

**ဘာသာပြန်သူရှိ စကားဦး**

အသက်အရွယ်လေးရလာတော့ ရင့်ရော်မှုသင်္ကေတအဖြစ် ဟိုကဒီက အချက်ပြလာတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ချွတ်ချော်မှုလေးတွေကို မကြာခဏ တွေ့တွေ့လာတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အမေရိကန်နိုင်ငံ ကာလီဖိုးနီးယားပြည်နယ်၊ ဟာ့မုန်းဗေးမြို့မှာ သီတင်းသုံးကာ သာသနာပြုပြီး လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်က စံလွန်တော်မူသွားတဲ့ ဓမ္မာနန္ဒဆရာတော်ဘုရားကြီး (ဦးသီလာနန္ဒာဘိဝံသ) ရဲ့ **Old Age** (ဇရာ) ဆိုတဲ့ ဆောင်းပါးလေးကိုဖတ်မိတော့ သဘောကျနှစ်သက်မိပါတယ်။ နောက်ပြီး အင်္ဂလိပ်စာဖတ်ပရိတ်သတ် မဟုတ်သူ (အထူးသဖြင့်လူအို)တွေအတွက် ဒီစာလေးကိုမြန်မာပြန်ဆိုရရင် တစ်စုံတရာ အကျိုးရှိမှာပဲရယ်လို့လည်း စိတ်ကူးပေါ်လာမိပါတယ်။ အိုမှုကြောင့် စိတ်ဓာတ်ခွန်အား ကျဆင်းယုတ်လျော့နေသူတွေရော၊ အသက်အရွယ် အိုမင်းရင့်ရော်ပါလျက်ကယ်နဲ့ ကိုယ့်အိုမှုကို လုံးဝမဆင်ခြင်နိုင်၊ မဆင်ခြင်မိသူတွေရောအတွက်ပါ အကျိုးရှိလိမ့်မယ်ရယ်လို့လည်း ယုံကြည်မိပါတယ်။ အထူးသဖြင့် သူတို့တွေဖတ်မိပြီး ဆင်ခြင်နိုင်ကြစေဖို့နဲ့ အိုခြင်းနှင့်စပ် မှန်ကန်တဲ့ အကျိုးအမြတ်တွေ အသီးသီး ရယူနိုင်ကြစေရန်ကို အထူးရည်ရွယ်ပါတယ်။

တတ်နိုင်သမျှ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ အာဘော်ကျဖြစ်အောင်တော့ ကြိုးစားပြီး ဘာသာပြန်ခဲ့ပါတယ်။ သို့ပေမယ့် စာရေးသူရဲ့ ရေးလေ့ဟန်အတိုင်းပဲ စကားပြောဖက်နွယ်တဲ့ဟန်နဲ့ပဲ ပြန်ဆိုထားပါတယ်။ ဒီအတွက် တည်တည်ခန့်ခန့် ဟောပြော ရေးသားထားခဲ့တဲ့ ဆရာတော်ကြီးရဲ့မိန့်ကြားချက်တွေ ပေါ့လျော့သွားသလိုဖြစ်ခဲ့တယ်ဆိုလျှင်ဖြင့် ဆက်နွယ်သက်ဆိုင်သူအားလုံးကို တခါတည်း ဒီနေရာကနေ တောင်းပန်စကားဆိုရတော့မှာပါ။

**ဆရာတော်ဘုရားကြီးသို့ ဂါရဝဖြင့်**

**အရှင်ဉာဏိက**  
**မေတ္တာနန္ဒပိဟာရ**

**အိုမှုကို ဘယ်လို အန်တုမလဲ**  
၁၉၉၈ ၊ နိုဝင်ဘာလ ၆ ရက် ၊ တစ်ရက်တရားစခန်း

ဘုန်းကြီး ဒီနေ့ နေ့ဆွမ်းဘုဉ်းပေးနေခိုက်မှာ အမေရိကန်နိုင်ငံ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းရဲ့ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌက(TBSA) သတင်းစာစောင်အတွက် ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ရေးပေးဖို့လျှောက်ထားခဲ့ပါတယ်။ ဒီဆောင်းပါးက စာလာပေလာ အကြောင်းအရာ တစ်ခုကို သင်ပြရုံသက်သက်မျှမဟုတ်ပဲ လူတွေရဲ့ဘဝကို ထင်ဟပ်ပေါ်လွင်စေတဲ့ ဆောင်းပါးမျိုးလည်း ဖြစ်စေချင်ပါတယ်လို့လည်း ဆိုပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် ဆရာတော်သက်တော်ခြောက်ဆယ်ပြည့်စဉ်က ရေးသားခဲ့တဲ့ ဆောင်းပါးမျိုးပေါ့ဘုရားလို့လည်း ဆက်လက်လျှောက်ပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဘုန်းကြီးဘာရေးခဲ့တယ်ဆိုတာကိုတော့ တိတိကျကျ မမှတ်မိပါဘူး။ ဒါပေမယ့် အသက်အရွယ်ကြီးရင့်ခြင်းအကြောင်းဖြစ်တယ်ရယ်လို့တော့ သတိရမိပါတယ်။ သူ့ရဲ့ ခုလိုလျှောက်ထားခဲ့ခြင်းက ဘုန်းကြီးအတွက် ဒီနေ့ဒီမှာတရားဟောဖို့ရန် အကြောင်းအရာတစ်ခုကိုပေးလိုက် သလိုပါပဲ။

