်ရောက်သွားတော့၏။

ရဟန်းတော်များကိုလည်း တွေ့မြင်ခြင်းမရှိတော့၊ အခန်းများထဲတွင် တရားအားထုတ်နေကြဟန်တူပေသည်။

သို့သော် အချို့သောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သတ်မှတ်ထားသော အချိန်ထက်စော၍ အိပ်ကြကြောင်း နောင်အခါ၌ ကျွန်တော် တွေ့ရှိရပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

အိပ်ရာ၏ မာရေကျောမှုသည်ပင်လျှင် ကျွန်တော့်အား ကသိကအောက် ဖြစ်အောင် စိုးစဉ်းမျှ နှောင့်ယှက်ခြင်း မပြုနိုင်၊ တစ်နေ့တာလုံး ဆုံစည်းခဲ့ ရသည့် အဆန်းတကြယ် အဖြစ်အပျက်များကို တစ်ချက်ကလေးမျှ စဉ်းစား နေမိခြင်း မရှိဘဲ အိပ်ပျော်သွားပါတော့သတည်း။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၄)

ထင်မြင်လာသော အာရုံဆန်းများ

ကျွန်တော်တို့အတွက် နံနက်ခင်းများသည် လေးနာရီထိုးရန် ဆယ့်ငါးမိနစ် အလို၌ စတင်လေ့ရှိကြ၏၊ ကျွန်တော့် အချက်ပေးနာရီမှတစ်ပါး ယင်းသို့ ထရန် မည်သူကမျှ အတင်းအကျပ် လာရောက်နှိုးသည်တော့ မဟုတ်ပေ။

ရိပ်သာ၌ နေထိုင် တရားအားထုတ်စဉ်အတွင်း ပင်ပန်းကြီးစွာ ရုန်းကန် လှုပ်ရှားခြင်း မပြုရ၍ ကာယအင်အား ပြုန်းတီးမှု နည်းပါးရကား တစ်ရက်လျှင် အိပ်ချိန် လေးနာရီထက် ပို-မလိုဟု ဆရာတော်က အခိုင်အမာ မိန့်ကြားထား ပေသည်၊ သတိမှတ်ထားသည့် တရားအားထုတ်မှု ကာလအပိုင်းအခြား ကုန်ဆုံးခါနီး ရက်ပိုင်းများအရောက်၌ကား လုံးဝမအိပ်ဘဲနှင့် နေနိုင်လာလေ့ ရှိကြကြောင်းဖြင့်ပင် ဆက်လက်၍ အလေးအနက်ပြောခဲ့ဘူးပါသည်။

လုံးဝ မအိပ်ဘဲနေနိုင်ခြင်း ရှိ-မရှိ ဆိုသည့်အချက်ကိုမူ ကံမကောင်း

http://www.dhammadownload.com

အကြောင်းမလှသဖြင့် ကိုယ်တွေ့မကြုံခဲ့ရပါချေ၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သာမန် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်အတွက် အားထုတ်ရန် ယေဘုယျအားဖြင့် သတ်မှတ်ထားသည့် တရားကာလ အပိုင်းအခြားသည် ခုနစ်ပတ်ခန့် ကြာညောင်းပါသည်။

အထက်တွင် ဖော်ပြပြီးဖြစ်သည့်အတိုင်း ကျွန်တော်အချိန်ပေးနိုင်သည်မှာ သုံးပတ်သာတည်း။

နှစ်ရက်ခန့် ကျင့်သား ရသွားသောအခါ၌ အိပ်ချိန် လေးနာရီဖြင့် လုံလောက်သည်ကိုမူ ကိုယ်တွေ့ကြုံခဲ့ရပါ၏၊ အပူလောင် အပြင်းပြဆုံးသော နေ့လယ်ပိုင်းများ၌ပင် ငိုက်မျဉ်းလှသည်ဟူ၍ မရှိပေ၊ သို့သော်ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းခြင်း ပိန်ခြင်းကို ထင်ရှားစွာ သိမြင်နိုင်သည်ဆိုပြီး သွားလို့များ မလဲလျောင်းလိုက်မိရန် အထူးလိုအပ်လှပါသည်။

စင်စစ်အားဖြင့် တရားအားထုတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ စိတ်ကို သက်သောင့်သက်သာထားကာ အေးငြိမ်းအောင် နေထိုင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်၊ စိတ်ဖြင့် ကြိုးပမ်းနေသည်မှာလည်း အာရုံကြောများ တင်းကျပ်၍ စိတ်ပင်ပန်းမှု ပြေပျောက်ကာ သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်ရေးသို့ ဦးတည်ပေသည်၊ ညင်ညင်သာသာ ဖြည်းဖြည်းနှေးနှေး လမ်းလျှောက်ခြင်းသည် ထိုင်ရသဖြင့် တောင့်တင်းမှုကို အညောင်းပြေစေရန်ထက်မပိုပေ၊ ဆိုလိုသည်မှာ အင်အားကုန်ခန်း ပြွန်းတီးရန် မဟုတ်။

တရားအားထုတ် လေ့ကျင့်မှုကို ရပ်ဆိုင်းကာ စောစောစီးစီး အိပ်ရာဝင်ရသည့် နေ့ရပ်များနှင့်လည်း တွေ့ကြုံခဲ့ရပေသည်၊ အထူးသဖြင့် ယင်းတို့ကား စ,တင်ကာစ,ရက်များနှင့် ပြီးကာနီးရက်များ ဖြစ်ကြသည်၊ ကာယိကဒုက္ခများ ဖြစ်ပေါ်လာသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ စေတသိက ဒုက္ခစသည့် စိတ်ကျပ်စိတ်အိုက်မှုတစ်ခုခုနှင့် နင်လား ငါလား ရင်ဆိုင်ယှဉ်ပြိုင် ရုန်းကန်ရသောကြောင့်သော်လည်းကောင်း ထိုကဲ့သို့ အိပ်ရာဝင်လိုက်ခြင်း ဖြစ်လေသည်။

http://www.dhammadownload.com

လျှော့ပေါ့စားသုံးခြင်းဖြင့် အစားအစာများကို ကြေညက်အောင် ထမ်းဆောင်ပြုလုပ်ရသည့် ခန္ဓာကိုယ်၏ တာဝန်ဝတ္တရားများ နည်းပါးသင့်သလောက် နည်းပါးသွားသည်၊ တစ်နေ့တာ စားသုံးသော အစာအာဟာရသည် ခန္ဓာ၏ လိုအပ်ချက်အတွက် ကောင်းစွာ လုံလောက်သည်။

အလျှံပယ် အိပ်ခြင်း၊ စားခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်သည် အစာများဖြင့် ပြည့်တင်းလာသည့်အလျောက် အင်အားကိုလည်း ပိုမိုအသုံးချရန် လိုအပ်လာသည်ဟု ဆရာတော်က မိန့်ကြားသည်၊ ကြိုးကြိုးပမ်းပမ်း တရားအားထုတ်သူတိုင်း ဤအတိုင်း ဖြစ်သလား-မဖြစ်ဘူးလား မပြောတတ်သော်လည်း အအိပ်အစား လျှော့ပေါ့ဆင်ခြင်လိုက်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော့် အနေနှင့်ကား အထူးတလည် ဆာလောင်ခြင်းကိုသော်လည်းကောင်း၊ အိပ်ရေးမဝခြင်းကိုသော်လည်းကောင်း လုံးဝ မခံရပါချေ။

နံနက်စောစောအချိန်ဖြစ်သည့်အတိုင်း ရေချိုးခန်းထဲ၌ ကျွန်တော်တစ်ယောက်ထဲ ရှိနေပြန်ပါသည်၊ သံဃာတော်များသည် ၁၀း၃၀-နာရီနှင့် မွန်းတည့်အချိန်အကြားနေ့ဆွမ်းစား အပြီးတွင် ရေချိုးလေ့ ရှိရုံမက သပိတ်စသည်တို့ ဆေးကြောခြင်း၊ သင်္ကန်းများလျှော်ဖွပ်ခြင်းတို့ကိုလည်း လုပ်ဆောင်လေ့ရှိကြပါသည်။

သံဃာတော်တို့သည် သင်္ကန်းများ ဝတ်ထားလျက် အရှေ့တိုင်းသားတို့၏ ထုံးစံအတိုင်း ကိုယ်ပေါ်သို့ ရေခပ်လောင်းချိုးကြ၏။

ကျွန်တော့်အား ရေပန်းအောက်၌ အဝတ်မပါဘဲ မတ်တတ်ရပ်ရေချိုးနေသည်ကို အမှတ်မထင် တွေ့မြင်လိုက်ရသောအခါ သံဃာတော်တို့ အနည်းငယ် ထိတ်လန့်သွားသည်ဟု ထင်ပါသည်။

ကိုယ်ပေါ်သို့ ရေလောင်းချိုးခြင်းသည် နှစ်သက်စရာ ကောင်းပင်ကောင်းငြားသော်လည်း နည်းစနစ်မကျသည့်အပြင် ရေလည်းဖြုန်းတီးရာ ရောက်သည်၊ သံဃာတော်တစ်ပါးချိုးလိုက်သည်နှင့် ဂါလံတစ်ရာဆန့်သော ရေစည်၏

http://www.dhammadownload.com

ထက်ဝက်တော့ ချောသွားမည်သာဖြစ်၏။

ရေကလည်း နံနက် ၁၀–နာရီ၊ ၁၁–နာရီလောက်ကစပြီး တစ်ခါတစ်ရံတွင် ည၁၀–နာရီအထိ မလာတော့ရကား နေ့လယ်ပိုင်းများ၌ ရေမရှိဘဲ ဖြစ်နေလေ့ရှိ၏။

ဖေဖော်ဝါရီလ၏ ညများသည် အေးမြကြဆဲပင်ဖြစ်သည်၊ ချမ်းမည်ကို ကြောက်ပြီး ပထမ၌ ရေပန်းအောက်သို့ဝင်ရန် အတန်တဲ့ဆိုင်းနေမိပါသေးသည်၊ ထို့နောက်မှ စိတ်ကို ယတိပြတ် ဆုံးဖြတ်၍ ရေချိုးခြင်းပြုနိုင်သည်။

အေးမြသော နံနက်ချိန်၌ စားသောက်ဆောင်သို့ လက်ဖက်ရည်သောက်ရန် လမ်းလျှောက်သွားရသည်မှာ ရှင်လန်းချမ်းမြေ့စရာ ကောင်းလှပါသည်၊ ထိုသို့မသွားမီ၌ ကျွန်တော့်အတွက် အချိန်တစ်နာရီခန့်ရသည်၊ ပထမရက် အနည်းငယ်အတွင်း၌ လ–ကလည်း ကောင်းကင်ထက်၌ မြင့်မြင့်မားမား ထွက်ပေါ်လျက်ပင်ရှိသည်၊ ည၏ အေးငြိမ်းမှုသည်လည်း ကင်းပျောက်ခြင်း မရှိသေး၊ အခြားသူများ ခံစားခွင့်မရသည့် အရာတစ်ပါးကို ခံစားနေရသည့် အခွင့်ထူးခံ လူတစ်ယောက်ပမာ ရင်ထဲတွင် ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

သို့သော် စားသောက်ဆောင်သို့ လမ်းလျှောက်သွားခြင်းသည်လည်း ကောင်း၊ ယင်းနောက်ပိုင်း၌ ဓမ္မာရုံသို့ လမ်းလျှောက်ခြင်းသည်လည်းကောင်း မကြာမီအချိန်ကာလအတွင်း၌ ကျွန်တော့်အတွက် သာမန်လမ်းလျှောက်ခြင်းများ မဟုတ်ကြတော့၊ လမ်းလျှောက်အားထုတ်မှု၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ် ဖြစ်လာပါတော့၏။

"ကြွတယ်–လှမ်းတယ်–ချတယ်"ဟူ၍ စိတ်တည်ငြိမ်အောင် ကြိုးစားမှတ်နေရသည်နှင့် နံနက်ခင်း၏ အလှအပအား ခံစားခြင်းတည်းဟူသော အခွင့်အရေးကို လက်လွှတ်လိုက်ရပါတော့သည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ချွင်းချက်တစ်ခုကား ရှိလျက်ပင်။

ခြေသွားလမ်းကြောင်းကလေးမှ လမ်းခွဲကာ ရေကန်၏ ကမ်းပါးထက်

http://www.dhammadownload.com

တစ်နေရာသို့ အငဲရောက်လျှောက်ပြီး မတ်တပ်ရပ်လေ့ရှိကြောင်း အထက်တွင် ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်၊ ထိုနေရာ၌ကား နံနက်တိုင်း မိနစ်အတန်ကြာ ရပ်တန့်ခြင်းပြုသည်။

ထိုအချိန်၌ အရုဏ်သည် တဖြည်းဖြည်း ထွက်ပေါ်လာလေ့ရှိသည်၊ ကျွန်တော် ရပ်လေ့ရှိသည့်နေရာနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်တည့်တည့်တွင် သစ်ရွက်များ ဝေဆာလျက်ပင် ရှိသေးသော သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင်ရှိသည်၊ ယင်းသစ်ပင်ကြီးသည် တစ်စထက်တစ်စ လင်းလာသည့် ကောင်းကင်ပြင်ကြီးကို နောက်ခံပြုလျက် မဲမဲသဏ္ဌာန်အဖြစ်မှ တဖြည်းဖြည်း ပီပြင်ပေါ်လွင်လာသည်။

လေပြေလေညှင်းသည် ကျွန်တော့်လုံချည်စကို တလွင့်လွင့် လှုပ်ရှားနေစေသည့်နည်းတူ မျက်နှာနှင့် လက်မောင်းများကိုလည်း တယုတယပွတ်သပ်တိုက်ခတ်သွားကြပုံကိုလည်း ခံစားနိုင်ပါသည်၊ ထို့နောက်တွင်တော့ အသက်ဝင်လှုပ်ရှားလာအံ့သော နေ့အချိန်ကို ကြိုဆိုသည့်ဆူညံသံများ ထွက်ပေါ်လာတော့၏။

ထင်ထင်ရှားရှားကွဲကွဲပြားပြားဖြစ်လာကြသော သစ်ပင်များနှင့် အိုးအိမ်များ၏ ရုပ်လုံးရုပ်ဟန်ကို ဂဃနဏ တွေ့မြင်ရတော့သည်။

ကျွန်တော်သည် တဖြည်းဖြည်းချင်း ဤခံစားမှု ဝေဒနာကို နာမပညတ် အခေါ်အဝေါ်အားဖြင့် အဓိပ္ပါယ် ကောက်ယူခံစားခြင်း မပြုဘဲ ရှုမြင်ခံယူတတ်လာတော့၏၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ခေတ်မီမီပြောရလျှင် ယင်းနာမပညတ်တို့အား "ကြည့်ပါ၏၊ သို့သော်မမြင်" ဟုဆိုရမည်ထင်ပါသည်။

ပထမ၌ ယင်းသို့ ခံယူသဘောထားရသည်မှာ အလွန်တရာ ခဲယဉ်းလှသော်လည်း တရားအားထုတ်မှု တိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ လွယ်ကူလာကြောင်း တွေ့ရ၏၊ စ-ကာစ ရက်အနည်းငယ်အတွင်း၌ကားချစ်စရာရှုမြင်ကွင်းကို ငေးမောကြည့်ရှုခြင်းဖြင့်သာ အချိန်ကုန်သည်၊ သဘာဝဓမ္မ၏စွမ်းအားအရှိန်အဝါ အလှအပနှင့် အတွက်မဆန်သည့် သဘောကို ထုတ်ဖော်ပြသမှု

http://www.dhammadownload.com

တစ်ရပ်လည်းဖြစ်၏။

မိုးသောက်ချိန်သည် ကြိုဆိုသူအတွက်ဖြစ်စေ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့သူ အတွက်ဖြစ်စေ အတူတူပင် ထွက်ပေါ်လာမည်သာတည်း။

ကြိုဆိုသူအတွက် အဆောတလျင် ထွက်ပေါ်လာမည်မဟုတ်သကဲ့သို့ ယင်းအား ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့သူ အတွက်လည်း နောက်ကျ၍ လာမည် မဟုတ်ပေ။

ယင်း၏ အာမခံချက် ဟူသည်မှာ သင်က သတ်မှတ်သည့် အတိုင်းသာ ဖြစ်သည်၊ လှပမှုသည် လူ၏ အာရုံ၌သာ တည်သည်၊ ရောင်ခြည်ဦး ယှက်သန်းလာပုံ နေဝန်းကြီး ထွက်လာပုံ စသည်တို့၌ အလှတရား ကိန်းအောင်း နေသည် မဟုတ်ပေ။

ကျွန်တော်သည် အရုဏ်ကျင်းပုံကို ပုဂ္ဂလအမြင်ဖြင့် ရှုမြင်ခြင်းမပြု၊ စင်စစ်၌ သဘာဝဓမ္မသည် ကျွန်တော်တို့အား ထောက်ခံခြင်း ဆန့်ကျင်ခြင်းတို့ကို ပြုနေသည် မဟုတ်ချေ၊ အမှန်အားဖြင့် ဘက်လိုက်နေသည်မှာ ကျွန်တော်တို့သာဖြစ်ပါသည်။

သဘာဝတရား အပေါ်တွင် အောင်ပန်း သရဖူစိုက်ထူခြင်းဟု အမည်တပ်လျက် သဘာဝတရားကို လူတို့ နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီးနေကြပေရာ ယင်းသို့ပြုလုပ်ခြင်းအားဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးများဖွယ်မရှိဟု အလေးအနက် ခံယူပါသည်၊ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြစေလိုသည့် ဆန္ဒလည်း ကျွန်တော့်တွင် အပြင်းအထန် ဖြစ်ပေါ်နေရုံမက တတ်စွမ်းသည့်နည်းဖြင့် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက် မည်လည်းဖြစ်ပါ၏။

ဘဝသက်တမ်းတစ်လျှောက်၌ နံနက်မိုးသောက်လာပုံကိုသော်လည်းကောင်း၊ ညအချိန် ကျရောက်လာပုံကိုသော်လည်းကောင်း ကျွန်တော်တို့ကဲ့လုံအောင် ပြကတေ့အတိုင်း မကြည့်ဖူးကြပေ၊ မြို့ကြီးပြကြီးများထဲ၌ မော်တော်ယာဉ်သံတို့ အများအပြား ထွက်ပေါ်လာသည်များ ကြားရခြင်းအားဖြင့် နံနက်

http://www.dhammadownload.com

မိုးသောက်ပြီဟု သတ်မှတ်ကြပြီး နေ့အချိန်ကုန်ဆုံးသောအခါတွင်လည်း ကျရောက်လာသော ညကို တိတိကျကျ အသိအမှတ် မပြုလိုက်မိဘဲ လျှပ်စစ်မီးများကို ဖွင့်လိုက်ကြသည်သာတည်း။

ရှေးခေတ် လူသားတို့မှာမူ ကျွန်တော်တို့ကဲ့သို့ မဟုတ်ပေ၊ မိုးသောက်ချိန်နှင့်အတူ အိပ်ရာမှထ၍ ကုန်ဆုံးသွားသော နေ့နှင့်အတူ အိပ်ရာဝင်သည်။

တရားအားထုတ်၍ ရက်ကလေး ရလာသည်နှင့်အမျှ လှုပ်ရှားမှုမှန်သမျှကို မှတ်လာနိုင်သည့် အဆင့်အထိ တိုးတက်လာ၏၊ အရုဏ်ကျင်းချိန်ကိုလည်း ကနဦးကကဲ့သို့ အလုအပတစ်ရပ်အဖြစ် မမြင်တော့၊ စက္ကူနှင့် မနောစသော အာရုံတို့၌ လာရောက်ကပ်ငြိသည့် အရောင်အဆင်း အသွင်သဏ္ဌာန်နှင့် အသံတို့၏ အစိတ်အပိုင်း ကလေးများ ပေါင်းစပ်ထားမှုတစ်ခုဟုသာ ခံယူလာပါ၏။

ပထမ ရက်ပိုင်းအတွင်း၌ သဘာဝကိုကြည့်၍ စိတ်ကူးမယဉ်မိအောင် ဆင်ခြင်နိုင်ပြီဖြစ်ရာ သဘာဝတရား၏ အဖြစ်မှန်မှ လွတ်ထွက်ပျံ့လွင့်ခြင်း မဖြစ်တော့ပေ။

ကျွန်တော့်အခန်းအပြင်ဘက် မလှမ်းမကမ်းရှိ ဗောဓိပင်အနီးတွင် ခြေလှမ်းရပ်လိုက်သည်၊ ဤအပင်သည် အဆောင်တွင်းရှိ သံဃာတော်များအတွက် အထွက်အမြတ်ထားအပ်သော သစ်ပင်တစ်ပင်လည်းဖြစ်သည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားသည် ဗောဓိပင်အောက်၌ထိုင်ကာ တရားအားထုတ်စဉ် သံသရာမှ လွတ်ကြောင်းဖြစ်ကာ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရရှိခဲ့သောကြောင့်ပင်ဖြစ်၏။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့၏ ဗောဓိပင်ခြေရင်းတွင် မြေကြီးမာကျောပြီး ကျောက်ခဲထူထပ်သည်၊ မူလအစက နှစ်သက်ဖွယ် အရိပ်အာဝါသကို ပေးစွမ်းနိုင်စရာရှိခဲ့သည့် အရွက်ဖားဖားကြီးများသည်လည်း ယခုအခါတွင် နေ့စဉ်ကြွေကျ မြေခလျက်ရှိရာ ကျွန်တော်တို့ ကျောင်းဆောင်မှ တစ်ယောက်ယောက်

http://www.dhammadownload.com

သည် နေ့တိုင်း သစ်ရွက်ခြောက်တို့ကို တံမြက်စည်းလှည်း ရှင်းလင်းခြင်း ပြုရ၏။

ဖဟာဓိပင်ကြီးထက်၌ မရေမတွက်နိုင်သော ကျီးကန်းများလည်း နေထိုင်ကြသည့် အားလျော်စွာ သူတို့၏ မရပ်မနား အော်သံတို့သည် တရားအားထုတ်ရာတွင် အနှောင့်အယှက်တစ်ရပ်ဖြစ်သည်၊ အရွက်တွေဝေဝေဆာဆာ ရှိပြီး ခြေရင်းတွင်လည်း မြက်ခင်းကလေး ရှိနေသည့် ပိုမိုသင့်တော် ကောင်းမွန်သော အခြေအနေနှင့် ဖဟာဓိပင်ကြီးတစ်ပင်ကို ကျွန်တော် စိတ်ကူးယဉ်ကြည့်မိပါသည်။

ထိုသို့သာဆိုပါလျှင် သစ်ပင်ရင်း၌ တရားထိုင်လို့ ဘယ်လောက်များ ကောင်းလိုက်ပါမည်နည်း၊ မာကျော၍ ညှော်ဝတ်မကျေပွန်သည့် ကျွန်တော့် အခန်းထဲမှ သံမံတလင်းပြင်ထက် အတိုင်းမသိ သာလွန်ကောင်းမွန်မည်မှာ ဧကန်။

ယခုသော် ပြန်၍ ထိုမည်သော သံမံတလင်းပြင်ထက်ဝယ် တရားအလုပ်အားထုတ်ရပေဦးမည်သာတည်း။

ထိုနေ့က ကျွန်တော်သည် ဆရာတော်နှင့် တွေ့ဆုံရန်အတွက် ကျောင်းသို့ လမ်းလျှောက်ရခြင်းတည်းဟူသော အပြောင်းအလဲအခွင့်အရေးတစ်ရပ်ကို လက်လွတ်သွား၏၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ညနေလေးနာရီခန့်တွင် ဆရာတော်သည် ဦးဖေသင်နှင့်အတူ ကျွန်တော့်ထံသို့ ရောက်လာတော့၏။

တိုးတက်မှု ပြောပလောက်အောင် မရှိသည့် အချက်မှတပါး ဆရာတော့်အား ထွေထွေထူးထူး လျှောက်ထားရန်မရှိ၊ လမ်းလျှောက်၍ တရားအားထုတ်ရသည်မှာ ထိုင်အားထုတ်ရသည်ထက် ကျွန်တော့်အတွက်များစွာ ပိုမိုလွယ်ကူကြောင်း ကြိုတင် ခန့်မှန်းထားသည်ထက်လည်း စင်စစ်၌ အလွန်သာလွန်လွယ်ကူကြောင်းတို့ကို လျှောက်ထားလိုက်ပါသည်။

ယင်းအချက်ကို ကြားရသောအခါ ဆရာတော်က ပြုံးလိုက်ပြီး ပထမ၌

http://www.dhammadownload.com

အခက်အခဲများ မတွေ့လျှင် မကြာမီဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်ဟု အမိန့်ရှိလေသည်။

ထို့နောက်၌ အာရုံဆန်းများကို တွေ့မြင်ရခြင်း ရှိမရှိ အံ့စဖွယ်မေးမြန်းလိုက်ပြန်သည်၊ ထိုနေ့၌သာမဟုတ်၊ နောက်နေ့တွင်လည်း ယင်းမေးခွန်းကို ဆရာတော်က ထပ်မံမေးမြန်း၏။

"မတွေ့မြင်ရပါဘုရား"

ဆရာတော် မေးသည့် အကြိမ်တိုင်း ဤသို့ပင် နှုတ်မှ ဖြေခဲ့သည်သာတည်း။

စိတ်ထဲမှာမူ အောက်ပါအတိုင်း ဖြည့်စွက်လိုသည့် ဆန္ဒလည်းဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပေသည်။

"ဒီလို အာရုံမျိုးတွေ ဘယ်တော့မှ မြင်မှာမဟုတ်တာ သေချာပါတယ်၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုယင် တပည့်တော်က စိတ်ကူးယဉ် အာရုံဆန်းတွေ မြင်မဲ့လူစားမျိုးမှ မဟုတ်ဘဲ"

ရင်ထဲ၌ ရှိသည့်အတိုင်း ထုတ်ဖော်မပြောခဲ့မိသည့်အတွက် ဝမ်းသာရပေသေးသည်၊ စင်စစ်အားဖြင့် ဤစကားများကို ရင်ထဲ၌သာ သိမ်းဆည်းထားသင့်ခဲ့သည် မဟုတ်ပါလော။

စိတ်ထဲတွင် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆန္ဒ သို့မဟုတ် ကြံရွယ်ချက်နှင့်ယင်းဆန္ဒ၏ အမိန့်အတိုင်း အကောင်အထည်ဖော်ကာ ပြုမူလှုပ်ရှားရပုံတို့ကို ခွဲခြားရှုမြင်နိုင်ရန် အရေးကြီးကြောင်းကို ဆရာတော်က ထပ်မံ၍ အလေးအနက်အမိန့်ရှိပြန်ပါသည်၊ စိတ်မတည်မငြိမ်ဖြစ်သောအခါ၌ ပြောင်းလဲနှလုံးသွင်းရန် ကျင့်စဉ်သစ်တစ်ရပ်ကိုလည်း ပေးပါသည်။

ယင်းကျင့်စဉ်ကား တခြားမဟုတ်ပေ၊ မတ်တတ်ရပ်နေစဉ် ထိုင်နေစဉ် သို့မဟုတ် လဲလျောင်းနေစဉ်၌ မြေကြီး၊ ကုလားထိုင်၊ အိပ်ရာစသည်တို့နှင့် ထိနေသည့် ခန္ဓာကိုယ်၏ အစိတ်အပိုင်းပေါ်တွင် သတိကို ထားရှိရန်ပင်ဖြစ်သည်၊ ယင်းသို့ ထိနေသည့် အပိုင်းပေါ်၌ သတိကို အလှည့်ကျ ထားရှိလျက်-

http://www.dhammadownload.com

"ထိုင်နေတယ်၊ ထိနေတယ်၊ မတ်တတ်ရပ်နေတယ်၊ ထိနေတယ်" စသည်ဖြင့် စိတ်ထဲမှ သိနေရမည်ဖြစ်သည်။

မတ်တတ်ရပ်နေသောအခါတွင် ခြေထောက်၌သာ အာရုံသက်ရောက်နေရမည်ဖြစ်သော်လည်း ထိုင်နေသည့်အခါ၌ ကွေးထားသော ခြေထောက်များ၊ ပေါင်အထက်ပိုင်းများ၊ တင်ပါးများနှင့် ပခုံးများပေါ်သို့ သက်ရောက်နေရမည်ဖြစ်သည်၊ လက်မောင်းသည်လည်း ပေါင်များထက်၌ တည်ရှိနေပေလိမ့်မည်။

ထိယှက်နေမှု တစ်ခုစီပေါ်တွင် အလှည့်ကျ အာရုံစူးစိုက်နေရန် လိုသည်၊ ဤသို့ဖြင့် စိတ်တည်ငြိမ်လာသောအခါတွင်မှ မိမိ ပရိကံယူထားသော အခြေခံကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေါ်တွင် ပြန်လည် အာရုံပြုရမည်ဖြစ်၏။

ယခုကျွန်တော့်အနေဖြင့် ရက်အနည်းငယ် ဆက်လက်အားထုတ်ဖို့သာရှိသည်၊ လျှောက်ထားတင်ပြရန် မရှိဘဲ ဆရာတော်နှင့် နေ့စဉ်တွေ့ရမည့်အရေးကိုလည်းစိတ်ထဲမှ ဘဝင်မကျ ဖြစ်မိသည်၊ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဝါဒနှင့်ပတ်သက်၍ အယူအဆပိုင်းဆိုင်ရာ မေးခွန်းသုံးခုစီ ဆရာတော့်အား နေ့စဉ်လျှောက်ထားမေးမြန်းရန် ကြံရွယ်လိုက်ပါသည်။

ဤအချက်ကို အကြောင်းပြု၍ အလွန်စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသော အမေးအဖြေများ ထွက်ပေါ်လာရာ ရှေ့အခန်းများတွင်မှ သီးခြားတင်ပြမည်ဖြစ်ပါသည်။

တရားအားထုတ်၍ ဒုတိယနေ့အရောက်၌ စကားပူရှိ သက်သောင့်သက်သာ နေထိုင်နိုင်သော ကျွန်တော့်အိမ်ကို တမ်းတ လွမ်းဆွတ်သည့်စိတ်အပြင်းအထန် ဖြစ်ပေါ်လာပါတော့သည်၊ မွန်းတည့်ချိန်၌ ဂျင်အရက်နှင့်တော်နစ်အားဆေးရည် ရောစပ်၍လည်းကောင်း၊ ညနေ၌ ဝီစကီနှင့် ဆိုဒါရော၍လည်းကောင်း သောက်ရန်ဆန္ဒပြင်းပြလာပါသည်။

ဆက်လက်၍ တရားအားထုတ်သင့်ပါသလား၊ အထုပ်အပိုးပြင်ပြီး ပြန်ရကောင်းမလား စသည်ဖြင့်လည်း မဝေခွဲနိုင်အောင် ဖြစ်လာတော့၏၊ အပြောင်း

http://www.dhammadownload.com

အလဲ မရှိဘဲ ဤနည်းနှင်နှင်ဖြင့်သာ တရားအားထုတ်နေရသဖြင့် ငြီးငွေ့လာသည့်အလျောက် မူလက ထက်သန်နေသော စိတ်ဝင်စားမှုသည်လည်း ပျောက်ပျက်သွား၏။

တရားအားထုတ်ခြင်းအားဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးရှိနိုင်သော စိတ်ဓာတ်မျိုး ကျွန်တော့်တွင် ရှိပါမည်လောဟုလည်း သံသယဖြစ်လာမိသည်၊ ဤကဲ့သို့ တရားအားထုတ်ခြင်းသည် အချိန်ကို မိတ်ဆွေအဖြစ် လက်ခံကြိုဆိုသူများ အတွက်သာ သင့်မြတ် လျော်ကန်မည်ဟုလည်း ထင်မြင်လာ၏၊ အနောက် နိုင်ငံသားများမှာမူ အာရုံနှိုးဆွရေး ကိရိယာပစ္စည်း အမျိုးမျိုးကို ဖန်တီး၍ အချိန်ကို ရန်သူကဲ့သို့ ယှဉ်ပြိုင်အနိုင်ယူရန် ကြိုးစားလျက်ရှိကြသည် မဟုတ်ပါလော။

ကျွန်တော်သည် အရှေ့တိုင်းသားတို့အား သူတို့ရရှိထားသည့် အခွင့်အရေးအတွက် အားကျ၍လာပါသော်လည်း ကျွန်တော်တို့၏ အပြုအမူ အနေအထိုင်ကို အောက်ခြေကျကျမှစ၍ ပြင်ဆင်ခြင်းမပြုဘဲနှင့်သူတို့၏ တရားကို လိုက်စားလင့်ကစား အကျိုးကျေးဇူးဖြစ်ထွန်းနိုင်မည်မထင်။

ထို့နောက်တွင်တော့ မိမိမကြုံဖူးသေးသည့် အသစ်အဆန်း တစ်ခုခုကို စမ်းသပ်လုပ်ဆောင်ကြည့်သူတိုင်း အခက်အခဲ၊ သို့မဟုတ် ပြဿနာ တစ်ခုခု နှင့် ကြုံတွေ့လေ့ရှိသည်မှာ ဓမ္မတာဟူသည့်အချက်ကို ဆင်ခြင်မိလာသဖြင့် အလျင်စလို ဆုံးဖြတ်ခြင်းမပြုမိခဲ့ပေ၊ ထို့အပြင် နေ့လယ်စောင်း အချိန်ကျမှ ဦးဖေသင်နှင့် တွေ့ရမည်လည်းဖြစ်ရာ ယင်းသို့ သူနှင့် မတွေ့မီ အချိန်အတွင်း ဘာမှ ကျွန်တော် လုပ်နိုင်ဦးမည် မဟုတ်ချေ။

ဦးဖေသင်နှင့်တွေ့အပြီးတွင်လည်း တရားအားထုတ်မှုကို လက်လျှော့စွန့်လွှတ်လိုက်ပြီဖြစ်ကြောင်းဖြင့် ဆရာတော်အား အသိပေးလျှောက်ထားဝံ့သော သတ္တိမျိုး ကျွန်တော့်တွင် ရှိပါမည်လော၊ ဤအချက်ကိုလည်း သံသယဖြစ်မိပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ညနေချိန်သို့ ရောက်သောအခါ စိတ်ဓာတ်ကျမှု ပျောက်ပြယ်သွားတော့၏၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုနေ့က တရားအားထုတ်ရာတွင် အောင်မြင်မှု ရလာလေသည်၊ သို့မဟုတ် အသားကျလာသည်ဟူ၍လည်း ဆိုနိုင်ပါသည်။

ယင်းနောက် တရားအားထုတ်ချိန် စေ့ကာနီး၌ စိတ်ဂဏာမငြိမ် ဖြစ်လာပြန်လေသည်၊ ရက်ကြာကြာနေနိုင်မည် မဟုတ်သည့်အတွက် ယောဂီများ မျှော်မှန်းကြသည့် မဂ်ကိစ္စအထိ ပြီးမြောက်နိုင်မည် မဟုတ်ကြောင်းစဉ်းစားလာမိသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ပုထုဇဉ်တို့၏ ယေဘုယျ လူ့လောကထဲသို့ ပြန်သွားချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာပြန်ပါသည်။

စင်စစ်၌ တရားအားထုတ်ရာတွင် အချိန်ကို ကန့်သတ်ထား၍မရချေ၊ ဤမျှ၊ ဤမျှအချိန်ယူ တရားအားထုတ်လိုက်လျှင် ဤအဆင့် ဤအဆင့်ထိ ပေါက်ရောက်မည်ဟု ကိန်းသေပြောခြင်းငှာ မဖြစ်နိုင်၊ ရည်ရွယ်ချက်အောင်မြင်သည့်တိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်သာ ဖြစ်သည်။

ပထမပတ်အတွင်း၌ တိုးတက်မှု အရိပ်အရောင်များကို တွေ့မြင်လာရပေရာ ယောဂီအားလုံးပင် ယင်းသို့ ကြုံတွေ့လေ့ရှိကြကြောင်းကို နောက်မှ ကျွန်တော်သိရလေသည်၊ သို့သော် ကျွန်တော် ကြုံရသည်တို့မှာ အထူးတလည် အနှောင့်အယှက်ပေးသော ကာယိကအောက် ဖြစ်မှုကလေးများပင် ဖြစ်ကြ၏။

ယင်းတို့အနက် ပထမဆုံးသော ကာယိကအောက် ဖြစ်မှုကလေးများသည် တဖြည်းဖြည်းနှင့် အမှတ်မထင် ဖြစ်ပေါ်လာရကား တရားအားထုတ်မှုနှင့် ပတ်သက်သည်ဟုပင် သဘောမပေါက်မိ၊ ထိုင်၍ တရားအားထုတ်စဉ်၌ စိတ်ကာယိကအောက်ဖြစ်ခြင်း စိုးစိုးစစ်စပ်ဖြင့် ယားခြင်းများသာမက နာကျင်မှုများပါ ရုတ်တရက် မခံသာအောင် ဖြစ်လာသည်။

ခန္ဓာကိုယ်၏ တစ်နေရာရာကို ကုတ်နေ ပွတ်နေမှ ဖြစ်တော့မည့်အခြေအနေ ဆိုက်လာသည့်အလျောက် စိတ်မပျံ့လွင့်ဘဲ စက္ကန့်အနည်းငယ်ထက်

http://www.dhammadownload.com

ပို၍ မထိုင်နိုင်တော့ပေ၊ အခန်း၏ မျက်နှာကျက် ခေါင်မိုးစသည်တို့ပေါ်၌ နေထိုင်ကြကုန်သော ပုရွက်ဆိတ်များ အပါအဝင် ပိုးမွှားပေါင်းစုံတို့သည် လူဖြူ၏အသားကို အရသာတွေ့၍များ နေကြပြီလောဟုပင် စိတ်ထဲ၌ ထင်မြင်လာမိပါ၏။

ဤကဲ့သို့ အချိန်အတန်ကြာ ကုန်လွန်သွားပြီးသော အခါမှ ဆရာတော်က ကျွန်တော့်အား ကြိုတင်သတိပေးထားသည့်အတိုင်း တွေ့ကြုံခံစားရခြင်းဖြစ်ကြောင်း စဉ်းစားမိလာသည်။

မလျော့သော လုံ့လဖြင့် ဆက်လက် တရားအားထုတ်လာသည်နှင့်အမျှ စိတ်မပျံ့လွင့်အောင် အဆက်မပြတ် ကြိုးစားထိန်းသိမ်းမှု စတင်အကောင်အထည် ပေါ်လာသည်၊ အစပထမ၌ ကာသိကအောက် ဖြစ်မှုများပေါ်လာလျှင်လာချင်း စိတ်သည် နှလုံးသွင်းထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားမှ လွတ်ထွက်သွားလေ့ရှိကြောင်းတွေ့ရှိခဲ့ရသော်လည်း တဖြည်းဖြည်း ကျင့်သားရလာသောအခါ ယင်းကဲ့သို့ ပျံ့လွင့်သည့် အဖြစ်မျိုးလျော့နည်းသွား၏။

သဘာဝအားဖြင့် အမြဲတစေ လှုပ်ရှားပျံ့လွင့်နေလေ့ရှိသော စိတ်ကို အထက်ပါအတိုင်း တည်ငြိမ်အောင် ထိန်းသိမ်းထားသည့်အတွက်ကြောင့် "အညောင်းအကိုက်များနှင့် နာကျင်ခံခက်မှုများ" အဆန်းတကြယ်ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းပင်တည်း။

ယင်းအချက်နှင့် ပတ်သက်၍ ဆရာတော်က အောက်ပါအတိုင်း ရှင်းပြသည်။

စိတ်သည် မည်သည့်အခါမျှ အဆက်ပြတ် အားလပ်နေခြင်းမရှိကြောင်း၊ စိတ်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်သွားခြင်းအားဖြင့် စိတ်အစဉ်ဖြစ်ပေါ်နေကြောင်း၊ နာကျင်ခံခက်မှု အမျိုးမျိုးသည် ခန္ဓာကိုယ်၌ နိစ္စရူပဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်လျက်ရှိသော်လည်း လူတို့သည် မအားမလပ် ဖြစ်နေသောအခါ၌ ယင်းအချက်ကို စိတ်က အသိအမှတ် မပြုမိကြောင်း၊ အလွန်ပြင်းထန်လာသောအခါမှသာ

http://www.dhammadownload.com

သိကြောင်း၊ သို့သော် သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများခြင်းအားဖြင့် စိတ်ကိုစူးစမ်း စစ်ဆေးကြည့်လိုက်သည့်တွင် တစ်ဆက်တည်း တစ်ခုတည်းဟု ထင်ရသော စိတ်၏ အခြေအနေမှန်ကို သိရှိလာကြောင်း၊ ယင်းအချက်ကြောင့် မူလက မသိသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကာသိကအောက် ဖြစ်မှုကလေးများကို တရားအား ထုတ်နေစဉ်၌ သိစိတ်က အသိအမှတ်ပြုလာနိုင်ခြင်းဖြစ်ကြောင်းတို့ကို ကြားသိ ရပါသည်။

ဤမျှသာမကသေးဘဲ စိတ်၏ သန္တတိ အစဉ်အကြောင်းကို ဆရာတော်က အသေးစိတ် ရှင်းလင်းပြောပြပါသေးသည်၊ ယင်းအချက်တို့ကို နောက်အခန်း များကျမှ ကျွန်တော် ဆွေးနွေးတင်ပြမည်ဖြစ်ပါသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့်ဆိုသော် "နာကျင်ကိုက်ခဲမှုများ" ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည် ပျံ့လွင့်မှုများ လျော့နည်းသွားကာ စိတ်တည်ငြိမ်မှုကို အထိုက်အလျောက် ရလာပြီဟူသည့် လက္ခဏာပင် ဖြစ်တော့သည်၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းထဲတွင် ယင်းသို့ ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို တရားအားထုတ်ခြင်း မပြုဘဲအမှတ်တမဲ့နေစဉ်၌ သတိမပြုမိ ပေ။

နာကျင်ကိုက်ခဲမှုများကို ကျော်လွှန်နိုင်ရန် နည်းလမ်းကား အခြား မဟုတ်ပေ၊ ယင်းတို့အား လျစ်လျူရှု(ဝါ) ဥပေက္ခာ ပြုထားလိုက်ရန်ပင်တည်း။

အကယ်၍ ဥပေက္ခာပြုရန် မဖြစ်နိုင်ပါလျှင် သတိကို ယာယီအားဖြင့် နာကျင်ခံခက်မှုပေါ်တွင် စူးစိုက်လျက် စိတ်ထဲမှလည်း "နာတယ်၊ နာတယ်" သို့မဟုတ် "ယားတယ်၊ ယားတယ်"ဟု မှတ်နေရမည်ဖြစ်သည်၊ ထိုအချိန်၌ နာကျင်မှု ယားမှုစသည့် ဝေဒနာတို့ ပပျောက်ကင်းစင်သွားကြလိမ့်မည်။

အထက်ပါအတိုင်း ဆရာတော် အမိန့်ရှိစဉ်က ထိုကဲ့သို့ ဖြစ်နိုင်ဖွယ်မရှိ ဟူ၍ ကျွန်တော် ထင်မှတ်ခဲ့မိပါသော်လည်း တကယ် လက်တွေ့လုပ်ကြည့် သောအခါတွင် ဆရာတော်၏ မိန့်ကြားချက်အတိုင်း ကေန်အမှန်ဖြစ်နေကြောင်း အံ့ဖွယ် တွေ့ရှိရပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ရည်ရွယ်ချက်ပန်းတိုင်ကို လှမ်းကိုင်နိုင်လောက်အောင် တိုးတက်လျက် ရှိပြီဟု ယုံကြည်လျက် ဖော်မပြနိုင်အောင် အားတက်ခြင်းလည်းဖြစ်လာပါသည်၊ သို့သော် မကြာမီအတွင်းထိုအခြေအနေ တစ်မျိုးပြောင်းသွားပြန်သည်။

ထိုကဲ့သို့ ရှုမှတ်ပါသော်လည်း ပပျောက်သွားခြင်းမရှိသည့် နာကျင်မှု တစ်ရပ်နှင့် ရင်ဆိုင်ရပြန်ပါ၏၊ ရင်ဘတ်ထဲမှ နာကျင်လာလိုက်သည်မှာ ပြင်းထန် ရကား မကြာခဏ ဆိုသလို တရားအားထုတ်နေမှုကို ရပ်တန့်ပစ်လိုက်ရသည်၊ တစ်ချိတစ်ချိတွင်တော့ ရပ်နားနေရုံဖြင့်ပင် မပြီးဘဲ လဲလျောင်းရသည်အထိ အခြေအနေ ဆိုးရွားပေသည်။

ဤအဖြစ်ကို ဆရာတော့်ထံ တင်ပြလျှောက်ထားရာ ဆရာတော်က ဆက်လက်အားထုတ်ရန်ပင် ညွှန်ကြားပါသည်၊ ရံဖန်ရံခါ၌ နာကျင်မှုများ ပြင်းထန်လေ့ရှိကြကြောင်း၊ သို့သော် ယင်းတို့အား ဖြစ်နိုင်သမျှ ဥပေက္ခာပြု လျက် ဖွဲကောင်းကောင်းဖြင့် ဆက်လက်အားထုတ်လျှင် နာကျင်မှုတို့ ပပျောက် သွားကြမည်ဖြစ်ကြောင်းများကို ရှင်းပြပါသည်။

သို့သော် ရက်အတန်ကြာညောင်းသွားသော်လည်း ပျောက်သွားခြင်း မရှိပေ။ မည်မျှပင် စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင် ထားလင့်ကစား အနာပျောက်ခြင်း မရှိ၊ သာမည နာကျင်မှုတစ်ရပ် မဟုတ်၊ ကြွက်သားများ မလှုပ်ရှားရသော ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဝေဒနာ စသည့်ဖြင့်ပင် နောက်ဆုံး၌ ကောက်ချက် ချမိ ပါတော့၏။

ကျွန်တော်သည် ထိုင်၍ တရားအားထုတ်သည့်အခါတိုင်း တင်ပျဉ်ခွေ ထိုင်ရာ နေ့စဉ်ထိုင်ချိန်မှာ မနည်းလှ၊ ကိုးနာရီရှိပေသည်၊ ယခင်က ထိုကဲ့သို့ တင်ပျဉ်ခွေ ထိုင်လေ့ထိုင်ထလည်းမရှိ၊ ခါးကို မတ်မတ်ထားလျက် ကျောဆန့် ထိုင်ရဖန်များသဖြင့် ဒဏ်ဖြစ်ရခြင်းပင် ဖြစ်ဟန်တူသည်။

ထို့ကြောင့် နံနက်တွင်တစ်ကြိမ် နေ့လယ်စောင်းတွင် တစ်ကြိမ် အိပ်ရာ ထက်၌ လဲလျောင်းရင်း ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုမှတ်ရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်

http://www.dhammadownload.com

ပါသည်၊ လက်တွေ့ ကျင့်ဆောင်ကြည့်သောအခါတွင်လည်း နာကျင်မှု အမှန်တကယ် ပျောက်ကင်းသွားသည့်အပြင် ထပ်မံ၍လည်း ဖြစ်ပေါ်မလာတော့ပေ၊ ထိုမည်သော နာကျင်မှုက ကျွန်တော့်အား ဒုက္ခပေးခဲ့သည်မှာ တစ်ပတ်သို့မဟုတ် တစ်ပတ်သာသာကြာ၏။

ဤအဆင့်ကို လွန်မြောက်သွားပြီးနောက် အခြေအနေသစ်တစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်လာပြန်ပါသည်၊ စိတ်၏ အလွန်ညာဏ်များလှသော လှည့်စားမှုတစ်ရပ်နှင့် ကျွန်တော် ပက်ပင်းတိုးမိခြင်းပင်တည်း။

ဤတစ်ကြိမ်တွင်လည်း ဖြစ်ပေါ်နေချိန်၌ ဖြစ်နေမှန်းပင် စိတ်ကမသိ၊ တစ်နည်းပြောရလျှင် အသိအမှတ်မပြုမိ၊ အဖြစ်အပျက် ရှေ့သို့ ခရီးဆက်သွား၍ အတော်အတန် ခရီးပေါက်ရောက်သွားသည့်တိုင်အောင် (ဝါ) အတော် အချိန်ကြာသွားသည့်တိုင်အောင် မသိသေး။

စိတ်သည် အစဉ်အတိုင်း ပျံ့လွင့်သည်ဆိုရာ၌ အက္ခရာစာလုံးအားဖြင့် (ရုပ်လုံး ရုပ်ဟန် မပေါ်ဘဲ) ပျံ့လွင့်ခြင်းသာဖြစ်သည်၊ ဆိုလိုသည်မှာ အတွေးသစ်စိတ်ကူးသစ်တို့သည် စိတ်သန္တာန်ထဲသို့ အက္ခရာများ စကားလုံးများအဖြစ်သာ ဝင်ရောက်လာကြခြင်းဖြစ်သည်၊ ထို့နောက် စိတ်ကူးဖြင့် စကားပြောခြင်းအားဖြင့် အတွေးပျံ့လွင့်ခြင်း ပြုရလေသည်။

တွေ့ကြုံ၍သာ နေရသည်၊ ထိုအချိန်အတွင်းကတော့ ဤသို့ ဖြစ်နေမှန်း မသိခဲ့၊ သို့သော် ဖြစ်ခဲ့သည်ကတော့ အမှန်ပင်။

အက္ခရာစာလုံးများအနေဖြင့် အတွေးပျံ့လွင့်နေရာမှ ကျွန်တော်မသိလိုက်ဘဲနှင့် ရုပ်လုံးရုပ်ဟန်အသွင်သဏ္ဍာန်များအဖြစ်သို့ ရုတ်ခြည်း ပြောင်းလဲသွား၏၊ ကျွန်တော့်၏ စိတ်သန္တာန်၌ ရုပ်ဟန်များ ဖြစ်ပေါ်လာပုံမှာ လျှပ်ပြက်သည့်ပမာ လျင်မြန်လှပါဘိသည်။

ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည်တို့ကို နောက်ဆုံးမှ ကျွန်တော်သိလာသဖြင့် မည်သို့မည်ပုံ ဖြစ်ခဲ့ကြောင်းကို ပြန်လည် စဉ်းစားကြည့်လိုက်ပါသည်၊ ဤသို့

http://www.dhammadownload.com

စဉ်းစားကြည့်လိုက်သည်နှင့် တစ်ချက်တည်း ပထမ မြင်ကွင်းကို ပီပီသသ ပြန်လည် သတိရလာပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဖုန်ထူသော လမ်းတစ်လမ်းအတိုင်း လမ်းလျှောက်သွားစဉ် အဖိုးအိုတစ်ယောက် ကျွန်တော့်ထံရောက်လာ၍ ဒူးထောက်လိုက်ပြီး ဆွပ်ပြွတ် တစ်ပန်းကန် လှမ်းပေးသည်၊ လျှပ်ပြက်သည့်ပမာ တဒင်္ဂမြင်ကွင်းတစ်ခုသာ ဖြစ်သော်လည်း တွေ့မြင်နေရပုံမှာ အံ့ဘနန်း ထင်ရှားပေါ်လွင်လှသည်။

အိပ်မက်ဆန်ဆန်ဖြစ်လင့်ကစား အိပ်မက်ကားမဟုတ်ပေ၊ ကျွန်တော် အိပ်ငိုက် အိပ်ပျော်နေခြင်း မရှိကြောင်းကိုလည်း အသေအချာသိပါသည်၊ တွေ့မြင်ရသည်မှာ ပကတိ မျက်နှာချင်းဆိုင် တွေ့ရသည့်အလား ထင်ရှားလွန်း လှသည့်အလျောက် ကြက်သီးဖြန်းမျှ အံ့သြခြင်းလည်း ဖြစ်ရပါသည်။

ယင်း၏ အရင်ကလည်း အလားတူ အာရုံဆန်းများဖြစ်ပေါ်ခဲ့ဖူးသည်။ သို့သော် ဂရုတစိုက် အသိအမှတ် မပြုမိခဲ့။

ထင်ထင်ရှားရှား ပီပီသသပေါ်လာသော ဒုတိယအာရုံကား အောက်ပါ အတိုင်းတည်း။

ကျွန်တော်သည် အမျိုးအမည်မသိသော လမ်းတစ်လမ်းအတိုင်း မော်တော် ကားကို မောင်းနှင်လျက် ရှိသည်၊ ထိုစဉ် အခြားသော မော်တော်ကား တစ်စီးက ကျွန်တော့်ကားကို ဖြတ်ကျော်တက်သည်၊ ယင်းကားမှ ယာဉ်မောင်း သည် ဖြတ်ကျော်ယင်း ကျွန်တော့်ဘက်သို့ မျက်နှာမူ၍ ကျွန်တော့်ကို ကြည့် သည်။

သူ၏ မျက်နှာအသွင်အပြင်ကို ကျွန်တော်ကလည်း အသေးစိတ် အနုစိတ် တွေ့မြင်လိုက်ရသည်၊ အရှိန်ဖြင့် ရွေ့လျားနေစဉ် ရိပ်ကနဲ မြင်ရပုံမျိုးမဟုတ်၊ မလှုပ်မယှက် ငြိမ်သက်သည့် အနေအထား၌ တွေ့ရသည့်မျက်နှာဖြစ်သည်၊ မျက်စိ၊ နှာခေါင်းစသည့် မျက်နှာ၏ အစိတ်အပိုင်းများကိုပင် ကျွန်တော် မှတ်သားနိုင်လိုက်သည်၊ အိပ်မက် မြင်မက်သောအခါများတွင် ယင်းသို့

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်တို့ အသေးစိတ် မှတ်သားမိလေ့မရှိ။

ထို့အပြင် ထိုသူ၏ အမူအရာသည် ကားမောင်းနေသည့် ဟန်မျိုးမဟုတ်၊ ကားသည် သူနှင့်တစ်စုံတစ်ရာ ပတ်သက်ခြင်း မရှိသည့် အလား အေးအေးဆေးဆေး ဖြစ်နေသည်၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြသည့်ဟန် ဂရုစိုက်သည့်သဘောလုံးဝကင်းမဲ့နေသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် အိပ်မက်ထဲတွေ့ရသည့် အထူးအဆန်းများကြောင့် အံ့ဩခြင်း ဖြစ်လေ့မရှိကြပေ၊ သို့သော် ဤအာရုံဆန်းများကို တွေ့မြင်နေရချိန်၌ ကျွန်တော်သည် အဆန်းတကြယ် အံ့ဩလျက်ရှိ၏၊ ဤကဲ့သို့လည်း ရှေးယခင် (တရားအားထုတ်ခြင်းမပြုမီ)က မတွေ့ကြုံဘူးခဲ့။

အထက်ပါ မြင်ကွင်းများ၏ ထူးခြားချက်ကား အသေးစိတ် အနုစိတ်တွေ့မြင်နိုင်ခြင်းသာ မဟုတ်သေး၊ အစစ်အမှန်အတိုင်းလည်း အသက်ဝင်လှပေသည်၊ တခဏမျှသာ တွေ့မြင်လိုက်ရခြင်းဖြစ်သော်လည်း ပျောက်ပျက်မသွားနိုင်အောင် မျက်စိထဲတွင် စွဲကျန်ရစ်သည်၊ ပေါ်လာစဉ်ကလည်းရှောင်တခင်အတွင်း ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်၊ နိဒါန်းဆင့်နေမှု မရှိ။

အာရုံဆန်းများကို အကြောင်းပြု၍ စိတ်အတွက် အခွင့်အရေးကောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ယင်းကား အခြားမဟုတ်၊ စိတ်သည် အာရုံဆန်းများပေါ်သို့ အမှတ်မထင် သက်ရောက်ကျက်စားနေနိုင်ခြင်းပင်တည်း။

ဤသည်တို့ကား ဆရာတော်က ကျွန်တော့်အား မကြာခဏ မေးလေ့ရှိရုံမက ကျွန်တော့်အနေဖြင့်လည်း မည်သည့်အခါမျှ ဖြစ်ပေါ်လိမ့်မည် မဟုတ်ဟု အထင်သေးခဲ့သော အာရုံဆန်းများပင်ဖြစ်ကြ၏၊ ယခုသော် ဆရာတော်မေးလေ့ရှိသည့်အတိုင်း အာရုံဆန်းများ ဖြစ်ပေါ်လာကြချေပြီ။

မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့မြင်ရသောကြောင့် အမှန်တကယ် တွေ့ကြုံနေရခြင်းမဟုတ်ဟူ၍ တော်တော်နှင့် လက်ခံ ယုံကြည်ခြင်းပင် မပြုနိုင်၊ အာရုံထင်မြင်ခြင်းဟုပင် စင်စစ်အားဖြင့် မခေါ်ဝံ့သင့်၊ အမှန်တကယ်တွေ့မြင်ရသည့်

http://www.dhammadownload.com

မြင်ကွင်းများ ဟူ၍ပင် ဆိုသင့်ပေသည်။

သာမန်စိတ် ပျံ့လွင့်ပုံမှာ ဤသို့ မဟုတ်ပေ၊ ရုပ်လုံး ရုပ်ဟန် ပုံသဏ္ဌာန်များမပေါ်လွင်၊ ပျံ့လွင့်ကြောင်း သတိပြုလိုက်သည်နှင့်တပြိုင်နက် ကိစ္စပြီးသွားသည်၊ တရားအားထုတ်မှုကို ဆက်လက် ဒုက္ခပေးခြင်း မပြုနိုင်တော့ပေ။

ထိုမှတစ်ပါး အသေးအဖွဲ အနှောင့်အယှက် တစ်မျိုးကိုလည်း မကြာမီအချိန်အတွင်း၌ တွေ့ကြုံရပြန်ပါသည်၊ ယင်းအဖြစ်ကို "ရှေ့သို့ ထိုးစိုက်ကျခြင်း"ဟု အမည်တပ်၍ ဆရာတော့်ထံ တင်ပြလျှောက်ထားပါသည်၊ ထိုင်၍တရားအားထုတ်ချိန်၌သာ ဤအဖြစ်အပျက်များနှင့် တွေ့ကြုံရလေ့ရှိ၏။

ထိုင် အားထုတ်နေစဉ် ခန္ဓာကိုယ်သည် တဖြည်းဖြည်းချင်း ရှေ့သို့ယိမ်း၍ယိမ်း၍ ညွတ်ကိုင်းသွားပြီး နောက်ဆုံး၌ ဟန်ချက်ကို မထိန်းနိုင်တော့ဘဲ ထိုးစိုက်ကျသွားလေ့ရှိသည်၊ အချိန်အနည်းငယ်ခြားလျက် ယင်းသို့မကြာခဏဖြစ်တတ်၏၊ တစ်ခါ ထိုးစိုက်ကျသွားပြီးတိုင်း ဖျတ်ကနဲ သတိဝင်သလို ဖြစ်လာလျက် ကိုယ်ကို ပြန်လည် တည့်မတ်ရပါသည်။

ယင်းသို့ ဖြစ်သည်မှာ သမာဓိတည်းဟူသော စိတ်တည်ငြိမ်မှု စူးစိုက်မှုကိုရရှိရန် နီးစပ်ပြီဟု ပြသသည့်လက္ခဏာဖြစ်ကြောင်း၊ မကြာမီအတွင်း ယင်းသို့ဖြစ်မှုများကို လွန်မြောက်သွားမည် ဖြစ်ကြောင်းတို့ကို ဆရာတော်က မိန့်ကြားရှင်းပြပါသည်၊ ထိုသို့ဖြစ်သည့်အတွက် ရှုမှတ်မှုပျက်ပြားမသွားစေသင့်ကြောင်းဖြင့်လည်း သိရပါသည်။

သတိကို ယာယီအားဖြင့် ထိုးစိုက် ကျမှုပေါ်သို့ ပြောင်းလဲထားပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြန်လည် တည့်မတ်ရမည်ဖြစ်ပါသည်၊ လက်တွေ့၌ ယင်းသို့ပြုလုပ်ရန် လွယ်ကူလှသည် မဟုတ်ပေ၊ သို့သော် ရယ်စရာကောင်းသည့် အဖြစ်တစ်ရပ်နှင့် တွေ့ကြုံရပြန်ပါ၏၊ ယင်းကား အဘယ်နည်းဆိုသော် အနှောင့်အယှက်များ၏ ဇစ်မြစ်နှင့်တကွ ယင်းတို့အား ကျော်လွန်နည်းကို ကြားသိရပြီးလက်တွေ့စမ်းသပ်ကြည့်ရန် အားခဲထားချိန်၌ သင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်မလာကြတော့။

http://www.dhammadownload.com

နေ့လယ်စောင်း အလွန်ပူအိုက်ချိန်တွင် ဓမ္မာရုံထဲ၌ လာရောက်အားထုတ်လိုက အားထုတ်နိုင်ကြောင်းဖြင့် နှစ်ရက်အကြာတွင် ဆရာတော်က ကျွန်တော့်အား အကြံပေးပါသည်၊ ဓမ္မာရုံကြီးသည် အကန့်အသီးများ ကင်းမဲ့သည့် ဧရာမ ခန်းမကျယ်ကြီးဖြစ်ပြီး ဦးခေါင်းထက်၌ ပန်ကာများ အစီအရီဖြင့် လုံလောက်စွာ တပ်ဆင်ထားသည်၊ တရားဟောကြားသောအခါ၌ ယောဂီတို့သည် ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် ဖျာများဖြင့် ထိုင်ရ၏။

ပန်ကာများ၏ အောက်တည့်တည့်နေရာကို ရွေးချယ်၍ လမ်းလျှောက်အားထုတ်ပါသည်၊ သို့မှသာ ဦးခေါင်းထက်၌ ပန်ကာများ လည်ပတ်နေကြကာ အပူသက်သာမည် မဟုတ်ပါလော၊ ထိုင်၍ တရားအားထုတ်သောအခါတွင်လည်း ကျွန်တော့်အောက်တွင် ဖျာများကို အထပ်လိုက်ခင်းထားပါသည်။

ဗောဓိပင်၏ အရိပ်အာဝါသနှင့် ညီမျှသည့် ဤမည်သော ခေတ်မီ အသုံးအဆောင် ပစ္စည်းများ၏ အကူအညီသာ မရရှိခဲ့ပါက နေ့လယ်ပိုင်း တရားအားထုတ်မှုများမှ အကျိုးကျေးဇူးမယ်မယ်ရရ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့လိမ့်မည်ဟု ထင်မှတ်ယုံကြည်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာတော်နှင့်လည်း ဓမ္မာရုံကြီးထဲ၌ပင် တွေ့ဆုံပါသည်၊ ပန်ကာများကြောင့် သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်ရသည်ကို ကျွန်တော် ကျေနပ်နေသကဲ့သို့ ဆရာတော်လည်း ထပ်တူထပ်မျှ ဖြစ်နေပုံပေါ်ပါ၏။

ထိပ်တစ်ဘက်တွင် မှန်ကာလျက် ဗုဒ္ဓရုပ်တုတော် တစ်ဆူရှိရာ ဤဓမ္မာရုံကြီးအတွင်း၌ ဗြိတိသျှအုပ်ချုပ်မှု၏ အကြွင်းအကျန် လက္ခဏာ အမှတ်အသားအချို့ကို နားမလည်နိုင်ဖွယ် တွေ့ရ၏၊ ဆရာတော်၏ ကျောင်းအတွင်း၌ ကြိမ်ပက်လက် ကုလားထိုင်ကြီး တွေ့ခဲ့ရသည့် အကြောင်းကို ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်၊ ထိုကုလားထိုင်ကြီးအား အစဉ်အဆက် လက်ခံရရှိခဲ့သည့် ပစ္စည်းဟု မှတ်ယူခဲ့ပါသည်။

ဤဓမ္မာရုံကြီးထဲတွင်လည်း ထိုကဲ့သို့သော ကုလားထိုင်အချို့ကို ထပ်မံ

http://www.dhammadownload.com

တွေ့မြင်ရပြန်၏၊ ကျွန်တော်နှင့်တွေ့ဆုံသောအခါတွင်လည်းကောင်း၊ အလှူစသည့် ပွဲလမ်းအခမ်းအနားတစ်ခုခု ကျင်းပသောအခါတွင်လည်းကောင်း၊ ခပ်လျှောလျှောဖြစ်နေသော ကြိမ်အခင်းပေါ်ဝယ် ဘုန်းတော်ကြီးများ တင်ပျဉ်ခွေ၍ ထိုင်ကြသည်မှာ အတော်ကလေး သက်သောင့်သက်သာကင်းမဲ့လိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော့်စိတ်ထဲမှ မှတ်ချက်ချလိုက်မိပါ၏။

ဤကုလားထိုင်မျိုးကြီးများကိုလည်း ကျွန်တော် ကောင်းစွာမှတ်မိသည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဗူးအက်တူးမြောင်း၏ အရှေ့ဘက်တလွှား တိုင်းပြည်များရှိ ဗြိတိသျှကလပ်အားလုံးတွင် ထိုကုလားထိုင်မျိုးကြီးများကို တွေ့မြင်ဖူးခဲ့သည်။

ကုလားထိုင်ကြီးများ၏ လက်တန်း တစ်ဘက်တစ်ချက်၏ အောက်တွင် ရှေ့သို့ ဆွဲထုတ်၍ရသော ခြေတင်တစ်ခုစီရှိရာ နေ့လယ်စာ စားအပြီး၌ ခေတ္တခဏ ငိုက်မျဉ်းအနားယူရန် စီမံပြုလုပ်ထားသည့် ကုလားထိုင်မျိုးပင်ဖြစ်သည်။

မှန်ပါသည်၊ ဤကုလားထိုင်ကြီးများပေါ်တွင် ထိုင်သူအဖြစ် ကလပ်တက်ဗိမ်ခံလေ့ရှိသော မျက်နှာဖြူများကိုသာ မြင်ယောင်လာမည်လည်း ဖြစ်ပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ နေ့လယ်စာစားပြီး ခဏတဖြုတ် ငိုက်မျဉ်းခြင်းမှာလည်း ဂုဏ်သရေရှိသည့် ကိစ္စတစ်ရပ် မဟုတ်ပါချေ။

ခြေတင်များ ရှိနေခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ကုလားထိုင်များ ဤပုံစံဖြစ်နေခြင်းသည်လည်းကောင်း ဆရာတော်၏ စိတ်ကူးမဟုတ်ပေ။

ရိပ်သာ၌ ပရိဘောဂအသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ တပ်ဆင်စဉ်ကာလက ထိုကုလားထိုင်ကြီးများကို ကလပ်များမှ ယူဆောင်လာခဲ့သည်ဟု မှန်းဆမိ၍ မေးမြန်းကြည့်ရာ ယင်းသို့ မဟုတ်ကြောင်း၊ ရန်ကုန်ရှိ အိမ်ထောင်ပရိဘောဂ တိုက်တစ်တိုက်မှ ပြုလုပ်သည့် ကုလားထိုင်များ ဖြစ်ကြကြောင်းဖြင့် ဆရာတော် ကမိန့်ကြားပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

တကယ်တော့ ပြဲတိသျှကိုလိုနီ အုပ်ချုပ်ရေးစနစ်၏ အမှတ်အသားတစ်ရပ်ဖြစ်သော ထိုကုလားထိုင်ကြီးများကို သုံးရိုးသုံးစဉ်မဟုတ်သည့် အခြား တစ်နည်းတစ်လမ်းအားဖြင့်လည်း အသုံးပြု၍ရကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြသသော သာဓကတစ်ရပ်သဖွယ် ဖြစ်နေပါတော့သည်။

လူမှုဖွဲ့စည်းပုံ အနေအထားအရ အဆင်သင့် မဖြစ်သေးသည့်အပြင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နောက်ခံအခြေအနေအားဖြင့်လည်း အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်မည် မဟုတ်သော တိုင်းနိုင်ငံများအတွင်းသို့ အနောက်ပိုင်း ဒီမိုကရေစီ အတွေးအခေါ်များကို ကျွန်တော်တို့က စိတ်အားထက်သန်ခြင်းကြီးစွာ တင်သွင်းလျက်ရှိရာယင်းအချက်၏ အံချော်နေပုံကိုလည်း မှတ်သားခွင့်ကြုံလာပါသည်။

လွတ်လပ်လာကြသော တိုင်းပြည်များထဲတွင် ဘာသာရေး အဖွဲ့အစည်းများရှိကြသည့် နိုင်ငံတို့ပါဝင်ကြမည်ဖြစ်ပြီးလျှင် ထိုမည်သော နိုင်ငံများတွင်လည်း အလားတူ ကုလားထိုင်ကိစ္စမျိုးများ ရှိကြလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော်မျှော်လင့်ယုံကြည်မိပါ၏။

ပထမအပတ် ကုန်ဆုံးခါနီးတစ်နေ့တွင် ဆေးရုံမှ မဟာစည်ဆရာတော်ဆင်းလာ၍ ကျွန်တော်သည် တရားအားထုတ်ရာ၌ တွေ့ရသည့် အတွေ့အကြုံတို့ကို ဆရာတော်ကြီးနှင့် တွေ့ဆုံလျှောက်ထားခွင့်ရပါတော့သည်၊ ဆရာတော်ကြီးအား ကြည့်ရသည်မှာ သိပ်နေကောင်းပုံ မပေါ်သေး၊ နွမ်းနယ်၍လည်းနေသည်၊ သို့သော် ပြောစမှတ် ပြုရလောက်အောင် စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင် တည်ငြိမ်သည့် အပြင် ဉာဏ်ပညာ အမြော်အမြင်နှင့် ပြည့်စုံသော ပုဂ္ဂိုလ်ထူး ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တစ်ပါးဖြစ်ကြောင်းကိုမူ ရုတ်ခြည်းသဘောပေါက်လိုက်ပါသည်။

ဆရာတော်ကြီးသည် အရပ်မြင့်မား၍ ကိုယ်ကာယတောင့်တင်းသန်မာပြီးလျှင် မျက်နှာပုံသဏ္ဌာန်မှာ ထူးခြားပေါ်လွင်လှသည့်အပြင် စိတ်အားထက်သန်သည့်အသွင်ကို ဆောင်လျက်ရှိသည်၊ ကြည့်ပုံ ရှုပုံကတော့ တမူထူးခြားစွာ စူးရှထက်မြက်၍ တွေဝေမှုကင်းသည်၊ ကြင်နာမှုနှင့် တစ်ဖက်သား

http://www.dhammadownload.com

အား စာနာသဘောပေါက်မှုတို့ အတိုင်းမသိ ကိန်းအောင်းတည်ရှိရာဟူ၍လည်း စိတ်ထဲတွင် ခံစားလာမိပါသည်၊ ဤကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် အမှန်တရားကို ကျဉ်းကျဉ်းမြောင်းမြောင်း ဆုပ်ကိုင်ထားရှိမည်ကားမဟုတ်။

ကျွန်တော်၏ မေးခွန်းများကို ဖြေလိမ့်မည်ဟုတစ်နည်း၊ ကျွန်တော်သည် အယူအဆပိုင်းဆိုင်ရာ အဖြေများကို ထုံးစံအတိုင်းထက် ပို၍ ကြားသိရတော့မည်ဟု တစ်ဖုံ အားတက်လာပါသည်၊ ခန္ဓာကိုယ်အားဖြင့် တရားလွန်အဆင်းရဲခံသော အတ္တကိလမထ ကျင့်စဉ်များ၏ အရိပ်အရောင်ကိုမျှပင် မတွေ့ရပါချေ။

ဆရာတော်ကြီး၏ မျက်နှာတော်သည် ယုံကြည်ချက်၊ အင်အား၊ အေးငြိမ်းမှု တို့နှင့်လည်း လွှမ်းခြုံလျက်ရှိပေသည်။ မြန်မာလူမျိုးတို့သည် များသောအားဖြင့် မျက်နှာဝိုင်းစက် ပြည့်ဖြိုးလေ့ရှိကြသော်လည်း ကျွန်တော်ဖူးတွေ့ခဲ့ရသမျှ သက်ကြီး ဝါကြီး သံဃာတော်တို့၏ မျက်နှာတော်များမှာ တရားအလုပ် အားထုတ်ရခြင်းကြောင့် သွယ်သွယ်လျလျ ဖြစ်နေလေ့ရှိကြပါ၏။

ဤအချက်ကလည်း ဆရာတော်ကြီးများအား ပရိသတ်မိုလ်ပုံအလယ်တွင် ပို၍ ထင်ရှားပေါ်လွင်နေစေပါသည်၊ သံဃာတော်များထဲမှများစွာသည် ဥပဓိရုပ်အထူးတလည် ကောင်းမွန်၍ ကြည်ညိုဖွယ် ဖြစ်သည်။

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရား၏ သက်တော် မည်မျှရှိမည်ကို ကျွန်တော် မသိပေ၊ မျက်နှာတော်ပေါ်တွင် အသားအရေများ တွန့်ရှုံ့နေခြင်းကင်းလေသည်၊ ကျွန်တော့်အတွက်မှာမူ ဆရာတော်၏ စာနာမှုနှင့် အေးငြိမ်းတည်ငြိမ်မှုတို့ကို မပျက်ပြယ်စတမ်း စွဲမှတ်နေမည်ဖြစ်၏၊ ဆရာတော်၏ ဩဇာတိက္ကမ ကျွန်တော့်အား လွှမ်းခြုံသွားသည်ဆိုရာ၌ အဖွဲ့အစည်းကြီးတစ်ခု၏ အကြီးအကဲဟူသည့် အရှိန်အဝါက မဟုတ်မူဘဲ ပုဂ္ဂိုလ်အရသာဖြစ်ပါသည်။

ရုပ်နှင့် စိတ်တို့၏ အကြား၌ ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသော ပဋိပက္ခတရား၏ သားကောင်အဖြစ်မှ လွတ်မြောက်ကြသည့်အပြင် တရား၏ အရိပ်အာဝါသကို

http://www.dhammadownload.com

ခိုလှုံနိုင်ခြင်း၊ မိမိလျှောက်လှမ်းနေသော လမ်းသည် မိမိတို့အား ကိလေသာနှင့် တဏှာတို့မှ ကင်းပြတ်စေလျက် နောက်ဆုံးသော ခရီးပန်းတိုင်ဖြစ်သည့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာတိုင်အောင် ပို့ဆောင်ပေးလိမ့်မည်ဟု အခိုင်အမာ စွဲမြဲယုံကြည်ခြင်းများကြောင့် ခပ်သိမ်းကုန်သော ဆရာတော်တို့သည် သိသိသာသာ ဣန္ဒြေ သိက္ခာနှင့် ပြည့်စုံမြင့်မြတ်နေကြပေသည်။

စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းလှသော အချက်များအား အကျိုးသက်ရောက်ဖြစ်ပေါ်လာစေသည့် မေးခွန်းများကို ဤသို့ ပထမဆုံးအကြိမ် တွေ့ဆုံစဉ်၌ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားအား ကျွန်တော် မေးလျှောက်ခြင်းမပြုသေးပေ၊ ဤနေ့၌ ဆရာတော်သည် ကျွန်တော့်အား ပဏာမသဘောမျှသာ လက်ခံတွေ့ဆုံခြင်းဖြစ်၏၊ ဆေးရုံမှ ဆင်းလာလာချင်း ယင်းကဲ့သို့ ဖူးတွေ့ခွင့်ရသောကြောင့် ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ဖော်မပြနိုင်အောင် အားရကျေနပ်ခြင်း ဖြစ်နေမိပါသည်။

ရွှေစေတီ ဆရာတော့်ထံမှ တာဝန်ပြန်လည်လွှဲပြောင်းယူပြီးဖြစ်ရာ နောက်နေ့များ၌ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရား၏ ကျောင်းမှာပင် ဆရာတော်ကို တွေ့ဆုံဖူးမြော်ခွင့်ရပါသည်၊ ရွှေစေတီဆရာတော်သည်လည်း မန္တလေးသို့ မပြန်သေးဘဲ ရိပ်သာ၌ပင်သီတင်းသုံးလျက် ကျွန်တော့်အား အဓိကတရားပြသူအဖြစ် ဆက်လက်တာဝန်ယူပါသည်။

ရွှေစေတီ ဆရာတော်အား ဖူးတွေ့လျှောက်ထား မေးမြန်းရသည်များမှာ စိတ်ကြည်နူးပျော်ရွှင်စရာ ကောင်းလှသော်လည်း ခြုံငုံ၍ ဖော်ပြရသော် ရွှေစေတီဆရာတော်သည် ကျွန်တော့်မေးခွန်းများကို ဖြေကြားရာ၌ ပိုမို၍ မဝံ့မရဲ မပြတ်မသား ဖြစ်သည်ဟူ၍ ဆိုရမည်ဖြစ်ပါသည်၊ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားမှာမူ ပိုမို၍ အတွေ့အကြုံများခြင်း၊ အနောက်နိုင်ငံသားတို့၏ ထူးခြားသော စိတ်နေစိတ်ထားကို ရိပ်စားနားလည်ခြင်းများကြောင့် မေးခွန်းများများကို ဖြေကြားရာ၌ သာလွန်ပြည့်စုံသည့်အပြင် ပိုမို၍ ကျေနပ်လက်ခံနိုင်စရာလည်း

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းပေသည်။

ကျွန်တော့်ဘဝသည် နေ့စဉ် နေ့တိုင်းအပြောင်းအလဲမရှိဘဲ လမ်းလျှောက်လိုက်, ထိုင်လိုက်, လမ်းလျှောက်လိုက်ဖြင့်သာ အချိန်ကုန်လွန်လျက် ရှိသည့် အလျောက် အပြင်အပလောကသည် ကျွန်တော့်သိစိတ်နှင့် တဖြည်းဖြည်း ကင်းကွာမှုန်ဝါး သွားတော့၏၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်မှုကို ရှေ့တစ်ဆင့်ပြီးမှ တစ်ဆင့်တက်ရသည်မှာ အခြားကြောင့် မဟုတ်ပါချေ၊ ယောဂီ၏လောကကို ကျဉ်းမြောင်းသွားစေခြင်း၊ သတ်မှတ်ထားသော လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း၌သာ ယောဂီအား တည်ရှိနေစေခြင်း စသည့်အချက်တို့ကို ပြီးမြောက်အောင် လုပ်ဆောင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ဤအကြောင်းအရာကို လာမည့်အခန်းများတွင် ဆက်လက်ဆွေးနွေးပါမည်။

