



ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၈၀)

# အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား

အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ  
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား

စိတ်ကောင်းထား



ကွန်ပျူတာစာစီ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ထုတ်ဝေသူ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဘဟိန်း

မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၄၃၇၂/၂၀၁၁)က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

တရားစာအုပ်များကို

ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

# အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား

## မှတ်တမ်း

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးမြို့၊ အောင်စေတနာရပ်၊  
တောင်တွင်းလမ်း၊ အမေထွား ပဲဆီသန့်၊ နှမ်းဆီသန့်မိသားစု  
တို့၏ ခန်းမအတွင်း ဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားဝယ် ဟောကြား  
အပ်သော “အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား”  
တရားဒေသနာတော်။

ဩဝါဒဆိုတာ မြန်မာလိုပြန်တော့ အဆုံးအမလို့ပဲ  
ပြန်ကြတာပေါ့နော်။ လောကမှာ ဆုံးမခြင်း၊  
လမ်းညွှန်ခြင်းနဲ့ကင်းပြီး ကြီးပွားတိုးတက်တယ်ဆိုတာ  
မရှိနိုင်ဘူး။ အားလုံးဟာ အဆုံးအမကို ရယူကြရတယ်။  
လူ့ဘဝရောက်လာတဲ့ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ဆုံးမ  
ဩဝါဒနဲ့ကင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ မရှိဘူးလို့ပဲပြောရမယ်။  
တကယ့်ကို ထူးချွန်ထက်မြက်တဲ့ ဘုရားအလောင်း

တွေကလွဲရင် ကျန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးဟာ ဆုံးမဩဝါဒ  
လမ်းညွှန်မှုအောက်မှာ သွားကြရတာ။

လူ့ဘဝရလာတဲ့အချိန်မှာ ပထမဆုံး **အမေ၊ အဖေ**  
ရဲ့ အဆုံးအမကို အရင် ရယူကြတာနော်။ “ဘယ်လို  
ပြောရတယ်၊ ဘယ်လိုနေရတယ်၊ ဘယ်လိုထိုင်ရတယ်”  
ဆိုတဲ့ အနေအထိုင်ကစပြီးတော့ လူ့ယဉ်ကျေးမှုတွေ  
ရရှိလာအောင် မိဘရဲ့သွန်သင်မှုအတွင်းမှာ နေကြရ  
တယ်။ အဲဒီတော့ ဒီလောက်နဲ့ လုံလောက်သလား  
ဆိုတော့ မလုံလောက်ဘူး။ စားဝတ်နေရေးပညာတွေ  
အတွက် ကျောင်းဆိုတာ ပေါ်လာပြန်တယ်။ ဆရာ  
ဆိုတာ သီးသန့်တစ်ခါ ပေါ်လာပြန်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့  
ပထမဆုံး လောကရောက်လာတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ရဲ့  
ကျေးဇူးအရှိဆုံးပုဂ္ဂိုလ် လိုက်ရှာမယ်ဆိုရင် အမေနဲ့  
အဖေလို့ပဲ ပြောရမယ်။

နောက် ဒုတိယ **ဆရာသမား** ဆိုတာ ပေါ်လာ  
တယ်။ အဲဒီတော့ ဆရာသမားရဲ့ ဆုံးမသွန်သင်မှု  
အောက်မှာ နေနည်း၊ ထိုင်နည်းတွေ တော်တော်လေး

ရလာတယ်။ ဘဝနဲ့ ပတ်သက်ပြီး လုံလောက်မှုရှိလား ဆိုတော့ မလုံလောက်သေးဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါး ဆိုတာ လိုအပ်လာပြန် တယ်။ အဲဒါကိုပဲ အနန္တငါးပါးလို့ လူတွေက ပြောနေ ကြတာပေါ့နော်။

ဘဝမှာ ပထမဆုံး စတွေ့တာကတော့ မိဘပေါ့။ မိဘပြီးလို့ရှိရင် ဆရာ၊ ဆရာပြီးတဲ့အခါ ရတနာသုံးပါး။ ရတနာသုံးပါးကျမှပဲ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမရမှ လမ်းဆုံး တယ်လို့ ဒီလိုပြောရမှာ။ မိမိတို့ သိတတ်တဲ့အရွယ် ကစပြီး မိဘတွေရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်အရ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ လို့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်လိုက်ကြတာ။

ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်က ကိုယ့်ဘဝကို အပ်နှံတာ။ ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပာယ်ကတော့ ဘုရား အဆုံး အမအတိုင်း နေပါ့မယ်၊ တရားကို လိုက်နာကျင့်ကြံပါ့ မယ်၊ သံဃာများကို အားကိုး ယုံကြည်ပါ့မယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပဲနော်။ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ မှာ သရဏ ရဲ့

အဓိပ္ပာယ်က ဘာတုန်းဆိုတော့ ဆင်းရဲကို ပယ်ဖျောက်  
 ပြီး ချမ်းသာကို ဆောင်တတ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပဲ။  
 လောကလူတွေမှာ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ဆင်းရဲမှာ  
 ကြောက်တယ်၊ ချမ်းသာချင်တယ်။ ဒီအချက်မှာ လူမျိုး  
 တွေ ဘယ်လောက်ကွဲနေနေ၊ ဘာသာတရားတွေ ဘယ်  
 လောက် ကွဲနေနေ တူညီတဲ့ဆန္ဒက ဆင်းရဲတာကို  
 ကြောက်ခြင်းနဲ့ ချမ်းသာတာကို လိုလားခြင်းပဲ။ ဘယ်  
 သူ့ပဲမေးမေး ရာခိုင်နှုန်းအပြည့်ပဲ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ စိတ်  
 ဖောက်ပြန်တဲ့လူ မဟုတ်ဘူးဆိုရင်တော့ အားလုံးဟာ  
 ဒီအချက်ပေါ်မှာ တူညီတယ်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

ချမ်းသာချင်ကြတယ်၊ ချမ်းသာချင်လို့ လုပ်ကြတာ  
 ချည်းပဲ။ ဘာသာတရားတွေအားလုံး ကိုးကွယ်နေတာ  
 ဘာလုပ်ဖို့၊ ချမ်းသာချင်လို့ ကိုးကွယ်တာ။ တစ်ဖက်က  
 ဆင်းရဲမှာ ကြောက်တယ်၊ တစ်ဖက်က ချမ်းသာချင်  
 တယ်။ အဲဒီ ကိုးကွယ်မှုတွေ အခြေခံပြီး ဘာသာတရား  
 ရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးကြတယ်။  
 အဲဒီလို လိုက်နာကျင့်သုံးတဲ့အခါ ဘာသာတရားရဲ့

အဆုံးအမက လွဲမှားသွားပြီဆိုရင် ကိုယ်လိုတဲ့အတိုင်း မဖြစ်ဘူးပေါ့။

ဆိုလိုတာက လမ်းညွှန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ကိုယ်သွားချင် တဲ့လမ်းကို ညွှန်တာမဟုတ်ဘဲ မသိဘဲ ရမ်းပြီးတော့ ညွှန်လိုက်လို့ရှိရင် သူ့ကိုယ့်ကြည်ပြီး ဒီလမ်းကို လျှောက် လှမ်းတဲ့အခါ နောက်ဆုံး ကိုယ်သွားချင်တဲ့နေရာ မရောက်တာမျိုးပါ။ ဒါတော့ရှိမှာပဲ။

အဲဒီတော့ ဘာသာတရားတိုင်းဟာ လမ်းညွှန်မှု ကိုတော့ ပြုကြတာပဲ။ ပြုပေမယ့်လို့ ကိုယ့်ရဲ့ ဦးတည် ချက်၊ ဦးတည်ပြီး သွားတဲ့နေရာ ရောက်၊မရောက် ဆိုတာတော့ ကွဲပြားခြားနားမှု ရှိမှာပေါ့နော်။

ဒါက ဟောပြောမှုရဲ့ မှန်ကန်မှု၊ မမှန်ကန်မှုပေါ် မှာ တည်တယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ ကိုယ်လိုချင်တာဘာလဲ ဆိုတဲ့အပေါ်မှာ ကိုယ်သွားချင်တဲ့ဆီ တကယ်ရောက် အောင် လမ်းညွှန်နိုင်တဲ့ ဘာသာတရား၊ အဲဒီ ဘာသာ တရားမျိုး ကိုယ်က ရရှိခံယူထားပြီး အဲဒီ ဘာသာ တရားကို လိုက်နာကျင့်သုံးရင်တော့ အကျိုးရှိတာပေါ့။

လမ်းညွှန်တဲ့အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးလို့ ကိုယ်ဆန္ဒ ရှိတဲ့အတိုင်း အောင်မြင်ပေါက်ရောက်နိုင်တယ်။ ဗုဒ္ဓ ဘာသာက တခြားဘာသာတွေနဲ့ မတူတာကတော့ တခြားဘာသာတွေက ကောင်းကင်ဘုံကို လက်ညှိုးထိုး ပြီး ထိုကောင်းကင်ဘုံက တန်ခိုးရှင်ကြီးရဲ့ ကိုယ်စား လှယ် အနေနဲ့ လာတဲ့လူက ပြောတာကို ယုံကြည်တာ။

လောကမှာ နတ်ကိုးကွယ်တဲ့လူတွေ ကြည့်ပေါ့။ နတ်ကို အကုန်အကျခံပြီးတော့ ငှက်ပျော၊ အုန်း တင်မကဘူး၊ စားဖွယ် သောက်ဖွယ်တွေနဲ့ပူဇော်တယ်။ အဲဒီလူတွေ နတ်ကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရလားဆို ဘယ်သူ မှ မတွေ့ဘူးပေါ့နော်။ နတ်ကတော်ကနေတစ်ဆင့် သွားတာချည်းပဲ။ နတ်ကိုးကွယ်မှု မှန်သမျှ Mediator လို့ခေါ်တဲ့ ကြားခံဆက်သွယ်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ပဲသွားတာ အကုန်လုံး။ အဲဒါကိုပဲ တမန်တော်လို့လည်း ခေါ်တယ်။ Messenger လို့လည်း ခေါ်တယ်။ တမန်တော်ကနေ တစ်ဆင့်သာ သိနိုင်တာ။ သူပြောတဲ့စကားကိုပဲ လက်ခံ ကြရတယ်။ လူနဲ့ တန်ခိုးရှင်နဲ့ တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်လို့

မရဘူး။ လူနဲ့တန်ခိုးရှင်ရဲ့ကြားမှာ ဆက်သွယ်ပေးတဲ့ ကြားခံပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဦးကို လက်ခံရတယ်။

ဒါ တခြားဘာသာတွေကို စဉ်းစားဖို့ပြောတာနော်၊ စဉ်းစားကြည့်။ အမှတ်တမဲ့ မနေရဘူး။ ဘာသာတရားတွေဟာ တူတူပဲလို့ဆိုကြတာ၊ တူတာလည်း သိရမယ်၊ မတူတာလည်းသိရမယ်။ အဲဒီလို လုံးရိုက်တာမျိုးတွေ ဆိုရင် ကိုယ့်အတွက်မှာ ဘာအသိဉာဏ်မှ ရလိုက်မှာ မဟုတ်ဘူးပေါ့။ တူတာကိုလည်း တူတယ်လို့သိရမယ်၊ မတူတာကိုလည်း မတူဘူးလို့ သိရမယ်။ အဲဒီတော့ တခြားဘာသာတွေကို ကြည့်လိုက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင် ကောင်းကင်ဘုံ လက်ညှိုးထိုးတဲ့ ဘာသာတွေချည်းပဲ အကုန်လုံး။ ကောင်းကင်ဘုံက တန်ခိုးရှင်ကြီး၊ အဲဒီ တန်ခိုးရှင်ကြီးကို ဘယ်သူ မြင်ရတုန်းဆိုရင် ဘယ်သူမှ မမြင်ရဘူး။ ကြားခံ ဆက်သွယ်မှုကနေ တစ်ဆင့်ပဲ သိကြရတယ်နော်။ တစ်ဆင့်ခံနဲ့ပဲ နားထောင်ကြရ တယ်။ “ဒါက ဘုရားသခင်က ပြောထားတာ၊ ဆုံးမ ထားတာ။ ထာဝရ ဘုရားရှင်က အဆုံးအမ ပေးထား

တာ” ဒီလိုပဲ မှတ်သားနာယူပြီး သူ့အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာကြတာ။

လိုက်နာတယ်ဆိုတာ လူတွေဟာ များသောအားဖြင့် ကြောက်လို့ လိုက်နာတာများတယ်။ လူတွေဟာ ကြောက်တတ်တယ်၊ အခုလည်း ကြောက်တာပဲ။ ကမ္ဘာဦးကလူတွေသာ ကြောက်တာမဟုတ်ဘူး၊ အခုခေတ် လူတွေလည်း ကြောက်တာပဲ။ အန္တရာယ်ဆိုးတွေ ကျလာမှာတို့၊ ဆင်းရဲမှာတို့ ကြောက်ကြတယ်လေ။ ကြောက်ကြတဲ့အခါ ဟုတ်လိမ့်နိုးနိုးပေါ့။ သူ့ရဲကောင်းလုပ်ပြီး မထွက်ရဲဘူး၊ ကြောက်တယ်။ အများနဲ့ရောပြီး ထိုင်တယ်ပေါ့။ ဘုရားကိုယ်တိုင်ကိုက ဟောထားတာ။ “မနုဿာ ဘယ တဇ္ဇိတာ” တဲ့။

