DHAMMAVIJJĀLAYA
2546 2003
CENTRE FOR BUDDHIST STUDIES

ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၉၄)

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကစရိယလမ်းစဉ်

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

မသင့်သင့်သူ
မေတ္တာရောင်ခြည်
ရွှေသံသာဝေဟာ
မိသားစု

နတ်လူသာခုခေါ်စေသော်

အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏

လောကဝိဇယလမ်းစဉ်

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

ကွန်ပျူတာစာစီ
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ထုတ်ဝေသူ
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဘဟိန်း
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၄၃၇၂/၂၀၁၁)က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

တရားစာအုပ်များကို
ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယ လမ်းစဉ်
အပိုင်း(၁)

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၆-ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၄-ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း (၁၁)ရက်၊ ၂၀၁၂-ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ (၂၆)ရက်၊ စင်္ကာပူနိုင်ငံ Ariner Country Club ခန်းမ၌ ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သည့် ဓမ္မ Download မိသားစု၏ ဓမ္မသဘင်အခမ်းအနားဝယ် ဟောကြားအပ်သော **"မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယလမ်းစဉ်၊ အပိုင်း(၁)"** အကြောင်း တရားဒေသနာတော်။

လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ အောင်မြင်တဲ့ဘဝကို လိုချင်ကြတယ်။ လောကတစ်ခွင် အောင်မြင်ဖို့အတွက် ဘာလုပ်ရမလဲဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက တိတိကျကျ ဟောဖော်ပြထားတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့အဆုံးအမကို ယုံကြည်အားကိုး မြတ်နိုးကြတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်း ဘုရားပြတဲ့ လမ်းကြောင်းပေါ်ကို လျှောက်လှမ်းခြင်းဖြင့် လောကမှာ အောင်မြင်မှုတွေကို ရကြမှာ

ဖြစ်တယ်။ လောကမှာအောင်မြင်မှုရအောင် ဘာတွေရှောင်သင့်တယ်၊ ဘာတွေဆောင်သင့်တယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက အတိအကျ ဆုံးမထားတယ်။ သာသနာဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမကိုခေါ်တာ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟာ အရာရာကို တန်ခိုးနဲ့ ဖန်ဆင်းပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး မဟုတ်ဘူး။ အမှန်သိအောင် လမ်းညွှန်ပြတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသာဖြစ်တယ်။ အစွမ်းသတ္တိ တန်ခိုးဆိုသည်မှာ မရှိတာတော့ မဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်။ သို့သော် တန်ခိုးနဲ့ လုပ်လို့ မဖြစ်နိုင်တဲ့အရာတွေ အများကြီး ရှိတယ်ပေါ့။ တန်ခိုးဆိုတာဟာ စွမ်းရည်သတ္တိ တစ်မျိုးကိုခေါ်တာ ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ဆုံးမဩဝါဒပေးတာလည်းပဲ တန်ခိုးတစ်မျိုးပဲ။ တန်ခိုး (၃)မျိုး ရှိတယ်ဆိုတာ ပရိသတ်တို့ မှတ်သားနားလည်ကြဖို့ပေါ့။

"**ဣဒ္ဓိပါဋိဟာရိယ**" လို့ခေါ်တဲ့ တန်ခိုးမျိုးက တစ်မျိုး။ အဲ့ဒီ "**ဣဒ္ဓိပါဋိဟာရိယ**" ဆိုတာ မိမိလိုချင်တဲ့အရာကို ဖန်ဆင်းနိုင်တဲ့အရာကို ခေါ်တာဖြစ်တယ်။ မြေလျှိုးတယ်။ မိုးပျံတယ်။ အမျိုးမျိုးရုပ်ပွားတွေဖန်ဆင်းပြတယ်။ ရုတ်ချည်းပေါ်လာအောင် လုပ်နိုင်တယ်။ ရုတ်ချည်းပျောက်ကွယ်သွားအောင် လုပ်နိုင်တယ်။ ဒီလို ဖန်ဆင်းတဲ့တန်ခိုးမျိုးကို "**ဣဒ္ဓိပါဋိဟာရိယ**" လို့ ခေါ်တယ်။ အဲ့ဒီ "**ဣဒ္ဓိပါဋိဟာရိယ**" ဆိုတာ သမာဓိကျင့်စဉ်တစ်ခုကိုကျင့်ပြီး အဘိညာဉ်စွမ်းအားနဲ့ စနစ်တကျ (Systematically) ဆောင်ရွက်ရင် ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ ဆိုပါစို့၊ ကောင်းကင်ပေါ်မှာ လမ်း

လျှောက်ပြီး သွားချင်တာလား၊ သို့မဟုတ် ကောင်းကင်ပေါ်မှာ လွင့်ပျံပြီးတော့ သွားချင်တာလား၊ သို့မဟုတ် ရုတ်တရက် ဒီနေရာမှာ ပျောက်ကွယ်ပြီး ဟိုနေရာမှာ ပေါ်ချင်တာလားဆိုတဲ့ ပုံစံအမျိုးမျိုး ပြတဲ့အခါမှာ ကောင်းကင်ပေါ်မှာ လမ်းလျှောက်တဲ့ အနေနဲ့ သွားချင်တယ်ဆိုရင် တန်ခိုးရှင်ဟာ လမ်းကြောင်းကို အရင်ဖန်ဆင်းရတယ်။ ဖန်ဆင်းပြီးတော့မှ အဲဒီလမ်းကြောင်းပေါ်ကို လျှောက်တာ။ ဒါ စနစ်တကျလုပ်တဲ့နည်း၊ ဒီအတိုင်း ကောင်းကင် လေဟာပြင်ကြီးထဲမှာ လမ်းလျှောက်လို့မရဘူး။ ရေပြင်ပေါ် လမ်းလျှောက်ချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင်လည်း ရေပြင်ကြီးကို လမ်းကဲ့သို့ မာအောင် ဖန်ဆင်းရတယ်။ တန်ခိုးရှင်အဖို့မှာ လမ်းဖြစ်သွားပြီး ပတ်ဝန်းကျင်ကကြည့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ရေပြင်ပဲ။ ရေပြင်ပေါ် လမ်းလျှောက်နေတယ်လို့ ဒီလိုပဲမြင်ကြရတယ်။ တန်ခိုးအစွမ်းဆိုတာ စနစ်တကျ Systematically လုပ်ရတယ်လို့ ဒီလိုပြောတာ။

ကောင်းကင်မှာ လွင့်ပျံပြီးတော့ သွားချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် လမ်းကြောင်း မဖန်ဆင်းဘဲနဲ့ လွင့်ပျံတဲ့ အနေအထားမျိုးကို ပြတာ၊ အကယ်၍ စိတ်သွားသလို သွားချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီနေရာမှာပျောက်ပြီးတော့ နောက်တစ်နေရာမှာ ဘွားကနဲ ပေါ်သွားတာလည်း ဖန်ဆင်းလို့ရတယ်ပေါ့။ မြေလျှိုးတယ်ဆိုတာကို ဖန်ဆင်းချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် မြေကြီးဆိုတာ ဒီအတိုင်း

လှိုးလို့ရတာမှ မဟုတ်တာ။ တန်ခိုးရှင်က ဘာလုပ်ရလဲလို့ဆိုရင် မြေကြီးကို hollow ဖြစ်အောင် အခေါင်းကြီးဖြစ်အောင် အရင် ဖန်ဆင်းရတယ်။ သူ့အဖို့မှာ လိုဏ်ဂူကြီးလို တွင်းကြီးလို ဖြစ်သွားပြီဆိုတော့မှ အဲဒီတွင်းကြီးထဲကို ဆင်းသွားတာ။ ဘေးကလူက တော့ မြေလှိုးသွားတယ်လို့ပဲ ဒီလိုမြင်တယ်ပေါ့။ ဒါက တန်ခိုးရှင်တွေလုပ်တဲ့ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းပါပဲ။ အဲဒီ တန်ခိုးမျိုးကို **"ဝိကုဗ္ဗိပါဋိဟာရိယ"** လို့ခေါ်တယ်။ ဒါက သမထကျင့်စဉ်နဲ့ စိတ်စွမ်းအားကို အသုံးပြုပြီးလုပ်တဲ့ တန်ခိုး။ သမာဓိ စွမ်းအားကို အသုံးချတဲ့တန်ခိုးလို့ ခေါ်တယ်။

သမထကျင့်စဉ် အောင်မြင် ပေါက်ရောက်သွားလို့ရှိရင် ဒီတန်ခိုးမျိုးက ဖန်ဆင်းလို့ရတယ်လေ။ မြတ်စွာဘုရားက ဒီ တန်ခိုးမျိုးကို နေရာတကာပြဖို့, အသုံးချဖို့ ရဟန်းတွေကို ခွင့် မပေးဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုလို့ရှိရင် လောကီအတတ်ပညာ တွေက ခပ်ဆင်ဆင်လေးတွေရှိလို့၊ ရုပ်ရှင်ကြည့်ဖူးကြပါလိမ့် မယ်။ Great Wall တံတိုင်းကြီးကို ဖောက်ပြီးတော့ ဟိုဘက် ထွက်ပြတယ်ဆိုတာ ရှိတယ်လေ။ ဒီတော့ အဲဒါမျိုးတွေနဲ့ ရောထွေးကုန်မှာစိုးလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီတန်ခိုးမျိုးကို မပြဖို့ ရဟန်းတွေကို ဆုံးမတယ်။ တကယ် လိုအပ်တဲ့ အခါမှသာ မြတ်စွာဘုရားက တန်ခိုးကို အသုံးချတယ်။ အဲဒီတော့ နေရာ တကာ တန်ခိုးနဲ့ ဖန်ဆင်းတာ မဟုတ်ဘူး။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် "**အာဒေသနာ ပါဋိဟာရိယ**" တဲ့။ **အာဒေသနာ ပါဋိဟာရိယ** ဆိုတာ လူ တစ်ယောက်ရဲ့စိတ်ကို အတတ်ဟောတာနော်။ "မင်း ဘာတွေ တွေးနေတယ်။ လမ်းမှာဘာတွေကြံလာတယ် မဟုတ်လား။ မင်း ဘာအတွက်လာတာ မဟုတ်လား" လို့ သူတစ်ပါးရဲ့စိတ်ကို ညွှန်းဆိုနိုင်တဲ့တန်ခိုးမျိုးလို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ တန်ခိုးမျိုးကတော့ ခုနက သမာဓိကျင့်စဉ်နဲ့ အဘိညာဉ်ရသည်ထိအောင်ကျင့်ပြီး အာရုံပြုလိုက်တဲ့အခါမှာ တစ်ဖက်သားရဲ့ သာမန်လူတွေ မကြား နိုင်တဲ့ တိုးတိုးလေးပြောတဲ့ စကားမျိုး၊ သို့မဟုတ် စိတ်ကူးရဲ့ လှုပ်ရှားမှု လေလှိုင်းလေးတွေကိုစုပြီး လူတစ်ဖက်သားရဲ့စိတ်ကို ဖတ်နိုင်တယ်ပေါ့နော်၊ reading other's mind လူတွေရဲ့စိတ်ကို ဖတ်တာ။ အဲဒါကို "**အာဒေသနာ ပါဋိဟာရိယ**" လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီတန်ခိုးမျိုးကိုလည်း မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းတော်တွေကို အသုံးချဖို့ ခွင့်မပြုဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ ခွင့်မပြုလဲလို့ဆိုရင် လောကီ ပညာရပ်တွေက ခပ်ဆင်ဆင် တူတာလေးတွေရှိတယ်။ အဲဒါ ကြောင့်မို့ ဒါတွေနဲ့ရောသွားလို့ရှိရင် ကျင့်စဉ်တစ်ခုဟာ သေးသိမ် သွားနိုင်တယ်ပေါ့။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဒါကိုလည်း ခွင့်မပြုဘူး။

ဟော နောက်ဆုံးတစ်ခုက ဘာလဲဆိုရင် "**အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ**" တဲ့။ "ဘယ်လိုနေရမယ်၊ ဘယ်လိုထိုင်ရမယ်၊ ဘာလုပ်သင့်တယ်၊ ဘာမလုပ်သင့်ဘူး၊ ဘယ်လိုစကားမျိုးကို

ပြောရတယ်၊ ဘယ်စကားမျိုးကို မပြောရဘူး" လို့ နေပုံ, ထိုင်ပုံ, သွားပုံ, လာပုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ လမ်းညွှန်ဆုံးမတာကိုလည်း တန်ခိုးလို့ခေါ်တယ်။ လူတွေက ဒါကိုတော့ တန်ခိုးလို့ မထင်ကြဘူး။ ဒီ **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** ဆိုတဲ့ ဒီတန်ခိုးကမှ ပိုပြီးတော့ အစွမ်းထက်တာလေ။

ရှင်သာရိပုတ္တရာကို သောတာပန်ဖြစ်အောင် လုပ်ပေးတာ ဒီတန်ခိုးပဲ။ ရှင်မောဂ္ဂလာန် မထေရ်မြတ်တို့ သောတာပန်ဖြစ်အောင်၊ ရဟန္တာဖြစ်အောင်လုပ်ပေးတာ ဒီတန်ခိုးပဲ။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့တပည့်သာဝကတွေအားလုံး ကျွတ်တန်းဝင်သွားအောင် လုပ်တာ ဒီတန်ခိုးပဲတဲ့။

ဒါကြောင့်မို့ ဆုံးမသွန်သင်မှုရဲ့ စွမ်းအားဟာ အင်မတန်မှ ကြီးမားတယ်တဲ့၊ အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမဆိုတာ ဒီ "**အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ**" ပဲ။ တရားမွေကို နားလည်လို့ သဘောပေါက်ပြီးတော့ ဒီတရားအတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ် အားထုတ်မှုဟာ ထူးထူးဆန်းဆန်း အံ့ဩဖွယ်တွေကို လုပ်ပြတာနဲ့ မတူဘူး၊ သူက အံ့ဩဖွယ်တွေကို လုပ်ပြပြီးတော့ စည်းရုံးတာဟာ အောင်မြင်မှု ရှိချင်ရှိမယ်၊ မရှိချင် မရှိဘူး။ သို့သော် သေချာပေါက် အောင်မြင်နိုင်တာကတော့ အဆုံးအမ တရားပဲဖြစ်တယ်တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမကို နာခံဖို့အတွက် "ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်ရာလို့ အသိအမှတ် ပြုပါတယ်" ဆိုတာ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမတွေအတိုင်း လိုက်နာမယ်၊ ဘဝခရီးလျှောက်တဲ့အခါမှာ ဘုရားအဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာ မယ်လို့ဆိုတဲ့ ဝန်ခံကတိပြုထားတာ၊ ဒီအဓိပ္ပာယ်ကို ဆိုလိုတယ် ပေါ့နော်။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမဩဝါဒပေးပြီဆိုရင် ဘယ်လိုပုံစံနဲ့ ဆုံးမဩဝါဒ ပေးတာလဲ။ ဘယ်လောက်ထိ လုပ်ပေးတာလဲ။ တချို့က ပြောကြတယ်၊ ဂေါတမဗုဒ္ဓက မကယ်တင်ဘူးတဲ့၊ ကယ်တင်တဲ့ ဘုရားကို ကိုးကွယ်တာ ကောင်းတယ်လို့ ပြောကြတာ ရှိတယ်ပေါ့နော်။ အဲဒီတော့ ကယ်တင်တယ်ဆိုတဲ့ ဘုရားက ဘယ်နှစ်ယောက် ကယ်တင် သွားတာများ လက်တွေ့သိနိုင်တုန်း။ ဒီမေးခွန်းကိုပဲ မေးဖို့လိုတာ ပေါ့နော်။ အဲ ကောင်းပြီ၊ ကောင်းကင်ဘုံက ထာဝရဘုရားကို မကိုးကွယ်တဲ့၊ ဖန်ဆင်းရှင်ရှိတယ်လို့ အသိအမှတ်မပြုတဲ့ လူတွေကို Atheist လို့ခေါ်တယ်။ Atheist က God ကို အသိအမှတ်မပြုတာ။ God နဲ့ God ဆိုတဲ့ ထာဝရဘုရားက ဖန်ဆင်းတယ်ဆိုတာကို အသိအမှတ်ပြုရင် theist။ အဲဒီလို အသိအမှတ်ပြုတဲ့ ဝါဒကို Theism။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေဟာ အဲဒါကို

အသိအမှတ်မပြုသည့်အတွက်ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာတွေကို athe-ist လို့ခေါ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့ဝါဒကို Atheism လို့ခေါ်တယ်။

အဲဒါကို မြန်မာလိုပြန်တဲ့ Dictionary တွေမှာ Atheism ကို မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိလို့ ပြန်လိုက်တဲ့အခါမှာ အင်မတန်မှ မှားမှား ယွင်းယွင်း ဖြစ်တယ်ပေါ့။ တကယ်ကတော့ God က ဖန်ဆင်း တယ်ဆိုတာ တကယ်မဟုတ်ဘူး။ တကယ် ဖန်ဆင်းတာ မဟုတ် ဘူး။ ဖန်ဆင်းတယ်လို့လူတွေရဲ့ယုံကြည်မှုသာရှိတယ်။ ယုံကြည်မှု ဖြစ်တာဟာ Accidentally ပဲ။ မတော်တဆ ဖြစ်သွားတာ။ တကယ် ဖန်ဆင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ဖန်ဆင်းတာဟာ သဘာဝ တရားတွေနဲ့ လူ့ရဲ့ကံသာလျှင် ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ကံကိုအခြေခံတဲ့ ရာသီဥတုသည် လောကကြီးကို ထိန်းချုပ်နေတယ်ဆိုတာ အမှန်ပဲ။

ဒီကနေ့ခေတ်မှာလည်း ကြည့်လေ၊ ဘုရားသခင် ဖန်ဆင်း မယ်ဆိုရင် ပူနေတာကို အေးအောင် ဖန်ဆင်းလို့ရတာပေါ့နော်။ အေးနေတာကိုလည်းပူအောင်ဖန်ဆင်းလို့ရတာပေါ့။ အိုဇုန်းလွှာ ကြီး ပေါက်သွားလို့ ရှိရင်လည်း ဖာလို့ရတာပေါ့။ တန်ခိုးနဲ့ ဖာမယ်ဆိုရင် မရနိုင်ဘူးလား။ လောကကြီးကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဖန်ဆင်းထားတယ်ဆို ကိုယ်ကြိုက်သလို လုပ်လို့ရမှာပေါ့။ သို့သော် သဘာဝတရားကြီးကို ဘယ်သူကမှ လုပ်နိုင်တာ

ရှိမှမရှိဘဲ။ သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ ထင်ရှားတယ်။

လူတွေ အသက်ရှည်တယ်, တိုတယ်ဆိုတာ ကံတရားချည်း မဟုတ်ဘူး။ ဘုရားတွေကိုကြည့်၊ ကဿပ မြတ်စွာဘုရားနဲ့ ဂေါတမဘုရား။ ကဿပမြတ်စွာဘုရားက အနှစ် နှစ်သောင်းတမ်းမှာ လူဖြစ်လို့ နှစ်ပေါင်းနှစ်သောင်း အသက်ရှည်တယ်။ ဂေါတမဘုရားကျတော့ အသက် တစ်ရာတမ်းမှာပွင့်လို့ သက်တော်ရှစ်ဆယ်ပဲရှည်တယ်။ ကံကိုပြောမယ်ဆိုရင် ဒီ ဘုရားနှစ်ဆူရဲ့ကံဟာ တူတူပဲ။ ဘုရားဖြစ်အောင် ကျင့်ရတယ်ဆိုတာ နည်းတဲ့ကံမှ မဟုတ်တာလေ။ ဒါဖြင့် ဘယ်သူက အဆုံးအဖြတ်ပေးတာတုန်းလို့ဆိုတော့ အဖြေက "**ဥတုနာ ဘောဇနေန အာယုဟာယတိပိ ဝဍ္ဎတိပိ**" စားတဲ့ အာဟာရနဲ့ နေထိုင်ရတဲ့ ရာသီဥတုက အဆုံးအဖြတ်ပေးတာ။

ဥတုကောင်းတဲ့အရပ်မှာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ကောင်းတဲ့ဥတုနဲ့ နေရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကျန်းမာပြီး အသက်ရှည်တယ်။ မကောင်းတဲ့ဥတုမှာနေရလို့ရှိရင် ကျန်းမာရေးချို့တဲ့ပြီး အသက်တိုတယ်။ အစာအာဟာရကလည်း ထို့အတူပဲ၊ အဆီဩဇာပြည့်ဝပြီးတော့ ကျန်းမာရေး အထောက်အကူပြုတဲ့ အစာအာဟာရတွေစားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ပိုပြီးဟော့ အသက်ရှည်တယ်။ အစာအာဟာရညံ့ဖျင်းတဲ့, အဆီဩဇာနည်းတဲ့ အစာအာဟာရ

စားရလို့ရှိရင် လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို sustain မလုပ်နိုင်တော့ အသက် တိုတယ်လို့ ဟော- ဥတုနဲ့ အာဟာရက လူတွေ အသက်ရှည်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ပေးသွားတာ၊ ကံက အဆုံးအဖြတ်မပေးဘူး။ သို့သော် သက်တမ်းမစေ့ဘဲနဲ့ သေသွားတာမျိုးကျတော့ ကံက အဆုံး အဖြတ်ပေးတာ။ ကံတရားရဲ့လုံလောက်မှုစွမ်းအားမရှိတဲ့အခါ တခြားကံကဖိစီးလို့ လူတွေဟာ စောစောသေသွားကြတာလည်း ရှိတယ်ပေါ့။ အဓိက လူတွေသက်တမ်းစေ့နေတယ်ဆိုတာ ဥတုနဲ့ အာဟာရက ဆုံးဖြတ်ပေးတယ်လို့ ဒီလိုဆိုတာနော်။ ဒါက တကယ့်အစစ်အမှန်ကိုး။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက အဆုံးအမပေးတယ်ဆိုတာ **"ဟိတေ ပဝတ္တနေန အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန"** အကျိုးစီးပွား တွေကို ဖြစ်ထွန်းအောင် ဆုံးမတယ်။ အကျိုးစီးပွားမဲ့တွေက ရှောင်ရှားအောင် ဆုံးမတယ်။ ဒီ ၂-ခုပဲ၊ ဆိုလိုတာက ဆောင်ရန် နဲ့ ရှောင်ရန် ဒီ ၂-ခုကို မြတ်စွာဘုရားက ရှင်းပြတယ်။ လုပ်ရ မှာက ကိုယ်တိုင်ပဲ။ ဆောင်တယ်ဆိုတာ လုပ်ဆောင်ရမှာ။ ရှောင်တယ်ဆိုတာ ရှောင်ကြဉ်ရမှာ။ အဲဒီတော့ ဒီ ၂ ခုကို မလုပ်ဘဲနဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာရဖို့ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူးတဲ့။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့အဆုံးအမကို သာသနာလို့ခေါ်တာ ဖြစ်သော ကြောင့် ဘုရားအဆုံးအမကို ယုံကြည်လက်ခံကြတဲ့ ဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေဟာ ဘုရားအဆုံးအမအတိုင်းနေဖို့

အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားတယ်။ စိတ်ထဲ နှလုံးထဲ မှတ်သားထားဖို့ပေါ့နော်။

အခု **မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ လောကဝိဇယ လမ်းစဉ်** ဆိုတာမှာ **လောကဝိဇယ** ဆိုတာ လောကတစ်ခွင်မှာ အောင်မြင်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။ လောကမှာ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ အောင်မြင်မှုကို ရရှိချင်ကြတယ်။ ဘဝတစ်ခု ရလာတဲ့အခါမှာ အောင်မြင်မှုအတွက် အလုပ်လုပ်နေကြတာဖြစ်တယ်။ အဲဒီတော့ အောင်မြင်ချင်လို့ရှိရင် ဆောင်ရန်နဲ့ ရှောင်ရန် ဒီ ၂ ခုကို မြတ်စွာဘုရားက ရှင်းပြတာ။

ဆောင်ရန်နဲ့ ရှောင်ရန် ဒီ ၂ ခုမှာ ဘယ်ဟာက အရေးကြီးတုန်းဆိုတော့ ရှောင်ဖို့က ပိုအရေးကြီးတယ်ပေါ့။ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်ကို တချို့က အဆိုးတွေချည်းပြောတာလို့ ထင်ပြီးတော့ pessimism လို့ ပြောကြတာလည်းရှိတယ်။ တကယ်ကတော့ အဆိုးကို အဆိုးလို့မြင်တာဟာ realism ပဲဖြစ်တယ်ပေါ့။ အဆိုးကို အကောင်းမြင်နေလို့ရှိရင် ဒါ ပြောင်းပြန်မြင်တာပဲဖြစ်မယ်ပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားက အဆိုးကိုအဆိုးလို့မြင်ရမယ်၊ အကောင်းကို အကောင်းလို့ မြင်ရမယ်၊ ရှောင်သင့်တာကို ရှောင်သင့်တာလို့ပဲမြင်ရမယ်၊ ဆောင်သင့်တာကို ဆောင်သင့်တာလို့ပဲမြင်ရမယ်။ ဒီကနေ့ခေတ်မှာလည်းပဲ ရှောင်ရန်, ဆောင်ရန်ဆိုတာ ၂ ခု ရှိတာပဲ။

ဒါကြောင့်မို့ ကိုယ်ကျင့်သီလကို မြတ်စွာဘုရား ရှင်းပြတဲ့ အခါမှာ **စာရိတ္တသီလနဲ့ ဝါရိတ္တသီလ** လို့ ခွဲခြားတယ်။ **ဝါရိတ္တသီလ** ဆိုတာ ရှောင်ရမယ့်အရာကိုပြောတာ။ **စာရိတ္တသီလ** ဆိုတာ လုပ်ရမှာကိုပြောတာ။ ရောဂါဝေဒနာရှိလို့ ဆရာဝန်ဆီသွားပြတဲ့ အခါမှာ ဆရာဝန်ကဘာပြောလိုက်တုန်း၊ ရှောင်ရန်နဲ့ ဆောင်ရန် ဒါပဲပြောတာပဲလေ။ ဒီရောဂါနဲ့ ဘာတွေ ဘာတွေ မသင့်ဘူး၊ အဲဒါကို ရှောင်ရမယ်။ သို့သော် ဘယ်ဆေး သောက်ရမယ်၊ ဟော ရှောင်တာနဲ့ ဆောင်တာ ဒီ ၂ ခုကို ပြောတာပဲ။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမကလည်း ဒီ အတိုင်းပဲ၊ ဒါ လောကရဲ့ဖြစ်စဉ်နဲ့ ဘယ်တော့မှ မဆန့်ကျင်ဘူး နော်။ လောကလူတွေက လောကဖြစ်စဉ်ကို ကျော်ပြီးတော့ တခြား သွားတွေးနေကြတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ မှားမှား ယွင်းယွင်းတွေ ဖြစ်တာပေါ့။ သဘာဝတရားဆိုတာ လူတိုင်း လူတိုင်းမှာ ရှိနေတယ်။ လက်တစ်ကမ်းမှာ ရှိနေတယ်။ သဘာဝ တရားနဲ့ နီးစပ်တဲ့ ဘာသာတရားဟာ မှန်ကန်တယ်လို့ ပြောရ မယ်။ သဘာဝတရားအတိုင်းပဲ၊ သဘာဝကိုကျော်လွန်ပြီးတော့ ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ သဘာဝတရားကြီးကိုပဲ သတိထားပြီးတော့ **ဝါရိတ္တသီလ** လို့ဆိုတဲ့ ရှောင်ရမယ့်အရာ၊ **စာရိတ္တသီလ**လို့ဆိုတဲ့ လက်တွေ့ကျင့်သုံးရမယ့်အရာ၊ အဲဒီ ၂ ခုကို ပြီးပြည့်စုံအောင်

လုပ်နိုင်ပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အောင်မြင်မှု၊ ကြီးပွားမှုကို ရတာပဲ။ ဒါ လက်တွေ့လည်း ဒီအတိုင်းပဲဖြစ်တယ်နော်။

အဲဒီတော့ ဘဝတစ်ခုမှာ အောင်မြင်ချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဆောင်ရမယ့်ဟာတွေရှိတယ်၊ ရှောင်ရမယ့် ဟာတွေရှိတယ်ပေါ့။ ရှောင်ရမှာတွေကို ရှောင်ပြီး ဆောင်ရမှာတွေကိုဆောင်မှ လောကမှာ အောင်မြင်မှုဆိုတာ ရနိုင်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမတာ။ ဘဝတစ်ခု ရလာတဲ့အခါမှာလည်း ဒီအတိုင်းပဲ၊ ဘဝ တစ်ခု ရလာတဲ့အခါမှာ လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ နောက်ဆုံး ပန်းတိုင်ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျှော်လင့်ကြတာရှိသော်လည်းပဲ တကယ်ရချင်တာကတော့ နိဗ္ဗာန် မဟုတ်သေးဘူး။ လက်ရှိဘဝ မှာ အဆင်ပြေပြေနဲ့ ချမ်းချမ်းသာသာ ဘဝခရီးကို ဖြတ်သန်းဖို့ကို နံပါတ်(၁)ထားတာ။ တစ်ခါ ဒီတစ်ဘဝ အဆုံးသတ်သွားလို့ နောင်ဘဝမှာ ဒီ့ထက် အခြေအနေကောင်းတဲ့ဘဝမျိုး ရဖို့ဆိုတာ ဒုတိယထားတာ။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ တတိယ။ ဘဝကို မလိုချင်လို့ ငြီးငွေ့ပြီဆိုရင် တတိယအဆင့်ဖြစ်သွားတယ်။

အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေကို နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ချည်းပဲ တိုက်တွန်းလို့မဖြစ်ဘူး။ လောကမှာလည်း ရှိဦးမှ၊ နို့မို့ဆို စက်ာပူနိုင်ငံမှာ လူမရှိဘဲ ဖြစ်သွားမှာ စိုးရတယ်။ အကုန်လုံး နိဗ္ဗာန်ချည်းပို့လို့လည်း မရသေးဘူးနော်။ ပို့ရင်လည်း သွားမှာမဟုတ်ဘူး ပုန်းနေကြမှာပဲ။

ပျော်ပျော်နဲ့ လောကကြီးမှာ အောင်မြင်ချင်တယ်ဆိုရင် ဘာတွေ လုပ်ရမယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက တိတိကျကျ ဆုံးမထားခဲ့တာ ရှိတယ်နော်။ အဲဒီ အဆုံးအမလေးကို ဒီကနေ့ နက်ဖြန်, သန်ဘက်ခါ သုံးညတာမှာ ဘုန်းကြီးတို့ အပိုင်း(၁)၊ အပိုင်း(၂)၊ အပိုင်း(၃)ဆိုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမတွေကို ဘုရားဟောတဲ့အတိုင်း သိရှိနားလည်ကြရအောင် ရှင်းပြဖို့ပါ။ အဲဒါဟာ ဘုန်းကြီးတို့ အဆုံးအမ မဟုတ်ဘူး။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် **မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယ လမ်းစဉ်** လို့ နာမည်ကိုပေးတာ။ မြတ်စွာဘုရား စကားလုံးနဲ့ ပေးထားတာနော်။ မြတ်စွာဘုရားသုံးတဲ့စကားလုံးက လောကဝိဇယလို့ သုံးထားတယ်။ ရှေ့ပိုင်းက ဘုရားဟောပါဠိ အစစ်ဆိုတာကို သိရအောင် သံဂါယနာခြောက်တန်တင်ပြီးတော့ confirmation လုပ်ထားတာနော်။ သံဂါယနာ ဆိုတာ preservation လုပ်ပြီးတော့ confirmation လုပ်တာ။ confirm လုပ်ထားတဲ့တရားတွေ၊ အဲဒီအစစ်အမှန်တရားတွေကို ကွဲလွဲမှုမရှိအောင် သံဂါယနာခြောက်တန်တင်ပြီးတော့ ဆုံးဖြတ်ထားတာ။

မြတ်စွာဘုရားက ဘာဟောလဲလို့ဆိုရင် လောကမှာ အောင်မြင်ဖို့အတွက်တဲ့ "**စတ္တာရော ကမ္မကိလေသာ ပဟီနာ ဟောန္တိ**"တဲ့။ **စတ္တာရော** ဆိုတာ (၄)ခုကိုပြောတာ၊ **ကမ္မကိလေသာ**

ဆိုတာ ကမ္မ ကတော့ ကံတရား၊ **ကိလေသာ** ဆိုတာ ကိုယ့်ကို ဒုက္ခပေးမယ့်အရာ၊ စိတ်ပူအောင်လုပ်တဲ့အရာနော်။ ညှဉ်းဆဲတတ်၊ စိတ်ပူစေတတ်တဲ့ တရားဆိုးတွေကို ကိလေသာလို့ ခေါ်တယ်။ ဒီ ကိလေသာ ကိုယ့်စိတ်ထဲဖြစ်ရင် စိတ်ပူတယ်။ သူက ကိုယ့်ကို ဒုက္ခပေးလိမ့်မယ်။ ဟုတ်တယ်လေ၊ လောဘဖြစ်လို့ ဒီ လောဘအရ ကိုယ်က လိုချင်တာကို မရတဲ့အခါမှာ ကလေးလေးတွေကြည့် စိတ်ကောက်နေတာ။ လူကြီးစိတ်ကောက်တာတော့ မမြင်ဖူးဘူးနော်။ ကလေးလေးတွေ စိတ်ကောက်တာတော့ ရှိတယ်။ ဒေါသ ဖြစ်နေရင်လည်း စိတ်ကောက်တာပဲ၊ စိတ်ပူတာပဲ။ အဲဒီတော့ ဒီ စိတ်ကို ပူလောင်တဲ့၊ ညှဉ်းဆဲတတ်တဲ့ တရားတွေကို ကိလေသာလို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီလို စိတ်ကိုပူစေတတ်၊ ညှဉ်းဆဲတတ်တဲ့ အထဲမယ် ကံတရားတွေဟာလည်းပဲ၊ မကောင်းတဲ့ကံတွေဟာလည်း စိတ်ကို ပူလောင်စေတတ်တယ်။ ဖြစ်လေရာဘဝမှာ ဒုက္ခရောက်စေနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ကမ္မကိလေသာ ၄-မျိုးကို ဖယ်ရှားနိုင်အောင် ကြိုးစားပါလို့။ အောင်မြင်ချင်လို့ရှိရင် ကမ္မကိလေသာလို့ဆိုတဲ့ ဒီ ၄-မျိုးက ရှောင်ပါလို့ ပြောထားတာနော်။ မရှောင်ဘူးဆိုရင် ဒုက္ခဖြစ်လိမ့်မယ်တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက ဒါ ရှောင်ရန်တွေကို အရင်ပြောတာ။

ဆီးချိုရောဂါရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အချိုရှောင်ရတယ် မဟုတ်လား။ မရှောင်ရင် ဒုက္ခဖြစ်မှာပေါ့။ သွေးတိုးရောဂါရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း သူနဲ့ မတည့်တဲ့အစာ ရှောင်ရမယ်လေ။ အုန်းနို့တို့ ဘာတို့ သွားစားလိုက်ရင် ဒုက္ခရောက်မှာပေါ့။ မတည့်တာသွားစားရင် ဒုက္ခရောက်တာပဲ။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ စိတ်ကို ပူလောင်စေတတ်တဲ့ ဒီ အလုပ် ၄ မျိုး၊ စိတ်မှာ ဒုက္ခဖြစ်စေတတ်တဲ့, ဒုက္ခပေးတတ်တဲ့ ဒီ အလုပ် ၄ မျိုးကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ မရှိပါစေနဲ့၊ ဖယ်ရှားလိုက်ပါလို့ပြောတာ။

နံပါတ် ၂ က "**စတူဟိ ဌာနေဟိ ပါပကမ္မံ န ကရောတိ**"တဲ့။ မကောင်းတဲ့အလုပ်ကို လေးဖက်လေးတန်က မလုပ်ပါနဲ့တဲ့။ အကြောင်း ၄ မျိုးကြောင့် မလုပ်ပါနဲ့။ မကောင်းတဲ့အလုပ်ကို အကြောင်း ၄ မျိုး အကြောင်းခံပြီးတော့ မလုပ်ပါနဲ့တဲ့။ ဒါက တစ်ခု၊ ဒါကလည်း မလုပ်ဖို့ တားမြစ်တာ။ အဲဒီတော့ မလုပ်နဲ့ဆိုတာ လုပ်ရင် ဒုက္ခရောက်မှာပဲလေ။ ဒီလိုဆိုတာပေါ့။

ဟော နောက်တစ်ခုက "**ဆ ဘောဂါနံ အပါယမုခါနိ န သေဝတိ**"။ **ဘောဂါနံ အပါယမုခ** ဆိုတာ စီးပွားဥစ္စာ ပျက်စီးကြောင်းတရားလို့ ဆိုလိုတယ်နော်။ လူတွေဟာ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ပင်ပင်ပန်းပန်းလုပ်ပြီးတော့ စီးပွားဥစ္စာတွေ ရှာဖွေစုဆောင်းကြရတယ်။ အလုပ်အကိုင်နဲ့ 'ရှာဖွေစုဆောင်းကြရတယ်။ ကိုယ်တိုင်ကြိုးပမ်းအားထုတ်လို့ရလာတဲ့ စီးပွားဥစ္စာတွေဟာ

ပျက်သွားဖို့ရာအတွက် အကြောင်း ၆-မျိုးရှိတယ်တဲ့။ နည်းလမ်း ၆-သွယ်နဲ့ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်တဲ့။ အဲဒီ ပျက်စီးသွားနိုင်တဲ့ နည်းလမ်း ၆-သွယ်ကို မလုပ်ပါနဲ့လို့ပြောတာ။ ဒါ မလုပ်ရမယ့် ဟာတွေ ပြောတာနော်။ ဒီမှာ မလုပ်ရမယ့်ဟာတွေကို မြတ်စွာ ဘုရားက ဟောတာ။

နံပါတ်(၁)မှတ်ဖို့ရာ ဘာတုန်းဆိုတော့ စိတ်ပူစေတတ် တဲ့အလုပ်တွေ မလုပ်ပါနဲ့တဲ့။ အလုပ် ၄-မျိုးကို မလုပ်ပါနဲ့ စိတ်ကို ပူလောင်စေတတ်တယ်။ ဒုက္ခပေးမယ့်အလုပ် ၄-မျိုး မလုပ်ပါနဲ့ ဒါတစ်ခု။ အကြောင်း ၄-မျိုးနဲ့ မဟုတ်တာ မလုပ်ပါနဲ့၊ ဒါက တစ်ခု။ စီးပွားပျက်ခြင်းအကြောင်း ၆-မျိုးကို မလိုက်စားပါနဲ့၊ ဟော ဒါ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမပဲနော်။ ဒီထဲက မလိုက် နာလို့ ဘုရားက မလုပ်နဲ့ဆိုတာကိုလုပ်မယ်၊ မလိုက်စားနဲ့ဆိုတာ ကို လိုက်စားမယ်ဆို ပျက်မှာပဲ။ ဒုက္ခပေးတတ်တဲ့အလုပ် ၄-မျိုးရယ်၊ အကြောင်း ၄-မျိုးနဲ့ မကောင်းမှုဆိုတာရယ် ပေါင်း လိုက်တဲ့အခါမှာ ၈-ခု။ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီးကြောင်းအလုပ်က ၆-ခုဆိုတော့ ပေါင်းလိုက်ရင် (၁၄)ခုနော်။ **"သော ဓဝံ စုဒ္ဒသ ပါပကာပဂတော"** တဲ့၊ ဒီ ၁၄-မျိုးကို ရှောင်လိုက်ပါတဲ့။

ဒီ ၁၄-မျိုးကို ရှောင်ပြီးတော့ **"ဆဒ္ဒိသာ ပဋိစ္ဆာဒီ"** တဲ့၊ လူတွေဆိုတာ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိတယ်။ အဲဒီ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဒီနေရာမှာ အရပ်မျက်နှာလို့ပြောတာ။ အရပ်မျက်နှာဟာ ၆-ခု

