



နှုတ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်

**၁၃၁၄ ခု၊ ဝါဆိုလဆန်း ၁၁ ရက်နေ့ညတွင်
အသံသွင်း၍ ရွှေတို့သို့ပေးလိုက်သော
မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
နှုတ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်
၁၃၁၁ ခုနှစ်**

ယခု ဆရာတော်က ရန်ကုန်မြို့သာသနာ့ရိပ်သာကနေပြီးတော့ ဇာတိအရပ် ရွှေတို့မြို့မှာရှိကြတဲ့ ဒါယကာ ဒါယကာမများ၊ ဆိပ်ခွန်ရွာမှာရှိကြတဲ့ တပည့်ဒါယကာ ဒါယကာမများ ရဟန်းတော်များ၊ အဲဒီအားလုံးသော တပည့်ဒါယကာ ဒါယကာမများ ရဟန်းတော်များအတွက် သြဝါဒမိန့်ခွန်းစကားကို ယခု ပြောကြားလိုက်မယ်။ သြဝါဒ မိန့်ခွန်းစကားဆိုပေမယ့်လို့လဲ ယခု ဘုန်းကြီးမှာ လောလောဆယ်ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကြောင်းကလေးတွေနဲ့တကွပေါ့လေ ဆေးရုံကဆင်းလာလို့ သာသနာ့ရိပ်သာကို ရောက်တော့ တပည့်ဒါယကာ၊ ဒါယကာမတွေ အစုံအညီကန်တော့ကြတဲ့ အခါမှာ နှုတ်ဆက်မိန့်ခွန်းဆက်မင်္ဂလာအနေနဲ့ သြဝါဒတရားကလေး ဟောသွားတာကို ခုနကပဲကြားသွားပြီ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီတရားထဲမှာ လိုနေသေးတာကလေးတွေကို ယခု ဆက်ပြီး ပြောသွားမယ်လို့ပါပဲ။

ဘုန်းကြီးက အဖျားရောဂါနှင့် ကျန်းမာရေး ချို့ယွင်းတဲ့အတွက် ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီးမှာ တက်ရောက်လို့ ဆေးဝါးကုသပြီး နေရစဉ်အခါတုန်းက စိတ်ထဲမှာရပ်ရွာက ဒါယကာ၊ ဒါယကာမတွေကိုလည်း အောက်မေ့သတိရ၊ တရားသဘောတွေကိုလဲ ဆင်ခြင်စဉ်းစားမိလို့ အဲဒီလိုဖြစ်ခဲ့တဲ့ အကြောင်းအရာကလေးတွေကို ယခု ပြန်ပြောမယ်လို့ပါပဲ။ ဘယ်လိုလဲ ဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီလို မကျန်းမာဖြစ်နေရာက တော်တော်နေထိုင်ကောင်းလို့ ကျန်းမာရေးကလေး တော်တော်ရလာတဲ့အခါ စိတ်ကူးကလေးတွေ စိတ်ကူးတိုင်းစိတ်ကူးတိုင်း ဉာဏ်တွေက ပွင့်လင်းပြီးတော့ အင်မတန်ကောင်းနေတယ်။ နှလုံးသွင်းတိုင်း နှလုံးသွင်းတိုင်း တရားတွေကလဲ ပေါ်နေလို့ ရပ်ရွာမှာရှိကြတဲ့ ဒါယကာ၊ ဒါယကာမတွေကို တရားဟောလိုစိတ်တွေ အများကြီးပဲဖြစ်ခဲ့တယ်။