ဘာသာတရားတွေပေါ်လာတာ လူတွေ ကြောက်လို့ တဲ့၊ နော်။ မိုးချုန်းတာလည်း ကြောက်တယ်၊ လေ မုန်တိုင်းကြီးတွေကိုလည်း ကြောက်တယ်၊ လျှပ်စီးလက်တာတွေလည်း ကြောက်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ကြောက်တာတုန်းဆိုတော့ အမှန်မသိလို့၊ ဒါက

တန်ခိုးရှင်ကြီးက ဖန်ဆင်းတာ။ သူ့ကျေနပ်အောင် တောင်းပန်မှဖြစ်မယ်၊ သူ့စကားနားထောင်မှ ဖြစ်မယ်။ နို့မဟုတ်ရင် ဒီဒုက္ခကြီးတွေ အန္တရာယ်နဲ့ ကြုံတွေ့နိုင် တယ်လို့ တွေးပြီးကြောက်တာ၊ ဘယ်သူကမှလည်း မြင်တာမဟုတ်ဘူး။ ဒီလိုပြောရာကနေပြီးတော့ လူတွေ မှာ ကြောက်စိတ်တွေ ဝင်လာတယ်။ ဒီလိုကနေပြီး တော့ ဘာသာတရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်လို့ ဒီလို ပြောတာနော်။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်လာတဲ့အခါ လူတွေ ဟာ ရဲစွမ်းသတ္တိရှိလာတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးတတ်လာတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးဖို့ ညွှန်ကြားတယ်။ ကိုယ့်အား ကိုယ်ကိုးဖို့ ညွှန်ကြားတယ်ဆိုရင် ဘုရားလိုသေးလား လို့ဆို လိုတယ်လေ။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ကိုယ့်အား ကိုယ်ကိုးတယ်ဆိုတာ လုပ်ရမယ့်အပိုင်းကို ပြောတာ၊ လမ်းညွှန်ရမယ့်အပိုင်းက ဘုရား လိုသေးတယ်။

လမ်းပေါ်လျှောက်တာတော့ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး  
 ရမယ်၊ သို့သော် လမ်းကောင်းကို ညွှန်ပြမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်  
 တော့ လိုနေသေးတယ်ပေါ့။ မှန်ကန်တဲ့ လမ်းကြောင်း  
 ကို ညွှန်ပြတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လိုတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုရားကို  
 ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာ မှန်ကန်တဲ့လမ်းကြောင်းကိုတွေ့ဖို့  
 ဖြစ်တယ်။ ဥပမာတစ်ခု နှိုင်းယှဉ်ပြီးတော့ ကြည့်မယ်  
 ဆိုလို့ရုံရင် ရောဂါရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်က ဆရာဝန်  
 ဆီသွားတယ်၊ သွားတဲ့အခါ ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့  
 သွားတာတုန်းဆိုတော့ ဆရာဝန်ကဘာကြောင့်ဒီရောဂါ  
 ဖြစ်တယ်၊ ဘာရောဂါ၊ ဘယ်ဆေးသောက်ရင် ပျောက်  
 မယ်၊ ဘယ်အစားအစာတည့်တယ်၊ ဘယ်အစားအစာ  
 မတည့်ဘူး။ ဆေးဘယ်လောက် သောက်ရမယ်၊ ဟော  
 ဒါ ဆရာဝန်ဆီကသိတဲ့ အသိပဲပေါ့။ သူက ဒါပြော  
 မယ်။

သို့သော် ဆရာဝန်က ရောဂါပျောက်အောင်  
 လုပ်နိုင်သလားလို့ဆိုတော့ မလုပ်နိုင်ဘူး။ ဆေးပဲ  
 ပေးမှာပဲ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က ဆေးသောက်ရမယ်၊

အနေအထိုင် ဆင်ခြင်ရမယ်၊ ဒါမှ ရောဂါပျောက်တယ်၊  
 ဒါ လက်တွေ့ပဲမဟုတ်လား၊ လက်တွေ့ပဲ။ အဲဒီတော့  
 ဆရာဝန်ပေါ်မှာ ယုံကြည်တယ်။ ဒီအချက် သူ့ဆီက  
 အကြံဉာဏ်ရဖို့အတွက် ဆရာဝန်ဆီသွားတာ။ ရောဂါ  
 ပျောက်ဖို့သွားတာ မဟုတ်ဘူး။ တကယ်က အကြံဉာဏ်  
 ရပြီး ရောဂါပျောက်အောင်က ဆေးသောက်ရမယ်၊  
 ဆေးကမှ ရောဂါပျောက်စေနိုင်တယ်။

အဲဒါလိုပဲ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာ  
 ဘုရားဆီက အဆုံးအမရဖို့ ကိုးကွယ်တာ။ ဒါက  
 သဘာဝလည်း အင်မတန်မှကျတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကို  
 အားကိုးယုံကြည်ကြရတယ်။ ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ သံဃ ဆိုတဲ့  
 အထဲမယ် ဗုဒ္ဓကို အားကိုးယုံကြည်တယ်ဆိုတာ ခုနက  
 ဗုဒ္ဓဟာ ကောင်းကင်ဘုံက မဟုတ်ဘူး၊ လူသားထဲက  
 ထူးခြားတဲ့ သူတော်စင် သူတော်မြတ် တစ်ဦးပဲ။  
 အသိဉာဏ် အင်မတန်မှရှိတဲ့ လူသားတစ်ဦး။ အဲဒီ  
 အသိဉာဏ်ရှိအောင် လေးအသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း  
 ထိ ကမ္ဘာပေါင်း မြောက်မြားစွာ ပါရမီဖြည့်မှ ဘုရား

ဆိုတာဖြစ်တယ်၊ လေ့ကျင့်ထားလို့ အင်မတန်မှစွမ်းရည်  
 သတ္တိတွေပြည့်စုံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်တယ်ပေါ့။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ  
 အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ဆိုတာလို့ အားလုံးကို  
 သိနိုင်စွမ်း ရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒီလို သိနိုင်စွမ်းရှိတဲ့ ဘုရားကို  
 ကိုယ်ကိုယ်တိုင်တွေ့နိုင်တယ်၊ ကြားထဲက Mediator  
 ဆိုတာ မလိုဘူး။ ဘယ်တမန်တော်မှ မလိုဘူးနော်။  
 ဘုရားနဲ့ ဆက်သွယ်တဲ့အခါ ဘုရားရဲ့တမန်တော်  
 ဆိုတာ မရှိဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေ  
 ကလည်း ကောင်းကင်ဘုံက ဆင်းလာတဲ့ တရားတွေ  
 မဟုတ်ဘူး။ သူ့ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားအားထုတ်လို့သိတဲ့  
 တရားလို့။ ဒါ မတူတဲ့အချက်ပဲ၊ စဉ်းစားကြည့်ဖို့  
 ပြောတာနော်။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တယ်လို့  
 ဆိုတဲ့အခါမှာ အသိဉာဏ်ရဖို့ ကိုးကွယ်တာ၊ မသိသေး  
 တာသိဖို့ ကိုးကွယ်တာ။ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ  
 ခွဲခြားသိဖို့။ ဒါက လုပ်သင့်တယ်၊ ဒါက မလုပ်သင့်ဘူး၊  
 သွားသင့်တဲ့လမ်း၊ မသွားသင့်တဲ့လမ်း ဒါ ခွဲခြားသိဖို့။

ဘုရားက ဆုံးမမယ်၊ သြဝါဒပေးမယ်။ ဒီမျှော်လင့်ချက်နဲ့ ဘုရားဆီကိုသွားတာ။ ဘုရားကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာ အဲဒီမျှော်လင့်ချက်နဲ့။ ဘုရားက ဒီထက်ပိုပြီးတော့ ဘာလုပ်ပေးနိုင်တုန်းဆိုတော့ ဘာမှ လုပ်မပေးနိုင်ဘူး။ လုပ်တာ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပဲ လုပ်ရမှာ၊ အဲ တချို့က ခုခေတ်မှာ ဟောပြောတာ ရှိတယ်လေ။ “ဂေါတမ ဘုရားက ဘာမှလုပ်မပေးနိုင်ဘူးတဲ့။ သူတို့ ဘုရားက အကုန်လုံး အပြစ်တွေခွင့်လွှတ်ပြီးတော့ လုပ်ပေးနိုင်တယ်။ အဲဒီတော့ သူတို့ဘုရား အားကိုးတာ မကောင်းဘူးလား” တဲ့ ဒီလိုပြောကြတယ်။ တကယ် လုပ်ပေးနိုင်ရဲ့လားလို့ဆိုတော့ ဘယ်လုပ်ပေးနိုင်မလဲ။ တကယ်မှ လုပ်မပေးနိုင်တာ။ လက်တွေ့ ဘယ်သူပြုနိုင် တုန်း၊ တကယ်လက်တွေ့ပြပါလို့ပဲ ပြောရမှာပဲနော်၊ လုပ်ပေးနိုင်သလား။ ကိုးကွယ်လို့ ဘုရားက ကိုယ့်ကို မတယ်လို့ဆိုတဲ့အခါ ကဲ၊ အခုခေတ်လူတွေကို မပါလား၊ ဘာဖြစ်လို့ မမလဲ၊ ဘယ်သူ့ကိုများ ဘုရားက မသွားတယ်ဆိုတာ ရှိလို့လဲ။ ဒီခေတ်မှာ ဘုရားကမလို့

ကယ်ထုတ်လို့ရရင် ကယ်ထုတ်သွားမှာပေါ့။ အများကြီး။  
 ဘုရားပဲ သနားတတ်တာပဲ၊ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လား။  
 ဒုက္ခရောက်နေမယ်၊ ဥပမာ ငရဲကျနေရင် မကျနဲ့၊ ငရဲ  
 ကနေ လာလို့က်ခဲ့ဆိုပြီး ခေါ်သွားမှာပေါ့။ ရပျဲမလား၊  
 အဲဒီလို မရနိုင်ဘူး။ လက်တွေ့မှာ မရကိုမရတာ။ မရ  
 ပေမယ့် လူတွေကတော့ ယုံကြည်နေတာ၊ ဟုတ်တယ်  
 လို့ ထင်နေကြတာလေ။ တကယ်ကတော့ ဟိုလူတွေ  
 မှာ စဉ်းစားဉာဏ် အားနည်းတယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ  
 ထင်ရှားပါတယ်။

ကဲ၊ ဒို့ပြင်ဟာမပြောနဲ့၊ မိဘက သားသမီးကို  
 သိပ်ချစ်တယ်၊ ပညာတတ်ကြီးဖြစ်အောင် မိဘက  
 လုပ်ပေးနိုင်သလား၊ စဉ်းစားကြည့်။ လုပ်မပေးနိုင်ဘူး၊  
 သားသမီးက မကြိုးစားရင် မိဘက ဘာလုပ်ပေးနိုင်  
 တုန်း။ မိဘလုပ်ပေးနိုင်တာက အခြေအနေကောင်း  
 ကို ဖန်တီးပေးရုံ ဖန်တီးပေးနိုင်တာ။ အခြေ အနေပဲ  
 ဖန်တီးပေးတာ။ အခြေအနေ ဖန်တီးပေးတယ် ဆိုတာ  
 ဘာတုန်း။ ကျောင်းကောင်းကောင်းကောင်း ထားပေးမယ်၊

ဆရာကောင်းကောင်းထံ အပ်ပေးမယ်၊ ကျူးရှင်  
 ကောင်းကောင်း ထားပေးမယ်၊ ဒါပေါ့နော်။ ပညာတတ်  
 အောင် နိုင်ငံခြားပို့ပေးမယ်၊ တက္ကသိုလ်ကောင်းကောင်း  
 ရွေးထားပေးမယ်၊ ဒါပဲလုပ်နိုင်တာ မဟုတ်လား။ ဒီ  
 ကလေးက မသင်ဘူး၊ ဟုတ်လား။ အပျော်အပါးနောက်  
 လိုက်နေမယ်ဆိုရင် ပညာတတ်မဖြစ်ဘူး၊ မြန်မာပြည်  
 က ပညာတော်သင်သွားပြီး ပျက်စီးသွားတာ ဟိုး ရှေး  
 ရှေးတုန်းကလည်း ရှိတာပဲ၊ ပညာမတတ်ခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်  
 တွေ အများကြီး ရှိခဲ့တယ်။

