www.thitsarparamisociety.com

သစ္စာရွှေစည်စာစဉ် (၃၀)

" မေတ္တာပါရမီ "

ပါရမီဆယ်ပါး ဖြတ်တရားဒေသနာ

အရှင်ဥတ္တမ
(သစ္စာရွှေစည်)

အရှင်ဝိလာသဂ္ဂါလင်္ကာရ တည်းဖြတ်သည်

www.thitsarparamisociety.com

သစ္စာရွှေစည်စာစဉ်(၃၀) ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

၂၀၁၈-ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ အုပ်ရေ(၁၀၀၀၀)

တန်ဖိုး(၂၀၀)ကျပ်

ကွန်ပျူတာစာစီ ♦ မေမွှေးဗျူဟာ-ဒေါ်ငွေးငွေးအောင်

ထုတ်ဝေသူ ♦ ဦးသီဟအောင် (၀၁၆၁၆)
သဒ္ဓမ္မစာပေတိုက်၊ အမှတ်(၉၈)၊ ဦးကြင်ဥလမ်း
၃၂-တိုးချဲ့ရပ်ကွက်၊ ဒဂုံမြို့သစ်(မြောက်ပိုင်း)၊
ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ ♦ ဒေါ်လှလှမြိုင် (၀၀၁၁၆)
မိဘမေတ္တာပုံနှိပ်တိုက်၊ ၅၄၄-အင်းတော်လမ်း၊
စက်မှုဇုံ(၂)၊ တောင်ဒဂုံမြို့သစ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

သစ္စာရွှေစည်စာစဉ်များကို
အုပ် (၁၀၀)နှင့်အထက်
မေမွှာဒါနပြုလိုသူများအတွက်
တစ်အုပ်လျှင် (၁၅၀)

www.thitsarparamisociety.com

မာတိကာ

၁။	မေတ္တာပါရမီ	၂
၂။	မေတ္တာပါရမီ၏ဥပမာ	၃
၃။	မေတ္တာသည် ရေနှင့်တူပုံ	၄
၄။	တရားအစီအစဉ်	၆
၅။	မေတ္တာဆိုတာ ဘာလဲ	၇
၆။	မေတ္တာပေမ	၈
၇။	ဒေါသရဲ့အပြစ်	၁၀
၈။	ရန်သူ့အကြိုက် ဒေါသစရိုက်	၁၁
၉။	ရန်သူအကြိုက်တရား ခုနစ်ပါး	၁၃
၁၀။	မေတ္တာရဲ့အကျိုးကျေးဇူး	၁၇
၁၁။	မေတ္တာဘာဝနာသုတ္တန်	၁၇
၁၂။	မေတ္တာအကျိုး တစ်ဆယ့်တစ်မျိုး	၁၈
၁၃။	အိုစု နှင့် လုစု	၂၃
၁၄။	ချစ်လျက်လူနတ်	၂၆
၁၅။	ကြောက်စိတ်	၂၈
၁၆။	ရောဇမလ္လမင်းသား	၃၀
၁၇။	ဝိသာခမထေရ်	၃၃
၁၈။	ဆိပ်မီးဓားတို့ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာ	၃၅
၁၉။	ကကစူပမသုတ္တန်	၃၈
၂၀။	ဝေဒေဟိကာ	၄၂
၂၁။	ရနေလို့ ကောင်းနေသူများ	၄၆
၂၂။	စကားလမ်းကြောင်းကြီး ငါးခု	၄၈
၂၃။	မြေကြီးဥပမာ	၅၂
၂၄။	ကောင်းကင်ဆေးရေးဥပမာ	၅၃
၂၅။	ဂင်္ဂါမြစ်ရေဥပမာ	၅၄
၂၆။	ကြောင်ရေအိတ်မြစ်ရေဥပမာ	၅၅
၂၇။	လွှဥပမာ	၅၆
၂၈။	ရန်ငြိုးဖျောက်ကြောင်း ၁၁-ပါး	၅၈
၂၉။	တရားနိဂုံး	၆၅

www.thitsarparamisociety.com

'သစ္စာရွှေစည်စာစဉ်များ' ရနိုင်သောဌာနများ

❶ သစ္စာရွှေစည်ကျောင်းတိုက်၊ ရွှေမင်းဝံရပ်၊ **စစ်ကိုင်းမြို့**။
(၀၇၂-၂၂၉၀၁၊ ၀၉-၄၉၂၆၉၃၃၀၊ ၀၉-၄၂၅၃၇၃၁၁၇)

❷ သစ္စာရွှေစည်ကျောင်းတိုက်၊ ရွှေမှန်တင်ကျေးရွာ၊
ကျွန်းကလေးအုပ်စု၊ **လှည်းကူးမြို့**၊ ရန်ကုန်တိုင်း။
(၀၉-၄၄၈၀၀၉၇၆၉၊၀၉-၂၅၄၀၀၁၉၉၆)

❸ **မြန်နန်းရှင် ကျောက်စီပန်းချီ**၊ ၅၂၊ မြေညီထပ်၊ ကြွေ(၁)ရှေ့၊
သမိုင်းဘူတာရုံလမ်း၊ သမိုင်းလမ်းဆုံအနီး၊ **မရမ်းကုန်း**
(၀၁-၆၆၃၀၄၂၊ ၀၉-၅၀၈၇၆၁၉၊ ၀၉-၇၃၀၀၉၆၇၆)

❹ **ဝိမုတ္တိတရားအလှူတော်နှင့် ယူနီကွန်ပျူတာ**
တိုက်-၁/၀၀၁ ၊ အနောက် အောင်မြေသာစည်အိမ်ရာ၊
ဆင်ရေတွင်း မှတ်တိုင်အနီး၊ **ကမာရွတ်မြို့နယ်**၊ **ရန်ကုန်မြို့**။
(၀၁-၅၀၀၇၄၀ ၊ ၀၉-၅၀၉၈၀၉၀)

❺ ဒေါ်ငွေးငွေးအောင် **(ဓမ္မဗျူဟာစာစောင်)**
ဗဟန်းမြို့နယ်၊ **ရန်ကုန်မြို့**။(၀၁-၅၄၆၅၃၂၊ ၀၉-၃၀၀၉၄၅၀၆)

❻ **ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည်**(ပရဆေးဆိုင်)
အမှတ် ၄၆၇-၄၆၈၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီရုံ)၊ **ရန်ကုန်မြို့**။
(၀၁-၂၄၀၆၀၀၀ လိုင်းခွဲ ၄၁၇၄)

❼ **ဦးဝင်းကို+ဒေါ်ပေါက်**၊ ၃၆-လမ်း၊ ၈၇-၈၈ ကြား၊
မစိုးရိမ်တိုက်ဟောင်းမြောက်ပေါက်၊ ရတနာပုံဆီစက်ဝင်း၊
မန္တလေးမြို့၊ (၀၂-၆၃၉၅၆၊ ၀၉-၅၁၄၉၈၈၅)

❽ **ဒေါ်မဉ္ဇူ (ရွှေဒေါင်းယဉ်သက်န်းတိုက်)**၊ ဘုရားကြီးလမ်း၊
မုံရွာမြို့။ (၀၇၁-၂၁၂၉၇၊ ၀၉-၂၁၃၀၇၈၃)

www.thitsarparamisociety.com

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၆၀-ခု၊
ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၈-ခု၊ ကဆုန်လပြည့်ကျော်(၉)ရက်၊
(၁၀.၅.၂၀၁၆)၊ တနင်္လာနေ့တွင် ဓမ္မဒါနအလှူရှင်
ဒုရဲမှူး မိုးဆွေ၊ အမှတ်(၃) မှူခင်းတပ်ဖွဲ့ခွဲ၊ မန္တလေး
(၄၉)နှစ်ပြည့် မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်
ဦးတင့်ဆန်း+ဒေါ်ဥမ္မာလွင်
သား-ဒေါက်တာ ရဲသီဟကျော်
သမီး-ဒေါက်တာ ယုဝါတင်၊ သား-မောင်ပြည့်ဖြိုးတင်
မိသားစုတို့၏ ဓမ္မဒါနကို အကြောင်းပြု၍
ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ရန်ကုန်မြို့၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊
တံတားလေးလမ်း၀၊ သာသနာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊
ဓမ္မာ့သီရိဓမ္မဗိမာန်တွင် ဟောကြားအပ်သည့်

ပါရမီဆယ်ပါး မြတ်တရားဒေသနာ

“ **မေတ္တာပါရမီ** ”

မေတ္တာပါရမီနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သိစရာတွေ၊ မှတ်စရာတွေ၊ စဉ်းစားစရာတွေ၊ ဆင်ခြင်စရာတွေကို ဒီကနေ့ည နာယူ ကြည်ညိုကြည့်ကြမယ်။

www.thitsarparamisociety.com

မေတ္တာပါရမီ

မေတ္တာပါရမီကို ဗုဒ္ဓဝင်ပါဠိတော်မှာ-

နဟောတေ ဧတ္တကာယေဝ၊ ဗုဒ္ဓဓမ္မာ ဘဝိဿရေ။
အညေပိ ဝိစိနိဿာမိ၊ ယေ ဓမ္မာ ဗောဓိပါစနာ။

ဘုရားအဖြစ်ကို ပြုတတ်တဲ့တရားတွေဟာ တွေ့ခဲ့တဲ့ (၈)ပါးမျှတင် မကပေဘူး။ နောက်ထပ် လည်းပဲ ရှိရလိမ့်ဦးမယ်ဆိုပြီး စူးစမ်းရှာဖွေတယ်။

ဝိစိနန္တော တဒါ ဒက္ခိ၊ နဝမံ မေတ္တာပါရမိံ။
ပုဗ္ဗကေဟိ မဟေသီဟိ၊ အာသေဝိတ နိသေဝိတံ။

ရှေးရှေးသော ဘုရားအလောင်း သူတော်ကောင်းကြီးများ အမြဲမပြတ် မှီဝဲ ဆည်းကပ်အပ်တဲ့ လေ့ကျင့်အပ်တဲ့ (၉)ခုမြောက် မေတ္တာပါရမီ ဆိုတာကို ဘုရားအလောင်း သူတော်ကောင်းကြီး တွေ့တော်မူခဲ့တယ်။ အဲဒီလို တွေ့တဲ့အခါ-

ဣမံ တွံ နဝမံ တာဝ၊
ဒဠှံ ကတွာ သမာဒိယ။
မေတ္တာယ အသမော ဟောဟိ၊
ယဒိ ဗောဓိံ ပတ္တုမိစ္ဆသိ။

www.thitsarparamisociety.com

မေတ္တာပါရမီကို သင်ဟာ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကျင့်ကြံအားထုတ်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကို ရလို့ ဘုရားစင်စစ် ဧကန်ဖြစ်လိမ့်မယ်လို့ သူ့ကိုယ်သူ မေတ္တာပါရမီကို စွဲစွဲမြဲမြဲ ကျင့်သုံးဖို့ ဆုံးမတယ်။

မေတ္တာပါရမီကို ကျင့်သုံးဖို့ ဆုံးမတဲ့ နေရာမှာလည်းပဲ ပြောခဲ့ပြီးသား (၈)ပါးသော ပါရမီတရားတွေကို ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ်အားထုတ်ဖို့ ဆုံးမတဲ့ နေရာမှာ ဥပမာတွေ ပေးပြီးတော့ ဆုံးမသလို မေတ္တာပါရမီကို ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်ဖို့ ဆုံးမတဲ့ နေရာမှာလည်းပဲ ဥပမာပေးပြီးတော့ ဆုံးမတယ်။

မေတ္တာပါရမီ၏ဥပမာ

ဥပမာ ဘယ်လို ပေးထားလဲဆိုတော့-

ယထာပိ ဥဒကံ နာမ၊ ကလျာဏေ ပါပကေ ဇနေ။
သမံ ဖရတိ သီတေန၊ ပဝါဟေတိ ရဇောမလံ။

ဥပမာအားဖြင့် လောကကြီးမှာ 'ရေ'ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားသည် ကောင်းမြတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ယုတ်ညံ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ် **သမံ ဖရတိ သီတေန**- ညီတူညီမျှပဲ အေးချမ်းစေတယ်တဲ့။

ရေမှာ မျက်နှာလိုက်တယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။

www.thitsarparamisociety.com

လူကောင်းကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လူဆိုးကိုပဲဖြစ်ဖြစ် တူညီစွာ အေးစေတယ်။ ဒါရေရဲ့ သဘာဝပေါ့နော်။

ပြီးတော့ **ပဝါဟေတိ ရဇောမလံ**- တူညီစွာပဲ အညစ်အကြေးကို သန့်ရှင်းစေတယ်၊ စင်ကြယ်စေတယ်။ ဘယ်သူပဲ ဆေးကြောဆေးကြော အညစ်အကြေးကို ပြောင်စင်စေတဲ့နေရာမှာ ရေမှာ မျက်နှာလိုက်တယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ ဘယ်သူပဲချိုးချိုး အေးချမ်းမှုကို ဖြစ်စေတယ်၊ သန့်ရှင်းမှုကို ဖြစ်စေတယ်။

ရေဟာ လူဆိုးလူကောင်း မရွေး၊ ညီတူ ညီမျှ အေးချမ်းစေသလို အညစ်အကြေးကို ပြောင်စင်စေသလို သင်ဟာလည်းပဲ မေတ္တာတရားကို ကိုယ့်ရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို အလိုရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပေါ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်ရဲ့အကျိုးစီးပွားကို အလိုမရှိကြတဲ့ ရန်သူတွေရဲ့အပေါ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် တူညီစွာ ထားနိုင်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် သင်ဟာ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကိုရလို့ ဘုရားစင်စစ် ဧကန်ဖြစ်လိမ့်မယ်။

မေတ္တာသည် ရေနှင့်တူပုံ

တထေဝ တွံ ဟိတာဟိတေ၊

သမံ မေတ္တာယ ဘာဝယ။

www.thitsarparamisociety.com

မေတ္တာပါရမိတံ ဂန္တွာ၊ သမ္ဗောဓိံ ပါပုဏိဿသိ။

ကိုယ့်အပေါ်မှာ ကောင်းစေချင်တဲ့လူရှိသလို ကိုယ့်အပေါ်မှာ မကောင်းစေချင်တဲ့လူတွေ ရှိတာပဲ။ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား။ ဒါက ဘယ်လိုမှ တားလို့ ရတဲ့ကိစ္စ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကလည်းပဲ ကိုယ်ချင်းစာကြည့်ပေါ့လေ။ ကိုယ်လည်းပဲ ဒီလူရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို လိုလားတာရှိသလို ဒီလူရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို မလိုလားတော့ဘူး ဆိုတာလည်း ရှိတာပဲ။

လူတိုင်းရဲ့အပေါ်မှာ ကိုယ်လည်း အကျိုးစီးပွားလိုလားပြီးတော့ နေတာတော့ မဟုတ်ဘူး။ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် အကျိုးစီးပွားကို လိုလားတယ်၊ အကျိုးစီးပွား မလိုလားဘူးဆိုတာကတော့ ရှိနေကြမှာပဲ။

ကိုယ်က ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် နားလည်ပြီးတော့ ကိုယ့်အပေါ် ကောင်းတဲ့စိတ်ပဲထားထား၊ မကောင်းတဲ့စိတ်ပဲထားထား ဒါက သူတို့ရဲ့ကဏ္ဍ၊ သူတို့ အနေအထား။ ကိုယ်က မေတ္တာထားရမှာက ကိုယ့်ရဲ့အပိုင်း၊ ဒါကို နားလည်ထားဖို့ လိုတယ်။

www.thitsarparamisociety.com

ဒါကြောင့် ဒီဥပမာလေးက အလွန် မှတ်သား စရာ မကောင်းဘူးလား၊ ကောင်းတယ်နော်။ ရေရဲ့ သဘာဝနဲ့ မေတ္တာရဲ့သဘာဝကို ထပ်တူထပ်မျှ ထား ပြီးတော့ ဥပမာပေးတာ။

ရေသည် တူညီစွာပဲ အေးချမ်းစေသလို တူညီ စွာပဲ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်စေသလို ကိုယ့်ရဲ့ မေတ္တာ တရားကိုလည်းပဲ ရန်သူပေါ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မိတ်ဆွေ ပေါ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မုန်းတီးတဲ့သူတွေရဲ့ အပေါ်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ချစ်ခင်နှစ်သက်သူတွေရဲ့ အပေါ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် တူညီစွာ ထားနိုင်ဖို့ ကြိုးစားရမယ်။

