ဝေဒင်္ဂ၏ဂုဏ်ပြုစာစဉ်

တစ်သက်တာဟောစာတမ်း

စနေ သားသမီးများအတွက်

အတတ်ဟော ပုဏ္ဏားနက္ခတ် ဗေဒင်ဆရာကြီး

ဦးရာမ

ဒုတိယအကြိမ်

အမှာစာ

ကျွန်တော့်ဖေဖေ ဆရာကြီး ဦးရာမ အနိစ္စရောက်ခဲ့တာ အနှစ်သုံးဆယ်ရှိပြီဖြစ်ပါတယ်။ လောကကြီးထဲမှာ ဖေဖေပျောက်သွားပေမယ့် ကျွန်တော့်ရဲ့ ရင်ထဲ ဘယ်တော့မှ မပျောက်ခဲ့ပါ။ ဒါကြောင့်လဲ ကနေ့အထိ ကျွန်တော်က အတတ်ဟော နက္ခတ်ဗေဒင်ဆရာကြီး ဦးရာမ၏ သား ဆရာဒဂုန်ဆိုပြီး ကျွန်တော်ရေးတဲ့ စာအုပ်တိုင်းမှာ ဖေဖေကို ဦးထိပ်ထားခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ ဗေဒင် ဟောခန်း ဆိုင်းဘုတ်မှာ လည်း ဖေဖေ့သားဆိုပြီး ဖေဖေ့ကိုဂုဏ်ပြုကာ ဦးထိပ်ပန်ဆင်ခဲ့ပါတယ်။

ဖေဖေရဲ့ ခုနစ်ရက်သားသမီး ဟောစာတမ်းတွေဟာ တစ်ရက်စာ၊ တစ်လစာ၊ တစ်နှစ်စာအတွက် မဟုတ်ပါဘူး။ တစ်သက်တာကာလပတ်လုံးအတွက် အသုံးချနိုင်တဲ့ ဟောစာတမ်းတွေပါ။ လူသားတွေရှိနေသရွေ့ အမြဲအသုံးကျပါတယ်။ ရာသီဘွား၊ ၁၂ ကောင်အဟောတွေ မလုပ်ခဲ့တာကတော့ မြန်မာလူမျိုးတွေဟာ နေ့ကိုတန်ဖိုးထားတတ်လို့ ပါ။ ဒါကြောင့် နေ့အဟောတွေကို ဦးစားပေးစီစဉ် ပေးတာပါ။ နေ့တစ်နေ့ရဲ့ အကျင့်စရိုက်၊ သန္ဓေ၊ ဗီဇဟာ အခြေအနေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်၊ ဒေသ၊ အသက် အရွယ်ပေါ်မူတည်ပြီး ပြောင်းလဲပေမယ့် အခြေခံစိတ်ဓာတ်ကတော့ ပြောင်းမသွားပါ။ ဒါကြောင့် ယုံယုံကြည်ကြည် ဖတ်ကြည့်ပါ။ စာဖတ်သူ စိတ်ကျေနပ်မိပါလိမ့်မယ်။

စီစဉ်သူ ဆရာဒဂုန်

*

စနေသားသမီးများ အတွက်
တစ်သက်တာဟောစာတမ်း

အကယ်၍ သင်သည် စနေနေ့တွင် မွေးဖွားသောသူဖြစ်ပါလျှင် သင့်ဘဝ၏ ကောင်းကျိုးဆိုးကျိုးများ သည် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပျက်ကြုံတွေ့ရပါလိမ့်မည်။

ဤစနေနေ့တွင် မွေးဖွားသန့်စင်သော သတို့ သားဖြစ်စေ၊ သတို့ သမီးဖြစ်စေ၊ လူတိုင်းသည် စိတ်စေတနာမွန်မြတ်၍ စိတ်ရင်းကောင်းပါသည် ။ ပင်ကိုယ်ဗီဇကောင်းပါသည် ။ လူတိုင်းကို ခင်ခင် မင်မင် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတတ်မည်။ ညီညွတ်မှုနှင့်စည်းလုံးမှုကို အထူးသဘောကျပါမည်။ လူတိုင်းကို ခင်မင်ရင်းနှီးစွာ ဆက်ဆံတတ်ပါသည် ။ ရိုးသားပွင့်လင်းသောစိတ်ရှိသည် ။ တည်ကြည်၍ လူကြီး လူကောင်းဆန်သည် ။ အရာရာကို စိတ်အေးလက်အေးဖြင့် ဝေဖန်သုံးသပ်၍ စဉ်းစားဆင်ခြင် လုပ်ကိုင်တတ်သည် ။ အမှားနှင့်အမှန်ကို မိမိဖာသာ ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်တတ်မည်။

စေတနာထက်သန်သည် ။ အလုပ်တစ်ခုကို အေးဆေးစွာ လုပ်ကိုင်တတ်မည်။ ပီပြင်၍ ပြတ်သားစွာ လုပ်ကိုင်တတ်မည်။ အလုပ်တစ်ခုကို မလုပ်ခင် အလွန်စဉ်းစားမည်။ အမှားအမှန်ကို ဝေဖန်မည်။ ကဲ့ရဲ့ ခံလိုသောစိတ်မရှိပါ။ မိမိဖာသာ ဆုံးဖြတ်လုပ်ကိုင်မည်။ လွတ်လပ်စွာ လုပ်တတ်မည်။ စိတ်တိုင်းကျလုပ်တတ်မည်။ မည်မျှဒုက္ခဖြစ်သော်လည်း ဒု

