mgyoe.com
SAMPLE BOOK

မင်းနန် ၊မော်ကျွန်း၊

ကောင်းသောနံနက်ခင်း၊ကောင်းသောနေ့လယ်ခင်း
ကောင်းသောညနေခင်း

mgyoe.com

graphic design by artist [illegible] kyaw@2025

mgyoe.com SAMPLE BOOK

- အနှိုင်းမဲ့သစ္စာစကားဖြင့် မေတ္တာပို့ခြင်း၊
- ရင်ထဲကတရားစခန်း၊
- ဆွမ်းသွတ်အလှူ၏ အဖို့ကို ကွယ်လွန်သူတိုင်း ရနိုင်ပါသလား၊
- အယူမှန် ရည်ရွယ်ချက်မှန်ဖြင့် ဘုရားဖူးတတ်ရဲ့လား၊
- သိကြားသာသနာဆိုတာ ဘုရားဟောဟုတ်ရဲ့လား၊
- သင်္ကြန်တွင်းမှာ သိကြားမင်း လူ့ပြည်ဆင်းသလား၊
- ပုထုဇဉ်အနေဖြင့် ရဟန်းတစ်ပါးကို ရဟန္တာ ဟုသိနိုင်ပါသလား၊
- သန္တာရသလွင်ပြင်၊
- မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသုတ်ထဲမှာ၊
- အမြင့်ဆုံး ကျင့်စဉ်ကို ကျင့်သူများ၊
- ဘဝထဲက အငြိမ်းစားမယူနှင့်။

မင်းနန္ဒ

(မော်ကျွန်း)

ကောင်းသောနံနက်ခင်း၊ကောင်းသောနေ့လယ်ခင်း ကောင်းသောညနေခင်း

9 250205 054489

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK
mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ဝန်ချီတောင် စာပေ
စာအုပ်အမှတ်စဉ် - ၉၁

ဝန်ချီတောင်စာပေ
တိုက် ၁၅၊ အခန်း (၂၀၂)၊
အင်းဝအိမ်ရာ၊ ၆၆ ရပ်ကွက်၊
ဒဂုံမြို့သစ်(တောင်ပိုင်း)မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း- ၀၉ ၂၅၀၂၀၅၀၅၄၊ ၀၉ ၅၄၀၂၆၅၊
၀၉ ၉၇၁၇၂၃၆၅၁

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ကောင်းသောနံနက်ခင်း၊
ကောင်းသောနေ့လယ်ခင်း၊
ကောင်းသောညနေခင်း

မင်းနန် (မော်ကျွန်း)

mgyoe.com

mgyoe.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ထုတ်ဝေသူ
ဒေါ်သန်းသန်းအေး ဝန်ချတောင်စာပေ (၀၁၉၂၄)
အမှတ် ၁၅၊ အခန်း (၂၀၂)၊ အင်း၀အိမ်ရာ၊
၆၆ ရပ်ကွက်၊ ဒဂုံမြို့သစ် (တောင်ပိုင်း) မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်
ဦးလပြည့်ဝေး၊ လပြည့်လင်းပုံနှိပ်တိုက် (၀၁၃၆၉)
အမှတ် ၁၁ - H၊ ၅၅ လမ်း (အလယ်)၊
ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကွန်ပျူတာစာစီ
Dream City 09 891259944
Proof Reader - မြင့်မောင်

ထုတ်ဝေသည့်လ
၂၀၂၅၊ အောက်တိုဘာလ (ပထမအကြိမ်)

အုပ်ရေ
၇၀၀

တန်ဖိုး
၁၀၀၀၀ ကျပ်

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

မာတိကာ

- အမှာစာ ၇
၁။ အနှိုင်းမဲ့ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် အလင်းရောင်တို့၏အရှင် ၉
၂။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ပီပီသသဖြစ်စေဖို့ ၁၄
၃။ အနှိုင်းမဲ့သစ္စာစကားဖြင့် မေတ္တာပို့ခြင်း ၁၈
၄။ ကောင်းသောနံနက်ခင်း၊ ကောင်းသောနေ့လယ်ခင်း၊ ကောင်းသောညနေခင်း ၂၄
၅။ ရင်ထဲက တရားစခန်း ၃၀
၆။ ဆွမ်းသွတ်အလှူ၏အဖို့ကို ကွယ်လွန်သူတိုင်း ရနိုင်ပါသလား ၃၅
၇။ ဆွမ်းသွတ်အလှူအတွက် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ရွေးချယ်သင့်သလား ၃၉
၈။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ ဉီးခံမန္တာန် ရွတ်သင့်သလား ၄၄
၉။ သားယောက်ျားလေးကို ရှင်ပြုပေးရင် သာသနာ့အမွေခံဖြစ်သလား ၄၉
၁၀။ အယူမှန်၊ ရည်ရွယ်ချက်မှန်ဖြင့် ဘုရားဖူးတတ်ရဲ့လား ၅၄
၁၁။ သိကြားသာသနာဆိုတာ ဘုရားဟော ဟုတ်ရဲ့လား ၅၈
၁၂။ သာသနာငါးထောင် ဘုရားဟောသလား ၆၃

mgyoe.com

၁၃။ သကြိန်တွင်းမှာ သိကြားမင်း လူ့ပြည်ဆင်းသလား ၆၉

၁၄။ ဘုရားစေတီ ဂန္ဓကုဋီအတွင်းသို့
မိန်းမများ မဝင်ကောင်းဘူးလား ၇၅

၁၅။ ပုထုဇဉ်အနေဖြင့် ရဟန်းတစ်ပါးကို ရဟန္တာဟု
သိနိုင်ပါသလား ၈၁

၁၆။ ခုနစ်နေ့ဖွား အယူအဆများ မှန်ရဲ့လား ၈၆

၁၇။ သန္တရသလွင်ပြင် ၉၀

၁၈။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသုတ်ထဲမှာ ၁၀၀

၁၉။ ပိဋကတ်နှင့်ဗေဒင် ၁၀၃

၂၀။ နေ့လွဲညစာ ၁၀၇

၂၁။ ဖားအောက်တောရ ဆရာတော်ကြီး၏ ဩဝါဒတော်နှစ်ပုဒ် ၁၁၂

၂၂။ ဆရာတော်ဦးဇောတိက၏ ဓမ္မအတွေးအမြင်များ ၁၁၇

၂၃။ အမြင့်ဆုံးကျင့်စဉ်ကို ကျင့်သူများ ၁၄၂

၂၄။ စိတ်စွမ်းအားမြင့်တက်လာစေဖို့ ၁၄၆

၂၅။ ဓမ္မစာပေ၏ကျေးဇူး ၁၅၂

၂၆။ ဘဝထဲက အငြိမ်းစားမယူနှင့် ၁၆၁

❑

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

စာရေးသူ၏ အမှာစာ

ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော်၊ သုညတဝဂ်၊ ဘူမိဇသုတ်၌ မြတ်စွာဘုရားက 'ဆီကို အလိုရှိသူသည် ဆံုခွက်ထဲ၌ ကျောက်စရစ်များ၊ သဲများထည့်၍၊ ရေဖြင့် ဖျန်းကာဖျန်းကာ၊ ကြိတ်၍ညှစ်သော်လည်း ဆီကို မရနိုင်။ ထိုနည်းတူပင် မှားယွင်းသော အယူအဆ အမြင်အသိ ရှိနေသူသည် မြတ်သောအကျင့်ကို အားထုတ်ကျင့်သုံးသည်ဟုဆိုသော်လည်း အကျိုးမရှိနိုင်'ဟု ဟောတော်မူခဲ့ပါ၏။

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားဦးဒေသနာ ဓမ္မစကြာတွင် ပါဝင်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၌ 'သမ္မာဒိဋ္ဌိ'သည် အဦးအစမဂ္ဂင် ဖြစ်ပါသည်။ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအဖို့ အယူအမြင် မှန်ကန်စင်ကြယ်ခြင်းသည် ပဓာနအကျဆံုး၊ အရေးအကြီးဆံုးအရာ ဖြစ်ပါ၏။ မှန်ကန်သော အယူအမြင်ရှိမှသာ အပြုအမူမှန်မည်။ အပြောအဆိုမှန်မည်။ အကြံအစည်မှန်မည်။ ကံသံုးပါး ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်မှသာ ဘဝခရီးလမ်းသည် ချောမွေ့ဖြောင့်တန်းပေလိမ့်မည်။

ဤစာအုပ်တွင် အယူအမြင် မှန်ကန်ရေးအတွက် ရည်ရွယ်ရေးသားထားသော ဆောင်းပါးများ၊ အစဉ်အလာ အသိမှား၊ အမှတ်မှားနေသည်များကို ပြုပြင်တည့်မတ်ပေးသော ဆောင်းပါးများ ပါဝင်ပါသည်။ ဤစာအုပ်တွင် ပါဝင်သော ဆောင်းပါးအများစုသည် စံတော်ချိန်နေ့စဉ်သတင်းစာတွင် ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါ၏။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ကျွန်တော်သည် ၁၉၉၇ ခုနှစ်မှစတင်၍ ဘာသာရေးလုံးချင်းစာအုပ်များ ရေးသားခဲ့ရာ ယခုစာအုပ်သည် (၄၅) အုပ်မြောက် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော် ရေးသားသော စာအုပ်များကို အားပေးဖတ်ရှုသော စာဖတ်ပရိသတ်များကိုလည်းကောင်း၊ စာအုပ်ပါ ဆောင်းပါးအများစုကို ဖော်ပြပေးခဲ့သော 'စံတော်ချိန်' နေ့စဉ်သတင်းစာ တာဝန်ခံအယ်ဒီတာ ဆရာ လွင်မင်းဦးနှင့် အယ်ဒီတာအဖွဲ့ကိုလည်းကောင်း၊ ဤစာအုပ်ကို ထုတ်ဝေပေးသော ဆရာ မောင်ရင့်မာ (ကျောင်းကုန်း) (ဝန်ချတောင်စာပေ) ကိုလည်းကောင်း လေးလေးစားစား ကျေးဇူးစကား ဆိုပါသည်။

မင်းနန် (မော်ကျွန်း)

❑

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

အနိုင်းမဲ့ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် အလင်းရောင်တို့၏အရှင်

စိတ်နှလုံးရော ဦးနှောက်ပါ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်

"ရာဇဝင်သမိုင်း၌ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားသော သမိုင်းဝင် မဟာပုရိသ ယောကျ်ားမြတ်တစ်ဦးအား ရှေးဟောင်းနတ်ဒေဝတာများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ခြင်းငှာ မသင့်လျော်ပေ။ သို့ရာတွင် အကယ်၍ ရှေးဟောင်းစကားလုံး သုံးရိုးသုံးစဉ်ကို အသုံးပြုမည်ဆိုလျှင် ဗုဒ္ဓသည် တစ်ဆယ့်ခြောက်ပါးသော အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းနှင့် ပြည့်စုံသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံသည် ကြီးကျယ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များကို မွေးဖွားပေးသည့် ကံကုသိုလ်ရရှိခဲ့သည့် နိုင်ငံဖြစ်ပေသည်။ သို့ရာတွင် ဗုဒ္ဓ၏ ပြည့်စုံမှုကို တွေ့ရသလောက် တခြားတွင် တွေ့ရပေလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။ မဟာပုရိသ ယောကျ်ားမြတ်တွေထဲက ဦးနှောက် (သို့မဟုတ်) အသိဉာဏ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး အဝေးသို့အထိ ထွင်းဖောက်နိုင်သည့် အလွန်ကြီးကျယ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များ အမြောက်အများ တွေ့ရှိရပေလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် စိတ်နှလုံး နူးညံ့ချိုသာမှုနှင့်ပတ်သက်၍မူ ထိုမျှလောက် ကြီးကျယ်သည်ကို တွေ့ရပေလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ စိတ်နှလုံးနှင့်ပတ်သက်၍ အလွန်တရာ ပြည့်ဝသူများဖြစ်သော်လည်း ဦးနှောက်နှင့်ပတ်သက်လာလျှင်မူ ချို့တဲ့နေသည်ကို တွေ့ရပေမည်။

ဗုဒ္ဓသည် စိတ်နှလုံးနှင့် ဦးနှောက် နှစ်မျိုးစလုံး၌ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

သူ ဖြစ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓ၏ ပုဂ္ဂလဝိသေသထူးခြားချက်မှာ နှစ်ပေါင်းနှစ်ထောင်ငါးရာမျှသော အစဉ်အလာများနှင့် သဒ္ဓါတည်းဟူသော ပန်းတို့ဖြင့် ဖုံးလွှမ်းထားခြင်းခံရသဖြင့် တောအတွင်း၌ မြုပ်ကွယ်နေသယောင်ယောင် ထင်မှတ်ရလေသည်။ သို့ရာတွင် ယင်းသို့ဖြစ်လင့်ကစား အနည်းငယ်မျှ စဉ်းစားဆင်ခြင်လိုက်လျှင် မြူမှုန်လိမ်ကပ်နေသည့် ဟီးနိုးစိန်ကဲ့သို့ တလက်လက်တောက်ပလျက်ပင် ရှိလေသည်။''

