

# တရုတ်မှာလွင်းကုန်း

(ပြင်ဆင်ပြီးစာအုပ်)

လီဟုန်းကြည်.

တရုတ်မှာလွင်းကုန်း သုတေသနအဖွဲ့.

ဘာသာပြန်အဖွဲ့.

ပီကင်း ၁၉၉၉

ဗုဒ္ဓပိုင်း ချိကုန်း (气功) ရှူးလျှန်.တာ.ဖာ (修炼大法  
ကျင်.ရေးမဟာနည်း )

中国法轮功

(修订本)

李洪志



作者近照

# 旋法至極

佛法無邊



法輪常轉

這個法輪圖形是宇宙的縮影，他在其它各個空間也有他存在的形式、演化過程，所以我說是一個世界。

-- 李洪志

# နိဒါန်း

‘ဗုဒ္ဓတရား’ဟာ အချက်အကျဆုံး၊ အနက်နဲဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အယူဝါဒ အားလုံးအနက် အနက်နဲဆုံး အထူးကဲဆုံး သိပ္ပံပညာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီနယ်ပယ်ကို တိုးချဲ့ယင်၊ အရင်းခံကနေ သာမန်လူရဲ့ အယူအဆကို ပြောင်းလဲရပါတယ်။ နို့.မဟုတ်ယင်၊ အာကာသရဲ့ အဖြစ်မှန်ဟာ လူသားတို့ရဲ့ နတ်ပြည်ပုံပြင် ထာဝစဉ် ဖြစ်မယ်။ သာမန်လူဟာ ကိုယ်.မိုက်မဲတဲ. အယူအဆနဲ့ ဆွဲထားတဲ. ဘောင်အတွင်းမှာ ထာဝစဉ် တွားသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါဆို ‘ဗုဒ္ဓတရား’ဆိုတာ ဘာလဲ။ ဘာသာရေးလား၊ အဘိဓမ္မာလား။ ဒါဟာ ‘ခေတီမှီနေပြီး ဖြစ်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ ပညာရှင်’ရဲ့ အယူအဆသာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ဟာ အယူဝါဒကိုသင်ယူနေသာ ဖြစ်ပြီး၊ ဒါတွေကို အဘိဓမ္မာ ဘောင်အတွင်းက ဥစ္စာတွေအဖြစ် ဝေဖန်ယင်းနဲ့ သုတေသနမျိုး ပြုလုပ်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် ‘ဗုဒ္ဓတရား’ဟာ ကျမ်းစာအုပ်ထဲမှာ သလောက် အနဲငယ်သာ ရှိတာ မကဘူး။ ဒါဟာ ‘ဗုဒ္ဓတရား’ ပဏာမ အဆင့်အတန်းမှာ တရားသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ‘ဗုဒ္ဓတရား’ဟာ အလုံးသေး၊ မော်ရီကျူးကနေ အာကာသအထိ၊ ပိုသေးတာကနေ ပိုကြီးတာအထိ လျှို့ဝှက်မှု မှန်သမျှကို ရှင်းလင်းစွာ တွေ့မြင်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ မပါဝင်ထားတာမရှိ၊ ကျကျန်ရစ်ထားတာ မရှိ။ ဒါဟာ အာကာသရဲ့ ဝိသေသ ‘ကျင်း ရှမ်. ရင် (真善忍 အစစ်၊ စိတ်နေသဘောကောင်း၊ သည်းခံမှု) မတူတဲ့ အဆင့်နေရာမှာ မတူတဲ့ ထုတ်ပြန်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင်၊ တာအိုပိုင်းမှာ ဆိုတဲ. ‘တာအို’ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ဆိုတဲ. ‘တရား’ ဖြစ်ပါတယ်။

မျက်မှောက် လူသားရဲ့ သိပ္ပံပညာ ဘယ်လိုဘဲ ဖွံ့ဖြိုးပြီး ဖြစ်ဖြစ်၊ အာကာသ လျှို့ဝှက်မှုရဲ့ တစိတ်တပိုင်းသာ ဖြစ်သေးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ‘ဗုဒ္ဓတရား’အနက် အသေးစိတ် ဖြစ်ရပ်တွေကိုပြော တဲ့အခါ၊ တယောက်ယောက်က၊ အခု အီလက်ထရွန်နစ်ခေတ် ဖြစ်နေပြီ၊ သိပ္ပံပညာ တော်တော် ဖွံ့ဖြိုးလာနေပြီ။ အာကာသယာဉ် တခြားဂြိုဟ်ပေါ်ကိုတောင် ပျံသန်းသွားပြီ။ အဲဒီ အရူသည်းစရာ ဟောင်းတွေကို ပြောနေသေးတယ်လို့ ပြောတတ်မယ်။ တိုက်ရိုက်ပြောမယ်ဆိုရင်၊ ကွန်ပျူတာ ဘယ်လိုဘဲ ဖွံ့ဖြိုးပြီး ဖြစ်ဖြစ်၊ လူ့ဦးနှောက်နဲ့လဲ မစာနိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ်၊ လူ့ဦးနှောက်ဟာ အခု သုသေတနများနဲ့ မဖော်ထုတ်နိုင်တဲ့ လျှို့ဝှက်ချက် ဖြစ်သေးတယ်။ အာကာသယာဉ် ပျံသန်းတာ ဘယ်လိုဘဲ မြင့်မြင့်၊ ကျွန်တော်တို့ လူသား တည်ရှိနေတဲ့

ဒီရုပ်ဝတ္ထုဟင်းလင်းပြင် အပြင်ကို ပျံ့မထွက်သေးဘူး။ ခုခေတ်မှာ လူသားရဲ့ ပညာမှာ၊ နားလည်သိရှိနိုင်တာဟာ အလွန် တိမ်တဲ့ နဲ့နဲပါးပါးဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အာကာသရဲ့ အဖြစ်မှန်ကို တကယ် နားလည်ဘို့ထက် အဝေးကြီး ကွာ နေတယ်။ တချို့လူဟာ ပကတိတည်ရှိတဲ့ ဖြစ်ရပ် အဖြစ်မှန်ကိုတောင် တည့်တည့်မကြည့်ရဲဘူး၊ မထိရဲဘူး၊ အသိအမှတ် မပြုရဲဘူး။ အကြောင်းရင်းကတော့ အဲဒီလူတွေဟာ ရှေးရိုးထုံးစံ လိုက်လွန်းလို့ ရိုးရာအတွေးအဆကို ပြောင်းလဲပြီး သွားမစဉ်းစားလိုတဲ့ အတွက်ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ အာကာသ၊ အချိန်နဲ့ ဟင်းလင်းပြင်၊ လူကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ လျှို့ဝှက်မှုကို လုံးဝ ဖော်ထုတ်လိုယင် ‘ဗုဒ္ဓတရား’သာ ရပါတယ်။ ဒါဟာ စိတ်နေသဘော ကောင်းတာ ဆိုးတာ၊ အကောင်း အဆိုးအစစ်ကို ခွဲခြားနိုင်ပါတယ်။ မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆ မှန်သမျှကို ပယ်ဖျက်ပြီး၊ မှန်ကန်တဲ့ အယူအဆ ရရှိစေနိုင်ပါတယ်။

အခု လူသား သိပ္ပံပညာရဲ့ လမ်းညွှန်ရေး အတွေးအခေါ် ယင်းဖွံ့ဖြိုးမှုအပေါ် သုတေသန ပြုခြင်းဟာ၊ ရုပ်ဝတ္ထုကမ္ဘာအတွင်းမှာသာ ကန့်သတ်ထားရပါတယ်။ အကြောင်း တမျိုးမျိုး နားလည် သိရှိမှု ခံပြီးမှသာ ဒါကို သွားသုတေသန ပြုတယ်။ ဒီလိုလမ်းကြောင်းအတိုင်း သွားတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ဒီဟင်းလင်းပြင်မှာ မထိနိုင် မမြင်နိုင်၊ ဒါပေမယ့် ပကတိတည်ရှိတဲ့၊ ကျွန်တော်တို့ ဒီရုပ်ဝတ္ထု ဟင်းလင်းပြင်မှာလဲ ဟပ်လာနိုင်တဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေ၊ တကယ်တန်းဟုတ်တိပတ္တိ ဖြစ်ပေါ်မှုတွေကိုတော့ မထိရဲဘူး၊ မသိရသေးတဲ့ ဖြစ်ရပ်အဖြစ် သဘောထားပါတယ်။ ခေါင်းမာတဲ့လူက အထောက်အထား မရှိဘဲနဲ့ အကြောင်းရင်း ရှာကြံပြီး သဘာဝဖြစ်ရပ် အဖြစ် အတင်း ဆိုထားပါတယ်။ တခြားရည်ရွယ်ချက် ပါရှိတဲ့လူက ကိုယ့်ဆန္ဒနဲ့ ဖီလာဆန်ကျင်ပြီး အားလုံး အရူသည်း ဦးထုပ်ကြီးကို အုပ်ထားပါတယ်။ ကြိုးစားစိတ် နဲ့သူဟာ သိပ္ပံပညာ ဖွံ့ဖြိုးမှု နဲ့အကြောင်းနဲ့ ရှောင်ထားပါတယ်။ လူသားဟာ မိမိနဲ့ အာကာသကို ပြန်လည် နားလည်ပြီး ခေါင်းမာ အယူအဆတွေကို ပြောင်းလဲနိုင်ယင်၊ လူသားက ခုန်ပျံ တိုးတက်မှုကြီးတရပ် ရရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ‘ဗုဒ္ဓတရား’ဟာ လူသားအတွက် မကုန်ခန်းနိုင်တဲ့ ကမ္ဘာကို လုံးဝ နားလည် သိရှိ စေနိုင်တယ်။ ရှေးပဝေကဏီကစပြီး လူသား၊ ရုပ်ဝတ္ထု တည်ရှိတဲ့ ဟင်းလင်းပြင် အသီးသီး၊ အသက်နဲ့ အာကာသ တခုလုံးကို ပြည့်စုံ အောင်မြင်စွာ ရှင်းလင်း ထုတ်ပြန် နိုင်တာဟာ ‘ဗုဒ္ဓတရား’ဘဲ ရှိပါတယ်။

### လီဟုန်းကြည်.

စာရေးသူ ရဲ့ စကား

((တရုတ် ဖာလွင်းကုန်း)) ဖြစ်တဲ့ စာ အုပ်ကို ၁၉၉၃-ခုနှစ် ဧပြီလက ဖြန့်ချိ ထုတ်ဝေ ခဲ့တဲ့ နောက်ပိုင်း၊ ဖာလွင်းကုန်း (法轮功) ကျင့်သူတွေအနက် ကြီးမားတဲ့ တုန်ပြန်မှု ဖြစ်စေ ခဲ့ပါတယ်။ ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ ဝါဒဖြန့်ရေးနဲ့ ပြန့်ပွားရေး အတွက် အပြုသဘောဆောင်တဲ့ လမ်းညွှန်တဲ့ အခန်းမှာ ပါဝင် နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ လောကမှာ ရလဒ်နဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှု တော်တော် ထင်ရှား သိသာပြီး ပြည်သူလူထုရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ အရည်အသွေးနဲ့ ကျန်းမာရေး အဆင့်အတန်း တိုးမြှင့်စေရေး၊ ၎င်းတို့ရဲ့ အသိ စိတ်ဓါတ် တိုးမြှင့်စေရေး၊ ၎င်းတို့ရဲ့ အကျင့်စာရိတ္တ တိုးမြှင့်စေရေး နယ်ပယ်မှာ ထိရောက်တဲ့ အကျိုး ပြုသွားလိုက်တယ်လို့ လက်တွေ့ အခြေအနေက သက်သေ ပြထားပါတယ်။ ဒါကို အများက သိမြင်ထားကြပါတယ်။

ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ ကုန်းသဘောတရားဟာ လူ့ရဲ့စိတ်ကို တိုက်ရိုက် ညွှန်ပြီး၊ ကုန်း(功) ကျင့်သူတွေ ကိုယ်ရဲ့ စုစုပေါင်းအသရေနဲ့ ပကာသနကို ပေါ့အောင် သဘော ထားရတယ်။ ကိုယ်ရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒကို ပေါ့အောင် သဘောထားရတယ်လို့ သင်ကြားပြီး ကုသိုလ်ပြု တေ (德 စာရိတ္တ) စုတို့ စာရိတ္တနဲ့ ကုန်းကို လှည့်ပြောင်းဘို့ လူတွေကို သင်ပေး ထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဖာလွင်းကုန်း အခုအထိ ပြန့်ပွားရာမှာ လူထု အတွေးအခေါ် သန့်စင်စေရေး ရပ်ရွာအေးချမ်းတည်ငြိမ်ရေး၊ ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှုအခြေအနေ ကောင်းမွန်စေရေးအပေါ် အကုန် ကောင်းမွန်တဲ့ အကျိုး ရရှိစေလိုက်ပါတယ်။ ထိထိရောက်ရောက် စွဲစွဲမြဲမြဲ သွားကျင့်တဲ့ ရှင်းရှင်(心 性 စိတ်ဓါတ်)ကို စောင့်စည်းထားနိုင်တဲ့ ဖာလွင်းကုန်း သင်သူ မှန်သမျှ ကုန်းတက်တာ အထူး လျှင်မြန်တယ်။ လူ တော်တော်များများက ကုန်းစွမ်းရည်(功 能) တွေလဲ ထွက်လာခဲ့တယ်။ အခု ကျွန်တော်က တပြည်လုံး မြို့(၁၀)ကျော်မှာ တရားပြောကြား ကုန်း သင်ပေးခဲ့ပြီး သင်သူ ၁-သိန်းကျော်လောက် ရှိပါတယ်။ နိုင်ငံတော် အစိုးရဌာနက တချို့ခေါင်းဆောင်တွေလဲ သင်တန်းကိုလာ နားထောင် ကုန်း လာသင် ခဲ့ကြပါတယ်။ သင်တန်း အစကနေ အဆုံးအထိ စွဲမြဲစွာ တက်ရောက်ခဲ့ကြတယ်။ သူတို့ဟာ ဖာလွင်းကုန်းအပေါ် အထူးအရေးထားပြီး တော်တော် အားပေး ထောက်ခံခဲ့ပါတယ်။ ဒါအတွက် ကျွန်တော်က ပိုပြီး တာဝန် ကြီးလေးတယ်လို့ ခံစားမိပါတယ်။

ကျွန်တော်တောင်ထွက်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ အဓိကအားဖြင့် နှစ်ပေါင်းများစွာ ကုန်းကျင့်ပေမယ့် ကုန်းမတက်တဲ့ လူတွေကို အဆင့်မြင့်ပေါ်ကို တိုးစေပြီး သူတို့ကို

အမြန်ဆုံး အသိပွင့် ဉာဏ်ပွင့်စေပြီး ဘက်အားလုံး အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို တိုးမြှင့်စေဘို့ ဖြစ်ပါတယ်။ တချိန်တည်းမှာလဲ မျက်မှောက်ကာလမှာ ချိကုန်း ရပ်ကွက်မှာ ရှိတဲ့ မကောင်းတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေ နဲ့ တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ လာတဲ့ မကောင်းတဲ့ဥစ္စာတွေကို အကူအညီပေး ရှင်းလင်းပစ်မယ်။ တရားမှန်ကို ထွန်းကားစေပြီး ချိကုန်း လုပ်ငန်းကို မှန်ကန်တဲ့ လမ်းကြောင်းအတိုင်း ကောင်းမွန်စွာ တိုးတက် စေလိုပါတယ်။ ကျွန်တော်.ရဲ့ အဲဒီကြံဆချက်ဟာ နိုင်ငံတော် ချိကုန်းရပ်ကွက်မှာ ခေါင်းဆောင်းတွေရဲ့ အားပေး ထောက်ခံမှုကို ခံခဲ့ရပါတယ်။ ကျွန်တော်ကလဲ ဒီအတိုင်းဘဲ လုပ်ဆောင်ပါတယ်။ ဖာလွင်းကုန်း လူထုမှာ ပြန်.ပွားရာမှာ သလောက်ကောင်းတဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပြီး ချောမောစွာ တိုးတက် လာနိုင်ခဲ့တာဟာ နိုင်ငံတော် အစိုးရဌာနက ခေါင်းဆောင်များနဲ့ ချိကုန်းရပ်ကွက်က ခေါင်းဆောင်များ ရဲ့ အားပေးထောက်ခံမှုနဲ့ ခွဲလို. မရဘူး။ ဒီမှာ ((တရုတ်ဖာလွင်းကုန်း)) ပြင်ဆင် ထုတ်ဝေတဲ့အခိုက် ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း ဖော်ပြ လိုပါတယ်ခင်ဗျား။

သင်သူ အများအပြားတို့.ရဲ့ တောင်းဆိုချက်အရ ဒီစာအုပ်ကို ထုတ်ဝေတဲ့အခါ စာအုပ်ပါ အကြောင်းအရာတွေကို နဲ့နဲ့ ပြင်ဆင် ခဲ့တယ်။ ဒါ့အပြင် (စည်းမျဉ်း)ကို ရုပ်သိမ်းပြီး (မေးစရာ ဖြေကြားခြင်း)ကို ထည့်သွင်းလိုက်ပါတယ်။ စာအုပ်ကို အဆောတလျှင် လိုအပ်လို့ အကြောင်းအရာနဲ့ စာလုံးတွေကို သေသေချာချာ မဆင်ခြင် နိုင်ခဲ့ပါဘူး။ မသင့်တော်တဲ့နေရာ ရှိချင်ရှိမယ်။ နောက်ထပ် ပုံနှိပ် တဲ့အခါ ပြင်နိုင်ဘို့.အတွက် စာဖတ်သူများ အကြံကောင်း ပေးပါရန် မျှော်လင့်ပါတယ်ခင်ဗျား။

