Samatha Based Vipassana Meditation

Moung Htaung Myay Zinn Tawya Sayadaw

Global Meditation Retreat

Pathein Myogyi Township, Mandalay Taing
Yankin Taung – Yankin Aye Nyein Yeiktha

A Gift of Dhamma

မန္တလေးတိုင်း၊ ပုသိမ်ကြီးမြို့နယ်

ရန်ကင်းတောင်ခြေ ရန်ကင်းအေးငြိမ်းရိပ်သာ

(မောင်းထောင်မြေဇင်းတောရတိုက်ခွဲ)

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းတိုက်

Global Meditation Retreat

မျှဝေခံစား

ဓမ္မရသ

စာတမ်းများ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ

သဒ္ဓမ္မဇောတိကဖောင်ဒေးရှင်း

(အထက်မြန်မာပြည်)

သာသနာ ၂၅၄၇ ကောဇာ ၁၃၆၅ ခရစ် ၂

Preface

I translated the book into English for the benefit of who practice Jhanas (Samatha) as the foundation to leap to Vipassana for Nibbana.

In the earlier years in Myanmar, the twenties and thirties, we have had **Ledi Sayadaw** who had gifted us his exposition of the original Buddha method of meditation, unadulterated **Anappana Dipani**, later known as Ledi Method. The method expounded the true original Buddha teaching as given in Sutta Pitaka, pali Canon. (***Sila-Samadhi-Panna***) However, with the advent of evolution, there arise many innovative methods that given emphasis on the Vipassana stating that Vipassana method is a short cut way to attain enlightenment. The **Samatha** based Vipassana practice since comes to almost an extinction today Myanmar.

Although, Buddha has gifted to us the Samatha based Vipassana, to find the right capable teacher was getting harder and harder due to fear of being called one who is practicing the spiritual ritual practice. The peer pressure was so strong that we could hardly find a qualified teacher to teach Samatha based Vipassana. It has come to the point of banning the publication of books written by Pa-Auk Sayadaw in Myanmar.

In essence, there are two distinct and separate methods of meditation practices:

1. ***Samatha-bhàvanà* – development of tranquility, and**
2. ***Vipassanà-bhàvanà* – development of insight.**

Samatha-bhàvanà
'*Samatha*' means 'tranquility', which is the concentrated, unshaken, undefiled and peaceful state of mind. It is called 'calm' because it calms down the five hindrances (*nivàranas*) including passions. In essence, '*samatha*' stands for the *ekaggatà-cetasika* (*samàdhi*) present in *lokiya-kusala cittas* or *lokiya-kiriya cittas*. It refers to that *samàdhi* (concentration) which can calm down the five hindrances and to the higher *jhàna-samàdhi, which* can calm down the lower *jhàna* factors viz., *vitakka*, *vicàra*, *pãti* and *sukha*.

Vipassanà-bhàvanà
'*Vipassanà*' means 'insight', i.e. the intuitive insight into the impermanent (*anicca*), miserable (*dukkha*) and impersonal (*anatta*) nature of all bodily and mental phenomena of existence. In essence, '*vipassanà*' stands for the *pannà-cetasika* (wisdom) present in *mahà-kusala cittas* and *mahà-kiriya cittas*.

The Pali Canon said one must first observe – **Sila** – morality and live by the moral code. Then one must practice **Samatha Bhavana** to the level of attaining the **fourth Jhanas**. This means that the Yogi has attained the Padhibagha Nimitta.

Here I used the term, Samatha based, to mean that one has to practice Samatha (concentration) first and then move on to Vipassana, as given in the Pali Canon.

Now, in recent years, first we saw **Pa Auk Sayadaw** and now **Mong Htaung Myay Zin Tawya Sayadaw,** who went even further to train Yogi for a period of ***60 days to attain the ability to tour the Deva and Brahma world*** and for some to eradicate any illnesses in the body of a Yogi. There is a revival of the old **Samatha based Vipassana method** known to most meditation Yogi's as **Kanni** method. The Kanni method basically employs the original authentic Buddha method of meditation to practice Samatha first up to the point of seeing the Padhibhaga Nimitta (Fourth Jhanas level) and then proceed on to Vipassana. The two methods, **Ledi Sayadaw method** and **Kanni method** both follow the method given in the Pali Canon.

I like to explain to some who are not familiar with the Pali terms. In the meditation practice, one will experiences several stages known as "Nimitta" or sign.

Bhàvanà-nimitta (Meditation Image)

'*Nimitta*' means mark, sign, image, target, object, etc. Here it refers to the 'mental image' obtained in meditation. Three types of *nimitta* are to be noted.

1 *Parikamma-nimitta* – preparatory image It is the object of *parikamma-bhàvanà*. It is the object perceived at the **early stages of meditations**.

2 *Uggaha-nimitta* – acquired images As the meditation proceeds, the meditator finds that he can see the object, e.g. *kasina*, without looking at it directly. He has acquired the image in his mind, and he can see it with eyes closed. The acquired image is still unsteady and unclear; it arises when the mind has reached a weak degree of concentration.

3 *Patibhàga-nimitta* – counter image As the meditation proceeds on, at the point when the concentration reaches ***upacàra-samàdhi***, the ***acquired image suddenly changes into a bright, clear and steady image***. It is similar to the original object, but it is many times brighter and clearer than the acquired image. It is entirely free from faults such as unevenness, graininess, etc., that may be present in the original object. It is immovable as if it remains fixed in the eye. As soon as this image arises, the stage of *upacàra-bhàvanà* and neighborhood concentration is reached

Mong Htaung Myay Zin Tawya Sayadaw uses the **Kanni method** to teach his Yogi, first to practice Samatha up to the level of fourth Jhanas for a period of a month, 30 days, until each Yogi attained the ***Patibhàga-nimitta***. This is a measure of concentration that each Yogi has attained in the practice. Using the ***Patibhàga-nimitta*** light, the Yogi then move on to practice Vipassana.

Once a Yogi has attained the advanced level of concentration, ***Patibhàga-nimitta***, an individual was able to ***take a tour pilgrimage in Deva and Brahma world*** to pay obeisance to Relics Cetiya, ***Sulamani Cetiya*** and places in Sri Lanka and Bhodhagaya. Many of his Yogi's had met Deva's during their visits to the Deva world.

To illustrate some of the Trained Yogi's experiences are:

a. They had visited the – Sulamani Cetaya – in Deva world
b. Dhuta Cetiya – in Brahma world
c. The Relics in the Naga world
d. The places – in Hell.

Most of the Yogi's at the center had so many miraculous experiences that one could never have dreamt about in one's life time. Sayadaw said this is miracle power of Samatha. These are the miraculous experiences. One said, when he project his Nimitta to the place of Devas, he himself follows the Nimitta to get to the place of his projection. The Yogi on their arrival at the Deva and Brahma and Naga world, they were all welcome by Deva, Brahma and Naga. That was so marvelous an experience that they could never forget in this life time.

There are several hundred Yogi's who were trained in the center could attest to all these miraculous experiences.

In the book, about fifty Yogi's, trained at the Global center, who had attested to their personal experiences of their pilgrimage tour of the Deva, Brahma and Naga world. I list some of them here.

Trained Yogi's who could attest to these experiences are:

1. Dr. Bhanmo Sayadaw, Ashin Kumarabiwontha – Assistant Rector, International Theravada Sasana University

2. Daw Ni Ni – 105-74 street (27/28)
   Sitamahi Yut – Tel. 02-64459

I must say that we are fortunate that we now have qualified teacher who are well qualified to teach the **Samatha based Vipassana to reach our ultimate goal – Nibbana**.

May the world be enlightened.

Ananta Metta

Maung Paw.

It's too good to be true
Experience will tell

(This is an excerpt taken out of over fifty Yogi's)

Introduction: To the Distinguished Sayadaws, gentleman and lady Yogi's assembled here today in paying reverence to **Ven. Mong Htaung Myay Zinn Tawya Sayadaw**: to the township Sangha Nayaka Council Sayadaws, Yankin Taung Administration Council Sayadaws; Yogi's Sanghas, ladies and gentlemen of the Yogi's .

Today, on behalf of the forty Yogi's, I am presenting the paper describing their personal experiences in the course of their training practice under the guidance of the most venerable Mong Htaung Myay Zinn Tawya Sayadaw. I am Yogi, **U Ko Oo**, a Buddhist Dhamma teacher, humble Yogi in this meditation center..

As a Buddhist dhamma teacher all that I have are the book knowledge and I have a half-cooked knowledge about paying reverence to the nine qualities of our Lord Buddha and not much about practicing metta Bhavana. In fact, I hardly know the methodical way of paying respect, in the five touching method, to the Buddha. At this training course, the most venerable Sayadaw has taught me the basic methodical way of paying respect in the beginning and later to **Samatha** and **Vipassana meditation practices** all in step-by-step the way to Nibbana.