ဘုန်းကြီးဒီနေ့ အိုခြင်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့အကြောင်းကိုဟောပါမယ်။ ဒီမှာ တကယ့်အိုခြင်းဆိုတာကို အသာထားလိုက်ပါအုံး။ ဘာသာစကားထဲမှာကိုပဲ ဒီအိုခြင်းဆိုတဲ့စကားက နိမိတ်မရှိတဲ့စကားဖြစ်နေပါတယ်။ ဘယ်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မှ ဒီစကားကို မကြိုက်ပါဘူး။ ဘယ်သူမှ ဒီအိုတယ်ဆိုတဲ့စကားကို မကြားလို မမြင်လိုကြပါဘူး။ ဒီစကားက ကိုယ်စားပြုတဲ့ တကယ့်အမှန်တရား အိုခြင်းသဘောတရားကိုလည်း ဘယ်သူမှ မကြိုက်ပါဘူး။ အိုရမှာကို ဘယ်သူမှ မကြိုက်နှစ်သက်ပေမယ့် လူတိုင်းမှာ အိုခြင်းသဘောက ရှိနေတာပါ။ ဘဝဆိုတာကိုက အိုတတ်မှုသဘောတရားအပေါ်မှာ တည်ဆောက်ထားတာမို့ ဘယ်သူမှ အိုခြင်းတရားကို ရှောင်လွှဲလို့မရပါဘူး။ ဘဝ စရကတည်းက အိုခြင်းသဘောဆိုတာကိုကလည်း အတူပါလာခဲ့တာပါ။ အဘိဓမ္မာအလိုအရ တိတိကျကျပြောရလျှင်ဖြင့် အိုခြင်းဆိုတဲ့ဒီဖြစ်စဉ်ဟာ ဘဝအစ ပဋိသန္ဓေစိတ်ရဲ့ ဦးဇာတကတည်းက စခဲ့တာပါ။ ဒီဖြစ်စဉ်သဘောတရားဟာ စမိလျှင်ရပ်တန့်လို့ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။ ပြောင်းပြန်လှန်ပစ်လို့ မရနိုင်သလို နောက်ကြောင်းပြန်လှည့်လို့လည်း မရနိုင်ပါဘူး။ နံရံကပ်နာရီတစ်လုံးအလား၊ လက်ပတ်နာရီတစ်လုံးအလားပမာပါပဲ။ ဘက်ထရီစထည့်လိုက်ကတည်းကနေ ဘက်ထရီကုန်ဆုံးသွားသည့် တိုင်အောင် မပြတ်တမ်း လည်ပတ်နေပါလိမ့်မယ်။

နည်းတူပါပဲ။ ပဋိသန္ဓေစိတ်ရဲ့ ဦးဇာတကတည်းကစလို့ အိုမှုသဘောတရားအစဉ်အဆက်ဟာ မပြတ်တမ်းပဲဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။ ဘယ်နေရာမှာမှ ရပ်တန့်နားနေမယ်မဟုတ်ပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့တတွေကတော့ အသက် ခြောက်ဆယ် ခုနစ်ဆယ်အရွယ်ရောက်ကာမှ ဝါတို့အိုပြီ၊ ဝါတို့အိုခြင်းသဘောတရားကိုရလာပြီရယ်လို့ ထင်တတ်ကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အမှန်တကယ်မတော့ ခဏတိုင်းခဏတိုင်းမှာ-ငယ်ရွယ်စဉ်ကလေးကတည်းကစလို့-ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ပိုပိုပြီး အိုအိုလာကြတာပါ။ ကလေးများနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ပြောလေ့ရှိတာကတော့ အော် ဒီကလေး ကြီးလာပြီ၊ ဒီကလေးမလေး အရွယ်ရောက်လာပြီ စသဖြင့်ပြောတတ်ကြပါတယ်။ အမှန်မတော့ အဲဒီလိုကြီးထွားခြင်းဆိုတာ အိုလာခြင်းပါပဲ။ ကလေးဘဝကစလို့ စက္ကန့်တိုင်း စက္ကန့်တိုင်း ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း အိုလာခဲ့တာပါ။ တကယ်တမ်းဆိုရလျှင် အိုခြင်းဆိုတာ အသက်ငါးဆယ်ခြောက်ဆယ် ခုနစ်ဆယ်ရောက်ကာမှ မဟုတ်ပါဘူး။ အိုခြင်းဆိုတာက မွေးဖွားကတည်းက ဘုန်းကြီးတို့နဲ့ အတူပါလာခဲ့တာပါ။ ဒါကိုရှောင်လွှဲလို့ မရနိုင်ပါဘူး။

ဒါဆို ဘာကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့လူသားတွေ အိုရမှာကြောက်ရွံ့နေကြတာပါလဲ။ ဘာကြောင့်လူတွေက အိုခြင်းကို မကြိုက်ကြတာပါလဲ။ ဘုန်းကြီးထင်ပါတယ်။ အိုခြင်းဆိုတာက မကောင်းကျိုးအဆက်ဆက်ကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်တာကြောင့် ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ အသက်အရွယ်ကြီး လာတာနဲ့တပြိုင်နက်တည်းမှာပဲ သင့်ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတွေဟာလည်း ငယ်ရွယ်နုပျိုစဉ်ကလို မသန်မာတော့ပါဘူး။ ခွန်အားတွေ ယုတ်လျော့လာပါတယ်။ အရင်က သင်မြင်ရသလို ခုခါမှာ သဲသဲကွဲကွဲ သင်မြင်ရတော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သင့်မှာ မျက်မှန်တပ်လာရတယ်။ သင့်နားတွေလည်းချို့ယွင်းအားနည်းလာလို့ သင့်မှာ နားကြပ်ကိုလည်း ဆောင်ရပြန်ပါတယ်။ သင့်ဆံပင်တွေလည်း အဖြူရောင်သန်းလာလို့မို့ ဒီအဖြူရောင်ဆံပင်ကို မကြိုက်နှစ်သက်နိုင်တာကြောင့် သင့်မှာ ဆံပင်ကိုလည်း ဆိုးရပြန်ပါတယ်။ တချို့သူများမှာဆိုလျှင် အဲဒီလိုဆံပင်ဆိုးရတာကြောင့်ပဲ မလိုလားတဲ့ ကင်ဆာစတဲ့ ဆိုးကျိုးကိုတောင် ရတတ်ကြပါတယ်။ ပြောရလျှင် ဒီအိုမှုနဲ့ပတ်သက်ပြီး မလိုလားအပ်တဲ့အရာတွေက များပြားလှပါတယ်။

