

ဒါဟာ “သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ” က ပေးတဲ့နည်းပညာပါ။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ဟာ ဒီတရား
တွေကို နှလုံးသွင်း . . . ဆင်ခြင်ပြီးတော့ . . . မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုလည်းရအောင် . . .
အခုပြောတဲ့ “ဈာန်စွမ်းအား” တွေလည်းရအောင် . . . အားထုတ်နိုင်ကြရင် ဘဝအဆင့်မြင့်
သထက်မြင့်မှာ အမှန်ဖြစ်ပါတယ်။

နည်းလမ်းကောင်းများလည်းရနေပါပြီ။ အဲဒီတော့ . . . မိမိဘဝကို . . . မိမိ၏
“သဒ္ဓါအား” . . . “သတိအား” . . . “ဝီရိယအား” . . . နဲ့ ကြိုးစားပြီး မြှင့်တင်ဖို့ လိုပါတယ်။
အားလုံး . . . မြင့်သောဘဝ . . . မြတ်သောဘဝ . . . သို့ ရောက်ရှိအောင် . . . အားထုတ်
နိုင်ကြပါစေ . . .

သာဓု . . . သာဓု . . . သာဓု

“ သမထဘာဝနာနှင့် ဂဇ္ဈကမ္မ ”

ကျွန်တော်တို့ ဒီကနေ့ (၂၀၀၇) ခုနှစ်၊ ဧပြီလ (၂၈) ရက်၊ စနေနေ့၊ ရန်ကုန်မြို့၊
အာဇာနည်လမ်း၊ သာမဏေဗိမာန်မှာ . . . (၂၅) ကြိမ်မြောက် “ဗုဒ္ဓဒေသနာသင်တန်း” ကို
ဆက်လက်ပြီးပို့ချပါမယ်။

ကျွန်တော်တို့ အခုလေ့လာနေတဲ့အကြောင်းအရာများက . . . ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း သတ္တဝါ
တိုင်းမှာ . . . ပါဝင်ပြီး “သံသရာခရီး” တစ်လျှောက်လိုက်ပါနေတဲ့ “ကံစွမ်းအား” အကြောင်းနဲ့
သူ့ရဲ့အဓိပ္ပာယ်တွေကို နားလည်အောင် လေ့လာနေကြတာဖြစ်ပါတယ်။

ဒီခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ် (၂) ပါးတို့ကို သံသရာတစ်လျှောက်လုံးမှာ ဦးစီးပြီးချုပ်ကိုင်
လာတာကတော့ “ကံစွမ်းအား” ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ . . . “ကံသာလျှင်အမိ၊
ကံသာလျှင်အဖ” ရယ်လို့ မြန်မာများက အစဉ်အလာအတိုင်း သုံးစွဲနေခဲ့ကြပါတယ်။

အဓိပ္ပာယ်တိတိကျကျပြောရမယ်ဆိုရင် . . . ဒီ “ကံစွမ်းအား” ဟာ ဘဝအသစ်
. . . အသစ်တွေဖြစ်အောင်လည်း တည်ပေးပါတယ်။ “ဘဝ” ရပြီးတဲ့အခါကျတော့လည်း
ဘဝတည်ပေးနိုင်တဲ့အားတွေ၊ ထောက်ပံ့တဲ့အားတွေ . . . ကုန်သွားလို့ရှိရင်၊ ပြီးတော့
တစ်ဘဝစာအတွက်ဆောင်ရွက်ခဲ့တဲ့ “ကံစွမ်းအား” ကုန်ရင်လည်း “ဘဝနိဗ္ဗာန်ချုပ်” ကြရပါတယ်။

ဒီသဘာဝတွေကို ကျွန်တော်တို့ဟာ . . . ဉာဏ်ရှိသလောက် စဉ်းစားနိုင်အောင်
ဒီပညာရပ်များကို သင်ယူနေရပါတယ်။

ဒါကလည်း . . . ဘုရားရှင်သင်ကြားပေးခဲ့တဲ့ “ဓမ္မဒေသနာ” မှာပါတဲ့ အကြောင်း
အရာများကိုလဲ တတ်နိုင်သမျှ သဘောပေါက်အောင် . . . နားလည်အောင် လေ့လာကြ
ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ အခု . . . သိထားတဲ့အတိုင်း ရုပ်-နာမ် (၂)ပါး၊ ဒီခန္ဓာငါးပါးမှာ . . . ဒီ “ကံစွမ်းအား” တွေဟာ ဝန်းရံပြီး၊ စုဝေးပြီးနေတာကို သိဖို့လိုပါတယ်။ အဲဒီလိုနေတဲ့အခါ ဒီ “ကံစွမ်းအား” ဆိုတဲ့ “စွမ်းအားတွေ” ကို . . . ထွက်ပေါ်လာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနေတဲ့ ရုပ်-နာမ် (၂)ပါးဆိုတာရှိပါတယ်။ အဲဒီ ရုပ်-နာမ် (၂)ပါးက ဆောင်ရွက်ပါတယ်၊ အလုပ်လုပ်တယ် . . . အဲဒီအလုပ်ကို “ကမ္မ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

“ကမ္မ” တွေလုပ်တိုင်း “ကမ္မသတ္တိ” တွေ ထွက်ပေါ်လာပါတယ်။ ဒီ “ကမ္မသတ္တိ” ခေါ်တဲ့ “ကံစွမ်းအား” တွေဟာ ဒီခန္ဓာငါးပါးမှာပဲ ဝန်းရံနေပါတယ်။

ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာပြုသော “ကံစွမ်းအား” တွေကလည်း ဒီခန္ဓာငါးပါးမှာပဲ ဝန်းရံနေပါတယ်။ ထို့အတူ အတိတ် ဘဝ . . . ဘဝ . . . ကပြုခဲ့သော ကံစွမ်းအားအသီးသီးကလည်း သူတို့ အကျိုးမပေးရသေးသမျှကာလပတ်လုံး . . . ဒီခန္ဓာငါးပါးမှာပဲ ဝန်းရံနေပါတယ်။

အဲဒီမှာ . . . သေသေချာချာ နားလည်ဖို့အချက်က . . . ဒီခန္ဓာငါးပါးကို တည်လိုက်တဲ့ အချိန်တုံးက . . . ဒီ “ကံစွမ်းအား” ကပဲ ဒီခန္ဓာငါးပါးကို . . . တည်ပေးလိုက်တာ ပါ။ “ပဋိသန္ဓေခဏ” လို့ခေါ်တဲ့ ပဋိသန္ဓေတည်တဲ့အချိန်လေးမှာ အထောက်အပံ့ပေးတဲ့ “ကံစွမ်းအား” ဆိုတာရှိပါတယ်။ အဲဒီစွမ်းအားက . . . ဒီရုပ်ဗီဇနဲ့နာမ်ဗီဇ . . . မျိုးစေ့ . . . (သို့မဟုတ်) စိတ်မျိုးစေ့နဲ့ ရုပ်မျိုးစေ့ . . . (၂)ခုကို ပထမအဆင့် တည်ပေးပါတယ်။

ဒီလိုတည်ပေးပြီး . . . ဒီခန္ဓာငါးပါးဆက်လက်၍ ဘဝခရီးလျှောက်နိုင်အောင် . . . ဒီကံစွမ်းအားတွေက အစဉ်တစိုက် ထောက်ပံ့ပေးရပြန်ပါတယ်။

ခန္ဓာငါးပါးရဲ့လုပ်ငန်းစဉ်အရ . . . ဒီရုပ်တရားတွေကလည်း ရုပ်တရား၏နိယာမ အတိုင်း ဘဝခရီးကိုဆက်လက်ပြီး လျှောက်ပါတယ်။ နာမ်တရားတွေကလည်း . . .