က္ခဟု မထင်တတ်ပါ။ ဖြစ်သလိုနေမည်။ ပျော်သလိုနေမည်။ ပြဿနာတစ်ခုကို မိမိဖာသာ ဆုံးဖြတ်လုပ်ကိုင်မည်။ သူများ ထံမှ အကူအညီမလို ချင်တတ်ပါ။ မိမိဆုံးဖြတ်ချက်ကိုသာ မှန်သည် ဟု ထင်သည် ။

ပင်ကိုယ်ဗီဇမှာ ကောင်းသော်လည်း ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေမကောင်း၍ မိမိမှာ မကောင်းဖြစ်တတ်မည်။ စိတ်မြန်သည် ၊ စိတ်လှုပ်ရှားသည် ၊ တစ်ခုခုကို လပ်တလောလုပ်လိုစိတ်ရှိသည် ။ ကြာရှည်လုပ်နေရလျှင် စိတ်မရှည်တတ်ပါ။ မြန်ဆန်လွန်းနေမည်။ ပုတီးသမားနှင့်တွေ့လျှင် ပုတီးဖြစ်ပြီး၊ အရက်သမားနှင့်တွေ့လျှင် အရက်သောက်လိုမည်။ ဘက်စုံပိုင်နိုင်အောင် ကျင့်ထားတတ်မည်။ အသေးအမွှားကို လိုက်၍ ဝါသနာပါပါမည်။ အသက်ကြီးကြီးငယ်ငယ် လေးစားမည်။ ဝရဝုဒ္ဓိ၊ ဂုဏဝုဒ္ဓိကို နားလည်တတ်သည် ။ မိမိစိတ်မှာ ကြီးသူကိုရိုသေ၊ ရွယ်တူကိုလေးစား၊ ငယ်သူကို သနားသောစိတ် ရှိပါသည် ။

ကြင်နာတရားနှင့် လိုက်လျောမှုကို လွန်ကဲသည် ။ လူတစ်ယောက်ငိုရခြင်းထက် ရယ်စေလိုသူဖြစ်ပါသည် ။ မိမိနှင့်ဆက်ဆံသူတိုင်း စိတ်ချမ်းသာစေလိုပါသည် ။ ထို့ကြောင့် မိသားစု၊ အပေါင်းအသင်း၊ ဆွေမျိုးဉာတိများကို ဒုက္ခမပေးတတ်ပါ။ စိတ်ဒုက္ခရောက်နေလျှင်လည်း မိမိဖာသာကြိတ်မှိတ်ခံစားတတ်သည် ။ ထို့အတွက် မိမိ၏ ဒုက္ခကို မည်သူကမှ မသိတတ်ပါ။ မိမိကလည်း ဒုက္ခကို မည် သူ့ကိုမှ မပြောတတ်ပါ။

အထူးလျှို့ဝှက်တတ်မည်။ တကယ်ခင်မင်လျှင် လျှို့ဝှက်ချက်များကို ဖွင့်ပြောရန် မခက်ခဲပါ။ ဖွင့်ပြောတတ်ပါမည်။ တိုင်တိုင်ပင်ပင် နေထိုင်ဆွေးနွေးလုပ်တတ်ပါမည်။ ပညာတိုင်းတွင် စိတ်ပါဝင်စားမည်၊ အရာရာကို လေ့လာလိုက်စားမည်။ မိမိလုပ်သော အမှုတိုင်းကို စည်းစနစ်ကျကျ စနစ်တကျ လုပ်ကိုင်တတ်သောကြောင့် အောင်မြင်မှုရပါမည်။

လူကြီးသူကြီးများက ယုံကြည်မည်၊ လေးစားမည်၊ အထင်အမြင်ကြီးမည်၊ အားကိုးတတ်မည်၊ သူများ မလုပ်သောအလုပ်များကို လုပ်ခိုင်းတတ်မည်။ မရ ရအောင် လုပ်နိုင်စွမ်းရှိမည်။ သူများ မလုပ်သော အလုပ်တစ်ခုကို မရရအောင်လုပ်မည်။ (မိုက်ရူးရဲ မဆန်တတ်ပါ။)

တစ်ခါတစ်ရံ စဉ်းစားဆင်ခြင်တုံတရားနှင့် လုပ်တတ်သလို တစ်ခါတစ်ရံ အရမ်းလုပ်တတ်မည်။ မည်သူက ကြိုက်ကြိုက်မကြိုက်ကြိုက် မိမိကြိုက်လျှင် ပြီးရောဟူသော စိတ်ရှိသည် ။ ဆန်းသစ်သော အယူအဆများကို သဘောကျမည်။ သစ်လွင်သော နည်းစနစ်များကို ကြိုက်နှစ်သက်သည် ။ ရိုးရာဓလေ့များကိုလည်း မပယ်ဖျက်တတ်သလို ခေတ်ဆန်မှုကိုလည်း နှစ်သက်ပါမည်။

