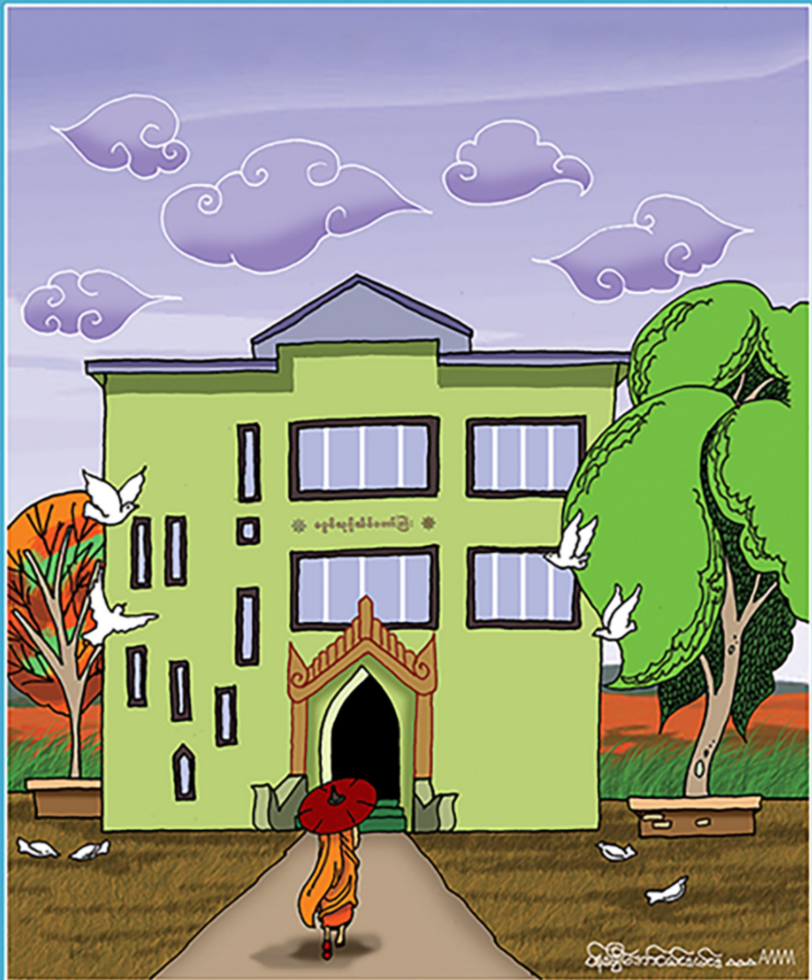
အသက်ကလေးရယ်တဲ့ ရှည်စေလို

အရှင်ဃောသိတာဘိဝံသ (ကာလီဖိုးနီးယား)



အသက်ကလေးရယ်တဲ့ ရှည်စေလို
အရှင်ဃောသိတာဘိဝံသ (ကာလီဖိုးနီးယား)
အသက်ကလေးရယ်တဲ့ ရှည်စေလို
အရှင်ဃောသိတာဘိဝံသ (ကာလီဖိုးနီးယား)

အမှာစကား

ယခုစာအုပ်လေးကို မန္တလေးမြို့ မေတ္တာနန္ဒဓမ္မဒူတ ကျောင်းတိုက် သိမ်ကျောင်းရေစက်ချပွဲအမီ ထုတ်ဝေနိုင်ဖို့ ကြိုးစား ရေးခဲ့ရခြင်းဖြစ်လို့ အမှားအယွင်းတွေ တွေ့လာခဲ့ရင် နားလည်ခွင့်လွှတ် ပေးဖို့ပါ။ ဘာကြောင့် ဒီစာအုပ်လေးရေးဖြစ်သလဲဆိုရင် မန္တလေးမှာ စာရေးသူနှင့်ပတ်သက်နေတဲ့ကျောင်းက ဖြစ်နေခဲ့တာ ကြာနေပါပြီ။

ဒါပေမယ့် အဆောက်အဦကောင်းကောင်း တစ်ကျောင်းမှ မဆောက်ဖြစ်ပါဘူး။ ရန်ကုန်မှာရှိနေတဲ့ကျောင်းကို ပြည့်စုံအောင် ဝိုင်းဝန်းအားစိုက်နေရတာလည်းပါမှာပါ။ တစ်နေ့ကျတော့ နောင်တော်ကြီးဖြစ်တဲ့ဆရာတော် ဒေါက်တာဦးဓမ္မပိယက စာရေးသူကို မန္တလေးကျောင်းမှာ သိမ်ကျောင်းကို တာဝန်ယူဆောက်ဖို့ အမိန့်ရှိလိုက်ခြင်းပါ။

မန္တလေးကျောင်းသည် မြေနေရာကကျဉ်းနေတော့ သိမ်ကျောင်းကို သုံးထပ်လောက်ဆောက်မှသာ အဆင်ပြေနိုင်မှာပါ။ သုံးထပ်ဆောက်ရင် အကုန်ကျများမှာ သေချာတာမို့ မှန်တာပြောရရင် ဒီတာဝန်ကို စာရေးသူ မယူရဲပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သုံးနှစ်အချိန်ပေးပြီး တဖြည်းဖြည်းချင်း ဆောက်ခွင့်ပြုဖို့လျှောက်ထားပြီး တာဝန်ယူ

ဖြစ်တာပါ။ ဒါကြောင့် မန္တလေးကျောင်းက တပည့်ဦးပဥ္ဇင်းများကို သိမ်သမုတ်ပေးဖို့ အဝေးကနေ စီစဉ်ရခြင်းပါ။

သိမ်သမုတ်ပြီးတဲ့အခါ သိမ်ကျောင်းဆောက်ဖို့ လှူနိုင်ကြောင်း အမေရိကမှာရှိတဲ့ နီးစပ်ရာဒကာဒကာမတွေ ပြောပြဖြစ်တာပါ။ သို့ပေမယ့် စာရေးသူဘုန်းကံအခြေအနေက သိမ်ကျောင်းပြီးစီးလောက်အောင် အလှူရှင်တွေ မပေါ်ခဲ့ပါ။ ဒါကြောင့် သိမ်ကျောင်းဆောက်နေမှုဟာ နှစ်တွေသာကြာလာတယ်၊ ဖောင်ဒေးရှင်းကနေ အပေါ်ကို တက်မလာနိုင်ခဲ့ဘူး ဖြစ်နေတာပါ။

ပြီးခဲ့တဲ့ (၆) နှစ်တာကာလအတွင်း စာရေးသူဟာ မြန်မာပြည်ကို နှစ်စဉ်ပြန်ဖြစ်ပြီး ကျင့်လိုတဲ့တရားအလုပ်ကို လုပ်ဖြစ်ခြင်းပါ။ သိမ်ကျောင်းကတော့ ပြီးချင်တဲ့အချိန်မှ ပြီးဆိုတဲ့အနေနဲ့ ခေါင်းထဲမှာ ထည့်မထားခဲ့ဘူး။ တစ်နှစ်တွင် စာရေးသူ တစ်နေရာမှာ ကျင့်လိုတဲ့တရားကို ကျင့်ပြီးလို့အပြန်မှာ မန္တလေးရောက်တော့ စာရေးသူရဲ့ မယ်တော်ကြီးဘက်မှဆွေမျိုးတော်စပ်တဲ့ မအေးပြုံး+ကိုခင်ဇော်အောင်တို့က သူတို့အိမ်ကို ပင့်တာပါ။

အိမ်မှာအရုဏ်ဆွမ်းကပ်ရင်း မအေးပြုံးက ''ဆရာတော် သိမ်ကျောင်းဆောက်နေတယ်ဆို တပည့်တော်မ စိတ်ဝင်စားပါတယ် အရှင်ဘုရား''လို့ လျှောက်ထားလာခြင်းပါ။ အိမ်ပင့်တဲ့ရက်တွေမှာ

နှစ်ကြိမ်,သုံးကြိမ်လောက် လျှောက်ထားနေတော့ စာရေးသူက "ဒီလို သိမ်ကျောင်းကို စိတ်ဝင်စားမှုရှိနေရင် သိမ်ကျောင်းကို တာဝန်ယူ ဆောက်လှူပါ"လို့ ပြောဖြစ်တာပါ။ "မှန်ပါ အခုတော့ ကတိမပေး နိုင်သေးပါဘူး အရှင်ဘုရား။ တပည့်တော်မ ကတိပေးပြီးရင် လုပ်ဖြစ်မှ ကြိုက်တယ်၊ ကတိပေးပြီး မလုပ်ဖြစ်ပဲနေမှာစိုးလို့ ကတိမပေးသေး တာပါ။ ဒါပေမယ့် ဘယ်သူကိုမှတော့ မပေးပါနဲ့။ တပည့်တော်မမှာ ရစရာလေးတွေ ရှိနေပါတယ်။ ဒါတွေ အဆင်ပြေသွားရင် ကတိပေး လျှောက်ထားပါ့မယ် အရှင်ဘုရား"လို့ ပြန်လျှောက်တာပါ။

အရုဏ်ဆွမ်းစားပြီးတော့ စာရေးသူက ကျောင်းပြန်ပေါ့။ သူမက မဟာမြတ်မုနိဘုရားကြီးကိုသွားပြီး ပုတီးစိပ်ဖို့ ထွက်သွား တာပါ။ ဘုရားကြီးရောက်လို့ ပုတီးစိပ်ပြီးတဲ့အခါ သိမ်အကြောင်းလည်း တွေးနေမိတာလည်း ပါမှာပေါ့။ ပုတီးစိပ်မရဖြစ်နေလို့ တပည့် ဦးဥွှင်းတစ်ပါးရဲ့ ဖုန်းနဲ့ဆက်သွယ်ပြီး စာရေးသူကို သိမ်ကျောင်းကို တာဝန်ယူ ဆောက်လုပ်လှူမယ့်အကြောင်းကို ကတိပေးလျှောက်ထား လာတာပါ။

စာရေးသူဟာ အဆောက်အဦနဲ့ပတ်သက်ပြီး ခေါင်းအပူ စိတ်ပင်ပန်းမှု အပူဒဏ်ကို မခံနိုင်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် သိမ်ကျောင်းကို သုံးထပ်ဖြစ်ရင် ပြီးရော၊ ကြိုက်သလို စီမံဆောက်လုပ်နိုင်တယ်။

ပြီးမှ လှူပါလို့ တစ်ခါတည်းပြောဖြစ်ခြင်းပါ။ သူမကလည်း သိမ်ကျောင်း ဖြစ်တဲ့အတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ဆောက်လုပ်ပါမယ်လို့ ကတိစကား လျှောက်ထားတာပါ။ ဘယ်လောက်အထိကောင်း အောင် ဆောက်လုပ်ထားတယ်ဆိုတာကိုတော့ သိမ်ကျောင်းကို ရောက်ဖူးရင် သိနိုင်မှာပါ။

သိမ်ဆိုတာ သာသနာ့အဆောက်အဦတွေထဲမှာ အရေး အကြီးဆုံးပါ။ သိမ်ရှိမှ ရဟန်းခံခြင်း၊ ကထိန်သင်္ကန်းပေးခြင်း၊ ဥပုသ်ပြုခြင်းစတဲ့ ကံကြီးကံငယ်တွေကို ရဟန်းသံဃာတော်များက ပြုလုပ်နိုင်တာပါ။ ရဟန်းသံဃာတော်များရဲ့ လိုအပ်ချက် သာသနာ ရေးကိစ္စများ ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့အတွက် ရည်ရွယ်ပြီး အလှူရှင်တွေက သိမ်ကျောင်းကို လှူကြတာများမှာပါ။

ယခုသိမ်ကျောင်းကို လှူရတဲ့ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ စာရေး သူတို့ညီနောင်နှစ်ပါး သာသနာတော်အကျိုးနှင့် အများကောင်းကျိုး ပြုအလုပ်များကို ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့ ရည်ရွယ်ထားခြင်းပါဆိုတော့ ညီနောင်နှစ်ပါးရဲ့သာသနာတော်အကျိုး၊ အများအကျိုးဆောင်ရွက် နေမှုများကို ပံ့ပိုးနေခြင်းပါပဲ။

အထူးသဖြင့် စာရေးသူဖြစ်ချင်နေတဲ့ဆန္ဒကို ဖြည့်ပေး လိုက်တာပါ။ စာရေးသူဟာ ဒီသိမ်ကျောင်းနဲ့ပတ်သက်ပြီး ခေါင်းအပူ

စိတ်အပူမခံချင်ပါ။ ဒီကိစ္စသာမဟုတ်ပါဘူး။ ဘယ်ကိစ္စပဲကြုံကြုံ အပူလောင်မခံရအောင် တတ်နိုင်သမျှ ကြိုးစားနေခြင်းပါ။ စာရေးသူကို စိတ်အပူမခံရအောင် သိမ်ကျောင်းပေးလှူကြသလို တူသော အကျိုးအနေနဲ့ ပေးလှူကြတဲ့အလှူရှင်များလည်း စိတ်အပူတွေ မခံရအောင် စာရေးသူအနေနဲ့ နေစေချင်တာပါ။

ပင်ပန်းမှုတွေက ကိုယ်ပင်ပန်းမှု၊ စိတ်ပင်ပန်းမှုရယ်လို့ နှစ်မျိုးရှိနေခြင်းပါ။ ကိုယ်ပင်ပန်းနွမ်းနယ်လာရင် ကိုယ်ကိုအနားယူဖို့ အားလုံးက သတိရကြတာများမှာပါ။ အဲ စိတ်အပူလောင်ခံရလို့ စိတ်ပင်ပန်းလာရင်တော့ အနားယူဖို့ သတိမရကြဘူးပေါ့။ စိတ်ပူတော့ ပိုတွေးနေခြင်းပါ။ ပိုတွေးနေတော့ စိတ်ကအနားမရပဲ အလုပ်လုပ် နေရလို့ စိတ်တွေပင်ပန်းလာပြီး စိတ်ဆတ်, စိတ်တိုလွယ်လာတာပါ။ ဒါကြောင့် စိတ်ပင်ပန်းလာရင်လည်း အနားယူဖို့ လိုအပ်ခြင်းပါ။

စိတ်အနားယူတယ်ဆိုတာ အပျော်အာရုံတွေနောက် မလိုက်။ စိတ်ကို အတွေးထဲမျောမနေပဲ ကောင်းတဲ့အာရုံတစ်ခုထဲမှာ စိုက်ပြီး ထားလိုက်တာပါ။ ဆိုလိုတာက နှစ်သက်ရာ ဘာဝနာတစ်ခုခုကို စိတ်က ကပ်တည်နေအောင် ရှုပွားနေခြင်းပါ။ အဲဒီလိုကပ်ပြီး တည်နေရင် စိတ်ထဲမှာ ဘာအပူ အတွေးမှဝင်မလာတော့ အပူတွေ ငြိမ်းပြီး အေးချမ်းနေတာပါ။

အဲဒီလို အပူတွေငြိမ်းပြီး စိတ်အေးချမ်းနေဖို့ ရည်ရွယ်ကာ ဒီစာအုပ်လေး ရေးဖြစ်ရခြင်းပါ။ သိမ်အလျှုရှင်တွေရော ဒီစာအုပ်လေး ဖတ်ရတဲ့သူတွေပါ ရည်ရွယ်ထားတဲ့အတိုင်း အပူတွေငြိမ်းပြီး အေးချမ်းတဲ့ စိတ်အနားယူမှုတွေ ပြုလုပ်နိုင်ကြပါစေ။

စာအုပ်လေးဖြစ်မြောက်အောင် အကူအညီပေးကြသူ အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောပါရစေ။

ဆရာတော် ဦးဃောသိတာဘိဝံသ

(ကာလီဖိုးနီးယား)

မာတိကာ

၁။	ကျွမ်းကျင်မှုအမျိုးမျိုး	၁
၂။	အသက်ရှည်ကြောင်းနည်းလမ်းကောင်းများ	၃
၃။	ငါးပါးသီလစောင့်ထိန်းခြင်း	၇
၄။	လုပ်သင့်သောအရာ လုပ်ပေးဖို့	၉
၅။	အဒိန္နာဒါနကံ	၁၃
၆။	သမလောဘရှိပါစေ	၁၆
၇။	ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ	၁၉
၈။	တာဝန်ယူရဲရမယ်	၂၁
၉။	ပြည်တွင်းကလူငယ်များအခြေအနေ	၂၄
၁၀။	ရိုးသားသောဘဝ	၂၆
၁၁။	ဖြစ်စဉ်ကိုလေ့လာသုံးသပ်ကြည့်ခြင်း	၃၀
၁၂။	လောကနီတိဆုံးမစကား	၃၄
၁၃။	မုသာဝါဒကံ	၃၈
၁၄။	တရားတော်ကို ပြည့်စုံအောင် လေ့လာနာယူပြီးမှကျင့်ပါ။	၄၁
၁၅။	ဒကာဒကာမလေးမျိုး	၄၃

၁၆။ စကားပြောရာတွင် ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာငါးမျိုး ၄၅
၁၇။ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့စကားကို ကိုယ်တိုင်ပြောနေလို့ ၅၇
အသက်ပါပေးဆပ်ခဲ့ရသူ
၁၈။ လေ့လာသုံးသပ်ကြည့်ခြင်း ၆၃
၁၉။ မုသားမပါလင်္ကာမချော ၆၆
၂၀။ ကတိသစ္စာ မှန်သောအခါဝယ် ၆၉
၂၁။ သုရာမေရယကံ ၇၁
၂၂။ အကြံပြုပါရစေ ၇၄
၂၃။ ဒုစရိုက်ထဲတွင်မပါဝင်သော ၇၆
သုရာမေရယအပြစ်ကင်းမကင်း
၂၄။ အရက်မူးယစ်ဆေးတို့ တစ်ချို့အစားအစာဆေးဝါးတို့၌ ၇၇
ပါဝင်နေရာအပြစ်ဖြစ်မဖြစ်
၂၅။ အစီအစဉ်ကောင်းလေးတစ်ခု ၇၉
၂၆။ ဥပုသ်သီလဆောက်တည်ခြင်းဥပုသ်စောင့်ခြင်း ၈၅
၂၇။ ဥပုသ်သီလ(၄)မျိုး ၈၈
၂၈။ ရေစစ်နှင့်ရေကန်လှူခြင်း ၉၀
၂၉။ ဂိလာနပုဂ္ဂိုလ်များကို လိုအပ်သောပစ္စည်းများလှူခြင်း ၉၁
၃၀။ ကျောင်းဟောင်းစေတီတော်ဟောင်းများကိုပြုပြင်ခြင်း ၉၂

၃၁။ အဟောင်းပြင်ကအသစ်ရ ၉၅
၃၂။ ကျောင်းများလှူခြင်း ၉၈
၃၃။ ရောဂါကင်းစင်ထေရ်အရှင် ၉၉
၃၄။ တိဿကုဋိဒါယကာထေရာပဒါန်လာ ၁၀၇
ကျောင်းလှူရခြင်းအကျိုး(၇)ပါး
၃၅။ အသက်ရှည်ကြောင်း အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း ၁၀၉

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ကျွမ်းကျင်မှုအမျိုးမျိုး

လူသားတိုင်းသည် အသက်ရှည်ရှည်နေလိုကြခြင်းသည် ဓမ္မတာပါ။ အသက်ရှည်ပြီး ကျန်းမာချမ်းသာနေလိုကြပေမဲ့ ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့ အသက်ရှည်ကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းကို သိနားလည်သူတွေက နည်းပါးလိမ့်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ သိသူတွေရော မသိသူတွေပါ ကျန်းမာရေးချို့ယွင်းလာပြီဆိုရင် အသက်ရှည်ကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းတွေကို မဖြစ်မနေကြိုးစားပြီး ရှာဖွေကြရတော့တာပါဘဲ။ အဲဒီလိုရှာဖွေကြတဲ့အခါ နားလည်ကျွမ်းကျင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေထံမှာ ရှာဖွေတတ်ကြသလို နားမလည် မကျွမ်းကျင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေထံမှာလည်း ရှာဖွေမိတတ်ကြပြန်ပါတယ်။

နားလည်ကျွမ်းကျင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေထံမှာ ရှာဖွေကြလျှင် ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့ အသက်ရှည်ကြလို့ ကောင်းကျိုးတွေ များစွာရနိုင်မှာပါ။ အဲ နားမလည် မကျွမ်းကျင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေထံမှာ ရှာဖွေမိကြလျှင်တော့ ဗူးလေးရာ ဖရုံဆင့်သလို ကျန်းမာရေးတွေ ပိုမိုဆိုးလာပြီး မကောင်းကျိုးတွေ ထပ်ဆင့်တွေ့ရတတ်ပါတယ်။

နားလည်ကျွမ်းကျင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များကို ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူလို့ နှစ်မျိုးခွဲခြားနိုင်ပြီး ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကိုလည်း အစားအစာကျွမ်းကျင်သူ၊ ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်သူနှင့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုကို ကျွမ်းကျင်သူလို့ ထပ်ကာခွဲခြားနိုင်ပါတယ်။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကိုလည်း လောကဘက်ကျွမ်းကျင်သူ၊ ဓမ္မဘက်ကျွမ်းကျင်သူလို့ နှစ်မျိုးခွဲခြားနိုင်ပါတယ်။ စာရေးသူအနေနဲ့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာ အကျွမ်းမဝင်သလို စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာလည်း လောကီစိတ်ပညာကို သေချာမလေ့လာဖူးတော့ နားမလည်ပါ။

ဓမ္မနဲ့ပတ်သက်သောစိတ်ပညာကိုလည်း စာပေအသိက လက်တွေ့အသိထက် ပိုအားကောင်းနေပြန်ပါတယ်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်နေပါစေ သိသလောက်ကိုမျှဝေ လက်ဆင့်ကမ်းပေးချင်ပါတယ်။

အသက်ရှည်ကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းများ

ပထမဦးဆုံးပြောပြချင်တာက သီဟိုဠ်ကျွန်းက ဝသဘမင်း အကြောင်းပါဘဲ။ ထိုမင်းသည် မင်းမဖြစ်မီ သာမန်လူသားတစ်ယောက် ဘဝမှာ ဦးရီးတော်စစ်သူကြီးထံ၌ မှီခိုနေထိုင်ခဲ့ရတယ်။ ဒီလို နေရတဲ့အချိန် တစ်နေ့တွင် ဗေဒင်ပညာရှိတွေက ''ဒီကျွန်းတွင် တစ်နေ့မှာ ဝသဘ မင်းဖြစ်လိမ့်မယ်''လို့ တွက်ချက်ဟောပြော ကြတာကို လက်ရှိအုပ်ချုပ်နေသော ယသဋ္ဌာလကမင်း ကြားသိရ သဖြင့် မိမိရဲ့အာဏာတည်မြဲရေးအတွက် ''ဒီသီဟိုဠ် တစ်ကျွန်းလုံးမှာ ဝသဘအမည်ရှိသူ အားလုံးကို ဖမ်းပြီးသတ်စေ'' လို့ အမိန့်ထုတ် လိုက်တယ်။

ထိုအခါ ဦးရီးတော်စစ်သူကြီးသည် ရာထူးတိုးတာ ဆုလာဘ်ရတာတွေကို လိုချင်တော့ တူဖြစ်သောဝသဘကို မင်းထံကိုအပ်ဖို့ မယားနှင့်တိုးတိုးတိတ်တိတ် တိုင်ပင်တယ်။ နံနက်ချိန်ရောက်သောအခါ ဦးရီးတော် စစ်သူကြီးဟာ ဟန်အမူအရာ မပျက် တူဖြစ်သောဝသဘကို အသာတကြည် ခေါ်လာခဲ့ပြီး နန်းတော်သို့ ထွက်လာခဲ့တယ်။ တူဖြစ်သူ ဝသဘကို သတ်ဖို့ မင်းထံသို့ ခေါ်သွားပြီဆိုတာ သိထားသောစစ်သူကြီးကတော်သည်

တူဖြစ်သော ဝသဘ သေမှာကို မလိုလားပါဘူး။

သို့အတွက်ကြောင့် ကွမ်းအလွန်ကြိုက်နှစ်သက်သော စစ်သူကြီးစားဖို့ ထုံးမပါတဲ့ကွမ်းကို ထည့်ပေးလိုက်တယ်။ စစ်သူကြီးသည် နန်းတော်တံခါးရောက်တော့ ကွမ်းစားမယ်လို့ လုပ်သောအခါ ထုံးမပါလာတာကို တွေ့ရသဖြင့် တူဖြစ်သော ဝသဘကို အိမ်ပြန်လွှတ်ပြီး ထုံးအယူခိုင်းလိုက်တယ်။ တူဖြစ်သော ဝသဘ အိမ်ပြန်လာတာကိုတွေ့ရတော့ စစ်သူကြီးကတော်ဟာ သူမကြံစည်စိတ်ကူးထားသောအတိုင်း ဖြစ်လာလို့ ဝမ်းသာအားရဘဲ

''ဝသဘ မင်းဦးရီးဟာ မင်းကို ဘုရင်ကြီးထံအပ်ပြီး သတ်တော့မှာ ...ရော့ ဒီငွေတစ်ထောင်ယူပြီး လွတ်ရာကို ထွက်ပြေးပေတော့'' လို့ ပြောပြပြီး အပြေးခိုင်းလိုက်တယ်။

ဝသဘသည် ဘုရင်နှင့်ဝေးသောအရပ်မှာရှိသော ဘုန်းကြီးကျောင်း တစ်ကျောင်းမှာ ပုန်းနေလိုက်တယ်။ သူရဲ့ဝေယျာဝစ္စ, လုပ်ရည်အစွမ်းအစကြောင့် ရဟန်းတော်များက သဘောကျသဖြင့် သူ့ကိုကြည့်ရှု စောင့်ရှောက်ထားကြတယ်။ ဒီလိုနေထိုင်ရင်း တစ်နေ့မှာ ဗေဒင်ပညာတတ်သော နူနာရောဂါသည် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်နှင့် တွေ့ဆုံရင်းနှီးသဖြင့် သူရဲ့ဇာတာကို စစ်ဆေးကြည့်ရှုခိုင်းရာ ''ဝသဘ မင်းဟာ တစ်နေ့ဘုရင်ဖြစ်လိမ့်မယ်'' လို့ ဟောလိုက်တယ်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့စကားကို ကြားရချိန်ကစပြီး ဝသဘဟာ ဝမ်းသာအားရဘဲ စွမ်းရည်သတ္တိရှိသော ယောက်ျားတွေကိုလိုက်၍ စည်းရုံးစုစည်းတယ်။ အတော်အတန် စုစည်းအားကောင်းလာတော့ ''မုန့်သည်မသားသည် မုန့်အနားကစပြီး စားရတယ်''လို့ ဆိုထားသောရှေးသူဟောင်းထုံးကို နှလုံးမူကာ မြို့စွန်,နယ်စွန်,ရွာတွေကစ၍တိုက်ခိုက်သိမ်းယူတယ်။ နောက်ဆုံးနေပြည်တော်အထိ သိမ်းယူအောင်မြင်သဖြင့် ဝသဘသည် ဘုရင်ဖြစ်လာတယ်။

ဝသဘဘုရင်ဖြစ်လာသောအခါ ဗေဒင်ပညာရှိတွေကိုလျှို့ဝှက်ခေါ်စေပြီး ''သူဘယ်နှစ်နှစ် မင်းဖြစ်နိုင်သလဲ'' ဆိုတာကိုတွက်ခိုင်းတယ်။ ဗေဒင်ပညာရှိတွေက ''(၁၂)နှစ်ပဲ မင်းဖြစ်နိုင်တယ်''လို့ဟောကြတယ်။ ထိုအကြောင်းအရာကို အများမသိစေရန် ပညာရှိတွေကို ငွေတစ်ထောင်စီပေးပြီး အမိန့်ဖြင့်နှုတ်ပိတ်ကာ ပြန်လွှတ်လိုက်တယ်။

ထို့နောက် ရဟန်းသံဃာတော်တွေထံ ချဉ်းကပ်ပြီး ''အရှင်ဘုရားတို့ အသက်ရှည်ရာ အနာကင်းကြောင်း ကောင်းမှုကုသိုလ်ဆိုတာ ရှိပါသလားဘုရား''လို့ မေးမြန်းလျှောက်ထားရာ သံဃာတော်များက ''ငါးပါးသီလကို နေ့ညမပြတ် စောင့်ထိန်းပါ၊ ရှစ်ရက်,တစ်ဆယ့်ငါးရက်, လပြည့်လကွယ်, ဥပုသ်နေ့တွေမှာ ဥပုသ်

သီလဆောက်တည်ပါ၊ ရေစစ်လှူပါ၊ ကျောင်းတွေ ကန်တွေလှူပါ၊ မကျန်းမာသောပုဂ္ဂိုလ်များကို စားစရာ၊ ဝတ်စရာနေရာနှင့် ဆေးပစ္စည်းများကို ပေးလှူပါ၊ ဟောင်းနွမ်းပျက်စီးနေသော ကျောင်းဟောင်း စေတီတော်ဟောင်းများကို ပြုပြင်ပေးပါ။ ဒီကုသိုလ်တွေကို ပြုလုပ်နေရင် အနာရောဂါကင်းပြီး အသက်ရှည်ကာ ချမ်းသာပါလိမ့်မယ်'' လို့ မိန့်တော်မူကြပါတယ်။

ဝသဘဘုရင်သည် သံဃာတော်များ မိန့်ကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေများစွာ ပြုလုပ်တယ်။ ထိုကုသိုလ်ကံတွေ၏ အစွမ်းသတ္တိကြောင့် ဝသဘဘုရင်၏ နန်းစံသက်တမ်းသည် (၁၂)နှစ်သာမက (၄၄)နှစ်အထိ ကြာခဲ့တယ်။ ထိုဘုရင်၏ အတိတ်ကံအနေနှင့်ဆိုလျှင် (၁၂)နှစ်ပဲ နန်းစံရမယ်။ သို့ပေမဲ့လည်း အတိတ်ကံကို ပစ္စုပ္ပန်ကံများက မြှင့်တင်ပြုပြင်ပေးလိုက်သဖြင့် (၃၂) နှစ်တောင် နန်းစံသက်တမ်း ရှည်ခဲ့ပါတယ်။

(မဟာဝင်ဝတ္ထု)

ငါးပါးသီလ စောင့်ထိန်းခြင်း

(၁) ပါဏာတိပါတကံ

ငါးပါးသီလစောင့်ထိန်းသူမှာ ကိုယ့်ကျင့်တရားများကို မပျက်စီးရအောင် ထိန်းသိမ်းပြီး နေထိုင်ပြောဆိုရုံမျှနှင့် ငါးပါးသီလပြည့်စုံပြီလို့ မပြောနိုင်ပါဘူး။ သဘာဝဘေးတွေ လူသားတွေ ပြုလုပ်သောဘေးတွေကြောင့် အသက်အန္တရာယ်တွေ့ကြုံကာ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေကြတဲ့လူသားနှင့် တိရစ္ဆာန်တွေကို အသက်ရှင်ခွင့်ရအောင် အနှိပ်စက်မခံရအောင် ကိုယ်က ဘာလုပ်ပေးနိုင်သလဲဆိုတာကို စာနာစိတ်, ကြင်နာစိတ်ထားပြီး ဉာဏ်ဖြင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်ကာ လက်တွေ့အကူအညီ ပေးနိုင်ရမှာပါ။

ကိုယ်ကအရိယာမဟုတ်လေတော့ မနောကံမေတ္တာ စိတ်သက်သက်လေးပေးပို့ရုံဖြင့် သူတို့တစ်တွေ အသက်အန္တရာယ်တွေက မလွတ်မြောက်နိုင်ပါဘူး။ ရေနှင့်အစားအစာ အဝတ်အစား နေစရာနှင့် ဆေးပစ္စည်းစသဖြင့် ပေးမှအသက်ရှင်နေနိုင်မယ်ဆိုရင် ကိုယ်လည်း ထိုပစ္စည်းများကို စွမ်းနိုင်သမျှပေးရမယ်၊ တခြားပေးကမ်းနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်များကိုလည်း တိုက်တွန်းပေးရမယ်။

ကိုယ်ဟာ ဆေးပညာရှင်ဖြစ်နေရင်လည်း ဆေးကုပေးတာ၊

ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ဖို့အတွက် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး၊ ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးတွေကို ပြုလုပ်တတ်အောင် သင့်တော်တဲ့အစားအစာ စားတတ်အောင် နေထိုင်တတ်အောင် သင်ပြပေးတာတွေကို ပြုလုပ်ရမှာပါ။ တခြားဆေးပညာရှင်တွေကိုလည်း အကူညီပေးချင်လာအောင် စည်းရုံးပေးရမှာပါ။ အသက်အန္တရာယ်နှင့် ရောဂါဖြစ်စေတတ်သော အစားအစာမှန်သမျှ အသုံးအဆောင်မှန်သမျှတို့ကို အများသိအောင် လုပ်ပေးရမယ့်တာဝန်လည်း ကိုယ့်မှာရှိတာပါပဲ။

စာရေးသူတို့နိုင်ငံသည် ငါးပါးသီလကို ရှေ့တန်းတင်ပြီး ပြောဆိုတဲ့နိုင်ငံတစ်ခုပါ။ သို့ပေမယ့် ငှက်ကလေးတွေ လွတ်လွတ်လပ်လပ်၊ ငြိမ်းငြိမ်းချမ်းချမ်းနဲ့နေထိုင်ခွင့်မရမှု၊ ခွေးကလေးကြောင်ကလေးတွေ သနားကြင်နာခြင်းကင်းမှုတွေကတော့ တခြားနိုင်ငံတွေက ပုဂ္ဂိုလ်တွေများ အထင်သေးစရာပါ။ အပြောနဲ့အလုပ်ရှေ့နောက်ညီညွတ်အောင်ပြုလုပ်ကြရင် အများကလေးစားစရာဖြစ်လာကြမှာပါ။

ဒီထက်ပိုဆိုးတဲ့ပြဿနာကတော့ လူသားအချင်းချင်း တရားမှု၊ မျှတမှု၊ လုံခြုံမှုမရှိတဲ့ အတွေးအခေါ် အယူအဆတွေကို တစ်ချို့ပုဂ္ဂိုလ်များ အမြစ်တွယ်နေမှုပါဘဲ။ ထိုအယူအဆ အားကောင်းသောပုဂ္ဂိုလ်တွေနှင့် အရပ်ဒေသတွေဟာ လူသားအချင်းချင်းနှိပ်စက်မှု

သတ်ဖြတ်မှုများ၊ မတရားမှုများမပြတ်ဖြစ်နေတဲ့အတွက် ဘယ်နည်းနဲ့ မှငြိမ်းချမ်းမှု မရနိုင်ပါဘူး။

ကမ္ဘာမြေကြီးငြိမ်းချမ်းမှုရဖို့ တရားမှု, မျှတမှု, လုံခြုံမှုရှိသော ကောင်းတဲ့အတွေးအခေါ်အယူအဆတွေ လူသားအားလုံးအပေါ်မှာ လွှမ်းမိုးကြီးစိုးလာအောင် အသိပညာရှင်တို့အနေဖြင့် ကြိုးစားပြီး ပြုလုပ်ဟောပြော ရေးသားပေးရမှာပါ။

လုပ်သင့်သောအရာ လုပ်ပေးဖို့

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ ရောက်နေသောဓမ္မသင်တန်းသူတစ်ဦးရဲ့ အတွေ့အကြုံကို ပြောပြပါရစေ။ သူမဟာ သူမရဲ့အတွေ့အကြုံကို စာရေးသူ မလေးရှားရောက်နေစဉ်အခါ စာရေးပြီး ပြောပြခဲ့တာပါ။

