



တိပိဋကယောဆရာတော်

နေကောင်းရဲ့လား

တိပိဋက ဓမ္မလင်္ကာဆောင် (၇၁)

(ယောဆရာတော်၏ (၆၈)နှစ်ပြည့်အိုပွဲလက်ဆောင်)

စတုတ္ထအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

သာသနာ ၂၅၅၆ ၊ ကောဇာ ၁၃၇၄ ခုနှစ်၊ နယုန်လ၊ ၁၈ရက် ၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ

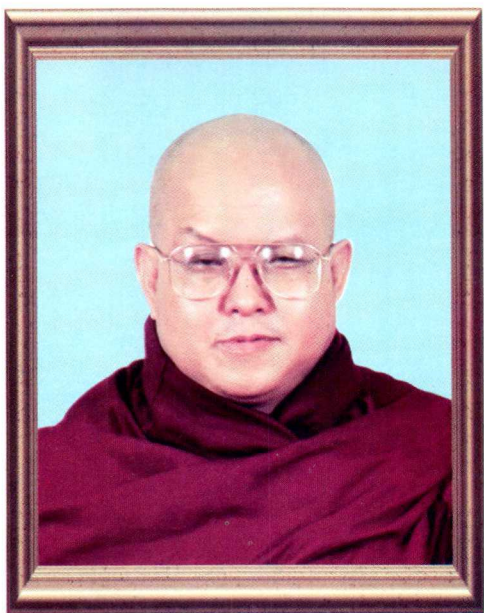
သုံးခါမွေးမှ လူဖြစ်ကြ

(ကံဉာဏ်လုံ့လ လူ့ဘဝ)



- မိခင်ဝမ်းမှ၊ ဖွားလာကြ၊ ခေါ်ရကံမွေးနေ့။
- တတ်အောင်သင်ပြ၊ ဆရာရင်တွင်း၊ နှုတ်ခံတွင်းမှ၊
ဖွားလာကြ၊ ခေါ်ရဉာဏ်မွေးနေ့။
- သမ္ပပ္ပဇာန်၊ အကျင့်မှန်ဖို့၊ လမ်းညွှန်သင်ပြ၊
ဆရာရင်တွင်း၊ နှုတ်ခံတွင်းမှ၊ ဖွားလာကြ၊ လုံ့လလူမွေးနေ့။
- သုံးခါမွေးမှ၊ လူဖြစ်ကြ၊ ဘဝအနှစ်တွေ။
- ကံဉာဏ်လုံ့လ၊ လူ့ဘဝ၊ ဓမ္မအစစ်မွေ့။

တိပိဋကယောဆရာတော်



အရှင်သီရိန္ဒာဘိဝံသ (ယောဆရာတော်)
တိပိဋကဇရာ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက

တိပိဋကယောဆရာတော်

၏

“နေကောင်းရဲ့လား”



တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၇၁)

[ယောဆရာတော်၏ ၆၈-နှစ်ပြည့် အိပ်ပွဲလက်ဆောင်]

စတုတ္ထအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်စု (၁၀၀၀၀)

သာသနာ
၂၅၅၆

ကောဇာ
၁၃၇၄ ခုနှစ်၊ နယုန်လ

၁၃၈
၂၀၁၂-ခုနှစ်၊ ဇွန်လ

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

- စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၆၀၀၃၂၂၁၂၁
မျက်နှာစုံခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၆၀၀၃၁၃၀၂၁
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ခင်အေးမော် (၀၆၀၂၄)
ဂုဏ်သီရိပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ် (၅)၊ လမ်း-၃၀၊
ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း - ၀၉၅၀၀၂၇၇၅၊ ၀၉၄၉၂၁၇၂၈
ထုတ်ဝေသူ (၀၀) ဒီဇိုင်း - ဦးနေမျိုး (နေမျိုးစာပေပဒေသာ)
တန်ဖိုး - ၀၉၅၃
အုပ်စု - ၁၀၀၀၀
အကြိမ် - ၈၇၇၇၇၇၇၇

မာတိကာ

၁။	နေကောင်းရဲ့လား	၁
၂။	သုံးလို့ဖြစ်ရဲ့လား	၁၀
၃။	နေကောင်းရဲ့လားလို့ နတ်တွေကိုပဲမေးပါ	၁၉
၄။	နေကောင်းဖို့ နတ်ပြည်သွား ကြတာ	၃၂
၅။	ဘတ်စ်ကားစီးတဲ့ခရီးသည်တွေ	၃၉
၆။	နေကောင်းဖို့မဟုတ် သုံးဖို့	၄၈
၇။	နေကောင်းရဲ့လားလို့မေးရင် တရားတွဲဖြေ	၅၈
၈။	သုံးခါမွေးမှ လူဖြစ်ကြ (ကံဉာဏ်လုံ့လ လူ့ဘဝ)	၆၅

တိပိဋက ယောဆရာတော်၏

“နေကောင်းရဲ့လား”

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၇၁)



နမော သုခဝိဟာရိနေသ

၁။ နေကောင်းရဲ့လား

သမဂ္ဂါနံ တပေါ သုခေါ

✽ တရားမပါ၊ နေကောင်းတာ၊

လွန်စွာတန်ဖိုးပျက်။

၂

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

- ✧ တရားတွဲကာ၊ နေခက်တာ၊
မှန်စွာ တန်ဖိုးတက်။
- ✧ နတ်ဘဝမှာ၊ နေကောင်းပါလည်း၊
သတိနည်း၊ ချွတ်လွဲ ကုသိုလ်ခက်။
- ✧ လူ့ဘဝမှာ၊ နေခက်ပါလည်း၊ သတိမြဲ၊
ထူးကဲ ကုသိုလ်တက်။
- ✧ နေကောင်းဖို့ရာ၊ မပြင်ပါ၊
ပြင်တာ သုံးဖို့တွက်။
- ✧ အသုံးတတ်က၊ ကိုယ်ပိုင်ရကာ၊ အနှစ်ပါ၊
နေသာထိုင်သာဖြစ်။
- ✧ “နေကောင်းရဲ့လား”၊ လူ့စကားကို၊
တရားတွဲကာ၊ ဖြေဆိုပါ၊
မှန်စွာအဖြေစစ်။

နေကောင်းရဲ့လား

၃

✧ သက်မဲ့သက်ရို၊ ဉာဏ်ဖြင့်ညှိကာ၊
ညီညွတ်စွာ၊ ကောင်းစွာနေမှ
ချမ်းသာဖြစ်။

“နေကောင်းရဲ့လား” ဆိုတဲ့စကားဟာ လူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်တွေ့ရင် စစချင်း မေးတတ်တဲ့ နှုတ်ခွန်းဆက် စကားမျိုးပါ။ ရင်းနှီးခင်မင်သူချင်းတွေ့တာနဲ့ ဒီပြင်စကားတွေ မပြောသေးခင် “နေကောင်းရဲ့လား” “နေကောင်းတယ်မဟုတ်လား” “နေကောင်းရဲ့နော်” လို့ ပြုံးပြုံးလေး မေးတတ်ကြပါတယ်။ တချို့လဲ နှုတ်တက်နေတာကြောင့် မေးနေ ကျဖြစ်လို့ မေးတာဖြစ်မှာပါ။ တချို့ကျတော့လဲ ကျန်းမာရေးကို တန်ဖိုးထားတာနဲ့ လေးလေးနက်နက်

မေးတာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အများအားဖြင့်တော့ နှုတ်တက်နေတဲ့ မေးနေကျစကားဖြစ်လို့ မေးတာပါ။

အမေးခံရတဲ့လူကလဲ “နေကောင်းပါတယ်” လို့ လွယ်လွယ်ပဲ ဖြေတတ်ပါတယ်။ နည်းနည်းပါးပါး နေထိုင်မကောင်းပေမယ့်၊ တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်ထဲမှာ အနေခက်နေပေမယ့် ခွဲပြောနေရင် စကားရှည်မှာစိုးလို့ ကြာနေမှာ စိုးလို့ မြန်မြန်ပြီးအောင် “နေကောင်းပါတယ်” လို့ပဲ ဖြေလိုက်ပါတယ်။ မေးမှတော့ ဖြေရုံပေါ့။ မေးရက်သားနဲ့ မဖြေဘဲနေရင် ဘာလိုလို ညာလိုလိုနဲ့ အထင်ခံရဦးမယ်လေ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် “နေကောင်းရဲ့လား” လို့မေးရင် “နေကောင်း

နေကောင်းရဲ့လား

၅

ပါတယ်”လို့ ဖြေလိုက်တာနဲ့ နှုတ်ဆက်တဲ့ ကိစ္စ ပြီးသွားတာပဲ မဟုတ်လား။ ပြီးတော့မှ ပြောလိုတဲ့စကားရှိရင် ဆက်ပြောရုံပေါ့။

တကယ်တော့ “နေကောင်းရဲ့လား”ဆိုတဲ့ အမေးဟာ လူတွေကို မေးဖို့မကောင်းပါဘူး။ လူဆိုတာ နေကောင်းတဲ့ဘဝမှ မဟုတ်ပဲ။ နေကောင်းဖို့ လူဖြစ်လာကြတာမှ မဟုတ်ပဲ။ လူ့ဘဝရောက်လာကတည်းက “အူဝဲ အူဝဲ” နဲ့ငိုပြီး စလာခဲ့တာ၊ နေမကောင်းတဲ့ပုံစံနဲ့ပဲ စခဲ့တာပါ။ ခန္ဓာနှင့် မကင်းနိုင်တဲ့ဒုက္ခ၊ ပုထုဇဉ်နှင့် မကင်းနိုင်တဲ့ကိလေသာ ဆိုတဲ့ဆင်းရဲနှင့်အပူဟာ ဖွားကတည်းက တစ်သက်လုံး ပါလာခဲ့တာဖြစ်လို့ လူဟာ တော်တော်

နေမကောင်းတဲ့ဘဝပါ။

လူဆိုတာ အိုလွယ်တယ်၊ နာလွယ်တယ်၊
ချုပ်ပျောက်ပျက်စီးလွယ်တယ်။ အိုတော့လဲ
အိုရုပ် ထင်ထင်ရှားရှားပြတယ်။ နာတော့လဲ
နာရုပ် ထင်ထင်ရှားရှားပြတယ်။ ဖုံးဖိထားလို့လဲ
မရ၊ ဟန်ဆောင်လို့လဲ မရ၊ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း
ဖွင့်ထုတ်ပြတယ်။ အိုနာလာတော့ နေလို့
ထိုင်လို့လဲ မကောင်း၊ သွားလို့လာလို့လဲ
မကောင်း၊ လုပ်ရကိုင်ရတာလဲ မကောင်း၊
စားလို့သောက်လို့လဲ မကောင်း၊ ဘာဆို ဘာမှ
မကောင်း၊ အိုတာနာတာကို ကြည့်ပြီး စိတ်
ညစ်ဖို့ စိတ်ဓာတ်ကျဖို့တော့ မလိုပါဘူး။
လူပီသမှုကို ပြတာပါ။ တရားရဲ့တွန်းအားပါ။

နေကောင်းရဲ့လား

၇

ခန္ဓာရဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောကို
ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဖွင့်ပြတာလဲ ဖြစ်တယ်။

လူ့ဘဝမှာ အပင်ပန်းခံပြီး စားဝတ်နေရေး
စီးပွားရေးအလုပ်တွေ ကြိုးစားလုပ်ကိုင်နေကြ
ရတာကလဲ နတ်တွေလို ဇိမ်မကျခြင်း၊ နေ
မကောင်းခြင်း အကြောင်းတွေပါ။ နတ်တွေလို
ကံဟောင်းကို ထိုင်စားပြီး ဇိမ်ခံနေရတဲ့ဘဝ
မဟုတ်ဘဲ ဖပ်ဖပ်မောနေအောင် အမြဲပြေးလွှား
ရုန်းကန်နေရတဲ့ဘဝပါ။ ထမင်းလေးတစ်ထပ်
စားရဖို့တောင် အချိန်တွေ အများကြီးပေးရ
တယ်။ လူမှုရေးအလုပ်တွေကလဲ ဆက်နွယ်
ရင် ဆက်နွယ်သလောက် အလွန်များပြားလှပါ
တယ်။ အလုပ်များပေမယ့် စိတ်ရှုပ်ဖို့တော့

မလိုပါဘူး။ အလုပ်များတာဟာ ကုသိုလ်တရား
ဝင်ပေါက်များတာပဲ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။

ပြီးတော့ ကိုယ်ကျိုးစွန့်အနစ်နာခံ ဆောင်
ရွက်ပေးနေရတဲ့ သားကိစ္စ သမီးကိစ္စတွေဟာ
လဲ လူ့ဘဝဇိမ်မကျခြင်း၊ နေမကောင်းခြင်းရဲ့
အကြောင်းတွေပဲ။ နေမကောင်းဘူးဆိုတာ
အိပ်ရာပေါ် တုံးလုံးပက်လက်လဲနေတာကို
ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ နတ်တွေလို ဇိမ်မကျ
တာကို ပြောတာပါ။ လူ့ဘဝ သားကိစ္စသမီး
ကိစ္စတွေဟာ အလွန်ကြီးလေးတဲ့တာဝန်တွေ
ပဲ။ တချို့ကိစ္စတွေမှာ ကုသိုလ်တောင် အရှုံးခံ
ပေးရတယ် မဟုတ်လား၊ ခန္တီ၊ မေတ္တာ၊
ကရုဏာအားတွေနဲ့ တောင့်ခံထားလို့သာ

နေကောင်းရဲ့လား

၉

နေသာထိုင်သာ ရှိကြတာပါ။ ခန္တီ၊ မေတ္တာ၊
ကရုဏာအားတွေကို ဖြုတ်ထားစမ်းကြည့်ပါ။
အလွန်စိတ်ညစ်စရာကောင်းလောက်အောင်
အနေကျဉ်းမြောင်း မွန်းကျပ်လာကြမှာပါ။ ည
အိပ်ကောင်းတုန်း ကလေးကထင်၊ တစ်ည
လုံး တစ်ဂျီဂျီ တစ်ဂျက်ဂျက်နဲ့၊ ဘာဖြစ်
မှန်းလဲမသိ၊ မေးလဲ မပြောတတ်၊ အားလုံး
ခြုံကြည့်ရင် လူ့ဘဝမှာ ငိမ်ကျတာ ဘာမှမရှိ
ပါဘူး။ ဒါကြောင့် “နေကောင်းရဲ့လား” လို့ မေး
ကြပေမယ့် တကယ်နေကောင်းကြတာလဲ
မဟုတ်ပါဘူး။