ကျွမ်းကျင်ရာပညာရပ်များကို မကြာခဏ အစွမ်းပြတတ်မည်။ ဂုဏ်ယူ၍ ပြောတတ်မည်။ မိမိ စိတ်မှာ မကောင်းသူကို မကောင်းသလိုပြော၍ ကောင်းသူကို အားရပါးရ ချီးကျူးတတ်သောဝါသနာရှိမည်။ ကဲ့ရဲ့ စရာရှိလျှင် အားရပါးရ အမွှန်းတင်တတ်ပါမည်။ ဒုက္ခမတွေ့ခင်ကတည်းက အားကိုးရှာပါမည်။ ပြဿနာမဖြစ်ခင်ကတည်းက အဖြေရှာတတ်သောစိတ်ရှိသည် ။

အပြစ်တင်ခံရခြင်းထက် အပြစ်မှ လွတ်အောင်ပြေးခြင်းကို သဘောကျမည်။ ဆင်ခြင်ဆင်လက်များ မည်၊ ပရိယာယ်ကြွယ်ဝသည် ။ ဟုတ်သည် ကို မဟုတ်အောင်၊ မဟုတ်သည် ကို ဟုတ်အောင် ပြောဆိုတတ်မည်။ မှန်သည် ဟု ဆုံးဖြတ်ထားလျှင် မည်သူကမှ ဖျက်၍ မရပါ။ တစ်ယူသန်သမား၊ မဟုတ်သော်လည်း တစ်ဇွတ်ထိုးသမားဖြစ်ပါသည် ။

တည်ကြည်ဖြောင့်မတ်သည် ။ ရိုးသားပွင့်လင်းစွာနေတတ်သော ဝါသနာရှိမည်။ စိတ်သဘော ထက်မြက်ပြီးလျှင် မျိုးချစ်စိတ်ရှိသည် ။ တစ်

ခုခုကို စိတ်အားထက်သန်စွာ လုပ်တတ်ပါမည်။ စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်တတ်မည်၊ လုပ်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်ထားသောကိစ္စတစ်ခုကို မဖြစ်မနေ လုပ်တတ်ပါမည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ပျင်းရိခြင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဖွဲ့ရှိမည်။ မလုပ်ခင်သော အလွန်ကြာမည်။ လုပ်မိလျှင် အဆက်မပြတ် လုပ်ကိုင်တတ်မည်။ အောင်ပွဲခံနိုင်သည့် အခြေအနေသို့ရောက်အောင် ကြိုးစားတတ်မည်။ ပန်းတိုင်သို့ မရောက်မချင်း မဖြစ်မနေ ဖွဲ့၊ လုံ့လအပြည့်အဝဖြင့် ကြိုးစားမည်၊ အောင်မြင်ပြီးလျှင်လည်း အရှိန်ဖြင့် လိုက်နေတတ်မည်။

ဘဝတစ်သက်တာတွင် မကြာခဏ ထိပ်တန်းရောက်နိုင်လောက်အောင် အခွင့်အရေးကောင်းများ ရတတ်ပါသည် ။ သို့သော် ထိုအခွင့်အရေးများကို ပြည့်ဝစွာ မယူတတ်ပါ။ ရသမျှနှင့်တင်းတိမ် တတ်မည်၊ စိတ်ထဲက လောဘကြီးသော်လည်း လက်တွေ့တွင် ကျေနပ်တင်းတိမ်သော သဘောရှိပါသည် ။ လက်ရှိအခြေအနေထက်ပို၍ တိုးတက်အောင် ကြံစည်လုပ်ကိုင်တတ်မည်။ အမြဲတမ်း အထက်တန်းသို့ရောက်အောင် ကြိုးစားလိုသောစိတ်ရှိပါသည် ။

ခင်မင်စရာကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဖြစ်ပါသည် ။ ကြင်နာသနား၊ ညှာတာထောက်ထား၍ အလိုက်သိပြီး အနစ်နာခံသောစိတ်ရှိပါသည် ။ လူတစ်ယောက်ကို အမှန်ခင်မင်၍ အူထဲက၊ အသဲထဲကခင်မင်တတ်မည် ။ အိပ်ထဲကစိုက်၍ ခင်တတ်သော သဘောရှိပါသည် ။ မျှော်လင့်ချက်ကြီးသည် ၊ အကြံ ကြီးသည် ၊ ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းများ ရှိသည် ။ သူများ မကြံစည်နိုင်သော အလုပ်များကို လုပ်နိုင်စွမ်း ရှိသည် ။ ပထမပိုင်း၌ သူများကအထင်သေးတတ်သော်လည်း လက်တွေ့လုပ်ပြသောအခါ သူများ အံ့မခန်းဖွယ်ရာ တွေ့မြင်ရပါမည်။ အထင်သေးခံပြီးမှ အောင်မြင်သောဇာတာဖြစ်ပါသည် ။

စိတ်သဘောကောင်းသည် ၊ စေတနာကောင်းသည် ၊ ခင်မင်တတ်သည် ၊ လိုက်လျောတတ်မည်၊ သည်းခံတရားနှင့် ပြည့်စုံမည်၊ စိန်ကဲ့သို့ မာသည် ၊ သို့သော် ကြွေပုဂံကဲ့သို့ မဆတ်ပါ။ ရဲရင့်သည် ၊ တိကျသည် ၊ မာကျောသည် ၊ သူများကိုလည်း မတရား မလုပ်တတ်ပါ၊ မိမိကို မတရားလုပ်လျှင်လည်း မခံတတ်ပါ။ မဟုတ်မခံသော စိတ်ရှိသည် ။

