http://www.dhammadownload.com

အမှတ်-၁၀၂၂

DHAMMAVIJJĀLAYA

2546 2003

CENTRE FOR BUDDHIST STUDIES

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာ

နှင့်

ယနေ့ကမ္ဘာ

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာခုခေါ်စေသော်

အောင်ဇမ္ဗူပုံနှိပ်လုပ်ငန်း
အမှတ်(၁၅၂)၊ ၂၂-လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း-၀၁-၃၇၄၃၉၃, ၀၉-၅၁၄၆၀၉၅

http://www.dhammadownload.com

Ma Chit

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာ နှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ လူ့လောကမှာ ပေါ်ထွန်းလာခဲ့တာဟာ အများသတ္တဝါတွေရဲ့ **'ဟိတသုခ'** အလို့ငှာ ပေါ်ထွန်းလာခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ **'ဟိတ'** ဆိုတာ အခြေအနေကောင်းတွေကို ခေါ်ပါတယ်။ **'ဟိတ'** ဆိုတဲ့ အခြေအနေကောင်းတွေ ရှိမှသာလျှင် **'သုခ'** လို့ ခေါ်တဲ့ ကိုယ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ ဘဝမှာ အဆင်ပြေမှု၊ ဘဝသံသရာက လွတ်မြောက်မှု၊ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို ကျော်လွှားနိုင်မှုဆိုတဲ့ အကျိုးတရားတွေကို ရနိုင်မှာပါ။

'ဟိတ' ဆိုတာ အကြောင်းတရား၊ **'သုခ'** ဆိုတာ အကျိုးတရား၊ အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရား နှစ်မျိုးစုံ ဖြစ်ပေါ်စေမှသာလျှင် တည်မြဲတဲ့ ချမ်းသာသုခ

http://www.dhammadownload.com

ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အခြေအနေကောင်းတွေ မရှိဘဲနှင့် ချမ်းသာသုခ ရရှိနိုင်တယ်၊ ချမ်းသာသုခတည်ရှိနိုင်တယ်ဆိုတာ မဖြစ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ပွင့်တော်လာတာနှင့် ပတ်သက်ပြီးတော့ **'အတ္ထာယ ဟိတာယ သုခါယ ဒေဝမနုဿာနံ'** လို့ ဟောတာပါ။

မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါတွေရဲ့အကျိုးအတွက်၊ သတ္တဝါတွေရဲ့ အခြေအနေကောင်းတွေ ရရှိဖို့အတွက်၊ သတ္တဝါတွေ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာရေးအတွက် ပွင့်လာတယ်။ ပွင့်လာပြီးတော့ ဟောကြားတဲ့ တရားတွေဟာလည်းပဲ အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး 'သုခ' ဆိုတဲ့ ကိုယ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ချမ်းသာမှုတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတာပါ။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ဒေသနာတော်တွေဟာ လူ့ဘဝ ရရှိထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီးမှ ချမ်းသာသုခကို ရရှိစေတဲ့ တရားမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ (၃၈)ဖြာ မင်္ဂလာတရားတော် ဆိုတဲ့နေရာမှာ **မင်္ဂလာ** ဆိုတာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ

http://www.dhammadownload.com

တွေနဲ့ အရာရာမှာ အောင်မြင်မှုတွေကို ဆိုတာပါ။ ဘယ်ကိစ္စမှာမဆို အရှုံးမရှိဘဲနဲ့ အရာရာအောင်မြင်နိုင်တာကို ပြောတာ။

ဒါကြောင့်မို့ **'မင်္ဂလသုတ်'** ထဲမှာ **'သဗ္ဗတ္ထ မပရာဇိတာ၊ သဗ္ဗတ္ထ သောတ္ထိံ ဂစ္ဆန္တိ'** အရှုံးမရှိ၊ အရာရာမှာ အောင်မြင်တယ်၊ ချမ်းသာသုခရနိုင်တယ်လို့ ဟောတာပါ။ ဒါ မင်္ဂလာရဲ့ အကျိုးသရုပ်ကို ဖော်ပြတာပါ။ ထိုကဲ့သို့ အရာရာအောင်မြင်ဖို့နှင့် အရာရာချမ်းသာဖို့ဆိုတာ (၃၈)မျိုးသော အခြေအနေကောင်းတွေကို ရရှိမှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူမိုက်တွေနဲ့ မပေါင်းခြင်း၊ ပညာရှိနဲ့ပေါင်းခြင်းဆိုတာ အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖန်တီးပေးတာ။ အဲဒီလို လူမိုက်တွေနဲ့မပေါင်းဘဲ ပညာရှိတွေနှင့် ပေါင်းခြင်းလို့ဆိုတဲ့ အခြေအနေကောင်း မရှိဘူး ဆိုလို့ရှိရင် ချမ်းသာသုခဆိုတဲ့ မင်္ဂလာအကျိုးတရား မရနိုင်ပါဘူး။

မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားဒေသနာတွေဟာ သံသရာဝဋ်က လွတ်ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရဖို့

http://www.dhammadownload.com

ဆိုတာချည်း တစ်ခုတည်း မဟုတ်ပါဘူး။ သံသရာထဲ ကျင်လည်နေတဲ့ အချိန်မှာလည်းပဲ အရာရာ အဆင်ပြေပြီး၊ အခြေအနေကောင်းတွေ ရရှိပြီး ချမ်းသာသုခ ရဖို့ တစ်ဘဝကနေ တစ်ဘဝ သံသရာထဲလည်တဲ့ အခါမှာလည်းပဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ နည်းနိုင်သမျှနည်းပြီး ချမ်းချမ်းသာသာရှိဖို့ တရားမွေတွေကို ဟောထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါက တစ်ပိုင်းပါ။

နောက်ဆုံး သံသရာဝဋ်ကနေလွတ်ပြီး "အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း" လို့ဆိုတဲ့ ဒီဆင်းရဲဒုက္ခတွေက လုံးဝ လွတ်မြောက်တဲ့၊ ထာဝရငြိမ်းချမ်းတဲ့ အငြိမ်းဓာတ်ကို ရရှိချင်တယ်ဆိုလဲ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်က ထိုနောက်ဆုံးအဆင့်ဖြစ်တဲ့ **'နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ'** ကိုလည်း ရောက်ရှိစေတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ဖော်ပြထားတယ်။

ဒီကနေ့ မြန်မာနိုင်ငံမှာရှိတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင်တွေ အများစုက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောထားတဲ့ **'ပိဋကတ်သုံးသွယ်၊ နိကာယ်ငါးဖြာ၊ ဓမ္မခန္ဓာပေါင်း ရှစ်သောင်းလေးထောင်'** ဆိုတဲ့ ဒီတရားတွေဟာ

http://www.dhammadownload.com

လောကုတ္တရာတရားတွေ ဖြစ်တယ်၊ ဘုန်းကြီးစာတွေ ဖြစ်တယ်၊ တို့နဲ့မဆိုင်ဘူး ဒီလိုထင်ကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတွေဟာ လောကုတ္တရာကို ဦးတည်တာ မှန်သော်လည်း လောကမှာ နေရေး၊ ထိုင်ရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုဆက်ဆံရေး၊ နိုင်ငံရေးဆိုတာ အဆင်တပြေရှိဖို့ နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို မြတ်စွာဘုရား ဟောထားခဲ့တာပါ။