ဒီပညာတွေဟာ ဒီဘုရားရှင်သာသနာမှာသာ . . . ပိုင်းပိုင်းခြားခြား . . . တိတိကျကျ . . . သိအောင် ရှင်းပြပေးနိုင်တာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနည်းတွေကို အခု . . . သိပြီ၊ နားလည်ပြီ ဆိုရင် . . . မိမိတို့ ကိုယ်တိုင် ဘာဝနာအလုပ်ကို အဟုတ်လုပ်တော့မယ်ဆိုရင် . . . လိုအပ်တဲ့ အခြေခံတွေကို သိဖို့ လိုပါတယ်။

“သမထ” ပဲဖြစ်ဖြစ် . . . “ဝိပဿနာ” ပဲဖြစ်ဖြစ် သီလစင်ကြယ်ရပါမယ်။ ပြီးတော့ . . . အဆင့်အဆင့်တွေမှာ . . . ဝါစာချုပ်အောင် လုပ်ရမယ်၊ “ဝိတက်၊ ဝိစာရ” ချုပ်အောင် လုပ်မယ်ဆိုတဲ့ ကိစ္စတွေကို သဘောပေါက် . . . နားလည်ပြီဆိုရင် . . . မိမိ၏စိတ်ကို တကယ်တည်ငြိမ်အောင် . . . “သမာဓိ” ရအောင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ . . . ဒီဘုရားရှင် ရဲ့ သာသနာမှာသာ တကယ်ထင်ရှားရှိတဲ့ ပညာတွေဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ဟာ . . . အလွန်အရှိန်အဝါကြီးမားသော “ဂရုကံ” ဖြစ်အောင် . . . တည်ဆောက်မယ်ဆိုရင်လည်း . . . ကိုယ့်ဟာနဲ့ကိုယ် တည်ဆောက်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ “ဂရုကံ” ကိုရပြီဆိုရင်လည်း . . . ဘဝအတွက် အလွန်သေချာပါတယ်။ စိတ်ချရပါတယ်။ ကောင်းသော ဘဝကို ဒီ “ဂရုကံ”က ပို့ပေးမှာ အမှန်ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့တတွေ . . . ဒီဓမ္မသဘာဝတွေကို သိပြီဆိုရင် . . . ကျွန်တော်တို့ . . . အခုပွားများနေတဲ့ “ဘာဝနာ” အလုပ်တွေမှာ . . . “ဝိပဿနာ ဘာဝနာ” မပါသေးပါဘူး၊ “သမထဘာဝနာ” ပဲ ရှိပါသေးတယ်။

“သမထဘာဝနာ” များ ပွားရင်လည်း ဒီလို အခြေခံများရှိဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါဟာ မိမိတို့ရရှိထားသော “ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ခြင်းကြောင့်” . . . ဒီတရားများကို သိရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုမြင့်သောတရား၊ မြတ်သောတရားတွေကိုသိထားပြီဆိုရင် . . . မိမိတို့ကိုယ်တိုင် အဟုတ် အားထုတ်ကြတဲ့အခါ . . . လိုရာခရီးကို ပေါက်မြောက်နိုင် အောင်မြင်နိုင်ပါတယ်။

“ကေတုတာ” ခေါ်တဲ့ တစ်ခုတည်းသော အာရုံပေါ်မှာ . . . ထားနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို စွမ်းအားရပြီဆိုရင် . . . အဟုတ်တကယ် “သမာဓိ” အားရလာပါပြီ။ သမာဓိ အားရ လာလို့ရှိရင် . . . အဲဒီ “သမာဓိ” အားနဲ့ တည်ထောင်ထားသော ဘာဝနာအလုပ်ဟာ . . . “ဂရုကမ္မ” အထိ ရောက်ပါတယ်။

ဒီလို “သမာဓိ” နဲ့ တည်လိုက်တဲ့အားကို “ဈာန်စွမ်းအား” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ အားရပြီဆိုရင် သူဟာ “ကုသလကမ္မ” ထဲက . . . “ဂရုကမ္မ” အဖြစ် ရောက်ရှိလာပါတယ်။

အဲဒါဟာ . . . “သမထဘာဝနာ” နဲ့ တည်ထောင်တဲ့ “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို “သမာဓိအားနဲ့ ဈာန်အားနဲ့ . . . တည်ထောင်ပွားများထားသော ယောဂီဟာ . . . “စုတိ” ဆိုတဲ့ “သေခြင်း” တရားနဲ့ ရင်ဆိုင်ရသောအခါ . . . သူတည်ဆောက်ထားတဲ့ “ကုသလ ဂရုကမ္မ” ကြီးက သူ့ကို ချက်ချင်းဘဝအသစ်တည်ပေးပါတယ်။

တည်ပေးတော့ . . . “ပထမဈာန်” ၏ သွားရာဘုံ ဖြစ်သော ဗြဟ္မာဘုံကိုရောက်အောင် တိတိကျကျပို့ပေးပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ . . . သူ့ကို “ကုသလဂရုကမ္မ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီသဘောတွေမှာ . . .

- ပထမဈာန်က . . . ပထမဈာန်ဘုံ
- ဒုတိယဈာန်က . . . ဒုတိယဈာန်ဘုံ
- တတိယဈာန်က . . . တတိယဈာန်ဘုံ
- စတုတ္ထဈာန်က . . . စတုတ္ထဈာန်ဘုံ

အစရှိသဖြင့် . . . သူ့ဘုံနဲ့ သူ့ “ဈာန်စွမ်းအား” အလိုက် . . . အကျိုးပေးနိုင်ပါတယ်။ ဘဝသစ်ကို တည်ပေးတဲ့နေရာမှာ . . . အဲဒီကံမျိုးကို . . . “ကုသလဂရုကမ္မ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ “သမထဘာဝနာ” နဲ့ တည်ထောင်လို့ရသော ကံဖြစ်ပါတယ်။

နာမ်သဘာဝအတိုင်း ဒီဘဝခရီးကို လျှောက်ပါတယ်။ ရုပ်-နာမ် (၂)ပါးပူးတွဲပြီး ဘဝခရီးကို လျှောက်တဲ့အခါ . . . သိထားကြတဲ့အတိုင်းပါ။

ဒီဘဝတစ်ခုချုပ်တယ် . . . “ဆုံးတယ်” ဆိုတဲ့သဘော “သေတယ်” ဆိုတဲ့သဘောမှာ . . . အကြောင်းအထောက်အပံ့ဖြစ်သော “အားတွေ” . . . ရှိပါတယ်။ ဒါတွေဟာ အဓိက အားဖြင့် “ကံစွမ်းအား” က အထောက်အပံ့ပေးပါတယ်။ ဘယ်ကံစွမ်းအားလဲဆိုရင် . . .

ဒီဘဝတစ်ခုဖြစ်ရာဖြစ်ကြောင်းအတွက် တည်ဆောက်ပေးသောကံစွမ်းအား ဖြစ်ပါ တယ်။ အဲဒီစွမ်းအားဟာ . . . သူ့အချိန်တန်တော့ . . . သူ့လုပ်ငန်းတွေကုန်ဆုံးတော့ . . . ဆိုလိုတာက . . . ဒီဘဝအတွက် တည်ဆောက်ထားသော “ကံစွမ်းအား” ကုန်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဘဝအတွက် “ကံစွမ်းအား” ကုန်သော်ငြားလည်း နောက်ထပ် ဘဝအသစ်တွေ ဖြစ်အောင်၊ နောက်ထပ်အလုပ်တွေလုပ်ဖို့ “ကံစွမ်းအား” ကြီးကရှိရက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ (၂)ခုကို သေသေချာချာ ကွဲကွဲပြားပြား ဉာဏ်ထဲမှာ ဆင်ခြင်နိုင်ဖို့လိုပါတယ်။ အဲဒီလို . . . “ကံ” . . . “စိတ်” . . . “ဥတု” . . . “အာဟာရ” ဆိုတဲ့အကြောင်းတရားလေးပါးနဲ့ ဒီရုပ်ခန္ဓာ နဲ့ နာမ်ခန္ဓာတို့ဟာ ဘဝခရီးကို သွားကြတာဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို သေဆုံးတယ်ဆိုတဲ့ “စုတိ” ဆိုတဲ့အချိန်ရောက်တဲ့အခါကျတော့ . . . “ကံစွမ်းအား” ကုန်တာလည်းရှိတယ်။ “အာဟာရ” “ဥတု” ဆိုတဲ့ ရုပ်တရားတွေ ပျက်စီးတာ လည်း ရှိပါတယ်။ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော “စိတ္တဇရုပ်တွေ” ပျက်စီးတာလည်း ရှိပါတယ်။ အကြောင်းလေးမျိုးစလုံးကုန်လို့ . . . ဘဝဆုံးတာလည်းရှိတယ်။

သုံးမျိုးစလုံးကုန်ပြီး . . . ဘဝဆုံးတာလည်းရှိပါတယ်။

နှစ်မျိုးနဲ့ . . . ဆုံးရတာလည်းရှိပါတယ်။ တစ်မျိုးနဲ့ဆုံးရတာလည်း . . . ရှိပါတယ်။

သူ့အခြေအနေအလိုက် ဖြစ်ကြရပါတယ်။

အဲဒီလို ဘဝတစ်ခုကုန်ဆုံးသွားလို့ သေသွားပြီဆိုရင်လည်း . . . ရှိသမျှ “ကံစွမ်းအား” ကြီးက နောက်ထပ်ဘဝအသစ်တစ်ခု . . . တည်ဆောက်ပေးပါတယ်။ အဲဒီသဘောသဘာဝကို ဉာဏ်ကရောက်အောင် ဆင်ခြင်ရပါမယ်။

ကံစွမ်းအားက ဒီခန္ဓာငါးပါးမှာဝန်းရံနေတော့ . . . ဒီခန္ဓာငါးပါးချုပ်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်တည်း သူက ရုပ်မျိုးစေ့အသစ် . . . နာမ်မျိုးစေ့အသစ် . . . (၂)ခုကို တည်ရပါတယ်။ အဲဒီလို တည်တဲ့သဘောကို “ပဋိသန္ဓိ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ ဘဝသစ်၏အစ ဖြစ်ပါတယ်။ “ပဋိသန္ဓိခဏ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အချိန်လေးတိုတိုလေးပါ။