ဒါဟာ ဘုရားအလောင်းသူတော်ကောင်းကြီး မေတ္တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဥပမာပေးပြီးတော့ ကျင့်သုံးဖို့ ဆုံးမတော်မူတဲ့ အချက်ပေါ့နော်။

တရားအစီအစဉ်

မေတ္တာပါရမီနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဘာတွေ ပြောသွားဖို့ စီစဉ်ထားလဲဆိုတော့ –

မေတ္တာတရားဆိုတာ ဘာလဲ။

မေတ္တာတရားရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးများ…

အမျက်ဒေါသရဲ့ အပြစ် အနာအဆာများ…

www.thitsarparamisociety.com

ဒါတွေကို ပြောသွားပါမယ်။

မေတ္တာဆိုတာဘာလဲ

မေတ္တာတရားကို ဘယ်လို ဘာသာပြန်ကြတာများလဲဆိုတော့ မေတ္တာတရားကို ချစ်ခြင်းလို့ ဒီလိုနားလည်ထားကြတယ်။

ချစ်ခြင်းဆိုတာက သုံးမျိုးရှိတယ်လို့ ကျမ်းစာတွေထဲမှာ ပြောတယ်။ တဏှာပေမ၊ ဂေဟဿိတပေမ၊ မေတ္တာပေမဆိုပြီးတော့ ပေမဓာတ် သုံးမျိုး။

ပေမဆိုတာ ချစ်ခင် နှစ်သက်တဲ့သဘော။ အဲဒီချစ်ခင် နှစ်သက်တဲ့သဘောက တဏှာပေမ ဆိုတာရှိတယ်။ ယောက်ျားမိန်းမ အချင်းချင်း ချစ်ခင် နှစ်သက်တဲ့သဘော၊ ဒါကို '**တဏှာပေမ**'လို့ သုံးတယ်။

မိသားစုဝင်အချင်းချင်း၊ ဆွေမျိုးအချင်းချင်း ချစ်ခင် နှစ်သက်တဲ့သဘောကိုတော့ '**ဂေဟဿိတပေမ**'လို့ ဒီလို သုံးနှုန်းတယ်။

နောက် သတ္တဝါမှန်သမျှရဲ့အပေါ်မှာ ကောင်းကျိုး ချမ်းသာကို လိုလားတဲ့သဘောနဲ့ ဘာမျှော်လင့်ချက်မှ မထားဘဲနဲ့ သတ္တဝါများရဲ့အပေါ်မှာ ချစ်ခင်

www.thitsarparamisociety.com

နှစ်သက် မြတ်နိုးတဲ့သဘောကိုတော့ မေတ္တာပေမလို့ ဒီလို သုံးနှုန်းတယ်။ အခု ဒီနေ့ပြောမှာက မေတ္တာ ပေမရဲ့အကြောင်းကို ပြောမှာပါ။

မေတ္တာပေမ

မေတ္တာဆိုတာ သတ္တဝါတို့ရဲ့ ကောင်းကျိုး ချမ်းသာကို လိုလားတဲ့သဘောလို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်။

ကိုယ်အပါအဝင် အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ ဟာ ကောင်းချင်ကြတယ်၊ ချမ်းသာချင်ကြတယ်။ သတ္တဝါတွေရဲ့ အခြေခံတောင့်တမှုပေါ့။ ကိုယ်က ကိုယ်ချင်းစာပြီးတော့ ငါလည်းပဲ ကောင်းကျိုး ချမ်း သာတွေ ရချင်တယ်။ အဲသလိုပဲ သတ္တဝါတွေကလည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ရချင်ကြတယ်ဆိုတာကို နား လည်ပြီးတော့ 'သတ္တဝါတွေ လိုလား တောင့်တတဲ့ ကောင်းကျိုး ချမ်းသာတွေ ရရှိသွားကြပါစေလို့ စိတ် ထဲက အဲသလို ဆုတောင်းပေးတာကို မေတ္တာပို့တယ်၊ မေတ္တာပွားတယ်'လို့ ခေါ်တာပါပဲ။

မေတ္တာဆိုတာ သတ္တဝါတို့ရဲ့ ကောင်းကျိုး ချမ်း သာကို လိုလားတဲ့သဘော။ ဘာမျှော်လင့်ချက်မှ မပါ ဘူးနော်၊ သက်သက် ကောင်းစားသွားစေချင်တာ၊

www.thitsarparamisociety.com

ချမ်းသာသွားစေချင်တာ။ ချမ်းသာသွားစေချင်ရုံ ကလေးပဲ။ ဘာမှ ငြိကပ် တွယ်တာတာလည်း မပါ ဘူး။ ကိုယ့်အတွက် ဘာမှမျှော်လင့်ချက်မှလည်း မရှိ ဘူး။ သက်သက် ကောင်းစားသွားစေချင်တဲ့စိတ်။ အလွန်မွန်မြတ်တဲ့ အလွန် အဆင့်အတန်းရှိတဲ့ စိတ် ကလေးပေါ့။

အဲဒီစိတ်ကလေးကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာဖြစ်အောင် ကြိုးဖန်များစွာ အားထုတ်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် အလွန် အစွမ်းသတ္တိ ထက်သည့်အတွက်ကြောင့် အဲဒီစိတ်က လေး ရှိနေတဲ့ အချိန်တိုင်းမှာ အဲဒီစိတ်ရှိနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဟာ အလွန် အေးချမ်းတယ်၊ အလွန် ငြိမ်းချမ်းတယ်။ အဲဒီမေတ္တာတရားရဲ့ စောင့်ရှောက်မှု၊ အဲဒီမေတ္တာ တရားရဲ့ အကျိုးပေးမှုကိုလည်းပဲ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် ခံစား ရတယ်။

အခိက ပြောချင်တာက မေတ္တာပို့မယ်ဆိုရင် အပို့ခံရတဲ့ သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာတာ၊ မချမ်းသာ တာက နောက်တစ်ကဏ္ဍ။ မေတ္တာပို့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ မြင့်မြတ်တဲ့စိတ် ဖြစ်နေသည့်အတွက်ကြောင့် သူကိုယ် တိုင်ကတော့ မေတ္တာရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကို သေချာ

www.thitsarparamisociety.com

ပေါက် ခံစားရတယ်။ သဘောပေါက်ရဲ့လား။ အေး ဒါ မေတ္တာသဘောလေးကို ပြောပြတာ။

အဲဒီတော့ မေတ္တာတရားကို အားကိုးချင်စိတ် ပေါက်အောင်၊ မေတ္တာတရားကို ပွားများချင်စိတ်ပေါက် အောင် ဦးဇင်းတို့ ဘာဆက်ပြောမလဲဆိုတော့ ဒေါသ ရဲ့အပြစ်နဲ့ မေတ္တာရဲ့အကျိုး။

ဒေါသရဲ့အပြစ်

မေတ္တာတရားရဲ့အပေါ်မှာ ပိုပြီးတော့ အားကိုး လိုစိတ် ပွားများလိုစိတ် ထက်သန်လာအောင် ဦးဇင်းတို့ မေတ္တာရဲ့ဆန့်ကျင်ဖက် ဒေါသတွေ ကြီးနေမယ်ဆိုရင် တော့ ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေ ရနိုင်မယ်ဆိုတာကို နှလုံး သွင်းဖြစ်အောင် ဒေါသရဲ့အပြစ်ကို အရင်စ ပြောမယ်။

ဦးဇင်းတို့ အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၊ သတ္တကနိပါတ် မှာ ကောဓနသုတ္တန်ဆိုတာ ရှိတယ်။ ဒီသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရားက အမျက်ဒေါသရဲ့ အပြစ်ကို စိတ်ဝင် စားဖွယ်ကောင်းအောင် ဟောထားတာ။

ကောဓနသုတ္တန်

ရဟန်းတို့၊ ဟောဒီလောကကြီးမှာ အချင်းချင်း

www.thitsarparamisociety.com

မုန်းတီးနေကြတဲ့ ရန်သူတွေဟာ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် သူတို့ဖြစ်စေချင်တဲ့ဆန္ဒတွေ ရှိတယ်တဲ့။ ကိုယ့်ကို မုန်းနေတဲ့ရန်သူတွေဟာ ကိုယ့်အပေါ်မှာ သူတို့ ဖြစ်စေချင်တဲ့ မကောင်းတဲ့ အလိုဆန္ဒတွေ ရှိတယ်။ ရန်သူတွေဟာ ကိုယ့်အပေါ်မှာ သူတို့ဘာတွေ ဖြစ်စေချင်သလဲဆိုရင် သူတို့ဖြစ်စေချင်တဲ့အချက်က (၇)ချက်တောင် ရှိတယ်။

ကိုယ့်အပေါ်မှာ ရန်သူတွေက ဖြစ်စေချင်တဲ့ အဲဒီ မကောင်းတဲ့အချက်တွေကို ဒေါသတရားက ဖြစ်အောင် ဖန်တီးပေးလိမ့်မယ်တဲ့။ ရန်သူက သူ ဖြစ်စေချင်တာတွေကို တိုက်ရိုက်လာပြီးတော့ ဖန်တီးဖို့ဆိုတာ သိပ်မလွယ်ဘူး။ တချို့ကိစ္စတွေက ဖြစ်တောင် မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ရန်သူဖြစ်စေချင်တဲ့ မကောင်းကျိုးတွေကိုတော့ အမျက်ဒေါသကတော့ ဖြစ်အောင်ဖန်တီးလိမ့်မယ်၊ ဖန်တီးနိုင်တယ်လို့ အဲဒီလို နိဒါန်းချီပြီးတော့ ဟောတာ။

ရန်သူ့အကြိုက် ဒေါသစရိုက်

ရန်သူက ကိုယ့်ကို ဘာဖြစ်စေချင်တာလဲဆိုရင်- (၁) ရန်သူတွေက ကိုယ့်ကို ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ

www.thitsarparamisociety.com

ကြည်ကြည်လင်လင် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း တင့်တောင့် တင့်တယ်ရှိတာကို သူတို့မမြင်ချင်ဘူး၊ မကြည့်ချင်ဘူး။ ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် ဖြစ်နေတာကို သူတို့သဘောကျတယ်။ စုတ်စုတ်ပုပ်ပုတ်နဲ့ စိတ်တိုင်းမကျတဲ့ပုံကြီးနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ ပုံကြီး ကြည့်မကောင်းတာကို သူတို့က ကြိုက်ပြီးတော့ ဝမ်းသာတယ်၊ ဟုတ်လား။

ရန်သူတွေ လိုချင်တဲ့၊ ရန်သူတွေ ဖြစ်စေချင်တဲ့ အဲဒီမကောင်းတဲ့အကျိုးက ရန်သူတွေက ကိုယ့်ကို တိုက်ရိုက် ရုပ်ကြီးပျက်သွားအောင် သူတို့ မလုပ်နိုင်ဘူး။ သို့သော် ကိုယ့်ရဲ့ဒေါသက ကိုယ့်ကို လုပ်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ရန်သူတွေ ဖြစ်စေချင်တဲ့ အချက် (၇)ချက်ကို အမျက်ဒေါသက ဖြစ်စေလိမ့်မယ်။

အဲဒါကို ဦးဇင်းတို့ အကျဉ်းချုံးပြီးတော့ မှတ်ရလွယ်အောင် ညောင်လေးပင်တောရ ဆရာတော်ကြီး ရေးတဲ့ ဆောင်ပုဒ်လေးနဲ့ ကပ်ပြီးတော့ ပြောမယ်။

'အရုပ်ဆိုးစေ၊ တွေ့စေဆင်းရဲ၊
ကိုယ်ကျိုးနည်း၍၊ ပျက်ကွဲစည်းစိမ်၊
ခြွေရံမှိန်လျက်၊ မိတ်ဆက်ပျက်လစ်၊
အပါယ်ဖြစ်၊ ခုနစ် ရန်သူကြိုက်။'

www.thitsarparamisociety.com

ရန်သူအကြိုက်တရား ခုနစ်ပါး

(၁) ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ ပျက်စီးရခြင်း

ဒကာ ဒကာမတို့၊ ဦးဇင်းတို့ရဲ့ ရုပ်ရည်က ဒေါသထွက်လာပြီဆိုရင် ဆိုးတော့တာပဲ။ ပင်ကိုယ်က ဘယ်လောက်လှနေနေ ကြည့်လို့ မကောင်းတော့ဘူး။ ဒေါသထွက်လာရင် တော်တော့်ကို ကြောက်စရာ ကောင်းတဲ့ အနေအထားတစ်ခုကို ဖန်တီးလိုက်တာ။

ဒေါသဟာ ဆိုးဝါးတဲ့ အနေအထားရှိတယ် ဆိုတာကို ဒေါသက သူ ကိန်းနေတဲ့အချိန်မှာ ဒီရုပ်ရည်ကို ဖျက်ဆီးလိုက်တာကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် မထင်ရှားဘူးလား။ ထင်ရှားတယ်။ ပူလောင်တဲ့ပုံ၊ ရှုပ်ထွေးတဲ့ပုံ၊ ညစ်နွမ်းတဲ့ပုံ။ ကျက်သရေမရှိတဲ့ပုံ၊ မင်္ဂလာမရှိတဲ့ပုံတွေ ဖြစ်သွားတာ။ ဒါကြောင့် ဒီအပြစ်ကို မြင်ပြီးတော့ ဒေါသ မဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

(၂) ဆင်းဆင်းရဲရဲ နေရခြင်း

ရန်သူတွေက ကိုယ့်အပေါ်မှာ ဒီလူ ဆင်းဆင်းရဲရဲ နေရရင် ကောင်းမှာပဲလို့ သူတို့ တောင့်တတယ် နော်။ အိပ်တဲ့အခါမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နေတဲ့အခါမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ဘယ်အခါမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒီလူ ဆင်းရဲနေရင် သူတို့

www.thitsarparamisociety.com

သဘောကျတယ်။

ကိုယ်ကို ဒီလိုကြီး ဆင်းရဲနေအောင် ရန်သူတွေကတော့ မလုပ်နိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ရဲ့ဒေါသကတော့ ကိုယ့်ကို ဆင်းရဲအောင် လုပ်နိုင်တယ်။ ဒေါသရှိနေရင် အိပ်လည်း မချမ်းသာဘူး၊ ထိုင်လည်း မချမ်းသာဘူး။

(၃) ကိုယ်ကျိုးနည်းတတ်ခြင်း

ကိုယ့်ရဲ့ အကျိုးစီးပွားမှန်သမျှ အကုန်ပျက်စီးရင် ကောင်းမှာပဲလို့ ရန်သူတွေက တောင့်တတယ်။ ရန်သူတောင့်တတဲ့ ဒီအချက်ကို ဒေါသက ဖန်တီးမယ်။ ဟုတ်တယ်၊ ဒေါသဖြစ်လာရင် မှားယွင်းမှုတွေကနေတစ်ဆင့် အကျိုးမဲ့တွေ အများကြီးဖြစ်စေတယ်။

(၄) စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီးရခြင်း

စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ ရတ်တရက် ကုန်ခန်းသွားတတ်တယ်။ ပျက်စီးသွားတတ်တယ်။ ဒေါသအားကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် လုပ်ချင်တာတွေလုပ်၊ ပြောချင်တာတွေပြော၊ အမှားတွေ အလွန်အကျွံဖြစ်ပြီးတော့ ရာဇဝတ်မှုတွေ ဘာတွေဖြစ်ပြီးတော့ အကြီးအကျယ် စီးပွားတွေ ပျက်စီးတတ်တယ်။

www.thitsarparamisociety.com

(၅) အခြွေအရံ နည်းပါးခြင်း

ဒေါသအားကြီးနေရင် အခြွေအရံ အပေါင်းအသင်းတွေ ကိုယ့်အနား မကပ်ချင်ဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ ကျော်စောသံက မထွက်ဘူး၊ ကိုယ့်ရဲ့ကောင်းသတင်း မထွက်ဘူး။ အခြံအရံ အကျော်အစော ကိုယ့်မှာ မရှိဘူး။ နာမည်ဆိုး ထွက်တယ်၊ နာမည် ပျက်တယ်၊ သိက္ခာကျတယ်။ အရှက်တကွဲ အကျိုးနည်းတွေ ဖြစ်တတ်တယ်