၁၉၉၃-ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ

## မာတိကာ( 目录)

- အခဏ်း၁ အကျဉ်းချုပ်( 概论)
  - ၁။ချိကုန်းရဲ့ ရေသောက်မြစ်
  - ၂။ချိနဲ့ကုန်း
  - ၃။ကုန်းအားနဲ့ကုန်းစွမ်းရည်
    - (၁)ကုန်းအား(功力)ဟာ ရှင်းရှင်း.(心性 စိတ်ဓါတ်)နဲ့ ကျင်.ထွက် လာတာဖြစ်ခြင်း။
    - (၂)ကုန်းစွမ်းအင်ဟာကုန်းကျင်.သူရဲ့လိုက်စားစရာမဟုတ်ဘူး
    - (၃)ကုန်းအားရဲ့ကိုင်တွယ်ခြင်း။
- ၄။ထျန်းမု(天目 တတိယမျက်စိ)
  - (၁)ထျန်းမုပွင်.ခြင်း
  - (၂)ထျန်းမုရဲ့အဆင်.အတန်း။
  - (၃)အဝေးကိုမြင်(遥视)
  - (၄)ဟင်းလင်းပြင်
- ၅။ချိကုန်းနဲ့.ရောဂါကုခြင်းနှင့်. ဆေးရုံမှာ ရောဂါကုခြင်း
- ၆။ဗုဒ္ဓပိုင်းချိကုန်းနဲ့.ဗုဒ္ဓဘာသာ
  - (၁)။ဗုဒ္ဓပိုင်းချိကုန်း
  - (၂)ဗုဒ္ဓဘာသာ
- ၇။တရားမှန်နဲ့. မသမာနည်း
  - (၁)ဖမ်မင်ဇိုတောင်.(旁门左道 ဘေးကဂိတ် ဗယ်ဘက်လမ်း)
  - (၂)သိုင်းချိကုန်း(武术气功)
  - (၃)ဖမ်ရှူး(返修)နဲ့.ကုန်းငှါးခြင်း။
  - (၄)အာကာသစကား(宇宙语)
  - (၅)လက္ခဏာကိုယ်ခန္ဓာကပ်မှီးကောင်(信息附体)
  - (၆)ကုန်းမှန်လဲ မသမာနည်းကျင်.ထွက်တတ်ခြင်း။
- အခဏ်း၂။ဖှာလွင်းကုန်း(法轮功)
  - ၁။ဖှာလွင်းရဲ့. အစွမ်းဖြစ်ထွန်းမှု
  - ၂။ဖှာလွင်းရဲ့.ပုံသဏ္ဍာန်ဖွဲ့.စည်းမှု
  - ၃။ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့. ကျင်.ရေး ဝိသေသ



- (၁)တရားနဲ့လူကိုကျင့်ခြင်း။
- (၂)အဓိကသတိ(主意识)ကိုကျင့်ခြင်း။
- (၃)ကုန်းကျင်ရာမှာ ဦးတည်ချက်၊အချိန်ကို အရေးထားဘို့ မလိုဘူး။
- ၄။ရှင်းရှင်း (心性 စိတ်ဓါတ်)ရောအသက်ပါကျင့်ခြင်း။
  - (၁)ပင်းထီ (本体 ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ)ကို ပြုပြင်ခြင်း
  - (၂)ဖာလွင်း ငြိမ်းထွန်း(法轮周天)
  - (၃)အကျော(脉) ဖောက်ခြင်း။
- ၅။ အတွေးအဆ
- ၆။ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ကျင့်ခြင်းအဆင်အတန်း
  - (၁)အဆင်မြင်ကျင့်ခြင်း
  - (၂)ကုန်းရဲ့ ပြဿအသွင်
  - (၃)လောကထွက်တရားကျင့်ခြင်း
- အခင်း၃။ ရှင်းရှင်းကျင့်ခြင်း
  - ၁။ရှင်းရှင်းရဲ့ အနက်သဘော
  - ၂။ဆုံးရှုံးခြင်းနဲ့ ရရှိခြင်း။
  - ၃။‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’အတူတကွကျင့်ခြင်း
  - ၄။မနာလိုစိတ် ဖျက်ခြင်း။
  - ၅။စွဲကိုင်စိတ်ဖျက်ခြင်း။
  - ၆။ယဲလိ(业力 ဝဋ် )
    - (၁)ဝဋ်ရဲ့ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း
    - (၂)ဝဋ်ဖျက်ခြင်း
    - (၃)ဘီလူး(魔)စွဲလာခြင်း
    - ၈။ဇာစ်မြစ်(根基)နဲ့ ရိပ်စားနိုင်စွမ်း(悟性)
    - ၉။သန့်စင်ငြိမ်သက်စိတ်
- အခင်း၄။ ဖာလွင်းကုန်း(法轮功) ကုန်းနည်း
  - ၁။ဖိုးကျမ်ချန်းလျှိုဖာ(佛展千手法 ဗုဒ္ဓ လက်တထောင် ဆန်နည်း)
  - ၂။ဖာလွင်းကျမ်းဖာ(法轮桩法)
  - ၃။ကွမ်ထွန်းလျန်ကျီးဖာ (灌通两极法 အစွန်း ၂-စွန်း ပေါက်အောင် ဖောက်နည်း)

- ၄။ ဖာလွင်းကြိုးထုံးဖာ (法輪周天法)
- ၅။ ရှင်ထွန်းကြားချီဖာ (神通加持法 နတ်တန်ခိုး အားဖြည့်နည်း)
- ဖာလွင်းကုန်းကျင်စဉ် အခြေခံ တောင်းဆိုချက်နဲ့ သတိထားရတဲ့ အကြောင်းတွေ
- အခင်း ၅။ မေးစရာတွေကိုဖြေကြားခြင်း
  - ၁။ ဖာလွင်းနဲ့ ဖာလွင်းကုန်း
  - ၂။ ကုန်းသဘောတရားနဲ့ ကုန်းနည်း
  - ၃။ ရှင်းရှင်ကျင်ခြင်း။
  - ၄။ ထုံးမု (天目 တတိယမျက်စိ)
  - ၅။ ဒုက္ခအခက်အခဲတွေ
  - ၆။ ဟင်းလင်းပြင်နဲ့ လူသား

# အခဏ်း၁ အကျဉ်းချုပ်

ချိကုန်း( 气 功 )ဟာ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံမှာ သမိုင်းရေးသောက်မြစ် ရှည်လျားပြီး တော်တော် ကြာရှည်တဲ့ သမိုင်းသက်တမ်း ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံမှာ ပြည်သူများ ချိကုန်း ကျင့်တာ အထူး သာလွန် ကောင်းမွန်တဲ့ အခြေအနေ ရှိပါတယ်။ တရားမှန်ကျင့်ရေးဖြစ်တဲ့ ဗုဒ္ဓ တာအို အပိုင်း၂ပိုင်းကြီးမှ ချိကုန်းမှာ လျှို့ဝှက်သင်ပေးတဲ့ မဟာနည်း တော်တော် များများကို လူသိရှင်ကြား သင်ပေးခဲ့ပါပြီ။ တာအိုပိုင်းမှာ ကျင့်နည်း တော်တော် ထူးခြားပါတယ်။ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာလဲ ကိုယ့်ရဲ့ ကျင့်နည်း ရှိပါတယ်။ ဖာလွင်းကုန်း ( 法 轮 功 )ဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ချိကုန်းရဲ့ အထက်တန်း တာဖာ( 大 法 မဟာကျင်နည်း)ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သင်တန်းမှာကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့ရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာကို အထက်တန်းကို ကျင့်ဘို့နဲ့ သင့်လျော်တဲ့ အနေအထား ဖြစ်အောင် အရင် ပြေပြစ်အောင် ပြုပေးရပါတယ်။ ဒီနောက် ခင်ဗျားတို့ရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ မှာ ဖာလွင်းနဲ့ ချိကျီး( 气 机 ချိစက်'ကို ထည့်ထားပြီး ကုန်းနည်းကိုလဲ သင်ပေးရပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ကျွန်တော်က တရားကိုယ်ခန္ဓာ( 法 身 )နဲ့လဲ ခင်ဗျားတို့ကို ကာကွယ် ထားမယ်။ ဒါပေမယ့် သလောက်ဘဲသာရှိယင် သိပ်မလုံ သေးပါဘူး။ ကုန်းတက်စေဘို့ ရည်ရွယ်ချက် မထမြောက်နိုင်သေးပါဘူး။ ခင်ဗျားတို့ကို အထက်တန်းမှာ ကျင့်တဲ့ သဘောတရား နားလည်သိရှိဘို့လဲ တောင်းဆိုရပါတယ်။ ဒါဟာ ဒီစာအုပ်မှာ ပြောမယ့် အကြောင်းအရာဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်က အဆင်မြင်မှာ ကုန်းပြောနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်က ဘယ်အကျော ဘယ်အပ်စိုက်ကွက် ဘယ်ကျောထွေး ကျင်တာ တွေကို မပြောပါဘူး။ ကျွန်တော်ပြောတာက ကျင့်ရေး တာဖာ ( 大 法 မဟာတရား)ကို ပြောတာဖြစ်ပြီး၊ တကယ်အဆင်မြင်ပေါ်ကို ကျင်တဲ့ တာဖာ ဖြစ်ပါတယ်။ စ နားထောင်တဲ့အခါ နဝေတိမ်တောင် ဖြစ်တယ်လို့ ခံစားချင် ခံစား မယ်။ ဒါပေမယ့် ချိကုန်းကျင်ဘို့ ဆန္ဒရှိသူအနေနဲ့ သေသေချာချာ ရိပ်စားယင် လျှို့ဝှက်မှုတွေ အကုန်အထဲမှာ ပါဝင်ထားပါတယ်။

## ၁။ ချိကုန်းရဲ့ ရေသောက်မြစ်

ကျွန်တော်တို့ အရပြောနေကြ ချိကုန်း( 气 功 )ဟာ စင်စစ်အားဖြင့် ချိကုန်းလို မခေါ်ဘူး။ ဒါဟာ တရုတ်ရှေးခေတ်လူတွေရဲ့ သီးခြားကျင့်တာကို မြစ်ဖျားခံပြီး လာတာ

နို့မဟုတ် ဘာသာရေးမှာ ကျင့်တာမှ လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ‘တန်းကျင်း’ (丹经)၊ ‘တာအိုကျမ်းစု’(道藏)မှန်သမျှကို လှန် ပြီး ‘တဒုဇမ်. ကျမ်းစာအုပ်’ (大藏经) မှန်သမျှကို လှန်ပြီးဖတ်ယင် လဲ ‘ချိကုန်း’ဆိုတဲ့ စာလုံး၂လုံးကို ရှာတွေ့နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့. လက်ရှိ လူသားယဉ်ကျေးမှု အဆင့်အတန်း ဒီကာလပိုင်းရဲ့ ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွင်း ဘာသာရေး ပဏာမ ခေတ်ကာလ ရှိခဲ့ဖူးတယ်။ ဘာသာရေး မတည်ထောင်ခင် ကတည်းက ချိကုန်း ရှိနေခဲ့ပြီ။ ဘာသာရေးရှိပြီးနောက် ဒါမှာ ဘာသာရေးလက္ခဏာ အသင့် အတင့် ပါရှိပါတယ်။ ဒါရဲ့မူလနာမယ်ဟာ ဗုဒ္ဓကျင့် တာ.ဖှာ၊ တာအိုကျင့် တာ.ဖှာ၊ ဒါ.အပြင် ကျိုးကျမ် ကျင်းတန်းနည်း(九转金丹术)၊ ရဟန်းဖှာ၊ ကျင်းကမ်းစါန် (金剛禅) စတဲ့နာမယ်တွေ ရှိသေးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အခု ဒါကို‘ချိကုန်း’ လို့ခေါ်ကြတဲ့ အကြောင်း ရင်းဟာ ကျွန်တော်တို့ ခုခေတ်လူတွေရဲ့ အတွေး အခေါ်နဲ့ ပိုပြီး သင့်လျော် စေဘို့၊ လောကမှာ ပိုမိုလွယ်ကူစွာ ပြန်ပွား နိုင်စေဘို့ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့်. ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့ တရုတ် ပြည်မှာ လူကိုယ်ခန္ဓာ ကျင့်တဲ့ ဥစ္စာသက်သက် ဖြစ်ပါတယ်။

ချိကုန်းဟာ ကျွန်တော်တို့ ဒီတလှည့်က လူသားတွေ တီထွင်တဲ့ ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ တော်တော်ကြာရှည်တဲ့ သမိုင်းသက်တန်း ရှိပါတယ်။ ဒါဆို ချိကုန်းဟာ ဘယ်အချိန်က ပေါ်ထွက် လာတာ ဖြစ်သလဲ။ တချို့လူက ချိကုန်းဟာ သမိုင်းသက်တမ်း အနှစ်(၃၀၀၀)ရှိနေပြီး၊ ထမ်မင်းဆက်ခေတ် မှာ ခေတ်စားတယ်လို့ ပြောကြားတယ်။ တချို့လူက သမိုင်းသက်တမ်း အနှစ် (၅၀၀၀)ရှိပြီး တရုတ်အမျိုးသား ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ အလားတူ ရှည်ကြာ ပါတယ်တဲ့။ တချို့လူက တူးဖော်လာတဲ့ ရှေးဟောင်းယဉ်ကျေးမှုပစ္စည်းကို ကြည့်ယင် သမိုင်းသက်တမ်း အနှစ်(၇၀၀၀) ရှိနေပြီတဲ့။ ကျွန်တော့်အမြင် အနေနဲ့ ချိကုန်းဟာ ခုခေတ်လူသား တီထွင်လာခဲ့တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါဟာ သမိုင်းကြိုယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းစွမ်းရည် ရှိတဲ့လူရဲ့ စုံစမ်းချက် အရ ကျွန်တော်တို့. နေထိုင်ကြတဲ့ ဒီအာကာသဟာ ပေါက်ကွဲမှု ငြိမ်မိ ဖြစ်ပွားပြီးနောက် ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ဥစ္စာ ဖြစ်နေပြီ။ ကျွန်တော်တို့. နေထိုင် ကြတဲ့ ဒီဂြိုဟ်ဟာ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပျက်စီးခဲ့ပါပြီ။ ဂြိုဟ်ကို ပြန်လည် ဖွဲ့စည်းနောက်တိုင်း လူသားကို ပြန်လည် မျိုးပွားခဲ့ပါတယ်။ အခု ကမ္ဘာပေါ် မှာ ခုခေတ်ယဉ်ကျေးမှုကို ကျော်လွန်တဲ့ ပစ္စည်း တော်တော်များများကို ကျွန်တော်တို့. တွေ့ရှိလိုက်ပါပြီ။ (ဒါဗင်)ရဲ့ ဆင်.ကဲ တိုးတက် ပြောင်းလဲမှု အယူဝါဒအရ လူသားဟာ မျောက်လွှဲကျော်ကနေ ဆင့်ကဲ တိုးတက် ပြောင်းလဲ လာတာ ဖြစ်ပြီး ယဉ်ကျေးမှု သက်တမ်းလဲ အနှစ် ၁-သောင်းထက် မကျော်ဘူးတဲ့။ ဒါပေမယ့် တူးဖော်လာတဲ့ ရှေးဟောင်း ယဉ်ကျေးမှုပစ္စည်း တွေမှာ ဥရောပတိုက်

အဲ့လပတောင် ကျောက်လိုက်မှာ နှစ်ပေါင်း ၂-သိန်း ၅-သောင်း ကတည်းက နံရံပန်းချီ ရှိပါတယ်။ ရှုစားဘို့ အနုပညာတန်ဖိုး တော်တော်ရှိတယ်။ ခုခေတ်ကလူတွေ မမှီနိုင်ဘူးလို့ တွေ့ရှိတယ်။ ပီရူး အစိုးရတက္ကသိုလ်မှာ ကျောက်ခဲကြီး တခု ရှိပါတယ်။ အပေါ်မှာ လူပုံတပုံ ထုဆစ်ထားပါတယ်။ အဝေးကြည့် မှန်ပြောင်းကို ကိုင်ပြီး နေလကြယ် နက္ခတ်စုကို ကြည့်နေတယ်။ ဒီလူပုံဟာ သမိုင်းသက်တမ်း အနှစ် ၃-သောင်း ကျော် ရှိနေပြီ။ အားလုံး သိကြာတဲ့ အတိုင်းဘဲ (ဓါးလစ်လျူ)က ၁၆၀၉- ခုနှစ်က ဖန်တီးခဲ့တဲ့ အဆ(၃၀) နေလကြယ် နက္ခတ်စု အဝေးကြည့် မှန်ပြောင်းလဲ အခုအထိ သမိုင်းသက်တမ်း အနှစ် (၃၀၀)ကျော်သာ ရှိပါတယ်။ နှစ်ပေါင်း ၃-သောင်းကတည်းက အဝေးကြည့် မှန်ပြောင်း ဘယ်လို ရှိနိုင်သလဲ။ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ သံချောင်း ၁-ချောင်း ရှိပါတယ်။ ပေါင်းစပ် ပါဝင်တဲ့ သံသန့်စင်မှု ပမာဏ ၉၉-% ဒသမ သုံး လေး ငါးလောက် ရှိပါတယ်။ ခုခေတ်မှာ ကျိုချက်နည်းနဲ့တောင် သလောက်သန့်စင်တဲ့ သံကို မကျိုနိုင်ဘူး။ ခုခေတ်နည်းပညာ အဆင့် အတန်းကို ကျော်လွန်နေပြီ။ ဘယ်သူက အဲဒီ ယဉ်ကျေးမှုကို တီထွင်ခဲ့သလဲ။ လူသားဟာ ဟိုအချိန်မှာ အဏုဇီဝရုပ် ဖြစ်ချင်ဖြစ်သေးတယ်။ အဲဒီ ပစ္စည်းတွေကို တီထွင်နိုင်စရာ ဘယ်လို ရှိနိုင်သလဲ။ အဲဒီဥစ္စာတွေ တွေ့ရှိ ခြင်းဟာ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံ အသီးသီးက သိပ္ပံပညာရှင်တွေရဲ့ အာရုံစိုက်မှု ခံလိုက်ရ ပါတယ်။ မရှင်းပြနိုင်လို့ ဒါကို 'သမိုင်းကြိုယဉ်ကျေးမှု'လို့ ခေါ်ကြတယ်။

ခေတ်တိုင်းမှာ သိပ္ပံပညာ အဆင့်အတန်း မတူဘူး။ တချို့ခေတ်မှာ တော်တော်မြင့်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ခုခေတ်လူသားရဲ့ အဆင့်အတန်းကို ကျော်လွန်ပါတယ်။ ဒါမေမယ် ဟိုယဉ်ကျေးမှု အဖျက်ဆီး ခံခဲ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်အမြင်နဲ့ ချိကုန်းဟာ ကျွန်တော်တို့ ခုခေတ်က လူသား ဖန်တီးတာ မဟုတ်ဘူး။ ခုခေတ်ကလူသား တီထွင်တာ မဟုတ်ဘဲ ခုခေတ်ကလူသား တွေ့ရှိ ကောင်းမွန် စေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သမိုင်းကြို ယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်ပါတယ်။

