

# အရှင်ဆန္ဒာဓိက

မလေခင်တာလှုပ်ကြဲမလဲ



Website : [www.shwehinthar.com](http://www.shwehinthar.com)

▲ သေခြင်းတရားအကြောင်း  
ပြောဆိုတာလောက်မင်္ဂလာရှိတာ  
လောကမှာမရှိတော့ပါဘူး။  
သေခြင်းတရားအကြောင်း  
တွေးတောခြင်းဟာလည်း  
လောကမှာကျက်သရေအရှိဆုံးပါပဲ။  
ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရားကို  
အမှတ်ထင်ထင်သတိရနေမှသာ  
မသေခင်အခိုက်အတန့်ကာလလေးကို  
လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်  
အလုပ်သင့်အလုပ်ထိုက်ဆုံးအလုပ်တွေနဲ့  
တန်ဖိုးရှိရှိအသုံးချသွားနိုင်မှာဖြစ်လို့ပါပဲ။

▲ အလုပ်ပိုတွေ  
အကာအလှံတွေကို  
အတတ်နိုင်ဆုံးရှောင်ရှားပြီး  
အလုပ်လိုတွေ  
အနှစ်အလုပ်တွေကို  
အစွမ်းနိုင်ဆုံးဆောင်ပွားနိုင်ဖို့  
သေခြင်းတရားကို  
မဖြစ်မနေသတိရသင့်ပါတယ်။

▲ သေခြင်းတရားကိုသတိရအောက်မေ့တာ  
သေခြင်းတရားကိုဆင်ခြင်ပွားများတာဟာ  
စိတ်ညစ်ဖို့၊ စိတ်ဓာတ်ကျဖို့မဟုတ်ပါဘူး။  
စိတ်ခိုင်ဖို့၊ စိတ်ဓာတ်မြင့်ဖို့ပါ။

မသေခင်ဘာလုပ်ကြမလဲ

လူသားတွေရဲ့ ဘဝမှာ စိတ်ဝင်စားစရာ အကောင်းဆုံးအရာဟာ သေခြင်းတရားဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရားဟာ လူသားအားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်နေလို့ပါပဲ။

လူသားတစ်ဦးချင်းမှာ သူ့ဘဝနဲ့သူ စိတ်ဝင်စားစရာအကောင်း ဆုံးအရာတွေ အသီးသီးရှိကြပါလိမ့်မယ်။ သူ့ရဲ့ လက်ရှိတာဝါ၊ လက်ရှိအနေအထားနဲ့ လက်ရှိခံစားချက်အပေါ် မူတည်ပြီး စိတ်ဝင်စားကြမှာမို့ လူသားတစ်ဦးနဲ့ တစ်ဦးရဲ့ စိတ်အဝင်စားဆုံး အရာတွေဟာလည်း မတူ ထူးခြား ကွဲပြားနေကြမှာ မလွဲပါဘူး။

ကုန်သည်တစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်အဝင်စားဆုံး ကုန်ပစ္စည်းတစ်ခုဟာ ဆေးပညာရှင်တစ်ယောက်အတွက်တော့ စိတ်ဝင်စား စရာ ဖြစ်ချင်မှဖြစ်ပါမယ်။ ဆေးပညာရှင်တစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်အဝင်စားဆုံး ဆေးကုထုံးတစ်ခုဟာလည်း ကုန်သည်တစ်ယောက် အတွက်တော့ စိတ် ဝင်စားစရာ ဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကုန်သည်တစ်ယောက် စိတ်အဝင်စားဆုံး အရာဟာ ဆရာဝန်တစ်ယောက်နဲ့ ဘာမှ မသက်ဆိုင်သလို ဆရာဝန် တစ်ယောက် စိတ်အဝင်စားဆုံးအရာဟာလည်း ကုန်သည်တစ်ယောက် နဲ့ ဘာမှ မသက်ဆိုင်လို့ပါပဲ။

ကိုယ်နဲ့ မသက်ဆိုင်တဲ့အရာကို စိတ်မဝင်စားတာ၊ တကယ် လို့ စိတ်ဝင်စားခဲ့ရင်တောင်မှ စိတ်အဝင်စားဆုံး မဟုတ် တာဟာ လူ့ သဘာဝတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ လူသားမှန်ရင် ကိုယ့်ဘဝရဲ့ တိုးတက်မှုကို လိုလားရစမြဲမို့ ကိုယ်နဲ့ မသက်ဆိုင်တာကို စိတ်ဝင်စား နေရင်ကိုယ့်ဘဝ ဘယ်တိုးတက် နိုင်ပါတော့မလဲ။ ဒီတော့ ကိုယ့်ဘဝ တိုးတက်မှုနဲ့ မသက်ဆိုင်တာတွေကို စိတ်မဝင်စားတာ၊ တကယ်လို့ စိတ်ဝင်စားခဲ့ ရင်တောင်မှ အဝင်စားဆုံးအရာ မဟုတ်တာဟာ သဘာဝကျပါတယ်။

ဒါပေမဲ့သေခြင်းတရားကျတော့ လူသားအားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်နေပါတယ်။ ဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး၊ ဂုဏ်ရှိ ဂုဏ်မဲ့မရွေး၊ ဉာဏ်နုဉာဏ်ရင့် မရွေး၊ လူသားအားလုံးနဲ့ တပြေးညီ သက်ဆိုင်နေပါတယ်။ အသက်ကြီးသူတွေနဲ့ သာမကပဲ အသက်ရွယ်သူတွေ၊ အသက်ငယ်သူတွေနဲ့ပါ သက်ဆိုင်နေတာဟာ ဘယ်လိုမှ ငြင်းလို့ မရပါဘူး။

အသက်အရွယ်မရွေး၊ အဆင့်အတန်းမရွေး လူသားအားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်နေတဲ့အတွက် သေခြင်းတရားဟာ လောကမှာ စိတ်ဝင်စားစရာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့က သေခြင်းတရားကို သိသိသာသာ စိတ်ဝင်စားကြ ပါတယ်။ တချို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကို သေခြင်းတရားကို စိတ်ဝင်စားလို့ ဝင်စားနေမှန်းမသိဘဲ (လုံးဝ စိတ်မဝင်စားဘူးလို့တောင် အထင်ရောက် နေရင်နဲ့) စိတ်ဝင်စားနေကြပါတယ်။ ကိုယ်ကသာ စိတ်ဝင်စားနေမှန်း မသိတာ၊ ကိုယ့်စိတ်ကတော့ မသိသော စိတ်ဝင်စားနေပါတယ်။

လောကီအလုပ်တွေကို အရှိန်အဟုန်နဲ့ အပင်ပန်းခံလုပ်နေ တာဟာ မသေခင် ခံစား စံစားဖို့ လောကုတ္တရာအလုပ်တွေကို အရှိန်အဟုန်နဲ့ အပင်ပန်းခံ လုပ်နေတာဟာ သေပြီးနောက် ခံစား စံစားဖို့ ဒါမှမဟုတ် သေခြင်းတရားက လွတ်မြောက်ဖို့၊ သေခြင်းတရားကိုပဲ စံထားပြီး လူသားတွေ အလုပ်လုပ်နေကြတာပါ။

“ မသေခင် ” ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်ကလေးနဲ့ လူသားတွေ အလုပ်လုပ်နေကြတာပါ။

တချို့က သေခြင်းတရားအကြောင်းပြောတာ မင်္ဂလာ မရှိဘူး လို့ ယူဆကြတယ်။ တက်တက်စင်မှားတဲ့ အယူအဆပါပဲ။ သေခြင်းတရားအကြောင်း ပြောဆိုတာလောက် မင်္ဂလာရှိတာ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ သေခြင်းတရားအကြောင်း တွေးတောခြင်း ဟာလဲ လောကမှာ ကျက်သရေအရှိဆုံးပါပဲ။

ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရားကို အမှတ်ထင်ထင်သတိရ နေမှသာ မသေခင် အခိုက်အတန့်ကာလလေးကို လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်၊ အလုပ်သင့်အလုပ်ထိုက်ဆုံး အလုပ်တွေနဲ့ တန်ဖိုးရှိရှိ အသုံးချသွားနိုင်မှာ ဖြစ်လို့ပါပဲ။

လူသားတိုင်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကြာခဏ မေးသင့်တဲ့ မေးခွန်း တွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တူတဲ့ မေး ခွန်းတွေလဲ ရှိသလို မတူတဲ့ မေးခွန်းတွေလဲ ရှိပါလိမ့်မယ်။

“မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ” ဆိုတဲ့မေးခွန်းကတော့ လူသား အားလုံးရဲ့ တူညီတဲ့ မေးခွန်းတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ လူသားအားလုံးရဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကြာခဏမေးသင့်တဲ့ မေးခွန်းတွေထဲမှာ အရေးအကြီး ဆုံး ဘဝမေးခွန်းကတော့ “မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ” ဆိုတဲ့ မေးခွန်း ပါပဲ။

တိုးတက်ချင်တဲ့သူဆိုတာ မေးခွန်းတွေကို ချစ်မြတ်နိုးတတ်ရ ပါတယ်။ မေးခွန်းတွေကို ကြောက်ရင် မတိုးတက်နိုင်ပါဘူး။ စာမေးပွဲ ဆိုတာ မေးခွန်းတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားတာပါ။

ပညာရည်တိုးတက်လိုတဲ့သူဟာ စာမေးပွဲမှာ မေးထားတဲ့ မေး ခွန်းတွေကို ပျော်ပျော်ကြီး ဖြေဆိုရပါတယ်။ မေးခွန်းတွေကို မှန်မှန် ကန်ကန် တိတိကျကျ ဖြေဆိုနိုင်တာနဲ့အမျှ ကိုယ့်ရဲ့ပညာအရည်အ ချင်းဟာလည်း တိုးတက်မြင့်မားလာရပါတယ်။ စာမေးပွဲတစ်ခု အောင် ပြီးတိုင်း ပညာရည်တစ်ဆင့် မြင့်လာတာဟာ မျက်မြင်ထင်ရှားတဲ့ သဘာဝတရားကြီးပါ။

ဘဝအရည်အသွေးမြင့်မားလိုသူတိုင်း ဘဝစာမေးပွဲရဲ့ မေးခွန်း တွေကို ပျော်ပျော်ကြီး ရင်ဆိုင်နိုင်ရပါမယ်။ မှန်မှန်ကြီး ဖြေဆိုနိုင်ရပါမယ်။

ဘဝအရည်အသွေးကို ထိပ်တန်းအကျဆုံး မြင့်တင်ပေးမယ့် ဘဝမေးခွန်းတွေထဲမှာ အချက်အချာအကျဆုံး မေးခွန်းကတော့ “ မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ ” ဆိုတဲ့ မဟာမေးခွန်းကြီးပါပဲ။

မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ ဆိုတဲ့မေးခွန်းထဲမှာ အပိုင်းနှစ်ပိုင်း ပါပါတယ်။ တစ်ပိုင်းက “မသေခင်” ဆိုတဲ့အပိုင်းပါ။ တစ်ပိုင်းက “ ဘာလုပ်ကြမလဲ ” ဆိုတဲ့ အပိုင်းပါ။

“မသေခင်” ဆိုတဲ့ အပိုင်းနဲ့ သေခြင်းတရားကို သတိရအောက်မေ့ဖို့ ကိုယ့်ဆီ မလွဲမသွေ ရောက်လာမယ့် သေခြင်း တရားကို ဧည့်သည်ကောင်းပမာ ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံဖို့ ကိုယ်တကယ် ပိုင်ဆိုင်တဲ့ ဘဝဟာ အချိန်ကာလအားဖြင့် ခဏတာလေးမျှသာ ဖြစ် တယ်ဆိုတာ နားလည်သဘောပေါက်ဖို့ ရည်ညွှန်းပါတယ်။

“ ဘာလုပ်ကြမလဲ ” ဆိုတဲ့ အပိုင်းနဲ့ ကိုယ် တကယ်ပိုင်ဆိုင် တဲ့ မသေခင် တစ်ခဏ ဘဝတိုလှလှလေးကို တလေးတစား တန်ဖိုး ထားတတ်ဖို့ အလုပ်ပိုနဲ့ အလုပ်လို၊ အကာအလုပ်နဲ့ အနှစ်အလုပ်ကို ခွဲခြားသိမြင်ပြီး အလုပ်ပိုတွေ၊ အကာအလုပ်တွေကို အတတ်နိုင်ဆုံး ရှောင်ရှား၊ အလုပ်လိုတွေ၊ အနှစ်အလုပ်တွေကို အစွမ်းနိုင်ဆုံး ဆောင် ပွားဖို့ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်၊ အလုပ်သင့်အလုပ်ထိုက်ဆုံးအလုပ်တွေကို အရည်အသွေးပြည့်မီအောင်၊ အပြီးအဆုံး ပေါက်မြောက်အောင် အားထုတ်ဖို့ ရည်ညွှန်းပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို သတိရအောက်မေ့တာ၊ သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်ပွားများတာဟာ စိတ်ညစ်ဖို့ စိတ်ဓာတ်ကျဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ခိုင်ဖို့ စိတ်ဓာတ်မြင့်ဖို့ပါ။

သေခြင်းတရားကို နည်းမှန်လမ်းမှန် ပွားများတတ်ရင် စိတ် ညစ်တာ၊ စိတ်ဓာတ်ကျတာတွေ လုံးဝပျောက်ကင်းတဲ့အပြင် စိတ်ဓာတ် တွေ ခိုင်မာလာမယ်၊ စိတ်အရည်အသွေးတွေ မြင့်မားလာမယ်။ အသိ ဉာဏ် ရင့်ကျက်လာမယ်၊ ကိုယ်တကယ်လုပ်ရမယ့် အဓိကအလုပ်ဟာ ဘာလဲဆိုတာ ခွဲခြားတတ်လာမယ်။ ကိုယ်ရွေးချယ်ထားတဲ့အလုပ်ကို အကောင်းဆုံးနဲ့ အမြန်ဆုံး ပြီးစီးအောင် လုပ်တတ်လာမယ်။ ကောင်း ကျိုးတရားတွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် များပြားလှပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို တွေးတဲ့စိတ်ဟာ အဖျက်စိတ်မဟုတ်ပါ ဘူး၊ အပြုစိတ်ပါ။ သေခြင်းတရားကို သတိရတဲ့သဘောဟာ အဖျက် သဘောမဟုတ်ပါဘူး၊ အပြုသဘောပါ။

အပြုသဘောဆောင်တဲ့စိတ်ဓာတ်နဲ့ အပြုသဘောဆောင်တဲ့ လုပ်ရပ်တွေကို အရှိန်အဟုန်ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ။ စွမ်းရည် ပြည့်ပြည့် လုပ်ဆောင်နိုင်ဖို့အတွက် “ မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ ” ဆိုတဲ့ တရားကို ဒီနေ့ ဟောရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

ဒီနေ့ (၂၇-၁၂-၉၇) ဟာ ၁၉၉၇ ခုနှစ်ကုန်ဖို့ လေးရက်ပဲ လိုတော့တဲ့နေ့ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက် လေးရက်လွန်ရင် ၁၉၉၈ ခုနှစ်ကို ရောက်ပါတော့မယ်။

နှစ်ဟောင်းကုန်လို့ နှစ်သစ်ကူးခါနီးကာလ၊ နှစ်ဟောင်းကို စွန့်ခွာပြီး နှစ်သစ်မှာ ခြေမချခင် လမ်းဆုံမှာ ခြေစုံရပ်ပြီး ဆင်ခြင် သုံးသပ်ရပါမယ်။

“ နှစ်ဟောင်းကနေ နှစ်သစ်ကို ကူးပြောင်းခွင့်ရတာဟာ နှစ် ဟောင်းမှာ ငါမသေခဲ့လို့ပဲ၊ နှစ်ဟောင်းမှာ မသေခဲ့ပေမယ့် နှစ်သစ် ကို ရောက်တာနဲ့ ငါ့အသက်တစ်နှစ်ကြီးလာပြီ၊ သေဖို့တစ်နှစ်ပိုနီးလာပြီ၊ နှစ်သစ်ရဲ့ ရက်စွဲတစ်ခုခုမှာ ငါသေချင်သေသွားနိုင်တယ်။ နှစ်ဟောင်းမှာ သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်ခဲ့ပေမယ့် နှစ်သစ်မှာ လွန်မြောက်ချင်မှ လွန်မြောက်မယ်။ ”

အဲဒီလို သေခြင်းတရားနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့လဲ ဆင်ခြင်သုံး သပ်ရပါမယ်။  
“ နှစ်ဟောင်းမှာ အလုပ်ပိုတွေ၊ အကာအလုပ်တွေနဲ့ အချိန် ဖြုန်းခဲ့လား၊ အလုပ်လိုတွေ၊ အနှစ်အလုပ်တွေနဲ့ အချိန်သုံးခဲ့လား။ အနှစ် အလုပ်တွေလုပ်ခဲ့တယ်ဆိုရင်လဲ ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာအထိ လုပ်ခဲ့လည်း၊ ဘယ်လောက်

အရည်အသွေးပြည့်မီအောင် လုပ်ခဲ့လဲ။

“နှစ်သစ်မှာရော၊ အလုပ်ပိုတွေ၊ အကာအလုပ်တွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းမှာလား၊ အလုပ်လိုတွေ၊ အနှစ်အလုပ်တွေနဲ့ အချိန်သုံးမှာလား။ အနှစ်အလုပ်တွေ လုပ်မယ်ဆိုရင်လည်း ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာအထိ လုပ်မှာလဲ။ ဘယ်လောက် အရည် အသွေးပြည့်မီအောင်လုပ်မှာလဲ။”

အဲဒီလို မသေခင်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ လည်း ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရပါမယ်။

ကိုယ်လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်၊ ကိုယ်လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ဆိုတာ မသေခင် ကာလလေးမှာပဲ လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိပါတယ်။ သေပြီးရင် ဘာမှ လုပ်ပိုင်ခွင့် မရှိတော့ပါဘူး။

ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ပိုင်ခွင့်ကာလဟာ မသေခင်အချိန်ပိုင်းလေးမျှသာ ဆိုတာကို အမြဲသတိရနေမှ ကိုယ်လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်၊ ကိုယ်လုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်တွေကို မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်လက်နဲ့ အချိန်မီ ပြီးစီးအောင်၊ အကောင်းဆုံး ပြည့်စုံအောင် လုပ်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခုလို နှစ်ဟောင်းကုန်ကျ၊ နှစ်သစ်ကူးတော့မယ့် အချိန်ကာ လမှာ ကိုယ့်ရဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို ကန့်သတ်ထားတဲ့ သေခြင်းတရားကိုလဲ သတိရဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

မသေခင် လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိတဲ့ ကာလလေးမှာ ဘာအလုပ်တွေ လုပ်မယ်၊ ဘာအလုပ်တွေ ဦးစားပေးမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်စီမံ ကိန်း ချထားရပါမယ်။ တချို့အလုပ်တွေဆိုရင် မလုပ်မဖြစ် လုပ်မယ် လို့ကို အဓိဋ္ဌာန်ဆောက်တည်ထားရပါမယ်။

ဒါ့ကြောင့် ဒီနေ့ တာမွေမြန်နယ်၊ ၁၃၃၀လမ်း၊ လူငယ်များနဲ့ လမ်းမိသားစုက ပထမအကြိမ် ဆင်ယင်ကျင်းပတဲ့ နှစ်သစ်ကူး အကြို တရားပွဲမှာ အချိန်မရွေး ရောက်လာနိုင်တဲ့ သေခြင်းတရားကို အမြဲ ဆင်ခြင်သတိရဖို့နဲ့ မသေခင်အချိန်ပိုင်းလေးမှာ လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်တွေကို အမြန်ဆုံးနဲ့ အကောင်းဆုံး လုပ်သွားနိုင်ဖို့ “ မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ” ဆိုတဲ့ တရားကို ဟောရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

### သေချိန်မသိတဲ့ ဘဝပျော်နေလို့ဖြစ်ပါ့မလား

အချိန်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား ရာဇဂြိုဟ်မြို့၊ တပေါဒါရုံ ကျောင်းတိုက်မှာ သီတင်းသုံးတော်မူနေတဲ့အချိန်။

တပေါဒါရုံကျောင်းတိုက်ဆိုတာက တပေါဒါမြစ်ရဲ့ အနီး အနားမှာ တည်ထားတဲ့ ကျောင်းတိုက်ပါ။ အဲဒီ တပေါဒါမြစ်ရဲ့ ထူးခြား ချက်တစ်ခုက တပေါဒါမြစ်ရေတွေဟာ ပူပြီးတော့နေတယ်။

ဘာကြောင့် တပေါဒါမြစ်ရေတွေ ပူနေရသလဲဆိုရင် ရာဇ ဂြိုဟ်မြို့ကို ဝန်းရံထားတဲ့ တောင်ကြီးငါးလုံးထဲမှာ တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်တဲ့ ဝေဘာရတောင်ရဲ့အောက်မှာ နဂါးပြည်ရှိတယ်။ အဲဒီ နဂါးပြည် က နဂါးတွေ မြူးထူးပျော်ပါးကစားကြတဲ့ ရေအိုင်ကြီးကနေ အဲဒီ တပေါဒါမြစ် စတင်ပြီးတော့ စီးဆင်းလာတယ်။ လမ်းခရီးမှာ လောဟကုမ္ဘိဇရဲကြီးနှစ်ခုရဲ့ ကြားကနေ ဖြတ်သန်းပြီးတော့ စီးဆင်းလာတယ်။

လောဟ ကုမ္ဘိဇရဲဆိုတာက အလျှံတပြောင်ပြောင် တောက် လောင်နေတဲ့ သံပူအိုးကြီးတွေထဲက ကျိုက်ကျိုက်ဆူနေတဲ့ သံရေပူတွေထဲမှာ ငရဲသူ၊ ငရဲသားများ မြုပ်လိုက် ပေါ်လိုက်၊ မြုပ်လိုက် ပေါ်လိုက်နဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခ ခံစားကြရတဲ့ငရဲကြီးပါ။

အိုးရဲ့အဝကနေ အောက်ကို မြုပ်သွားလိုက်တာ အိုးရဲ့ အောက်ခြေကြမ်းပြင်ကို ရောက်ဖို့အတွက် နှစ်ပေါင်းသုံးသောင်း ကြာတယ်။ အိုးရဲ့အောက်ခြေကြမ်းပြင်ကနေ အိုးရဲ့အဝကို ပြန်ရောက် ဖို့ အပေါ်ပြန်တက်လာတာ နှစ်ပေါင်းသုံးသောင်းကြာတယ်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် နဂါးပြည်ရေအိုင်ကနေ မြစ်ဖျားခံပြီး လော ဟကုမ္ဘိဇရဲကြီးနှစ်ခုရဲ့ ကြားကနေ ဖြတ်သန်း စီးဆင်းလာတဲ့အတွက် ကြောင့် တပေါဒါမြစ်ရေတွေဟာ ပူနေရခြင်းဖြစ်တယ်။

အဲဒီတပေါဒါမြစ်ရဲ့ အနီးမှာ တည်ထားတဲ့ တပေါဒါရုံကျောင်း တိုက်မှာ မြတ်စွာဘုရား သီတင်းသုံးနေတော်မူတဲ့အချိန်။

တပေါဒါရုံကျောင်းတိုက်က “အရှင်သမိဒ္ဓိ” လို့ခေါ်တဲ့ ရဟန်းတော်လေးတစ်ပါးဟာ တစ်ခုသောမနက်မှာ အိပ်ရာက စောစောထပြီးတော့ စကြို ကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုမှတ်ပွားများပြီးတော့နေတယ်။

အတောင်ခြောက်ဆယ်လောက်ရှိတဲ့ စကြိုလမ်းမှာ ခေါက်တံ့ခေါက်ပြန် စကြိုလျှောက်ပြီးတော့ နံနက်အရုဏ်တက်တဲ့ အချိန်လောက်မှာ တပေါဒါမြစ်ထဲ ဆင်းပြီးတော့ ရေချိုးတယ်။

ရေချိုးပြီးတော့ ကုန်းပေါ်ပြန်တက်လာတဲ့အခါမှာ သင်းပိုင်ကိုပဲ ဝတ်ပြီးတော့ ဧကသီကိုတော့ မဝတ်သေးဘဲ လက် တစ်ဖက်နဲ့ကိုင်ထားတယ်။ အပေါ်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်မှာ စိုနေတဲ့ ရေတွေ ခြောက်သွား အောင်ဆိုတဲ့သဘောမျိုးနဲ့ မတ်တပ်ရပ် အခြောက်ခံနေတာပါတယ်။

ခန္ဓာကိုယ် အစိုကြီးနဲ့ သင်္ကန်းဝတ်လိုက်မယ်၊ အဝတ်ဝတ်လိုက် မယ်ဆိုရင် အဲဒီသင်္ကန်း၊ အဲဒီအဝတ်တွေဟာ အနံ့အသက်လည်း မ ကောင်းဘူး။ ညစ်လည်း ညစ်နွမ်းလွယ်တယ်။ ရဟန်းတစ်ပါးအနေနဲ့ ဝိနည်းအပြစ်လည်း သင့်တယ်။

ဒါကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အထက်ပိုင်းမှာ စိုနေတဲ့ရေတွေ ခြောက် သွားအောင် အခြောက်ခံတဲ့အနေနဲ့ ဧကသီကို မဝတ် သေးဘဲ လက်တစ်ဖက်ကိုင်ပြီး မတ်တပ်ရပ်နေတယ်။ အဲဒီလို ရပ်နေတာကို နတ်သမီး တစ်ယောက်က မြင်တော့ အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ အပေါ်မှာ ချစ်ခင်နှစ်သက် တပ်မက်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်တယ်။

အရှင်သမိဒ္ဓိဆိုတာက ခန္ဓာကိုယ်အချိုးအစား ကျနပြီးတော့ ရုပ်ဆင်းဥပမိ အင်မတန်ချောမောတင့်တယ်တဲ့ ရဟန်းတော်ဖြစ်တယ်။ ပင်ကိုက ချောမောတင့်တယ်ရတဲ့အထဲမှာ တရားရှုမှတ်ပွားများပြီးကာစလည်းဖြစ်တော့ တရားရဲ့ အရှိန် အဝါနဲ့ ရုပ်အဆင်းက အထူးတောက်ပနေတယ်။ ရေချိုးပြီးခါစလည်းဖြစ်တော့ ခန္ဓာကိုယ်သန့်စင်ပြီး အထူး ကြည်လင်နေတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်အထက်ပိုင်းကလည်း ဧကသီမကပ်ဘဲ ဗလာကျင်းထားတဲ့အတွက်ကြောင့် ယောကျ်ားတစ်ယောက်ရဲ့ ပင်ကိုအလှတွေ ဟာ ထင်ထင်ရှားရှား ပေါ်လွင်နေတယ်။

အဲဒီလို လှချင်တိုင်းလှ တောက်ပချင်တိုင်းတောက်ပနေတဲ့ ကျက်သရေပိုင်ရှင် အရှင်သမိဒ္ဓိကို မြင်တော့ ချစ်ခင်နှစ်သက် တပ်မက်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်တယ်။

ရဟန်းတစ်ပါးကို မြင်မြင်ချင်းချစ်မိတဲ့ နတ်သမီးဟာ ရင်ထဲက အချစ်စိတ်ကို မျှသိပ်မထားနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကောင်းကင်ကနေ မတ်တပ်ရပ်ပြီး အရှင်သမိဒ္ဓိကို စကားတစ်ခွန်း လှမ်းပြောလိုက်တယ်။

“ အို . . . ချစ်သောရဟန်း . . . ”

“ အသင်ဟာ အသက်အားဖြင့်လည်း အင်မတန် ငယ်ပါသေး တယ်။ အရွယ်အားဖြင့်လည်း အင်မတန် နုပျိုပါသေးတယ်။ ရုပ်ဆင်း ဥပမိအားဖြင့်လည်း အင်မတန်ချောမောတင့်တယ်လှပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်သွေးသား အင်အားတွေပြည့်ဝပြီး ကျန်းမာ သန်စွမ်းနေပါတယ်”။

“ဒီလိုအချိန်မျိုးမှာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကိုမခံစားဘဲနဲ့ ဘာဖြစ်လို့ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ် နေရတာလဲ။ အခုလို ငယ်တုန်းရွယ်တုန်း၊ သန်တုန်းမြန်တုန်းမှာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို မခံစားဘဲ ရဟန်း တရားပွားများ အားထုတ်မှု မပြုသင့်ပါဘူး”။

“လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ငယ်တုန်းရွယ်တုန်း ခံစားမှ ကောင်းတာ။ သင်ကမခံစားဘဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ် နေတော့ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားရမယ့် အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်း ကြီးကို သင်လက်လွတ်ဆုံးရှုံးသွားမှာပေါ့”။

“အခွင့်ကောင်းကိုတော့ လက်မလွှတ်လိုက်စမ်းပါနဲ့။ ငယ်တုန်း ရွယ်တုန်းမှာ လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို အားရပါးရ ပြည့် ပြည့်ဝဝ ခံစားပြီးတော့ အသက်ကြီးတဲ့အချိန်ကျမှပဲ ရဟန်းတရား ပွား များအားထုတ်စမ်းပါ။

“တမလွန်ဘဝ ကောင်းရာကောင်းကြောင်းအတွက် ရဟန်း တရား ပွားများအားထုတ်တယ်ဆိုတာ အသက်ကြီးမှ အားထုတ်တာပဲ ကောင်းပါတယ်”။

အဲဒီလို နတ်သမီးကပြောတော့ အရှင်သမိဒ္ဓိက ခုလို ပြန်ပြီး မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။  
ကာလံ ဝေါဟံ န ဇာနာမိ၊  
ဆန္ဒော ကာလော န ဒိဿတိ။  
တသ္မာ အဘုတ္တာ ဘိက္ခာမိ၊  
မာ မံ ကာလော ဥပစ္စဂါ။

“ နတ်သမီး . . . . သင်က ငါ့ကို အသက်အားဖြင့် ငယ်သေးလို့၊ အရွယ်အားဖြင့် နုပျိုသေးလို့ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်မှု မပြုပါ နဲ့ဒီ၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို ခံစားပါဦးလို့ ပြော တယ်။ အသက်ကြီးမှပဲ ရဟန်းတရားကို ပွားများအားထုတ်ပါလို့ ပြော တယ်။

“ဒါပေမဲ့ ငါကတော့ သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီးတော့ မသိပါဘူး။ အသက်ကြီးမှပဲ သေရမယ်။ အသက်ငယ်တုန်းတော့ မသေသေးဘူးလို့ ငါသေရမယ့်အချိန်ကို အဲဒီလို ခန့်မှန်းလို့ မရပါဘူး။

“အသက်ကြီးမှပဲ တရားအားထုတ်တော့မယ်၊ အသက်ငယ် တုန်းတော့ ကာမဂုဏ်အာရုံ ခံစားဦးမယ်လို့ ရည်မှန်း ထားပေမယ့် အသက်ကြီးတဲ့အထိ ငါက အသက်မရှင်ရဘဲ အသက်ငယ်တုန်းများ သေသွားခဲ့ရင် ရဟန်းတရားပွားများ အားထုတ်ရမယ့် အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်းကြီးကို ငါ လက်လွတ်ဆုံးရှုံးသွားမှာပေါ့။

“အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်းကြီးတော့ ငါ လက်လွတ်ဆုံးရှုံး မခံနိုင်ဘူး၊ အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်းကို ငါ လုံးဝ လက်မလွတ်ဘူး ဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ ငါ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်မှု ပြုနေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတွေကို မခံစားတော့ဘဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်နေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။”

အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ဖြေကြားချက်ကို ကောက်ချက်ချကြည့်လိုက် မယ်ဆိုရင် . . . . .