(၆) မိတ်ပျက်တတ်ခြင်း

မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းတွေ ကိုယ့်ကို ခွာသွားတတ်တယ်တဲ့။ ဒေါသအားကြီးရင် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း မရှိဘူး၊ ရှိရင်လည်း တာရှည်မခံဘူး။ ချစ်မယ့် ခင်မယ့်သူ မရှိဘူး၊ မေတ္တာ ငတ်တယ်ပေါ့။ ဒေါသ အားကြီးတဲ့လူနားကို ဘယ်သူမှ မကပ်ချင်ဘူး။

(၇) အပါယ်ငရဲ၌ ဖြစ်ရတတ်ခြင်း

တကယ်မုန်းပြီဆိုရင် သေသွားရင်တောင်မှ ဒီလူ အပါယ်လေးဘုံကျရင် ကောင်းမှာပဲလို့ တချို့ တောင့်တတတယ်တဲ့။ ဒါလည်း မတောင့်တဘူးလို့

www.thitsarparamisociety.com

မပြောနဲ့နော်။ တချို့ အဝီစိ ကျပါစေလို့ ဆုတောင်းကြတာတောင် ရှိတယ်။ တကယ်မုန်းပြီဆိုတော့နော် ကျိန်ကြ ဆိုကြတာတွေ မရှိဘူးလား။

ဘယ်လောက်ပဲ အစွမ်းထက်တဲ့ ရန်သူဖြစ်ဖြစ် သူဘယ်လောက်ပဲ ကိုယ့်ကိုမုန်းမုန်း အပါယ်ငရဲကျအောင်တော့ သူ မချနိုင်ဘူး။ ဒါဟာ သူ ဘာမှ တတ်နိုင်တဲ့ ကိစ္စမဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမယ်လို့ အဲဒီလို ဖြစ်စေချင်တဲ့ ဒီလောက်ခက်ခဲတဲ့ကိစ္စကို ဒေါသက တော့ ဖန်တီးနိုင်တယ်။ ဒေါသသည် ရန်သူတွေထဲမှာ ကြောက်စရာ အကောင်းဆုံး ရန်သူလို့တောင် ပြောလို့ ရတယ်။

အပါယ်လေးဘုံကို ရောက်သွားစေချင်တဲ့ ရန်သူဆန္ဒကို ဘယ်သူက ဖြည့်ဆည်းပေးမှာလဲ။ ဒေါသက ဖြည့်ဆည်းပေးမှာ၊ ဒါစဉ်းစားပေါ့နော်။ ဒေါသရဲ့ မကောင်းတဲ့အချက်တွေကို ပုံပေါ်အောင် မြတ်စွာ ဘုရားက အဲဒီလို ဟောတာ။

ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ ဒေါသရဲ့အပြစ်ကို အနည်းဆုံး အဲဒီ (၇)ချက်လောက်တော့ နားလည်ထားဖို့ လိုပါတယ်။

www.thitsarparamisociety.com

မေတ္တာရဲ့အကျိုးကျေးဇူး

ဦးဇင်းတို့ ဘာဆက်ပြောမလဲဆိုတော့ မေတ္တာရဲ့ အကျိုးကျေးဇူး။ မေတ္တာရဲ့အကျိုးကျေးဇူးကို သိတာမြင်တာ များလေလေ မေတ္တာတရားရဲ့ အပေါ်မှာ ပိုပြီးတော့ အားကိုးလိုစိတ် ထက်သန်လာလေလေ ပိုပြီးတော့ ပွားများလိုစိတ် ထက်သန်လာလေလေ ဖြစ်တယ်။

မေတ္တာဘာဝနာသုတ္တန်

မေတ္တာတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဣတိဝုတ် ပါဠိတော် မေတ္တာဘာဝနာသုတ္တန်မှာ ဘာပြောထားလဲဆိုတော့ နက္ခတ်တွေ၊ ကြယ်တွေရဲ့ အရောင်တွေထဲမှာ လရောင်ဟာ အကြီးကဲဆုံးပဲ၊ အလွှမ်းမိုးနိုင်ဆုံးပဲ။ လရောင်ကို ဘယ်နက္ခတ်ရဲ့ အရောင်မှ မမီဘူး။ အဲဒီလိုပဲ ဦးဇင်းတို့ ဘဝသမ္ပတ္တိ၊ ဘောဂသမ္ပတ္တိ အကျိုးကျေးဇူးတွေကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ ပုညကြိယာ ကုသိုလ်တွေထဲမှာ မေတ္တာဆိုတဲ့ ကုသိုလ်ကို မီတဲ့ကုသိုလ် တစ်ခုမှ မရှိဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက တစ်ခုသောဘဝမှာ (၇)နှစ်

www.thitsarparamisociety.com

လောက် မေတ္တာဘာဝနာကို စွဲနေအောင် ပွားများတယ်။ သူ့ရဲ့ အဲဒီမေတ္တာအစွမ်းကြောင့် ရရှိတဲ့ အကျိုးကျေးဇူး တွေကို မြတ်စွာဘုရား အများကြီး ဟောပြတာ။

ဩကာသလောကကြီး ပျက်စီးသွားတဲ့အခါ မှာ သူဟာ အာဘဿရာဗြဟ္မာ့ဘုံကို ရောက်သွား တယ်။ အဲဒီမေတ္တာရဲ့ အစွမ်းကြောင့်နော်။ အဲဒီ အာ ဘဿရာဗြဟ္မာ့ဘုံကနေ ပျက်စီးပြီးတော့ မဟာဗြဟ္မာ ကြီး ဖြစ်တယ်တဲ့။

အဲဒီကနေ သိကြားမင်း (၃၆)ကြိမ်။ စကြ ဝတေးမင်း (၃၆)ကြိမ်။ အဲသလိုမျိုး ဖြစ်တယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရား ဟောပြတာ။ အဲဒီမေတ္တာတရားကို (၇)နှစ်လောက် ပွားများခြင်းကြောင့် ရရှိတဲ့ အကျိုး ဆက်ပေါ့နော်။

မေတ္တာအကျိုး တစ်ဆယ့်တစ်မျိုး

မေတ္တာတရားရဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေထဲ မှာ ထင်ထင်ရှားရှား ဟောပြထားတဲ့ ဒေသနာတစ်ခု က မေတ္တာအကျိုး (၁၁)မျိုးဆိုပြီးတော့ ဧကာဒသ နိပါတ် အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်မှာ လာတဲ့သုတ္တန်ပဲ။

www.thitsarparamisociety.com

* အိပ်နိုးချမ်းသာ၊ ကောင်းစွာအိပ်မက်၊
ချစ်လျက်လူနတ်၊ စောင့်လတ်နတ်များ၊
ဆိပ်မီးဓားတို့၊ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာ၊
လျှင်စွာစိတ်တည်၊ ရွှင်ကြည်မျက်နှာ၊
သေကာမတွေ၊ လားလေဗြဟ္မာ၊
ဆယ့်တစ်ဖြာသည်၊ မေတ္တာပွားမှု အကျိုးတည်း။

ဒါမျိုးလေးတွေ ရအောင် နှုတ်ထဲမှာ ဆောင်ထားသင့်တယ်။

'မေတ္တာယ ဘိက္ခဝေ စေတောဝိမုတ္တိယာ အာသေဝိတာယ ဘာဝိတာယ ဗဟုလီကတာယ ယာနီကတာယ ဝတ္ထုကတာယ အနုဋ္ဌိတာယ ပရိစိတာယ သုသမာရဒ္ဓါယ ဧကာဒသာနိသံသာ ပါဋိကင်္ခါ။'

မေတ္တာစေတောဝိမုတ္တိကို ကောင်းစွာ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ တည်နေအောင် အရန်သင့်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားထားမယ်ဆိုရင် မော်တော်ကားကို စက်နိုးထားသလိုမျိုး မေတ္တာကို အမြဲတမ်း ကြိုက်တဲ့အချိန်မှာ ပို့လိုက်ရင် အရန်သင့်ဖြစ်အောင် အဲဒီလောက် မေတ္တာကို ပိုင်အောင် နိုင်အောင် လုပ်ထားမယ်ဆိုရင် အကျိုးကျေးဇူး တစ်ဆယ့်တစ်မျိုး ရမယ်။

www.thitsarparamisociety.com

(၁-၂) အိပ်နိုးချမ်းသာ

သုခံသုပတိ- အိပ်တဲ့အခါမှာလည်း ချမ်းချမ်းသာသာ အိပ်ရတယ်။

သုခံပဋိဗုဇ္ဈတိ- နိုးတဲ့အခါမှာလည်း ချမ်းချမ်းသာသာ နိုးရတယ်။

ဒီခေတ်မှာ အပူအလောင်တွေ များတော့ ချမ်းချမ်းသာသာ အိပ်ရတယ်၊ ချမ်းချမ်းသာသာ နိုးရတယ်ဆိုတဲ့ ချမ်းသာကို လူတိုင်း မရဘူး။ မစားရလို့၊ မဝတ်ရလို့၊ စီးပွားရေး မပြည့်စုံလို့ မဟုတ်ဘူး။ စိတ်ကို နှိပ်စက်တဲ့ အမျိုးမျိုးသော ပူလောင်မှုတွေကြောင့် သတ္တဝါတွေဟာ ကောင်းကောင်း မနိုးရဘူး၊ ကောင်းကောင်း မအိပ်ရဘူး။ ပူပူလောင်လောင် အိပ်ရတယ်၊ ပူပူလောင်လောင် နိုးရတယ်။ အဲဒီလို အနေအထားဆိုးတွေ လွတ်ပြီးတော့ ချမ်းချမ်းသာသာ အိပ်ရ၊ ချမ်းချမ်းသာသာ နိုးထချင်တယ်ဆိုရင် မေတ္တာအားကြီးအောင် ကြိုးစားရမယ်။

(၃) ကောင်းစွာ အိပ်မက်

မေတ္တာအား ကြီးတဲ့သူတွေဟာ **န ပါပကံ သုပိနံ ပဿတိ-** အိပ်မက်ဆိုးတွေ မမက်နိုင်ဘူးတဲ့။

www.thitsarparamisociety.com

ဆန့်ကျင်ဘက်အားဖြင့် မေတ္တာအား မကြီးဘူးဆိုရင် အိပ်မက်ဆိုးတွေ မက်နိုင်တယ်။

မေတ္တာမရှိဘူးဆိုရင် ဘဝရဲ့အနှားယူတဲ့ အချိန်လို့ ဆိုရမယ့် အိပ်တဲ့အချိန်မှာတောင်မှ အိပ်မက်ဆိုးတွေကြောင့် ကောင်းကောင်းတောင် မနားရဘူးဆိုတဲ့ အနေအထားမျိုးကို မရောက်ဘူးလား၊ ရောက်တယ်။

(၄-၅) ချစ်လျက် လူနတ်

မနုဿာနံ ပိယော ဟောတိ- ကိုယ့်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ လူသားတွေရဲ့ချစ်ခင် မြတ်နိုးမှု၊ နှစ်သက်မှု၊ လေးစားမှု ဒါတွေကို မေတ္တာတရားအား ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လွယ်လွယ်လေး ရနိုင်တယ်။

အမနုဿာနံ ပိယော ဟောတိ- ပြီးတော့ နတ်တွေရဲ့ ချစ်ခင် မြတ်နိုးမှုကိုလည်း ရနိုင်တယ်။ ဒီ ချစ်လျက်လူနတ်ဆိုတာကို ပြီးရင် ဆက်ပြောဦးမယ်။

(၆) စောင့်လတ်နတ်များ

ဒေဝတာနံ ရက္ခန္တိ- နတ်တွေရဲ့ စောင့်ရှောက်မှုကို မေတ္တာအားကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရရှိတယ်။ နတ်တွေက သူတို့ချစ်တဲ့သူကို စောင့်ရှောက်မှာပဲလေ။

www.thitsarparamisociety.com

(၇) ဆိပ်မီးဓားတို့ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာ

အဆိပ်တွေ၊ မီးတွေ၊ ဓားတွေ အစရှိတဲ့ လက်နက်တို့ကြောင့် ဒီပုဂ္ဂိုလ် ဒုက္ခရောက်စရာ အကြောင်းမရှိဘူး။ မေတ္တာအားကြီးတဲ့အချိန်မှာ မေတ္တာလက်နက် ရှိနေတဲ့အချိန်မှာ အဆိပ်တွေ၊ ဓားတွေ၊ မီးတွေ၊ မကျရောက်နိုင်ဘူး။ မေတ္တာရဲ့ ကာကွယ်နိုင်စွမ်းအားကို နားလည်ရမယ်နော်။

(၈) လျှင်စွာစိတ်တည်

တုဝဋံ စိတ္တံ သမာဓိယတိ- မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းကို စိတ်ရဲ့ တည်ငြိမ်မှုကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် ရတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတယ်။ စိတ်က ဆင်းရဲရင် မတည်ဘူး၊ ဟုတ်လား။ မေတ္တာပွားခြင်းအားဖြင့် စိတ်က မြန်မြန်ဆန်ဆန် ချမ်းသာတယ်။

ဒါက ဦးဇင်းတို့ ကံ၊ ကံ၏အကျိုး ရှုထောင့်က ကြည့်မယ်ဆိုရင် သူများကို ချမ်းသာစေချင်တဲ့စိတ် မွေးရင် ကိုယ့်မှာ မြန်မြန်ဆန်ဆန် ချမ်းသာတာပဲ။ ချမ်းသာတဲ့အတွက်ကြောင့် စိတ်က မြန်မြန်ဆန်ဆန် တည်တယ်။ စိတ်ကို မတည်အောင် လုပ်တာက အကြမ်းဖျင်းပြောရရင် ဒေါသပဲ။ စိတ်တိုင်းမကျမှုတွေ

www.thitsarparamisociety.com

မွှေနှောက် ချောက်ချားနေရင် စိတ်က မတည်ငြိမ်ဘူး။ စိတ်ရဲ့တည်ငြိမ်မှုကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် ရချင်တယ်ဆိုရင် မေတ္တာပွားရမယ်။

(၉) ရှင်ကြည်မျက်နှာ

မုခဝဏ္ဏော ဝိပ္ပသီဒတိ- မေတ္တာအားကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့မျက်နှာ အလွန်မှ ကြည်လင်တယ်။ ခုနက အရုပ်ဆိုးစေဆိုတာရဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်ပေါ့။

ဒေါသက ရုပ်ရည်ကို ဖျက်ဆီးမယ်၊ ဒေါသ အားကြီးတဲ့လူ နောက်ဘဝပါ ဆက်ပြီးတော့ အရုပ်ဆိုးကြီး ဖြစ်မှာ။ မေတ္တာအား ကြီးတဲ့လူက အခုတင် ကြည့်ကောင်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ ပြီးရင်လည်းပဲ ပိုပြီး ကြည့်ကောင်းတဲ့ အနေအထား တစ်ရုပ်ကို ဖန်တီးဦးမှာ။ ရုပ်ရည်လှပဖို့အတွက် ကံတရားကို ထူထောင်ရာလည်း ရောက်တယ်။

အိုရ နှင့် လှရ

ကံတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဦးဇင်းက အလွန်ပဲ ပြောချင်တယ်။ ပြောလိုက်ဦးမယ်။ တချို့နော် အမေလည်း လှတယ်၊ အဖေလည်း လှတယ်၊ ကလေးလေး ကျမှ အိုနေတာ ရှိတယ်။ အမေနဲ့ မတူဘူးလား ဆို

www.thitsarparamisociety.com

တော့လည်း တူတယ်၊ အဖေနဲ့ မတူဘူးလားဆိုတော့ လည်း တူတယ်။ ဘာတူတုန်းဆို အိုတာတွေချည်းပဲ ရွေးတူတယ်။ သတိထားကြည့်။ အအိုတွေ စုနေတာ။