ဒီစွမ်းအားထဲမှာ . . . အခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ . . . ပြုထားတဲ့ “ကံစွမ်းအား” လည်းရှိတယ်။ ပြီးတော့ အတိတ်ဘဝ ဘဝကပြုခဲ့သော “ကံစွမ်းအား” လည်းရှိပါတယ်။ အဲဒီ “ကံစွမ်းအား” တွေက ရုပ်ဗီဇအသစ်၊ နာမ်ဗီဇအသစ် . . . တည်တော့မယ်ဆိုသောအခါ . . . အခုကပ်ရက် သေဆုံးသွားတဲ့ဘဝမှာ . . . ပြုထားခဲ့သောကံတွေ . . . ကလည်း ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးနိုင်ပါတယ်။

ဘဝအသစ်တည်နိုင်လောက်အောင် အဲဒီကံတွေက အားမကောင်းရင် . . . ဟိုးအတိတ်ဘဝ . . . ဘဝက လိုက်ပါလာသော . . . ကံများက ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးပါတယ်။ အဲဒီအကြောင်းအရာကို သေသေချာချာ နည်းလည်အောင် စဉ်းစားပါ။

အခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာလုပ်ထားတဲ့ ကံစွမ်းအားတွေဟာ . . . ဒီရုပ်၊ ဒီနာမ်ချုပ်တာနဲ့ တပြိုင်တည်း . . . ဒီအားတွေက . . . ချက်ချင်းထပ်ပြီးတော့ ရုပ်ဗီဇ၊ နာမ်ဗီဇကို တည်ပေးလိုက် ပါတယ်။ အဲဒီအားတွေက ဒီပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာပြုလုပ်ထားတဲ့ စွမ်းအားတွေပါပဲ။ အဲဒီလို တည်နိုင်လောက်အောင် အားကောင်းမှ တည်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဘဝလုပ်ထားတဲ့ စွမ်းအား

“သမာဓိ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီစိတ်ကလေးဟာ . . . ယူထားတဲ့ “ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ” ပေါ်မှာပဲ . . . တည့်တည့်မတ်မတ်ချပြီးတော့ . . . နေနိုင်လို့ သူကတည်ငြိမ်တာဖြစ်ပါတယ်။

တည်ငြိမ်တယ်ဆိုတာဟာ . . . အခုပြောတဲ့ . . . ပီတိအား၊ သုခအားများ ပွားများလာမှ . . . “သမာဓိ” အားလည်း ရပါတယ်။

အဲဒီသဘောတွေဟာ . . . အခုလို သုတမယဉာဏ်နဲ့ ပြောရတာပဲရှိပါတယ်။ လက်တွေ့အဟုတ်ကျင့်ကြတဲ့အခါကျတော့ . . . ဒီအခြေခံသဘောမျိုးကို ကြိုတင်၍ လေ့လာထားခြင်းမရှိပဲ . . . ဒီသဘောတွေကို မဆင်ခြင်နိုင်ရင် . . . မိမိ “သမာဓိ” အား မတက်တာဟာ ဘာကြောင့်ရယ်လို့ မသိနိုင်ပါဘူး။

အတီးအဆီးတွေက . . . ပထမဦးဆုံးသီလစင်ကြယ်ရပါမယ်။ အတွင်းစကားတွေ ပြောနေတဲ့စရိုက်ကိုလည်း ပယ်ရပါမယ်။ စကားမပြောသော်လည်းပဲ ကြံစည်မှုတွေ . . . တွေးတောမှုတွေကို ချုပ်ငြိမ်းအောင် လုပ်ရပါမယ်။ ပြီးတော့ မိမိကိုယ်တိုင် ခင်းထားတဲ့ PLAN . . . ဆိုတာကြီးကို စိတ်ထဲက သုံးသပ်ပြီး၊ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ . . . ကိုယ့်ဟာကိုယ်သဘောကျ နေပါတယ်။

အဲဒီလို သဘောတွေဟာ . . . စိတ်၏တည်ငြိမ်မှု “သမာဓိ” ကို တည်ထောင်မယ့် ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် အတားအဆီးတွေ ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒီသဘောသဘာဝများကို သိထားဖို့ လိုပါတယ်။

အဲဒီလို သေသေချာချာ သိလာလို့ . . . “ဝိတက်၊ ဝိစာရ” ဆိုတဲ့ တွေးတောမှု၊ ကြံစည်မှုတွေ၊ သုံးသပ်မှုတွေ ငြိမ်းသွားလို့ရှိရင် . . . စိတ်ကလေး ကြည်နူးလာတယ်။ ပြီးတော့ ချမ်းသာလာတယ်။ အဲဒီ ကြည်နူး၊ ချမ်းသာတဲ့အခြေအနေကို . . . ဖန်တီးနိုင်မှ “သမာဓိ” ပေါ်ပါမယ်။

“စကားလုံး” ကို ဖယ်လိုက်တော့ . . . စကားသာမပြောတာ . . . စကားလုံးမပါဘဲနဲ့ လည်း “စိတ်” က တွေးတောခြင်း၊ သုံးသပ်ဆင်ခြင်ခြင်း အလုပ်တွေကိုလုပ်ပါတယ်။ အဲဒါကို

“ဝိတက္က”

“ဝိစာရ” . . . လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သူတို့ဟာ . . . စိတ်ရဲ့တည်ငြိမ်မှုကို အတားအဆီး၊ အနှောက်အယှက်ပေးတဲ့ . . . သဘာဝတွေဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ကို ပယ်ရပါမယ်။

ပထမအဆင့်အနေနဲ့ “ဝါစာ” ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေချုပ်အောင် . . . ဒုတိယအဆင့် ရောက်တော့ “ဝိတက်” ချုပ်အောင် ကြိုးစားရပါမယ်။ “ဝိတက်” ပြီးတော့ “ဝိစာရ” ချုပ်အောင် ကြိုးစားရပါမယ်။

ဝိတက် . . . ဝိစာရ . . . တွေချုပ်ရင် . . . ပထမအဆင့်အနေနဲ့ စိတ်၏တည်ငြိမ်မှု ရပါပြီ။ အဲဒီလို . . . စိတ်ကလေးက တည်ငြိမ်သောသဘောကို ရရှိလာတဲ့အခါ . . . ဒီစိတ် ကလေးဟာ “ကြည်နူးတယ်” . . . ။ အဲဒီ “ကြည်နူး” တဲ့သဘောလေးကို “ပီတိ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီစဉ်းစားအားထုတ်နေတဲ့ကိစ္စတွေ ဘာမှမပါဘဲနဲ့ . . . ဒီ “ပီတိ” လေးနဲ့ပင် သူနေနိုင်တော့ . . . စိတ်ကလေးက ချမ်းသာပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်၏ချမ်းသာခြင်းလည်း ရလာပါတယ်။ အဲဒီစိတ်၏ . . . ပီတိ . . . သုခ . . . တို့ ဆိုတဲ့ ကြည်နူးမှု . . . ချမ်းသာမှု အခြေခံအချက်တွေဟာ . . . စိတ်၏တည်ငြိမ်မှုဖြစ်သော “သမာဓိ” ကို . . . တည်ထောင်နိုင် သော အခြေခံသဘာဝတရားဖြစ်ပါတယ်။

“သမာဓိ” ဟာ . . . “ပီတိ” နဲ့ “သုခ” ဆိုသော . . . ကြည်နူးမှု နှင့် ချမ်းသာမှုရှိမှု စိတ်တည်ငြိမ်သောအလုပ်ကို တည်ဆောက်နိုင်ပါတယ်။ စိတ်၏တည်ငြိမ်တဲ့သဘောကို

တွေက အားမကောင်းပါဘူး။ ဘဝအသစ်မတည်နိုင်ဘူးဆိုရင် . . . ဘဝအဆက်ဆက်က လိုက်ပါလာတဲ့ အားတွေက ရှိသေးတယ်။

ဒီပစ္စုပ္ပန်ဘဝက . . . အားက . . . မလုပ်နိုင်ရင် ဟိုးအတိတ်ဘဝ . . . ဘဝက ပါလာ ခဲ့တဲ့အားတွေက နေရာယူပြီးတော့ ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးပါတယ်။ အဲဒီအချက်ကို သေသေချာချာ စဉ်းစားရပါမယ်။ ဘဝအသစ်ကိုတည်ပေးတဲ့ကံတွေထဲမှာ အခုဒီပစ္စုပ္ပန်ဘဝ မှာလုပ်ထားတဲ့ “ကံစွမ်းအား” တွေက သေသွားပြီးတာနဲ့ . . . တစ်ပြိုင်တည်း ဆက်ပြီးတော့ ဘဝသစ်တည်ပေးနိုင်တဲ့စွမ်းအားရှိရင် သူတို့ကတည်ပေးပါတယ်။