၂။ သုံးလို့ဖြစ်ရဲ့လား

လူ့ဘဝရဲ့ အဓိကအနှစ်က ကောင်းမှု
တရားပါ။ လူဟာ ဘာနှင့်ပဲပေါင်းပေါင်း
ကောင်းမှုတရားရလဒ်ပဲ ပေါ်လာရမှာပါ။ လူ
ဟာ ကောင်းမှုနဲ့ပဲ အောင်လံစိုက်ထူရမှာပါ။
လူဟာ နတ်တွေထက် ၃-မျိုး သာလွန်တယ်
လို့ ဘုရားရှင် ဟောကြားထားပါတယ်။

(၁) ကုသိုလ်အရာမှာ နတ်တွေထက် ရဲရင့်
တယ်။

(၂) နတ်တွေထက် သတိပိုကောင်းတယ်။

(၃) နတ်တွေထက် အကျင့်မြတ်ကို ပိုကျင့်
ခွင့်ရနိုင်တယ်၊ ဒီ ၃-မျိုးပါ။

(၁) လူဆိုတာ ဖွားဖက်ဒုက္ခနှင့် ကိလေ
သာဆိုတဲ့ပြိုင်ဖက်အဆိုးတွေ ထင်ထင်ရှားရှား
ပါလာတာဖြစ်လို့ ပြိုင်ဖက်ကြောင့်ပဲ ရဲရင့်
တက်ကြွနေတတ်တယ်။ ပြိုင်ဖက်အဆိုးကို
အနီးယူလွှမ်းမိုးနိုင်ဖို့ မဖြစ်မနေ အကောင်း
ကိုရအောင် ကြိုးစားယူတတ်တာဖြစ်လို့ ရဲရင့်
တက်ကြွနေတတ်တယ်။ ဟိုဘက်ဘောလုံး
သင်းကြောင့် ဒီဘက်ဘောလုံးသင်း ရဲရင့်တက်
ကြွနေသလိုပဲပေါ့။ အကောင်းဆုံး အမြင့်ဆုံး
ဘုရားဖြစ်အောင် ကျင့်ရဲသည်ထိ ရဲရင့်ကြ
ပါတယ်။ ကုသိုလ်အရာ ရဲရင့်တာကတော့

ထင်ရှားတာ၊ ကောင်းတာကို ပြောတာပါ။
အကုသိုလ်အရာမှာလဲ ကံကြီး ၅-ပါးကို လွန်
ကျူးရဲသည်ထိ မိုက်ရဲကြတာတွေ ရှိပါတယ်။

(၂) လူ့ဘဝဆိုတာ ဖွားလာတဲ့အချိန်မှာ
“အူဝဲ အူဝဲ”နဲ့ ငိုရလောက်အောင် ကိလေသာ
တွဲတဲ့ ဒုက္ခသံချွန်နဲ့ ထိုးဆွရိုက်နှက် တွန်းအား
ပေးခံရတဲ့ဘဝပါ။ တစ်ဘဝလုံးလဲ အိုရပ်၊
နာရပ်၊ ဒုက္ခရပ်တွေ ထင်ထင်ရှားရှားပြပြီး
“မြန်မြန်လုပ် မြန်မြန်လုပ်” ဆိုတဲ့သဘောနဲ့
မမေ့ရဲအောင် သတိပေးတွန်းအားပေးနေတာ
ဖြစ်လို့ သတိမြဲတာ များတတ်ပါတယ်။ ပြီး
တော့ အလုပ်ကိစ္စများလွန်းတာကြောင့် အလုပ်
မရှုပ်ရအောင်၊ အလုပ်တိုင်း တရားစွမ်းအား

နေကောင်းရဲ့လား

၁၃

ပါဝင်အောင် အကန့်လိုက် သိုမှီးသိမ်းဆည်း
ရမှာဖြစ်လို့လဲ သတိမြဲတာ များတတ်ပါတယ်။

(၃) လူ့ဘုံ လူ့ဘဝဟာ ရှင်ရဟန်းအဖြစ်
နဲ့ အကျင့်မြတ်ကို အထွဋ်အထိပ်ရောက်
အောင် ကျင့်လိုသူတို့ရဲ့ သီးခြားဘုံဌာန
ဖြစ်ပါတယ်။ လူ့ဘုံကလွဲလို့ အခြားဘုံမှာ
ဒီအခွင့်အရေးကို မရနိုင်ပါဘူး။ ဝတ်ကြောင်
ဘဝနဲ့ သိက္ခာသုံးပါး တရားအကျင့်ကို ကျင့်သုံး
အားထုတ်မယ်ဆိုရင်လဲ လူ့ဘုံမှာသာ အရာ
ရောက်အောင် အားထုတ်နိုင်ခွင့်ရကြပါတယ်။
ဉာဏ်နဲ့ ထိုးဖောက်နိုင်သလောက် သံဝေဂ
ဖြစ်စရာ ထိတ်လန့်စရာအာရုံလဲ ပေါ့၊ ခန္ဓာဒုက္ခ
လောကဓံဒုက္ခ တွန်းအားလဲ ပေါ်တယ်လေ။

ဒါကြောင့်လဲ ဘုရားအလောင်းတော်ကြီးများ
ပါရမီဖြည့်တဲ့အခါ နတ်ပြည်မှာထက် လူ့ပြည်
မှာ ဖြည့်ကျင့်ကြတာက များပါတယ်။

လူ့ဘဝကို ရောက်လာတာဟာ နတ်
တွေလို ဇိမ်ခံနေဖို့ နေကောင်းဖို့ မဟုတ်ပဲ
ဘဝအနှစ် ကုသိုလ်စစ်တွေကို ရသလောက်
သိမ်းကျုံးပြီးသယ်ယူဖို့ ဘဝကို ကုသိုလ်အနှစ်
ပေါ်အောင် အသုံးချဖို့သာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခန္ဓာ
ကို ပြုပြင်နေသမျှ အသုံးချဖို့ချည်းပါ။ လိုရာ
ရောက်အောင် မောင်းနှင်ဖို့ မော်တော်ကားထဲ
စက်ဆီ ဓာတ်ဆီ ထည့်ပေးသလိုပါပဲ။ လူ့တစ်
သက်က နတ်တစ်ရက်တောင်မရှိတဲ့ သက်
တမ်းအလွန်တိုတောင်းလှတဲ့ ဆုတ်ကပ်ကာလ

နေကောင်းရဲ့လား

၁၅

ဖြစ်နေလို့ အချိန်ထိန်းကိရိယာ သတိတပ်
ဆင်ပြီး ဘဝအနှစ်ပေါ်အောင် အမြန်ဆုံးနှုန်းနဲ့
သုံးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူ့ဘဝမှာ ဘဝအနှစ် ကုသိုလ်ရအောင်
အမြန်သုံးဖို့ အထူးအရေးကြီးတာကြောင့် လူ
တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်တွေ့ရင် “သုံးလို့
ဖြစ်ရဲ့လား” “ခန္ဓာသုံးလို့ရတယ် မဟုတ်လား”
“သုံးလို့ရသေးတယ်နော်” လို့ မေးသင့်ပါတယ်။
ဒီအမေးပဲကောင်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီး
အိုကြီးက လူတစ်ယောက်နှင့်တွေ့ရင် “ခန္ဓာ
သုံးလို့ ရတယ်မဟုတ်လားဗျ” လို့ မေးတတ်ပါ
တယ်။ အလေ့အထတစ်ခုလို ဖြစ်နေပါပြီ၊
အများမေးနေကျစကား မဟုတ်လို့ တချို့တော့

လဲ ဒီအမေးကို မဖြေတတ်ပဲ ဖြစ်နေတတ်
ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးအိုကြီးက ပြန်ရှင်းပြတော့မှ
သဘောပေါက် နားလည်သွားပြီး “သုံးလို့ရသေး
တယ်ဘုရား၊ သုံးလို့ရသေးတယ်ဘုရား” လို့
သွက်သွက်လက်လက် ရယ်ရယ်မောမောနဲ့
ပြန်ဖြေတတ်ပါတယ်။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးနှင့် တွေ့ရတဲ့လူတွေက
“နေကောင်းရဲ့လားဘုရား” လို့ မေးတော့လဲ
“သုံးလို့ရသေးတယ်ဗျ” လို့ပဲ ဖြေတတ်ပါတယ်။
သူတို့မေးတာနှင့် ဘုန်းကြီးအိုကြီးဖြေတာ
မကိုက်ညီတော့ ဘုန်းကြီးအိုကြီးကို နားလေး
တယ်ထင်ပြီး နှစ်ခါသုံးခါလောက် “နေကောင်း
ရဲ့လားလို့ မေးတာဘုရား” လို့ အသံကျယ်ကျယ်

နေကောင်းရဲ့လား

၁၇

နဲ့ မြင့်မေးတတ်ကြပါတယ်။ “သုံးလို့ရသေးတယ်ဗျ။ ခိုင်းလို့လဲ ကောင်းသေးတယ်ဗျ” လို့ ပြန်ဖြေပြီး အသိရှင်းသွားအောင် ပြန်ရှင်းပြရတာပေါ့။

မျက်နှာမစိမ်းလှသူတွေ တရားအသိမဝေးလှသူတွေ သူလိုကိုယ်လိုလူတွေနှင့် တွေ့ရရင် ဒီအမေးကိုမေးပြီး ဒီအဖြေကိုပဲ ဖြေတတ်ပါတယ်။ အလွန်မျက်နှာကြီးသူတွေ၊ အလွန်မျက်နှာစိမ်းသူတွေ၊ အသိဝေးသူတွေနှင့် တွေ့ရင်တော့ စကားမရှည်ချင်လို့ အများနည်းတူပဲ မေးလိုက်ဖြေလိုက်ပါတယ်။ ဒါက အနည်းစုပါ။ “သုံးလို့ ဖြစ်ရဲ့လား” “သုံးလို့ဖြစ်ပါတယ်” ဆိုတာကပဲ များပါတယ်။ လူ့ဘဝမှာ

မလွတ်တမ်းကိုင်ထားရမယ့်အရင်းက ကောင်းမှု
ပဲရှိတာ၊ ကျန်တဲ့အရာအားလုံး အဖျားတွေ
ချည်းပဲ။ အရင်းတိုးအောင် ဘဝကို မျက်ခြည်
မပြတ် အမြဲအသုံးချနေရမှာပါ။



၃။ နေကောင်းရဲ့လားလို့ နတ်တွေကိုပဲ မေးပါ

“နေကောင်းရဲ့လား” ဆိုတဲ့အမေးကို နတ်တွေကို မေးဖို့ပဲ ကောင်းပါတယ်။ နတ်တွေက လူတွေထက် ဇိမ်ကျတယ်။ နေလို့ကောင်းတယ်၊ သက်တမ်းကလဲ ရှည်လိုက်တာ။ အသက်ကြီးပေမယ့် အိုရပ်လဲမပြ၊ နတ်သားက တစ်သက်လုံး အသက်-၂၀ အရွယ်ချည်း၊ နတ်သမီးက တစ်သက်လုံး ၁၆-နှစ်အရွယ်ချည်းပဲတဲ့။ လူပျိုအရွယ်၊ အပျိုအရွယ်ချည်းဆိုပဲ။ နတ်အဘိုးအဘွားမရှိဘူး။ အနိစ္စ

သဘောရှိပေမယ့် အနိစ္စရုပ်ကို မပြဘူးတဲ့။
နာရပ်လဲ မပြဘူး။ ဒုက္ခသဘောရှိပေမယ့်
ဆေးရုံဆေးခန်းသွားရလောက်အောင် နာရပ်
မပြဘူး ဆိုပဲ။ တစ်သက်လုံး ဒီအတိုင်းပဲ ဆို
တော့ ဇိမ်ကျလို့နေကောင်းမှာပေါ့။ သေတာ
တောင် အလောင်းကောင် မကျန်ဘူးဆိုပဲ။

စားရေးလဲ ကံက ကျွေးထားတာ၊ နတ်
ဩဇာတွေ၊ ရှာဖို့ ဖွေဖို့ ချက်ဖို့ ပြုတ်ဖို့ မလို
ဘူး။ အချိန်တန်ရင် ယူစားရုံလေး၊ ဒါတောင်
အပျော်အပါးလွန်ကဲလို့ စားချိန်လွန်ပြီး သေတဲ့
နတ်တွေ ရှိသေးတာတဲ့။ သူတို့ခန္ဓာက နူးညံ့
လွန်းလို့ တစ်ကြိမ်မစားရင် ဝမ်းမီးလောင်ပြီး
သေတော့တာတဲ့။ ဇိမ်ကျလို့ နေကောင်းပေ

နေကောင်းရဲ့လား

၂၁

မယ့် တော်တော်တော့ ကြောက်စရာကောင်း
တယ်ပေါ့။ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ငြူစု
မုန်းတီးမှုတွေ ဖြစ်လာရင်လဲ နူးညံ့တဲ့ခန္ဓာက
စိတ်အပူဒဏ်ကို မခံနိုင်လို့ သေတာပါပဲတဲ့။
ဒါဆို ကြောက်စရာကြီးပဲ၊ နေကောင်းပေမယ့်
မကောင်းဘူးပေါ့။

ဝတ်ရေးကလဲ အဝတ်တစ်စုံတည်းနဲ့
တစ်ယက်လုံး ပြီးတော့တာတဲ့။ အသစ်လဲစရာ
မလိုဘူး။ ခန္ဓာက အိုရပ်မပြတော့ အဝတ်က
လဲ ဟောင်းရပ်မပြဘူးတဲ့။ အဝတ်ကလဲ ခန္ဓာ
နောက်လိုက်ပြီး ခန္ဓာနှင့်အလှချင်းပြိုင်တော့
တာပေါ့။ ခန္ဓာမှာ ဘာအညစ်အကြေးမှ မရှိ
တော့ အဝတ်ကို လျော်ဖွပ်ဖို့လဲမလိုဘူး။

အဝတ်က အမြဲသစ်လွင်တောက်ပနေတာတဲ့။
နေရေးကလဲ ကံက နတ်ဗိမာန်တွေ အပြတ်
ပေးထားလိုက်တယ်။ အဖိုးအခပေးဖို့လဲ မလို
ဘူး၊ မွမ်းမံပြင်ဆင်ဖို့လဲ မလိုဘူး။ နေရုံလေးပဲ၊
ငိမ်လဲကျ နေလဲကောင်းပေါ့။ ကျန်းမာရေးက
လဲ ဆေးရုံဆေးခန်း သွားရလောက်အောင်
မကျန်းမာတာ နေမကောင်းတာမရှိတော့ ဘာမှ
ကြောင့်ကြစရာမလိုဘူးတဲ့။ ဒီတော့ နေကောင်း
ရောပေါ့။