အဲဒီတုန်းက ကျန်းမာရေးက အတော်အသင့်ပြည့်စုံလို့ တော်တော်နေထိုင်ကောင်းနေပေမယ့်လို့ ညဉ့်အခါများမှာ ဆိုရင် အိပ်လို့ကတော့ ကောင်းကောင်းမပျော်ဘူး။ အိပ်ပျော်စေတတ်တဲ့ ဆေးဝါးများကို စားသောက်မှီဝဲပေးမှ တစ်ညမှာ ၁-နာရီ ၂-နာရီလောက်ပဲ အိပ်ပျော်တယ်။ အိပ်မပျော်တဲ့အချိန်ကပဲ များပါတယ်။ ဒီလို နေရာ ညရော အိပ်မပျော်ဘဲ နိုးနေတဲ့ အခါက များနေတော့နေ့ရော ညရော မော်တော်ကားသံတွေ၊ ရထားသံတွေ ဒီလို ဆူဆူညံညံ အသံတွေကို မပြတ်လိုလိုပဲ ကြားနေရတယ်။ အဲဒီလို ကြားရတိုင်း ကြားရတိုင်း စိတ်ထဲမှာ ဘာတွေများ ပေါ်ပေါ်လာခဲ့သလဲဆိုတော့ကာ သစ္စာလေးပါး တရားတွေ၊ အထူးသဖြင့် ပေါ်ပေါ်လာကြတယ်။ အင်း အခုသွားလာနေကြတဲ့ လူတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့ ချမ်းသာကြောင်းတွေကို ရှာကြံပြီး နေကြရတာပဲ။ ဒီလို သွားရ၊ လာရ၊ လုပ်ရ၊ ကိုင်ရ၊ စားရ၊ သောက်ရနှင့် မိမိတို့ ခန္ဓာကိုယ်ကို အမျိုးမျိုးမွေးမြူ ပြုစုပြီး နေကြရတာတွေဟာ လောကကြီးရဲ့ အထင်အမြင်နဲ့ ဆိုရင်တော့ ချမ်းသာတွေပဲလို့ ထင်ပြီးနေကြတယ်။ အမှန်အားဖြင့် ဆိုလို့ရှိရင် ချမ်းသာရယ်လို့ ဘာတစ်ခုမျှရှိတာမဟုတ်ဘူး။ ခဏမစဲဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရား၊ ဆင်းရဲတရား ချည်းပဲ ရှိတယ်။ သေသေချာချာ စဉ်းစားကြည့်ရင် အမျိုးမျိုး မွေးမြူပြုစုနေရတာတည်းက မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေလို့ပဲ။ ဒီလိုမပြတ် ဖြစ်ပျက်နေလို့ အမျိုးမျိုးပြုစုနေရတယ်ဆိုရင် ဘယ်ကောင်းတော့မလဲ။ ဆင်းရဲချည်းပေါ့။ အကြမ်းစားအားဖြင့် တွက်ကြည့်မယ် ဆိုရင် အဲဒီ သွားလာနေကြတာတွေဟာ ဘာကြောင့်လဲလို့ စဉ်းစားကြည့်ရမယ်။ အချို့ကလဲ စီးပွားရေးနဲ့ ရှာဖွေရင်း သွားနေကြတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တစ်ချို့ကလဲ ပျော်ရေးပါးရေးနဲ့ သွားလာပြီးနေကြရတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တစ်ချို့ကလဲ ကိုယ်နဲ့စပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မကျန်းမာဖြစ်နေလို့ အရေးတကြီးကိစ္စနဲ့ သွားလာနေကြရတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တစ်ချို့ကလဲပဲ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာတွေအတွက် မကျန်းမာဖြစ်နေလို့ ကျန်းမာရေးအတွက် ရှာကြံရင်း သွားလာနေကြရတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တစ်ချို့ကလဲပဲ ကိုယ်နဲ့စပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဘေးဒုက္ခအန္တရာယ်နဲ့တွေ့နေလို့ အဲဒီဘေးဒုက္ခမှလွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်း ရှာကြံပြီး သွားလာနေကြရတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ် စသည်ဖြင့် စဉ်းစားကြည့်လိုက်တဲ့အခါကာလမှာ အားလုံး တစ်လှုပ်လှုပ် တစ်ရွရွနှင့် သွားလာနေကြရတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်သူမှ သက်သာရာမရဘဲနှင့် တစ်ကယ့်ကို ဆင်းရဲ ဒုက္ခတွေနဲ့ တွေ့ပြီးတော့ နေကြတာပါကလားလို့ ဒီဟာဘုန်းကြီးရဲ့ ဉာဏ်ထဲမှာထင်မြင်ပြီးတော့လာတယ်။ ဒါက အကြမ်းဖျဉ်း ပြောရတာ ကို အနုစိတ်အားဖြင့်ဆိုလို့ရှိယင် ယခုလို သွားတဲ့လာတဲ့ အခါကာလမှာ စိတ်ကူးတွေ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အဲဒီစိတ်ကူးကို မှီပြီးတော့ လှုပ်ရှားပြုပြင်တဲ့ ရုပ်တွေဖြစ်တယ်။ ဒီလို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း စိတ်တွေ ဒီရုပ်တွေနဲ့ဟာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်ပြီးနေတဲ့ တရားတွေဖြစ်တဲ့ ဆင်းရဲတွေချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ သွားလာနေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအားလုံးရဲ့ သန္တာန်မှာမပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ တရားတွေဟာ ဆင်းရဲချည်းပဲ။ တစ်လောကလုံးမှာ ရှိနေကြတဲ့ သတ္တဝါတွေအားလုံးရဲ့ သန္တာန်မှာလဲ ဒီလို ဖြစ်ပျက်ပြီး နေတဲ့တရားတွေဟာ ဆင်းရဲတွေချည်းပဲ။ ဒါတွေကို ဆင်းရဲမှန်းမသိကြတဲ့ အတွက်ကြောင့် သတ္တဝါတွေမှာ ယခုလို သွားရ၊ လာရ၊ စားရ၊ သောက်ရ၊ နေရ၊ ထိုင်ရတာတွေကိုလည်း ပျော်မွေ့စရာတွေလို့ ထင်နေကြတယ်။ ဒါတွေကိုလည်း လူချမ်းသာ တွေပဲ၊ နတ်ချမ်းသာတွေပဲ၊ ဗြဟ္မာ ချမ်းသာတွေပဲ၊ အင်မတန်ကောင်းတယ်လို့ ထင်မြင်ပြီးတော့ သာယာသိမ်းပိုက်ပြီး နေကြ

ပြန်တယ်။ အဲဒီလို သာယာသိမ်းပိုက်ပြီး ပျော်မွေ့နေတာ သဘောကျနေတာက ဘာလဲဆိုလို့ရှိရင် သူက သမုဒယသစ္စာတရား ပါပဲ။