အဲဒီတော့ မိဘက လုပ်ပေးနိုင်တာက အတိုင်း  
 အတာတစ်ခုအရသာဖြစ်တယ်။ ကျောင်း ကောင်း  
 ကောင်း ထားပေးတယ်၊ ဆရာကောင်းကောင်းဆီ  
 အပ်ပေးမယ်၊ ဒါပဲတတ်နိုင်တာလေ။ မတတ်နိုင်တာ  
 တွေ အများကြီးပဲ။ တတ်နိုင်တာလေးက ဒီလောက်  
 လေးတင်။ အခုနက ဆင်းရဲဒုက္ခကနေ ကယ်ထုတ်ဖို့  
 ဘုရားသခင်က မ,တယ်ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်၊ မဖြစ်နိုင်  
 စဉ်းစားသာကြည့်ပေတော့။ ကိုယ့်သားသမီးတောင်

ကိုယ်မ,လို့မှမရတာ၊ ကဲ၊ နောက်ဆုံးမှာ ဒီပြင်ကိစ္စတွေ  
 မှာ တချို့ဖြစ်နိုင်တဲ့ကိစ္စတွေ ရှိသေးတယ်။ ပိုက်ဆံမရှိ  
 ရင် ပိုက်ဆံပေးလို့ရတယ်၊ ဒါ ပေးလို့ရတယ်နော်။  
 ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေရင် ငွေနဲ့ ကယ်ထုတ်လို့ရသေး  
 တယ်၊ ဒီအတိုင်းအတာတစ်ခုရတယ်။ ကဲ၊ မရနိုင်တာ  
 တွေ ဘာတွေတုန်းဆိုတော့ အမေ အိုလာတာ၊ အမေ  
 နာတာ၊ အမေ သေတာ သားသမီးက ကယ်နိုင်လို့လား၊  
 သားသမီး အိုတာ၊ နာတာ သေတာ မိဘက ကယ်နိုင်ရဲ့  
 လား။ မကယ်နိုင်ဘူး။ မကယ်နိုင်တာတွေ အများကြီးပဲ။  
 ကိုယ်လုပ်လို့ရတာလေးဟာ နည်းနည်း လေးပဲ ရှိတယ်  
 နော်။ ခုနကလို ပညာတတ်ကြီး ဖြစ်အောင်ရော  
 လုပ်ပေးလို့ရမလား၊ မရဘူး။ Certificate တော့  
 ပေးလို့ရတယ်ပေါ့။ ပိုက်ဆံနဲ့ Certificate ဝယ်ပေး  
 လိုက်ရင်တော့ရမှာပဲ၊ သို့သော် သူ့ဦးနှောက်ထဲ ပညာ  
 ရပါမလား၊ မရဘူး။ လုပ်လို့မရဘူး၊ လုပ်လို့မရတာတွေ  
 အများကြီးပဲ။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ မြတ်စွာဘုရားကို  
 ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာ အတိုင်းအတာတစ်ခု

ရိုတယ်။ အဲဒီ အတိုင်းအတာကို စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဘယ်လိုဖော်ထားတုန်းဆိုတော့ “ဟိတေ ပဝတ္တနေန အဟိတာစ နိဝတ္တနေန” တဲ့။ အကျိုးစီးပွားတွေကို ဖြစ်ထွန်းစေတယ်၊ အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖန်တီးပေးတယ်၊ အခြေအနေ မကောင်းစေတတ်တဲ့ အရာတွေကနေပြီးတော့ ဖယ်ရှားပေးတယ်၊ ဒါတစ်ခုပဲ လုပ်နိုင်တယ်။

ဆိုပါစို့၊ သစ်ပင်စိုက်တဲ့လူလိုပဲ၊ သစ်ပင်စိုက်တဲ့ သူက သစ်ပင်သီးအောင်၊ ပွင့်အောင် မတတ်နိုင်ဘူးလေ။ သူလုပ်ပေးတာ ဘာလုပ်ပေးတုန်းဆိုရင် အေး၊ မြေဩဇာထည့်ပေးမယ်၊ ရေလောင်းပေးမယ်၊ ပိုးမွှင်တွေဘာတွေ ဖယ်ရှားပေးမယ်၊ တိရစ္ဆာန်တွေ မနှောင့်ယှက်အောင် ခြံခတ်ပေးမယ်၊ ဒါပဲ လုပ်ပေးနိုင်တာ မဟုတ်လား။ သစ်ပင်က သူ့ဟာသူ ဝေဆာပွင့်သီးတာ၊ ကိုယ်လုပ်တာ မဟုတ်ဘူးလေ၊ သူ့ဟာသူ အကြောင်း တရားတွေက သူ့ဟာသူလုပ်သွားတာပဲ။

အဲဒီတော့ ကိုယ်လုပ်နိုင်တဲ့ အတိုင်းအတာတစ်ခု  
 က အဲဒီလောက်ပဲရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရား လုပ်တာ  
 လည်း အဲဒီလိုပဲ။ သတ္တဝါတွေ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ  
 တွေရအောင် လာဆိုပြီးတော့ ဆွဲခေါ်ပြီး မလို့ရမလား၊  
 မရဘူး။ ဘုရားက ဘာလုပ်ပေးနိုင်တုန်းဆိုရင် “အေး၊  
 မင်းတို့ ဒီအကုသိုလ်အလုပ်တွေ မလုပ်ကြနဲ့၊ ကုသိုလ်  
 တွေ လုပ်ကြ”။ ဒါက “**ဟိတေ ပဝတ္တနေန အဟိတာ  
 စ နိဝတ္တနေန**” နော်။ **ဟိတ** လို့ဆိုတဲ့ အခြေအနေ  
 ကောင်းတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်တဲ့ ကုသိုလ်တရား  
 တွေကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာဖြစ်အောင်လုပ်၊ ဒီကုသိုလ်  
 တရားတွေကမှ ကိုယ့်ကို ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ  
 ဖြစ်စေမှာလို့ ဆုံးမတာ။ ဒို့ထက် လက်တွေ့ကျတဲ့တရား  
 ဘယ်ရှိမလဲနော်။

ဘုရား တရားတော်ဟာ ဘယ်တော့မှ မှားတာ  
 လည်းမရှိဘူး။ အစဉ်အလာကို ဟောတာလည်း မဟုတ်  
 ဘူး၊ တကယ့်လက်တွေ့ကိုဟောတာ။ “**အဟိတာ စ  
 နိဝတ္တနေန**” အေး၊ အကုသိုလ်တွေ လုပ်နေလို့ရှိရင်

ဒီလို ဒီလို ဆိုးကျိုးတွေ ရလိမ့်မယ်၊ အကုသိုလ်တွေကို မလုပ်ကြနဲ့၊ ရှောင်ကြ။ ဒါ အခြေအနေဆိုးတွေ မဖြစ် ပေါ်အောင် တားပေးတာပဲ။ ကဲ၊ မိဘတွေက သား သမီးတွေကို ပြောတာလည်း ဒါပဲမဟုတ်လား။ ဘယ် မိဘပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကြည်ညိုတဲ့မိဘပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘာသာခြား မိဘပဲဖြစ်ဖြစ် သူ့သားသမီးတွေကို ပြောလို့ရှိရင် “ဟေ့၊ ဒါမလုပ်နဲ့၊ ဒါလုပ်” ဒီနှစ်ခုပဲ ပြောတာပဲလေ။ ခြုံငုံ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် “မင်း ဒီလို မပြောနဲ့၊ ဒီလိုပြော၊ ဒီ အလုပ်မလုပ်နဲ့၊ ဟိုအလုပ်ကို လုပ်” ဒါပဲပြောလို့ ရတာမဟုတ်လား။ မြတ်စွာဘုရား ကလည်း အဲဒါပဲ။ ကုသိုလ်လုပ်၊ အကုသိုလ်မလုပ်နဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့ မိဘက သားသမီးကို ဒီအလုပ်မလုပ်နဲ့၊ ဒီလူနဲ့ မပေါင်းနဲ့လို့ ဘာလို့ပြောရတာတုန်း။ မိဘက သိနေတယ်၊ ဒီအလုပ်လုပ်ရင်၊ ဒီလူနဲ့ပေါင်းရင် ဒုက္ခ ရောက်လိမ့်မယ်ဆိုတာ သိတယ်။ ဟော ဒီအလုပ်လုပ် ပြီး ဒီလူနဲ့ပေါင်းလို့ရှိရင် ချမ်းသာသူခရမယ်ဆိုတာ သိတယ်။ အဲဒီတော့ သိလို့ လမ်းညွှန်တာ၊ အဲဒီအတိုင်း

ပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက လမ်းညွှန်တယ်ဆိုတာ အဲဒီ သဘောပါ။ အဲဒီတော့ အင်မတန်မှ ကျေနပ်စရာ ကောင်းတယ်။

ဘုရားက မဖြစ်နိုင်တာကို အာမခံတာတွေဟာ ဟုတ်မှမဟုတ်တာလေ၊ အာမခံတာဆိုတာ ပါးစပ်ပြော တော့ ဖြစ်တာချည်းပေါ့။ အဲဒီတော့ အပြောလေးနဲ့တင် လူတွေဟာ လွမ်းနေကြတာ။ တကယ် အနှစ်သာရ စဉ်းစားဆင်ခြင်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် လက်မခံဘူး၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက အဲဒီလို အပြောသက်သက်ကို လက်မခံဘူး၊ လက်တွေ့ကျမှ လက်ခံတာ။ ဒါကို သိပ္ပံဆရာတွေ၊ ကြောင်းကျိုးဆင်ခြင် တတ်တဲ့ လူတွေက သူတို့အနေနဲ့ ဘာသာတရားကို ရွေးချယ်ရင် ဗုဒ္ဓဘာသာပဲ ရွေးချယ်မယ်လို့ ပြောကြ တာ၊ အဲဒါကြောင့် မိရိုးဖလာအရ တခြားဘာသာကို ကိုးကွယ်နေပေမယ့်လို့ အကယ်၍သာ ဘာသာတရား တစ်ခု မဖြစ်မနေ ကိုးကွယ်ရမယ်ဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာပဲ ဖြစ်မယ်တဲ့။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် ကြောင်းကျိုး

ဆင်ခြင်တုံတရား ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးတဲ့ အနေအထား  
 တွေ အပြည့်အဝရှိလို့ပဲပေါ့။ တကယ် လက်တွေ့  
 ဖြစ်နိုင်တာကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာ။ ဒါက  
 ဘုရားကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက  
 အခြေအနေကောင်းတွေဖြစ်ပေါ်လာအောင် လမ်းညွှန်  
 ပေးတယ်။ အခြေအနေဆိုးတွေက နောက်ဆုတ်  
 ဖယ်ရှားစေတယ်ဆိုတဲ့ ဒီအချက်နှစ်ချက်နဲ့ ဘုရားကို  
 အားကိုးတာ။

တရားကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာကျတော့ တရား  
 ကမ္မ ကိုယ့်ဆန္ဒပြည့်ဝစေမှာ။ တရားဆိုတာ အပြင်မှာ  
 သွားမစဉ်းစားနဲ့၊ ကိုယ့်သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ကောင်းမြတ်တဲ့  
 သဘာဝတွေ ကိုယ့်သန္တာန်မှာဖြစ်အောင် လုပ်ရမယ်။  
 ဆိုပါစို့၊ ကောင်းတာတွေစားလို့ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ  
 သွေးသားတွေ သန့်စင်ပြီးတော့ အင်အားတွေရှိလာ  
 တာဟာ အပြင်ကလာတာမှ မဟုတ်တာ၊ ကိုယ့်သန္တာန်  
 မှာ ဖြစ်တာပဲလေ။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ အင်အားရှိတယ်။  
 ကျန်းမာလာတယ်။ သန့်စွမ်းလာတယ်ဆိုတာ ဘယ်သူ

ရတာတုန်း။ ကိုယ်ပဲရတာပဲလေ။ အဲဒီ ကျန်းမာ  
သန်စွမ်းမှု၊ အင်အားပြည့်မှုက ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို  
ဖယ်ရှားသွားနိုင်တာပဲပေါ့။

အဲဒါလိုပဲ တရားဓမ္မဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ရင်ထဲ နှလုံး  
ထဲမှာ ဖြစ်လာတဲ့တရားတွေဟာ ကိုယ့်ရဲ့ ဒုက္ခ သုက္ခ  
တွေကို တွန်းလှန်ဖယ်ရှားသွားနိုင်တယ်ပေါ့။ ဒုက္ခ  
မရောက်အောင် ဖယ်ရှားသွားနိုင်တယ်။ အဲဒီတော့  
တရားက ကိုယ့်ကို စောင့်ရှောက်သွားတယ်၊ ကယ်တင်  
သွားတယ်ဆိုတာ အဲဒီ အဓိပ္ပာယ်ကိုပြောတာ။ ကိုယ့်  
ရင်ထဲ နှလုံးထဲမှာ စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်းတွေ  
ထားခြင်းပဲ။ လောကမှာ လူတွေက အမှတ်တမဲ့နေလို့  
ပါ။ သိချင်ရင် ကြည့်ကြည့်ပေါ့။ ဒီလူက စိတ်ကောင်း  
ရှိတယ်၊ ဒီလူက စိတ်ကောင်းမရှိဘူး၊ အဲဒီတော့  
စိတ်ကောင်းမရှိတဲ့လူကိုမပေါင်းနဲ့၊ ဒီလူက စိတ်ကောင်း  
ရှိတယ်၊ ဒီလူနဲ့ပေါင်း ဆိုတာ။ ကဲ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ  
တွေ ပေးဖို့ရာအတွက် စိတ်ကောင်းရှိတဲ့လူက ပို အခွင့်  
အရေးတွေရပြီး စိတ်ကောင်းမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ

