ရွှေပါရမီစာစဉ်(၂၉)

အရှင်စန္ဒိမာ
ရွှေပါရမီတောရ

စိတ်အားပြည့် ဓမ္မပိုးစက်

အကောင်းမြင်မှ အမြင်ကောင်းမယ်
အစောင်းမြင်ရင် အမြင်စောင်းမယ်

ဆင်ခြင်မှုအပ္ပမာဒနဲ့
ပြည့်စုံဖို့အတွက်
ယောနိသော မနသိကာရ ဆိုတဲ့
အကောင်းမြင်စိတ်ထားရှိဖို့
အထူးလိုအပ်ပါတယ်။
အရာရာကို
အကောင်းဘက်ကနေ
ကြည့်တတ်၊ မြင်တတ်၊
နှလုံးသွင်းတတ်မှသာ
အကုသိုလ်တရား
ခေါင်းပါးပြီး
ကုသိုလ်တရား
တိုးပွားနိုင်ပါတယ်။
ထစ်ခနဲရှိ အဆိုးမြင်၊
ထစ်ခနဲရှိ
အဆိုးထင်နေလို့ကတော့
ဘယ်လောက်ကောင်းတဲ့
အာရုံနဲ့ပဲ ကြုံကြုံ၊
ကောင်းကွက်ကို မတွေ့ဘဲ
ဆိုးကွက်တွေချည်းပဲ
တွေ့နေပါလိမ့်မယ်။

သဘောတရား အတွေးစတစ်ခု
တရားသဘော စကားစုတစ်ခုဟာ
လူတစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်နဲ့ ဘဝကို
အကြီးအကျယ် ပြောင်းလဲ သွားစေနိုင်ပါတယ်။
ဒီစာအုပ်မှာ ပါတဲ့ စကားစုတွေကို
တစ်နေ့ တစ်ခုပဲ ဖတ်ပြီး
အဲဒီ တစ်နေ့လုံး အဲဒီ တစ်ခုကိုပဲ
အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ပါ။
အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလောက်အောင်
စိတ်အားတွေ ပြည့်ဝလာပါလိမ့်မယ်။