(၁) အရှင်သမိဒ္ဓိဟာ သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်နေတယ်။ သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ်သတိရနေတယ်။ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့အသိ အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ နှလုံးသားထဲမှာ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှိနေတယ် . . ဆိုတာကို ကောက်ချက်ချလို့ရတယ်။

(၂) သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်ပွားများမှုဟာ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်မှုကို အင်အားကြီးမားစွာနဲ့ အထောက်အကူပြုတယ် . . . . ဆိုတာကို ကောက်ချက်ချလို့ရတယ်။

ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်တယ်ဆိုတာကတော့ အဓိက အားဖြင့် ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်ခြင်းပါပဲ။

သီလ၊ သမာဓိကို အခြေခံပြီးတော့ ဝိပဿနာအလုပ် အား ထုတ်တာကိုပဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်တယ် လို့ ခေါ်ပါတယ်။

### တစ်နေ့ကျရင်သေရမှာပဲ

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်အောက်မေ့မှုဟာ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်မှုကို အင်အားကြီးမားစွာနဲ့ အထောက် အကူပြုတယ်။

သေခြင်းတရားကို မဆင်ခြင်မိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အကာ အလုပ်တွေနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်နေတတ်တယ်။ အနှစ်သာရ ရှိတဲ့ အလုပ်တွေကို မေ့လျော့ပြီး နေတတ်ကြတယ်။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို ခံစားနေတယ်၊ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်တွေကို ပြုလုပ်နေတယ် ဆိုတာကတော့ အကာအလုပ်တွေလုပ်နေတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပြီးသားပါ။

အဲဒီ အကာအလုပ်တွေ မလုပ်ပါဘူး၊ ကုသိုလ်အလုပ်တွေပဲ လုပ်နေတယ်လို့ ဆိုပြန်တော့လည်း ကုသိုလ်အမည်ခံထားတဲ့ အပေါ်ယံ ဂုဏ်ပကာသန၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှု၊ လာဘ်လာဘ အစရှိတဲ့ အကျိုး တွေအတွက်ပဲ အချိန်ကုန်နေတတ်ကြတယ်။ အဲဒီအလုပ်တွေ လုပ်နေ တာလည်း အကာအလုပ်တွေနဲ့ အချိန်ကုန်နေခြင်းပါပဲ။

အဲဒီ အကာကိစ္စတွေလည်း မလုပ်ပါဘူး၊ အနှစ်စစ် အနှစ်မှန်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာအလုပ်ကိုပဲ အားထုတ်တယ်လို့ ဆိုပြန်တော့လည်း အဲဒီ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အေးအေးဆေးဆေး ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့နဲ့ ဖြည်းဖြည်းလေးလေး အားထုတ် နေတတ်ကြတယ်။ သေခြင်းတရားကို မဆင်ခြင်မိဘူးဆိုရင်ပေါ့။

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်မိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ဝိပဿနာ အလုပ်ကို အရှိန်အဟုန်ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ၊ စွမ်းရည်ပြည့် ပြည့်နဲ့ လုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါနအလုပ်၊ သီလအလုပ်၊ သမထအလုပ်တွေ ကိုလဲ အကွက်စေ့စေ့၊ အနှစ်ပါပါ၊ စံချိန် များများနဲ့ တင်းတင်းရင်းရင်း လုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် အပေါ်ယံအကာအလုပ်တွေနဲ့ အချိန်မကုန်ကြစေဘဲနဲ့ အနှစ်စစ် အနှစ်မှန်ဖြစ်တဲ့ အလုပ်တွေကို ဦးစားပေးပြီး လုပ်နိုင် ဖို့အတွက် သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ကြရမယ်။

(၁) “တစ်နေ့ကျရင်သေရမှာပဲ” ဆိုတဲ့အသိ၊

(၂) “အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်” ဆိုတဲ့အသိ၊

နှလုံးသားထဲမှာ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှိနေအောင် ကြိုးစားကြရမယ်။

“တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ” ဆိုတဲ့ အသိကတော့ သေခြင်းတရားကို အဝေးမှာ ထားပြီး ဆင်ခြင်တဲ့သဘော သက်ရောက် ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း အဲဒီဆင်ခြင်မှုက လိုအပ်တဲ့ဆင်ခြင်မှုပါပဲ။

တစ်နေ့ကျရင်သေရမှာပဲလို့ ဆင်ခြင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လောကဓံတရားတွေနဲ့ ကြုံတွေ့လာတဲ့အခါမှာ ခံနိုင်ရည်ရှိပါတယ်။ လူရယ်လို့ဖြစ်လာရင်တော့ လောကဓံဆိုတာ တစ်ပါးပါး၊ သို့မဟုတ် တစ်ပါးထက်များစွာကို ကြုံတွေ့နေရတာချည်းပါပဲ။ လာဘော၊ အလာဘော။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေပြည့်စုံပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာချို့တဲ့တယ်။ ယသော၊ အယသော။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ အခြံအရံတွေပေါများပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာအခြံအရံတွေ ကင်းမဲ့တယ်။ နိန္ဒာ၊ ပယ်သာ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကဲ့ရဲ့ခံရပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ချီးမွမ်းခံရတယ်။ သုခံ ၊ ဒုက္ခံ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ဆင်းရဲတယ်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် လောကဓံရှစ်ပါး တစ်ပါးပါး၊ သို့မဟုတ် တစ်ပါးထက်များတဲ့ လောကဓံတွေနဲ့ လူသားတွေဟာ အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်း တွေ့ကြုံနေကြရတာပါပဲ။

အဲဒီလိုလောကဓံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံလာတဲ့အခါမှာ “တစ်နေ့ကျ ရင် သေရမှာပဲ” လို့ ဆင်ခြင်လိုက်မယ်ဆိုရင် ကြုံလာတဲ့ လောကဓံကို ခံနိုင်ရည် ရှိသွားပါတယ်။

ကြုံတွေ့လာခါမှ ကောက်ကာငင်ကာ ဆင်ခြင်မယ်ဆိုရင် တော့ သိပ်စိတ်မချရဘူး။ လောကဓံတွေနဲ့ မကြုံတွေ့ သေးခင် ကြိုတင် ပြီး ဆင်ခြင်ထားနိုင်မှ စိတ်ချရမယ်။

မကြုံတွေ့သေးခင်ဆိုတာကတော့ . . . . .

အမှန်ကတော့ . . . . . လောကဓံဆိုတာကတော့ အချိန်တိုင်း ကြုံတွေ့နေတာချည်းပါပဲ။ သို့သော်လည်း သိသိသာသာ ဆိုးတဲ့ လော ကဓံ၊ သိသိသာသာ ကောင်းတဲ့ လောကဓံကိုမှ လူအများက လောကဓံ လို့ သတ်မှတ်ကြတော့။ အဲဒီလို သိသာထင်ရှားတဲ့ လောကဓံတွေနဲ့ မကြုံတွေ့ခင်ကတည်းက “ တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ” လို့ထပ်ကာ ထပ်ကာ ဆင်ခြင်ထားနိုင်မယ်၊ အင်အားပါအောင် ဆင်ခြင်ထားနိုင်မယ် ဆိုရင် တကယ်တမ်း သိသာထင်ရှားတဲ့ လောကဓံကြုံလာတဲ့အခါမှာ “တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ” လို့ဆင်ခြင်လိုက်ရုံနဲ့ လောကဓံကို အလိုအလျောက် ခံနိုင်ရည် ရှိသွားပါတယ်။

ကောင်းတဲ့လောကဓံပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုးတဲ့လောကဓံပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လောကဓံမှန်သမျှ ဘယ်လောကဓံမှ မတည်မြဲပါဘူး။ အကောင်းပြီး ရင် အဆိုးလာနိုင်သလို အဆိုးပြီးရင်လဲ အကောင်းလာနိုင်တာပါပဲ။

နေမင်းကြီးဟာ အမြဲတမ်း ထွက်ပေါ်ထွန်းပမနေပါဘူး။ အချိန်တန်ရင် ချုပ်ကွယ်မှောင်မိုက် ရပါတယ်။ လမင်းကြီးဟာလဲ အမြဲတမ်း ဆန်းတက်ပြည့်ဖြူးမနေပါဘူး။ အချိန်တန်ရင် ဆုတ်ကျ ကွယ်ပရပါတယ်။ လပြည့်ရက်ရှိရင် လကွယ်ရက်ရှိသလို လဆန်းရက်ရှိရင် လဆုတ်ရက်လည်း ရှိရတာပါပဲ။

လောကဓံတရားတွေဟာ နေမင်း၊ လမင်းကြီးတွေနဲ့ သဘော ချင်း တူပါတယ်။ လောကဓံကောင်းဆိုး အမျိုးမျိုးနဲ့ တွေ့ကြုံလာတိုင်း ဆင်ခြင်ပွားများ ခံနိုင်အားရှိဖို့အတွက် မယဒေဝလင်္ကာလေးတစ်ခု လက်ဆောင်ပေးလိုက်ပါရစေ။

နေကိုပုံပြု လကိုပုံထား၊ မှတ်တုံငြားလော့၊ နေကားထွက်ဝင်၊ ပေါ်ချုပ်ထင်၏။ လပြည့်လကွယ်၊ ကြီး၍ ငယ်ခဲ့၊ ထိုနွယ်မလွဲ၊ လူခဲပဲတို့ အမြဲချမ်းသာ၊ မရှိစွာရှင်။

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်မှုရဲ့ အစွမ်းသတ္တိဟာ အင်မတန် အံ့ဩစရာကောင်းပါတယ်။ လောကဓံခံနိုင်တဲ့ စိတ်စွမ်းအားကို သေခြင်း တရားပွားများမှုက ဖန်တီးပေးနိုင်ပါတယ်။

တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲလို့ ဆင်ခြင်မှုဟာ ဘဝမှာ လိုအင် ဆန္ဒတွေ မများဖို့အတွက်ကိုလည်း အထောက်အကူပြုတယ်။ လူသားတွေဟာ အများအားဖြင့် ဘဝမှာလိုအင်ဆန္ဒတွေ သိပ် များနေတတ်ကြတယ်။ ဟိုဟာလည်း ဖြစ်ချင်၊ ဒီဟာလည်း ဖြစ်ချင်၊ ဟိုဟာလည်း လုပ်ချင်၊ ဒီဟာလည်း လုပ်ချင်၊ ဟိုဟာလည်း ရယူချင်၊ ဒီဟာလည်း ရယူချင်နဲ့ လိုအင်ဆန္ဒတွေ များနေတတ်ကြတယ်။

တချို့ကျတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က လိုအင်ဆန္ဒများရုံတင် မကဘူး၊ ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်ပါ လိုအင်ဆန္ဒ များ နေတတ်ကြတယ်။ ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ဟိုဟာလည်း ဖြစ်စေချင်၊ ဒီဟာလည်း ဖြစ်စေချင်၊ ဟိုဟာလည်း လုပ်စေချင်၊ ဒီဟာ လည်း လုပ်စေချင်၊ ဟိုဂုဏ်လေးလည်း ယူစေချင်၊ ဒီဂုဏ်လေးလည်း ယူစေချင် စသည်အားဖြင့် လိုအင်ဆန္ဒတွေ များနေတတ်ကြတယ်။

အဲဒီ လိုအင်ဆန္ဒက ဘဝအေးချမ်းမှုကို ဖြစ်စေတဲ့ လိုအင်ဆန္ဒ ဆိုရင်တော့ တော်ပါသေးရဲ့၊ ဘဝအေးချမ်းမှုကို ပျက်စီးစေတဲ့ လိုအင် ဆန္ဒဆိုရင်တော့၊ ဥပမာ၊ ဂုဏ်ပကာသနတို့၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှုတို့၊ အဲဒီလို လိုအင်ဆန္ဒမျိုးဆိုရင်တော့ . . . . .

အဲဒီလိုအင်ဆန္ဒကို အကောင်အထည်ဖော်နေတဲ့အချိန်မှာ လည်း လောဘစိတ်၊ လောဘအပူနဲ့ ပင်ပန်းဆင်းရဲရပါတယ်။

အ ကောင်အထည်ပေါ်လာလို့ မိမိလိုချင်တဲ့ ဂုဏ်ပကာသန၊ ထင်ပေါ် ကျော်ကြားမှု ရပြန်တော့လည်း သောကစိတ်၊ သောကအပူနဲ့ ပင်ပန်း ဆင်းရဲရပါတယ်။ ဂုဏ်ကြီးလေ အပူကြီးလေ၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားလေ ပင်ပန်းဆင်းရဲလေပါပဲ။

တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲလို့ ဆင်ခြင်ထားနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲဆိုတဲ့ ခံစားချက် ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ မိမိအတွက်လည်း လိုအင်ဆန္ဒ မများတော့တဲ့အတွက် ကြောင့် စိတ်အေးချမ်းပါတယ်။

မိမိနဲ့ပတ်သက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်လည်း လိုအင်ဆန္ဒမများတော့တဲ့ အတွက် မိမိနဲ့ပတ်သက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က မိမိရဲ့လိုအင် ဆန္ဒကို ဖြည့်မပေးတဲ့အခါမှာ စိတ်ပင်ပန်းဆင်းရဲခြင်း မဖြစ်တော့တဲ့အတွက် စိတ်အေးချမ်းရပါတယ်။ တိုတောင်းလှတဲ့ ဘဝလေးမှာစိတ်အေးချမ်းစွာ နေသွားရဖို့က အဓိကပါပဲ။

### အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်

နောက်တစ်ခုက “ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ် ” ဆိုတဲ့ ဆင်ခြင်မှု၊ တစ်နည်းအားဖြင့် “ခဏနေသေရင် သေသွား နိုင်တယ်” ဆိုတဲ့ ဆင်ခြင်မှု၊ ဒီဆင်ခြင်မှုကတော့ အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။

အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်လို့ ဆင်ခြင်ထားနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဟာ မိမိရဲ့နှလုံးသားမှာ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေကို လက်ခံထား၊ မွေးမြူထားမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ စိတ်ကောင်း၊ စိတ် မြတ်၊ စိတ်သန့်ကလေးတွေကိုပဲ လက်ခံထား၊ မွေးမြူထားမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေဆိုတာ ကိလေသာ တွေကို ပြောတာပါ။

‘ကိလေသာ၊ ကိလေသာ’ နဲ့ ပြောပြောနေကြတယ်။ ကိလေ သာဆိုတာ ဘာလဲ။ ကိလေသာဆိုတာ စိတ်ကို ပူလောင် စေတတ်၊ ညစ်နွမ်းစေတတ်တဲ့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေပါပဲ။

ကိလေသာမှန်သမျှ ဘယ်ကိလေသာမှ ကောင်းတာ၊ မြတ် တာ၊ သန့်စင်တာ မရှိပါဘူး။ လောဘကိလေသာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒေါသ ကိလေသာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မာနကိလေသာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိလေသာအားလုံး ဘယ်ကိလေသာမဆို ဆိုးတာ၊ ပုပ်တာ၊ ယုတ်ညံ့တာချည်းပါပဲ။

ဝိပဿနာနယ်ပယ်၊ လောကုတ္တရာနယ်ပယ်မှာတော့ သိမ် မွေ့နူးညံ့တဲ့ အသေးစားကိလေသာလေးတွေကိုတောင် ဆိုးတယ်၊ ပုပ်တယ်၊ ယုတ်ညံ့တယ်လို့ သတ်မှတ်ပြီး ရှုမှတ်-ပယ်ကြရပါတယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ အသားအရေ ပြည့်ဖြိုးစိုပြေနေတာကိုကြည့်ပြီး သဘောကျကျေနပ်သွားရင် တောင် “လောဘကိလေသာဟဲ့၊ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေဟဲ့” လို့ နှလုံးသွင်းပြီး အဲဒီ သဘောကျကျေနပ်နေတဲ့ စိတ်ကလေးကို သတိပဋ္ဌာန်နည်းကျ ရှုမှတ် ပွားများပြီး ပယ်သတ်ကြရပါတယ်။

နေပူလွန်း၊ မိုးရွာလွန်း၊ ဆောင်းအေးလွန်းလို့ မကျေမနပ် ဖြစ်သွားရင်တောင် “ဒေါသကိလေသာဟဲ့၊ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေဟဲ့” လို့ နှလုံးသွင်းပြီး အဲဒီ မကျေမနပ်ဖြစ်နေတဲ့ စိတ်ကလေးကိုသတိပဋ္ဌာန်နည်းကျ ရှုမှတ်ပွား များပြီးပယ်သတ်ကြရပါတယ်။ ဒါက ဝိပဿနာနယ်ပယ်၊ လောကုတ္တရာနယ်ပယ်မှာပါ။

လောကီနယ်ပယ်၊ လက်တွေ့ဘဝနယ်ပယ်မှာတော့ ပုထုဇဉ် သဘာဝ၊ ပုံမှန်ဖြစ်နေကျ လောဘ၊ ပုံမှန်ဖြစ်နေကျ ဒေါသ၊ ပုံမှန် ဖြစ်နေကျ မာနလေးတွေကို စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့ တွေလို့ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းက မသတ်မှတ် ကြပါဘူး။

ပုံမှန်ထက် လွန်ကဲလာတဲ့ လောဘ၊ ပုံမှန်ထက် လွန်ကဲလာတဲ့ ဒေါသ၊ ပုံမှန်ထက် လွန်ကဲလာတဲ့ မာနတွေကိုတော့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေလို့ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းက သတ်မှတ်ကြပါ တယ်။

ဥပမာ၊ သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို မတော်မတရားလိုချင်တဲ့ လောဘ၊ အကြောင်းမလုံလောက်ဘဲ ပေါက်ကွဲပြင်းထန်တဲ့ ဒေါသ၊ မပြောပလောက်တဲ့ ပြည့်စုံမှုလေးအပေါ်မှာ ဝင့်ဝါထောင်လွှားပြီး “ ငါသာ တကယ့်အကောင်၊ ကျန်တဲ့လူတွေ အလကားအကောင်” လို့ ထင်မြင် ယူဆတဲ့ မာန၊ ဒါတွေကတော့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့ တွေပါ။

တစ်နည်းပြောရရင်တော့ သူတစ်ပါးအကျိုး ပျက်စီးရာ၊ ပျက်စီး ကြောင်းနဲ့ တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ၊ ဆက်စပ်ပတ်သက်နေတဲ့ ကိလေသာမျိုးကို စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေလို့ ခေါ်ဆိုနိုင်ပါတယ်။

အဆိုဆုံးကတော့ ကုသော၊ မစ္ဆရိယ လို့ခေါ်တဲ့ ကိလေသာပါပဲ။ ကုသော၊ မစ္ဆရိယဆိုတဲ့ ကိလေသာကတော့ ပုံမှန်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ပုံမှန်ထက် လွန်လွန်ကဲကဲပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ် ညံ့တွေလို့ ခေါ်ဆိုရပါတယ်။ ဘယ်အတိုင်းအတာ၊ ဘယ်ပမာဏမှာ မဆို ကုသော၊ မစ္ဆရိယဆိုတဲ့ ကိလေသာဟာ ဆိုး၊ ယုတ်၊ ပုပ်၊ ညံ့ နေပါတယ်။

လောကအသိုင်းအဝိုင်းကရော၊ ဓမ္မအသိုင်းအဝိုင်းကပါ ရွံရှာ စက်ဆုပ်လွန်းလှတဲ့အတွက် ကုသော၊ မစ္ဆရိယ နည်းနည်းရှိသူကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ များများရှိသူကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့လို့ တစ်လောကလုံးက တစ်ခဲနက် ရှုတ်ချကြပါတယ်။

ကုသောဆိုတာ သူတစ်ပါးရဲ့ ပြည့်စုံမှုကို မကျေနပ်တဲ့ သဘောပါ။ သူတစ်ပါးရဲ့ ကြီးပွားတိုးတက်မှု၊ အဆင်ပြေမှု၊ စိတ် ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကို ကြည့်ပြီး မခံမရပ်နိုင် ဖြစ်နေတဲ့သဘော၊ မနာလို မရှုဆိတ် ဖြစ်နေတဲ့သဘောကို ကုသောလို့ ခေါ်ပါတယ်။ မစားရ၊ မသောက်ရဘဲ အခြောက်တိုက်လောင်တဲ့ ကိလေသာမီးပါ။

မစ္ဆရိယဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ ပြည့်စုံမှုမျိုး သူတစ်ပါး ရသွားမှာ ဖို့ ရိမ်တဲ့သဘောပါ။ ကိုယ်လို သူတစ်ပါး ကြီးပွားတိုးတက်သွားမှာ၊ ကိုယ်လို သူတစ်ပါး စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်သွားမှာကို မလိုလား၊ မနှစ်မြို့တဲ့ သဘော၊ ဝန်တိုကုတ်ကတ်တဲ့သဘောကို မစ္ဆရိယလို့ခေါ်ပါတယ်။ မစားရ၊ မသောက်ရဘဲ အခြောက်တိုက်လောင်တဲ့ ကိလေသာမီးပါ။

ကုသောနဲ့ မစ္ဆရိယ ကိလေသာနှစ်ပါးဟာ ကိုယ့်မှာလည်း ကောင်းကျိုးဖြစ်မလာ၊ သူမှာလည်း ဆိုးကျိုးဖြစ်မသွားဘဲ အလကား အခြောက်တိုက် စိတ်ကို လောင်ကျွမ်းတဲ့ အပေါစားမီးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ လူယုတ်မာတွေကို လောင်တဲ့မီး၊ လူနုလူချာတွေကို စွဲတဲ့မီးလို့ဆိုရင် မမှားပါဘူး။ စိတ်စွမ်းရည်ကင်းမဲ့တဲ့ လူခပ်ညံ့ညံ့တွေဟာ ကုသော၊ မစ္ဆရိယ မီးနှစ်ပါးရဲ့ လောင်မြိုက်ဝါးမျိုမှုကို အချိန်တိုင်းလိုလို ခံနေ ကြရပါတယ်။

ကုသော၊ မစ္ဆရိယ အစရှိတဲ့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေ ဖြစ်ခွင့်ရနေတာဟာ သေခြင်းတရားကို မေ့နေလို့ပါပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ဘယ်တော့မှ မသေတော့မယ့်ပုံ၊ သူ တစ်ပါးတွေကိုလည်း ဘယ်တော့မှ မသေတော့မယ့်ပုံ၊ စိတ်အာရုံမှာ ထင်မြင်ယူဆနေလို့သာ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ လက်ခံထားနေမိတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်လည်း အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်၊ သူတစ်ပါးတွေလည်း အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ် ဆိုတဲ့ အသိတရားလေးသာ ထင်ထင်ရှားရှား နိုးကြားနေမယ်ဆိုရင် စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ လက်ခံမွေးမြူထားမှာ မဟုတ်တော့ပါ ဘူး။

သတိလစ်သွားလို့ ဝင်လာခဲ့ရင်တောင်မှ အချိန်မရွေး သေ သွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အသိလေး ပေးလိုက်တာနဲ့ ချက်ချင်း ပျက်ပြယ် သွားနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ်မုန်းတီးနေတဲ့သူက နောက်တစ်မိနစ်အကြာမှာ အ သက်ထွက်တော့မယ်ဆိုတာ သေချာနေခဲ့ရင် အဲဒီလူအပေါ် မုန်းတီး စိတ် ဖြစ်နိုင်ပါဦးမလား။

နောက်တစ်မိနစ်အကြာမှာ ကိုယ်အသက်ထွက်တော့မယ် ဆိုတာ သေချာပေါက်သိနေခဲ့ရင် ကိုယ်မုန်းတီးနေတဲ့လူကို မုန်းတီး စိတ်နဲ့ သတိရနိုင်ပါဦးမလား။ အသိဉာဏ်ရှိသူ ဖြစ်ခဲ့ရင်ပေါ့။

သေခြင်းတရားကို မကြာခဏ သတိရဆင်ခြင်တဲ့ အလုပ်ကို ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ လုပ်ကြည့်ပါ။ အံ့ဩဖွယ်ကောင်းတဲ့ စိတ်စွမ်းရည်၊ စိတ်တန်ခိုးတွေ ကိန်းဝပ်လာပါလိမ့်မယ်။

ကိန်းဝပ်လာတဲ့ စိတ်စွမ်းရည်၊ စိတ်တန်ခိုးတွေက စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့မှန်သမျှကို ကျေနပ်အားရဖွယ်ကောင်း လောက်အောင် မောင်းနှင်တိုက်ထုတ်ပေးပါလိမ့်မယ်။

အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အသိရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဝိပဿနာစိတ်ကလေး အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေအောင် လည်း ကြိုးစားအားထုတ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာစိတ်ကလေး တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ် နေဖို့ကတော့ အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။ မိမိတို့မျက်မှောက်ပြုချင်တဲ့ နိဗ္ဗာန် ဆိုတာက မဂ်စိတ်ဖြစ်မှ မျက်မှောက်ပြုနိုင်တာ။ မဂ်စိတ်ဆိုတာကလည်း နေရင်းထိုင်ရင်းနဲ့ အလိုအလျောက် ဖြစ်လာတာမဟုတ်ဘူး။ မဂ်စိတ်ရဲ့ရှေ့မှာ ဝိပဿနာစိတ်ရှိရတယ်။

ရှိတယ်လို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာလည်း သာမန်ကာလျှံကာလေး ရှိရမှာ မဟုတ်ဘူး။ အင်အားရှိတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်၊ ရင့်ကျက်တဲ့ ဝိပဿနာ စိတ် ရှိနေရမယ်။ အင်အားရှိတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်၊ ရင့်ကျက်တဲ့ ဝိပဿ နာစိတ်ဖြစ်ဖို့ဆိုတာကလဲ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့လေး အားထုတ်ရုံနဲ့တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဝိပဿနာစိတ်တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေ မှသာ အားရှိတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်၊ ရင့်ကျက်တဲ့

ဝိပဿနာစိတ် ဖြစ်နိုင်တယ်။

ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ်ဖို့ဆိုတာ ထိုင်တဲ့အချိန်မှာ မှတ်ရုံ၊ စကြိုချိန်မှာ မှတ်ရုံလေးနဲ့ ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အမြဲတမ်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အထွေထွေပြုဖွယ်ကိစ္စလေးတွေ ဆောင်ရွက်နေတဲ့အချိန်မှာလည်း အထွေထွေအသေးစိတ်အမှတ်က လေးတွေကို အထူး တန်ဖိုးထားပြီးတော့ လေးလေးစားစား ရှုမှတ်မှ သာလျှင် မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အဆက် မပြတ် ဖြစ်နေမယ်။

အဲဒီလို ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ထပ် ကာထပ်ကာ ဖြစ်ပါများတော့မှ ဝိပဿနာစိတ်က အားရှိလာ၊ ရင့်ကျက် လာပြီးတော့ အားရှိတဲ့၊ ရင့်ကျက်တဲ့ ဝိပဿနာစိတ်ရဲ့ အခြားမဲ့မှာ မဂ်စိတ်ဖြစ်ပြီး မိမိတို့လိုလားတောင့်တတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြု နိုင်ကြမှာ ဖြစ်တယ်။

ဒီတော့ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ အရေးကြီးဆုံးတာဝန်ဟာ မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဝိပဿနာစိတ်ကလေး အဆက်မပြတ်ဖြစ်နေအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ဖို့ပါပဲ။

အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အသိရှိနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အချိန်တိုင်း၊ အချိန်တိုင်း ဝိပဿနာစိတ်ကလေး ဖြစ်နေအောင် ကြိုးစား အားထုတ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာစိတ် ဖြစ်မနေတဲ့သူ၊ အမှတ်သတိ လွတ်နေတဲ့သူ ဟာ သေခြင်းတရားကို သတိရလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဝိပဿနာ စိတ် ဖြစ်သွားပါတယ်။ အမှတ်သတိ ကပ်သွားပါတယ်။

သွားရင်း လာရင်း၊ လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်းနဲ့ လက်ရှိထင်ရှားရာ အာရုံတစ်ခုခုမှာ အမှတ်သတိ မကပ်မိတဲ့သူဟာ “အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်”၊ သို့မဟုတ် “ ခဏနေ သေရင် သေသွားနိုင်တယ်” လို့ ဆင်ခြင်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် လက်ရှိထင်ရှားရာ အာရုံတစ်ခုခု၊ ရုပ်အာရုံထင်ရှားရင် ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံထင်ရှားရင် နာမ်အာရုံမှာ ချက်ချင်း အမှတ်သတိ ကပ်သွားပါတယ်။

အနည်းဆုံး ဝင်လေထွက်လေထိရာအရပ် နှာသီးဝမှာတော့ သတိကပ်ဖြစ်သွားမှာ သေချာပါတယ်။ ဝင်လေထွက်လေမှာ သတိကပ် ဖို့ ခက်ခဲတဲ့ အခြေအနေမျိုးမှာဆိုရင်လည်း လက်ရှိပြုလုပ်ရာနေတဲ့ အမူအရာ၊ သို့မဟုတ် လက်ရှိအပြုအမူ ပြုနေစဉ်မှာ ဖြစ်နေတဲ့စိတ်ရဲ့ အနေအထားမှာ သတိကပ်ဖြစ်သွားမှာပါပဲ။

နောက်တစ်မိနစ်ကျရင် သေရတော့မယ်လို့ သေချာပေါက် သိထားတဲ့သူဟာ အသိဉာဏ်ရှိသူသာ ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် သူ့စိတ်သူ ဘယ် လိုစိတ်မျိုးဖြစ်အောင် ဖန်တီးတည်ဆောက်မလဲ၊ ဘယ်လိုစိတ်မျိုးနဲ့ သူနေမလဲ။ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေ အာရုံပြုပြီး ကာမဂုဏ်စိတ်နဲ့ နေမ လား၊ ဒုစရိုက်အာရုံတွေ အာရုံပြုပြီး ဒုစရိုက်စိတ်နဲ့ နေမလား၊ ဝိပဿနာ အာရုံတွေ (ရုပ်နာမ်သဘောတွေ) အာရုံပြုပြီး ဝိပဿနာစိတ်နဲ့ နေမ လား။ အဖြေက ရှင်းရှင်းလေးပါ။

အချိန်ပိုင်းအတွင်း သေရတော့မယ်လို့ သေချာပေါက် သိနေတဲ့ သူဟာ အသိဉာဏ်ရှိသူ၊ အသိဉာဏ်ရင့်ကျက်သူသာ ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် သူ့စိတ်သူ ဝိပဿနာစိတ်ဖြစ်အောင် ဖန်တီးတည်ဆောက်မှာ သေချာ ပါတယ်။

လောကီစိတ်တွေထဲမှာ အဆင့်မြင့်ဆုံးစိတ်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာစိတ်နဲ့ ကိုယ့်ဘဝအရည်အသွေးကို အချိန်တိုင်း မြှင့်တင်ချင်တယ်ဆို ရင်တော့ သေခြင်းတရားကို မကြာခဏ သတိရဖို့ လိုအပ်ပါလိမ့်မယ်။

လောကဓံခံနိုင်ရည်ရှိဖို့နဲ့ ဘဝမှာ လိုအင်ဆန္ဒတွေမများဖို့ အတွက် “တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ”လို့ သေခြင်းတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆင်ခြင်ကြရပါမယ်။

စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းရှိဖို့နဲ့ ဝိပဿနာစိတ်ကလေး အ ဆက်မပြတ် ဖြစ်ဖို့အတွက် “အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်၊ သို့မဟုတ် ခဏနေ သေရင် သေသွားနိုင်တယ်” လို့ သေခြင်းတရားနဲ့ ပတ်သက် ပြီးတော့ ဆင်ခြင်ကြရပါမယ်။

သေခြင်းတရားကို အမြဲသတိရနေတဲ့သူဟာ ကိုယ်အမှန် တကယ် လုပ်ရမယ့် အလုပ်ကိုလည်း မမေ့ဘူး။ ကိုယ်အမှန်တကယ် ပြောရမယ့် စကားကိုလည်း မမေ့ဘူး။ ကိုယ်အမှန်တကယ် စိတ်ကူးရမယ့် အတွေးကိုလည်း မမေ့ဘူး။ မမေ့တာကို အပမာဒလို့ ခေါ်တယ်။

အပမာဒတရားနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူဟာ လောကဓံကိုလည်း ခံ နိုင်ရည် ရှိတယ်။ ဘဝရဲ့ အဆုံးသတ်မဲ့လိုအင်ဆန္ဒတွေကိုလည်း ထိန်းချုပ်နိုင်တယ်။ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်တွေ ပယ်ရှားပြီး စိတ်ကောင်း၊ စိတ်မြတ် တွေလည်း မွေးမြူနိုင်တယ်။ ဝိပဿနာစိတ် အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေ အောင်လည်း စွမ်းဆောင်နိုင်တယ်။

သေခြင်းတရားကို အမြဲ သတိရှိတော့ နေခြင်းတရားမှာလည်း အမြဲ သတိလွှမ်းမိုးနေတော့တာပေါ့။ အသေမမေ့ရင် အနေမမေ့တာ သဘာဝပါပဲ။

မရဏဿတိ အနုယုတ္တော ဘိက္ခု  
သတတံ အပ္ပမတ္တော ဟောတိ ။

သေခြင်းတရားကို မပြတ်ပွားများနေတဲ့သူဟာ အမြဲတမ်း သတိရှိနေပါတယ်။ ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါဘူး။

သေခြင်းတရားကို အမှတ်ရနေတာကို “မရဏဿတိ” လို့ခေါ်ပါတယ်။ မမေ့တာ၊ မမေ့တဲ့ သတိနဲ့ ပဓာနအလုပ် အားထုတ်တာကို “အပ္ပမာဒ” လို့ခေါ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို မသေရာအရပ်ဖြစ်လို့ “အမတ” လို့ခေါ်ပါတယ်။

မရဏသတိပွားတဲ့သူဟာ အပ္ပမာဒတရားနဲ့ ပြည့်စုံပါတယ်။ အပ္ပမာဒတရားနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူဟာ အမတကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါတယ်။ အပ္ပမာဒဟာ အမတကိုရခြင်းရဲ့ တစ်ခုတည်းသောအကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အမတကို ဆိုက်ရောက်လိုသူတို့ရဲ့ တစ်ခုတည်းသော သွားရာ လမ်းဟာ အပ္ပမာဒပါပဲ။

အပ္ပမာဒနဲ့ ပြည့်စုံဖို့အတွက် မရဏဿတိကို ထပ်ကာထပ်ကာ ပွားများကြရပါမယ်။

### မမျှော်လင့်ဘဲ၊ ပြုန်းခနဲ၊ သေပွဲဝင်နိုင်သည်

“ကာလံ ဝေါဟံ န ဇာနာမိ = သေရမယ့်အချိန်ကို မသိနိုင်ဘူး” ဆိုတဲ့စကားရပ်မှာ သေရမယ့်အချိန်ကို မသိနိုင်ဘူးဆိုတာ အတိအကျ မသိနိုင်တာကို ပြောတာပါ။ ခန့်မှန်းခြေအားဖြင့်တော့ သိကြ တာများပါတယ်။ ခန့်မှန်းထားတဲ့အတိုင်းလည်းပဲ အထိုက်အလျောက် တော့ မှန်ကြတာ များပါတယ်။

ကျန်းမာရေးကလည်း ကောင်းနေမယ်၊ အစာအာဟာရက လည်း ပြည့်စုံနေမယ် စသည်အားဖြင့် အကြောင်းတရားတွေ ညီညွတ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ တစ်ပတ်အတွင်း၊ တစ်လအတွင်း၊ တစ်နှစ်အတွင်း စသည်အားဖြင့် အသက်ဘယ်လောက် အတွင်းမှာတော့ မသေသေးဘူး လို့ ခန့်မှန်းကြတာ များပါတယ်။

ခန့်မှန်းတဲ့အတိုင်းလည်း အထိုက်အလျောက် အသက်ရှင်ကြ တာတော့ များပါတယ်။ သို့သော်လည်း အတိအကျတော့ မသိနိုင်ဘူး။ မသေသေးဘူးလို့ ခန့်မှန်းထားတဲ့ ကာလလေးအတွင်းမှာပဲ မမျှော်လင့်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ ကြုံတွေ့ပြီးတော့ သေဆုံးသွားကြတာလည်း ရှိတယ်။

သေရမယ့်လို့ သေချာပေါက်သိထားတဲ့ ရောဂါရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တောင်မှ၊ တစ်လတော့ခံဦးမယ်၊ တစ်နှစ်တော့ခံဦးမယ်၊ တစ်လအတွင်း၊ တစ်နှစ်အတွင်းတော့ မသေသေးဘူးလို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တောင်မှ သေမယ်လို့မထင်တဲ့ ကာလလေး အတွင်းမှာ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားတာလည်း ရှိတတ်တယ်။

တခြား ကားတိုက်တာတို့၊ ကားမှောက်တာတို့၊ သင်္ဘောမြုပ် တာတို့၊ လေယာဉ်ပျက်ကျတာတို့၊ မီးလောင်တာတို့အစရှိတဲ့ အကြောင်း အရာတွေနဲ့ ကြုံတွေ့သွားတဲ့အခါမှာလည်း ရုတ်တရက် သေဆုံးသွား ရတာပဲ။

အဲဒီလို သေဆုံးသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သေလိမ့်မယ်လို့ ခန့်မှန်းမထားတဲ့ ကာလအတွင်းမှာ သေဆုံးသွား ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေချည်းပါပဲ။

ဟိုတစ်လောလေးကပဲ မြို့နယ်တစ်ခုက ကျေးရွာတစ်ရွာမှာ ဖယောင်းတိုင်မီးကို အစပြုပြီး လယ်တဲလေးတစ်လုံး (လယ်ကွင်းထဲက လယ်တဲကလေးတစ်လုံး) မီးလောင်သွားခဲ့တယ်။ လယ် တဲထဲမှာ အိပ်ပျော်နေကြတဲ့ လူငါးယောက် မီးထဲပါပြီးတော့ မီးလောင် သေဆုံးသွားကြတယ်။