''မင်္ဂလာပါအရှင်ဘုရား''

ဒီနေ့ တပည့်တော်မ ဂျပန်က ညှော်သည်တစ်ယောက်ကို မန္တလေးကို လိုက်ပို့ဖြစ်ပါတယ် အရှင်ဘုရား။ အဲဒီလိုလိုက်ပို့ရင်း ကားပေါ်မှာ တွေ့ရတဲ့မြင်ကွင်းကြောင့် တပည့်တော်မ တော်တော်ကို စိတ်မကောင်းဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။ အရှေ့ပေါ်လူနာတင်ကားတစ်စီးဟာ တစ်ဝီဝီနဲ့လမ်းတောင်းနေတာပါ။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်သူကမှ လမ်းဖယ်မပေးကြဘဲ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ပဲ အလုအယက်သွားလာနေကြပါတယ် အရှင်ဘုရား။

ဒီလိုအခြေအနေတွေကို မြင်ရတော့ ညှေ့သည်က တပည့်တော်မကို မေးလာပါတယ်။ ''မြန်မာပြည်ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေ အများစုနေထိုင်ကြတာနော်'' ''ဟုတ်ပါတယ်'' ''မသိလို့ တစ်ခု မေးပါရစေ, ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်နေကြပြီး ဘာကြောင့်များ အကြင်နာတရားတွေ ကင်းနေကြတာလဲ''တဲ့။ ''အဲဒီအရေးပေါ်ကားကို ဘာကြောင့် လမ်းဖယ်မပေးနိုင်ကြတာလဲ။ ကားထဲကလူနာဟာ အသက်လုယူရမယ့် လူနာဆိုရင် မသေနိုင်ဘူးလား၊ ဒါမှမဟုတ် အဲဒီလူနာဟာ ကိုယ့်မိသားစု ကိုယ့်အမျိုးဖြစ်နေရင်ကော၊ ဘာကြောင့်များ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်တွေ မရှိကြတော့တာလဲ။ နားမလည်နိုင်အောင်ကို ဖြစ်ရပါတယ်''လို့ ပြောပြလာခဲ့တယ်။

တပည့်တော်မက ''ဟုတ်ပါတယ်၊ တစ်ချို့လူတွေဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ပေမယ့်လည်း ဗုဒ္ဓအဆုံးအမအတိုင်း မလိုက်နာကြပါဘူး၊ ဗုဒ္ဓတရားတော်တွေကို မသိဘူးလားဆိုရင်လည်း သိနေကြတယ်၊ ဒါပေမဲ့ လက်တွေ့မှာတော့ မလုပ်ကြ, မလိုက်နာကြပါဘူး'' လို့ဘဲ ရှက်ရှက်နဲ့ပြောပြခဲ့ရပါတယ်။ တကယ်လည်း အဲဒီမှာ ဖြစ်နေပုံကြောင့် ရှက်စရာပါအရှင်ဘုရား။ သူမနိုင်ငံပြန်ရောက်ရင် မြန်မာပြည်အတွေ့အကြုံတွေကို ပြောတော့မယ်လို့ စဉ်းစားလိုက်ရင် စိတ်ထဲမှာ မကောင်းပါအရှင်ဘုရား။

အခြေခံလူ့ကျင့်ဝတ်ရှိသူမှန်ရင် ကိုယ်ပိုင်လုပ်အားဖြင့် ဖြစ်စေ၊ အသိဉာဏ်အားဖြင့်ဖြစ်စေ၊ တတ်နိုင်ရာက အသက်အန္တရာယ်ကြုံတွေ့ရသောပုဂ္ဂိုလ်များကို အကူအညီပေးနိုင်အောင် ကြိုးပမ်းမှာပါ။ ဥပမာ–ဆိုကြပါစို့၊ မသွားမလာနိုင်ဖြစ်နေသူကို သွားလိုရာသို့ ပို့ဆောင်ပေးနိုင်မှု၊ ဘဝမှာ လုံခြုံမှုမရှိသဖြင့် အမြဲတမ်း ထိတ်လန့်နေသူကို လုံခြုံမှုရှိအောင် အကာအကွယ်ပေးနိုင်မှု၊ အရေးပေါ်ကားများ သွားတာမြင်ရတဲ့အခါ လမ်းဘေးရပ်ပြီး ရှောင်ပေးမှု စသဖြင့် ကိုယ်အားဖြင့် အကူအညီပေးလို့ရတဲ့အရာတွေဟာ အများကြီးပါ။

အသက်အန္တရာယ် ရှိသူတွေအကြောင်းကို စာဖြင့်ရေးသားပြီး အများသိအောင်တင်ပြတာမျိုး၊ ဂျာနယ်သတင်းဌာနများကို သိအောင် ပြုလုပ်ပြောဆိုအသိပေးတာမျိုး စသည့်အသိများသည် အသိဉာဏ်အားဖြင့် အကူအညီပေးခြင်းပါ။

ပြောလိုတာကတော့ ကိုယ်တိုင်ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ပြီး အသက်ရှည်ရှည်နေချင်ရင် သူတစ်ပါးကိုမနှိပ်စက် မညှင်းဆဲ မသတ်ဖြတ်ဘဲနေရုံနဲ့ မလုံလောက်ပါဘူး၊ သူတစ်ပါးကို ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ပြီး အသက်ရှည်ရှည်နေခွင့်ရအောင် ပြုလုပ်ပြောဆိုပေးမှသာ ကိုယ်လည်းတူသောအကျိုးပေးလို့ ဖြစ်နိုင်မှာပါ။

ဒီလိုကောင်းသောအလုပ်များကို ပြုလုပ်ပြောဆိုပေးနိုင်

ဖို့ဆိုတာ လူသားအချင်းချင်း တကယ့်ကို ကိုယ်ချင်းစာစိတ် ရှိရမယ်၊ ကြင်နာသနားစိတ်လည်း ထားရမယ်၊ တခြားပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့အသက်ကို ကိုယ့်အသက်လို တန်ဖိုးထားပြီး ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုရှိရမယ်။

လူရယ်လို့ဖြစ်လာခဲ့ရင် လူသားဆန်, လူသားပီသတဲ့ စိတ်ဓာတ်၊ အဆင့်မြင့်မားသော လူသားစိတ်ဓာတ်ရှိမှသာ အဖိုးတန်သောလူသား အစစ်ဖြစ်နိုင်မှာပါ။ အဲ လူသားမဆန်, လူသားမပီသတဲ့စိတ်ဓာတ်၊ အောက်တန်းကျတဲ့စိတ် ရှိနေရင်တော့ လူဖြစ်ပေမယ့်လည်း တန်ဖိုးမရှိသော လူတိရစ္ဆာန်သာ ခေါ်ရမှာပါ။ ထိုကဲ့သို့သော သဘောထားမှန်ကန်သော လူသားစိတ်ဓာတ်ဖြင့် ပါဏာတိပါတ သိက္ခာပုဒ်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးကြဖို့ ရည်ရွယ်တော်မူပြီး အရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ အရှင်မြတ်က ဂမ္ဘီရပျို့မှာ **"ကိုယ်နှင့်လည်းစာ သတ္တဝါကို ကြင်နာလှစေ၊ သူ့အသက်ကိုချစ်ပါလေ"** လို့ မိန့်တော်မူခဲ့တာပါ။

ထိုပါဏာတိပါတ သိက္ခာပုဒ်ရဲ့အဓိပ္ပါယ်ကို သူများအသက်ကို မသတ်ရလောက်သာ သိကြသူတွေက များပါတယ်။ သူများအသက်ကို မသတ်ရဆိုတော့ ကိုယ့်အသက်ကို သတ်ကောင်းတယ်လို့ အပြန်အားဖြင့် အဓိပ္ပါယ်ယူဆရမလို ဖြစ်နေပါတယ်။ တကယ်တမ်းမှာ ကိုယ့်အသက်လည်း မသတ်ကောင်းပါဘူး။ သက်ရှိသတ္တဝါမှန်သမျှ

ဘယ်သူ့အသက်မှ မသတ်ရဘူးလို့ အဓိပ္ပါယ်ယူဆမှသာ ပြည့်စုံပါတယ်။

သို့ဖြစ်ရင် ကိုယ့်အသက်ကို သတ်သေရင် အဖန်ငါးရာငါးကမ္ဘာ ခံရတယ်ဆိုတာ ဟုတ်ပါသလား? မေးစရာဖြစ်လာပါတယ်။ ကိုယ့်အသက်ကို သတ်သေရင် အဖန်ငါးရာ ငါးကမ္ဘာခံရတယ်ဆိုတာ စာပေအထောက်အထားတော့ မတွေ့မိပါဘူး။ ထိုသို့ မတွေ့ရပေမယ့်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေတယ်ဆိုတာ ကိုယ်လိုတာ မရ မလိုတာ ရတော့ ဒေါသတွေ ဖြစ်လာတာပါ။ ထိုဒေါသတွေကို မထိန်းနိုင်လို့ ဒေါသအလိုလိုက်ကာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေရတာမို့ မကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်ရမှာကတော့ သေချာသလောက်ပါဘဲ။

(၂) အဒိန္နာဒါနကံ

အဒိန္နာဒါနသိက္ခာပုဒ်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးနေရာ၌လည်း သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို မခိုးရုံ မတရားသဖြင့် သိမ်းယူမှုမျိုးကို ရှောင်နေရုံလောက်သာ ထိန်းနေရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ သူတစ်ပါး စီးပွားချမ်းသာကို အဖျက်အဆီး အနှောက်အယှက်ပေးမခံရအောင် သူပိုင်ပစ္စည်းကိုဖြစ်ဖြစ်၊ အများပြည်သူပိုင်ပစ္စည်းကိုဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်ပိုင်လုပ်ခွင့်မရအောင် တရားနည်းလမ်းဖြင့် ကိုယ်က အကာ

အကွယ်ပေးနိုင်ရမှာပါ။

ထိုသိက္ခာပုဒ်တွင် သူများပစ္စည်းကို မခိုးရဆိုရင် ကိုယ့်ပစ္စည်းကိုတော့ ခိုးယူကောင်းတယ်လို့ အဓိပ္ပါယ်ထွက်နေပြန်ပါတယ်။ လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်လိုက်ရင် ကိုယ့်ပစ္စည်းကိုလည်း ခိုးယူလိုစိတ်ဖြင့် လှည့်ပတ်မယူကောင်းပါဘူး။ ဥပမာအနေနဲ့ပြောရရင် တရားဝင်သယ်ဆောင်ခွင့်ရှိသော ပစ္စည်းများကို အကောက်အခွန်မပေးလိုသဖြင့် စစ်ဆေးရေးဂိတ်တွေက ရှောင်ကွင်းပြီး ကိုယ်တိုင်သယ်ယူခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို သယ်ယူခိုင်းခြင်း၊ တရားဝင်သယ်ယူခွင့်မရှိသောပစ္စည်းများကို သယ်ဆောင်ခွင့်ရအောင် ရာထူးအရှိန်အဝါပြပြီးသယ်ယူခြင်း၊ ထိုပစ္စည်းများကို ကောင်းသောလူမှုရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုခုကို အကြောင်းပြပြီး သယ်ယူခြင်း၊ တာဝန်ရှိပုဂ္ဂိုလ်များထံမှာ လာဘ်ပေးပြီး သယ်ယူခြင်း၊ လူအများမြင်ကွင်းရှေ့တွင် တရားဝင်စီးပွားရေး အလုပ်တစ်ခုခုကို ဟန်ဆောင်ဖန်းပြပြီး နောက်ကွယ်၌ကား တရားမဝင်မူးယစ်ဆေး ရောင်းဝယ်ခြင်းစသောအလုပ်များကို လုပ်နေခြင်းတို့သည် ကိုယ့်ပစ္စည်းကို ခိုးယူနေသော သဘောမျိုးပါဘဲ။

သို့အတွက်ကြောင့်မို့ ခိုးယူလိုသောစိတ်ထားဖြင့် သူများပစ္စည်းကိုဖြစ်စေ၊ ကိုယ့်ပစ္စည်းကိုဖြစ်စေ ဘယ်သူပစ္စည်းမှမယူရလို့ အဓိပ္ပါယ်ယူဆရင် သဘာဝကျပြီး ပြည့်စုံမှုရှိသွားမှာပါ။

လူကုန်ကူးစီးပွားရှာမှု၊ အဆိပ်လက်နက်တို့ကို ရောင်းဝယ် စီးပွားရှာမှု၊ တရားမဝင်မူးယစ်ဆေးနှင့် အရက်သေစာ ရောင်းဝယ် စီးပွားရှာမှု၊ တရားမဝင်လောင်းကစားလုပ် စီးပွားရှာမှု၊ အာဏာကို အလွဲသုံးစားလုပ်ပြီး စီးပွားရှာမှု၊ အလုပ်သမားများကို လုပ်အားခ အပြည့်မပေးဘဲ ဖြတ်တောက်ပေးမှု၊ လုပ်အားခလုံးဝမပေးဘဲ စေခိုင်းမှု၊ ခါးပိုက်နှိုက်မှု၊ လုယက်ဓါးပြတိုက်မှု စသည်များဟာ နည်းမှန်လမ်းမှန်မဟုတ်ဘဲ လောကနှင့်ဓမ္မဥပဒေများကို မထေမဲ့မြင် ပြုပြီး စီးပွားရှာခြင်းမို့ သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို မတရားနည်းဖြင့် သိမ်းယူမှုပါဘဲ။

ဒီလိုမတရားနည်းဖြင့် စီးပွားရှာမှုများသည် ငွေကြေးကို အချောင်လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ရကြတော့ ဖြတ်လမ်းနည်းနဲ့ ကြီးပွား ချမ်းသာချင်ကြသော ဘာသာရေးနှင့် ကိုယ်ကျင့်တရား အလေးမထား သူတွေ အသိဥာဏ်မပြည့်ဝသေးသော လူငယ်တွေအတွက် သည်းခြေကြိုက် အလုပ်များ ဖြစ်လာတာပါ။

ထိုအလုပ်များဖြင့် စီးပွားဖြစ်နေကြသောပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ငွေကြေးတန်ဖိုးကို လုံးဝနားမလည်သဖြင့် ငွေကိုထင်သလို သုံးဖြုန်း နေကြပြီး ပျော်စရာမှန်သမျှ လိုက်စားပျော်ပါးကြတော့ ရောဂါ မျိုးစုံရလျှက် အညွန့်လည်းတုံး လူလုံးမရဖြစ်ကာ ဘဝနိဂုံးကို

နာမည်ဆိုးနဲ့ အဆုံးသတ်ကြရတာပါ။

ယင်းပုဂ္ဂိုလ်များ ဆွေစဉ်မျိုးဆက်လည်း အချောင်ကြိုက်တဲ့ မကောင်းသောအကျင့်စရိုက်တွေ ဆက်ပြီးပါသွားတဲ့အတွက် သူတို့ မျိုးရိုးယဉ်ကျေးမှု ဘာသာတရားများပါ ပျောက်ကွယ်သည်အထိ အကျိုးရလာဘ်တွေက မကောင်းပါဘူး။ ထိုသို့မကောင်းကျိုး ဆက်တွေများသော မတရားနည်းလမ်းဖြင့် စီးပွားရှာမှုများကို ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်၊ လူမျိုးရေးခေါင်းဆောင်၊ နိုင်ငံရေး ခေါင်းဆောင် စသောခေါင်းဆောင်များသည် ကိုယ့်နိုင်ငံလူမျိုး ယဉ်ကျေးမှုဘာသာရေးတွေရဲ့ အနာဂတ်ရေးကို မျှော်တွေးပြီး တရားနည်းလမ်းဖြင့် အစီအစဉ်တကျ ကာကွယ်ထားဖို့ လိုအပ် နေကြောင်းပါ။

သမလောဘရှိပါစေ

စီးပွားရေးအလုပ်လုပ်နေသောအခါ ကိုယ့်စီးပွားရေးကို တရားနည်းလမ်းဖြင့် ရှာနိုင်သလို သူ့စီးပွားရေးကိုလည်း တရား နည်းလမ်းဖြင့် ရှာနေရင် စာနာထောက်ထားစိတ်နဲ့ကိုယ်က လက်ခံနိုင်ရမှာပါ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် တရားနည်းလမ်းဖြင့် စီးပွားပြိုင်ဆိုင်မှုသည် တိုးတက်ကြီးပွားဖို့ အကြောင်းအရင်း

တစ်ခုဖြစ်လို့ပါဘဲ။ တရားနည်းလမ်းကျသဖြင့် ရှာဖွေလို့ ကိုယ်က အောင်မြင်မှုမရဘဲ သူက စီးပွားတိုးတက်အောင်မြင်မှုရတဲ့အခါလည်း ကိုယ်ကဝမ်းသာဂုဏ်ယူ အားကျတဲ့မုဒိတာစိတ် ထားနိုင်ရမှာပါ။

ဒီလိုမုဒိတာစိတ်ထားနိုင်မှသာ သူ့ရဲ့အားသာချက်များကို လေ့လာနိုင်သလို ကိုယ့်ရဲ့အားနည်းချက်များကို ပြန်ပြီးဆင်ခြင် လေ့လာသုံးသပ်နိုင်မှာပါ။ ယင်းသို့ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး သူ့ရဲ့ အားသာချက်ကို အတုယူ၍ ကိုယ့်ရဲ့အားနည်းချက်များကို ပြုပြင်ကာ ကြိုးစားအလုပ်လုပ်ရင်တော့ ကိုယ်လည်း တရားနည်းလမ်းဖြင့် ကြီးပွားချမ်းသာနိုင်မှာပါ။

ယင်းသို့ စီးပွားရှာနေသူသည် ကြီးပွားချမ်းသာချင်တဲ့ လောဘဆိုတာ ရှိတယ်။ ထိုလောဘကို တရားတဲ့လောဘ (သမလောဘ)ရယ်, မတရားတဲ့လောဘ (ဝိသမလောဘ)ရယ်လို့ နှစ်မျိုးခွဲခြားနိုင်ကြောင်း ကျမ်းဂန်များမှာ တွေ့ရတယ်။ တရားတဲ့ လောဘသည် ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းရှိသင့်ပြီး မတရားတဲ့လောဘကတော့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းမရှိသင့်လို့ ထိန်းသိမ်းနိုင်မှသာ ကောင်းပါတယ်။

တရားတဲ့လောဘဆိုတာ ကိုယ်ကျင့်တရားဖြစ်သော သီလ ဘောင်အတွင်းနှင့် တရားဥပဒေဆိုသော စည်းကမ်းဘောင်အတွင်း ကနေ သူ့ဘက်ကိုယ့်ဘက် နှစ်ဘက်ကြည့်ပြီး စီးပွားရှာသော

မျှတတဲ့လောဘမျိုးပါ။ ထိုလောဘသည် အားလုံးက လက်ခံနိုင်တဲ့အတွက် ရှိသင့်သောလောဘပါ။

မတရားလောဘဆိုတာကတော့ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် တရားဥပဒေတို့ကို လုံးဝဂရုမစိုက်ဘဲ စည်းအပြင်ဘက်ကနေ ကိုယ်ကျိုးလောက်သာကြည့်ပြီး စီးပွားရှာသော တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့လောဘပါ။ ထိုလောဘမျိုးကတော့ အများက လက်မခံနိုင်လို့ မရှိသင့်တဲ့လောဘပါဘဲ။

ပြောလိုတာက တရားသဖြင့်စီးပွားရှာကြလို့ သူလည်းစီးပွားဖြစ် ကိုယ်လည်းစီးပွားဖြစ်နေရင် သူ့စီးပွား ကိုယ့်စီးပွားများကို စာနာထောက်ထားတဲ့စိတ်, ဝမ်းသာဂုဏ်ယူတဲ့စိတ်တွေ ထားနိုင်ရမယ်။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကုန်သွယ်ရောင်းဝယ်တဲ့အခါ ကိုယ်သာအသာစီးရပြီး သူက သိပ်အရှုံးပေါ်နေရင်ဖြစ်စေ၊ သူကချည်းအမြတ်ရပြီး ကိုယ်ကအရင်းလောက်တောင် မရတာမျိုးဖြစ်နေရင်ဖြစ်စေ ရေရှည်ရှေ့ဆက်ပြီး စီးပွားလုပ်ဖို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်ကျေနပ်မျှတမှုရှိတဲ့ လောဘဆိုတာရှိမှသာ ရေရှည်ဖြစ်နိုင်မှာပါ။ ဒီလိုသဘောမျိုးကို ရည်ရွယ်ပြီး အရှင်မဟာရဋ္ဌသာရက **''သူ၏စီးပွား ငါ့စီးပွားကို ထောက်ထားမိစေ ကြီးလောဘကို မျှတစေ''** လို့ ဂမ္ဘီရပျို့မှာ မိန့်ထားတာပါ။

(၃) ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ

အိမ်ထောင်ရှိသော အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးတို့သည် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံကို ထိန်းသိမ်းနေကြရုံမျှနဲ့ မပြီးပါ။ ဘဝလက်တွဲဖော်အဖြစ် ရွေးချယ်ခဲ့ကြပြီမို့ တစ်ဖက်သား သံသယရှိနိုင်တဲ့အမျိုးသမီး သို့မဟုတ် အမျိုးသားနှင့် တစ်ယောက်တည်းသာ တွေ့ဆုံပြီး နေထိုင်မှု ပြောဆိုမှုမျိုးကို အထူးသဖြင့် ရှောင်ရမှာပါ။

သံသယဖြစ်လာခြင်းသည် ယုံကြည်မှုပျက်ခြင်းရဲ့အစပါ။ သံသယအားကောင်းလာရင် ယုံကြည်မှုဟာ လုံးဝပျက်စီးသွားတော့တာပါဘဲ။ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးယုံကြည်မှုတွေ ကင်းလာပြီဆိုရင် အကောင်းထင်လေးစားမှု ချစ်ခင်မှုလည်း မရှိကြသဖြင့် ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှ ကြားဝင်ပြီး စေ့စပ်ညှိနှိုင်းပေးလို့ မရနိုင်ပါ။

သံသယကင်းပြီး ယုံကြည်မှုရှိအောင် နေထိုင်ပြောဆိုတတ်ဖို့လိုသလို ရိုးသားဖြောင့်မတ်ဖို့လည်း လိုပါတယ်။ ရိုးသားမှုရှိနေမှသာ ယုံကြည်မှုဆိုတာ ခိုင်မြဲမှာပါ။

အတူပေါင်းသင်းလို့ အနေကြာလာသောအခါ မရိုးသားမှု တစ်ခုလောက်သာတွေ့မိလိုက်ရင် စိတ်ထဲမှာ ယုံကြည်မှုက ပျက်သွားတော့တာပါပဲ။ အိမ်ထောင်ရှိသောအမျိုးသားဖြစ်စေ သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးဖြစ်စေ ပြုလုပ်ပြောဆိုတဲ့အမူအရာများမှာ ခွင့်လွှတ်

လက်ခံနိုင်သော အမှားမျိုးဟာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မှားသွားသောအခါမှာ မှားတဲ့သူက ရိုးသားမှုသာရှိရင် အမှားကို ဝန်ခံရဲပါတယ်။

ယင်းသို့အမှားကို ဝန်ခံလိုက်ရင် တစ်ဖက်က နားလည်မှုရှိနိုင်လို့ ပိုပြီးယုံကြည်မှုတွေ ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ တစ်ချို့ကျတော့လည်း တစ်ဖက်က အမှားကိုဝန်ခံပေမယ့် လက်မခံနိုင်ပါဘူး။ ဖွတ်တင်းခံနေတော့ တဖက်သားကို ဖုံးကွယ်တတ်အောင် သင်ပေးနေသလို ဖြစ်နေလို့ သတိထားစရာပါ။ စိတ်ကောင်းထားနိုင်ရင်တော့ ခွင့်လွှတ်နားလည် လက်ခံနိုင်ရမှာပါ။ အဲ တကယ်လို့ မရိုးရင်တော့ အမှားကို ဝန်ခံလေ့မရှိပါဘူး။ အမှားကို မမှားသယောင်လုပ်ကာ ဖုံးကွယ်ဖို့ ကြိုးစားမှာပါ။ အမှားကိုဖုံးကွယ်ဖို့ ကြိုးစားနေခြင်းသည် ဒုတိယအကြိမ်အမှားကို ကျူးလွန်မှုပါပဲ။ အမှားကို တစ်သက်လုံး ဖုံးကွယ်ဖို့ကြိုးစားနေရင်လည်း အမှားကို တစ်သက်လုံး ကျူးလွန်နေခြင်းနှင့်တူမှာပါ။ တစ်သက်လုံးဘဝမှာ မလုံခြုံမှု, စိတ်ဆင်းရဲမှုတွေနဲ့ ခံစားနေချင်ရင်တော့ ဖုံးကွယ်ဖို့ ကြိုးစားနေမှာပါ။

သို့ဖြစ်၍ ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦးတွင် အမှားကိုပြုလုပ်ပြောဆိုမိသူသည် ကိုယ့်အမှားကို ဝန်ခံရဲတဲ့သတ္တိရှိဖို့လိုသလို ဝန်ခံတဲ့အတိုင်း ပြုပြင်နိုင်မှလည်း ယုံကြည်မှုသည် ပြန်ရနိုင်မှာပါ။ ပြီးတော့လည်း တစ်ဖက်က မှန်နေရင် ကိုယ်က လက်ခံနိုင်ရမှာပါ။

တစ်ချို့က ခေါင်းသိပ်မာတာပါ။ တစ်ဖက်က ဘယ်လောက်ပင် မှန်နေပါစေ လက်မခံနိုင်ပါ။ ဒီလိုမာနဖြင့်တင်းနေရင် မှန်သူကလည်း ပြန်တင်းလိုက်တော့ ယုံကြည်မှုဟာ ပျက်ဖို့ပဲရှိမှာပါ။ ယုံကြည်မှုကို ပြန်ရချင်ရင် နှစ်ဖက်လုံးက မာန်မာနကို ချကျဖို့ လိုအပ်မှာပါ။

တာဝန်ယူရဲရမယ်

ဇနီးမောင်နှံရယ်လို့ ဖြစ်လာခဲ့ရင် **''ကိစ္စများမြောင် လူတို့ဘောင်''** ဆိုထားတဲ့အတိုင်း လူဆိုတာ မိသားစုတာဝန်၊ ဆွေမျိုးတာဝန်၊ မိတ်ဆွေတာဝန်၊ ရပ်ရွာတာဝန်၊ နိုင်ငံတာဝန်စသဖြင့် ကိစ္စတာဝန်တွေက အများကြီးပါ။ ထိုတာဝန်တွေကို မဖြစ်မနေ တာဝန်ယူပြီး လုပ်ကြရမှာပါ။ ယင်းတာဝန်တွေကို မယူချင်လို့ လူအများစုကို မတွေ့လိုလို့ ရှောင်နေတာမျိုးကို မလုပ်ရပါဘူး။

သားသမီးတွေရလာလို့ မိဘဖြစ်လာရင် သားသမီးလေးတွေကို ခေတ်ပညာတတ်ဖို့သာမက လောကထဲတွင် နေတတ်ဖို့အတွက် ကိုယ်ကျင့်တရားရှိအောင် စိတ်ကောင်းရှိအောင် အသိအလိမ္မာရှိအောင်လည်း သင်ပြပေးနိုင်ရမှာပါ။ ဒီလိုပြုပြင်ပေးနိုင်မှလည်း သားသမီးလေးတွေက မိဘအပေါ်မှာ ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုရှိပြီး သူတို့တာဝန် သူတို့ကျေအောင် ဆောင်ရွက်ကျမှာပါ။ အဲ မိဘက

မိဘတာဝန်မယူနိုင်ရင်တော့ အကျိုးဆက်တွေက မကောင်းနိုင်ပါ။

ဇနီးမောင်နှံဆိုရင်လည်း ရှေးခေတ်တွင် အမျိုးသားက စီးပွားရှာ အမျိုးသမီးက အိမ်မှုကိစ္စတွေကို ပြုလုပ်ရသဖြင့် တာဝန် အသီးသီး ခွဲခြားထားလို့ ကိုယ့်တာဝန်ကိုကျေအောင် လုပ်ကြရမှာပါ။ ယခုခေတ်မှာတော့ စီးပွားရေးကို လင်ရောမယားပါ နှစ်ဦးစလုံး အလုပ်လုပ်ကြရသဖြင့် သူ့တာဝန် ကိုယ့်တာဝန် သီးသန့်ခွဲခြားလို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ သူ့တာဝန်လည်း ကိုယ့်တာဝန်၊ ကိုယ့်တာဝန်လည်း သူ့တာဝန်လို့ သဘောထားပြီး ပြုလုပ်ကြမှသာ အဆင်ပြေမှာပါ။

ဆွေမျိုးတော်စပ်နေရင်လည်း ဆွေမျိုးဝတ္တရား၊ မိတ်ဆွေ ဖြစ်လာရင်လည်း မိတ်ဆွေဝတ္တရား၊ ဆရာဖြစ်နေရင်လည်း ဆရာ ဝတ္တရား၊ တပည့်ဖြစ်နေရင်လည်း တပည့်ဝတ္တရား၊ ခေါင်းဆောင် ဖြစ်နေရင်လည်း ခေါင်းဆောင်ဝတ္တရားစသဖြင့် ဝတ္တရားတွေ ကျေအောင် ပြုလုပ်ရမှာပါ။ တာဝန်တွေကို ယူရဲရမှာပါ။ ယင်းသို့ ဝတ္တရားတွေကျေမှ တာဝန်တွေယူရဲမှသာ လူသားပီသမှာပါ။ လူသားပီသမှလည်း လူအချင်းချင်း အပြန်ပြန်အလှန်လှန် လေးစား မြတ်နိုးမှု ရနိုင်မှာပါ။

ထိုသို့ကျရောက်လာသော တာဝန်တွေကို ရှောင်နေမယ် ဆိုရင် လူ့တာဝန် ဝတ္တရားတွေ ပျက်ကွက်တာပါပဲ။ ကိုယ့်တာဝန်ကို

မယူနိုင်သူကို လူအများက လေးစားမှုမရှိတော့ပဲ ရှောင်နေကြမှာပါ။ တွေ့လိုစိတ်တောင် ရှိကြမှာမဟုတ်ပါဘူး။ လူအားလုံးက ရှောင်ပါများတဲ့အခါ တစ်ယောက်တည်း အထီးကျန်ဘဝနဲ့ပဲ နေရမှာပါ။ ထိုသို့နေရသဖြင့် အများကိုလည်း မကျေနပ် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း အလိုမကျဖြစ်လာကာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးမှာ စိတ်မကျေနပ်မှုတွေ အမြဲဖိစီးခံနေရမှာပါ။ တစ်ချို့က လူတွေကို ဆက်ဆံရမှာကြောက်လို့ ရှောင်နေတတ်တယ်။ လူထဲမှာနေပြီး လူတွေကိုရှောင်နေရင် လူ့အကြောင်း ကောင်းကောင်းသိနိုင်ဖို့ မလွယ်ပါ။ လူတွေနဲ့ ပေါင်းသင်းနေနိုင်မှသာ ကောင်းသူရယ် ဆိုးသူရယ်လို့ ခွဲခြားနိုင်သော အသိဉာဏ်ရှိလို့ လူအကြောင်း ကောင်းကောင်းနားလည် သဘောပေါက်လာမှာပါ။

ယင်းသို့ လူ့သဘောကို သိနားလည်နေရင် ကောင်းသူကို ပေါင်းသင်းကာ အတုယူနေထိုင် ပြောဆိုတတ်သလို ဆိုးသူကိုလည်း အခြေအနေအရ ဆက်ဆံနေရပေမယ့်လည်း ကိုယ်ပေါင်းစိတ်ခွာ နည်းဖြင့် ကိုယ်မကြိုက်တဲ့သူရဲ့ မကောင်းတဲ့အမူအရာတွေကို ကိုယ့်မှာ အကူးအစက်မခံရအောင် သတိထားပြီး နေတတ်, ပြောတတ်လာမှာပါ။

လူတွေကိုမပေါင်းသင်းဘဲ သီးသန့်နေထိုင် ပြောဆိုပါများရင်တော့ လူ့အကြောင်းကို မသိနိုင်ပါ။ ထိုသို့မသိနိုင်သဖြင့် ကိုယ့်အတွေး ကိုယ့်အမြင်သာ အမှန်လို့အထင်ကြီးပြီး တစ်ဖက်သတ်ပြောဆိုနေထိုင်ရင် ကိုယ့်မိသားစုအချင်းချင်းပင် ဘုဂလန့်ဖြစ်နေလို့ အဆင်မပြေနိုင်ပါဘူး။ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်လည်း သဟဇာတမဖြစ်တော့တဲ့အတွက် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဝေးကွာသွားလို့ အပယ်ခံလူသားဘဝအလိုလိုရောက်သွားမှာပါ။

ပြည်တွင်းကလူငယ်များအခြေအနေ

ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံနှင့်ပတ်သက်လို့ ဆက်ပြောရင် ဗုဒ္ဓဘာသာအများစု နေထိုင်သော စာရေးသူတို့နိုင်ငံအတွင်း၌ပင် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ သတင်းများ၊ မုဒိမ်းမှုများ မကြာခဏဆိုသလိုကြားရဖတ်ရခြင်း၊ အရွယ်မရောက်သေးသော ကလေးငယ်တွေ ဓားစာခံ အဖြစ်များနေခြင်းတို့သည် ရှက်စရာ ရင်နာစရာပါ။

ထိုပြဿနာများသည် ဘာကြောင့် ဒီလောက်အဖြစ်များ နေရသလဲ, ဘယ်လိုအကာအကွယ်ပေးနိုင်သလဲ စသဖြင့် ပြဿနာရဲ့အကြောင်းရင်းများကို ပညာရှင်တို့အနေဖြင့် သေချာလေ့လာပြီး အများသိအောင် တင်ပြဖို့လိုအပ်သလို ခေါင်းဆောင်များကလည်း

ကိုယ့်တာဝန်ကို ကိုယ့်ယူကြကာ ပညာရှင်တို့ တင်ပြချက်များကို အလေးထားလျှက် တရားဥပဒေဖြင့် သေချာအကာအကွယ်ပေးဖို့ လိုအပ်မှာပါ။

သြစတြေးလျား, စင်္ကာပူ, ဂျပန်, အမေရိကန် စသောနိုင်ငံများ၌ ဗုဒ္ဓဘာသာအမည်ခံမှုမရှိပဲ အမျိုးသမီးများကို နေ့ရောညပါ အချိန်မရွေး အန္တရာယ်ကင်းကင်းနဲ့ တစ်ယောက်တည်းအလုပ်ကို သွားနိုင်, ပြန်နိုင်အောင် ဥပဒေဖြင့် အပြည့်အဝအကာအကွယ် ပေးထားခြင်းတို့သည် ချီးကျူးစရာပါ။

လူဦးရေသုံးသန်းသာရှိသော သြစတြေးလျားနိုင်ငံ၊ ငါးသန်းသာရှိသောစင်္ကာပူနိုင်ငံများတွင် နိုင်ငံကလည်းငယ် လူဦးရေကလည်းနည်းနေလို့ အမျိုးသမီးများကို လုံခြုံမှု အပြည့်အဝပေးနိုင်ခြင်းမှာ ချီးကျူးစရာ မဟုတ်ပါလို့ပြောနိုင်ပေမယ့် လူဦးရေ (၁၂၅) သန်းရှိသော ဂျပန်နိုင်ငံ၊ (၃၂၀)သန်းကျော်ရှိသော အမေရိကန်နိုင်ငံများ၌ အမျိုးသမီးများကို ဥပဒေဖြင့် အကာအကွယ် ပေးထားခြင်းကိုတော့ အသိအမှတ်ပြု ပြောဆိုရမှာပါ။