ကမ္ဘာကျော် အိန္ဒိယစာရေးဆရာကြီး 'ရာဟုလာသံကိစ္စည်း' က 'မဟာလူသားဗုဒ္ဓ' ဟူသော စာအုပ်တွင် မြတ်စွာဘုရားအကြောင်းကို အထက်ပါအတိုင်း ရေးသားထားသည်ကို (ဆရာပါရဂူ၏ ဘာသာပြန်မှ တစ်ဆင့်) ဖတ်ရှုရပါသည်။ ကျွန်တော် အင်မတန် နှစ်သက်သော အရေးအဖွဲ့ဖြစ်ပါ၏။

မြတ်စွာဘုရား၏ စိတ်နှလုံးတော် အကြွင်းမဲ့ ဖြူစင်သန့်ရှင်းခြင်း၊ သိမ်မွေ့နူးညံ့ခြင်း၊ မြင့်မြတ်ခြင်းတို့သည် ကိလေသာဟူသမျှ ဝါသနာနှင့်တကွ အကြွင်းမဲ့ ကင်းစင်တော်မူသော 'အရဟံဂုဏ်တော်' ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ကိလေသာဟူသမျှ မြူမျှကင်းစင်တော်မူသောကြောင့်သာ မြတ်စွာဘုရား၏ စိတ်နှလုံးတော်သည် ပကတိအညစ်အကြေးကင်းကင်း၊ ရှင်းရှင်းသန့်သန့် ဝင်းလက်တောက်ပနေခြင်း ဖြစ်ပါ၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် ဦးနှောက်ပိုင်းဆိုင်ရာတွင် အနှိုင်းမဲ့ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်ခြင်းကမူ သိစရာမှန်သမျှ ဆရာမကူ ကိုယ်တော်တိုင် အကြွင်းမဲ့ အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူသော 'သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီး' ကြောင့် ဖြစ်ပါ၏။ ဓမ္မဝိနယဟုခေါ်သော ပရိယတ္တိသာသနာတော်ဟုလည်း ခေါ်သော ထေရဝါဒပိဋကတ်တော်များသည် မြတ်စွာဘုရား၏ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော် မြတ်ဖြင့်သာ ထုတ်ဖော်ဟောကြားနိုင်သည့် တရားတော်မြတ်တွေ ဖြစ်ပါ၏။ ထေရဝါဒပိဋကတ်တော်များသည် ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပြည့်စုံဆုံး၊ အထည်ဝါဆုံး၊ အကျယ်ပြန့်ဆုံး ကျမ်းဂန်တွေ ဖြစ်ပါ၏။ ကမ္ဘာပေါ်တွင်ရှိသော မည်သည့်ဘာသာတရားမျှ ထေရဝါဒပိဋကတ်တွေလောက် ကျမ်းဂန်တွေ မများကြောင်း ကမ္ဘာ့ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ပညာရှင်များက ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခဲ့ကြသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

နိဘာယ်လ်ဆုရှင်၏အဖွဲ့အနွဲ့

ကမ္ဘာကျော် နိဘာယ်ဆုရ စာရေးဆရာကြီး 'ဟာမန်ဟက်စ်'သည် သူ၏နိုင်ငံများစွာတွင် ဘာသာပြန်ဆိုခဲ့ပြီး အကြိမ်ပေါင်း (၆၀) ကျော် ထုတ်ဝေခဲ့သော 'သိဒ္ဓတ္ထ'အမည်ရှိ စာအုပ်တွင် မြတ်စွာဘုရား၏ ရူပကာယ နှင့် လှုပ်ရှားမှုအပေါ် ဤသို့ဖွဲ့နွဲ့တင်ပြခဲ့ပါသည်။

အလင်းရောင်နှင့်ငြိမ်းချမ်းမှု

"ဗုဒ္ဓသည် နက်နက်နဲနဲ စဉ်းစားဆင်ခြင်တော်မူရင်း တည်ငြိမ်ကျွန္နေ့ရစွာဖြင့် သူ့လမ်းသူ ကြွတော်မူ၏။ သူ၏ တည်ငြိမ်လျက်ရှိသော မျက်နှာတော်သည် ပြုံးလည်းမပြုံး၊ မဲ့လည်းမမဲ့၊ နှလုံးသားတွင်မူ ပြုံးယောင်ယောင်ပေါ်နေသည် ဟု ထင်ရသည်။ သူငယ်၏ ရိုးသားပြီး လျှို့ဝှက်သော အပြုံး မျိုးဖြင့် သူသည် စက္ခုန္ဒြေချလျက် တည်ငြိမ်ကျွန္နေ့ရစွာ ကြွသွားတော်မူသည်။

သူသည် သင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံလျက် အခြားသော ရဟန်း များကဲ့သို့ပင် ကြွတော်မူသည်။ သို့ရာတွင် သူ၏မျက်နှာ၊ သူ၏ခြေလှမ်း၊ မျက်လွှာချထားသော သူ၏ ငြိမ်းချမ်းသော အကြည့်၊ အောက်သို့ချထားသော သူ၏ ငြိမ်းချမ်းသော လက်မောင်းနှင့်တကွသော လက်ချောင်းများသည် ငြိမ်းချမ်း မှုကို ပြောဆိုနေကြသည်။ ပြည့်စုံမှုကို ညွှန်ပြနေကြသည်။ ၎င်းတို့သည် ဘာကိုမှ မလိုတော့ပေ။ ဘာကိုမှ အတုမယူ တော့ပေ။ တည်မြဲသည့် ငြိမ်းချမ်းမှု၊ မှေးမှိန်မသွားသည့် ငြိမ်းချမ်းရေးကိုသာ လှစ်ပြနေကြသည်။

ယင်းသို့လျှင် ဂေါတမဗုဒ္ဓသည် မြို့အတွင်းသို့ ဆွမ်းခံ ကြွသွားတော်မူ၏။ သမဏနှစ်ဦးမှာမူ ကိုယ်ဟန်လက္ခဏာ ၏ ငြိမ်းချမ်းမှုကိုလည်းကောင်း၊ လိုလားတောင့်တခြင်းလည်း မရှိ၊ အာသာဆန္ဒလည်း မရှိ၊ ဟန်ဆောင်ခြင်းလည်း မရှိ၊ အလင်းရောင်နှင့် ငြိမ်းချမ်းမှု နှစ်ခုသာလျှင်ရှိသော ရုပ်ပုံတော်

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၏ တည်ငြိမ်မှုကိုလည်းကောင်း ကြည့်ပြီး ဗုဒ္ဓမှန်း သိရှိနားလည်သွားကြသည်။

အရောင်လက်နေသော လက်ဆစ်တော်များ

သိဒ္ဓတ္ထသည် ဂေါတမ၏ ဦးခေါင်းကိုလည်းကောင်း၊ ပခုံးတော်ကိုလည်းကောင်း၊ ခြေတော်ကိုလည်းကောင်း၊ တည်ငြိမ်သော လက်တော်ကိုလည်းကောင်း အာရုံစိုက်ပြီး ကြည့်ရှုနေ၏။ ဗုဒ္ဓ၏ လက်ဆစ်တော်ဟူသမျှဩ အသိဉာဏ်စုနေပြီး ၄င်းတို့သည် သစ္စာတရားကို ပြောပြနေသည်၊ အသက်ရှူနေသည်၊ အရောင်လက်နေသည်ဟူ၍ပင် သိဒ္ဓတ္ထအထင် ရှိနေသည်။ ဤလူသား၊ ဤဗုဒ္ဓသည် အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် မြင့်မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်။ သိဒ္ဓတ္ထသည် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်အား ဘယ်တုန်းကမျှ ယခုလောက် မလေးစားခဲ့။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်အား မည်သည့်အခါကမျှ ယခုလောက် မချစ်ခဲ့။''

ကမ္ဘာကျော် နိုဘယ်ဆုရှင် စာရေးဆရာကြီး 'ဟာမန်ဟက်စ်'၏ သိဒ္ဓတ္ထဟု အမည်ပေးထားသော ဝတ္ထု၏ အဓိကဇာတ်ဆောင်မှာ ဗြဟ္မဏလူငယ် သိဒ္ဓတ္ထပါ။ အမှန်တရားကို ကိုယ်တိုင်အတွေ့အကြုံဖြင့် ရှာဖွေရန် ခရီးထွက်လာသော ဗြဟ္မဏလူငယ်နှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ တွေ့ဆုံခန်းတွင် နိုဘယ်ဆုရှင် စာရေးဆရာကြီးက မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ရူပကာယတော်၊ အပြုအမူတော်တို့ကို အထက်ပါအတိုင်း လှလှပပ ဖန်တီးပုံဖော်ရေးသားခဲ့ပါသည်။ ဗြဟ္မဏလူငယ်နှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ တွေ့သော ဇာတ်ဝင်ခန်းတွင် ရေးသားထားသော ဗုဒ္ဓအဖွဲ့ကို ကျွန်တော် အသက် (၂၀) ကျော်အရွယ်ကပင် စတင်ဖတ်ရှုခဲ့ရပြီး စွဲစွဲမက်မက် နှစ်သက်ခဲ့ပါသည်။

အထက်ပါဗုဒ္ဓအဖွဲ့တွင် ''သူ၏လက်မောင်းနှင့်တကွသော လက်ချောင်းများသည် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ပြောဆိုနေကြသည်။ ပြည့်စုံမှုကို ညွှန်ပြနေသည်။ ၄င်းတို့သည် ဘာကိုမျှ မလိုတော့ပေ။ ဘာကိုမျှ အတုမယူတော့ပေ။ တည်ငြိမ်သည့် ငြိမ်းချမ်းမှု၊ မှေးမှိန်မသွားသည့် အလင်းရောင်၊ ကျိုးပဲ့ပျက်စီးမသွား

mgyoe.com

m gyoe . com SAMPLE BOOK

သည့် ငြိမ်းချမ်းရေးကို လှစ်ပြနေကြသည်'' ဆိုသော ရေးဖွဲ့မှုကို အထူးအလေးထား သဘောကျမိပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားသည် ကိလေသာဟူသမျှ အကြွင်းမဲ့ဥဿုံကုန်စင် ကင်းစင်သွားပြီဖြစ်သောကြောင့် အပြည့်အဝ ပြည့်စုံသွားပြီ။ အဘယ်အရာကိုမှ မလိုတော့ပြီ။ အပြည့်အဝ အနှိုင်းမဲ့ ငြိမ်းချမ်းသွားပြီဟု ညွှန်းဆိုချင်တာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

ထို့ပြင် 'အလင်းရောင်နှင့် ငြိမ်းချမ်းမှု နှစ်ခုသာလျှင်ရှိသော ရုပ်ပုံတော်၏ တည်ငြိမ်မှု' ဟူသော အရေးအဖွဲ့မှာ မြတ်စွာဘုရား၏ ကြည်ညို့ဖွယ် ရုပ်ပုံတော်ကို အကျစ်လျစ်ဆုံးနှင့် အကောင်းဆုံး ခြယ်မှုန်းဖွဲ့နွဲ့ထားခြင်း ဖြစ်ပါ၏။ ငြိမ်းချမ်းမှုက ကိလေသာဟူသမျှ မြူမျှမကျန် အကြွင်းမဲ့ကင်းစင်မှု၏ ရလဒ်ဖြစ်ပြီး အလင်းရောင်ကမူ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်မြတ်၏ ရလဒ်ဖြစ်ပါသည်။ နေ့စဉ် ဘုရားရှိခိုး ဝတ်ပြုစဉ်တိုင်း မြတ်စွာဘုရား၏ အရဟံ ဂုဏ်တော်နှင့် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်မြတ်ကြီးကို နှလုံးသွင်း ကြည်ညို အပ်ပါသည်။

❑

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ပီပီသသဖြစ်စေဖို့

ဘာသာရေး သာသနာရေး လိမ္မာဖို့ဆိုတာ နည်းနည်းကလေး၊ ပေါ့ပေါ့ကလေး မယူဆပါနဲ့။ အင်မတန် နားလည်ဖို့ လိုနေပါတယ်။

(မဟာဂန္ဓာရုံ အရှင်ဇနကာဘိဝံသဆရာတော်ကြီး)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ပီပီသသ သန့်သန့်ပြန့်ပြန့် ဖြစ်စိမ့်သောငှာ ပထမဦးဆုံး လိုအပ်ချက်မှာ အသိမှန် အမြင်မှန် ရှိဖို့ပင် ဖြစ်ပါ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ ကျင့်သုံးဆောက်တည်ရမည့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်မြတ်တရားတို့တွင် 'မှန်ကန်သော အသိအမြင်ရှိခြင်း' (သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်)သည် အဦးအစဖြစ်ပါသည်။ အယူအမြင် မှန်ကန်ခြင်း (သမ္မာဒိဋ္ဌိ) သည် ဗုဒ္ဓဓမ္မ၏ အစလည်းဖြစ်၏။ အဆုံးလည်းဖြစ်ပါ၏။ မြတ်စွာဘုရားကလည်း 'အယူအမြင် စင်ကြယ်ခြင်းနှင့် သီလနှင့်ပြည့်စုံခြင်းသည် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့၏ အဦးအစ' ဟု ဟောတော်မူခဲ့ပါ၏။ ပြလေသမျှ ဘာသာရေးကျင့်စဉ်နှင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့၏ အဦးအစရှေ့တွင် အယူအမြင် မှန်ကန်ဖြောင့်မှန်ခြင်း (သမ္မာဒိဋ္ဌိ)ရှိမှသာ ပဲ့ပါသော လှေပမာ ပန်းတိုင်စစ် ပန်းတိုင်မှန်သို့ တည့်မတ်စွာ ရောက်နိုင်ပေမည်။ ပြလေသမျှ ကျင့်စဉ်နှင့် ကောင်းမှုကို အနှစ်သာရရှိရှိ ထိထိမိမိ အကျိုးရှိအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပေမည်။

(ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော်၊ သုညဝဂ်၊ ဘူမိဇသုတ်)တွင် မြတ်စွာဘုရား

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

''ဆီကို အလိုရှိသူသည် ဆုံခွက်ထဲ၌ ကျောက်စရစ်ခဲများ၊ သဲများ ထည့်၍ ရေဖြင့် ဖြန်းကာဖြန်းကာ ကြိတ်၍ ညှစ်သော်လည်း ဆီကို မရနိုင်။

ထိုနည်းအတူပင် မှားယွင်းသော အယူအဆ အမြင်အသိ ရှိနေသူသည် မြတ်သောအကျင့်ကို အားထုတ်ကျင့်သုံးသည်ဟု ဆိုသော်လည်း အကျိုးမရှိနိုင်''ဟု ဟောတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မှန်သမျှ အယူအမြင် မှန်ကန်စင်ကြယ်ဖို့ လိုသလို ကိုးကွယ်ရာလည်း သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ဖို့ လိုပါသည်။ ကိုးကွယ်ရာ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာဟူသော ရတနာသုံးပါးမှအပ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်ကိုမှ ကိုးကွယ်အားထားမှုမပြုခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ အယူအမြင် မစင်ကြယ်သေးသမျှ၊ ကိုးကွယ်ရာ မသန့်ရှင်းသေးသမျှ ပီပီသသ သန့်သန့်ပြန့်ပြန့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိရန် အလှမ်းဝေးနေဦးမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ အချို့သူများသည် 'ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ'၊ 'ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ'၊ 'သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ'ဟု ဘုရားရှိခိုးစဉ်တိုင်း နှုတ်က ရွတ်ဆိုကြသော် ဉရုဝေလမင်းနတ်၊ ဘိုးတော်၊ မယ်တော်၊ ဝိဇ္ဇာ၊ ဇော်ဂျီ စသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များကိုလည်း အိမ်ဦးခန်း၊ ဘုရားခန်းထဲတွင် ထားရှိကိုးကွယ်တတ်ကြလေသည်။ ကိုးကွယ်ရာများလျှင် ကိုးကွယ်ရာ မှားတတ်ပါသည်။ ကိုးကွယ်ရာမှားလျှင် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝတွင်သာမဟုတ် တမလွန်အတွက်လည်း ရတက်မအေးနိုင်ပါ။

အယူအမြင် မှန်ကန်ရေးအတွက် ပထမဦးဆုံး မဖြစ်မနေ ဆောင်ရွက်ရမည့် အဓိကကျသော လုပ်ငန်းဆောင်တာမှာ ပိဋကတ်မြန်မာပြန်ကျမ်းများနှင့် ကျမ်းပြုဆရာတော်ကြီးများနှင့် ဓမ္မစာပေပညာရှင်ကြီးများ၏ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဓမ္မစစ်ကို မီးမောင်းထိုး ဖော်ညွှန်းသော စာအုပ်များကို ဖတ်ရှုလေ့လာခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော် လေ့လာမိသမျှ ထေရဝါဒဓမ္မစစ်ကို ဖော်ညွှန်းသော စာအုပ်များအနက် စာအုပ်အချို့မှာ (၁) မြန်မာနိုင်ငံ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာစစ်တမ်း (အရှင်ပညိန္ဒာဘိဝံသ)၊ (၂) သုတေသနသမ္မာမဂ္ဂင်ပညာကျမ်း (အရှင်ဩဘာသာဘိဝံသ)၊ (၃) ပိဋကတ်တော်လာ စိတ်တန်ခိုးနှင့် အကြားအမြင် (ရှင်ရာဟုလာ)၊ (၄) စင်ကြယ်သော ဗုဒ္ဓဘာသာ (အရှင်

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ပညိန္ဒာဘိဝံသ)၊ (၅) နိဗ္ဗာန်ကိုသွား ဉာဏ်ရထားနှင့် တရားစစ်တမ်း ဆွေးနွေးခန်း (နမ္မားဆရာတော်ကြီး)၊ (၆) မင်္ဂလိကဒီဋ္ဌိ (တည်တောဆရာတော်)၊ (၇) ဗုဒ္ဓဝါဒဆိုင်ရာ အမေးအဖြေများ (ဟံသာသီရိ)၊ (၈) ဘာသာရေးပြဿနာများ (ဘဒ္ဒန္တတိလောကသာရ)၊ (၉) နိကာယ်ငါးရပ် ပိဋကတ်အဖွင့်ကျမ်းများ (ဓမ္မာစရိယဦးမောင်မောင်လေး)၊ (၁၀) ထေရဝါဒအုတ်မြစ် (ဦးရွှေအောင်)၊ (၁၁) သာသနာတော် (၂၅၀၀) ခရီး (မောင်အံ့၊ မဟာဝိဇ္ဇာဘုံဘေ) စာအုပ်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုထိုထေရဝါဒ ဓမ္မစစ်ကို ဖော်ညွှန်းသော စာအုပ်များကို ဖတ်ရှုလေ့လာသော် ထေရဝါဒ အသိအမြင်များ လင်းပွင့်လာပေလိမ့်မည်။

ထေရဝါဒ ဓမ္မအသိအမြင် ကြည်လင်သောအခါ ဘယ်အရာက ထေရဝါဒ၊ ဘယ်အရာက မဟာယာနဝါဒ၊ ဘယ်အရာက မန္တရဝါဒ၊ ဘယ်အရာက တန္တရဝါဒ၊ ဘယ်အရာက မြတ်ဗုဒ္ဓ အလိုတော်ကျ၊ ဘယ်အရာက မြတ်ဗုဒ္ဓ အလိုတော်မကျ၊ ဘယ်ကျင့်စဉ်က ထေရဝါဒ ပိဋကတ်တော်နှင့် ကိုက်ညီသည်၊ ဘယ်ကျင့်စဉ်က ထေရဝါဒ ပိဋကတ်တော်နှင့် ညီညွတ်မှုမရှိ။ ဘယ်အရာက သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သော ကိုးကွယ်ရာအမှန်၊ ဘယ်အရာကား မသန့်ရှင်း မစင်ကြယ်သော ကိုးကွယ်ရာအမှားဟူ၍ ကွဲကွဲပြားပြား ပိုင်းပိုင်းခြားခြား နားလည်သိမြင်လာပါလိမ့်မည်။

ထေရဝါဒ ဓမ္မစာပေမှ ရရှိသော အသိဖြင့် 'ထေရဝါဒ မှတ်ကျောက်ပေါ်တင်လျက် ဓမ္မနှင့်အဓမ္မ၊ သာသနာတွင်း အယူနှင့် သာသနာပြင်ပအယူ၊ သမ္မာနှင့်မိစ္ဆာ၊ ကုသိုလ်နှင့် အကုသိုလ်တို့ကို ဆန်းစစ်ဝေဖန် အကဲဖြတ်နိုင်ပေမည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအကြားတွင် ထေရဝါဒဓမ္မမှတ်ကျောက်နှင့် မစိစစ်ဘဲ အစဉ်အလာ လက်ခံယုံကြည်လာသော အယူအမြင်များ၊ အစွဲအလမ်းများ၊ အသိအမှတ်များနေမှုများ အများအပြားရှိခဲ့ပါသည်။ အမှားကြာ အမှန်ဖြစ်သည်ဟူသော ဆိုရိုးစကား ရှိခဲ့သော်လည်း ထိုဆိုရိုးစကားသည်ပင် 'အမှား'ဖြစ်ပါ၏။ အမှားတစ်ခုသည် ဝေဖန်သူ၊ သုံးသပ်စိစစ်သူ မရှိသမျှ အမှားသက်ဆိုးရှည်နေပေလိမ့်မည်။ သို့တစေ 'အမှား'သည် 'အမှား'သာ ဖြစ်ပါ၏။ 'အမှန်' ဖြစ်မလာပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ထေရဝါဒမှတ်ကျောက်ပေါ် မတင်ဘဲ ပျံ့နှံ့ခဲ့သော အစဉ်အလာ အယူအစွဲနှင့် ယုံကြည်မှုများမှာ ဥပမာအားဖြင့် 'ဘုရားရှင်သော်မှ နို့တစ်လုံးဖိုးသာကျေ'၊ 'သာသနာနှစ် ၂၅၀၀ ကျော်၍ သိကြားသာသနာရောက်ပြီ'၊ 'သာသနာတော် နှစ်ငါးထောင်သာ တည်တံ့မည်'၊ 'သားယောကျ်ားလေးကို ရှင်ပြုပေးရင် သာသနာ့အမွေခံဖြစ်မည်'၊ 'ဗုဒ္ဓဂါယာဘုရားဖူးလျှင် အပါယ်တံခါးပိတ်မည်'၊ 'ဘုရားစေတီ ဂန္ဓကုဋီအတွင်းသို့ မိန်းမများ မဝင်ကောင်း'၊ 'သူရဿတီနတ်သမီးက ပိဋကတ်သုံးပုံစောင့်သည်'တို့ ဖြစ်ပါ၏။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ထဲမှ အချို့သူများသည် ငှက်အော်သံ၊ အိမ်မြှောင်စုတ်ထိုးသံ၊ တောက်တဲ့အော်သံ၊ ရက်ရာဇာ၊ ပြဿဒါး၊ ဝါရမိတ္တူ၊ အတိတ်နိမိတ် နဂါးလှည့်၊ အိမ်ဆောက်အမည်ပေး၊ အခါရွေး၊ ဗေဒင်၊ နတ်၊ စုန်း အစရှိသည်တို့ကို အခြေအမြစ်မရှိ၊ သဘာဝမကျ၊ ယုတ္တိမတန် ယုံကြည်လက်ခံထားတတ်ကြသည်။ ဤအရာများကို ယုံကြည်သက်ဝင်နေသမျှ မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ ပီပီသသ၊ သန့်သန့်ပြန့်ပြန့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကောင်းတစ်ယောက် မဖြစ်နိုင်ပါ။

အယူအမြင် မှန်ကန်ဖို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအတွက် ကနဦးလိုအပ်ချက်ဖြစ်ပါ၏။ အယူအမြင် မှန်ကန်မှုပေါ် မူတည်၍ ကျင့်ကြံမှသာ မှန်ကန်သော ကျင့်ကြံအားထုတ်မှု ဖြစ်မည်။ မှန်ကန်သော ကျင့်ကြံအားထုတ်မှုဖြစ်မှသာ ထိုက်သင့်သော အကျိုးဖလကို ရရှိခံစားရမည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ရကျိုးလည်း နပ်မည်ဖြစ်ပါ၏။

❑

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

အနှိုင်းမဲ့သစ္စာစကားဖြင့် မေတ္တာပို့ခြင်း

နံနက်ခင်း အလင်းရောင် ကမ္ဘာမြေအပေါ် ဖြန့်ကြက်မလာသေးမီ အချိန်မှာ နေ့စဉ်ပင် ကျွန်တော်၏ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်မှုကို မပျက်မကွက် ပြုမြဲဖြစ်ပါသည်။ ဓမ္မစကြာဒေသနာတော်၊ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော်နှင့် ပရိတ်တော်များ မရွတ်ဖတ်သေးမီ ရှေးဦးအစ ပဏာမအနေဖြင့် ရွတ်ဖတ်သူ၏ စိတ်နှလုံးကို ကြည်လင်အေးမြစေမည့် တရားဂါထာများကို မိမိ၏စိတ်ကူးဖြင့် စီစဉ်ရွတ်ဖတ်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်သည့် အစီအစဉ်မှာ (၁) ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ (သုံးကြိမ်)၊ (၂) နမော တဿ ဘဂဝတော (သုံးကြိမ်)၊ (၃) အရဟံ = ကိလေသာဟူသော အပူအညစ်ခပ်သိမ်းတို့မှ ငြိမ်းအေးစင်ဖြူ၍ လူနတ်တို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံယူရရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား (သုံးကြိမ်)၊ (၄) ဒိဝါတပတိဂါထာ (သုံးကြိမ်)၊ (၅) လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး ရေးပြုစီရင်တော်မူသော 'ဗုဒ္ဓေါစ မင်္ဂလော လောကော' အစချီဂါထာ (သုံးကြိမ်)၊ (၆) အာဝေဏိကဂုဏ်တော် ၁၈ ပါး (ဓာရဏပရိတ်) (သုံးကြိမ်)၊ (၇) ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးဂုဏ်တော်များ (သုံးကြိမ်)၊ (၈) ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ 'ယံကိဉ္စိဝိတ္တံ' အစချီဂါထာသုံးပိုဒ်၊ (၉) ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ 'ဗုဒ္ဓေါ စ မင်္ဂလော လောကော' အစချီဂါထာသုံးပိုဒ် (မြန်မာပြန်နှင့်တကွ)၊ (၁၀) ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ 'မဟာကာရုဏိကော' အစချီဂါထာ (မြန်မာပြန်နှင့်

mgyoe.com

m gyoe.com SAMPLE BOOK

တကွ)၊ သုံးကြိမ်၊ (၁၁) ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ 'သုနက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ' အစချီဂါထာ (မြန်မာပြန်နှင့်တကွ)၊ (၁၂) 'ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္မံ' အစချီဂါထာ ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ (မြန်မာပြန်နှင့်တကွ)၊ (၁၃) ပဒက္ခိဏာနိ ကတွာန အစချီဂါထာ (ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ) (မြန်မာပြန်နှင့်တကွ)၊ (၁၄) တောင်တန်းသာသနာပြုဆရာတော်ကြီး၏ မေတ္တာပို့ (သုံးကြိမ်)၊ (၁၅) ဗုဒ္ဓသာသနံစိရံတိဋ္ဌတု (သုံးကြိမ်)၊ (၁၆) ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာရောင်ဝါ နေသို့လင်းစေသော် (သုံးကြိမ်)၊ (၁၇) အရဟံဂုဏ်တော် (မြန်မာပြန်နှင့်တကွ) သုံးကြိမ်။