ဒါကြောင့်မို့ ပိဋကတ်တရားတော်တွေဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားချည်း မဟုတ်ပါဘူး။ နိဗ္ဗာန်မရောက်ခင်စပ်ကြား သံသရာလည်နေတဲ့အချိန်မှာ စီးပွားဘယ်လိုရှာရမယ်၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်၊ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ သက်သာအောင် ဘယ်လိုနေထိုင်ရမယ်၊ အရာရာအောင်မြင်အောင် ဘယ်လိုကျင့်သုံးရမယ်ဆိုတာ အခြေခံကစပြီးတော့ ရှင်းလင်းထားတာ ပိဋကတ်ထဲမှာ မြောက်မြားစွာရှိပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက 'အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်' 'အဋ္ဌသုတ္တန်' မှာ ဟောထားတာက လောကမှာ လူရယ်လို့ ဖြစ်လာ

http://www.dhammadownload.com

လို့ရှိရင် အသိဉာဏ်မျက်စိ(၂)မျိုး ရှိရမယ်တဲ့။ စီးပွား ရှာတတ်တဲ့ မျက်စိလည်း ရှိရမယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ပတ်သက်ပြီး အကောင်းအဆိုး၊ အကြောင်းအကျိုး ခွဲခြားသိတတ်တဲ့ **'ဓမ္မမျက်စိ'** လည်း ရှိရမယ်။ လောက လူသားတွေဟာ မျက်စိနှစ်လုံးရှိမှ ပြည့်စုံသလိုပဲ၊ လူ့ဘဝ ရလာလို့ရှိရင်လည်းပဲ ဒီပညာမျက်စိနှစ်မျိုး ရှိရမယ်။ လူဖြစ်လာရင် စီးပွားရှာတတ်ရမယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းအောင် ကျင့်သုံးတတ်ရမယ်။ ဒါမှ ပြည့်စုံတဲ့လူသား(ideal person)လို့ အကောင်းဆုံး လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရား လမ်းညွှန်ထားတာပါ။

စီးပွားရေးမျက်စိဆိုတာ မရသေးတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာ တွေရအောင်၊ ရပြီးသား စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေကို တိုးပွား အောင်လုပ်တဲ့ နည်းပညာတွေ တတ်ကျွမ်းတာကို ပြောတာ။ ထိုသို့ တတ်ကျွမ်းမှသာလျှင် လောကမှာ မပင်မပန်း ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ နေနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

နောက်တစ်ဖက်ကလည်း စီးပွားရေးဘက်က တိုးတက်ရုံတင် မဖြစ်ဘူး၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းဖို့ စိတ်ဓာတ်မြင့်မားဖို့ဆိုတဲ့ ဘက်ကလည်း အင်မတန်မှ အရေးကြီးပါတယ်။ စီးပွားတစ်ခုတည်းသာ ရှာတတ်ပြီး ကိုယ်ကျင့်တရား မပါဘူး၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ပတ်သက်တဲ့အသိ မရှိဘူးဆိုလို့ရှိရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ မျက်စိတစ်လုံးကွယ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့တူတယ်။

စီးပွားကို ရှာတတ်ပြီးတော့ ကိုယ်ကျင့်တရား ဘက်က အသိဉာဏ်မရှိဘူးဆိုရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ စီးပွားကို ရတဲ့နည်းနဲ့ ရှာတတ်တယ်။ ပိုက်ဆံရ ပြီးရော ဆိုတဲ့ အနေအထားမျိုးကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ်ကျင့် တရား ကင်းမဲ့သူ ဖြစ်လာတယ်။ သူရလာတဲ့ စည်းစိမ် ဥစ္စာလည်း ကြာရှည်ခံတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာ မဖြစ်ပါဘူး။ တစ်ခဏတာမျှ စီးပွားရေးအောင်မြင်သော်လည်း မကြာခင် ထိုစီးပွားရေးဟာ လက်လွှတ်ဆုံးရှုံးသွားနိုင် ပါတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ထိန်းမထားလို့ရှိရင် စီးပွားဥစ္စာ တိုးတက်မှုဟာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အတွက် အန္တရာယ် ကြီး ဖြစ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက အသိပညာ(၂)မျိုး ရအောင် လုပ်ရမယ်။ ဒါ အခြေအနေကောင်းတွေပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက အခြေအနေကောင်းတွေကို ဟော ပေးတာ။ အေး . . . ဒီဘဝမှာ ချမ်းသာသုခတွေရဖို့ ဆိုတဲ့ အကြောင်းတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး၊ စီးပွားရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဒီဘဝမှာ ပြည့်စုံရမည့် အချက်အလက် တွေကို မြတ်စွာဘုရားကဟောတာ။

လူ့လောကဟာ ဒီဘဝ ပြည့်စုံရုံနှင့် မပြီးသေး ဘူး။ လူတွေမှာ ဘဝသံသရာဆိုတာ ရှိနေသည့် အတွက်ကြောင့် ဒီဘဝကောင်းရုံလေးနဲ့ မပြီးသေးဘူး၊ နောင်ဘဝအတွက် အနာဂတ်ရေးဆိုတာကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားပြီး ပြင်ဆင်သင့်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ နောင် ဘဝကောင်းဖို့အတွက်ကိုလည်းပဲ ခုနေက ကြိုကြို တင်တင် ပြင်ပြင်ဆင်ဆင်ဆိုတာ ရှိရပါတယ်။

စီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်တောင်မှပဲ အခုခေတ်မှာ အနာဂတ် မြော်မှန်းချက်တွေနဲ့ စီမံကိန်းကြီးတွေချပြီး တော့ ဆောင်ရွက်ကြရတာ မဟုတ်လား။ ထို့တူပါပဲ ကိုယ့်ရဲ့ဘဝမှာ ဒီဘဝတစ်ခုတည်း အောင်မြင်လို့ မဖြစ်

http://www.dhammadownload.com

ပါဘူး။ နောင်ဘဝအတွက်ကိုလည်းပဲ မျှော်လင့်ချက်နှင့် စီမံကိန်းတွေထားဖို့ လိုအပ်ပါသေးတယ်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ လက်ထက်တော် ကာလတုန်းက ကောလိယတိုင်း၊ **'ကက္ကရပတ္တ'** ဆိုတဲ့မြို့မှာ မြတ်စွာဘုရား ရောက်ရှိနေတဲ့ အချိန်ပိုင်းလေးမှာ အဲဒီ **'ကက္ကရပတ္တ'** က **'ဒီဃဇာဏု'** ဆိုတဲ့ အမျိုးသားဦးဆောင်ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာထံ ဝင်ရောက်ချဉ်းကပ်ကြတယ်။ သူတို့က မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တယ်။ "အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ဟာ ဒီဘဝမှာလဲ ချမ်းချမ်းသာသာ၊ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် မိသားစုနဲ့ သိုင်းသိုင်းဝိုင်းဝိုင်း နေချင်ပါတယ်။ နောင်ဘဝမှာလည်း ကောင်းရာဘုံဘဝကို ရောက်ချင်တယ်။ အဲဒီလိုဖြစ်နိုင်တဲ့ အခြေအနေကောင်းတွေများ ရှိပါသလား" တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားက 'ရှိတယ်၊ ဒီဘဝအတွက် **'ဟိတသုခ'** အခြေအနေကောင်းတွေနဲ့ ချမ်းသာသုခကို ရစေနိုင်တဲ့ အချက်လေးမျိုးရှိတယ်။ နောင်ဘဝအတွက်လည်းပဲ အခြေအနေကောင်းတွေ ပေးပြီးတော့

http://www.dhammadownload.com

ချမ်းသာသုခကို ရစေနိုင်တဲ့ အကြောင်းတရားလေးမျိုး ရှိတယ်" ဆိုပြီး **အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်** မှာပဲ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့ သုတ်တစ်သုတ်ကို မှတ်တမ်းတင်ထားတာ ရှိပါတယ်။

အဲဒီသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရားက ဒီဘဝအတွက် **'ဟိတသုခ'** အခြေအနေကောင်းနဲ့ ချမ်းသာကို ရစေတတ်တဲ့ အချက်ကတော့ -

နံပါတ်(၁) **'ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ'** – ကိုယ်လုပ်တဲ့လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကြိုးကြိုးစားစား လုပ်ကိုင်ရမယ်။ အဲဒီ **'ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ'** တက်တက်ကြွကြွ၊ ကြိုးကြိုးစားစား လုပ်တယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ မြတ်စွာဘုရားက ထပ်ပြီးတော့ ရှင်းထားတယ်။ ကြိုးစားတိုင်းရသလားဆိုတော့ ကြိုးစားတိုင်း မရနိုင်ဘူး။ ကြိုးစားတယ်ဆိုတဲ့ အချက်ထဲမှာ ဘာတွေပါတုန်း ဆိုလို့ရှိရင် **'ဒက္ခ'** လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်မှုရှိရမယ်၊ **'အနလသ'** ဇွဲကောင်းမှု ရှိရမယ်၊ **'ဥပါယဝီမံသ'** နည်းပညာ ရှိရမယ်။

ကြိုးစားမှုရှိရုံ တစ်ခုတည်းနှင့်တော့ မရဘူး။ ကြိုးစားမှုဆိုတဲ့ထဲမှာ အရေးကြီးတဲ့အချက် (၃)ချက်

http://www.dhammadownload.com

ပါတယ်။ အရေးကြီးတဲ့အချက်(၃)ချက်က လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်မှု၊ ကြိုးတော့ကြိုးစားတယ် လုပ်ငန်းမကျွမ်းကျင်ဘူး မအောင်မြင်နိုင်ဘူး။ ကြိုးတော့ကြိုးစားတယ် ဖွဲ့မကောင်းဘူး မအောင်မြင်ဘူး။ ကြိုးတော့ ကြိုးစားတယ် နည်းပညာ နိမ့်ကျနေတယ်၊ စီမံခန့်ခွဲနိုင်တဲ့ စွမ်းအားတွေ မရှိဘူး၊ မအောင်မြင်နိုင်ဘူးတဲ့။

ဒါ လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်း နှစ်ထောင့်ငါးရာကျော်က မြတ်စွာဘုရားက စီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ အောင်မြင်ဖို့ နည်းလမ်းတစ်ခုပေးထားတာပါ။ ဒါက မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ ပိဋကတ်တော်တွေထဲမှာပါတဲ့ တရားပါ။ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်မှု၊ ဖွဲ့ကောင်းမှု၊ နည်းပညာ အဲဒီ(၃)ရပ် ပေါင်းစပ်ထားတဲ့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုဆိုတာ ရှိရမယ်တဲ့။

နောက်တစ်ချက်က 'အာရက္ခသမ္ပဒါ' - ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မှုရှိရမယ်။ လောကမှာ စီးပွားဉစ္စာတွေနဲ့ ငွေကြေးနေမြောက်မြားစွာရလာတယ်။ ကုန်ပစ္စည်းတွေ မြောက်မြားစွာ ထုတ်နိုင်တယ်။ သို့သော် မထိန်းသိမ်းဘူးဆိုရင် အလေအလွင့်တွေများပြီးတော့ စီးပွားဉစ္စာ

http://www.dhammadownload.com

တိုးသင့်သလောက် မတိုးဘူး။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ထိန်းသိမ်းဖို့ နည်းပညာတတ်ရတယ်။

အလုပ်လုပ်ပြီး ရလာတဲ့ပစ္စည်းကို ရေကြောင့် မပျက်စီးအောင်၊ မီးကြောင့် မပျက်စီးအောင်၊ ပစ္စည်းကို ဖျက်ဆီးတတ်တဲ့ ရန်သူမျိုးငါးပါးထဲက တစ်ခုခုနဲ့မှ မပျက်စီးရအောင်၊ အလေအလွင့်မရှိရအောင် သေချာစောင့်ရှောက်မှုဆိုတဲ့ 'အာရက္ခ သမ္ပဒါ' တရားရှိဖို့ လိုသေးတယ်။ ဒါလဲဒုတိယအချက်အနေနဲ့ အခုလက်ရှိဘဝမှာ စီးပွားတိုးတက်ဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာ။ ဒါလည်း အင်မတန် လိုအပ်တဲ့ အကြောင်းတရားတစ်ခုပါ။

နောက်တစ်ခုကတော့ 'ကလျာဏမိတ္တတာ' မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်း ရှိရမယ်။ စီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အကြံပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ အကျင့်စာရိတ္တကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ အသိပညာရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ စွန့်လွှတ်နိုင်မှုရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ယုံကြည်မှုရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ အဲဒီလို မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတွေလဲပဲ အင်မတန်မှ လိုအပ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီကနေ့ခေတ်ကြည့်၊ စီးပွားဥစ္စာ တိုးတက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပုဂ္ဂိုလ်တွေတိုင်းဟာ ဒီအခြေအနေကောင်းတွေ ရှိနေတယ်။ ခုနက ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုကြောင့် ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ရလာနိုင်တယ်။ ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်းတွေ ရှိတတ်လို့ စုမိဆောင်းမိ ရှိလာတယ်။ သို့သော် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း မရှိဘူးဆိုလို့ရှိရင် ထိုပစ္စည်းတွေဟာ သဲထဲမှာ ရေသွန်လိုက်သလိုပဲ အသုံးအဖြုန်းနဲ့ တစ်ခါတည်း ပျက်စီးဆုံးရှုံးပြီးတော့ သွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း ရှိဖို့ဆိုတာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးပါတယ်။