စာရေးသူမသိသော တခြားနိုင်ငံတွေမှာလည်း အမျိုးသမီးများအတွက် ဥပဒေဖြင့် လုံခြုံမှုပေးထားတာတွေ ရှိကောင်းရှိဦးမှာပါ။ လူဦးရေ(၅၅)သန်းကျော်သာရှိသော စာရေးသူတို့နိုင်ငံမှာတော့

အမျိုးသမီးများအတွက် ဥပဒေအကာအကွယ်မဲ့နေပြီး နေခင်းကြောင် တောင်တွင် လူအများရှေ့၌ မိန်းကလေးတစ်ယောက်တည်း တစ်နေ ရာရာကို သွားဖို့, ပြန်ဖို့မှာ အတော်ခက်ခဲနေတာပါ။ မိန်းကလေး များ မလွှဲသာလို့ တစ်ယောက်တည်း သွားခဲ့ပြန်ခဲ့ရင် ကိုယ်ထိလက် ရောက်မစော်ကားကြပေမယ့် လူအများရှေ့၌ပင် နှုတ်နဲ့လှောင် ပြောင်စော်ကား အနှောက်အယှက်ပေးမယ့်သူတွေက အများသားပါ။ အထူးသဖြင့် လူငယ်ယောကျ်ားလေးအများစုနေသော နေရာတွေမှာ တွေ့ရတတ်တာပါ။

ရိုးသားသောဘဝ

စာရေးသူရဲ့တပည့်ဘုန်းကြီးလေးနဲ့ သူငယ်ချင်းတစ်စုတို့ လွန်ခဲ့တဲ့အနှစ် (၂၀) ကျော် စာသင်သားဦးပဥ္စင်းလေးဘဝက ကြုံခဲ့ ဖူးသော အတွေ့အကြုံလေးပါ။

မန္တလေးမြို့ မဟာမြတ်မုနိဘုရားကြီးမြောက်ဘက် စောင်း တန်းရဲ့အရှေ့ဘက်တွင်ရှိသော စေတီတော်တစ်ဆူကို လပြည့်နေ့ တစ်ခု ညနေချိန်၌ ကြာပန်းများဖြင့် ပစ်တင်ပြီး ပူဇော်ကြသော ရိုးရာပွဲတော်တစ်ခုရှိပါတယ်။

ပူဇော်လိုသောပုဂ္ဂိုလ်များသည် စေတီတော်ပေါ်သို့ ကြာပန်းများဖြင့်ပစ်တင်ပူဇော်ကြသလို မိမိတို့ယူလာသော ကြာပန်းများကုန်သွားတဲ့အခါမှာတော့ စေတီတော်ပေါ်သို့ ပစ်တင်ပူဇော်ကြလို့ စေတီပေါ်၌မတင်ပဲ ပြန်ကျလာတဲ့ ကြာပန်းတွေကို ကောက်ယူကာ ပြန်ပြီးပစ်တင် ပူဇော်ကြတာပါ။

ထိုပွဲတော်ကို လာရောက်ပူဇော်သူတွေ ကြည့်ရှုကြည်ညို သူတွေမှာ အင်မတန်ကို များပြားစည်းကားလှတာပါ။ အထူးသဖြင့် လူငယ်များသည် စေတီတော်ကိုလည်း ကြာပန်းတို့ဖြင့် ပစ်တင်ခွင့်ရသူတို့အတွက်လည်း ပျော်စရာပွဲဖြစ်ကြလို့ အလာများတယ်လို့ ပြောရမှာပါ။

ည(၇)နာရီကျော်အချိန်ကစပြီး လူငယ်လူရွယ်များဟာ စေတီတော်ပေါ်သို့ ကြာပန်းများကို ပစ်တင်ပူဇော်နေကြမှုသာမဟုတ်ပဲ စေတီတော်ပေါ်သို့ တက်ရောက်ကြပြီး စေတီတော်ပေါ်မှ ကြာပန်းများကို ကောက်ယူကာ အောက်ကမိန်းကလေးများအပေါ်သို့ ပစ်ချတော့ မိန်းကလေးများကလည်း တဖန်ပြန်ပစ်ကြတာပေါ့။

တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် စိတ်ဆိုးခြင်း စကားများခြင်းမရှိပဲ ပူဇော်ပွဲကနေ ပျော်ရွှင်ပွဲပုံစံ ပြောင်းသွားတာပါ။ စေတီတော် ဥပစာအတွင်း၌ ကြာပန်းများဖြင့် ပစ်ပေါက်ကစားနေကြရာက တဖြည်း

ဖြည်းချင်း ကြာပန်းတွေနဲ့ကျောကို လိုက်ရိုက်တဲ့ အနေအထား ပြောင်းသွားပြန်တာပါ။

ရိုးရာပွဲတော်ထုံးစံမို့ စေတီတော်ပူဇော်ပွဲလာကြသူ အားလုံးက နားလည်လက်ခံကြတာပါ။ သို့ပေမယ့် စေတီတော် ဥပစာ အပြင်ဘက်အထိ ပြုလုပ်ကြရင်တော့ ရဟန်းတော်များနှင့် လူကြီးသူမများက ပျော်စရာပူဇော်ပွဲအနေအထားက ရန်ပွဲအဖြစ်သို့ ရောက်မသွားရအောင် ထိန်းကြ,တားမြစ်ကြရတာပါ။ အထိန်းခံရသော လူငယ်များကလည်း နားလည်သဘောပေါက်ကြလို့ အေးအေးဆေးဆေးပင် လက်ခံကြတာ တွေ့ရတာပါ။

တပည့်ဦးပဉ္ဇင်းလေးနဲ့ သူငယ်ချင်းတစ်စုဟာ စေတီတော်ပူဇော်ပွဲမှအပြန် မဟာဗုဒ္ဓဝင်ပြတိုက်ကို ထွက်လာခဲ့ကြတော့ တဝုန်းဝုန်းနဲ့ သူတို့အဖွဲ့ကို အတင်းတိုးဝှေ့ ကျော်လွှားပြေးသွားသော မိန်းမပျိုလေးနှစ်ဦးနောက်ကို လူငယ်ယောကျ်ားလေးတစ်သိုက်က အတင်းလိုက်ပြီး ကြာပန်းတွေဖြင့် ရိုက်နေကြတာကို တွေ့လိုက်ရခြင်းပါ။

ဒီတော့ ဦးပဉ္ဇင်းလေးကလည်း လူငယ်သဘာဝအတိုင်း စိတ်ထက်သူပီပီ မည်သူမည်ဝါဆိုတာကို သတိမထားပဲ အနီးရောက်လာသော လူငယ်တစ်ယောက်ရဲ့အင်္ကျီကို ရုတ်တရက် ဖမ်းဆွဲလိုက်ပြီး

လက်သီးဖြင့်ဆုံးမလိုက်ကာ ''မင်းတို့ စည်းမကျော်နဲ့ ဒီနေရာဟာ ကြာပန်းတွေနဲ့လိုက်ပြီး ရိုက်ရမယ့်နေရာမဟုတ်ဘူး'' လို့ ခပ်တင်းတင်း ပြောဆိုသတိပေးပြီး ရှေ့ဆက်သွားခဲ့ကြပေမယ့် ထိုလူငယ်တစ်စုကတော့ ငြိမ်သက် ကျန်ရစ်ခဲ့ကြလေရဲ့။

နောက်နေ့ ဆွမ်းခံချိန်တွင် ဆွမ်းခံသွားတော့ ဆွမ်းခံအိမ်တစ်အိမ်၌ လူငယ်တစ်ယောက်က ဆွမ်းလောင်းလှူရင်း ''ညက တို့ဘုန်းဘုန်းရဲ့ လက်သီးကတော့ တော်တော်ပြင်းသားဘုရား''လို့ လျှောက်ထားတော့မှ ဦးပဥ္စင်းလေးက ''ဩော် ညက ငါ့လက်သီးစာမိတာ မောင်ရင်ကိုး'' လို့ ပြန်ပြောလိုက်ပြီး ဆွမ်းဒကာမကြီးသား လူငယ်ရဲ့မျက်နှာနဲ့ ဆွမ်းဒကာမကြီးရဲ့မျက်နှာတို့ကို မျက်နှာပူပူဖြင့် အကဲခတ်ကြည့်လိုက်မိတာပါ။

သားအမိနှစ်ဦးလုံးက ဦးပဥ္စင်းလေးအပေါ်မှာ စိတ်ဆိုးတဲ့အမူအရာ အကြည်ညိုပျက်တဲ့အနေအထားမျိုးမရှိပဲ ပြုံးကြည့်နေကြတာကိုတွေ့ရလို့ စိတ်သက်သာရာ ရခဲ့တာပါ။ ဆွမ်းဒကာမကြီးက လေးစားအားကိုးစွာဖြင့် '' ဦးပဥ္စင်း ညီတွေ, နှမတွေ နောင်ဒီလို မတော်တရော် လုပ်နေတာများတွေ့လာခဲ့ရင် ခပ်ပြင်းပြင်းလေးသာ ဆုံးမပေးပါ'' လို့တောင် လျှောက်ထားလိုက်ပါသေးတယ်ဆိုပဲ။

အဲဒီလို အဆုံးအမကောင်းခဲ့လို့ ဦးပဥ္စင်းလေးသည် ထိုမိသားစုရဲ့ ကြည်ညိုလေးစားရတဲ့ ''တို့ကိုယ်တော်''အဖြစ်နဲ့ မန္တလေးစာသင်သားဘဝမှာ ဆွမ်းကိစ္စအတွက် မပူမပန်နေထိုင်ပြီး စာသင်နိုင်ခဲ့တာပါလို့ ဘုန်းကြီးလေးက စာရေးသူကို ပြန်ပြောပြခဲ့တာပါ။

ဖြစ်စဉ်ကိုလေ့လာသုံးသပ်ကြည့်ခြင်း

ဖော်ပြခဲ့တဲ့အကြောင်းအရာ ဖြစ်စဉ်လေးကို သုံးသပ်ကြည့်လိုက်ရင် လူငယ်ရဟန်းငယ်တို့ရဲ့ လူငယ်စရိုက်သဘာဝများကို တွေ့ရမှာပါ။ လူငယ်ရဲ့စရိုက်သဘာဝမှာ ကိုယ်ပျော်ချင်တာ တစ်ခုပဲ သိတာပါ။ ကျန်တာကို ဘာမှမသိသလို ဂရုလည်းမစိုက်တတ်ဘူး၊ ဒါကြောင့် ပျော်စရာကိုတွေ့လာရင် စိတ်လွတ်ကိုယ်လွတ်နဲ့ ပျော်လိုက်တာပါပဲ။

ဒီလိုပျော်လိုက်တဲ့အတွက် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အနှောက်အယှက်ဖြစ်,မဖြစ်၊ ပျော်သင့်တဲ့နေရာဟုတ်,မဟုတ်၊ လေးစားစရာပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိ,မရှိစသဖြင့် ဆင်ခြင်နိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်အားနည်းလေတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးဆက်တွေက မကောင်းနိုင်ဘူးပေါ့။

သို့ပေမယ့် လူငယ်လေးရဲ့ ရိုးသားတဲ့လူငယ်သဘာဝလေးကို

တွေ့လိုက်ရလို့ လေးစားမိတာပါ။ လောကတွင် ကလေးငယ်တွေ ချစ်စရာကောင်းခြင်းမှာ ရိုးသားဖြူစင်နေလို့ပါ။ ဦးပဥ္စင်းလေးက ခပ်ကြမ်းကြမ်း ဆုံးမလိုက်ပေမယ့်လည်း လူငယ်လေးကိုယ်တိုင်က မှားမှန်းသိနေတော့ ပေးလာတဲ့အပြစ်ကို ခံရဲတယ်၊ ပြီးတော့ မိဘများကို အမှန်အတိုင်းပြောပြပြီး ဝန်ခံမှုနဲ့ အကျိုးလိုလားစွာ ဆုံးမလိုက်သောဦးပဥ္စင်းလေးကိုလည်း အပြစ်မမြင်ပဲ လေးစားမှုတွေ ဆက်လက်ရှိနေခြင်းတို့ဟာ ရိုးသားဖြူစင်မှုပါ။

ထိုလူငယ်က ရိုးသားမှုသာမရှိခဲ့ရင် သူ့အမှားကို သိပေမယ့် ဝန်မခံရဲပါဘူး၊ ဆုံးမလိုက်တဲ့ဦးပဥ္စင်းလေးကိုလည်း အနိုင်ရအောင် တစ်နည်းနည်း ပြုလုပ်မှာပါ။ ပြဿနာဖြစ်သောနေရာ၌ ရဟန်းငယ်တွေ များနေလို့ မလှန်ရဲပေမယ့် အိမ်ကိုပြန်ရောက်သောအခါ မျက်ရည်ခံထိုးကာ ကိုယ့်လုပ်ရပ်အမှန်လုပ်ပြီး ပြန်ပြောအနိုင်ယူလို့ ရနိုင်တာပါ။ မိဘများသည် သားသမီးမျက်ရည် ကျတာမြင်ရရင် ကိုယ့်သားသမီးက ဘယ်လောက်ပင် မှားနေပါစေ အမှားလို့ မမြင်မိပဲ အမှန်သာထင်ကာ ယုံကြည်တတ်ကြတာ သဘာဝပါပဲ။

အဲဒီလိုများ အနိုင်ယူခဲ့ရင် ဦးပဥ္စင်းလေးဟာ ဆွမ်းအိုးလည်းကွဲ၊ အကြည်ညိုလည်းပျက်ရောဆိုတာမျိုး ကြုံရမှာပါ။ ဆွမ်းဒကာမကြီး မိသားစုလည်း တွေ့သမျှ ရဟန်းငယ်များအပေါ်မှာ အပြစ်မြင်

ပြီး အကုသိုလ်ချည်း ဖြစ်သွားနိုင်တာပါ။

လူငယ်ဆိုတာ အတွေ့အကြုံနဲ့ အသိဉာဏ် အားနည်းသေးတော့ အမှားပြုလုပ်မိဖို့ အခွင့်အလမ်းများခြင်းကို မိဘတိုင်းက နားလည် လက်ခံထားရမှာပါ။ ဒီလိုနားလည်လက်ခံထားရင် သားသမီးများက အမှားပြုလုပ်မိတဲ့အခါ သူတို့အမှားကို သတ္တိရှိရှိနဲ့ ဝန်ခံရဲအောင် အမှားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသောအကျိုးဆက်ကိုလည်း လုပ်ရဲရင် ခံရဲရမယ်ဆိုတာကို သင်ပြပေးထားဖို့ လိုအပ်တာပါ။

ရာထူးအာဏာရှိတဲ့ ပစ္စည်းချမ်းသာတဲ့ မိဘတစ်ချို့ဟာ သားသမီးတွေ အမှားပြုလုပ်မိသောအခါ အမှားကိုဝန်ခံမခိုင်းသလို အမှားရဲ့အကျိုးဆက်ကိုလည်း မခံရအောင် ရာထူးအာဏာဖြင့်ဖြစ်စေ ပစ္စည်းဖြင့်ဖြစ်စေ ကာပေးတတ်ကြတာပါ။ ဒီလိုကာပေးလိုက်တဲ့အတွက် သားသမီးလေးတွေဟာ အမှားအမှန် မခွဲခြားတတ်သလို အဆိုးလောကဓံကိုလည်း မကြုံဖူးတော့ ပတ်ဝန်းကျင်လူအများနှင့် ဆက်ဆံနေထိုင်တဲ့အခါ အဆင်မပြေနိုင်ပါ။

ပြီးတော့ မိမိတို့ရဲ့ရာထူးအာဏာနဲ့ ပစ္စည်းချမ်းသာမှုကိုလည်း လေးစားမှုမရှိနိုင်တော့ပါ။ ယင်းသို့ မကောင်းကျိုးတွေ ဖြစ်စေတတ်လို့ အမှားတွေပြုလုပ်မိသော သားသမီးများကို သူတို့အကြိုက်လိုက်ပြီး မိဘများအနေဖြင့် ကိုယ့်ရဲ့ရာထူးအာဏာနဲ့ စီးပွားချမ်းသာတို့ဖြင့်

အကာအကွယ်မပေးမိဖို့ အရေးကြီးတာပါ။

ယခုဖြစ်ခဲ့တဲ့ဖြစ်ရပ်ကို သေချာကြည့်ရင် ဦးပဥ္စင်းလေးရဲ့ ရိုးသားမှုလည်း တွေ့လိုက်ရမှာပါ။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ မဟုတ်မတရားလုပ်နေမှုတွေကို တွေ့လာခဲ့ရင် လက်မခံနိုင်သလို ကိုယ့်ကိစ္စမဟုတ်ဘူးလို့ဆိုပြီး ရှောင်တိမ်းမနေနိုင်ပဲ ပါသင့်တဲ့ကိစ္စကို သတ္တိရှိရှိနဲ့ဝင်ပါပြီး ဖြေရှင်းပေးလိုက်ကြတာပါ။ ဒီလိုဖြေရှင်းလို့ ပြေလည်သွားရင်လည်း ဘာအကျိုးမှ မမျှော်ကိုးတတ်ကြဘူး။ ကျေးဇူးတောင် အတင်မခံလိုလို့ ချက်ချင်းပင် ရှောင်ထွက်သွားတတ်ကြတာပါ။

အဲဦးပဥ္စင်းလေးရဲ့ အားနည်းချက်ကတော့ အနုနည်းနဲ့ ဖြေရှင်းရင် ရနိုင်ပေမယ့်လည်း စိတ်ထန်သူပီပီ အကြမ်းနည်းနဲ့ ဖြေရှင်းလိုက်မှုနဲ့ စည်းကျော်ပြီး ကြာပန်းများဖြင့်လိုက်ရိုက်နေတဲ့ လူငယ်တွေဟာ ဘယ်သူဘယ်ဝါဆိုတာကို သတိမပြုမှုတွေပါပဲ။

ဦးပဥ္စင်းလေးရဲ့ ကံမျက်နှာသာပေးမှုကိုလည်း တွေ့မိလိုက်မှာပါ။ ဒါကတော့ ဖြစ်ခဲ့တဲ့အကြောင်းကိစ္စတွင် ရိုးသားမှုရှိတဲ့ လူငယ်လေးနဲ့ မိကောင်းဖကောင်းဖြစ်သော ဆွမ်းဒကာမကြီးတို့နှင့် တွေ့ကြုံရခြင်းပါပဲ။ တကယ်လို့များ ရိုးသားမှုမရှိတဲ့လူငယ်လေးနဲ့ တကိုယ်ကောင်းဆန်လွန်းတဲ့မိဘမျိုးနဲ့သာ တွေ့ကြုံမိရင်တော့

ဦးပဉ္ဇင်းလေးအတွက် အခက်သားပါလားလို့။

လောကနီတိ ဆုံးမစကား

ယင်းသို့ လူငယ်လေးများရဲ့ စရိုက်သဘာဝတွေကို တွေ့ရတဲ့အခါ ငယ်ငယ်က သင်ယူဖူးသောလောကနီတိ ဆုံးမစကားလေးတွေကို သွားပြီးအမှတ်ရမိတာပါ။ မာတာဟီနဿဒုဗ္ဘာသာ၊ အမိယုတ်ညံ့သောသားသမီးများသည် နှုတ်အမူအရာ ရိုင်းစိုင်းကြမ်းတမ်းတယ်။ ပိတာဟီနဿဒုကြိယာ၊ အဘယုတ်ညံ့သောသားသမီးများသည် ကိုယ်အမူအရာ ကြမ်းတမ်းရမ်းကားတယ်။ ဥဘောမာတာပိတာဟီနာ၊ ဒုဗ္ဘာသာစဒုက္ကိရိယာ၊ မိဘနှစ်ပါးလုံး ယုတ်ညံ့သောသားသမီးများမှာတော့ ကိုယ်နှုတ်အမူအရာနှစ်ခုစလုံး ရိုင်းစိုင်း ကြမ်းတမ်းကြတယ်လို့ ဆုံးမထားတာပါ။

ယခုခေတ်လူငယ်များသည် ထိုနီတိစကားကို ကြားမှကြားဖူးရဲ့လား၊ သူတို့ရဲ့မိဘဆိုသူတွေကရော ငယ်ငယ်က သင်ခဲ့ဖူးကြရဲ့လား၊ သူတို့ဆရာဖြစ်သူတွေကရော ကိုယ်သင်ပေးသောဘာသာရပ်ကလွဲပြီး တပည့်များ လိမ္မာယဉ်ကျေးအောင် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လာသောအခါ ထိုနီတိဆုံးမစကားတွေကို မပြောပြကြဖူးလားစသဖြင့် အတွေးနယ်ချဲ့မိဖြစ်တာပါ။

မိဘဆရာဖြစ်သူတွေကိုယ်တိုင်က ဒီနီတိတွေရဲ့တန်ဖိုးကို နားမလည်ကြတော့ လေ့လာသင်ယူကောင်းမှန်း မသိဖူးပေါ့။ မသိတော့လည်း သားသမီးငယ်တွေကို ဘယ်လိုလုပ်ပြီး သင်ပေးနိုင်ကြမလဲ၊ သင်မပေးနိုင်တော့လည်း လူငယ်တွေဟာ ရိုင်းစိုင်းကြမ်းတမ်းလာကြတဲ့ သဘောပါ။

ထိုပြဿနာရဲ့အရင်းစစ်လိုက်ရင် မိဘဖြစ်သော လူကြီးတွေရဲ့ တာဝန်ကင်းမဲ့မှုပါပဲ။ မိဘများသည် ကိုယ့်သားသမီးငယ်များကို တကယ်ချစ်မြတ်နိုးမှုရှိရင် မကောင်းသော အမူအရာများကို အကြောင်းအကျိုး ပြောပြပြီး တားမြစ်ဆုံးမနိုင်ရမှာပါ။ ရိုက်နှက်ဆဲဆို အပြစ်ပေးသော အကြမ်းနည်းများကို မသုံးသင့်ပါ။ ထိုနည်းကို အသုံးပြုရင် ပိုပြီးဆိုးသွမ်းသွားနိုင်လို့ပါ။ ကောင်းသော အမူအရာများကို စနစ်တကျနားဝင်အောင် စိတ်ရှည်ရှည်ထားပြီး သင်ပြပေးမှု၊ စနစ်တကျ ဆုံးမသင်ပြပေးနေသောနေရာသို့ပို့မှု၊ ထိုနေရာကို သွားနေချင်အောင် သိမ်းသွင်းစည်းရုံးမှုတို့ကို ပြုလုပ်ပေးရမှာပါ။

ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ ပြုလုပ်ပေးသင့်သလဲဆိုရင် (၁၃)နှစ် မတိုင်မီအရွယ်ပါ။ ဒီအရွယ်သည် စိတ်ထားဖြူစင်သန့်ရှင်းသော အဖြူထည်သက်သက်အရွယ်ဖြစ်လို့ စနစ်တကျသင်ပြနိုင်ရင် ကြိုက်ရာအရောင်တင်လို့ရမှာပါ။

ယင်းအရွယ်မှာ ချစ်စရာအကောင်းဆုံးအရွယ်မို့ ချစ်မြတ်နိုးမှု တစ်ခုသာကြည့်ကာ ကလေးဆန္ဒပြည့်ရင်ပြီးရောဆိုပြီး တောင်းသော ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းမှန်သမျှတွေကို လွယ်လွယ်ကူကူ ပေးနေရင်တော့ သားသမီးငယ်တွေရဲ့ ဖြူစင်နေတဲ့အကျင့်စရိုက်ကို ကိုယ်တိုင်ဖျက်ဆီးနေခြင်းနှင့် တူပါတယ်။

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာဝတ္ထုတွေ ပြည့်စုံတိုင်းလည်း စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖြစ်သော လိမ္မာရေးခြားရှိသော အသိဉာဏ်ပြည့်စုံမှုကတော့ မရနိုင်ပါ။ စိတ်ဆိုတာ ပုထုဇဉ်သဘာဝအရ မကောင်းသောအရာများ၌သာ ပျော်တတ်လေတော့ ကလေးရဲ့စိတ်အလိုကျ လွှတ်ပေးထားမှုမှာ မကောင်းတဲ့စိတ်ထားတွေ စိုးမိုးသွားဖို့ပဲ ဖြစ်မှာပါ။

စိတ်ဓာတ်ကလည်းညံ့ဖျင်း (၁၃)နှစ်အရွယ်ကလည်း ရောက်လာခဲ့သောအခါ ကန်တတ်သောအရွယ်မို့ ကောင်းသောအမူအရာတွေကို သင်ပြပေးဖို့ သင့်တော်ရာနေရာကို ပို့ဖို့ဆိုတာ အတော်ခက်ခဲလာမှာပါ။

မိဘများသည် သားသမီးများရဲ့ အခြေအနေတွေကိုလွန်ကုန်မှ သိလိုက်ရတော့ ပြုပြင်လို့လည်း မဖြစ်နိုင်၊ ကိုယ့်အပြစ်ကိုလည်း ဝန်ခံရဲတဲ့သတ္တိ မရှိလေတော့ ကလေးအပြစ်လို့ ပုံချပြလိုသဖြင့် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များထံသို့ ဖွင့်အတင်း

ခေါ်လာပြီး အဆုံးအမပေးခိုင်းမှုကို မကြာခဏ ကြုံခဲ့ရတာပါ။

စာရေးသူရဲ့ဆရာဖြစ်သော ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးကဆိုရင် ဆုံးမခက်သော ကလေးငယ်တွေကို မြင်တွေ့ရသောအခါ “ ဒီကလေးတွေဟာ မိကောင်းဖကောင်း ဆရာကောင်းတွေနဲ့ နေခဲ့ရဖူးပုံမပေါ်ကြဘူး” လို့ ကရုဏာနဲ့ မိန့်တော်မူခဲ့တာကို ကြားခဲ့ရဖူးတာပါ။ “သားသမီးမကောင်း မိဘခေါင်း”လို့ လူကြီးမိဘများက သူတို့ဖက်မှ အသာစီးအနေနဲ့ ပြောဆိုကြပေမယ့် ဆရာတော်ကြီး မိန့်တော်မူလိုတာကတော့ “မိဘမကောင်း သားသမီးခေါင်း”လို့ မိန့်တော်မူရင်းပါ။

သားသမီးငယ်များကို စည်းကမ်းမရှိ အလိုလိုက်လွန်းသော မိဘသည် မိဘတာဝန်လုံးဝမကျေနိုင်ပါ။ တာဝန်မကျေ အသိအလိမ္မာမရှိသောမိဘမှ မွေးဖွားကြီးပြင်းလာသော ကလေးဟာ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်မရှိနိုင်ပါ။ ဒီလိုကလေးများကို ရည်ရွယ်ဆုံးမထားတဲ့ လောကနီတိဆုံးမစကားကို **ချမ်းမြေ့ ဆရာတော်ကြီးက–**

“အမိယုတ်လျှင် သားနဲ့သမီးမှာ
နှုတ်သီးကောင်းလို့ စွာကျယ်ကျယ်၊
အဖမိုက်လျှင် သားနဲ့သမီးမှာ

ကိုယ်လက်ရမ်းကား စိတ်ကြမ်းတယ်၊
မိရောဖပါ စည်းဝါးလွတ်တော့
ပေါက်လွတ်ပဲစား ကလေးရယ်၊
မိသားစုတွေ မင်္ဂလာရှိဖို့
လောကနီတိ ညွှန်ပြတယ်
ဖတ်ကွယ် မှတ်ကွယ်'' လို့ ရေးစပ်တော်မူခဲ့တာပါ။

(၄) မုသာဝါဒကံ

စကားဆိုတာ အပြစ်လည်းကင်းအောင် အကျိုးလည်း ရှိအောင် ပြောဆိုတတ်မှသာ တန်ဖိုးရှိတာပါ။ အပြစ်ကင်းအောင် မပြောတတ်ရင် မဟုတ်မမှန်တာကို အဟုတ်အမှန်လုပ်ပြီး ပြောဆို မိတာပါ။ တကယ့်ကို ချစ်ခင်ရင်းနှီးသူတွေကို ချစ်ခင်ရင်းနှီးမှုတွေ ပျက်ပြီး ကွဲသွားအောင်ဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်ကိုချစ်ခင်ရင်းနှီးမှု ရှိလာ အောင်ဖြစ်ဖြစ် ရည်ရွယ်ချက်ထားကာ ရန်တိုက်ပေးသော စကား တွေကိုလည်း ပြောဆိုတတ်တာပါ။

ဒါလောက်သာ ပြောဆိုကြသလားဆိုတော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ မိမိနဲ့စကားပြောသောပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ဘုဂလန့်တိုက်သောစကား၊ ဆန့်ကျင်ရန်လိုသောစကား၊ တစ်ဖက်သားအဖြေခက် အနေခက်

သော စကားတို့ကို ပြောလိုက်ရမှ ကျေနပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း ရှိနေသေးတာပါ။ တစ်ချို့ကျတော့လည်း သူ့ဝသီအတိုင်း ခပ်ကြမ်းကြမ်း ခပ်ရိုင်းရိုင်းပဲ မာထန်ကျယ်လောင်စွာ ပြောတတ်ပြန်တာပါ။

အကျိုးရှိအောင် မပြောတတ်ဖူးဆိုရင်လည်း သူ့အကျိုးလည်းမရှိ ကိုယ်အကျိုးလည်းမရှိသော သူများအတင်းအဖျင်းတွေကို နီးစပ်ရာပုဂ္ဂိုလ်များကို တစ်ယောက်ပြီးတစ်ယောက် ဖုန်းတစ်လုံးဖြင့် မနားတမ်း လိုက်ပြောနေတတ်တာပါ။

အဲဒီလိုစကားမျိုးတွေထဲက တစ်မျိုးမျိုးနဲ့သာ ပြောဆိုအချိန်ကုန်နေရင်တော့ ဘယ်လောက်ပင် အသက်အရွယ်ကြီးကြီး ဘယ်မျှပင် ဘွဲ့ထူးဂုဏ်ထူးတွေရထားထား ဘယ်လောက်ပင် ရာထူးအာဏာရှိရှိ ဘယ်မျှပင် နာမည်ကျော်ကြားထင်ရှားနေပါစေ ဘယ်သူကမှ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို သဘောမကျနိုင်ပါ။

ယင်းပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်၌ တခြားသူများက ရိုသေလေးစားမှု ယုံကြည်မှုများသည် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ လျော့နည်းလာတာပါ။ တစ်ချို့ကဆိုရင် မတွေ့ချင်မမြင်ချင်အောင်ကို ဖြစ်နေတာပါ။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အသံကိုကြားတာနဲ့တပြိုင်နက် အကြောင်းတစ်မျိုးမျိုးကိုရှာပြီး ရှောင်ထွက်သွားကြတာများပါတယ်။ လူက မသေသေးပေမယ့် နာမည်ကတော့ အများကပစ်ပယ်ခံရပြီမို့ သေသွားပါပြီ။ ထိုကဲ့သို့သော

မကောင်းကျိုးတွေက ဒီဘဝသာမက နောင်ဘဝအဆက်ဆက်ပါ ဖြစ်သွားစေနိုင်တာပါ။

စကားကိုအပြစ်ကင်းအောင် ပြောဆိုတတ်သောပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဟုတ်မှန်သောစကားကို ပြောဆိုနိုင်သောအခွင့်အလမ်း ရရှိလာသော အခါ သူတစ်ပါးကို တိုက်ရိုက်တဲ့တိုးမပြောဆိုပဲ သွယ်ဝိုက်ပြီး လိမ္မာ ယဉ်ကျေး ချိုသာသိမ်မွေ့စွာဖြင့် သူတစ်ဖက်သား နာခံသာအောင် လက်ခံနိုင်အောင် ပြောဆိုတတ်တာပါ။

ခင်မင်ရင်းနှီးမှုမရှိသူတွေဆိုရင် ခင်မင်ရင်းနှီးသွားအောင် ချစ်ခင်ရင်းနှီးပြီးသားသူတွေဆိုရင်လည်း ပိုပြီးခိုင်မြဲသွားအောင် ပြော နိုင်စွမ်းရှိတာပါ။ ဖြစ်ပေါ်နေသော ပြဿနာမှန်သမျှကိုလည်း ငြိမ်းအေး သွားအောင် ပြေလည်သွားအောင် အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ် ဖြေရှင်း ပြောဆိုနိုင်သော အရည်အချင်းမျိုးရှိတာပါ။ တစ်ဖက်သားမှာ အနေခက် အဖြေခက်တဲ့အနေအထားမျိုးဖြစ်နေရင် ထိုအခက်အခဲ အကျပ်အတည်းတွေက လွတ်သွားအောင် အကျိုးလိုလားသော မေတ္တာတရားသက်သက်ဖြင့် ပြောဆိုအကူအညီပေးတတ်တာပါ။

ဒီလိုပြောဆိုတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို လူတိုင်းက လေးစား မြတ်နိုးမှု ရှိတာမို့ မျက်နှာမြင်ချစ်ခင်ပါစေ၊ အသံကြား လေးစားပါစေ လို့ ဆုတောင်းစရာမလိုပဲ မျက်နှာမြင်လိုက်ရတာနဲ့တပြိုင်နက် ချစ်ခင်

စိတ်တွေ အသံကြားလိုက်ရတာနဲ့တပြိုင်နက် လေးစားမှုတွေက အလိုလိုဖြစ်လာတာပါ။ အသံကြားရင် သနားတာထက် လေးစား တာက ပိုကောင်းမွန်တာမို့ လူသားအချင်းချင်း လေးစားမှုရှိဖို့က ပိုအရေးကြီးတာပါ။

တရားတော်ကို ပြည့်စုံအောင် လေ့လာနာယူပြီးမှ ကျင့်ပါ

မုသာဝါဒသိက္ခာပုဒ်အရ မမှန်တာမပြောရဆိုတော့ မှန်တာ ပြောရမယ်ပေါ့။ မှန်တာပြောရင် လူတိုင်းကလက်ခံနိုင်ပါမလားလို့ မေးစရာပါ။ တစ်ချို့က လက်ခံနိုင်တယ်။ တစ်ချို့ကျတော့လည်း လက်မခံနိုင်ပါဘူးလို့ အဖြေအမျိုးမျိုးပေးကြမှာပါ။ ဘယ်လိုပင် အဖြေပေးကြပါစေ တကယ်စဉ်းစားကြည့်လိုက်ရင်တော့ လက်မခံ နိုင်သောပုဂ္ဂိုလ်တွေက များနေတာကို တွေ့ရမှာပါ။

ဥပမာ–အလှအပသိပ်ကြိုက်လို့ အလှပြင်ဆိုင်သွားပြီး သေချာပြင်ထားသော မိန်းကလေးတစ်ယောက်ကို ယောကျ်ားလေး တစ်ယောက်က ''မျက်နှာလေးကို ပိုက်ဆံတွေအကုန်အကျခံပြီး ပြုပြင်လိုက်တော့မှ ပိုအကြည့်ရ ဆိုးသွားတယ်၊ နဂိုအရှိအတိုင်းကမှ ကြည့်လို့ကောင်းသေးတယ်''လို့ အမှန်ကိုဝေဖန်ပြောဆိုလိုက်ရင် ထိုမိန်းကလေးက ဘယ်နှစ်သက်သဘောကျနိုင်မလဲ၊ စာရေးသူတို့