ဘဝအသစ်အသစ်ကိုတည်ပေးသော “ကံစွမ်းအား” ဟာ . . . အခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝက လုပ်ထားတဲ့ “ကံစွမ်းအား” များက တည်ရင်တည် . . . မတည်နိုင်ရင် အတိတ်ဘဝများက . . . “ကံစွမ်းအား” တည်ပေးပါတယ်။ အဲဒီအချက် (၂)ချက်ကို ကွဲပြားအောင် စဉ်းစား ရပါမယ်။

အခု . . . ပစ္စုပ္ပန်မှာရှိနေတဲ့ ကိုယ့်ဘဝဟာ . . . ဒီ ပဋိသန္ဓေတည်တုံးက . . . “ကံစွမ်းအား” ကတည်ပေးလိုက်တာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ “ကံစွမ်းအား” ကတည်ပေးတဲ့အချိန် မှာ အဲဒီကပ်ရက်ဘဝတုံးကပြုခဲ့တဲ့ ကံတွေက အားကောင်းလို့တည်တာလည်းဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ် . . . ဟိုးအတိတ်ဘဝ . . . ဘဝ က စုဆောင်းခဲ့တဲ့ “ကံစွမ်းအား” တွေက တည်ပေးတာလည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။

ထိုနည်းအတူ ဒီဘဝဆုံးလို့ရှိရင် . . . နောက်ထပ်အသစ်ဖြစ်သော ဘဝကို အခုဘဝမှာ . . . လုပ်ထားသောကံတွေက အားကောင်းရင် နောက်ဘဝကို အသစ်တည်ပေး ပါမယ်။ ဒီဘဝလုပ်ခဲ့တဲ့အားတွေက မပြည့်စုံဘူး . . . ဘဝအသစ်တည်နိုင်လောက်အောင်

စွမ်းအားမထက်ဘူးဆိုရင် အတိတ်ဘဝ . . . ဘဝက ပြုခဲ့သောကံတွေက ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးပါမယ်။

အဲဒါဟာ ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးသော ကံစွမ်းအားတို့ (၂)မျိုးအဖြစ် ခွဲနိုင်ပါတယ်။ တစ်ခုက . . . ပစ္စုပ္ပန်ဘဝက ကံအားများ၊ နောက်တစ်ခုက “အတိတ်” ဘဝအဆက်ဆက်က ကံအားများ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ (၂)မျိုးမှာ တစ်ခုခုကတော့ ဘဝအသစ်ကိုတည်ပေးရပါမယ်။ အဲဒီတော့ အခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ . . . ပြု၍ဖြစ်ပေါ်နေသော “ကံစွမ်းအား” တွေ . . . ဟာ သူ့ဟာနဲ့သူရှိကြပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ ဘဝအသစ်တစ်ခုတည်ပေးဖို့ဆိုတာဟာ . . . ဒီဘဝ အတွင်းမှာပြုခဲ့သော . . . ကံစွမ်းအားပေါင်းမြောက်မြားစွာ . . . စုဝေးပြီးတော့ . . . ဘဝကို တည်ပေးပါတယ်။ ဘဝတစ်သက်တာလုံးမှာလုပ်လာခဲ့သော “ကံစွမ်းအား” အသီးသီး တို့က . . . စုပေါင်း၍ ဘဝအသစ်တည်ပေးတာရှိပါတယ်။ အဲဒီလို ကံစွမ်းအားမျိုးတည်ပေး တာအပြင် သေခါနီးဆဲဆဲမှာမှ . . . ပြုလုပ်လိုက်သော “ကံ” က အရှိန်အဝါကောင်းလို့ . . . အဲဒီကံစွမ်းအားနဲ့ပဲ . . . နောက်ထပ်ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးတာလည်းရှိပါတယ်။

ပစ္စုပ္ပန်ဘဝတွင် ပြုထားသော . . . “ကံ”တွေ အမျိုးမျိုးရှိပါတယ်။ ပြုခဲ့တဲ့ စွမ်းအားတွေက ကောင်းတော့ အဲဒီစွမ်းအားနဲ့ပဲ . . . လာမယ့်ဘဝကို ချက်ချင်းတည်ပေး ပါတယ်။ အဲဒါဟာ တစ်ဘဝလုံးပြုစုခဲ့သော “ကံစွမ်းအား” တွေက စုပေါင်းပြီး ဘဝအသစ် တည်ပေးခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ သေခါနီးဆဲဆဲမှာမှ ပြုသောကံက စွမ်းအားထက်လို့ နောက်ထပ် ဘဝအသစ်တစ်ခုကို တည်ပေးခြင်းလည်းရှိပါတယ်။ အဲဒီသဘောတွေကို စဉ်းစားရပါမယ်။

ငယ်စဉ်ကတည်းကပြုခဲ့တဲ့ကံတွေအမျိုးမျိုးရှိပါတယ်။ အဲဒီစွမ်းအားတွေစုပြီးတော့ တည်ပေးတဲ့ “ပဋိသန္ဓေ” ကတစ်မျိုးပါ။ သေခါနီးမှာကပ်ပြီးပြုလိုက်တဲ့ . . . ကံစွမ်းအားက အရှိန်ကောင်းလို့ . . . ဘဝအသစ်တည်ပေးတဲ့ကံလည်းတစ်မျိုးပါ။

“ဝိစာရ” ဆိုတာဟာ “ဝိတက်” နဲ့ ကြံစည်ထားတာတွေကို ပြန်ပြီးသုံးသပ်ရင် . . . “ဝိစာရ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ “ဝိစာရ” ဟာ . . . တွေးထားတဲ့ “PLAN” ကို ပြန်ပြီး ခြုံငုံ၍ သုံးသပ်တဲ့သဘောဟာ . . . “ဝိစာရ” ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီတော့ “ဝိစာရ” ဆိုတဲ့သဘောဟာလည်း . . . “ဝိတက်” နဲ့ တွေးထားသမျှဟာကို . . . ပြန်၍ ခြုံငုံသုံးသပ်တဲ့သဘော . . . ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ . . . “ဝိတက်” နဲ့ “ဝိစာရ” (၂)ပါး စလုံးဟာ . . . “စိတ်” ၏ တည်ငြိမ်မှုကို အတားအဆီးဖြစ်စေပါတယ်။ အဲဒီသဘောလေးတွေ ကို မိမိတို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ . . . ဆင်ခြင်ပါ။ စဉ်းစားပါ။

နာမ်ခါတ်ကို လေ့ကျင့်တာပါ။ စိတ်ကို လေ့ကျင့်တဲ့အခါမှာ . . . အခြေခံဖြစ်သော အကြောင်းသဘာဝများကိုသိပါမှ . . . ဒီစနစ်တွေကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု တက်လှမ်းနိုင်မှာ ဖြစ်ပါ တယ်။

ဒီအလုပ်တွေဟာ . . . “သမထဘာဝနာ” ဖြစ်သော်လည်းပဲ . . . “သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ” ပွင့်လာမှ . . . “သမထဘာဝနာ” ကို ပွားများသောအခါ . . . အတားအဆီးတွေ၊ ဘာတွေ ရှိတယ်ဆိုတာကို . . . “သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ” ကမှ နားလည်အောင် ရှင်းပြနိုင်တာပါ။

ဒီတော့ . . . ပထမအဆင့်အနေနဲ့ . . . တစ်ယောက်တည်းနေပေမယ်လို့ “စိတ်” ထဲက “သူ”နဲ့ “ပုဂ္ဂိုလ်” တွေနဲ့ စကားပြောတဲ့သဘောရှိနေပါတယ်။ အဲဒီလို အတွင်း (စိတ်) ထဲက ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ အပြန်အလှန်သဘောနဲ့စကားတွေပြောနေရင် . . . စိတ်၏ တည်ငြိမ်မှုအလုပ်ကို . . . မလုပ်နိုင်အောင် အနှောက်အယှက်ဖြစ်တဲ့အတွက် . . . သူ့ကို ဖယ်ရပါမယ်။ အသံမထွက်ဘဲ . . . ပြောနေသောစကားကို ဖယ်ရပါမယ်။ အဲဒါဟာ . . . ပထမအဆင့်ဖြစ်ပါတယ်။

“စိတ်” ဟာ စကားလုံးမပါဘဲနဲ့လည်း တွေးတတ်ပါတယ်။ ခုနကပြောတဲ့ ဝါစာချုပ် ဖို့ ဆိုတာမှာ . . . နားထောင်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ . . . အစွဲအလမ်းနဲ့မှတ်ထားလို့ ဒီပုဂ္ဂိုလ် တွေရဲ့ “အာရုံ” ကိုဖယ်ရင် . . . အပြန်အလှန်ပြောတဲ့စကားတွေချုပ်တာတော့ အမှန်ပါပဲ။ အဲဒီလို “ဝါစာ” ချုပ်ပြီးတဲ့နောက်လည်းပဲ . . . စိတ်က စကားလုံးမပါဘဲနဲ့လည်း . . . “တွေးနေပါတယ်” . . . အဲဒီဟာလည်း အဟုတ်တကယ် အလုပ်လုပ်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုရင် . . . ရိုးရိုးဥပမာပြောရမယ်ဆိုရင် . . . အင်ဂျင်နီယာဆရာ တစ်ယောက်ဟာ . . . သူ့စိတ်ထဲမှာ . . . တိုက်ဆောက်ဖို့၊ အိမ်ဆောက်ဖို့၊ တံတားဆောက်ဖို့ ဆိုတဲ့ ကိစ္စတွေမှာ . . . ပုံစံတွေပါနေပါတယ်။