အဲဒီ မီးလောင်ပြီး သေဆုံးသွားကြတဲ့ လူငါးယောက်ဟာ ဒီ ကနေညတော့ တို့သေရမှာပဲလို့ ကြံပြီးတော့ မသိကြပါဘူး။ သေလိမ့်မယ်လို့ ကြံတင်ခန့်မှန်းမထားဘဲ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားကြတာပါ။

မကြာခင်လေးကပဲ နိုင်ငံတစ်ခုက ဘောလုံးပွဲတစ်ခုမှာ လက်မှတ်အတု ရောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကြောင့် အဲဒီဘောလုံးကွင်း အတွင်းမှာ ဆုံတဲ့လူဦးရေထက် အဆပေါင်းများစွာ ပြည့်လျှံသွားတဲ့အတွက်ကြောင့် လူတွေ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တိုးမိ၊ တိုက်မိ၊ နင်းမိကြပြီး လူပေါင်းရှစ်ဆယ်ကျော် သေဆုံးသွားကြတယ်။

အဲဒီ သေဆုံးသွားတဲ့လူတွေဟာလည်း သူတို့ကိုယ်သူတို့ သေလိမ့်မယ်လို့ ကြံပြီးမသိကြပါဘူး။ သေမယ်ဆိုတာသာ ကြံပြီးတော့သိရင် သူတို့ ဒီဘောလုံးပွဲကို လာကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဘောလုံးပွဲမှာ ပျော်ရွှင်မယ်၊ ပျော်ပျော်ပါးပါး အားပေးလိုက်မယ်၊ ကြည့်ရှုလိုက်မယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ လာကြတဲ့သူချည်းပါပဲ။ သို့သော်လည်း မမျှော်လင့်တဲ့အကြောင်းတရားနဲ့ ကြုံတွေ့ပြီးတော့သေဆုံးသွားခဲ့ရပါတယ်။

မကြာခင်လေးကပဲ နိုင်ငံတစ်ခုမှာ ၁၈ နှစ်အရွယ် လူငယ်လေး တစ်ယောက် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီး ကာရာအိုကေ သီချင်း ဆိုမယ်ဆိုပြီး စက်ပြင်၊ မိုက်ပြင်နေရင်း ဓာတ်လိုက်သေဆုံးသွားခဲ့ပါတယ်။

သီချင်းဆိုရင်း ပျော်မယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ရည်ရွယ် ချက်ရဲ့ ဆန်ကျင်ဘက် သေခြင်းတရားဆီကို တွန်းပို့လိုက်တာဟာ အလွန် သံဝေဂရစရာကောင်းလှပါတယ်။

မကြာခင်လေးကပဲ “အင်္ဂလန်ရဲ့ပန်းနှင့်ဆီ” လို့တင်စားရတဲ့ ကမ္ဘာကျော် ဒိုင်ယာနာမင်းသမီး ဟိုတယ်တစ်ခုမှာ ညစာစားပြီး ညအိပ်တည်းခိုမယ့် အိမ်တော်ကိုအပြန် အလိုက်ကန်းဆိုးမသိတဲ့ စည်း ကမ်းမဲ့သတင်းမုဆိုးတွေရဲ့ ကားနောက်ကနေ အတင်းအဓမ္မ လိုက်လာမှုကြောင့် ပွဲမင်လိုက်ခေါင်းထဲမှာ ကားကိုတရကြမ်း မောင်းရာက ကားမှောက်ပြီး သေဆုံးသွားခဲ့ပါတယ်။

“လေပြင်းထဲက ဖယောင်းတိုင်” လို့ ကင်ပွန်းတပ်ခံရတဲ့ ငယ် ငယ်ရွယ်ရွယ် မင်းသမီးဟာ မမျှော်လင့်တဲ့ လေပြင်းဆိုးကြောင့် ရုတ်တရက် မီးငြိမ်းသွားခဲ့ရပါတယ်။

သေခြင်းတရားဟာ အသက်ငယ်ရွယ်တာကိုလဲ ဂရုမစိုက်၊ ရုပ်ရည်ချောမောတာကိုလဲ မငဲ့ညှာ၊ လွန်စွာ ရက်စက်လှပါတယ်။ သတ္တဝါတွေဖြစ်ချင်တာကို လုံးဝထည့်မတွက်ဘဲ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာ ကိုသာ အမြဲကြည့်၊ အမြဲလုပ်နေတဲ့ သေမင်းဟာ အကြီးမားဆုံးရန်သူ၊ အဆိုးဝါးဆုံးအန္တရာယ်ကောင်အဖြစ်နဲ့ သတ္တဝါတိုင်းရဲ့ အနီးအပါးမှာ တရစ်ဝဲဝဲ ပူးကပ်လှည့်လည်နေပါတယ်။

မကြာခင်ရက်ပိုင်းကပဲ မြို့တစ်မြို့က ယောဂီမလေးတစ် ယောက် (အသက်တစ်ဆယ့်ခုနစ်နှစ်ပဲရှိသေးတဲ့ ယောဂီမလေး တစ်ယောက်) သူတို့မြို့မှာ တရားစခန်းဖွင့်တော့ တရားစခန်းမှာဝင်ပြီး တရားအားထုတ်ချင်တဲ့အကြောင်း သူ့ဖခင်ဆီ ခွင့်တောင်းတယ်။

သူ့ရဲ့ဖခင်က “သမီး . . . သမီးအသက်က ငယ်ပါသေးတယ်။ အသက်ကြီးမှပဲ အားထုတ်ပါ။ သမီးအတွက် တရား အားထုတ်ဖို့ အချိန်တွေ အများကြီး ကျန်ပါသေးတယ်။ တရားအားမထုတ်ပါနဲ့ဦး” လို့ အဖေကတားတယ်။

ဒီတော့ သမီးက ပြန်ပြောတယ်။

“အဖေ . . . အသက်ကြီးမှပဲ သေလိမ့်မယ်၊ အသက်ငယ်တုန်း တော့ မသေဘူးလို့ ဘယ်ရှိပါ့မလဲ။ သေခြင်းတရားဟာ အသက်ကြီးတဲ့ လူဆီကိုလည်းသွားသလို အသက်ငယ်တဲ့လူဆီကိုလည်း ရောက်လာ တာပါပဲ။ အသက်ကြီးတဲ့အထိ မနေရဘဲ အသက်ငယ်တုန်းများ သမီး သေသွားခဲ့ရင် တရားအားထုတ်ခွင့် ရမှာမဟုတ်တော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်ခွင့်ပြုပါ” လို့ အတန်တန် တောင်းပန်တဲ့အတွက် ကြောင့် ဖခင်က ခွင့်ပြုလိုက်တယ်။

ယောဂီမလေးက တရားစခန်းအတွင်းမှာလဲ အချိန်ပြည့် ကြီးကြီးစားစား အားထုတ်တယ်။ တရားစခန်းပြီးသွားလို့ အိမ်ပြန် ရောက်တဲ့အခါမှာလည်း တရားကိုလွတ်မထားဘဲ ပြုမှုလှုပ်ရှားမှုတိုင်း၊ စိတ်နေစိတ်ထားမှုတိုင်းကို သတိမပြတ်တရစပ် ရှုမှတ်နေတယ်။

တရားစခန်းပြီးသွားလို့ တစ်ဆယ့်တစ်ရက် ကြာတဲ့အချိန်မှာ နေ့လည်ဘက် ရေချိုးရင်း အဖျားဝင်ပြီးတော့ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားတယ်။ သူ့သေဆုံးပုံက ညာဘက်စောင်းပြီး ပြီးပြီးလေး သေဆုံးနေတယ်။ ညာဘက်လည်း စောင်းတယ်၊ ပြီးလည်း ပြီးနေတယ်ဆိုတော့ ကောင်းရာသူဂတိ ရောက်သွားတယ်ဆိုတာ သေချာတဲ့သဘောပါပဲ။

အဲဒီယောဂီမလေးဟာ သူ့ကိုယ်သူ တရားစခန်းပြီးလို့ ဆယ့်တစ်ရက်ကြာတဲ့အခါမှာ သေလိမ့်မယ်လို့ကြိုပြီး မသိခဲ့ပါဘူး။ သူ့ရဲ့ ဖခင်ကလည်း ငယ်သေးတယ်ဆိုတော့ ဒီဆယ့်ခုနစ်နှစ်အရွယ် သမီး ငယ်လေးအတွက် သေခြင်းတရားဆိုတာ ဘယ်လိုမှ မျှော်လင့်မထားတဲ့အရာတစ်ခုပါ။ ဒါပေမဲ့ မမျှော်လင့်ဘဲ ကျရောက်လာခဲ့ပါတယ်။

ဖခင်ရဲ့စကားကိုသာ နားထောင်ပြီး တရားစခန်း မဝင်လိုက်ဘူးဆိုရင်တော့ သူ့ရဲ့ဘဝ၊ သူ့ရဲ့တမလွန်ခရီးဟာ အင်မတန် ရင်လေးစရာ ကောင်းလှပါတယ်။ အခုတော့ ငယ်တုန်း၊ ရွယ်တုန်း၊ စိတ်ဆန္ဒရှိတုန်း တရားအားထုတ်လိုက်လို့ အနေလည်းကောင်း၊ အသေလည်း ကောင်းသွားခဲ့ပါတယ်။

ဒါကြောင့် အသက်ကြီးမှပဲ တရားအားထုတ်မယ်၊ အသက် ငယ်တုန်းတော့ အားမထုတ်သေးဘူး၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတွေနဲ့ပဲ ပျော်ပျော်ပါးပါးကြီး နေလိုက်ဦးမယ်ဆိုတဲ့ အယူအဆရှိသူ တွေဟာ အသက်ကြီးတဲ့အထိ မိမိက မနေရဘဲ အသက်ငယ်တုန်းများ သေဆုံးသွားကြမယ်ဆိုရင် ကိုယ်ကျိုးနည်းကြလိမ့်မယ်။

တကယ်တော့ တရားအလုပ်အားထုတ်တယ်ဆိုတာ အသက်ငယ်တုန်းမှ ပိုပြီးအားထုတ်လို့ကောင်းတာပါ။ အသက် ကြီးသွားပြီဆိုရင် ကိုယ်အား၊ ဉာဏ်အား၊ စိတ်စွမ်းအားတွေ ကုန်ခန်းသွားပြီ ဖြစ် တဲ့အတွက်ကြောင့် ထင်သလောက်၊ စိတ်ရှိသလောက် တရားအားထုတ်လို့ မဖြစ်တော့ပါဘူး။

စိတ်ရှိသလောက်လို့ဆိုရပေမယ့် စိတ်လည်းမရှိတော့ပါဘူး။ တရားအားထုတ်ချင်တဲ့ စိတ်တော့ ရှိတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာက မလိုက်နိုင်လို့ သိပ်အားမထုတ်နိုင်တော့ဘူးလို့ ပြောတတ်ကြတယ်။ စကားအရသာ ပြောတာပါ။ အလကားပြောတာပါ။

လူကြားကောင်းအောင် ပြောတာပါ။ တကယ်တော့ စိတ်ကို မရှိတော့တာပါ။

အသက်ငယ်တုန်းရွယ်တုန်းမှာ တရားအားထုတ်တာဟာ ကိုယ်အား၊ ဉာဏ်အား၊ စိတ်စွမ်းအားတွေ ထက်မြက်နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် အသက်ကြီးမှ အားထုတ်တာထက် ပိုပြီးကောင်းတယ်။ တရားထူး၊ တရားမြတ်ရဖို့အတွက် ပိုပြီး စိတ်ချရတယ်။

အသက်နှစ်ဆယ်နဲ့ လေးဆယ်ကြားအရွယ်ဟာ အကောင်းဆုံးပဲ။ လျှော့လျှော့ပေါ့ပေါ့ ဆယ်နှစ်ထပ်တိုး၊ အသက်ငါးဆယ်အတွင်းအရွယ်ဟာ တရားအားထုတ်လို့ အကောင်းဆုံးပဲ။ ငါးဆယ်ထက်ကျော်သွားရင်တော့ သွားပြီ။ သိပ်မဟုတ်တော့ဘူး။ စိတ်ထင်သလိုဖြစ်လာဖို့ မလွယ်တော့ဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ကိုယ်ပို့လိုရာအာရုံမှာ အခိုင်အမာ ထားနိုင်လောက်တဲ့ အင်အားမရှိတော့ဘူး။

ဒါကြောင့် ကြံကြိုက်ခဲ့တဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကြီးနဲ့ တွေ့ ကြုံနေတဲ့အခိုက်မှာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကိုချည်း မက်မက်မောမော ဆုပ်ကိုင်ပြီးတော့ ထားကြမယ်၊ တရားအားထုတ်တဲ့ အလုပ်ကို နောက်ပိုထားကြမယ်ဆိုရင် မိမိတို့ဟာ အသိဉာဏ်နည်းရာ ရောက်သွားလိမ့်မယ်။

အသက်ကြီးမှပဲ အားထုတ်မယ်၊ အသက်ငယ်တုန်း အားမ ထုတ်ဘူးလို့ ရည်မှန်းထားပေမယ့် ငယ်တုန်းမှာ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားခဲ့ရင် မိမိအတွက် အားကိုးရာဘာမှရှိမှာမဟုတ်တော့ဘူး။ ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားသူအတွက် သေပေါက်သေဝကျမှ ရတဲ့ နောင်တဟာ ဘာမှ သုံးလို့မရတော့ပါဘူး။

ဒါကြောင့် နောင်တ နောင်မှမရစေဖို့အတွက် အားထုတ်နည်း သိတဲ့အချိန်ကစပြီး တရားအလုပ်ကို လောကီအလုပ်တွေ လုပ်ဆောင်နေရင်းနဲ့ ပူးတွဲအားထုတ်သွားဖို့ လိုအပ်လှပါတယ်။ အားထုတ်နည်း သိအောင်လည်း ကြိုးစားလေ့လာရမှာပါ။

သေရမယ့်အချိန်ကိုတော့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မကြိုပြီး မသိနိုင်တာအမှန်ပါ။ အချိန်ကိုသာ မသိနိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး။ သေခြင်းတရားနဲ့ပတ်သက်ပြီး မသိနိုင်တဲ့အချက် ငါးချက် ရှိပါတယ်။

### မသိခြင်းငါးပါးနဲ့အသက်ရှင်နေရတဲ့ ဘဝ

#### (၁) ဇီဝိတ၊ ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ သေမယ်ဆိုတာလဲ မသိနိုင်ကြဘူး။

သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်အသက်အရွယ်ထိပဲ နေရတယ်၊ ဘယ် အသက်အရွယ်ရောက်လို့ရှိရင် အားလုံးသေကြရတယ်လို့ သတ်မှတ် ချက် မရှိပါဘူး။

အမိဝမ်းအတွင်းမှာလည်း ကလလရေကြည်အခိုက်မှာပဲ ဖြစ် ဖြစ်၊ ရေမြှုပ်ဖြစ်နေတဲ့အခိုက်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အသားတစ် ဖြစ်နေတဲ့အခိုက်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စသည်အားဖြင့် အမိဝမ်းအတွင်းမှာလည်း အချိန်အမျိုးမျိုးမှာ သေဆုံးသွားနိုင်တာပဲ။

အမိဝမ်းကထွက်လာပြန်တော့လည်း တစ်နာရီ၊ နှစ်နာရီ စတဲ့နာရီပိုင်းအတွင်း၊ တစ်ရက်၊ နှစ်ရက်စတဲ့ ရက်ပိုင်းအတွင်း၊ တစ်ပတ်၊ နှစ်ပတ်စတဲ့ ကာလပိုင်းအတွင်း၊ တစ်နှစ်၊ နှစ်နှစ် စတဲ့ နှစ်ပိုင်းအတွင်း စသည်အားဖြင့် ဘယ်အသက်အရွယ်မှာမဆို သေဆုံးသွားနိုင်တာပဲ။

ဘယ်အသက်အရွယ်မှာမဆို သေဆုံးသွားနိုင်တဲ့အတွက် ကြောင့် လူသားအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ သေရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီးတော့ မသိနိုင်ကြဘူး။

#### (၂) ဗျာဓိ၊ ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ သေဆုံးရမယ်ဆိုတာကို လည်း မသိနိုင်ဘူး။

သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ပဲ သေဆုံးကြတယ် ဆိုတဲ့ အတိအကျ သတ်မှတ်ချက်မရှိဘူး။ မျက်စိနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါနဲ့လည်း သေနိုင်သလို၊ နားနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ နှာ ခေါင်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ လျှာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ စိတ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ စသည်အားဖြင့် ဘယ်အနာရောဂါမျိုးနဲ့မဆို သေဆုံးသွားနိုင်တယ်။

အနာရောဂါ တစ်ခုတည်းသာမကဘဲ တစ်ခုထက်များတဲ့ အနာရောဂါတွေနဲ့လည်း သေဆုံးသွားနိုင်တာပဲ။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် သေဆုံးရမယ့် အနာရောဂါတွေကလည်း မတူကြဘူး။

ဘယ်အနာရောဂါမျိုးနဲ့မဆို သေဆုံးသွားနိုင်တဲ့အတွက် လူသားအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်အနာ ရောဂါနဲ့ သေဆုံးရမယ်၊ မိမိသေလွန်တဲ့အချိန်မှာ ဘယ်အနာရောဂါဖြစ်မယ်ဆို တာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီးတော့မသိနိုင်ကြဘူး။

**(၃) ကာလ၊ သေရမယ့် အချိန်ကိုလည်းမသိနိုင်ဘူး။**

သတ္တဝါတွေဟာ မနက်ပိုင်းအချိန်မှာပဲ သေကြတယ်။ ကျန်တဲ့ အချိန်တွေမှာ မသေကြဘူးလို့ ဒီလိုသတ်မှတ်ချက် မရှိပါဘူး။ မနက်ပိုင်းအချိန်မှာလည်း သေနိုင်သလို နေ့လယ်ပိုင်းအချိန်မှာလည်း သေနိုင်တယ်။ ညနေပိုင်းအချိန်မှာလည်း သေနိုင်တယ်။ ညပိုင်း အချိန်မှာလည်း သေနိုင်တယ်။ ထမင်းစားရင်းလည်း သေနိုင်သလို ရေသောက်ရင်းလည်း သေသွားနိုင်တယ်။ ဘုရားရှိခိုးရင်းနဲ့လည်း သေဆုံးသွားနိုင်သလို သတင်းစာဖတ်ရင်းတန်းလန်းနဲ့လည်း သေချင် သေသွားနိုင်တာပါပဲ။

ဘယ်အချိန်မှာမဆို သေဆုံးသွားနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူ သားအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်အချိန်မှာ သေဆုံး ရမယ်ဆိုတာ ကြိုတင်ပြီး မသိနိုင်ကြဘူး။

**(၄) ဖောဏိကျေပန၊ သေပြီးတဲ့နောက် မိမိရဲ့အလောင်း ကောင်ကို ဘယ်နေရာမှာ ပစ်ချခံရမလဲ ဆိုတာကိုလည်း မသိနိုင်ဘူး။**

သတ္တဝါတွေဟာ သေဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ နေရာတစ်နေရာ တည်းမှာပဲ အလောင်းကောင်ပစ်ချခံရတယ်လို့ အတိအကျ သတ်မှတ် ချက် မရှိဘူး။ ရေထဲမှာ မွေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ကုန်းပေါ်မှာ အလောင်းပစ်ချခံချင် ခံရမယ်။ ကုန်းပေါ်မှာ မွေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ရေထဲမှာ အလောင်းပစ်ချခံ ချင်ခံရမယ်။ ရွာမှာ မွေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က မြို့မှာ အလောင်းပစ်ချခံချင်ခံရမယ်။ မြို့မှာ မွေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က တောမှာ အလောင်းပစ်ချခံချင်ခံရမယ်။ စသည်အားဖြင့် ဘယ်နေရာမှာမဆို မိမိရဲ့ အလောင်းကောင်က ပစ်ချခံရနိုင်တယ်။

အရင်တုန်းကဆို ရန်ကုန်မှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ငါသေရင် ငါ့အလောင်းကို ကြံတောသုသာန်မှာ ပစ်ချခံရမှာ သေချာ တယ်လို့ အတပ်ပြောချင်ပြောကြလိမ့်မယ်။ အခုတော့ ကြံတောသုသာန်လည်း မရှိတော့တဲ့အတွက် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ တွေးဆ ပြောဆိုချက်ဟာ ဘယ် နည်းနဲ့မှ မမှန်နိုင်တော့ဘူးနော်။

ဘယ်နေရာမှာမဆို၊ ဘယ်သုသာန်မှာမဆို အလောင်းကောင်ကို ပစ်ချခံရနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့် ကိုယ်ကို ငါသေရင် ငါ့အလောင်းကောင်ကို ဘယ်နေရာမှာ ပစ်ချခံရ မယ်၊ စွန့်ပစ်ခံရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီး မသိနိုင်ကြပါဘူး။

**(၅) ဂတိ၊ သေလွန်ပြီးတဲ့နောက် ဘယ်ဘဝကို လားရောက်ရ မယ်၊ ဘယ်ဂတိကို သွားရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုပြီးတော့ မသိနိုင်ဘူး။**

သတ္တဝါတွေဟာ သေဆုံးပြီးသွားရင် ဘယ်ဂတိတစ်ခုကိုပဲ သွားရတယ်လို့ အတိအကျ ပုံသေကန့်သတ်ချက် မရှိပါဘူး။ ဥပမာဆိုပါတော့၊ လူတွေ သေသွားလို့ရင် လူပဲ ပြန်ဖြစ် တယ်လို့ ဒီလို အတိအကျ ကန့်သတ်ချက် မရှိပါဘူး။ လူသေလို့ရင် လူလည်း ပြန်ဖြစ်နိုင်သလို နတ်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ငရဲလည်း ကျသွား နိုင်တယ်။ တိရစ္ဆာန်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ပြိတ္တာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဂတိငါးမျိုးမှာ တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်တယ်။

နတ်တွေသေသွားလို့ရင် နတ်ပဲပြန်ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလို အတိ အကျ ကန့်သတ်ချက်လည်း မရှိဘူး။ နတ်တွေ သေလွန်ပြီးတော့ နတ် ပြန်ဖြစ်တဲ့သူလည်း ရှိမယ်၊ လူဖြစ်တဲ့သူလည်း ရှိမယ်၊ ငရဲ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ ဖြစ်တဲ့သူလည်း ရှိမယ် စသည်အားဖြင့်ပေါ့။ ဂတိငါးမျိုးမှာ တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်တယ်။

အသူရကာယ်ကို ပြိတ္တာမှာ သွင်း၊ ဗြဟ္မာကို နတ်မှာ သွင်းပြီး ဂတိငါးမျိုး (လားရာဘဝငါးမျိုး) ရှိပါတယ်။

ရဟန္တာမှအပ သတ္တဝါတွေ သေဆုံးပြီးတဲ့အခါမှာ (၁) ငရဲ (၂) တိရစ္ဆာန် (၃) ပြိတ္တာ (၄) လူ (၅) နတ် လို့ခေါ်တဲ့ဂတိငါးပါးမှာ တစ်ပါးပါးသို့ လားရောက်ရမှာဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ သေဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်ဘဝ၊ ဘယ်ဂတိကို လားရောက်ရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီးတော့ မသိနိုင်ကြပါဘူး။

လူသားအားလုံး၊ လူသားအပါအဝင် သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံး ဟာ မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေကြရတဲ့ သနားစရာ သတ္တဝါတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

- (၁) ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ သေမလဲ။
- (၂) ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ သေမလဲ။
- (၃) ဘယ်အချိန်မှာ သေမလဲ။
- (၄) အသေကောင်ကို ဘယ်သုသာန်မှာ စွန့်ပစ်ခံရမလဲ။
- (၅) သေပြီးရင် ဘယ်ဘဝရောက်မလဲ။

ဒီငါးပါးကိုလူသားတွေ (လူသားအပါအဝင်သတ္တဝါတွေ) မသိ နိုင်ကြပါဘူး။ ဒီမသိခြင်းငါးပါးက လူသားအားလုံး၊ သက်ရှိသတ္တဝါ အားလုံးကို လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်နေပါတယ်။

လူသားအားလုံးဆိုတာက ယေဘုယျအနေနဲ့ အများစုကို ခြုံငုံ ပြောတာပါ။ အနည်းစုအနေနဲ့ တရားတန်ခိုးရှိသူ၊ တရားစွမ်းအားကြီးမားသူ သူတော်ကောင်းပုဂ္ဂိုလ် တချို့ကတော့ သိနိုင်ကြပါတယ်။

အထူးသဖြင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို အောင်မြင်ပေါက် မြောက်အောင် အားထုတ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ မိမိသေရမယ့် အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီးတော့ အတိအကျ သိနိုင်ကြပါတယ်။ အချိန်ကို သိသလိုကျန်တဲ့ အချက်လေးချက်ကိုလဲ ကျွဲကူးရေပါ သိနိုင်ကြပါတယ်။

အနည်းဆုံး သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ “ငါသေ လွန်ပြီးရင် အပါယ်လေးပါး မလားရောက်ရတော့ဘူး။ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ ကောင်းရာသုဂတိကိုသာ လားရောက်ရတော့မယ်” လို့ သေချာပေါက် ပြောနိုင်ကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကောင်းရာ သုဂတိဘုံတွေက အများကြီး ရှိတာမို့ ဘယ်ဘုံကို ရောက်ရမယ်ဆိုတာကိုတော့ အတိအကျ သိဖို့ မလွယ်ပါဘူး။

ဒါ့ကြောင့် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မပြောပလောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် အနည်း စုကသာ သိနိုင်ကြ၊ သိပြန်တော့လဲ တစ်စိတ်တစ်ဒေသ လောက်သာ သိနိုင်ကြတာမို့ တစ်စိတ်တစ်ဒေသလောက်သာ သိနိုင်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် အနည်းစုကို စကားထဲ ထည့်ပြောမနေတော့ဘဲ ချွင်းချက်အနေနဲ့ ချန် လှုပ်ထားခဲ့ပြီး . . . .

လူသားအားလုံး၊ သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံး မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေကြရတယ် လို့ဆိုလိုက်ရင် စကားကတ်ချင်သူများ စောဒကတက်နေဖို့ လိုမယ်မထင်တော့ပါဘူး။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိလှပြီ တတ်လှပြီလို့ အထင်ရောက်၊ ဘဝင် မောက်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေရတဲ့ ဘဝလို့ နားလည်သဘောပေါက်ခဲ့မယ်ဆိုရင် အခြောက် တိုက် မာန်မာနတက်နေစရာ မလိုတော့ဘူး ထင်ပါတယ်။

မသိခြင်းငါးပါးကိုသာ လူသားအားလုံး သတိရကြမယ်ဆိုရင် ဒီကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုတွေ၊ ကိလေသာ သောင်းကျန်းမှုတွေ နည်းပါးသွားမှာ သေချာပါတယ်။

- ဇိဝိတ် ဗျာဓိ ကာလော စ၊
- ဒေဟနိက္ခေပနံ ဂတိ။
- ပဉ္စေတေ ဇီဝလောကသ္မိံ ၊
- အနိမိတ္တာ န နာယရေ။

### အချိန်မဆိုင်းဘဲချက်ချင်းအကျိုးရသောချမ်းသာ

အရှင်သမိဒ္ဓိက “သေရမယ့်အချိန်ကို ငါမသိနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို မခံစားတော့ဘဲ ရဟန်းတရားပွားများအားထုတ်နေရပါတယ်” လို့ဆိုထားတယ်။

ဒါပေမဲ့ သေရမယ့်အချိန်ကို မသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၊ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်ဖြစ်ကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ လူတွေရဲ့ဓာတ်ခံပေါ်မှာ မှုတည်ပြီး ခံယူချက်တွေ ကွဲပြားသွားကြလို့ပါပဲ။

အကြောင်းအရာတစ်ခုကို လူနှစ်ယောက် သိပုံ မြင်ပုံချင်း တူပေမယ့် ဓာတ်ခံမတူရင် နှလုံးသွင်းပုံချင်းလည်း မတူပါဘူး။ နှလုံးသွင်း ပုံမတူရင် ခံယူချက်ချင်းလည်း မတူပါဘူး။ ခံယူချက်မတူရင် ဦးတည်ချက်ချင်းလည်း မတူပါဘူး။ ဦးတည်ချက်မတူရင် အလုပ်ချင်းလည်း မတူတော့ပါဘူး။

ဒါကို နတ်သမီးရဲ့ခံယူချက်နဲ့ အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ ခံယူချက်ကို နှိုင်းယှဉ်ပြီးတော့ ကြည့်ရင်သိနိုင်တယ်။

နတ်သမီးရဲ့ခံယူချက်ကတော့ “မသေခင်အချိန်ကာလလေး အတွင်းမှာ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်ဟာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာခံစားတဲ့အလုပ်” လို့ ခံယူထားပါတယ်။

အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ ခံယူချက်ကတော့ “ မသေခင် အချိန်ကာလ လေးအတွင်းမှာ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်ဟာ ဝိပဿနာအားထုတ်တဲ့အလုပ်” လို့ ခံယူထားပါတယ်။ ခံယူချက်ချင်း မတူညီကြပါဘူး။

တစ်နေ့ကျရင် သေကြရမှာပဲ ဆိုတာကိုတော့ လူသားအားလုံး သိကြပါတယ်။ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ် ဆိုတာ ကိုလည်း လူသားအားလုံးသိကြပါတယ်။ သိတာချင်း တူပေမယ့် ဓာတ်ခံချင်း မတူတော့ နှလုံးသွင်းပုံနဲ့ ခံယူချက်တွေ ကွာသွားကြတယ်။ နှလုံးသွင်းပုံနဲ့ ခံယူချက် မတူတော့ ဦးတည်ချက်နဲ့ အလုပ်တွေလည်း ကွာသွားကြတယ်။

ကာမဓာတ်ခံ၊ ကိလေသာဓာတ်ခံ အားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ကတော့ “ မသေခင် အချိန်ကာလလေးမှာ လောကီ အာရုံကာမဂုဏ် ချမ်းသာခံစားမှုဟာ ဘဝရဲ့အနှစ်သာရပဲ၊ ကာမဂုဏ် ခံစားရေးအတွက် လုပ်တဲ့အလုပ်ဟာ ဘဝရဲ့ အဓိကအလုပ်ပဲ” လို့ ခံယူထားကြတယ်။

နေက္ခမ္မဓာတ်ခံ ၊ ပါရမီဓာတ်ခံ အားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ “ မသေခင် အချိန်ကာလလေးမှာ တရားဓမ္မချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်း သာ ခံစားမှုဟာ ဘဝရဲ့ အနှစ်သာရ၊ တရားဓမ္မချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်း သာရရှိရေးအတွက် ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာကုသိုလ်ပါရမီ တရား ပွားများအားထုတ်ရတဲ့ အလုပ်ဟာ ဘဝရဲ့ အဓိကအလုပ်ပဲ” လို့ ခံယူထားကြပါတယ်။

နတ်သမီးရဲ့ခံယူချက်မျိုးရှိတဲ့ လူသားတွေကတော့ လောကမှာ အများကြီးပါပဲ။ အများကြီးဆိုတာထက် အများဆုံးလို့ပြောရင် ပိုမှန်ပါမယ်။

တစ်ခါတုန်းက ဦးဇင်းရဲ့ လူ့ဘဝတုန်းက သူငယ်ချင်းတစ် ယောက်ကို တရားအားထုတ်ဖို့ တိုက်တွန်းဖူးတယ်။

“တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ရိပ်သာမှာဝင်ပြီး အားထုတ် မှ၊ အိမ်မှာလည်း အချိန်ပေးပြီးတော့ သီးသန့်ထိုင်မှ မဟုတ်ပါဘူး။ သွားရင်း လာရင်း၊ လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်း၊ နေရင်း ထိုင်ရင်း၊ ပြောရင်း ဆို ရင်းနဲ့လည်း သတိပညာ ထည့်ပြီးတော့ အလုပ်လုပ်သွားရင် တရားအားထုတ်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့ အလုပ်မပျက်ဘဲ တရားအားထုတ်လို့ ဖြစ်ပါတယ်” ဆိုတဲ့အကြောင်းကို အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်းနဲ့တကွ သူ့ကို ပြောပြတယ်။

အဲဒီလို ပြောပြတော့ သူငယ်ချင်းဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဘာပြန် ပြောလဲဆိုရင်. . . .