နိုင်ငံတွင် စစ်အုပ်ချုပ်ရေးကာလအတွင်းကဆိုရင် နိုင်ငံရေးအကြောင်းကို ပြောရင်ဖြစ်စေ၊ စာရေးရင်ဖြစ်စေ၊ ဖမ်းခံရဖို့သေချာမှာပါ။

ပြောချင်တာက မှန်တာကိုပြောရင် လူအများစုက မကြိုက်ပါဘူး၊ ဗုဒ္ဓက မှန်တာပြောရမယ်ဆိုတော့ လောကကြီးနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်မနေဘူးလားလို့ စဉ်းစားတတ်ဖို့ရာပါ။ ဗုဒ္ဓဆိုတာ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပါ။ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ဆိုတာ လောကဓမ္မ အရာအားလုံးကို သိနိုင်စွမ်းရှိသောဉာဏ်တော်ပါ။ ထိုသဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ဖြင့် ဟောထားသော ဗုဒ္ဓတရားတော်ဟာ ဘာကြောင့်များ လောကကြီးနှင့်ဆန့်ကျင်ပြီး ကွာခြားနေရသလဲလို့ မေးစရာဖြစ်လာတာပါ။

ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးသောအခါ တစ်နေရာတည်း၌သာ နာယူလေ့လာပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးရင် လောကကြီးနှင့် ဆန့်ကျင်သလိုဖြစ်နိုင်မှာပါ။ သို့ပေမယ့်လည်း မိမိနာယူလေ့လာထားသောတရားတော်နှင့်ပတ်သက်ပြီး တခြားနေရာများ၌ ဟောထားခြင်းရှိ,မရှိဆိုတာကို သေချာလေ့လာရမယ်၊ သိနားလည်သောပုဂ္ဂိုလ်များကို မေးရမယ်၊ ဟောထားခြင်းရှိခဲ့ရင် ထိုဟောထားသောတရားတော်အားလုံးကို နာယူလေ့လာပြီးမှ လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ရင်တော့ လောကကြီးနှင့် ဆန့်ကျင်မှု မဖြစ်နိုင်ပါ။

ဒကာ, ဒကာမ (၄) မျိုး

သာဓကအနေဖြင့်ပြောရရင် ရဟန်းတော်တို့ ဝိနည်းစည်းကမ်းများ၌ ရဟန်းတော်များသည် ဒကာ,ဒကာမတွေကို သစ်သီး၊ပန်းစသည်ကို မပေးရ။ ဆွေမျိုးမတော်သော ဒကာဒကာမများကို ပစ္စည်းလေးပါး မတောင်းရလို့ သိက္ခာပုဒ်များ ပညတ်ထားခြင်းလောက်သာ သိနားလည်ပြီး ကျင့်သုံးနေရင်တော့ လောကကြီးနဲ့ ဆန့်ကျင်မှု ရှိနိုင်မှာပါ။

သို့ပေမယ့်လည်း သုတ္တန်ဣတိဝုတ် ပါဠိတော်၌ ရတနာ (၃)ပါးဝေယျာဝစ္စ၊ ကျောင်းဝေယျာဝစ္စများကို ပြုလုပ်ပေးသော ဒကာ,ဒကာမများကို ကျောင်းမှာရှိသောသစ်သီး စသည်ကို ပေးကောင်းတယ်။ ပစ္စည်း(၄)ပါးကို အလိုရှိသောအခါ အလှူခံပါလို့ လျှောက်ထားတဲ့ဒကာ,ဒကာမကို ဆွေမျိုးမတော်ပေမယ့် ပစ္စည်း (၄)ပါးကို တောင်းကောင်းတယ်လို့ မိန့်တော်မူထားတာပါ။ သို့ဖြစ်၍

(က) ဝေယျာဝစ္စကိုလည်း ပြုလုပ်ပေးပြီး ပစ္စည်း(၄)ပါးကိုလည်း အလှူခံဖို့ လျှောက်ထားတဲ့ဒကာ,ဒကာမကို ဆွေမျိုးမတော်ပေမယ့် ပေးလည်းပေးကောင်း တောင်းလည်းတောင်းကောင်းတယ်။

(ခ) ဝေယျာဝစ္စကိုလည်း မပြုလုပ်ပေး၊ ပစ္စည်း(၄)ပါးကိုလည်း အလှူခံဖို့ မလျှောက်ထားတဲ့ ဒကာ, ဒကာမကိုတော့ ပေးလည်းမပေး

ကောင်း၊ တောင်းလည်းမတောင်းကောင်းပါ။

(ဂ) ဝေယျာဝစ္စကိုသာ ပြုလုပ်ပေးပြီး ပစ္စည်း(၄)ပါးကို အလှူခံဖို့ မလျှောက်ထားတဲ့ ဒကာ, ဒကာမကို ပေးသာပေးကောင်းပြီး မတောင်းကောင်းပါ။

(ဃ) ဝေယျာဝစ္စကို မပြုလုပ်ပေမယ့် ပစ္စည်း(၄)ပါးကို အလှူခံဖို့ လျှောက်ထားတဲ့ဒကာ,ဒကာမကိုကျတော့ တောင်းသာ တောင်းကောင်းပြီး မပေးကောင်းပါလို့ ဟောတော်မူထားခြင်းကို နာယူလေ့လာပြီး ကျင့်သုံးနိုင်ရင်တော့ လောကကြီးနှင့် ဆန့်ကျင် ဘက် မဖြစ်နိုင်ပါ။

ထိုနည်းတူစွာ မုသာဝါဒသိက္ခာပုဒ်ကို လိုက်နာကျင့်သုံး ရာ၌လည်း ဟုတ်မှန်သောစကားကို ပြောရမယ်၊ အဓိပ္ပါယ် လောက်သာသိပြီး နာယူလေ့လာကျင့်သုံးမယ်ဆိုရင် လောကကြီးနှင့် ဆန့်ကျင်သလို ဖြစ်နေမှာပါပဲ။ ထိုသိက္ခာပုဒ်နှင့် ဆက်စပ်သော တရားတော်တို့ကို (မူလပဏ္ဏာသ၊ ကကစူပမသုတ်စသည်) နာယူလေ့လာလို့ဖြစ်စေ၊ သိနားလည်သောပုဂ္ဂိုလ်များကို မေးလို့ ဖြစ်စေ၊ နာယူလေ့လာမေးပြီးမှ ကျင့်သုံးနိုင်ရင်တော့ လောကကြီး နှင့် ဆန့်ကျင်နိုင်စရာ အကြောင်းမရှိပါ။

စကားပြောရာတွင် ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာ (၅) မျိုး

ကကစူပမသုတ်၌ စကားပြောရာတွင် ဆင်ခြင်ပြီးပြောဖို့ရာ (၅) မျိုးကို ဗုဒ္ဓဟောကြားထားတာပါ။ စကားတစ်ခွန်းကို ပြောမယ်လို့ ကြံစည်စိတ်ကူးမိရင်

ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာ (၁) ။ ။ ကိုယ်ပြောမယ့်စကားကို ဟုတ်, မဟုတ်၊ မှန်, မမှန် စဉ်းစားရမှာပါ။ ဟုတ်တယ် မှန်တယ်ဆိုရင် ပြောဆိုခွင့် ရှိပါတယ်။ သို့ပေမယ့် မပြောရသေးပါ။

ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာ (၂) ။ ။ ထိုဟုတ်မှန်သော စကားကို အကျိုးရှိ မရှိ စဉ်းစားရဦးမှာပါ။ ပြီးတော့ ထိုအကျိုးရှိ, မရှိဆိုတာကို (၄)မျိုး ခွဲခြားမှတ်သားရမှာပါ။

(က) တစ်ချို့စကားသည် ဟုတ်မှန်ပြီး ကိုယ်အကျိုးရော အများအကျိုးပါ ရှိတယ်ဆိုရင် ပြောဆိုခွင့် ရှိမှာပါ။

(ခ) တစ်ချို့စကားက ဟုတ်မှန်ပေမယ့် ကိုယ့်အကျိုးသာရှိပြီး အများအကျိုးမရှိပါ။ ဒီလိုစကားမျိုးကိုတော့ မပြောသင့်ပါ။ အဲဒီလို စကားမျိုး ပြောသောပုဂ္ဂိုလ်ကို ''ကိုယ်ကျိုးလောက်သာ ကြည့် တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ'' လို့ အများက အထင်အမြင်သေးစရာ ဖြစ်သွား မှာပါ။

(ဂ) တစ်ချို့စကားမှာ ဟုတ်မှန်ပြီး ကိုယ်အကျိုးမရှိပေမယ့်

အများအကျိုးရှိသည့်အတွက် ပြောဆိုခွင့်ရှိတာပါ။ မိဘနဲ့သားသမီး ဆရာနဲ့တပည့်ရယ်လို့ တော်စပ်လာပြီဆိုရင် သားသမီးနှင့်တပည့်များ အနေအထိုင်အပြောအဆို ဟန်မကျမှုတွေ ဖြစ်လာသောအခါ မိဘနဲ့ဆရာများသည် ကိုယ်အကျိုးမရှိပေမယ့် သားသမီးနဲ့တပည့်ဖြစ်သူတို့အတွက် အကျိုးရှိမှာမို့ မှန်မှန်ကန်ကန်နဲ့ ပြောဆိုဆုံးမနိုင်ရမှာပါ။

ထိုသို့ မဆုံးမတတ်ရင်ဖြစ်စေ၊ သားသမီးနဲ့တပည့်များက ဆုံးမစကားရဲ့တန်ဖိုးကို နားမလည်ရင်ဖြစ်စေ၊ မိဘနဲ့ဆရာများမှာ သားသမီးနဲ့တပည့်များရဲ့ အမြင်မကြည် အမုန်းထားမှုကို ခံကြရမှာပါ။ မည်သို့ပင် အမုန်းပွားကြပါစေ မိဘကောင်း ဆရာကောင်းတို့မည်သည် သားသမီးနဲ့ တပည့်များအတွက် အကျိုးရှိမယ်ဆိုရင်တော့ အမုန်းခံအမိုက်ခံပြီး ပြောဆို ဆုံးမကြရတာပါ။

ဒါကြောင့် မန္တလေးမြို့ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်ဆရာတော်ကြီး ဘဒ္ဒန္တရာဇ ဓမ္မာဘိဝံသက တပည့်သုံးထောင်ကျော်ကို **''မင်းတို့လိမ္မာဖို့ ငါမိုက်ပြမယ်''** လို့ မိန့်တော်မူပြီး စောင့်ရှောက်တော်မူသွားခဲ့တာပါ။

(ဃ) တစ်ချို့စကားကျတော့ ဟုတ်မှန်ပေမယ့် ကိုယ့်အကျိုးအများအကျိုးမရှိပါ။ ဒီစကားမျိုးကို လုံးဝမပြောသင့်ပါ။ ထိုသို့မပြောသင့်ပေမယ့် လူအများစုမှာ သူများမကောင်းကြောင်းကို တဆင့်ကြား

စကားတို့ဖြင့် အမှန်ထင်ပြီး သူများအတွက်ရော ကိုယ့်အတွက်ပါ အကျိုးမရှိသော အတင်းအဖျင်းစကားတို့နဲ့သာ အချိန်ကုန်မှု များနေကြတာပါ။

ထိုအကျိုးရှိ,မရှိသောစကားလေးမျိုးတို့တွင် ဟုတ်မှန်ပြီး ကိုယ့်အကျိုး အများအကျိုးရှိသောစကားနဲ့ ဟုတ်မှန်က ကိုယ့်အကျိုးတော့မရှိ အများအကျိုးရှိသောစကားနှစ်မျိုးကိုသာ ပြောဆိုခွင့် ရှိတာပါ။

ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာ (၃) ။ ။ ကိုယ်ပြောမယ့်စကားသည် ဟုတ်မှန်ပြီး အကျိုးရှိတယ်ဆိုရင် ပြောရမလားဆိုတော့ ထိုစကားကို ပြောသင့်တဲ့ အချိန် ပြောသင့်တဲ့နေရာ ဟုတ်, မဟုတ် စဉ်းစားဖို့ လိုအပ်ကြောင်း ဗုဒ္ဓက မိန့်တော်မူတာပါ။ ဟုတ်မှန်ပြီး အကျိုးရှိသောစကားကို မပြော သင့်တဲ့အချိန်ရယ်၊ ပြောသင့်တဲ့ အချိန်ရယ်လို့ နှစ်မျိုးခွဲခြားပြီး နားလည်ထားရမှာပါ။

မပြောသင့်တဲ့အချိန်ဆိုတာ သိပ်ပြီးစိတ်ဆိုးဝမ်းနည်းနေချိန်, ခရီးဝေးက ပြန်လာလို့ ကိုယ်ပင်ပန်း စိတ်ပင်ပန်းနေချိန်, အိပ်ရာနိုးစ ထိုင်းမှိုင်းနေချိန်, ပြင်းထန်တဲ့ရောဂါဝေဒနာခံစားနေရချိန်, ပြဿနာ တစ်ခုခုကြောင့်ပူပန်ပြီး စိတ်မကြည်မလင်ဖြစ်နေချိန်တွေပါ။ ဒီအချိန်

တွေမှာ တစ်ဖက်သားက လက်ခံနိုင်တဲ့ စိတ်အားမရှိလို့ ဘယ်မျှပင် ဟုတ်မှန်ပြီး အကျိုးရှိတဲ့စကား ဖြစ်ပေမယ့်လည်း မပြောသင့်ပါ။

ပြောသင့်တဲ့အချိန်ဆိုတာကတော့ ကိုယ်သွားပြောမယ့် ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း စိတ်ကြည်သာအေးချမ်းနေချိန်ဖြစ်ရမယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း စိတ်ကြည်လင်ငြိမ်းအေးနေချိန် ဖြစ်ရမယ်။ ဒီလိုအချိန်မျိုးကို ရွေးချယ်ပြီး ပြောတတ်မှသာ ကိုယ်စကားဟာ အောင်မြင်နိုင်မှာပါ။

ပြဿနာဖြစ်လို့ တစ်ဖက်သားက ပြင်းထန်စွာ ပြောလာခဲ့ရင် ကိုယ်က စိတ်အေးချမ်းစွာနဲ့ ဖြေရှင်းနိုင်ပါတယ်။ သို့ပေမယ့် တစ်ဖက်က ပြေလည်စွာ လက်ခံနိုင်မယ်လို့တော့ မျှော်လင့်လို့မရပါ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် တစ်ဖက်သားမှာ စိတ်ဆိုးနေတော့ အမှားအမှန် ခွဲခြားနိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်ပါ မဲ့နေတဲ့အတွက်ကြောင့်ပါ။

တစ်ဖက်သားက ဒေါသနဲ့ပြောဆိုလာချိန်တွင် ကိုယ်က စိတ်အေးချမ်းစွာမပြောနိုင်လို့ ဒေါသနဲ့တုံ့ပြန်လိုက်ရင်တော့ ပြဿနာ ပိုဆိုးနိုင်မှာပါ။ ကိုယ်က စိတ်အေးအေးထားပြီး မပြောနိုင်သေးရင် မပြောသေးပဲ သည်းခံပြီး နေသောနည်းက အကောင်းဆုံးပါ။ သည်းခံနေခြင်းဟာ အရှုံးပေးတာ မဟုတ်လားလို့ မေးစရာပါ။

အသိဉာဏ်အားနည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်များအနေဖြင့် သည်းခံ

ခြင်းဟာ အရှုံးပေးတယ်လို့ ထင်ကြမှာပါ။ ထိုသို့ထင်ပေမယ့် အသိဉာဏ်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ သည်းခံနေခြင်းသည် အရှုံးပေးတာမဟုတ်ပဲ လူတိုင်း အနိုင်မရနိုင်တဲ့ဒေါသကို ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်ထိန်းသိမ်းနိုင်လိုက်ခြင်းမို့ အနိုင်ရလိုက်တာလို့ နားလည် သဘောပေါက်ကြတာပါ။

အရာရာကို သည်းမခံတတ်တဲ့ စိတ်တိုလွယ်, စိတ်ဆတ်လွယ်သောပုဂ္ဂိုလ်သည် ပြဿနာတစ်ခုခုကို ရင်ဆိုင်လိုက်သောအခါ ဆင်ခြင်စဉ်းစားတတ်သော အသိဉာဏ်ပျောက်သွားတဲ့အတွက် ဒေါသ အလိုကျလိုက်ပြီး ချက်ချင်းတုံ့ပြန်လုပ်မိ ပြောမိတော့ အမှားများ တတ်မှာပါ။ ဒေါသကို ကိုယ့်အလိုကျဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ဖို့ဆိုတာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အတွက် ခက်ခဲသောအရာ ဖြစ်မှာပါ။

ဒေါသဆိုတာ အတက်ဒေါသ၊ အကျဒေါသလို့ နှစ်မျိုးရှိတာပါ။ အတက်ဒေါသသည် ဆဲဆိုခြင်း၊ ရိုက်နှက်ခြင်း သတ်ဖြတ်ခြင်းစသော တက်ကြွခက်ထန်သော အတက်သဘောမျိုးပါ။ အကျဒေါသကတော့ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု၊ ဝမ်းနည်းငိုကြွေးမှု၊ တစ်စုံတစ်ခုခုကိုကြောက်ရွံ့မှု၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသတ်သေမှုစသော ဆုတ်နစ်သော အကျသဘောမျိုးပါပဲ။

စိတ်တိုလွယ်သူဟာ အတက်ဒေါသခိုင်းတဲ့အတိုင်း မြန်မြန်

ဆန်ဆန် လုပ်မိပြောမိလို့ လွန်သွားသောအခါမှသာ ကိုယ့်အမှားကို သိလိုက်ရတာပါ။ ကိုယ့်အမှားကိုသိရပြန်တော့ **''ငါ့နှယ်၊ ဒီဘာမှ မဖြစ်လောက်တာလေးကို သည်းမခံနိုင်ပဲ လုပ်မိလေခြင်း၊ ပြောမိလေခြင်း''**လို့ စဉ်းစားမိကာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကျေနပ်အလိုမကျတဲ့ အကျဒေါသက ထပ်ပြီးနှိပ်စက် ဒုက္ခပေးပြန်တာပါ။

အသိဉာဏ်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ဒေါသရဲ့အပြစ်၊ ဒေါသရဲ့ဆိုးကျိုးတွေကို ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဒေါသကို ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်းရှိလို့လည်း သည်းခံနေနိုင်တာပါ။ ဒီလို သည်းခံနေနိုင်ခြင်းသည် လူတိုင်းအနိုင်မရနိုင်တဲ့ ဒေါသကို အနိုင်ရလိုက်ခြင်းပါ။

တဖက်သားကို ပြောပြသောအခါ ပြောသင့်တဲ့အချိန်ကို ရွေးပြီးမှ ပြောပြရသလို ပြောသင့်တဲ့နေရာကိုလည်း ရွေးပြီးမှ ပြောပြတတ်ဖို့လိုအပ်မှာပါ။ နေရာဌာနတစ်ခု၌ အဓိက တာဝန်ယူနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့အားနည်းချက်များကို တွေ့ရသဖြင့် ကိုယ်က ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို သတိပေးစကား ပြောချင်တယ်ဆိုရင် ကိုယ်ပြောလို့ရမယ့်နေရာ ဟုတ်မဟုတ် ကြည့်ရမှာပါ။

ထိုနေရာဌာန၌ မိမိသည် အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်ဖြစ်၊ အရေးပါတဲ့ နေရာဖြစ်ဖြစ် ပါနေမယ်။ ကိုယ်ပြောမယ့်စကားမှာ ဟုတ်မှန်အကျိုး

ရှိပြီး ပြောသင့်တဲ့အချိန်လည်း ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ ပြောဆိုခွင့် ရှိမှာပါ။ ဒီလိုမဟုတ်ပဲ တခြားနေရာတစ်ခုခုမှာ မိမိက အကြီးအကဲ ဖြစ်နေပါစေ၊ ဘွဲ့ထူးဂုဏ်ထူးတွေ ရထားလို့ လေးစားထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်နေပါစေ၊ ကိုယ့်နေရာမဟုတ်ရင်တော့ မပြောပဲနေခြင်းဟာ အကောင်းဆုံးပါ။

ဥပမာ–နေရာဌာနတစ်ခုတွင် တရားစခန်းပွဲတစ်ခု ပြုလုပ်ကြတယ် ဆိုပါစို့။ ထိုတရားစခန်းပွဲ၌ ယောဂီနှစ်ဦး တရားမရှုမှတ်ပဲ စကားပြောနေမှုကို ကိုယ်က မြင်တွေ့နေရခြင်းပါ။ ကိုယ်က ယောဂီ လုပ်ဖူးတော့ ယောဂီဆိုတာ စကားပြောမိရင် သမာဓိ အနှောက် အယှက်ဖြစ်တတ်မှန်း သိထားတာကိုး။ ငါးမိနစ်လောက်လေး စကား ပြောမိရင် တရားထိုင်ရှုမှတ်တဲ့အခါ စကားပြောခဲ့တဲ့အတွေးတွေက ပြန်ဝင်လာလို့ တစ်နာရီလောက်ကို ရှုမှတ်နေရတာပါ။ အဲဒီလိုသမာဓိ အနှောက်အယှက်ဖြစ်တတ်လို့ သတိပေးစကား ပြောချင်နေမိတာပါ။

ထိုယောဂီနှစ်ဦးကို ကိုယ်ကဟုတ်မှန်အကျိုးရှိတဲ့ သတိပေးစကားကို ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ပြောပြတဲ့အခါ ကိုယ်က ယောဂီ စောင့်ရှောက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ၊ ထိုဌာနရဲ့အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်စေ၊ ထိုယောဂီ နှစ်ဦးလုံးက ကိုယ်နှင့် ခင်မင်ရင်နှီးလို့ လေးစားနေရင်ဖြစ်စေ၊ တစ်ခုခုဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် ကိုယ်ပြောပြတဲ့စကားကို လက်ခံနိုင်မှာပါ။

အဲဒီလိုမှမဟုတ်ရင်တော့ မဆိုင်ပဲ ဝင်ပြောရမလားဆိုပြီး ''ရှင်နဲ့ ဘာဆိုင်လို့လဲ'' ''ခင်ဗျားနဲ့ ဘာဆိုင်လို့လဲ'' လို့ ပြန်ပြောခံဖို့ သေချာမှာပါ။

ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာ (၄) ။ ။ ကိုယ်ပြောမယ့်စကားသည် ဟုတ်မှန် အကျိုးရှိပြီး ပြောသင့်တဲ့အချိန် ပြောသင့်တဲ့နေရာလည်း ဖြစ်ပြီဆိုရင် ပြောရမလားဆိုတော့ နောက်တစ်ချက်အနေနဲ့ မေတ္တာစိတ်နဲ့ ပြောနေသလား ဒေါသစိတ်နဲ့ပြောနေသလား ဆိုတာကို စဉ်းစားရဦးမှာပါ။

တစ်ချို့အကြီးအကဲဖြစ်သူများ စကားပြောသောအခါ ပြောတဲ့ စကားဟာ ဟုတ်မှန်အကျိုးရှိပါတယ်။ ပြောသင့်တဲ့အချိန်နဲ့ နေရာလည်း ဟုတ်ပါတယ်။ သို့ပေမယ့် စကားသံဟာ မေတ္တာလုံးလုံး မပါဘူး။ မာန်ထန်နေပြီး ဒေါသသံ၊ မာနသံချည်းပါနေတာပါ။ ဒီတော့ အောက်လက် ငယ်သားတွေက ကြောက်လို့, မတတ်သာလို့သာ လက်ခံရပေမယ့် လုံးဝ မကြိုက်ကြဖူးပေါ့။

ဒါကြောင့်စကားပြောတဲ့အခါ လူကြီးကပြောသည်ဖြစ်စေ၊ လူငယ်က ပြောသည်ဖြစ်စေ၊ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးက ပြောသည်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ပြောမည့် စကားသည် ဟုတ်မှန်အကျိုးရှိ ပြောသင့်တဲ့အချိန် နေရာဖြစ်ပေမယ့်လည်း မေတ္တာစေတနာပါအောင် ပြောပြတတ်ဖို့

လိုအပ်တာပါ။

တစ်ချို့မှာ ပြောသောစကားသံက ယဉ်ကျေးပေမယ့် စိတ်ထဲတွင် မနာလိုစိတ်, ဝန်တိုစိတ်, တဖက်သားကို နှိမ့်ချအထင်သေးစိတ်, အပြစ်တင် အပြစ်ရှာလိုစိတ်, မယုံကြည်သော သံသယစိတ် တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ပြောနေရင်တော့ အပြောခံရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ပြောသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရိုသေလေးစားဖို့ မဖြစ်နိုင်ပါ။

ဆဲခြင်း (၁၀) မျိုး

လူအများစုသည် ကြမ်းတမ်းရိုင်းစိုင်းစွာ ပြောဆိုသော စကားကိုသာ ဆဲနေတယ်လို့ သိကြမှာပါ။ တဖက်သားရဲ့မျိုးရိုး စသည်ကို နှိမ့်ချပြောဆိုနေရင် ဆဲတယ်လို့ မသိကြပါ။ ထိုသို့ မသိကြလို့လည်း သူတစ်ပါးရဲ့မျိုးရိုး စသည်ကို နှိမ့်ချပြောနေမှုတွေကို မကြာခဏ ကြားနေရခြင်းပါ။ ဒီလိုနှိမ့်ချ ပြောမှုဟာလည်း ဆဲဆိုခြင်းပါပဲ။

ဗုဒ္ဓက ရဟန်းတော်များ ဝိနည်းစည်းကမ်းဥပဒေထဲတွင် ဆဲခြင်း (၁၀)မျိုးကို မိန့်ထားတာပါ။ ရဟန်းတော်များသည် ထို (၁၀) မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးကို ပြောမိရင် ပါစိတ်အာပါတ်သင့်တာပါ။ လူအများလည်း ယင်း(၁၀)မျိုးတည်းက တစ်မျိုးမျိုးကို ပြောမိရင်တော့

အပြစ်ဖြစ်မှာပါပဲ။ ထိုသို့အပြစ်ဖြစ်တဲ့အတွက် အဲဒီ (၁၀) မျိုး အကြောင်းကို လူများအနေဖြင့် သိရှိနားလည်အောင် လေ့လာထားဖို့ လိုအပ်မှာပါ။ ထို (၁၀) မျိုးမှာ

(က) ဇာတိ၊ ဆင်းရဲသားမျိုး၊ လယ်သမားမျိုး စသည်ဖြင့် မျိုးရိုးနှိမ့်ချ ပြောဆိုခြင်းပါ။ ဆင်းရဲတဲ့နိုင်ငံကလာသော လူမျိုး အနေနဲ့ကြည့်ပြီး အလကား မြန်မာလူမျိုးတွေပါ။ ဆင်းရဲတဲ့တောက လယ်သမား, ယာသမားတွေကိုကြည့်ပြီး အလကား တောသားတွေ ပါလို့ နှိမ့်ချပြောဆိုခြင်းမျိုးသည် ဆဲနေခြင်းပါ။

(ခ) နာမ၊ အမည်ကို တိုက်ရိုက်နှိမ့်ချခေါ်ပြီး ပြောဆိုခြင်းပါ။ ကိုယ့်ထက်အသက် ဂုဏ်သိက္ခာကြီးနေပေမယ့် လေးစားရိုသေမှု မရှိတော့ ဦး,ဒေါ်,ကို,မ, စသဖြင့် ထည့်မခေါ်ပဲ နာမည်ကို တိုက်ရိုက် နှိမ့်ချခေါ်လိုက်ခြင်းမျိုးပါ။ အနောက်တိုင်းမှာလည်း လေးစားမှုအနေနဲ့ နာမည်ရှေ့က ထည့်ခေါ်တဲ့ အသုံးအနှုန်းတွေရှိပါတယ်။ ထိုအသုံး အနှုန်းတွေမထည့်ပဲခေါ်ရင်တော့ ရိုင်းစိုင်းနေလို့ ဆဲနေခြင်း သဘောပါပဲ။

(ဂ) ဂေါတ္တ၊ ဂေါတမ ကဿပစသဖြင့်အနွယ်ကို တိုက်ရိုက် နှိမ့်ချပြောဆိုခြင်းပါ။ မိဘမျိုးနွယ်အစဉ်အဆက်ကိုကြည့်ပြီး သုဘရာဇာ မျိုးနွယ် သူတောင်းစားမျိုးနွယ် စသဖြင့် နှိမ့်ချဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း

မျိုးသည် ဆဲခြင်းတစ်မျိုးပါ။

(ဃ) ကမ္မ၊ အောက်တန်းစားအလုပ်အနေဖြင့် နှိမ့်ချပြောဆို ခြင်းပါ။ တောင်းရမ်းစားသောက်နေတဲ့ အလုပ်အခြေအနေကိုကြည့်ပြီး သူတောင်းစား ငါးဖမ်းပြီး အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပြုလုပ်နေသူများကို ငါးစိမ်းသည်၊ တံငါသည်၊ ကြက်ဝက်ကျွဲနွားစသည့်တို့ကို သတ်ပြီး အသက်မွေးမှုပြုလုပ်သူများကို သားသတ်သမား၊ တောနေသတ္တဝါ များကို ပစ်ခတ်ဖမ်းယူပြီး ရောင်းချကာ အသက်မွေးရသူများကို မုဆိုးစသဖြင့် နှိမ့်ချလိုစိတ်ဖြင့် ပြောဆိုခြင်းမျိုးသည် ဆဲခြင်းပါပဲ။

(င) သိပ္ပ၊ ကာယလုပ်အားဖြင့် ခပ်ကြမ်းကြမ်း အသက် မွေးဝမ်းကျောင်းပြုလုပ်ရသော အတတ်ပညာမျိုးကို နှိမ့်ချပြောဆို ခြင်းပါ။ သန့်ရှင်းရေးအလုပ်သမား၊ မြက်ရိတ်သမား၊ လမ်းပြင်သမား၊ ပိုက်ပြင်သမား၊ ပန်းရန်သမား၊ လက်သမားစသဖြင့် ကိုယ်အားနဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပြုလုပ်ရတဲ့ အတတ်ပညာကို အောက်တန်း စားအနေဖြင့် နှိမ့်ချပြောဆို ဆက်ဆံမှုဟာ ဆဲခြင်းပါ။

(စ) အာဗာဓ၊ လူများအကြား သွားလာလို့ မသင့်သော ရောဂါများဖြင့် နှိမ့်ချပြောဆိုခြင်းပါ။ သူ့မှာ အနာကြီး ရောဂါရှိတယ်။ ခွေးရူးပြန်၊ ဝက်ရူးပြန်ရောဂါရှိတယ်။ ကာလသားရောဂါရှိတယ်။ ကူးစက်တတ်တဲ့ရောဂါ ရှိတယ်။ သူ့ကိုသတိထားပေါင်းစသဖြင့်

ရောဂါဆိုးရှိနေသယောင်မျိုး နှိမ့်ချပြောဆိုခြင်းဟာ ဆဲခြင်းတစ်မျိုးပါ။

(ဆ) လိင်္ဂ၊ ချို့ယွင်းနေသော ကိုယ်အင်္ဂါကိုကြည့်ပြီး နှိမ့်ချပြောဆိုခြင်းပါ။ မျက်စိကွယ်နေသူကို အကန်း, အကန်းမ၊ မျက်စိစွေနေသူကို ငစွေ၊ ပါးရွဲ့နေသူကို ငရွဲ့၊ စကားထစ်နေသူကို အထစ်၊ ခါးကုန်းနေသူကို ငကုန်း၊ အရပ်ပုနေသူကိုဂျပု၊ ခြေထောက်ခွင်နေသူကိုငခွင် စသဖြင့် တစ်ဖက်သားအပေါ်မှာ မေတ္တာကရုဏာတရားမရှိပဲ အထင်သေးစွာ အောက်တန်းစားအနေနဲ့ ကြည့်ပြီး နှိမ့်ချပြောဆိုမှုသည် ဆဲဆိုခြင်းပါ။

(ဇ) ကိလေသာ၊ အဖြစ်များသောကိလေသာစိတ်ကို အကြောင်းပြုပြီး နှိမ့်ချပြောဆိုခြင်းပါ။ ပစ္စည်းပေးဖို့ နှမြောတွန့်တိုနေသူကို ဦးကပ်စီး၊ မတရားလိုချင်သူကို ဒေါ်လောဘ၊ စိတ်တိုလွယ်သူကို ဦးဒေါသ၊ ကုသိုလ်,အကုသိုလ်မှန်းမသိသူကို ဒေါ်မောဟ၊ ကိုယ်နှင့်အယူအဆမတူသူကို မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ စသဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ပြီး နှိမ့်ချလိုက်ခြင်းသည် ဆဲခြင်းပါ။

(ဈ) အာပတ္တိ၊ ကြီးလေးသောအပြစ်များဖြင့် စွပ်စွဲနှိမ့်ချပြောဆိုခြင်းပါ။ ရဟန်းအချင်းချင်းဆိုရင် မင်းပါရာဇိကကျနေပြီ၊ မင်းဟာ သံဃာဒိသိသ်သင့်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ၊ လူအချင်းချင်းဆိုရင်တော့ အမေသတ်တဲ့အကောင်၊ အဖေသတ်တဲ့အကောင်၊ ရဟန္တာသတ်တဲ့

အကောင်စသဖြင့် အပြစ်ကြီးများကို စွပ်စွဲနှိမ့်ချပြောဆိုမှုသည် ဆဲဆိုခြင်းတစ်မျိုးပါ။

(ည) အက္ကောသ၊ နင် ငါ စသည်ဖြင့် ကြမ်းတမ်းရိုင်းစိုင်းစွာ ဆဲဆိုတိုင်းထွာမှုပါ။ လူအများစုသည် ကိုယ့်ကိုနှိမ့်ချ ဆက်ဆံပြော ဆိုလာရင် နည်းနည်းမှမကြိုက် မနှစ်သက်ပါ။ ထိုသို့ မကြိုက်မနှစ် သက်တဲ့စကား အပြောအဆိုအမျိုးမျိုးကို ကိုယ်လည်း မပြောဆိုပဲ နေနိုင်မှသာ လူကြီး လူကောင်းပီသလို့ အားလုံးက လေးစားမြတ်နိုး မှုရှိကြမှာပါ။

ကိုယ်မကြိုက်တဲ့စကားကို ကိုယ်တိုင်ပြောနေလို့ အသက်ပါပေးဆပ်ခဲ့ရသူ

ကိုယ်မကြိုက်တဲ့စကားကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က ပြောနေမယ် ဆိုရင်တော့ ထိုစကားပြောဆိုခြင်းရဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ပေး ဆပ်ရမှာပါ။ အဲဒီလိုစကားကို ပြောဆိုမိလို့ အသက်ပါပေးဆပ်ခဲ့ရ သူတစ်ယောက်ရဲ့အကြောင်းကို ပြောပြပါမယ်။ ပုဂံရာဇဝင်ထဲက အဖြစ်အပျက်တစ်ခုပါ။ အမတ်ချုပ်ကြီးရာဇသင်္ကြန်ဟာ ဘုရင်ကြီး နတ်ရွာစံသွားတဲ့အခါ သားနှစ်ယောက်အနက် မောက်မာခက်ထန်တဲ့ သားတော်ကြီးကို နန်းမတင်ပဲ ဖယ်ရှားပစ်လိုက်ပြီး ပြေပြစ်စွာ ချဉ်းကပ်လာတဲ့ သားတော်ငယ် နရသီဟပတေ့ကို နန်းတင်ပေး

