

ရတနာစံဦးတိုက်

ရတနာမဂ်အောင်တောရဝဗ္ဗရိပ်သာများ၏အပိပတိ

မြောက်ဦးဆရာတော်

ဟောကြားအပ်သော

ဘေးရန်ကင်းမီကျင့်သုံးစို့

တရားတော်



စည်းကမ်းသည်ကြီးပွားကြောင်း

စည်းကမ်းဆိုတာ နေရာတကာ အရေးကြီးတယ်။
စားတာ၊ သောက်တာ၊ သွားတာလာတာ၊ နေတာ
ထိုင်တာ၊ ရယ်တာမောတာ၊ ပြောတာဆိုတာ၊
ဝတ်တာဆင်တာ၊ လုပ်တာကိုင်တာက အစ
နေရာတိုင်းမှာ ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းလေးတွေရှိရမယ်။
စည်းကမ်းမပါဘဲ ကြီးပွားတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး၊
ကြီးပွားတဲ့သူမှန်သမျှဟာ
စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ နေလာခဲ့ကြသူတွေချည်းပဲ။
လူဟာလူစည်းကမ်း၊ ရဟန်းဟာရဟန်းစည်းကမ်း၊
လိုက်နာခြီးစားရင် ခြီးပွားရမှာပဲ။

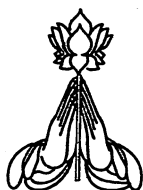
မြောက်ဦးဆရာတော်

ရတနာမာရ်အောင်တောရ
ဓမ္မရိပ်သာများ၏ အဓိပတိ

မြောက်ဦးဆရာတော်

ဟောကြားအပ်သော

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့
တရားတော်



စာစဉ် (၁၄)

(ယောဂီများအတွက်သာ)

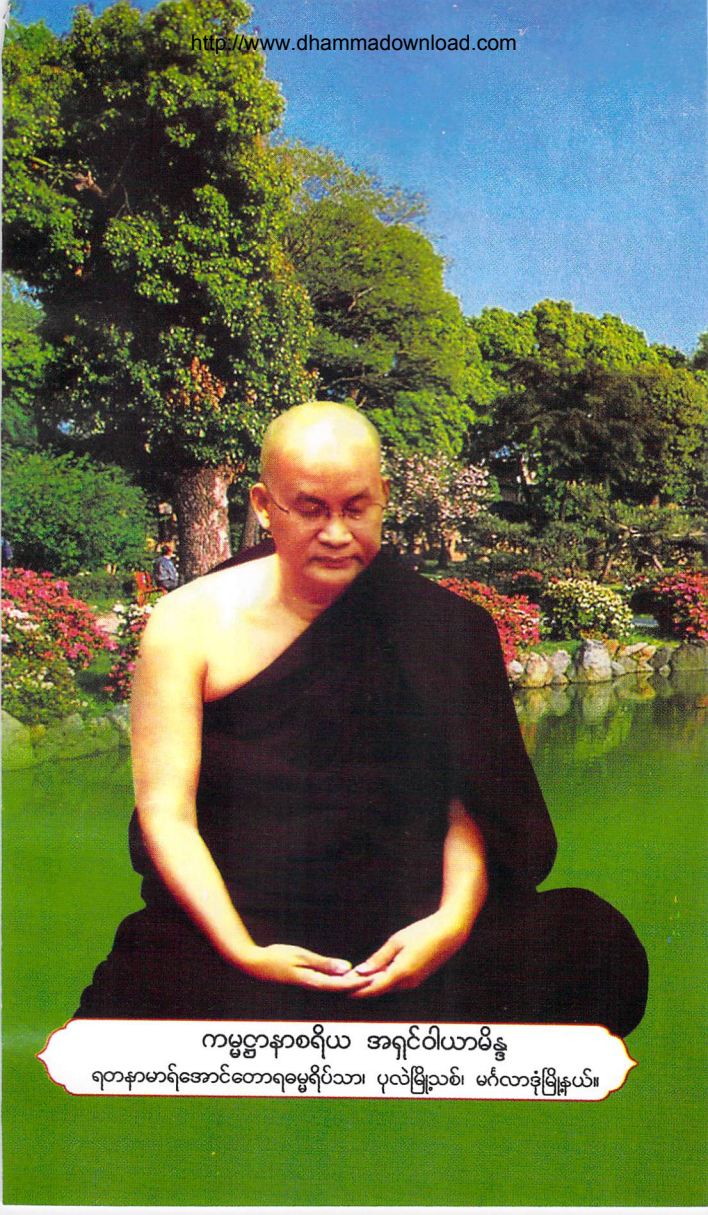
သာသနာ ၂၅၅၅၊ ကောဇာ ၁၃၇၃၊ ခရစ် ၂၀၁၁

၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ သြဂုတ်လ
ပထမအကြိမ် * ၄၀၀၀ အုပ်
၂၀၁၃ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ
ဒုတိယအကြိမ် * ၁၀၀၀ အုပ်

ဓမ္မဒါန



ရန်ကုန်
ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများမှ
လှူဒါန်းထုတ်ဝေသည်။



ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ အရှင်ဝါယာမိန္ဒ
ရတနာမာရ်အောင်တောရဓမ္မရိပ်သာ၊ ပုလဲမြို့သစ်၊ မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်။

မာတိကာ

၁။	ကြီးပွားတိုးတက်စဉ်အဆက်	၅
၂။	ဝီရိယပင့်ထောက် သဒ္ဓါမြောက်	၁၁
၃။	မလ္လပိဏ္ဏန္တေ ငြိမ်ငြိမ်နေ	၁၉
၄။	ကိုင်းကျွန်းသဖွယ် မှီအတွယ်	၂၄
၅။	မသိသူကျော် သိသူဖော်	၃၀
၆။	မြန်မြန်ထက်ထက် ခရီးဆက်	၃၅
၇။	ဉာဏ်ဦးအောင်သာ ရှုမှတ်ပါ	၄၁
၈။	ဝဆုံးအလယ် ကောင်းသုံးသွယ်	၄၆
၉။	ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး	၅၄
၁၀။	တံခါးပိတ် သော့ချိတ်နိုင်စေ	၆၂

၁၁။ တစ်ဆင့်တက်	
ရှေ့ဆက်လုပ်ပါ	၆၈
၁၂။ ဝိပါက်ကြမ္မာ သံသရာ	၇၅
၁၃။ စေတနာမှန်တဲ့ ကံတရား	၈၄
၁၄။ သင့်ရာဒေသ အမြဲနေ	၈၈
၁၅။ အသပြာမဲ့ ရတနာသူဌေး	၉၅
၁၆။ တရားအာရုံ စိတ်မှာထုံ	၉၉
၁၇။ အန္တရာယ်ဘေး ဆင်ခြင်ပေး	၁၀၅
၁၈။ တရားရင်ခွင် အပူစင်	၁၀၉
၁၉။ တစ်လောကလုံး အနတ္တဖုံး	၁၁၂
၂၀။ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်	
ရုပ်နှင့်နာမ်	၁၁၅
၂၁။ သစ္စာလေးချက် တပြိုင်နက်	၁၂၀

* * *

မတ်ရှုသူများသို့

လောကလူသားများတို့သည် မိမိ
အတွက် ဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါးအတွက် ဖြစ်
စေ၊ မိမိသူတစ်ပါး နှစ်ဦးသားအတွက် ဖြစ်
စေ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သော အလုပ်ကို
လုပ်ကြရ၏။ ဤကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်ချက်
မှန်သမျှတို့သည် လူသားတိုင်းအတွက်
သမိုင်းပေးတာဝန် ဖြစ်ပါ၏။ သို့သော်
မိမိတို့၏ လုပ်ရပ်သည် စေတနာမှန်ကန်ဖို့
လိုအပ် ပါပေ၏။ စေတနာ မှန်ကန်သော

ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းသည် အဖိုးတန်သော အကျိုး
ရလဒ်ကို မုချမသွေ ရအပ်ပါပေ၏။

ထို့ကြောင့် ရတနာမာရ်အောင် တောရ
ဓမ္မရိပ်သာများ၏ အဓိပတိ ရန်ကုန်မြို့၊
မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်၊ ပုလဲမြို့သစ် ရတနာမာရ်
အောင် တောရဓမ္မရိပ်သာ၏ ပဓာနနာယ
က ဘဒ္ဒန္တဝါယာမိန္ဒ၊ ဓမ္မကထိက၊ နိုင်ငံ
တော် ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ၊ မြောက်ဦးဆရာ
တော် အရှင်သူမြတ်သည် ပြည်တွင်းပြည်ပ
တရားပွဲများဝယ် ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း
ကောင်းမြတ်သော သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ
တရားတော်များကို ရဟန်းရှင်လူ ယောဂီ
အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အား ဟော
ကြားတော်မူပါ၏။ ထိုအရှင် ဟောကြား
တော်မူသော တရားတိတ်ခွေများမှ တစ်ဆင့်
ပုံနှိပ် ကျမ်းစာအုပ်အဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းပြီး
ကျောက်ဖြူမြို့ ဓမ္မစာစောင် ထုတ်ဝေရေး
အဖွဲ့မှ ထုတ်ဝေဓမ္မဒါန ပြုခဲ့သည်မှာ

- ၁။ အရိယာဖြစ်ရန် နည်းလမ်းညွှန်
တရားတော်
- ၂။ ဈေးသည်ပမာ ကျင့်ဖွယ်ရာ
- ၃။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အခြေခံသင်တန်း
- ၄။ အမြတ်ဆုံး ကုသိုလ်ရစေလို
- ၅။ အကာပယ်ပစ် အနှစ်ကိုရှာ
- ၆။ ဒီလိုကျင့်မှ နိဗ္ဗာန်ရ
- ၇။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် သစ္စာတရားတော်
- ၈။ အမှောင်ပယ်ခွင်း ဉာဏ်အလင်း
- ၉။ သူ့ကျွန်မခံ ပယ်တော်လှန်
- ၁၀။ အဖိုးထိုက်တန် သတိပဋ္ဌာန်
- ၁၁။ အရှုံးထဲမှာ အမြတ်ရှာ
- ၁၂။ စွန့်နိုင်မှစွမ်း နိဗ္ဗာန်လမ်း
- ၁၃။ မအားလို့ မနားရပါ စာအုပ်များကို
ထုတ်ဝေ ဓမ္မဒါနပြုခဲ့ပါ၏။
- ဆရာတော် အရှင်သူမြတ် ဟော
ကြားတော်မူသော တရားတိတ်ခွေများကို
ဓမ္မစာစောင်အဖြစ်သို့ ထုတ်ဝေခြင်းသည်

တရားနာသူများ တရားအားထုတ်ကြသူများ မှန်ကန်စွာ တရားအားထုတ်နိုင်စေရန်၊ အဆင့်ဆင့်သော ဉာဏ်စဉ်များ တိုးတက်ပြီး ဘဝဝဋ်ဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်နိုင်ကြစေရန်၊ ဘဝဝဋ်ဒုက္ခမှ မလွတ်မြောက်နိုင်သည့်တိုင် အသိဉာဏ်ရှင်းပြီး ဘဝအလင်းကို ရနိုင်ပါစေရန် ရည်သန်ထုတ်ဝေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာတော် အရှင်သူမြတ်၏ ပြည်တွင်းပြည်ပ အသီးသီး၌ ဟောကြားတော်မူသော တရားတိတ်ခွေများအနက်မှ တရားနှင့်ပျော်ရွှင် ရဟန်းရှင်လူ ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အား ယခုတဖန် “ဘေးရန်ကင်းဖို့၊ ကျင့်သုံးဖို့” တရားတော်မြတ်ကို အလွယ်တကူ နာယူမှတ်သားနိုင်ကြပါရန် သူတော်စင်အပေါင်းတို့၏ ဆန္ဒကို ဖြည့်ဆီးသော အနေအားဖြင့် ထုတ်ဝေဓမ္မဒါန ပြုလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤတရား

ဒေသနာတော်မြတ်ကို နာယူဖတ်ရှုကြကုန်
သော ရဟန်းရှင်လူ ယောဂီအပေါင်းတို့
အား ဘဝဘေးရန်မှ မလွတ်မြောက်သည့်
တိုင် ဘဝဒုက္ခ ဘေးရန်များကို တွန်းလှန်
ဖယ်ရှားရမည့် နည်းလမ်းများကို လိုက်နာ
ကျင့်သုံးတတ်မည် ဆိုပါလျှင်ဖြင့် စီစဉ်ကြ
သော ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်
သော အကျိုးရလဒ်ကြီးပါ တကားဟု
ဝမ်းသာမှုများစွာဖြင့်-

တောင်းပန်။ ။ အမှားဟူသည် မောဟ
မကင်းသူတိုင်း၌ ရှိတတ်
ကြပါသဖြင့် ဤစာအုပ်၌
တစ်စုံတစ်ခုသော အမှားကို
တွေ့မြင်ခဲ့ပါက မိမိစီစဉ်
ဆောင်ရွက်အပ်သော စာအုပ်
အလား အမှန်ဖြစ်အောင်

ပြင်ဆင်ဖတ်ရှုနိုင်ကြပါစေ
ဟု တောင်းပန်အပ်ပါသည်။

ဓမ္မောဟဝေရက္ခတိတိ ဓမ္မစာရီ
အရှင်ဇာဂရိယ
ရတနာမာရ်အောင်
၀၉၈၅၂၂၀၅၉

ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ သံဃံ

ကဲ တရားပဲ နှလုံးသွင်းကြမယ်။
တရားပဲ နာကြရအောင်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်
က ချစ်သားတို့၊ ချစ်သမီးတို့၊ မိမိတို့ အား
ကိုးရာရှိပြီးတော့ နေကြ၊ အားကိုးရာ ရှိပြီး
တော့ နေကြကွယ်တို့၊ အားကိုးရာမဲ့ပြီး
တော့ မနေမိကြလေနဲ့... လို့ ကြိမ်ဖန်
များစွာ မမှာခဲ့ဘူးလား။-

“မှာခဲ့ပါတယ် ဘုရား”

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့
ဒကာဒကာမတွေ အားကိုးရာလွဲနေလို့တဲ့
ဟုတ်လား။

“တင်ပဲ့ဘုရား”

ဘာလွဲနေတယ်...။

“အားကိုးရာလွဲနေပါတယ် ဘုရား”

၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ဒါကြောင့် အားကိုးရာမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်
လို့ မပြောဘူးလား။ ဘာတဲ့-

“အားကိုးရာမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်ပါ
ဘုရား”

နောက်တစ်မျိုးပြောရင် ပြည့်ဝစုံလင်
နိဗ္ဗာန်ဝင်တဲ့ ဟုတ်လား ဘာတဲ့လဲ။

“ပြည့်ဝစုံလင် နိဗ္ဗာန်ဝင်ပါ ဘုရား”

အေး ကုသိုလ်ကောင်းမှု တရားတွေ
ပြည့်ဝလို့ရှိရင် ဘယ်ကိုရောက်မှာတဲ့လဲ။

“နိဗ္ဗာန်ကိုပါဘုရား”

ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတရား
တွေ ပြည့်ဝဖို့ မလိုအပ်ဘူးလား။

“လိုအပ်ပါတယ် ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့ ဘုရားရှင်က လူရယ်လို့
ဖြစ်လာကြလို့ရှိရင် လူ့ဘဝရဲ့တန်ဖိုးကို နား
လည်ဖို့အတွက် အရေးကြီးပါတယ်တဲ့။
အရေးမကြီးဘူးလား။

“ကြီးပါတယ် ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၃

ဘဝဆိုတာ တန်ဖိုးရှိဖို့ လိုတယ်နော်။
ရရှိတဲ့ ဘဝကလေးကို အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိဖြင့်
တန်ဖိုးရှိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်
တတ်ဖို့ အရေးကြီးဘူးလား။

“အရေးကြီးပါတယ် ဘုရား”

ဒီတော့ ဒီလို ကုသိုလ်ကောင်းမှု
တရားလေးတွေကိုမှ ဘုန်းကြီးတို့ မလုပ်ဖြစ်
မကျင့်သုံးဖြစ် မကြိုးစားဖြစ်ဘူးဆိုရင် ရရှိ
တဲ့ ဘဝဟာ တန်ဖိုး ရှိ၊ မရှိ။

“မရှိပါဘုရား”

အဓိပ္ပာယ်လည်း မရှိဘူးနော်။ ဒါ
ကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာဒကာမများရဲ့
စိတ်အစဉ်သည် တစ်နည်း ဘဝခန္ဓာ အိမ်
ကြီးသည် ဘာရှိဖို့အတွက် အရေးတကြီး
လိုအပ်သလဲ။

“တရားရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ် ဘုရား”

အေး-တရားရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

တရားမရှိရင် တန်ဖိုးမရှိဘူးပေါ့၊ ဟုတ်သလား။

“တင်ပဲ့ဘုရား”

ဒါကြောင့်မို့လို့ ရရှိတဲ့ဘဝဟာ အမြဲမပြတ် ဒီလက်ရှိဘဝကလေးကို မြှင့်တင်ပေးရတယ်။

“တင်ပဲ့ဘုရား”

အမြဲတမ်း မိမိရဲ့ စိတ်ဓာတ်ကလေးကို အထက်တန်းရောက်အောင် ပြုပြင်ပေးရတယ်၊ ကျင့်သုံးပေးရတယ်။ သတိနဲ့ စောင့်ရှောက်ပေးရတယ်။ အဓိကကတော့ ရုပ်နဲ့ နာမ်မှာ ဒီစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကို ပြုပြင်ပေးရတယ်။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကိုလည်း စည်းကမ်းတကျဖြစ်အောင်၊ နာမ်ဆိုတဲ့ စိတ်ကိုလည်း အထက်တန်းကျတဲ့ စိတ်ဖြစ်အောင် ဘာလုပ်ယူရမှာတဲ့လဲ။

“ပြုပြင်ယူရပါမယ် ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၅

ကြီးပွားတိုးတက်အစဉ်ဆက်

ပြုပြင်ယူရမယ်။ အေး- ဥပမာလေး
တစ်ခု ပြောမယ်။ မြတ်စွာဘုရား နာဂ
သုတ္တန်ထဲမှာ ဟောထားပေးတယ်။ အဲဒီ
သုတ္တန်ထဲမှာ “ချစ်သားတို့ နဂါးတို့ဟာ
ဟိမဝန္တာတောင်ကြီးကို မှီပြီးတော့ နေ့တွေ
လတွေ နှစ်တွေကြာအောင် ပတ်ပြီးတော့
ကြီးထွားလာကြတယ်။ နှစ်ကြာလို့ ခန္ဓာ
ကိုယ် တော်တော်ကြီးထွားလာပြီဆိုရင်
ဟိမဝန္တာတောင်က ဆင်းပြီးတော့ ရေအိုင်
ရှိတဲ့နေရာကို ဆင်းပြီးတော့ မွေ့ပျော်ကြ
တယ်။ အဲဒီ အင်းအိုင်လေးတွေကတစ်ဆင့်
ချောင်းငယ်လေးတွေကို ဆင်းပြီးတော့ ဘဝ
ခန္ဓာကိုယ်ကို ကြီးထွားစေကြတယ်။ ကြီး
ထွားအောင် ကြိုးစားကြတယ်။ နောက်ကြာ
တော့ အဲဒီ ချောင်းငယ်လေးတွေကနေ
မြစ်ထဲကို ဆင်းကြတယ်။ အဲဒီမြစ်တွေမှာ

၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ပျော်မွေ့ကြတယ်။ ခန္ဓာကိုယ် ကြီးထွားကြတယ်။ အဲဒီ မြစ်ငယ်တွေမှတစ်ဆင့် ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာထဲမှာ ပျော်မွေ့ကြတယ်”တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားက ပြောတယ်။ လောကမှာ ကြီးပွားခြင်းကို ရှာဖွေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ ဘဝအတွက် စုံစုံလင်လင် ပြည့်ပြည့်ဝဝ ရှိဖို့အတွက်တဲ့ ဘဝအသိဉာဏ်မရှိတဲ့ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်မှုကို နားမလည်တဲ့ နဂါးဆိုတဲ့ တိရစ္ဆာန်မျိုးတို့သည် မိမိတို့ ခန္ဓာကိုယ် ကြီးပွားဖို့အတွက် ဦးစွာ ပထမ ဘယ်မှာသွားပြီးတော့ ပျော်ကြတယ်။

“ဟိမဝန္တာတောင်မှာပါ ဘုရား”

ဟိမဝန္တာတောင်မှာ သွားပျော်ကြတယ်။ အဲဒီ ဟိမဝန္တာတောင်ကနေ ဘယ်ကို ဆင်းသက်လာကြတယ်။

“အင်းအိုင်ကိုပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၇

အေး-အင်းအိုင်တွေကို လာပြီးတော့ ပျော်ကြတယ်။ အဲဒီကတစ်ဆင့် ချောင်းငယ်လေးတွေမှာ ပျော်ကြတယ်။ ချောင်းငယ်ပြီးတော့ ချောင်းအကြီးကြီးမှာ ပျော်ကြတယ်။ ရေထဲမှာ မွေ့ပျော်ကြတယ်။ အဲဒီမြစ်ချောင်းလေးတွေကတစ်ဆင့် နောက်ဆုံးမှာ ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာထဲကို ဆင်းပြီးတော့ ပျော်မွေ့ကြတယ်။ သမုဒ္ဒရာထဲမှာ ပျော်ကြတယ်တဲ့။ (တဖြည်းဖြည်း တဖြည်းဖြည်း) ။ နဲ့ သူတို့ရဲ့ နောက်ဆုံးပန်းတိုင် ဘယ်နေရာထိလဲ။

“သမုဒ္ဒရာထဲထိပါ ဘုရား”

သူတို့ရဲ့ ဘဝကြီးပွားခြင်းကို လိုလားတဲ့အတိုင်း မရောက်ရောက်အောင် သွားကြတာပေါ့နော်။ ထိုနည်းတူစွာပါပဲတဲ့၊ လောကမှာ လူရယ်လို့ ဖြစ်လာကြလို့ရှိရင် အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ကိုယ့်ရဲ့

၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ဘဝ ကြီးပွားခြင်းတရားကို အမြဲတမ်း
လိုလားတယ်။ နားလည်တယ်နော်။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဘဝတိုးတက်ခြင်းကို အမြဲတမ်း ဘာ
ဖြစ်ရမယ်။

“လိုလားရပါမယ် ဘုရား”

လိုလားနေရမယ်။ မိမိ ဘဝတိုးတက်
ကြီးပွားမှုကို လိုလားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှသည်
ကြီးပွားစေတတ်သော နည်းလမ်းကို ရှာဖွေ
ရပါမယ်။ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့ ပြောခဲ့ပြီးပြီ။ သို့သော်
ကြီးပွားခြင်းမှာ လောကီကြီးပွားခြင်း တစ်
မျိုး၊ လောကုတ္တရာ ကြီးပွားခြင်းတစ်မျိုး
(၂) မျိုး ရှိတယ်။ ဒီနေရာမှာ ဘုန်းကြီးတို့
လောကီကြီးပွားခြင်းကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်
ဘူး။ လောကုတ္တရာဆိုတဲ့ ကုသိုလ်တရား
တွေ တိုးပွားပြည့်ဝနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ တကယ့်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၉