လို့ ယူထားတယ်။ အရပ်(၈)မျက်နှာလို့လည်း ကြားဖူးကြလိမ့်မယ်။ အရပ် ၄-မျက်နှာလို့လည်းကြားတယ်။ ဒီနေရာမှာ ဘာလို့ ခြောက်ခုပြောထားတာတုန်းဆိုတာ အရပ်မျက်နှာ ၆- ခုဆိုတာ အရှေ့အရပ်၊ တောင်အရပ်၊ အနောက်အရပ်၊ မြောက်အရပ်၊ ပုံမှန်အရပ် ၄-မျက်နှာ၊ အောက်နဲ့အထက် ၂-ခု ထည့်လိုက်တဲ့အခါ အရပ် ၆-မျက်နှာလို့ဖြစ်တယ်ပေါ့။ အောက်အရပ် အထက်အရပ် ဆိုတာ မိမိရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတာ။ ဒီအရပ်မျက်နှာ ၆-ခု ကို လုံခြုံစိတ်ချရအောင် Security ဖြစ်အောင် လုပ်ထားပါလို့ပြောတာ။ အဲဒါဆိုလို့ရှိရင် ဘာဖြစ်တုန်း **"သော ဧဝံ ဝုတ္တသ ပါပကာပဂတော"** အဆိုး ၁၄ မျိုးက ကင်းကွာသွားပြီး **"ဆဒ္ဒိသာ ပဋိစ္ဆာဒီ"** အရပ်ခြောက်မျက်နှာ လုံခြုံသွားပြီ ဆိုလို့ရှိရင်တဲ့ **"ဥဘောလောက ဝိဇယာယ ပဋိပန္နော ဟောတိ"** တဲ့၊ ကြည့် မြတ်စွာဘုရားသုံးတာ **ဥဘောလောက**– လောက ၂-ခွင်, ဒီဘဝနဲ့ နောက်ဘဝ။ ဒီလောက, နောက်လောက ဒါ ကိုယ့်အတွက်ကို ပြောတာနော်၊ ကိုယ့်ဘဝ။ ဒီဘဝ နောက်ဘဝ ၂-ခု။ အဲဒီ လောက ၂-ခု သို့မဟုတ် ဘဝ ၂-ခွင်ကို အောင်မြင်ဖို့ရန်အတွက် သူ အလုပ်လုပ်ရာရောက်တယ်တဲ့။

ဒီမှာ ရှောင်ရမှာနဲ့ ဆောင်ရမှာကို မြတ်စွာဘုရားက ရှောင်ရမှာတွေကို အရင်ပြောလိုက်တယ်။ နောက်ဆုံး ဆောင်ရမှာ, လုပ်ရမှာက ဘာတုန်း၊ အရပ်ခြောက်မျက်နှာကို လုံခြုံ

အောင် လုပ်ထားပါနော်။ ရှောင်ရမှာက ဒုက္ခပေးတတ်တဲ့ အလုပ် ၄-မျိုးကို ရှောင်ပါနော်။ အကြောင်း ၄-မျိုးနဲ့ အကုသိုလ် မလုပ်ပါနဲ့။ စည်းစိမ်ဥစ္စာပျက်ကြောင်း ၆-မျိုးကို မလိုက်စားပါနဲ့။ ဒါ ရှောင်ရမှာ။

အရပ်မျက်နှာခြောက်ခုကို လုံခြုံအောင် လုပ်ထားပါ။ အဲဒီလိုလုပ်လို့ရှိရင် "**ဥဘောလောက ဝိဇယာယ ပဋိပန္နော**" တဲ့။ လောကမှာ အောင်မြင်ဖို့အတွက် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ထားတာ ဖြစ်ပြီတဲ့။ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အောင်မြင်မယ်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

အဲဒါကို ထပ်ရှင်းတယ်။ "**တဿ အယဉ္စေဝ လောကော အာရဒ္ဓေါ ဟောတိ ပရော စ လောကော**" တဲ့။ အခု မျက်မှောက်ဘဝမှာလည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာရဖို့ လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ပြီးသားလည်း ဖြစ်လိမ့်မယ်တဲ့။ နောင်ဘဝ အတွက်လည်း လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပြီးသားဖြစ်လိမ့်မယ်။ နှစ်ဘဝလုံးအတွက် ယုံကြည်စိတ်ချရမယ်။ ဒါက Warranty ပဲ။ လူတွေက ပစ္စည်းဝယ်ရင် Warranty ဆိုတာ ရှာလေ့ရှိတယ်လေ။ ဒါ မြတ်စွာဘုရား အဆုံးအမဒီအတိုင်းလိုက်နာလို့ရှိရင် Warranty ပေးတယ်။ "**ဥဘောလောက ဝိဇယာယ ပဋိပန္နော**" ဒီဘဝ နောက်ဘဝ ၂-ခု အတွက် ကိုယ်က အောင်မြင်မှုကို ရနိုင်တယ်တဲ့။ လုံးဝအောင်မြင်မှာ သေချာတယ်။

ဟော- နောက်ဆုံးမှာ လောက ၂-ခု အတွက် စိတ်ချ သေချာသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ သက်တမ်းစေ့လို့ ဒီဘဝ ကို အဆုံးသတ်ပြီဆိုရင် **"သော ကာယဿ ဘေဒါ ပရံ မရဏာ သုဂတိံ သဂ္ဂံ လောကံ ဥပပဇ္ဇတိ"** သေတဲ့နောက်မှာ ချမ်းသာ သုခတွေများတဲ့ နတ်ဘုံ၊ ကောင်းရာသုဂတိဘုံကိုရောက်မှာပဲတဲ့။ အဲဒီတော့ ဒီလောက်စိတ်ချရတဲ့ တရားဟာ ဘယ်လောက် ကောင်းလဲ။

ဒီမှာ ငါကိုယ်တော်မြတ်ကို တမ်းတလိုက်ရင် တန်ခိုးတော် နဲ့ ကောင်းကင်ဘုံကြီးကိုခေါ်လိုက်မယ် ဆိုတာနဲ့ မကွာဘူးလား။ အဲဒါ မကြိုက်ဘူးလား။ ကောင်းကင်ဘုံကို ခေါ်လိုက်တာနဲ့ ရောက်သွားရင်တော့လည်း ကြိုက်တာပေါ့နော်။ ကြိုက်စရာ ကောင်းတာကိုး။ တကယ်ရော ခေါ်မလားမသိဘူး၊ စောင့်တော့ စောင့်နေကြတာပဲ။ ဘယ်အချိန်ထိ စောင့်ရမယ်တော့ မသိဘူး နော်။

ငယ်ငယ်တုန်းက ကြားဖူးတဲ့ပုံပြင်လိုပဲ၊ အိမ်မှာ သား တစ်ယောက်က အစားကြီးလွန်းလို့ သူ့အဖေက တောထဲမှာ ကျားစာဖြစ်ချင်ဖြစ်ပါစေ၊ အိမ်မှာ မကျွေးနိုင်တော့ဘူး။ စားတာ သူတစ်ယောက်တည်းနဲ့က အများကြီး ဖြစ်နေတယ်နော်။ တစ်ရက်စာကို တစ်လစာလောက် ကုန်အောင်စားလိုက်တယ် ဆိုတော့။ အဲဒီတော့ သူ့ကိုအိမ်မှာထားလို့ မဖြစ်တော့ဘူးဆိုပြီး

မီးသွေးခဲလေး တစ်တုံးကိုပေးပြီးတော့ တောထဲ ပို့ထားလိုက်တယ်။ "ဒီ မီးသွေးခဲဖြူမှ ပြန်လာခဲ့"လို့ပြောတယ်။ ကဲ မီးသွေးခဲက ဘယ်တော့ဖြူမလဲ၊ မီးသွေးခဲ မဖြူမချင်း ပြန်မလာခဲ့နဲ့လို့ ပြောတယ်။ အဲဒီလို ထားခဲ့သလိုပဲနော်၊ ငါကိုယ်တော်မြတ်ခေါ်တော်မူတဲ့အခါ လာခဲ့ကြလို့ ဆိုလို့ရှိရင် ဘယ်တော့များ ခေါ်တော်မူမှာပါလိမ့်။ ဒီကလည်း ဆွေးကုန်ပြီ၊ အမှတ်အသားတွေလည်း အကုန်လုံးပျောက်ကုန်ပြီ၊ နေရာတွေလည်း ရွေ့ကုန်ပြီ။ ခေါ်မယ့်နေရာလည်း ဘယ်ရောက်သွားမှန်းမသိဘူးဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲနော်။

ဟော- မြတ်စွာဘုရားကတော့ကြည့်၊ ကိုယ်တိုင်လုပ်ထားတာဆိုတော့ မသေချာစရာဘာမှမရှိဘူးလေ၊ ကိုယ်တိုင်လုပ်ထားတာလေ။ ဒါတွေက ကိုယ်တိုင်လုပ်ထားတာ၊ ကိုယ်တိုင် လုပ်တာလောက် သေချာတာ ဘယ်ရှိမလဲ၊ သူများအားကိုးတာ ဘယ်သေချာမလဲ။ သာမန်ကိစ္စတွေတောင် သူများအားကိုးတာ ဖြစ်ရဲ့လား။ မဖြစ်တာတွေ အများကြီးပဲနော်။ ကိုယ်တိုင်လုပ်ရတာတွေချည်းပဲ။ အေး- ဒါကြောင့်မို့လို့ ကိုယ်တိုင်လုပ်ရမယ့် ကိစ္စတွေကို ကိုယ်တိုင်ပဲလုပ်ရမယ်။

မြတ်စွာဘုရား အဆုံးအမဟာ တကယ်ကို လက်တွေ့ကျကျ ဆုံးမတာ၊ ဒါက မြတ်စွာဘုရားက ဒီလောကကြီးအတွက် အောင်မြင်မှုရဖို့အတွက် ဒီလိုလုပ်ပါလို့ လမ်းညွှန်ပေးထား

တာနော်။ အဲဒါ **မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယလမ်းစဉ်**။ အောင်မြင်ချင်တယ်ဆိုရင် ဒီလမ်းကို လျှောက်ပါလို့ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။ တကယ်လျှောက်လို့ရှိရင် ကိုယ့်အတွက် အကောင်းဆုံး လမ်းကြောင်းပေါ် ရောက်ရှိတယ်လို့ မှတ်ရမယ်၊ အကောင်းဆုံး လမ်းပဲ။

လူတွေကတော့ ပိုက်ဆံပေးပြီး သူဌေးဖြစ်တာ ပိုကြိုက်ကြမှာပေါ့။ သို့သော်လည်း စဉ်းစားကြည့်၊ အဆုံးအမနဲ့ငွေကြေးဓနဘယ်ဟာက တန်ဖိုးရှိလဲ ဆိုလို့ရှိရင် ငွေကြေးဓနဆိုတာ မကြာခင်ပဲ ကုန်သွားတာ။ မြန်မာနိုင်ငံမှာဆိုရင် တချို့ ထီပေါက်တဲ့ လူတွေ ရှိတယ်။ စီးပွားမလုပ်တတ်ဘူး။ စီးပွားရေး မလုပ်တတ်တဲ့သူ ထီပေါက်တယ်၊ ကျောက်အောင်တယ်ပေါ့။ ကျောက်အောင်တဲ့အခါ ချမ်းသာတယ်။ သိန်းထောင်ချီရသွားတယ်။ သိန်းထောင်ချီရလို့ မသုံးတတ် မစွဲတတ်နဲ့ ၄-၅ နှစ်အတွင်း ပြန်ကုန်သွားတာပဲ။ ဘယ်လောက်ပဲ ပိုက်ဆံပေးပေး ပညာ မဟုတ်လို့ရှိရင်တော့ ကုန်သွားမှာပဲ။ ပညာနဲ့ မထိန်းနိုင်ရင် ကုန်သွားတာပဲ။ ငါးရာ့ငါးဆယ်ဇာတ်ထဲမှာ ဝတ္ထုလေးတစ်ပုဒ်ပါတယ်၊ ဒါကို သတိထားဖို့ပေါ့၊ ပိုက်ဆံပေးတာနဲ့ ပညာပေးတာ ဘယ်ဟာက တန်ဖိုးရှိသလဲဆိုတာ သိရအောင်။ ပညာကို မပေးနိုင်ရင် သိကြားမင်းကယ်တာတောင် မရဘူး။ လူတစ်ယောက်က ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်တယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်တဲ့

အခါကျတော့ ကုသိုလ်စွမ်းအားကြောင့် သူက သေတော့ သိကြားမင်းဖြစ်သွားတယ်။ သားလေးတစ်ယောက် ကျန်ရစ်တယ်။ ဒီကောင်လေးကလည်း ဆိုး, မိုက်၊ အမြဲတမ်း အရက်သောက်။ အဲဒီတော့ သိကြားမင်းဖြစ်ပေမယ့်လို့ သားအပေါ်မှာ သံယောဇဉ်ရှိတယ်ပေ့ါ။ ဒီကောင် အရက်တွေ သောက်နေလို့ ရှိရင် ဆင်းရဲတော့မှာပဲ၊ စားစရာမရှိ သောက်စရာမရှိ ဆင်းရဲတယ်။ ဆင်းရဲတာကို မကြည့်နိုင်လို့ သိကြားမင်းက ဘာပေးတုန်းဆိုရင် အိုးလေးတစ်လုံးပေးထားတယ်။ "မင်း- ဒီအိုးလေး ပိုင်နေသမျှတော့ စားစရာ မပူရဘူးနော်၊ ဝတ်စရာလည်း အဆင်သင့် ရလိမ့်မယ်။ တစ်ခုတော့ ငါသတိပေးမယ်နော်၊ ဒီအိုးလေး မကွဲစေနဲ့။ စားချိန်တန် စားရလိမ့်မယ်၊ ဝတ်ချိန်တန် ဝတ်ရလိမ့်မယ်၊ မင်းချမ်းသာမယ်။ ဘာမှ လုပ်စရာမလိုဘူး။ ဒီအိုးလေးတော့ မင်း သေချာသိမ်း"။

ဟိုကောင်က တစ်နေ့ကျတော့ အရက်သောက်၊ မူးလာပြီဆိုတော့ အိုးလေးကို မြှောက်မြှောက်ပြီး ကစားတာ ဂွပ်ခနဲ ကျကွဲသွားရော။ (ပညာမပေးလို့ရှိရင် မရဘူး၊ ပိုက်ဆံဘယ်လောက်ပေးပေး) အိုးလေးကွဲသွားပြီးတော့ အငတ်ပြန်ဖြစ်သွားရော။ ကဲ- သိကြားမင်းတောင် မတတ်နိုင်တော့ဘူးတဲ့၊ သူ့ကံနဲ့သူရှိစေတော့ဆိုပြီး ပစ်ထားရတော့တာပဲ။ အဲဒီတော့ ပညာဟာ အင်မတန်မှ တန်ဖိုးရှိတယ်။

ပညာနဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားဟာ အရေးကြီးဆုံးပဲ။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီ အဆုံးအမမျိုးကိုဆုံးမတာ။ ဘယ်သူ့မှ အားမကိုးနဲ့၊ ကိုယ်အားကိုယ်ကိုးရမယ်ဆိုတာ တကယ် အစစ်အမှန်ပဲ။ ပြင်ပကို အားမကိုးရဘူးလို့ဆိုတာ။ ပြင်ပက လုပ်ပေးနိုင်တာ အတိုင်းအတာတစ်ခုပဲ လုပ်ပေးနိုင်တယ်။ အဲဒါကို **ဥပနိဿယပစ္စယော** လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာ။ ပြင်ပက ကူညီနိုင်တာဟာ နှုတ်၏စောင်မခြင်း၊ လက်၏ စောင်မခြင်း၊ ဒါ, မလုပ်နိုင်ဘူးလား, ပေးနိုင်တယ်။ ဒါလောက်တော့ ကူညီနိုင်တယ်ပေါ့။ တကယ်ကောင်းအောင် လုပ်ပေးဖို့ကျတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် မပါလို့ကတော့ ဘာမှမရဘူး၊ ဒီလို ပြောတာနော်။ မိမိကိုယ်တိုင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြရမှာ ဖြစ်တယ်။

ဗာရာဏသီက သူဌေးသားတစ်ယောက် ဆိုလို့ရှိရင် သားတစ်ယောက်ထဲရယ်, မိဘကလည်း သိပ်ချမ်းသာတယ်။ ကုဋေရှစ်ဆယ်ကြွယ်ဝတဲ့ သူဌေးကြီး။ သားလေးဆင်းရဲမှာစိုးလို့ ကျောင်းမထားဘူး၊ ပညာမသင်ဘူး။ တို့အိမ်မှာ ကုဋေရှစ်ဆယ်ရှိတယ်၊ သူ့တစ်သက် မကုန်ဘူးဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့ ဒီအတိုင်းထားခဲ့တယ်နော်။ ဒီအတိုင်း အမွေတွေပေးထားတယ်။ အဲသူနဲ့တန်းတူ ကလေးမလေးတစ်ယောက်ကလည်း သူ့အဖေက ချမ်းသာတယ်၊ ကုဋေရှစ်ဆယ်။ သူကလည်း ဒီလိုစဉ်းစားတယ်။ ငါ့သမီး ပင်ပန်းတယ် ကျောင်းမသွားနဲ့၊ အိမ်မှာပျော်ပျော်နေ၊

ဘာမှ သင်စရာမလိုဘူး၊ အဖေတို့ အမေတို့ ပစ္စည်းတွေ အများကြီး သမီးတစ်ယောက်ထဲ ဒါတွေ အကုန်ပေးခဲ့မယ်။ အေးအေး ဆေးဆေး ထိုင်စား။ ဟော သူတို့ ၂-ယောက် အရွယ် ရောက်တဲ့အခါ အိမ်ထောင်ကျတယ်။ ယောကျ်ားကလည်း ဘာ အသိပညာမှမရှိဘူး၊ မိန်းမကလည်း ဘာအသိပညာမှ မရှိဘူး။ ယောကျ်ားဘက်က ပါလာတာ ကုဋေရှစ်ဆယ်။ မိန်းမဘက်က ပါလာတာ ကုဋေရှစ်ဆယ်။ စီးပွားရေးလည်း မလုပ်ဘူး ထိုင်စား လိုက်ကြတာ၊ ဟုတ်တယ်၊ ရှိုးရှိုးစားရင်တော့ မကုန်ဘူး။ နောက်ဆုံး ယောကျ်ားလုပ်တဲ့လူက အသောက်အစားတွေ ဖက်လာတယ်။ ဖက်လာပြီးတော့ ဘာတွေလုပ်တုန်းဆိုရင် မူးရူး ပြီးတော့ Stage Show တွေမှာ ပန်းကုံးတွေတက်စွပ်၊ ဆုတွေချနဲ့ ဘုရားလက်ထက်ကလည်းရှိတယ်နော်။ အဲဒီတော့ Stage Show မှာ သူသဘောကျတာတွေကို ပန်းကုံးစွပ်တယ်၊ လက်ဆောင်တွေပေးတယ်၊ ငွေတွေပေးတယ်။ နေ့တိုင်း သူ့ သောက်ဖော် သောက်ဖက်တွေအတွက် ဒကာခံတယ်။ ဒကာခံ တော့ တဖြည်းဖြည်း သူဌေးကိုဝန်းရံလာကြတာပေ့ါ။ အသောက် သမားတွေ, ကစားသမားတွေက ဝန်းရံလာကြတယ်။ သူက လည်း အဲဒါကို သဘောကျတယ်။ ဝန်းရံလာတဲ့အခါမှာ သုံးလိုက် တဲ့ ပစ္စည်းတွေ၊ သူပိုင်တဲ့ ကုဋေရှစ်ဆယ်က သိပ်မကြာဘူး ကုန်သွားတယ်။

ကုန်သွားတဲ့အခါကျတော့ သူ့ဇနီးဘက်က ပါလာတဲ့ဟာတွေကို ဆက်သုံးတယ်။ အဲဒါလည်း ကုန်သွားတယ်။ ဒီလုပ်တဲ့လူက Management ပညာမရှိဘူး။ ဒီဟာ သိပ်အရေးကြီးတာလေ။ မရှာတတ်ဘူးလေ၊ သူ့မှာပညာမရှိဘူး။ မရှာတတ်တဲ့အခါကျတော့ ဖြုန်းရုံဖြုန်းတတ်တာကိုး။ စီးပွားဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာ စီးပွားရေးမျက်စိမရှိဘူး။ မရှိတော့သုံးရင်းသုံးရင်းနဲ့ ဆုံးတဲ့ဟာက ဆုံးနော်၊ အပေါင်တွေ ဆုံးတဲ့ဟာကဆုံး၊ ဒီ အရက်သောက်စားလို့ ကြွေးတင်တာတွေ ဟိုဟာပေးလိုက်ရ၊ ဒါ ပေးလိုက်ရနဲ့ သူပိုင်တဲ့ လယ်ယာကိုင်းကျွန်းဥယျာဉ်ခြံမြေတွေပါ အကုန်ကုန်သွား၊ နောက်ဆုံးမှာ နေတဲ့အိမ်ပေါ်က ဆင်းပေးလိုက်ရတယ်ဆိုပါစို့၊ ကြွေးနဲ့ သိမ်းခံလိုက်ရတာ။ ပညာမှ မရှိတာလေ။ လိမ်ယူတဲ့လူကလည်း အကုန်လုံးယူတယ်လေ။ နောက်ဆုံးကျတော့ လမ်းဘေးမှာ တောင်းစားနေရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတာ ဗာရာဏသီပြည်မှာ ဘုရားလက်ထက်က တကယ်ဖြစ်ခဲ့တယ်။

အဲဒါကြည့်၊ ပိုက်ဆံဆိုတာ ဘယ်လောက် ချမ်းသာချမ်းသာ ပညာမရှိဘူးဆိုရင် မထိန်းနိုင်ဘူးဆိုတာ အင်မတန်မှထင်ရှားတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ပညာကိုရဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရားက အမြဲတမ်း ဆုံးမသွန်သင်ထားတယ်။

“**ပညာ နရာနံ ရတနံ**” တဲ့။ လူတွေရဲ့ မြတ်နိုးစရာ အကောင်းဆုံးရတနာဆိုတာ ပညာဖြစ်တယ်ပေါ့။ ပညာ သိတတ် အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြရမှာ၊ ဒီလိုဆိုတာပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမဆိုတာ ပညာနဲ့မှ လိုက်နာနိုင်တာ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လုပ်ပြီး ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အားကိုးရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမဩဝါဒပေးတာ။

ဒီသုတ္တန်လေးက လောကမှာ နေကြတဲ့လူတွေ ဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေအတွက် ဘယ်လိုနေရမယ်၊ ဘယ်လို ထိုင်ရမယ်ဆိုတာ လောကမှာ အောင်မြင်ကြီးပွားဖို့အတွက် ဒီသုတ္တန်ကိုဟောခဲ့တာဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီသုတ္တန်ကို ရှင်းလင်းဖွင့်ဆိုတဲ့ အဋ္ဌကထာ ကျမ်းမှာ ဒီသုတ္တန်ကို “**ဂိဟိဝိနယ**” လူတွေကို အဆုံးအမပေးတဲ့ သုတ္တန်၊ လူတွေလိုက်နာရမယ့် **ဂိဟိဝိနယ သုတ္တန်**လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။ ဘဝမှာ အောင်မြင်ဖို့ အတွက် ဘုရားဆုံးမထားတဲ့အတိုင်း ရှောင်သင့်တာတွေကို ရှောင်လို့၊ ဆောင်သင့်တာတွေကို ဆောင်မှသာလျှင် ဒီလောက နောင်လောကအတွက် ကြီးပွားတိုးတက်မှာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ တစ်ထစ်ချ မှတ်သားထားဖို့ပဲ။

ဒီထဲမှာ တန်ခိုးတော်နဲ့ မ,စတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး၊ ဘယ် တော့မှလည်း ရှိမှာမဟုတ်ဘူးနော်။ သို့သော် လူတွေကတော့ ဒါကို မျှော်လင့်တမ်းတနေကြတာပေါ့။ ဘုရားကို ယုံကြည်တယ်

လို့ဆိုတဲ့ နေရာမှာတောင် ဘာကိုယုံကြည်တာလဲလို့ ဆန်းစစ်ကြည့်ဖို့လိုတယ်။ တန်ခိုးကို ယုံကြည်တယ်ဆိုရင် မဟုတ်ဘူးနော်။

မြတ်စွာဘုရားက သဒ္ဓါဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြတဲ့အခါမှာ **"သဒ္ဒဟတိ တထာဂတဿ ဗောဓိ"** တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဗောဓိဉာဏ်ကို ယုံကြည်တယ်လို့ ဒီလိုပဲပြောတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးကို ယုံကြည်တယ်လို့ မဆိုဘူး။ အဲဒါဟာ ခဏခဏ တွေ့တယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ မစဉ်းစားမိဘူး။ နောက်ပိုင်း စဉ်းစားလိုက်တဲ့အခါ ဪ-လောကလူတွေယုံတယ်ဆိုတာ အစွမ်းတန်ခိုး ယုံနေကြတာပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားက အစွမ်းတန်ခိုး ယုံခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဉာဏ်တော်ကို ယုံခိုင်းတာ။ ဉာဏ်တော် ယုံခိုင်းတာ ဘယ်လိုအဓိပ္ပာယ်ရှိလဲ။ ငါပြောတာမမှားဘူး, ငါသိလို့ ပြောတာ။ အဲဒီတော့ သိလို့ပြောတယ်။ သိလို့ဆုံးဖြတ်တယ်။ ဒီလမ်းကိုသွားရမယ်။ ဒီအလုပ်လုပ်ရမယ်ဆိုတာ ဉာဏ်၊ သိတဲ့ဉာဏ် ရှိတယ်ဆိုတာကို ယုံကြည်ရမှာပဲ။

ဆရာဝန် ယုံကြည်တယ်ဆိုတာလည်း ဉာဏ်ကို ယုံကြည်တာပဲ၊ တကယ်ကတော့ ဆရာဝန်ကို ယုံပြီးတော့ ပုံအပ်ကြတယ်ဆိုတာ ဉာဏ်ကိုယုံတာလေ။ သူ့ရဲ့ အစွမ်းသတ္တိ၊ ဒီဆရာကြီးက တော်တယ်နော်၊ ဆေးကုသတယ်ဆိုတာ ဉာဏ်

ပညာပဲလေ၊ ဒါလည်း တန်ခိုးကိုယုံတာမှ မဟုတ်ဘဲ။ သို့သော် တခြားဘာသာတွေကျတော့ တန်ခိုးကိုယုံတာလေ။ သူတို့က အစွမ်းတန်ခိုးကိုယုံတာ။ အဲဒီတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ယုံတယ် ဆိုတာ ဘုရားရဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးကို ယုံတာမဟုတ်ဘူး။ ဘုရား ဟောတဲ့ စကားလုံးအတိုင်းပြောရင် "**သဒ္ဓဟတိ တထာဂတဿ ဗောဓိံ**" တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဗောဓိကို ယုံတယ်လို့ဆိုတာ။ ဘုရားဉာဏ် ဦးဆောင်ပြီးတော့ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဘုရားရဲ့ အရည် အချင်းတွေ၊ ဂုဏ်ရည်တွေကို ယုံကြည်တယ်လို့ ဒီလိုအဓိပ္ပာယ် ရတယ်နော်။

ဘုရားရဲ့ဉာဏ်စွမ်းနဲ့ ဟောကြား ဆုံးမထားတာတွေကို ဘုန်းကြီးတို့တွေ လိုက်နာကျင့်သုံးကြရတာပေ့ါ၊ ဒီအဓိပ္ပာယ်ကို ဆိုလိုတယ်ပေ့ါ။ အဲဒီတော့ ဒီသုတ္တန်ရဲ့ အစမှာ ပြောထားတဲ့ အတိုင်း **လောကဝိဇယလမ်းစဉ်** တဲ့။ ဒုက္ခရောက်စေတတ်တဲ့ အလုပ် ၄-မျိုးကို ဖယ်ရှားရမယ်တဲ့။ နံပါတ် (၁)က လူ့ဘဝ ရလာလို့ရှိရင် ကိုယ့်ကို ဒုက္ခပေးမယ့် အလုပ် ၄-မျိုးကို ရှောင်ရ မယ်တဲ့။ အဲဒီအလုပ် (၄)မျိုးက ဘာလဲဆိုရင် **ပါဏာတိပါတ၊ အဒိန္နာဒါန၊ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရရယ်၊ မုသာဝါဒရယ်၊** ငါးပါး သီလပဲပြောတာ။ ငါးပါးသီလထဲက **သုရာမေရယ** ဒီထဲမှာ မပါ သေးဘူး။ နောက်ကျတော့ လာမှာနော်။ အခု ဒီထဲမှာ ဒုက္ခပေး မယ့် အလုပ်တွေက ဘာလဲဆိုရင် **ပါဏာတိပါတ** တဲ့၊ **အဒိန္နာဒါန**

တဲ့၊ **ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ** တဲ့၊ မုသာဝါဒ တဲ့။ ဒီ ၄-မျိုးကို ကျူးလွန်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ဘဝမှာ ဒုက္ခရောက်နိုင်တယ်တဲ့။

ကဲ-စဉ်းစားကြည့်ရအောင်၊ **ပါဏာတိပါတ** ကျူးလွန်ပြီး၊ ဘဝမှာ သူများအသက်တွေကို သတ်လာခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် အတိတ်ဘဝတုန်းက ပါဏာတိပါတ မရှောင်ဘူးဆိုရင် ကုသိုလ်ကံအကျိုးပေးလို့ လူဖြစ်လာတာတောင်မှာပဲ ဘာဖြစ်လာတုန်းဆိုတော့ အမေတောင် မသိဘဲနဲ့ လျှောသွားတာတွေ အများကြီးပဲနော်။ မိခင်ရဲ့ ဝမ်းထဲမှာတင် လျှောသွားတယ်။ အသက် ဘယ်လောက်တိုတယ်ဆိုတာ လူ့ဘဝတောင် မရောက်လိုက်ဘူး။ တချို့ကျတော့ လူ့ဘဝရောက်လာပြီးမှ သေသွားတာ။ တချို့ကျတော့ လူ့ဘဝရောက်လာပြီး ၃-၄ နှစ်လောက်နေပြီးမှ သေသွားတယ်။ မသေလည်း ရောဂါ ဝေဒနာတွေနဲ့ ခံရတယ်။ အဲဒါ ပါဏာတိပါတရဲ့ အပြစ်တွေပဲပေါ့။

လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ဒီလိုဖြစ်တာမှ မဟုတ်တာ။ သူ့မှာဖြစ်တာ ဘာကြောင့်ဖြစ်ရလဲလို့ဆိုရင် ဒီပါဏာတိပါတ မျိုးစေ့ကြောင့် ဖြစ်လာတာ။ အဲဒီတော့ ဒီဟာက ကံ,ကံ၏အကျိုးကို မယုံမရှိနဲ့။ Many Mension ဆိုတဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်ရှိတယ်။ English လိုရေးထားတာ။ စိတ်ဝင်စားလို့ရှိရင် စာအုပ်ဆိုင်တွေသွားရှာပြီးတော့ဖတ်။ Many Mension ဆိုတာကို ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဘာသာပြန်ထားတာရှိတယ်။ 'အနောက်

တိုင်းက တမလွန်ဘဝပြဿနာ' ဆိုတဲ့ စာအုပ်ပဲ။ အိပ်မွေ့ချပြီးတော့ ဆေးကုတဲ့ အတတ်ပညာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သူ့ရဲ့ မှတ်တမ်းတွေကို စာအုပ်ရိုက်ထားတာ။

စာအုပ်ရိုက်ထားတဲ့ အထဲမယ် ဘာတစ်ခုပါတုန်းဆိုတော့ လူတစ်ယောက်ဟာ နားမကြားဘူး။ အကြားအာရုံ ချို့တဲ့နေတယ်။ အကြားအာရုံ ချို့တဲ့နေတော့ အဲဒီလူကို ဆေးကုဖို့ အိမ်မွေ့ချပညာတတ်တဲ့လူက အိပ်မွေ့ချပြီးတော့မေးတဲ့အခါမှာ သူ့ကိုမေးတယ်၊ ဒီလူ ဘာဖြစ်လို့ နားပင်းနေလဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ နားအကြားအာရုံ ချို့တဲ့နေလဲဆို သူကကြည့်တယ်။ သူက ဘယ်လို ဟောတုန်းဆိုတော့ "ဒီလူဟာတဲ့၊ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တွေလာပြီး အလှူခံတာကို မကြားချင်ယောင်ဆောင်နေတာ" တဲ့၊ အဲဒါ ဘုန်းကြီးပြောတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ အဲဒီထဲမှာ ရေးထားတာ။ ဖတ်ကြည့် English လို ဖတ်ချင်တယ်ဆိုရင် Many Mension ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကိုဖတ်။ မြန်မာလိုပြန်ထားတာ ဖတ်ချင်ရင် ချမ်းမြေ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဘာသာပြန်ထားတဲ့ 'အနောက်တိုင်းက တမလွန်ဘဝပြဿနာ' ဆိုတာဖတ်။ အဲဒီဟောတဲ့လူက ခရစ်ယာန်၊ သို့သော် သူဟောနေတာ ကံ,ကံ၏ အကျိုးတွေကို ဟောနေတာ။

အမျိုးသမီးတစ်ယောက် ပိုလီယိုရောဂါ ဖြစ်တယ်၊ အောက်ပိုင်းသေနေတယ်။ Wheel Chair နဲ့ နေရတယ်၊ သွားရ

တယ်။ သူ့ရောဂါ ဘာလို့ဖြစ်တာတုန်းဆိုတာ သွားမေးတယ်လေ၊ သွားမေးတဲ့အခါမှာ "ဒီအမျိုးသမီးဟာတဲ့၊ လွန်ခဲ့တဲ့ ၇-ဘဝတုန်းက ရောမခေတ်က ကျွန်းစာကျွေးတဲ့၊ ခြင်္သေ့စာကျွေးတဲ့လူတွေ (ရာဇဝင်ဖတ်ဖူးတဲ့သူတွေ သိလိမ့်မယ်၊ အဲဒီခေတ်တစ်ခေတ်ရှိတယ်) လှောင်အိမ်ထဲကခြင်္သေ့ကို လွှတ်လိုက်တဲ့ အခါမှာ ခြင်္သေ့က အဲဒီလူကို ပြေးပြီးတော့ တိုက်ခိုက်လိုက်တယ်။ ပုတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ လဲကျသွားတယ်၊ အဲဒါကို သူက ပွဲကြည့်ပရိသတ်ထဲမှာ လက်ခုပ်လက်ဝါး တီးပြီးတော့ ရယ်မောခဲ့တယ်" တဲ့နော်။ အဲဒီ အကုသိုလ်ကံကြောင့် အခုလို ဖြစ်တာတဲ့။ ဒါက အပေါ့ဆုံး အပြစ်လေးဖြစ်မယ်။ အဲဒီတော့ ဒီကနေ့ခေတ်မှာလည်းပဲ ဒီ ပါဏာတိပါတ ဆိုတာ ဒီကနေ့ခေတ်တင်ပဲ၊ မျက်မှောက်ဘဝမှာပဲ အကျိုးပေးသွားတတ်တယ်။

လူကြီးတစ်ယောက်ဟာ ကျီးကန်းတွေကိုဖမ်း၊ ဖမ်းပြီးတော့ ခြေထောက်ဖြတ်တယ်။ သူ မသေခင်မှာ ခြေထောက်ပြတ်သွားတယ်။ ဒီဘဝတင် ကိုယ်ခံရတာတွေ၊ အဲဒီလို ပုံဝတ္ထုတွေဟာ အများကြီး ရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ ပါဏာတိပါတ အလုပ်ဟာ နောင်ဘဝမှာလည်း အကျိုးပေးမယ်။ သံသရာမှာလည်း မကောင်းတဲ့အကျိုးကိုဖြစ်စေနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ **ကမ္မကိလေသာ** တဲ့၊ အဲဒီအချိန် ဘုရားက ကယ်လို့မရဘူးလေ၊

လူချင်းတူရဲ့သားနဲ့ မိသားစုတစ်ဦးထဲက မွေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ မွေးကတည်းက တချို့ရောဂါပါလာတယ်လေ။ တချို့များ သူများ ကျောက်ကပ် နှစ်လုံး၊ သူ့တစ်လုံးထဲ ဆိုတာလည်း ရှိတယ်နော်။ မွေးကတည်းက ကျောက်ကပ်က တစ်လုံးထဲ မွေးလာတဲ့လူ ဘယ်လိုလုပ်ပါ့မလဲ၊ တည်းသီးကြိုက်ရင် ဒုက္ခပဲ။ အဲဒီလို မပြည့်မစုံ ဖြစ်လာတာတွေ အများကြီးရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒါတွေဟာ ပိုးကြောင့်ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး၊ ကံကြောင့်ဖြစ်တာတွေ၊ ဒီလို ဆိုလိုတယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီအလုပ်ဟာ စိတ်ပူစရာ ကောင်းလို့ မလုပ်နဲ့တဲ့၊ ဒုက္ခရောက်နိုင်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား ကပြောတာ။

ဟော- လူ့ဘဝရောက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ **ပါဏာတိပါတ** အမှုကို ရှောင်ကြဉ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ကြည့်။ အသက် ရှည်တယ်၊ ကျန်းမာတယ်၊ မွေးလာကတည်းက ကျန်းကျန်း မာမာကြီး မွေးလာတယ်။ ရှည်လိုက်တာ အသက် ၇၀, ၈၀, ၉၀ ထိအောင် ဒီလို ကျန်းမာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိတယ်။ ရန်ကုန်မှာ အဘိဓမ္မာအသင်းဥက္ကဋ္ဌ ဒကာကြီးတစ်ယောက်ဆိုရင် အသက် ၉၀ ကျော်နေပြီ၊ မာမာကျန်းကျန်း သွားလိုက်လာလိုက်၊ လှုပ်ရှား လိုက်၊ အထိုင်အထများ သွက်နေတာပဲ။ ဒီလိုဟာတွေက ပါဏာတိပါတ ရှောင်ကြဉ်ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အသက်ရှည် တယ်၊ ကျန်းမာတယ်လို့ ဒီလိုပြောတာ။

အဲ-တချို့ကျတော့ ၆ဝ-လောက် ရှိသေးတယ်၊ သိပ်ပြီး မသွားနိုင်တော့ဘူး၊ ယိုင်ထိုးဖြစ်လာကုန်ပြီ။ ဟော အားတွေ ပြတ်ပြီ။ ပါဏာတိပါတကံ ရှိတဲ့လူနဲ့ မရှိတဲ့လူ အင်မတန်မှ ကွာတယ်တဲ့နော်။ လူ့ဘဝမှာ အသက်ရှည်ချင်ကြတယ်ဆိုရင် ဒါကိုရှောင်ပါ။ လောကအောင်မြင်ဖို့အတွက် အသက်ရှည်ဖို့က အရေးကြီးသေးတယ်။ (အသက်မရှည်လို့ရှိရင် ဒီမိုကရေစီ တွေ့မှာမဟုတ်ဘူးနော်) အသက်ရှည်ဖို့လည်း အရေးကြီးတယ် လို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်။ အသက်မရှည်ရင် စောစောသေသွား၊ ဘယ်တွေ့မလဲလေ။ ခေတ်ကောင်းဆိုတာ တစ်ခါတစ်ခါ လာတာပဲလေ။ ဒါကြောင့်မို့ ပါဏာတိပါတကံကို ရှောင်ရမယ်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

ဟော-နောက်တစ်ခုက **အဒိန္နာဒါန**။ ဟုတ်ပြီ၊ အသက် ရှည်တယ် ကျန်းမာတယ်၊ သို့သော် **အဒိန္နာဒါန** မလုံခဲ့လို့ရှိရင် ဘာဖြစ်လဲ၊ ကိုယ်ပစ္စည်း ခဏခဏ အသိမ်းခံရတယ်၊ ပါသွား ပြန်ပြီ။ အလုခံရတယ်၊ အယက်ခံရတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ ချမ်းသာချမ်းသာနော်။ မီးလောင်လို့ပါသွားတာတို့၊ ရေမျောလို့ ပါသွားတာတို့၊ တစ်နည်းနည်းနဲ့ ပစ္စည်းကပျက်သွားတာတို့၊ ကိုယ်က သုံးရတယ်ကို မရှိဘူး။ ရှာလိုက်တဲ့ပစ္စည်းတွေ၊ ရလိုက်၊ ဆုံးသွားလိုက်၊ ရှုံးလိုက်နဲ့ ဒီလိုတွေအကြိမ်ကြိမ် ကြုံရတတ်တယ် တဲ့။ ဒါက အပေါ့ဆုံး အပြစ်ပါ။ သူများပစ္စည်းကို မတရားတဲ့