နတ်ပြည်က နတ်အာရုံတွေက အနိစ္စ၊
ဒုက္ခ၊ အနတ္တဖြစ်ပါလျက်နဲ့ နိစ္စလိုလို သုခ
လိုလို အတ္တလိုလို အယောင်ဆောင်ပြီး နတ်
သား နတ်သမီးတွေ မျက်စိလည်လောက်

နေကောင်းရဲ့လား

၂၃

အောင် မျက်လှည့်ပြနေတယ်။ နတ်တွေဟာ
မျက်လှည့်ပြပွဲ ကြည့်နေရသူတွေပါ။ နတ်ပြည်
မှာ အိုနာဒုက္ခတွန်းအားတွေကလဲ အလွန်
နည်း၊ သံဝေဂဖြစ်စရာအာရုံတွေကလဲ အလွန်
နည်းတော့ တရားကျင့်ဖို့တော့ ခက်ခဲကြန့်
ကြာမှာက များပါတယ်။ တရားဆိုတာ တွန်း
အားပေါ်မှ ကျင့်ဖြစ်တာပါ။

ပြီးတော့ နတ်စည်းစိမ်ဆိုတာ အလွန်
ကြီးကျယ်တယ်ဆိုပဲ။ ၅-ဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ်
တွေရဲ့ ထိပ်ဆုံးနေရာတွေကိုး။ နတ်စည်းစိမ်
နှင့်သာ ယှဉ်ကြည့်ရင် လူ့စည်းစိမ်က မြက်ပင်
ပေါ်က ဆီးနှင်းပေါက်ကလေးလောက် ရှိတာ
တဲ့။ ခန်းလွယ် ခြောက်လွယ် ကုန်လွယ်

ပျောက်လွယ်ကိုး။ လူ့စည်းစိမ်နှင့်သာ ယှဉ်
ကြည့်ရင် နတ်စည်းစိမ်က ပင်လယ်ရေမက
ကြီးကျယ်တယ်ဆိုပဲ။ ကြည့်လို့ မဆုံးနိုင် မရိုး
နိုင်လောက်အောင် အလွန်ကြီးကျယ်တာတဲ့။
ဒီတော့ နတ်တွေ နေကောင်းတာပေါ့။ ဒါက
လောကစည်းစိမ်ကို ပြောတာပါ။ ဓမ္မစည်းစိမ်
ချင်းယှဉ်ရင်တော့ လူက သာပါတယ်။

နောက်ပြီး အထက်နတ်တွေမှာ ကိုယ်
ကျိုးစွန့် အနစ်နာခံဆောင်ရွက်ရတဲ့ သားကိစ္စ
သမီးကိစ္စတွေ မရှိဘူး။ နတ်သားက အသက်
၂၀ အရွယ်၊ နတ်သမီးက ၁၆-နှစ်အရွယ်၊
အရွယ်ရောက်ပြီးသားအနေနဲ့ ဘွားခနဲဆို
နတ်ပြည်ရောက်သွားတာတဲ့။ လူ့ပြည်က

နေကောင်းရဲ့လား

၂၅

လူတောမှာ နေကြရတဲ့ ရက္ခဏီ၊ ဘုမ္မဇီ၊ စတဲ့
စာတုမဟာရာဇ် အောက်ပိုင်းနတ်တွေမှာ
တော့ လူတွေလိုပဲ နတ်သေးသေးငယ်ငယ်
ကစ တစ်စတစ်စ အဆင့်ဆင့် ကြီးကြရတယ်
လို့ ဆိုပါတယ်။ အထက်နတ်တွေမှာ ဒါမျိုး
မရှိဘူး၊ တစ်ခါတည်း အရွယ်ရောက်ပြီးသား
တွေတဲ့။ သားသမီးကိစ္စမရှိတော့ ဇိမ်ကျလို့
နေကောင်းတာပေါ့။

နတ်ပြည်မှာ အစစအရာရာ အားလုံး
ပြည့်စုံတယ်။ ဘယ်ဟာကြည့်ကြည့် အရင်
အတိုင်းပဲ။ အနိစ္စသဘောလဲ မပြ၊ အသုဘ
သဘောလဲ မပြ၊ သံဝေဂဖြစ်စရာလဲ ဘာမှ
မပြ၊ ရာသီဥတုကလဲ ပူလဲမပူ၊ အေးလဲမအေး၊

၂၆

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

နေလို့ အလွန်ကောင်း၊ ဒီတော့ နတ်တွေကို
မေးဖို့ကောင်းတယ်။ မေးတဲ့အခါ နတ်တွေက
အသက်ကြီးပေမယ့် အရွယ်က နနပျိုပျို ငယ်
ငယ်ရွယ်ရွယ်တွေ ဖြစ်နေလို့ ဦး-တို့၊ဒေါ်-တို့
ထည့်ခေါ်ရင် ကြိုက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကို-တို့၊
မ-တို့ ထည့်ခေါ်မှပဲ ကြိုက်မယ်ထင်ပါတယ်။
“ကိုနတ်သားတို့၊ မနတ်သမီးတို့ ဘယ်လိုလဲ
နေကောင်းကြရဲ့လား”

သူတို့က ဖြေကြပါလိမ့်မယ်။ “အို နေ
ကောင်းတယ်၊ နေကောင်းတယ်၊ သိပ်နေ
ကောင်း၊ ဇိမ်ကျတယ်၊ အရာရာပြည့်စုံတယ်၊
စားရေး ဝတ်ရေး နေရေး ဘာမှမပူရဘူး၊ သွား
ရေးလာရေးလဲ ပူစရာမလိုဘူး၊ လေယာဉ် ကား

နေကောင်းရဲ့လား

၂၇

ရထားတွေ စီးစရာမလိုဘူး၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်
တန်ခိုးနဲ့ ပျံသွားရုံလေးပဲ၊ နတ်ပြည်ကို လာခဲ့
ကြပါလား။” အဲဒီလို ပြောကြလိမ့်မယ် ထင်ပါ
တယ်။

“ဘယ်လောက်နေကောင်းကြတာလဲ”
လို့ ဆက်မေးကြည့်ပါဦး။ “ကုသိုလ်မေ့လောက်
အောင် နေကောင်းပါတယ်” လို့ ဖြေလောက်
ပါတယ်။ အဆိုးတွန်းအား အလွန်နည်းတာ
ကိုး။ သံသရာခရီးသည်တွေ မလွတ်တမ်းကိုင်
ထားရမှာက ကုသိုလ်တရားပဲ။ ကုသိုလ်မေ့ရင်
အရင်းပျောက်တော့မှာပါ။ အရင်းပျောက်ရင်
အောက်ကို ဆင်းရဲမယ်လေ။ ကုသိုလ်မေ့
လောက်အောင်ပဲ နေကောင်းတယ်ဆိုရင်

အကြီးအကျယ် နစ်နာဆုံးရှုံးရတော့မယ်။ နေ
ကောင်းတာထက် ဆုံးရှုံးမှုက ပိုများလွန်းနေ
တယ်။ နေကောင်းချိန်လေး ကုန်လွန်သွားတာ
နဲ့ အောက်ကို ထိုးဆင်းရမှာပါ။

သောတာပန် သိကြားမင်းကြီးတောင်
အာရုံတွေကြားထဲမှာ တရားမေ့တဲ့အကြောင်း
စာထဲမှာ ပြထားတာတွေရပါတယ်။ သာမန်
ကုသိုလ်လောက်နဲ့ နတ်ပြည်ရောက်သွားသူ
ကတော့ ကြီးကျယ်တဲ့ အာရုံတွေကြောင့် နေ
ကောင်းပေမယ့် ကုသိုလ်အရင်းပျောက်အောင်
မေ့နေမှာ သေချာပါတယ်။ အပြန်မှာ လူ့ပြည်
ပြန်မဝင်နိုင်တော့ပဲ အပါယ်ထိ ထိုးဆင်းသွား
တတ်တယ်။ စက္ကူနဲ့လုပ်ထားတဲ့ မီးပုံးပျံကို

နေကောင်းရဲ့လား

၂၉

မိုင်းအားတွေသွင်း၊ မီးထွန်းညှိပြီး လွှတ်တင်
လိုက်တာနှင့် တူမှာပေါ့။ မိုင်းအားကောင်း
တော့ မီးပုံးပျံက အတက်တယ်လှသကဲ့။
လူတွေကလဲ “တက်ပြီဟေ့၊ တက်ပြီဟေ့”နဲ့
ဝမ်းသာအားရ ကောင်းချီးပေးကြတယ်။

အပေါ်ရောက်တော့ မိုင်းအားထပ်သွင်းပေး
သူမရှိတော့ အင်အားက တစ်စတစ်စ ကုန်
ကုန်သွားတယ်။ နောက်ဆုံး လောင်စာလဲကုန်
ဆီလဲခမ်းလို့ မီးလောင်စရာမရှိတော့ စက္ကူ
တွေလောင်ပြီး ထိုးကျပျက်စီးသွားတယ်။
အတက်တုန်းကလှပေမယ့် အဆင်းမှာ မျက်နှာ
ပျက်ပြီး ဆင်းခဲ့ရတယ်။ မီးလောင်ပျက်စီးရ
တယ်။ ကြိုဆိုသူတောင် မရှိတော့ဘူး။ သာမန်

ကုသိုလ်လောက်နဲ့ နတ်ပြည်ရောက်သွားသူ
လဲ အဆင်ပြေလွန်း နေကောင်းလွန်းတော့
ကုသိုလ်ထပ်မလုပ်ဖြစ်၊ ကုသိုလ်မှိုင်းအားကုန်
တော့ မျက်နှာပျက်ပြီး အပါယ်ထိ ထိုးဆင်း
သွားတတ်တယ်။ အရင်းရှုံးပြီး ဗုန်းဗုန်းလဲရ
တတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ပညာရှိကြီးများက
“ပုထုဇဉ်ဘဝနဲ့ နတ်ပြည်သွားရတာက အမြတ်
ထက် အရှုံးများပါတယ်ကွာ၊ သောတာပန်
ဖြစ်မှပဲ နတ်ပြည်သွားတာ စိတ်ချရပါတယ်”
လို့ မိန့်ကြားကြပါတယ်။ နတ်ပြည်ဆိုတာ
သောတာပန်ပဲ စိတ်ချလက်ချ ပျော်လို့ကောင်း
တဲ့နေရာပါ။ ပုထုဇဉ်ကတော့ ဘောင်ကျော်
သွားအောင်ပျော်မိလို့ အပါယ်ထိုးကျသွား

နေကောင်းရဲ့လား

၃၁

တတ်တယ်။ သကဒါဂါမ်ဖြစ်သွားရင် ကာမရာဂ
ခေါင်းပါးသွားလို့ နတ်ပြည်မှာ မပျော်တော့ဘူး။
အနာဂါမ်အတွက်တော့ ငြီးငွေ့စရာနေရာ ဖြစ်
သွားတယ်။



၄။ နေကောင်းဖို့ နတ်ပြည်သွားကြတာ

ဘုန်းကြီးအိုကြီးက မြန်မာပြည်ကို လှူပြည်လို့ခေါ်တယ်။ ကုသိုလ်အတွက် ဘဝတွက်ကိန်းကိုက်လို့ပါ။ သာသနာနှင့် ရတနာ ရှိနေတာကိုး။ ကျန်တဲ့နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေကို နတ်ပြည်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ပန်းတိုင်မဟုတ်တဲ့ စီးပွားဥစ္စာကို ပန်းတိုင်လုပ်နေရတော့ ကုသိုလ်အတွက် ဘဝတွက်ကိန်းမကိုက်လို့ပါ။ မြန်မာပြည်မှာလို သာသနာနှင့် ရတနာ ပြည့်စုံတာမှ မဟုတ်ပဲ။

နေကောင်းရဲ့လား

၃၃

နိုင်ငံခြားတွေမှာ အထွဋ်အထိပ် ဓမ္မနဲ့
ပန်းတိုင်လုပ်စရာမရှိတော့ စီးပွားဥစ္စာနဲ့ပဲ
ပန်းတိုင်လုပ်နေရတယ်။ ဒါပဲ ရှာစရာ စုစရာ
ရှိနေတော့ ဒါကိုပဲ ရှာဖွေစုဆောင်းနေရတယ်။
ဒီတော့ ဒါပဲ ပေါနေမှာပေါ့။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊
အနတ္တ၊ အသုဘသဘောတွေ မပေါ်လွင်အောင်
အစွမ်းကုန် ဖုံးဖိ ဖာထေးထားကြတယ်။
ကုသိုလ်ရဖို့ထက် နေကောင်းဖို့ပဲ အဓိကထား
ပြုပြင် ဖန်တီးနေတတ်ကြတယ်။

မြန်မာပြည်ကနေ နိုင်ငံခြားကိုသွားသူ
တွေဟာ အများအားဖြင့် ကုသိုလ်စုဖို့သွားကြ
တာ မဟုတ်ပဲ စားဝတ်နေရေး စီးပွားရေး
ပြည့်ပြည့်စုံစုံနဲ့ နေကောင်းဖို့ သွားကြတာများ

ပါတယ်။ အဆင်ပြေနေကောင်းနေရင် ကုသိုလ်
မေ့တတ်ပါတယ်။ လူ့ဘဝဟာ ကုသိုလ်နဲ့
တောင့်ခံထားရတဲ့ဘဝပါ။ ကုသိုလ်ပျောက်ရင်
ဘာရှိရှိ အနေခက်လာတတ်ပါတယ်။ တချို့
အနေခက်လွန်းလို့ မနေနိုင် မထိုင်နိုင်ဖြစ်ပြီး
ဘဝကို အလွဲသုံးစား လုပ်ပစ်မိတတ်တယ်။
လူနတ်သားကနေ လူငရဲသား ဖြစ်သွားတတ်
တယ်။ တချို့တော့လဲ လူ့ပြည်အစစ်ဖြစ်တဲ့
မြန်မာပြည်ကိုခဏပြန်လာပြီး သာသနာ ရတနာ
ကြောပေါ်မှာ ကုသိုလ်အသစ်တွေ ထပ်ပြုလို့
ဆီဖြည့်ကြတယ်။ ဆီပြည့်မှ ပြန်သွားတတ်ကြ
တယ်။ ကုသိုလ်ပြုဖို့ အကောင်းဆုံးနေရာက
ရတနာအပြည့်အစုံရှိတဲ့ မြန်မာ့မြေကိုး။