တစ်ခါပဲ၊ နောက်ထပ် အပေါင်းအသင်း မဖြစ်တော့ဘူး ပေါ့။ ဒါက တရားပဲလေ။ တရားဆိုတာ အဲဒါကိုပြောတာ နော်။ သူ့ရဲ့ စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်းက သူ့ကို ကောင်းကျိုးချမ်းသာရစေတယ်။

နောက်တစ်ခါ ပညာ၊ ဒီလူက ပညာတတ်တယ်၊ ဟိုလူက ပညာမတတ်ဘူး၊ ဟော ပညာတတ်တဲ့လူကို ရွေးချယ်ပြီးတော့ အလုပ်ပေးတယ်၊ ဒါ ပညာက သူ့ကို ဆောင်ကြဉ်းသွားတာပဲလေ၊ ဒီပညာက အပြင်က လာတာမှ မဟုတ်တာ၊ သူ့ရင်ထဲဖြစ်တာ။ ဒီလူကတော့ ပညာမဲ့တယ်ဆိုတာ ဟော၊ ပညာမရှိလို့ သူ့မှာ ဆောင်ကြဉ်းမယ့်ပုဂ္ဂိုလ် မရှိဘူး။ ဒီလို လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတဲ့ ဓမ္မ၊ ကိုယ့်သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ဓမ္မက ဒီလူက ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတယ်၊ ဒီလူက ကိုယ်ကျင့် တရား မကောင်းဘူး၊ အလုပ်ရှင်တွေက ရွေးရင် ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းတဲ့ လူကိုပဲ ရွေးမှာပေါ့၊ ကိုယ်ကျင့်တရားမကောင်းတဲ့လူ မရွေးဘူး။ ဟော၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတဲ့လူက အလုပ်ရသွားတာ။

ဘာဖြစ်လို့ အလုပ်ရလဲ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းလို့ ရသွားတာ။ ဒါက သူ့ကျင့်တဲ့တရားက သူ့ကိုကယ်ထုတ် သွားတယ်လို့ခေါ်တယ်။ ဒါ လက်တွေ့ကယ်နှိုင်းတာက ကိုယ်လုပ်တဲ့အလုပ်က ကိုယ့်ကို ကယ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်။

သံဃာဆိုတာ သံဃာနဲ့ ပတ်သက်လာပြီးတော့ ဘာပြောတုန်းဆိုတော့ “**အပ္ပကာနံပိကာရာနံ ဝိပုလ ဖလ ပဋိလာဘ ကရဏေန**” မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တပည့် သာဝကတွေက အခုလို ဓမ္မကို ပြည့်ပြည့်ဝဝ ကျင့်သုံး လိုက်တဲ့အခါမှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုဖို့ရာ တကယ့်ကို အကောင်းဆုံး မြေကွက်ကြီးတစ်ခုလို ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီတော့ ကုသိုလ်ရှင်တွေက ညောင်စေ့လေးလောက် လှူလိုက်ရင် ညောင်ပင်ကြီးလောက်ရတယ် ဆိုတာလို အကျိုးရသွားတယ်။ ဥပမာမယ် မြေကောင်းပြီ ဆိုလို့ ရှိရင် မြေမကောင်းတာ ဆယ်ဧကစိုက်တာနဲ့ မြေ ကောင်း တစ်ဧကစိုက်တာ တူမှတူပဲ။ အသီးအနှံ ထွက်တာချင်းလေ။ အဲဒါလိုပဲ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်

လိုက်တဲ့အခါမှာ သံဃာဆိုတာကို အာရုံပြုပြီးတော့ လှူလိုက်လို့ရရင် သူက မြေကောင်းမှာ စိုက်လိုက်ရတဲ့ သီးနှံလိုပဲ အဆပေါင်းမြောက်မြားစွာရတယ်တဲ့။ အဲဒီ အကျိုးရနိုင်စေဖို့ သံဃာကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ် ရတယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့် သံဃာ့ဂုဏ်မှာ “အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ” တဲ့။ ကဲ၊ စဉ်းစား ကြည့်လေ၊ လောကလူသားတွေ ဘယ်ဘာသာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ဒါနကို အသိအမှတ်ပြုကြတယ်နော်။ ဘယ် ဘာသာပဲဖြစ်ဖြစ် ရှိတယ်။

သို့သော် ဒါနကို အသိအမှတ်ပြုလို့ ဒါနလက်ခံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ရွေးချယ်တဲ့နေရာမှာ ကွာခြားသွားတယ်။ ဒါန ကောင်းမှုလုပ်ကြတယ်၊ နိုင်ငံခြားက လူတွေလည်း လုပ်တာပဲ။ အဲဒီတော့ ဒါနကောင်းမှု ရွေးချယ်ပြီးတော့ ပြုတဲ့အခါမှာ ဒီ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တပည့်သာဝကတွေ ဟာ မြေကောင်းနဲ့ အလားတူသည့်အတွက်ကြောင့် သံဃာကိုရွေးချယ်ပြီး လုပ်လိုက်တဲ့အခါမှာ အလှူရှင် တွေဟာ အဆပေါင်းမြောက်မြားစွာ အကျိုးပေးသွား

တယ်။ ဒါက လောကလူသားတွေက လက်တွေ့အနေနဲ့တော့ မသိနိုင်ဘူး။ နတ်ပြည်ရောက် သွားတဲ့အခါ ကျတော့ အလွန်ကွာခြားသွားတယ်တဲ့။

ကံကိုအမှီပြုပြီး အကျိုးခံစားကြရတဲ့ နတ်တွေ ကျတော့ ပိုပြီးတော့သိတယ်။ မြတ်စွာဘုရား သာသနာ မထွန်းကားခင်က နတ်ပြည်ရောက်လာတဲ့ နတ်တွေ ရယ်၊ နတ်သား နတ်သမီးတွေရယ်၊ ဘုရားသာသနာ ပွင့်ပြီးတော့မှ နတ်ပြည်ရောက်လာတဲ့ နတ်သား နတ် သမီးတွေရယ် အလွန်ကွာတယ်လို့ ပြောတယ်နော်။ ရုပ်ရည်ရူပကာ အရလည်း ကွာခြားတယ်။ သက်တမ်း လည်းပဲ သက်တမ်းရှည်ကြာမှု၊ ကျန်းမာမှုတွေလည်း ကွာခြားတယ်။ စွမ်းရည်သတ္တိတွေ ကွာခြားတယ်။ အဲဒါ ကွာခြားတာ ဘာကြောင့်တုန်းဆိုရင် မြေကောင်း ရေကောင်းပေါ်မှာ စိုက်ပျိုးရသလိုပဲပေါ့။ ဒါကတော့ မှန်တယ်လေ၊ လူတွေမှာ ဒီအခြေအနေကောင်းတဲ့ အပေါ်မှာ အလုပ်လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ပိုပြီးတော့ ကောင်းတယ်ဆိုတာ ဒါမှန်တယ်၊ သေချာတယ်။

အေး၊ အကယ်၍ သံဃာမရှိဘူးဆိုရင် ဘယ်မှာ  
 ကောင်းမှုပြုမလဲဆိုရင် လမ်းဘေးတောင်းစားတဲ့  
 သူတောင်းစားပဲ လှူစရာ ရှိတယ်နော်။ အဲ၊  
 သူတောင်းစားပဲ လှူစရာရှိတယ်။ ဟို မလှူရဘူး  
 ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ သူတောင်းစားလည်း  
 သူတောင်းစား အတိုင်းအတာနဲ့ အကျိုးပေးမှာပဲ။  
 ဘယ်သူ့ပဲဖြစ်ဖြစ် လှူပါ။

သို့သော် တုန့်ပြန်လာတဲ့ အကျိုးရတာချင်းက  
 မတူဘူး၊ စိုက်ပျိုးတဲ့အခါမှာ ကျတ်တီးကုန်းမြေပေါ်မှာ  
 စိုက်တာနဲ့ မြေဩဇာကောင်းတဲ့ မြေပေါ်မှာ စိမ့်စမ်း  
 ရှိတဲ့မြေပေါ်မှာ စိုက်တာနဲ့ မတူဘူးလေ၊ သီးနှံတွေ  
 ထွက်တာကွာတယ်။ အဲဒီလို မတူညီတာကိုတော့  
 လက်ခံရမှာပဲပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဘုရား၊ တရား၊  
 သံဃာလို့ဆိုတာ ဒါ ကိုးကွယ်ကြရတယ်။ အဲဒီတော့  
 ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ တို့တတွေ မိရိုးဖလာ  
 ဗုဒ္ဓဘာသာ ဖြစ်လာတယ်လို့ ဆိုပေမယ့်လို့ မိရိုးဖလာ  
 ထက် လွန်လာအောင်လုပ်ဖို့၊ သတိထားတတ်ဖို့၊ အသိ

ပညာ စဉ်းစားဉာဏ်ရှိဖို့ လိုအပ်တယ်ပေါ့။ အမှတ်တမဲ့ မနေသင့်ဘူး၊ စဉ်းစားရမယ်။

ကောင်းပြီ၊ အခုလို တိုင်းပြည်မှာ စီးပွားရေးကိစ္စ တစ်ခု အနေနဲ့ ဆောင်ရွက်ကြတယ်ပေါ့။ အခု ဒီ အမေထွား ပဲဆီသန့်လုပ်တယ်လို့ဆိုတာ ဒါ ကုသိုလ် ရသလားလို့ မေးလို့ရှိရင် ကုသိုလ်ရအောင်လုပ်ရင် ရတယ်၊ ကုသိုလ်ရအောင် မလုပ်ဘူးဆိုရင် မရဘူး။ အဓိကကတော့ ကိုယ့်ရဲ့ Intention ပဲ။ စိတ်သဘော ထားအပေါ်မှာ မူတည်တယ်။ ဒါကနော်။ စိတ်သဘော ထားပေါ်မှာ မူတည်တယ်။ ဖြေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီ လုပ်ငန်းဟာ ကုသိုလ်ရတဲ့လုပ်ငန်း ဟုတ်ကဲ့လားလို့ မေးလို့ရှိရင် စိတ်ဓာတ်ပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ဖြေရမယ်။ ကုသိုလ်ရအောင် နှလုံးသွင်းသလား၊ ကုသိုလ်ရအောင် လုပ်သလား အပေါ်မှာ မူတည်ပြီးပြောရမယ်။ ဆိုပါစို့၊ ပဲဆီသန့် ထုတ်တယ်၊ လူတွေဝယ်ယူသုံးစွဲမယ်၊ တကယ့် ပဲဆီ အစစ် ကိုယ်က ထုတ်ပြီးတော့ပေးတယ်၊ မေတ္တာ စေတနာနဲ့ အားလုံးဟာ သန့်သန့်ပြန်ပြန် သုံးကြပါစေ

ဆို ဒါမေတ္တာလို့ခေါ်တာပဲ။ ဟို“သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ  
 ဟောန္တု အပ္ပာပဇ္ဈာ ဟောန္တု” လို့ ပို့နေမှ မေတ္တာမဟုတ်  
 ဘူးနော်။ အားလုံးဟာ သန့်သန့်ပြန်ပြန် သုံးစွဲကြပါစေ၊  
 သုံးစွဲလို့ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ ဆိုတဲ့  
 Intention နဲ့ လုပ်လို့ရရင် ဒါ ကုသိုလ်ရတယ်။ ဒါဆိုရင်  
 ကုသိုလ်လုပ်ငန်းပဲ။ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘဲနဲ့ ပဲဆီသန့်လို့  
 နာမည်ပေးထားပြီး ဟိုဟာရော ဒီဟာရော ရောမယ်၊  
 အကျိုးအမြတ်တစ်ခုတည်းကိုပဲကြည့်ပြီးတော့ လုပ်မယ်  
 ဆိုရင်တော့ ဒါ ကုသိုလ်ရတယ်လို့ ပြောလို့မရဘူး။ အဲဒါ  
 ကျတော့ ဘယ်ဘက်သွားတုန်းဆို မုသာဝါဒဘက်  
 ရောက်သွားတယ်။ ဒါက ဘုရားလက်ထက်ကလည်း  
 ဒါမျိုးတွေရှိတယ်လေ။

“ဥက္ကောဋ္ဌန ဝဠုန သာစိယောဂ” တဲ့။ ကောက်ကျစ်  
 စဉ်းလဲမှုတွေ၊ ချိန်၊ စဉ်းလဲ၊ အသပြာ၊ စဉ်းလဲ ဆိုတာမျိုး  
 တွေပေါ့လေ။ မမှန်မကန်လုပ်ပြီး ရောင်းချတာ မှန်သမျှ  
 အကုသိုလ်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီတော့ မှန်မှန်ကန်ကန်  
 ရောင်းချတယ်ဆိုရင် ဒါက ကုသိုလ်လုပ်ငန်းလို့ ပြောရ