ကို မိမိဘဝကို ရရှိထားတဲ့ဘဝကို ဆင်းရဲ
တယ်လို့ နားလည်သဘောပေါက်လာတဲ့
ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၊ ယောဂီဆိုတာ ကျင့်ဆဲပုဂ္ဂိုလ်
ကို ဆိုလိုတယ်နော်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ကိလေ
သာဆိုတဲ့ အညစ်အကြေးတွေ ကင်းစင်
အောင် ကျင့်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ တရားထူး
တရားမြတ်ရအောင် ကျင့်သုံးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
ကို ယောဂီလို့ခေါ်တယ်။ သောတာပန် ဖြစ်
အောင်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်ဖြစ်အောင်၊
ရဟန္တာတွေဖြစ်အောင်၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်
ဉာဏ်ရအောင် ကျင့်သုံးနေသော ပုဂ္ဂိုလ်
တွေကို ဘာလို့ခေါ်တယ်။

“ယောဂီပါဘုရား”

ယောဂီတဲ့။ သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်နော်။ မိမိ
ဘဝအတွက် တကယ့်ချမ်းသာခြင်းကို လို
လားသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကြီးပွား
ခြင်းကို ရှာဖွေရမယ်။ နံပါတ်တစ် သီလ
တရားတွေ ပြည့်ဝကြီးပွားတိုးတက် ကြိုး

၁၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

စားလာရမယ်။ နံပါတ်နှစ် သမာဓိတရား
တွေ ကြီးပွားတိုးတက် ပြည့်ဝလာအောင်
ကြိုးစားရမယ်။ နံပါတ်သုံး ပညာတရား
တွေ ကြီးပွားတိုးတက် စေတတ်သော နည်း
ကောင်းလမ်းညွှန်တွေကို လိုက်နာကျင့်သုံး
ပြီး ကြီးပွားတိုးတက်လာရမယ်တဲ့။ နား
လည်တယ်နော်။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဒီလို သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတရား
တွေကို ကျင့်သုံးနေတဲ့ ယောဂီရဲ့ သန္တာန်
ထဲမှာ နံပါတ်တစ် အမြင်တရားတွေ
ကျယ်ပြန့်ရမယ်လို့ ဆိုလိုတယ်နော်။ စက္ခု
မန္တောတဲ့ အမြင်ကျယ်ပြန့်ရမယ်။ ဉာဏ်
မျက်စိ အမြင်ကျယ်ပြန့်ရမယ်။ ကိုယ့်
မိသားစုဘဝကို ကြည့်လို့မြင်သလိုမျိုးပဲ
မဖြစ်ရဘူးတဲ့။ အပြင်လောကကိုပါ လှမ်း
ပြီး မြင်တတ်ရမယ်။ ဆိုလိုတာက ပတ်ဝန်း
ကျင်လောက တစ်ကမ္ဘာလုံးကို သဘာဝ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၁

တရားအတိုင်း အမှန်အတိုင်း ဉာဏ်မျက်စိ
နဲ့ မြင်တတ်ရမယ်တဲ့။ ထိုနည်းတူစွာ လော
ကုတ္တရာ မျက်စိဆိုတဲ့ ဉာဏ်တရားရှိရမယ်။

ဝီရိယပင့်ထောက် သဒ္ဓါမြောက်

ဒုက္ခကို ပိုင်းခြားသိတတ်သော ဉာဏ်
မျက်စိ ရှိရမယ်နော်။ ဒုတိယက သမုဒယ
သစ္စာကို သမုဒယမှန်းသိပြီး ပယ်သတ်နိုင်
သော ဉာဏ်မျက်လုံးပါရမယ်။ ဘာကို
သိတဲ့ ဉာဏ်မျက်လုံး။

“သမုဒယသစ္စာကို ပယ်သတ်နိုင်တဲ့
ဉာဏ်မျက်လုံးပါ ဘုရား”

တတိယက မဂ္ဂသစ္စာကို မြင်နိုင်သော
ဉာဏ်မျက်လုံး၊ မဂ္ဂသစ္စာတရားကို ကြိမ်ဖန်
များစွာ ပွားများတတ်သော အလေ့အကျင့်
ဉာဏ်မျက်လုံး ရှိရမယ်။

“တင်ပါ့ဘုရား”

၁၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

စတုတ္ထအချက်က နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သော တစ်နည်း မျက်မှောက်ပြုနိုင်အောင် ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်နိုင်သော ဉာဏ်မျက်လုံး ရှိရမယ်တဲ့။

“တင်ပါ့ဘုရား”

မျက်စိဘယ်နှလုံး ရှိရမှာတဲ့လဲ။

“လေးလုံး ရှိရပါမယ် ဘုရား”

အဲဒီ မျက်စိအမြင် ကျယ်ပြန့်ရုံအပြင် ဗလဝသပ္ပန္နောဆိုတဲ့ ခွန်အား အင်အားလည်း ကောင်းဖို့ လိုပါတယ်တဲ့။ ဉာဏ်မျက်စိတော့ ရှိပါရဲ့ အားမရှိရင်လည်းပဲ မိမိ ကြီးပွားတိုးတက်လိုသော သံသရာတစ်ဖက်ကမ်း နိဗ္ဗာန်နန်းကို မတက်လှမ်းနိုင်ဘူးနော်။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဗလဝသပ္ပန္နောဆိုတဲ့ ‘အား’ဆိုတာ ဘာကို ပြောသလဲဆိုရင် သဒ္ဓါတရား ဆိုတဲ့ ‘အား’ ကောင်းဖို့လိုတယ်။ ရတနာ သုံးပါး

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၃

အပေါ်မှာ မမှိတ်မသုန် ယုံကြည်တတ်သော
‘အား’ ကောင်းဖို့လိုတယ်။ ဘာကောင်းဖို့
လိုပါလိမ့်။

“သဒ္ဓါအားကောင်းဖို့ လိုပါတယ်
ဘုရား”

သဒ္ဓါတရားတွေ ကောင်းဖို့ လိုပါ
တယ်။ တရားတော်မြတ်ကို ယုံယုံကြည်
ကြည်နဲ့ လိုလားတဲ့ သဒ္ဓါတရားတွေ၊
တရားတွေနာချင်တဲ့ သဒ္ဓါတရားတွေ၊
တရားတွေ ကျင့်သုံးချင်တဲ့ သဒ္ဓါတရားတွေ၊
အဲဒီသဒ္ဓါဆိုတဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေ။ ဘုရား
ရှင်အပေါ်မှာ သံဃာတော်တွေ အပေါ်မှာ
တရားတော်အပေါ်မှာ ရတနာသုံးပါးရဲ့
ဂုဏ်ကျေးဇူးတွေကို ယုံကြည်မြတ်နိုး တန်
ဖိုးထားပြီး သိနေမယ်။ ယုံကြည်လေးစားနိုင်
သော စိတ်စွမ်းအားသတ္တိတွေ ရှိနေမယ်။
အဲဒါကို ဘာလို့ခေါ်လဲဆိုရင် “အင်အား”
လို့ ခေါ်တယ်နော်။ ဘာတဲ့လဲ။

၁၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“အင်အားပါဘုရား”

အဲဒါကို ပါဠိလို သဒ္ဓါဗလဝ။ သဒ္ဓါ
တရား အားကောင်းဖို့လိုတယ်လို့ ဆိုတယ်။
အဲဒီသဒ္ဓါတရား အားရှိပြီးတော့ နေရမယ်။
နောက်နံပါတ်သုံး ဝီရိယသမ္ပန္နော- လုံ့လ
လည်း ပြည့်စုံရမယ်တဲ့။ ဘာရှိရမယ်။

“လုံ့လပါဘုရား”

ဝီရိယနှင့် ဇွဲ၊ မလျှော့ဘဲ၊ အမြဲတင်း
တင်းထား။ အရာရာတွင်၊ အသုံးဝင်၊
အောင်မြင်ကြောင်းတရား။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်
သည် သူတော်ကောင်း တရားတို့အပေါ်
ဝီရိယတရား မရှိပါဘဲနဲ့ ပျင်းပျင်းရိရိနေ
သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး
တကယ်လို့ အသက်ရှည်နေခဲ့ပါငြားလည်း
မမြတ်သောပုဂ္ဂိုလ် မည်ပါပေ၏။ ဘာ
ပုဂ္ဂိုလ်တဲ့ လဲဆိုရင် အသက်တစ်ရာရှည်ပင်
ရှည်ငြားပါသော်လည်း ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်
ဓမ္မ သင်္ခါရတရားတို့အပေါ်မှာ လုံ့လဝီရိယ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၅

တရားတွေနဲ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှု မရှိပါဘဲ ပျင်းရိငြီးငွေ့နေမယ်၊ ကုသိုလ် တရားတွေအပေါ်မှာ ပျင်းရိငြီးငွေ့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်တွေ အသက်တစ်ရာရှည်အောင် နေရပင်ငြား သော်လည်း မမြတ်ပါဘူးတဲ့။

“တင်ပဲ့ဘုရား”

ဖြစ်ပျက်တရား မသိငြားပဲ သက်တမ်း တစ်ရာ ရှည်ပါသော်လည်း အလကားပါ ဘဲတဲ့။ ဒါဆိုလို့ရှိရင် ဝီရိယတရားကို အမြဲ မပြတ် ကြိုးစားအားထုတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သည် အသက်တစ်မိနစ်ကလေး ရှည်ပင် ရှည်ငြားသော်လည်း အသက်ရှည်ရတာ မြတ်တယ်တဲ့။ အဲဒီတော့ ဒကာဒကာမ အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ရေ သီလ သမာဓိ ပညာဖြစ်တဲ့ သူတော်ကောင်းတရား တို့ကို နှလုံးသွင်းပြီး ကျင့်ကြံပွားများ ကြိုး စားအားထုတ်မယ်ဆိုရင် မိမိတို့ ခန္ဓာအစဉ်

၁၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ကို ဉာဏ်ကလေးနဲ့ ဖြစ်စဉ်ကိုက်ပြီး အဲဒီ
ဖြစ်စဉ်ကိုက်အပေါ်မှာ အဲဒီ လုံ့လဝီရိယနဲ့
သုံးသပ်ဆင်ခြင် အားထုတ်နေကြမယ်ဆိုရင်
အဲဒီယောဂီများရဲ့ သွားရာလမ်းခရီးသည်
မချမ်းသာဘူးလား။

“ချမ်းသာပါတယ် ဘုရား”

ရှေ့တန်းကို မရောက်နိုင်ဘူးလား။

“ရောက်နိုင်ပါတယ် ဘုရား”

ဘာရှိလို့လဲမေးရင်-

“ဝီရိယပါဘုရား”

ဝီရိယနော်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဘုန်းကြီး
တို့ ဒကာဒကာမတွေ ဝီရိယဆိုတာ သိပ်
အရေးကြီးတယ်နော်။

“တင်ပါ”

နေမကောင်းရင်လည်း ဝီရိယရှိတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်က ရှေ့တန်းကို ရောက်ပါတယ်၊
ပြောသံ ကြားဖူးမှာပေါ့။ ယုန်ကလေးနဲ့

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၇

လိပ်ကလေး အပြေးပြိုင်ကြတယ်လေ။
ဘယ်သူနိုင်လဲ ပရိသတ်။

“လိပ်ကလေးပါ ဘုရား”

ယုန်ကတော့ သူ့ကိုယ်သူ အထင်ကြီး
ပြီးတော့ အေး-ငါတရေးတော့ အိပ်လိုက်ဦး
မယ်၊ အဲဒီကောင်းလောက်တော့ ဒို့က ဖြေး
ဖြေးပေါ့ ဒီလိုနော်။

“တင်ပါ့ဘုရား”

လိပ်ကလေးကျတော့ ဒီလို ဟုတ်ရဲ့
လား။

“မဟုတ်ပါ ဘုရား”

ဖြေးဖြေးဖြေးဖြေးနဲ့ မှန်မှန်လေး၊ မအိပ်
မနေပဲ ကြိုးစားပြီး သွားတာ ပန်းတိုင်ကို
ရောက်တော့မှ ငြိမ်ငြိမ်လေး အိပ်နေရှာ
တယ်။ ယုန်ကလေးကတော့ ဟာ ဒီကောင်
တော့ ဘယ်တော့မှ ရောက်မလဲ မသိဘူး
ဆိုပြီးတော့ အိပ်ယာက နိုးတော့မှ ထလာ

၁၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

တော့ ပန်းတိုင်ရောက်တော့ ဘယ်သူက
ရောက်နှင့်ပြီ။

“လိပ်ကလေးပါ ဘုရား”

အေး-အဲဒါဟာ ဘာလဲလို့မေးရင်
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးတယ်၊ ကိုယ့်
ကိုယ်ကိုယ် ဘဝင်မြင့်တယ် ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
ဟာ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုရင် ယုန်ကလေးနဲ့
တူသလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်မကြီးပါ
ဘဲနဲ့ လုံ့လဝီရိယကို တင်ပြီးတော့ ပုံမှန်
ကြိုးစားသွားလာလှုပ်ရှားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များက
ဘာနဲ့တူတယ်။

“လိပ်ကလေးနဲ့ပါ ဘုရား”

လိပ်ကလေးနဲ့ တူပါတယ်။ ဘုန်းကြီး
တို့ ဒကာဒကာမအပေါင်း သူတော်ကောင်း
တို့က ဘာနဲ့တူရမယ်။

“လိပ်ကလေးနဲ့ပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၉

ဘုရားကလေ လိပ်လိုကျင့်ပါ။ လိပ်
ဥပမာ ဤခန္ဓာပဲဆိုပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို
ဘယ်လိုကျင့်ခိုင်းတယ်။

“လိပ်လိုပါ ဘုရား”

မလုပ်ကုန်၍ ငြိမ်ငြိမ်နေ

ချစ်သားတို့ ငါဘုရားဟာလေ ညနေ
တစ်ခုမှာကွယ် ဂင်္ဂါမြစ်ကမ်းနဘေး စင်္ကြန်
ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ သွားနေတော့ လိပ်ကလေးတစ်
ကောင်ဟာ မြစ်ထဲက အပေါ်ကိုတက်ပြီး
လာတယ်။ ငါဘုရားက လိပ်ကလေးကို
ကြည့်နေတုန်း ဟိုဘက် ခြုံပုတ်အကွယ်
တစ်နေရာက မြေခွေးတစ်ကောင်က လိပ်
ကလေးအနားကို ရန်မှုမလို့ အပြေးအလွှား
ရောက်လာတယ်။ လိပ်ကလေးက မြေခွေး
အနားလဲရောက်ရော သူ့ရဲ့အမြီးကလေးကို
ကုပ်၊ လက်ကလေးတွေကိုကုပ်၊ ခြေ
ထောက်ကလေးတွေကိုကုပ်၊ ခေါင်းကလေး

၂၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ကိုလည်း ကုပ်ပြီး အခွံအထဲကို သွင်းလိုက်
တယ်။ မြေခွေးကတော့ ဒီလိပ်ရဲ့ ခေါင်းပဲရ
ရ၊ ခြေထောက်ပဲရရ၊ လက်ပဲရရ၊ အမြီးပဲရ
ရ အသေစားမယ် ဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ အပြင်က
နေပြီးတော့ အခွံကို ခဏခဏကုတ်တယ်။
လိပ်ကလေးက ထွက်လာသလား

“မလာပါဘုရား”

ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် သေမင်းနဲ့ တူ
တဲ့ မြေခွေးရဲ့ရန်ကို ကြောက်လို့ ဟုတ်
လား။

“တင်ပါ”

သေမင်းနဲ့တူတဲ့ မြေခွေးရဲ့ရန်ကို
ကြောက်ပြီး ဘယ်နှပါးကို သိမ်းဆည်း
လိုက်သလဲဆိုရင် နံပါတ်တစ်၊ ဦးခေါင်း၊
နံပါတ်နှစ်က လက်နှစ်ချောင်း၊ နံပါတ်သုံး
က ခြေနှစ်ချောင်း၊ နံပါတ်လေးက အမြီး
ကလေး ဒါတွေကို ဘာလုပ်လိုက်သလဲ။

“သိမ်းဆည်းလိုက်ပါတယ် ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၂၁

သတိနဲ့ သိမ်းဆည်းလိုက်တယ်နော်။
မြေခွေးက ဟိုဘက်လှန်၊ ဒီဘက်လှန်လဲ
သူက ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ ကြာလာတော့
မြေခွေးက ဟာ ဒီကောင်တော့ ရမှာ
မဟုတ်တော့ဘူး ဆိုပြီး ပြေးသွားရှာတယ်။
မြေခွေးမရှိတော့မှ လိပ်ကလေးက သူ့ရဲ့
ခြေလက် ဦးခေါင်းတွေကို ထုတ်ပြီး ချမ်း
ချမ်းသာသာနဲ့ အစာရှာစားပြီး မပြန်ရဘူး
လား။

“ပြန်ရပါတယ် ဘုရား”

ကဲ အဲဒါကို ဘုရားကမြင်လို့ ကျောင်း
ကို ပြန်ရောက်တဲ့ အခါကာလမှာ အေး
ချစ်သားတို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်တဲ့ ယောဂီ
ပုဂ္ဂိုလ် ဆိုတာဟာ ဘယ်လိုကျင့်ရမှာတဲ့လဲ။

“လိပ်လိုပါ ဘုရား”

ဟုတ်တယ်။ လိပ်ရဲ့ အင်္ဂါခြောက်ပါး
ကို သတိနဲ့ သိမ်းဆည်းတဲ့ ဥပမာနည်းတူပဲ။
ယောဂီဟာ မျက်စိဣန္ဒြေကို စောင့်ရှောက်

၂၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

သိမ်းဆည်းရမယ်။ နားလူနွေ၊ နှာခေါင်း
လူနွေ၊ လျှာလူနွေ၊ ကိုယ်လူနွေ၊ စိတ်
လူနွေ ဆိုတဲ့ လူနွေ(၆)ပါးကို သတိနဲ့
ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရပါမယ်။

“တင်ပါ”

မျက်စိကိုလည်း မထိန်းသိမ်းဘူး။ နား
ကိုလည်း မထိန်းသိမ်းဘူး။ နှာခေါင်းကို
လည်း မထိန်းသိမ်းဘူး။ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်
တွေကိုလည်း မထိန်းသိမ်းပါဘဲနဲ့ လူနွေ
(၆) ပါး တံခါးမလုံခြုံသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်
မြေခွေးနှင့် တူလှစွာသော သေမင်းအစား
ကို ခံရပါမယ်တဲ့။ ဘယ်သူ့ စားသုံးခြင်း
ခံရမှာတဲ့လဲ။

“သေမင်းပါဘုရား”

သေမင်း၏ အနှောင်အဖွဲ့ထဲမှာ ဝင်ရ
လိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင်
လုပ်ငန်းဝင်ကြကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှတို့
သည် ဘာကိုစောင့်ရမှာတဲ့လဲ။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၂၃

“ဣန္ဒြေ (၆) ပါးပါ ဘုရား”

ဟုတ်တယ်နော်။ ဘယ်လိုကျင့်ရမယ်။

“လိပ်လိုပါ ဘုရား”

ဟုတ်တယ်။ တရားလိုလားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
ဟာ လိပ်လို ကျင့်ရပါမယ်။ လိပ်လို လိမ္မာ
ရပါမယ်။ မလိမ္မာရင် ဘာအစားခံရမယ်။

“သေမင်းအစားပါ ဘုရား”

မြေခွေးအစားခံရမှာက လိပ်။ ဘုန်း
ကြီးတို့ အစားခံရမှာက သေမင်း။ ကိလေ
သာ သေမင်းရဲ့ အနှောင်အဖွဲ့ထဲမှာ အစား
ခံရလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ မိမိရဲ့ ခန္ဓာ
ကိုယ်ကြီးကို ဉာဏ်ယှဉ်လိုတဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်
ဟာ “ကိုယ်နှင့်အသက် မငဲ့ကွက်၊ ရှုမှတ်
နိုင်ရမည်။

ကိုယ်နှင့်အသက် မငဲ့ကွက်၊ ရှုမှတ်
နိုင်ရမည်။

ရှုစဉ်ပေါ်ရိုး၊ ရှုမှတ်မျိုး၊ လွှမ်းမိုးပယ်
ရမည်။

၂၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

လမ်းဆုံးမရောက်၊ ဒူးမထောက်၊
တောက်လျှောက်သွားရမည်။

လမ်းဆုံးမရောက်၊ လက်မမြှောက်၊
တောက်လျှောက်သွားရမည်” ဆိုတဲ့အတိုင်း
မသွားရဘူးလား။

“သွားရပါမယ် ဘုရား”

လမ်းဆုံးသို့ မရောက်မချင်း လုံ့လဝီရိ
ယ တင်ပြီးတော့ သွားရမယ်တဲ့ ပရိသတ်။

“တင်ပါ”

ကိုင်းကျွန်းသဖွယ် မှီအတွယ်

အဲဒီတော့ တကယ့်ကို သူတော်
ကောင်းတရားတွေ ပြည့်ဝလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
များသည်တဲ့၊ နောက်ထပ်လိုတာ ဘာလဲလို့
ဆိုတော့ နိဿယသပ္ပန္နော ဆိုတဲ့ အမှီ
ကောင်းရမယ်။ ပရိတ်သတ်တွေ ဘာ
ကောင်းရမယ်တဲ့။

“အမှီကောင်းရပါမယ် ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၂၅

အမှီ ဆိုတာက မိမိ မှီခိုအားထားလို
သောစိတ်၊ ဆရာသမားကောင်းသည် အမှီ
ပဲ။ ဟုတ်တယ်နော်။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့ ဟောဖူးတာ တစ်ခု ရှိ
တယ်။ ဈေးသည်ပမာ ကျင့်ဖွယ်ရာ ဆိုတာ
စာအုပ်တောင် ထုတ်ထားခဲ့ပြီးသား ရှိတယ်။
အဲဒီ ဈေးသည်ပမာ ကျင့်ဖွယ်ရာ ဆိုတာက
ဈေးသည်တို့သည် အမြင်ကျယ်ရမယ် ဆို
တာကစပြီး ဘုရားက ဟောပြခဲ့တာ။
အမြင်ကျယ်ရမယ်၊ အားရှိရမယ်၊ လုံ့လဝီရိ
ယရှိရမယ်၊ အမှီကောင်းရှိရမယ်၊ လျင်မြန်
ဖျတ်လတ်သော ဉာဏ်ရှိရမယ် စသည်ဖြင့်
ဟောခဲ့ပြီးပြီနော်။

အမြင်ကျယ်ရမယ် ဆိုတာက ဈေး
သည်ဟာ ဘယ်လိုအမြင်ကျယ်ရမလဲ ဆို
ရင် ကိုယ့်ရပ် ကိုယ့်ဒေသမှာပေါတဲ့ ပစ္စည်း

၂၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ကိုရောင်းရင် ဒီဈေးသည် ဘာဖြစ်မလဲဆိုရင်
ရှုံးမှာပေါ့၊ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