နေကောင်းရဲ့လား

၃၅

လူ့ဘဝဆိုတာ ကုသိုလ်ပျောက်လောက်
အောင် သတိလက်လွတ် မူးမူးမေ့မေ့ ပျော်
စရာ ကြီးကျယ်တဲ့အာရုံတွေ ဘာမှမရှိပါဘူး။
ရှိသမျှအာရုံအားလုံး သတိထားကြည့်ရင်
တရားအာရုံချည်းပါ။ တရားဘောင်မဝင်နိုင်တဲ့
အာရုံမရှိပါဘူး။ ငရဲမှာလို တရားလွတ်လောက်
အောင် ကြီးမားတဲ့ဒုက္ခမျိုးလဲ မရှိပါဘူး။ ရှိသမျှ
ဒုက္ခအားလုံး တရားရဲ့တွန်းအားတွေချည်းပါ။
ဒါကြောင့် နေမကောင်းပေမယ့် ဘဝအနှစ်ဖြစ်
တဲ့ တရားအတွက် တွက်ကိန်းကိုက်ပါတယ်။
တရားစုဖို့ လူ့ပြည်သာ အကောင်းဆုံးပါ။ ဒါ
ကြောင့်လဲ ဘုရားအလောင်းတော်ကြီးများဟာ
နတ်ပြည်မှာ ပါရမီဖြည့်တာ အလွန်နည်းပါးပြီး

လူ့ပြည်မှာ ပါရမီဖြည့်တာပဲ များကြပါတယ်။

လူ့ပြည်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အထူးအားဖြင့် လူ့ပြည်ထဲက လူ့ပြည်အစစ်ဖြစ်တဲ့ မြန်မာပြည်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် ပါရမီအနှစ် ကုသိုလ်စစ်ကို လိုချင်သမျှသာမက ပိုလှုံနေအောင် ဖြည့်ကျင့်အားထုတ်ခွင့် ရနေပါတယ်။ နတ်ပြည်အစစ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ် နတ်ပြည်အတုဖြစ်တဲ့ နိုင်ငံခြားကိုပဲဖြစ်ဖြစ် သွားပြီးဖြည့်ကျင့်နေဖို့ မလိုပါဘူး။ ကိုယ့်ဆီမှာပဲ လုံလောက်နေပြီးသားပါ။ နတ်ပြည်အစစ်၊ အတု ၂-မျိုးကို ရောက်အောင် သွားချင်ကြတာက စည်းစိမ်ပြည့်ပြည့်စုံစုံနဲ့ နေကောင်းဖို့ပါ။ နေကောင်းဖို့ နတ်ပြည်သွားကြတာပါ။

နေကောင်းရဲ့လား

၃၇

နေကောင်းဖို့ ဇိမ်ခံဖို့ လူ့ပြည် လူ့ဘဝကို
ရောက်လာကြတာ မဟုတ်ဘူး။ ဘဝအနှစ်
ကုသိုလ်စစ်တွေကို ရသလောက် ညှစ်ထုတ်
ကြိုးစားယူဖို့ လာခဲ့ကြတာပါ။ ဒါကြောင့် လူ
ဒုက္ခဆိုတာ ကုသိုလ်နှင့်တန်အောင် တွန်းအား
ပေးဖို့ နှိုးစက်ချပေးဖို့ပါ။ လူ့စည်းစိမ်အားလုံး
ကုသိုလ်တရားရဲ့ ကုန်ကြမ်းအတွက်ပါ။ လူ
အလုပ်အားလုံး ကုသိုလ်တရားရဲ့ဝင်ပေါက်ပါ။
ဒါကြောင့် လူတွေကို “နေကောင်းကြရဲ့လား”
လို့မေးကြည့်ရင် “အို နေမကောင်းဘူး၊ နေ
မကောင်းဘူး၊ နတ်တွေလို ဘာမှဇိမ်ကျတာမရှိ
ဘူး၊ ဒုက္ခကများ၊ အလုပ်ကများ၊ ကြောင့်ကြ
ကများနဲ့” ဒီလိုဖြေကြလိမ့်မယ်။ နတ်တွေလို

ဘာမှ ဇိမ်မကျတာကိုပဲ နေမကောင်းဘူးလို့
ပြောတာပါ။

ဆက်ပြီး “ဘယ်လောက်ထိ နေမကောင်း
ကြတာလဲ”လို့ မေးကြည့်ပါဦး။ “ကုသိုလ်မမေ့
ရဲလောက်အောင် နေမကောင်းတာပါ”လို့
ဖြေကြမှာပါ။ ဒါဆိုရင် လူရဲ့နေမကောင်းတာ
ဟာ အလွန်အဖိုးတန်တာပေါ့။ လူရဲ့နေ
မကောင်းတာက ကုသိုလ်အတွက်ချည်းပဲ။
ရသမျှကုသိုလ်ဟာလဲ နေမကောင်းအောင်
တွန်းအားပေးနေလို့ပဲ။ လူရဲ့ နေမကောင်း ဇိမ်
မကျတာဟာ ကုသိုလ်တရားနှင့် အလွန်တန်
တာပဲပေါ့။

၅။ ဘတ်စ်ကားစီးတဲ့ ခရီးသည်တွေ

နတ်နှင့်လူဟာ ရန်ကုန်မြို့ထဲက ဘတ်စ်ကားစီးတဲ့ခရီးသည်တွေနှင့် တူတယ်လို့ ပြောရင်ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့ခရီးသည်တွေက ဆင်းရဲမယ့်နေရာဝေးနေလို့ ဂိတ်ထိသွားစီးကြတော့ ထိုင်ခုံရတယ်။ ထိုင်ခုံနဲ့လိုက်လာကြတယ်။ အများအားဖြင့်တော့ ကြားမှတ်တိုင်ကနေ စောင့်စီးကြရပါတယ်။ ကြားမှတ်တိုင်က စောင့်စီးရတော့ အထူးအားဖြင့် ရုံးတက်ရုံးဆင်းချိန်ဆိုရင် ထိုင်စရာနေရာ မပြောနဲ့၊ မှတ်တတ်

ရပ်စရာနေရာတောင် မရတော့ဘူး၊ တစ်စီးလာ
လဲ ဒီအတိုင်း၊ တစ်စီးလာလဲ ဒီအတိုင်း၊
ထိုင်စရာနေရာရအောင် ချောင်အောင် မစောင့်
နိုင်တော့ဘူး။ အချိန်နဲ့အလုပ်လုပ်ရတာဆို
တော့ နောက်ကျသွားလိမ့်မယ်။ ဘတ်စ်ကား
ထိုးရပ်တာနဲ့ လက်နဲ့မီရာ အတင်းဆွဲ၊ ခြေ
ထောက်နဲ့မီရာ အတင်းနင်းလို့ မြို့လို့များလား
တွဲလိတွဲလောင်း လိုက်သွားရတယ်။

အတွင်းက ထိုင်ခုံရတဲ့ခရီးသည်နှင့်
အပေါက်ဝက တွဲလိတွဲလောင်း မီရာကို ဆွဲ
လိုက်ရတဲ့ ခရီးသည်နှစ်မျိုးကို ယှဉ်ကြည့်ပေါ့။
အတွင်းက ထိုင်ခုံရတဲ့ခရီးသည်က အေးအေး
ဆေးဆေးပဲလေ၊ သတိတစ်ချက်မှ မလိုပါဘူး။

နေကောင်းရဲ့လား

၄၁

ဆင်းရဲမယ့်နေရာက ဝေးသေးတော့ တစ်ရေး
တစ်မော အိပ်လို့ရသေးတယ်။ သတိထားဖို့
မလိုဘဲ အိပ်လို့ ငေးလို့ အတွေးမျိုးစုံ တွေးလို့
ပေါ့။

အပေါက်ဝက တွဲလိတွဲလောင်း မိရာ
ကို ဆွဲကိုင်လိုက်ရတဲ့ ခရီးသည်ကတော့ စီးရ
တာ ဆင်းရဲပေမယ့် သတိတစ်ချက်မှ အလွတ်
ခံလို့ မရဘူး။ လက်ကပြုတ်၊ ခြေကချော်ကျ
ရင် ဒုက္ခရောက်သွားမယ်လေ။ လက်မပြုတ်၊
ခြေမချော်ရအောင် သတိကြီးကြီးထားလို့
အတင်းဆွဲကိုင်ထားရ နင်းကန်ထားရတယ်။
လမ်းတစ်ကွေ့ရောက်လို့ ကားကွေ့လိုက်ရင်ပဲ
“ဘုရား ဘုရား” “ဘုရား ဘုရား” နဲ့ တနေရ

တယ်။

ကိုယ့်မှတ်တိုင်ရောက်လို့ ဆင်းရဲတဲ့ အချိန်
မှာ သူတို့နှစ်ယောက်တွက်ကြည့်ပါ။ ထိုင်ခုံရဲတဲ့
ခရီးသည်က ထိုင်ခုံရဲလို့ ဇိမ်ကျတယ်၊ သက်
သာတယ်၊ ချမ်းသာတယ်လို့တောင် ပြောမယ်
ဆို ပြောလို့ ရသေးတယ်။ ဒါပေမယ့် ထိုင်ခုံ
ပေါ် အိပ်လို့ ငိုက်လို့ ငေးလို့ အစုံတွေးလို့
လိုက်လာတာ ဘာသတိမှ မပါဘူး။ ဘုရားလဲ
သတိမရဘူး။ ဘာကုသိုလ်မှ ပြုစရာမရှိဘူး။
ဇိမ်ကျလို့ သက်သာတာပဲ ပြောစရာကျန်တယ်။
အပေါက်ဝက မီရာဆွဲကိုင်လိုက်ရတဲ့ ခရီးသည်
ကတော့ ဆင်းရဲပင်ပန်းပေမယ့် သတိတစ်
ချက်မှ မလွတ်ဘူး၊ ခဏခဏ ဘုရားတရ

နေကောင်းရဲ့လား

၄၃

တယ်၊ ဘုရားလဲမမေ့၊ တရားလဲမမေ့ဘူး။
ကုသိုလ်တွေ အများကြီးရတယ်။

ဒါမျိုးလိုပါပဲ နတ်တွေဆိုတာ ထိုင်ခုံရတဲ့
ခရီးသည်တွေပါ။ ဆင်းရဲမယ့်မှတ်တိုင်က
အဝေးကြီးကျန်သေးတယ်။ ငေးကြည့်ရလောက်
အောင် ကြီးကျယ်တဲ့ နတ်အာရုံတွေကြားထဲ
မှာ ငါ့စံရေးတစ်မောအိပ်လိုက်၊ စားရသောက်
ရမှာတောင် မေ့လောက်အောင် ငေးလိုက်
ငိုက်လိုက်နဲ့ အများအားဖြင့် စီးလိုက်နေကြ
တယ်။ ထိုင်ခုံရထားတော့ နေကောင်းလို့
အဆင်ပြေနေတာကိုး။ လူတွေကတော့
အပေါက်ဝက မြို့လို့များလား တွဲလိတွဲလောင်း
တွဲခိုလိုက်စီးရတဲ့ခရီးသည်တွေနှင့် တူတယ်။

ပြုတ်လွယ် ပျက်လွယ် ပျောက်လွယ် ချုပ်
လွယ် ကုန်လွယ် ဘာမှကြာကြာ ဆုပ်ကိုင်ထား
လို့မရ၊ ဒီတော့ တွန်းအားများလို့ သတိမလွတ်
တာ များပါတယ်။

ဘတ်စ်ကားကွေ့တိုင်း “ဘုရား ဘုရား”
“ဘုရား ဘုရား” နဲ့ တနေရတဲ့ ခရီးသည်လို
တစ်ရက်ကုန်လို့ တစ်ကွေ့ရောက်တိုင်း မနက်
အိပ်ရာက ထလာရင် “ဘုရား ဘုရား မသေလို့
တစ်ရက်ကူး လာပြန်ပြီဟဲ့၊ ဘုရား ဘုရား
ကုသိုလ်မေ့လို့ မဖြစ်ဘူး၊ လူ့ဘဝရဲ့ စည်းစိမ်က
ကုသိုလ်ဟဲ့၊ တစ်နေ့တာ ကုသိုလ်နဲ့စမှ ဖြစ်
မယ်ဟဲ့၊ ကုသိုလ်လိုချင်လို့ အိမ်ဦးခန်း
ဘုရားပင့်ထားတာဟဲ့” ဆိုပြီး ဘုရားရှေ့ မဖြစ်

နေကောင်းရဲ့လား

၄၅

မနေသွားတယ်။ ဘုရားရှေ့ရောက်တော့
ဉာဏ်နဲ့အသက်ဂုဏ်သွင်းပြီး “ဘုရား ဘုရား”နဲ့
ဘုရားအစစ်ထိ အာရုံပြုတယ်။

ဘုရားရှေ့မှာ ရေကပ်၊ ပန်းကပ်၊ ဆီမီးကပ်
လို့ အလှူစလုပ်တယ်။ သရဏဂုံဆောက်
တည်တယ်၊ သရဏဂုံတင်တယ်၊ ကိုယ့်ခေါင်း
ပေါ် ရတနာသုံးပါးစွမ်းအားကို တင်ထားလိုက်
တယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ သီလဆောက်တည်၊
ဘုရားအာရုံ တရားအာရုံနဲ့ သမာဓိကိုဖြည့်၊
ခန္ဓာဉာဏ်စိုက် ဝိပဿနာရှု၊ ဘုရားရှေ့တင်ပဲ
ကုသိုလ်စုံအောင် လုပ်ဖြစ်တယ်။ ဘုရားရှေ့က
ရတဲ့အရှိန်ကိုယူပြီးမှ သတိကြိုးနဲ့ဆက်သွယ်
ပြီး အိမ်အလုပ်တွေ ခန္ဓာအလုပ်တွေ အကုန်

၄၆

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

လုံး ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာဘောင်ဝင်
အောင် လုပ်လိုက်တယ်လေ။ ဘုရားရှေ့က
အရှိန်ယူလိုက်တော့ အားက အကုန်ပါလာ
တာကိုး။