တချို့အမေလည်း ပြောလောက်အောင် မလှဘူး၊ အဖေလည်း ပြောလောက်အောင် မလှဘူး။ သားသမီးကျမှ လှနေတာ ရှိတယ်။ အမေနဲ့လည်း တူတယ်၊ အဖေနဲ့လည်း တူတယ်။ တူတော့ တူနေတာပဲ။ ဒါပေမယ့် လှတာလေး ကောင်းတာလေးပဲ ရွေးပြီး တူနေတယ်။ အလှတွေ စုနေတာ။ ကဲ- ဒါဘာလဲဆိုတော့ သတ္တဝါရဲ့ ကံတရားပေါ့။

အဲဒီ ကံတရားက ဘာလဲလို့မေးရင် ဒေါသအနည်းအများ၊ မေတ္တာအနည်းအများကို အမိက ရည်ညွှန်းတာပေါ့။

(၁၀) သေကာမတွေ

အသမ္မူဠှော ကာလံ ကရောတိ၊ မေတ္တာအားကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ သေခြင်းတရားကို ရင်ဆိုင်နိုင်တယ်။ ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံးအချိန် လူတိုင်း ထိတ်လန့်ကြတဲ့ ကြောက်ရွံ့ကြတဲ့ သေခြင်းတရား ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက်ကြီး သေ

www.thitsarparamisociety.com

ရမလား၊ ယုတ်ညံ့တဲ့ ဘဝကိုများ ရောက်သွားလေမလား။ ဉာဏ်ရှိတဲ့သူတိုင်းမှာ အနာဂတ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး စဉ်းစားကြတဲ့အခါမှာ ဒီအတွေးက ပါတယ်နော်။

ဒါတွေက ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ ဖြေရှင်းလို့ရတဲ့ ပြဿနာတွေလည်း မဟုတ်ဘူး။ တတ်ကျွမ်းထားတဲ့ ပညာနဲ့လည်း ဖြေရှင်းလို့ မရဘူး။ ကိုယ့်ဘေးမှာရှိတဲ့ အသိုင်းအဝိုင်း၊ ဘယ်လောက်ကြီးပဲ ကောင်းကောင်း ဒါကို သူတို့လည်း ဝိုင်းပြီးတော့ မရှင်းနိုင်ဘူး။ ကိုယ့်ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံးအချိန်မှာ ဆက်ပြီးတော့ ဖြစ်ရမယ့် အနာဂတ်အနေအထားက ကိုယ့်ရဲ့ အရည်အသွေးပေါ်မှာပဲ မူတည်တာ။

အဲဒါ ကိုယ်က ထစ်ခနဲရှိ စိတ်တို၊ ထစ်ခနဲရှိ စိတ်တိုဆိုရင်တော့ အသေကောင်းမှာ မဟုတ်ဘူး။ မသေခင်မှာ တွေ့ရတဲ့ အတွေ့အကြုံလေးတွေကို တောင် ရင်မဆိုင်နိုင်လို့ စိတ်တိုတယ်ဆိုတဲ့ လူတစ်ယောက်သည် သေခါနီးမှာ တွေ့ရမယ့် ဆိုးဝါးတဲ့ အခြေအနေကြီးကို သူ သေချာပေါက် ရင်ဆိုင်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ သေချာပေါက် စိတ်တိုတော့မှာပဲ။ အဲဒီလို ဆိုရင် ဘဝရဲ့နောက်ဆုံးအချိန်က ဘယ်လိုမှ မကောင်း

www.thitsarparamisociety.com

နိုင်ဘူး။ မေတ္တာအားကြီးလို့ ရှိရင်တော့ 'အသမ္မုဋ္ဌော ကာလံ ကရောတိ' တဲ့။ ကြည်ကြည်လင်လင် မတွေ မဝေ သေရတယ်။ ဒါမှ ကောင်းရာရောက်မှာ။ ဒီ အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စကို မေတ္တာက တာဝန်ယူတယ်။

(၁၁) လားလေဗြဟ္မာ

ဥတ္တရိ အပ္ပဋိဝိဇ္ဈန္တော ဗြဟ္မလောကူပဂေါ **ဟောတိ**- သေပြီးလို့ရှိရင်လည်း အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ဉာဏ် မရသေးရင်လည်း အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် သေချာပေါက် ဗြဟ္မာ့ပြည် ရောက်မယ်တဲ့။ ကျန်တဲ့ နတ်ပြည်တို့ လူ့ပြည်တို့တောင် မပြောဘူးနော်။ ဗြဟ္မာ့ ပြည် ရောက်မယ်လို့ ပြောတာက မေတ္တာအား ကြီး တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်အရည်အသွေးက မြင့်လွန်းလို့ သူနဲ့ တန်တဲ့နေရာကို အဲဒီစိတ်က ပို့လိုက်တာ။

ဒါကြောင့်မို့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အပေါ်မှာ မေတ္တာ စိတ်ကို ပွားများဖို့ မလိုဘူးလား၊ လိုတယ်။

ချစ်လျက် လူ့နတ်

ဒီနေရာမှာ ဦးဇင်းတို့ မေတ္တာအကျိုး တစ်ဆယ့် တစ်မျိုးထဲက သတိထားစရာလေး တစ်ခုပေါ့။ လူတွေ အလွန်ရချင်တဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတစ်ခု စောစောက

www.thitsarparamisociety.com

လည်း ဦးဇင်းက ရိုပ်ဖမ်း သံဖမ်း ပြောခဲ့ပါတယ်။

ချစ်လျှက်လူနတ်၊ ဒီအကျိုးကျေးဇူးကို လူတွေ ရချင်တယ်။ သူများချစ်တာ ခံချင်ကြတယ်။

ကိုယ့်ဝန်းကျင်မှာ ရှိတဲ့ လူတွေဆီက မေတ္တာကို ရချင်တယ်၊ ကိုယ့်အပေါ်ကို အကောင်း မြင်တာလေး လိုချင်တယ်။ နွေးနွေးထွေးထွေးလေး နေချင်ကြတယ်။ ဒါကို မေတ္တာအား ကြီးရင်တော့ သေချာပေါက်ရ မယ်။ မေတ္တာအား ကြီးရင် လူမပြောနဲ့ တိရစ္ဆာန် တွေတောင် ကိုယ့်အပေါ်မှာ မြတ်နိုးမှု ရှိတယ်လို့ ဆိုတယ်။

သုဝဏ္ဏသာမဇာတ်မှာ 'မင်းကြီး၊ ငါ့ကို သမင် လည်း မဟုတ်ဘဲနဲ့ ဘာလို့ ပစ်ရတာ။' အဲဒီလို မေးတဲ့ အခါကျတော့ မင်းကြီးက အမှန်အတိုင်း မပြောဘူး။ လိမ်တာ။ မင်းဟာ သမင်တွေကြားထဲမှာ နေတဲ့အခါ ကျတော့ မင်းကိုမြင်လို့ သမင်တွေက ပြေးတော့ ငါ မင်းကို စိတ်တိုပြီး ပစ်လိုက်တာတဲ့။

အဲလိုပြောတဲ့အခါကျတော့ မင်းကြီး‥ အဲဒါ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ငါ့ကို မြင်ပြီး ပြေးတဲ့သမင်ဆိုတာ မရှိဘူး မင်းကြီး။ ဒီတောထဲမှာ ငါ့ကို မြင်ပြီး ကြောက်

www.thitsarparamisociety.com

နေတဲ့တိရစ္ဆာန် တစ်ကောင်မှ မရှိဘူး။ ဒါ အံ့သြစရာ အလွန်ကောင်းတဲ့အချက်နော်။ သူက မေတ္တာတရားကို အကြီးအကျယ် ပွားများတယ်လို့ ဆိုတယ်။

သုဝဏ္ဏသာမက မေတ္တာကို အလွန်ပွားများတဲ့ အတွက်ကြောင့် တိရစ္ဆာန်လေးတွေက သူ့ကို ကြောက်တယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ လူကို အလွန် ကြောက်တဲ့ ကိန္နရီ ကိန္နရာတွေတောင် သူ့ကို မကြောက်ဘူး။ သူ့အနားကို လာကြတယ်။ သူကလည်း တိရစ္ဆာန်တွေကို သတ္တဝါတွေကို ကြောက်နေတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ ကျားတွေ ခြင်္သေ့တွေကိုလည်း မကြောက်ဘူး။

မေတ္တာအား ကြီးတဲ့သူဟာ ကိုယ်ကလည်း ဘယ်သူ့ကိုမှ ကြောက်တဲ့ခံစားချက် မရှိသလို ကိုယ့်ကိုလည်း ဘယ်သူမှ ကြောက်နေရတယ် ဆိုတဲ့ခံစား ချက် မရှိဘူး။

ကြောက်စိတ်

ကြောက်ရတယ်ဆိုတာကြီးက တော်တော် ရွံစရာကောင်းတဲ့ကိစ္စကြီး၊ တော်တော် စက်ဆုပ်စရာ ကောင်းတဲ့ကိစ္စကြီး။ ဒါ့ထက် ပိုပြီးတော့ ပြောရ ရင်တော့ ဟောဒီ ကြောက်တာလောက် ကြောက်

www.thitsarparamisociety.com

စရာကောင်းတာ မရှိဘူးလို့တောင် ပြောချင်တယ်။ ကြောက်ရတဲ့ ခံစားချက်ကြီးက မကောင်းလိုက်တာ ဆိုတာကို တွေးကြည့်စေချင်တယ်။

ကိုယ်က သူများကို ကြောက်နေရတဲ့အခါ စဉ်းစားကြည့်။ ဒါဆို ကိုယ့်ကို သူများ ကြောက်နေအောင် မလုပ်ရဘူး။ ကိုယ်က သူများကို မကြောက်ရသလို သူများကလည်း ကိုယ့်ကို မကြောက်ရအောင် နေနိုင်မယ်ဆိုရင် မကောင်းဘူးလား။ ဘာလုပ်ရမလဲ ဆိုရင် မေတ္တာအား ကြီးရမယ်။

ကိုယ်လည်း သူများကို ကြောက်စရာ မလိုဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆို ကိုယ်က သူတို့ကို ကောင်းစေချင်နေတာ၊ ဘယ်ကြောက်မလဲ။ သူတို့ကလည်း ကိုယ့်ကို ဘာမှ ကြောက်စရာအကြောင်း မရှိဘူး။ အလွန် လွတ်လပ် ပေါ့ပါးပြီးတော့ အလွန်တရာမှ အဆင့်အတန်း မြင့်တဲ့ ဆက်ဆံရေးလို့ ဆိုနိုင်တယ်။

ဒါက မေတ္တာကြောင့် တိရစ္ဆာန်တွေရဲ့ ချစ်ခင် မြတ်နိုးမှုကို ရတာကို ပြောတာ။ လူတွေရဲ့ ချစ်ခင် မြတ်နိုးမှုကို ရတယ်ဆိုတာလည်း အလွန် ထင်ရှား ပါတယ်။

www.thitsarparamisociety.com

ရောဇမလ္လမင်းသား

ဒါနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်က မှတ်သားစရာကောင်းတဲ့ အကြောင်းအရာလေးကို ပြောပြချင်တယ်။ ရှင်အာနန္ဒာရဲ့သူငယ်ချင်း ရောဇမလ္လမင်းသားဆိုတာ ရှိတယ်။

မလ္လတိုင်းဆိုတာက ပါလီမန်ဒီမိုကရေစီစနစ်ကျင့်သုံးတဲ့နိုင်ငံ။ အဲဒီကို မြတ်စွာဘုရား ကြွလာတော့ အကုန်လုံး တိုင်ပင်ပြီး စည်းဝေး ဆုံးဖြတ်ချက်ချတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကို သွားမကြိုဘူးဆိုရင် ဒဏ်ငွေ(၅၀၀)။ အဲဒါ အကုန်လုံး သဘောတူပြီးတော့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချတယ်။

ရောဇမလ္လမင်းသားလည်း မြတ်စွာဘုရားကို ထွက်ကြိုတာပေါ့။ နောက် ရှင်အာနန္ဒာနဲ့ တွေ့တဲ့အခါကျတော့ ရှင်အာနန္ဒာက ငယ်သူငယ်ချင်းဆိုတော့ ဝမ်းသာအားရ 'ဩော်... ရောဇမင်းသား လာတယ်။ ရတာနော မြတ်သုံးပါးကို မင်း ကြည်ညိုတာ ကောင်းတယ်။'

အဲလိုပြောတဲ့အခါကျတော့ ရောဇက ဘာပြောလဲဆိုတော့ 'အရှင်ဘုရား အာနန္ဒာ၊ တပည့်တော်

www.thitsarparamisociety.com

ရတနာမြတ်သုံးပါးကို ကြည်ညိုလို့ လာတာမဟုတ်ဘူးတဲ့။ မလာရင် ဒဏ်ရိုက်ခံ ရမှာစိုးလို့ လာတာ’တဲ့။

အဲဒီလိုပြောတော့ ရှင်အာနန္ဒာက တော်တော်စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒါနဲ့ သူလည်း ပြန်သွားရော ရှင်အာနန္ဒာက မြတ်စွာဘုရားဆီ တန်းသွားတယ်။ မြတ်စွာဘုရားတဲ့၊ တပည့်တော် သူငယ်ချင်း ရောဇမလ္လမင်းသားဟာ အခြေခံ ဉာဏ်ပညာတွေ ရှိပါတယ်ဘုရား၊ ဒါပေမယ့် အခုလို ဖြစ်နေတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ရောဇကို သာသနာတော်ကို ကြည်ညိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဖြစ်အောင် မြတ်စွာဘုရား လုပ်ပေးလို့ရရင် လုပ်ပေးပါဘုရားလို့ မြတ်စွာဘုရားကို သူငယ်ချင်းအတွက် လျှောက်ထားတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ‘အာနန္ဒာ၊ ရောဇကို သာသနာတော်ကို ကြည်ညိုအောင် လုပ်ဖို့အတွက် ငါ့မှာ အခက်အခဲ မရှိပါဘူး။’

အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက တစ်လောကလုံး အပေါ်မှာ ဖြန့်ကျက်ထားတဲ့ မေတ္တာဓာတ်ကို ရုပ်သိမ်းပြီးတော့ ရှိသမျှမေတ္တာတွေကို ဒီ ရောဇမလ္လမင်းသား တစ်ဦးတည်းရဲ့အပေါ်မှာ ပုံပေးလိုက်တယ်။

www.thitsarparamisociety.com

မေတ္တာပို့လိုက်တယ်ပေါ့။

ရောဇ ဘာဖြစ်သွားလဲဆိုတော့ အမေ ပျောက်တဲ့ နွားငယ်လိုပဲတဲ့၊ တဘူဘူ တဘဲဘဲ အော်ပြီးတော့ အမေ ရှာနေတယ်။ အမေနွားမကြီးကို လိုက်ရှာနေတယ်တဲ့။ နွားလေးဆိုတာ မအေမရှိဘူးဆိုရင် ကြိုးတွေ ဘာတွေ ပြတ်ချင်ပြတ် ရုန်းကန်ထွက်သွားတာ။ အဲဒီ နွားပေါက်စလေးလိုပဲတဲ့၊ အလွန်ကောင်းတဲ့ ဥပမာနော်၊ ဒီဥပမာက။

ရောဇကလည်း အမေပျောက်တဲ့ နွားငယ်လေးလို မြတ်စွာဘုရားကို လိုက်ရှာနေတယ်တဲ့။ ကျောင်းထဲမှာ တွေ့သမျှ ရဟန်းတွေကို မြတ်စွာဘုရား ဘယ်မှာလဲဘုရား၊ မြတ်စွာဘုရား ဘယ်မှာလဲဘုရား။ အဲဒီလို မေးပြီးတော့ကို ရှာတာ။

မြတ်စွာဘုရား နေတဲ့ကျောင်းကို သိပြီဆိုတော့ တံခါးလေး ခေါက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားဆီ ရောက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားကို နာပြီးတော့ သောတာပန်ဖြစ်တယ်။