ဟော၊ နောက်ဆုံး စီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တကယ့်ကို အရေးကြီးတဲ့ အချက်တစ်ခုကတော့ **'သမဇီဝိတာ'** ရလာတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာ၊ ကိုယ်ထုတ်လုပ်တဲ့ ပစ္စည်း၊ ကိုယ့်ရဲ့ဝင်ငွေထွက်ငွေနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် စာရင်းဇယား ခိုင်ခိုင်မာမာထားပြီးတော့ ဝင်ငွေနှင့် ထွက်ငွေ အမြဲတမ်း မျှမျှတတဖြစ်နေဖို့ အရေးကြီးတယ်။ **'သမဇီဝိတာ'** ဆိုတဲ့ သဘောက ဝင်ငွေနှင့် ထွက်ငွေ အမြဲတမ်းညှိပြီးတော့ သုံးစွဲတဲ့ အခုခေတ်

http://www.dhammadownload.com

စီးပွားရေးပညာလိုပဲ။ ဝင်ငွေတွေကများပြီးတော့ သုံးငွေနည်းနေလို့ မဖြစ်ဘူး၊ သုံးငွေတွေက များပြီးတော့ ဝင်ငွေတွေက နည်းနေလို့လည်း မဖြစ်ဘူး။ ထိုနှစ်ခုဟာ ဝင်ငွေနဲ့ထွက်ငွေ မျှမျှတတ သုံးတတ်ဖို့တဲ့။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီကနေ့ခေတ် စီးပွားရေးပညာရပ်တွေဟာလည်း ဒါ အဓိကထားကြတာ။ ဝင်ငွေထွက်ငွေ ညှိပြီးတော့ ဆောင်ရွက်တာ။ ဒါကြောင့်မို့ ဘတ်ဂျက်စာရင်းတွေ ဘာတွေ ရှင်းတယ်ဆိုတာ ဒီ 'သမဇီဝိတာ' ကို ပြောတာပါ။ ဝင်ငွေက ဘယ်လောက်ရှိနေတယ်၊ ထွက်ငွေက ဘယ်လောက်ရှိတယ်၊ လိုငွေက ဘယ်လောက် ပြနေတယ်၊ ပိုငွေက ဘယ်လောက်ပြနေတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်း နှစ်ထောင့်ငါးရာကတည်းက ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု၊ အလေအလွင့်မရှိအောင် ထိန်းသိမ်းမှု၊ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းရှိမှု၊ ဝင်ငွေ ထွက်ငွေ မျှမျှတတသုံးစွဲမှုဆိုတဲ့ ဒီအချက်ကြီး (၄)ချက်ကို ဟောခဲ့တာဖြစ်တယ်။ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မှ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီ စည်းကမ်းအတိုင်း

http://www.dhammadownload.com

ဆောင်ရွက်ကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင် စီးပွားရေးက တိုးတက်လာမှာပဲ။ အများကြီးမတိုးတက်တောင် ပျက်စီးမသွားနိုင်ဘူး။ ဒါ ဒီဘဝမှာ ကောင်းတဲ့ အခြေအနေတွေနဲ့ ကောင်းတဲ့ ချမ်းသာသုခကို ပေးစွမ်းနိုင်တဲ့ အချက်လေးချက်ပဲ။

တမလွန်ဘဝအတွက်ကတော့ ဒီဘဝကလုပ်တဲ့ဟာတွေပါ။ အဲဒီတမလွန်ဘဝအတွက် ရှိသင့်ရှိထိုက်တဲ့ အရည်အသွေးကတော့ အခြားမဟုတ်ဘူး။ ဓမ္မနှင့် ပတ်သက်တဲ့ အသိဉာဏ်။ အခုနက ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ သိတဲ့မျက်စိရှိရမယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် နံပါတ်(၁) ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းရမယ်လို့ ဆိုလိုတယ်။

နံပါတ်(၂) ယုံကြည်ချက်ရှိရမယ်။ ယုံကြည်ချက်ဆိုတာ ဘာသာတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ မှန်စွာသိတဲ့ အသိဉာဏ်ကို လက်ခံလို့ မြတ်စွာဘုရားသွန်သင်ဆုံးမသမျှကို လေးစားလိုက်နာမှု၊ ယုံကြည်မှုရှိရမယ်။ ယုံကြည်မှုရှိသလို ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

နံပါတ်(၃) စွန့်လွှတ်နိုင်မှု ရှိရမယ်။ လူဟာ မိမိရလာတဲ့ အခွင့်အရေးကို တစ်ယောက်တည်းမသုံးဘဲ၊ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း မခံစားဘဲ မိမိပတ်ဝန်းကျင်နှင့် မျှဝေခံစားတတ်ရမယ်။ ဒါကို **'စာဂသမ္ပဒါ'** လို့ခေါ်တယ်။ ကိုယ်ရလာတဲ့ ဘယ်အခွင့်အရေးကိုမှ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း သိမ်းပိုက်ထားတာမျိုးမရှိဘဲ အားလုံး လောကလူသားတွေနှင့် မျှဝေခံစားတတ်တဲ့ **'စာဂသမ္ပဒါ'** မျိုးရှိရမယ်။

နောက်တစ်ခု နံပါတ်(၄)က **'ပညာသမ္ပဒါ'**၊ အကြောင်းအကျိုး၊ အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားသိတာက အစ လောကမှာရှိတဲ့ သဘာဝတရားတွေဟာ ဘယ်ဟာမှ မမြဲဘူးဆိုတာကို သိရှိနားလည်ထားတဲ့ ပညာမျိုး ရှိရမယ်။

အကျဉ်းချုပ် ပြောရလို့ရှိရင် **'သဒ္ဓါသမ္ပဒါ'** ယုံကြည်မှု ရှိရမယ်။ **'သီလသမ္ပဒါ'** ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ပြည့်စုံရမယ်။ **'စာဂသမ္ပဒါ'** မျှဝေခံစားဖို့၊ ကိုယ့်ရဲ့ ပိုင်ဆိုင်တဲ့ပစ္စည်းကို စွန့်လွှတ်ပြီး အများကို မျှဝေခံစားနိုင်ဖို့ စွန့်ကြဲတတ်မှုရှိရမယ်။ **'ပညာသမ္ပဒါ'** အသိပညာ

http://www.dhammadownload.com

ရှိရမယ်လို့ ဟောသည့်အကြောင်းတရား (၄)ပါးဟာ 'ဟိတ' ကောင်းသောချမ်းသာတွေကို ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ အခြေအနေကောင်းတွေလို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီအခြေအနေကောင်း(၄)မျိုး ရှိနေလို့ရှိရင် 'သုခ' လို့ဆိုတဲ့ အရာရာမှာ အဆင်ပြေမှု၊ ကိုယ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ချမ်းသာမှု ဆိုတာတွေ ဖြစ်ပေါ်လာမှာပါ။

'ဟိတ' မရှိဘဲ 'သုခ' ဆိုတာကို မရနိုင်ပါဘူး။ 'ဟိတ' မရှိဘဲနဲ့ 'သုခ' ဆိုတာ မတည်မြဲပါဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီစကားလုံးနှစ်ခုကို အမြဲတွဲပြီးတော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ တရားတော်တွေထဲမှာ 'ဟိတာယ သုခါယ' လို့ ဖော်ပြထားတယ်။ အခြေအနေကောင်းတွေ ရှိရမယ်။ အခြေအနေကောင်းတွေရှိမှ ထိုအခြေအနေကောင်းတွေကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာမယ့် ချမ်းသာသုခကို ရရှိနိုင်မှာဖြစ်တယ်။