တစ်ရက်ကို တစ်သက်လောက် တန်ဖိုး
ထားမှ ဒီသာသနာမီတော့မယ်။ တစ်သက်ကိုပဲ
တစ်သက်လောက် တန်ဖိုးထားနေရင်တော့
ဒီသာသနာမီမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ လူတစ်
သက်ကြာတာမှ မဟုတ်ပဲ။ ပြီးတော့လဲ ဒီခန္ဓာ
က တစ်နေ့နှစ်ခါစားနဲ့ ငှားထားတဲ့ နေ့စား
ခန္ဓာဖြစ်နေတယ်။ တစ်ရက်ကို တစ်သက်
လောက် တန်ဖိုးထားမှလဲ နေ့စားခကျေလိမ့်
မယ်။ ဒါကြောင့် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးရင် ကုသိုလ်

နေကောင်းရဲ့လား

၄၇

စုံမစုံ ပြန်စစ်၊ ကုသိုလ်စုံမှ နေ့တွက်ကိုက်မယ်၊
နေ့စားခ ကျေမယ်၊ မစုံရင် ပြန်ဖြည့်၊ စုံမှအိပ်၊
လူရဲ့တစ်ရက်တာရလဒ်ဟာ ကုသိုလ်ပဲ။
တစ်ပတ်တာ၊ တစ်လတာ၊ တစ်နှစ်တာ၊ တစ်
သက်တာ ရလဒ်တွက်ကိန်းကိုက်အောင်
နေ့စဉ် တစ်ရက်တာနဲ့ အောင်ပွဲခံရမယ်လေ။



၆။ နေကောင်းဖို့မဟုတ် သုံးဖို့

လူရဲ့ စားဝတ်နေရေး စီးပွားရေး အလုပ်
တွေဟာ ဇိမ်ခံဖို့ နေကောင်းဖို့ မဟုတ်ဘူး။
ခန္ဓာအမြန်သုံးဖို့ စက်ဆီ ဓာတ်ဆီ လောင်စာဆီ
ထည့်ပေးတဲ့သဘောမျိုးသာဖြစ်ပါတယ်။ လူ
ဘဝရဲ့အဆီအနှစ်က ပါရမီကုသိုလ်တရား တစ်
မျိုးတည်းပါ။ အသက်ရှည်ရှည် ကျန်းကျန်း
မာမာ ဉာဏ်ပညာ ဖွံ့ဖြိုးဖြိုး ခွန်အားပြည့်
ပြည့်ဝဝနဲ့ ဘဝအနှစ် ကုသိုလ်အစစ်တွေကို
ထုတ်ယူနိုင်ဖို့ စားဝတ်နေရေး စီးပွားရေး အလုပ်

နေကောင်းရဲ့လား

၄၉

နဲ့ခန္ဓာကို ပြုပြင်နေကြတာပါ။ လူ့အလုပ်
အားလုံး ကုသိုလ်နှင့်ပေါင်းဆုံမိကြဖို့ချည်းပဲ။

ပုထုဇဉ်နတ်တွေဟာ နေကောင်းလွန်းလို့
အများအားဖြင့် ကုသိုလ်အရနည်းကြတာပါ။
လူတွေဟာ နေမကောင်းလို့ ဇိမ်မကျလို့
အများအားဖြင့် ကုသိုလ်အရများကြတာပါ။
လူ့အလုပ် လူ့အာရုံအားလုံးကို သတိအိတ်ထဲ
ထည့်ယူရမယ်။ သတိဆိုတာ ခရီးဆောင်အိတ်
ပဲ။ ထည့်ချင်တာထည့်၊ ထည့်ချင်သလောက်
ထည့်၊ မဆံ့ဆိုတာ မရှိဘူး၊ အကုန်ဆံ့တယ်။
အိုတာ နာတာ ဆင်းရဲတာကို သတိအိတ်ထဲ
ထည့် ဆံ့တယ်၊ စားဝတ်နေရေးတွေ အကုန်
ထည့် ဆံ့တယ်၊ သတိ လက်ထဲရောက်သွား

တာနဲ့ အကုန်တရားချည်းပဲ။ ဆိုးဆိုး ကောင်း
ကောင်း အကုန်အသုံးတည့်တယ်။

အရွယ်ကောင်းတုန်း ကျန်းမာတုန်း ခန္ဓာ
ကို သုံးလို့ဖြစ်တုန်း ကြိုတင်ကြိုးစားထားမှ
စိတ်အေးရမယ်။ အိုခါမှ မကျန်းမာခါမှ သွား
လုပ်ရင် အစတောင်ရှာမရပဲ ဖြစ်နေတတ်တယ်။
ကိုယ့်မှာ အမြဲအောင်လံစိုက်စရာက ကောင်းမှု
တရားပဲရှိတာ၊ ကျန်တာတွေအားလုံး အမြဲ
အောင်လံစိုက်လို့မရဘူး။ ပြန်သွားမယ့် ဧည့်
သည်တွေချည်းပဲ။ ကိုယ့်ခန္ဓာ၊ ကိုယ့်ပစ္စည်း၊
ကိုယ့်ဆွေမျိုးတွေကို လှေကား၊ ငြမ်းပမာ အမှီ
ပြုပြီး ဓမ္မပန်းတိုင်အရောက် တက်ရမယ်။ ဓမ္မ
တောင်ထိပ်မှာ ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ဝိပဿနာ

နေကောင်းရဲ့လား

၅၁

နဲ့ အောင်လံစိုက်နိုင်ရမယ်။ ဒါမှ ဘဝပန်းတိုင်
ရောက်မယ်။ ကုသိုလ်အစအနကို တွေ့အောင်
ရှာပြီး နေ့စဉ် ပန်းတိုင်တက်နေရမယ်။

ခန္ဓာကို အချိန်မီသုံးနိုင်ဖို့ သတိဉာဏ်
အမြဲလိုတယ်။ သတိရှိမှ ဉာဏ်ပေါ်တယ်။ လူ့
ခန္ဓာမှာ အရေးအကြီးဆုံးက သတိပဲ။ ရုပ်ခန္ဓာ
အစိတ်အပိုင်းတွေ ဘယ်လောက်ပဲ ကျန်းမာ
သန်စွမ်းတယ်လို့ ပြောပြော၊ သတိတစ်လုံး
ပျောက်သွားရင် တရားနှင့်ဆက်သွယ်ရေး ပြတ်
သွားပြီဖြစ်လို့ လူ့ခန္ဓာ သုံးမရတော့ဘူး။ ရုပ်
ခန္ဓာကြီး ကျိုးကျိုးပဲ့ပဲ့ကန်းကန်း ဖြစ်ချင်တာ
ဖြစ်ပါစေ၊ သတိတစ်လုံးကျန်နေသေးရင် တရား
နှင့် ဆက်သွယ်ရေး မပြတ်သေးဘူး။ တရား

အတွက် လူ့ခန္ဓာသုံးလိုရသေးတယ်။ သုံးလိုရ
နေရင် လိုရာကိစ္စ ပြီးပြည့်စုံနိုင်ပါသေးတယ်။

လူ့ဘဝမှာ မပြုမကျ မပျောက်ပျက်ပဲ
တောင့်ခံထားနိုင်တာက ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊
ဝိပဿနာ ဆိုတဲ့ အတိုချုပ်ဂဏန်း ၄-လုံးပဲ
ရှိတယ်။ လူ့အရိုအားလုံး ဂဏန်း ၄-လုံးနှင့်
ပေါင်းမိအောင် သတိထားပြီး ဆံ့ပေးရမယ်။
နေ့တိုင်း အိပ်ရာထလာတာနဲ့ သေချာတဲ့ဘုရား
ရှေ့ကို သွားလို့ တောင့်ခံထားနိုင်တဲ့ ဂဏန်း
၄-လုံးက စနိုင်အောင် သတိထားကြိုးစားပေး
ရမယ်။ တစ်နေ့တာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သမျှ
မကင်းနိုင်တဲ့ကိစ္စအားလုံး တောင့်ခံထားနိုင်တဲ့
ဂဏန်း ၄-လုံးထဲ ဘောင်ဝင်နိုင်သမျှ ဝင်

နေကောင်းရဲ့လား

၅၃

အောင် သတိဉာဏ်လမ်းခင်းထားရမယ်။ လမ်း
ခင်းထားနိုင်အောင်လဲ ကြိုးစားလေ့ကျင့်ထားဖို့
လိုမယ်။

သတိရှိခိုက် အချိန်သူခိုးဖြစ်တဲ့ ကိလေ
သာ ကင်းကင်းသွားတာဖြစ်လို့ အချိန်တွေ
ယူတတ်သလောက် ရလာတတ်ပါတယ်။ ထမင်း
တစ် ညုတ် စားနေချိန်မှာ သတိထားလိုက်ရင်
သီလ, သမာဓိ, ဝိပဿနာ ဂဏန်း ၃-လုံးထပ်
တိုးလာနိုင်တာပဲ မဟုတ်လား။ လမ်းသွားနေ
တုန်း ခြေတစ်လှမ်း လှမ်းနေချိန်မှာ သတိ
ထားလိုက်ရင် အဲဒီအချိန်အတွင်းကလေးမှာပဲ
အဲဒီဂဏန်း၃-လုံး ထပ်တိုးလာနိုင်တာ မဟုတ်
လား။ ဝိပဿနာအခြေခံသတိလေး ပေါ်လာ

ရင်ပဲ သီလနှင့် သမာဓိက တွဲပါလာတော့တာ
လေ။ သတိ အလေ့အကျင့်များသလောက်
ကုသိုလ်ဝင်ပေါက် တိုးလာမှာပါပဲ။ သူ့ဟာသူ
ရောက်လာမယ့် အားလပ်ချိန်ကို စောင့်နေရင်
အိုတာ၊ နာတာတိုးလို့ သေဖို့နီးလာတာပဲ ရရှိ
လာမှာပါ။ အားလပ်ချိန်တော့ ပေါ်လာမှာ
မဟုတ်ပါဘူး။

အမြဲသတိထားခိုင်းထားရတာက နေ့စဉ်
မအားမလပ်နိုင်အောင် များပြားလှတဲ့ အလုပ်
ကိစ္စတွေကြားထဲက ကုသိုလ်ဖြစ်ချိန် ကုသိုလ်
ပြုချိန်ကလေးတွေ ပေါ်ထွက်လာဖို့ပါ။ တစ်
မိနစ်ထွက်လာရင် မနည်းဘူးလေ၊ ၅-မိနစ်
လောက်ထွက်လာရင်ပဲ အတော်များလာပြီပဲ။

နေကောင်းရဲ့လား

၅၅

ဒို့ထက်များရင်တော့ ဘာပြောဖို့လိုတော့မှာလဲ။
သီးသန့်အချိန်လေးတွေ ယူလို့လဲ ကုသိုလ်ပြု
ဖြစ်လာမယ်။ မကင်းနိုင်တဲ့ ခန္ဓာကိစ္စ ဆောင်
ရွက်ရင်းနဲ့လဲ ကုသိုလ်တွဲယူတတ်လာမယ်။
ရှုပ်ပွပူလောင်နေတဲ့စိတ်တွေလဲ သန့်စင်ငြိမ်း
အေးလာမယ်။ ပိုပြီး အမြင်ရှင်းလာမယ်။

နေ့စဉ် အသိရှင်းရှင်း အစီအစဉ်ကောင်း
ကောင်း လမ်းကြောင်းရှင်းရှင်း ဦးတည်ချက်မှန်
မှန်နဲ့ ဂဏန်း ၄-လုံးပါလာအောင် သတိထား
ဖော်ထုတ်ရယူပေးရမယ်။ သတိများများ ထားမှ
လဲ မြှုပ်နေတာတွေပေါ်လာမှာဖြစ်တယ်။ နိဗ္ဗာန်
ဦးတည်ချက်ထားပြီး ဓမ္မတောင်ထိပ်မှာ အောင်
လံ ၄-ခု ခိုင်ခိုင်မာမာ စိုက်ထူထားရမယ်။

၅၆

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

အိပ်ရာဝင်ခါနီးတာနဲ့ ဂဏန်း ၄-လုံး စုံ မစုံစစ်၊
 စုံမှပဲ အိပ်ရုံပေါ့။ တစ်ရက်ကုန်သွားတာနဲ့ တောင့်
 ခံထားနိုင်တာ ဂဏန်း၄-လုံး၊ အောင်လံ၄-ခု
 ပဲ ခိုင်ခိုင်မာမာ ကျန်နေခဲ့တော့မယ်။ ကျန်တာ
 တွေအားလုံး သင်္ခါရလေတိုက်လို့ ပြိုလဲလွင့်
 စင် ပျောက်ကွယ်သွားကြတော့မှာပါ။

တစ်ရက်ကုန်သွားပြီဆိုရင်ပဲ တစ်ရက် ဆို
 တဲ့ အချိန်ကုန်သွားပြီလေ၊ အစားထိုး ဖာထေး
 စရာတရား ပါမလာခဲ့ရင် ဘယ်လောက် နှမြော
 ဖို့ကောင်းသလဲ၊ တစ်ရက်အိုမင်းရင့်ရော်ဟောင်း
 နွမ်းသွားပြီ။ သင်္ခါရဒဏ် ထောင်းထုခံရလို့
 တစ်ရက်နာသွားပြီ။ သေဖို့ နောက်တစ်ရက်
 နီးသွားပြီ။ နောက်ကို ပြန်ဆုတ်လို့ လုံးဝမရ၊

နေကောင်းရဲ့လား

၅၇

ဒီဘဝမှာနေရဖို့ နောက်တစ်ရက် လျော့သွား
ပြီ။ တစ်ရက်ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းတွေလဲ ကုန်သွား
ပြီ။ တစ်ရက်ဆိုင်ရာ အကုန်ပြုလဲသွားကြပြီ။
အခိုင်အမာ တောင့်ခံထားနိုင်တဲ့ အရာဆိုလို့
ဂဏန်း၄-လုံး၊ အောင်လံ၄-တိုင်ပဲ ကျန်နေခဲ့
တော့မှာဖြစ်တယ်။ အသုံးတတ်မှ အနေတတ်
လို့ အမြတ်ကျန်မယ်လေ။



၇။ နေကောင်းရဲ့လားလို့မေးရင် တရားတဲ့ဖြေ

လူတစ်ယောက်ယောက်က “နေကောင်းရဲ့လား” လို့မေးလာရင် ရုတ်တရက် မဖြေသေးပဲ လူ့ဘဝအနှစ်ဖြစ်တဲ့ ကုသိုလ်တရားလေးတစ်ခုခု စိတ်ထဲမှာပေါ်လာအောင် ဖော်ယူလိုက်ရဦးမယ်။ ကြာကြာမစောင့်ဆိုင်းရပဲ တစ်ခဏချင်းအတွင်း ချက်ချင်းဖော်ယူလို့ ဖြစ်နိုင်တဲ့ ကုသိုလ်မျိုးပေါ့။ ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်တော်ရင်လဲ အာရုံပြုလိုက်၊ မေတ္တာရင်လဲ ပို့လိုက်၊ ဝိပဿနာရင်လဲ ရှုလိုက်၊ ဒါမှ