သို့ပါသော်လည်း မိမိ၏ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်မှာ အေးအေးရိုးရိုး နေတတ်မည်။ မခုတ်တတ်သော ကြောင်လို ဖာသိဖာသာနေမည်။ ထို့ကြောင့် လူများ စုက အထင်အမြင်သေးကြပြီး မကြာခဏ စတတ်ပါမည်။ သည်းခံသင့်သလောက် သည်းခံတတ်ပါမည်။ သည်းခံမရသည့်အဆုံး၌ တုံးတိုက်တိုက်၊ ရေ ကျားကိုက်ကိုက် လုပ်ပစ်တတ်ပါသည် ။ ထို့ကြောင့် စသောအခါ သူများက စတတ်ပြီး အပြစ်တင်ခံရသောအခါ မိမိကသာ အပြစ်တင်ခံရမည်။ လုပ်ပြီးလျှင် ဘယ်သူမှားမှား ဂရုမစိုက်တတ်ပါ။ လုပ်လိုက်ရလျှင် ကျေနပ်နေမည်။

တစ်ယောက်တည်းနေလျှင် စိတ်အားငယ်မည်၊ ဝမ်းနည်းမည်၊ စည်းစည်းဝေးဝေးနေမှ အတော်ကျမည်။ နေရာတကာတွင် ဝင်၍ စပ်စုတတ်မည်။ အရာရာကို ဂရုတစိုက်ရှိမည်၊ စိတ်ဝင်စားမည်။ သို့သော် ဖာသိဖာသာနေမည်။ သူများ နှင့် ရောရောနှောနှော မနေတတ်ပါ။ ပေါ့လားဝါးလား မရှိပါ။ ခိုင်းစရာရှိလျှင် ခိုင်း၍ လုပ်စရာရှိလျှင် လုပ်ပေးတတ်မည်၊ အပျော်အပါးဝါသနာ မရှိတတ်ပါ။ တစ်ယောက်ထဲ အိမ်၌ ချောင်၌ နေရသော်လည်း ပျော်တတ်မည်။ လူပုံအလယ်သွားရန်ရှက်နေမည်။ လူပုံအလယ်မှာ မိမိမှာ စိတ်ဝင်စားစရာအကောင်းဆုံးဖြစ်နေမည်။ လူများ စုကို ဆွဲဆောင်နိုင်သော အစွမ်းရှိသည် ။ စကားကို ဘုဘောက် ပြောပစ်တတ်မည်။ ရေပက်မဝင်အောင် ပြောမည်။ သူများ စိတ်ဝင်စားအောင်၊ သဘောကျအောင်၊ အထင်ကြီးအောင် ပြောဆိုတတ်မည်။ လူထု၏ ယုံကြ

ည်သက်ဝင်မှုကို အားကိုး၍ လေးစားမှုများကို အပြည့်အဝ ခံစားရပါမည်။

သူများကို မကျေနပ်လျှင် ကိုယ်ကို ညှင်းဆဲတတ်မည်။ ဝမ်းနည်းမိလျှင်၊ စိတ်မကောင်းဖြစ်မိလျှင် တစ်ယောက်တည်းမျက်ရည်ကျနေတတ်မည်။ အားငယ်နေမည်၊ ဒေါသအလွန်ကြီးမည်။ ဟင်းဆိုလျှင် မည်သူမှ ချော့၍ မရတော့ပါ။ စိတ်ကြီးသည် ၊ ဒေါသကြီးသည် ၊ သည်းခံစရာရှိလျှင်လည်း သူများ ထက်ပို၍ သည်းခံတတ်မည်။ ပြောစရာရှိလျှင်လည်း သူများ ထက်ပို၍ ပြောတတ်မည်။ အရာရာ၌ ပွင့်လင်းစွာ ပြောမည်၊ အားမနာတမ်း ဖြောင်ပြောလွန်းတတ်၍ လူများ စုက သဘောကျပြီး အမြင်ကပ်မည်။

စေတနာအလွန်ကောင်းသောကြောင့် မကြာခဏ ဒုက္ခအမျိုးမျိုးကြုံတွေ့ရပါမည်။ လိုက်လိုက် လျောလျောလုပ်တတ်သောကြောင့် သူများက မကြာခဏ တင်စီးပါမည်။ လူပါးဝမည်။ အခွင့်အရေး များယူတတ်ကြပါမည်။ ပင်ကိုယ်ဗီဇမှာ အားငယ်၍ ကြောက်တတ်သောစိတ်ရှိပါသည် ။ လက်တွေ့အရေးကြုံလာလျှင် အထူးသတ္တိရှိပါမည်။ အေးဆေးစွာ နေလိုမည်၊ မည်သည့်ကိစ္စကိုမဆို သေွးအေးအေးဖြင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်၍ ဆုံးဖြတ်လုပ်ကိုင်ပါမည်။