ထိုသို့ ရွတ်ဖတ်ရာတွင် အက္ခရာတစ်လုံးချင်းစီကို ပီပီသသနှင့် ဖြေးဖြေးမှန်မှန်သာ ရွတ်ဖတ်ရာ ရွတ်ဖတ်ချိန်မှာ ၂၅ မိနစ်သာ ကြာပါသည်။ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိနှင့် နမော တဿတို့ကို ရွတ်ဆိုပြီးလျှင် အရဟံဂုဏ်တော်ကို မြန်မာပြန်နှင့်တကွ သုံးကြိမ်ရွတ်ဆိုသည်မှာ အရဟံဂုဏ်တော်မှာ ဂုဏ်တော်ကိုးပါးတွင် အဓိက ဂုဏ်တော်ကြီးဖြစ်သောကြောင့်ပါ။ ကိလေသာဟူသမျှ ဝါသနာနှင့်တကွ အကြွင်းမဲ့ ကင်းစင်တော်မူသောကြောင့်သာ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိတော်မူခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤအရဟံဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့် ကျွန်တော်၏ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်မှုကို စတင်ဖွင့်လှစ်လိုက်ခြင်းဖြစ်ပါ၏။

ဒိဝါတပသိဂါထာ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ 'လမင်းသည် ညအခါမှ ထွန်းလင်းတောက်ပသည်။ နေမင်းသည် နေ့အခါမှ ထွန်းလင်းတောက်ပသည်။ ပြည့်ရှင်မင်းတို့သည် မင်းဝတ်တန်ဆာ ဆင်ယင်သောအခါမှ ထွန်းလင်းတောက်ပသည်။ ပြည့်ရှင်မင်းတို့သည် မင်းဝတ်တန်ဆာ ဆင်ယင်သောအခါမှသာ တင့်တယ်သည်။ ရဟန်းတို့သည် ဈာန်ဝင်စားသောအခါမှသာ ထွန်းလင်းတောက်ပသည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ အသရေတော်သည် အခါခပ်သိမ်း အစဉ်အမြဲ ထွန်းလင်းတောက်ပသည်'ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအဓိပ္ပာယ်ကို အာရုံပြုပြီး နှလုံးသွင်း ရွတ်ဆိုနေချိန်တွင် မြတ်စွာဘုရား၏ အနှိုင်းမဲ့ ကြည်ညိုဖွယ် အဆင်းသဏ္ဍာန်တော်ကို မြင်ယောင်ပြီး ကိလေသာဟူသမျှ မြူမျှမကျန် ကင်းစင်တော်မူသောကြောင့်သာ မြတ်စွာဘုရား၏ ရူပကာယတော်သည် အခါခပ်သိမ်း ထွန်းလင်းတောက်ပနေခြင်းဖြစ်သည်ဟူ၍လည်း နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မိပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး စီရင်အပ်သော 'ဗုဒ္ဓေါစ မင်္ဂလော လောကေ' အစချီဂါထာသုံးပိုဒ်၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ 'မြတ်စွာဘုရားသည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်မြတ်ကို ရရှိတော်မူ၏။ တရားတော်သည် နက်နဲ၏။ သံဃာတော်အရှင်မြတ်တို့သည် အလှူခံထိုက်တော်မူ၏။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ခြင်းကြောင့် လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့သည် ဒုက္ခခပ်သိမ်းတို့မှ ကင်းငြိမ်း၏' ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ ရတနာမြတ်သုံးပါး၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို စိတ်ဝယ် စွဲစွဲထင်ထင် သတိရနေစိမ့်သောငှာ ဤဂါထာသုံးပိုဒ်ကို ထည့်သွင်းရွတ်ဆိုခြင်း ဖြစ်ပါ၏။

ဓာရဏပရိတ်မှာမူ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သာဝက ရဟန္တာ အရှင်မြတ်ကြီးများက ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရိယာသာဝကများတွင် မရှိဘဲ မြတ်စွာဘုရားတစ်ပါးတည်းမှာသာရှိသော ဂုဏ်တော် (၁၈) ပါးကို ဖော်ကျူးထားသော ပရိတ်ဖြစ်ပါသည်။

ဤဂုဏ်တော်များကို ရွတ်ဆိုရာတွင် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် မင်းကွန်းပိဋကဓရ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ စိစစ်အတည်ပြုခဲ့သောမူ အတိုင်း ရွတ်ဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤဂုဏ်တော်အဖွင့်တွေကို ဖတ်ရှုလေ့လာကြည့်သောအခါ ပစ္စုပ္ပန်သံသရာနှစ်ဖြာအကျိုးအတွက် ယူတတ်လျှင်ရမည့် 'ဘဝနေနည်း' များကို သတိမူမိစေပါသည်။ (ဤပရိတ်တော်အကြောင်းကို 'ကံကောင်းအောင် ဓာရဏပရိတ်ကိုဆောင်' ဟူသော အမည်ဖြင့် ကျွန်တော် စာတစ်အုပ် ရေးသားခဲ့ရာ အလင်းသစ်စာပေက ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ပထမအကြိမ် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။) ဤပရိတ်တော်ကို မရွတ်ဆိုမီ ဂုဏ်တော်တစ်ပါးချင်းစီ၏ အဖွင့်ကို ကြိုတင်လေ့လာသိရှိထားသင့်ပါသည်။ နေ့စဉ် ရွတ်ဖတ်ပွားများသင့်သော မြတ်စွာဘုရား၏ အာဝေဏိကဂုဏ်တော်များ ဖြစ်ပါ၏။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် ဘုရားဂုဏ်တော်၊ တရားဂုဏ်တော်၊ သံဃဂုဏ်တော်များကို ရွတ်ဖတ်ပွားများကြပါသည်။ ဂုဏ်တော်များ၏ အဓိပ္ပာယ်အကျဉ်းကို သိရှိပြီး ရွတ်ဖတ်သင့်ပါသည်။ ဂုဏ်တော်တစ်ပါးချင်းစီ၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်အကျဉ်းကို သိရှိနှလုံးသွင်းပြီး ရွတ်ဖတ်လျှင် ဂုဏ်တော်

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

များအပေါ် သဒ္ဓါကြည်ညိုစိတ်များ ပို၍ပို၍ ထက်သန်လာကာ ရွတ်ဖတ်သူတွင်လည်း ကြည်လင်ချမ်းမြေ့မှုနှင့်အတူ ပီတိများ ဖြစ်ပွားလာပေသည်။

ပုဗ္ဗဏှသုတ်တော်လာ 'ယံကိဉ္စိဝိတ္တံ' အစချီဂါထာသုံးပိုဒ်၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်မှာ "လောကတွင် ရှိရှိသမျှ ကောင်းမြတ်သော ရတနာတို့တွင် ရတနာသုံးပါးနှင့်တူသော ရတနာဟူ၍ မရှိနိုင်" ဟူ၍ ဖြစ်ပါ၏။ ဤဂါထာကို ရွတ်ဆိုနေစဉ် ရတနာသုံးပါး၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပိုမို၍ အာရုံသက်ဝင်လာနိုင်ပါသည်။ လောကရှိ စိန်ရွှေရတနာတို့က ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ခနချမ်းသာကိုသာ ပေးစွမ်းနိုင်သော်လည်း ရတနာမြတ်သုံးပါးမှာမူ ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ နှစ်ဖြာကောင်းကျိုးကို ပေးစွမ်းနိုင်သော ရတနာဖြစ်ပါ၏။

ပုဗ္ဗဏှသုတ်တော်လာ 'ဘဝတုသဗ္ဗမင်္ဂလံ' အစချီဂါထာသုံးပိုဒ်၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်မှာ "မင်္ဂလာအပေါင်း အကောင်းမှန်သမျှ ဖြစ်ပါစေ" "အလုံးစုံသောနတ်တို့သည် စောင့်ရှောက်ကြပါစေ။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါး၏ တန်ခိုးအာနုဘော်ကြောင့် လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာသတ္တဝါတို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာခြင်းရှိပါစေ" ဟူ၍ ဖြစ်ပါ၏။

ပုဗ္ဗဏှသုတ်တော်လာ 'မဟာကာရုဏိကော' အစချီဂါထာ၊ 'သုနက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ' အစချီဂါထာတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကျွန်တော် နားလည်မိသမျှ ဖွင့်ဆို ရှင်းပြပါမည်။ ဤဆောင်းပါးတွင် 'မဟာကာရုဏိကော' အစချီဂါထာနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကျွန်တော် ဉာဏ်မီသမျှ လိုရင်းကို ရှင်းပြပါရစေ။

အနှိုင်းမဲ့သစ္စာစကားဖြင့် မေတ္တာပို့ခြင်း

မဟာကာရုဏိကောနာထော၊ ဟိတာယ သဗ္ဗပါဏိနံ
ပူရေတွာ ပါရမီတဗ္ဗာ၊ ပတ္တော သမ္ဗောဓိ မုတ္တမံ။
ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊ သောတ္ထိတေ၊ ဟောတုသဗ္ဗဒါ။

မဟာကာရုဏိကော = ကြီးမြတ်သော ကရုဏာရှိတော်မူသော၊ နာထော = မြတ်စွာဘုရားသည်၊ သဗ္ဗပါဏိနံ = အလုံးစုံသော လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏၊ ဟိတာယ = အကျိုးစီးပွား အလို့ငှာ၊ သဗ္ဗာ = အလုံးစုံကုန်သော၊ ပါရမီ = ဒါန စသည့်

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ပါရမီတော်တို့ကို၊ ပုရေတွာ = ဖြည့်ကျင့်တော်မူ၍၊ ဥတ္တမံ = ထူးမြတ်သော၊ သမ္ဗောဓိံ = အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်မြတ်ကို၊ ပတ္တော = ရခဲ့လေပြီ၊ ဧတေနသစ္စဝဇ္ဇေန = ဤသစ္စာစကားကြောင့်၊ တေ = သင့်အား၊ သဗ္ဗဒါ = အခါခပ်သိမ်း၊ သောတ္ထိ = ချမ်းသာခြင်းသည်၊ ဟောတု = ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ဤဂါထာကို ရွတ်ဆိုရာတွင် အထက်ပါမြန်မာပြန်ကိုပါ အရကျက်၍ ရွတ်ဖတ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ 'တေ=သင့်အား' ဟူသောနေရာတွင် 'တေ=လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့အား' ဟူ၍ ပြောင်းလဲရွတ်ဆိုပါသည်။

လောကဌ် သစ္စာစကားတွင် တန်ခိုးစွမ်းအင်ရှိပါသည်။ သစ္စာဆိုလျှင် လောင်နေသောမီးသည်ပင် ငြိမ်းစဲ ရပ်တန့်သွားစေနိုင်စွမ်းရှိ၏။ ဝဋ္ဋသုတ်တွင် ဘုရားအလောင်းငုံးမင်းက သစ္စာဆိုလိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် တောမီးသည် လောင်လက်စကို မလောင်တော့ဘဲ ငုံးမင်းကို ကွင်းရှောင်သွားလေသည်။ မှန်သောသစ္စာစကားကိုဆိုသော် နတ်ဒေဝတာများကပင် စောင့်ရှောက်တတ်ပါ၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် သူ၏ တစ်ကိုယ်ရေ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲကြီးမှ လွတ်မြောက်ဖို့ဆိုသော် သုမေဓာရှင်ရသေ့ဘဝမှာပင် ကျင့်ကြံအားထုတ်၍ ရပါသည်။ သို့တစေ မြတ်စွာဘုရားသည် သတ္တဝါဝေနေယျတို့၏ အကျိုးစီးပွားအလို့ငှာ လေးအသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းတိုင်အောင် စွန့်ခြင်းကြီးများစွာဖြင့် ပါရမီတော်များကို ဖြည့်ဆည်းကျင့်ကြံ အားထုတ်တော်မူခဲ့ပါ၏။ ဤကဲ့သို့ ကျင့်ကြံအားထုတ်ခြင်း၏ အသီးအပွင့်အဖြစ် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်မြတ်ကို ရရှိတော်မူပြီး ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိတော်မူခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါ၏။ ဤသည်မှာ မှန်ကန်သောသစ္စာစကားဖြစ်သည့်အပြင် လောကတွင်ရှိရှိသမျှ သစ္စာစကားတို့တွင် အနှိုင်းမဲ့ မွန်မြတ်သော၊ အနှိုင်းမဲ့ မှန်ကန်သော သစ္စာစကားဖြစ်ပါ၏။ ဤအနှိုင်းမဲ့သစ္စာစကားကို ဆိုလျက် လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့အား မေတ္တာပွားများ ပို့သခြင်းကို နေ့စဉ် ဆောင်ရွက်သင့် ဆောင်ရွက်အပ်ပါ၏။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ 'သုနက္ခတ္တံ၊ သုမင်္ဂလံ' အစချီဂါထာနှင့် 'ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္မံ' အစချီဂါထာ နှစ်ဂါထာအကြောင်းကို အလျဉ်းသင့်သောအခါ ကျွန်တော် နားလည်မိသမျှ ဖွင့်ဆိုရှင်းပြပါဦးမည်။