ချိကုန်းဟာ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံမှသာ ရှိတဲ့ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူး။ ပြည်ပ မှာလဲ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ် သူတို့ ချိကုန်း မခေါ်ဘူး။ အနောက်နိုင်ငံမှာ မျက်လှည်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အမေရိကန်၊ ဗြိတိန် စတဲ့ နိုင်ငံတွေမှာ ဒီလိုဘဲ ခေါ်ကြပါတယ်။ အမေရိကန်နိုင်ငံမှာ (ဒဲဗစ်)လို့ခေါ်တဲ့ မျက်လှည်ဆရာ ၁-ဦး ရှိပါတယ်။ စင်စစ်ဆိုယင် သူက ထူးကဲ ကုန်းစွမ်းရည် ဆရာတော် ၁-ဦး ဖြစ်ပါတယ်။ မဟာတံတိုင်းကြီး နံရံကို ဖြတ်ကျော်တာကို တင်ဆက် ခဲ့ပါတယ်။ ဟိုအခါ သူဖြတ်ကျော်တဲ့အခါ အဖြူရောင်ပိတ်ထည်နဲ့ ကိုယ်ကိုယ်ကို ခြုံထားတယ်။ နံရံပေါ်မှာ အုပ်ထားတယ်။ ပြီးမှ သူက ဖြတ်ကျော်လိုက်ပါတယ်။ ဘာ ဖြစ်လို့ သူက ဒီလိုလုပ်သလဲ။ ဒီလိုလုပ်ယင်

လူတော်တော်များများက မျက်လှည်.နေတယ်လို့. မြင်ကြတယ်။ အကြောင်းရင်းဟာ သူက ဒီလို မလုပ်ယင် မရဘူး။ ကျွန်တော်တို့. တရုတ်ပြည်မှာ လူတော် များစွာ ရှိတယ်လို့. သူသိတယ်။ သူဟာ အဲဒီအနှောက်အယှက် ပြုမှု ခံမှာ စိုးလို့. သူက ကိုယ်.ကိုယ်ကို ခြုံထားပြီး ဝင်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထွက်တဲ့အခါမှာ လက်၁-ဖက် ဆန်ပြီး ပိတ်ထည်ကို ရွက်ပြီးတော့. လူက ထွက်လာတော့.တယ်။ ‘သိသူက နည်းလမ်းကိုကြည့်၊ မသိသူက ဆူပူမှုကို ကြည့်’၊ ဒီလိုဆိုယင် ပရိသတ်တွေက မျက်လှည်.တယ်လို့. မှတ်ယူ ခဲ့ကြပါတယ်။ သူတို့.က ဒီကုန်းစွမ်းရည်တွေကို မျက်လှည်.လို့. ခေါ်ထားတဲ့ အကြောင်းရင်းဟာ သူတို့. ဒီဥစ္စာကို ကိုယ်ခန္ဓာကို ကျင်.ဘို့.အတွက် မဟုတ်ဘဲ၊ ဇာတ်ခုံပေါ်မှာ တင်ဆက်ပြီး ထူးဆန်းမှု ပြဘို့.နဲ့ ပျော်ပါးမှု ခံယူဘို့. အတွက်ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဆင်.နိမ့်မှာ ပြောယင် ချိကုန်းဟာ လူကိုယ်ခန္ဓာ အခြေအနေကို ပြောင်းလဲပြီး၊ ရောဂါ ကင်းဝေး စေဘို့. ကျန်းမာရေး ကောင်းစေဘို့. ရည်ရွယ်ချက် ထမြောက်စေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင့်မြင်.မှာ ပြောယင်၊ ချိကုန်းဟာ ပင်းထီ ( 本体 ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ)ကျင့်တာကို ဆိုပါတယ်။

၂။ချိနဲ့ကုန်း

ကျွန်တော်တို့. အခု ပြောနေကြတဲ့ ချိ(气)ကို ရှေးခေတ်က လူတွေဟာ ချိ(炁)လို့. ခေါ်ခဲ့ကြတယ်။ ဒါတွေရဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ် အတူတူဘဲ။ အကုန် အာကာသရဲ့ ချိကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အာကာသမှာ ပုံသဏ္ဍာန် မရှိတဲ့ အရာဝတ္ထု တမျိုးကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လေ(空气)မှာ ချိကို ဆိုတာ မဟုတ်ဘူး။ လူကိုယ်ခန္ဓာ ကျင့်တာနဲ့. အဲဒီအရာဝတ္ထုရဲ့ စွမ်းအင်ကို ဖော်ထုတ်ပြီး လူကိုယ်ခန္ဓာ အခြေအနေကို ပြောင်းလဲနိုင်ကာ၊ ရောဂါကင်းဝေး ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန် စေနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်. ချိဟာ ချိသာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားကလဲ ချိရှိတယ်။ သူကလဲ ချိရှိတယ်။ ချိနဲ့ချိ အကြား ချုပ်ခြယ်နိုင်စွမ်း မရှိဘူး။ တချို့လူက၊ ချိဟာ ရောဂါ ကုနိုင်တယ်တဲ့။ နို့.မဟုတ်ယင်၊ ခင်ဗျားက ဘယ်သူ့.ကို ချိလွှတ်ပြီး သူ့.ကို ရောဂါ ကုပေးပါ လို့.ပြောတယ်။ အဲဒီပြောဆိုချက်တွေ သိပုံနည်း တော်တော် မကျဘူး။ အကြောင်းရင်းဟာ ချိက ရောဂါကို ကုနိုင်မှာ လုံးဝ မဟုတ်ဘူး။ ကုန်း ကျင်.သူအနေနဲ့ သူ့.ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ချိရှိသေးတဲ့အခါ သူ့.ရဲ့ကိုယ်ခန္ဓာ နို့.နစ်ရောင် ကိုယ်ခန္ဓာ(奶白体) မဟုတ် သေးဘူးလို့. ပြဆိုပါတယ်။ သူ့ရောဂါ ရှိသေး တယ်လို့. ပြဆိုပါတယ်။

စွမ်းရည်မြင်.အောင် ကျင်.လာတဲ့လူဆိုယင်၊ သူ့လွှတ်တာက ချိ မဟုတ်ဘဲ။

စွမ်းအင်ကြွယ်စုတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ အလင်းအသွင် ပြထားတဲ့ စွမ်းအင်ကြွယ် အရာဝတ္ထု ဖြစ်ပါတယ်။ အလုံး တော်တော် သေးပြီး အစိပ်အကျ ထူထပ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ကုန်း (功)ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်ကျမှ၊ သာ မန်လူအပေါ် ချုပ်ခြယ်နိုင်စွမ်း ရှိနိုင်မယ်၊ လူကို ရောဂါ ကုပေးနိုင်မယ်။ ဗုဒ္ဓ ရောင်ခြည်တော် လွှမ်းမိုးပြီး၊ ရည်မွန်မှုနဲ့ တရားမျှတမှု ချောမွေ့ ပြေပြစ်ဖြာ (佛光普照 礼义圆明)လို ဆိုတဲ့ စကားတစ်ခွန်း ရှိပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ တရားမှန် ကျင်သူအနေနဲ့ သူ့ရဲ့ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ပါဆောင်ထားတဲ့ စွမ်းအင် တော်တော်ကြီး တယ်။ သူ့ဖြတ်သန်းရာ နေရာမှာ၊ သူ့ရဲ့စွမ်းအင် လွှမ်းမိုးမှု တောင်အတွင်း မှာ၊ ပုံမှန် မဟုတ်တဲ့ အနေအထား မှန်သမျှကို ပြုပြင်နိုင်ပြီး၊ ဒါကို ပုံမှန် ဖြစ်တဲ့ အနေအထား အဖြစ် ပြောင်းလဲ စေနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာနဲ့ပြောရင်၊ လူကိုယ်ခန္ဓာမှာ ရောဂါ ရှိတယ် ဆိုရင်၊ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ပုံမှန်မဟုတ်တဲ့ အနေအထား ရှိတာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအနေအထားကို ပြုပြင်ယင် ရောဂါ ပျောက်ဆုံးတော့မယ်။ လွယ်ကူအောင် ပြောမယ်ဆိုရင် ကုန်းဟာ စွမ်းအင်ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းဟာ ရုပ်ဝတ္ထု ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းကျင်သူက ကျင်တာနဲ့ ဒါရဲ့ ပကတိ တည်ရှိမှုကို စိစစ်ခံစားနိုင်ပါတယ်။

၃။ ကုန်းအားနဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်

(၁) ကုန်းအား( 功力 )ဟာ ရှင်းရှင်.( 心性 စိတ်ဓါတ်)နဲ့ ကျင်ထွက် လာတာဖြစ်ခြင်း။

လူ့ရဲ့ကုန်းအား အဆင်အတန်းကို တကယ် အဆုံးအဖြတ်ပေးတဲ့ ကုန်းဟာ လေ့ကျင်လာတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ ‘တေ’ ( 德 စာရိတ္တ) ဖြစ်တဲ့ အရာဝတ္ထုနဲ့ လှည့်ပြောင်းလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရှင်းရှင်ကျင်တာနဲ့ ကျင်ထွက် လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလှည့်ပြောင်းတဲ့ ဖြစ်စဉ်လဲ သာမန်လူ စိတ်ကူး ထားကြာသလို ‘ငြေးအိုး မီးဖိုထား ဆေးဝါးစုဆောင်းသိမ်းဆည်းပြီး တန်း(丹) ကျင်တာ’ ( 安鼎设炉 采药炼丹)နဲ့ ကျင်ထွက် လာတာလဲ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ ဆိုတဲ့ ကုန်းဟာ ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်မှာ ပေါ်ထွက်တာ ဖြစ်တယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာ အောက်ပိုင်းမှာ စတင်ပြီး ရှင်းရှင် တိုးမြင်လာတာနဲ့ အမျှ၊ ဝက်အူရစ်ပုံနဲ့ အပေါ်ကို တိုးပါတယ်။ လုံးဝ ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်မှာ ဖြစ်တာ ဖြစ်တယ်။ ဒီနောက် ဦးထိပ်မှာ ကုန်းတိုင် ဖြစ်လိုက်ပါတယ်။ ကုန်းတိုင် ဘယ်လောက်မြင့်ယင်၊ ဒီလူရဲ့ ကုန်း ဘယ်လောက် မြင့်တာကို အဆုံးအဖြတ် ပေးလိုက်ပါတယ်။ ကုန်းတိုင်ဟာ တော်တော် ထိမ်ဝှက်တဲ့ ဟင်းလင်းပြင်မှာ ရှိပြီး၊ ရိုးရိုးလူ မြင်ဘို့ မလွယ်ဘူး။

ကုန်းစွမ်းရည်ကို ကုန်းအားနဲ့ အားဖြည့်ရပါတယ်။ ကုန်းအားမြင်ပြီး အဆင်အတန်း မြင်တဲ့လူ ဆိုရင်၊ ကုန်းစွမ်းအင် ကြီး မယ်။ အသုံးပြုဘို့ အဆင်ပြေမယ်။ ကုန်းအားနိမ်တဲ့လူ ဆိုရင်၊ ကုန်းစွမ်းအင် ငယ်မယ်။ အသုံးပြုယင် အဆင်မပြေ၊ ဒီထက်မက အသုံးပြုနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကုန်းစွမ်းအင် မိမိကိုယ်၌ လူတယောက်ရဲ့ ကုန်းအား ကြီးတာ ငယ်တာ အဆင်အတန်း မြင်တာ နိမ်တာကို ကိုယ်စား မပြုနိုင်ဘူး။ လူတယောက်ရဲ့ အဆင်အတန်း မြင်တာ နိမ်တာကို အဆုံးအဖြတ် ပေးနိုင်တာဟာ ကုန်းစွမ်းရည် မဟုတ်ဘဲ ကုန်းအား ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့ လူက 'သောနဲ့ခတ် ထားပြီး' ကျင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ကုန်းအား တော်တော်မြင်တယ်။ ဒါပေမယ့် ကုန်းစွမ်းရည် ဘယ်လောက်လောက် ရှိတာတော့ အမှန်မရှိ။ ကုန်း အားဟာ အဆုံးအဖြတ်ပေးတဲ့ အခန်းမှာ ပါဝင်ပါတယ်။ ရှင်းရှင်းနဲ့ ကျင်ထွက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သောချက်အကျဆုံး ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။

(၂) ကုန်းစွမ်းအင်ဟာ ကုန်းကျင်သူရဲ့ လိုက်စားစရာမဟုတ်ဘူး

ကုန်းကျင်သူအားလုံး ကုန်းစွမ်းအင်ကို အရေးထားကြပါတယ်။ နတ်တန်ခိုးဟာ လောကမှာ ဖျားယောင်းသွေးဆောင်အား တော်တော် ရှိတယ်။ လူ တော်တော်များများက ကုန်းစွမ်းရည်တွေ ရှိချင်တယ်။ ဒါပေမယ့် ရှင်းရှင်း မကောင်းဘူး ဆိုရင် အဲဒီ ကုန်းစွမ်းရည်တွေ ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။

တချို့ကုန်းစွမ်းရည်ကို သာမန်လူ ရှိနိုင်စရာရှိပါတယ်။ ဥပမာဆိုရင် ထျန်းမု (天目 တတိယမျက်စိ) ပွင့်ခြင်း၊ ထျန်းနားရွက်ပွင့်ခြင်း(天耳通)၊ အတွေးအခေါ် ကူးခြင်း၊ ကြိုတင်ခန့်မှန်းခြင်း စတာတွေ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီကုန်းစွမ်းရည်ဟာ မတူတဲ့လူဆိုရင် မတူကြပါဘူး။ တဖြည်းဖြည်း ရိပ်စား(渐悟)တဲ့ အနေအထားမှာ အကုန်ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ တချို့ ကုန်းစွမ်းရည်ကို သာမန်လူ ရှိနိုင်စရာ မရှိဘူး။ ဥပမာဆိုရင်၊ တိကျတဲ့ ဟင်းလင်းပြင် တမျိုးမှာ ဥစ္စာပစ္စည်းကို တခြားဥစ္စာပစ္စည်း တမျိုးအဖြစ် လှည့်ပြောင်းခြင်းကို သာမန်လူ ရှိနိုင်စရာ မရှိဘူး။ ကုန်းစွမ်းရည်ကြီးကို မွေးပြီးကာလမှာ ကျင်ထွက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖှာလွင်းကုန်းဟာ အာကာသရဲ့ မူရင်းသဘောအတိုင်း ဆင်ကဲ တိုး တက် ပြောင်းလဲ လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အာကာသမှာ ရှိတဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ဟာ ဖှာလွင်းကုန်းမှာ အကုန်ရှိတယ်။ ကုန်းကျင်သူ ကျင်တာ ဘယ်လိုလဲကိုသာ ကြည့်မယ်။ ကုန်းစွမ်းရည်တွေကို ရရှိချင်တဲ့ အတွေးအဆ မှားတယ်လို့ မမှတ်နိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ပြင်းလွန်းတဲ့ လိုက်စားခြင်းဆိုရင် ရိုးရိုး အတွေးအဆ မဟုတ်တော့ဘူး။ မကောင်းတဲ့ ရလဒ် ဖြစ်စေတော့မယ်။ နိမ်တဲ့ အဆင်အတန်းမှာ



ကုန်းနဲနဲ ရတာလဲ အသုံးသိပ်ကျတာ မဟုတ်ဘူး။ အသုံးပြုပြီး သာမန်လူရှေ့မှာ အစွမ်းကို ပြသကာ၊ သာမန်လူအတွင်း အားကောင်းသူ ဖြစ်ချင်တာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုဆိုယင် ရှင်းရှင်. မမြင်ဘူး၊ ကုန်းစွမ်းရည်ကို မပေးတာ မှန်တယ်လို့ဘဲ ပြဆိုပါတယ်။ တချို့ကုန်းစွမ်းရည်ကို ရှင်းရှင်. မကောင်းတဲ့လူကို ပေးတယ် ဆိုယင် ဆိုးသွမ်းမှု လုပ်ဘို့အတွက် အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့ ရှင်းရှင်. မခိုင်မြဲဘူး ဆိုယင် သူဆိုးသွမ်းမှု မလုပ်ဘူးလို့. အာမ မခံနိုင်လို့. ကြောင်ဖြစ်ပါတယ်။

တဖက်မှာဆိုယင် ယူပြီးတော့ ပြနိုင်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် မှန်သမျှ အားလုံး လူသား လူမှုရေး ပြောင်းလဲဘို့အတွက် အသုံးမပြုနိုင်ဘူး။ ပုံမှန် လူမှု နေထိုင်မှုဘဝကို ပြောင်းလဲနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဧယကရိုက်ခတ်မှုနဲ့ အန္တရာယ် ကြီးလွန်းလို့. တကယ်မြင်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ကို ယူလာပြီး ပြဘို့. ခွင်မပြဘူး။ တိုက်ကြီးတခု လဲအောင် သယ်ဆောင်တာကို တင်ဆက်လို့. မရတာနဲ့ နည်းတူပါဘဲ။ အထူးကြီးတဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ဆိုယင် အထူးတာဝန် ထမ်းဆောင် ထားသူမှ အသုံးပြုဘို့. ခွင်ပြုတာလွဲလို့. တခြား အသုံးပြုခြင်းကို အကုန် ခွင်မပြဘူး။ ယူပြီးပြလိုလဲ မရဘူး။ အထက်က ဆရာတော်မှာ အချုပ်ခြယ် ခံရလို့ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါပေမယ်. သာမန်လူတချို့ဟာ ချိကုန်းဆရာကို အတင်း တင်ဆက် ခိုင်းတတ်တယ်။ သူ့ကို အတင်း ပြခိုင်းတယ်။ ကုန်းစွမ်းရည်ရှိသူ အားလုံးဟာ ကုန်းစွမ်းရည်ကို မပြချင်ပါဘူး။ ဒါကိုပြဘို့. ခွင်မပြလို. ပြယင် လူမှုအခြေအနေ တရပ်လုံး အပေါ် ဧယကရိုက်ခတ်တတ်လို့. ကြောင် ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ် တေ(德 စာရိတ္တ) ကြီးမြတ် သူအနေနဲ့ သူ့ရဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် ကို ပြလို. ခွင်မပြဘူး။ တချို့ ချိကုန်းဆရာ တင်ဆက်တဲ့အခါ စိတ် တော်တော် မကောင်းပါဘူး။ သူပြန် ပြီးနောက် ရှိကြီးတင် ငိုချင်လှတယ်။ သူ့ကို အတင်း မပြခိုင်းနဲ့။ သူဟာ ဒီဥစ္စာယူ ပြီးပြတာ တော်တော် စိတ်မကောင်းပါဘူး။ သင်သူ ၁-ဦးဟာ မစုဇင်း၁-အုပ် ယူလာတယ်။ ကျွန်တော်က ဒီဥစ္စာကို ကြည့်ယင်းနဲ့ တော်တော် မနစ်မြို့ပါဘူး။ အပြည်ပြည် ဆိုင်ရာ ချိကုန်းအစည်းအဝေးကို ကျင်းပမယ်။ ကုန်းစွမ်းရည်ရှိသူက ကုန်း စွမ်းရည်နဲ့ ယှဉ်ပြိုင်မှုမှာ ပါဝင်လို့ရပါတယ်။ ဘယ်သူက ကုန်းစွမ်းရည် အားကောင်းယင် ဘယ်သူက သွားပါလို့ ရေးသားတယ်။ ကျွန်တော် ဖတ်ပြီးနောက်၊ ကျွန်တော်ဟာ ရက်ပေါင်း များစွာကြာ ဒီစိတ် မကောင်းခဲ့ပါဘူး။ ဒီဥစ္စာ ကို ယူပြီး ယှဉ်ပြိုင်မှု ပြုလို မရဘူး။ ယူပြီးပြယင် နောင်တ ရလိမ်မယ်။ သာမန်လူလေ၊ သူက လောကမှာ လက်တွေ့ဥစ္စာကိုသာ ရရစိုက်တယ်။ ဒါပေမယ်. ချိကုန်းဆရာအနေနဲ့ ကိုယ်ကိုယ်ကို စောင်စည်းရပါတယ်။

