DHAMMAVIJJĀLAYA

2546 2003

CENTRE FOR BUDDHIST STUDIES

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ

ရန်ကုန်မြို့

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ် ပါမောက္ခချုပ်၊

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မမဟာသိပ္ပံ ပါမောက္ခချုပ်၊

စစ်ကိုင်းမြို့

သီတဂူကမ္ဘာ့ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ပါမောက္ခချုပ်၊

မဟာသုဗောဓာရုံကျောင်းတိုက် ပဓာနနာယက၊

မုံရွာမြို့

သဒ္ဓမ္မဇောတက သုဗောဓာရုံကျောင်းတိုက် ပဓာနနာယက

အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ၊ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ဘဒ္ဒန္တဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ

ဆရာတော်၏

သက်တော်(၇၀)ပြည့်မွေးနေ့အမှတ်တရ

ဓမ္မဒါန

၁၃၇၁ ခုနှစ်၊ တန်ခူးလဆန်း(၄)ရက်၊ ၁၈-၃-၂၀၁၀ (ကြာသပတေးနေ့)

အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း

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

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ

<u>မှတ်တမ်း</u>

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၃ ခုနှစ်၊ ကောဇာ သက္ကရာဇ် ၁၃၇၀ ပြည့်နှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော် (၁၃)ရက်နေ့ မန္တလေးတိုင်း၊ မတ္တရာမြို့၊ သာသနဇောတာရုံကျောင်းတိုက်အတွင်းဝယ် (၂၉)ကြိမ်မြောက် ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သော မတ္တရာ၊ စဉ့်ကူး နှစ်မြို့နယ် ရွှေကျင်နိကာယ ဝိနယပါလ ဝိနည်းစာတော်ပြန်ပွဲ ဓမ္မသဘင် အခမ်းအနား၌ မတ္တရာမြို့ အမှတ်(၂) ဘုရင့်နောင်ရပ်၊ **ရှုဝံအပေါင်းဆိုင် မိသားစု** ၏ အမတဒါန ဓမ္မဒါန အဖြစ်ဖြင့် ဒီကနေ့ည ဟောကြားမည့် တရား၏အမည်မှာ **လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ** ဖြစ်ပါတယ်။

လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ

ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ လူ့ဘဝရထားကြတယ်။ အားလုံးလဲ ကြားဖူးကြတယ်။ **“မနုဿတ္တဘာဝေါ ဒုလ္လဘော”** လူ့ဘဝ ဆိုတာ ရခဲတယ်တဲ့။ ရခဲတဲ့လူ့ဘဝကို အခုရထားကြပြီ။ ဘာလုပ်ကြမလဲ။ လူတွေကပြောကြတယ်။ စီးပွားဉစ္စာတွေ တိုးတက်လို့၊ ကျန်းမာလို့၊ ခေတ်အခြေအနေကောင်းလို့ ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်ကြရလို့ရှိရင် လူတွေက လူဖြစ်ကျိုးနပ်လိုက်တာနဲ့ပြောကြတယ်။ တကယ် လူဖြစ်ကျိုးနပ်တယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုမှ လူဖြစ်ကျိုးနပ်တယ်လို့ ပြောရမလဲ။

“မနုဿတ္တဘာဝေါ ဒုလ္လဘော” လို့ ဗုဒ္ဓဟောကြားထားတဲ့ တရားတော်ကို ကြားဖူးနေတဲ့ မြန်မာလူမျိုးတိုင်းဟာ လူ့ဘဝရခဲတယ်ဆိုတာကို သိနေကြတယ်။

သို့သော် ဒီစကားနဲ့ပတ်သက်ပြီး တချို့က သံသယဝင်ကြတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် ဒီကနေ့ ကမ္ဘာ့လူဦးရေက တိုးနေလို့ဖြစ်တယ်။ တိုးနေတော့ လူ့ဘဝရခဲတယ်ဆိုတာ ဟုတ်မှဟုတ်ပါ့မလားလို့ အတွေး ချော်မိတတ်တယ်နော်။

ကမ္ဘာ့လူဦးရေက ဒီကနေ့ သန်းပေါင်း (၆၀၀၀) ကျော်သွားပြီ။ သန်းပေါင်း (၆၀၀၀) ကျော်သွားလို့ သန်းပေါင်း (၁၀၀၀၀) လောက် ရောက်သွားရင် လူတွေဟာ စော်ကုန်လိမ့်မယ်လို့ ဒီလို တွက်တဲ့လူတွေ ကလည်း တွက်တယ်။ တွက်ရုံတင်မကဘူး တချို့ နိုင်ငံတွေမှာဆိုလို့ရှိရင် Family Plan လို့ ခေါ်တဲ့ စီမံချက်နဲ့ သားသမီးလျှော့ပြီး ယူကြတယ်။ အဲဒီသဘောက ဘာကိုပြောနေတာတုန်းဆိုရင် ကျန်တဲ့သတ္တဝါတွေ လူ့ဘဝလာခွင့်မပြုဘူးလို့ ပိတ်တာနဲ့ မတူဘူးလား၊ ဆိုးလိုက်တာနော်။

လာချင်တဲ့လူတောင်မှ မလာရအောင် စီမံကိန်းနဲ့ ပိတ်ဆို့နေတာ မျိုး ဖြစ်မနေဘူးလား။ လူ့ဘဝဆိုတာ အလွန်ရခဲပါတယ်လို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ဟောတယ်။ အလွန်ရခဲတယ်ဆိုတာမှန်တယ်၊ ဘယ်လောက်ပဲ လူဦးရေ တိုးတိုး တိရစ္ဆာန်ဦးရေနဲ့ နှိုင်းစာကြည့်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် တိုင်းတာလို့မရ လောက်အောင် ကွာခြားတယ်။

ကိုယ့်အိမ်မှာရှိတဲ့ တိရစ္ဆာန်လေးတွေနဲ့၊ ဆိုပါစို့ အကောင် သေးသေးလေးနဲ့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် ပုရွက်ဆိတ်တွင်း တစ်တွင်းမှာရှိတဲ့ ပုရွက်ဆိတ်ဦးရေနဲ့ လူဦးရေနဲ့ နှိုင်းစာကြည့်မယ်။ ပုရွက်ဆိတ်တွင်းမှာရှိတဲ့ ပုရွက်ဆိတ် အကောင်ဦးရေသည် (ဒါ တစ်တွင်းထဲကိုပြောတာနော်) ကမ္ဘာမှာရှိတဲ့လူဦးရေထက် မများပေဘူးလား။

အေး. . . ကမ္ဘာလောကကြီးမှာရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်မှာ အနေများသလဲဆိုရင် အပါယ် ၄ ဘုံမှာ အနေများကြတယ်။ လူ့ဘဝ ဆိုတာ ခဏလေး အလည်လာသလိုပဲနေ်ာ။

ဒါကြောင့်မို့ ဒီလိုအဆိုရှိတယ်၊ **ပမတ္တဿစ နာမ စတ္တာရော အပါယာ သကဂေဟာသဒိသာ** ကုသိုလ်ကောင်းမှုမှာ မေ့မေ့လျော့လျော့ နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အဖို့ အပါယ်(၄)ဘုံဟာ ကိုယ့်အိမ်နဲ့အလားတူတယ်တဲ့။ ဘယ် နေရာပဲသွားသွား ပြန်လာရင် ကိုယ့်အိမ်မှာပဲ နေကြတာမို့လား။

ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ထိုထိုသုတ္တန်တွေထဲမှာ ဟောထား တာရှိတယ်။ လူ့ဘဝက သေသွားပြီး လူပြန်ဖြစ်တဲ့လူ အင်မတန် နည်းပါး တယ်တဲ့။ လူ့ဘဝကသေပြီး အထက်နတ်ပြည်ရောက်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လည်း အင်မတန် နည်းပါးတယ်တဲ့။ လူ့ဘဝသေပြီး အပါယ် (၄)ဘုံ သွားတာက များတယ်တဲ့။

သန်းပေါင်း(၆၀၀၀)ကျော်ရှိတဲ့ လူတွေအတွက် (သက်သတ်လွတ် စားတဲ့လူတွေ အသာထား) တစ်နေ့ သန်းပေါင်း မြောက်မြားစွာသော သတ္တဝါတွေဟာ သေနေကြရတယ်။

တိရစ္ဆာန်အမျိုးအစားက မရေမတွက်နိုင်အောင် များတယ်။ ပင်လယ်ထဲက ရေသတ္တဝါပဲကြည့်လိုက်ဦး၊ အများကြီး၊ တိရစ္ဆာန်တွေ ဆိုတာ မွေးလို့ရှိရင် အများကြီးမွေးတယ်။ တစ်လောက ဂျာနယ်တစ်ခု ထဲမှာပါတယ်။ လူက ခုနစ်မွှာပူးမွေးတာရှိတယ်၊ ဒါ အများဆုံးပဲဖြစ်မယ်။ ခွေးတွေဆိုရင် ဒီထက်ပိုတယ်။ ငါးတွေကို ကြည့်မယ်ဆိုရင် ငါးတစ်ကောင် မှာရှိတဲ့ ငါးဥပေါင်းက မြောက်မြားစွာရှိတယ်။

အဲဒီတော့ ဒါတွေနဲ့နှိုင်းယှဉ်ပြီး ကြည့်မယ်ဆိုရင် **"မနုဿတ္တ ဘာဝေါ ဒုလ္လဘော"** ဆိုတာ မဟုတ်ပေဘူးလား။ ဟုတ်တယ်နော်။ တစ်ထောင်မှာ တစ်ယောက်၊ တစ်သောင်းမှာတစ်ယောက် လူဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်၊ ဒီလောက်ခဲယဉ်းတဲ့ လူ့ဘုံ လူ့ဘဝကြီးကို ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုပြီး လာချင်လို့တောင် မလာရဘူးဆိုရင် မကောင်းပါဘူးနော်။ အေး. . မလာရဘူးဆိုပြီး တားနေကြတယ်။ အဲဒီလို အတားခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း အတိတ်ဘဝက ပါဏာတိပါတကံလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလို့ ယူဆနိုင်တယ်။ ဟုတ်ကဲ့လား? လူ့ဘဝလာချင်လို့ ခေါင်းပြူလာတာတောင် မလာနဲ့ဆိုပြီး အတားခံရတယ်။

တစ်ချို့နိုင်ငံတွေမှာဆိုလို့ရှိရင် တရားဝင်ဥပဒေတွေနဲ့ Abortion လုပ်ခွင့်ပြုတယ်။ Abortion လုပ်တယ်ဆိုတာ အေး . . လူ့လောက လူဦးရေတွေ များတယ်ဆိုပြီး တားဆီးနေကြတာ။ အဲဒီလုပ်ရပ်ကတော့ မှားယွင်းတယ်ပေါ့။

ကဲ . . ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေကတော့ ကံကောင်းလို့ လူ့ဘဝ ရလာကြပြီ၊ လူ့ဘဝရောက်ဖို့ဆိုတာ အလွန်အင်မတန်မှ ခဲယဉ်းတယ်။ သီဟိုဠ်ကျွန်းက ဒေါက်တာဝါလ်ပေါလရာဟုလာ ဆိုတဲ့ ဆရာတော်ကြီး ရေးတဲ့ What the Buddha Taught ဆိုတဲ့ စာအုပ်ရှိတယ်။ မြတ်ဗုဒ္ဓ ဒေသနာလို့ မြန်မာလိုပြန်ထားတယ်။ အဲဒီမှာ ရေးထားတာက လူ့ဘဝ ဆိုတာ အင်မတန်ရခဲတယ်ဆိုတာ ရေးထားတယ်။ မြန်မာမှာလည်း ပြောကြတယ်၊ ပြဟ္မာ့ပြည်က အပ်တစ်စင်း၊ လူ့ပြည်က အပ်တစ်စင်း

ချလိုက်ရင် အဲဒီအပ်ဖျားချင်း ထိကောင်းထိလိမ့်မယ်။ လူ့ဘဝရောက်ဖို့ အင်မတန်မှ ခဲယဉ်းတယ်လို့။

ခဲယဉ်းတာတစ်ခု ပြောပြတယ်။ ခဲယဉ်းတယ်ဆိုတာ ဖြစ်ကို မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ ဆိုလိုတာနော်။ မြတ်စွာဘုရားက လူ့ဘဝဘယ်လောက်ရဖို့ ခက်ခဲတယ်ဆိုတာကို လိပ်ကန်းကြီးတစ်ကောင်နဲ့ ဥပမာပေးထားတယ်။ လိပ်ကန်းကြီးတစ်ကောင်ရဲ့ ဥပမာကိုကြည့်။ လိပ်ကန်းကြီးတစ်ကောင်က ပင်လယ်ထဲမှာ ကျက်စားတယ်။ အနှစ်တစ်ရာကြာမှ ပင်လယ်ရေမျက်နှာ ပြင်ပေါ် ခေါင်းလေးပြူကြည့်ပြီး အသက်ရှူတယ်။