လိုက်တာပါ။

ဒီလိုနှန်းတင်ပေးလိုက်ပေးပေမယ့် နရသီဟပတေ့မင်းသည် ဘုရင်ဖြစ်လာသောအခါ အမတ်ချုပ်ကြီးကို ကျေးဇူးတရားသိလို့ ကျေးဇူးပြုမှုမရှိခဲ့ပါ။ အဲဒီလိုကျေးဇူးမသိ ကျေးဇူးမပြုတဲ့အတွက် အမတ်ချုပ်ကြီးဟာ နရသီဟပတေ့မင်းအပေါ်မှာ လုံးလုံးမကျေနပ်ဖူး။ မကျေနပ်တဲ့အတွက်ကြောင့် နရသီဟပတေ့မင်းကို စကားနဲ့နှိပ်ကွပ် ပြောဆိုဖို့ စဉ်းစားလိုက်တယ်။

စဉ်းစားမိပုံမှာ နရသီဟပတေ့မင်းရဲ့အဖွားသည် မိဖုရား မဖြစ်မီအချိန်က ယွန်းထည်လုပ်ငန်းဖြင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း ပြုခဲ့ရတာဆိုတော့ ထိုမင်းရဲ့အမျိုးအနွယ်ကိုရော အလုပ်အကိုင် အတတ်ပညာကိုပါ နှိပ်ကွပ်ပြောဆိုဖို့ စိတ်ကူးလိုက်တာပါ။

ဘုရင့်ညီလာခံ တက်ဖို့သွားတဲ့အမတ်ချုပ်ကြီးသည် ကွမ်းစား ဖို့အတွက် ယွန်းထည်ဖြင့် ပြုလုပ်ထားတဲ့ကွမ်းအစ်အကောင်းနဲ့ ထည့်ပြီးယူမလာပဲ အကွဲကြီးနဲ့ ကွမ်းများကို ထည့်ယူလာခဲ့တာပါ။

ညီလာခံတွင် ရာဇသင်္ကြန်ဟာ အမတ်ချုပ်ကြီးဆိုတော့ ဘုရင့်အနီးအနားမှာ ထိုင်ရမှာပေါ့။ နရသီဟပတေ့မင်းသည် ကွမ်းအစ်အကွဲကြီးကို မြင်ရတော့ မေးပါတယ် ''အဘိုးကွမ်းအစ် အကွဲကြီးနဲ့ ကွမ်းတွေကို ဘာဖြစ်လို့ ထည့်ယူလာရတာလဲ''။

''မှန်ပါ အရှင်မင်းကြီး ပန်းပွတ်သည်ရဲ့ သားမြေးတွေက ကောင်းစားနေတဲ့အတွက် ယွန်းထည်ယွန်းခွက်များ လုပ်မယ့်သူ မရှိတော့လို့ ကွမ်းအစ်အကွဲကြီးနဲ့ ကွမ်းများကို ထည့်ယူလာရ ကြောင်းပါ အရှင်မင်းကြီး''လို့ ဘုရင့်ရဲ့အမျိုးအနွယ်ကိုရော အလုပ်အကိုင် အတတ်ပညာကိုပါဖော်ပြပြီး နှိမ့်ချနှိပ်ကွပ်ပြောဆို လျှောက်ထားလိုက်တော့ နရသီဟပတေ့ရင်ထဲတွင် အောင့်သွား မှာပေါ့။

အဲဒီလိုခံရတော့ နရသီဟပတေ့မင်းကလည်း ပြန်တွယ်တာ ပါပဲ၊ ''အဘိုး ဘုရား(စေတီတော်)ကို ထီးတော်တင်တဲ့အခါ ဘာလုပ်ရသလဲ'' ''ငြမ်းဆင်ရပါတယ် အရှင်မင်းကြီး'' ''အဘိုး ထီးတော်တင်ပြီးရင်ရော ငြမ်းကို ဘာလုပ်ရသလဲ'' ''ဘုရား (စေတီတော်)ရဲ့ထီးတော် ကြည်ညိုဖွယ်ရာမရှိတဲ့အတွက် ငြမ်းကို ဖျက်ပစ်ရပါတယ် အရှင်မင်းကြီး''။

''အဘိုး ကျုပ်ဟာ ဘုရင်မဖြစ်ခင်အချိန်က ငြမ်းနှင့်တူတဲ့ အဘိုးကို လိုလားခဲ့တာ၊ အခုတော့ ဘုရင်ဖြစ်နေပြီမို့ အဘိုးကို မလိုလားတော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် ငြမ်းနဲ့တူတဲ့ အဘိုးကို ရာထူးဖြုတ်မှ ဖြစ်တော့မယ်''လို့အမိန့်ရှိပြီး ရာထူးမှဖြုတ်ကာ နယ်နှင်ဒဏ်ပေးတဲ့ အနေနဲ့ ဒလဘက်ကို လှေဖြင့် ပို့လိုက်တာပါ။

နရသီဟပတေ့မင်းသည် သူ့ကိုနှိမ်ချပြောတော့ မကြိုက်ဘူး၊ ဒါပေမယ့် သူကိုယ်တိုင်ကရော ဒီလိုနှိမ့်ချတဲ့အပြောမျိုးကို မပြောပဲ နေနိုင်ခဲ့သလားဆိုတော့ မနေနိုင်ခဲ့ပါဘူး။ သူကိုယ်တိုင်လည်း နှိမ့်ချတဲ့အပြောမျိုးကို ပြောဆိုခဲ့ပြန်တာပါ။

ထိုမင်းမှာ သားသုံးယောက်ရှိတယ်။ ဥဇနာ, ကျော်စွာ, သီဟသူတဲ့။ အငယ်ဆုံးဖြစ်တဲ့သား သီဟသူဟာ မိဖုရားရှင်မောက်ရဲ့ သားပါ။ နရသီဟပတေ့မင်းသည် ပွဲတော်တည်တဲ့အခါ သားကြီး နှစ်ယောက်ကို ဝက်လက်ကိုပေးစေပြီး သားငယ်ကိုတော့ ဝက်ပေါင် (ဝက်ခြေထောက်)ကို ပေးစေတာပါ။

ဒီလိုခွဲခြားပြီး ပေးတာကိုမြင်ရတော့ မိဖုရားရှင်မောက်ဟာ လုံးဝ မကျေနပ်ဘူးပေါ့။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် သူ့သားငယ်ကို မတူ မတန်တဲ့သဘော ခွဲခြားဆက်ဆံခံနေရတယ်လို့ ထင်နေလို့ပါ။

ဒါကြောင့် မိဖုရားရှင်မောက်သည် စားဖိုမှူးကို လာဘ်ပေး ပြီး သူသားငယ် သီဟသူကို ဝက်လက်ပေးစေပြီး သားကြီး နှစ်ယောက်ကိုတော့ ဝက်ပေါင်(ဝက်ခြေထောက်)ကိုပေးဖို့ စေခိုင်း တာပါ။ နရသီဟပတေ့မင်းဟာ ပွဲတော်တည်တဲ့အခါ အတူတူ စားတော့ သိသွားခြင်းပါ။ သိသွားတဲ့အခါ ပြဿနာကို စုံစမ်းစစ်ဆေး လိုက်တော့ အဖြစ်မှန်ပေါ်လာတာပါ။

ဒီတော့ စားဖိုမှူးကို အလုပ်ဖြုတ် အပြစ်ပေးလိုက်ပြီး သူ့ မိဖုရားရှင်မောက်နဲ့ သားတော်ငယ် သီဟသူကိုတော့ ဘာမှအရေး မယူခဲ့ဘူး။ ထိုသို့အရေးမယူခဲ့ပေမယ့် အဲဒီပြဿနာဖြစ်ပြီးတဲ့ နောက်ပိုင်းမှာ နရသီဟပတေ့မင်းက မိဖုရားရှင်မောက်ကို နာမည် လုံးဝမခေါ်တော့ပဲ ''ဝက်လက် ခိုးမ''လို့ ခေါ်လေ့ရှိသလို သားတော် ငယ်သီဟသူကိုလည်း နာမည် လုံးဝ မခေါ်တော့ပဲ ''ဝက်လက် ခိုးမသား'' လို့ ကျီစယ်လိုတဲ့သဘောနဲ့ ခေါ်လေ့ရှိတာပါ။

ထိုစကားဟာ ချီးမွမ်းဂုဏ်ပြုတဲ့ စကားမဟုတ်ပါဘူး။ နှိမ့်ချ အရှက်ခွဲတဲ့စကားပါ။ အဲဒီလို စကားဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် သူ့ခမည်း တော်ကြီးက ကျီစယ်လိုတဲ့သဘောနဲ့ ခေါ်ဆိုတဲ့စကားဖြစ်ပေမယ့် သီဟသူဟာ လုံးဝလက်မခံနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သူ့ခမည်းတော် ဘုရင်ကြီးအပေါ်မှာ အငြိုးအာဃာတတွေ တစ်နေ့တစ်ခြား ကြီးထွား လာခဲ့တာပါ။

ရှင်ဘုရင်များသည် သားတော်တွေ အတတ်ပညာ စုံသွားတဲ့ အခါ နန်းတွင်းမှာအတူမထားပဲ မြို့ရွာတွေကို အပိုင်ပေးပြီး မြို့စား ရွာစားအနေနဲ့ နေစေခဲ့တာပါ။ တစ်ချိန်တွင် တာတာ တရုတ်စစ်တပ် တွေက ပုဂံကို ဝင်တိုက်လို့ သူ့ဘက်ကအခြေအနေမလှတော့ နရသီဟပတေ့မင်းဟာ မြန်မာပြည်အောက်ပိုင်းကို ဆုတ်ခွာပြေး

လာခဲ့ရတာပါ။ ထိုတာတာ တရုတ်စစ်တပ်တွေဟာ နရသီဟပတေ့မင်းနောက်ကို ပြည်မြို့အောက်ဖက်မှာရှိတဲ့ တရုတ်မော်အထိ လိုက်တိုက်တာပါ။

အဲဒီတာတာ တရုတ်တပ်များသည် ပုဂံကို အမြဲသိမ်းပိုက်မထားပဲ ပြန်ဆုတ်ခွာသွားကြတယ်။ ဒီတော့မှ နရသီဟပတေ့မင်းဟာ ပုဂံကို ပြန်တက်လာခဲ့ရာ လမ်းခုလတ်မှာရှိတဲ့ သားတော်ငယ် သီဟသူကို အပိုင်ပေးထားတဲ့ ပြည်မြို့ကို ရောက်ခဲ့တာပါ။ ထိုမင်းသည် အစားအသောက် အလွန်မက်မောတဲ့ သဘောရှိတယ်။ တစ်နေ့ဟင်းခွက်ပေါင်းသုံးရာပါမှ စားတော်ခေါ်သတဲ့။

နရသီဟပတေ့မင်းဟာ သားတော်ငယ် သီဟသူကို တွေ့ရတဲ့အခါ သူခေါ်နေကျအတိုင်း ကျီစယ်လိုတဲ့သဘောနဲ့ ''ဝက်လက်ခိုးမသား'' လို့ ခေါ်မှာပေ့ါ။ ဒီလိုချည်း အမြဲခေါ်နေတဲ့အခါ ပြည်မြို့စား သားတော်ငယ် သီဟသူဟာ နဂိုကတည်းက အငြိုးအာဃာတရှိနေသူဆိုတော့ ခမည်းတော် ဘုရင်ကြီးဖြစ်ပေမယ့်လည်း စားတော်ပွဲထဲမှာ အဆိပ်ခတ်ပြီး သတ်လိုက်ခြင်းပါ။ နရသီဟပတေ့ဘုရင်သည် နှိမ့်ချတဲ့စကားကို ပြောဆိုတဲ့အတွက်ကြောင့် သူ့သားအရင်းက သတ်လို့ အသက်ပါပေးလိုက်ရတာပါ။

လေ့လာသုံးသပ်ကြည့်ခြင်း

ဖော်ပြပါ အကြောင်းအရာကို လေ့လာကြည့်ရင် ရာဇသင်္ကြန် သည် ငါဟာအမတ်ချုပ်ကြီးပဲ၊ ငါ နန်းတင်ပေးလိုက်လို့ သူ ဘုရင် ဖြစ်နေတာ စသဖြင့် နရသီဟပတေ့မင်းအပေါ်မှာ မာနတွေ ထားလိုက် တာပါ။ မာနတွေတင်ထားတော့ ဘုရင့်အပေါ် လေးစားစိတ်တွေ လုံးဝ ပျောက်သွားပြီပေါ့။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးစိတ်တွေ ဝင်လာ ပြီဆိုရင် ပြောသင့်, မပြောသင့် စသည်ကို စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်တွေ မဲ့သွားပါပြီ။

အဲဒီလို အသိဉာဏ်တွေမဲ့သွားလို့လည်း အမတ်ချုပ်ကြီးဟာ နရသီဟပတေ့မင်းကို ဘာပညာမှမတတ်တဲ့ အောက်ခြေအလုပ်သမား ဆင်းရဲသား အမျိုးအနွယ်က လာခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို့ နှိမ့်ချပြောလိုက်ခြင်းပါ။ ဒီလို ပြောဆိုမှုဟာ ဆဲဆိုမှုပါပဲ။ ထိုကဲ့သို့သော စကားတွေကို ပြောဆို မိခြင်းကြောင့် ရာဇသင်္ကြန်ဟာ ရာထူးပြုတ်ပြီး နယ်နှင်ဒဏ် ပေးခံရတာပါ။

နရသီဟပတေ့မင်းသည် ငါဟာဘုရင်ပဲ၊ သူတို့တစ်တွေဟာ ငါ့မိဖုရားနဲ့သားတော်ပဲ၊ ငါပြောသမျှနာခံရမယ်၊ ငါစီမံသမျှ လက်ခံ ရမယ်ဆိုတဲ့ အတ္တမာန်မာန ပြင်းထန်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပါ။ အတ္တမာန် ပြင်းထန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒေါသလည်းကြီးတယ်၊ လောဘလည်းကြီး

တာပါပဲ၊ မကောင်းတဲ့စိတ်တွေ သူ့မှာ အပြည့်ရှိတယ်၊ တစ်ဖက်သားရဲ့အခြေအနေကို ဘယ်တော့မှ မကြည့်တတ်ဘူး။ ကိုယ်ဘက်ကိုသာ အမြဲတမ်းကြည့်တဲ့ ထုံးစံရှိတာပါ။

ဒီလို အတ္တမာန်အားကြီးနေတော့ မိဖုရားနဲ့ သားတော်တို့ အပြစ်တွေကို အကျိုးလိုလားတဲ့မေတ္တာနဲ့ ပြောဆိုဆုံးမဖို့ မရှိနိုင်ပါဘူး။ ကျီစယ်သလိုလိုနဲ့ အရှက်ခွဲအောင် အနုနည်းနဲ့ နှိပ်ကွပ်တဲ့စကားကို ပြောဆိုတဲ့စိတ်မျိုးသာ ရှိနေပုံရတယ်။ ယင်းကဲ့သို့သော စကားမျိုးကို မပြတ်ပြောဆိုနေခြင်းမှာ ဆဲဆိုနေမှုတစ်မျိုးပါ။ ထိုစကားမျိုးကို ပြောနေမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်သား မယားကတောင် လက်မခံနိုင်ကြပါဘူး။ အဲဒီလို လက်မခံနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် နရသီဟပတေ့မင်းကျတော့ သူ့သားအရင်းကသတ်လို့ သေရတဲ့အဖြစ်ဆိုးနဲ့ ဇာတ်သိမ်းခဲ့ရခြင်းပါ။

ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာ (၅) ။ ။ ကိုယ်ပြောမယ့်စကားသည် ဟုတ်မှန်အကျိုးရှိပြီး ပြောသင့်တဲ့အချိန်, နေရာလည်းဖြစ်မယ် မေတ္တာစိတ်လည်းရှိမယ်ဆိုရင် ပြောဆိုရမလားဆိုတော့ ဗုဒ္ဓက နောက်ဆုံးတစ်ချက်အနေနဲ့ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း မာမာထန်ထန်နဲ့ပြောနေသလား ချိုချိုသာသာ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့နဲ့ ပြောနေသလားဆိုတာကို စဉ်းစားပါဦးလို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

တစ်ချို့က စကားပြောတဲ့အခါ ဟုတ်မှန်ပြီး အကျိုးလည်း ရှိတယ်၊ ပြောသင့်တဲ့အချိန် နေရာလည်းဟုတ်တယ် အကျိုးလိုလားတဲ့ စိတ်နဲ့လည်း ပြောဆိုတတ်တယ်၊ ကိုယ်ကမှန်နေတယ်ထင်ရင် စကားဟာ မကြမ်းတမ်း မရိုင်းစိုင်းပေမယ့် မာထန်နေတတ်တာပါ။ ဒီလိုမာထန်နေရင် တစ်ဖက်က လက်ခံဖို့ခက်ခဲတတ်တော့ ချိုသာ သိမ်မွေ့စွာ ပြောတတ်ဖို့လိုမှာပါ။

စကားဆိုတာ ဟုတ်မှန်တယ်ဆိုရုံနဲ့ မပြောရသေးပါဘူး။ ထိုဟုတ်မှန်တဲ့စကားဟာ အကျိုးလည်းရှိ ပြောသင့်တဲ့နေရာ အချိန် လည်းဖြစ်မယ် အကျိုးလိုလားစိတ်လည်းရှိ ချိုသာယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့ စွာလည်း ပြောတတ်ရမယ်၊ ထိုအချက်ငါးမျိုးနှင့်ပြည့်စုံအောင် ပြောတတ်ရင်တော့ ပြောဆိုနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုပြောတတ်မယ်ဆိုရင် မုသာဝါဒသိက္ခာပုဒ် စောင့်ထိန်းနေခြင်းဟာ ပြည့်စုံမှုရှိနေလို့ အားလုံး က လေးစားမြတ်နိုးမှု ရှိနေကြမှာပါ။

များသောအားဖြင့် လူကြီးတွေဟာ လူငယ်များကိုသာ ချိုသာ ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့အေးချမ်းစွာ ပြောတတ်ဖို့ သင်ပြပေးကြပေမယ့် လူကြီးတွေကိုယ်တိုင်ကတော့ မာမာထန်ထန်နဲ့ ပြောဆိုဆုံးမ တတ်ကြတာပါ။ အဲဒီလို ပြောဆိုဆုံးမမှုကို လူကြီးတွေက ကရုဏာ ဒေါသနဲ့ပြောတာဖြစ်လို့ အပြစ်မရှိသလိုလို အကာအကွယ်လုပ်

ပြောတတ်ကြသေးတယ်။

အမှန်စင်စစ်တော့ လူကြီးကပြောပြော၊ လူငယ်ကပြောပြော ဗုဒ္ဓက ကရုဏာဒေါသဆိုတာကို ဟောထားခြင်း မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် လူကြီးများသည် လူငယ်များကို ချိုသာယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့အေးချမ်းစွာ ပြောတတ်စေချင်ရင် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က အရင်ဆုံးချိုသာယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့ အေးချမ်းစွာ ပြောတတ်ကြဖို့ လိုအပ်မှာပါ။

မုသားမပါ လက်ာမချော

မုသာဝါဒနှင့်ပတ်သက်လို့ ပြောစရာရှိပါသေးတယ်။ ပညာတတ်လူကြီးလူကောင်းတစ်ချို့သည် မုသားစကား ပြောနေခြင်းကို သဘောကျနေကြတော့ မုသားစကားပြောခြင်းကြောင့် အပြစ်မဖြစ်ရအောင် ''မုသားမပါ လင်္ကာမချော'' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို တွင်ကျယ်စွာ သုံးနေကျခြင်းပါ။ အားမနာတမ်းပြောရရင်တော့ ထိုမုသားစကားပြောရခြင်းကို နှစ်သက်ကြတယ်ဆိုတာ မုသားစကားတွေကို တွင်တွင်သုံးပြီး ဘွဲ့ထူးဂုဏ်ထူးတွေကို ရနေတာဖြစ်ဖြစ်၊ နာမည်ကျော်ကြား လူကြိုက်များနေတာဖြစ်ဖြစ်၊ ရာထူးအာဏာတွေကို ရနေတာဖြစ်ဖြစ်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ သုံးစွဲမကုန်နိုင်အောင်ကို ရလို့ ချမ်းသာနေတာဖြစ်ဖြစ် စတဲ့အခွင့်အရေးတွေ ရနေကြလို့ပါ။

ကိုယ့်ဘဝ ကိုယ့်နာမည်ကို ပျက်သွားအောင်လိမ်ပြီး ပြောကြ ရေးကြမယ်၊ ကိုယ့်ရာထူး အာဏာပြုတ်ပြီး ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဆုံးရှုံး သွားအောင် လှည့်ပတ်ခံရမယ်၊ ကိုယ့်သားသမီးများကို လိမ်ညာ လှည့်ဖြားပြီး ပျက်စီးအောင် တွန်းပို့ခံရမယ်၊ ဖျက်ဆီးခံရမယ်ဆိုရင် တော့ ဘယ်သူမှ လက်ခံနိုင်ကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို လက်မခံနိုင် ကြရင်တော့ မုသားစကားကို မပြောပဲ နေခြင်းဟာ အကောင်းဆုံးပါ။

လိမ်လည်လှည့်ဖြား မုသားစကားပြောမှုဟာ သူတစ်ပါးကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားမှုရယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားမှုရယ် နှစ်မျိုးဖြစ်နိုင်တာပါ။ သူတစ်ပါးကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားမှုပြုလုပ်ရင် သူတစ်ပါးက သိလို့လက်မခံတော့ အပြစ်ရှိမှန်းသိတဲ့အတွက် ပြုပြင် လို့ဖြစ်နိုင်မှာ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားမှုမှာ သူတစ်ပါး ကလည်းမသိ ကိုယ့်ကိုယ်တိုင်ကလည်း မသိတော့ အပြစ်ရယ်လို့ မမြင်ပါဘူး။ အပြစ်မမြင်ရင် ပြုပြင်ဖို့ မလွယ်နိုင်လို့ ပိုခက်တယ်လို့ ပြောနိုင်မှာပါ။

လိမ်လည်လှည့်ဖြား မုသားစကား ပြောတတ်သူဆိုရင် သူများ ကလည်း မယုံကြည်နိုင်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း ယုံကြည်မှု ရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ဒီစကားဟာ လူတိုင်းအတွက်တော့ မဖြစ်နိုင်ပါလို့ ကန့်ကွက်ကြမယ် ထင်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့

တစ်ချို့ဆိုရင် အလိမ်ကောင်းလို့ ယုံကြည်မှုရပြီး ထိပ်တန်းရောက် နေကြတာကို တွေ့ရလို့ပါ။

အလှည့်အပတ်ကောင်းလို့ ယုံကြည်မှုရှိပြီး အမြင့်ရောက် သွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ ရှိနိုင်မှာပါ။ ဒါပေမယ့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အမြင့်မှာ ကြာကြာနေလို့မရပါ။ ပြန်ပြုတ်ကျသွားတာ များပါတယ်။ ကိုယ်နှင့် မတန်တဲ့အမြင့်ကနေ ပြုတ်ကျတာမို့ ပိုပြီးအကျနာတတ်တာပါ။

တစ်ချို့ကျတော့လည်း ပြုတ်မကျပါဘူး၊ ကောင်းစားမြဲ ကောင်းစားနေတုန်းပါလို့ အတွန့်တက်နိုင်ပါသေးတယ်။ အလိမ်အညာ ကောင်းလို့ အမြင့်ရောက်သူတစ်ချို့ ကောင်းစားမြဲကောင်းစားနေတာ ရှိကောင်း ရှိနိုင်မှာပါ။ အဲဒီလိုသာရှိနေသေးရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို လူအများစုက ယုံကြည်လေးစားမှု မရှိနိုင်ပါ။ သူ့ကိုသာ မဟုတ်ပါဘူး၊ သူ့ရဲ့အမျိုးနွယ် အစဉ်အဆက်အထိပါ ယုံကြည်လေးစားမှုတွေက ပျက်သွားတာပါ။ ဒီလိုအများက ယုံကြည်လေးစားမှုမရှိတဲ့ ခေါင်းဆောင်မျိုးဖြစ်ချင်ရင်တော့ လိမ်ညာလှည့်ဖြားတဲ့ မုသားစကား ကို တွင်တွင်သုံးနေဖို့ပါပဲ။

မုသားစကားဆိုတာ သူတစ်ပါးအကျိုးပျက်သွားအောင် လိမ် လည်လှည့်ဖြားမှုမျိုးသာ အပြစ်ရှိခြင်းပါ။ အပြစ်ရှိတဲ့မုသားစကားပြော မိရင်တော့ မကောင်းတဲ့ဘဝ ဖြစ်ရမှာပါ။ တစ်ချို့က ကိုယ့်ငွေကြေးကို

ခဏာပါဆိုပြီး တောင်းတယ်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ယူသွားပြီးရင် ဘယ်တော့မှပြန်မပေးဘူး၊ ဒါကြောင့် သူ့ကို နောက်ထပ်မပေးလိုတော့ မင်းကို ခဏခဏပေးလောက်အောင် ငွေမှာမရှိပါဘူးလို့ သူ့အကျိုးမထိခိုက်တဲ့ လိမ္မာစွာ ပြောဆိုတဲ့မုသားအပြောမျိုးဟာ အပြစ်မကြီးပါ။

သူတစ်ပါးအကျိုးမထိခိုက်တဲ့ ရယ်စရာမုသားစကားမျိုး၊ မိမိအပြစ်လွတ်အောင် ပြောရတဲ့မုသားအပြောမျိုး၊ သားသမီးနဲ့တပည့်များ ပွဲလမ်းသဘင် အပျော်အပါးတွေနဲ့ အချိန်ကုန်နေမှုများကို မဖြစ်စေလိုလို့ ထိုနေရာတွေကို သွားချင်တဲ့စိတ်မရှိအောင် အန္တရာယ်ရှိတဲ့နေရာများကို မသွားဖြစ်အောင် ဂိမ်းကစားနေမှုကို စွဲမနေအောင် အကျိုးလိုလားစိတ်ဖြင့် သွယ်ဝိုက်ပြောဆိုသော မိဘဆရာသမားများရဲ့ မုသားစကားများသည် အပြစ်မကြီးပါလို့ တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်က မိန့်ထားတာပါ။

ကတိသစ္စာ မှန်သောအခါဝယ်

ခေါင်းဆောင်အကြီးအကဲ ဖြစ်လာပြီဆိုရင် ခေါင်းဆောင်အကြီးအကဲနှင့်တူအောင် နေတတ်, ပြောတတ်ဖို့ လိုမှာပါ။ ခေါင်းဆောင်ဆိုတာ အလုပ်တစ်ခုကို ပြုလုပ်မယ်လို့ စိတ်ကူးမိရင် လုပ်နိုင်မှ ဖြစ်နိုင်မှ ကိုယ့်အောက်က လူတွေကို ပြောဆိုကတိပေးပါ။

မလုပ်နိုင် မဖြစ်နိုင်ပဲ ကတိတွေပေး ပြောဆိုနေရင်တော့ အောက်က လူအများက ခေါင်းဆောင်ကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားနေတဲ့ အပြောသမား သက်သက်ပဲလို့ အပြစ်မြင် အထင်သေးကြမှာပါ။

ပြောတဲ့အတိုင်းလုပ် လုပ်တဲ့အတိုင်းပြောမှ **''ဆိုခဲ့စေ မြဲစေ''** စကားလို ကတိပေးပြောဆိုထားတဲ့အတိုင်း လုပ်ပြမှသာ အောက်လူ များရဲ့ယုံကြည်မှု ရလာမှာပါ။ ယုံကြည်မှု ရှိလာရင် လေးစားမှုဆိုတာ ဖြစ်လာတာပါ။

ခေါင်းဆောင်နှင့်နောက်လိုက်၊ ဆရာနဲ့တပည့်၊ မိဘနှင့် သားသမီးတို့ဟာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အချင်းချင်း အပြန်ပြန်အလှန်လှန် လေးစားမှုဆိုတာရှိနေရမှာ၊ လေးစားမှုရှိနေရင် ဘယ်လို အခက်အခဲ မျိုးမဆို ဖြေရှင်းလို့ရနိုင်မှာပါ။ အဲဒီလိုအခက်အခဲတွေကို ဖြေရှင်း ကာ ငြိမ်းအောင်လုပ်နိုင်ရင် လုံခြုံမှုရလို့ စိတ်အေးချမ်းစွာ နေနိုင်မှာပါ။ စိတ်အေးချမ်းစွာနေနိုင်ရင် ရာသီဥတုတွေ မှန်လာမှာပါ။ ရာသီဥတု တွေမှန်လာရင် အစားအစာတွေ ပေါများလာမှာပါ။ နွယ်မြက်သစ်ပင် တွေကလည်း ဆေးစွမ်းကောင်းတွေ ထွက်လာမှာပါ။

ထို့ကြောင့် လူအများသည် စိတ်အေးအေးချမ်းချမ်းနဲ့ နေရသဖြင့် ကျန်းမာချမ်းသာကြလို့ အသက်ရှည်လာကြမှာပါ။ ယင်းသို့နေထိုင်ကြရင် ကမ္ဘာကြီးဟာ ငြိမ်းချမ်းလာမှာပါ။ ဒီလို

အကျိုးဆက်တွေကို မြင်တော်မူလို့ ပါရမီတော်အခန်းပျို့မှာ အရှင်မဟာသီလဝံသက **''စကားသစ္စာ မှန်သောခါကား ဩဇာ လေးနက် ပေါ်ဆီတက်၍ နွယ်မြက်သစ်ပင် ဆေးဖက်ဝင်၏''**လို့ မိန့်တော်မူထားတာပါ။

(၅) သုရာမေရယက်ံ

အရက်သေစာနဲ့ မူးယစ်ဆေးတွေကို သောက်မိ သုံးမိရင် သတိလွတ်နေလို့ ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ အလုပ်တာဝန်ဝတ္တရားတွေ မေ့လျော့သွားတာပါ။ အရှက်အကြောက်ဆိုတာလည်း မရှိတော့ဘူး။ အရှက်အကြောက်မရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မကောင်းမှုမှန်သမျှ ပြုလုပ်ပြောဆိုဖို့ ရဲတင်းလာတာပါ။ အဲဒီလိုရဲတင်းလာရင် မလုပ်သင့်တာကို အကုန်လုပ်တယ်၊ မပြောသင့်တာကို အကုန်ပြောတော့တာပါပဲ။

ဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို လောကက အမူးအရူးသမားလို့ သတ်မှတ်ကြတာပါ။ အဲဒီလို အမူးအရူးသမားဘဝ ရောက်သွားရင် သားမယားက လက်မခံနိုင်သလို သားသမီးကလည်း လက်မခံနိုင်ပါဘူး၊ မွေးထားတဲ့မိဘကတောင် လက်မခံနိုင်တော့ပါဘူး။ မကြာသေးခင်က သတင်းတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်လိုက်ရတယ်။ အညာဒေသ တောရွာတစ်ရွာမှာ အမြဲတမ်းသောက်စားကာ မူးရူးဒုက္ခပေးနေတဲ့ အိပ်ပျော်နေတဲ့

သားကို ညအချိန်တွင် မိခင်ဖြစ်သူက သည်းမခံနိုင်တော့လို့ ဓားနဲ့အသေခုတ်သတ်လိုက်ခြင်းပါ။ ထိုသတင်းဖတ်ပြီးနောက် ''ဩော် မူးရူးနေရင် အသေဆိုးနဲ့သေရတော့ သနားမယ့်ပုဂ္ဂိုလ် တောင် မရှိကြပါလား'' အောက်မေ့မိတာပါ။

ထို့နောက်တွင် အမေရိကန်နိုင်ငံမှာ ကားတိုက်လို့သေဆုံးမှု၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေဆုံးမှု၊ ရေနစ်သေဆုံးမှု၊ မုဒိမ်းမှု၊ ဖောက်ထွင်းမှုစတဲ့မှုခင်းတွေရဲ့ သုံးပုံတစ်ပုံလောက်ဟာ အမူးသမားတွေ ကျူးလွန်ကြတာလို့ ဆရာကြီးဦးဝင်းတင်ရဲ့ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်လိုက်ရပြန်တော့ စာရေးသူတို့နိုင်ငံမှာလည်း ဒီလိုအမူးသမားတွေ ဆေးသမားတွေ ကျူးလွန်တဲ့ မှုခင်းတွေကို သေချာလေ့လာကြည့်ရင် ဘယ်လောက်များ ရှိနေပြီလဲလို့ စဉ်းစားမိတာပါ။

အဲဒီလောက် ဒုက္ခပေးနေတဲ့ အရက်သေစာမူးယစ်ဆေးတွေကို စာရေးသူတို့နိုင်ငံအတွင်းမှာ ပေါများနေမှုဟာ ဘယ်သူ့မှာ တာဝန်ရှိသလဲ? သုံးစွဲသူမှာလား? ရောင်းဝယ်သူမှာလား? ထုတ်လုပ်သူမှာလား? ခွင့်ပြုသူမှာလား?ဆိုတာကို တစ်ဆက်တည်း စဉ်းစားမိပြန်တာပါ။

ခွင့်ပြုသူရှိလို့ ထုတ်လုပ်နေကြတာလား၊ ထုတ်လုပ်သူရှိလို့ ရောင်းဝယ်နေကြတာလား၊ ရောင်းဝယ်သူရှိလို့ သောက်နေကြ သုံးစွဲ

နေကြတာလား၊ သောက်သူ့သုံးစွဲသူရှိလို့ ခွင့်ပြုနေကြတာလားလို့ စဉ်းစားလိုက်ရင် ဂျာအေးသူ့အမေရိုက်လို ဖြစ်နေမှာပါ။ အဓိက တာဝန်ရှိသူက ခွင့်ပြုသူပါ။ ခွင့်ပြုသူဆိုတာ အုပ်ချုပ်နေသူပါပဲ။

စာရေးသူတို့ တွေ့ကြုံရတဲ့ သက်တမ်းတစ်လျှောက် အုပ်ချုပ်နေသူများကို လေ့လာလိုက်ရင် တိုင်းပြည်ကောင်းစားရေးထက် ကိုယ့်အာဏာတည်မြဲရေး ကိုယ်ကောင်းစားရေးကိုသာ ရှေ့တန်းတင်နေကြသူ များနေတာပါ။ ဘာကြောင့်ပြောနိုင်သလဲဆိုရင် ပြည်သူတွေ ဒုက္ခပေးနေတဲ့မူးယစ်ဆေးဝါး ထုတ်လုပ်နေသူ ရောင်းဝယ်နေသူတွေ ဖမ်းမိခဲ့ရင် ပြင်းထန်တဲ့အပြစ်ဒဏ်ပေးမှုမျိုး သတင်းတွေမှာ မတွေ့ရသလောက်ပါ။ အဲ အာဏာထိပါးမယ့် အလုပ်မျိုးကျတော့ ပုဒ်မအမျိုးမျိုးတပ်ပြီး ပြင်းပြင်းထန်ထန်ပဲ အလုပ်ကြမ်းနဲ့ နှစ်ရှည်ထောင်ဒဏ်တွေ ချပစ်လိုက်တာကို တွေ့နေရလို့ပါ။