❑

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ကောင်းသောနံနက်ခင်း၊ ကောင်းသောနေ့လယ်ခင်း၊ ကောင်းသောညနေခင်း

"ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက 'ပုဗ္ဗဏှသုတ်' မှာ အတိအလင်း ဟောထားပါတယ်။ ကောင်းသောရက်၊ လ၊ နှစ်တွေ ဖြစ်လာအောင်ဆိုရင် နံနက်ခင်းမှာ အပြစ်ကင်းတဲ့အတွေးတွေ တွေးမယ်။ အပြစ်ကင်းတဲ့ အပြောတွေ ပြောမယ်။ အပြစ်ကင်းတဲ့ အလုပ်တွေ လုပ်မယ်။ ဆိုလိုတာက မနက်ခင်းမှာ ကာယသုစရိုက်၊ ဝစီသုစရိုက်၊ မနောသုစရိုက်ဆိုတဲ့ အကျင့်တရားတွေ ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ် အားထုတ်မယ်ဆိုရင် အဲဒီနံနက်ခင်းဟာ ကောင်းသောနံနက်ခင်းပါ။

နေ့လယ်ခင်းမှာ ကောင်းတာပြောတယ်၊ ကောင်းတာတွေးတယ်။ ကောင်းတာလုပ်လို့ရှိရင်လည်း ကောင်းသောနေ့လယ်ခင်းဖြစ်ပါတယ်။ ညနေခင်းမှာလည်း အပြစ်ကင်းတဲ့အတွေးတွေးတယ်။ အပြစ်ကင်းတဲ့စကားတွေ ပြောတယ်။ အပြစ်ကင်းတဲ့အလုပ်တွေ လုပ်လို့ရှိရင် ကောင်းသောညနေခင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ ကောင်းတာလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အဖို့ ဘယ်တော့ဖြစ်ဖြစ် နက္ခတ်က အကောင်းပါပဲ။ အဆိုးမရှိပါ။ သို့သော် လူတွေက အကောင်း၊ အဆိုးဆိုတာ နက္ခတ်ကိုပဲ

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

သွားရှာကြတယ်။ ဗေဒင်သွားမေးကြတယ်။ ကိုယ့်ရင်ထဲက အရာကိုတော့ မေ့နေကြတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာဖြစ်နေတဲ့ လောဘတွေ၊ ဒေါသတွေ၊ မာန်မာနတွေ၊ ဣဿာတွေကိုတော့ အကောင်းထင်နေကြပါတယ်။

လောကမှာ လူဆိုးဖြစ်တယ်။ ရာဇဝတ်မှု ကျူးလွန်တဲ့ သူတွေဟာ သူ့စိတ်ကပဲ ကျူးလွန်တာပါ။ သူ့သန္တာန်မှာဖြစ်တဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေက ဒီအလုပ်ကို လုပ်စေခဲ့တာပါ။ ဆွဲခေါ်သွားတာက ကိုယ့်ရင်ထဲဖြစ်တဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွေက ဆွဲခေါ်သွားတာပါ။ ခံရတော့လည်း ကိုယ်ပဲ ခံရတာပါ။ အဲဒါကြောင့်မို့ ကိုယ့်ရင်ထဲမှာ ဖြစ်တဲ့အရာတွေဟာ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာဖြစ်တဲ့ မကောင်းတဲ့ သဘောထားတွေဟာ အင်မတန်မှ ကြောက်စရာကောင်းပါတယ်။

အပါယ်ငရဲဆိုတာ အပြင်က လာမချဘူး။ ကိုယ်လုပ်တော့ ကိုယ်ကပဲချတာပါ။ ကိုယ့်ရင်ထဲမှာဖြစ်တဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဆိုတဲ့ တရားတွေက အပါယ်ချတာပါ။

အဲဒီတော့ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ လောဘတွေ၊ ဒေါသတွေ၊ မောဟတွေ နည်းအောင် ဂရုစိုက်ဖို့လိုပါတယ်။ အဲဒီ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွေ နည်းအောင် ကြိုးစားတဲ့အချိန်ဟာ 'သုနက္ခတ္တံ' ကောင်းသောနက္ခတ်ပါပဲ။ ကိုယ့်အတွက် သုမင်္ဂလာအချိန်ပါ။ စိတ်ဆိုးနေတဲ့အချိန်ဟာ မင်္ဂလာမရှိပါ။ စိတ်မဆိုးဘူး။ မေတ္တာ ဘာဝနာပွားနေတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် သင့်သင့်မြတ်မြတ် ရှိနေတယ်။ မိတ်ဆွေမပျက်ဘူးဆိုရင် မင်္ဂလာရှိတဲ့အချိန်ပါပဲ။

ဒါကြောင့် မနက်မိုးသောက် အလင်းရောက်တဲ့အချိန်မှာဖြစ်စေ၊ နေ့လယ်အခါမှာဖြစ်စေ၊ ညနေအခါမှာဖြစ်စေ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတဲ့ လမ်းစဉ်အတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်သွားကြမယ်ဆိုရင် ကောင်းသော

mgyoe.com

နံနက်ခင်း၊ ကောင်းသော နေ့လယ်ခင်း၊ ကောင်းသော ညနေခင်းဆိုတဲ့ အချိန်ပိုင်းတွေနဲ့ ကြုံတွေ့ပြီးတော့ ကောင်းသောဘဝကြီးတစ်ခုလုံးကို ဖြတ်သန်းပြီး နောက်ဆုံးမှာ သံသရာဝဋ်က လွတ်မြောက်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသုခကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြမှာ ဖြစ်တယ်လို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ သဘောကျပြီး 'ပုဗ္ဗဏှသုတ်'လာ ကျင့်စဉ်အတိုင်း မိမိဘဝ တိုးတက်အောင် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်တော်မူနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။''

(ပါမောက္ခချုပ် ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ ဆရာတော်ကြီး)

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အထက်ပါတရားတော်ကို ဖတ်ရှုရသောအခါ နှစ်နှစ်သက်သက်ရှိလှသောကြောင့် ဤဆောင်းပါးကို ရေးသားရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ကျွန်တော့်ဇနီးနှင့် ခင်မင်နေ၍ အိမ်သို့ ဝင်ထွက်သွားလာနေရာမှ ကျွန်တော်နှင့်ပါ ရင်းနှီးသွားသည်။ သူသည် ပရိတ်ပဋ္ဌာန်း၊ ဓမ္မစကြာ၊ မဟာသမယသုတ်တို့ကို နေ့စဉ်ပင် ရွတ်ဖတ်နေသူဖြစ်ကြောင်း သူ၏ပြောစကားအရ သိရသည်။ သူ နေ့စဉ်ရွတ်နေကျ ပရိတ်တော်များတွင် 'ပုဗ္ဗဏှသုတ်'လည်း ပါဝင်ပါသည်။ ထိုသို့ရွတ်ဖတ်နေသော်လည်း အကြောင်းကိစ္စတစ်ခုရှိတိုင်း ဗေဒင်ဆရာထံ သွား၏။ ကံမကောင်းသောအချိန်ဟု ယူဆပြီး ယတြာချေ၏။ သူ့အိမ်တွင်းရှိ နတ်အုန်းသီးရှေ့တွင်လည်း ဆုတောင်းလေ့ရှိ၏။ ထိုအကြောင်းများမှာ ထိုအမျိုးသမီးသည် ပုဗ္ဗဏှသုတ်ကို ပါဠိလို ရွတ်ဆိုနေပြီး မြန်မာလို အဓိပ္ပာယ်ကို မသိသောကြောင့် မိမိကိုယ်ကို အားကိုးရကောင်းမှန်း မသိဘဲ ပြင်ပအရာများကို အားကိုးနေခြင်းဖြစ်ပါ၏။

တစ်နေ့သော် ကျွန်တော်သည် ကျေးဇူးရှင် သပြေကန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ရေးသားပြုစု စီရင်ခဲ့သော 'ပရိတ်ကြီးနိဿယသစ်' ကျမ်းစာအုပ်ကြီးမှ သုနက္ခတ္တံ အစချီဂါထာနှင့် 'ပဒက္ခိဏံကာယကမ္မံ' အစချီဂါထာမှ ပါဠိနှင့် မြန်မာပြန် ယှဉ်တွဲဖော်ပြထားသည်တို့ကို ဓာတ်ပုံရိုက်ပြီး မိတ္တူ

mgyoe.com

(၁၀) စောင် ကူးယူပြီး ထိုအမျိုးသမီးကြီးကို ပေးလိုက်သည်။ ကျန် (၉) စောင်ကိုလည်း ခင်မင်ရင်းနှီးသူတို့အား လက်ဆောင်ကမ်း ဝေငှစေလိုကြောင်း စေတနာဖြင့် ထိုအမျိုးသမီးကို အကြံပြု ပြောဆိုလိုက်ပါသည်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း နံနက်ခင်းတွင် မင်္ဂလာကျက်သရေရှိစေသည့် စိတ်နှလုံးအေးချမ်းစေသည့် ရတနာသုံးပါးဂုဏ်တော်များ၊ အာဝေဏိကဂုဏ်တော်များနှင့် ပရိတ်တော်များကို ရွတ်ဖတ်ရာတွင် ပုဗ္ဗဏှသုတ်လာ အထက်ပါဂါထာနှစ်ပုဒ်ကို မြန်မာပြန်နှင့်တကွ ရွတ်ဆိုလေ့ရှိပါသည်။

ကောင်းသောရက်၊ လ၊ နှစ်တွေဖြစ်စေဖို့

အချိန်တို့၊ နေ့ရက်တို့ဆိုသည်မှာ 'အဖြူထည်'မျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ အကောင်း၊ အဆိုး မရှိပါ။ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် မရှိပါ။ အချိန်နှင့် လူတွင် 'အချိန်'၊ 'နေ့ရက်'တို့က လူကို ဖန်တီးခြင်းမဟုတ်ပါ။ လူကသာ အချိန်နေ့ရက်တို့ကို ဖန်တီးသူဖြစ်ပါသည်။ ထိုအချိန် ထိုနေ့ရက်တွင် ပြုသောလူ၏ ကံသုံးပါးကသာ မင်္ဂလာအချိန်၊ အမင်္ဂလာအချိန်ကို ဖန်တီးနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဆိုရသော် လူတစ်ဦး၏ အလုပ်၊ အပြော၊ အကြံဟူသော ကံသုံးပါးတို့ စင်ကြယ်သန့်ရှင်း အပြစ်ကင်းသော နေ့ရက်သည် မင်္ဂလာရှိသော ရက်ကောင်းရက်မြတ် ဖြစ်ပါ၏။ ထို့အတူ လူတစ်ဦး၏ အလုပ်၊ အပြော၊ အကြံဟူသော ကံသုံးပါးတို့ မစင်ကြယ် မသန့်ရှင်း အပြစ်မကင်းသော် ထိုနေ့ရက်သည် သူ့အဖို့ မင်္ဂလာမရှိသော နေ့ရက်ဖြစ်၏။ ရက်ဆိုး၊ ရက်ညံ့ ဖြစ်၏။ လူသည် ဖန်တီးစေစားနိုင်စွမ်းရှိသော သက်ရှိဖြစ်ပြီး အချိန်က ဖန်တီးစေစားနိုင်စွမ်းမရှိသော သက်မဲ့ဖြစ်ပါ၏။

လူတိုင်းလူတိုင်း ဒုစရိုက်တရား (၁၀) ပါးကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး သုစရိုက်တရား (၁၀) ပါးကို ကျင့်ကြံသော် ထိုသူအဖို့ ကောင်းသောရက်၊ ကောင်းသောနက္ခတ် ဖြစ်ပါသည်။ ဒုစရိုက်တရား (၁၀) ပါးကို မရှောင်ကြဉ်သော် ထိုသူအဖို့ မကောင်းသောရက်၊ မကောင်းသောနက္ခတ် ဖြစ်ပါသည်။

mgyoe.com

စေတနာဗေဒင်

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ''လူတွေက အကောင်း၊ အဆိုးဆိုတာကို နက္ခတ်ကိုပဲ သွားရှာကြတယ်။ ဗေဒင် သွားမေးကြတယ်။ ကိုယ့်ရင်ထဲက အရာကိုတော့ မေ့နေကြတယ်''ဟူ၍ ဆုံးမတော်မူခဲ့သည်မှာ များစွာနှလုံးသွင်း မှတ်သားဖွယ်ဖြစ်ပါ၏။