အဲဒီဒုက္ခသစ္စာနဲ့ သမုဒယသစ္စာတရားတွေဟာ သတ္တဝါတို့၏ သန္တာန်မှာနေ့ညမစဲ မမြဲမပြတ် ဖြစ်ပေါ်နေတယ်ဆို တာဟာ ရှေးကလည်း ထင်မြင်သဘောကျနေခဲ့တာပါပဲ။ ဒါပေမယ့် အဲဒီနေ့မကောင်းပြီးစ အခါမှာတော့ စဉ်းစားလိုက်တိုင်း အထူးသဖြင့်ကို ပေါ်လွင်ထင်ရှားနေတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီတုန်းက အဲဒီလို ပေါ်လွင်ထင်ရှားနေတာတွေကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံကြီး ဟောလို ပြောလိုတဲ့ စိတ်တွေအများကြီး ဖြစ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီ နေ့မစဲ ညမစဲဖြစ်ပျက်ပြီးနေတဲ့ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတရားတည်းဟူသော ဒုက္ခသစ္စာဆင်းရဲတရားတွေနဲ့ အဲဒီ ဆင်းရဲတွေကိုပဲ ချမ်းသာတွေ ပျော်စရာတွေလို့ထင်ပြီး သာယာနှစ်သက်နေတဲ့ သမုဒယ သစ္စာတရားတွေ ဒီဒုက္ခသစ္စာနဲ့ သမုဒယသစ္စာတရားရောရှိနေသမျှ ကာလပတ်လုံး မအေးချမ်းနိုင်ဘဲဖြစ်နေတာပဲ။ ဒီသစ္စာ တရား နှစ်ခုလုံး ဘာမှ မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ လုံးဝငြိမ်းပြီးသွားတာကမှ ချမ်းသာအစစ်အမှန် နိရောဓသစ္စာပဲ။ နိရောဓသစ္စာကို ဆိုက်ရောက်ပြီး မျက်မှောက်သိမြင်ဖို့ရာ မြတ်စွာဘုရား ဟောခဲ့တဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး တရားတွေဟာလဲ အလွန်အေးချမ်းသာယာတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ဖို့ရာဖြစ်တဲ့အတွက် ချမ်းသာကြောင်း အစစ်အမှန်တရားပဲလို့ ဆိုတာဟာ အဲဒီ ဆေးရုံမှာ တက်နေတုန်းက အိပ်မပျော်တိုင်း အိပ်မပျော်တိုင်း စဉ်းစားဉာဏ်တွေထဲမှာ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းကြီး အလွန်ပဲ ထင်ရှားနေခဲ့တယ်။ အဲဒီအတွင်းမှာပဲ တစ်နေ့ကျတော့ အဲဒီဆေးရုံကြီးရဲ့ အနီးအပါးက သရက်တောတိုက်မှာ သီတင်းသုံးနေတဲ့ တောင်ဘီလူးဆရာတော်ကြီးက သတင်းကြားတာနဲ့ ဆေးရုံကို ကြွလာပြီးတော့ ကြည့်ရှုမေးမြန်းလာတယ်။ အဲဒီ ဆရာတော်ကြီးက ဓမ္မလက်ဆောင်အဖြစ်နဲ့ ဂါထာကလေးတစ်ပုဒ်ကို ပါဠိသက်သက် ရွတ်ပြီးဟောတယ်။ သူ့မှာလဲ ရှေးတုန်းက မကျန်းမမာဖြစ်နေတဲ့အခါမှာ ဆရာတော် ကြီး တစ်ပါးက ဓမ္မလက်ဆောင်ကလေးပေးဖူးလို့ ဒါကလေးကို သူ့မှာ အမြဲတမ်း မှတ်ထားရတယ်တဲ့။ ယခုမဟာစည် ဆရာတော်ကိုလည်း ဒီဓမ္မလက်ဆောင်ကလေး ပေးချင်တယ်ဆိုပြီးတော့ အဲဒီဂါထာကလေးကို ပါဠိသက်သက် သုံးခေါက် ရွတ်ပြီး ဟောပြတယ်။

အာဗာဓေ မေ သမုပ္ပန္နော၊
သတိ မေ ဥဒပဇ္ဇေထ။
အာဗာဓော မေ သမုပ္ပန္နော၊
ကာလော မေ နပ္ပမဇ္ဇိတုံ။

ဒီဂါထာကလေးက တေရဂါထာ ပါဠိတော်မှာ လာတယ်။ ဥတ္တိမထေရ် ဥဒါန်းကျူးရွတ်ဆိုတဲ့ ဂါထာပါပဲ။

အာဗာဓေ မေ သမုပ္ပန္နော၊
သတိ မေ ဥဒပဇ္ဇေထ။
အာဗာဓော မေ သမုပ္ပန္နော၊
ကာလော မေ နပ္ပမဇ္ဇိတုံ။

ဒီလိုဆရာတော်က ပါဠိသက်သက်ရွတ်ပြီး ဟောပြီးတော့ ဘုန်းကြီးကလဲ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြန်ပြီး လျှောက်ရတယ်။ ဆရာတော် ယခုရွတ်ပြတဲ့ ဓမ္မလက်ဆောင် ဂါထာကလေးဟာ အင်မတန်အဖိုးတန်ပါတယ်ဘုရား။ သူ့ရဲ့ ဆိုလိုရင်းအနက်အဓိပ္ပာယ်ကလည်း အင်မတန်လေးနက်ပါတယ်။ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ရောက်အောင် ညွှန်ပြထားပါတယ်။ ဒီ ဓမ္မလက်ဆောင် ဂါထာကလေးကို ကြားနေရတာဟာ အများကြီးပဲဝမ်းမြောက်ပါတယ် စသည်ဖြင့် ပြန်ပြောပြီးတော့ မိမိဉာဏ်ထဲမှာ ထင်မြင်တဲ့အတိုင်း အနက်အဓိပ္ပာယ်များကိုလည်း ဘုန်းကြီးကပဲ ရှင်းလင်းပြီး ပြန်လျှောက်ထားတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးလဲ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ သာဓုခေါ်ပြီး သွားတယ်။

အဲဒီဂါထာကလေးရဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို ယခု ထုတ်ဖော်ပြီး ဟောရမယ်။ မကျန်းမမာ ရောဂါဝေဒနာ၊ တစ်ခုခု ဖြစ်လာရင် သတိရလာတယ်တဲ့။ ဘယ်လိုသတိရလာသလဲဆိုလို့ရှိရင် ငါ့မှာ မကျန်းမမာ အနာရောဂါကတော့ဖြင့် ဖြစ်လာပြီ။ ဒီလို မကျန်းမမာ အနာရောဂါဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ မေ့မေ့လျော့လျော့ နေဖို့ အခါကာလကတော့ မဟုတ်ဘူး။ မမေ့မလျော့ အမှတ်ရဖို့ အခါကာလပဲလို့ ဒီလို သတိတရားကလေး ဖြစ်လာတတ်တဲ့ ဒါက သူ့ဂါထာကလေးရဲ့ ဆိုလိုရင်း အတိုချုပ် လုံးရိုက်အဓိပ္ပာယ်ပါပဲ။

အဲဒါကို အကျယ်ဝေဖန်ပြီး ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့ မကျန်းမမာ အနာရောဂါဖြစ်တဲ့အခါ သတိဖြစ်တယ်။ အမှတ်ရ တယ် ဆိုတာက မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ရောက်ဖို့ရာ အကြောင်းပဲ။ အဲဒီ သတိဖြစ်တယ်၊ အမှတ်ရတယ်ဆိုတာကလည်း ၂-မျိုး ရှိတယ်။ ငါ့မှာ မကျန်းမမာ အနာရောဂါကတော့ ဖြစ်လာပြီ။ ဒီရောဂါနဲ့ပဲသေချင်လည်း သေသွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မသေခင်အတွင်း အားအင်ရှိနေတုန်းမှာ မြတ်စွာဘုရား၏ အဆိုအမတော်ဖြစ်တဲ့ တရားကိုတော့ ပြည့်စုံသင့်သမျှ ပြည့်စုံသွား ရအောင်၊ ရသင့်သမျှ ရသွားရအောင် အားထုတ်မှပဲလို့ ဟောဒီလို အမှတ်ရတဲ့ သတိတရားက တစ်မျိုး၊ ဒီလိုသတိတရား

ကတော့ ကုသိုလ်တရားတွေကို အားထုတ်ဖြစ်အောင် တိုက်တွန်းနှိုးဆောင်ပေးတတ်လို့ သူ့ကို ကာရကသတိတရားလို့ ခေါ်တယ်။ ပြုလုပ်စေတဲ့ သတိတရား၊ ပြုလုပ်အောင်တိုက်တွန်းစေခိုင်းတဲ့ သတိတရား အကြောင်းရင်းခံ သတိတရားလို့ ဆိုလိုတယ်။