သင်အိုလာတဲ့အခါမှာ သင့်ရဲ့နုပျိုလန်းဆန်းမှုတွေ ယုတ်လျော့လာတယ်။ သင့်မှာ ပျိုရွယ်မှုဂုဏ်တွေ မရှိတော့သလို ဘယ်တော့မှ ပြန်လည်ပြီးလည်း နုပျိုတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ငယ်ရွယ်စဉ်ကလို သန်သန်မာမာ မရှိနိုင်တော့ပါဘူး။ သင်အိုလာတဲ့အခါ အရာ တော်တော်များများကိုလည်း မေ့လျော့လာတတ်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးထင်ပါတယ်။ ဒါဟာ လူတော်တော်များများမှာ ဖြစ်လေ့ရှိတဲ့ သဘောရယ်လို့၊ ငယ်ငယ်ကလို မှတ်ဉာဏ်ကလည်း များများစားစား မမှတ်နိုင်တော့ပါဘူး။ ဟိုဟာ ဒီဟာတွေကိုလည်း မေ့တတ်လာပါတယ်။ ဒါဟာ အိုမင်းသူတွေမှာဖြစ်တတ်လေ့ရှိတဲ့ မှတ်ဉာဏ်အားနည်းမှုရောဂါတစ်မျိုး(Alzheimer's disease)လို့ ဆိုနိုင်မလားပါ။ အိုမှုနဲ့ဆက်စပ်ပတ်သက်တဲ့ အလိုမကျစရာ မနှစ်သက်စရာတွေဆိုတာ များလှပါတယ်။ ဒါတင်မကသေးပါဘူး။ သင်အိုမင်းလာတဲ့အခါမှာ ငယ်ရွယ်သူများကလည်း သင်နဲ့အတူ မနေလိုကြပါဘူး။ ဒီအဘိုးကြီး၊ အဖွားကြီးဟာ မဆိုင်တဲ့အလုပ် လာရှုပ်နေပြန်ပြီ၊ ဝါလုပ်လိုရာ လုပ်လို့မရအောင် နောက်ယှက်နေတယ် စသဖြင့် ဆိုကောင်းဆိုနိုင်ပါတယ်။ သင်ဟာပိုပိုပြီး ဘေးကိုရောက်ရောက်လာပါတယ်။ သင်ဟာ ပိုပိုပြီးလည်း အထီးကျန်ဆန်လာပါတယ်။ ဒါဟာ အသက်ကြီးမှုရဲ့ မကောင်းတဲ့ အကျိုးဆက်တွေပါပဲ။

နောက်တစ်မျိုးကတော့ သူငယ်ပြန်ရောဂါပေါ့။ တချို့သူတွေ အိုမင်းလာတဲ့အခါ ကလေးငယ်တစ်ယောက်လို ပြန်ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ဒီလိုဖြစ်တာဟာ ဆင်းရဲခြင်းတစ်မျိုးပါပဲ။ အိုမင်းရင့်ရော်မှုနဲ့ ဆက်စပ်နေတဲ့ မလိုလားအပ်တဲ့အခြေအနေတွေက အမြောက်အမြားပါပဲ။ ဒါကြောင့် လူတွေက မအိုလိုကြပါဘူး။ မအိုလိုပေမယ့်လည်း လူတွေဟာ တနေ့ပြီး တစ်နေ့ ပိုပြီးအိုလာကြရပါတယ်။ ခုခေတ်ခုခါမှာတော့ တချို့သူများက မင်းကို မအိုအောင်ပြုလုပ်ပေးနိုင်တယ်။ ပြန်လည်နုပျိုလာနိုင်အောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်တယ်လို့ ပြောကြရေးကြပါတယ်။ သူတို့ပြောတာကို မင်းတို့ယုံကြည်လက်ခံမယ်ဆိုလျှင်တော့ သူတို့ထုတ်လုပ်ရောင်းချတဲ့ပစ္စည်းတွေကိုဝယ်ယူရလို့ မင်းတို့မှာ မွဲပြာကျဖို့ပဲရှိပါတယ်။ ဘုန်းကြီးက အဲဒီလိုပစ္စည်းထုတ်လုပ်သူတွေကို မေးကြည့်ချင်ပါတယ်။ သင်တို့ကိုယ်တိုင်ရော အရင်ကထက်ပိုပြီး ငယ်ရွယ်နုပျိုလာသလားလို့လဲ။

စာတစ်ကြောင်းကိုရေးတယ်ဆိုကြပါစို့။ အဲဒီစာကြောင်းဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ မင်းတို့ပိုပြီး နုပျိုလာပါသလား၊ ဒါမှမဟုတ် ပိုပြီး အိုစာသွားပါသလား၊ ဆိုပါစို့။ မင်းအနေနဲ့ "ငါ အိုခြင်းတရားကို ပြောင်းပြန်လှန်နိုင်တယ်" ဆိုတဲ့ စာတစ်ကြောင်းကို ရေးတယ်ထားလိုက်ပါ။

အဲဒီစာကြောင်းဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ စက္ကန့်အနည်းငယ် ပိုပြီးအိုလာပါတယ်။ သူတို့တွေက မင်းတို့ကိုငယ်ရွယ်အောင် မလုပ်ပေးနိုင်ပါဘူး။ သို့ပေမယ့် အိုလာတာကို ပျိုလာအောင်လုပ်နိုင်တယ်ဆိုတာကို မင်းကြားရ ဖတ်ရတဲ့အခါမျိုးမှာ မင်းစိတ်ပါဝင်စားနိုင်ပါတယ်။ သူတို့ထုတ်ကုန်တွေကို ငွေပေးဝယ်ဖို့အထိပင် စိတ်ဆန္ဒဖြစ်ကောင်း ဖြစ်မိပါလိမ့်မယ်။ သို့ပေမယ့် အိုမင်းရင့်ရော်မှုဆိုတာက သဘာဝဖြစ်စဉ်တစ်ခုပါ။ ဒီဖြစ်စဉ်ကို ဘယ်သူမှ ပြောင်းပြန်လှန်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။ ဘယ်သူမှလည်း ဒါကို ရှောင်ဖယ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။ အိုမင်းရင့်ရော်မှုဖြစ်စဉ်ဟာ ဘဝနှင့်အတူပါလာတဲ့ အရာပါ။ မင်းမှာ ဘဝရှိတယ်ဆိုလျှင်ဖြင့် အိုမှုဆိုတာလည်း ရှိမှာပါပဲ။ အိုမင်းရင့်ရော်မှုကနေ ဘုန်းကြီးတို့တွေ ထွက်ပြေးလို့ မရနိုင်ပါဘူး။ အိုမှုနဲ့အတူ ဘုန်းကြီးတို့တော့ နေကိုနေရပါလိမ့်မယ်။