It indeed humbles me to learn from the Sayadaw, how to pay respect to the nine qualities of our Lord Buddha. Many don't know how to chant in praise of the Buddha from the beginning to the end in pali, let alone to know the meaning of it.–

> ***"Itipi So Bhagava Araham Samma-Sambuddho***
> ***Vijja-Carana-Sampanno Sugato Lokavidu***
> ***Annutarro Purisa Damma-Sarathi Sattha Deva-***
> ***Manussanam Buddho Bhagavathi. "***

In the course of our training period of sixty days, we all have learnt from the basic methodical way of five touch of paying respect to the Buddha to the elementary **Samatha Bhavana practice and ending in Vipassana Bhavana**. In addition, we are fortunate to have the Dhamma teacher **U Htay Hlaing** who dedicates his effort in giving us additional dhamma courses.

Amazing Encounter

Please let me present the first amazing encounter that I experience in the first two days of my training course.

" Right from the beginning when the Dhamma teacher put us on paying respect to the Buddha in the "*Araham*" nine qualities of Buddha, *within two days,* many among us amazingly attained the *Parikamma-nimitta* – preparatory images. Even I was amazed to have experienced the preparatory images in the first two days of our course.

Myself, as a dhamma teacher, on my own meditation practice, I was always on a look out for an hour alarm clock to strike; yet during the course, many of us were so motivated that two to three hours passed by so quickly. The word of the dhamma teacher keep on ringing in my ears say: “**you will reap the benefit of your hard work; no one but you would benefit from this hard work**”.

The kind and compassionate encouragement beside you, many of us were truly inspired by his word of encouragement. In the second day, being so inspired and motivated, I was kept awake even the clock passed 12 mid night in one sitting without changing position. Then I took an experimental vow to sit for 24 hours at a stretch, which I successfully completed for one day. This motivation was attributed to the dhamma teacher inspiration and our respect and confidence in him and his teaching.

When I relate my experience how I went through twenty hour in one sitting, the Sayadaw responded with a smile and added of his many experiences of his meditation experience under the Webu Sayadaw’s Ingyin tree. Well, as many of us know, in the past, there were Webu Sayadaw and Taungpulu Sayadaw who practice Bhavana without sleep. These are Dutangas practices) austere practices) done so successfully by Sayadaws of the past. He said there were times, when Webu Sayadaw will take his alms food from alms offered to Buddha. He would then admonish all his Yogis at the end of the training course. He then relates his experience about how he has to avoid Sayadaw because he was not able to perform twenty-four hours meditation in one single sittings, many times.

I was haunted

There was the saying that said**” Just as Buddha was about to attain enlightenment, he has to meet with the Mara the evil one”**, I do like to present this incidence. I could now say it in humors of this incidence but was so frightening on that night of the haunting in Yeiktha. Yes, I could laugh say this: “**Fear to my wife at home of her negging; and fear to the ghost at Yeiktha**”. Honestly, even though I was in the assembly hall with about one hundred Yogi’s, that haunting experience was truly frightening.

At first, the ghost appeared to me so close to my bed. It was not so scary at his first appearance; then knowing I was not so scarce of him, he then appears in a big red golly eyes and tongue stuck out and then scratches my bed with horrible sound. Then showing he is about to eat me up alive. At this, I was in cold sweat with fear. The fear so overwhelms me that I was about given up my stay for the next day. That evening, I relate the incidence to U Htay Hlaing and he said:

“This is one incidence to remember by. Forget about mindfulness at the moment, you need to offer your five aggregates to the Buddha. You then radiate your strongest metta (loving kindness) to the ghost. Radiate your compassion to him how pitiful he is living as a ghost and then radiate your loving kindness to him. Then again, share all your merits with him. This ghost is on the verge to take rebirth; he needs your merit sharing. I would also help radiate my blessing to him.”

I was encouraged by the dhamma teacher’s word of wisdom and encouragement. That evening, I proceeded on to light candles and incense and offer my five aggregates to Buddha as instructed and follow the instruction to the letter. Even though I was encouraged and I was still a little apprehensive and I could feel my body hairs standing on ends while I was radiating loving kindness and merit sharing to the ghost...

Saying Sadhu (well done)

Radiating loving kindness and sharing my merits and that act of merits receives a miraculous response. That night the ghost did not appear again and forever. **That incidence taught me how to effectively radiate metta (loving kindness) and sharing of merits to spiritual beings**, the interaction between human and spirits. This has taught me a great lesson interacting with the spirits. I have learnt a great deal about this cosmos: a great help to the spirits who could not do merits and was sharing my merits and loving kindness towards him that appease him greatly to liberate him from the world of pata. It reminds me of what my dhamma teacher said about not to be scarced of the scary things and how our compassion and merits sharing could appease them so effectively.

Not long after wards, there appear near my bed side a twinkling lights twinkles and twinkles and disappear for ever and left me with a fragrance smell that lingers on and on until now. Reflecting on this incidence, all Buddhist should know that our daily prayers and radiating loving kindness and merit sharing does has so much power to liberate those petas (ghost) who have to rely on our kindness. It is a wonder to know that beings in the petas world receive helps from merits sharing and effectively got liberated by mere saying of **Sadhu (well done).**

Yes, as constantly reminded to all his Yogi's, our Venerable sayadaw said – **keep radiating your loving kindness to eradicate all obstruction on our path way**. You may not know the result, but your loving kindness and merit sharing would be received and appreciated by all beings in the spiritual world. They all long for our sharing of merits. I do like to share this invaluable experience with all my dhamma friends. To me this single experience was well worth the time spent, the sixty days training course.

I was not going to present just my horrifying experience to all who bear with me listening so far; I will present the essence of the training course – the Samatha and Vipassana.

I met a Devi in Deva world

It is so amazing to relate this encounter with the **Devi, a female Deva, while I was on a pilgrimage tour of the Sulamani Cetiya in the heaven of thirty-three**. I like to relate that to all while we all are assembled here; relating the same to my spouse at home may not be so welcome and appropriately received.

Yes, while I was on a pilgrimage tour of Sulamani Cetiya, to my shock and aw, I met a Devi on the Cetiya platform. She was roughly in her sweet teen she gazed at me with a smile. That smile never left my memory, since that encounter (must be like the feeling of encounter of the third kinds).

I was unknowing following her movement and followed her to a cave where I could not see her. She disappeared into the thin air. Then I remember that I was here to pay obeisance to the Gotama hair relics at the Cetiya. My mind was not so concentrated and I was not able to recite all the words when I was praying to the relics:

> ***"Itipi So Bhagava Araham Samma-Sambuddho***
> ***Vijja-Carana-Sampanno Sugato Lokavidu***
> ***Annutarro Purisa Damma-Sarathi Sattha Deva-***
> ***Manussanam Buddho Bhagavathi.** "*

This pilgrimage tour was never in my imagination that I would have this opportunity to come to Sulamni Cetiya to pay obeisance to the relics; now I did truly done this , it was not a dream. I could go on and on relating this amazing experience, visiting the heaven and met the Devi in heaven and saw the Cetiya in the heaven of thirty-three.

Reflection on the Meditation Method

Reflecting on the **Ledi Sayadaw, or Kanni method** of meditation practice by the Ven. Myay Zinn Tawya Sayadaw, I owe so much to the Sayadaw for teaching the method. It would have been a great loss to the Buddha sasana, if only Sayadaw were not here to teach and reveal the method which I found it so easy to practice. It only took about fifteen days to strenuously and diligently practice at it, I am certain every one of the yogi's could attain this level of accomplishment in Samatha (Jhanas concentration). **I am sure what I experience are too good to be true, unless you come experience it.**

No Restriction was imposed on Yogi's

In fact the method is so free and liberal and no restriction on how you practice:

- No time restriction
- Yogi's are at liberty to set his/her own time
- Yogi's are free to sit in any comfortable position – depending on individual health
- Yogi's could set its own concentration – no strain on one's energy

The freedom and comfort permitted without any restriction, at least to me, is the high-light of the Kanni method. In my experience and in the experience of my colleagues, we all would agree that with this method almost all who practice the method diligently should certainly attain the *Patibhàga-nimitta* – counter image. To me it was like following the dhamma teacher training guidance and automatically attains the jhanas - *Patibhàga-nimitta.*

Almost every one in their first Samatha course work experiences the amazing pilgrimage tour of the heavenly world.

At first, I thought I was the only lucky one that experienced the amazing thing; then when I check with my colleagues, they all were so happy and pleased with the same kind of experience. These experiences are so amazing and too good to be true; only you would believe if you experience it on your own.

From Samatha to Vipassana:

Having established in Samatha for a month, we all found it so easy to merge our practice to Vipassana practice. In the other thirty days course, we went through the Vipassana practice so smoothly; we discern only on rupa characteristics for a day; then we discern the phenomena of mind for a day or two. It was my feeling that the ease in which the training given progresses so much at ease to all the yogi's. It was so amazing like the teacher holding our hands, the hands on training, so easy to discern the characteristic of physical and metal phenomena. I realize that because of our Samatha training that facilitates us to realize the insight wisdom so easily.