လူတွေများများသုံးပြီး အရောင်းသွက်
တဲ့ ပစ္စည်းကို မှာပြီး ရောင်းချရင် မြတ်မှာ
ပဲ။ ပြီးတော့ အဲဒီဈေးသည်သည် ဘာရှိ
ရမလဲဆိုရင် အားရှိရမယ်။ အားဆိုတာ
ဘာလဲ၊ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါကို ပြောတယ်နော်။
နောက်တစ်ခုက ဝီရိယရှိရမယ်။ မနက်
စောစောထရမယ်၊ ညနေနောက်ကျမှ သိမ်း
ရမယ်။ အဲသလို အချိန်သုံးပိုင်းမှာ ထထ
ကြွကြွ အမြဲတမ်း ရှိရမယ်တဲ့။ ဈေး သည်
ဟာလေ၊ ဒီလိုမှ မဟုတ်ပါဘဲနဲ့ စောစော
လည်း မထ၊ ညနေလည်း မလှုပ်ရှား၊ နေ့
လည်လည်း မလှုပ်ရှားရင် အဲဒီဈေးသည်
ဟာ ကြီးပွားပါ့မလား။

“မကြီးပွားပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၂၃

ဈေးသည်ဟာ ကိုယ့်ထက်ချမ်းသာတဲ့ သူကို မှီရမယ်တဲ့ ပရိသတ်များ။ ဘုန်းကြီး တို့ရဲ့ ဘုရားရှင်ဟာနော် တကယ်ဆို ထောင့်စေ့အောင် ဟောခဲ့တာ။ လောကီရော လောကုတ္တရာ နှစ်ခုစလုံးကို လိုက်နာကျင့် သုံးရန် အပြည့်အစုံ ဟောထားပေးတယ်။

“တင်ပါ”

ဘက်စုံဟောထားပေးတယ်။ လောကီ မှာ နေရမယ့် ကျင့်ဝတ္တရားတွေ ဘယ်လိုရှိ တယ်၊ ဘယ်လိုနေရမယ်၊ ဘယ်လိုထိုင်ရ မယ်၊ လောကကြီးပွားအောင် ဘယ်လို လုပ်ရမယ် ဘုရားရှင်က အကုန်လုံး ထောင့် စေ့အောင် ဟောထားပေးတယ်။ လောကီ ရော၊ လောကုတ္တရာရော။ အဲဒီတော့ ဈေး သည်တို့သည် ကိုယ့်ထက် အမှီကောင်းတဲ့ ကိုယ့်ထက်ချမ်းသာတဲ့ သူကို မှီရမယ်တဲ့။ အရင်းအနှီးကို ထုတ်ပေးနိုင်တဲ့ သူကို မှီခို ရမယ်တဲ့။ ကိုယ်က သိန်းတစ်ရာပဲ ရင်းနှီး

၂၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

နိုင်တယ်။ ကိုယ်လုပ်ရမယ့် လုပ်ငန်းက သိန်းတရာ ငါးဆယ်လောက် ရှိတယ်ဆိုရင် နောက်ငါးဆယ်လောက် ရဖို့အတွက် ကိုယ်က ဘာရှာရမယ်ဆိုရင် အမှီကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရှာရမယ်။ ကိုယ့်ထက် ကြီးပွားသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရှာရမယ်။

“တင်ပါ့”

ဟုတ်တယ်။ ကြီးတော့ ကြီးပွားနေပါရဲ့ သို့ရာတွင် ကိုယ့်ဖက်က မရိုးသားရင်တော့ ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်ကို အကူအညီပေးပါမလား။

“မပေးပါ ဘုရား”

အေး ကိုယ့်ဖက်ကလည်း လေးစားမှုအပြန်အလှန်ရှိဖို့ လိုတယ်။ ကိုယ့်ကို အမှီပေးနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် မှီခိုခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း ဪ ဒီပုဂ္ဂိုလ်က ရိုးသားတယ်၊ ဖြောင့်မတ်တယ်၊ တကယ်ကြိုးစားတာပဲလို့ ယုံကြည်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၂၉

မှုရှိမယ်ဆိုရင် ဟော ပရိသတ်တွေ သိန်း
ငါးဆယ် မရနိုင်စရာ ရှိရဲ့လား။

“မရှိပါ ဘုရား”

အေး အဲဒီလို ရိုးသားဖြောင့်မတ်တဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်ကို လူယုံအဖြစ်နဲ့ သတ်မှတ်လိုက်တဲ့
အခါ ဒီဈေးသည်သည် ဘာဖြစ်မယ်၊ ကြီး
ပွား တိုးတက်တာပေါ့ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

မရသေးတဲ့ ပစ္စည်းတွေ ရလာမယ်၊
ရပြီးသား ရှိပြီးသား ပစ္စည်းတွေလည်း တိုး
မလာဘူးလား။

“တိုးလာပါတယ် ဘုရား”

အေး ဒီနေရာမှာ မြတ်စွာဘုရားက
အမှီဆိုတာ လောကီမှာရော အမှီလိုသလို
လောကုတ္တရာမှာရော ဘာလိုအပ်တာတဲ့လဲ
ဒကာဒကာမတို့။

“အမှီပါ ဘုရား”

၃၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

မသိသူကျော် သိသူဖော်

အမှီကောင်း လိုအပ်တယ်။ ဆရာ
ကောင်း သမားကောင်းကို ဆိုလိုတယ်နော်။
ဆရာကောင်း သမားကောင်းကို မှီခိုအား
ထားရပါမယ်။ ဟုတ်တယ်နော်။

“တင်ပါ”

ဆရာကောင်းသမားကောင်းကို မှီဝဲခွင့်
မရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ၊ မှီဝဲခွင့် မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
များဟာ မျက်စိအမြင်လည်း ရှိပါရဲ့၊ အား
လည်း ရှိပါရဲ့၊ လုံ့လလည်း ရှိပါရဲ့၊ ဒါပေမဲ့
မိမိတို့ သန္တာန်ထဲမှာ အမှီမကောင်းဘူး
ဆိုရင်၊ ဆရာကောင်း သမားကောင်းတွေက
လမ်းမှန်ကို ညွှန်ပြနိုင်တဲ့ ဆရာကောင်း
သမားကောင်းနဲ့ မတွေ့ဘူးဆိုရင်ကော ရည်
ရွယ်ချက် ပန်းတိုင်ကို ရောက်နိုင်ပါ့မလား။

“မရောက်နိုင်ပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၃၁

မရောက်နိုင်ဘူး။ သံသရာလမ်းခရီး
လည်း မပြီးဆုံးနိုင်ဘူး။ ပိုးသာကုန် မောင်
ပုံစောင်းမတတ် ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။ အချိန်
တွေ လတွေ နှစ်တွေသာ ကုန်ဆုံးပြီးတော့
ရည်ရွယ်ချက်ပန်းတိုင်ကို မရောက်ဘဲနဲ့ ကုန်
သွားတတ်တယ်။ ဒီလိုအချိန်တွေ ကုန်သွား
ရင်တော့ လူမိုက်တွေနဲ့ ပေါင်းသွားတတ်
တယ်။

“တင်ပါ”

လူမိုက်တွေ ဖြစ်သွားတတ်တယ်။ ပျင်း
ရိပြီးတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အပေါ်
မှာလည်း ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားတွေ မရှိ
တော့ဘဲ ငါတော့ တရားရတော့မှာ မဟုတ်
ပါဘူး ဆိုတဲ့ စိတ်မိုက်တွေနဲ့ ပေါင်းပြီး
ကဲ မကောင်းတာတွေ မလုပ်မိတတ်ဘူး
လား။

“လုပ်မိတတ်ပါတယ် ဘုရား”

၃၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

လုပ်မိတတ်တယ်နော်။ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကျပြန်တော့ မိမိရဲ့ လက်ရှိဘဝကို အသုံးမပြုတတ်ဘူး။ သာသနာတော်မြတ်တွေပါရဲ့၊ ဟောဖော်ညွှန်ပြတဲ့ ဆရာတော်သမားတော်များ ရှိပါရဲ့။ တရားတွေ ဟောပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့လည်းပဲ ဒီတရားတွေနဲ့ မမွေ့လျော်တတ်ဘူး။ တရားတွေကို ရှောင်လွှဲပြီး နေတတ်တယ်။ အဲဒါ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုရင် ဘုရားကလေး တောမှာ ရှိတဲ့ သမင်များနဲ့ တူတယ်တဲ့။ ဘာနဲ့တူတယ်။

“တောမှာရှိတဲ့ သမင်များနဲ့ပါ ဘုရား”

တောမှာရှိတဲ့ သမင်များဟာ ဒကာ ဒကာမတွေ ပတ္တမြားရတနာတွေကို ဘယ်လောက်ပဲတွေ့တွေ့ ကောက်ယူသလား။

“မကောက်ယူပါ ဘုရား”

ဘာကိုသာ ရှာစားတယ်။

“မြက်ကိုပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၃၃

မြက်ကိုသာ ရှာစားတယ်နော်။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်တွေ ဒီတောမှာရှိတဲ့ သမင်များတို့သည် မြက်ကိုသာ ရှာစားပြီး ပတ္တမြားရဲ့ တန်ဖိုးကို နားမလည်ဘူးနော်။ ဒါကြောင့် မြက်ကိုပဲစားပြီး နေတယ်။ ဒါကို ဆရာတော် သမားတော်ကြီးတွေက-

တောမှာကျက်စား၊ သမင်များ၊
ပတ္တမြားတွေလည်း ရှောင်သွားတယ်။
မြက်ကိုသာစား၊ ပတ္တမြား၊ တန်ဖိုးအား
ဖြင့် နားမလည်။

ဥပမာအား၊ လူမိုက်များ၊ တရားတွေ
လည်း ရှောင်သွားတယ်။ ကာမကိုသာ
စားသုံးကာ၊ သံသရာ လည်ကြတယ်။

လူမိုက်တွေဟာ သူတော်ကောင်း
တရားနဲ့ ဝေးပြီး တောမှာရှိတဲ့ တောသမင်
လိုပဲတဲ့ ဟုတ်ကဲ့လား။ တောမှာရှိတဲ့ သမင်
များဟာ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်အပေါင်း

၃၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

သူတော်ကောင်းတို့ရေ ဘာကိုသာ ရွေးချယ်
စားသုံးတယ်။

“မြက်ကိုပါ ဘုရား”

မြက်ကိုပဲ ရှာစားတယ်။ စိန်ရွှေရတနာ
ကျောက်သံပတ္တမြား ဘယ်လောက်တွေ
တွေ့ အရေးစိုက်ရဲ့လား။

“မစိုက်ပါ ဘုရား”

တစ်နည်းဥပမာ- မွေးမြူထားတဲ့
ကြက်တွေ၊ ကြက်မကြီး တစ်ကောင်ဟာ
အမှိုက်ပုံသွားပြီး ယက်နေတယ်။ သားလေး
တွေကို အစာရှာကျွေးနေတယ်။ သူဟာ
ဘာတွေသာ ရှာစားသလဲဆိုရင် အမှိုက်ထဲ
မှာ ရှိတဲ့ ပိုးကောင်လေးတွေကိုသာ ရှာစား
တယ် ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

တွေ့တဲ့ အရာတိုင်းကို သူဟာ ဘာ
လုပ်ပစ်သလဲဆိုရင် ယက်ပစ်တယ်နော်။
ဟုတ်လား။ တောသမင်များလိုပဲ ပတ္တမြား

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၃၅

တန်ဖိုးလည်း နားမလည်သလိုပဲ ကြက်တွေ
မှာလည်း ယက်မနေဘူးလား။
“ယက်နေပါတယ် ဘုရား”

မြန်မြန်ထက်ထက် ခရီးဆက်

အဲသလိုမျိုးပါပဲတဲ့။ လောကအလယ်
မှာ သူတော်ကောင်းတရားတွေကို မေ့လျော့
နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ ဘဝဟာလည်း ထို
နည်းတူစွာပဲ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေနဲ့ အချိန်
တွေ ကုန်ပြီးတော့ ရှုပါရုံ၊ သဒ္ဓါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊
ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံတည်းဟူသော အာရုံ
ငါးပါး ကာမဂုဏ်တရားတို့အပေါ်မှာ ကျင်
လည်ပြီး ဒီထဲမှာပဲ တဝဲလည်လည်နဲ့ မွေ့
လျော်ပျော်ပိုက်ပြီး နစ်မျောပြီး သကာလ
ပျော်ရွှင်မှုတွေနဲ့ နေထိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်မှန်
သမျှ အနန္တတို့၏ သွားရာလမ်းခရီးသည်
တဲ့ ချမ်းသာတဲ့နေရာလား ဆင်းရဲတဲ့ နေရာ
လား။

၃၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

“ဆင်းရဲတဲ့နေရာပါ ဘုရား”

ဆင်းရဲတဲ့နေရာကို ရောက်ဖို့ များပါ
တယ်။ ဟုတ်တယ်နော်။ ဘာဖြစ်လို့လဲမေး
ရင် အမှီသဟဲမရှိလို့၊ မှီခိုအားထားရာတည်း
ဟူသော အမှီကို မရလို့နော်။

“တင်ပါ”

ဒါဆိုရင် မိမိတို့ထက်သာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊
မိမိတို့ထက် အထက်တန်းကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို
ဘာလုပ်ရမလဲဆိုရင် မတွေ့တွေ့အောင် ရှာ
ရပါမယ်။

“တင်ပါ”

တွေ့အောင်ရှာ ဟုတ်လား။ ကိုယ့်
ထက်သာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို တွေ့အောင်ရှာပါ။
ကိုယ့်ထက် ကျွမ်းကျင်လိမ္မာသော ပုဂ္ဂိုလ်
တွေကို တွေ့အောင်ရှာ။ ရှာလို့မတွေ့ရင်
ကိုယ့်နဲ့ ဉာဏ်ပညာချင်းတူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို
ရှာပါ။ ဟုတ်လား။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၃၇

ပညာချင်းတူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မရှိရင် ကိုယ့်ထက် အောက်တန်းကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို တော့ မပေါင်းရပါဘူးတဲ့။

မှန်ကန်သော ဗုဒ္ဓလမ်းစဉ် အစစ်အမှန်ကိုသာ ကျင့်သုံးပြီး နေကြည့်စမ်းပါ။ ပတ္တမြားမှန်ရင် နွံမနစ်ပါဘူး ဒကာဒကာမတွေ။ မှန်ကန်တဲ့ ဘုရားအလိုတော်ကျ ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်တရားတွေနဲ့ တကယ်ကျင့်ပြီး နေကြည့်စမ်းပါ။ ဘယ်သောအခါမှ အန္တရာယ်မရှိပါဘူး။ ဟုတ်တယ်နော်။

“တင်ပါဘုရား”

ဘယ်သူတွေဘာလုပ်လုပ် ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး ဟုတ်လားနော်။ တကယ့်သံသရာက ထွက်မြောက်တဲ့ တကယ့်လမ်းမှန်ကိုသာ ကြိုးစားအားထုတ်၊ တကယ်အလုပ်လုပ်ရင် လူ့ဘဝဟာ ဘယ်တော့မှ အောက်အဆင့်ကို မရောက်ပါဘူး။

“တင်ပါ”

၃၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ဟုတ်တယ်နော်။ လာပြီးတော့ သူတစ်ပါးက ကိုးလိုးကန့်လန့်လုပ်ရင်လည်း လုပ်တဲ့သူတွေမှာသာ ဒုက္ခရောက်သွားကြရရှာတယ်နော်။ ဒါကြောင့် သူတစ်ပါးမကောင်းကြံရင် ကိုယ့်ဘေးဒဏ်ထိတယ်ဆိုတာလည်း မမေ့ကြပါနဲ့။

“တင်ပါ”

ဒါတွေဟာ ဒိဋ္ဌဓမ္မ အကျိုးပေးတဲ့ကံ။ ဒီဘဝမှာ အကျိုးမပေးခဲ့ရင် သံသရာခရီးမှာ အကျိုးပေးနေဦးမှာပဲ သူတော်ကောင်းတို့ရဲ့။

“တင်ပါ”

ဟုတ်ပါပြီ။ ဒါဆိုရင် ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာဒကာမတွေ ပြန်ပြောကြည့်ကြပါစို့။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အကျင့်မြတ်တွေကို ကြိုးစားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ဟာ—

နိပါတ်တစ် စက္ခုမန္တော—မျက်စိအမြင် ဉာဏ်အမြင် ကြီးမားကျယ်ပြန့်ရမယ်။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၃၉

ပြီးတော့ နံပါတ်နှစ် သဒ္ဒါဗလဝေါ-
အင်အားကောင်းရမယ်။

နံပါတ်သုံးက ဝီရိယသမ္ပန္နော- ဝီရိယ
တရားတွေ ကြီးမားရမယ်။

ပြီးတော့ နိဿယသမ္ပန္နော ဆိုတဲ့ အမှီ
ကောင်း ရှိရမယ်။

နောက်နံပါတ်ငါးက ဝေနသမ္ပန္နော-
လျင်မြန်ဖျတ်လတ်သောဉာဏ် ရှိရမယ်။
ဪ-လျင်မြန် ဖျတ်လတ်သော ဉာဏ်
လည်း ရှိရမယ် ဆိုပါလား ဒကာ ဒကာ
မတွေ။

“...”

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဟာနော်။ ဟာ-လျင်မြန်
ဖျတ်လတ်တဲ့ ဉာဏ်ဆိုတာ ဘာကိုပြော
သလဲဆိုရင် ဖျတ်ခနဲ ခန္ဓာကိုယ်က ချက်
ချင်းပေါ်ရင် ပေါ်တာနဲ့ ချက်ချင်း အမှန်
အတိုင်း ထိုးထွင်းပြီး ရှုမှတ်နိုင်ရမယ်။ ခန္ဓာ
ကပြောတဲ့ တရားလေးကို ပြောတဲ့အတိုင်း

၄၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ချက်ချင်းသိနိုင်ရမယ်။ အဲဒါကို ဇေန သမ္မ
နောတဲ့ ဘုရားရှင်ကလေ။ အဲဒါ မြတ်စွာ
ဘုရား ဟောထားပေးတယ်။ မြင်း ဥပမာပြ
ပြီးတော့လေ မြင်းဟာ အမြင်ကျယ်တယ်၊
အားရှိတယ်၊ လျင်မြန်ဖျတ်လတ်တယ်၊
ရန်သူနဲ့ တွေ့လို့ရှိရင် ဘယ်တော့မှ နောက်
မဆုတ်ဘူး၊ ရန်သူနဲ့တွေ့ရင် ရှေ့ကိုပဲ တိုး
တယ်။ နောက်မဆုတ်ဘူးနော အာဇာနည်
မြင်းတို့ဟာလေ၊ ဟုတ်လား၊ ဒကာဒကာမ
တွေ။

“တင်ပါ”

အဲဒီ အာဇာနည်မြင်းတို့ကဲ့သို့ ယောဂီ
တို့ဟာလည်းပဲ ကျင့်သုံးရမယ်။ လျင်မြန်
ဖျတ်လတ်တဲ့ ဉာဏ်ရှိရမယ် ဒကာဒကာမ
တွေ။ အဲသလို လျင်မြန်ဖျတ်လတ်တဲ့
ဉာဏ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရည်ရွယ်ချက် ပန်း
တိုင်ကို ရောက်နိုင်တယ်။ သဘောပေါက်
တယ်နော်။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၄၁

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဉာဏ်ဦးအောင်သာ ရှုမှတ်ပါ

ဒီက ဘုန်းကြီးတို့ရော၊ ဒကာဒကာမများရဲ့ စိတ်အစဉ်ထဲမှာ ဒီဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမတရားလေးတွေကို လိုက်နာကျင့်သုံး နေထိုင်လာကြမယ်ဆိုရင် အမြဲတမ်း သီလတရားတွေ တိုးတက်မြင့်မားပြီး သီလတရားတွေ ပြည့်ဝလာမယ်။ အဲဒီလိုပဲ သီလတရားတွေ ပြည့်ဝလာဖို့၊ သမာဓိကျင့်စဉ်တွေ ပြည့်ဝလာဖို့၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ထူး ဉာဏ်မြတ်တွေ ပြည့်ဝလာဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ့”

ဘဝဆိုတာ တသမတ်တည်း ဟုတ်နိုင်လို့လား ဒကာဒကာမတွေ။

“မဟုတ်ပါ ဘုရား”

၄၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

သက်တမ်းက တိုတိုလေးပါ ဒကာ
ဒကာမတွေ။ သက်တမ်းတိုတာ ကြည့်ရင်
မမြင်နိုင်ဘူးလား။

“မြင်နိုင်ပါတယ် ဘုရား”

ဟုတ်တယ်နော်။ အေး သက်တမ်းက
လည်းတိုလား၊ သာသနာကလည်း ဆုတ်
ခေတ်၊ သက်တမ်းကလည်း ဆုတ်ခေတ်၊
ပြီးတော့ လောကကြီးမှာ ရောဂါတွေက
လည်း မျိုးစုံပေါများ မလာဘူးလား။

“ပေါများလာပါတယ် ဘုရား”

အေး ဟုတ်လား၊ ရောဂန္တရကပ်လည်း
ဖြစ်တတ်တယ်၊ သတ္တန္တရကပ်လည်း ဖြစ်
တတ်တယ်။ ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ်လည်း ဖြစ်တတ်
တယ်။ ကပ်ကြီးသုံးပါးစလုံး ဖြစ်တတ်
တယ်။ လူတွေ လောဘတွေ များလာရင်
ဒေါသတွေများလာရင် မောဟတွေ များလာ
ရင် အဲဒီကပ်ကြီးသုံးပါးလည်း ဖြစ်ကိုဖြစ်
လာမှာပဲ ဟုတ်လား ဒကာဒကာမတွေ။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၄၃

“တင်ပါ”

ပျော်စရာလား ကြောက်စရာကြီးလား။

“ကြောက်စရာပါ ဘုရား”

ဒါကြောင့် အပ္ပမာဒသုတ္တန်ထဲမှာ မြတ်
စွာဘုရားက ဟေ့-ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ
ရတနာသုံးပါးကို ဆည်းကပ်ကြကွယ်တို့။
ပြီးတော့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ဉာဏ်ကလေးနဲ့
အကဲခတ်ကြကွယ်တို့။ ကပ်ကြီးသုံးပါး
ဆိုက်လာရင်၊ ရောဂါကြီးတွေ ဖြစ်လာရင်
ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာလည်း တရားရှာလို့ မလွယ်
တော့ဘူး။ ဟုတ်လား။ တဖြည်းဖြည်းနဲ့
လည်း ဇရာဒုဗ္ဗလ ရောက်လာပြီး မထနိုင်
မထိုင်နိုင်တဲ့ အချိန်ရောက်မှ တရားအား
ထုတ်လို့ တရားရနိုင်ပါ့မလား။

“မရနိုင်ပါ ဘုရား”