ရိပ်သာ၏ အပြင်အပရှိ လောကနှင့်တကွ ကျွန်တော်၏ ပရိယေသန လုပ်ငန်းတို့သည် ဝေး၍ဝေး၍သွားကာ ဝိုးတဝါး ဖြစ်သွားကြသည်နှင့်အမျှ ရိပ်သာဝန်းကျင်ရှိ နေ့စဉ်လှုပ်ရှားမှုများ ပိုမိုပီသကာ အရေးပါအရာရောက်လာလေသည်၊ ရိပ်သာ၌ တရားစခန်း ဝင်ခဲ့ရပုံတို့သည် ကျွန်တော်၏ အမှတ်သညာ၌ စွဲနေမည်လည်းဖြစ်ပါသည်၊ တရားအားမထုတ်မီက တွေ့ကြုံခဲ့ရသည့် ကိစ္စများနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ တရားအားထုတ်ပြီးနောက် တွေ့ကြုံရသော ကိစ္စများနှင့်သော်လည်းကောင်း နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လိုက်မည် ဆိုပါက (ယင်းတို့က သာလွန်အရေးကြီးသည် မှန်သော်လည်း) တရားအားထုတ်ခဲ့ရပုံ အတွေ့အကြုံများကသာလျှင် ထိုမည်သော ကိစ္စများထက် ကျွန်တော်၏ စိတ်သန္တာန်၌ အတိုင်းမသိထင်ရှားပီပြင်နေပါသည်။

စိတ်သန္တာန်၌ စွဲမြဲမှတ်ထင်နေခြင်းရှိ မရှိ ဆိုသည်မှာ ကိစ္စကြီးမှုသေးမှုနှင့် မသက်ဆိုင်ပါချေ၊ အာရုံစူးစိုက်မှုအတိုင်းအတာကသာ အဆုံးအဖြတ်ပေးပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်သာ၌ တရားအားထုတ်ခဲ့ရသည့် အတွေ့အကြုံတို့ကို ယခုပြန်လှန်သုံးသပ်ကြည့်လိုက်သောအခါ ပြင်ပလောကနှင့် အဆက်ပြတ်လျက် အထီးကျန်ဖြစ်နေသည့်သဘောကို တွေ့ရပါသည်၊ ဥပမာပြရမည်ဆိုပါက လူတစ်ယောက်သည် ရောဂါပိုးမွှားစသည်တို့ကို တင်ထားသော မှန်ချပ်အား အနီးကြည့်မှန်ဘီလူးဖြင့် စူးစိုက်လေ့လာနေရသကဲ့သို့ ဖြစ်ပါသည်၊ သို့မဟုတ်–မိုးကောင်းကင်ကို အဝေးကြည့်မှန်ပြောင်းဖြင့် စိတ်ဝင်စားစွာ ကြည့်နေသူနှင့်လည်း တူပါသည်။

ဤဥပမာ နှစ်ရပ်လုံး၌ တည်ငြိမ်စူးစိုက်နေနိုင်လောက်သည့် စိတ်ဝင်စားမှုရှိနေပါသည်၊ ထို့အတူ ရုပ်သာ၌ တရားအားထုတ်ရာတွင်လည်း မိမိစိတ်ဝင်စားရမည့် လောကကို ကျဉ်းထားသည်ဖြစ်ရာ သတ်မှတ်ထားအပ်သည့် အကြောင်းအရာတစ်ရပ်အပေါ်၌ သတိကို အဆက်မပြတ် ထားရှိနိုင်ပေသည်၊ သို့သော်–ကြိုးစားအားထုတ်မှသာ တဖြည်းဖြည်းဖြစ်လာနိုင်သည့် ကိစ္စတစ်ရပ်သာဖြစ်လေသည်။

ထိုကဲ့သို့ တရားအလုပ်၌ အာရုံစူးစိုက်မိပြီ ဆိုပြန်တော့လည်း အကြောင်းအားလျော်စွာ အပြင်လောကနှင့် ပြန်လည်ပတ်သက်ရသော ကိစ္စတစ်ခုခုပေါ်လာလျှင်ပင် စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရပြန်ပေသည်၊ တရားအားထုတ်၍ တတိယပတ်ထဲ အရောက်၌ စက်ာပူမှ ရောက်လာခဲ့သော သံကြိုးစာကို ပြန်ကြားရန်အတွက် ရန်ကုန်မြို့ရှိ ဩစတြေးလျသံရုံးသို့ စကားပြောကြေးနန်းဆက်ရတော့၏။

သံကြိုးစာနှင့် ပတ်သက်၍ စဉ်းစားရခြင်း၊ စကားပြောကြေးနန်းဆက်ရန်စီစဉ်ရခြင်းတို့သည် ကျွန်တော်အား အသားကျနေပြီဖြစ်သော ပတ်ဝန်းကျင်ထဲမှ ဆွဲထုတ်လိုက်သည့်ပမာ အတော်အရှိန်ပျက်သွားစေပါသည်၊ ထို့အပြင် ရေတပ်စစ်သံမှူးထံသို့ စကားပြောခွက်ဖြင့် ဆက်သွယ်ညွှန်ကြားနေရသည်မှာလည်း စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ် ကိစ္စတစ်ရပ်ကို ဆောင်ရွက်နေရသလို ဖြစ်နေပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ကိစ္စပြီးစီး၍ ကျွန်တော့်အခန်းသို့ ပြန်သွားရသည်တွင်မူ စိတ်ထဲ၌ ပေါ့သွားသည့်အလား ခံစားရပါသည်၊ ကျွန်တော်နှင့်ပတ်သက်သည့် ရုပ်လောကသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းများ၊ ရဟန်းသံဃာတော်များ၊ ကျိုးကန်းများ၊ ခွေးများ၊ အပူရှိန်၊ ခြင်ကောင်များနှင့် ကျွန်တော့်အခန်းကလေးသာ ဖြစ်တော့သည့်အလား ကျဉ်းမြောင်းလျက်ရှိပါ၏၊

ဤမည်သော အရာအားလုံးတို့အပေါ် ကျင့်သားရကာ ယင်းတို့အား အေးငြိမ်းတည်ငြိမ်စွာ လက်ခံနှလုံးသွင်းလာနိုင်အောင်လည်း ကြိုးပမ်းပြုမူခဲ့ပြီးပြီ မဟုတ်ပါလော၊ အနှောင့်အယှက်တည်းဟူသော လှိုင်းတံပိုးသည်လည်း ရုတ်တရက် ပြန်လည်ငြိမ်သက်ခြင်း မရှိချေ၊ အချိန်အတန်ကုန်လွန်သွားသော အခါမှသာ ပြန်၍ ငြိမ်သက်သွားပါ၏။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၅)

သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်

သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်သည် လွယ်ကူ၍ သဘာဝယုတ္တိနှင့် ပြည့်စုံရကား လက်တွေ့စမ်းသပ်အားထုတ်ကြည့်မည်ဆိုပါက အနောက်နိုင်ငံသားများ နှစ်သက်လက်ခံနိုင်ကြလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် အသေအချာဆိုဝံ့ပါသည်၊ ဤသို့ ပြောလိုက်ရသည်မှာ အကြောင်းမဲ့မဟုတ်၊ ကျွန်တော့်တွင် အကြောင်းပြချက် ခိုင်ခိုင်မာမာ ရှိနေပါသည်။

အဘယ့်ကြောင့်နည်းဟူမူ အကြောင်းအရာတစ်ရပ်နှင့် တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသောအခါ၌ စနစ်တကျ ဂရုတစိုက် စေ့စေ့စပ်စပ် စူးစမ်းစိတ်ဖြာကြည့်ပြီးမှ လေ့လာကြည့်ပြီးမှ ယုံလေ့ယုံထရှိသည်မှာ အနောက်နိုင်ငံသားတို့၏ ပကတိစိတ်နေ သဘာဝပင်ဖြစ်၏၊ ရမ်း၍ လက်ခံယုံကြည်ခြင်းမပြုလိုကြ။

ထို့ကြောင့် သဘာဝကျလှသော သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ်သည် ထိုသို့

http://www.dhammadownload.com

လက်တွေ့ကျသူတို့နှင့် အလွန်အံကိုက်ကြောင်း ဖော်ပြခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ သတိပဋ္ဌာန် ပွားများပုံ ပွားများနည်းများကို ဤအခန်းတွင် တင်ပြရှင်းလင်းရမည်ဖြစ်ပါသည်၊ သို့သော် ရှင်းလင်းပြောပြသည်ကို ဖတ်ရှုရုံမျှနှင့်တော့ ကိစ္စပြီးမြောက်နိုင်မည်မဟုတ်ပေ။

"လာပါ၊ စမ်းကြည့်စမ်းပါ၊ ကျင့်ကြည့်စမ်းပါ၊ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ဒိဋ္ဌဓမ္မ တွေ့ကြုံခံစားရပါလိမ့်မယ်၊ ပထမမှာ မတွေ့ရင် သို့မဟုတ်-ရုတ်တရက် မတွေ့ရင်လည်း အားမလျော့နဲ့၊ ဖွဲကောင်းကောင်းနဲ့သာ ဆက်အားထုတ်၊ နောက်ဆုံးမှာ တွေ့ကြုံခံစားရမှာမုချ" ဟူသည့်တရားမျိုးဖြစ်ပါသည်။

ပြီးခဲ့သောအခန်းများ၌ ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ကျွန်တော်သည် သာသနာ့ ရိပ်သာသို့ မလာရောက်မီကတည်းက သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်အကြောင်း အနည်း အကျဉ်းမျှ ဖတ်ရှုခဲ့ဖူးပါသည်၊ များများစားစားပြည့်ပြည့်စုံစုံကားမဟုတ်ပေ၊ ကျွန်တော်သည် ရိပ်သာ၌ တွေ့ကြုံဖူးမြော်ရသမျှ တာဝန်ရှိသော ဆရာတော် များအား မနားမနေ လျှာရှည်ရှည်ဖြင့် မေးလျှောက်ခြင်းပြုခဲ့ရာ ယခုဖော်ပြ အံ့သော နည်းလမ်းများမှာ ထိုထိုသော ဆရာတော်တို့၏ ဖြေကြားချက်များကို ပေါင်းရုံးတင်ပြခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

ပထမ၌ ရွှေစေတီဆရာတော်သည် တရားအားထုတ်မှုနှင့် တိုက်ရိုက်ပတ် သက်ခြင်းမရှိသော မေးခွန်းများကို ဖြေကြားလိုခြင်းမရှိပေ၊ တရားအားထုတ်မှုနှင့် တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်သော သို့မဟုတ် တွေ့ကြုံရသည့် အခက်အခဲများအား ကျော်လွှန်နိုင်ရေးနှင့် ပတ်သက်သော မေးခွန်းများကိုသာ ဖြေကြားလိုသည့် သဘောရှိပါသည်။

သို့သော်-ယင်းသို့ မေးမြန်းသည်မှာ အထူးအဆန်းအဖြစ် အသားလွတ် မေးခြင်း မဟုတ်ကြောင်း၊ စစ်မှန်သောစိတ်ဆန္ဒဖြင့် ရိုးရိုးသားသားမေးမြန်းခြင်း ဖြစ်သည့်အပြင် မှန်မှန်ကန်ကန် သဘောပေါက်လာသောအခါတွင် ကျွန်တော် ၏ယုံကြည်ချက်မှာ ပိုမိုလေးနက်လာပြီး ပို၍လည်းကြိုးစားအားထုတ်လာမည်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်ကြောင်းတို့ကို သိမြင်လာသည့်အလျောက် မကြာမီအတွင်း၌ လိုက်လိုက် လျောလျော ဖြစ်လာပါသည်။

စင်စစ်အားဖြင့်တော့လည်း အတွေးအခေါ် အယူအဆပိုင်းဆိုင်ရာ အချက် အလက်များကို ဆွေးနွေးရန် ဝန်လေးသည်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ ထုံးစံ တစ်ရပ်ပင် ဖြစ်နေပေသည်၊ ဤအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ လာမည့်အခန်းများ တွင် ဆက်လက်တင်ပြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် ဝိပဿနာဉာဏ်ရရှိရန်တည်းဟူသော ရည်ရွယ် ချက်ဖြင့် သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်ကြခြင်းပင် ဖြစ်၏၊ စိတ်တည်ငြိမ် နေမှသာလျှင် ဉာဏ်အလင်းရနိုင်ပြီး ဗုဒ္ဓအယူဝါဒ၏ အခြေခံအချက်အဖြစ် တည်ရှိနေသော အကြောင်းတရားများကို နားလည်သိမြင်လာနိုင်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် ဆရာတော်တို့သည် တကယ်လက်တွေ့အားဖြင့် အားထုတ် မကြည့်ဘဲ ကောင်းစွာနားလည် သဘောပေါက်ခြင်းငှာ မဖြစ်နိုင်သော အချက် တို့ကို ပြောကြားရန် ဝန်လေးကြလေသည်၊ သို့သော် မည်သူမဆို သည်းခံ စိတ် အနည်းငယ်မျှမွေး၍ လုံ့လဝီရိယသင့်ရုံမျှ ထားရှိအားထုတ်ကြည့်မည်ဆို လျှင် မိမိကိုယ်တိုင် တွေ့ကြုံခံစားနိုင်ပေသည်။

ထို့အပြင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဤအတွေ့အကြုံတို့ကို အမျိုးမျိုးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က အမျိုးမျိုး အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူထားကြသည်လည်း ရှိ၏၊ ရှေ့ နောက် စကားစဉ်ကို မညှိဘဲနှင့်ဖြစ်စေ၊ မည်သို့ဆိုလိုကြောင်း အဓိပ္ပာယ်တိတိ ကျကျ ထုတ်ဖော်မပြနိုင်ဘဲနှင့်ဝေါဟာရစကားလုံးသစ်များ တီထွင်ဖန်တီးခြင်းဖြင့် ဖြစ်စေ ဤသို့ နက်နဲသည့် အယူအဆတို့ကို ရှင်းလင်းပြောပြရန်မှာ အခဲယဉ်း ဆုံးဖြစ်ပေသည်။

ဝိပဿနာတရားပွားများ အားထုတ်ကာ ပေါက်ရောက်လာသောအခါ တွင်သစ္စာတရားကို မိမိ၏ အတွေ့အကြုံအားဖြင့် သိမြင်သဘောပေါက်လာမည် ဖြစ်သည်၊ ဤသစ္စာတရားတို့ကို သိနားလည်မှသာလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို အခြေ

http://www.dhammadownload.com

အမြစ်ကျကျ သိရှိနိုင်ပေရာ ယင်းသစ္စာတရားကို အပိုင်သိအဖြစ် သဘောပေါက်ရန် အထူးလိုအပ်လှပေသည်။

ထိုအခါမှသာလျှင် သူပြောလူပြောဖြင့် ရမ်းယုံကြည်သည့် မျက်ကန်းယုံကြည်မှုမျိုးအဖြစ်မှ လွတ်ကင်းလျက် ဘာသာတရား၏ အနှစ်သာရကို ခံယူရရှိနိုင်မည်လည်းဖြစ်လေသည်။

ယင်းကဲ့သို့ ကျင့်ကြည့်ကာ ဒိဋ္ဌဓမ္မကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံခံစားရပြီးမှသာ လက်ခံယုံကြည်ခြင်းပြုရသည့် ဘာသာတရားမျိုးသည် ကျွန်တော်တို့ (ခရစ်ယာန် ဘာသာဝင်များ)အတွက်တော့ တမူထူးခြားနေပေသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ လက်ခံကိုးကွယ်ခြင်းဟူသည် ဒိဋ္ဌဓမ္မ ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံမှုပေါ်တွင်တည်၏၊ ယုံကြည်မှုပေါ်တွင် မတည်ချေ။

တပည့်ရဟန်းများနှင့်တကွ သက်ဝင်ယုံကြည်သူ အပေါင်းတို့အား သတိကို အမြဲမပြတ် စောင့်ကြပ်အားထုတ်သူ မုန်သမျှသည် သမုဒယနှင့် ဒုက္ခတို့ကို ပယ်သတ်လျက် သံသရာမှ လွတ်မြောက်နိုင်သည်ဟူ၍ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် သက်တော်ထင်ရှားရှိခဲ့သည့် ၄၅-နှစ်လုံးလုံး အဖန်တလဲလဲဟောကြား ဆုံးမခဲ့ပေသည်။

သတိကို အလစ်မပေးဘဲ အမြဲတစေ စောင့်ကြည့်ပုံကြည့်နည်း အဖုံဖုံတို့ကို ယခုမြန်မာပြည်တလွှား၌ နည်းပေး လမ်းပြလျက်ရှိသော (ဝါ)ဟောကြားပြသလျက်ရှိသော သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ထဲတွင် အကျဉ်းချုပ်၍ ဖော်ပြထားသည်၊ ပါဠိတော်များကို ပြန်လည်ကိုးကားလေ့လာကြည့်မည်ဆိုပါလျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများ အားထုတ်ပုံအားထုတ်နည်း အမျိုးမျိုးကို တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။

သို့သော်...ဤကျင့်စဉ်မှာမူ စိတ်နှလုံးတွင်းသို့ တိုက်ရိုက်ဦးတည်လျက် အဇ္ဈတ္တသန္တာန်၌ ကိန်းနေသော အညစ်အကြေးများကို စိတ်ဖြင့်ပင်ဆေးကြောသန့်စင်ပစ်ရန် ကြိုးပမ်းခြင်းပြုသည်၊ ချစ်ခြင်း၊ ကြင်နာခြင်းနှင့်ကိုယ်ကျိုးမငဲ့

http://www.dhammadownload.com

ကွက်မှုတို့ကို ဗဟိဒ္ဓသန္တာန်ဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၏ စိတ်အခြေခံနှင့် ဆက်စပ်ပေးခြင်း မပြုပေ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ သူ ငါ ယောက်ျား မိန်းမ စသည်ဖြင့် တည်ရှိမှုကို လက်မခံ၊ ဤအချက်ကို ဤနေရာတွင် သာမန်မျှ ဖော်ပြရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်၊ ယင်းအချက်သည် အခြားသော အတ္တဝါဒီများအနေဖြင့် နားလည်သဘောပေါက်ရန် အခက်ဆုံးသော အယူအဆတစ်ရပ်လည်းဖြစ်သည်၊ ဤအကြောင်းကို လာမည့်အခန်းများ၌ ဆက်လက် ဆွေးနွေးပါမည်။

ကျွန်တော်သည် သတိပဋ္ဌာန်တရားပွားများ အားထုတ်ကြည့်ရာ၌ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ရသည့်အထိ ရည်ရွယ်ချက် ထားရှိခြင်း မပြုနိုင်ခဲ့ပေ၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အချိန်များများ မပေးနိုင်၊ ကျွန်တော် အချိန်ပေးနိုင်သည့် ရက်ပိုင်းမျှလောက်နှင့် ထိုအဆင့်အထိ ပေါက်ရောက်နိုင်ဖွယ်မရှိ။

သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်သည် အနောက်နိုင်ငံသားတို့၏ စိတ်သဘာဝနှင့် သင့်လျော်ပါမည်လော၊ သာမန်လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် စိတ်ကို အမြဲစောင့်ကြည့်ခြင်း၊ ထို့ပြင် အချိန်ကြာမြင့်စွာ မပျံ့လွင့်အောင် ထိန်းထားခြင်းစသည်တို့ ဖြစ်နိုင်ပါမည်လော၊ ဤမေးခွန်းနှစ်ရပ်၏ အဖြေကိုမူ ကျွန်တော် ရချင်သည့်အပြင် ရရှိနိုင်လိမ့်မည်ဟုလည်း အမှန်ပင် မျှော်လင့်ခဲ့ပါ၏။

ဤမျှော်လင့်ချက် ရာနှုန်းပြည့် ပြည့်ဝ၍ လုံးဝဥဿုံလည်း ကျေနပ်ပါသည်၊ သတိပဋ္ဌာန်တရားသည် လွယ်ကူသည်၊ စိတ်ချရသည်၊ ယုတ္တိဗေဒနည်းလမ်းကျသည်၊ တစ်နည်းပြောရလျှင် အကျိုးအကြောင်း ဆက်စပ်မှုရှိသည်၊ မည်သူမဆို ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြည့်လျှင် ကျွန်တော် ပေါက်ရောက်ခဲ့သည့် နည်းအတိုင်း သတ်မှတ်ထားသည့် အဆင့်အထိ မပေါက်ရောက်နိုင်ရန် အကြောင်းမရှိဟူ၍ နောက်ဆုံး၌ ကျွန်တော် မှတ်ချက်ချလိုက်ပါသည်။

တရားအားထုတ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ပထမဆုံးတွေ့ကြုံရမည့် အရေး

http://www.dhammadownload.com

အကြီးဆုံးအချက်ကား စိတ်ပျံ့လွင့်မှုကို ထိန်းချုပ်ရန်ပင် ဖြစ်လေသည်၊ စိတ်ကို သတိဖြင့်ကပ်၍ ထိန်းသိမ်းရသည်မှာ လက်တွေ့၌ လွယ်လှသည်တော့ မဟုတ်ပေ၊ စိတ်ကို လွတ်ချင်တိုင်း လွတ်နေစေမည်ဆိုပါက သတိဖြင့် ကပ်ထားရန် မဖြစ်နိုင်။

ထို့ကြောင့် စိတ်ကို တစ်နည်းတစ်လမ်းအားဖြင့် ဘောင်ခတ်ပေးခြင်း ပြုရ၏၊ မှန်ပါသည်၊ အခြားသော အကြောင်းအရာအားလုံးကို မျက်ကွယ်ပြုလျက် တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းအရာ၌ လေးလေးနက်နက် စိတ်ဝင်စားနေခြင်းဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့က သိပင် မသိလိုက်ငြားသော်လည်း ကျွန်တော်တို့၏စိတ်သည် ဘောင်ခတ်ခံလိုက်ရခြင်းပင်ဖြစ်ပါ၏၊ သွားချင်တိုင်း သွားနေ၍မရအောင် စိတ်ကို နယ်မြေကန့်သတ်ကာ "ခြေချုပ်"လိုက်ခြင်းဟုလည်း ဆိုနိုင်ပါသည်။

စိတ်၏သဘောသည် ပျံ့ချင်တိုင်းပျံ့ လွင့်ချင်တိုင်းလွင့် နေလေ့ရှိပေရာ ယင်းသို့ မီးခိုးမဆုံး မိုးမဆုံး ပျံ့လွင့်နေခြင်းကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ အောင်အောင်မြင်မြင် ဘောင်ခတ် "ခြေချုပ်" ထားနိုင်လျှင် စိတ်ကို ဉာဏ်က သို့မဟုတ် သတိကနိုင်ပြီး အပေါ်စီးရပြီဖြစ်သည်။

သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ကို မှန်ကန်အောင်မြင်စွာ ရှုပွားနိုင်ရေးအတွက် အရေးကြီးဆုံး အချက်ကား အခြားမဟုတ်ပါချေ၊ သဘာဝအားဖြင့် ပျံ့လွင့်လေ့ရှိသော စိတ်ကို "ဟေ့...မင်းမပျံ့လွင့်နဲ့ကွ"ဟုအမိန့်ပေးလို့လည်း မရနိုင်ရကား တစ်ခုခုကို အဆက်မပြတ် အာရုံစူးစိုက်နေရမည်သာတည်း။

ဆရာတော်နှင့် ပထမဆုံးအကြိမ် တွေ့ဆုံစဉ်က ကျွန်တော် ရှုမှတ်ရန် အခြေခံတရားကျင့်စဉ်နှစ်မျိုး ပြဋ္ဌာန်းသတ်မှတ်ပေးခဲ့ရာ ထိုကဲ့သို့တရားအားထုတ် ရှုမှတ်ရသည်မှာ စိတ်ကို ဘောင်ခတ် "ခြေချုပ်"လိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အထက်တစ်နေရာတွင် တင်ပြပြီးဖြစ်သည့်အတိုင်း အရဏ်ဦး၌ စား

http://www.dhammadownload.com

သောက်ဆောင်သို့ လမ်းလျှောက်သွားရသည့် လက်ဖက်ရည်သောက် အသွား အပြန်ခရီးစဉ်သည် ကျွန်တော့်အတွက် စိတ်အာရုံညွတ်နူးချမ်းမြေ့စရာ ကောင်းလှသည်မှန်သော်လည်း တရားအလုပ် ပွားများအားထုတ်လာသောအခါတွင် ယင်းကဲ့သို့ ပျော်ရွှင်ခံစားမနေနိုင်တော့ဘဲ ခြေလှမ်းတို့၏ လှုပ်ရှားမှုကိုသာ ရှုမှတ်ရပါတော့၏၊ မကြာမီ အချိန်အတွင်း၌ကား လမ်းလျှောက်သည်ကို မှတ်နေရုံဖြင့် မပြီးတော့၊ အစားအစာ စားသောက်သောအခါ၌ပါ အသေးစိတ် ရှုမှတ်ရသည့်အထိ တရားအားထုတ်မှုအဆင့်အတန်း မြင့်မားကျယ်ပြန့်လာ၏။

ထမင်း သို့မဟုတ် အခြားသော အစားအစာ တစ်ခုခုကို ပါးစပ်သို့ သယ်ဆောင်သွားရာ၌ လက်ချောင်းများနှင့်တကွ လက်မောင်းများ ရွေ့လျားသွားရာနောက်သို့ စိတ်သည် ထက်ကြပ်မကွာ လိုက်ပါသွားရမည်ဖြစ်သည်၊ ထမင်းစသော အစားအစာတို့ကို ဝါးပုံ၊ မျိုချပုံ၊ ဟင်းရည်စသည်တို့ကို သောက်ပုံတို့ကိုလည်း ရှုမှတ်ရမည်ဖြစ်သည်။

ထမင်းပွဲ၌ စထိုင်လိုက်သည်မှစ၍ နောက်ဆုံး လက်ဆေးပြီး လက်သုတ်ပုဝါဖြင့် လက်သုတ်သည့်အချိန်အထိ ဆက်တိုက်ပြုမူလှုပ်ရှားမှုမှန်သမျှကို အစဉ်တစိုက် မလွတ်တမ်း ရှုမှတ်နိုင်ရန် လိုအပ်လှပေသည်၊ အသေးစိတ်မှတ်နိုင်လေ စိတ်ကို မပျံ့လွင့်အောင် ထိန်းထားရာ၌ ပိုမိုလွယ်ကူလေ ဖြစ်၏၊ မည်သို့ အသေးစိတ် မှတ်ရမည်နည်း၊ ဥပမာ–ချိုချဉ်စပ်ငန်စသည့် အရသာကို သတိပြုမိခြင်း၊ ရေအေးကို သောက်လိုက်သောအခါ၌ ပါးစပ်ထဲ၌ အေးသည့်အထိအတွေ့ ပေါ်လာသည်ကို သိခြင်း၊ ဝါးလိုက်သောအခါတွင် ပါးစပ်ထဲရှိ ထမင်းဟင်းတို့ ပေါင်းစပ်သွားခြင်း စသည်တို့ကို အသေးစိတ် ရှုမှတ်သင့်၏။

ရုတ်တရက်ဆိုသော် ဤမျှ အသေးစိတ် အနုစိတ် လျှောက်မှတ်နေရသည်မှာ အထူးတလည် ခက်ခဲလိမ့်မည်ဟု ထင်ဖွယ်ရှိပေသည်၊ သို့သော် လက်တွေ့ အားထုတ်ကြည့်သောအခါ ထင်သလောက် မခက်ကြောင်း တွေ့ရမည် ဖြစ်သည်၊ အရေးအကြီးဆုံး အချက်မှာ "ဘာ မဟုတ်သည့် အသေး

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကလေးတွေ”ဟု အထင်ရောက်တတ်သည့်သဘော၊ သို့မဟုတ် အကွက် စိပ်စိပ် ရှုမှတ်ခြင်း မပြုလုပ်လိုသည့် မိမိ၏ စိတ်ဓာတ်ကို ပယ်ရှားမောင်းထုတ် ပစ်ရန်သာဖြစ်ပါသတည်း။

နောက်တစ်ဆင့်တက်သော် နံနက်အိပ်ရာမှ နိုးလာပုံ၊ မျက်နှာသစ် ရေချိုး ပုံစသည် စသည်တို့မှ အစပြုလျက် နောက်ဆုံး ညအချိန် ကျရောက်ကာ အိပ်ချိန်တန်၍ အိပ်ရာဝင်ပုံအထိ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုမှန်သမျှကို မပျက်မကွက် အသေး စိတ် ရှုမှတ်ရန် လိုအပ်ပေသည်။

ကျွန်တော်သည် နံနက် အိပ်ရာမှနိုး၍ သိစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် “နိုးတယ်၊ နိုးတယ်”ဟု ရှုမှတ်သည့်အကျင့် မကြာမီဖြစ်ပေါ်လာ တော့၏၊ ထို့နောက် တစ်ဆက်တည်း၌ ထိသိစိတ်၊ ကြားသိစိတ် စသည့် ပေါ်လာသမျှ အာရုံတို့ကို မှတ်သားသည်။

ထို့နောက်တွင်တော့ လဲလျောင်းနေရာမှ အိပ်ရာပေါ်၌ ထိုင်လိုက်ရာ ဤအပြုအမူကို ဆက်လက်ရှုမှတ်သည်၊ ပြီးတော့ ပထမခြေထောက်တစ်ဖက် ကို ဆန့်တန်းလိုက်ပုံ၊ ယင်းနောက် ဒုတိယခြေတစ်ဖက်ကို ဆန့်တန်းလိုက်ပုံ၊ အိပ်ရာအပြင်သို့ထွက်လိုက်ပုံ၊ ကြမ်းပေါ်ဝယ် ခြေချကာ မတ်တတ်ရပ်လိုက်ပုံ အစရှိသော ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတို့ကို ဆက်လက် ရှုမှတ်ပါသည်။

ထို့နောက်တွင်ကား ရေချိုးရာ၌ ပြုမူလှုပ်ရှားပုံများကို မှတ်ရပြန်ပါသည်၊ လက်ကို ဆန့်တန်း၍ ရေပန်းပိုက်ခေါင်းကိုဖွင့်ပုံ၊ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ ရေပေါက် များ ကျရောက်လာသဖြင့် တွေ့ထိခံစားရပုံ၊ ဆပ်ပြာတိုက်ပြီး ဆက်လက် ရေချိုးပုံ၊ ကိုယ်ကို ခြောက်သွေ့အောင် သုတ်ပုံ၊ ထို့နောက် အခန်းတံခါး ပေါက်သို့ ပြန်ရောက်သည့်အထိ “ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်”ဟူ၍ ရှုမှတ်လျက် အခန်းသို့ပြန်ပုံ၊ အခန်းထဲသို့ ဝင်ရောက်ရန် လက်ဆန့်တန်း၍ တံခါးဖွင့်ပုံ၊ ချိုးကွေ့ တွန်းဖွင့်ဝင်လိုက်ပုံစသည်တို့ကို အားလုံးရှုမှတ်ရန် လိုအပ်ပေသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဤသို့ဖြင့် စိတ်သည် ခဏတဖြုတ်စာမျှပင် မအားလပ်နိုင်အောင် အလုပ်များနေကြောင်းကို အလွယ်တကူ သဘောပေါက်နိုင်ပါ၏၊ ကိုယ်ကာယနှင့် ပတ်သက်သည့် အပြုအမူအားလုံးအပေါ်ဝယ် သတိကို ကပ်ထားရမည်မှာ ဖောင်းခြင်း, ပိန်ခြင်းစသည့် မိမိအခြေခံယူထားသည့် တရားကို အားထုတ်ခြင်း မပြုသည့်အချိန်တိုင်း၌ ဖြစ်သည်၊ ထိုင်၍တရားအားထုတ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် စင်္ကြံလျှောက်၍ အားထုတ်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နေခိုက်မှသာ ယင်းသို့ အပြုအမူမှန်သမျှတို့အား ရှုမှတ်နေမှုကို ရပ်ဆိုင်းထားရမည် ဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့်လည်း စိတ်သည် အပြင်အပ လောကသို့ ပျံ့လွင့်သွားရန် အခွင့်အရေး မရှိသလောက်ပင်၊ မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်၌သာ သက်ရောက်နေခွင့် ရှိပါ၏။

စိတ်မပျံ့လွင့်အောင် ပထမဆုံးသော အဆင့်အဖြစ် ကြိုးစားခြင်းပြုရသည့် အချက်တို့သည်ပင်လျှင် ထူးခြားထိရောက်လှပေ၏၊ စိတ်သည် အချိန်ရှိသမျှ စက္ကန့်နှင့် မိနစ်နှင့်အမျှ အားလပ်နေသည်ဟူ၍ မရှိပေ၊ အမြဲတစေ မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်၌ဖြစ်စေ၊ ယင်းအား လာရောက် တိုက်တွေ့သောအရာတို့ပေါ်၌ ဖြစ်စေ အလုပ်များနေရ၏။

ခန္ဓာ၏အစိတ်အပိုင်းတို့ လှုပ်ရှားလှုပ်ရှိကြသည်ဖြစ်ရာ ထိုအခြင်းအရာတို့ကို မှတ်သားခြင်းမပြုဘဲ တစ်နေ့တာ၏ အချိန်ပိုင်းကလေး တစ်ပိုင်းကိုမျှ ကုန်လွန်သွားစေခြင်းမရှိရပေ၊ ချောင်းဆိုးသည့်အခါ၊ ခြင်စသည့် ပိုးမွှား တစ်ကောင်ကောင်ကိုက်သဖြင့် ကုတ်သည့်အခါ၊ နှပ်ညှစ်သည့်အခါ (နှပ်ညှစ်သည်ကို ရှုမှတ်ရသည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် ဗွေဆော်ဦးသင်ခန်းစာ ဖြစ်လာပါတော့သည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အအေးမိသွားဟန်တူပြီး ရန်ကုန်ရောက်ကတည်းက နှာစေးနေပါသည်။) များကိုပင် အလွတ်မပေးရ၊ ယင်းတို့သည် တစ်နေ့တာလုံး ရှုပွားရမည့် ကမ္မဋ္ဌာန်း တရား၏ အစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်နေစေရမည်။

http://www.dhammadownload.com

အိပ်ရာမှ "နိုးတယ်...နိုးတယ်" ဟူသော အသိစိတ်ဖြင့် စတင်လိုက်သော တစ်နေ့တာအချိန်သည် "လဲလျောင်းတယ်၊ ထိတယ်"ဖြင့် အဆုံးသတ်သွားသည့်တိုင် တစိုက်မတ်မတ် ရှုမှတ်နေရန် လိုအပ်၏၊ စင်စစ်၌ ဤမျှသာ မဟုတ်သေး၊ ထိုသို့ လဲလျောင်းနေစဉ် ခန္ဓာနှင့်အိပ်ရာ ထိတွေ့နေပုံကိုလည်း မပြတ်မလပ် မှတ်နေရမည်မှာ နောက်ဆုံးပိတ်၌ အိပ်ပျော်ခြင်းက မိမိအား ဖမ်းဆီးစိုးမိုးသွားသည့်တိုင်အောင်တည်း။

အထက်ပါအတိုင်း တစ်ရံမလပ် ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ပြီဆိုပါက သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၏ ညွှန်းဆိုချက်အတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်း အားထုတ်နိုင်ပြီဟု ဆိုနိုင်၏၊ သတိပဋ္ဌာန် ပွားသောအခါ၌ ယောဂီသည် မိမိနှင့် တိုက်ရိုက် ပတ်သက်နေသော အကြောင်းခြင်းရာတို့ကိုသာ ရှုပွားရသည်ဖြစ်ရာ အောင်အောင်မြင်မြင် လွယ်လွယ်ကူကူ ပွားများ အားထုတ်နိုင်ရန် လွန်စွာ နီးစပ်၏။

စဉ်းစားရာ၌ အလေ့အကျင့်သစ်တစ်ရပ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာသည့် နည်းတူ စင်္ကြံလျှောက်ကာဖြင့်လည်းကောင်း၊ ထိုင်ကာဖြင့် လည်းကောင်း၊ တစ်နေ့လုံး အဆက်မပြတ် အားထုတ်လာနိုင်မည်ဖြစ်သည်၊ လမ်းလျှောက်ကျင့်ခြင်း၊ ထိုင်ကျင့်ခြင်း စသည်တို့ တစ်ခုမှတစ်ခုသို့ ပြောင်းလဲစဉ်၌သာ အချိန်အား ကလေး အနည်းငယ်ရလေသည်၊ ယင်းအချိန်ပိုင်းကလေးများအတွင်း၌ နာမ် တရားစုဖြစ်သည့် စိတ်ကူးစိတ်သန်းများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပေသည်။

အကယ်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်ကူးတို့သည် တရားအားထုတ်မှုအတွက် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်လာလျှင် ဣရိယာပုထ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်း သတိသမ္ပဇဉ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်း စသည့် သွားလာလှုပ်ရှားမှု၊ ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှုတို့အား ရှုမှတ်မှုများကို ခေတ္တခဏဖယ်၍ မိမိ၏ စိတ်ကို တစ်ပြောင်းတလဲ ဆင်ခြင်ရှုမှတ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်၊ စိတ်ကိုရှုမှတ်ပုံမှာလည်း ကာယကို ရှုမှတ်ပုံတင် မှုသဘောအရ ထူးခြားခြင်း မရှိလှရကား အကျယ်ချဲ့ထွင် ရေးသားတင်ပြနေမည် ဆိုပါက ကျမ်းလေးရုံသာရှိပေလိမ့်မည်။

http://www.dhammadownload.com

အသေးစိတ်ဖော်ပြနေခြင်း မပြုတော့ဘဲ သဘောလောက်သာ တင်ပြပါမည်။

မိမိ၏ အဇ္ဈတ္တသန္တာန်၌ စိတ်ဓာတ်တက်ကြွခြင်း သို့မဟုတ် စိတ်ဓာတ်ကျအားငယ်ခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် "စိတ်ဓာတ် တက်ကြွတယ်၊ စိတ်ဓာတ်တက်ကြွတယ်"ဟူ၍ဖြစ်စေ၊ "စိတ်ဓာတ်ကျ အားငယ်တယ်၊ စိတ်ဓာတ်ကျအားငယ်တယ်"ဟူ၍ဖြစ်စေ ရင်တွင်းခံစားချက်နှင့်အညီ စိတ်ဖြင့် ရွတ်ဆို၍မှတ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ တစ်အောင့်တစ်ဖြုတ် ရှုမှတ်လိုက်သည်၏ အခြားမဲ့၌ ရင်တွင်းခံစား ချက်တို့သည် မိမိ၏ပင်ရင်းဖြစ်သော ကာယာနုပဿနာ ပွားများမှုတို့ကို အနှောင့်အယှက် မပေးနိုင်တော့ဘဲ ပျောက်ပြယ် လွင့်စင်သွားကြမည်မှာ သေချာပါ၏။ "သတိ"ဆိုသော ဝေါဟာရ၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်သည်ပင်လျှင် ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးတို့၌ ဖြစ်ပေါ်လာသမျှသော လှုပ်ရှားပျံ့လွင့်မှုတို့ကို ဂရုတစိုက် စောင့်ကြည့်မှတ်သားခြင်းဟု ညွှန်းဆိုဖော်ပြသည်။

သတိပြဋ္ဌာန်းမှု အလျဉ်မပြတ် တိုးတက်လာသည်နှင့်အညီ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း မှတ်သားစောင့်ကြည့်သူအဖြစ် ဆထက်ထမ်းပိုး ရင့်ကျက်လာမည်သာတည်း။

ဤအဆင့်သို့ ဆိုက်ရောက်လာသည့်ရှိသော် စိတ်သည် လွတ်ထွက်ပျံ့လွင့်ရန် အလျှဉ်းကြိုးပမ်းခြင်း မပြုတော့ဟု မဆိုနိုင်လင့်ကစား၊ ပျံ့လွင့်ချင်သည့်သဘောမှာမူ သိသိသာသာ လျော့နည်းသွားပြီဖြစ်၏၊ အကယ်၍ပျံ့လွင့်မှုဖြစ်ပေါ်လာလျှင်လည်း လွတ်သွားသည့်စိတ်ကို အလွယ်တကူပြန်လည် ထိန်းသိမ်းခေါ်ယူနိုင်ပါ၏။

စိတ်ပျံ့လွင့်ရန် ခွင်ကျဉ်းမြောင်းသွားသည့် အားလျော်စွာ အနှောင့်အယှက်များလည်း လျော့နည်းသွားလေသည်၊ စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင်ထားရသည့်တာဝန်သည် အထူးသဖြင့် ထိုင်၍ တရားအားထုတ်သောအခါ၌ မသေးလှချေ၊

http://www.dhammadownload.com

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုင်နေစဉ်၌ ခေါင်း, ကိုယ်, ခြေ, လက်စသည့် ကိုယ်ကာယလှုပ်ရှားမှု လုံးဝရပ်ဆိုင်းနေသည်ဟူ၍ မဆိုနိုင်စေကာမူ လှုပ်ရှားမှု အနည်းဆုံးသော အခြေအနေတွင်ရှိနေသည်ကတော့ သေချာသည်။

အသက်ရှူသောအခါ၌ ဖြစ်ပေါ်သည့် လှုပ်ရှားမှုကလေးကို စိတ်ကလိုက်၍ ရှုမှတ်၏၊ ယင်းသို့ရှုမှတ်ခံနေရကြောင်း သိသွားသည့်အလျောက် ထွက်သက် ဝင်သက်သည် ပိုမို၍ သိမ်မွေ့သည်ထက် သိမ်မွေ့သွားလေ့ရှိ၏၊ ထွက်သက် ဝင်သက် တဖြည်းဖြည်း နူးညံ့သိမ်မွေ့လာသည့် အကြောင်းကြောင့် ယင်းကို မှီ၍ ဖြစ်ပေါ်သော လှုပ်ရှားမှုသည်လည်း သိမ်မွေ့နူးညံ့လာပြန်ပါ၏။

တစ်ဆက်တည်း၌ အထက်ပါ အချင်းအရာတို့ကို သိမှတ်နေသည့်စိတ် သည်လည်း အလွန်သိမ်မွေ့ညင်သာသည်ထက် ပို၍ပို၍ ညင်သာလာတော့ သည်၊ မူလရှိရင်းစွဲ စိတ်အားထုတ်ရမှုကို အပုံများစွာပုံလိုက်လျှင် တစ်ပုံမျှ လောက်ကို အသုံးပြုရှုမှတ်နေရုံနှင့်ပင် ကိစ္စပြီးအလုပ်ဖြစ်လာ၏။

နောက်ဆုံး၌ စိတ်သည် ထိုသို့ဤသို့ လှုပ်ရှားပျံ့လွင့်ခြင်း မရှိတော့ဘဲ ဟန်ချက်မိလာ၏၊ တိမ်းလိုက် စောင်းလိုက် ယိမ်းလိုက် နွဲ့လိုက် မဖြစ်တော့၊ ထိုအဆင့်ကို ရောက်သည်ရှိသော် သိဝ်ပင်ပန်းကြီးစွာ ကြိုးစားရသည်လည်း မဟုတ်တော့၊ ထိုအချိန်သည် ဝိပဿနာဉာဏ်ကို မျက်မှောက်ပြုအံ့သော အချိန်ပင်ဖြစ်ပါတော့သတည်း။

သို့သော်–စိတ်ဟူသည် မှန်းဆ၍မရအောင် လှည့်စားတတ်သည့် သဘော ရှိနေရကား ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားအားထုတ်မှုများ လျော့နည်းသွားသည်ကို အခွင့်ကောင်းယူပြန်လည်း စိုးမိုး မင်းမူရန် ကြိုးပမ်းတတ်သည်ကို သတိချပ်သင့် လှပါ၏၊ တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့ စိတ်သည် ဆက်လက် ကွေ့ကောက် လှည့်ပတ် တတ်ပြီး စိတ်ဝင်စားစရာ အာရုံတစ်ခုခုပေါ်သို့ ကျရောက်နေတတ်ပေရာ ပြန်လည်၍ ခေါ်ယူသိမ်းသွင်းရလေ့ရှိသည်။

ဥပမာဆောင်ရလျှင် နံနက်၌ သင်သည် တရားအားထုတ်နေယင်း

http://www.dhammadownload.com

အောင်မြင်တော့မလို၊ ခရီးပန်းတိုင် လှမ်းကိုင်နိုင်တော့မလို ခံစားရသော်လည်း နေ့လယ်စောင်း တရားအားထုတ်စဉ်တွင်ကား ခရီးလမ်းပျောက်နေသလို၊ ပန်းတိုင်ကို လှမ်းမျှော်ကြည့်လို့မှ ရေးရေးကလေးမျှပင် တွေ့မြင်ရခြင်း မရှိသေးသလို တွေးထင်ရပြန်ပါသည်။

စိတ်သည် ဤမျှအထိ အပြောင်းအလဲမြန်၍ လှည့်စားအားသန်၏။

ကျွန်တော်သည် အကြီးအကျယ်စိတ်ဓာတ်ကျရသည့် နေ့ရက်များနှင့် တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ခဲ့ရဖူးပါသည်၊ မိမိအတွက် လုံးဝမျှော်လင့်ချက်မရှိတော့၊ ကြိုးစားမှုတို့သည် အရာမထင်ဖြစ်ရပြီဟူ၍ မှတ်ယူလျက် ဆရာတော့်ထံ တင်ပြလျှောက်ထားပါသည်။

"ဒါဟာ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ပဲ ဒကာကြီး၊ အဆန်းမဟုတ်ဘူး၊ ဘာမှကြောင့်ကြ မနေနဲ့၊ ဆက်သာအားထုတ်၊ စိတ်လွတ်ထွက်မသွားနိုင်အောင် မိမိရရ ညင်ညင် သာသာကလေးသာ စောင့်ဖမ်း၊ အရင်မလိုနဲ့၊ စိတ်ရှည်ရှည်ထား၊ နောက်ဆုံး မှာ ဒကာကြီး အောင်မြင်လာလိမ့်မယ်"

ဆရာတော်က ထုံးစံအတိုင်းပင် ဖြေကြားပါသည်။

ဆရာတော်ဘုရား မိန့်ကြားသည့်အတိုင်း နောက်ဆုံး၌ မလွဲမသွေလည်း အောင်မြင်သည်သာတည်း။

မီးပြတိုက်မှ မီးရောင်တန်းပမာ စိတ်သည် ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းရာ အကြောင်းအရာပေါ်သို့ မြဲမြံစွာ ကျရောက်လျက် တည်ငြိမ်နေစဉ်၌ အချိန်ကို ပယ်ရှားထား၏၊ စေတနာပြဋ္ဌာန်းချက်က စိတ်အား ထိုကဲ့သို့ တည်ငြိမ်နေ အောင် ဖန်တီးပေးသည် မှန်သော်လည်း ဤသို့ တည်ငြိမ်စူးစိုက်လာပြီဆိုမှ ဖြင့် စေတနာပြဋ္ဌာန်းချက် အရိပ်အရောင်ကိုမျှပင် စဉ်းစားမိခြင်း မရှိတော့ချေ။

ထိုမည်သော တည်ငြိမ်မှုကို သေချာခိုင်မာအောင် ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်ပေ သည်၊ နောက်ဆုံးအခြေအနေသို့ ဆိုက်ရောက်သောအခါတွင် တည်ငြိမ်စူးစိုက် မှုကို အကြောင်းပြုလျက် လမ်းကြောင်းတစ်သွယ်ပွင့်လာမည်ဖြစ်ရာ ဤလမ်း

http://www.dhammadownload.com

အတိုင်း လိုက်ခြင်းဖြင့် ဉာဏ်အလင်း(ဝါ) ဝိပဿနာဉာဏ်ရလာမည်ဖြစ်ပြီး လျှင် ထိုဉာဏ်သည် သိစိတ်ကို ဖုံးလွှမ်းသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဤအဆင့်သို့ ဆိုက်ရောက်အောင် ပွားများအားထုတ်ခြင်း မပြုခဲ့နိုင်သည့်အတွက် အတိုင်းမသိ ဝမ်းနည်းခြင်းဖြစ်မိပါ၏။ အကယ်၍ အားထုတ်ခြင်း ပြုခဲ့နိုင်မည်ဆိုပါလျှင် ထိုအဆင့်သို့တိုင်ကေန်မုချ ပေါက်ရောက် ရမည်ဟုလည်း အလေးအနက် ယုံကြည်ပါ၏။

ဝိပဿနာ ဉာဏ်အလင်းသည် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ပွင့်ခဲ ရခဲ သနည်း။

တစ်ခါ၌ ဆရာတော်နှင့် ဆွေးနွေးမေးလျှောက်ရင်း ဤသို့ ဖြစ်ရသည့် အကြောင်းကို ကြားသိခွင့်ရခဲ့ပါသည်၊ နေ့စဉ်ဘဝ၌ ကျွန်တော်တို့သည် တွေး စိတ်ကို ညွှန်ကြားနေသည်၊ အကြောင်းအရာ တစ်ခုမှတစ်ခုသို့ စိတ်ကူးပြောင်း အောင်စီစဉ်ပေးနေသည် စသည်ဖြင့် ထင်မြဲနေကြလင့်ကစား စင်စစ်၌ စိတ်၏ လှုပ်ရှားကျက်စားမှုကို ကြီးကြပ်အုပ်ချုပ်ထားနိုင်ခြင်းမရှိပေ။

အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေကြကုန်သော တွေးစိတ်တို့သည် ပန်းလိပ်ပြာ ကလေးများ ဦးတည်ချက်မရှိဘဲ ဒိုးဒိုးဒန့်ဒန့် ပျံဝဲနေကြသည့်နယ်တည်ငြိမ်ခြင်း ကင်းလှ၏၊ ဂနာမငြိမ် ဖြစ်နေသော တွေးစိတ်တို့သည် သိစိတ်ထဲသို့ အခွင့်ပေါ်တိုင်း ဝင်ရောက်လာလေ့ရှိ၏၊ သိစိတ်သည် သက်သောင့်သက်သာ ဖြင့် သတိမမူဘဲ ပေါ့ဆနေသည့်အခါတိုင်း ယင်းလိပ်ပြာလေးတွေလို ဖြစ်နေ သော တွေးစိတ်တို့သည် ဝိပဿနာဉာဏ်အလင်း ပွင့်လင်းလာနိုင်ခြင်း မရှိရ လေအောင် နှောင့်ယှက်ပိတ်ပင်ထားလေ့ရှိကြ၏။

ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာဉာဏ်သည် ပို၍ငြိမ်သက်သော ပို၍လည်းအခွင့် အလမ်းသင့်သော ဝင်ပေါက်တစ်ခုဖြစ်ပေါ်လာချိန်အထိ စောင့်ဆိုင်းနေရပေ သည်၊ စင်စစ်အားဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် ရုတ်တရက်ဉာဏ်ပွင့်လင်း လာမှု ဆိုသည်ကို မယုံတစ်ဝက် ယုံတစ်ဝက်ဖြစ်နေကြ၏၊ ယင်းသို့ မစဉ်းစားဘဲ

http://www.dhammadownload.com

လျှပ်တပြက် ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည် ဣတ္ထိယတို့၏ စိတ်အပြောင်းအလဲ မြန်မှုအတွက်တာဝန်မကင်းကြောင်းဖြင့် ပုရိသတို့က ယူဆကြပြီးလျှင် အခြား တစ်ဘက်၌ ဣတ္ထိယတို့ကမူ ဤသို့ဖြစ်ခြင်းသည် မိမိတို့၏ မွေးရာပါ ထူးခြား ချက်တစ်ရပ်(ဝါ) အရည်အချင်းတစ်ရပ်ဟု အမြင်ရှိ၏။

တကယ်စင်စစ်အားဖြင့် ဖွဲသတ္တိရှိရှိ အားထုတ်သူတိုင်း ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ရနိုင်ပေသည်၊ သို့သော် ကျွန်တော်တို့ အများစုအတွက် ဉာဏ်အလင်းရရန် အရေးမှာ လွယ်လွယ်ကလေးနှင့် ဖြစ်နိုင်သည်တော့ မဟုတ်ပေ၊ ကျွန်တော် တို့ နေ့စဉ် တွေ့ကြုံနေရသည့် လူမှုရေး စီးပွားရေး ကိစ္စများက ဟန့်တား ထားလေသည်။

သို့သော် ယင်း အဟန့်အတားတို့ကို ဖောက်ထွင်းလမ်းထွင်နိုင်သည့် အရည်အချင်းကို ဆုပ်ကိုင်မိပြီ ဆိုပြန်တော့လည်း ရှေ့ဆက်၍ အခက်အခဲ မရှိတော့ပေ၊ ထိုသို့သော အရည်အချင်းကိုလည်း တွေ့သိမှုဖြင့်သာ ရနိုင်၏၊ ကြားသိမှု သက်သက်ဖြင့် မရနိုင်ပေ၊ တစ်စုံတစ်ခုကို "သိပြီး"မှသာ "အသိ" တစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာသည့်နည်းတူ ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ပေါ်၌ ထားရှိသည့် သဘောထားမှာလည်း တစ်မျိုးတစ်ဖုံ လမ်းကြောင်းပြောင်းလဲသွားမည်ဖြစ်၏၊ လောကကို ရှုမြင်သုံးသပ်ပုံ ခံယူပုံ ယုံကြည်ပုံတို့သည်လည်း မူလကနှင့်မတူဘဲ အံ့စရာကောင်းလောက်အောင် ခြားနားလာပေလိမ့်မည်။

စိတ်၏ လှုပ်ရှားပျံ့လွင့်မှုကို သတိပဋ္ဌာန် နည်းအတိုင်း ဆင်ခြင်ထိန်းသိမ်း မည်ဆိုပါက မျက်စိ, နားစသည့် အဇ္ဈတ္တိကာယတနများ၌ ပေါ်လာသော အဆင်း အသံစသည့် ဗာဟိရာယတနတို့ကို ပြကတေ့အတိုင်းတိုင်း (ဝါ) ဒိဋ္ဌေဒိဋ္ဌမတ္တံ-မြင်လျှင်မြင်ကာမျှ၊ သုတေ သုတမတ္တံ-ကြားလျှင်ကြားကာမျှ ဆိုသည့် သဘောမျိုးဖြစ်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်က မျက်လှည့်ပြကာ မဟုတ်မမှန် အဓိပ္ပါယ် ကောက်ယူပြန်ဆိုလိုက် သည့်အဖြစ်၊ တစ်နည်းပြောရလျှင် မူလပရမတ် အာရုံကို ပညတ်အာရုံသို့

http://www.dhammadownload.com

ရောက်အောင် လွဲမှားစွာ နှလုံးသွင်းမိသည့် အဖြစ်မျိုးသို့ မရောက်အောင် ကြိုးပမ်းရှောင်ကြဉ်ရန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

အပြင်အာရုံ တစ်ခုခုပေါ်လာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် စိတ်သည် ယင်းအာရုံအား မွမ်းမံခြယ်သလျက် စိတ်ကူးယဉ် ရွှေတောင်ကြီး တည်ဆောက်ပစ်လိုက်လေ့ရှိပေရာ အဘယ်မှာလျှင် သတိသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ လှုပ်ရှားမှုများအပေါ်တွင် သက်ရောက်နေနိုင်ပါတော့မည်နည်း၊ ဆင်ခြင်မှုလက်လွတ်ဖြစ်လျက် စိတ်ပျံ့လွင့်သွားမည်မှာ မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲပေ။

ဥပမာအဖြစ် ခေါင်းလောင်းတီးသံကို ရုတ်တရက် ကြားလိုက်ရသည်ဆိုပါစို့၊ ပုထုဇဉ်တို့၏ သဘာဝအတိုင်း အသံကို ကြားကာမတ္တ မထားနိုင်ကြဘဲ အသံကို အကြောင်းပြုလျက် ဆက်လက် စဉ်းစားလိုက်သည်ရှိသော် ခေါင်းလောင်း၏ ပုံသဏ္ဌာန်ပါ ပေါ်လာသည်၊ ထိုမျှနှင့်သာမရပ်သေး၊ မည်သည့်အရပ်မျက်နှာဘက်မှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အသံဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း ရှေ့ဆက်တွေးမိပြန်သည်။

ဝင်လုဆဲ နေရောင်ထဲဝယ် ရွှေပြောင်ပြောင်ဖြင့် ဝင်းဝင်းလက်လက်ဖူးတွေ့ရသော စေတီ ဘုရား ကျောင်းကန်များမှ ဖြစ်ဖွယ်ရှိသည်ဟုလည်း အတွေးကွန့်မြူးတတ်ပြန်ပါ၏။

ခေါင်းလောင်းသံ ကြားလိုက်ရရုံမျှနှင့် ဤသို့ ခနှစ်စဉ် အမျှင်တန်းအတွေးများ ပျံ့လွင့်သွားအောင် အပတ်တကုတ် အားထုတ်နေရသည်မဟုတ်၊ အားထုတ်ခြင်း မပြုရရုံသာ မဟုတ်သေး၊ အတွေးများ လွင့်ထွက်သွားကြောင်းကို သိစိတ်ကပင် တော်တော်နှင့် မသိလိုက်။

အာရုံ၌ပေါ်လာသည့် အတိုင်းတိုင်းကလေး ထားနိုင်ရေးအတွက်မှာ အသံကိုကြားလျှင် ကြားကာမတ္တမျှသာ သဘောထားနိုင်ဖို့ အရေးကြီးသည်၊ အကျိုးဆက်များကို မီးခိုးမဆုံး မိုးမဆုံး ဆက်လက် နှလုံးသွင်းမနေသင့်ပေ၊ ထိုသို့ နှလုံးမသွင်းမိစေရန် အဘယ်ပုံ ကျင့်သုံးရမည်နည်းဆိုသော် ကြားနေရ

http://www.dhammadownload.com

သည့်အသံ တဖြည်းဖြည်းတိုးကာ တိုးကာ နောက်ဆုံး၌ တိတ်ဆိတ်ပျောက်ကွယ်သွားသည့်အချိန်အထိ သတိကို အသံပေါ်၌ ရှုစိုက်ထားရမည်သာတည်း။

အနံ့နှင့် ပတ်သက်လာလျှင်လည်း ဤနည်းအတိုင်းပင် အားထုတ်လေ့ကျင့်ရန် လိုပါသည်၊ တွေ့ထိခံစားရသည့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံနှင့် ကြုံလာသောအခါမှာမူ မိမိတွေ့ထိခံစားနေရသည်မှာ အသားအရေပေါ်တွင် လေပြေလေညှင်း တိုက်ခတ်နေခြင်းလား၊ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဆင်မြန်းထားသော အဝတ်အစားများ တွေ့ထိနေခြင်းဖြစ်သလားဟူသည့် အသေးစိတ် အချက်များကိုပင် အလွတ်မထားဘဲ ရှုမှတ်သင့်သည်။

နံနက် အရုဏ်ဦးအချိန်တိုင်း ရေကန်အနီး၌ ကျွန်တော် ရပ်နားလေ့ရှိကြောင်း ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်၊ ဤသို့ ရပ်လျက် ပေါ်လာသော ဗာဟိရာယတန အာရုံကို ဆယ်မိနစ်ကြာမျှ တရားအသိဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းလေ့ရှိပါသည်၊ ကနဦးကကဲ့သို့ သဘာဝအလှအပ၌ မိန်းမောနစ်မျောနေခြင်း မဟုတ်တော့ပါပေ။

တွေ့မြင်မှုအပေါ်တွင် စိတ်ကူးယဉ် ရွှေတောင်ကြီးကို နောက်ဆက်တွဲအဖြစ် တည်ဆောက်သည့် အဖြစ်မျိုးအား ရှောင်ကြဉ်နိုင်ပြီဖြစ်၍ ကြည်နူးမိပါသည်၊ မြင်လျှင် မြင်ကာမျှသာ သဘောထားနိုင်ပြီ မဟုတ်ပါလား။

နောက်ဆက်တွဲများ ထည့်သွင်း ပညတ်လိုက်ခြင်းအားဖြင့် ပကတိအတိုင်း သန့်ရှင်းနေသော အာရုံတို့သည် ညစ်နွမ်းသည့် အဖြစ်သို့လည်း ရောက်သွားလေ့ရှိ၏။

ခေါင်းလောင်းတီးသံ ကြားရသောအခါ၌ “ခေါင်းလောင်းတီးသံကြားရတယ်” ဟု အသိအမှတ်ပြုလိုက်ရသည်မှာ သဘာဝလည်း ကျလှပါသည်၊ ယင်းသို့ အသိအမှတ်ပြုပြီးသည်၏ အခြားမဲ့၌ မိမိ၏တာဝန်ပြီးဆုံးပြီ၊ သိဖို့ လိုအပ်သမျှ သိပြီးပြီ၊ တာဝန်လည်းပြီးဆုံးပြီ ဖြစ်ရကား ခေါင်းလောင်းနှင့် ပတ်သက်သည့် အချင်းအရာအားလုံးကို စိတ်ထဲမှ ထုတ်ပယ်ပစ်ရန်သာ

http://www.dhammadownload.com

ရှိတော့၏။

ယခုသော် လေထဲမှ ထွက်ပေါ်လာသော ခေါင်းလောင်းသံသည် လေထဲ၌ပင် တဖြည်းဖြည်း ဝေး၍ ဝေး၍သွားကာ အသံမျှင်မျှင်ကလေးဖြစ်သွားပြီး နောက်ဆုံး၌ ပျောက်ကွယ်သွားသည့်အထိ ကျွန်တော် အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်တတ်ပြီဖြစ်ပါသည်၊ ရှုမှတ်နေစဉ်၌ ကျွန်တော်၏ သတိကို ခေါင်းလောင်းသံကသာ ဖုံးလွှမ်းနေသည့်အပြင် ယင်းသည်ပင် ကျွန်တော်အား တစ်စိတ်တစ်ဒေသဖြစ်နေသည့်နှယ် ခံစားရပါသည်၊ အသံပျောက်သွားသောအခါ၌ မြတ်နိုးလှစွာသော ရတနာတစ်ပါးကို ဆုံးရှုံးသွားသည့်ပမာလည်း စိတ်ထဲတွင် ဖြစ်ပေါ်လာပါ၏။

ယခင်က ယခုလို နှလုံးသွင်းရကောင်းမှန်းမသိခဲ့၊ နေ့စဉ် တွေ့ကြုံနေရသည့် အကြောင်းအရာများထဲမှပင် ဤမျှအထိ ရှုမြင်ခံစားလာနိုင်ပြီဖြစ်၍ အံ့ဩခြင်းလည်းဖြစ်မိပါသည်၊ အခြားသော အတွေ့အထိ အသံစသည့် အာရုံတို့အပေါ်တွင်လည်း တရားအသိ ထားရှိနိုင်ပြီဖြစ်ပါသည်၊ ထို့အပြင် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရာ၌ အခက်အခဲဆုံးဖြစ်သော ရုပ်ပါရုံနှင့် တိုးသည့်အခါမှာပင် ရှုမှတ်နိုင်စွမ်း ရှိလာပါ၏။

မျက်စိနှင့်အဆင်း တိုက်ဆုံမိသည်ရှိသော် ရှုမှတ်ခြင်း မပြုလိုက်နိုင်မိမှာပင် အဆင်း၏ အဆိုးအကောင်းနှင့်အညီ ဒေါသ၊ သို့မဟုတ် လောဘကိလေသာတရားများ ဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိ၏။

သို့သော် နံနက် ဝေလီ ဝေလင်း အချိန်တွင်တော့ မြင်ကွင်းတစ်ခုကို ကြည့်လျက် ကျွန်တော့်အနေဖြင့် မှန်ကန်စွာ နှလုံးသွင်းနိုင်ရန် မခဲယဉ်းလှချေ၊ ကျွန်တော့်ရှေ့တွင် ရေကန်ရှိနေပြီး ရေကန်ကို ဖြတ်ကျော်လျက် အခြားတစ်ဖက်တွင် သစ်ပင်ကြီး တည်ရှိနေပေသည်၊ ထင်ထင်ရှားရှား သဲသဲကွဲကွဲ မဟုတ်ဘဲ အရိပ်သဏ္ဌာန် ပိုးတဝါးဖြင့် မားမားကြီး ရပ်တည်နေပုံကိုသာ တွေ့မြင်ရပါသည်၊ ထို့နောက်တွင်တော့ သစ်ပင်ကြီး၏ သဏ္ဌာန်သည် တဖြည်း

http://www.dhammadownload.com

ဖြည်းချင်း အရောင်အဆင်း ပီပြင်ပေါ်လွင်လာလေသည်။

အရောင်အဆင်း ပေါ်လွင်လာသည်ကို ကျွန်တော်သည် အရောင်အဆင်း အဖြစ်သာ ရှုမှတ် နှလုံးသွင်းခြင်းပြုပါသည်၊ သစ်ရွက်များနှင့် အကိုင်းအခက်များဟူ၍ ရှုမြင်ခြင်း မပြုပါချေ။

အထက်ပါ နှလုံးသွင်းမှု တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ရင့်ကျက်လာသည်နှင့်အမျှ ကျွန်တော့်အတွက် အကျိုးရှိပါသည်၊ အထူးသဖြင့် သောတ အာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗ အာရုံတို့နှင့် တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသည့်အခါ ပိုမို ကျေးဇူးပြုပါသည်၊ ကျွန်တော်သည်လည်း အတွေးတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်သွယ်ပျံ့လွင့်မှုမှလည်းကောင်း၊ အကြောင်းအကျိုးဆက်၍ တွေးတောမှုမှလည်းကောင်း လွန်မြောက်သည့် ရိုးရိုးသားသားပျော်ရွှင်ခံစားမှုတစ်မျိုး ခံစားရပါ၏။

အလေ့အကျင့်တစ်ရပ် ဖြစ်လာသောအခါ၌ ဤကဲ့သို့ အာရုံတို့ကို အာရုံ အတိုင်းတိုင်း သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စွာ ထားနိုင်ခြင်းသည် စိတ်ပျံ့လွင့်မှုဖြစ်ပေါ်ခြင်းမရှိအောင် ကြိုတင်တားဆီးရာ၌ အရေးပါဆုံးသော ခံစစ်ကြောင်းတစ်ခု ဟုပင် ဆိုအပ်လှပေသည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အသံတစ်ခုကို ကြားရသောအခါ၌ဖြစ်စေ၊ ခံစားမှုဝေဒနာတစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ၌ ဖြစ်စေ အာရုံကို ပြကတေ့အတိုင်း ထားနိုင်ခြင်းကြောင့် စိတ်ပျံ့လွင့်မှုမှာ အကန့်အသတ် အတွင်း (ဝါ) ဘောင်အတွင်း၌သာ ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိ၏။

ထို့အပြင် ခန္ဓာကိုယ်၏ ဝန်းကျင်၌သာ ပျံ့လွင့်ခြင်းကြောင့် သတိကို ယင်းအပေါ်သို့ ယာယီပြောင်းလဲထားရှိရသည်မှာလည်း မခဲယဉ်းလှပေ၊ သို့မဟုတ် မိမိပရိကံပြုထားရာ (ဝါ) အခြေခံယူနှလုံးသွင်းနေရာ ပင်ရင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေါ်သို့ရောက်အောင် သတိကို အလွယ်တကူ ပြန်လည်ခေါ်ယူ ခြင်းလည်း ပြုနိုင်သည်။

နံနက်စောစော ရေကန်၏အနီးတွင် ကျွန်တော် ဆင်ခြင်ရှုပွားသည်မှာ ဆရာတော်က ညွှန်ကြားသည့်အတွက်ကြောင့် မဟုတ်ပါ၊ ကျွန်တော့်စိတ်ကူး

http://www.dhammadownload.com

ဖြင့်သော လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်၊ ကိုယ်ကာယပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုပေါ်တွင် သတိကို ဘောင်ခတ်ထားရှိရန် ကြိုးပမ်းချက်မှ ထိုမည်သော ဝေဒနာနုပဿနာ ကျင့်စဉ် ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်လာခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော့် အယူအဆနှင့်တကွ လုပ်ဆောင်ရှုပွားမှုကို ဦးဖေသင်မှ တစ်ဆင့် ခက်ခက်ခဲခဲ ကြိုးကြိုးစားစား တင်ပြလျှောက်ထားလိုက်ရာ ဆရာတော်၏ သဘောတူ ခွင့်ပြုချက်ကို လက်ခံရရှိပါ၏၊ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၌ ဖော်ပြပါရှိသော ကျင့်စဉ်မှတစ်ပါး အခြားသောကျင့်စဉ်များကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ရန် ယောဂီတို့အား လုံးဝဥဿုံ အားပေးခြင်း မပြုပေ။

ရဟန်းတော်တစ်ပါးသည် ရဟန်းဘောင်သို့ ဝင်ရောက်ကာ အခြေခံ ကျင့်ဝတ်နှင့် သိက္ခာပုဒ်များကို လေ့လာသိရှိပြီးသော အခါ၌သော်လည်း ကောင်း၊ စတင် တရားအားထုတ်သည့် အချိန်တွင်သော်လည်းကောင်း ဤသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ကို ရှုပွားရန် လိုအပ်လှပေသည်၊ ကျွန်တော်တို့၏ လောက၌ ပညာတစ်ရပ်ရပ်ကို လေ့လာသင်ယူပုံနှင့် သတိပဋ္ဌာန်တရားပွားများ ပုံတို့သည် တမူစီခြားလျက်လည်း ရှိကြပေသည်။

လေ့လာသင်ယူရာ၌ ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်၏သဘာဝကို ဂရုစိုက်လေ့ လာခြင်း မပြုကြဘဲ ကျက်မှတ်ထားနိုင်စွမ်း ရှိသလောက် ကြားသိမှုတည်း ဟူသော သညာတို့ကို စိတ်တွင်းသို့ အတင်းအဓမ္မ ထိုးသိပ် သိမ်းဆည်းလေ့ ရှိကြပေသည်၊ ထိုမည်သော ကြားသိမှုတို့သည် တွေ့သိမှုတည်းဟူသော ပညာ အဖြစ်သို့ တစ်နည်းတစ်ဖုံ ကူးပြောင်းသွားလိမ့်မည်ဟုလည်း မျှော်လင့် ယုံကြည်ကြ၏။

အချို့သော အပိုင်းများ၌ ကြားသိမှုကို တွေ့သိမှုသဘောသို့ ရောက် အောင် စိတ်ကို အလေးထား လေ့ကျင့်ပေးသည့် လက္ခဏာများ ရှိတန်သရွေ့ ရှိသည်ကိုမူ ဝန်ခံရမည်ဖြစ်ပါသည်၊ သို့သော် ကျွန်တော်တို့၏ သင်ယူ လေ့လာပုံ လေ့လာနည်းများသည် ယေဘုယျအားဖြင့်ကား "ဘဲငန်းဝဝ၏

http://www.dhammadownload.com

အသံဖြင့်ပြုလုပ်သောကော်မုန့်"ကို ထုတ်လုပ်ရယူလိုသဖြင့် ဘဲဥနှင့်းများကို အတင်းထိုးသိပ် အစာကျွေးနေသည်နှင့်သာတူညီနေပါတော့၏။

ကျွန်တော်တို့နှင့်ခြားနားလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များမှာမူ စိတ်ကိုသာ အဓိက ထား၍ "ကိုင်"ခြင်းအားဖြင့် စတင်အားထုတ် လေ့ကျင့်ပြီးဉာဏ်အလင်း ပြက်လက် ပေါ်ထင်လာအောင် ကြိုးပမ်းသည်၊ ထို့နောက်ဆက်လက်၍ ဆရာတို့ကလည်း နည်းပေးလမ်းပြပုံမှာလည်း ဉာဏ်အလင်းထွက်ပေါ်လာရေး ကို အားပေးသည်၊ ဤနေရာ၌ ဉာဏ်အလင်း ထွက်ပေါ်သည်ဟု ဆိုသည်မှာ ကိုယ်တိုင် နားလည်သဘောပေါက်လာခြင်း၊ သို့မဟုတ် တွေ့သိ လာခြင်းဟူ၍ ပြောလိုရင်းဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့၏စိတ်ကို နိုင်နိုင်နင်းနင်း "ကိုင်"ပုံအား ပမာဆောင်ရသော် မြင်းကို ယင်း၏ နေရာမှန်ဖြစ်သော လှည်းတံ နှစ်ချောင်း၏အကြားတွင် ထားပေးလိုက်သကဲ့သို့ ဖြစ်ပါသည်၊ ထိုကဲ့သို့ နေရာချပေးခြင်း မပြုပါက မြင်းသည် ခဲခဲယဉ်းယဉ်းဖြင့် လှည်းပေါ်မှ ကျော်လွှားပြီး လှည်းတံနှစ်ချောင်း ၏အကြားသို့ ဝင်ကောင်းဝင်မည် မဟုတ်ပါလော။

စာပေတတ်ကျွမ်းဖို့ လိုအပ်သည်မှာ အဓိပ္ပါယ်ကောက်ယူ ဆင်ခြင်နိုင်ရန် အတွက် ဖြစ်သည်၊ အက္ခရာ စာလုံးများလည်းမရှိ၊ ယင်းတို့အား မည်သို့ အသုံးပြုရမည်ကိုလည်း မသိလျှင် လူတစ်ယောက်၏ အတွေ့အကြုံ အသိ အမြင်တို့ကို အခြားသူများအား လက်ဆင့်ကမ်းရန် မဖြစ်နိုင်ပေ။

ဘာသာရေးစာပေတို့ကို အပတ်တကုတ် ဖတ်မှတ်လေ့လာခြင်း၊ မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံ အသိအမြင်တို့ကို တဆင့်ပြန်လည်၍ ဟောပြောပြသခြင်းတည်း ဟူသော တာဝန်ကို ဝါတော်ရင့်သံဃာတော်များနှင့် ဆရာတော်များက ထမ်းဆောင်၏၊ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ရရေးအထိ ဦးတည်ချက် မရှိစေကာမူ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အနေဖြင့် သတိပဋ္ဌာန်ရှုပွားခြင်းအားဖြင့် အကျိုးမယုတ် နိုင်။

http://www.dhammadownload.com

လွယ်ကူ၍ လက်တွေ့ကျလှသည့် စိတ်ကျင့်စဉ်ကို လေ့လာအားထုတ်ခြင်းဖြင့် အနည်းဆုံး မိမိတွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသည့် ကိစ္စတို့၌ ကာသီလင်တမဖြစ်တော့ပေ၊ နိုင်နိုင်နင်းနင်း ကိုင်တွယ်နိုင်စွမ်း ရှိလာမည်ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့သည် ခေတ်မီစက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းကြီးများ တိုးတက်ရေးအတွက် လည်းကောင်း၊ အစိုးရဌာနအသီးသီးရှိ လုပ်ငန်းများ ပိုမိုချောမွေ့အောင်မြင်စေရန် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် လည်းကောင်း၊ သက်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားများနှင့်ဝန်ထမ်းများအား သင်တန်းများပေးလေ့ရှိကြလေသည်၊ အထူးသဖြင့် လက်နက်ကိုင်တပ်ဖွဲ့များ၌ သင်တန်းများကို ပိုမိုဖွင့်လှစ်လေ့ရှိရာ တပ်ဖွဲ့ဝင်တစ်ယောက်သည် သင်တန်းတစ်ခုပြီး တစ်ခုတက်ရောက်ခြင်းဖြင့် အရည်အချင်းတိုးတက်လာလေ့ရှိ၏။

ကျွန်တော်၏အယူအဆကို တင်ပြရပါလျှင် ကြိုတင်၍ သတိပဋ္ဌာန်တရားပွားများအားထုတ်ထားကြခြင်းဖြင့် ဌာနဆိုင်ရာ သင်တန်းများပေးရာ၌ အချိန်ကုန် သက်သာမည့်အပြင် ကြားသိမှုနှင့် တွေ့သိမှုတို့၏ အကြားရှိ အမြဲမသေပို၍ပို၍ ကျယ်ဝန်းလျက်ရှိသော ကွာဟမှုသည်လည်း ကျဉ်းမြောင်းလာလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ပါ၏။

ဆရာတော်သည် နှုတ်မှ ဖွင့်ဟမြွက်ကြားခြင်း မပြုလင့်ကစား အနောက်နိုင်ငံများ၌ ပညာဟု ခေါ်ဝေါ်သမုတ်နေသည့်အရာ၏ အစိတ်အပိုင်း အများစုကိုကြားသိမှုဟု သဘောထားကြောင်းဖြင့် ကျွန်တော် ရိပ်စားနားလည်မိပါသည်၊ ကြားသိမှုသက်သက်အနေဖြင့်ကား မည်သည့် အကျိုးကျေးဇူးကိုမျှ ဖြစ်ထွန်းစေခြင်း ရှိမည်မဟုတ်သည့်နည်းတူ မဆီမဆိုင်သည့်အရာများ (ဝါ) ကသောင်းကနင်း ဖြစ်မှုများကိုသာ ဖော်ဆောင်ပေးမည် ဖြစ်ပေသည်။

ထူးဆန်းနေသည့်အချက်မှာ အခြားမဟုတ်၊ ကျွန်တော်တို့ အနောက်နိုင်ငံသားများသည် ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့၏ နည်းနိဿယများကို မိမိတို့၏ စက်မှုလုပ်ငန်းများ၌သာလိုက်နာ ကျင့်ဆောင်နေကြခြင်းပင်ဖြစ်သည်၊ ကျွန်တော်တို့သည်

http://www.dhammadownload.com

စက်ကိရိယာပစ္စည်း တစ်စုံတစ်ခုကိုမျှ ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာလေ့လာခြင်းမပြုဘဲ ဘယ်နံ့ရောအခါမှ လက်ခံထားရှိခြင်း မပြုသော်ငြားလည်း စိတ်ကိုမူ စူးစမ်းဆင်ခြင်ကြည့်ခြင်းကင်းမဲ့စွာ လက်ခံသိမ်းပိုက်ထားကြချေသည်တကား။