Well in my thought I realize that "I so frequently heard people critique on those who practice

Samatha as saying: **is Samatha the practice to gain psychic power, to become a shaman, to join the tantric sect or to train for attaining witch craft**". I so pity those who said this, then I realized that might probably be so because they have never know the value and the practice the Samatha (jhanas practice) that lead them to say that. **The truth is when a person in his practice of Samatha, when he attains the *Parikamma-nimitta* – preparatory image it could be classified as the culasotapan stage**. To me, to attain this CulaSotapanna stage is worth all the effort you could put in for your entire life time. All yogi's were able to attain this stage in a matter of a week effort in the first thirty days.

The moment we attain this ***Parikamma-nimitta*** **–** preparatory image, we could recollect all of our immediate past lives. That certainly led us to realize the thought of Samvega, the reflection on the past lives of going from human, animal and deva world and several unwanted lives. It was so easy for us to realize the law of impermanence, suffering and the illusion of no-self. Well, I was so grateful to the Sayadaw who taught us to realize this law of existence so easily and so vividly. It seems like we are one who taking a mouthful of food and proceeding to our own obituary. Such is life and such is suffering and such is impermanence and such is illusion.

I will conclude here saying, shall we strive diligently to liberate ourselves while we are in this Gotama dispensation. May we all work hard to receive our share of goodness while living in this human world.

U Ko Oo (Thiripawaya Dhammasariya)
29 Street, (Ah Nauk Htilintaik – Front Entrance)
Mandalay – extension Tel. 02-60058.

(စာတမ်း)

ဟေဝိပဿိကော
မယုံလာလှည့် မြီးစမ်းကြည့်

ထိခြင်း ၅ ပါးနှင့် ဦးချတတ်ရဲ့လား

ကျေးဇူးရှင် မောင်းထောင်မြေဇင်းတောရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး အမှူးထားပြီး ကြွရောက်တော်မူလာကြတဲ့ မြို့နယ်ကျေးရွာ သံဃ နာယကအဖွဲ့ဝင် ဆရာတော်များ၊ ရန်ကင်းတောင်တော် အုပ်ချုပ်ရေး နာယက ဆရာတော်များ၊ ယောဂီသံဃာတော်များအားလုံးကို ဦးထိပ်ထားလျက် ကြွရောက်လာကြတဲ့ အမျိုးသား အမျိုးသမီး ယောဂီများနှင့် ကျောင်းဒကာ ဆွမ်းဒကာ ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့ ခင်ဗျား။

"ကျွန်တော်က အမျိုးသားယောဂီ ၄၀ ကျော်တို့ကိုယ်စား ဓမ္မရသ ခံစားချက်စာတမ်း ဖတ်ကြားတင်ပြလျှောက်ထားရမယ့် ယောဂီဦးကိုဦး (သီရိပဝရ ဓမ္မာစရိယ) ဖြစ်ပါတယ်။

ယောဂီများခင်ဗျား၊ကျွန်တော်ပြောတတ်သလို ပြောခွင့်ပြုကြပါ။

ဓမ္မာစရိယဆိုလို့ ကျွန်တော့်ကိုလဲ အထင်မကြီးလိုက်ကြပါနှင့်၊ 'ကျွန်တော် စာတွေတတ်ခဲ့ပေမယ့် ဂုဏ်တော်လဲ ဟုတ်တိပတ်တိ မပွားတတ်၊ မေတ္တာလဲ မပို့တတ်ခဲ့ပါဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မညှာမတာ

ပြောကြေးဆိုရင် ရှိခိုးဦးချတာတောင် မတတ်သေးပါဘူး။ တကယ်ပါ။ ခုမှ မြေဇင်းတောရ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ထိခြင်း ၅ ပါးနှင့်အညီ ရှိခိုးဦးချတာကအစ ကလေးများသင်သလိုသင်ပြပေးလို့ မြေဇင်းတောရ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ ကျေးဇူးက 'ဦးချတာကအစ၊ သမထ, ဝိပဿနာ နိဗ္ဗာန်အထိ' ကျေးဇူးကြီးမားတော်မူတာကို ဦးစွာ လျှောက်ထားချင်လို့ပါ။

ကျွန်တော်ဟာ ဓမ္မာစရိယဖြစ်ပြီး ဂုဏ်တော်လည်း ဟုတ်တိပတ်တိ မပွားတတ်ဘူးဆိုတာ တမင်နှိမ့်ချပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်လိုလူမျိုးကမှ ဂုဏ်တော်မပွားတတ်ဘူးဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုပြီး ဂုဏ်တော် ၉ ပါး ပါဠိအနက်အဓိပ္ပာယ်မှမရကြတဲ့ လူတွေကအများကြီး၊ ပါးစပ်က 'အရဟံ၊ အရဟံ' ဆိုပြီး ပုတီးကလေးစိပ်လိုက်နှင့် လူတိုင်းလိုလိုဂုဏ်တော်ပွားများတယ်ဆိုပြီး လုပ်တော့လုပ်ကြတာပေါ့ဗျာ။

အခု ရက် ၆၀ တရားစခန်းဝင်လိုက်တော့မှ ဦးချတာကအစ၊ တို့လုပ်ခဲ့တာတွေ ပြုပြင်စရာတွေ အများကြီးပါလားလို့ ဆင်ခြင်မိလို့ပါ။ဒီရက် ၆၀ တရားစခန်းမှာ သမထ,ဝိပဿနာတင်မက၊ အခြေခံကအစ အကုန်သင်ပြပေးနေတာပါလားလို့ ခံစားမိပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ကံကောင်းကြပုံတွေ။

နောက်ပြီး ဒီကြားထဲ ဆရာကြီး ဓမ္မာစရိယဦးဌေးလှိုင်ကလဲ နေ့စဉ်လိုလို ဟောကြားသင်ပြပေးနေတော့ ကျွန်တော်တို့တစ်တွေ အပိုကျူရှင်ပါရလိုက်သေး။

ဒါ့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ယောဂီတွေ သိပ်ပြီးကံကောင်းတယ်လို့ ပြောရတာပါ။

ပွဲဦးထွက် အံ့သြစရာ

ပထမဆုံးစဝင်တဲ့ တစ်ရက်နှစ်ရက်အတွင်းမှာ တစ်သက်နှင့် တစ်ကိုယ်မေ့မရတဲ့ အဖြစ်အပျက်ကလေးတစ်ခု ပြောပါရစေ။

ဆရာတော်ကြီးက 'အရဟံ' ဂုဏ်တော် ၃ ရက်ပွားဖို့ စခိုင်းကတည်းက အလင်းနိမိတ်ရတဲ့ယောဂီတွေ လျှောက်သံကြားရလို့ အံ့ဩဝမ်းသာရသလို ကျွန်တော့်မှာလဲ အရဟံဂုဏ်တော်ပွားစကတဲက ကိုယ့်ဟာကိုယ်လည်း အံ့အားသင့်စရာ ကြုံရပါတယ်။

ကျွန်တော်အိမ်မှာတရားထိုင်ရင် တစ်နာရီရဖို့ မလွယ်ဘူး၊ နာရီတကြည့်ကြည့်နှင့် အချိန်ပြည့်ခဲလိုက်တာ၊ ညောင်းတာကိုက်တာတွေလည်း မပြောပါနှင့်တော့။ ပထမနေ့က ၂ နာရီ ၃ နာရီကို တစ်အောင့်ကလေး ထင်ရတယ်။ ဆရာတော်ကြီးက–

'ကြိုးစားကြ၊ ကိုယ့်လုပ်ခကိုယ်ရတာ၊ ကိုယ်နေ့တွက် ကိုယ်ရတာ၊ ကိုယ်ဝေစုကိုယ် ရအောင်ယူကြ၊ ဘယ်သူမှ ကူလုပ်ပေးလို့ မရဘူး၊ 'သန္ဒိဋ္ဌိကော' ဆိုမဟုတ်လား။ ကိုယ်လုပ်မှ ကိုယ်ရမှာ။ 'အကာလိကော' တကယ်လုပ် အဟုတ်သိရမှာပါဗျာ.....'တဲ့။

ကိုယ့်မိဘသဖွယ် ပြုံးပြုံးပြုံးပြုံးနှင့် အားပေးစကားတွေ ကရုဏာကြီးကြီးနှင့် ပြောတာကြားရတော့ အားတွေတက်လာသဗျာ့။ ဒါနှင့် ဒုတိယနေ့ကျတော့ ပွားလို့မှတ်လို့ ည ၁၂ နာရီကျော်လည်း မအိပ်ချင်သေးဘူး။ တောက်လျှောက် ၇နာရီ ၈နာရီ ဣရိယာပုတ်မပြင်ဘဲနှင့် ထိုင်နိုင်တယ်။ ဒါနှင့် 'တစ်ရက် ၂၄ နာရီ တစ်စပ်ရအောင် ငါမှတ်မယ်' ဆိုပြီး စိတ်ကိုမဲတင်းပြီး အဓိဋ္ဌာန်လိုက်တာ တကယ်ပါဘဲဗျာ၊ ကြည်ကြည်လင်လင်နှင့် ၂၄ နာရီမအိပ်ပဲ တစ်ဆက်တည်း မှတ်နိုင်ပွားနိုင်သွားတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ်လည်း အံ့ဩလို့မဆုံးနိုင်ပါဘူး။