ကုန်းစွမ်းရည် လိုချင်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ဘာလဲ။ ဒါဟာ ကုန်းကျင်. သူ့ရဲ့ အတွေးအခေါ် အနေအထားနဲ့ လိုက်စားစရာကို ပြဆိုထားပါတယ်။ အတွေးအဆမှာ လိုချင်တာ မသန်ဘူး၊ မခိုင်ခံ့ဘူး ဆိုယင် မြင်တဲ့ ကုန်းစွမ်း ရည် ရနိုင်စရာ မရှိဘူး။ ဒီမှာ အကြောင်းရင်းတရပ် ရှိပါတယ်။ ခင်ဗျား အသိဉာဏ် မပွင့်.သေးခင်က ခင်ဗျားမြင်တဲ့ အကြောင်း ကောင်းတာ ဆိုးတာဟာ ရှိကျန်းဖှာ ( 世 間 法 လောကတရား)ရဲ့ အမှားအမှန်စံချိန် အတိုင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက အကြောင်းရဲ့ ဖြစ်ရပ်အစစ်ကို မမြင်နိုင်ဘူး။ အကြောင်းရဲ့ ကျိုးကြောင်းဆက်ဆံမှုကို မမြင်နိုင်ဘူး။ လူလူချင်းအကြား ရိုက်တာ ဆဲတာ စော်ကားတာဟာ အကျိုးအကြောင်း မလွဲမသွေ ရှိထားပါတယ်။ ခင်ဗျားက ရှင်းလင်းအောင် မမြင်နိုင်လို့. စေတနာ ဝေသနာသာ ဖြစ်တတ်မယ်။ သာမန်လူအကြား ချစ်ခင်ခြင်း ရွံ့မုန်းခြင်း မှားတာ မှန်တာတွေကို လောကတရားနဲ့ စီမန်.ခန့်.ခွဲမှာဘဲ။ ကုန်းကျင်.သူက ဝင်မစွက်နဲ့။ အကြောင်းရင်းဟာ ခင်ဗျား အသိဉာဏ် မပွင့်.သေးခင်မှာ ခင်ဗျား ရှေ့မှာ မြင်တဲ့ အကြောင်းရဲ့ ဖြစ်ရပ်အစစ်ဟာ ခင်ဗျားမြင်ထားသလို ဖြစ်တယ်လို့. အမှန်မရှိ။ ဘယ်သူက ဘယ်သူ့ကို လက်သီး တချက် ရိုက်ယင် သူတို့. ‘ဝဋ်’ (业) ရှင်းနေတာ ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်။ ခင်ဗျား သွားဝင်စွက်ယင် သူတို့. ‘ဝဋ်’ရှင်းဘို့. အတားအဆီး ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ‘ဝဋ်’ဟာ လူကိုယ်ခန္ဓာ တဝိုက်မှာ မဲမဲ မက်မက် ဥစ္စာ ၁-မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ အရာ ဝတ္ထု တည်ရှိခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီဥစ္စာကို ရောဂါနဲ့ ဒုက္ခအဖြစ် လှည့်.ပြောင်း နိုင်ပါတယ်။

ကုန်းစွမ်းရည် လူတိုင်းရှိတယ်။ အကြောင်းက အဆက်မပြတ် ကျင်.တာနဲ့. တူးဖော် အားဖြည့်.ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းကျင်.သူအနေနဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ကို ရဘို့.သာ လိုက်စားယင် အမြင်တိုတာ အတွေးအဆ မသန်.တာ ဖြစ်တယ်။ သူက ကုန်းစွမ်းရည်ကို လိုတာ ဘာလုပ်ဘို့.အတွက် ဖြစ်ဖြစ် ဒါအနက် အကုန် ကိုယ်ကျိုး.င်.စိတ် ပါဝင်ထားလို့. ရလဒ်ဟာ ကုန်းစွမ်းရည် မရရှိနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

(၃)ကုန်းအားရဲ့ကိုင်တွယ်ခြင်း။

တချို့လူက ကုန်းကျင်.တဲ့အချိန် မကြာဘဲနဲ့ လူကို ရောဂါ ကုပေးချင် ပါတယ်။ အစွမ်း ထက်မထက်ကို ကြည့်.ချင်တယ်။ ကုန်းအား မမြင်.တဲ့သူ ဆိုယင် ခင်ဗျား လက်ဆန်.ပြီး စမ်းလိုက်ယင် ရောဂါသည် ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်း များပြားတဲ့ နက်မဲ.တဲ.ချို၊ ရောဂါချို၊ နောက်ကျိတဲ့ချိုကို ကိုယ်.ကိုယ်ခန္ဓာ အပေါ် စုတ်လာတော့.မယ်။ အကြောင်းရင်းကတော့. ခင်ဗျားက ရောဂါ ကာကွယ် နိုင်စွမ်း မရှိဘူး။ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ကာကွယ်တဲ့ အဖုံးလဲ မရှိဘူး။ ရောဂါသည်နဲ့ အခွင် ၁-ခွင်တည်း ဖြစ်သွားမယ်။ ကုန်းအား မမြင်.ဘူး ဆိုယင် မကာကွယ်

နိုင်ဘူး။ မိမိမှာလဲ အခံခက်တယ်လို့. ခံစားလိမ့်မယ်။ ခင်ဗျားကို စောင်.ရှောက်တဲ့လူ မရှိဘူးဆိုယင် အချိန်ကြာယင် တကိုယ်လုံး ရောဂါချီးဘဲ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ကုန်းအား မမြင်တဲ့လူဆိုယင် သူများကို ရောဂါ ကုလို့. မရဘူး။ ခင်ဗျား ကုန်းစွမ်းရည် ထွက်လာပြီး ကုန်းအား အသင်.အတင်.လဲ ရှိပြီး မှသာ ချိကုန်းနဲ့ ရောဂါ ကုလို့. ရပါတယ်။ တချို့လူက ကုန်းစွမ်းရည်ထွက်ပြီး ရောဂါကိုကုနိုင်ပြီ ဖြစ်ပေမယ်. အဆင်.အတန်း တော်တော်နိမ်.တဲ့အခါမှာ၊ စင်စစ်အားဖြင့်. စုဆောင်းသိုမှီထားတဲ့ ကုန်းအားနဲ့ ရောဂါ ကုတာ ကိုယ်.ရဲ့ စွမ်းအင်နဲ့ ရောဂါ ကုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့. ကုန်းဟာ စွမ်းအင်ဘဲ ဖြစ်တယ်။ ဥာဏ်ရှိကိုယ်ဘဲ ဖြစ်တယ်။ မလွယ်တကူနဲ့ စုဆောင်းသိုမှီတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီကုန်းကို လွတ်သွားယင် ကိုယ်.ကိုယ်ကို ဆုံးပါး စေတာဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား အပြင်ကို ကုန်းလွတ်တာနဲ့အမျှ ဦးထိပ်ပေါ် မှာ ကုန်းတိုင်ရဲ့ အမြင်.လဲ အတိုကျဲ့.နေတယ်. ဆုံးပါးနေတယ်။ ဒါဟာ တော် တော် မတန်ဘူး။ ဒါကြောင့်. ကုန်းအား မမြင်တဲ့အခါ လူကို ရောဂါ သွားကုဘို့. ကျွန်တော် မတိုက်တွန်း လိုဘူး။ ခင်ဗျားရဲ့နည်းလမ်း ဘယ်လိုဘဲ မြင်.မြင်. ကိုယ်.ရဲ့စွမ်းအင်ကို ဆုံးပါးစေရုံသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကုန်းအား အဆင်.အတန်း အသင်.အတင်. ရောက်တဲ့အခါ ကုန်းစွမ်းရည် အမျိုးမျိုး ထွက်ပေါ် တတ်တယ်။ အဲဒီကုန်းစွမ်းရည်ကို ဘယ်လို သုံး စွဲသလဲ ဆိုတာကိုလဲ တော်တော် ချင်.ချင်.ချိန်ချိန် လုပ်ရပါတယ်။ ဥပမာ ဆိုယင် ထျန်းမု (天目)ပွင့်.တဲ.အခါ မကြည့်.ဘူးဆိုယင်လဲ မရဘူး။ အမြဲ မသုံးစွဲဘူးဆိုယင် ပိတ်တတ်တယ်။ ကြည့်.ယင်လဲ ခဏခဏ ကြည့်.လို့. မရဘူး။ ကြည့်.တာ များလွန်းယင် စွမ်းအင် ယိုထွက်တာလဲ များတယ်။ ဒါဆို ခင်ဗျားတို့. ထာဝစဉ် မသုံးစွဲနဲ့လို့. ဆိုနေသလား။ မဟုတ်တာပေါ့။ ထာဝစဉ် မသုံးစွဲယင် ဘာဖြစ်လို့. ကျင်.သလဲ။ အကြောင်းကတော့. ဘယ်အချိန် မှာ သုံးစွဲတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်.အတန်း အသင်.အတင်.အထိ ကျင်.ပြီး ကိုယ်.ကိုယ်ကို ဖြည့်.ပေးနိုင်စွမ်း ရှိမှသာ သုံးစွဲလို့.ရပါတယ်။ ဖှာလွင်းကုန်း အဆင်.အတန်း အသင်.အတင်. ကျင်.လာတဲ့အခါ၊ ကုန်းဘယ်လောက် လွတ်သွားယင်၊ ဖှာလွင်းက ကိုယ်.ဖာသာ လှည့်.ပြောင်း ဖြည့်.စွက် နိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်.ဖာသာ ကုန်းကျင်.သူရဲ့ ကုန်းအား အဆင်.အတန်းကို ထိန်း သိမ်းနိုင်ပါတယ်။ တခဏမှ လျော့.နံ့မှာတောင် မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့ ထူးခြားချက် ဝိသေသ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအခါကျမှ ကုန်းစွမ်းရည်ကို သုံးစွဲလို့. ရပါတယ်။

၄။ထျန်းမု(天目 တတိယမျက်စိ)

(၁)ထျန်းမုပွင်ခြင်း

ထျန်းမုရဲ့ အဓိက ပေါက်လမ်းဟာ နဖူးအလယ်ပိုင်းကနေ ရှမ်းကင်း( 山根 မျက်စိ၂-ဖက်ကြား အလယ် )နေရာမှာ ရှိပါတယ်။ သာမန်လူက အသားမျက်စိနဲ့ ပစ္စည်းကိုကြည့်ယင် ကင်မရာ တခုရဲ့ မူရင်းသဘောနဲ့ အလားတူ၊ အကွာအဝေး ဝေးတာ နီးတာနဲ့ အလင်း ရောင်ခြည် အားပြင်း အားနည်းတာ အလိုက်၊ ဖန်လုံးယောင် နို့မဟုတ် မျက်စိသူငယ်အိမ်ရဲ့ ကြီးတာငယ်တာကို ပြန်ညှိတာနဲ့၊ ရုပ်ပုံကို နာဗ်ကြော ဆဲလ်ကတဆင် ဦးနှောက်ရဲ့ နောက်ဝက်ပိုင်းရှိ ပီနီယယ်ကိုယ်မှာ ရုပ်ပုံ ပြစေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည်ရဲ့ အပြင်ကနေ အတွင်းကို ကြည့်ခြင်း(透視)ဟာ ထျန်းမု ကတဆင် ပီနီယယ်ကိုယ်ကို တိုက်ရိုက် အပြင်ကို ကြည့်စေတာဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်လူရဲ့ ထျန်းမု မပေါက်ဘူး။ အဓိက ပေါက်လမ်း နေရာမှာ စပ်ကြောင်း တော်တော်ကျဉ်းတယ်၊ တော်တော် မှောင်မဲတယ်။ အထဲမှာ ဉာဏ်ချို(灵气)မရှိဘူး။ အလင်းရောင် မထွက်ဘူး။ တချို့လူက ပိတ်ဆို့ ထားတာ ဖြစ်လို့ မမြင်နိုင်ဘူး။

ကျွန်တော်တို့ ထျန်းမုကို ဖွင့်တာဟာ၊ ၁- အပြင်အားနဲ့ နို့မဟုတ် ကိုယ်ဟာကိုယ် ကျင်တာနဲ့ ပေါက်လမ်းကို ဖွင့်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူတိုင်း ပေါက်လမ်းရဲ့ ပုံသဏ္ဍာန် မတူဘူး။ စက်ဝိုင်းရှည်ပုံ၊ စက်ဝိုင်းပုံ၊ မှန်ကူကွက်ပုံ၊ သုံးထောင်ပုံ ရှိပါတယ်။ လေကျင်တာ ကောင်းလေလေ ဝိုင်းလေလေ ကျင်နိုင်တယ်။ ၂- ဆရာတော်က ခင်ဗျားကို မျက်စိ ၁-ခုကို ပေးတာဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်ဟာကိုယ် ကျင်ယင် ကိုယ်ဟာကိုယ် ကျင်ရမှာဘဲ။ ၃- ထျန်းမု နေရာမှာ အနှစ်သာရချို (精华之气) ရှိရပါတယ်။

သာမန်အားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ပစ္စည်းကိုကြည့်ယင် မျက်စိ၂-ဖက် နဲ့ ကြည့်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီမျက်စိ၂-ဖက်ဘဲ ကျွန်တော်တို့ တခြား ဟင်းလင်းပြင်ကို ပေါက်တဲ့ ပေါက်လမ်းကို ကန်ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ တွေဟာ အကာအရံ အခန်းမှာ ပါဝင်ပြီး ကျွန်တော်တို့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဒီဟင်းလင်းပြင်မှာ ပစ္စည်းတွေကိုသာ မြင်နိုင်စေတယ်။ ထျန်းမု ပွင်တာဟာ အဲဒီမျက်စိ၂-ဖက်ကို ရှောင်ပြီး ကြည့်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တော်တော်မြင်တဲ့ အဆင်အတန်းမှာ ရောက်ပြီးနောက် မျက်စိအစစ်(真眼)ကို လဲ ကျင်ထွက် လာနိုင်တယ်။ ထျန်းမုရဲ့ မျက်စိအစစ်နဲ့ ကြည့် နို့မဟုတ် ရှမ်းကင်း(山根 )နေရာမှာ မျက်စိအစစ်နဲ့ ကြည့်နိုင်တော့မယ်။ ဗုဒ္ဓပိုင်း မှာ အဆိုအရ ချွေးပေါက်တိုင်းဟာ မျက်စိ ဖြစ်ပါတယ်။ တကိုယ်လုံးမှာ မျက်စိ ဖြစ်ပါတယ်။ တာအိုပိုင်းက အဆိုအရ အပ်စိုက်ကွက်(穴位)တိုင်း မျက်စိ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်