လူတို့သည် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ပြုမူလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဟူသော ကာယကံမှု၊ ပြောဆိုခြင်းဟူသော ဝစီကံမှု၊ တွေးတောကြံစည်ခြင်းဟူသော မနောကံမှုတို့ဖြင့် မိမိတို့၏ ဘဝရုပ်ထုကို တဖြည်းဖြည်းချင်း ပုံဖော်ထုဆစ်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကံသုံးပါးအားလျော်စွာ ဘဝရုပ်လုံးသည် တဖြည်းဖြည်းချင်း ပုံဖော်ဖြစ်တည်လာခြင်း ဖြစ်ပါ၏။ ဖြူစင်သန့်ရှင်း အပြစ်ကင်းသော (သုစရိုက်ကံသုံးပါး)က အေးချမ်းဖြူစင် ပြေလွင်သော ဘဝကောင်း ဘဝမွန်ကို တဖြည်းဖြည်းချင်း ပုံဖော်တည်ဆောက်သွားပေလိမ့်မည်။ အပြစ်မကင်းသော ဒုစရိုက်ကံသုံးပါးက ညစ်နွမ်းပူလောင်သောဘဝကို တဖြည်းဖြည်း ဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာစေလိမ့်မည်။

မြတ်စွာဘုရားက အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ နိဗ္ဗေဓိကသုတ်တွင် -

''စေတနာကို ကံဟု ငါဘုရားဟော၏။ စေတနာဖြင့် စေ့ဆော်၍ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်အမှုကိစ္စတို့ကို ဆောင်ရွက်၏''

ဟူ၍ ဟောတော်မူခဲ့ပါသည်။ စေတနာက ရှေ့ဆောင်လှုံ့ဆော်သောကြောင့် ပြုမူလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်းမှန်သမျှ 'ကာယကံမှု' ဖြစ်၏။ စေတနာက ရှေ့ဆောင်စေ့ဆော်တိုက်တွန်းသောကြောင့် ပြောဆိုခြင်းဟူသမျှ 'ဝစီကံမှု' ဖြစ်၏။ စေတနာက ရှေ့ဆောင်စေ့ဆော် တိုက်တွန်းသောကြောင့် ကြံစည်တွေးတောခြင်းဟူသမျှ 'မနောကံမှု' ဖြစ်၏။ ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှု၊ မနောကံမှုများ မဖြစ်မီကတည်းက အကြောင်းတရားဖြစ်သော 'စေတနာ'က ဦးစွာဖြစ်ရပါသည်။ ထိုကံသုံးပါးကို ဦးဆောင်သော စေတနာသည် ကောင်းကင်ထဲတွင် မရှိပါ။ နက္ခတ်တာရာထဲတွင် မရှိပါ။ မိမိ၏ အတွင်းသန္တာန်ဖြစ်သော နှလုံးသားထဲတွင် ရှိပါ၏။ ကောင်းသောစေတနာအရင်းခံဖြင့် ကောင်းသော ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှု၊ မနောကံမှုတို့ကို ပြုခြင်းသည် ကုသိုလ်ကံဖြစ်၏။ ကမ္ဘနိယာမအရ ကောင်းကျိုးအထွေထွေ ဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက်စေမည်။

mgyoe.com

မကောင်းသော စေတနာအရင်းခံဖြင့် မကောင်းသော ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှု၊ မနောကံမှုတို့ကို ပြုခြင်းသည် အကုသိုလ်ကံဖြစ်၏။ ကမ္မနိယာမအရ ဆိုးကျိုးအထွေထွေ ဖြစ်စေလိမ့်မည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့် မိမိ၏ နှလုံးသားတွင် တည်ကိန်းသော စေတနာ၏ စွမ်းရည်သတ္တိကို ရာနှုန်းပြည့် ယုံကြည်ဖို့ လိုပါသည်။ မိမိ၏ အတွင်းသန္တာန်တွင် တည်ကိန်းနေသော စေတနာ ကောင်းသလား၊ ဆိုးသလား၊ ဖြူစင်သလား၊ ညစ်ထေးသလားဟူသည်ကို ဗေဒင်လက္ခဏာဆရာတို့ထက် မိမိကိုယ်တိုင်သာ အသိဆုံးဖြစ်ပါ၏။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏ ရှေ့ဘဝခရီးအတွက် ဗေဒင်မေးနေမည့်အစား မိမိ၏ စေတနာကိုသာ အရှိပကတိ အမှန်အတိုင်း သိရန် ရိုးရိုးသားသား ဆန်းစစ်စောင့်ကြည့်ဖို့ လိုပါသည်။ သို့ဖြစ်၍လည်း ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ‘ကိုယ့်ရင်ထဲက အရာကိုတော့ မေ့နေကြတယ်’လို့ သတိပေးတော်မူခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါ၏။

❑

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ရင်ထဲက တရားစခန်း

''ရိပ်သာမှာသွားပြီး တရားထိုင်မှ တရားကျင့်တယ်လို့ ထင်ကြတာ။ တရားကျင့်တယ်ဆိုတာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ၂၄ နာရီ ကိုယ်လုပ်ရင်းကိုင်ရင်းကနေ ဒီမေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ အစရှိတဲ့ ဒီစိတ်ဓာတ်တွေ ကိုယ့်သန္တာန်မှာဖြစ်အောင် လုပ်တာဟာ ဒါ 'ဘာဝနာ'ပဲပေါ့။ ဒီလောက်တန်ဖိုးရှိတဲ့ အရာ ဘယ်ရှိမလဲ။

ရိပ်သာသွား တရားထိုင်တယ်ဆိုတာ သမာဓိလုပ်ငန်း တစ်ခုလုပ်တယ်။ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်တစ်ခုကို ကျင့်တယ်။ အဲဒါမှ ကမ္မဋ္ဌာန်းမဟုတ်ဘူးတဲ့။ သဘောပေါက်ဖို့ လိုတယ် ပေါ့။

လောကကလူတွေဟာ တရားအားထုတ်တဲ့အချိန်လေးသာ တရား။ တရားအားမထုတ်တဲ့အချိန်တွေမှာ မတရားတာတွေ ဖြစ်နေတာကို သတိမထားနိုင်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး တရားနဲ့ မတရား ဘယ်ဟာများတုန်း။ စဉ်းစားကြည့်နော်။

အဲတော့ ဒီလို သတိမထားနိုင်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ဆယ်ရက်စခန်းဝင်ရင် ဆယ်ရက်ပဲ။ ဒါတောင်မှ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ မတရားတာတွေ ဖြစ်နေသေးလို့ရှိရင် တရားစခန်း ဝင်ပြီးတော့ မတရားတာတွေ ဖြစ်နေတယ်။ ဒီလိုပြောရမယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

တရားစခန်းဝင်ပြီးတော့ ဣဿာတွေ ဖြစ်မယ်။ မစ္ဆရိယတွေဖြစ်မယ်။ အကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်နေမယ်။ မာနတွေဖြစ်နေမယ်။ ဒေါသတွေ ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် တရားစခန်းက မတရားတာတွေ ဒီလိုဖြစ်နေမယ်။

ကိုယ့်မှာ၊ ကိုယ့်ရင်ထဲနှလုံးသားထဲမှာ တရားမရောက်ဘူးလို့ပဲ ပြောရမယ်။ နေရာနဲ့ မဆိုင်ဘူး။ ဒီဟာက ဒါကြောင့်မို့လို့ ဘယ်နေရာမှာပဲနေနေ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ အမြဲတမ်း ကိုယ့်ရင်ထဲက တရားစခန်းထဲမှာ ရှိနေဖို့ဖြစ်တယ်။ အဲတော့ တရားဆိုတာ အခြေခံ ဘာလဲ။ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ ဒီတရားတွေကို ဆိုလိုတာနော်။ ဒါဟာ အရေးကြီးတဲ့ အခြေခံတရားတွေပဲ။ ဒီစိတ်ဓာတ် အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်။ ဒီတရားကို နိဗ္ဗာန်ရတဲ့ တရားလို့ ထင်ကောင်းမှ ထင်လိမ့်မယ်။ တကယ် နိဗ္ဗာန်ရနိုင်တဲ့ တရား။

ကမ္ဘဋ္ဌာန်းလေးဆယ်ထဲမှာ ဒီအပ္ပမညာ တရားလေးပါးဆိုတာ အထင်အရှားရှိပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားအလောင်း ပါရမီဖြည့်တယ်ဆိုတာ ဟောဒီမေတ္တာ အခြေခံပြီးတော့ ဖြည့်တယ်။ ကရုဏာကို အခြေခံပြီးတော့ ဖြည့်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ မြတ်စွာဘုရား ပါရမီရှိတဲ့အထဲမယ် မေတ္တာ တရားကို ဦးတည်ပြီးတော့ မေတ္တာပါရမီပဲ ဖြည့်တာ။

နောက်ပြီးတော့ ဥပေက္ခာပါရမီတဲ့။ ဗြဟ္မဝိဟာရ လေးပါးထဲမှာ မေတ္တာနဲ့ဥပေက္ခာဟာ အခြေခံကျလို့ မေတ္တာလို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ ကရုဏာနဲ့ ဥပေက္ခာပါသွားရော။ ဥပေက္ခာလို့ ပြောလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဒီမေတ္တာကို ခိုင်မာအောင် အကြောင်းတစ်ခု ဖြစ်သွားတယ်။

(ကျေးဖူးတော်ရှင် ပါမောက္ခချုပ်
ဆရာတော်ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ)
(လူစိတ်ကင်းမဲ့သော တရားတော်မှ)

mgyoe.com

mgyoe.com

ယနေ့အချိန်အခါတွင် ပဋိပတ္တိသာသနာ ထွန်းကားပြန့်ပွားလျက် ရှိပါသည်။ တစ်နိုင်ငံလုံး အနှံ့အပြားတွင် ယောဂီတို့ တရားအားထုတ်နိုင်စိမ့်သောငှာ တရားရိပ်သာများ၊ တရားစခန်းများ ဖွင့်လှစ်ထားရှိပါသည်။ (၇) ရက်၊ (၁၀) ရက်၊ (၁၅) ရက်၊ တစ်လ ဖွင့်လှစ်သော တရားရိပ်သာများရှိသလို အမြဲတမ်းဖွင့်လှစ်ထားသော တရားရိပ်သာများလည်းရှိလေရာ ဝိပဿနာ တရားရှုမှတ် ပွားများလိုသူ ယောဂီတို့အတွက် 'ရွှေရောင်အခွင့်အလမ်း' ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။

တရားရိပ်သာ အဆောက်အအုံများ တည်ဆောက်ရာတွင် လှူဒါန်းမှုပြုသူ ဒါနကောင်းမှုရှင်များ၊ တရားစခန်းဖွင့်လှစ်ချိန်တွင် ယောဂီများအား အစာအာဟာရ ကျွေးမွေးလှူဒါန်းသော ဒါနရှင်များ၊ ရိပ်သာများတွင် ဝေယျာဝစ္စ လုပ်အားပေးကြသော ဓမ္မလုပ်သားများ၏ ကုသိုလ်ကောင်းမှုများကို ဝမ်းမြောက်နမော် သာဓုအကြိမ်ကြိမ် ခေါ်ရပါသည်။

ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ပွားများခြင်းသည် ဘာသာရေးကျင့်စဉ်များတွင် အဆင့်အမြင့်ဆုံး ကျင့်စဉ်ဖြစ်ပါ၏။ အဘယ်ကြောင့် အမြင့်ဆုံး အမြတ်ဆုံး ဖြစ်ရသနည်းဟူမူ သံသရာစက်ရဟတ်ကို အလည်ရပ်စေနိုင်သော စွမ်းအင်ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများခြင်းသည် စိတ်ကြည်လင်ဖြူစင်အောင် လုပ်နည်းများတွင် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းလည်း ဖြစ်ပါ၏။ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယဆရာတော်၏ ထေရဝါဒနည်းကျ ကြီးကြပ်ညွှန်ကြားပြသမှုအောက်တွင် သဒ္ဓါတရားပြည့်ပြည့် လုံ့လဝီရိယရှိရှိ ရှုမှတ်ဖန်များလတ်သော် ယောဂီတို့၏ စိတ်နှလုံးထဲတွင် ထူးထူးခြားခြား ငြိမ်သက်မှု၊ တည်ကြည်မှု၊ ငြိမ်းအေးမှုများ ထွန်းပလာ၏။ တရားစခန်းမှ ထွက်ခွာလာပြီးသည့်နောက်တွင် တရားရှုမှတ်စဉ်က ရရှိသော စိတ်၏ အခြေအနေကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းသူတို့ရှိသလို မထိန်းသိမ်းနိုင်သူတွေလည်း ရှိပါ၏။