ဆရာတော်ကြီးရဲ့ မေတ္တာကရုဏာတွန်းအားတွေ၊ ဆရာတော်ကြီးအပေါ် အားကိုးယုံကြည်တာတွေလည်း ရှိနေလို့ပေါ့ဗျာ။

ဆရာတော်ကြီးကို စ,ဖူးရတဲ့နေ့ကများ ရင်ထဲမှာ အေးသွားပြီး ကြောက်ရွံ့စိတ်တွေ မရှိဘဲ ချစ်ခင်လေးစားတဲ့ စိတ်တွေ၊ အားကိုးလိုစိတ်တွေ တဖွားဖွားဖြစ်ပြီး ငယ်ငယ်က အမေ့ရင်ခွင်ထဲဝင်ထိုင်နေရသလိုပဲ

ခံစားရပါတယ်။ ဆရာတော်ကြီးခိုင်းတဲ့အတိုင်း ငါလုပ်မယ်ဟ--ဆိုတဲ့ အားမာန်တွေလည်း တက်လာပါတယ်။

ဒီကြားထဲ ကျွန်တော်က နေ့ရောညပါ မအိပ်ပဲ ၂၄ နာရီ တစ်စပ် ရတာလျှောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက ပြုံးပြုံးပြုံးပြုံးနှင့်။ ဒီနေရာမှာ ပိုပြီး ကြည်ညိုစရာကောင်းပုံက ၊ ဆရာတော်ကြီးက သူဟာ ဝေဘူ ဆရာတော်ကြီး သီတင်းသုံးတဲ့သုံးဌာန (ဝေဘူ၊ အောင်မြေ၊ အင်ကြင်းပင်) လုံးမှာ အကြိမ်ကြိမ် အားထုတ်ဖူးတဲ့အကြောင်းကို အမိန့်ရှိတယ်။

အားလုံးသိတဲ့အတိုင်း ဝေဘူတို့ တောင်ပုလုတို့ ဒီဆရာတော်ကြီးတွေ က တစ်သက်လုံး မအိပ်တဲ့ဆရာတော်ကြီးတွေပါ။

ကျွန်တော်တို့က တစ်ရက်မအိပ်တာ ပြောရတာ တကယ်တော့ ရှက်စရာကြီးပါ။ ဒါပေမယ့် တရားတော်ရဲ့ အစွမ်းကို မြီးစမ်းရပြီပေါ့ဗျာ။ ဆရာတော်ကြီးက အမိန့်ရှိတယ်။ ဝေဘူဆရာတော်ကြီးကလည်း တစ်ဦးတည်းပုဂ္ဂိုလ်ချက်နှင့်တစ်ကိုယ် ဘယ်သူ့မှ မချီးမြှောက်ဖူးတဲ့ ပွဲတော်ကျဆွမ်းအုပ်တွေ ဘုဉ်းပေးရပုံ၊ ပြန်ခါနီးယောဂီတွေစုဝေးပြီး သြဝါဒပေးခိုင်းပုံ၊ ပြန်တိုင်း ပြန်တိုင်း ကားနှင့်ပစ္စည်းတွေ အပြည့်တင်ပြီးပို့ပုံ၊ ဒါတွေ အမိန့်ရှိတယ်ဗျာ။ ပြီးတော့–

'သူ့မှာ.....' တဲ့။ အဲသလို သုံးဌာနစလုံး လိုက်ပြီးအားထုတ်ပေမယ့် ဝေဘူဆရာတော်ကြီး ခိုင်းတဲ့အတိုင်း တစ်ခါမှ ၂၄ နာရီတစ်စပ်မရလို့ တရားစစ်ခံမသွားရဲပုံတွေ အမိန့်ရှိသဗျာ့။ ဒီလိုမိန့်တော့ ယောဂီတွေက ရယ်ကြပြုံးကြနှင့်၊ဆရာတော်ကြီးအပေါ် အထင်မသေးတဲ့အပြင် ရိုးသား တဲ့ဂုဏ်ကြောင့် ပိုပြီးကြည်ညိုအားကိုးကြပါတယ်။

သူ့ရဲခြောက်လို့အိပ်မရ

နောက်ပြီး'ဘုရားဖြစ်မယ်ကြံ၊ မာရ်နတ်ကဖျက်' ဆိုတာလို တစ်ပတ် လောက်ရှိတော့ ရိပ်သာထဲမှာ သူ့ရဲခြောက်ခံရတာ ပြောချင်လို့ပါ။

အိမ်မှာနေတော့ မိန်းမကြောက်ရ၊ ရိပ်သာနေတော့ သူရဲကြောက်ရ၊ ခုသာ ရယ်ရယ်မောမောပြောနိုင်တာပါ။ အခြောက်ခံရတဲ့နေ့ကဆိုရင် ကြောက်လိုက်တာ တစ်ညလုံး အိပ်လို့ကိုမရဘူး။

အားလုံးသိတဲ့အတိုင်း ယောဂီက ၅၀ လောက်လျာထားတာ၊ တစ်ရာနီးပါးရှိနေလို့ ကျွန်တော်တို့အမျိုးသားယောဂီတွေကို ဓမ္မာရုံကြီးဘေးမှာ တဲကြီးထိုးပြီး စုနေကြရတာ၊ ကျွန်တော်က တောင်ဘက်ဆုံးက၊ လူတွေအများကြီးရှိနေပေမယ့် ကြောက်တာက ကြောက်တာဘဲ။

သူရဲက အဝေးကြီးက မဟုတ်ဘူးဗျာ၊ ကျွန်တော်အိပ်ရာနှင့်ထရံပဲခြားနေတဲ့ တောင်ဘက်က သစ်ပင်က၊ ပထမတော့ မကြောက်ပါဘူး။ မကြောက်မှန်းသိလို့လား မပြောတတ်ပါဘူး။ ပထမ ပစ်တိုင်းထောင်ရုပ်လို ခေါင်းချည်းပြပြီး မျက်လုံးနီနီရဲရဲကြီးနှင့် လျှာထုတ်ပြလိုပြ၊ ကျွန်တော့် အိပ်တဲ့ခုတင်အလယ်လောက် အောက်ကနေပြီး လက်သည်းရှည်ကြီးနှင့် တခြစ်ခြစ် မြည်အောင်ကုပ်လိုက် ၊ လျှာထုတ်ပြလိုက်နှင့် စအိုကနေ အူကို နှုတ်စားမယ်ပေါ့လေ။

တရားလည်း ဘယ်ရောက်မှန်းမသိတော့ဘူး၊ ကြောက်လိုက်ရတာ ချွေးကိုပြန်လို့။ နောက်တစ်ရက်ညရောက်မှာကို ကြောက်နေတယ်။ ဒါနဲ့ညနေခင်း ဆရာကြီးတဲနားရောက်လာလို့ အကျိုးအကြောင်း ပြောပြတော့၊ ဆရာကြီး ဓမ္မာစရိယဦးငွေလှိုင်က ဘာပြောတယ်မှတ်လဲ–

'ဟာ..... အဲဒါ အတွေ့အကြုံတစ်ခုပေါ့၊ ရခဲတယ်၊ ဒါတရားတက်ချင်လို့၊ တရားမှတ်တာခဏရပ်ထား၊ ပရိကံပြန်လုပ်၊ ခန္ဓာကိုယ်ဘုရားလှူ၊ အဲဒီသတ္တဝါကို ဩဒိဿ မေတ္တာချည်းဖိပွား၊ စဉ်းစားကြည့်လေ သူ့ခမျာ သူ့ဘဝသနားစရာကြီးပါလား။ ကရုဏာအရင်ပွား၊ ပြီးတော့ မေတ္တာပွား၊ နာနာပွား၊ အမျှဝေပေးစမ်းပါဗျာ.....သူ့ခမျာ ကျွတ်တော့မယ်၊ အမျှလိုချင်ရှာလို့ပါ။ ကိုယ်လဲကူပြီး မေတ္တာပို့ပေးပါ့မယ်'တဲ့။

ဒါနှင့် အားရှိသွားပြီး အဲဒီနေ့ညဦးယံမှာ တဲက အဲဒီအိပ်ရာဘေးက

သစ်ပင်မှာ ဖယောင်းတိုင်အမွှေးတိုင်တွေ ထွန်းညှိပြီး ဘုရားလှူခိုင်းတယ်။ ဒါလဲ ဆရာမကြီးဒေါ်မြမြဝင်း ဦးစီးပြီး ဥပုသ်နေ့တိုင်း ရိပ်သာတစ်ခုလုံး မီးထွန်းအမွှေးတိုင်ပေးတာ သွားသတိရလို့။