မယ်။ ကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ အလုပ်ပဲ။ တကယ့်ကို ဓမ္မိယလဒ္ဓ  
 ကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့အလုပ်။ အင်မတန်မှ စင်ကြယ်တဲ့အလုပ်  
 လို့ ဒီလိုပြောရမယ်။ အဲဒီတော့ စိတ်ဓာတ်နဲ့လုပ်ရပ်  
 အပေါ်မှာတည်ပြီးတော့ ဒီအလုပ်နဲ့တင်ပဲ ကောင်းရာ  
 သုဂတိဘုံကို ရောက်နိုင်တယ်။ ဒါကိုအခြေခံပြီးတော့  
 ဒီထက် ကောင်းမြတ်တဲ့ စိတ်ဓာတ်တွေ ကျင့်ကြံ  
 ကြိုးကုတ် ပွားများအားထုတ်သွားမယ်၊ ဝမ်းသာမှုကို  
 အခြေခံပြီးတော့ ဖြည့်စွက်သွားမယ်ဆိုရင် တစ်မင်၊  
 တစ်ဖိုလ်ထိအောင် အကျိုးပြုနိုင်တယ်ပေါ့။

စိတ်ဓာတ်ဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်၊  
 Intention ဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်လို့ ဒီလို  
 ဆိုလိုတာနော်။ အဲဒီတော့ ဘယ်လုပ်ငန်းပဲဖြစ်ဖြစ်ပေါ့၊  
 တခြား စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတွေ လုပ်တယ်၊ တချို့  
 လုပ်ငန်းကျတော့ သတ္တဝါတွေရဲ့အသက်နဲ့ ထိခိုက်  
 တယ်၊ အဲဒါကျတော့ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းလို့ ဘယ်လိုမှ  
 ပြောလို့မရဘူးပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမထားတာ  
 ရှိတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာ

သုံးပါးကို ကိုးကွယ်လို့ရိရင်တဲ့ ကုန်သွယ်မှုငါးမျိုးကို မလုပ်သင့်ဘူး။ အဲဒီကုန်သွယ်မှုငါးမျိုးဆိုတာ ဘာတုန်း လို့ဆိုတော့ “သတ္တဝါဝင်္ကီ” လက်နက်ကုန်သွယ်တာ၊ လက်နက် ဆိုကတည်းကိုက သူက လက်နက်ဆိုသည် မှာ ပြောမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုကိုယ် ခုခံကာကွယ်တယ်ပဲ ပြောပြော လက်နက်ဆိုတာသတ္တဝါသတ်ဖို့ပဲ၊ လက်နက် ဆိုတဲ့သဘောကလေ။ အဲဒီတော့ သူက ဘယ်လိုပဲ စိတ်ထားစိတ်ထား ဒီလက်နက်ကြီးက သတ္တဝါ သတ် မယ့်ဟာ ဖြစ်နေတယ်၊ ခုနလို ပြောင်းလို့မရနိုင်ဘူးလေ။ ဒီလက်နက်က အသုံးပြုတာကိုက သတ်ဖို့ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ လက်နက်ကုန်သွယ်မှုကို မလုပ် သင့်ဘူးတဲ့။

နောက်တစ်ခါကျတော့ လူကုန်ကူးမှု မလုပ်သင့် ဘူး။ လူကုန်ကူးတယ်ဆိုတာ အခုခေတ်မှ ရှိတာပါ။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့အထဲ “သတ္တဝါဝင်္ကီ” ဆိုတာ လူကို ကျွန်အဖြစ်ရောင်းစားတာ၊ အခုခေတ်ဆိုရင် လူပွဲစားတွေဟာ လူကုန်ကူးတယ်ခေါ်တာ။ နာမည်

ကောင်းအောင်သာ ပြောတာပါ။ ရောင်းစားတာပါပဲ။  
 ရောင်းစားတယ်ဆိုတာ အမှန်ကတော့ တစ်ဖက်သား  
 ဟာ ငွေကျွန်ဖြစ်သွားတာပဲ။ ကျွန်ဆိုတဲ့ စကားလုံးသာ  
 မသုံးတာလေ။ ကျွန်ဖြစ်သွားတာပဲ။ သူ့ခိုင်းတာ လုပ်ရ  
 တော့မှာကိုး။ ပိုက်ဆံပေးထားတာဆိုတော့ ဒီဟာမျိုး  
 မလုပ်ရဘူးတဲ့။

နောက်တစ်ခါ အသားသတ်ပြီးတော့ ရောင်းတာ  
 ဝယ်တာမျိုး မလုပ်ရဘူး။ ဒါလည်း ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့  
 အတော်ခက်တာတွေပေါ့နော်။ “မံသဝဏီဇွ” အသား  
 သတ်ပြီးတော့ ရောင်းတာ ဝယ်တာ မလုပ်ရဘူး။

နောက်တစ်ခုက “ဝိသဝဏီဇွ” အဆိပ် အရောင်း  
 အဝယ်။ အဆိပ်ဆိုတဲ့ သဘောကလည်းပဲ လူကိုထိခိုက်  
 တာ။ သတ္တဝါတွေကို ထိခိုက်တဲ့ အရာတွေချည်းပဲ။  
 သေစေနိုင်တယ်။ နောက်ဆုံးမှာ insecticide ဆိုလို့  
 ရှိရင် ဒါ ပိုးကောင်းလေးတွေ သတ်တဲ့ဟာပဲ။ အဆိပ်  
 နော်။ အဲဒီတော့ ဒီသတ္တဝါတွေကိုသေစေနိုင်တဲ့ အဆိပ်  
 တွေ၊ လူတွေသေစေနိုင်တဲ့ အဆိပ်တွေ ဒါမျိုးတွေကို

အရောင်းအဝယ် မလုပ်ရဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့ခက်တယ်။ ဘယ်လိုလုပ် ကုသိုလ်ဖြစ် မတုန်း။ ဘယ်လို Intention ထားမတုန်း။ ဒီအဆိပ် ကနေ လူတွေအကျိုးပြုပါစေ ဆိုလို့မှ မရတာကို။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် “မဝေဏီဝေ” တဲ့။ သေရည်အရက်ရောင်းတာ၊ သေရည်အရက်ကို သောက်သုံးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဘာဖြစ်တုန်းဆိုရင် သတိလက်လွတ်ဖြစ်တယ်။ ပညာ ဆုတ်ယုတ်သွား တယ်။ သတိနဲ့ပညာဟာ လူ့ဘဝမှာ တန်ဖိုးရှိအောင် လုပ်နိုင်တဲ့အရာ ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ရလာတဲ့ တန်ဖိုးရှိတဲ့ လူ့ဘဝကို မူးယစ်ခြင်းဖြင့် အချိန်ဖြုန်းမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်အတွက် ကောင်းကျိုးချမ်းသာလည်း မလုပ်နိုင် ဘူး၊ အများအတွက် ကောင်းကျိုးချမ်းသာလည်း မလုပ် နိုင်ဘူး၊ ကိုယ့်အတွက်လည်း နစ်နာတယ်၊ ကိုယ့် ပတ်ဝန်းကျင်လည်း နစ်နာစေတယ်။ ဒါကြောင့် နစ်နာမှု ကိုသာဖြစ်စေတယ်။ ဒီ မူးယစ်စေတတ်တဲ့အရည် ဒါတွေကို အရောင်းအဝယ်မလုပ်ရဘူးလို့ မြတ်စွာ

ဘုရားက အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော် “ဝဏိဇ္ဇသုတ်” မှာ ဒီလို ဟောထားတာနော်။

ဒါ မလုပ်ရမယ့်အရာ။ ကျန်တာတွေကျတော့ ခုနက စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းနဲ့ အကုန်လုပ်လို့ရတဲ့ ကိစ္စတွေချည်းပဲ။ လူပေါ်မှာမူတည်ပြီးတော့ ကောင်းတယ်၊ မကောင်းဘူး၊ ကုသိုလ်ရတယ်၊ မရဘူးက ဆုံးဖြတ်လို့ရတယ်ပေါ့။ ဆိုခဲ့တဲ့(၅)မျိုးက စိတ်ကောင်းနဲ့ လုပ်တယ်လို့ ပြောလို့မရနိုင်တော့ဘူး။ ထားကြည့်လို့ ဘယ်လိုမှမရနိုင်ဘူး လေ။

ကဲ၊ အခုလို လူတွေစားဖို့ အစာအာဟာရတစ်ခု ထုတ်လုပ်တယ်၊ အများသုံးစွဲဖို့ ထုတ်လုပ်တယ်၊ ဟော၊ ထုတ်လုပ်တဲ့အခါမှာ တကယ့်စေတနာနဲ့ အစစ်အမှန် ထုတ်လုပ်တာ။ အဲဒီ အစစ်အမှန်ထုတ်လုပ် ထားတဲ့ အတိုင်း ရလာတဲ့တန်ဖိုး ကိုယ်ယူတာ။ ဒါ “ဓမ္မိယ လဒ္ဓ” လို့ခေါ်တယ်။ အစစ်အမှန်မဟုတ်ရင် “ဓမ္မိယ လဒ္ဓ” မဟုတ်ဘူး။ အစစ်အမှန် ဖြစ်ပြီဆိုရင် “ဓမ္မိယ လဒ္ဓ” ။ ပြီးတော့ ကိုယ့်စိတ်ထဲက “အေး၊ တို့ ထုတ်လုပ်တဲ့

အာဟာရပစ္စည်းမျိုးကို အသုံးပြုပြီးတော့ သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာကြပါစေ၊ စားသုံးသူတွေ ကျန်းမာကြပါစေ” ဆိုတဲ့ စိတ်ထားရင် မေတ္တာဖြစ်တယ်။ ဒါ တကယ့်ကို မေတ္တာနဲ့လုပ်တယ်လို့ ခေါ်တာပဲ။ မေတ္တာဆိုတဲ့ ဗြဟ္မဝိဟာရ တရားဟာ အလွန်မွန်မြတ်တဲ့တရားပဲပေါ့။ ဒီကနေ အလေ့အကျင့်ရပြီး သတ္တဝါတွေရဲ့ကောင်းကျိုးကို လိုလားတယ်ဆိုတဲ့စိတ်ဓာတ် မွေးပြီးသားဖြစ်သွားတယ်။

လောကမှာနေတဲ့အခါ မေတ္တာရယ်၊ ကရုဏာရယ်၊ မုဒိတာရယ်၊ ဥပေက္ခာရယ်လို့ ဗြဟ္မဝိဟာရတရား (၄)မျိုးရှိတယ်။ လူ့ဘဝမှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်ထဲ တင်ပဲ ဒီ(၄)မျိုးဟာ အခါအားလျော်စွာ ဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက မိဘတွေကို ဗြဟ္မာနဲ့တူတယ်လို့ ဆိုတဲ့ နေရာမှာ ဗြဟ္မာတွေဟာ ဗြဟ္မဝိဟာရ နဲ့ နေကြတယ်။ မေတ္တာနဲ့နေတယ်၊ ကရုဏာနဲ့နေတယ်၊ မုဒိတာနဲ့ နေတယ်၊ ဥပေက္ခာနဲ့နေတယ်။ သားသမီးတွေအပေါ် မိဘတွေက သက်ရွယ်နုနယ် ငယ်စဉ်အခါတုန်းက

ဒီကလေးလေးကို ကြီးပွားစေချင်တယ်ဆိုတာ မေတ္တာ။  
 နေမကောင်း ထိုင်မသာ မကျန်းမမာဖြစ်နေတယ်ဆိုရင်  
 ကျန်းမာစေချင်တာက၊ မကျန်းမာမှုကနေလွတ်မြောက်  
 စေချင်တာက ကရုဏာ။ သူ့ဟာသူ အရွယ်ရောက်  
 လာလို့ ပညာလေးတတ်လာပြီ၊ အလုပ်အကိုင်တွေ  
 ရလာပြီ ဆိုလို့ရုံရင် ဝမ်းသာတာ မုဒိတာ။ နောက်ဆုံး  
 သူ့ကိုယ်သူ ရပ်တည်နိုင်ပြီ၊ ကိုယ်က ဘာမှကြောင့်ကြ  
 စိုက်စရာ မလိုတော့ဘူး၊ အရွယ်ရောက်ပြီး အိမ်ထောင်  
 ရက်သားကျသွားပြီ ဆိုတဲ့အခါ ဥပေက္ခာ။ ဒီလိုဆိုလို  
 တာနော်။

အဲဒီတော့ မိဘဟာ သားသမီးအပေါ်မှာ အချိန်  
 ပိုင်းနဲ့ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာဖြစ်တယ်။  
 အဲဒါလိုပဲ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ အားလုံးသတ္တဝါတွေ  
 အပေါ်မှာ မေတ္တာထားတယ်။ မေတ္တာဆိုတာ ဘာကို  
 ပြောတာတုန်းဆိုတော့ မိတ်ဆွေရဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို  
 ပြောတာ။ မိတ်ဆွေရဲ့စိတ်ဓာတ်လို့ ပြောလိုက်ကတည်း  
 က မိတ်ဆွေတွေအပေါ်မှာ ကိုယ်ဘယ်လိုသဘောထား