ဒီလို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ 'ပိဋကတ်သုံးသွယ် နိကာယ်ငါးဖြာ ဓမ္မက္ခန္ဓာ' ထဲမှာ လူ့ဘဝရရှိလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးရမယ့်အချက် အများအပြား ဖော်ပြထားတာ တွေ့ရလို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

http://www.dhammadownload.com

သူတော်စင်တွေအနေနဲ့ ဗုဒ္ဓဟောတဲ့ တရားအတိုင်း လိုက်နာပြီး စီးပွားရေးကို ဆောင်ရွက်ကြမယ် ဆိုလို့ ရှိရင် စီးပွားလည်း တိုးတက်နိုင်ပါတယ်။ လူမှုရေး ဆောင်ရွက်ကြမယ် ဆိုလို့ရှိရင်လည်း လူမှုရေးဘက်က တိုးတက်ကြမယ်။တော်တော်များများက ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ပေမယ့်လို့ ဗုဒ္ဓဟောကြားတဲ့တရားနှင့် ပတ်သက် လာလို့ရှိရင် အဆင့်မြင့်တဲ့ဘက်ကို ကြည့်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားဟာ 'အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ' စသဖြင့် ဟောတယ်။ သံသရာက ငြီးငွေ့ဖို့ရာဟောတယ်၊ သစ္စာ လေးပါးထဲမှာ ဆိုလို့ရှိရင် 'ဒုက္ခ'၊ 'ဒုက္ခသမုဒယ' ဆင်းရဲ မှုကို ဦးတည်ဟောတယ်ဆိုပြီးတော့ တချို့က အထင် မြင်လွဲတယ်။ pessimism 'အဆိုးမြင်ဝါဒ' လို့ အထင် မြင် လွဲကြတာရှိတယ်။ မဟုတ်ပါဘူး၊ သံသရာဝဋ်က လွတ်မြောက်ဖို့အတွက် တွယ်တာမှုကို ပယ်ဖို့ရာက ဒီနည်းလမ်းပဲ ရှိပါတယ်။

သံသရာထဲမှာ အဆင်တပြေ နေဖို့ရာအတွက် မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့တရားတွေ မြောက်များစွာ ရှိတယ်။ လူမှုရေးနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင်လည်း

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားဟောထားတာ 'သိင်္ဂါလောဝါဒသုတ်'မှာ အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမား ဆက်ဆံရေး၊ မိသားစု အတွက် ဆက်ဆံရေး၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရေးဆိုတာတွေ ဟောထားတယ်။

ခုန စီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အချက်အလက်တွေဟာ ကြီးပွားတိုးတက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ကြီးပွားတိုးတက်နေတဲ့ နိုင်ငံတွေ၊ ကြီးပွားတိုးတက်နေတဲ့ ကုမ္ပဏီတွေ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့တရားကို မသိသော်လည်းပဲ မြတ်စွာဘုရားဟောထားတဲ့ အချက်အလက်တွေနဲ့ ပြည့်စုံတယ်လို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။ သူတို့မှာ 'ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ' ရှိတယ်၊ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်တယ်၊ နည်းပညာကောင်းတယ်၊ ကြိုးစားတယ်၊ ဟောဒီ အချက်အလက်တွေဟာ ငြင်းလို့မရတဲ့ အချက်အလက်တွေပဲ။ သူတို့မှာ 'အာရက္ခသမ္ပဒါ' ရှိတယ်။ အလေအလွင့်မရှိအောင် ထိန်းတတ်သိမ်းတတ်တယ်။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း ရှိတယ်။ စီးပွားရေးအကြံပေးမယ့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အကျင့်ကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိတယ်။ 'သမဇီဝိတာ' လို့ဆိုတဲ့ ဝင်ငွေထွက်ငွေ မျှတအောင်

http://www.dhammadownload.com

သုံးတယ်။ ဒီအချက်အလက်တွေနဲ့ ပြည့်စုံလို့ စီးပွားရေး တိုးတက်တာပါ။

ဗုဒ္ဓဟောကြားတဲ့အတိုင်းသာ လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြမယ်ဆိုရင် လောကမှာ စီးပွားရေးဘက်ကလည်း တိုးတက်နိုင်ပါတယ်။ လူမှုရေးဘက်ကလည်း ပြဿနာတွေ နည်းနိုင်သမျှနည်းပြီးတော့ အဆင်တပြေဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ကောင်းတဲ့အခြေအနေတွေ၊ အခြေအနေကောင်းတွေ၊ အကြောင်းတရားတွေကို မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတယ်။

'အပရိဟာနိယ' တရား မပြတ်စည်းဝေးပါ၊ ညီညီညွတ်ညွတ် စည်းဝေးပါ၊ ညီညီညွတ်ညွတ်စည်းဝေးပြီး ဆုံးဖြတ်ပါ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်း တစ်ညီထဲ အကောင်အထည်ဖော်ပါ ဆိုတာကို အခြေခံထားတာပါ။

နောက် 'ဓမ္မပဒ' မှာ ကြည့်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် မြတ်စွာဘုရားက -

နဟိ ဝေရေန ဝေရာနိ၊ သမ္မန္တီဓ ကုဒါစနံ၊

အဝေရေန စ သမ္မန္တိ၊ သေ ဓမ္မော သနန္တနော။

http://www.dhammadownload.com

ငြိမ်းချမ်းတဲ့နည်းဟာ မေတ္တာတရားသာဖြစ်တယ် လို့ ဟောထားတာဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောထား တဲ့အတိုင်း လိုက်နာမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ကမ္ဘာကြီးဟာ လည်း ငြိမ်းချမ်းသွားမှာပါ။ စီးပွားရေးတိုးတက်မှုလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်၊ ကမ္ဘာကြီး ငြိမ်းချမ်းအောင်လဲ ဗုဒ္ဓ တရားတော်က ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်တယ်။ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးအားလုံး အဆင်တပြေဖြစ်ပြီးတော့ ငြိမ်းချမ်းတဲ့ ကမ္ဘာကြီးတစ်ခု ဖန်တီးနိုင်ဖို့အတွက် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောထားတဲ့ တရားဒေသနာတော်တွေ ရှိပါတယ်။

ဘုရားတရားတော်တွေဟာ လောကုတ္တရာတရား တွေပဲ၊ ဒို့နဲ့မဆိုင်ဘူးလို့ ထင်နေကြတယ်။ ဒီလို စီးပွားရေးဘက်မှာ ဘုရားတရားတော်အတိုင်း အသုံးချ ရမယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ အသိနည်းကြပါတယ်။ တချို့က မသိရုံတင်မကဘူး ဒီဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော် တွေအတိုင်း လုပ်လို့ရှိရင် စီးပွားရေး မတိုးတက်နိုင်ဘူး လို့တောင် ထင်တာရှိတယ်။

၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်က ဘုန်းကြီးတို့ဆီမှာ ကိုရီးယား ဘိက္ခုနီတစ်ဦး အကူအညီတောင်းပြီးတော့ ပါရဂူဘွဲ့

http://www.dhammadownload.com

Ph.D Thesis လာလုပ်သွားတာရှိပါတယ်။ သူနဲ့ စကား စပ်မိလို့ပြောတော့ သူတို့ ကိုရီးယားမှာတဲ့၊ လူတော် တော် များများမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်လို့ရှိရင် တိုင်းပြည် မကြီးပွားနိုင်ဘူးလို့ အမြင်ရှိကြတယ်တဲ့။