အနှစ်တစ်ရာလုံးလုံး ပင်လယ်ရေမျက်နှာပေါ်မှာ တက်မလာဘူးတဲ့။ ပင်လယ်ရေနက်ပိုင်းထဲမှာပဲ လှည့်လည်ကျက်စားပြီးနေတယ်။ အဲဒီ လိပ်ကြီးက မျက်စေ့နှစ်ကွင်း အလင်းမရလို့ လိပ်ကန်းတဲ့။ ဟုတ်ကဲ့လား?၊ အဲဒီပင်လယ်ပြင်ထဲမှာ ထမ်းပိုးတုံးကြီးတစ်ခုက အပေါက်ကလေး တစ်ခုပဲ ပါတယ်။ ပင်လယ်ဆိုတာက အမြဲတမ်းလှုပ်ရှားနေတာ၊ ငြိမ်နေတာ မဟုတ်ဘူး။

မတ္တရာကလူတွေ ပင်လယ်မြင်ဖူးချင်မှ မြင်ဖူးမှာနော်။ ဟို . . ရန်ကုန်တို့၊ အောက်ပိုင်းက လူတွေကတော့ ပင်လယ်မြင်ဖူးကြတယ်၊ ပင်လယ်ဆိုတာ ငြိမ်သက်နေတဲ့နေရာ မဟုတ်ဘူး၊ အမြဲတမ်း လှုပ်ရှားနေတာ၊ လှိုင်းက အမြဲတမ်းတိုက်ပြီးတော့ နေတဲ့နေရာ။ အဲဒီ ထမ်းပိုးတုံးကြီး ပင်လယ်ထဲမှာ မျောချင်ရာ မျောနေတယ်။

ထမ်းပိုးတုံးကြီးက အပေါက်တစ်ပေါက်ထဲပါတယ်။ လိပ်ကန်းကြီးကလဲ သွားချင်ရာသွား၊ အနှစ်တစ်ရာကြာတဲ့အခါ ပင်လယ်ရေမျက်နှာပေါ် တက်ပြီး ခေါင်းကလေးပြူလိုက်တယ်။ အဲဒီပြူလိုက်တဲ့ ခေါင်းလေးနဲ့ ခုနက မျောချင်ရာမျောနေတဲ့ ထမ်းပိုးတုံးကြီးရဲ့ အပေါက်နဲ့ သွားစွပ်မိတယ်ဆိုတာ ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်သေးတယ်တဲ့၊ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား?။ ဒါလည်းမဖြစ်နိုင်ဘူး နော်။ အဲဒါက ဖြစ်နိုင်သေးတယ်တဲ့။ အပါယ်လေးဘုံ ရောက်သွားတဲ့ သတ္တဝါတစ်ယောက် လူဖြစ်ဖို့ဆိုတာ ပိုပြီးခဲယဉ်းတယ်။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ ကိုယ့်မျက်စိအောက်မှာရှိတဲ့ တိရစ္ဆာန်လေးတွေပဲကြည့်။ လူတွေနဲ့အနီးစပ်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ကြောင်ကလေးတွေ၊ ခွေးကလေးတွေကြည့်ပေါ့၊ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ သူတို့ ဘာတွေတွေးနေကြသလဲ၊ ဘာတွေ လုပ်နေကြသလဲ ကြည့်နော်။ အစာဝရင် အိပ်မယ်၊ အစာမဝရင်အစာရှာမယ်။ အစာရှာရင်း တစ်ကောင်နဲ့တစ်ကောင် အနိုင်ကျင့်မယ်၊ ကိုက်မယ်၊ ရန်ဖြစ်မယ်၊ ဒါပဲမို့လား။ ပုတီးစိပ်တဲ့အချိန် ရှိရဲ့လား။ ဘုရားရှိခိုးတဲ့အချိန် ရှိရဲ့လား၊ မရှိဘူး။ ကိုယ့်ရှိတဲ့ အစာလေးတောင် တစ်ကောင်နဲ့တစ်ကောင် မျှစားချင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကြောင်ကလေးတွေဆို အစာလေးတစ်ခု၊ ကြွက်ကလေးတစ်ကောင် ပါးစပ်ထဲရောက်လာပြီဆိုရင် မာန်ဖီနေတာ၊ ဘယ်သူမှမလာနဲ့၊ လာရင် ကိုက်မှာပဲ ဟုတ်ကဲ့လား။ အဲဒီတော့ သူတို့ရဲ့ စိတ်နေသဘောထားလေးတွေ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အစာပေါ်မှာ မက်မောနေတာက လောဘ၊ ရထားတဲ့ အစာကို သူများနဲ့ ရှယ်ယာမလုပ်နိုင်ဘဲ မာန်ဖီနေတာက မစ္ဆရိယ၊ မာန်ဖီ

ပြီးတော့ ဟိန်းနေတာက ဒေါသ၊ ဟုတ်ကဲ့လား?။ ကျန်တဲ့ အချိန်တွေမှာ မောဟတဲ့၊ ကဲ-စဉ်းစားကြည့်၊ လောဘရယ်၊ ဒေါသရယ်၊ မောဟရယ် ဒါတွေပဲ လွှမ်းနေတာပဲ။ သူတို့မှာ ကုသိုလ်ပြုလိုတဲ့စိတ်ဆိုတာမျိုး အလွန် ရှားတယ်နော်။

လူနဲ့အလွန်ဝေးတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေကြည့်လိုက်၊ **အညမညခါဒိကာ ဒုဗ္ဗလခါဒိကာ** အချင်းချင်းသတ်စားကြတယ်၊ အားမရှိတဲ့အကောင်ကို အားရှိတဲ့အကောင်က စားကြတယ်။

ဗဟုသုတအနေနဲ့ အာဖရိက တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်တွေအကြောင်း ရိုက်ကူးထားတဲ့ Discovery Channel ကို ကြည့်ကြည့်၊ အလွန်သံဝေဂ ရစရာကောင်းတယ်နော်။ မြတ်စွာဘုရားက တိရစ္ဆာန်တွေဘဝကို စကား လုံးလေး နှစ်လုံးနဲ့ ဟောထားတာ၊ **အညမညခါဒိကာ** တစ်ကောင်နဲ့ တစ်ကောင် သတ်စားတဲ့ဘဝ၊ **ဒုဗ္ဗလခါဒိကာ** အားနည်းတဲ့အကောင်ကို အားကြီးတဲ့အကောင်က သတ်စားတဲ့ဘဝတဲ့။ တကယ်ဟုတ်တာပဲ။

ကြည့် . . သမင်လေးတွေ၊ ကျွဲလေးတွေ၊ ကျားပါးစပ်၊ ခြင်္သေ့ ပါးစပ်မှာ သူတို့ အသက်ပျောက်သွားကြတယ်။ ဒီကနေ့ ညနေတင်ပဲ စစ်ကိုင်းကနေ မတ္တရာလာတဲ့အခါ လမ်းမှာ ဆိတ်နှစ်ကောင်ကို ကြိုးနဲ့ တုတ်ပြီးတော့ ဆိုင်ကယ်ပေါ်တင်သွားတာ မြင်ခဲ့ရတယ်။ ကြက်တွေ ဆိုတာတော့ ပြောမနေနဲ့တော့။ ခဏခဏတွေ့တယ်။ ကဲ စဉ်းစား ကြည့်စမ်း၊ တိရစ္ဆာန်ဘဝရဲ့ ဒုက္ခဟာ အင်မတန်ကြီးမားတယ်တဲ့။

အဲဒီဘဝမှာရောက်နေတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေ အဲဒီလို ညှင်းပန်းခံနေရတဲ့အချိန်မှာ ဘယ်လောက် စိတ်ဆင်းရဲပြီး သောကတွေ၊ ဒေါသတွေဖြစ်နေကြမလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်။ သေရင် ဒီစိတ်နဲ့ သေရမှာဆိုတော့ လူ့ဘဝ ပြန်လာလို့ရပါ့မလား၊ မရဘူး။

အေး. . ယေဘူယျစကားနဲ့ပြောမယ်ဆိုရင် လောဘနဲ့သေရင် ပြိတ္တာ၊ ဒါ လူတွေကိုပြောတာ၊ လောဘလွှမ်းနေတဲ့အချိန်သေရင် ပြိတ္တာဖြစ်တယ်တဲ့။ ဒေါသလွှမ်းမိုးနေတဲ့အချိန်သေရင် ငရဲကျတယ်တဲ့၊ မောဟတွေ လွှမ်မိုးနေတဲ့အချိန်သေရင် တိရစ္ဆာန် ဖြစ်တယ်တဲ့။ ဒါ ယေဘူယျစကားကို ပြောတာပါနော်။ ဒီ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ဆိုတဲ့ ဒီတရားတွေ လွှမ်းနေတဲ့အချိန်လေးမှာ သေလိုက်ရင် ကောင်းရာသုဂတိတော့ ဘယ်နည်းနဲ့မှ မရောက်နိုင်ဘူး။ စိတ်က ညစ်နေတဲ့အချိန်ကိုနော်။

အေး. . လူ့ဘဝ ပြန်ကြည့်လိုက်ဦး။ တိရစ္ဆာန်ဘဝတွေနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် လူ့ဘဝက ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ အများကြီးသက်သာသေးတယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ သူတို့ဘဝနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပြီး လူ့ဘဝသည် **"မနုဿတ္တဘာဝေါ ဒုလ္လဘော"** အလွန်ရခဲတဲ့ ဘဝတစ်ခုဆိုတာ ထင်ရှားတယ်။ ကိုယ့်ဘဝလေးကိုယ် တန်ဖိုးထားတတ်ဖို့ လိုတယ်။

အကယ်၍ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေပေါ်မှာ ပျော်လိုပါးလိုတဲ့ လောဘနဲ့ အချိန်ကုန်မယ်၊ ဒေါသနဲ့ အချိန်ကုန်မယ်၊ လုပ်သင့်မလုပ်သင့် ဆိုတာတွေ မသိတဲ့ မောဟနဲ့ အချိန်ကုန်နေမယ်ဆိုရင် ခုနက တိရစ္ဆာန်

ဘဝနဲ့ ဘာမှသိပ်ပြီးကွာခြားမှာ မဟုတ်တော့ဘူးနော်။ ဒါကြောင့်မို့ လူ့ဘဝ ရလာတဲ့အခါမှာ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေတဲ့၊ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ဖို့ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်တဲ့။

လူ့ဘဝကို ဘယ်ပုံရလာတုန်းလို့ကြည့်လို့ရှိရင် လူဖြစ်ပုံ လူဖြစ်နည်းကို မြတ်စွာဘုရားက သံယုတ်ပါဠိတော်မှာ ဟောထားတာရှိတယ်။

"ဣန္ဒက" လို့ အမည်ရတဲ့ ဘီလူးကြီးတစ်ကောင်က အတိတ်ဘဝ ဝိညာဉ်လေးကဝင်စားပြီး လူဖြစ်လာတယ်ဆိုတဲ့ အယူအဆတစ်ရပ်ကို တင်ပြပြီး မေးခွန်းထုတ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဝိညာဉ်ကောင်ဆိုတာ မရှိဘူး။

အတိတ်ဘဝက စုတေစိတ်ကျသွားတာနဲ့တပြိုင်နက် ကံကြောင့် ပဋိသန္ဓေပေါ်လာတာ၊ ပဋိသန္ဓေစိတ်ပေါ်လာပြီးတဲ့နောက်မှာ ရုပ်တွေ၊ နာမ်တွေ အတူတကွဖြစ်လာတယ်။ အခြေခံရုပ်နဲ့ အခြေခံနာမ်ကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ တဖြည်းဖြည်း ကြီးထွားလာတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီသုတ္တန်မှာဟောတယ်။ **ပဌမံ ကလလံ ဟောတိ၊ ကလလာ ဟောတိ အဗ္ဗုဒံ** မိခင်ဝမ်းက မွေးဖွားလာတဲ့ လူသားတွေရဲ့ဘဝအစ ကလလရေကြည်မှာ သန္ဓေတည်တယ်၊ အဲဒီတော့ ကလလရေကြည်ဆိုတာ ဘာနဲ့တည်ဆောက်ထားတာတုန်းလို့ ပြောမယ်ဆိုရင် (Sperm နဲ့ Ovum) လို့ခေါ်တဲ့ မိဘနှစ်ပါးရဲ့ သုက်သွေးနဲ့ ပေါင်းစပ်သွားတဲ့အခါ ကလလရေကြည်ဖြစ်တယ်။