နေကောင်းရဲ့လား

၅၉

မဟုတ် အရင်ပြုလုပ် အားထုတ်ပြီးသား ဒါန သီလ ဘာဝနာ တစ်ခုခုကိုရင်လဲ ပြန်ဖော် လို့ အာရုံပြုလိုက်ပေါ့။ ကုသိုလ်နှင့်စိတ်တွဲမိပြီ ဆိုတော့မှ “နေသာထိုင်သာ ရှိပါတယ်”၊ “နေ ကောင်းပါတယ်” လို့ ဖြေရုံပေါ့။

လူတောထဲ သွားတော့မယ်၊ လူတွေနှင့် တွေ့တော့မယ်ဆိုကတည်းက သတိထားပြီး ရှုမှတ်သွားရင် ဒါမှမဟုတ် မေတ္တာလေးပို့ လွှတ်သွားရင်တော့ တွေ့တွေ့ချင်းပဲ ကုသိုလ် တရားတွဲနေပြီးသားဖြစ်လို့ “နေသာထိုင်သာ ရှိပါတယ်” “နေကောင်းပါတယ်” လို့ ချက်ချင်း ဖြေရင် ဖြစ်နိုင်ပါပြီ။ လူဟာ ဘဝအနှစ်ထုတ် လို့ ကုသိုလ်ရအောင် ယူထားနိုင်မှ နေသာ

ထိုင်သာလေး ရှိတာပါ။

ဟုတ်ပါတယ်၊ ကုသိုလ်ဟာ လူရဲ့နေရာ
ပါ။ ကုသိုလ်ဟာ လူရဲ့ထိုင်ခုံမွှေးယာပါ။ ကုသိုလ်
ဟာ လူရဲ့လဲလျောင်းမီခိုရာပါ။ ကုသိုလ်နေရာ
ပေါ်ကနေ အောက်ကို ဆင်းကြည့်စမ်းပါ။
ကုသိုလ်လက်လွှတ် နေစမ်းကြည့်ပါ။ ဒုက္ခ
ကိလေသာ နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲတာ ခံနေရလို့
အလွန်ဆင်းရဲပူလောင်လှပါတယ်။ ရွှေပဲရှိရှိ
ငွေပဲရှိရှိ ဘာတွေပဲရှိရှိ ကုသိုလ်တရားပေါ်က
နေ အောက်ကိုဆင်းနေရင် ဆင်းရဲပူလောင်မှာ
ချည်းပဲ။ တရားကလွဲရင် လူ့အရိုအားလုံး
ဘယ်ဟာမှ တရားမဝင်ဘူးလေ။ အားကိုးရမယ့်
တရား မပါဝင်ဘူးလို့ ပြောတာပါ။

နေကောင်းရဲ့လား

၆၁

နေ့စဉ် ဒါနကို မှန်မှန်လုပ်လို့ ဒါနနေရာ
ပေါ်တက်နေရင် လူ့ဘဝအေးချမ်းတယ်။ ဒါန
ဟာ လုပ်တတ်သူအတွက် ဘာမှမခက်ဘူး
လေ။ ဘုရားရှင်အတွက် ရေကပ်၊ ပန်းကပ်၊
ဆီမီးကပ်တာကစ၊ မိသားစုကျွေးတာပေးတာ
ရောင်းဝယ်တာ ကားခပေးတာအလယ်၊ သူတို့
ဆီက ဘာမှမျှော်လင့်ချက်မထားဘဲနဲ့ စား
သောက်စေချင်တဲ့ မေတ္တာကရုဏာနဲ့ တိရစ္ဆာန်
လေးတွေပေးတာ ကျွေးတာအဆုံးပေါ့။ သဒ္ဓါ
ပညာစစ်စစ်နဲ့ သရဏဂုံ သီလဆောက်တည်လို့
သရဏဂုံသီလစွမ်းအား အပေါ်တက်နေလိုက်ရင်
ခုရောနောင်ပါ အလွန်လုံခြုံအေးမြပါတယ်။
သမာဓိမှန်မှန်ပွားလို့ မေတ္တာမှန်မှန်ပို့လို့

သမာဓိစွမ်းအားနေရာပေါ် တက်နေလိုက်ရင်
ဝိပဿနာမှန်မှန်ရှိလို့ ဝိပဿနာစွမ်းအားနေရာ
ပေါ် တက်နေလိုက်ရင် အလွန်ငြိမ်းချမ်းပါ
တယ်။ လူ့စည်းစိမ်ဟာ ငြိမ်းချမ်းတဲ့တရားပါ။
ကိုယ်မလိုချင်တဲ့အဆိုးတွေကလဲ တရားနဲ့
အင်အားပြပေးမှ နောက်ဆုတ်ပေးမှာ၊ နောက်
ဆုံး ကုန်ကြလွတ်ကြမှာ၊ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ အကောင်း
တွေကလဲ တရားနဲ့အင်အားပြပေးမှပဲ ပန်းတိုင်
လမ်းဆုံးအရောက် ကောင်းပြနိုင်ကြမှာပါ။

အပူကို စုပ်ထုတ်ဖယ်ရှားပေးနိုင်တဲ့ ငြိမ်း
အေးချမ်းသာအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့
ကောင်းမှုတရားစွမ်းအားနဲ့နေမှပဲ လူ့ဘဝမှာ
နေသာထိုင်သာ ရှိတာပါ။ အထူးအားဖြင့်

နေကောင်းရဲ့လား

၆၃

သမာဓိ၊ ဝိပဿနာ ဆိုတဲ့ ဘာဝနာစွမ်းအား
ထိ ရှိထားမှ နေဖြစ်တာပါ။ နေကောင်းတယ်
လို့ပြောရင် ဖြစ်နိုင်တာပါ။ ဟုတ်ပါတယ်၊ စိတ်
သောကရောက်စရာ ပရိဒေဝမီးတောက်လောင်
စရာအာရုံနှင့် ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံရပါလျက် သောက
မရောက်ရ၊ ပရိဒေဝမီး မတောက်လောင်ရရင်
နေကောင်းတယ်ဆိုရမှာပဲ။ အနေကောင်း
တော့ အပူမီးမတောက်ဘူးပေါ့။ အပူမီး
မတောက်အောင်လဲ အနေကောင်းတယ်ပေါ့။

စိတ်ညစ်စရာတွေပေမယ့် စိတ်မညစ်
ရအောင်၊ စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေပေမယ့် စိတ်
မဆင်းရဲရအောင်၊ စိတ်ရှုပ်စရာတွေပေမယ့်
စိတ်မရှုပ်ရအောင်၊ စိတ်ပျက်စရာတွေပေမယ့်

၆၄

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

စိတ်မပျက်ရအောင် နေတတ်ရင် နေကောင်း
တယ်ပေါ့။ အပူပေါ်လှတဲ့ လူ့လောကထဲမှာ
တရားစွမ်းအားနဲ့ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်း
အောင် နေတတ်တယ်ဆိုရင် နေကောင်းတယ်
ဆိုရမှာပေါ့။



၈။ သုံးခါမွေးမှ လူဖြစ်ကြ

(ကံဉာဏ်လုံ့လ လူ့ဘဝ)

- ✧ မိခင်ဝမ်းမှ၊ ဖွားလာကြ၊
ခေါ်ရ ကံမွေးနေ့။
- ✧ တတ်အောင်သင်ပြ၊ ဆရာ့ရင်တွင်း၊
နှုတ်ခံတွင်းမှ၊ ဖွားလာကြ၊
ခေါ်ရ ဉာဏ်မွေးနေ့။
- ✧ သမ္ပပ္ပဓာန်၊ အကျင့်မှန်ဖို့၊
လမ်းညွှန်သင်ပြ၊ ဆရာ့ရင်တွင်း၊
နှုတ်ခံတွင်းမှ၊ ဖွားလာကြ၊
လုံ့လ လူမွေးနေ့။

❖ သုံးခါမွေးမှ၊ လူဖြစ်ကြ၊

ဘဝ အနှစ်တွေ။

❖ ကံဉာဏ်လုံ့လ၊ လူ့ဘဝ၊

ဓမ္မ အစစ်မွေ့။

ငှက်ကိုဟောတဲ့ “ဒွိဇ” ဆိုတဲ့ ပါဠိတစ်ပုဒ် ရှိပါတယ်။ နှစ်ကြိမ်မွေးဖွားမှ ငှက်ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ မိခင်ဝမ်းထဲက ပေါက်ဖွားလာ ဟော့ ဥကလေးပဲ ရှိသေးတယ်။ အဲဒီဥကလေး ကို မိခင်ငှက်မက ကိုယ်ငွေ့ကိုပေးပြီး အချိန် ခပ်ကြာကြာ စောင့်ရှောက်ပေးရ ဝပ်ပေးရပါ သေးတယ်။ အချိန်တန်တော့မှ ဥထဲက ငှက် အကောင်ကလေး ပေါက်ဖွားလာတာပါ။ ပေါက်ဖွားလာတော့ ငှက်ပုံစံပဲ ပေါ်သေးတာပါ။

နေကောင်းရဲ့လား

၆၇

ငှက်အစွမ်း မပြနိုင်သေးပါဘူး။ အမွှေးအတောင်
မပေါက်သေးဘူး။ ခြေထောက် မသန်မာသေး
ဘူး။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မပျံနိုင် မသွားနိုင် မစား
နိုင်သေးဘူး။

မိဘတွေက အမွှေးအတောင်ပေါက်သည်
ထိ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပျံနိုင် သွားနိုင် စားနိုင်
သည်ထိ စောင့်ရှောက်ပေးရသေးတယ်။ ပျံနိုင်
သွားနိုင် စားနိုင်ပြန်တော့လဲ ပျံတတ် သွားတတ်
စားတတ် နေတတ်အောင် မိဘတွေက သင်
ပေး ရပါသေးတယ်။ ဒီတော့မှ ငှက်အစွမ်း
ပြနိုင်တာပါ။ မိဘတွေက စောင့်ရှောက်သင်
ကြားပေးရတာကို နောက်ထပ်မွေးဖွားပေးတာ
လို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။ တကယ်တော့ ၃-ခါ

မွေးမှပဲ အစွမ်းပြည့်ဝတဲ့ငှက် ဖြစ်ရတာပါ။

လူလဲ ၃ -ခါမွေးမှ လူအစစ်ဖြစ်နိုင်ခွင့် ရှိပါတယ်။

(၁) မိခင်ဝမ်းထဲက ဖွားလာခဲ့ရတဲ့နေ့ကို ကံဆုံပေးလို့ သားအမိတွေ့ရတဲ့နေ့ဖြစ်တာ ကြောင့် ကံမွေးနေ့လို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ ကံမွေးနေ့နဲ့ လူရာမဝင်သေးပါဘူး။ ငှက်ဥကို ပြောသလို လူဥအဆင့်သာသာပဲ ရှိပါသေးတယ်။ ကံကို ဖွင့်ပေးတဲ့ဉာဏ် လိုပါသေးတယ်။ ကံပျပ်ကို ဉာဏ်အလုပ်နဲ့ အလှဆင်ရဦးမှာပါ။ ကံက လူဖြစ်ဖို့ပဲ တာဝန်ယူပါတယ်။ လူစစ်ဖို့တော့ ဉာဏ်လိုပါသေးတယ်။ ကံလူသားလောက်နဲ့ နေမကောင်းသေးပါဘူး။

နေကောင်းရဲ့လား

၆၉

ဘုရားလက်ထက်က မဟာဓနသူဌေး
ဇနီးမောင်နှံ ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ မြန်မာလိုတော့
ပစ္စည်းပေါများကြွယ်ဝလွန်းလို့ ကိုကြွယ်ပေါ
နှင့် မကြွယ်ဌေးလို့ခေါ်ရမှာပါ။ ပစ္စည်းပေါများ
ကြွယ်ဝတဲ့ကံလဲပါတယ်။ အချိန်မီတရားအလုပ်
အားထုတ်နိုင်ရင် ကိုကြွယ်ပေါက ရဟန္တာဖြစ်
နိုင်လောက်တဲ့ကံပါတယ်။ မကြွယ်ဌေးက
အနာဂါမ်ဖြစ်နိုင်လောက်တဲ့ ကံပါတယ်။
လောကဗက်မှာ အချိန်မီကြိုးစားနိုင်ရင် ပထမ
တန်းစားသူဌေး ဖြစ်နိုင်လောက်သည်ထိ ကံ
ပါတယ်။ ဉာဏ် ဝီရိယနဲ့ဖွင့်ပေးမှပဲ သူတို့ရဲ့
ကံက ပွင့်နိုင်ကြမှာပါ။

သူတို့ရဲ့မိဘတွေက ပစ္စည်းပေါများပေမယ့်

၇၀

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

အမြော်အမြင် နည်းပါးကြပါတယ်။ သားသမီး
ကို အတတ်ပညာ သင်ကြားခွင့်မပေးကြပါဘူး။
ကိုကြွယ်ပေါ်ရဲ့မိဘတွေမှာလဲ သားကတစ်
ယောက်တည်း၊ မကြွယ်ဌေးရဲ့မိဘတွေမှာလဲ
သမီးက တစ်ယောက်တည်း။ ကိုကြွယ်ပေါ်ရဲ့
မိဘတွေက “ငါ့သား၊ ငါတို့မှာ သားတစ်
ယောက်တည်းရှိတာ၊ ပစ္စည်းက ငါ့သားတစ်
ယောက် ဘာမှမလုပ်ပဲ တစ်သက်လုံး ထိုင်စား
လို့ မကုန်နိုင်ဘူး၊ ပညာသင်တာ ပစ္စည်းရှာဖို့ပဲ၊
ငါတို့မှာ ထပ်ရှာဖို့ မလိုတော့ဘူး၊ ပစ္စည်း
အလွန်ပေါများတယ်၊ ဒါကြောင့် ပညာသင်
မနေနဲ့တော့၊ တရားနာဖို့လဲ မလိုဘူး” ဆိုပြီး
ပညာတတ်အောင် ဆောင်ရွက်မပေးကြဘူး။