“ ဦးဇင်းဘုရား . . . တပည့်တော် တရားအားမထုတ်ပါရစေနဲ့ဦး”

“ဘာဖြစ်လို့လဲ”

“တပည့်တော် တရားအားထုတ်လိုက်ရင် လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေ ခံစားချင်တဲ့စိတ် ပျောက်သွားလိမ့်မယ်။ တပည့် တော်ကအခုမှ အသက်ငယ်ငယ်လေးရှိသေးတာ၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားချင်တဲ့စိတ်တွေ ပျောက်လို့ မဖြစ်သေးဘူး ဘုရား။ ရခဲတဲ့ လူ့ဘဝလေး ရတဲ့အချိန်မှာ မိန်းမလေးတစ်ယောက် တော့အနည်းဆုံးယူသွားပါရစေနဲ့ဦး” တဲ့။

သူကပြန်ပြောတယ်။ တစ်ယောက်တော့ အနည်းဆုံးယူသွားပါရစေနဲ့ဦး. . . ဆိုတော့ သူ့ကြည့်ရတာ တစ်ယောက်မက ယူချင်ပုံပေါ်တယ် . . . နော်။

ဒီတော့ နတ်သမီးကဲ့သို့ခံယူချက်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ လောက မှာ အများဆုံးပါပဲ။ အရှင်သမိဒ္ဓိလို ခံယူချက်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ခံယူချက်ရှိတဲ့အတိုင်းလည်း လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ပြီး အလုပ်လုပ်ဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ အင်မတန်ကို နည်းပါးလှပါတယ်။

နတ်သမီးကဲ့သို့ ခံယူချက်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များက “ရဟန်းတရားပွား များအားထုတ်တယ်၊ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်တယ်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေပြုတယ်ဆိုတာ နောင်တမလွန်ဘဝကျမှ အကျိုးခံစားရ တဲ့အလုပ်၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားတဲ့အလုပ်ကမှ ဒီ ဘဝမှာ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးခံစားရတဲ့အလုပ်” လို့ ခံယူထား ကြပါတယ်။

အဲဒီအထင်၊ အဲဒီအယူအဆ မှားယွင်းတဲ့အကြောင်းကို အရှင် သမိဒ္ဓိက နတ်သမီးကိုပြန်ပြောတဲ့ အချက်ကို အခြေခံပြီးတော့ အနည်းငယ် အာရုံပြုကြည့်ရအောင်။

ကာလိကာ ကာမာ၊ ဗဟုဒုက္ခာ ဗဟုပါယာသာ၊

အာဒိနဝေါ ဧတ္ထ ဘိယျော။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်တရားတွေဟာ အချိန်ယူ ပြုပြင်မှ အကျိုးရတဲ့အတွက်၊ အကျိုးရဖို့ အချိန်ဆိုင်းရတဲ့အတွက် ကာလိက တရားတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆင်းရဲခြင်းတွေ၊ ပင်ပန်းခြင်းတွေကသာ များပြားလှပါတယ်။ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတွေမှာ အပြစ်တွေက အလွန်တရာ များပြားလွန်းလှပါတယ်။

အကာလိကော အယံ ဓမ္မော။

လောကုတ္တရာတရားကမှ အချိန်မဆိုင်းဘဲ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးရတဲ့အတွက်ကြောင့် အကာလိကတရားစင်စစ် ဖြစ်ပါတယ်။

ကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ကာလိကချမ်းသာဖြစ်လို့ ကာမ ဂုဏ်ချမ်းသာအတွက် လုပ်တဲ့အလုပ်တွေဟာ ကာလိကအလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ လောကုတ္တရာချမ်းသာဆိုတာ အကာလိကချမ်းသာဖြစ် လို့ လောကုတ္တရာချမ်းသာအတွက် လုပ်တဲ့အလုပ်တွေဟာ အကာလိက အလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေ့ဆိုတာက ကာလိက တရားတွေပါ။ လောကုတ္တရာတရားကမူ အကာလိကတရားပါ။ တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါးထဲမှာ “အကာလိကော” ဆိုတဲ့ ဂုဏ်တော်လေးတစ်ခု ပါတယ်။ အကာလိကော ဆိုတာ အချိန်မဆင်းဘဲနဲ့ အကျိုးရတဲ့တရားလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ လောကုတ္တရာတရား တွေဆိုတာက အချိန်မဆင်းဘဲနဲ့ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးရတဲ့တရားပါ။ အဓိကအားဖြင့်တော့ မဂ်တရားပါ။

မဂ်စိတ် မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပြီဆိုရင် မဂ်စိတ်ရဲ့ အခြားမဲ့မှာ ဖိုလ်စိတ် ချက်ချင်းဖြစ်တယ်။ မဂ်စိတ်နဲ့ ဖိုလ်စိတ်ရဲ့ကြားမှာ တခြားစိတ်တွေ ခြားနေတယ်။ အချိန်ဆင်းနေတယ်။ တခြားစိတ်တွေ တစ်ခု နှစ်ခု စသည်ဖြစ်ပြီးတော့ အချိန်ခြားနေတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ မဂ်စိတ်ဖြစ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဖိုလ်စိတ် ချက်ချင်းဖြစ်တယ်။ မဂ်စိတ်ဟာ ဖိုလ်စိတ်တည်းဟူသောအကျိုးကို ချက်ချင်းပေးတယ်။

ဖိုလ်စိတ်တည်းဟူသော အကျိုးကိုရတော့ ဘာဖြစ်သလဲ။ ဖိုလ် စိတ်ကိုရတော့ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးနိုင်တဲ့ချမ်းသာ၊ ချမ်းသာတကဲ့ ချမ်းသာထဲမှာ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ချမ်းသာ၊ အတုမရှိတဲ့ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားကြရမှာပေါ့။

မဂ်တရားက အချိန်မဆင်းဘဲ အကျိုးရတဲ့ အကာလိကတရား လို့ဆိုပေမယ့် အဲဒီမဂ်စိတ်ဆိုတာဟာလည်း နေရင်းထိုင်ရင်းနဲ့ အလို အလျောက် ရတာမဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာစိတ်ရဲ့အခြားမဲ့မှာဖြစ်ပြီးတော့ ရတာ။ ဝိပဿနာစိတ်မရှိတဲ့ မဂ်စိတ်ဟာ ဘယ်နည်းနဲ့မှ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ မဂ်စိတ်ကိုရဖို့ တကယ်တမ်း အလုပ်လုပ်ရမှာက ဝိပဿနာအလုပ်ကို လုပ်ရမှာပဲ။

အချိန်မဆင်းဘဲ အကျိုးပေးတဲ့ မဂ်စိတ်ကို ဖြစ်စေနိုင်တဲ့အ တွက်ကြောင့် ဝိပဿနာတရားဟာလည်း အကာလိကတရားပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်နေခြင်းဟာလည်း အကာလိက အလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အချိန်မဆင်း အကျိုးရမယ့်အလုပ်၊ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးရမယ့် အလုပ်ကို လုပ်နေကြတာပါ။

ဝိပဿနာစိတ် အားကောင်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သတိမေ့လျော့နေလို့ အမှတ်တွေ လွတ်ထားတယ်ပဲထားဦး။ ဝိပဿနာချမ်းသာကို ခံစားချင်တယ်ဆိုရင် မိမိရဲ့ စိတ်ကလေးကို ခန္ဓာမှာ ပို့လိုက်တာနဲ့ ချက်ချင်း ဝိပဿနာချမ်းသာဟာ ထင်ရှားလာတယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာကလည်း ချမ်းသာတစ်မျိုးပါပဲ။ လူအများက လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်တွေသာလျှင် ချမ်းသာလို့ ထင်နေကြတယ်။ အာရုံကာမဂုဏ်တွေသာလျှင် ချမ်းသာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဝိပဿနာဟာလဲ ချမ်းသာတစ်မျိုးပါပဲ။

လောကကြီးမှာ ရှိရှိသမျှ ချမ်းသာတွေကို တူရာတူရာစုလိုက် ရင် တစ်လောကလုံးမှာ ချမ်းသာ(၇)မျိုးပဲရှိတယ်။ (၁) လူ့ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ (၂) နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ (၃) ဈာန်ချမ်းသာ (၄) ဝိပဿနာချမ်းသာ (၅) မဂ်ချမ်းသာ (၆) ဖိုလ်ချမ်းသာ (၇) နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ လို့ ချမ်းသာခုနစ်မျိုးရှိတယ်။

အဲဒီချမ်းသာခုနစ်မျိုးမှာ လူ့ကာမဂုဏ်ချမ်းသာထက် နတ် ကာမဂုဏ်ချမ်းသာက ပိုပြီးတော့ အဆင့်မြင့်တယ်။ ပိုပြီးတော့ ချမ်းသာ တယ်။ နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာထက် ဈာန်ချမ်းသာက၊ ဈာန်ချမ်းသာ ထက် ဝိပဿနာချမ်းသာက၊ ဝိပဿနာချမ်းသာထက် မဂ်ချမ်းသာက၊ မဂ်ချမ်းသာထက် ဖိုလ်ချမ်းသာက၊ ဖိုလ်ချမ်းသာထက် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာက ပိုပြီးတော့ အဆင့်မြင့်တယ်။ ပိုပြီးတော့ ချမ်းသာတယ်။ နောက်နောက် ချမ်းသာက ရှေ့ရှေ့ချမ်းသာထက် ပိုပြီးတော့ အဆင့်မြင့်တယ်။ ပိုပြီးတော့ ချမ်းသာတယ်။

အဲဒီချမ်းသာခုနစ်မျိုးထဲမှာ ဝိပဿနာချမ်းသာဟာ ဈာန် ချမ်းသာထက်လည်း မြတ်တယ်။ နတ်ကာမဂုဏ် ချမ်းသာထက်လည်း မြတ်တယ်။ ဒီတော့ ဝိပဿနာချမ်းသာဟာ ဈာန်ချမ်းသာ၊ နတ်ကာမဂုဏ် ချမ်းသာထက်တောင်မှ အဆင့်မြင့် သေးတယ်။ သာလွန်သေးတယ် ဆိုရင် လူ့ကာမဂုဏ်ထက်ဆိုရင်တော့ အဆပေါင်းများစွာ သာလွန်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအလုပ်ကို တကယ်တမ်း ပေါက်ပေါက်ရောက် ရောက် အားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဝိပဿနာစိတ်ကလေး၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ကလေး မိမိရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေရတာ ဘယ်လောက် ချမ်းသာ တယ်၊ ဘယ်လောက် အရသာရှိတယ်ဆိုတာကို ကိုယ်တိုင် သိကြပါ တယ်။

ဒီတော့ ဝိပဿနာချမ်းသာကို ရယူခွင့်ရရှိနေတဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာ တော်ကြီးနဲ့ တွေ့ကြုံနေပါလျက်နဲ့ နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာနဲ့ပဲ နှိုင်းယှဉ် နှိုင်းယှဉ်၊ ဈာန်ချမ်းသာနဲ့ပဲ နှိုင်းယှဉ် နှိုင်းယှဉ်၊ ဘယ်ချမ်းသာနဲ့ပဲ နှိုင်းယှဉ် နှိုင်းယှဉ်၊ အောက်ဆုံးချမ်းသာ၊ အညံ့ဆုံး ချမ်းသာဖြစ်နေတဲ့ ဘာမဟုတ် တဲ့ လောကီလူ့ကာမဂုဏ်ချမ်းသာလေးကိုပဲ အထင်ကြီးပြီးတော့ အာသာငမ်းငမ်း စွဲလမ်းနေမယ်၊ မလွတ်နိုင်၊ မစွန့်နိုင်ဘဲ ဆုပ်ကိုင်ထားကြမယ်ဆိုရင်တော့ အသိဉာဏ်နည်းရာ ရောက်သွားလိမ့်မယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာချမ်းသာဆိုတာ အခုခံစားချင်ရင် အခု ခံစားလို့ရတဲ့ ချမ်းသာ၊ အကာလိကချမ်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာချမ်းသာ ခံစားနိုင်ဖို့အတွက် သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ ရှုမှတ်ပွားများရတဲ့ အလုပ်ဟာလည်း အကာလိကအလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေအခံဖြစ်တဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထအလုပ်တွေဟာလည်း အကာလိကအလုပ်တွေပါပဲ။

ဒါနအလုပ်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဖူးတဲ့သူဟာ အယုတ်၊ အလတ်၊ အမြတ်မရွေး ဘယ်သူ့ကိုပဲ လှူလှူ၊ လှူတိုင်း လှူတိုင်း စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု ချက်ချင်းရပါတယ်။ ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိ အားကောင်းတာနဲ့အမျှ ဒါနရဲ့အကျိုးကိုလည်း ဒီဘဝမှာပဲ ချက်ချင်း လက်ငင်း ခံစားရပါတယ်။

သီလအလုပ်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဖူးတဲ့သူဟာလည်း ကိုယ့်သီလကိုယ် ဆင်ခြင်တိုင်း၊ ဆင်ခြင်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု ချက်ချင်းရပါတယ်။ သီလတစ်ခု လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်း ပြီးတိုင်း ပီတိတစ်ခု ချက်ချင်းတိုးပွားရပါတယ်။

ဥပမာ၊ ဥပုသ်သီလ စောင့်ထိန်းထားတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ညနေပိုင်းမှာ ဗိုက်ဆာလို့ဆိုပြီး ဥပုသ်ချိုး၊ ထမင်းစားလိုက်မယ်ဆိုရင် ဗိုက်တော့ပြည့်သွားမယ်၊ ပီတိတော့ ဖြစ်မလာနိုင်တော့ပါဘူး။

ဗိုက်ဆာတာ၊ ထမင်းစားချင်တာကို သည်းခံစောင့်ထိန်းပြီး ဥပုသ်မချိုးတဲ့ သူကတော့ ဗိုက်တော့ ဆာချင်ဆာနေမယ်၊ ပီတိကတော့ အကြီးအကျယ်ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်သီလကိုယ် ကျေနပ်အားရတဲ့ ပီတိတွေ အားကြီးပြည့်သိပ်လာရင် ဆာလောင်တာတွေလဲ ပျောက်သွားတာပါပဲ။

သမထအလုပ်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဖူးတဲ့သူဟာ လည်း ကိုယ်ယူနေကျ သမထအာရုံကို ယူလိုက်တာနဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု ချက်ချင်းရပါတယ်။

ဥပမာ၊ ဂုဏ်တော်ပွားနေကျ လူတစ်ယောက်ဟာ အလုပ်တွေဘယ်လောက် ပင်ပန်းနေ ပင်ပန်းနေ၊ “အရဟံ၊ ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား”လို့ သတိရပွားများလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပင်ပန်းမှုတွေ ပြေပျောက်ပြီး ချက်ချင်းလက်ငင်း ကိုယ်ရောစိတ်ပါ သက်သာရာရသွားပါတယ်။ ငြိမ်းအေးချမ်းသာသွားပါတယ်။

မေတ္တာပွားနေကျ လူတစ်ယောက်ဟာ စိတ်တွေဘယ်လောက် ပူလောင်နေ ပူလောင်နေ၊ “သတ္တဝါအားလုံး ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ”လို့ သတိရပွားများလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပူလောင်မှုတွေ ပြေပျောက်ပြီး ချက်ချင်းလက်ငင်း ကိုယ်ရောစိတ်ပါ အေးချမ်းသွားပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒါနအလုပ်၊ သီလအလုပ်၊ သမထအလုပ်၊ ဝိပ သာနာအလုပ်၊ အလုပ်လေးမျိုးလုံးဟာ အချိန်မဆိုင်းဘဲ ချက်ချင်းလက်ငင်းအကျိုးရတဲ့ အကာလိကအလုပ်တွေချည်းပါပဲ။

ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ်၊ ပါရမီဖြစ်အောင်လုပ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ လူမှုစီးပွားမျှော်လင့်ချက်နဲ့ တမလွန်ကောင်းကျိုး တောင့်တချက်တွေကို ဘေးချိတ်ချောင်ထိုးထားလိုက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမျှော်လင့်ချက်နဲ့ အများကောင်းကျိုးတောင့်တချက်တွေကို ရှေ့တန်းတင်ဦးညွှတ်ထားလိုက်ရင် လုပ်သမျှပါရမီဖြစ်ပါပြီ။ ပါရမီမြောက်တဲ့ အလုပ်တိုင်းဟာ လက်ငင်းချမ်းသာတဲ့ အကာလိကအလုပ်တွေပါပဲ။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဆိုတာကတော့ ကာလိ ကချမ်းသာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ အကာလိကချမ်းသာက အချိန်မဆိုင်းဘဲ အကျိုးရတာဆိုတော့ ကာလိကချမ်းသာကျတော့ အချိန်ဆိုင်းမှ အကျိုး ရတာ။ အချိန်စောင့်မှ အကျိုးရတာ။ ဟုတ်တာပေါ့။ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေ အခု ခံစားချင်ရင် အခုချက်ချင်း ခံစားလို့ရတယ်မှမရှိဘဲ။ ခံစားချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း အလိုအလျောက် ခံစားရတယ်ဆို တာ မရှိဘူး။ ဆိုပါတော့၊ အခုတိုင်နေရင်းနဲ့ သီချင်းလေး တစ်ပုဒ် နားထောင်ချင်တယ်ဆိုပါတော့၊ ကိုယ်က သီချင်းနားထောင်ချင်လိုက်တာလို့ သီချင်းနားထောင်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးဖြစ်တာနဲ့ သီချင်းသံက နားထဲမှာ အလိုအလျောက် ကြားမလာပါဘူး။

ကက်ဆက်ရှိရာကို သွားရဦးမယ်၊ မီးကြီးကိုတပ်ရဦးမယ်၊ ကက်ဆက်ခွေကို ထည့်ပြီးတော့ ဖွင့်ရဦးမယ်၊ အဲဒီနား ကိုယ်နားထောင် ချင်တဲ့ အခွေကလည်း အဆင့်သင့်ရှိဦးမှ၊ မရှိရင် အဲဒီအခွေ သွားပြီးတော့ ဝယ်ရဦးမယ်၊ ဝယ်ဖို့အတွက်လည်း ပိုက်ဆံရှိရဦးမယ် စသည်အားဖြင့်. . . .

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ခံစားချင်တဲ့ စိတ် ဖြစ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းခံစားရတဲ့ ချမ်းသာမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။ အချိန်ယူရတဲ့ချမ်းသာ၊ အချိန်ဆိုင်းရတဲ့ချမ်းသာပါ။

ဆိုပါတော့၊ ခပ်ရိုင်းရိုင်းလေး ဥပမာပေးရရင် ကလေးငယ် တစ်ယောက်က အိမ်ထောင်ပြုပြီးတော့ အိမ်ထောင်ရေးချမ်းသာ ခံစားချင်တယ်ဆိုလို့ အဲဒီစိတ်ကလေးဖြစ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းခံစား လို့မှ မရဘဲ။ အသက်အရွယ်အားဖြင့်လည်း ပြည့်စုံအောင်၊ ငွေကြေးဥစ္စာ၊ အလုပ်အကိုင် စသည်အားဖြင့်လည်း ပြည့်စုံတဲ့အချိန်ထိရောက်အောင် အချိန်တွေ စောင့်ရတယ်။

ကလေးဆိုတာ အသာထားလိုက်ပါဦး၊ အရွယ်ရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပင်ဖြစ်စေကာမူ အချိန်စောင့်ရပါတယ်။

အိမ်ထောင်ကလည်း ပြုချင်တယ်၊ ပြုရမယ့်အရွယ်ကလည်း ရောက်နေပြီ၊ ရောက်ရုံမကဘူး၊ လွန်နေပြီ၊ မိမိအိမ်ထောင်ပြုရမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း ရှိနေတယ်၊ နှစ်ဘက် မိဘကလည်း သဘောတူပြီးသား။ ဒါပေမဲ့လို့ အိမ်ထောင်ပြုလို့ မဖြစ်သေးဘူး၊ အချိန်တွေ စောင့်လိုက်ရတာ။

အိမ်ထောင်တစ်ခုထူထောင်နိုင်တဲ့ ငွေကြေးပမာဏ၊ အလုပ် အကိုင်စတဲ့ အနေအထားတွေနဲ့ ပြည့်စုံအောင် အချိန်တွေ စောင့်လိုက်ရတာ။ တချို့ဆို ပြည်တွင်းမှာ အလုပ်လုပ်ရုံနဲ့တင် မပြီးဘဲ ပြည်ပမှာ သွားပြီးတော့ ပင်ပင်ပန်းပန်း အလုပ်လုပ်ရင်း မိမိခံစားချင်တဲ့ ချမ်းသာ အတွက် အချိန်စောင့်ရပါတယ်။

ဒီတော့ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ အချိန်တွေနဲ့ အများကြီး ရင်းနှီးပြီးတော့မှ အချိန်ဆိုင်းပြီးမှ ရတဲ့ချမ်းသာမို့ ဘာမှ မက်မောလောက်စရာ မရှိပါဘူး။

အခုထမင်းစားချင်တယ်ဆိုလို့ ပါးစပ်ထဲ ထမင်းက အလို အလျောက် ရောက်မလာဘူး၊ ထမင်းစားချင်တဲ့စိတ်ဖြစ်ဖြစ်ချင်း ထမင်း က ရောက်မလာဘူး။ ချက်ပြီးပြုတ်ပြီးသားပင်ဖြစ်စေကာမူ နူးရ၊ ခပ်ရဦးမယ်။ နူးပြီးခပ်ပြီးတော့လည်း လက်ဆေးရဦးမယ်၊ ဇွန်းခက်ရင်း တွေ ဆေးကြောရဦးမယ်၊ ပြီးတော့ ထမင်းလုပ်တွေ ပြင်ရဦးမယ်၊ ယူရ ဦးမယ်၊ ခွဲရဦးမယ် စသည်ဖြင့် အချိန်တွေ အများကြီး စောင့်ရတယ်။

နူးပြီး၊ ခပ်ပြီးသားတောင်မှ အချိန်စောင့်ရတယ်။ နူးပြီး၊ ခပ်ပြီး၊ အသင့်ချက်ပြီး၊ ပြုတ်ပြီး အဆင့်ရောက်ဖို့ဆိုတာကလည်း ဆန်တို့ ဟင်းချက်စရာတို့ ဝယ်ရဦးမယ်၊ အဲဒီလို ဝယ်နိုင်ဖို့အတွက်ကလည်း ပိုက်ဆံရှိရမယ်၊ ပိုက်ဆံရှိဖို့ ပိုက်ဆံရှာရဦးမယ်။

ထမင်းလုတ်လေးတစ်လုပ် စားဖို့အတွက်. . . .

ဒီထမင်းစားတယ်ဆိုတာလည်း သာယာတဲ့စိတ်နဲ့ စားရင် ဒါဟာ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားတာပါပဲ။

ကာမဂုဏ်ဆိုတာ (၁) အဆင်း (၂) အသံ (၃) အနံ့ (၄) အရသာ (၅) အထိအတွေ့လို့ ငါးမျိုးရှိပါတယ်။ အများစုကတော့ “ကာမဂုဏ်” လို့ဆိုလိုက်ရင် ဟိုတစ်ခုကိုပဲ သွားပြီးမြင်တတ်ကြတယ်။

ဒီတော့ ထမင်းတည်းဟူသော ကာမဂုဏ်လေးခံစားဖို့အတွက်ကို အချိန်တွေ အများကြီး ယူရတယ်။ အချိန်တွေ အများကြီး စောင့်ရတယ်။ တခြားတခြားသော ခံစားစရာ ကာမဂုဏ်တွေကိုလည်း ချဲ့ထွင် ပြီး သိကြပါတော့။

ဒီတော့ လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဆိုတာ အချိန် စောင့်မှ အကျိုးရတဲ့အတွက်ကြောင့် ကာလိကတရားတွေပါ။ ဘာမှ အနှစ်သာရမရှိပါဘူး။ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာအတွက် အလုပ်လုပ်နေတာ ဟာလည်း ချက်ချင်းအကျိုးမရ၊ အချိန်ဆိုင်းမှ အကျိုးရမယ့်အလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းပါပဲ။ ချက်ချင်းအကျိုးမရတဲ့ အလုပ်ကို လုပ်နေရတော့ အလုပ်လုပ်ရတာ ပင်ပန်းတာပေါ့။

### အသေလွတ်သောချမ်းသာ၊ မကုန်ပျက်သောချမ်းသာ

တစ်နည်းအားဖြင့် ကာလိက၊ အကာလိကအခွဲကတော့ “သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်နိုင်တဲ့ချမ်းသာကို အကာလိကချမ်းသာ၊ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့ချမ်းသာကို ကာလိကချမ်းသာ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဟာ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့ချမ်းသာတွေပဲ။

ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာမပါဘဲ ကာမဂုဏ်အာရုံခံစားမှုသက်သက်နဲ့ သေခြင်းတရားက လွန်မြောက် သွားတယ် ဆိုတာမရှိပါဘူး။ သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်တယ်ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော်မှောက်ပြုတာကို ပြောတာပါ။

အာရုံကာမဂုဏ်ခံစားမှုနဲ့ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင် တဲ့အပြင် အာရုံကာမဂုဏ်တွေအပေါ်မှာ စွဲလမ်းတဲ့စိတ်နဲ့ သေသွားမယ် ဆိုရင် အပါယ်လေးပါးကိုတောင်မှ ကျရောက်နိုင်ပါသေးတယ်။

အာရုံကာမဂုဏ်တွေကို ရှာဖွေတဲ့နေရာမှာ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်တွေ ပြုလုပ်ခဲ့မယ်၊ မတရားတဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်ခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီအမှုတွေအတွက် အပါယ်လေးပါးမှာ ဒုက္ခအကြွေးတွေ ဆပ်ကြရမှာပါပဲ။

အာရုံကာမဂုဏ်ခံစားမှုဟာ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက် နိုင်တဲ့ချမ်းသာပါ။ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေအတွက် လုပ်နေတဲ့အလုပ် အားလုံးဟာလည်း သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့အလုပ်၊ အသေ မလွတ်နိုင်တဲ့အလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာဆိုတာကတော့ သေခြင်း တရားကို လွန်မြောက်နိုင်တဲ့ ချမ်းသာပါ။

အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရပြီးတော့ ရဟန္တာဖြစ်သွား ပြီဆိုရင်တော့ ဒီဘဝပဲ သေရတော့မယ်။ နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာတွေ အသစ်ထပ်ပြီး မဖြစ်တော့တဲ့အတွက်ကြောင့် သေခြင်းတရားကနေ အပြီးတိုင် လွန်မြောက်သွားပြီ၊ ဘယ်တော့မှ မသေရတော့ဘူး။

သေတယ်ဆိုတာ ဘဝခန္ဓာရှိလို့ သေရတာပါ။ ဘဝခန္ဓာဆိုတဲ့ အပင်ပေါက်ရတာကလည်း ကုသိုလ်ကံ၊ အကုသိုလ်ကံ ဆိုတဲ့ စေတနာ မျိုးစေ့မှာ တဏှာဆိုတဲ့ အစိုဓာတ်၊ အစေးဓာတ်ရှိနေလို့ ပေါက်ရတာပါ။

စေတနာမျိုးစေ့မှာ ပူးကပ်နေတဲ့ တဏှာအစိုအစေးကို အရ ဟတ္တမဂ်မီးနဲ့ ခြောက်သွေ့ကျွမ်းမြေ့သွားအောင် ရှိမြိုက်လိုက်နိုင်ပြီဆိုရင် စေတနာမျိုးစေ့ဟာ ဘဝခန္ဓာအပင်ကို မပေါက်စေနိုင်တော့ပါဘူး။ ဘဝ ခန္ဓာအပင်မပေါက်ရင် သေခြင်း တရားနဲ့လည်း ဆုံဆည်းစရာ အ ကြောင်း မရှိတော့ဘူးပေါ့။

သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်အစရှိတဲ့ အောက်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေဆို ရင်တော့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ပင်ဖြစ်စေကာမူ ဘဝအသစ်တွေ ထပ်ဖြစ်ဦးမှာမို့လို့ သူတို့လည်း သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်ကြသေးဘူး။ ဒါပေမဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်တော့ သေရမယ့် ဘဝအပိုင်းအခြား၊ အကန့်အသတ် ရှိသွားပြီဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် သူတို့ကို မသေတော့မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်တွေလို့ပဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ဒီတော့ မဂ်စိတ်ဖြစ်မှ သေခြင်းတရားက လွန်မြောက်နိုင်မှာ ဆိုတော့၊ မဂ်စိတ်ဆိုတာကလည်း ဝိပဿနာစိတ်ရှိမှ ဖြစ်နိုင်တာဆို တော့ ဝိပဿနာအလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းဟာ သေခြင်းတရားကို လွန် မြောက်နိုင်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းပါ။

ဝိပဿနာချမ်းသာဟာလဲ အကာလိကချမ်းသာပါပဲ။

ဝိပဿနာအလုပ်ဟာ အသေလွတ်တဲ့အလုပ်ဖြစ်သလို ဝိပဿနာရဲ့အခြေအရံဖြစ်တဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ အလုပ်တွေ ဟာလည်း နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ခဲ့ရင် အသေလွတ်တဲ့အလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်တစ်နည်းအားဖြင့်လည်း သေခြင်းဆိုတာ ပျက်စီးခြင်းပါပဲ။ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဆိုတာက ပျက်စီးသွား မယ့်ချမ်းသာတွေပါ။ လောကုတ္တရာချမ်းသာကတော့ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးနိုင်တဲ့ ချမ်းသာပါ။

တစ်ခါရှာထားတဲ့ အာရုံကာမဂုဏ်ဟာ အမြဲတမ်း တည်တဲ့ ပြီးတော့ ထာဝရ တည်မြဲနေတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ တစ်ခါ ခံစားပြီးတော့ ကုန်သွားတယ်၊ ကုန်သွားတဲ့အတွက်ကြောင့် နောက်ထပ် ခံစားဖို့အတွက် ရှာဖွေရတယ်။ တစ်ခါရှာလို့ရထားတဲ့ ပိုက်ဆံ တစ်သက်လုံး သုံးမကုန် တော့တဲ့အတွက် နောက်ထပ်ရှာစရာ မလိုတော့ဘဲ အေးအေးဆေးဆေး ငြိမ်နေရတယ်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။

ရှာလို့ရရင်း၊ ရလို့သုံးရင်း၊ သုံးလို့ကုန်ရင်း၊ ကုန်လို့ရှာရင်းနဲ့ အရှာသံသရာလည်လို့ မဆုံးတော့ပါဘူး။ ရှာလို့ရသမျှ သုံးလို့ကုန် သွားတဲ့အတွက် ရှာပြီးရင်းရှာရင်း ဖြစ်နေရပါတယ်။

ကုန်ပျက်သွားမယ့် ကာမဂုဏ်ချမ်းသာအတွက် လုပ်နေရတဲ့ အလုပ်ဟာလည်း ကုန်ပျက်သွားမယ့်အလုပ်ပါပဲ။ ကုန်ပျောက်ပျက်စီး သွားမယ့် ချမ်းသာတွေအတွက် ကုန်ပျောက်ပျက်စီးမယ့် အလုပ်တွေ လုပ်နေရတာ တကယ်တွေးကြည့်ရင် ဝမ်းနည်းစရာအလွန်ကောင်းပါ တယ်။

မဂ်စိတ်ကတော့ တစ်ကြိမ်ဖြစ်ပြီးသွားရင် မတည်မြဲဘဲ ကုန် ပျောက်ပျက်စီးသွားတယ်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ သောတာပန် ဖြစ်ပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က သောတာပန်အဖြစ်ကနေ လျှောကျသွားလို့ သောတာပတ္တိမဂ် ဖြစ်အောင် ထပ်ကျင့်ရတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။

မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားများဟာ ဘယ်တော့မှ မကုန်ပျက်နိုင်တဲ့တရားပဲ။ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ များဟာ ဘယ်တော့မှ မကုန်ပျက်နိုင်တဲ့ ချမ်းသာပဲ။

မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရားတွေက နာမ်တရားတွေဖြစ်လို့ ကုန် ပျက်တတ်တဲ့ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေရဲ့ သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်လိုက်ပျက် လိုက်နဲ့ ကုန်ပျက်နေတာပါပဲ။ မဂ်ပိုင်ရှင်၊ ဖိုလ်ပိုင်ရှင် သေလွန်သွား တဲ့အခါမှာလည်း ကုန်ပျက်သွားမှာပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ ဈာန်ရသူတွေ ဈာန်လျှော့သလို မဂ်ဖိုလ်ရသူတွေ မဂ်ဖိုလ်လျှော့သွားတယ်ဆိုတာမျိုး မရှိတာရယ်၊ ဘယ်တော့မှ ကုန်ပျောက် ပျက်စီးမသွားနိုင်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက်မှောက်ပြု သိမြင်ခံစားနိုင် တာရယ်ကြောင့် မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ တွေကို အကာလိကချမ်းသာလို့ပဲ ခေါ်ရပါတယ်။

တကယ်တမ်း ဘယ်တော့မှ မကုန်ပျက်နိုင်တဲ့ ချမ်းသာကတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာပါ။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဟာ ဘယ်တော့ဆို ဘယ်တော့မှ ကုန်ပျောက်ပျက်စီးခြင်းမရှိ၊ အစဉ်ထာဝရ တည်မြဲနေတယ်ဆိုတာကို အသေအချာ အလေးအနက် တွေးကြည့်ရင် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာလောက် လိုချင်စရာ ကောင်းတဲ့ချမ်းသာလောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို အနှိုင်းမဲ့ချမ်းသာလို့ တင်စားရပါတယ်။

ဘယ်တော့မှ ကုန်ပျောက်ပျက်စီးခြင်းမရှိတဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအတွက် လုပ်နေရတဲ့ ဝိပဿနာအလုပ်ဟာ အကာလိက အလုပ်ပါ။ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေအရံဖြစ်တဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထအလုပ်တွေဟာလည်း နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်မယ်ဆိုရင် အကာလိက အလုပ်တွေပါ။

ကုန်ပျက်သွားမယ့် ချမ်းသာတွေအတွက် အလုပ်လုပ်နေရ တာဟာ ဘာမှအနှစ်သာရမရှိဘူး။ မကုန်ပျက်မယ့် ချမ်းသာအတွက် အလုပ်လုပ်နေရတာသာ အနှစ်သာရပဲလို့ အဲဒီလိုသဘောပေါက်ကြ မယ်ဆိုရင် “မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ” ဆိုတဲ့ မေးခွန်းအတွက် အဖြေ ထွက်လာနိုင်တာပါ။

မိမိကိုယ်တိုင်က သေရခြင်းသဘောရှိပါလျက်၊ ကုန်ပျက်ရ ခြင်းသဘောရှိပါလျက် သေမယ့်သဘော၊ ကုန်ပျက်မယ့် သဘောကိုသာ ရှာဖွေနေခဲ့မယ်ဆိုရင် အဲဒီရှာဖွေခြင်းဟာ မမြတ်သော ရှာဖွေခြင်း၊ နိမ့်ကျ ညံ့ဖျင်းသော ရှာဖွေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရား က မလွတ်မြောက်နိုင်လို့ပါ။

မိမိကိုယ်တိုင်က သေရခြင်းသဘောရှိပေမယ့်၊ ကုန်ပျက်ရခြင်း သဘောရှိပေမယ့် သေခြင်းကင်းတဲ့သဘော၊ ကုန်ပျက်ခြင်းကင်းတဲ့ သဘောကို ရှာဖွေနေခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီရှာဖွေခြင်းကို မြတ်သော ရှာဖွေခြင်း၊ အထက်တန်းကျ အဆင့်မြင့်သော ရှာဖွေခြင်းလို့ ခေါ်ဆိုနိုင် ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရားက လွတ်မြောက်နိုင်လို့ပါ။

### မသေချင်ရင်အသက်ရှူပါ

လောကမှာ သေချင်တဲ့လူရယ်လို့ တစ်ယောက်မှ ရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ “ငါသေသွားရင် ကောင်းမှာပဲ” “ငါမြန်မြန်သေသွားရင် အေးမယ်” စသည်အားဖြင့် ပြောတတ်ကြပေမယ့် ပြောတဲ့သူကိုယ်တိုင် တကယ်တော့ မသေချင်ပါဘူး။ စကားအရသာ ပြောနေတာပါ။ ဘယ် တော့မှ မသေနိုင်တဲ့အဖြစ်မျိုး ရှိမယ်ဆိုရင် အဲဒီ အဖြစ်မျိုးကို လူတိုင်း လိုချင်ကြမှာပါ။

သေမှာကြောက်တဲ့လူသားများအတွက် ဘယ်တော့မှ မသေ နိုင်တဲ့ နည်းလမ်းလေးတစ်ခု ပေးချင်ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ “မသေချင် ရင် အသက်ရှူပါ” ဆိုတဲ့ နည်းလမ်းပါ။

“မသေချင်ရင် အသက်ရှူပါ” ဆိုလိုက်တော့ . . . .