အဓိက ပေါက်လမ်းဟာ ထျန်းမု နေရာမှာ ရှိပြီး၊ ဒါက အရင် ပွင်.ရတယ်။ သင်တန်းမှာ ကျွန်တော်က လူတိုင်း အတွက် ထျန်းမု ဖွင်.တဲ့ ဥစ္စာကို ထည်.ထား လိုက်ပါတယ်။ လူတိုင်း ကိုယ်ခန္ဓာ အရည်အသွေး မတူလို. ထွက်ပေါ်လာတဲ့ အစွမ်း ရလဒ်လဲ မတူဘူး။ တချို့လူက နက်တဲ့ ရေတွင်းလို မှောင်မဲတဲ့ လိုက်ရုံ တခုကို မြင်တွေ့တယ်။ ဒါဟာ ထျန်းမုရဲ့ ပေါက်လမ်းက မှောင်မဲနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့လူ မြင်တာက အဖြူရောင် ပေါက်လမ်း ဖြစ်ပါတယ်။ ရှေ့မှာ ပစ္စည်း ရှိ တယ်လို. မြင်နိုင်ယင် ပွင်.တော့မယ်လို. ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့လူက ပစ္စည်း လည်နေတယ်လို. မြင်တယ်။ ဒါဟာ ဆရာတော်က ထည်.ထားတဲ့ ထျန်းမု ဖွင်.ဘို့. ပစ္စည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ထျန်းမုကို ပေါက်အောင် ဖောက်ပြီးနောက် မြင်နိုင်တော့မယ်။ တချို့လူရဲ့ ထျန်းမုဟာ မျက်စိကြီး ၁-ခုကို မြင်နိုင်တယ်။ ဗုဒ္ဓမျက်စိလို. မှတ်ယူထားပါတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့်. သူ့ကိုယ်.မျက်စိ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သာမန်အားဖြင့်. မွေး ရာပါ ဇာစ်မြစ်(根基) အသင်.အတင်. ကောင်းတဲ့လူ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့.ရဲ့စာရင်းအရ သင်တန်း ပြုတိုင်း ထျန်းမု ပွင်.သူဟာ ၁-၀က်ကျော် ရှိပါတယ်။ ထျန်းမု ဖွင်.ပြီးနောက် ပြဿနာ တခုကို ဆက်စပ်ပါတယ်။ ရှင်းရှင်. မမြင်.တဲ့လူ ဒါကို အသုံးပြု ပြီး ဆိုးသွမ်းမှု လုပ်တတ်လို. ဒီပြဿနာ ကြိုတင်ကာကွယ်ဘို့.အတွက် ကျွန်တော်က ခင်ဗျားရဲ့ ထျန်းမုကို ဉာဏ်တော်မျက်စိ (慧眼) ပွင်.တဲ့ အဆင်.အတန်းမှာ တိုက်ရိုက်ဖွင်.ပေး လိုက်ပါတယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုယင် အဆင်.မြင်.မှာ ဖွင်.ပေးပြီး ခင်ဗျားကို တခြားဟင်းလင်း ပြင်မှာ ဖြစ်ရပ်တွေကို တိုက်ရိုက် မြင်စေတယ်။ ခင်ဗျားကို ကုန်းကျင်.စဉ် မှာ ပေါ်ထွက်လာတဲ့ ဥစ္စာတွေကို မြင်စေတယ်။ ခင်ဗျား ဒါကိုယုံကြည် စေတယ်။ ခင်ဗျား ကုန်းကျင်.တဲ့ ယုံကြည်စိတ် တိုးမြင်.စေနိုင်တယ်။ ကုန်း စကျင်.တဲ့လူဆိုယင် ရှင်းရှင်.က သာမန်လူကို ကျော်လွန်တဲ့ အမြင်.ကို မရောက်နိုင်သေးဘူး။ တနေ့နေ. သာမန်လူကို ကျော်လွန်တဲ့ ဥစ္စာ ရှိယင် မကောင်း တဲ့ အကြောင်းတွေကို သွားလုပ်တတ်တယ်။ ဥပမာ ရယ်စရာ တခုနဲ့ ပြောမယ်ဆိုယင်၊ ခင်ဗျား လမ်းပေါ်မှာ လမ်းလျှောက် နေတဲ့အခါ ဟိုကံစမ်းမဲ နှိုက်နေတာကို တွေ့ယင် ဟိုပထမဆုတွေကို ခင်ဗျား အကုန်နှိုက်သွားမှာ ဖြစ်နိုင်မယ်။ ဒီအဓိပ္ပါယ်ကိုဘဲ ပြောနေတာ။ ဒီလိုလုပ်ဘို့. ခွင့်.မပြုဘူး။ နောက် အကြောင်းရင်း တခုကတော့. ကျွန်တော်တို့.မှာလဲ ထျန်းမုကို အကြီးအကျယ် ဖွင်.တာ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ တကယ်တမ်း အားလုံးကို အဆင်.နိမ်.မှာ ဖွင်.ထားယင်၊ ခင်ဗျားတို့. စဉ်းစားကြည့်.၊ လူတိုင်း လူကိုယ်ခန္ဓာ အပြင်ကနေ အတွင်းကို မြင်နိုင်ယင်၊ နံရံအပြင်ကနေ အတွင်းဥစ္စာကို မြင်နိုင်တယ် ဆိုယင်၊ ကျွန်တော့.က ဒါဟာ

လူသားလောကလားလို့ ပြောမယ်။ သာမန်လူရဲ့ လူ့ဘဝ အနေအထားကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် အနှောက်အယှက် ပြုလိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် ခွင်မပြုပါဘူး။ ဒီလိုလုပ်လို့လဲ မရဘူး။ ဒါ့အပြင် ကုန်းကျင်သူအပေါ်လဲ ကောင်းကျိုး မရှိဘူး။ ကုန်းကျင်သူရဲ့ စွဲကိုင် စိတ် တိုးစေမယ်။ ဒါကြောင့် ခင်ဗျားအတွက် အဆင်နိမ်မှာ ဖွင့်မပေးဘဲ အဆင်မြင်မှာ တိုက်ရိုက် ဖွင့်ပေးလိုက်ပါတယ်။

(၂) ထျန်းမုရဲ့အဆင်အတန်း။

ထျန်းမုဟာ အဆင်းအတန်း မျိုးစုံရှိပါတယ်။ အဆင်အတန်း မတူယင်၊ မြင်တဲ့ ဟင်းလင်းပြင်လဲ မတူဘူး။ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အဆို အရ ‘၅ပေါက်’(五通) ရှိပါတယ်။ ဒါတွေဟာ ရှိယဲန်ထွန်း၊ ထျန်းယဲန်ထွန်း၊ ဟွေယဲန်ထွန်း၊ ဖှာယဲန်ထွန်း၊ ဖိုယဲန်ထွန်း (肉眼通，天眼通，慧眼通，法眼通，佛眼通 အသားမျက်စိ ပေါက်ခြင်း၊ ထျန်းမျက်စိ ပေါက်ခြင်း၊ ညာဏ်မျက်စိ ပေါက်ခြင်း၊ တရားမျက်စိ ပေါက်ခြင်း၊ ဗုဒ္ဓမျက်စိ ပေါက်ခြင်း)တို့ ဖြစ်ကြပါတယ်။ အဆင်တိုင်းမှာ အထက် အလယ် အောက်တန်း ခွဲခြားချက် ရှိသေးတယ်။ ထျန်းမျက်စိ ပေါက်ခြင်း အောက် အဆင်အတန်းမှာ ကျွန်တော်တို့ ဒီရုပ်ဝတ္ထု ကမ္ဘာကိုသာ မြင်နိုင်တယ်။ ညာဏ်မျက်စိ ပေါက်ခြင်း အထက် အဆင်အတန်းမှာမှသာ တခြားဟင်းလင်း ပြင်ကို မြင်နိုင်တယ်။ တချို့လူက အပြင်ကနေ အတွင်းကို မြင်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် ရှိပါတယ်။ မြင်တာလဲ တော်တော် မှန်ကန်တယ်။ ‘စီထိ’စေ့စပ် ကြည့်တာထက်တောင် ရှင်းလင်းတယ်။ ဒါပေမယ့် သူမြင်တာက ကျွန်တော် တို့ ဒီရုပ်ဝတ္ထု ကမ္ဘာ ဖြစ်သေးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ တည်ရှိတဲ့ ဟင်းလင်းပြင်ကို မကျော်လွန် သေးဘူး။ ထျန်းမုရဲ့ အဆင်မြင်အဖြစ် မမှတ် နိုင်သေးဘူး။

လူတယောက်ရဲ့ ထျန်းမု အဆင်အတန်း ဘယ်လောက် မြင်တာကို အဲဒီလူရဲ့ အနှစ်သာရချို များတာ နဲ့တာနဲ့ အဓိကပေါက်လမ်း ရဲ့ ကျယ်တာ ကျဉ်းတာ၊ အလင်းဒီရီနဲ့ ပေါက်လမ်းရဲ့ ပိတ်ဆို့မှု ဒီရီတို့နဲ့ အဆုံးအဖြတ် ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထျန်းမု ဖေါက်တာ ပေါက်မပေါက်ဆိုတာ၊ အတွင်းက အနှစ်သာရချိုဟာ သော့ချက် အကြောင်း ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ အသက်၆-နှစ်အောက် အရွယ် ကလေးငယ် ဆိုယင် ထျန်းမု ဖွင့်ဘို့ တော်တော် လွယ်ကူပါတယ်။ ကျွန်တော်က လက်နဲ့လုပ်ဘို့ တောင် မလိုဘူး။ ကျွန်တော်ပြောလိုက်တာနဲ့ သူကပွင့်လာပါတယ်။ ကလေးငယ် မွေးရာပါ ရုပ်ဝတ္ထုကမ္ဘာရဲ့ မကောင်းတဲ့ ဩဇာညောင်းမှု ခံတာ တော်တော် နဲ့လို့ မိမိကိုယ်လဲ ဆိုးသွမ်းမှုတွေ မလုပ်ခဲ့ဖူးလို့ ဟို အနှစ်သာရချိုမျိုး ထိန်းသိမ်းတာ တော်တော် ကောင်းတယ်။ ၆-နှစ်ကျော်တဲ့ ကလေးဆိုယင်၊ ထျန်းမု ဖွင့်တာ တဖြည်းဖြည်း ခက်လာပါတယ်။

အကြောင်းရင်းတော့. အသက်ကြီးလာ တာနဲ့အမျှ၊ အပြင်က ဩဇာညောင်းမှု ခံတာ တိုးလာတဲ့ အတွက်ကြောင့်. ဖြစ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့်. မကောင်းတဲ့. မွေးပြီးကာလ ဆုံးမမှု၊ အလိုလိုက်လွန်းပြီး ဆိုးသွမ်းအောင် ပြောင်းလဲသွားတာတွေ အကုန် သူ့ရဲ့ အနှစ်သာရချို လွင်ပျံ ပျောက်ဆုံး စေတတ်တယ်။ အခြေအနေ အသင်အတင် ရောက်တဲ့အခါ၊ ကုန်အောင် လွင်ပျံ သွားမှာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ အနှစ်သာရချို ကုန်အောင် လွင်ပျံသွားပြီး ဖြစ်သူဆိုယင် မွေးပြီး ကာလမှာ ကုန်းကျင်.တာနဲ့. တဖြည်းဖြည်း ဖြည့်.စွက်လို. ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့်. အချိန် တော်တော် ကုန်ရမယ်။ အပင်ပန်း တော်တော်များများ ခံရမယ်။ ဒါကြောင့်. အနှစ်သာရချိုဟာ အထူး တန်ဖိုး ရှိတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

လူရဲ့ ထျန်းမုကို ထျန်းမျက်စိပေါက် (天眼通)တဲ့ အဆင်. အတန်းမှာ ဖွင့်.ပေး ထားတာကို ကျွန်တော်က မတိုက်တွန်း လိုပါဘူး။ အကြောင်းရင်းကတော့. ကုန်းကျင်.သူ ကုန်းအား မကြီးတဲ့အခါမှာ၊ ကုန်းကျင်.ရာမှာ စုဆောင်း သို့လှောင်ထားတဲ့ စွမ်းအင်ဟာ အပြင်ကနေ အတွင်းကိုကြည့်.ရာမှာ စိုက်ထုတ်တဲ့ စွမ်းအင်လို မများသေးပါဘူး။ ဥာဏ်ချို လွင်ပျံဆုံးရှုံးတာ များယင်၊ ထျန်းမု ပြန်လည် ပိတ်ချင် ပိတ်မယ်။ တနေ.နေ. ပိတ်ပြီးနောက် ပြန် ပွင့်.တာတော့. မလွယ် တော့.ပါဘူး။ ဒါကြောင့်. သာမန်အားဖြင့်. ကျွန်တော်က လူအတွက် ထျန်းမု ဖွင့်.ပေးတာဟာ ဥာဏ်မျက်စိပေါက်တဲ့ အဆင်.အတန်းမှာ ဖွင့်.ပါတယ်။ မြင်တာ ရှင်းလင်းတာဖြစ်ဖြစ် မရှင်းလင်း တာဖြစ်ဖြစ်၊ ကျင်.သူကို တခြားဟင်းလင်းပြင်မှ ဥစ္စာကို မြင်စေနိုင်တယ်။ မွေးရာပါ အခြေအနေကြောင့်. တချို့လူကမြင်တာ တော်တော် ရှင်းလင်းတယ်၊ တချို့လူ မြင်တဲ့ဥစ္စာ မြှုပ်လိုက် ပေါ်လိုက် ရှိပါတယ်၊ တချို့လူက ရှင်းလင်းအောင် မမြင်နိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့်. အနိမ်.ဆုံး ခင်ဗျား အလင်း မြင်စေနိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုဆိုယင် ကုန်းကျင်.သူ အဆင်.မြင်.ကို တိုးတက်ဘို့. အတွက် ကောင်းကျိုး ရှိပါတယ်။ ရှင်းလင်းအောင် မမြင်နိုင်ဘူးဆိုယင် ကုန်းကျင်.တာကတဆင်. မွေးပြီးကာလမှာ ဖြည့်.စွက်လို. ရပါတယ်။

အနှစ်သာရချို မဖူလုံသူဆိုယင်၊ ထျန်းမု မြင်တဲ့ ဖြစ်ရပ်ဟာ အဖြူအမည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အနှစ်သာရချို အသင်အတင်. များတဲ့.လူဆိုယင် ထျန်းမု မြင်တဲ့.ဖြစ်ရပ်ဟာ ရောင်စုံ ဖြစ်ပါတယ်။ မြင်တဲ့.ဖြစ်ရပ်လဲ ပိုမို ရှင်းလင်းပြတ်သားတယ်။ အနှစ်သာရချို များလေလေ၊ ရှင်းလင်းမှု ဒီကရီ ကောင်းလေလေ။ ဒါပေမယ့်. လူတိုင်း မတူဘူး။ တချို့လူက ထျန်းမု မွေးရာပါ ပွင့်.ထားတာဖြစ်ပြီး၊ တချို့လူကတော့. ပိတ်ဆို.တာ လုံ တယ်။ ထျန်းမု ပွင့်.စဉ် ဖြစ်ရပ်ဟာ ပန်းပွင့်.တာနဲ့. နဲနဲတူတယ်။ တထပ်ပြီး တထပ် ပွင့်.တာဖြစ်ပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်တဲ့အခါ၊ အစမှာ ထျန်းမုမှာ အလင်းတစုကို

တွေ့မြင်တယ်။ စတင်တဲ့အခါ အလင်း သလောက် မလင်းပါဘူး။ နောင်မှာ အနီရောင် ပြောင်းသွားမယ်။ တချို့လူရဲ့ ထျန်းမု ပိတ်ဆိုတာ တော်တော်လုံတယ်။ ပွင့်တဲ့အခါ တုံ့ပြန် မှု တော်တော် ပြင်းထန်တတ်မယ်။ အဓိကပေါက်လမ်းနဲ့ ရှမ်းကင်း(山根) နေရာမှာ ကြွက်သား ကျပ်လာတယ်လို့ ခံစားမယ်။ ဟိုမှာ အသားတွေ စုပြီး အတွင်းကို လျှိုးဝင်နေသလိုဘဲ။ ထိုက်ယမ်ရွဲ့(太阳穴 အပိုက်ကွက်) နဲ့ နဖူးမှာ ပြည့်တင်းတင်း၊ နာနေတယ်။ ဒါတွေ အားလုံး ထျန်းမု ပွင့်တဲ့ တုံ့ပြန်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ထျန်းမု ပွင့်ဘို့လွယ်တဲ့လူ ဆိုယင် တခါတယာမှာ တချို့ဥစ္စာကို မြင်ချင်မြင်မယ်။ သင်တန်းမှာ တချို့ လူဟာ မထင်မှတ်ဘဲ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာ(法身)ကို မြင်ခဲ့တယ်။ သူ အထူးတလည် ကြည့်တဲ့အခါ ပြန်မရှိတော့ဘူး။ စင်စစ်တော့ မျက်စိနဲ့ ကြည့်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ မျက်စိပိတ်စဉ်မှာ ဘာကိုမြင်ယင်၊ အဲဒီအနေအထားကို တလျှောက်လုံး ထိန်းထားပြီး တဖြည်းဖြည်းနဲ့ နဲ့ နဲ့ ရှင်းလင်းအောင် မြင် နိုင်တော့မယ်။ သေသေချာချာ ကြည့်ချင်ယင်၊ စင်စစ်တော့ မျက်စိကို အသုံးပြုတာ၊ အမြင်နာဗ်ကြော လမ်းကို သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါနဲ့ မမြင်နိုင် တော့ဘူး။

ထျန်းမု အဆင်အတန်း မတူယင် မြင်တဲ့ ဟင်းလင်းပြင်လဲ မတူ ဘူး။ တချို့ သိပုံပညာဌာနက အဲဒီ သဘောတရားကို နားမလည်လို့ တချို့ ချိကုန်းစမ်းသပ်မှု ကြိုတင် ခန့်မှန်းထားတဲ့ ရလဒ်ကို မရရှိ စေနိုင်ခဲ့ဘူး။ ဒီထက်မက ပြောင်းပြန်ဖြစ်တဲ့ ရလဒ် ရရှိ စေတတ်တယ်။ ဥပမာနဲ့ပြောယင်၊ ဌာနတခုမှာ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည်ကို တိုင်းထွာ စမ်းသပ်တဲ့ နည်းလမ်း တမျိုးကို ပုံစံထုတ်လိုက်တယ်။ ချိကုန်းဆရာကို အလုံပိတ်ထားတဲ့ မူးထဲမှာ ဘာပစ္စည်း ရှိသလဲလို့ ကြည့်ခိုင်းတယ်။ ချိကုန်းဆရာရဲ့ ထျန်းမု အဆင်အတန်း မတူလို့ ဖြေကြားတဲ့ ရလဒ်လဲ တယောက်နဲ့ တယောက် မတူဘူး။ ဒါအတွက်ကြောင့် တိုင်းထွာစမ်းစပ်သူက ထျန်းမုဆိုတာ အတု ဖြစ်တယ်။ လူကိုလိမ်ညာတာ ဖြစ်တယ်လို့ မှတ်ယူ လိုက်ပါတယ်။ ဒီလိုတိုင်းထွာစမ်းသပ်ရာမှာ သာမန်အားဖြင့် ထျန်းမု အဆင်အတန်း နိမ့်တဲ့လူ အပြင်ကနေ အတွင်းကိုကြည့်တာ ရလဒ် ကောင်းတယ်။ အကြောင်းရင်းဟာ သူ့ရဲ့ ထျန်းမုဟာ ထျန်းမျက်စိ ပေါက်တဲ့ အဆင်အတန်းမှာ ပွင့်ထားလို့ ရုပ်ဝတ္ထု ဟင်းလင်းပြင်မှာ အကြောင်း အရာကို ကြည့်ရှု အကဲခတ်ဘို့သာ သင်လျော်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ထျန်းမုအကြောင်း နားမလည်သူက သူ့ရဲ့ကုန်းစွမ်းရည် အမြင်ဆုံး ဖြစ်တယ်လို့ မှတ်ယူပါတယ်။ ဘာပစ္စည်းမဆို၊ ဩဂဲနစ်ပစ္စည်း ဖြစ်ဖြစ်၊ အင်ဩဂဲနစ်ပစ္စည်း ဖြစ်ဖြစ်၊ မတူတဲ့ ဟင်းလင်းပြင်မှာ မတူတဲ့ ပုံသဏ္ဍာန် ပေါ်လွင်မယ်။ ဥပမာ ခွက်တခွက်ဆိုယင်၊ ဒါကို ထုတ်လုပ်တဲ့အခါ တချိန်တည်းမှာ အသက်ရှိကိုယ်(灵体) တခု တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ တည်ရှိနေပြီ။