နည်းနဲ့ ယူလို့ရှိရင် အာဒိန္နာဒါနဖြစ်တယ်တဲ့။ ခိုးခြင်း ၂၅-မျိုး တောင်မကဘူး၊ ၅၀-လောက်ဖြစ်နေပြီနော်။ ပစ္စည်းအလစ်သုတ် ခိုးတာတို့၊ လိမ်ခိုးတာတို့၊ လှည့်ပတ်ခိုးတာတို့။ ဒီထဲမယ် သူများ ပစ္စည်း ရလိုမှုနဲ့ လုပ်တာမှန်သမျှဟာ ခိုးခြင်းထဲမှာပါတယ်ပေါ့။ မမှန်မကန် အတုပစ္စည်းကိုလုပ်ပြီးတော့ ရောင်းဝယ်တာလည်း ခိုးတာပဲ။ လိမ်ပြီးတော့ခိုးတာ။

လူတစ်ယောက်ဆို လိမ်တာလေးက တော်တော်လေး ပိပိရိရိလိမ်တာ၊ စာထဲမှာ မှတ်တမ်းတင်ထားတယ်၊ နည်းတော့ မယူကြနဲ့။

တောက လူတစ်ယောက်က သမင်လေး ၂-ကောင် ယူလာတယ်။ တစ်ကောင်က အကြီး၊ တစ်ကောင်က အငယ်တဲ့။ အဲဒီခေတ်က ငွေဈေးနဲ့ပြောရင် အကြီးကောင်က ၂-ကျပ်။ အကြီးကောင်လိုချင်ရင် ပိုက်ဆံ ၂-ကျပ်ပေးရမယ်။ အငယ် ကောင် လိုချင်ရင် ၁-ကျပ်။ အဲဒီတော့ အရက်သမား တစ်ယောက်နဲ့တွေ့တယ်။ တွေ့တော့ မေးတယ်၊ "ဈေးသွား ရောင်းဖို့လား" "အေး ဟုတ်တယ်၊ ရောင်းမှာ" "တစ်ကောင် ဘယ်လောက်တုန်း"ပေါ့။ "ဒီ သမင်ကြီးက ၂-ကျပ်၊ အကောင် လေးက ၁-ကျပ်" အရက်သမားက အကြံဉာဏ်ကောင်းတယ်။ သူ့အိတ်ထဲ စမ်းလိုက်တော့ ပိုက်ဆံလေး ၁-ကျပ်တွေ့တယ်၊ ၁-ကျပ်ပေးပြီး အကောင်လေး ယူသွားတယ်။ အတော်လေး

သွားပြီးတဲ့အခါကျတော့ သူက ပြန်ခေါ်တယ်။ နေပါဦး နေပါဦး နဲ့ဆိုပြီးတော့ ခုန ဟိုလူကလည်း အတ,တကိုး။ ဂဏန်းလည်း တွက်တတ်မယ် မထင်ဘူး။ အဲဒီတော့ ပြန်လာပြီးပြောတယ်၊ "ကျုပ်အကောင်လေး မယူတော့ဘူး၊ အကောင်ကြီးပဲ ယူတော့ မယ်" ဆိုတော့ ဟိုလူကပြောတယ်။ "ခင်ဗျား အကောင်ကြီး ယူရင် ငွေ ၁ ကျပ် ထပ်ပေးရမယ်" "ဟာ, ခင်ဗျား ဘာပြော တာတုန်း။ စဉ်းစားကြည့်လေ၊ ခင်ဗျားကို ငွေ ၁-ကျပ် ပေးပြီး သားနော်" "ဟုတ်တယ် ပေးပြီးသား" "အဲဒီငွေ ၁-ကျပ်ရယ်၊ ဒီကောင်လေးက ၁-ကျပ် တန်တယ်။ အဲဒီတော့ ၂-ကျပ် ပြည့်ပြီ၊ ဟိုအကောင်ကြီးပေးလိုက်" အဲဒီရောင်းတဲ့လူကလည်း ဘာပြောရမှန်းမသိဘူး။ အကောင်ကြီးပေးလိုက်တယ်။ အဲဒီ လိမ်နည်းဟာ ဘယ်လောက်ပိရိတယ်ဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်နော်။ အဲဒီလိုနည်းနဲ့ လှည့်ယူသွားတာ။ ဒါလည်း **အဒိန္နာဒါန**ပဲ။

နောက်တစ်ခါ လူတစ်ယောက်က တောထဲက ယုန် ကလေးတစ်ကောင်တွေ့လို့ ဖမ်းလာတယ်။ ယုန်လေးက သိပ်ပြီး တော့ မပြေးနိုင်သေးဘူး၊ ယုန်လေးက ငယ်ငယ်လေး။ သူက ချောင်းလေးတွေ့တော့ ရေချိုးတာပေါ့။ ဆင်းပြီးတော့ ယုန်လေး ကို သူ့အဝတ်ပေါ်မှာ အသာလေးတင်ပြီးတော့ ရေချိုးတယ်၊ လူတစ်ယောက်ရောက်လာတယ်။ ဟိုလူ တစ်ဘက်လှည့် ရေချိုး နေတုန်း ဖြုန်းကနဲ ခေါင်းပေါ်ကို ယုန်လေး ကောက်တင်လိုက်

တယ်။ ခေါင်းပေါ် ယုန်ကလေး ကောက်တင်ပြီး သူလည်း ရေဆင်းချိုးနေတယ်။ ယုန်လေး သူ့ခေါင်းပေါ်မှာ။ အဲဒီတော့ ဟိုလူက ရေချိုးရာကတက်ပြီးတော့ သူ့ယုန်ပျောက်တော့ ရှာတာ ပေါ့။ ဟိုကြည့်ဒီကြည့် ကြည့်တဲ့အခါကျတော့ ဟိုလူက လှမ်းပြော တာ၊ "ခင်ဗျား ဘာရှာတာတုန်း" "ကျုပ်ယုန် ခုနက ဒီနားထား တာ၊ ပျောက်နေလို့" "ခင်ဗျား တော်တော်အ,တာပဲ၊ ယုန် ဆိုတာက အဲဒီလိုထားရင် ထွက်ပြေးမှာပေါ့။ ကျုပ် ကြည့်ပါလား၊ ကျုပ်ယုန်လေးခေါင်းပေါ်တင် ရေချိုးနေတာ" ဟိုလူက ဇဝေဇဝါ ဖြစ်သွားပြီး ဟုတ်မှာပဲဆိုပြီး ထွက်သွားရော။

အဲဒီနည်းတွေတော့ အတုမခိုးနဲ့ပေါ့။ အင်မတန်မှ ပိပိရိရိ လိမ်သွားတာ။ အဲဒါမျိုးတွေဟာ လောကကြီးမှာ တကယ်ဖြစ်ခဲ့ တာတွေ ရှိတယ်နော်။ လိမ်တာပေမယ့် ပိရိတယ်ပေါ့၊ သူများ ပစ္စည်း ယူဖို့ရာအတွက် အဲဒီလိုလုပ်တာ။ ကျန်တဲ့လူက ဇဝေဇဝါ ဖြစ်ကုန်ရော။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ **အဒိန္နာဒါန** ဆိုတာ ရှောင်ရ မယ်တဲ့။ မရှောင်ဘူးဆိုရင် အသက်တော့ ရှည်ပါရဲ့၊ ပစ္စည်း ခဏခဏ ပျက်မယ်၊ ဒုက္ခ ခဏ ခဏ ရောက်မယ်။ ဟော ဒါမျိုးတွေဖြစ်တတ်တယ်တဲ့။

နောက်တစ်ခါ **ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ**။ သူတစ်ပါး သား မယား ဖြစ်မှားတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ အရပ်ထဲမှာ လူမုန်းများတယ်၊ တွေ့ဖူးကြမလားမသိဘူး၊ တချို့က မြင်မြင်ချင်း

အမြင်ကပ်စရာကောင်းတဲ့လူတွေရှိတယ်။ ဘာကြောင့် အမြင်ကပ်တာမှန်းမသိဘူး။ ကိုယ်လည်းသိတာ မဟုတ်ဘူး။ သူ့ကို အဲဒီလို အမြင်ကပ်စရာကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အများအားဖြင့် သူ့ကံကိုက အမြင်ကပ်စရာ အလုပ်တွေ လုပ်လာတယ်။ အဲဒီတော့ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ ကျူးလွန်ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အဲဒီလို အရပ်ထဲမှာ လူ့ချဉ်ဖတ်ဖြစ်တတ်တယ်တဲ့။ ဒါက အပေါ့ဆုံး အပြစ်နော်။ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘူးဆိုရင် Gay ပါတီထဲမှာ ပါတီဝင် ဖြစ်သွားတယ်။ သူ့ကံကနေ ပို့လိုက်တာလေ။ မွေးတော့ ယောကျ်ားမွေးပါရဲ့။ မင်း ဒီအသိုင်းအဝိုင်းမှာနေလို့မတော်ဘူး၊ ဟော- မင်း အလွန်ဆိုးတဲ့လူဆိုပြီး အဲဒီထဲကို ပို့လိုက်တယ်။ အဲဒီလိုတွေ ဖြစ်တတ်တယ်တဲ့။ အဲဒါ သတိထားစရာပေါ့။ ဒုက္ခရောက်တာတွေပေါ့၊ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။

မုသာဝါဒ- သူများကို လိမ်လည်ပြီး သူများအကျိုးစီးပွားပျက်စီးအောင်လုပ်ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ခဏ, ခဏ မဟုတ်မတရား စွပ်စွဲခံရတတ်တယ်၊ အဖမ်းခံရတယ်။ တချို့များဆိုရင် တော်တော် ကြောက်စရာကောင်းတယ်။ ထောင်တွေဘာတွေတောင် ကျသွားတယ်၊ စွပ်စွဲခံရတာလေ။ တကယ်တော့ သူ, မဟုတ်ဘူး။ မဟုတ်ပေမယ့် စွပ်စွဲခံရပြီး အဖမ်းခံလိုက်ရတယ်။ သူလို့ထင်ပြီးတော့ အဖမ်းခံရတာ။ အဲဒါ မျိုးတွေဟာ မုသာဝါဒရဲ့ အပြစ်တွေလို့ ဒီလိုပြောတာနော်။ လုပ်တဲ့လူကို

သေချာမသိဘဲနဲ့ ဒီလူကို လုပ်တယ်လို့ ယူဆပြီး အဖမ်းခံရတဲ့ သူတွေ အများကြီးပဲရှိတယ်။ ကမ္ဘာမှာ အထင်လွဲပြီး အဖမ်းခံရ တာရှိတယ်။ အဲဒါမျိုးဆို အလွန် နစ်နာတာပေါ့။ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုဖြစ်တာတုန်းလို့ဆိုရင် သူက လိမ်ခဲ့တာကိုး။ လိမ်ခဲ့သည့် အတွက်ကြောင့် သူက လိမ်ခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကို ခံရတာ တဲ့။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီ ဒုက္ခရောက်စေတတ်တဲ့ အကုသိုလ် ပြစ်မှုကြီး ၄-ခုကို ရှောင်ပါတဲ့။

ဘာဖြစ်လို့ ရှောင်ခိုင်းတာတုန်း။ လူ့ဘဝ ရလာလို့ရှိရင် ကျန်းမာရမယ်။ အသက်ရှည်ရမယ်။ ဒါမှ လူ့ကောင်းကျိုး လုပ်နိုင်မယ်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု စီးပွားဥစ္စာ တောင့်တင်းမယ်။ **ပါဏာတိပါတမှ** ရှောင်ခဲ့သည့်အတွက် အသက်ရှည်တယ်၊ ကျန်းမာတယ်။ **အဒိန္နာဒါနမှ** ရှောင်ခဲ့သည့်အတွက် စီးပွားဥစ္စာ တွေ ဖြစ်ထွန်းတယ်။ ကိုယ်ရ,လာတဲ့ပစ္စည်းဟာ ခိုင်မာတယ်၊ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးဘူး။ **ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ** မှ ရှောင်ခဲ့သည့် အတွက် ဘဝမှာ ပီပီသသ လူရာဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တယ်၊ လူမုန်း မများဘူး။ လူချစ် လူခင်ပေါတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဖြစ်တယ်။ **မုသာဝါဒမှ** ရှောင်ခဲ့သည့်အတွက်ကြောင့် မဟုတ်မတရား စွပ်စွဲ ခံရတာမျိုး တစ်ခါမှမရှိဘူး။ စကားပြောတဲ့အခါ သြဇာအာဏာ ရှိတယ်။ ဟော- လူ့ဘဝရောက်တယ်ဆိုတာ ဒီအချက်တွေနဲ့ညီမှ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်တော့မှာပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့လို့ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ဖို့

အတွက် ဒါတွေဟာ ရှောင်သင့်တယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ ထင်ရှားတယ်ပေါ့။ ဒါက ရှောင်ရမယ့် အချက်တွေကို မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာ။

အဂတိ(၄)ပါးရှောင်

နောက်တစ်ခုကတော့ အကြောင်း ၄-မျိုးနဲ့ မကောင်းမှုကို မလုပ်နဲ့တဲ့။ အကြောင်း ၄-မျိုးဆိုတာ အဂတိ ၄-ပါးကိုပြောတာ။ လောကမှာ အဂတိဆိုတာ မလိုက်သင့်တဲ့လမ်းကို လိုက်တာ၊ တရားလမ်းကြောင်းက သွေဖည်တာကို အဂတိလိုက်တယ်လို့ ခေါ်တာ။ အ,ဂတိဆိုတာ မလိုက်သင့်တဲ့ လမ်းကြောင်း။ ဓမ္မလမ်းကြောင်းကို သွေဖည်တဲ့လမ်းကြောင်း။ လူတွေ အဂတိလိုက်ခြင်းရဲ့အကြောင်း ၄-မျိုးရှိတယ်။ **ဆန္ဒ**–ကိုယ်နဲ့အသိဖြစ်လို့ ရင်းနှီးတယ်၊ မိတ်ဆွေဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်ကို လာဘ်ထိုးထားလို့, သူက ပိုက်ဆံတွေအများကြီးပေးထားလို့ သူ့ကို favour ပေးတယ်။ ဟော- ဆန္ဒကြောင့် မဟုတ်မတရား ဆုံးဖြတ်တယ်။ တရားရုံးတွေမှာ အနိုင်ပေးလိုက်တယ်။ လာဘ်ပေးတဲ့လူ အနိုင်ပေးလိုက်တယ်နော်။ ကိုယ့်မိတ်ဆွေမို့ အနိုင်ပေးလိုက်တယ်။ ဟော - အဲဒါမျိုးကို **ဆန္ဒာဂတိ** လိုက်တယ်လို့ခေါ်တာ။ အမှန်တရားအတိုင်း မဖြစ်ဘူးတဲ့။

ဆန္ဒကိုလိုက်ပြီးတော့ မလုပ်ရဘူးလို့ ဒီလိုပြောတာ။ ဆန္ဒလို့ဆိုတဲ့ ချစ်ခင်မှုကိုအကြောင်းပြုပြီး တရားလမ်းကြောင်းကသွေဖည်တာမျိုး မလုပ်ရဘူးတဲ့။ တရား လမ်းကြောင်းအတိုင်းပဲဖြစ်စေရမယ်၊ ဒီလိုပြောတာနော်။ အဲဒီ ဆန္ဒာဂတိလိုက်ပြီးတော့ဆုံးဖြတ်ပြီ၊ မိမိကိုယ်တိုင်လည်းပဲ ဆန္ဒာဂတိ လိုက်ပြီးတော့လုပ်ပြီဆိုလို့ရှိရင်တော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဂုဏ်သတင်းဟာ လဆုတ်ပက္ခမှာထွက်တဲ့လ,လိုပဲ တဖြည်းဖြည်း သေးသွားမှာပဲတဲ့။ နောက်ဆုံးပျောက်ကွယ်သွားမယ်ပေါ့ ဒီလိုပြောတာနော်။ အဲဒီတော့ **ဆန္ဒာဂတိ**ဆိုတာ မလိုက်ရဘူး။

တချို့ကျတော့ ဒီလူဟာ ငါနဲ့မတည့်တဲ့လူဆိုပြီး မုန်းလို့ဒုက္ခရောက်အောင်လုပ်တာမျိုး။ တရားလမ်းကြောင်းအတိုင်းမလုပ်ဘဲနဲ့ မုန်းတီးမှုကို အကြောင်းပြုပြီး ပြစ်ဒဏ်ကို ကြီးကြီးမားမား ချပစ်တာတို့၊ မုန်းတာကို အကြောင်းပြုပြီး ဘက်လိုက်တာတို့ဖြစ်တယ်။ အရပ်ထဲမှာလည်း ဒီလိုရှိတယ်လေ။ အလုပ်တူတူ လျှောက်တယ်၊ ကိုယ်မုန်းတဲ့လူဖြစ်လို့ ဖယ်လိုက်တယ်။ ဟော- မုန်းလို့ဖယ်လိုက်တာ။ **ဒေါသာဂတိ** လိုက်တယ်လို့ ဒီလိုပြောတာ။

မောဟာဂတိဆိုတာကျတော့ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ၊ အရည်အချင်းကောင်းတာ မကောင်းတာကို မခွဲတတ်လို့ မလုပ်သင့်တာကို လုပ်သင့်တယ်ထင်တယ်၊ မဟုတ်တာကို

အဟုတ်ထင်ပြီးတော့ လုပ်တယ်။ ဒါကို **မောဟာဂတိ** လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒါမျိုးနဲ့လည်းပဲ ဒီ မကောင်းမှုကို မလုပ်ရဘူး လို့ဆိုတယ်။ တရားလမ်းကြောင်းအတိုင်းပဲ အစစ်အမှန် ဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

ဘယာဂတိ ဆိုတာကတော့ ဒီလူက အာဏာရှိတယ်၊ ပိုက်ဆံရှိတယ်၊ ငါ့ကို ဒုက္ခပေးလိမ့်မယ်။ သူ့တော့ သာသာ ထိုးထိုးလေး လုပ်ပေးမှ ဖြစ်မယ်လို့ဆိုရင် ဒါ **ဘယာဂတိ** ခေါ်တယ်။ ကြောက်လို့ တရားလမ်းကြောင်းအတိုင်း မလုပ်ဘဲနဲ့ ရှောင်လွှဲလို့ရှိရင် **ဘယာဂတိ**လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီအဂတိ ၄-ပါးနဲ့ ဆန္ဒ, ဒေါသ, မောဟ, ဘယ လို့ဆိုတဲ့ ဒီစိတ်ရဲ့အခြေအနေတွေ နောက် လိုက်ပြီးတော့ အဲဒီအကြောင်း ၄-မျိုးကြောင့် အကုသိုလ် ကို မလုပ်မိပါစေနဲ့တဲ့။

လောကကြီးမှာ အကုသိုလ်လုပ်နေတာဟာ အဲဒီ ၄-မျိုး ထဲက တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်နေတတ်တယ်တဲ့။ ဟုတ်တယ်၊ ဒါက ဒီ ၄-မျိုးကြောင့်မို့လို့ ဓမ္မလမ်းကြောင်းကနေ သွေဖည်ပြီးတော့ လုပ်နေကြတာတွေရှိတယ်။ လောကကြီးတစ်ခုလုံးမှာ ဒီ အတူ တကွ အလုပ်လုပ်နေတဲ့ အသင်းထဲမှာလည်း ဒီလူကတော့ ငါနဲ့ရင်းနှီးတဲ့ ငါ့မိတ်ဆွေဆိုပြီးတော့ အပြစ်ရှိပေမယ့်လို့ သာသာ ထိုးထိုး ထားတယ်။ မတည့်တဲ့လူကျတော့ အပြစ်သေးသေးလေး ကို အကြီးချဲ့လိုက်တယ်။ အဲဒါမျိုးတွေ ဖြစ်တတ်တယ်။ ဟာ-

ဒီလူကတော့ မဟုတ်မခံဖြစ်တယ်၊ သူ့တော့ ကြောက်ရတယ်ဆို အပြစ်ကို မထုတ်ဖော်ရဲဘူးဆိုတာလည်း အသင်းအဖွဲ့ထဲမှာ အဂတိ ၄-ပါး လိုက်တာဖြစ်တာပဲ။ အဲဒီတော့ ဘယ်နေရာမျိုး မှာပဲဖြစ်ဖြစ် အဂတိ ၄-ပါး မလိုက်စားဖို့ အရေးကြီးတယ်။ အမှန် တရားပေါ်မှာ ရပ်တည်ရမယ်လို့ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။

စည်းကမ်းဥပဒေဆိုတာ အသင်း အဖွဲ့တွေမှာလည်း စည်းကမ်းဥပဒေရှိတယ်။ နိုင်ငံတွေမှာလည်း စည်းကမ်းဥပဒေ ရှိတယ်။ အဲဒီ တရားဥပဒေအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးရမယ်လို့ ဒီလိုဆိုတာ။ ပိုက်ဆံပေးထားတဲ့လူကျတော့ မီးနီဖြတ်လည်း မမြင်ချင်ယောင်ဆောင်နေတယ်။ ပိုက်ဆံပေးမထားဘူး ဆိုရင် တော့ မီးဝါလေး ဖြတ်တာတောင်မှပဲ အရေးယူတယ်။ လုပ်တတ် တာတွေ ပြောပြတာပါ။ ဘယ်မှာလုပ်တယ်တော့ မပြောပါဘူး။ အဲဒီလို လုပ်တတ်တာတွေရှိတဲ့အကြောင်း ပြောပြတာနော်။

အဲဒီတော့ နေရာတိုင်းမှာ **ဆန္ဒာဂတိ, ဒေါသာဂတိ, ဘယာဂတိ, မောဟာဂတိ** ဆိုတဲ့ အဂတိတွေ လွှမ်းမိုးပြီး တကယ်ဥပဒေအတိုင်းမလုပ်လို့ရှိရင် ဒါက ဆန္ဒ, ဒေါသ, မောဟ, ဘယ လို့ဆိုတဲ့အကြောင်း ၄-မျိုးနဲ့ အကုသိုလ်လုပ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားကပြောတာ။ အဲဒီလို အကုသိုလ် မလုပ်ပါနဲ့တဲ့။ လုပ်ခဲ့လို့ရှိရင် လဆုတ်ပက္ခမှာထွက်တဲ့ လ,လို သူ့ရဲ့ဂုဏ်သတင်း တွေဟာ ကျဆင်းသွားပါလိမ့်မယ်တဲ့။ အကယ်၍ အဂတိ ၄-

ပါး မလိုက်စားဘဲနဲ့ ဥပဒေနဲ့အညီ ဆောင်ရွက်တယ်ဆိုလို့ရှိရင်တဲ့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ဂုဏ်သတင်းဟာ လဆန်းပိုင်းမှာ ထွက်တဲ့လ,လို တဖြည်းဖြည်း ကြီးပွားလာပါလိမ့်မယ်တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဟောတာနော်။ ဒါကလည်း အများနဲ့ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနေတဲ့ အရာမှာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်။

အဲဒီမှာ နောက်တစ်ခုက ဘာလဲလို့ဆိုလိုရှိရင် "**စီးပွား ပျက်စီးနိုင်တဲ့ အကြောင်းတရား ၆-မျိုး**" ပဲ။ ရထားတဲ့ စီးပွားတွေ၊ အလုပ်လုပ်ပြီးတော့ရလို့စုတဲ့ စီးပွားပဲဖြစ်စေ၊ အရောင်းအဝယ် လုပ်လို့ရတဲ့ စီးပွားပဲဖြစ်စေ ကိုယ်ရလာတဲ့ စီးပွားဟာ ပျက်စီး သွားနိုင်တယ်။ အဲဒီ ပျက်စီးတယ် ဆိုတာလည်း အကြောင်းမဲ့ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ရပ်ပေါ်မှာမှီပြီး ပျက်စီးသွားနိုင်တဲ့ အဲဒီ ၆- မျိုးကို မလုပ်ပါနဲ့၊ ရှောင်ကြဉ်ပါလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာ။

အဲဒီ ၆-မျိုးက နံပါတ်(၁)က **သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီ** တဲ့နော်။ အရက်သေစာ၊ ဘိယာ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးတွေ သုံးစွဲတယ်။ အဲဒီသုံးစွဲမှုက စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီးခြင်းအကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်တဲ့။ ဒါ ဟုတ်မဟုတ် လူတိုင်းလည်းသိတာပဲ။ ဒါတင် မကဘူး၊ နောက်လာလိမ့်မယ်။ စည်းစိမ်ပျက်တယ်ဆိုတာ ဒါက အရက်သေစာ သောက်စား မူးယစ်ဆေးတွေ အသုံးချလို့ တဖြည်းဖြည်း ချမ်းသာတဲ့လူလည်း မွဲသွားတတ်တာပဲပေါ့။ ဒီလို

မွဲတာ တစ်မျိုးတင်မကဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားက ထပ်ချဲ့ပြီးတော့ ဟောသေးတယ်။ အခုတော့ ဒီဟာတစ်ခုကို မှတ်ထား။

"သုရာမေရယ မဓုပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ နုယောဂေါ ဘောဂါနံ အပါယမုခံ" တဲ့။ ရလာတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့ရဲ့ ပျက်စီးခြင်း အကြောင်းက ဘာလဲလို့ဆိုရင် **သုရာ** ဆိုတဲ့ သေ၊ **မေရယ** ဆိုတဲ့အရက်၊ **မဓု** ဆိုတဲ့ မူးယစ်ဆေးဝါး၊ **ပမာဒဋ္ဌာနာ** အဲဒီအရာတွေအားလုံးဟာ မေ့လျော့ပေါ့တန်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းဖြစ်လို့ အဲဒီဘက်ကိုလိုက်စားနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ စီးပွားဥစ္စာ ပျက်တတ်တယ်တဲ့၊ ဒါက တစ်ခု။

နောက်တစ်ခုက **"ဝိကာလဝိသိခါ စရိယာနုယောဂေါ"** တဲ့။ အချိန်မတော် အချိန်တော် လမ်းပေါ်ထွက်ပြီးတော့ သွားလေ့ရှိရင်လည်း ပျက်စီးတတ်တယ်တဲ့။ ဟုတ်တယ်လေ၊ လမ်းမှာဆိုတာ မှောင်ရိပ်ခိုမှုနဲ့ အဖမ်းခံရတယ်လေ။ ည ထွက်တယ် ဆိုလို့ရှိရင် ရဲနဲ့တွေ့ရင် မှောင်ရိပ်ခိုလို့ဆို ဖမ်းသွားရော။ ဟိုလုပ် ဒီလုပ် လုပ်ရင်လည်း "ဒီလူကညထွက်တယ်၊ ဒီလူပဲနေမှာ" ပစ္စည်းပျောက်ရင်လည်း သူ့ဆီ ရောက်လာမှာ နော်။ လက်ဆောင်တွေ အများကြီး သူ့ဆီရောက်လာမှာပဲ။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ညအချိန် အခါမဲ့ လမ်းပေါ်မထွက်ရဘူးတဲ့၊ ထွက်တဲ့အကျင့် မထားရဘူးလို့ ဒီလိုဆိုတယ်။

နောက်တစ်ခုက **"သမဇ္ဇာဘိစရဏံ"** တဲ့။ ဘယ်မှာ stage show ရှိတယ်။ ဘယ်မှာ ကပွဲရှိတယ်။ ဘယ်မှာ ဘာရှိတယ်။ night club ရှိတယ်ဆို သွားချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အဲဒီလိုသွားတာ ဟာလည်း စီးပွားပျက်ခြင်းအကြောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်တဲ့။ ဟုတ်တယ်လေ night club သွားလို့ ခုနကတုန်းက ကုဋေ ရှစ်ဆယ် ကြွယ်ဝတဲ့သူဌေးသားဟာ မွဲသွားတာပဲလေ။ ပန်းကုံး စွပ်လိုက် ဆုချလိုက်၊ ပန်းကုံးစွပ်လိုက် ဆုချလိုက်၊ အပေါင်း အဖော်တွေ အရက်တိုက်လိုက်နဲ့ဆို ပိုက်ဆံကုန်ရောပေါ့။ ပိုက်ဆံ ကုန်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းတစ်ခုတဲ့။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆို **"ဇူတပ္ပမာဒဋ္ဌာနာနုယောဂ"** တဲ့။ ကစားတာ၊ လောင်းကစားတာတွေ အများကြီး၊ ဗမာပြည်မှာ ကြားဖူးတယ်။ တိုက်တောင်ပေါင်ပြီးတော့ ချဲထိုးတယ်။ ၂-လုံးထီ ထိုးတယ်ဆိုတာ တကယ်နော်။ တိုက်ပေါ်က ဆင်းပေးလိုက်ရတဲ့ လူတွေ ရှိတယ်။ တိုက်ပါ ပေါင်ပြီးတော့ ထိုးတာ။ ချဲထိုးတာ။ အဲဒီလို ကစားနည်းမျိုးတွေပေါ့။ လောင်းကစားတွေပါလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာလည်းပဲ ပထမတော့ရတယ်၊ နောက် ရှုံးတယ်ပေါ့။ ရှုံးတော့ကုန်ရောနော်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဒါလည်း စီးပွား ပျက်စီးခြင်းရဲ့ အကြောင်းတစ်ခုပဲတဲ့။

ဟော-နောက် နံပါတ် ၅-ကျတော့ ဘာတုန်းဆို **"ပါပ-မိတ္တာနုယောဂေါ"** တဲ့။ မကောင်းတဲ့ မိတ်ဆွေတွေနဲ့ ပေါင်းသင်း

တာတဲ့။ အဲဒီ မကောင်းတဲ့မိတ်ဆွေတွေနဲ့ ပေါင်းသင်းတာဟာ လည်း စီးပွားပျက်ခြင်းရဲ့အကြောင်းတရားပဲတဲ့။ လာတယ်လေ သူတို့က "လာ,သွားရအောင်" ဘယ်ခေါ်တုန်းဆို အရက်ဆိုင် ခေါ်တာ။ သောက်ဖော် သောက်ဖက်လို့ခေါ်တာပေ့ါ။ အဲဒီဘက် ရောက်သွားတယ်။ သောက်ဖော်သောက်ဖက်က ကြဲဖော်ကြဲဖက် ဖြစ်လာတယ်။ ဘယ်နားကအိမ် သွားဖောက်ရအောင်။ ဒါမျိုးတွေ ပေ့ါ၊ ပါပမိတ္တနဲ့ဆိုရင် နောက်ဆုံးမှာ အရည်အချင်းရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ယောက်တောင် ပါပမိတ္တနဲ့ဆုံမိလို့ သူ့စကားနားထောင်ပြီး လုပ်မိရင် ပျက်စီးသွားတာပဲ။

အဇာတသတ်မင်းဟာ ဘုရင်ရဲ့သားတော်လည်း ဖြစ် တယ်။ တကယ်ကတော့ သူဟာ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ယောက်ပဲ။ မြတ်စွာဘုရား, တရားနာလို့ရှိရင် သောတာပန် ဖြစ်ရမယ့် အရည်အချင်းထိအောင်ရှိတယ်။ သို့သော် ဒေဝဒတ် စကားကို နားယောင်ပြီး အဖေကို သတ်မိတဲ့အတွက် သူ့ရဲ့ အခြေအနေကောင်းတွေဟာ အကုန်လုံး ပျက်စီးသွားတယ်။ ပြင်လို့မရတဲ့ အနေအထားထိအောင် ရောက်သွားတယ်။ ဒီ အခြေအနေထိအောင် ရောက်နိုင်တယ်လို့။ ဒါ အမြင့်ဆုံး အပြစ်ပဲနော်။ အမြင့်ဆုံး အပြစ်ပဲ။

အဖော်ရဲ့ သွေးဆောင်မှုကြောင့် ဒုက္ခရောက်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လောကမှာ အများကြီးပဲရှိတယ်။ မကောင်းတဲ့

အဖော်နဲ့ သွားလာမိသည့်အတွက်ကြောင့် ဒုက္ခရောက်သွားတာ။ ဒါလည်း အင်မတန်မှ အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စ တစ်ခုပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ မိသားစုတွေမှာဆိုရင် ကိုယ့်သားသမီးတွေ, ဒီ မကောင်းတဲ့လူနဲ့ မပေါင်းမိအောင် သတိထားနေကြရတာလေ။ အပေါင်းအသင်း မှားသွားမှာကို စိုးရိမ်နေကြရတယ်။ အပေါင်းအသင်း မှားသွားလို့ရှိရင် ကယ်တင်လို့ရမှာ မဟုတ်ဘူးလေ။

ဟော နောက်ဆုံးတစ်ခုက **"အာလဿာနုယောဂေါ"** တဲ့။ အပျင်းဖက်တာကလည်း စီးပွားပျက်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းပဲတဲ့။ လုပ်သင့်တာကိုလည်း တက်တက်ကြွကြွလုပ်ရမယ်၊ သူများထက် ဦးအောင်လုပ်ရမယ်။

စင်္ကာပူနိုင်ငံ အခုလို ကြီးပွားတိုးတက် ချမ်းသာသွားတယ်ဆိုတာ လုံ့လ ဝီရိယနဲ့လုပ်လို့ရတာ။ သူ့ဟာသူ အခြေအနေပေးလို့ ဖြစ်လာတာမဟုတ်ဘူး။ မြေကြီးက ရွှေသီးတဲ့နိုင်ငံ မဟုတ်ဘူး။ ရေတောင်ဝယ်သောက်နေရတာ၊ ဘာဖြစ်လို့ကြီးပွားတာတုန်းဆို စဉ်းစားကြည့်လေ။ စင်္ကာပူစံချိန် မဟုတ်ဘူး၊ ဟောင်ကောင်စံချိန် ယူပြီးတော့ ဟောင်ကောင်နဲ့ချိတ်ဆက်ထားတာလေ။ ကြီးပွား တိုးတက်မှုရှိအောင် အချိန်တောင် ဟောင်ကောင်စံချိန်နဲ့ ယူပြီးတော့ လုပ်ထားတယ်၊ အလုပ်ကြိုးစားတာနော်။ ဒါ စင်္ကာပူနေတဲ့လူတွေ ပိုသိမှာပေါ့။

အဲဒီလို လောကမှာ ကြီးပွားတိုးတက်တယ်ဆိုတာ အနေအထားကောင်းရုံ တစ်ခုတည်းနဲ့ မဟုတ်ဘူး။ ကြိုးစားအားထုတ်မှုပေါ်မှာ မူတည်တယ်တဲ့။ အဲဒီလို ဖြစ်အောင် ကြည့်ပါလား။ မလေးရှားနိုင်ငံ လွတ်လပ်ရေးရတော့ စင်္ကာပူကလည်း မလေးရှားရဲ့ state တစ်ခုပဲလေ။ အဲဒီထဲက ဒီ နိုင်ငံ့ခေါင်းဆောင်ဟာ ရေတောင်မှ သူများဆီကနေ ဝယ်သောက်နေရတဲ့ မပြည့်စုံတဲ့ အနေအထားကနေပြီး ကြိုးစားအားထုတ်လိုက်တာ နေရာနဲ့ မညီမျှလောက်အောင် ကြီးပွားတိုးတက်မှုရသွားတယ်။ တခြားနိုင်ငံတွေ ချမ်းသာတယ်ဆိုတာ ရေနံထွက်လို့ ချမ်းသာတာတွေ ရှိတယ်လေ။ ဒီနားမှာ ကျွန်းပေါက်စလေးတွေက ရေနံထွက်လို့ ချမ်းသာတာ။ သဘာဝကပေးလို့ ချမ်းသာတာလေ။ စင်္ကာပူ ရေနံထွက်သလားမသိဘူး၊ မထွက်ဘူးနော်။ ကဲ- မထွက်ဘဲနဲ့ ကုန်းခေါင်ခေါင်ကနေပြီးတော့ ကြီးပွားချမ်းသာအောင်လုပ်တယ်ဆိုတာ ဒီ မပျင်းလို့ပဲ။ တက်တက်ကြွကြွ ကြိုးစားအားထုတ်လိုက်လို့ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ ဘယ်လောက်ထင်ရှားတုန်း။ ဘုရားသခင်က မ,တာမှ မဟုတ်တာ။

ကိုယ်ကြိုးစားရင် ဖြစ်တယ်ဆိုတာ ဗမာစကားကတော့ ပြောတော့ပြောကြပါရဲ့။ "ကြိုးစားရင် ဘုရားဖြစ်တယ်" တဲ့။ ဘုရားဖြစ်မှာကြောက်လို့ ဘယ်သူမှ မကြိုးစားဘူး။ အဲဒီ

အဓိပ္ပာယ်ရောက်နေတယ်နော်။ ကြိုးစားရင် ဘုရားတောင် ဖြစ်တယ်လို့တော့ ပြောကြတာပဲ။ သို့သော် ဘုရားမဖြစ်ချင်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ မကြိုးစားဘူးပေါ့။

မြတ်စွာဘုရားကကြည့် **"အာလဿာနုယောဂေါ"** တဲ့၊ အပျင်းဖက်ပြီးတော့မနေနဲ့ ကြိုးစားတဲ့။ နည်းလမ်းမျိုးစုံ ရှာကြံပြီး ကြိုးစားအားထုတ်မယ်ဆိုလို့ရှိရင်တဲ့ ဒီလောက, နောင်လောက အောင်မြင်နိုင်ပါတယ်တဲ့။ ဒါ **"လောကဝိဇယကျင့်စဉ်"** တွေပဲတဲ့နော်။

အဲဒီတော့ ရှောင်ရမှာတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ရှေးဦးစွာ ရှင်းလင်းဖော်ပြထားတယ်။ ရှောင်ရမှာတွေကို အသေးစိတ် နောက်ရက်မှာ ထပ်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောဦးမယ်။ ဒါက ဘုရားဟောတဲ့အတိုင်း နည်းနည်းပဲ ရှင်းပြတာနော်။

အေး- ဒါကြောင့်မို့လို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် လောကမှာ အောင်မြင်နိုင်တယ်လို့ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ **"လောကဝိဇယလမ်းစဉ်"** အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံး နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု သာဓု သာဓု

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယ လမ်းစဉ်
အပိုင်း(၂)

သာသနာတော်နှစ် (၂၅၅၆) ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် (၁၃၇၄) ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း (၁၂)ရက်၊ ၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ (၂၇)ရက်၊ စက်ာပူနိုင်ငံ သာသနာ့ရံသီ မြန်မာဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းအတွင်း ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သည့် ဓမ္မ download မိသားစုမှ ဦးစီး၍ စက်ာပူနိုင်ငံ အလှူရှင် ဒကာ,ဒကာမ အပေါင်းတို့၏ အမတာဒါန ဓမ္မဒါနအဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားအပ်သော **"မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယလမ်းစဉ်၊ အပိုင်း(၂)"** တရားဒေသနာတော်"

လူတိုင်း,လူတိုင်းဟာ မိမိတို့ဘဝမှာ အောင်မြင်မှုကို ရချင်ကြတယ်၊ ရချင်သူတို့အတွက် ရနိုင်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းတရားတွေကို မြတ်စွာဘုရားက လမ်းညွှန်ပြသထားတာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို လမ်းညွှန်ပြသတဲ့ အထဲမယ် ရှောင်ရန်နဲ့ ဆောင်ရန် ဒီနှစ်ခုကို ခွဲခြားပြီး ရှင်းပြထားတယ်။