သလဲ၊ ဒါပဲပေါ့။ အဲဒါကိုကြည့်ရမယ်။ ဒါကြောင့်မို့  
 “မိတ္တူသေ သော မေတ္တာ” မေတ္တာဆိုတဲ့စကားလုံးက  
 မိတ္တူ ကလာတာ။ မိတ္တူက မိတ်ဆွေ။ မိတ်ဆွေဆိုတာ  
 အကျိုးစီးပွားကို လိုလားတဲ့အနေနဲ့ ခင်မင်တယ်၊  
 ကောင်းစားစေချင်တယ်၊ ကြီးပွားစေချင်တယ်။ အဲဒီ  
 စိတ်ဓာတ်မျိုးကို မေတ္တာလို့ခေါ်တာပဲ။

ကိုယ့်မိတ်ဆွေအပေါ်မှာ ကိုယ်ဘယ်လို သဘော  
 ထားလဲ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ မေတ္တာရဲ့ အစစ်အမှန်ကို  
 ကိုယ်တွေ့သိလာလိမ့်မယ်။ မိတ်ဆွေတွေအပေါ်မှာ  
 ဖြစ်စေချင်တဲ့စိတ်ဓာတ်မျိုး။ အဲဒါ သတ္တဝါတွေ အားလုံး  
 အပေါ်မှာ အာရုံပြုပြီးတော့ ထားနိုင်မယ်။ တစ်နေ့ကို  
 အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစား။ နှုတ်ကနေ ရွတ်ပြီး  
 တော့ ပို့နေဖို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ မေတ္တာဆိုတာ  
 မနောကံပဲ။ စိတ်ထဲကနေပြီးတော့ အချင်းချင်းအပေါ်  
 မှာထား၊ ဥပမာမယ် အလုပ် အတူတူလုပ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်  
 တွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အလုပ်ရှင်နဲ့အလုပ်သမားပဲဖြစ်ဖြစ်နော်။  
 အလုပ်ရှင်ကလည်းပဲ သူတို့ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ

ရကြပါစေ၊ စားဝတ်နေရေး ပြည့်စုံကြပါစေ၊ တို့လုပ်ငန်း အပေါ်မှာ အမှီပြုပြီး သူတို့ ပြေလည်ကြပါစေ။ ဟော ဒါမေတ္တာပဲပေါ့။ တစ်ခါ အလုပ်သမားတွေကလည်းပဲ ကြည့်၊ အေး တို့ရဲ့အလုပ်ရှင်တွေ အားလုံးပြေလည်ကြ ပါစေ၊ ရောင်းကောင်းပါစေ။ ဒါလည်းပဲ မေတ္တာပဲလေ။ အပြန်အလှန် မေတ္တာခေါ်တယ်။

သေချာ စဉ်းစားကြည့်ရင် အလုပ်ရှင်ကလည်း အလုပ်သမားရှိမှ ရပ်တည်နိုင်သလို အလုပ်သမား တွေကလည်း အလုပ်ရှင်ကိုအမှီပြုမှ ရပ်တည်နိုင် တယ်။ အပြန်အလှန် မှီခိုနေကြတယ်။

အဲဒီတော့ အပြန်အလှန် မေတ္တာနဲ့ ကူးယှက်ထား မယ်၊ မေတ္တာနဲ့ ပေါင်းစပ်ထားမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီလုပ်ငန်း တစ်ခုထဲမှာ Problem ဆိုတာ ဘာမှမဖြစ်နိုင်ဘူးပေါ့။ တစ်ဦး တစ်ဦး ကျေးဇူးတွေတင်နေတာ၊ အလုပ်ရှင် ကလည်း အလုပ်သမားကိုကျေးဇူးတင်တယ်၊ အလုပ် သမားကလည်း အလုပ်ရှင်ကို ကျေးဇူးတင်တယ်။ ဟော အပြန်အလှန် မေတ္တာရှိနေရင် ဒီမေတ္တာဓာတ်ရဲ့ အစွမ်း

သတ္တိထက်မှုဟာ အောင်မြင်ကြီးပွားလာနိုင်တယ်ပေါ့။  
 ကဲ ဒီထဲကနေပြီးတော့မှ တစ်ဦးတစ်ယောက်ဟာ  
 နိမ့်ကျသွားတယ်။ ကိုယ့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ဖြစ်စေ၊  
 တစ်ဦးတစ်ယောက် နိမ့်ကျသွားရင် သြော်၊ အခြေ  
 အနေ မကောင်းဘူး၊ မကောင်းတဲ့ အခြေအနေ  
 လေးတွေ ပြန်ကောင်းပါစေ လို့ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်  
 ဟာ ကရုဏာ လို့ခေါ်တယ်။ အခက်အခဲတွေက  
 လွတ်မြောက်စေချင်တာ ကရုဏာပဲ။

တစ်ခါ အောင်မြင်ကြီးပွားသွားလို့ရိုရင်လည်း  
 ဝမ်းသာနိုင်တာ မှဒိတာ။ ဒါတွေက ဒီအခြေအနေအရ  
 ဖြစ်တာ။ မေတ္တာကတော့ အားလုံးကို ခြုံထားတာနော်၊  
 ကရုဏာဆိုတာ အဆင်မပြေဖြစ်ပြီ ဆိုတဲ့အခါ အဆင်  
 မပြေမှုကနေ လွတ်စေချင်တာ။ မှဒိတာဆိုတာ အဆင်  
 ပြေသွားပြီးတဲ့နောက်မှာ အဆင်ပြေလို့ အောင်မြင်နေ  
 တဲ့အခါ ဝမ်းသာနိုင်တာ၊ ဝမ်းမသာနိုင်ရင် ဘာဖြစ်လဲ  
 ဆိုရင် Jealousy ဖြစ်တယ်။ ဣဿာလို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ  
 ဣဿာတရားဟာ ကြီးပွားမှုကို အဟန့်အတားဖြစ်နိုင်

တယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့် မုဒိတာ ပွားနိုင်ရမယ်လို့ ဒီလို ဆိုလိုတာ။

နောက် ဥပေက္ခာ ဆိုတာ ဘယ်လိုဟာတုန်း၊ ဥပေက္ခာ ဆိုတာ အင်မတန်မှ အဓိပ္ပာယ်ကောင်းတယ်။ သို့သော် တလွဲကို နားလည်နေတဲ့အခါ တချို့ ဥပေက္ခာ က ဘယ်လိုတုန်းဆို “ဟာ ဒီလူတွေဆိုးတယ်၊ မခေါ် မပြောဘူး၊ ဒီကောင်တွေ မုန်းတယ်၊ ငါမခေါ် မပြော ဘူး၊ သူ့ကို ဂရုမစိုက်ဘူး၊ ပစ်ထားလိုက်ဦးမယ်” ဆိုတဲ့ ဟာ ဒါ ဥပေက္ခာမဟုတ်ဘူးနော်။ ဥပေက္ခာရဲ့ သဘော က ဆိုပါစို့ - အလုပ်ရှင်က အလုပ်သမားကိုပြောတယ်၊ ဆုံးမတယ်။ ဆိုတော့ အလုပ်သမားက အလုပ်ရှင် အပေါ်မှာ ကောင်းတာပြောတယ်၊ မကောင်းတာ ပြော တယ်၊ ဒါမျိုးတွေရှိမှာပေါ့နော်။ အဲလိုရှိလာတဲ့အခါမှာ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာက ကိုယ့်အလုပ်ကိုပဲ ကြိုးစား လုပ်ဖို့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်တတ်ကြရမယ်ပေါ့။ ဆင်ခြင် သုံးသပ်ရမယ်။ တချို့ အသေးအဖွဲ့ကိစ္စမျိုးလေးတွေကို သူက ဆုံးမသွန်သင်မှုပြုပြီး အသေးအဖွဲ့လေးတွေကို

ခွင့်လွှတ်တာ၊ သည်းခံတာမျိုးကိုတော့ ဥပေက္ခာလို့ ခေါ်တယ်။

မဆုံးမဘဲနေတာကို ဥပေက္ခာပြောတာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာကိုလုပ်တယ်၊ လုပ်သင့်တာကို လုပ်ပြီးတော့ သည်းခံခွင့်လွှတ်တယ်။ နောက်အလုပ်သမားကလည်းပဲ အခွင့်အရေးကိုမျှော်တာ မဟုတ်ဘူး၊ လုပ်သင့်တာ၊ ကိုယ်လုပ်ရမယ့်တာဝန်ရှိလို့ လုပ်တယ်၊ ကျေအောင်လုပ်တယ်နော်။ ကျေအောင်၊ ကျေပွန်အောင်လုပ်တယ်။ အခွင့်အရေးကို မမျှော်ဘူးဆိုရင် ဒါ ဥပေက္ခာလို့ခေါ်တယ်။

အခွင့်အရေးကိုမျှော်ရင် ဥပေက္ခာမဟုတ်ဘူး။ အဲဒီလို အပြန်အလှန် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာနဲ့ ဒီလို လုပ်ငန်းတစ်ခု၊ နိုင်ငံမှာလည်းပဲ အစိုးရနဲ့ တိုင်းသူပြည်သား ဆိုတာလိုပေါ့။ မိသားစုထဲမှာလည်းပဲ မိဘနဲ့သားသမီး ဒီလို အပြန်အလှန် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာတွေနဲ့သာ နေကြမယ်ဆိုလို့ ရှိရင် အင်မတန်မှ အေးချမ်းတဲ့ အနေအထားမျိုး

ဖြစ်သွားမှာ။ ဒါ Society အတွက် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်က အကောင်းဆုံး လမ်းညွှန်ချက်ပဲ။ ဒီအတိုင်းသာ တကယ်နေမယ်ဆိုရင် အင်မတန်မှ တန်ဖိုးရှိတယ်။

ကြည့်၊ မေတ္တာနဲ့ ဥပေက္ခာဆိုတာကို ဗြဟ္မဝိဟာရ ထဲမှာ ထည့်ထားသလိုပဲ ပါရမီဆယ်ပါးထဲမှာလည်း ပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းတွေ ဖြည့်ကျင့်တဲ့ ပါရမီ အထဲမှာကြည့်။ ကရုဏာတို့၊ မုဒိတာတို့ မပါဘူး။ မေတ္တာနဲ့ဥပေက္ခာကို ပါရမီဆယ်ပါးထဲ ထည့်ထား တယ်။ ဘုရားဖြစ်ချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒါ လေ့ကျင့်ရမယ်။ မေတ္တာပါရမီဖြည့်ရမယ်၊ ဥပေက္ခာပါရမီ ဖြည့်ရမယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီ ဥပေက္ခာသဘောကို နားလည်အောင် ပြောရမယ်ဆိုရင် သူက ကိုယ်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တစ်ခု ကို လုပ်တယ်။ မုန်းတီးခြင်းနဲ့လည်း မသက်ဆိုင်ဘူး။ ချစ်ခင်ခြင်းနဲ့လည်း မသက်ဆိုင်ဘူးနော်။ ဆိုပါစို့၊ မေတ္တာရှိလို့ ကိုယ်ကစတင်ပြီးတော့ ကူညီတယ်။ ဒါ မေတ္တာသဘော။ မေတ္တာဆိုတာ ကူစရာရှိတယ်။

လိုအပ်တာကို ကိုယ်က သူ့အကျိုးစီးပွားကို လိုလား ပြီးတော့ ကူညီလိုက်တယ်။

“မေတ္တာယ ပုဗ္ဗကာရိနော” တဲ့။ မေတ္တာရှိလို့ ကိုယ်က စလုပ်ပေးတယ်။ လုပ်ပြီးတဲ့အခါမှာ ဥပေက္ခာ ဆိုတာ မရှိဘူးဆိုရင် ကိုယ်ကျေးဇူးပြုထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဆီက ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ဆိုတာလေးကအစ သူက မျှော်လင့်တယ်နော်။ အဲလို မျှော်လင့်နေရင် ဥပေက္ခာ မရှိဘူးလို့ခေါ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားကျတော့ အဲဒီလို ကျေးဇူးတင်ခံချင်တာလည်း မရှိဘူး။ ကိုယ်လုပ်သင့်လို့ လုပ်တယ်လို့ပဲပြောတယ်။ ကျေးဇူးတင်ခံချင်တာ မရှိ ဘူး။ အဲဒီတော့ ကျေးဇူးတင်မှုကို မမျှော်လင့်တာဟာ ဥပေက္ခာပဲ။

အဲဒီနေရာမှာ ကိုယ်က ဘယ်သူတစ်ဦး တစ် ယောက်ဟာ နွမ်းပါးလို့ ထောက်ပံ့ကူညီလိုက်တယ်။ အေး၊ ငါကူညီထားတာ ဒီကောင် အကြောင်းကိစ္စရှိလို့ ရှိရင် ငါ့ကို ပြန်ကူညီရမှာလို့ မထားလေနဲ့။ ဥပေက္ခာ ထားရမယ်။ ကိုယ်ကူညီလိုက်တာ မေတ္တာနဲ့ကူညီတာ။