“လူတိုင်း အသက်ရှူနေလို့ မသေတာဘဲ မဟုတ်လား၊ အ သက်ရှူနေမှတော့ သေပါဦးမလား၊ အသက်ရှူရင် မသေဘူးဆိုတာ ဦးဇင်းပြောမှလား၊ မသေဖို့အတွက် တမင်လုပ်ပြီး အသက်ရှူဖို့ လိုသေးလို့လား၊ သူ့အလိုလို အသက်က ရှူနေတာပဲမဟုတ်လား” လို့ မေးစရာရှိ ပါတယ်။

ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာ မသေဖို့အတွက် အသက်ရှူခိုင်းတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာကတော့ ခန္ဓာရဲ့ သဘာဝအတိုင်း သေရမှာပါ။ နောင်ဘယ်တော့မှ မသေဖို့ သေတတ်တဲ့ သဘောတရားတွေ ဘယ်တော့မှ မရဖို့ သေခြင်းတရားကနေ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်သွားဖို့ အသက်ရှူခိုင်းတာပါ။

ဘယ်တော့မှ မသေနိုင်တဲ့ နေရာဟာ နိဗ္ဗာန်ပါ။ နိဗ္ဗာန်ကိုခန္ဓာအကြွင်းမဲ့မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပြီဆိုရင် ဘယ်တော့မှ မသေတော့ပါဘူး။ သေတယ်ဆိုတာ ဘဝခန္ဓာရှိလို့ သေရတာပါ။ နိဗ္ဗာန်မှာ ဘဝခန္ဓာ လုံးဝမရှိ၊ ချုပ်ငြိမ်းနေတဲ့အတွက် သေစရာအကြောင်း လုံးဝ မရှိတော့ ပါဘူး။

သေခြင်းကင်းတဲ့ ချမ်းသာလောက် ချမ်းသာတာ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် သေခြင်းကင်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လောက လွန်ချမ်းသာလို့ ခေါ်ရပါတယ်။ ချမ်းသာအားလုံးတို့ရဲ့ အထွတ်အထိပ် အတုမဲ့ချမ်းသာကြီး ဖြစ်ပါတယ်။

ဘဝခန္ဓာမရှိရင် ချမ်းသာသုခလည်း ဘယ်ရှိပါ့မလဲလို့ ဉာဏ် မမီသူတွေ ထင်မြင်နေကြပေမယ့် ခန္ဓာရှိချမ်းသာထက် ခန္ဓာမဲ့ချမ်းသာက အဆပေါင်းများစွာ မနှိုင်းယှဉ်သာအောင် အဆင့်မြင့်မားလွန်းလှ ပါတယ်။

ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဟာ ဆင်းရဲတုံး၊ ဆင်းရဲခဲအစုမျှသာဖြစ်တယ်ဆို တာရယ်၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာအားလုံးရဲ့ လမ်းဆုံးပန်းတိုင်ဟာ သေခြင်းတရား ဖြစ်တယ်ဆိုတာရယ်ကို အလေးအနက် သဘောပေါက်နားလည်လာ ရင် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရဲ့ အသေလွတ်ချမ်းသာကို တန်ဖိုးထားတတ်လာ မှာပါ။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အသေလွတ်ချမ်းသာကို လိုချင်ရင်၊ အဖြောင့်ပြောတော့ . . . . မသေချင်ရင် . . . အသက်ရှူပါမယ်။ “အသက်ရှူရမယ်” လို့ ဆိုလိုက်တော့ အသက်ရှင်နေတဲ့ လူတိုင်း အသက်ရှူနေတာပဲ မဟုတ်လားလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။

ပုံမှန်ရှုနေတဲ့ အသက်ရှူခြင်း၊ ကိုယ့်ရဲ့ကြောင့်ကြအားထုတ်မှု မပါဘဲ သူ့အလိုအလျောက် သဘာဝအတိုင်းရှုနေတဲ့ အသက်ရှူခြင်းကို ဆိုလိုတာမဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်အာရုံစိုက်ပြီး သတိတရားပါပါ။ အသိ တရားသာသာနဲ့ ရှုတဲ့ အသက်ရှူခြင်း၊ ကိုယ့်ရဲ့အားထုတ်မှုပါတဲ့ အသက်ရှူခြင်းကို ဆိုလိုတာပါ။

“အသက်ရှူရမယ်” ဆိုတာ “သတိပညာသွင်းပြီး ရှုရမယ်” လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ တစ်နည်းပြောရရင်တော့ “အမှတ်သတိနဲ့ အသက် ရှုရမယ်” လို့ဆိုလိုပါတယ်။ အလွယ်ကူဆုံးနဲ့ အရှင်းဆုံးပြောရရင်တော့ “သတိထားပြီး အသက်ရှူရမယ်” လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိထားပြီး ဘယ်လို အသက်ရှူမလဲ။

အသက်ရှူသွင်း၊ ရှုထုတ် လုပ်လိုက်လို့ နှာသီးဝ၊ သို့မဟုတ် အထက်နှုတ်ခမ်းဖျား လေထိသွားတဲ့နေရာမှာ စိတ်ကို သတိကို ကပ်ထားပြီး လေဝင်ရင် ‘ဝင်တယ်’ ၊ လေထွက်ရင် ‘ထွက်တယ်’ လို့ ရှုမှတ်ပြီး အသက်ရှူရပါမယ်။

လေဝင်သွားတဲ့အခါ နှာသီးဝကို ထိပြီး ဝင်သွားပါတယ်။ထိတဲ့နေရာလေးမှာ စိတ်ကို သတိကို ကပ်ထားပြီး ‘ဝင်တယ်’လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ အတွင်းဝင်သွားတဲ့ လေကြောင်းနောက် စိတ်မလိုက်ရပါဘူး။ လိုက်ရင် အတွင်းယုံလွင့်မှု ဖြစ်ပါတယ်။

လေထွက်သွားတဲ့အခါ နှာသီးဝကို ထိပြီးထွက်သွားပါတယ်။ ထိတဲ့နေရာလေးမှာ စိတ်ကို သတိကို ကပ်ထားပြီး ‘ထွက်တယ်’လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ အပြင်ထွက်သွားတဲ့ လေကြောင်းနောက် စိတ်မလိုက် ရပါဘူး။ လိုက်ရင် အပြင်ယုံလွင့်မှု ဖြစ်ပါတယ်။

လေဝင်တဲ့အခါမှာရော၊ လေထွက်တဲ့အခါမှာရော နှာသီးဝ လေထိတဲ့နေရာ တစ်နေရာတည်းမှာပဲ စိတ်ကို ကပ်ထားရပါမယ်။ လေသွားရာ လမ်းကြောင်းတစ်လျှောက် စိတ်မလိုက်ရပါဘူး။

အတွင်းဆိုရင် ဝမ်းဗိုက်အထိ၊ အပြင်ဆိုရင် လေဟာနယ်အထိ အဲဒီလို နေရာတွေ လိုက်ရွှေ့ပြီး မရှုမှတ်ရပါဘူး။ နှာသီးဝ အပံဖျားတစ် ထောက်စာ လေထိတဲ့နေရာလေးတစ်ခုတည်းမှာပဲ စိတ်ကို ကပ်ထားပြီး ရှုမှတ်ရပါမယ်။ ဒါဟာ နည်းမှန်လမ်းမှန် ရှုမှတ်နည်းပါပဲ။

“ဝင်လေဝင်တိုင်းထိ၊ ထိတိုင်းသိ၊ ထွက်လေထွက်တိုင်းထိ၊ ထိ တိုင်းသိ” ဒါဟာ ရှုမှတ်နည်းအကျဉ်းချုပ်ပါပဲ။

သတိထားပြီး အသက်ရှူတာကိုပဲ အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန် တရား ပွားများတယ်။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်တယ် လို့ ဆိုရ ပါတယ်။ အာနဆိုတာ ဝင်လေ၊ အပါနဆိုတာ ထွက်လေ၊ ဝင်လေထွက် လေကို သတိထားပြီး အသက်ရှုတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း၊ ဒီလို ခေါ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေဟာ ထိုင်နေတဲ့အချိန်မှာသာ ရှိတာ မဟုတ် ပါဘူး။ သွားနေ၊ ရပ်နေ၊ လျောင်းနေတဲ့အချိန်တွေမှာလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ထိုင်ရင်းနဲ့လည်း ရှုမှတ်လို့ရသလို သွားရင်း၊ ရပ်ရင်း၊ လျောင်းရင်းနဲ့လဲ ရှုမှတ်လို့ရပါတယ်။

သီးသန့်အချိန်ယူပြီး ထိုင်မှတ်၊ သွားမှတ်၊ ရပ်မှတ်၊ လျောင်း မှတ်ရင်တော့ ဝင်-ဝင်တယ်၊ ထွက်-ထွက်တယ်လို့ မှတ်ရပါမယ်။ သွား ရင်းလာရင်း၊ လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း၊ ပြောရင်းဆိုရင်း၊ စားရင်းသောက်ရင်း၊ ရှုမှတ်ရင်တော့ ဝင်တယ်၊ ထွက်တယ် ဆိုတာတွေ ထည့်မှတ်မနေတော့ဘဲ ဝင်ထိ၊ ထွက်ထိ သဘောလေးကို သိနေရင် လုံလောက်ပါတယ်။

အမြဲရှိနေတဲ့ ဝင်လေ၊ ထွက်လေကို အမြဲသိနေအောင်ကြိုးစား ကြံဖို့ တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။ အလေ့အကျင့်လည်း လုပ်ထားမယ်။ သတိ လည်း ထားမယ်ဆိုရင် နောက်တော့ အခက်အခဲမရှိပါဘူး။ အလွယ်တကူနဲ့ ဖြစ်သွားမှာပါ။

အသက်ရှင်နေတဲ့လူတိုင်း အသက်ရှူနေတာမို့ အသက်ရှူတိုင်း သတိ၊ ပညာသွင်းပြီး ရှုမယ်ဆိုရင် အသက်ရှင် နေစဉ်မှာလည်း စိတ်ချမ်းသာငြိမ်းအေးမှု အထူးအဆင့်မြင့်စွာ ရရှိနိုင်သလို တရားထူး တရားမြတ်ရသွားရင်လဲ သေခြင်းတရားမှ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက် သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် တိုက်တွန်းချင်တာက . . . . .

မသေချင်ရင် အသက်ရှူပါ။ စိတ်ချမ်းသာချင်ရင် အသက် ရှူပါ။ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်မှုရချင်ရင် အသက်ရှူပါ။ လောကချမ်း သာကို အပြည့်ဝဆုံး ခံစားချင်ရင် အသက်ရှူပါ။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အနှိုင်းမဲ့ ချမ်းသာကို ဒီဘဝမှာတင် အမြန်ဆုံး မျက်မှောက်ပြုချင်ရင် အသက် ရှူပါ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို မသိနားမလည်သူတွေက သမထကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ ထင်မှတ်စွပ်စွဲကြပါတယ်။ သူတို့ ထင်မှတ်စွပ်စွဲသလို မဟုတ်ပါဘူး။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ သမထ၊ ဝိပဿနာ စွယ်စုံရတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကြီးပါ။ သမထလို ရှုရင် သမထဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာလို ရှုရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေ လေကြောင်းနောက်ကို လိုက်ပြီး ပုံသဏ္ဍာန်နိမိတ်၊ အရိပ်အယောင်တွေကို ရှုနေရင် သမထဖြစ်ပါတယ်။ လေနောက်ကို မလိုက်ဘဲ နှာသီးဝ လေထိရာ တစ်နေရာတည်းကနေ ထိမှုသဘော၊လှုပ်ရှားတွန်းကန်မှုသဘောကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာရေးသုံးပါး ထင်ရှားလာအောင် ရှုနေရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

အာနာပါနဿတိသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က “အာနာပါ နကို ရှုပွားရင် သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးလုံး ရှုပွားပြီးသား ဖြစ်တယ်။ သတိ ပဋ္ဌာန်လေးပါးရှုပွားရင် ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါးကိုလည်း ပွားများပြီးသား ဖြစ် တယ်။ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါးကို ပွားများရင် အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ဆိုက်ရောက်နိုင်တယ်” လို့ မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ရဟန္တာအထိဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

သုတ္တန်တစ်ခုမှာဆိုရင် အာနာပါနရှုပွားတဲ့သူဟာ တစ်ထိုင် တည်းနဲ့တောင် ရဟန္တာဖြစ်နိုင်တယ်လို့ မိန့်ကြားတော် မူထားပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့ ဖြတ်လမ်း၊ နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့လမ်းတို့လို့ ရှေးသူဟောင်းတွေ မိန့်ဆိုတော် မူကြပါတယ်။ ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးကဆို အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို “သက်ဦးဆံပိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း” လို့တောင် တခမ်းတနား ချီးမွမ်းဂုဏ်တင်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်တိုင်းရဲ့ လက်သုံးကမ္မဋ္ဌာန်းကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားရှင်တိုင်း၊ ဘုရားရှင်တိုင်းဟာ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပဲ ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ် ရှုပွားရင်းနဲ့ ဘုရား ဖြစ်တော်မူကြပါတယ်။ တခြားကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်တဲ့ ဘုရားရယ်လို့ တစ်ဆူမှ မရှိပါဘူး။ ရှေးကလည်း ဘယ်တုန်းကမှ မရှိခဲ့ပါဘူး။ အခု လည်း လုံးဝ မရှိပါဘူး။ နောင်လည်း ဘယ်တော့မှရှိမှာမဟုတ်ပါဘူး။

ဒီအချက်ကိုက အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ဘယ်လောက် ကြီး ကျယ်မြင့်မြတ်တယ်၊ ဘယ်လောက် ထိပ်တန်းအကျဆုံး ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို ဖော်ပြနေပါတယ်။

ဝင်လေပြန်မထွက်တော့တဲ့အချိန်၊ ထွက်လေပြန်မဝင်တော့ တဲ့အချိန်ဟာ သေတဲ့အချိန်ပါပဲ။ ဒါ့ကြောင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အဆက်မပြတ် ရှင်သန်နေမှုမှာ ဝင်လေထွက်လေက အဓိက ပဓာနကျပါတယ်။

ဝင်သက် ထွက်သက် ဆိုတဲ့အတိုင်း ဘဝတစ်ခုရဲ့အသက်ဟာ ဝင်လေထွက်လေဖြစ်လို့ ဝင်လေ၊ ထွက်လေကို သတိကပ် ရှုမှတ်ရတဲ့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာလည်း ဝိပဿနာယောဂီတိုင်းရဲ့ “အသက် သွေးကြောကမ္မဋ္ဌာန်းကြီး” ဖြစ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ရုပ်နာမ်ရဲ့ သဘောသဘာ ဝတွေကို ပိုင်နိုင်သွားရင် ကျန်တဲ့ရုပ်နာမ်အားလုံးရဲ့ သဘောသဘာဝ တွေကိုပါ ပိုင်နိုင်သွားတာမို့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို “အညှာကိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်း” လို့လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

အိပ်ချိန်၊ နိုးချိန်၊ အချိန်တိုင်းမှာ ထင်ရှားနေတဲ့အတွက် ရှုမှတ် ရတာလည်းလွယ်ကူ၊ မရပ်မနားလည်း အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်နိုင်တာ ကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး အားထုတ်တာဟာ လူအများစုအတွက် အသင့်တော်ဆုံးပါပဲ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှာသီးဝ လေထိရာအရပ် သတိကပ်ရှုမှတ်တဲ့ ဝိပဿနာနည်းလမ်းနဲ့ အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် အားထုတ်နိုင်ပြီဆိုရင်တော့ သေခြင်းတရားမှ အပြီးတိုင်လွတ်မြောက်ပါပြီ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ရဟန္တာအထိ အမြန်ဆုံးဖြစ်စေနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းစစ်စစ်ဖြစ်တယ် ဆိုတာကို အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ပြီး ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ကြဖို့ အထူးတိုက်တွန်းလိုက်ပါရစေ။

နေ့စဉ်ဘဝရဲ့ လူမှုကိစ္စ၊ အိမ်မှုကိစ္စတွေကို လုပ်နေရင်းနဲ့လဲ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်လို့ရပါတယ်။ အလုပ်လုပ်နေရင်းနဲ့တစ်စက္ကန့်ရရင် တစ်စက္ကန့်၊ တစ်မိနစ်ရရင် တစ်မိနစ်၊ ငါးမိနစ်ရရင် ငါးမိနစ် ကြိုးကြားကြိုးကြား အားထုတ်သွားမယ်ဆိုရင် အလုပ်လုပ်ရတာလည်း မပင်ပန်း၊ စိတ်ချမ်းသာ၊ သမာဓိ ဉာဏ်ရင့် သွားတဲ့အခါမှာ လည်း တရားထူးရနဲ့ အင်မတန် ဟန်ကျလှပါတယ်။

အချိန်လည်း မကုန်၊ လူလည်း မပန်း၊ ငွေလည်း မထွက် အင်မတန် တွက်ခြေကိုက်တဲ့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းပါပဲ။ တစ်ချိန်တည်း အလုပ်နှစ်ခုပြီးပါတယ်။ ဝိပဿနာကုသိုလ်ကို အလွယ်တကူ ရယူနိုင်ပြီး မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို အလွယ်တကူ ဆိုက်ရောက်စေနိုင်တာဟာ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းပါပဲ။

### မမှတ်ရင်မနေနိုင်တာကလွဲလို့

မသေခင်မှာ စိတ်ချမ်းသာစွာ နေသွားချင်တာဟာ လူသား တိုင်းရဲ့ ဆန္ဒပါ။ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့၊ တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် ပိုပြီးစိတ်ချမ်းသာလာတဲ့ ဘဝမျိုးကို လူသားတိုင်း ပိုင်ဆိုင်ချင်ကြပါတယ်။

စိတ်ဆင်းရဲစရာမှန်သမျှ၊ စိတ်ပူလောင်စရာမှန်သမျှ လုံးဝ ကင်းရှင်းပြီး စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု အတိအကျတုံ့ဘဝမျိုးကို ဖန်တီး တည်ဆောက်ပေးနိုင်တဲ့နည်းလမ်း ရှိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ သတိပဋ္ဌာန်တရားနဲ့ ဘဝနေနည်းပါပဲ။

သတိပဋ္ဌာန်တရားနဲ့ နေရတာလောက် စိတ်ချမ်းသာစရာ ကောင်းတာလောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ တခြားနည်းနဲ့ စိတ်ချမ်းသာရတာက အပြည့်အဝစိတ်ချမ်းသာမှု မရပါဘူး။ သတိပဋ္ဌာန်နည်းနဲ့ စိတ် ချမ်းသာရတာက အပြည့်အဝ စိတ်ချမ်းသာမှု ရပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သတိပဋ္ဌာန်တရားကြောင့်ရတဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုက ပူလောင်တင်း ကျပ်တဲ့ ငါအစွဲနဲ့ ငါ့ဥစ္စာအစွဲတွေ ကင်းရှင်းလွတ်မြောက်နေလို့ပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဝိပဿနာလမ်းစဉ်ဟာ သတိပြဋ္ဌာန်းပြီး၊ သတိဦးဆောင်ပြီး လုပ်ရတဲ့ အလုပ်ဖြစ်လို့ သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်တရားဟာ အလုပ်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ ဣရိယာပုထ်မရွေး၊ အချိန်မရွေး ကျင့်ကြံအားထုတ်လို့ ရပါတယ်။ ဝိပဿနာရှုမယ့်တရား၊ ရှုပုံရှုနည်းနဲ့ ရှုမယ့်အချိန်၊ နေရာတွေကို အတိုဆုံးနဲ့ အပြည့်စုံဆုံး ဖော်ပြနိုင်အောင်ခုလို့ ဆောင်ပုဒ်နှစ်ခု စီထားပါတယ်။

ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်၊ ဖြစ်တိုင်းဟန်၊ ဧကန်မှတ်သိမှု။

အလုပ်နေရာ၊ ဣရိယာ၊ ချိန်ခါမရွေးရှု။

“ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်” ဆိုတဲ့ စကားနဲ့ ဝိပဿနာရှုမယ့် တရားကို ဖော်ပြပါတယ်။ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရား (ကိုယ်အမှုအရာနဲ့ စိတ်အမှုအရာ)ကို ဝိပဿနာရှုကြရပါမယ်။ ရုပ်ထင်ရှားရင် ရုပ်၊ နာမ်ထင်ရှားရင် နာမ်၊ အထင်ရှားဆုံးတစ်ခုကို ရှုကြရပါမယ်။

ရုပ်သက်သက်ပဲ ရှုမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ရုပ်ကိုချည်း မရှုရ ပါဘူး။ နာမ်သက်သက်ပဲ ရှုမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး နာမ်ကိုချည်း မရှု ရပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ရုပ်သက်သက်ရှုရုံ၊ နာမ်သက်သက်ရှုရုံနဲ့ တရားမရနိုင်၊ မဂ်မကျနိုင်လို့ပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ ရုပ်နှစ်ခုသုံးခု၊ နာမ်နှစ်ခုသုံးခု စသည်တို့ကို တစ်ပြိုင်နက်၊ တစ်ပေါင်းတည်း ရှုဖို့တော့ မလိုပါဘူး။ ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်နာမ် တစ်ခုကို ရှုမှတ်ပြီးသိရင် တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို ရှုခြင်း ကိစ္စ၊ သိခြင်းကိစ္စလည်း အလိုလို ပြီးစီးသွားပါတယ်။

ရှုတဲ့ရုပ်နာမ်ကလည်း ဖြစ်ပြီးတဲ့ အတိတ်ရုပ်နာမ်၊ မဖြစ်သေး တဲ့ အနာဂတ်ရုပ်နာမ် မဟုတ်ရပါဘူး။ “ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်” ဆိုတဲ့အတိုင်း လောလောဆယ်ဖြစ်နေဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ်ကိုသာ ရှုရပါမယ်။

အတိတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း ဖြစ်ပြီးသွားလို့ မရှိတော့ပါဘူး။ အနာဂတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း မဖြစ်သေးလို့ မရှိသေးပါဘူး။ မရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်ကို ရှုနေလို့ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

“ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ ” ဆိုတဲ့အတိုင်း လောလောဆယ် ထင်ရှားရှိနေဆဲ ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ်ကို ရှုမှသာ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

“ဖြစ်တိုင်းဟန်” ဆိုတဲ့စကားနဲ့ ဝိပဿနာရှုပုံရှုနည်းကို ဖော်ပြပါတယ်။

ဝိပဿနာ ရှုတယ်ဆိုတာ ပါဠိစကားလုံးတွေ၊ အဘိဓမ္မာ စကားလုံးတွေ၊ စိတ်စေတသိက်သရုပ်တွေကို အထူးအထွေ ကျက်မှတ် ပြီး အဲဒီအတိုင်း လိုက်ရှုနေရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို ကျက်မှတ်ပြီး ရှုနေရင် သုတမယဉာဏ် (တစ်ဆင့်ကြားအသိ)၊ စိန္တာမယဉာဏ်(ကြံတွေးအသိ)ပဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဘာဝနာမယဉာဏ် (ကိုယ်တွေ့အသိ၊ မျက်မှောက်အသိ) မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

လောလောဆယ် ဖြစ်နေတဲ့ ကိုယ်အမှုအရာ(ရုပ်)၊ စိတ် အမှုအရာ (နာမ်)ကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်းလေး ရိုးရိုးရှင်းရှင်း ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဥပမာ၊ ကိုယ်အမှုအရာ(ရုပ်)အနေနဲ့ သွားရင် ‘သွားတယ်’၊ ရပ်ရင် ‘ရပ်တယ်’၊ ထိုင်ရင် ‘ထိုင်တယ်’၊ လျောင်းရင် ‘လျောင်းတယ်’ ကွေးရင် ‘ကွေးတယ်’၊ ဆန့်ရင် ‘ဆန့်တယ်’လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ “ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ” စသည်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား တိုက်ရိုက် ဟောကြားထားတဲ့ ရှုမှတ်နည်းပါပဲ။

စိတ်အမှုအရာ(နာမ်)အနေနဲ့ လိုချင်ရင် ‘လိုချင်တယ်’၊ တပ် မက်ရင် ‘တပ်မက်တယ်’၊ စိတ်ဆိုးရင် ‘စိတ်ဆိုးတယ်’၊ တွေးရင် ‘တွေးတယ်’၊ ပျင်းရင် ‘ပျင်းတယ်’ လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ “သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ ” စသည်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား တိုက်ရိုက်ဟောကြားထားတဲ့ ရှုမှတ်နည်းပါပဲ။

နေ့စဉ်သုံးစွဲနေကျ၊ အမြဲခေါ်ဝေါ်နေကျ စကားလုံးအတိုင်း ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဆောင်ပုဒ်ထဲမှာပါတဲ့ “အလုပ်”ဆိုတာ အလုပ်မရွေးရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားဟာ အလုပ်မရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်အလုပ်လုပ်နေရလို့ ဝိပဿနာ မရှုနိုင် ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

ချက်ပြုတ်တဲ့ စားသောက်တဲ့အလုပ်၊ ဖွပ်လျှော်တဲ့ ဝတ်ဆင်တဲ့ အလုပ်၊ ပြောဆိုတဲ့ နားထောင်တဲ့အလုပ်၊ ဈေးရောင်းတဲ့ ကားမောင်း တဲ့အလုပ်၊ ကိုင်တွယ်တဲ့ ထုနှက်တဲ့အလုပ်၊ ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ် သတိထည့်ပြီးလုပ်ရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

သတိထည့်ပုံကလည်း မခက်ပါဘူး။ “ဖြစ်တိုင်းဟန်” ဆိုတဲ့အတိုင်း ကိုယ်လုပ်နေတဲ့ အလုပ်ကို လုပ်နေတဲ့အတိုင်းလေး မှတ်လိုက်၊ သိလိုက်ဖို့ပါပဲ။ ဥပမာ - ထမင်းလုတ်ဝါးရင် ‘ဝါးတယ်’၊ ရေသောက်ရင် ‘သောက်တယ်’၊ လုံချည်ပြင်ဝတ်ရင် ‘ဝတ်တယ်’ စသည်ဖြင့်ပေါ့။

“နေရာ” ဆိုတာက နေရာမရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာတရားဟာ နေရာမရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်နေရာရောက်နေလို့ ဝိပဿနာမရှုနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

ဘတ်စ်ကားပေါ်မှာ၊ လမ်းဘေးပလက်ဖောင်းပေါ်မှာ၊ ရုံးခန်းထဲမှာ၊ ဈေးထဲမှာ၊ ဧည့်ခံပွဲပရိသတ်ထဲမှာ၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာ၊ ရေချိုး ခန်းထဲမှာ၊ နောက်ဆုံး အိမ်သာထဲမှာ ဘယ်နေရာမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် သတိ ထည့်ပြီးနေရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားဆိုတာ ဘုရားခန်းလို တင့်တယ်တဲ့နေရာ မျိုးမှာမှ ရှုမှတ်လို့ရတာမဟုတ်ပါဘူး။ အိမ်သာလို မတင့်တယ်တဲ့ ညစ်ပတ်နံ့စေ့တဲ့နေရာမျိုးမှာလည်း ရှုမှတ်လို့ ရပါတယ်။ မြတ်စွာ ဘုရားကိုယ်တော်တိုင် “ ဥစ္စာရပဿာဝကမေဃ သမ္ပဇာနကာရိ ဟောတိ - ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရင်းလည်း သတိ၊ ပညာနဲ့ စွန့်ပါ” လို့ တိုက်ရိုက်ဟောတော်မူထားပြီးသားပါ။

အိမ်သာတက်တတ်ရင် အိမ်သာတက်ရင်း ကုသိုလ်ရပါတယ်။ စွန့်ချင်ရင် ‘စွန့်ချင်တယ်’၊ စွန့်ရင် ‘စွန့်တယ်’၊ နံရင် ‘နံတယ်’၊ ဗိုက်နာရင် ‘နာတယ်’ လို့ မှတ်နေ၊ သိနေရုံပါပဲ။

လွယ်သလောက်ခရီးရောက်တာ သတိပဋ္ဌာန်ပါ။ ယူတတ်ရင် ကုသိုလ်က နေရာတိုင်းမှာ ရနိုင်ပါတယ်။ အိမ်သာ တက်ရင်းနဲ့တောင် ဝိပဿနာကုသိုလ်ယူနိုင်တယ်ဆိုမှတော့ တခြားနေရာဆို မပြောနဲ့တော့။

“ဣရိယာ” ဆိုတာက ဣရိယာပုထ်မရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားဟာ ဣရိယာပုထ် မရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်ဣရိယာပုထ်ဖြစ်နေလို့ ဝိပဿနာ မရှု နိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်းလို့ ဣရိယာပုထ် လေးပါးရှိတယ်ဆိုတော့ သွားရင် ‘သွားတယ်’၊ ရပ်ရင် ‘ရပ်တယ်’၊ ထိုင်ရင် ‘ထိုင်တယ်’၊ လျောင်းရင် ‘လျောင်းတယ်’ လို့ ရှုမှတ်နေရုံပါပဲ။ လွယ်လိုက် တာမပြောပါနဲ့တော့။ ခွံပေးတဲ့ ထမင်းလုတ် ဝါးရတာလောက်တောင် မခက်ပါဘူး။

“ချိန်ခါမရွေးရှု” ဆိုတာကတော့ ရှုပါတယ်။ အချိန်မရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာတရားဟာ အချိန် မရွေး ရှုမှတ်လို့ ရတဲ့တရားပါ။ ဘယ်အချိန်ဖြစ်နေလို့ ဝိပဿနာ မရှု နိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။ မနက်အိပ်ရာနီးတဲ့ အချိန်ကစပြီး ည အိပ်ရာဝင် အိပ်ပျော်သွားတဲ့အထိ အချိန်တိုင်းမှာ သတိကပ်ထားရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

အိပ်ရာနီးတဲ့အချိန်မှာ ‘နီးတယ်’လို့ ရှုမှတ်ပြီး တစ်နေ့တာ အချိန်ကို စတင်လိုက်ပါ။

အဲဒီနောက်. . . တစ်နေ့တာလုံး မြင်တဲ့အချိန်မှာ ‘မြင်တယ်’၊ ကြားတဲ့အချိန်မှာ ‘ကြားတယ်’၊ နံတဲ့အချိန်မှာ ‘နံတယ်’၊ မွှေးတဲ့အ ချိန်မှာ ‘မွှေးတယ်’၊ စားတဲ့အချိန်မှာ ‘စားတယ်’၊ ထိတဲ့အချိန်မှာ ‘ထိတယ်’၊ သိတဲ့အချိန်မှာ ‘သိတယ်’ လို့ ရှုမှတ်ပြီး တစ်နေ့တာအချိန်တွေကို ဖြတ် သန်းလွန်မြောက်ပါ။

ညအိပ်ရာဝင်တဲ့အချိန်ကျတော့ ‘အိပ်တယ်’လို့ ရှုမှတ်ရင်း တစ်နေ့တာအချိန်ကို အဆုံးသတ်လိုက်ပါ။

ဘဝတစ်နေ့တာ အချိန်လေးတွေမှာ ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ်၊ အမှတ်ကလေးနဲ့ လုပ်နေရတာ အင်မတန် စိတ်ချမ်းသာ ပါတယ်။

“အမှတ်” ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကိုယ်အမူအရာတွေကို မှတ်တာရော၊ စိတ်အခြေအနေတွေကို မှတ်တာရော ပါဝင်ပါတယ်။

အမှတ်မပါဘဲလုပ်နေရင် လူက အလုပ်ကို လုပ်နေပေမယ့် စိတ်က အတိတ်၊ အနာဂတ်ကို ပျံ့လွင့် ပြေးလွှား နေတတ်ပါတယ်။ အတိတ်အကြောင်း၊ အနာဂတ်အကြောင်းတွေ တွေးတောရင်း အလုပ် လုပ်နေရတာ အင်မတန် စိတ်ပင်ပန်း ပါတယ်။ အလုပ်လဲ မသေသပ်၊ မတွင်ကျယ်ပါဘူး။

နောက်ပြီးတော့ အမှတ်မပါဘဲ အလုပ်လုပ်နေရင် လုပ်နေသူ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း “ငါ” လို့ စွဲနေတတ်ပါတယ်။ လုပ်နေတဲ့အလုပ်၊ အလုပ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့အာရုံ၊ အလုပ်လုပ်နေရင်း ကြုံတွေ့တဲ့ အာရုံတွေ ကိုလဲ “ငါ့ဥစ္စာ” လို့ စွဲနေတတ်ပါတယ်။

ငါအစွဲနဲ့ ငါ့ဥစ္စာအစွဲဟာ လူ့စိတ်ကို ပင်ပန်းနွမ်းနယ်စေ ပါတယ်။ ပူလောင်ဆင်းရဲစေပါတယ်။ ငြိမ်းအေးချမ်းသာမှုနဲ့ ဝေး သထက်ဝေးစေပါတယ်။

ဘာပဲလုပ်လုပ် အမှတ်ကလေးနဲ့ လုပ်နေရင်တော့ စိတ်ဟာ ပစ္စုပ္ပန်တည့်သွားပြီး ငါဆိုတဲ့အစွဲလည်းကင်း၊ ငါ့ဥစ္စာဆိုတဲ့အစွဲလည်း ကင်းသွားပါတယ်။ သဘောသက်သက်မျှသာ ရှိပါလား၊ လုပ်ချင်တဲ့ စိတ်နဲ့ လုပ်နေတဲ့အမူအရာမျှသာ ရှိပါလား၊ သိစရာသဘောနဲ့ သိတတ် တဲ့ သဘောမျှသာ ရှိပါလား . . . ဆိုတဲ့အသိနဲ့ အင်မတန် စိတ်ချမ်းသာရပါတယ်။ အင်မတန် စိတ်အေးချမ်းရပါတယ်။ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှု၊ ပူလောင်ဆင်းရဲမှု ဆိုတာလည်း မရှိတော့ပါဘူး။

တချို့က မှတ်နေစရာမလိုဘူး။ သိနေရင်ပြီးတာပဲလို့ ပြောကြ ပါတယ်။ အဲဒီစကားဟာ မလုပ်ချင်လို့ပြောတဲ့စကား။ လူပျင်းတွေရဲ့ ဆင်ခြေစကားမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

မမှတ်ဘဲ သိနေတဲ့အသိဟာ သာမန်လူတွေရဲ့အသိ၊ တိရစ္ဆာန်အပါအဝင် သတ္တဝါအားလုံးရဲ့အသိပါ။ တရား အားထုတ်နေသူရဲ့အသိ၊ ဝိပဿနာယောဂီရဲ့အသိ မဟုတ်ပါဘူး။