ဒီအသက်ရှိကိုယ် မတည်ရှိခင်က တခြား ဥစ္စာပစ္စည်း ဖြစ်နိုင်စရာ ရှိတယ်။ ထျန်းမု အဆင်.အတန်း အနိမ်.ဆုံး ဖြစ်သူ မြင်တာဟာ ခွက် ဖြစ်တယ်။ ဒီထက် တဆင်.မြင်.တာဟာ တခြားဟင်း လင်းပြင်မှာ ဟိုအသက်ရှိကိုယ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီထက်နဲ့နဲ့ ပိုမြင်.တာဟာ၊ ဟိုအသက်ရှိကိုယ်ရဲ့ ယခင်က ရုပ်ဝတ္ထု အသွင် ဖြစ်ပါတယ်။

(၃)အဝေးကိုမြင်(遥视)

ထျန်းမု ပွင်.ပြီးနောက်၊ တချို့လူက အဝေးကိုမြင်ခြင်း ပေါ်ထွက် တတ်တယ်။ မိုင် ၁-ထောင်ကျော် အကွာရှိ အကြောင်းတွေကို မြင်နိုင်တယ်။ လူတိုင်းက ကိုယ်. အပိုင်စီး.တဲ. ဟင်းလင်းပြင် ရှိပါတယ်။ အဲဒီဟင်းလင်း ပြင်မှာ သူဟာ အာကာသ တခုလို အရွယ်အစား ရှိပါတယ်။ သူ့ရဲ့ ဟင်းလင်းပြင် သက်သက်မှာ၊ သူ့ရဲ့ နဖူး.ရွေ့.မှာ မှန် တချပ် ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဒီဟင်းလင်းပြင်မှာ မမြင်နိုင်ဘူး။ ဒီမှန်ကို လူတိုင်း ရှိတယ်။ ကုန်း မကျင်.တဲ.လူ ဒီမှန်က အုပ်ထားတာသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကုန်းကျင်.သူဆိုယင် ဒီမှန် တဖြည်းဖြည်း လှန်လာတယ်။ လှန် ပြီးနောက် သူကြည့်.ချင်.တဲ. ဥစ္စာကို ဟပ်မိတတ်တယ်။ သူ့ရဲ့ ဟင်းလင်းပြင် သက်သက်မှာ သူက တော်တော်ကြီးတယ်၊ သူ့ရဲ့.ကိုယ်ခန္ဓာ တော်တော် ကြီးတယ်။ အဲဒီမှန်လဲ တော်တော်ကြီးတာဘဲ။ ဘာကိုကြည့်.ချင်.ယင် မှန်က ဟပ်မိနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်. ဟပ်ပြီးနောက် သူက မမြင် နိုင်သေးဘူး၊ ရုပ်ပုံက မှန်ပေါ်မှာ ခဏတဖြုတ် ရပ်ထားရသေးတယ်။ မှန်ဟာ ပြန်လှန် တတ်မယ်။ ဟပ်မိထားတဲ့ ဥစ္စာတွေကို ခင်ဗျား တချက် ကြည့်. စေပြီး၊ နောက်ထပ် ပြန်လှန်သွားမယ်။ မြန်မြန်နဲ့ နောက်ထပ် ပြန် လှန်သွားတယ်။ မရပ်စဲဘဲ လှန်တယ်။ ရုပ်ရှင် ဖလင်းမှာ ၁-စက္ကန့်. ၂၄-ပုံ ဆိုယင် တွဲဆက်ထားတဲ. အပြုအမူကို မြင်နိုင်တော့မယ်။ မှန်ရဲ့ လှန်.တဲ. အမြန်နှုန်းဟာ ဒီထက် ပိုမြန်တယ်။ ဒါကြောင့်. ကြည့်.ရတာ တွဲဆက် ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ မြင်တာ တော်တော် ရှင်းလင်းတယ်။ ဒါဟာ အဝေးကိုမြင်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဝေးကိုမြင်ခြင်းရဲ့ သဘောတရားက သလောက်ဘဲ လွယ်ကူတယ်။ ဒါတွေ အားလုံး လျှို့ဝှက်မှုတွင်းက လျှို့ဝှက်ချက်ဖြစ်တယ်။ ကျွန်တော်က စကား ၃-၄-၅-ခွန်းနဲ့ ဒါကို ပြောပြလိုက်ပါတယ်။

(၄)ဟင်းလင်းပြင်

ဟင်းလင်းပြင်ဆိုတာကို၊ အလွန်ရှုပ်ထွေးတယ်လို့. ကျွန်တော်တို့. တွေ့.မြင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. လူသားဟာ အခု လူသားတည်ရှိ နေတဲ့ ဟင်းလင်းပြင်ကိုသာ သိတယ်။ တခြား ဟင်းလင်းပြင်ကို စူးစမ်း တိုင်းထွာလို့. မရသေးဘူး။ တခြားဟင်းလင်းပြင်တွေကို

ကျွန်တော်တို့. ချီကုန်း ဆရာတွေက ဟင်းလင်းပြင် အထပ် ဆယ်ပေါင်းများစွာကို မြင်လိုက်ပြီ။ သဘောတရားအရလဲ ရှင်းပြနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သိပ္ပံပညာအရ ဟုတ်မှန်ခြင်းကို သက်သေပြုလို. မရသေးဘူး။ တချို့ဥစ္စာကို ခင်ဗျားက ဒါတွေ တည်ရှိတယ်လို့. အသိအမှတ် မပြု ပေမယ့်. ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့. ဟင်းလင်းပြင်မှာ တကယ်တန်း ဟုတ်တိပတ္တိကျကျ ဟပ်လာနေပါတယ်။ ဥပမာဆိုယင်၊ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ဘာမြူဒါ ကျွန်းစုလို့. ခေါ်တဲ့. နေရာတခု ရှိပါတယ်။ လူတွေက ဘီလူးငြိမ်လို့. ခေါ်ဝေါ် ဂြာပါတယ်။ တချို့လေ့ဟာ ဟိုနေရာ ရောက်ပြီးနောက် မရှိတော့ပါဘူး။ တချို့လေ့ယာဉ်ပျံ ဟိုနေရာ ရောက်ပြီး မရှိတော့ဘူး။ ၃-၄-နှစ်ပြီးနောက် ပြန်လည် ပေါ်လွင်လာတယ်။ ဘယ်သူကမဆို အဲဒီအကြောင်းရင်းကို မရှင်းပြ နိုင်ပါဘူး။ ဘယ်သူမှမဆို လက်ရှိ လူသား အတွေးအဆရဲ့ အယူဝါဒမှ ထွက် မသွားပါဘူး။ စင်စစ်တော့. ဒါဟာ တခြား ဟင်းလင်းပြင်ကို ပေါက်တဲ့. ပေါက်လမ်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမှာ ကျွန်တော်တို့. ဒီတံခါးလို့ ပုံမှန် တံခါး တခု ရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါမှာ အမူမဲ့. အမှတ်မဲ့. မှားယွင်းသွားတဲ့. ဟိုလို အနေအထားဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လေ့ဟာ အဲဒီ အမူမဲ့. အမှတ်မဲ့. မှားယွင်းတဲ့. တံခါး မှားယွင်းတာနဲ့. ဂြာယင် ဝင်တတ်တယ်။ လူက အဲဒီဟင်းလင်းပြင် ကွာဟချက်ကို မခံစားနိုင်ဘူး။ ခဏတဖြုတ်နဲ့. ဝင်လိုက်တယ်။ ဒါက ကျွန်တော်တို့. အချိန်ဟင်းလင်းပြင်နဲ့. ကွာခြားချက်ကို မိုင်နဲ့. ဖော်ပြ လို့. မရဘူး။ တရုတ်မိုင် ၁-သောင်း ၈-ထောင်လောက် ဝေးယင်၊ ဒီမှာ တော့. နဲ့နဲ့သာ ဖြစ်တယ်။ တခါတည်း တနေရာတည်းမှာ တည်ရှိတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လေ့က ဝင်ပြီး တခဏ လှုပ်ယမ်းပြီး အမူမဲ့. အမှတ်မဲ့. မှားယွင်းတာနဲ့. ပြန်ထွက်လာတယ်။ ဒါပေမယ့်. ဒီကမ္ဘာမှာ အနှစ် ဆယ်ပေါင်းများစွာ ကုန်သွားပြီ။ ဟင်းလင်းပြင် ၂-ခုမှာ အချိန် မတူလို့. ကြောင့်. ဖြစ်ပါတယ်။ ဟင်းလင်းပြင်တိုင်း အတွင်းမှာ သီးခြားကမ္ဘာ(单元世界)လဲ ရှိတယ်။ ကျွန်တော်တို့. အနုမြူ ဖွဲ့စည်းပုံ ဆွဲသလို အလုံး တလုံး အလယ်မှာ ဆက်တဲ့. မျဉ်း တချောင်းနဲ့. ဟိုခတ်ဒီခတ်နဲ့. အလုံးတွေချည်းဘဲ။ အားလုံး ဆက်တဲ့. မျဉ်း ရှိတယ်။ တော်တော် ရှုပ်ထွေးပါတယ်။

ဒုတိယကမ္ဘာစစ် မစခင် ၄-နှစ်ကတည်းက၊ ဗြိတိန် လေတပ်မှာ လေယာဉ်မောင်းသမား တဦးက တာဝန်သွား ထမ်းဆောင်တယ်။ လမ်းတဝက် မှာ၊ မိုးသက်မုန်တိုင်းကို ဂြာတွေ့ခဲ့ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ အတွေ့အကြုံအရ အသုံး မပြုတော့ဘူး ဖြစ်တဲ့. လေယာဉ်ကွင်း တခုကို ရှာတွေ့ခဲ့ပါတယ်။ လေယာဉ်ကွင်းဟာ ရှေ့မှာ ပေါ်လွင်လိုက်တာနဲ့. ရုတ်တရက် တခြားဖြစ်ရပ် ဖြစ်ခဲ့တယ်။ တခဏဘဲ ကောင်းကင်ယံမှာ တိမ်နဲနဲမှ မရှိဘူး။ တခြားကမ္ဘာက လျှိုးထွက်လာသလိုဘဲ။ လေယာဉ်ကွင်းပေါ်မှာ လေယာဉ်တွေ အဝါရောင်

ဆေးဆိုးထားလိုက်ပြီ။ မြေပေါ်မှာ မပြတ်မလပ် အလုပ်များနေတဲ့ လူတွေ ရှိပါတယ်။ သူက တော်တော် အံ့ဩသွားတယ်။ ဆင်းသက်ပြီးနောက် သူနဲ့ ဆက်ဆံတဲ့လူ မရှိဘူး။ လေယာဉ်လမ်းကြောင်း ထိန်းသိမ်းရေး မျှော်စဉ်လဲ သူနဲ့ မဆက်သွယ်ဘူး။ သူက နေလဲသာပြီ။ သွားလိုက်တော့ ဆိုပြီး၊ သူက စတင် ပျံသန်းပြန်တယ်။ သူက လေယာဉ်ကွင်းကို ထွက်ခွါစဉ် ခုနက လေယာဉ်ကွင်းကို မြင်တဲ့ အဲဒီလို အကွာမှာ၊ မိုးသက်မုန်တိုင်းထဲမှာ လျှိုး ဝင်လိုက်ပြန်တယ်။ နောက်ဆုံးမှာ မလွယ် ပျံသန်း ပြန်သွားနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ သူက အကြောင်းတွေ အစီရင်ခံခဲ့တယ်။ ပျံသန်းမှု မှတ်တမ်းတောင် ရေးထားခဲ့ပါတယ်။ အထက်ခေါင်းဆောင်က မယုံဘူး။ ၄-နှစ်ပြီးနောက်၊ ဒုတိယ ကမ္ဘာစစ်ကြီး ဖြစ်ပွားခဲ့တယ်။ သူက ဟိုအသုံးမပြုတော့ လေယာဉ်ကွင်းကို တာဝန် ပြောင်းရွှေ့ ထမ်းဆောင်စေခဲ့ပါတယ်။ သူက ဗြိတိန်စားကြီးနဲ့ ၄-နှစ်ကတည်းက ဖြစ်ရပ်ဟာ ဒါနဲ့ ထပ်တူထပ်မျှ ဖြစ်တယ်လို့ သတိ ရမိ ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ချီကုန်းဆရာတွေက ဘာဖြစ်လို့လဲလို့ အားလုံး သိကြတယ်။ သူဟာ ၄-နှစ်ပြီးနောက်ကို ကြိုတင် သွားပြီး ကိစ္စတွေကို ကြိုတင်လုပ်ခဲ့တာဘဲ ဖြစ်တယ်။ သူဟာ ဟိုဘက်ကို ကြိုတင် သွားပြီးတော့ တပွဲ အရင် တင်ဆက်ခဲ့တာဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ပထမပွဲ မစတင်ခင် သူက တပွဲ ကြိုတင် တင်ဆက်ခဲ့တယ်။ ပြန်ပြီးတော့ အစီအစဉ်အတိုင်း ဆက်ပြီး တင်ဆက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

၅။ ချီကုန်းနဲ့ ရောဂါကုခြင်းနှင့် ဆေးရုံမှာ ရောဂါကုခြင်း

သဘောတရားအရ၊ ချီကုန်းနဲ့ ရောဂါကုခြင်းနဲ့ ဆေးရုံမှာ ရောဂါကုခြင်းဟာ လုံးဝမတူဘူး။ အနောက်တိုင်း ဆေးပညာ ရောဂါ ကုတာဟာ သာမန်လူလောကမှာ နည်းလမ်းကို အသုံးပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဓါတ်ခွဲစစ်ဆေးခြင်း၊ အင်္ဂါခွဲစိတ်-ရေး စစ်ဆေးခြင်း စတဲ့ နည်းလမ်းတွေ ရှိပေမယ့် ဒီ ဟင်းလင်းပြင်မှာ ရောဂါ စွဲကပ်တဲ့ အစိတ်အပိုင်းကိုသာ ကြည့်ရှု အကဲခတ် နိုင်တယ်။ တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ လက္ခဏာကို မမြင်နိုင်ဘူး။ ရောဂါ ဖြစ်စေတဲ့ အကြောင်းရင်းကို မမြင်နိုင်ဘူး။ သူရဲ့ ရောဂါ မပြင်းထန်ယင်၊ ဆေးဝါးနဲ့ဘဲ ရောဂါအကြောင်းရင်း (အနောက်တိုင်း ဆေးပညာမှာ ဆိုတဲ့ ရောဂါပိုး၊ ချီကုန်းမှာ ဆိုတဲ့ဝဋ်)ကို သုတ်သင် နို့မဟုတ် နှင်ထုတ်နိုင်ပါတယ်။ ရောဂါ တော်တော် ပြင်းထန်တဲ့ အခြေအနေမှာ ဆေးအားနဲ့ မဖြေရှင်းနိုင်တော့ဘူး။ ဆေးဝါး ပမာဏ တိုးယင်လဲ လူခံနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အကြောင်း ရင်းတော့ တချို့ရောဂါဟာ အကုန် လောကတရား အတွင်းမှာ ကန်သတ် ထားတာ မဟုတ်ဘူး။ တချို့ရောဂါ တော်တော်ကြီးတယ်။ လောကတရား ဘောင်ကို ကျော်လွန်ပြီး ဆေးရုံမှာ

မကုနိုင်လို့ကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။

တရုတ်တိုင်းရင်းဆေးပညာဟာ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံရဲ့ ရိုးရာဆေးပညာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည် ကျင်တာနဲ့ ခွဲလို့ မရဘူး။ ရှေးခေတ်မှာ လူကိုယ်ခန္ဓာကျင်ခြင်းကို အလွန် အရေးထားတယ်။ ကွန်ဖူးရှုပ်၊ တာအိုပိုင်း၊ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ကွန်ဖူးရှုပ် အယူဝါဒ သင်ယူတဲ့ ကျောင်းသားတွေ အပါအဝင် ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်လေ့ ရှိပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်ခြင်းဟာ စွမ်းရည် တမျိုး အဖြစ် ထားခဲ့ကြပါတယ်။ အချိန် ကြာယင်၊ ကုန်း မကျင်ပေမယ့် ကုန်းနဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် ထွက်နိုင်ပါတယ်။ တရုတ်တိုင်းရင်း ဆေးပညာ အပ်စိုက်ကုသခြင်းမှာ ဘာဖြစ်လို့ လူကိုယ်ခန္ဓာ ကျောမကျောထွေး( 经络 ) တွေကို သလောက် ရှင်းလင်းအောင် စုံစမ်းလေ့လာ နိုင်ခဲ့သလဲ။ အပ်စိုက်ကွက်နဲ့ အပ်စက်ကွက်အကြား ဘာဖြစ်လို့ အလျားလိုက် နဲ့ မသွယ်သလဲ။ ဘာဖြစ်လို့ ကြက်ခြေခတ်ပုံနဲ့ မသွယ်သလဲ။ ဘာဖြစ်လို့ ဒေါင်လိုက် သွယ်သလဲ။ သလောက် မှန်ကန်တိကျအောင် ဘယ်လို ကူးဆွဲသလဲ။ ခုခေတ် ထူးကဲစွမ်းရည် ရှိသူက မျက်စိနဲ့မြင်တာဟာ တရုတ် တိုင်းရင်း ဆေးပညာမှာ ပုံကူးဆွဲတာနဲ့ အတူတူဘဲ။ အကြောင်းရင်းဟာ ရှေးခေတ်က နာမယ်ကျော် ဆေးဆရာဝန်တွေဟာ သာမန်အားဖြင့် ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည် ရှိလို့ကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံ သမိုင်းမှာ (လီရှီးကျင်း)၊ (စွင်းစီးမျော်)၊ (ဘျန်ချဲ့)၊ (ဟွားထို)တွေ စင်စစ်အားဖြင့် အားလုံး ထူးကဲကုန်း စွမ်းရည် ချိကုန်းဆရာကြီးတွေ ဖြစ်ကြတယ်။ တရုတ်တိုင်းရင်းဆေးပညာ အခုအထိ ဆက်ခံရာမှာ ကုန်းစွမ်းရည် အစိတ်အပိုင်းကို ပယ်ပစ်လိုက်တယ်။ နည်းလမ်းကိုသာ ခြွင်းချန်ထားပါတယ်။ ဟိုတုန်းကမှာ တရုတ် တိုင်းရင်းဆေးပညာဟာ မျက်စိ (ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည် အပါအဝင်)နဲ့ ရောဂါ ကုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်နောင်မှာလဲ သွေးကျောစမ်းတဲ့ နည်းလမ်းကို ပေါင်းချုပ်လိုက်ပါတယ်။ တရုတ်တိုင်းရင်းဆေးပညာနဲ့ ရောဂါ ကုတဲ့ နည်းလမ်းနဲ့ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည် နည်းလမ်းနဲ့ ပေါင်းယင် နှစ်ပေါင်း များစွာ ပြီးမှာလဲ ပြည်ပက အနောက်တိုင်း ဆေးပညာဟာ တရုတ်ပြည်ရဲ့ တိုင်းရင်း ဆေးပညာကို မှီနိုင်မှာ မဟုတ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ချိကုန်းနဲ့ ရောဂါကုခြင်းဟာ အရင်းခံကနေ ရောဂါဖြစ်စေတဲ့ အကြောင်းရင်းကို ပယ်ဖျက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါဟာ ဝဋ်-မျိုး ဖြစ်ပြီး ရောဂါကုတာဟာ ဝဋ်ကို အကူအညီပေး ဖျက်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့ချိကုန်းဆရာ ရောဂါကုတာဟာ အမဲရောင်ချိကို ဖယ်တာ၊ ချိဖယ်တာ ချိဖြည့်တာကို အရေးထားတယ်။ အလွန်တိမ်တဲ့ အဆင်အတန်းမှာ သူက အမဲရောင်ချိကို ဖယ် ပစ်လိုက်တယ်။ ဒါပေမယ့် အမဲရောင်ချိ