အဲဒီပုံစံတွေကို . . . သူ့ပညာနဲ့သူ့စိတ်နဲ့က သူတွေ့နေပါတယ်။ ဆောက်နေပါတယ်။ စကားမပါပေမယ့်လို့ . . . “စိတ်” နဲ့ ဆောက်နေတာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ဆောက်တဲ့အလုပ် မျိုးကို “ဝိတက်” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီလို ကြံစည်စိတ်ကူးနေတဲ့ “ဝိတက်” ဟာလည်းပဲ . . . စိတ်၏တည်ငြိမ်မှုကို အတားအဆီးပြုတဲ့အတွက် . . . သူ့ကို ပယ်ရပါမယ်။

အဲဒီမှာ “ဝိတက်” ရဲ့သဘောကို ကွဲအောင် . . . သိရပါမယ်။ စကားပြောနေတာ တွေက . . . CONVERSATION က တကဏ္ဍပါ။ သူတို့ ငြိမ်သွားပြီးတော့လည်းပဲ . . . ကိုယ့်ရဲ့စရိုက်နဲ့ကိုယ့်အလုပ်နဲ့ တွေးနေတဲ့ “ဝိတက်” တွေလည်းပဲ အများကြီးရှိပါတယ်။ အဲဒီ “ဝိတက်” တွေနဲ့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး . . . လုပ်နေတာတွေကို . . . ပြန်ပြီး ပေါင်းချုပ်ပြီးတော့ . . . စဉ်းစားတတ်တဲ့ “ဝိစာရ” လည်း ဖြစ်ပါသေးတယ်။

ဒီတော့ . . . သေခါနီးမှာကပ်၍ပြုသောကံစွမ်းအားတည်ပေးတဲ့ဘဝမျိုးလည်းရှိပါ တယ်။ ဒီဘဝတစ်ခုလုံးမှာပြုခဲ့သော “ကံစွမ်းအား” အသီးသီးတို့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်၍ ဘဝအသစ်ကို . . . တည်ပေးတာလည်းရှိပါတယ်။

အဲဒီတော့ ပစ္စုပ္ပန်ကံမှာ ဘဝတည်ပေးတာ (၂)မျိုးရှိပါတယ်။ အနီးကပ်ပြုလိုက်သော ကံ၏စွမ်းအား ထက်မြက်ရင် ဘဝအသစ်ကိုတည်ပေးပါတယ်။ သို့မဟုတ် တစ်ဘဝလုံးက ပြုခဲ့သော “ကံစွမ်းအား” တွေစုပေါင်း၍ . . . ဘဝအသစ်တည်ပေးပါတယ်။ သေခါနီးမှာ ပြုလုပ်တဲ့ ကံက စွမ်းအားမထက်မြက်ဘူးဆိုရင် . . . တစ်သက်လုံးပြုလာခဲ့သော ကံစွမ်းအား တွေက စုပြီး၍ . . . ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးပါတယ်။

အခုသေသေချာချာထပ်ပြီးတော့ ကွဲကွဲပြားပြားသိအောင် စဉ်းစားရမယ့်အချက်ရှိပါ တယ်။ ဘဝဆိုတာကို မြင့်သောဘဝ၊ နိမ့်သောဘဝလို့ ရှိပါတယ်။ နိမ့်သောဘဝဆိုတာဟာ လူ့ဘဝထက် အဆင့်နိမ့်သောဘဝကို ပြောတာပါ။ အဲဒါတွေက ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် . . . ဆိုသော အပါယ်လေးဘုံဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအပါယ်လေးဘုံကို ရောက်အောင် ပို့ဆောင်သော စွမ်းအားတွေက “အကုသလကမ္မ” တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ထို့အတူ . . . လူ့ဘုံ၊ နတ်ဘုံများကို ပို့ဆောင်ပေးသော ကံစွမ်းအားတွေက “ကုသလကမ္မ” စွမ်းအားတွေဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို “ကံစွမ်းအား” တွေကို ခွဲခြားရင် . . . “အကုသလကမ္မ” တွေက အပါယ်လေးဘုံကို ပို့ပါတယ်။ “ကုသလကမ္မ” တွေက လူ့ဘုံ၊ နတ်ဘုံကို ပို့ပေးပါတယ်။

“ပဋိသန္ဓေ” တည်ပေးမယ့် “ကံစွမ်းအား” က . . . အခုပြောခဲ့တဲ့အကြောင်းအရာ တွေမှာ . . . ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ . . . သေခါနီးကပ်ပြီးတော့ပြုလို့ . . . အရှိန်ကောင်းတဲ့ကံမျိုးက တစ်မျိုးပါ။ ဒီပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာပဲ . . . ကောင်းတဲ့အလုပ်၊ မကောင်းတဲ့အလုပ် . . . အမျိုးမျိုးတွေ

ကို လုပ်ပါတယ်။ မကောင်းတဲ့အလုပ်တွေက စုဝေးမိရင် . . . မကောင်းတဲ့ဘဝကိုပေးပါမယ်။
ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေက ကောင်းသောဘဝကို ပေးပါမယ်။

အနီးကပ်ပြုသော ကံစွမ်းအားတွေပြီးတော့ တစ်သက်တာလုံးပြုခဲ့သော ကံစွမ်းအား
တွေဆိုပြီး . . . (၂)မျိုးပါ။ အဲဒါအပြင် . . . အဲဒီထက်ထူးတဲ့အကြောင်းအရာရှိပါသေးတယ်။

ဒီခန္ဓာငါးပါးနဲ့ပြုတဲ့ကံမှာ . . . အကုသိုလ်ကံပဲဖြစ်ဖြစ် . . . ကုသိုလ်ကံပဲဖြစ်ဖြစ် . . .
အလွန်အရှိန်ဝါကြီးသောကံမျိုးတွေကိုလည်း ပြုတတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီလိုကံကိုတော့ “ဂရုကံ”
လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီကံတွေမှာလည်း ကောင်းတဲ့သဘောနဲ့အရှိန်အဝါကြီးကြီးပြုတာကို
“ကုသလဂရုကမ္မ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ . . . “အကုသလဂရုကမ္မ” လည်းရှိပါတယ်။

အဲဒီလို “ဂရုကံ” တွေကို ဒီဘဝ ဒီခန္ဓာနဲ့ပြုလုပ်ကြရာမှာ . . . “အကုသလဂရုကမ္မ”
ကို ပြုလုပ်တယ်ဆိုရင် . . . အဲဒီကံဟာ အလွန်အလွန် အရှိန်အဝါကြီးမားခြင်းကြောင့် ဒီဘဝ
သေတာနဲ့တစ်ပြိုင်တည်း နောက်ဒုတိယဘဝကို တည်မယ်ဆိုရင် . . . ဘယ်အခြား
အခြားကံတွေကမှာ အဲဒီကံကို မလွှမ်းနိုင်ပါဘူး။ “ဂရုကံ” ကပဲ ဘဝအသစ်ကို တည်ပေးရပါ
တယ်။

ဒီအခါ “အကုသလဂရုကမ္မ” က အကုသိုလ်တို့၏ သွားရာအောက်ဘဝကို တိုက်ရိုက်
ပို့ပေးပါတယ်။ အခြားကံတွေကတားလို့ မရပါဘူး။ အဲဒီကံမျိုး အခုခေတ်အခါမှာဖြစ်နိုင်တာ
တွေက . . . အမိကိုသတ်သောကံ၊ အဖကိုသတ်သောကံ၊ အမိအဖ (၂)ပါးစုံကို
သတ်သောကံ၊ အဲဒီဟာတွေဟာ . . . “အကုသလ ဂရုကမ္မ” များ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီအကုသိုလ်ကံမျိုးကို . . . ပြစ်မှားခဲ့သောသူဟာ သေတာနဲ့တစ်ပြိုင်တည်း . . .
ငရဲကိုကျရောက်ရပါတယ်။ အဲဒါဟာ . . . ဒီကံက အလွန်ကိုသေချာပါတယ်။ တစ်ခြားကံများ

စိတ်ကို သမာဓိရအောင် အလုပ်လုပ်သော ယောဂီဟာ . . . “ဝါစာ” ကို ချုပ်အောင်
လုပ်ရမယ်ဆိုတဲ့ ပညာကို . . . သေသေချာချာ သယ်ယူထားရပါမယ်။ ဒီအကြောင်းမှမသိရင်
“သမာဓိ” ရအောင်လုပ်လို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