နေကောင်းရဲ့လား

၇၁

မခွဲချင်လို့လဲ ဖြစ်မှာပေါ့။ ပစ္စည်းကို အမာခံလို့
ထင်ထားလို့လဲ ဖြစ်မှာပေါ့။

မကြွယ်ငွေ့ရဲ့မိဘတွေလဲ ဒီနည်းအတိုင်း
ပါပဲ။ သူတို့နှစ်ယောက် ကံကောင်းတာပဲ ပြော
လို့ ဖြစ်တယ်။ ဘာမှ မတတ်ရှာကြပါဘူး။
သူတို့နှစ်ယောက်အရွယ်ရောက်တော့ နှစ်ဖက်
မိဘတွေက နေရာချပေးကြတယ်။ လက်ထပ်
ပေးကြတယ်ပေါ့။ လောကဘက်က ကြည့်ရင်
သူငွေ့သားနှင့်သူငွေ့သမီး၊ ဓမ္မဘက်ကကြည့်
ရင် ဘာမှမမြင်တဲ့ အကန်းချင်း လက်ထပ်တာ၊
မိဘရှိတုန်းတော့ မိဘအရိပ်နဲ့ ရပ်တည်နိုင်
သေးတယ်။

မိဘမရှိတာနဲ့ သူတို့နှစ်ယောက်အကြောင်း

၇၂

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

ကို ပတ်ဝန်းကျင်က သိပြီးသားဆိုတော့ လိမ်
ကြကောက်ကြ ညာကြဖြန်းကြတယ်။ ပညာ
မရှိတော့ လိမ်ညာမှန်း ဘာမှမသိ၊ ပစ္စည်းတွေ
အလိမ်ခံရလို့ အများကြီးပါသွားတယ်။ ပိုဆိုး
တာက ကိုကြွယ်ပေါကိုယ်တိုင် အရက်သမား
တွေနှင့်ပေါင်းမိလို့ အရက်သမားလုံးလုံး ဖြစ်
သွားတယ်။ ပညာမရှိတော့ ပေါင်းသင့် မပေါင်း
သင့် မရွေးချယ်တတ်ဘူး။ အပေါင်းအသင်း
အရက်သမားတွေ ဝင်ဖြုန်းတာရော၊ ကိုကြွယ်
ပေါကိုယ်တိုင် မူးယစ်သောက်စား ဖြုန်းတာ
ရောဆိုတော့ ပစ္စည်းအားလုံး မကြာခင် ကုန်
သွားပါတယ်။ အမွေရတဲ့ အိမ်နှစ်လုံးကိုပါ
ပေါင်နှံပြီး ဖြုန်းလိုက်တာ ရှိသမျှ ပြောင်ခါ

နေကောင်းရဲ့လား

၇၃

သွားပါရော။

တစ်သက်လုံး ထိုင်စားမကုန်နိုင်တဲ့
ပစ္စည်း အိမ်ရာ အားလုံးဟာ ပထမအရွယ်
သာသာမှာပဲ ကုန်ဆုံးသွားပါတော့တယ်။
နောက်ဆုံး တစ်ယောက် ခွက်စုတ်တစ်လုံးစီ
ကိုင်ပြီး တောင်းစားရတဲ့ သူတောင်းစားတွေ
ဖြစ်ကုန်ကြတယ်။ ပညာမတတ်ခြင်း၊ ဉာဏ်မရှိ
ခြင်းရဲ့ဆိုးကျိုးရလဒ်တွေပေါ့။ အရိယာလောင်း
တွေ အရိယာလဲ မဖြစ်လိုက်ကြဘူး။ သူဌေး
လောင်းတွေ သူဌေးလဲ မဖြစ်လိုက်ကြဘူး။
ကံမွေးနေ့လောက်နဲ့ ကံလူသားလောက်နဲ့
လူလိုအတည်ပြုလိုက်တာ စောလွန်းသွား
တယ်လေ။ အတိတ်ကံ ကောင်း၊မကောင်းသိ

ချင်ရင် ပစ္စုပ္ပန်ဉာဏ်ဝီရိယနဲ့ တူးဆွကြည့်ရတာပါ။

(၂) ပညာသင်ရမယ့်အရွယ်ရောက်တော့ ဉာဏ်ရဖို့ ပညာသင်ရတယ်။ အတိတ်ဘဝက တတ်မြောက်ခဲ့တဲ့ အတတ်ပညာတွေက ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံးအချိန်မှာ အို၊ နာ၊ သေ အတွင်း ဓားပြ ၃-ယောက် လုယက်တိုက်ခိုက် ဖျက်ဆီးပစ်တာခံရလို့ အကုန်ပါသွားခဲ့ပြီလေ။ “ပညာရွှေအိုး လူမခိုး” လို့ ဆိုရိုးရှိပေမယ့် အပြင်သူခိုးသာ မခိုးတာပါ။ ခန္ဓာခြုံထဲ ခိုနေကြတဲ့ အတွင်းဓားပြ ၃-ယောက် တိုက်တာတော့ ခံကြရပါတယ်။ ဝလုံး(သုည)ကစ ပြန်သင်ရပါတယ်။ ကျင့်တဲ့အဆင့် မရောက်သေးပဲ

နေကောင်းရဲ့လား

၇၅

တတ်သိရုံ အဆင့်လောက်နဲ့တော့ ဘဝရဲ့
နောက်ဆုံးချိန်မှာ ဓားပြလက်ထဲ ပါသွားမှာ
ချည်းပဲ။ ဓားပြလက်ထဲပါသွားမှာ ဖြစ်ပေမယ့်
ဘဝမှာ နှိုင်းချိန်ဉာဏ်ရဖို့ ပညာတတ်အောင်
ကော်သင်ရမှာပဲလေ။

ဆရာထံ ပညာသင်ရတဲ့အခါ ဆရာရဲ့
မေတ္တာရင်ခွင်အရိပ်အောက်မှာ ခိုလှုံနေရတာ
ကိုပဲ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရသလို တင်စားပြောတာ
ပါ။ ဆရာရဲ့ နှုတ်ခံတွင်းနဲ့ သင်ပြပေးတာကို
တတ်အောင်သင်ယူလို့ ဉာဏ်ပေါ်အောင် ဖော်
ယူရတာကိုပဲ ဖွားမြင်ရသလို တင်စားပြတာပါ။
ဆရာမေတ္တာရင်ခွင်တွင်းမှာ ကိန်းဝပ်ခိုလှုံပြီး
ဆရာနှုတ် ခံတွင်းကနေ ဉာဏ်သားပေါ်အောင်

ဖွားခဲ့ရတယ်ပေါ့။ ဉာဏ်ဆိုတာ နည်းစနစ်သိ
အောင် လေ့လာသင်ယူထားလို့ တတ်မြောက်
ကျွမ်းကျင်တဲ့ဉာဏ်ကို ပြောတာပါ။ ကျင့်ထား
လို့ရတဲ့ကျင့်ဉာဏ်ကို ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး။
တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်တဲ့ ဉာဏ်ရအောင်
ယူခဲ့ရတဲ့နေ့ကို ဉာဏ်မွေးနေ့လို့ ခေါ်နိုင်ပါ
တယ်။ ကံဟောင်းကိုဖွင့်လို့ ကံသစ်မြင့်အောင်
ဆင့်ပေးနိုင်တဲ့ ဉာဏ်မျက်စိပေါ့။ ဉာဏ်
လူသားလောက်နဲ့လဲ နေမကောင်းသေးပါဘူး။

(၃) ဘာဘွဲ့တွေပဲရရ ပါရဂူပဲဖြစ်ဖြစ်
ဉာဏ်မွေးနေ့လောက်နဲ့လဲ လူအပြည့် မဖြစ်
သေးပါဘူး။ တစ်ဝက်ရောက်ပြီလို့တော့
ဆိုနိုင်ပါတယ်။ သင်ဉာဏ်လောက်နဲ့သာဆိုရင်

နေကောင်းရဲ့လား

၇၇

ဒုက္ခ၊ ကိလေသာဆိုတဲ့ ဖွားဖက်အခက်အခဲ နှစ်မျိုးနှင့်ယှဉ်ပြိုင်ရင် ကိုယ်က ရုံးဦးမှာပဲ။ ဒုက္ခ ကိလေသာအောက်မှာပဲ ခူးထောက်အညံ့ခံ နေရဦးမယ်။ ဒီအခက်အခဲနှစ်မျိုးနှင့် ယှဉ်ပြိုင် စိန်ခေါ်ရတဲ့ စွမ်းအားပေါ်လာတော့မှ လူ့စွမ်း အားစုံမယ်၊ လူအစစ်ဖြစ်မယ်။

ဒါကြောင့် တတိယ ဝီရိယမွေးနေ့ ဆက် ရဦးမယ်။ ဝီရိယဆိုတာ ကျင့်တဲ့ဝီရိယကို ပြောတာပါ။ သမ္မပ္ပဓာန်ကိစ္စပြီးစေနိုင်တဲ့ အဆင့် မြင့်ဝီရိယမျိုးကို ပြောတာပါ။ အခြားဝီရိယမျိုး ကို ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဝီရိယအစစ်ဆို တာ အဆိုးအားလုံးတို့ရဲ့ အကြောင်းရင်းဖြစ်တဲ့ ကိလေသာကို နှိမ်နင်းလွှမ်းမိုးအနိုင်ယူနိုင်တဲ့

အားလဲ ပေါ်ရမယ်။ ဒီခန္ဓာကို အကြောင်းပြုလို့
ရနိုင်တဲ့ ကောင်းမှု အကောင်းတရား ဖော်
ထုတ်ယူနိုင်တဲ့အားလဲ ပေါ်လာရမယ်။ အဆိုး
ကို နှိမ်နင်းတဲ့အား၊ အကောင်းကို ဖြည့်သွင်း
နိုင်တဲ့အား နှစ်မျိုးပေါ်လာရမယ်ပေါ့။

ကျင့်တတ်အောင် လမ်းညွှန်ပေးတတ်တဲ့
ဆရာရဲ့ မေတ္တာရင်ခွင်အရိပ်အောက်မှာ အချိန်
ပိုင်းလေးပဲဖြစ်ဖြစ် ခိုလှုံနည်းခံပြီး နှုတ်နဲ့ညွှန်ပြ
ပေးတဲ့လမ်းစဉ်အတိုင်း တကယ်ကျင့်သုံးနိုင်
တဲ့နေ့ဟာ ဝီရိယမွေးနေ့ပါ။ အဆိုးကို နှိမ်နင်း
လို့ အကောင်းကို ဖြည့်သွင်းနိုင်လောက်အောင်
ဝီရိယမြင့်မားလာရင် အားပါတဲ့တရားဝင်
အကျင့်ဖြစ်ပါပြီ။ ဒီနှစ်ချက်ပေါ်အောင် ကြိုးစား

နေကောင်းရဲ့လား

၇၉

ပြုလုပ်နိုင်ရင် တရားဝင်အလှူ၊ တရားဝင် သီလ၊ တရားဝင်ဘာဝနာဖြစ်သွားလို့ ဝီရိယ မွေးနေ့ ဖြစ်သွားပါပြီ။ ဒုက္ခ ကိလေသာနှင့် ယှဉ်ပြိုင်ရဲလောက်အောင် အားပါလာပြီ။ အဆိုး အကောင်းတွေ ကြားထဲမှာ တရားနဲ့ အညွန့် တစ်လူလူလွှင့်ထူနိုင်မှ လူအစစ်ဖြစ်မယ်လေ။ လူ ၃-မျိုးမှာ ကံလူသားက ငို-လူသား၊ ဉာဏ်လူသားက ညည်း-လူသား၊ ညည်းတွား တဲ့လူသားပေါ့။ ဝီရိယလူသားက ကြံ့ခိုင်- လူသားပါ။ ဝီရိယမွေးနေ့ရောက်တော့မှ လူဟာ နေကောင်းတဲ့အဆင့် ရောက်လာတာပါ။

အတိတ်ကံက ကံဟောင်းပေါ့။ နည်းစနစ် သိတဲ့ဉာဏ်နှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံးတဲ့ ဝီရိယ

က ကံသစ်ပဲ။ ကံဟောင်းကို အခြေခံအားယူ
လို့ ကံသစ်ကို ဖန်တီးဖော်ထုတ်ရတယ်။
ကံသစ်နဲ့ပဲ ကံဟောင်းကို တူးဆွဖော်ယူပေးရ
တယ်။ ဝီရိယမွေးနေ့ကို နေ့တိုင်းလုပ်နေရ
မှာပါ။ ဒါမှ နေ့တိုင်း နေကောင်းမှာပေါ့။ သတိ
တွဲတွဲဝီရိယကို အမြဲကိုင်ထားနိုင်ရင်တော့
အမြဲပဲ နေကောင်းမှာပါ။ “နေကောင်းရဲ့လား”
လို့ သူများက မေးလာရင် “နေကောင်းတယ်”
လို့ အမြဲပြောနိုင်မှာပါ။ ရုပ်နေမကောင်းရင်
တောင် စိတ်နေကောင်းအောင် ဖန်တီးယူ
တတ်မှာပါ။

ကံ, ဉာဏ်, ဝီရိယကို ကံသစ်အနေနဲ့
ဆက်စပ်ပြောရင် အဆိုးကင်းချင် အကောင်း

နေကောင်းရဲ့လား

၈၁

ပြည့်စုံချင်လို့ ချမ်းသာချင်လို့ အလုပ်လုပ်
 ချင်တာက ကံ၊ လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ကို ရွေး
 ချယ်ပေးတာက ဉာဏ်၊ ရွေးချယ်ထားတာကို
 မဖြစ်မနေလုပ်ပေးတာက ဝီရိယပေါ့။ ဝီရိယ
 အလုပ်ဖြစ်အောင် ကူပေးတာက သတိပါ။
 နေကောင်းဖို့ အချုပ်ကတော့ သတိပါ။

အားလုံး တရားဖြင့် နေကောင်းကြပါစေ။

တိပိဋက လောဆရာတော်

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ပါဠိတက္ကသိုလ်
 နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၇၂ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလ
 (၂၀၁၁ ခု၊ မတ်လ)



သောတာပန်တို့သည် နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ရှိ
ရန် အလှူဒါနကို ပြုလုပ်ကြသည်။ အလှူဒါန
ကို ပြုလုပ်သော အခါ၌ အလှူဒါနကို
ပြုလုပ်သော အခါ၌ အလှူဒါနကို
ပြုလုပ်သော အခါ၌ အလှူဒါနကို
ပြုလုပ်သော အခါ၌ အလှူဒါနကို
ပြုလုပ်သော အခါ၌ အလှူဒါနကို
ပြုလုပ်သော အခါ၌ အလှူဒါနကို
ပြုလုပ်သော အခါ၌ အလှူဒါနကို