ဥပေက္ခာထားသည့်အတွက်ကြောင့် သူ့ဆီက တုန့်ပြန်  
 လာမယ့်ဟာ တစ်ခုမှ မမျှော်လင့်ဘူးတဲ့။ အဲဒါက  
 ဥပေက္ခာ။ ဘုရားရဲ့ ဘုရားအလောင်းရဲ့ စိတ်ဓာတ်ဟာ  
 အဲဒီအတိုင်းပဲ။ ဘုရားဖြစ်တော့လည်းပဲ ဒီစိတ်ဓာတ်  
 ဟာ ပိုပြီးတော့ မြင့်မားသွားတယ်ပေါ့။ ဒီလိုဆိုလိုတာ  
 နော်။

အဲ၊ ဒီကောင်က ငါ့ရန်သူပဲ၊ ဒီကောင်ကို မကူဘူး  
 ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်လည်းမရှိဘူး။ ဒီကောင်က ငါနဲ့တည့်  
 တယ်၊ ဒီကောင်က ငါနဲ့မတည့်ဘူး၊ ဒီကောင်က ငါ  
 အကျိုးစီးပွားကို လိုလားတယ်၊ ဒီကောင်က ငါ့အကျိုး  
 စီးပွားကို မလိုလားဘူးဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်မျိုးတွေလည်း  
 မထားဘူး။ ဒုက္ခရောက်နေတယ်ဆိုရင် ဒုက္ခကိုပဲကြည့်  
 တယ်၊ လူမကြည့်ဘူးနော်။ ကူညီပေးလိုက်တယ်။  
 မေတ္တာ။

သူ့ဆီက တုန့်ပြန်လာတာ ဘာတစ်ခုမှ မမျှော်  
 လင့်ဘူး၊ ဥပေက္ခာ။ ဟော၊ အဲဒီလို ဥပေက္ခာမျိုးဖြစ်ရ  
 မယ်တဲ့။ ဒါကြောင့်မို့ ဘုရားအလောင်းတွေဟာ ဘုရား

ဖြစ်ဖို့အတွက် ဒီ မေတ္တာနဲ့ ဥပေက္ခာဟာ အင်မတန်မှ အရေးပါတယ်။ သတ္တဝါတွေနဲ့ ဆက်ဆံတဲ့အခါမှာ လူတိုင်းက ကိုယ့်အပေါ်မှာ အကောင်းလာလိမ့်မယ် လို့တော့ မမျှော်လင့်နဲ့။ ကိုယ်ကောင်းဖို့ပဲမျှော်နော်။ ကိုယ်ကောင်းဖို့ပဲမျှော်။ များသောအားဖြင့် လူတွေဟာ သူ့တော်လို့ ကိုယ်ကောင်းတဲ့ သူတော်ကောင်းက များတယ်နော်။ သူ့တော်အောင် ကိုယ်ကောင်းဖို့ လိုတယ်ပေါ့။ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ သူ့တော်နေလို့ ကိုယ်က ကောင်းနေတာ။ တချို့ကျတော့ မတော်တဲ့လူနဲ့တွေ့ရင် ကိုယ်က မကောင်းတော့ဘူး ဖြစ်တယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ အဲဒါမျိုးမဖြစ်စေဘဲနဲ့ သူ့တော်လာအောင် ကိုယ်က ကောင်းတာမျိုး ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်တယ်။ သို့မဟုတ် ကိုယ်က သူများအတွက်ကောင်းရမယ်၊ သူများအပေါ် ကောင်းရမယ်၊ ကိုယ့်အပေါ်မှာ ကောင်းချင်မှ ကောင်း မယ်။ လူတိုင်း ကိုယ့်အပေါ်မှာ ကောင်းလိမ့်မယ်လို့ မမျှော်လင့်နဲ့။ ဘုရားအပေါ်တောင် လူတိုင်း မကောင်း ဘူး။ အဲဒီစိတ်ဓာတ်မျိုးကိုရအောင် မြတ်စွာဘုရားက

ဥပေက္ခာပါရမီ ဖြည့်ခဲ့တာလေ။

အားလုံး ကြားဖူးကြလိမ့်မယ်၊ ဘုရားအလောင်းဟာ စိတ်ဓာတ်အနေနဲ့ ဘယ်လောက်မြင့်မြတ်သလဲ လို့ဆိုရင် လူတောင်မဟုတ်ဘူး၊ မျောက်ဘဝ ရောက်တုန်းကတောင် စိတ်ဓာတ်တွေက မြင့်မြတ်တယ်။ ဝါသနာနဲ့ စိတ်ဓာတ်ဆိုတာဟာ ဘယ်ဘဝ ရောက်ရောက် ပါသွားတတ်တယ်။ စွမ်းရည်သတ္တိဆိုတာ ပါသွားတာ။ အသိဉာဏ်ကလည်းပဲ ပါသွားတာပဲ။ ဒါကြောင့် အခုသိတတ်တဲ့ဘဝမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စရိုက်ဆိုးတွေရှိရင်ပြင်ရတယ်။ စရိုက်ကောင်းအောင် ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပြင်ရတယ်။ အဲဒါဖြင့် ဘုရားအလောင်းတွေဟာ သူများကို ကူညီလိုတဲ့စိတ်ဓာတ်ဟာ ရင်ထဲနဲ့လုံးထဲက မွေးရာပါလို့ဖြစ်နေတာ။ ဘယ်ဘဝ ရောက်ရောက် နောက်ဆုံးမှာ ကျားဖြစ်ရင်တောင် သနားတတ်လာမယ်။

အဲဒီမှာ ဘုရားအလောင်းဟာ မျောက်ဖြစ်နေတဲ့ အချိန် နွားပျောက်ရှာရင်းကနေ တောနက်ကြီးထဲ

ရောက်သွားပြီး မျက်စိလည်လမ်းမှား ဆာလွန်းမက ဆာတဲ့အခါမှာ ချောက်ကမ်းပါးမှာပေါက်နေတဲ့ သဖန်း သီးကို တက်ဆွတ်စားရာကနေပြီး ခြေချော်လက်ချော် နဲ့ ချောက်ထဲကျသွားတာ။ ပုဏ္ဏားကြီးတစ်ယောက်။ လူတစ်ယောက်ပေါ့နော်။ ဘယ်လိုမှ သူ ပြန်မတက်နိုင် ဘူး၊ ပြန်မတက်နိုင်ဘူး။ အဲဒီတော့ စားစရာဆိုတာ လည်း သဖန်းသီးကြွေကျတာလေး စားရတော့ ရက် ကြာလာတဲ့အခါကျတော့ သူ စားစရာမရှိတော့ဘူး။ အင်အားတွေပြတ်ပြီးတော့ အပေါ်ပြန်တက်ဖို့လည်း အင်မတန်မှ ခဲယဉ်းတယ်။ ဘုရားအလောင်းက အစာရှာသွားရင်းကနေ ဒီလူကြီးဒုက္ခရောက်နေတာ ကိုမြင်တာ၊ မနေရက်ဘူး၊ မနေစိမ့်ဘူး။ သူ့ကိုယ်သူ လေ့ကျင့်ပြီးတော့ ဒီလူရဲ့ အလေးချိန်လောက် ကျောက်တုံးတစ်တုံးကို ကိုင်ပြီးတော့ သူ ခုန်ပြီးတော့ စမ်းကြည့်တယ်။ ခုန်နိုင်ပြီဆိုတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီ လူသားကို ကျောပိုးပြီးတော့ ချောက်ကမ်းပါးထဲကနေ ကုန်းပေါ် ခေါ်တက်တယ်။ ဒါ ဘုရားအလောင်းက

ဒီလိုလုပ်တာနော်။ ကုန်းပေါ်လည်းရောက်သွားရော  
 ဖတ်ဖတ်မောသွားတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် ဝန်နဲ့  
 အား၊ မြားနဲ့လေး ဆိုတာလို မမျှဘူး။ အင်မတန်မှ  
 ပင်ပန်းတဲ့ အလုပ်ကြီးတစ်ခုကို သက်စွန့်ပြီးတော့ သူက  
 လုပ်ရတာ၊ လူသားတစ်ယောက်ကို ကျောပေါ်ပိုးတာ  
 ဆိုတော့ မျောက်ပေါက်စလေးတော့ မဟုတ်လောက်  
 ဘူး။ ချင်ပန်ဇီကြီးတို့ ဘာတို့လို့နေမှာ ကြည့်ရတာနော်။  
 အဲလောက်ကြီးတဲ့ အကောင်ကြီးတွေ ဖြစ်လိမ့်မယ်။  
 အဲဒါ ခုန်ပြီးတော့ တက်လိုက်တာ မောသွားတာ၊  
 မောသွားတာနဲ့ အမောဖြေဖို့လိုတယ်။ ဒီလူကြီးက  
 သူကယ်ထားတဲ့လူဆိုတော့ သူ့အပေါ်မှာ အန္တရာယ်  
 မပြုလောက်ပါဘူးဆိုပြီး သူ့ပေါင်ပေါ်မှာ ခေါင်းအုံး  
 ပြီးတော့ မျောက်ကြီးက လှဲအိပ်တယ်။

ကြည့်၊ ဟိုလူကလည်းလူဖြစ်ပေမယ့်လို့ စိတ်  
 ယုတ်တယ်။ မျောက်သတ္တဝါက လူကိုသနားတယ်နော်။  
 လူသတ္တဝါက မျောက်ကို မသနားဘူး။ ဘာသွား  
 တွေးတုန်းဆိုရင် ငါ တောထဲကနေ အိမ်ပြန်ရောက်ရင်

သူအိမ်ပြန်ဖို့ အဝေးကြီးကျန်သေးတယ်၊ ကြည့်။ အိမ်ပြန်လို့ရုံရင် ငါလက်ချည်းသွားရမယ်။ ဘာမှပါသွားမှာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီတော့ ဒီမျောက်ကြီးကို သတ်ပြီးတော့ အဲဒီအသားယူသွားမယ်လို့ တွေးတာကြည့်။ ဘယ်လောက် ရက်စက်တယ်လို့ဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်နော်။

အဲဒါနဲ့ အနားနားရှိတဲ့ ကျောက်တုံးနဲ့ မျောက်ကြီးအိပ်နေတုန်း ခေါင်းကိုထုတာ။ အသေရယ်လို့ထုတာ။ ဒါပေမယ့် ထမင်းမစားရလို့ အားပြတ်နေတဲ့အခါ သူ့ရဲ့ ထုလိုက်တဲ့ထုချက်က သိပ်မနာဘူးပေါ့။ ခေါင်းတော့ ကွဲသွားတယ်။ အဲဒီမှာ မျောက်ကြီးက တစ်ခါတည်း လန်ဖြန့်ပြီးတော့ ရန်သူမှတ်လို့ သစ်ပင်ပေါ်ခုန်တက်သွားတယ်။ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ သူကယ်ထားတဲ့လူက သူ့ထုတာဖြစ်နေတယ်။

အဲဒီမှာ မျောက်ကြီးက ဝမ်းနည်းတယ်။ ဝမ်းနည်းလို့ မျက်ရည်တောင်ကျတယ်။ သူ ဝမ်းနည်းတာ ဘာတုန်းဆိုရင် “ဪ၊ မင်းကတောင်မှ ငါ့ကို ကျားတွေ ဘာတွေ တိရစ္ဆာန်တွေလာရင် ငါ့ကို ကာကွယ်

ပေးရဦးမှာ၊ အခု ငါကယ်ထားတဲ့လူက ငါ့ကို ပြန်ပြီး  
 တော့ လုပ်ရက်လေခြင်း” ဆိုပြီးတော့ မျက်ရည်ကျ  
 တယ်။ လောကကြီးရဲ့သဘောကို မျက်ရည်ကျတာ  
 နော်။ အဲလို မျက်ရည်ကျပေမယ့်လို့ ဘုရားအလောင်း  
 ဟာ စိတ်ဓာတ်မပျက်ဘူး။ မင်း လူ့လောက ရောက်ဖို့ရာ  
 အတွက် အများကြီးလိုသေးတယ်။ ဒါက တောနက်ကြီး  
 ထဲ မင်း မထွက်တတ်ဘူး။ အဲဒီတော့ မင်းကလည်း  
 အန္တရာယ်ပြုတဲ့လူပဲ။ မင်းအနားတော့ကပ်လို့ မဖြစ်  
 တော့ဘူး။ ငါက သစ်ပင်တစ်ပင်ကနေတစ်ပင် ကူးပြီး  
 တော့ ခုန်သွားမယ်။ ငါ့သွေးစက်ကိုသာကြည့်ပြီးတော့  
 လိုက်ခဲ့တော့၊ လမ်းပြပြီးတော့ လမ်းအပြင်ထိအောင်  
 လိုက်ပို့လိုက်သေးတယ်။ ခေါင်းကဒဏ်ရာကြီးနဲ့။ အပြင်  
 ထိအောင် လိုက်ပို့လိုက်တာ။ အဲဒီမှာ ကြည့်၊ ဆိုလို  
 တာက ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ သတ္တဝါတစ်ခုကို ကယ်တင်  
 ချင်တဲ့ဟာ ကရုဏာလို့ခေါ်တယ်။ သူ့အပေါ် ပြစ်မှား  
 တာကို လျစ်လျူရှုတာ ဥပေက္ခာ။