ဒီအကြောင်း သတိကလေးဖြစ်ရုံနဲ့တော့ ကိစ္စမပြီးသေးဘူး၊ ဒီအကြောင်း သတိကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးသတိ ကမှ လိုရင်းဖြစ်တယ်။ သူကတော့ တကယ့်ကို အလုပ်လုပ်တဲ့သတိပဲ။ ဒါကြောင့် သူ့ကိုတော့ ကာရကသတိလို့ခေါ်ရတယ်။ အလုပ်သမားသတိလို့ ဆိုလိုတယ်။ အဲဒီသတိရဲ့ ဖြစ်ပုံကတော့ မကျန်းမမာ ရောဂါဝေဒနာတွေ နှိပ်စက်နေတဲ့အခါကာလမှာ အဲဒီရောဂါဝေဒနာမှ စပြီး ထိုအခိုက်အတန့် ကာလအတောအတွင်းမှာ ရှိနေတဲ့ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတွေကို ဖြစ်တိုင်း ပျက်တိုင်း ခဏမစဲလိုက်ပြီးမပြတ် မှတ်နေရတယ်။ ရောဂါဝေဒနာပုံဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်အမူအရာ ရုပ်တရားပုံဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ် အမူအရာ နာမ်တရားပုံဖြစ်ဖြစ်၊ ဘာကလေးတစ်ခုကိုမှ မမေ့မလျော့ပဲ ရှုပြီး အမှတ်ရနေတယ်။ ဒီလိုမပြတ်မစဲ အမှတ်ရ နေတာကို ခုနကပြောခဲ့တဲ့ 'ကာရကသတိ၊ အကျိုးသတိ'လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီအကျိုးသတိကတော့ အစဉ်အတိုင်း ပွားများပြီး သွားရင် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ နိဗ္ဗာန်ကို တစ်ခါတည်း ဆိုက်ရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ပကတိလူတွေမှာဆိုရင် မကျန်းမမာရောဂါဝေဒနာ ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ သတိတရားကမရဘူး။ ဒါကြောင့် "ငါ့မှာ ရှေးတုန်းကတော့ ချမ်းသာနေတာပဲ၊ ကောင်းစားနေတာပဲ၊ အခုမှပဲ မကျန်းမမာဖြစ်ပြီးတော့ ဆင်းရဲနေရ တယ်။ ဒုက္ခနဲ့တွေ့ပြီးနေရတယ်။ ဆိုးလိုက်တဲ့ရောဂါဝေဒနာတွေ၊ ပျောက်ခဲ့လိုက်တာတွေ" စသည်ဖြင့် ရောဂါဝေဒနာတွေနဲ့ ပေမယ့် သူက စိတ်ဆိုးပြီးနေတတ်တယ်။ ကိုယ်မှာအရင်က ချမ်းသာနေရဲ့သားနဲ့ အခုမှ မချမ်းမသာဖြစ်ရမလား၊ ဆင်းရဲရ မလားလို့ ဒေါသတွေ ပွားပြီးနေတတ်တယ်။ ဒီလို စိတ်ဆိုးပြီး ဒေါသတွေပွားနေရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မှာ သတိတရားကင်းမဲ့ပြီး အမှတ်မရတဲ့ ဖြစ်နေလို့ပဲ။ သူဟာသူ အခိုက်အတန့်အားဖြင့် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်သဘောတရားတွေကို သူကအစိုးရတဲ့ ငါကောင်သတ္တဝါကောင်လို့ ထင်နေတယ်။ အရင်ကချမ်းသာနေတာလဲ ငါပဲ၊ အခုဆင်းရဲနေတာလဲ ငါပဲလို့ သူကဒီလို ထင်နေတယ်။ ပြီးတော့သူ့ဟာသူဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကို အစိုးမရပါဘဲနဲ့ သူကချက်ချင်း ပျောက်သွားအောင်လို့ စိမ့်ချင်တယ်။ မျှော်လင့်တောင့်တနေတယ်။ ရုပ်နာမ်တရားတွေက သူထင်တဲ့အတိုင်း အစိုးရတဲ့ အတ္တကောင်မဟုတ်တော့ သူ့အလိုအတိုင်းမဖြစ်ဘူး။ ဒါကြောင့် သူကစိတ်ဆိုးနေတာပဲ။ အဲဒါဟာ ရုပ်နာမ်တွေကို ဖြစ်တိုင်းပျက်တိုင်း အမှတ်ရပြီး အမှန်အတိုင်း မသိလို့ပါပဲ။

ယခု မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမကို ကောင်းကောင်းရယူထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဆိုရင်တော့ ရောဂါဝေဒနာစပြီး ဖြစ်လာကတည်းက ဒီလိုသတိတရားရလာတယ်။ အင်း အဲဒီ ရောဂါဝေဒနာ အကြောင်းပြုပြီးတော့ စိတ်ဆိုးခြင်း မရှိပဲနဲ့ ဒီလို သတိတရား ရလာတယ်။ အင်းငါ့မှာ သေမင်း၏စစ်သည်ဖြစ်တဲ့ ရောဂါဝေဒနာကြီးနဲ့ ရင်ဆိုင်တွေ့နေရပြီ။ ငါ့ဘက်က ဆေးဆရာကြီးတွေနဲ့ ဆေးဝါးလက်နက်ကောင်းတွေကပဲ အနိုင်ရမလား၊ သေမင်းဘက်ကရောဂါကပဲ အနိုင်ရမလားမသိဘူး။ အဆင်မသင့်ရင် ရောဂါကအနိုင်ရပြီး ဒီရောဂါနဲ့ပဲ သေလဲသေသွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မသေမီအတွင်း တရားထူး တရား မြတ်တွေကိုရအောင် ငါအားထုတ်ဦးမှပဲလို့ အဲဒီလိုသတိတရားတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဒါက ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်ရှိ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ သတိတရားရပုံပဲ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်မဲ့ဖြစ်နေတဲ့ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာတော့ ဒါလောက် အဆင့်အတန်းမြင့်အောင် မဖြစ်နိုင်ရာကြာ ပါဘူး။ သီလဆောက်တည်ဦးမှပဲ၊ ပရိတ်နာဦးမှပဲ၊ သင်္ကန်းလှူဦးမှပဲ၊ ဆွမ်းဦးလှူဦးမှပဲ စသည်ဖြင့် ဒါလောက်ပဲ သတိရပြီး ဒါနသီလလောက်ပဲ ပြုနိုင်ရာပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်ရှိပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ ခုနကပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း တရားထူး တရားမြတ်ကို ရသည့်တိုင်အောင် အားထုတ်ဖို့ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့်နဲ့ သတိတရားရလာတယ်။ သို့ပေမယ့် ဒီလို သတိတရား ရရုံနဲ့လဲ ကိစ္စက မပြီးသေးပါဘူး။ အဲဒီလို သတိရတဲ့အတိုင်း မပြတ်မှတ်ရပြီး တရားထူးကို ရသည်အထိ အားထုတ်သွားမှ ကိစ္စက ပြီးပါတယ်။