အဲဒီအမြင်က ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို မသိလို့။ သူတို့ က ဘာကိုကြည့်တုန်းလို့ဆိုလို့ရှိရင် **'ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ'** သူ့အသက်ကို မသတ်ရဘူး၊ သူ့ဥစ္စာ မခိုး ရဘူး စသဖြင့် ငါးပါးသီလမှာ မလုပ်ရဘူး၊ ရှောင်ရမယ် ဆိုတာတွေကိုကြည့်ပြီးတော့ လောကကြီးမှာ ဒါတွေ ရှောင်နေလို့ စီးပွားရေးလုပ်လို့မဖြစ်ဘူးလို့ ဒီလိုယူဆ ကြတာရှိပါတယ်။

အမှန်မှာ စီးပွားရေးဖြစ်နိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေ အများကြီးရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက မလုပ်ရဘူးလို့ ပြောတဲ့ဟာက **'ဝါရိတ္တ'**၊ လုပ်ရမယ်လို့ ပြောတာက **'စာရိတ္တ'**၊ **'ဝါရိတ္တသီလ'** နှင့် **'စာရိတ္တသီလ'** နှစ်မျိုး ရှိတယ်။ မလုပ်ရဘူးလို့ ဆိုတာတွေသာ ရှေ့တန်းတင် ပြီးတော့ လုပ်ရမယ်ဆိုတာတွေကြတော့ မေ့ထားကြ တယ်။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်သင့်တယ်ဆိုတာကို အခုနပြောကြည့်။ **'ဥဋ္ဌာန သမ္ပဒါ'** လုံ့လဝီရိယရှိရမယ်။ **'အာရက္ခသမ္ပဒါ'** ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပြည့်စုံရမယ်။ **'ကလျာဏ မိတ္တတာ'** မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်းတွေရှိအောင် ကြိုးစားရမယ်။ **'သမဇီဝိတာ'** ဝင်ငွေထွက်ငွေ မျှတအောင် သုံးစွဲတတ်ရမယ်ဆိုတဲ့ ဒီအခြေအနေကောင်း တွေ လုပ်ရမယ်ဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် မေ့ထား ကြတယ်။

အဲဒါကြောင့် ယနေ့ကမ္ဘာမှာ တစ်ချို့က ဗုဒ္ဓ တရားတော်အပေါ် အထင်အမြင်လွဲနေတာလေးတွေ ရှိတယ်ဆိုတာ သိရတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ မြန်မာနိုင်ငံ မှာလဲ ဗုဒ္ဓဘာသာအများစုက လောကုတ္တရာစာတွေ၊ ဘုန်းကြီးစာတွေ၊ လောကီကိစ္စနှင့်မဆိုင်ဘူးလို့ ဒီလို ယူဆချက်တွေရှိနေတယ်။ တကယ်က အဲဒီလိုမဟုတ် ပါဘူး။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ တရားတော်တွေမှာ နှစ်ပိုင်းရှိတယ်။ တစ်ပိုင်းက သံသရာထဲမှာ ဘဝတစ်ခု ရလာတဲ့အခါ အခြေအနေကောင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်စေပြီးတော့ ချမ်းချမ်း

http://www.dhammadownload.com

သာသာ လူ့ဘဝတစ်ခု ဖြတ်သန်းနေထိုင်သွားဖို့၊ တစ်ဘဝကနေ နောက်တစ်ဘဝ လည်ပတ်တဲ့အခါမှာလည်းပဲ၊ သံသရာလည်တဲ့အခါမှာလည်းပဲ ချမ်းချမ်းသာသာ ဒီလိုဖြစ်ဖို့ အခြေအနေကောင်းတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်ဆုံး မည်သည့်ဘာသာတရားမှာမှ မပါတဲ့ လုံးဝဒုက္ခတွေ ချုပ်ငြိမ်းရာ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ အသိပညာတစ်ရပ်ကို လည်း မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ်။ အဲဒီတရားက ဘာလဲလို့ ဆိုလို့ရှိရင် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်တရားပဲ။

တစ်ချို့က လူ့လောကမှာ လူရယ်လို့ ဖြစ်လာတဲ့အခါ ဘဝအပေါ်မှာ တွယ်တာမှုဆိုတာ ရှိကြတယ်။ မိမိဘဝကို တွယ်တာတယ်။ မိမိဘဝကို တွယ်တာသည့်အတွက်ကြောင့် ကိုယ့်ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ကို တွယ်တာတယ်။ အဲဒီအတွယ်အတာတွေက ဘာကိုဖြစ်စေသလဲ ဆိုရင် (Worry) လို့ဆိုတဲ့ စိုးရိမ်မှုတွေ 'သောက' တွေကို ဖြစ်စေတယ်။ အတွယ်အတာရှိတဲ့ နေရာမှာ စိုးရိမ်မှုဆိုတာ ပေါ်လာတယ်။ အတွယ်မရှိရင် စိုးရိမ်မှု မရှိပါဘူး။ ကိုယ်မပိုင်ဆိုင်တဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုအပေါ်မှာ

http://www.dhammadownload.com

မည်သူ့မှ 'သောက' မဖြစ်ပါဘူး။ ကိုယ်ပိုင်တဲ့ ပစ္စည်း တစ်ခုပေါ်မှာသာ 'သောက' ဖြစ်တယ်။ ကိုယ်နှင့် မသိတဲ့ လူတစ်ယောက်အပေါ်မှာ 'သောက' မဖြစ်ပါဘူး၊ ကိုယ်နှင့်သိတဲ့ လူတစ်ယောက်အပေါ်မှာသာ 'သောက' ဖြစ်ဖို့ပါ။ 'သောက' လို့ဆိုတဲ့ (Worry) ဟာ တွယ်တာမှု ပေါ်မှာ အခြေခံတယ်။

အဲဒီလို 'သောက' ရှိနေသေးသမျှ မည်သူမှ စိတ်ချမ်းသာမှုဆိုတာ အပြည့်အဝ မရနိုင်ပါဘူး။ စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝရချင်လို့ရှိရင် 'သောက' လို့ဆိုတဲ့ တရားကို ဖယ်ရှားပစ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အတွယ်အတာကို မဖယ်ရှားဘဲနဲ့ 'သောက' ကို ဖယ်ရှားဖို့ဆိုတာ လုံးဝမဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ တွယ်တာမှုကို ဖယ်ရှားမှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါဖြင့် တွယ်တာမှုကို ဖယ်ရှားဖို့အတွက် ဘာလုပ်ရမလဲ ဆိုလို့ရှိရင် သဘာဝတရားတွေကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း၊ ပြတ်ပြတ်သားသားမြင်တဲ့ 'သမ္မာဒဿန' ဆိုတဲ့ 'သမ္မာဒိဋ္ဌိ' Right Understanding ဆိုတဲ့ ထူးခြားတဲ့ အသိဉာဏ်တစ်ခု ရှိရမယ်။ အဲဒီ ထူးခြားတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အသိဉာဏ်ဟာ ဝိပဿနာဉာဏ် လို့ ခေါ်တာပါ။ မှန်ကန်တဲ့အမြင် ရှိရမယ်။