ဒါဆို အိုမှုနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဗုဒ္ဓရဲ့သဘောထားက ဘယ်လိုပါလဲ။ ဗုဒ္ဓက သူ့ရဲ့တပည့်သားဝကတွေကို အရာဝါးမျိုးကို နေ့စဉ် အမြဲမပြတ် အမှတ်ရဆင်ခြင်နေဖို့ မိန့်ကြားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီဝါးမျိုးထဲမှာ တစ်ခုကတော့ အိုမှုကို အမြဲဆင်ခြင် အမှတ်ရနေဖို့ပါပဲ။ ဘယ်လိုဆင်ခြင်ရမလဲဆိုတော့ "ငါ့မှာ အိုခြင်းသဘောတရားရှိတယ်။ ငါဟာ အိုခြင်းသဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်ဘူး"။ ဒါက ဘာဆိုလိုတာလည်းဆိုလျှင်ဖြင့် ငါဟာ အိုခြင်းကနေ ရှောင်ပြေးလို့ မရနိုင်ဘူးဆိုတာပါပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့တော့ ထပ်ကာ ထပ်ကာ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အမြဲမပြတ် ဒါကို အမှတ်ရဆင်ခြင်နေရပါမယ်။ ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမ၊ မြတ်စွာဗုဒ္ဓရဲ့ မိန့်ကြားချက်ဖြစ်ပါတယ်။

ဘာကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့တော့ ခုလိုအိုခြင်းသဘောကို ဆင်ခြင်ဖို့လိုပါသလဲ။ တကယ်လို့ မင်းတို့အနေနဲ့ ငါဟာ ဧကန်မှမျှအိုရလိမ့်မယ်။ ငါ့မှာ အိုခြင်းသဘောတရားရှိတယ်လို့ မဆင်ခြင်ခဲ့ဘူးဆိုလျှင်ဖြင့် မင်းတို့ရဲ့ ငယ်ရွယ်နုပျိုမှုနဲ့ပတ်သက်ပြီး မာနတွေထောင်လွှားကောင်း ထောင်လွှားနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီမာနအရင်းခံကြောင့်ပဲ ပိုမိုဆိုးရွားတဲ့ မကောင်းမှုတွေကိုလည်း လုပ်မိနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုမကောင်းမှု အကုသိုလ်တရားတွေကပဲ မင်းတို့ကိုမကောင်းတဲ့ အပါယ်ဆင်းရဲဘဝသစ်တွေဆီကို ဦးဆောင်ပို့ပေးပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီလို အချိုးနီးဖြစ်တဲ့ပျိုရွယ်မှုမာန်ကို ပယ်ရှားနိုင်ဖို့ အိုခြင်းတရားကို အစဉ်အောက်မေ့အမှတ်ရနေဖို့ လိုပါတယ်။ အိုခြင်းတရားရဲ့သဘောမှန်ကို သူ့အရှိအတိုင်း နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း မှန်မှန်ကန်ကန် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျကျမြင်ဖို့ လိုပါတယ်။ အပေါ်ယံမျှရှုကြည့်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။ အိုခြင်းတရားနဲ့ လူတိုင်းတွေ့ကြုံရမှာပါ။ ဘယ်သူမှ ရှောင်လွှဲလို့ မရနိုင်တာကြောင့် အိုခြင်းတရားကို ဘုန်းကြီးတို့အားလုံး အမှန်အတိုင်း လက်ခံကြရမှာပါ။ အိုခြင်းတရားကို အောက်မေ့ဆင်ခြင်နေခြင်းဟာ အမှန်အတိုင်း အိုမှုကို လက်ခံခြင်းပါ။ အဲဒီလို အမှန်အတိုင်းလက်ခံနိုင်ပြီဆိုလျှင် အိုခြင်းတရားက ဘုန်းကြီးတို့ကို မနှောက်ယှက်နိုင်တော့ပါဘူး။ ခန္ဓာငါးပါးရှိနေသမျှကာလပတ်လုံး အိုခြင်းကိုရှောင်လွှဲလို့ မရနိုင်ဘူးဆိုတာကို ဘုန်းကြီးတို့သိကြပါတယ်။ ခန္ဓာရှိနေသမျှ သူနဲ့အတူ အိုမှုကလည်း ပါလာမှာ အမှန်ပါပဲ။

အိုခြင်းတရားရဲ့ဆိုးရွားတဲ့ မကောင်းချက်တစ်ခုကတော့ သေခြင်းဆီသို့ဦးဆောင်ပို့ပေးတတ်မှုပါ။ အိုခြင်းတရားက ဘုန်းကြီးတို့ကို အိုခြင်းမှာပဲ ရပ်တန့်နေစေမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဟုတ်တယ်နော်၊ အိုမှုဆီကနေ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ သေခြင်းဆီ ပို့ဆောင်ပေးဦးမှာ။ အဆုံးမတော့ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ သေခြင်းတရားနဲ့ တွေ့ကိုတွေ့ကြရမှာ။ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတွေ အလုပ်မလုပ်ကြတော့တဲ့အခါမှာ၊ ဆက်လက်ရှင်သန်ဖို့ စွမ်းအားမရှိတော့တဲ့အခါမှာ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ သေကြရမှာ။ ရုပ်နာမ်တရားတွေ တဖြည်းဖြည်း စွမ်းအင်နည်းပါးလာရကနေ အဆုံးမှာ လုံးဝစွမ်းအားသတ္တိတွေ ကုန်ခမ်းသွားပါလိမ့်မယ်။ ဒေဒီအခိုက်တန့်ဟာ ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့သေချိန်ပါ။ ဒါကြောင့် အိုခြင်းတရားက ဘုန်းကြီးတို့ကို အိုခြင်းမှာပဲ ရပ်တန့်နေစေမှာ မဟုတ်ပဲ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း စက္ကန့် နာရီ နေ့ရက်မပြတ် သေခြင်းဆီ ဆွဲဆောင်ပေးနေပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် အိုခြင်းဆိုတာ အလွန်မနှစ်မြို့စရာ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ခါမှာ ဗုဒ္ဓက " နွားကျောင်းသားဟာ သူ့ရဲ့နွားအုပ်ကို နွားစားကျက်ဆီမောင်းပို့သလို အိုခြင်းတရားကလည်း သတ္တဝါတွေကို သေမင်းဆီမောင်းပို့နေတယ် " ရယ်လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။ ဒီ အိုခြင်းကြောင့်ပဲ သေခြင်းဟာ တစ်နေ့မှာ ဆိုက်ရောက်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒါကိုလည်း တိမ်းရှောင်ထွက်ပြေးလို့ မရပါဘူး။