ဒါကြောင့် အဲဒီလို သတိရလာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိမိသန္တာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ မခံသာမှု ဝေဒနာလေးတွေကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း သူဖြစ်ပေါ်ရာမှာပဲ စူးစိုက်၊ စူးစိုက်ပြီးတော့ လိုက်မှတ်နေရပါတယ်။ နာရင်ဖြင့် နာတယ်၊ နာတယ်လို့ မှတ်နေရ တယ်။ ကျင်ရင် ကျင်တယ်။ ကိုက်ခဲရင် ကိုက်ခဲတယ်။ အောင့်ရင် အောင့်တယ်။ မောရင် မောတယ်။ ပန်းရင် ပန်းတယ် စသည်ဖြင့် အဲဒီကိုယ်ထဲက ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ဝေဒနာကလေးတွေကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း စူးစိုက်ပြီး မှတ်နေရတယ်။ သမာဓိ ဉာဏ်အား ပြည့်စုံနေတဲ့အခါမှာဆိုရင် ဒီလိုစူးစိုက်ပြီး မှတ်နေရာမှာ ဟိုကိုယ်ထဲက မခံသာမှု ဝေဒနာကလေးတစ်ခုက ဖြစ်လာလိုက်ရင် ဒီကမှတ်သိတဲ့ စိတ်ကလေး တစ်ခုက ဖြစ်လိုက်ရင်၊ ဟိုက မခံသာမှု ဝေဒနာတစ်ခုက ဖြစ်လာလိုက်ရင်နဲ့ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မခံသာ အခံရခက်တာလေးတွေကို တစ်ပိုင်းစိတ်ပိုင်းစိ ပိုင်းခြားပြီးတော့ သိနေတယ်။ ဝေဒနာလေး တွေသာ မဟုတ်သေးဘူး။ မှတ်နေတဲ့ သတိဉာဏ်လေးတွေကလဲ မှတ်သိပြီးရင်၊ ပျောက်သွားရင် မှတ်သိပြီးရင် ပျောက်သွား ရင်းနဲ့ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်ပြီးတော့ မမြဲနေပုံတွေဟာ ထင်ရှားနေတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် နှုတ်ခမ်းမွှေးများကို မွှေးညှပ်များ၊ ဇာဂနာများနဲ့ တစ်ပင်ချင်း ကိုက်ကိုက်ပြီးနှုတ်ပစ်နေသလိုပဲ။ ကိုယ်ထဲက မခံသာတာကလေးက ပေါ်လာလိုက်ရင် ဒီက မှတ်လိုက်ရင်၊ ပျောက်သွားလိုက်ရင်နဲ့ဟာ ဝေဒနာနဲ့ အမှတ်အသိလေး တစ်စုံတစ်စုံ တိကနဲ တိကနဲ ပြတ်ပြတ်ပြီး သွားတာကို အစဉ်အတိုင်းမှတ်သိပြီး လိုက်နေရတယ်။

ယခုပြောခဲ့တဲ့ ဝေဒနာသာမဟုတ်သေးဘူး၊ ဝေဒနာမှတစ်ပါး မြင်တာ၊ ကြားတာ၊ ထိတာတွေ၊ သိတာတွေ အစရှိတဲ့ ဒွါရ ၆-ပါးက ကျလာသမျှ အာရုံတွေကိုလဲ သူတို့ကျလာတိုင်း ရှုမှတ်ပြီးတော့ သိနေရတယ်။ အာရုံတစ်ခုက ကျလာလိုက်ရင် အဲဒါကို ရှုမှတ်ပြီးသိလိုက်ရင်၊ သူကပျောက်သွားပြန်ရင်၊ တခြားအာရုံက ပေါ်လာပြန်ရင်၊ အဲဒါကို ရှုမှတ်ပြီး သိလိုက် ပြန်ရင်၊ သူကပျောက်သွားပြန်ရင်နဲ့ ဒီလိုမပြတ်ရှုမှတ်ပြီး တစ်သိတည်းသိနေတယ်။ ရုပ်ပုံဖြစ်ဖြစ်၊ ဝေဒနာသညာသင်္ခါရပုံ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဝိညာဉ်ပုံဖြစ်ဖြစ်၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းကို အမေ့အလွတ်မရှိပဲ အကုန်လုံးအမှတ်ရပြီး သိနေတယ်။ ငါ့မှာမသေခင် အတွင်းကလေး ဒီတရားကို အားတုတ်နေရတာပဲ။ တရားထူးမရသေးမချင်း ငါဒီတရားကို လက်လွတ်လို့တော့ မဖြစ်သေးဘူး။ မပြတ်မစဲ အမေ့အလွတ်မရှိပဲ တမှတ်တည်းမှတ်နေမှပဲလို့ နှလုံးသွင်းပြီးတော့ မပြတ်မှတ်နေရတယ်။ ဒီလိုတစ်မှတ်ပြီးတစ်မှတ် ဆင့်ကာဆင့်ကာ မေ့လျော့ခြင်း၊ ရုပ်နားခြင်းမရှိပဲ အမှတ်ရပြီးသိနေတာကို အကျိုးသတိလို့ခေါ်တယ်။ ဒီလိုမပြတ်အမှတ်ရပြီး သိနေတာကို ရည်ရွယ်ပြီးတော့ သူ့ဂါထာကလေးထဲမှာ “ကာလော မေ နပ္ပမဇ္ဇိတုံ”လို့ ဆိုထားတယ်။ မဂ်ဖိုလ်ရောက်သည့် တိုင်အောင် မမေ့မလျော့ မပြတ်မစဲ ရှုမှတ်ပြီးနေဖို့အချိန်ပဲတဲ့။ ဒီလို မပြတ်မစဲရှုမှတ်ပြီးနေဖို့ အချိန်ပဲတဲ့။ ဒီလိုမပြတ်မစဲ ရှုမှတ်နေရင် အဲဒီအမှတ်သတိကလေးတွေဟာ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်မြင့်ရင့်ရင့်ပြီး နောက်ဆုံးကျတော့ ဒီလိုမှတ်နေရင် မှတ်နေရင်ထဲကပဲ မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရဆင်းရဲတွေ လုံးဝချုပ်ငြိမ်းသွားတဲ့ နိဗ္ဗာန်တရားထဲကို မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ ဝင်ရောက်ပြီးတော့ မျက်မှောက်ပြုသွားတယ်။ အဲဒီလို ရောက်သွားသည့်တိုင်အောင် ဥတ္တိရမထေရ်က သူ့ကိုယ်တိုင် လဲ အားထုတ်ခဲ့ပြီး တခြားပုဂ္ဂိုလ်များလဲ သူလိုပဲအားထုတ်သင့်တယ်ဆိုတာ ဖော်ပြပြီးတော့ အဲဒီဥတ္တိယမထေရ်က ဥဒါန်းကျူး ရွတ်ဆိုတဲ့ ဂါထာတဲ့။