စာရေးသူရဲ့ညီ ကိုရင်တစ်ပါးဆိုရင် ရန်ကုန်မြို့နာမည်ကြီး စာသင်တိုက်တစ်တိုက်၌နေစဉ်အချိန် အာဏာပိုင်တွေက သူတို့ကပ်တဲ့ဆွမ်းကို မစားလို့ဆိုပြီး ဖမ်းဆီးကာ ပုဒ်မအမျိုးမျိုးတပ် အလုပ်ကြမ်းနဲ့ ထောင်ဒဏ်(၁၈)နှစ်တောင် ချပစ်လိုက်တာပါ။ အဲဒီအချိန်မှာ ကိုရင်အသက်က (၁၈)နှစ်ပဲရှိသေးတာ။ အသက်က(၁၈)နှစ် ထောင်ဒဏ်က(၁၈)နှစ်တဲ့လေ၊ စဉ်းစားကြည့်လိုက်ရင် ရင်ထဲမှာ

တော်တော်အခံရခက်တာ၊ ယခုတော့ စနစ်တွေပြောင်းလဲလာပြီမို့ အကောင်းဘက်ကို မျှော်လင့်နေမိတာပါ။

အကြံပြုပါရစေ

တိုင်းပြည်ကောင်းစားဖို့အတွက် ဆောင်ရွက်နေကြတဲ့ အုပ်ချုပ်သူများကို အကြံပြုချင်တာကတော့ မူးယစ်ဆေးနဲ့ ပတ်သက်လာရင် ပြင်းထန်စွာ အရေးယူပေးမှု၊ အရက်ဆိုင်တွေ လျှော့ချပေးမှု၊ သောက်သူတွေ နည်းသွားအောင် အရက်ရောင်းဈေး မြှင့်တင်ပေးမှု၊ အရက်ဆိုင်တွေ ရောင်းချခွင့်ကို အချိန်ကန့်သတ်ပေးမှု၊ ပြင်းတဲ့ အန္တရာယ်ရှိတဲ့အရက်တွေကို ပိတ်ပင်မှု၊ တရားဝင်အရက်သောက်ခွင့် သက်တမ်းသတ်မှတ်ပေးမှု၊ သတ်မှတ်ထားတဲ့ သက်တမ်းမပြည့်သူ အရက်လာဝယ်ရင် အရက်ဆိုင်တွေက ရောင်းခွင့်မပြုမှု၊ ရောင်းတာတွေ့ခဲ့ရင် ဆိုင်ရှင်နဲ့ ရောင်းသူတို့ကို အရေးယူမှု၊ မိဘနဲ့ဆရာများက သတ်မှတ်ထားတဲ့အသက်မပြည့်သူ သားသမီးနဲ့တပည့်များကို အရက်ဝယ်ခိုင်းခဲ့ရင် မိဘနဲ့ဆရာများ အရေးယူမှုတွေကို တရားဥပဒေနှင့်အညီ ပြုလုပ်ပေးဖို့ရာပါ။

အရက်သေစာနဲ့ မူးယစ်ဆေးများကို စမ်းသပ်သောက်ကြည့် သုံးစွဲကြည့်လိုသူ၊ ပျော်ချင်လို့သောက်ချင် သုံးစွဲချင်သူ၊ သောက်ဖို့

သုံးစွဲဖို့ အတင်းဆွဲခေါ်နေသူ၊ ကြိုက်နှစ်သက်လို့ သောက်နေ သုံးစွဲနေသူများအနေနဲ့ မသောက်မိ မသုံးစွဲမိ ထိုအရက်သေစာနဲ့ မူးယစ်ဆေးများရဲ့ အကျိုးအပြစ်တွေကို အရင်ဆုံးသိအောင် လေ့လာထားဖို့လိုအပ်မှာပါ။

ဒီအရက်သေစာနဲ့မူးယစ်ဆေးတွေကို သောက်လို့ သုံးစွဲလို့မူးလာရင် ပတ်ဝန်းကျင်က လက်ခံနိုင်ရဲ့လား၊ ကိုယ့်ကိုယ်တိုင်ကရော လက်ခံနိုင်ပါ့မလား။ ပင်ကိုယ်စိတ်ပျောက်ပြီး အရိုင်းစိတ်တွေဝင်နေရင် အများအတွက် ကောင်းကျိုးပြုမလား။ သူ့ကိုယ်သူရောထိန်းနိုင်ပါ့မလားစသဖြင့် ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ဒီလိုစဉ်းစားကြည့်လိုက်ရင် ထိုသေအရက်နဲ့ မူးယစ်ဆေးတွေရဲ့ အကျိုးဆက်တွေကို နားလည်နိုင်မှာပါ။

ယင်းသို့နားလည်သဘောပေါက်လာရင် သတိနဲ့ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိန်းပြီး မသောက်မိ မသုံးမိအောင် နေနိုင်မှာပါ။ အဲဒီလို သတိနဲ့ကိုယ့်ကိုယ်ကို မထိန်းနိုင်လို့ တစ်ခဏတာ အပျော်လောက်သာကြည့်ပြီး သောက်ဖြစ် သုံးစွဲဖြစ်ရင်တော့ တစ်ဘဝတာ အပျော်တွေကထာဝရလက်လွှတ် ဆုံးရှုံးရမှာပါ။

ဒုစရိုက်ထဲတွင် မပါဝင်သောသုရာမေရယ အပြစ်ကင်း , မကင်း

သုရာမေရယကို ကြိုက်နှစ်သက်သော ပုဂ္ဂိုလ်များက ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးတွင် တိုက်ရိုက်ပြထားခြင်း မရှိသဖြင့် ထိုသုရာမေရယကို သောက်မှု သုံးစွဲမှုတို့သည် အပြစ်မကြီးပါဘူးလို့ ယူဆပြောဆိုနေကြမှုမှာ တကယ်ရော ဟုတ်ပါသလားလို့ မေးစရာပါ။

ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးထဲ၌ တိုက်ရိုက်မပြထားပေမယ့်လည်း အပျော်အာရုံငါးပါးတို့တွင် အတွေ့အထိ ကာမအာရုံသည် ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံဆိုတဲ့အပျော်အာရုံပါ။ အရက်သေစာနဲ့မူးယစ်ဆေးတို့သောက်မှု၊ သုံးစွဲမှုတို့ဟာ ရသာရုံဆိုတဲ့အပျော်အာရုံပါ။ ယင်းသို့ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရနှင့် သုရာမေရယတို့သည် အပျော်အာရုံခြင်း သဘောတူနေကြတာပါ။ ထို့ကြောင့် သုရာမေရယသည် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ၌ ပါဝင်နေခြင်းပါ။

အရက်သေစာနဲ့မူးယစ်ဆေးတို့ကို သောက်မိသူ၊ သုံးစွဲမိသူသည် အရှက်အကြောက်ကင်းမဲ့သွားတဲ့အတွက် အရာရာ လက်ရဲဇက်ရဲဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီလိုဖြစ်လာတော့ သတ်မှုခိုးမှု၊ သူ့မယားကိုဖောက်ပြန်မှု၊ လိမ်လည်မှု၊ သူများပစ္စည်းကို မတရားလိုချင်မှုစသည်ကို ပြုလုပ်ပြောဆို ကြံစည်ဖို့ရာမှာ မခက်ခဲတော့ဘူး။ ထိုသို့ သုရာမေရယဟာ ဒုစရိုက်(၁၀)ပါးလုံးဖြစ်ဖို့ အကြောင်းအကျိုး

ဆက်စပ်ကျေးဇူးပြုနေခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် သုရာမေရယသည် ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးထဲတွင် ပါဝင်နေတာပါ။

ထိုအကြောင်းနှစ်ချက်ကြောင့် ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးတွင် တိုက်ရိုက်မပြထားပေမယ့် သုရာမေရယကို သောက်မှုသုံးစွဲမှုတို့မှာ အပြစ်ကြီးတယ်လို့ မူလဋီကာဆရာတော်က ရှင်းပြထားတာပါ။

အရက်မူးယစ်ဆေးတို့ တစ်ချို့အစားအစာဆေးဝါးတို့၌ ပါဝင်နေရာ အပြစ်ဖြစ်, မဖြစ်

အရက်သေစာနဲ့မူးယစ်ဆေး သောက်မှုသုံးစွဲမှုတို့သည် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရလို မကောင်းတဲ့အကျင့်တစ်မျိုးပါ။ ထို့ကြောင့် အပြစ်ရှိတယ်လို့ ပြောနေရခြင်းပါ။ ထိုသို့အပြစ်ရှိတယ်ဆိုရင် အရက်သေစာနဲ့မူးယစ်ဆေးများ ပါဝင်တဲ့တစ်ချို့အစားအစာ ဆေးများကို စားသောက်နေရင် အပြစ်ဖြစ်နိုင်သလားဆိုတာ စဉ်းစားရမယ့် အချက်တစ်ခု ဖြစ်နေတာပါ။

အနောက်တိုင်းဆေးများ၌ တစ်ချို့ဆေးများတွင် မူးယစ်ဆေးများ ပါဝင်နေပေမယ့် ရောဂါပျောက်ဖို့ သက်သာဖို့အတွက် ဆေးအဖြစ်သုံးစွဲမှုဖြစ်လို့ အပြစ်မရှိပါ။ ပြီးတော့ တချို့ဟင်းများ စားစရာများ အညှီအနံ့ပျောက်ဖို့ နူးနပ်ဖို့ရည်ရွယ်ပြီး အရက်

အနည်းငယ် ထည့်ချက်မှုမှာ အရက်အနံ့ပျောက်အောင် ချက်ထား ပြုလုပ်ထားရင် အပြစ်ကင်းတော့ လူများစားသောက်ကောင်းသလို ရဟန်းတော်များလည်း ဘုန်းပေးကောင်းတာပါ။

မျက်နှာမြင်စ အမျိုးသမီးများသည် ဆေးအဖြစ်ဖြင့် အရက် ချိုကို သောက်ကြရာ မူးစေတတ်တဲ့သတ္တိရှိနေရင်တော့ ကောင်းမှုနဲ့ ကိုယ့်တာဝန်ဝတ္တရားတွေ မေ့နေလို့ သုရာမေရယသိက္ခာပုဒ် ပျက်နိုင် မှာပါ။ သို့ပေမယ့် ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်အရ မလွှဲမရှောင်သာလို့ ဆေးအဖြစ် သောက်နေရခြင်းကြောင့် အပြစ်ကြီးမှာ မဟုတ်ပါ။

ဘာရောဂါမှမဖြစ်ဘဲ သောက်ချင်လို့ ဆေးဝါးအဖြစ်ဖြင့် အကြောင်းပြပြီး တစ်ခွက်တစ်ပက်လောက် သောက်တာကတော့ မမူးရင် ဘာမှအပြစ်မရှိပါဘူးလို့ ကိုယ့်အပြစ်ကို သက်သာခွင့်ရဖို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လိမ်နေရင် လိမ်မှုကတစ်ပြစ် ဒုစရိုက်တရားထဲတွင် ပါဝင်နေလို့ သောက်တာကတစ်ပြစ်ဆိုတော့ အပြစ်နှစ်ခု ဖြစ်နိုင်မှာပါ။

အရက်သေစာနဲ့မူးယစ်ဆေးတို့ကို သောက်သုံးစွဲပြီးနောက် မကောင်းမှုတစ်ခုခုပြုလုပ်ရာတွင် သုရာပါနစေတနာသည် ထိုကံ မြောက်သော ဒုစရိုက်ရှေ့ပြေး ပုဗ္ဗစေတနာပါပဲ၊ ထိုစေတနာပါ နေတော့ မကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်ဖို့သေချာမှာပါ။ ထိုပုဗ္ဗစေတနာ ဟာ ဒုစရိုက်ကံကို ဖြစ်စေဖို့ကိစ္စ၊ ဘဝသစ်ကို အကျိုးပေးဖို့ကိစ္စလို့

ကိစ္စနှစ်မျိုးရှိတဲ့အနက် ဒုစရိုက်ကံ ဖြစ်စေဖို့အတွက် အလွန်အားကောင်းတယ်လို့ ဘာသာဋီကာ ဆရာတော်က မိန့်ထားတာပါ။

အစီအစဉ်ကောင်းလေးတစ်ခု

ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ စိတ်ထားကောင်းအောင်ပြုလုပ်မှုနှင့် ပတ်သက်လို့ အတွေ့အကြုံလေးတစ်ခုကို ပြောပြချင်တာပါ။ ထိုင်းနိုင်ငံ၊ မယ်ဆိုင်မြို့၊ ထိုင်းကျောင်းတစ်ကျောင်း၌ ဓမ္မသင်တန်းပေးပြီး တရားပြစဉ်အချိန်က ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီးလေးနှင့် မိတ်ဆက်စကား ပြောဖြစ်တာပါ။ ယင်းသို့ပြောနေရင်း မိတ်ဆက်ပေးသောဒကာက ဘုန်းကြီးလေးဘေးတွင် ချထားသော ကျွန်းသားဖြင့် ပြုလုပ်ထားတဲ့ ဆုရတဲ့ဆိုင်းဘုတ်လေး တစ်ခုအကြောင်းကို မေးတော့ ဘုန်းကြီးလေးက ဂုဏ်ယူစွာ ဝမ်းသာအားရ ပြောပြခဲ့ခြင်းပါ။

ထိုဆိုင်းဘုတ်လေးကို ယခုဘုန်းကြီးလေး သီတင်းသုံးနေထိုင်သော ဝိန်းဖန်းရပ်ကွက်က တစ်နိုင်ငံလုံးအတိုင်းအတာအနေဖြင့် ငါးပါးသီလလုံခြုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေများလို့ သံဃာအဖွဲ့အစည်းက ချီးမြှင့်ခဲ့တာပါတဲ့။

ထိုင်းလူမျိုးများသည် ပွဲလမ်းသဘင်ရှိရင်ဖြစ်စေ၊ သာရေးနာရေးရှိသည်ဖြစ်စေ၊ အမျိုးသမီးတွေအပါအဝင် လူကြီးရောလူငယ်

ပါ အရက်သောက်ကြမှု များလာနေခြင်းပါ။ အရက်သောက်လို့ မူးလာရင် ကျန်တဲ့ကိုယ်ကျင့်တရားတွေပါ ပျက်စီးဖို့ အခွင့်အလမ်းများသဖြင့် နိုင်ငံအတွင်းတွင် ကိုယ်ကျင့်တရားရှိသူတွေ တစ်ဖြည်းဖြည်းနဲ့ နည်းပါးလာမှုကို သံဃာအဖွဲ့အစည်းက သတိပြုမိခဲ့ကြတာပါ။

ထို့ကြောင့် သံဃာအဖွဲ့အစည်းသည်

(က) နိုင်ငံအတွင်း၌ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အခြေအနေ စာရင်းအတိအကျ သိနိုင်ဖို့ရယ်၊

(ခ) ငါးပါးသီလမြဲဖို့ရယ် အကြောင်းနှစ်မျိုးရည်ရွယ်ချက်ထားပြီး ငါးပါးသီလလုံခြုံမှုအများဆုံး ရပ်ကွက်, မြို့ရွာကို ဆုပေးဖို့ စီစဉ်ခဲ့ရခြင်းပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စာရင်း အတိအကျသိရမှ ဘာသာဝင်တွေ များလာအောင် ဘယ်လိုစီစဉ်ရမယ်ဆိုတာကို စဉ်းစားနိုင်မှာပါ။ ငါးပါးသီလမြဲနေမှ လူတွေသည် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ယုံကြည်စိတ်ချရမှာ။ ယုံကြည်စိတ်ချရမှုဖြင့် အလုပ်လုပ်နေကြရင် တိုင်းပြည်တစ်ခုလုံး တိုးတက်ချမ်းသာမှု ရလာကြမှာပါ။

ထိုရည်ရွယ်ချက်နှစ်မျိုး အကောင်အထည်ဖော်တဲ့အနေဖြင့် မြို့ရွာရပ်ကွက်များ၌ရှိကြသော အုပ်ချုပ်ရေးမှူးနှင့် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်တွေကို တာဝန်ပေးပြီး ကိုယ့်မြို့၊ ကိုယ့်ရွာ၊ ကိုယ့်ရပ်ကွက်

တွင် နေထိုင်ကြသောလူများကို ပုံစံစာရွက်လေးတွေပေးကာ ငါးပါး သီလလုံခြုံမှုရှိမရှိ ဆိုတာကို ကိုယ်တိုင်ဖြည့်စေခြင်းပါ။

ထိုအစီအစဉ်ကို တစ်နိုင်ငံလုံးတွင် လူဦးရေ (၂၉) သန်း ပါဝင်လာတဲ့အတွက် နိုင်ငံရဲ့လူဦးရေ သုံးပုံတစ်ပုံရှိကြောင်းနဲ့ ၂၀၁၆– ခုနှစ်တွင် ပထမဆုံးအကြိမ်အနေဖြင့် စတင်ပြုလုပ်ရာ မယ်ဆိုင်မြို့ ဝိန်းဖန်းရပ်ကွက်က ပုံစံစာရွက်ဖြည့်သူပေါင်း လေးရာကျော်တဲ့ အတွက် တစ်နိုင်ငံလုံးအတိုင်းအတာနဲ့ ပထမရခဲ့ကြောင်းတို့ကို ဂုဏ်ယူတက်ကြွစွာ ပြောပြခဲ့တာပါ။ စာရေးသူနဲ့ တပည့်ရဟန်း နှစ်ပါးတို့သည် ထိုကျောင်းတိုက်အတွင်းရှိ ကျောင်းဆောင်တစ်ခု၌ တရားသင်တန်းပေး တရားပြဖို့အတွက် တစ်ပတ်ကြာအောင် နေထိုင်ခဲ့ကြတာပါ။ ထိုသို့နေထိုင်ရင်းဖြင့် အနီးအနားရှိ ထူးခြား သောနေရာများ၊ ဘုရားစေတီတော်များ၊ ဂူများကို လူမှုကရုဏာ လူမှုကူညီရေးအသင်းဥက္ကဋ္ဌနှင့် အဖွဲ့ဝင်များက လိုက်ပို့ကြတာပါ။

စာရေးသူနဲ့တပည့်များ ဆွမ်းဘုန်းပေးသွားတဲ့အခါဖြစ်စေ၊ အပြင်သွားတဲ့အခါဖြစ်စေ၊ နေတဲ့ကျောင်းကို လုံးဝသော့မခတ်ပဲ တံခါးကို စေ့ထားရုံသာ ပိတ်ထားခဲ့ကြတာပါ။ ကျောင်းဖွင့်ချိန်ဖြစ်နေ လို့ အနီးအနားကပ်နေတဲ့ အထက်တန်းကျောင်းမှ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများသည် ကျောင်းဆင်းလာရင် ဘုန်းကြီးကျောင်း

တိုက်ထဲတွင် ဝင်လာကြပြီး လာကြိုတဲ့ကား,ဆိုင်ကယ်တွေကို စောင့်နေကြခြင်းကို တွေ့ကြရတာပါ။ ဘုန်းကြီးကျောင်းတိုက်က နေရာလည်းကျယ် နားခိုစရာအဆောက်အဦးတွေကလည်း များစွာ ရှိနေလို့ ဝင်လာကြပြီး စောင့်နေကြခြင်းပါပဲ။

ထိုသို့စာရေးသူတို့ နေထိုင်စဉ်အတွင်း ဗုဒ္ဓနေ့ပွဲလည်း ဆုံလာပြန်တော့ နှစ်ရက်လောက် လူတွေအများကြီး ကျောင်းတိုက် ကို ရောက်လာကြပြီး ဗုဒ္ဓနေ့ပွဲ ကျင်းပနေကြတာပါ။ အလွန် များတဲ့လူတွေ ကျောင်းတိုက်ထဲ ဝင်ထွက်သွားလာနေကြပေမယ့် ပစ္စည်းပျောက်သံ၊ ဖိနပ်ပျောက်သံ တစ်ခါမှ မကြားခဲ့ရဘူး။ ပစ္စည်း ပျောက်မယ်ဆိုရင် စာရေးသူတို့ သုံးပါးပစ္စည်းတွေ အရင်ပျောက်မှာ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အတွင်းမှာထားတဲ့အိတ်တွေကို သော့ခတ် မထားကြသလို ကျောင်းတံခါးလည်း သော့ခတ်မထားကြလို့ပါပဲ။

ဖော်ပြပါအကြောင်းအရာသည် ရိုးသားမှုကို အခြေခံထားပြီး ပြုလုပ်ခြင်းပါ။ မရိုးသားရင်တော့ ငါးပါးသီလ လုံခြုံမှု ရှိ, မရှိ ဆိုတာကို ဘယ်ဖြေရဲပါ့မလား၊ ရှောင်ထွက်သွားဖို့ရာ သေချာမှာပါ။ စာပေ ကျမ်းဂန်မှာ လူတွေက မရိုးသား မဖြောင့်မတ်ကြဖူး။ တိရစ္ဆာန် များကသာ ရိုးသားဖြောင့်မတ်ကြတာလို့ ဆိုထားတာပါ။ ဘာကြောင့် လဲဆိုရင် တိရစ္ဆာန်တွေက ရိုးသားတော့ သူတို့စိတ်ထဲရှိကြတဲ့

အတိုင်းပဲ ကြိုက်ရင်ကြိုက်တဲ့သဘော၊ မကြိုက်ရင်မကြိုက်တဲ့ သဘော ထင်ရှားအောင် ပြတတ်လို့ပါ။ လူအများစုမှာ မရိုးသား ကြတော့ စိတ်ထဲကတစ်မျိုးရှိပေမယ့် ဟန်ဆောင်ပြီး ကိုယ်အမူ အရာက တစ်မျိုးပြတတ်သလို နှုတ်အမူအရာကလည်း တစ်မျိုး ပြောတတ်ကြပြန်ရော။

ကိုယ်,နှုတ်,စိတ် အမူအရာသုံးမျိုးလုံးမှာ တစ်မျိုးစီ ဖြစ်နေ တော့ လူတွေရဲ့သဘောထားမှန်ကို သိဖို့ခက်ခဲတာပေါ့။ ချို့ယွင်း ချက်အနေနဲ့ပြောရရင် ကလေးငယ်တွေကတော့ ရိုးသားဖြောင့်မတ် မှုရှိနေကြတာပါ။ သူတို့မကြိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် လုံးဝအကိုင်မခံပဲ ဆန့်ကျင်တုံ့ပြန်တတ်ကြတာပါ။ ပွေ့ချီဖို့ဆိုရင် ဝေးရော၊ သူတို့ ကြိုက်တယ်ဆိုရင်တော့ ကိုင်မှုပွေ့ချီမှုကို အသာအယာ လက်ခံတတ် ကြတာပါ။

ထို့ကြောင့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုသာ ရှိနေပါစေ၊ ဘယ်နေရာ ဘယ်အရပ်ဒေသမျိုးမဆို ပုံစံစာရွက်လေးတွေပေးပြီး ငါးပါးသီလ လုံခြုံမှုရှိ,မရှိဆိုတာကို ဖြေခိုင်း အဖြည့်ခိုင်းလို့ ဖြစ်နိုင်မှာပါ။ ဒီလုပ်ရပ် ဟာ လူတွေ ရိုးသားဖြောင့်မတ်ပြီး ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ကောင်းမွန် တိုးတက်အောင် ပြုလုပ်ခြင်းမို့ လက်ခံသင့်တဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခုပါ။ ကောင်းတဲ့နည်းလမ်းဆိုရင် လူမျိုးစွဲ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲမကြည့်ပဲ အတုယူရမှာပါ။

ကိုယ်က သူတို့ထက်သာတဲ့နည်းလမ်းတွေ ရှိနေရင်တော့ ယူစရာ မလိုဘူးပေါ့။

ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ စိတ်ထားကောင်းဖို့ဆိုရင် အကောင်း အဆိုး အကြောင်းအကျိုး အမှားအမှန်ကို သိနိုင်တဲ့အသိဉာဏ်မျိုးရှိဖို့ လိုအပ်မှာပါ။ သူတစ်ပါးကခိုင်းလို့ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ စိတ်ထားကောင်းအောင် ပြုပြင်ရတာထက် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အသိဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်ပြီး ပြုပြင်နိုင်တာက ပိုကောင်းတာပါ။ ကိုယ့်ကို သူတစ်ပါးက မတရားအနိုင်ကျင့်လာရင် ကိုယ်ကမကြိုက်သလို သူတစ်ပါးကို ကိုယ်က အနိုင်သွားကျင့်ရင် သူတစ်ပါးကလည်း ကြိုက်မှာမဟုတ်ဘူး။

ကိုယ့်ကိုသူများက မဟုတ်မတရားအတင်းတွေပြောနေရင် ကိုယ်ကမကြိုက်သလို သူများကိုကိုယ်က မဟုတ်မတရား အတင်းတွေပြောနေရင် သူများကလည်း ကြိုက်မှာမဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်အပေါ်မှာ သူတစ်ပါးက ကလိမ်ကကျစ် ညစ်ကျယ်တဲ့စိတ်တွေထားနေရင် ကိုယ်ကမကြိုက်သလို သူတစ်ပါးအပေါ်မှာ ကိုယ်က ကလိမ်ကကျစ် ညစ်ကျယ်တဲ့စိတ်တွေထားနေရင် ကြိုက်မှာမဟုတ်ဘူးလို့ အသိဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားဆင်ခြင်ပြီး ကိုယ်မကြိုက်တဲ့အပြုအမူ အပြောအဆို စိတ်ထားတွေကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်မပြုပဲ ပြုပြင်နေလိုက်ပါ။ အဲဒီလို ပြုပြင်နေနိုင်ပြီဆိုရင် အမူအရာအားလုံး ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့နေလို့

အများက အနီးကပ်အကြည့်ခံနိုင်တဲ့ အနီးကပ်ကြည့်ညိုလေးစား လို့ရတဲ့ လူတော်လူကောင်းတစ်ယောက်အဖြစ် အသိအမှတ်ပြု ကြမှာပါ။

မကောင်းတဲ့အကျင့်စရိုက်တွေ ထိန်းသိမ်းနည်းကို အကျဉ်း ချုပ်ပြောရရင် –

ကိုယ်မကြိုက်တဲ့အလုပ်မျိုးကို ကိုယ်လည်းမလုပ်နဲ့။
ကိုယ်မကြိုက်တဲ့အပြောမျိုးကို ကိုယ်လည်းမပြောနဲ့။
ကိုယ်မကြိုက်တဲ့စိတ်ထားမျိုးကို ကိုယ်လည်းမထားနဲ့။

ဥပုသ်သီလဆောက်တည်ခြင်း၊ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း

မသတ်ခြင်း, မခိုးခြင်း, ညစာမစားခြင်းစသော ရှစ်ပါးသီလ ကိုခံယူပြီး မကောင်းတဲ့စိတ်တွေ မဖြစ်စေပဲ စိတ်တွေ စင်ကြယ် သန့်ရှင်းဖြူစင်နေအောင် သမထ, ဝိပဿနာ,ဘာဝနာ တစ်ခုခုကို ပွားများကာ ထိန်းသိမ်းနေထိုင်မှုကို ဥပုသ်စောင့်တယ်လို့ ခေါ်တာပါ။

ဥပုသ်စောင့်သူများသည် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရနေရာ၌ အဗြဟ္မ စရိယကိုပြောင်းပြီး ဆောက်တည်ရမှာပါ။ ဝိကာလဘောဇနေ သိက္ခာ ပုဒ်ကို တစ်ချို့က အနောက်တိုင်းနည်းနဲ့ အချိန်ကိုယူဆပြီး ည (၁၂) နာရီကျော်ရင် စားကောင်းတယ်လို့ ထင်တတ်ကြတာပါ။ ဝိနည်း

စည်းကမ်းက နောက်ရက်နံနက် အရုဏ်တက်မှ စားကောင်းတာပါ။ အရုဏ်တက်ချိန်မှာ နေမထွက်မီ ရှေ့တစ်နာရီချိန် အရှေ့အရပ်မှ အနည်းငယ်အနီရောင် ပေါ်လာတဲ့အချိန်ပါ။ ထိုအချိန်ရောက်မှ စားကောင်းတာပါ။

ညစာငတ်နေခြင်းကိုပင် တစ်ချို့က ဥပုသ်စောင့်တယ်လို့ ထင်တတ်ကြတာပါ။ ညစာမစားဘဲ ရှောင်နေရပေမယ့်လည်း ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုရှိနေရင် စားသောက်ကောင်းတဲ့ ဖျော်ရည် စသည်တို့ကို သောက်ကောင်းနေခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် ညစာ အငတ်ခံ နေရမယ်လို့ ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။

ညစာမစားဘဲ နေမှုတစ်ခုတည်းကို ဥပုသ်စောင့်နေခြင်းလို့ မပြောနိုင်ပါဘူး။ အပြဟ္မစရိယစသော သိက္ခာပုဒ်(၈)ပါးလုံး စောင့်ထိန်းမှုကို ပြောလိုတာပါ။ ထိုညစာမစားပဲ နေထိုင်မှုဟာ ဥပုသ် သီလထဲတွင် အပေါ့ခဆုံး အကျင့်တစ်ခုပါ။ ထိုသီလကို စောင့်ထိန်း ရတဲ့ရည်ရွယ်ချက်များမှာ–

(၁) ညစာမစားပဲနေသဖြင့် အလုပ်ကိစ္စတွေ နည်းပါးသွားတာပါ။ ပြီးတော့ ဘာဝနာနဲ့နေဖို့ အချိန်တွေပိုပြီး ရလာတာပါ။ ခန္ဓာကိုယ် ကလည်း ပေါ့ပါးနေတော့ သမထဝိပဿနာဘာဝနာ တစ်ခုခုကို ပွားများအားထုတ်ရာမှာ လွယ်ကူနေမှုပါ။

(၂) ညစာကောင်းကောင်းစားနေရရင် စိတ်တွေက လောကီအပျော်အာရုံများ၌သာ ရောက်နေတတ်ကြတာပါ။ ညစာမစားပဲနေရင်တော့ ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း ပေါ့ပါးနေသဖြင့် စိတ်ကိုမကောင်းတဲ့အာရုံများ၌ ရောက်မသွားရအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်ခြင်းပါ။

နစ္စဂီတသိက္ခာပုဒ်သည် ကိုယ်နေထိုင်ရာအရပ် အနီးအနားကို လာပြီးဖြစ်စေ၊ အခြားနေရာကို အကြောင်းကိစ္စတစ်ခုဖြင့်ဖြစ်စေ သီဆိုကပြမှုကို ကြည့်ရှုနားထောင်မိရင် အပြစ်မရှိပါ။ ဒါပေမယ့် တမင်တကာတော့ သွားမကြည့်ရဘူးပေါ့။

ခန္ဓာကိုယ်အသားအရေလှပဖို့ ခန္ဓာကိုယ်က နှစ်သက်ဖွယ်ရာအနံ့ထွက်ဖို့ရည်ရွယ်ပြီး ရေမွှေးနံ့သာစသည်ကို အသုံးမပြုကောင်းပေမယ့် ခန္ဓာကိုယ်က ချွေးအနံ့ဆိုးတွေ ထွက်နေရင်ဖြစ်ဖြစ် အနာရောဂါဖြစ်လို့ ထိုအနာရောဂါက အနံ့ဆိုးတွေ ထွက်နေရင်ဖြစ်ဖြစ်ရေမွှေးနံ့သာဆပ်ပြာမွှေးစသည်ကို အသုံးပြုကောင်းတာပါ။ သိပ်စူးရှပြင်းထန်လွန်းတဲ့ အမွှေးနံ့သာမျိုးကိုတော့ အသုံးမပြုသင့်ပါ။

ဥပုသ်သီလများကို လေ့လာကြည့်ရင် ရိုးရိုးငါးပါးသီလထက်ပိုပြီး အဗြဟ္မစရိယ, ဝိကာလဘောဇနေ, နစ္စဂီတ, ဉစ္စာသယန သိက္ခာပုဒ်လေးခုကို ဆောက်တည်ထားရတာပါ။ ထိုသိက္ခာပုဒ်တွေဖြင့် အပျော်အာရုံများအပေါ်မှာ နှစ်သက်နေတဲ့ လောဘအရင်းခံတဲ့စိတ်

မဖြစ်ရအောင် ကိလေသာစိတ်တွေ မဝင်ရအောင် ထိန်းသိမ်းနေမှုပါ။ ထိုမကောင်းတဲ့စိတ်တွေကို ထိန်းသိမ်းနေနိုင်ဖို့ဆိုတာ ဘာဝနာတစ်ခုခုကို မပြတ်ပွားနေမှသာ ဖြစ်နိုင်မှာပါ။ ဘာဝနာအလုပ်က လွတ်နေရင်တော့ မထိန်းနိုင်ဘူးပေါ့။ မထိန်းနိုင်ရင် သီလလုံခြုံဖို့ ခက်ခဲမှာပါ။

ဥပုသ်သီလ (၄) မျိုး

(က) သီလဆောက်တည်ပြီး သီလရှိသူနဲ့မနေပဲ သီလမရှိသူ သီလပျက်သူနဲ့ နေခြင်းပါ။ သီလကျိုးပျက်ခြင်းအပြစ်ကို မသိသဖြင့် သီလကို ချိုးဖျက်နေမှုပါ။ အပျော်အာရုံအမျိုးမျိုးကို ခံစားဖို့ ကြံစည်စိတ်ကူးနေတာပါ။ စိုးရိမ်ပူပန်စရာမှန်သမျှကို တွေးနေတတ်ခြင်းပါ။ မျက်စိ, နား, နှာခေါင်း, လျှာ, ကိုယ်စိတ်ဆိုတဲ့ ဣန္ဒြေတို့ကို စောင့်စည်းမှု မရှိပါ။ သီလကို လုံးဝဂရုမစိုက်ပဲ နေချင်သလိုနေ ပြောချင်သလိုပြောနေတဲ့အတွက်ကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့သီလသည် ဟာနဘာဂိယသီလ= အောက်တန်းကျ ယုတ်ညံ့တဲ့ အဖို့ရှိတဲ့သီလပါ။

(ခ) သီလဆောက်တည်ပြီး ဓုတင်လည်းမဆောင်၊ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ စသောသမထဘာဝနာတို့ကိုလည်း မပွားများ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာလည်း ရှုမှတ်နေမှုမရှိပဲ သီလမပျက်ရုံသာ နေထိုင်မှုပါ။ ဘာဝနာ

မပွားပဲ သီလကိုသာစောင်းပေးနေတော့ ငါသာသီလရှိတယ်လို့ အထင်ရောက်ပြီး တစ်ခြားပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် အစားအစာ အတူမစားနိုင်မှု အပေါင်းအသင်း အဆက်အဆံမလုပ်နိုင်မှုတွေ ဖြစ်လာတတ်တာပါ။ ထိုသီလမျိုးသည် ဌိတိဘာဂိယသီလ=တည်ရုံမျှသာအဖို့ရှိတဲ့သီလပါ။

(ဂ) သီလဆောက်တည်ပြီး ဗုဒ္ဓါနုဿတိ, မေတ္တာစသော သမထ ဘာဝနာတစ်ခုခုကို သမာဓိဖြစ်အောင် မပြတ်ပွားနေခြင်းပါ။ တိုင်းပြည်ကို အဖျက်ရန်သူများ ဝင်ရောက်အန္တရာယ်မပြုနိုင်အောင် အစောင့်အရှောက်ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို သေချာစီမံထားရသလို ကိုယ့်သန္တာန်၌ လောဘ,ဒေါသစတဲ့ မကောင်းတဲ့စိတ်တွေ ဝင်လာခွင့်မရအောင် သီလယူပြီးနောက် အစောင့်အရှောက်ဘာဝနာတွေဖြစ်တဲ့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ, မေတ္တာ, အသုဘ, မရဏာဿတိဘာဝနာ(၄)ပါးကို သေချာပွားများနေတာပါ။ ထိုသီလသည် ဝိသေသဘာဂိယသီလ= ထူးခြားတဲ့အဖို့ရှိတဲ့ သီလပါ။