ဖြစ်စေတဲ့ အရင်းခံ အကြောင်းရင်းကိုတော့ သူမသိဘူး။ အဲဒီ အမဲရောင်ချိ လာပြန်တယ်။ ရောဂါ ပြန် ထတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် အမဲရောင်ချိကြောင့် သူ့ရောဂါ ဖြစ်စေတာ မဟုတ်ဘူး။ အမဲရောင်ချိ ရှိခြင်းဟာ သူ့အခံ ခက်စေတာဘဲ ဖြစ်တယ်။ သူ့ရောဂါ ရှိစေတဲ့ အရင်းခံ အကြောင်းရင်း ကတော့ တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ အသက်ရှိကိုယ် တခု ရှိလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ချိကုန်းဆရာ တော်တော်များများက ဒီအကြောင်းမျိုးကို နားမလည်ပါဘူး။ ဟိုအသက်ရှိကိုယ်က စွမ်းရည် တော်တော်မြင့်လို့ သာမန်အားဖြင့် မထိနိုင်ဘူး။ ဒါကိုလဲ မထိရဲဘူး။ ဖှာလွင်းကုန်း ရောဂါကုခြင်းဟာ အဲဒီအသက်ရှိကိုယ်ကို ရည်ညွှန်ပြီး ပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါ စွဲကပ်စေတဲ့ အရင်းခံ ဥစ္စာကို ယူသွားပြီး ရောဂါစွဲကပ်တဲ့ နေရာမှာလဲ အဖုံးတခု ထားကာ၊ ရောဂါ ဝင်ပြီး ဖျက်ဆီးဘို့ ထပ် မဖြစ်စေတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ချိကုန်းဟာ ရောဂါကုနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သာမန်လူလောက အနေအထားကို အနှောက်အယှက် ပြုလို့ မရဘူး။ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် အသုံးပြုယင်၊ သာမန်လူ လူမှု အနေအထားကို အနှောက်အယှက် ပြုတတ်တယ်။ ဒါကို ခွင့်မပြုဘူး။ အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှုလဲ မကောင်းဘူး။ ခင်ဗျားတို့ သိကြာတဲ့အတိုင်းဘဲ၊ ချိကုန်း အပြင်လူနာ ဆေးကုဌာန၊ ချိကုန်းဆေးရုံ၊ ချိကုန်း နာလှန်ထဌာန ဖွင့်တာ မှန်သမျှ၊ သူမဖွင့်ခင်မှာ ဆေးကုစွမ်း မဆိုးဘူးလို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ တနေ့နေ့ ဌာနဖွင့်ပြီး ရောဂါ ကုပေးယင်၊ အစွမ်းတော့ ကျဆင်းခြင်းမက ကျဆင်းမယ်။ သာမန်လူကို ကျော်လွန်တဲ့ တရားနဲ့ သာမန်လူ လူလောကရဲ့ အလုပ်တာဝန်ကို အစားထိုး ဘို့ ခွင့်မပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုလုပ်ယင်၊ သာမန်လူလောကရဲ့ တရားလောက် နိမ့်မှာ မချဖြစ်ပါတယ်။

ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည်နဲ့ လူကိုယ်ခန္ဓာကို အပြင်ကနေ အတွင်းကို ကြည့်ရာမှာ၊ ချပ်ပြားလှီးသလို ကြည့်နိုင်တယ်။ တထပ်ပြီးတထပ် ကြည့် နိုင်တယ်။ တစ်သျှူးအပျော့နဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ ဘာအစိတ်အပိုင်းကိုမဆို မြင်နိုင်တယ်။ ခုခေတ်က (စီထီ)စေ့စပ်ကြည့်ရှုခြင်းဟာ တော်တော် ရှင်းလင်းအောင် မြင်နိုင်ပေမယ့် စက်ကို အသုံးပြုပါရဲ့။ အချိန် တော်တော် ကုန်တယ်။ ဓါတ်ပုံ အများအပြား သုံးရတယ်။ တော်တော်နေးကွေး၊ ပိုက်ဆံ တော်တော်ကုန်တယ်။ လူရဲ့ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည်လောက် မလွယ်ကူ မမန်ကန်ဘူး။ ချိကုန်းဆရာဟာ မျက်စိကိုပိတ်ပြီး စေ့စပ်ကြည့်လိုက်တာနဲ့ ရောဂါသည်ရဲ့ ဘာအစိတ်အပိုင်းကိုမဆို ရှင်းလင်းစွာ တိုက်ရိုက် မြင်နိုင်တယ်။ ဒါဟာ အထက်တန်း သိပ္ပံနည်းပညာ မဟုတ်ဘူးလား။ ဒါဟာ ခေတ်မှီ အထက်တန်း သိပ္ပံနည်းပညာထက် မြင့်သေးတဲ့ အထက်တန်း သိပ္ပံ နည်းပညာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလို အဆင်အတန်းဟာ တရုတ်ပြည် ရှေးခေတ်မှာဘဲ ရှိခဲ့ပြီ။ ရှေးခေတ်ကတည်းက

ရှိပြီး အထက်တန်း သိပ္ပံနည်းပညာ ဖြစ်ပါတယ်။ (ဟွားထို)က (ဆော်ဆော) ဦးနှောက်ထဲမှာ မြင်းဖု ပေါက်တယ်လို့မြင်ပြီး၊ သူ့အတွက် ခွဲစိတ်ကုသချင်ပါတယ်။ (ဆော်ဆော)က လက်မခံနိုင်ဘူး။ သူ့ကို လုပ်ကြံတယ်လို့ ထင်ခဲ့တယ်။ သူက (ဟွားထို)ကို ဖမ်းချုပ်ထားခဲ့တယ်။ နောက်ဆုံးမှာ (ဆော်ဆော) ဟာ ဦးနှောက် မြင်းဖုကြောင်နဲ့ဘဲ သေဆုံးခဲ့ပါတယ်။ သမိုင်းမှာ တရုတ် တိုင်းရင်းဆေးဆရာဝန် တော်တော်များများဟာ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည် ရှိပါတယ်။ ခုခေတ် လူလောကမှာ လူတွေ လက်တွေ့ကျတဲ့ ဥစ္စာကို လိုက်စားလွန်းလို့ ရှေးဟောင်း ရိုးရာအစဉ်အလာကို မေ့ပျောက်လိုက်ရုံသာ ဖြစ်တာဘဲ။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အထက်တန်း ချီကုန်းကျင်တာဟာ၊ ရိုးရာ ဥစ္စာတွေ ကို ပြန်လည် နားလည်သိရှိလိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ရာ မှာ၊ ဒါကို ဆက်ခံ ထွန်းကားစေပြီး၊ လူသား လူမှုရေး ချမ်းမြေ့ သာယာမှု အတွက်ပြန်လည် အသုံးပြုလိမ့်မယ်။

၆။ ဗုဒ္ဓပိုင်းချိကုန်းနဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ

ကျွန်တော်တို့ ဗုဒ္ဓပိုင်းချိကုန်းကို ပြောလိုက်မယ်။ လူတော်တော်များများက ပြဿနာ တစ်ခုကို ဆက်စပ် တွေးမိမယ်။ ဗုဒ္ဓပိုင်းဟာ ဗုဒ္ဓကျင့်တာ ဖြစ်တယ်လို့ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အကြောင်းတွေကို တွေးမိကြပါတယ်။ ကျွန်တော့်မှာ တည်ကြည်လေးနက်စွာ ရှင်းပြထားပါတယ်။ ဖွားလွင်းကုန်းဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ချိကုန်း ဖြစ်တယ်။ မူမှန်ဆက်ခံတဲ့ တာဝန် (大法 မဟာတရား) ဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ မဆက်ဆံဘူး။ ဗုဒ္ဓပိုင်း ချိကုန်းဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ချိကုန်း ဖြစ်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျင့်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက် တူပေမယ့် သွားတာက တလမ်းတည်း မဟုတ်ဘူး။ တရားဂိတ် ၁-ဂိတ် မဟုတ် ဘူး။ တောင်းဆိုချက်တွေလဲ မတူဘူး။ ကျွန်တော်မှာ ‘ဗုဒ္ဓ’ဆိုတဲ့ စာလုံး ၁-လုံးကို ပြောမိတယ်။ ကျွန်တော်က အထက်တန်းမှာ ကုန်းပြောကြားစဉ် နောင်မှာ ပြောအုံးမယ်။ ဒါကိုယ်၌ပင် အရူသည်း လက္ခဏာ မပါဘူး။ တချို့လူဟာ ‘ဗုဒ္ဓ’ကို ကြားယင် ခံနိုင်ရယ်လို့ မရှိ။ ခင်ဗျားက အရူသည်းမူ ဝါဒကို ဖြန့်ချိ နေတယ်တဲ့။ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ ‘ဗုဒ္ဓ’ဟာ မူလက သတ္တဗျာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ အိန္ဒိယက ကူးလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာသာပြန်ပြီးတော့ ‘ဖိုးထို’ (佛 𑖀) လို့ စလုံး ၂လုံး အသံထွက်ပါတယ်။ လူတွေက ‘ထို’ကိုမြှုပ်ထား ‘ဖိုး’လို့ သာ ခေါ်တယ်။ တရုတ်ဘာသာ ပြန်ထားမယ်။ ‘ဥာဏ်တော်ရသူ’ အသိဥာဏ် ရိပ်စားမိသူ ဖြစ်ပါတယ်။ ( ((ဆီဟိုင်))အဘိဓာန်မှ )

(၁)။ ဗုဒ္ဓပိုင်းချိကုန်း

မျက်မှောက်ကာလမှာ သင်ကြားနေကြတဲ့ ဗုဒ္ဓပိုင်းချိကုန်းဟာ ၂-မျိုး ရှိပါတယ်။ ၁-မျိုးက ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ခွဲလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ အနှစ် ထောင်ပေါင်းများစွာ တိုးတက်ရာမှာ ဘုန်းကြီးတော် တော်တော် များများ ပေါ်ထွက်ခဲ့တယ်။ သူတို့ဟာ ကျင့်ရာမှာ အလွန်မြင်တဲ့ အဆင်အတန်းကို ကျင့်သွားမယ်။ အထက်ဆရာတော် သူတို့ကို ဥစ္စာတွေကို သင်ပေးတော့မယ်။ အဆင်အတန်း ပိုမြင်တဲ့ သင်ကြားချက် အစစ်ကို ရယူခဲ့တယ်။ အဲဒီဥစ္စာတွေကို ဟိုတုန်းက ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အကုန် ၁-ဦးက ၁-ဦးကိုသာ ဆက်ခံသင်ကြားခဲ့ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတော် သေဆုံး ခါနီးမှ တပည့် ၁-ဦးကို သင်ပေးလိုက်တယ်။ ဗုဒ္ဓသဘောတရားအတိုင်း သွားကျင့်တယ်။ ဘက်အားလုံးမှာ တိုးမြင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီချိကုန်းမျိုးဟာ ကြည်ရတာ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ သိပ်သည်းစွာ ဆက်ကပ်နေပါတယ်။ နောက်နောင်မှာ ဘုန်းကြီးတွေ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှ အနှင်ထုတ်

ခံခဲ့ကြတယ်။ ဥပမာဆိုရင်၊ ‘ယဉ်ကျေးမှု တော်လှန်ရေး’ခေတ်မှာ၊ အဲဒီ ကုန်းနည်းတွေ အရပ်ဘက်ကို ရောက်လို့ ရပ်ရွာမှာ အများအပြား တိုးတက်လာခဲ့တယ်။

နောက်၁-မျိုးဟာလဲ ဗုဒ္ဓပိုင်းချိကုန်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ဗုဒ္ဓပိုင်း ချိကုန်းမျိုးဟာ ခေတ်အဆက်ဆက်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အကုန် မဝင်ခဲ့ပါဘူး။ ရပ်ရွာ နို့မဟုတ် တောနက်တောင်နက်မှာ တလျှောက်လုံး ငြိမ်သက်စွာ ကျင်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီကုန်းနည်းဟာ အကုန် ထူးချွန်ချက်တွေ ပါရှိပါတယ်။ တပည့်ကောင်း၁-ဦး၊ တကယ် အဆင်မြင်ကို ကျင်နိုင်စွမ်း ရှိတဲ့ တေး ( 德 စာရိတ္တ ) ငြိမ်းသူကို ရွေးချယ်ဘို့ တောင်းဆိုထားရပါတယ်။ အဲဒီလိုလူ နှစ်ပေါင်း ဘယ်နှစ်ဘယ်နှစ်မှ ၁-ဦး မွေးဖွား တတ်တယ်။ အဲဒီ ကုန်းနည်းတွေ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ထားလို့ မရပါဘူး။ ရှင်းရှင်းအပေါ် တောင်းဆိုချက် မြင်ပြီး ကုန်း တက်တာလဲ တော်တော်မြန်တယ်။ အဲဒီကုန်းနည်းမျိုး မနေလှပါဘူး။ တာအိုပိုင်းမှာလဲ အတူတူတဲ။ အားလုံး တာအိုကုန်း ဖြစ်ကြတာ အနက်၊ (ခွင်းလွင်)ဂိုဏ်း၊ (အိုမေ)ဂိုဏ်း၊ (ဂူတန်း)ဂိုဏ်း စတာတွေ ခွဲထား ပါတယ်။ ဂိုဏ်းတိုင်းအနက်လဲ မတူတဲ တရားဂိတ် ရှိပါတယ်။ ဂိတ်တိုင်းရဲ့ ကုန်းနည်းဟာ အများကြီး ကွာပြီး အားလုံး ရောပြီး လေ့ကျင်လို့ မရဘူး။

(၂)ဗုဒ္ဓဘာသာ

ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ နှစ်ပေါင်း (၂၀၀၀)ကတည်းက သကျမုနိက အိန္ဒိယမှာ မူလရှိပြီး ကျင်ရေး အခြေခံပေါ်မှာ ကိုယ်ဟာကိုယ် သက်သေပြု ရိပ်စား မိခဲ့တဲ့ ကျင်ရေး ဥစ္စာ ၁-တွဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အကျဉ်းချုပ်ပြီး ပြောရင် ‘ကျေ၊တင်၊ရေ’ (戒定慧 ဖြတ်တာ၊ ဈာန်ဝင်စားတာ၊ ဉာဏ်) စာ၃-လုံး ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြတ်တာဟာ ဈာန်ဝင်စားဘို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ကုန်း ကျင်တာကို မပြောဘူး။ စင်စစ်တော့ ကုန်းကျင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူက စာန်ဝင်စားပြီးတော့ ဟိုမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်တာဟာ ကုန်းကျင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကြောင်းရင်းက လူငြိမ်သက်လာပြီး စိတ်အာရုံကို သိမ်းလာရင်၊ အာကာသရဲ့ စွမ်းအင်ဟာ သူ့ကိုယ်ပေါ် စုစည်းတတ်မယ်။ ကုန်းကျင်တဲ့ အကျိုး သက်ရောက် စေတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ဖြတ်တာဟာ သာမန်လူရှိတဲ့ လိုအင်ဆန္ဒ မှန်သမျှကို ဖြတ်ပြီး သာမန်လူ စွဲကိုင်တဲ့ ဥစ္စာမှန်သမျှကို စွန့်ပစ်ကာ ငြိမ်သက် လုပ်ရာမဲ့ အနေအထားကို ရောက်ရှိစေပြီး စာန်ဝင်စားနိုင်တော့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စာန်ဝင်စားစဉ် အဆင်အတန်းကို အဆက်မပြတ် တိုးမြင်တယ်။ ပြီးနောက် အသိပွင့် ဉာဏ်တော်ပွင့် အာကာသကို သိမြင်၊ အာကာသရဲ့ အဖြစ်မှန်ကို မြင်တွေ့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သကျမုနိ တရား စသင်ကြားတဲ့အခါ၊ တရက်အတွင်း ကိစ္စ ၃-ရပ်သာ လုပ်ခဲ့တယ်။