အလကားနေရင်း လူများ စုက အထင်အမြင်ကြီးသော ကံဇာတာဖြစ်ပါသည် ။ အင်္ကျီစုတ်၊ လုံချည်အပြဲဝတ်၍ သွားလာတတ်သော်လည်း လူများ စုက အထင်အမြင်ကြီးမည်။ မကြာခဏ လက်ထဲ ဘိုင်ကျနေမည်။ စာရင်းထဲငွေရှိပြီး လက်ထဲဘိုင်ကျ ဖြစ်နေတတ်သော်လည်း သူများက အထင်ကြီးပါမည်။ ဟိတ်ဟန်များကို သဘောမကျသော်လည်း လူများ စု၏ အထင်ကြီးမှုကို ခံလိုပါသည် ။ အလိုလိုနေရင်း ထင်ပေါ်

ကျော်ဇောနေမည်။ သူများက အပင်ပန်းခံပြီး လုပ်ခဲ့သောအလုပ်များ အတွက် အချောင်အခွင့်အရေးများ ခံစားရမည်။ မပင်ပန်းဘဲ နာမည်ကြီးနေမည်။ သတင်းကြီးမည်၊ သူများ ပင်ပန်းပြီး မိမိနာမည်ကြီးရသော ကံဇာတာဖြစ်ပါသည် ။

အလုပ်တစ်ခုကို မလုပ်ခင် အောင်မြင်ပါ့မလား။ ဖြစ်ပါ့မလားဟူ၍ သို့လောသို့လောစိတ်ဖြင့် ကြောက်နေတတ်မည်။ လက်တွေ့လုပ်သောအခါ ထင်သည် ထက် လွယ်ကူပါမည်။ ကံကောင်းပါသည် ။ ကံတရား၏ အကျိုးကို အပြည့်အဝ ခံစားရပါမည်။ စေတနာကောင်းသလို ကံကောင်းပါမည်။ ဒုက္ခရောက်တိုင်း၊ ပြဿနာတွေ့တိုင်း ကူညီမည့်သူ၊ မစမည့်သူ၊ အထောက်အပံ့ပေးမည့်သူများ နှင့် တွေ့ရပါမည်။ ဘိုင်ကျလေ၊ ဒုက္ခရောက်လေ၊ အစွမ်းသတ္တိ ပြောင်မြောက်လေဖြစ်ပါသည် ။ စွမ်းရည်ထူးကို မည်သူကမှ မတွေ့နိုင်ပါ။ လူကြားသူကြားတွင် မသွားလိုတတ်ပါ ။ အရှက်အကြောက်ကြီးမည်၊ အိန္ဒြေကြီးမည်၊ မည်သည့်ကိစ္စမဆို ဂုဏ်သရေရှိရှိ လုပ်တတ်မည်။ ပြောဆိုတတ်မည်။ အောက်ကျမခံတတ်ပါ။ မည်မျှ ပြဿနာဖြစ်စေ၊ သိက္ခာကျခံရသူမဟုတ်ပါ။ အရှက်ကို အသက်ဖြင့်လဲမည့်သူ ဖြစ်ပါသည် ။

အနည်းငယ် ကြွားဝါတတ်ပါမည်။ ဟုတ်ဟုတ်မဟုတ်ဟုတ် လူများစုအထင်ကြီးခံရန် အဓိက ဖြစ်မည်။ မရောက်ဖူးဘဲ၊ မတွေ့ကြုံဖူးဘဲ တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်ကူးဖြင့် ရမ်းသမ်း၍ ပြောဆိုတတ်ပါမည်။ စကားကြီးစကားကျယ် ပြောမည်။ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် စဉ်းစားမည်။ အကြံဉာဏ်ကောင်းမည်၊ ဖြတ်ထိုးဉာဏ်၊ ထိုးထွင်းဉာဏ်ကောင်းမည်။ တစ်ခုခုကို လွယ်လွယ်ကူကူ စဉ်းစားဆုံးဖြတ်နိုင်သလို လွယ်လွယ်နားလည်သဘောပေါက်မည်။ မည်မျှ ခက်ခဲနက်နဲသောအလုပ်ဖြစ်စေ စိတ်တွင် အသေးအမွှားသဘောမျိုးထားမည်။

လူတစ်ဖက်သားကို နားလည်အောင် သဘောပေါက်အောင် ပြောဆိုတတ်မည်။ သဘောမကျလျှင် ပါးစပ်က ပြောမနေတတ်ပါ။ တဖြည်းဖြည်း ရှောင်ကျဉ်တတ်မည်။ အထူးသဖြင့် ဟန်ဆောင်မှုပညာကို ကျွမ်းကျင်မည်၊ ကျင်လည်ရာပတ်ဝန်းကျင်၌ ထိပ်တန်းက ရပ်တည်နေပါမည်။ လူတိုင်းကို မယုံသင်္ကာသောစိတ်နှင့် ပမာမခန့်သောစိတ်တို့ ဖြင့် ကြည့်တတ်ပါမည်။ မည်သူ့ကိုမှ ထီမထင်တတ်ပါ။ ဂရုမစိုက်တတ်ပါ။ မိမိထက်တော်သူများကို ဖြိုချလိုသောစိတ် ရှိမည်။ ဂုဏ်ပြိုင်မည်၊ သူများ ထက်သာအောင် ကြိုးစားလုပ်ကိုင်မည်။