သတိပဋ္ဌာန်တရား ရှုပွားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်သည် ဆရာတော်နှင့် ကြိမ်ဖန်များစွာ ဆွေးနွေးမေးလျှောက်ခွင့်ရခဲ့သည့်အလျောက် မည်သို့မည်ပုံ ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်ကို နားလည်သဘောပေါက်လာပါသည်၊ ထို့အပြင် ယုံကြည်မှုလည်း တိုးပွားလာလေရာ တိုးတက်မှုနည်းပါးသည်ဖြစ်စေ၊ လုံးဝ ကင်းဆိတ်နေသည်ဖြစ်စေ စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ ဆက်လက်အားထုတ်နိုင်ပေသည်။

သို့သော်-ဤသို့ နှလုံးသွင်းနိုင်သည်မှာ စိတ်ကို စနစ်တကျလေ့ကျင့် ရှုပွားထားသူများ၏ အရာသာဖြစ်ပါ၏။ ဆိုလိုသည်မှာ သတိပဋ္ဌာန်ရှုပွားနေစဉ်၌ စိတ်ကို အလုပ်တရားပေါ်၌သာ ကျရောက်စူးစိုက်စေလျက် အခြားသော အကြောင်းအရာများကို ဖယ်ထားရမည်ဖြစ်ပါသတည်း။

ဤကား ဗုဒ္ဓတရားဓမ္မ၏ သွန်သင်ပြသချက်ပင် ဖြစ်ချေသည်။

"ဤသို့ ကျင့်ကြံအားထုတ်ပါ၊ ကိုယ်တိုင် သဘောပေါက်နားလည်လာလိမ့်မည်"ဟု ညွှန်၏။

"ဤသို့ လက်ခံယုံကြည်လိုက်ပါ၊ အာမခံချက်ပေးထားသော အကျိုးကျေးဇူးများကို သင်ခံစားရလိမ့်မည်"ဟု မဆိုပေ။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၆)

ဖန်ဆင်းသူမရှိ အတ္တဝိညာဉ်မရှိ

သတိပဋ္ဌာန်တရားပွားများအားထုတ်မှုနှင့် တိုက်ရိုက်ပတ်သက်သော မေးခွန်းများကိုသာ ဆရာတော်က ဖြေကြောင်း၊ သတိပဋ္ဌာန်ရှုပွားမှုနှင့် တိုက်ရိုက်မပတ်သက်သော မေးခွန်းများကို ဆရာတော်က ဖြေကြားခြင်းပြုရန် ဆန္ဒမရှိကြောင်းတို့ကို ပြီးခဲ့သော အခန်းများ၌ ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်၊ ထိုကဲ့သို့ ဖြေကြားရန် ဆန္ဒမထက်သန်ခြင်းကိုသာမက တစ်ခါတစ်ရံ၌ အဖြေပေးရန် အတိအလင်း ငြင်းဆိုသည်ကိုပင် တွေ့ကြုံရသည့်အလျောက် ကျွန်တော့်အနေဖြင့် စိတ်ပျက်အားလျော့မှုများနှင့် ကြုံဆုံရသည်များလည်း ရှိပါ၏။

သို့သော်-တစ်နေ့ မေးခွန်းသုံးခုမေးမြန်းရန် ဆုံးဖြတ်ထားသည့်အတိုင်း တရားအားထုတ်မှုနှင့် တိုက်ရိုက်ပတ်သက်သည့် တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် တရားအားထုတ်မှု၏ နောက်ခံအဖြစ် ထားရှိအပ်သော စိတ်၏ သဘာဝကို

http://www.dhammadownload.com

မေးမြန်းလျှောက်ထားခဲ့ရာ ကျွန်တော်သိလိုသည့် အချက်များကို သိသင့်သလောက် သိခွင့်ရခဲ့ပါသည်။

ဤအခန်း(၆)နှင့် လာလတ္တံ့သော အခန်း(၇)တို့တွင် တင်ပြအပ်သော အတွေးအခေါ် အယူအဆများသည် ထိုအချက်များမှ မြစ်ဖျားခံ ထွက်ပေါ်လာကြခြင်းဖြစ်ပေသည်။

လျှောက်ထား မေးမြန်းခြင်းအားဖြင့် စိတ်ဝင်စားစရာ အကောင်းဆုံးသော အချက်များကို ကြားသိရသည်မှာ မဟာစည်ဆရာတော့်ထံမှ ဖြစ်ပါသည်၊ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ကျွန်တော် မည်သည့်အတွက် ပွားများသနည်း၊ ယင်းသို့ ပွားများ အားထုတ်ချင်လာအောင် မည်သည်တို့က လှုံ့ဆော်ပေးကြသနည်း စသည်တို့ကို မဟာစည်ဆရာတော်သည် အခြား ပုဂ္ဂိုလ်များထက် ပိုမိုသဘော ပေါက်သည်ဟု ကျွန်တော်ထင်ပါသည်။

ထို့အပြင် ဆရာတော်သည် အနောက်တိုင်း အတွေးအခေါ်များကိုလည်း ကောင်းစွာတတ်ကျွမ်းနားလည်ဟန်တူပါသည်၊ အကုန်လုံးနှံ့စပ်အောင် လေ့လာထားခြင်း မရှိစေဦးတော့ အနည်းဆုံး ဗုဒ္ဓအတွေးအခေါ်များနှင့် ဆန့်ကျင်သည့် အချက်များလောက်ကိုမူ ငုံမိပုံပေါ်ပါသည်။

ကျွန်တော် သတ်မှတ်ထားသည့် တရားအားထုတ်ရက်များ ကုန်ဆုံးခါနီးသော အခါ၌ မဟာစည်ဆရာတော်ရော ရွှေစေတီဆရာတော်ပါ မူလကထက် ပို၍ ဆွေးနွေး ရှင်းလင်းမိန့်ကြားလာပါသည်၊ စိတ်သည် မည်သို့မည်ပုံ အလုပ်လုပ်သနည်းဆိုသည့်အချက်သည် ဆရာတော်များအား ကျွန်တော် မေးလျှောက်ထားသော အဓိကအချက်ဖြစ်လာပါတော့၏။

စိတ်၏ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပုံနှင့် ပတ်သက်၍လည်း အကြောင်းတစ်ခု မဟုတ် တစ်ခုနေ့တိုင်းပေါ်ပါသည်၊ ကျွန်တော် နေ့စဉ် တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်နေရသော အခက်အခဲများသည် စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းဖြစ်ရာ၊ ယင်းတို့သည် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသနည်း၊ ယင်းတို့အား

http://www.dhammadownload.com

မည်သို့ ရင်ဆိုင် ကျော်လွှားမည်နည်း၊ သို့သော် ဤသို့ကျွန်တော် သိလိုသည် တို့နှင့်ပတ်သက်၍ အခြေခံမျှလောက်သော တစ်နည်းပြောရလျှင် အထိုက် အလျောက် မျှလောက်သော ရှင်းလင်းဖြေကြားချက်များကိုသာ လက်ခံရရှိခဲ့ ပါသည်။

စင်စစ်အားဖြင့်တော့လည်း အုပ်တွဲပေါင်း များမြောင်လှစွာသော ဗုဒ္ဓစာပေ များထဲတွင် စိတ်နှင့်ပတ်သက်သည့် သိဝရီ အယူအဆကို ရှာဖွေရသည်မှာ မလွယ်ကူပါချေ၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် စိတ်နှင့် ပတ်သက်သည့် အကိုး အကား အထောက်အထားတို့သည် များလှစွာသော ကျမ်းစာများနှင့် ဟော ကြားချက်များထဲဝယ် ပြန့်နှံ့လျက်ရှိပေသည်၊ သို့သော် ကျွန်တော်သည် သာသနာ့ရိပ်သာ၌ ရှိနေစဉ်မှာပင် စိတ်နှင့် ပတ်သက်သည့် အခြေခံနားလည်မှု အတွက် အထောက်အပံ့ ဖြစ်စေမည့် တရားစာပိုဒ်အချို့ကို အမှတ်မထင် တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။

တကယ်တော့ အတွေးအခေါ် အယူအဆပိုင်းဆိုင်ရာ အချက်များကို ဆွေးနွေးရန် ဆန္ဒမပြင်းပြခြင်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် တရားအား ထုတ်ရာ၌ မသိမဖြစ်သည့် အချက်များထက် ပို၍ ရှင်းလင်းပြောပြလိုသည့် သဘောထားမရှိခြင်းမှာ အကြောင်းမဲ့မဟုတ်ပေ၊ အကြောင်းကောင်းစွာ ရှိပါ သည်၊ ထိုသို့ကျင့်သုံးသည်မှာ ဗုဒ္ဓ၏ ညွှန်ကြားချက်များနှင့်အညီ တစ်သဝေ မတိမ်း လိုက်နာခြင်းပင်တည်။

သက်တော်ထင်ရှား ပေါ်ထွန်းခဲ့သည့် ၄၅–နှစ်ကြာ ကာလအတွင်း ဗုဒ္ဓ သည် အချို့သော မေးခွန်းများကို ဖြေကြားရန် အခိုင်အမာ ငြင်းဆန်ခဲ့၏၊ ယင်းမေးခွန်းတို့၏ အဖြေများကို သိခြင်းကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ မသိခြင်း ကြောင့်သော်လည်းကောင်း တစ်စုံတစ်ရာ ကျေးဇူးများလာမည် မဟုတ် ကြောင်း၊ ယင်းတို့သည် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းစေမည့် နည်းလမ်းများ မဟုတ်ကြောင်းတို့ကို အချက်ကျကျ ရှင်းပြခြင်းအားဖြင့် မေးမြန်းသူ၏

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အာရုံကို ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရေး (ဝါ)နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေးသို့ ပြောင်းလဲ စူးစိုက်စေခဲ့ပေသည်။

ဟောကြားခဲ့သည့် တရားတို့ကို လေ့လာကြည့်ရခြင်းအားဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏ နည်းလမ်းသည် ပထမဦး သတ္တဝါဝေနေယျတို့၏ သိစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရည် အသွေး တိုးတက်လာစေရေးနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှု မြင့်မားလာစေရေး ပင်ဖြစ်ပြီး၊ ထိုသို့တရားအားထုတ်သဖြင့် အတွေ့အကြုံ အသိအမြင်ရရှိကာ အခြေအနေ ပြောင်းလဲမြင့်တက်လာသောအခါ၌ စူးစမ်းစိတ်က သိရှိလိုသည့် အဖြေများကို မိမိဘာသာ သိမြင်လာရေးပင် ဖြစ်ကြောင်း နားလည်နိုင်၏။

ဗုဒ္ဓ၏ ၄၅–နှစ်တည်းဟူသော ကာလအတွင်း၌ အကယ်၍သာ သတ္တဝါ ဝေနေယျတို့၏ အဇ္ဈတ္တသန္တာန်ကို အမြင့်မားဆုံးအဆင့်သို့ရောက်အောင် (ဝါ) အမြင့်မားဆုံး နားလည်သဘောပေါက်အောင် ပြုလုပ်ဖန်တီးပေးရန် ဆန္ဒရှိခဲ့မည်ဆိုပါလျှင် ယင်းကဲ့သို့ ဆန္ဒတော်နှင့်အညီ ပြုလုပ်ပေးနိုင်ခဲ့မည် ဖြစ်၏၊ သို့သော် ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ခြင်း မပြုခဲ့သည်မှာ အကြောင်းမဲ့မဟုတ် ပါချေ။ ရည်ရွယ်ချက် အလေးအနက် ရှိပေသည်။

ထိုသို့သာ ပြုလုပ်ခဲ့ပါက ဗုဒ္ဓ ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်ပြီးနောက်ပိုင်း၌ တပည့်သာဝက တို့အတွက် ထိုက်ထိုက်တန်တန် ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ လေ့ကျင့်ပွားများ အားထုတ်ခြင်းမပြုဘဲ အလွယ်တကူ (တရားကို)သိမြင်နားလည်ကြမည်ဖြစ်ရာ ကိုယ်တွေ့မပါသော ကြားသိမှုကြောင့် အကြီးအကျယ် ကမောက်ကမ ဖြစ်လာ ဖွယ်ရှိ၏။

ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ တွေ့ကြုံခံစားဖူးခြင်း မရှိသူတို့အား နက်နဲသည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများ၊ အမှန်တရားများကို ရှင်းလင်းပြောပြရန် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်းသည် ကြောက်ခမန်းလိလိ အန္တရာယ်ကြီး၏ အပြင်း အထန် ငြင်းခုံမှုများ၊ သို့မဟုတ် ပဋိပက္ခများကို ပေါ်ပေါက်စေရာ၌ ယင်းထက် ကြီးမားသော လုပ်ဆောင်ချက်ဟူသည် မရှိပေ။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်တိုင် တွေ့ကြုံခံဖူးခြင်းမရှိရကား ကြားရသူတို့သည် ကောင်းစွာ နည်းလည်သဘောပေါက်ကြမည် မဟုတ်ပေ၊ မိမိတို့လိုသလို အဓိပ္ပာယ် ဆွဲကောက်ယူကြမည်မှာလည်း သေချာသည်၊ သူတို့၏ သုတပညာ အနေ အရင့် အနိမ့်အမြင့်ပေါ်တွင် မူတည်၍ အဓိပ္ပာယ်တွေ အမျိုးမျိုးကွဲပြားခြားနား ကုန်နိုင်၏။

ထို့ကြောင့် အသိပညာဖြန့်ဖြူးလိုသူ ဆရာတစ်ယောက်၌ အရည်အချင်း အပြည့်အဝ ရှိအပ်ပေသည်၊ အရည်အချင်းဟု ဆိုရာ၌လည်း ရှုထောင့်နှစ်ဖက် ရှိမှသာ ပြည့်စုံသည်၊ သူသည် သင်ပြပေးမည့် သစ္စာတရား, အမှန်တရား နှင့် ပတ်သက်၍ သူကိုယ်တိုင် အတွေ့အကြုံ ကောင်းစွာရှိရန် ဦးစွာလိုအပ် သည့်အပြင် စူးစမ်းဆင်ခြင်နိုင်သော စိတ်ဓာတ် စွမ်းရည်နှင့်လည်း ပြည့်စုံရန် လိုအပ်လှပေသည်၊ ထိုအခါမှသာလျှင် မိမိနားလည်ထားသည်တို့ကို အခြားသူ များ နားလည် သဘောပေါက်နိုင်အောင် ရှင်းလင်းပြသနိုင်မည် ဖြစ်၏။

သူ၏ ရှင်းလင်းဖွင့်ဆိုချက်များကို ကြားနာရသောအခါ၌ နားလည်သဘော ပေါက်ရုံမက မိမိကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ တွေ့ကြုံနေရသည့် "အတွေ့"နှင့်သူ၏ "အပြော အဟော"တို့ တစ်ထပ်တည်း ဖြစ်နေပါကလားဟူ၍ နာကြားသူတို့ ၏ ရင်ထဲ၌ ခံစားဖြစ်ပေါ်လာမည်ဆိုပါလျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် အောင်မြင်သော ဆရာသမားတစ်ယောက်ဟု ဆိုနိုင်၏၊ ထိုသို့ မဟုတ်လျှင်ကား သူ့ထံမှ ရရှိသည်တို့မှာ ကြားသိမှုများ သက်သက်သာ ဖြစ်၏၊ တွေ့သိမှုများ မဟုတ် ပေ။

ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို လေ့လာကြည့်မည်ဆိုလျှင် သံသရာ၌ တဝဲလည် လည်ဖြစ်ခြင်းတည်းဟူသော ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ လွတ်မြောက်ရေးနှင့် မည်သို့မျှ ပတ်သက်ခြင်းမရှိသည့် မေးခွန်းများ (ဝါ) မေးမြန်းချက်များကို ဗုဒ္ဓက ဖြေကြား ခြင်းမပြုဘဲ ရှောင်ရှားသွားသော သာဓကအများအပြားတွေ့ရ၏၊ ဗုဒ္ဓဝါဒကို လေ့လာကြကုန်သော အနောက်နိုင်ငံသားတို့သည် ဤမည်သော "နှုတ်ဆိတ်

http://www.dhammadownload.com

မှုများ”ကြောင့် အခက်အခဲတွေ့ကြရသည့်အပြင် ယင်းတို့နှင့်ပတ်သက်၍ ဝေဖန်ခြင်းလည်း ပြုကြ၏။

ယင်းတို့အား ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့က လက်ခံကြသော်လည်း သဘောမပေါက်သူများအတွက်မူ အယူအဆလွဲမှားသွားနိုင်ပေသည်၊ တမလွန်နှင့် ပတ်သက်၍လည်း ပြဿနာဖြစ်နိုင်ပေသည်၊ အခြားတစ်ဖက်၌ သတ္တဝါတို့၏ ဖွဲ့စည်းဖြစ်ပေါ်ပုံကို ကိုယ်တိုင်လေ့လာ တွေ့ကြုံထားခြင်း မရှိသူများအတွက် အဖြေတစ်ခုခုကို ရသွားပြန်လျှင်လည်း အကျိုးဆက်အဖြစ် အဓိပ္ပာယ်ရှင်းလင်းဖွင့်ဆိုချက် အမျိုးမျိုးထွက်ပေါ်လာနိုင်ပေရာ ဆန့်ကျင်မှုများနှင့် အယူအဆကွဲလွဲ မှုများကို ထိပ်တိုက်တိုးနိုင်၏။

သို့သော် နှုတ်ဆိတ်မှုကို အကြောင်းပြု၍လည်း သဘောမပေါက်မှု ဖြစ်ရပြန်သည်သာတည်း။

အထက်ပါအတိုင်း သိရှိရန် မလိုအပ်သည့်အချက်များ (ဝါ) ကိုယ့်ကိစ္စမဟုတ်သည့် အရာများအား စပ်စုခြင်းကို အားမပေးသည်မှာ ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမများအနက် အဓိကအကျဆုံးသော အချက်တစ်ရပ် ဖြစ်တန်ရာ၏၊ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓ၏တပည့်သာဝကတို့သည်လည်း ထိုနည်းအတိုင်း ကျင့်သုံးကြလျက် နက်နဲသည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဖြစ်မှန်များကို ရှင်းလင်း ပြောကြားခြင်း မပြုလိုကြပေ။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ (ဝါ) ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဖြစ်မှန်များ ဟူသည်မှာလည်း သူများပြောပြသည်ကို နားထောင်ရုံမျှနှင့် မသိနိုင်တန်ရာ၊ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျနားလည်သဘောပေါက် အသိအမှတ်ပြုနိုင်ရန် အထူးလိုအပ်မည်သာ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဆရာတော်တို့သည် သံသရာလည်ခြင်း ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်းနှင့် တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်မှု မရှိသည့် အကြောင်းအရာများပေါ်တွင် အချိန်ကုန် လူပန်းခံကာ စဉ်းစားခြင်း, ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်းတို့ကို ခွင့်မပြုလို။

http://www.dhammadownload.com

စင်စစ်အားဖြင့်တော့လည်း ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်တိုင်းသည် အယူဝါဒ တစ်ရပ်ကို အမျိုးမျိုး အဓိပ္ပာယ် ကောက်ယူနားလည်ခြင်းမှ အကြောင်းပြု ထွက်ပေါ်လာလေ့ရှိသော အပြင်းအထန် ငြင်းခုံမှုများ၊ ပဋိပက္ခများစသည့် သဘောကွဲလွဲမှုတို့ကို ရှောင်ကြဉ်လိုလျှင် အနက်နဲဆုံးသော စိတ်ဝိညာဉ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ အမှန်တရားတို့ကို မထုတ်ဖော်ပဲထားခြင်း သို့မဟုတ် အသွင်သဏ္ဍာန် တစ်မျိုးဖြင့် တင်ပြခြင်းဟု ဆိုအပ်သည့်ဝါဒလမ်းစဉ်ကို ဆုပ်ကိုင်ကျင့်သုံးရမည် သာဖြစ်ပါ၏။

တွေ့သိခံစားရခြင်း မရှိဘဲနှင့် သေချာဟုတ်မှန်ကြောင်း အတည်ပြု လက်ခံ ခြင်းသည် တန်ဖိုးမရှိပေ၊ တွေ့သိပြီးမှ အတည်ပြု လက်ခံခြင်းသည်သာ အဖိုးအနဂ္ဃထိုက်တန်၏။

အယူဝါဒတစ်ရပ်ကို အယူသည်းစွာ အတင်းအကျပ် သက်ဝင်ယုံကြည်ရန် အခိုင်အမာပြဋ္ဌာန်းထားခြင်းဖြင့် အန္တရာယ် ထွက်ပေါ်တတ်ကြောင်း အထူး ပြောဖွယ် မရှိပေ၊ ကမ္ဘာ့သမိုင်းစဉ် တစ်လျှောက်၌ အယူသည်းဘာသာရေး စစ်ပွဲကြီးများ ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည့် သာဓကတို့ကို မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့မြင် နိုင်ပေသည်။

သို့သော်-အယူဝါဒသည် အခြားသော ခေတ်ပြိုင်ဘာသာဝါဒများနှင့် မတူပေ၊ အယူသည်းစွာ လက်ခံယုံကြည်သက်ဝင်ရန် အခိုင်အမာပြဋ္ဌာန်းသည့် ဘာသာတရားမျိုး မဟုတ်ကြောင်းမှာ ထင်ရှားပေါ်လွင်လှပေသည်၊ မိမိ ကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံ အားထုတ်ကြည့်ခြင်းဖြင့်သာ တရားဉာဏ်ရလာနိုင် ကြောင်း၊ ပေါက်ရောက်သိမြင်လာနိုင်ကြောင်း အတိအလင်းထုတ်ဖော်ပြောကြား ထားသော တမူထူးခြားသည့် ဘာသာဝါဒတစ်ရပ်ဖြစ်၏။

မဟာစည်ဆရာတော်အား ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များ ဆွေးနွေးမေး လျှောက်ရသည်မှာ အခက်အခဲတစ်ရပ်ဖြစ်ပုံကို ဆက်လက်တင်ပြပါဦးမည်၊ ကျွန်တော် အားထုတ်နေသည့် တရားနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများ

http://www.dhammadownload.com

ရှိနေကြောင်း၊ တရားအားထုတ်ရာဝယ်ခရီးရောက်စေရန် ယင်းတို့အား သိရန် လိုအပ်ကြောင်းဖြင့် ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် မေးခွန်း အချို့ကို မေးမြန်းလျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော် သိလိုသော အချက်များကား အခြားမဟုတ်ပေ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တို့သည် နားလည်သဘောပေါက်ထားသော (၁)စိတ်၏သဘာဝနှင့် စိတ်နှင့် ရုပ်ခန္ဓာ ဆက်သွယ်ပုံ၊ (၂)အနတ္တဝါဒ၊ (ယင်းအား အသက်ဝိညာဉ်ကို ငြင်းပယ် သော (ဝါ) လက်မခံသော ဝါဒအဖြစ် ကျွန်တော် နားလည်သဘောပေါက် ထားပါသည်၊ (၃)ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ သေပြီးနောက် ပြန်ဖြစ်ခြင်း၊ (ဝါ) သံသရာလည်ခြင်း အယူအဆ၊ (၄)စိတ်နှင့်အချိန် ဆက်သွယ်ပုံတို့ဖြစ်ကြ၏၊ ယင်းတို့အနက်မှ အချက်နစ်ရပ်အတွက်မှု ရှင်းလင်းစွာ သိခွင့်မကြုံခဲ့ပေ။

တရားအားထုတ်မှုကို အနှောင့်အယှက် မဖြစ်စေဘဲ ကျွန်တော်လက်ခံ သဘောပေါက်နိုင်ဖွယ်ရှိသည့် အချက်အချို့ကိုမူ ရှင်းလင်းမိန့်ကြားရန် မဟာ စည်ဆရာတော် ဆုံးဖြတ်ကြောင်း သိရသည့်အလျောက် ကျွန်တော်သည် မေးခွန်းများကို တစ်ပြိုင်နက်တည်း မဟုတ်ဘဲ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ လီ၍ တစ် ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် မေးလျှောက်ခြင်း ပြုခဲ့ပါ၏။

နောင်အခါ၌ ကျွန်တော်သည် ဆရာတော်၏ အဖြေများကို ပြန်လည်စဉ်း စားသုံးသပ်ခြင်း ပြုခဲ့သည်ဆိုရာ၌ တရားအလုပ် အားထုတ်မှုမှ ရရှိခဲ့သည့် အကျိုးတရားများမပါလျှင် မဖြစ်နိုင်ပါ၊ တရားအားထုတ်ခြင်းဖြင့် ရရှိခဲ့သည့် အကျိုးတရားတို့၏ အကူအညီကို ရယူလျက် တစ်နည်းပြောရလျှင် ယင်းတို့ကို အားပြုကာ စဉ်းစားသုံးသပ်ခဲ့ရပါ၏။

ထို့ကြောင့်လည်း ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့၏ အတွေးအခေါ်နှင့် သဟဇာတ ဖြစ်ဖွယ် ရှိမယ်ဟု ယုံကြည်ရသည့်အပြင် အနောက်တိုင်း စာပေများထဲတွင်လည်း ယခုအချိန်အထိ ကျွန်တော်မတွေ့ဖူးသေးသော နည်းလမ်းမျိုးဖြင့် "စိတ်နှင့် အချိန်"အပေါ်တွင် သဘောပေါက် နားလည်လာပါသည်၊ ဤသည်မှာ

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မဟုတ်သူတစ်ယောက်အတွက် အနတ္တဝါဒ၏ အရေးအကြီးဆုံး အချက် (ဝါ) အဓိပ္ပာယ်စစ် အဓိပ္ပာယ်မှန်ကို လိုရင်းရောက်အောင် အကျဉ်း ချုပ်ဖော်ပြမှုတစ်ရပ် ဖြစ်သင့်ကြောင်းဖြင့်လည်း ယုံကြည်ပါသည်။

တစ်နည်းပြောရမည် ဆိုပါလျှင် အချိန်ကာလနှင့် ပတ်သက်သည့် သဘော ထား အသစ်အဆန်း တစ်ရပ်ကို အဓိပ္ပာယ်ရှင်းလင်း ဖွင့်ဆိုရန် ကြိုးပမ်းအား ထုတ်ချက် တစ်ရပ်ဟူ၍လည်း ဆိုနိုင်ပါသည်။

ဤအခန်းမှာသာမက လာမည့်အခန်းများတွင်လည်း အဆိုပါ အကြောင်း အရာကို တင်ပြဆွေးနွေးမည် ဖြစ်ပါသည်

အနတ္တဝါဒသည် ဗုဒ္ဓအယူဝါဒ၏ အဓိကမဏ္ဍိုင်ဖြစ်ပြီး အထူးတလည် လည်း ခက်ခဲနက်နဲလှပေသည်၊ သတ္တဝါတို့၏ ပုဂ္ဂိုလ်ပိုင်းဆိုင်ရာအချက်တို့ကို အနောက်နိုင်ငံသားတို့ မူလဘူတအားဖြင့် လက်ခံသဘောပေါက်ထားပုံနှင့် လုံးဝမတူဘဲ တစ်မူကွဲစွာ ဖော်ပြဖွင့်ဆိုသည့် ဝါဒပင် ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့အတွက် ပထဝီမြေကြီးသည် ခြေထောက်အောက်၌ အစိုင် အခဲအဖြစ် တည်ရှိနေသကဲ့သို့ ထို့အတူ ဖြစ်တည်နေသော မိမိတို့၏ တည်ရှိ မှုကို ထိရောက်စွာ ဖယ်ရှား၍ ရှုမြင်သုံးသပ်နိုင်ခြင်းသည် အနတ္တဝါဒပင်တည်း။

ဤသို့သဘောပေါက် ခံယူနိုင်ရန်မှာ လွယ်ကူလှသည်တော့ မဟုတ်ပါချေ၊ အသက်အရွယ်နုနယ်သော အခြားဘာသာဝင်တစ်ဦးတစ်ယောက်အဖို့ အခြား သော တစ်စုံတစ်ခုသာရှိနေပြီး ခန္ဓာဟူသည်မှာမူ အမှန်တကယ်အားဖြင့် မရှိဟု လက်ခံယုံကြည်လာသည့် အခြေအနေသို့ ဆိုက်ရောက်ရန်အချိန်များစွာ ကြာညောင်းမည်ဖြစ်၏။

သူ့အတွက် ကလေးဘဝမှလူကြီးဘဝသို့ ရောက်လာသည့် နှစ်ကာလများ အတွင်း ခန္ဓာသည်သာ အဓိက၊ ခန္ဓာသည်သာ အချုပ်အခြာဖြစ်ခဲ့သည်၊ သူ၏စိတ်ကို လှုပ်ရှားစေသော အလှအပများကိုလည်း စက္ခုသောတစသော အာရုံများမှတစ်ဆင့် လက်ခံရရှိသည်၊ ရုပ်လောကသည် ထင်ရှားသည်၊ လွှမ်းမိုး

http://www.dhammadownload.com

သည်၊ ကျေနပ်နှစ်သက်စရာကောင်းသည်၊ ထို့ကြောင့် သူသည် ရုပ်လောက၏နောက်ကွယ်၌ တစ်စုံတစ်ခုရှိနေကြောင်းဖြင့် မည်သည့်အတွက် ယူဆသင့်ပါသနည်း၊ ထိုတစ်စုံတစ်ခုသည် မြင်လို့လည်းမရ၊ စိတ်ကူးစူးစမ်းကြည့်လို့လည်းမရ။

အခြားတစ်ဖက်၌လည်း တစ်ချိန်တည်း တစ်ပြိုင်တည်းဆိုသလို ကျွန်တော်တို့၏ အဇ္ဈတ္တသန္တာန်က ကျွန်တော်တို့အား တိုက်တွန်းလျက် ရှိပြန်ချေသည်။

မည်သည်ကို တိုက်တွန်းနေပါသနည်း။

အခြားမဟုတ်ပေ။

ကျွန်တော်တို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်၌ အစိုင်လိုက် အခဲလိုက် တည်ရှိနေသော တွေ့မြင်နိုင်သည့် ပထဝီမြေကြီးတည်းဟူသော ရုပ်တရားထက်သာလွန်၍ လေးလည်းလေးနက်သော သိမ်လည်းသိမ်မွေ့သော တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းအရာကို ယုံကြည်လက်ခံရန် တိုက်တွန်းလှုံ့ဆော်နေခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

တစ်နည်းပြောရလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ ဝန်းကျင်ရှိ ရုပ်ဝတ္ထုများ၏ နိယာမအတိုင်း မိမိတို့သည်လည်း အချိန်အခါအားလျော်စွာသာ ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိနေခြင်းဖြစ်သည်၊ အမြဲတည်မနေနိုင်၊ အနေးနှင့် အမြန်ပျောက်ပျက်သွားရမည်သာဖြစ်သည်ဟူသော အသိကို သတ္တဝါတို့၏ ထုံးစံအတိုင်း ပယ်ရှားထားလိုသည့် ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်လာဖွယ်ရှိ၏။

အမှန်မှာ မိမိတို့၏ ဦးတည်ချက်မဲ့စွာ တည်ရှိမှုနှင့် လုံခြုံမှုကင်းခြင်းအတွက် စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပါ၏၊ ဤသို့ဖြင့် လူသားတို့၏ ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အယူအဆသည် ရုပ်တရားတည်းဟူသော အဖုံးအအုပ်ထဲမှ တဖြည်းဖြည်းစိမ့်၍ ဖြစ်ပေါ်လာတော့၏၊ မလုံခြုံသည့် အာမခံချက် ကင်းမဲ့သည့် အနေအထားတွင် ရှိနေခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့နေသည့် အဖြစ်ကြောင့်လည်းကောင်း ယင်းအယူအဆ ပေါက်ဖွားလာခြင်းပင်ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

လူသားတို့၌ အထက်ပါ ခံစားချက်မျိုးများဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကြောင်းကို ကြိုတင်ခန့်မှန်းမိသည့်အတိုင်း အတ္တဝါဒကို လက်ခံကြကုန်သော အခြားဘာသာတို့သည် ဝိညာဉ်ကို မည်သည့်အခါမှ မပျက်ပြုန်းနိုင်သည့် အမြဲတရားအဖြစ် ဖော်ဆောင်ပေးခြင်း ပြုခဲ့ပေသည်။

ဤသို့ အတ္တဝါဒကို ယုံကြည်လိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် လူသားတို့ အနေဖြင့် အာမခံချက်မရှိဘဲ စိုးရိမ်အားငယ်နေရသည့်အဖြစ်မှ လွတ်မြောက်ရေး လမ်းပွင့်လာဘိသကဲ့သို့ ဖြစ်သွားသည်၊ အကောင်အထည်မရှိ၊ လက်ဆုပ်လက်ကိုင် မရှိသော အယူအဆတစ်ရပ် ဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ လက်ခံနိုင်ရန် ခဲယဉ်းလှသော်လည်း ဘိုးဘေးဘီဘင်များမှစ၍ စွဲယူခဲ့ကြသောကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည်လည်း စူးစမ်းခြင်း၊ ဆင်ခြင်ခြင်း၊ သက်သေထုတ်ကြည့်ခြင်းများ ပြုလုပ်ကြည့်ရန် ကြိုးပမ်းမနေကြတော့ဘဲ အတ္တဝိညာဉ် အရှိတရားကို မှန်ကန်သော အယူအဆတစ်ရပ်အဖြစ် လက်ခံကြရတော့၏။

ဝိညာဉ်ဝါဒီ ဆရာသမားများကလည်း ကျွန်တော်တို့ကို ထိုသို့ ယုံကြည်လက်ခံအောင် အားပေးလှုံ့ဆော်ခြင်း ပြုကြသည်၊ မည်သည့်အတွေ့အကြုံကိုမျှ မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့သိရသည်တော့ မဟုတ်ဘဲနှင့် ကျွန်တော်တို့သည် အတ္တဝိညာဉ်ကို လိုလားနှစ်သက်စရာကောင်းသော အဖော်သဟဲတစ်ယောက်အဖြစ် သတ်မှတ်ယုံကြည်ရတော့၏။

ယုံကြည်ချက် ခိုင်မြဲလာသည်နှင့်အမျှ လူသားအတ္တဝါဒီတို့၏ စိတ်ထဲတွင် အာမခံချက်တစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ မိမိတို့ တည်ရှိနေကြသည်မှာ သေပျောက်တတ်သော ကိုယ်ကာယအတ္တဘောချည်း သက်သက်မဟုတ်ဘဲ ဘယ်တော့မှ မသေနိုင် မပျောက်နိုင်သည့် "အတ္တဝိညာဉ်"ရှိနေသေးသည်ဟု ခံယူလာသောအခါ၌ တည်မြဲမှုကို တပ်မက်သော လူသားတို့သည် ကျေနပ်အားတက်သွားကြ၏၊ ကနဦးက ကြောက်ရွံ့စိုးရိမ်နေမှု ကလေးလည်း လွင့်စင်ပျောက်ပျက်သွား၏။

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာမှအပ အခြားဘာသာများစွာတို့သည် ဤနည်းအားဖြင့် အတ္တဝိညာဉ်ကို အခိုင်အမာ ယုံကြည်လက်ခံကြလေသည်၊ အသက်, ဇီဝ, ဝိညာဉ် သို့မဟုတ် လိပ်ပြာသည် ရုပ်၏ အတွင်းပိုင်းဆိုင်ရာ အတွဲအဖက်တစ်ခု ပမာ ဖြစ်လာသည်။

အထက်ပါအတိုင်း အစဉ်အလာ ဓမ္မတာအားဖြင့် မှတ်ယူခဲ့ကြရာမှ ယခုသော် ကျွန်တော်တို့သည် (သန်းပေါင်းများစွာသော ကမ္ဘာသူ-ကမ္ဘာသားများ လက်ခံသဘောပေါက် ယုံကြည်သည့်) အနတ္တဝါဒနှင့် ရင်ဆိုင်တိုးနေချေပြီ၊ နှစ်သက်ဖွယ် ဖြစ်ရုံမက သိမ်မွေ့မြင့်မြတ်၍ အခြေအမြစ်လည်းရှိသော အနတ္တဝါဒသည် အခြားသော အတ္တဝါဒီတို့၏ တိုက်ခိုက်ခြင်းကိုလည်း ခံနေရ၏။

အနတ္တဝါဒ၏ အလိုအရ အတ္တဝိညာဉ်ဟူသည်မရှိ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါဟူ၍ အခိုင်အမာမရှိ၊ ယင်းကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော့်အား ရှင်းလင်းပြောကြား ရန် ဆရာတော်တို့ နှောင့်နှေးကြန့်ကြာနေသည့်သဘော၊ သို့မဟုတ် ပြောကြားရန် စိတ်အားထက်သန်ခြင်း ကင်းမဲ့သည့် သဘောမျိုးမရှိပေ၊ ဤသို့ဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် လူသတ္တဝါတို့၏ ဖြစ်တည်မှုကို အခြေခံ အချက် သုံးချက်ပေါ်တွင် မူတည်ယုံကြည်ကြကြောင်း နားလည်သဘောပေါက် ခွင့်ရခဲ့၏။

ထိုအရာသုံးခုကား ဆင်းရဲခြင်း သဘောဖြစ်သော ဒုက္ခ၊ မမြဲသည့်သဘော အနိစ္စနှင့် အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟူ၍ မရှိသည့်သဘော အနတ္တ တရားများပင် ဖြစ်ကြ၏၊ သက်ဆိုင်ရာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့က ကျွန်တော့်အား ဤတရား သုံးပါးကို မမေ့လျော့ရန်လည်း အမြဲမပြတ် သတိပေးလေ့ရှိကြလေသည်၊ လက္ခဏာရေးတရားသုံးပါးကို ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ၌ အစဉ် ကိန်းနေစေလိုသည်မှာ သက်ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဆန္ဒပင်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်သည်လည်း နေ့စဉ် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းလေ့ရှိသည့်အတိုင်း ယင်းတရားသည် ကျွန်တော်နှင့် ကျွမ်းဝင်ရင်းနှီးလာကြသည်ဖြစ်ရာ အယူအဆ

10A

http://www.dhammadownload.com

သစ် အတွေးသစ်များကိုလည်း ရရှိခဲ့ပါသည်၊ ဆရာတော်များကဖြစ်စေ၊ ဦးဖေသင်ကဖြစ်စေ ဗုဒ္ဓအယူအဆနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ကျွန်တော်က တောင်းဆို ပန်ကြားခြင်းမပြုဘဲ ရည်ညွှန်းပြောကြားသည်မှာလည်း ဤတရားသုံးပါးသာ အဓိကအားဖြင့်ရှိ၏။

ဒုက္ခနှင့် အနိစ္စတို့ကို သဘောပေါက်အောင် ဆင်ခြင်ရသည်မှာ မခဲယဉ်းလှ၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်တော်တို့ အနောက်နိုင်ငံသားများအနေဖြင့် ဒုက္ခကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ သဘောပေါက်ထားသော ပုံစံဖြင့် နားလည်လက်ခံ လက်ခံထားခြင်း မရှိလင့်ကစား အတွေ့အကြုံအရ ထိုအယူအဆသည် မှန်တာ ကြောင်း၊ လက်ခံနိုင်ဖွယ်ရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုနိုင်ပါသည်။

"အရာခပ်သိမ်း မမြဲ" ဟူသော အယူအဆသည်လည်း ငြင်းခုံစရာ မလိုသော ခံယူချက်တစ်ရပ်ပင်ဖြစ်သည်ဟု သဘောရပါသည်၊ ယင်းသို့ သက်ဝင်ယုံကြည်နိုင်ရန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်မှ မဟုတ်ပါ။

သို့သော် အနတ္တသို့ ရောက်လာသောအခါ၌ကား ကျွန်တော်သည် အခက် အခဲ အကျပ်အတည်းနှင့် ရင်ဆိုင်တိုးပါတော့သည်။

ကျွန်တော်သည် အသက်ငယ်ငယ်ကတည်းကပင် ဟိန္ဒူယုံကြည်ချက်များ နှင့် ရင်းနှီးခဲ့ပါသည်၊ ဤယုံကြည်ချက်သည် ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်တိုင်ကျွမ်းကျင်နှံ့ စပ်ခဲ့ဖွယ်ရှိသော ရှေးခေတ်ပြဟ္မဏဝါဒ၌ 'ငါ'(အတ္တ)သည် ပင်မဖြစ်သည်၊ မဏ္ဍိုင်ဖြစ်သည်၊ ထိုမည်သော 'ငါ'ကို ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အညစ်အကြေးများက အလွှာလိုက် အထပ်လိုက် ဝိုင်းရံထား၏။

ဖော်ပြပါ အညစ်အကြေးများ (ဝါ)ကိလေသာတရားများ ကုန်ခန်းပျောက် ပျက်ကွယ်သွားအောင် ကျင့်ကြံအားထုတ်သည့် ကျင့်စဉ်တစ်ရပ်လည်းရှိပြီးလျှင် ထိုကျင့်စဉ်အား ယောဂကျင့်စဉ်ဟူ၍ ယခုအခါ၌ နားလည်ထားကြသည်၊ ယောဂကျင့်စဉ်နည်းဖြင့် အားထုတ်မည်ဆိုပါက ကိလေသာတရားများ ခေါင်းပါးသွားပြီးလျှင် 'ငါ'သည် လွတ်မြောက်မှုတစ်ရပ်ကို တွေ့မြင်လာမည်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်သည်။

ယောဂကျင့်စဉ်နှင့် ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့၏ တရားအားထုတ်မှုကို အဓိကခြားနား စေသည့်အချက်ကား အနတ္တအယူအဆပင်တည်း။

ဗုဒ္ဓ၏ အနတ္တဝါဒကို ဆက်လက် စေ့ငုလေ့လာခြင်းမပြုမီ ဟိန္ဒူတို့၏ ယောဂကျင့်စဉ်အကြောင်း အမြွက်မျှ ဖော်ပြသင့်သည်ထင်ပါ၏။

ရာဂျာ ယောဂကျင့်စဉ်သည် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့၌ ပေါင်းစပ် ပါဝင်နေသော အစိတ်အပိုင်းတို့ကို တစ်လွှာစီ တစ်ခုစီ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာကြည့်ခြင်းအား ဖြင့် 'ငါ'ဟု သတ်မှတ်နိုင်သည့်အရာကို ဆန်းစစ်ကြည့်၏၊ ခန္ဓာ၏ အစိတ်အ ပိုင်း အမျိုးမျိုးကို တစ်ခုစီ စတင်လေ့လာ၏။

အကယ်၍ ကျွန်တော်သည် ကျွန်တော်၏ လက်မောင်းကို ဖြတ်ပစ်လိုက် မည်ဆိုပါလျှင် 'ငါ'လျော့ပါးသွားသလား၊ ခြေထောက်များဆုံးရှုံးသွားလျှင် 'ငါ' ထိခိုက်သွားသလား၊ ဤနည်းအတိုင်း ဆက်လက်စဉ်းစားဆင်ခြင်ကြည့် သောအခါ ခန္ဓာ၏ မည်သည့်အစိတ်အပိုင်းမျှ 'ငါ' မဟုတ်ကြောင်း တွေ့သိလာ နိုင်၏။

'ငါ' သည် ယင်း၏အစိတ်အပိုင်းတို့အပေါ် လုံးဝဉသုံ အမှီပြုနေသည် မဟုတ်၊ ထိုနောက်၌ ခံစားမှုများ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများ၊ စိတ်ကူးများကို အထက် ပါနည်းအတိုင်း တစ်ခုစီ တစ်လှည့်စီ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာကြည့်ပြန်ရာ ယင်းတို့ တစ်ခုစီ၌လည်း 'ငါ' ဆိုသည်ကို မတွေ့ရပြန်ချေ။

နောက်ဆုံး၌ ငြိမ်သက်သော ဗဟိုချက်သို့ ဆိုက်ရောက်သွားရာ ထိုအဆင့် သို့ အရောက်၌ ဖော်ပြခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်သော ဂုဏ်အင်္ဂါများနှင့် တည်ရှိနေအပ် သော တရားကို တွေ့မြင် မျက်မှောက်ပြုရလေတော့သည်၊ ဉာဏ်ပညာဖြင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်ကာ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာသုံးသပ်နေရုံမျှဖြင့် ဤအဆင့်သို့ မပေါက်ရောက်နိုင်၊ ဖွဲ့ကောင်းကောင်းဖြင့် မလျော့တမ်း ကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားခြင်း ဖြင့်သာ ဆိုက်ရောက်နိုင်၏။

http://www.dhammadownload.com

ဤနည်းအားဖြင့် 'ငါ' တည်ရှိနေကြောင်းကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီးသော အခါ၌ နောက်တစ်ဆင့်တက်ရန်မှာ အခြားမဟုတ်ပေ၊ ရှာဖွေတွေ့ရှိထားပြီဖြစ်သော 'ငါ' ကို အခြား အခြားသော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့၏ 'ငါ' နှင့် ပေါင်းစပ် ရောနှောသွားသည့်တိုင်အောင် တဖြည်းဖြည်းတိုးချဲ့၍ သွားရမည်ဖြစ်၏၊ ထို့နောက်၌ကား ဖန်ဆင်းနိုင်စွမ်းကို ထင်ရှားပြသသည့်အရာမှန်သမျှ၏ 'ငါ' (ဝါ) ထာဝရ 'ငါ' နှင့် ပေါင်းစပ်မိစေရန် လိုအပ်ပြန်၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ပွားများခြင်း၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ဆင်ခြင်ခြင်းတို့ဖြင့် ရှာဖွေတွေ့ ရှိခဲ့သော ပထမ 'ငါ'သည် ခွဲခြားရေး စိတ်လှည့်စားမှုတစ်ရပ်သာဖြစ်၍ မပြည့် စုံသေးကြောင်းဖြင့် သဘောပေါက်ရမည်ဖြစ်သည်၊ ယင်းသို့ဖြင့် ဆက်လက် ကြိုးစားအားထုတ်မည်ဆိုပါက နောက်ဆုံး၌ ထိုကဲ့သို့ တသီးတခြားဖြစ်နေမှုကို ကျော်လွှန်လာနိုင်မည် ဖြစ်ပြီးလျှင် နေရာတကာ၌ အလိုအလျောက် အစဉ်အမြဲ ရှိနေသော ထာဝရဘုရားသခင်၏ ဝိညာဉ်တော်နှင့် မိမိ၏ ပုဂ္ဂလိကဝိညာဉ်တို့ တစ်လုံးတစ်စည်းတည်း ပေါင်းမိသွားမည်သာဖြစ်၏။

အခြားတစ်ဖက်၌ ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့၏ ခံယူချက်မှာမူ ရှင်းလင်း၏ 'ငါ'မရှိ၊ အတ္တမရှိ၊ ဗုဒ္ဓဘုရားသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားကို ပြဋ္ဌာန်းသတ်မှတ် ရာ၌ ဤမည်သော 'ငါ' မရှိ အတ္တမရှိဟူသည့် အရေးပါ အရာရောက်လှသည့် ပြောင်းလဲမှုတစ်ရပ်ကို မည်သည့်အတွက် သတ်မှတ်ထည့်သွင်းခဲ့ပါသနည်း။

ဗြဟ္မဏတို့၏ ယောဂကျင့်စဉ်၌ 'ငါ' (သို့မဟုတ် အတ္တ)ကို ရှေ့တန်းတင် အမွှမ်းတင်လွှန်းအားကြီးနေသည့်အလျောက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ပါသလော၊ ယင်း 'ငါ'သည် ရှေ့သို့ တိုးတက်ရေးအတွက် အနှောင့်အယှက် အတားအဆီးများ ဖြစ်နေပါသလော။

အဖြေသည် မည်သည့်ပုံစံဖြင့်ပင် ထွက်ပေါ်လာသည် ဖြစ်စေ ဗုဒ္ဓဝါဒီများ အနေနှင့် အထူးလိုအပ်သည့် အချက်ကား 'ငါ' မရှိခြင်း၊ အတ္တမရှိခြင်းကို မိမိတို့ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ လေ့လာတွေ့ရှိကာ သဘောပေါက်နားလည်လာ

http://www.dhammadownload.com

ရန်ပင်တည်း။

ခုလို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်းမရှိလျှင် ဗုဒ္ဓဝါဒီစစ်စစ် မဖြစ်နိုင်။

ဤသို့ မိမိကိုယ်တိုင်တွေ့သိနားလည်လာသောအခါတွင်လည်း အခြားသော အခက်အခဲများ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်၏။ ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့သည် ဗြဟ္မဏများကဲ့သို့ပင် သေပြီးနောက် ပြန်လည်ဖြစ်ခြင်း (ဝါ)ဘဝသစ်ဖြစ်ခြင်းကိုမူ ယုံကြည်လက်ခံ၏၊ တစ်စုံတစ်ယောက် ကွယ်လွန်သောအခါ၌ သူ၏ ဝိညာဉ်သည် ရုပ်ဝတ္ထုအကျဉ်းထောင်တည်းဟူသော ခန္ဓာထဲမှ ထွက်မြောက်သွားသည်ဟု မှတ်ယူကြ၏။

'ငါ' မရှိ အတ္တမရှိလျှင် မည်သည့်အရာသည် ဘဝသစ်၌ တစ်ဖန်ထပ်မံဖြစ်သနည်း၊ (ဝါ) မွေးဖွားသနည်း။

ပိုမိုအဓိပ္ပာယ်ပြည့်ဝစစ်မှန်သော အဖြစ်သို့ ဆိုက်ရောက်ပြီးသကာလနောက်ဆုံး၌ (သံသရာမှ) လွတ်မြောက်သည့်အထိ ခရီးဆက်မည့် 'ငါ' မရှိလျှင် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်း၏ အဓိကအချက် (ဝါ) ရည်ရွယ်ချက်ကား အဘယ်နည်း။

ကျွန်တော်သည် ဤမေးခွန်းတို့ကို မဟာစည်ဆရာတော်ထံတွင် တင်ပြလျှောက်ထားခြင်းပြုပါသည်။ သို့သော် ပြီးခဲ့သောအခန်းများ၌ ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ဆရာတော်က အောက်ပါအတိုင်းသာ မိန့်ကြားခဲ့လေသည်။

"အလျှော့မပေးဘဲ သန္နိဋ္ဌာန် ပြင်းပြင်းပြပြနဲ့ ဆက်လက် တရားအားထုတ်ရင် ဒီအကြောင်းအရာတွေအားလုံးကို ဒကာကြီးကိုယ်တိုင် နားလည်သဘောပေါက်လာပါလိမ့်မယ်"

သို့သော် နားလည်သဘောပေါက်လာအောင် ရှင်းလင်းပြောပြခြင်း မပြုသဖြင့် ယင်းအချက်ကို ကျွန်တော် လက်ခံနိုင်ခြင်း၊ ရှင်းလင်းစွာ နားလည်ခြင်း မရှိသေးပေ။

ထို့ကြောင့် ကြိုးစားတရားအားထုတ်၍ ဉာဏ်အလင်း မရမချင်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့်ဆိုသော် တရားသဘောကို ပေါက်ရောက်သိမြင်ခြင်း မရှိမီအချိန်အတွင်း

http://www.dhammadownload.com

၌ "အနတ္တ"တွေ၏အကြား၌ မိမိကို "အတ္တ"ကောင်အဖြစ် လက်ခံခွင့်ပြုထား ရှိတော်မူပါရန် ဆရာတော်အား တောင်းပန်လျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။

ဤစကားစုသည် ကျွန်တော်တို့အတွက် ရယ်ရွှင်ဖွယ်တစ်ခုပင် ဖြစ်လာ၏။

ညနေပိုင်းများ၌ တရားစစ်ဆေးခြင်း ခံယူရန် သွားသောအခါတွင် ကျွန်တော့်အား ဤသို့ မကြာခဏမေးလေ့ရှိလေသည်။

"ဘယ့်နှယ်တုံး၊ ဒီနေ့လဲ အတ္တပဲလား"

ကျွန်တော်သည် သာသနာ့ရိပ်သာတွင် တရားအားထုတ်နေစဉ် နေ့ရက်များအတွင်းက ထိုကိစ္စကို လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားနိုင်စွမ်းမရှိခဲ့သော်လည်း နောက်ပိုင်း၌မူ တဖြည်းဖြည်း စဉ်းစားသဘောပေါက်လာပါသည်၊ ထိုစဉ်က ကျွန်တော် နားလည်သဘောပေါက်ထားခဲ့ပုံမှာ လေးနက်ရင့်ကျက်သော ဗုဒ္ဓဝါဒဆိုင်ရာ ခံယူချက်များနှင့် ထိုက်တန်လောက်အောင် အဆင့်အတန်း မြင့်မားခြင်းမရှိခဲ့ပေ။

သူ-ငါသည့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါနှင့် စကြဝဠာ၏ နောက်ကွယ်ရှိ တန်ခိုးတော်၏အကြား၌ ဆက်သွယ်မှုတစ်ရပ် ရှိရမည့်အပြင် ထိုဆက်သွယ်မှုကို ကြည့်ရှုတွေ့မြင်နိုင်သည့် နည်းလမ်းတစ်ခုလည်း မလွဲမသွေရှိရမည်ဟု ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ၀ယ် ခံစားမိခဲ့ပါသည်၊ ဤအချက်ကို သဘောပေါက်လာသောအခါမှသာ အခြားဘာသာတရားများ၏ အရေးအကြီးဆုံး အခြေခံယုံကြည်ချက်နှင့် ဗုဒ္ဓဝါဒ၏ အခြေခံယုံကြည်ချက်တို့ မည်သည့်အတွက် မတူကြကြောင်း နားလည်မည်ဖြစ်၏။

အတ္တဝိညာဉ်မရှိ၊ ဖန်ဆင်းရှင်မရှိ။

မှန်ပါသည်၊ အဖျက်သဘောသို့သာ စင်စစ်ကေန် ညွှန်းဆိုဖွယ်ရှိမည် ဆိုပါလျှင် ထိုအယူအဆတစ်ရပ်ကို လေးလေးနက်နက် တွေးခေါ်မြော်မြင်သော ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားသန်းပေါင်းများစွာတို့သည် လက်ခံနိုင်စရာမရှိပေ။

အခြား တစ်ဖက်မှ စဉ်စားကြည့်ပြန်တော့လည်း ယင်းစာပိုဒ်၏ အဓိပ္ပာယ်

http://www.dhammadownload.com

သည် ကျွန်တော် နားလည်သဘောပေါက်သလို ဟုတ်ချင်မှဟုတ်ပေလိမ့်မည်၊ စကားလုံးအသုံးအနှုန်းများဟူသည် အလွန်ကြောက်စရာကောင်းသည့် အဖြစ်သို့လည်း ရောက်သွားနိုင်သည်၊ တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့လူသားများ စကားမပြောတတ်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပေလိမ့်မည်၊ အဘယ့်ကြောင့်နည်းဆိုလျှင် ထိုအခါမှသာ သဘောမပေါက်မှုတွေ၊ အယူအဆကွဲလွဲမှုတွေ၊ နားလည်မှုလွဲမှားမှုတွေ အများကြီး လျော့နည်းသွားပေလိမ့်မည်။

ဘာသာစကားကြောင့် လူ့ယဉ်ကျေးမှု တိုးတက်လာသည် ဆိုရာ၌ ကောင်းတာရှိသလို မကောင်းတာလည်း ရှိလေသည်၊ ဘာသာစကားဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဆိုးကျိုးများအနက် အဆိုးတကာ့ အဆိုးဆုံးမှာမူ ဘာသာစကားအား ဆက်သွယ်ရေး ကိရိယာအဖြစ် အသုံးပြုလျက် နက်နဲသည့် အတွေးအခေါ်များကို လူတစ်ယောက်မှတစ်ယောက်သို့ အတိအကျ ဖြန့်ဝေကူးပြောင်းပေးရန် ဖြစ်နိုင်သည်ဟု ယုံကြည်ခြင်းပင်ဖြစ်၏၊ စိတ်ဝမ်းကွဲပြားမှုများကို ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်စေရာ၌ ဤယုံကြည်ချက်ထက် ပိုမိုကြီးမားသော အချင်းအရာမရှိတော့ပေ။

မည်သည့်လူမျိုးနှစ်မျိုးမျှ တစ်ခုတည်းသော ဘာသာစကားကို မပြောပေ၊ ကိုယ်ပိုင်ဘာသာစကား သီးခြားရှိ၏၊ ဘုရားသခင်၊ အသက်ဝိညာဉ် စိတ်ဝိညာဉ်စသည့် မိမိတို့နှင့်ထိတွေ့နေကျမဟုတ်သော စကားလုံး အသုံးအနှုန်းများကို အသုံးပြုလျက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စများကို ပြောကြားဆွေးနွေးကြသောအခါ၌ တစ်ခုတည်းသော စကားလုံးအသုံးအနှုန်းကိုပင်လျှင် လူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူနားလည် ဖွင့်ဆိုပုံချင်း မတူချေ၊ အယူအဆချင်း များစွာခြားနားလေ့ရှိပေသည်။

ဖော်ပြပါ စကားလုံးအသုံးအနှုန်းများ၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်ပေါ်လွင်ရေးအတွက် အခြားအခြားသော စကားလုံးများကို သုံး၍ ရှင်းလင်းပြောကြားရန် အခြေအနေဖြစ်ပေါ်လာမည်မှာ မလွဲပေ၊ ထိုအခါ၌လည်း ယင်းသို့ ဆွဲသွင်းကာ

http://www.dhammadownload.com

ရှင်းလင်းရာတွင် အားကိုးပြုရသော အဆိုပါ အခြား အခြားသောစကားလုံးများပေါ်၌လည်း နားလည်သဘောပေါက်ပုံချင်းမတူဘဲ ရှိတတ်ပြန်ပေသည်။

ကျွန်တော်တို့ထဲမှ အများစုသည် ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စကားလုံးများကို အခြေခံအားဖြင့် နားလည်သဘောပေါက်ကြရာ၌ ငယ်စဉ်တောင်ကျေး ကလေးဘဝက ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်သန္တာန်ဝယ် စွဲမြဲခဲ့သော စိတ်ကူးယဉ်သဏ္ဌာန်များ၊ ရုပ်လုံးရုပ်ပုံများနှင့် ယခုထက်တိုင်အောင် ဆက်စပ်စွဲမှတ်လျက်ပင် ရှိကြ၏၊ အသက်ဝိညာဉ်ဟူသည့် စကားလုံးကို စဉ်းစားမိလိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်မျက်စိထဲတွင် ဝတ်ရုံဖြူဖြူဖားဖားကြီးဝတ်ထားသည့် အတောင်ပံကြီးနှစ်ခုနှင့် နိမိတ်ပုံတစ်ရပ် ထင်ပေါ်လာလေ့ရှိလေသည်။

အတ္တဝိညာဉ်ရှိသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ထိုဝိညာဉ်ကို ဖန်ဆင်းပြုလုပ်သူရှိသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ မှတ်ယူသည့်အယူအဆကိုလက်မခံဘဲ မျက်ကွယ်ပြုခြင်းသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အား နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာခရီးပန်းတိုင်သို့အရောက် ကူညီပို့ဆောင်ပေးနိုင်ကြောင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ယုံကြည်လက်ခံကြ၏၊ ဗုဒ္ဓသည် အတ္တအယူအဆဖြစ်သည့် 'ငါ' စွဲဝါဒနှင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါရှိနေသည်ဟု အထင်အမြင်လွဲမှားမှုကို အပြင်းအထန် တိုက်ခိုက်ရှုတ်ချ၏။

'ငါ'ဟူ၍ တသီးတခြားရှိနေသည်ဟု ထင်မြင်ခြင်းကို ပယ်ဖျောက်ရန် (ဝါ) သက္ကာယဒိဋ္ဌိကင်းစင်အောင် လုပ်ဆောင်ရန်မှာလည်း အခြားနည်းလမ်းမရှိဘဲ ထိုအယူမှားလွှင့်စင် ပျောက်ပျက်သွားအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်သည့် မိမိ၏တွေ့သိမှုကို တိုးပွားရင့်ကျက်လာစေရမည်သာဖြစ်ပါ၏၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိအယူကို လက်ခံသိမ်းပိုက်ခြင်း၊ တစ်နည်းပြောရလျှင် 'ငါ'ဟူ၍ တစ်နည်းတလမ်းအားဖြင့် စွဲလမ်းခြင်းတို့သည် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရရှိရေးအတွက် ကြီးမားသော အဟန့်အတားများဖြစ်ကြကြောင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့လက်ခံယုံကြည်ကြ၏၊ လူနှင့်အသိပညာအမြော်အမြင်တရား၏အကြားတွင်

http://www.dhammadownload.com

မည်သည့်အရာကိုမျှ ကြားဝင်ခိုခွင့်မပြုသင့်သည့်အပြင် ဆင်းရဲခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းလွတ်မြောက်ရေး နည်းလည်းကိုလည်း မည်သည့်အရာကမျှ ဖုံးကွယ်ထားခွင့် မရှိသင့်ပါချေ။

အတ္တစွဲ 'ငါ'စွဲ အကြွင်းမဲ့ ပပျောက်ကင်းစင်သွားရန်မှာ အရေးအကြီးဆုံး အချက်ပင်တည်း၊ ယာယီသဘောမျှသာဖြစ်သော တကယ်မဟုတ်သော ပညတ်တို့ကို အမှန်တကယ်ဟု အထင်အမြင် လွဲမှားလျက် အတ္တစွဲ 'ငါ'စွဲမှတ်လိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကွင်းဆက်အဖြစ် မဟုတ်မမှန်သည်တို့ကို အဟုတ်အမှန်ဟူ၍ ထင်မှားလာတော့၏၊ ငါပဲ သူပဲ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါပဲဟုလည်း ခွဲခြားသည့်အမြင်များ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာ၏။

စည်းကမ်းရှိအောင် ပြုပြင်လေ့ကျင့်ပေးရာ နည်းနာနိဿယတစ်စုံတစ်ခု၌ ကျက်စားအပ်သော စိတ်ဓာတ်၏ အခြေအနေ တိုးတက်လာခြင်းသည် ကျွန်တော်တို့အတွက် ကောင်းသော လက္ခဏာတစ်ရပ်ပင်ဖြစ်၏၊ ဂိုဏ်းဂဏစွဲ ကွဲပြား ခြားနားနေသည့်အဖြစ်မှ ဂိုဏ်းဂဏစွဲ ကင်းမဲ့သည့် အဆင့်သို့ တိုးတက်လာမည့် သဘောဟု ယူဆအပ်၏။

စကားအသုံးအနှုန်းအရ ဘယ်လိုပင်ခေါ်ဝေါ်သမုတ်သည်ဖြစ်စေ ဤမည်သော နောက်ဆုံးပန်းတိုင်သို့ ဆိုက်ရောက်ရန်မှာ မိမိကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံအားထုတ်တွေ့သိသည့် အတွေ့သစ် အသိသစ်တစ်ခုဖြစ်ပေါ်သစ်ထွန်းလာဖို့ အရေးအကြီးဆုံးပင်ဖြစ်၏။

အထက်ပါအတိုင်း သိမြင်လာနိုင်ရန် စကားလုံးအားဖြင့် သင်ပြနေ၍ မရချေ၊ ကိုယ်တွေ့ကြုံအောင် ကိုယ်တိုင်အားထုတ်မှသာ ရနိုင်၏၊ ထိုအခါမှသာ ကိုယ်တိုင်တွေ့၊ ကိုယ်တိုင်သိလည်းဖြစ်ပေမည်၊ ဤသို့ကိုယ်တိုင်တွေ့ ကိုယ်တိုင်သိသည့် အခြေအနေသို့ ဆိုက်ရောက်နိုင်စိမ့်သောငှာ မိမိချမှတ်ထားသော လမ်းစဉ်အတိုင်းကျင့်ကြံ အားထုတ်လျှင် ဖြစ်နိုင်ကြောင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓက ဟောကြားခဲ့၏။

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓချမှတ်ထားသော လမ်းစဉ်ကို လေ့လာသုံးသပ်ကြည့်လိုက်သောအခါ ရာဂျာယောဂကျင့်စဉ်ကဲ့သို့ 'ငါ'အတ္တကြားခိုနေသည်ကို မတွေ့ရပေ။

ထို့ကြောင့်လည်း ဆရာတော်က အောက်ပါအတိုင်း မိန့်ကြားလေ့ရှိခြင်း ပင်ဖြစ်၏။

"ခင်ဗျားနားလည်သဘောပေါက်အောင် ဖြေလို့မရနိုင်ဘူး၊ တရားအား ထုတ်ခြင်းအားဖြင့် အသိသစ် အမြင်သစ် ရလာတဲ့အခါကျမှ ခင်ဗျားကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ တွေ့သိလာပါလိမ့်မယ်"

အတ္တဝိညာဉ်မရှိ ဖန်ဆင်းသူမရှိဟူသော အယူအဆကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မဟုတ်သည့် ဘာသာခြားများနှင့်ပါ အံကိုက်အောင် အောက်ပါအတိုင်း ကြိုးစား တွေးခေါ်ကြည့်၍ ရနိုင်ပါသည်။

စင်စစ်အားဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် ဘုရားသခင်ကို ရုပ်သဘောအရ တည်ရှိနေသည်ဟူ၍ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအမြင့်ဖြင့် မမြင်အပ်ပေ၊ ဘုရားသခင်ဆို သည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ စကြာဝဠာနှင့်တကွ အခြားသော ဘုံဘဝများရှိ ခပ်သိမ်းသော သက်ရှိသက်မဲ့ အရာဝတ္ထုတို့၏ နောက်ကွယ်တွင် ကေန်ဒြ ရှိနေသည့် တိုး၍စေ့ငု၍လည်း မရတော့သည့် "အမှန်တရား"ပင်ဖြစ်၏။

"ရုပ်ဝတ္ထုအဖြစ်သို့ သက်ဆင်းခြင်း"ဟူသည့် အယူအဆအရ ရုပ်ဝတ္ထုတို့ သည် တသီးတခြားစီ တစ်ခုစီခွဲကာ အမှန်တကယ် ရှိနေသည်ဟု အထင်အ မြင်မှားလေ့ရှိကြသော်လည်း အထက်ပါအတိုင်း ကေန်ဒြ ရှိနေသော အမှန် တရားကို အစိတ်စိတ်အမွှာမွှာခွဲကာ တစ်ခုစီဖြစ်သွားအောင် ပြုလုပ်ပစ်၍ကား မရနိုင်ပေ။

ရုပ်ဝတ္ထုတည်းဟူသော အဖုံးအကွယ်၏ အတွင်း၌ရှိနေသော အမှန်တရား သို့မဟုတ် ဝိညာဉ်ကို မည်သည့် အတိုင်းအတာအထိ သိမြင်နိုင်သနည်း ဆိုသည့်အချက်မှာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရည်အချင်း၏ ပမာဏအတိုင်းအဆ ပေါ်တွင် မူတည်၏၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါများသည် တသီးတခြားစီ ကေန်အမှန်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်တည်နေသည်ဟူသော အယူအဆ တဖြည်းဖြည်း လျော့နည်းသွားမှသာလျှင် အဆိုပါ အရည်အချင်းများ ပေါ်ထွက်လာနိုင်၏။

အချို့သော ပြတင်းပေါက်များတွင် တပ်ဆင်ထားသည့် မှန်တို့သည် အလင်းရောင် ဖြတ်သန်းနိုင်စွမ်းပြောင်းလဲလျက်ရှိကြ၏။ ထို့အတူ ဝိညာဉ်၏ အမှန်သဘောကို ကွယ်ဝှက်ထားသည့် အမျိုးမျိုးသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဖုံးအကွယ်များသည် ထိုမှန်ပြတင်းပေါက်များပမာ ဖြစ်ကြလေသည်၊ ယင်းတို့ကို ဖြတ်၍ အပြင်အပတွင် ရှိနေသော အဖြစ်မှန်တို့ကို ကြည့်နိုင်သော်လည်း ခွဲခြား၍မရသည့် တစ်ခုတည်းသော ဝိညာဉ်ကိုသာ တွေ့မြင်နိုင်သည်၊ ပုဂ္ဂလ ဝိညာဉ်တစ်ခုစီကို သီးခြားတွေ့မြင်နိုင်ခြင်း မဟုတ်ပေ။

ကျွန်တော်တို့သည် ဝိညာဉ်ကို တစ်ခုတည်း တစ်စုတည်းအနေဖြင့် ပြီးပြည့်စုံအောင်ကြည့်မြင်တတ်မည်ဆိုပါလျှင် လေယာဉ်ပျံပြတင်းမှနေ၍ အပြင်သို့ ငုံ့ကြည့်လိုက်သောအခါ၌ ဆုံးစမထင်သော မိုးတိမ်တိုက်၏ အပြန့်အပြောကို အောက်တွင်တွေ့မြင်ရသကဲ့သို့ ဖြစ်ဖွယ်ရှိ၏၊ ခပ်လှမ်းလှမ်းမှ နေ၍ ပြတင်းပေါက်သို့ လှမ်းကြည့်လိုက်စဉ် တွေ့မြင်ရသည့်အတိုင်း ပြတင်းတစ်ပေါက်စာ မိုးတိမ်ကွက်ကလေးတစ်ခုကို တသီးတခြားကျဉ်းကျဉ်းမြောင်းမြောင်း တွေ့မြင်ရပုံမျိုး မဟုတ်ပေ။

တစ်သီးတစ်ခြား တည်ရှိနေကြောင်းဖြင့် အထင်အမြင်မှားလှေ့ရှိကြသည်မှာ အဖုံးအကွယ်များကြောင့်ဖြစ်၏၊ ထိုမည်သော အထင်အမြင်လွဲမှားမှုမှ ဆိုးရွားလှသည့် ခပ်သိမ်းသော မသိမှုများ ထွက်ပေါ်လာ၏။

အတ္တဝိညာဉ်သည် မပျက်မယွင်း အမြဲသီးခြား တည်ရှိနေသောအရာအနေဖြင့် တစ်ခါပြန်လည် ဝင်စားမွေးဖွားနေစရာ အကြောင်းမရှိပေ၊ ထိုသို့ဆိုပါက ဝိညာဉ်သည် မှီစရာရုပ်ဝတ္ထု အကာအကွယ် တည်ရှိနေသမျှ ကာလအတွင်း၌သာ ရှိနေမည်ဖြစ်၏။

ရုပ်ဝတ္ထုအဖုံးအအုပ် တဖြည်းဖြည်း လျော့နည်းသွားသည်နှင့်အမျှ စိတ်

http://www.dhammadownload.com

ပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေအနေ တိုးတက်လာလေ့ရှိရာ နောက်ဆုံး၌ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အဖြစ် တသီးတခြားစီ တည်ရှိနေသည်ဟု မြင်သောအမြင်များ အပြီးတိုင် ပျောက်ကွယ်သွားမည်ဖြစ်၏၊ ဝိညာဉ်ကိုလည်း ပကတိအတိုင်း နားလည် သဘောပေါက်လာပေလိမ့်မည်။

ထိုအခါ၌ တစ်ခုတည်းသော အမှန်တရားလည်း ထင်ပေါ်လာမည်ဖြစ်သည်၊ ယင်းအချက်ကား အခြားမဟုတ်ပေ။

ဘာမျှမရှိခြင်းနှင့် အားလုံးရှိခြင်းတို့သည် စကားလုံးအားဖြင့်သာ ကွဲပြား ကြသော်လည်း တကယ်လက်တွေ့၌ ခြားနားမှုမရှိဘဲ အတူတူပင်ဖြစ်ကြောင်း သိမြင်လာခြင်းပင်တည်း။

ထိုသို့ဖြစ်လျှင် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းဆိုသည်မှာ အဘယ်သို့နည်း။ အဘယ် အရာသည် ပြန်လည်မွေးဖွားလာပါသနည်း၊ သတ္တဝါတို့သည် သေဆုံးသွား သောအခါ ပြန်မဖြစ်ဘဲ ဖြစ်သွားပါသလော၊ သတ္တဝါအသစ် အသစ်များ အစဉ်တစိုက် ပေါက်ဖွားနေသလော။

ကမ္မဝါဒကို သဘောပေါက် ယုံကြည်မှသာလျှင် ဤမေးခွန်းတို့၏ အဖြေများကို စိတ်ကျေကျေနပ်နပ်ဖြင့် လက်ခံနိုင်ဖွယ်ရှိ၏၊ သတ္တဝါအပေါင်းတို့ သည် ကမ္မဝါဒနှင့်အညီသာဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းဖြစ်၏၊ ဤတရား၏အလိုအရ မည်သည့်ကိစ္စမှ အကြောင်းအကျိုးကင်း၍ မဖြစ်နိုင်၊ အကြောင်းတရားရှိလျှင် အကျိုးတရားလည်း ဧကန်ရှိရမည်၊ စိတ်ကူးခြင်း၊ ပြုမူခြင်းစသော အကြောင်း များကြောင့် အကျိုးများ ပေါ်လာသည်၊ ယခုပစ္စက္ခ၌ ကျွန်တော်တို့သည် လူ့ဘဝရောက်ကာ လူဟူ၍ဖြစ်နေခြင်း၊ လက်ရှိအခြေအနေများကို ခံစားနေရ ခြင်းတို့မှာ အကြောင်းမဲ့မဟုတ်ပေ၊ အတိတ်က ပြုမူကျင့်ကြံခဲ့ကြသည့် အကြောင်းကြောင့် ယခု အကျိုးဖြစ်ပေါ်နေခြင်းပင်ဖြစ်၏။

ယခုပြုမူကျင့်ကြံနေခြင်းတည်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် အနာဂတ်တွင် လည်း အကျိုးဖြစ်ပေါ်လာဦးမည်သာတည်း။

http://www.dhammadownload.com

မည်သည့်ပြုမူချက်မျှ တွေးတောကြံစည်မှုမျှ အချည်းနှီး အကျိုးမဲ့ဖြစ်သွားသည်ဟူ၍မရှိ၊ အကြောင်းတရားဖြစ်သော ပြုမူချက်တို့သည် အကျိုးတရားတို့ကို ကွင်းဆက်ဖြစ်ပေါ်စေသည်သာတည်း။

အကြောင်းကြောင့် တူညီသောအကျိုး ဖြစ်ပေါ်လျက် သံသရာလည်နေပေသည်။ စင်စစ်၌ ကျွန်တော်တို့ ပြုမူကျင့်ဆောင်ကြသည့်အတိုင်း ကျွန်တော်တို့ ပြန်ဖြစ်နေကြခြင်းပင်၊ ကောင်းတာလုပ်လျှင် ကောင်းတာဖြစ်၏၊ မကောင်းတာလုပ်လျှင် မကောင်းတာဖြစ်၏။

အတွေးအခေါ်သည် ငြင်းချက်မထုတ်နိုင်လောက်အောင် တရားမျှတလှပါ၏။

ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်ယုတ်မာများ မွေးလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ မကောင်းသော အပြုအမူ အကျင့်အကြံများကို ပြုမူကြံစည်လျှင်သော်လည်းကောင်း ယင်းတို့အား အကြောင်းခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာအံ့သော ဆိုးသော အကျိုးသက်ရောက်မှုတို့ကို ရှောင်လွှဲ၍ မရနိုင်သလို၊ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ် မွေးမြူခြင်း၊ ကောင်းစွာပြုမူကျင့်ကြံ နေထိုင်ခြင်းစသည့် သုစရိုက်တို့ကို အဖော်ပြုလျှင်လည်း ယင်းတို့မှအကြောင်းခံ၍ ကောင်းသော အကျိုးတရားများဖြစ်ပေါ်လာမည်မှာ မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲပေ။

ကမ္မဝါဒသည် သတ္တဝါဝေနေယျအား သုစရိုက် ဒုစရိုက်များအတွက်လည်းကောင်း၊ အမျိုးမျိုးသော စိတ်အာရုံ တိမ်းညွတ်မှုများအတွက် လည်းကောင်း၊ မိမိ၏ မျက်မှောက်ဘဝနှင့် တမလွန်ဘဝအတွက် သုခ ဒုက္ခတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ပေါက်ဖွားစေသည့် စွမ်းအင်သတ္တိများကို ဖန်တီးပေး၏၊ အမြဲတစေ လှုပ်ရှားပြောင်းလဲလျက်ရှိသော ဤစွမ်းအင်သတ္တိတို့ကြောင့် ဘဝသစ်၌ မွေးဖွားဖြစ်ပေါ်နိုင်သော အာနိသင် အရှိန်အဝါတစ်ရပ်လည်းဖြစ်ပေါ်လာ၏။

ဤမည်သော အာနိသင်ဆိုသည်မှာလည်း အမြဲရှိနေသည်တော့ မဟုတ်ပေ၊

http://www.dhammadownload.com

ဘဝသစ်၌ တစ်ခါပြန်ဖြစ်တိုင်း ရုပ်တရားဟုဆိုအပ်သည့် အပေါ်ယံ အဖုံး အကွယ်၏နောက်တွင်ရှိနေသော စိတ်ဝိညာဉ်၏ လှုပ်ရှားလုပ်ဆောင်ချက်ကို သဘောပေါက်သိမြင်နိုင်၏၊ သို့သော် စိတ်ဝိညာဉ်သည် အစဉ်သဖြင့် ဤသို့ ဖုံးအုပ်ခြင်း ခံနေရကြောင်းဖြင့်ကား ယူဆ၍မရနိုင်ပြန်။

အမှန်အားဖြင့်ကား "အကျိုးမပေါ်သော အကြောင်းတရားများ"၏ အပေါ်ယံ အဖုံးအကွယ် နောက်သို့ ခရီးလမ်းတစ်လျှောက် တကောက်ကောက် လိုက်ပါသွားရသည့် "အသက်ဝိညာဉ်" ဟူ၍ ဆိုအပ်သောအရာ မရှိပါချေ။