ရောဂါများစွာ ဖြစ်တဲ့အခါလည်း
တရားရှာလို့ မလွယ်ပြီတဲ့။ ရောဂါတွေ ဖြစ်

၄၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

လာပြီဆိုရင် အိပ်ယာထဲမှာ ဗုန်းဗုန်းလဲ
တော့မှ တရား အားထုတ်ချင်လိုက်တာ
တရား အားထုတ်ချင်လိုက်တာလို့ ပြောပင်
ပြောငြားသော်လည်း ခန္ဓာက လက်တွေ့
လုပ်နိုင်သေးရဲ့လား။

“မလုပ်နိုင်ပါဘူး”

နားလည်တယ်နော်။

“တင်ပါ”

ပြီးတော့ ကပ်ကြီးသုံးပါး ဆိုက်တယ်
ဆိုရင် တရားရှာလို့ မရတော့ဘူး။

“ကပ်ကြီးသုံးပါး ဆိုက်သောခါ
တရားရှာလို့ မလွယ်ပြီ”တဲ့။ ဟုတ်လား။
ကပ်သုံးပါး ဆိုက်လာပြီဆိုရင် တရားရှာလို့
မလွယ်တော့ဘူးနော်။ ပြီးတော့ “သံဃာ
ကွဲပြား၊ ဖြစ်တုံငြား၊ တရားရှာလို့ မလွယ်
ပြီ”တဲ့။ သံဃာတွေ တစ်ပါးနဲ့တစ်ပါး
မတဲ့ကြဘူး၊ သံဃာတော်တွေ အချင်းချင်း

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၄၅

မသင့်မြတ်ကြတော့ဘူးဆိုရင် တရားရှာလို့
လွယ်ပါ့မလား။

“မလွယ်ပါ ဘုရား”

ဒါကြောင့် တရားရှာတဲ့ အခါမှာ
ရောဂါမဖြစ်ခင်၊ မအိုခင်၊ ကပ်ကြီးသုံးပါး
မဆိုက်ရောက်ခင် သံဃာတွေ အချင်းချင်း
သင့်မြတ်နေတဲ့အချိန် ဒီအချိန်မှာ ဘာလုပ်
ရမှာတဲ့လဲ။

“တရားရှာရပါမယ် ဘုရား”

တရား အလုပ်လုပ်ရမယ်၊ တရားရှာ
ရမယ် ဒကာဒကာမတို့ရဲ့။ အဲသလိုမှ
မဟုတ်ဘူးဆိုလို့ရှိရင်၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆပြီး
နေမိမယ်ဆိုရင် ဒကာဒကာမတွေ လောက
ကြီးက ကိုယ်ထင်သလို ပျော်စရာကြီးလား၊
ကြောက်စရာကြီးလား။

“ကြောက်စရာကြီးပါ ဘုရား”

၄၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

စဆုံးအလယ် ကောင်းသုံးသွယ်

လောကကြီးမှာ ဘာတစ်ခုမှ ပိုင်ဆိုင်
မိမိခိုင်ခံ့တဲ့အရာ မရှိပါဘူးတဲ့။ ဒါကို
ဉာဏ်နဲ့ပဲ မြင်ရမှာနော်။ အမြဲတမ်း ဘာ
ဖြစ်နေတာတဲ့လဲ။

“ဖောက်ပြန် ပျက်စီးနေပါတယ်
ဘုရား”

မီးဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေ
တယ်။ လောကကြီး ဘာတောက်နေပါ
လိမ့်။

“မီးဟုန်းဟုန်း တောက်နေပါတယ်
ဘုရား”

အေး လောကသူလောကသားတွေဟာ
လောဘမီးတွေ လောင်နေကြတယ်၊ ဒေါသ
မီးတွေ လောင်နေကြတယ်၊ မောဟမီးတွေ
လောင်နေကြတယ်။ ဇာတိမီး၊ ဇရာမီး၊
မရဏမီး၊ သောကမီး၊ ပရိဒေဝမီး၊ ဒုက္ခမီး၊

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၄၇

ဒေါမနဿ၊ ဥပါယဿဆိုတဲ့ မီး (၁၁)ပါး
တို့နဲ့ တဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်မနေရ
ဘူးလား။

“လောင်နေပါတယ် ဘုရား”

မီးလောင်နေကြပါတယ်။ ဟုတ်လား။
ဉာဏ်မျက်လုံးလေး ဖွင့်ကြည့်ကြစမ်းပါ။
ပရိသတ်ကြီး လောကကြီး ဘာလောင်နေ
တုံး။

“မီးလောင်နေပါတယ် ဘုရား”

ဒါကြောင့် ယောဂီတို့၊ လောကကြီးမှာ
လောဘမီး၊ ဒေါသမီး၊ မောဟမီးတွေနဲ့ မီး
လောင်နေကြပါတယ်။ နားလည်တယ်နော်။

“တင်ပါ”

လောင်နေပေမဲ့ လောင်နေမှန်းလည်း
မသိကြဘူး။ လောင်မှန်းမသိလို့သာ မီး
လောင်ခြင်းက လွတ်မြောက်လိုတဲ့ ဆန္ဒတွေ
လည်း မရှိကြဘူးနော်။ ရှာဖွေလို့ရသမျှ
သော ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ အပေါ်မှာလည်းပဲ

၄၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

တရားတာရော မတရားတာရော အကုန်
လုပ်လာကြတယ်။ ဟုတ်လား လောကကြီး
တိုးတက်လာပြီဆိုရင် မကောင်းတော့ဘူး။
မကောင်းတာတွေက အများကြီး တိုးတက်
လာလို့ပဲ။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာတွေ တိုးတက်
လာလေလေ နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာတွေ ယုတ်
ညံ့လာလေလေပဲ။ ဟုတ်တယ်နော်။ ဘုန်း
ကြီးတို့က မိရိုးဖလာ ကိုးကွယ်မှုတွေကနေ
တကယ့် ဗုဒ္ဓအဆုံးအမလေးတွေကို တစ်
ဆင့်တက်ပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ မကောင်း
ဘူးလား။

“ကောင်းပါတယ် ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့ မြန်မာနိုင်ငံဟာ ဆင်းရဲ
သော်လည်း မမွဲသေးပါဘူး။ သူတော်
ကောင်းတရားတွေ တည်ရှိနေပါတယ်။ သူ
တော်ကောင်းတရားတွေ ပြည့်ဝနေကြတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီး ရှိပါတယ်။ ဟုတ်
သလား။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၄၉

“တင်ပါ့ ဘုရား”

သူတော်ကောင်းတရားတည်း ဟူသော
ဓမ္မမိုးတွေကို ရွာပြီး ချပေးနေတော့ ဒကာ
ဒကာမများရဲ့ စိတ်အစဉ်ထဲမှာ သဒ္ဓါ၊
သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ၊ ဟိရို၊ ဩတပ္ပ
တည်းဟူသော သူတော်ကောင်း၂စွာ
ရတနာ (၇)ပါးတို့သည် တည်ရှိခွင့် မရနေ
ဘူးလား။

“ရနေပါတယ် ဘုရား”

ဒါ အဓိက လိုရင်းပါပဲ။ ဘဝရဲ့တန်ဖိုး
ဆိုတာ ဒါလေးပါပဲ။ ဒီအသိလေးတွေ ရှိနေ
ရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တန်ဖိုးရှိမနေဘူးလား။

“ရှိနေပါတယ် ဘုရား”

ဒီအသိလေး မရှိရင် ဘဝဟာ တန်ဖိုး
မရှိပါဘူး။ ဟော ဘဝ တန်ဖိုးရှိဖို့အတွက်
ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်များရဲ့ စိတ်အစဉ်ထဲ
မှာ ဘာကိန်းအောင် ကြိုးစားရမယ်။

“တရားကိန်းအောင်းပါ ဘုရား”

၅၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

သူတော်ကောင်း တရားတွေ ကိန်း
အောင် ကြိုးစားရမယ်။

တနည်းအားဖြင့်ဆိုရင် သီလ၊ သမာဓိ၊
ပညာရှိဖို့ လိုအပ်တယ်။ ကဲ ဘုရားရှင်က
ဥပမာတွေ ပြောပြပြီး ဥပမေယျကတော့
နဂါးတို့သည် ဟိမဝန္တာတောင်ကနေပြီး
တော့ အင်းတွေချောင်းတွေကို ဆင်းသက်၊
ပင်လယ်တွေဆင်းသက်၊ နောက်ဆုံးမှာ
သမုဒ္ဒရာထဲမှာ ပျော်မွေ့စွာဖြင့် ကြီးပွား
နေကြဘိသကဲ့သို့ ထိုနည်းတူစွာပဲတဲ့ ငါ
ဘုရားရဲ့ သာသနာတော်မြတ်မှာ မှီဝဲခွင့်
ရကြကုန်သော အမျိုးသား အမျိုးသမီးတို့
သည် ငါဘုရားဆိုတာက ဟိမဝန္တာတောင်
ကြီးနဲ့ တူတယ်၊ ဟိမဝန္တာတောင်ကို ပတ်
ပြီး ပျော်မွေ့တယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များက ဘယ်
လိုပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ ဆိုလို့ရှိရင် သဒ္ဓါတရား
ရှိတဲ့ နဂါးနဲ့တူတဲ့ လူတွေ ဟုတ်တယ်နော်။

“တင်ပါ”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၅၁

လူအပေါင်း နတ်အပေါင်းတို့သည်
ငါဘုရားရဲ့ သာသနာတော်ကို မှီပြီးတော့
ဘာဖြစ်ရမလဲဆိုရင် ကြီးပွားကြရပါမယ်။
ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

ဘာဖြစ်ရမလဲ။

“ကြီးပွားရပါမယ် ဘုရား”

ဘယ်လို ကြီးပွားရမလဲဆိုတော့ ဘုရား
မြတ်စွာက သဒ္ဓါတရားနဲ့ ကြီးပွားဖို့လို
တယ်၊ သီလတရားတွေ၊ သုတတရားတွေ၊
စာဂတရားတွေ၊ ပညာတရားတွေဆိုတဲ့ ကြီး
ပွားခြင်း (၅)မျိုးနဲ့ ကြီးပွားဖို့ လိုတယ်နော်။

“တင်ပါ”

လောကမှာ အသိတရားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
တွေဟာ သဒ္ဓါ ဝိရိယ သတိ သမာဓိ
ပညာ ဆိုတဲ့ အမြော်အမြင် ဗိုလ် ၅ မျိုး
တို့ဖြင့် ပြည့်စုံကြကုန်သော အမျိုးသား
ကောင်း အမျိုးကောင်းသမီးတို့သည် ငါ

၅၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ဘုရားရဲ့ သာသနာတော်ကြီး ဟူသော
ဟိမဝန္တာတောင်ကြီးကို မှီပြီးတော့ ကုသိုလ်
တရားတို့ဖြင့် ကြီးပွားရာဖြစ်တဲ့ သီလအစ
သမာဓိအလယ် ပညာအဆုံး၊ အာဒိကလျာ
ဏ၊ မဇ္ဈေကလျာဏ၊ ပရိယောသန ကလျာ
ဏဆိုတဲ့ ကောင်းခြင်းသုံးဖြာတို့ဖြင့် ကြီးပွား
နိုင်တယ်။ ဘာနဲ့ ကြီးပွားနိုင်တာတဲ့လဲ။

“ကောင်းခြင်းတရားတွေနဲ့ပါ ဘုရား”

ကောင်းခြင်းသုံးဖြာတို့ဖြင့် ကြီးပွားနိုင်
တယ်တဲ့။ အာဒိကလျာဏဆိုတဲ့ အစ၏
ကောင်းခြင်း၊ အစကောင်းခြင်း ဆိုတာ ပေး
ကမ်း၊ စွန့်ကြဲလှူဒါန်းခြင်းတည်း ဟူသော
ကြီးပွားခြင်းတရားပဲ။ မဇ္ဈေကလျာဏ
ဆိုတဲ့ အလယ်၏ ကောင်းခြင်း ဆိုတာက
သီလ တရားတွေနဲ့ မကျိုးမပေါက်
မပြောက်မကြားပါဘဲနဲ့ စောင့်ထိန်းနိုင်တဲ့
သီလပဲ။ နံပါတ်သုံးဖြစ်တဲ့ အဆုံးသတ်
ကောင်းခြင်း ဆိုတာက အဲဒီသီလတရား

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၅၃

တွေကို စောင့်ထိန်းပြီး မိမိရဲ့ ခန္ဓာအစဉ်ကို ဉာဏ်ဖြင့်ယှဉ်ပြီး အကဲခတ်သုံးသပ်နေတဲ့ အခါ ပေါ်ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရ တရားတွေဟာ ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်နဲ့ အမြဲ မပြတ် ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲနေတဲ့ သဘော တရားတို့အပေါ်မှာ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ပိုင်း ခြားသိရမယ့် တရားပါလား၊ သမုဒယ သစ္စာဆိုတာ ပယ်ရမယ့် တရားပါလား။ မဂ္ဂသစ္စာ ဆိုတာ ပွားများရမယ့် တရားပါ လား၊ နိရောဓသစ္စာ ဆိုတာ မျက်မှောက်ပြု ရမယ့် တရားပါလားလို့ သစ္စာလေးပါးကို မိမိကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်းစွာဖြင့် သိနေတာ ဟာ ပရိယောသန ကလျာဏဆိုတဲ့ အဆုံး ၏ ကောင်းခြင်းတရားတွေပဲ ဒကာဒကာမ တို့ရဲ့။

“တင်ပါ”

၅၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး

အဲသလို ဒါနတရားဆိုတဲ့ ဟိမဝန္တာ
တောင်မှာ ဦးစွာ ပတမ မွေ့လျော်၊ ဒုတိယ
က အင်းတွေချောင်းတွေ မြစ်တွေဖြစ်တဲ့
သီလတရားတွေနဲ့ မွေ့လျော်၊ တတိယက
ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာကြီးထဲမှာ သွားပြီး ပျော်
မွေ့တယ်လို့ဆိုတဲ့ ပညာတရားတွေနဲ့ မွေ့
လျော်ကြသလိုပဲတဲ့။ ပညာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း
ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ ဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမ
သာသာနာနာ ပျော်ရပါမယ်။ ငါဘုရား
ဆုံးမအပ်သော သီလကျင့်စဉ်၊ သမာဓိ
ကျင့်စဉ်၊ ပညာကျင့်စဉ်တွေကို ကျင့်ကြံ
ပွားများ အားထုတ်လို့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့
အပျက်တွေကိုမြင်၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့ အသုံး
မကျပုံတွေ၊ ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရတရားတွေ
ရဲ့ အမြဲမပြတ် ဖြစ်ပြီး ပျက်စီးနေတဲ့ အနိစ္စ
လက္ခဏာတွေ၊ ဖြစ်ပြီး ပျက်စီးနေတဲ့ ဒုက္ခ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၅၅

လက္ခဏာတွေ၊ ဖြစ်ပြီး ပျက်စီးနေလို့ မပိုင်
တဲ့ အနတ္တလက္ခဏာတွေကို မြင်ပြီးတော့
အနိစ္စနူပဿနာဉာဏ်၊ ဒုက္ခနူပဿနာ
ဉာဏ်၊ အနတ္တနူပဿနာဉာဏ်တွေနဲ့ လှမ်း
ပြီး တွေ့ထိနေမယ်ဆိုရင်တဲ့၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ်များ
ဟာ ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာထဲမှာ နဂါးကောင်
ကြီး အမြဲမပြတ် ပျော်ရွှင်ပြီးတော့ နေသွား
ဘိသကဲ့သို့ ငါဘုရား အဆုံးအမ တရား
တော်မြတ်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးကြကုန်သော
အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီး
အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် ဘုန်း
ကြီးတို့ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်း
တို့ရေ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်က ဘာတဲ့လဲ။

“နိဗ္ဗာန်ပါ ဘုရား”

နိဗ္ဗာန်။ ဟုတ်တယ်နော်။ နောက်ဆုံး
ပန်းတိုင်ကို လှမ်းကိုင်နိုင်ဖို့အတွက် ကျင့်စဉ်
တွေကို ကြိုးစားပြီး မကျင့်ရဘူးလား။

“ကျင့်ရပါမယ် ဘုရား”

၅၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ကျင့်သုံးရမယ်။ မေ့လျော့ပေါ့ဆပြီး
မနေရပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာဒကာမ
တွေက သိပ်ပြီး မေ့တတ်တယ်။ မေ့ပင်
အောက်ကို ဝင်ဘိသကဲ့သို့ မေ့သွားပြီ။
ဟုတ်လား။ သားကြောင့်မေ့၊ သမီးကြောင့်
မေ့၊ ပစ္စည်းဥစ္စာကြောင့်မေ့၊ ကိစ္စပေါင်း
မြောက်မြားစွာနဲ့ မေ့ပင်အောက်ကို ဝင်သွား
ပြီး မေ့လျော့ပေါ့ဆပြီး တစ်ခါတစ်ရံမှသာ
ရတနာသုံးပါးကို သတိရလာတတ်တယ်။
အဲဒီအခါ ဆရာတော်ကြီးတွေက တရား
အကြောင်းတွေ ပြောနေတယ်၊ တရားဟော
နေတယ်၊ တရားတွေပြနေတယ်လို့ အမြင်
မှန်လေးရလာပြီး (ဆက်တိုက်ဆက်တိုက်)၊
တရားတွေနာ တရားတွေမှတ် အဆင်ကို
ပြေလို့နေပေမဲ့ ဟော တော်တော်ကြာ မေ့
သွားပြန်ပြီ။ သူတစ်ပါးတွေနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်
ပြီးတော့ နေကြတယ်။ ဪ တကယ့်ကို
လူတွေဟာ မိမိနဲ့သူတစ်ပါး ဘယ်သူ့ကို

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၅၇

များများအားကိုးတတ်ကြသလဲ ဆိုရင်
သူတစ်ပါး ဟုတ်လား ပရိသတ်တွေ။ ကိုယ့်
ကိုယ်ကိုယ် အားကိုးတာနဲ့ သူတပါး အား
ကိုးတာ ဘယ်သူ့ အားကိုးတတ်ကြတယ်။

“သူတစ်ပါးကိုပါ ဘုရား”

ဘုရားရှင်ကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်
အားကိုးတတ်ရမယ်၊ တရားတွေ များများ
နာပေးရမယ်တဲ့။ တရားမနာလို့ ရှိရင်
လည်းပဲ သဒ္ဓါတရားတွေ ကုသိုလ်တရား
တွေ ဆုတ်ယုတ်နေတတ်တယ်။ တနေ့က
ပြောခဲ့ပြီးပြီ။ တရားနာတတ်ရင် အကြောင်း
အကျိုး ဆက်စပ်မှုလေးတွေ အပေါ်
အတိတ်အကြောင်းလေးတွေနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်
အကျိုး ဆက်စပ်မှုလေးတွေ မသိရဘူးလား။

“သိရပါတယ် ဘုရား”

ဒီတရားတွေနာပြီး အသိစိတ်တွေကို
ဒီအတိုင်း ထားရမှာလား၊ ပြုပြင်ယူရမှာ
လား။

၅၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“ပြုပြင်ယူရမှာပါ ဘုရား”

ဖြည့်ကျင့်ယူရမှာပေါ့နော်။ အဲသလို ပြုပြင်မှု၊ ဖြည့်ကျင့်မှုမရှိရင် လမ်းပေါ်လူ လား၊ လမ်းချော်လူလား။

“လမ်းချော်လူပါ ဘုရား”

ဖြည့်ကျင့်မှုတွေနဲ့ ပြုပြင်၊ လိုက်နာ၊ ကျင့်သုံးနေရင်ကော လမ်းပေါ်လူလား၊ လမ်းချော်လူလား။

“လမ်းပေါ်လူပါ ဘုရား”

ဟုတ်တာပေါ့ ဒကာဒကာမတို့ရဲ့။ အဲသလို လိုက်နာကျင့်သုံးမှု မရှိပါဘဲနဲ့ နေရင်တော့ လမ်းပေါ်မှာ လမ်းပျောက်နေ တာပေါ့ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ ဘဝဟာ ဒကာ ဒကာမတွေ လောကမှာ ပျော်စရာလား၊ ကြောက်စရာလား။

“ကြောက်စရာပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၅၉

ကြောက်စရာ ကောင်းတယ်။ ဒါ
ကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အားကိုးရာ
အစစ် (၃) မျိုးကို ဟောပါတယ် နော်။
ချစ်သားတို့တဲ့ လောကမှာ ငါဘုရား ရှိစဉ်
တော့ ငါဘုရား ဟောဖော်ညွှန်ပြအပ်သော
အဆုံးအမတရားလေးတွေကို လိုက်နာကျင့်
သုံး ပွားများအားထုတ်ရင် သေခါနီးမှာ ပြီး
သေသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီးပဲတဲ့။
“တင်ပါ”

နောက်တစ်မျိုးက ငါဘုရား ဆုံးမတဲ့
တရားလေးတွေကို ငါဘုရား မရှိတော့တဲ့
နောက်မှာ ငါဘုရားရဲ့ တပည့်သာဝကတွေ
က လာရောက်ပြီးတော့ နေမကောင်း ဖြစ်
စဉ် အဆုံးအမတရားတွေ ဟောပြီးတော့
တရား အသိလေးတွေ တိုးပွားပြီးတော့
တရားအသိနဲ့ သေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း
တစ်မျိုး ရှိတယ်။
“တင်ပါ”

၆၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

နောက်တစ်မျိုးကတော့ ကြိုတင်ပြီး
တရားတွေ နာဆွေးတော့ အဲဒီတရားတွေ
အားကိုးထားတယ်။ သေခါနီးမှာ၊ နေ
မကောင်း ဖြစ်တဲ့ခါမှာ ဒီတရားလေးကို
သတိရပြီးတော့ မှတ်ရင်းမှတ်ရင်း မှတ်
ရင်းမှတ်ရင်းနဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို ဉာဏ်ယှဉ်ပြီး
သုံးသပ်ဆင်ခြင် ပွားများအားထုတ်ပြီးတော့
တရားအသိနဲ့ သေသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဆိုပြီး
တစ်မျိုးရှိတယ်။ နော် သေခြင်း ဘယ်နှစ်
မျိုးတဲ့လဲ။

“သုံးမျိုးပါ ဘုရား”

ချစ်သားတို့ နံပါတ်တစ် သေခြင်းမျိုး
ဖြစ်တဲ့ ငါဘုရားနဲ့တွေ့ဖို့ ဆိုတာကလည်း
ပဲ ခက်တယ်။ ဒီလိုဆိုတယ်နော်။

“တင်ပါ”

ကဲလေ ဒီနေ့ဘုရားရှင် သက်တော်
ထင်ရှား ရှိသလား။

“မရှိပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၆၁

ဒီတော့ နံပါတ်တစ်နဲ့ မဆိုင်တော့ဘူး။
နော် ဒီတော့ နံပါတ်နှစ်ဖြစ်တဲ့ ဆရာတော်
သံဃာတော်များ မရှိနေဘူးလား။

“ရှိနေပါတယ် ဘုရား”

ဒီနေ့တော့ ရှိတော့ရှိနေပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့
ကိုယ်က နေမကောင်းများ ဖြစ်လို့ရှိရင် ဒီ
ဆရာတော်များကလည်း ဒီနေရာမှာ ရှိချင်
မှရှိမယ်။ အားကိုးရနိုင်ပါ့မလား။