အတိုက်အခံများ လေ၊ ဂုဏ်ပြိုင်ရလေ အောင်မြင်လေဖြစ်မည်။ ပြောင်မြောက်၍ ထက်မြက်သော အစွမ်းများ ပေါ်လာလေဖြစ်မည်။ လူများ စုကို ဩဇာပေးရမည် အာဏာပေးရမည်၊ ဆရာလုပ်ရမည်၊ အုပ်ချုပ်ရမည်၊ လူကြီးသူကြီးများ လုပ်ရသော ကံဇာတာပါပါသည် ။ လူတစ်ဖက်သားကို မယုံ ကြည်တတ်ပါ၊ မသင်္ကာသောစိတ်ဖြင့် အမြဲကြည့်နေမည်။ အလွန်ခင်မင်ရင်းနှီး၍ ယုံမိလျှင်လည်း ခဏတာဖြစ်မည်။ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်း နည်းပါးမည်။ မိတ်ဆွေများများ စားစား မထားတတ်ပါ။ ရှိလျှင်လည်း မမြဲတတ်ပါ၊ ခေတ္တခဏသာ အလွန်ခင်မင် ရင်းနှီးပြီး ကြာလျှင် တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ဖာသိဖာသာ နေကြပါမည်။

မိမိထက်မည်မျှသာပါစေ၊ မိမိထက်မည်မျှ အရည်အချင်းနှင့် ပြည့်စုံပါစေ၊ ဂရုမစိုက်တတ်ပါ။ အထင်မကြီးတတ်ပါ။ လူတစ်ယောက်ကို ခင်မင်မိလျှင် အလွန်ခင်မင်တတ်ပြီး မုန်းမိလျှင်လည်း အလွန်မုန်းတီးတတ်ပါမည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို မုန်းမိလျှင် သားစဉ်မြေးဆက် မုန်းနေမည်။ မိမိ မကြိုက်နှစ်သက်သော လူတစ်ယောက်ဆိုလျှင် လူ့အရိပ်ကိုပင် မုန်းတတ်ပါမည်။ စိတ်ဆောင်ရာ လှုပ်ရှားနေမည်။ စိတ်အားလျော့တတ်

သလို အားတင်းတတ်မည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ငိုချင်မည်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ရယ်ချင်မည်။ အားကိုးရှာလိုစိတ်ရှိသည် ။ တစ်ခုခုဘေးဖြစ်လာလျှင် ပြဿနာဖြစ်လာလျှင် ပထမ အားကိုးရှာတတ်မည်။

တစ်ခုခုကို အလွန်စွဲလန်းသည် ။ အစွဲကြီးမည်။ အရာဝတ္ထုတစ်ခုခုကို မရရအောင် ယူတတ်မည်။ မိမိက ခေတ္တခဏသာ စွဲနေမည်။ ချက်ချင်းမေ့လျော့သွားမည်။ တစ်ခုခုကို စိတ်အားထက်ထက် သန်သန် လုပ်တတ်မည်။ တက်ကြွစွာ လုပ်မည်။ သို့သော် ကြာလျှင် ပျင်းလာမည်၊ စိတ်မပါဖြစ်လာမည်။ အလုပ်မပြီးခင် နောက်တစ်ခု ဆက်လုပ်လိုစိတ်ရှိသည် ။ တော်ရုံကိစ္စနှင့် စိတ်မညစ်တတ်ပါ။ စိတ်ညစ်၍ စိတ်ပျက်မိလျှင်လည်း တော်ရုံနှင့် မပြေတတ်ပါ။

လူတစ်ယောက်နှင့်ခင်မင်ရင်းနှီးလာလျှင် မထိခလုပ် ထိခလုပ် ပြောဆိုတတ်မည်။ ခနိုးခနဲ့ ပြောဆိုတတ်မည်။ အမြဲတမ်း အထက်စီးက ပြောဆိုတတ်မည်။ သာအောင် ပြောဆိုတတ်မည်။ လူတစ်ဖက်သားကို နားလည်အောင် ပြောဆိုတတ်မည်။ လူတစ်ဖက်သားကို အားနာမည်၊ ဂရုစိုက်မည်။ လူတစ်ဖက်သား စိတ်ဓာတ်ကျလျှင် ပို၍ တက်ကြွလာအောင် အားပေးကူညီတတ်မည်။ မိမိက လုံးဝ အားမနာရ။

ရိုးရိုးနေမည်၊ အေးအေးနေမည်၊ မည်မျှ ကုပ်ကုပ်နေသော်လည်း လူများ စု မိမိကို ရှိုးကြီးသည် ၊ ဟန်ကြီးသည် ဟု ထင်မြင်ပြောဆိုတတ်မည်။ သဘာဝအတိုင်း ရိုးရိုးအေးအေးနေတတ်မည်။ တစ်ယောက်တည်း တွေးနေလျှင် စိတ်ကူးနေလျှင် နေတတ်မည်။ လူတစ်ဖက်သားကို မြှောက်ပင့် ပြောဆိုမှုကို သဘောမကျပါ။ မိမိကို မြှောက်ပင့်ပြောဆိုလျှင် အလွန်သဘောကျမည်။ အလွန်ဂုဏ်သိရ်ကို မက်မောသည် ။