စိတ်ဝိညာဉ်မှာမူ နေရာအနှံ့အပြားတွင် အစဉ်ရှိနေသော်လည်း ယင်းကို ရုပ်ခန္ဓာမှ တစ်ဆင့်သာလျှင် ကျွန်တော်တို့ သိမြင်နိုင်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်ဝိညာဉ်၏ ပြတင်းပေါက်များသာ ဖြစ်ကြပါ၏၊ အတိတ်ကပြုခဲ့သည့် ကာယကံ မနောကံစသော သင်္ခါရများ၏ အဆင့်အတန်း နှင့်အညီ ပစ္စုပ္ပန်၌ အကျိုးသက်ရောက်၏၊ ကျွန်တော်တို့သည် ဘုံဘဝတိုင်း ၌ သင်္ခါရမှုများကို ပြုကြရင်း ပြတင်းပေါက်တွင် ပေလူးနေသော ဖုန်မှုန့်တို့ကို အနည်းငယ်ဖြစ်စေ၊ စင်ကြယ်သွားအောင် တိုက်ချွတ်သန့်စင်ရန် မျှော်လင့် ကြပေသည်။

ထိုသို့ ကြိုးပမ်းပွတ်တိုက်ယင်းဖြင့် နောက်ဆုံး၌ ပြတင်းပေါက် ကြည်လင် သန့်ရှင်းသွားသောအခါတွင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအဖြစ်မှ ချုပ်ငြိမ်းသွားမည်ဖြစ်၏။

ဤကား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စစ်စစ်များ စွဲမြဲဆုပ်ကိုင်ကြသည့် "ဖန်ဆင်းသူမရှိ၊ အတ္တဝိညာဉ်မရှိ" အယူအဆ၏ လိုရင်းအဓိပ္ပာယ်နှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော် သဘောပေါက်နားလည်သမျှ ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ ယင်းအယူအဆသည် ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့စရာ ကောင်းသော အယူအဆတစ်ရပ် မဟုတ်ပါချေ၊ လိုလားနှစ်သက်စရာကောင်း သော စိတ်တက်ကြွစဖွယ် ယုံကြည်ချက်တစ်ရပ်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ အတ္တဝိညာဉ်ဟူသည်မရှိ။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားသခင်ကိုလည်း ငြင်းပယ်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ ပိုမိုလေးနက် ကျယ်ပြန့်သော အဓိပ္ပာယ်ကို ဖွင့်ဆိုသဘောပေါက်ခြင်း ဖြစ်သည်ဟူ၍ ကျွန်တော် ထင်မြင်ယုံကြည်ပါ၏။

ယခုအခါ၌ အခြေအနေများပြောင်းလဲလျက်ရှိနေပြီ။

မျက်မှောက်ခေတ် လူသားများစွာတို့သည် ယုတ္တိယုတ္တာကင်းမဲ့သော အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်မှုမရှိသော သဘာဝမမှန်နှင့်လည်း ဆန့်ကျင်သော အယူတို့ကို မစူးစမ်းမဆင်ခြင်ဘဲ အလွယ်တကူ လိုလိုလားလား နှစ်သြိုက်လက်ခံနိုင်သည့် အခြေအနေမှ ကျော်လွှန်ခဲ့ကြချေပြီတကား။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၇)

စိတ်နှင့်ပတ်သက်သောအတွေးအခေါ်များ

ပြီးခဲ့သည့် အခန်းများထဲ၌ "စိုးစိုးစစ်စစ် ရှိုးရှိုးရွရွ- စစ်ကနဲ-ကျင်ကနဲ" ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာများအကြောင်းကို တင်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်၊ ထိုသို့ ခံစားရသည့် အဖြစ်များသည် ကျွန်တော့်အား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ စိတ်နှင့်ပတ်သက်သော ခံယူချက်ကို သဘောပေါက်နားလည်စေရန် အကြီးအကျယ် အထောက်အကူပြုခဲ့ပေသည်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပွားများ အားထုတ်မှုအတွက် အနှောင့်အယှက်များဟု ယူဆသဖြင့် ဆရာတော့်ထံတွင်လည်း တင်ပြလျှောက်ထားခြင်း ပြုခဲ့ပါ၏။

အနှောင့်အယှက် အဟန့်အတားတစ်ရပ်ဟု ထင်မြင်ယူဆရသော ကိစ္စတစ်ရပ်ကို တင်ပြမိခဲ့သည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် ကံကောင်းကြောင်းဖြင့်ပင် ယူဆရမလို ဖြစ်တော့သည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဆရာတော်၏ အဖြေ

http://www.dhammadownload.com

ကို ကြားသိရသောအခါ များစွာ အံ့ဩခြင်းလည်း ဖြစ်မိသည်၊ ဤမျှလောက် လွယ်လွယ်ကူကူဖြင့် ဤကိစ္စကို ဖြေရှင်းခြင်းငှာ ဖြစ်နိုင်လိမ့်မည် ဟူ၍လည်း မမှန်းဆမိခဲ့။

တကယ်စင်စစ် ကျွန်တော် အနေဖြင့် တုံ့ပြန် ကျင့်သုံးအပ်သည်မှာ ယင်းဝေဒနာတို့ကို လျစ်လျူရှုရန်ပင်တည်း။

မှန်ပါသည်၊ ဆရာတော်သည် ကျွန်တော့်အား ထိုသို့ပြုရန်ပင် ညွှန်ကြား သမှုပြုခဲ့၏၊ စိုးစိုးစစ်စစ် ရိုးရိုးရှုရှုဖြင့် ခံစားရသည်မှာ အခံခက်လှသည့် အလျှောက် တည်ငြိမ်အောင်၊ သမာဓိရအောင် အားထုတ်ကြိုးပမ်းနေသည့် ကြားမှာ စိတ်ပျံ့လွင့် သွားနိုင်ပေသည်။

ထို့အပြင် ဤသို့ခံစားရသည့်အတွက်ကြောင့် စိတ်သည် မည်သို့မည်ပုံ အလုပ် လုပ်နေသည် ဟူသည့် အချက်ကိုလည်း ကျွန်တော်တို့ သဘောပေါက် လာနိုင်သည်၊ အငြိမ်မနေသော စိတ်၏သဘောလက္ခဏာကို ပြသမှုတရပ် လည်း ဖြစ်ပေသည်။

မဟာစည်ဆရာတော်က ရှင်းလင်းဖြေကြားတော်မူသည်ကို ဦးဖေသင်က ဘာသာပြန် ပြောပြခြင်းဖြစ်ရာ ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ဦးဖေသင် ပြန်ဆိုပေး သည်ကို လိုက်နာရန်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် အလွန်ပင်ပန်းခဲယဉ်းလှ၏၊ ဦးဖေသင် အသုံးပြုသည့်စကားလုံးများ၊ ဝေါဟာရ အသုံးအနှုန်းများ၏ အဓိပ္ပါယ်ကို တိတိကျကျ စေ့ငုနားလည်နိုင်ရန် အကြိမ်ကြိမ် ပြန်လည်မေးမြန်း ရသည်အထိ ဖြစ်ခဲ့လေသည်၊ တစ်နည်းအားဖြင့်တော့လည်း ဤသို့များများ မေးမြန်းခဲ့သည့် အတွက်ကြောင့် ကျွန်တော်သည် လိုအပ်သမျှထက် အတန် အသင့် ပိုမိုကြားသိခွင့် ရခဲ့သည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။

ပြီးခဲ့တဲ့ အကြိမ်များနည်းတူ၊ ယခုအကြိမ်၌လည်း ကျွန်တော့်ကို မဟာ စည် ဆရာတော်၏ ကျောင်း၌ပင် တရားစစ်လျက်ရှိ၏၊ ကျွန်တော်နှင့် ဦးဖေသင်သည် ဆရာတော်၏ ရှေ့ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် ထိုင်နေကြပါသည်၊

http://www.dhammadownload.com

သို့သော် တင်ပျဉ်ခွေ၍တော့ မဟုတ်ပါ၊ သက်သာသလို အဆင်ပြေသလို လက်ခြေဆန့်၍ ထိုင်နေကြခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာတော်မှာမူ ထုံးစံအတိုင်း ကြိမ်ပက်လက် ကုလားထိုင်ကြီးပေါ်၌ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ ထိုင်တော်မူသည်၊ ကျွန်တော်သည်(ကိုလိုနီစနစ်၏ ပြယုဂ် လက္ခဏာဖြစ်သော ကုလားထိုင်ကြီးနှင့် ဆရာတော်ကို ဆက်စပ်စဉ်းစားမိခြင်း မရှိဘဲမနေနိုင်အောင် ဖြစ်လာပါသည်၊ ကာရန်သင့်ခြင်း မရှိဟုလည်း စဉ်းစား မိလာပါသည်။)

ကုလားထိုင်ကြီးသည် အရပ်အမောင်း မြင့်မားခန့်ညားသော ဆရာတော် နှင့် အံမကိုက်ပါချေ၊ ဆရာတော်၏ ဝါညိုရောင် သမ်းနေသော ပခုံးများသည် အဖုံးအကွယ် ကင်းမဲ့လုနီး ဖြစ်နေကြ၏၊ ဝဲဘက်ပခုံးထက်၌သာ လိမ္မော်ရောင် သင်္ကန်း၏ အထက်ပိုင်းအလွှာသည် လျော့ရဲရဲရစ်သိုင်း တည်ရှိနေ၏၊ ဆရာတော်၏ ပြောင်အောင် ရိတ်ထားသော ဦးခေါင်းတော်နှင့် ဣန္ဒြေသိက္ခာ ရှိလှသည့် မျက်နှာအသွင်အပြင်တို့သည်လည်း အလွန်ပင် ဆီလျော် တင့် တယ်လှပေသည်။

ထူးထူးခြားခြား ဉာဏ်ပညာ ရှိကြောင်းကို ဖော်ကျူးလျက် ရှိသည့် တည်ငြိမ်လေးနက်မှုမျိုးသာဖြစ်ပါ၏၊ မိမိကိုယ်မိမိ အတင်းအကြပ် ထိန်းသိမ်း ချုပ်တည်းထားရသည့် အသွင်သဏ္ဌာန်မျိုးမဟုတ်ပေ၊ ကျွန်တော်တို့အား မိန့်ကြားနေစဉ်၌ ဆရာတော်သည် မကြာခဏပြုံးပြီး တစ်ခါတရံ ရယ်မောလေ သည်။

ကျွန်တော်သည် လုံချည်ဝတ်ထားပြီး လက်နှစ်ဖက်ကို ပေါင်များပေါ်တွင် ထောက်ထားရာ ချစ်ချစ်တောက်အောင် ပူလောင်လှသော နေ့တစ်နေ့ ဖြစ်သည်အလျောက် လက်ဖဝါးနှစ်ဖက်မှ ချွေးများထွက်၍ လုံချည်ထက်တွင် အကွက်ကြီးများထင်နေ၏၊ ဦးဖေသင်ရော ကျွန်တော်ပါ မာကျောသော သစ်သားကြမ်းပြင်ပေါ်၌ ထုံးတမ်းစဉ်လာအတိုင်း ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ၍ အချိန်

http://www.dhammadownload.com

ကြာကြာ ထိုင်နိုင်စွမ်းမရှိကြပါ။

ကျွန်တော်၏ ခြေမျက်စိများအတွက် သက်သာရာရအောင် ဖောင်သို့မဟုတ် ဖုံကလေးတစ်ခုလောက် ရှာဖွေစီမံရတော့မည့်ကိန်း ဆိုက်လာ၏၊ ဦးဖေသင်သည်လည်း ရုံး၌ စာပွဲကုလားထိုင်များဖြင့်သာ ထိုင်လေ့ရှိခဲ့ပေသည်၊ အနောက်တိုင်း အလေ့အထ သဘာဝများနှင့် အနေဝေးသော ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ရဟန်းသံဃာများကဲ့သို့ ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် သက်သောင့် သက်သာ ထိုင်နိုင်စွမ်း သူ့၌လည်း ကင်းမဲ့ပေသည်။

ကျွန်တော်သည် ထိုင်၍ အဆင်မပြေတိုင်း နေရာတပြင်ပြင်ဖြင့်သာ ရှိနေပါသည်၊ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းချင်း ထိယှက်လျက် မတရားခွေးထွက်စွတ်စိုနေမှုသည်လည်း ထိုအခါမှသာ အနည်းငယ် သက်သာသယောင် ဖြစ်လာသည်၊ ထို့အပြင် ကြမ်းပြင်နှင့်ထိနေသော ခြေထောက်များ (ခြေမျက်စိများ) သည်လည်း နေရာပြင်လိုက်မှသာ အတန်အသင့် သက်သာရာ ရသွား၏။

ဤသို့ တွေ့ဆုံရာ၌ ကျွန်တော်က ဆရာတော့်အား လျှောက်ထားခြင်းဖြင့်သာ စကားစလေ့ ရှိ၏၊ တရားထိုင်ရာ၌ တွေ့ကြုံရသည့် တိုးတက်မှုတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အခက်အခဲများကိုလည်းကောင်း တင်ပြ လျှောက်ထားရ၏၊ အစပထမက ကျွန်တော်သည် အရေးမကြီးသော(ဝါ)သေးနုပ်သည်ဟု ထင်ရသော ကိစ္စများကို တင်ပြလျှောက်ထားရန် ဝန်လေးခဲ့ပေသည်။

နောင်အခါ၌ ပြောစမှတ်ပြုလောက်သည့် တိုးတက်မှုများ သို့မဟုတ် တင်ပြလျှောက်ထားလောက်သည့် အနှောင့်အယှက် အခက်အခဲကြီးကြီးမားမားများပေါ်မည်ဖြစ်ရာ ထိုအခါမှသာ လျှောက်ထားတင်ပြမည်ဟူ၍ အကြံဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိခဲ့သည်၊ သို့သော် ဆရာတော်သည် ကျွန်တော့်အား အတွေ့အကြုံများကို ထုတ်ဖော်တင်ပြရန် အားပေးလေ့ရှိသဖြင့် မူလအယူအဆကို ပြင်ဆင်လိုက်ပါသည်။

အရေးမကြီးဟုထင်ရသော အဖြစ်အပျက် အတွေ့အကြုံတို့ကို တင်ပြ

http://www.dhammadownload.com

လျှောက်ထားခြင်းဖြင့်လည်း အလွန်အရေးကြီးသော အဖိုးထိုက်တန်သော အချက်များ၊ သိစရာများသည် မမျှော်လင့်ပဲ အကျိုးသက်ရောက်ထွက်ပေါ် လာနိုင်ကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်လာပါ၏။

ထို့ကြောင့် ဤမည်သော နေ့ရက်၌ ကျွန်တော်သည် မကြာမီက စတင်၍ ထင်ရှား ဖြစ်ပေါ် လာခဲ့သော ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကသိကအောင့် ဖြစ်မှု ကလေးများက ကျွန်တော့်အား ဒုက္ခပေးလျက်ရှိရကား၊ စက္ကန့်အနည်းငယ်မျှ ပင် ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားထိုင်၍ မရနိုင်ပေ။

ယခု ဆရာတော်၏ ကျောင်း၌ ထိုင်နေစဉ် အခါ၌ပင် ပြောချင်လို့ သိမဟုတ် ပြောစရာတစ်ခုတစ်ရာ ပြောနေသည့်ပမာ စိတ်ထဲတွင်ခံစားနေရ ပါသည်၊ ဤကိစ္စမှာ အရေးမကြီးလှသည့်ကိစ္စ၊ မိမိဘာသာရင်ဆိုင်လို့ရသည့် အသေးအဖွဲ့ကိစ္စဟူ၍ ထင်မြင်ယူဆနေမိပါ၏။

ထိုသို့ယူဆသည်မှာ မှားယွင်းသော အတွေးအခေါ်တစ်ရပ်သာတည်း၊ တရားအားထုတ်သူတိုင်း မိမိ၏စိတ်လှုပ်ရှားမှု(ဝါ)စိတ်၏အလုပ်လုပ်မှု(ဝါ) စိတ်ပျံ့လွင့်မှုတို့ မဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်း ဆင်ခြင်ခါစ၌ ဤသို့ တွေ့ကြုံခံစား ရသည်မှာ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်သည်။

စိုးစိုးစစ်စစ်ဖြင့် နာမှုကျင်မှုကလေးများနှင့် ပတ်သက်၍ ဆရာတော်က ရှင်းလင်း ပြောပြသည့်အပြင် မည်သို့ ကျော်လွှန်နိုင်ကြောင်းဖြင့်လည်း နည်းလမ်းပေးပါသည်၊ သို့သော် ကျွန်တော်သည် ဆရာတော်ပြောတာ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလားဟု အစပထမ၌ တစ်နည်းတစ်ဖုံ သံသယဖြစ်ခဲ့မိကြောင်း ဝန်ခံရမည် ဖြစ်ပါသည်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်တော်တစ်ယောက်သာ ယင်းသို့ ထူးထူးခြားခြား တွေ့ကြုံရသည်ဟူ၍ မှတ်ယူမိ၏။

သို့သော် ကျွန်တော် လျှောက်ထားတင်ပြသည်ကို ကြားရသော အခါ၌ ဆရာတော်သည် လုံးဝဥဿုံ အံ့ဩခြင်း မဖြစ်သည်သာမက ကျွန်တော်မပြော မိပဲ မေ့ကျန်ခဲ့သော အသေးစိတ်အချက်အလက်ကလေးများကိုပင် ဖြည့်စွက်

http://www.dhammadownload.com

ပေး၏၊ ထိုအခါမှသာ ကျွန်တော်သည် တရားထိုင်သောအခါ၌ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှ စိုးစိုးစစ်စစ်ဖြင့် နာသလိုကျင်သလို ဖြစ်လေ့ရှိသည်မှာ အဆန်းမဟုတ်၊ ယောဂီတိုင်းတွေ့ကြုံလေ့ရှိသည့် ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ကိစ္စသာပါတကားဟူ၍ စိတ်ချယုံကြည်လာပါသည်။

မနောအကြည်ဓာတ်သည် ပြကတေ့အတိုင်း ဆိုသော် မရပ်မနားဆက်လက် အလုပ် လုပ်နေခြင်း မရှိကြောင်းဖြင့် ဆရာတော်က မိန့်ကြား၏၊ မနောအကြည်၌ အမြဲမပြတ် စိတ်ဖြစ်ပေါ် နေသည်လည်း မဟုတ်ပေ၊ တစ်နည်းဆိုရသော် မနားမနေ လှုပ်ရှားနေသည့်အင်အားတစ်ရပ်မဟုတ်၊ မနောအကြည်၌ အစဉ်သဖြင့် စိတ်အစဉ်ဖြစ်ပေါ် တည်ရှိနေသည်ဟူ၍ ကနဦးက ကျွန်တော်တို့ သဘောပေါက် နားလည်ထားခဲ့ကြ၏။

ကျွန်တော်တို့၏စိတ် (စိတ်ကူးများ၊ အတွေးများ)တို့သည် အမြဲတစေတည်ရှိနေသည်ဟူ၍ နားလည်ခဲ့ကြ၏၊ စိတ်တို့သည် နားနေခြင်းမရှိ၊ ရပ်နေခြင်းမရှိ၊ စိတ်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု၏ကြားတွင်လည်း ကွာဟမှုမရှိပဲ တစ်ခုနောက်သို့ တစ်ခုလိုက်ကာ တစ်ရုံမလပ်ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိနေကြသည်ဟူ၍ သဘောပေါက်ခဲ့ကြ၏။

ဤအယူအဆသည် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအားဖြင့်သာ မှန်ပေသည်၊ ရာနှုန်းပြည့်မမှန်ချေ၊ ကျွန်တော်တို့၏ အတွေ့အကြုံအရ မနောအကြည်၏ တာဝန်ပိုင်းသည် ထိုသို့ဖြစ်သော်လည်း ယင်း၏ သဘာဝ အနေအထား အစစ်အမှန်မှာမူ ထိုကဲ့သို့မဟုတ်။

မနောအကြည်သည် ပင်မရေစီးနှင့်အလားတူ၍ ယင်းအထဲတွင်မှာမူ သေးငယ်သော မနောဓာတ်အပိုင်းအစကလေးများ ပေါင်းစပ် ပါဝင်သည်၊ ထိုမနောဓာတ် အပိုင်းအစတစ်ခုစီတွင်မှာမှ သီးခြားစိတ်အစဉ်တို့ ပါရှိ၏၊ ကျွန်တော်တို့သည် ပန်းချီကားများရေးဆွဲကြရာဝယ် ကင်းဘတ်ပြားကို အကြောင်းပြုအရင်းခံထား၍ ပန်းချီကား ဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ ဤဥဒါဟရဏ်အတိုင်းပင် အရင်း

http://www.dhammadownload.com

ခံဖြစ်သော မနောဒွါရနှင့်အာရုံ တိုက်ဆုံမိသောအခါ၌ သိစိတ်ခေါ် မနောဝိညာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။

မနောအကြည်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုစီနှင့် စိတ်သည် လုံးဝဆက်သွယ် တည်ရှိနေသည်မဟုတ်ပေ၊ ဤသို့ဖြင့် စိတ်တို့သည် အရှိန်အဟုန်ပြင်းစွာဖြင့် မရပ်မနား ဖြစ်ပေါ်လျက် ရှိကြပေရာ တစ်ခုစီ တစ်သီးတစ်ခြားစီဟု မထင်ရ တော့ပဲ တစ်ဆက်တည်းစီးဆင်းနေသော ရေအလျင်ပမာ ဆက်နေသည်ဟူ၍ မှတ်ယူမိကြလေသည်။

မှန်ပါသည်၊ စိတ်သည် ထိုကဲ့သို့မည်သည့်အတွက် မရပ်မနား တစ်ခု ပြီး တစ်ခု ဖြစ်နေပါသနည်း၊ အဖြေကတော့ ရှင်းရှင်းကလေးပင်။

ကျွန်တော်တို့က ဖြစ်အောင်လုပ်နေလို့။

ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်သည် ကြိုက်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း၊ လောဘတဏှာ၊ စိုးရိမ်ကြောက်လန့်ခြင်းစသော ကိလေသာအမျိုးမျိုးတို့၏ဆက်သွယ်ပေးခြင်းကို ခံကြရလေသည်၊ လောဘကိလေသာ၊ ဒေါသကိလေသာတို့၏ ပြုလုပ်ဖန်တီး ချက်(ဝါ) လက်ချက်ကြောင့် တစ်ခုစီ တစ်သီးတစ်ခြား ဖြစ်နေသော စိတ်တို့ သည် မဆုံးနိုင်သည့် စိတ်အစဉ် စိတ်အလျဉ်ကြီးအဖြစ် တည်ရှိနေသည်။ တစ်ဆက်တည်းပမာ ထင်မြင်ယူဆရ၏။

နိုးနေသောအချိန်များ၌ ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်တို့တောက်လျှောက် ဆက်နေခြင်းမဟုတ်ပဲ တစ်သီးတစ်ခြားစီ ဖြစ်နေကြသည် ဟူသည့်အဖြစ်ကို သဘောမပေါက်နိုင်ကြပေ၊ ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်သည်လည်း အဆက်မပြတ် မအားမလပ် ဖြစ်လျက်ရှိပေသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ၌ "စိတ်အားလပ်နေသည်"ဟု ပြောစမှတ်ပြုလေ့ ရှိရာတွင် လည်း စင်စစ်အားဖြင့် ကွက်လပ်ဖြစ်နေခြင်းမဟုတ်ပဲ စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက် မက်နေသည်ကိုသာ ကျွန်တော်တို့ ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်လေသည်၊ ဆက်စပ် ထိတွေ့လျက်ရှိသော ပတ်ဝန်းကျင်ကို သတိမပြုမိခြင်းသာ ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

တနည်းအားဖြင့်ဆိုသော် သတိသည် ပုံ့လွင့်နေသည့် စိတ်ပေါ်သို့ မိမိရရ ကျရောက်ရန် ပျက်ကွက်နေခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်၏ ပစ္စက္ခ အခြေအနေနှင့် အဆက်အသွယ် ပြတ်တောက်နေခြင်း ဟူ၍သာ မှတ်ယူအပ်၏။

"စိတ်အား"ထား၍ရသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ "စိတ်ကိုအားလပ်"နေစေနိုင်သော အစွမ်းသတ္တိများ ရှိနေသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ လူများစုက အလွယ်တကူ ထင်မြင်ယူဆနေကြလေသည်၊ သို့သော် ဤကိစ္စမှာ အများက မှတ်ယူနေကြသလို ငှက်ပျောသီး အခွံနွှာစားရသည့် ပမာ လွယ်ကူသည်တော့ မဟုတ်ပေ။

သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အလားတူစိတ်လေ့ကျင့်ခန်း တစ်မျိုးမျိုးကိုကိုင်စွဲကာဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အချိန်ကာကြာမြင့်စွာ ကြိုးပမ်းလေ့ကျင့်ခြင်းမပြုပဲနှင့် မိမိ၏စိတ်ကို အလုပ်မလုပ်အောင် အားလပ်နေအောင် ထားနိုင်စွမ်းသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟူသည် တကယ်လိုက်ရှာကြည့်မှ တကယ့်ကို မရှိသလောက် ရှားပါးလှကြောင်း တွေ့ရမည်ဖြစ်၏။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့ အိပ်မက်မြင်မက်နေသောအခါ၌ စိတ်အစဉ်ထဲဝယ် ထူးဆန်းအံ့ဩစရာ ကောင်းသော အရာများဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိ၏၊ ထိုသို့ဖြစ်သည်မှာ မည်သည့်အတွက်ကြောင့်နည်းဟု ဆန်းစစ်ကြည့်မည်ဆိုသော် အိပ်မက် မက်နေစဉ်အချိန်၌ စိတ်တစ်ခုနှင့် တစ်ခုကို ဆက်ပေးသည့် ကွင်းဆက်ကလေးများသည် ထိန်းသိမ်းကွပ်ကဲမှု အောက်တွင် မိမိရရကျရောက်ခြင်း မရှိသောကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရ၏။ အလေ့အကျင့်က ဖြစ်စေ၊ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေကဖြစ်စေ ထိုအခိုက်တွင် ယင်းတို့အား ကွပ်ကဲထားနိုင်ခြင်း မရှိပေ။

အိပ်မက်ထဲ၌ အဖြစ်အပျက် အချက်အလက်တို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အဆက်အစပ်ကျခြင်း၊ ညီညွတ်ခြင်း ရှိချင်မှရှိမည်၊ အဖြစ်အပျက်တို့ အဆက်အစပ် မကျသော်လည်း ကျွန်တော်တို့ အံ့ဩခြင်းမဖြစ်ကြပေ၊ ဥပမာတင်ပြရပါက ကျွန်တော်တို့သည် တစ်စုံတစ်ခု အခန်းထဲသို့ ဝင်ရောက်ရန်တည်း

http://www.dhammadownload.com

ဟူသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် အောက်ထပ်မှ အပေါ်ထပ်သို့ လှေကားအတိုင်း တက်သွားသည်ဟူ၍ အိပ်မက် မြင်မက်သည် ဆိုကြပါစို့။

ဟုတ်ပြီ၊ ကျွန်တော်တို့သည် အပေါ်ထပ်သို့ အရောက်တွင် အခန်းတံခါး ဖွင့်ခြင်း၊ တံခါးပေါက်ထဲမှ ဖြတ်၍ ဘယ်တစ်လှမ်း၊ ညာတစ်လှမ်း ခြေလှမ်း ကာ ဝင်ရောက်နေခြင်းတို့ကို မပြုရတော့ပဲနှင့် အခန်းထဲသို့ တမုဟုတ်ချင်း ဆိုက်ရောက်သွားလေ့ရှိ၏။

အိပ်မက်ထဲ၌ ကျွန်တော်တို့သည် ပန်းဥယျာဉ်ထဲတွင် ဟိုမှ သည်မှ ဖိုးဖိုးဖတ်ဖတ်ဖြင့် ပေါ့ပါး လျင်မြန်စွာ ပျံဝဲနေသော လိပ်ပြာကလေး တစ်ကောင် ပမာ တစ်နေရာမှတစ်နေရာသို့ သွားလိုက်တာ မရပ်မနား၊ သို့သော်ခရီးသွား ရသည့် အဆင်မပြေမှုတွေ၊ ပင်ပန်းမှုတွေကတော့ ဖြစ်ပေါ်မလာပေ။

ထို့အပြင် တစ်ခါတစ်ရံ၌ ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် အလွန်အကျူးထူးခြား နေလေ့ရှိ၏၊ ကြောက်ခမန်းလိလိ ဆန်းပြားသော ကိစ္စများကိုလည်း ဆောင် ရွက်လေ့ရှိ၏၊ သို့သော် တစ်စုံတစ်ရာ ထူးထွေဆန်းပြားနေကြောင်းဖြင့် ကျွန်တော်တို့စိတ်ထဲဝယ် မခံစားမိကြ၊ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ကိစ္စများကို တွေ့ကြုံရင် ဆိုင်နေရသည့်အလား သဘောထား၏၊ မည်သို့မျှ အံ့ဩခြင်း မရှိပဲ လုပ်ဆောင် လေ့ရှိကြ၏။

နိုးနေသည့်အခါ၌ ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်တစ်ခုနှင့်တစ်ခုကို တံတားတို့က စနစ်တကျ သွယ်ဆက်ပေး၏၊ ထိုအကြောင်းကြောင့် အဖြစ်အပျက်တို့သည် အဆက်အစပ်ကျ၏၊ အကျိုးအကြောင်းညီညွတ်၏၊ အတွေ့အကြုံ အသိအမြင် တို့ပေါ်၌ မူတည်၍ အယူအဆများကို သတ်မှတ်၏၊ လိုလားလက်ခံခြင်း၊ ကန့်ကွက်ခြင်း၊ ပယ်ခြင်းစသည့် သဘောထားတို့ကို ချမှတ်၏၊ အိပ်မက် ထဲ၌ကား အဆက်အစပ်မရှိ အဆီအငေါ်မတည့်ပဲ ဖြစ်လေ့ရှိ၏။

နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်အိပ်ပျော်နေစဉ်၌ သိစိတ်သည် လုံးဝဥဿုံ ကင်းမဲ့နေ၏၊ အချိန်ကန့်သတ်ချက်အတိုင်းအတာသည်လည်း ထိုနည်းအတိုင်းပင် ဖြစ်၏၊

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်တို့ အိပ်မောကျနေသောအခါတွင် အချိန်ဘယ်လောက်ကုန်လွန်သွားသည်ကို မသိပေ၊ အိပ်ပျော်သွားသည်မှာ မိနစ်အနည်းငယ် ဖြစ်နိုင်သလို၊ သုံးလေးနာရီကြာလည်း ဖြစ်နိုင်၏။

သို့သော် နှစ်ခြိုက်စွာ အိပ်ပျော်ခြင်းမဟုတ်ပဲ အိပ်မက် မြင်မက်နေသောအခါမှာမူ အချိန်၏ အတိုင်းအတာကို သိနေလေ့ရှိ၏၊ သို့သော် ထိုအသိသည် အိပ်မက်ထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော စိတ်ကဲ့သို့ပင် တည်ငြိမ်ခြင်းမရှိပေ။

စိတ်သည် သီးခြားတစ်ခုစီဖြစ်သော်လည်း အမျှင်တန်းလျက် တဆက်တည်း တည်နေသည့်ပမာ ထင်ရ၏၊ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အကယ်၍ ဆန္ဒရှိမည်ဆိုပါလျှင် ထိုကဲ့သို့ ခုနစ်စဉ်အမျှင်တန်းနေဟန်ရှိသော စိတ်ကို တစ်ခုစီဖြစ်သွားအောင် ရှင်းပစ်၍ရနိုင်၏၊ ထက်နေဟန်ရှိသည့် စိတ်အစဉ်ကို ရှင်းလင်းစွာ သိမြင်သဘောပေါက်နိုင်၏။

သို့သော် များသောအားဖြင့်ကား အဖြစ်မှန် အခြေအနေမှန်သည် သိစိတ်၏ နောက်ကွယ်၌ ကိန်းအောင်းနေလေ့ရှိ၏၊ အလွယ်တကူနှင့်ကား အဖြစ်မှန်ကို ပေါက်ရောက်အောင် ကြည့်မြင်နိုင်စွမ်း ရှိမည်မဟုတ်ပေ၊ ထို့ကြောင့် တစ်ခါတရံ၌ ငုပ်လျှိုး ပုန်းကွယ်နေကာ ရုပ်ပိုင်းစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေအနေများကို တစ်မျိုးတစ်ဖုံ ဖြစ်ပွား ပေါ်ပေါက်အောင် ဖန်တီးသော စိတ်ကို ဖော်ထုတ်ရန် ဆိုက်ကိုအင်နယ်လစ်စစ်ခေါ် စိတ်ဓာတ်အရင်းစစ်ပညာကို အသုံးပြုရန် လိုအပ်လာ၏။

မည်သို့အကြောင်းခံ၍ မည်သည့် ဆက်သွယ်မှုများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သည်ပင်ဖြစ်စေ ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့ တစ်ညီတစ်ညွတ်တည်း နားလည်သဘောပေါက်ထားသည့် "သံယောဇဉ်"ဟူသော ခေါင်းစဉ်အောက်၌ ယင်း အဖြစ်တို့ကို ထားရှိနိုင်၏၊ သတ္တဝါဝေနေယျတို့သည် ငါစွဲအတ္တကို အကြောင်းပြု၍ တဏှာလောဘဖြစ်၏၊ ထိုမှတဆင့် ဥပါဒါန်သို့ရောက်၏။

မုန်းတီးမှု၊ ကြောက်လန့်စိုးရိမ်မှု စသည်တို့လည်း ဤခေါင်းစဉ်အောက်

http://www.dhammadownload.com

၌ပင် ကျရောက်၏၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ယင်းတို့သည် ဆန္ဒ သို့မဟုတ် တဏှာလောဘကို အကြောင်းခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းကြောင့်တည်း၊ ငါပဲ ငါ့ဟာပဲ ဟူသည့် မလိုလားအပ်သော အမြင်အစွဲကြောင့် အကျပ်အတည်း တွေ့သောအခါ၌လည်းကောင်း၊ မလုံခြုံဟု ထင်မြင်လာသော အခါ၌လည်း ကောင်း ထိုကဲ့သို့သော ကိလေသာတရားများ ဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိ၏။

ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့၏ အမြင့်ဆုံးပန်းတိုင်ကား နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဖြစ်၏၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်း သာကို မျက်မှောက်ပြုရန်အတွက် ငါပဲ-ငါ့ဥစ္စာပဲ ဟူသည့် အတ္တပျောက်ကာ အနတ္တပေါက်ရမည်ဖြစ်၏၊ ထိုသို့ အနတ္တဆိုက်ရန်အတွက် အောက်ပါနည်း လမ်းများအတိုင်း ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်၏။

ပါဠိတော်များထဲတွင် ပါရှိသည့် သမ္မာဒိဋ္ဌိ-မှန်စွာမြင်ခြင်း၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ- မှန်စွာကြံခြင်း၊ သမ္မာဝါစာ-မှန်စွာပြောခြင်း၊ သမ္မာကမ္မန္တ-မှန်စွာပြုခြင်း၊ သမ္မာ အာဇီဝ-မှန်စွာအသက်မွေးခြင်း၊ သမ္မာဝါယာမ-မှန်စွာအားထုတ်ခြင်း၊ သမ္မာ သတိ-မှန်စွာအမှတ်ရခြင်း၊ သမ္မာသမာဓိ-မှန်စွာစူးစိုက်တည်ကြည်ခြင်းဟူသည့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတရားနှင့်အညီ မိမိကိုယ် မိမိစင်ကြယ်အောင် ထိန်းသိမ်းနေထိုင် ရန်ဖြစ်၏။

ထို့အပြင် ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်ခြင်း၊ ဝိပဿနာတရား ပွားများ အားထုတ်ခြင်း ဖြင့် ငါစွဲ ပျောက်သွားအောင် ကြိုးပမ်းရ၏၊ ထိုအခါ၌ မူလက အမှတ်မှား၊ အမြင်မှားကာ ငါဟုစွဲလမ်းနေခြင်းသာ ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် အမှန်တရား သစ္စာ တရားကို ရှာဖွေတွေ့ရှိလာလိမ့်မည်။

ထိုနောက်တွင်ကား လွတ်မြောက်မှု ပန်းတိုင်သို့ ဆိုက်ရောက်သွားတော့ ၏။

အထက်ဖော်ပြပါ နည်းလမ်းဖြင့် သံယောဇဉ်ငြိတွယ်မှုကို ပယ်ရှားနိုင်၏၊ ထိုငြိတွယ်မှုကို ကျူပင်ခုတ်ကျူငုတ်ပါ မကျန်ရလေအောင် အရင်းအမြစ်မှ ပယ်လှန်ပစ်ရန် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်းပင်ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် သံယောဇဉ်

http://www.dhammadownload.com

ငြိတွယ်မှုသည် အရေအတွက်အားဖြင့် လျော့သွား၏၊ အဆင့်အတန်းအားဖြင့် နည်းသွား၏၊ ဂုဏ်သတ္တိအားဖြင့် ယုတ်သွား၏။

ဤအဆင့်သို့ ဆိုက်ရောက်လာသည်ရှိသော် ကိလေသာ စိတ်များ တစ်စိတ်ပြီးတစ်စိတ် ဆက်လက် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ရေးအတွက် အခြေအနေလျော့ နည်းသွားပြီဖြစ်၏၊ တစ်စိတ်နှင့် တစ်စိတ်အကြားတွင် ကွာဟချက် စတင်ဖြစ် ပေါ်လာ၏။

သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ်မှာမူကား ပိုမို၍ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ရှိ၏၊ တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့်တက်သွားရသည့် နည်းလမ်းမျိုးလည်းဖြစ်၏၊ ကျွန်တော် တွေ့ကြုံ နေရသည်မှာ ကွာဟချက်များ၊ (ဝါ)ဟာကွက်များ၊ (ဝါ)ကွက်လပ်များ၏ အစပင်တည်း။

ကျွန်တော် တွေ့ကြုံရသည်တို့နှင့် ပတ်သက်၍ ဆရာတော်ထံ တင်ပြ လျှောက်ထားခဲ့ရာ ဆရာတော်၏ ရှင်းလင်းဖြေကြားချက်များကို အခန်း(၄) တွင် ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်၊ တရားထိုင်နေစဉ်၌ ညောင်းညာတောင့်တင်းမှု၊ စိုးစိုးစစ်စစ်-ရှိုးရှိုးရွရွဖြင့် ပမာအားဖြင့် ပြရလျှင် ပုရွက်ဆိတ်ကလေးများ လမ်းလျှောက်နေရသလိုခံစားရမှု၊ အပ်ဖျားချွန်ချွန်သေးသေးကလေးဖြင့် အသာ အယာအထိုးခံရသလို ခံစားရမှုစသည့် ကာယိကအောင့် ဖြစ်မှုများ ဖြစ်ပေါ် လာလေ့ရှိ၏။

ထိုအခြင်းအရာတို့ကို စိတ်ကအသိအမှတ်ပြုလာမိ၏၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ကား သူတို့သည် စိတ်သန္တတိအစဉ်ထဲသို့ ဝင်ရောက်ထိုးဖောက်ခြင်း ပြုကြ တော့၏၊ အာရုံစူးစိုက်ကာ မှတ်နေမည်ဆိုပါက ယင်းတို့၏ အင်းအား အရှိန်အဝါ လျော့နည်းသွားမည်ဖြစ်၏၊ စိတ်ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ပေါ်၌ ပိုမို၍ နိုင်နိုင်နင်းနင်း အောင်အောင်မြင်မြင် ထားရှိလာနိုင်သည်နှင့်အမျှ အာရုံ အသေးအမွှားကလေးများ ဖြစ်ပေါ်လာရန် အခွင့်အရေး နည်း၍ နည်း၍ သွားလေ့ရှိ၏။

http://www.dhammadownload.com

ထိန်းချုပ်ခြင်းငှာ မရသော စိတ်အစဉ်ထဲ၌ အထက်ပါ အတိုင်း အနှောင့် အယှက်များ ဖြစ်ပေါ်မှု လျော့နည်းသွားကြောင်း ကြားသိရသည်မှာ ဝမ်းမြောက်စရာ ကောင်းလှပေသည်၊ ဆရာတော်၏ ရှင်းလင်းမိန့်ကြားချက်ကို ကြားသိရပြီးနောက် ကျွန်တော်သည် အဆောင်သို့ ပြန်လာ၍ ဆက်လက်တရားအားထုတ်၏၊ ကျွန်တော်၏ စိတ်သည် ဆရာတော်မိန့်တော်မူသည့်အတိုင်း ဖြစ်နေကြောင်း တွေ့ရ၏။

ဆရာတော်၏ ရှင်းလင်းမိန့်ကြားချက်ကို အားကိုးပြုရသောကြောင့် တွေ့ကြုံရ သည်တို့ကို ပို၍လည်း နားလည်သဘောပေါက်လာ၏၊ ရုပ်နာမ်တို့သည် ယင်းတို့၏ လမ်းစဉ်နှင့်အညီ လှုပ်ရှားပြောင်းလဲနေကြကြောင်းဖြင့်လည်း သိမြင်လာ၏၊ အထူးတလည် အရေးကြီးလှသော သိသင့်သိထိုက်သည့် အချက်တစ်ရပ်ကို ဆရာတော်ထံမှ ရရှိခဲ့ကြောင်းဖြင့်လည်း မှတ်ယူလိုက်၏။

ထို့ကြောင့် ထိုညနေက ကျွန်တော်သည် ကျေနပ် နှစ်သက်သည့် အထိမ်းအမှတ်မဖြစ် တစ်နာရီကြာ အချိန်ယူလျက် နေ့လည်စောင်းက ပြောဆိုဆွေးနွေးခဲ့သမျှ စကားတို့နှင့် ပတ်သက်ပြီး စိတ်ကို ရှင်းလင်းကြည်လင်အောင် ထားလိုက်၏၊ ကြားသိခဲ့ရသည့်အချက်သည် ကျွန်တော့်အတွက် အသစ်အဆန်းပင် ဖြစ်၏။

တရားထိုင်ရာ၌ တွေ့ကြုံရသည့်အခက်အခဲများနှင့် ပတ်သက်၍သာမက အခြားသော ကိစ္စများနှင့်ပါ အံကိုက်ခြင်း ရှိ-မရှိ လေ့လာကြည့်ရန် ဆန္ဒဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ အိပ်မက် မြင်မက်နေစဉ်၌ ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်သည် တမူထူးခြားနေလေ့ရှိပေရာ ဆရာတော်၏ ရှင်းလင်းမိန့်ကြားချက်သည် အိပ်မက်စိတ်နှင့်လည်း အကျုံးဝင်ကိုက်ညီနေကြောင်း တွေ့ရ၏။

ဆရာတော်သည် အိပ်မက်ဟူ၍တော့ ရည်ညွှန်းပြောကြားခြင်း မပြုခဲ့ပေ၊ သို့သော် စိတ်သည် ရှေ့နောက် အစီအစဉ် စနစ်တကျ မဖြစ်သည့် အခါများလည်းရှိကြောင်း၊ ထိုအခါမျိုး၌ ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်ကို စီစဉ်တကျဖြစ်

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်အောင် အတင်းအကျပ် ကြိုးစားဖန်တီး၍ မရနိုင်ကြောင်းဖြင့် ဆရာတော်က အရိပ်အမြွက် မိန့်ကြားခြင်းပြုခဲ့၏။

လူနှင့်အချိန် ဆက်သွယ်မှုနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ဤအယူအဆသည် ရှင်းလင်းသော အကျိုးသက်ရောက်မှုတစ်ရပ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်ဟုလည်း ကျွန်တော် စတင်သိမြင်လာ၏။

ကျွန်တော်သည် ဆရာတော့်ကို ဖူးတွေ့ရချိန်၌ မရှင်းမလင်း ဖြစ်နေသော အချက်အချို့ကို ဆက်လက် မေးလျှောက်ရန် အကြံဖြစ်ခဲ့ပါ၏၊ သို့သော် အောင်မြင်ရန် အရေးသာရန် အလားအလာ နည်းကြောင်း သိမြင်သဖြင့် လျှောက်ထား မေးမြန်းခြင်း မပြုခဲ့ပေ၊ ဖြေမှန်းသိသောကြောင့် ကမ်းတက်လာသည်၊ ဤမျှအထိ ရှင်းလင်းဖြေကြားမိခဲ့သည်မှာ မှားလေခြင်းစသည်ဖြင့် ဆရာတော်၏စိတ်ထဲ၌ ကသိကအောင့် ဖြစ်သွားလေမည်လားဟု စိုးရိမ်မကင်း ဖြစ်မိသည့်အလျောက် ဆက်လက်မေးမြန်း လျှောက်ထားရန် ဦးလေးခဲ့၏။

စိတ်ဖြစ်ပေါ်ပုံနှင့်တကွ မနောအကြည်အကြောင်းကိုမူ ကျွန်တော်ကြားသိရပြီး ဖြစ်ပါသည်၊ စိတ်ဖြစ်ပေါ်မလာမီ(ဝါ) စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာမှုကြောင့် အသက်ဝင်လှုပ်ရှားလာခြင်း မရှိမီအချိန်က မနောအကြည် သို့မဟုတ် မနောဒွါရ၏ အခြေအနေသည် မည်သို့ရှိနေပါသနည်း၊ အိုးထိန်းသည်၏ လက်ထဲသို့ ဆိုက်ရောက်လျက် ခတ်လုပ်ပုံဖော်ခြင်း မခံရမီ ရွံ့တုံးတစ်တုံး၏ အခြေအနေမျိုး၌ ရှိနေပါသလား၊ စိတ်တစ်ခုစီသည် မနောအကြည်၏ အလွန်သေးငယ်လှသော အစိတ်အပိုင်းကလေးကိုသာ အသုံးပြု၏၊ ထိုအပြင် ယင်းတို့အနက်မှ အမြောက်အမြားသည် သိစိတ်၏ အလှမ်းမှီရာအတွင်းသို့ ဆိုက်ရောက်လာခြင်း မရှိပေ။

စိတ်အစဉ် တည်းဟူသော ရေစီးကြောင်းသည် လမ်းနှစ်သွယ် ခွဲကာ ဆက်လက် ခရီးနှင်ဟန်ရှိ၏၊ တစ်ခုသည် သိစိတ်၏ အဝန်းအဝိုင်းထဲသို့ ဆိုက်ရောက်၏၊ အခြားတစ်ခုသည် တိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်သည့် ဘဝကို

http://www.dhammadownload.com

ရွေးချယ်သွားဟန်ရှိ၏၊ မည်သည့်နေရာ၌မျှ ယင်းကို မတွေ့ရတော့ပေ။

အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့၏ သိစိတ်သည် မလိုအပ်သည့် စိတ်များ(စိတ်ကူးများ၊ အတွေးများ)ဖြင့် ဖိစီးလေးလံနေခြင်း မရှိပါလျှင် မသိစိတ်ထဲ၌လည်း ပွတ်သိပ်နေသည့် အချက်များ အရေအတွက်အားဖြင့် လျော့နည်းမည် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်တစ်စိတ်စီပေါ်၌ သတိကပ်ထားရှိရမည်ဖြစ်ရာ ယင်းသို့ ထားရှိရသည့် သတိ၏ သဘာဝအနေအထားကို လေ့လာကြည့်မည်ဆိုလျှင် စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းကြောင်း တွေ့ရမည်ဖြစ်၏။

သတိဟူသည်ကို ထင်ရှားစွာ သိမြင်သဘောပေါက်နိုင်ပြီး ရှင်းလင်းလွယ်ကူဟန်လည်း ရှိ၏၊ သို့သော် ဤကဲ့သို့သော သတိမျိုးသည် အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့၍ အလွယ်တကူလည်း ပျက်ပြယ်သွားနိုင်၏၊ မည်သို့ ဖြစ်လိမ့်မည်ဟု ကြိုတင်ခန့်မှန်းလို့လည်း မရပေ၊ ကျွန်တော်တို့၏ အနောက်တိုင်း ပညာရေးစနစ်၌ တမင်တကာ တခုတ်တရမဟုတ်ပဲ စိတ်ကို အမှတ်တမဲ့ လေ့ကျင့်သော နည်းလမ်းများရှိ၏။

သတိကိုလည်း ထိုကဲ့သို့သော နည်းလမ်းများဖြင့် လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်မှသာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာဖွယ်ရှိ၏၊ သတိသည် ခေါင်းမာသည့် သဘောရှိ၏၊ ထားသလို နေလေ့မရှိ၊ ခိုင်းသလို လုပ်လေ့မရှိ၊ အိပ်မက်မြင်မက်ရာမှ နိုးလာသောအခါတွင် တွေ့ကြုံခံစားရပုံကို ပေါ်လွင်ထူးခြားသော ဥပမာတစ်ရပ် အဖြစ် ကြည့်မြင်နိုင်၏။

အိပ်ရာမှ နိုးစ၌ အိပ်မက်သည် ရှင်းလင်းပီပြင်၏၊ နိုးနေသည့် အတွေ့အကြုံမှ ခွဲခြား၍ မရပေ၊ သို့သော် အိပ်မက်သည် နိုး သတိ နိုး အသိကို အိပ်မက်၌ ကပ်ထားရန် ကြိုးစားလိုက်သောအခါ၌ကား အိပ်မက်သည် လျင်မြန်သော အရှိန်အဟုန်ဖြင့် မှုန်ဝါးသွားတတ်၏၊ စိတ်ဓာတ်စွမ်းအားရှိသမျှဖြင့် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ပါသော်လည်း ယင်းအား ပြန်လည်ခေါ်ယူခြင်းငှာ မစွမ်း

http://www.dhammadownload.com

နိုင်ပေ။

အိပ်ပျော်နေရာမှ နိုးစ အချိန်က ရှင်းလင်းပီသခဲ့သော အိပ်မက်သည် ယခုမှုန်ဝါးသွာရုံမက အဝေး၌ ပျောက်ကွယ်သွားတော့၏၊ နိုးစိတ်သည် ထွက်ပြေးပျောက်ကွယ်သွားသော အိပ်မက်ကို ဘယ်လိုလိုက်လို့မှ မမှီနိုင်တော့ပေ၊ ဤအခြင်းအရာကို ခံစားသိမ်းပိုက်ရသည့် တစ်ခဏ၌ အိပ်မက်ရှင်သည် ဆောက်တည်ရာ မရအောင် ဖြစ်သွား၏၊ ကာယစိတ္တစွမ်းအားနှစ်ရပ်လုံးလည်း ကင်းမဲ့ကုန်ခန်းသွားသည့်အလား ခံစားလိုက်ရ၏။

စက္ကန့်အနည်းငယ်အကြာတွင်ကား အိပ်မက်နှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းငယ်မျှကိုပင် စဉ်းစားကြည့်၍ မရနိုင်တော့၊ ကျွန်တော်တို့သည် အိပ်မက်တဖြည်းဖြည်း မှေးမှိန်ပျောက်ကွယ်သွားသည်ကို သတိပြုမိ၏၊ သို့သော်စိတ်လှုပ်ရှားစဖွယ် အိပ်မက်တစ်ခု ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်သော အဆိုပါ အိပ်မက်ထဲ၌ ပါဝင်သော အချက်အလက်တို့ကို ပြန်လည် ဆုပ်ကိုင်မိရန် မည်သို့ပင် အပြင်းအထန်ကြိုးစားပါသော်လည်း အချည်းနှီးသာ ဖြစ်၏။

သတိသည် မည်သို့မျှ စွမ်းဆောင်နိုင်ခြင်း မရှိပါချေ၊ နိုးကြားနေပြီဖြစ်သော အာရုံများမှ ပေးပို့လိုက်သည့် သတင်းစကားများကို လက်ခံတုန့်ပြန်နိုင်ရန် ထိုအချိန်၌ သတိသည် တပင်တပန်းအားထုတ်နေရပြီလည်းဖြစ်၏၊ ကျွန်တော်တို့သည် သတိကို အပေါ်စီးရနေသည်မဟုတ်၊ ပိုင်နိုင်စွာ ထိန်းကွပ်ထားနိုင်ခြင်း မရှိ၊ ထို့ကြောင့် ယင်းသတင်းစကားများကို လျစ်လျူရှုထားရန်အတွက် သတိကိုညွှန်ကြားနိုင်သည့် အခြေအနေ၌မရှိ။

သတိပဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်သည် သတိကို အမြဲတစေ လက်မလွှတ်အောင်ကျင့်သည့် ကျင့်စဉ်ပင် ဖြစ်၏၊ ယောဂီသည် မူလ ပထမက သတိကို ခိုင်းစေနိုင်စွမ်းမရှိ၊ တရားအားထုတ်၍ ရင့်ကျက်လာသောအခါ၌ သတိကို ထိန်းသိမ်းကွပ်ကဲနိုင်စွမ်း ရှိလာ၏။

ထို့ကြောင့် မှုန်ဝါးပျောက်ကွယ်သွားသည့် အိပ်မက်များကို (သတိရင့်

http://www.dhammadownload.com

ကျက်လာသောအခါ) ပြန်လည်တွေးတော ဆင်ခြင်နိုင်လိမ့်မည်ဟု ထင်မှတ်ခဲ့မိ၏၊ နိုးစိတ်ဖြင့် လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း ပြုလုပ်လိမ့်မည်ဟု ယူဆမိခဲ့၏၊ တကယ် လက်တွေ့၌ ထင်သည့်အတိုင်း မဟုတ်ပေ၊ သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများပြီးသောအခါ၌လည်း ယင်းသို့ စွမ်းဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိပေ။

အိပ်မက် မြင်မက်နေစဉ်၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော သတိသည် တန်ခိုးအာနိသင် နည်းပါးလှလေသည်၊ ထိုအချိန်၌ တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသည့် ပျံ့လွင့်မှုတို့မှာလည်း မရှိသလောက် ရှားသည်ဟု ဆိုရလောက်အောင် နည်းပါး၏၊ အကယ်၍ ပြင်းထန်သော ပျံ့လွင့်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင်လည်း ယင်းတို့သည် သီးခြား တည်ရှိမနေနိုင်၊ အိပ်မက်ထဲသို့ဖြစ်စေ ဝင်ရောက်သွားမည် သို့မဟုတ် ထိုပျံ့လွင့်ခြင်းများ၏ ဖန်တီးမှုကြောင့် အိပ်မက်မြင်မက်နေသူလည်း အိပ်ပျော်နေရာမှ နိုးလာမည်ဖြစ်၏၊ သို့သော် အိပ်မက်မက်နေစဉ်၌ ယင်းကဲ့သို့ ပျံ့လွင့်မှုများ ပြင်းထန်စွာ ဖြစ်ပေါ်ရန် ခဲယဉ်းလှ၏။

နိုးနေချိန်မှာထက် အိပ်မက် မက်နေချိန်၌ ကျွန်တော်တို့၏ အာရုံများသည် သတိကို ပျံ့လွင့်အောင် ချုပ်ကိုင်ဆွဲဆောင်နိုင်အားနည်းပါး၏၊ ထိုစဉ်၌ သတိသည် အာရုံငါးပါး၏ နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် နှောင့်ယှက်ခြင်း ခံရမှုမှ သက်သာရာ ရနေ၏၊ အိပ်မက်ထဲ၌ တစ်ခုပြီး တစ်ခုဖြစ်နေသော စိတ်အစဉ်ကို သတိက တပင်တပန်း ကြိုးစားကိုင်တွယ်နေစရာ မလိုပေ၊ ထို့အပြင် ရုပ်ဝတ္ထု အစစ်အမှန်များနှင့်သာ အမြဲတစေ ထိတွေ့နေလေ့ရှိသည့် နိုးသတိသည်လည်း ဖြစ်ပေါ်မလာနိုင်ချေ၊ အိပ်မက် မက်နေစဉ်ဖြစ်၍ ထိုသတိခြေကုပ်ယူရန် အမာခံ မရှိ။

ဤကဲ့သို့သော အတွေးအခေါ်များနှင့် ပတ်သက်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ အယူအဆများကို ကြားသိရလျှင် အလွန်စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းမည်လည်း ဖြစ်ပါသည်၊ သို့သော် ဆရာတော်နှစ်ပါးအနက် မည်သည့်ဆရာတော်ကမျှ ရှေ့တစ်ဆင့်တိုး၍ ရှင်းလင်းမိန့်ကြားခြင်းမပြုပေ။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်၏ "မေးခွန်းသုံးခု"ထဲတွင် ထည့်သွင်းလောက်အောင် အရေးကြီးသော အချက်တစ်ရပ် ပေါ်လာပြန်ပါသည်၊ အလွန်အရေးကြီးသည့်အတွက် တင်ပြလျှောက်ထားသင့်ကြောင်းဖြင့်လည်း စိတ်ဝယ်ခံစားမိပါသည်၊ ယင်းအကြောင်းကို ယခု ကျွန်တော် တစ်တန်တက ဖော်ပြနေသည်မှာလည်း အခြားအကြောင်းကြောင့် မဟုတ်ပါ၊ ကျွန်တော်၏ ထိုမည်သော မေးခွန်းကို အကြောင်းပြု၍ စိတ်ဝင်စားစရာအကောင်းဆုံးဖြစ်ရုံမက အံ့သြစရာလည်းကောင်းသော အဖြေတစ်ရပ် ထွက်ပေါ်လာခဲ့သောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော်၏ မေးခွန်းကား "စဉ်းစားတွေးခေါ်ကာအမိန့်ပေးသော စိတ်နှင့် ထိုအမိန့်ကို အကောင်အထည်ဖော် ထမ်းဆောင်ရသော ရုပ်ခန္ဓာတွင်းရှိ ရုပ်ဝတ္ထု ဦးနှောက်ကို မည်သည့်အရာက ဆက်သွယ်ပေးပါသနည်း၊ ထိုအရာသည် မည်သို့ အလုပ်လုပ်ပါသနည်း"ဟူ၍ ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်သည် ဦးဖေသင်အား ကျွန်တော်၏မေးခွန်းကို အကြိမ်ကြိမ်ရွတ်ဆိုပြပါသည်၊ ထို့အပြင် မည်သည်ကို ကျွန်တော် ဆိုလိုကြောင်း ပေါ်လွင်စေရန် အခါခါလည်း ထပ်ဆင့်ရှင်းလင်းပြပါသည်၊ ထိုသို့မပြုလုပ်ပါက ကျွန်တော့်မေးခွန်း၏ အဓိပ္ပာယ်ကို အကောက်မှားသွားနိုင်စရာ ရှိလေသည်၊ ကျွန်တော်ဆိုလိုသည့်အချက်ကို ဦးဖေသင် တိတိကျကျ သဘောပေါက်ရန်မှာ အရေးကြီးလှပါ၏။

ကျွန်တော့်မေးခွန်းကို အသေအချာ ကြားသိရပြီးနောက် ဦးဖေသင်သည် မဟာစည်ဆရာတော်ထံကို ဘာသာပြန်၍ လျှောက်ထားလိုက်ပါသည်။ ကျွန်တော်လည်း ဆရာတော်၏ အရိပ်အကဲကို ကြည့်နေရာ ရွှင်ချို့နေလေ့ရှိသော ဆရာတော်၏ မျက်နှာတော်သည် တစ်မျိုးတစ်ဖုံ လေးနက်သွားသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆရပါသည်၊ အဖြေပေးရန်အတွက် အချိန်ကြာညောင်းနေခြင်း မရှိဘဲ၊ မဆိုင်းမတွပင် ဆရာတော်က ပြန်လည်မိန့်ကြားခြင်းပြုပါ၏။

"ဒီအချက်ကို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားက မစဉ်းစားခဲ့ဘူး၊ ဘယ်လိုမှလဲ

http://www.dhammadownload.com

မညွှန်ကြားခဲ့ဘူး၊ ဒါကြောင့် ခင်ဗျားရဲ့မေးခွန်းကို မဟာစည်ဆရာတော် မဖြေနိုင်ဘူး”ဟု ဦးဖေသင် ပြန်ကြားလေသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း လွယ်လွယ်နှင့် မရပ်သေးပါချေ။

“ဒါပေမဲ့ဗျာ- ဒီလို အကြောင်းအရာမျိုးတွေကို ဆရာတော် အသေအချာ စဉ်းစားကြဲစည်ကြည့်ခဲ့ဘူးမှာပါ၊ ဒီကိစ္စနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဆရာတော် ဘယ်လို ယူဆမလဲဆိုတာ သိရရင် သိပ်စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းမယ်၊ ဆရာတော်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အယူအဆကို ကြားသိပါရစေ-”

ဤတွင် ဦးဖေသင်သည် ရယ်မောလိုက်ပြီးနောက် ဆုတ်ဆိုင်းနေခြင်းမရှိပဲ ကျွန်တော်၏ ပန်ကြားချက်ကို ဆရာတော်ထံ ဘာသာပြန် တင်ပြလျှောက် ထားလိုက်၏။ (ဆရာတော်သည် ကျွန်တော် ပြောကြားသည့် အင်္ဂလိပ်စကား များသောအားဖြင့် နားလည်ပါသည်၊ အင်္ဂလိပ်စာကို ကောင်းစွာဖတ်နိုင်သော် လည်း အင်္ဂလိပ်စကားပြောသည်ကိုမူ တစ်ခါမျှ မကြားခဲ့ရပါ။)

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ညွှန်ကြားချက်ထဲမှာ မပါတဲ့ ကိစ္စတစ်ရပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆရာတော့်အနေနဲ့ ထင်မြင်ချက် အယူအဆပေးနိုင်ဖွယ် မရှိဘူး၊ ဒီကိစ္စမျိုးကို ထင်မြင်ချက်ပေးဖို့ ဆရာတော့်အတွက် မဖြစ်နိုင်ဘူး”ဟု ဦးဖေသင်က ပြန် ကြားပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဖော်ပြခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်လောက်အောင် အံ့ဩသွားသည့် အပြင် မစဉ်းစားတတ်အောင်လည်း ဖြစ်သွားမိပါသည်၊ ဤအဖြစ်ကို ဆရာတော်ရော ဦးဖေသင်ပါ သတိမပြုမိပေ၊ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့၏ မေးမြန်းလျှောက်ထားပွဲကလေးလည်း ပြီးဆုံးသွားတော့၏။

ဆရာတော်သည် စဉ်းစားဉာဏ်ထက်မြက်၏၊ မြင့်မားစွာ လေ့ကျင့်တတ် မြောက်၏၊ သူမတူအောင်လည်း ပညာကြီး၏၊ အနောက်နိုင်ငံသားများ၌ ရှိလေ့ မရှိသော အရည်အချင်းများ၊ သည်းခံမှုများနှင့် ပြည့်စုံ၍ သူတို့ ကိုင်တွယ်နိုင်စွမ်း မရှိသော ပြဿနာအခက်အခဲများကို ထိုးထွင်းသိမြင်နိုင်သော

http://www.dhammadownload.com

ဂုဏ်သတ္တိများ ရှိ၏၊ ဤကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်ထူးသည် ပုံသေသတ်မှတ်ထားရှိသော စည်းကမ်းများ၏ နှောင်ဖွဲ့ခြင်းကို ခံနေရကြောင်း တွေ့ရှိရသဖြင့် ကျွန်တော်သဘောမပေါက်နိုင်အောင်လည်း ဖြစ်ရပါ၏။

ဤနေရာ၌လည်း အနတ္တကိစ္စမှာတုန်းက ကဲ့သို့ပင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး သဘောပေါက်အောင် ရှင်းလင်းပြောကြားနိုင်စွမ်း လိုအပ်နေမှုကြောင့်လားဟူ၍ပင် ထင်မှတ်ဖွယ်ရှိပါသည်၊ ဉာဏ်ပညာ အတွေးအခေါ်နှင့် ပြည့်စုံသော ဆရာတော်သည် စိတ်နှင့်ရုပ် ဆက်သွယ်မှုကဲ့သို့သော အလွန်အရေးကြီးသည့် အချက်တစ်ရပ်နှင့် ပတ်သက်၍ မသိနိုင်စရာ၊ အဖြေမပေးနိုင်စရာ မရှိပါချေ၊ ယင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ကောင်းသည်ဟု ကျွန်တော် မယုံကြည်နိုင်။

ကျွန်တော် သဘောပေါက်လိုက်သည့် အချက်တစ်ခုတော့ ရှိပါ၏၊ ယင်းကား- ထိုအကြောင်းကို ကျွန်တော့်အား ပြောပြရန်မသင့်ကြောင်း ကျွန်တော့်၌ ကြားသိမှုလောက်သာရှိ၍ ကိုယ်တိုင်တွေ့သိမှု၌ ဟုတ်တိပတ်တိ မရှိသေးပဲ စမ်းတဝါးဝါး ဖြစ်နေသူသာ ဖြစ်ကြောင်းများဖြင့် ဆရာတော် ယူဆပုံပေါ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏စိတ်ကို ဖြေသိမ့်သောအားဖြင့် စဉ်းစားစရာ အချက်တစ်ခုတော့ရှိ၏၊ ထိုမေးခွန်း၏ အဖြေကို လက်ခံရရှိခြင်းဖြင့် ကျွန်တော့်အဖို့ တစ်စုံတစ်ရာ အကျိုးထူးလာမည် မဟုတ်၊ သမာဓိရရှိရေးအတွက် ကူညီခြင်း မပြုနိုင်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ပေါက်ရေး၊ ဉာဏ်အလင်းရရေး၊ သို့မဟုတ် နောက်ဆုံး၌ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရေးအတွက် မည်သို့မျှ အထောက်အပံ့ဖြစ်မည် မဟုတ်ပါပေ၊ တကယ်တော့ ဤနေရာ၌လည်း ဥပဒေ စည်းကမ်းချက်မှာ "မျက်စိကို ဘောလုံးပေါ်၌သာ စူးစိုက်ထား"ဟူ၍ပင် ဖြစ်၏။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ အထက်ပါ မေးခွန်းအတွက် အထိုက်အလျောက် လွယ်ကူရှင်းလင်းသော အဖြေတစ်ခု မရှိဘူးဆိုပါလျှင် ကျွန်တော် အံ့ဩမိမည် ဖြစ်ပါသည်၊ သို့သော် မေးခွန်းမေးမြန်းရာတွင်မူ အကန့်အသတ်ရှိပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

မေးခွန်းသည် မေးသင့်မေးထိုက်သော၊ မှန်ကန်စွာမေးသောမေးခွန်းတစ်ခု ဖြစ်ရမည့်အပြင် ဆက်စပ်မြော်မြင် တွေးခေါ်ဖြေကြားလို့လည်း ရနိုင်လောက်သော အနေအထား၌ ရှိရမည် ဖြစ်ပါသည်။

သိပ္ပံ-သို့မဟုတ် ဒဿနပညာ၌ မေးခွန်းတစ်ခုကို ဖြေကြားလို့ မရနိုင်သည့် အခြေအနေမျိုးနှင့် မကြာခဏကြုံတွေ့ရတတ်ပေရာ စင်စစ်အားဖြင့် ထိုကဲ့သို့ ဖြစ်ရသည်မှာ အခြားအကြောင်းကြောင့် မဟုတ်ပေ၊ မေးခွန်း၏ အနေအထားသည် အဖြေပေး၍ မရနိုင်သည့် အခြေအနေတွင် ရှိသောကြောင့်သာ ဖြစ်ပါ၏၊ ကျွန်ုပ်တော်တင်ပြသော ပြဿနာမှာမူ အချိန်အနည်းငယ်အတွင်း၌ ဖြေကြားရှင်းလင်းလို့ ရနိုင်သော ကိစ္စတစ်ရပ်ဟူ၍ ယူဆမိပါသည်။

မှန်ကန်ချက်ကို ထုတ်ဖော်ပြသသည့်နည်းဖြင့် ဖြေကြားရှင်းလင်းခြင်း မပြု နိုင်စေဦးတော့ အနည်းဆုံး တွေးခေါ်မြော်မြင်ခြင်း ကောက်ချက်ချပြ၍ကား ရနိုင်ဖွယ်ရှိပါသည်။

ယခုအခါ၌ ကျွန်တော်တို့သည် ဦးနှောက်၏အလုပ်လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ပုံကို အတော်ပြည့်ပြည့်စုံစုံ သိရှိနေပြီဖြစ်ပါသည်၊ ဦးနှောက်ဟူသည်ကား အတိုင်းထက် အလွန် အဆင့်အတန်း မြင့်မားဆန်းကြယ်လှသော အီလက်ထရွန်းနစ် စက်ကိရိယာတစ်မျိုးဟုပင် ဆိုသင့်၏၊ ယင်းစက်ကိရိယာထဲ၌ အရွယ်ပမာဏအားဖြင့် အလွန်သေးငယ်လှသော စွမ်းအင်သတ္တိကလေးများ ပေါင်းစပ်ပါဝင်ကြပြီး ယင်းတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်သို့ သတင်းပေးပို့ညွှန်ကြားလျှက်ရှိသည်၊ ခန္ဓာသည် ဦးနှောက်က ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရလေသည်။

တိုးတက်လျက်ရှိသော သိပ္ပံပညာက တီထွင်ဖန်တီးပေးသည့် ကွန်ပျူတာကဲ့သို့သော ကိရိယာပစ္စည်းနှင့် လူသားတို့၏ ဦးနှောက်သည် သဘောချင်း၊ လုပ်ဆောင်ပုံချင်း တူညီသည် နှိုင်းယှဉ်ဖွယ် ဖြစ်သည်ဟူ၍လည်း ယခုအခါ၌ ဆထက်ထမ်းပိုးကာ ပြောစမှတ်ပြုလာကြ၏၊ ရုပ်သဘောအရ အကျိုး

http://www.dhammadownload.com

သက်ရောက်မှု ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော စွမ်းအင် တစ်မျိုးကို ဦးနှောက်မှ ထုတ်ဖော်ပေးနိုင်သည် ဟူသော အထောက်အထားများသည်လည်း ထွက်ပေါ်လျက်ရှိပေသည်၊ ကျွန်တော်သည် လိုရာသို့ဆွဲ၍ တင်ပြနေကြောင်းဖြင့်တော့ မိမိကိုယ်မိမိ မထင်မြင်မိပါ။

မှန်ပါသည်၊ ကျွန်တော်တို့သည် မဝေးလှသော အနာဂတ်အတွင်း၌ စိတ်ဆိုသည်မှာ အထူးတလည် နူးညံ့သိမ်မွေ့လှသည့် အသွင်တစ်မျိုးသော ရုပ်တရားပင်ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် လက်ခံလာကြဖွယ် ရှိပါသည်၊ ကျွန်တော်တို့သည် အစိုင်အခဲရှိသော၊ အခြေခံ အခိုင်အမာရှိသော ပတ်ဝန်းကျင်၌ မြင်လို့ ထိတွေ့လို့ရသော ရုပ်ဝတ္ထုမျိုးများနှင့် ရင်းနှီးပြီးဖြစ်ကြ၏၊ ထို့ကြောင့် ယင်းကဲ့သို့သော ရုပ်တရားများကို စွန့်ခွာခြင်း မပြုလိုသည်မှာ သဘာဝကျ၏။

သို့သော် အယူအဆကလေး အနည်းငယ်ပြောင်းလိုက်လျှင် ပြီးနိုင်ပါသည်၊ ယင်းသို့ ပြောင်းရန်မှာ ရပ်တည်နေသည့် အခြေခံနေရာ တစ်ခုမှနေ၍ တိုင်းတာကြည့်သည်ရှိသော် ရုပ်ဝတ္ထုသည် ရွေ့လျားနေရာ အရပ်မျက်နှာဘက်၌ တဖြည်းဖြည်း သေး၍သေး၍ သွားသည်ဟူသော အိုင်စတိုင်း၏ ရှာဖွေတွေ့ ရှိချက်(ဝါ)သီဝရီကို လက်ခံယုံကြည်ရသည်ထက် ပိုမို မခက်ပါချေ။

သိပ်သည်းမှုချင်း အကြီးအကျယ် ကွဲပြားခြားနားကြကုန်သော အရာဝတ္ထုများ၏ အကြောင်းကိုသာ တွေးတော စဉ်းစားနေလေ့ရှိခြင်း၊ ထို့အပြင် ယင်းတို့နှင့် နေ့စဉ်လည်း ပတ်သက်နေရခြင်းတို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် ခဲနှင့် ဟိုက်ဒရိုဂျင်တို့ ကဲ့သို့သော ရုပ်ဝတ္ထုများ၏ အကြား၌ စိတ်ကူးဖြင့် စည်းကြောင်း တစ်ကြောင်းကို ရေးဆွဲ ကန့်သတ်ကြည့်ရန် အကြောင်းမရှိပေ၊ သို့သော် ဟိုင်ဒရိုဂျင်ကို ကျွန်တော်တို့ တွေ့မြင်နိုင်စွမ်း မရှိရုံမက ကျွန်တော်တို့ထဲမှ အများစုသည် တွေးတောကြည့်၍ပင် သဘောမပေါက်နိုင်ပေ။

ရုပ်ဝတ္ထုဟူသည်၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို မည်သို့ ကန့်သတ်မည်နည်း၊ ယနေ့အမြင် ယနေ့အတိုင်းအတာဖြင့်သာ ရုပ်ဝတ္ထု၏အနက်ကို ဘောင်ခတ်

http://www.dhammadownload.com

ကန့်သတ်ထားရန် အကြောင်းမရှိပေ၊ ဆင်ကဲ့သို့သော ကြီးမားသည့် ရုပ်ဝတ္ထု အစိုင်အခဲကို အသေးဆုံး အလွယ်ကူဆုံးသော ရုပ်ငွေ့ရုပ်မှုန်ကလေးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်မည်ဆိုပါက လျော့ကန်သင့်မြတ်မှုမရှိနိုင်။

မျက်မှောက်အချိန်အထိ ကျွန်တော်တို့ ရှာဖွေတွေ့ရှိထားသမျှသော ရုပ်ဝတ္ထုများထက် ပိုမိုသိမ်မွေ့သေးငယ်သော ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများ ရှိရပေဦးမည်ဟု အကြင်သိပ္ပံပညာရှင်တစ်ယောက်၏ စိတ်ထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်ခံစားခြင်း မရှိပါက ထိုသူသည် အမြော်အမြင်နည်းသော အတွေးအခေါ် ညံ့ဖျင်းသော သိပ္ပံပညာရှင် တစ်ယောက်သာ ဖြစ်နိုင်စရာ ရှိပါသည်၊ ထိုကဲ့သို့ သေးငယ်လွန်းလှသည့် ရုပ်ဝတ္ထုတို့သည် သိပ်သည်းမှု၌ သူတို့ထက် တထစ်ပိုမို အဆင့်အတန်းမြင့်သော ရုပ်ဝတ္ထုများနှင့် ပူးပေါင်းမိကြပြီးနောက် ကြည့်မြင်လို့ရသည့် အနေအထားသို့ ဆိုက်ရောက်လာကြမည် ဖြစ်သည်၊ ထိုအခါ၌ ကျွန်တော်တို့သည် ယင်းတို့အား စတင် သတိပြုလာမိကြပေလိမ့်မည်။

ဥပမာအဖြစ် ရေခဲသေတ္တာထဲ၌ တာဝန်ထမ်းဆောင် တည်ရှိနေသော ဂက်(စ်)ခေါ် ဓာတ်ငွေ့ကိုလည်းကောင်း၊ မြို့တစ်မြို့ ပျက်သုဉ်းလုခမန်းဖြစ်စေနိုင်သည့် အက်တမ်ဗုံး(အဏုမြူဗုံး)ပေါက်ကွဲရာ၌ ပါဝင်သော အက်တမ်ကိုလည်းကောင်း တွေ့နိုင်၏။

ဤနည်းအားဖြင့် စိတ်သည် ဦးနှောက်ထဲတွင်ရှိသော အစွမ်းသတ္တိကလေးများကို လှုပ်ရှားပြောင်းလဲလာအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ဖွယ် ရှိ၏၊ ယင်းသို့ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲ၌ လိုအပ်သော လှုပ်ရှား ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာကြောင်း မှတ်ယူရာ၏။

ရုပ်ဝတ္ထုမဟုတ်သောစိတ်က ရုပ်ဝတ္ထုဖြစ်သော ဦးနှောက်အား အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် စွမ်းဆောင်စေစားနိုင်သည်ဟု ယုံကြည်ရခြင်းထက် အထက်ပါအတိုင်း တွေးခေါ်စဉ်းစား လက်ခံရသည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် ပိုမိုလွယ်ကူပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဤနေရာ၌ ကျွန်တော်တို့သည် စကားအသုံးနှုန်းပိုင်းဆိုင်ရာ အခက်အခဲနှင့် ရင်ဆိုင်တိုးပြန်၏၊ ကျွန်တော်သည် "ရုပ်ဝတ္ထု"ဟူသည့် ဝေါဟာရထဲတွင် စိတ်ကိုဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်စေသည့် အရာမှန်သမျှကိုလည်း ထည့်သွင်းယူဆထားပါသည်။

သို့သော် စဉ်းစားရန်ရှိနေသေးသည်မှာ ရုပ်ဝတ္ထုအတွက် ကျွန်တော်တို့ သတ်မှတ်ထားအပ်သော လက်ရှိ နယ်နိမိတ် မျဉ်းကြောင်းများသည် သင့်မြတ်မှန်ကန်ပါသလော၊ ကျွန်တော်တို့ သဘောပေါက်နားလည်သလို ပြုလုပ်ထားခြင်း မဖြစ်နိုင်ဘူးလား၊ ထိုအချက်ကို ကျွန်တော်တို့ ပိုမို သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာ သဘောပေါက်နိုင်လေ ပိုမိုသိမ်မွေ့နူးညံ့သော ရုပ်ဝတ္ထုများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိလေ ဖြစ်မည် မဟုတ်ပါလား၊ သိပ္ပံဆိုင်ရာ ရှာဖွေတွေ့ရှိချက်များသည် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်ကူးများမှ ပေါက်ဖွားလာကြ ခြင်းသာဖြစ်ပါ၏၊ ကျွန်တော်တို့၏ ကိရိယာ တန်ဆာပလာများက ရှာဖွေပေး သည့်အရာများကို လေ့လာစစ်ဆေးခြင်းပြုရာမှ ပေါက်ဖွားလာကြခြင်း မဟုတ်ပေ၊ ယခု ရင်ဆိုင်နေရသော ပြဿနာများကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်က ရုပ်ဝတ္ထု၏ အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုဟူ၍ လက်ခံနိုင်ရန် လိုအပ်ပေသည်။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၈)