သဘာဝတရားတွေကို သူ့အတိုင်းမြင်တာ၊ အမှန်တိုင်းမြင်တာ '**သမ္မာဒဿန**'၊ မှန်ကန်တဲ့အတိုင်း မြင်ရမယ်။ ဆိုပါစို့၊ အဘိဓမ္မာသဘာဝတရားတွေက ဒါကို ရှင်းပြတာ၊ ဒါ သံသရာဝဋ်က လွတ်ဖို့အတွက် လမ်းကြောင်းပဲ။ ငါရယ် သူရယ်ဆိုတာ တကယ် ဆန်းစစ်ကြည့်လိုက်ရင် မရှိဘူး။ ရုပ်နှင့်နာမ် နှစ်မျိုးသာရှိတယ်။ အကြမ်းဖျင်းပြောမယ်ဆိုရင် လူမှာ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရှိတယ်၊ စိတ်ရှိတယ်။ အဲဒီနှစ်ခုပေါင်းစပ်ပြီးတော့ လှုပ်ရှားဖြစ်ပေါ်နေတယ်။ body and mind ပေါ့။ အဲဒီနှစ်ခုစလုံးဟာ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာအကြောင်းကို အခြေခံပြီး ဖြစ်ရတာ။ body ဆိုတဲ့ နာမ်တရားဟာလဲ တစ်ခုတည်း မဟုတ်ဘူး၊ စုပေါင်းပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အရာတစ်ခုဖြစ်တယ်။

ရုပ်နဲ့နာမ် ဒီနှစ်ခုဟာ အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ပြီးတော့ လူတွေမှာ လှုပ်ရှားမှုဖြစ်လာပြီး ယောက်ျားသဏ္ဌာန်၊ မိန်းမသဏ္ဌာန်၊ သတ္တဝါသဏ္ဌာန် ဒီလို

http://www.dhammadownload.com

ထင်မြင်နေရတယ်။ ထင်မြင်နေရသည့်အတွက်ကြောင့် ငါလို့ထင်တယ်၊ သူလို့ထင်တယ်၊ ယောကျ်ားလို့ ထင်တယ်၊ မိန်းမလို့ထင်တယ်။ ဟောဒီ အထင်အမြင်တွေဟာ တကယ်ထင်တဲ့အတိုင်း ဟုတ်ရဲ့လား၊ အသိဉာဏ်နှင့် ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် တကယ်ထင်တဲ့ အတိုင်း မဟုတ်ပါဘူး။

ရုပ်တရားဟာ ရုပ်တရားသက်သက် ဖြစ်ပါတယ်။ 'ငါ' လို့ ပြောစရာမရှိပါဘူး။ နာမ်တရားဟာ နာမ်တရား သက်သက်မျှ ဖြစ်ပါတယ်လို့ ငါလို့ ပြောစရာ မရှိပါဘူး။ ရုပ်နှင့်နာမ် နှစ်ခုခွဲထားလိုက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင် လှုပ်ရှားမှုတို့၊ ပြောဆိုမှုတို့ ဒါတွေဟာ အကုန်လုံး ရုပ်သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ခွဲခြားပြီးတော့ သိမြင်လာတာဟာ **နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်** (Analytical Knowledge of Mind and Matter) လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ အသိဉာဏ်ကို အဘိဓမ္မာ လေ့လာခြင်းဖြင့် ရနိုင်တယ်။ ထိုမှတဆင့် လက်တွေ့ဝိပဿနာကျင့်စဉ်တစ်ခုကို ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် လူဆိုတာ တကယ်က အခေါ်အဝေါ်

http://www.dhammadownload.com

ပညတ် (Concept) အယူအဆတစ်ရပ်သာ ဖြစ်တယ်။ တကယ်ကတော့ အသေးစိတ် တစ်ခုစီ ခွဲခြားကြည့်လိုက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင် လူဆိုတာ မရှိတော့ဘူး၊ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားသက်သက်မျှဖြစ်တယ်လို့ ဟောဒီလို မြင်သွားတာဟာ '**သမ္မာဒဿန**' မှန်ကန်တဲ့အမြင်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မှာ '**နာမရူပါနံ ယာထာဝဒဿနံ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ**' နာမ်ရုပ်တွေကို သူ့အရှိအတိုင်းမြင်တာဟာ '**ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ**'၊ မှန်ကန်တဲ့ ဖြူစင်တဲ့အမြင်ကို ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ ဖြူစင်တဲ့အမြင်၊ မှန်ကန်တဲ့အမြင်ကို အခြေခံလိုက်လို့ရှိရင် ဒီရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတွေဟာ ဘာကြောင့်ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းတရားတွေကို သိမြင်တဲ့ '**ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ**' ဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာမယ်။ '**နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်**' နှင့် '**ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်**' နှစ်ခုအခြေခံပြီးတော့ ဆက်ပြီးလက်တွေ့ကျင့်သုံးသွားနိုင်မယ်ဆိုရင် မမြဲတဲ့ သဘာဝတွေ၊ အစဉ်ထာဝရ ပြောင်းလဲနေတဲ့ သဘာဝတွေ၊ '**သင်္ခါရတရား**' တွေရဲ့ မတည်မြဲတဲ့၊ အားကိုးစရာမရှိတဲ့ အခြေအနေမျိုး

http://www.dhammadownload.com

တွေကို မြင်လာလို့ရှိရင် ခုနပြောတဲ့ (Attachment) လို့ခေါ်တဲ့ တွယ်တာမှုဟာ လျော့ကျလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တွယ်တာမှုတွေ လျော့ကျလာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် worry ဆိုတဲ့ သောကတွေလည်း လျော့ကျလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သောကတွေ လျော့ကျတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် စိတ်ချမ်းသာပြီး ငြိမ်းချမ်းတဲ့ သဘာဝလေးဟာ ပြန်ပြီးတော့ ပေါ်လာမှာပါ။

အဲတော့ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်မြတ် ဒုတိယပိုင်းမှာဟောတဲ့ သံသရာဝဋ်က လွတ်မြောက်ရာလမ်းဆိုတာ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ဖြင့် 'မဇ္ဈိမပဋိပဒါ' လို့ခေါ်တဲ့ (Right Understanding) နဲ့ မှန်မှန်ကန်ကန် နားလည်ခြင်းပဲ။ ထိုမှန်မှန်ကန်ကန် နားလည်ခြင်းဆိုတဲ့ အခြေအနေကိုရအောင် မှန်မှန်ကန်ကန် စဉ်းစားတတ်ခြင်းဆိုတဲ့ 'သမ္မာသင်္ကပ္ပ' (Right thought)၊ 'သမ္မာဝါယာမ' မှန်မှန်ကန်ကန် နည်းလမ်းတကျ စနစ်တကျ ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်း (Right effort)၊ 'သမ္မာသတိ' လို့ခေါ်တဲ့ အာရုံကို မှန်ကန်စွာအမှတ်ရခြင်း (Right

http://www.dhammadownload.com

Mindfulness) အာရုံတစ်ခုတည်းအပေါ်မှာ မှန်ကန်တဲ့ နည်းလမ်းဖြင့် စူးစိုက်ခြင်း(Right Concentration) ဒီ မဂ္ဂင်ငါးမျိုး ဦးဆောင်ပြီးတော့ လုပ်သွားလို့ရှိရင် မှန်ကန်စွာသိခြင်း (Right Understanding) ဆိုတာ ပေါ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ထို မှန်ကန်စွာသိခြင်း (Right Understanding) ကသာလျှင် သံသရာထဲမှာ ဖြစ်စေတတ်တဲ့ ကိလေသာ ဆိုတဲ့ အကြောင်းတရားတွေ၊ ကံကို support လုပ်နေတဲ့ ကိလေသာဆိုတဲ့ အကြောင်းတရားတွေ၊ ဒါတွေကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