အာဗာဓေ မေ သမပ္ပန္နော၊
 သတိ မေ ဥဒပဇ္ဇထ။
 အာဗာဓော မေ သမပ္ပန္နော၊
 ကာလော မေ နပ္ပမဇ္ဇိတုံ။

မေ-ငါ့အား၊ အာဗာဓေ-မကျန်းမာမှုရောဂါဝေဒနာသည်၊ သမပ္ပန္နော-ဖြစ်ပေါ်၍လာလတ်သော်၊ သတိ-အမှတ်ရမှု သတိသည်၊ မေ-ငါ့အား၊ ဥဒပဇ္ဇထ-ဖြစ်ခဲ့လေပြီ၊ ကိန္တိ-ဘယ်သို့ဖြစ်သနည်းဟူမူကား၊ မေ-ငါ၏သန္တာန်၌၊ အာဗာဓော-မကျန်းမာ ရောဂါ ဝေဒနာသည်၊ သမပ္ပန္နော-ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ပေပြီ၊ ဣမိနာ-ဧဝ အာဗာဓေန-ဤရောဂါဖြင့်ပင်လျှင်၊ မရဏံ ဝါပါပုဏယျ-သေခြင်းသို့ရောက်မူလည်းရောက်နိုင်ချေ၏။ တသ္မာ-ထို့ကြောင့်၊ ဣဒါနိ-ယခု၊ မေ-ငါ့အား၊ ပမဇ္ဇိတုံ-ရှုမှတ် မှု မရှိဘဲ မေ့လျော့၍နေခြင်းငှာ၊ န ကာလော-အချိန်အခါ မဟုတ်ပေ၊ အထ ခေါ်-အမှန်အားဖြင့်သော်ကား၊ နပမဇ္ဇိတုံ ကာလော-မမေ့မလျော့ဘဲ တစ်မှတ်တည်း မပြတ်ရှုမှတ်သွားရမည့် အခါကာလပေတည်း၊ ဣတိ-ဤသို့၊ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်လျက် သတိ-အမှတ်ရမှု သတိသည်၊ ဥဒပဇ္ဇထ-ဖြစ်ခဲ့လေပြီတဲ့။

ယခုဘုန်းကြီးက လူကိုယ်တိုင် မလာနိုင်တဲ့အတွက် ဒီဂါထာကလေးပဲ တရားလက်ဆောင်အဖြစ် အသံသွင်းပြီး အထက်မြို့ရွာမှာ ရှိကြတဲ့ ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်တွေ အားလုံး နာရ၊ ကြားရအောင်လို့ ပေးပို့လိုက်ရတယ်။ ဒီဩဝါဒတရားကို နာကြားပြီး အမှတ်တရ အထူးသတိပြုစရာကတော့ လူ့ပြည်လောကထဲမှာ အတွင်းဝင်ပြီး နေတဲ့သူမှန်ရင် ရုပ်ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဉ်ဆိုတဲ့ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတွေကို အမှီပြုပြီးနေကြရတာ တွေချည်းပဲ။ ဒီရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဉ်ဆိုတဲ့ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတွေကလဲ ဘာမှအားကိုးလောက်တဲ့ တရားတွေမဟုတ်ဘူး။ အကြောင်းမညီညွတ်ဘူး ဆိုရင် ဘယ်အချိန်မဆို ရောဂါဝေဒနာ စွဲကပ်ပြီးတော့ လူမမာချည်း ဖြစ်သွားနိုင်တာချည်းပဲ။ ဒါကြောင့်အကယ်၍ မကျန်း မမာများ ဖြစ်လာမယ် ဆိုရင် ဒီဥတ္တိယမထေရ်၏ ဥဒါန်းဂါထာအတိုင်း နှလုံးသွင်းအားထုတ်ပြီးတော့ အဆိုးထဲက အကောင်း ရအောင် အမြတ်ထုတ်တတ်ကြစေရမည်။ အမြတ်ရအောင်ဟာ အဲဒီ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဝေဒနာကစပြီးတော့ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ရုပ်နာမ်ကလေးတွေကို စူးစိုက်ပြီး မပြတ်ရှုမှတ်သွားကြရပါပဲ။ ဒီလို ရှုမှတ်ပြီးသွားရင် အဲဒီအရှင်ဥတ္တိယမထေရ်လိုပဲ မကျန်း မမာ ဖြစ်နေရင်က တရားထူး၊ တရားမြတ်တွေကိုလဲ ရသွားနိုင်ပါတယ်။ တရားထူးကို မရတောင်မှ သမာဓိဉာဏ်အထူးကို တော့ သေသေချာချာ ရသွားနိုင်ပါတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီရှုမှတ်မှုထဲမှာ အမှတ်ရမှု သတိသမ္မောဇ္ဈင် အစရှိသော ဗောဇ္ဈင်တရား တွေပါ၊ ပါနေတဲ့အတွက် ရောဂါဝေဒနာလဲ ပျောက်သွားတတ်ပါတယ်။ လုံးဝမပျောက်တောင် သက်သာခွင့်ကိုတော့ သေသေ ချာချာ ရသွားနိုင်ပါတယ်။