အချိန်နှင့်ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ

ယခုအခါ၌ ကလေးသူငယ်အများစုမှစ၍ လူတို့သည် ဖို့သ်ဒိုင်မင်းရှင်းခေါ် စတုတ္ထအတိုင်းအတာ ဟူသောစကားနှင့် ကောင်းစွာ ရင်းနှီးနေကြပြီဖြစ်၏၊ လက်ပွန်းတတီးလည်း သုံးနှုန်းပြောဆိုကြပြီနေကြပြီဖြစ်၏၊ ယင်းစတုတ္ထ အတိုင်းအတာ ဆိုသည်ကား အခြားမဟုတ် အချိန်ပင်တည်း။

ယင်းသည် စွန့်စားခန်းဝတ္ထုရှည်တစ်ပုဒ်ထဲ၌ တစ်ခါက လူတို့၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို တက်ကြွလှုပ်ရှားစေခဲ့သည့် လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်၍ အသိခက်သော အရာ တစ်စုံတစ်ခုဖြစ်ခဲ့သော်လည်း ယခုအခါ၌ကား ထိုသို့ မဟုတ်တော့ပြီ။

အာကာသခရီးသွားလာရေးသည် ယင်း၏ အသိခက်မှုအား မောင်းထုတ်ပစ်လိုက်နိုင်ပြီဖြစ်၏၊ အာကာသခရီးသွားလာရေး ဆိုသည်မှာလည်း အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းမဟုတ်၊ သိပ္ပံပညာဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊

http://www.dhammadownload.com

ပါးနပ်လိမ်မာမှုများနှင့်တကွ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကြိုးပမ်းလှုပ်ရှားမှုများ ပေါင်းစုမိကြရာမှ အကျိုးတရားအဖြစ် ထွက်ပေါ်လာအပ်သော ရလဒ်ပင်တည်း။

အချိန်၏ လှည့်စားတတ်သည့် သဘောလက္ခဏာများသည် နိဂုံးကမ္ပတ် အဆုံးသတ်ခဲ့ချေပြီ၊ ယခုအခါဝယ် ယင်းတို့သည် လူသားများအတွက် အသစ်အဆန်းများ မဟုတ်ကြတော့၊ စာဖတ်သူများအပေါ်၌ တစ်ခါက ဩဇာကြီးမား ခဲ့ကြကုန်သော (အချိန်နှင့် ပတ်သက်သည့်) ပြဇာတ်များနှင့် စာအုပ်များသည် ယခုသော် အရှိန်အဝါကွန်ယက်ကို ဖြန့်ကျက်ခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်တော့ပြီ၊ ယင်းတို့သည် ခေတ်နောက်ကျကုန်ကြချေပြီ။

အချိန်သည် လျှို့ဝှက်အသိခက်သော အရာတစ်ခုအဖြစ် ကျွန်တော်တို့အပေါ် မဟုတ်မမှန်လုပ်ကြ၍ ဟန်ဆောင်လှည့်စားခြင်း ပြုခဲ့ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ သိမြင်လာကြပြီ၊ အဖြစ်မှန်ပေါ်လာပေပြီ၊ ယူကာလစ်၏ အဆိုအမိန့်အတိုင်း အချိန်သည် စတုတ္ထအတိုင်းအတာ တစ်ရပ်သာ ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် ယခု အလွယ်တကူ လက်ခံနိုင်ကြပြီ။

အဖြစ်မှန်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိစေခဲ့သည့် ခက်ခဲနက်နဲသော အတွေးများ၊ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများ၊ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များနှင့် အမှတ်သင်္ကေတများ စသည်တို့ကို ကျွန်တော်တို့ (လူပြိန်းများ)အနေဖြင့် ဂရုစိုက်နေစရာမလို၊ ကျွန်တော်တို့၏ ဘိုးဘွားဘီဘင်များ လက်ထက်မှစ၍ လက်ခံယုံကြည်ခဲ့သော ဒဏ္ဍာရီများနှင့် ယုံတမ်းပုံပြင်များ၏ အမှန်တရားကို ဖော်ရန်မှာ အိုင်းစတိုင်း အစရှိသော သိပ္ပံပညာရှင် ကဝိအကျော်အမော်များ၏ အရာသာဖြစ်၏။

အချိန်သည် မည်သည့်အတွက် စတုတ္ထအတိုင်းအတာ ဖြစ်ရသနည်း၊ ကျွန်တော်တို့ လူသားတို့သည် မိမိတို့ကိုယ်မိမိတို့ နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ရေးနှင့် မိမိတို့ မှီတင်းနေထိုင်ရာ စကြဝဠာကြီး၏ အကြောင်းတို့ကို သိရှိ နိုင်ရေးအတွက် အချိန်သည် မည်သည့်အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပတ်သက်နေပါသနည်း၊ မည်သို့သော ခြားနားချက်တို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသနည်း၊ စင်စစ်၌

http://www.dhammadownload.com

ဤအချက်တို့ကို ဦးနှောက်ရှုပ်ခံ၍ စဉ်းစားတွေးခေါ်ကြည့်သူ မရှိသလောက် ရှားပါးလှချေသည်။

အချိန်သည် စတုတ္ထအတိုင်းအတာ ဖြစ်သည်ဟူသော အချက်ကား အလွန် တရာထင်ရှားလှပါ၏၊ အထူးပင်ပန်းကြီးစွာ စဉ်းစားတွေးတော နေစရာပင် မလိုပေ၊ ထိုသို့သဘောပေါက်ရန်မှာ ကျွန်တော်တို့အတွက် အရေးတကြီး ပတ်သက်နေသော ကိစ္စတစ်ရပ်လည်းဖြစ်၏၊ သို့သော် ဤသို့သဘောမပေါက် ပဲ အခြားတစ်ဖက်မှ စဉ်းစားတွေးခေါ်ကာ အယူအဆတစ်မျိုး ဖြစ်သွားနိုင်ဖွယ် လည်း ရှိပေ၏။

အချိန်အပေါ်၌ အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း သိမြင် နားလည်လာသည်နှင့် အမျှ မိမိတို့၏ ဖြစ်တည်မှုကိုလည်း တစ်စိတ်တစ်ဒေသအားဖြင့် သတိပြုမိ လာမည်ဖြစ်၏၊ အချိန်ကို ယခုလိုသိသည့်အသိနှင့် စက်နာရီဖြင့် တိုင်းတာ သိရှိသည့် အသိသည် လွန်စွာခြားနားလှ၏။

ဤကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖြစ်စေရန်အလို့ငှာ၊ အချိန် အပေါ်၌ ဖြစ်နိုင်သမျှ အလွယ်ကူဆုံး သုံးသပ်ချက်ကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဆန်းစစ်ကြည့်ရန် လိုအပ်လိမ့်မည် ထင်ပါသည်၊ မှန်ပါသည်၊ သင်္ချာဗေဒ နည်းလမ်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ ဂရပ်ဖ်မျဉ်းကြောင်းများ ရေးဆွဲတွက်ချက်နည်း ဖြင့် လည်းကောင်း၊ အချိန်ကို လေ့လာစူးစမ်း တွက်ဆလေ့ရှိကြပေရာ ထိုနည်းလမ်းများဖြင့် ရှုမြင်သုံးသပ်ပုံတို့ကိုလည်း သိသင့်သိထိုက်လှပေ သည်။

အရာဝတ္ထုများအဖြစ် ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိ နေနိုင်ရေးအတွက် ဒိုင်မင်းရှင်းခေါ် အတိုင်းအတာများ ရှိရန်လိုအပ်ပေသည်၊ ဒိုင်မင်ရှင်းအတိုင်းအတာများ မပါပဲ နှင့် မည်သည့်အရာဝတ္ထုမျှ ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိနေနိုင်မည် မဟုတ်ပေ၊ အရာဝတ္ထု တိုင်း၌ အလျားအနံ အထုဟူသည့် ဒိုင်မေးရှင်းအတိုင်းအတာများကို ရှိရမည် သာတည်း။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်တို့သည် ဂျီသြမေတြီ ဘာသာကို စတင် သင်ခဲ့ရစဉ်က ပွိုင့်ခေါ် အစက်တစ်ခု၌ အတိုင်းအတာ အရွယ်ပမာဏ မရှိကြောင်းဖြင့် တွေ့ကြုံကြားသိခဲ့ပြီး ဖြစ်ပေသည်၊ ထို့ကြောင့် အစက်တစ်ခုဟူသည် စိတ်ကူးထဲ၌သာ တည်ရှိနိုင်၏၊ တကယ်စင်စစ်အားဖြင့်ကား ဖြစ်တည်နိုင်စွမ်း မရှိပေ၊ မျဉ်းကြောင်းတစ်ကြောင်း၌ကား အလျားရှိ၏၊ အနံမရှိပေ၊ ထို့ကြောင့် မျဉ်းကြောင်းသည်လည်း အစက်ကဲ့သို့ပင် ကံမကောင်းအကြောင်းမလှရှာဟု ဆိုနိုင်၏၊ စိတ်ကူးထဲတွင်မှတပါး တည်ရှိနိုင်ခြင်းမရှိရှာပေ။

ဧရိယာတစ်ခု၌ကား အလျားရှိ၏၊ အနံရှိ၏၊ အထုကား မရှိကြောင်း ကျွန်တော်တို့ လေ့လာတွေ့မြင်နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် ဧရိယာသည်လည်း အစက်များ၊ မျဉ်းကြောင်းများကဲ့သို့ပင် အမှန်တကယ် တည်ရှိခြင်းငှာ မဖြစ်နိုင်ပေ၊ နောက်ဆုံး၌ကား အလျား အနံ အထုရှိသော ထုထည်ကို လေ့လာကြည့်နိုင်ပြန်၏၊ အချက်သုံးရပ်နှင့် ပြည့်စုံခြင်းကြောင့် ထုထည်သည် အစိုင်အခဲရှိသည်၊ တည်ရှိ၍ ရနိုင်သည်ဟူ၍ ထင်မြင်ရ၏။

ဉာဏ်ဖြင့် စဉ်းစားကြည့်လျှင်လည်း ဤအတိုင်းပင် မှတ်ယူချင်စရာကောင်း၏၊ သို့သော် အစက်၊ မျဉ်းကြောင်း၊ ဧရိယာတို့ ကဲ့သို့ပင် ယင်းသည်လည်း လက်တွေ့မျက်မြင်၌ တည်ရှိခြင်း မဟုတ်ပဲ စိတ်ကူးထဲ၌သာ တည်ရှိနိုင်၏၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ယင်း၌ အစဉ်မပြတ်ဆက်လက်နေသည့် သဘောလက္ခဏာကင်းမဲ့၏၊ အချိန်တည်းဟူသော ဒိုင်မင်ရှင်း အတိုင်းအတား မပါရှိသမျှ ကာလပတ်လုံး ဖြစ်တည်မှုကို ကာလပိုင်းခြား သတ်မှတ်ခြင်းငှာမရ၊ ထိုသို့မရခြင်းကြောင့် ယင်းအား အရာဝတ္ထုတစ်ခုအဖြစ် မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မှတ်ယူ၍မရနိုင်ပေ။

ယင်းသော် အသစ်စက်စက် ရှာဖွေတွေ့ရှိထားသော ကျွန်တော်တို့၏ စတုတ္ထအတိုင်းအတာရှိသည့် စကြဝဠာ၌သာ ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိနိုင်၏၊ အလျား အနံ အထုဟု ဆိုအပ်သည့် အတိုင်းအတာ သုံးမျိုးထဲနှင့် မဟုတ်မူ၍ အချိန်

http://www.dhammadownload.com

တည်းဟူသော စတုတ္ထတိုင်းတာမှုပါ ပါဝင်မှသာလျှင် အရာဝတ္ထုများသည် အစိုင်အခဲအဖြစ် သဘောသက်ရောက်၏၊ ဤစတုတ္ထတိုင်းတာမှု(မဲရှားမင့်)ကို နားလည်လျှင် ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာကိုလည်း သဘောပေါက်နိုင်ပြီဖြစ်၏။

အချိန်နှင့် ပတ်သက်၍ တူညီမှုသဘောတရားအရ မည်သည့်အချက်များကို လေ့လာသိရှိနိုင်သနည်း၊ ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာတို့သည် မည်သို့မည်ပုံ တိုးတက်လာကြသနည်း ဆိုသည်တို့ကို ဆန်းစစ်ကြည့်ရန် လိုအပ်မည် ဖြစ်ပါသည်၊ မံသမျက်စိအားဖြင့် အတိအကျ မမြင်ရသော်လည်း စိတ်ကူးကြည့်ပါလျှင် ဉာဏ်ဖြင့်မြင်၍တော့ ရနိုင်လေသည်၊ ယင်းသည်ကား အခြားမဟုတ် ဒိုင်မင်းရှင်းအတိုင်းအတာတို့၏ အခြေအနေ တစ်ရပ်မှ တစ်ရပ်သို့ တိုးတက်လာပုံပင်တည်း။

အစက်တစ်ခု၌ အတိုင်းအတာ ကင်းမဲ့ကြောင်း ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်၊ ထိုမည်သော အစက်သည် ရွေ့လျားခြင်းပြု၍ မျဉ်းကြောင်းအဖြစ်သို့ ရောက်လာအောင် ရုန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်း ပြုလုပ်ဟုဆိုနိုင်၏၊ မည်သို့ လုပ်ဆောင်သနည်းဟူမူ အစက်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်ကာဆက်ကာ ပေါင်းစပ်မိသွားသော အခါ၌ မျဉ်းကြောင်းဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ ဤသို့ဖြင့် ဒိုင်မင်းရှင်းကင်းမဲ့သည့်ဘဝမှ ဒိုင်မင်းရှင်းတစ်ခုရှိသော ဘဝသို့ ရောက်လာ၏၊ တနည်းဆိုသော် အတိုင်းအတာ ကင်းမဲ့သည့်ဘဝမှ အတိုင်းအတာတစ်ခုရှိသောဘဝသို့ ရောက်လာ၏။

ထိုနည်းတူပင် မျဉ်းကြောင်းတစ်ကြောင်းသည် အခြား မျဉ်းဖြောင့်တစ်ကြောင်းပေါ်၌ ထောင့်မှန်အနေအထားဖြင့် သို့မဟုတ် မျဉ်းမတ်အဖြစ်ကျရောက်လာသောအခါ အတိုင်းအတာ နှစ်ခုနှစ်ဘက် ဖြစ်လာ၏၊ ထိုနောက်တဖန် အဆိုပါ ဒေါင့်မှန်ကို ဒေါင့်မှတ်ဂံအနားအဖြစ် မျဉ်းကြောင်းတစ်ခုနှင့် ပိတ်လိုက်မည်ဆိုပါလျှင် တြိဂံဖြစ်လာ၏၊ ဒိုင်းမင်းရှင်းခေါ် အတိုင်းအတာသုံးဘက်ရှိသော အရာဝတ္ထုတစ်ခု၊ ထုထည်တစ်ခုဖြစ်လာ၏၊ ဤအချက်ကို စဉ်းစား သုံးသပ်ကြည့်သော် ထောင့်မှန်ပေါ်မှ မျဉ်းကြောင်းတစ်ကြောင်းဖြင့် ပိတ်လိုက်

http://www.dhammadownload.com

ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ စကြာဝဠာအတွင်း၌ အရာဝတ္ထုတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။

သို့ရာတွင် "ထောင့်မှန်များ၌"ဆိုသော စကားလုံးများသည် မည်သည့်အနက်သဘောကို ရည်ညွှန်းပါသနည်း၊ ထိုအချိန်အထိ ဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက်ခြင်း မရှိသော ဒါရိုက်ရှင်းခေါ် မျက်နှာစာ သို့မဟုတ် "ဘက်" ကို ရည်ညွှန်းခြင်းပင်ဖြစ်၏၊ ဤနေရာ၌"ဘက်" ဆိုသည်မှာ ရှေ့ဘက်(အရှေ့ဘက်မဟုတ်ပါ) နောက်ဘက်၊ဘေးဘက်စသည့် အသုံး အနှုန်းမျိုးကို ဆိုလိုခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အစက် မျဉ်းကြောင်း ဧရိယာ တည်းဟူသော အခန်းကဏ္ဍတစ်ခုစီ၌ ကျွန်တော်တို့သည် အယူအဆသစ်တစ်ခုစီကို တင်ခဲ့ကြပေသည်၊ ယင်းတို့၏ အတိုင်းအတာများ၏ ဘောင်အတွင်းမှနေ၍ ဆင်ခြင် စဉ်းစားခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဆက်စပ်တွေးခေါ်ခြင်း ပြုနေ၍ကား ထိုအယူအဆများ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်စရာ အကြောင်းမရှိပေ။

သို့ဖြစ်၍ "ထောင့်မှန်များ၌" ဆိုသောအသုံးအနှုန်းသည် "ယင်း၏ရှိရင်းစွဲ လောကအပြင်ဘက်မှ" ဟူ၍ ဆိုလိုရင်းဖြစ်၏၊ လှုပ်ရှားခြင်း (သို့မဟုတ် ဆက်လက်၍ ရေးဆွဲခြင်း) အားဖြင့် မျဉ်းကြောင်းအဖြစ်မှ တစ်ဆင့်ပိုမိုမြင့်မားသော ဒိုင်မင်းရှင်းအတိုင်းအတာအဖြစ်သို့ ဆိုက်ရောက်ခဲ့ပေသည်၊ မျဉ်းကြောင်းသည် လှုပ်ရှားခြင်းအားဖြင့် ဧရိယာဖြစ်လာသည့်နည်းတူ ကျွန်တော်တို့သည်လည်း အချိန်ထဲ၌ လှုပ်ရှားခြင်းအားဖြင့် အမှန်တကယ် အစိုင်အခဲအားဖြင့် ဖြစ်တည်လာကြခြင်းပင်ဖြစ်ပါ၏။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့သည် ဤအတွေးအခေါ်ကို မျက်ခြည်ပြတ်လျက်ရှိကြရကား အချိန်ကို ဒိုင်းမင်းရှင်းအတိုင်းအတာတစ်ခုအဖြစ် လက်ခံသဘောပေါက်ရန် အလွန်တရာ ခက်ခဲနက်နဲ နေပေသည်။ အချိန်ကို ဒိုင်မင်းရှင်းအတိုင်းအတာ တစ်ခုအဖြစ် ယူဆလက်ခံရန် အရေးမှာ ကျွန်တော်တို့အတွက် အံ့ဘနန်းလည်း ထူးခြားဆန်းကြယ်နေ၏။

http://www.dhammadownload.com

အမှန်အားဖြင့်ကား ထုထည်၏ ဒိုင်းမင်းရှင်းအတိုင်းအတာနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ဤသို့ပင် မျက်စိလည်စရာကောင်းသော်လည်း ကျွန်တော်တို့သည် ထိုသို့မဖြစ်ကြပေ၊ အစိုင်အခဲလိုက် တည်ရှိနေခြင်း၊ ကိုင်စမ်းကြည့်၍ ရခြင်းများကြောင့်သာ ကျွန်တော်တို့အတွက် သဘောပေါက်ရန် လွယ်ကူနေခြင်းပင်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် မိမိတို့ကိုယ်မိမိတို့ ဒိုင်မေးရှင်း သုံးဘက်ရှိသော သတ္တဝါများအဖြစ် မိရိုးဖလာအရ အတိအကျ အခိုင်အမာ လက်ခံယူဆခဲ့ကြ၏၊ ဤမည်သော ယုံကြည်ချက် အရိပ်အာဝါသ အောက်၌ ကြီးပြင်းခဲ့ကြ၏၊ ထို့ကြောင့် ဖို့သ်ဒိုင်မင်းရှင်းခေါ် စတုတ္ထအတိုင်းအတာ တစ်ရပ်ဟူသည် ကျွန်တော်တို့နှင့် လက်ပွန်းတတီးမရှိပေ၊ လက်ခံယုံကြည်ခြင်းမပြုလို၊ ထို့အပြင် ကျွန်တော်တို့၏ ဖြစ်တည်မှုအတွက်လည်း စတုတ္ထအတိုင်းအတာဟူသည် မလို အပ်ပါပေ။

ယခုအခါ၌ကား သိပ္ပံပညာပိုင်းဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍတစ်ရပ် ဖွင့်ခဲ့ချေပြီ၊ ဒိုင်မင်ရှင်း သုံးဘက်သာရှိသော လူသားများအဖြစ် ရပ်တည်နေကြကုန်သော ကျွန်တော်တို့သည် အစက်များ၊ မျဉ်းကြောင်းများ၊ ထုထည်အစိုင်အခဲများ အတိုင်းပင်ဖြစ်ကြောင်း၊ တစ်စုံတရာအနှစ်အသား မရှိကြောင်းတို့ကို နားလည်ခွင့်ရလာ၏၊ ကျွန်တော်တို့အဖို့လည်း အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်သည့် ဒေါင့်မှန်ကဲ့သို့သော အတိုင်းအတာသစ်တစ်ခု လိုအပ်၏၊ ယင်းကား အချိန်တည်းဟူသော ဒိုင်မင်ရှင်း အတိုင်းအတာပင်တည်း။

ဤစကြဝဠာကြီးအတွင်း၌ အရာဝတ္ထုတစ်ခုအဖြစ် အမှန်တကယ်ဖြစ်တည်နေနိုင်ရေးအတွက် ဤအတိုင်းအတာများသစ်သည် မရှိလျှင်မဖြစ်နိုင်ပေ။

ယခုအားလုံး ရှင်းလင်းသွားပြီ ဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် ကျွန်တော်တို့ တွေးကြံလျက်ရှိသော အချိန်နှင့်ပတ်သက်သည့် အချက်များ ရှင်းသွားပြီဟုသော်လည်းကောင်း ယူဆကောင်း ယူဆနိုင်ဖွယ်ရှိပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ကေန်မုချ အဆုံးသတ်သွားပြီလော၊ ထိုတိုးချဲ့မှုသည် မည်သည့်နေရာရောက်အောင် သွားမည်နည်း၊ တစ်နေ့တစ်ချိန်၌ ဖစ်သ်ဒိုင်မင်းရှင်းခေါ် ပဥ္စမအတိုင်းအတာတစ်ရပ် ပေါ်လာဦးမည်လော၊ ထိုမည်သော ပဥ္စမအတိုင်းအတာကို တစ်စုံတစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်က စူးစမ်းရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်း မပြုနိုင်အောင် မည်သည့်အရာသည် တားဆီးထားမည်နည်း၊ ထိုအခါ၌ ကျွန်တော်တို့၏ စကြာဝဠာတွင် ဥပဒေအသစ်တစ်ခု ပေါ်လာပေလိမ့်မည်၊ ဒိုင်မင်းရှင်းအတိုင်းအတာ ငါးခုရှိမှသာ အရာဝတ္ထုအဖြစ် အမှန်တကယ် ဖြစ်တည်နိုင်သည်ဟူ၍။

ထိုပဥ္စမမြောက် ဒိုင်မင်းရှင်းကို အဘယ်သို့ရရှိမည်နည်း၊ အချိန်မှနေ၍ ဒေါင့်မှန်ကျကျ တိုးချဲ့လိုက်ခြင်းဖြင့် ရနိုင်မည်လော၊ ကျွန်တော်သည် ဤနေရာ၌ ဒွန်း၏ "အချိန်အမှတ်စဉ်"(ဆီရီရယ်လ်တိုင်း) အယူအဆကို တင်ပြရည်ညွှန်းနေခြင်းမဟုတ်ပါ၊ ဤကဲ့သို့ အသစ်တိုးချဲ့လိုက်ခြင်းအားဖြင့် "ဤကမ္ဘာလောက၏ အပြင်သို့"ရောက်သွားသည့်နှယ် ဖြစ်သွားမည့်မပြင် မည်သည့်အချိန်နှင့်မှလည်း ဆက်သွယ်ပတ်သက်နေမှု ရှိလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။

မဝေးလှသော အနာဂတ်ကာလ၌ အခြားသော ဘုံဘဝတစ်ခုတွင် ဖြစ်တည်မှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး လိုအပ်သည့် မရှိမဖြစ်ကိစ္စတစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ စဉ်းစားလာကြလိမ့်မည်ဟု တွေးထင်နိုင်ဖွယ်ရှိ၏၊ ယခု အခါ၌ အတိုင်းအတာ လေးဘက်ရှိသော ဖြစ်တည်မှုကို ယုံကြည်လာသလို ထိုအချက်(ပဥ္စမဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ)ကိုလည်း ထိုအခါ၌ လက်ခံလာဖွယ်ရှိပါသည်၊ အချိန်မှ ထောင့်မှန်ကျကျ တိုးချဲ့သွားခြင်းအားဖြင့် အသစ်သော ဘုံဘဝတစ်ခု၌ ဖြစ်တည်မှုတစ်ရပ် ပေါ်ပေါက်လာနိုင်ကြောင်းဖြင့် ယူဆနိုင်စရာရှိ၏၊ ပဥ္စမဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာဖို့အတွက် လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်စွက်လိုက်သောအခါတွင် ထိုကဲ့သို့ဖြစ်လာနိုင်စရာ ရှိပေသည်၊ သို့သော် ဤနေရာ၌ ထိုအကြောင်းကို ကျွန်တော်တို့ မဆွေးနွေးသင့်သေးပေ၊ အချိန်နှင့် ပတ်သက်သည့် ကျွန်တော်တို့၏ စူးစမ်းတွေးခေါ်မှုကို ကာလနား

http://www.dhammadownload.com

သတ်သည့် အနေဖြင့် ရှေ့တစ်နေရာရောက်မှ ထိုအကြောင်းကို ရည်ညွှန်း ဆွေးနွေးရန် လိုအပ်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။

ယခု ကျွန်တော်တို့ ကျင့်သုံးလျက်ရှိသော အချိန်အပေါ် လေ့လာသုံးသပ် နည်းသည် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာကြည့်သည့်နည်းပင်ဖြစ်၏၊ စက္ကူပေါ်၌ ဂရပ်ဖ်မျဉ်း ကြောင်းများ ဆွဲ၍ဖြစ်စေ၊ လက္ခဏာအမှတ်အသားများကို အသုံးပြုကာဖြင့် ဖြစ်စေ တွက်ဆမည်ဆိုပါလျှင် အလွန်ကောင်းမွန်စွာ အသုံးချနိုင်သည်၊ လက်တွေ့၌ အသုံးဝင်လျက်လည်းရှိသည်။

အခြေခံသချာသင်ကြားခဲ့စဉ်က အချိန်သည် လက်အောက်ခံ မဟုတ်သော အရေးပါသောအရာတစ်ခုအဖြစ် ကျွန်တော်တို့နှင့် ရင်းနှီးယဉ်ပါးခဲ့ပြီး ဖြစ်၏၊ သို့သော် မရှိမဖြစ် မပါမပြီးသော ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာတစ်ခုအဖြစ်ကား ကျွန်တော်တို့ သဘောမပေါက်ခဲ့ကြ၊ တစ်စုံတစ်ခုသော အရာသည် ဝတ္ထု ပစ္စည်းတစ်ခုအဖြစ် အမှန်စင်စစ် ဖြစ်တည်နိုင်ရေးအတွက် အချိန်တည်းဟူသော ဒိုင်မင်းရှင်း မရှိလျှင် မဖြစ်နိုင်ကြောင်း မသိခဲ့ကြ။

အချိန်ပြဿနာကို အခြားတစ်နည်းတစ်လမ်းဖြင့်လည်း ချဉ်းကပ်နိုင်ပေသေး သည်၊ ဤနည်းလမ်းအတိုင်း ကျင့်သုံးလျှင် ကျွန်တော်တို့အတွက် အကြီး အကျယ် ပိုမိုသက်ဆိုင်လာမည် ဖြစ်ရုံမက အံ့ဘနန်း စိတ်ဝင်စားစရာလည်း ကောင်းမည်ဖြစ်သည်၊ ကျွန်တော်တို့ ဆွေးနွေးလျက် ရှိကြသည်မှာ လက်တွေ့မပါသော သဘောတရားရေး ဒိုင်မင်းရှင်းသာ ဖြစ်၏၊ ငါတွေ့မဟုတ် သည့် စာတွေ့ ဒိုင်မင်ရှင်းအတိုင်းအတာအရ ကျောက်ခဲတစ်လုံးနှင့် လူသား တစ်ယောက်သည် များစွာကွဲပြားခြားနားခြင်း မရှိပေ။

သို့သော် လက်တွေ့၌ ကျောက်ခဲနှင့် ကျွန်တော်တို့မတူပေ၊ ကျွန်တော် တို့ကိုယ်ကျွန်တော်တို့ ပိုင်ဆိုင်နေသည်၊ သို့မဟုတ်အချိန်ကို အမှန်အတိုင်း သဘောပေါက် နားလည်နေသည်ဟု ထင်မှတ်နေကြ၏၊ အတိတ်ပစ္စုပ္ပန် အနာဂတ်ကို ခွဲခြားသိသော အရည်အချင်းမျိုးကို ပေးနိုင်စွမ်းသော သဘာဝ

http://www.dhammadownload.com

ကို မိမိတို့ စိုးပိုင်ထားသည်ဟု ယူဆနေကြ၏၊ ကာလတစ်ပါးမှတစ်ပါးသို့ ကူးပြောင်းမှုကို တပ်အပ်သေချာ အခိုင်အမာ သိရှိကြကြောင်းဖြင့်လည်း ယုံကြည်ကြ၏။

ပြီးခဲ့သည့် စာပုဒ်များ၌ ရည်ညွှန်းဖော်ပြခဲ့သော အသိတရားသည် အမြဲမသွေ မပြောင်းမလဲ ဖြစ်ပေါ်နေသည်မဟုတ်စေကာမူ အတော်ပင် အထင်အရှား ဖြစ်ပေါ်နေနိုင်၏။

ကျွန်တော်ဉာဏ်မီသလောက် တင်ပြရမည် ဆိုပါလျှင် ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာနှစ်ခု သို့မဟုတ် သုံးခုရှိသော သတ္တဝါမရှိပေ၊ အလျားနှင့် အနံသာ ရှိသည့်အပြင် လွင်ပြင်ကဲ့သို့ ညီညာပြန့်ပြူးသော မျက်နှာပြင်အတွင်း၌သာ တည်နေသည့် ချပ်ပြားသော သတ္တဝါများ အဖြစ်သို့ ကျွန်တော်တို့သည် မိမိတို့ကိုယ်မိမိ စဉ်းစားကြည့်ကြပါစို့။

ဒိုင်မင်ရှင်း အတိုင်းအတာနှစ်ခုသာရှိသော သတ္တဝါများဘဝ ရောက်နေသည့် ကျွန်တော်တို့သည် တဆင့်မြင့်သည့် ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ သို့မဟုတ် တတိယ ဒိုင်မင်းရှင်း ရှိနေသေးကြောင်း အတွေ့အကြုံ မရှိ၊ မိမိတို့ တွေ့ကြုံနေသည်မှာ အတိုင်းအတာ နှစ်ခုသာ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံ လက်လှမ်းမမီသော တတိယဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ ဆိုသည်ကို သဘောပေါက်နိုင်ကြမည်မဟုတ်။

ထိုအခါ၌ ကျွန်တော်တို့သည် လွင်ပြင်အလား ညီညာပြန့်ပြူးသော မျက်နှာပြင် အတွင်း၌သာ တည်ရှိနေရကား ကျွန်တော်တို့၏ ဦးနှောက်ထဲ၌ "အထက်"နှင့်"အောက်"ဆိုသော အသိတရားကိန်းမည်မဟုတ်၊ ဤဝေါဟာရ စကားလုံးတို့သည် မည်သို့ အနက်အဓိပ္ပာယ်ရှိကြောင်း၊ မည်သည်ကို ဆိုလိုကြောင်းလည်း တွေးဆနိုင်ဖွယ်မရှိ။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် မိမိတို့ကိန်းဝပ်ရာဖြစ်သော ညီညာပြန့်ပြူးသည့် မျက်နှာပြင်ကိုသာ သိမည်၊ မိမိတို့ သွားလိုသည့်ဘက် သို့မဟုတ် အရပ်

http://www.dhammadownload.com

မျက်နှာသို့ စိတ်တိုင်းကျ လွတ်လွတ်လပ်လပ် သွားနိုင်သားပဲ ဟူ၍သာ စိတ်ဝယ် ခံစားမိပေလိမ့်မည်၊ ကိန်းဝပ်ဖြစ်တည်နေရာ မိမိ၏ ဘုံဘဝသည် အထက်ပါအတိုင်း လွင်ပြင်လို တစ်ပြန့်ထဲဖြစ်နေသည့် သဘာဝမှ တစ်ဆင့်တက်၍ ဒေါင့် မှန်အနေအထားသို့ ပြောင်းလဲလာကြောင်းကို ထိုသတ္တဝါခံစားသိရှိလာသည် ဟု ဆက်လက် စဉ်းစားကြည့်ပါဦးစို့။

ထိုအခါ ထိုသတ္တဝါ၏ ရင်၌ဖြစ်ပေါ်သော အသိသည် အချိန်နှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်တို့ ယခုခံစားသိရှိရသော အသိနှင့် ခပ်ဆင်ဆင်ဖြစ်ဖွယ် ရှိပေသည်။ ထိုသတ္တဝါသည် ဒိုင်မင်ရှင်း အတိုင်းအတာတစ်ခု တိုးလာသည်ကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် မသိသလို ယခု ကျွန်တော်တို့သည်လည်း အချိန်၏ အတိုင်းအတာကို ရေရေရာရာမသိကြပေ၊ ကျွန်တော်တို့သိထားသည့် အချိန်၏အတိုင်းအတာ ဆိုသည်မှာ မိမိတိုဘာသာမိမိတို့ သတ်မှတ်ထားချက်မျှသာ ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် အချိန်၏ အတိုင်းအတာကို သိသယောင် ဖြစ်နေကြသော်လည်း တကယ်တော့ စစ်စစ်မှန်မှန် မသိကြောင်း စေ့စေ့တွေးမှ ရေးရေးပေါ်လာ၏၊ ထို့အပြင် အချိန်ကာလဆိုသည်မှာလည်း ကျွန်တော်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝ၌ လွန်စွာအရေးပါအရာရောက်လှလေသည်၊ ကျွန်တော်တို့သည် အချိန်၏ အတိုင်းအတာကို သိရှိသည်ဆိုရာ၌ ပြကတေ့အတိုင်း သိခြင်းလား၊ လှည့်စားမှုတည်းဟူသော မျက်နှာဖုံးစွပ်ထားပြီး သိခြင်းလား ဤအချက်မှာ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းရုံမက လေ့လာကြည့်စရာလည်း ကောင်းလှပေသည်။

မှန်ပါသည်၊ စတင်လေ့လာကြည့်တော့မည် ဆိုသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် နာရီတစ်လုံးက ဖော်ပြသော အချိန်အတိုင်းအတာကို ဘေးဖယ်ထားနိုင်ရန် အထူးလိုအပ်လာ၏၊ နာရီကဖော်ပြသည်ကား အချိန်၏အတိုင်းအတာစစ်မဟုတ်ပေ၊ စံပြုသတ်မှတ်ထားချက်တစ်ရပ်ကိုသာ ဖော်ပြခြင်းဖြစ်၏၊ သင်္ချာပုစ္ဆာများနှင့် တွေ့ကြုံရင်ဆိုင် အဖြေရှာကြသောအခါ၌ စာရွက်ပေါ်တွင် အချိန်သတ်မှတ်ချက်အဖြစ် ဂရပ်ဖ် မျဉ်းကြောင်းများကို ကျွန်တော်တို့ ရေးဆွဲ တွက်ချက်ကြ

http://www.dhammadownload.com

သည် မဟုတ်ပါလား၊ ဂရပ်ဖ်မျဉ်းကြောင်းက ဖော်ကျူးသောအချိန်နှင့် နာရီတစ်လုံးက ပြောပြသောအချိန်တို့မှာ ထူးမခြားပင်ဖြစ်၏၊ နာရီက ဖော်ပြသောအချိန်သည် အနည်းငယ်ပို၍ ဟုတ်သလိုမှန်သလို ထင်ရသော်လည်း ဂရပ်ဖ်မျဉ်းကြောင်းများက ထုတ်ဖော်ပြသသော အချိန်မျိုးပင်တည်း။

အချိန်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆင်ခြင် တွေးဆရာ၌ နေ့ရောညရော အမြဲမပြတ်မှောင်မိုက်နေသော အခန်းတစ်ခန်းထဲသို့ ကျွန်တော်တို့ ရောက်နေသည်ဟု ဉာဏ်သက်ရောက်ကြည့်သင့်၏၊ အခန်းထဲတွင် နေ့နှင့်ညသည် တစ်စုံတရာခြားနားခြင်း မရှိပဲ မှောင်နှင့်မဲမဲသော ဖြစ်နေသည့်အပြင် အခန်းထဲ၌ နာရီလည်းမရှိ "နာရီအချိန်"(ဆိုလိုသည်မှာ နာရီက ဖော်ပြသည့်အချိန်)ကိုလည်း မသိနိုင်၊

မိမိတို့သည် နေ့စဉ် ဘဝကို နေထိုင်ကုန်လွန် နေခိုက်ဝယ် အချိန်နှင့်ပတ်သက်၍ သိနေသည်၊ အချိန်ဘယ်လောက် ကြာသွားပြီဟု မှန်းနိုင်သည်၊ ဘယ်အချိန်လောက်ရှိပြီဟု ယူဆနိုင်သည်၊ စသည်ဖြင့် မထင်ရောက်နေလေ့ရှိ၏၊ ထိုသို့ အထင်ရောက်သည်မှာလည်း မဆိုးပေ၊ အချိန်ကို သိနိုင် မှန်းနိုင်ဆနိုင်ကြသည်လည်း မှန်၏၊ သို့သော် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အစွမ်းဖြင့် မဟုတ်ပါချေ၊ ပြင်ပအကူအညီ အထောက်အပံ့များအားကိုးဖြင့် စိန်နားချောင်းရောင်ကြောင့် ပါးပြောင်နိုင်ကြခြင်းသာတည်း။

ဥပမာအဖြစ် ပြရမည်ဆိုသော် အလင်းရောင်များ မှိန်သွားတာမျိုး၊ လင်းလာတာမျိုး၊ မော်တော်ကားစသည့် အမျိုးမျိုးသော ယာဉ်ရထားသံများကြားရတာမျိုး စသည်တို့ ဖြစ်ကြ၏၊ ထို့အပြင် အစားအစာ စားသောက်ပုံအလေ့အကျင့်သည် ပင်လျှင် အချိန်ကို မှန်းဆရာ၌ အထောက်အကူတစ်ရပ်ဖြစ်နိုင်၏၊ ဖော်ပြပါအချက်တို့သည် ကျွန်တော်တို့အား အချိန်နှင့် ပတ်သက်၍ခန့်မှန်းတတ်အောင် အကူအညီပေးလေသည်။

သို့သော်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အဆက်ပြတ်နေသော အမှောင်ခန်းထဲရောက်နေစဉ်၌ကား အခြေအနေ တမျိုးဖြစ်သည်၊ အချိန်ကို သိနိုင် မှန်းဆ

http://www.dhammadownload.com

နိုင်လောက်သည့် မည်သည့်ပြင်ပ အကူအညီမျှမရှိ၊ ကျွန်တော်တို့ ဝမ်းဗိုက်ကလည်း အချိန်တန်လာသောအခါ ဆာလောင်ပြီဟူသည့် အချက်ထက် သာလွန် ဖော်ပြနိုင်ဖွယ်မရှိ၊ နာရီက ဖော်ပြသည့် အချိန်ကို "နာရီအချိန်"ဟု အမည်ပေးရသလို၊ ယင်းကဲ့သို့ ဝမ်းဗိုက်က ဆာလောင်ကြောင်းဖြင့် ဖော်ပြသည့် အချိန်ကို "ဝမ်းဗိုက်အချိန်"ဟု ခေါ်ဝေါ်သမုတ်စရာပင် ကောင်းသေးတော့၏။

ဤကဲ့သို့သော အခြေအနေမျိုး၌ ကျွန်တော်တို့တွင် တစ်ဦးတည်းသော လမ်းပြသူရှိ၏၊ ယင်းကား အခြားမဟုတ်၊ ကျွန်တော်တို့၏ နှလုံးအကြည်၌ ဖြစ်ပေါ်ရွေ့လျားလျက်ရှိသော စိတ်အစဉ်ပင်တည်း။

ထိုစိတ်အစဉ်သည် အချိန်ကိုတိုင်းတာရာ၌ စိတ်အချရဆုံးသော ဂိုက်တံ တစ်ခု ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် ယူဆသင့်ပေသည်၊ စင်စစ်၌ စိတ်အစဉ်သည် ကျွန်တော်တို့၏ တသီးပုဂ္ဂလအချိန်ကာလကို တိုင်းတာသည့် အတိုင်းအတာ တစ်ရပ်သာ ဖြစ်၏၊ နာရီက ဖော်ပြသည့် အချိန်နှင့် ဆက်သွယ်ပတ်သက်ရန် အခွင့်အလမ်း နည်းပါးလှ၏။

နက်နဲသည့်ကိစ္စ သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာတခုခုထဲတွင် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်အာရုံ စူးစိုက်နစ်မြုပ်နေသောအခါ စက်နာရီ၏ အချိန်ကုန်လွန်သွားသည်မှာ လျင်မြန်လှပါဘိခြင်း၊ ဦးနှောက်အခြောက်ခံကာ အပြင်းအထန် စဉ်းစားနေရခြင်းမရှိပဲနှင့်ပင် ဤအချက်ကို အလွယ်တကူသဘောပေါက်နိုင်၏၊ ထို့အတူ ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်သည်ဆောက်တည်ရာ မရအောင် သွက်သွက်ခါ လှုပ်ရှားနေသောအခါမှာ လည်းကောင်း၊ အကြောင်းအရာ တစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ လျင်မြန်စွာ ကူးပြောင်းနေသောအခါမှာ လည်းကောင်း၊ ကိစ္စတစ်ရပ်ကို ရှုဒေါင့် အမျိုးမျိုးမှ အဆက်မပြတ်ပြောင်းလဲ တွေတောနေသော အခါမှာလည်းကောင်း၊ တစ်ခုတည်းသော အကြောင်းကိုသာ ထပ်ခါတလဲလဲ စဉ်းစားနေရသော အခါမှာလည်းကောင်း၊ တစ်စုံတစ်ခုအတွက် ဗျာပေါဝေစိုးနှောင့်

http://www.dhammadownload.com

တကြောင့်ကြကြဖြစ်နေရသော အခါတွင်လည်းကောင်း၊ အချိန်ရွေ့လျား နေသည်မှာ နှေးကွေးလှပါ၏၊ အချိန်ကုန်ခဲလှပါ၏။

စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်း၊ သို့မဟုတ် ပူပန်သောကရောက်ခြင်းတို့နှင့် စိတ် မတည်ငြိမ်ခြင်းသည် ကောင်းစွာခြားနား၏၊ စိတ်တည်ငြိမ်နေသော အခါ တနည်းပြောရလျှင် သမာဓိရနေသောအခါ သတိသည် တစ်စုံတစ်ခုပေါ်သို့ စွဲစွဲမြဲမြဲကျရောက်နေပေသည်၊ ကြောင့်ကြစိုးရိမ် နေသောအခါမှာမူ သတိသည် ဂနာမငြိမ်ဖြစ်နေသော လိပ်ပြာကလေး တစ်ကောင်နှင့်အလားတူ၏။

လိပ်ပြာကလေးသည် မိမိနားနေရာပန်းပွင့်မှ ထပျံသွားလိုက်၊ ပြန်လာ လိုက်နှင့် တရစ်ဝဲဝဲ ဖြစ်နေသည့်ပမာ ကြောင့်ကြစိတ်သည်လည်း ထိုနည်းအတူ ပင် ဖြစ်နေလေ့ရှိ၏၊ တစ်ခုသော အခြေခံအကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်တို့သည် အဆက်မပြတ်ဖြစ်ပေါ်နေ၏၊ ကျွန်တော်တို့၏ သိစိတ်သည်လည်း မရပ်မနား ပြောင်းလဲနေ၏၊ နာရီဖြင့် တိုင်းတာသတ်မှတ်အပ်သောအချိန်သည် စိတ်ကိုမှီအောင် မလိုက်နိုင်ပေ။

မှောင်မိုက်သော အခန်းထဲ၌ ရှိနေစဉ် လျင်မြန်စွာ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပေါ် နေသော စိတ်အစဉ်တစ်ရပ်ကို ကျွန်တော်တို့ တွေ့ကြုံခံစားနေရပေသည်၊ စက်နာရီဖြင့် သတ်မှတ်အပ်သည့် အချိန်နာရီပေါင်းများစွာ ကုန်လွန်သွားပြီ ဟုလည်း ထင်မြင်လေ့ရှိ၏၊ တကယ်စင်စစ်၌ မိနစ်အနည်းငယ်မျှသာ ကြာ ညောင်းသွားခြင်းဖြစ်၏၊ အချိန်ကြာညောင်း လှပြီဟု ဖြစ်စေ၊ အချိန်မကြာ သေးဟု ဖြစ်စေ ထင်မြင်ယူဆမှုသည် မည်သည့်အချက်ပေါ်တွင် မူတည်နေ သနည်း၊ ဤအချက်ကို ဆန်းစစ်ကြည့်လိုက်လျှင် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်ခံစား ချက်ပေါ်တွင် မူတည်နေကြောင်းတွေ့ရပေ၏။

စိတ်သည် စူးစိုက်လေးနက်တည်ငြိမ်နေသာအခါ အချိန်ကုန်သွားမှန်း သိလေ့မရှိပေ၊ စိတ်သည် စူးစိုက်တည်ကြည်ခြင်း ကင်းကာ တုန်လှုပ် ချောက် ချားနေသောအခါ အချိန်ကြာသည်၊ ကုန်နိုင်ခဲသည်ဟူ၍ ထင်မှတ်လေ့ရှိ၏၊

http://www.dhammadownload.com

ဤသို့သော မသေချာမရေရာမှုများ ရှိနေသော်လည်း နိစ္စဂုဏမပြောင်းလဲသည့် အချက်တရပ်ကိုလည်း လေ့လာ တွေ့ရှိရပြန်၏၊ ထိုအရာကား အချိန်တည်း ဟူသော အလျှင်အဟုန်သည် တစ်ခုတည်းသော အရပ်မျက်နှာဘက်သို့သာ စီးဆင်းနေသည်ဟူ၍ သဘောပေါက်ခြင်းပင်တည်း။

ဤမည်သော မှန်ကန်ချက်ကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် ပုံမှန်အခြေအနေ၌သာ ရှိနေပါက အတိတ် ပစ္စုပ္ပန် အနာဂတ် စသည့် ကာလသုံးပါးကို ကောင်းစွာ ခွဲခြားသတ်မှတ်နိုင်စွမ်း ရှိပေသည်၊ သို့သော် ပုံမှန်အခြေအနေမှ ကျော်လွန်သွားသောအခါမှာတော့ ထိုသို့မဟုတ်တော့ပါချေ၊ ထိုအခါ၌ အချိန်ပိုင်းခြားကန့်သတ်မှု အမှတ်သညာမှ လွန်မြောက်သွား၏၊ သိမှုသည် အတိတ် ပစ္စုပ္ပန် အနာဂတ်တို့ကို ခွဲခြားမနေတော့ပေ၊ ကာလသုံးပါး၏ အမှတ်အသားတို့သည် တစ်ခုတည်းဖြစ်သွား၏၊ ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော အခြင်းအရာတစ်ခုအဖြစ် ရောနှော ပူးပေါင်းမိသွား၏၊ ကျွန်တော်တို့အတွက်လည်း အသစ်သော သိမှုတစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

ထိုသို့ အလွယ်တကူတော့ ဖြစ်လေ့ရှိသည်မဟုတ်၊ အခြေအနေပေးမှသာ ဖြစ်နိုင်၏၊ အချိန်ကိုပိုင်းခြားခန့်မှန်း၍မရအောင် ပြင်ပ ပယောဂများ ကင်းဆိတ်နေရန်လည်း လို၏၊ အနှောင့်အယှက် ကင်းမဲ့စွာဖြင့် အချိန်ကြာကြာ ယူနိုင်ဖို့လည်းလို၏။

အထက်ပါ အခြေအနေနှင့် ပြည့်စုံလာသောအခါ၌ အချိန်ကာလအပေါ် သဘောပေါက်မှုတစ်မျိုး ပေါ်ပေါက်လာ၏၊ ဤသဘောပေါက်မှုကို ကျွန်တော်တို့၏ မွေးရာပါ သဘောပေါက်မှုဟု ခေါ်ဆိုထိုက်၏၊ စက်နာရီဖြင့် အချိန်တိုင်းတာမှုနှင့် စံနှိုင်းကြည့်မည်ဆိုပါက ဤသဘောပေါက်မှုသည် ယုံကြည်စိတ်ချရခြင်း မရှိဟု ဆိုနိုင်၏၊ တစ်နည်းပြောရလျှင် သေချာမှုမရှိဟု ဆိုနိုင်ဖွယ် ရှိ၏။

http://www.dhammadownload.com

သို့သော်လည်း ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံခံစားကာ သတ်မှတ်အပ်သော စံနှုန်းသည် နာရီက ဖော်ပြသော အချိန်ထက်များစွာ ပိုမိုတန်ဖိုးရှိ၏၊ အပြင်းအထန် စိတ်လှုပ်ရှားနေရသောအခါ၌ နာရီက အချိန်ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ပေးပုံမှာ အဘယ်မျှလောက် အချိန်ကြာညောင်းလိုက်ပါသနည်း၊ ခံစားရချက်ကော ဘယ်ကလောက် မသက်မသာ ဖြစ်လိုက်ပါသနည်း။

ကျွန်တော်တို့သည် နှစ်မိနစ်ကြာသည် သုံးမိနစ်ကြာသည် အစရှိသည်ဖြင့် ပြောလေ့ရှိကြပေရာ ယင်းကြာညောင်းမှု၌ မည်သို့သော တန်ဖိုးအစစ်အမှန် ရှိပါသနည်း၊ စက်နာရီဖြင့် သတ်မှတ်ချိန်သည် နှစ်မိနစ်မျှသာ ဖြစ်သော်လည်း စင်စစ်လက်တွေ့၌ ကျွန်တော်တို့ ခံစားရသော အတွေ့အကြုံအရ သက်တမ်း၏ အပုံတစ်ရာပုံလျှင် တစ်ပုံဖြစ်ကောင်း ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။

တစ်ခါတရံ၌ နာရီ သတ်မှတ်ချက်အရ ဆယ်မိနစ်မျှသာ ဘေးကြပ်နံကြပ် ဒုက္ခအကြီးအကျယ် ခံစားရ၏၊ အတွေ့အကြုံအရမူကား ဆယ်နှစ်ကြာညောင်းသလိုဖြစ်ခဲ့၏၊ ဆိုလိုသည်မှာ နာရီသတ်မှတ်ချက်အရ ဆယ်မိနစ်ပင် ဖြစ်သည်မှန်သော်လည်း ထိုအချိန်ပိုင်းကလေးသည် ကျွန်တော်တို့အတွက် သက်တမ်းအားဖြင့် ဆယ်နှစ်ကြာညောင်းသွားခဲ့သည့် ပမာတည်း။

ကျွန်တော်တို့သည် စက်နာရီကဖော်ပြသည့် အချိန်၏ ညှို့စားခြင်းကို မရှုမလှ ခံနေကြရပေ၏၊ စက်နာရီက ဖော်ပြသည့်အချိန်သည် မှတ်သားရ အဆင်ပြေလှ၏၊ လွယ်ကူလှ၏၊ သို့သော် လက်ခံသတ်မှတ်မှု တစ်ရပ်သာ ဖြစ်၍ အမှန်အစစ် အနှစ်အသား မရှိပေ၊ တန်ဖိုးအစစ်အမှန်လည်း မရှိပေ၊ မကြာခဏဆိုသလို ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တိုင် တွေ့ကြုံခံစားရသည့် ကိုယ်တွေ့အချိန်သတ်မှတ်ချက်နှင့် နာရီကဖော်ပြသည့် အချိန်သတ်မှတ်ချက်တို့သည် ဝိရောဓိလည်း ဖြစ်လေ့ရှိကြ၏၊ သဟာဇာတဖြစ်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်သွားတတ်၏။

ထို့ကြောင့် စတုတ္ထ ဒိုင်မင်းရှင်းအတိုင်းအတာသည် ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်ကိုယ်ဆိုင်ဖြစ်သော အချိန်သတ်မှတ်ချက်ဖြစ်၏၊ နာရီက ဖော်ပြသော

http://www.dhammadownload.com

အချိန်ထက်လည်း ကျွန်တော်တို့အတွက် အတိုင်းမသိ ပိုမိုကောင်းမွန် ထိရောက်၏၊ အချိန်ကာလ အတိုအရှည် စသည်ဖြင့် အချိန်ကြာညောင်းမှု အတိုင်းအတာကို သတ်မှတ်ကြပုံမှာ ကိုယ်ပိုင်လက်တွေ့သာ ဖြစ်သင့်၏။

တနည်းပြောရလျှင် အချိန်ကြာညောင်းသွားပြီဟုလည်းကောင်း၊ အချိန်မကြာသေးဟု လည်းကောင်း၊ မိမိတို့ တိုင်းတာ သတ်မှတ်ကြသည်မှာ ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြင့်သာ ဖြစ်ရာ၏၊ ကိုယ်ပိုင်ပေတံဖြင့် တိုင်းတာခြင်းသာ ဖြစ်ရာ၏၊ စက်နာရီက သတ်မှတ်ပေးသမျှ လက်ခံတာမျိုး မဖြစ်သင့်ပါချေ။

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝအတွေ့အကြုံအရ ဖြစ်တည် ကြာညောင်းမှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး မိမိတို့၏ စိတ်က ပြောပြသည့် အချက်သည် အမှန်ဆုံးသာ ဖြစ်၏၊ အမှန်အတိုင်း အသိဆုံးကား ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်ပင်တည်း၊ မည်သည့် အခါမျှ လွဲမှားသွားသည်ဟူ၍မရှိ၊ အချိန်ကာလကို မမှန်မကန် ဖော်ပြလေ့ ရှိသည်မှာ နာရီပင်တည်း၊ နာရီသည် စစ်မှန်ခြင်းမရှိ၊ စိတ်ချယုံကြည်ရခြင်းမရှိ။

ဟုတ်ပြီ၊ ကျွန်တော်တို့သည် ဤနေရာအရောက်၌ ခဏရပ်တန့်ရန် လိုအပ်လာ၏၊ အထက်တွင် အချိန်ကို ရှုဒေါင့်နှစ်ဘက်မှနေ၍ ကြည့်မြင်သုံးသပ်ခဲ့သည် မဟုတ်ပါလား၊ ထိုအချက်ကို ကြားဖြတ်၍ အနည်းငယ် ဆင်ခြင်ကြည့်ရန်သင့်၏၊ ကျောက်ခဲတစ်လုံးရော လူသတ္တဝါတစ်ယောက်ပါ စတုတ္ထ ဒိုင်မေးရှင်း အတိုင်းအတာရှိသော အရာများ မှုသဘောအရ ဖြစ်ကြကြောင်း အထက်တစ်နေရာတွင် ကျွန်တော်တို့ ဆွေးနွေးတင်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ကျောက်ခဲတစ်လုံးသည် စင်စစ်အားဖြင့် စတုတ္ထဒိုင်မေးရှင်း အတိုင်းအတာကို ခံယူသိမ်းပိုက်နိုင်စွမ်း မရှိကြောင်း ကျွန်တော်တို့ သတိပြုမိဖွယ်ရှိ၏၊ ကျောက်ခဲသည် ကျောက်ခဲသာဖြစ်၏၊ ဘာမျှ နာမည်၊ ဘာမျှမသိ၊ စတုတ္ထ ဒိုင်မင်ရှင်းမည်သော နောက်ထပ် အပို ဒိုင်မင်ရှင်း အတိုင်းအတာ တစ်ခုကို ရော "မင်း ရစေယူစေ" ဟူ၍ ကျောက်ခဲအား ကျွန်တော်တို့က အတင်းထိုးပေးခြင်းသာ ဖြစ်၏၊ သူ့ခမျာကတော့ ဘုမသိ ဘမသိ။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်တို့က ထိုသို့ ဘာကြောင့် အတင်း နသားပါယားခြင်း ပြုဘိသနည်း၊ အကြောင်းမှဲ မဟုတ်၊ ဖြစ်တည်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် ကျွန်တော်တို့ လက်ခံထားသော နိယာမ အယူအဆ မှန်ကန်သဟေ့ဟူ၍ မိမိတို့ စိတ်ထဲ၌ ကျေနပ်သွားလိုသောကြောင့်ပင်တည်း။

သို့သော် အချိန်သည် စတုတ္ထဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာသာ ဖြစ်လျှင် အားလုံးအတွက် အတူတူသာဖြစ်ရမည်၊ အခြားသော ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ သုံးခု (အလျား၊ အနံ၊ အထု) တို့လို အားလုံးအတွက် မှန်ကန်ရမည်၊ ကျွန်တော်တို့ အတွက် စစ်မှန်သလို ကျောက်ခဲအတွက်လည်း စစ်မှန်ရမည်။

ဤတွင် ကျွန်တော်တို့အတွက် ပြဿနာတစ်ရပ် ပေါ်လာတော့၏၊ ဆင်ခြင်တွေးဆချက်အရ ကျွန်တော်တို့ လက်ခံရရှိသည့် အချိန်နှင့် ကျောက်ခဲအတွက် ကျွန်တော်တို့ သတ်မှတ်ပေးသော အချိန်ကို ဒိုင်မင်းရှင်းသည် ခြားနားနေပေသည်၊ ဤပြဿနာကို ကျွန်တော်တို့ ယခုလက်ငင်း ဖြေရှင်းနိုင်ရန် လိုအပ်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် အချိန်အတိုင်းအတာကို နားလည်သဘောပေါက်သည့်အတွက်ကြောင့် သက်မဲ့ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းကဲ့သို့ ဖြစ်မနေခြင်းပင်တည်း၊ ကျွန်တော်တို့ အသက်ဝင် လှုပ်ရှားနေနိုင်သည်မှာ ယင်းအချက်ကြောင့်ပင် ဖြစ်၏၊ ကျွန်တော်တို့သည် "ဖြစ်တည်"နေသည်သာ မဟုတ်၊ "အခြေအနေ တစ်ရပ်မှ တစ်ရပ်သို့ အစဉ်တစိုက် ပြောင်းလဲ"လျက် ရှိကြောင်း ထိုအချက်ကြောင့် နားလည်သိမြင်နိုင်၏။

ကျောက်ခဲတစ်လုံး၏ သဘာဝကတော့ မည်သို့ရှိနေပါသနည်း၊ ကျွန်တော်တို့နှင့် တူသလား၊ လှုပ်ရှားနိုင်သလား၊ အခြေအနေတစ်ရပ်မှ တစ်ရပ်သို့ အစဉ်တစိုက် မရပ်မနား ပြောင်းလဲဖြစ်ပျက် နေပါသလား၊ ဤကဲ့သို့ ကျွန်တော်တို့အား မေးလာသည်ရှိသော် ကျွန်တော်တို့သည် မဟုတ်တရုတ်နှင့် အဆင့်အတန်း နိမ့်ကျလှသော မေးခွန်းတွေ မေးနေရန်ကောဆိုပြီး စိတ်ထဲတွင်

http://www.dhammadownload.com

မကျေမနပ် ဖြစ်ကြမည်မှာ မချွတ်။

"ကျောက်ခဲဟာ အခြေအနေ တစ်ရပ်မှတစ်ရပ်သို့ ပြောင်းလဲဖြစ်ပျက်နေတယ်လို့ ယူဆနိုင် စေဦးတော့ ကျွန်တော်တို့အတိုင်း သို့မဟုတ် ကျွန်တော်တို့နဲ့ အတူတူတော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး"ဟူ၍ ဖြေကြမည်ဖြစ်၏။

သို့သော် ကိစ္စမရှိပါ၊ ကျောက်ခဲသည် အခြေအနေတစ်ရပ်မှ တစ်ရပ်သို့ ပြောင်းလဲဖြစ်ပျက် နေပါသည်ဟု မူအားဖြင့် မျှမျှတတ ယူဆလက်ခံခြင်းသည် ကျောက်ခဲတစ်လုံး အပေါ်၌လည်း အချိန်ကာလ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည်။ ထိရောက်သည်ဟု ခံပြင်းခြင်းပင်တည်း။

ဤတွင် ကျောက်ခဲ၏ စတုတ္ထ ဒိုင်မင်ရှင်း အတိုင်းအတာနှင့် ကျွန်တော်တို့ လူသားများ၏ စတုတ္ထဒိုင်မင်ရှင်း အတိုင်းအတာ၏ အကြားရှိ ခြားနားမှု ကွယ်ပျောက်သွားတော့၏၊ ယခု ကျွန်တော်တို့ တွေ့ကြုံနေရသည့် အခက်အခဲကား "ကျောက်ခဲတည်းဟူသော အရာဝတ္ထုနှင့် ပတ်သက်၍ ခံယူချက် သို့မဟုတ် အယူအဆနှစ်ရပ်ရှိသည်"ဟု သိလိုက်သည်နှင့် တပြိုင်နက် လွယ်ကူလာမည်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့ သာမန်လူများကသာ ကျောက်ခဲသည် သက်မဲ့ရုပ်ဝတ္ထုဖြစ်၏၊ လှုပ်ရှားခြင်း မပြုနိုင်သောအရာဖြစ်၏ဟု နားလည်သဘောပေါက်ခြင်းဖြစ်၏၊ သိပ္ပံပညာရှင်များကား ယင်းသို့ မယူဆပေ၊ သူတို့အမြင်၌ ကျောက်ခဲသည် အပြင်းအထန် လှုပ်ရှားလျက်ရှိသော ဒြပ်ထုတစ်ခုဖြစ်၏၊ ယင်း၌ အက်တမ်အထုမြူများ ပေါင်းစပ်ထား၏၊ အမျိုးအမည်ပေါင်း များမြောင်လှစွာသော ပါတီကယ်ခေါ် ရုပ်ငွေ့ ရုပ်မှုန်ကလေးများဖြင့် ဖွဲ့စည်းထား၏။

ထိုကလာပ်စည်းများ၊ အထုမြူများ၊ ရုပ်ငွေ့ရုပ်မှုန်ကလေးများသည် အမြဲတစေ စနစ်တကျနှင့် အရှိန်အဟုန်ပြင်းစွာ လှုပ်ရှားပြောင်းလဲလျက် ရှိကြ၏၊ သိပ္ပံပညာရှင်သည် ကျောက်ခဲတစ်လုံးကို သေနေသည်၊ လှုပ်ရှားပြောင်းလဲမှု ကင်းဆိတ်နေသည်ဟု လုံးဝမယူပေ။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်တို့သည် ကျောက်ခဲကို အပေါ်ယံကြော အမြင်ဖြင့်သာ ကြည့်မြင် နားလည်ခြင်းဖြစ်၏၊ တွေးခေါ် ယူဆခြင်းဖြစ်၏ ထို့ကြောင့် ကျောက်ခဲကို ကျွန်တော်တို့ကဲ့သို့ လှုပ်ရှားပြောင်းလဲခြင်း မရှိဟု အမြင် မှားခြင်းပင်တည်း။

ကျွန်တော်တို့သည် အဆင့်မြင့်သော သက်ရှိရုပ်များဖြစ်ကြ၍ ရုပ်၏လှုပ် ရှားပြောင်းလဲမှုကို အထိုက်အလျောက် ထိန်းကွပ်ပြုပြင် နိုင်စွမ်းရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ထက် အဆင့်အတန်းအားဖြင့် နိမ့်ကျသော ကျောက်ခဲ၏ လှုပ်ရှား ပြောင်းလဲမှုက မိမိတို့၏ လှုပ်ရှားပြောင်းလဲမှုထက် သာလွန်ပြင်းထန်လှပေ၏။

ကျောက်ခဲသည် စတုတ္ထဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာရှိသော အရာဝတ္ထု ပင်တည်း။

ရှိရှိသမျှ သက်ရှိသက်မဲ့ အရာဝတ္ထုတို့သည် ဒိုင်မင်းရှင်း လေးဘက်ရှိသော အရာများပင် ဖြစ်ကြ၏၊ မိမိတို့၏ အခြေအနေမှန်ကိုလည်း ယေဘုယျအားဖြင့် သဘောပေါက်တတ်ကြ၏၊ ကျွန်တော်တို့ လူသားများ အနေနှင့်ကား ထို့ထက် ပို၍ သိနိုင်၏၊ ဤအချက်ကို မကြာမီ ဆက်လက် ဆွေးနွေးတင်ပြပါမည်။

ထို့အပြင် ကျွန်တော်တို့တွင် မိမိတို့၏အသိတရား တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုး လာအောင် ပြုစုပျိုးထောင်၍ရသော အရည်အချင်း တစ်ရပ်လည်း ရှိနေ၏၊ ကျွန်တော်တို့၏ ထိုအသိတရား ကြီးမားအားကောင်းလာသည်နှင့်အမျှ အတိတ် ပစ္စုပ္ပန် အနာဂတ်စသည့် အချိန်ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ချက်များ ကင်းပျောက်သွား မည်ဖြစ်၏။

ထိုအခြေသို့ ဆိုက်ရောက်သွားသည်ရှိသော် "အချိန်ကာလသတ်မှတ် ချက်မှ လွတ်မြောက်"သည့် အဖြစ်ကို သိမ်းပိုက်မိတော့၏။

ဤသည်ကိုပင် ပဥ္စမဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာဖြင့် ဖြစ်တည်ခြင်းဟု ခေါ်ဝေါ် သမုတ်ရအံ့ထင်၏၊ ထိုသို့သိမှု ဖြစ်လာသည်နှင့် တစ်ချက်တည်း အချိန်ကာလ သတ်မှတ်ချက်ကို မျက်ကွယ်ပြုတော့၏၊ စွန့်လွှတ်တော့၏၊ ယခုအခြေအနေ

http://www.dhammadownload.com

အရောက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသည်မှာ အသစ်သော ဖြစ်တည်ခံစားမှုတရပ်တည်း။

ဤအဖြစ်မျိုးကို မကြုံတွေ့ဘူးသူတို့ တွေးတောကြံစည် ကြည့်ရှု၍ ရနိုင်မည် မဟုတ်ပေ၊ ကဗျာဆန်ဆန် စိတ်ကူးယဉ်ပုံဆောင်ချက်ဖြင့်သာ ဖော်ပြ၍ ရနိုင်ဖွယ်ရှိ၏၊ အခြားနည်းဖြင့်ကား အတိအကျဖော်ပြခြင်းငှာ မရနိုင်ပေ၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အနီကဲ့သို့သော သိမှုမျိုးကို စကားလုံးအားဖြင့် ရှင်းလင်းဖော်ပြခြင်းငှာ မရနိုင်သောကြောင့်တည်း။

ကျွန်တော်တို့၏သတိကို နှစ်မျိုးနှစ်စား ခွဲခြားသတ်မှတ်နိုင်၏၊ တစ်မျိုးမှာ နက်ရှိုင်းသော သို့မဟုတ် သိပ်သည်းသော သတိဖြစ်၏၊ အခြားတစ်မျိုးမှာ ပေါ့တန်သော သတိဖြစ်၍ ယင်းသည် စိတ်ကူးတစ်ခုမှတစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းနေလေ့ရှိ၏၊ ဤနှစ်မျိုးလုံးသည် မူလအားဖြင့် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်သွယ်နေပေ၏၊ သတိသည် ပေါ့တန်နေသည့်အခါ ကူးပြောင်းမှုနှုန်းမြင့်မားမြန်ဆန်၏၊ သတိသည် နက်ရှိုင်းသိပ်သည်း နေသောအခါ ကူးပြောင်းမှုနှုန်း နိမ့်ကျနှေးကွေး၏။

သို့သော် လေ့ကျင့်အားထုတ်ခြင်းအားဖြင့် မိမိ၏စိတ်အခြေအနေကို ပြုပြင်၍ရ၏၊ ထိုသို့လေ့ကျင့်လိုက်သည်ရှိသော် သတိတရား ဝင်လာ၏၊ စိတ်သည် မြဲမြံကြံ့ခိုင်လာ၏၊ စိတ်တစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းမှုနှုန်းကို ထိန်းချုပ်နိုင်သည့် အခြေအနေသို့ ဆိုက်ရောက်လာမည်ဖြစ်၏၊ ဤအချက်သည် ကျွန်တော်တို့အတွက် အရေးပါအရာရောက်လှသော ကိစ္စတစ်ရပ်မဟုတ်၊ တခုတ်တရ ဖော်ပြနေရန် မလိုအပ်ပေ။

သတိသည် သိပ်သည်း အားကောင်း လာသောအခါ အာရုံခံဒွါရ တံခါးပေါက်များ၌ ပေါ်လာသမျှသောအာရုံတို့သည် မူလကထက် ပိုမိုထင်ရှားလာလေ့ရှိ၏၊ အရေးအကြီးဆုံးသော ရုပ်ဝတ္ထုကလေးတစ်ခုသည်ပင်လျှင် ရှားပါးသည့်အလှတရားများ အစိပ္ပါယ်များဖြင့် ကြွယ်ဝလာတတ်၏၊ ရှေးယခင်က ကျွန်တော်တို့ နားလည်ခံယူထားပုံနှင့်လည်း မတူတော့ပေ၊ တမူကွဲလာမည်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်၏၊ ယင်းရုပ်ဓာတ်နှင့် ကျွန်တော်တို့သည် ပိုမို၍ နီးကပ်လာ၏၊ ပိုမို၍ ရင်းနှီးလာ၏၊ ထိုကဲ့သို့သော ဂုဏ်သတ္တိကို ရင့်ကျက်ဖြစ်ပေါ်လာစေသည်မှာ အချိန်ကာလပင်တည်း။

သတိပဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်အတိုင်း ကျင့်ကြံအားထုတ်ခြင်းဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် သတိကိုရင့်ကျက်လာအောင် လုပ်နိုင်၏၊ မလစ်ဟင်းအောင် ဖန်တီးနိုင်၏၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ပေါ်၌ သတိကို စူးစိုက်၍ တစ်နေ့ကုန်ပွားများ အားထုတ်နေခြင်းသည် သတိပဋ္ဌာန်တရား၏ ဦးတည်ချက်ပင်ဖြစ်၏၊ ထိုသို့ကျင့်ကြံအားထုတ်ကာ သတိမြဲလာသည်နှင့်အမျှ သမာဓိအားကောင်းလာမည်ဖြစ်၏။

ထိုအဆင့်သို့ ဆိုက်ရောက်သွားသည်ရှိသော် သတိသည် မြဲနေပြီဖြစ်ရကား ခန္ဓာ၏ အတွင်းသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်နေသည့် လှုပ်ရှားမှုများ(ဖြစ်ပျက်မှုများ)ကို အဆက်မပြတ် လိုက်၍လိုက်၍ရှုမှတ်နေနိုင်၏၊ စိတ်အခြေအနေ ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်မှုများ(ဝါ)စိတ်၏ ဖြစ်ပြီးပျက်သွားသော သဘောလက္ခဏာများကိုလည်း လိုအပ်သောအခါတွင် မှတ်သားနိုင်၏။ ဤအကြောင်းများကို ပြီးခဲ့သော တစ်နေရာ၌ ဖော်ပြထားပြီးဖြစ်ပါသည်။

လမ်းလျှောက်သောအခါဝယ် ခြေထောက်မြှောက်ပုံ၊ လှမ်းပုံ၊ ချပုံ စသည့် လှုပ်ရှားမှုအရှိန်တို့ကိုလည်း နှေးကွေးစေရကြောင်း စာဖတ်သူသိပြီး ဖြစ်ပါသည်၊ လမ်းလျှောက်ရာ၌ တဖြည်းဖြည်း တစ်လှမ်းချင်း လျှောက်ရပုံမှာ အိပ်ပျော်နေယင်း လမ်းလျှောက်လာတာများလားဟု ဘေးမှနေ၍ ကြည့်နေသူတစ်ယောက်၏ စိတ်ထဲဝယ် ထင်မြင်လောက်ပေသည်။

ယခုကား ထိုသို့ ဖြည်းညင်းစွာ ရွေ့လျားရသည့် အကြောင်းရင်းပေါ်လွင်လာပြီလည်းဖြစ်၏၊ အလျင်အမြန် ရွေ့လျားနေပါက စိတ်ဖြင့် လိုက်မှတ်နေရသည်မှာ မလွယ်ကူပေ၊ ရှုမှတ်ရာ၌ လွယ်ကူစေရန်အလို့ငှာ နှေးကွေးစွာ ရွေ့လျားနေခြင်းဖြစ်၏၊ သို့သော် သမာဓိအားကောင်းလာသောအခါ ထိုသို့တမင် နှေးနှေးကလေး ရွေ့လျားနေရန် မလိုတော့ပေ၊ အားကောင်းသော

http://www.dhammadownload.com

သမာဓိကို ရယူပိုင်ဆိုင်ထားသူသည် မိမိ၏ နေ့စဉ်ဘဝ၌ ထုံးစံအတိုင်း သွားလာ လှုပ်ရှားနေခြင်း စသည့် ပြုမူဆောင်ရွက်ချက် မှန်သမျှကိုပင် ရှုမှတ် နိုင်စွမ်းရှိလာ၏။

သူသည် ကျွန်တော်တို့နှင့်မတူတော့၊ မျက်စိ နား စသည်တို့မှ မြင်သမျှ ကြားသမျှ အာရုံတို့အပေါ်၌ သူ့သဘောပေါက် နားလည်ပုံနှင့် ကျွန်တော်တို့ သဘောပေါက် နားလည်ပုံတို့သည် ကောင်းကောင်းခြားနားကြ၏၊ ဘယ်ဟာ ကို နှလုံးသွင်းရမည်၊ ဘယ်ဟာကို ဥပေက္ခာပြုရမည်ဆိုသည်ကို သူသိ၏၊ ကျွန်တော်တို့မှ မသိပေ။

မည်သည့်အတွက် သတိမြဲသင့်သနည်း၊ မည်သည့်အတွက် သမာဓိ အား ကောင်းသင့်သနည်း၊ ဤအချက်တို့ကို ကျွန်တော်တို့ သဘောပေါက်ကြပြီ ဖြစ်၏၊ ထိုသို့ သမာဓိအားကောင်းလာသော အခါ၌ ဘာဖြစ်သနည်း၊ ဒါကို လည်း ကျွန်တော်တို့ သိပါပြီ။

သမာဓိသည် မယိမ်းမယိုင်း ကျောက်စာတိုင်ပမာ အားကောင်းလာသော အခါ၌ အဓိကဖြစ်ပေါ်လာသည့် အကျိုးတရားကား အချိန်ကာလအပေါ် အမှန် အတိုင်း သိမြင်သိလာခြင်းပင်တည်း၊ ပကတိအတိုင်း နားလည်သဘောပေါက် လာခြင်းပင်တည်း။

သတိက မမြဲ၊ သမာဓိက အားမကောင်းပဲ ရှိနေသေးသမျှ ကာလပတ်လုံး အချိန်ကာလဟူသည့် ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ချက်သည် ကျွန်တော်တို့၏ အဘိဓာန် ထဲ၌ရှိနေ၏၊ နာရီက သတ်မှတ်ဖော်ပြသော အချိန်နှင့်ကား လုံးဝတူသည် မဟုတ်ပေ၊ ယင်းအချိန်နှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လျှင်ကား "ပဟေဠိ" တစ်ရပ်ပမာ ဖြစ်နေမည်သာတည်း။

သမာဓိအား ကောင်းလာသောအခါ၌ ကျွန်တော်တို့သည် မည်သို့ဖြစ်နေ ပါသနည်း၊ မည်သို့ ခံစားနေရပါသနည်း၊ ပေါ်လွင်အောင် ဥပမာဆောင်ရလျှင် မှောင်နှင့်မဲမဲဖြစ်နေသော နေ့ရောညပါမှောင်သည့် အမှောင်ခန်းကြီးတစ်ခုထဲ

http://www.dhammadownload.com

သို့ ရောက်နေရသူ တစ်ယောက်အလား ဖြစ်နေ၏၊ အာရုံတံခါးပေါက်တွေမှ လည်း မည်သည့်သတင်းပေးပို့ချက်မျှ ဝင်ရောက်လာခြင်း မရှိတော့၊ ပတ်ဝန်း ကျင် ရုပ်လောက၌လည်း ဘာဖြစ်လို့ဖြစ်နေမှန်းမသိတော့၊ ကျွန်တော်တို့နှင့် လုံးဝ အဆက်အသွယ်ပြတ်တောက်နေ၏။

သတိပဋ္ဌာန် ပွားများအားထုတ်နေစဉ်၌ သတိလက်လွတ် ဖြစ်ကာ စိတ်ပျံ့ လွင့်သွားသည့်အခါ ထိုစိတ်ကိုလွှတ်ထား၍မရကြောင်း ကျွန်တော်တို့ မမေ့ အပ်ပေ၊ ယင်းသို့ပျံ့လွင့်နေစဉ်၌ စိတ်နောက်သို့ မိမိတို့လိုက်ပါနေမိမည်မှာ လည်း သေချာ၏၊ သို့သော် သတိက အပေါ်စီး ရလာသည်နှင့် တပြိုင်နက် စိတ်တေလေကို ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေါ်သို့ အရောက်ပြန်လည်ခေါ်ယူရမည် ဖြစ်၏။