(ဃ) သီလဆောက်တည်ပြီး ရုပ်သဘာဝ, နာမ်သဘာဝ တရားတွေကို အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တလို့ လက္ခဏာသုံးတန်တင်ကာ ဝိပဿနာရှုပွားသဖြင့် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ပြီး

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်တွေရတော့ လောဘဒေါသစသော ကိလေသာတွေ လုံးဝမဖြစ်ခြင်းပါ။ ထိုသီလသည် နိဗ္ဗေဓဘာဂိယသီလ= ကိလေသာတွေကို ဖောက်ခွဲဖျက်ဆီးခြင်းရှိတဲ့ သီလပါ။

ထိုဥပုသ်သီလ(၄)မျိုးအနက် ကျိုးပျက်တဲ့သီလ, တည်ရုံသာရှိတဲ့သီလတို့သည် မကောင်းတဲ့စိတ်တွေဖြစ်နေခြင်းကြောင့် အောက်တန်းကျတဲ့ သီလဖြစ်နေလို့ မဆောက်တည်သင့်တဲ့ သီလတွေပါ။ သမထဘာဝနာနဲ့နေတဲ့သီလ, ဝိပဿနာဘာဝနာနှင့်နေတဲ့ သီလတို့ကတော့ စိတ်တွေ သန့်ရှင်းစင်ကြယ် ဖြူစင်နေခြင်းကြောင့် အထက်တန်းကျတဲ့သီလတွေဖြစ်နေလို့ အမြဲတမ်းဆောက်တည်နေရမယ့် သီလတွေပါ။

ရေစစ်နှင့် ရေကန်လှူခြင်း

ထမင်းအသက် (၇)ရက် ရေအသက်တစ်မနက်ဆိုတဲ့အတိုင်း ဘဝတစ်ခု အသက်ရှင်သန်ရပ်တည်နေထိုင်ဖို့အတွက် ရေသည် အရေးကြီးတဲ့ အခန်းကဏ္ဍကနေ ပါဝင်နေခြင်းပါ။ ထို့ကြောင့် ရေသန့်ရှင်းနေမှ ရောဂါကင်းမှာပါ။ ရေမသန့်ရင်တော့ ရောဂါဖြစ်ဖို့ အခွင့်အလမ်းများနေမှာပါ။ ရေသန့်ရှင်းဖို့အတွက် ရေစစ်ပေးလှူရခြင်းပါ။ ယခုခေတ်မှာ ရေစစ်အသုံးပြုတာ နည်းလာလေတော့

ရေသန့်စက်လှူမှုမျိုး သောက်ရေသန့်ဘူး လှူမှုမျိုးတွေ လုပ်ရမှာပါ။

ရေမရသေးတဲ့အရပ်၊ ရေရှားတဲ့အရပ်၊ ရေငံသာထွက်တဲ့အရပ်၊ ကန္တာရအရပ်စသဖြင့် လိုအပ်နေသော အရပ်ဒေသများမှာ ရေတွင်း, ရေကန်တူးပြီး လှူရမှာပါ။ ထိုရေတွင်း,ရေကန်များကို သန့်ရှင်းသပ်ရပ်မှုရှိအောင် စနစ်တကျပြုလုပ်ပေးဖို့ လိုအပ်မှာပါ။ လူတွေရော တိရစ္ဆာန်တွေပါ ရေကောင်းရေသန့်ကို အသုံးပြုသောက်သုံးနေကြရရင် ရောဂါဘေးရန်တွေကင်းပြီး အသက်ရှည်ကျန်းမာကြမှာပါ။

ဂိလာနပုဂ္ဂိုလ်များကို လိုအပ်သောပစ္စည်းများလှူခြင်း

ဂိလာနပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် လိုအပ်သောအဆောက်အဦများ၊ ရောဂါရှာဖွေစစ်ဆေးနိုင်တဲ့ ဆေးရုံသုံးစက်ပစ္စည်းများ၊ ဆေးရုံသုံးကုတင်များ၊ ဆေးပစ္စည်းများ၊ ဆေးရုံသုံးအဝတ်အစားများ၊ အစားအသောက်များ၊ သွေး,ကျောက်ကပ်,မျက်စိစသည်များကို လှူဒါန်းမှုမျိုးတွေ ကိုယ်စွမ်းနိုင်သမျှ လှူရမှာပါ။ ပြီးတော့ သေသွားခဲ့ရင် စွမ်းနိုင်လို့ ခန္ဓာကိုယ်လှူမှုမျိုးတွေလည်း ပြုလုပ်နိုင်ရင်တော့ အများအတွက် အကျိုးရှိမှာပါ။

ထို့အပြင် ဆေးမကုနိုင်သော ဂိလာနများကို အခမဲ့ကုပေး

ခြင်း၊ အခမဲ့ကုခွင့်ရအောင်ပြုလုပ်ပေးခြင်း၊ ဂိလာနများကို စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း၊ ရောဂါဆိုးများကို ကာကွယ်ကုသဖို့အတွက် သုတေသနဌာနများကို လှူခြင်း၊ ရောဂါဆိုးတစ်ခုခုကို လုံးဝပပျောက်အောင် ကာကွယ်တိုက်ဖျက်ခြင်း၊ ဆရာဝန်,သူနာပြု စသည့်ဆေးပညာရှင်များဖြစ်လာဖို့ ဆေးကျောင်း၊ သူနာပြုကျောင်းစသည်ကိုတက်ဖို့ မတတ်နိုင်တဲ့ ကျောင်းသူကျောင်းသားများကို တက်ခွင့်ရအောင် ထောက်ပံ့ပေးခြင်း၊ ဆရာဝန်,သူနာပြုစသည်ကို လိုအပ်တဲ့ အကူအညီပေးခြင်း စတဲ့ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်မှုမှန်သမျှ လုပ်ပေးနေရမှာပါ။

ကျောင်းဟောင်း၊ စေတီတော်ဟောင်းများကို ပြုပြင်ခြင်း

ရှေးဟောင်းအမွေအနှစ်ဖြစ်လို့ တန်ဖိုးရှိတဲ့အတွက် နှစ်ပေါင်းများစွာကြာမြင့်နေပြီဖြစ်တဲ့ကျောင်းတော်ဟောင်း၊ စေတီတော်ဟောင်းများကို မပြုပြင်ပဲ အရှိအတိုင်းစနစ်တကျ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ထားရမှာပါ။ ပြုပြင်လိုက်ရင်တော့ ရှေးဟောင်းအမွေအနှစ်ဟာ ပျက်စီးသွားမှာပါ။ ကျောင်းဟောင်း၊ စေတီဟောင်းများမှာ ရှေးဟောင်းလည်းမဟုတ်၊ ပြုပြင်လိုက်တဲ့အတွက် အများအကျိုးရှိမယ်ဆိုရင် ပြုပြင်သင့်တာပါ။

အများအကျိုးရှိတယ်ဆိုတာ အများအတွက် သာရေး၊ နာရေး စသည်ပြုလုပ်နိုင်မှုပါ။ သိန်းရာချီ ထောင်ချီ အကုန်ကျခံပြီး ကျောင်းဟောင်းကို ပြုပြင်ထားပေမယ့် တစ်နှစ်မှာ တစ်ခါလောက်သာ အသုံးပြုနိုင်တယ်ဆိုရင်တော့ ပြုပြင်ရမှုဟာ အကျိုးမရှိဘူးပေါ့။ စေတီတော်ဟောင်းတွေကို ပြုပြင်မယ်ဆိုရင် အများအတွက် ကုသိုလ်ဖြစ်မဖြစ် စဉ်းစားပြီးမှ ပြုပြင်သင့်တာပါ။ စေတီတော်ဟောင်းများကို အထူးပြုပြင်ထားကြပေမယ့် ဘယ်သူကမှ ဘုရားဂုဏ်တော်တွေပွားပြီး ကြည်ညိုပူဇော်မှု၊ ပရိတ်ပဋ္ဌာန်းရွတ်ဖတ်ပူဇော်မှု စသည်မရှိပဲ မရှိမသေ ဖြတ်သွားဖြတ်လာလုပ်နေကြရင်တော့ အကျိုးထက် အပြစ်က များနေကြမှာပါ။

တကယ်ပြုပြင်သင့်တာကတော့ အများအသုံးပြုနေတဲ့ ဇရပ်ဟောင်း၊ ဆေးရုံဟောင်း၊ လမ်းဟောင်း၊ တံတားဟောင်းတွေပါ။ အသက်အရွယ်ကြီးလို့ အိုမင်းမစွမ်းရှိနေကြတဲ့ လူဟောင်းကြီးတွေဖြစ်တဲ့အဘိုးအို၊ အဘွားအို၊ မိအိုဖအို၊ ဆရာအိုကြီးတွေကို စောင့်ရှောက်ဖို့အတွက် လူငယ်တွေ စိတ်ဓာတ်ပြုပြင်ဖို့ရာပါ။ နွားအို၊ ကျွဲအို၊ မြင်းအိုကြီးတွေကိုလည်း သတ်တာ,ရောင်းတာမျိုး မလုပ်ကြပဲ စောင့်ရှောက်ဖို့ ပိုင်ရှင်များအနေနဲ့ စိတ်ထားပြုပြင်ရမှာပါ။

လူအိုတွေဆိုရင် လူအိုရုံဆောက်လုပ်ပေးတာမျိုး၊ အစောင့်

အရှောက်တွေကို စနစ်တကျထားပေးတာမျိုး ရှိရမှာပါ။ တိရစ္ဆာန်အိုတွေဆိုရင်တော့ ဘေးမဲ့ပေးတာမျိုး၊ စနစ်တကျ ကျွေးမွေးထားတာမျိုးတွေ လုပ်ပေးရမှာပါ။ ဘာကြောင့်လုပ်ပေးသင့်သလဲဆိုတော့ အသက်ကြီးသူများ မိဘဆရာများသည် အရွယ်ကောင်းတဲ့အချိန်က ကိုယ့်ကိုစောင့်ရှောက်ခဲ့ကြတာပါ။ နွားအိုစသည်တို့ဟာလည်း သန်မာစဉ်က လူသားတွေကို လုပ်ကိုင်ကျွေးခဲ့တာပါ။

ဒီလိုကျေးဇူးတရားတွေကို ထောက်ထားပြီး ပြန်လည်စောင့်ရှောက်ပေးပါမှ ကိုယ်အိုလာတဲ့အခါ တူသောအကျိုးပေးလို့ စောင့်ရှောက်သူ ရှိလာမှာပါ။ စောင့်ရှောက်ပေးမယ့်သူ ရှိမှလည်း အသက်ရှည်လို့ စိတ်ချမ်းသာစွာ နေနိုင်မှာပါ။

ကျောင်းအို, လူအို, တိရစ္ဆာန်အိုတွေနဲ့နေကြရတဲ့အခါ နေတတ်ရင် ကုသိုလ်အမြဲဖြစ်နေတယ်၊ မနေတတ်ရင်တော့ အကုသိုလ်မပြတ် ဖြစ်နေတယ်လို့ ရှေးပညာရှိတွေက မိန့်ခဲ့ကြတာပါ။ ကျောင်းအို စသည်တို့ဟာ ဟောင်းနွမ်းပျက်စီးနေကြတော့ မကြာခဏ ပြုပြင်ပေးနေရသဖြင့် စိတ်ထားတတ်ရင် ကုသိုလ်တွေ အမြဲဖြစ်နေတာပါ။

လူအို၊ တိရစ္ဆာန်အိုများသည်လည်း အသက်ကြီးလာတော့ အရာရာ မလုပ်နိုင်ကြပါဘူး။ ပြီးတော့ အမှတ်သတိတွေကလည်း

ချို့ယွင်းလာကြတာပါ။ ဒီလိုဖြစ်လာတဲ့အတွက်ကြောင့် အတူနေလူငယ်များက သည်းခံပြီး စောင့်ရှောက်ပေးမှ အဆင်ပြေမှာပါ။ အိုလာရင်ဖြစ်တတ်တဲ့သဘောတရားများကို နားလည်သဘောပေါက်ပြီး စိတ်ထားသန့်သန့်လေးနဲ့ ကူညီစောင့်ရှောက်တတ်ရင် ကုသိုလ်တွေ ဆက်တိုက်ဖြစ်နေတာပါ။ အဲဒီလို သည်းမခံတတ်, စိတ်ထားမတတ်ရင်တော့ အကုသိုလ်ဖြစ်စရာချည်းပါပဲ။

အဟောင်းပြင်က အသစ်ရ

ကျောင်းအိုကျောင်းဟောင်း ပြုပြင်မှုနဲ့ပတ်သက်လို့ တူသောအကျိုးပေးပုံကို ပြောပြမှာပါ။ သာသနာတော်နှစ် ၂၁၇၈–ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ်–၉၉၆ (၉၉၁) ခုနှစ်တွင် အင်းဝမြို့တော်၌ သာလွန်မင်း နန်းတက်ခဲ့ပါတယ်။ ထိုမင်းသည် သာသနာတော်ကို စောင့်ရှောက်သဖြင့် သာသနာပြုမင်းလို့ ဆိုရမှာပါ။ တစ်ချိန်တွင် ရာမညတိုင်း ဟံသာဝတီမြို့သို့ စုန်ဆင်းစံမြန်းရာ ရာမညတိုင်းသားရဟန်းရှင်လူတို့က ''မြန်မာတိုင်းသားရဟန်းများသည် စာတတ်ပေတတ်ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမရှိ လောကီပညာတတ်ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမရှိဘူး'' လို့ ပြောဆိုနေကြတာပါ။ ထိုစကားကို သာလွန်မင်းကြီး ကြားသိရသဖြင့် လေးထပ်ကျောင်း ဆရာတော်ကြီးထံသို့ ''ဆရာတော်ဘုရား ဝါတော်

(၃၀), (၄၀) ရပြီး ပရိယတ္တိစာပေနဲ့ လောကီစာပေတို့ကို တတ်ကျွမ်းသော ရဟန်းတော်များကို ရာမညတိုင်း ဟံသာဝတီမြို့မှာရှိသော ဒကာတော်ဆီကို စေလွှတ်ပေးတော်မူပါဘုရား''လို့ စာရေးလျှောက်ထားရာ လေးထပ်ဆရာတော်ကြီးသည်

(၁) တိပိဋကာ လင်္ကာရမထေရ်

(၂) တိလောကာ လင်္ကာရမထေရ်

(၃) တိသာသနာ လင်္ကာရမထေရ် သုံးပါးတို့နှင့်အတူ နောက်ပါ ရဟန်းတော်အပါး (၃၀)တို့ကို အင်းဝမြို့တော်မှ စေလွှတ်ပေးတော်မူခဲ့တာပါ။

ဟံသာဝတီမြို့သို့ရောက်လျှင် မင်းကြီးက ရွှေမော်ဓောစေတီတော်မြတ်ကြီးရဲ့အရှေ့အရပ်၌ တဲကျောင်းသုံးကျောင်းတို့ကို ဆောက်လုပ်စေပြီး ထိုကြွရောက်လာကြသော ရဟန်းတော်တို့အား လှူဒါန်းကာ စာပေကျမ်းဂန်များကို ပို့ချစေတော်မူတာပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ ဥပုသ်နေ့များ၌ ရွှေမောဓောစေတီတော်မြတ်ကြီးရဲ့ သုဝဏ္ဏဇရပ်တွင် ရာမညတိုင်းသား စာပေကျမ်းဂန်တတ်, လောကီစာပေတတ်မထေရ်တို့ကို ကြွရောက်စည်းဝေးစေပြီး အင်းဝမြို့တော်မှ မထေရ်သုံးပါးတို့နှင့် စာပေကျမ်းဂန်စကားတို့ကို ပြောဆိုဆွေးနွေးစေတာပါ။

အဲဒီလို ဆွေးနွေးပြောဆိုကြတဲ့အခါ ရာမညတိုင်းသား ရဟန်းရှင်လူများသည် ''ရှေးယခင်က မြန်မာနိုင်ငံမှာ စာပေကျမ်းဂန်တတ် လောကီပညာတတ် ရဟန်းတွေမရှိဘူးလို့ သူတို့က ထင်မှတ်နေကြတာ။ အခုမှပဲ မြန်မာရဟန်းတော်များဟာ စာပေအရာ, လောကီအရာမှာ တကယ်တတ်မြောက်ကြတာကိုသိရပေတယ်'' လို့ မြန်မာရဟန်းတော်များကို ချီးမွမ်းပြောဆိုကြတာပါ။

ထိုအချိန်တွင် ဟံသာဝတီမြို့၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူသော တိလောကဂုရုမထေရ်ကြီးသည် ရာမညတိုင်းတစ်ခုလုံးမှာ ကျော်ဇောထင်ရှားသော မထေရ်ကြီးတစ်ပါးပါ။ မြန်မာရဟန်းတော်များဟာ အင်းဝမြို့တော်မပြန်မီ ထိုမထေရ်ကြီးကို သွားရောက်ကန်တော့ကြရာ မထေရ်ကြီးက ''အရှင်ဘုရားတို့ ခေါင်းဆောင်သုံးပါးထဲတွင် တိပိဋကာလင်္ကာရဟာ သူများအရင် ကျောင်းကန်ရလိမ့်မယ်'' လို့ မိန့်တော်မူတာပါ။

မြန်မာရဟန်းတော်များက ''ဘာကြောင့်မို့ပါလဲ အရှင်ဘုရား'' လို့ လျှောက်ထားမေးမြန်းကြရာ မထေရ်ကြီးက ''တိပိဋကာလင်္ကာရဟာ ဆွမ်းခံသွားရင် လမ်းမှာ ဝါးခြမ်း, ကြိမ်,လျှော်နွယ်ကြိုးစသည်ကို တွေ့ရတဲ့အခါ ကောက်ယူခဲ့ပြီး ကျိုးပျက်နေတဲ့ကျောင်းအိုကို ပြုပြင်လေ့ရှိတယ်၊ ကျောင်းအိုကို ပြုပြင်လေ့ရှိတဲ့ရဟန်းဟာ ကျောင်းကို

ရလွယ်တယ်လို့ ရှေးပညာရှိဆရာတော်ကြီးများက မိန့်တော်မူခဲ့ကြတယ်''လို့ အမိန့်ရှိတာပါ။

ထိုမထေရ်ကြီး မိန့်တော်မူတဲ့အတိုင်းပင် အင်းဝမြို့တော်သို့ ထိုရဟန်းတော်များ ပြန်ရောက်ကြတဲ့အခါ တိပိဋကာလင်္ကာရမထေရ်သည် မြစ်ကမ်းနား လေးထပ်ကျောင်းတော်ကြီးကို တခြားမထေရ်များအရင် ရရှိတော်မူခဲ့တာပါ။

(သာသနာဝံသပ္ပဒီပိကာ သာသနာလင်္ကာရစာတမ်း)

ပြည်ပရောက်နေတဲ့ ရွှေမြန်မာတွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပြည်တွင်းမှာနေတဲ့ ရွှေမြန်မာတွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အိမ်သစ်, ကားသစ် ခေတ်ပေါ်ပစ္စည်းအသစ်အဆန်းတွေ လိုချင်ရင်တော့ အများအတွက် တကယ်လိုအပ်နေတဲ့ အဆောက်အဦးဟောင်း, လမ်း, တံတားဟောင်း, ရေတွင်း, ရေကန်ဟောင်းများကို ပြုပြင်ပေးကြဖို့ပါ။ အဲဒီလို အများလိုအပ်ချက်ကို ပြုပြင်ပေးလှူတတ်ရင် ကိုယ့်လိုအပ်ချက်ဟာ အလိုလိုပြည့်လာမှာပါ။

ကျောင်းများလှူခြင်း

ရဟန်းသံဃာတော်များ ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ သီတင်းသုံးနေတော်မူကြပြီး သာသနာ့တာဝန်များကို ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့အတွက် ရည်ရွယ်ချက်ထားကာ ကျောင်းဆောင်မရှိသော အရပ်ဒေသများ၌

ကျောင်းဆောင်၊ သိမ်ကျောင်းမရှိသောကျောင်းတိုက်၌ သိမ်ကျောင်း စသည်တို့ကို ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းရမှာပါ။

အဲဒီလိုကျောင်းသစ်များကို ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းမယ်ဆိုရင် သာသနာတော်အတွက် အကျိုးများ, မများ၊ သာသနာတော်အတွက် အလုပ်လုပ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ရှိ, မရှိ၊ ထိုကျောင်းတိုက်သာသနာတော်ကို ဦးဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အရည်အချင်းရှိ, မရှိ၊ အရည်အချင်းရှိရင်လည်း သာသနာတော်အတွက် တကယ်အလုပ်လုပ်နေခြင်းဟုတ်,မဟုတ်၊ သာသနာတော်အတွက် အလုပ်လုပ်နေရင်လည်း ဝိနည်းလေးစားမှု ရှိ,မရှိ၊ ဝိနည်းလေးစားမှု ရှိရင်လည်း သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာ တရားတွေကို တကယ်ကျင့်, မကျင့်စသည်ကို သေချာလေ့လာပြီးမှ ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းရင်တော့ ကိုယ့်အတွက်ရော သာသနာအတွက် ပါအကျိုးများမှာပါ။

ရောဂါကင်းစင် ထေရ်အရှင်

ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်ကာလတုန်းက အနာရောဂါကင်းသော အရာ၌ တေဒဂ်ရတော်မူပြီး ကျန်းမာချမ်းသာလို့ အသက် (၁၆၀) ရှည်တော်မူတဲ့ ရဟန္တာအရှင်မြတ် အရှင်ဗာကုလအကြောင်း မှတ်သား ကြရအောင်ပါ။

အရှင်မြတ်အလောင်းအလျာသည် လွန်လေပြီးသော တစ်သင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းအထက်တွင် ပုဏ္ဏားတစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး အတတ်ပညာတို့ကို တတ်အောင်သင်ယူခဲ့ကာ ထိုအတတ်ပညာတို့သည် ဘဝမှ လွတ်မြောက်စေနိုင်ခြင်းကို မတွေ့ရသဖြင့် ဘဝမှ လွတ်မြောက်မှုကို ရှာဖွေဖို့ ရသေ့ဝတ်၍ ဟိမဝန္တာတောင်အနီးရှိ သောဘိတတောင်သို့ ထွက်လာခဲ့တာပါ။

ထိုသို့ထွက်လာသောအခါ သူ့ထံတွင် ပညာသင်ယူနေကြသော လုလင်ငယ်တို့သည် ဆရာနှင့်အတူ ရသေ့ဝတ်ကာ လိုက်လာကြပြီး ဆရာရသေ့အတွက် ကျောင်းဆောင်ဆောက်လုပ်ပေးပြီး နေရိပ်နားခိုစရာလည်း ပြုလုပ်ပေးကြတာပါ။ ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်၌ သီးပင်,ပန်းပင်အမျိုးမျိုးတို့သည် သဘာဝအတိုင်းပေါက်နေကြလို့ အလွန်တိတ်ဆိတ် ငြိမ်းချမ်းတဲ့ နေရာတစ်ခုပါ။

ထိုအချိန်တွင် အနောမဒဿီမြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူလာကာ သတ္တဝါအပေါင်းအား တရားတော်များ ဟောကြားဆုံးမတော်မူနေစဉ် တစ်နေ့၌ ဗုဒ္ဓသည် တရားဟောဖို့ကိစ္စ မရှိသဖြင့် နေ့လည်အချိန် နေ့သန့်စဉ်ဖို့ သင့်တော်မယ့်နေရာကို ရှာဖွေရင်း သောဘိတတောင်သို့ ရောက်တော်မူခဲ့ရာ ဆရာရသေ့သည် ဗုဒ္ဓကို ရိုသေစွာခရီးကြိုပြီး ကျောင်းအတွင်းသို့ပင့်ကာ နေရာထိုင်ခင်းပေးတာပါ။

ခင်းထားသောနေရာ၌ထိုင်တော်မူစဉ် ဗုဒ္ဓမှာ လေနာ ရောဂါ ဖြစ်ပေါ်လာရာ ဆရာရသေ့သည် လေနာရောဂါဖြစ်ကြောင်း သိသဖြင့် တောင်ပေါ်တက်ပြီး ဆေးမြစ်များကို ရှာဖွေတူးယူကာ ကျောက်ပြင် ပေါ်၌ ရေနဲ့သွေး၍ ဗုဒ္ဓအား ကပ်လှူရာ ထိုဆေးဘုန်း ပေးလိုက်တော့ ဗုဒ္ဓသည် လေနာရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားတော် မူတာပါ။ ဆရာရသေ့ သည် ဆေးကောင်းကို လှူဒါန်းရသော ကောင်းမှုကြောင့် ဘဝဆက် တိုင်း အနာရောဂါ ကင်းရပါလို၏လို့ ဆုတောင်းမှုပြုခဲ့တာပါ။

ထိုဘဝမှ စုတေသောအခါ တစ်သချေ်ပတ်လုံး ပြဟ္မာဘုံ၌ ဖြစ်ခဲ့ပြီး ပဒုမုတ္တရဘုရားလက်ထက်တွင် ဟံသာဝတီမြို့တော်၌ အမျိုးကောင်းသားတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့တာ။ အရွယ်ရောက်သော အခါ ဗုဒ္ဓထံ၌ တရားနာလေ့ရှိရာ တစ်နေ့တွင် ဗုဒ္ဓက ရဟန်းတစ်ပါးကို အနာရောဂါကင်းသောအရာ၌ တေဒဂ်ဖြင့် ချီးမြှင့်တော်မူတာပါ။ ထိုရဟန်းကို အားကျသဖြင့် ထိုအမျိုးကောင်းသားဟာ ကောင်းမှု များပြုလုပ်ပြီး ထိုရဟန်းရသောဆုကို တောင်းခဲ့တာပါ။

ဝိပဿီဘုရား ပွင့်တော်မမူမီအချိန်တွင် ဗန္ဓုမတီမြို့တော်၌ ပုဏ္ဏားဖြစ်လာခဲ့ရာ ပညာသင်ယူပြီး သင်ထားတဲ့ပညာများ၌ အနှစ် သာရမတွေ့သဖြင့် တော၌ ရသေ့ဝတ်နေခဲ့တာပါ။ ထိုအချိန်တွင် ဝိပဿီဘုရား ပွင့်တော်မူလာသဖြင့် အမျိုးကောင်းသားများစွာကို

ဗုဒ္ဓသာသနာအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ကြတဲ့သတင်းကိုကြားရတော့ ရသေ့သည် တောမှထွက်လာခဲ့ပြီး ဗုဒ္ဓထံ၌ တရားနာယူပြီး သရဏဂုံ သုံးပါးကို ဆောက်တည်ခဲ့တာပါ။ ထိုအခါ ရဟန်းတော်များမှာ တိဏပုပ္ဖကရောဂါဖြစ်နေတာကို တွေ့ရသဖြင့် ရသေ့ဟာ ဆေးများဖြင့် ပြုစုကုပေးခဲ့တာပါ။ ကဿပဘုရားရှင်လက်ထက်တော်၌ ဗာရာဏသီ မြို့တော်၌ အမျိုးကောင်းသားတစ်ယောက်ဖြစ်လာခဲ့ပြီး အိမ်ရာ တည်ထောင်နေထိုင်စဉ် ပျက်စီးနေတဲ့ ကျောင်းတိုက်ကြီးတစ်ခုကို တွေ့ရသဖြင့် တဖန်ပြုပြင် ဆောက်လုပ်ခဲ့တယ်။ ပြီးတော့ သိမ် ကျောင်း၊ ဆွမ်းစားကျောင်း၊ ဆေးခန်းကျောင်း၊ စင်္ကြံမီးဖိုဆောင်၊ ပစ္စည်းထားဖို့အဆောင်၊ ချွေးအောင်းဆောင်၊ အိမ်သာရေချိုးဆောင် များကိုလည်း ပြည့်စုံအောင် ဆောက်လုပ်ခဲ့တယ်။

ထိုကျောင်းတိုက်ကြီး ဆောက်လုပ်ပြီးတဲ့အခါ ရဟန်းသံဃာ တော်များ လှူဒါန်းပြီး သီတင်းသုံးနေထိုင်ကြတဲ့ သံဃာတော်များအား ဆေးအမျိုးမျိုးကို အမြဲလှူဒါန်းခဲ့တာပါ။ ထိုကျောင်းဒကာသည် ဂေါတမဘုရားရှင် ပွင့်တော်မမူမီ ကောသမ္ဗီမြို့၌ သူဌေးကြီး တစ်ယောက်အိမ်၌ ဖွားမြင်ခဲ့တာပါ။ ကောသမ္ဗီသူဌေးကြီးသည် ဓလေ့ ထုံးစံအရ ဖွားမြင်ခါစ သားငယ်ကို အနာရောဂါကင်းစေဖို့အတွက် ယမုန်နာမြစ်၌ ရေချိုးမင်္ဂလာ ပြုလုပ်ပေးတာပါ။ အထိန်းအမျိုးသမီး

သည် သားငယ်ကို မြစ်ရေ၌စိမ်ပြီး ရေချိုးပေးနေစဉ် ငါးကြီးတစ်ကောင် ရုတ်တရက်ဝင်ရောက်လာတော့ အထိန်းအမျိုးသမီးဟာ ကြောက်လန့်ပြီး သားငယ်ကို လွတ်ချထွက်ပြေးသွားရာ ငါးကြီးသည် သားငယ်ကို မျိုကာ ထွက်သွားခဲ့တာပါ။

သားငယ်သည် ပစ္ဆိမဘဝပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လို့ ယခုဘဝတွင် အရဟတ္တမဂ် မရပဲ မသေနိုင်ပါ။ ယင်းသို့ဖြစ်သောကြောင့် သားငယ်သည် ငါးကြီး ဝမ်းဗိုက်အတွင်း၌ပင် ကျန်းမာချမ်းသာစွာ လိုက်ပါသွားရခြင်းပါ။ ထိုငါးကြီးသည် ယမုန်နာမြစ်ထဲ လှည့်လည်သွားလာနေစဉ် တံငါသည်တို့ ပိုက်ကွန်ဖြင့် ဖမ်းမိသွားတာပါ။ တံငါသည်တို့က ထိုငါးကြီးကို ငွေတစ်ထောင်ပေးမှ ရောင်းမယ်ဆိုတော့ ဘယ်သူမှ မဝယ်နိုင်ဘူးပေါ့။

ဒါကြောင့် ဗာရာဏသီသူဌေးကြီးက ဝယ်ယူလိုက်ခြင်းပါ။ သူဌေးကတော်ကြီးသည် အခြားနေ့များ၌ သားငါးကို ကိုယ်တိုင်မစီမံပေမယ့် ယနေ့၌ သားငယ်ရဲ့ ဘုန်းကံအာနုဘော်ကြောင့် သူမကိုယ်တိုင် စီမံလိုသဖြင့် ငါးကိုဝမ်းဗိုက်ကမခွဲပဲ ကျောဘက်မှ ခွဲစိပ်လိုက်ရာ သားငယ်ကို တွေ့ရတော့ ဝမ်းသာအားရဖြစ်ပြီး သူဌေးကြီးဇနီးမောင်နှံတို့က သားအဖြစ် မွေးစားထားကြတာပါ။

ထိုအကြောင်းကို ကောသမ္ဗီမြို့ရှိ မိဘရင်းများက ကြားသိ

ရတဲ့အခါ ဗာရာဏသီမြို့သို့ လိုက်လာကြပြီး "ငါတို့သားလေးကို ပြန်ပေးပါ"လို့ တောင်းကြရာ မွေးစားမိဘများကလည်း သားငယ်ကို သံဃောဇဉ်တွယ်နေကြလို့ မပေးနိုင်ကြောင်း ငြင်းလိုက်တာပါ။ ဒါကြောင့် ယင်းပြဿနာသည် ဗာရာဏသီမင်းကြီးထံ အဆုံးအဖြတ်ခံယူဖို့ တက်ရောက်ကြရာ မင်းကြီးက "နှစ်ဖက်မိဘများ သက်ဆိုင်စေ၊ သူငယ်သည် နှစ်ဖက်မိဘများအမွေကိုခံစားစေ"လို့ အဆုံးအဖြတ်ပေးလိုက်တော့ ဆွေမျိုးနှစ်ဖက်ရှိခြင်းကို အကြောင်းပြုပြီး သားငယ်လေးကို မိဘများက "ဗာကုလ" လို့ ခေါ်ကြခြင်းပါ။

ရှေးဆုတောင်း ကောင်းမွန်ခဲ့သူဖြစ်လို့ ဗာကုလသတို့သားသည် နှစ်ဖက်မိဘအိမ်တွင် တစ်လှည့်စီနေရင်း ကျန်းမာချမ်းသာစွာ ကြီးလာရပြီး အရွယ်ရောက်သောအခါ နှစ်ဖက်မိဘများအမွေတွေ ရသဖြင့် အသက် (၈၀) အရွယ်တိုင်အောင် လောကစည်းစိမ်ခံစားနေသောအခါ နံ့သာတစ်ရှူတစ်ရှိုက် အချိန်မျှလောက်လေးမှ အနာရောဂါ မဖြစ်ခဲ့ဘူးပါ။ အသက် (၈၀) အရွယ်ရောက်မှ ဗုဒ္ဓနဲ့ တွေ့ကာ တရားတော်ကြားနာရသဖြင့် သာသနာတော်၌ ရဟန်းပြုရာ (၇)ရက်သာ ပုထုဇဉ်ဖြစ်ပြီး ရှစ်ရက်မြောက် အရုဏ်တက်ချိန်၌ ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တရဟန္တာဖြစ်တော်မူခဲ့ခြင်းပါ။ ရဟန်းဖြစ်သော အခါမှာလည်း အရှင်ဗာကုလမထေရ်အဖို့ အနည်းငယ်မျှသော ရောဂါ

မဖြစ်သည့်အပြင် ပစ္စည်းလေးပါး ရှားပါးမှုလုံးဝမရှိပဲ အမြဲတမ်းသာ ပေါများနေတာပါ။

တစ်နေ့၌ ဗုဒ္ဓသည် အရှင်ဗာကုလကို အနာရောဂါ ကင်းကြသော ရဟန်းတို့တွင် အသာဆုံး အမြတ်ဆုံးတေဒဂ်ဘွဲ့ထူးကို ချီးကျူးပေးတော်မူတာပါ။ အရှင်ဗာကုလသည် (၁၆၀)အထိ ကျန်းမာချမ်းသာစွာနေထိုင်ရသဖြင့် ရဟန်းတော်များ အားလုံးတို့တွင် အသက်ရှည်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ထူးလည်း ဖြစ်နေခြင်းပါ။

အရှင်မြတ်သည် သက်တော် (၁၆၀)ပြည့်လို့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုမည့်နေ့ကို ရောက်သောအခါ တပည့်များကို ဆုံးမစကားကို မိန့်ကြားရင်း မိမိရဲ့အရဟတ္တဖိုလ်ကို ဝန်ခံပြောကြားလိုသဖြင့် ''ရှေးဦးစွာ ပြုလုပ်သင့်သောအမှုကိစ္စကို နောက်မှပြုရန် အလိုရှိသူသည် နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်ချမ်းသာတို့မှ ဆုတ်ယုတ်ရ၏။ နောက်နောင်လည်း အစဉ်သဖြင့် ပူပန်ရ၏။

မိမိပြုလုပ်နိုင်သောအမှုကိုသာ ပြုလုပ်နိုင်တယ်လို့ ပြောဆိုရ၏။ မိမိမပြုလုပ်နိုင်သောအမှုကို ပြုလုပ်နိုင်တယ်လို့ မပြောဆိုရာ။ မပြုလုပ်နိုင်ပဲလျှက် ပြုလုပ်နိုင်တယ်လို့ ပြောဆိုသူကို ပညာရှိတို့က ကဲ့ရဲ့အပြစ် ပြောဆိုကြကုန်၏။ ဗုဒ္ဓဟောကြားတော်မူသော နိဗ္ဗာန်သည် စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်းမရှိပေ။

ရာဂမြူမှုန်များ ဘေးရန်များ ကင်းကြ၏။ ဆင်းရဲမှုမှန်သမျှ ချုပ်ငြိမ်း၏။ ထိုပရိနိဗ္ဗာန်သည် အလွန်တရာချမ်းသာလှပေစွတကား'' လို့ မိန့်ကြားတော်မူတာပါ။

ထို့နောက် ရဟန်းသံဃာတော်များ စုရုံးမိသောအခါ ''ငါသည် အသက်ရှင်ကလည်း မိမိခန္ဓာကိုယ်ကိစ္စအတွက် အခြားရဟန်းတစ်ပါးကိုမျှ တာဝန်မတက်စေခဲ့ပါ။ ယခု ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်သောအခါမှာလည်း ငါ့ခန္ဓာကိုယ်သည် ရဟန်းသံဃာတော်များ ကြောင့်ကြတာဝန်မဖြစ်စေရ''လို့ အောက်မေ့တော်မူပြီး တေဇောကသိုဏ်းချာန်ဝင်စားကာ ရဟန်းသံဃာတော်များ အလယ်၌ ထိုင်တော်မူလျှက်ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်တော်မူသွားတာပါ။

အရှင်ဗာကုလ အနာကင်းကာ ကျန်းမာချမ်းသာစွာဖြင့် သက်တော် (၁၆၀) နေတော်မူရပြီး အသက်အရှည်ဆုံးရဟန်းတော် ပုဂ္ဂိုလ်ထူးဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းမှာ အနောမဒဿီဘုရားကို လေနာရောဂါပျောက်ကင်းအောင် ဆေးကုပေးမှု၊ ဝိပဿီဘုရားရှင်လက်ထက်တော်၌ တိဏပုပ္ဖကရောဂါဖြစ်နေသော ရဟန်းသံဃာတော်များကို ဆေးကုပေးမှု၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးမှု၊ ကဿပဘုရားရှင်လက်ထက်တော်၌ ကျောင်းအိုကိုပြုပြင်ပေးမှု၊ သိမ်ကျောင်း၊ ဆေးခန်းကျောင်း (သံဃာ့ဆေးရုံ)စတဲ့ လိုအပ်တဲ့ကျောင်းသစ်များ

ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းမှု၊ ရဟန်းသံဃာတော်များကို ဆေးမျိုးစုံ ပေးလှူမှု၊ အနာရောဂါကင်းသော ရဟန်းတို့တွင် အသာဆုံး တေဒဂ်ဘွဲ့ထူးကို ဆုပန်ခဲ့မှုတွေပါ။

ထိုအကြောင်းများတွင် အဓိကအကြောင်းရင်းမှာ ဂိလာန ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ကိစ္စမှန်သမျှကို ပြုလုပ်ပေးခြင်းပါ။ ကျန်တဲ့ အကြောင်းတွေကတော့ အခြံအရံအနေနဲ့ဖြစ်မှာပါ။ ဒါကြောင့် အနာရောဂါကင်းပြီး ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့ အသက်ရှည်ရှည် နေချင်ရင်တော့ ကျန်းမာရေးမကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ ကိစ္စမှန်သမျှ ကို မပင်မပန်း မညည်းမညူပဲ ပြုလုပ်ပေးရမှာ၊ အဲဒီလို ပြုလုပ် ပေးနိုင်ရင် ကိုယ်ပြုလုပ်ထားတဲ့ကံနှင့် တူသောအကျိုးဟာ အလိုလို ရရှိခံစားရမှာပါ။

တိဏကုဋ္ဌိဒါယကာထေရာပဒါန်လာ ကျောင်းလှူရခြင်းအကျိုး (၇)ပါး

ကျောင်းလှူရမှုအကျိုးတွေကို ဆရာတော်ကြီးများက ရေးထားတဲ့ကဗျာ, လင်္ကာဆောင်ပုဒ်များ ကြည့်ရှုရင် နားလည် သဘောပေါက်နိုင်ခြင်းမို့ အထူးရှင်းမပြတော့ပါ။

''သုံးတန်စေတနာ ညီညွတ်စွာဖြင့် သာသနိကျောင်း တန်ဆောင်းအလှူ ဆောက်လုပ်သူတို့ ကြီးထူးကဲဝှန် ကျိုးရ,ဟန်ကို

ကျမ်းဂန်ထောက်ချင့် နိဒါန်းဖွင့်သော် ...