မျိုးစေ့လေးတစ်ခုဆိုရင် မြေနဲ့ရေနဲ့ ပေါင်းစပ်ထားတဲ့အပေါ်မှာ ပေါက်လို့ရတယ်။ အေး. . ဘဝသံသရာမှာလည်း ကျင်လည်နေကြတဲ့ သတ္တဝါတွေ လူဖြစ်တော့မယ်ဆိုရင် အဲဒီ Sperm ဆိုတာရယ် Ovum ဆိုတာရယ် နှစ်ခုပေါင်းတာ။ ခုခေတ် သိပ္ပံကတော့ Sperm ဆိုတာကို သက်ရှိသတ္တဝါလို့ ပြောတယ်ပေါ့။ သုတ်ပိုးက ပြေးပြီး သားအိမ်ထဲ ဝင်ကြတယ်တဲ့။ သန်းပေါင်းများစွာထဲက တစ်ကောင်နှစ်ကောင်ပဲ အသက်ရှင်တယ်လို့ပြောတယ်။ Sperm ကို "ပိုး"လို့ ပြောတယ်ပေါ့။ ဖခင်ရဲ့ သုက်ပိုးကလေးတွေဟာ သန္ဓေတည်ရမဲ့အချိန်ကို သူတို့ အလုအယက် သားအိမ်ထဲ ပြေးဝင်ကြတယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ဒေသနာတော်ကတော့ မိဘရဲ့ Sperm နဲ့ Ovum ၂ ခု ပေါင်းမိသွားတာလေးက မြေသဘောလေး ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီမြေပေါ်မှာ အတိတ်ဘဝက စုတေစိတ်ကျလို့ ကံပြစ်ချတဲ့ **ဂန္ဓဗ္ဗ** လို့ခေါ်တဲ့ သန္ဓေလောင်း ဖြစ်ပေါ်လာတာ။

ဂန္ဓဗ္ဗ ဆိုတာ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်လဲဆိုရင် ဟိုဘဝက စုတိစိတ်ကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ။ ဘဝတစ်ခုခုမှာ စုတိစိတ်ကျတယ်။ စက္ကန့်အတွင်းမှာ သန်းပေါင်းများစွာသော သတ္တဝါတွေ သေနေကြတယ်။ အဲဒီတော့ ဘာနဲ့ ဥပမာ တူတုန်းဆိုရင် ကောင်းကင်က မိုးပေါက်တွေ ကျနေသလိုပဲ။ သေနေတဲ့ သတ္တဝါတွေက ဖြစ်ဖို့ရာ အဆင်သင့် ဖြစ်နေကြတယ်နော်။ သေလိုက်တာနဲ့ ဘဝသစ်မှာ ဝိညာဉ်စိတ်လေးပေါ်တယ်။

ဒါ မြန်လှချည်လားလို့ မအောက်မေ့နဲ့။ ရန်ကုန်ကနေ Television လွှင့်တာ မတ္တရာကနေဖမ်းရင် ချက်ချင်းရတယ်မို့လား။ အေး. . အဲဒီပုံစံပဲ၊

ဘယ်ဘဝကသေသေ ကံရဲ့စွမ်းအားကြောင့် ခုနကပြောတဲ့ ကလလ ဆိုတဲ့ သန္ဓေက စကြမှာပဲ။ တစ်ဦးမဟုတ်တစ်ဦး ရောက်လာမှာပဲနော်။ Medical Science က သန်းပေါင်းများစွာသော သုက်ပိုးတွေအထဲက တစ်ကောင်ပဲ အောင်တယ်၊ ကျန်တဲ့အကောင်တွေ သေသွားတယ် ဆိုတာကိုကြည့်ပြီး ဆရာဝန်တစ်ယောက်က ဘုန်းကြီးတို့ကို လျှောက်ဖူးတယ်။ လူ့ဘဝ ရခဲတယ်ဆိုတာ သူလက်ခံပါတယ်တဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် သူတို့ ဆေးပညာ အယူအဆအရ အဲဒီ သုတ်ပိုးလေးတွေ အများကြီးထဲက တစ်ကောင်ပဲ လူဖြစ်လာတယ်။ ကျန်တာတွေ အကုန်သေသွားတယ်။ ဒါကြောင့် လူ့ဘဝရခဲတယ်ဆိုတာ လက်ခံပါတယ်တဲ့။

သို့သော် အဲဒီ "ကလလ" ဆိုတဲ့အထဲမှာ သတ္တဝါတွေ အများကြီး စုပြုံရောက်တယ်လို့တော့ စာထဲမှာမပါဘူးပေါ့နော်။ သို့သော် သန္ဓေခနိုင်တဲ့ အနေအထားမျိုးလေးတွေတော့ ရှိနိုင်တယ်။

မိုးပေါက်ကလေးတွေက ကျလာတဲ့အခါ ကျချင်တဲ့နေရာမှာ ကျတာ၊ တစ်ချို့ မိုးပေါက်လေးတွေက သွပ်ပေါ် ကျတယ်။ တစ်ချို့ မိုးပေါက်လေးတွေက သက်ကယ်ပေါ် ကျတာ၊ တစ်ချို့ မိုးပေါက်က သစ်ပင်ပေါ် ကျတာ၊ တစ်ချို့မိုးပေါက်က မြေကြီးပေါ် ကျတယ်။ ဟုတ်လား။ သန်းပေါင်းများစွာသော မိုးပေါက်ကလေးတွေ ဒီလိုကျသလိုပဲ သေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလဲ သန်းပေါင်းများစွာရှိတယ်။

သတ္တဝါတွေရဲ့ ကံရဲ့စွမ်းအားကြောင့် ကျချင်တဲ့နေရာကျတယ်။ အဲဒီလိုကျတဲ့အခါမှာ ကလလဆိုတာ အောင်အောင်မြင်မြင် ဖြစ်လာပြီး

ပထမရက်တစ်ပတ်မှာ ကလလဆိုတဲ့ ရေကြည်၊ ဒုတိယ ရက်တစ်ပတ် ရောက်တဲ့အခါ အမြှုပ်ကလေး ဖြစ်လာတယ်။ တတိယ ရက်တစ်ပတ် ရောက်တဲ့အခါ ငြုပ်သီးကိုထောင်းပြီး အရည်ဖျော်၊ နေပူလှန်းလိုက်တဲ့အခါ ရေတ်ကြည်ဖတ်ကလေး ဖြစ်လာသလို အနှစ်ကလေး၊ အခဲလေး ဖြစ်လာ တာမျိုး ဖြစ်တယ်။

အဲဒါကို မြတ်စွာဘုရားက **ပထမံ ကလလံ ဟောတိ** ပထမမှာ ကလလတဲ့။ **ကလလာ ဟောတိ အဗ္ဗုဒံ** ကလလ ကနေပြီးတော့ အမြှုပ် အဖြစ် ပြောင်းလာတယ်။ အမြှုပ်ကနေ သားတစ်အဖြစ် ပြောင်းလာတယ်။ **အဗ္ဗုဒါ ဇာယတေ ပေသိ၊ ပေသိ နိဗ္ဗတ္တတိ ဃနော** ဆိုပြီး သားသစ်ကနေ အတုံးအခဲလေး ဖြစ်လာတယ်။ လူ့ဘဝဟာ ဒီလိုစတာ၊ အင်မတန်မှ ရခဲတဲ့ လူ့ဘဝတစ်ခုဟာ အောင်အောင်မြင်မြင် မိဘဝမ်းကနေ ထွက်ဖို့ဆိုတာ တော်တော်ခဲယဉ်းတယ်နော်။

အဲဒီလို **"ဃန"** လို့ဆိုတဲ့ အတုံးအခဲလေး ဖြစ်လာပြီးတဲ့နောက်မှာ ရက်သတ္တလေးပတ်ဖြစ်သွားပြီ။ အဲဒီ **"ဃန"** ကနေ ဘာဖြစ်လာတုန်း ဆိုရင် အဖုငါးခု ထွက်လာတယ်။ အဲဒါကို **ဃနာ ပသာခါ ဇာယန္တိ** လို့ ဟောတယ်။ တစ်ဖုက ခေါင်းပေါက်မယ့်နေရာ၊ နှစ်ဖုက လက်၊ ကျန်တဲ့ နှစ်ဖုက ခြေထောက်နှစ်ဖက်ပေါ့။ အားလုံး အဖုငါးခု အရင်ထွက်လာတယ် တဲ့။ အဲ့ဒီနောက်မှာ လူသားဟာ တဖြေးဖြေး တိုးတက်လာတယ်။

ကလလ ဆိုတဲ့ အခိုက်အတန့်မှာ ဘာတွေရှိသလဲလို့ ကြည့်မယ် ဆိုရင် ဆိုပါစို့ အသိဉာဏ်ထက်မြက်တဲ့ လူသားတစ်ယောက်ရဲ့ အကောင်း

ဆုံး သန္ဓေစိတ်လို့ ပြောရမယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်ရဲ့ အကျိုးဖြစ်တဲ့ ပထမ မဟာဝိပါက်စိတ်။ (ဒါ အဘိဓမ္မာ သင်ဖူးတဲ့လူတော့ အဲဒီလိုပြောရင် နားလည်တယ်) သောမနဿသဟဂုတ် ဉာဏသမ္ပယုတ်အသင်္ခါရိက ပထမ မဟာဝိပါက် စိတ်။ ဆိုလိုတာက အဲဒီ သန္ဓေစိတ်ကလေးဟာ ပျော်ရွှင်မှုဆိုတဲ့ ခံစားချက်ကလေးပါတယ်။ အသိဉာဏ် အခြေခံပါတယ်။ ထက်မြက်မှုဆိုတဲ့ အနေအထားပါတယ်။ အဲဒီ စွမ်းရည်သုံးမျိုးပါတဲ့ စိတ်ကလေး စတင်ပြီးဖြစ်တယ်။ အဲဒါကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ **"သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ"** လို့ဟောတယ်။

အတိတ်ဘဝက ကုသိုလ်ကံရဲ့စွမ်းအားကြောင့် မိခင်ရဲ့ဝမ်းထဲမှာ စွမ်းရည်သုံးခုပါတဲ့ စိတ်ကလေး ပေါ်လာတယ်တဲ့။ ဝမ်းသာတဲ့ အနေအထားရှိတယ်။ ဝမ်းသာတဲ့ ခံစားချက်လေးပါမယ်၊ အသိဉာဏ်ပါမယ်၊ ထက်မြက်မှုလေးပါမယ်၊ အဲဒီသုံးခုပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်လေး ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီ ပဋိသန္ဓေစိတ်ကလေး ဖြစ်လာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပဋိသန္ဓေစိတ်နဲ့ တွဲဖက်ပြီးတော့ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ စိတ်ကိုမှီဖြစ်တဲ့ စေတသိက်တွေ ပါလာတယ်တဲ့။ ဒါက နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖြစ်ပေါ်လာပုံ။

နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးတဲ့နောက် အဲဒီ သန္ဓေစိတ်လေးနဲ့ ပြိုင်ပြီး ကလလရေကြည်လို့ခေါ်တဲ့ ဒီအပေါင်းအစုလေးမှာ ကာယ ပသာဒ လို့ခေါ်တဲ့ ရုပ်မျိုးစေ့ပါလာတယ်။ ဟဒယဝတ္ထု ရုပ်ရဲ့တည်ရာ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ နှလုံးသား ပါလာတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ယောကျ်ား၊ မိန်းမ ဖြစ်ဖို့ရာအတွက် ရုပ်မျိုးစေ့လေး ပါလာတယ်။

အားလုံးပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ ရုပ်သုံးမျိုး၊ ကလာပ်အားဖြင့် ပြောတဲ့အခါ ကလာပ်သုံးစည်း။ အဲဒီကလာပ်သုံးစည်းကို အတိတ်ကံက ထုတ်လုပ်တာ။ အဲဒီရုပ်သုံးမျိုးဟာ တစ်ခုထဲ နေတာ မဟုတ်ဘူး။ တစ်မျိုးမှာ ဆယ်ခု ဆယ်ခုစီ ရှိတယ်၊ ရုပ်ပေါင်းသုံးဆယ် ရှိတယ်ပေါ့။

အဲဒီ ပဋိသန္ဓေစိတ်ကလေးနဲ့ ရုပ်ပေါင်းသုံးဆယ်ဟာ လူ့ဘဝလေးကို စတင်ပြီး ဖွဲ့စည်းလိုက်တဲ့ အနေအထားတစ်ခု၊ ဘာနဲ့ အလားသဏ္ဍာန်တူတုန်းဆိုရင် မျိုးစေ့လေးတစ်ခုနဲ့တူတယ်။ ဟုတ်ကဲ့လား?။ သရက်စေ့လေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပဲစေ့လေးပဲဖြစ်ဖြစ် ခွဲကြည့်လိုက်၊ ဘာမှ တွေ့မှာမဟုတ်ဘူး။ အစေ့ပဲတွေ့မှာပဲ။ သို့သော် အဲဒီထဲမှာ သတ္တိလေးတွေရှိတယ်။ မြေ၊ ရေ အကူအညီရတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အမြစ်ကလေး ဆင်းလာလိမ့်မယ်။ အညှောက်ကလေး တက်လာလိမ့်မယ်၊ ဟုတ်တယ်မို့လား။