အားထုတ်မှု ရင့်ကျက်သွားရင်တော့ အမှတ်ကိုလွတ်ထားပြီး သိနေရုံနဲ့ ပြီးနိုင်ပါတယ်။ ဒါတောင် တစ်ချက်တစ်ချက် ကြီးကြား ကြီးကြား အမှတ်လိုက်ပေးရပါသေးတယ်။ အမှတ်နဲ့ထိန်းပေးထားမှ အသိကခိုင်မြဲပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် လိုရင်းပြောချင်တာကတော့ အချိန်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာချင်ရင် အချိန်တိုင်း အမှတ်နဲ့နေပါ။ အလုပ်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာချင်ရင် အလုပ်တိုင်း အမှတ်နဲ့လုပ်ပါ။

အမှတ်နဲ့နေခြင်း၊ အမှတ်နဲ့လုပ်ခြင်းရဲ့ အရသာကို ကိုယ် တွေ့မျက်မှောက် သိသွားပြီဆိုရင် မမှတ်ဘဲ နေနိုင်မှာ မဟုတ်တော့ပါ ဘူး။ မမှတ်ဘဲ လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ “မမှတ်ရင် မနေနိုင် တာကလွဲလို့” ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

လူတစ်ယောက်ဟာ “မမှတ်ရင် မနေနိုင်တာကလွဲလို့” လို့ အချိန်မရွေး ပြောနိုင်တဲ့အဆင့်အထိ အမှတ်သတိရဲ့အရသာကို ခံစားရ ပြီဆိုရင် အဲဒီလူရဲ့ဘဝကို လူဖြစ်ကျိုးနပ်တဲ့ဘဝလို့ ကျိန်းသေ ပြောနိုင် ပါပြီ။ မမှတ်ရင်မနေနိုင်သူတွေ ဖြစ်ကြပါစေ။ အမှတ်သတိနဲ့ အမြဲ နေနိုင်ကြပါစေ။

### ဘဝဆိုတာဆီးနှင်းတစ်ပေါက်

အပ္ပမာယု မနုဿာနံ၊  
ဟိဋ္ဌေယျ နံ သုပေါရိသော။  
စရေယျာဒိတ္တသီသောဝ၊  
နတ္ထိ မစ္စုဿ နာဂမော။

လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန်တိုတောင်းတယ်။ လူ သားတွေရဲ့အသက် တိုတောင်းတဲ့အကြောင်းကို ပိုပြီးတော့ လေးနက် အောင်ဆိုပြီး မြတ်စွာဘုရားက “အရက” ဆရာကြီးရဲ့ အဆုံးအမကို နမူနာပြုပြီးတော့ ဆုံးမခဲ့တယ်။

တစ်ခါတုန်းက အရကလို့ခေါ်တဲ့ ဆရာကြီးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ သူက မိမိရဲ့ တပည့် ရာပေါင်းများစွာကို မကြာခဏ အခုလို ဆုံးမလေ့ရှိတယ်။

“တပည့်တို့၊ လူတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန် တိုတောင်း တယ်။ အသက်ရှင်သန်နေရပြန်တော့လည်း အင်မတန် ပင်ပန်းဆင်းရဲ တယ်။ ဒါကို ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ မသေခင်အချိန်ကာလလေး အတွင်းမှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကိုပြုပါ။ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်ပါ” လို့ အဲဒီလို မကြာခဏ ဆုံးမလေ့ရှိပါတယ်။

လူ့သက်တမ်းတိုတဲ့အကြောင်းကိုလည်း ဥပမာခုနစ်မျိုးနဲ့ ဆုံးမလေ့ရှိတယ်။ (၁) ဆီးနှင်း (၂) ရေပွက် (၃) ရေပေါ်မျဉ်း (၄) တောင်ကျမြစ် (၅) တံတွေး (၆) အသားတစ်(၇) သားသတ်နွား၊

အဲဒီ ဥပမာခုနစ်မျိုးနဲ့ လူ့သက်တမ်း တိုတောင်းလှတဲ့အကြောင်းကို ပေါ်လွင်အောင် ရှင်းပြလေ့ရှိတယ်။

လူသားတွေရဲ့ အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ ဆီး နှင်းပေါက်နဲ့ တူတယ်။

မြက်ဖျားပေါ်မှာတင်နေတဲ့ ဆီးနှင်းပေါက်လေးတစ်ခုဟာ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်းမရှိဘူး။ နေရောင်ခြည် ထွက်ပေါ်လာတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

ဆီးနှင်းတစ်ပေါက်ရဲ့ သက်တမ်း၊ ဆီးနှင်းတစ်ပေါက်ရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ ဆီးနှင်း တစ်ပေါက်ရဲ့သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့ အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ ရေပွက်ကလေးနဲ့လည်းတူတယ်။

မြေပြင်ပေါ်မှာ မိုးရွာချလိုက်တဲ့အခါ မြေပြင်ပေါ်က အောက်ခံ မိုးရေပြင်ပေါ်မှာ မိုးရေထိမှန်တဲ့နေရာတိုင်း ရေပွက်ကလေး တွေ ထလာတယ်။ အဲဒီရေပွက်ကလေးတွေဟာ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်း မရှိဘူး။ မိုးရေထိမှန်လို့ ရေပွက်ထပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် တည်း ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

ရေပွက်တစ်ခုရဲ့ သက်တမ်း၊ ရေပွက်တစ်ခုရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန်တိုတောင်းတယ်။  
အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန်တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ ရေပွက်တစ်ခုရဲ့  
သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ ရေပေါ်မှာ တုတ်နဲ့ရေးထားတဲ့ အရေးအကြောင်း၊ မျဉ်းကြောင်း  
နဲ့လည်း တူတယ်။

ရေပေါ်မှာ တုတ်ချောင်းလေးတစ်ချောင်းနဲ့ မျဉ်းကြောင်းလေး တစ်ခု ရေးလိုက်မယ်၊ ဒါမှမဟုတ်၊ စာလုံးလေးတစ်လုံး  
ရေးလိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီမျဉ်းကြောင်း၊ အဲဒီစာလုံးဟာ ကြာမြင့်စွာ တည်တံ့ခြင်း မရှိဘူး။ ရှေ့ကရေး နောက်ကပျောက်၊ ရှေ့ကရေး  
နောက်ကပျောက်နဲ့ ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

ရေပေါ်မျဉ်းတစ်ကြောင်းရဲ့ သက်တမ်း၊ ရေပေါ်မျဉ်းတစ်ကြောင်းရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ  
အင်မတန်တိုတောင်း တယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့ အသက်ဟာလည်း အင်မတန်တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။  
ရေပေါ်မျဉ်းတစ်ကြောင်းရဲ့သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ တောင်ပေါ်က စီးဆင်းလာတဲ့ မြစ်ရေနဲ့လည်း တူတယ်။

တောင်ပေါ်ကနေ အရှိန်အဟုန်ပြင်းစွာနဲ့စီးဆင်းလာတဲ့ ရေ ဟာ နောက်ကို ဘယ်တော့မှ မပြန်ဘဲ ရှေ့ကိုသာ  
တောက်လျှောက်စီးဆင်းသွားတယ်။

တောင်ပေါ်ကနေ အရှိန်အဟုန်ပြင်းပြင်းနဲ့ စီးဆင်းလာရတဲ့ အတွက်ကြောင့် တောင်ကျမြစ်ရေဟာ နေရာတစ်နေရာမှာ  
အချိန်ကြာ ရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်းမရှိဘူး။ မြစ်ရေ ထိဖြတ်ပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် တည်း ချက်ချင်းပဲ စီးဆင်းကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

တောင်ကျမြစ်ရေရဲ့သက်တမ်း၊ တောင်ကျမြစ်ရေရဲ့ဖြစ်တည် ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန်တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့ အသက်ဟာလဲ အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ တောင်ကျမြစ်  
တစ်စင်းရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာတံတွေးပေါက်နဲ့လည်း တူတယ်။

လူတစ်ယောက် တံတွေးထွေးတော့မယ်ဆိုရင် ခံတွင်းထဲမှာ ရှိတဲ့ တံတွေးတွေကို လျှာဖျားမှာ အရင် စုလိုက်တယ်။  
စုပြီးတော့မှ ထွေးလိုက်တယ်။ တံတွေးတွေကို လျှာဖျားမှာ စုလိုက်တဲ့အချိန်၊ လျှာဖျားမှာ စုပြီးသားတံတွေးကို ထွေးလိုက်တဲ့အချိန်ဟာ  
ဘာမှမကြာဘူး။

ထွေးဖို့ရည်ရွယ်ပြီး လျှာဖျားမှာ စုထားလိုက်တဲ့ တံတွေးဟာ အပြင်ဖက်ကို မထွေးစွန့်ခင် လျှာဖျားပေါ်မှာ ကြာရှည်စွာ  
တည်တံ့ခြင်းမရှိဘူး။ ပျစ်ခနဲ ထွေးလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

လျှာဖျားပေါ်က တံတွေးပေါက်ရဲ့ သက်တမ်း၊ လျှာဖျားပေါ်က တံတွေးပေါက်ရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ  
အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာလဲ အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။  
တံတွေးတစ်ပေါက်ရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ အသားတစ်နဲ့လည်း တူတယ်။

တစ်နေ့လုံး အပူပေးထားတဲ့ သံအိုးကင်းကြီးထဲကို အသားတုံး လေးတစ်တုံး ပစ်ချလိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီ  
အသားတုံးကလေးဟာ ရှေ့ကနဲ့ မြည့်ပြီးတော့ ချက်ချင်းပဲ လောင်ကျွမ်းကြေမွသွားရတယ်။

သံပူအိုးကင်းထဲ ထည့်လိုက်တဲ့ အသားတုံးဟာ သံပူအိုးထဲမှာကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်းမရှိဘူး။ ထည့်လိုက်တာနဲ့  
တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ လောင်ကျွမ်းတူးခြစ်ပြီးတော့ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

သံပူအိုးကင်းထဲက အသားတစ်တစ်ခုရဲ့ သက်တမ်း၊ သံပူအိုးကင်းထဲက အသားတစ်တစ်ခုရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ  
အချိန်ကာလ အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာလည်း အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။  
သံပူအိုးကင်းထဲကသားတစ်တစ်ခုရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ အသတ်ခံရမယ့် နွားနဲ့လည်းတူတယ်။

သားသတ်ရုံမှာ သတ်ဖို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ နွားတစ်ကောင်ကို သားသတ်ရုံရိုရာ ခေါ်သွားမယ်ဆိုရင် အဲဒီနွားရဲ့ခြေလှမ်းတိုင်း၊  
ခြေလှမ်းတိုင်းဟာ သားသတ်ရုံနဲ့ နီးလာတယ်။ သေခြင်းတရားနဲ့ နီးလာ တယ်။ အသတ်ခံရဖို့၊ သေရဖို့နဲ့ နီးနီးလာတယ်။

သားသတ်ရုံက ဦးတည်လျှောက်လှမ်းနေတဲ့ နွားဟာ နွား ဘဝမှာ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်း မရှိတော့။ သားသတ်ရုံရောက်လို့  
အသတ်ခံရတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရ တယ်။

သားသတ်ရုံ သွားနေတဲ့ နွားတစ်ကောင်ရဲ့ သက်တမ်း၊ သားသတ်ရုံ သွားနေတဲ့ နွားတစ်ကောင်ရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ  
အချိန်ကာလ အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာလည်း အင်မတန် တို တောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှမကြာပါဘူး။  
သားသတ်ရုံသွားနေ တဲ့ နွားတစ်ကောင်လို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

အဲဒီလို ပုပမာခုနစ်မျိုးနဲ့ လူ့သက်တမ်းတိုတောင်းတဲ့ အ ကြောင်း ပြောပြီးတော့ “တပည့်တို့ . . . .၊ အဲဒီလို  
လူသက်တမ်းတိုတဲ့ အကြောင်းကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုကြပါ၊ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်ကြပါ” လို့  
အရကဆရာကြီးက ဆုံးမတယ်။

အမှန်ကတော့ အဲဒီအဆုံးအမကို မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဆုံးမချင်တာပါပဲ။ သို့သော်လည်း တိုက်ရိုက်မဆုံးမဘဲ  
အရကဆရာကြီး ဆုံးမခဲ့တာကို နမူနာပေးပြီး ဆုံးမတာဟာ ဘာရည်ရွယ်ချက်လဲဆိုရင် မိမိရဲ့အဆုံးအမကို ပိုပြီး လေးနက်  
စေချင်လို့ပါ။

ဘယ်လိုလေးနက်သွားသလဲဆိုတော့ . . .

လူ့သက်တမ်းတိုလှပါတယ်လို့ ဆုံးမခဲ့တဲ့ အရကဆရာကြီး တို့ ခေတ်တုန်းက လူ့သက်တမ်းဟာ ဘယ်လောက်  
ရှည်သလဲဆိုရင် အနှစ်ခြောက်သောင်းရှည်တယ်။ ဒီကနေ့ခေတ် သက်တမ်းနဲ့ ကြည့် လိုက်ရင်တော့ အနှစ်ခြောက်သောင်းဆိုတာ  
အသက်တမ်းရှည်လိုက် တာ၊ ကုန်ခဲလိုက်တာလို့ ထင်စရာကြီးပါ။

အဲဒီလောက်သက်တမ်းရှည်တဲ့ခေတ်မှာတောင်မှ လူ့သက် တမ်းဟာ တိုလိုက်တာလို့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းများ  
ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုခဲ့ကြသေးတယ်ဆိုရင် . . .

ချစ်သားတို့၊ ချစ်သမီးတို့၊ ဒီကနေ့ခေတ် လူ့သက်တမ်းမှာ လူ့သက်တမ်းတိုလိုက်တာလို့ ပိုပြီးတော့ ဆင်ခြင်သင့်တာပေါ့၊  
ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပိုပြီးတော့ ပြုသင့်တာပေါ့။

အသက်ရှင်နေပြန်တော့လည်း ချမ်းချမ်းသာသာ သက် သက်သာသာနဲ့ ရှင်ရသလားဆိုတော့ ဗဟုဒုက္ခံ ဗဟုပါယာသံ၊  
ဆင်းရဲ ခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်းကသာ များတယ်။

“လူ့သက်တမ်းက တိုလိုက်တာ။ အသက်ရှင်နေပြန်တော့ လည်း ဆင်းရဲခြင်းတွေကသာ များလိုက်တာ၊  
ပင်ပန်းခြင်းတွေကသာ များလိုက်တာ” လို့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းများ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခဲ့ ကြပါတယ်။

အသက်ရှင်ရတာ ပင်ပန်းဆင်းရဲလိုက်တာလို့ ပြောခဲ့တဲ့ အရကဆရာကြီးတို့ရဲ့ ခေတ်တုန်းက အနာရောဂါဆိုလို့  
ဘာပဲရှိသလဲ ဆိုရင် ဆဋ္ဌေဝ အာဗာဓာ အဟေသံ။ ရောဂါခြောက်မျိုးပဲရှိတယ်။

သီတံ၊ ဥဏှံ၊ ဇိယတ္တံ၊ ပိပါသာ၊ ဥစ္စာရော၊ ပဿာဝေါ။

(၁) သီတံ - အေးတာ ရောဂါ၊ (၂) ဥဏှံ - ပူတာ ရောဂါ၊ (၃) ဇိယတ္တံ - ထမင်းဆာတာ ရောဂါ၊ (၄) ပိပါသာ -  
ရေငတ်တာ ရောဂါ၊ (၅) ဥစ္စာရော - ကျင်ကြီးစွန့်ချင်တာ ရောဂါ၊ (၆) ပဿာဝေါ- ကျင်ငယ်စွန့်ချင်တာ ရောဂါ။

ဒီကနေ့ခေတ်အနေနဲ့ ကြည့်လိုက်ရင်တော့ အဲဒီရောဂါ ခြောက်မျိုးဟာ ရောဂါလို့တောင် သတ်မှတ်စရာ မဟုတ်ပါဘူး။  
ဘာမှမပြောပလောက်တဲ့ သဘောတရား ခြောက်မျိုးကိုတောင်မှ အနာရောဂါလို့ သတ်မှတ်ပြီးတော့ အသက်ရှင်ရတာ  
ပင်ပန်းဆင်းရဲလိုက်တာလို့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခဲ့သေးတယ်ဆိုရင် . .

ဒီကနေ့ခေတ် အနာရောဂါတွေ ထူပြောလှတဲ့ခေတ်၊ စားဝတ်နေရေး ကျန်းမာရေးအတွက် ပင်ပန်းပန်း  
ရုန်းကန်လှုပ်ရှားရတဲ့ ခေတ်မှာ အသက်ရှင်သန်နေရတာ ပင်ပန်းဆင်းရဲလိုက်တာလို့ ပိုပြီး တော့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းသင့်ကြတာပေါ့။

အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာရှိတဲ့ သူတော်ကောင်း ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဟာ အသက်ကို ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချကြရပါမယ်။ “အသက်ကို  
ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချရမယ်” ဆိုတာ “လူ့သက်တမ်းဟာ တိုတောင်းလိုက်တာ၊ အင်မတန် ကုန်လွယ် လိုက်တာလို့ ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ရမယ်”  
လို့ဆိုလိုတာပါပဲ။

# ဘဝဆိုတာမို့ပွင့်တစ်ခု

မွေးဖွားလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ရဲ့ မသေရခြင်းဆိုတာ မရှိပါဘူး။ မွေးဖွားလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်ရင်တော့ မုချသေရမှာပဲ။ မသေ ဘူးဆိုတာ မရှိဘူး။

သေခြင်းတရား ရောက်မလာမယ့်အချိန်ဆိုတာ မရှိဘူး။ အချိန် မရွေး သေခြင်းတရားက ရောက်လာနိုင်တယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ အချိန်မရွေး သေဆုံးသွားနိုင်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ လူ့ရဲ့ခန္ဓာမှာ သေခြင်းတရားက အမြဲတမ်း ကပ်ပြီးတော့လိုက်ပါလာလို့ပါပဲ။

လူသားတွေ မွေးဖွားလာတဲ့အခါမှာ လက်ချည်းဗလာပဲ။ ဘာမှ အဖော်မပါဘူးလို့ ဆိုကြပေမယ့် မျက်စိနဲ့ မြင်ရတဲ့ အဖော်သာ မပါတာပါ။ မျက်စိနဲ့ မမြင်ရတဲ့ “သေခြင်းတရား” တည်းဟူသော အဖော်ကတော့ လူတိုင်းမှာ ပါလာကြတယ်။

အဲဒီအဖော်ကလည်း အဖော်ကောင်းမဟုတ်ဘူး။ အဖော်ဆိုး။ ကိုယ့်ကို ဘယ်အချိန် သတ်ဖြတ်ရမလဲလို့ အမြဲတမ်း အကွက်ချောင်းနေတဲ့ အဖော်ဆိုးပဲ။

လက်ထဲမှာ သံလျက်ကိုင်းထားတဲ့ လူသတ်သမားဟာ မိမိ သတ်ရမယ့်လူရဲ့ လည်ပင်းပေါ်မှာ သံလျက်ကြီးဝဲပြီးတော့ အမြဲတမ်း နောက်ကနေ ထက်ကြပ်မကွာ လိုက်ပါလာသလို လူသားတိုင်းရဲ့ ခန္ဓာ မှာလည်း သေခြင်းတရားဟာ ထက်ကြပ်မကွာ ကပ်ပြီးတော့ လိုက်ပါ လာတယ်။

တရားနာပရိသတ်များ၊ ဖိုးတွင်းကာလ မှီတွေ ထွက်လာတာ ကြည့်လိုက်ကြပေါ့။

မြေကြီးထဲကနေ မှီတွေထွက်လာတာ ထွက်လာသမျှသော မှီတွေရဲ့ ဦးထိပ်မှာ မြေမှုဲကလေးတွေ၊ သဲမှုဲကလေးတွေ ကပ်ပြီးတော့ ပါလာတယ်။ မြေမှုဲကပ်ပါမလာတဲ့ မှီဆိုတာ မရှိဘူး။ မြေကြီးထဲက ထွက်လာတဲ့ မှီမှန်သမျှရဲ့ ထိပ်မှာ မြေမှုဲကလေးတွေ ကပ်ပါလာတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ။ အမိဝမ်းခေါင်းတည်းဟူသော မြေကြီးထဲကနေ ထွက်လာတဲ့ လူသားတည်းဟူသော မှီကလေးတွေရဲ့ အပေါ်မှာလည်း သေခြင်းတရားတည်းဟူသော မြေမှုဲကလေးတွေဟာ ကပ်ပြီးတော့ ပါလာတယ်။

ပကတိမှီမှာ ကပ်နေတဲ့ မြေမှုဲကလေးတွေ၊ သဲမှုဲကလေးတွေက ရေနဲ့ ထပ်ကာထပ်ကာ ဆေးကြောသုတ်သင် လိုက်မယ်ဆိုရင် ပြောင်စင်သွားနိုင်သေးတယ်။

လူသားတွေရဲ့ခန္ဓာမှာ ကပ်ပါလာတဲ့ သေခြင်းတရားဆိုတဲ့ မြူမှုဲ၊ မြေမှုဲ၊ သဲမှုဲကလေးတွေကတော့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ ဆေးကြော သုတ်သင်ဖယ်ရှားပစ်လို့ မရဘူး။ ခန္ဓာရယ်လို့ရှိရင် သေခြင်းတရား ဆိုတာ ရှိနေတော့မှာပဲ။

နေလုံးကြီးထွက်လာတာကြည့်လိုက်ပါ။ ထွက်လာတဲ့ နေလုံး ကြီး တရွေ့ရွေ့နဲ့ သွားနေတာ ဘာအတွက် သွားနေတာလဲဆိုရင် ချုပ်ပျောက်ဖို့ ကွယ်ဝင်ဖို့အတွက်ကိုပဲ သွားနေတာ။

ထွက်လာတဲ့ နေလုံးကြီး ရွေ့လျားသွားနေတာဟာ ကွယ် ပျောက်မယ့်ဘက်ကို ရွေ့လျားပြီး သွားနေသလို မွေးဖွားလာတဲ့ သတ္တဝါတိုင်း၊ သတ္တဝါတိုင်းဟာလည်း သေခြင်းတရားဆီကိုပဲ ဦးတည်ပြီးတော့ သွားနေကြရတာပဲ။

လူသားတိုင်း၊ လူသားတိုင်းဟာ သေမယ့်နေ့၊ သေမယ့် အချိန်ကို စောင့်ပြီးတော့ နေကြရတာပါပဲ။ သေမယ့်နေ့၊ သေမယ့် အချိန်ကို စောင့်ရင်းနဲ့ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေကြရတာပါပဲ။

သေမယ့်နေ့ကို ထမင်းစားရင်း စောင့်နေရတယ် ဆိုတဲ့စကားထက် သေမယ့်နေ့ကို ဆင်းရဲဒုက္ခမျိုးစုံ ခံစားရင်း စောင့်နေရတယ် ဆိုတဲ့စကားက လူသားတွေအတွက် ပိုပြီးမှန်ပါတယ်။

နေထွက်လာတာ ဝင်ဖို့ပဲ မဟုတ်လား။ မွေးဖွားလာတာသေဆုံးဖို့ပဲ မဟုတ်လား။ နေထွက်ခြင်းဟာ နေဝင်ခြင်းမှာ အဆုံးသတ်သလို မွေးဖွားခြင်းဟာလည်း သေဆုံးခြင်းမှာ နိဂုံးချုပ်ရတာပဲ မဟုတ်လား။

မသေခင် လုပ်ရမယ့်အလုပ်က နှစ်ခုပါ။

- (၁) ကတ္တဗွံ ကုသလံ။  
ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုရမယ်။
- (၂) စရိတဗွံ ဗြဟ္မစရိယံ။  
မြတ်သောအကျင့် ကျင့်ရမယ်။

“ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုရမယ်” ဆိုတာက ဒါနကောင်းမှု၊ သီလ ကောင်းမှု၊ သမထကောင်းမှုလို့ခေါ်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု

သုံးမျိုးကို ပြုလုပ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

“မြတ်သောအကျင့် ကျင့်ရမယ်” ဆိုတာက သံသရာဝဋ် ဆင်းရဲမှုအပြီးတိုင် လွတ်မြောက်သွားစေနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာအကျင့်ကို ကျင့်ကြံ အားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အနှစ်ချုပ်ကတော့ ဒါနအလုပ်၊ သီလအလုပ်၊ သမထအလုပ်၊ ဝိပဿနာအလုပ်၊ အလုပ်လေးမျိုးကို မဖြစ်မနေ လုပ်ကြရပါမယ်။ လုပ်တဲ့နေရာမှာလဲ ခေါင်းမီးလောင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို နမူနာထားပြီးတော့ မြန်မြန်ထက်ထက်၊ သွက်သွက်လက်လက် လုပ်ကြရပါမယ်။

ခေါင်းမှာ မီးလောင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ တစ်နေရာကနေ မီးစလေး တစ်ခုနဲ့ ပစ်လိုက်လို့ ခေါင်းမှာ မီးလောင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒီမီးဘယ်သူပစ်လိုက်တာလဲ၊ ဘယ်အရပ်မျက်နှာက လာတာလဲ၊ မီးကရော ဘာမီးလဲ၊ ရှားမီးလား၊ ဖယောင်းတိုင်မီးလား၊ ရေနံဆီမီးလား စသည်အားဖြင့် မီးလာတဲ့အရပ်ကိုလည်း ကြည့်နေစရာ၊ ရှာနေစရာ မလိုဘူး။ ဘာမီးလဲဆိုတာကိုလည်း စူးစမ်းနေစရာမလိုဘူး။

လောင်နေတဲ့မီးကို ငြိမ်းအောင် ငြိမ်းဖို့လိုတယ်။ မီးငြိမ်းတဲ့ အလုပ်ဟာ မီးလောင်နေသူတစ်ယောက်အတွက် အရေးကြီးဆုံး အလုပ်ပဲ။

အဲဒီလောင်နေတဲ့မီး ငြိမ်းအောင်ငြိမ်းတဲ့နေရာမှာလည်း အေး အေးဆေးဆေးလေး ငြိမ်းနေလို့မဖြစ်ဘူး။ လျင်လျင်မြန်မြန် သွက်သွက် လက်လက်၊ ခပ်သုတ်သုတ်ကလေး ငြိမ်းနိုင်မှဖြစ်မယ်။ အမြန်ဆုံး၊ အသွက်ဆုံး ငြိမ်းနိုင်မှ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်မြောက် နိုင်တယ်။ ခေါင်းမီးကနေတစ်ဆင့် တစ်ကိုယ်လုံး မီးလောင်တဲ့ဘေး၊ သေရမယ့်ဘေးက လွတ်မြောက်နိုင်တယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ။ ဒါန၊ သီလ၊ သမထနဲ့တကွ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်တဲ့နေရာမှာလဲ အေးအေးဆေးဆေး အေးထုတ်နေရမှာမဟုတ်ဘူး။ ဖြေးဖြေးနှေးနှေး အေးထုတ်နေရမှာမဟုတ်ဘူး။ လျင်လျင် မြန်မြန် အေးထုတ်ရမှာ။ သွက်သွက် လက်လက် အေးထုတ်ရမှာ။ ခပ် သုတ်သုတ် အေးထုတ်ရမှာ။

### သေမယ်ဆိုတာအခါကြိုသိခဲရင်

သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ အဝေးကြီးလို့ သဘောထားရင်သတိသံဝေဂ အားနည်းသွားတတ်ပါတယ်။ သတိသံဝေဂ အားနည်း ရင် လူသားတိုင်း မလုပ်မဖြစ် လုပ်ရမယ့် အပ္ပမာဒလုပ်ငန်းတွေမှာ ခြေလှမ်းကျနေတတ်ပါတယ်။

အပ္ပမာဒလုပ်ငန်းဆိုတာ အမြဲမမေ့သင့်တဲ့လုပ်ငန်းလို့ အဓိ ပွယ်ရပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ သတိရမှု လုပ်ရမယ့်လုပ်ငန်း မဟုတ်ပါ ဘူး။ အမြဲသတိတရ လုပ်နေရမယ့်လုပ်ငန်းပါ။

အပ္ပမာဒလုပ်ငန်းက လေးမျိုးရှိပါတယ်။ ဒါနအပ္ပမာဒ၊ သီလအပ္ပမာဒ၊ သမထအပ္ပမာဒနဲ့ ဝိပဿနာအပ္ပမာဒ တို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါနအပ္ပမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ်ရမယ့် ပေးကမ်းမှု၊ စွန့်ကြဲမှု၊ လ-ဒါန်းမှုလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါတယ်။

သီလအပ္ပမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ်ရမယ့် ကိုယ်နှုတ်စောင့်ထိန်းမှု၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန် စေမှုလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါတယ်။

သမထအပ္ပမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ် ရမယ့် စိတ်တည်ငြိမ်မှု၊ စိတ်စူးစိုက်မှုလုပ်ငန်းဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအပ္ပမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ် ရမယ့် ခန္ဓာဖြစ်စဉ် ဉာဏ်သက်ဝင်မှု၊ သဘာဝအမှန်တရားကို ပိုင်း ခြားသိမြင်မှုလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါတယ်။

မှတ်သားရလွယ်ကူအောင် တစ်နည်းပြောရရင်တော့ . . .

ဒါနအပ္ပမာဒဆိုတာ . . . . . စွန့်လွှတ်မှုလုပ်ငန်း၊

သီလအပ္ပမာဒဆိုတာ . . . . . စောင့်ထိန်းမှုလုပ်ငန်း၊

သမထအပ္ပမာဒဆိုတာ . . . . . စူးစိုက်မှုလုပ်ငန်း၊

ဝိပဿနာအပ္ပမာဒဆိုတာ . . . . . စစ်ဆေးမှုလုပ်ငန်း၊

အပ္ပမာဒလုပ်ငန်းဆိုတာ ဒီ(စ)လေးလုံးလုပ်ငန်းပါပဲ။

ဒါနဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်ဆိုင်တဲ့ပစ္စည်း၊ ကိုယ်ပိုင်နိုင်တဲ့ အခွင့်အရေးကို ငြိတွယ်မှုကင်းစွာ အာလယပြတ် စွန့်လွှတ်ရတဲ့ အလုပ်ဖြစ်လို့ ဒါနလုပ်ငန်းကို “စွန့်လွှတ်မှုလုပ်ငန်း” လို့ခေါ်ပါတယ်။

သီလဆိုတာ ကိုယ်လွန်ကျူးမှု၊ နှုတ်လွန်ကျူးမှုနှစ်ပါး မဖြစ်ပွားအောင် ကိုယ်နဲ့နှုတ် (ကာယကံနဲ့ ဝစီကံ)ကို စောင့်ထိန်းရတဲ့အလုပ် ဖြစ်လို့ သီလလုပ်ငန်းကို “စောင့်ထိန်းမှုလုပ်ငန်း” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သမထဆိုတာ ဂုဏ်တော်အာရုံ၊ မေတ္တာအာရုံ၊ ကသိုဏ်း အာရုံစတဲ့ အလိုရှိရာ အာရုံတစ်ခုခုမှာ ငြိမ်ဝပ်တည်နေအောင် စူးစိုက်ရတဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ သမထလုပ်ငန်းကို “စူးစိုက်မှုလုပ်ငန်း” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ အမှန်တကယ် မရှိတဲ့ ပညတ်အပေါ် အသိတွေကို ခွာချထွင်းဖောက်ပြီး အမှန်တကယ်ရှိတဲ့ ပရမတ်သဘော၊ ရုပ်ခန္ဓာ၊ နာမ်ခန္ဓာသဘောတွေကို အရှိမှန်၊ အဖြစ်မှန်အတိုင်း အတိ အကျ သိအောင် စစ်ဆေးရတဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ ဝိပဿနာလုပ်ငန်းကို “စစ်ဆေးမှုလုပ်ငန်း” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီ အပ္ပမာဒလုပ်ငန်း(စ-လေးလုံးလုပ်ငန်း)ဟာ လူသားတိုင်း မလုပ်မဖြစ် အမြဲလုပ်ရမယ့် လုပ်ငန်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ လူသား တိုင်းရဲ့ “မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်း” တွေပါ။

သံသရာက လွတ်မြောက်ချင်သူတွေအတွက်လဲ ဒီလုပ်ငန်း လေးမျိုးဟာ မလုပ်မဖြစ်တဲ့ မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ သံသရာက လုံးဝ မလွတ်မြောက်ချင်၊ သံသရာထဲမှာပဲ အဆုံးမရှိပျော်မွေ့ ချင်တဲ့သူတွေအတွက်လည်း ဒီလုပ်ငန်းလေးမျိုးဟာ မလုပ်မဖြစ်တဲ့ မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းလေးမျိုးကို အမြဲမေ့လုပ်နေမှသာ သံသရာ က လွတ်မြောက်ချင်သူကလည်း အမြန်ဆုံး လွတ်မြောက်ခွင့် ရပါလိမ့် မယ်။ သံသရာမှာ ပျော်မွေ့ချင်သူကလဲ သံသရာမှာ အထက်တန်း ကျကျ၊ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့်၊ အပူအပင်ကင်းကင်း ပျော်မွေ့ခွင့် ရပါလိမ့်မယ်။

ဒါကြောင့် ဒီအပ္ပမာဒလုပ်ငန်း၊ စ-လေးလုံး လုပ်ငန်းဟာ သံသရာမှ လွတ်ချင်သူ၊ မလွတ်ချင်သူ အားလုံးရဲ့ မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်း တွေဖြစ်ပါတယ်။

မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းတွေကို မေ့မစ်နေကြတာ၊ လုံးဝ မေ့မစ် တောင် တစ်ရံတစ်ခါမှ သတိရနေကြတာဟာ သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ ဘာမှမသက်ဆိုင်သလို သဘောထားနေကြလို့ပါ။ သေခြင်းတရားနဲ့ ကိုယ်နဲ့ တစ်ကမ္ဘာစီ ခြားနေတယ်၊ အဝေးကြီးပဲလို့ အထင်ရောက်နေကြလို့ပါ။

ငါသေဖို့ အဝေးကြီးလိုပါသေးတယ်၊ ငါမသေနိုင်သေးပါဘူး၊ ငါဘယ်တော့မှ သေမှာမဟုတ်ပါဘူးလို့ ထင်မြင်ယူဆနေတဲ့သူဟာ အပ္ပမာဒလုပ်ငန်းတွေနဲ့ ရှောင်ခွာရှောင်ခွာလုပ်နေမှာ သေချာပါတယ်။ သေခြင်းတရားနဲ့ ဝေးနေတဲ့သူဟာ မသေခြင်းတရားနဲ့လည်း ဝေးနေဦးမှာပါ။