ဒါကိုမြတ်စွာဘုရားမို့ ဖြစ်တာပါလို့ ဒီလို ပြောလို့ မရဘူး။ မြတ်စွာဘုရား အသုံးပြုတာလည်း မေတ္တာ

www.thitsarparamisociety.com

ပဲ၊ ကိုယ်လည်း အသုံးပြုမယ်ဆိုရင် အဲဒီမေတ္တာကိုပဲ အသုံးပြုမှာ။ မေတ္တာကတော့ အတူတူပဲ။ ဘုရားလောက် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အားမကြီးလို့ မေတ္တာတရားတွေ ဘုရားလောက် မကြီးကျယ်ဘူးလို့ ဆိုနိုင်သော်လည်းပဲ မေတ္တာတရားကတော့ ဘက်လိုက်တယ်လို့ ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။

မေတ္တာတရားကြောင့် နတ်တွေရဲ့ ချစ်ခင်မှုကိုလည်း ရနိုင်တယ်။ မေတ္တာဘာဝနာအစွမ်းကြောင့် နတ်တွေရဲ့ ချစ်ခင်နှစ်သက်မှုကို ရတဲ့ မထေရ်တစ်ပါး အကြောင်းကလည်း စိတ်ဝင်စားစရာ အလွန်ကောင်းပါတယ်။

ဝိသာခမထေရ်

ဦးဇင်းတို့ ဝိသာခမထေရ်ဆိုတာ ရှိတယ်။ ဝိသာခမထေရ်ဆိုတာ နဂိုက သူဌေးတစ်ယောက်ပဲ။ နောက်တော့ အကုန်လုံးကို စွန့်ပြီး ရဟန်းပြုပြီး ဂူကြီးတစ်ဂူထဲမှာ သီတင်းသုံးတယ်။ လေးလပြည့်ရင် ငါ ဒီဂူထဲက ထွက်ပြီးတော့ တစ်နေရာသွား သီတင်းသုံးမယ်လို့ သူ စိတ်ကူးတာ။

လေးလပြည့်တော့ သပိတ်လေး လွယ်ပြီး သွား

www.thitsarparamisociety.com

တော့မယ်ဆိုတော့ အဲဒီဂူပေါက်ဝက သစ်ပင်ကို စောင့်တဲ့နတ်သမီးက ငိုတယ်။ ဘာလို့ ငိုတာတုန်းလို့ မေးတော့ အရှင်ဘုရား ကြွသွားမယ်ဆိုလို့ ငိုတာတဲ့။

ငါ ဒီမှာနေလို့ မင်းတို့မှာ ဘာအကျိုးရှိလဲလို့ မေးတဲ့အခါ အရှင်ဘုရားတဲ့၊ အရှင်ဘုရား ဒီမှာ ရှိနေတုန်း ဟောဒီတောထဲမှာရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ အလွန်မှ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် မေတ္တာအားကြီးပြီးတော့ နေရတာ အလွန် ချမ်းသာပါတယ်တဲ့။ အရှင်ဘုရားလည်း သွားပြီဆိုရင် အကုန်လုံး ဝါးအစည်းပြေသလို ဆူဆူညံညံနဲ့ မတည့်တာတွေ ဘာတွေဖြစ်ကြဦးမှာပဲ။ တပည့်တော် ဒါကြီးကို မတွေ့လို၊ မကြုံလိုတဲ့အတွက်ကြောင့် အရှင်ဘုရား ကြွသွားမှာစိုးလို့ ငိုတာလို့ ပြောတယ်။

အရှင်မြတ်က ငါ နောက်ထပ် လေးလ နေမယ်ဆိုပြီး နေလိုက်ပြန်ရော။ လေးလပြည့်လို့ ပြန်ကြွသွားတော့မယ်ဆိုတော့ အဲဒီနတ်သမီးက ငိုပြန်ရော။ အဲဒီလိုနဲ့ အဲဒီနားမှာပဲ နေရင်းနဲ့ ရဟန္တာ ဖြစ်ပြီးတော့ အဲဒီနားမှာပဲ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတယ်လို့ ဆိုတယ်။

နတ်တွေရဲ့ ချစ်ခင်နှစ်သက်မြတ်နိုးမှုကို ရတယ်

www.thitsarparamisociety.com

ဆိုတာကို စာထဲမှာ ဒီဝတ္ထုကြောင်းလေးကို သက်သေ ဥပမာပြကြတယ်။ ချစ်လျက်လူနတ်ဆိုတာ ဒါကို ပြောတာ ဟုတ်လား။

ဆိပ်မီးဓားတို့ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာ

ဆိပ်မီးဓားတို့ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာ ဒီနေရာမှာ မေတ္တာအားကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို အဆိပ်တွေ၊ မီးတွေ၊ ဓားတွေ၊ လက်နက်တွေ ဒါတွေကြောင့် ဒုက္ခ မရောက်နိုင်ဘူးလို့ ပြောတဲ့နေရာမှာ စောစောက သုဝဏ္ဏသာမကို ဘာလို့ မြားကြီးက ဝင်မှန်ရတာလဲလို့ စဉ်းစားစရာ မရှိဘူးလား။ ဒီလောက် မေတ္တာအား ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို အဲဒီမေတ္တာက ကာကွယ်ပါတော့လား၊ စောင့်ရှောက်ပါတော့လားလို့ မေးစရာ မရှိဘူးလား။

စာထဲမှာ ဘယ်လို ဥပမာပေးထားလဲဆိုတော့ သံချပ်ကာအင်္ကျီကြီး ဝတ်ထားမယ်ဆိုရင် ဘယ်သူ့မှ မြားနဲ့ ပစ်လည်း မရဘူး။ သံချပ်ကာ အင်္ကျီက မြားကို ကာကွယ်နိုင်တယ်။ သို့သော် အဲဒီအင်္ကျီချွတ်ထားတဲ့ အခါမှာတော့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကို မြားစူးတာ မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။ ဖြစ်နိုင်တယ်။

သံချပ်ကာ ဝတ်မထားတဲ့ အချိန်မှာ မြားစူး

www.thitsarparamisociety.com

တာကို ကြည့်ပြီးတော့ သံချပ်ကာအင်္ကျီကြီးက မြားကို မကာကွယ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောလို့တော့ မရဘူး။ အဲဒီတော့ သုဝဏ္ဏသာမကို ဘာလို့ မြားမှန်ရတာလဲဆိုတော့ အဲဒီ အချိန်မှာ သုဝဏ္ဏသာမသည် မေ့လျော့နေတဲ့ အချိန် ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ မေတ္တာတည်းဟူ သော သံချပ်ကာအင်္ကျီကို ချွတ်ထားတဲ့အချိန် ဖြစ် နေတယ်။ ဒါကြောင့် သူ မြားမှန်ရတာ၊ သဘော ပေါက်ရဲ့လား။

ဆိပ်မီးခေးတို့ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာဆိုတဲ့ မေတ္တာ အကျိုးကို သာကေပြရရင် မြတ်ဘုရား လက်ထက် က ဉတ္တရာနှင့် သီရိမာတို့ရဲ့အကြောင်းက အလွန် ကောင်းပေါ့။

ဉတ္တရာ နှင့် သီရိမာ

ဉတ္တရာက သူ့ ဘာသာရေးအလုပ်တွေကို လုပ် တဲ့အခါမှာ စိတ်ရှိလက်ရှိ နှောက်ယှက်ဆံတင်းမှုမရှိဘဲ လုပ် နိုင်ဖို့အတွက် ပြည့်တန်ဆာမ သီရိမာကို သူ့ယောက်ျား အတွက် ငှားပေးတာ။ အနေကြာလာတဲ့အခါကျတော့ သီရိမာက ဉတ္တရာရဲ့ယောက်ျားကိုပဲ သူ့ယောက်ျားလို့ ထင်တယ်။

www.thitsarparamisociety.com

ဥတ္တရာရဲ့ ယောကျ်ားက ဥတ္တရာကို ကြည့်ပြီးတော့ ဩော်… မိုက်လိုက်တဲ့မိန်းမ၊ စည်းစိမ် ချမ်းသာတွေ ဒီလောက်ပြည့်စုံနေတာ မခံစားဘဲနဲ့ ဒီရဟန်းတွေကိုပဲ ပြုစုဖို့ သူကြိုးစားနေတယ်လို့ ကြည့်ပြီးတော့ ပြုံးတာ။ အဲဒါကို သိရိမာက တစ်မျိုးအထင်လွဲပြီးတော့ ဝန်တွေတိုပြီးတော့ အဲဒီဥတ္တရာကို ဘာလုပ်လဲဆိုတော့ ထောပတ် ပွက်ပွက်ရည်တွေနဲ့ သွားပြီးတော့ လောင်းတာ။ အံ့ဩစရာပါပဲ။ သူ့မိန်းမ သူကြည့်ပြီးတော့ ပြုံးတာကို သူက သဝန်တိုနေတာ။ ဒီလို ထောပတ်ပူနဲ့ လောင်းတော့မယ်ဆိုတာလည်း သိရော ဥတ္တရာက ဩော်… ဒီမိန်းမ၊ ငါ့အပေါ်မှာ အလွန် ကျေးဇူးများတယ်။ သူ့ကြောင့် ငါ ကုသိုလ်တွေ အများကြီး လုပ်ရတယ်။

'သူ့အပေါ်မှာ ငါ မေတ္တာမပျက်ရိုး မှန်ရင် ဟောဒီ ထောပတ်ဆီတွေဟာ မပူပါစေသတည်း'။

သစ္စာစကားလည်း ပါတယ်။ မေတ္တာလည်း အလွန် အားကြီးတယ်။ ဒါကြောင့် ထောပတ်ပူတွေဟာ သူ့ကို မပူလောင်စေဘူး။ မေတ္တာအားကြီးလို့ ဟုတ်ရဲ့လား။

www.thitsarparamisociety.com

ဦးခင်းတို့ ဒေါသ မဖြစ်ဖို့၊ မေတ္တာအားကြီးဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရား ဟောပြထားတဲ့ ကကစူပမသုတ္တန်ဆိုတာကြီးကို ပြောချင်လို့ မေတ္တာအကျိုး တစ်ဆယ့်တစ်မျိုးဆိုတာကို ဒီလောက်နဲ့ ရပ်ကြရအောင်။

ကကစူပမသုတ္တန်

ကကစူပမဆိုတာ 'လွှဥပမာ'လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။

သုတ္တန်ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်း အကြောင်းက မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်က မောဠိယဖဂ္ဂုနဆိုတဲ့ ရဟန်းတစ်ပါး ရှိတယ်။ အဲဒီရဟန်းက ဘိက္ခုနီမတွေနဲ့ အလွန်တရာမှ အကျွမ်းဝင်တယ်၊ ရင်းနှီးတယ်။

ဘယ်လောက်အထိ ရင်းနှီးသလဲဆိုရင် ဘိက္ခုနီမတွေရဲ့ မကောင်းကြောင်းကိုပြောရင် အဲဒီ ရဟန်းက စိတ်တိုတယ်။ အဲဒီလိုပဲ မောဠိယဖဂ္ဂုနရဲ့ မကောင်းကြောင်း ပြောရင် ဘိက္ခုနီမတွေက စိတ်တိုတယ်။ တစ်ယောက် တစ်ယောက် အထိမခံကြဘူးပေါ့လေ။

အဲဒီလို ဖြစ်တာကြီးကို သဘာဝ မကျမှန်းသိကြတဲ့ ရဟန်းတော်တွေက မြတ်စွာဘုရားကို သွား

www.thitsarparamisociety.com

လျှောက်တာ။ လျှောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီ ဖဂ္ဂုနကို ခေါ်ပြီးတော့ သင့်ကို ဒီလိုပြောကြတယ် ဟုတ်လားလို့ မေးတယ်။ မေးတဲ့အခါကျတော့ သူ လိမ်လို့ မရဘူး။ မှန်လှပါဘုရားလို့ လျှောက်ရတယ်။ အဲဒီလို လျှောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက ဖဂ္ဂုနကို တရားဟောတာပေါ့။

'သင် မြတ်နိုးတဲ့ ဘိက္ခုနီမတွေရဲ့ မကောင်းကြောင်းကို သင့်ရှေ့မှာ လာပြောမယ်ဆိုရင် သင် ဘယ်လို စဉ်းစားသင့်သလဲဆိုတော့ ငါ့ရဲ့စိတ် မဖောက်ပြန်စေရဘူး။ ငါ့ရဲ့ နှုတ်က ယုတ်ညံ့တဲ့ စကားတွေ မထွက်စေရဘူး။ ကြီးမားတဲ့အေးချမ်းတဲ့ မေတ္တာတရားကိုသာလျှင် ငါ ဖြစ်စေရမယ်' ဆိုပြီးတော့ အဲသလို ကျင့်ရမယ်တဲ့။

ကွယ်ရာမှာ ပြောတာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ သူ့ရှေ့မှာ လာပြောတာ ဆိုရင်တောင် အဲသလိုမျိုး ကျင့်ရမယ်တဲ့။ အဲလောက်တင်လားဆိုတော့ မကဘူး။ တစ်စုံတစ်ယောက်သောပုဂ္ဂိုလ်က သင့်ရဲ့ ဘိက္ခုနီမတွေကို လက်နဲ့ ပုတ်မယ်၊ ခဲနဲ့ ထုမယ်၊ တုတ်နဲ့ ရိုက်မယ်၊ နောက် အလွန်ဆုံး ဓားနဲ့ ခုတ်မယ်။ သင့်ရဲ့မျက်မှောက်မှာ

www.thitsarparamisociety.com

အဲဒီလို လုပ်နေမယ်ဆိုရင်တောင်မှ သင့်စိတ်ထဲမှာ ဒေါသ မဖြစ်ရဘူး၊ မဖြစ်သင့်ဘူး။ တော်တော် မလွယ်တဲ့ကိစ္စနော်။ စဉ်းစားကြည့်၊ ငါ့ရဲ့စိတ် မဖောက်ပြန်စေရဘူး။ ငါ့ရဲ့နှုတ်က ယုတ်ညံ့တဲ့စကားတွေ မထွက်စေရဘူး။ မေတ္တာတရားကိုသာလျှင် ဖြစ်စေမယ်လို့ သင်ဟာ အဲသလို ကျင့်ရမယ်တဲ့။

စဉ်းစားကြည့်၊ သတ္တဝါဆိုတာက ကိုယ့်ကို လာပြီးတော့ ဒုက္ခပေးမှ စိတ်တိုတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်မြတ်နိုးတဲ့ လူတွေကို လာပြီးတော့ ဒုက္ခပေးရင်လည်း စိတ်က တိုတာပဲ။

ဒကာ, ဒကာမတို့, ဦးဇင်းတို့ရဲ့ဘဝတွေမှာ ဒေါသတွေ ဖြစ်ရတာလည်း အဲဒါတွေလည်း အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုအနေနဲ့ မပါဘူးလား။ ကိုယ့်ကို တိုက်ရိုက်လာထိခိုက်လို့ မဟုတ်ဘူး။ လက်သည်း ဆိတ်တော့ လက်ထိပ်နာတယ်ဆိုတဲ့ သဘောမျိုး၊ ကိုယ့်အသိုင်းအဝိုင်းကို လာထိလို့ ကိုယ်က နာတာ။ အဲဒါမျိုးလည်း မနာရဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတာ ဟုတ်လား။

နောက် ဆက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား ဘာပြောလဲဆိုတော့ ‘အဲဒီ ဘိက္ခုနီမတွေရဲ့ အကျိုးမဲ့ကို

www.thitsarparamisociety.com

လုပ်တာကို မဆိုထားနဲ့၊ သင့်ရဲ့အကျိုးကျေးဇူးမဲ့ သင့်ရဲ့ မကောင်းကြောင်းကို သင့်ရှေ့မှာ လာပြောနေတယ် ဆိုရင်တောင် သင်ဟာ ဖောက်ပြန်တဲ့စိတ် မဖြစ်သင့်ဘူး။ ယုတ်ညံ့တဲ့စကားတွေ နှုတ်က မထွက်သင့်ဘူး။ မေတ္တာတရားသာလျှင် ထားသင့်တယ်။ နောက်ဆုံး သင့်ရဲ့ မကောင်းကြောင်းကို ပြောရုံသာမကဘဲ သင့်ကို လက်နဲ့ ပုတ်မယ်၊ ခဲနဲ့ ထုမယ်၊ တုတ်နဲ့ ရိုက်မယ်၊ ဓားနဲ့ ခုတ်မယ်ဆိုရင်တောင် သင်ဟာ ဖောက်ပြန်တဲ့စိတ် မဖြစ်သင့်ဘူး' တဲ့။