အေး . . အဲဒါမျိုးပဲ၊ ကလလရေကြည်ထဲမှာ ပဋိသန္ဓေဆိုတဲ့ ဝိညာဉ်စိတ်ကလေး ရောက်လာတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် သူ့ရဲ့ အခြေခံဖြစ်တဲ့ ရုပ်သုံးဆယ် ပါလာတယ်။ မျိုးစေ့ထဲမှာ သတ္တိလေးတွေရှိသလို လူ့ဘဝမျိုးစေ့ထဲမှာလည်း အဲဒါတွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတယ်တဲ့။

ကလလရေကြည်ဆိုတာ မိခင်ဝမ်းထဲမှာ မိဘရဲ့သုတ်သွေးပေါ် အမှီပြုပြီး တည်လာတာ၊ အဲဒီ ကလလရေကြည်ဟာ တဖြည်းဖြည်းကြီးထွားလာတယ်။ ပထမ ရက်တစ်ပတ်မှာ ကလလရေကြည်၊ ကလလရေကြည်ဆိုတာ တကယ့်သေးငယ်တဲ့ အစက်အပေါက်လေး၊ ကျမ်းဂန်ထဲမှာဆိုရင် ဘယ်လောက်ထိအောင် ပြောတုန်းဆိုရင် အပ်ဖျားကလေး

ကို ဆီထဲကိုနှစ်ပြီးတော့ အကြိမ်တစ်ရာလောက်ခါလို့ကျန်တဲ့ အဲဒီ အပ်ဖျား ကလေးမှာ သီးနေတဲ့ ဆီပေါက်လေးလောက်လို့တောင် ပြောတယ်နော်။

အဲဒီတော့ ပြောမယ်ဆိုရင် ပကတိမျက်စေ့နဲ့ မမြင်ရဘူး၊ Microscope နဲ့မှ မြင်ရတယ်။ အားကြီးတဲ့ မှန်ပြောင်းကြီးနဲ့ကြည့်မှ အဲဒါကိုမြင်ရမယ်လို့ပြောတာ။ အဲဒီကနေ လူ့ဘဝ စလိုက်တာနော်၊ တဖြည်းဖြည်း ကြီးထွားလာလို့ အမြှုပ်ဖြစ်လာတယ်။ အမြှုပ်ကနေပြီး သားတစ်လေး ဖြစ်လာ တယ်။ အဲဒီကနေ အတုံးအခဲလေး ဖြစ်လာတယ်။

ခက်မငါးဖြာ ပေါက်လာတယ်။ ပြီးတဲ့အခါကျတော့ လူ့ခန္ဓာကိုယ် ပီပီသသဖြစ်လာတယ်တဲ့။ ပထမရှေ့ပိုင်းကို Embryo လို့ခေါ်တယ်။ Embryo ဆိုတာ သန္ဓေသား။ အဲဒီနောက် ပုံသဏ္ဌာန်လေး ပီပြင်လာတဲ့ အခါ Foetus လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီလို လူ့ဘဝဟာ ခဲခဲယဉ်းယဉ်းနဲ့ စဖြစ်လာပြီး နောက်ဆုံးကျတော့ ရှစ်လ၊ ကိုးလ၊ ဆယ်လ ရောက်လာတဲ့အခါ လူ့ဘဝကို ရောက်လာကြ တယ်ပေါ့။ ဟုတ်ကဲ့လား?။ အဲဒီလို ရောက်လာတဲ့ လူ့ဘဝဖြစ်စဉ်ကို ကြည့်ရင် **"မနုဿတ္တ ဘာဝေါ ဒုလ္လဘော"** ဆိုတာ မမှန်ပေဘူး။

လူ့ဘဝရောက်စ သေသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီးရှိတယ်။ ကလလရေကြည်အဆင့်မှာတင် သေသွားတဲ့ သတ္တဝါတွေ အများကြီး၊ ဒြော်. . သားတစ်အဆင့်၊ အမြှုပ်အဆင့် ဒီလိုအဆင့်မှာလည်းပဲ သေသွား နိုင်သေးတယ်နော်။ အသက်တိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ဒီလိုအဆင့်မှာပဲ သေသွားကြတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေဟာ လူဖြစ်လာတယ်ဆိုတော့

အဆင့်ပေါင်းများစွာ၊ အခက်အခဲပေါင်းများစွာ ကျော်လွှားပြီးတော့ လူ့ဘဝ ရောက်လာကြပြီတဲ့။

အဲဒီရောက်လာတဲ့ လူ့ဘဝမှာ လူဖြစ်ရကျိုး နပ်အောင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ၊ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေနဲ့ ပျော်ပါးနေရင် လူဖြစ်ကျိုး နပ်ပါ့မလား?။

လူဖြစ်လာပြီး လောဘနဲ့နေမယ်၊ ဒေါသနဲ့နေမယ်။ ဘာမှမသိဘူး၊ မောဟနဲ့နေမယ်ဆိုရင် စိတ်သဘောထားအရ တိရစ္ဆာန် အဆင့်နဲ့ တူမနေဘူးလား။ အဲဒါဆိုရင် ခဲခဲယဉ်းယဉ်း ရလာတဲ့ လူ့ဘဝ လူဖြစ်ကျိုး နပ်ပါ့မလား?။ မနပ်ပါဘူး။

အေး .. ဒါကြောင့်မို့ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ဖို့ ကိုယ့်ဘဝအရေး စဉ်းစားရမယ်။ ဒီအတိုင်းမှတ်တမဲ့ မနေရဘူး။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင် နေရမယ်၊ အဲဒီတော့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင်နေဖို့ဆိုတာ ဘာတွေလုပ်ဖို့ လိုလဲ၊ ဘယ်လိုလုပ်မှ လူဖြစ်ကျိုးနပ်မလဲဆိုတာသိရမယ်။ အရေးကြီးဆုံးက ဘာလုပ်ရမလဲ? နံပါတ်တစ်က လူဖြစ်လာပြီဆိုရင် အရေးကြီးဆုံး ခံယူချက် က "**ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ**" ဆိုတဲ့ မှန်ကန်တဲ့အမြင် ရအောင် လုပ်ရမယ်၊ မရသေးရင် ရအောင်လုပ်ရမယ်။ "**ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ**" ဆိုတာ ဘာပြောတာလဲ? ကိုယ်လုပ်တာ ကိုယ်နဲ့သာဆိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ခံယူချက်။

မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ် **ယံကမ္မံ ကရိ ဿန္တိ ကလျာ ဏံ ဝါ ပါပကံ ဝါ တဿ ကမ္မဿ ဒါယာဒါ** ကောင်းတာလုပ်လုပ်၊

ဆိုးတာလုပ်လုပ် ဘာပဲလုပ်လုပ် ကိုယ်ပဲဆိုင်တယ်။ ကိုယ်ပဲအမွေခံရမယ်။ အဲဒီခံယူချက်ထားတာကို **"ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ"** ခေါ်တယ်။ အဲဒီအမြင် ရှိရမယ်တဲ့။ မှန်ကန်တဲ့ အဲဒီအမြင်မရှိရင် လူတော်လူကောင်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့လို့ နံပါတ်(၁) လူဖြစ်လာလို့ရှိရင် **"ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ"** ရှိရမယ်။

မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းတာဖြစ်မယ်။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းတာဖြစ်မယ်လို့ ခံယူထားသည့်အတွက်ကြောင့် ကောင်းတာလုပ်ဖို့ပဲ ကြိုးစားလိမ့်မယ်။ မကောင်းတာလုပ်ဖို့ မကြိုးစားတော့ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ကောင်းတာပဲရချင်လို့ပေါ့။ မကောင်းတဲ့ အမွေတွေတော့ ဘယ်သူမှ မခံချင်ဘူး။ ကောင်းတဲ့အမွေ ရအောင်ဆိုပြီး ကောင်းအောင်နေလိမ့်မယ်တဲ့။ ဒါက ကိုယ့်ကိုကိုယ် စဉ်းစားဖို့ လိုအပ်တဲ့အချက်ပဲ။

ဒီဘဝတင်ပဲကြည့်၊ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ကံရဲ့ပုံရိပ်အမှတ်တံဆိပ်တွေ ပေါ်နေတယ်တဲ့။ အမှတ်တမဲ့မနေနဲ့ ကံရဲ့ ပုံရိပ်အမှတ်တံဆိပ်တွေ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာရှိတယ်။ ကြည့်လေ . . ကံရဲ့ ပုံရိပ်တွေ ဘယ်လိုပေါ်လာတုန်းလို့ဆိုရင် တစ်ချို့ကျတော့ ရုပ်လှတယ်တဲ့။ တစ်ချို့ကတော့ ရုပ်မလှဘူးတဲ့၊ ဒါဟာ ကံရဲ့ပုံရိပ်အမှတ် တံဆိပ်လေးပါပဲ။

အမေကမွေးလို့ အမေနဲ့တူတယ်။ အဖေနဲ့တူတယ်ဆိုတာ နဲနဲပဲတူတာ၊ အကုန်လုံးတူတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ ရုပ်လှတာဘာဖြစ်လို့ ရုပ်မလှတာက ဘာဖြစ်လို့လဲ? ဘယ်သူမှလုပ်တာမဟုတ်ဘူး ကိုယ်လုပ်တာ။ ကိုယ်

လုပ်တဲ့အမွေ ကိုယ်ရတာပဲ။ ဒီဘဝမှာ သတိမထားရင် နောက်ဘဝလည်း ဒီအမွေဆက်ခံရဦးမှာ။ အေး . . အတိတ်ဘဝက စိတ်ခဏခဏဆိုးရင် အဲဒီလူဟာ ဒီဘဝမှာ အရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်ဖြစ်တယ်။ ဒေါသကြီးသူဟာ နောင်ဘဝအသာထားလေ၊ ဒီဘဝ စိတ်ဆိုးနေတဲ့အချိန် ကိုယ့်ဟာကိုယ် မှန်ထဲကြည့်ကြည့်စမ်းပါ။ ဘယ်လောက် အရုပ်ဆိုးတုန်း။ ဟုတ်ကဲ့လား?။ စိတ်ဆိုးနေတုန်း လှတယ်လို့ မြင်ရတဲ့ရုပ်များ ရှိလား၊ မရှိပါဘူး။ ဘယ်လောက်လှတဲ့သူဖြစ်ဖြစ် စိတ်ဆိုးရင် အရုပ်ဆိုးသွားမှာပဲ၊ ဟုတ်ကဲ့လား?။ အဲဒီတော့ ဒေါသရဲ့အကျိုးဆက်ဆိုတာ ဒီဘဝမှာတင်ပဲ အကောင်းထွက်မလာဘူးနော်။ စိတ်ဆိုးရင် ငရဲကြီးလား မကြီးလား မေးမနေနဲ့၊ ဒီဘဝမှာတင် အရုပ်ဆိုးသွားတာ သေချာတယ်။

စိတ်ဆိုးသူဟာ မျက်မှောင်ကြီးကုပ်တယ်၊ နှုတ်ခမ်းကြီးစူတယ်၊ နောင်ဘဝမှာလည်း အဲဒါမျိုးကြီးပဲဖြစ်လာတယ်။ အဲဒါ ကိုယ်လုပ်တဲ့ကံရဲ့ ပုံရိပ်ပဲ။ အေး ဒီဘဝမှာ တစ်ချို့ကျတော့ မျက်နှာက ကြည်ကြည်လင်လင် ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်ရှိတယ်။ ကြည်လင်တဲ့ မျက်နှာရှိတယ်။ ပြုံးရွှင်တဲ့မျက်နှာ ရှိတယ်။ မျက်နှာကချိုသာတယ်၊ ဟိုဘဝတုန်းက စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်းနဲ့ နေလာခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ပုံရိပ်တွေ ဒီမှာလာထင်တယ်လို့ပြောတာ။

ထို့အတူပဲ ဟိုဘဝတုန်းကနှမြောလို့ မလှူဘူး၊ ကိုယ့်ရှိတာ ကိုယ်တစ်ယောက်ထဲသုံးမယ်။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မလှူဘူး၊ မပေးဘူး၊ အဲဒီလို စီးကုပ်ပြီးနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဒီဘဝကျတော့ ဘာဖြစ်တုန်းဆိုတော့ တဲကုတ်လာပြီး ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ဟိုဘဝတုန်းက ရက်ရက်ရောရောလှူလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့

ဒီဘဝမှာ ချမ်းသာတယ်၊ ဟုတ်ကဲ့လား?၊ အေး . . . . တစ်ချို့ကလည်း ပြောလိမ့်မယ်။ သူကိုယ်တိုင် ကြိုးစားရှာလို့ ချမ်းသာတာလို့။ ကြိုးစားရှာတယ်ဆိုတာ အထောက်အကူတစ်ခုပဲ၊ ကံမပါရင် ဘာမှလုပ်လို့မရဘူး၊ ကံမပါလို့ရှိရင် သစ်ပင်စိုက်တောင်မသီးဘူးနော်၊ ဟုတ်ကဲ့လား?။