မှန်ပါသည်၊ ဤသို့ဖြင့် စိတ်သည် မပျံ့လွင့်တော့ပဲ မိမိဆင်ခြင်ရှုမှတ် နေသည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေါ်၌ တည်ငြိမ်စွာ သက်ရောက်လာနိုင်သည့်တိုင် အောင် ကျွန်တော်တို့ မရပ်မနား အားထုတ်ရမည်သာတည်း။

ဟုတ်ပြီ၊ စိတ်မပျံ့လွင့်တော့သည့် အဆင့်သို့ ရောက်လာချေပြီ၊ ထိုအဆင့် မှနေ၍ ဆက်လက်အားထုတ်သည်ရှိသော် ကမ္မဋ္ဌာန်း ပွားများအားထုတ်နေမှု (ဝါ)ဆင်ခြင်ရှုမှတ်နေမှု သည်ပင်လျှင် တဖြည်းဖြည်းမှုန်းဝါး၍ သွားမည်၊ နောက်ဆုံး၌ ပျောက်၍သွားမည်၊ သမာဓိသည် ကျောက်တိုင် ကျောက်ခဲပမာ ကြံ့ခိုင် တည်ငြိမ်လာမည်၊ ထိုအခါ၌ မည်သည့် ခံစားချက်မျှ မရှိတော့၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှ စိတ်ကင်းလွတ်သလို ဖြစ်သွားမည်၊ ဤအခြင်းအရာကိုပင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့က "ပရမတ် နှလုံးသွင်းမှု"ဟု ခေါ်ဝေါ်ခြင်းပြု၏။

ပညတ်ဖြင့် တစ်နည်းဆိုသော် ပုံသဏ္ဌာန်ဖြင့်ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းနေစဉ်၌ ပင် အချိန်ကာလကို ပိုင်းခြားသတ်မှတ်သည့် သဘောလက္ခဏာသည် မိမိတို့ ၏ စိတ်သန္တာန်ထဲ၌ လုံးဝဥဿုံ ကင်းဆိတ်သွားတတ်၏၊ အချိန်ကာလတို့ သည် ရေစီးချောင်းတစ်ခုအလား စီးဆင်းကုန်လွန် ကူးပြောင်းနေသည့်

http://www.dhammadownload.com

အနေအထားသည် ရပ်တန့်သွား၏။

ယင်းကား အတိတ် ပစ္စုပ္ပန် အနာဂတ် ဟူသည့် ကာလသုံးပါး ပျောက်သွားခြင်းပင်တည်း။

စက်နာရီကိုလည်း အရေးထား မနေတော့၊ အချိန်ကာလ ဟူသည် ကျွန်တော်တို့အတွက် ဖြစ်တည်နေသည့် အရာတပါး မဟုတ်တော့။

ကျွန်တော်တို့သည် ပုံသဏ္ဍာန်နှင့် တရား နှလုံးသွင်းမှုကို ဖွဲကောင်းကောင်းဖြင့် ဆက်လက်အားထုတ်၍ တရားအားထုတ်နေခြင်း တည်းဟူသော အသိပင်လျှင် တဖြည်းဖြည်း မှေးမှိန်ပျောက်ကွယ်သွားသော အခါ၌ ပုံသဏ္ဍာန်မဲ့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်းအဆင့်သို့ ဆိုက်ရောက်သွားမည် ဖြစ်၏၊ ယင်းသို့ ဖြစ်သွားသောအခါ၌ ယောဂီ၏ အတွင်းသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ် လာပုံကို ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ စာပေကျမ်းဂန်များ၌ အများအပြား ဖော်ပြ၍လည်း ထား၏၊ သို့သော် ကိုယ်တိုင် တွေ့ကြုံခံစားဘူးခြင်း မရှိသူတစ်ဦးအဖို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည်သဘောပေါက်ရန် မလွယ်ပေ။

စင်စစ်အားဖြင့်ကား အချိန်ကာလ သတ်မှတ်ချက်မှ လွတ်ကင်းသော အခါသမယပင်တည်း။

ထိုသို့သောအခါ၌ အခြားတစ်ပါးသော ဘုံဘဝတစ်ခုခုကို ရောက်သွား သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ များစွာသော ဘုံဘဝများသို့ ရောက်သွားသကဲ့သို့ လည်းကောင်း ဖြစ်တတ်သေး၏၊ တွေ့ကြုံခံစားဘူးသူတို့က မည်မျှပင် ကြိုးစားဖော်ပြခြင်း ရှင်းလင်းပြောပြခြင်း ပြုစေကာမူ အင်မတန် ထူးခြားမြင့် မြတ်သော အခြေအနေတစ်မျိုးဟူ၍ မှတ်ယူလိုက်ရသည်မှတစ်ပါး ကျွန်တော် တို့အတွက် အဓိပ္ပါယ် ကင်းမဲ့နေ၏၊ တရားပေါက်ရောက်သွားပုံကို တစ်စုံတစ် ယောက်က ရှင်းလင်းပြောပြသည်ရှိသော် ကြားသိရသူများထဲမှ အချို့သည် မယုံသကာ ဖြစ်သွားလေ့ရှိကြပြီး အချို့မှာမူ ထိုအခြေအနေမျိုးသို့ ဆိုက်ရောက် ရန် အထူးတလည် ဆန္ဒပြင်းပြလာလေ့ရှိ၏၊ အားကျလာလေ့ရှိ၏။

http://www.dhammadownload.com

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကျွန်တော်အနေဖြင့်ကား ထိုအချိန်အခါကလေး(မင်ဖိုလ် ၏အရသာကို ခံစားနေရချိန်)ကို ကျွန်တော့်နည်းဖြင့် ကျွန်တော်သဘောပေါက် နားလည်လိုက်ပါ၏။

ယင်းကား အခြားမဟုတ်၊ အသစ်သော ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ တစ်ခု(ဝါ)ပဥ္စမဒိုင်မင်းရှင်းထဲသို့ ဆိုက်ရောက်ဖြစ်တည်နေခြင်းပင်တည်း၊ အချိန်ဟူ၍ ကျွန်တော်တို့ သိထားသော စတုတ္ထဒိုင်မင်းရှင်းမှနေ၍ ယင်း ဒိုင်မင်းရှင်းသစ်သည် ဆင့်ပွားဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပင်တည်း။

ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် စတင်ခဲ့သော နေရာသို့ ပြန်လည်ရောက် ကြပြီဖြစ်၏၊ စင်စစ်အားဖြင့် ပြဿနာ အခက်အခဲ ဖြစ်နေသည်မှာ အချိန် ကာလမဟုတ်၊ ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာများသာတည်း၊ ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်း အတာကို ကျောင်းတုန်းက ကျွန်တော်တို့ သင်ယူမှတ်သားခဲ့ရသည့် နားလည် ထားခဲ့ရသည့် နည်းဖြင့် အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူသည့်အတွက် လမ်းချော်နေခြင်း ဖြစ်၏၊ ယင်း၏ အနက်သဘောကို သင်္ချာပညာရှင်များ သိပ္ပံပါရဂူများ သိမြင် ကောက်ယူသည့် ရှုဒေါင့်မှကြည့်မြင်ကောက်ယူခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ အတွက် အကြောင်းထူးလာမည် မဟုတ်ပေ။

တကယ်စင်စစ်အားဖြင့် စကြဝဠာထဲ၌ ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာ တစ်ဆယ့်နှစ်ခု ရှိသည်ဟူ၍ ရေးသားဖော်ပြသော သိပ္ပံစာတန်း တစ်စောင်ကို ကျွန်တော် ဖတ်ရှုမှတ်သားဖူးခဲ့သည်ကို ယခုတိုင် မှတ်မိနေပါသေးသည်၊ သို့သော် အချိန်တစ်ချိန်၌ ယင်း တစ်ဆယ့်နှစ်ခုထဲမှ ခြောက်ခုသည် သုညနှင့် အမြဲ တူညီနေသည်ဟုလည်း ဆိုပြန်သေး၏။

ထိုကဲ့သို့ နိယာမသည် ရှုပ်ထွေးခက်ခဲသော ပုံသေနည်း(ဖော်မြူလာ) တစ်ခုခုကို ရှင်းလင်းဖွင့်ဆိုရာ၌ လိုအပ်ကောင်း လိုအပ်မည်၊ ပညာရှင်ကြီးများ အတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိကောင်းရှိမည်၊ ထိုအယူသည်လည်း မှန်ကောင်း မှန်ပါ လိမ့်မည်၊ သို့သော် ထိုအယူအဆသည် စာဖတ်သူအတွက်လည်းကောင်း၊

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်အတွက်လည်းကောင်း တစ်စုံတစ်ရာ အဓိပ္ပာယ်မရှိနိုင်ပေ။

အကယ်၍ ထိုအယူအဆ၏ ပထမပိုင်း သို့မဟုတ် တစ်စိတ်တစ်ဒေသသည် မှန်ကန်သည်ထားဦး၊ ဒုတိယပိုင်းမှာမူ မှန်ကန်ခြင်း မရှိနိုင်မည်မှာ ကျိန်းသေ၏၊ ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာဆိုသည်ကား တစ်စုံတစ်ခုသော အဓိပ္ပာယ်ကို ဆောင်ရပေမည်၊ ထိုအခါမှသာလျှင် ဒိုင်မင်းရှင်းသည် တိုင်းတာ၍လည်းရသော ကျွန်တော်တို့၏ ဖြစ်တည်မှုအတွက်လည်း ခြုံငုံမိသော အရာတစ်ခု ဖြစ်နိုင်မည်တည်း။

အချိန်နှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်တင်ပြခဲ့သည်တို့ကို နိဂုံးချုပ် ကောက်ချက်ချလိုက်ပါက ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာဆိုသည်မှာ ယေဘုယျအားဖြင့် သိမှုသဘောတစ်ရပ်သာဖြစ်၏၊ အတွေ့အကြုံသဘောတစ်ရပ်သာဖြစ်၏၊ ယင်းသည် အစက်ကလေးတစ်စက်မှ စတင်ခြင်းလည်းပြုခဲ့၏။

အစက်ကလေးတစ်စက်၌ သိမှတ်၍ရသည့် သဘောမျှ သာမည ရှိ၏၊ အစက်ကလေးတစ်စက်ပါးတကားဟူ၍ သိမှတ်ခြင်း ခံရရုံမှတပါး အခြားဘာမျှ မရှိ၊ အနံလည်းမရှိ၊ အလျားလည်းမရှိ၊ ထို့နောက် အလျား၊ အနံ၊ အထု ဟူသော ဒိုင်မင်းရှင်းအတိုင်းအတာ သုံးခုအဖြစ်သို့ ရောက်လာသောအခါ သိမှတ်မှုလည်း တဖြည်းဖြည်း တိုးတက်လာ၏၊ နောက်ဆုံး၌ကား ထိုသုံးခု ထက်သာလွန်ကာ ကျွန်တော်တို့သည် ဒိုင်မင်းရှင်းလေးခု (အလျား၊ အနံ၊ အထု၊ အချိန်)ရှိသော လူသတ္တဝါများအဖြစ်သို့ ရောက်လာ၏။

ဇာတ်လမ်းကား ဤနေရာ၌မဆုံးသေး၊ လူသားတစ်ဦး၌ မျှော်မှန်းချက်ဟူသည် ရှိ၏၊ ယင်းကား ရုပ်ဝတ္ထု၏ ဖုံးအုပ်ခြင်း ခံနေရသော စိတ်ဝိညာဉ်ကို ဖြစ်နိုင်သလောက် စူးစမ်းထုတ်ဖော်ရန်ပင်တည်း။

ကျွန်တော်၏ လူသားများသည် ဝိညာဉ်တော်၊ ဘုရားသခင်၊ နိဗ္ဗာန်စသည့် ဘဝ၏ နောက်ဆုံးသော အားမာန်စခန်းသို့ ဆိုက်ရောက်နိုင်စိမ့်သောငှာ အသစ်သောသိမှုများကို ဆက်လက်ရှာဖွေရဦးမည်သာတည်း၊ ပုဂ္ဂလပညတ်

http://www.dhammadownload.com

များ ဆိတ်ကွယ်သွားအောင် အပတ်တကုတ် အားထုတ်ရဦးမည်သာတည်း။

ကျွန်တော်တို့၏ ချိတက်ရာ လမ်းခရီးတစ်လျှောက်၌ ဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာပေါင်း မည်၍မည်မျှကို စူးစမ်းရှာဖွေ တွေ့ရှိဦးမည်နည်း၊ အတိအကျ မပြောနိုင်၊ ဤအချက်ကား စိတ်ဝင်းစာစရာကောင်းသော ကိစ္စတစ်ရပ်ပင်တည်း၊ မကြာမီက ကျွန်တော်တင်ပြခဲ့သည့် သိပ္ပံပညာရှင်ကြီး ပြောသလို တစ်ဆယ့်နှစ်ခု ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်၏။

သို့သော် ယင်းတို့သည် အမြဲတစေ အချိန်မရွေး တစ်စုံတစ်ခုနှင့် တူညီနေရမည်သာတည်း။

ကျွန်တော်တို့သည် ပဉ္စမဒိုင်မင်းရှင်း အတိုင်းအတာကြောင့် စိတ်ပျက်အားလျော့ခြင်း၊ မယုံမရဲဖြစ်ခြင်း စသော စိတ်အနှောင့်အယှက်များ မဖြစ်သင့်ပေ၊ နောက်ထပ် အတွေ့အကြုံတိုးချဲ့မှုတစ်ရပ်၏အဆုံး၌ ယင်းကိုတွေ့နိုင်၏၊ ထို ဒိုင်မင်းရှင်းသစ်သည် အချိန်ကာလနည်းတူ တိုင်းတာ၍ မရသည့် အခြေအနေမျိုး၌ရှိတန်ရာ၏၊ အတွင်း၌ အသစ်သော တွေ့သိမှု တစ်မျိုးလည်း ပါဝင်နေဖွယ်ရှိ၏၊ မည်သူကမျှ ပြောကြားခြင်းပြုသည် မဟုတ်သော်လည်း ကျွန်တော်၏ တွေးထင်ယုံကြည်ချက်အရ ထိုဒိုင်မင်းရှင်းသည် တိတိကျကျ တိုင်းတာလို့ ရဖွယ်လည်းရှိ၏၊ အချိန်ကာလ ပိုင်းခြား သတ်မှတ်ခြင်း၊ သတိ သို့မဟုတ် စိတ်အာရုံ စူးစိုက်မှုတို့နှင့် ပတ်သက်ဆက်နွယ်ခြင်းလည်း မရှိနိုင်တန်ရာ။

ထိုအရာသည် အဆောတလျင် သဘောမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်အံ့မထင်၊ ကျွန်တော် တို့၏စိတ်ထဲ၌ ကောင်းစွာစိတ်ကူးကြည့်၍ မြင်ကြည့်၍ရသော အလျား အနံ အထုကဲ့သို့ အရာမျိုးသာ ဖြစ်နိုင်စရာရှိ၏၊ ပဉ္စမဒိုင်မင်းရှင်းကို သိသည့်စိတ်သည် လူတိုင်း၏ အဖွဲ့တွဲသန္တာန်၌ မထင်မရှား သန္ဓေသားအဖြစ် ကိန်းအောင်း တည်ရှိနေကြောင်းဖြင့်လည်း ကျွန်တော်ယုံကြည်၏၊ သို့သော် အလွယ်တကူ နှင့်ကား ထိုသန္ဓေသားသည် မီးရှူးသန့်စင် ဖွားမြင်လာနိုင်မည် မဟုတ်။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော်တို့တွက် အရေးကြီးဆုံးအချက်ကား သတိ သို့မဟုတ် စိတ် မပျံ့လွင့်အောင် ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ရန်ပင်ဖြစ်၏၊ ထိုသို့စွမ်းဆောင်နိုင်ရန် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းကောင်းမှာလည်း သတိပဋ္ဌာန်းရှုပွားခြင်းပင်တည်း။

သတိပဋ္ဌာန်းပွားများအားထုတ်သောအခါ၌ အသိစိတ်သစ်က စူးစမ်းရှာဖွေ တွေ့ရှိ လာသောအရာများ အမြောက်အမြားရှိ၏၊ သို့သော် တွေ့ကြုံရသည့် အတွေ့အကြုံကို ပေါ်လွင်အောင် (ဝါ) တစ်ပါးသူနားလည် သဘောပေါက် လာအောင် ဖော်ပြရန် စကားလုံးများမရှိပေ၊ ထို့ကြောင့် ပြည့်စုံအောင် ထုတ်ဖော်ပြောပြခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်။

အချို့သော ကိစ္စရပ်များ၌ ဖြေရှင်း၍မရဟု ကျွန်တော်တို့ မှတ်ယူခဲ့သည့် ပြဿနာအခက်အခဲများသည် အသစ်သော သိမှုတည်းဟူသော အလင်းရောင် ပြက်လက် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးနောက်မှ ယင်း၏ချုပ်ငြိမ်းလုလု အလင်းရောင်ထဲတွင် ပြေလည်ရှင်းလင်းသွားမည်ဖြစ်၏။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၉)

တစ်မျိုးသောပုံလွှင့်မှုကလေးတွေ

အတော်ပင် ဆန်းကြယ်၏၊ ကျွန်တော်သည် ပြီးခဲ့သည့် နှစ်ခန်း၌ ဆွေးနွေးတင်ပြခဲ့သည့်အချက်တို့ကို တွေးခေါ်စေ့ငုနေခြင်း မပြုမိတော့၊ မိမိ၏ စိတ်ဆန္ဒကလည်း ယင်းသို့ လုပ်ဆောင်ရန် မိမိအား ဆွဲဆောင်ညှို့စားခြင်းမရှိ။

စကားလက်အိုဟာရာ၏ ထုံးကိုသာ နှလုံးသွင်းလိုက်မိပါသတည်း။

"ဒီကိစ္စကို ဒီနေ့ မစဉ်းစားသေးဘူး၊ နက်ဖြန်မှ စဉ်းစားမယ်"

မှန်ပါသည်၊ အခြေအနေပေးသောအခါ၌ လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားရန် အခွင့်အခါကောင်းလည်းရလာ၏၊ ထိုအခါကား စက်ာပူမှ အင်္ဂလန်သို့ ရေကြောင်းခရီးရှည်ဖြင့် ပြန်စဉ်မှာပင်တည်း။

ဆရာတော်၏ စံကျောင်းကြမ်းပြင်ပေါ်ဝယ် ထိုင်နေရာမှ ထလိုက်သည့်အခါတိုင်းတွင်လည်းကောင်း၊ ဓမ္မာရုံထဲရှိ ပန်ကာအောက်တွင် ထိုင်နေရာမှ

http://www.dhammadownload.com

ထလိုက်သည့်အချိန်တိုင်း၌လည်းကောင်း ကျွန်တော်သည် ချုတ်ထားသည့် ညှပ်ဖိနပ်ကိုယူ၍ မိမိ၏ ကျောင်းဆောင်သို့ ပြန်လေ့ရှိသည်ဖြစ်ရာ ဆွေးနွေး လျှောက်ထားခဲ့သည့် အကြောင်းအရာတို့သည် ထိုအခါ၌ စိတ်သန္တာန်တို့မှ မေးမှိန်ပျောက်ကွယ်သွားပြီးလျှင် ဘယ်တစ်လှမ်း ညာတစ်လှမ်းဖြင့် ပူလောင် ကြာညောင်းစွာ လျှောက်လှမ်းရသော အပြန်ခရီး တစ်လျှောက်လုံးမှာ "ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်" ပေါ်တွင်သာ ပြန်လည်၍ အာရုံစူးစိုက်သွား၏။

တရားလေ့ကျင့် အားထုတ်ရာ၌ ပထမ တစ်ရက်နှစ်ရက်၌သာ အခြေ အနေသစ်သည် ကျွန်တော်နှင့် အံဝင်ဂွင်ကျခြင်းမရှိခဲ့၊ ဆန်းသလိုလိုဖြစ်နေခဲ့၏၊ ထိုရက်ပိုင်းမှ လွန်မြောက်သွားသည့်အခါတွင် ဟန်ကျလာခဲ့၏၊ တိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်ကာ သက်ဝင်လှုပ်ရှားမှု ကင်းမဲ့သည့် အခြေအနေသစ်နှင့် သဟဇာတ ဖြစ်လာခဲ့၏၊ တရားအရှိန်ရလာပြီဖြစ်ရကား တစ်စုံတစ်ယောက်က လာရောက် နှောင့်ယှက်မည်၊ သို့မဟုတ် ကြားဖြတ်နှောင့်ယှက်မှု တစ်ခုခုဖြစ်ပေါ်လာမည် ဆိုလျှင် အပြင်းအထန် မကျေမနပ်ဖြစ်ခဲ့၏။

သာသနာ့ရိပ်သာ၌ အင်္ဂလိပ်လူမျိုးတစ်ယောက် လာရောက်တရားအား ထုတ်နေသည်ဟူသော သတင်းသည် ထိုရက်ပိုင်းအရောက်၌ ပြန့်နှံ့သွားပုံ ပေါ်၏၊ အိန္ဒိယအမျိုးသားများနှင့် မြန်မာအတော်များများသည် ကျွန်တော်နှင့် လာရောက်တွေ့ဆုံကြ၏၊ သူတို့အထဲမှ အများအပြားက တရားအားထုတ်ရာ ၌ ပေါက်ရောက်အောင်မြင်ပါစေဟု ကျွန်တော့်အတွက် လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ဆုတောင်းပတ္ထနာပြုကြ၏၊ ဆန္ဒမွန်ကို ထုတ်ဖော်ခြင်းပြုကြ၏။

သူတို့အားလုံးလိုလိုသည် သာမန်လူများ၊ ဝတ်ကြောင်များဖြစ်ကြ၏၊ သို့သော် တစ်ချိန်တစ်ခါက ရိပ်သာသို့ လာရောက် တရားအားထုတ်ဖူးခဲ့ ကြ၏၊ ယခုလည်း ရိပ်သာ၌ နောက်တစ်ကြိမ်ထပ်မံ တရားအားထုတ်ရန် လာရောက်ကြခြင်းဖြစ်၏၊ အချို့မှာမူ ရိပ်သာရှိ ရင်းနှီးခင်မင်ရာရာ ဆရာတော် သံဃာတော်များထံ လာရောက်လည်ပတ် တွေ့ဆုံဖူးမြော်သည်လည်းရှိ၏။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော့်ကို သူတို့က စိတ်ဝင်စားကြ၊ ရင်းနှီးခင်မင်ကြသည့်အတွက် ဘဝင်မြင့်ချင်သလိုတော့ဖြစ်မိ၏၊ သို့သော် အချိန်ဇယားအတိုင်းအားထုတ် နှလုံးသွင်းနေခြင်း ရပ်တန့်ပျက်ကွက်ရသည့်အတွက်တော့ သိပ်သဘောမကျ လှပေ၊ (မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် ရပ်တန့် ပျက်ကွက်သွားရသည်ပင် ဖြစ်စေ၊ ရပ်ပြီးနောက်တစ်ခါပြန်၍ ဆက်လက်တရားအားထုတ်ရသည်မှာ အလွန်ခဲ့ယဉ်းလှ၏)။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကျွန်တော့်ထံသို့ လာလည်ကြသော ဧည့်သည်များထဲမှ အချို့နှင့် စကားပြောဆို ဆွေးနွေးရသည်မှာ အထူးတလည် စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းလှ၏၊ မြန်မာတို့သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများအားထုတ်မှုနှင့် ရင်းနှီးကြ၏၊ လက်ပွန်းတတီးရှိကြ၏၊ အင်္ဂလန်ပြည်၌ ရာသီဥတု အခြေအနေကို လူတိုင်း ပြောဆို ဆွေးနွေးလေ့ရှိကြသည့်နည်းတူ မြန်မာပြည်တွင် ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားအကြောင်းကို လူတိုင်းနီးနှော့ပြောကြားနိုင်ကြ၏၊ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ဤအတိုင်းပင် ယုံကြည်မိ၏။

ကျွန်တော်၏ မိတ်ဆွေတစ်ဦးကား အငြိမ်းစားရဲမင်းကြီးတစ်ယောက်ဖြစ်၏၊ သူသည် ရိပ်သာ၌ နှစ်ကြိမ်တရားအားထုတ်ပြီးပြီ၊ မကြာခဏလာရောက်လေ့ ရှိသူလည်းဖြစ်၏၊ အစိုးရလခစားအများအပြားသည် ရိပ်သာသို့ လာရောက် တရားအားထုတ်လေ့ရှိကြကြောင်း၊ ထိုသို့ အားထုတ်သွားပြီးသည့်နောက်တွင် လည်း အချိန်အခါ အားလျော်စွာ ထပ်မံအားထုတ်ကြသေးကြောင်းဖြင့် သူက ရှင်းလင်းပြောပြ၏။

ကျွန်တော့်ကို လာရောက် တွေ့ဆုံမိတ်ဖွဲ့သူတို့ မေးမြန်းလေ့ရှိသည့် လက်သုံးစကားတစ်ခုရှိ၏။

“ဘယ့်နှယ်လဲ၊ တရားအားထုတ်ရတာ တိုးတက်မှုရှိတယ် မဟုတ်လား”

သူတို့သည် အမှန်တကယ်လည်း စိတ်ဝင်စားကြ၏၊ ကျွန်တော် ဆိုက် ရောက်နေသော အဆင့်၊ တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်နေရသော အခက်အခဲများစသည်

http://www.dhammadownload.com

တို့ကို ကြားသိရရန်အတွက် မချမသွေ စိတ်အားထက်သန်ခြင်းရှိကြ၏။

ကျွန်တော်ကဲ့သို့ပင် ပုထုဇဉ်များဖြစ်ကြ၍ ကျွန်တော်ကဲ့သို့ပင် နေထိုင်စားသောက်လုပ်ကိုင်နေသူများ (စိတ်တန်ခိုးများ၊ ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အစွမ်းသတ္တိများ ကင်းမဲ့ကြသူများ)သည်လည်း သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားများအားထုတ်နိုင်သည်၊ တရားမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အကျိုးကျေးဇူးကို ခံစားနိုင်သည်ဟူ၍ သိမြင်သဘောပေါက်လိုက်ရသည့်အတွက် အတိုင်းမသိ အားတက်ခြင်းလည်း ဖြစ်မိ၏။

မြန်မာပြည်၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပွားများ အားထုတ်ကြခြင်းသည် အနောက်နိုင်ငံအများစု၌ ဆုတောင်းပတ္ထနာပြုကြခြင်းထက် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သည့်အပြင် ပိုမို၍လည်း ရိုးသားစစ်မှန်ကြောင်းဖြင့် ကျွန်တော်သံသယကင်းစွာ ယုံကြည်၏၊ ခေတ်ပညာတတ် ပုဂ္ဂိုလ်အများအပြား ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပွားများအားထုတ်ကြရာ၌ ဗုဒ္ဓကညွှန်ကြားသည့် နည်းလမ်းအတိုင်း စစ်မှန်သည့် လွဲမှားခြင်းမရှိသည့် ဆန္ဒသို့မဟုတ် ဦးတည်ချက်ဖြင့် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်ကြ၏။

သို့သော် တစ်ခုသော မွန်းလွဲပိုင်း၌ အလွန် အသက်အရွယ်အိုမင်းနေပြီဖြစ်သော အဘိုးအို အဘွားအိုတစ်စုသည် ဆရာတော်၏ ကျောင်းအတွင်းသို့ဝင်ရောက်ရန်အတွက် စောင့်ဆိုင်းနေကြသည်ကို သတိပြုမိ၏၊ ထိုအချိန်၌ ကျွန်တော်၏တရားအားထုတ်ရက်များလည်း ကုန်ဆုံးခါနီးနေပေပြီ၊ သူတို့သည် အသွင်သဏ္ဍာန် အမျိုးမျိုး၊ အသွေးအရောင် အမျိုးမျိုးကို ဖော်ဆောင်လျက်ရှိကြသော်လည်း ဘဝသက်တမ်းအဆုံးသို့ အလွန်နီးကပ်နေပြီဟူသည့် အချက်မှာမူ တူညီကြလည်း၊ သနားစရာကောင်းလောက်အောင် ဆင်းရဲနွမ်းနယ်နေသူများလည်း ဖြစ်ဟန်တူ၏။

ကျွန်တော်သည် ဦးဖေသင်အား သူတို့အကြောင်း မေးကြည့်မိ၏၊ ဆရာတော်သည် သက်ကြီးရွယ်အိုသူတို့အတွက် ပုံမှန်အချိန်သတ်မှတ်၍ တရားဟောပြောလေ့ရှိကြောင်း၊ ကမ္ဘာလောကကြီးထဲသို့ တစ်ခါပြန်ရောက်လာခြင်း၊

http://www.dhammadownload.com

သံသရာလည်ခြင်းတို့မှ လွတ်မြောက်အောင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား နာယူ ပွားများလိုသူများ လာရောက်လေ့ရှိကြောင်းတို့ကို ဦးဖေသင်က ပြောပြ၏။

သူတို့သည် မူလက သမားရိုးကျ ဗုဒ္ဓဝါဒီများသာ ဖြစ်ခဲ့ကြပုံပေါ်၏၊ သက်ဝင်ယုံကြည်မှုနှင့် ကိုးကွယ်မှုသာရှိခဲ့၍ ကျင့်ကြံပွားများမှု ရှိခဲ့ပုံမပေါ်ပေ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားစစ်တရားမှန်ကို အပတ်တကုတ် အားထုတ်ခဲ့ဖူးမည် မဟုတ်။

ယခုသော် ဘဝသည် နှစ်သက်ပျော်ရွှင်ဖွယ်မကောင်းကြောင်း အတွေ့အကြုံအရ သူတို့သဘောပေါက်လာပြီဖြစ်၏၊ သူတို့၏ ဘဝသည် ဒုက္ခများ၊ အဆင်မပြေမှုများ၊ ကသီလင်တများနှင့်သာ ပြီး၏၊ ဘဝကို နောက်ထပ် တဖန် ရယူခြင်း၊ ဤကဲ့သို့သော ဒုက္ခများကို တွေ့ဆုံ ရင်ဆိုင်ရခြင်းတို့ကို သူတို့အလိုမရှိ။

သူတို့သည် အပြင်ဘက်နေပူထဲတွင်ထိုင်ကာ သည်းခံစောင့်ဆိုင်းနေကြ၏၊ ထို့နောက် ကျောင်းထဲမှ ကျွန်တော်ထွက်လာသောအခါတွင်မှ အထဲသို့ သက်ကြီးရွယ်အိုတို့ ဝင်ရောက်သွားကြ၏၊ တစ်ခါပြန်လည်၍ ဘဝမဖြစ်ရေးအတွက် မျှော်လင့်ချက်ကြီးစွာဖြင့် လာကြသူများပင်တည်း။

ကျွန်တော်နှင့် အဘိုးအိုအဘွားအိုတို့သည် တစ်လှေထဲစီး တစ်ခရီးထဲသွားများ ဖြစ်ကြသည်ဟူ၍ ဆိုနိုင်၏၊ ကျွန်တော်တို့သည် တစ်ခုတည်းသော အရာကို ရှာဖွေနေကြခြင်းပင်တည်း၊ သို့သော် ကျွန်တော်သည် ပစ္စက္ခကာလ၏ အဆင်မပြေခြင်းတည်းဟူသော ဒုက္ခ၏မောင်းနှင်တိုက်ထုတ်ပစ်လိုက်ခြင်းကို သူတို့ကဲ့သို့ခံရသူမဟုတ်၊ ပြန်လာရမည်ကို ကြောက်သောစိတ်သည် ကျွန်တော့အား ခြိမ်းခြောက်ခြင်း မပြုနိုင်။

သူတို့သည် ရက်သတ္တတစ်ပတ်လျှင် တစ်ခါလာကြကြောင်း၊ တရားအပေါ်မှ မတန်တဆ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို မျှော်မှန်းခြင်း မပြုနိုင်စေဦးတော့ သူတို့ဘဝ၏ ကြွင်းကျန်သမျှသော အချိန်ပိုင်းကလေးကို အေးအေးငြိမ်းငြိမ်း ကုန်ဆုံးသွားနိုင်လျှင် နောက်တစ်ချီ၌ လားရာဂတိ ကောင်းကောင်းကလေး

http://www.dhammadownload.com

ရသွားလျှင်ပင် မဆိုးလှကြောင်းဖြင့် ဦးဖေသင်က ရှင်းပြ၏။

ကျွန်တော့်အတွက် ကံကောင်းသည်ဟုပင် ဆိုရအံ့ထင်၏၊ ပထမအပတ် လွန်မြောက်သွားပြီးနောက်၊ ဒုတိယပတ်ထဲသို့ အရောက်တွင် ညှော်သည်များ အလာနည်းပါးသွား၏၊ ကျွန်တော့်အတွက် တရားဖြောင့်ဖြောင့် အားထုတ်လို့ မရအောင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စရာ (ဝါ)တစ်မျိုးတစ်ဖုံသော စိတ်ပျံ့လွင့်စရာ များလည်း လျော့သွားတော့၏၊ ကျွန်တော့်ကို အမှန်အတိုင်းသိမြင်နားလည် သွားကြသည်ဟု ထင်ပါသည်။

ကမ္ဘဌာန်းတရားကို အထူးအဆန်းတစ်ခုသဖွယ် လာရောက်စမ်းကြည့်သူ တစ်ယောက်မဟုတ်ဘဲ တကယ်တမ်း ပြင်းပြင်းထန်ထန် တင်းတင်းရင်းရင်း ပွားများအားထုတ်သူတစ်ယောက်ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်သွားကြပုံပေါ်၏၊ အမှန်စင်စစ် တရားအလုပ် အားထုတ်သူတစ်ယောက်အဖို့ တစ်သီးတစ်သန့် ရှိရန်လို၏၊ ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော့်ကို တလေးတစား သဘောထားလာကြသော ကြောင့် အရမ်းမလာကြတော့ပေ။

သို့သော် နောက်ပိုင်း ရက်သတ္တပတ်များ အရောက်၌ကား အစဉ်တစိုက် မရပ်မနားတရားအားထုတ်၍ မရတော့ပေ၊ အနည်းငယ်အနားယေး၍ အားထုတ် ရန် လိုအပ်လာ၏၊ ထိုအချိန်၌ ညှော်သည့်တို့ကလည်း မလာတော့ပေ၊ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်သည် အနည်းငယ်သော အားလပ်မှုကလေး(ဝါ)စိတ်ပျံ့ လွင့်မှုကလေးရရန် စီစဉ်ရတော့၏၊ စီစဉ်ပုံ စီစဉ်နည်းကို ဥပမာအဖြစ် ဖော်ပြ ရမည်ဆိုသော် ရောမကျောင်းတော်မှုရုပ်ပွားတော်ကြီးရှိရာဘက်သို့ လမ်း လျှောက်ခြင်းပင်တည်း။

သာသနာ့ရိပ်သာ၏ စည်းရိုးတန်းမှ အနည်းငယ်ကျော်လွန် လျှောက်သွား လိုက်လျှင် ထိုကျောင်းတော်မှ ကိုယ်တော်ကြီးသို့ ရောက်၏၊ ထိုနေရာသို့ ကျွန်တော် မကြာခဏလျှောက်လေ့ရှိ၏၊ စကားပူသို့ မပြန်ရမီ တစ်ပတ်ခန့် အလို၌ကား ထူးခြားသော အတွေ့အကြုံတစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ လိုလား

http://www.dhammadownload.com

နှစ်သက်စရာ၊ လက်ခံကြိုဆိုစရာကောင်းသော ကိစ္စတစ်ရပ်လည်းဖြစ်၏။

ထိုင်လိုက် လမ်းလျှောက်လိုက် ထိုင်လိုက်ဖြင့် တရားအားထုတ်လာခဲ့သည် ဖြစ်ရာ ထိုနေ့ရက်အရောက်၌ တရားအလုပ်သည် ကျွန်တော်၏ စိတ်သန္တာန်၌ ဆုံးစမထင်အောင် ဖြစ်လာ၏၊ တိုးတက်မှုကလည်း သိပ်မရှိသလိုဖြစ်နေ၏၊ ထို့ကြောင့်လည်း ဦးဖေသင်က ကျွန်တော့်အား ထိုပွဲလမ်းသဘင်အကြောင်း ပြောပြသည့်အပြင် သွားပြီးကြည့်သင့်ကြောင်းဖြင့်လည်း အကြံပေး၏။

တိပိဋကဓရ ရွေးချယ်ရေးစာမေးပွဲတွင် အောင်မြင်ပေါက်ရောက်အောင် ဖြေဆိုနိုင်ခဲ့ကြသော သံဃာတော်ငါးပါးကို ဓမ္မာရုံကြီးထဲတွင် ခမ်းခမ်းနားနား ချီးကျူး ပူဇော်ပွဲကျင်းပရန် စီစဉ်နေခြင်းပင်ဖြစ်၏၊ ဓမ္မာရုံကြီး၏ ဝန်းကျင်၌ မဏ္ဍပ်ကနားများကိုလည်း စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ ထိုးလျက်ရှိ၏၊ ဝန်ကြီးချုပ်နှင့်တကွ အစိုးရဌာန အကြီးအကဲများ၊ အခြားသော ဂုဏ်သရေရှိ မင်းပရိတ်သတ်များလည်း ဤဂုဏ်ပြုပူဇော်ပွဲသို့ တက်ရောက်ကြမည်ဖြစ်၏။

ချီးကျူးပူဇော်ပွဲ မကျင်းပမီ၌ ဓမ္မာရုံကြီး၏ မျက်နှာချင်းဆိုင်ဘက်ရှိ ပိဋကတ်တိုက်ထဲတွင် ကျွေးမွေး ဧည့်ခံပွဲလည်း ရှိသေး၏၊ အကယ်၍ ကျွန်တော်သည် ထိုအခမ်းအနားသို့ သွားရောက်ခြင်း မပြုလျှင်လည်း အကြောင်းထူးဖွယ်မရှိ၊ ထိုနေ့အဖို့ ဆရာတော်က ကျွန်တော့်အား တရားစစ်နိုင်မည် မဟုတ်ပေ၊ ရိပ်သာ၌ လူတွေ အရမ်းများပြားစည်ကားနေမည်ဖြစ်ရာ ထိုနေ့အဖို့ ကောင်းကောင်း တရားအားထုတ်၍လည်း ရနိုင်ဖွယ်မရှိ။

ချီးကျူးပူဇော်ပွဲသို့ တက်ရောက်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော့်အတွက် ဆုံးရှုံးနစ်နာခြင်းမရှိနိုင်၊ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည့် မြင်ကွင်းတစ်ရပ်ဖြစ်မည်မှာလည်း သေချာ၏၊ မိန့်ခွန်းများ ပြောကြားနေမည်သာ ဖြစ်၍ ကျွန်တော့်အနေဖြင့်တော့ တစ်လုံးမျှ နားလည်နိုင်ဖွယ်မရှိကြောင်းဖြင့်ကား ဦးဖေသင်က ကြိုတင် သတိပေးထား၏။

ထိုပွဲသို့ သွားရောက်ရန်အတွက် မည်သို့အဝတ်အစား ဝတ်ရပါမည်နည်း၊

http://www.dhammadownload.com

ဤအတွက် မဝေခွဲတတ်အောင် ဖြစ်ရပြန်၏၊ လူတိုင်းဝတ်ကောင်းစားလှများ ဆင်မြန်းလာကြပေလိမ့်မည်၊ အမျိုးသားများသည် ပိုးလုံချည်များ၊ ဇန်ကောက်လုံချည်များ၊ အပေါ်အင်္ကျီကောင်းကောင်းများကို ဝတ်လာကြမည်ဖြစ်၏၊ အမျိုးသမီးများသည်လည်း အကောင်းဆုံးသော အင်္ကျီလုံချည်များကို ဝတ်ဆင်လာပေလိမ့်မည်။

ဦးဖေသင်က ကျွန်တော့်အား ဘောင်းဘီနှင့်ရှပ်အင်္ကျီ ဝတ်သွားရန် အကြံပေး၏၊ သို့သော် ဘောင်းဘီကြီးတကားကားနှင့် ဆိုပါက သိပ်ထူးခြားနေလိမ့်မည်၊ အလွန်ထင်ရှားနေမည်၊ ပရိသတ်အလယ်၌ တစ်မျိုးတစ်မည်ဖြစ်နေမည်ဟူ၍ ယူဆမိ၏၊ ထို့ကြောင့် လုံချည်နှင့် တွဲဖက်၍ ချည်စပို့ရှပ်နွမ်းနွမ်းကိုသာ ဝတ်သွားရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်၏၊ သို့သော်လည်း ဝတ်ကောင်းစားလှများအလယ်၌ ဤကဲ့သို့ မထင်မရှား ဝတ်ဆင်သွားခြင်းသည်ပင် ထင်ရှားနေနိုင်ဖွယ် ရှိပြန်၏။

ချီးကျူးပူဇော်ပွဲ ကျင်းပရန် နှစ်ရက်အလိုကတည်းက ဓမ္မာရုံကြီး၏ အတွင်း၌ ရော အပြင်၌ပါ ပြင်ဆင်မှုများ အကြီးအကျယ် ပြုလုပ်တော့၏၊ ဓမ္မာရုံကြီး၏ ရှေ့ရှိ လမ်းကျယ်၌ မဏ္ဍပ်ကနားများကို ဆောက်လုပ်ကြရမည်ဖြစ်၏၊ မူလက ကျွန်တော်၏ ဝန်းကျင်၌ နွားများ ခွေးများရှိပြီး ခေါင်းလောင်းသံကိုလည်း ကြားရတတ်သည်မှတစ်ပါး အေးငြိမ်းမှုရှိ၏၊ ယခုကား ထိုကဲ့သို့မဟုတ်တော့ပြီ၊ လှုပ်ရှားမှုများဖြင့် မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ရုတ်ရုတ်သဲသဲဖြစ်နေသည်မှာ ကျွန်တော်နေသော အဆောင်ရှိ ရဟန်းတော်များကိုပင် ထိခိုက်လာ၏။

သံဃာတော်တို့သည် နံနက်ခင်းဆွမ်းခံမကြွမီ၌ နှစ်ပါးတစ်တွဲ သုံးပါးတစ်တွဲ စသည်ဖြင့် အစုကလေးများဖွဲ့ကာ စုရုံးကြသည်၊ သံဃာတော်တို့သည် မည်သို့ဆွမ်းခံကြသနည်း၊ မည်သို့ ဆွမ်းစားကြသနည်း၊ ဆွမ်းခံပုံခံနည်း ဆွမ်းရပုံရနည်းကို မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ သိလိုစိတ်လည်း အပြင်းအထန် ပေါ်ဖြစ်လာ၏။ သံဃာတော်တစ်ပါး၏ နောက်ကလိုက်သွားပြီး ကြည့်ရလျှင် ဘယ်လောက်

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းလိုက်မည်နည်း၊ သို့သော် ကျွန်တော်သည် လိုက်ပါခွင့်တောင်းရန် အတွက်ကား ဝန်လေးနေမိ၏။

သံဃာတော်တို့သည် ကြီးမားသော ယွန်းထည်သပိတ်ကို ပိုက်၍ ဆွမ်းခံထွက်ကြတော့၏၊ သပိတ်ထဲတွင် အသားနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်စသည့် အမျိုးမျိုးသော ဟင်းများကိုထည့်ရန် ဆွမ်းဟင်းခွက်ကလေးများပါရှိ၏ ထိုသို့ ရရှိလာသော ထမင်းဟင်းများကို သံဃာတော်တို့ ဘုဉ်းပေးကြမည်ဖြစ်၏။

တစ်နာရီခန့်အကြာ၌ သံဃာတော်များသည် ဆွမ်းနှင့် ဆွမ်းဟင်းများ လုံလောက်စွာ ရရှိလျက် ဆွမ်းခံရာမှ ပြန်ကြွလာကြ၏၊ ရရှိလာသော ဆွမ်းနှင့် ဆွမ်းဟင်းတို့မှာ လူခြောက်ယောက်လောက်ကိုပင် ကျွေးမွေးနိုင်၏၊ ပိုလျှံသော ထမင်းများကို ခွေးများနှင့်ကျီးငှက်များကို ကျွေး၏၊ ခွေးတို့သည် ဤအစားအစာများကလွဲ၍ အခြား မည်သည့်အစားအစာကိုမျှ မရရှိကြပေ။

သံဃာတော်တို့သည် ဆွမ်းနှင့်ဆွမ်းဟင်းတို့ကို သပိတ်များဖြင့် အပြည့်အလျှံရရှိလျက် ကျောင်းသို့လည်း အမြဲတမ်း အချိန်မှန်ပြန်ရောက်လေ့ရှိကြ၏၊ မည်သည့်အတွက် ဤသို့ဖြစ်ရသနည်း၊ ကျွန်တော်တွေးမရအောင် ဖြစ်နေ၏၊ ထို့ကြောင့် တစ်ဆောင်ထဲ၌ အတူနေကာ ခင်မင်ရင်းနှီးနေပြီဖြစ်သော နွားနို့လုပ်ငန်းရှင်ကို အကျိုးအကြောင်း မေးကြည့်၏။

သံဃာတော်များ၌ ပုံသေတာဝန်သတ်မှတ်ထားသော ဆွမ်းခံအိမ်နှစ်အိမ်သို့မဟုတ် သုံးအိမ်ခန့်ရှိကြောင်း၊ ထိုအိမ်တို့သည် နေ့စဉ်တာဝန်ယူ၍ ဝတ္တရားမပျက်လောင်းလှူလေ့ရှိကြောင်း၊ အဆင်းရဲဆုံးသော အိမ်တို့သည်ပင်လျှင် တတ်စွမ်းသမျှ လောင်းလှူရန် အသင့်ရှိကြကြောင်း၊ သံဃာတော်တစ်ပါးသည် မိမိလိုအပ်သမျှ လောက်ငအောင် ရရှိရန် မခဲယဉ်းကြောင်း စသည်ဖြင့် သူက ရှင်းလင်းပြောပြ၏။

ကျွန်တော့်ကျောင်းဆောင်သည် အခမ်းအနားကျင်းပမည့် ဓမ္မာရုံကြီးနှင့် အတော်ကလေး ကွာလှမ်းလှ၏၊ သို့သော်လည်း ကျွန်တော်တို့၏ ကျောင်း

http://www.dhammadownload.com

ဆောင်တစ်ဝိုက်၌ပါ လှုပ်လှုပ်ရှားရှားဖြစ်နေပေသည်၊ မော်တော်ကားများက လည်း တစ်ဘက်မှ တစ်ဘက်သို့ စုန်ကာဆန်ကာ မောင်းနှင်လျက်ရှိကြ၏၊ ဖုံများ တထောင်းထောင်းထနေပေသည်၊ ကျွန်တော့်အခန်းမှပြတင်းပေါက်များ ကို ပိတ်ထားလိုက်ရ၏၊ လမ်းလျှောက်ရန်အတွက်နေရာအသစ်တစ်ခုကိုလည်း ရှာဖွေရတော့၏။

အခမ်းအနားပွဲ ကျင်းပမည့်နေ့သို့ အရောက်၌ နံနက်မိုးသောက်ချိန်မှစ၍ မဏ္ဍပ်ကနားများထဲတွင် အမျိုးမျိုး အစားစားသော ပစ္စည်းများဖြင့် ပြည့်နေ၏၊ ပုံသဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုးသော ချည်ထည် ပိုးထည်များ၊ စာအုပ်များ၊ စားစရာ ခဲဖွယ်ချိုချဉ်များ၊ ရောမ ဖလ်အိုးကြီးများထဲတွင် ထည့်ထားသော ဆေးရောင် စုံ ရင့်ရင့်ဆိုးထားသည့် သစ်သီးဖျော်ရည်များစသည်ဖြင့် စုံလင်လှ၏၊ သစ်သီး ဖျော်ရည်များ ထည့်ထားပုံအနေအထားကို တွေ့ရသည်မှာ ရှေးဆန်ဆန် ဘယဆေးဆိုင်များ၌ ဆေးရည်များ ထားရှိပုံကို တွေ့ရသည့်ပုံစံမျိုးပင် ဖြစ်၏။

မဏ္ဍပ်တို့တွင် ပန်းစက္ကူအလှအပများဖြင့် မွမ်းမံ ဆင်ယင်ထား၏၊ ပန်းစက္ကူတို့သည် ညနေအချိန် ကျရောက်သည့်တိုင်အောင် လေပြေ လေညှင်းထဲတွင် တလူလူ လွင့်နေ၏၊ နံနက်စောစောပိုင်းအချိန်တွင်ကား အခမ်းအနားပွဲ၏ ခန့်ညားထယ်ဝါမှုနှင့် ကိုက်ညီလောက်အောင်ပင် ငြိမ်ငြိမ် သက်သက်ဖြင့် ကျက်သရေမင်္ဂလာရှိနေ၏။

ပိဋကတ်တိုက်၏ နောက်ကျောဘက်ထဲတွင်လည်း ကျွေးမွေးညှော်ခံမည် ဖြစ်၏၊ ထိုနေ့၌ စားပွဲများကို စားစရာ သောက်စရာများဖြင့် ခင်းကျင်းစီစဉ် ထားမည်၊ အချိန်နောက်ကျမှ စားသောက်မည့်သူများအတွက် ပြင်ဆင်ထား ခြင်းပင်ဖြစ်၏၊ အခမ်းအနားအစီအစဉ်ကို ၁၁း၃၀နာရီတွင် စတင်မည်ဖြစ်ရာ ထိုအချိန်မတိုင်မီ ကျွေးမွေးညှော်ခံမှုများ ပြီးစီးအောင် စီမံထား၏။

ကျွန်တော့်အား ပိဋကတ်တိုက်ထဲတွင် စားသောက်ကြမည့်သူများနှင့်အတူ စားသောက်ရန် ဖိတ်ကြားထားပြီးဖြစ်သော်လည်း သွားမစားရန် ဆုံးဖြတ်ထား

http://www.dhammadownload.com

၏၊ ကျွန်တော့်ထက် အခြားသူများက ပိုမိုစားနိုင်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း သိပြီး ဖြစ်သည်၊ ကျွန်တော်သည် သူတို့လောက် မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ စားနိုင်မည် မဟုတ်၊ ထိုအခါ၌ မြန်မာ့အစားအစာများကို ကျွန်တော်မကြိုက်၊ ခံတွင်း မတွေ့ဟူ၍ မိတ်ဆွေတို့က ထင်မြင်ကြလိမ့်မည်၊ သူတို့၏ စိတ်ထဲ၌ ယင်း အယူအဆမျိုး ဖြစ်ပေါ်မလာစေလို။

ဦးဖေသင်သည် ယမန်နေ့ကတည်းက မည်သည့်အတွက်ကြောင့် အခမ်း အနားပွဲကျင်းပရကြောင်းနှင့် မည်သို့ မည်ပုံကျင်းပမည်ဖြစ်ကြောင်းတို့ကို ကျွန်တော်အား အကျဉ်းချုပ်ပြောပြထားပြီးဖြစ်၏၊ ချီးကျူးဂုဏ်ပြုခြင်း ခံရမည့် ရဟန်းတော် ငါးပါးသည် တိပိဋကဓရရွေးချယ်ရေး စာမေးပွဲ၌ ထူးထူးခြားခြား အောင်မြင် ခဲ့ကြသည်ဆို၏၊ ထိုရဟန်းတော်တို့ကသည် ပိဋကတ်ကျမ်းဂန်များ ၏ အစိတ်အပိုင်းအများစုကို အလွတ်ရွတ်ဆို အာဂုံပြန်နိုင်ခဲ့ကြ၏။

ရဟန်းတော်တို့ နှုတ်တက်ရွရွ ကျက်မှတ်ရွတ်ဆိုနိုင်ခဲ့သော ကျမ်းစာအုပ် များကို ပေါင်းရုံးလိုက်မည်ဆိုပါက စာမျက်နှာ ထောင်ပေါင်းများစွာရှိ၏၊ ထိုကဲ့သို့ မှတ်ဉာဏ်ကောင်း မကောင်း စစ်ဆေးသည့် စာမေးပွဲကို ၄၅- ရက် တိုင်တိုင် ကျင်းပရ၏၊ အကဲဖြတ်ပုဂ္ဂိုလ် ငါးဦး၏ ကြပ်မပ္မအောက်တွင် သတ်မှတ်ထားသော ကျမ်းဂန်ကုန်ဆုံးသည့်အထိ အာဂုံပြန်ပြရ၏။

ထိုကဲ့သို့ အာဂုံပြန်ရုံနှင့် မပြီးသေး၊ ကျမ်းဂန်ပါဠိ၌ လာရှိသမျှတို့၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်သဘောတို့ကို ရေးဖြေရပြန်သေး၏။

အခမ်းအနားပွဲ ကျင်းပမည်ဖြစ်သော ဓမ္မာရုံကြီး၏ နံရံထက်၌ ဂုဏ်ပြုခြင်း ခံရသည့် သံဃာတော်ငါးပါးထဲမှ တစ်ပါး၏ ဓါတ်ပုံကို ကပ်ထား၏၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ် ထူးသည် စာမျက်နှာပေါင်း တစ်သောင်းနှစ်ထောင်ရှိသည့် ပိဋကတ်စာပေအား လုံးကို အာဂုံရွတ်ဆိုပြနိုင်ပေရာ တုနှိုင်းမရလောက်အောင် မှတ်ဉာဏ်ကောင်း မွန်လှပေ၏၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ သမိုင်းစဉ်တစ်လျှောက်လုံး၌ ပိဋကတ်စာပေ အားလုံးကို ထိုကဲ့သို့ နှုတ်ငုံဆောင်နိုင်သည်မှာ သမိုင်းမှတ်တမ်းအရ ရှေးယခင်

http://www.dhammadownload.com

က တစ်ကြိမ်တစ်ခါသာ ရှိခဲ့ဖူးကြောင်းဖြင့် ကျွန်တော်မှတ်သားရဖူးပါ၏။ ထိုသည်မှာလည်း အလွန်တရာ အချိန်ကာလကြာညောင်းခဲ့ပြီသာတည်း။

သို့ရာတွင် ယခုကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းဖြင့် လက်တွေ့၌ မည်သို့သော အကျိုးတရား ထူးခြားလာပါသနည်း။ ကျွန်တော့်အနေနှင့်ကား သဘော မပေါက်နိုင်အောင် ဖြစ်မိ၏။ တွေ့ရ ကြုံရသည်တို့ကို အကဲခတ်ရခြင်းအားဖြင့် ဤကဲ့သို့စွမ်းဆောင်နိုင်သည်ကို အကြီးအကျယ် ဂုဏ်ယူကြ၊ အားပေးကြသည် မှာမူ သေချာပြန်၏။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ ထိပ်တန်းအကျဆုံးသော ပုဂ္ဂိုလ်များပင် ဤအခမ်းအနားပွဲသို့ တက်ရောက်ခြင်း ပြုကြ၏။

သာသနာ့အာဇာနည်းတစ်ပါးစီကို အထဲ၌ စက္ကူလိပ်သို့မဟုတ် သားရေ စက္ကူလိပ်တစ်ခုပါရှိသော သစ်သားသေတ္တာငယ်တစ်လုံးစီနှင့် ဘာရယ်လို့ ကျွန်တော်ခန့်မှန်းခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်သော အခြားပစ္စည်းများကိုလည်းဆက် ကပ်၏။ ထို့အပြင် ရွှေဝါရောင် စလင်ဒါပူးလုံးကလေးတစ်ခုထဲတွင် ထည့်လျက် ပိုးအလံ တစ်ခုကိုလည်း ဆက်ကပ်သေး၏။

သာသနာ့အာဇာနည်ပုဂ္ဂိုလ်ထူးတို့ မော်တော်ကားဖြင့် ခရီးသွားသော အခါ၌ ယင်းအလံကို ကားခေါင်း၌ တပ်ဆင်လွှင့်ထူမည်ဟုသိရပါ၏။ (စက်ဘူ၌ ကျွန်တော်၏ကား၌ ပြုလုပ်ခဲ့ပုံမျိုးပင်တည်း။ သို့သော် ကျွန်တော့်၌ကား ဤသာသနာ့အာဇာနည်များကဲ့သို့ သူမတူအောင် ထူးခြားထက်မြက်သည့် မှတ်ဉာဏ်အရည်အချင်း မရှိ။)

ပိဋကတ်တော်များကို မှတ်တမ်းတင်ခြင်း မပြုရသေးသည့် ရှေးပဝေဏီက အစဉ်အလာကို ယခုထက်တိုင် ထိန်းသိမ်းထားခြင်း ဟူ၍သာထင်မြင်ယူဆ မိပါ၏။ ဤသို့ဖြင့် ရှေးရှေးအခါက ပိဋကတ်တော်တို့ကို သံဃာတော်တို့သည် တစ်ပါးမှတစ်ပါးသို့ ကူးပြောင်းနှုတ်တက်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် မပျောက်ပျက် ကုန်အောင် ဆက်လက် ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ခဲ့ကြ၏။

ယခုခေတ်အခါ၌ကား ပိဋကတ်စာပေကျမ်းဂန် အပြည့်အစုံသည် အခိုင်

http://www.dhammadownload.com

အမာမှတ်တမ်းတင်လျက် ရှိပြီးဖြစ်ရာ ထိုသို့ အာဂုံဆောင်နိုင်ခြင်းကို လူသာမန်တို့ ပြုနိုင်ရန် ခဲယဉ်းသည့် တုနှိုင်းမရအောင် ထူးခြားသော စွမ်းရည်သတ္တိအဖြစ် လေးစားချီးကျူးရမည် ဖြစ်လင့်ကစား၊ ဤသို့သော အစွမ်းသတ္တိထူးပါရမီထူးကို ပိုမိုကောင်းမွန်ထိရောက်သည့် အခြားနည်းလမ်းများ၌သာ အသုံးပြုသင့်ကြောင့်ဖြင့် ကျွန်တော်၏ ရင်တွင်း၌ ခံစားမှုတစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

ကျွန်တော်သည် မွှာရုံကြီးသို့ စောစောစီးစီး ရောက်သွား၏၊ ချီးကျူးပူဇော်ပွဲ စတင်ရန်မှာ အနည်းဆုံး လေးဆယ့်ငါးမိနစ်ခန့် လိုသေး၏၊ ဗိနပ်ကို အသာချွတ်ကိုင်လျက် အဝတ်အစားများ အတော်အသင့် နွမ်းနယ်သည်ဟု ထင်မြင်ရသူများ အကြား မွှာရုံကြီး၏ နောက်ပိုင်း ခပ်ကျကျတစ်နေရာ၌ ဝင်ထိုင်လိုက်၏။

ရုတ်တရက်ဆိုသလို မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ရောက်လာပြီး ဤနေရာသည် အမျိုးသမီးများအတွက် သီးသန့်သတ်မှတ်ထားသော နေရာဖြစ်ကြောင်း ပြောပြသဖြင့် နေရာရွှေ့ပြောင်းရ၏၊ ကျွန်တော့်အား ဆဋ္ဌမရှေ့ဆုံးတန်းသို့ ရောက်အောင်ခေါ်သွား၏၊ ကျွန်တော်၏ အသွင်သဏ္ဌာန်နှင့်တကွ ဝတ်ဆင်ထားပုံတို့မှာ အများနှင့်မတူဘဲ တမူခြားနားနေသည့်အလျောက် အထူးအဆန်းသဖွယ် ကြည့်ကြ၏၊ ကျွန်တော်သည် တရုတ်ပြဇာတ်တစ်ခုထဲမှ သူတောင်းစားတစ်ယောက်၏ပုံမျိုးဖြစ်နေဟန်တူ၏။

ကျွန်တော်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အမျိုးသားများအားလုံး ပုံးလုံချည်များ၊ တိုက်ပုံအကျီကောင်းကောင်းများ စသည့် ဝတ်ကောင်းစားလှများနှင့် ဖြစ်ကြ၏၊ ဦးခေါင်းဗလာနှင့်ဖြစ်နေသည်မှာလည်း ကျွန်တော်တစ်ယောက်ထဲသာ ရှိ၏၊ အခြားသူများသည် ပန်းနုရောင်၊ အဝါနုရောင်၊ အဖြူရောင်စသည့် ရောင်စုံပိုးခေါင်းပေါင်းလှလှများကို ဆင်မြန်းထားကြ၏။

ကျွန်တော်တို့သည် ကြမ်းပြင်ပေါ်၌ ခင်းထားသော နီစွေးစွေး ဝါလွင်လွင် ဖျာများပေါ်တွင် တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် နီးကပ်စွာထိုင်ကြ၏၊ ကျွန်တော်

http://www.dhammadownload.com

ဝတ်စားထားပုံမှာ ခပ်ညံ့ညံ့ ခမ်းနွမ်းနွမ်းဖြစ်ရာ ထိုကဲ့သို့ ဆင်ယင်ထားခြင်းဖြင့် ဤအခမ်းအနားပွဲကြီးကို မလေးမစားပြုလုပ်ရာ ရောက်လိမ့်မည် မဟုတ်ဟူ၍ တော့ရိုးသားစွာ ယုံကြည်မျှော်လင့်မိပါသည်။

ချီးကျူးဂုဏ်ပြုခံရမည့် သံဃာတော်ငါးပါးအတွက် ကျွန်တော်တို့၏ ရှေ့၌ သီးခြားပလ္လင်ငါးခု ခင်းကျင်းစီစဉ်ထား၏။ ပလ္လင်တစ်ခုစီပေါ်၌ ပိုးသားအဝါရောင် တောက်တောက်ဖြင့် ဖုံးအုပ်စီမံထားသော ခုံတစ်ခုစီရှိ၏။ ယင်းအပေါ်တွင်မှ လိမ္မော်ရောင်ဖုံတစ်လုံးစီတင်ထား၏။ ပလ္လင်များ၏ ဘေးတစ်ဖက်တစ်ချက်စီတွင် ဘုရားစေတီ၏ပုံသဏ္ဌာန် ပိုးထီးဖြူများကို စိုက်ထူထား၏။ ထီးဖြူတို့၏ ကလနား ကို ရွှေရောင်ကွပ်ထားပြီး ဆွဲထားသည့် ရွှေရွက်တို့က လှုပ်ခတ်လျက် ရှိကြ၏။

မကြာမီအချိန်အတွင်း၌ အပူဇော်ခံ သံဃာတော်ငါးပါးကြွရောက်လာ၏။ ပလ္လင်များပေါ်သို့တက်ကြွတော်မူကြ၍ ဖုံများပေါ်ဝယ် ကြည်ညိုစဖွယ် နေရာယူကြ၏။ သံဃာတော်တို့သည် စက္ကန့်ကိုချ၍ ထိုနေရာ၌ အခမ်းအနား မပြီးမချင်း နှစ်နာရီခွဲမျှ မလှုပ်မရှား ထိုင်နေကြရမည်ဖြစ်၏။ တစ်ပါးသာလျှင် စိတ်ထဲ၌လှုပ်ရှား နေ၍လော ထူးဆန်းနေ၍လောမပြောတတ်၊ တောက်ပဝင်း လက်သော မျက်စိအစုံဖြင့် ဟိုဟိုဒီဒီကြည့်၏။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် အခြားလေးပါးထက်လည်း သက်တော်ငယ်၏။ ပရိသတ် အပေါ် စိတ်ဝင်စားမှုရှိသော ထိုသံဃာတော်၏ အမူအရာသည် အခြားလေးပါး ၏ တည်ငြိမ်လေးနက် မလှုပ်မယှက်သော အသွင်အပြင် ဣန္ဒြေနှင့် အနည်း ငယ်ခြားနားနေ၏။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်သည် မှောင်မဲနေသော ပင်လယ် ကမ်းရိုးတန်း၌ မီးပြတိုက်တစ်ခုကို တွေ့ရဘိသည့်အလား ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို အာရုံ စူးစိုက်ခြင်းဖြစ်မိ၏။

အခြားသော သံဃာတော်လေးပါးအနက်မှ သုံးပါးမှာ တစ်စုံတစ်ရာ မထူးခြား၊ သူတို့၏ လိမ္မော်ရောင်သင်္ကန်းများနှင့်တကွ ပြောင်စင်အောင် ရိတ်ထားသော ဦးခေါင်းများသည် မွှောရုံကြီးထဲတွင် ရှိနေကြသည့် အခြား

http://www.dhammadownload.com

ရဟန်းတော် နှစ်ရာခန့်နှင့် တစ်စုံတစ်ရာ ထူးခြားမှုမရှိပေ။

ကျွန်တော်၏နေရာမှ နေ၍ကြည့်လျှင် လက်ဝဲဘက်ဆီ၌ ရှိနေသော သံဃာတော်မှာမူ အခြားသော ရဟန်းတော်လေးပါးထက် အသက်ကြီးပုံပေါ်သည့် အပြင် မျက်နှာကလည်း အတော်ပင် ပိန်ကြုံကာ အသားအရေ ချောင်ကျနေပေ၏၊ အထူးတလည် တည်ငြိမ်၍ ကျွန်ုပ်သိက္ခာနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၏၊ မျက်နှာတော်ချောင်ကျပိန်ကြုံနေသည်မှာ တိပိဋကရေးရွေးချယ်ရေးစာမေးပွဲအတွက် အပတ်တကုတ်ကြိုးစားအားထုတ်ခဲ့ရသည့် ဒဏ်ချက်ပင်ဖြစ်ဖွယ်ရှိ၏။

အခြားသော ပုဂ္ဂိုလ်များက မိန့်ခွန်းများပြောကြားခြင်း၊ လျှောက်ထားခြင်း စသည်တို့ကို မပြုလုပ်မီ ထိုကိုယ်တော်သည် ပိဋကတ်စာပေကျမ်းဂန်များ ထဲမှ ဖြစ်ဟန်တူသော စာပိုဒ်တို့ကို အလွတ်ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ခြင်းပြု၏၊ ထိုအခါ၌ မွေ့ရာကြီးထဲ၌ ရှိနေသည့် ပရိသတ်ကလည်း လိုက်၍ရွတ်ဆိုကြ၏။

အချို့သော စာပိုဒ်များကိုကား ထိုဆရာတော်တစ်ပါးတည်းပင် ရွတ်ဆို၏၊ ထိုကဲ့သို့ တစ်ပါးတည်း ရွတ်ဆိုသော စာပိုဒ်များသည် အလွန်ရှည်လျားကြသော်လည်း ရပ်တန့်ခြင်းမပြုပေ၊ စာမျက်နှာအားဖြင့် ထောင်ပေါင်းများစွာ ရှိသော ကျမ်းဂန်တို့ကို အာဂုံဆောင်ထားသူဖြစ်ရကား ဤမျှလောက်မှာ မနိုင်းသာလောက်အောင် တိုနေ နည်းနေပုံပေါ်၏၊ ဤစာပိုဒ်ပြီးလျှင် ရှေ့၌ မည်သည့်စာပိုဒ်လာမည်ဆိုသည်ကိုပင် ရပ်တန့်စဉ်းစားနေခြင်းမပြု။

"ဘုရားရှိခိုးများ၊ ဆုတောင်းများ"အဖြစ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်လေ့ရှိကြသည်မှာ ကျမ်းဂန်များထဲမှ စာပိုဒ်များပင်တည်း၊ သူတို့သည် နှာခေါင်းသံပါသောအသံဖြင့် တညီတညာတည်း ရွတ်ဆိုလေ့ရှိကြ၏၊ အသံတို့သည် အတက်အကျ အနိမ့်အမြင့် အပြောင်းအလဲများစွာ မရှိပေ၊ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်သွားစဉ်၌ စာလုံးတစ်လုံးချင်း၏ အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်း သိပ် အလေးအနက်ထားနေပုံ မပေါ်ပေ။

ထိုဆရာတော်သည် အရှိန်ကောင်းကောင်းဖြင့် ရွတ်ဆိုလျက်ရှိ၏၊ အလွန်

http://www.dhammadownload.com

လိုအပ်သောအခါမှသာ အသက်ရှူဖို့ ခဏကလေးရပ်နားၿပီး ချောင်းဟန့်လျက် လည်ချောင်းတစ်ချက်ရှင်းလိုက်ပြီးနောက် ဆက်လက်ရွတ်ဆို၏။ ထိုသည်မှာ စက္ကန့်ဝက်ခန့်သာကြာ၏။ ထိုဆရာတော် ရွတ်ဆိုနေပုံ အသံနေ အသံထားမှာ ကြားနာ၍ ကောင်းလှသည့်အလျောက် ကျွန်တော်သည် (နားပင်မလည်သော်လည်း) စိတ်ဝင်စား၍ နေမိ၏။ တစ်ချက်တစ်ချက်၌ ဆရာတော်၏အသံ ရပ်တန့်အသွားတွင် ပရိသတ်က လက် ဦးခေါင်း စသည်တို့ကို လှုပ်ရှားခြင်း (ဝါ) လက်အုပ်ချီခြင်းတို့ကို ပြုကြ၏။ ကျွန်တော်ကား မကြုံစဖူး စိတ်ဝင်စား နေသည်နှင့် ထိုသို့ လိုက်ပါပြုမူရန်ကိုပင် သတိမရလိုက်ပေ။

အခမ်းအနား စတင်အံ့မှူးမှူးအချိန်၌ မှော်ရုံကြီးထဲသို့ သက်တော်ဝါတော် ကြီးသော ဆရာတော်အချို့ ဝင်ရောက်လာ၏။ ထိုဆရာတော်ကြီးများသည် လှုပ်လှုပ်ရှားရှား တက်တက်ကြွကြွဖြင့် စီမံခန့်ခွဲရသော အုပ်ချုပ်ရေးပိုင်း ဆိုင်ရာ ကိစ္စများမှ အနားယူနေကြပြီ ဖြစ်ဟန်တူ၏။ ဆရာတော်ကြီးတို့သည် တန်းစီဝင်ရောက်လာပြီးနောက် ချီးကျူးဂုဏ်ပြုခံစာအောင် သံဃာငါးပါး၏ နောက် ပရိသတ်ဘက်သို့ မျက်နှာမူလျက် ခင်းကျင်းသတ်မှတ်ထားသော နေရာများတွင် ထိုင်ကြ၏။

ထိုဆရာတော်ကြီးများထဲ၌ မဟာစည်ဆရာတော် ပါဝင်လာကြောင်းကို လည်း သတိပြုမိ၏။ တစ်ပါးနှစ်ပါးမှာ အလွန်ပင် သက်တော်အိုမင်းနေပြီ ဖြစ်၏။ အကျင့်သီလကို ကောင်းစွာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လျက် အမြဲတစေ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများအားထုတ်နေသည့် ဆရာတော်ကြီးများကို ကျွန်တော် ဂရုတစိုက်ကြည့်ရှုနေမိ၏၊ ဆရာတော်ကြီးတို့သည် တရားအတွေ့အကြုံ ရင့်ကျက်ကြ၏၊ သိမှုကိုလည်း မိမိတို့ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှာဖွေကြသူများ လည်းဖြစ်၏။ ယင်းသို့ လုပ်ဆောင်ရာဝယ် တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ အားမကိုး၊ အကူအညီမတောင်းခံ။

သူတို့သည် ဗုဒ္ဓက ညွှန်ကြားခဲ့သည့်အတိုင်း မိမိတို့၏ လွတ်မြောက်ရေး

http://www.dhammadownload.com

အတွက် ဖွဲ့နဘဲဖြင့် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခဲ့ကြပြီးဖြစ်သလို ယခုလည်းတရားအလုပ် အားထုတ်ဆဲပင် ဖြစ်၏၊ ဤသို့ ကျင့်ကြံပွားများယင်းဖြင့် လူသားတို့၏ အင်အားစွမ်းပကားနှင့် အနှစ်အသားမရှိပုံကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း တည်းဟူသော အကျိုးတရားကိုလည်း ရရှိခဲ့၏၊ ဆရာတော်ကြီးများသည် လက်တန်းကြီးများ ပါရှိသည့် မာကြောသော သစ်သားကုလားထိုင်ကြီးများ ပေါ်၌ ထိုင်နေကြခြင်းပင်တည်း။

တင်ပျဉ်ခွေ၍ ထိုင်နေကြခြင်းဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ ခြေထောက်တို့သည် ကိုယ်၏ အောက်တွင်ခွေခေါက်တည့်ရှိနေပေ၏၊ ဒူးပေါင်တို့ကား ကုလားထိုင် လက်တန်းများ၏ အောက်သို့ ရောက်နေ၏၊ အောက်ခံကလည်း မာကြော ပြန် ခြေထောက်တို့ကိုလည်း ကြပ်ကြပ်တည်းတည်းဖြင့် ကွေးထားရပြန်ဆိုတော့ ကြောက်ခမန်းလိလိ မသက်သာတော့ အထိုင်ရခက်သော အနေအထားမျိုး ပင်တည်း။

အထက်တွင် ဖော်ပြပြီးဖြစ်သော ဂုဏ်ပြုခံ ဆရာတော်သည်ပင် ပါဠိများ ကို ရွတ်ဆိုခြင်းအားဖြင့် အခမ်းအနား စတင်ဖွင့်၏၊ ထို့နောက် မိန့်ခွန်းများ၊ လျှောက်ထားချက်များကို ဖတ်ကြား၏၊ အပူဇော်ခံ သံဃာတော်ငါးပါး၏ ရှေ့တွင်ရှိသော စာဖတ်စင်မှနေ၍လည်း အသံနေအသံထားဖြင့် ရွတ်ဖတ်ခြင်း ပြု၏၊ ပန်ကြားလျှောက်ထားခြင်း သို့မဟုတ် ဂုဏ်ပြုရွတ်ဆိုခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ဖွယ်ရှိ၏၊ ကျွန်တော့်အနေနှင့်ကား ဗမာစကားလုံးဝမတတ်သဖြင့် တစ်လုံး တစ်ပါဒမျှ နားမလည်ပေ၊ ပျင်းစရာကောင်းနေသည်နှင့်အမျှ တစ်စုံတစ်ရာ မှတ်သားနိုင်စွမ်းလည်းမရှိ။

မိန့်ခွန်းခေါ်ရမလား၊ ပန်ကြားလျှောက်ထားချက် ခေါ်ရမလား၊ ချီးကျူး ဩဘာစာလို့ပဲ ခေါ်ရမလား မပြောတတ်၊ ထိုမည်သော တစ်ပုဒ်နှစ်ပုဒ်မှာမူ အသံအတက်အကျ အနိမ့်အမြင့်ဖြင့် ဤကဲ့သို့သော ပွဲလမ်းအခမ်းအနား အတွက် သီးသန့်စီမံရေးသားထားပုံပေါ်၏၊ တူရိယာဂီတမပါသော်လည်း

http://www.dhammadownload.com

လျှင်မြန်၍ အံ့ဩစရာကောင်းသော အသံပြောင်း အသံလဲဖြင့်ရွတ်ဆိုသွားပုံကို ကြားနာရ၏၊ စာပိုဒ်တစ်ပိုဒ်တိုင်းကို အသံမြှင့်ကာ အကြိမ်ကြိမ်ထပ်၍ ရွတ်ဆို၏၊ ယင်းကဲ့သို့ ကြားနေကျမဟုတ်သည့်အတွက် ရယ်ချင်သလို ဖြစ်လာ၍ မနည်းအောင့်ထားရ၏၊ ကြားရသည်မှာ အဆန်းတကြယ် ပျော်မွေ့စရာလည်း ကောင်းလှ၏။

ယခုကဲ့သိုက လေးနက်တည်ငြိမ်သည့် အခမ်းအနားပွဲတစ်ရပ်၌ ထိုသို့ ကြားရလိမ့်မည်ဟု မမျှော်လင့်မိခဲ့၊ မိန့်ခွန်းတွေ အလီလီ ချွေနေပုံကို တွေ့ကြုံရသဖြင့် အီလယ်လယ်ဖြစ်နေပေရာ ဤသို့ အသံနေအသံထားဖြင့် ရွတ်ဆိုသံကြောင့်တစ်နည်းတစ်ဖုံတော့ အပြောင်းအလဲဖြစ်သွား၏၊ စင်စစ်သော်ကား ယခုကဲ့သို့ ရွတ်ကြ ဆိုကြ ပြောကြသည်မှာ စာမျက်နှာတစ်ထောင်ကို အာဂုံ ပြန်နိုင်သော သံဃာတော်ငါးပါးကို ချီးကျူးပူဇော်ကြခြင်းပင်တည်း၊ အချိန် အားဖြင့် နှစ်နာရီခန့် ကြာညောင်း၏။

တစ်ချီပြီးဆုံးသွားတိုင်း နိဂုံးချုပ် မိန့်ခွန်းဟု ထင်မှတ်နေမိခဲ့၏။

မှန်ပါသည်၊ သို့နှင့်ပင် နောက်ဆုံး၌ တကယ်ပြီးဆုံးသည့် အလှည့်သို့ ဆိုက်ရောက်သွားတော့၏၊ သို့သော်လည်း ပရိသတ်တို့ ထပြန်ကြရမည့် အစားမွှောရုံကြီး၏ အခြားတစ်ဖက်ထိပ်၌ ထိုင်နေကြသော မိန်းမပျိုကလေး များက စတင်၍ သံပြိုင်သီဆိုကြတော့၏၊ မွှောရုံကြီးထဲသို့ ကျွန်တော်ဝင် ရောက်ခဲ့စဉ်က ယင်းမိန်းကလေးတို့ကို သတိပြုမိခဲ့၏၊ သူတို့သည် ဤပွဲလမ်း အခမ်းအနား၌ ယခုကဲ့သို့ ပါဝင်ဆင်နွှဲကြလိမ့်မည်ဟူ၍ကား မစဉ်းစားမိခဲ့။