အိုခြင်းဆိုတာ သူ့သဘာဝအရ မကောင်းတာမှန်ပေမယ့် ဘုန်းကြီးတို့အနေနဲ့ ဒီအိုမှုကိုအသုံးပြုပြီး ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိရာ ရှိကြောင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီအိုမှုကိုတောင်မှပဲ အပြီးသတ် မောင်းထုတ်ပစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒီဘဝမှာတော့ မဟုတ်ဘူးပေါ့။ ဒီဘဝမှာတော့ ဘုန်းကြီးတို့လုပ်နိုင်တာထက် ပိုပြီးဘာမှ လုပ်နိုင်မယ် မဟုတ်ဘူးပေါ့။ အိုတာကိုလည်း မအိုအောင် လုပ်နိုင်မယ် မဟုတ်ဘူးပေါ့။ ဒါပေမယ့်ဘုန်းကြီးတို့ လုပ်နိုင်တာတွေရှိပါတယ်။ ဒါကတော့ တရားအားထုတ်ဖို့ပါ။ ဒီလိုတရားအားထုတ်တယ်ဆိုလျှင် ဘုန်းကြီးတို့တတွေ နောင်မှာဒီအိုခြင်းကနေ လွတ်မြောက်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒီနည်းနဲ့ပဲ ဘုန်းကြီးတို့တွေ အိုမှုကို အကြောင်းပြုပြီး နောင်မှာ ဘဝသစ်တစ်ဖန် မွေးဖွားခြင်းမရှိရအောင် ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ဘုရားအလောင်းဟာ တစ်ဆယ့်သုံးနှစ်ကြာ နန်းစည်းစိမ်ကိုခံစားစံစားခဲ့ပါတယ်။ ဒီတစ်ဆယ့်သုံးနှစ်အတွင်း သူဟာ အိုနာသေသဘောတရားကို နားမလည်ခဲ့ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် တစ်နေ့ သူ့ယာဉ်တော်ဆီထွက်ခဲ့ရာမှာ သူ့အိုတစ်ယောက်ကို တွေ့မြင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီတွေ့မြင်မှုက အော် အိုခြင်းသဘောဆိုတာ အမှန်ရှိပါလား။ ဒီအိုခြင်းသဘောကို ဘယ်သူမှ ရှောင်ခွာထွက်ပြေးလို့ မရပါလားဆိုတဲ့ အသိဉာဏ် သူ့မှာဖြစ်ပေါ်စေခဲ့ပါတယ်။ သူလည်းပဲ တစ်နေ့မှာ အိုရလိမ့်မယ်၊ သူ့ရဲ့ခမည်းတော်လည်းပဲ အိုရလိမ့်မယ် စသဖြင့်လည်းဆင်ခြင်မိပါတယ်။ အိုခြင်းနဲ့ ဒီအိုခြင်းသဘောကို ရှောင်ခွာထွက်ပြေးလို့မရနိုင်ဘူးဆိုတဲ့ အမှန်တရားကိုတွေ့မြင်ခြင်းကပဲ ဒီအိုမှုသဘောတရားကနေလွန်မြောက်ရန်အတွက် တစ်ခုခုလုပ်ကိုလုပ်ရမယ်ဆိုတဲ့ သန္နိဋ္ဌာန်ဖြစ်ပေါ်စေခဲ့ပါတယ်။ ဒါကတော့ လောကီအာရုံကာမဂုဏ်တွေကို စွန့်လွှတ်ဖို့နဲ့ တပြိုင်နက်ထည်းမှာပဲ မကောင်းတဲ့စိတ်အညစ်အကြေးတွေကိုမောင်းထုတ်ဖို့ တရားဘာဝနာများကို ရှုမှတ်ပွားများရမယ်ဆိုတာပါ။

ဒီနည်းအားဖြင့် ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ကိုယ့်အတွက် ကောင်းရာကောင်းကြောင်းတွေကိုအားထုတ်လုပ်ကိုင်ရန်အတွက် အိုမှုကို အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။ အိုခြင်းသဘောကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားရင်းပဲ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပြန်လည်ပြီး ပြောနိုင် သတိပေးနိုင်ပါတယ်။ "သင်လည်းတစ်နေ့မှာ မုချအိုရလိမ့်ဦးမယ်၊ မအိုမီမှာ၊ သင့်ခွန်အားတွေအလွန် မယုတ်လျော့လာမီ ခုချိန်ခါမှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကိုပြုလုပ်သင့်တယ်၊ တရားဘာဝနာများကိုလည်းပွားများသင့်တယ်" ရယ်လို့၊ နောက်ပြီး တရားဘာဝနာပိုမိုပွားများဖို့ အိုခြင်းတရားကိုမောင်းထုတ်ဖို့ ဘုန်းကြီးတို့တွေ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း ပြန်လည်တွန်းအားပေးနိုင်ပါတယ်။ အိုခြင်းသဘောကိုမောင်းထုတ်တယ်လို့ပြောဆိုခြင်းဟာ ဘဝကိုမောင်းထုတ်ခြင်း၊ ဘဝသစ်ပြန်လည်ဖြစ်ပေါ်ခြင်းကိုမောင်းထုတ်ခြင်းလို့ ဆိုလိုခြင်းလည်းဖြစ်ပါတယ်။