အဲဒီလောက်ထိ မြတ်စွာဘုရားက ဖြစ်စေချင်တာနော်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောပုံလေးကို ကြည့်နော်။ အဲဒီ ဘိက္ခုနီမတွေရဲ့ မကောင်းတာ ပြောလို့၊ ရိုက်လို့၊ နှက်လို့ ဘာပဲလုပ်လုပ် သင် ဒေါသဖြစ်စရာ အကြောင်း မရှိဘူး။ သူများကို အဲဒီလိုလုပ်လို့ ဒေါသ မဖြစ်အောင် တားမြစ်ခိုင်းတာတင် မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကို လာပြောနေ လုပ်နေတယ်ဆိုရင်တောင်မှ ဒေါသ မဖြစ်ရဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီအတိုင်း ဟောတာ။ ဟုတ်လား။

www.thitsarparamisociety.com

အဲဒီလို ဟောပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဘာပြောပြလဲဆိုတော့ ရဟန်းတို့တဲ့၊ ဟိုတုန်းက ရဟန်းတွေက ဆုံးမရတာ လွယ်တယ်။ ငါ ဆုံးမစရာတောင် မလိုဘူးတဲ့။ တချို့ကိစ္စတွေကို သတိလေးပေးလိုက်တာနဲ့တောင်မှ လိုက်နာကြတယ်တဲ့။

ဆွမ်းက တစ်နပ်တည်း စားလို့ရှိရင် လူလည်း ချမ်းသာတယ်၊ အားအင်လည်း ရှိတယ်၊ သင်တို့လည်း တစ်ထပ်တည်း စားလို့ရှိရင် အနာကင်းလိမ့်မယ်၊ ပေါ့ပါးလိမ့်မယ်၊ သွက်လက်လိမ့်မယ်၊ ချမ်းသာလိမ့်မယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော့ ရဟန်းတွေက တစ်ထပ်ပဲ စားတယ်။ သတိပေးရုံပဲ ပေးရတယ်၊ ဆုံးမစရာ မလိုဘူး။

ဆက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက အမျက်ဒေါသ မကြီးကြဖို့ဆိုတာကို ဦးတည်ပြီးတော့ ဟောတယ်။

ဝေဒေဟိကာ

တစ်ချိန်က ဖြစ်ပျက်ခဲ့တဲ့ အဖြစ်လေးတစ်ခုကို မြတ်စွာဘုရား ပြန်ပြောပြရင်းနဲ့ ဟောတာ။ ရဟန်းတို့တဲ့၊ တစ်ချိန်တုန်းက ဝေဒေဟိကာဆိုတဲ့ အမျိုးကောင်းသမီးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ အဲဒီဝေဒေဟိကာ

www.thitsarparamisociety.com

က သူ့ရဲ့ရုပ်ကွက်ထဲ သူ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ နာမည် ကောင်းထွက်တယ်။ ဘယ်လို နာမည်ကောင်း ထွက် လဲဆိုတော့ အလွန်နူးညံ့ သိမ်မွေ့တဲ့သူ၊ အလွန် ငြိမ်း ချမ်းတဲ့သူ၊ ဒီလိုမျိုး နာမည်ကောင်း ထွက်တယ်။ အလွန်နှိမ့်ချပြီးတော့ အလွန်သိမ်မွေ့တယ်လို့ နာမည် ကောင်းထွက်တယ်။

ဒီနာမည်က သိပ်ကြီးတဲ့အခါကျတော့ ဝေဒေ ဟိကာရဲ့အိမ်မှာ အစစ အရာရာ လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက် ပေးရတဲ့ 'ကာဠီ'ဆိုတဲ့ ကျွန်မတစ်ယောက် ရှိတယ်။

ကျွန်မ ကာဠီက ဘာစဉ်းစားလဲဆိုတော့ သြော် ငါ့ရဲ့အရှင်သခင်မဟာ နူးညံ့တယ်၊ နှိမ့်ချတယ်၊ ငြိမ်း အေးတယ်လို့ နာမည်ကြီးတယ်။ ငါကပဲ အစစအရာရာ လုပ်ကိုင်ပေးနေလို့ သူဘာမှ စိတ် အနှောင့်အယှက် မဖြစ်လို့ သူ ဒီလိုမျိုး နေနိုင်တာလား။ ဒါမှမဟုတ် ငါက အသုံးမကျလို့ စိတ်တိုစရာတွေ ဖန်တီးမယ် ဆိုရင် သူ စိတ်မတိုဘဲ နေမှာလား၊ ငါ စမ်းကြည့်ချင် တယ်။

အဲဒါနဲ့ ကာဠီက နောက်တစ်နေ့ မနက်မှာ စောစောထနေကျ မထဘူး၊ နေမြင့်မှ ထတယ်၊ အဲဒီ

www.thitsarparamisociety.com

တော့ အရှင်သခင်မက လာမေးတယ်။ ကာဠီ ဘာဖြစ်လို့ ဒီနေ့ နေမြင့်အောင် အိပ်နေတာလဲလို့ မေးတာ၊ ဘာအကြောင်းရှိတုန်းဆိုတော့ ဘာအကြောင်းမှ မရှိပါဘူး။ အိပ်ချင်လို့ အိပ်နေတာ။ အဲဒီလိုပြောတဲ့ အခါကျတော့ ဝေဒေဟိကာရဲ့မျက်နှာ တစ်ချက်ပျက်သွားတယ်။ ပြီးတော့ ဟိုဘက် လှည့်သွားတယ်။ ဘာမှ မပြောဘူး။

အဲဒီတော့ ကာဠီက ဘာစဉ်းစားလဲ ကြော် တို့အရှင်သခင်မ အမျက်ဒေါသတော့ ထွက်တတ်သား ပဲလို့ စဉ်းစားတယ်တဲ့။ ဒါပေမယ့် သေချာအောင် နောက်နေ့ ငါ စမ်းမယ်ပေါ့။ လွယ်တော့ မလွယ်ဘူး နော်။ အဲလို အိမ်စေမျိုးနဲ့များ တွေ့ရင် မလွယ်ဘူးနော်။

အဲဒါ နောက်နေ့လည်းပဲ အိပ်ရာက မထဘူး။ မထတဲ့အခါကျတော့ ဒီနေ့တော့ စကားသံက နည်းနည်း ကြမ်းလာတယ်။ ဟဲ့- ကာဠီ၊ ဒီနေ့ ဘာလို့ မထတာတုန်း။ ဘာမှ မဖြစ်ပါဘူး။ အိပ်ချင်လို့ အိပ်နေတာပါတဲ့။ ဒီနေ့ကျတော့ အမူအရာ ပျက်ရုံတင် မကဘူး။ ယုတ်ယုတ်မာမာ ရုန့်ရင်းစွာ ဆဲဆိုတယ်။

ကြော် ငါတို့အရှင်သခင်မ အမျက်ဒေါသ ထွက်

www.thitsarparamisociety.com

ရုံတင် မကဘူး၊ ကြမ်းတမ်းတဲ့စကားလည်း ပြော တတ်တာပဲလို့ သူ သိရတယ်။ ဒါပေမယ့် သေချာ အောင် ငါ ဆက်စုံစမ်းမယ်။

နောက်နေ့ ဆက်ပြီးတော့ အိပ်တယ်၊ မထဘူး။ ဟိုက ဒေါသက တော်တော်ကြီးနေပြီ။ ဟဲ့ ကာဠီ၊ ဒီနေ့ ဘာလို့ မထတုန်းလို့ မေးတော့ ဘာမှ မဟုတ် ပါဘူး။ အိပ်ချင်လို့ အိပ်နေတာလို့လည်း ပြောလိုက်ရော အနားမှာရှိတဲ့ တံခါးမင်းတုန်းနဲ့ ကောက်ပြီ ခေါင်းကို ချလိုက်တာ၊ ခေါင်းဟက်တက် ကွဲပြီးတော့ သွေးတွေ ရွှဲရွှဲစိုသွားတယ်။

အဲဒီတော့မှ ကာဠီက သူ့ရဲ့ခေါင်းကို လက်နဲ့ အုပ်ပြီး အရပ်ထဲကို ပြောတယ်တဲ့။ ကြည့်ကြပါဦး၊ ရှင်တို့ အလွန်နူးညံ့ သိမ်မွေ့ပြီး ငြိမ်းအေးတယ်ဆိုတဲ့ ဝေဒေဟိကာကို ကြည့်ကြပါဦး၊ တစ်ယောက်တည်း သော ကျွန်မလေးကို ခေါင်းကို ရိုက်လိုက်တာ ဆိုပြီး အရပ်ထဲ လှည့်ပြီး ပြောတာ။

အဲဒီက စပြီးတော့ ဝေဒေဟိကာဟာ ကြမ်း တမ်းသူ၊ ခက်ထန်သူ၊ သည်းမခံသူဆိုတဲ့ နာမည်ကို ရပြန်တယ်။

www.thitsarparamisociety.com

ဝေဒေဟိကာလိုပဲ သာသနာကြီးမှာလည်း တချို့ရဟန်းတွေဟာ ဆန့်ကျင်ဘက် စကားလမ်းကြောင်းတွေနဲ့ မတွေ့လို့ နူးညံ့နေကြတာ၊ သိမ်မွေ့နေကြတာ၊ ငြိမ်းအေးတယ်လို့ ထင်ကြရတာ။ အရပ်ပြောလေး ပြောရမယ်ဆိုရင် စိတ်တိုစရာ မတွေ့သေးလို့ အေးအေးလေး နေနိုင်ကြတာ၊ စိတ်တိုစရာ တွေ့တာနဲ့ စိတ်တိုတော့တာပဲ။

ရနေလို့ ကောင်းနေသူများ

မြတ်စွာဘုရား ဆက်ပြောတာက ရဟန်းတို့.. တချို့ရဟန်းတွေဟာ ပစ္စည်းလေးပါးကို လွယ်လွယ်ကူကူ ရနေလို့သာ ပြောလို့ ဆိုလို့ ကောင်းနေတာ ရှိတယ်။

ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး ပစ္စည်းလေးပါး လွယ်လွယ်ကူကူ ရနေလို့ ပြောလို့ဆိုလို့ ကောင်းနေတာမျိုးကို ပြောဆိုလို့ နာခံလွယ်တဲ့လူလို့ ငါဘုရား မဆိုလိုဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ပစ္စည်းလေးပါး လွယ်လွယ်ကူကူ မရလို့ရှိရင် သူဟာ ပြောလို့ဆိုလို့ ကောင်းတော့မှာ မဟုတ်ဘူး။

အရပ်ထဲမှာ ပြောတဲ့ အသုံးအနှုန်းနဲ့ ပြောရ

www.thitsarparamisociety.com

ရင်တော့ ရနေလို့ ကောင်းနေတာ။ မရဘူးဆိုတာနဲ့ မကောင်းတော့ဘူး။ ဒီလိုလူတွေ အများကြီး မရှိဘူးလား။ သူတို့ စိတ်တိုင်းကျ သူတို့အလိုလေး ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရင် ကောင်းနေတာပဲ။ သူတို့ စိတ်တိုင်းမကျတော့ဘူး၊ သူတို့ လိုချင်တာ မရတော့ဘူးလည်း ဆိုရော မကောင်းတော့ဘူး။

အဲဒီမေးခွန်းက ကိုယ့်ကိုယ်ကို မေးသင့်တာ၊ သူများကို မေးမယ်ဆိုတာထက် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်မေးသင့်တာ။ ကိုယ်က ကောင်းနေတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်စိတ်တိုင်းကျလို့ အလိုကျလို့ ကောင်းနေတာလား၊ ကိုယ့်စိတ်တိုင်းမကျ အလိုမကျတော့ဘူးဆိုရင် ဆက်ပြီးတော့ ကောင်းနိုင်ဦးမလားဆိုတဲ့ မေးခွန်း။ ဒါက အလွန်တွေးစရာ ကောင်းပါတယ်။

ပစ္စည်းလေးပါး ရနေလို့ ကောင်းတဲ့သူကို ဆိုဆုံးမ လွယ်ကူသူလို့ မဆိုနိုင်ဘူး။ မရလို့ရှိရင် မကောင်းတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် လောကကြီးမှာ ဘယ်လို စကားလမ်းကြောင်းနဲ့ပဲ စကားသံတွေကို ကြားရကြားရ ဒေါသ မဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းရမယ်။

www.thitsarparamisociety.com

စကားလမ်းကြောင်းကြီး ငါးခု

အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဒကာ ဒကာမတို့ ဦးဇင်းတို့ဆီကို ရောက်လာနိုင်တဲ့ စကားလမ်းကြောင်းကြီး (၅)ခုဆိုတာကို ဟောတယ်။ အဓိက ဦးဇင်းက အဲဒါလေးတွေကို မှတ်မိစေချင်တယ်။

ဘယ်လို စကားသံပဲ ကြားရကြားရ ဒေါသ မဖြစ်ရဘူး။ စကားတွေကတော့ လာချင်တဲ့လမ်းကြောင်းက လာနိုင်တယ်။ ဘယ်ကလာလာ မေတ္တာ မပျက်ရဘူး။

(၁) သင့်တော်ခြင်း၊ မသင့်တော်ခြင်း

ပထမ စကားလမ်းကြောင်းက– လူတွေဟာ ကိုယ့်အပေါ်မှာ သင့်တော်တာတွေကိုလည်း ပြောချင်ပြောမယ်၊ မသင့်တော်တာတွေလည်း ပြောချင်ပြောမယ်။

မပြောသင့်တာတွေ ဘာလို့ ငါ့ကို လူကြားထဲ ပြောတာတုန်းလို့ လူတွေကို လိုက်တားမြစ်လို့ မရဘူး။ သူတို့ ပြောချင်တာ ပြောမှာပဲနော်၊ သူတို့ ပြောတာ သင့်တော်တာလည်း ပါနိုင်တယ်၊ မသင့်တော်တာလည်း ပါနိုင်တယ်။ ဒါ ပထမ စကားလမ်းကြောင်း။

www.thitsarparamisociety.com

(၂) မှန်ခြင်း မမှန်ခြင်း

မှန်တာတွေလည်း သူတို့ပြောချင် ပြောမယ်။ မမှန်တာတွေလည်း ပြောချင်ပြောမယ်။ ဟုတ်မှန်တဲ့အကြောင်းကို ပြောတာရှိသလို၊ မဟုတ်ဘဲ အပုပ်ချပြီး ပြောတာလည်း ကြုံရနိုင်တယ်။

(၃) သိမ်မွေ့ခြင်း၊ မသိမ်မွေ့ခြင်း

သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ နူးနူးညံ့ညံ့ ပြောတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ သို့မဟုတ် ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ခက်ခက်ထန်ထန် အထက်စီးကနေ ပြောချင်သလို ပြောတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

(၄) အဓိပ္ပာယ် ရှိခြင်း၊ မရှိခြင်း

အကျိုးအကြောင်းဆိုက်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်ရှိတာလည်း ပြောချင်ပြောမယ်။ ဘာ အကျိုးအကြောင်းမှ ဆက်စပ်လို့မရတဲ့ ဘာအဓိပ္ပာယ်မှ မရှိတာတွေကို ပြောတာလည်း ရှိချင်ရှိမယ်။

တချို့စကားတွေက ဘာအဓိပ္ပာယ်မှ မရှိဘူး။ ဒါပေမယ့် သည်းခံပြီးတော့ နားထောင်နေရတာပဲ။ ဟုတ်တယ်မို့လား၊ ဘာအဓိပ္ပာယ်မှ မရှိဘူး။ အကျိုး

www.thitsarparamisociety.com

အကြောင်း မဆိုက်ဘူး။ သူတို့ပြတဲ့ အကြောင်းပြချက်တွေက အကုန်တလွဲချည်းပဲ ဟုတ်လား။ အဓိပ္ပာယ်ရှိတာကို ပြောချင်လည်း ပြောမယ်၊ အဓိပ္ပာယ် မရှိတာကို ပြောချင်လည်း ပြောမယ်။