ဆရာကြီးက အားပေးပေမယ့် ပထမတော့ ခပ်ကြောက်ကြောက်နှင့် မေတ္တာပို့ပါတယ်။ ကြက်သီးတွေကလဲ တဖျင်းဖျင်းထပြီး 'အဲဒါ အတွေ့အကြုံတစ်ခုပေါ့' ဆရာကြီးပြောတာ သတိရပြီး ကြိုးစားပို့ပါတယ်။ ကိုယ်လုပ်တဲ့ကုသိုလ်တွေလဲ မကြာခဏ အမျှဝေပေးတယ်။

သာခုခေါ်ရုံကလေးနှင့်

မေတ္တာပို့ အမျှဝေရင်းနှင့်ကြောက်စိတ်တွေ ပျောက်ပြီး ခုလို လုပ်ရတာကို ကျေနပ်နေမိတယ်။ အရသာလဲ အလွန်ရှိပါတယ်။ တကယ့် အတွေ့အကြုံတစ်ခုပါဘဲ။ သူ့ရဲလဲ မခြောက်တော့ဘူး၊ ကောင်းကောင်း မှတ်လို့ အိပ်လို့ရသွားတယ်။ မေတ္တာလဲ ထိထိခိုက်ခိုက်ပို့တတ် ပွား တတ်သွားတယ်။

အရင်ကပို့တဲ့ မေတ္တာတွေက ရထဲ့စာတွေ ရွတ်နေတာပါလား။ လို့လဲ သဘောပေါက်သွားပါတယ်။ တကယ့်အတွေ့အကြုံကောင်း တစ်ခုပါ။ သူ့ရဲက မေတ္တာတောင် ဟုတ်တိပတ်တိမပို့တတ်တဲ့ မမွှာစရိယကြီးကို လက်တွေ့သင်တန်း ပေးလိုက်သလိုပါပဲ။ ခုတော့ အမျှလဲဝေတတ်သွားပြီ။

ဒါနှင့် သရဲဇာတ်လမ်းက မပြီးသေးဘူး။ အံ့သြစရာကောင်းတာ ဆက်ပြောပါရစေဦး။ ကြောက်စရာကနေ တစ်သက်လုံး ဝမ်းမြောက် စရာကြီး ဖြစ်နေလို့ပါ။

'မေတ္တာပို့တာ အမျှပေးဝေတာဟာ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ခွင့် မရရှာတဲ့ ဒုက္ခိတသတ္တဝါတွေကို ကူညီစောင်မရာလဲရောက်တယ်။ ကုသိုလ်လဲတိုးပွားတယ်။ လောကကြီးထဲမှာ ဒီလိုသတ္တဝါမျိုးစုံ နေကြရတာ။

ဘာကြောက်စရာရှိလဲ'လို့ ဆရာကြီးပြောတဲ့အတိုင်း ပထမ သနားစရာ သတ္တဝါအဖြစ် စဉ်းစားပြီး ကရုဏာပို့၊ နောက်မေတ္တာ၊ ကိုယ်လုပ်ခဲ့တဲ့ လုပ်နေတဲ့ ကုသိုလ်တွေ လိုက်လိုက်လဲလဲ အမျှဝေပေး။

မကြာပါဘူးဗျာ..... ကျွန်တော့်အိပ်ရာဘေးမှာ အရောင်ဖျော့ဖျော့ ကလေးတွေ တဝင်းဝင်းတလက်လက်နှင့် လှည့်ပြေးပြီးပျောက်ကွယ် သွားတယ်။ ပြီးတော့ အနံ့မွှေးကလေးကလဲ တသင်းသင်းနှင့်။ ကျွန်တော့် အိပ်ရာဘေးမှာ မွှေးနေတဲ့ အနံ့သင်းသင်းကလေးကတော့ (နှစ်လလုံးလုံး) ခုထိ မွှေးနေတုန်းပါ။

ဒါကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကျွန်တော်တို့အဖို့ မေတ္တာပို့၊ အမျှဝေပေးတာ ဘာမှဆန်းတယ်လို့ မထင်ကြပေမယ့် သက်ဆိုင်ရာ သတ္တဝါတွေအဖို့တော့ အကျိုးတွေအများကြီး ဖြစ်ထွန်းသွားကြတာ သတိပြုဖို့ပါ။

သူရဲ တစ္ဆေ ပြိတ္တာဘဝ အပါယ်ဘုံက ကျွတ်လွတ်ပြီး ဥယျာဉ်ဗိမာန် ရေကန်အသင့် အဆင့်အတန်းမြင့်တဲ့ နတ်ဘဝကို သာဓုခေါ်ရုံမျှနှင့် ချက်ချင်း ရသွားကြရှာတယ်လေ။ လောကမှာ ယှဉ်နိုင်စရာမရှိ၊ မျက်လှည့်ပြ ဥုံဖွလုပ်လိုက်သလိုမဟုတ်လား။ ဒါလဲ ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ တရားတော် ရဲ့အစိတ္တေ့ယျ သတ္တိတန်ခိုးတစ်ခုမို့ သူများတွေနှင့်လဲ အကြောင်းအရာ မထပ်ရလေအောင် အပျင်းလဲပြေ၊ မေတ္တာပို့အမျှဝေဘာသာရေး အခြေခံ အဆင့်တွေမှာ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ မလုပ်မိအောင်လည်း တင်ပြရတာပါ။

မြေဇင်းတောရဆရာတော်ကြီး ကျွန်တော်တို့ကို နေ့စဉ် တရားစစ်တိုင်း အထပ်ထပ်ကြားနေရတဲ့ စကားတစ်ခွန်းကိုလဲ သတိပြု စေချင်လို့ပါ။ အဲဒါကတော့ 'မေတ္တာနာနာပို့၊ အမျှဝေ၊ မနည်းစေနှင့်၊ တရားမှတ်မကောင်းလဲ မေတ္တာပို့၊ အမျှဝေ၊ ကိုယ်က မသိပေတဲ့ သူတို့က အမျှလိုချင်နေကြရှာတာ'ဆိုတဲ့ ဆရာတော်ကြီး လက်သုံး စကားတစ်ခွန်းကိုလဲ မေ့မိတ်ဆွေများ သတိပြုစေချင်လို့ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ် ကလေး ပြောရတာပါ။

ဘာကြောက်စရာရှိလဲ’လို့ ဆရာကြီးပြောတဲ့အတိုင်း ပထမ သနားစရာ သတ္တဝါအဖြစ် စဉ်းစားပြီး ကရုဏာပို့၊ နောက်မေတ္တာ၊ ကိုယ်လုပ်ခဲ့တဲ့ လုပ်နေတဲ့ ကုသိုလ်တွေ လှိုက်လှိုက်လဲလဲ အမျှဝေပေး။

မကြာပါဘူးဗျာ..... ကျွန်တော့်အိပ်ရာဘေးမှာ အရောင်ဖျော့ဖျော့ ကလေးတွေ တဝင်းဝင်းတလက်လက်နှင့် လှည့်ပြေးပြီးပျောက်ကွယ်သွားတယ်။ ပြီးတော့ အနံ့မွှေးကလေးကလဲ တသင်းသင်းနှင့်။ ကျွန်တော့် အိပ်ရာဘေးမှာ မွှေးနေတဲ့ အနံ့သင်းသင်းကလေးကတော့ (နှစ်လလုံးလုံး) ခုထိ မွှေးနေတုန်းပါ။

ဒါကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကျွန်တော်တို့အဖို့ မေတ္တာပို့၊ အမျှဝေပေးတာ ဘာမှဆန်းတယ်လို့ မထင်ကြပေမယ့် သက်ဆိုင်ရာ သတ္တဝါတွေအဖို့တော့ အကျိုးတွေအများကြီး ဖြစ်ထွန်းသွားကြတာ သတိပြုဖို့ပါ။

သူရဲ့ တစ္ဆေ ပြိတ္တာဘဝ အပါယ်ဘုံက ကျွတ်လွတ်ပြီး ဥယျာဉ်ဗိမာန် ရေကန်အသင့် အဆင့်အတန်းမြင့်တဲ့ နတ်ဘဝကို သာဓုခေါ်ရုံမျှနှင့် ချက်ချင်း ရသွားကြရှာတယ်လေ။ လောကမှာ ယုံနိုင်စရာမရှိ၊ မျက်လှည့်ပြ ဦးဖွလုပ်လိုက်သလိုမဟုတ်လား။ ဒါလဲ ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ တရားတော်ရဲ့အစိမ္ဆေ့ယျ သတ္တိတန်ခိုးတစ်ခုမို့ သူများတွေနှင့်လဲ အကြောင်းအရာ မထပ်ရလေအောင် အပျင်းလဲပြေ၊ မေတ္တာပို့အမျှဝေဘာသာရေး အခြေခံ အဆင့်တွေမှာ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ မလုပ်မိအောင်လည်း တင်ပြရတာပါ။