ဥယျာဉ်စိုက်တဲ့နေရာမှာ တချို့လူရဲ့ ဥယျာဉ်ကသီးပြီး တချို့လူရဲ့ဥယျာဉ်က အသီးမလိုက်ဘူး၊ အဲဒါဟာ **ကမ္မပစ္စယ ဥတုသမုဋ္ဌာန** လို့ခေါ်တဲ့အရာဖြစ်တယ်။ သူ့ရဲ့ကောင်းတဲ့ကံတွေက သူ့ဥယျာဉ်ထဲမှာရှိတဲ့ ရာသီဥတုကို သစ်ပင်တွေရဲ့အကြိုက် ရာသီဥတုအဖြစ် ပြောင်းလာစေတယ်။ အဲဒါကြောင့် သူ့ကံရဲ့အစွမ်းကြောင့် ရာသီဥတုတွေ ပြောင်းလဲလာတယ်။ ပြောင်းလဲလာတဲ့ ရာသီဥတုကြောင့် သစ်ပင်တွေက ပိုသီးတယ်။

ဟော. . ဟိုလူတစ်ယောက်ကျတော့ ကံမကောင်းဘူး၊ ကံမကောင်းသည့် အတွက်ကြောင့် ကံက ထုတ်လုပ်သည့် ခန္ဓာကိုယ်က ထွက်လာတဲ့အရာတွေက မကောင်းဘူး၊ မကောင်းသည့်အတွက်ကြောင့် ဥယျာဉ်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ ရာသီဥတုကလည်း မကောင်းတော့ဘူး။ ဒါကို **ကမ္မပစ္စယ ဥတုသမုဋ္ဌာန်** လို့ခေါ်တာ။ ကံကို အခြေခံပြီးတော့ ဥတုက တစ်ဆင့်ခံ အကျိုးပြုတာနော်။

တစ်ချို့ ပန်းပင်ကလေးတွေဟာ အနီးသွားပြီး သီချင်းလေးဆို၊ စောင်းကလေးတီးပေးလို့ရှိရင် လန်းပြီးပွင့်လာတယ်။ ဒါဖြင့် သစ်ပင်မှာ အသိစိတ်ရှိလို့လားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ လူ့စိတ်က ပျော်နေလို့ရှိရင်

လူ့သန္တာန်က ထွက်တဲ့ Chemical တွေကလည်း အကောင်းတွေ ဖြစ်လာတယ်နော်။ လူမှာ အပြောင်းအလဲရှိတယ်ဆိုတာ သတိမထားရင် မသိနိုင်ဘူး။ လူတွေမှာ စိတ်ဆိုးနေတဲ့အချိန်မှာ လူ့ခန္ဓာကိုယ်က ထွက်တဲ့ အရာဟာ စိတ်ကြည်နေတဲ့အချိန်မှာထွက်တာနဲ့ မတူဘူးတဲ့။ နိုင်ငံခြားက လူတွေကတော့ ကြံကြံဖန်ဖန်စဉ်းစားတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဦးနှောက်ကို စက်နဲ့စမ်းပြီး ရိုက်ယူကြည့်တယ်။ Computer နဲ့ ကြည့်တယ်၊ စိတ်လှုပ်ရှားနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဦးနှောက်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဦးနှောက်ကို စမ်းသပ်ကြည့်တဲ့အခါ မတူတာကိုတွေ့ရတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ဦးနှောက်ဟာ ငြိမ်သက်တယ်။ လူတွေမှာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲသွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာပါ ပြောင်းလဲသွားတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားတယ်။ ကဲ အဲဒီလိုစမ်းသပ်လို့မှ သိရတာဆိုတာထက် ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပဲ အနုမာနဉာဏ်နဲ့ကြည့်ကြည့်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပဲ စိတ်ဆိုးနေတဲ့စိတ်နဲ့ ပကတိငြိမ်းချမ်းနေတဲ့ စိတ်နှစ်ခု ယှဉ်ကြည့်။ မတူညီတဲ့စိတ် အနေအထားအရ ကိုယ့်ရုပ်ပုံဟာ ဘယ်လို နေသလဲ စဉ်းစားကြည့်။ ဒေါသထွက်နေတဲ့အချိန် ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ရုပ်၊ စိတ်ကြည်ပြီး ပျော်ရွှင်နေတဲ့အချိန်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ရုပ် တူလား?၊ မတူဘူးလား၊ မတူဘူးဆိုရင် ကျန်တာတွေလည်း မတူဘူးပဲ မှတ်ရုံပဲ၊ ဟုတ်ကဲ့လား? . .

ဒီလို အခြေအနေအရပ်ရပ်ကို ပြောင်းလဲသွားစေနိုင်တဲ့ သဘာဝ တရားကို ကိုယ်မသိဘူးဆိုလို့ရှိရင် ကိုယ့်ဘဝကြီးဟာ ဘယ် အကောင်း

ဖြစ်လာနိုင်မတုန်းနော်။ ဒါကြောင့်မို့ ကိုယ့်ဘဝ ကောင်းဖို့ရန်အတွက် အခြေခံ ဘာလိုအပ်သလဲဆိုလို့ရှိရင် မှန်ကန်တဲ့အမြင်တစ်ခု လိုအပ်တယ်တဲ့။ အဲဒီမှန်ကန်တဲ့အမြင်ဆိုတာ ငါဘာလုပ်လုပ်၊ ငါဘာတွေးတွေး၊ ငါ့ရဲ့အလုပ် ငါ့ရဲ့အတွေးဟာ ငါနဲ့သာသက်ဆိုင်တယ်၊ ငါ့အပေါ်မှာ တုန့်ပြန်လိမ့်မယ်၊ ဘာပြောပြော အပြောတွေဟာလည်း ငါ့အပေါ်မှာ တုံ့ပြန်လိမ့်မယ်။ Responsible လို့ပြောတာပေါ့နော်၊ ကိုယ်ရဲ့လုပ်ရပ်တွေဟာလည်း ကိုယ့်ပေါ်မှာ တုံ့ပြန်လာမယ်။

လူတွေမှာ ပြုလုပ်မှုသုံးမျိုးရှိတယ်။ **"မနောကံ"** စိတ်ရဲ့ပြုလုပ်မှု၊ **"ဝစီကံ"** နှုတ်ရဲ့ပြောဆိုမှု၊ နှုတ်နဲ့ပြောတာ၊ **"ကာယကံ"** ကိုယ်ထိလက်ရောက်ပြုမှုဆိုပြီး သုံးမျိုးရှိတယ်။

အဲဒီသုံးမျိုးနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆန်းစစ်ရလိမ့်မယ်။ အဲဒီသုံးမျိုးဟာ ဘာတွေးတွေး ဘာလုပ်လုပ် ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တယ်။ အဲဒီတော့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင် ဘယ်လိုအတွေးမျိုး တွေးရမလဲ၊ လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင် အပြောကရော ဘယ်လိုပြောရမလဲ၊ လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင် လုပ်တဲ့အခါရော ဘယ်လိုမျိုး လုပ်ရမလဲ မစဉ်းစားသင့်ဘူးလား?။ အေး. . ကိုယ်ကြိုက်တာတွေ ကိုယ်လုပ်၊ ကိုယ်ကြိုက်တာကိုယ်တွေး၊ ကိုယ်ကြိုက်တာကိုယ်ပြောစိတ်ရှိတိုင်းလုပ်လို့ရှိရင်တော့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်မှာ မဟုတ်ဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက ဒုစရိုက် (၁၀)ပါး၊ သုစရိုက် (၁၀)ပါးဆိုတာ ဟောထားတယ်။ အတွေးနဲ့ပတ်သက်လာရင် အတွေးသုံးမျိုးကို မတွေးနဲ့တဲ့၊ တွေးလို့ရှိရင် လူဖြစ်ကျိုးမနပ်ဖြစ်လိမ့်မယ်။ မကောင်းတဲ့ အတွေးဟာ

ဘာလဲဆိုရင် သူများပစ္စည်း ကိုယ့်ပစ္စည်းဖြစ်ချင်တဲ့အတွေး **"အဘိဇ္ဈာ"** လို့ခေါ်တယ်။ **အဘိ** ဆိုတာ သူများပစ္စည်းကို ဦးတည်ပြီး **ဇ္ဈာ** ရချင်တဲ့စိတ်နဲ့ စိတ်ကူးတာနော်။ သူများပစ္စည်းကို ပိုင်ဆိုင်ချင်တဲ့အတွေးဟာ ဘာကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ အတွေးလဲ၊ သူခိုး ဓားပြဖြစ်စေတဲ့အတွေး မဖြစ်ဘူးလား၊ အေး. . အဲဒီ အတွေးဟာ အန္တရာယ်ရှိတဲ့အတွေး၊ အကုသိုလ်အတွေး၊ မနောဒုစရိုက်လို့ခေါ်တယ်၊ သူများပစ္စည်းကို ကိုယ့်ပစ္စည်းဖြစ်လိုမှု ဆိုတဲ့ အတွေး တွေးမိလို့ရှိရင် ဒီအတွေးဟာမှားတယ်။ ဒီအတွေးမျိုး မတွေး သင့်ဘူး၊ ဒီအတွေးကို ရှောင်ရမယ်။

နောက် **"ဗျာပါဒ"**၊ ဘာလဲဆိုရင် ကိုယ်နဲ့မတည့်တဲ့လူတစ်ယောက် စိတ်ထဲပေါ်လာတယ်။ ဟာ . . ဒီကောင်သေသွားရင် ကောင်းမှာပဲ၊ ဒီကောင် စီးပွားတွေပျက်သွားရင် ကောင်းမှာပဲ။ ဒီကောင် ဒုက္ခရောက် သွားရင်၊ ထောင်ကျသွားရင် ကောင်းမှာပဲဆိုတဲ့ အတွေးတွေ တစ်ချို့ မတွေးကြဘူးလား။ အဲဒီအတွေးက ဗျာပါဒအတွေး လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ အတွေးမျိုးကို ရှောင်ရှားဖို့လိုတယ်။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ဖို့ရန်အတွက် အဲဒီ အတွေးမျိုး မတွေးမိစေနဲ့တဲ့။

နောက်တစ်ခုက **"မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ"**၊ **မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ** ဆိုတာ ကိုယ်လုပ်တာ ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တယ်လို့ မတွေးဘူး။ ကောင်းတာလုပ်လဲ ကောင်းတာ မဖြစ် ပါဘူး၊ မကောင်းတာလုပ်လဲ ကောင်းတာဖြစ်တယ်၊ မကောင်းတဲ့လူတွေ ကြီးပွားနေတာ ရှိတာပဲ၊ ကောင်းတဲ့လူတွေ ဒုက္ခရောက်နေကြတယ် စသည်ဖြင့် ကံကို မျက်စိလည်နေတတ်ကြတယ်။ တကယ်တော့ မကောင်း

တာလုပ်ပြီး ကြီးပွားနေတာတွေ တစ်ချိန်တုန်းက ကောင်းတာလုပ်ခဲ့လို့ ကောင်းကျိုးကို ခံစားနေရတယ်လို့ ဒီလိုတွက်ရမယ်။

ဟုတ်တယ်မို့လား၊ ကိုယ်က ခုမှကောင်းတာတွေလုပ်တာ၊ အကျိုးမပေးသေးဘူး။ အခုမှ သရက်ပင်စိုက်တာ၊ သရက်သီး စားရပါ့မလား။ မစားရပါဘူး။ ကောင်းတာ အခုမှလုပ်တာ၊ မကောင်းတာတွေ ကြုံနေရတယ်။ အတိတ်က မကောင်းတာတွေ ဘယ်လောက် လုပ်ခဲ့မှန်းမှမသိတာ။

တစ်ခါက ကျောင်းတစ်ကျောင်းမှာ သူခိုးခိုးခံရတယ်။ ဆရာတော်ကြီး တစ်ပါးက ဘာပြောလဲမှတ်တယ်။ "အေး . . တိတ်တိတ်နေကြတဲ့၊ မပြောကြနဲ့တဲ့၊ ဒို့ အတိတ်က မကောင်းတာလုပ်ခဲ့တာတွေ ပေါ်ကုန်လိမ့်မယ်" တဲ့။ ဆရာတော်ကြီး ပြောလိုရင်းအဓိပ္ပာယ်က ဘာလဲဆိုရင် အခု အခိုးခံရတာ ဟိုအရင်ဘဝတုန်းက ငါတို့ သူများပစ္စည်းခိုးခဲ့လို့တဲ့။ ငါတို့အခိုးခံရတာ လူမသိစေနဲ့တဲ့၊ ရှက်စရာကြီးလို့ပြောတာ။ အဲဒါကြောင့် မှန်ကန်တဲ့ အတွေးမှာ ကံဆိုတာရှိတယ်။