ဥပေက္ခာဆိုတာ အလွန် သန့်စင်မွန်မြတ်တယ်၊ ဥပေက္ခာလို့ ဒါကြောင့် ကိုယ်က ကူညီစောင့်ရှောက်ရဲ့ သားနဲ့ ဒီ မသိတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဆိုရင် ဒါ ဥပေက္ခာ ထားနိုင်ရမယ်တဲ့။ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။ ဥပေက္ခာမထားနိုင် ဘူး ဆိုလို့ရှိရင် နှစ်ဦးနှစ်ဝ အကျိုးယုတ်တတ်တယ်ပေါ့။ ဘုရားအလောင်း စိတ်ဓာတ်မျိုးမွေးပြီးတော့ မေတ္တာ ထားရမယ်။ ကရုဏာ ထားရမယ်။ မုဒိတာ ပွားနိုင်ရ မယ်။ ဥပေက္ခာ ထားနိုင်ရမယ်လို့ ဒီလိုဆိုတာ။

အဲဒါနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ၂၀၀၅ ခုနှစ်က အိန္ဒိယနိုင်ငံ ICCR ရဲ့ Sponsor နဲ့ အိန္ဒိယ မှာရှိတဲ့ တက္ကသိုလ်တွေကို သွားရောက်လေ့လာတာ။ Delhy University ကို လေ့လာပြီးတော့ Hotel ကို ပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာ Hotel မှာနားရင်း သတင်းစာ တစ်စောင်ကို ကောက်ဖတ်မိတယ်။ True Cherty ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်လေးနဲ့ ရေးထားတဲ့ဆောင်းပါးလေးကို ဖတ်ကြည့်တယ်။ အကျဉ်းချုပ်က ဘာတုန်းဆိုရင် အင်မတန်မှဆင်းရဲတဲ့ အဖိုးကြီးတစ်ယောက် သမီး

လေးလက်ဆွဲပြီး သမီးလေးနဲ့ မျက်စိဆေးရုံရောက်လာ  
 တယ်။ မျက်စိနှစ်ကွင်း အလင်းမရဘူး။ သို့သော် သူ့  
 မျက်လုံးက ကုမယ်ဆိုရတယ်နော်။ ကုလို့ရနိုင်တဲ့ အနေ  
 အထားရှိတယ်။ အဲဒီတော့ ဆရာဝန်ဆီသွားတဲ့အခါ  
 ဆရာဝန်က ငွေကြေးတွက်ပြတယ်။ မျက်စိ ပြန်ကောင်း  
 မယ်၊ ဒါပေမယ့် ကုခဘယ်လောက်ကုန်မယ်ဆိုတာ  
 တွက်ပြတယ်။ အဲဒီငွေကြေးကို သူ့ဘယ်လိုမှ မပေးနိုင်  
 ဘူးနော်။ အဲဒီတော့ အခက်အခဲဖြစ်နေတာကို အနီး  
 အနားက ဖြတ်သွားတဲ့လူတစ်ယောက်က ကြားတာနဲ့  
 လူကြီးကိုကြည့်တယ်။ အင်မတန်မှ ဆင်းရဲတဲ့ပုံစံ  
 တွေ့တော့ သူက ဆရာဝန်ဆီ Bill တောင်းကြည့်လိုက်  
 တယ်။ ဘယ်လောက်ကုန်မယ်ဆိုတာ တောင်းကြည့်  
 လိုက်တယ်။ အဲဒီမှာ ကုန်ကျစရိတ်တွေ သူ့အိတ်ထဲ  
 ကနေ အကုန်ထုတ်ပေးတယ်။ ဒါတင်လားဆိုမကဘူး။  
 အဲဒီဆေးရုံမှာ ဘယ်နှစ်ရက်နေရမယ်၊ အဲဒီနေ့စရိတ်  
 ပါ ပေးသွားတယ်။ နောက် ပြန်တဲ့စရိတ်ပါ ပေးသွား  
 တယ်။ မျက်စိကုခအကုန်၊ ဆေးဝါးခ အပြည့်အစုံ

ပေးသွားတယ်။ သူ့ဘယ်သူလို့လည်း မပြောခဲ့ဘူး။  
 ဒီလူကြီးကို ဘယ်သူဘယ်ဝါ ဘာတွေ ဘာမှမမေးဘူး။  
 သူ့သိတဲ့လူလည်း မဟုတ်ဘူး။ အခက်အခဲတွေ့နေတဲ့  
 လူသားတစ်ယောက်ကို ဝင်ပြီးကူတဲ့သဘောပဲ။ အဲဒါ  
 လေးကို သူက True Charity တဲ့။ တကယ့်ကို စစ်မှန်  
 တဲ့ဒါနလို့ ဆိုလိုတာပေါ့နော်။

အဲဒါဟာ မေတ္တာနဲ့ ဥပေက္ခာ အပြည့်အဝရှိတဲ့  
 လူလို့ ဒါပြောရမှာပဲ။ မေတ္တာထားခြင်းကြောင့် ဒီလူကြီး  
 သို့မဟုတ် မေတ္တာအခြေခံတဲ့ ကရုဏာကြောင့် ဒီလူကြီး  
 ရဲ့ ဒုက္ခကို လွတ်မြောက်စေချင်တယ်၊ လွတ်မြောက်  
 စေချင်လို့ လွတ်မြောက်အောင် လုပ်ပေးလိုက်တယ်။  
 ဥပေက္ခာထားနိုင်ခြင်းကြောင့် သူ့ဆီက ကျေးဇူးတင်  
 စကားလည်း မလိုချင်ဘူး၊ ဘာမှပြန်လာတာ မလိုချင်  
 ဘူး။ လိပ်စာလည်းမပေးဘူး။ ဘယ်သူမှန်းလည်းသိဖို့  
 မလိုဘူးနော်။ သူ့အဆင်ပြေသွားဖို့ တစ်ခုတည်းပဲ  
 စဉ်းစားတယ်။ ကျန်တာ ဘာမှမစဉ်းစားဘူး။ ဥပေက္ခာ  
 လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီတော့ ဒီလို ထားနိုင်လို့ရှိရင်

အင်မတန်မှကောင်းတယ်တဲ့။

အခုဟောတဲ့ တရားတွေဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောခဲ့  
 တဲ့ တရားတွေချည်းပါပဲ။ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမထဲက  
 တရားတွေချည်းပဲ။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုရားကို  
 ကိုးကွယ်နေတဲ့ အချိန်အခါကာလမှာ အကောင်းဆုံး  
 ကတော့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကိုယ့်စိတ်နှလုံး ဖြူစင်  
 သန့်ရှင်းအောင် အလုပ်လုပ်သမျှ မေတ္တာနဲ့လုပ်ရမယ်၊  
 ကရုဏာနဲ့ လုပ်ရမယ်။ ကြီးပွားတိုးတက်လာရင်  
 မုဒိတာပွားရမယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ဒီ အဆင်မပြေတာ  
 တွေ ဖြစ်လာလို့ရှိရင်နော်၊ ခွင့်လွှတ်ခြင်း၊ သည်းခံခြင်း  
 ဆိုတဲ့ ဥပေက္ခာ အပြန်အလှန် ထားနိုင်ရမယ်လို့၊  
 အပြန်အလှန် မထားနိုင်လို့ အတေးအမှတ်တွေနဲ့ဆိုရင်  
 မေတ္တာပါပျက်သွားတယ်ပေါ့။ ဥပေက္ခာမထားနိုင်ရင်၊  
 သည်းခံခြင်းဆိုတာ မထားနိုင်ရင် မေတ္တာပါ ပျက်သွား  
 တယ်။

အဲဒီလိုထားပြီး သွားကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီဘဝမှာ  
 လည်း ကြီးပွားချမ်းသာနိုင်တယ်၊ နောက်ဘဝထိအောင်

လည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ၊ ကုသိုလ်တရားတွေ  
 တိုးပွားပြီး ဒီအလုပ်ကို အခြေပြုပြီးတော့ ကုသိုလ်တွေ  
 လည်း ကိုယ့်သန္တာန်မှာရတယ်။ ရလာတဲ့နေရာကနေ  
 ထပ်ဆင့်ပြီးတော့ ဒါနကောင်းမှုတွေလုပ်မယ်၊ သီလ  
 တွေ ဆောက်တည်မယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာတွေ  
 ပွားများအားထုတ်မယ်ဆိုရင် ဒီထက်အဆင့်မြင့်တဲ့ဘဝ  
 တွေကို ရောက်ရောက် ရောက်ရောက်သွားပြီးတော့  
 နောက်ဆုံးမှာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာထိအောင် ရောက်နိုင်  
 တယ်လို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ သဘောကျပြီး မြတ်စွာဘုရား  
 ညွှန်ကြားဆုံးမတဲ့အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ကြပါစေ  
 ကုန်သတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု



# ဓမ္မမိတ်ဆွေများသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များကရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံ ပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြုလျက် စာအုပ်ငယ်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ဖော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

## ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

၁။ အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း: ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်

အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီ)ရုံ၊ မြေအောက်ထပ်။

ဖုန်း: ၀၁-၂၄၀၆၀၀(လှိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄

၃။ ဓမ္မဗျူဟာ သာသနာမာမကအဖွဲ့

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+ဒ တွဲ)
- နိယျာနိကာသာသနာနှင့် မြတ်ဒေသနာများ
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ပဋ္ဌာန်းနည်းဖြင့် လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

- ၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
- ၂။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အနှစ်ချုပ်
- ၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
- ၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
- ၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
- ၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
- ၇။ ဓမ္မကြေးမုံ
- ၈။ တောင်ပိုထဲက ရတနာ
- ၉။ မြတ်သောဥစ္စာ စုဆောင်းပါ
- ၁၀။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ
- ၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
- ၁၂။ ရှစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်
- ၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
- ၁၄။ မေတ္တာနုလုံး 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။ ရသတဏှာ
- ၂၇။ ဓမ္မဗျူဟာသင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုခြင်း
- ၂၈။ သေချာသောလမ်းမှ လျှောက်လှမ်းပါ
- ၂၉။ မဟာဒါန
- ၃၀။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ
- ၃၁။ ဖြစ်နိုင်တာနှင့် မဖြစ်နိုင်တာ
- ၃၂။ အရှင်အာနန္ဒ၏ ဝိပဿနာ
- ၃၃။ န စ သော၊ န စ အညော
- ၃၄။ လူတိုင်းကျင့်ရန် သတိပဋ္ဌာန်
- ၃၅။ စိတ်၏အတွေးများ
- ၃၆။ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ
- ၃၇။ သတိမက္ခာ အသိပညာဖြင့် နေထိုင်ခြင်း
- ၃၈။ အတ္တာဟိအတ္တနောနာထော
- ၃၉။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
- ၄၀။ ဟောသူ နာသူ စိတ်ထားဖြူ
- ၄၁။ ၁၂-နှစ်ကြာ အဖြေရှာခဲ့ရသော မေးခွန်းများ
- ၄၂။ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်

- ၄၃။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် သတိဆောင်  
၄၄။ ခန္ဓသုတ်အနှစ်ချုပ်(အန္တရာယ်ကာကွယ်ခြင်း)  
၄၅။ တရားသိလျက် အကျင့်ခက်  
၄၆။ ဣန္ဒြိယဘာဝနာ မြတ်ဒေသနာ  
၄၇။ သံသရာခရီးသွား အမှားမလုပ်မိစေနှင့်  
၄၈။ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်  
၄၉။ ရတနသုတ်အနှစ်ချုပ်  
၅၀။ လောကဓံမှန်တိုင်းများနှင့် ကြံ့ခိုင်သည့်စိတ်ထား  
၅၁။ ဘုရားသော်မှပေးဆပ်ရသည့် ကံကြမ္မာဝင်ကြွေးများ  
၅၂။ အထင်မှား အမြင်မှား  
၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်  
၅၄။ ယှဉ်ပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး  
၅၅။ နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလံ  
၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း  
၅၇။ အားပေးစကား  
၅၈။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် အနှစ်ချုပ်  
၅၉။ ဘေသဇ္ဇဂုရု  
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။ ဓမ္မကိုအဖော်ပြုမှ ထာဝရချမ်းသာမည်
- ၇၆။ အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ
- ၇၇။ ချမ်းသာစွာအိပ်စက်ရခြင်း
- ၇၈။ နှစ်ဦးမေတ္တာလှူတိုင်းမှာ
- ၇၉။ ဒဏ္ဍိဏဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
- ၈၀။ အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာဓုခေါ်စေသော်

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