(၅) မေတ္တာ ရှိခြင်း၊ မရှိခြင်း

နောက်ပြီးတော့ မေတ္တာတရားနဲ့ ကိုယ့်အကျိုးကို လိုလားလို့ ပြောတာလည်း ရှိချင်ရှိမယ်၊ ဒေါသနဲ့ ပြစ်မှားပြီးတော့ မကောင်းတဲ့စိတ်နဲ့ ပြောတာလည်း ရှိချင်ရှိမယ်။

အဲဒီ စကားလမ်းကြောင်းကြီး ငါးကြောင်း တိုက်လာပြီဆိုရင် ကောင်းတဲ့ အနေအထားလေးတွေနဲ့ ပြောရင်တော့ ကောင်းတဲ့အနေအထားလေး ဖြစ်ဖို့ အရမ်း မခက်ခဲပါဘူး။

မကောင်းတဲ့ အနေအထားကြီးကနေပြီးတော့ ပြောလာပြီဆိုရင်တော့ အကြီးအကျယ် စိတ်တိုကြတော့မှာပဲ။ တချို့ သတ်ကြ ဖြတ်ကြသည်အထိ စိတ်တိုကြတာတွေ မရှိဘူးလား။ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် ဆဲကြမယ်၊ ဆိုကြမယ်၊ ရိုက်ကြမယ်၊ နှက်ကြမယ်၊ အကြီးအကျယ် တုံ့ပြန်ကြတာ။

www.thitsarparamisociety.com

မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီစကားလမ်းကြောင်းကြီး ငါးကြောင်းထဲမှာ ဘယ်လို စကားလမ်းကြောင်းကပဲလာလာ ငါသည် ငါ့ရဲ့စိတ်ကို မဖောက်ပြန်စေရဘူး။ အဲဒီဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတဲ့ အသုံးအနှုန်းနဲ့ ဟောတာကိုပဲ ဦးဇင်းက ဘာသာကျတယ်။

ဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတာ ဘာလဲ..။ ပင်ကိုယ်အခြေအနေကနေပြီးတော့ ပြောင်းသွားတာ။ မကြားရခင်က စိတ်ကလေးက သူ့ဟာသူ အေးအေးဆေးဆေး ငြိမ်ငြိမ်လေးပဲ၊ ကြားရပြီဆိုတာနဲ့ ဘာဖြစ်သွားလဲ၊ ပြောင်းသွားရော။

ပြောင်းနေရာတာနဲ့ပဲ ငြိမ်လိုက်ရတယ်လို့ မရှိဘူး၊ ဟုတ်ရဲ့လား။ ဟိုလိုကြောင့် ပြောင်း၊ ဒီလိုကြောင့် ပြောင်း၊ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ပြောင်းနေရတယ်။ ငြိမ်တယ်လို့ မရှိဘူး။ မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ကို မဖောက်ပြန်စေရဘူးတဲ့။

ကိုယ့်ရဲ့နှုတ်က ယုတ်ညံ့တဲ့စကားတွေ မထွက်စေရဘူး၊ ငါသည် သတ္တဝါတွေရဲ့အပေါ်မှာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို လိုလားတဲ့မေတ္တာစိတ်နဲ့ပဲ နေနိုင်အောင် ကြိုးစားမယ်ဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ သင်တို့ အဲသလို ကျင့်ရမယ်လို့

www.thitsarparamisociety.com

မြတ်စွာဘုရား ပြောတာ။

စဉ်းစားစရာ အလွန်ကောင်းပါတယ်။ များ သောအားဖြင့် စိတ်တိုကြတယ်ဆိုတာ ဒီစကားသံတွေ ကြားပြီးတော့ပဲ စိတ်တိုကြတာ။

စကားလုံးမျှလောက်နဲ့ စိတ်တိုဖို့မပြောနဲ့ ကိုယ် ထိလက်ရောက် တိုက်ခိုက်လာရင်တောင် စိတ်မဆိုး ရဘူးလို့ ဟောတာနော်။ မြတ်စွာဘုရားက ဥပမာ ထပ်ပေးတယ်။

မြေကြီးဥပမာ

ရဟန်းတို့တဲ့၊ လူတစ်ယောက်က ပေါက်ပြား နဲ့ ခြင်းတောင်းနဲ့ ယူလာပြီး ဘာလုပ်လဲဆိုတော့ မြေကြီးကို တူးတယ်၊ ဆွတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီ မြေ ကြီးပေါ်မှာ တံတွေးတွေ ထွေးတယ်၊ နှပ်တွေ ညှစ် တယ်၊ ကျင်ငယ်ကျင်ကြီး စွန့်တယ်။

ပြီးတော့ ဘာပြောလဲဆိုတော့ ငါ မြေကြီးကို မြေကြီး မဖြစ်အောင် လုပ်ပစ်မယ်လို့ ပြောတယ်တဲ့။ မြေကြီးကို မြေကြီးမဖြစ်အောင် လုပ်မယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ကြံ့းဝါးချက်သည် ဖြစ်နိုင်သလား၊ သူသာ

www.thitsarparamisociety.com

လျှင် ပင်ပန်းလိမ့်မယ်၊ ဆင်းရဲလိမ့်မယ်။ ဒါ ဖြစ်နိုင်တဲ့အနေအထား မဟုတ်ဘူး။

အဲဒီ ဥပမာအတိုင်းပဲတဲ့၊ သင်တို့သည် စကားလမ်းကြောင်းကြီး ငါးမျိုးနဲ့ တွေ့လာတဲ့အခါမှာ မေတ္တာမပျက်စေရဘူး။ မေတ္တာ ဘယ်လောက်အထိ မပျက်စေရဘူးလဲဆိုရင် ငါသည် မြေကြီးနဲ့ တူတဲ့စိတ်နဲ့ နေမယ်ဆိုတဲ့ အနေအထားမျိုး ဖြစ်အောင် လေ့ကျင့်ရမယ်တဲ့၊ သဘောပေါက်လား။

ဆိုလိုတာက ကိုယ့်ရဲ့မေတ္တာပွားများတဲ့ အလေ့အကျင့်က များလွန်းလို့ ဘယ်လောက် စိတ်တိုစရာအနေအထားနဲ့တွေ့တွေ့ မေတ္တာက ပျက်မသွားဘူး။ ပြောင်းလဲ မသွားဘူး။ မြေကြီးကို မြေကြီး မဖြစ်အောင် လုပ်လို့မရသလိုမျိုးထိ ဒကာ ဒကာမတို့၊ ဦးဇင်းတို့ရဲ့ဖြစ်နေတဲ့ မေတ္တာလေးကို ဖျက်ဆီးလို့ မရတဲ့ အနေအထားမျိုးရောက်အောင် မြေကြီးနဲ့ တူတဲ့စိတ်နဲ့ နေနိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

ကောင်းကင်ဆေးရေးဥပမာ

ဆက်ပြီးတော့ ဥပမာပေးထားတယ်။ လူတစ်ယောက်က ဆေးရည်တွေ စုတ်တံတွေ ယူလာပြီး

www.thitsarparamisociety.com

တော့ ဟောဒီကောင်းကင်ကို ငါ အရုပ်ရေးမယ်၊ ဆေးခြယ်မယ်။

အာကာသကောင်းကင်ကို အရုပ် ရေးမယ်၊ ဆေးခြယ်မယ်တဲ့ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား။ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားမယ်ဆိုရင် သူပဲ ပင်ပန်းမယ်။ သူပဲ ဆင်းရဲမယ်၊ ဒါဖြစ်နိုင်တဲ့ကိစ္စ မဟုတ်ဘူး။

အဲသလိုပဲတဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်စကားတွေနဲ့ တွေ့လာတယ်၊ ဒေါသဖြစ်စရာအကြောင်းတွေ ကြုံလာမယ်ဆိုရင် ငါ ဒေါသ မဖြစ်စေရဘူး၊ စိတ်မဖောက်ပြန်စေရဘူး၊ ငါသည် ကောင်းကင်နဲ့တူတဲ့ အနေအထားမျိုးဖြစ်အောင် ကောင်းကင်နဲ့ တူတဲ့ စိတ်မျိုးရအောင် ငါ ကြိုးစားမယ်။ ငါ့ပေါ်မှာ ဘာမှ အရောင်ထင်သွားအောင် လုပ်လို့မရစေရဘူးဆိုတဲ့ သဘောမျိုး။ ဒီဥပမာလေးတွေ စဉ်းစားနော်။ အတော်ကောင်းတယ်။

ဂင်္ဂါမြစ်ရေဥပမာ

နောက်ဥပမာတစ်ခုက လူတစ်ယောက်က မြက်ခြောက်တွေ၊ ကောက်ရိုးခြောက်တွေကို စုစည်းပြီးတော့ မီးရှို့တာ။ မီးရှို့ထားတဲ့ မြက်ထုံးကြီးကို ကိုင်ပြီးတော့ ဂင်္ဂါမြစ်ရေကို ငါ ဆူပွက်စေမယ်လို့

www.thitsarparamisociety.com

သူက ကြုံးဝါးတယ်။ ကောက်ရိုးမီးနဲ့ မြစ်ရေကို ဆူပွက်စေမယ်တဲ့။ မြစ်ရေကို မီးတိုက်မလို့ပေါ့လေ။

မြစ်ရေတွေ ဆူသွားအောင် ပွက်သွားအောင် မီးတိုက်မယ်ဆိုတာ ဒါဖြစ်နိုင်ပါ့မလား။ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အဲသလို စိတ်တိုစရာ အနေအထားတွေ တွေ့တဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ကို မေတ္တာစာတ်မပျက်အောင် ဂင်္ဂါမြစ်ရေနဲ့ တူတဲ့စိတ်မျိုးဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား ဆက်ပြီးတော့ ဥပမာပေးတယ်။

ကြောင်ရေအိတ်ဥပမာ

ဥပမာ သုံးခု ရှိသွားပြီနော်။ မြေကြီးကို မြေကြီး မဖြစ်အောင် လုပ်လို့ မရသလို၊ ကောင်းကင်ကို ဆေးရေးလို့ မရသလို၊ ဂင်္ဂါမြစ်ရေကို မြက်မီးနဲ့ဆူပွက်အောင် လုပ်လို့ မရသလို၊ နောက်တစ်ချက်ကျတော့ အလွန် နူးညံ့အောင် လုပ်ထားတဲ့ ကြောင်ရေအိတ် ဆိုတာ ရှိတယ်တဲ့။

ကြောင်ရေအိတ်ကို တစ်စုံတစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်က တုတ်တို့၊ အိုးခြမ်းပဲ့တို့နဲ့ အသံထွက်အောင် လုပ်မယ်ဆိုရင် အသံကတော့ ထွက်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကြောင်ရေအိတ်ကို အသံထွက်အောင် လုပ်လို့

www.thitsarparamisociety.com

မရသလိုမျိုး၊ ဒေါသဖြစ်စရာ စိတ်တိုစရာနဲ့ ကြုံတွေ့လာပြီဆိုရင် ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ဒေါသမဖြစ်အောင် ဖောက်ပြန်မှုမဖြစ်အောင် ကြောင်ရေအိတ်နဲ့တူတဲ့ စိတ်မျိုးဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်တဲ့။ ဒေါသသံ မထွက်စေနဲ့ပေါ့။ ဥပမာလေးချက် ပြောတယ်နော်။

လွှဥပမာ

မြတ်စွာဘုရားက နိဂုံးချုပ်က ဘာပြောလဲဆိုတော့ ရဟန်းတို့၊ လူဆိုးသူခိုးတို့က အရိုးနှစ်ဖက်တပ်တဲ့လွှနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ခြေတို့၊ လက်တို့ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွေကို ဖြတ်ကြတဲ့အခါမှာ တကယ်လို့များ အဖြတ်ခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က စိတ်တိုမိမယ်၊ ဒေါသဖြစ်မယ်ဆိုရင် အဲဒါ ငါ့ရဲ့အဆုံးအမကို လိုက်နာရာမရောက်ဘူးတဲ့။

လက်ခြေကို လွှနဲ့ ဖြတ်ခံရမယ်ဆိုရင်တောင် စိတ်မတိုအောင် ကြိုးစားရမယ်လို့ အဲဒီလောက်ထိ မြတ်စွာဘုရားက ပြောတာ။

ပြီးတော့ ဆက်မေးတဲ့ မေးခွန်းလေးကို ဦးဇင်းက သဘောကျတယ်။ ဘာမေးတာလဲဆိုတော့ အဲဒီလောက်ဆိုးတဲ့ အနေအထားမျိုးတွေ ကြုံရလားဆိုတဲ့

www.thitsarparamisociety.com

သဘောမျိုး မြတ်စွာဘုရားက မေးတာ။

ဆိုလိုတာက သည်းမခံနိုင်လောက်အောင် ဆိုးဝါးတဲ့ စကားလမ်းကြောင်းကြီးတွေ သင်တို့မှာ တွေ့သလားလို့ မေးတာ။ မေးတော့ ရဟန်းတွေက ဘာပြောလဲဆိုတော့ မတွေ့ပါဘူးတဲ့။

စဉ်းစားကြည့်နော်၊ ဘဝမှာ ဒေါသတွေ ဖြစ်နေကြတယ်၊ သည်းမခံနိုင်မှုတွေ ဖြစ်နေကြတယ်ဆိုတာ တွေ့ကြုံနေရတဲ့ အခြေအနေတွေက ဆိုးလွန်းလို့လား၊ ကိုယ့်ကိုယ်နှိုက်က မခံနိုင် ဖြစ်နေတာလား။ ဒီအချက်ကို နားလည်စေချင်တာ။

စိတ်တိုတယ်ဆိုတာ စိတ်တိုစရာ ကောင်းလွန်းလို့လား။ ဒါမှမဟုတ် စိတ်မတိုရ မနေနိုင်လောက်အောင် တိုကို တိုချင်နေကြလို့လားလို့ မေးရင် အများစုကတော့ တိုကို တိုချင်နေတာလို့ ပြောချင်တယ်။ လမ်းပေါ်သွားရင်းနဲ့လည်း တိုနေတာ။ ကိုယ့်လည်း ဘယ်သူမှ ဘာမှ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ မြင်ရတာနဲ့တင် ကြည့်ပြီးတိုနေတာ။ တစ်ခါတလေ ကြားရတာနဲ့တင် နားထောင်ပြီးတော့ တိုနေတာ။

ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ကို ကိုင်လှုပ်နေတဲ့ အရာတွေကို

www.thitsarparamisociety.com

နားလည်ဖို့ လိုတယ်။ အဲဒီတော့ ကိုင်လှုပ်တဲ့ အနေအထားက နည်းနည်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကစ မခိုင်မာလို့ ပျော့ညံ့လွန်းလို့ လှုပ်နေတာက များများ၊ အဲဒါကို နားလည်စေချင်တာ။ တကယ်ဆိုးဝါးတဲ့ အနေအထားတွေ ရင်ဆိုင်နေရလို့ ဒေါသတွေ ဖြစ်နေကြတာက အလွန် နည်းပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ချစ်သားတို့တဲ့··၊ ဟောဒီ လွှဉပမာရှိတဲ့ ဒေသနာတော်ကို သင်တို့ဟာ စွဲမြဲစွာ မှတ်သားထားရမယ်။ စဉ်းစားပေးရမယ်၊ ဆင်ခြင်ပေးရမယ်။ ဒါဆိုရင် ဒီဒေသနာဟာ သင်တို့အတွက် များစွာသော အကျိုးစီးပွားကို ဖြစ်ထွန်းစေလိမ့်မယ်။ အချိန်ကာလ အကြာကြီး ချမ်းသာစေလိမ့်မယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီလို နိဂုံးချုပ် ဟောပြတယ်။ ဒါ ကကစူပမသုတ္တန် အနှစ်ချုပ်ပဲ။

ရန်ငြိုးဖျောက်ကြောင်း(၁၁)ပါး

အချိန်လေးလည်း ရှိသေးတော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ လာတဲ့ ရန်ငြိုးဖျောက်ကြောင်း (၁၁)ပါးဆိုတာကို ဆက်ပြီးတော့ မှတ်သားကြည့်စေချင်တယ်။ ညောင်လေးပင်တောရဆရာတော်ကြီးက ဆောင်ပုဒ်လေး

www.thitsarparamisociety.com

ရေးထားတယ်။

'ဝင်, လွှ, ကြံ, သနား၊
ဟောကြား, ကံ, ဓာ၊
မတဂ္ဂါ, နိသင်၊
ခေတ်ယှဉ်, ပေး-တောင်း၊
ရန်ငြိုးပေါင်း၊
ဖျောက်ကြောင်းတစ်ဆယ့်တစ်'တဲ့။