မိန်းမပျိုကလေးတို့သည် ငယ်ရွယ်နုပျိုကြပြီး မြန်မာတို့၏ ထုံးစံအတိုင်း မျက်လုံးပြူးပြူး မျက်နှာဝိုင်းဝိုင်းကလေးများဖြစ်ကြ၏၊ အဖြူရောင် အင်္ကျီ ပါးပါးနှင့် ခရမ်းရောင် ထဘီများကို ဆင်တူဝတ်ဆင်ထား၏၊ သူတို့အားလုံး ၏ဦးခေါင်းများ၌လည်း ပန်းများကိုပန်ထား၏၊ ထိုင်နေယင်းပင် သူတို့ သီဆို ကြ၏၊ မြန်မာတို့၏ ထုံးစံအတိုင်း သီဆိုရာဝယ် နှာခေါင်းသံပါသော်လည်း

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော့်အတွက်ကား ထိုကဲ့သို့ နှာခေါင်းသံပါခြင်းကြောင့် ဂီတမဆန်သလို ဖြစ်နေ၏။

သို့သော်လည်း သူတို့၏ သံပြိုင်တေးသံသည် နားထောင်လို့ကောင်းပြီး ကာရံနဘေညီညွတ်၏၊ ညှို့ငင်ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသော တေးသွားတစ်ပုဒ်ပင် ဖြစ်တော့၏၊ မိန်းမပျိုကလေးများကလည်း လန်းဆန်းစိုပြေ၍ ဆွဲဆောင်မှုရှိ၏၊ မဆုံးနိုင်သော မိန့်ခွန်းစကား အမျိုးမျိုးကို ကြားရပြီးနောက် သူတို့၏ သီဆိုသံကို နားဆင်ရသည်မှာ စိတ်သက်သာဖွယ်တစ်ရပ်၊ လက်ခံကြိုဆိုဖွယ် တစ်ရပင်ဖြစ်တော့၏။

သူတို့၏သီဆိုသံ စတင်ထွက်ပေါ်လာခဲ့စဉ်က စိတ်ထဲတွင် အနည်းငယ် အံ့ဩခြင်းဖြစ်ခဲ့မိ၏၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်တော်နှင့်တကွ ရဟန်းတော် အားလုံးသာမက အခြားသော ပုဂ္ဂိုလ်များစွာတို့ပါ စောင့်ထိန်းထားအပ်သော သီလများထဲမှ တစ်ခုကား သီချင်းဆိုခြင်း၊ ကခုန်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ၏ဟူ၍ ဖြစ်၏၊ ယခုကား တေးသံ၏ဆွဲငင်မှုကို ကောင်းကောင်းကြီးခံနေရပေပြီ၊ ကျောင်းဆောင်သို့ ပြန်ရောက်သောအခါ၌ ထိုတေးသွားကို ကသောကမျော ကလေး ရေးမိရေးရာ ရေးမှတ်လိုက်မိ၏၊ ကံခေချင်တော့ ရေးမှတ်ထားသော စာရွက်ကလေး ပျောက်သွားရာ တေးသွားသည်လည်း စာရွက်နှင့်အတူ လိုက်ပါသွားတော့၏။

ထိုသို့သီဆိုပြီးနောက် အခမ်းအနား ရုတ်တရက် ပြီးဆုံးသွားတော့၏။ သံဃာတော်များ တန်းစီ၍ အပြင်သို့ ထွက်ကြ၏၊ ကျွန်တော်တို့လည်း ညောင်းညာ တောင့်တင်းစွာဖြင့် ကြမ်းပြင်ပေါ်မှ ထကြ၏၊ ဟိုတစ်စု သည်တစ်စု ဖြင့် အထဲ၌ လူအနည်းငယ်သာကျန်ရစ်၏၊ သူတို့သည် အတော်အတန် အေးသော ဓမ္မာရုံကြီးထဲ၌ စကားစမြည်ပြောဆိုနေကြ၏။

ပရိသတ်အများစုသည် မဏ္ဍပ်ကနားများရှိရာသို့ လှည့်လည် ကြည့်သူ ကြည့်၏၊ မွန်းတည့်ချိန် နောက်ပိုင်း၌ စားခွင့်ရှိသူများ (ဥပုသ်မစောင့်သူများ)

http://www.dhammadownload.com

ကား ထမင်းဟင်းများ၊ သစ်သီးများနှင့် အခြားသော စားစရာသောက်စရာများ ပြင်ဆင်တည်ခင်းထားသော နေရာများသို့ သွားသူသွား၏၊ ယင်းအစားအသောက်တို့ကို ထိုအချိန်အထိ အရွက်များ ကျိုးတိုးကျဲတဲ ရှိနေသေးသည့် သစ်ပင်များ၏ အရိပ်ထဲ၌ စားပွဲများဖြင့် တည်ခင်းထားခြင်းဖြစ်၏။

ကျွန်တော်သည် သီလဆောက်တည်ထားရသဖြင့် မွန်းတည့်ပြီးနောက် စားသောက်ခွင့်မရှိ၊ ပွဲတော်ကြီးလွတ်သွားသကဲ့သို့ ခံစားလိုက်ရသော်လည်း ကိစ္စမရှိပါ၊ အမိုးအကာတို့၏ အပြင်ဘက်တွင်လည်း သွားချင်စရာ မကောင်းလောက်အောင် ပူလောင် ပြင်းပြလှပါ၏၊ ကျောင်းဆောင်သို့ ဦးတည်လျက်ရှိသော ခြေသွားလမ်းကလေးဘက်သို့သာ ခြေဦးလှည့်၍–

"ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်" ဟု ရှုမှတ်ရွေ့လျားတော့၏။

လှုပ်လှုပ်ရှားရှား အုတ်အုတ်ကျက်ကျက်ဖြစ်နေသော ပရိသတ်သည် တဖြည်းဖြည်း လျော့နည်းသွား၏၊ ပိုးခေါင်းပေါင်းတွေ၊ မျက်နှာဝိုင်းတွေ၊ မိန့်ခွန်းစကားတွေ၊ ရဟန်းသံဃာတွေအားလုံးသည် အိပ်မက်တစ်ခုပမာ မှေးမှိန်သွားချေပြီတကား။

သတိကွန်ယက်၏ အပြင်ဘက်သို့ ရောက်သွားအောင် ယင်းတို့သည် မောင်းနှင်ထုတ်ခြင်း ခံလိုက်ကြရ၏၊ ကျွန်တော့်၏ လောက အတွင်း၌ လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်ဖြစ်သော လှုပ်ရှားမှုတို့သည်သာ ပြန်လည် နေရာယူလာ၏။

ရိပ်သာ၌ နေထိုင် အားထုတ်ခဲ့ရသော နောက်ဆုံးအပတ်သည် ကျွန်တော့်အတွက် အရေးပါလှသော အချိန်ကာလပင်တည်း၊ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် သမာဓိရရန် အလွန်နီးကပ်နေပြီဖြစ်ကြောင်းဖြင့် ဤတစ်ပတ်အတွင်း၌ ဦးဖေသင်က မကြာခဏ တဖွဖွပြောကြားနှစ်သိမ့်၏၊ တရားအားထုတ်ရာ၌ ဇွဲဖြင့် စိတ်ရှည်ရှည်ထားပြီး ကြိုးစားအားထုတ်သင့်ကြောင်း၊ တရားပေါက်ရောက် အောင်မြင်ရန်အတွက် စိတ်စောမနေသင့်ကြောင်းများဖြင့်လည်း သူက အကြံပေး၏၊ အမှန်တော့ ထိုသို့ဖြစ်နိုင်ရန်မှာ ခဲယဉ်းလှ၏၊ ပန်းတိုင်နှင့် မဝေးတော့သည်မှာ

http://www.dhammadownload.com

မှန်ကန်လင့်ကစား ထိုသို့အရောက်ချိတက်နိုင်ရေးအတွက် နောက်ထပ်နှစ်ပတ် သုံးပတ် အချိန်ပေးနိုင်ရန် လိုအပ်၏။

ဤရက်ပိုင်းများအတွင်း၌ ကျွန်တော်နေထိုင်ရာ ကျောင်းဆောင်တွင် တရားအလုပ် အားထုတ်၍မရအောင် (ဝါ)တစ်နည်းတစ်ဖုံအားဖြင့် စိတ်ပျံ့လွင့်အောင် နှောင့်ယှက်ရာရောက်သည့် အဖြစ်မျိုးများ ပိုမိုပေါ်ပေါက်လာ၏၊ ယင်းကား အခြားမဟုတ်၊ နွားနို့ထုတ်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းပိုင်ရှင် လူငယ်တစ်ယောက် မကြာမီက ရောက်လာခြင်းပင်ဖြစ်၏၊ သူသည် မူလက ရိပ်သာတွင်တရားအားထုတ်သွားခဲ့ပြီးဖြစ်ရာ ယခုထပ်မံ၍ သတိပဋ္ဌာန်ရှုပွားရန် ရောက်လာခဲ့ခြင်းပင်တည်း။

သူသည် ကြိုးကြိုးကုတ်ကုတ် တကယ်အားထုတ်ချင်လို့လား၊ ရှုပ်ထွေးပွေလီ၍ စိတ်မချမ်းမြေ့စရာကောင်းသော စီးပွားရေးကိစ္စတစ်ခုခုကို ရှောင်ရှားချင်လို့လား၊ သို့မဟုတ် အမြတ်တော်ကြေး စည်းကြပ်ခံရမှုမှ သက်သာလွတ်ကင်းစေရန် ရည်ရွယ်ချက်နှင့်ပဲလား ကျွန်တော် ကံသေကံမ ပြောနိုင်စွမ်းမရှိပေ၊ သူသည် သဘောကုန်းပတ်ပေါ်တွင်ဖြစ်စေ၊ ဥယျာဉ်ပန်းခြံများထဲတွင်ဖြစ်စေ အိမ်ခံထိုင်ရသည့် ပက်လက်ကုလားထိုင်ရှည် အပါအဝင် အမျိုးမျိုး အစားစားသော အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းတို့ကို တရားအားထုတ်ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းသို့ ယူဆောင်လာ၏။

သူ၏အခန်းအရှေ့မှ ကျွန်တော် ဖြတ်သန်းသွားသည့် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ၌ သူသည် ပက်လက်ကုလားထိုင်ပေါ်၌ စန့်စန့်ကြီး အိပ်ပျော်နေသည်ကို အသေအချာ တွေ့မြင်ခဲ့၏၊ စင်စစ်၌ သူသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပွားများနေခြင်းလည်း ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်၏၊ အိပ်နေတာလား၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်နေတာလား ဆိုတာကလည်း တကယ်တော့ ပြောဖို့အခက်သား၊ ထို့အပြင် သူ၏ဝေယျာဝစ္စကို ဆောင်ရွက်ပေးသည့် အစေခံတစ်ယောက်တည်းရှိ၏၊ ထိုသူသည် နံနက် ခြောက်နာရီခန့်၌ သူ့ထံသို့ လဘက်ရည် လာပို့၏၊ ထို့နောက်

http://www.dhammadownload.com

နံနက်စာထမင်းပို့ပြန်၏၊ အခန်းကိုလည်း သန့်ရှင်းလှဲကျင်းပေး၏။

နွားနို့ထုတ်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းပိုင်ရှင်သည် သူ့အခန်းရှေ့ စင်္ကြံလမ်းကြောင်း၌ တွေ့သမျှပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် (အကယ်၍ အခြေအနေပေးလျှင်) အချိန်အကြာကြီး ဖြုန်းတီးကာ လေပန်း၏ စကားပြောသည့်အခါတိုင်းတွင်လည်း ကျယ်လောင်ကျယ်လောင်နှင့် ပြော၏၊ ထို့ကြောင့် စင်္ကြံလျှောက်အားထုတ်မှတ်ရှုသူ ယောဂီတို့သည် သူ၏အခန်းရှေ့ရှိ စင်္ကြံကို အသုံးမပြုဝံ့ကြတော့၊ နောက်ကျောဖက်ရှိ စင်္ကြံကိုသာ သူ့ထက်ငါ ဦးအောင်လုကြတော့၏။

သူသည် အင်္ဂလိပ်စကားကို ကောင်းမွန်ရေလည်စွာ ပြောနိုင်၏၊ သို့သော် သူရောက်စက လူမှုဆက်ဆံရေးအရ စကားအနည်းငယ် ပြောဆို နှုတ်ဆက်ခြင်းပြုသည်မှတပါး၊ နောက်ရက်များ၌ ကျွန်တော်သည် သူနှင့် ခပ်ရှောင်ရှောင်နေလိုက်၏၊ သူ၏ဇနီးနှင့် သားသမီးများသည်လည်း သူ့ထံသို့ ဖုံတထောင်းထောင်းထကာ ရှူည့်လျက် နေ့တိုင်းလာ၏၊ ကလေးများ အပြင်ဖက်တွင် ကစားနေစဉ်၌ ဇနီးသည်သည် သူနှင့် အခန်းထဲ၌ အကြာကြီး စကားလက်ဆုံကျ၏။

ကျွန်တော်အပါအဝင် အခြားသော ယောဂီများ တရားအားထုတ်ရာ၌ များစွာ အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရ၏၊ အခြားသော ကျောင်းဆောင်တစ်ခုခုသို့ ပြောင်းရွှေ့ပေးရန် တောင်းဆိုဖို့ပင် ကျွန်တော် အလေးအနက်ကြံရွယ်ခဲ့၏၊ သို့သော်လည်း သူသည် မိတ်ဆွေကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ကြောင်းကိုမူ ရေဒုက္ခကြုံရသောအခါ၌ တွေ့သိခဲ့၏၊ တစ်နေ့၌ ကြိုတင်သတိပေးခြင်း မပြုဘဲနှင့် ရေပြတ်သွား၏၊ အခြားနည်းလမ်းတစ်လမ်းဖြင့်လည်း ရေရနိုင်စရာမရှိပေ။

နံနက်လမ်းလျှောက်သည့်အခါတိုင်း ယင်း၏အနီး၌ ကျွန်တော်ခဏရပ်တန့်လေ့ရှိသည့် ရေကန်ငယ်မှာလည်း ယခုအခါတွင် ကျွဲလူးအိုင်ကလေး ပမာ ကွက်ကွက်မျှသာရှိတော့၏၊ အတွင်းရှိရေကလည်း သုံးမရအောင် ညစ်ပတ်၏၊ အခြားသော ကျောင်းဆောင် အားလုံး၌လည်း ဤသို့သော ပြဿနာ အခက်အခဲနှင့် တွေ့ကြုံလျက်ပင်ရှိ၏၊ ရေမရသည်မှာ ၄၈–နာရီခန့် ကြာ

http://www.dhammadownload.com

ပြောင်းသွားသောအခါ ကျွန်တော်သည် ဗုဒ္ဓသာသနာ့ ကောင်စီရုံးချုပ်နှင့် ဆက်သွယ်အကူအညီတောင်းရန်ပင် ကြံစည်မိတော့၏၊ ကိုယ်လက်သန့်စင်ဖို့အတွက် မြို့ထဲတစ်နေရာရာသို့ ပို့ပေးပါဟု ပြောရန်ပင်တည်း။

ဤအချိန်အခါ၌ နွားနို့လုပ်ငန်း ပိုင်ရှင်သည် ရေမိုးချိုးရန်အတွက် သူ့အိမ်သို့ သူ့ကားဖြင့် လိုက်ခဲ့ပါဟူ၍ ကျွန်တော့်အား ဖိတ်ခေါ်ခြင်းပင်တည်း၊ သူ၏ ဖိတ်မန္တကပြုချက်ကို မဆိုင်းမတွပင် လက်ခံလိုက်၏၊ ထိုနေ့နံနက်၌ သူ၏ဇနီးနှင့်အတူ မော်တော်ကားဆိုက်ရောက်လာသောအခါ ကျွန်တော်လည်း ကားပေါ်သို့ ဝမ်းသာအားရတက်လိုက်၏၊ သူသည် ကျွန်တော့်အား သူ၏အိမ်သို့မဟုတ်မူ၍ မိုင်အနည်းငယ် ကွာလှမ်းသောနေရာ၌ တည်ရှိသည့် သူ၏အလုပ်ရုံသို့ ခေါ်ဆောင်သွား၏၊ ထိုနေရာ၌ ကျွန်တော့်အတွက် ပိုမိုအဆင်ပြေမည်ဖြစ်ကြောင်းဖြင့်လည်း သူကပြောပြ၏၊ ထိုနေရာ၌ ရေပန်းကောင်းကောင်း ရှိကြောင်း၊ ရုံးခန်းဆောင်တစ်ခု၌ သီးသန့်တပ်ဆင်ထားခြင်းဖြစ်ကြောင်း တို့ကိုကား ကြားသိရ၏။

ကြားသိရသည့်အတိုင်း ရေပန်းကိုတွေ့ရ၏၊ သို့သော် အညစ်အကြေး အပေအတေအမျိုးမျိုးကို ရေပန်းအောက်၌ ဆေးကြောလေ့ရှိပုံပေါ်၏၊ နံစော်နေသည်မှာ ပြော၍ဆုံးအံ့မထင်၊ အလုပ်သမားတစ်ယောက်သည် အညစ်အကြေးတို့ကို ဖြစ်နိုင်သလောက် ဆေးကြောသန့်စင်ပစ်၏၊ အတန်ကြာအောင် ကြိုးပမ်းလိုက်သောအခါမှ အခြေအနေသည် အတန်အသင့် ကောင်းမွန်လာ၏။

ကျွန်တော်လည်း စိတ်ထဲမှ ရှူးတိုးရှန့်တန့် မသန့်တသန့်နှင့်ပင် ရေချိုးလိုက်ရာ မူလကထက်ပို၍ စိတ်ထဲတွင် သန့်သန့်ရှင်းရှင်းဖြစ်သွား၏၊ ထို့နောက်၌ ကျွန်တော့်အား ခြံထွက်နွားနို့တစ်ခွက်တိုက်၏၊ နို့သောက်အပြီးတွင်ကား အတော်ပင် လန်းလန်းဆန်းဆန်းဖြစ်လာ၏၊ မွန်းတည့်သွားလျှင် နွားနို့ သောက်ခွင့်မရှိ၊ ထို့ကြောင့် မွန်းတည့်လုနီးနီး၌ အမြန်သောက်ချလိုက်ရခြင်း ဖြစ်၏။

အထက်ပါအတိုင်း ကူညီသည့်အတွက် သူ့အား အဝိုင်းမသိ ကျေးဇူးတင်

http://www.dhammadownload.com

ပါ၏၊ ရေမချိုးရသဖြင့် ကျွန်တော် စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်နေပုံကို သူရိပ်စား မိခဲ့ပုံပေါ်၏၊ နောက်နေ့၌ကား ကံကောင်းထောက်မသဖြင့် ရေအခက်အခဲ အတော်အသင့် ပြေလည်သွား၏၊ ရေပိုက်များမှ နစ်နာရီခန့် ရေလာသည့် အတွက် ကျွန်တော်တို့၏ ဂါလံတစ်ရာဆန့်သော စည်ကြီးပြည့်သွား၏။

နွားနို့ထုတ်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းပိုင်ရှင်သည် နောက်နေ့များတွင်လည်း သူ၏ ဝါသနာဝလေ့အတိုင်းပင် အခြားသူများအတွက် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေလျက် ဆက်လက်နေထိုင်ပြုမူ၏၊ သို့သော် ကျွန်တော်သည် အဆိုးဆုံးသော အနှောင့် အယှက်များကို ရှောင်ရှားကာဖြင့်လည်းကောင်း၊ အခြားသာမညအနှောင့် အယှက်တို့ကို ကျော်လွှန်လွှမ်းမိုးကာဖြင့်လည်းကောင်း ဘာသိဘာသာ သဘောထားနလုံးသွင်းခြင်း ပြုလာနိုင်၏။

ကမ္ဘာ့ဒ္ဓါန်းတရားပွားများအားထုတ်မှုနှင့် ပတ်သပ်၍ ကျွန်တော့်အတွက် ကြိုတင်မှန်းဆသတ်မှတ်ထားသော အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်သည်ရှိ၏၊ ဆိုလို သည်မှာ မည်၍မည်မျှ အတိုင်းအတာအထိ အားထုတ်လျှင် မည်မျှလောက်ထိ အောင်မြင်ပေါက်ရောက်နိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းတွက်ဆထားခြင်းပင်တည်း။

ထိုကဲ့သို့ ခန့်မှန်းထားသည့်အောင်မြင်မှုသည် မမျှော်လင့်သော အချိန်၌ အမှတ်မထင်ဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ ထိုအချိန်၌ ထုံးစံအတိုင်း ပျံ့လွင့်စိတ်ဖြစ်ပေါ် တော့မည့်အခြေသို့ ဆိုက်ရောက်လုနီးနေပြီလည်းဖြစ်၏၊ ပထမတစ်မိနစ်၌ သတိမမြဲဘဲ ပျံ့လွင့်နေတတ်သော်လည်း ဒုတိယမိနစ်၌ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကြိုးစားမနေရဘဲနှင့် ပျံ့လွင့်မှု ရပ်တန့်သွားတတ်ပြန်၏။

ရုတ်ခြည်း စိတ်လှုပ်ရှားလာခြင်းဖြစ်စေ၊ ပီတိသောမနဿဖြစ်စေ ဖြစ်ပေါ် ၍လည်းမလာပေ၊ သို့မဟုတ် အတွေ့အကြုံသစ်တစ်ခုလည်းကိန်းသေ ပေါက် ဖွားလာသည်ဟူ၍ မဆိုနိုင်ပေ၊ တည်ကြည်မှု တစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း၊ အစဉ် တစိုက် ပျံ့လွင့်နေလေ့ရှိသော စိတ်နှင့် ယှဉ်ပြိုင်ဆင်နွှဲနေရသည့်တိုက်ပွဲ ပြီးဆုံးသွားခြင်းဟူ၍သာ ဆိုအပ်၏၊ ယင်းသို့ ဖြစ်သည်မှာလည်း ကျွန်တော့်

http://www.dhammadownload.com

အတွက် အချိန်မီကလေးပင်တည်း။

မဟာစည် ဆရာတော်နှင့် ရွှေစေတီဆရာတော်တို့အား ကျွန်တော် နောက်ဆုံးတွေ့ဆုံနှုတ်ဆက် ဖူးမြော်သည့်နေ့မတိုင်မီ နှစ်ရက် သုံးရက်ခန့် လောက်က ဖြစ်လေမလား အတိအကျ မမှတ်မိတော့ပေ၊ ပြန်ခါနီး ရက်ပိုင်း အတွင်းမှာပင်တည်း၊ ဆရာတော်နှစ်ပါးနှင့် နောက်ဆုံးတွေ့ဆုံသည်မှာ အချိန် ကြာညောင်းခြင်းမရှိပေ၊ ခဏကလေးမျှသာဖြစ်၏၊ မိမိ၏ ဘဝလုပ်ငန်းခွင်သို့ ပြန်ဝင်ပြီးနောက် မည်သို့ဆက်လက်၍ နှလုံးသွင်းရှုမှတ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် မဟာစည် ဆရာတော်က ညွှန်ကြား၏။

ရွှေစေတီဆရာတော်ကမူ ကျွန်တော့်အား ယာယီသီတင်းသုံးနေထိုင်ရာ တရားဟောခန်းမငယ်၏ အောက်ရှိ ကျောင်းဆောင်သို့ ခေါ်ဆောင်သွားပြီး ခပ်မြန်မြန်ရိုက်ထားသည့် ဓာတ်ပုံတစ်ပုံ ထုတ်ယူလာ၏၊ ထိုဓာတ်ပုံကား ရွှေစေတီဆရာတော် ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်နေပုံပင်ဖြစ်၏၊ (သာသနာ့ရိပ်သာ၌ ဓာတ်ပုံ ရိုက်ကြသောအခါ ဤသို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်နေပုံသာ ရိုက်လေ့ရှိ၏၊ ဤရိပ်သာမှ အပျော်တမ်း ဓာတ်ပုံဆရာသည် ကျွန်တော်မပြန်မီ၌လည်း ဤသို့ပင် ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်နေဟန် ဓာတ်ပုံရိုက်ပေး၏။)

ရွှေစေတီဆရာတော်သည် မန္တလေးရှိ သူ၏ကျောင်းလိပ်စာ ခေါင်းစီး တပ်ထားသည့် စာရွက်တစ်ရွက်ကို ထုတ်ယူ၍–

"ကျူပ်ဆီကို ခင်ဗျားစာရေးတဲ့အခါ ဟောဒီလိပ်စာအတိုင်း တပ်လိုက်ရင် ဖြစ်ပါတယ်"ဟု အင်္ဂလိပ်လို ပင်ပန်းတကြီး ရေးသားလိုက်၏။

ကျွန်တော်က ဆရာတော့်အား ကျေးဇူးတင်ကြောင်းလျှောက်ထား၏။

"တကာကြီး အပတ်စဉ် စာရေးမလား"ဟု ရွှေစေတီဆရာတော်က ကျွန်တော့်ကို ကြည့်၍ မေးမြန်း၏။

ကျွန်တော်က အပတ်စဉ်မဟုတ်သော်လည်း ရေးဖြစ်အောင်တော့ ကေန် ရေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြန်လည် လျှောက်ထား၏၊ ကျွန်တော်၏ အင်္ဂလိပ်စကား

http://www.dhammadownload.com

ကို ဆရာတော် နားလည်လိမ့်မည်ဟုလည်း မျှော်လင့်ပါ၏။ ထို့အပြင် တစ်ချိန် ချိန်၌ ကျွန်တော်သည် မြန်မာပြည်သို့ တခါပြန်လာပြီး ရွှေစေတီဆရာတော်၏ မန္တလေးရိပ်သာ၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ဆုံးခန်းတိုင်သည်အထိ ပွားများအား ထုတ်နိုင်ပါစေဟုလည်း ဆန္ဒပြုခဲ့ပါ၏။

ကျွန်တော်၏ လေယာဉ်ပျံသည် ရန်ကုန် မင်္ဂလာဒုံလေဆိပ်မှ နံနက် ၁း၄၅-နာရီ၌ ထွက်ခွာပျံသန်းမည်ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော့်အား သာသနာ့ ကောင်စီမှ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးက ၄၅-မိနစ် ကြိုတင်၍ လာရောက်ခေါ်ရန် စီစဉ်ထား၏။ ကျွန်တော်သည် ပြီးခဲ့သည့် တစ်ညနေလုံးနီးပါးနွားနို့လုပ်ငန်း ပိုင်ရှင်နှင့် စကားလက်ဆုံကျနေခဲ့၏။ ကျွန်တော့်အခန်းအပြင်ဘက် စင်္ကြံလမ်း ကြောင်း၏ ကွန်ကရစ်အကာကိုမှီ၍ စကားပြောကြခြင်းဖြစ်၏။

အချိန်ကား ၁၂-နာရီနီးပါးရှိနေပေပြီ၊ လရောင်ထဲ၌လည်းကောင်း၊ ကျောင်းဆောင်၏အခြားတစ်ဘက်ထိပ်၌ လည်းကောင်း ရဟန်းတော်နှစ်ပါး ထုံးစံအတိုင်း ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် လမ်းလျှောက်လျက်ပင်ရှိ၏။ နွားနို့လုပ်ငန်း ပိုင်ရှင်လူရွယ်သည် ခါတိုင်းညများ၌ ဤအချိန်အထိ မအိပ်ဘဲ နေလေ့မရှိ။

လသာသည့် ညတစ်ညဖြစ်သည်နှင့်အညီ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်ကာ ချစ်စဖွယ် သာယာကြည်လင်လျက်လည်းရှိ၏၊ ခွေးဟောင်သံတို့သည်လည်း အဆန်းတကြယ်တိတ်နေ၏၊ ခွေးတို့သည် ကြာကြာငြိမ်နေကြမည်မဟုတ် သည်ကိုကား ကျွန်တော်သိထား၏၊ ညတိုင်းမကြာခဏ ဆိုသလို တစ်ခါနှင့် တစ်ခါ၏အကြားတွင် သင့်တန်သည့် ပုံမှန်အချိန်ပိုင်းကလေးခြား၍ ခွေးတို့ တညီတညာတည်း သံပြိုင်အူလေ့ရှိကြ၏၊ လသာသောညများ၌ ပိုလို့ပင် အကြိမ် စိပ်စိပ်အူ၏။

ဘဝရပ်တည်ရေးအတွက် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ မိနစ်နှင့်အမျှ လှုပ်ရှားရုန်းကန်ကာ နေရသည့် လုပ်ငန်းခွင်သို့ ပြန်လည်ဝင်ရောက်ရတော့မည်ဖြစ်ရကား ရင်ထဲ တွင် စိုးရိမ်စိတ်ကလေး မထင်မရှားဖြစ်ပေါ်နေ၏၊ တရားအားထုတ်ခြင်း ဆိုသည်

http://www.dhammadownload.com

မှာ မြိုးမြိတိန်းသိမ်းခြင်း တစ်မျိုးဖြစ်ရာ တရားနှလုံးသွင်းနိုင်သည်နှင့်အမျှ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှု ကင်းရှင်းနေ၏။

တရားအားထုတ်စဉ်အတွင်း၌ ကျွန်တော် မြိုးမြိတိန်းသိမ်းခဲ့ရသည်မှာ ယေဘုယျအားဖြင့် စိတ်နှင့်သာဖြစ်၏၊ (ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အကြီးအကျယ် ပင်ပန်း ဆင်းရဲအောင် လုပ်သည့်အပိုင်းများ(ဝါ) အတ္တကိလမထကျင့်စဉ်များ မပါသော်လည်း) ရှေးယခင်က ကျွန်တော် ကျင့်ကြံအားထုတ်ခဲ့ဖူးသော တရားများ (ဆိုလိုသည်မှာ ယောဂကျင့်စဉ်များ)ထက် သာလွန်ကောင်းမွန်စစ်မှန်၏၊ ပိုမို၍လည်း အင်အားအရှိန်အစော်ကြီးမား၏။

ပြီးခဲ့သည့် သုံးပတ်ခန့်တည်းဟူသော ရက်ပိုင်းအတွင်း၌ ကျွန်တော်တွေ့ကြုံခဲ့ရသည့် ဖြစ်ရပ်များသည် အဆန်းအပြားများ မဟုတ်ကြပေ၊ နေ့စဉ်ဘဝ၌ တွေ့ကြုံနေကျများသာဖြစ်၏၊ ကျွန်တော်တို့နှင့် ရင်းနှီးပြီးသား ကိစ္စများသာ ဖြစ်၏၊ ကျွန်တော်တို့ နေ့စဉ်ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်နေသည့် ကိစ္စရပ်များထဲမှ အတော်များများကိုလည်း တရားအားထုတ်နေစဉ်အတွင်း၌ ဖယ်ရှားထားခဲ့သေး၏၊ ထို့ကြောင့် ယင်းတို့သည် ကျွန်တော်တို့အား လွှမ်းမိုးခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်ပေ။

အရွက်များ ကင်းမဲ့လုမတတ်ဖြစ်နေသော သစ်ပင်များ၏အကြားမှ ဖြတ်၍ ငွေလရောင်ထဲတွင် ရှင်းလင်းနေသော ပေါ်လွင်ထင်ရှားနေသော မြင်ကွင်းကို ကြည့်လိုက်မိ၏၊ ထိုအခါ၌ အရာဝတ္ထုမှန်သမျှသည် လင်းလျှင်လင်း မလင်းလျှင် မှောင်၏၊ မှန်လျှင်မှန် မမှန်လျှင်လွဲ၏၊ ဤအတိုင်းသာလျှင် သရုပ်သကန် ပေါ်နေသည့်ပမာတည်း။

မြင်ကွင်းကိုငေးမောကြည့်ရှုယင်း ရင်ထဲ၌ အဆန်းတကြယ် ခံစားမိလာ၏၊ နက်ဖြန်၌ ရင်ဆိုင်ရတော့မည့် အတွေ့အကြုံ အပြန့်အပြောကို ဖက်ပြိုင်နိုင်သော ဗဟုသုတနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုတို့ ကျွန်တော့်တွင် ကုံလုံခြင်းမရှိသေးဟု ထင်နိုးမိပါသတည်း။

ကျွန်တော်တို့သည် မြန်မာပြည်အကြောင်း၊ သူ၏နို့လုပ်ငန်းအကြောင်း၊

http://www.dhammadownload.com

သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်အကြောင်း၊ စောစောပိုင်းက ကျွန်တော်တင်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်သော ကိစ္စများအကြောင်း စသည်ဖြင့် ပြောကြားခဲ့ကြ၏။

ယခု ကျွန်တော်တို့အကြား၌ စကားပြတ်သွားပြီး မိနစ်အနည်းငယ်မျှ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်နေ၏၊ အတွေ့အကြုံ၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်ဖြစ်သော အကျွမ်းတဝင် ရင်းနှီးချစ်ခင်နေပြီလည်းဖြစ်သည့် မြင်ကွင်းကို ချိုးဖျက်ပစ်လိုသည့်ဆန္ဒ ကျွန်တော့်တွင်မရှိ၊ ကျွန်တော်၏ အမှတ်သညာထဲ၌ ထင်နေသည့် ဤမြင်ကွင်းကို ဤပြကတေ့အတိုင်းသာ သတိရနေလိုခြင်းလည်း ဖြစ်မိပါ၏၊ သိစိတ်မှတ်စိတ်တို့က မဟုတ်မမှန် လုပ်ကြံဖြည့်စွက်မှုများ မပါဝင်စေလိုပေ။

မြင်ကွင်းသည် လှပ်လှပ်ရှားရှားမရှိ စိတ်ဝင်စားစရာ မကောင်းသော်လည်း ရိုးသားမှုရှိ၏၊ ပြီးခဲ့သည့် ရက်သတ္တသုံးပတ်ကို မြင်ကွင်းက တစ်နည်းတစ်ဖုံ ကိုယ်စားပြုနိုင်သည်ဟုလည်း စိတ်ထဲတွင် ခံစားဖြစ်ပေါ်လာ၏။

"ဗမာပြည်ကို ပြန်လာဦးမလား"

လူရွယ်က ကျွန်တော့်အား ဤသို့မေးမြန်းလိမ့်မည်ဟု ထင်မြင်မိ၏၊ မည်သို့ အဖြေပေးရမည်ကိုတော့ မသိပါ၊ ယဉ်ကျေးမှုအနေဖြင့်မို့ လာချင်ပါသည်ဟူ၍ဖြေရလျှင်သာ ဖြေရမည်၊ စင်စစ်အားဖြင့်တော့ ကျွန်တော့်ရင်ထဲဝယ် ယင်းသို့ဖြေရန် လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ခံစားမှု ဖြစ်ပေါ်မနေ။

"ဒီအမေးကို ဖြေနိုင်ဖို့က သိပ်မလွယ်ဘူး၊ တရားကျင့်ကြံအားထုတ်မှုဟာ ခင်များတို့ဘဝရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီကိစ္စအတွက် ခင်များတို့ တမင်တကာ ပြင်ဆင်နေစရာမလိုဘူး၊ တစ်စုံတစ်ခုသော အကျိုးသက်ရောက်မှု ပေါ်မလား၊ မပေါ်ဘူးလားဆိုတာလည်း ခင်များတို့အနေနဲ့က တွေးဆနေစရာ တောင်မလိုပါဘူး၊ ပေါ်တယ်ဆိုတာ အသေအချာသိထားပြီးသားပါ၊ ကျွန်တော့် အနေနဲ့ကတော့ ဒီမှာ ရှာဖွေတွေ့ရှိသမျှကို ကျေညက်စေဖို့ အချိန်ယူရပါလိမ့် မယ်။ လက်တွေ့ဘဝမှာ ဘယ်လို အထောက်အကူဖြစ်နိုင်တယ်ဆိုတာကိုလဲ လေ့လာရပါအုံးမယ်၊ ရိပ်သာရဲ့ အပြင်အပသို့ ရောက်သွားပြီးတဲ့နောက်ပိုင်း

http://www.dhammadownload.com

အထိ ကျွန်တော်အားထုတ်ခဲ့တဲ့တရားက ကျွန်တော့်အတွေ့အကြုံကို ကြွယ်ဝရင့်ကျက်စေနိုင်သလား သို့မဟုတ် ရှုပ်ထွေးလာစေမှာလားဆိုတာတွေကို အကဲခတ်စောင့်ကြည့်ဖို့ လိုပါလိမ့်အုံးမယ်၊ ဒီမေးခွန်းတွေရဲ့ အဖြေတွေကို သိရပြီးတဲ့နောက်မှ ကျွန်တော်က ဗမာပြည်ကိုတစ်ခါပြန်လာပြီး ဆက်လက်တရားအားထုတ်လိုတဲ့ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်မလား မဖြစ်ပေါ်ဘူးလားဆိုတာ ပြောနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်၊ အခုလတ်တလောမှာတော့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ တရားညွှန်းတမ်းဆုံးအောင် ဆက်လက်အားထုတ်လေ့ကျင့်နိုင်ဖို့ အချိန်ရယူနိုင်ရန်သာ ဆန္ဒရှိပါတယ်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ရသွားတဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုတွေ အကျိုးထူး ခံစားရမလဲဆိုတာကိုလဲ ရှုစမ်းကြည့်ဖို့လိုပါသေးတယ်၊ ရှေ့ဆက် အားထုတ်ယင် ဒီဉာဏ်အလင်းကို ကျိန်းသေရလိမ့်မယ်လို့လဲ သိရပါတယ်၊ အခုနေမှာတော့ ဒီဉာဏ်အလင်းကို မရနိုင်သေးဘဲဖြစ်နေပါတယ်၊ အတွေးအခေါ် အယူအဆသစ်တွေကို တွေ့ကြုံရတဲ့အခါတိုင်း ကျွန်တော်ဟာ အချိန်ယူပြီး ကျေညက်အောင် လေ့လာစေ့ငုရတဲ့ နည်းလမ်းကိုသာ ယုံကြည်လက်ခံခဲ့တာပဲ၊ အခုလဲ အဲဒီလို လုပ်ဆောင်ရအုံးမှာသာဖြစ်ပါတယ်၊ ကျွန်တော့်အတွက် အချိန်ယူဖို့လိုပါတယ်၊ ဒီကိစ္စမှာ အလျင်စလို လုပ်ကိုင်ဆုံးဖြတ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။"

"ခင်ဗျား တစ်ခါပြန်လာလိမ့်အုံးမယ်လို့ ထင်ပါတယ်၊ တန်ဖိုးထားစရာတစ်စုံတစ်ရာကို ကျွန်တော်တို့က ပေးနိုင်ခဲ့တယ်၊ ခင်ဗျားလက်ခံရရှိခဲ့တယ်လို့ ယုံကြည်မျှော်လင့်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် တစ်ခါပြန်လာချင်စိတ် ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်"

ပြီးခဲ့သော တစ်ရက်နှစ်ရက် အတွင်း၌ တွေ့ဆုံခဲ့သော မိတ်ဆွေများနည်းတူပင် သူကလည်း ပြောကြားခြင်းပြုပါ၏၊ ဦးဖေသင် ကျွန်တော့်အား နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ထမင်းဟင်း တည်ခင်းကျွေးမွေးသည့်မိတ်ဆွေ၊ အပြန်ခရီးအတွက် အစီအစဉ်များကို စီစဉ်ပေးသည့် သာသနာ့ကောင်စီမှ အဖွဲ့ဝင်များစသည့် ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးက ဤအတိုင်းပင် ဆန္ဒမွန်ကို ထုတ်ဖော်ပြသခဲ့ကြ၏။

သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ်သည် ကျွန်တော့်အတွက် ထာဝရ အကျိုးပြုနိုင်လိမ့်

http://www.dhammadownload.com

မည်ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် တညီတညွတ်တည်း မျှော်လင့်ခဲ့ကြပေ၏၊ မှန်ပါ၏၊ သူတို့သည် တရား၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ကြသည်ဖြစ်ရာ ကျွန်တော်လည်း သူတို့နည်းတူဖြစ်လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ခဲ့ကြ၏။

တဒင်္ဂအတွင်း၌ အေးငြိမ်းတိတ်ဆိတ်မှုသည် ပြိုကွဲပျက်ပြားသွားချေပြီ တကား။

ရိပ်သာဝင်းတံခါးပေါက်မှ မော်တော်ကားတစ်စီး ချိုးကွေ့ဝင်ရောက်လာသံ ထွက်ပေါ်လာ၏၊ ခွေးတို့သည်လည်း ကားသံကို ကြားရသဖြင့် ပွက်ပွက်ညံ သွားအောင် စတင်ဟောင်တော့၏။

ပါသမျှ အဝတ်အစားကလေးများကို သိမ်းဆည်းရန်နှင့် ယင်းတို့အတွင်း ၌ နာရီပေါင်းများစွာ တရားအားထုတ်ခဲ့သော အုတ်နံရံဟာလာဟင်းလင်းတို့ကို နောက်ဆုံးပိတ် ကြည့်ရှုရန်အတွက် အခန်းထဲသို့ပြန်ဝင်ခဲ့၏၊ ကျွန်တော်သည် များသောအားဖြင့် မျက်စိမှိတ်၍သာ နေခဲ့ရသည့်အတွက် အခန်းကို စွဲလမ်း ခင်တွယ်နေခြင်း မဖြစ်မိ၊ သို့သော် ကျွန်တော်ထွက်ခွာသွားခြင်းကို ခြင်တို့က ကြိုဆိုဖွယ်တော့ရှိ၏။

နွားနို့လှူရှယ်နှင့် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်၍ သူ့အတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းပွားများရာ၌ အောင်မြင်စေကြောင်း ဆုမွန်တောင်းလိုက်၏၊ ကားမောင်းသမားသည် ရင်းနှီး ခင်မင်တတ်ပုံမပေါ်၊ ကားတံခါးပေါက်ကို ကျွန်တော့်အတွက် ဖွင့်ပေးမည် မဟုတ်သည်မှာ ပေါ်လွင်ထင်ရှား၏၊ ဤကဲ့သို့ညကြီးအချိန်မတော်၌ ဘာ ကြောင့်များ လေယာဉ်ပျံတို့ အမြဲတမ်း ပျံသန်းကြပါသနည်း။

ကားထဲသို့ ဝင်ရောက်လိုက်၏၊ ကားသည်လည်း နောက်သို့ ပြန်လှည့်၍ သိပ်သည်းနေသော ဖုံတွေထဲမှ လမ်းအတိုင်း စတင်ရွေ့လျား၏၊ ဆရာတော် ၏ကျောင်းနှင့်မွှာရုံကြီးတို့ကို လွန်မြောက်လျက် စက္ကူပျော့နဂါးရုပ်များနှင့် ဝင်းတံခါးပေါက်ကို ဖြတ်ကျော်ပြီးလျှင် ခင်သလိုလို မခင်သလိုလို သိသလိုလို မသိသလိုလို ဖြစ်နေသော လောကအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ခဲ့တော့၏။

* * * * * * * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း (၁၀)

ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

တွေ့ထိ ရင်းနှီးပြီးသားဖြစ်သော လောက၏ အလယ်သို့ ပြန်လည်ဆိုက်ရောက်သွားတော့၏၊ ထိုလောကနှင့်သင့်လျော် လျောက်ပတ်အောင် နေတတ်ထိုင်တတ်ရန်လည်း လိုအပ်၏၊ ထိုသို့ အခြေအနေနှင့်အညီ ချိန်ကိုက်ပြုပြင်ရသည့် အခြင်းအရာများစွာတို့သည် ကျွန်တော့်အတွက် အလိုအလျောက် စဉ်းစားမနေရဘဲ ပြန်လည်ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏၊ အချို့ကား အလွယ်တကူ ဖြစ်ပေါ်မလာပေ။

ကျွန်တော်သည် မိမိ၏ ဝန်းကျင်၌ ဖြစ်ပျက်လျက် ရှိကြကုန်သော အရေးမကြီးလှသည့် အကြောင်းအရာများကို တခုတ်တရသတိပြုမှတ်သားနေမိကြောင်း တွေ့ရ၏၊ ဥပမာဆောင်၍ပြရသော် ကျွန်တော်သည် ဆပ်ချလိုက်မီးမောင်းကြီးတစ်ခုကို ကိုင်တွယ် အသုံးပြုသည့်နှယ် စိတ်ကို အသုံးပြုနေဘိ၏၊ သတိပြုမိလိုသည့် အရာမှန်သမျှကို မီးမောင်းကြီးဖြင့်သာ တစ်ထိုးထဲ ထိုးကြည့်

http://www.dhammadownload.com

နေမိ၏။

သို့သော် ဤအပြုအမူသည် တဖြည်းဖြည်းချင်း ကျွန်တော့်ထံမှ ထွက်ခွာသွားတော့၏၊ ခွေးမြီးကောက် ကျည်တောက်စွပ်ဆိုသလို မူလပုံမှန်အနေအထားသို့ ကျွန်တော် ပြန်ရောက်သွားလေပြီ၊ အာရုံခံ ဒွါရများက သတင်းပေးပို့သည့် အချက်အလက်တို့ကို စိတ်က ဟုတ်တိပတ်တိမမှတ်သားတော့။

တကယ်တော့လည်း စင်္ကာပူသို့ ပြန်ရောက်ပြီးသည့် နေ့မှစ၍ အတော်ကလေး အလုပ်များလျက် ရှိခဲ့၏၊ လူမှုရေးကိစ္စများ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စများ စသည်တို့နှင့် မအားလပ်အောင်ဖြစ်နေ၏၊ ဤအချိန်အခါသမယမျိုး၌ စိတ်၏ စွမ်းအင်သတ္တိကို အသုံးချရန် လိုအပ်လှသည်ဖြစ်ရာ မိမိ၌ ထိုကဲ့သို့သော သတ္တိမျိုးကိန်းသေရှိနေသည်ဟုလည်း ခံစားမိ၏၊ ယင်းကဲ့သို့ အသုံးပြုရန် လိုအပ်သည်မှာလည်းရံဖန်ရံခါမှသာဖြစ်၏။

သို့သော် ဤသတ္တိသည်လည်း တဖြည်းဖြည်း မှုန်ဝါးမှေးမှိန်သွားတော့၏၊ ပိုမိုအရေးကြီးသော ကိစ္စများ တာဝန်များကို ဆောင်ရွက်နေရလို့ပဲလား၊ သို့မဟုတ် ရရှိခဲ့ပြီးသား သတ္တိကလေး ပြန်လည်ကွယ်ပျောက်သွားလို့ပဲလား မသိ၊ စင်စစ်ကား အကြောင်းနှစ်ရပ်လုံးကြောင့် ဖြစ်ဖွယ်ရှိ၏၊ ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခဲ့မှုမှ ထာဝရအကျိုးတရား (ဝါ) အစဉ်အမြဲမပျောက်မပျက် တည်ရှိနေသည့် အကျိုးကျေးဇူးမျိုး မရရှိခဲ့ဟူ၍ ယုံကြည်ချင်သလိုလိုဖြစ်လာ၏။

မြန်မာပြည်သို့သွား၍ တရားအားထုတ်ခဲ့ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ကောက်ချက်ချရန်သော်လည်းကောင်း ယတိပြတ် ထင်မြင်ချက်ပေးရန်သော်လည်းကောင်း စောပါသေး၏။

ယခုအချိန်၌ သဘောထားပေးရန် မလွယ်ကူသေးပေ၊ ယခုလတ်တလော၌ ကိစ္စတွေကလည်း များနေ၏၊ ထို့အပြင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကို မဟုတ်ဘဲ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုကိုသာ မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့မြင်ရပါ၏၊ ယင်းကား ကျွန်တော်၏ ကိုယ်အလေးချိန်သည် တစ်စတုန်ခွဲကျော်ကျော် လျော့နည်းသွား

http://www.dhammadownload.com

ခြင်းပင်တည်း။ (ဤမျှအထိ အလေးချိန် အလျှော့ခံနိုင်စွမ်းလည်းရှိပါ၏။)

ကျွန်တော့်အတွက် အရင်ကထက် လျှော့၍စားရန် လိုအပ်လာ၏၊ သို့သော်ခက်နေသည်မှာ လူမှုရေးကိစ္စမှန်သမျှ၊ ပွဲလမ်း အခမ်းအနား မှန်သမျှ၌ စားစရာပါ၏၊ သို့မဟုတ် သောက်စရာပါ၏၊ သို့မဟုတ် နှစ်ခုစလုံးပါ၏၊ အခြေအနေအရ ရှောင်ရန်မလွယ်ကူလှပေ။

တစ်ဖန် အိပ်ချိန်ကိုလည်း လျှော့ရန်လိုပြန်၏၊ အိပ်ချိန်အတွက်ကား အစားလောက် အခက်အခဲမရှိ၊ အိပ်ရာထက်၌ လဲလျောင်းနေသည့် အချိန်ကိုပါ ထည့်တွက်လျှင်ပိုကောင်းမည်ဖြစ်သော်လည်း ကျွန်တော်၏ အလုပ်မှာ တစ်ညလျှင် ငါးနာရီထက်ကျော်လွန်၍ အိပ်ချိန်ရရန် ခဲယဉ်းလှ၏၊ ဤမည်သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကိစ္စများနှင့် ဇွဲဆော်ဦး ရင်ဆိုင်နေရ၏။

လေးနက် ထိရောက်သည့် အကျိုးတရားများအား ခံစားရပုံကိုကား ဤနေရာ၌ ဖော်ပြခြင်းမပြုလိုသေးပေ၊ တရားအလုပ် လုပ်ခဲ့ပုံကို ကောင်းစွာ ချေညက်နိုင်သောအခါ၌ ထိုအကြောင်း အလိုလို ပေါ်လာမည်ဖြစ်၏၊ ကျွန်တော်သည် နံနက်တိုင်းနေမထွက်ခင် အိပ်ရာမှ နိုးလေ့ရှိ၏။

တမင်ပင် နာရီဝက် သို့မဟုတ် နာရီဝက်သာသာစော၍ အိပ်ရာမှ ထပြီး ဝတ်မပျက်ထိုင်၍ ဆက်လက်တရားအားထုတ်၏၊ တစ်နည်းအားဖြင့်တော့လည်း ထိုအချိန်၌ ပူအိုက်သဖြင့် အိပ်ရာထဲတွင် မနေနိုင်တော့၊ နံနက်စောစော တရားအားထုတ်ရခြင်းကို ရှေ့အဖို့တွင်လည်း ကျွန်တော်စွန့်လွှတ်နိုင်မည်မဟုတ်ဘဲ ဆက်လက်ကျင့်ကြံပွားများနေမည်သာဖြစ်၏။

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုသို့ တရားအားထုတ်ခြင်းဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ လန်းဆန်းတက်ကြွနေလေ့ရှိ၏၊ ထို့အပြင် တစ်နေ့တာအတွင်း တွေ့ကြုံရသည့် ပြဿနာအခက်အခဲများကို ရင်ဆိုင်ရာတွင်လည်း နံနက်စောစော တရားအားထုတ်ထားသည့် အကျိုးကြောင့် ပိုမို၍ ရဲရဲရင့်ရင့်ရှိ၏၊ မိမိကိုယ်မိမိ ပိုမို၍ စိတ်ချယုံကြည်၏။

http://www.dhammadownload.com

ထို့နောက်၌ စင်္ကာပူမှ အင်္ဂလန်သို့ပြန်ခဲ့ရာ ရှည်လျားလှသော သင်္ဘော ခရီးတစ်လျှောက်၌ ကျွန်တော့်အတွက် တရားအလုပ်အပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ရန် အချိန်ကောင်းကောင်း ရတော့၏။

ပင်လယ်ခရီး တစ်လျှောက်လုံး မဟုတ်စေကာမူ အနည်းဆုံးတော့ ပူအိုက်သော ရာသီဥတုအတွင်း၌ ကျရောက်သော ယင်းခရီး၏ အစိတ်အပိုင်း တစ်ပိုင်းကို ကျွန်တော်သည် ကုန်းဘတ်ပေါ်ရှိ နေရောင်ခြည်ထဲ၌ ပက်လက်ကုလားထိုင်ဖြင့် ထိုင်ကာလည်းကောင်း၊ ကုန်းဘတ်၏အရိပ်အတွင်း၌ နားနေကာလည်းကောင်း အချိန်ကုန်လွန်လေ့ရှိ၏၊ နေပူရှိန် ပြင်းထန်မှုကြောင့် ထိုးထိုးထွင်းထွင်း တွေးခေါ်၍ စဉ်းစား၍ကား မကောင်းပေ၊ အလိုက်သင့် အလျားသင့်ဖြင့် သက်သောင့်သက်သာ စိတ်ကူး ကွန့်မြူးလျက် ကျေနပ်နှစ်သိမ့်နေခြင်းသာဖြစ်၏။

အဓိကအားဖြင့် အာရုံခံစားမှုများတွင် အခြေခံ၏၊ ထိုကဲ့သို့ ကျေနပ်နှစ်သိမ့်နေရသည့် အခွင့်အရေးကား လက်လွှတ်မခံနိုင်လောက်အောင်ကောင်း၏၊ တန်ဖိုးရှိ၏၊ ကျွန်တော်သည် လေအေးစက် တပ်ဆင်ထားသော သီးသန့်အခန်းထဲ၌ တံခါးပိတ်လျက် လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေနိုင်ပါသော်လည်း ထိုကဲ့သို့ အချိန်ကုန်လွန်ရန် ဆန္ဒမရှိ။

ကျွန်တော်၏ အပြုအမူတို့နှင့်ပတ်သက်၍ အပေါင်းအသင်းရောင်းရင်းများ၏ တစ်ခုသော ဝေဖန်ချက်ကိုမူ တင်ပြသင့်သည်ဟု ထင်ပါ၏၊ ထိုသို့ ဝေဖန်ကြသည်ကို ကျွန်တော်ကြားရပြီးလည်းဖြစ်၏၊ အစားအစာ စားသောက်မှုကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ်ချိုးခြံလိုက်သောအခါတွင် ထူးခြားသော စိတ်နေစိတ်ထားများ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်ဟူသော အယူအဆကို အကြောင်းပြု၍ ထိုသို့ ထင်မြင်လာကြခြင်းပင်တည်း။

"ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်ခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် ရတယ်လို့ ခင်ဗျားထင်နေတဲ့ အကျိုးတရားတွေဟာ တကယ်တော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကြောင့် မဟုတ်ဘဲ အအိပ်

http://www.dhammadownload.com

ပျက် အစားပျက်ဖြစ်ရာမှ စိတ်ကယောင်ချောက်ချား ဖြစ်သွားတာမျိုးကော မဖြစ်နိုင်ဘူးလား"ဟူ၍ သူတို့က မေးမြန်းခဲ့ကြ၏။

မှန်ပါသည်၊ အစားအစာမစားဘဲ အငတ်ခံနေလျှင် အမျိုးမျိုးသော စိတ္တဇ ဝေဒနာများဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ဖွယ်ရှိပါ၏၊ တကယ်မရှိသော၊ အဟုတ်မရှိသော အမြင်ဆန်း အကြားဆန်းများ စသည့် အာရုံဆန်းများကို မြင်လာကြားလာ နိုင်၏၊ ထိုအချင်းအရာကား စိတ်လှည့်စားခြင်းပင်တည်း။

သူတို့သည် ကျွန်တော့်အပေါ် ယင်းသို့ထင်မြင်ကြသည် ဖြစ်ရကား ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ အနည်းငယ် ရှင်းလင်းဖြေကြားရန် လိုအပ်မည်ထင်ပါ သည်။

အမှန်အားဖြင့်ကား တရားအားထုတ်ရာ၌ အစားအစာကို အနည်းငယ်မျှ သာစားရမည်ဟူ၍ သတ်မှတ်ချက်မရှိ၊ ရှိလည်းမရှိအပ်၊ အနည်းငယ်လျှော့၍စား သည် ဆိုသည်မှာလည်း လုံလောက်သည်ထက် ပိုမို၍ (ဝါ)မဆန့်မပြဲဖြစ်သည့် အထိ မစားခြင်းကိုသာ ဆိုလို၏။

ရဟန်းတော်များသည် ကျွန်တော့်ထက် များစွာ ပိုမို ဆွမ်းစားနိုင်ကြ၏၊ ဥပမာအဖြစ် ပြရမည်ဆိုပါလျှင် ရဟန်းတော်တို့သည် နံနက်စောစော၌ အရုဏ် ဆွမ်းအဖြစ် ထမင်း၊ လက်ဖက်ရည်စသည်တို့ကို အတော်များများ ဘုဉ်းပေး ကြ၏၊ ထို့နောက် ဆယ်နာရီအချိန်တွင် နေ့ဆွမ်းအဖြစ် တဝဘုဉ်းပေးပြန်၏။

ကျွန်တော့်အနေနှင့်ကား ထိုအချိန်၌ ထပ်မံစားရန် မလိုတော့ကြောင်း တွေ့ရ၏၊ ကျွန်တော်သည် မူလဘူတအားဖြင့် အစားသေးသူတစ်ယောက် ဖြစ်၏၊ နံနက်ငါးနာရီသုံးဆယ်မိနစ်၌ ပထမ ထမင်းစား၊ ထို့နောက် ငှက်ပျော သီး သို့မဟုတ် ပန်းသီးစား၍ လက်ဖက်ရည်သောက်၏၊ ဤအစာ အာဟာရ တို့သည် ကျွန်တော့်အတွက် တစ်နေကုန် လုံလောက်၏၊ နောက်ထပ် စား လိုစိတ် မရှိတော့ပေ။

ကျွန်တော်နှင့် လာရောက်တွေ့ဆုံသူတို့က ဂလူးကို့စ်သောက်နိုင်ပါသည်၊

http://www.dhammadownload.com

နေ့လည်စောင်း သို့မဟုတ် ညနေပိုင်းတွင် ဆာလောင်မွတ်သိပ်လျှင် ဂလူးကို့စ် သောက်ပါဟူ၍ အကြံပေးကြ၏၊ (ဂလူးကို့စ်ကို မည်သည့်အတွက် သောက်နိုင်ခွင့်ပြုထားကြောင်းတော့ ကျွန်တော်မသိပါ။)

သို့သော် မသောက်ခဲ့။

အပေါင်းအသင်းရောင်းရင်းတို့၏ အနုမာနများသည် အခြေအမြစ်မရှိ၊ မှန်လည်းမမှန်၊ သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်ရာ၌ အစားအစာ အငတ်ခံခြင်းနှင့် ထိုသို့ အငတ်ခံခြင်းအားဖြင့် စိတ်သည် အလွယ်တကူ လှုပ်ရှားခံစားလာနိုင်ခြင်းတို့ကို အလျှင်းအားပေးခြင်းမပြု၊ ရဟန်းတော်အားလုံး ကျန်းကျန်းမာမာ သန်သန်စွမ်းစွမ်းနှင့် အာဟာရပြည့်ဝလျက် ရှိကြသည်ကို တွေ့မြင်ခဲ့ရပါ၏။

အစားအသောက်ကို ထိုမျှလောက် လျှော့ပေါ့ခြင်းဖြင့် စိတ်ကယောင်ချောက်ချားဖြစ်ခြင်း၊ ကြောင်သွားခြင်း၊ သို့မဟုတ် စိတ္တဇဝေဒနာ တစ်မျိုးမျိုး စွဲကပ်ခြင်းများ မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မဖြစ်နိုင်ကြောင်း သေချာ၏၊ ထို့အပြင် ကျွန်တော်သည် အကယ်၍ နံနက်၌ ပိုစားခဲ့လျှင် သို့မဟုတ် နေ့လည်ပိုင်း၌ တစ်ခါထပ်စားခဲ့လျှင် အပူလောင်ဆုံးသော မွန်းလွဲပိုင်း အချိန်များ၌ မအိပ်ချင်ဘဲ နေနိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်။

တစ်ဖန် အအိပ်နှင့်ပတ်သက်၍ကား နေ့အချိန်၌ ကာယအား စိုက်ထုတ်လျက် ပင်ပန်းကြီးစွာ အလုပ်မလုပ်ဘဲ သက်သောင့်သက်သာ အချိန်ကုန်လွန်ရသဖြင့် အိပ်ချိန်အများအစား မလိုအပ်ပေ၊ နံနက်စောစောသတ်မှတ်ထားချိန်၌ အိပ်ရာထရသည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် အခက်အခဲတစ်ရပ်၊ ဒုက္ခတစ်ရပ်မဟုတ်။

ထုံးစံအတိုင်း မိမိထနေကျအချိန်ထက် စောသော်လည်း ခဲယဉ်းခြင်းမရှိ၊ စုပေါင်းရေတွက်ကြည့်လိုက်မည်ဆိုပါက အကြိမ်အနည်းငယ်မျှသာ သန်းခေါင်မတိုင်မီ တရားအားထုတ်မှုကို ရပ်နားကာ အိပ်ရာဝင်ခဲ့ဖူး၏၊ ထိုသို့ ပြုလုပ်

http://www.dhammadownload.com

သည်မှာလည်း အကြောင်းမဲ့မလိုအပ်ဘဲမဟုတ်၊ ခိုင်လုံသော အကြောင်းများ ရှိ၏။

ဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်သည့် ထူးခြားလေးနက်သော အသိတရားမြင့်မားစွာ ဖြစ်ပေါ် လာခဲ့သည်မှာ အတိတ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်၌ ဖြစ်ပြီးလျှင် ထိုအချက်သည် အလွန်လည်းအရေးကြီးလှပေသည်၊ ပြီးခဲ့သည့် အချင်းအရာတို့ကို ပြန်လည် သုံးသပ်ရခြင်းသည် ကျွန်တော့်အတွက် တန်ဖိုးရှိလှ၏၊ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ ထိတွေ့မှု အစရှိသည်တို့ကို လေးနက်စွာ သိမှတ်ရသည်မှာ သဘောကျစရာကောင်း၏။

ကျွန်တော်တို့သည် သဘာဝတရားနှင့် အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်ခဲ့ရာမှ အာရုံ ခံစားမှုသည် ဖွံ့ဖြိုးဖြစ်ပေါ်လာခဲ့၏၊ သဘာဝကို ကြည့်ရှုနေရုံမျှနှင့် ထိုကဲ့သို့ ဖြစ်လာသည်မဟုတ်ပေ၊ သဘာဝတရားနှင့် အတူတွဲနေရခြင်းသည် နှစ်သက် စရာကောင်းသော အကျိုးတရားတစ်ခုလည်းဖြစ်၏။

အရာဝတ္ထုတို့သည် မိမိတို့၏ ပင်ကိုယ်အနေအထားအရ ထူးခြားကြသည် မှာ ပိုများ၏၊ အခြားအရာတို့နှင့် ပူးပေါင်းတွဲဖက်ခြင်းအားဖြင့် ထူးခြားလာ သည့် အဖြစ်မျိုးကား နည်းပါး၏၊ ဤအတွေးအခေါ်ကား ရန်ကုန်သာသနာ့ ရိပ်သာမှ မမျှော်လင့်ဘဲရလာသည့် ဆုလာဘ်ပင်ဖြစ်၏၊ မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ပျော်ရသည့် ပျော်ရွှင်မှုမျိုးမှာ မစစ်မှန်ပေ၊ "အခုဘယ်လောက် အံ့သြစရာ ကောင်းသလဲ"ဟု သတိမှတ်၍ မရလျှင် "နောင်ကိုဘယ်လောက် အံ့သြစရာ ကောင်းလိမ့်မလဲ"ဟူ၍ မရှိနိုင်ပေ။

ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုဖြစ်ပေါ်လာရန် နှစ်သိမ့်ရောင့်ရဲမှုတစ်ပါး၊ အခြားဘာမျှ မလို။

ဥပမာအဖြစ် အသံတစ်သံကြားရပုံကိုကြည့်ပါ၊ တေးဆိုငှက်ကလေး တစ်ကောင်၏ ကျူးရင့်မြည်ကြွေးနေသည့် တေးသံကလေးများကိုလည်း ကောင်း၊ ရာဘာပင်များ၏ အကြားမှ ဖြတ်သန်း၍ သစ်ရွက်များကိုလေက လှုပ်ရှားတိုက်ခတ်သွားသံကိုလည်းကောင်း ကျွန်တော်၏အိမ်၌ မကြာခဏ

http://www.dhammadownload.com

ကြားဖူး၏။

သို့သော်လည်း တဒင်္ဂမျှသော စစ်စစ်မှန်မှန် ပျော်ရွှင်သည့်အချိန်ပိုင်းကလေး ပျက်သုဉ်းသွားရသည့် အကြိမ်ပေါင်း မနည်းတော့၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုကဲ့သို့ ငှက်ကလေးတွေ၏ တေးသံတို့ သစ်ရွက်တွေ အကြားမှလေတိုက်ခတ်သံတို့ကို ခံစားရသူတို့သည် မိမိတို့ ခံစားရပုံကို ပြန်လည်ပြောပြရန် ကြိုးစားကြခြင်းကြောင့်တည်း။

များစွာသော သူတို့သည် အလှအပကို ခံစားရသည်နှင့် တပြိုင်နက်လှပသော စကားလုံးများကို အသုံးပြု၍ ချက်ချင်း ပြန်လည်ဖော်ပြရန် ကြိုးပမ်းခြင်း ပြုကြတော့၏၊ အရာဝတ္ထုတစ်ခု၊ အသံတစ်သံ၊ လှပသောရှုမျှော်ခင်းတစ်ခု စသည်တို့၏ အစိတ်အပိုင်း တစ်ရပ်အဖြစ် တစ်သွေးထဲ တစ်သားထဲကျသွားအောင် (ဝါ) မိမိသည်ပင် ထိုအရာ၏ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်သွားသည့်ပမာ ခံစားနိုင်မှသာ ပွဲကြည့်ပရိသတ် အမြင်ဖြင့် သိမှုထက် စစ်မှန်၏။

အဘယ်ကြောင့်နည်းဆိုသော် ထိုအရာတို့သည် စင်စစ်အားဖြင့် ဖြစ်တည်နေကြခြင်းမရှိ။

ကျွန်တော်တို့အား စိတ်လှုပ်ရှားစေသည့် အသံပဲ အဆင်းပဲ ဟူ၍ကျွန်တော်တို့၏ အာရုံခံ ဒွါရများကလည်းကောင်း၊ ဦးနှောက်ကလည်းကောင်း၊ စိတ်ကလည်းကောင်း သတ်မှတ်နေခြင်းသာဖြစ်၏။

နားထောင်လို့ အသံသာခြင်း၊ ကြည့်လို့ကောင်းမွန်လှပခြင်း စသည်တို့မှာကျွန်တော်တို့က တံဆိပ်ကပ်ခြင်း၊ ခေါ်ဝေါ်သမုတ်ခြင်း၊ ပညတ်ခြင်းသာတည်း။

မိမိတို့ကိုယ်မိမိတို့ သဘောမပေါက်ကြသော်လည်း စင်စစ်၌ ကျွန်တော်တို့သည် ပန်းချီဆရာတော်များပင် ဖြစ်ကြ၏၊ ရုပ်ဝတ္ထုတည်းဟူသော အမယ်များ ပစ္စည်းများကို ပေါင်းစပ်၍ အလှအပကို ဖန်တီးပြုလုပ်လိုက်ကြ၏၊ နှင်းဆီပန်းသည် မည်သည့်အတွက် နှင်းဆီပန်းဖြစ်လာရသနည်းဆိုသော် လူတို့

http://www.dhammadownload.com

က ယင်းအား နှင်းဆီပန်းဟူ၍ ခေါ်ဝေါ်သမုတ်လိုက်သည့် ပညတ်လိုက်သည့် အတွက်ကြောင့်ပင်တည်း။

လူတို့ကသာ အမည်မတပ်ပါက ထိုအရာသည် ဓာတ်အစုအဝေးအဖြစ်သာ တည်နေမည်ဖြစ်၏။

မူလက ဤသို့သဘောမပေါက်ခဲ့၊ ယခုသော် အသိသစ် အမြင်သစ်ဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ အသံပဲ အဆင်းသဏ္ဌာန်ပဲဆိုသည်မှာ ပညတ်သဘောအရ ကျွန်တော်တို့က အဓိပ္ပါယ် ကောက်ယူချက်သာဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် အနုပညာမြောက်မြားစွာဖြင့် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ဖန်ဆင်းထားသော ပညတ်အာရုံများကို အစွမ်းကုန်လည်း ခံစားလေ့ရှိကြ၏။

ဤသို့ဖြင့် ဖန်ဆင်းမှု လက်ရာကို စိတ်ဝင်စားနေသည့်အလျောက် ပိုမိုထူးခြားသည့် အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေသော စိတ်အစဉ်ကို သတိပြုမိရန် မေ့လျော့သွားလေ့ရှိကြ၏။

ကျွန်တော်၏ ဘဝတစ်သက်တာကို ပင်လယ်၌ အချိန်ကုန်လွန်စေခဲ့သည် မှန်သော်လည်း လုပ်ငန်းသဘောဖြင့်သာတည်း။

ယခုကဲ့သို့ ရက်ပေါင်းများစွာ သွားရသည့် ပင်လယ် ခရီးရှည်ကြီးမျိုးကို ခရီးသည်အဖြစ်နှင့် ရှေးယခင်က သွားဘူးခြင်းမရှိခဲ့ပေ၊ ထို့ကြောင့် ဤခရီးသည် ကျွန်တော့်အတွက် ဆန်းကြယ်နေ၏၊ အေးအေးငြိမ်းငြိမ်းဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများအားထုတ်ရန်လည်း ကောင်းစွာ အချိန်ရ၏၊ မိမိကိုယ် မိမိ ကမ္မဋ္ဌာန်းပေါ်သို့ အရောက်ပို့ရသည်မှာလည်း လွယ်ကူ၏၊ ရှေးဦးစွာ စိတ်ကို တည်ငြိမ်စေပြီးသည့်နောက် တရားသည် သက်ရောက်လာတော့၏။

ယခု ကျွန်တော့်အတွက် ထူးလာသည်မှာ ကြိယာပုတ် အမျိုးမျိုးဖြင့် ရှုမှတ်လာနိုင်ခြင်းပင်တည်း။

မတ်တပ်ရပ်ကာ ကုလားထိုင်မာမာပေါ်တွင်ထိုင်ကာ လဲလျောင်းကာဖြင့်လည်း ရှုမှတ်လာနိုင်ပြီဖြစ်၏၊ မူလကဲ့သို့ တင်ပျဉ်ခွေ၍ ထိုင်ကာ လမ်းလျှောက်

http://www.dhammadownload.com

ကာဖြင့်သာ မဟုတ်တော့ပေ၊ မည်သည့် အနေအထားနှင့်ပင်ဖြစ်စေ ခန္ဓာ၏ ဖြစ်စဉ်နှင့်စိတ်၏ဖြစ်စဉ်တို့ကို လေ့လာမှတ်သားခြင်း ပြုနိုင်၏။

စူးအက်တူးမြောင်းကို ကျော်လွန်ခဲ့ချေပြီ၊ အီတလီပြည် အနီးသို့ ချဉ်းကပ်မိသောအခါ စတင်၍ အေးမြမြ ဖြစ်လာ၏၊ ဂျီနိုအာမြို့သို့ ရောက်သည့်ရှိသော် ကောင်းကောင်းအေးလာတော့၏၊ နှစ်နှစ်ခွဲအတွင်း ပထမဆုံး တွေ့ကြုံခံစားလိုက်ရသည့် အအေးဓာတ်ပင်တည်း၊ ကျွန်တော်တို့၏ သင်္ဘောသည် ဂျီနိုအာတွင် လေးဆယ့်ရှစ်နာရီကြာ ဆိုက်ကပ်ရပ်နားမည် ဖြစ်၏။

အလွန်အေးလျက်ရှိလင့်ကစား ကမ်းပေါ်သို့ စွန့်စားတက်ရောက်ခဲ့၏၊ ဆိပ်ကမ်း၌ ဆိုက်ကပ်ရပ်နားထားသော သင်္ဘောတစ်စင်းဟူသည် သေနေသော အရာတစ်ခု မည်၏၊ ခရီးသည်များ ဆိုသည်မှာလည်း အနှောင့်အယှက်ပေးသော အရာတစ်မျိုးသာတည်း။

ထို့အပြင် ဂျီနိုအာတဝိုက်၌ ရှမျှော်ခင်းများမှာ ဆွတ်ပျံ့စရာကောင်းလှပေရာ လှည့်လည်ကြည့်ရှုနိုင်ခြင်း ပြုနိုင်၏၊ ယင်းတို့က လာလှည့်ကြပါကုန် ခရီးထွက်ခဲ့ကြပါကုန်ဟူ၍ လှုံ့ဆော် ဖိတ်ခေါ်လျက်လည်း ရှိ၏။

သင်္ဘောပေါ်ရှိ ခရီးသည်များ အပန်းဖြေအနားယူရာ ဧည့်ခန်းများထဲ၌လည်း ဂျီနိုအာထွက် လက်ရာမြောက် အလှအပ ပစ္စည်းကလေးများကို လာရောက် ရောင်းချကြသည့် ကက်ဦးထုပ်ထိပ်ချွန်များ ဆောင်းထားသူတို့နှင့် ပြည့်နေ၏၊ အချို့ကလည်း အစုအဝေးဖြင့် ကုန်းမြေပေါ်တက်၍ အပျော်ခရီးထွက်ရန် စီစဉ်ကြ၏။

ကျွန်တော့်တွင် အစုအဝေးဖြင့် သွားလိုသည့် အာသီသမရှိ၊ ကုန်းဘောင်တံတားနားအရောက် စာသင်ခန်းထဲမှ ဆရာမသိအောင် လစ်ထွက်သည့်ကျောင်းသားတစ်ယောက်၏ ဟန်မျိုးဖြင့် အသာလစ်ထွက်ခဲ့၏။

ကုန်းမြေပေါ်သို့ တက်ခဲ့ပြီး ပန်းခြံ ကွက်လပ်ကြီးထဲသို့ အရောက်တွင် ပိုတိုဖိနိမြို့သို့ သွားမည် ဘတ်(စ်)ကားတစ်စီးကို တွေ့ရ၏၊ ငါးသျှိလင်နှင့်

http://www.dhammadownload.com

ညီမျှသည့် အခကြေးငွေသာကုန်ကျမည်လည်းဖြစ်၍ လိုက်ပါရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်၏၊ ဤအပန်းဖြေ အနားယူ ပင်လယ်ကမ်းမြောင်ဒေသ၌ ပြေးဆွဲလျက်ရှိကြသော ဘတ်(စ်)ကားများသည် မြွေလိမ်မြွေကောက်လမ်းကျဉ်းများ၌ လျင်မြန်စွာ ရွေ့လျားလှေ့ရှိကြရကား တော်ရုံသဖြင့် ကားလမ်းကျွမ်းကျင်ရုံဖြင့် မောင်း၍မရပေ၊ ကျွမ်းကျင်မှု အလွန်ပင် လိုအပ်လှ၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လမ်းများသည် ကျဉ်းမြောင်း တွန့်လိမ်နေသည်သာမက ကြောက်ခမန်းလိလိလည်း မတ်စောက်၏၊ ထိုအပြင် အီတလီကားမောင်းသမားတို့သည် နောက်က သေမင်းလိုက်နေသည့် ပမာလည်း ဒလကြမ်းမောင်းနှင်လေ့ရှိကြ၏။

မိုင်နှုန်း ကန့်သတ်ချက်မရှိ၊ မတော်တဆ ကားတိုက်ကားမှောက်သည့်နှုန်း မြင့်မားလိမ့်မည်ဟူ၍ ယုံကြည်ရသော်လည်း အီတလီပြည်၌ အချိန်ကာလအတော်အသင့်ရှည်ကြာစွာ ကားဖြင့် ခရီးသွားလာခဲ့ဘူးစေကာမူ ကားတိုက်မှု မှောက်မှုကို ကျွန်တော် တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မကြုံတွေ့ခဲ့ဘူးပေ။

တောင်စောင်းများအတိုင်း ကွေ့ကောက်၍ မောင်းရသည်ဖြစ်ရာ အခြားတစ်ဘက်မှ ကားရှင်းသလား မရှင်းဘူးလား ဆိုသည်ကို လုံးဝ လှမ်းမမြင်ရပေ၊ ဟွန်းတတီတီ တီးကာ ရမ်း၍ မောင်းနှင်ရခြင်း ဖြစ်သော်လည်း ချောချောမောမောပင် ဖြစ်ကြသည်မှာ တစ်နည်းတစ်ဖုံ ထူးခြားနေကြောင်းဖြင့် ဤဒေသသို့ ယခုအကြိမ်အရောက်၌ အတွေးပေါက်လာပါ၏။

ဘတ်(စ်)ကားထက်ရှိ ကျွန်တော်ထိုင်နေသော နေရာမှဆိုသော် လမ်းကို အပေါ်စီးမှ ကြည့်မြင်နိုင်၏၊ ကွေ့ကာ ကောက်ကာဖြင့် ကားရွေ့လျားနေစဉ်၌ ရင်တမမနှင့် စိတ်ဝင်စား၍လည်း နေမိ၏။

ဘယ်အချိန် ဘယ်နေရာ အရောက်၌ အခြား တစ်ဘက်မှ အရှိန်ဖြင့် မောင်းလာသော ကားတစ်စီးစီးနှင့် ခေါင်းချင်းဆိုင်၍ တိုက်မိမလဲဟုလည်း စိတ်တထင့်ထင့် ဖြစ်နေမိ၏၊ ထိုအခါ၌ မော်တော်ကားတို့တွင် ပါရှိသည့်

http://www.dhammadownload.com

သတ္တုအစိတ်အပိုင်းတို့သည် တွန့်လိမ်ကောက်ကွေးသည့်တိုင် တွန့်လိမ်ကောက်ကွေးကုန်မည်ဖြစ်ပြီး၊ အချို့ကလည်း ပြုတ်ပြတ်လွင့်စင်ကုန်မည်သာတည်း။

ဤမြင်ကွင်းသည် ကျွန်တော့်မျက်စိထဲတွင် ကြိုတင်ပေါ်နေ၏။

သို့သော် လက်တွေ့၌ ထိုသို့မဖြစ်၊ ကျွန်တော်တို့၏ ကားသည် ရှည်လျားသော တောင်ကျောတစ်ခုအတိုင်းတက်၏၊ နောက်တွင်လည်း ကားများ တစီတတန်းကြီးပါလာ၏၊ တောင်ထိပ်သို့ ရောက်သောအခါ တစ်ချက် ကွေ့လိုက်ပြီးနောက် ခရုပတ် လမ်းကြောင်းအတိုင်း စတင်ဆင်းခဲ့ရာ ဆန်တာမာဂရက်တာမြို့သို့ ဆိုက်ရောက်သည့်တိုင်အောင်တည်း။