ကံကို ငြင်းပယ်တာ '**အကိရိယဒိဋ္ဌိ**' လို့ခေါ်တယ်။ ကုသိုလ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး၊ အကုသိုလ်ဆိုတာ မရှိပါဘူးဆိုတဲ့ ငြင်းပယ်တဲ့ ဝါဒကို **အကိရိယဝါဒ** လို့ ခေါ်တယ်။ '**အကိရိယဒိဋ္ဌိ**' ဆိုတာ ကံကို လုံးဝမယုံဘူးလေ။ နောက် "**နတ္ထိကဒိဋ္ဌိ**"၊ ကံရဲ့ အကျိုးတရားကို လက်မခံဘူး၊ မကောင်းတာလုပ်လဲ မကောင်းတာမဖြစ်ဘူး။ ကောင်းတာလုပ်လဲ ကောင်းတာမဖြစ်ဘူး၊ အကျိုးတရားကို ငြင်းပယ်တဲ့အမြင်၊ နောက်

တစ်ခုက "**အဟေတုကဒိဋ္ဌိ**"၊ အကြောင်းတရားကို ငြင်းပယ်တာ၊ ပေါင်းလိုက်လို့ရှိရင် ကံနှင့်ကံ၏အကျိုးကို ငြင်းပယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အမြင်ရှိသူသာ ဖြစ်တယ်။

အဲဒီလို မိစ္ဆာအယူဝါဒရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ကောင်းရာသုဂတိတောင် မရောက်နိုင်ဘူးတဲ့၊ သူသွားရမယ့်လမ်းကတော့ အပါယ် (၄)ဘုံပဲ။ ဘာလို့တုန်းဆိုတော့ သူက ကံကိုငြင်းပယ်ထားတော့ သူလုပ်ချင်တာ လုပ်တော့မှာလေ။

လုပ်ချင်ရာလုပ်လို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာ လူတွေက ဘာလုပ်ချင်သလဲဆိုရင် မကောင်းတာဘဲ လုပ်ချင်ကြတာ များတယ်လေ။ အဲဒီတော့ သူလုပ်ချင်တာလုပ်တော့မယ်၊ လူဆိုတာ အထိန်းအကွပ်ကလေးနဲ့ နေရတယ်။ အထိန်းအကွပ်မရှိဘဲ လုပ်ချင်တာလုပ်ဆိုရင် မကောင်းတာပဲလုပ်ကြတော့မယ်။

ကောင်းတာဆိုတာ ရေဆန်လှော်ခတ်ရတာနဲ့တူတယ်။ ရေဆန်ဆိုတာ သွားလို့ခက်တဲ့ နေရာတစ်ခုပေါ့နော်။ မကောင်းတာလုပ်တာဆိုတာ ရေစုန်နဲ့တူတယ်။ လွယ်တယ်၊ မျှောချရုံပဲ။ အေး. . . ဒါကြောင့်မို့ အတွေးနဲ့ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် ခုနပြောတဲ့အတွေးတွေ မတွေးနဲ့တဲ့၊ တွေးမိပြီဆိုရင် ကိုယ့်သန္တာန်မှာ၊ ကိုယ့်ရဲ့စိတ်အစဉ်မှာ ကိန်းဝပ်သွားတယ်။ စိတ်အစဉ်မှာ ကိန်းဝပ်သွားလို့ရှိရင် အကြောင်းရှိတိုင်း ပေါ်လာလိမ့်မယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ ဟို ငယ်ငယ်တုန်းကအကြောင်းတွေ ပေါ်မလာဘူးလား။ ပျောက်သွားတာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သေချာတယ်နော်။ ကံက

လည်း အဲဒီလို ပေါ်ပေါ်လာတာ။ အဲဒီလိုပေါ်လာတာဟာ အခုခေတ်စကားနဲ့ Online ဖြစ်နေတာလို့ ပြောနိုင်တယ်။ အကျိုးပေးစရာရှိရင် အကျိုးပေးမှာ။ သူက ပျောက်မသွားဘူး။

အဲဒါကြောင့်မို့ ဒီအတွေးသုံးမျိုးကို မတွေးမိဖို့ သတိထားရမယ်။ အဲဒီတော့ ဘာတွေးရမှာတုန်းဆိုတော့ သူများပစ္စည်းကို ရလိုတဲ့အတွေးနဲ့ မတွေးနဲ့တဲ့၊ တရားသဖြင့်ရတဲ့ ပစ္စည်းကိုသာ လိုချင်တဲ့အတွေးသာ ရှိရမယ်။ သူများကို ပျက်စီးစေလိုတဲ့အတွေးနဲ့ မတွေးနဲ့တဲ့ ကြီးပွားကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ အဆင်ပြေကြပါစေဆိုတဲ့အတွေးပဲ တွေးပါတဲ့။ အဲဒါကို မေတ္တာအတွေးလို့ ခေါ်တယ်နော်။ ပြီးတော့ မှန်ကန်တဲ့အမြင်နဲ့ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကို ဖယ်ရှားရမယ့် ဘယ်လိုအမြင်မျိုး မြင်ရမလဲဆိုရင် အစကပြောခဲ့တဲ့ **(ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ)** ကိုယ်လုပ်တာ ကိုယ်ပဲဆိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အမြင်မျိုးမြင်ရမယ်။ ကောင်းတာလုပ်လုပ်၊ ဆိုးတာလုပ်လုပ် ငါပဲ အမွေခံရမယ်ဆိုတဲ့ အမြင်ရှိပါစေတဲ့၊ ဟော. . အဲဒါဆိုရင် အတွေးနဲ့ပတ်သက်ရင် မှန်ကန်သွားပြီနော်။

အတွေးနဲ့ပတ်သက်လို့ မှန်ကန်သွားရင် အပြောနဲ့ပတ်သက်လို့ မှန်ကန်ဖို့ လိုသေးတယ်။ ပြောတဲ့အခါမှာ လိမ်မပြောရဘူး၊ လိမ်တယ်ဆိုတာ ဖြစ်နေတာကတခြား၊ ပြောတာတခြား၊ သိနေလျက်သားနဲ့ ကိုယ်သိတာကတခြား ပြောတာကတခြား၊ ဖုံးကွယ်ပြီးပြောတာ။ **မုသာဝါဒ အဘူတံ ဝတ္ထုံ** တကယ်မဖြစ်တာကို အဖြစ်လုပ်ပြီး ပြောတာမျိုးဆိုရင် လိမ်တယ်ပေါ့။ ဒါက အပြောနဲ့ပတ်သက်ပြီး ထိန်းသိမ်းရမှာ။

နောက်တစ်ခု ဘာလဲဆိုရင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတည့်အောင် ဂုံးမတိုက်နဲ့။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်မတည့်အောင် ဂုံးတိုက်ပြီဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒီဘဝမှာလဲ ဒုက္ခရောက်တယ်။ နောက်ဘဝကျရင် သားတကွဲမယားတကွဲ အချင်းချင်းရန်ဖြစ်လို့ မိသားစုတွင်း ဘယ်တော့မှ မတည့်ဘူး။

သူများတွေကို မတည့်အောင် လုပ်ခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် သူ့မှာ တည့်တဲ့လူမရှိဘူး၊ အမြဲတမ်း ကွဲပြဲနေတာပဲ၊ ကံရဲ့ပုံရိပ်တွေ အမြဲတမ်း ပေါ်နေတယ်။ အဲဒီလို မလုပ်ဘူးဆိုရင် သူက တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ကွဲအောင် မတိုက်ဘူး၊ ကွဲနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ရင် ဖေ့စပ်စကားပြောပေးတယ်၊ ညီညွတ်အောင်လုပ်တယ်၊ ညီညွတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပိုညီညွတ်အောင် လုပ်တယ်၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတည့်တဲ့အပြောအဆိုမျိုး ရှောင်တယ်၊ ပိုညီညွတ်အောင် လုပ်တယ်၊ ဂုံးတိုက်တဲ့စကား ပြောလို့ရှိရင် အပါယ်ငရဲကျတဲ့အပြင် လူဖြစ်လာရင်လည်း မကောင်းတဲ့ပုံရိပ်တွေ ပေါ်လာနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ပြောတဲ့အခါမှာ သူများတွေ မတည့်အောင်ပြောတဲ့ အပြောမျိုးကိုရှောင်ရမယ်။ **ပိသုဏဝါစာ** back bite လို့ ခေါ်တယ်။ နောက်ကျောကနေကိုက်တာ၊ အဲဒါမျိုး မပြောနဲ့။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ချစ်ခင်မှုတွေ၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ခင်မင်မှုတွေ ဆိတ်သုဉ်းသွားအောင် မလုပ်နဲ့တဲ့၊ မလုပ်ကောင်းဘူး။

နောက်တစ်ခုက ဘာလဲဆိုရင် ကြမ်းတမ်းတဲ့စကားကို မပြောရဘူး။ တချို့က နွားကျိုးနေတာ၊ မကြားဝံ့မနာသာဆဲဆိုပြီး ပြောကြတယ်၊ သာမန် အောက်မေ့ မနေနဲ့၊ အဲဒီဆဲတတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ်လည်းကြမ်း၊ စိတ်လည်းကြမ်းတယ်၊ ကြားတဲ့လူတွေကိုလည်း စိတ်ကြမ်းသွားစေတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဆဲရေးတိုင်းထွာတဲ့ **ဖရုသဝါစာ** ကို မပြောရဘူးတဲ့၊ ဘာပြောရမလဲဆိုရင် ကြင်နာတဲ့စကား၊ ခင်မင်ဖွယ်ရာကောင်းတဲ့စကား၊ ချိုသာတဲ့စကား၊ ဒီလိုဟာမျိုး ပြောရမယ်၊ အကျိုးရှိတဲ့ စကားမျိုးပြောရမယ်၊ ပြောတော့ပြောကြတာပဲ။

နွားချို သျှိုတစ်ပါးတဲ့။ သို့သော်လည်းပဲ ချိုချိုသာသာ မပြောချင်ကြဘူး၊ ဘာလို့မပြောချင်ကြလဲဆိုတော့ အတွင်းက ဒေါသရှိနေတာကိုး၊ ဟုတ်ကဲ့လား။ စိတ်တိုနေတော့ ဘယ်တော့မှ ချိုချိုသာသာ မပြောပါဘူး၊ ချိုသာတဲ့စကားကို ကြိုးစားပြီးပြောရမယ်။

မြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ပါရမီဖြည့်တဲ့ အချိန်တုန်းက သူများတွေကို ဂုံးမတိုက်ခဲ့ဘူး၊ ကွဲနေတဲ့သူတွေကို တည့်အောင်လုပ်တယ်၊ ညီညွတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပိုညီညွတ်အောင် အားပေးတယ်။ အဲဒီလို လုပ်လို့ မြတ်စွာဘုရားမှာ ပါရမီပုံရိပ်အနေနဲ့ အမှတ်တံဆိပ်တွေ ပေါ်လာတယ်။ လူတွေမှာ သွားသုံးဆယ့်နှစ်ချောင်းရှိတယ်။ ဘုရားကျတော့ အချောင်း (၄၀) ရှိတယ်။ အပေါ်သွား (၂၀) အောက်သွားက(၂၀)။ သွားတော်(၄၀)။ ဘာပြုလို့ရလဲဆိုရင် သူများကို ဂုံးမတိုက်ခဲ့လို့၊ ညီညွတ်ရေး ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့လို့ပါ။

ဒါဆိုရင် လူတွေဟာ ကုန်းတိုက်မှုကို မရှောင်ခဲ့လို့ (၃၂)ချောင်းပဲ ရှိတာဖြစ်မယ်။ ကိုယ့်အတိတ်ဘဝကို ပြန်ကြည့်။ တို့မဟုတ်သေးဘူး။ ကိုယ့်သွားကိုယ်ပြန်ရေကြည့်။ ဟိုဘဝတုန်းက ဒီကုသိုလ်မရှိခဲ့ဘူး။ ဒီကုသိုလ် ကြိုးစားလုပ်ပေးရမယ်။

ဖရုသဝါစာ ဆိုတာ ကြမ်းတမ်းတဲ့စကားကိုပြောတယ်၊ ဆဲတယ်၊ မကြားဝံ့မနာသာတွေပြောတယ်။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သိမ်မွေ့တဲ့အသံ ကြားရတယ်ကို မရှိဘူးတဲ့။ နားမချမ်းသာစရာတွေချည်းပဲကြားမယ်။ ဘယ်ဘဝမှာပဲနေနေ ချိုသာတဲ့စကား မကြားရဘူး။

တစ်ခါတုန်းက မိသားစုတစ်ခု တွေ့ဖူးတယ်။ တစ်အိမ်လုံး အပြောကြမ်းတယ်။ အမေလုပ်တဲ့လူကလည်း သားကို ချိုချိုသာသာ တစ်ခါမှ မပြောဘူး။ ဆဲနေတာပဲ။ ဆဲပြီးပြောတာ။ ဒါ ရိုးရိုးတန်းတန်း စိတ်ဆိုးတာ မဟုတ်သေးဘူးနော်။ ထမင်းကျွေးတာတောင် "ဟဲ့ အော့နာဝမ်းကျ" တို့ ဘာတို့ ဆဲဆိုပြောတာ။ အကျင့်ပါနေတာ၊ ပြင်လို့မရတာ မဟုတ်ဘူး။ ပြင်လို့ရတယ်၊ ပြင်ရမယ်။ ဖရုသဝါစာ မပြောမိအောင် နေရမယ်။