ဘဝသစ်တဖန်ဖြစ်တည်နေသမျှကာလပတ်လုံး အိုခြင်းသဘောဆိုတာလည်းရှိနေဦးမှာပါ။ ဘုန်းကြီးတို့တွေ အိုတာကို အလိုမရှိဘူးဆိုလျှင် ဘဝသစ်ပြန်လည်ဖြစ်ခြင်းကိုလည်း အလိုမရှိပါမှဖြစ်ပါမယ်။ နတ်ဗြဟ္မာတစ်ဦး၊ လူသားတစ်ဦး အနေတော့ ပြန်လည်မွေးဖွားလိုပါရဲ့။ ဒါပေမယ့် အိုတာကိုတော့ မလိုချင်ပါဘူးလို့ ပြောမယ်ဆိုလျှင်တော့ ဘယ်မှာ တရားမျှတပါ့မလဲ။ ဘုန်းကြီးတို့တွေ ကိုယ်မရနိုင်တာကိုရအောင် ဆုတောင်းမိကြပါလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ မဖြစ်နိုင်တဲ့ အရာပါ။ ဘုန်းကြီးတို့တွေ အိုမှုကို မလို

ချင်ဘူးဆိုလျှင် ခန္ဓာငါးပါးကိုလည်း မလိုချင်ကြရပါဘူး၊ ဒါ ဘုန်းကြီးတို့တွေ နားလည်သဘောကပေါက်ရမည့်အချက်ပါ။ လူ အများစုက "လွတ်မြောက်မှု (နိဗ္ဗာန်) ဆိုတာကို တစ်စုံတစ်ဦး ဒါမှမဟုတ် တစ်စုံတစ်ခုအနေနဲ့ ပြန်လည်မွေးဖွားပြီး အဲဒီအရာ ဟာ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးပဲ အစဉ်ထာဝရတည်တန့်နေမယ်" ရယ်လို့ ထင်မြင်ယူဆကြပါတယ်။ ဒါဟာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ပြန် လည်မွေးဖွားမှုဆိုတာ အစပျိုးလိုက်ခြင်းပါပဲ။ အစရှိလျှင် အလယ် အဆုံးလည်း ရှိရမှာပါပဲ။ အဆုံးကို မလိုချင်ဘူးဆိုလျှင် အလယ်ကိုလည်း အလိုမရှိပါ။ အစကိုလည်း အလိုမရှိပါမှ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့ ဘဝသစ်ဖြစ်ခြင်း (ပဋိသန္ဓေတည်မှု- ဇာတိ), အိုခြင်း (ဇရာ), သေခြင်း (မရဏ) တို့ကို အပြီးသတ်မောင်းထုတ်ခြေမှုန်းခြင်း နည်းလမ်းပါပဲ။

အိုခြင်းသဘောကို မှန်မှန်ကန်ကန်ချဉ်းကပ်ခြင်းကတော့ သူ့သဘောတရားကို အမှန်အတိုင်းရှုမြင်ခြင်းနဲ့ ဒီအိုခြင်းသဘောဆို တာ ဘဝမှာ ရှောင်လွှဲလို့ မရနိုင်တဲ့အရာပဲလို့ မြင်တတ်ခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအိုခြင်းသဘောကို အသုံးပြုပြီး ဘုန်းကြီးတို့တတွေ တရားဘဝနာများရှုမှတ်ပွားများခြင်းဖြင့် ဘဝသစ်တွေကိုဖြစ်ပေါ်စေတတ်တဲ့ ကိလေသာတရားဆိုးတွေကို ပယ်သတ်ရှင်လင်း နိုင်ပါတယ်။

ဗုဒ္ဓအလိုအရ အိုခြင်းသဘောကို အနိုင်တိုက်လိုလျှင် ဘုန်းကြီးတို့ ဒီအိုခြင်းသဘောကို လက်ခံကြရပါမယ်။ ပြီးတော့ တရား ဘာဝနာကို ရှုမှတ်ပွားများကြရပါမယ်။ တရားဘာဝနာပွားများနေရင်းမှာလည်း ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ပိုပိုပြီး အိုမင်းနေတာပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ဒီလိုအိုမင်းမှုကတော့ ဘဝသစ်နောက်ထပ်မဖြစ်ရအောင် ကိလေသာအညစ်ကြေးတရားတွေကိုလည်း တစ်ပါတည်း ပယ်သတ်နေခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် အိုမှုသဘောကို အနိုင်ယူနိုင်တဲ့အနေအထားဆီသို့ တဖြည်းဖြည်း ပိုမိုနီးကပ်လာလာနေတာပါ။ ဘဝသစ်ဖြစ်ပေါ်မှုမရှိလျှင် အိုမှုသေမှုဆိုတာလည်း မရှိတော့ပါဘူး။ အိုခြင်းသဘောကနေ လွတ်မြောက်ဖို့နဲ့ မကောင်းစိတ် တွေကို သုတ်သင်ရှင်းလင်းဖို့ကတော့ တရားရှုမှတ်ပွားများခြင်းသာ တစ်ခုတည်းသောနည်းလမ်းဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ခြားနည်းတွေ ဆိုတာကတော့ အတုအယောင်တွေသာ၊ လှည့်စားမှုတွေသာဖြစ်ပါတယ်။