ဘဝမှာ အောင်မြင်မှုရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ရှောင်စရာကို ရှောင်ပြီး လုပ်စရာကိုလုပ်မှသာလျှင် ကြီးပွားတိုးတက်နိုင်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ လူတွေဟာ ရှေးဦးစွာ အသိဉာဏ်ကို ဆည်းပူးကြရတယ်။ ဘာအတွက်လဲဆိုရင် လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာလို့ဆိုတဲ့ ဒီနှစ်ခု ခွဲခြားပြီးသိအောင် ဖြစ်တယ်။ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားသိပြီ ဆိုတဲ့အခါမှာ မလုပ်သင့်တာကို ရှောင်ပြီး လုပ်သင့်တာကို လုပ်ဖို့ပဲ။ အကယ်၍ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားသိနိုင်တဲ့ဉာဏ် မရှိဘူးလို့ဆိုရင် မလုပ်သင့်တာကို လုပ်သင့်တယ်လို့ ထင်လိမ့်မယ်။ လုပ်သင့်တာကျတော့ မလုပ်သင့်ဘူးလို့ ထင်လိမ့်မယ်။ ထင်တဲ့အခါ အဲဒီ အထင်အမြင် နောက်လိုက်ပြီး မလုပ်သင့်တာကိုလုပ်ခြင်း၊ လုပ်သင့်တာကို မလုပ်ဘဲနေခြင်းဆိုတဲ့ မှားယွင်းချွတ်ချော်မှုဖြစ်လာရော။ ဒီအခါ ဘဝမှာ အရှုံးနဲ့ပဲ ရင်ဆိုင်ရမှာ ဖြစ်တယ်ပေါ့။

ဒါကြောင့်မို့ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ကွဲကွဲပြားပြား သိရအောင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမကို မှတ်သားနာယူကြရတယ်။

လောကမှာ ဘာသာဝါဒ အမျိုးမျိုး ရှိကြတဲ့ အထဲမယ် **ဣဿရနိမ္မာနဝါဒ** အရာရာကို ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းတယ် ဆိုတဲ့ အယူဝါဒကို ယုံကြည်တဲ့လူတွေရှိတယ်။ အဲဒီယုံကြည်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အဓိပ္ပာယ်အားဖြင့် အရာရာဟာ ထာဝရ ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းတာလို့ ယုံကြည်လက်ခံထားရင် ဘယ်လို အခြေအနေမျိုးတွေ ဖြစ်လာသလဲ။ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်

တာ ခွဲခြားသိဖို့ဆိုတာ သူတို့မှာ အခွင့်အလမ်းမရှိတော့ဘူး။ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ရွေးစရာမလိုဘူး၊ ဘုရားသခင်ရဲ့ အလိုတော်ကျအတိုင်းဖြစ်မှာပဲ။

အဲဒီတော့ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ဒီနှစ်ခုကို မှတ်ယူနိုင်စရာ မရှိသည့်အတွက်ကြောင့် လောကလူသားတွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဆန္ဒ, ကိုယ်ပိုင် လုံ့လဝီရိယ, ကိုယ်ပိုင်အသိဉာဏ် ဆိုတာလဲ အသုံးမဝင်တော့ဘူးဆိုတဲ့ အခွင့်အလမ်း ရောက်သွားတယ်။ အရာခပ်သိမ်းဟာ ဘုရားသခင်ရဲ့ အဆုံးအဖြတ်အတိုင်း အကုန်လိုက်နာကြရတာဆိုတော့ လူ့ရဲ့ဆန္ဒ, လူ့ရဲ့ လုံ့လဝီရိယ, လူ့ရဲ့ ပညာအစွမ်းအစတွေဟာ တန်ဖိုးမရှိတဲ့ အနေအထား မျိုးကို ရောက်သွားတယ်ပေါ့။

အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဒီကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဝေဖန်ဆန်းစစ်ထားတယ်။ လူ့ရဲ့ ဆန္ဒ, လူ့ရဲ့ လုံ့လဝီရိယ, လူ့ရဲ့ အသိဉာဏ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ အစွမ်းထက်တယ်။ အသိဉာဏ် ရှိလာပြီဆိုရင် လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာခွဲခြားပြီး သိရှိ လာတယ်။ သိတဲ့အခါမှာ လုပ်သင့်တာကိုလုပ်ခြင်း၊ မလုပ်သင့် တာကို ရှောင်ခြင်း ဆိုတဲ့ ဒီအကျိုးတရား ဖြစ်ပေါ်မှုအတွက် မှန်ကန်တဲ့လုပ်ရပ်တစ်ခု ပေါ်လာတယ်ပေါ့၊ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။

မလုပ်ဘဲနေလို့ကတော့ ဘာတစ်ခုမှရမှာ မဟုတ်ဘူး။ လုပ်သင့်တာတွေကို လုပ်ကြရမှာ ဖြစ်တယ်ပေါ့။ လောက

လူတွေက တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို အပြစ်တင်တတ်ကြတယ်။ လူတစ်ယောက် ဒုက္ခရောက်ပြီဆိုရင် ဘာပြောကြတုန်း။ ဒီလူက မလုပ်သင့်တာကို လုပ်တာကိုးလို့၊ မလုပ်သင့်တာကိုသာလျှင် အပြစ်လို့ ယူဆကြတယ်လေ။ တကယ်ကတော့ **မလုပ်သင့်တာကို လုပ်တာ အပြစ်ဖြစ်သလိုပဲ လုပ်သင့်တာကို မလုပ်ဘဲနေတာ လည်းပဲ အပြစ်ပဲ**တဲ့၊ တူတူပဲ။ တူညီသော ထိရောက်မှု ရှိတယ် ပေါ့။

အဲဒီတော့ အကြမ်းဖျင်း ပြောရမယ်ဆိုရင် လုပ်သင့်တယ် ဆိုတာ ဘာတွေလဲ။ ကောင်းတဲ့ လုပ်ငန်းတွေ လုပ်ရမယ်နော်။ လူ့ဘဝရလာရင် လူမှုအကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေ လုပ်ရမယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ကိုယ့်အတွက် လုပ်တာလည်း လုပ်သင့်တာကို လုပ်တာပဲ။ ကိုယ့်မိဘအတွက်လုပ်တာလည်း လုပ်သင့်တာကို လုပ်တာပဲ။ မိတ်ဆွေသင်္ဂဟတွေအတွက် လုပ်တာလည်း လုပ်သင့်တာကို လုပ်တာပဲ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်တာလည်း လုပ်သင့်တာကို လုပ်တယ်။ ပညာဆည်းပူးအားထုတ်တာလည်း လုပ်သင့်တာကို လုပ်တယ်။ ဒီလိုအဓိပ္ပာယ် ရတယ်နော်။

မြတ်စွာဘုရားက စီးပွားရှာလို့ ရလာတဲ့စီးပွားကို ဘယ်လို သုံးရမယ်ဆိုတာ သုတ္တန်တွေမှာ ဟောထားတာရှိတယ်။ ရလာတဲ့ စီးပွားဟာ သိမ်းထားဖို့ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ **"အတ္တာနံ သုခေတိ ပီဏေတိ"** ကိုယ်ချမ်းသာအောင် နေရမယ်။ နံပါတ်နှစ်က

"မာတာပိတုဥပဋ္ဌာနံ သုခေတိ ပိဏ္ဍောတိ" မိဘတွေကို ချမ်းသာ အောင် ထားရမယ်။ နံပါတ်သုံးက **"ပုတ္တဒါရဿ သင်္ဂဟော သုခေတိ ပိနေတိ"** ကိုယ့်ရဲ့မိသားစုကို ချမ်းသာအောင်ထားရမယ်။ နံပါတ်လေးက **"မိတ္တာမစ္စေ သုခေတိ ပိဏ္ဍောတိ"** မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း တွေကိုလည်းပဲ မျှဝေခံစားရမယ်။ နံပါတ်ငါးက ကုသိုလ် ကောင်းမှု လုပ်ရမယ်လို့ ဒီလိုဆိုတာနော်။

အဲဒီနည်းနဲ့ ကုန်သွားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာဟာ အကျိုးရှိရှိ ကုန်တာလို့ ဒီလိုပြောတယ်။ ဒါ အကျိုးရှိရှိ ကုန်ဖို့အတွက် ဘုရား ဆုံးမတာ။ အဲဒီတော့ ဒါ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားတဲ့အခါမှာ မလုပ်သင့်တာက ဘာလဲ၊ ကိုယ်ကျင့်သီလနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ပျက်ပြားတဲ့ အလုပ်တွေ မလုပ်သင့်ဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားကဟောထားတဲ့ အထဲမယ် စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီး ခြင်းရဲ့ အကြောင်း(၆)မျိုးလို့ ဒီလိုဟောထားတာ။ အဲဒီ(၆)မျိုးကို ထပ်ဆင့်ပြီးတော့ တစ်မျိုးတစ်မျိုးကို အပြစ်အနာအဆာတွေ မြတ်စွာဘုရား ထောက်ပြထားတယ်။ ကောင်းတဲ့အရာဆိုတာ မရှိသလောက်ပဲနော်။ ကောင်းတဲ့အရာမပါဘူး။ မလုပ်သင့်တဲ့ အရာတွေ လုပ်လို့ရှိရင် ဆိုးကျိုးတွေ ရနိုင်တယ်လို့ မနေ့က ဟောခဲ့တယ်။ အားလုံးမှတ်မိကောင်း မှတ်မိလိမ့်မယ်။ **"ဘောဂါနံ ဆ အပါယ မုခါနိ"** ကိုယ်ရထားတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာ တစ်ခုဟာ ယိုယွင်းပျက်စီးပြီးတော့ ဆုံးရှုံးနစ်နာသွားစေနိုင်တဲ့ မိမိရဲ့လုပ်ရပ်

ဟာ ဘာတွေလဲလို့ဆိုရင် မူးယစ်သေစာ သောက်စားခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါး အသုံးပြုခြင်း၊ အဲဒါလည်း စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီးခြင်းရဲ့ အကြောင်းတစ်ခုပါတဲ့။ လောကမှာလည်း ဒါ အင်မတန်မှ ထင်ရှားတာပဲလေ။ အသောက်သမားရဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာဟာ တဖြည်းဖြည်း ဒီရေကျသလို ကုန်ခန်းသွားတာပဲလေ။ တစ်စ တစ်စ ယိုယွင်းပြီး သွားတတ်တာပဲ။

နောက်တစ်ခုက **"ဝိကာလဝိသိခါစရိယာ နုယောဂေါ"** တဲ့။ အချိန်မတော် အချိန်တော် လမ်းပေါ်ထွက်ပြီး သွားလာတတ်တဲ့ လူဟာလည်း စွပ်စွဲမှုတွေ ခံရတတ်တယ်ဆိုတာ ဒါလည်း လောကမှာရှိတာပဲ။ မှောင်ရိပ်ခိုမှုနဲ့ ဖမ်းတာတို့၊ ည အချိန်မတော် လမ်းပေါ်တွေ့မှုနဲ့ ဖမ်းတာတို့ ဒါမျိုးတွေ ရှိတာပဲနော်။ အကောင်းဆိုတာတော့ မဖြစ်ဘူး။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်း **"သမဇ္ဇာဘိစရဏ"** ပွဲလမ်းသဘင်သွားခြင်း၊ Stage Show ၊ ရုပ်ရှင်၊ ခုခေတ်လိုပေါ့နော် ဝါသနာ ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တုန်းက ပွဲကြည့်ချင်တယ်ဆိုရင် တစ်နေရာမှာသွားကြည့်ရတယ်။ အိမ်ကနေ ခွာသွားရတယ်။ အခုခေတ်တော့ ဒါကို ပြောင်းရလိမ့်မယ်ထင်တယ်။ အိမ်ပေါ်မှာ Television နဲ့ ကြည့်နေတယ်နော်။ Television နဲ့ကြည့်ရင် ဘာဖြစ်လဲဆိုတော့ ကျန်းမာရေးချို့တဲ့တာဖြစ်မှာပေါ့။ အိပ်ရေးပျက်တာတို့၊ ငယ်ငယ်နဲ့ မျက်စိမှုန်တာတို့ပေါ့။ မျက်စိ

ဆရာဝန်တွေ အလုပ်ပိုရလာတယ်။ မျက်မှန်ထုတ်လုပ်တဲ့သူတွေ ပိုပိုပြီး ချမ်းသာလာတယ်နော်။ ခေတ်အခြေအနေအရ ထိုခေတ်တုန်းက **"သမဇ္ဇာဘိစရဏ"** ဆိုတာ ပွဲသဘင်ရှိတဲ့နေရာ သွားတဲ့အခါ ကိုယ့်အိမ်၊ မိမိရဲ့အိမ်ဟာ လုံခြုံမှုမရှိဘော့ဘူး။ လုပ်ငန်းကိုင်တာတွေ ပျက်စီးတယ်။ အခုလည်းပဲ နေ့ဆိုင်း ညဆိုင်း အလုပ်လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ညက ရုပ်ရှင်ကောင်းလို့ဆိုပြီး တစ်ညလုံးထိုင်ကြည့်၊ မနက်ကျတော့ အိပ်ရာကမနိုး။ အလုပ်သွားတဲ့အခါမှာ အိပ်ချင်မူးတူးနဲ့ဖြစ်။ ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ အလုပ်ခွင်မှာ မပျော်လို့ အလုပ်မကြိုးစားလို့ မှားမှားယွင်းယွင်း လုပ်ရင် ထိခိုက်တယ်ပေါ့။ သူ့ခေတ်နဲ့ သူ့အခြေအနေမှာ ဒီလို ဖြစ်သွားနိုင်တယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ ကောင်းကျိုးဆိုတာတော့ မရတာ မှန်တယ်ပေါ့။

နောက်တစ်ခုက **ဇူတပမာဒ နုယောဂ**– ကြွေအံ ကစားတယ်လို့ ခေါ်တယ်။ ဒါရှေးခေတ်ကအသုံး။ အခုခေတ်တော့ ကြွေအံတစ်မျိုးတင်မကဘူး၊ ကစားမှုမျိုးက သောင်းခြောက်ထောင် ဖြစ်နေပြီနော်။ ဘာတဲ့ Game တဲ့၊ Game ကစားတယ်ဆိုတာ အိမ်ပေါ်မှာတင် ကစားနေကြတာပေါ့။ အဲဒီ Game ကစားတဲ့ လူငယ်လူရွယ်တွေဟာ ဘာဖြစ်လာတုန်းဆိုရင် ကျန်းမာရေး ချို့တဲ့လာတယ်။ မျက်စိတွေ မှုန်လာတယ်။ အချိန်တွေဖြုန်းလာတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ မအိပ်ချင်အောင်

မူးယစ်ဆေးတွေသုံးလာတယ်။ Refresh ဆိုတဲ့ ပြန်လည်လန်းဆန်းစေတဲ့ဆေးတွေ သုံးလာတဲ့အခါ ပြဿနာတွေ မျိုးစုံတက်လာတယ်။ တစ်လောကတင်ပဲ ရန်ကုန်မှာ လူငယ်တစ်ယောက် အိမ်ကနေထွက်သွားတာ ရက်(၂၀)လောက်ပျောက်နေတယ်။ ဘာလုပ်တာတုန်းဆိုတော့ Game ကစားတာတဲ့၊ မိဘတွေက စိတ်ပူတယ်။ ပြန်မလာဘူး၊ Contact လုပ်ဖို့လဲ ဖုန်းကိုပိတ်ထားသတဲ့။ ဖုန်းပိတ်ထားတော့ ဘယ်နေရာရောက်နေမှန်းမသိဘူး။ နောက်ကျတော့ သူက Game ကစားနေတာ၊ အဲလိုတောင် ရှိလာတယ်။ ကိုယ့်မိသားစုမှာလည်း ဒါမျိုးတွေ ရှိလာနိုင်တယ်ပေါ့။ စွဲသွားလို့ရှိရင် Game ကလည်း ဘိန်းတစ်မျိုးလို့သာ မှတ်ထားပေတော့။

လူတွေဟာ တစ်ခုခု စိတ်ဝင်စားလို့ စွဲလမ်းသွားလို့ရှိရင် မလုပ်ရ မနေနိုင် ဖြစ်သွားတတ်တယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ ဘယ်ကိစ္စမှ အလွန်အကျွံ Extreme မဖြစ်စေဖို့ အရေးကြီးတယ်။ Extreme ဖြစ်သွားလို့ရှိရင် နောက်ပြန်ဆုတ်ဖို့ အင်မတန်မှခဲယဉ်းတယ်။ ကွမ်းစားတာ Extreme ဖြစ်သွားလို့ရှိရင် စွဲတာပဲ။ ဗမာတွေနေတဲ့နေရာမှာ ကွမ်းတံတွေးတွေရှိတယ်။ အဲဒီတော့ ဗမာရှိမရှိ လိုက်ရှာရင် ကွမ်းတံတွေးပဲရှာ၊ ကွမ်းတံတွေးရှိရင် ဗမာတွေ့လိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုတောင်ပြောရမယ့် အနေအထားမျိုး ရောက်တယ်နော်။

တကယ်ကတော့ လုပ်ငန်းတစ်ခုလုပ်ရင် ဘုရားလောင်းရဲ့ စိတ်ဓာတ် မွေးသင့်တယ်ပေါ့။ ဘုရားလောင်းကျတော့ ဒါ မကောင်းဘူးသိတာနဲ့ တိခနဲ ဖြတ်နိုင်တယ်။ ဘုရားအလောင်းက စိတ်ဓာတ်ခိုင်မာတယ်လို့ဆိုရတယ်။ အေး- သာမန် ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကတော့ မကောင်းမှန်းတော့ သိသားပဲ။ သို့သော်လည်း မဖြတ် နိုင်ကြဘူးတဲ့။ ဘုရားအလောင်းကျတော့ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ ဘယ်လောက် လုပ်လာလုပ်လာ၊ မကောင်းတော့ဘူးလို့ သူ့စိတ် ထဲမှာ ခံယူလိုက်ရင် ဖြတ်လိုက်တယ်။ ကောင်းတယ်လို့ဆိုရင် လည်း လက်တွေ့ကျင့်သုံးလိုက်တယ်။ အဲဒီနှစ်ခုဟာ အင်မတန် မှ အရေးကြီးတယ်။

ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုဖြစ်ရသလဲဆိုရင် လူတွေမှာ အဝိဇ္ဇာနဲ့ တဏှာ ဒီနှစ်ခုရှိတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ အဝိဇ္ဇာက ဦးဆောင်နေတယ်။ အဝိဇ္ဇာက ဦးဆောင်တဲ့အခါမှာ မကောင်း တဲ့ အလုပ်ကို မကောင်းမှန်းမသိဘူး၊ အကောင်းလို့ထင်ပြီးတော့ လုပ်တာ။ အဲဒါ အဝိဇ္ဇာက ဦးဆောင်တယ်လို့ ပြောတယ်နော်။ အမှန်မသိလို့လုပ်တာ။ ဆိုပါတော့၊ သူငယ်ချင်းအပေါင်းအသင်း တွေက “ဟေ့- ဒီဆေးလေးစားကြည့်၊ မင်း သိပ်လန်းတာပဲ” ဆေးပြားလေးပေးလိုက်တယ်၊ သိပ်လန်းတယ်၊ နေလို့ထိုင်လို့ သိပ်ပျော်တယ်၊ အပြစ်ကို မမြင်ဘူး၊ လန်းဆန်းတက်ကြွမှုကို ကြည့်ပြီးတော့ ဆေးဝါး စပြီးတော့ သုံးကြည့်လိုက်တယ်နော်။

အဲဒီတုန်းက မသိလို့လုပ်တာ။ ပြောတယ်လေ လူတွေက "ဒီဆေးလေးက လန်းတယ်" တဲ့။ အမလေး- ခုတောင်မှ လန်းတယ်ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးက တော်တော်လေးကို တွင်တွင်ကျယ်ကျယ် သုံးနေကြတယ်။ ဗမာပြည်မှာနော်။ ဘာလဲ "အချစ်ကလန်းတယ်" ဆိုလား။ အဲဒါမျိုးတွေ၊ လန်းတယ်ဆိုတာ အဲဒါမျိုး။ ဒီဆေးလေးက လန်းတယ် ဆိုတော့ စားကြည့်တာပေါ့။ အဲဒါ အမှန်မသိလို့ စားလိုက်တာ၊ အဝိဇ္ဇာကနေ ဦးဆောင်သွားတာ။ ဟော-သိလည်းသိရော မဖြတ်နိုင်ဘူး။ မကောင်းမှန်းတော့သိတယ်၊ မဖြတ်နိုင်ဘူး။ ဒုက္ခတွေရောက်ပြီး အိမ်က မိဘကလည်း ငြူစူလာတယ်၊ ဆွေတွေမျိုးတွေကလည်း ငြူစူလာတယ်။ ဟိုကမာန် ဒီကမဲနဲ့ မကောင်းတော့ဘူး။ အလုပ်လဲ အဆင်မပြေတော့ဘူးဆို မကောင်းမှန်းတော့သိတယ်။ Drug addict ဖြစ်သွားပြီ၊ Drug addict ဖြစ်သွားပြီဆိုတဲ့အခါ ပြင်လို့မရတော့ဘူး။ အဲဒါကျ တဏှာက ဦးဆောင်တယ်နော်။

အဝိဇ္ဇာနဲ့ တဏှာကို အကုသိုလ်ရဲ့အမြစ်လို့ပြောတာ။ တစ်ခါတစ်ရံ မကောင်းမှန်းမသိလို့လုပ်တာ၊ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ မကောင်းမှန်းတော့သိတယ်၊ ကြိုက်လို့လုပ်တာ၊ ဟော-ဒီနှစ်ခုပဲ ရှိတယ်လေ။ အဲဒီတော့ မကောင်းမှန်း သိပြီးတော့ ကြိုက်လို့လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ဘယ်သူက ဦးဆောင်လဲ၊ တဏှာက ဦးဆောင်တာ။ ဒါကြောင့်မို့ တဏှာသည် အဝိဇ္ဇာကို

ဦးဆောင်သွားတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ အဝိဇ္ဇာက တဏှာကို ဦးဆောင်သွားတယ်။ အဝိဇ္ဇာနဲ့တဏှာ ဒီနှစ်ခုဟာ အပြန်အလှန် ဦးဆောင်သွားကြတာတဲ့။ ဒါနဲ့ ဒီ ဒုက္ခစက်ဝန်းကြီးထဲမှာ လည်ပတ်သွားတာပေါ့။ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။

ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ သူတို့က အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးထားတာ။ အဲဒီ လွှမ်းမိုးထားမှုကို ကိုယ်က ဘာနဲ့ဖြတ်ရမတုန်းဆို အသိစိတ်နဲ့ ဖြတ်ရမယ်။ အသိဉာဏ်ကို ခိုင်ခိုင်မာမာ တည်ဆောက်ပြီး မကောင်းမှုဆိုတာကို သိလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဒီတွယ်တာမှု ကိုလည်း ရှင်းပစ်လိုက်တယ်။ မရှင်းနိုင်သေးလို့ရှိရင် Reduce ဖြစ်အောင် ကြိုးစားရတယ်။ ဘာနဲ့ ကြိုးစားတုန်းဆို Mindfulness Based Stress Reduction ဆိုတာရှိတယ်နော်။ MBSR လို့ခေါ်တယ်။ အတိုကောက် MBSR လို့ဆိုတဲ့ Subject ကို Korea နိုင်ငံတို့ဘာတို့မှာ လာပြီးတော့ သင်တန်းပို့ချပေးနေတာ ရှိတယ်။ တက္ကသိုလ်မှာ MBSR လို့ခေါ်တယ်။ M ဆိုတာ Mindfulness, B ဆိုတာ Based, S ဆိုတာ Stress, R ဆိုတာ Reduction, (Mindfulness Based Stress Reduction) လို့ခေါ်တယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ်ကို ကျင့်ပြီးတဲ့အခါမှာ သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်ကို အခြေပြုပြီးတော့ စိတ်ရဲ့ဖိစီးမှုတွေကို လျှော့ချရမယ်တဲ့။ အသိဉာဏ်နဲ့ လောဘကို လျှော့ချနိုင်ရမယ်။ အသိဉာဏ်နဲ့ ဒေါသကို လျှော့ချနိုင်ရမယ်။ ဒါကြောင့်မို့

အသိဉာဏ်ကိုဆည်းပူးရတယ်လို့ဒီလိုပြောတာနော်။ အသိဉာဏ်ရှိလာလို့ရှိရင် လူဟာ လုပ်နိုင်ကိုင်နိုင်စွမ်း ရှိလာတယ်ပေါ့။ ဆင်ခြင်တုံတရားရှိလာတယ်ဆိုတာ အဲဒါပြောတာပဲ။

အဲဒီတော့ ရှေးတုန်းကတော့ ကြွေအံကစားတာ၊ အခုခေတ်ကတော့ Game ကစားတာနဲ့ တခြား ကစားမှုတွေ၊ လောင်းကစားမှုတွေ အများကြီး။ အဲဒါက စီးပွားပျက်ခြင်းအကြောင်းတစ်ခုပဲ။

နောက်တစ်ခုက **ပါပမိတ္တတာ**၊ မကောင်းတဲ့ မိတ်ဆွေတွေနဲ့ ပေါင်းသင်းမှုတဲ့။ ဒါ အပေါင်းအသင်းမှားလို့ ဒုက္ခရောက်တာတွေ အများကြီးပဲပေါ့။

နောက်တစ်ခုက "**အာလသျာနုယောဂ**" အပျင်းထူခြင်းတဲ့။ လူတွေမှာ အပျင်းထူတဲ့ ရောဂါကလည်း အင်မတန်မှကြီးမားတယ်။ ဆရာဝန်ဆီသွားပြီး ဆေးကုလို့မရဘူး။ ဘယ်သူမှလည်း အပျင်းရောဂါရှိသလား မရှိသလားလို့ Medical check-up မလုပ်ဘူး။ အပျင်းရောဂါကို အတိုင်းအတာလေးတစ်ခုလုပ်ပြီး Medical check-up လုပ်ပြီး Diagnosis ထုတ်လိုက်လို့ရှိရင် အေး- ဒီလူဟာ ဘယ်အတိုင်းအတာထိပျင်းတယ်ဆိုတာ အပျင်းကို စံချိန်တင်ရမယ်။ **ရာဇကျော္ဇာ** ဆိုတဲ့လူတစ်ယောက်ရဲ့အပျင်းက စံချိန်ကျိုးတယ်။ အဲဒီစံချိန်ကို

(Record) ကို ချိုးပစ်ချင်လို့ရှိရင်တော့ အပျင်းသမားက ခုခေတ် အခါ အဲဒီစံချိန်ကို ချိုးဖို့လိုသေးတယ်။

ငါးရာ့ငါးဆယ်ဇာတ်ထဲမှာ ရာဇကုမ္ဘာ ဆိုတဲ့ လူပျင်း တစ်ယောက်ရဲ့အကြောင်းပါတယ်။ တစ်နေ့မှာ တစ်တောင် လောက် သွားတာတဲ့။ တစ်နေရာ တစ်နေရာရွှေ့တာ ပျင်းလွန်း လို့ ရောက်တဲ့နေရာမှာ ကပ်နေတယ်။ တစ်နေ့ကို တစ်တောင် လောက် သွားတာ။ အဲဒီလိုသွားရင်း တောလမ်းခရီးထဲ ရောက်နေတဲ့အခါကျတော့ "မင်း- တစ်နေ့တစ်တောင်ဆို ဒီ တောကြီးထဲက ဘယ်လိုလုပ် ထွက်မှာတုန်း" ဆိုပြီး သူ့ကို ပြောကြတယ်။ "ကဲ-မင်း တောကြီးထဲမှာ မီးလောင်လာပါပြီတဲ့၊ မင်း တစ်နေ့တစ်တောင်သွားမယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မတုန်း" "ကိုယ့်လူ၊ စိတ်မပူနဲ့၊ ကိုယ်ကံနဲ့ကိုယ်ပဲ၊ ဒီကြားထဲမှာ ချိုင့် ကလေး ဘာလေးရှိရင် လှိမ့်ချလိုက်ရင် မီးလွတ်သွားမှာပဲ" ပျင်းတာလဲ အပျင်းဆင်ခြေနဲ့ပဲ သွားတာပဲ။ ကြိုးစားမယ် မပြော ဘူးနော်၊ အပျင်းစံချိန်ချိုးတာ။ စိတ်ဝင်စားရင် (၅၅၀) ဇာတ်ထဲ ဖတ်ကြည့်၊ သူသွားတာ အဲဒီအတိုင်းသွားတာ၊ အဲဒီလောက် ပျင်းတဲ့သူဟာ ကမ္ဘာပေါ်မှာ စံချိန်ကျိုးနေသေးတာပဲနော်။

အဲဒီတော့ ဒီ(၆)မျိုးဟာ စီးပွားဥစ္စာပျက်ခြင်းရဲ့ အကြောင်း (၆)မျိုးလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတယ်။ **အရက်သေစာ သောက်စားခြင်း** ဟာ ဘာဖြစ်လို့စီးပွားပျက်နိုင်သလဲ။ သောက်

စားခြင်းကြောင့် ဘယ်လိုဒုက္ခတွေ ရောက်နိုင်သလဲ ဆိုတာကို မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတယ်။ အင်မတန်မှ တိကျတယ်၊ ကဲ- မူးယစ်ဆေးဝါး အရက်သေစာ သောက်စားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ယောက်မှာ ဖြစ်နိုင်တဲ့ အပြစ်ကို **အာဒီနဝ** ခေါ်တယ်။ Danger လို့ပြန်တယ်။ ဖြစ်နိုင်တဲ့ အခြေအနေဆိုးတွေပေ့ါ။

အရက်သေစာ မူးယစ်ဆေးဝါးသောက်စားမှုက ဘယ်လို အခြေအနေဆိုးတွေကို ဖန်တီးပေးနိုင်တုန်းဆိုရင် နံပါတ် (၁) **သန္ဒိဋ္ဌိကာ ဓနဇာနိ**–တဲ့၊ ကိုယ်တိုင်မြင်တွေ့နိုင်တဲ့ ပစ္စည်းဉစ္စာ ဆုံးရှုံးမှုတဲ့၊ ဒါ နံပါတ်တစ်။ အရက်သေစာ သောက်စားမူးရူး နေတဲ့အခါကျတော့ ကြားဖူးတယ်မဟုတ်လား၊ မူးပြီးတော့ လဲနေတော့ သူဝတ်ထားတဲ့ အဝတ်တောင် ချွတ်ယူသွားတယ်။ လက်စွပ်တွေ ဘာတွေလည်း ပါသွားတယ်နော်။ မူးနေလို့ရှိရင် အကုန်ပါသွားတာလေ။ မူးပြီး လဲနေရင်တော့ လိုချင်တဲ့လူက ယူသွားမှာပဲလေ။ (တော်သေးတယ်၊ မွေးရာပါတွေ ကျန်နေ သေးလို့။) အဲဒီတော့ **သန္ဒိဋ္ဌိကာ ဓနဇာနိ** အရက်မူးသမား အတွက်ဟာ ပစ္စည်းဉစ္စာတွေ ပျက်ပြားဆုံးရှုံးနိုင်တယ်တဲ့။

ကဲ-ကောင်းပါပြီ၊ အထိန်းအသိမ်းကောင်းလို့၊ သူငယ်ချင်း အပေါင်းအသင်းတွေ မိဘတွေက တတ်နိုင်လို့ အရက်သေစာ သောက်စားတာကို ဒီလို ပစ္စည်းဉစ္စာတွေ မဆုံးရှုံးအောင် ကာကွယ်နိုင်တယ်ထားဦး။ နောက်တစ်ခု ဘာလာပြန်တုန်း

ဆိုတော့ **ကလဟပ္ပဝနုနီ** တဲ့။ စကားများတာတို့ ရန်ဖြစ်တာတို့ ဖြစ်လာတယ်။ မြန်မာပြည်မှာကြည့်၊ မှုခင်းဆိုတဲ့ ဂျာနယ်ကို ဖတ်ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် အရက်မူးပြီး လူသတ်မှုဖြစ်တာ အများကြီးရှိတယ်။ အရက်မူးတဲ့နေရာမှာ လူသတ်မှုဖြစ်တယ်။ **"ထန်းရည်မူးတော့ ကျွဲခိုးပေါ်"**သတဲ့၊ ရာဇဝတ်မှုတွေ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီတော့ မူးနေသည့်အတွက်ကြောင့် လူတွေဟာ လုပ်မိလုပ်ရာ လုပ်တော့ ပြဿနာတစ်ခုထပ်တိုးသွားတယ်။ ဒါလည်းပဲ လူတိုင်း သိနိုင်တဲ့ အချက်တစ်ခုပဲ။

ထားပါတော့။ ပစ္စည်းဥစ္စာလည်း မပျက်ဘူးနော်၊ ရန်လည်း မဖြစ်ဘူး ဆိုလို့ရှိရင် ဘာဖြစ်လဲ **ရောဂါနံ အာယတနံ** တဲ့။ ရောဂါရမယ်၊ ဒီလူ အရက်သောက်ရင်၊ အေး - သောက်ပြီး ဗိုက်မှောက်အိပ်နေတယ်၊ အိမ်မှာပဲနေတယ်။ ခုနကလို ရန်လည်း မဖြစ်ဘူး။ စည်းစိမ်ဥစ္စာအတွက်လည်း ပူစရာမရှိဘူး။ သူ့ဒေးသားမို့ဆိုတော့ ဘာဖြစ်နိုင်တုန်းဆိုတော့ ကြည့်၊ မြတ်စွာ ဘုရားက တတိယအပြစ်အနေနဲ့ပြောတာ **ရောဂါနံ အာယတနံ** တဲ့။ အရက်သောက်ခြင်းကြောင့် ရောဂါဖြစ်တယ်။

ဟုတ်တယ်လေ၊ အခု အရက်သောက်တဲ့လူတွေမှာ ဘာဖြစ်လာတုန်းဆိုရင် Liver မှာ ဒုက္ခပေးလာတယ်။ အရက်က အသည်းမှာ ဒုက္ခပေးလာတယ်၊ အသည်းခြောက်လာတယ်၊ အသည်း ကြွပ်လာတယ်၊ အသည်းကင်ဆာ ဖြစ်လာတယ်။

မကြာဘူး ဗိုက်ကလေးဖောင်းလာလို့ရှိရင် အဲဒါ ခေါ်နေပြီလို့သာ မှတ်ပေတော့။ မျက်လုံးလေးဝါလာပြီ၊ ဗိုက်ကလေး ဖောင်းလာပြီ၊ အသားရောင်တွေ ပြောင်းလာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ဒီအရက်သမားကို ဟိုက Welcome လုပ်နေပြီ။ အဲဒီအချိန်မှာ ဆက်သောက်လို့ရှိရင် အသည်းကနေ သွေးတွေယိုစိမ့်ပြီး နောက်ဆုံးမှာ ဒုက္ခရောက်မယ်။ ဒါက ဘယ်ဆရာဝန်ပဲဖြစ်ဖြစ် အရက်ရဲ့ဆိုးကျိုးကို အားလုံးသိကြတယ်ပေါ့နော်။ သင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း သောက်တဲ့သူမှတစ်ပါး အကုန်သိတယ်။ သောက်တဲ့သူကတော့ ကြိုက်လို့သောက်တာပေါ့။ အဲဒီတော့ နောက်ဆုံးမှာ အသည်းရောဂါနဲ့ ဒုက္ခဖြစ်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေများတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့နဲ့ ရင်းနှီးတဲ့ဒကာကြီး သား လေးယောက်ရှိတယ်။ သားနှစ်ယောက်က အရက်သမားဖြစ်တာ ဘယ်လိုမှ ဟောလို့ ပြောလို့မရဘူး။ အရက်သမားက ဘုရားချွတ်တောင်ကျွတ်တာမှမဟုတ်တာ။ သူက အရက်ကို ဘုရားတောင်လှူလိုက်သေးတယ်။ ဘုရားတောင် အရက်ဒကာခံသေးတယ်လေ၊ တကယ့်လူတွေနော်၊ ဘုရားကို အရက်လှူတယ်တဲ့။ ဘုရားက မသောက်တော့ သူသောက်တာပေါ့။ ကြံကြံဖန်ဖန် အဲဒါ ဘုရားကို အရက်လှူတယ်။ မြန်မာစကားမှာ ဘယ်လိုလုပ် သုံးကြတယ် မသိပါဘူးနော်။ အရက်ဖြတ်တော့ ဖြတ်ပါတယ်။ ဘုရားဆီမှာ ကတိသစ္စာပြုပြီး အရက်ဖြတ်တယ်လို့ အဲဒီလိုပြောရင်

ကောင်းတာပေါ့။ ဘုရားလှူထားတယ်ဆိုတော့ ဘုရားကပဲ အရက်သောက်သလိုဖြစ်နေတယ်။ ဒီအသုံးကတော့ မနိပ်သေးပါဘူးနော်။ ဘုရားကို အရက်လှူတယ်ဆိုတော့ ကိုယ်ကြိုက်တာလှူတယ်ဆိုတော့ ကုသိုလ်ရအောင် လုပ်တာလားတော့မသိဘူး။ အတော်ဆိုးတဲ့လူတွေ လောကမှာရှိတယ်။

အရက်ကြော်ငြာတစ်ခုရှိတယ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ သတိထားဖို့ လိုအပ်တာပေါ့။ ဂျပန်ပြည်က ကမာကုရ ဘုရားကြီးဆိုတာ သိကြလိမ့်မယ်။ ရုပ်ထုတော်ရှေ့မှာ ဝက်သားကြော်ကြီးတွေတင်လည်း ကမာကုရဘုရားက တည်တည်ကြီးပဲ လုပ်နေတယ်။ ကြက်ကြော်တွေတင်လည်း တည်တည်ကြီးပဲ၊ စားစရာသောက်စရာတွေ အကုန်ဆွမ်းတော်တင် တည်တည်ကြီးပဲ၊ ဘီယာပုလင်း တင်လိုက်တဲ့အခါမှာ ပြုံးလာတယ်တဲ့၊ အတော်ဆိုးတဲ့လူတွေ။ အဲဒီအတိုင်း ကြော်ငြာရိုက်ထားတာတဲ့။ အဲဒီတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေ မသိလိုက်လို့ ဘယ်သူကမှ မကန့်ကွက်လိုက်ကြဘူးနဲ့တူတယ်။ ဟိုလူတွေဆိုရင်တော့ ဆူညံပွက်သွားမှာပဲနော်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေက သဘောကောင်းပြီး အေးချမ်းစွာနေကြတယ်။ အဲဒီတော့ မဟုတ်တာတွေနဲ့ တဖြည်းဖြည်းလုပ်လုပ်လာကြတယ်ပေါ့။ ဘုရားပုံတွေကို မဟုတ်တဲ့နေရာတွေမှာ အသုံးချတယ်။

တစ်ခါတုန်းက မြန်မာနိုင်ငံက ဦးသန့် ကုလသမဂ္ဂ အတွင်းရေးမှူးချုပ် ဖြစ်နေတဲ့အချိန် (၂၅၀၀) ခေတ်က ဆရာတော်တွေ Buddist Mission အနေနဲ့ America ကို ကြွတယ်။ အဲဒီကြွတဲ့အခါမှာ Group Photo ရိုက်မလို့ လုပ်တဲ့ အခါမှာ ကုလသမဂ္ဂ အတွင်းဝန် ဦးသန့်က "ဆရာတော်တို့ ခဏဆိုင်းပါဦး" လျှောက်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ နောက်ကစားတန်းက အရက်ကြော်ငြာကြီး ဖြစ်နေလို့တဲ့။ ဘုန်းကြီးတွေ ဓာတ်ပုံရိုက်တဲ့ နောက်ခံက အရက်ကြော်ငြာကြီး ဖြစ်နေတယ်နော်။ အဲဒီဟာကို မမြင်ရအောင် ဖုံးလိုက်တာပေါ့။ အဲဒါမျိုးတွေဖြစ်တတ်တယ်၊ အရာရာမှာသတိထားရတယ်နော်။