“မရနိုင်ပါ ဘုရား”

ဆရာတော်များကိုပဲ အားကိုးနေလို့ ရ
ပါ့မလား။

“မရပါ ဘုရား”

အားမကိုးနိုင်ဘူးနော်။ ဒါဆို နံပါတ်
နှစ်လည်း စိတ်မချရသေးဘူး။

နံပါတ်သုံး။ တရားတွေကို ကိုယ်ကိုယ်
တိုင်လည်းပဲ အားရပါးရ ကျင့်သုံးထား
တယ်။ အဲသလို ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်
ထားတဲ့အခါမှာ ကဲ ဘဝနေဝင်ချိန် နီးလာ

၆၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ပြီဆိုရင် နေမကောင်း ဖြစ်လာတယ်။
မမျှော်လင့်ဘဲ လောကဓံတည်း ဟူသော
လေမုန်တိုင်းက ဒိုင်းဆို တိုက်ချလိုက်တဲ့
အခါမှာ အိပ်ယာထဲမှာ ဗုန်းဗုန်းလဲ သွား
တတ်တယ်။ အသက်ကြီးသည် ဖြစ်စေ၊
အသက်မကြီးသည် ဖြစ်စေနော်။ အဲဒီအခါ
ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ဆင်းရဲတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ
တွေ မပေါ်လာဘူးလား။

“ပေါ်လာပါတယ် ဘုရား”

ဘယ်သူက ပြတာလဲ။

“ခန္ဓာကပါ ဘုရား”

တံခါးပိတ် သော့ချိတ်နိုင်စေ

ဪ-ငါ့ကျန်းမာစဉ်တုန်းက တရား
တွေ အားထုတ်ထားခဲ့တယ်၊ တရားတွေ
မှတ်ခဲ့တယ်။ အင်း မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံး
အမ တရားတော်ကို၊ ဆရာတော်များ ဟော
ဖော်ညွှန်ပြတဲ့ တရားတော်တွေကို ကိုယ်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၆၃

တိုင်ကိုယ်ကျ ကျင့်သုံးခဲ့တယ်။ ဪ ခြေ ၃
တရားတွေ မှန်လိုက်တာဘုရား မှန်လိုက်
တာလို့၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ဖောက်ပြန်ပြီကိုး
လို့ သတိကပ်ပြီး ဪ ဘီလူးသရဲသဘက်
နဲ့ ပေါင်းဖော်နေရသလိုပါလား ဆိုတာ
မှန်လိုက်တာ မှန်လိုက်တာဆိုပြီး စိတ်ကို
လျှော့ချပြီး စိတ်ရောကိုယ်ရော လျှော့ပြီး
တော့ လေလေးမှန်မှန်ရှု။ ပြီးတော့ ခန္ဓာ
ကိုယ်ကြီးကို အကဲခတ်နေ အကဲခတ်နေ
တော့ ခန္ဓာတစ်ကိုယ်လုံးမှာ တရားတွေ
ထင်ရှားပြီးတော့ တကယ်လို့ တရားတွေ
မှတ်ပြီးတော့ သေလွန်သွားမယ် ဆိုရင်
ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်မှာလား။

“တင်ပါ့”

ဘုရားက နံပါတ်သုံးသည် အရေးကြီး
တယ်။ နံပါတ်သုံးဟာ အကောင်းဆုံးပဲတဲ့၊
ဟုတ်တယ်နော်။

“တင်ပါ့”

၆၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

နံပါတ်သုံး ကြိုတင်ပြီးတော့ တရားတွေ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ထားမယ်ဆိုရင် အေး တရားနဲ့နေလို့ ဘာနဲ့သေရမယ်။

“တရားနဲ့ သေရပါမယ် ဘုရား”

တရားနဲ့ သေမှာပေါ့။ တရားနဲ့နေရင် တရားနဲ့သေမှာပေါ့ ယောဂီများရဲ့။ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

ဒါဆိုလို့ရှိရင် မိမိသန္တာန်ထဲမှာ အဲဒီတရားအသိလေးတွေ ကုသိုလ်တွေ နေ့စဉ် နေ့တိုင်း မခြံရံထားရဘူးလား။

“ခြံရံထားရပါမယ် ဘုရား”

ရှေးဦးစွာ ဒါနတရားတွေနဲ့ ခြံရံထားရမယ်။ သီလတရားတွေကိုလည်း တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်သထက် မြင့်အောင် မစောင့်ရှောက်ရဘူးလား။

“စောင့်ရှောက်ရပါမယ် ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၆၅

သမထ ဘာဝနာ ဘုရားဂုဏ်တော်၊
တရားဂုဏ်တော်တွေ ပရိတ်ပဋ္ဌာန်း ရွတ်
ဖတ်ပူဇော်တယ် စတဲ့ သမထ ဘာဝနာ
တွေ မပွားများရဘူးလား။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဒီသာသနာတော်
ကြီးမှာ သာသနာတွင်း အသိလေးတွေ လူ
တိုင်းလူတိုင်းရဲ့ နှလုံးသားထဲမှာ သိရှိနိုင်ပါ
မှ၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ထက်ထက် ရှိပါမှ
ဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာနဲ့ တွေ့ရကျိုးနပ်မှာ
ပေါ့။

“တင်ပါ”

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာတော်
မြတ်ကြီးနဲ့ ဆုံတွေ့ခွင့်ရကြတဲ့ ဘုန်းကြီး
တို့ရဲ့ဘဝ၊ ဒကာဒကာမများရဲ့ ဘဝမှာ
မရှိသေးတဲ့ ကုသိုလ်လေးတွေ ရှိလာဖို့၊ ရှိ
ပြီးတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလေးတွေ ထပ်ပြီး
တိုးပွားလာစေဖို့၊ မဖြစ်သေးတဲ့ အကုသိုလ်
စိတ်တွေ မဖြစ်ပေါ်အောင်၊ ဖြစ်ပြီးတဲ့ အကု

၆၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

သိုလ်စိတ်တွေကို နောက်ထပ် မဖြစ်ပေါ်အောင် ပယ်စွန့်နိုင်ဖို့အတွက် သမ္မပ္ပဒါန်ဆိုတဲ့ ဝီရိယဓာတ်တို့ဖြင့် ဖြည့်ဆီးရမယ်။ မဖြစ်သေးတဲ့ အကုသိုလ်တွေကို မဖြစ်အောင်လို့ ကြိုးစားရမယ်။ ဖြစ်ပြီးတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ နောက်ထပ် တိုးပွားခွင့်မရအောင် ပယ်စွန့်နိုင်ဖို့ ဒကာဒကာမများရဲ့ နှလုံးအိမ်ထဲမှာ “ဓမ္မ”ဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမ တရားတော်တွေကို သိုမှီးသိမ်းဆည်းထားဖို့ မလိုဘူးလား။

“လိုပါတယ် ဘုရား”

ဘုရားရှင် ဆုံးမအပ်သော တရားအသိစွမ်းအားလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဖြစ်ပေါ်ဆဲဖြစ်နေတဲ့ ကုသိုလ်လေးတွေ တိုးပွားပြီးတော့ အရိယာဘဝကို ရရှိစေဖို့ မလိုအပ်ဘူးလား။

“လိုအပ်ပါတယ် ဘုရား”

အရိယာဖြစ်ဖို့ လိုတယ်။ ဟုတ်လား။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၆၃

အရိယာလို့ ပြောလိုက်တော့ တချို့တချို့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ နားထဲမှာ တမျိုးခံနေတယ်။
ဟာ ဆရာတော်ပြောတဲ့ စကားလုံးက ကြီး
ကျယ်လွန်းလှတယ်။ အရိယာဆိုတာ နည်း
တဲ့ စကားလုံး မဟုတ်ဘူး။ ရနိုင်မှာ မဟုတ်
ပါဘူး။ တချို့တွေရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်တတ်
ပါတယ်။ ဒီလို မဟုတ်ပါဘူး ဒကာဒကာ
မတွေနော်။ ဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမ တရား
တော်တွေဟာ အရိယာဖြစ်မယ့် လမ်းစဉ်
တွေပါဘဲ။ မြတ်စွာဘုရားရှင်နဲ့ အဂ္ဂသာဝ
က မဟာသာဝက အစရှိသော ရဟန္တာ
အရိယာ သူတော်ကောင်းကြီးတွေ ဟောခဲ့
တဲ့ တရားတော် မှန်သမျှတွေဟာ ဘာဖြစ်ဖို့
အတွက်ပါလိမ့်။

“အရိယာ ဖြစ်ဖို့အတွက်ပါ ဘုရား”

အရိယာဖြစ်တဲ့ နည်းတွေပါ။ ဘုန်း
ကြီးတို့ ဒကာဒကာမတွေကလည်းပဲ ဘာ
ဖြစ်ချင်ကြတယ်။

၆၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“အရိယာပါ ဘုရား”

အရိယာဖြစ်ဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဟုတ်
လား။ အရိယာဖြစ်ရင် ဘာတံခါးပိတ်ပါ
လိမ့်။

“အပါယ်တံခါး ပိတ်ပါတယ် ဘုရား”

အဲဒီ အပါယ်တံခါးပိတ်တဲ့ တရား
လေးဟာ ဘယ်သူ့ရဲ့ အဆုံးအမတဲ့လဲ။

“ဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမပါ ဘုရား”

တစ်ဆင့်တက် ရှေ့ဆက်လုပ်ပါ

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ချားရဟတ်ပမာ
အမြဲမပြတ် လည်ပတ်လျက်ရှိသော သံသ
ရာကြီးထဲကို ကြောက်ရွံ့ကြကုန်သော မိန်းမ
တို့သည် သော်လည်းကောင်း၊ ယောက်ျား
တို့သည် သော်လည်းကောင်း မဂ်ဉာဏ်
ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီးတဲ့ ကျင့်စဉ်ကောင်း
မှုကြီးကို အမြဲမပြတ် ထူးထူးခြားခြား ကျင့်
သုံးသင့်ပါပေ၏။ သံသရာကြီးကို ဘေး

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၆၉

ဟူ၍ မြင်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သံသရာ ဘဝ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဘေးပေါင်း မြောက်မြားစွာတို့ဖြင့် ရင်ဆိုင်နေရတဲ့ ဘဝပဲလို့ ဘေးပေါင်းခတဲ့ ဘဝလို့ အမြင်မှန်အသိလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်ခွင့်ရလာသော အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးများရဲ့ နှလုံးအိမ်ထဲမှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတရားလေးတွေကို ကြိမ်ဖန်များစွာ အားထုတ်ရမယ်၊ ကြိုးစားကြရမယ် ဟုတ်လား။

“တင်ပါ့ ဘုရား”

ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် သာသနာဆိုတာ က ကမ္ဘောကမ္ဘာ လွန်လေပါလည်း တွေ့ရန်ခက်ခဲတဲ့ “သာသနာ”ကြီးပါ။ သာသနာရဲ့ ကျင့်စဉ်ကြီးပါ ဟုတ်လား။ ဒီကျင့်စဉ်ကြီးကို နည်းနာဥပနိဿယ ပရိယတ္တိဓမ္မနယ်ပယ်နဲ့ ပဋိပတ္တိ ဓမ္မနယ်ပယ် (၂) ခုကို ယှဉ်စပ်ပြီးတော့ မိမိတို့ နှလုံးသားထဲမှာ ထည့်နိုင်ဖို့သည် အရေးကြီးဘူးလား။

၇၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“ကြီးပါတယ် ဘုရား”

ဒီအသိလေးတွေကို မိမိရဲ့ နှလုံးအိမ်
ထဲမှာ သိခွင့်ရကြမယ်ဆိုရင် ဒို့လူဖြစ်ရကျိုး
မနပ်ဘူးလား။

“နပ်ပါတယ် ဘုရား”

လူဖြစ်ကျိုးနပ်တယ်နော်။ ဓမ္မဆိုတဲ့
အသိထူး ဉာဏ်ထူး မကိန်းသေးဘူးဆိုရင်
လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပါ့မလား။

“မနပ်ပါ ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့ သာသနာဝန်ထမ်း ရှင်
ရဟန်းများ သန္တာန်မှာလည်းပဲ သူတော်
ကောင်းတရားတွေ မိမိနှလုံးသားထဲမှာ မရှိ
ကြသေးဘူးဆိုရင် အမျိုးသား အမျိုးသမီး
မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ဘဝဟာ လူဖြစ်ကျိုး
နပ်တယ်လို့ ပြောလို့ရပါ့မလား။

“မရပါ ဘုရား”

မရသေးဘူး ဟုတ်လား။ မဖြစ်နိုင်
သေးဘူးနော။ ဒါနကုသိုလ် ကောင်းမှုလေး

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၇၁

ပြုတတ်ရုံနဲ့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီလို့ ပြောလို့
ရပါ့မလား။

“မရပါ ဘုရား”

ဒို့သန္တာန်ထဲမှာ ငါးပါးပဉ္စသီ ခါးဝတ်
ပုဆိုးကဲ့သို့ မြိမြိထားပြီးပြီ၊ ငါ့အတွက်
ဘယ်တော့မှ အပါယ်လေးဘုံ မရောက်
တော့ဘူးလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးဖြတ်လို့
ရပါ့မလား။

“မရပါ ဘုရား”

ဘုရားဂုဏ်တော်တွေ၊ တရားဂုဏ်
တော်တွေ၊ သံဃာ့ဂုဏ်တော်တွေ စီးဖြန်း
တတ်ရုံ၊ ပရိတ်ပဋ္ဌာန်း ရွတ်ဖတ်ပူဇော်တတ်
ရုံနဲ့ ပြည့်စုံလုံလောက်ပြီလို့ ဆုံးဖြတ်လို့
ရပါ့မလား။

“မရပါ ဘုရား”

မရဘူးနော်။ ဘာဖြစ်လို့လဲလို့ မေးလို့
ရှိရင် အာမခံချက် မရှိသေးလို့ ဟုတ်လား။
ဒါကြောင့်မို့လို့ မဟာစည် ဆရာတော်

၇၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ဘုရားကြီး မိန့်တော်မူခဲ့တဲ့ လင်္ကာလေး
တစ်ခု၊ ဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမကို စီကုံး
တော်မူတဲ့ လင်္ကာလေး တစ်ပိုဒ်နော်။

“တင်ပဲ့”

“ဒါနလောကံသာ၊ လုံခြုံကာဖြင့်၊
လေးဖြာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်လို့၊ စိတ်
ဝယ်ရွှင်ပျ၊ နှစ်သိမ့်ကြ၊ အားရ၍လည်း
မနေနဲ့”တဲ့။ ဟုတ်လား။ ဒါနလေး ပြု
တတ်ရုံနဲ့ ရောင့်ရဲမနေပါနဲ့တဲ့။ ကုဋေပေါင်း
မြောက်မြားစွာ လှူဒါန်းခဲ့သော ဘုရင်ကြီး
သည် ပြိတ္တာဘဝကြီး ဖြစ်ခဲ့ရတယ်။ သေခါ
နီးမှာ ဝိပဿနာဉာဏ်တရား မရှိခဲ့တာမို့လို့
အယူတွေ ဖောက်လွဲပြီးတော့ နှလုံးမသာ
မယာသော အကုသိုလ်ကံ သတ္တိဇော၊ ဒေါမ
နဿဇောနဲ့ လောဘဇော သတ္တိတို့က ဖတ်
ခနဲ နှလုံးအိမ်ထဲမှာ ကပ်ငြိလိုက်တာနဲ့ ဒီကံ
သတ္တိက အကျိုးပေးတော့တာပဲ။ ဟုတ်
လား။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၇၃

“တင်ပါ”

ကျောင်းဒကာ ကျောင်းအမကြီးရယ်လို့
မျက်နှာလိုက်ပေးသလား။

“မလိုက်ပါ ဘုရား”

တစ်ခါတည်း အကျိုးပေးခံလိုက်ရ
တယ်နော်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု တရားက
နောက်မှ တကျော့ပြန်ပြီး အကျိုးပေးတာ
ဟုတ်လား ဒကာဒကာမတွေ။

“တင်ပါ ဘုရား”

“သီလလောက်သာ၊ လုံခြုံကာဖြင့်၊
လေးဖြာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်လို့၊ စိတ်
ဝယ်ရွှင်ပျ၊ နှစ်သိမ့်ကြ၊ အားရ၍လည်း
မနေနဲ့”တဲ့ ဒို့သန္တာန်ထဲမှာ သီလတရား
တွေ ပြည့်စုံပြီ လုပ်စရာတွေ ဘာမှမလို
တော့ဘူး ဆိုပြီးတော့ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ပြီး
မနေပါနဲ့တဲ့။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိတ်သတ်များ
သန္တာန်မှာ ရှိထားတဲ့ သီလက အနိစ္စသီလပဲ
ရှိသေးတယ်။ တစ်မဂ် တစ်ဖိုလ်မှ မရသေး

၇၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

တဲ့ သီလတွေဟာ အနိစ္စသီလ ဖြစ်တယ်။
ဒီ အတိုင်းနေရင် လုံခြုံတယ်လို့ ထင်ရပေမဲ့
လောကဓံတရားနဲ့ ကြုံလာရင် ပျက်စီး
တတ်တယ်။ အဲဒီ သီလလောက်နဲ့ ပြည့်စုံ
ပြီလို့ ရောင့်ရဲပြီးတော့ မနေမိဖို့ မလိုဘူး
လား။

“လိုပါတယ် ဘုရား”

ဆက်ပြီး ပြောပြန်တယ်။ “သမထ
လောက်သာ၊ လုံခြုံကာဖြင့်၊ လေးဖြာ
အပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်လို့၊ စိတ်ဝယ်ရွှင်ပျ၊
နှစ်သက်ကြ၊ အားရပြီးလည်း မနေနဲ့”တဲ့။
အဲ သမထဘာဝနာတွေ ပထမဈာန် ဒုတိ
ယဈာန် တတိယဈာန် စတုတ္ထဈာန်အထိ
ရောက်အောင် ကသိုဏ်းတွေ မြောက်မြား
စွာ တင်ပြီးတော့ နေနိုင်ရုံနဲ့၊ နောက်ပြီး
ဘုရားဂုဏ်တော်တွေ တရားဂုဏ်တော်တွေ
သံဃာဂုဏ်တော်တွေ စတဲ့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊
ဓမ္မာနုဿတိ၊ သံဃာနုဿတိ စတဲ့ ဂုဏ်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၇၅

တော်တွေ စီးဖြန်းတတ်ရုံလောက်နဲ့ ငါ
အတွက် လုံလောက်နေပြီလို့ အထင်တွေ
ကြီးနေလို့ ဖြစ်ပါ့မလား။

“မဖြစ်ပါ ဘုရား”

အာမခံချက် မပြည့်စုံသေးဘူးနော်။
အာမခံချက် မပြည့်စုံနေခြင်းကြောင့် ဒကာ
ဒကာမများဘဝ ရောင့်ရဲနေလို့ ဖြစ်ပါ
မလား။

“မဖြစ်ပါ ဘုရား”

ဝိပါက်ကြမ္မာ ဘဝသံသရာ

ဟုတ်လား။ တစ်ဆင့်တက်ပြီး ဘာ
လုပ်ဖို့ လိုအပ်သလဲဆိုရင် ဝိပဿနာ ဆိုတဲ့
ကျင့်စဉ်ကြီးကို ကျင့်သုံးဖို့ လိုအပ်တယ်။

“တင်ပါ ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့က ဝိပဿနာ ဉာဏ်စွမ်း
အား ဖြစ်ပေါ်စေမယ့် တရားအားထုတ်ဖို့ကို
အဓိက အားပေးပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲ

၇၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ဆိုရင် လူ့ဘဝရဲ့ သက်တမ်းဟာ အရမ်း
တိုတောင်းလှတယ်။ လူတွေဟာလည်း လူ
မှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ ဆွေရေးမျိုးရေး၊ လူ့
ပတ်ဝန်းကျင် အရေးတွေနဲ့ ရှုပ်ထွေးပြီး
အလုပ်တွေ များလွန်းလို့ မဖြစ်မနေ စွန့်
လွှတ်ပြီးမှ ကြိုးစားရယူရတာကို တော်ရုံ
ဒါန၊ သီလ၊ သမာသလောက်နဲ့ အချိန်တွေ
မကုန်စေချင်ဘူး။ နောက်ပြီးတော့ ဘဝမှာ
ဝိပဿနာဆိုတဲ့ တရားက ဘုရားတစ်ဆူပွင့်
မှ တစ်ခါ နာကြားကြရတာ၊ နားထောင်ခွင့်
ရတာ ဟုတ်လား ဒကာဒကာမတို့ရဲ့။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ဘုရားတစ်ဆူပွင့်မှ တစ်ခါ ဒီတရား
တွေ နာခွင့်ရတယ်၊ ကျင့်ခွင့်ရတယ်။ ဟော
ဖော်ညွှန်ပြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း ကျကျ
နန ဂဃနဏ ပရိယတ္တိကို အခြေခံပြီး
ဟောခဲ့တယ်။ ဘုရားရှင် ဟောခဲ့တဲ့ ပရိ
ယတ္တိကို အခြေခံပြီးမှ ပဋိပတ္တိတရားကို

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၇၇

လက်တွေ့ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်၍ အဲဒီ အသိဓာတ်နှစ်ခုကို ယှဉ်စပ်ပြီးတော့ ဟောဖော် ညွှန်ပြပါမှသာ လျှင် ဘုန်းကြီးတို့အတွက်၊ ဒကာဒကာမများအတွက် ရတက်အေးပြီးတော့ နောက်ဆုံးမှာ ပန်းတိုင်ကို လှမ်းကိုင်နိုင်တော့မှာပေါ့။

“တင်ပါ ဘုရား”

မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ပန်းတိုင်ကို လှမ်းကိုင်နိုင်သော စွမ်းအားသည် ပရိသတ်ရေ ဘာကျင့်စဉ်တဲလဲ။

“ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်ပါ ဘုရား”

အဲဒီ ဝိပဿနာ ဆိုတဲ့ ကျင့်စဉ်ကောင်းမှုတရားတွေ မဖြစ်ပေါ်သေးသမျှ တရား၊ အသိထူး ဉာဏ်ထူး ဒီဌိ ဝိစိကိစ္ဆာ မပြုတ်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ရဟန်းပဲ ဖြစ်ဖြစ် လူပဲဖြစ်ဖြစ် မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ဘဝဂတိ မမြဲသေးဘူး ဒကာဒကာမတွေ။

၇၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“တင်ပါ”

ဘာမမြဲသေးပါလိမ့်။

“ဘဝဂတိပါ ဘုရား”

ဂတိ မမြဲသေးဘူး ဟုတ်လား။

အပါယ်လေးဘုံ ဆိုတာ ဘယ်သူတွေရဲ့
ထာဝရ နေအိမ်ပါလိမ့်။

“ပုထုဇဉ်တို့ရဲ့ ထာဝရ နေအိမ်ပါ
ဘုရား”

အရိယာ မဖြစ်သေးသော ပုထုဇဉ်တို့ရဲ့
ထာဝရနေအိမ်၊ အမြဲတမ်းနေရတဲ့ နေအိမ်
သည် ဘာပါလိမ့်။