အလွန်ပူပင်တတ်ပါသည် ။ တစ်ခုခုမလုပ်ခင် မအောင်မြင်မည်ကို

အလွန်ကြောက်သည် ။ အောင်မြင်သွားပြန်လျှင်လည်း သိပ်ပျော်ရွှင်သွားမည်။ လောကကြီးကို စိတ်တိုင်းကျမွမ်းမံလိုမည်။ ရှုတည်တည်နေမည်၊ ဣန္ဒြေကြီးမည်၊ သိက္ခာရှိမည်၊ မျက်နှာကို သုန်သုန်မှုန်မှုန်နေမည်။ မိမိက သူများကို ဣန္ဒြေမရ၊ ပေါးလားဝါးလား သဘောမကျပါ။ နေရာတကာတွင် ခပ်တည်တည်နေမည်။ အရွယ်နှင့်ရုပ်မှာ မတန်အောင် သိက္ခာရှိမည်၊ ဣန္ဒြေရှိမည်။ အထူးရိုးသားပါသည် ။ မိမိနှင့်မပေါင်းသင်းမိသူ၊ မဆက်ဆံမိသူများက ဘဝင်မြင့်သည် ၊ ရှိုးကြီးသည် ၊ မာနကြီးသည် ဟူ၍ ထင်ကြပါမည်။ မိမိနှင့် ဆက်ဆံမိလျှင် သဘောသဘာရကိုသိ၍ စိတ်သဘောကောင်းမှု၊ ညှာတာမှု၊ ထောက်ထားမှု၊ အားနာမှု၊ လိုက်လျောသည်းခံမှုများကို သိကြပါမည်။ မူလစိတ်ရင်းကို သိသူများက မမေ့တတ်ပါ။

တစ်ယောက်တည်း စဉ်းစား၍ ပျော်ရွှင်နေမည်။ တစ်ယောက်တည်း တိုက်ဆောက်နေမည်။ သို့သော် လက်တွေ့လည်း လုပ်ပါသည် ။ မည်မျှပြဿနာများ နှင့် ရင်ဆိုင်နေရနေရ ပျော်ပျော်နေမည်။ စိတ်ဒုက္ခမခံတတ်ပါ။ ကျောပူခံမည်။ နားပူမခံတတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ပြဿနာများကိုတွေ့လျှင် ချက်ချင်းဖြစ်သလို ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းမည်။

အစားကောင်းအသောက်ကောင်းများကို စားချင်မည်၊ စည်းကမ်းကြီးသည် ၊ အစားအသောက်ရွေးချယ်သည် ။ ဇီဇာကြောင်သည် ၊ အယူသည်းသည် ၊ တစ်ခုခုကို ယုံကြည်မိလျှင် ယုံကြည်ချက်ကို မဖျက်တတ်ပါ။ အစားနည်းသော်လည်း မကြာခဏ အမျိုးမျိုးလုပ်၍ စားလိုမည်။ အစားလောဘကြီးမည်။ အကုန်အကျများ မည်။ မည်မျှ ကျန်းမာသော်လည်း အမြဲတန်း အားပြတ်မည့် သဘောဖြစ်သည် ။ ပိန်နေမည်။ မည်မျှဝသော်လည်း အားယုတ်သောလက္ခဏာဖြစ်တတ်ပါမည်။

အလုပ်တစ်ခုကို အပင်ပန်းခံ၍ မလုပ်နိုင်ပါ။ ဖွဲရှိပါသည် ။ မဖြစ်မ နေလုပ်မည်၊ သို့သော် ပင်ပန်းခံလျှင် ကျန်းမာရေးချို့တဲ့ မည်။ ခေါင်း အေးအေးထား၍ လုပ်တတ်မည်။ အလေးမသာသောအလုပ်၊ ပင်ပန်း သောအလုပ်၊ သွားလာလှုပ်ရှားရသောအလုပ်များ တွင် အမြဲကသောင်း ကနင်းဖြစ်မည်။ မနိုင်မနင်းဖြစ်မည်။ ချောင်တစ်ချောင်တွင် အေးအေး နေလိုစိတ်ရှိသည် ။

မပင်ပန်းဘဲ ကြီးပွားချမ်းသာပါမည်။ မကြာခဏ ပူပန်ကြောင့်ကျနေ မည်။ မိမိ၏ အဓိက အကြောင်းများ ၊ အဓိကစွမ်းရည်များကို မကြာခဏ ဖော်ထုတ်၍ ဂုဏ်ယူပြောဆိုတတ်မည်။ လက်ရှိအခြေအနေနှင့် အနာဂ တ်အရေးများကိုတွေး၍ ပူနေမည်။ အဆင်းရဲမခံနိုင်ပါ။ ဒုက္ခမခံနိုင်ပါ၊ စိ တ်အား ပျော့ပါသည် ။ အကယ်၍ ရင်ဆိုင်လုပ်ကိုင်ရသောအခါ အလုပ် များ ၌ ပထမတွင် ကြောက်တတ်သော်လည်း လက်တွေ့၌ လွယ်လင့်တ ကူ အောင်မြင်သွားပါမည်။ မတတ်သော်လည်း အရဲစွန့် လုပ်တတ်ပါမ ည်။ ထို့ကြောင့် အောင်မြင်နိုင်သော ကံဇာတာပါပါသည် ။