ကောင်းပြီ၊ အရက်သေစာ သောက်သုံးခြင်း၊ ဆေးဝါး မှီဝဲခြင်းဟာ နောက်ဆုံးမှာ လူ့ဘဝမှာ အညွန့်တုံးသွားတယ်။ ပထမ ကိုယ်ရ,ရမယ့် အတတ်ပညာ၊ ကိုယ်ဆည်းပူးရမယ့် အတတ်ပညာ၊ ကိုယ် ရ,ရမယ့် ပစ္စည်းစည်းစိမ်ဥစ္စာ ကိုယ့် အတွက် နံပါတ်တစ် ဆုံးရှုံးတယ်။ အရက်သမားဟာ ကိုယ့် အတွက် ဆုံးရှုံးတယ်။ ကိုယ့်အတွက် ဆုံးရှုံးသည့်အတွက်ကြောင့် သူ့ကိုအမှီပြုနေတဲ့ သူနဲ့ပတ်သက်တဲ့ မိသားစုတွေ စိတ်ညစ် တယ်။ ဒီလူဟာ မိသားစုအတွက် အကျိုးမပြုသည့်အတွက် ကြောင့် မိသားစုတွေမှာ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတွေဖြစ်လာတယ်။ ရောဂါ ဝေဒနာရလို့ သူ့ကို ဆေးကုရသည့်အခါမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ

ကုန်ဆုံးတယ်။ ဟုတ်မဟုတ် စဉ်းစားကြည့်လေ။ မြတ်စွာဘုရားက **"ရောဂါနံ့ အာယတနံ"** တဲ့။ အရက်သောက်တာဟာ, မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးတာဟာ ရောဂါတွေရဲ့ အခြေခံကြီး ဖြစ်နေတယ်တဲ့။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုတော့ **အကိတ္တိ သဥ္ဇနနီ** – အကျော်ဖောကင်းမဲ့စေတယ်။ "ဟာ- ဒီလူက အရက်သမား၊ သိပ်အပေါင်းအသင်းမလုပ်နဲ့၊ သတိထား၊ သူက အသောက်အစားနဲ့နေတာ" တဖြည်းဖြည်း သူ့ရဲ့ ဂုဏ်သတင်းဟာ တက်မလာဘူး။ ဘာသာရေးကိစ္စတွေမှာဆိုရင် သူ့ကိုရှောင်ကြတယ်။ သိပ်ပြီးတော့ အရေးမလုပ်ဘူး။ သူက အသောက်အစားများတယ်ဆိုပြီး ရှောင်ကြတယ်နော်။ ဒါက လူမှုရေး ဆုံးရှုံးမှု တစ်ခုလို့ခေါ်တယ်။ လူကြားထဲမှာ လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ နာမည်ကျော်ချင်ကြတယ်၊ နာမည်ရှိချင်ကြတယ်၊ ထင်ရှားချင်ကြတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ကျော်ကြားမှုကို လက်လွတ်ဆုံးရှုံးသွားနိုင်တယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

နောက်တစ်ခုကတော့ **ကောပီနနိဒံသနီ** တဲ့။ ရှက်စရာကောင်းတဲ့ အင်္ဂါတွေကိုပြပြီး အရှက်ရစေတတ်တယ်ပေါ့။ အရက်သမားဟာ ကြည့်- နောက်ဆုံးမှာ သူ့ကိုယ်သူ မနိုင်တဲ့ အခါကျတော့ Naked ဖြစ်ချင်လည်း ဖြစ်သွားတာပေါ့။

Naked ဖြစ်သွားတော့ အပေါင်းအသင်း ရောင်းရင်းတွေရဲ့ ကြားမှာ ရှက်စရာဖြစ်တာပေါ့။ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။

ခုခေတ်မှာ လုံခြုံရေးအကြောင်းပြုပြီးတော့ တစ်လောက Reader's Digest ထဲမှာ ရေးထားတာ ဖတ်လိုက်ရတယ်။ အဲဒီနိုင်ငံသွားဖူးတဲ့ သူတွေကတော့ သိကောင်းသိလိမ့်မယ်။ နယ်သာလန်တို့၊ ဂျာမဏီတို့မှာ လေဆိပ် Check in လုပ်တာ ရှိတယ်။ Check in လုပ်တဲ့စက်ထဲ ဝင်လိုက်တာနဲ့ မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း ဖြစ်သွားတယ်၊ ဘာဝတ်ထားလို့မှ မရဘူး၊ Reader's Digest ထဲမှာ လေယာဉ်ပျံပေါ်ကို လူကြီးတွေ လက်ကလေးနဲ့ အုပ်ပြီး တုံးလုံးကြီး ပြေးပြေးတက်သွားတဲ့ပုံ ပြထားတယ်။ အဲဒီ Check in ကို သရော်ထားတာနော်၊ လေယာဉ်ပျံပေါ် တက်ဖို့ရန် အတွက် ဘယ်လိုအဝတ် ဝတ်ထားထား အကုန်လုံး အဝတ်တွေကို ဖောက်ပြီးတော့ မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း ပုံစံပေါ်အောင် အဲဒီထဲမှာ ရိုက်လိုက်တာ။ တချို့ကလည်း ကန့်ကွက်တယ်၊ ဒါမလုပ်သင့်ဘူးပေါ့၊ Human dignity ကို ထိခိုက်တယ်ပေါ့။ မလုပ်သင့်ဘူး၊ တစ်ချို့နိုင်ငံမှာ အဲဒီစက်ကိုတပ်တယ်။ ခရီးသွားတဲ့ သူတွေလည်း သတိထားပေါ့၊ Check in ဆိုရင် မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း မြင်ရမယ်။ အဲဒါ **ကောပီနနိဒံသနီ** လို့ခေါ်တယ်၊ ဒါလဲဖြစ်တာပဲနော်။

ဟော-နောက်ဆုံး ဆုံးရှုံးမှုကတော့ ဘာလဲဆိုရင် **ပညာယ ဒုဗ္ဗလီကရဏီ** တဲ့။ အသိပညာ အားနည်းသွားတယ်။ အသိပညာ အားနည်းသွားတယ် ဆိုကတည်းက ဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ကြီးပွား တိုးတက်မှုက သွားပြီပေါ့။ ဆုံးရှုံးနစ်နာသွားတယ်။ မြတ်စွာ ဘုရား လက်ထက်တုန်းက ဘုရားကို အလုပ်အကျွေးပြုနေတဲ့ ရဟန်းတော်တစ်ပါးရှိတယ်၊ အဲဒီ ရဟန်းတော်ကို **သာဂတ** လို့ခေါ်တယ်။ သူက သမထ ကျင့်စဉ်ကျင့်လို့ အောင်မြင် ပေါက်ရောက်သွားပြီး ဈာန်အဘိညာဉ်ရတယ်။ **အမ္ဗတိတ္ထ** မှာ သောင်းကျန်းနေတဲ့ နဂါးတစ်ကောင်နဲ့ တန်ခိုးချင်းပြိုင်တာ အနိုင်ရတယ်။ အဲဒီ **အမ္ဗတိတ္ထ** နဂါးကို တစ်နယ်လုံး ဖိန့်ဖိန့် တုန်အောင် ကြောက်နေရတယ်။ အဆိပ်ပြင်းတဲ့ နဂါးကြီး၊ ဘယ်သူမှ မတို့ရဲ မထိရဲဘူး။ ရှင်သာဂတက ဆုံးမတယ်။ တန်ခိုးပြိုင်ပြီး နဂါးကို ဆုံးမလိုက်တာ။ အဲဒီနယ်မှာ ဟိုလေး တကျော် ဖြစ်သွားတယ်။ ကောသမ္ဗီက ဒကာတွေက တန်ခိုးကြီး တဲ့ ရဟန်းတော်ကို ဝတ်ပြုချင်ကြတာပေါ့နော်။ (Singapore က လူတွေ အဲဒီလိုလည်း ဝတ်မပြုကြနဲ့နော်။) ဝတ်ပြုချင်တော့ **ဆဗ္ဗဂ္ဂီ** ရဟန်းတွေကိုမေးတယ်။ **ဆဗ္ဗဂ္ဂီ** ဆိုတာ ဘုန်းကြီးလောက မှာ တော်တော်ဆိုးတဲ့ ကိုယ်တော်တွေ။ ဘုရားလက်ထက်က ခြောက်ယောက်အုပ်စု ခေါင်းဆောင်တဲ့ ရဟန်းတွေ။ သူတို့က ဘာအကြံပေးကြသလဲဆိုရင် ခုခေတ် ဘီယာလို့ ခေါ်တဲ့အရာ၊

သေနုလို့ခေါ်တဲ့အရာ။ **သေနု** လို့ ရှေးတုန်းက စာထဲမှာရေးထားတယ်။ အရက်ပြင်းမဟုတ်ဘူး၊ ခိုခြေထောက် အဆင်းရှိတဲ့ ဘီယာပေါ့။ များများသောက်ရင် မူးတယ်။ အဲဒါ ဘုန်းကြီးတွေ အတွက် ရခဲတယ်တဲ့။ ရှင်သာဂတ ကို ကြည်ညိုလို့ရှိရင် **သေနု** ကို စီမံပါဆိုတော့ အိမ်တိုင်းအိမ်တိုင်းက အဲဒီ အရက်နု ဘီယာ ကို စီစဉ်ထားပြီး ရှင်သာဂတကို အိမ်တိုင်းက ပင့်ကပ်ကြတယ်။ တန်ခိုးကြီးတော့ ကြည်ညိုကြတယ်လေ။ ဟိုအိမ်ကကပ်လိုက် ဒီအိမ်ကကပ်လိုက်နဲ့ နည်းနည်း နည်းနည်း သောက်လိုက်တာ အိမ်တွေကများတဲ့အခါကျတော့ ဘာဖြစ်တုန်းဆို ကျောင်းအပြန် မြို့အထွက်တံခါးဝမှာ မူးပြီး ထိုးလဲတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဆွမ်းခံကြွလာရင်းတွေ့တော့ ရဟန်းတွေကို ထမ်းပြီး ကျောင်း သယ်လာခိုင်းတယ်။ ပွေ့ယူသွားကြတယ်။ ထမ်းခေါ်သွားကြ တယ်။

ကျောင်းရောက်တဲ့အခါ ဘုရားရှေ့ခေါင်းပြုပြီး ချတဲ့အခါ သူကမူးနေတာဆိုတော့ ဘုရားကို ခြေထောက်ကြီးပေးပြီး ပြန်လှည့်အိပ်တယ်။ အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက မိန့်တယ်။ “သာဂတဟာ အရင်တုန်းက ငါ့အပေါ်မှာ အလွန်ရိုသေတယ်၊ အခု အဲဒီစိတ်ရှိသေးလား” “မရှိတော့ပါဘုရား” “အဲဒီလို သတိလွတ်သွားစေတတ်တဲ့ အရည်မျိုးကို သောက်သင့်လား၊ မသောက်သင့်ဘူးလား” လို့ဆိုတော့ “မသောက်သင့်ပါဘုရား”

လို့ လျှောက်ကြတယ်။ အဲဒီကစပြီး မြတ်စွာဘုရားက အရက် မသောက်ရဘူးလို့ သိက္ခာပုဒ် ပညတ်တယ်။ ရှင်သာဂတဟာ နောက်ဆုံးမှာ အရှက်ရသွားပြီး သူ့ကိုယ်သူ ကောင်းအောင် ပြုပြင်တယ်၊ နောက်ဆုံးမှာ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။

အဲဒီလို အသိပညာ အသိစိတ်ဟာ အားနည်းသွားတယ်။ ဒီလို ဆိုးကျိုးတွေကို ရရှိခံစားရတတ်တယ်။ ဒါက အရက်သေစာ မူးယစ်ဆေးဝါးသောက်စားခြင်းရဲ့ အပြစ်ခြောက်မျိုး မြတ်စွာ ဘုရား ဟောတာ။ ဒီအထဲ ခြောက်မျိုးလုံး ဖြစ်တယ်လို့ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ တစ်ခုခုတော့ လာမှာပဲ။ နိုမို့ဆိုရင် လူကဆင်ခြေ တက်ဦးမှာလေ၊ အရက်ကို ကြိုက်လို့သောက်တယ်၊ ကျန်းမာ တယ်၊ နည်းနည်းချင်းသောက်ရင် ဘာမှမဖြစ်ဘူး၊ ဆေးဖြစ် ဝါးဖြစ် သောက်တယ်တဲ့။ ဆေးဖြစ်ဝါးဖြစ်ကနေ နောက်တော့ ဘေးဖြစ်ဘာဖြစ် ဖြစ်လာတာပေါ့။ သောက်ပါများတဲ့အခါ ကျတော့ ဒီအရည်က ဦးနှောက်ထဲရောက်လာပြီး ဒီအရက် သမားရဲ့ အတွေးအခေါ်ဟာ ကြောင်တောင်တောင်တွေ ဖြစ်လာ တာပဲ၊ ဒီအရည်ကြောင့် လူ့ရဲ့ဦးနှောက် အတွေးအခေါ်တွေက ပြောင်းလဲလာတတ်တယ်လို့ဆိုတာ ဆေးပညာအရ ဒါသိတယ် ပေါ့နော်။ ဒီအရည်ဟာ သွေးထဲရောက်သွားတော့ သွေးပြောင်း သွားတယ်၊ အဲဒီလို ပြောင်းလဲသွားတဲ့သွေးက အကောင်းကို

အားမပေးဘူး၊ မကောင်းတဲ့ဘက်ကို အားပေးတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ရောဂါနဲ့ ဒုက္ခရောက်တာပဲ။

နောက်တစ်ခုကျတော့ဘာတုန်း။ အချိန်မတော် အချိန်တော် လမ်းပေါ်မှာ လျှောက်သွားခြင်းရဲ့အပြစ်က ဘာလဲလို့။ အပြစ်ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်တဲ့အရာတွေကို ပြောပြတာ၊ နံပါတ်တစ်က **"အတ္တာပိဿ အဂုတ္တော အရက္ခိတော"** တဲ့။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်လည်း မလုံခြုံဘူးတဲ့။ အဲဒီအချိန် အပြင်ထွက်ရင် ကိုယ်လဲမလုံခြုံဘူး၊ ကိုယ့်ကိုမုန်းတဲ့သူက ချောင်းရိုက်သွားလည်းခံရမှာပဲ။ အချိန်မတော် အချိန်တော် လမ်းပေါ်မထွက်ရဘူးတဲ့။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်လည်း လုံခြုံမှုမရှိဘူးလို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

နောက်တစ်ခု **"ပုတ္တဒါရောပိဿ အဂုတ္တော အရက္ခိတော"** ကိုယ့်သားမယားလည်း မလုံခြုံဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် အိမ်မှာလူကြီးမရှိဘူး။ လူကြီးလုပ်တဲ့လူက အပြင်ပဲ ထွက်နေတယ်ဆိုတော့ ကလေးတွေကလည်း အပြင်ထွက်ကြတယ်။ လူကြီးမရှိတော့ ထင်သလိုနေကြတော့ သားမယားတွေမှာလည်း ပျက်စီးတယ်။ ဒီလိုပြောတာနော်။

နောက်တစ်ခု **သာပတေယျံ ပိဿ အဂုတ္တံ အရက္ခိတံ**– သူပိုင်တဲ့ပစ္စည်းတွေလည်း လုံခြုံမှုမရှိဘူးတဲ့။ လူမရှိဘူး ဆိုတဲ့အခါမှာ ခိုးချင်တဲ့သူ၊ ဖောက်ထွင်းချင်တဲ့သူ၊ ရယူချင်တဲ့ လူတွေက အလွယ်တကူ ရယူပြီးတော့ သွားကြတယ်တဲ့။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆို **သင်္ကီယော စ ဟောတိ ပါပကေသု ဌာနေသု–** အချိန်မတော် လမ်းပေါ်ထွက်တဲ့လူကို အရပ်က မကောင်းတဲ့အလုပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သံသယဖြစ်ခံရတတ်တယ်တဲ့နော်။ ပစ္စည်းတစ်ခုပျောက်ရင် ဟာ-ဒီလူကတော့ ညလမ်းပေါ်ထွက်တဲ့ လူပဲ၊ သူ့လက်ချက်နေမှာပဲ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် သူ့လက်ချက်နေမှာပဲ၊ သူ့ကိုပဲ သံသယဖြစ်ကြတယ်။ ဟော အဲဒါလည်း သူလုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ မလုပ်သည်ဖြစ်စေ သံသယဖြစ်မှုကို ခံရတတ်တယ်လို့ ပြောတာနော်။ ဒါမြတ်စွာဘုရားက Possibility တွေကို ဟောတာ။ တစ်ခါတလေကျတော့ Substantiate လည်းပါတယ်။ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိတာတွေကို ပြောပြတာနော်။ အဲဒီလို အန္တရာယ်တွေ လာနိုင်တယ်တဲ့။

ဟော နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်း **"အဘူတဝစနံ စ တသ္မိံ ရူဟတိ"** တဲ့။ မဟုတ်မတရား စွပ်စွဲခံရတာမျိုးလည်း ဖြစ်တတ်တယ်။ စွပ်စွဲခံရတတ်တယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်က **"ဗဟူနဥ္စ ဒုက္ခဓမ္မာနံ ပုရက္ခတော"**တဲ့။ ပြဿနာအားလုံးအတွက် လမ်းပေါ်ထွက်ခြင်းဟာ ရှေ့ပြေးဖြစ်တယ်တဲ့၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ ဒါကြောင့်မို့လို့ အချိန်မတော်အချိန်တော် လမ်းပေါ်ကို မထွက်ရဘူးတဲ့။ အပြစ်တွေက ဒီလိုရှိနိုင်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဟောပြတာနော်၊ ဒါက ကိုယ့်ကိုကိုယ် ဆင်ခြင်ရမယ့်ကိစ္စတစ်ခုပေ့ါ။

အဲဒီတော့ လောကလူတွေက ဆင်ခြေပေးကြတယ်။ ကိုယ်ကောင်း ခေါင်းဘယ်မှမရွှေ့ဘူး ဆိုပြီးတော့နော်၊ ခေါင်းတင် မကဘူး လူပါရွှေ့ပါသွားတယ်။ တစ်ခါတလေကျတော့ ကိုယ့်ကောင်းပေမယ့်လို့ ရွှေ့ချင်ရွှေ့တာပဲ၊ မရဘူးနော်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဆင်ခြင်ရမယ့်နေရာ ဆင်ခြင်ရတယ်။

သဗ္ဗာသဝသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတာ၊ တချို့ ဒုက္ခတွေကို ရှောင်ပြီးတော့ ဖယ်ရှားရမှာတဲ့။ ရှောင်ပြီးတော့ ဖယ်ရှားရတယ်ဆိုတာဘာတုန်း၊ ခွေးဆိုးတွေ့လို့ရှိရင် ခွေးဆိုးကို ကိုယ့်က ရှောင်ရတယ်နော်။ ဆင်ဆိုးရှိတဲ့နေရာ ဆင်ဆိုးကို ရှောင်ရတယ်။ ရှောင်ခြင်းဖြင့် အန္တရာယ်က လွတ်နိုင်တယ် ဒီလိုဆိုတာ။

ဂျာနယ်ထဲမှာရေးထားတာရှိတယ်၊ ပဲခူးအနီး ၁၀-မိုင်ကုန်း နေရာမှာ သီလရှင်ကျောင်း ရိပ်သာတစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒီရိပ်သာမှာ တောဆင်ရိုင်းတွေ ဝင်ဝင်လာတယ်။ တောဆင်ရိုင်းတွေ အန္တရာယ် ရှိလို့ဆိုပြီးတော့ မြို့ထဲရွာထဲ သွားအိပ်ကြတယ်။ ညအချိန်ဆိုလို့ရှိရင် ဆင်အန္တရာယ်ရှိတယ်။ အဲဒီမှာ သီလရှင် အဖွားကြီးတစ်ယောက်က ခေါ်တာမလိုက်ဘူးတဲ့၊ သူ့ကမ္မဋ္ဌာန်း ကျောင်းလေးထဲ သူနေပြီး ညကျတော့ ဆင်တွေဝင်လာတဲ့အသံ ကြားတော့ သူက ဘာလုပ်တုန်းဆို သွပ်ပြားကို တုတ်ကလေးနဲ့ တောက်တောက်, တောက်တောက်နဲ့ ခေါက်နေတယ်၊ ဆင်

ခြောက်တာတဲ့လေ။ ဆင်က အသံကြားတဲ့ဆီလာပြီး နှာမောင်းနဲ့ ဆွဲထုတ်ပြီး နင်းခြေသတ်သွားတယ်တဲ့။ အန္တရာယ်ရှိတာကို မရှောင်သည့်အတွက်ကြောင့် အဲဒီအဖွားကြီး အသက်ဆုံးရှုံး သွားတယ်။ ဒါက တကယ်ဖြစ်တာကို ပြောတာနော်။ အန္တရာယ် ဆိုတာ ရှောင်ရတယ်လို့ ဒီလိုပြောတာ။

ဒါကြောင့်မို့ လမ်းပေါ်ထွက်ရင် ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ အန္တရာယ် တွေကိုရှောင်ဖို့ **"ဗဟုနဥ္စ ဒုက္ခမ္ဘောနံ ပုရက္ခတော"** တဲ့။ ဒုက္ခ ဖြစ်စရာတွေ ပြဿနာတွေအားလုံးအတွက် ရှေ့ပြေးဖြစ်နေ တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ အချိန်မတော် အချိန်တော် အပြင်ကို မထွက်ရဘူးလို့ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။

ဟော-နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆို **"သမဇ္ဇာဘိစရဏ"** ရဲ့ အပြစ် (၆)မျိုးတဲ့။ ပွဲလမ်းသဘင်ကိုသွားတဲ့၊ ပွဲကြိုက်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အပြစ်(၆)မျိုးရှိတယ်။ ဘာလဲလို့ဆိုရင် ကပွဲသွားတာတို့၊ သီချင်းဆိုပွဲ သွားတာတို့၊ အတီးသွားတာတို့၊ နောက်တစ်ခါ ပွဲဆိုတဲ့ အထဲမယ် လောင်းကစားပွဲသွားတာတို့၊ Stage Show သွားတာတို့၊ တော်ကြာ Stage Show က ဘုရားလက်ထက်က ရှိလားလို့ မေးမနေနဲ့၊ ရှိတယ်နော်။ ဇာတ်ခုံပေါ်က,ပြတာ Stage Show ပဲပေါ့။ အဲဒီလို နောက်တစ်ခါ Traditional ကပွဲတွေ သွားတာတို့၊ အဲဒီလိုသွားခြင်းဖြင့် ဘာဖြစ်လဲဆိုရင် အိမ်ရဲ့ လုံခြုံမှုကိုလည်း ထိခိုက်တယ်။ ငွေကြေးနေလည်း ထိခိုက်တယ်၊

ကုန်ဆုံးတယ်။ ပွဲလမ်းသဘင်ကြိုက်လို့ ပွဲသဘင်မှာ အချိန်ဖြုန်းသည့်အတွက်ကြောင့် အလုပ်အကိုင်လည်း ထိခိုက်လာတယ်ပေါ့။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဒါကလည်း အပြစ် (၆) မျိုးလို့ဟောတာ။ ဒီလို ကပွဲသွားတာက အပြစ်တစ်ခု, သီချင်းဆိုတာသွားနားထောင်တာအပြစ်တစ်ခု, တီးလုံးပွဲ သွားနားထောင်တာအပြစ်တစ်ခု၊ လောင်းကစားပွဲသွားတာက အပြစ်တစ်ခု, Stage Show သွားတာ အပြစ်တစ်ခု, အိုးစည်တီးပွဲ သွားကြည့်တာကအပြစ်တစ်ခု ဆိုပြီးတော့ အပြစ် (၆)မျိုးရှိတဲ့အကြောင်း မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ်နော်။ အဲဒီလို လောကကြီးမှာဆောင်ရမှာနဲ့ ရှောင်ရမှာ။ လူတော် လူကောင်း ဖြစ်ဖို့အတွက်ရှောင်ရမယ့်ကိစ္စတွေ ရှောင်မှသာလျှင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာရနိုင်တာ ဖြစ်တယ်တဲ့။

ဟော - နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် လောင်းကစားပွဲတွေရဲ့ အပြစ်(၆)မျိုးရှိတယ်တဲ့။ နံပါတ်တစ်က ဘာတုန်း "**ဇယံ ဝေရံ ပသဝတိ**" တဲ့။ ကိုယ်က အနိုင်ရလို့ရှိရင် ရန်များတယ်၊ အမုန်းများတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဖဲဝိုင်းမှာ ခေါ်ထိုးမှုတွေဖြစ်တယ်ဆိုတာ ရှိတာပေါ့နော်၊ နိုင်တဲ့လူကိုလည်း ဘေးကလူတွေက မခံချင်ကြဘူးပေါ့။ နိုင်တဲ့လူကိုလည်း ဒုက္ခပေးတာပဲ။ ဒါကြောင့်မို့ နိုင်လို့ရှိရင်လည်း ရန်ပွားတတ်တယ်။ နိုင်သူရန်ပွား။

ရှုံးတဲ့သူကျတော့ဘာဖြစ်လဲ၊ **"ဗိနော ဝိတ္တ မနသောစတိ"** ရှုံးသွားတဲ့ပိုက်ဆံအတွက် စိုးရိမ်သောက ရောက်တယ်တဲ့၊ ဒါ အပြစ်တစ်ခု။ နောက် **"သန္တိဋ္ဌိကာ ဓနဇာနိ"** လက်တွေ့ဘဝမှာပဲ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ ပျက်စီးတယ်တဲ့။ **"သဘာဂတဿ ဝစနံ န ရူဟတိ"** အစည်းအဝေးပွဲတွေမှာ သူပြောတဲ့စကားဟာ မထိရောက်ဘူးတဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆို ဒီလူက ကစားသမား၊ ကစားသမားလို့ လူသိများထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ရဲ့ စကားဟာ ဘယ်တော့မှ မအောင်ဘူး, အဲဒါကို ဆိုလိုတယ်။

နံပါတ်ငါးက **"မိတ္တာမစ္စာနံ ပရိဘူတော"** မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းတွေက သူ့အပေါ်မှာ နှိပ်ကွပ်တယ်တဲ့၊ အေး ဒီကောင့်ပေါင်းရင် ကြည့်ပေါင်း။ ငါ သူ့အကြောင်း ကောင်း ကောင်းသိတယ်။ ဒီလူဟာကစားသမား၊ ဟော- မိတ်ဆွေသင်္ဂဟ အပေါင်းအသင်းတွေက ကောင်းတဲ့ဘက်ကနေ မပြောကြဘူး တဲ့။

နောက်ဆုံးနံပါတ်(၆)ကျတော့ဘာတုန်းဆိုရင် **"အာဝါဟ- ဝိဝါဟကာနံ အပတ္ထိတော"** သားရေး သမီးရေးကိစ္စ၊ အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် သူ့ကိုဘယ်သူမှ မစဉ်းစားဘူး။ "ဒီကောင်က ကစားသမား၊ သားမယားကို ကောင်းကောင်းလုပ်ကျွေးနိုင်မယ့် အနေအထား မရှိဘူး၊ အဲဒီ

တော့ သူနဲ့မပေးစားနဲ့" ဆိုတာတွေ ဖြစ်လာကြတယ်။ ဒါ-မြတ်စွာဘုရား အဲဒီအတိုင်း ဟောထားတာနော်။

အာဝါဟ ဝိဝါဟ ဆိုတဲ့စကားရှိတယ်။ အဲဒီစကားလုံး အဓိပ္ပာယ်က ဘာတုန်း၊ လူတွေကတော့ **အာဝါဟ ဝိဝါဟ** မင်္ဂလာဆိုရင် မင်္ဂလာဆောင်တယ်လို့ပဲ ပြောကြလိမ့်မယ်။ သတို့သမီးကို ဆောင်ယူတာကို **အာဝါဟ** လို့ခေါ်တယ်။ သတို့သမီးကို ဆောင်တယ်ဆိုတာ မိဘအိမ်ကနေ သတို့သားအိမ်ကို ခေါ်ယူလာတာကို **အာဝါဟ**နော်။ **ဝိဝါဟ**ဆိုတာ ဘာတုန်းဆို သတို့သမီးရဲ့ မိဘတွေက သတို့သားအိမ်ကို ပို့ပေးတာ **ဝိဝါဟ**၊ နှစ်ခုပေါင်းပြီးတော့ ပြောတာနော်၊ **အာဝါဟ ဝိဝါဟ**။ ဒါကြောင့်မို့ Bride နဲ့ Bridegroom ပေါ့နော်၊ သတို့သမီးလောင်းကို ခေါ်ယူတာက တစ်ခု၊ သတို့သမီးလောင်းကို ပို့ဆောင်ပေးတာကတစ်ခု၊ အဲဒီနှစ်ခုကို ပေါင်းပြီးတော့ **အာဝါဟ ဝိဝါဟ** ခေါ်တယ်။

မြန်မာပြည်မှာတော့ ဒီထုံးစံမရှိဘူး။ မြန်မာပြည်မှာတော့ ဘယ်လိုလုပ်ကြလဲတော့ မသိဘူး။ အရပ်ထဲမှာ သတို့သမီးက သတို့သားအိမ်လိုက်တာလား၊ သတို့သားက သတို့သမီးအိမ်လိုက်သွားတာလား၊ ကြိုက်သလိုလုပ်ကြတယ်နဲ့ တူပါတယ်နော်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာတော့ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး၊ Dowry စနစ် ရှိတယ်။ Dowry System ဆိုတာ Dowry ဆိုတာ အမျိုးသမီးက တင်တောင်းရတယ်၊ အမျိုးသားတစ်ယောက်ကို အိမ်ထောင်

ပြုချင်ရင် အမျိုးသမီးက တင်တောင်းတယ်။ ဒါ Dowry System လို့ခေါ်တယ်။ မြန်မာပြည်မှာ Dowry မရှိဘူး၊ တတ်နိုင်တဲ့သူက ပေးတယ်နော်၊ ကောင်းတယ်။

အိန္ဒိယမှာတော့ Dowry ရှိတယ်။ Dowry ရှိသည့်အတွက်ကြောင့် မိသားစုတစ်စုမှာ သမီးတွေချည်းမွေးရင်တော့ ဒုက္ခရောက်ပြီသာ မှတ်ပေတော့။ ပိုက်ဆံမတတ်နိုင်လို့ရှိရင် အိမ်ထောင်ချပေးလို့ မရဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ သမီးမမွေးချင်ကြတာ၊ အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စတွေမှာ အရှုံးခံရတယ်။ မြန်မာပြည်မှာ အဲဒီလိုမရှိတဲ့ Tradition က အင်မတန်မှ ကောင်းတယ်လို့ ခေါ်မှာပဲနော်။ မေတ္တာလမ်းခင်းပြီး မြန်မာပြည်မှာတော့ သွားတယ်ထင်ပါရဲ့။ ရွှေကြိုးငွေကြိုးနဲ့ သွားတယ်ထင်ပါရဲ့။ Dowry နဲ့သွားတာ ဟုတ်မယ်မထင်ပါဘူးနော်။

ဗမာရဲ့ System က ချီးမွမ်းစရာ အများကြီးရှိတယ်။ အမျိုးသမီးတွေ အိမ်ထောင်ပြုတဲ့အခါ အမျိုးသားနာမည်ယူစရာမှ မလိုတာလေ။ အနောက်နိုင်ငံတွေ၊ ဥရောပနိုင်ငံတွေကတော့ သူ့နာမည်စွန့်ပြီးတော့ အမျိုးသား နာမည်နောက်ကိုလိုက်ပြီးတော့ ယူရတာ။ အနည်းဆုံး နာမည်ဖြစ်ဖြစ် နောက်ကနေ လိုက်ရတာ။ မြန်မာပြည်မှာတော့ ကိုယ်ကြိုက်တာ ကိုယ်လုပ်လို့ရတယ်။ Remain လုပ်လို့ရတယ်။ အလွန် လွတ်လပ်မှုရှိတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ ဗမာတွေကို ရွှေလို့ ခေါ်တာ လား မသိဘူး။ Golden ရွှေလား၊ စောင်းသွားတဲ့ရွှေလားမသိဘူး။ လမ်းကြောင်း မတည့်ဘဲနဲ့ စောင်းသွားလို့ ရွှေခေါ်တာလားနော်။ အဲဒီလို အဓိပ္ပာယ်ဟာ တကယ့်ကို Gold ရွှေဆိုရင်တော့ ကောင်းတာ ပေါ့နော်၊ တန်ဖိုးရှိတာပေါ့။ အဲဒါက လောင်းကစားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အပြစ်(၆)မျိုးတဲ့။

ဟော နောက်တစ်ခုက မိတ်ဆွေယုတ်နဲ့ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံမှုကြောင့် ဖြစ်နိုင်တဲ့ အပြစ် (၆)မျိုးတဲ့။ ဘာလဲလို့ဆိုရင် သူပေါင်းတဲ့သင်းတဲ့ လူတွေဟာ လူကောင်းမရှိဘူး။ သူပေါင်းတဲ့ သင်းတဲ့ လူက လူဆိုး (၆)ယောက်ပဲ၊ (၆)မျိုးကို ပေါင်းတာ။ ဘာတုန်းဆိုတော့ (၁) **ဓုတ္တ**–တဲ့၊ အရက်သမား ကစားသမား သူပေါင်းရင် သူနဲ့အပေါင်းအသင်းဟာ အရက်သမား ကစား သမားဖြစ်တယ်။ (၂) **သောဏ**–တဲ့၊ သူ့ရဲ့ မိတ်ဆွေဟာ မဟုတ်တရုတ် ကာမဂုဏ်လိုက်စားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲဖြစ်တယ်။ (၃) **ပိပါသ**– အရက်သေစာ သောက်စားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်တယ်။ (၄) **နေကတိက**– အတုလုပ်ပြီးတော့ လိမ်ညာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေ ဖြစ်တယ်တဲ့၊ (၅) **ဝဉ္စနိက**– သူများကို လှည့်စား ပြီးတော့ ခိုးတတ် ဝှက်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးပဲ ဖြစ်တယ်။ (၆) **သာဟသိက**– အနုကြမ်းစီးတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေ ဖြစ်တယ်

တဲ့။ အနိုင်အထက်လုပ်ပြီးတော့ သူများပစ္စည်းကို မရ,ရအောင် ယူတတ်တယ်။

အဲဒီတော့ သူပေါင်းတဲ့ မိတ်ဆွေတွေက ကောင်းတဲ့လူ တစ်ယောက်မှ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ **ပါပမိတ္တ** ဆိုတာ မကောင်းတဲ့ လူတွေနဲ့ပေါင်းတာ၊ မကောင်းတဲ့လူတွေဆိုတာ ဘာတုန်း **ဓုတ္တ–** အရက်သမား ဘိန်းသမား၊ **သောဏ–** ကာမဂုဏ်လိုက်စားတဲ့သူ၊ **ပိပါသ–** အရက်သေစာ အမြဲတမ်း တမြဲမြဲလေးနဲ့ နေတဲ့လူ၊ **နေကတိက–** အတုလုပ်ပြီးတော့ အသက်မွေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။

အတုလုပ်တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မနေ့က မေးခွန်း တစ်ခု တက်လာတယ်။ ဒကာမကြီးတစ်ယောက်ကမေးတယ်၊ “အရှင်ဘုရားတဲ့၊ သွားအတုလုပ်တာရော **အဒိန္နာဒါန** ဖြစ်ပါ သလား” တဲ့ မေးတယ်။ “အေး အဲဒါ အဒိန္နာဒါန ဖြစ်ရင်တော့ ဘုန်းကြီးက သွားအစစ်ပဲပေးမယ်၊ ယူမလား”လို့။ သွားအစစ်က ရေဝေးကို မှာထားရင် ရတယ်လေ။ အဲဒီကျတော့မှ မလုပ်ပါနဲ့၊ အတုပဲယူတော့မယ်တဲ့။

အတုလုပ်ပြီး အပြစ်မဖြစ်တာတော့ သွားတုတို့၊ ဆံတုတို့၊ မျက်တောင်တုတို့ကျတော့ အပြစ်မဖြစ်ဘူး။ ကိုယ်ကြိုက်လို့ အတုယူတာ၊ အစစ်မယူရဲဘူးလေ။ အစစ်လိုချင်ရင်တော့ ရေဝေးကို မှာထားပေါ့၊ မှာထားရင်ရပါတယ်။ သွားအစစ်

တပ်ချင်ရင် အဲဒီမှာ မှာထားလို့ရတယ်။ အေး-အဲဒီဟာက အတုနဲ့ပတ်သက်တာ။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုလို့ရှိရင် **ပျင်းရိခြင်းရဲ့ အပြစ် (၆)မျိုး** တဲ့။ ပျင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က အပြစ်(၆)မျိုး၊ ဒါကတော့ ဆင်ခြေ (၆)မျိုးလို့ ပြောလို့ရတယ်။ ပျင်းပြီဆိုတဲ့လူက (၁) အေးလို့ရှိရင်လည်း အေးလွန်းလို့ ဆင်ခြေပေးတာ၊ (၂) ပူတဲ့အခါ ကျတော့လည်း ပူလွန်းလို့ဆိုပြီးတော့ နားချင်တယ်၊ (၃) မိုးချုပ်သွားလို့ရှိရင်လည်း နောက်ကျသွားပြီ ဆိုပြီးတော့ အပျင်းထူပြန်တယ်၊ (၄) မနက်အိပ်ရာထကျတော့လည်း စောသေးတယ်ဆိုပြီး အပျင်းထူပြန်တယ်၊ (၅) ထမင်းဆာလို့ဆိုပြီးတော့ အပျင်းထူတယ်၊ (၆) ဗိုက်လေးနေလို့ ဆိုပြီးတော့ အပျင်းထူတယ်၊ ဟော (၆)မျိုး။

တစ်ခါတုန်းက ရွာတစ်ရွာမှာ အလှူကြီးပေးနေတာ၊ ဧည့်သည်တစ်ယောက်က ရောက်လာသတဲ့၊ ရောက်လာပြီးတော့ သူက စကားကလည်း ကောင်းကောင်းပြောတာပေါ့လေ။ "ကျုပ်ဗျာတဲ့- ဒီအလှူကြီး အားကျလိုက်တာတဲ့၊ ဝိုင်းပြီးတော့ ဝေယျာဝစ္စတွေ လုပ်ချင်တာတဲ့၊ ကျုပ် ကုသိုလ်ရချင်တာ။ ဒါပေမယ့် ထမင်းကမစားရသေးဘူးဗျာ၊ ဗိုက်ဆာနေလို့"ဆိုတာနဲ့ ဟာ- ဒီလူတော့ သဒ္ဓါတရားရှိတယ်နဲ့တူတယ်လို့ဆိုပြီး လာစားလိုက်စားလိုက်၊ ဘုန်းကြီးတွေ မကျွေးခင် သူ့ကိုအရင် ကျွေးလိုက်တာ။ ကျွေးလည်းပြီးရော ဝေယျာဝစ္စများ လုပ်မလား

အောက်မေ့မယ်၊ "ဗိုက်လေးလို့"တဲ့၊ အဲဒီကျတော့ အလုပ်မလုပ်နိုင်ပြန်ဘူး။ အဲဒါ ပျင်းတဲ့လူရဲ့ ဆင်ခြေလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီဆင်ခြေ (၆)မျိုးနဲ့နေပြီ ဆိုလို့ရှိရင်တော့ စည်းစိမ်ဥစ္စာတိုးပွားဖို့ မရှိဘူးတဲ့။ အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမထားတာလေးရှိတယ်။ အဲဒါလေးကို နာယူမှတ်သားဖို့ လိုတယ်ပေါ့။

န ဒိဝါ သောပ္ပသီလေန– စီးပွားရှိနေတဲ့၊ အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စတွေ လုပ်ကိုင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာတဲ့ နေ့ အိပ်တတ်တယ်တဲ့။ **ရတ္တိမုဋ္ဌာနဒေဿိနာ**– ညကျတော့ ထရမှာ ပျင်းတယ်တဲ့။ **နိစ္စံ မတ္တေန သောဏ္ဍေန**– အမြဲတမ်း မူးနေတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာတဲ့ အိမ်ထောင်ရေးတစ်ခုကို မထိန်းသိမ်းနိုင်ဘူးတဲ့။ နေ့ကိုအိပ်တယ်၊ ညကျတော့ အိမ်ရာက ထရမှာပျင်းတယ်၊ အမြဲတမ်းလည်း မူးနေတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ဘယ်လိုမှ အိမ်ထောင်ရေးကို မထိန်းသိမ်းနိုင်ဘူးတဲ့။