“အပါယ်လေးဘုံပါ ဘုရား”

ဒါကြောင့် သစ္စာမသိ၊ ဒိဋ္ဌိမကွာ၊
ပုဂ္ဂိုလ်မှာလျှင်၊ လူတွင်စင်္ကြာ၊ နတ်မှာ
သိကြား၊ မိုးဖျားဗြဟ္မာ၊ ဖြစ်တုံပါလည်း၊
ခန္ဓာပြိုကွဲ၊ ကုသိုလ်စဲက၊ ဖောက်လွဲပါယ်
ရွာ၊ ရောက်မြီသာတည်းတဲ့။ မည်သည့်
ပုဂ္ဂိုလ်ရယ်မှ မဟုတ်၊ သစ္စာ မသိသေးဘူး၊

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၇၉

သစ္စာဉာဏ် မကိန်းသေးဘူး၊ ကိစ္စဉာဏ် ဖြစ်အောင် မကျင့်သုံးသေးဘူး၊ ကတဉာဏ် ဆိုက်အောင် အားမထုတ်ရသေးဘူးလို့ဆိုရင် လူဖြစ်စေ၊ ရဟန်းဖြစ်စေ သီလရှင်ဖြစ်စေ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို သေခါနီးမှာ မဲ့သေနိုင် သလား၊ ပြုံးသေနိုင်သလား။

“မဲ့သေနိုင်ပါတယ် ဘုရား”

ဒါကြောင့်မို့လို့ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီး ဟောတော်မူခဲ့တဲ့ ပြုံးသေမဲ့သေ တရားတော် ဆိုတာ ကြားဖူးတယ်နော်။

“တင်ပါ”

လောကမှာ လူတိုင်းလူတိုင်းက သေ နေကြတာ သေနည်း ဘယ်နှစ်မျိုးနဲ့ သေ နေကြပါလိမ့်။

“နှစ်မျိုးပါ ဘုရား”

အဓိကက ပြုံးသေတာရယ်၊ မဲ့သေတာ ရယ် ဒီနှစ်မျိုးနော် ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

၈၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်တွေက မဲပြီးသေရသလဲ
ဆိုရင် အကျဉ်းချုံးပြီး လိုရင်းလေးပြောရင်
ကုသိုလ်တရား ကုသိုလ် စွမ်းအားတွေ
မပြည့်ဝသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သေခါနီးမှာ
ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဝေဒနာကို သည်းမခံနိုင်၊
ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး၊ အလွန်
ဖောက်ပြန်လာသော ရုပ်ဓာတ်တို့ရဲ့ ဖောက်
ပြန်မှုသဘောကို သည်းမခံနိုင်ဘူး၊ မပယ်
နိုင်ဘူး မသုံးသပ်နိုင်ဘူး။ ခန္ဓာကိုယ် တစ်
ကိုယ်လုံးမှာလည်း ရိုက်သတ်ထားသလို နာ
ကျင်ကိုက်ခဲပြီး လေကလည်း ရှူလို့မဝ တ
ဟဲဟဲ တဟောဟောနဲ့ ပင်ပန်းကြီးစွာ ခံစား
ရတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ ဓာတ်ကြီးကို ကြိုတင်ပြီး
တော့ သည်းခံပြီးတော့ အားထုတ်ထားမှု
မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သေခါနီးမှာ ဖြစ်ပေါ်လာ
တဲ့ ဩဠာရိက ဒုက္ခဝေဒနာကြောင့် သည်း
မခံနိုင်၊ နှလုံးမသာယာတဲ့ စိတ်တွေက
တဖွားဖွားပေါ်ပေါက်လာပြီးတော့ နောက်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၈၁

ဆုံးမှာ ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာဒကာမတွေ
မကောင်းသော အကုသိုလ်စိတ်၊ ဒေါမနဿ
စိတ်တွေ ဝင်ပြီးတော့ အဲဒီ အကုသိုလ်ကံ
သတ္တိက ဖတ်ခနဲ အကျိုးပေးလိုက်တဲ့
အချိန်မှာ အပါယ်ငရဲကို ကျေးဇူးပြုတတ်
ပါတယ်။

“တင်ပါ”

ဘယ်ကံက ပို့လိုက်သလဲဆိုရင် ဒေါသ
ကံနော်။ ဘာတဲ့လဲ။

“ဒေါသကံပါ ဘုရား”

ဒေါသဆိုတဲ့ အကုသိုလ်ကံ သတ္တိဇော
စိတ်ကလေးက သေခါနီးမှာ ကပ်ကပ်ပြီး
တော့ အကျိုးပေးလိုက်တာနော်။ ဒကာ
ဒကာမတွေ သိထားဖို့က တစ်မင်တစ်ဖိုလ်မှ
မရသေးရင်တော့ နေ့တနင်္ဂနွေ ကောင်းမှုပြုနေ
တဲ့ အာစိဏ္ဏကံကတောင် ကျေးဇူးမပြုနိုင်
ပါဘဲနဲ့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ သေခါနီးမှာ
အာသန္နကံဆိုတဲ့ ကပ်ပြီး ကျေးဇူးပြုတဲ့

၈၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ကံက ဦးသွားတာလည်း ကြားဖူးကြမှာပေါ့။
ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

မလ္လိကာ ကျောင်းအမ။ အသဒိသဒါန
လှူဒါန်းတဲ့ ဒါနမှာ သူ့ရဲ့စိတ်ဟာ ကုသိုလ်
ကောင်းမှုတွေ ကုသိုလ်ဇောစိတ်တွေ ကြိမ်
ဖန်များစွာပါဘဲ။ သေခါနီး ခဏလေးမှာ
နှလုံးမသာယာတဲ့ အကုသိုလ်ဇောက ဖတ်
ခနဲလည်း ကျေးဇူးပြုလိုက်ရော ဒုဂ္ဂတိ
ဘဝကို အကျိုးမပေးလိုက်ဘူးလား။

“ပေးပါတယ် ဘုရား”

အဲဒါက အာစိဏ္ဏကံက အကျိုးမပေး
ဘဲ အာသန္နကံဇောက အနီးကပ်ပြီး အကျိုး
ပေးသွားတာ။ မမျှော်လင့်ဘဲနဲ့ ခုနစ်ရက်လုံး
လုံး ဆင်းရဲခဲ့ရတယ်။ ပြီးတော့ ကြားဖူးကြ
မှာပေါ့ ရဟန်းတော်ကြီးတစ်ပါး။ တိဿ
ရဟန်းတော်ကြီး သင်္ကန်းလေးကိုစွဲပြီး ညီမ
လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လှူဒါန်းတဲ့ သင်္ကန်းလှလှ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၈၃

လေးကို ကြည့်ပြီးတော့ သဘောတွေကျပြီး
အဲဒီစိတ်နဲ့ စုတိစိတ်ကျတယ်။ တပ်မက်နှစ်
သက်တဲ့ လောဘဇောလေးနဲ့ စုတိစိတ်ကျ
တော့ တစ်သက်လုံး အားထုတ်လာခဲ့တဲ့
သီလတွေ သမာဓိတွေ ပညာတွေက ဒီ
အချိန် အကျိုးမပေးဘဲ လောဘကံသတ္တိ
က ဖတ်ခနဲ အကျိုးပေးလိုက်တယ် ဟုတ်
လား။

“တင်ပါ”

အဲဒီကံတည်းဟူသော သတ္တိစွမ်းအား
လေးက စုတိစိတ်ကျခါနီးမှာ စုတိနောင်
သန်းကြီး ပဋိသန္ဓေ အကျိုးပေးလိုက်တယ်။
ခုနစ်ရက်တိုင်တိုင် ဘာဖြစ်ရတယ်။

“သန်းကြီးပါ ဘုရား”

သန်းကြီး ဖြစ်ရတာ ကြည့်စမ်းပါဦး။
ဘာကံက အကျိုးပေးတယ်။

“အကုသိုလ်ကံကပါ ဘုရား”

ရဟန်းရယ်လို့ မျက်နှာလိုက်ရဲ့လား။

၈၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“မလိုက်ပါ ဘုရား”

ရှင်ဘုရင်ကြီးပဲ၊ ဘုရင်ကတော်ပဲလို့
မျက်နှာလိုက်သလား။

“မလိုက်ပါ ဘုရား”

စေတနာမှန်တဲ့ ကံတရား

ကံတရားက မျက်နှာမလိုက်ဘူးနော်။
ကိုယ်လုပ်တဲ့ ကံက ကိုယ့်ကို အကျိုးပေး
မှာပဲ။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဝိပဿနာတည်း
ဟူသော အာရုံထူးကြီး၊ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရ
တို့အပေါ်မှာ ရုပ်တရားတို့ရဲ့ အနိစ္စ လက္ခ
ဏာအချက်တွေ၊ အနိစ္စနူပဿနာဉာဏ်
တွေ မဖြစ်သေးဘူး၊ ရုပ်တရားအပေါ်မှာ
ဒုက္ခလက္ခဏာတွေ မကိန်းသေးဘူး၊ အနတ္တ
လက္ခဏာဉာဏ်တွေ မကိန်းသေးဘူး ဆိုရင်
ရုပ်တရားရဲ့ ဖောက်ပြန်လွန်ကဲမှုကြောင့်
လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန်မာန၊
ဣဿာမစ္ဆရိယ အစရှိသော ဥဒ္ဓစ္စ၊ ကုက္ကစ္စ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၈၅

တွေ ဝင်ရောက် နှောင့်ယှက်ပြီးတော့
မကောင်းသော ဘုံဘဝကို အကျိုးမပေး
တတ်ဘူးလား။

“ပေးတတ်ပါတယ် ဘုရား”

ပေးတတ်ပါတယ်။ ဒါဆိုလို့ရှိရင် ဘုန်း
ကြီးတို့ဘဝ၊ ဒကာဒကာမများတို့ရဲ့ဘဝ
ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အာမခံချက်ပေးနိုင်တဲ့
အလုပ်ကို ကြိုပြီးတော့ များများအားထုတ်
ထားဖို့ မလိုအပ်ဘူးလား။

“လိုအပ်ပါတယ် ဘုရား”

ဂတိမြဲတဲ့ အလုပ်နော်။ မြတ်စွာဘုရား
ရှင်ရဲ့ အဆုံးအမ တရားတော်မြတ်ကို လိုက်
နာကျင့်သုံးရင် နိပါတ်တစ် ရုပ်နာမ်ကို ခွဲတဲ့
နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ တစ်ကိုယ်လုံး ကို
ဒီဉာဏ်နဲ့ ခြုံကြည့်တော့ ဪ တစ်ခု
တစ်ခု တလှုပ်လှုပ် တဖြုတ်ဖြုတ်နဲ့ ဖောက်
ပြန်ပြောင်းလဲနေတဲ့ ရုပ်တရားပဲလို့ မြင်လာ
တယ်။ ဪ ရုပ်ရဲ့သတ္တိတွေက အကုန်

၈၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

လုံး ဖောက်ပြန်နေကြပါလားလို့ သိနေတာ
က ဉာဏ်တရားတွေ၊ သိနေပါလား သိနေ
ပါလားလို့ သိမှုသက်သက်ကလေးက နာမ်
တရားပဲ။ ယောက်ျားက သိတာမဟုတ်၊
မိန်းမက သိတာမဟုတ်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါက
သိတာ မဟုတ်ဘူး၊ အာရုံနဲ့ ဒွါရနဲ့ တိုက်
ဆိုင်တိုင်း တိုက်ဆိုင်တိုင်းမှာ မနောဝိညာဏ်
စိတ်က လှမ်းသိနေတာပဲလို့ ရှေ့နာမ်ကို
နောက်ညာဏ်က မြင်နေတယ်၊ သိမှတ်နေ
တယ်။ သိမှတ်နေတာလေးကလည်း ဖတ်
ခနဲပေါ် ဖတ်ကနဲပျောက်၊ သဘောလေးပဲ။
တောင့်တာတင်းတာ ညောင်းညာတာ ကိုက်
ခဲတာ တစ်ခုချင်းစီကလည်း ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ
မဟုတ်၊ သိသိနေတဲ့ သဘောကလည်း
ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ မဟုတ်ပါဘဲနဲ့ အာရုံကို
ညွှတ်ကိုင်တတ်တဲ့ အသိစိတ်က သိတာပါ
လားလို့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း တစိုးတစမပါ၊ သတ္တ
ဝါလည်း တစိုးတစမပါ၊ အသက်ဇီဝ လိပ်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၈၇

ပြာ ဆိုတာလည်း တစိုးတစ မပါပါဘဲနဲ့ အာရုံကိုသိနေတဲ့ နာမ်တရားနဲ့ အမျိုးမျိုး ဖောက်ပြန်နေတာက ရုပ်တရားလို့ အဲသလို ရုပ်နာမ်တွေ ကွဲပြီးတော့ အဲဒီ ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရတရားတွေအပေါ် ဘာကြောင့် ရုပ် တွေဖြစ်ရ၊ ဘာကြောင့် နာမ်တွေဖြစ်ရ၊ ဪ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ရတဲ့ အကြောင်းတွေက သင်္ခါရအကြောင်းတည်း ဟူသော ကံသတ္တိ တရားက အကျိုးပေးလို့ ခန္ဓာငါးပါး နာမ် ရုပ်နှစ်ပါးတွေ ဖြစ်နေကြတာပါလားလို့၊ အကြောင်းကြောင့် အကျိုး ဖြစ်နေတာပဲလို့၊ အကြောင်းက ကျေးဇူးပြုလို့ အကျိုး ဖြစ် နေတာပဲလို့၊ အကြောင်းက ကျေးဇူးပြုနေ တာပဲလို့ နားလည်လာတယ်နော်။

“တင်ပါ”

အကြောင်းက ကျေးဇူးပြုရုံသာပဲ ပြု တယ်နော်။ အထည်ခြပ်အားဖြင့် လိုက်လာ တာ မဟုတ်ဘူး။ အတိတ်က ပြုလုပ်စဉ်မှာ

၈၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

လှူဒါန်းဆဲခန ဇောစိတ်ကလေးတွေ အလှူ
ပစ္စည်းလေးတွေပေါ်မှာ ကပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်
လာတဲ့ ကုသိုလ် စေတနာဇောကလေးတွေ၊
သီလကုသိုလ် စေတနာဇောကလေးတွေ၊
သမထ ဘာဝနာ စေတနာဇောစိတ်ကလေး၊
အဲဒီဇောတို့သည် ဒကာဒကာမတွေ ဘာကို
အကျိုးပေးသလဲဆိုရင် ခန္ဓာကို အကျိုးပေး
တယ်နော်။

“တင်ပါ့ ဘုရား”

သင့်ရာဒေသ အမြဲနေ

ခန္ဓာအကျိုးပေးတယ်။ ခန္ဓာ ရုပ်နာမ်
ကို အကျိုးပေးပါတယ်။

“တင်ပါ့”

ဪ အကျိုးပေးလိုက်တဲ့ အကျိုးကို
ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းသတ္တိမှာ အထည်
မရှိ၊ ခြပ်မရှိ၊ ပုဂ္ဂိုလ်မရှိ၊ သတ္တဝါမရှိ၊ သဘော

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၈၉

လေး၊ ဓမ္မသတ္တိလေးက သုဂတိဘဝကို
အကျိုးပေးတယ်။ တကယ်လို့ အကုသိုလ်
ကံသတ္တိက ခေါင်းဆောင်ပြီး သွားနေမယ်
ဆိုရင်တော့ ဒုဂ္ဂတိဘဝကို အကျိုးပေးမှာပဲ။
အကြောင်းကြောင့်သာလျှင် အကျိုးဖြစ်
တယ် ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်ကံ သတ္တိတရား
က ကောင်ကျိုးတွေ ပေးသလို၊ မကောင်း
တဲ့ အကုသိုလ်ကံ သတ္တိတရားက မကောင်း
ကျိုးကို ပေးကြရတာပဲ။ ဘယ်သူမပြု မိမိမှု
ဆိုတာ ဟုတ်ရဲ့လား ဒကာဒကာမတွေ။

“ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ဘဝ ဒကာဒကာမများ
ရဲ့ ဘဝကလေးကို မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့
အဆုံးအမ တရားအသိလေးတို့ဖြင့် ယှဉ်တွဲ
ပြီးတော့ သုံးသပ်မယ် ဆင်ခြင်မယ် ပွား

၉၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

များမယ်ဆိုရင် ဒို့ရရှိထားတဲ့ ခန္ဓာနာမ်ရုပ်
တရားတို့သည် ခိုင်မြဲတဲ့ အချိန်များ ရှိရဲ့
လား။

“မရှိပါ ဘုရား”

မခိုင်မြဲလို့သာ ယိုင်လဲနေတာပေါ့
ဟုတ်လား။

“တင်ပါ ဘုရား”

ဒါလေးတွေကို ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်
ကြည့်ရမယ်။ ဒါနု သီလ ခြံရံထားတဲ့ ဝိပ
ဿနာ ဉာဏ်ကုသိုလ်စိတ်ကလေးရဲ့ အကျိုး
ပေးမယ့် နောက်ဆုံး အစီအစဉ်က အရ
ဟတ္ထ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ထိ ကျေးဇူးပြု
သွားမယ်နော်။ အရဟတ္ထမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်
ဉာဏ်ထိ ကျေးဇူးပြုသွားမယ့် ကုသိုလ်
ကောင်းမှု တရားလေးတွေကို ဘာလုပ်ရမှာ
တဲ့လဲ ဒကာဒကာမတွေ။

“ပွားများအားထုတ်ရပါမယ် ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၉၁

ကြိမ်ဖန်များစွာ အားထုတ်ရမယ်။ ကြိုးစားရမယ်။ ပွားများရမယ်။ ဒကာဒကာမတွေ ကျေးဇူးတွေ များလွန်းလို့နော်။

“တင်ပါ”

ဒီအလုပ်ကလည်းပဲ အတိတ်က ကုသိုလ်ကံကလည်း ပါဖို့ လိုသေးတယ်နော်။ အတိတ်ကုသိုလ်ကံရယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ပတိရူပ ဒေသဝါသ ဆိုတဲ့ သင့်တင့်လျောက်ပတ်တဲ့ အရပ်နေရာ၊ သာသနာထွန်းကားတဲ့ နေရာမှာ လူဖြစ်တတ်ဖို့ လိုအပ်သေးတယ် ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

လူတော့ဖြစ်ပါရဲ့၊ စားရေးသောက်ရေး နေရေးထိုင်ရေးတော့ အဆင်ပြေပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့ ဒီကျင့်စဉ်ကို ကျင့်ခွင့်မရနိုင်ဘူး၊ ဟောဖော်ညွှန်ပြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ မတွေ့ရဘူး၊ တွေ့ပြန်တော့လည်း ဒီအလုပ်တွေကို

၉၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

မလုပ်နိုင်ဘူးဆိုရင် သူတော်ကောင်းတရား
နဲ့ ဝေးမှာလား နီးမှာလား။

“ဝေးမှာပါ ဘုရား”

များသောအားဖြင့်က ဝေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့
နီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဘယ်သူက များပြားတယ်။

“ဝေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က များပါတယ်
ဘုရား”

အလွန်ကြီးပွားတိုးတက်နေကြတဲ့ နိုင်ငံ
တွေ၊ သိပ္ပံပညာ စွမ်းအားတို့ကြောင့် လော
ကကြီး အလွန်ကြီးပွားနေကြတယ်။ ရုပ်
ပိုင်းဆိုင်ရာတွေ အလွန်တိုးတက်နေတယ်။
ဒါပေမဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများ ကျပြန်တော့
တော်တော်ကြီးကို ဆုတ်ယုတ်နေကြတယ်။

“တင်ပါ ဘုရား”

စိတ္တဒဿနပိုင်းဆိုင်ရာဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့
အဆုံးအမတရားတို့နဲ့ တွေ့ထိခွင့် မရနိုင်ဘဲ၊
ကိလေသာတွေ လောဘဒေါသမောဟတွေ
ဖုံးလွှမ်းပြီး စိတ်ဟာ ရိုင်းနေကြတယ်။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၉၃

ဘုရားမှန်းလည်းမသိ၊ တရားမှန်းလည်း
မသိ၊ သံဃာမှန်းလည်းမသိ၊ ခန္ဓာ ကြောင်း
ကျိုး ဆက်စပ်မှုကိုလည်း မသိ၊ ခန္ဓာကိုယ်
ကြီးဟာ ဘေးအန္တရာယ် မြောက်မြားစွာတို့
ဖြင့် ရင်ဆိုင်နေရတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးပါလား
လို့လည်း နားမလည်ဘူး။ အဲသလို နား
လည်အောင် ညွှန်ပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့လည်း
ပဲ မတွေ့နိုင်ဘူးဆိုတော့ ဒီနေရာမှာ လူဖြစ်
နေပေမဲ့လို့ လူဖြစ်ထိုက်တဲ့ နေရာ ဟုတ်ရဲ့
လား။

“မဟုတ်ပါ ဘုရား”

ဘုရားရှင်အလိုကျ ပတိရူပအရပ်လို့
ခေါ်တဲ့ သင့်တင့်လျောက်ပတ်တဲ့နေရာ
ဟုတ်ရဲ့လား။

“မဟုတ်ပါ ဘုရား”

မင်္ဂလသုတ်တရားတော်မှာပါတဲ့ ပတိ
ရူပဒေသဝါသောစ ဆိုတဲ့ တရားနဲ့ ညီညွတ်
တဲ့ အရပ် ဟုတ်ရဲ့လား။

၉၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

“မဟုတ်ပါ ဘုရား”

မစ္စန္ဒရာဇ်အရပ်လို့ ခေါ်တယ်။ သူတော်ကောင်း တရားတွေ ဆိတ်သုဉ်းတဲ့ နေရာ၊ ရတနာမြတ်သုံးပါး ကင်းဆိတ်တဲ့ နေရာဟာ ဘယ်လောက်ပင် တိုးတက်နေပါစေ သူတော်ကောင်း တရားတွေကို ပွားများအားထုတ်၍ မရနိုင်ဘူးဆိုရင် ဒီနေရာမှာ လူဖြစ်ရပေမဲ့ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်တဲ့နေရာ မဟုတ်ဘူးနော်။

“တင်ပါ”

တစ်ဘဝတစ်နပ်စာ အတွက်သာ ကြီးပွားလွယ်လို့ သံသရာအတွက် ကြီးပွားတိုးတက်စရာ မရှိလို့ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ ဘုရား”

ဒါကြောင့်မို့လို့ “ကုသိုလ်မရ ဝမ်းမဝ ဘဝမပြည့်စုံ၊ ကုသိုလ်လည်းရ ဝမ်းလည်းဝ ဘဝပြည့်စုံသည်”တဲ့။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၉၅

သတ်တွေ သဘောပေါက် နားလည်တယ်
နော်။

“တင်ပါ”

အနည်းငယ် ကုသိုလ်သာရပြီး ဝမ်း
မဝရင်လည်းပဲ ဘဝဟာ ပြည့်စုံရဲ့လား။

“မပြည့်စုံပါ ဘုရား”