ခရီးသည်များလည်း ကုန်လုနီးပါး ဆင်းသွားကြ၏၊ ကားသည် မိနစ်အနည်းငယ်ကြာ ရပ်နား၏၊ ခြေ လက် အညောင်းဆန့်ပြီးသည့်နောက် ခရီးဆက်ကြပြန်၏၊ ဤအကြိမ်၌ကား မြေပြန့်အတိုင်း မောင်းနှင်ရ၏။ သို့သော် ပိုတိုဖီနိုသို့ ဦးတည်နေသည့် အလွန်ကျဉ်းမြောင်းသော လမ်းအတိုင်း ပင်လယ်ကမ်းခြေတစ်လျှောက် ကွေ့ဝိုက်သွားရခြင်းပင်တည်း။

ကားမောင်းသူတို့သည် ထူးခြားသော ဉာဏ်အမြင်ကိုများ လက်ဝယ်ပိုင်သနေရှာသလား မပြောတတ်ပေ၊ သူတို့သည် အခြားတစ်ဘက်မှ ကားလာနေသည်ကို အလိုအလျောက် သိနေပုံပေါ်၏၊ တစ်ခါ၌ ကျွန်တော်တို့၏ ကားမောင်းသူသည် ကားနှစ်စီး ရှောင်သာသော လမ်းဘေး နေရာ တစ်ခုသို့ အရောက်တွင် အသာဘေးကပ် ထိုးရပ်လိုက်၏။

တစ်ဆယ့်ငါးစက္ကန့်အကြာ၌ ကွေ့တစ်ဘက်မှ သတ္တုဝါတစ်ကောင်နှင့် ပုံနိုင်းသင့်သည့် အခြားကားတစ်စီးသည် တလိမ့်လိမ့်ဖြင့် ထွက်ပေါ်လာတော့၏၊ ဟွန်းကိုလည်း တတီတီ တီးလာ၏၊ ဟွန်းသံသည် ကားလမ်းဘေး၌ ကပ်၍တည်ရှိနေသော ကျောက်ကမ်းပါးယံနှင့် ရိုက်ခတ်ပဲ့တင်ထပ်နေ၏၊ ကားလမ်းကို ကျောက်တောင်စောင်း၌ ကပ်၍ ထွင်းခုတ်ဖောက်လုပ်ထားရ

http://www.dhammadownload.com

ခြင်းပင်တည်း။

ဘတ်(စ်)ကားအမိုးသည် ကျောက်ကမ်းပါးယံစွန်းနှင့် လက်မအနည်းငယ်မျှသာ လွတ်၏၊ ထိုကားမှ ယာဥ်မောင်းသည် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြင့် လက်တစ်ဘက် မြှောက်ပြ၏၊ သူ၏ မျက်စိအစုံကတော့ လမ်းကိုမှတစ်ပါး အခြားဘယ်လိုမျှ မကြည့်ပေ၊ သူသည် ဟွန်းသံတစ်ချက် ထပ်မံ ပေးလိုက်ပြီး နောက် ကျွန်တော်တို့၏ကားကို ဖြတ်ကျော်ရှောင်တိမ်း၍ ဆန်ကျင့်ဘက်အရပ်သို့ ခရီးဆက်လက်၏။

ကျွန်တော်တို့၏ကားမှ ခရီးသည် တစ်စုံတစ်ယောက်ကမျှ သူ့ကို သတိပြုမိခြင်းမရှိ၊ အဖွားအိုနှစ်ယောက်သည် ကိုယ်ဟန်လက်ဟန် အမူအရာဖြင့် စိတ်အားထက်သန်စွာ စကားပြောလျက် ရှိကြ၏၊ နောက်ပိုင်းကျကျ၌ နေရာယူထားသည့် အသက် ခပ်ငယ်ငယ် စုံတွဲတစ်တွဲကတော့ ဦးခေါင်းချင်း ထိကပ်ကာ ပင်လယ်ပြင်ကို လှမ်းမျှော်ကြည့်ယင်း စိတ်ကူးယဥ်နေကြဟန်တူ၏။

အခြားခရီးသည်များကား ဒေသခံများ ဖြစ်ဖွယ်ရှိ၏၊ သူတို့သည် ပိုတိုဖီနိုမြို့သို့ တစ်နေ့တာသွားသူများ သို့မဟုတ် ဆန်တာမားဂရက်တာသို့ သွားပြီး ပြန်လာသူများ ဖြစ်နိုင်စရာရှိ၏၊ သူတို့အချင်းချင်းလည်း အပြန်အလှန်သိနေကြသည့် အလျောက် ရောက်တတ်ရာရာ စကားအကြောင်း အရာတို့ကို ကျယ်လောင်စွာ အော်ဟစ်ပြောဆိုလျက် ရှိကြ၏၊ သူတို့ပြောနေသည့် အကြောင်းတို့ကို ဘတ်(စ်)ကားတစ်စီးလုံးသာမက အီတလီ တပြည်လုံးပါ နားကြားသိရှိစေလိုသည့် အတိုင်းတည်း။

ကျွန်တော်တို့၏ကားသည် နောက်ဆုံး ကွေ့တစ်ကွေ့ကို ရုတ်တရက် ချိုးကွေ့လိုက်ပြီးသည်နှင့် ပိုတိုဖီနိုမြို့ထဲသို့ ဝင်ရောက်မိတော့၏၊ ဘတ်(စ်)ကားသည် လမ်းကျယ်တစ်ခု၌ ရပ်တန့်၏၊ ထိုနေရာတစ်ဝိုက်၌ အပမ်းဖြေအနားယူ ပင်လယ် ကမ်းခြောင်ဒေသရှိ မြို့ရွာများ၏ ထုံးစံအတိုင်း အပျော်ခရီးသည်တို့ စိတ်ဝင်စားလောက်သည့် အမျိုးမျိုးသော ပစ္စည်းများကို ရောင်း

http://www.dhammadownload.com

ချ၏၊ ဘဏ်များ၊ ရုပ်ရှာအုပ်ချုပ်ရေးရုံးများ၊ စားစရာများ ရောင်းချသည့် ဆိုင်များ၊ ကုန်မာပစ္စည်းများ ရောင်းချရာ စတိုးများ စသည်ဖြင့် တည်ရှိ၏။

လမ်းသည် ဆိပ်ကမ်းသို့ ရောက်သည့် တိုင်အောင် တဖြည်းဖြည်း မသိမသာ နိမ့်ဆင်းသွား၏၊ အောက်သို့အရောက်၌ ဆိပ်ကမ်းထဲသို့ ဝင်သော ပေါင်းကူးတစ်ခုတွင် အဆုံးသတ်၏၊ ထိုနေရာသည် အနည်းငယ်ကျဉ်းသော ကြောင့် ကားများကို မတွေ့ရပေ၊ ပြေလကုန်ပိုင်းမျှသာ ရှိသေးသော်လည်း အပျော်ခရီးသည်လက်ခံရေး လုပ်ငန်းကား အရှိန်ပြင်းစွာ စတင်နေချေပြီ။

ပို့စ်ကဒ်များနှင့် ဓာများ ရောင်းချကြသော ဆိုင်တွေကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ အောက်ပိုင်းတစ်နေရာတွင်ကား အမြင်လှအောင် ပြုလုပ်ထားသည့် ကိတ်မုန့် နှင့် အခြားသော အချိုအဆိမ့်မုန့်အမျိုးမျိုး စားစရာအလီလီ ဖြန့်ချိရောင်းချ သော ဆိုင်များ၊ လှလှပပ ထူးထူးဆန်းဆန်း ယက်လုပ်ထားသည့် မြက် ခြောက်ဦးထုပ်များ၊ ပန်းချီကားနှင့် ပန်းပုရုပ်များ၊ အရောင်လွင်မြူးသော ရှပ်အင်္ကျီနှင့် ဘောင်းဘီတိုများ၊ အမျိုးသမီးတို့အတွက် ဘောင်းဘီများ အစ ရှိသဖြင့် အားလပ်ရက်ကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် အသုံးချခံစားရာ၌ လိုအပ်သမျှ သော ပစ္စည်းများကို ရောင်းချသည့် ဆိုင်များက အစီအရီတည်ရှိနေကြ၏။

အခွံမာအမျိုးအစား သစ်သီးများကိုလည်း ကြိုးဖြင့်သီကုံးရောင်း၏၊ သစ်ကျားသီးတွေ၊ သစ်အယ်သီးတွေ၊ သုံးမြှောင့်ပုံ ဘရာဇီးသစ်ကျားသီးတွေ၊ မြေပဲတောင့်တွေ စုံပါဘိခြင်း၊ လိုချင်ရာကို လိုသလောက်ကို ပိုင်းဖြတ်ဝယ်နိုင်၏။

ဤပစ္စည်းများသည် ကျွန်တော့်ကို ဆွဲဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိ၊ ဝယ်လိုစိတ်ကို ကြိုးစားတွန်းလှန်ပစ်နိုင်၏၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်တော့်တွင် နေ့လယ် စာ ကောင်းကောင်းတစ်ပွဲနှင့် စပျစ်ရည် တစ်ပုလင်းအတွက် လုံလောက်ရုံ မျှသာ ငွေပါလာ၏၊ အိတ်ကပ်ထဲ၌ပါလာသော ငွေကြေးလျော့နည်း သွားသဖြင့် "ဘတ်ဂျက် အခြေအနေအရ" နေ့လယ်စာကို လျှော့ပေါ့စီစဉ်တာမျိုး မဖြစ် လိုပေ။

http://www.dhammadownload.com

ဤဒေသသည် ဝင်ငွေရရှိရေး အတွက် အဓိကအားဖြင့် အပျော်ခရီးသည်များ အပေါ်တွင်သာ အမှီပြုနေ၏၊ အခြားထွက်ကုန်ပစ္စည်း သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းပြောပလောက်အောင်မရှိ၊ သို့သော်လည်း တိုးတက်ကြီးပွားလျက် ရှိကြောင်းကို အထင်အရှား တွေ့နိုင်၏၊ လမ်းကျယ်ကြီး၏ တစ်ဖက်တစ်ချက်၌ တိုက်တာအဆောက်အဦးများ အလျိုလျို ပေါ်ထွန်းလျက်ရှိ၏။

အပန်းဖြေကမ်းခြေဒေသတစ်ခုလုံး၌ ပင်ကိုယ်သဘာဝ အနေအထားအတိုင်း ရိုးရိုးသားသားဖြင့် ဆွဲဆောင်မှုရှိကြသော ကျေးရွာတို့သည် အမွှမ်းအမံများဖြင့် ခြယ်မှုန်းအပ်သော စီးပွားရေးဌာနများ အဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းလျက်ရှိကြေပေရာ သဘာဝအလှအပတို့၏ ညှို့ငင်ဆွဲဆောင်မှုများ တဖြည်းဖြည်းဆုတ်ယုတ် ပျောက်ကွယ်ကုန်မည် စိုးရိမ်ရပေ၏။

အထက်၌ ဖော်ပြပြီးဖြစ်သော ပေါင်းကူးမှ ဝင်ရောက် လိုက်မည်ဆိုပါလျှင် ဆိပ်ကမ်းပတ်လည်တွင် တည်ရှိသော ကျောက်ခဲခင်းကျင်းထားသည့် နေရာသို့ရောက်၏၊ ဤကွက်လပ်၏ ဝန်းကျင်၌ ကျဉ်းမြောင်းသည့် ဝင်ပေါက်တစ်နေရာမှတပါး ကုန်းမြင့်တို့က ဝန်းရံထားသောကြောင့် လေပြင်းမုန်တိုင်းကျရောက်သောအခါ အကောင်းဆုံးသော လေကွယ်အရပ်တစ်ခုပင် ဖြစ်တော့၏၊ လှေငယ်အမြောက်အမြားကိုလည်း တွေ့မြင်ရ၏၊ အချို့ကို ကျောက်ခဲများပေါ်သို့ ဆွဲတင်ထားပြီး မွမ်းမံပြင်ဆင်လျက်ရှိ၏။

အချို့သောလှေများသည် ရွက်လှေများကင်းမဲ့ကာ လစ်လပ်နေသည့်ကမ်းစပ်၌ပင် ဆိုက်ကပ်တည်ရှိနေကြ၏၊ ယင်းတို့အနက်မှ အတော်ကြီးသောလှေများကိုကား ကြိုးဖြင့်ချည်ထား၏၊ ကျွန်တော်သည် ဆိပ်ကမ်းကို ပတ်၍တည်ရှိနေသော ခြေသွားလမ်းအတိုင်း စားသောက်ဆိုင်များကို သတိထားကြည့်ရှုအကဲခတ်လျက် လမ်းလျှောက်သွား၏၊ တစ်နေရာသို့ အရောက်တွင် ပိုမိုကြီးမားသည့် တစ်ခုသော အပျော်စီးရွက်လှေပေါ်၌ လူတစ်စု တွေ့ရသဖြင့် ခြေလှမ်းရပ်တန့်ကြည့်ရှုမိ၏။

http://www.dhammadownload.com

သူတို့သည် လူငယ်များဖြစ်ကြောင်းတွေ့ရပါ၏။ အင်္ဂလိပ်လူမျိုးအချို့လည်း ထိုလူသိုက်ထဲတွင် ပါဝင်၏၊ ဆွယ်တာများနှင့် အရောင်တောက်ပသော ဘောင်းဘီများကို ဆင်မြန်းထားကြ၏၊ ရယ်မောအော်ဟစ်နေကြကာ ရှန်ပိန်ပုလင်းများကိုလည်း လှုပ်ရမ်းပြနေကြ၏။

သူတို့ကြောင့် သဘာဝအေးချမ်းမှု ပျက်စီးသွား၏။ သူတို့၏ အသံများသာ ထွက်ပေါ်နေ၏၊ အခြားဘာသံကိုမျှ မကြားရပေ၊ အချိန်ကား တစ်နာရီနီးပါးရှိနေပေပြီ၊ မြို့ကလေးသည် ယခုအချိန်အထိ အိပ်ယာမှ နိုးဟန်မတူသေး။

ဘယ်မှာ နေ့လည်စာစားရပါမည်နည်း၊ ဆုံးဖြတ်ရသည်မှာ အခက်အခဲဖြစ်နေ၏၊ စားသောက်ဆိုင်တို့သည်လည်း တစ်ခုနှင့်တစ်ခု များစွာခြားနားခြင်းမရှိ၊ အားလုံးအတူတူ စားပွဲများ ကုလားထိုင်များကို အပြင်ဖက်တွင် ခင်းကျင်းထား၏၊ ကျွန်တော့်နည်းတူ ယောင်လည်လည်ဖြင့် ရွှေ့လျားနေသူအနည်းငယ်ကို ဖိတ်ခေါ်လျက်ရှိကြ၏။

နေ ထွန်းလင်း တောက်ပလျက် ရှိသော်လည်း အပူရှိန် သိပ်မပြင်း၊ နေရောင်နှင့်တကွ ဆိတ်ငြိမ်သော မြင်ကွင်းကိုစွန့်ခွာ၍ စားသောက်ဆိုင်၏ ဟန်ပြပြင်ဆင်မွမ်းမံမှုထဲသို့ ဝင်ရောက်ခိုလှုံရသည်မှာ ရက်ဖွယ်တစ်ရပ်တော့ ဖြစ်နေ၏၊ ကျွန်တော်သည် စိန့်ရာဖယ်(လ်)တစ်ပုလင်းမှာ၍ နေရောင်ထဲ၌ ခင်းထားသော စားပွဲတစ်လုံးတွင် ထိုင်လိုက်၏။

လမ်းလျှောက်စရာ ကောင်းသည့် နေ့တစ်နေ့ ဖြစ်သော်လည်း ဤနေရာ၌ လမ်းလျှောက်ရန် မဖြစ်နိုင်ပေ၊ မြေအနေအထားကို ကြည့်ရသည်မှာ လမ်းလျှောက်လို့ အဆင်ပြေနိုင်ဖွယ်မရှိ၊ ဤအရပ်၌ နေထိုင်သူတို့သည် စားလိုက် သောက်လိုက် မော်တော်ဘုတ်စီးလိုက်ဖြင့် အချိန်ကုန်လွန်စေသည်မှတပါး အခြားဘာလုပ်ကြပါသနည်း စဉ်းစားကြည့်၍ မရနိုင်။

ကျွန်တော်တို့ ကားဖြင့်လာရောက်ခဲ့သည့် ပင်လယ်ကမ်းခြေရှိ လမ်းကလွဲ၍ ညနေခင်း အေးအေးဆေးဆေး လမ်းလျှောက်စရာ နေရာမရှိ။

http://www.dhammadownload.com

အဖျော်ယမကာကို သောက်လို့တော့ ပြီးပြီ၊ ဤဆိုင်၌ အေးသဖြင့် ကြာကြာ အချိန်ဖြုန်းမနေလို၊ ချောင်ကျကျ တစ်နေရာ၌ တည်ရှိသော စားသောက်ဆိုင်တစ်ဆိုင်သို့ ကူးပြောင်းခဲ့ပြန်၏၊ ယခုဆိုင်၏ တည်နေပုံနှင့် အခင်းအကျင်းကို ကြည့်ရသည်မှာလည်း သဘောကျချင်စရာ ကောင်း၏။

ဆိုင်ရှေး မှန်ကြောင်းကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ ဆိုင်ထဲတွင် လင်းလင်းရှင်း ရှင်းနှင့် အခြေအနေကောင်းရုံမက သက်တောင့်သက်သာလည်း ရှိ၏၊ စားသောက်သူ ဧည့်သည်များကို ဖြစ်နိုင်သလောက် နင်းကန် ကျပ်ညှပ်ပွတ် သိပ်စွာ လက်ခံသော ဆိုင်တစ်ဆိုင် ဟုတ်ပုံမပေါ်၊ နံရံများ ပေါ်၌ လက်ရာ မြောက် ပန်းပုရုပ်လုံးများကို စီမံထုလုပ်ထားသည့်အပြင် အထူးတလည် လုပသော ဓာတ်ပုံများကိုလည်း ချိတ်ဆွဲထား၏၊ ကျွန်တော်သည် စားသောက် ပြီး၍ ဆိုင်ထဲမှ ပြန်မထွက်မီ ဓာတ်ပုံများကို ကြည့်ရှုခဲ့သေး၏။

ကီယင်တီတောင်တန်းမှ ထွက်သော အင်တီနိုရီ စပျစ်ရည် အချိုကိုမှာ လိုက်၏၊ အခွင့်အခါသင့်တိုင်း ထိုစပျစ်ရည်အမျိုးအစားကို ကျွန်တော်သောက် လေ့ရှိ၏၊ မီးနူး(မှာကြား စားသောက်ဆိုင်သော အစားအစာများကို ရေးသား ဖော်ပြထားသည့်ကဒ်ပြား)ကို ဘတ်ရှုလေ့လာနေစဉ်၌ ကျွန်တော်ထံသို့ စားသောက်ဆိုင်ပိုင်ရှင် ရောက်လာပြီး ကောင်းနိုးရာရာများကို ရှင်းလင်း ပြောပြတော့၏၊ သူက ကျွန်တော့်အား ဆာလောင်မွတ်သိပ်လာသူ တစ်ယောက် ဟုလည်း မှတ်ယူပုံပေါ်၏။

သူစိတ်ချမ်းသာသလို ထင်ပါစေ၊ ဆိုင်ရှင် အမှန်အတိုင်း သဘောပေါက် လာအောင် ထုတ်ဖော်လိုသည့်ဆန္ဒ ကျွန်တော့်တွင် မရှိ၊ သူ၏ ဆိုင်ထဲ၌ စားသောက်သူများ မစည်ကား၊ ကျွန်တော့်စားပွဲအပြင် အခြားသော စားပွဲနှစ်လုံး၌သာ ဧည့်သည်တွေရှိ၏၊ ကျန်စားပွဲများတွင် လူသူကင်းရှင်းနေ၏။

သူကကျွန်တော့်အား အပိုင်းလေးပိုင်း အစီအစဉ်လေးမျိုးပါရှိသော နေ့လယ်စာကို သိုက်သိုက်မြိုက်မြိုက် မှာကြားစေလို၏၊ ကျွန်တော်ကား

http://www.dhammadownload.com

ထိုသို့ မှာကြားခြင်းမပြုလို၊ နောက်ဆုံး၌ ဆိုင်ရှင်သည် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ လက်လျှော့သွားတော့၏။ ကျွန်တော်သည် ပေါင်မုန့်ကြွပ် အချို့ကိုစား၍ စပျစ်ရည်သောက်၏၊ အခန်းထဲ၌ နှစ်သက်စဖွယ် နွေးထွေးနေ၏၊ နေသည် ပိတ်ထားသော ပြတင်းပေါက်ဝမှဝင်လျက် ကျွန်တော့်အပေါ်သို့ ကျရောက်လျက်ရှိရာ ထင်ယောင်ထင်မှား ဖြစ်စဖွယ်ပူနေ၏၊ ကျွန်တော်သည်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လျော်ညီစွာ သက်တောင့်သက်သာရှိ၏။

ရန်ကုန်မှပြန်ရောက်လာကတည်းက နေ့စဉ်နှင့်အမျှ မအားလပ်နိုင်အောင်ဖြစ်ခဲ့ရ၏၊ ပြေးဟယ်လွှားဟယ် လုပ်ဟယ်ကိုင်ဟယ် ရှန်းဟယ်ကန်ဟယ်နှင့် သာတည်း၊ ခုတမှုကား လောကကြီးတစ်ခုလုံးသည် နောက်တွင် ကျန်ရစ်ခဲ့ချေပြီ၊ ရေတပ်မတော်၌ ဖြစ်လေ့ ဖြစ်ထ ရှိသည့် ပုံစံအတိုင်းပင်။

အလုပ်တာဝန်တစ်ရပ် ပြီးဆုံးသွား၍ နောက်ထပ်အသစ်သော အလုပ်တစ်ခု မရသေးမီချိန်၌ ခံစားရပုံကား ဘဝတစ်ခုကို စွန့်လွှတ်ခဲ့ရပြီးနောက်အသစ်ဖြစ်သော လုံးဝလည်းမသိသော ဘဝတစ်ခုကို မျှော်လင့်နေရသည့်ပမာတည်း။ စက်ာပူတွင် နှစ်နှစ်ခွဲနေခဲ့သည့် ကာလအတွင်း၌ ကျွန်တော်နှင့်ရင်းနှီးခင်မင်ခဲ့သော မိတ်ဆွေများ၊ အသိများသည် အတိတ်၌ ကျန်ရစ်ခဲ့ကြပေပြီ၊ သူတို့ထဲက အများစုသည် ကျွန်တော်နှင့် ပြန်လည်တွေ့ကြုံဆုံစည်းကြတော့မည် မဟုတ်။

အချို့ကိုမူကား အကြောင်းအားလျော်စွာ အမှတ်မထင် ပြန်လည်တွေ့ကောင်း တွေ့နိုင်ဖွယ်ရှိ၏၊ သို့သော် ကျွန်တော် သိခဲ့သော အခြေအနေမျိုးပုံစံမျိုးဖြစ်တော့အံ့မထင်၊ မူလအခြေအနေထက် မြင့်တက်လာခြင်း၊ ကျဆင်းသွားခြင်း စသည့် လောကဓမ္မတရားကို သူတို့လွန်ဆန်နိုင်ကြမည်မဟုတ်။

မိတ်ဆွေကောင်း အများအပြားကို ယခုကဲ့သို့ မရှောင်သာမလွှဲသာ ဆုံးရှုံးစွန့်လွှတ်လိုက်ရသည့် အဖြစ်ကား ပြန်လည်တွေးမိတိုင်း ရင်နာစရာကောင်းလှ၏၊ ထိုမိတ်ဆွေများထဲတွင်လည်း လူမျိုးအသီးသီး၊ နိုင်ငံသားအပြားပြား

http://www.dhammadownload.com

ပါဝင်ကုန်၏။

ယခုအကြိမ်၌ ကျွန်တော့်အဖို့ ချစ်မိတ်ဆွေများနှင့် မလွဲသာ၍ ခွဲခွာရသည်မှာ အတိတ်၌ ကျန်ရစ်ခဲ့ပြီဖြစ်သော အတွေ့အကြုံများထက်လည်း ဆထက်ထမ်းပိုးတိုး၍ ခါးသီးလှ၏၊ အကြောင်းမူကား ဇရေတပ်မတော်၌ ကျွန်တော့်အတွက် နောက်ထပ် အလုပ်ရှိတော့မည် မဟုတ်သောကြောင့် တည်း။

ကျွန်တော်သည် သုံးဆယ့်ရှစ်နှစ် တိုင်တိုင် စစ်မှုထမ်းခဲ့ပြီးနောက် ရေတပ်မတော်မှ ထွက်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်၊ အေးအေးဆေးဆေး အနားယူတော့မည်လား၊ အငြိမ်းစားတော့မည်လား မဟုတ်ပါ၊ အနားယူရန် မဟုတ်ပါ၊ အငြိမ်းစားရန်မဟုတ်ပါ။

ဤခေတ် ဤအခါ၌ သက်တောင့်သက်သာဖြင့် အေးအေးလူလူ အနားယူအငြိမ်းစားနေနိုင်ရန် မလွယ်ပါ၊ လုပ်ငန်းအသစ်တစ်ခုကိုရှာရန်အတွက် ထွက်ခဲ့ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်၊ ဘုရင်မ၏ အမှုတော်ကို ထမ်းဆောင်နေရာမှ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းတစ်ခုခု၏ အုပ်ချုပ်ရေးပိုင်းဆိုင်ရာသို့ ကူးပြောင်းခြင်းဟူ၍ ဆိုရမည်ထင်ပါသည်။

ထိုအခါ လောကသစ်၊ လုပ်ငန်းသစ်၊ အတွေ့အကြုံသစ်နှင့်လည်း ရင်ဆိုင်ရမည်ဖြစ်၏၊ သို့သော် ကိစ္စမရှိ၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းလည်း မဖြစ်မိ၊ ကျွန်တော့်အတွက် ပုံစံချထားသည့် ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေဟူသည် မရှိ။

မိမိအတွက် ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေသည် ဘယ်ပုံဘယ်နည်းဖြစ်ရမည်ဟူ၍ လေ့နံ့ဒါးထစ်သတ်မှတ်မထား၊ အခြေအနေနှင့်အညီ ကျင့်သုံးနေထိုင်ရမည်သာဖြစ်၏၊ ကျင့်ကြံအားထုတ်ခဲ့သော တရားကလည်း ထိုသို့နှလုံးသွင်းနိုင်ရန် အထောက်အကူ ပြုဖွယ်ရာရှိပေ၏။

တရားလေ့ကျင့်သည်ဆိုရာ၌ ကျွန်တော်သည် နေ့စဉ်ဘဝတွင် တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသည့် အခက်အခဲ အကျပ်အတည်းများကို တုံ့ပြန်နိုင်ရန်အတွက်

http://www.dhammadownload.com

တစ်စုံတစ်ရာကို ရှာဖွေခြင်းသည်သာဖြစ်၏၊ သို့သော် တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ရသည်တို့ကို တော်တော်နှင့် ပြည့်စုံကုံလုံစွာ သဘောမပေါက်ခဲ့။

အယူအဆသစ်များနှင့် ကိုက်ညီဟပ်မိအောင် ပြုလုပ်ရခြင်း၊ မသိတသိဖြစ်ခဲ့သည့် အချက်များ(ဝါ) ထိုစဉ်က ကျေညက်ခြင်း မရှိခဲ့သည့် အချက်များကို ပြန်လည်ချေညက်ရခြင်း၊ စိတ်၏ အလေ့အကျင့်ကိုသာမက တုံ့ပြန်မှုကိုပါ တဖြည်းဖြည်း တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် အခြေအနေပြောင်းလဲစေရခြင်း စသည့်ကိစ္စအားလုံးနှင့်တကွ ယင်းတို့နှင့် ပတ်သက်သော ဆုံးဖြတ်ချက်တို့ကို အလျင်စလိုသော် လည်းကောင်း၊ အတင်းအဓမ္မသော်လည်းကောင်း ပြုလုပ်ချမှတ်၍ မရနိုင်ပေ။

ယင်းတို့သည် အချိန်တန်သောအခါမှ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည့် ကိစ္စရပ်များသာဖြစ်ကြ၏၊ ကျွန်တော်သည် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်ရာ၌ လေ့ကျင့်ပြီးသား ဖြစ်ခဲ့၏၊ ကျင့်သားရပြီးသား ဖြစ်ခဲ့၏။ သို့သော် ယခုကား အချို့ကိစ္စများ၌ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို မိမိတို့က မချမှတ်သင့်ကြောင်း သဘောပေါက်လာ၏၊ လုပ်ဆောင်သင့်သည်မှာ စိတ်ရှည်ရှည်ထားကာ သည်းခံစောင့်ဆိုင်းနေရန်ပင်ဖြစ်၏။

အချိန်ကျရောက်လာသည်ရှိသော် ယထာဘူတကျသည့် အဖြေသည် အလိုအလျောက် သဘာဝကျကျ လှုံ့ဆော်ဘေးတီးမှုမရှိပဲ ထွက်ပေါ်လာလေ့ရှိ၏၊ အရေးကြီးသည့်ကိစ္စမှန်သမျှတွင် ရုတ်တရက်ဆုံးဖြတ်ချက်မချသင့်၊ အချိန်ကောင်းစွာ ယူသင့်၏၊ ထိုအခါမှသာ လေးနက်သည့် အတွင်းစိတ်၏ အယူအဆမှန်သည် သဘာဝကျကျ ထွက်ပေါ်လာလေ့ရှိ၏။

သတိပဋ္ဌာန်တရားကို လက်တွေ့ စမ်းသပ်ပွားများ အားထုတ်ကြည့်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန် လိုအပ်ပါသေးသလော၊ ကျွန်တော် အတိအကျမပြောနိုင်၊ သို့သော် အတိအကျ ပြောနိုင်သည့် အချက်တစ်ချက်တော့ ရှိ၏၊ ယင်းကား သတိပဋ္ဌာန် ပွားများခြင်းအားဖြင့် အယူအဆသစ်၊

http://www.dhammadownload.com

အတွေးသစ်၊ စိတ်ကူးသစ်များ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပင်တည်း။

သတိပဋ္ဌာန်းတရားကို ကျွန်တော်တို့ နေ့စဉ် အလေ့အကျင့်တစ်ရပ် ဖြစ်လာအောင် နှစ်နည်းနှစ်လမ်းပွားများနိုင်၏။

ပထမနည်းကား ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းမှုပိန်မှုကို ရှုမှတ် လေ့ကျင့်ရန် ဖြစ်၏၊ နံနက်အိပ်ရာမှ ထပြီးတိုင်း မိမိ၏အခန်းသည် အကယ်၍ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်လျှင် မိမိ၏အခန်းထဲတွင် ဖြစ်စေ၊ သို့မဟုတ် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပွားများ အားထုတ်ရန်အတွက် သီးသန့်သတ်မှတ်ထားသော အခြားအခန်း တစ်ခန်း ထဲ၌ဖြစ်စေ အားထုတ်နိုင်၏၊ အနှောင့်အယှက်ကင်းမဲ့စွာ အားထုတ်နိုင်သည့် နေရာဖြစ်ရန်သာ အဓိကအားဖြင့်အရေးကြီး၏။

အတော်အတန် အားထုတ်မိသောအခါ၌ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ထိုက်သင့်သည့်အားလျော်စွာ တည်ငြိမ်မှုရလာမည်ဖြစ်၏၊ ဤသို့ဖြင့် မှန်မှန်ဆက်လက် အားထုတ်ပါက ဉာဏ်အလင်းရလာနိုင်၏၊ စတင်အားထုတ်ခါစ၌ နံနက်တိုင်း အနည်းဆုံး နာရီဝက် အချိန်ယူသင့်၏၊ လူသစ်တစ်ယောက်အနေဖြင့် စိတ်ကိုဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းမှုပိန်မှု စူးစိုက်ထားရန် မလွယ်ကူ၊ အခက်အခဲတွေ့နိုင်၏၊ ဖောင်းပိန်လှုပ်ရှားမှုအပေါ်ဝယ် စက္ကန့်အနည်းငယ်မျှသာ စိတ်ကတည် နေလိုက်၊ တခြားသို့ ပျံ့လွင့်သွားလိုက် ဖြစ်နေလေ့ရှိ၏။

မည်မျှကြာအောင် ထိုင်ရမည်နည်း ဆိုသည့်အချက်မှာ ပုံသေမရှိ၊ ယောဂီသည် မိမိ၏စိတ်ကို မပျံ့လွင့်သည့် အခြေအနေသို့ ဆိုက်ရောက်အောင် မည်မျှ လျင်လျင်မြန်မြန် စွမ်းဆောင်နိုင်သနည်းဆိုသည့် အချက်ပေါ်တွင် မူတည်၏၊ အထိုက်အလျောက် ကျွမ်းကျင်နိုင်နင်းလာသော အခါ၌ကား ဆယ့်ငါးမိနစ်အထိ အချိန်အတိုင်းအတာကို လျှော့နည်းသတ်မှတ်၍ ရနိုင်၏၊ ဤကား အတိုဆုံးသော တရားထိုင်ချိန်ပင်တည်း။

ဤမျှထက် တိုး၍ အချိန် တိုတောင်းချင်လို့တော့ မဖြစ်နိုင်တော့၊ ထိုင်သည့်အချိန် တိုလွန်းလျှင် အကျိုးမရှိနိုင်။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော့်အနေနှင့်ကား တစ်ခါထိုင်လျှင် အနည်းဆုံး နာရီဝက်ကြာထိုင်လေ့ရှိ၏၊ သို့သော် တစ်ခါ၌ ကျွန်တော်သည် ရွှေစေတီဆရာတော်အား တွေ့ဆုံဖူးမျှော်၏၊ ဆရာတော်က ကျွန်တော်တို့နှစ်ယောက်အတူ တရားထိုင်လျှင် ကျွန်တော့်အတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်လိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် မိန့်ကြား၏၊ ထိုင်ခဲ့ကြသည့် အချိန်အတိုင်းအတာကား ဆယ့်ငါးမိနစ်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် ဓမ္မာရုံ၏ မာကျောသော ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် ထိုင်ကြခြင်းပင်တည်း၊ ထိုင်ရသည်မှာ သင်တောင့်သက်သာ မရှိပေ၊ ထိထိရောက်ရောက် အားထုတ်ခြင်းမပြုနိုင်၊ သမာဓိမရစိတ်ကပျံ့လွင့်နေပေ၏၊ ဤအခြေအနေ၌ ကျွန်တော်သည် နာရီဝက် သို့မဟုတ် နာရီဝက်ထက် ကျော်လွန်အောင် မည်သည့်နည်းနှင့်အမျှ ထိုင်နိုင်မည် မဟုတ်၊ ခြေမျက်စိများက နာကျင်လျက်ရှိကြကြောင်း သတင်းပေးလျက်ရှိပေပြီ၊ ဤအချက်ကို လျစ်လျူရှုထားခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်။

ရွှေစေတီဆရာတော်သည် ဆယ့်ငါးမိနစ်အကြာ၌ တရားထိုင်နေရာမှ ရုတ်တရက် ထွက်ပေါ်လာ၏၊ သမာဓိရလျှင်ပြီးကြောင်း ဤမျှထိုင်ရုံနှင့်လည်း ဖြစ်နိုင်ကြောင်းတို့ကို မိန့်ကြား၏။

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက် အနေဖြင့် အထက်ပါ ပုံစံအတိုင်း မည်မျှ အချိန်ကြာကြာ အားထုတ်နိုင်သနည်း၊ အချိန့်ကန့်သတ်ချက် အတိအကျ မရှိ၊ လေ့နံ့စားထစ်ပြော၍ မရနိုင်ပေ၊ အချိန်ကြာကြာ ထိုင်နိုင်ခြင်း ရှိမရှိ ဆိုသည်မှာ အခြေအနေ အရပ်ရပ်ပေါ်တွင် မူတည်၏။

မိမိရယူနိုင်သော အချိန်သည် တရားထိုင်ရန်အတွက် အဆင်ပြေခြင်း ရှိသလော၊ မိမိသည် တည်ငြိမ်တည့်မတ်စွာဖြင့် ကြာကြာထိုင်နိုင်ခြင်း ရှိသလော၊ သမာဓိ အားကောင်းခြင်း ရှိသလောဟူသည့် အချက်များပေါ်၌ အမှီသဟဲပြုနေ၏၊ ထို့အပြင် အရေးကြီးဆုံး အချက်တစ်ရပ်လည်း နောက်ဆုံးအနေဖြင့် ရှိနေသေး၏၊ ယင်းကား တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်မှု ရှိမရှိ ဆိုသည့်

http://www.dhammadownload.com

အချက်တည်း။

ဆူညံသံတို့သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအတွက် ကြီးစွာသော အနှောက်အယှက်ဖြစ်၏၊ အိမ်ထဲတွင်ဖြစ်စေ လမ်းပေါ်တွင်ဖြစ်စေ နံနက်မိုးသောက်သည်နှင့် တပြိုင်နက် ဆူညံသံများ ထွက်ပေါ်လာလေ့ရှိ၏၊ မြို့ကြီးတစ်မြို့၌ အသံတို့သည် ပိုမိုကျယ်လောင်ရုံမက အဆက်မပြတ်လည်း ထွက်ပေါ်နေလေ့ ရှိရကား ယောဂီအား အကြီးအကျယ် အနှောင့်အယှက် ပေးတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဖြစ်နိုင်သမျှ အသံလုံသော အခန်းတစ်ခန်းရအောင် စီစဉ်ဖန်တီးနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံး၊ ပြတင်းပေါက်ကို ပိတ်ထားလိုက်လျှင် နှောင့်ယှက်ကြမည့် ဆူသံညံသံတို့ အင်တိုက်အားတိုက် ဝင်ရောက်လာနိုင်ဖွယ်မရှိ။

တံခါးပေါက်ကိုလည်း ပိတ်၍ သော့ခတ်ထားလိုက်ရန် လိုအပ်၏၊ ထိုသို့မဟုတ်ပါက အခန်းထဲသို့ တစ်စုံတစ်ယောက် ဝင်ရောက်လာဖွယ်ရှိ၏၊ သမာဓိရရှိဖို့အတွက် အနှောင့်အယှက် အဟန့်အတားတစ်ရပ် ဖြစ်လာနိုင်၏၊ တရားထိုင်ရာ၌ ဖြစ်နိုင်သမျှ တသီးတသန့် ရှိသင့်၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားနှင့် ပတ်သက်၍ အကြံကောင်း ဉာဏ်ကောင်းများကို အသေးစိတ် ပေးထားသော စာအုပ်ပေါင်း အမြောက်အမြားထွက်ပေါ်ပြီးဖြစ်ရာ ဤစာအုပ်ထဲ၌ သာမညအချက်တို့ကို အကျယ်တဝင့် တင်ပြနေရန် မလိုအပ်တော့ပေ။

ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်ခါနီး၌ ကိုယ်လက်သန့်စင်ရန် လိုအပ်ခြင်း ရှိမရှိ၊ ထားရှိရမည့် ကိုယ်အနေအထား၊ ထိုင်ပုံထိုင်နည်း၊ ဝတ်ဆင်ရမည့် အဝတ်အစားအစရှိသည့် အကြောင်းအရာတို့ကိုလည်း ဤကဲ့သို့ စည်းကမ်းပိုင်းဆိုင်ရာ၌ အတွေ့အကြုံများဖြင့် ပြည့်စုံရင့်ကျက်ကြကုန်သော ပညာရှင်အမျိုးသား အမျိုးသမီး အပေါင်းတို့က မိမိတို့၏ အကောင်းဆုံးသော စာအုပ်များတွင် ရေးသားဖော်ပြခဲ့ကြပြီးဖြစ်၏။

ဤမည်သော သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်သည် ဆင်ခြင်ရသည်မှာ လွယ်ကူခြင်း၊

http://www.dhammadownload.com

ရှင်းရှင်းလင်းလင်းရှိခြင်း၊ အလွယ်တကူ နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ပြီး ထင်ရှားရာကို ရှုရခြင်း၊ သတိကပ်ထားရခြင်းဟူသည့် ဝိသေသများဖြင့် ပြည့်စုံလျက်ရှိသည်ကလွဲ၍ အခြားသော ယောဂယျလက္ခဏာတို့တွင် အခြားအခြားသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့နှင့် များစွာခြားနားခြင်း မရှိရကား ကျွန်တော်သည် အရေးမကြီးလှသည့် အကြောင်းအရာတို့ကို တခမ်းတနား ရေးသားတင်ပြနေရန် ဆန္ဒမရှိပေ။

ဒုတိယနည်းလမ်းမှာမူ နေ့အခါတွင် ဖြစ်စေ ညအခါတွင် စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင် ထားနိုင်ရေးအတွက် အဖိုးအတန်ဆုံးသော လေ့ကျင့်ခန်းပင်ဖြစ်၏၊ လေ့ကျင့်ရှုမှတ်ခြင်း မပြုဘဲ လွှတ်ထားမည်ဆိုပါလျှင် စိတ်သည် ပေါက်လွှတ်ပဲစား သွားချင်တိုင်း သွားနေမည်ဖြစ်၏၊ ပျံ့လွင့်ချင်တိုင်း ပျံ့လွင့်နေမည်ဖြစ်၏၊ မကောင်းသည့် မလိုလားအပ်သည့် အာရုံများပေါ်သို့ သက်ရောက်နေမည်သာတည်း။

များသောအားဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ စိတ်တို့သည် ကြောင့်ကြမှု၊ တဏှာ၊ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ကာယိကဒုက္ခ၊ စေတသိက ဒုက္ခစသည့် ကိလေသာတရားများနှင့် ကင်းလေ့မရှိပေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးလုံးကို အလွန်ပင် အန္တရာယ်ပေးလေ့ရှိကြ၏၊ တရားအားထုတ် ရှုမှတ်နေသောအခါ အမျိုးမျိုးသော လောဘ ဒေါသ ကိလေသာများ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ခွင့် မရှိတော့ပေ၊ ဤကား သတိပဋ္ဌာန်တရား၏ အဓိကအကျဆုံးသော ဝိသေသလက္ခဏာပင်ဖြစ်၏။

သတိပဋ္ဌာန်တရားသည် ကိလေသာ အမျိုးမျိုးပေါ်တွင် ကျရောက်ကျက်စားနေသော စိတ်ကို ယင်း၏ စားကျက်မှ ဆွဲထုတ်ဆောင်ယူလာပြီးနောက် ထိုင်နေလျှင်လည်း ထိုင်မှု ထိမှု၊ လမ်းလျှောက်နေလျှင်လည်း ခြေထောက်များ၏ လှုပ်ရှားမှု၊ သို့မဟုတ် ခန္ဓာ၏ အခြားတစ်နည်းနည်းသော လှုပ်ရှားမှုတို့ပေါ်တွင် သက်ရောက်နေစေခြင်းပင်ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

ဤသို့ဖြင့် လေ့ကျင့်သားရ၍ သမာဓိအားကောင်း လာသောအခါ ယောဂီသည် သက်သောင့်သက်သာ အေးအေးဆေးဆေးဖြင့် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ထိုင်နိုင်စွမ်းရှိလာ၏၊ ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းမှုပိန်မှုအပေါ်၌ အစဉ်တစိုက် သတိကပ်ထားလျက် အကြာကြီးထိုင်နေလင့်ကစား ဘေးမှ ကြည့်မြင်ရသူတစ်ယောက်အတွက် ထိုယောဂီသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများအားထုတ်နေကြောင်း၊ ထူးခြားသော ကိစ္စတစ်ခုကို ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်နေခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိမြင်နားလည်လိမ့်မည်မဟုတ်။

ထိုသို့ နှလုံးသွင်းရှုမှတ်နေသည်မှာ စိတ်ကို သက်သောင့်သက်သာ ထားရှိလျက် ငြိမ်းငြိမ်း အေးအေးနေထိုင်တတ်သည့် အလေ့အကျင့်တစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်းပင်တည်း။

အားထုတ်ဖန်များသောအခါ အလေ့အထတစ်ရပ်လည်း မုချမသွေဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ လောဘ ဒေါသ မောဟစသည့် ကိလေသာတရားတို့နှင့်သာ အကျွမ်းတဝင် ရင်းနှီးချစ်ခင်နေလေ့ရှိသော စိတ်သည် မိမိ၏ အကျင့်စရိုက်ဟောင်းကို စွန့်၏၊ အပေါင်းအသင်း ရောင်းရင်းဟောင်းတို့နှင့်လည်း လမ်းခွဲ၏။

စင်စစ်၌ ကောင်းသောအလေ့အကျင့်တစ်ခုကို ပြုစုပျိုးထောင်ယူခြင်းဖြင့်သာ အကျင့်စရိုက်ဆိုးကို ပယ်ရှား တိုက်ထုတ်ခြင်းငှာရနိုင်၏၊ စိတ်သည်လည်း လောဘ ဒေါသ မောဟတရားတို့၏ နှိပ်စက်ကလူပြုမှုခြင်းခံနေရသည့် အခြေအနေဟောင်းထက် ယင်းတို့နှင့် လမ်းခွဲထားသည့် အေးငြိမ်းချမ်းသာသည့် အခြေအနေသစ်ကို ပိုမိုနှစ်သက်သဘောကျမည်သာတည်း။

ပုထုဇဉ်တို့သဘာဝ နေ့စဉ်ဘဝစစ်မြေပြင်၌ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားကြယင်း ကာယစိတ္တ နှစ်ဖြာလုံး ပင်ပန်းနွမ်းလာလေ့ရှိကြ၏၊ အာရုံကြောများ တင်းကျပ်လျက် ရင်လေးစိတ်လေးလာလေ့ရှိ၏၊ ထိုအခါ၌ "ဘဝအဆိပ်အတောက်"တို့ ပြေပျောက်သွားစေရန် အားကိုးရှာဖွေကြ၏။

စိတ်ငြိမ်ဆေးများ သောက်သုံးမိခြင်း၊ မိနစ်အနည်းငယ်ကြာ နေ့စဉ်

http://www.dhammadownload.com

စိတ်လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ခြင်းအားဖြင့် မိမိတို့၏ ဝေဒနာ ပြေပျောက်လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည် မျှော်လင့်လာကြ၏၊ စင်စစ်ကား သူတို့သည် လမ်းလွဲလိုက်နေကြခြင်းသာဖြစ်၏၊ သူတို့လျှောက်ရမည့်လမ်းကား ထိုလမ်းမျိုးများမဟုတ်၊ မိမိတို့၏ ဘဝအသိ အမြင်ကို အပြီးအပိုင် ပြောင်းလဲပစ်ရန်သာတည်း။

အထက်ပါအတိုင်း ဘဝအသိအမြင် ပြောင်းလဲပစ်နိုင်ရန် အလို့ငှာ သတိပဋ္ဌာန် ရှုပွားရမည်ဖြစ်၏။

တရားအကျင့် မြင့်တက်လာသည်နှင့်အမျှ ကျွန်တော်တို့ မျှော်မှန်းထားရာ ပန်းတိုင်သို့ နီးကပ်လာနိုင်၏၊ သတိပဋ္ဌာန်ပွားများရာ၌ ထူးထူးဆန်းဆန်းများ၊ သို့မဟုတ် တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်များ၊ လူသာမာန်တို့ စွမ်းဆောင်နိုင်ခဲသော အချင်းအရာများ မပါပေ။

တရားရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် အလိုမရှိအပ်သော ကိလေသာတို့ကို ပယ်ရှားဟန့်တားနိုင်သည်မှာလည်း ကျွန်တော့် ကိုယ်တွေ့ပင်ဖြစ်၏၊ ထို့အပြင် စိတ်ကို အလဟဿယုံ့လွင့်နေစေခြင်းမပြုဘဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေါ်၌ ထားရှိနိုင်ခြင်းအားဖြင့် အဆင့် တစ်ထစ်ပြီးတစ်ထစ်မြင့်တက်လျက် နောက်ဆုံးသောပန်းတိုင်သို့ တိုင်အောင် ဆိုက်ရောက်နိုင်ကြောင်းကိုလည်း ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင် အရိပ်အရောင် တွေ့မြင်ခဲ့ရပြီးဖြစ်၏။

ဤကား စိတ်ဝင်စားစရာ အကောင်းဆုံးသော တွေ့ရှိချက်ပင်။

ထိုအခါ၌ အပြင်းအထန် ကြိုးစားသတိပြုနေစရာမလိုတော့၊ ဘာသိဘာသာ သက်သောင့်သက်သာကလေးနှင့်ပင် စိတ်သည်ငြိမ်နေ၏၊ တည်နေ၏၊ ပင်ပန်းသည့်သဘော၊ အစွမ်းကုန်အားထုတ်ရသည့် လက္ခဏာတို့သည်လည်း ကြက်ပျောက်ငှက်ပျောက် ပျောက်သွားကြတော့၏၊ သူတို့အစား ဉာဏ်သစ်၊ အသိအမြင်သစ်၊ အတွေ့အကြုံသစ်တစ်မျိုး သစ်ထွန်းလာတော့သတည်း။

ဆိုင်ထဲတွင် လူသူကင်းရှင်း တိတ်ဆိတ်လက်ရှိရကား ကျွန်တော်ကြိုးကုတ်အားထုတ်ခဲ့သည့် တရားအလုပ်ပေါ်၌ အထိုက်အလျောက်ပြန်လည် ဆင်ခြင်

http://www.dhammadownload.com

သုံးသပ်ခြင်း ပြုနိုင်၏။

နေ့လည်စာအဖြစ် နောက်ထပ် ဘာတွေမှာကြား စားလို့စားလိုက်မိခဲ့မှန်းပင်မသိတော့၊ စားသောက်လို့ကား ပြီးဆုံးသွားချေပြီ။

မိုးကောင်းကင်ထက် ခပ်နိမ့်နိမ့်၌ မိုးသားတိမ်လိပ်တို့သည် တစ်ရိပ်ရိပ်ရွေ့လျားနေကြ၏၊ နေဝန်းကို မိုးတိမ်တို့က ဖုံးအုပ်ခြင်းပြုလိုက်၏၊ အမျိုးသမီးအချို့သည် ဆိပ်ကမ်းတဝိုက်၌ ခင်းထားသည့် ကျောက်ခဲများပေါ်မှ ဖြတ်သန်းလျက် ခပ်သုတ်သုတ် လျှောက်သွားကြ၏။

ပင်လယ်လေအေးကလည်း တသုန်သုန် တိုက်ခတ်နေသောကြောင့် သူတို့၏ ပခုံးများထက်တွင် ရှောစောင်ကလေးများကို တင်းတင်းခြုံထားကြ၏၊ မိုးရွာတော့မည်မှာကတော့ မုချ၊ အမျိုးသမီးတို့သည် မိုးလွတ်အောင် သုတ်ခြေတင်နေကြခြင်းပင်တည်း။

ကျွန်တော့်အတွက်လည်း အချိန်တန်၍ အိမ်ပြန်ရချေတော့မည်တမုံ့၊ အချိန်များများ မကျန်တော့၊ မိနစ်အနည်းငယ်သာကျန်တော့၏၊ ဂျီနိုအာမြို့သို့ ပြန်မည့် ဘတ်(စ်)ကားကိုမှီရန် သွားရချေတော့မည်။

သင်္ဘောပေါ်သို့ ပြန်ရောက်သည်ရှိသော် အေးအေး ဆေးဆေး ဆင်ခြင်သုံးသပ်၍ ရနိုင်တော့မည်မဟုတ်၊ ပင်လယ်ခရီးရှည်၏ နောက်ဆုံးသောရက်များ၌ သင်္ဘောပေါ်တွင် ပါတီပွဲများဖြင့် စည်ကားပေတော့မည်၊ ထိုပွဲလမ်းအခမ်းအနားတို့ကို ရှောင်ရှားရန် လွယ်ကူမည် မဟုတ်။

ရက်ပေါင်းများစွာကြာအောင် အတူတကွ ခရီးသွားခဲ့ကြရသောကြောင့် ခရီးသွားဖော်အချင်းချင်း မသိချင်လို့ပင်မရတော့ပေ၊ သင်္ဘောခရီးစတင်ကာစက ကိုယ့်အစုကလေးတွေနှင့်ကိုယ် ဟိုနားတစ်စု သည်နားတစ်စု ရှိခဲ့ကြ၏၊ ထို့နောက် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား အညောင်းအညာပြေစေရန် ကုန်းဘတ်ပေါ်တွင် ကစားခုန်စား နည်းအမျိုးမျိုးတို့ကို သင့်တော်သလို ကစားခဲ့ကြသည်ဖြစ်ရာ အအုပ်အစုကလေးများ အဖွဲ့ကလေးများ ပိုမိုများလာ၏။

http://www.dhammadownload.com

ယင်းနောက်တွင်တော့ ဘရစ်(ချ်)တို့ ပိုကာတို့ကိုပါ ကစားခဲ့ကြ၏၊ သို့သော် မြှုပ်၍ ကြည့်လျှင်ကား နိုင်ငံခြားသားတို့ (အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် ဤသဘောသည် နိုင်ငံခြားသဘောပင်)သည် ဗြိတိသျှတို့၏ ဓလေ့ထုံးစံကို အရက်ဆိုင်ခန်းထဲတွင်မှတပါး လေးစားခဲ့ကြ၏၊ သို့သော် ယခုခရီးဆုံးခါနီး လာသောအခါတွင်ကား တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်၊ တစ်စုနှင့်တစ်စု၊ တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့၊ ဣန္ဒြေသိက္ခာ ထိမ်းထိမ်းသိမ်းသိမ်းဖြင့် ဆက်ဆံမှုများ စတင် အရည်ပျော်စပြုချေပြီ။

မကြာမီအတွင်း တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် လိပ်စာ အပြန်အလှန် တောင်းကြတာတို့ ကတိကဝတ်ပြုကြတာတို့ ထုံးစံအတိုင်းဖြစ်ပေါ်လာပေ တော့မည်၊ ခရီးကလည်း ဆုံးအံ့မှုးမှုး ဖြစ်နေပြီ မဟုတ်ပါလော။

ထိုသို့သော အခြေအနေမျိုး၌ ကျွန်တော်သည် တစ်ယောက်ထဲထိုင်ပြီး အတွေးများကို ဆက်လက်ကွန့်မြူးမနေလိုပါ၊ စားထားသော အစားအစာ တို့ကို အစာကျေအောင်လုပ်ဖို့ လိုအပ်သလို ကျွန်တော်ပွားများအားထုတ် ထားသော သိမြင်ပေါက်ရောက်ထားသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို "အစာကျေ" အောင် ပြုလုပ်ရန်မှာလည်း နောက်ထပ်အချိန်များစွာ ယူရဦးမည်ဖြစ်၏။

ပျော့ပျောင်းနူးညံ့သော နေ၏အပူရှိန်ကို ခံယူယင်း အေးအေးဆေးဆေး ပြန်လည်သုံးသပ်ရသည့်မှာ အဆင်ပြေလှ၏၊ အရေးကြီးသည်ကား ဤတရား သည် ကျွန်တော်နှင့်အတူ အမြဲရှိနေနိုင်မည်လား သို့မဟုတ် အရင်က ကျွန်တော် ကျင့်ကြံအားထုတ်ခဲ့ဖူးသော တရားများ၏ နည်းအတိုင်း ခဏမျှ သာလက်ကနဲ ပေါ်လာပြီး ပြန်၍ ပျောက်ကွယ်သွားမည်လား လေ့လာ အကဲ ခတ်ရန်ပင်ဖြစ်၏။

အရင်က ကျင့်ခဲ့ဖူးသော တရားတို့သည် ကျွန်တော့်အား ပထမတော့ ကျွမ်းကျင်သူ တရားရှင်အဖြစ် တခဏဖြစ်နေစေခဲ့၏၊ ထို့နောက် အတန်ကြာ သွားသောခါ ယောင်ဆောင် ကျွမ်းကျင်သူအဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းသွားစေခဲ့၏၊

http://www.dhammadownload.com

ထို့ထက် ပိုမိုကြာညောင်း သွားသည်တွင်ကား "တစ်ခါက ကျွမ်းကျင်သူ" သို့မဟုတ် "တရားကို လုံးဝဥဿုံ မေ့သွားသူ" အဖြစ်သို့ လျှောကျသွားစေခဲ့၏။

သို့သော် ယခုသတိပဋ္ဌာန်တရားကား အချိန်ကာလ ကြာညောင်းသွားသည့်တိုင်အောင် ထိုသို့ ဖြစ်သွားလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော်မထင်ပေ။

အချိန်ကာလ အားလျော်စွာ မှုန်ဝါးပျောက်ကွယ်သွားလိမ့်မည်မဟုတ်၊ အမြဲရှင်သန်နေအောင်လည်း မလွဲမသွေ လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်၏၊ ရှေ့တွင် ကျွန်တော့်အတွက် ခက်ခဲသော နေ့ရက်များ တည်ရှိနေရာ ကျွန်တော်သည် သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်ကို လက်လွှတ်ထား၍ မဖြစ်ပေ၊ အချိန်ယူ ပွားများနေရမည်သာဖြစ်၏။

ကျွန်တော်သည် ကျသင့်ငွေကို ရှင်းပေးလိုက်ပြီးလျှင် ထိုင်နေရာမှ မတ်တတ်ရပ်လိုက်၏၊ သို့သော် ဆိုင်အပြင်ဘက်သို့ မထွက်နိုင်သေး၊ အခန်း၏ တစ်ဘက်သောထိပ်၌ ချိတ်ဆွဲထားသည့် ဓာတ်ပုံကို သွားရောက်ကြည့်နေမိ၏၊ ဆိပ်ကမ်း၌ အလျားလိုက် ဆိုက်ကပ်ထားသော သင်္ဘောတစ်စင်း၏ပုံတည်း၊ သင်္ဘောဦးပိုင်း၏ ရှေ့တည့်တည့် ဆိပ်ခံတံတားပေါ်မှ အနီးကပ်ရိုက်ကူးထားခြင်းပင်ဖြစ်၏၊ သင်္ဘောကုန်းဘတ်ပေါ်ရှိ သစ်သားကြိုးချည်တိုင်အိုကြီးအနီး၌ လူငယ်လေးတစ်ယောက် မတ်တတ်ရပ်လျက်ရှိ၏၊ ယင်းတိုင်၏ သင်္ဘောဦးပိုင်း ရွက်ထိန်းကြိုးကို ချည်ထား၏။

အထက်ဖော်ပြပါ ပိုက်ဆံကြိုးကြီးသည် ချည်တိုင်မှနေ၍ သင်္ဘော၏ အတော်မြင့်သော ထိပ်ပိုင်းတစ်နေရာသို့ ရောက်အောင်လည်း မြင့်တက်သွား၏၊ ထို့အပြင် ဤကြိုးသည် ဓာတ်ပုံ၏ ပင်မရိုက်ချက်လည်း ဖြစ်နေ၏၊ ရိုက်ကွက်ယူထားပုံမှာ လွယ်ကူလင့်ကစား ထူးခြားထိရောက်သော ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းမှုရှိ၏၊ ရည်ရွယ်ချက်ကလည်း ရှင်းလင်းပေါ်လွင်၏။

လူကလေး၏ မက်မောသော အကြည့်သည် ရွက်ထိန်းကြိုးအတိုင်း သူ၏

http://www.dhammadownload.com

ရည်ရွယ်ချက်နှင့် မျှော်မှန်းချက်များတည်ရှိရာ သင်္ဘောကြီး၏အမြင့်ပိုင်းသို့ အရောက် လိုက်ပါသွား၏၊ လူကလေးမတ်တပ်ရပ်နေသည့် နေရာတဝိုက်၌ ဓာတ်ပုံသည် ထင်ရှားပီပြင်၏၊ ထိုနေရာမှလွန်၍ အပေါက်များဖောက်ထားသော ရွက်ကြိုးထိန်း သစ်သားတန်းကြီးထဲမှ သင်္ဘောဦးသို့ တိုင်အောင် ကြိုးကြီးဖြတ်သန်းသွားသည့် နေရာအရောက်၌ ထင်ရှားပီသခြင်း မရှိပဲ မှုန်ဝါး သွားတော့၏။

ဤဓာတ်ပုံသည် ပုံကြီးချဲ့ထားသော ပုံတစ်ပုံဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှား၏၊ ဓာတ်ပုံသက်သက်သည်ပင် အနံဆယ့်နှစ်လက်မ အလျား နှစ်ဆယ့်လေးလက်မ ခန့်ရှိ၏၊ မတ်တပ်ရပ်၍ ငေးမောကြည့်ရှုမိနေစဉ်၌ မိုးစတင်ရွာလာသဖြင့် ကုတ်အင်္ကျီပါး၏ ကော်လာကို မတ်ထောင်လိုက်ပြီး ဆိုင်ထဲမှ ခပ်သုတ်သုတ် ထွက်ခဲ့၏။

ဘတ်(စ်)ကား ရပ်ထားသည့် နေရာသို့ သွားသော ခြေသွားလမ်းကလေး သည် ချောင်းကလေးတစ်ခုပမာ ဖြစ်နေပေပြီ၊ ဆိုင်ပေါက်ဝများ၌ အပျော် ခရီးသည်တို့ မိုးခိုနေကြသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ကျွန်တော်လည်း သူတို့လို မိုးခိုချင်စိတ် ပေါက်လာမိသေး၏။

သို့သော် ရေတပ်မတော်မှ ဥပဒေစည်းကမ်းများနှင့် ကွာလှမ်းခြင်း မရှိလှ သေးသည့်အလျောက် အချိန်မီ ပြန်ရောက်ရေးအတွက် ဦးစားပေး လိုက်ပါ ၏၊ တာလပတ်ကြီးများဖြင့် ကမန်းကတန်းဖုံးအုပ်ထားပြီဖြစ်သည့် ယာယီဈေး ဆိုင်များ၏ အနားမှဖြတ်၍ မိုးရေထဲတွင် တဖြုန်းဖြုန်းလှမ်းကာ စိတ်ဆုံးဖြတ် ချက်အပြည့်ဖြင့် ဘတ်(စ်)ကားရှိရာသို့ ပြန်ခဲ့၏။

ကုန်းမြေပေါ်သို့ တက်လိုက်ရသည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက် နှစ်သက်ပျော် ရွှင်စရာ ကောင်းရုံမက အသုံးလည်းဝင်လှသော အားလပ်ချိန်ကလေးပင် ဖြစ်တော့၏၊ ယခု အဆုံးအဖြတ်ပေးရန် မလိုသော နိဂုံးသို့ ကျေကျေနပ်နပ် ဆိုက်ရောက်ပေပြီ၊ မည်သည့်အရာ၌မဆို အဆုံးအဖြတ်တို့သည် သဘာဝ

http://www.dhammadownload.com

အတိုင်းသာ ထွက်ပေါ်လာသင့်၏။

မှန်ပါသည်၊ ဟုတ်လျှင် ကျော်၍ ပုပ်လျှင် ပေါ်ရမည်သာတည်း၊ မျိုးစေ့ကောင်းကိုစိုက်ပျိုးလျှင် အချိန်ကျသောအခါ၌ အပင်သည်ပေါက်ရောက် ရှင်သန်လာမည်သာတည်း၊ ကျွန်တော်တို့က မလှုံ့ဆော်ပဲ အားပေးအားမြှောက်မလုပ်ပဲ ဆုံးဖြတ်ချက်တရပ် အလိုလိုထွက်ပေါ်လာနိုင်အောင် ခွင့်ပြုထားရမည် သာတည်း၊ အခြေအနေ ဖန်တီးပေးရမည်သာတည်း။

ထိုအချိန်အတွင်း၌ကား သိကျွမ်းရင်းနှီးပြီးသားဖြစ်သော သဘောမှနေ၍ မသိသေးသော၊ အစီအစဉ် ချမှတ်ပြီးသား မဟုတ်သေးသော အနာဂတ်ဘဝခရီးအတိုင်း လျှောက်လှမ်းရဦးမည်တည်း။

ဤအခါ၌ တွေ့ကြုံရအံ့သော လူမှုဆက်သွယ်ရေး ကိစ္စအဝဝတို့သည် အသစ်သော အသိတစ်ရပ်ကို ပုံစံသွင်းလောင်း ပေးကြမည်မှာ မချွတ်၊ ဘဝကို မိမိ၏ အသိနှင့်ယှဉ်၍ နေထိုင်ကုန်လွန်ရမည်သာဖြစ်၏။

ယင်းကား ဘဝ၏ကိစ္စ၊ ဘဝ၏တာဝန်တည်း၊ ဘဝဟူသည် ဆက်လက်၍ အသက်ရှင်နေရဦးမည်သာ၊ လောကခံကို ထိန့်လန့်ကြောက်ရွံ့ပြီး လက်မြှောက်အရှုံးပေးရန်မဟုတ်။

သိဝရီများ၊ စူးစမ်းရှာဖွေတွေ့ရှိချက်များ၊ အသိတရားများကောင်းမွန်စစ်မှန်ခြင်း ရှိ မရှိဆိုသည်ကို ဤပြဒါးတိုင်၊ ဤမှတ်ကျောက်ဖြင့်သာတိုင်းတာစစ်ဆေး ကြည့်ရာ၏၊ အတုအယောင်သည် ချမ်းသာသုခကိုလည်းကောင်း၊ ပြည့်စုံပြီးမြောက်သော အဖြစ်သို့လည်းကောင်း ပို့ဆောင်ပေးနိုင်မည်မဟုတ်၊ ပိုမို၍ကျဉ်းမြောင်းသော ဘောင်ခတ်ထားခြင်းခံရသော အဖြစ်သို့သာ ပို့ပေးမည်မှမလွဲ။

အစစ်အမှန်သည် အချိန်တန်သောအခါ၌ အင်နှင့်အားနှင့် ရှင်းလင်းပီပြင်လာမည်သာတည်း၊ အသေအချာ ထင်ရှားပေါ်လွင်လာမည်သာတည်း။

ဆန့်ကျင်ဘက် လက္ခဏာများ ကိန်းနေဟန် ရှိသော်လည်း စင်စစ်၌

http://www.dhammadownload.com

သည်းခံစောင့်ဆိုင်းနိုင်မှုနှင့် အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုကောက်ယူတတ်သည့် အသိအမြင်တည်းဟူသော အရည်အချင်းနှစ်ရပ်နှင့်သာ ပြည့်စုံနေမည်ဆိုပါလျှင် အထက်ပါအတိုင်း ကောန်မှုချဖြစ်ရမည်ဟု စိတ်ချယုံကြည်၏။

နိုးမြိုင်

http://www.dhammadownload.com

မိုးမြိုင်

(သို့)

ဘာသာပြန်သူ၏ကိုယ်ရေးအကျဉ်း

မန္တလေးတိုင်း ပျဉ်းမနားမြို့တွင် အဖ ဝတ်လုံးတော်ရ ဦးလှဘူး အမိဒေါ်အေးရင်တို့က ၁၉၃၀-ခု၊ ဇူလိုင်လ ၁၄-ရက်နေ့တွင် မွေးဖွားသည်။ အမည်ရင်းမှာလည်း ဦးစိုးမြိုင်ပင် ဖြစ်သည်။

၁၉၄၉-၁၉၅၃ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် B.A(E.Lit) Senior ကျောင်းသားဘဝ အင်္ဂလိပ်စာပေ၊ မြန်မာစာပေ လေ့လာလိုက်စားခဲ့သည်။ ၁၉၅၃-ခုနှစ် တက္ကသိုလ်ဝင်တန်း အင်္ဂလိပ်စာပြ ဆရာအဖြစ်သုံးနှစ်ခန့် လုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ ၁၉၅၅-တွင် Western Educational Institute အမည်ဖြင့် ကိုယ်ပိုင်ကျောင်းတည်ထောင်သည်။ ရှေ့ဆောင် သတင်းစာတွင် ဘာသာပြန် အယ်ဒီတာအဖြစ် ခေတ္တဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ယခုအချိန်ထိ ကလောင်ခွဲများစွာဖြင့် စာပေရေးသားခြင်း အင်္ဂလိပ်စာနည်းပြထူထောင်၍ စာပေသင်ကြားပေးခြင်းတို့ လုပ်ကိုင်ခဲ့ပါသည်။ ၁၉၅၁-ခုနှစ်ဝန်းကျင် ရှုမဝ မဂ္ဂဇင်းများတွင် တက္ကသိုလ်နေဦး ကလောင်အမည်ဖြင့် ကဗျာအချို့ စတင်ရေးသား၍ စာပေနယ်ထဲ ဝင်ခဲ့သည်။

http://www.dhammadownload.com

စိန်မြိုင်ကလောင်အမည်နှင့် ပထမဆုံးလုံးချင်း ဘာသာပြန်ဝတ္ထုမှာ ညည့်လယ်ယံ (၁၉၆၅) ဖြစ်သည်။ တက္ကသိုလ်မီမီမြိုင်၊ ဒေါ်ငွေးမြင့်ထွန်းကြိုင် ကလောင်ခွဲများလည်း လုံးချင်းစာအုပ်များ ဝတ္ထုတို၊ ဆောင်းပါး၊ ဘာသာပြန် ဆောင်းပါးတိုများရေးသားခဲ့သည်။ ထင်ရှားသည့် စာအုပ်အချို့မှာ ညဥ့်လယ်ယံ (၁၉၆၅) လူ့ရွှန်းလက်ရွေးစင်စာပေ (ပထမ-အုပ်၊ ဒုတိယအုပ်)၊ မိုးနှမသံသရာ၊ အရှည်ဆုံးနေ့၊ ကွေ့မြစ်တံတား၊ လုပ်သားသူရဲကောင်း၊ ပြည်သူတို့နှင့်အတူ၊ ဆင္ဂမအာရုံရှင် ဂျင်းဒစ်ဆင်၊ ဗီယက်နာမ်လွတ်မြောက်ရေးစစ်၊ မိုင်လေး၊ သို့သော်ဦးမည္ဘတ်၊ မိုလ်ချုပ်ကြီး မိုငင်ဇပ်၊ သဥ်းဘဝ၊ ဟီရိုရှီးမား၊ ကျွန်တော်ကိုယ်တွေ့မဟာစည်၊ အင်ဒီရာဂန္ဒီ အတ္ထုပ္ပတ္တိ၊ ရာဂျစ်ဂန္ဒီ သို့မဟုတ် အဖေတူ အမေ့သား၊ အာရာဖတ်နှင့် ပါလက်စတိုင်း လွတ်မြောက်ရေး လှုပ်ရှားမှု၊ မော်သော်ဆင်၊ ဂျိမ်း(စ်)ဘွန်း လုံးချင်းဝတ္ထုရှည်၊ ဖူးမန်းချူးလုံးချင်းဝတ္ထုရှည်၊ သွေးစက်ခြေရာဝက်ပါ၊ လေးပွင့်စာနှင့် သိုက်မာယာ၊ ရှားလော့ဟုမ်း လုံးချင်းဝတ္ထုရှည်ပေါင်းချုပ် (၁၉၈၀)၊ ဉာဏ်မြေသားနှင့် လကမ္ဘာ၊ မဟာကင်တို လျော၊ မြဝတီဇော်လွင်လုံးချင်းဝတ္ထုရှည်တွဲများ (မြဝတီဇော်မိုးလွင်၊ အိမ်မက်ကမ္ဘာမှ စိတ္တဇေညများ၊ ပင်လယ်ပြင်ကို မီးရှို့ချင်တယ် စသည့်လုံးချင်းဝတ္ထုရှည်များ) မိုးမြေသိမ့်သိမ့်တုန်စေသူများတို့ ဖြစ်ကြသည်။

အနှစ်ချုပ် အင်္ဂလိပ်သဒ္ဒါ၊ ဝိဘတ်နှင့်တွဲသော အင်္ဂလိပ်စာအသုံးအနှုန်းများ အမြဲတေ အင်္ဂလိပ်အီဒီယံများ၊ အမေရိကန် အီဒီယံမိတ်ဆက်၊ မိသားစုအယ်လ်ဘန် ယူအက်စ်အေ၊ အင်္ဂလိပ်စကားပြောနည်း ၉၀၀၊ လက်တွေ့အင်္ဂလိပ်သဒ္ဒါ၊ ကိုယ်ပိုင်ပြောအင်္ဂလိပ်စကား၊ မရှိမဖြစ်အင်္ဂလိပ်အတွေးအကွာရာများ စသည်အင်္ဂလိပ်စာ ပညာပေးစာအုပ်များစွာကိုလည်း ပြုစုထုတ်ဝေခဲ့သည်။

"ဆု" အင်္ဂလိပ်စာသင်တန်း၊ "ဆု" စာပေ အမှတ် ၂ (က) သစ္စာရိပ်သာလမ်း၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့တွင် ချစ်ဇနီး ဒေါ်ငွေးမြင့်ထွန်းကြိုင် B.A (Eco) နှင့် ၁၅-၄-၂၀၀၆ ကွယ်လွန်သည့်နေ့အထိ နေထိုင်ခဲ့သည်။

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ မဟာစည်
အမှားပြင်ဆင်ချက်

စာမျက်နှာ	မှန်	မှား
၈	မစွတာရုပ်တော့	မစွရုပ်တော့
၉	သိလာခြင်း	သိလာခြင်း၊
၂၀	စိန်ခေါ်ခြင်း	စိန်ခေါ်ခြင်း၊
၂၉	သိမြင်ရန်	သိမြင်
၃၀	တည်ရှိနေသည်လည်း	တည်ရှိနေသော်လည်း
၄၉	ရွှေစေတီဆရာတော်	ရွှေ့စေတီဆရာတော်
၅၁	လက္ခဏာရုပ်များ	လက္ခာဏာတစ်ရုပ်များ
၅၇	မလိုပါချေ။	မလိုပါချေ
၆၁	မည်နိုင်ကြတော့	မည့်နိုင်ကြတော့
၁၀၀	ကြိုးပမ်းခြင်းပြုသည်။	ကြိုးပမ်းခြင်းပြုသည့်
၁၀၈	ကြိုးစားရေး	ကြိုးစာရေ
၁၃၀	စိုးရိမ်နေမှုကလေး	ရှုံ့စိုးရိမ်နေမှု ကလေး
၁၄၀	သတ္တဝါအမြင်ဖြင့်	သတ္တဝါအမြင့်ဖြင့်
၁၅၀	သို့မဟုတ်	သိုမဟုတ်
၁၇၆	အတိုင်းအတာသစ်များ	အတိုင်းအတာများသစ်
၁၈၁	အထင်ရောက်နေ	မထင်ရောက်နေ
၁၈၈	ခံယူခြင်းပင်တည်း	ခံပြင်းခြင်းပင်တည်း

http://www.dhammadownload.com

ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ မဟာစည်
အမှားပြင်ဆင်ချက်

စာမျက်နှာ	မှန်	မှား
၁၉၃	မှုန်ဝါး၍	မှုန်းဝါး၍
၁၉၅	ပုံသေနည်း	ပုံသေးနည်း
၁၉၇	စိတ်ဝင်စားစရာ	စိတ်ဝင်းစာစရာ
၂၀၁	အလွန်ခဲယဉ်း	အလွန်ခဲ့ယဉ်း
၂၀၄	ညွှဲသည်	ညွှဲသည့်
၂၀၆	ဖြစ်ပေါ်	ပေါ်ဖြစ်
၂၀၉	ထိုရဟန်းတော်တို့က	ထိုရဟန်းတော်တိုက
၂၁၀	လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း	လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်
၂၁၀	အာဇာနည်	အာဇာနည်း
၂၁၂	အခြားလေးပါး	အခြားလေပါး
၂၁၄	စာအောင်သံယာ	စာအောင် သံယာ
၂၁၅	မသက်သာသော	မသက်သာတော့
၂၁၆	ယခုကဲ့သို့	ယခုကဲ့သိုက
၂၁၇	တစ်ရပ်ပင်	တစ်ရပင်
၂၁၉	တစ်ယောက်လည်း	တစ်ယောက်တည်း
၂၂၀	လေပန်း၏။	လေပန်း၏
၂၂၆	မြန်မာပြည်	ဗမာပြည်

http://www.dhammadownload.com

ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုလေ့လာကြည့်ခြင်းဖြင့်
ယောဂီများနှင့်တကွ ဝိပဿနာတရားကို စိတ်ဝင်စားသူ မှန်သမျှသည်
အနောက်နိုင်ငံသား တစ်ယောက်သည်ပင်လျှင်-

(၁) သတိပဋ္ဌာန် တရားတော် အပေါ်၌ မည်မျှအထိ အလေးအနက် စိတ်ဝင်စားပုံ၊

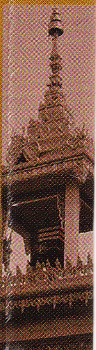
(၂) တရား၏ အစွမ်း အာနိသင်ဖြင့် မသေခင် မျက်မှောက်ဘဝ၌ အကျိုးကျေးဇူးပေါ်အောင် ရှုမှတ်သွားနိုင်ပုံ၊

(၃) တင်းတင်းရင်းရင်းစနစ်တကျကြိုးပမ်း အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်း၊

(၄) ရက်တိုတိုဖြင့် တရားအဆင့် မြင့်တက်လာပုံနှင့် ဉာဏ်များထက်ကာ အသိအမြင် ရင့်ကျက်လာပုံ၊

(၅) နောက်ဆုံး၌ တရား၏ အကျိုး ကျေးဇူးများကို ခံစားရပုံ၊

တို့ကို သိမြင်လာမည့်အပြင် များစွာသော အထွေထွေ ဗဟုသုတများကိုလည်း ရရှိနိုင်ပေသည်။

E.H Shattock

AN EXPERIMENT IN MINDFULNESS