ခုခေတ်မှာဆိုလျှင် လူတွေက အိုခြင်းသဘောကို အန်တုဖို့ ခွဲစိတ်ကုသမှုတွေ ပြုလုပ်ကြပါတယ်။ ခွဲစိတ်မှုရဲ့ အကျိုးရလဒ်အဖြစ် သူတို့တွေဟာ ပိုပြီးငယ်ရွယ်နုပျိုလာသယောင်ထင်မြင်ရတယ်။ ဒါပေမယ့် သူတို့တွေ တကယ်တမ်းပိုမို ငယ်ရွယ်နုပျိုလာတာ တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ငယ်ရွယ်နုပျိုလာဟန် ထင်ရခြင်းသာဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်တော့ ပိုပြီးအိုလာတာပါ။ သူတို့ကို ခွဲစိတ်ကုသတဲ့ စားပွဲပေါ်မှာလဲလျောင်းနေခိုက်မှာကိုပဲ သူတို့တွေဟာ တစ်စက္ကန့်ပြီး တစ်စက္ကန့် ပိုပိုပြီးအိုအိုလာပါတယ်။ ခွဲစိတ် ကုသမှုလုပ်ငန်း ပြီးဆုံးတဲ့အခါမှာ သူတို့တွေ ပိုပြီးအိုစာလာပါတယ်။ သို့ပေမယ့် သူတို့တွေ ပိုပြီးနုပျိုလာဟန် ပေါက်ချင် လည်းပေါက်မယ်။ မပေါက်ချင်လည်း မပေါက်ဘူးပေါ့။ တချို့သူတွေမှာတော့ ဒီခွဲစိတ်ကုသမှုကြောင့်ပဲ ပိုပြီးဆိုးရွားတဲ့ အနေမျိုး ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ခွဲစိတ်ကုသခြင်းဟာ ပိုပြီးနုပျိုလာသယောင်ထင်ရတာ သေချာတယ်ပဲထားလိုက်ပါစို့။ ဒါ နုပျိုလာသယောင် ထင်ရခြင်းသာဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်နုပျိုလာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပိုပြီးအိုလာတာပါ။ တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့ပိုပြီး အိုလာတာပါ။ ခွဲစိတ်ကုသမှုကိုခံယူနေစဉ်မှာပဲ ပိုပြီးအိုလာပါတယ်။ အိုခြင်းသဘောကို ဒီနည်းနဲ့ အနိုင်တိုက်ခြင်းဟာ အဆုံးမှာ အရှုံးနှင့်သာ အဆုံးသတ်ရပါလိမ့်မယ်။ အိုခြင်းသဘောကို ဒီနည်းနဲ့ မနိုင်နိုင်ပါဘူး။ ဘုန်းကြီးပြောခဲ့သလို ငယ်ရွယ်နုပျိုလာသယောင် ထင်ရတာပါ။ ဒါပေမယ့် အမှန်တကယ်မတော့ ငယ်ရွယ်နုပျိုလာတာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဘုန်းကြီးထင်ပါတယ်။ အိုခြင်းသဘောနဲ့ပတ်သက်ပြီး အကောင်းဆုံးလုပ်ဖို့ကတော့ ဒီအိုတတ်တဲ့သဘောတရားကို အမှန် အတိုင်းလက်ခံဖို့နဲ့ ဒီလိုအိုမှုနဲ့ပတ်သက်ပြီး အလွန်အမင်း စိုးရိမ်သောကဖြစ်မနေဖို့ပါပဲ။

ကောင်းပြီ။ ဟောဒီမှာ အိုခြင်းတရား၊ ဘုန်းကြီး ဒီအိုခြင်းသဘောကိုလက်ခံတယ်။ နောက်ပြီး နောင်ဘယ်တော့မှ အိုခြင်း သဘော မရှိနိုင်ရလေအောင် ဒီသံသရာကြီးထဲကနေ ထွက်မြောက်ဖို့ ငါတတ်နိုင်သလောက် အားထုတ်သွားမယ်။ အိုခြင်းနှင့် ယှဉ်ပြိုင်တိုက်ခိုက်ခြင်းနဲ့ အိုခြင်းကိုအနိုင်ယူဖို့ အခြားနည်းလမ်းတွေကိုသုံးခြင်းဟာ မဖြစ်နိုင်တဲ့အရာမို့ အိုမှုအပေါ်ထားတဲ့ ဘုန်းကြီးတို့ သဘောထားက သူ့ကိုလက်သင့်ခံခြင်းနဲ့ အိုမှုအတွက် နာကျင်ခံစားမနေဖို့ပဲဖြစ်တယ်။ တခါတရံ အိုခြင်းကြောင့် ထိခိုက်နာ ကျင်စွာခံစားနေခြင်းဟာ အိုခြင်းထက်ပိုပြီးဆိုးရွားပါတယ်။ အိုရတာအတွက်သင့်မှာ ခံစားနာကျင်နေခြင်းနှင့်

ကြောက်ရွံ့ထိတ် လန့်နေခြင်းက သင့်ကိုပိုမိုလို့ စိတ်ဆင်းရဲဒုက္ခကိုဖြစ်စေပါတယ်။ သင့်အနေနဲ့ "ကောင်းပြီ၊ အိုခြင်းသဘောဆိုတာရှိတယ်။ ငါ အိုခြင်းသဘောကို လက်ခံမယ်။ ဒီအိုခြင်းကနေ ဝါရှောင်ထွက်သွားလို့ မရနိုင်ဘူး" လို့ ဆိုရင်း အိုခြင်းကို အလိုက်သင့်လက်ခံ နိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုလက်ခံလိုက်လျှင် သင်ဟာပိုပြီးလည်း ငြိမ်းချမ်းလာမယ်။ ပိုပြီးလည်း အဆင်ပြေပြေနေလာနိုင်ပါမယ်။