ဝမ်းသာဝပြီးတော့ ကုသိုလ်မရနိုင်
ရင်လည်းပဲ ဘဝမပြည့်စုံပါဘူးတဲ့။ ကုသိုလ်
လည်းမရ၊ ဝမ်းလည်းမဝရင်တော့ ဘဝဟာ
ပိုပြီး မပြည့်စုံဘူး။ ကုသိုလ်လည်း ရရပါ
မယ်၊ ဝမ်းလည်း ဝရပါမယ်။ ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်
မျိုးကိုမှ ဘဝပြည့်စုံတယ်လို့ ခေါ်ရတယ်။

“တင်ပါ”

အသပြာမွဲ ရတနာသူဌေး

ဘုန်းကြီးတို့ အနောက်နိုင်ငံတွေ
ရောက်သွားတော့ သူတို့က မေးတယ်။
ဘာမေးကြသလဲ ဆိုတော့ ဘုန်းဘုန်းတို့

၉၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

နိုင်ငံကြီးကို တပည့်တော်တို့ ကြည့်ရတာ သနားလွန်းလို့တဲ့။ အရှင်ဘုရားတို့ မြန်မာပြည် ကြည့်ရတာ အလွန်သနားဖို့ ကောင်းတယ်။ အထီးကျန်နေတဲ့ နိုင်ငံလို့ တပည့်တော်တို့ ထင်ပါတယ်ဆိုပြီး စကားပြန်နဲ့ လာလျှောက်တယ်။ ပရိသတ်တွေ ဘုန်းကြီးက ပြန်ပြောလိုက်ပါတယ်။ ခင်ဗျားတို့က ကျုပ်တို့ မြန်မာနိုင်ငံ အထီးကျန်တယ်လို့ မြင်သလို ကျုပ်တို့ကလည်း ခင်ဗျားတို့ နိုင်ငံကို အထီးကျန်တယ်လို့ မြင်ပါတယ်လို့ ဘုန်းကြီးကလည်း ခပ်တည်တည်ပဲ ပြန်ဖြေခဲ့တယ်။ ဒီတော့ သူက မကျေနပ်ချင်ဖြစ်ပြီးတော့ ဘာကြောင့်ပါလဲလို့ ပြန်မေးလျှောက်တယ်။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက “ဟုတ်တယ်ဗျာ၊ ကျုပ်တို့ မြန်မာနိုင်ငံကြီး ဒီကနေ ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမတရားတွေ ထွန်းလင်းတောက်ပပြီးနေတယ်။ ဒို့နိုင်ငံသူနိုင်ငံသားတွေ ဘယ်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၉၇

လောကံပင် ဆင်းရဲသော်လည်း ဉာဏ်
မဆင်းရဲပါဘူး၊ ဉာဏ်မမဲ့ပါဘူး။ ရုပ်ဆင်းရဲ
သော်လည်း ဉာဏ်မဆင်းရဲသေးပါဘူး။
သူတို့ရဲ့ သန္တာန်ထဲမှာ သဒ္ဓါ သီလ သုတ
စာဂ ပညာ ဟိရိ ဩတပ္ပတည်း ဟူသော
အနာထပိန် သူဌေးကြီးကို အကြောင်းပြု
ပြီး မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောတော်မူတဲ့ လူ
ဆင်းရဲနဲ့ လူချမ်းသာကို ခွဲခြားပြခဲ့တဲ့ တရား
တော် ရှိတယ်။ ဘယ်သူတွေကို လူဆင်းရဲ
လို့ ခေါ်ပြီးတော့ ဘယ်သူတွေကို လူချမ်း
သာလို့ ခေါ်ကြောင်း ဟောဖော်ညွှန်ပြခဲ့
တယ်”ဆိုတာ ပြန်ပြောပြလိုက်။ အဲဒီတော့
သူက မေးလျှောက်လို့ ဘုန်းကြီးက ပြန်ဖြေ
ခဲ့တယ်။

“တင်ပါ့”

သဒ္ဓါဆိုတဲ့ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်
မှု မရှိဘူး၊ သီလဆိုတဲ့ ငါးပါးသီလကို
တောင် စောင့်ရှောက်မှု မရှိ၊ သုတဆိုတဲ့

၉၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ရတနာသုံးပါးနဲ့ ကံအကြောင်းတွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဗဟုသုတမရှိ၊ စာဂဆိုတဲ့ စွန့်လွှတ်နိုင်မှုမရှိ၊ ပညာဆိုတဲ့ ဉာဏ်တရားလည်း မရှိဘူး။ ဟိရိဩတပ္ပလို့ ခေါ်တဲ့ မကောင်းတဲ့ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတွေကို ပြုရမှာ ရှက်တယ် ကြောက်တယ်ဆိုတဲ့ တရား အဲဒီတရား (၂) ပါးကတော့ လောကပါလတရားလို့ ခေါ်တယ်။ လောကကို ဒီတရားနှစ်ပါးက စောင့်ရှောက်ထားတာနော်။

“တင်ပဲ့”

အဲဒီ လောကပါလတရား နှစ်ပါး ရှိခြင်းကြောင့် လောကကြီး ကောင်းတယ်။ မငြိမ်းချမ်းသော မြို့နယ်နိုင်ငံတို့သည် လောကပါလတရားလို့ခေါ်တဲ့ ဟိရိဩတပ္ပတရား မရှိခြင်းကြောင့် ခုနက ပြောခဲ့တဲ့ သဒ္ဓါ သီလ သုတ စာဂ ပညာတရားတွေ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၉၉

မရှိခြင်းကြောင့် လူဆင်းရဲလို့ ခေါ်ပါတယ်
ဟုတ်လား ဒကာဒကာမတွေ။

“တင်ပါ”

သဒ္ဓါ သီလ သုတ စာဂ ပညာ ဟိရိ
ဩတပ္ပဆိုတဲ့ သူတော်ကောင်း ဥစ္စာရတနာ
ခုနစ်ပါး ရှိသူသည်သာလျှင် ဘာပါလိမ့်။

“လူချမ်းသာပါ ဘုရား”

တရားအာရုံ စိတ်မှာထုံ

ဟုတ်တယ်။ သီလတရားကလည်း
မခိုင်ခံ့တဲ့ သီလတရားတွေ၊ စာဂတရား
ကလည်း ဉာဏ်မယှဉ်တွဲတဲ့ စာဂတရား
တွေဆိုရင် ဆိုပါစို့ ဘုန်းကြီးကို လျှောက်
ကြတယ်။ အရှင်ဘုရား တပည့်တော်တို့
နိုင်ငံတွေက နာဂစ်ဘေးမှာ သိန်းပေါင်း
မြောက်မြားစွာ လှူလိုက်ပါတယ် ဘုရား။
တပည့်တော်တောင် သိန်းတစ်ထောင်နီးပါး
လှူလိုက်ပါတယ်တဲ့။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက

၁၀၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ခင်ဗျားတို့ လှူတာ အလွန်ကျေးဇူးတင်ပါ
တယ်၊ ဘုန်းကြီးက ဆက်ဟောလိုက်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ မြန်မာနိုင်ငံသူ နိုင်ငံသား
တွေက ဒါနဆိုတဲ့ လှူဒါန်းမှုလောက်နဲ့
မရောင့်ရဲကြဘူး၊ သီလလေး စောင့်ထိန်း
ရုံနဲ့လည်း မရောင့်ရဲကြဘူး၊ သမထလို့
ခေါ်တဲ့ ဈာန်တရားလောက်နဲ့လည်း
မရောင့်ရဲကြဘူး၊ ဒါန သီလ သမထတွေနဲ့
အခြေခံပြီး ဝိပဿနာတရားတွေ အားထုတ်
ပြီးတော့ ပျော်မွေ့နေကြတဲ့ ဒို့နိုင်ငံသူ
နိုင်ငံသားတွေပါ၊ မည်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့မှ
ယှဉ်လို့မရတဲ့ အရသာဟာ ဓမ္မအရသာပဲလို့
ဘုန်းကြီးတို့ ဖြေကြားခဲ့ရတယ်။

“တင်ပါ”

ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီနေ့ဘုန်းကြီးတို့ ဆွေ
တော်မျိုးတော်တွေ ဒို့ရဲ့ သန္တာန်ထဲမှာ ဘဝ
အကြောင်း နားလည်ထားကြတဲ့ ဘုန်းကြီး
တို့ ဒကာဒကာမတွေ ဘဝဟာ အစ စကား

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၀၁

လုံးလေး ပြန်ကောက်ကြမယ်။ ချားရဟတ်
ပမာ အမြဲမပြတ် လည်ပတ်လျက်ရှိသော
သံသရာတည်း ဟူသော ဘေးကြီးကို ဘာ
ဘေးတဲ့လဲ ဒကာဒကာမတွေ။

“သံသရာဘေးကြီးပါ ဘုရား”

သံသရာဟာ ဘေးပါပဲတဲ့။ ဒီနေ့
ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် တရားဟောနေတဲ့
အရှင်နဲ့ တရားနာနေကြတဲ့ ဘုန်းကြီးတို့
ဒကာဒကာမများရဲ့ ဘဝခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို
ဉာဏ်မျက်လုံးလေး ဘုရားပေးတဲ့ မျက်လုံး
နဲ့ကြည့်ရင် ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာဒကာမတွေ
ခန္ဓာဟာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဘဝနေဝင်ချိန်
မနီးလာဘူးလား။

“နီးလာပါတယ် ဘုရား”

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် ဘေးသင့်နေလို့
ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

နံပါတ်တစ် ဘာဘေးသင့်ခဲ့ရပါလိမ့်

၁၀၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

“အိုဘေးပါ ဘုရား”

အိုရတဲ့ဘေးနော်။ ဇရာဘယံ၊ ဗျာဓိဘယံ၊ မရဏဘယံ၊ ဒီဘေးသုံးပါးကို ရင်ဆိုင်ပြီးတော့ နေကြရကုန်သော သတ္တဝါမှန်သမျှ အနန္တတို့သည် ဘယ်သောခါမှ ချမ်းသာခြင်း အစစ်အမှန် တရားတို့ကို မရနိုင်ကြဘူး။

“တင်ပါ့ဘုရား”

အဲဒီ ဘေးအန္တရာယ်ပေါင်း မြောက်မြားစွာ တွေ့ကြုံနေရခြင်း သဘောကို သိရှိနားလည်စွာဖြင့်၊ ဗုဒ္ဓဆုံးမအပ်သော တရားအသိလေးတို့ဖြင့် ဘေးသင့်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဘေးကင်းတဲ့ တရားလေးဖြစ်အောင်၊ အိုဘေးသင့်တဲ့ ဘဝကို အိုဘေးမရှိတဲ့ တရားတွေရအောင်၊ နာဘေးသင့်နေတဲ့ ဘဝမှ နာဘေးကင်းတဲ့ ဘဝကိုရောက်အောင်၊ သေဘေးသင့်တဲ့ ဘဝမှ သေဘေး

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၀၃

ကင်းတဲ့ တရားအသိလေးတွေ တွေ့အောင်
ဘာလုပ်ရမှာတဲ့လဲ။

“တရားအားထုတ်ရပါမယ် ဘုရား”

ဓမ္မအာရုံဖြင့် ရုပ်နာမ်အာရုံကို ယှဉ်တွဲ
ပြီးတော့ သုံးသပ်ရမယ်၊ ဆင်ခြင်ရမယ်၊
ပွားများအားထုတ်ရမယ်နော်။

“တင်ပါ့ဘုရား”

ခန္ဓာအကြောင်းကို သိဖို့ တစေ့တ
စောင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ကြည့်ဖန်များလာ
တော့ ဪ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဘေးအန္တ
ရာယ် မြောက်မြားစွာတို့ဖြင့် ပြည့်ကျပ်ပြီး
နေတဲ့ ခန္ဓာကြီးပါလား၊ ကြောက်စရာ
ကောင်းတဲ့ အဝကြီးပါလား၊ ဒို့ရဲ့ဘဝရဲ့
တစ်ရက်ကုန်သွားရင် လူ့လောကမှာ နေရ
တဲ့ရက် တစ်ရက်လျော့သွားပြီး သေမင်းနဲ့
တစ်ရက်နီးလာပါပေါ့လား၊ အိုခြင်းဒုက္ခနဲ့
နီးလာတယ်၊ နာခြင်းဒုက္ခနဲ့ နီးလာတယ်၊
သေခြင်းတရားနဲ့ နီးကပ်လာတဲ့ ဘဝပါ

၁၀၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

လားလို့ မိမိရရှိသော ဘဝခန္ဓာအိမ်ရဲ့ ဖြစ်စဉ်ကိုက်ကလေးတွေကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သုံးသပ်ဆင်ခြင်ပြီးတော့ အကဲခတ်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ နှလုံးသားသည် ကြည်လင်သန့်ရှင်းနေခြင်းကြောင့် လောဘဓာတ်တွေ ပါးလာနေတယ်၊ ဒေါသ အကုသိုလ် ဓာတ်တွေ ပါးလာနေတယ်၊ မောဟ အကုသိုလ် ဓာတ်တွေ ပါးလာနေတယ်။ ဣဿာ မစ္ဆရိယဓာတ်တွေ နည်းလာတယ်။ အဲဒီ နီဝရဏတရားလို့ခေါ်တဲ့ ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏ၊ ဗျာပါဒနီဝရဏ၊ ထိနမိဒ္ဓနီဝရဏ၊ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စနီဝရဏ၊ ဝီစိကိစ္ဆာနီဝရဏ ဆိုတဲ့ မင်္ဂတား ဖိုလ်တားတဲ့ အကုသိုလ်ဓာတ်တွေ ဟာ ပါးလာတယ် ဟုတ်လား။

“တင်ပဲ့ ဘုရား”

ဘာအာရုံတို့ဖြင့် ယှဉ်စပ်ထားလို့တဲ့လဲ။

“တရားအာရုံပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၀၅

မိမိတို့ရဲ့ စိတ်အစဉ်ကို တရားအာရုံနဲ့ တွဲစပ်ထားလာလို့ မိမိတို့ရဲ့ စိတ်ကလေးကို ဓမ္မအာရုံ၊ တရားအာရုံတို့ဖြင့် တွေ့ထိခွင့် များလာတဲ့ စိတ်ကလေးတို့သည် ဘာဖြစ် လာသလဲဆိုရင် နူးညံ့လာတယ်၊ သိမ်မွေ့ လာတယ်၊ ယဉ်ကျေးလာတယ်။ တရား အာရုံနဲ့ ဝေးကွာပြီးနေတဲ့ စိတ်ကတော့ ရိုင်း တာပေါ့ ဟုတ်လား။

“တင်ပါ့ ဘုရား”

တခါတခါ စိတ်ရိုင်းတွေ ဝင်တယ် ဆိုတာ ဘာဝေးသွားလို့တဲ့လဲ။

“တရားနဲ့ ဝေးသွားလို့ပါ ဘုရား”

အန္တရာယ်ဘေး ဆင်ခြင်ပေး

စိတ်ကလေးက တရားအသိနဲ့ ဝေးကွာ နေခြင်းကြောင့် စိတ်ရိုင်းဝင်တယ်။ စိတ် ရိုင်းဝင်ရင် ကိုယ်ဟာလည်း ကြမ်းတမ်းလာ တယ်၊ နှုတ်အမူအယာလည်း ကြမ်းတမ်း

၁၀၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

လာတယ်၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာတွေ ကြမ်းတမ်း
လာတယ်။ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ
ကြမ်းတမ်းလာပြီ ဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့
သန္တာန်ထဲမှာ ဘာအာရုံတွေ ဝေးနေလို့။

“တရားအာရုံတွေပါ ဘုရား”

တရားအာရုံတွေ ဝေးနေလို့နော်။
လောဘတွေ လွန်ကဲနေလို့၊ ဒေါသတရား
တွေ လွန်ကဲလာလို့၊ မောဟတရားတွေ
လွန်ကဲလာလို့။ မောဟတရားက ဘဝ
တစ်ခုလုံးကို ဖုံးလွှမ်းထားတဲ့ အတွက်တာ
ကြောင့် လောကရဲ့ ကောင်းကျိုးဆိုးကျိုးကို
နားမလည်တော့ဘူး။ အကောင်းနဲ့အဆိုး၊
အကြောင်းနဲ့အကျိုးလေးတွေကို ဝေဖန်သုံး
သပ်မှုတွေ မရှိတော့ဘူး၊ ဆင်ခြင်ဉာဏ်
လေးတွေ မရှိတော့ဘူး။ တစ်ဘဝ တစ်နပ်
စာလောက်သာ မြင်ပြီးတော့ သံသရာ
အတွက် မစဉ်းစားမဝေဖန်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၀၇

ရဲ့စိတ်သည် ပျော်စရာလား ကြောက်စရာ
ကြီးလား။

“ကြောက်စရာကြီးပါ ဘုရား”

ဘယ်လောက်ပဲ သိန်းသန်းပေါင်း
ကုဋေပေါင်း မြောက်မြားစွာ ချမ်းသာနေ
ပေစေ၊ အဲဒီချမ်းသာခြင်းဟာ အတိတ်ကံ
ပေးလို့သာ ချမ်းသာနေတာ။ သို့သော် နှလုံး
သားက ဘာဖြစ်နေသလဲဆိုရင် အမြဲမပြတ်
ပူလောင်နေတယ်။ တရားအသိ မရှိတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ နှလုံးသားသည် ဘာဖြစ်နေတယ်။

“ပူလောင်နေပါတယ် ဘုရား”

အတွင်းမှာလည်း ပူလောင်နေတယ်။
အပြင်မှာလည်း ပူလောင်နေတယ်။ မျက်စိ၊
နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်ဆိုတဲ့ အတွင်း
အာယာတန ခြောက်ပါးမှာလည်း ပူလောင်
နေသလို ရူပါရုံ၊ သဒ္ဓါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊
ဗောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊ ဓမ္မာရုံ ဆိုတဲ့ အပြင်အာရုံ
ခြောက်ပါးမှာလည်း ပူလောင်နေတယ်။

၁၀၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

အဲသလို အတွင်းအပြင် နှစ်ခုသော ဘဝ
ပူလောင်နေခြင်းသည် ဘာအာရုံ များပြား
နေလို့လဲလို့ မေးရင် လောဘလွန်ကဲနေ
တယ်။ နောက်ပြီး ဒေါသတွေက ထပ်ချပ်
မကွာ ပါလာခဲ့တယ်။ အဲဒီ လောဘ
ဒေါသတရားတွေ ဖြစ်အောင် ဘယ်သူက
ဖုံးလွှမ်းထားတာတဲ့လဲ။

“မောဟပါ ဘုရား”

ဟုတ်တယ်။ မောဟတရား ဖုံးလွှမ်း
ထားခြင်း ခံရသော ပုဂ္ဂိုလ်များ ရဟန်းပဲ
ဖြစ်ဖြစ်၊ သီလရှင်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အမျိုးသား
အမျိုးသမီးပဲဖြစ်ဖြစ် မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို
ချမ်းသာမှာလား၊ ဆင်းရဲမှာလား။

“ဆင်းရဲမှာပါ ဘုရား”

အမြဲတမ်း သူတို့ရဲ့ နှလုံးသား ပူ
လောင်နေလို့ ဆင်းရဲရတာ။ နားလည်ပြီ
နော်။

“တင်ပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၀၉

တရားရင်ခွင် အပူစင်

ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမ တရားတော်မြတ်ဟာ
ဘာဖြစ်စေတတ်တာတဲ့လဲ။

“အေးချမ်းစေတတ်ပါတယ် ဘုရား”

အေးချမ်းစေတတ်တယ်။ ငြိမ်းချမ်းစေ
တတ်တယ်။ အဲဒီ စွမ်းအားလေးတွေက
ဘယ်မှာ ရှိနေတာတဲ့လဲ။

“ခန္ဓာမှာပါ ဘုရား”

ခန္ဓာထဲမှာကြည့်ရင် ရှိလာတာပေါ့
နော်။

“တင်ပါ့ ဘုရား”

ဘာကို အခြေခံထားပြီး ကြည့်ရင် သိ
လာမှာလဲ ဆိုတော့ ခန္ဓာနာမ်ရုပ် နှစ်ပါးကို
အခြေခံထား ရှုမှတ်ပြီးတော့ ကြိုးစားအား
ထုတ်မယ်ဆိုရင် ကဲ ဒကာဒကာမတွေ ဒို့
ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အကဲခတ်ကြည့်ရင် ခန္ဓာ

၁၁၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ကိုယ်ကြီးသည် တည်ငြိမ်နေသလား ဖောက်
ပြန်နေသလား။

“ဖောက်ပြန်နေပါတယ် ဘုရား”

တားလို့ ရသလား။

“မရပါ ဘုရား”

မဖောက်ပြန်ပါနဲ့ ခန္ဓာရယ်၊ တရား
နာရတာ ခက်တယ်၊ ဒီတရားလေးနာတဲ့ခါ
ငြိမ်ငြိမ်လေး နာပါရစေနော်လို့ ခန္ဓာမနာ
ပါနဲ့၊ မတောင့်တင်းပါနဲ့၊ မညောင်းပါနဲ့၊
မကိုက်ခဲပါနဲ့၊ မလှုပ်ရှားပါနဲ့လို့ တားလို့
ရသလား။

“မရပါ ဘုရား”

သူရဲ သတ္တိတရားက အမြဲမပြတ်
ဒရစပ် ဘာဖြစ်နေလို့လဲ။

“ပြောင်းလဲ ဖောက်ပြန်နေလို့ပါ
ဘုရား”

ဖောက်ပြန် ပျက်စီးပြီးတော့ မနှိပ်စက်
နေဘူးလား။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၁၁

“နှိပ်စက်နေပါတယ် ဘုရား”

ဘာသညာပြနေတယ်။

“ဒုက္ခသညာ ပြနေပါတယ် ဘုရား”

ဪ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ တကယ်
ဆင်းရဲလှစွာသော ဘဝခန္ဓာကိုယ်ကြီးပါ
လားလို့ ခန္ဓာမှာပေါ်နေတဲ့ အာရုံဓာတ်
ကလေးကို ဉာဏ်ကလေးနဲ့ သုံးသပ်ပြီး
လှမ်းလို့လှမ်းလို့ တွဲစပ်ပြီးကြည့်၊ လှမ်းပြီး
ကြည့်နေတဲ့ခါမှာ ဖောက်ပြန်နေတဲ့ အာရုံ
ဓာတ်တို့သည် မြဲမြဲတဲ့သဘော ရှိပါ့မလား။

“မရှိပါ ဘုရား”

မမြဲတဲ့ အနိစ္စဓာတ်ကို တွေ့ရင်
လောဘ ငြိမ်းနေတယ်။ ဆင်းရဲတဲ့ ဒုက္ခ
ဓာတ်ကို တွေ့ရင် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့
သည် အမြဲမပြတ် ဆင်းရဲတဲ့ ဒုက္ခလက္ခ
ဏာပဲလို့ တွေ့နေတဲ့ ယောဂီရဲ့ စိတ်အစဉ်
မှာ ဒေါသစိတ်တွေ ငြိမ်းနေတယ်။

၁၁၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

“တင်ပါ့ ဘုရား”