တရားရိပ်သာမှ ထွက်လာပြီးနောက်တွင် တရားရှုမှတ်စဉ်က ရရှိသော စိတ်ကြည်လင်မှု၊ အေးချမ်းမှုကို ဆက်လက်၍ စွမ်းနိုင်သမျှ ထိန်းသိမ်းထားသော ယောဂီများနှင့် တွေ့ဆုံဖူးပါသည်။ သူတို့၏အကြည့်သည် မေတ္တာဖြင့် ကြည်စင်နေသည်။ အပြောအဆိုသည်လည်း ညင်သာနူးညံ့နေသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ထိုယောဂီတို့နှင့် တွေ့ဆုံနေစဉ်အခိုက် သူတို့၏ အတွင်းသန္တာန်မှ ထွက်ပေါ်လာသော အအေးဓာတ်၊ အကြည်ဓာတ် ထင်ဟပ်ခြင်းကို ခံစားရသည်။ ထိုသို့သော ယောဂီတို့နှင့် ဆက်ဆံရသည်မှာ များစွာစိတ်နှလုံး အေးမြချမ်းမြေ့ရသည်။ 'ငါ သူတို့လောက် မအေးချမ်းသေးပါလား' ဟုလည်း မိမိကိုယ်ကို မိမိ ဆင်ခြင်မိပါ၏။

တချို့ယောဂီများကမူ တရားစခန်းက ထွက်လာပြီးနောက် တရားစခန်းထဲက စိတ်အခြေအနေမျိုးကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်း မရှိသည်ကို တွေ့ရသည်။ တရားရိပ်သာမှ ပြန်ထွက်လာသည်နှင့် ရရှိထားသော တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှု၊ စိတ်စင်ကြယ်မှုတို့ကို တရားစခန်းတွင်သာ ထားရှိခဲ့ကြသည်။ လက်တွေ့ပြင်ပလူမှုဘဝတွင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟများ လျော့ကျမသွားဘဲ ယခင် ရှိရင်းစွဲအတိုင်း ပိုနေမြဲ ကျားနေမြဲ ဖြစ်လျက်ရှိသည်။

ဃရာဝါသကိစ္စများမြောင် လူတို့ဘောင်တွင် ကျင်လည်နေရသူများတွင် အများစုအနေဖြင့် တရားရိပ်သာများတွင် ရံဖန်ရံခါမှသာ တရားအားထုတ်နိုင်ကြပါသည်။ ဤသည်ပင် လူဦးရေ (၁၀၀) တွင် (၁၀) ယောက်လောက်သာ အားထုတ်နိုင်ကြသည်ဟု ထင်ပါသည်။ စီးပွားဥစ္စာ မရှာရသော သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ပင်စင်စားများ၊ အိမ်ထောင်တာဝန် မယူရသူများ၊ လူပျိုကြီး အပျိုကြီးများကမူ အချိန်ပြည့် အားလပ်ပြီး အနှောင်အဖွဲ့နည်းပါးသောကြောင့် အခြားသူများထက် နှိုင်းယှဉ်လျှင် တရားစခန်း ဝင်နိုင်ချေ အခွင့်အလမ်း ပိုမိုများပြားပေလိမ့်မည်။ လူအများစုကြီးအနေဖြင့်မူ လက်တွေ့ရင်ဆိုင် ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေရသော စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ လူမှုရေး၊ သားရေးသမီးရေး၊ ကျန်းမာရေး စသည့် အရေးအရာအဖြာဖြာအတွက် မအားမလပ်နိုင်အောင် ဆောင်ရွက်နေရသည်။ ထိုသူများအနေဖြင့် တရားစခန်း မသွားနိုင်သောကြောင့် စိတ်မကောင်းဖြစ်စရာ မလိုပါ။ အထက်ပါကျေးဇူးရှင် ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်ကြီး ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ၏ အဆုံးအမတော်ကို နှလုံးသွင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ဖို့သာ လိုပါသည်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဆိုလိုရင်းမှာ အချိန်နှင့်အမျှ မိမိတို့၏ ရင်ထဲတွင် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာဟူသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါး

mgyoe.com

ကိန်းအောင်းခြင်းသည် ရင်ထဲမှာ တရားစခန်း ဖွင့်ထားခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားသည် မဟာမေတ္တာရှင်၊ မဟာကရုဏာရှင် ဖြစ်တော်မူပါ၏။ လူသားအားလုံးအပေါ် အနှိုင်းမဲ့ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ ထားတော်မူကြောင်း ဗုဒ္ဓဝင်ဖြစ်တော်စဉ်များနှင့် ဗုဒ္ဓဟောကြား မြတ်တရားများကို လေ့လာဖတ်ရှုလျှင် သိနိုင်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် မြတ်ဗုဒ္ဓကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်သူများဖြစ်သည်နှင့်အညီ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာဟူသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါး တည်ကိန်းရှင်သန်သင့်ပါသည်။

မေတ္တာဟူသည် သူတစ်ပါးကို ချမ်းသာစေချင်သောစိတ် ဖြစ်ပါ၏။ သူတစ်ပါးတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာလွယ်ကူစွာ ခန္ဓာဝန်ဆောင်နိုင်ပါစေဟူသော စိတ်သည် မေတ္တာဖြစ်ပါ၏။ ကရုဏာဟူသည် ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေသူကို တတ်နိုင်သမျှ အကူအညီပေးလိုသောစိတ် ဖြစ်ပါသည်။ မုဒိတာဟူသည် သူတစ်ပါးအောင်မြင်ကြီးပွားသည်ကို မြင်တွေ့သောအခါ ဝမ်းသာစိတ်ဖြစ်ပါ၏။ ဥပေက္ခာကမူ မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ ကူညီဆောင်ရွက်၍ မရနိုင်သော အခြေအနေမျိုးတွင် အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးသည် ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့၏ အတွင်းသန္တာန်တွင် အစဉ်ထွန်းပအပ်သော အမြတ်တရားဖြစ်ပါ၏။ ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးဖြင့် အသက်ရှင်နေထိုင်ခြင်းသည် 'မြင့်မြတ်သော နေထိုင်ခြင်း' ဖြစ်ပါ၏။

ကျေးဇူးရှင် ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်ကြီး၏ "အဲတော့ တရားဆိုတာ အခြေခံ ဘာလဲ။ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ ဒီတရားတွေကို ဆိုလိုတာနော်။ ဒါဟာ အရေးကြီးတဲ့ အခြေခံတရားတွေပဲ။ ဒီစိတ်ဓာတ် အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်။ ဒီတရားကို နိဗ္ဗာန်ရတဲ့တရားလို့ ထင်ကောင်းမှ ထင်ပေလိမ့်မယ်။ တကယ် နိဗ္ဗာန်ရနိုင်တဲ့တရား"ဟူသော မိန့်ကြားချက်ကို ဦးထိပ်ပန်ဆင်လျက် မိမိ၏ နှလုံးသားထဲတွင် ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါး တည်ကိန်းအောင် အားထုတ်ကြိုးပမ်းအပ်ပါသည်။

❑

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဆွမ်းသွတ်အလှူ၏အဖိုကို
ကွယ်လွန်သူတိုင်း ရနိုင်ပါသလား

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် မိသားစုဝင်တစ်ဦး ကွယ်လွန်အနိစ္စရောက်သောအခါ ခုနစ်ရက်မြောက်သောနေ့တွင် သံဃာတော်အရှင်မြတ်များကို ဆွမ်းအလှူဒါနပြုကာ ကွယ်လွန်သူကို ရည်ညွှန်း၍ အမျှပေးဝေကြပါသည်။ ဤသည်ကိုပင် ရက်လည်ဆွမ်းသွတ်ခြင်းဟု ခေါ်ကြပါသည်။

ဤသို့ ကွယ်လွန်သူကို ရည်စူးပြီး လှူသောအလှူသည် ကွယ်လွန်သူထံသို့ ရောက်ပါ၏လော။ စင်စစ် အစဉ်အလာအရ မဖြစ်မနေ ဆောင်ရွက်နေသော ရက်လည်ဆွမ်းသွတ်ခြင်းသည် ကွယ်လွန်သူ၏ အကျိုးစီးပွားရှုထောင့်မှ သုံးသပ်ဆန်းစစ်သော် မသေချာ မရေရာ ရည်မျှော်မှန်းဆ၍ ဆောင်ရွက်ရသော အလုပ်ဖြစ်ပါ၏။ ဆိုရသော် ကွယ်လွန်သူအတွက် အထောက်အပံ့ပြုနိုင်စွမ်းမှာ ရာခိုင်နှုန်းအားဖြင့် အလွန်နည်းပါးလှသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

လားရာဂတိ ငါးမျိုး

လူတစ်ဦး ကွယ်လွန်အနိစ္စရောက်သော် သူပြုခဲ့သောကံအားလျော်စွာ–

(၁) နတ်ရွာ ဒေဝဂတိသို့လည်း ရောက်နိုင်သည်။
(၂) လူ့ရွာ မနုဿဂတိသို့လည်း ရောက်နိုင်သည်။
(၃) ငရဲ နိရယဂတိသို့လည်း ရောက်နိုင်သည်။

mgyoe.com

(၄) တိရစ္ဆာနဂတိသို့လည်း ရောက်နိုင်သည်။

(၅) ပြိတ္တာဘုံ (ပေတဂတိ) သို့လည်း ရောက်နိုင်သည်။

ပုထုဇဉ်တို့ ကွယ်လွန်သော် ဤဂတိငါးမျိုးထဲမှ ဘုံတစ်မျိုးမျိုးသို့ မလွဲဧကန် ရောက်ပေမည်။ ကွယ်လွန်သူအတွက် ရည်မှန်းသော အလှူ၏ အဖို့ကို ကွယ်လွန်သူသည် မည်သည့်ဘုံဘဝတွင် ကျရောက်မှသာ အကျိုး ခံစားရမည်နည်း။

မြတ်စွာဘုရား ဖြေကြားတော်မူခဲ့

မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှားရှိတော်မူစဉ်က 'ဇာဏုသောဏိ' အမည်ရှိ ပုဏ္ဏားတစ်ယောက်သည် မြတ်စွာဘုရားထံ ရောက်လာပြီး မြတ်စွာ ဘုရားအား-

"အရှင်ဂေါတမ သေသူကို ရည်ညွှန်း၍ လှူဒါန်းသောအလှူ သည် ကွယ်လွန်သော ဆွေမျိုးသားချင်းတို့ထံ ရောက်ပါသ လား"

ဟု မေးလျှောက်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားက-

"ပုဏ္ဏား ရောက်သင့်သောအရပ်၌ ရောက်၏။ မရောက်သင့် သောအရပ်၌ မရောက်"ဟု ဖြေကြားတော်မူ၏။ ထိုအခါ ပုဏ္ဏားက "အရှင်ဘုရား မရောက်သင့်သော အရပ်ကား အဘယ်အရပ်ပါနည်း။ ရောက်သင့်သော အရပ်ကား အဘယ် အရပ်ပါနည်း"

ဟု ထပ်မံ၍ မေးလျှောက်ပြန်ပါသည်။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက ဤသို့ ပြန်လည်ဖြေကြားတော်မူပါ၏။

မရောက်သင့်သောအရပ်

"ပုဏ္ဏား··· ကွယ်လွန်သူသည် နတ်ဘုံသို့ ရောက်ငြားအံ့။ ထိုသူ့ထံသို့ ရည်ညွှန်းသော အလှူသည်မရောက်။ အကယ်၍ လူ့ဘုံတွင် ရောက်ငြားအံ့။ ထိုသူထံသို့ ရည်ညွှန်းသောအလှူ သည် မရောက်။ အကယ်၍ ငရဲဘုံသို့ ရောက်ငြားအံ့။ ထိုသူ့

mgyoe.com

mgyoe.com

ထံသို့ ရည်ညွှန်းသော အလှူသည်မရောက်။ အကယ်၍ တိရစ္ဆာန်ဘုံသို့ ရောက်ငြားအံ့။ ထိုသူထံသို့ ရည်ညွှန်းသော အလှူသည် မရောက်''

ရောက်သင့်သောအရပ်

''ပုဏ္ဏား… ဤလောက၌ အချို့သောသူတို့သည် အသက်ကို သတ်လေ့ရှိ၏။ မပေးသည်ကို ယူလေ့ရှိ၏။ ကာမဂုဏ်၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်လေ့ရှိ၏။ မဟုတ်မမှန် ပြောလေ့ရှိ၏။ ကုန်းစကား ပြောလေ့ရှိ၏။ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းသောစကား ကို ပြောလေ့ရှိ၏။ ပြိန်ဖျင်းသောစကားကို ပြောလေ့ရှိ၏။ အဘိဇ္ဈာများ၏။ ဖျက်ဆီးလိုသောစိတ်ရှိ၏။ မှားယွင်းသော အယူရှိ၏။ ထိုသူသည် ကိုယ်ခန္ဓာ ပျက်စီး၍ သေသည်မှ နောက်၌ 'ပရဒတ္တူပဇီဝိတ ပြိတ္တာဘုံ'သို့ ရောက်ရ၏။ သူ့ ကို ရည်ညွှန်း၍ ပေးလှူသော အလှူ၏အဖို့တို့ကို ပြိတ္တာဘုံ ၌ ရောက်၏''

(အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်၊ တတိယတွဲ-စာ ၄၇၈)