(ဤနေရာတွင် မဟာစည်သတိပဋ္ဌာန်အဖွဲ့လုံးဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းဥပဒေရေးဆွဲခြင်း ကိစ္စနှင့်စပ်၍ ၅-မိနစ်ခန့် ဟောပြောသေးသည်)

ပြီးတော့ကာ အစဉ်ထာဝရ နှလုံးသွင်းဖို့ရာ အရေးကြီးဆုံးအနေနဲ့ အထူးသတိပေးလိုတာကတော့ မိမိတို့သန္တာန်မှာ ရှိပြီး နေကြတဲ့ သင်္ခါရတရားတွေဟာ ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာလို့ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း ပျက်စီးတတ်တဲ့ တရားတွေချည်းပဲ။ ပကတိလူတွေရဲ့ အထင်အမြင်ကတော့ ကိုယ့်သန္တာန် မှာရှိပြီးနေတဲ့ ရုပ်ကိုယ်ကြီးရော၊ စိတ်ကူးစဉ်းစား ကြံသိပြီးနေတဲ့ နာမ်တရားတွေရော၊ ဒါတွေကိုပျက်တတ်တယ်လို့ မထင်ကြဘူး။ အစဉ်ထာဝရ တည်မြဲတိုင်းပဲ တည်နေကြ

တယ်။ ငါကောင်၊ သတ္တဝါကောင် တစ်ယောက်တည်းအနေနဲ့ တည်ပြီးတော့ ကောင်းစားချမ်းသာနေတယ်လို့ ဒီလိုအထင်တွေ ရောက်နေကြတယ်။

သို့ပေမယ့် အမှန်အားဖြင့်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်တွင်းသန္တာန်မှာ ရှိပြီးတော့နေတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေဆိုတာက မျက်စိတစ်မှိတ်၊ လျှပ်တစ်ပြက်ခန့်လောက်တောင်မှ မတည်တဲ့ဘဲနဲ့ မပြတ်မစဲ ဖြစ်ပျက်ပြီးတော့နေတယ်။ ခဏတိုင်း၊ ခဏတိုင်း ပျက်စီးပြီးတော့နေတယ်။ ဘာမှ အားမကိုးလောက်တဲ့ တရားတွေချည်းဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီအားမကိုးလောက်တဲ့ သင်္ခါရတရားတွေကို အထင်ကြီးပြီး အားကိုးမှားမနေကြဖို့ “ငါကတော့ ငယ်ပါသေးတယ်၊ ကျန်းမာပါတယ်။ မအိုနိုင်၊ မနာနိုင်၊ မသေနိုင်သေးပါဘူး” စသည်ဖြင့် အားကိုးမှားပြီးမနေကြဖို့၊ အဲဒီလို အားကိုးမှားကြပဲနဲ့ အဲဒီသင်္ခါရတရားတွေကို “ဘယ်အချိန်မဆို နာဖျားနိုင်၊ သေနိုင်တဲ့ တရားတွေပါကလား၊ အင်မတန်ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ တရားတွေပါလားလို့” အမှန်အတိုင်းထင်မြင်အောင် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီးသကာလ မိမိတို့သန္တာန်မှာ ဒွါရ ၆ ပါးက ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်တွေကို အမှန်အတိုင်းသိအောင်လို့ အပ္ပမာဒခေါ်တဲ့ သတိတရားနဲ့ အမှတ်ရပြီးတော့ မိမိတို့လိုလားအပ်တဲ့ မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေကို လက်ဆုပ်လက်ကိုင် ပိုင်ပိုင်ကြီး ရသွားသည့်တိုင်အောင် အခွင့်သာတိုင်း ကြီးစားအားထုတ် သွားကြဖို့ ဘုန်းကြီးက အရေးတကြီးအနေနဲ့ အထူးပဲ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

ယခုဘုန်းကြီး တိုက်တွန်းတဲ့အတိုင်း မိမိတို့သန္တာန်က ရုပ်၊ နာမ်၊ သင်္ခါရတွေအပေါ်မှာ အားကိုးမှားကြပဲနဲ့ မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အဲဒီရုပ်၊ နာမ်၊ သင်္ခါရတွေကို အမှန်အတိုင်းသိအောင် အပ္ပမာဒခေါ်တဲ့ သတိတရားဖြင့် အပြည့်အစုံ ရှုမှတ်နိုင် ကြ၍ ဆင်းရဲခပ်သိမ်းတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကြီးကို မိမိတို့လိုလားအပ်သော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် တို့ဖြင့် လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ။

**မဟာစည်ဆရာတော်၏
ရွှေဘိုသို့နှုတ်ခွန်းဆက် မိန့်ခွန်းတရားတော်
ဤတွင် ပြီး၏။**