ဪ ဖြစ်ပေါ်သမျှ ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါ
ရ တရားတို့သည် အမြဲမပြတ် ဖြစ်ပြီး
ပျက်စီးနေပါပေါ့လားလို့ ဘာတစ်ခုရယ်မှ
ကိုယ့်သဘော မဟုတ်ပါဘဲနဲ့ သူ့သဘော
သူဖြစ်၊ သူ့သဘောသူပျက်၊ သူ့သဘော
သူပေါ်၊ သူ့သဘော သူပျောက်ပြီး နေတဲ့
သဘောပါလားလို့ အနတ္တဉာဏ်ကလေးနဲ့
သုံးသပ်နေမယ်ဆိုရင် မောဟတွေ မငြိမ်းနေ
ဘူးလား။

“ငြိမ်းနေပါတယ် ဘုရား”

တစ်လောကလုံး အနတ္တဖုံး

အနိစ္စမြင်ရင် ဘာစင်ပါလိမ့်။

“လောဘစင်ပါတယ် ဘုရား”

ဒုက္ခကိုမြင်ရင် ဒေါသစင်တယ်နော်။

ဘာတဲ့လဲ။

“ဒေါသစင်ပါတယ် ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၁၁၃

မောဟစင်ရင်တော့ အနတ္တဉာဏ်ပေါ်
တယ် ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

အနတ္တဉာဏ်ပေါ်တာဟာ ဘာစင်လို့

“မောဟစင်လို့ပါ ဘုရား”

အနတ္တဉာဏ်လေး နှလုံးသားထဲမှာ
တည်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘာတွေ ငြိမ်းနေပါ
လိမ့်။

“မောဟတွေပါ ဘုရား”

မောဟငြိမ်းနေတယ်။ သြော် လောက
ကြီး အနတ္တပါလား၊ အနတ္တပါလားလို့
အမြင်မှန်နဲ့ မြင်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး
ငြိမ်းမနေဘူးလား။

“ငြိမ်းနေပါတယ် ဘုရား”

အနတ္တကို အနတ္တလို့ မမြင်ပါဘဲနဲ့
အတ္တလို့ စွဲနေမယ်ဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် ချမ်း
သာမှာလား ဆင်းရဲမှာလား။

“ဆင်းရဲမှာပါ ဘုရား”

၁၁၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

မြင်စရာမှန်သမျှတွေ အားလုံးဟာ ဘာ
ပါလိမ့်။

“အနတ္တပါ ဘုရား”

ကြားစရာ မှန်သမျှတွေ အားလုံးက
ရော။

“အနတ္တပါ ဘုရား”

နံစရာ မှန်သမျှတွေ အားလုံးဟာ။

“အနတ္တပါ ဘုရား”

စားစရာ အရသာတွေ မှန်သမျှတွေ
အားလုံးဟာ။

“အနတ္တပါ ဘုရား”

တွေ့ထိစရာ မှန်သမျှတွေ အားလုံး
ဟာ။

“အနတ္တပါ ဘုရား”

ကြံစည်စရာ မှန်သမျှတွေ အားလုံး
ဟာ။

“အနတ္တပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၁၅

အရာရာမှန်သမျှ အနတ္တ၊ တလောက
လုံးကလည်း ဘာတဲ့လဲ။

“အနတ္တပါ ဘုရား”

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်များက သွားပြီး
မစွဲလိုက်နဲ့။ ဆွဲမကိုင်လိုက်နဲ့။ မနေ့က ပြော
သလို ဧည့်သည်ကို အိမ်ရှင်မလုပ်ပါနဲ့
ဟုတ်လား။

“တင်ပါ”

ပြောင်းလဲဖောက်ပြန် ရုပ်နှင့်နာမ်

အားလုံး ပေါ်လာတဲ့ အာရုံမှန်သမျှတွေ
ဟာ အိမ်ရှင်လား ဧည့်သည်လား။

“ဧည့်သည်ပါ ဘုရား”

လောဘဆိုတာ ဧည့်သည်ပါ။ ခင်စရာ
လား၊ ဧည့်သည်လား။

“ဧည့်သည်ပါ ဘုရား”

မုန်းစရာလို့ပြောတဲ့ ဒေါသဟာ မုန်း
စရာလား၊ ဧည့်သည်လား။

၁၁၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“ဧည့်သည်ပါ ဘုရား”

ဧည့်သည်ပါနော်။ တွေဝေမိန်းမောနေ
တဲ့ မောဟတွေကလည်း ဘာတဲ့လဲ။

“ဧည့်သည်ပါ ဘုရား”

ဧည့်သည်ကို အိမ်ရှင်အဖြစ်နဲ့ ပေါင်း
သင်းမိပြီဆိုရင် ရဟန်းပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သီလရှင်ပဲ
ဖြစ်ဖြစ်၊ အမျိုးသား အမျိုးသမီးပဲဖြစ်ဖြစ်
မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို မဆင်းရဲဘူးလား။

“ဆင်းရဲပါတယ် ဘုရား”

ဘဝဆင်းရဲပေါင်း မြောက်မြားစွာ ပေါ်
နေပြီဆိုရင် သံသရာဆင်းရဲကိုလည်း မတွေ့
ရဘူးလား။

“တွေ့ရပါတယ် ဘုရား”

ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဆင်းရဲရင် သံသရာမှာ
လည်း ဆင်းရဲတယ်နော်။

“တင်ပါ”

ပစ္စုပ္ပန်ချမ်းသာမှ သံသရာချမ်းသာမှာ
နော်။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၁၇

“တင်ပါ”

သို့သော် ဆင်းရဲခြင်း တရားကို
ကြောက်ရွံ့တုန်လှုပ်ပြီးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တို့
သည် ချမ်းသာခြင်းတရားကို လိုလားနေ
ခြင်းကြောင့် ဒီနေ့ ဒုက္ခလောက်ကိုတော့
သည်းခံပြီးတော့ ကြိုးစားရှုမှတ်ရမယ်နော်။

“တင်ပါ ဘုရား”

ချမ်းသာခြင်းကို လိုလားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ
ဘာကို သည်းခံရမယ်။

“ဒုက္ခကိုပါ ဘုရား”

ဆင်းရဲကြီးကို ကြောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ
ဆင်းရဲကလေးကို သည်းခံရမယ်နော်။

“တင်ပါ”

ချမ်းသာခြင်းကြီးစွာ လိုလားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
ဟာ ချမ်းသာကလေးကို စွန့်လွှတ်ရပါမယ်။

“တင်ပါ”

ဆိုလိုတာက လက်ရှိကောင်းကောင်း
စား၊ ကောင်းကောင်းနေ၊ ကောင်းကောင်း

၁၁၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

အိပ်ပြီး မိမိရဲ့ ချစ်ခင်နှစ်သက်တဲ့ မိသားစု
တွေနဲ့ အတူတကွနေရတဲ့ သာမန်အားဖြင့်
ပြောနိုင်တဲ့ ချမ်းသာလေးကို စွန့်ပြီး ရိပ်
သာမှာ သတိနဲ့နေ၊ သတိနဲ့စား၊ သတိနဲ့
အိပ်ပြီး၊ သတိတရားနဲ့ အားမထုတ်ရဘူး
လား။

“အားထုတ်ရပါမယ် ဘုရား”

ဒါဆိုရင် ဒီလို သတိတရားကို
လက်ကိုင်ထားပြီးတော့ နေရာတကာ
အမှတ်ကလေးနဲ့ “အမှုမများ၊ စကားသိမ်း
ဆည်း၊ စောင့်စည်းဣန္ဒြေ၊ အိပ်နေနိုးကြား၊
အစားမကြီး၊ တစ်ယောက်တည်းနေ၊ ဤ
ခြောက်ထွေ ကျင့်လေယောဂီမှာ” လို့ ဆိုတဲ့
အတိုင်း၊ ဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း
လိုက်နာကျင့်သုံးတဲ့ ယောဂီများရဲ့ သန္တာန်
ထဲမှာ ခန္ဓာနာမ်ရုပ် နှစ်ပါးတို့သည် ဉာဏ်
နဲ့ ဖောက်ထွင်းပြီးတော့ အကဲခတ် ကြည့်
လိုက်တိုင်း ကြည့်လိုက်တိုင်း ဒို့ရရှိထား

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၁၉

တဲ့ ခန္ဓာအစဉ်ဟာ စက္ကန့်မလပ် အမြဲမပြတ်
ဖြစ်ပြီး ဘာဖြစ်နေပါလိမ့်။

“ပျက်စီးနေပါတယ် ဘုရား”

ပျက်စီးနေပါတယ်နော်။ ပေါ်တဲ့ နေရာ
လေးကို သတိနဲ့ထောက်၊ တောင့်တာလေး
ပေါ်ရင် တောင့်တာလေးက တည်မြဲနေ
သလား ပြောင်းလဲနေသလား။

“ပြောင်းလဲနေပါတယ် ဘုရား”

တောင့်တာလေးလား၊ ပြောင်းလဲနေ
တာလေးလား။

“ပြောင်းလဲနေတာပါ ဘုရား”

ကျင်တယ်ဆိုရင်လည်း ကျင်တဲ့နေရာ
လေးကို သတိနဲ့ထောက်ပြီး ဉာဏ်ကလေးနဲ့
ကြည့်ရင် ကျင်တာလေးလား၊ ပြောင်းလဲနေ
တာလေးလား။

“ပြောင်းလဲနေတာလေးပါ ဘုရား”

တစ်စိတ်နဲ့တစ်စိတ် တူရဲ့လား။

၁၂၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

“မတူပါ ဘုရား”

တစ်အာရုံနဲ့ တစ်အာရုံ တူရဲ့လား။

“မတူပါ ဘုရား”

သစ္စာလေးချက် တစ်ပြိုင်နက်

ရှေ့စိတ်ချုပ်ပျောက် နောက်စိတ်
အစားထိုး ရောက်တာပဲနော်။

“တင်ပါ”

ရှေ့က အဟောင်းတွေ ချုပ်ပျောက်
သွားရင် နောက်အသစ်တွေ ပေါ်လာတာပဲ။
ဖြစ်တည်ပျက် ဖြစ်တည်ပျက်နဲ့ လျင်မြန်
စွာ အမြဲမပြတ် ဒရစပ် မချုပ်ပျောက်နေ
ဘူးလား။

“ချုပ်ပျောက်နေပါတယ် ဘုရား”

အဲဒီ ချုပ်ပျောက် ပျက်စီးနေတဲ့ ခန္ဓာ
နာမ်ရုပ် နှစ်ပါးတို့သည် သစ္စာဖွဲ့ရင် ဘာတဲ့
လဲ။

“ဒုက္ခသစ္စာပါ ဘုရား”

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၂၁

မိုးပေါ်က ကျလာတာလား၊
အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တာလား။

“အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တာပါ
ဘုရား”

အကြောင်းက ဘာသစ္စာ။

“သမုဒယသစ္စာပါ ဘုရား”

အကျိုးပေးတာက ဘာသစ္စာ။

“ဒုက္ခသစ္စာပါ ဘုရား”

သမုဒယကြောင့် ဘာဖြစ်ပါလိမ့်။

“ဒုက္ခ ဖြစ်ပါတယ် ဘုရား”

ဒါဆိုရင် ခန္ဓာအစဉ် ဉာဏ်ယှဉ်ပြီး
သုံးသပ်ဆင်ခြင်ကြည့်လာတော့ စက္ကန့်တိုင်း
စက္ကန့်တိုင်း ပြောင်းလဲနေပါပေါ့လားလို့
လှမ်းပြီးတော့ မြင်နေတာက ဘာသစ္စာ။

“မဂ္ဂသစ္စာပါ ဘုရား”

အဲသလို မဂ္ဂသစ္စာဉာဏ်နဲ့ လှမ်းပြီး
တွေ့ဖန်များလာရင် အဲဒီ မဂ္ဂသစ္စာရဲ့ အဆုံး
မှာ ဘာရှိပါလိမ့်။

၁၂၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

“နိရောဓသစ္စာ ရှိပါတယ် ဘုရား”

နိရောဓသစ္စာ ရှိတယ်။ အဲဒီ နိရောဓသစ္စာ နှလုံးအိမ်ထဲမှာ ကိန်းရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဘာတံခါးပိတ်။

“အပါယ်တံခါးပိတ်ပါတယ် ဘုရား”

အလိုလို ပိတ်တာလား၊ ကျင့်သုံးလို့ ပိတ်တာလား။

“ကျင့်သုံးလို့ ပိတ်တာပါ ဘုရား”

အပါယ်တံခါးပိတ်တဲ့ တရား ရသွားတယ် ဆိုတာဟာ အလိုလိုရတာလား၊ ကျင့်ယူလို့ ရတာလား။

“ကျင့်ယူလို့ ရတာပါ ဘုရား”

အေး အပါယ်တံခါးပိတ်တဲ့ တရားလေးတွေကို ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ကြလို့မို့ နာခံမှတ်သား ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ရတဲ့ ကုသိုလ်စေတနာ ဇွမ်းအားတို့ကြောင့် တစ်ဆယ့်တစ်ပါးသော မီးတို့မှ လွတ်မြောက်ကြကုန်လျက် ဘေးမခ အေး

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၂၃

မြလှစွာသော မဂ်ချမ်းသာ ဖိုလ်ချမ်းသာ
နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ တရားထူး တရားမြတ်ကို
မဂ္ဂင်ရှစ်ထွေ သင်္ဘောလှေဖြင့် မသွေ
မထောက် ကမ်းသို့ရောက်အောင် ကောင်း
စွာမသွေ ကူးခပ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု သာဓု သာဓု

၁၂၄ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ရတနာသုံးပါး၊ ဆရာသမားများအား
ရှိခိုးပူဇော်ရန်

ဩကာသ ကန်တော့ချိုး

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ
ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတည်းဟူသော
အပြစ်ခပ်သိမ်း ပပျောက်ငြိမ်း၍ အသက်
ရှည်စွာ အနာမဲ့ရေး ရန်ဘေးကင်းကြောင်း
ကောင်းမှုမင်္ဂလာ ဖြစ်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ
ဘုရားရတနာ တရားရတနာ သံဃာ
ရတနာ တည်းဟူသော ရတနာမြတ်သုံးပါး
ဆရာသမားတို့ကို အရိုအသေ အလေး
အမြတ် လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်
မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၂၅

ကန်တော့ရသော ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံ
စေတနာတို့ကြောင့် တပည့်တော်တို့ အား
ထုတ်ဆဲ အားထုတ်လတ္တံ့ဖြစ်သော ဒါန
သီလ စေတနာကံနှင့်တကွ ဝိပဿနာ
ဉာဏ်သည် မဂ်ဉာဏ်သို့ ကျေးဇူးပြု၍
နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်
ဘုရား။

တရားအားထုတ်ခါနီး ပရိကံပြုရန်

အဟံဘန္တေ သံသာရဝဋ္ဋ ဒုက္ခတော
မောစနတ္ထာယ ဣမံ အတ္တာနံ ဗုဒ္ဓဿ
ဓမ္မဿ သံဃဿ အာစရိယဿ အတ္တာယ
ဇီဝိတံ နိယျာဒေမိ ပရိစ္ဆဇာမိ။

ဘန္တေ-အရှင်ဘုရား၊ အဟံ-တပည့်
တော်သည်၊ သံသာရဝဋ္ဋဒုက္ခတော-သံသရာ
တည်းဟူသော ဝဋ်ဆင်းရဲ ဘေးအပေါင်းမှ၊
မောစနတ္ထာယ-လွတ်မြောက်ပါရစေခြင်း
အကျိုးငှာ၊ ဣမံ အတ္တာနံ-ဤခန္ဓာငါးပါး

၁၂၆ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့

ကို၊ ဗုဒ္ဓဿ-မြတ်စွာဘုရားအား လည်းကောင်း၊ ဓမ္မဿ-တရားတော်မြတ်အား လည်းကောင်း၊ သံဃဿ-သံဃာတော်အရှင်မြတ်အား လည်းကောင်း၊ အာစရိယဿ-ဆရာမြတ်အား လည်းကောင်း၊ အတ္ထာယ-မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် အကျိုးငှာ၊ ဇီဝိတံ-ရုပ်နှင့် နာမ်ကို၊ နိယျာဒေမိ-အပ်နှင်းပါ၏၊ ပရိစ္ဆဇာမိ-လှူဒါန်းစွန့်ကြဲပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဇီဝိတံ စဆမာနောပိ သိက္ခာပဒါဟံ နှစဇာမိ။

ဇီဝိတံ-ရုပ်နှင့်နာမ်ကို၊ စဆမာနောပိ-စွန့်လွှတ်ရငြားသော်လည်း၊ သိက္ခာပဒံ-ကိုယ်ကျင့် သီလတော်မြတ်ကို၊ အဟံ-တပည့်တော်သည်၊ နှစဇာမိ-မစွန့်လွှတ်ပါ အရှင်ဘုရား။

အရှင်ဘုရား-တပည့်တော်များသည် တရားအားထုတ်ဆဲခဏ၌ ကြောက်ခြင်း၊

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့ ၁၂၇

လန့်ခြင်း၊ စိုးရိမ်ခြင်း၊ ပူဆွေခြင်း၊ ကိုယ်
ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်း၍ အားထုတ်ဆဲ၊
အားထုတ်လတ္တံ့၊ ဖြစ်သော ဒါန သီလ
စေတနာကံနှင့်တကွ ဝိပဿနာဉာဏ်သည်
မဂ်ဉာဏ်သို့ ကျေးဇူးပြု၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်
မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

တရားအားထုတ်ပြီး အနန္တောငါးပါးကို ပူဇော်ရန်

ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ
ပူဇေမိ ဓမ္မပူဇေမိ သံဃံပူဇေမိ။

ဣမာယဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ-မဂ်
လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုအပ်
သော ဤလောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား
လျော်သော ကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့်၊ ဗုဒ္ဓံ-
မြတ်စွာဘုရားကို၊ ဓမ္မ-တရားတော်မြတ်ကို၊
သံဃံ-သံဃာတော်မြတ် အပေါင်းကို၊ မိဘ

၁၂၈ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ဘိုးဘွား ဆရာသမားများကို၊ ပူဇော်၊ ပူဇော်
ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဆုတောင်း

“အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ၊ ဇာတိ
ဇရာ ဗျာဓိမရဏမှာ ပရိမုစ္ဆိသာမိ”

ဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ-မဂ်လေးတန်
ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုအပ်သော ဤ
လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား လျော်
သော ကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ကြောင့်၊ ဇာတိ ဇရာ
ဗျာဓိ မရဏမှာ-ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း၊ အိုရ
ခြင်း၊ နာရခြင်း၊ သေရခြင်းတို့မှ၊ အဒ္ဓါ-
မချွတ်ကေန်၊ ပရိမုစ္ဆိသာမိ-လွတ်မြောက်ရ
ပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အမျှဝေ

ဤသို့ပြုရ မြတ်ပုညကြောင့် အမတ

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၁၂၉

ခေမံ- ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန်တုတ်ချောက်
ရောက်စေသော်။

ယနေ့ယခု အားထုတ်သမျှ မြတ်ဘာ
ဂကို မိဘဆရာမျိုးသဟာနှင့် ကိုယ်မှာ
စောင့်ကြပ် ကိုယ်စောင့်နတ်က အရင်းစ၍
ရှိသမျှလုံးစုံ ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်သမျှ
ရှိရှိသမျှ ဝေနေယျတို့ ရကြပါစေ ပေးငှဝေ
သည် များထွေသာစွာ ခေါ်စေသော်...

[ကုသိုလ် အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်
မူကြပါကုန်လော့... အရိယာ သူတော်
ကောင်းတို့ ပို့သအပ်သော မေတ္တာနှင့်
အကျွန်ုပ်တို့ အားထုတ်ရသော ကုသိုလ်
မှန်သမျှတို့ကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာဖြင့်
သာစု သာစု သာစု] (သုံးကြိမ်)

မေတ္တာပို့

- အထက်အရပ်မှာ များသတ္တဝါ ချမ်း
သာကိုယ်စိတ် မြဲကြပါစေ၊ အန္တရာယ်

၁၃၀ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

ကင်း ဘေးတွေရှင်း လက်ငင်းချမ်းသာ
ကြပါစေ။

- အောက်အရပ်မှာ များသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲကြပါစေ၊ အန္တရာယ်ကင်း ဘေးတွေရှင်း လက်ငင်းချမ်းသာကြပါစေ။
- အနန္တစကြဝဠာ များသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲကြပါစေ၊ အန္တရာယ်ကင်း ဘေးတွေရှင်း လက်ငင်းချမ်းသာကြပါစေ။
- တရားဟော တရားနာ ဘေးရန်ကွာချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲကြပါစေ၊ အန္တရာယ်ကင်း ဘေးတွေရှင်း လက်ငင်း ချမ်းသာကြပါစေ။
- ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ဘေးရန်ကွာ ကျန်းမာကြပါစေ။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ဘေးရန်ကွာ ချမ်းသာကြပါစေ။

ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးစို့ ၁၃၁

- မေတ္တာနှလုံး ကိုယ်စီသုံး ရွှင်ပြုံးကြပါစေ။
- မေတ္တာရန်သူ ဒေါသမှု အပူကင်းပါစေ။
- မေတ္တာရေချမ်း ကိုယ်စီဖြန်း အေးချမ်းကြပါစေ။
- ခန္တီနှလုံး ကိုယ်စီသုံး ရွှင်ပြုံးကြပါစေ။
ဒို့မေတ္တာစွမ်း ကမ္ဘာလွမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။
ဒို့မေတ္တာစွမ်း ကမ္ဘာလွမ်း ငြိမ်းချမ်းကြပါစေ။

ဆွမ်းသုံးဆောင်ခါနီး ဆင်ခြင်ရန်

ဤသည့်စားဖွယ်၊ အမယ်မယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊ လှပရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ မသုံးပါဘူး၊ လေးဖြာဓာတ်ဆောင်၊ ဤကိုယ်ကောင်သည်၊ ရှည်အောင်တည်လျက်၊

၁၃၂ ဘေးရန်ကင်းဖို့ ကျင့်သုံးဖို့

အသက်မျှတမ်း၊ မမောပန်းငြား၊ ဘုရား
သာသနာ၊ ကျင့်နှစ်ဖြာကို၊ ကျင့်နိုင်ပါစေ၊
ဝေဒနာဟောင်းသစ်၊ မဖြစ်စေရ၊ ယာပိုက်
မျှလစ်၊ ခပ်သိမ်းပြစ်ကို၊ မဖြစ်လေအောင်၊
ချမ်းမြေ့အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်မှီဝဲပါ
သတည်း။

ယနေ့ယခု ပြုပြုသမျှ မြတ်ဘာဂကို
သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ ကျင်လည်ကုန်သော ဝေ
နေယျ သုခိတ ဒုက္ခိတ သတ္တဝါမှန်သမျှ
အနန္တတို့ကို ကုသိုလ်ပြုလုပ် အကျွန်ုပ်တို့က
အမျှကုသိုလ် ပေးဝေလို၏။ အမျှရကြ၍
ချမ်းသာကြပါစေသော်...

အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်
လော့။

သာဓု သာဓု သာဓု (သုံးကြိမ်)