မြတ်စွာဘုရား၏ မိန့်တော်မူချက်အရ ကွယ်လွန်သူသည် မနုဿဂတိ နှင့် ဒေဝဂတိဟု ဆိုအပ်သော သုဂတိနှစ်ပါးသို့ ရောက်သည်ရှိသော် (လူ ဖြစ်လျှင်၊ နတ်ဖြစ်လျှင်) ကျန်ရစ်သူမိသားစုက အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် (ရက်လည်၊ လလည်၊ နှစ်လည်) မည်မျှပင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်ပြီး ထို သူအား ရည်ညွှန်း၍ အမျှအတန်း ပေးဝေစေသော်လည်း ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက် အကျိုးတစ်စုံတစ်ရာ မခံစားရပေ။

ထို့အတူပင် ကွယ်လွန်သူသည် နိရယဂတိ၊ တိရစ္ဆာနဂတိဟု ဆိုအပ် သော ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်ဘုံများသို့ ကျရောက်ခဲ့သည်ရှိသော် ကျန်ရစ်သူမိသားစု က ကုသိုလ်ကောင်းမှုများ ပြုလုပ်၍ အမျှအတမ်း ပေးဝေစေကာမူ ကုသိုလ် ၏အဖို့အစုကို သာဓုမခေါ်နိုင်သောကြောင့် အကျိုးသက်ရောက်မှု မရှိပေ။ သို့ဖြစ်၍ ကွယ်လွန်သူအား ရည်ညွှန်းသောအလှူသည် လားရာဂတိလေးမျိုး သို့ ရောက်ရှိနေသူအတွက် မည်သို့မျှ အကျိုးမရှိပေ။ ကျန်ရစ်သော ပြိတ္တာ

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဘုံတွင်လည်း ပြိတ္တာတိုင်း ဆွမ်းသွတ်အလှူ၏ ကောင်းမှုကို သာဓုခေါ်နိုင်ခွင့် ရှိသည်မဟုတ်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပြိတ္တာလေးမျိုးရှိရာ ထိုအထဲမှ ပြိတ္တာအမျိုးအစား တစ်မျိုးတည်းသာ သာဓုခေါ်နိုင်ခွင့်ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ပြိတ္တာလေးမျိုး

(၁) ပရဒတ္တူပဇီဝိတပြိတ္တာ = သူတစ်ပါးတို့ပေးမှ စားသောက်ရသော ပြိတ္တာမျိုး၊ သူတစ်ပါးကို မှီ၍ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းရှိ၏။

(၂) ခုပ္ပိပါသိကပြိတ္တာ = မစားမသောက်ရဘဲ ငတ်ပြတ်နှိပ်စက်ခြင်း ခံရသော ပြိတ္တာမျိုး။

(၃) နိဇ္ဈာမတဏှိကပြိတ္တာ = တစ်ကိုယ်လုံး ပူလောင်ခြင်းကို အမြဲမပြတ်ခံစားရသော ပြိတ္တာမျိုး။

(၄) ကာလကဉ္စိကပြိတ္တာ = အသူရကာယ်ဟူ၍ သီးခြားခေါ်ဝေါ်အပ်သော ပြိတ္တာမျိုး။

ထိုပြိတ္တာလေးမျိုးတွင် 'ပရဒတ္တူပဇီဝိတပြိတ္တာ' တစ်မျိုးတည်းသာလျှင် ရည်ညွှန်းသော အလှူ၏အဖို့ကို ခံစားရပြီး အခြားပြိတ္တာသုံးမျိုးမှာ ရည်ညွှန်းအပ်သော အလှူ၏အဖို့ကို မခံစားနိုင်ပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အများစုအနေဖြင့် သမ္မာအာဇီဝမှုဖြင့် ရိုးရိုးသားသား အသက်မွေးနေသူများဖြစ်ခြင်း၊ ဒါန သီလ ဘာဝနာဟူသော သူတော်ကောင်းတရားကို စွမ်းနိုင်သမျှ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်သူများဖြစ်ခြင်း၊ ဒုစရိုက်တရားဆယ်ပါးကို စွမ်းနိုင်သမျှ ရှောင်ကြဉ်နေကြသူများဖြစ်လေရာ တိမ်းပါးကွယ်လွန်သောအခါ ပရဒတ္တူပဇီဝိတပြိတ္တာဘုံသို့ ရောက်သူဦးရေမှာ ရာခိုင်နှုန်းအားဖြင့် အလွန်တရာ နည်းပါးပါလိမ့်မည်။ ကျန်ရစ်သူမိသားစုက ရည်စူးသော အလှူ၏အဖို့ကို ကွယ်လွန်သူမိသားစုက မခံစားရသည့်တိုင် အလှူရှင်မိသားစုအနေဖြင့်မူ ထိုကုသိုလ်ကောင်းမှု၏ အဖို့ဘာဂကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

❑

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဆွမ်းသွတ်အလှူအတွက် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ရွေးချယ်သင့်သလား

အစဉ်အလာအရ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း မိသားစုဝင်တစ်ဦး အနိစ္စရောက်ပါက သေသူကို ရည်မှန်း၍ ဆွမ်းသွတ်အလှူဒါနပြုကြသည်ချည်း ဖြစ်ပါ၏။ ထိုသို့ဆွမ်းသွတ်အလှူ လှူရာတွင် အကယ်တန္တ ကွယ်လွန်သူသည် ကံမကောင်း အကြောင်းမလှစွာ 'ပရဒတ္တူပဇီဝိတပြိတ္တာ' ဖြစ်နေခဲ့သော် သူ့အတွက် အလှူဒါန၏ အဖို့ဘာဝ ပြည့်ပြည့်ဝဝ ရရှိနိုင်စေရန် စနစ်တကျလှူတတ်ဖို့ လိုပါသည်။ အများသူငါ အစဉ်အလာ ဆောင်ရွက်နေကြတာပဲဟု သဘောထားလျက် ပေါ့ပေါ့တန်တန် မဆောင်ရွက်သင့်ပေ။ ကွယ်လွန်သူကို ရည်ညွှန်း၍ ဆွမ်းအလှူဒါနပြုရာတွင် လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်သော အချက်များ ရှိပါသည်။ ထိုအချက်များမှာ ဤသို့ဖြစ်ပါ၏။

(၁) ကွယ်လွန်သူအား ရည်မှန်း၍ သံဃာတော်အရှင်မြတ်များအား ဆွမ်း အလှူဒါနပြုရမည်။

(၂) သီလစင်ကြယ်သော သီလဝန္တအလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ ရွေးချယ်ပင့်ဖိတ် လှူဒါန်းရမည်။

(၃) လှူဖွယ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများမှာ ကာယဒုစရိုက်သုံးပါး၊ ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးမှ ရှောင်ရှား၍ တရားနှင့်အညီ ရှာဖွေရရှိထားသော 'ဓမ္မိယလဒ္ဓ ပစ္စည်း' ဖြစ်ရမည်။

(၄) ကွယ်လွန်သူ၏အမည်ကို နှုတ်မြွက်၍ တရားနာရန် ဖိတ်ခေါ်ရမည်။

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

(၅) အမျှပေးဝေသောအခါ ကွယ်လွန်သူ၏အမည်ကို ခေါ်၍ သာဓု ခေါ်နေရမည်။

အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ရွေးချယ်သင့်

အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ (အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၊ ပထမတွဲ၊ စာမျက်နှာ ၂၅၀) ၌ မြတ်စွာဘုရားက 'သီလရှိသော ရဟန်းကို လှူလျှင် အကျိုးကြီးမားသည်'ဟု ဟောတော်မူပါသည်။ (ဓမ္မပဒပါဠိတော်၊ စာမျက်နှာ ၆၄၊ အင်္ဂရဝတ္ထု)တွင်လည်း မြတ်စွာဘုရားက 'ရွေးချယ်စိစစ်ပြီး လှူကြ' ဟု ဟောတော်မူပါသည်။ (အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၊ ပထမတွဲ၊ စာမျက်နှာ ၂၅၀) တွင် 'သီလရှိသော ရဟန်းကို ကိုးကွယ်လျှင် ရှည်စွာသော ကာလပတ်လုံး ချမ်းသာ၏'ဟု ဟောတော်မူပါ၏။

ကွယ်လွန်သူကို ရည်ညွှန်း၍ ဆွမ်းသွတ်အလှူပြုရာတွင် လှူဒါန်းမည့် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်သည် သီလစင်ကြယ်သော သီလဝန္တပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ဖို့ လိုပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သီလစင်ကြယ်သော ရဟန်းကို ရွေးချယ်လှူဒါန်းပြီး ရည်ညွှန်းအမျှဝေမှသာ အလှူ၏အဖို့ဘာဂကို ပရဒတ္တူပဇီဝိတ ပြိတ္တာ ဖြစ်နေသူက ရရှိမှာဖြစ်သောကြောင့်ပါ။ သီလစင်ကြယ်သော ဒုဿီလ ပုဂ္ဂိုလ်ကို လှူဒါန်းပြီး ရည်ညွှန်းအမျှဝေလျှင် အလှူ၏အဖို့ဘာဂကို ကွယ်လွန်သူ မရရှိနိုင်ပေ။ မခံစားရပေ။

ဒုဿီလနဲ့တွေ့တဲ့ပြိတ္တာ

ဒုဿီလကို လှူဒါန်းပြီး ရည်ညွှန်းအမျှဝေသောကြောင့် အလှူ၏ အဖို့ကို မရရှိ၊ မခံစားရသော ပြိတ္တာတစ်ကောင်အကြောင်း ပေတဝတ္ထုထဲမှာ ပါရှိပါသည်။

ညတစ်ညတွင် အဇာတသတ်မင်းသည် အိပ်မပျော်သောကြောင့် နန်းပြာသာဒ်အထက်အဆင့်တွင် စင်္ကြံလျှောက်နေစဉ် ပြိတ္တာတစ်ကောင်ကို တွေ့သည်။ ပြိတ္တာသည် အသွေးအသား ခန်းခြောက်ပြီး အရိုးအကြောနှင့် အရေသာရှိ၏။ ကိုယ်ခန္ဓာတွင်လည်း အဝတ်အစားမရှိပေ။ အဇာတသတ်မင်းက အကျိုးအကြောင်းမေးလေရာ ပြိတ္တာက 'ဗာရာဏသီပြည်ရှိ သူ၏

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

သမီးထံသွားပြီး သူ့ကို ရည်ညွှန်းလှူဒါန်းသော အလှူ၏အဖို့ကို သွားယူမည်' ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါသည်။ ထိုအခါ အဇာတသတ်မင်းက 'အပြန်တွင် သူ့ထံ ဝင်ခဲ့ရန်' မှာကြားလိုက်၏။ မင်းကြီး မှာကြားလိုက်သည့်အတိုင်း ပြိတ္တာက သူ့သမီးထံမှအပြန်တွင် မင်းကြီးကို ဝင်တွေ့ရာ ပြိတ္တာမှာ နဂိုအတိုင်း အရိုးအကြောအရေသာရှိပြီး အဝတ်အစားလည်းမပါ ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ အဇာတသတ်မင်းက အကျိုးအကြောင်းမေးရာ ပြိတ္တာက–

> ''သူ့သမီး လှူဒါန်းတဲ့ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်က သီလမစင်ကြယ်တဲ့ ဒုဿီလပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်နေကြောင်း၊ အဲဒီဒုဿီလကို လှူဒါန်းတဲ့အတွက် သူ့အနေနဲ့ အလှူ၏အဖို့ကို မရရှိခဲ့ကြောင်း၊ နဂိုအတိုင်း မထူးခြားဘဲ ပြိတ္တာဘဝမှလည်း မကျွတ်လွတ်ရသည်မှာ သီလမစင်ကြယ်ဘဲ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း'' ပြန်ဖြေပါသည်။

(ပေတဝတ္ထု၊ ပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊
ကျမ်းဦးမှတ်ဖွယ်၊ စာမျက်နှာ ၂၃)

သီရိလင်္ကာမှ မုဆိုးတစ်ယောက်

သီဟဠိုင်ငံ (သီရိလင်္ကာ)၌ ဓဟုမာနရွာသား မုဆိုးတစ်ယောက်ရှိသည်။ သူသည် သူ၏မိတ်ဆွေ ကွယ်လွန်သူအတွက် ရည်မှန်း၍ အလှူလုပ်ရာတွင် သီလ၊ သိက္ခာမရှိသော (ရဟန်းတု)ကိုပင် သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ပင့်ဖိတ်လှူဒါန်းပြီး အမျှပေးဝေသည်။ သူရည်ညွှန်းသူမှာ ပြိတ္တာဖြစ်နေသော်လည်း အလှူအဖို့ မရရှိ။ သာဓုမခေါ်နိုင်။ ပြိတ္တာက မုဆိုးအား ''သူ့အတွက် ရည်ရွယ်သော အလှူကို ဒုဿီလကြီးကချည်းပဲ လုစားနေတယ်''ဟု ပြောသည်။ ထိုသို့သိရပြီးနောက် မုဆိုးသည် သီလစင်ကြယ်သော ရဟန်းတစ်ပါးအား ပင့်ဖိတ်လှူဒါန်းလျက် ကွယ်လွန်သူအား အမျှပေးဝေလေသည်။ ထိုအခါမှသာ ပြိတ္တာဖြစ်နေသူသည် သာဓုခေါ်၍ အလှူ၏အဖို့ကို ရရှိလေတော့၏။ (ဒက္ခိဏာဝိဘင်္ဂသုတ်၊ အဋ္ဌကထာ)

mgyoe.com