ဟော ခုနက ပျင်းတဲ့လူကျတော့ အေးလွန်းတယ်၊ ပူလွန်းတယ်၊ မိုးချုပ်လွန်းတယ်၊ စောလွန်းတယ်၊ ဆာလွန်းတယ်၊ ဗိုက်တင်းလွန်းတယ် ဆိုတဲ့ အကြောင်းတွေပြပြီးတော့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကိုတဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ စီးပွားဥစ္စာတွေက သူ့ကို စွန့်ခွာသွားမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်နည်းနဲ့မှ မကြီးပွား

နိုင်ပါဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားက ရှောင်ရန် ကိစ္စတွေကို အခုလို ဟောကြားခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ် အပေါင်းတို့၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ အဆုံးအမဟာ လက်တွေ့ကျတဲ့ အဆုံးအမသာ ဖြစ်တယ်။ မဖြစ်နိုင်တာကိုပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖြစ်နိုင်တာတွေကို ပြောတာ။ မဖြစ်တာတွေကိုပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖြစ်နေတာတွေကို ပြောတာနော်။ လောကကြီးမှာ ဖြစ်ပျက်နေတယ်ဆိုတာ လူတိုင်းလူတိုင်း အကုန်သိနိုင်တယ်ပေါ့။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ လူတိုင်းသိနိုင်တဲ့ အပြစ်အနာအဆာတွေ ရှိတာကို သတိထားပြီးတော့ အဲဒီ အပြစ်မျိုးတွေ မဖြစ်ကြရလေအောင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း မိမိဘဝကြီးပွားတိုးတက်ရေးကို အသိဉာဏ်ရှိရှိနဲ့ ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

(သာဓု ... သာဓု ... သာဓု)

မြတ်မုနိ၏ လောကဝိဇယ လမ်းစဉ်
အပိုင်း(၃)

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၆-ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၄-ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း(၁၃)ရက်၊ ၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ (၂၈)ရက်၊ စင်္ကာပူနိုင်ငံ Arina Country Club တွင် ဓမ္မ Down Load မိသားစုမှ ဦးစီး၍ စင်္ကာပူနိုင်ငံရောက် အလှူရှင် ဒါယကာ/ဒါယိကာမအပေါင်းတို့ စုပေါင်းကျင်းပ အပ်သည့် ဓမ္မသဘင်အခမ်းအနားဝယ် ဟောကြားအပ်သော **"မြတ်မုနိ၏ လောကဝိဇယလမ်းစဉ်၊ အပိုင်း(၃)"** အကြောင်းတရားဒေသနာတော်။

မိမိတို့ဘဝ မိမိတို့ လောကမှာ လူတိုင်း လူတိုင်း အောင်မြင်မှု ရကြတာမဟုတ်ဘူး။ ဘဝမှာ ကျဆုံးသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီးရှိတယ်။ ကျဆုံးသွားတယ်ဆိုတာ အကြောင်းမဲ့ ကျဆုံးတာတော့မဟုတ်ဘူး။ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ အကြောင်းတရားတွေကြောင့် ကျဆုံးသွားတာသာ ဖြစ်တယ်။ လောကမှာ ကြီးပွားတိုးတက် အောင်မြင်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လည်းရှိတယ်။ အောင်မြင်သွားတယ်ဆိုတာ အကြောင်းမဲ့ အောင်မြင်တာလည်းမဟုတ်ဘူး။ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ကောင်းမြတ်တဲ့

အကြောင်းတွေရဲ့ အထောက်အကူပေါ်မှာ အခြေပြုပြီးတော့ ဘဝမှာ အောင်မြင်မှုတွေရကြတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ဘဝမှာ ကျဆုံးမှု မဖြစ်အောင်၊ အောင်မြင်မှုရအောင်လို့ ဆိုပြီးတော့ ဒီသုတ္တန်မှာဟောထားတာ၊ **လောကဝိဇယာယ ပဋိပဒ္ဒော** တဲ့။ ဒီလမ်းစဉ်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးပြီဆိုလို့ရှိရင် လောကမှာ အောင်မြင်မှုတွေရရှိနိုင်တယ်လို့ ဒီလိုဟောထားတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့်မို့ အောင်မြင်ချင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ ဆောင်ရမှာနဲ့ ရှောင်ရမှာ ဒီ(၂)မျိုးထဲက ဆောင်ရမှာကို ဆောင်ပြီးတော့ ရှောင်ရမှာကို ရှောင်မှသာလျှင် အောင်မြင်ကြီးပွားမှုဆိုတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

အဲ့ဒီလို ဆောင်ရန်ရှောင်ရန်တွေကို ရှင်းပြပြီးတဲ့အခါမှာ လောကလူတွေဟာ တစ်ယောက်တည်းနေတာ မဟုတ်ဘူး။ **"လူဆိုတာ အပေါင်းအသင်းနဲ့နေတတ်တဲ့ သတ္တဝါဖြစ်တယ်"**လို့ ဆိုကြတာ။ ဘဝတစ်ခုရလာတဲ့အချိန်မှာကိုပဲ မိသားစုဆိုတဲ့ Society အတွင်းကိုဝင်ရောက်လာခြင်း ဖြစ်တယ်ပေါ့။ မိသားစုကနေ တဖြည်းဖြည်းတိုးချဲ့လိုက်တဲ့အခါ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းတွေ၊ နောက် တိုးချဲ့လိုက်တဲ့အခါမှာ မိမိနေထိုင်တဲ့ ရပ်ကွက်သူ/ရပ်ကွက်သားတွေ၊ မြို့သူ/မြို့သားတွေ၊ နောက် တစ်နိုင်ငံလုံးဆိုတာလို လူတွေမှာ အပေါင်းအသင်းဆိုတာ ရှိတယ်ပေါ့နော်။ ကျယ်ပြန့်ရင် ကျယ်ပြန့်သလောက် လူတွေမှာ

ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုဆိုတာများလာတယ်။ သို့သော် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရသူတိုင်း လူကောင်းချည်း မဟုတ်သလို လူဆိုးချည်းလည်း မဟုတ်ဘူး။

ဒါကြောင့်မို့ ဘဝတစ်ခုရလာလို့ရှိရင် မြတ်စွာဘုရားက ကြီးပွားတိုးတက်ဖို့ဆိုတဲ့ မင်္ဂလာတရားကို ဟောတဲ့အခါမှာ **အသေဝနာ စ ဗာလာနံ၊ ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ။** Associate လုပ်တဲ့အခါမှာ အသိဉာဏ် ကင်းမဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို Associate မလုပ်နဲ့တဲ့။ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ Associate လုပ်ပါ။ **"အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ မိတ်ဆွေဟာ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ ရန်သူထက် ကြောက်စရာကောင်းတယ်"** လို့ ဒီလိုဆိုတာနော်။ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ ရန်သူကမှ တော်သေးတယ်၊ အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ မိတ်ဆွေက အင်မတန် ကြောက်စရာကောင်းတယ်လို့ ဒီလိုပြောတာ။

ငါးရာ့ငါးဆယ်ဇာတ်ထဲမှာ အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ လုပ်ရပ်ကြောင့် ဒုက္ခရောက်သွားတာတွေ မှတ်တမ်းတင်ထားတာ ရှိတယ်လေ။ သားအမိ(၂)ယောက် ဆန်ဖွပ်နေတဲ့ အချိန်မှာ အမေ့ နဖူးမှာ မှက်ကြီးက ဝင်တွယ်ပြီးကိုက်တယ်၊ အဲ့ဒီလိုကိုက်တော့ 'သမီးရယ် ငါ့နဖူးမှာ မှက်ကြီးကိုက်နေတယ်၊ မောင်းစမ်းပါ' ဆိုတော့ အနားမှာရှိတဲ့ ကျည်ပွေ့နဲ့ မှက်ကို ထုလိုက်တာ၊ မှတ်ရယ်လို့ထုလိုက်တာ အမေနဖူးကွဲပြီး သေသွားတယ်။

အဲဒါ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုလို့ရှိရင် အသိဉာဏ်မရှိလို့ပဲနော်။ အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ မိတ်ဆွေဟာ သိပ် ကြောက်စရာကောင်းတယ်လို့။ ဘာလုပ်လုပ် ဒီဆုံးဖြတ်ချက်ဟာ မှားမှားယွင်းယွင်းတွေ ဆုံးဖြတ်သည့်အတွက်ကြောင့် အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ မိတ်ဆွေသည် အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ ရန်သူထက် ကြောက်စရာကောင်းတယ်လို့ ဒီလို ဆိုလိုတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဘဝမှာ ကြီးပွားတိုးတက်ရေး၊ အောင်မြင်ရေးအတွက် အပေါင်းအသင်း မိတ်ဆွေဆိုတာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ **"မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း"** ဆိုပြီးတော့ ဟောကြားထားတဲ့ တရားတစ်ပုဒ်ရှိတယ်။ အဲဒီတော့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းကို ရွေးချယ်တဲ့အခါမှာ မကောင်းတဲ့ မိတ်ဆွေတွေဆိုတာ ဘယ်လို မိတ်ဆွေမျိုးတွေလဲ၊ ဘယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကိုရှောင်ရမှာလဲ၊ အပြောနဲ့တင် လွှမ်းရတဲ့လူမျိုး ပေါင်းရမှာလား။ တချို့က အင်မတန်မှ နှုတ်ချိုတယ်၊ တကယ့်ကို မိတ်ဆွေအရင်းအချာလို စကားပြောတာ ယဉ်ကျေးတယ်၊ ချစ်ခင်ဖွယ်ရာ ပြောတတ်တယ်၊ လုပ်တဲ့အခါမှသာ တလွဲ လုပ်တာမျိုး ဖြစ်တတ်တယ်ပေါ့။

အဲဒီတော့ မိတ်ဆွေကိုပေါင်းမယ် ဆိုလို့ရှိရင် မြတ်စွာဘုရားက ဒီသုတ္တန်မှာ **မပေါင်းရမယ့် မိတ်ဆွေတု(၁၆)ယောက်**ကို ဖော်ပြထားတယ်။ လောကမှာ ကြီးပွားအောင်မြင် တိုးတက်

ချင်တယ် ဆိုလို့ရှိရင် မပေါင်းရမယ့် မိတ်ဆွေတု(၁၆)ယောက်ကို မပေါင်းဘဲနဲ့ **ပေါင်းရမယ့်မိတ်ဆွေအစစ်(၁၆)ယောက်**ကို အမှီပြုပြီးတော့ လောကကြီးပွားရေးကို ဆောင်ရွက်ပါလို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

အဲဒီတော့ မိတ်ဆွေအတု၊ မိတ်ဆွေအတုဆိုတာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကိုမပေးဘူး၊ ကြည့်လိုက်တော့ မိတ်ဆွေပဲ။ သို့သော်လည်း အမှန်အကန်မဟုတ်ဘူး။ ဆိုပါစို့ ရွှေစစ်နဲ့ရွှေတု ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင်တော့ အရောင်ကတော့ လက်လက် လက်လက်နဲ့ ရွှေရောင်ပဲ၊ တစ်ခါတစ်ခါ ရွှေတုကတောင် ပိုပြီးတော့ အရောင်လက်နေတတ်တယ်။ စိန်တုနဲ့ စိန်စစ်၊ စိန်အစစ်ထက် စိန်အတုက ပိုပြီး အရောင်တွေ ဖိတ်ဖိတ် တောက်နေတာ၊ လူကြိုက်စရာဖြစ်တယ်။

တစ်ခါတရံ မိတ်ဆွေတုကလည်း အဲဒီအတိုင်းပဲ။ အစစ်နဲ့ ဆင်ဆင်တူလို့ အတုလို့ခေါ်တာဖြစ်တယ်ပေါ့။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ မိတ်ဆွေတုဆိုတာ အစစ်နဲ့ရောထွေးနေတတ်တာ ဖြစ်သောကြောင့် ကွဲကွဲပြားပြား နားလည်အောင် မြတ်စွာဘုရားက မိတ်ဆွေတု(၁၆)ယောက်ကို ရှင်းပြထားတာရှိတယ်ပေါ့။ အမည်နာမ မမှတ်မိချင်နေပါစေနော်၊ သဘောထားကိုမှတ်မိသွားရင် ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ မိတ်ဆွေအစစ်၊ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ မိတ်ဆွေအတုဆိုတာကို သတိထားတတ်ဖို့ပါနော်။

မိတ်ဆွေတု

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက မိတ်ဆွေတုဆိုတာကို ခွဲခြားတဲ့အခါမှာ Out line ကလေး အရင်ပေးလိုက်တယ်။ ခေါင်းစဉ်းလေးတွေ ပေးပြီးတော့မှ **မိတ်ဆွေအတု(၄)ယောက်**ကို ဖော်ပြထားတယ်။

အဲဒီမှာ နံပါတ်(၁)မိတ်ဆွေတုက အယူသက်သက် အပေးမဖက်တဲ့ အယူသက်သက်မိတ်ဆွေတဲ့။ ကိုယ့်ဆီက ရစရာရှိရင် ယူရုံပဲယူတတ်တယ်၊ သူက ဘာမှပေးတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ "**အညဒတ္ထုဟရ**"လို့ ပါဠိလို ခေါ်တယ်၊ အယူသက်သက်ပဲ၊ သူကချည်းပဲယူသွားတယ်။ ကော်ဖီဆိုင်သွားတယ်နော်၊ ကော်ဖီဆိုင်သွားရင် ကိုယ်ကပဲချေလိုက်ရတယ် အမြဲတမ်း။ Ice Cream သွားစားတယ်၊ ကိုယ်ကပဲပိုက်ဆံပေးလိုက်ရတယ်၊ သူက ဘယ်တော့မှမရှိဘူး။ အိတ်စမ်းပြီး ဟာ . . . ပိုက်ဆံပါမလာလို့လို့ ပြောချင်ပြောသွားမှာပေ့ါနော်။ သူကကျွေးတယ်လို့ကို မရှိဘူး၊ သူများကျွေးတာ လိုက်စားတတ်တယ်တဲ့။ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးက **အညဒတ္ထုဟရ** တဲ့။ အယူသမားသက်သက်ပဲလို့ ဒီလိုပြောတာ။

(၂) နောက်တစ်ယောက်က ဘာတုန်းဆိုရင် "**ဝစီပရမ**" တဲ့။ အပြောသက်သက်နဲ့ ညှော်ခံတဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးတဲ့။ အပြောသက်သက်နဲ့ ညှော်ခံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ အပြောပဲ လက်မပါဘူးလို့ ဆိုလို

တယ်။ ပြောရုံပြောတာ လက်မပါဘူး။ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးလည်း သတိထားရမယ်။

(၂) "**အနုပ္ပိယဘာဏီ**" အကြိုက် လိုက်ပြောတတ်တဲ့ မိတ်ဆွေ။ ဘာဖြစ်ဖြစ် အကြိုက်လိုက်ပြောတယ်။ ဟုတ်တယ် ဆိုလည်း အကြိုက်လိုက်ပြော။ မဟုတ်ဘူးဆိုလည်း အကြိုက် လိုက်ပြော။ "မှန်ပါ့ဘုရား မှန်ပါ့ဘုရား"ဆိုတဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးပေါ့။ ဟိုလိုပြောလည်းအကောင်း၊ ဒီလိုပြောလည်း အကောင်းနော်။ အဲဒီလိုမိတ်ဆွေမျိုးကို "**အနုပ္ပိယဘာဏီ**" အကြိုက်ကို လိုက်ပြော တတ်တဲ့ မိတ်ဆွေတဲ့။

(၄) "**အပါယသဟာယ**" တဲ့။ ပျက်စီးဆုံးရှုံးဖို့ကိစ္စမှာ အမြဲတမ်း အဖော်လိုက်တတ်တယ်။ အဲဒီလူက တရားပွဲခေါ်ရင် တော့ အဖော်မလိုက်ဘူးနော်။ စတိတ်ရှိုး အဖော်ခေါ်ရင်လည်း လိုက်တယ်။ အရက်ဆိုင် အဖော်ခေါ်ရင်လည်း လိုက်တယ်။ ဘယ်နေရာ သွားရသွားရ လိုက်တယ်။ အနုကြမ်းသွားစီး ရအောင် ဆိုလည်း လိုက်တယ်။ အဲဒီလိုမိတ်ဆွေမျိုးတဲ့။ အဲဒါ **အပါယသဟာယ** တဲ့။

ဒီဟာက Out line အနေနဲ့ချပြီးတော့ ပြောတာနော်။ General Point ကို မြတ်စွာဘုရားပေးပြီးတော့ **အညဒတ္ထုဟာရ** အယူသက်သက်၊ ကိုယ်က ဘယ်တော့မှ မပေးဘူး၊ အယူ

သက်သက် မိတ်ဆွေလို့ ထပ်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက (၄)မျိုး ထပ်ခွဲပြီးတော့ပြတယ်။

(၁) အညဒတ္ထုဟရ ဆိုတာ အယူသက်သက်ပဲ၊ သူက ဘယ်တော့မှမပေးဘူး၊ ရအောင်သာယူသွားမယ်။ ရအောင်သာ ယူသွားတယ်။ ကိုယ့်ဆီကပါသွားတာချည်းပဲ။ ဘယ်တော့ဖြစ်ဖြစ် နော်။ ကိုယ်က ရလိုက်တာလို့ တစ်ခုမှမရှိဘူး။ အဲဒီမိတ်ဆွေ မျိုးတဲ့။

(၂) နောက်တစ်ခုက **အပ္ပေန ဗဟုမိစ္ဆတိ** တဲ့။ နည်းနည်း လေး ပေးပြီးတော့ အများကြီးရချင်တဲ့မိတ်ဆွေမျိုးတဲ့။ တစ်ချို့က ကိုယ်က နည်းနည်းလေးပေးတာ၊ ပေးပြီးတော့ ပြန်တောင်း သွားတာကျတော့ ပိုများတယ်။

တစ်ခါတုန်းက လူတော့ ဖော်မပြောတော့ပါဘူးနော်၊ တကယ့်လက်တွေ့ကြုံရတာတစ်ခု ပြောပြမယ်။ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ ကို သွားတဲ့အခါ သူက ပလာစတာ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်လေးကို လက်ဆောင်ပေးတယ်။ ပလာစတာနဲ့ လုပ်ထားတဲ့ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွား တော် လက်ဆောင်ပေးပြီးတော့ ဘာပြန်တောင်းတုန်းဆိုတော့ နော်၊ Marbel Stone နဲ့ထုတဲ့ ရုပ်ပွားတော်ကို လက်ဆောင် ပြန်တောင်းတယ်။ Marbel Stone ကဈေးကြီးတယ်လေ။ Plaster က ဈေးမကြီးဘူး။ အဲ Plaster လက်ဆောင်လေးပေးပြီးတဲ့ အခါမှာ Marbel Stone ဗုဒ္ဓ Statue ကို ရအောင်တောင်းတယ်။

အဲဒါမျိုးတွေ မရှိဘူးလို့ မအောက်မေ့နဲ့။ ဘုရားဟောထားတာ တကယ်ရှိတယ်နော်။ တကယ်ရှိတာ။ ကိုယ်က နည်းနည်းလေး ပေးပြီးတော့ အများကြီးပြန်တောင်းသွားတယ်။ ပြန်ယူသွားတယ်။ အဲဒီလိုဟာမျိုးတွေရှိတယ်တဲ့။

(၃) နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်း "**ဘယဿ ကိစ္စံ ကရောတိ**" သူ့မှာ အန္တရာယ်ကြုံနေလို့ရှိရင် အို - ဘာလုပ်လဲ ဆိုလို့ရှိရင် ဘာခိုင်းခိုင်းအကုန်လုပ်ပေးတယ်။ မျှော်လင့်ချက်နဲ့ လုပ်ပေးတာလေ။ သူ့မှာ အခက်အခဲကြုံနေလို့ရှိရင် တစ်ဖက်သားကို ဘာပဲလုပ်ပေးရလုပ်ပေးရ အားလုံးကြုံးပြီးတော့ လုပ်ပေးတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကိုယ့်အခက်အခဲကြောင့် မို့လို့ လုပ်ပေးတာ။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလဲ ရှိတယ်တဲ့။

(၄)နောက်တစ်ခုကဘာတုန်း "**သေဝတိ အတ္ထကာရဏာ**" လူကိုပေါင်းတာဟာ သူ့ကိုယ်ကျိုးစီးပွားအတွက်ပေါင်းတာ။ အဲဒီလို မိတ်ဆွေမျိုး။ ကိုယ့်အကျိုးစီးပွားအတွက်ပေါင်းတာ။ ဩော်- သူကတော့ ဘာလုပ်ပေးနိုင်တယ်၊ အဲဒီတော့ ငါ့ကို ဘာလုပ်ပေးမှာပဲ ဆိုပြီးတော့ ရင်းနှီးအောင်ပေါင်းတယ်ပေါ့။

ဥပမာမယ် ရာထူးရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် သူ့ဆီက ဘာပြန်ယူမယ်၊ ဘယ်လိုအခွင့်အရေးတွေ ရနိုင်တယ် ဆိုတာကို ကြည့်ပြီးတော့ ပေါင်းတယ်ပေါ့။ ပိုက်ဆံချမ်းသာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း အဲဒီလို ပေါင်းတယ်။ ရာထူးကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း အဲဒီလိုပေါင်းတယ်။

ပေါင်းတာ ကိုယ့်အတွက်ပေါင်းတာ၊ သူ့အတွက် ပေါင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ရလိုရေးကြောင့် ပေါင်းသင်းတာမျိုးတဲ့။ အဲဒီလို မိတ်ဆွေမျိုးတွေက မိတ်ဆွေအတုသာ ဖြစ်ပါတယ်တဲ့၊ သတိထားပြီးတော့ ဆက်ဆံပါလို့ ဒီလိုပြောတာနော်။ အကယ်၍ သတိထားပြီးဆက်ဆံမှုမပြုရင် ကိုယ့်ဆီကပဲ ပါသွားမှာပဲ၊ ဘာမှပြန်ရမှာမဟုတ်ဘူးတဲ့၊ ဒီလိုဆိုတယ်။ ဒါက **အညဒတ္ထုဟရ** မိတ်ဆွေ(၄)မျိုးကို ပြောတာ။

နောက်တစ်ခု“**ဝစီပရမ**”မိတ်ဆွေတဲ့၊ ဒါလည်း(၄)ယောက် ရှိတယ်။ **ဝစီပရမ** ဆိုတာ နှုတ်သက်သက်၊ လက်မပါဘူးလို့ ပြောတာနော်။ အပြောသက်သက်၊ အပြောကတော့ ပလော ထက်ချိုတယ် ဆိုတဲ့သူမျိုးပေါ့နော်။ အလုပ်ကျတော့ လုံးဝ မပါဘူး။ လက်မပါဘူး။ အပြောလေးနဲ့။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးက ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်တုန်းဆိုတော့ -

(၁) “**အတီတေန ပဋိသန္ထရတိ**” တဲ့။ အတိတ်နဲ့ ဧည့်ခံ တယ်တဲ့နော်။ အတိတ်နဲ့ဧည့်ခံတယ်ဆိုတာ အတိတ်ဆိုတာ ပြီးခဲ့ပြီးသား။ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်အိမ် သွားလည်မယ်၊ “သူငယ်ချင်း မနေ့က မင်းကိုငါမျှော်နေတာကွာ၊ ငါတို့အိမ် ကြက်သားဟင်း ချက်ထားတာ၊ မင်းမလာဘူး။ ဒီနေ့တော့ မင်း ကံပဲ၊ ချဉ်ပေါင်ဟင်းပဲ ရှိတော့တယ်” ဟော - အတိတ်နဲ့ ဧည့်ခံတယ်လို့ပြောတာ အဲဒါ။ ပြီးခဲ့တဲ့ဟာနဲ့။ “အေး-မနှစ်တုန်း

ကကွာ ငါ့စီးပွားတွေကောင်းတာ၊ အဲဒီတုန်းကဆိုရင် မင်းကိုငါ ကူညီနိုင်ပါတယ်၊ အခုတော့ ငါ့ကိုယ်တိုင်ကလည်း အလုပ်က ဒီနှစ်သိပ်အဆင်မပြေဘူးကွ” ဟော - အတိတ်နဲ့ ညှော်ခံလိုက်တာလေ။ အဲဒီလို အတိတ်နဲ့ညှော်ခံပြီးတော့ ဘာတစ်ခုမှပေးတာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါကို **“ဝစီပရမ”** မိတ်ဆွေလို့ခေါ်တယ်။ အပြောသက်သက်နဲ့ လက်မပါဘဲနဲ့ ကူညီတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတဲ့။ ဒီလိုမိတ်ဆွေမျိုးတွေလည်း လောကမှာရှိတတ်တယ်။

(၂) နောက်တစ်ခုက **“အနာဂတေန ပဋိသန္ထရတိ”** တဲ့။ အနာဂတ်မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ညှော်ခံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။ “သူငယ်ချင်းရေ ငါ ဒီနှစ်တော့အလုပ်အကိုင်လေးအဆင်ပြေတယ်၊ နောက်နှစ်ခါ ကျရင်တော့ မင်းကိုငါ ကူညီနိုင်လိမ့်မယ် ထင်ပါတယ်” “နောက်နှစ်ကျရင် မင်းကိုငါကူညီမယ်၊ ဒီနှစ်တော့ငါကျပ်နေသေးတယ်၊ ဒါပေမယ့် ငါ့အလုပ်က တော်တော်အဆင်ပြေမယ်လို့ထင်တယ်” အနာဂတ်နဲ့ညှော်ခံထားတာ။ ချွေးသိပ်ထားတာ။ နောက်နှစ်ခါ သွားရင်တော့ ကူညီချင်မှ ကူညီမှာပေါ့၊ ဒီလိုဆိုတာနော်။ အဲဒါက တစ်ယောက်တဲ့။

(၃) နောက်တစ်ယောက်က ဘာတုန်းဆိုရင် **“နိရတ္ထကေန သင်္ဂဏှာတိ”**။ ဘာမှမဖြစ်နိုင်တာနဲ့ ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့တဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးတဲ့။ ဘာမှမရှိတဲ့အရာနဲ့ ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့တာ။ အကျိုးမဲ့သက်သက် ဘာမှလုပ်လို့မရတဲ့ အနေထားမျိုးနဲ့

ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့တဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးတဲ့။ ဥပမာမယ် ဟို သူငယ်ချင်းက ထမင်းစားပြီးနေပြီ။ သူစားနေတဲ့အခါကျတော့ ဟိုကစားပြီးမှန်း သိတဲ့အခါကျတော့ ငါထမင်းစားတာ ဝင်စား ပါဦးလားတို့ ဘာတို့ ဒီလိုဖိတ်တယ်နော်။ စားပြီးမှန်းသိလို့ ဖိတ်တာ။ ဗိုက်ပြည့်နေလို့ စားမှာမဟုတ်ဘူးဆိုပြီး ဖိတ်တဲ့ အဖိတ်မျိုး၊ အဲဒါ "**နိုရတ္တကေန သင်္ဂဏှာတိ**" တဲ့။ ဘာမှ အကျိုးမရှိတဲ့အရာနဲ့ ချည်ခံတယ်။

ပြီးတော့ ဘာပြောတုန်း။ သူက ဝတ်လာတဲ့အဝတ်က Latests Design Fashion နဲ့ ဝတ်လာတာ။ ဝတ်လာတယ်။ "သူငယ်ချင်း၊ ငါ အခု ငါဒီတစ်ထည်တည်းရှိလို့၊ နို့မဟုတ်ရင် မင်းကို ငါပေးပါတယ်ကွာ။ ဒီဟာ ငါက လဲစရာပါမလာဘူးနော်။ ငါဝတ်ထားတဲ့အဝတ် မင်းကြိုက်လို့ရှိရင် ငါချွတ်ပေးပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့လူမြင်မတော်ဘူးကွ" ဟိုလူတော့ ဘာမှရမသွား ဘူး။ အပြောနဲ့ပဲ လွှမ်းလိုက်ရတာနော်။ ဟာ သဒ္ဓါတရား ကောင်းလိုက်တာလို့ စိတ်ကတော့ထင်သွားတယ်။ အဲဒါမျိုးကို "**ဝစီပရမ**" လို့ ခေါ်တယ်။

(၄) "**ပစ္စုပ္ပန္နေသု ကိစ္စေသု ဗျသနံ ဒဿေတိ**" တဲ့။ တကယ့် လက်ရှိအနေအထားတစ်ခုကျတော့ အပျက်ကိုပဲ စာရင်းပြတယ်တဲ့၊ သူက စောစောကတော့ ပြောထားတယ်။ "သူငယ်ချင်း၊ ကားလိုရင် ငါ့လာပြော၊ ရတယ်" ဟော တကယ်

လိုလို့ သွားပြောတဲ့အခါကျတော့ အေးကွာ၊ ငါ့ ကားက ဒီနေ့ Work Shop အပ်ထားရတယ်နော်။ ကားက ဘာမကောင်းလို့ ညာမကောင်းလို့နဲ့ Work Shop အပ်ထား တယ်။ အပ်ချင်မှ အပ်မှာ၊ garage ထဲထည့်ထားတာလဲ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ အဲဒါ အပျက်ကိုပြလိုက်တာနော်။ တကယ်လက်တွေ့ကျတော့ ဘာမှ အကူအညီမပေးလိုက်ဘူး၊ အပြောလေးပဲဖြစ်တယ်ဆိုတာ အဲဒါ **"ဝစီပရမ"** မိတ်ဆွေ။

လောကလူတွေထဲမှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဒီအကြောင်း တွေ ပိုသိလောက်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောထား တာနော်။ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးကိုလည်း သတိထားပြီးတော့ ဆက်ဆံ ရမယ်။ မိတ်ဆွေအစစ်မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ အဲဒါအတုအယောင်တွေ၊ ဒီလိုပြောတာ။

နောက်တစ်ခု **"အနုပ္ပိယဘာဏီ"**။ ဘယ်တော့ဖြစ်ဖြစ် အကြိုက်ကိုလိုက်ပြောတတ်တဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးဟာလည်း သတိ ထားရမယ့် မိတ်ဆွေတု တစ်မျိုးထဲတဲ့။ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အကြိုက်ကိုသာလိုက်ပြောတာနော်။ ကြက်သားဟင်းက ကောင်း တယ်ဆိုပြော၊ ဟာ ဟုတ်တယ်၊ ကောင်းတယ် ကောင်းတယ်။ ဝက်သားဟင်းက ကောင်းတယ်ဆိုလဲ ကောင်းတယ် ကောင်း တယ်ပဲ။ သူက အကုန်လုံးဘာဖြစ်ဖြစ် မိတ်ဆွေရဲ့အကြိုက်ကို အားလုံးလိုက်လံပြီးတော့ ပြောတတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တဲ့။ ဘာလုပ်လုပ်

သူ့အကြိုက်ကို လိုက်လိုက်ပြီးတော့ လုပ်တတ်တယ်။

(၁) "**ပါပကံပိဿ အနုအနာတိ**" တဲ့။ မကောင်းတဲ့အလုပ် လုပ်ရင်လည်း ဟုတ်တယ်ဟုတ်တယ် ကောင်းတယ်။ ကောင်းတဲ့ အလုပ်လုပ်ရင်လည်း ကောင်းတယ်၊ ကောင်းတယ်။ ပွဲသွားကြည့် ရအောင် ကောင်းတယ် ကောင်းတယ်။ တရားပွဲသွားရအောင် လည်း ကောင်းတယ် ကောင်းတယ်ပဲ။ သူကတော့ ဘယ်ဟာ ဖြစ်ဖြစ် မကောင်းတာလို့မရှိဘူးနော်၊ အားလုံးကို အကြိုက်ကို လိုက်ပြောတတ်တဲ့ မိတ်ဆွေမျိုး။ အန္တရာယ်ရှိတယ်။ အဲဒီ မိတ်ဆွေမျိုးနဲ့ မပေါင်းသင်းမိစေနဲ့တဲ့။

(၂) နောက်တစ်ခုက "**ပရမ္မုခါဿ အဝဏ္ဏံ ဘာသတိ**" တဲ့။ ရှေ့ကျတော့ ရွှန်းရွှန်းဝေနေအောင် ချီးမွမ်းတတ်တယ်၊ အကောင်းတွေပြောတယ်။ မိတ်ဆွေရဲ့ရှေ့မှာဆိုရင် အကောင်း ပြောတယ်။ ကွယ်လည်းကွယ်လိုက်ရော မေးငေါ့တော့တာ ပဲနော်။

ကြားဖူးတယ် မဟုတ်လား။ လူ (၂)ယောက်ဆုံလို့ စကား ပြောကြပြီဆိုရင် တစ်ယောက်ရဲ့အကြောင်းကို အတင်းပြောကြ တာ၊ Gossip တွေပြောတာ ကြုံဖူးပါလိမ့်မယ်။ (၂)ယောက်က ထိုင်ပြီးစကားပြောရင် သူတို့အကြောင်း ပြောတာနည်းတယ်။ တတိယလူတစ်ယောက်ရဲ့အကြောင်းကို ပြောနေကြတယ်နော်။ ဘယ်သူကဖြင့် ဘယ်လိုဆိုးတာ၊ ဘယ်သူကဖြင့် ဘယ်လိုနဲ့ဆိုပြီး

တော့ ဟိုအပြစ်တွေကိုပြောပြီးတော့နေရင်းကနေ တစ်ယောက်က ကိစ္စရှိလို့ ထသွားလို့ရှိရင် ကျန်ရစ်တဲ့သူက မေးငေါ့ကာ "မင်းလည်း အတူတူပါပဲ" တဲ့။ အဲဒီလို ထသွားတဲ့သူကလည်း သူများသာပြောတာ မင်းလည်းအတူတူပဲ၊ (၂)ယောက်စလုံး အတူတူပဲလို့ မေးထိုးသွားကြတယ်တဲ့။ အဲဒါ ရှေ့ကျတော့ ကောင်းကြောင်းပြောပြီး ကွယ်ရာကျလို့ရှိရင် အပြစ်ပြောကြတဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးတွေ **"အနုပ္ပိယဘာဏီ"** လို့ ခေါ်တယ်တဲ့။

ရှေ့ကျရင် အကောင်းပြောတယ်။ ကွယ်ရာကျတော့ အဆိုးပြောတယ်။ Backbite လို့ခေါ်တယ်။ ကွယ်ရာမှာ အတင်းအဖျဉ်းပြောတာနော်။ အဲဒီ မိတ်ဆွေမျိုးတွေကလည်းပဲ အတုအယောင် မိတ်ဆွေမျိုး ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် သတိထားပါတဲ့။ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံတဲ့အခါမှာ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးတွေကို မပေါင်းမိပါစေနဲ့၊ ဒီလိုဆိုတာ နော်။

(၃) ဟော နောက်တစ်ခု **"အပါယသဟာယ"** ဆိုတာ ပျက်စီးဖို့ရာအတွက် အဖော်လုပ်တဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးတွေကလည်း ကြောက်စရာ။ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးတွေလည်း မပေါင်းပါနဲ့တဲ့။ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးတွေက ဘာတွေတုန်းဆိုရင် အရက်သောက်မယ်ဆိုရင် အဖော်လုပ်တယ်။ မကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ လုပ်မှာဆိုရင် အဖော်လုပ်တယ်။ လမ်းထွက်ပြီး ညမှာ အလုပ်တစ်ခု လုပ်မယ် ဆိုရင်လည်း အဖော်လုပ်တယ်။ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်က

ပွဲသွားမယ် ဆိုရင်လည်း အဖော်လုပ်တယ်၊ Casino တို့ လောင်းကစားသွားမယ် ဆိုရင်လည်း အဖော်လုပ်တယ်။ အဲဒီလို သောက်ဖော် သောက်ဖက်၊ တေဖော် တေဖက်၊ လောင်းဖော် လောင်းဖက်။ အဲဒီလို မိတ်ဆွေမျိုးတွေဟာ မိတ်ဆွေအစစ် မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ကောင်းတဲ့ဘက်ကို ရောက်ဖို့ရာ အင်မတန်မှ ခဲယဉ်းတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ ဒီမိတ်ဆွေမျိုးတွေကို ပေါင်းတဲ့အခါမှာ သတိထားပေါင်းတဲ့။ လောကမှာ ကြီးပွားတိုးတက်ချင်လို့ရှိရင် မိတ်ဆွေတုတွေကို ရှောင်ရမယ်လို့ ဒီလိုပြောတာ။ မရှောင်လို့ရှိရင် ဆိုးကျိုးတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တယ်ပေါ့။ ဒါက ရှောင်ရမယ့် မိတ်ဆွေတု(၁၆)ယောက်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

ကဲ-ဒါဖြင့် အဲဒီမိတ်ဆွေတုတွေ ရှောင်ရမယ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဥပမာ ပြောထားတာဘာတုန်းဆိုရင် အန္တရာယ်ရှိတဲ့လမ်းကို ရှောင်ရန်လိုမယ်ဆိုရင် မသွားဘဲ ရှောင်ပါတဲ့၊ ဒီလိုဟောတာနော်။

အဲဒီတော့ ဘဝမှာ အောင်မြင်ဖို့ရာအတွက် ဒါတွေကို မရှောင်နိုင်ဘူးဆိုရင် အောင်မြင်မှုဆိုတာ ဖြစ်ဖို့ရာ ခက်တယ်နော်။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီလို မိတ်ဆွေအတုအယောင်တွေကို ရှောင်ပြီးတော့ မိတ်ဆွေအစစ်ကိုရှာဖွေပြီးတော့လက်တွဲပါတဲ့။

မိတ်ဆွေစစ်

မိတ်ဆွေအစစ်ကလည်း(၁၆)ယောက်ရှိတယ်။ (၁၆)မျိုး ရှိတယ်ပေါ့နော်။ အဲဒီထဲမယ် Out line လေးကို အရင်ပေးပြီး တော့မှ မြတ်စွာဘုရားဟောတယ်။

(၁) **ဥပကာရ** မိတ်ဆွေတဲ့။ ကျေးဇူးပြုတတ်တဲ့မိတ်ဆွေ။ မိတ်ဆွေစစ်ပဲ။ အမြဲတမ်းကြိုးဆိုတယ်။ ကျေးဇူးပြုတယ်။ **ဥပကာရ** မိတ်ဆွေ။

(၂) **သမာနသုခ ဒုက္ခ**– ဆင်းရဲအတူ ချမ်းသာအတူ စိတ်တူကိုယ်မျှ ဆောင်ရွက်တတ်တဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးတဲ့။ ဟော ချမ်းသာရင်လည်း ပေါင်းမယ်၊ ဆင်းရဲရင်လည်း ပေါင်းတယ်။ ချမ်းသာ ဆင်းရဲကို အပေါင်းအသင်းလုပ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်း ထဲမှာ ဒါကို ထည့်မတွက်ဘူး၊ မိတ်ဆွေကို မိတ်ဆွေလိုပဲ ထား တယ်။ မြန်မာပြည်မှာပြောတယ် မဟုတ်လား၊ နဂိုကတော့ သိပ်မတည့်ကြဘူး၊ ဟို-စကားမပြောဘူး။ အိမ်နောက်ဖေးက ဘူးစင်လေးမှာ ဘူးသီးလေး သီးလာတဲ့အခါကျတော့ အမျိုး တော်လာကြတယ်၊ ဘူးသီးလိုချင်လာတယ်နော်၊ “ဘူးသီးသီးမှ အမျိုးတော်” ဆိုပြီးတော့ စကားပုံတောင်ရှိသေးတယ်။

အဲ - တစ်ခုခုကြီးပွားတော့မယ်ဆိုရင် ဒါ ငါတို့နဲ့ အမျိုး တော်တယ်၊ မတော်တောင် ကြံဖန်စပ်တယ်။ တစ်တိုင်းထဲလို့ ပြောချင်ပြောတာနော်။ ရှာချင်းတူရင်တောင် တို့က တစ်မြို့

နယ်ထဲသွားပါလို့ ပြောသေးတာ။ အဲဒီတော့ လူတွေဆိုတာ ကြံဖန်ပြီးတော့ ပြောတတ်တယ်။

(၃) **အတ္ထက္ခာယီ** တဲ့။ အကျိုးရှိတဲ့ဟာကိုသာ ပြောလေ့ရှိတယ်။ အကျိုးမဲ့ဆိုလို့ရှိရင် မပြောဘူးတဲ့။