မြေဖင်းတောရဆရာတော်ကြီး ကျွန်တော်တို့ကို နေ့စဉ် တရားစစ်တိုင်း အထပ်ထပ်ကြားနေရတဲ့ စကားတစ်ခွန်းကိုလဲ သတိပြု စေချင်လို့ပါ။ အဲဒါကတော့ ‘မေတ္တာနာနာပို့၊ အမျှဝေ၊ မနည်းစေနှင့်၊ တရားမှတ်မကောင်းလဲ မေတ္တာပို့၊ အမျှဝေ၊ ကိုယ်က မသိပေတဲ့ သူတို့က အမျှလိုချင်နေကြရှာတာ’ဆိုတဲ့ ဆရာတော်ကြီး လက်သုံး စကားတစ်ခွန်းကိုလဲ ဓမ္မမိတ်ဆွေများ သတိပြုစေချင်လို့ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ် ကလေး ပြောရတာပါ။

ဒီရက် ၆၀ တရားစခန်းဟာ သူရဲခြောက်တာတစ်ခုနှင့်ပဲ ကျွန်တော့် အဖို့ 'တန်'သွားပြီဗျာ။

သည်းခံပြီးနားထောင်နေကြတဲ့ ဆရာတော်သံဃာတော်များ အားလဲနှာ၊ ကျေးဇူးလဲတင်ပါတယ်ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော် မောင်ကိုဦး ပြောချင်တာ ဒီလောက်ကလေး မဟုတ်ပါဘူးဘုရား။

ရက် ၆၀ လုံးလုံး အားထုတ်ထားတာ၊ သမထ–ကဘယ်လို၊ ဝိပဿနာက ဘယ်ပုံ တကယ့်အဆီအနှစ်တွေ ပြောချင်တာပါ။ နာရီက စေ့ပြီလား မသိဘူး၊ ဆရာကြီးက 'မင်း ၁၅မိနစ်ပဲ'ဆိုတော့ ဒန်ပေါက် ထမင်းပွဲကြီး ရှေ့ချပေးပြီး 'မင်း တစ်ဇွန်းဘဲစားရမယ်' ခိုင်းသလို ဖြစ်နေပြီ၊ လက်စနှင့်ပြောပါရစေဦး။

နတ်သမီးလဲတွေ့ တရားလဲမေ့

ကျွန်တော် တာဝတိံသာ စူဠာမဏိဘုရားတက်ဖူးတုန်းက နတ်သမီးနှင့် တွေ့တဲ့အကြောင်း ပြောချင်လို့ပါ။ စခန်းပြီးလို့ အိမ်ရောက် သွားရင် အိမ်ကအမျိုးသမီးရှေ့မှာ နတ်သမီးချီးမွမ်းခန်းဖွင့်နေရင် ကြိုက်မှာ မဟုတ်လို့ လူစုမကွဲခင် ခုပြောပါရစေ။

ကျွန်တော် စူဠာမဏိရင်ပြင်တော်လဲ ရောက်ရော၊ ဖြုန်းဆို နတ်သမီးကလေးတွေနှင့် သွားတိုးတယ်။

ရုတ်တရက် ကျွန်တော်လဲ အံ့အားကြီးသင့် မှင်တက်မိသွားပြီး စိုက်ကြည့်နေမိတယ်၊ နတ်သမီးကလေးကလဲ ၁၆ နှစ်လောက် အချိုတ်ထဘီ ကလေးနှင့်၊ စည်းပုံကလေးနှင့်၊ လှကလှပါဘိနှင့်၊ ခုထိမျက်စိထဲက မထွက်ဘူး။

တခြားအဖော်တွေက ဘုရားဘက် ထွက်သွားကြပေမယ့်၊ သူက ကျွန်တော့်ကို ပြုံးယောင်ယောင် မျက်နှာထားကလေးနှင့် စိုက်ကြည့်နေ တုန်း၊ သူ့အကြည့်ခံရတာ မသက်သာဘူးဗျာ့၊ ခိုးထုပ်ခိုးထည်နှင့် အမိခံရတဲ့လူလို ရင်ထဲမှာတမျိုးကြီးပါ။ ကျွန်တော် မပြောတတ်ဘူး။

သူ့အကြည့်ကတော့ လူ့ပြည်ကလူသားတွေ နတ်ပြည်လာတာ မတွေ့ဘူးလို့ ကြည့်တဲ့အကြည့်ဖြစ်မှာပါ။ နတ်ပြည်ဆိုတာ ဒီတရားကျေးဇူးကလွဲလို့ ဒုန်းပျံတွေနှင့်လဲ သွားလို့ရတာမျိုးမှ မဟုတ်တာ။

သူ လှည့်ထွက်သွားတော့ ကျွန်တော်လဲသူ့နောက် လိုက်သွားတယ်။ ကျွန်တော်လာတာက သိဒ္ဓတ္ထဆံတော်ရှင်ဗုဒ္ဓစွယ်တော် ဖူးဖို့လေ။ သူ့နောက် တမင်လိုက်တာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ လိုဏ်ဂူထဲရောက်တော့လဲ သူတို့ကို မတွေ့ပါဘူး။ တွေ့များတွေ့ရဦးမလားလို့တော့ စိတ်ထဲက ထင်တာပေါ့လေ။

ဒါနှင့် ႕စွယ်တော်နှင့်ဆံတော်လဲ သေသေချာချာပီပီပြင်ပြင် ဖူးရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘုရားဖူးတာ စိတ်တွေက မငြိမ်သလိုဘဲ။ ဣတိပိသောတောင် တယ်.....မမှန်ချင်လှဘူး၊ ဒါနှင့် ပြန်ဆင်းလာတယ်ဆိုပါတော့ဗျာ။ အဲဒီနေ့က ပျော်လိုက်ပုံများ.....။ မြှောက်ကြွမြှောက်ကြွနှင့်၊ တရားမြန်မြန်စစ်ပါစေ အောက်မေ့မိတယ်။ လူလဲတစ်နေ့လုံး လန်းဆန်းပြီး ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကတောင် အရောင်တွေထွက်နေသလား ထင်ရတယ်။ တကယ်ပါ၊ တစ်သက်နှင့်တစ်ကိုယ်ခုလို ဖူးတွေ့ရမယ်လို့ အိပ်မက်တောင် မမက်ဖူးပါဘူး။ မြေဇင်းဆရာတော်ကြီး သမထ'ဗီဇာပါ့စ်ပို့' ထုတ်ပေးလိုက်တဲ့ကျေးဇူးပါ။

ဒါပေမယ့်ဗျို.....အဲဒီနေ့တစ်နေ့လုံး တရားကောင်းကောင်း မှတ်လို့မရတော့ဘူး။ ဖူးရတာလဲ ဖူးရတာပေါ့။ ဖူးရတာထက် တွေ့ရတာက မျက်စိထဲကို တဝဲလည်လည် လာနေပြန်တယ်။ အင်း-ငါဟာ တရားများ အဲသလောက်စွဲရင် နိဗ္ဗာန်ရတာ ကြာလှပြီ။ သူ့ရဲ့ခြောက်လို့ ကြောက်ခဲ့ရတာ ခုမှ 'ထေ' မိတော့တယ်။

ဒီအကြောင်းပြောရရင် ထမင်းမစား၊ ဟင်းမစား ပြောချင်နေတယ်။ နားထောင်မယ့်လူ ရှာနေသလိုပဲ၊ ဒါပေမယ့် အချိန်ကကြာသွားပြီ။ နိဂုံးချုပ်ပါတော့မယ်။

ဘာကြောက်စရာရှိလဲ’လို့ ဆရာကြီးပြောတဲ့အတိုင်း ပထမ သနားစရာ သတ္တဝါအဖြစ် စဉ်းစားပြီး ကရုဏာပို့၊ နောက်မေတ္တာ၊ ကိုယ်လုပ်ခဲ့တဲ့ လုပ်နေတဲ့ ကုသိုလ်တွေ လိုက်လိုက်လဲလဲ အမျှဝေပေး။

မကြာပါဘူးဗျာ..... ကျွန်တော့်အိပ်ရာဘေးမှာ အရောင်ဖျော့ဖျော့ ကလေးတွေ တဝင်းဝင်းတလက်လက်နှင့် လှည့်ပြေးပြီးပျောက်ကွယ် သွားတယ်။ ပြီးတော့ အနံ့မွှေးကလေးကလဲ တသင်းသင်းနှင့်။ ကျွန်တော့် အိပ်ရာဘေးမှာ မွှေးနေတဲ့ အနံ့သင်းသင်းကလေးကတော့ (နှစ်လလုံးလုံး) ခုထိ မွှေးနေတုန်းပါ။

ဒါကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကျွန်တော်တို့အဖို့ မေတ္တာပို့၊ အမျှဝေပေးတာ ဘာမှဆန်းတယ်လို့ မထင်ကြပေမယ့် သက်ဆိုင်ရာ သတ္တဝါတွေအဖို့တော့ အကျိုးတွေအများကြီး ဖြစ်ထွန်းသွားကြတာ သတိပြုဖို့ပါ။