“ဝါစာ” ချုပ်ဖို့ဆိုတာဟာ . . . နှုတ်ပိတ်ထားရုံ . . . ဝစီပိတ်ဆိုတဲ့အကျင့်ကို ကျင့်ရုံနဲ့
ဝါစာက မချုပ်ပါဘူး။ အတွင်းသန္တာန်ကပြောချင်တဲ့စိတ် . . . ငြိမ်းသွားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။
ပြောချင်တဲ့စိတ်မှာ “သူ” ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအပေါ်မှာ စွဲနေတဲ့အစွဲက ရှိနေပါတယ်။ အဲဒီအစွဲက
စကားပြောချင်အောင် . . . ဆောင်ရွက်ပေးနေပါတယ်။

အဲဒီစကားပြောချင်တဲ့စိတ်ရဲ့အဓိပ္ပာယ်ကို သိသွားပြီးရင် . . . ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတဲ့ “အစွဲ”
တွေကိုပယ်ရင် . . . ပြောချင်တဲ့စိတ်ကို ထိန်းသွားနိုင်ပါမယ်။ ပြောချင်တဲ့စိတ်ကို ထိန်းနိုင်လို့
စကားလုံးတွေ မပြောတော့ဘူး ချုပ်ငြိမ်းသွားပါပြီ။

ပြောနေတယ်ဆိုတာက . . . “ပုဂ္ဂိုလ်” နဲ့အကြောင်းအရာအမျိုးမျိုး . . . စီးပွားရေး၊
ကြီးပွားရေး၊ လူမှုရေးဆိုတဲ့ ကိစ္စတွေကို အတွင်းက . . . “အတ္တ” က အခြား “ပရ” ဆိုသော
ပုဂ္ဂိုလ်ကို . . . စိတ်နဲ့စကားပြောနေတာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို “စိတ်” နဲ့ စကားပြောတဲ့စရိုက်
ကို . . . ချုပ်ငြိမ်းအောင်လုပ်ရပါမယ်။ အဲဒီစိတ်နဲ့ စကားတွေပြောနေရင် သမာဓိတည်ထောင်
လို့ မရပါဘူး။ အဲဒီအကြောင်းအရာဟာ ဒီသမာဓိအားနဲ့ “သမထ” လမ်းစဉ်ကို တက်ပါတယ်
ဆိုအုံးတော့ . . . ဒီအချက်အလက်တွေကို ကြိုတင်၍ သိရှိထားမှ . . . “သမထဘာဝနာ”
ကို ကောင်းမွန်စွာ ပွားများနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို စကားပြောချင်စိတ်တွေ ကိစ္စအဝဝတွေချုပ်ငြိမ်းလို့ . . . စကားမပြောဘူး၊
စကားလုံးတွေ မထွက်ဘူး . . . ။ အဲဒီစကားလုံးတွေ မထွက်လို့ ငြိမ်းတယ်ဆိုသော်လည်း
. . . စိတ်ဆိုသော “စိတ်” ဟာ စကားမပါဘဲနဲ့ . . . စကားလုံးမပါဘဲနဲ့လည်း သူတွေ့တတ်
ပါတယ်။

စကားပြောရင် . . . ပြောသူက . . . အခြားပုဂ္ဂိုလ်ရှိလို့ . . . အဲဒီလူတွေကို . . . သူစကားတွေပြောနေပါတယ်။ အဲဒီတော့ . . . ဝါစာကိုချုပ်အောင်လုပ်ချင်ရင် . . . ပထမ အဆင့် . . . ဘာကိုသိရမှာလဲ . . .

ပြောနေတဲ့စကားဆိုတာဟာ . . . ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အာရုံပြုလို့ စကားများပြောမိတာပါ . . . အဲဒီအချက်ကို သေသေချာချာစဉ်းစားပါ။ စကားပြောရင် . . . အသံမထွက်ဘဲနဲ့ ပြောနေတာဖြစ်စေအံ့တော့ . . . ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလို့ ပြောနေတာဖြစ်ပါတယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရည်ညွှန်းပြီး ပြောနေတာဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီတော့ . . . အဓိကက . . . “ပုဂ္ဂိုလ်” လို့ စွဲနေတဲ့ “အစွဲ” ဟာ . . . စကားပြော မိအောင် လုပ်ပေးနေတဲ့ အချက်ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်ကစကားပြောတယ်ဆိုတာ . . . ဘယ်သူ ကိုပြောနေတာလဲ . . . မိတ်ဆွေဖြစ်ဖြစ်၊ သူငယ်ချင်းဖြစ်ဖြစ် . . . သို့မဟုတ် . . . မကြိုက်တဲ့ လူကိုရန်ထောင်နေတာဖြစ်ဖြစ် . . . “ပုဂ္ဂိုလ်” ရှိလို့ . . . စကားပြောနေတာပါ။

အသံမထွက်ဘဲနဲ့ ပြောသော်လည်းပဲ . . . စိတ်ထဲက . . . “ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ သူတွေ” ကို မြင်နေလို့ . . . စကားတွေက ပြောနေရတာပါ။ အဲဒီစကားတွေပြောနေသေးသမျှ “သမာဓိ” ရအောင် တည်ထောင်ဖို့ မဖြစ်ပါဘူး။

အဲဒီတော့ . . . ဝါစာချုပ်ဖို့ . . . စကားလုံးတွေမထွက်ဘဲနဲ့ . . . ငြိမ်ငြိမ်နေနိုင်ဘို့ မှာ . . . အခြေခံက . . . ဘာကိုပယ်ရမှာလဲဆိုရင် . . . “ပုဂ္ဂိုလ်အစွဲ” ကို ပယ်ရပါမယ်။

“ပုဂ္ဂိုလ်အစွဲ” လျော့မှ . . . ပုဂ္ဂိုလ်အစွဲကင်းသွားရင် . . . ပုဂ္ဂိုလ်မပါရင် . . . စကား ပြောချင်သောစိတ် . . . လျော့သွားပါမယ်။ အဲဒီလိုဆိုရင် “ဝါစာ” ဆိုသော စကားပြောနေ တဲ့အလုပ်ဟာ . . . ချုပ်ငြိမ်းသွားပါမယ်။

က ဒီကံကို မတားနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့်မို့လို့ သူ့ကို အလွန်အရှိန်အဝါကြီးတဲ့ “ဂရုကမ္မ” လို့ ပြောပါတယ်။

ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ အဲဒီလို အလွန်ကြီးမားသောအကုသိုလ်ကံများပြုခဲ့ရင်တော့ အခြားကံ များက သူ့ကိုမတားနိုင်ပါဘူး။ သေသေချာချာ . . . အပါယ်ဘုံကိုရောက်အောင် ပို့ရပါတယ်။ မကောင်းသော ဂရုကမ္မ ကို “အကုသလဂရုကမ္မ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အခုပြောတဲ့ “အကုသလဂရုကံ” ရှိသကဲ့သို့ “ကုသလဂရုကံ” လည်းရှိပါတယ်။ “ကုသလဂရုကံ” ကလည်း “အကုသလဂရုကံ” များလို့ပါပဲ . . . ဒီဂရုကံကိုပြုလုပ်ထားသော ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ . . . သေတာနဲ့တစ်ပြိုင်တည်း ဒီကံ၏စွမ်းအားက . . . ကောင်းသောဘဝကို မုချ မသွေပေးရပါတယ်။ သူပြုထားသောကံရဲ့အနေအထားအလိုက် ဒီဂရုကံကပို့ပေးပါမယ်။ အဲဒါက “ကုသလဂရုကမ္မ” ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကံက ကောင်းသောဘဝကို အမှန်ပင်ပို့ပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ “ကုသလဂရုကမ္မ” ကလည်း အတိတ်ဘဝတွေကလုပ်ခဲ့တာမဟုတ်ပါဘူး။ ဒီပစ္စုပ္ပန် ဘဝမှာပဲလုပ်ရပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာပဲလုပ်မှ “ဂရုကမ္မ” က ဖြစ်ရပါတယ်။ “ကုသလဂရုကမ္မ” တွေဖြစ်ဖို့ ကောင်းသော “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်အောင် တည်ဆောက်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ရပါတယ်။ အဲဒီအလုပ်ဟာ ရိုးရိုးအလုပ်များထက်ပို၍ ကြီးမားတဲ့အလုပ်ကို လုပ်ရပါတယ်။

ပို၍ကြီးမားပြီး အဆင့်မြင့်သော အလုပ်တွေဆိုတာဟာ . . . ဘယ်လိုအလုပ်ကို လုပ်ရ ပါတယ်။

ပို၍ကြီးမားပြီး အဆင့်မြင့်သောအလုပ်တွေဆိုတာဟာ . . . ဘယ်လိုအလုပ်မျိုးတွေ ဖြစ်ပါသလဲ . . .