(၁) နတ်နှင့်လူနှယ် သန္ဓေတွယ်၍

(၂) စိတ်ဝယ်တောင့်တ ဆောက်အုံရ၏

(၃) မထကြွက်သီး ကိုယ်လည်းမလှုပ် ကြောက်ရုပ်မထင် ထိတ်လန့်စင်၏

(၄) ခြသေ့်, သစ်, ကျား သားရဲများနှင့် ဖမ်းစားကလူ နှိပ်စက်မှုသား တောသူဘုတ်ပြိတ် အဆိပ်ထန်ပြင်း မြွေနှင့်ကင်းက အဆင်းဖောက်ပြန် ကုမ္ဘဏ်ရက္ခိုသည် နတ်မိုက်ရန်ပေါင်း၊ ဘေးလွတ်ရှောင်း၏။

(၅) မကောင်းအိပ်မက် မမြင်မက်ဘူး၊

(၆) ထင်လျှက်သတိ ခိုင်မြဲဘိ၍ ဝိပရိဏာံ ဖောက်ပြန်စိတ်ရင်း ရှုးသွပ်ခြင်းမှ ရှင်းရှင်းလွတ်ရှောင်း ကျိုးဆက်ကောင်း၏။

(၇) နောက်နှောင်းဘဝ ပစ္ဆိမဝယ် ဂုဏာကဲပို အရဟတ္တဖိုလ်ဟု ထိုထိုကျေးဇူး လွန်ပြန့်ပြူးသည် ဆောက်ဦးလှူကျိုး ခုနှစ်တည်း''။

မင်းကွန်းတိပိဋကဆရာတော်ဘဒ္ဒန္တဝိစိတ္တသာရာဘိဝံသ

(၁) ကိန်းအောင်းနေရန် ချမ်းသာရန် ကေန်ဖြစ်ပေသည်။

(၂) စျာန်ဝင်စားရန် ရှုမှတ်ရန် ကေန်သင့်ပေသည်။

(၃) ကျောင်းလှူသူဟာ လုံးစုံပါ လှူရာရောက်ပေသည်။

(၄) နေ့ညမခြား ကုသိုလ်များ ဖြစ်ပွားလေတော့သည်။
(၅) ကျောင်းအလှူရှင် တရားမြင် ခုပင်ငြိမ်းနိုင်သည်။

မဟာစည်ဆရာတော်

အသက်ရှည်ကြောင်း အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း

ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့အသက်ရှည်ဖို့အတွက် မဟာဝင် ဝတ္ထုမှာလှူဖို့ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းဖို့သာပြထားပေမယ့် ထိုတရားတွေကို ပြုလုပ်ကျင့်သုံးနေရင်တော့ မကင်းရာမကင်းကြောင်း အနေဖြင့် စိတ်တည်ငြိမ်ကြောင်း အသိဉာဏ်ဖြစ်ကြောင်း အကျင့်တို့ကိုလည်း ကျင့်ကြံပွားများနေနိုင်မှသာ အနာရောဂါကင်းပြီး အသက်ရှည်မှာပါ။

လူ့ဘဝရောက်လာပြီဆိုရင် မိသားစုတစ်ခုမှာ ဖြစ်လာရတဲ့ အတွက်ကြောင့် **"လူတစ်ခု ပူမှုရယ်က ဆယ်ကုဋေ"**လို့ ရှေးပညာရှိတို့က မိန့်ထားခဲ့ကြသလိုပါပဲ။ အနည်းဆုံး ကိုယ့်မိသားစု အပူတွေကိုတော့ မလွှဲမသွေ တွေ့ကြုံခံစားရမှာပါ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် ကိုယ်တည်ဆောက်ခဲ့တဲ့လူ့ဘဝဆိုတာ အိုမှု, နာမှု, သေမှု သဘောတွေ အရင်းခံထားပြီး ပူဆွေးခြင်း, ငိုကြွေးခြင်းတွေ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်းတွေ အပူလုံးဆို့ပြီး မူးမေ့ခြင်းတွေက ခြံရံနေလို့ပါ။

ပြီးတော့ မိသားစုအပေါ်မှာ တွယ်တာနေရင် တွယ်တာနေသလောက် ပစ္စည်းဥစ္စာတွေအပေါ်မှာ မက်မောနေရင် မက်မောနေသလောက် အပူတွေက နှိပ်စက်နေကြတာပါ။ အဲ ကိုယ်တွယ်တာမက်မောတဲ့အရာတွေက ကိုယ့်အလိုကျဖြစ်မလာခဲ့ရင်လည်း မကျေနပ်တဲ့အပူတွေက နှိပ်စက်ကြပြန်ရော။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်မှာ တွယ်တာစရာ, မက်မောစရာတွေ များများပိုင်ဆိုင်လေ အပူတွေကလည်း များများနှိပ်စက်ကြလေပါပဲ။

အပူတွေနှိပ်စက်ပါများတော့ စိတ်ကမငြိမ်ဘူးပေါ့။ စိတ်မငြိမ်တော့ ကိုယ့်အမူအရာကလည်း မငြိမ်သဖြင့် ဣန္ဒြေမရဖြစ်နေလို့ ပျာယာခတ်နေတာပါ။ ဒီတော့ မေ့လျော့ပေါ့ဆမှုတွေများလာပြီး လုပ်နေတဲ့အလုပ် ပြောနေတဲ့စကားများဟာ မသေချာမရေရာမှုတွေ များလာတာပါ။

ဒါကြောင့် စိတ်မငြိမ်သက်သူရဲ့အယူအဆ အတွေးအခေါ်တွေသည် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် တစ်ခြားစီဖြစ်နေခြင်းပါ။ မိသားစုသိုင်းသိုင်းဝိုင်းဝိုင်းနဲ့နေရလို့ မိသားစုချမ်းသာ, ပစ္စည်းချမ်းသာတို့ ရှိနိုင်ပေမယ့် စိတ်ကတော့ မချမ်းသာနိုင်ပါဘူး။ စိတ်မချမ်းသာမှုတွေ ဖိစီးအားကောင်းနေရင် ရောဂါတွေရလာမှာပါ။ ရောဂါတွေ ရလာလို့ ကုမရတဲ့ရောဂါဆိုးတွေ ဝင်လာရင်တော့ အသက်တိုဖို့ပဲရှိမှာပါ။

အပူတွေနှိပ်စက်လာတဲ့အချိန်မှာ စိတ်ကိုလွှတ်မထားပဲ သတိနဲ့ထိန်းသိမ်းပြီး နေတတ်ဖို့လိုမှာပါ။ သတိနဲ့မထိန်းပဲ စိတ်ကို လွှတ်ထားရင်တော့ အတွေးအပူတွေထဲတွင် အမြဲဝင်ကာ လည်နေမှာပါ။ အတွေးအပူထဲက ရုန်းထွက်ရမယ်၊ ရုန်းထွက်နိုင်အောင်ကို ကြိုးစားရမယ်၊ သာမန်သတိ သာမန်ဝီရိယနဲ့တော့ ရုန်းထွက်ဖို့ မလွယ်ဖူးပေါ့။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် စိတ်ဟာမြင်နိုင်ခဲ့လို့ပါ။ ပြီးတော့ သိပ်မြန်လို့အထိန်းရလည်း ခက်ခဲလို့ပါ။ ဒီလိုသိပ်မြန်လို့ အထိန်းရခက်တယ်ဆိုပြီး လွှတ်ထားလိုက်ရင်တော့ မကောင်းတဲ့အတွေးအာရုံတွေထဲတွင် အလိုက်သင့်မျောပါနေပြီး နှစ်သက်မှန်းမသိဘဲ နှစ်သက်နေတတ်တာပါ။

အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် မကောင်းတဲ့အတွေးအာရုံတွေနောက်ကို မျောလိုက်ပြီး နှစ်သက်နေတဲ့စိတ်ကို သိသိချင်း သတိနဲ့ထိန်းနေလိုက်တာပါ။ သာမန်သတိနဲ့မရတော့ အထူးကြောင့်ကြစိုက်ပြီး အထူးသတိနဲ့ မရ,ရအောင်ကို ထိန်းနေတာပါ။ ထိန်းစမှာ စိတ်ကလေးကထားတဲ့အာရုံမှာမနေဘဲ ထွက်ထွက်သွားတော့ ခက်ခဲမှာပါ။ ကျွမ်းကျင်စွာ ထိန်းနိုင်လာတဲ့အခါ စိတ်ဟာ ကိုယ်ထားတဲ့နေရာမှာပဲ ကပ်နေတာပါ။ အဲဒီလို အာရုံတစ်ခုမှာ ကပ်နေအောင် ထားနိုင်ပြီဆိုရင် စိတ်ဟာ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်ပြီး

အေးချမ်းလာမှာ။ စိတ်အေးချမ်းမှုရလာရင် ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း အေးချမ်းလာတာပါ။

ဒီလို ကိုယ်စိတ်အေးချမ်းနေရင် အနာရောဂါကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာပြီး အသက်ရှည်မှာပါ။ အသက်ရှည်ကြောင်း အကောင်းဆုံးနည်းတွေက ဘုရားဂုဏ်တော်တွေကို ဆင်ခြင်ပွားနေမှု၊ မေတ္တာပွားနေမှုစတဲ့ သမထဘာဝနာနည်း၊ ရုပ်သဘော, နာမ်သဘောတွေကို သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တလို့ သိမြင်အောင်ပွားနေမှု ဝိပဿနာဘာဝနာနည်းလို့ နှစ်မျိုးရှိနေတာပါ။

ဘုရားဂုဏ်တော်တွေကို ဆင်ခြင်ပွားနေမယ်ဆိုရင် ဘုရားဂုဏ်တော်(၉)ပါးကို ပါဠိရော အဓိပ္ပါယ်ကိုပါ သိနားလည်နေအောင် အရင်ဆုံး လေ့လာထားရမှာပါ။ လေ့လာထားပြီးတော့ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်တစ်ဆူဆူကို သက်တော်ထင်ရှားဘုရားလို အာရုံပြု ဂုဏ်တော်တွေကို ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ထဲ နှလုံးသားထဲက ပုံတော်အပေါ်မှာထားကာ သတိနဲ့ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းအောက်မေ့နေရတာပါ။

ပုံတော်ကို အာရုံပြုလို့မရရင် အာရုံမပြုပါနဲ့၊ ဂုဏ်တော်တွေကိုသာ ကိုယ့်နှလုံးထဲမှာထားပြီး သတိကပ်ကာ အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ပွားနေရမှာပါ။ မေတ္တာပွားနေလိုသူသည် မေတ္တသုတ်, ခန္ဓသုတ်စတဲ့ မေတ္တာပွားနည်းများကို စနစ်တကျ လေ့လာထားရမှာပါ။ လေ့လာ

ပြီးရင် ကိုယ့်စိတ်ကို ငြိမ်းချမ်းအောင် စိတ်ကိုအေးချမ်းစေတတ်တဲ့ လမင်းစသည်ကို အာရုံပြုကာ ပြုလုပ်ရမှာပါ။ စိတ်အေးချမ်းလာတဲ့အခါ ကိုယ်မေတ္တာပို့မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ကို အာရုံပြု ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစွာကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေလို့ ကိုယ့်ရဲ့ငြိမ်းအေးတဲ့စိတ်ကလေးကို ပို့လွှတ်နေမှု၊ စေလွှတ်နေမှုဟာ မေတ္တာပို့နေခြင်းပါ။ အဲဒီလို ဘုရားဂုဏ်တော်တွေပွား၊ မေတ္တာပွားနေလို့ သမာဓိအားကောင်းလာရင် စိတ်ထဲမှာ မကောင်းတဲ့အတွေးအပူတွေဝင်မလာပါဘူး၊ အေးချမ်းနေမှာပါ၊ စိတ်အေးချမ်းတော့ ရုပ်လည်းအေးချမ်းလာတာပေါ့။ ဒီလို ကိုယ်စိတ်အေးချမ်းစွာ နေတတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အနာရောဂါကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့ အသက်ရှည်နေမှာပါ။

ဝိပဿနာရှုပွားနေလိုသူသည် ကိုယ့်အတွင်းသန္တာန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ တွယ်တာမက်မောနေတဲ့လောဘစိတ် ဒါမှမဟုတ် မကျေနပ်တဲ့ဒေါသစိတ် စသည်ကို သတိနဲ့စောင့်ကြည့်နေခြင်းပါ။ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ မမြဲတဲ့သဘောပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်ဖြစ်နေလို့ အခံရခက်တဲ့ ဆင်းရဲတဲ့သဘော ဖြစ်ပျက်ပြီးအခံရခက်တော့ ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလိုမဖြစ်ပဲ သူဖြစ်ချင်သလိုသာဖြစ်တဲ့ အစိုးမရတဲ့ သဘောတွေကို မြင်သိအောင် ရှုပွားနေရသဖြင့် ဉာဏ်လည်း ပါနေတာပါ။

ထင်ရှားတဲ့ဒေါသစိတ် ရှုပွားနည်းကို ပြောပြပါ့မယ်။ ဒေါသဖြစ်လာရင် ဒေါသစိတ်ကို သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ စောင့်ကြည့်နေပါ။ စောင့်ကြည့်နေတယ်ဆိုတာ အဲဒီဒေါသစိတ်ကို သိနေအောင် လုပ်နေခြင်းပါ။ ထိုဒေါသစိတ်ဟာ သိနေရင် ဆက်မဖြစ်တော့ပဲ ရပ်နေတာ၊ ပျောက်မသွားပါဘူး။ ယင်းဒေါသစိတ်ကို သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ မလွတ်ရအောင် ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး ကြည့်နေရင် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ လျော့နည်းလာတာကို တွေ့ရမှာပါ။ လျော့နည်းလာရာကနေ ပျောက်သွားအောင် ဆက်ကြည့်နေရမှာပါ။

ထိုဒေါသစိတ်ကို သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့သေချာကြည့်တတ်ရင် ဒေါသစိတ်ဟာဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတဲ့သဘောကို ဉာဏ်နဲ့တွေ့မြင်လိုက်ရမှာပါ။ ဒေါသစိတ်လေးဖြစ်ပြီး ပျက်သွားမှုကို တွေ့လိုက်ရသလို မှတ်သိစိတ်ကလေးဟာလည်းပေါ်ပြီး ပျောက်သွားတာကို တွေ့လိုက်ရမှာပါ။ ထိုရှေ့စိတ်ကလေးနှစ်ခု ဖြစ်ပျက်သွားမှုကို သိနေတဲ့ နောက်စိတ်ကလေးဟာလည်း ပေါ်ပြီးပျောက်သွားတာကို တွေ့လိုက်ရပြန်တာပါ။

ပြီးတော့ ဒေါသစိတ်ဖြစ်နေရင် အခံရခက်တဲ့သဘောကို ဉာဏ်နဲ့မြင်လာပြီး နားလည်လာမှာပါ။ ဉာဏ်နဲ့ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလို မဖြစ်တဲ့သဘောကို မြင်လိုက်ရင် ကိုယ့်စိတ်ကို ပိုင်တယ်လို့

ထင်ထားတဲ့အတွေးဟာ ပျောက်သွားမှာပါ။ အဲဒီလိုသာ ဉာဏ်နဲ့ တကယ်မြင်လာရင် ဒေါသစိတ်ကိုမကြိုက်လို့ နောင် ဒီဒေါသစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရင် ဖြစ်ကြောရှည်ခွင့်မပေးတော့ဘူး။ သိလိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် ထိုဒေါသစိတ်ကို သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ မရ,ရအောင် ရှုပွား လိုက်တော့ ဒေါသစိတ်ဟာ ပျောက်သွားတာပါ။ ထိုဒေါသစိတ်သည် ပျောက်သွားပေမယ့် သူ့ရဲ့အကျိုးဆက်တွေက ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခု လုံးမှာ ကျန်နေခဲ့တာပါ။ ဒေါသစိတ်က ပြင်းထန်လွန်းရင် ဦးခေါင်း ထဲမှာ မကြည်မလင်ဖြစ်ကျန်ခဲ့မှု၊ ရင်ထဲမှာ အောင့်ကျန်ခဲ့မှု၊ တစ်ကိုယ် လုံးမှာ မအီမသာ ဖြစ်ကျန်ခဲ့မှု၊ တစ်ကိုယ်လုံး ဆတ်ဆတ်တုံကျန်ခဲ့မှု၊ အသံတွေ ပျက်ကျန်ခဲ့မှုတွေ ဖြစ်တတ်တာပါ။ ဘယ်လိုပဲကျန်ခဲ့ပါစေ၊ အဲဒီအရာတွေကို တစ်ခုစီ သတိနဲ့ ဉာဏ်နဲ့ စောင့်ကြည့်နေပါ။ စောင့်ကြည့်နေရင် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဖြစ်နေမှုတွေဟာ လျော့ပါးပျောက် သွားတဲ့သဘော၊ အခံရခက်တဲ့သဘော၊ သူဖြစ်ချင်နေသလို ဖြစ်နေ တဲ့သဘောတွေကို ဉာဏ်နဲ့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်းမြင်ရမှာပါ။

ထိုဦးခေါင်းထဲမှာ မကြည်မလင်ဖြစ်ကျန်ခဲ့မှုစသဖြင့် ခံစား နေခြင်း သဘောတွေကိုလည်း အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တလို့ မြင်အောင် သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ကြည့်နေဖို့ပါ။ ထိုသို့ကြည့်ရှုလို့ ဉာဏ်နဲ့ရှင်းလင်း စွာမြင်ရရင်တော့ ဒေါသစိတ်ရဲ့မကောင်းတဲ့ အကျိုးဆက်တွေကို

မလိုချင်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ဒေါသစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာရင် ကြာကြာ ဖြစ်ခွင့်မရအောင် သတိနဲ့ ဉာဏ်နဲ့ သေချာစိုက်ကြည့်လိုက်တော့ ဒေါသဟာဆက်မဖြစ်ပဲ ရပ်နေတာ တွေ့ရမှာပါ။ ဆက်ကြည့်နေရင် ရပ်နေရာက တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ပျောက်သွားမှာပါ။

တွယ်တာမက်မောစိတ်၊ မနာလိုစိတ်၊ ဝန်တိုစိတ်စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်လာရင် ဒီလိုပဲ သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ အထူးကြောင့်ကြစိုက်ပြီး ရှုကြည့်ပါ။ ကြည့်နေရင် အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ သဘောတွေ ဉာဏ်နဲ့ ထင်ထင်ရှားရှား မြင်ရမှာပါ။ ဒီလိုသာ ဉာဏ်နဲ့တကယ်မြင်လိုက်ရင် ထိုအပူစိတ်တွေ ဖြစ်လာမှာကို မကြိုက်တော့ဘူး။ မကြိုက်ရင်တော့ ယင်းစိတ်အပူတွေ ကြာကြာဖြစ်ခွင့်မရအောင် သတိနဲ့ ဉာဏ်နဲ့ထိန်းပြီး နေတတ်လာမှာပါ။

သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ အပူစိတ်တွေကို ထိန်းနေပြီဆိုရင် စိတ်အေး ချမ်းလာမှာပါ။ စိတ်အေးချမ်းနေရင် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ရုပ်တွေ ကြည် လင်လာမှာပါ။ ရုပ်တွေကြည်လင်လာရင် ရောဂါတွေမဖြစ်ဘူး။ ရောဂါ မဖြစ်ရင် ကျန်းမာချမ်းသာလို့ အသက်ရှည်လာမှာပါ။

လက်ရှိဘဝမှာ ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့ အသက်ရှည်ရှည် နေချင်ရင်တော့ စိတ်အပူတွေဖြစ်ခွင့်မရအောင် တရားဘာဝနာ တစ်ခုခုကို အမြဲမပြတ် ရှုပွားနေရမှာပါ။ အဲဒီလိုမပြတ် ရှုပွား

နေနိုင်ပြီဆိုရင် ယခုဘဝမှာ အနာရောဂါကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာစွာ အသက်ရှည်နိုင်သလို နိဗ္ဗာန်မရမီ နောင်ဘဝတွေမှာလည်း ပါရမီကုသိုလ်အဖြစ် ပါသွားလို့ အနာရောဂါကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့အသက်ရှည်ပြီး ဘာဝနာကုသိုလ်သည် ဒီထက်ရှုပွားမှု အားကောင်းလာတဲ့အတွက် ပိုအကျိုးပေးနိုင်မှာပါ။ ဒါကြောင့် လူတိုင်းသည် ဘာဝနာတစ်ခုခုကို နေ့စဉ်အမြဲမပြတ် ရှုပွားနိုင်ကြပါစေ။

သတ္တဝါအားလုံး စိတ်အပူတွေငြိမ်းကြလို့ အေးချမ်းစွာနေနိုင်ကြပါစေ။

အရှင်ဃောသိတာဘိဝံသ

(ကာလီဖိုးနီးယား)

ကျမ်းကိုးများ

၁။ **မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်၊** သာသနာရေးဦးစီးဌာနပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၁၊ ဒု-ကြိမ်။

၂။ **ခုဒ္ဒကနိကာယက္ကတိဝုတ္တကပါဠိတော်၊** သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၂၊ ဒု-ကြိမ်။

၃။ **ကင်္ခါဝိတရဏီအဋ္ဌကထာ၊** သာသနာရေးဦးစီးဌာနပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၉၊ ဒသမအကြိမ်။

၄။ **မဟာဝင်ဝတ္ထု ကျီးသဲလေးထပ်ဆရာတော်၊** စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်၊ ၂၀၁၀၊ ဒု-ကြိမ်။

၅။ **သာသနာဝံသပ္ပဒီကာ၊ မောင်းထောင်ဆရာတော်၊** ဘောဂဝတီစာပုံနှိပ်တိုက်၊ မန္တလေး၊ ပ-ကြိမ်။

၆။ **သာသနာလင်္ကာရစာတမ်း၊ မောင်းထောင်ဆရာတော်၊** စိတ်ကူး ချိုချိုစာအုပ်တိုက်၊ ၂၀၁၁၊ မတ်လ စတုတ္ထ -အကြိမ်။

၇။ **ဂမ္ဘီသာရပျို့၊ အရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ၊** အာရှစာအုပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်။

၈။ **ပါရမီတော်ခန်းပျို့၊ အရှင်မဟာသီလဝံသ၊** မြန်မာနိုင်ငံ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ၁၉၆၅၊ နိဝင်ဘာလ၊ စာအုပ်အမှတ် (၅)

၉။ **သဂြိုဟ်ဘာသာဋီကာ၊ အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၊** နယူးဘားမားအော့(ဖ်)ဆက် ပိဋကပုံနှိပ်တိုက်၊ မဟာဂန္ဓာရုံ မြင်းမူကျောင်း အမရပူရမြို့၊ ၂၀၀၂၊ ကောဒသမအကြိမ်။

၁၀။ **ရတနာ့ဂုဏ်ရည်၊ အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၊** နယူးဘားမားအော့(ဖ်)ဆက်ပိဋကပုံနှိပ်တိုက်၊ အမရပူရမြို့၊ ၂၀၀၂၊ (၁၅ကြိမ်)။

၁၁။ **မဟာဗုဒ္ဓဝင်ဆဋ္ဌမတွဲ (ပထမပိုင်း) တိပိဋကဆရာတော် ဦးဝိစိတ္တသာရာဘိဝံသ၊** သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန် ၂၀၀၂၊ (ပဥ္စမအကြိမ်)။

မမွဝိသုဒ္ဓိ သိမ်ကျောင်းအလှူရှင်များ

၁။ ကိုခင်ဇော်အောင် + မအေးပြုံး၊ သား - ကိုသန့် ၊

သမီး - ရည်ရွှယ်ဝင့် (မန္တလေး)

၂။ ကိုတင်မြင့် + Dr ဌေးဌေးသန်း၊ သား- Brandon Hsias (U.S.A)

၃။ ဦးခိုင် + ဒေါ်ဆွေတို့အား ရည်စူး၍ ကိုမောင်မောင် + မလွင်လွင်

သမီး - မယဉ်ယဉ်ရွှေသွေး (U.S.A)

၄။ ဦးခင်မောင်ဝင်း + ဒေါ်ခင်မေရီ (ကနေဒါ)

၅။ ဦးအရိယာစာရ (U.S.A)

၆။ ဦးကောမလ (U.S.A)

၇။ ကျေးဇူးရှင် အဖိုးအဖွားနှင့် မိဘတို့အား ရည်စူးအမျှထား၍

ဦးရေချမ်းမိသားစု (U.S.A)

၈။ ဦးအောင်ခန့် + ဒေါ်သန်းသန်းတို့အား ရည်စူး၍ အောင်မင်္ဂလာ

မိသားစု (မန္တလေး)

၉။ မောင်သာလင်း + မစန္ဒရား၊ သား Tyler Hu (U.S.A)

၁၀။ မောင်သန်းဝင်း + မအေးစုချစ် မိသားစု (U.S.A)

၁၁။ ဦးခိုင်တင် + ဒေါ်ရင်ကြည်တို့အား ရည်စူး၍

သမီး-မအေးမြခိုင် (U.S.A)

၁၂။ ဦးကျော်ခင် + ဒေါ်လှရင်တို့အား အမှူးထား၍
သမီး-မခင်လှကြူ (U.S.A)

၁၃။ နှစ်ဖက်မိဘများကို ရည်စူး၍ ကိုကျော်မြင့် + မမြမြ၊
သား - Edward ၊ သမီး - Monica (U.S.A)

၁၄။ မခင်မာကြည်အားရည်စူး၍ G.P နာရီ မိသားစု (မန္တလေး)။

၁၅။ ဦးကြည်ဝင်းအားရည်စူး၍ ဒေါ်ရင်ရင်လွင်မိသားစု (U.S.A)

၁၆။ ကိုစိုးအောင်လွင် + မလွင်မာကောင်းမြင့်၊
သား - မောင်ကောင်းလွင် (U.S.A)

၁၇။ Dr ငွေးသိန်း + မရင်ရင်၊ သား - Bryan ၊ သမီး- Sarah (U.S.A)

၁၈။ ဦးကျော်ခင် + ဒေါ်စောရီတို့အား ရည်စူး၍ Kok Liang Cho,
Freda Fong Cho Family (U.S.A)

၁၉။ U Sein Pe + Daw Ngwei Han Family (U.S.A)

၂၀။ နှစ်ဖက်မိဘများကို အမှူးထား၍ John Lee + Belinda Lee,
sons-Michael Lee, Jimmy Lee (U.S.A)

၂၁။ ကိုနေလင်း + မကြူကြူဝင်း မိသားစု (U.S.A)

၂၂။ ဦးဝင်းမြင့်အား ရည်စူး၍ ဒေါ်စန်းမိသားစု (U.S.A)

၂၃။ ကိုကြည်တိုး + မကျင်အေး (U.S.A)

၂၄။ ဦးစောထွန်း + ဒေါ်အေးအေးမော် (U.S.A)

၂၅။ ဦးမောင်မောင်သန်း + ဒေါ်သီဂီ (U.S.A)

၂၆။ Dr သန်းဆွေ + ဒေါ်ခင်စန်းမြင့် (U.S.A)

၂၇။ Willian Wong + Angustina Wong (U.S.A)

၂၈။ ဦးအုန်းကျော် + ဒေါ်ယဉ်နု (U.S.A)

၂၉။ Mary Yap (U.S.A)

၃၀။ ဒေါ်ကျင်အေး (U.S.A)

၃၁။ Hong Too Lee အားရည်စူး၍ ဇနီး Fee Lee မိသားစု (U.S.A)

၃၂။ ကိုသက်ဦး + မဌေးဌေး၊ သား-ဇော်မင်းဖြိုး (U.S.A)

၃၃။ ကိုထွန်းနိုင် + မခင်လေးယု မိသားစု (U.S.A)

၃၄။ ဦးထွန်းတင် + ဒေါ်ရှင်ဝေါ် မိသားစု (U.S.A)

၃၅။ ဦးမြင့်ကြည် + ဒေါ်မြင့်ဝါ မိသားစု (U.S.A)

၃၆။ ဒေါ်ကျင်ထွေး (U.S.A)

စာအုပ်အလှူရှင်များ

၁။ ဦးခင်ဇော်အောင် + ဒေါ်အေးပြုံး သား-ကိုသန့် သမီး-ရည်ရွှယ်ဝင့် မိသားစု

၂။ ဒေါက်တာ မင်းမင်းအေး သမီး- မမြတ်သီရိ သား-မောင်ဇေယံ မိသားစု အမှတ်-၁၃၁၊ ၉ထပ်၊ကုန်းကျွမ်းလမ်း၊ ကျုံးဟိုမြို့၊ထိုင်ပေ၊ ထိုင်ဝမ်။

၃။ ဒေါ်အေးအေးဝင်း၊ ဒေါ်ညိုညိုဝင်း (အန်တီအေး အန်တီညို အထည်ဆိုင်) လှည်းတန်းဈေး။

၄။ ဦးထွန်းမြအားအမှူးထား၍ ဦးမောင်မောင် + ဒေါ်တင်တင် မိသားစု ကျွန်းလှမြို့သစ်။

၅။ ဦးဝေဖြိုး + ဒေါ်နုနုအောင် သမီး- မခိုင်ဇင်သန့် သား- မောင်ဇေယျာထက် ၁၆/၂ရပ်ကွက်၊ သက်န်းကျွန်း။

၆။ ဒေါက်တာ ကျော်မိုးနိုင် + ဒေါ်မာမာဌေး မြကန်သာအိမ်ယာ။

၇။ နှစ်ဖက်မိဘများအား အမှူးထား၍ ကိုကျော်ဝင်းနိုင် + မချိုချိုဌေး မိသားစု (ထိုင်ဝမ်)

၈။ ဦးဟန်သိန်း + ဒေါ်ပိုးအင်း (ထိုင်ဝမ်)

၉။ မဖြူဖြူ (ထိုင်ဝမ်)

၁၀။ Susan Keong (ထိုင်ဝမ်)

၁၁။ ဒေါ်အေးမြကြည် (ထိုင်ဝမ်)

၁၂။ ဒေါ်ပိုက် (ထိုင်ဝမ်)

၁၃။ Vicky Su (ထိုင်ဝမ်)

၁၄။ Kenneth Su (ထိုင်ဝမ်)

၁၅။ ဒေါ်ဝင်းဝင်းကြူ (ထိုင်ဝမ်)

၁၆။ မရင်ငွေ (ထိုင်ဝမ်)

၁၇။ မရင်ရွှေ (ထိုင်ဝမ်)

၁၈။ ဒေါ်အေးအေးမော် (ခ)ဟုန်ဖိတ်ရောင် မိသားစု ခေတ္တ (ထိုင်ဝမ်)