သူရဲ တစ္ဆေ ပြိတ္တာဘဝ အပါယ်ဘုံက ကျွတ်လွတ်ပြီး ဥယျာဉ်ဗိမာန် ရေကန်အသင့် အဆင့်အတန်းမြင့်တဲ့ နတ်ဘဝကို သာဓုခေါ်ရုံမျှနှင့် ချက်ချင်း ရသွားကြရှာတယ်လေ။ လောကမှာ ယုံနိုင်စရာမရှိ၊ မျက်လှည့်ပြ ဉာဏ်ဖွလုပ်လိုက်သလိုမဟုတ်လား။ ဒါလဲ ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ တရားတော် ရဲ့အစိတ္တေယျ သတ္တိတန်ခိုးတစ်ခုမို့ သူများတွေနှင့်လဲ အကြောင်းအရာ မထပ်ရလေအောင် အပျင်းလဲပြေ၊ မေတ္တာပို့အမျှဝေဘာသာရေး အခြေခံ အဆင့်တွေမှာ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ မလုပ်မိအောင်လည်း တင်ပြရတာပါ။

မြေဖင်းတောရဆရာတော်ကြီး ကျွန်တော်တို့ကို နေ့စဉ် တရားစစ်တိုင်း အထပ်ထပ်ကြားနေရတဲ့ စကားတစ်ခွန်းကိုလဲ သတိပြု စေချင်လို့ပါ။ အဲဒါကတော့ ‘မေတ္တာနှာနှာပို့၊ အမျှဝေ၊ မနည်းစေနှင့်၊ တရားမှတ်မကောင်းလဲ မေတ္တာပို့၊ အမျှဝေ၊ ကိုယ်က မသိပေတဲ့ သူတို့က အမျှလိုချင်နေကြရှာတာ’ဆိုတဲ့ ဆရာတော်ကြီး လက်သုံး စကားတစ်ခွန်းကိုလဲ ဓမ္မမိတ်ဆွေများ သတိပြုစေချင်လို့ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ် ကလေး ပြောရတာပါ။

ဒီရက် ၆၀ တရားစခန်းဟာ သူရဲခြောက်တာတစ်ခုနှင့်ပဲ ကျွန်တော့်အဖို့ 'တန်' သွားပြီဗျာ။

သည်းခံပြီးနားထောင်နေကြတဲ့ ဆရာတော်သံဃာတော်များအားလဲနှာ၊ ကျေးဇူးလဲတင်ပါတယ်ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော် မောင်ကိုဦး ပြောချင်တာ ဒီလောက်ကလေး မဟုတ်ပါဘူးဘုရား။

ရက် ၆၀ လုံးလုံး အားထုတ်ထားတာ၊ သမထ–ကဘယ်လို၊ ဝိပဿနာက ဘယ်ပုံ တကယ့်အဆီအနှစ်တွေ ပြောချင်တာပါ။ နာရီက စေ့ပြီလား မသိဘူး၊ ဆရာကြီးက 'မင်း ၁၅ မိနစ်ပဲ' ဆိုတော့ ဒန်ပေါက်ထမင်းပွဲကြီး ရှေ့ချပေးပြီး 'မင်း တစ်ဇွန်းဘဲစားရမယ်' ခိုင်းသလို ဖြစ်နေပြီ၊ လက်စနှင့်ပြောပါရစေဦး။

နတ်သမီးလဲတွေ့ တရားလဲမေ့

ကျွန်တော် တာဝတိံသာ စူဠာမဏိဘုရားတက်ဖူးတုန်းက နတ်သမီးနှင့် တွေ့တဲ့အကြောင်း ပြောချင်လို့ပါ။ စခန်းပြီးလို့ အိမ်ရောက်သွားရင် အိမ်ကအမျိုးသမီးရှေ့မှာ နတ်သမီးချီးမွမ်းခန်းဖွင့်နေရင် ကြိုက်မှာမဟုတ်လို့ လူစုမကွဲခင် ခုပြောပါရစေ။

ကျွန်တော် စူဠာမဏိရင်ပြင်တော်လဲ ရောက်ရော၊ ဖြုန်းဆို နတ်သမီးကလေးတွေနှင့် သွားတိုးတယ်။

ရုတ်တရက် ကျွန်တော်လဲ အံ့အားကြီးသင့် မှင်တက်မိသွားပြီး စိုက်ကြည့်နေမိတယ်၊ နတ်သမီးကလေးကလဲ ၁၆ နှစ်လောက် အချိုတ်ထဘီကလေးနှင့်၊ စည်းပုံကလေးနှင့်၊ လှကလှပါဘိနှင့်၊ ခုထိမျက်စိထဲက မထွက်ဘူး။

တခြားအဖော်တွေက ဘုရားဘက် ထွက်သွားကြပေမယ့်၊ သူက ကျွန်တော့်ကို ပြုံးယောင်ယောင် မျက်နှာထားကလေးနှင့် စိုက်ကြည့်နေတုန်း၊ သူ့အကြည့်ခံရတာ မသက်သာဘူးဗျာ့၊ ခိုးထုပ်ခိုးထည်နှင့် အမိခံရတဲ့လူလို ရင်ထဲမှာတမျိုးကြီးပါ။ ကျွန်တော် မပြောတတ်ဘူး။

သူ့အကြည့်ကတော့ လူ့ပြည်ကလူသားတွေ နတ်ပြည်လာတာ မတွေ့ဘူးလို့ ကြည့်တဲ့အကြည့်ဖြစ်မှာပါ။ နတ်ပြည်ဆိုတာ ဒီတရားကျေးဇူးကလွဲလို့ ဒုန်းပျံတွေနှင့်လဲ သွားလို့ရတာမျိုးမှ မဟုတ်တာ။

သူ လှည့်ထွက်သွားတော့ ကျွန်တော်လဲသူ့နောက် လိုက်သွားတယ်။ ကျွန်တော်လာတာက သိဒ္ဓတ္ထဆံတော်ရှင်ဗုဒ္ဓစွယ်တော် ဖူးဖို့လေ။ သူ့နောက်တမင်လိုက်တာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ လိုဏ်ဂူထဲရောက်တော့လဲ သူတို့ကိုမတွေ့ပါဘူး။ တွေ့များတွေ့ရဦးမလားလို့တော့ စိတ်ထဲက ထင်တာပေါ့လေ။

ဒါနှင့် ⌒ စွယ်တော်နှင့်ဆံတော်လဲ သေသေချာချာပီပီပြင်ပြင်ဖူးရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘုရားဖူးတာ စိတ်တွေက မငြိမ်သလိုဘဲ။ ဣတိပိသောတောင် တယ်.....မမှန်ချင်လှဘူး၊ ဒါနှင့် ပြန်ဆင်းလာတယ်ဆိုပါတော့ဗျာ။ အဲဒီနေ့က ပျော်လိုက်ပုံများ.....။ မြှောက်ကြွမြှောက်ကြွနှင့်၊ တရားမြန်မြန်စစ်ပါစေ အောက်မေ့မိတယ်။ လူလဲတစ်နေ့လုံး လန်းဆန်းပြီး ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကတောင် အရောင်တွေထွက်နေသလား ထင်ရတယ်။ တကယ်ပါ၊ တစ်သက်နှင့်တစ်ကိုယ်ခုလို ဖူးတွေ့ရမယ်လို့အိပ်မက်တောင် မမက်ဖူးပါဘူး။ မြေဖင်းဆရာတော်ကြီး သမထ'ဗီဇာပါ့စ်ပို့' ထုတ်ပေးလိုက်တဲ့ကျေးဇူးပါ။

ဒါပေမယ့်ဗျို.....အဲဒီနေ့တစ်နေ့လုံး တရားကောင်းကောင်း မှတ်လို့မရတော့ဘူး။ ဖူးရတာလဲ ဖူးရတာပေါ့။ ဖူးရတာထက် တွေ့ရတာကမျက်စိထဲကို တဝဲလည်လည် လာနေပြန်တယ်။ အင်း-ဒါဟာ တရားများအဲသလောက်စွဲရင် နိဗ္ဗာန်ရတာ ကြာလှပြီ။ သူ့ရဲခြောက်လို့ ကြောက်ခဲ့ရတာခုမှ 'ထေ' မိတော့တယ်။

ဒီအကြောင်းပြောရရင် ထမင်းမစား၊ ဟင်းမစား ပြောချင်နေတယ်။ နားထောင်မယ့်လူ ရှာနေသလိုပဲ၊ ဒါပေမယ့် အချိန်ကကြာသွားပြီ။ နိဂုံးချုပ်ပါတော့မယ်။

လွှတ်လပ်လိုက်တာ၊ လွယ်လိုက်တာဗျာ

ဘာကယ်အုံ့ဩစရာကောင်းတဲ့ နည်းတွေပါ။ မြေဇင်းတောရ ဆရာတော်ကြီး ထိန်းသိမ်းဖော်ထုတ်ပေးလို့သာပေ့ါ။ အနို့မို့ ကွယ်ပျောက်သွားရင် နှမြောစရာကြီး၊ သာသနာအတွက်လဲ ရောမဆုံးရှုံးမှုကြီးဖြစ်မှာပါ။