လောကမှာ ကိုယ်က မသွားဘဲ သူ့အလိုလို နီးလာတဲ့အရာ ဟာ သေခြင်းတရား ဖြစ်ပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ အနီးဆုံးလို့ သဘောထားမယ် ဆိုရင် သတိသံဝေဂ အားကောင်းလာတတ်ပါတယ်။ သတိသံဝေဂအားကောင်းလာရင် လူသားတိုင်း မလုပ်မဖြစ် လုပ်ရမယ့် အပ္ပမာဒလုပ်ငန်း (မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်း) တွေမှာ ခြေလှမ်းစိပ်၊ ခြေလှမ်းသွက်လာရစမြဲပါ။

သေခြင်းတရားကို ကိုယ့်ရဲ့ အနီးကပ်ဆုံးမိတ်ဆွေအဖြစ် လက်ခံလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ကိုယ့်စိတ်၊ ကိုယ့်ဘဝဟာ အလုပ်ကောင်း၊ အလုပ်မှန်တွေနဲ့ တစ်သားတည်း ဖြစ်သွားပါတယ်။

အချိန်ပိုင်းအတွင်း သေရတော့မယ်လို့ သေချာပေါက် သိ နေတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ကောင်းရာကောင်းကြောင်း အလုပ်တွေမှာပဲ စိတ်ညွတ်ထားတော့မှာပါ။

တကယ်သေရတော့မယ့် အခြေအနေမျိုးကျမှ (သေပေါက် သေဝကျမှ) သေခြင်းတရားကို လက်ခံမိရင်တော့ အလုပ်ကောင်း၊ အလုပ်မှန်တွေလုပ်ဖို့ အချိန်နှောင်းသွားပါပြီ။ အချိန်နည်းသွားပါပြီ။

တကယ်မသေရသေးခင် ဟိုအဝေးကြီးကတည်းက သေ ခြင်းတရားကို လက်ခံထားမယ်ဆိုရင်တော့ အလုပ်ကောင်း၊ အလုပ်မှန် တွေလုပ်ဖို့ အချိန်တွေ အများကြီးရပါတယ်။ အလုပ်တွေလည်း အများ ကြီး ပြီးနိုင်ပါတယ်။ လမ်းဆုံးပန်းတိုင်ထိလည်း ရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို ကိုယ့်အနီးအနားမှာ လက်သပ်မွေးမြူ ထားခြင်းဟာ ကိုယ့်ဘဝရဲ့ လောကီ၊ လောကုတ္တရာ တိုးတက် ကြီးပွားခြင်းအကြောင်းပါ။ သေခြင်းတရားနဲ့ နီးတဲ့သူဟာ မသေခြင်းတရားနဲ့ လည်း နီးနေပါပြီ။

မြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်တုန်းက သာဝတ္ထိမြို့အနီး မြစ် တစ်ဖက်ကမ်းမှာ ကုန်သည်ကြီးတစ်ယောက် နောက်ပါလှည်း ငါးရာနဲ့ အတူ လှည်းဝိုင်းဖွဲ့ပြီး စတည်းချနေထိုင်ခဲ့ဖူးပါတယ်။

သာဝတ္ထိမြို့နဲ့ မိုင်ပေါင်းများစွာဝေးကွာတဲ့ ဗာရာဏသီမြို့ကနေ လှည်းငါးရာအပြည့် အထည်အလိပ်တွေတင်ပြီး သာဝတ္ထိ မြို့ရဲ့ ခုနစ်ရက်ကြာကျင်းပတဲ့ နက္ခတ်သဘင်ပွဲမှာ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားဖို့ ထွက်လာခဲ့တာပါ။

သာဝတ္ထိမြို့ရောက်လုနီး မြစ်တစ်ခုနား အရောက်မှာတော့ မနက်ဖြန်မှ သာဝတ္ထိဘက် ကူးမယ်ဆိုပြီး မြစ်ကမ်းအနီးမှာ လှည်းတွေ ချွတ်၊ လှည်းဝိုင်းဖွဲ့ပြီး တစ်ညတာ စခန်းချ နားနေခဲ့ပါတယ်။

ညရောက်တော့ မမျှော်လင့်ဘဲ မိုးကြီးသည်ထွန်းစွာ ရွာသွန်း လိုက်တဲ့အတွက် မြစ်ရေ တရကြမ်း စီးဆင်းပြီး မြစ်ရေကြီး၊ မြစ်ရေလျှံသွားခဲ့ပါတယ်။

ခုနစ်ရက်လုံးလုံး ရေမကျတဲ့အတွက် သာဝတ္ထိဘက် ကူးလို့မရ ဖြစ်သွားပါတယ်။ ခုနစ်ရက်လွန်လို့မြစ်ရေလည်း ကူးလို့ရော၊ သာဝတ္ထိ မြို့က နက္ခတ်သဘင်ပွဲလည်း ပြီးရောဆိုတော့ ကုန်သည်ကြီးမှာ အခက် တွေ့ရပါတော့တယ်။

ထွက်လာခဲ့တဲ့ ခရီးက ဝေးလံလွန်းလှတဲ့အတွက် အထည် အလိပ်တွေ ပြန်သယ်သွားရင် အပြန်ခရီးမှာ အချိန်လည်းကြာ၊ လူလည်း ပန်း၊ စရိတ်လည်းထောင်းမှာမို့ ဗာရာဏသီ မပြန်တော့ဘဲ ဒီလှည်းဝိုင်းမှာပဲ စခန်းချနေထိုင်ရင်း အထည်တွေ တဖြည်းဖြည်း ကုန်အောင်ရောင်း တော့မယ်၊ နွေရော၊ မိုးရော၊ ဆောင်းရော ဒီနေရာမှာပဲနေတော့မယ်၊ တစ်နှစ်လုံး ဒီမှာနေ၊ ဒီမှာစီးပွားရေးလုပ်ပြီးမှ ဗာရာဏသီပြန်တော့ မယ်လို့ ကုန်သည်ကြီးက ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။

အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က သာဝတ္ထိမြို့တွင်းမှာ ဆွမ်းခံကြွနေပါတယ်။

ကုန်သည်ကြီးရဲ့စိတ်အကြံကို သိတော်မူတဲ့အတွက် မြတ်စွာ ဘုရားရှင်က ပြီးတော်မူပါတယ်။ နောက်ထပ်ခုနစ်ရက်သာ အသက်ရှင် ရတော့မယ့်သူက တစ်နှစ်လုံး သာဝတ္ထိမှာနေဖို့ ကြံစည်နေပါလား ဆိုတဲ့ အသိနဲ့ ပြီးတော်မူခြင်းပါပဲ။

ပြီးခြင်းအကြောင်း အရှင်အာနန္ဒာကို ပြောပြတော့ အရှင် အာနန္ဒာက မြတ်စွာဘုရားထံ ခွင့်ပန်ပြီး ကုန်သည်ကြီးရဲ့ရာ လှည်းဝိုင်းကို ဆွမ်းခံကြွတော်မူပါတယ်။

ဆွမ်းလောင်းလာတဲ့ကုန်သည်ကြီးကို “အသက်ရဲ့အန္တရာယ် ဆိုတာ သိဖို့မလွယ်ကြောင်း၊ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေးမှာ အရွယ်မရွေး သေသွားနိုင်တဲ့အတွက် မသေခင် ကိုယ်ပိုင်တဲ့ လောလောလတ်လတ် အချိန်ပိုင်းကလေးမှာ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာဆိုတဲ့ အပွမာဒ လုပ်ငန်းကြီးလေးရပ်ကို မမေ့မလျော့ ပြုသင့်ကြောင်း” အရှင်အာနန္ဒာက မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

“နောက်ခုနစ်ရက်ပြည့်ရင် ဘဝတစ်ပါး ပြောင်းသွားရတော့ မယ်လို့မြတ်စွာဘုရားမိန့်တော်မူကြောင်း” ကိုပါ ပြောပြလိုက်တဲ့ အတွက် ကုန်သည်ကြီးခမျာ သတိသံဝေဂ အကြီးအကျယ် ရသွား ပါတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ သေခြင်းတရားကို ကိုယ့်ရဲ့ အနီးအနားမှာ တွေ့မြင် လိုက်ရတော့ သတိသံဝေဂ အားကောင်းသွားတာပေါ့။

သေခြင်းတရားကြောင့် အင်အားကြီးမားစွာ ဖြစ်ထွန်းလာတဲ့ သတိသံဝေဂကို အခြေခံပြီး ကုန်သည်ကြီးဟာ အပွမာဒလုပ်ငန်းကြီး လေးရပ်ကို ခြေလှမ်းသွက်သွက် အရှိန်ပြင်းပြင်း ပြုလုပ်အားထုတ် ပါတယ်။

ဘုရားအမေးရှိတဲ့ သံဃာတော်တွေကို ခုနစ်ရက်တိုင်တိုင် ဆွမ်း အလ-တွေပေး၊ သီလတွေ ဆောက်တည်ကျင့်သုံး၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာတရားတွေပွားများနဲ့ အပွမာဒလုပ်ငန်းကြီး လေးရပ်ကို ဇယ်ဆက်သလို အကွက်စေ့စေ့ အားထုတ် လိုက်တာ ခုနစ်ရက်ပြည့်တဲ့နေ့မှာ သောတာပန် အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။

“အသိဉာဏ်ကင်းမဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အချိန်မရွေး၊ နေရာ မရွေးမှာ အရွယ်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အသက်ရဲ့ အန္တရာယ် ကို မသိမမြင် မဆင်ခြင်နိုင်တဲ့အတွက်. . . .

ဒီနေရာမှာပဲ မိုးလေးလပတ်လုံး နေမယ်။ ဒီနေရာမှာပဲ ဆောင်းလေးလပတ်လုံး နေမယ်။ ဒီနေရာမှာပဲ နွေလေးလပတ်လုံး နေမယ်။ ဒီနေရာမှာပဲ တစ်နှစ်ပတ်လုံး နေမယ်လို့ လွဲမှားစွာ ကြံစည် ဆုံးဖြတ်တတ်ကြပါတယ်။”

အဲဒီ မြတ်စွာဘုရားတရားကို နာကြားရင်း သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရား ပွားများအားထုတ်လိုက်လို့ သောတာပန်ဖြစ်သွား ခဲ့တာပါ။

တရားအဆုံး သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတဲ့နောက် မြတ်စွာဘုရားနဲ့ သံဃာတော်တွေကို လိုက်ပို့ပြီး လှည်းဝိုင်း ကိုယ့်နေရာကိုယ်ပြန် အရောက် ခေါင်းမူးတယ်ဆိုပြီး အိပ်ရာပေါ် လှဲအိပ်လိုက်တာ လှဲအိပ် နေရင်းနဲ့ပဲ ဘဝတစ်ပါး ပြောင်းသွားခဲ့ပါတယ်။

အပွမာဒလုပ်ငန်းတွေကို ပြည့်စုံပြီးမြောက်အောင် အားထုတ် လုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့တဲ့အတွက် သေလွန်တဲ့အခါ တုသိတာနတ်ပြည်ကို လားရောက်ခဲ့ရပါတယ်။

တုသိတာနတ်ပြည်ရောက်ရတဲ့ လောကီအကျိုး၊ သောတာပန် ဖြစ်ရတဲ့ လောကုတ္တရာအကျိုးတွေဟာ သေခြင်းတရားကို အနီးကပ် သတိရလိုက်မိခြင်းရဲ့ အကျိုးတရားတွေပါပဲ။

ခုနစ်ရက်ပြည့်ရင် သေရမယ်ဆိုတာသာ အစကကြိုမသိခဲ့ရင်၊ ကြိုသိပေမယ့်လဲ မသေခင်လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို မှန်မှန် ကန်ကန် မဆုံးဖြတ်တတ်ခဲ့ရင်၊ ဆုံးဖြတ်တတ်ပေမယ့်လဲ တကယ်လက်တွေ့ အလုပ် မလုပ်ဖြစ်ခဲ့ရင် အခုလို လောကီ၊ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုးတွေ ရလာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

လူတိုင်းလူတိုင်း ကုန်သည်ကြီးလို သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ အနီးကပ်ဆုံးနေရာမှာ ထားပြီး ရှုမြင်ဆင်ခြင်နိုင်ခဲ့မယ်ဆိုရင် အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလောက်အောင် လောကီ၊ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုးတွေရ လာမှာ သေချာပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို ကြိုတွေးခြင်း၊ ကြိုသိခြင်းဟာ လောကီ၊လောကုတ္တရာ အဖို့တန်ရတနာသိုက်တွေကို အမြန်ဆုံး တူးဖော်ပေးမယ့် အကောင်းဆုံးလက်နက်ပါပဲ။

### သေချိန်ကို ကြိုသိစေနိုင်သောအာနာပါ နုသတိပဋ္ဌာန်

ကိုယ်သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီး အတိအကျ သိရခြင်း ဟာ ကိုယ့်အတွက် လောကီဘက်မှာရော၊ လောကုတ္တရာ ဘက်မှာပါ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်ပါဘူး။

မလွဲမသွေ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရမယ့် အခက်အခဲတစ်ခုအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခွင့်ရမယ်၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားနိုင်မယ်ဆိုရင် အဲဒီအခက်အခဲကို အလွယ်တကူနဲ့ သက်သက်သာသာ ကျော်လွှားနိုင်မှာပါ။ သေမှာကို ကြိုသိရင် သေဖို့အတွက် ကြိုတင် ပြင်ဆင်နိုင်တာပေါ့။ အကောင်းဆုံးသေခြင်းနဲ့ သေခွင့်ရအောင် လေ့ကျင့်ထားနိုင်တာပေါ့။

“သေခြင်းတရား ဘယ်အချိန်မှာ လာမလဲ၊ ကိုယ့်ဘက်က တော့ သေဖို့ အဆင်သင့်ပဲ” လို့ ကြွေးကြော်နိုင်ဖို့အတွက် သေခြင်းတရားကို ကြိုတင်လက်ခံထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ သေခြင်းတရားကို ကြိုတင်လက်ခံထားပြီးတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် သေဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ် စေမယ့် အလုပ်တွေကို မမေ့မလျော့ ပြုလုပ်အားထုတ်ရပါမယ်။

သေခြင်းတရားက အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်စေမယ့်အလုပ်၊ အသေလွတ်ကြောင်းအလုပ်တွေကို လုပ်ထားနိုင်ရင်တော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

အသေလွတ်ကြောင်းအလုပ်ကို ဆုံးခန်းတိုင်ရောက် ကိစ္စပြီးမြောက်အောင် လုပ်ထားနိုင်သူအတွက်တော့ သေခြင်း တရားဟာ ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်စရာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပြီးပျော်ကြည်နူးစရာပါ။

မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေရတဲ့ လူသားတွေအတွက် ကိုယ်သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီး အတိအကျ သိဖို့ဆိုတာ အင် မတန် ခက်ခဲတဲ့ ကိစ္စရပ်ကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ အခက်ခဲဆုံးကိစ္စကို အလွယ်တကူ သိနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းရှိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ အာနာပါနုသတိပဋ္ဌာန် အားထုတ်ခြင်းပါပဲ။

အာနာပါနုသတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်လို့ ရဟန်းကိစ္စပြီးမြောက်သွားတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မြတ်များဟာ မိမိတို့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရမယ့် အချိန်အခါကို မိနစ်၊ စက္ကန့်မလွဲ အတိအကျ ကြိုတင်သိမြင်နိုင်ကြပါတယ်။

အာနာပါနုသတိပဋ္ဌာန်မှတစ်ပါးသော တခြားကမ္မဋ္ဌာန်းတွေနဲ့ ပေါက်မြောက်သွားတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရမယ့် အချိန်ကို ကြိုသိဖို့ မသေချာပါဘူး။ သိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လည်းရှိသလို မသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရှိပါတယ်။ မသိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ပိုများပါတယ်။ အာနာပါနုသတိပဋ္ဌာန်ပိုင်ရှင်ကတော့ အဲလို မဟုတ်ပါဘူး။ သေချာပေါက် သိကိုသိပါတယ်။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ အသာထားလိုက်ပါဦး။ အာနာပါနု သတိပဋ္ဌာန်ကို အထိုက်အလျောက် ပေါက်မြောက်အောင် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် အားထုတ်ထားတဲ့ ပုထုဇဉ်ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တွေတောင်မှ ကိုယ်သေရမယ့် အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီး အတိအကျ သိနိုင်ကြပါတယ်။ တချို့လည်း အနီးစပ်ဆုံး သိနိုင်ကြပါတယ်။

ကြိုတင်သိကြတဲ့အတွက် ကိုယ့်အလောင်းကိုယ် ကြိုတင်ပြင် ဆင်သွားသူတွေ၊ ကြိုတင်စီမံပြောကြားသွားသူတွေ မရေမတွက် နိုင်အောင် ရှိပါတယ်။ သေခါနီးမှာ ကိုယ့်ဖာသာကိုယ် ရေမိုးချိုး၊ အဝတ် အစားအသစ်လဲ၊ အသုဘမှာ လ-ဖို့ မှာကြားပြီး ပြီးပြီးလေး သေသွား သူတွေ အများကြီးပါပဲ။

တစ်ခါတုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်း၊ စိတ္တလတောင်မှာ သီတင်းသုံးတဲ့ မထေရ်ကြီးတစ်ပါး လပြည့်ပုသ်နေ့တစ်ခုမှာ သံဃ ပုဂ္ဂိုလ်ပြုအပြီး ကိုယ့်ကျောင်းမှာကိုယ် သံဃာအများနဲ့ ခြံရံသီတင်းသုံးနေပါတယ်။

ကောင်းကင်ထက်က လရောင်ကို မော်ကြည့်ရင်း မိမိရဲ့သက်တမ်းအကြွင်းအပိုင်းအခြားကို ဆင်ခြင်နုလုံးသွင်းနေရာက တပည့်သံဃာများဘက် ပြန်လှည့်ပြီးတော့ ခုလို မိန့်ကြားတော်မူလိုက်ပါတယ်။

“ငါ့ရှင်တို့ . . . ၊ သင်တို့ ဘယ်လိုပုံစံမျိုးနဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို မြင်ဖူးကြသလဲ”

ဒီလိုမေးလိုက်တော့ တချို့တပည့်တွေက “နေရာမှာထိုင်လျက်ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို မြင်ဖူးပါတယ်ဘုရား”၊ တချို့ တပည့်တွေက. . . “ကောင်းကင်မှာ တင်ယှဉ်ခွေလျက် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို မြင်ဖူးပါတယ်ဘုရား” စသည်အားဖြင့် ကိုယ်မြင်တွေ့ဖူးတဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုပုံတွေကို အသီးအသီး လျှောက်ထားကြပါတယ်။

“စင်္ကြံလျှောက်လျက်နဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကိုရော မြင်ဖူးကြသလား” လို့မေးတော့. . . . လုံးဝ မမြင်ဖူးသေးကြောင်း တပည့်သံဃာအားလုံးက လျှောက်ထားကြပါတယ်။

“ကောင်းပြီ ငါ့ရှင်တို့ . . . ၊ ဒါဖြင့် သင်တို့ကို စင်္ကြံလျှောက်ရင်း ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို ငါအခုပြမယ်” . . . .

လို့မိန့်ကြားတော်မူပြီး စင်္ကြံလျှောက်တဲ့လမ်း(စင်္ကြံလမ်း)ရဲ့ တစ်နေရာမှာ မျဉ်းကြောင်းတစ်ခု သားလိုက်ပါတယ်။

“ငါ့ရှင်တို့ ကြည့်ကြနော်၊ ငါ စင်္ကြံလမ်းရဲ့ ဒီဘက်ထိပ်ကနေ ဟိုဘက်ထိပ်အရောက် ကြွပြီး ပြန်လှည့်လာမယ်၊ ဟောဒီ မျဉ်းသား ထားတဲ့နေရာ ရောက်ရင် ရောက်ရောက်ချင်း ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုမယ်”

အဲဒီလို မိန့်ကြားတော်မူပြီး တပည့်သံဃာများရဲ့ ရှေ့မှောက်မှာ စင်္ကြံကြွပြတော်မူပါတယ်။ တပည့်သံဃာများက စင်္ကြံအစအဆုံး တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ကြွလှမ်းနေတဲ့ မထေရ်ကြီးကို မျက်တောင်မခတ် ကြည့်ရှုကြည့်ညှိနေကြပါတယ်။

မထေရ်ကြီး မိန့်တော်မူတဲ့အတိုင်းပဲ စင်္ကြံတစ်ဖက်စွန်းကနေ ပြန်လှည့်လာမယ့် မျဉ်းသားထားတဲ့နေရာမှာ ခြေတော် တစ်ဖက်ပဲ နင်းချရုံရှိသေး၊ မတ်တပ်ရပ်ရက်နဲ့ အဲဒီစင်္ကြံမျဉ်းနေရာမှာပဲ ပရိနိဗ္ဗာန် ပြုတော်မူခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီမထေရ်ကြီးနည်းတူ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုမယ့်အချိန် (သေမယ့်အချိန်)ကို ကြိုသိပြီး စနစ်တကျ ကြိုတင်ပြင်ဆင် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြု သွားခဲ့တဲ့ အရှင်မြတ်တွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် များပြားလှပါတယ်။

သေမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိပြီး စနစ်တကျ ပြင်ဆင်သေသွား နိုင်တာဟာ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း၊ အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်ရဲ့ အကျိုး ကျေးဇူးပါပဲ။

သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိခြင်းဟာ မင်္ဂလာတစ်ပါးပါ။ ကျန်း မာစွာ အသက်ရှင်ခြင်းဟာ လာဘ်ကြီးတစ်ပါး ဖြစ်သလို ချမ်းသာ စွာ သေဆုံးခြင်းဟာလဲ လာဘ်ကြီးတစ်ပါးဖြစ်ပါတယ်။

ဘဝပြတ်အောင် အားမထုတ်နိုင်သေးသူအတွက် သေခါနီးမှာ တမလွန်ဘဝကူးကောင်းဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိရင် ဘဝကူးကောင်းဖို့အတွက် စိတ်တိုင်းကျ ကြိုတင်ပြင်ဆင်နိုင်ပါတယ်။

သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိချင်တယ်ဆိုရင်တော့ အာနာပါန သတိပဋ္ဌာန်တရားကို လေးလေးစားစား ပွားများ အားထုတ်ကြရုံပါပဲ။ သေချိန်ကိုကြိုသိခြင်းရဲ့ အသေချာဆုံးအကြောင်းဖြစ်တဲ့ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ အားထုတ်ကြဖို့ တိုက်တွန်းပါတယ်။

### တကယ်မသေခင်အခမ်းသေကြည်ကြရအောင်

ဒီဘဝဒီခန္ဓာနဲ့ သံသရာဝင်ဇာတ် အမြစ်ပြတ်အောင် အား မထုတ်နိုင်သေးဘူးဆိုရင်တော့ သေလွန်ပြီးတဲ့နောက် ကောင်းရာ သူဂတိရောက်ဖို့ကိုစွဲကို အရေးတကြီး ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပါဦးမယ်။

သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များ ကတော့ ကောင်းရာသူဂတိရောက်ဖို့ သေချာပြီးသားပါ။ အောက်ဆုံး အရိယာဖြစ်တဲ့ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားပြီဆိုရင်ပဲ အပါယ်လေးပါး ဆိုတဲ့ မကောင်းရာဒုဂ္ဂတိကို လုံးဝ မရောက်နိုင် တော့ပါဘူး။

သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် သေလွန်ခါနီးမှာ အပါယ်လေးပါးကျ ရောက်သွားစေနိုင်တဲ့ အာရုံဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးတွေ ထင်မြင် မလာနိုင်တော့ပါဘူး။

သောတာပန်မှ မဖြစ်သေးဘူးဆိုရင်တော့ ဘယ်လောက် ကောင်းတဲ့ ပုထုဇဉ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်လောက် အဆင့်မြင့်တဲ့ သူတော်စင် ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အကြောင်းမတော်ရင် အာရုံဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးတွေ ထင်မြင်လာ ပြီး အပါယ်လေးပါး ကျရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။

တကယ်သေလွန်ခါနီးအချိန်မှာ အာရုံဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးတွေ ထင် မြင်မလာဖို့အတွက် မသေခင်ကတည်းက ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားဖို့ လို အပ်ပါတယ်။ အသေကြီးကို ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့အတွက် အသေလေးနဲ့ လေ့ကျင့်ထားရပါမယ်။

“အသေကြီး” ဆိုတာ ဘဝတစ်ခုလုံးရဲ့ နောက်ဆုံးအပြီးအပြတ် သေလွန်ခြင်းကို ပြောတာပါ။ တကယ်သေသွားတာကို ပြောတာပါ။ “အသေလေး” ဆိုတာကတော့ ဘဝတစ်နေ့တာရဲ့ နောက်ဆုံး အိပ်စက် ခြင်းကိုပြောတာပါ။ တဒင်္ဂ၊ တစ်ခဏ သေသလိုဖြစ်သွားတာကို ပြောတာပါ။ အသေကြီးဆိုတာ မနိုးသောအိပ်စက်ခြင်းဖြစ်ပြီး အသေလေးဆိုတာ နိုးသောအိပ်စက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

မနိုးသောအိပ်စက်ခြင်းနဲ့ အိပ်စက်ခါနီးအချိန်မှာ အကောင်း ဆုံး အနေအထားဖြစ်နေဖို့အတွက် နိုးသောအိပ်စက်ခြင်းနဲ့ အိပ်စက်ခါ နီးအချိန်ကို အကောင်းဆုံးအနေအထားဖြစ်အောင် လေ့ကျင့်ထားဖို့ လို အပ်ပါတယ်။

အသေကြီးနဲ့ သေခါနီးအချိန်မှာ အာရုံကောင်း၊ နိမိတ်ကောင်း တွေ ထင်မြင်နေဖို့အတွက် အသေလေးနဲ့ သေခါနီးအချိန်ကို အာရုံ ကောင်း၊ နိမိတ်ကောင်းတွေနဲ့ ထုံမွမ်းပေးထားရပါမယ်။

ညအိပ်စက်တာဟာ အသေလေးနဲ့ သေတာပါ။ ညအိပ်တော့မယ်လို့ မျက်စိမှိတ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အာရုံကောင်းတွေ၊ ကုသိုလ်အာရုံတွေပဲ ထင်မြင်နေစေရပါမယ်။

ကုသိုလ်အာရုံက ဒါနအာရုံ၊ သီလအာရုံ၊ သမထအာရုံ၊ ဝိပ သာနာအာရုံလို့ လေးမျိုးရှိပါတယ်။

တကယ်သေခါနီးအချိန်မှာ ဘယ်ကုသိုလ်အာရုံထင်လာမယ်၊ ဘယ်ကုသိုလ်ကို အာရုံယူလို့ရမယ် ဆိုတာ ကြိုတင်မသိနိုင်တဲ့အတွက် အိပ်ခါနီးအချိန်မှာ ကုသိုလ်အာရုံလေးမျိုးလုံးကို ယူထားရပါမယ်။

စနစ်တကျ ကြိုတင်လေ့ကျင့်ထားတာတောင်မှ တကယ့် တကယ်သေခါနီးကျတော့ ဘယ်ကုသိုလ်ကို အာရုံယူရမှန်းမသိ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ တကယ်လို့ သိခဲ့ရင်တောင်မှ အင်အားကြီးမားတဲ့ အစွဲ အလမ်းအာရုံတွေ၊ အတွယ်အတာအာရုံတွေရဲ့ လွှမ်းမိုးမှုကြောင့် ကုသိုလ်အာရုံကို အာရုံယူဖို့ ခက်ခဲနေတတ်ပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် ညအိပ်ခါနီးအချိန်ကို တကယ်သေခါနီးအချိန်လို့ သဘောထားပြီး ကုသိုလ်အာရုံစွဲမြဲအောင် အလေးအနက်ထား ကြိုး စားကြရပါမယ်။

ဒါနအာရုံအနေနဲ့ ဒီနေ့ဒီအချိန်အထိ ဘဝတစ်သက်တာ မှာပြုခဲ့တဲ့ ဒါနကောင်းမှုတွေထဲက ကိုယ်အနှစ်သက်ဆုံး၊ ကိုယ်ပီတိ အဖြစ်ဆုံး ဒါနကောင်းမှုတစ်ခုခုကို အာရုံပြုရပါမယ်။

အဲဒီဒါနကောင်းမှုဟာ ငွေကြေးအကုန်အကျအနေနဲ့ နည်းချင် လည်းနည်းမယ်၊ များချင်လည်းများမယ်၊ လုံးဝ မကုန်ကျဘဲရင်လည်း ရှိမယ်။ အကုန်အကျအနည်းအများက အဓိက မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ် တကယ် နှစ်သက်ကျေနပ်ဖို့ ကိုယ် တကယ် ဝမ်းမြောက်ပီတိဖြစ်ဖို့က အဓိကပါ။

အကုန်အကျများတိုင်း အကျိုးပေးထက်သန်တာ မဟုတ်ပါ ဘူး။ ပီတိအားကောင်းမှ အကျိုးပေးထက်သန်တာပါ။

ကိုယ်ပီတိအဖြစ်ဆုံး ဒါနကောင်းမှုကို ခုလောလောဆယ် လ-နေ့ရသလို အာရုံထင်မြင်ပြီး ဝမ်းမြောက်ပီတိ ဖြစ်နေရပါမယ်။

ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးတိုင်း ဘုရားသောဏ်တော်ရေ အသစ်လဲတဲ့အကျင့် စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်ပေးပါ။ အိပ်ခါနီး (အသေလေးနဲ့ သေခါနီး) ရဲ့ အနီးကပ်ဆုံးဒါနကုသိုလ်ဖြစ်လို့ အာရုံယူရတာ အလွန်လွယ်ကူပါတယ်။ အေးချမ်းမှုနဲ့ တစ်နေ့တာကို အဆုံးသတ်လိုက် ရတဲ့အတွက် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး အစစအရာရာ အဆင်ပြေပြီး အေးချမ်းရပါလိမ့်မယ်။

သီလကုသိုလ်အနေနဲ့ အောက်ထစ်ဆုံး ငါးပါးသီလ၊ လူ ဝတ် ကြောင်တိုင်း မစောင့်မဖြစ် စောင့်ရမယ့် ငါးပါးသီလကို ဆင်ခြင်ရပါ မယ်။ ဆင်ခြင်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ ငါးပါးသီလလုံခြုံသူ ဖြစ်နေဖို့အတွက် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးတိုင်း ငါးပါးသီလကို အသစ် ခံယူဆောက်တည်ပါ။ ဆောက်တည်ပြီးတဲ့အချိန်ကစပြီး မကျိုးပေါက်ပါစေနဲ့။ အိပ်တော့မယ် ဆိုတော့လဲ ကျိုးပေါက်စရာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါဆိုရင် “ငါ အခု နောက်ဆုံး ငါးပါးသီလယူပြီးတဲ့အချိန်ကစပြီး ငါးပါးသီလ လုံခြုံနေပြီ” လို့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ရှစ်ပါးသီလ၊ သာမဏေသီလ၊ ရဟန်းသီလ ကျင့်သုံးနေသူ တွေကလဲ ကိုယ့်သီလကိုယ် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်နေရပါမယ်။ ကုစားသင့်တာရှိရင် မအိပ်ခင်က ကြိုတင်ကုစားထားရပါမယ်။

သမထကုသိုလ်အနေနဲ့ ကိုယ်အနှစ်သက်ဆုံး၊ ကိုယ်အကြည် ညှိဆုံး ဘုရားဂုဏ်တော် တစ်ခုခုကို ပွားများပါ။

ဥပမာ၊ အရဟံဂုဏ်တော်ကို အနှစ်သက်၊ အကြည်ညိုဆုံး ဆိုရင် “အရဟံ-ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ အရဟံ-ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား၊ အရဟံ-ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား” လို့ အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို အာရုံထင်မြင် အောင် စိတ်ထဲကနေ နှလုံးသွင်းပွားများရပါမယ်။

ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါးလုံးကို အဓိပ္ပါယ်သိသိ ပွားနိုင်ဖို့ အတွက် ဗမာလို အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်တွေကို လေ့လာထားရပါမယ်။ ကျက်သင့်တာတွေကိုလဲ ကျက်ထားရပါမယ်။

နောက်တစ်ခု သမထအနေနဲ့ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများနေရ ပါမယ်။ အနည်းဆုံး “သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ” လို့ သုံး ခေါက်လောက် ပွားများရပါမယ်။ ကိုယ်နှစ်သက်ရာ၊ ကိုယ်အားသန်ရာ မေတ္တာပွားနည်းတွေနဲ့လဲ မေတ္တာပွားနိုင်ပါတယ်။

ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ သမထကုသိုလ်တွေကို အစဉ် အတိုင်း အာရုံပြု ဝမ်းမြောက်ပြီးပြီဆိုရင် နောက်ဆုံး ဝိပဿနာကုသိုလ်နဲ့ အိပ်လိုက်ပါတော့။

နှာသီးဝ လေထိရာအရပ်မှာ သတိကပ်ထားပြီး လေဝင်ရင် ‘ဝင်တယ်’၊ လေထွက်ရင် ‘ထွက်တယ်’ ရှုမှတ်ပြီးနေပါ။

ဝင်တိုင်း၊ ထွက်တိုင်းသာ တစ်ဆက်တည်း သိနေမယ်ဆိုရင် လေးငါးချက်ထက် ပိုမမှတ်ရပါဘူး။ ချက်ချင်း အိပ်ပျော်သွားပါလိမ့်မယ်။ ဝင်လေထွက်လေ ရှုမှတ်ခြင်းဟာ အကောင်းဆုံးအိပ်ဆေးပါပဲ။

လေဝင်၊ လေထွက်တိုင်း၊ ထိတွေ့ တွန်းကန်မှုတွေကို သိနေ မယ်ဆိုရင် လောဘ၊ ဒေါသစတဲ့ ကိလေသာတွေလည်း ဖြစ်ခွင့်မရတော့ပါဘူး။ သမာဓိ၊ ဉာဏ်ရင့်သန်ပြီးသားပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် အိပ်ရာဝင်မှာ လေဝင်လေထွက် မှတ်ရင်းနဲ့ မဂ်စိတ်ကျပြီး နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားနိုင်ပါတယ်။

ညအိပ်တိုင်း ဒါနအာရုံ၊ သီလအာရုံ၊ သမထအာရုံ၊ ဝိပဿနာ အာရုံနဲ့ အိပ်စက်သွားမယ်ဆိုရင် သေလွန်ခါနီးမှာလည်း အဲဒီ အာရုံ လေးမျိုး တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ သေလွန်ရမှာ သေချာပါတယ်။ ကုသိုလ်အာရုံနဲ့ သေလွန်သွားသူကို ကောင်းရာသုဂတိဘုံတွေက သူဦးကိုယ်ဦး လက် ကမ်းကြို ဆိုနေကြမှာပါ။