ဝင်= ဝင်ဆိုတာ မေတ္တာစျာန်ကို ဝင်စားရမယ်။ မေတ္တာပွားများတဲ့အကျင့် ကျွမ်းကျင်အောင် လုပ်ပြီးတော့ ဒီမေတ္တာကို ပွားများရင်းနဲ့ ပထမစျာန် ရမယ်ဆိုရင် မေတ္တာစျာန်ရတယ်ပေါ့။ အဲဒီလို မေတ္တာစျာန် ဝင်စားနေရင် သူ့မှာ ရန်ငြိုးမရှိဘူး။ အလွန် ကြည်လင်တယ်။

လွှ= လွှဆိုတာ အခုပြောတဲ့ ကကစူပမသုတ္တန်လိုမျိုး ဒေသနာတွေကို စဉ်းစားရမယ်လို့ ပြောတာ။

ကြံ= ကြံဆိုတာက ဒေါသရဲ့အပြစ်၊ မေတ္တာရဲ့အကျိုးတွေကို ကြံစည်စဉ်းစားရမယ်။

သနား= သနားတယ်ဆိုတာ သတ္တဝါတွေအားလုံးက ဒုက္ခသည်တွေချည်းပဲဆိုတဲ့ အမြင်မျိုးနဲ့

www.thitsarparamisociety.com

သနားတဲ့ ကရုဏာတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ လူတစ်ယောက်ကို မုန်းပြီဆိုရင် မကောင်းဘူးထင်လို့ မုန်းတာပဲလေ။ တကယ်မကောင်းခဲ့ဘူးဆိုရင် သူဟာ မကောင်းတဲ့အကျိုးသေချာပေါက်ရမှာပဲ။ အဲလိုဆိုရင် တကယ် မကောင်းဘူးဆိုလေလေ၊ သနားစရာကောင်းလေလေပဲ။

သို့သော် ဒကာ ဒကာမတို့ ဦးဇင်တို့က မကောင်းဘူးဆိုတဲ့ နေရာမှာတင် ရပ်သွားတယ်။ သနားစရာကောင်းတယ်ဆိုတဲ့နေရာအထိ ဆက်ပြီးမသွားဘူး။ အဲဒါက ဘာလဲဆိုတော့ ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို ဆက်ပြီးတော့ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် မစဉ်းစားတာပေါ့။ သနားရမယ်ဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာ။ တကယ်တမ်းက မုန်းစရာကောင်းလေလေ အဲဒီလူက သနားစရာကောင်းလေလေ။

ဟော = ဟောဆိုတာက ကိုယ့်ကိုယ်ကို တရားဟောရမယ်လို့ ဆိုလိုတာ။

အဲဒီတော့ တရားဟောဆိုတာ ဘယ်လို ဟောမတုန်း။ ကိုယ့်ခေါင်းထဲမှာ ဘာမှမရှိဘဲ ဟောလို့ရမလား။ ဒေသနာတွေကို မှတ်သားထားဖို့ လိုတယ်

www.thitsarparamisociety.com

နော်။ ကြားပြီး ပြီးသွားတာပဲဆိုလည်း ပြန်ဟောလို့ ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ မှတ်သားတဲ့နေရာမှာလည်း နားလည်မှုနဲ့ကို မှတ်သားထားမှ၊ နားမလည်ရင်လည်း စွဲမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တရားဟောတတ်ဖို့အတွက် ဒီလိုဒေသနာတွေကို မှတ်သားထားပြီးတော့ ဟောကြားရမယ်ပေါ့။

ကံ = ကံဆိုတာက သတ္တဝါတွေဟာ ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်တယ်ပေါ့။ မကောင်းတာ လုပ်ရင် မကောင်းတာ ဖြစ်မှာပဲ။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းတာ ဖြစ်မှာပဲ။ ဘာမှ မှန်းနေစရာ မရှိဘူး။ သူ မကောင်း သူ ဆင်းရဲမယ်၊ ကိုယ်မကောင်း ကိုယ်ဆင်းရဲမယ်။ သူမကောင်းလို့ ကိုယ်မကောင်း ဖြစ်ရတာဆိုရင်လည်း ကိုယ်မကောင်းရင်တော့ ကိုယ်ဆင်းရဲရမှာပဲ။ သူ မကောင်းတာက ကိုယ် မကောင်းတာ ဖြစ်ဖို့အတွက် အကြောင်းတရားလားလို့ စဉ်းစားပေါ့။ အဲသလို ကံတရားကို စဉ်းစားရင် ရန်ငြိုးပြေတယ်။

ဇာ = ဇာခိုတာက မေတ္တာတရားနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဟောကြားတဲ့ဇာတ်တွေ ရှိတယ်၊ ဒေသနာတွေ ရှိတယ်။

www.thitsarparamisociety.com

ဇာတ်ဒေသနာတွေ၊ ဝတ္ထုတော်တွေကို မှတ်သားပြီးတော့ သူတို့ကို အတုယူ အားကျတဲ့ စိတ်နဲ့လည်းပဲ ရန်ငြိုးကို ဖျောက်ရမယ်။ အလွန် ကောင်းတဲ့လူတွေရဲ့အကြောင်းကို ကြားရလို့ရှိရင် ကောင်းတဲ့စိတ်ကလေး ဖြစ်လာတာပဲ။

မတဂ္ဂ = မတဂ္ဂါဆိုတာ အနမတဂ္ဂဆိုတာ အစမထင်အောင် ရှည်လျားခဲ့တဲ့ သံသရာပေါ့၊ ပြောချင်တာက ဘာလဲဆိုတော့ ဆွေမျိုးမတော်ဘူးခဲ့တဲ့ လူတစ်ယောက်မှ မရှိဘူးဆိုတဲ့အမြင်ကို စဉ်းစားရမယ်လို့ ပြောချင်တာ။

ဒီလောက် ရှည်လျားခဲ့တဲ့ သံသရာမှာ ကိုယ်အခု အလွန်မုန်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တစ်ချိန်က ကိုယ့်ကို အလွန် မြတ်နိုးခဲ့တဲ့၊ ကိုယ့်အပေါ် အလွန်ကောင်းခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ခဲ့မယ်။ အဲဒီလို အနမတဂ္ဂသံသရာရဲ့ ရှည်လျားလှတဲ့ အနေအထားကို စဉ်းစားခြင်းဟာလည်း ရန်ငြိုးပြေစေတယ်။

နိသင် = နိသင်ဆိုတာ အာနိသင်ကို ပြောတာ။ အာနိသင်ဆိုတာက မေတ္တာတရားရဲ့ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့အကျိုးအာနိသင်တွေကို စဉ်းစားတာ။ အဲဒီလို

www.thitsarparamisociety.com

စဉ်းစားပြီးတော့ မေတ္တာကို ပွားများရင် ရန်ငြိုးပြေနိုင်တယ်။

ဓာတ်ယှဉ် = ဓာတ်ယှဉ်ဆိုတာက ဓာတ်ကို ဉာဏ်နဲ့ယှဉ်ပြီး စဉ်းစားရမယ်။

ဓာတ်သဘာဝ။ လူတစ်ယောက်ကို မုန်းတယ်၊ ရန်ငြိုးမပြေဘူးဆိုရင် ခေါင်းကို မုန်းတာလား၊ လက်ကို မုန်းတာလား။ ခေါင်းဆိုရင်လည်း ဆံပင်မွေးကို မုန်းတာလား၊ မျက်လုံးကို မုန်းတာလား။

အဲဒါထက် နက်နက်နဲနဲ ပြောရရင် ဓာတ်ကြီးလေးပါး။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ သဏ္ဌာန်မှာရှိတဲ့ မာကြောတဲ့သဘောကို မုန်းတာလား၊ နူးညံ့တဲ့သဘောကို မုန်းတာလား။ ပထဝီသဘောကို မုန်းတာလား။

ယိုစီးနေတဲ့ ဒီအထဲမှာ ရေတွေ စီးနေသလို သွေးတွေ စီးနေတာ မရှိဘူးလား။ အဲဒီ ယိုစီးနေတဲ့ ရေဓာတ်တွေကို မုန်းတာလား။ အဲလိုဆိုရင်တော့ မုန်းစရာက ရှာလို့ မရတော့ဘူး။

ဓာတ်သဘာဝတွေ၊ စိတ်ဓာတ်၊ နာမ်ဓာတ်၊ ရုပ်ဓာတ်သဘာဝတွေလို့ မြင်အောင် ကြည့်နိုင်မယ်ဆိုရင် ဘာရန်ငြိုးမှ ဖြစ်စရာအကြောင်း မရှိဘူး။

www.thitsarparamisociety.com

ပေး၊ တောင်း = ပေး၊ တောင်းတဲ့ မုန်းတဲ့ လူတွေသန္တာန်မှာ ရန်ငြိုးတွေ ရှိနေမယ်။ ဒါမှမဟုတ် သူကလည်း ကိုယ်ကို မုန်းနေတာတွေ ပြေစေချင် တယ်ဆိုရင် ပေးရမယ်၊ တောင်းရမယ်တဲ့။

သူ့ဆီကလည်း တစ်စုံတရာရအောင် တောင်း ကြည့်။ ပေးတယ်ဆိုလို့ရှိရင်လည်း ဒါက မေတ္တာ သဘော၊ ကိုယ်က အလျှော့ပေးရာလည်း ရောက် တယ်၊ နူးညံ့စေတယ်၊ သိမ်မွေ့စေတယ်။

တောင်းတယ်ဆိုတာလည်း ရင်းနှီးမှုကို ပြသရာ ရောက်တယ်ပေါ့။ လိုချင်လို့ တောင်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ မြတ်နိုးလို့ ရင်းနှီးတယ်ဆိုတဲ့အနေနဲ့ တောင်းတာ။ အဲဒီလို ပေးတယ်၊ တောင်းတယ်ဆိုတဲ့ ကိစ္စကလည်း ရန်ငြိုးကို ပြေစေတယ်လို့ ဆိုတယ်။ စိမ်းနေတာကို ရင်းနှီးသွားစေတယ်။ ဒါကို အားလုံး ခံစားလို့ရမယ်လို့ ဦးဇင်းက ထင်ပါတယ်။

'ဝင်, လွှ, ကြံ, သနား၊ ယောကြား, ကံ, ဓာ၊ မတက္ကါ, နိသင်၊ ဓာတ်ယှဉ်, ပေး-တောင်း၊ ရန်ငြိုးပေါင်း၊ ဖျောက်ကြောင်းတစ်ဆယ့်တစ်'။

www.thitsarparamisociety.com

ဒီဆောင်ပုဒ်လေးကို အခု ရှင်းလင်းပြောပြတဲ့ အချက်ကလေးနဲ့ ဆက်စပ်ပြီးတော့ မှတ်သားထားမယ်ဆိုရင် မှတ်မိနိုင်မယ်၊ နားလည်နိုင်တယ်ပေါ့။

ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ ဘာကို ရည်ရွယ်ပြီးတော့ ဦးဇင်းတို့ ပြောတာတုန်းဆို မေတ္တာပါရမီကို ရင့်ကျက်အောင် ဖြည့်ဆည်းကြတဲ့နေရာမှာ အထောက်အကူပြုဖို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ပြောပြနေတာ။

တရားနိဂုံး

ဒီနေ့ည မေတ္တာတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မေတ္တာတရားဆိုတာ ဘာလဲ။ မေတ္တာတရားရဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ဖြစ်စေနိုင်ပုံ၊ မေတ္တာတရား အားနည်းလို့ ဒေါသကြီးမယ်ဆိုရင် ဘယ်လို အဆိုးအပြစ်တွေကို ခံစားရနိုင်သလဲ။ ဒေါသရဲ့အပြစ်၊ မေတ္တာရဲ့အကျိုးတွေကို ပြောခဲ့တယ်။

'ကကစူပမသုတ္တန်'ကိုလည်း ပြောခဲ့တယ်။ ရန်ငြိုးဖျောက်ကြောင်း တစ်ဆယ့်တစ်ပါးကိုလည်း ပြောလိုက်တယ်ပေါ့။

www.thitsarparamisociety.com

နိဒါန်းမှာတော့ ရေဆိုတာ လူဆိုးကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လူကောင်းကိုပဲဖြစ်ဖြစ် တူညီစွာ အေးမြစေတယ်၊ တူညီစွာပဲ သန့်ရှင်းစေတယ်။ အဲဒီလိုပဲ မေတ္တာတရား ပွားများကြတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ မြင့်မြတ်ချင်ကြတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ကိုယ့်အပေါ်မှာ ကောင်းတဲ့လူကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မကောင်းတဲ့ သူကိုပဲဖြစ်ဖြစ် တူညီစွာ မေတ္တာတရား ထားနိုင်အောင်လည်း လေ့ကျင့်ပေးရမယ်လို့ ပြောခဲ့တယ်။

မေတ္တာတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ပြီးတော့ နောက်ဆုံး မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေလို့ မေတ္တာပို့ရင်းနဲ့ပဲ မေတ္တာ ပါရမီတရားတော်ကို အဆုံးသတ်ကြရအောင်...။

အရှင်ဥတ္တမ(သစ္စာရွှေစည်)
သစ္စာရွှေစည်ကျောင်းတိုက်
ရွှေမင်းဝံရပ်၊ စစ်ကိုင်းမြို့။
၁.၂.၂၀၁၈

www.thitsarparamisociety.com

အမတံ ဒဒေါစ သော ဟောတိ၊

ယော ဓမ္မာ မနုသာသတိ။

♦ တရားတော်ကို ဟောပြသောသူသည်
အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို ပေးလှူသောသူ မည်၏။

(ကိံဒဒသုတ်၊ သံယုတ်ပါဠိတော်)

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

အလှူခပ်သိမ်းတို့တွင် တရားအလှူသည်
အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

(ဓမ္မပဒပါဠိတော်)

www.thitsarparamisociety.com

ထွက်ရှိပြီး သစ္စာရွှေစည်တာစဉ်များ

၁။ ဧည့်သည်နှင့် တူသောအရာများ ၂၀၀ိ
၂။ စကားတို့၏အစွမ်း ၃၀၀ိ
၃။ ဆင်းရဲအစ ချစ်ခြင်းက ၂၀၀ိ
၄။ ရွှဲကုန်သည်ထက် မိုက်သူများ ၂၀၀ိ
၅။ စွန့်နိုင်သလောက် ချမ်းသာမည် ၂၀၀ိ
၆။ ရန်သူ့အကြိုက် လိုက်ကြမှာလား ၂၀၀ိ
၇။ သူ့အကြောင်း ကိုယ့်အကြောင်း ၂၀၀ိ
၈။ သတိပဋ္ဌာန်ဂုဏ်ရည် ၃၀၀ိ
၉။ ရှောင်လွှဲ၍မရသော အရာ ၂၀၀ိ
၁၀။ ဗောဓိပက္ခိယတရားတော်(အပိုင်း-၁ မှ ၇) ၂၀၀ိ
၁၇။ သာသနာ၏ရတနာများ ၁၂၀၀ိ
၁၈။ ခေါင်းဆောင်ကြီးနှစ်ဦး ၂၀၀ိ
၁၉။ သုခ ၁၂-ပါး ၂၀၀ိ
၂၀။ ကျူသီး ဝါးသီး ၇၀၀ိ
၂၁။ ဒါနပါရမီ ၂၀၀ိ
၂၂။ သီလပါရမီ ၂၀၀ိ
၂၃။ နေက္ခမ္မပါရမီ ၂၀၀ိ
၂၄။ ပညာပါရမီ ၂၀၀ိ
၂၅။ ဝီရိယပါရမီ ၂၀၀ိ
၂၆။ ဘယ်လို တုန့်ပြန်ကြမှာလဲ ၂၀၀ိ
၂၇။ ခန္တီပါရမီ ၂၀၀ိ
၂၈။ သစ္စာပါရမီ ၂၀၀ိ
၂၉။ အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီ ၂၀၀ိ
၃၀။ မေတ္တာပါရမီ ၂၀၀ိ
၃၁။ ဥပေက္ခာပါရမီ ၂၀၀ိ