'ကိလေသာ' ဆိုတဲ့ အဆိုးတရားတွေ ဖယ်ရှားပစ်လိုက်ခြင်းဖြင့် ကောင်းကံ ဆိုးကံ ဆိုတာတွေဟာ လည်းပဲ အကျိုးပေးနိုင်တော့မှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ ထိုကံတွေအားလုံး အကျိုးမပေးနိုင်တော့ဘူးဆိုလို့ရှိရင် နောက်ဆုံး အကြောင်းတရားတွေပြတ်သွားပြီး ဒုက္ခတွေဟာ အကုန်လုံးချုပ်ငြိမ်းပြီးတော့ ရပ်ဆိုင်းသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကိုပဲ ထာဝရငြိမ်းတဲ့ အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒုတိယပိုင်းမှာ ဟောတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

သံသရာထဲမှာနေရင်း ချမ်းသာသုခကို ရနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေ၊ နောက်ဆုံးမှာ ထိုချမ်းသာရတယ် ဆိုတောင် 'အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း' ဆိုတဲ့ ဒုက္ခ တွေက မလွှတ်နိုင်ဘူး။ အဲဒီ 'အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း' ဆိုတဲ့ ဒုက္ခတွေမှ လွတ်မြောက်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ **'မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး'** အကျင့်တရားကို ကျင့်သုံးမှသာလျှင် လောက မှာရှိတဲ့ ပြဿနာမျိုးစုံ လုံးဝချုပ်ငြိမ်းပြီး လွတ်မြောက် မှာဖြစ်ပါတယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းကို အားလုံးသော ဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင် သူတော်စင်တို့သည် မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ အကျိုးပြုနိုင်ပုံ မှတ်သားပြီးတော့ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူသည့် တရားတော်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာမိတ်ဆွေများသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များက ရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီး ကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော မေတ္တာစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြုလျက် စာအုပ်ငယ်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် မေတ္တာဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ဖော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၏ ထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
၂။ MRTV(4) တရားတော်များ (၃)ပုဒ်တွဲ
(က) နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
(ခ) မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
(ဂ) ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖန်ကမ္ဘာ
၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
၇။ ဓမ္မကြေးမုံ
၈။ တောင်ပို့ထဲက ရတနာ
၉။ မြတ်သောဥစ္စာစုဆောင်းပါ
၁၀။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ
၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
၁၂။ ရှစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက်
၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
၁၄။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ
၁၈။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပာယ်
၁၉။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်
၂၀။ ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

http://www.dhammadownload.com

ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

၁။ အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊
ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်
အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီ)ရုံ၊
မြေအောက်ထပ်။
ဖုန်း ၂၄၀၆၀၀(လိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄

၃။ ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာ
ဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေး
ထေရဝါဒသာသနာ ပင် အလှူရှင်များ

၁။	မိဘများနှင့် ဦးတင်စိုးတို့ကိုရည်စူး၍ ဒေါ်ခင်လှမိသားစု။ (ကိုကျော်သင်းဒေသဆိုင်)မင်္ဂလာဈေး။	၃၉,၀၀,၀၀၀
၂။	ဦးအုန်းကျော်+ဒေါ်ခင်မမ မိသားစု။	၃၅,၀၀,၀၀၀
၃။	ဦးခင်ရွှေ+ဒေါ်မေလှိုင် မိသားစု။	၃,၀၀,၀၀၀
၄။	ဦးချစ်မွေး+ဒေါ်မြင့်မြင့်ရီ	၃,၀၀,၀၀၀
၅။	ဦးသောင်းငွေ+ဒေါ်ခင်စောဝင်း	၃,၀၀,၀၀၀
၆။	Singapore မှ ဓမ္မမိတ်ဆွေများ	၃,၀၀,၀၀၀
၇။	ဦးစံသာ+ဒေါ်မေဦးခင်၊ သမီး - စံသာရတနာ သား - မောင်စံသာသူ၁ မိသားစု။	၁,၅၀,၀၀၀
၈။	ဦးမြှဟန်+ဒေါ်သီတာစိ မိသားစု။	၁,၀၀,၀၀၀
၉။	ရွှေပြည်ဟိန်းဆရာတော်၏မယ်တော်ကြီး ဒေါ်အေမာ။	၁,၀၀,၀၀၀
၁၀။	ကိုထွန်းလင်း+မနွယ်နွယ်စန်း	၁,၀၀,၀၀၀
၁၁။	ကိုကျော်ဆန်းလွင်+ဒေါ်မြင့်မြင့်	၁,၀၀,၀၀၀
၁၂။	ဖခင်ကြီးဦးသိန်းကြည်အား ရည်စူး၍၊ မိခင်ကြီး ဒေါ်သန်းကြည်အား အမှူးထားလျက် ဒေါ်မြမြသိန်းနှင့် မောင်နမတစ်စု(ရန်ကင်း)	၁,၀၀,၀၀၀
၁၃။	မသန်းသန်းဝင်း၊ မမေသက်ဝေ	၅၀,၀၀၀
၁၄။	မိဘများ၊ ခင်ပွန်း ဦးတင်အောင်နှင့် သမီးငယ် မီမီအောင်တို့အား ရည်စူး၍ ဒေါ်တင်တင်ဝင်းမိသားစု။	၃၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၁၃။	ဦးမြင့်သိန်း+ဒေါ်သွေသွေ၊ သမီး ဒေါက်တာသိရိရွှေစင်၊ သား-မောင်ဘုန်းပြည့်အောင်မိသားစု(ရန်ကင်း)	၃,၀၀,၀၀
၁၆။	ဒေါ်မွှေဒီနှာ B.A.B Student	၁,၀၀,၀၀
၁၇။	ဦးကံညွန့်+ဒေါ်ခင်ကြည် မိသားစု(ရန်ကင်း)	၁,၀၀,၀၀
၁၈။	မောင်မင်းမင်းသိုက်+မနှင်းခက်မော် မိသားစု	၁,၀၀,၀၀
၁၉။	ဦးဝင်းဖေသန်း+ဒေါ်ခင်မြတ်နွယ်၊ သား-မောင်ဝေပြိုးသန်း မိသားစု(ရန်ကင်း)	၁,၀၀,၀၀
၂၀။	မကြေးမုံဝင်းထွဋ်၊ မောင်ရဲမာန်ဝင်းထွဋ် မောင်နှမ	၅၀,၀၀

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com