တစ်ခါတစ်ရံ အရမ်းအလုပ်များ လုပ်တတ်မည်။ မစဉ်းစားမဆင်ခြင် ဘဲ ထင်ရာလုပ်တတ်သောကြောင့် အမှားများ တွေ့ရပါမည်။ စိတ်မှာ နှောင်မှ တသော စိတ်ဖြစ်မည်။ မလုပ်ခင်အလွန် စိတ်ထက်သန်မည်။ လုပ်ရင်းနှင့် ပူလာမည်။ လူတိုင်းနှင့် မိတ်ဆွေဖြစ်လိုမည်။ ရန်သူများကို ပင် မိတ်ဆွေ ဖြစ်လိုမည်။ အခွင့်အခါသင့်လျှင် မိတ်ဆွေများ ထက် ရန် သူများကို ပြန်လည်မိတ်ဆွေဖြစ်လိုမည်။ ရန်သူမှန်းသိလျှင် ထိုရန်သူကို မရရအောင် အနိုင်ယူလိုမည်။ ပါးစပ်က မည်မျှပုတ်ခတ်ပြောဆိုတတ် သော်လည်း စိတ်ထဲက မပါပါ။ ရန်သူနှင့် မိတ်ဆွေဖြစ်ချင်သလို ဖြစ် အောင်ကြိုးစားပါမည်။ အောင်မြင်ရသော ကံဇာတာဖြစ်ပါသည် ။

လူတစ်ယောက်ကို အလွန်ခင်မင်တတ်မည်။ ရင်းရင်းနှီးနှီးဆက်ဆံတတ်မည်။ အလကားနေရင်း ကူညီလိုစိတ်ရှိမည်။ စိတ်အတွင်းက အလွန်ခင်မင်သော်လည်း မျက်နှာမှာ အလွန်တည်ကြည်နေမည်။ ခပ်မှန်မှန် နေမည်၊ မည်သူ့ကိုမှ မထင်မကြီးတတ်ပါ။ မိမိကိုယ်ကို အထင်ကြီးသည် ၊ မည်သည့်ကိစ္စကိုမဆို လုပ်လျှင် ဖြစ်ရမည်ဟူသောစိတ်ရှိသည် ။ မိမိထက် အရည်အချင်းရှိသူများကို အားကျပြီး သူတို့လို မဖြစ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားတတ်မည်။

မည်သူ့ကိုမဆို သံယောဇဉ်ကြီးသည် ။ တစ်စုံတစ်ယောက် ဒုက္ခရောက်လျှင် ကြည့်နေ၍ မရပါ။ ငွေအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ လူအားဖြင့်လည်းကောင်း ကူညီမည်။ တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်မကောင်းစရာများ နှင့် တွေ့ရပါလျှင် စိတ်ဖြေ၍ မရပါ။ ရင်ထဲမှာ တငွေ့ငွေ့ခံစားရသည် ။ ဖြုံးကနဲ စိတ်မညစ်တတ်ပါ။ အကယ်၍ စိတ်ညစ်မိလျှင်လည်း ဖျောက်ဖျက်၍ မရဘဲ တွေးလေ ဒေါသကြီးလေ ဖြစ်နေပါမည်။ နောက်ဆုံး မိမိကိုယ်ကို မိမိဆုံးမ၍ စိတ်ဖြေရပါသည် ။ အလွန်စိတ်ရှည်ပါသည် ။ အလုအပကြိုက်နှစ်သက်မည်၊ အကောင်းကြိုက်မည်၊ အရောင်အသွေးနုနုလေးများကို သဘောကျမည်။

စကားနားထောင်ခြင်းထက် ပြောခြင်းကိုပို၍ သဘောကျမည်၊ ရေပက်မဝင်အောင် ပြောမည်။ စကားပြောမိလျှင်လည်း ယုတ္တိရှိရှိ၊ မရှိရှိ၊ အမိပ္ပာယ်ရှိရှိ မရှိရှိ ဟုတ်ဟုတ်၊ မဟုတ်ဟုတ် အားရပါးရ ပြောဆိုမည်။ လူတစ်ဖက်သား စိတ်ဝင်စားအောင် ပြောဆိုမည်။ လူတစ်ယောက်၏ ပျော့ကွက်၊ အားနည်းချက်ကို သိပါသည် ။ ထို့ကြောင့် အခွင့်အရေးကောင်းများ ယူတတ်ပါမည်။

အရှက်အကြောက်များ မည်၊ ဣန္ဒြေကြီးမည်၊ အမြှောက်အပင့် သ

ဘောကျမည်။ မိမိလုပ်သော အလုပ်ကို ကောင်းသည် ဆိုမှ သဘောကျပါမည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ပွဲလန့်ဖျာခင်းသောသဘောရှိပါမည်။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သည် ။ သို့သော် လူများကို ဒုက္ခပေးတတ်ပါ။ မိမိ အကျိုးအတွက် လုပ်တတ်မည်။ သည်းညည်းခံနိုင်သူများ နည်းပါးသော်လည်း သူများ သည်းညည်းကို မိမိက အလွန်ခံနိုင်ပါသည် ။ မိမိခင်းထားသော လမ်းကိုလိုက်မှ သဘောကျမည်။

*