လူဆိုတာ အလုပ်တစ်ခုကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဖို့ရာအတွက် နံပါတ်(၁)က ယုံကြည်ချက် **သဒ္ဓါ** ရှိရမယ်။ (၂) ကြိုးစားမှုလုံ့လ **ဝီရိယ** ရှိရမယ်။ ယုံကြည်ချက်မရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုဟ်ဟာ မအောင်မြင်ဘူး၊ နောက်ပြီး တည်ငြိမ်မှု **သမာဓိ** ဆိုတာရှိရမယ်၊ နောက်တစ်ခုက ပညာ ဆိုတာရှိရမယ်။ အဲဒါတွေမရှိရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်တော့မှ မအောင်မြင်

ဘူးတဲ့။ ပြီးတော့ သတိထားတတ်မှုရှိရမယ်။ သတိထားရမယ်။ ခုန အတွေး မျိုးတွေ မတွေးမိဖို့ သတိထားရမယ်။

တွေးရမယ့်အတွေးမျိုး တွေးတတ်ဖို့ သတိထားရမယ်၊ မပြော ရမယ့်စကားတွေကို သတိထားရမယ်၊ ပြောရမယ့်စကားမျိုးကို သတိထား ရမယ်။ ဒါတွေရှောင်လို့ရတာပဲ၊ မုသာဝါဒ ရှောင်ရမယ်။ မှန်တာပဲ ပြောရ မယ်၊ ကုန်းတိုက်စကား မပြောရဘူး၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ညီညွတ် အောင် လုပ်ရမယ်။ ဆဲရေးတဲ့ ရိုင်းပြတဲ့စကား မပြောရဘူး။ ချိုသာတဲ့ စကားပဲ ပြောရမယ်။

သမ္ဖပ္ပလာပ ဆိုတာ 'အကျိုးမဲ့စကားတွေပြောတာ၊ အချိန်အခါ မဟုတ်တဲ့စကားတွေ ပြောတယ်၊ အကျိုးမရှိတဲ့စကားတွေ ပြောတယ်။ **သမ္ဖပ္ပလာပ** ကို ပိန်ဖျင်းတဲ့စကား ပြောခြင်းလို့ ဘာသာပြန်တယ်။ စပါးနှံများ အဆံမရှိရင် ပိန်မနေဘူးလား။ ဘာမှအနှစ်မရှိတဲ့ စကားမျိုး တွေကို **သမ္ဖပ္ပလာပ** လို့ ခေါ်တယ်'။ အဲဒါမျိုးတွေကို ရှောင်ရမယ်။ ပြောပြီဆိုရင် အကျိုးရှိတာကိုပဲပြောရမယ်။ ကောင်းတာကို ပြောရမယ်၊ ပညာရေးအတွက် အကျိုးရှိရမယ်၊ လူမှုရေးအတွက် အကျိုးရှိရမယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် အကျိုးရှိရမယ်၊ အဲဒီတော့ အပြောနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တော့ အခုလို ဒီ(၄)မျိုးကို ရှောင်လိုက်ပြီဆိုရင် '**သမ္မာဝါစာ**' ဖြစ်တယ်။ **သမ္မာဝါစာ** ဟာ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီလို့ ပြောနိုင်တဲ့တရား။

နောက်တစ်ခု အလုပ်နဲ့ ပတ်သက်လာရင် ဘာတွေရှောင်ရမှာလဲ ဆိုရင် '**ပါဏာတိပါတ**' သူများအသက်သတ်တာကို ရှောင်ရမယ်။ ရှောင်

တယ်ဆိုတာ ဘာကောင်မှမသတ်ဘဲ ရှောင်တာ၊ ကိုယ့်လာကိုက်တဲ့ ခြင်လေး ဂျပိုးလေးကအစ မသတ်ဘဲ ရှောင်တာကိုပြောတာ။ အတော် များများ ဘုန်းကြီးတို့တွေ့ရတယ်။ ခြင်လေးတွေ လူတွေရဲ့လက်ဝါးကြားမှာ အသက်ထွက်သွားကြတာ။ ဖတ်ခနဲ၊ ဖြန်းခနဲ ရိုက်သတ်ကြတာ၊ ခုခေတ်ဆို သာဆိုးသေးတယ်။ လျှပ်စစ်ယပ်တောင်နဲ့ ဖျတ်ခနဲချပြီး ခြင်တွေကို သတ်နေကြတာ။ အတော်ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ဥစ္စာ။

ဒီကောင်လေးတွေဟာ အသက်လည်း သိပ်ရှည်တာမဟုတ်ဘူး။ ခဏနေ သေကြတော့မှာပဲ။ မောင်းထုတ်လိုက်ပေါ့။ ဒါမှမဟုတ်၊ ခြင် မကိုက်အောင် ခြင်ထောင်ထဲ ဝင်နေပေါ့။ ခြင်ဆေးခွေ ထွန်းထား လိုက်ပေါ့။ ဒီလို လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့သတ်ကြလို့ **'ပါဏာတိပါတ'** မှလွတ်တဲ့ လူ အတော်နည်းတယ်။ အဲဒီလို ကိုယ်မှုနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် ကိုယ့်ရဲ့ လက်နဲ့ ဘယ်သူမှ အသက်မထွက်ပါစေနဲ့။ ရှောင်ရမယ်။

တချို့က ကိုယ့်လက်နဲ့ မသတ်သော်လည်း မင်းဘယ်သူ့ကို သတ်လိုက်စမ်းလို့ ခိုင်းတတ်တယ်။ အတူတူပဲ မှတ်ထားနော်။ သတ်တာကို သဘောကျရင်လည်း အတူတူပဲ၊ ချီးမွမ်းရင်လည်း အတူတူပဲ။ တချို့က ပါးတယ်၊ ကိုယ်မလုပ်ချင်လို့ရှိရင် သူတစ်ပါးကို ခိုင်းတယ်၊ အဲဒါအတူတူပဲ။ **'ကိုယ်တိုင် တိုက်တွန်း ချီးမွမ်း စိတ်တူ'** တဲ့၊ အကုသိုလ်ဖြစ်တယ်၊ အဲဒါ မျိုးကို ရှောင်ရမယ်။

ကဲ. . **'ပါဏာတိပါတ'** မရှောင်နိုင်ဘူးဆိုရင် ကံရဲ့ပုံရိပ်တွေ ဘာတွေလာလဲဆိုရင် ရောဂါများမယ်၊ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့သေတယ်၊

မွေးလာကတည်းက ဆေးခန်းနဲ့ ဆရာဝန်နဲ့ သွားနေရတယ်၊ မွေးလာကတည်းက တချို့ မျက်စေ့တစ်ဖက်ပါမလာဘူး၊ နှုတ်ခမ်းကွဲလာတယ်၊ ဆရာဝန်တွေက ပြောမှာပေါ့၊ ဘာဓာတ်ချို့တဲ့လို့ နှုတ်ခမ်းကွဲတာလို့၊ တကယ်တော့ အဲဒီလိုဖြစ်ရတာ ဘာကြောင့်လဲ? ကံကြောင့်ပဲ၊ ကံရဲ့ပုံရိပ်တွေပဲ၊ သူများတွေတော့ မကွဲဘဲ သူ့ကျကွဲတော့ ကံကိုပြောရမယ်၊ **ပါဏာတိပါတ** ကံရဲ့ အကျိုးဆက်ကြောင့် ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက်ဖြစ်လာတယ်။

နောက်တစ်ခုက **အဒိန္နာဒါန** သူများပစ္စည်းယူတယ်၊ ခိုးတယ်ဆိုတာ အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ ကြည့် . . ဈေးရောင်းဈေးဝယ် လုပ်တဲ့အခါ အစစ်နဲ့အတုနဲ့ ရောရောင်းတာမျိုးတို့ ဟုတ်ကဲ့လား။ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ဈေးပြောရောင်းတာတော့ ရပါတယ်၊ အတုတော့ မရောင်းရဘူး၊ ဗမာပြည်မှာ သောက်ဆေးတွေ အတုရောင်းတယ်ဆိုတာ ကြားရတယ်။ ဆေးအတုရောင်းတာတွေ သိပ်ကြောက်စရာကောင်းတယ်၊ အဲဒီလို လုပ်တာမျိုးတွေဟာ ခိုးတဲ့အထဲမှာပါတယ်။

တချို့က မေးကြတယ်၊ ပစ္စည်းတစ်ခုကို ဈေးတင်ပြီးရောင်းတာ အပြစ်ရှိလားတဲ့၊ ဈေးကတော့ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ဈေး ပြောရောင်းလို့ရတယ်၊ သို့သော် ငါးရာတန်ပစ္စည်းကို တစ်သောင်း ပေးဝယ်ထားရတယ်လို့တော့ လိမ်မပြောနဲ့ပေါ့။ ဘယ်လောက်ပေးရတယ်မပြောနဲ့၊ ကိုယ်ရောင်းနိုင်တာက ဒါပဲရောင်းနိုင်တယ်။ ဒါပဲပြောပေါ့၊ ပြောခွင့်ရှိတယ်၊ ဒါငရဲမကြီးဘူး၊ ရောင်းတဲ့လူနဲ့ ဝယ်တဲ့လူ ကြိုက်လို့ရှိရင်ပြီးတာပဲ။

သို့သော် အတုကို အစစ်နဲ့ ရောမရောင်းနဲ့။ ကောင်းတဲ့အထဲကို မကောင်းတာ ရောမရောင်းနဲ့၊ အဲဒီလိုလုပ်ရင်တော့ အပြစ်ရှိတယ်၊ ဒါဟာ

ခိုးတာပဲ၊ ပြီးတော့ ဆီတို့ဘာတို့ရောင်းရင် ပိဿာချိန်မပြည့်ဘူး၊ ဒါလည်း ခိုးတာပဲ၊ အဲဒါမျိုးတွေ လုပ်ပြီဆိုရင်တော့ **'အဒိန္နာဒါန'** မလွတ်ဘူးပေါ့။ မှန်မှန်ကန်ကန် ရောင်းဝယ်တာ သမ္မာအာဇီဝပဲ။ ရောင်းဝယ်စားသောက်တာ မှန်ကန်တဲ့နည်းနဲ့ ရောင်းလို့ရတယ်၊ မှန်မှန်ကန်ကန်ပြောပြီး ဟောဒီဟာ မကောင်းဘူး၊ ဒါက ဈေးညှိတယ်၊ ဟိုဘက်ကဟာက ကောင်းတယ်၊ ဟော. . မကောင်းတာ မကောင်းဘူး ပြောလို့ရတယ်၊ အဲဒီလိုပြောပြီး ရောင်းလို့ရတယ်။

မကောင်းတာဖြစ်လျက်နဲ့ ဒါလည်း အတူတူပါပဲလို့ဆိုပြီး ရောင်းရင် အပြစ်ရှိတာပေါ့။ အဲတော့ အရောင်းဝယ်လုပ်တဲ့နေရာမှာ ရိုးသားမှု လိုတယ်ပေါ့၊ ရိုးရိုးသားသားနဲ့ စီးပွားရှာတယ်၊ အမှန်အတိုင်း စီးပွားရှာတယ်၊ အဲဒါ အပြစ်မရှိပါဘူး။ ရိုးသားတယ်။ မရိုးသားဘူးဆိုတာ ဘယ်သူသိလဲ၊ ကိုယ်သိတာပေါ့၊ ကိုယ့်စိတ်ထဲက ရိုးသားတယ် မရိုးသားဘူးဆိုတာ သိတယ်။

အေး. . ဒါကြောင့်မို့ **'အဒိန္နာဒါန'** ဆိုတာဟာ ခိုးမှု လုမှု **အဒိန္နာဒါန** မဟုတ်ဘူး၊ အခုလို မမှန်မကန်တွေလုပ်တာမှန်သမျှ **'အဒိန္နာဒါန'** ထဲမှာ ပါတယ်။ အဲဒီကံ အကျိုးပေးရင် ဘာဖြစ်တတ်လဲဆိုတော့ လုပ်သမျှတွေ လွဲပြီး ကိုယ့်ပစ္စည်းတွေ ခဏခဏဆုံးရှုံးတတ်တယ်၊ မီးလောင်တဲ့အထဲ ပါတယ်၊ ရေမျောတဲ့အထဲပါတယ်၊ အခိုးခံရတယ် စသည်ဖြင့် ဒီအပျက်အစီးတွေ ကံရဲ့ပုံရိပ်ထဲ ပေါ်လာတတ်တယ်။ အေး . . ဒါကြောင့်မို့လို့ လုပ်တဲ့အခါမှာလဲပဲ အကျိုးရှိတဲ့အလုပ်ကို လုပ်ရတယ်။ သူများမပေးတဲ့ ပစ္စည်းဆိုရင် မယူဘူး။ ပေးတာကိုပဲယူတယ်၊ သန့်ရှင်းတယ်၊ စင်ကြယ်