ဒေးလ် ကာနေဂီရဲ့ (သောကကင်းဝေး နေထိုင်ရေး-How to Stop Worrying and Start Living) ဆိုတဲ့စာအုပ်မှာ အိပ်မပျော်နိုင်တဲ့ ရောဂါအကြောင်း ရေးထားတယ်။ အိပ်မပျော်နိုင်ဖြစ်ရတာကြောင့် ပူပန်သောကဖြစ်ခြင်းဟာ တကယ်အိပ်မပျော်ခြင်းထက် ပိုမိုထိခိုက်မှုကိုဖြစ်စေပါတယ်။ "အိပ်မပျော်နိုင်တာကြောင့် ပူပန်သောကဖြစ်ပါနဲ့" လို့ ဒေးလ် ကာနေဂီက ဆိုပါတယ်။ တချို့သူတွေမှာ ရက်လနစ်များစွာ အိပ်လို့မရပေမယ့်လည်း ဘာထိခိုက်မှုမှ မဖြစ်ပါဘူး။ တကယ်တော့ အိပ်မပျော်ဖြစ်တာကို ကြောက်ရွံ့နေခြင်းနဲ့ အိပ်မပျော်ဖြစ်ရတာကြောင့် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေများဖြစ်မှာပါလိမ့်မလို့ တွေးပူနေခြင်းကသာ ပိုလို့ သင့်ကိုဒုက္ခဖြစ်စေတတ်တာပါ။ ဘုန်းကြီးထင်ပါတယ်။ အိုခြင်းသဘောမှာလည်း ဒီအတိုင်းပဲလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အိုတတ်တဲ့ သဘောဆိုတာ သူ့အလိုလို နဂိုကတည်းရှိနှင့်ပြီးသားမို့ သူ့အတိုင်းပဲ ထားလိုက်ပါ။ ဘုန်းကြီးတို့ ဒါကိုဘာမှ မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကိုလက်ခံလိုက်ပါ။ ဒီနောက် အိုခြင်းသဘောနဲ့အတူနေနိုင်အောင် တစ်စုံတစ်ခုကိုလုပ်ဖို့ပါပဲ။ ဗုဒ္ဓဆုံးမထားတဲ့ တရားတော်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးပြီး ဒီခြင်းသဘောကို အနိုင်ယူနိုင်ပါတယ်။ ဒါဟာ တစ်ခုတည်းသောနည်းလမ်းဖြစ်သလို အိုမှုသဘောတရားကိုဖြေရှင်းဖို့ သေချာတဲ့နည်းလမ်းလည်းဖြစ်ပါတယ်။ ပလတ်စတစ်ဆာဂျရီယန်တွေကတော့ ဘုန်းကြီးကို ကြိုက်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သူတို့ဘုန်းကြီးပြောတာကို ကြားလိမ့်မယ်မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီတော့လည်း အရေးမကြီးပါဘူးပေါ့နော်၊ နုပျိုလှပဖို့အတွက် ခွဲစိတ်ကုသမှုတွေ လုပ်မနေပါနဲ့တော့။ တရားကိုသာ လက်တွေ့အားထုတ်ပါ။ ဒါက ပိုပြီးလည်း အကုန်အကျနည်းပါတယ်။

ဘုရားရှင်က ဘုန်းကြီးတို့ကို အိုခြင်းဆင်းရဲကိုသာမက ပဋိသန္ဓေတည်နေရခြင်း၊ သေခြင်း၊ ဝမ်းနည်းပူဆွေးရခြင်း၊ ဝိုင်းမြည်တမ်းရခြင်း၊ ကိုယ်ဆင်းရဲမှု၊ စိတ်ဆင်းရဲမှုဖြစ်ခြင်းတို့ကို အနိုင်ယူဖို့ တစ်ခုတည်းသောနည်းလမ်းကတော့ ကိလေ သာအညစ်အကြေးတွေကို သုတ်သင်ရှင်းလင်းဖို့ပဲရယ်လို့ ညွှန်ပြတော်မူပါတယ်။ ကိလေသာအညစ်အကြေးတရားတွေကို သုတ်သင်ရှင်းလင်းဖို့ရန် သူတို့(ရုပ်နာမ်တို့)ရဲ့ သဘောအမှန်ကို မြင်ဖို့လိုပါတယ်။ သူတို့ရဲ့သဘောမှန်ကို အမှန်အတိုင်းမမြင်ပဲ သူတို့ကို ရှင်းလင်းသုတ်သင်ဖို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့တွေ တစ်ခုမဟုတ်တစ်ခုကို အမြဲတမ်းတွယ်တာငြိကပ်နေပါလိမ့်မယ်။ ဒီအရာတွေပေါ်မှာ စိတ်ပျက်ပြီးငွေ့ဖို့က သူတို့ရဲ့သဘောမှန်ကို သိဖို့လိုပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့တွေ ကိလေသာအညစ်အကြေးတွေကို သုတ်သင်လိုတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ကြိုးစားကြမယ်။ တကယ်တမ်း အားထုတ်ကြမယ်ဆိုလျှင် ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ကိုယ်မျှော်မှန်းတဲ့ အတိုင်း အောင်မြင်ပါလိမ့်မယ်။

သဘာဝတရားတွေရဲ့ သဘောမှန်ကိုသိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကတော့ မမြဲတဲ့သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့သဘော၊ ဘာမှ အစိုးမရတဲ့ သဘောရယ်လို့ မြင်ဖို့ပါပဲ။ အဲဒီလိုမြင်နိုင်ဖို့ ဘုန်းကြီးတို့တွေ တရားဘာဝနာကိုပွားများဖို့ လိုပါတယ်။ သတိကောင်းအောင် အားထုတ်ဖို့လိုပါတယ်။ ခိုင်မာတဲ့သတိကတဆင့်သာလျှင် သဘာဝတရားတွေရဲ့အမှန်ကိုမြင်ရဖို့ မျှော်လင့်နိုင်ပါတယ်။ အစပထမမှာ သတိကောင်းအောင်အားထုတ်ရပါမယ်။ သတိတရားအားကောင်းလာတာနဲ့အမျှ တည်ကြည်မှု သမာဓိလည်းဖြစ်လာပါမယ်။ သမာဓိဆိုတာ စိတ်ရုံကြည်လင်သန့်ရှင်းမှု၊ တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှုဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ကြည်လင်သန့်ရှင်းလာတာ၊ တည်ငြိမ်အေးချမ်းလာပြီဆိုလျှင် အမှန်တရားကိုမြင်ဖို့ အစပျိုးလာခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သတိကောင်းအောင် ပြုလုပ်ရမည့် အခြေခံလုပ်ငန်းဆီကိုပဲ ပြန်ဆိုက်လာပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ သတိကောင်းအောင်ပြုလုပ်ကြမယ်။ သတိကောင်းမွန်ဖို့ အားတက်သရောစူးစူးစိုက်စိုက် အားထုတ်ကြမယ်ဆိုလျှင် တစ်နေ့မှာ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ အိုခြင်းကိုသာ အနိုင်ယူနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပဋိသန္ဓေတည်နေရခြင်း၊ နာရခြင်း၊ သေရခြင်းသဘောတွေကိုလည်း အနိုင်ယူနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါက ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာအစဉ်တွေ မပြတ်တရစပ် လည်ပတ်နေတဲ့ သံသရာဆိုတဲ့သဘော၊ အဖန်ဖန်မွေးဖွားနေရခြင်းသဘောကနေ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်ခြင်းလို့ ဆိုလိုခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ ။

မေတ္တာဖြင့်  
အရှင် ဉာဏိက