အဲဒီမှာ အရေးကြီးတဲ့အချက်က . . . ဒီ “ကုသလကမ္မ” ဖြစ်အောင် . . . လုပ်တဲ့ အလုပ်တွေမှာ . . . ဒါနပြုတာလည်း ကုသလကမ္မပါ။ သီလဆောက်တည်တာလည်း ကုသလကမ္မပါ။ ဘာဝနာပွားများတာလည်း ကုသလကမ္မပါ။ အဲဒီမှာ . . . ဂရုကမ္မဖြစ်လောက် အောင် ပွားများသော . . . “ဘာဝနာအလုပ်” ကို လုပ်ရပါမယ်။ အဲဒါမှ “ဂရုက” ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် . . . ဂရုကမ္မ ဖြစ်နိုင်အောင်အလုပ်ဆိုတာဟာ “ဘာဝနာအလုပ်” ပဲဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ “ဘာဝနာ” အလုပ်ကို . . . အောင်မြင်အောင်၊ ဂရုကမ္မအဆင့်သို့ရောက်သည့်တိုင် အောင် . . . ကြိုးစားမှ “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်ပါတယ်။ “ဘာဝနာ” ပွားရုံသက်သက်နဲ့တော့ “ဂရုကမ္မ” မဖြစ်သေးပါ။ “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်သည့်တိုင်အောင် ကြိုးစားထားမှ “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်ပါတယ်။

“သမထဘာဝနာ” ပွားရင်လည်း “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ “သမထဘာဝနာ” အပြင် . . . “ဝိပဿနာဘာဝနာ” လည်းရှိပါတယ်။ သူ့ကိုလည်း “ဂရုကမ္မ” အဆင့်သို့ရောက်သည့် တိုင်အောင် . . . ပွားများရပါတယ်။

“သမထဘာဝနာ” ၏ သဘောသဘာဝနဲ့ . . . “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ၏ သဘော သဘာဝကို သေသေချာချာနားလည်အောင် စဉ်းစားဖို့လိုပါတယ်။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓများ မပွင့်သေးတဲ့အချိန်အခါ . . . များမှာလည်းပဲ . . . စိတ်ကိုလှေ့ကျင့် ပွားများတဲ့ “သမထဘာဝနာ” အလုပ်များရှိပါတယ်။ အဲဒီလို “သမထဘာဝနာ” ကို ပွားများလို့ ထူးသော . . . အားကြီးသော . . . ဂရုကံတွေဖြစ်ရန်လည်း . . . သမထဘာဝနာ၏အစွမ်း ကြောင့် ဒုတိယဘဝမှာ . . . ဒီဂရုကံက ပိုင်းပိုင်းခြားခြား၊ ပြတ်ပြတ်သားသားဖြင့် “လူ့ဘဝ” ကို ပို့ပေးနိုင်ပါတယ်။

ဘုရားရှင်ပွင့်လာတဲ့အခါမှာ . . . ထူးခြားချက်ရှိပါတယ်။ ဒီ “သမထဘာဝနာ” များကို ပွားများဖို့ နည်းလမ်းတွေ “ဒေသနာ” မှာရှိပါတယ်။ ဒီထက်ထူးတာလည်းရှိတယ်။ အဲဒါက

အဲဒီလို . . . စိတ်ထဲကပြောတဲ့စကားမျိုးကို မပြောပဲနဲ့ . . . ငြိမ်သွားရင် . . . ဝါစာချုပ်တယ်လို့ . . . ပြောပါတယ်။

“ဝါစာ” . . . ဆိုတာ . . . “စကား” ပါ။ ချုပ်တယ်ဆိုတာ . . . ငြိမ်းသွားတယ်။ အဲဒါဟာ နှုတ်ကပြောတဲ့စကားတွေ မပြောရတာတင်မကဘူး၊ အတွင်းစိတ်မှာဖြစ်နေတဲ့ . . . စကားပြောမှုတွေပါ . . . ချုပ်မှ . . . “ဝါစာချုပ်တယ်” . . . လို့ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီသဘာဝကို သေသေချာချာ နားလည်ရပါမယ်။

အဲဒီလို သိနားလည်တော့ . . . အဲဒီ . . . ဝါစာမချုပ်သေးသမျှ . . . ပါးစပ်ကိုပိတ် ထားပြီးတော့ . . . “ဝစိပိတ်” . . . စကားမပြောနဲ့လို့ . . . အကျင့်ခိုင်းနေပေမယ်လို့ . . . အတွင်းစိတ်က . . . ပြောနေသေးသမျှ . . . ဝါစာမချုပ်ပါဘူး။ ဝါစာမချုပ်ရင် “သမာဓိ” တည်လို့မရပါဘူး။ အဲဒီသဘာဝကို ပထမအဆင့်အနေနဲ့ . . . သိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

အခုလို ဘုရားပွင့်သောအခါရောက်တော့ . . . ဘုရားက ပညာတွေစုံစုံစီ သင်ကြား ပေးပါတယ်။ အဲဒီမှာ . . . တစ်ယောက်တည်းထိုင်ပြီးတော့ . . . ဘယ်သူမှမရှိပဲနဲ့လည်း စကားတွေပြောနေပါတယ်။

အဲဒီလို စကားတွေပြောနေတာ . . . "INTERNAL CONVERSATION" လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီစကားပြောတဲ့အထဲမှာ . . . ဘာပါသလဲ . . .

စကားပြောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သူပြောတာကို နားထောင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် . . . သူ့ရဲ့စိတ်ကူး ထဲမှာရှိပါတယ်။ သူဟာ တစ်ခြားပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးကိုသော်လည်းကောင်း . . . အများကိုသော် လည်းကောင်း ရည်မှန်းပြီး . . . ဒီစကားတွေပြောနေတာဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုဆိုရင် စိတ်၏တည်ငြိမ်မှုရအောင် ကြိုးစားရပါမယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားတစ်ခုခုကို အခြေခံ၍ ပွားများရပါမယ်။

သဘာဝတရားတွေမှာ ဘုရားရှင်ကပြောပါတယ်။ ဟောဒီစိတ်ဟာ . . . တည်ငြိမ်သည့် သဘောနဲ့ မတည်ငြိမ်သည့်သဘော . . . (၂)မျိုးရှိပါတယ်။ စိတ်မတည်ငြိမ်ခြင်း၏အဓိပ္ပာယ်က ဘာကြောင့်ပါလဲ . . . အဓိကအားဖြင့် စိတ်ကိုတည်ငြိမ်အောင် ကြိုးစားတဲ့အခါ . . . “တရားထိုင်ပါမယ်” ဆိုပြီးတော့ . . . တရားထိုင်ပါတယ်။ သီလလည်း စင်ကြယ်တယ်၊ ကောင်းစွာမှန်စွာလည်း တရားထိုင်နေပါတယ်။ ဘယ်သူမှလည်းမရှိပါ။ မိမိတစ်ယောက်တည်းထိုင်ပါတယ်။

ထိုင်နေတဲ့အခါ . . . စိတ်ကိုတည်ငြိမ်အောင် ကြိုးစားပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ . . . အဲဒီအချိန်မှာ . . . အဲဒီစိတ်ဟာ . . . ဘာလုပ်ပါသလဲ . . . သိပါသလား . . . စကားတွေ . . . ပြောတယ်၊ နှုတ်ကအသံမထွက်ပဲ . . . ငြိမ်ငြိမ်လေး ထိုင်နေပေမယ့်လို့ . . . စိတ်က . . . စကားတွေပြောတယ်။ အဲဒါဟာ "SILENT SPEAKING" ပါ။ အသံမထွက်ပဲ စကားတွေပြောနေပါတယ်။

အသံမထွက်ပဲနဲ့ . . . စကားတွေပြောနေရင် . . . အဲဒီစိတ်ဟာ . . . တည်ငြိမ်မှုမဖြစ်ပဲရှိနေပါတယ်။ အဲဒီအချက်ကို သေသေချာချာ ဉာဏ်နဲ့ယှဉ်၍ ဆင်ခြင်ဖို့လိုပါတယ်။

စိတ်မတည်ငြိမ်ရခြင်းအကြောင်းဟာ . . . စကားတွေပြောနေတဲ့စရိုက်တွေရှိနေလို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလိုစကားတွေပြောနေတဲ့သဘော . . . "SILENT SPEAKING" ခေါ်တဲ့ အသံမထွက်ပဲစကားတွေပြောနေတာကို . . . ဘာလုပ်ရမလဲဆိုရင် . . . မပြောမိအောင် . . . အသံမထွက်ပဲနဲ့ပြောနေတဲ့စကားတွေချုပ်အောင် . . . ပထမအဆင့်အနေနဲ့ ကြိုးစားရပါမယ်။

. . . ဝိပဿနာဘာဝနာပွားများနိုင်ဖို့ နည်းလည်းရှိနေပါတယ်။ ဘုရားပွင့်လာတော့ . . . သမထဘာဝနာနဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာ (၂)မျိုးစလုံးကို ပွားများနိုင်ပါတယ်။

“သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ” များ ပွင့်သောအချိန်မှသာ . . . “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ကို ပွားများနိုင်တာဖြစ်ပါတယ်။ “သမထဘာဝနာ” ပွားများ၍ အဆင့်မြင့်တဲ့ဆီကို ရောက်ရင် “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်ပါတယ်။ ထို့အတူ “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ကို ပွားများ၍ . . . “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်တာလည်း ရှိပါတယ်။ သမထရော၊ ဝိပဿနာရော (၂)ခုစလုံးကိုပွား၍ . . . “ဂရုကမ္မ” ဖြစ်တာလည်း ရှိပါတယ်။