တယ် ဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ အရောင်းအဝယ်လုပ်ပြီးတော့ အသက်မွေးကြတယ်။ အပြစ်မရှိဘူး။ ကောင်းပြီ။

နောက်တစ်ခုက ဘာလဲဆိုရင် '**ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ**'၊ '**ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ** ဆိုတာ ကာမကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မှားမှားယွင်းယွင်း လုပ်တာမျိုးပေါ့။ အဲဒီလို '**ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ**' ကံမျိုးကို ကျူးလွန်မိပြီဆိုရင် လူစဉ်မမီတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တယ်၊ အားလုံးက မုန်းတီးခံရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ အရပ်ထဲမှာ ဆိုရင် ချဉ်ဖတ်ပေါ့၊ လူတကာ အမြင်ကပ်ခံရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်တတ်တယ်၊ အပါယ်ငရဲကျမယ်၊ သူလုပ်ရင်လုပ်သလောက် မကောင်းကျိုးပေးတာ ခံရတယ်။

လူ့ဘဝ ရောက်လာပြီးတဲ့အခါမှာ တွေးတာကလည်း တွေးချင်သလို တွေးတယ်ပေါ့၊ အပြစ်မကင်းတဲ့အတွေးတွေ တွေးတယ်၊ ပြောတဲ့အခါမှာလည်း အပြစ်မကင်းတဲ့ အပြောတွေ ပြောတယ်။ လုပ်တဲ့အခါမှာလည်း အပြစ်မကင်းတဲ့အလုပ်တွေ လုပ်တယ်ဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လူဖြစ်ကျိုးမနပ်ဘူးတဲ့။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် ဒီကံက အကျိုးပေးတဲ့ကံမှာ ဒီထက်နိမ့်တဲ့ဘဝ ရောက်သွားလိမ့်မယ်၊ ဒုက္ခရောက်ကြလိမ့်မယ်၊ အေး. . ဒါကြောင့် လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေဆိုတာ အဲဒါ ပြောတာနော်။ အဲဒီတော့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင် ကိုယ်ပဲလုပ်ရမှာ၊ ဒါ သူများကို မေးစရာမလိုဘူး၊ ကိုယ်ပဲလုပ်ရမယ်။

လူ့ဘဝ ရောက်လာရင် အသိတရားနဲ့ သတိတရားရှိရမယ်။အသိတရားနဲ့ သတိတရားကို စာပေလိုပြောမယ်ဆိုရင် **သတိသမ္ပဇည** လို့ ခေါ်တယ်။ သတိဆိုတာ ငါကောင်းအောင်နေဖို့ ဒီအတွေးမျိုး မတွေးဖို့

သတိထားရမယ်၊ ဒီအပြောမျိုး ငါမပြောရဘူးဆိုတာ သတိရရမယ်၊ ဒီအလုပ်မျိုး ငါမလုပ်ရဘူးဆိုတာလည်း သတိရရမယ်၊ ဒီအတွေးမျိုး တွေးရမယ်၊ ဒီအပြောမျိုးကို ပြောရမယ်၊ ဒီအလုပ်မျိုးကို လုပ်ရမယ်ဆိုတာ သတိထားတယ်။

"သမ္ပဇဉ်"အသိတရားဆိုတာ ဘာတုန်းဆိုရင် ငါပြောနေတဲ့ အပြောဟာ အပြစ်ကင်းတဲ့အပြောလား၊ အပြစ်ရှိတဲ့ အပြောလားဆိုတာ စဉ်းစား၊ ငါတွေးနေတဲ့အတွေးဟာ အပြစ်ကင်းတဲ့အတွေးလား၊ အပြစ်ရှိတဲ့ အတွေးလား စဉ်းစားရမယ်။ စဉ်းစားရင် သိလာလိမ့်မယ်၊ အဲဒါက သမ္ပဇဉ် အသိတရား။ အသိတရားနဲ့ သတိတရား အခြေခံအားဖြင့် လူ့လောကမှာ ရှိနေပြီဆိုရင် တစ်ပိုင်းအားဖြင့် လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီလို့ ပြောရမယ်နော်။

သို့သော် ဒီထက် လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင် လုပ်လို့ရသေးတယ်၊ အများကြီး ရှိသေးတယ်။ ဒါက Foundation အခြေခံပဲ ရှိသေးတယ်။ ဟုတ်လား။ လူ့ဘဝရောက်လာလို့ အရင်းမရှုံးရုံ ရှိသေးတယ်။ အမြတ် မရသေးဘူး၊ အမြတ်ရဖို့ဆိုရင် ဘာလုပ်ရမလဲ၊ အမြတ်ရဖို့ကျတော့ သူ့ထက်တစ်ဆင့်တက်ရဦးမယ်၊ ဘာတွေကို နားလည်အောင်လုပ်ရမလဲ ဆိုရင် ဪ . . လူဆိုတာ ရုပ်နဲ့နာမ်နှစ်ခု ပေါင်းစပ်ထားတာဖြစ်တယ်။ တကယ်တော့ သတ္တဝါဆိုတာမရှိဘူး၊ သူဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ ငါဆိုတာ လည်းမရှိဘူး၊ ယောကျ်ားဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ မိန်းမဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ တကယ်တော့ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ရုပ်နဲ့နာမ်ပဲရှိတယ်လို့ သိရမယ်။

နောက်တစ်ခု ဘယ်အရာမှ မမြဲဘူးဆိုတဲ့အသိ ရှိဖို့လိုတယ်။ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်မျိုးထဲရှိတယ်ဆိုတဲ့ အသိကလေး ဝင်လာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်

တွယ်တာမှုတွေ လျော့လာတယ်၊ လောဘကို လျော့ချနိုင်တယ်၊ ဒေါသကို လျော့ချနိုင်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လည်းဆိုတော့ မောဟက လျော့သွားတယ်။ ဒီအသိမျိုးသိလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် လူဆိုတာ တစ်နေ့ကျတော့ သေကြမှာပဲ၊ မာန်မာနတွေ ထားနေလို့လည်း မဖြစ်ဘူး။ ဒီအသိကလေး သိလိုက်တာနဲ့ ဘဝပေါ်မှာ တွယ်တာတာ နည်းသွားတယ်။ ပစ္စည်းဥစ္စာပေါ်မှာ တွယ်တာတာ လျော့သွားတယ်၊ မိသားစုပေါ် တွယ်တာတာတွေ လျော့ကျလာနိုင်တယ်။

တွယ်တာမှု လျော့သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် သောကကလည်း လျော့သွားတာပဲ၊ သောကလျော့တယ်၊ အတွယ်အတာရှိမှ သောကရှိတာ၊ အတွယ်အတာမရှိရင် သောကမရှိဘူးလေ။ နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်မှာ ကိုယ်နဲ့ မသိဘူးဆိုရင် အဲဒီနိုင်ငံတွေမှာ ဘာဖြစ်ဖြစ် သောကမဖြစ်ဘူး၊ တွယ်တာမှု မရှိတာ၊ သောကဆိုတာ ကိုယ်တွယ်တာတဲ့နေရာမှာဖြစ်တာ၊ မတွယ်တာရင် ဖြစ်ကိုမဖြစ်ဘူး။

အဲဒီတော့ သောကမဖြစ်ဘူးဆိုရင် လူရဲ့စိတ်ဟာ ဒီဘဝတင်ပဲ ငြိမ်းချမ်းမှုရသွားတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်အောင် တစ်ဆင့်တက်ကြမယ်။ ဘဝဆိုတာ ဘာနဲ့တည်ဆောက်ထားတာလဲ တစ်ဆင့်တက် သင်ကြားရလိမ့်မယ်။ ဘဝဆိုတာ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်ခုနဲ့ တည်ဆောက်ထားတယ်၊ အဲဒီရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်ခုဟာ ဆိုင်ရာအကြောင်း တရားတွေကြောင့်ဖြစ်နေတယ်၊ အဲဒီ ဆိုင်ရာအကြောင်းတရားတွေကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ် သည်မမြဲဘူး၊ ထာဝရပြောင်းလဲနေတယ်၊ ဒါကြောင့် အနိစ္စတဲ့။ **"အနိစ္စ"**

ဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးတော့ အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲပျက်စီးနေလို့ "အနိစ္စ" လို့ ခေါ်တာ၊ "ဒုက္ခ"ဆိုတာ အမြဲတမ်းကပ်ပြီးတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခ ဖြစ်ပျက်မှုတွေနဲ့ နှိပ်စက်နေလို့ "ဒုက္ခ"လို့ခေါ်တာ။

အဲဒီလို ပြောင်းလဲမှုတွေနဲ့ နှိပ်စက်နေတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားကို အနှိပ်စက်မခံရအောင် ဘယ်သူမှ တွန်းလှန်ဖယ်ရှားလို့ မရဘူး။ တွန်းလှန်ဖယ်ရှားနိုင်တဲ့ တန်ခိုးပါဝါမရှိဘူး။ ကိုယ့်အလိုကျ ဖြစ်သလား ဆိုတော့ မဖြစ်ဘူးတဲ့။ လူဆိုတာ အမြဲတမ်း ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်လေး ချောချောလှလှ နေချင်ကြတယ်၊ မအိုချင်ကြဘူး၊ အဲဒီအတိုင်း ဖြစ်သလား မဖြစ်ပါဘူး၊ အဲဒီလိုမဖြစ်တာ ကိုယ့်ဆန္ဒအတိုင်းမဖြစ်တာပဲ၊ ကိုယ့်အလို အတိုင်းမဖြစ်တာ "အနတ္တ"၊ အဲဒီသဘောကို သိလာလို့ရှိရင် ခုနကထက် အဆင့်မြင့်လာတဲ့အသိမျိုး ရလာလိမ့်မယ်။

ကံကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်တာက ကောင်းရာဘဝပဲရောက်နိုင်တာ၊ နိဗ္ဗာန်မရောက်နိုင်သေးဘူး။ အခုလိုအမြင်မျိုး မြင်လာပြီဆိုရင်တော့ တစ်ဆင့်တက်ပြီး နိဗ္ဗာန်လမ်းကြောင်းပေါ် ရောက်လာတယ်လို့ ပြောလို့ရတယ်။

အေး. . တစ်ဆင့်တက်ပြီး ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ကြမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ဘဝသံသရာကြီးပေါ်မှာ ငြီးငွေ့တဲ့အသိဉာဏ်တွေ ရလာမယ်။ လွတ်ချင်တဲ့အသိဉာဏ်တွေ ရလာမယ်။ ဘဝသံသရာကြီးရဲ့ သဘာဝတရားတွေကို အကုန်လုံးသိလာမယ်။ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတွေရဲ့ သဘာဝတရားတွေကို အကုန်သိလာပြီးတော့ နောက်ဆုံးမှာ တွယ်တာမှု

တွေ၊ အမြင်မှားမှုတွေ၊ သံသယဖြစ်မှုတွေ အားလုံးကို ပယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ အဆင့် ရောက်နိုင်ရင် လောကကြီးအတွက် ဘာမှသောကမဖြစ်ဘဲနဲ့ ငြိမ်းချမ်းတဲ့ဘဝမျိုးကို ရသွားမှာပါတဲ့။

အဲဒီလို ငြိမ်းချမ်းတဲ့ဘဝမျိုး စိတ်ဓာတ်လေး ငြိမ်းအေးသွားတဲ့ အဆင့်ရောက်ရင် လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပြီ။ အဲဒီကျတော့မှ အပြည့်အဝ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်တယ်။ ခုနတုန်းက အခြေခံအားဖြင့် ကုသိုလ်ကမ္မပထ တရားဆယ်ပါးကို ကျင့်သုံးရင် လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပါတယ်၊ ဟုတ်လား။ဒီထက် တစ်ဆင့်တက်ပြီးတော့ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကိုကျင့်လို့ မဂ်တရား ဖိုလ် တရား ရသွားပြီဆိုရင်တော့ တကယ့်ကို လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပြီလို့ မှတ်ရမယ်။ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ဖို့ တို့တစ်တွေ လုပ်ဖို့လိုတယ်နော်။

အခြေခံအုတ်မြစ် မချဘဲနဲ့ အထက်ကိုတက်ဖို့ဆိုတာ အတော် ခဲယဉ်းတယ်။ ဒါကြောင့် ပထမအခြေခံလေးကို ရအောင်လုပ်ရမယ်။ အခြေခံရပြီးတဲ့အခါ အထက်ကိုတက်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။ ဒီလို ကြိုးစားမှ တို့တစ်တွေဟာ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်မှာ။ ဒါကြောင့် တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်တို့သည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားတဲ့ တရားဓမ္မကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် မိမိတို့ရရှိလာတဲ့လူ့ဘဝ တန်ဖိုးရှိရှိနဲ့ လူဖြစ်ရကျိုး နပ်အောင် ကျင့်ဆောင်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