ဒါကြောင့် ညအိပ်ရာဝင်၊ ခေါင်းအုံးပေါ်ခေါင်းချ၊ ကျောဆန့် ပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် “ငါ ခဏသေလိုက်ဦးမယ်” လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်ထဲကပြောပြီး သေနည်းလေ့ကျင့်ကြဖို့ အထူးတိုက်တွန်းလိုက်ပါ တယ်။ မသေခင်လုပ်ရမယ့်အလုပ်တွေထဲမှာ သေနည်းလေ့ကျင့်တဲ့ အလုပ်ကိုလည်း ထိပ်ဆုံးနေရာက ထည့်သွင်းထားရပါမယ်။

**ကိုယ် အကျိုးမထိခိုက်သောသူတစ်ပါးအကျိုး  
သူတစ်ပါးအကျိုးမထိခိုက်သော ကိုယ် အကျိုး**

ဘဝဆိုတာ အလုပ်လုပ်ခြင်းဖြစ်လို့ လူမှန်ရင် အလုပ်လုပ်ရပါတယ်။ အကြောင်းတရားဖြစ်တဲ့ အလုပ်တွေကို လုပ်နေကြတာဟာ အကျိုးတရားတွေအတွက်ပါ။ အကျိုးတရားက ကိုယ့်အကျိုးနဲ့ သူတစ်ပါးအကျိုးလို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

တချို့လူတွေက ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ပဲ အလုပ်လုပ်ကြပြီး တချို့လူတွေကတော့ သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ပဲ အလုပ်လုပ်ကြပါတယ်။ မြင့်မြတ်တဲ့လူတွေကတော့ ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ရော၊ သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ရော အလုပ်လုပ်ကြပါတယ်။

တကယ်တော့ ကိုယ့်အကျိုးအတွက် သက်သက်လုပ်နေရုံနဲ့လည်း စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝ မရနိုင်သလို သူတစ်ပါးအကျိုး အတွက် သက်သက်လုပ်ရုံနဲ့လဲ စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝ မရနိုင်ပါ ဘူး။ ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ရော သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ပါ မျှမျှတတ၊ ဟန်ချက်ညီညီ လုပ်နိုင်ပါမှ စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝ ရနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်မှု အပြည့်အဝရခြင်းဆိုတဲ့ ဆုလာဘ် ဟာ ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ရော၊ သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ပါ အလုပ်လုပ် သူတွေအတွက် သဘာဝတရားကြီးက ပေးအပ်ထားတဲ့ သီးသန့်အခွင့် အရေးတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

မြင့်မြတ်တဲ့လူမှန်ရင် မသေခင်မှာ ကိုယ့်အကျိုးမထိခိုက်တဲ့

သူတစ်ပါးအကျိုး၊ သူတစ်ပါးအကျိုးမထိခိုက်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုး၊ အကျိုး နှစ်မျိုးလုံးကို သယ်ပိုးထမ်းရွက်ရပါမယ်။

“ကိုယ့်အကျိုးမထိခိုက်တဲ့ သူတစ်ပါးအကျိုး သယ်ပိုးရမယ်” ဆိုတာက “အကုသိုလ်အလုပ် မလုပ်ဖို့” ပြောတာပါ။ “သူတစ်ပါးအကျိုး မထိခိုက်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုး သယ်ပိုးရမယ်” ဆိုတာက “ကုသိုလ်အလုပ် လုပ်ဖို့” ပြောတာပါ။

အများအကျိုး သယ်ပိုးတာဟာ ချီးမွမ်းစရာကောင်းလှပေမယ့် အဲဒီသယ်ပိုးမှုမှာ မကောင်းမှုလုပ်ရပ်တွေ၊ အကုသိုလ်စိတ်ထားတွေ ရော ယှက်ပါလာပြီဆိုရင်တော့ သန့်စင်မွန်မြတ်တဲ့ အများအကျိုးသယ်ပိုးမှု မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။

တချို့က ကောင်းတဲ့အလုပ်၊ ကုသိုလ်အလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မကောင်းတဲ့အလုပ်၊ အကုသိုလ်အလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် လောက လူသားအကျိုး အတွက်၊ အများအကျိုးအတွက် လုပ်တာဆိုရင် မြင့်မြတ်တယ်၊ ပါရမီ ဖြစ်တယ်လို့ ယူဆပြောဆိုနေကြပါတယ်။

အင်မတန်လွဲမှားပြီး အင်မတန်ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ အယူ အဆပါပဲ။ အဲဒီအယူအဆကို သဘောကျဆုပ်ကိုင်ပြီး အများအကျိုး ဖြစ်ရင်ပြီးရော၊ လုပ်ချင်ရာလုပ်မယ်ဆိုတဲ့သူတွေ လောကမှာ ပေါများ လာရင်တော့ လောကလူသားတွေဟာ ပါရမီဖြည့်တဲ့ လူသားတွေ မဖြစ်ဘဲ ပါရမီဖျက်တဲ့ လူသားတွေ ဖြစ်လာတော့မှာ သေချာပါတယ်။

ပါရမီဆိုတာ မြင့်မြတ်သူတွေရဲ့ အလုပ်ပါ။ မြင့်မြတ်သူတွေလုပ်တဲ့အလုပ်ကို ပါရမီလို့ ခေါ်ပါတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ပါရမီ ဆိုတာ မြင့်မြတ်သူဖြစ်ကြောင်း အလုပ်ပါ။ လူတစ်ယောက်ကို မြင့်မြတ် သူဖြစ်လာအောင် စွမ်းဆောင်ဖန်တီးပေးတဲ့အလုပ်ကို ပါရမီလို့ ခေါ်ပါတယ်။

မကောင်းတဲ့အလုပ်၊ အကုသိုလ်အလုပ်ဟာ မြင့်မြတ်သူတွေ လုပ်တဲ့အလုပ်လား၊ မကောင်းတဲ့အလုပ်၊ အကုသိုလ်အလုပ် လုပ်ခြင်းကြောင့် လူတစ်ယောက်ဟာ မြင့်မြတ်သူ ဖြစ်လာနိုင်သလား၊ ဉာဏ်သွင်းပြီး စဉ်းစားကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်။

“ငါ့အတွက်မပါ၊ လောကအတွက် လုပ်တာမှန်သမျှ ပါရမီ ဖြစ်တယ်” ၊ “လောကအကျိုးအတွက် မိမိဘဝကို အနစ်နာခံ စတေးပြီး အလုပ်လုပ်ရင် ပါရမီဖြစ်တယ်” ဆိုတဲ့ မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆကို လုံးဝဖယ်ရှားပြီး ကိုယ့်အကျိုးမထိခိုက်တဲ့ သူတပါး အကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေကို သန့်စင်မွန်မြတ်စွာ ပါရမီမြောက်အောင် သယ်ပိုးရွက်ဆောင်ကြရပါမယ်။

သူတပါးအကျိုးပြုလုပ်ငန်းမှာ အကုသိုလ်ပါလာတာကိုပဲ ကိုယ့်အကျိုးထိခိုက်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

“အနစ်နာခံစိတ်နဲ့ လုပ်မှ ပါရမီဖြစ်တယ်” လို့ တချို့က အယူမှားနေကြပါတယ်။ အနစ်နာခံတယ် ဆိုတာတည်းက “ငါနစ်နာ သွားပြီ” ဆိုတဲ့အတွေး ပါနေပါပြီ။ ငါနစ်နာသွားပြီဆိုတဲ့ အတွေးဟာ ဒေါသဦးစီးတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်ပါ။ ဝမ်းနည်းမှုအရိပ်အငွေ့တွေ လွှမ်းခြုံနေပါတယ်။ ပါရမီစစ်စစ်ဖြစ်ချင်ရင် အကုသိုလ်စိတ် ကင်းစေရပါမယ်။ “အနစ်နာခံတယ်” လို့ မတွေးဘဲ “အကူညီပေးတယ်” လို့ တွေးပြီး ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ တက်တက်ကြွကြွ ဖြစ်နေရပါမယ်။

အကူအညီပေးတဲ့ လုပ်ရပ်တွေမှာ စွန့်လွှတ်ခြင်းတွေ အနည်း နဲ့အများ၊ အပေါ့နဲ့အလေး၊ အပါးနဲ့အထူ ပါဝင်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့စွန့်လွှတ်ခြင်းဟာ အနစ်နာခံခြင်း မဟုတ်သလို အနစ်နာခံခြင်းဟာ လည်း ပါရမီဖြည့်ခြင်း မဟုတ်ပါဘူး။

ဒီသဘောတွေကို နောင်အလျဉ်းသင့်တဲ့ တရားတော်တွေကျ မှပဲ အကျယ်တဝင့် ပြောပါတော့မယ်။ အခုတော့ ဒီလောက်ပဲ အကျဉ်းချုပ်မှတ်ထားပါ။

ကိုယ့်အကျိုးအတွက် အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာလည်း သူတစ်ပါး အကျိုး မထိခိုက်အောင် ဂရုစိုက်ဖို့ လိုပါတယ်။ စစ်မှန်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုးဆိုတာ ကုသိုလ်အလုပ်၊ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို ပြောတာပါ။

ကုသိုလ်အလုပ်၊ တရားဘာဝနာအလုပ်တွေဟာ အများအကျိုး၊ သူတစ်ပါးအကျိုးနဲ့ တိုက်ရိုက် မသက်ဆိုင်ပေမယ့် အများကို၊ သူတစ်ပါးကို မထိခိုက်တဲ့အတွက် ချီးမွမ်းဖွယ်ကောင်းတဲ့အလုပ်၊ မြင့်မြတ်တဲ့အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ကိုယ် ကောင်းဆန်တဲ့အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။

ဒါပေမဲ့ ကုသိုလ်အလုပ်၊ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို သူတစ်ပါးထိခိုက်အောင်၊ ပတ်ဝန်းကျင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်အောင် လုပ်ရင်တော့ သန့်စင်မွန်မြတ်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုးသယ်ပိုးမှု မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။ ဥပမာ၊ အသံကျယ်ကြီးနဲ့ ဘုရားအော်ရိုခိုးတာမျိုး၊ အသံချဲ့စက်ကြီးတွေနဲ့ တစ်နေ့လုံး၊ တစ်ညလုံး အဆက်မပြတ် တရားစာအော်ရွတ်နေတာမျိုးတွေပေါ့။

အဲဒီလို “ငါကုသိုလ်ရရင်ပြီးရော၊ ပတ်ဝန်းကျင်ဘာဖြစ်ဖြစ်” ၊

“ငါကောင်းတာလုပ်တာပဲ၊ သူတို့မကြိုက်လဲ မတတ်နိုင်ဘူး” ဆိုတဲ့တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန် အယူအဆအများတွေကို လုံးဝဖယ်ရှားပြီး သူတစ်ပါးအကျိုး မထိခိုက်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေကို သန့်စင်မွန်မြတ်စွာ ပါရမီမြောက်အောင် သယ်ပိုးရွက်ဆောင်ကြရပါမယ်။

နေမင်းကြီးဟာ မကွယ်ခင်မှာ ကိုယ်တိုင်လဲတောက်ပ၊ လောကကိုလဲ အလှဆင်သလို လူဟာလဲ မသေခင်မှာ ကိုယ့်အကျိုးလဲ ဆောင်ရွက်၊ သူတစ်ပါးအကျိုးလဲ သယ်ပိုးကြရပါမယ်။

### မသေခင် ဖြည့်ဆည်းရမည့် ဘဝအရည်အသွေးများ

မြတ်စွာဘုရားရှင်က “မသေခင်သုတ္တန်” လို့ အဓိပ္ပါယ်ရတဲ့ “ပုရာဘောဒသုတ္တန်” မှာ မသေခင်ဖြည့်ဆည်းရမယ့် ဘဝအရည်အ သွေးတွေကို တစ်စုတစ်ဝေးတည်း ဟောကြားထားပါတယ်။

မြင့်မြတ်တဲ့လူသားတိုင်းနဲ့ မြင့်မြတ်လိုတဲ့လူသားတိုင်း မဖြည့်မဖြစ် ဖြည့်ဆည်းရမယ့် စိတ်ဓာတ်အရည်အသွေး၊ ဘဝ အရည်အသွေးတွေဖြစ်လို့ အကျဉ်းဆုံးချုပ်ပြီး ပြောပြချင်ပါတယ်။

မသေခင်မှာ တဏှာကင်းအောင် ကြိုးစားရပါမယ်။ လုံးဝ မကင်းတောင် နည်းနိုင်သမျှ နည်းရပါမယ်။ အစွန်းထွက်တဲ့ တဏှာမျိုး၊ လွန်ကဲဖောက်ပြန်တဲ့ တဏှာမျိုး လုံးဝမဖြစ်အောင် သတိနဲ့ ထိန်းသိမ်း နိုင်ရပါမယ်။

ပြီးဆုံးခဲ့တဲ့အတိတ်အကြောင်း၊ ဖြစ်မလာသေးတဲ့ အနာဂတ် အကြောင်းတွေကို မလိုအပ်ဘဲ တွေးတောနေပြီး စိတ်ပင်ပန်းမနေသင့် ပါဘူး။ မသေခင် ကိုယ်တကယ်ပိုင်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်တစ်ခဏလေးမှာပဲ စိတ်ကို တည့်တည့်ချထားပြီး လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာကို အကောင်းဆုံးဖြစ် အောင် လုပ်ရပါမယ်။

မသေခင်မှာ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ဒေါသမီး မလောင်မြိုက်အောင် တိမ်းရှောင်နိုင်ရပါမယ်။ ထစ်ကနဲရို ဒေါသထွက်တာမျိုး၊ ကိုယ်မကျေနပ် တဲ့လူကို ရန်ငြိုးဖွဲ့ ကလဲ့စားချေဖို့ကြိုးစားတာမျိုး မလုပ်သင့်ပါဘူး။ သူလည်း တစ်နေ့သေ၊ ကိုယ်လည်း တစ်နေ့သေမယ့် ကိစ္စ၊ ဘာလို့ ဒေါသထွက်နေဦးမှာလဲ။

နေရာတကာမှာ စိတ်ပူပန်တတ်တဲ့သူလည်း မဖြစ်သင့်ပါဘူး။ တိုတောင်းလှတဲ့ ဘဝလေးကို စိတ်ပူလောင်မှုတွေနဲ့ ဘာလို့ အချိန်ဖြုန်း ပစ်မှာလဲ။ စိတ်အေးအေး၊ ခေါင်းအေးအေးနဲ့ အရာရာကို ယောနိသော မနသိကာရ ထားတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ရိုတဲ့ဂုဏ်နဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မရိုတဲ့ဂုဏ်နဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် ကြွားတတ် ဝါတတ်၊ ဂုဏ်ပြိုင်တတ်တာမျိုးလဲ ရှောင်ကြဉ်ရပါမယ်။ ကိုယ်လုပ် တာ၊ ကိုယ်ပိုင်တာ လူတကာလူညီကြွားနေရတဲ့ အရသာက သေရင် ကိုယ့်အတွက် ဘာများ အကျိုးပြုနိုင်မှာမို့လဲ။

လုပ်သင့်တာ မလုပ်ခဲ့မိလေခြင်း၊ မလုပ်သင့်တာ လုပ်ခဲ့မိလေ ခြင်းလို့ နောင်တရ စိတ်ပူပန်နေတာမျိုးလည်း မဖြစ်သင့်ပါဘူး။ အသိ မှန်၊ သတိမှန်ရတဲ့အချိန်ကစပြီး လုပ်သင့်တာ လုပ်၊ မလုပ်သင့်တာ မလုပ်ဘဲနေရင် မသေခင်ကိုယ့်ဘဝဟာ ကျေနပ်စရာ ကောင်းနေပါပြီ။

နှုတ်စောင့်စည်းသူ၊ စကားကို ဉာဏ်နဲ့ ချင့်ချိန်ပြောသူလည်းဖြစ်ရပါမယ်။ အပိုစကားတွေ၊ အကျိုးမဲ့စကားတွေကို စိတ်ထင်တိုင်း လျှောက်ပြောနေလို့ ကိုယ့်ပါးစပ်လည်း ကျက်သရေရှိမလာနိုင်သလို၊ မသေခင် ကိုယ့်ဘဝလဲ ကျက်သရေ ရှိမလာ နိုင်ပါဘူး။

မသေခင်ကာလလေးက တိုတိုလေးမို့ စိတ်ပျံ့လွင့်တွေးတော ပြီးလဲ အချိန်မဖြုန်းသင့်ပါဘူး။ ကုန်သွားတဲ့အချိန် ကပြန်မရနိုင်တဲ့ အတွက် လက်ထဲရောက်လာသမျှ အချိန်တိုင်းကို စိတ်တည်ငြိမ်မှု အပြည့်နဲ့ အကျိုးရှိရှိ အသုံးချတတ်ရပါမယ်။

ကိုယ့်ရဲ့လက်ရှိဘဝကို မကျေနပ်ဘဲ မရေရာ မသေချာတဲ့ အနာဂတ်ဘဝကို ပုံဖော်တပ်မက်နေတာမျိုးလည်း လုံးဝ မဖြစ်စေသင့်ပါ ဘူး။ ကိုယ့်နဲ့ ထိုက်တန်လို့ ရလာတဲ့ ကိုယ့်ဘဝကို ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံပြီး နေတတ်အောင် နေရပါမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝကို ဖန်တီးပေး လိုက်တဲ့ အတိတ်ကံရဲ့ ဖြစ်တည်ရာ ဘဝတွေကိုလည်း စိတ်နာနေလို့ အပိုပါပဲ။

ကံ၊ ကံရဲ့အကျိုးမရှိ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝမရှိ အစရှိတဲ့ အယူ မှား မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိတွေလဲ ကင်းရှင်းနေရပါမယ်။ အယူမှားရင် အလုပ်မှားမယ်၊ အလုပ်မှားရင် အကျိုးတရားလဲမှားပြီး ပစ္စုပ္ပန်မှာရော၊ သံသရာ မှာပါ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ပင်လယ်ဝေရပါလိမ့်မယ်။

ကိလေသာဖြစ်မယ့်ကိစ္စ၊ အကုသိုလ်ဖြစ်မယ့်ကိစ္စတွေမှာ တွန့်ဆုတ်တဲ့သူ ဖြစ်ရပါမယ်။ ကိလေသာစိတ် မဖြစ်ရဲ အကုသိုလ် အလုပ် မလုပ်ရဲတဲ့သူဟာ သူ့ရဲ့ကောင်းအစစ်ပါ။

ကိုယ့်ကို သူတပါးတွေ အထင်ကြီးအောင် မဟုတ်မမှန် လုပ်ကြံ လှုံ့ဆော်တာမျိုး လုံးဝမပြုလုပ်ရပါဘူး။ အံ့ဖွယ်ထူးဆန်းတွေ လိမ်ညာ ဖန်တီးပြပြီး နာမည်ကြီး၊ လာဘ်ပေါ၊ ပရိသတ်များအောင် လုပ်ခြင်းဟာ ကိုယ့်ရဲ့မသေခင်ဘဝကို အမည်းရောင် ဆိုးနေတာပါပဲ။

လူသားတွေရဲ့ မသေခင်ဘဝကို အရုပ်ဆိုးအကျည်းတန်စေတဲ့ မနာလို၊ ဝန်တိုမှု (ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ) ကိုလဲ တွန်းလှန်နိုင် ရပါမယ်။ ကိုယ့်ထက်သာ မနာလိုတဲ့စိတ်၊ ကိုယ့်လိုပြည့်စုံမှာ ဝန်တိုတဲ့စိတ် လွှမ်းမိုးနေတဲ့သူဟာ မသေခင်က ပုပ်နေတဲ့ သက်ရှိ အလောင်းကောင်ပါပဲ။

ကိုယ်အပြုအမူကြမ်းတမ်းသူ၊ နှုတ်အပြောအဆို ကြမ်းတမ်း သူ၊ စိတ်နေသဘောထား ကြမ်းတမ်းသူ မဖြစ်စေရပါဘူး။ ကိုယ်ကျင့်တရား မကောင်းသူ (သီလမရှိသူ) ကို ပတ်ဝန်းကျင် က ရွံရှာစက်ဆုပ်ကြပါတယ်။ မသေခင်မှာ ပတ်ဝန်းကျင်က ရွံရှာ စက်ဆုပ်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားပျက်သူ မဖြစ်ပါစေနဲ့။

ချစ်ခင်နေသူအချင်းချင်း၊ အဆင်ပြေနေသူအချင်းချင်း ကွဲပြား အောင် လှုံ့ဆော်သူ၊ ကုန်းတိုက်သူ မဖြစ်ပါစေနဲ့။ သူ့ရေစက်နဲ့သူ၊ သူ့အကြောင်းဆက်နဲ့သူ ချစ်ကြ၊ ခင်ကြ၊ အဆင်ပြေနေကြတာကို မနာလိုဝန်တိုဖြစ်ပြီး ကွဲပြားအောင် ကုန်းတိုက်တဲ့သူလောက် ကျက်သ ရေယုတ်တဲ့သူ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။

မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်လို့ ခေါ်တဲ့ တံခါးခြောက် ပေါက်ကနေ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အထိအတွေ့၊ သဘောတရားလို့ခေါ်တဲ့ အာရုံခြောက်ပါးဆိုကို တဏှာလောဘ အစရှိတဲ့ ကိလေသာရေအလျဉ်တွေ စီးဆင်းမသွားအောင် စောင့်ရှောက်နိုင်ရပါမယ်။ မြင်-မြင်ကာမျှ၊ ကြား-ကြားကာမျှနဲ့ ပြီးအောင် သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားများနိုင်ရင် ကိလေသာရေ စီးဆင်းမှု ရပ်တန့်သွားမှာပါ။

မာနလွန်ကဲပြီး အောက်ခြေလွတ် ဘဝင်မြင့်နေတဲ့သူလည်း မဖြစ်စေရပါဘူး။ မာနကြီးတယ်ဆိုတာ အထင်ကြီးတာပါ။ ပစ္စည်း၊ ရုပ်ရည်၊ ပညာ၊ အာဏာ၊ သူများထက်သာတယ်လို့ထင်နေတဲ့ “အထင်” ကြီးနေတာပါ။ အထင်ဟာ အထင်ပါပဲ။ တကယ်မဟုတ်ပါဘူး။

မသေခင်မှာ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ဉာဏ်ပညာကြီးမားသူဖြစ် အောင် ကြိုးစားနေရပါမယ်။ လောကီဉာဏ်သာမက လောကုတ္တရာ ဉာဏ်ပါရမှ လူ့ဘဝ ဖြစ်ရကျိုးနပ်ပါတယ်။

ဘယ်အရာမျိုးကိုမဆို ကိုယ်တွေ့အသိမပါဘဲ သူတစ်ပါးအပြောနဲ့ ယုံတတ်တဲ့သူလည်း မဖြစ်စေရပါဘူး။ သိသင့်သိထိုက်တာ မှန်သမျှ သူတစ်ပါးပါးစပ်မှာ လမ်းဆုံး၊ သူတစ်ပါးပြောတာ ယုံနေရုံ လောက်နဲ့ မပြီးဘဲ ကိုယ်တိုင်သိ၊ ကိုယ်တိုင်မြင်အောင် ကြိုးပမ်းအား ထုတ်ရပါမယ်။

ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်တဲ့အခါမှာလဲ လာဘ်မျှော်တဲ့စိတ်နဲ့ မပြုလုပ်ရပါဘူး။ လူမှုရေး လာဘ်လာဘလို့ခေါ်တဲ့ ထင်ပေါ်ကျော်စောမှု၊ စီးပွားရာထူးတိုးတက်မှု၊ သံသရာကောင်းစားမှုတွေကို လုံးဝမျှော်ကိုးဘဲ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်လိုတဲ့စိတ်၊ သတ္တဝါအများ ကောင်းစားစေလိုတဲ့စိတ်နဲ့ ပြုလုပ်ကြရပါမယ်။

အကောင်း၊ အဆိုး လောကဓံအမျိုးမျိုးနဲ့ တွေ့ကြုံလာတဲ့အခါ မှာလည်း စိတ်မတက်၊ စိတ်မပျက်ဘဲ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ ခံနိုင်ရည်ရှိရ ပါမယ်။

သက်ရှိ သက်မဲ့တစ်ခုခုအပေါ် တပ်မက်စွဲလမ်းတဲ့ တဏှာ ကို အကြောင်းပြုပြီး ဘယ်သူနဲ့မှ ဆန့်ကျင်ဘက် မဖြစ်စေရပါဘူး။ တဏှာတစ်ခုခုရဲ့နောက်မှာ ဆင့်ပွားအကုသိုလ်စိတ်တွေ၊ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်တွေ တွဲပါမလာအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်ခြင်းဟာ အဆင့်မြင့် ပုထုဇဉ်တွေရဲ့ အရည်အချင်းတစ်ခုပါပဲ။

အစားအသောက်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့လည်း ဒါမစားရ မနေနိုင်၊ ဒါမသောက်ရ မနေနိုင် တမ်းတမ်းစွဲမက်မောမှု ကင်းရှင်းရပါမယ်။ ရသတဏှာကို ထိန်းချုပ်စောင့်စည်းနိုင်ရပါမယ်။

ကိုယ်အပြုအမူဖြစ်သမျှ၊ စိတ်အနေအထားဖြစ်သမျှကို အမြဲ သတိကပ် ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကြုံလာသမျှ အာရုံကောင်းဆိုး အမျိုးမျိုးကို မချစ်၊ မမုန်းဘဲ ဥပေက္ခာပြု အညီအမျှ ရှုနိုင်တဲ့သူ ဖြစ်ရ ပါမယ်။

ကိုယ့်အထက်လူနဲ့ နှိုင်းယှဉ်တဲ့မာန၊ ကိုယ့်တန်းတူလူနဲ့ နှိုင်း ယှဉ်တဲ့မာန၊ ကိုယ့်အောက်တန်းလူနဲ့ နှိုင်းယှဉ်တဲ့မာန၊ မာန သုံးမျိုးလုံးလည်း ကင်းရှင်းရပါမယ်။

သေပြီးရင် အသက်ကောင်၊ ဝိညာဉ်ကောင်လေး နောက်ဘဝ လိုက်တယ်ဆိုတဲ့ သဿတဒိဋ္ဌိ၊ သေပြီးပြတ်တယ်၊ ဘာမှ မဖြစ်တော့ ဘူးဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ၊ ဒီ ဒိဋ္ဌိနှစ်ပါးလည်း ကင်းရှင်းရပါမယ်။ ဒီ ဒိဋ္ဌိ နှစ်ပါးရှိနေရင် မသေခင်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေ ကမောက်ကမဖြစ်ပြီး သံသရာမှာ ချောက်ကျရပါလိမ့်မယ်။

ကိုယ်နဲ့ ပတ်သက်ဆက်စပ်နေတဲ့ သားသမီးစတဲ့ သက်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အိမ်၊ မြေစတဲ့ သက်မဲ့အရာဝတ္ထုတွေကို ငါ့သား၊ ငါ့သမီး၊ ငါ့အိမ်၊ ငါ့မြေဆိုပြီး ငါ့စွဲကြီးကြီး၊ ငါ့ဥစ္စာအစွဲကြီးကြီးနဲ့ သိမ်းပိုက် ထားတဲ့စိတ်မျိုး ကင်းရှင်းရပါမယ်။

ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ် ကိလေသာကို ရှေ့တန်းတင်တဲ့ အလုပ်၊ ကိလေသာကို ဆရာတင်တဲ့အလုပ်မျိုး မဖြစ်အောင် သတိထားရပါမယ်။

ကိလေသာအရင်းမခံဘဲ အလုပ်လုပ်နေပါရက်နဲ့ သူတစ်ပါးတို့က ကိလေသာအရင်းခံတယ်လို့ ထင်မှားစွပ်စွဲလာ ရင်လည်း မတုန်မလှုပ် သည်းခံနိုင်ရပါမယ်။

“တစ်လောကလုံးမှာ ကိုယ်ပိုင်တာ ဘာမှမရှိပါလား” ဆိုတဲ့ အသိ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှိနေရပါမယ်။ အဲဒီအသိ စွဲစွဲမြဲမြဲရှိနေပြီဆိုရင် ရှိချင်တာ မရှိလို့လည်း မပူပန်တော့ပါဘူး။ ရှိပြီးတာ မရှိလို့လည်း မဆူညံတော့ ပါဘူး။

ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းစတဲ့ ကိလေသာကို အရင်းခံပြီး မလုပ်သင့်မလုပ်ထိုက်တာ လုပ်တဲ့ အဂတိလိုက်စားမှုလဲ ကင်းရှင်းရ ပါမယ်။ အဂတိရဲ့လားရာဟာ ဒုဂ္ဂတိပါ။

လောကမှာ လူသားတွေ မလုပ်သင့် မလုပ်ထိုက်တာလုပ်၊ လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်တာမလုပ် ဖြစ်နေကြတာဟာ အရင်းခံ ကတော့ ကိလေသာပါပဲ။ ကိလေသာခေါင်းပါးလာတာနဲ့အမျှ မလုပ်သင့်မလုပ်ထိုက်တာတွေလဲ ရှောင်ကြဉ်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာတွေလည်း ဆောင်ငင်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။

မလုပ်သင့်တာအားလုံး အကြွင်းမဲ့ ရှောင်နိုင်ပြီး လုပ်သင့်တာအားလုံး အကြွင်းမဲ့ဆောင်နိုင်ပြီဆိုရင်တော့ အကြွင်းမဲ့ ဘဝလွတ်မြောက်မှုကို ရပါပြီ။ သေခြင်းတရားက အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်ပါပြီ။ ထပ်တလဲလဲ တစ်သေထဲ သေနေရတဲ့အဖြစ်ဆိုး၊ ဒုက္ခဆိုးတွေက ထာဝရလွတ်မြောက်ပါပြီ။ အနှိုင်းမဲနိဗ္ဗာန်မှာ အကြွင်းမဲ့ ပျော်စံနိုင်ပါပြီ။

ဒါကြောင့် မသေခင်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေထဲမှာ အရေးအကြီးဆုံး၊ ပဓာနအကျဆုံးကတော့ ကိလေသာခေါင်းပါးရေး အလုပ်၊ ကိလေသာအမြစ်ပြတ်ရေးအလုပ်ပါပဲ။

### အပ္ပမာဒေ နှင့် သမ္မာဒေ

မိမိကို လူတစ်ယောက်က ကြံချောင်းတစ်ချောင်း ပေးလာခဲ့ မယ်ဆိုပါတော့။ အဲဒီကြံကို အရင်းကစပြီးတော့ စုပ်မလား၊ အဖျားကစပြီးတော့ စုပ်မလား။

သေခြင်းတရားကို မဆင်ခြင်မိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အဖျား ပိုင်းကနေ စပြီးတော့ စုပ်မယ်။ သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်မိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အရင်းပိုင်းကနေ စပြီးတော့ စုပ်မယ်။

အဖျားပိုင်းကနေ စပြီးစုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ကြံရဲ့ အကောင်းဆုံးအရသာဟာ အရင်းပိုင်းမှာရှိတဲ့ အတွက်ကြောင့် အရသာကို တဖြည်းဖြည်း တိုးပြီးခံစားမယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ပါ။

ဒါပေမဲ့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အဖျားပိုင်းကို စုပ်နေရင်းတန်းလန်း နဲ့ သေဆုံးသွားခဲ့မယ်ဆိုရင် အရင်းပိုင်းမှာရှိတဲ့ အကောင်းဆုံး အရသာကို ခံစားခွင့် ရလိုက်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က အရင်းပိုင်းကနေ စပြီးစုပ်တော့ အဖျားပိုင်းကို မရောက်ခင်မှာ သေသွားခဲ့မယ် ဆိုရင်လည်း အကောင်းဆုံးအရသာကို ခံစားပြီးပြီဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် သူ့အတွက် သေရကျိုးနပ်ပါတယ်။

လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ကြံရဲ့ အဖျားပိုင်းအရ သာနဲ့တူပါတယ်။ ဝိပဿနာချမ်းသာနဲ့တကွ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်း သာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ ဆိုတာကတော့ ကြံရဲ့ အရင်းပိုင်းအရသာနဲ့ တူ ပါတယ်။

ရခဲတဲ့ လူ့ဘဝ ရတဲ့အခိုက် အဖျားပိုင်းချမ်းသာနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်ပြီးတော့ မိမိရဲ့ဘဝတန်ဖိုးကို နှိမ့်ချပစ်လိုက်မလား၊ ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာလို့ခေါ်တဲ့ အရင်းပိုင်းချမ်းသာကို ခံစားပြီးတော့ပဲ မိမိရဲ့ဘဝတန်ဖိုးကို မြှင့်တင်မလား ဆိုတာကတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ကြရမှာပါပဲ။

ပါရမီဓာတ်ခံလည်း အားကောင်း၊ အသိဉာဏ်လည်း ရင့်သန်တဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းဆိုရင်တော့ အဖျားပိုင်း ချမ်းသာ ထက် အရင်းပိုင်းချမ်းသာကို ပိုပြီး တန်ဖိုးထားမှာ သေချာပါတယ်။ သံသရာနဲ့ ဒါပြီးတော့ကြုံတွေ့ခဲ့လှတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာ တော်ကြီးနဲ့ တွေ့ကြုံတဲ့အခိုက်မှာ မသေခင် အချိန်ကာလလေးအတွင်း အလုပ်သင့် အလုပ်ထိုက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အရှိန်အဟုန် ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ၊ စွမ်းရည်ပြည့်ပြည့်နဲ့ လုပ်နိုင်ဖို့ အတွက် သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်နိုင် ကြပါစေ ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ် ချက်နဲ့ ဟောကြားတဲ့ “မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ” ဆိုတဲ့ ဦးဇင်းတို့ ရဲ့ တရားကို ဒီနေရာမှာပဲနိဗ္ဗာန်ချုပ်ပါတယ်။

“မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ” တရားကို နာကြားကြရတဲ့ တရားနာပရိသတ်များ သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ်၊ မကြာခဏ သတိရ ဆင်ခြင်နိုင်ကြပါစေ။

သေခြင်းတရားကို သတိရ ဆင်ခြင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာ တဲ့ ထူးခြားထက်မြက်သော စိတ်စွမ်းအားနဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုများကို အရှိန်အဟုန်ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ၊ စွမ်းရည်ပြည့်ပြည့် ပြုလုပ် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေ။

ပြုလုပ်အားထုတ်နိုင်ကြတဲ့အတိုင်းလည်းပဲ ဝိပဿနာဉာဏ် တွေ အဆင့်ဆင့်တက်၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့် တက်ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာ နောက်ဆုံးအဖြစ်နဲ့ မျက်မှောက် ပြုနိုင်ကြပါစေလို့ ဆုတောင်းရင်း ဦးဇင်းတို့ရဲ့တရားကို ဒီနေရာမှာပဲ နိဗ္ဗာန်ချုပ်ပါတော့မယ်။