(၄) **အနုကမ္ပက** အမြဲတမ်း အကြင်နာတရားရှိတဲ့ မိတ်ဆွေလို့ ဒါက Out line ချပေးထားတာ။ အဲဒီတစ်မျိုးတစ်မျိုးဟာ (၄)ခုစီပြန်ပြီးတော့ ခွဲလိုက်တယ်။ အဲဒီထဲမယ် **ဥပကာရ** မိတ်ဆွေဆိုတာ ဘယ်လိုမိတ်ဆွေလဲလို့ဆိုရင် တကယ့်ကျေးဇူးပြုတတ်တဲ့ မိတ်ဆွေပဲ။ **ပမတ္တံ ရက္ခတိ** တဲ့။ ကိုယ့်ရဲ့မိတ်ဆွေက မူးနေတယ်၊ မူးရူးနေတယ် သို့မဟုတ် နေမကောင်းလို့ သတိမေ့မြောသွားတယ် သို့မဟုတ် ပစ္စည်းဥစ္စာတစ်ခုခု မေ့လျော့နေတယ်။ ဒုက္ခရောက်နေတယ်ဆိုရင် ပစ်ခွာပြီးတော့မသွားဘူး၊ စောင့်ရှောက်တယ်နော်။ မူးမေ့နေတဲ့ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ကို ပစ်မထားခဲ့ဘူး၊ စောင့်ရှောက်တယ်။

ပမတ္တဿ သာပတေယျံ ရက္ခတိ – သူ့ပစ္စည်းတွေကိုလည်း ထိန်းပေးတယ်။ သိမ်းပေးတယ်။ ဒုက္ခရောက်ပြီဆိုရင် သိမ်းပေးတယ်။ ဒုက္ခရောက်နေတဲ့အချိန်မှာ လူကိုလည်း စောင့်ရှောက်တယ်၊ ပစ္စည်းကိုလည်း သိမ်းပေးတယ်နော်။

ဘီတဿ သရဏံ ဟောတိ တဲ့။ သိပ်ပြီးတော့ ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်နေလို့ရှိရင်လည်း အားပေးစကား ပြော

တယ်။ မကြောက်နဲ့ ငါတို့ရှိတယ်။ ဟော-ကြောက်နေလို့ရှိရင် မင်းဘာမှမစိုးရိမ်နဲ့။ ရုံးပြင်ကနား သွားစရာ၌လည်း မပူနဲ့၊ ငါတို့ကူညီမယ်၊ ဘာမှမစိုးရိမ်နဲ့လို့ အားပေးစကားပြောတဲ့ လူတွေ။

နောက်တစ်ခုက ဒီ **ဥပ္ပန္နေသု ကိစ္စကရဏီယေသု–** အလုပ်ကိစ္စတစ်ခုခု ဆောင်ရွက်စရာ ရှိလာလို့ရှိရင် **တဒ္ဒိဂုဏံ ဘောဂံ အနုပ္ပဒေတိ** တဲ့။ သူ တောင်းတာထက် ပိုပြီးတော့ ထောက်ပံ့တာ။ ဩော်-ကိစ္စရှိလို့ငွေကြေးလိုနေတယ်။ ဥပမာမယ် နော် အာမခံပေးရမယ်တို့ ပိုက်ဆံဘယ်လောက်လိုတယ်ဆို ဟိုလူကနော် သိန်း(၅၀)လောက်လိုတယ်ဆိုရင် ဟာ-သူငယ်ချင်း သိန်း(၅၀)နဲ့ မင်းဟာဘာမှဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ရော့ သိန်း(၁၀၀) ယူသွား။ ဟော ဒီလိုပေးတာမျိုးတဲ့။ မိတ်ဆွေစစ်ပြီ ဆိုလို့ရှိရင် တော့ လိုအပ်တာထက်ပိုပြီး ထောက်ပံ့ပေးတယ်။ အခက်အခဲ ကြုံနေတဲ့အချိန်မှာ အဲဒီလို ကူညီတယ်လို့ပြောတာ။ အဲလို မိတ်ဆွေမျိုးဟာ ဥပကာရကမိတ်ဆွေတဲ့။ ကျေးဇူးပြုတတ်တဲ့ မိတ်ဆွေ(၄)ယောက်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

မေ့လျော့နေတဲ့အချိန်မှာ စောင့်ရှောက်တယ်။ ပစ္စည်း ဥစ္စာတွေကို စောင့်ရှောက်တယ်။ အလွန်ကို ကြောက်လန့် တုန်လှုပ်နေတဲ့အခါမှာ အားပေးစကားပြောတယ်။ ကိစ္စဝိစ္စ ပေါ်လာလို့ ငွေကြေးခနဲ လိုလာလို့ရှိရင် သူတောင်းတာထက်

(၂)ဆ ပိုပေးလိုက်တယ်။ ဟော ကူညီတာ ဒီလိုဆိုတယ်။ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးဟာ တကယ့်မိတ်ဆွေစစ်ပဲတဲ့။ ပေါင်းသင့် ပေါင်းထိုက်တဲ့ မိတ်ဆွေပါတဲ့။

သမာနသုခဒုက္ခ မိတ်ဆွေ

ဟော နောက်တစ်ခု **သမာနသုခဒုက္ခ**။ မိတ်ဆွေဆိုတာ ဘယ်လိုမိတ်ဆွေမျိုးတွေလဲဆိုတော့ **ဂုယှမဿ အာစိက္ခတိ** တဲ့။ ကိုယ့်ရဲ့လျှို့ဝှက်ချက်ဆိုတာ ရှိတတ်တယ်။ အဲဒီလျှို့ဝှက်ချက်ကို မပေါက်ကြားစေဘူး၊ သူ့ရဲ့လျှို့ဝှက်ချက်ကိုလည်း မိတ်ဆွေကို ဖွင့်ပြောတယ်၊ **ဂုယှမဿ ပရိဂူဟတိ**–မိတ်ဆွေရဲ့လျှို့ဝှက်ချက် ကိုလည်း ထိန်းပေးတယ်။ မပေါက်ကြားစေဘူး။

အာပဒါသု န ဝိဇဟာတိ – ဘေးရန်ကြုံလို့ရှိရင် ပစ်မထား ခဲ့ဘူးတဲ့၊ အင်မတန်မှကို သစ္စာရှိတယ်။ သူတစ်ယောက်ထဲ ဒုက္ခ ရောက်အောင် ပစ်မထားခဲ့ဘူး။

ငယ်တုန်းက အင်္ဂလိပ်စာဖတ်တော့ ပုံပြင်လေးတစ်ခု ဖတ်ဖူးတယ်နော်။ အားလုံးလဲကြားဖူးကြလိမ့်မယ်။ တောလမ်း ခရီး သွားတယ်၊ တစ်ယောက်က သေနတ်ပါတယ်၊ တစ်ယောက် က သေနတ်မပါဘူး။ သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်သွားကြတော့ အဲဒီ သေနတ်ပါတဲ့သူကပြောတာ "ခုချိန်များ ဘာကောင်ကြီးလာလာ ငါ့သေနတ်နဲ့ ကာကွယ်မယ်၊ ပစ်မယ်နော်။ မင်းလဲ ဘာမှ

မကြောက်နဲ့၊ ငါ့သေနတ်ပါတယ်” တောကွေ့လေးတစ်ကွေ့မှာ ဘွားကနဲ ဝက်ဝံကြီးနဲ့တွေ့တယ်။ အဲဒီ သေနတ်ပါတဲ့လူက တစ်ခါတည်း သစ်ပင်ပေါ် တက်ပြေးသွားတာ၊ ဟိုလူက ပြေးဖို့ အချိန်မရလိုက်ဘူး၊ လက်ထဲမှာလည်း ဘာမှမရှိဘူး။ သေနတ်ပါတဲ့လူက တက်ပြေးပြီးပုန်းနေလိုက်တာ။ ဟိုလူက ဝက်ဝံကြီးနဲ့ ပက်ပင်းတိုးပြီး ကြံရာမရတော့ ဘယ်လိုလုပ်တုန်းဆိုရင် ပက်လက်လှန်အိပ်ပြီး အသက်အောင့်ထားတယ်။ ဝက်ဝံကြီးက ဟိုနမ်း၊ ဒီနမ်းပေါ့။ အသေကောင်ယောင်ဆောင်နေလိုက်တယ်။ နားရွက်နားနမ်းပြီး ဝက်ဝံကြီးက သူ့လမ်းသူသွားရော။

သွားတဲ့အခါ သေနတ်နဲ့လူက သစ်ပင်ပေါ်က ဆင်းလာတယ်။ “သူငယ်ချင်း မင်းကို ဝက်ဝံကြီးက နားနားကပ်ပြီးတော့ ဘာပြောသွားတာတုန်း” တဲ့။ ဟိုလူကပြောလိုက်တယ်၊ “အဲဒီလို ဘေးရန်ကြုံတဲ့အခါမှာ သူငယ်ချင်းကို ပစ်သွားတဲ့လူမျိုးကို ဘယ်တော့မှ မပေါင်းနဲ့လို့ ပြောသွားတာ” တဲ့။ ဘေးရန်ကျရောက်လာလို့ရှိရင် ဒီလို ပစ်ပြေးတာမျိုး မလုပ်ရဘူးလို့ ပြောတာနော်။

ဟော နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် **ဗီဝိတံပိဿ အတ္တာယ ပရိစ္စတ္တံ ဟောတိ**– ကိုယ့်ရဲ့ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေ အတွက် အသက်ပင်စွန့်ရပါစေ အတူတူ အန္တရာယ်ကနေ

လွတ်အောင် အသက်အသေခံပြီးတော့ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တယ်၊ ဘယ်တော့မှ ပစ်မထားခဲ့ဘူး။

အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးဟာ **သမာနသုခဒုက္ခ** အေးအတူ ပူအမျှ ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်ရှိတဲ့ မိတ်ဆွေမျိုးဖြစ်ပါတယ်တဲ့။ လောကကို အောင်မြင်ဖို့အတွက် ဒီလိုမိတ်ဆွေမျိုးနဲ့ လက်တွဲပြီးတော့ အလုပ်လုပ်ပါ။ ဒါပြောတာနော်။

အတ္ထက္ခာယီ မိတ်ဆွေ

ဟော နောက်တစ်ခုက **အတ္ထက္ခာယီ**– အကျိုးရှိတဲ့အချက်တွေကို ပြောပြလေ့ရှိတဲ့မိတ်ဆွေ ဆိုတာဟာ ဘယ်လိုဟာကို ခေါ်တာလည်းဆိုတော့ **ပါပါ နိဝါရေတိ**– မကောင်းတဲ့အလုပ်လုပ်မယ်ဆိုရင် ဟာ - သူငယ်ချင်း မတော်ပါဘူး မင်းမလုပ်နဲ့၊ ဒါတွေက တရားဥပဒေနဲ့မလွတ်ဘူး၊ မင်းသွားလုပ်ရင် ဒုက္ခရောက်လိမ့်မယ်။ သူငယ်ချင်း ဒါမလုပ်နဲ့။ တားတယ်၊ ဆီးတယ်၊ မလုပ်ချင်ပါနဲ့ကွာ၊ ပြောတယ်။

ကလျာဏေ နိဝေသေတိ – ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေဆိုလို့ရှိရင် သူငယ်ချင်း မင်း ဒါလုပ်သင့်တယ်။ ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ၊ အပြစ်ကင်းတဲ့အလုပ်တွေကျတော့ သူကတိုက်တွန်းသေးတယ်။ လုပ်စမ်းပါ။ ဒါလုပ်ကြည့်စမ်းပါ။

အသုတံ သာဝေတိ–မကြားဖူးတဲ့ ပညာရပ်တွေကိုလည်း ပြောပြပေးတယ်။ မသိတာတွေကိုလည်း ပြောပြပေးတယ်။

သဂ္ဂဿမဂ္ဂံ အာစိက္ခတိ– ဘယ်လိုလုပ်မှ နောင်ဘဝဆိုတာလည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာရနိုင်တယ်ဆိုတာ တတ်သမျှ မှတ်သမျှ အကျိုးရအောင် ဟောပြောပြသတဲ့ မိတ်ဆွေမျိုး။

မိတ်ဆွေစစ် ဆိုတာမျိုးဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတာ။ ဒါမျိုးက မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း၊ အားလုံး သိကြလိမ့်မယ်။ ကြားဖူးတယ်။ ဘုရားလောင်း တောထွက်လာတဲ့အခါမှာ ကြာသက်နံး လာပြီးတော့ကပ်တဲ့ **ဃဋိကာရ ဗြဟ္မာ** ဆိုတာရှိတယ်။

ကြာသက်န်းဆိုတာ ကြာရိုးနဲ့ယက်ထားတဲ့ သင်္ကန်းကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ ကမ္ဘာဦးကာလ ဘဒ္ဒကမ္ဘာမှာ ဘုရား (၅)ဆူ ပွင့်မယ်ဆိုတဲ့ အထိမ်းအမှတ်အရ ရေပြင်မှာ ကြာဖူးကြီး ငါးဖူး ပေါ်နေတယ်။ အဲဒီ ကြာဖူးကြီးငါးဖူးထဲမှာ ဘာတွေ ပါလာတုန်းဆိုတော့ သူတော်စင်တွေရဲ့ အသုံးအဆောင်ဖြစ်တဲ့ ပရိက္ခရာရှစ်ပါး ပါလာတယ်။ လူတွေက အဲဒီအချိန်မှာ မရှိကြသေးဘူး။ ဗြဟ္မာကြီးတွေက ကြာဖူးကြီးတွေကြည့်ပြီးတဲ့အခါ ကြော် - ဒီကမ္ဘာမှာ ဘုရားငါးဆူပွင့်လိမ့်မယ်ဆိုပြီးတော့ အဲဒီ ကြာဖူးတွေထဲမှာ ပါလာတဲ့ သင်္ကန်း သပိတ် ပရိက္ခရာတွေကို ဗြဟ္မာ့ပြည် ယူပြီးတော့ သိမ်းထားတာ။ အဲဒီ သင်္ကန်းကို

ကြာသက်န်းလို့ ခေါ်တာနော်။ ကြာရိုးတွေနဲ့ ယက်ထားတဲ့ သင်္ကန်းကို ဆိုလိုတာမဟုတ်ဘူး။

ဘုရားလောင်း တောထွက်လာတဲ့အခါမှာ သုဒ္ဓါဝါသ ဗြဟ္မာဘုံက ကဿပ ဘုရားလက်ထက်တုန်းက သူနဲ့ သူငယ်ချင်း ဖြစ်တဲ့ **ဃဋီကာရ** ဆိုတဲ့ အနာဂါမ် ဗြဟ္မာကြီးရှိတယ်။ အဲဒီ ဗြဟ္မာကြီးက အဲဒီကြာဖူးထဲကယူထားတဲ့ ပရိက္ခရာရှစ်ပါးကို ဘုရားလောင်းလေးကို လာပြီးတော့ပေးတယ်။ တောထွက်တဲ့ အခါမှာ အဲဒီသင်္ကန်းကိုဝတ်တယ်။ ဒါကို ကြာသင်္ကန်းလို့ ခေါ်တာပေါ့။

အဲဒီ ဃဋီကာရ ဗြဟ္မာကြီးက ကဿပဘုရား လက်ထက် အခါကာလတုန်းက ဘုရားရဲ့ ဥပါသကာ၊ အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး။ မျက်မမြင်တဲ့ အမေအို၊ အဖေအိုကို လုပ်ကျွေးပြီးနေတယ်။ ကဿပဘုရားနဲ့ အလွန်ရင်းနှီးတယ်။

ဇောတိပါလဆိုတဲ့ လုလင်ဟာ သူနဲ့အင်မတန်မှ ရင်းနှီး တယ်။ ရင်းနှီးတော့ ဇောတိပါလဆိုတာ ပုဏ္ဏားမျိုးတွေဆိုတော့ အမြဲတမ်း ဘုရားကို ဆန့်ကျင်တယ်။ ဃဋီကာရက တစ်နေ့ ကျတော့ သူ့ဆီအလည်လာတဲ့ ဇောတိပါလပုဏ္ဏားကို ခေါ် တယ်။ "ဘုရားကျောင်းက ဒီနားလေးမှာ၊ နီးနီးလေးရယ်၊ တို့ သွားရအောင်"လို့။ "ဟာ ဘာလို့သွားရမှာလဲ။ ဒီခေါင်းတုံးတွေဆီ

ဘာလို့သွားရမှာလဲ” ဒီလိုပြောတာနော်။ အဲဒါ နောက်ပွင့်မယ့် ဘုရားလောင်းက ပြောတာနော်။

ယဋိကာရက “ဒါဖြင့် သူငယ်ချင်း မင်းမသွားချင်လဲ တို့ရေသွားချိုးရအောင်” “ရေချိုးရင်လိုက်မယ်” လိုက်သွားတယ်။ ရေဆိပ်ရောက်တဲ့အခါ ရေချိုးပြီးတဲ့အချိန် တစ်ခါခေါ်ပြန်တယ်။ “သူငယ်ချင်း ကဿပဘုရားကျောင်းက ဒီနားလေးမှာ သွားရအောင်” ဇောတိပါလက ငြင်းတယ်။ ငြင်းတဲ့အခါ ဘာလုပ်သလဲဆိုရင် သူဝတ်ထားတဲ့ ပုဆိုးစကိုဆွဲပြီးတော့ “သူငယ်ချင်း လာပါ၊ လိုက်စမ်းပါ၊ ငါနဲ့အတူတူ လိုက်ခဲ့စမ်းပါ” ဆွဲခေါ်တယ်။ မလိုက်ဘူး။ လက်ကို ပုတ်ထုတ်ပစ်လိုက်တယ်။

ယဋိကာရက ဘာလုပ်တုန်းဆိုရင် သူ့ဆံပင်ကို လှမ်းပြီး ဆွဲလိုက်တယ်။ “သူငယ်ချင်း၊ ဘုရားကျောင်းကို လိုက်မှာလား၊ မလိုက်ဘူးလားပြော” ဆိုတော့မှ ဘုရားလောင်းက စဉ်းစားတာ၊ “ဒီကောင်က ငါ့ထက်လဲ အောက်တန်းကျတယ်၊ ငါ့ဆံပင်တောင် ဆွဲတယ်” ဒီလိုဆံပင်ဆွဲခံရတယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ စိတ်ဆိုးစရာ ကောင်းတာလေ။ ဘုရားလောင်းက အဲဒီကျမှ စဉ်းစားသွားတာ၊ “သူ့အရေးကြီးလို့ ငါ့ခေါ်တာနေမှာပဲ၊ အကျိုးရှိလို့ ခေါ်တာ နေမှာပဲ” လို့တွေးပြီး “သူငယ်ချင်း၊ ဆံပင်တော့မဆွဲနဲ့ လိုက်မယ်” ဆံပင်ဆွဲခေါ်မှ လိုက်တာနော်။

ဘုရားကျောင်း ရောက်တဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားက တရားဟောတယ်။ ဘုရားတရားလည်းနာလိုက်ရရော သူ့အထင်အမြင်တွေဟာ အကုန်လွဲမှားသွားပြီး မြတ်စွာဘုရား တရားပေါ်မှာ လုံးဝနှစ်ခြိုက်ကျေနပ်သွားတယ်။ ဘုရားဆီက ထွက်လာပြီး အပြင်လည်းရောက်ရော ယဋိကာရကိုပြောတယ်၊ "သူငယ်ချင်း၊ မင်း ဒီတရားတွေ နာနေလျက်သားနဲ့ ဘာဖြစ်လို့ ဘုန်းကြီးမဝတ်လဲ"။ "ဩော် . . . ငါ့မှာ အမေအို၊ အဖေအိုရှိတာပဲ၊ ဘယ်ဝတ်နိုင်မလဲ" "ကျုပ်ကတော့ အိမ်မပြန်တော့ဘူး၊ သင်္ကန်းဝတ်တော့မယ်" ဆိုပြီး ဘုရားအလောင်းက ချက်ချင်း သင်္ကန်းဝတ်သွားတာ။

ဘုရားအလောင်းတွေရဲ့ သတ္တိဟာလည်း အဲဒါပဲ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်မြန်တယ်။ သူတို့က မှန်ပြီဆိုရင် ချက်ခြင်းဆုံးဖြတ်ချက်ချတယ်။ အဲဒီ **ယဋိကာရ** လိုပဲ။ ကောင်းကျိုးချမ်းသာရအောင် အတင်းကိုပြောပေးတာ။ မရောက်ရောက်အောင် လမ်းကြောင်းပေါ်မှာ တင်ပေးတယ်။

အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက သူ့သား 'ကာလ' မိုက်မဲနေတာ၊ ဘုရား တရား သံဃာ ဘယ်တော့မှ ဘုရားကျောင်းမသွားဘူး။ ဘုရားတရား ဘယ်တော့မှမနာတဲ့သားကို ပိုက်ဆံပေးပြီး ကျောင်းပို့တာ။ နောက်ဆုံးမှာ သောတာပန် ဖြစ်သွားတယ်။

ဗိမ္ဗိသာရ မင်းကြီးကလည်း သူ့ရဲ့မိဖုရားအငယ် 'ခေမာ' ဆိုတဲ့ မိဖုရား၊ အင်မတန်မှချောတော့ မာန်မာနတွေ တအားကြီးတာ။ ဘုရားဆီသွားပါဆို မသွားဘူး၊ မသွားတော့ ဝေဠုဝန် ဥယျာဉ်အကြောင်း သီချင်းစပ်ပြီး သီချင်းဆိုခိုင်းတယ်။ Stage Show တွေမှာ ပြခိုင်းတယ်။ (ဘုရားလက်ထက်က Stage Show ရှိလို့လားလို့ မေးနေဦးမယ်နော်၊ အခေါ်အဝေါ်သာ လွဲတာပါ၊ ရှိပါတယ်နော်။) အဲဒီမှာ ခေမာမိဖုရား ဝေဠုဝန် သီချင်းကို နားထောင်ပြီး ဝေဠုဝန်ဥယျာဉ်ကို သွားချင်စိတ် ပေါက်လာတယ်။ ဘုရင့်ထံခွင့်ပန်တော့ ဘုရင်က တိတ်တိတ် မှာလိုက်တယ်၊ "ဘုရားဆီကို ရောက်အောင်ပို့ကြ၊ မပို့လို့ရှိရင် မင်းတို့ မင်းပြစ်မင်းဒဏ်ထားမယ်" နောက်ဆုံး ဘုရားဆီ ရောက်သွားတယ်။ မြတ်စွာဘုရားတရားနာရတော့ ရဟန္တာမကြီး ဖြစ်သွားတယ်လေ။ အဲဒါမျိုးကို ဆိုလိုတယ်နော်။

ကောင်းတဲ့လမ်းကြောင်းပေါ်ကို မရောက်ရောက်အောင် တင်ပေးတဲ့မိတ်ဆွေမျိုး၊ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးကို ပေါင်းသင်းဆက်ဆံပါလို့။ ကိုယ့်ကိုကောင်းစေချင်တဲ့ မိတ်ဆွေမျိုး ဒီလိုပြောတာနော်။

အနုကမ္ပက မိတ်ဆွေ

နောက် **အနုကမ္ပက** မိတ်ဆွေဆိုတာ ဘယ်လို မိတ်ဆွေမျိုးလဲ။ **အနုကမ္ပက–** သနားတတ်တဲ့၊ အကြင်နာတရား ရှိတဲ့မိတ်ဆွေက ဘာတုန်းဆိုရင် **အဘာဝေနသာ န နန္ဒတိ** တဲ့။ ကိုယ့်မိတ်ဆွေတစ်ယောက် ကြီးပွားတိုးတက်မှု မဖြစ်ဘဲနဲ့ ဆုတ်ယုတ်ပျက်ပြားနေတယ်ဆိုရင် သူ့စိတ်ထဲမှာ မနေနိုင်ဘူး။ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ဟာ ဒုက္ခရောက်နေလို့ရှိရင် ကြည့်မနေ နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။

ဘဝေနသာ နန္ဒတိ၊ ကြီးပွားတိုးတက်လာလို့ရှိရင် ကျေနပ် တယ်။ များသောအားဖြင့် လူတွေက ဟော ကိုယ့်ရဲ့မိတ်ဆွေ တစ်ယောက်ဟာ နိမ့်ကျနေတဲ့အချိန်မှာဆိုရင်တော့ ဟို ကိုယ့် အောက်က ဆိုပြီးတော့ ကူညီတတ်ကြတယ်။ ကိုယ့်ထက် သာသွားပြီဆိုရင် Jealousy ဖြစ်သွားပြန်တယ်။ Jealousy ဖြစ်သွားပြီး ဘာပြောတုန်း၊ ဟာ- သူဆင်းရဲနေတုန်းက ငါ ဘယ်လိုလုပ်ပေးထားတာ။ အခုကျတော့ ငါ့ကိုတောင် လှည့် မကြည့်ဘူးနဲ့ ဖြစ်လာတယ်နော်။ အဲဒီတော့ မိတ်ဆွေအစစ် ဆိုတာမျိုးကျတော့ ခုနက ကြီးပွားရင်လည်း ကျေနပ်နိုင်ရမယ်၊ မကြီးပွားရင်လည်း မကျေနပ်ဘဲနဲ့ ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးတယ်။

အဝဏ္ဏံ ဘဏမာနံ နိဝါရေတိ – တစ်ယောက်ယောက်က နေပြီးတော့ သူရဲ့အပြစ်တွေ ပြောတယ်ဆိုရင် မပြောပါနဲ့လို့

တားမြစ်တယ်၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေအကြောင်းကိုပြောရင် မခံနိုင်ဘူးပေါ့၊ အပြစ်ပြောတာမခံနိုင်ဘူး။

ဝဏ္ဏံ ဘဏာမာနံ ပသံသတိ တဲ့။ သူ့ရဲ့ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောတဲ့သူကျတော့ ဟုတ်တယ်၊ ဒီလူက တော်တယ်ဆိုပြီးတော့ ထောက်ခံပေးတယ်။ အဲဒီမိတ်ဆွေမျိုးဟာ အနုကမ္ပကမိတ်ဆွေလို့ခေါ်တယ်။ အားလုံးပေါင်းတဲ့အခါကျတော့ မိတ်ဆွေကောင်း (၁၆)ယောက်ရှိတယ်။

အဲဒီ(၁၆)ယောက်သော မိတ်ဆွေတွေကို အင်အားတစ်ခုအပေါင်းအသင်းပြုပြီးတော့ ကိုယ့်ဘဝ ကြီးပွားတိုးတက်ရေးကို ဆောင်ရွက်ပါလို့ မြတ်စွာဘုရားကဒီလိုဟောတာနော်။ အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဆက်ပြီးတော့ ဟောတာလေးရှိတယ်။ စီးပွားရေးနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ စနစ်တကျ သုံးစွဲနည်း။ လူ့လောကမှာ နေတဲ့ထိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဒီအသုံးအစွဲနဲ့ ပတ်သက်လို့ရှိရင် စနစ်တကျသုံးတတ်ဖို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ်။

"ဧကေန ဘောဂေ ဘုဉ္ဇေယျ ဒွီဟိကမ္မံ ပယောဇယေ၊ စတုတ္ထဉ္စ နိဓာပေယျ အာပဒါသု ဘဝိဿတိ" အိမ်မှာနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ့်ရှိတဲ့ပစ္စည်းကို လေးပုံပုံကြည့်တဲ့၊ ဒါ အတိအကျပုံခိုင်းတာတော့မဟုတ်ဘူးပေါ့နော်။ လေးပုံပုံကြည့်၊ တစ်ပုံကို emergency အတွက် ထားရမယ်။ တစ်ပုံက စားသုံးတဲ့ဘက်မှာ

အသုံးချရမယ်။ ကျန်တဲ့နှစ်ပုံက အရင်းအနှီးပြုပြီးတော့ တိုးပွား အောင် ဆောင်ရွက်ရမယ်၊ အိမ်ရာတည်ထောင် လူ့ဘောင်မှာ နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ လိမ့်လိမ့်လဲလဲ ဆင်းရဲမွဲတေမှု မဖြစ်အောင် မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုလုပ်ခိုင်းတာနော်။

အဲ- တချို့ကတော့ ဆင်ခြေတက်ကောင်းတက်လိမ့်မယ်။ လေးပုံပုံစရာ ပိုက်ဆံမရှိဘူးလို့၊ သို့သော် စားစရာတော့ ရှိပါတယ် နော်။ ဘုန်းကြီးတို့ဆီမှာ တစ်ခါတုန်းက နာဂစ်မုန်တိုင်း ကူညီဖို့ ဆိုပြီးတော့ ထိုင်ဝမ်က သီလရှင်ကြီးတစ်ပါး ဦးဆောင်တဲ့ အဖွဲ့ တစ်ဖွဲ့ ရောက်လာတယ်။ ရောက်လာပြီးတော့ ဘုန်းကြီးကို Interview လာလုပ်တယ်။ သူတို့ Interview လုပ်ပြီးတော့ သူတို့ အဖွဲ့ကလူတွေ အသုံးပြုနေတဲ့ စောင်လေးတစ်ထည်နဲ့ ပလပ် စတစ် ခွက်ကလေးတစ်လုံး အိတ်ကလေးနဲ့ထည့်ပြီး သွားရာ လာရာမှာ ဇွန်းကလေးရယ် အဲဒါလေးကိုလှူတယ်။ လှူပြီး အဲဒီ စောင်လေးအကြောင်းပြောတယ်။ ဒီစောင်ဟာတဲ့ ရေသန့်ဘူး အလုံး(၇၀) ကုန်တယ်တဲ့။ ရေသန့်ဘူးအလုံး(၇၀)ကို Recycle လုပ်လိုက်တဲ့အခါ စောင်ဖြစ်လာတယ်။ သူတို့ ဆိုလိုတာက တရုတ်ပြည်ကလာတဲ့ Plastic စောင်တွေလို့ ပြောတာပေါ့နော်။ အမွေးနုနုနဲ့ တချို့က ယုန်မွေးစောင်လို့ ခေါ်ကြတယ်။ ယုန်က ဒီလောက်မှအမွေးမထူတာနော်၊ အဲဒီတော့လောကမှာ ယုန်တွေ ကလည်း ဒီလောက်ပေါတာမှ မဟုတ်တာပဲ။ စောင်တွေက

အများကြီး၊ အဲဒီတော့ Plastic ဖွပြီးတော့ ယက်ထားတာ။ အဲ-သူတို့ပြောသွားတယ်၊ အဲဒီလိုရေသန့်ဘူးအလုံး(၇၀)ဟာ ဒီစောင်တစ်ထည်ရတယ်တဲ့။

သူတို့ဆိုလိုတာကတော့ ရေသန့်ဘူးခွံတွေ အလဟဿ ပစ်တဲ့အခါမှာ ပတ်ဝန်းကျင် ညစ်နွမ်းတယ်။ သူတို့က အဲဒီ ပတ်ဝန်းကျင် မညစ်နွမ်းအောင် သူတို့က ဆောင်ရွက်တဲ့အဖွဲ့။ ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေး၊ နောက်ပြီးတော့ အလေအလွင့် မရှိတာ။ အဲဒီ သီလရှင်ကြီးက ဦးဆောင်ပြီး သူတို့သန်းချီပြီး လှူနိုင်တယ်။ ဘာလို့လဲဆိုရင် ရောက်တဲ့အရပ်မှာ သူက စုဘူး တွေ လိုက်ဝေတယ်။ ကိုယ်တတ်နိုင်သမျှ ထည့်ကြပါ။ စုဘူး ထည့်ခိုင်းတယ်။ အဲဒီစုဘူးကငွေကြေးနဲ့ ဒုက္ခရောက်တဲ့လူတွေကို လိုက်ပြီးတော့ကူညီတာ၊ သူတို့က ဘယ်နိုင်ငံမှာဘဲဖြစ်ဖြစ်၊ အာဖရိကနိုင်ငံမှာ ဒုက္ခရောက်ရင် အာဖရိကနိုင်ငံသွား ကူညီတယ်။ နိုင်ငံပေါင်းတော်တော်များများ သူတို့စာရင်းအင်းရှိတယ်။ အဲဒါ သူတို့အဖွဲ့ဝင်တွေက စုဆောင်းထားတဲ့ငွေတွေကို လူမှု အကျိုးပြုတဲ့ လုပ်ငန်းတွေမှာ အသုံးချသွားကြတယ်။

အဲဒီတော့ ဆိုလိုတာက Emergency စုထားတဲ့ စုငွေက ကုသိုလ်ကောင်းမှုအတွက် အများကြီးအထောက်အကူ ဖြစ်တယ် ပေါ့။ ကိုယ့်မှာလိုအပ်တဲ့အခါမှာလည်း ဒီစုငွေ ရှိသည့်အတွက် ကြောင့် အသုံးလိုလို့ရှိရင်လည်း ရတယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့

အသုံးနဲ့အဖြုန်းကိုကြည့်ပြီးတော့ အဖြုန်းကို ဖယ်ပြီးတော့ အသုံးကိုပဲလုပ်ရမယ်။ လိုအပ်သည်ထက် ပိုမသုံးဘဲနဲ့ ကိုယ့်မှာ သိန်း (၄၀၀)ရှိတယ်ဆိုရင် သိန်း (၁၀၀) ကို ဘဏ်အပ်ထားတယ်၊ သိန်း (၁၀၀) ကိုပဲ နေ့စဉ်စားသုံးတဲ့ထဲ ဖယ်ထား၊ ကျန်တဲ့သိန်း (၂၀၀) က အရောင်းအဝယ်နဲ့ တိုးပွားအောင် လုပ်ရမယ်တဲ့၊ အဲဒါဆိုရင် လိမ့်လိမ့်လဲလဲ မဖြစ်ဘူးတဲ့နော်။

ဘေးရန်အန္တရာယ်ဆိုတာ ကြုံလာတတ်တယ်။ ဘာကိစ္စပဲဖြစ်ဖြစ် ငွေလိုလာပြီဆိုလို့ရှိရင် Emergency ကယူ။ ခုခေတ်ကတော့ ငွေမစုဘူး၊ ချေးလိုက်တာပဲ။ ချေးလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ကြွေးတင်ရော၊ ဒီလိုတွေဖြစ်တာကိုနော်၊ အဲဒီတော့ ကြွေးလည်းကင်းအောင် နည်းစနစ်တစ်ခုကို မြတ်စွာဘုရားကဟောတာ။

ဧကေန ဘောဂေ ဘုဉ္ဇေယျ– တစ်ပုံနဲ့စားသုံးပါတဲ့။ **ဒွိဟိ ကမ္မံ ပယောဇယေ**– နှစ်ခုနဲ့အရောင်းအဝယ်လုပ်ပါတဲ့။ **စတုတ္ထဉ္စ နိဓာပေယျ**– လေးခုမြောက်တစ်ပုံကိုတော့ သိမ်းထားပါတဲ့။ **အာပဒါသု ဘဝိဿတိ** အန္တရာယ်ကြုံပြီ၊ ကိုယ့်မှာသိပ်လိုအပ်လာပြီဆိုရင် ထုတ်သုံးဖို့လို့ ဒီလိုအသိဉာဏ်ရှိရှိနဲ့ အိမ်မှာနေထိုင်ပြီးတော့ စီးပွားရေးကိုလုပ်ပါလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာနော်။

အဲဒီဟောတဲ့အတိုင်း လိုက်နာမယ် ဆိုလို့ရှိရင်တော့ ကြီးပွားတိုးတက်မှုတွေ အများကြီးရနိုင်ပါတယ်။ မကြီးပွားတောင်

မှပဲ ဒုက္ခမရောက်ဘူးပေ့ါ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာပေ့ါနော်။ မြတ်စွာဘုရားက မိတ်ဆွေတွေအကြောင်းကို ခုလိုရှင်းလင်းပြီးတော့ ဟောကြားတော်မူတာနော်။

အဲဒီမိတ်ကောင်းဆွေကောင်း (၁၆) ယောက်ကို အပေါင်းအသင်းလုပ်ပြီးတဲ့အခါမှာ ဘာလုပ်ဖို့လိုလဲ။ **လောကဝိဇယ** – လောကမှာ အောင်မြင်မှုရနိုင်ဖို့အတွက် အရပ်မျက်နှာ(၆)ခုကို လုံခြုံအောင် လုပ်ရဦးမယ်တဲ့နော်။ အရပ်မျက်နှာ(၆)ခုကို လုံခြုံအောင် လုပ်ရဦးမယ်။ အရပ်မျက်နှာ(၆)ခုဆိုတာ အရှေ့၊ တောင်၊ အနောက်၊ မြောက်၊ အထက်၊ အောက် ဒီအရပ်မျက်နှာ (၆)ခုကို ဒီလိုခေါ်တာ။ ဒါက တင်စားပြီးတော့ပြောတာ။ ကိုယ့်ရဲ့ လုံခြုံရေးကို စီမံဆောင်ရွက်ပါ၊ စနစ်တကျလုပ်ပါလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာ။

အရပ်(၆)မျက်နှာ လူတွေမှာ ကိုယ့်ရဲ့ အရှေ့ဘက်ကလည်း လုံခြုံအောင်လုပ်ရမယ်။ တောင်ဘက်ကလည်း လုံခြုံအောင်လုပ်ရမယ်။ အနောက်ဘက်ကလည်း လုံခြုံအောင်လုပ်ရမယ်။ မြောက်ဘက်ကလည်း လုံခြုံအောင်လုပ်ရမယ်။ အပေါ်ကလည်း လုံအောင်လုပ်ရမယ်။ အောက်ကလည်း လုံရမယ်တဲ့။ ဒီလို (၆)ဖက် (၆)တန် (၆)ဌာန လုံခြုံသွားပြီဆိုလို့ရှိရင် လောကမှာ ဘယ်တော့မှ အရှုံးမရှိတော့ဘူး၊ အောင်မြင်နိုင်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာနော်။

အဲဒီတော့ အရှေ့ဆိုတော့ ဘာကိုပြောတာလဲလို့ မြတ်စွာဘုရားက **အရှေ့ဆိုတာ မိဘနှစ်ပါးကို** ပြောတာတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် လောကလူတွေ ရောက်လာတဲ့အခါမှာ ဘဝတစ်ခု ရလာတဲ့အခါမှာ မိဘဟာ ပထမဆုံးတွေ့ရတဲ့ မိတ်ဆွေပဲလေ။ ဒါကြောင့်မို့လို့ နံပါတ်တစ် တကယ့်ကို အလေးပေးရမယ့် မိတ်ဆွေအစစ်၊ ကိုယ့်ကို ကျေးဇူးအရှိဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိဘပဲ ဖြစ်တယ်ပေါ့။ မိဘရဲ့ကျေးဇူးကို ပြောပြစမ်းပါ ဆိုလို့ရှိရင် အမျိုးမျိုးတော့ ပြောကြမှာပဲ။

မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့အတိုင်း မှတ်မယ်ဆိုရင် မိဘက သားသမီးတွေအပေါ်မှာ ကျေးဇူးပြုတာ (၃)ခုလို့ မြတ်စွာဘုရားက အကုန်လုံးခြုံပြီးတော့ ဟောထားတာရှိတယ်။ ဘာလဲဆိုရင် **အာပါဒကာ**– ကိုယ့်ကို ဘေးရန်အန္တရာယ် မရောက်အောင် စောင့်ရှောက်ပေးခဲ့တယ်။ ဒါတစ်ခု။ **ပေါသကာ**– မစားတတ်ခင်ကတည်းက ငယ်ငယ်လေးကတည်းက ကိုယ့်ကို ကျွေးလာတယ်။ **ဣမဿ လောကဿ ဒဿေတာရော**– ဒီလောကကြီးကို လာခွင့်ပြုပြီးတော့ လောကကြီးရဲ့ အလှအပကိုကြည့်ရှုစေတာ မိဘပဲ။ ဟုတ်တယ်လေ၊ အမေက နင်မလာခဲ့နဲ့လို့ဆိုပြီး Abortion လုပ်ပစ်လိုက်ရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ Abortion လုပ်ပစ်လိုက်ရင် ဒုက္ခရောက်မသွားဘူးလား၊ တချို့ အမေတွေက လာခွင့်မပြုဘူးလေ၊ မလာနဲ့၊ ရှုတ်တယ်ဆိုပြီး လက်မခံဘူး၊ အဲဒါမျိုးရှိတယ်။