ခုတော့ လွယ်လိုက်တာဗျာ၊ ၁၅ ရက်လောက်သာ ဖွဲ့ခတ်ပြီး လုပ်နိုင်ရင် လူတိုင်းလိုလိုရပါသဗျာ။ တန်ဖိုးကြီးသလောက် လွယ်လိုက်တာ။ 'လက်တွေ့မှယုံမယ်' ဆိုတဲ့ လူတွေအဖို့ သည်ထက်ကောင်းတဲ့နည်း မကြားဖူးသေးပါဘူး။ ဒါမှ 'ဧဟိ–လာလော့၊ ပဿ–မြီးစမ်းကြည့် လှည့်စမ်းပါ'လို့ အဟုတ်ဖိတ်ခေါ်ရဲပါတယ်။ အားထုတ်တော့လဲ–

ဘယ်နှနာရီထိုင်၊

ဘယ်နှနာရီ စင်္ကြံလျှောက်၊ မကန့်သတ်ဘူး။ တစ်နေ့ ဘယ်နှကြိမ် ရရမယ်ဆိုတာလဲ မသတ်မှတ်ဘူး၊ လွှတ်လပ်လိုက်တာဗျာ။

– ကိုယ့်ကျန်းမာရေးအခြေအနေအရ၊

– ကိုယ့်သမာဓိ အင်အားအရ၊

ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ ဣရိယာပုတ်နှင့် ကြိုက်သလောက်၊ ကြိုက်သလိုရှုမှတ် ခွင့်ပေးထားတဲ့ တရားစခန်းရယ်လို့လဲ ကျွန်တော်ဖြင့် မကြားမိသေးဘူး။

ယောဂီကို အဲသလို တင်းတင်းကျပ်ကျပ် မချုပ်ချယ်ပဲ သူ့သဘော လွှတ်ထားတာကိုက ဒီကန္တိနည်းစနစ်ရဲ့ ဆွဲဆောင်မှုအပေါ် ဘယ်လောက်စိတ်ချထားတယ်ဆိုတာ အင်မတန်ပေါ်လွင် နေပါတယ်။

တကယ်ပါပဲ၊ ၁၅ ရက်လောက် အပြောအဆို ဆင်ခြင်ပြီး ဖိ–လုပ်လိုက်ရင် တောက်လျှောက်အလိုလို သဒ္ဒါတရားတွေ ဝီရိယတွေ အရှိန်တက်လာပြီး သက်သာလိုက်တာဗျာ။ တရားက ဆွဲခေါ်သွားတာ အသာကလေး လိုက်သွားရုံပဲ ။

သမထ–ပိုင်းမှာ ဖူးစရာ မြင်စရာ သိစရာရှိတာတွေ တအံ့တဩ ဖူးတွေ့ကြရပါတယ်။ သမထ–ပိုင်းမှာ ယောဂီတွေအားလုံး စိတ်တွေ

ကြည်လင်ပြီး အကုန်လုံးပြုံးရွှင်နေကြတာ။ ကိုယ်မြင်တာ ဖူးတွေ့ရတာတွေ လျှောက်လို့ကို အားမရကြဘူး။ ဆရာတော်ကြီးကလဲ ပြုံးပြုံးပြုံးပြုံးနှင့်။

ပထမတော့ ကိုယ်တစ်ယောက်ထဲ မြင်တယ်ထင်ပြီး ကြိုမ ပြောကြဘူး။ 'မြို'နေကြတာ။ ဆရာတော်လျှောက်တော့မှ အားလုံးလိုလို ကိုယ့်လို ဖူးတွေ့ကြရတာချည်းပဲကြာတော့ ဆရာတော်ကြီး အားနာလို့ တိုရှင်းလိုရင်း လျှောက်ကြပါတယ်။ ဖူးရမြင်ရတာတွေကလဲ ယုံနိုင်စရာမရှိ ပြောလို့လဲ မကုန်ပါဘူးဗျာ။

မသာထမ်းဘဝ အလွတ်ရုန်းကြစို့

သမထသမာဓိကို တစ်လလောက် ထူထောင်လေ့ကျင့်ထားတော့ ဝိပဿနာရောက်တော့ ရှင်းသလား မပြောနှင့်၊ ရုပ်သပ်သပ်တစ်ရက်၊ နာမ်သပ်သပ် တစ်ရက်နှစ်ရက်၊ တစ်ဉာဏ်တစ်ဉာဏ်ကို နှစ်ရက် နှစ်ရက်ကျစီ ရှုနိုင်းတာဆိုတော့ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်မှုတွေဟာ လက်နှင့် ကိုင်ပြသလား အောက်မေ့ရပါတယ်။

သမထလုပ်ထားတဲ့ ကျေးဇူးက ဝိပဿနာရောက်မှ ပိုအကျိုးများမှန်း သိကြရပါတယ်။ သမထကို ဂိုဏ်းလား၊ မော်လား အထင်သေး အပြစ်မြင်တဲ့သူတွေဟာ တကယ်သမထမလုပ်ဖူးရှာကြလို့ နေမှာပဲလို့ အောက်မေ့မိပါတယ်။

အဲ.....ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်လောက်ရောက်တော့ စူဠသောတာပန် စခန်းခေါ်တာပါပဲ။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာဆိုတဲ့အတိုင်း အကြောင်းအကျိုးတွေ အမှန်အတိုင်း သုံးသပ်နိုင်ပြီး ဘဝမှာ အနေပျော်သွားပါတယ်။ သေရင် တောင် ဒီဉာဏ်ရောက်ရင် လာမယ့်တစ်ဘဝတော့ အပါယ်မကျတော့ဘူး ဆိုတဲ့ ဉာဏ်အမြင်ပါ။ ဒါလဲ တစ်ပတ်အတွင်း ဒီဉာဏ်ရကြတာချည်းပါ။

အံ့ဩစရာကောင်းတာက ဒီဉာဏ်လဲရောက်ရော၊ ယောဂီအတော် များများဟာ ကိုယ်လျှောက်ခဲ့တဲ့ ဘဝဇာတ်လမ်းတွေ လူဖြစ်လိုက်၊

ခွေးဖြစ်လိုက် နတ်ဖြစ်လိုက် တန်းစီလာတော့လာဗျို့၊ ဘဝခန္ဓာတွေအပေါ် အကြီးအကျယ် သံဝေဂဖြစ်ကြရတော့တာပါဘဲ။ ဥဒယဗ္ဗယ၊ ဘင်္ဂ၊ ဘယဉာဏ်တွေရောက်တော့ မပြောပါနှင့်တော့၊ လူတွေအားလုံး ခေါင်းငိုက်စိုက်ကျကုန်တော့တာပဲ။ ဆရာတော်ကြီးပြောသလို 'အပျက်တောကြီး'ထဲလျှောက်နေကြရတာကိုး၊ သမထတုန်းကမော့နေတဲ့ ခေါင်းတွေဟာ တစ်ခါတည်းငိုက်စိုက်ကျပြီး သူ့ကိုယ်မကြည့်ချင်၊ ကိုယ့်သူမကြည့်ချင် တစ်ခုမှလဲမြင်ရတာ အကောင်းမရှိ။ အပျက်ချည်းပါ။ မမြင်ချင်လို့လဲ နေလို့ကမရ။ ပြေးလို့လဲမလွတ်။ ဖျာလိပ်ခေါင်းထဲကသတ္တဝါလို ကိုယ့်ဝဋ်နှင့်ကိုယ့်ကံ လိမ့်ခံနေရတယ်ဆိုတာ 'ဘယ်သူမပြု၊ မိမိမှု'အကုန်ပေါ်တော့တာပါဗျာ။ မြေဇင်းတောရဆရာတော်ကြီး ကျေးဇူးတွေ.....ကြီးလိုက်တာ။

လက်စသပ်တော့ ကိုယ့်မသာကိုယ်ထမ်းပြီး ထမင်းကလေးတစ်လုတ်စားရင်း သင်္ချိုင်းသွားနေကြသူတွေချည်းပါလား။ သင်္ချိုင်းတစ်ခေါက်ရောက်ပြန်တော့လဲ ခရီးကမဆုံးသေးပြန်ဘူး၊ တစ်ခါ ကြုံးထပြီး ခရီးကဆက်ရဦးမယ်။ ရွံမုန်းငြီးငွေ့စရာကြီးပါလားဗျာ။

ဆရာတော်ကြီး အမိန့်ရှိသလို ဒီဆာသနာ ဒီဆရာနှင့်တွေ့လို့ ဘဝကောင်းတုန်း၊ အခါကောင်းအချိန်ကောင်းတုန်း'မသာထမ်းဘဝ'က လွတ်ရအောင် ကိုယ့်ဝေစုကလေးကိုယ် အရယူကြပါစို့လား ဓမ္မမိတ်ဆွေ အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့။

ဦးကိုဦး(သိရီပဝရ ဓမ္မာစရိယ)
၂၉ လမ်း၊ (အနောက်ထီးလင်းတိုက်၊ အရှေ့ပေါက်)
မန္တလေး၊ တစ်ဆင့်ဖုန်း-၀၂-၆၀၀၅၈

◆