သမထဘာဝနာပဲပွားပွား . . . ဝိပဿနာဘာဝနာပဲပွားပွား . . . “နည်းပညာ” ကို စုံစုံလင်လင် ပြည့်ပြည့်ဝဝ ပြောပြနိုင်သူဟာ . . . “သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ” ဖြစ်ပါတယ်။ “သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ” များပွင့်လာတဲ့အခါ . . . “သမထဘာဝနာ” ကို သူစနစ်နဲ့သူ တိုးတက်အောင်ပွားများဖို့ နည်းပညာများကို ဘုရားရှင်ကပေးပါတယ်။ ထို့အတူ “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ကို ပွားများဖို့လည်း . . . နည်းပညာကို ဘုရားရှင်က သင်ပေးထားပါတယ်။

ဘုရားမပွင့်တဲ့အချိန်မှာ “သမထဘာဝနာ” တွေကို ပွားများရတယ်ဆိုတာဟာ . . . ကိုယ့်ဟာနဲ့ကိုယ်ကြိုးပမ်းကြရတော့ . . . ဒီသာသနာတွင်းလောက် မလွယ်ပါဘူး။ သာသနာတွင်းမှာ “သမထဘာဝနာ” ကို ပွားများရင်လည်း . . . သူ့နည်းနဲ့သူ့ပညာတည်ထောင်ထားလို့ လွယ်လွယ်ကူကူတက်လှမ်းနိုင်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ ဘုရားပွင့်သော “သာသနာတွင်း” အခါမှာ ရရှိတဲ့ထူးသောအကျိုးများဖြစ်ပါတယ်။ သမထရော . . . ဝိပဿနာကိုပါ . . . လွယ်ကူစွာ . . . စနစ်နဲ့ပွားများနိုင်ကြပါတယ်။

အဲဒီလိုပွားများလို့ . . . အလွန်အရှိန်ကြီးသော . . . ကံများဖြစ်လာရင် . . . “ဂရုကမ္မ” လို့ ခေါ်ရပါတယ်။

“ဂရုကမ္မ” ဖြစ်အောင် သမထဘာဝနာပွားရင်လည်း ရပါတယ်။ အဲဒီမှာ . . . သမထဘာဝနာကိုပွားတဲ့နည်း . . . ဝိပဿနာဘာဝနာကို ပွားတဲ့နည်း . . . ဆိုတဲ့ . . . ဘုရားရှင်ပေးတဲ့ “နည်းပညာ” တွေ ရှိပါတယ်။

“သမထ” ဘာဝနာရဲ့သဘောက စိတ်၏တည်ငြိမ်မှုရရှိ စိတ်စွမ်းအားကိုမြှင့်တင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ သိတာလေးကို “ဝိညာဏ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ “ဝိညာဏ” ရဲ့စွမ်းအားတက်လာဖို့မှာ . . . တည်ငြိမ်မှု “သမာဓိ” အားလိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် . . . တည်ငြိမ်မှု “သမာဓိ” အားနဲ့ တက်ရပါတယ်။ အဲဒီလမ်းဟာ “သမာထလမ်း” ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ “သမထ” လမ်းက “သမာဓိ” အားကို တည်ထောင်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။

“သမာဓိ” အားကောင်းတော့ စွမ်းအားတွေတက်လာပါတယ်။ အဲဒီစွမ်းအားတွေတက်အောင်လုပ်တဲ့နည်းပညာကိုလည်းပဲ . . . ဘုရားရှင်ကပေးထားပါတယ်။ အလုပ်ကိုတော့ “သမထဘာဝနာ” အလုပ်လို့ ပြောပါတယ်။

“သမထဘာဝနာ” ကို ပွားများတဲ့အလုပ်၊ “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ကို ပွားများတဲ့အလုပ် . . . များကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ကွဲကွဲပြားပြားသိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အခုစိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင် လေ့ကျင့်ကြတာပါ။ စိတ်တည်ငြိမ်အောင် . . . စိတ်သမာဓိရအောင်လုပ်တဲ့ အလုပ်ကို . . . “သမထဘာဝနာ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီ “သမထဘာဝနာ” ကို လုပ်သည်ဖြစ်စေ . . . “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ကို လုပ်သည်ဖြစ်စေ . . . အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ “သီလ” စင်ကြယ်ရပါမယ်။ ဘယ်လို “သီလ” မျိုးလဲဆိုရင် . . . ဒီဘာဝနာတရားကိုပွားများဖို့အတွက် . . . အခြေခံသတ်မှတ်ထားတဲ့ “သီလ” က . . .

“သမ္မာဝါစာ” ကို စောင့်ထိန်းရပါမယ်။ “သမ္မာဝါစာ” ဆိုတာဟာ “မှန်ကန်စွာ-ကောင်းမွန်စွာ” ပြောတာ . . . ဖြစ်ပါတယ်။

ထို့အတူပဲ ကိုယ်အမှုအရာများလုပ်တဲ့အခါ “သမ္မာကမ္မန္တ” ဆိုတာကို စောင့်ထိန်းပေးရပါမယ်။

ဒီအပြင် “သမ္မာအာဇီဝ” ဆိုတဲ့ အသက်မွေးမှုစင်ကြယ်ခြင်းကိုလည်း စောင့်ထိန်းရပါမယ်။

ဒါကြောင့် . . . ကာယကံမှုလည်း စင်ကြယ်ရမယ်။ ဝစီကံမှုလည်း စင်ကြယ်ရမယ်။ အသက်မွေးမှုလည်း စင်ကြယ်ရပါမယ်။ အဲဒီသုံးခုကို စင်ကြယ်အောင် စောင့်ထိန်းနိုင်ရင် “သီလမဂ္ဂင်” တည်ပါတယ်။

အဲဒီလို “သီလစင်ကြယ်” သော ပုဂ္ဂိုလ်မှသာလျှင် . . . “သမထ” အလုပ်ကိုဖြစ်စေ . . . “ဝိပဿနာ” အလုပ်ကိုဖြစ်စေ . . . လုပ်နိုင်ပါတယ်။

သမထဘဲလုပ်လုပ်၊ ဝိပဿနာပဲလုပ်လုပ် မိမိကိုယ်တိုင် “သီလ” စင်ကြယ်ရပါမယ်။ အဲဒီ “သီလ” က . . . ဝစီကံသီလ၊ ကာယကံသီလ . . . အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း စင်ကြယ်မှုသီလ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီသုံးပါးကို စင်ကြယ်အောင် ထိန်းသိမ်းထားသော ပုဂ္ဂိုလ်သာလျှင် . . . သမထဘာဝနာ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာ ဘယ်ဟာကိုပဲပွားပွား . . . ပွားလို့ရပါတယ်။

အဲဒီသဘောတွေကို သေသေချာချာ နားလည်ပြီးတော့မှ . . . ဘာဝနာလုပ်ငန်းများကို လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။ ဒီစိတ်တည်ငြိမ်ပြီး သမာဓိအားကောင်းဖို့အတွက် . . . သီလလည်း စင်ကြယ်ပါပြီ။ ဒီသုံးပါးဖြစ်သော ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှုနှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းစင်ကြယ်မှုတို့ ပြည့်စုံပါပြီ။

အတ္တဒိဋ္ဌိ ... ရှိလျှင် ... အပါယ်ကျမည်

သဗ္ဗာနိ စ အပါယဂါမိနိကမ္မာနိ နာမ
 အတ္တဒိဋ္ဌိ ယာ သတိယာ ဧဝ အာပဇ္ဇတိ ၊
 အသတိယာ န အာပဇ္ဇတိ ။

သဗ္ဗာနိ စ အလုံးစုံလည်းဖြစ်ကုန်သော
 အပါယဂါမိနိကမ္မာနိ နာမ.....
 အပါယ်သို့လားစေသော
 ကံတို့မည်သည်ကား
 အတ္တဒိဋ္ဌိ ယာ
 အတ္တဒိဋ္ဌိသည် (ဝါ) မှီစာဒိဋ္ဌိသည်
 သတိယာ ဧဝ
 ရှိမှသာလျှင်
 အာပဇ္ဇတိ
 ရောက်ရ၏။
 အသတိယာ
 အတ္တဒိဋ္ဌိမရှိခဲ့သော် ...

C **D**

L

ဗုဒ္ဓဒေသနာ နှင့် ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ (ရန်ကုန်)

ဆရာကြီး ဦးဌေးအောင်
 (မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဇေ)
 ၏
 (၂၅) ကြိမ်မြောက် ဗုဒ္ဓဒေသနာသင်တန်း
 မှ
 ဟောပြောချက်များ

(၁၉) သမထဘာဝနာ နှင့် ဂရုကမ္မ . . . (၂၈ - ၄ - ၂၀၀၇)

(သင်တန်းသားများအတွက်သာ)
 ဗုဒ္ဓဒေသနာ နှင့် ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ (ရန်ကုန်) မှ ပြန်ချိသည်။

C **D**