အဲဒီတော့ ဒီလောကကြီးထဲ ကိုယ်ရောက်လာတာဟာ အမေ့ကျေးဇူးပဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရား ပြောတာ။ **ဣမဿ လောကဿ ဒဿေတာရော**– ဒီလောကကြီးနဲ့ တွေ့ခွင့်ပေးတာ Welcome လုပ်တာ မိဘတဲ့နော်။

မိဘရဲ့ ကျေးဇူးဟာ ဒီ (၃)ခုထဲနဲ့ပဲ ဆပ်ဖို့ဆိုတာ အလွန်ခက်တယ်ပေါ့။ ကျွေးတာ ပြန်ကျွေးလို့ရတယ်၊ စောင့်ရှောက်တာ ပြန်စောင့်ရှောက်လို့ရတယ်၊ ဒီလောကကြီးထဲ Welcome လုပ်တာ ကိုယ်ကနောက်မှရောက်တာဆိုတော့ အမေ အဖေကို ထပ်ပြီး ကိုယ် Welcome လုပ်ချင်လို့ရပါ့မလား၊ မရဘူးလေ။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ မိဘကျေးဇူးကိုဆပ်လို့ မကုန်ဘူးလို့ပြောတာ။ အဲဒီတစ်ခုနဲ့တင်မကုန်တာ၊ လောကကြီးထဲကို လာခွင့်ပေးလိုက်တဲ့ ကျေးဇူးဟာ နည်းတာမှမဟုတ်တာ။

အဲဒီလို မိဘက လောကထဲရောက်လာအောင် ခေါ်သွင်းပေးတာဖြစ်သောကြောင့် ကျေးဇူးအကြီးမားဆုံးပုဂ္ဂိုလ်၊ အဲဒီကျေးဇူးကိုတော့ ပြန်ဆပ်လို့ လွယ်လွယ်နဲ့တော့ မရနိုင်ဘူးတဲ့ ဒီလိုပြောတာ၊ ဒါ မိဘကျေးဇူးကို အကျဉ်းချုပ် ပြောပါဆိုရင် အဲဒီ (၃)ခုပဲ၊ ဘုရားဟောထားတာ (၃)ခုနဲ့ ဟောလိုက်တာ။ ကောင်းပြီ၊ အဲဒီ **အရှေ့အရပ်ဆိုတာ မိဘကိုပြောတာ၊**

တောင်အရပ်ဆိုတာ ဆရာသမား။ ကိုယ့်ကို ပညာသင်ပေးတဲ့ ဆရာသမား။ ကိုယ့်ကို ပညာသင်ပေးတဲ့ဆရာ

တွေက တောင်အရပ်။ အလေးပေးရမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ ရိုသေလေးစားရမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်။

အနောက်အရပ်ဆိုတာ ကိုယ်အိမ်ထောင်ပြုလို့ **အိမ်ထောင်ဘက် သားမယား**။ **မြောက်အရပ်**ကျတော့ **မိတ်ဆွေ** သင်္ဂဟနော်၊ မိတ်ဆွေတွေက မြောက်အရပ်။ **အောက်အရပ်** ဆိုတာ **အလုပ်သမား**၊ ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ငန်းကိစ္စကို ဝိုင်းဝန်းပြီးတော့ လုပ်နေတဲ့ လခနဲ့လုပ်လုပ် ဘာနဲ့လုပ်လုပ်ပေါ့နော်။ ကိုယ့်ရဲ့ လုပ်ငန်းကိစ္စတွေမှာ လုပ်ကိုင်နေတဲ့အလုပ်သမား။ **အထက်အရပ်** ဆိုတာ **သမဏ၊ ဗြာဟ္မဏ၊ သူတော်စင်ရဟန်းသံဃာများကို** အထက်အရပ် ဒီလိုဆိုလိုတယ်။ အဲဒီ အရပ်မျက်နှာကို ကိုယ်က လုံခြုံအောင်လုပ်ရမယ်တဲ့၊ လုံခြုံလို့ရှိရင် သူတို့က ကိုယ့်ကို ပြန်စောင့်ရှောက်လိမ့်မယ်။

အဲဒီတော့ လုံခြုံအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ၊ အရှေ့အရပ် လုံခြုံအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရတုန်းဆိုတော့ အမေ အဖေက ကိုယ့်ကိုကျွေးထားခဲ့တယ်လေ၊ **အရှေ့အရပ် လုံခြုံ**ရေးအတွက် ကိုယ်လုပ်ရမှာက ကိုယ့်ကိုကျွေးခဲ့တဲ့ မိဘတွေကို ပြန်ပြီးတော့ ကျွေးပါ။ အဲဒီလို မကျွေးဘူးဆိုရင် အရှေ့အရပ်က ပေါက်နေလိမ့်မယ်။ လုံခြုံရေးစိတ်မချရတော့ဘူးနော်၊ လုံခြုံမှာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ကိုယ့်ကို ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်လာတဲ့ မိဘတွေကို တုန့်ပြန်ပြီးတော့ ကျွေးမွေး စောင့်ရှောက်ပါတဲ့။ ကိစ္စဝိစ္စ

ပေါ် လာလို့ရှိရင်လည်း သူတို့ကိစ္စကို ကိုယ့်ကိစ္စလို သဘော ထားပြီးတော့ လုပ်ကိုင်ပေးပါတဲ့။

နောက်တစ်ခုက မိဘမျိုးရိုးက အမျိုးကောင်း ဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီအမျိုးကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပါတဲ့။ အကယ်၍ မိဘက ကောင်းတဲ့မျိုးရိုးမဟုတ်ရင်လည်း ကောင်းတဲ့မျိုးရိုးဖြစ်အောင် မိမိကလုပ်ပေးပါ၊ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။ ဆိုပါစို့ မိဘက ဒုစရိုက်နဲ့ အသက်မွေးတဲ့မိဘ ဆိုလို့ရှိရင် ဒုစရိုက်နဲ့ အသက်မမွေးအောင် ဘာလုပ်မလဲ၊ ကောင်းတဲ့မျိုးရိုးဖြစ်အောင် ကိုယ်ကလုပ်ပေးပါတဲ့ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။

နောက်တစ်ခါ မိဘဆိုတာ ရှာဖွေသွားတဲ့ ပစ္စည်းတွေကို သူတို့သေသွားတဲ့အခါ ယူသွားလို့မရဘူးလေ။ ယူသွားလို့ မရသည့်အတွက်ကြောင့် သူတို့ရှာခဲ့တဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ကိုယ်က မိဘပစ္စည်းတွေကို စနစ်တကျ ထိန်းသိမ်းပြီးတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ပေးတယ်ပေါ့၊ အမွေခံတယ်ပေါ့။ ကွယ်လွန်အနိစ္စရောက်သွားတဲ့အခါမှာ မိဘတွေကို နောက်ဆုံး ကျေးဇူးဆပ်တဲ့အနေနဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်ပြီး အမျှပေးဝေ ပါတဲ့။ ဒါက အရှေ့အရပ် လုံခြုံရေးအတွက် သားသမီးတွေက အမျှပေးဝေပါတဲ့။ ဒါက အရှေ့အရပ်လုံခြုံရေးအတွက် သား သမီးတွေက ဒီလိုလုပ်ပါလို့ဆိုတာ။ အရှေ့အရပ် လုံခြုံရေး အတွက် သားသမီးတွေရဲ့ စီမံဆောင်ရွက်ချက်ပဲ။

အဲဒီမှာ အင်္ဂါရပ်တွေရှိသေးတယ်၊ အမျှဝေလို့ရတဲ့ ဘဝဟာ ပြိတ္တာဘဝပဲ၊ ငရဲဆိုရင်မရဘူး၊ တိရစ္ဆာန်ဆိုလည်း မရဘူး၊ လူဖြစ်နေရင်, နတ်ဖြစ်နေရင် မလိုအပ်တော့ဘူးနော်။ ပြိတ္တာဖြစ်နေတဲ့အချိန်မှာ အမျှဝေရတယ်။ ဝေတဲ့အခါမှာ ဝေတိုင်းရသလားလို့ မေးစရာရှိတယ်၊ ဆက်သွယ်မှုရှိမှ ရတယ်။ ဆက်သွယ်မှု Communication မရှိရင်တော့ မရဘူး၊ အဲဒါမပြောနဲ့ စက်ပူကနေပြီး မြန်မာပြည် ပိုက်ဆံပို့တာတောင်မှ Communication ရှိမှ ပို့လို့ရတာလေ၊ နို့မဟုတ်ရင် ဘယ်ရမှာတုန်း။ အဲဒီတော့ ကိုယ်ကသူ့အတွက် ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်တယ်။ တစ်ဖက်သားကို အမျှဝေလိုက်တယ်၊ သူက သိတယ် ဝမ်းသာတယ်၊ သာဓုခေါ်တယ်၊ အဲဒါကျမှရတယ်။

ဥပမာတစ်ခု၊ အသံလွှင့်စက် တယ်လီဗီးရှင်းဆိုပါစို့။ တယ်လီဗီးရှင်းလွှင့်တဲ့ဘက်က လွှင့်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ဖမ်းတဲ့ဘက်က ဖွင့်မထားဘူးဆိုရင် ရုပ်ပုံပေါ်ပါ့မလား၊ မပေါ်ဘူး။ လွှင့်တဲ့စက်ကတော့လွှင့်တယ်နော်၊ ဖမ်းတဲ့ဘက်က မဖမ်းဘူးဆိုလို့ရှိရင် မြင်ရမှာမဟုတ်ဘူး။ အေး-ဖမ်းတဲ့ဘက်ကတော့ ဖမ်းပါရဲ့၊ လွှင့်တဲ့ဘက်က မလွှင့်ဘူးဆိုလို့ရှိရင်ရော မရဘူး၊ လွှင့်တဲ့အချိန်လည်း ဖြစ်ရမယ်၊ လွှင့်နေတာလည်းဖြစ်ရမယ်၊ ဖမ်းလည်းဖမ်းတယ်ဆိုရင်တော့ ရမှာပဲ။ အဲဒီသဘောကိုသာ

မှတ်ထား၊ အမျှဝေတယ်ဆိုတာ ဟိုကတစ်ဖက်ကသိပြီး သာဓု ခေါ်မှရတယ်။ နို့မဟုတ်ဆိုရင်တော့ မရဘူးလို့ပဲပြောရမယ်။

တခြားနည်းနဲ့လုပ်တာတွေ ရှိသေးတယ်။ ဆိုပါစို့ - အမေ ကြိုက်တတ်လို့ အဖေကြိုက်တတ်လို့ သင်္ချိုင်းသွားပြီးတော့ တင်ထားကြတယ်။ ဒို့ပြင်အကောင်ပလောင်ပဲစားမှာ၊ သူ စားရ မှာ မဟုတ်ပါဘူးနော်။ တချို့လူတွေက အဲဒီလို သွားလုပ်လေ့ ရှိတယ်။ အကောင်းဆုံးလုပ်နည်းကတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ပြီး အမျှဝေတာကတော့ သူတို့အတွက် အကျိုးအရှိဆုံးပဲတဲ့၊ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောထားတယ်နော်။ အဲဒါ အရှေ့အရပ် ဖြစ်တဲ့ မိဘတွေအတွက် ဆောင်ရွက်ရမယ့်ကိစ္စတစ်ခုကို ဆောင်ရွက်တာလို့ ဒီလိုမှတ်သားဖို့လိုတယ်ပေါ့။

အဲဒီလို ဆောင်ရွက်ရမယ့်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်တဲ့အခါ မိဘတွေက ကိုယ့်သားသမီးကို ပြန်ပြီးတော့ စောင့်ရှောက်ကြ တယ်။ မကောင်းတာတွေမဖြစ်အောင် ဆုံးမတယ်။ ကောင်းတဲ့ ဘက်ကိုရောက်အောင် တင်ပို့ပေးတယ်။ ပညာတွေ သင်ပေး တယ်နော်။ နောက်ဆုံးမှာ သင့်တော်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ အိမ်ထောင်ချ ပေးတယ်နော်။ အချိန်အခါတန်လို့ရှိရင်လည်း အမွေတွေ ပေးတယ်။ မိဘနဲ့သားသမီးဟာ အပြန်အလှန် ဒီလိုဆောင်ရွက် သည့်အတွက်ကြောင့် ကိုယ့်အတွက် အရှေ့အရပ်ဟာ လုံခြုံ သွားပြီလို့ ဒီလိုပြောတာ၊ နို့မဟုတ်ရင် မလုံခြုံဘူးနော်။

တောင်အရပ်က ဆရာသမား၊ ဆရာဆိုရင် တပည့်နဲ့တွဲရမှာပေါ့၊ တောင်အရပ်လုံခြုံအောင် တပည့်တွေက ဘာလုပ်ရမလဲလို့ဆိုရင် တပည့်တွေဟာ ဆရာကို လေးစားတဲ့အနေနဲ့ တက်တက်ကြွကြွရှိရမယ်၊ ဆရာလာလို့ရှိရင် နေရာကထတယ်။ ကြိုးကြိုးစားစား ဆရာ့ဆီကို ချဉ်းကပ်သွားလာတယ်နော်။ ဆရာပြောသမျှကို နာခံတယ်။ မှတ်သားတယ်၊ ဆရာ့အတွက် ပြုစုလုပ်ကျွေးတယ်၊ ဒါဆိုရင် တောင်အရပ်ကို သူက လုံခြုံရေး စီမံတာပဲဖြစ်တယ်ပေါ့။

အဲဒီလို လုံခြုံတဲ့အခါကျတော့ တပည့်တွေက အဲဒီလို လုပ်လာတဲ့ အဓိကကတော့ ဆရာတွေက တပည့်တွေအပေါ် တုံ့ပြန်လာတာတွေ ရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒီတုံ့ပြန်မှုက အရေးအကြီးဆုံးပဲပေါ့၊ တပည့်ကို ကျကျနန ပညာတတ်အောင် ဆရာက သင်ပေးတယ်နော် သင်ပေးတယ်။ အတတ်ပညာအားလုံးကို ခြွင်းချက်မရှိ ဆရာအာစရိယမုဋ္ဌိ မထားဘဲနဲ့ တပည့်ကို သင်ကြားပေးတယ်။ ကောင်းတဲ့အချက်တွေကို တပည့်ကို မှတ်သားစေတယ်နော်။ မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်းတွေထံ တပည့်ကိုအပ်နှံပေးတယ်။ ဘယ်ကိစ္စပဲဖြစ်ဖြစ် ဆရာ့ရဲ့မျက်နှာနဲ့ ဒီတပည့်ဟာ မျက်နှာပွင့်တယ်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။ အရပ်မျက်နှာ ဘယ်သွားသွား ဆရာ့ရဲ့ဂုဏ်ကျေးဇူးနဲ့ အန္တရာယ်ကင်းကင်းရှင်းရှင်းဖြစ်စေမယ်။ ဒါ ဆရာ့ရဲ့ မေတ္တာကို ခံယူရတဲ့

အခါမှာ တောင်အရပ်လုံခြုံသွားပြီလို့ ဒီလိုပြောတာ။ ဒီနည်းနဲ့ တောင်အရပ်ကို လုံခြုံအောင်လုပ်ရမယ်။

ဟော- **အနောက်အရပ်**ဆိုတာ ဘာလဲလို့ဆိုရင် သား မယား။ အိမ်ထောင်ရက်သားကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အနောက်အရပ် လုံခြုံဖို့အတွက် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာ ဘာတုန်းဆိုရင် အမျိုးသားတွေ အိမ်ထောင်ရက်သားကျပြီဆိုရင် မိမိတို့ရဲ့ ကြင်ယာအမျိုးသမီးတွေအပေါ်မှာ မြတ်မြတ်နိုးနိုး ဆက်ဆံ ရမယ်၊ ကြင်ကြင်နာနာ ဆက်ဆံရမယ်လို့ဆိုလိုတယ်။ အထင် သေး၊ အမြင်သေး ဘယ်တော့မလုပ်မိစေနဲ့၊ ဒါတစ်ခု။ နောက် တစ်ခုက ကိုယ့်ရဲ့ကြင်ဖော်ကြင်ဖက်ကလွဲလို့ တခြားအပေါ်မှာ စိတ်ဝင်စားမှုမလုပ်ရဘူး၊ နောက် အိမ်မှုကိစ္စနဲ့ပတ်သက်ပြီး သူ့ကို အားလုံးအပ်နှံပေးရမယ်တဲ့၊ သင့်တော်လှပတဲ့ အဆင်တန်ဆာ များကိုလည်းပဲ ဆင်မြန်းပေးနိုင်ရမယ်တဲ့၊ ဟော-ဒီလိုဆိုထား တာနော်။ အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင် အနောက်အရပ်ဟာ လုံခြုံသွား တယ်။

အိမ်ရှင်အမျိုးသမီးက ဘာတုန့်ပြန်ပြီး ပေးလာတုန်း ဆိုတော့ အိမ်မှုကိစ္စတွေကို စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်တယ်တဲ့။ ကိုယ့်အိမ်မှာ အလုပ်လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုလည်းပဲ စနစ်တကျ ချီးမြှောက်တယ်၊ Organise လုပ်တယ်။ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း အကျင့်စာရိတ္တကောင်းအောင်ထိန်းတယ်။ အိမ်ရှင်ယောက်ျား

ဆောင်ယူလာသမျှ လုပ်ငန်းက ရလာသမျှ ငွေကြေးနေတွေ ကိုလည်း မပျောက်မပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တယ်။ အလုပ်အကိုင်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး အိမ်မှုကိစ္စ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင် တယ်။ ပျင်းရိမှုမရှိဘူး၊ ဖွဲ့ကောင်းကောင်းနဲ့ အားလုံးကို လုပ်တယ်။ ဒီတော့ အနောက်မျက်နှာက လုံးဝလုံခြုံစိတ်ချရတဲ့ အနေအထားမျိုးဖြစ်တယ်။ အဲဒါဆိုရင် လောကမှာ အောင်မြင်မှု ရနိုင်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာနော်။ အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့အတိုင်းသာ အကုန်လိုက်နာကျင့်သုံး ကြမယ်ဆိုရင် ပြဿနာဆိုတာ အလွန်ကိုနည်းသွားမယ်။ ကြီးပွား တိုးတက်မှုတွေဟာ ကြုံရမှာသေချာပါတယ်။

ဟော - နောက်တစ်ခါ **မြောက်အရပ်**ဆိုတာ ဘယ်သူ့ကို ပြောတာတုန်းဆိုရင် မိတ်ဆွေတွေကိုပြောတာ။ အဲဒီတော့ မြောက်အရပ်ဆိုတဲ့ မိတ်ဆွေတွေကို ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲဆိုရင် လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ မိတ်ဆွေရှိတာပဲ၊ အဲဒီတော့ မိတ်ဆွေတွေ အပေါ်မှာ ဘယ်လိုဆက်ဆံမလဲ။ မြတ်စွာဘုရားက သင်္ဂဟဝတ္ထု တရား (၄)ပါးနဲ့ ဆက်ဆံဖို့ လိုအပ်တယ်တဲ့။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး မိတ်ဆွေဖြစ်လာပြီဆိုရင် ကိုယ့်အလှည့် သူ့အလှည့်တော့ ရှိတာ ပေါ့နော်။ ကိုယ်က သူ့မိတ်ဆွေလား၊ သူက ကိုယ့်မိတ်ဆွေလား၊ နှစ်ဦးစလုံးအတွက် ပြောတဲ့ဟာ။

မြောက်အရပ်ဆိုတာ မိတ်ဆွေလို့ ဆိုလိုတယ်။ အဲဒီ မိတ်ဆွေဖြစ်လာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ဘာလုပ်ရမလဲ၊ လက်ဆောင် ပစ္စည်းပေးတာကအစ ပေးမှုကမ်းမှုလေးတွေ ရှိရတယ်တဲ့။ ဒါက နှောင်ကြိုးခိုင်မာဖို့ပဲ။ သြော် ငါ့ကိုသတိရတယ်။ အမြဲတမ်း ဘာလေးဖြစ်ဖြစ် အမြဲတမ်း ထူးထူးဆန်းဆန်းဆိုပေးတယ်၊ လက်ဆောင်ပေးတယ်၊ မွေးနေ့လက်ဆောင်ပေးတယ်။ ဘာပေး တယ်ပေ့ါနော်။ ဟို- အဖိုးတန်တာ မတန်တာ ထားပါတော့။ ပေးတယ်ဆိုလို့ရှိရင် မေတ္တာချင်းဟာ အင်မတန်မှနီးသွားနိုင် တယ်။ စိတ်နှလုံးကို ဆွဲဆောင်တဲ့ဟာ တစ်ခု။

နောက်တစ်ခု စကားပြောတဲ့အခါမှာ ရိုင်းရိုင်းပျပျ မပြောဘဲနဲ့ ကြင်နာတဲ့စကားလုံး၊ ယဉ်ကျေးတဲ့စကားနဲ့ ပြောရ မယ့်တဲ့။ ဒါကို **ပေယျဝဇ္ဇ** လို့ခေါ်တယ်။ နောက်တစ်ခုက **အတ္ထစရိယာ** သူ့ကိစ္စရှိရင် မနေတတ်ဘူး၊ သွားပြီးတော့ လုပ်ပေး တယ်၊ ကူညီတယ်။ ဟော နောက်တစ်ခုက **သမာနတ္တတာ** တဲ့။ ကိုယ်နဲ့တန်းတူထား ဆက်ဆံတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် လူဆိုတာ ကိုယ့်ကို အထင်သေး အမြင်သေးဆိုရင် မရဘူး။ အဲဒီတော့ အထင်အမြင်သေးတဲ့ ဆက်ဆံမှုမျိုး မလုပ်ရဘူးတဲ့။

နောက်ဆုံးတစ်ခုကတော့ ဘာတုန်းဆိုရင် အရေးကြီးတာ ကတိတည်ရမယ်၊ ဘယ်ကိစ္စပဲဖြစ်ဖြစ် မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း မပျက်စေချင်လို့ရှိရင် ကိုယ်ပြောထားရင် ပြောထားတဲ့အတိုင်း

ကတိတည်ရမယ်လို့။ တည်စေရမယ်၊ ဘယ်တော့မှ မလွဲချော်စေရဘူး။ အဲဒီလို ဆက်ဆံလို့ရှိရင် မြောက်အရပ်ဟာ လုံခြုံလိမ့်မယ်တဲ့။

အဲဒီ လုံခြုံလာလို့ရှိရင် သူ့ရဲ့ဆက်ဆံမှုကို အကြောင်းပြုပြီး တစ်ဖက်က တုံ့ပြန်လာတယ်။ ဘာတွေ တုံ့ပြန်လာလဲ၊ ကိုယ်မေ့နေတာ မေ့လျော့ပြီးတော့ ကိုယ်က ခုနကလို မူးနေလို့ဖြစ်စေ၊ မေ့နေလို့ဖြစ်စေ အဲဒီလိုဖြစ်တဲ့အခါမှာ သူက စောင့်ရှောက်ပေးတယ်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ပျောက်မသွားအောင် ထိန်းသိမ်းပြီးတော့ပေးတယ်။ ကြောက်စရာ ဘေးအန္တရာယ်ကြုံလာလို့ရှိရင်လည်းပဲ အားပေးစကားပြောတယ်နော်၊ ဘေးရန်တွေ ပေါ်လာလို့ရှိရင်လည်း စွန့်ပြီးတော့ မသွားဘူး။ (ခုနကလို ဝက်ဝံနဲ့တွေ့တဲ့အခါမှာထွက်ပြေးသွားတာမျိုး မလုပ်ဘူးတဲ့နော်) နောက်တစ်ခါ သူ့ရဲ့ သားစဉ်မြေးဆက် မြေးမြစ်တီတွတ်ထိအောင်နော် အလေးပေးပြီး "ဒါ ငါ့မိတ်ဆွေရဲ့သား၊ ငါ့မိတ်ဆွေရဲ့မြေး" ဆိုပြီး စောင့်ရှောက်မှုပြုလုပ်တယ်၊ အဲဒီလိုဆိုရင် မြောက်အရပ်က လုံခြုံသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

အောက်အရပ် လုံခြုံဖို့အတွက် ဘယ်လိုစီမံ ဆောင်ရွက်မလဲ။ ဒါ မြတ်စွာဘုရားကာ **သံဝိဓာန**ဆိုတာ Project အနေနဲ့ စီမံတာ၊ အောက်အရပ်ဆိုတာ ကိုယ့်လုပ်ငန်းမှာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေကြတဲ့ အလုပ်သမားတွေ၊ အဲဒီ အလုပ်သမား

တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကိုယ်လုပ်ရမယ့် ကိစ္စတစ်ခုက ဘာတုန်း၊ စီမံဆောင်ရွက်ရမယ့်ကိစ္စက ဘာတုန်းဆိုရင် ကိုယ့်ရဲ့ ကုမ္ပဏီမှာဖြစ်စေ၊ ကိုယ့်ရဲ့အိမ်မှာပဲဖြစ်စေ အလုပ်လုပ်နေပြီ ဆိုရင် အလုပ်ကိစ္စခိုင်းတဲ့နေရာမှာ သူ့ရဲ့အင်အားကို ကြည့်ပြီး တော့ တန်ရာတန်ရာကို ခိုင်းရမယ်။ မနိုင်ဝန် မခိုင်းရဘူးတဲ့၊ ဒီလိုပြောတာနော်။ တန်ရာတန်ရာကိုခိုင်းရမယ်တဲ့။ ဒါကတစ်ခု။

နောက်တစ်ခုက ပုံမှန် သတ်မှတ်ထားတဲ့လစာကို ပေးရမယ်။ အလုပ်သမားတွေကို ပုံမှန်လစာပေးရမယ်။ နေမကောင်း ထိုင်မသာ ရှိပြီဆိုလို့ရှိရင် ကြည့်မနေရဘူး၊ ကိုယ်က ကူညီပြုစု ပေးရမယ်တဲ့နော်။ ထူးထူးခြားခြား ဆန်းပြားတဲ့ အစာအဟာရ မျိုးကိုလည်းပဲ တစ်ခါတစ်ရံ ကျွေးပါတဲ့။ Korea ကွဲစိမ်တို့ India ကွဲစိမ်တို့ပေ့ါနော်။ ကောင်းတာ လေးတွေ တစ်ခါတစ်လေ ခေါ်ခေါ်ပြီးကျွေးပါ။

သမယေ ဝေါဿဂ္ဂေန– သင့်တော်တဲ့အချိန်မှာ ခွင့်ရက်တွေ ပေးရမယ်လို့ပြောတာနော်၊ ခွင့်ရက်လေးတွေပေးရမယ်။ ဆိုပါစို့ အမျိုးသမီးတွေဆိုရင် ကိုယ်လေးလက်ဝန် ဖြစ်လာလို့ ရှိရင် ခွင့်ရက်ပေး၊ လစာမဲ့မဟုတ်ဘူး၊ လစာနဲ့ ခွင့်ရက်တွေ ပေးတယ်။

အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီအလုပ်လုပ်တဲ့ အလုပ်သမား တွေက ကိုယ့်ရဲ့အလုပ်ခွင်မှာ ပိုပြီးကြိုးစားတယ်၊ ကျေးဇူးတင်ပြီး

တော့ အလုပ်သမား/အလုပ်ရှင် ဆက်ဆံရေးဟာ ပိုကောင်းလာတယ်၊ ဒီလိုပြောတာနော်။ အဲဒီလိုလုပ်မှ လုံခြုံစိတ်ချရတယ်တဲ့။

အဲဒီလို လုံခြုံစိတ်ချရအောင် ဒီလိုအလုပ်သမားတွေကို အခုလိုခိုင်းလို့ မိမိဘက်ကတာဝန်ကျေတဲ့အခါမှာ အလုပ်သမားဘက်က အလုပ်ရှင်ကို ပြန်ပြီးတော့ တုံ့ပြန်လာတာတွေ ရှိပါတယ်တဲ့။

တုံ့ပြန်လာတာ ဘာတုန်းဆိုရင် အေး- အလုပ်သမားက ဝတ္တရားကျေတယ်၊ စောစောထတယ်၊ နောက်မှအိပ်တယ်၊ ဝေယျာဝစ္စလုပ်တဲ့အခါမှာ အင်မတန်မှကို ဂရုတစိုက်လုပ်တယ်။ နောက်တစ်ခါမှာ ပေးတာကိုသာယူတယ်နော်၊ မခိုးတတ်ဘူး၊ ပစ္စည်းတွေကို တိတ်တဆိတ်မယူဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ဆို အလုပ်ရှင်က ကောင်းတာကိုး။ ကောင်းလို့ရှိရင် ခိုးယူတာမျိုးတွေ မလုပ်ဘူးတဲ့။

တစ်လောတုန်းက မြန်မာပြည်မှာ ဘီယာရောင်းနေတဲ့ အလုပ်ရှင်တစ်ဦးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြောဖူးတယ်။ အဲဒီတော့ နှစ်တိုင်းနှစ်တိုင်း ဘီယာပုလင်း အပျက်ပြပြီးတော့ အနည်းဆုံး (၂)ဖာ၊ (၂)ဖာလောက်တော့ လျှော့တယ်။ အလုပ်သမားက သောက်တာရှိတယ်နော်၊ သူတို့ သောက်တာပေါ့။ အဲဒါကို ခွင့်မပြုနိုင်တော့ အလုပ်သမားက ဘာလုပ်လဲဆိုရင် ဘီယာ

ပုလင်းဖာကို ဆောင့်ဆောင့်ချတဲ့အခါကျတော့ လေးဖာလောက် ပျက်တယ်တဲ့။ အလုပ်သမားကို သွားပြီးတော့ ဝက်အူရစ် သွားတင်းလိုက်တာ (၄) ဖာလောက် ပျက်သွားတယ်။ အဲ၊ သူတို့ သောက်ပါစေဆိုပြီး ခွင့်ပေးထားလို့ရှိရင် အပျက်မရှိတော့ဘူး၊ အကောင်းချည်းပဲဖြစ်တယ်တဲ့နော်။ တကယ်ဖြစ်နေတာနော်။ မြတ်စွာဘုရားကလည်း ဒါတွေ မြင်တယ်လေ။

နှစ်ဦးနှစ်ဘက် စိတ်ချမ်းသာမှုရှိမှ လုပ်ငန်းဆိုတာ အပျက် အစီး နည်းတယ်။ အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမား မေတ္တာ ခမ်းခြောက်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် တစ်နည်းနည်းနဲ့ ပျက်စီးတတ် တယ်ပေါ့။ အဲဒါကြောင့် ဒီအလုပ်ရှင်ဘက်ကလည်းပဲ ညှာတာ တဲ့သဘောတွေပြရမယ်။ ပြလို့ရှိရင် အလုပ်သမားဘက်က လည်းပဲ ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်း ဖြစ်လာတယ်တဲ့ ဒီလိုဆိုတာ။

အေး - နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် **သုကတ– ကမ္မကာရာ–** တဲ့။ အလုပ်ကိုစွန့်ပတ်သက်ပြီး သေသေသပ်သပ် လုပ်လာတယ်။ သေသေသပ်သပ်လုပ်တော့ **ကိတ္တိဝဏ္ဏဟရာ–** အလုပ်ရှင်က ဘယ်လောက်ကောင်းတယ်ဆိုတာ အလုပ်သမား တွေက ကြော်ငြာပြီးသား ဖြစ်သွားတယ်။ အလုပ်ရှင် ဘယ်လောက်ကောင်းတယ်ဆိုတာကို သူတို့ကပြောတဲ့ စကားနဲ့ တင်ပဲ ဂုဏ်သရေတွေတတ်ပြီး dignity တွေ အပြည့်အဝ ရလာ တယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။ မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့အတိုင်း

ဆက်ဆံရေးကောင်းကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင်တော့ အနည်းနဲ့ အများ ကြီးပွားတိုးတက်ပြီး လောကမှာ အောင်မြင်မှုကိုရမယ် ဆိုတာ သေချာပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရပ်မျက်နှာခြောက်ခု ဖူလုံအောင် ဆောင်ရွက်ကြရမှာဖြစ်တယ်။

နောက်ဆုံးတစ်ခုကတော့ **သမဏ** **ဗြာဟ္မဏ** တွေ အပေါ်မှာ၊ သူတော်စင်တွေအပေါ်မှာ ရိုရိုသေသေ လေးလေး စားစား ဆက်ဆံမယ်ဆိုရင် သူတို့ဆီက တုံ့ပြန်လာတဲ့ မကြားဖူး တာတွေ ကြားအောင် ဟောပြောပေးမယ်၊ မသိသေးတဲ့ အသိ ပညာတွေဟောပြောပေးမယ်၊ ကောင်းတဲ့ဘက်ကိုရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပြီးတော့ပေးမယ်၊ တမလွန်ဘဝ ရောက်တဲ့အခါမှာ လည်း ကောင်းရာသုဂတိရောက်မယ့် တကယ့် လမ်းကြောင်း ကောင်းကို ဖော်ကျူးပေးနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အထက်အရပ်ရဲ့ လုံခြုံမှုဟာလည်းပဲ ရရှိသွားနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ လောကမှာ အောင်မြင်ချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အရှေ့အရပ်လည်း လုံခြုံစိတ်ချရအောင်၊ တောင်အရပ် ကလည်း လုံခြုံစိတ်ချရအောင်၊ အနောက်အရပ်ကလည်း စိတ်ချရအောင်၊ မြောက်အရပ်ကလည်း စိတ်ချရအောင်၊ အထက်အရပ်ကလည်း လုံခြုံစိတ်ချရအောင်၊ အောက်အရပ် ကလည်း လုံခြုံစိတ်ချရအောင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားထားတဲ့ နည်းစနစ်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးကြမယ်ဆိုရင် **လောကဝိဇယ**

လမ်းစဉ် အရ အောင်မြင်ကြီးပွားကြမှာ ဖြစ်တယ်လို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ သဘောကျပြီး ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

ဓမ္မမိတ်ဆွေများသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များကရေးကူးကာ တမူများကို ဆရာတော်ကြီး ထံ ပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ် ပေးသော တမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြု လျက် စာအုပ်ငယ်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ဖော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

~ ~ ~ ~ ~

ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

၁။ **အောင်ဓမ္မ ပုံနှိပ်တိုက်**
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ **ဦးဘမိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်**
အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီ)ရုံ၊မြေအောက်ထပ်။
ဖုန်း ၀၁-၂၄၀၆၀၀(လိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄

၃။ **ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့**
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀

၄။ **အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်**
ကမ္ဘာအေးစေတီဝင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း ၀၁-၆၅၅၇၅၆၊ ၀၁-၆၅၁၇၆၉

၅။ **ပုရပိုက်ဓမ္မဖြန့်ချိရေး**
တိုက်(N.3)၊ အခန်း(၁၀၂)၊ လေးထောင့်ကန်လမ်းမကြီး၊
တာမွေမြို့နယ်။ (ILBC တာမွေ အနီး)
ဖုန်း ၀၁-၅၄၄၇၂၇၊ ၀၉-၇၃၉၀၃၉၇၀

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၏ ထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

- အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ(ပ+ဒု တွဲ)
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ပဋ္ဌာန်းနည်းဖြင့် လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း
- ပဋ္ဌာန်းမြတ်ဒေသနာ

၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
၂။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အနှစ်ချုပ်
၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
၇။ ဓမ္မကြေးမုံ
၈။ တောင်ပို့ထဲက ရတနာ
၉။ မြတ်သောဥစ္စာ စုဆောင်းပါ
၁၀။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ
၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
၁၂။ ရှစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်
၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
၁၄။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ
၁၈။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပါယ်

၁၉။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်
၂၀။ ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်
၂၁။ နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
၂၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
၂၃။ ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖြန်ကမ္ဘာ
၂၄။ မင်္ဂလာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၂၅။ သာရဏီယတရား
၂၆။ ရသ တဏှာ
၂၇။ ဓမ္မဗျူဟာသင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုခြင်း
၂၈။ သေချာသောလမ်းမှ လျှောက်လှမ်းပါ
၂၉။ မဟာဒါန
၃၀။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ
၃၁။ ဖြစ်နိုင်တာနှင့် မဖြစ်နိုင်တာ
၃၂။ အရှင်အာနန္ဒာ၏ ဝိပဿနာ
၃၃။ န စ သော၊ န စ အညော
၃၄။ လူ့တိုင်းကျင့်ရန် သတိပဋ္ဌာန်
၃၅။ စိတ်၏အတွေးများ
၃၆။ ဉပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ
၃၇။ သတိမဂ္ဂာ အသိပညာဖြင့် နေထိုင်ခြင်း
၃၈။ အတ္တာဟိအတ္တနောနာထော
၃၉။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၄၀။ ပေါသူ နာသူ စိတ်ထားဖြူ
၄၁။ ၁၂-နှစ်ကြာ အဖြေရှာခဲ့ရသော မေးခွန်းများ

၄၂။ လွှတ်မြောက်တဲ့စိတ်
၄၃။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် သတိဆောင်
၄၄။ ခန္ဓသုတ်အနှစ်ချုပ်(အတ္တရာယ်ကာကွယ်ခြင်း)
၄၅။ တရားသိလျက် အကျင့်ခက်
၄၆။ က္ကုန္ဒြိယဘာဝနာ မြတ်ဒေသနာ
၄၇။ သံသရာခရီးသွား အမှားမလုပ်မိစေနှင့်
၄၈။ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်
၄၉။ ရတနသုတ်အနှစ်ချုပ်
၅၀။ လောကဓံမုန်တိုင်းများနှင့် ကြံ့ခိုင်သည့်စိတ်ထား
၅၁။ ဘုရားသော်မှပေးဆပ်ရသည့် ကံကြမ္မာဝဋ်ကြွေးများ
၅၂။ အထင်များ အမြင်မှား
၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၄။ ယှဉ်ပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး
၅၅။ နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလံ
၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း
၅၇။ အားပေးစကား
၅၈။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၉။ ဘောသန္တဂုရု
၆၀။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သွားနေသူ
၆၁။ ဘဝ၏ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ
၆၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်ပွား နှလုံးသွင်းတရား

၆၃။ နိုင်သူနှင့်ရှုံးသူ
၆၄။ အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ
၆၅။ မှတ်ဉာဏ်ကောင်းအောင်ကျင့်ဆောင်ခြင်း
၆၆။ တရားထူးရနိုင်သူ
၆၇။ ကျေးဇူးသိခြင်း
၆၈။ ဘာသာတရားလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်
၆၉။ ကာလာမသုတ် အနှစ်ချုပ်
၇၀။ ခုခံစွမ်းအား
၇၁။ အလေးထား၍ စဉ်းစားဆင်ခြင် ကောင်းအောင်ပြင်
၇၂။ အခွင့်ကောင်းကို ရအောင်ယူ
၇၃။ ရှာဖွေခြင်းနှင့် ရရှိခြင်း
၇၄။ ကုသိုလ်တစ်ပဲ ငရဲတစ်ပိဿာ
၇၅။ မွေကိုအဖော်ပြုမှ ထာဝရချမ်းသာမည်
၇၆။ အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ
၇၇။ ချမ်းသာစွာအိပ်စက်ရခြင်း
၇၈။ နှစ်ဦးမေတ္တာလှူတိုင်းမှာ
၇၉။ ဓဇဂ္ဂထာဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၀။ အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား
၈၁။ နိယျာနိကသာသနာ
၈၂။ အနတ္တလက္ခဏာသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၃။ သူ့အမြင် ကိုယ့်အမြင် မွေအမြင်

၈၄။ ရှင်ရာဟုလာ၏ဘဝနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမ

၈၅။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်နှင့် အိပ်ငိုက်ခြင်း

၈၆။ ဗျာဒိတ်တော်ကြား ဘုရား(၂၄)ဆူ

၈၇။ အံ့ဖွယ်လူသား မြတ်ဘုရား

၈၈။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် ဝိပဿနာ

၈၉။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ရှိရမည့် အရည်အချင်းများ

၉၀။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ

၉၁။ ဇာတိမြေမှ သာသနာ

၉၂။ ဒါနအခြေခံတဲ့ သမထဝိပဿနာ

၉၃။ စရိုက်နှင့်ဝါသနာ

၉၄။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယလမ်းစဉ်

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]