အလှူဒါနကို ပြုလုပ်သော အခါ၌
အလှူဒါနကို ပြုလုပ်သော အခါ၌
အလှူဒါနကို ပြုလုပ်သော အခါ၌

တိပိဋကယောဆရာတော်၏
ထုတ်ဝေပြီးသည့်
ဓမ္မလက်ဆောင်စာအုပ်များ

- ၁။ စိတ်ထိန်းကိရိယာ
- ၂။ ဘဝလမ်းညွှန်
- ၃။ သာဓု ၄-ပါး မြတ်တရား
- ၄။ အပေါင်း လက္ခဏာ
- ၅။ အနှစ်ထုတ်ယူ စွမ်းတဲ့လူ
- ၆။ ကံကိုထိန်းချုပ် စိတ်ခလုတ်
- ၇။ စိတ်ဓာတ်ကိုမြှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်
- ၈။ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်လျှောက်
ကောင်းရာရောက်
- ၉။ အချိန်တန်ဖိုး လူ့တန်ခိုး
- ၁၀။ ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့
- ၁၁။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ခပ်သုတ်သုတ်

၂

- ၁၂။ တရားအသိ လူ့မျက်စိ
၁၃။ မေတ္တာပန်းခိုင် ၃-ပွင့်ဆိုင်
၁၄။ နှလုံးသားဝယ် ဘုရားတည်
၁၅။ အေးမြရွှင်ပြုံး လူ့နှလုံး
၁၆။ လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား
၁၇။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်ချစ် လူ့အစစ်
၁၈။ အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန်
၁၉။ တရားကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
၂၀။ သူ့ကိုစောင့်ရှောက် ကိုယ့်ဂုဏ်မြှောက်
၂၁။ ကျန်းမာရွှင်လန်း မေတ္တာစွမ်း
၂၂။ မေတ္တာလက်တွဲ ရာပြည့်ပွဲ
၂၃။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ဥစ္စာထုပ်
၂၄။ ဘဝဝေစု မြတ်ကောင်းမှု
၂၅။ တရားဆောင်သူ စိတ်မပူ

၂၆။ အား

၂၇။ ယော

၂၈။ မွေးနေ့မင်္ဂလာ ရတနာ

၂၉။ ၄၅-နှစ် တရားသက်

၃၀။ နှစ်လေးဆယ့်ငါး တရားအချုပ်

၃၁။ လူ့အလှဆုံး စိန်တစ်လုံး

၃၂။ မေတ္တာနှလုံး အလှဆုံး

၃၃။ မေတ္တာလွမ်းခြုံ ဘေးရန်လုံ

၃၄။ အလှူကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး

၃၅။ နှုတ် + ဆက် = မင်္ဂလာ

၃၆။ မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား

၃၇။ အကုန်အရ လူ့ဘဝ

၃၈။ မီးသတိပြု

၃၉။ မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး

၄၀။ ၄၅-ဝါ သာသနာ

၄၁။ လူအား

၄၂။ လူ၏စွမ်းအား ပတ္တမြား

၄၃။ စိတ်ကောင်းထားက မိတ်ကောင်းရ

၄၄။ အချစ်ဆုံး ဆွေမျိုး

၄၅။ ဧည့်သည်

၄၆။ ၄၅ နှစ် ရဟန်းသက်

၄၇။ စိတ်အေးစရာ သာသနာ

၄၈။ တစ်ခါလှလဲ ဒါပါပဲ

၄၉။ လူ့ဘဝထဲ စာမေးပွဲ

၅၀။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဘောလုံးပွဲ

၅၁။ ဘဝတစ်ခေါက် ခြောက်ဆယ့်ခြောက်

၅

၅၂။ ယနေ့အလုပ် ယနေ့လုပ်

၅၃။ အဘိဓမ္မာ သိစရာ

၅၄။ ဝိသုဒ္ဓါရုံ ခွင့်ခါကြိုကြိုက် စာသင်တိုက်

၅၅။ ဓာတ်

၅၆။ ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်

၅၇။ လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ

၅၈။ ဆရာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး

၅၉။ သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၆၀။ ဦးကောသလ္လတစ်ဘဝ

ပေါ်ရတောင်ဖိလာ

၆၁။ သတိမေတ္တာ သူငါစုပေါင်း

အကုန်ကောင်း

၆၂။ ယခုအလုပ် ယခုလုပ်

၆

၆၃။ ဒီအတိုင်းပါပဲ

၆၄။ သုံးပါးမြတ်စွာရတနာ

၆၅။ ချစ်ခင်ညီညာ ပေါင်းတာမှန်မှ
ငြိမ်းချမ်းရ

၆၆။ ဒီတစ်ခါလဲ ဒီတိုင်းပဲ

၆၇။ ပေါင်းတာမှန်မှ ကောင်းတာရ

၆၈။ ခဏငှားထား ၄ - ဘီးကား

၆၉။ ကိုယ့်ဟာနဲ့သာ ကိုယ်နေပါ

၇၀။ ကိုယ့်ဟာကိုသာ ရွေးယူပါ

၇၁။ နေကောင်းရဲ့လား

၇

၇၂။ အသိဆန်းကြယ် အနှစ်ကြွယ်

၇၃။ မေတ္တာအစွမ်း စိတ်အေးချမ်း

၇၄။ အများမကြိုက် လူမိုက်တစ်ယောက်
ပန်းတိုင်ရောက်

၇၅။ မိခင်စိတ်ထား မေတ္တာအား

၇၆။ သူဦး ကိုယ်ဦး ၃-မြှာပူ



ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များ



- ၁။ အရှင်ဆန္ဒာဓိကာ၊ ရွှေပါရမီတောရ
သထုံမြို့။
- ၂။ အရှင်ရာဇိန္ဒ (ရဝေန္တယံ၊ အင်းမ)
ဓမ္မရဝေတောရကျောင်းတိုက်
သယံဇာတကျွန်းကြီးရပ်၊ အောင်စည်းခုံစေတီ
လမ်း၊ မင်္ဂလာဒုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၃။ ဆရာကြီး ဒေါ်ကုဏ္ဍနန္ဒီ၊
ဆရာကြီး ဒေါ်ဥတ္တမနန္ဒီ
သက္ကနိမ္ပိတာရုံသီလရှင်စာသင်တိုက်
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၉

- ၄။ ဆရာကြီး ဒေါ်ထေရီ (ဒေါ်သာရသီကီ)
ခေမာရာမသီလရှင်စာသင်တိုက်
၃-လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၅။ မကုလမဏိ၊ မမဂ္ဂစာရီ
ရွှေဝန်းကျောင်း၊ ၁-လမ်း၊
ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၆။ ဆရာကြီး ဒေါ်ကေသာရီ နှင့် တပည့်များ
သာသနမဉ္ဇရီ သီလရှင်စာသင်တိုက်
သုနန္ဒာလမ်း၊ မြောက်ဥက္ကလာပ၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၇။ ဦးတင်ဦး + ဒေါ်လှမြင့် မိသားစု
(ရွှေစင်ရတနာရွှေဆိုင်)
မကြီးကြီးလမ်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

- ၈။ ဦးရှိန်ဝင်း + ဒေါ်ခင်ချိုဦး
သား-ကောင်းထိုက်ထွန်း (တက်လမ်း)
ဦးဝိစာရလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၉။ ဦးသန်းထွန်း + ဒေါ်ယဉ်ရှိန်
သား-ဒေါက်တာဘကောင်း
သမီး-ဒေါက်တာလဲ့ယဉ်မွန်
သီရိမင်္ဂလာလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၀။ ဦးအောင်သိန်း + ဒေါ်လုံးတင် မိသားစု
ရှမ်းစုရပ်၊ မိုးကုတ်မြို့။
- ၁၁။ ဦးတူးမောင် + ဒေါ်ထားထားအေး
မိသားစု၊ တက္ကသိုလ်ရိပ်သာလမ်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

၁၁

- ၁၂။ ဦးသန်းဆက်ဝင်း + ဒေါ်စိန်အေး
သား - မောင်သန်းထိုက်ဝင်း
ရွှေတောင်ကြားရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်။
- ၁၃။ ဒေါက်တာကျော်ခိုင် + ဒေါ်စိန်ထွေး၊
သား- မောင်သက်တင်စိုး၊
မောင်ဇော်ဝင်းမောင်
ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၄။ ဦးသန်း + ဒေါ်မိုးသူ မိသားစု
ပဒေသာပင်မြို့တော်၊ လှိုင်သာယာမြို့နယ်၊
ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၅။ ဒေါ်တင်တင်မိသားစု၊ စုပေါင်းလမ်း၊
အင်းယားမြိုင်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၂

- ၁၆။ ဦးတင်ဆန်း + ဒေါ်ဥမ္မာလွင်၊
သမီး-ဒေါက်တာယုဝါတင်၊
သား-ပြည့်ဖြိုးတင်၊ ကျွန်းတောလမ်း၊
စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၇။ ဦးဝင်းဆွေ + ဒေါ်တင်တင်ခိုင်
(မန်းရွှေလီ) မိသားစု၊ ၃၆-လမ်း၊
ကွမ်းခြံ၊ မန္တလေးမြို့။
- ၁၈။ ဦးထွန်းလွင် + ဒေါ်ခင်လတ်ဦး မိသားစု
သား-အာကာလွင်၊
သမီး-ဆရာမ မဟေမာလွင်၊ မစုနန္ဒာလွင်
ဈေးလမ်း၊ မြေနီကုန်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃

၁၉။ ပိုလ်မှူးမောင်ငွေ + ဒေါ်ခင်မမ မိသားစု
ခရေမြိုင်လမ်း၊ သုဝဏ္ဏ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၀။ ဒေါ်ခင်မာရီ၊ သမီး-မထွေးသီတာ၊
မင်းကျောင်းလမ်း၊ ဒဂုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၁။ ဒေါက်တာနိုင်ထွဋ်အောင် + ဒေါက်တာ
ဝေဝေရင်

သား-ရန်ငြိမ်းအောင်၊ မိုးမြတ်အောင်၊
ရွှေတောင်ကြား (၁)၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၂။ ဦးကြင်စိန်၊ သမီး-မနွယ်နီစိန်၊ မဥမ္မာစိန်
ဝက်ဘာရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

- ၂၃။ ဦးထင်ကျော် + ဒေါ်စူစီစိန်
ဝင်္ကဘာရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂၄။ ဒေါ်ချစ်တင် (ခန့်) မိသားစု
ဗိုလ်ချုပ်လမ်း၊ ကလေးမြို့။
- ၂၅။ ဦးမင်းကို + ဒေါ်စိုးစိုးဟန် နှင့် သမီးများ
ဝင်္ကဘာလမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂၆။ ဦးသန့်ဇင် + ဒေါ်သင်းသင်းနိုင်
သား-ကိုကျော်ဟန်၊ သမီး-မသွင်နီနီဆက်
မြေး-ကောင်းထက်ဟန်
အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု။
- ၂၇။ ဒေါက်တာခင်မောင်အေး +
ဒေါ်အေးအေးမော် မိသားစု
ဇိဝိတဒါနဆေးရုံဝင်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၅

၂၈။ ဒေါတာဦးမြင့်သိန်း + ဒေါခင်မျိုးဆက်
မိသားစု၊ အောင်လံမြို့။

၂၉။ ဦးမောင်မောင်ကျော် + ဒေါခင်ညိုညို
မိသားစု၊ သံလွင်လမ်း၊ ကမာရွတ်မြို့နယ်၊
ရန်ကုန်မြို့။

၃၀။ ဦးခင်လှိုင် + ဒေါခင်ဆွေဝင်း မိသားစု
ဇောတိကသင်္ကန်းတိုက်၊ ၃-လမ်း၊
ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၁။ ဦးကျော်လှိုင် မိသားစု၊ ဆင်မင်းသင်္ကန်း
တိုက်နှင့် ဆင်မင်းဆန်ဆိုင်၊
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

- ၃၂။ ဒေါက်တာအောင်ဇေယျ +
ဒေါက်တာစိမ်းမိုးမိုးဦး
သာသနာ့ရိပ်သာလမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၃၃။ ဦးသန့်စိုး + ဒေါ်သီတာ မိသားစု
အနောက်ရွှေဂုံတိုင်၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၃၄။ ဒေါက်တာဦးဝင်းနိုင် + ဒေါ်နီလာမိသားစု
ကန်ရိပ်သာလမ်း၊ မရမ်းကုန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၃၅။ ဦးဓမ္မရက္ခိတ နှင့် ဆွေမျိုးများ
ဘန်ကောက်မြို့၊ ထိုင်းနိုင်ငံ။
- ၃၆။ ဦးမျိုးမြင့် + ဒေါ်မြင့်မြင့်သိန်း
စိန်များပေါ့လိပ်၊ ပဲခူးမြို့။

၁၇

၃၇။ ဒေါသန်းဦး မိသားစု၊

ရွှေတောင်ကုန်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၈။ ဦးအောင်မြင့် + ဒေါ်သုခ၊ သား -

ကိုမြင့်သိန်း အောင်သုခမြန်မာထမင်းဆိုင်
အနောက်ရွှေဂုံတိုင်၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၉။ ဦးနေထွန်း + ဒေါ်စန်းစန်းလင်း မိသားစု

အနောက်ရွှေဂုံတိုင်၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၀။ ဒေါက်တာ ဒေါ်မြင့်မြင့်ကြီး

သမီး - ရွှေဝတ်ရည်ဦး၊ ရွှေဝတ်ငုံဖူး
သံလွင်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၁။ ဦးကျော်ခင် + ဒေါ်မွှေးမွှေး မိသားစု

စက်မှုဇုန်၊ လှိုင်သာယာ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၂။ ဦးထောက်ကြန့် + ဒေါ်စိန်မြ တို့ကို
ရည်စူး၍ သမီးများ၊ ၈-လမ်း၊ လမ်းမတော်၊
ရန်ကုန်မြို့။

၄၃။ ဒေါ်အေးခ မိသားစု (AK-အုတ်လုပ်ငန်း၊
အင်းယားကုန်း၊ ကလေးမြို့။)

၄၄။ ဦးတင်တိုး + ဒေါ်ခင်ပြုံး မိသားစု၊
ဗိုလ်ချုပ်လမ်း၊ ကလေးမြို့။

၄၅။ ဒေါက်တာပီတာ + မအာယူ၊
မလေးရှားနိုင်ငံ။