တရားဟော (အဓိကအားဖြင့်. ရဟန်းတရားကို သင်ကြားတယ်)၊ တပည့်တွေ တရားနားထောင်ခဲ.ကြာတယ်။ ပြီးနောက်၊ သပိတ်(ပန်းကန်)ပွေ့ပြီး သွားဆုံးခံ(သူတောင်းစား)၊ ပြီးနောက် ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်ပြီး လက်တွေ့ကျင့်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ သကျမုနိ လူ့လောကမှာ မရှိခဲ.တဲ.နောက်၊ ဗြဟ္မဏဘာသာနဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာတို့ တိုက်ခိုက်မှု ဖြစ်ပြီးနောက်၊ အဲဒီဘာသာ ၂-မျိုး အိန္ဒိယဘာသာ ၁-မျိုးအဖြစ် ပေါင်းလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အခု အိန္ဒိယမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာ မရှိဘူး။ နောက်နောင်မှာ ဆင်.ကဲ တိုးတက် ပြောင်းလဲစဉ်၊ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ ပေါ်ထွက်ခဲ.ပါတယ်။ တရုတ်ပြည်တွင်း ဒေသကို ပြန့်.ကူး လာပြီး၊ အခု ဗုဒ္ဓဘာသာဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ၊ သကျမုနိကိုဘဲ ဘိုးသခင်အဖြစ် ကိုးကွယ်တာ မဟုတ်ဘဲ၊ ဗုဒ္ဓများကို ကိုးကွယ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရူးလိုင်(如来 ဘုရား)များစွာ၊ အဓိတာဘာဘုရား( 阿弥陀佛)၊ ယော.ရိုးဘုရား(药师佛 )စတာတွေကို ကိုးကွယ်ကြတယ်။ ပညတ်တော်လဲ များလာတယ်။ ကျင်.ဘို့.ရည်မှန်းချက်လဲ မြင်.လာတယ်။ ဟိုအခါမှာ၊ သကျမုနိက တပည့် တယောက်တလေမှာ ဗောဓိသတ္တ( 菩提 )တရားကို သင်ပေး ခဲ.ဖူးတယ်။ နောက်နောင်မှာ အဲဒီဥစ္စာတွေကို ပြုစုပြီး၊ အခု မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ အဖြစ် တိုးတက် လာခဲ.ပါတယ်။ ဗောဓိသတ္တ ပန်းတိုင်ကို ကျင်.တယ်။ အခု အရှေ့တောင်အာရှဒေသ တဝိုက်မှာ ဟိနယာနဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ ရိုးရာ အစဉ်အလာကို ထိန်းသိမ်းသေးပါတယ်။ နတ်တန်ခိုးကို အသုံးပြုပြီး၊ တရားမှု(法事)တွေ လုပ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဆင်.ကဲ တိုးတက် ပြောင်းလဲစဉ်၊ ဂိုဏ်း၁-ဂိုဏ်းဟာ ကျွန်တော်တို့.နိုင်ငံ တိဘက်နယ်ကို ကူးဝင်လာပြီး၊ ဇမ်.မိ( 藏 密 တိဘက် လျှို.ဝှက်ဂိုဏ်း)လို ခေါ်တယ်။ နောက်၁-ဂိုဏ်းက (ရှင်းကျမ်း)ကို ဖြတ်ကျော်ပြီး၊ ဟန်.လူမျိုး နယ်ကို ကူးဝင်ကာ ထမ်မိ( 唐 密 ထမ်မင်းဆက်ခေတ် လျှို.ဝှက်ဂိုဏ်း) (ဝေချမ်းနှစ်များကတည်းက ဗုဒ္ဓဘာသာ ဖျက်ဆီး ပြီးနောက် ပျောက်ဆုံးခဲ.ပါတယ်။)လို ခေါ်ခဲ.တယ်။ နောက်၁-ဂိုဏ်းဟာ အိန္ဒိယမှာ ယူဂါကုန်း ဖြစ်လာခဲ.ပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ကုန်းကျင်.တာကို မဆိုဘူး။ ချိကုန်းကိုလဲ မကျင်.ဘူး။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ရိုးရာ ကျင်.ခြင်း နည်းလမ်းကို ထိန်းသိမ်းဘို့.အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ နှစ်ပေါင်း ၂-ထောင်ကျော် ပြန့်.ပွားနိုင်ခဲ.ပြီး မပျက်စီးခဲ.တဲ. အရေးကြီး အကြောင်းရင်းလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အပြင်က လာတဲ. ဥစ္စာကို လက်မခံတဲ. အတွက်ကြောင့်.ဘဲ။ ဒါရဲ့ ကိုယ်.ရိုးရာအစဉ်အလာကို ထိန်းသိမ်းဘို့. လွယ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ ကျင်.နည်းတွေလဲ လုံးဝ တူညီတာ မဟုတ်ဘူး။ ဟိနယာနဗုဒ္ဓဘာသာဟာ၊ ကိုယ်.ကိုယ်ကိုကယ်တာ၊ ကိုယ်.ကိုယ်ကို ကျင်.တာကို အဓိကရအဖြစ် ထားတယ်။ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ၊ ကိုယ်.ကိုယ်ကိုကယ်၊ သူများကိုကယ်၊ သက်ရှိ

အများအပြားကို ကယ်တာအထိ တိုးတက်လာနေပါတယ်။

### ၇။တရားမှန်နဲ့ မသမာနည်း

#### (၁)ဖမ်မင်ဇီတောင်.(旁门左道 ဘေးကဂိတ် ဗယ်ဘက်လမ်း)

ဖမ်မင်ဇီတောင်ကို ချီးမင်(奇 门) ကျင်နည်းလိုလဲ ခေါ်ဝေါ်တယ်။ ဘာသာရေး မရှိခင် ကတည်းက၊ ချီကုန်း ဂိုဏ်း အသီးသီး တည်ရှိ ထားခဲ့ပြီ။ ဘာသာရေးအပြင်၊ ကုန်းနည်းတွေ တော်တော် များများဟာ အရပ်ဖက်မှာ ဆက်ခံ သင်ပေးနေတယ်။ အများစုက ပြည်စုံတဲ၊ ကျင်ရေး စည်းစံနစ် တတွဲ မဖြစ်နိုင်ခဲ့ဘူး။ ပြည်စုံတဲ၊ သဘောတရား တတွဲ မရှိဘူး။ ချီးမင်ကျင်နည်းတော့ စည်းစံနစ် ကျတဲ၊ ပြည်စုံတဲ၊ ထူးခြားတဲ၊ အားဖြည့် ကျင်နည်း ရှိပါတယ်။ အရပ်ဖက်မှာလဲ ဆက်ခံ သင်ပေး နေပါတယ်။ အဲဒီကုန်းနည်းမျိုးကို သာမန်အားဖြင့် ဖမ်မင်ဇီတောင်လို အခေါ် ခံကြပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ဖမ်မင်ဇီတောင် လို့ ခေါ်သလဲ။ စာလုံး အပေါ်ယံကို ကြည့်ယင်၊ ဖမ်မင်ဟာ တခြားဂိတ် တခု ဖွင့်တာ ဖြစ်ပြီး ဇီတောင်ဟာ ထုံထိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူတွေက ဗုဒ္ဓ၊ တာအို အပိုင်း၂-ပိုင်း ကျင်နည်းဟာ၊ အားလုံး နည်းမှန် ဖြစ်ပြီး၊ တခြား ကုန်းနည်းဟာ အားလုံး ဘေးကဂိတ် ဗယ်ဘက်လမ်း ဖြစ်တယ်။ နို့မဟုတ် မသမာနည်း ဖြစ်တယ်လို့ ထင်မှတ်ကြတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် ဒီလို မဟုတ်ဘူး။ ဖမ်မင်ဇီတောင်ဟာ အားလုံး ခေတ်အဆက်ဆက်မှာ လျှို့ဝှက်စွာ တဦးက တဦးကိုသာ သင်ပေးတာ ဖြစ်ပြီး၊ ယူပြီး ပြလိုမရဘူး။ တနေ့နေ့ သင်ကြားလာယင်၊ လူတွေ အားလုံး သိပ်ပြီး နားမလည်ပါဘူး။ သူတို့ ကိုယ်ဟာကိုယ်လဲ ကိုယ်ရဲ့ကုန်းနည်းဟာ ဗုဒ္ဓလဲ မဟုတ်၊ တာအိုလဲ မဟုတ်လို့ ဆိုတယ်။ ဒါတွေရဲ့ ကျင်နည်းဟာ တင်းကျပ်တဲ၊ ရှင်းရှင် တောင်းဆိုချက် ရှိပါတယ်။ ဒါဟာ အာကာသရဲ့ ဝိသေသအတိုင်း ကျင်နေတာ ဖြစ်ပြီး၊ ကုသိုပြုတာ၊ ရှင်းရှင်ကို စောင်စည်းတာကို အရေးထားကြတယ်။ ဒါတွေအနက်၊ လူချွန်တော်တွေ အားလုံး ဆန်းကျယ်လှတဲ၊ ပရိယာယ် ရှိကြတယ်။ တချို့ ထူးဆန်းတဲ၊ ပရိယာယ်လဲ အလွန် အစွမ်းထက်တယ်။ ကျွန်တော်က ချီးမင်မှာ လူချွန်တော် ၃-ဦးကို တွေ့ခဲ့ဖူးတယ်။ ကျွန်တော်ကို ဥစ္စာတွေ သင်ပေးခဲ့တယ်။ ဗုဒ္ဓ၊ တာအို ပိုင်း၂-ပိုင်းမှာ အကုန် ရှာမတွေ့နိုင်ဘူး။ အဲဒီဥစ္စာတွေ ၊ ကျင်စဉ်မှာ အကုန် ခက်ခဲ့တယ်။ ကျင်ထွက်လာတဲ၊ ကုန်းလဲ အလွန်ထူးဆန်းတယ်။ ဒါနဲ့ ပြောင်းပြန်ပြီး၊ အခုသင်ကြားနေကြတဲ၊ ဗုဒ္ဓ တာအို ပိုင်း၂-ပိုင်းမှာ ကုန်းနည်းလို ခေါ်ဆိုကြတာတွေ အနက်၊ တချို့ဟာ တင်းကျပ်တဲ၊ ရှင်းရှင် တောင်းဆိုချက် ချို့တဲလို့ ကျင်တာ မမြင်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဂိုဏ်းအသီးသီး ကုန်းနည်းကို အနုပဋိလောမနည်း ကျစွာ

ကြည့်.ရပါတယ်။

(၂)သိုင်းချိကုန်း:(武术气功)

သိုင်းချိကုန်းကို ကြာရှည်တဲ့ သမိုင်းသက်တမ်း ဖြတ်ကျော်ပြီး ဖြစ်လာခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြည်စုံတဲ့ သဘောတရား စည်းစိနစ်၊ ကျင်ရေး နည်းလမ်း တွေ ရှိပါတယ်။ သီးခြားတဲ့ စည်းစိနစ် ဖြစ်လာခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် တင်းကျပ်စွာ ပြောမယ်ဆိုရင် ဒါဟာလဲ အတွင်းကျင် ကုန်းနည်း အနိမ်ဆုံး အဆင်အတန်းမှာ ပေါ်ထွက်လာတဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ရဲ့ ပြသခြင်းဘဲ ဖြစ်သေးတယ်။ သိုင်းကျင်စဉ် ပေါ်ထွက်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်တွေ အတွင်းကျင်တဲ့ ကုန်းမှာ အကုန် ထွက်တယ်။ သိုင်းချိကုန်း ကျင်တာဟာလဲ ချိကျင်တာမှာ အစပြုတယ်။ ဥပမာဆိုရင် ကျောက်ခဲကို ခုတ်ဖြတ်တဲ့အခါ၊ စတဲ့အခါ၊ လက်မောင်းရမ်းပြီး ချိကို ပိုဆောင်ရပါတယ်။ အချိန်ကြာပြီး ချိဟာ အရည်အချင်းသစ် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ပွားမယ်။ စွမ်းအင်စု ဖြစ်မြောက်မယ်။ ကြည့်ရတာ အလင်းတမျိုးလို တည်ရှိတယ်။ အဲဒီအထိ ရောက်တဲ့အခါ ကုန်းက စွမ်းဆောင်တတ်မယ်။ ကုန်းဟာ အထက်တန်း ဝတ္ထုပစ္စည်း ဖြစ်ပြီး ဉာဏ် ပါဆောင်တယ်။ ဒါဟာ ဦးနှောက် အတွေးအဆင် ထိန်းကွပ်မှု ခံပြီး တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ တည်ရှိတယ်။ တိုက်တဲ့အခါ ချိ ပိုဆောင်ဘို့ မလိုဘဲ စဉ်းစားလိုက်တာနဲ့ ကုန်း လာတော့မယ်။ ကျင်တာ နဲ့အမျှ ကုန်းဟာ အဆက်မပြတ် အားကောင်းမယ်။ အလုံး သေးလာပြီး၊ စွမ်းအင် ပြင်းလာမယ်။ သံသဲလက်ဝါး(铁砂掌)၊ ဟင်္သာပြဒါးလက်ဝါး(朱砂掌) စွမ်းရည်ကို ပေါ်ထွက်လာတယ်။ အခု နှစ်များအတွင်း၊ ရွှေခေါင်းလောင်း အဖုံး(金钟罩)၊ သံဝိတ်အင်္ကျီ(铁布衫) ပရိယာယ်တွေ ပေါ်ထွက်လာတယ်လို့ ရုပ်ရှင်၊ ရုပ်မြင်သံကြား နဲ့ မဂ္ဂဇင်းမှာ တွေ့မြင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါဟာ သိုင်းနဲ့ အတွင်းကျင်တာကို ပူးတွဲကျင်ပြီး ဖြစ်လာတာဖြစ်ပြီး၊ အတွင်း အပြင် အတူကျင်ထွက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အတွင်းကျင်လိုရင်၊ တေ (德 စာရိတ္တ)ကို အရေးထားရတယ်။ ရှင်းရှင်ကို ကျင်ရတယ်။ သဘောတရားအရ၊ သူ့ရဲ့ စွမ်းရည် အဆင် အတန်း အသင်အတင် ရောက်တဲ့အခါ ကုန်းကို ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းက ထွက်စေပြီး၊ ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်ကို လွှတ်တယ်။ အစိပ်အကျဲ့ ထူထပ်လို့ အကာအကွယ် အဖုံး ဖြစ်လာစေတယ်။ သိုင်းချိကုန်းဟာ သဘောတရား အရ ပြောရင် ကျွန်တော်တို့ အတွင်းကျင်တာနဲ့ အကြီးဆုံး ကွာခြားချက်ဟာ သိုင်းကို ပြင်းလှတဲ့ လှုပ်ရှားရာမှာ ကျင်တာ ဖြစ်ပြီး၊ ငြိမ်သက်ရာကို မဝင်ဘူး။ ငြိမ်သက်ရာ မဝင်ရင် ချိက အရေပြား အောက်မှာ သွားတယ်။ ချိက ကြွက်သားတွေကို

သွယ်ဆက်တယ်။ တန်းထျန်(丹田 တန်းမြေ)ကို မဝင်ဘူး။ ဒါကြောင့်. အသက်ကို မကျင်ဘူး။ အသက် ကိုလဲ မကျင်. နိုင်ဘူး။

(၃) ဖုမ်ရှူး(返修)နဲ့ ကုန်းငှါးခြင်း။

တချို့လူက ချိကုန်းကို မကျင်ဖူးဘူး။ ရုတ်တရက် ညတညမှာ ကုန်း ရရှိလိုက်တယ်။ စွမ်းအင်လဲ မငယ်ဘူး။ လူတွေကိုလဲ ရောဂါ ကုပေးနိုင် တယ်။ လူတွေက သူ့ကိုလဲ ချိကုန်းဆရာလို. ခေါ်ကြတယ်။ သူကလဲ သူများကို သင်ပေးနေပါတယ်။ တချို့လူဟာ ကုန်းနည်းကို လုံးဝ မသင် ဘဲနဲ့. နိမဟုတ် အပြုအမူ ၃-၄-ခုကို သင်ဖူးတယ်။ ကိုယ်.ဟာကိုယ် ပြုပြင်ပြီးတော့. သူများကို သင်ပေးတယ်။ ဒီလိုလူဟာ ချိကုန်းဆရာရယ်လို. မဆိုနိုင်သေးဘူး။ သူဟာ သူများကို သင်ပေး ဆက်ခံ စေနိုင်စရာ မရှိဘူး။ သူသင်ပေးတဲ့. ဥစ္စာ တကယ် အဆင်. မြင်. ပေါ်ကို ကျင်. နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အများဆုံး ရောဂါကင်းဝေးစေ၊ ကျန်းမာရေး ကောင်းစေတာသာ ရှိတယ်။ အဲဒီကုန်းမျိုး ဘယ်လို လာသလဲ။ ဖုမ်ရှူး(返修)ကို အရင် ပြောမယ်။ ဖုမ်ရှူး ဆိုတာဟာ၊ တချို့ ရှင်းရှင်း. တော်တော်မြင်. တဲ. တော်တော်ကောင်း. တဲ. လူ၊ သာမန်အားဖြင့်. အသက်ကြီးနေပြီ၊ အသက် အနှစ်(၅၀) ကျော်နေတဲ့. လူ ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ကို ပြန်လည် ကျင်. ခိုင်းယင် အချိန်မှီမှာ မဟုတ်ဘူး။ ရှင်းရှင်းနဲ့. အသက် ၂-ခုကျင်. ဆရာတော်ကြီးနဲ့. တွေ့. ဘို့. မလွယ်ဘူး။ သူက ကုန်းကျင်. ချင်တယ်လို. စဉ်းစား လိုက်တဲ့. အခါ၊ အထက်ဆရာတော်က သူ့ရဲ့ ရှင်းရှင်း. အခြေခံပေါ် မှာ တော်တော်ကြီး. တဲ. စွမ်းအင်ကို ထည့်. ပေးလိုက်ပါတယ်။ အပေါ်ကနေ အောက်အထိ ပြောင်းပြန်ပြီး ကျင်. တယ်။ ဒါတော့. များစွာ မြန်မယ်။ အထက်ဆရာတော်က ကောင်းကင်ယံမှာ လှည့်. ပြောင်းပေးတယ်။ အဆက်မပြတ်နဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်မှာ သူ့. အတွက် စွမ်းအင် ထည့်. ပေး တယ်။ အထူးသဖြင့်. သူ့ရောဂါကုပေး. စုစည်းပွဲ ခေါ်ယူ ပြုလုပ်တဲ့. အခါ၊ အထက်ဆရာတော် ပေးတဲ့. စွမ်းအင်ဟာ ပိုက်လိုင်းကနေ သူ့ကို ပို. ဆောင် သလိုလိုဘဲ။ တချို့ သူ့. ဟာသူတောင် ဘယ်က လာသလဲ ဆိုတာကို မသိဘူး။ ဒါဟာ ဖုမ်ရှူး ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်၁-မျိုးကတော့. ကုန်းငှါးခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းငှါးခြင်းဟာ အသက်အရွယ်အရ ကန်. သတ်မှု မရှိဘူး။ လူဟာ ကျူးယိရှိ(主意识 အဓိကသတိ) အပြင်၊ ဖူးယိရှိ(副意识) ရှိသေးတယ်။ သာမန်အားဖြင့်. လက်ထောက်သတိက အဓိကသတိထက် အဆင်. အတန်း မြင်. တယ်။ တချို့ လူရဲ့ လက်ထောက်သတိ အဆင်. အတန်း တော်တော်မြင်. တယ်။ ဥာဏ်တော်ရ. သူနဲ့. ဆက်ဆံ နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုလူ ကုန်းကျင်. ချင်တဲ့. အခါ၊ လက်ထောက်သတိလဲ အဆင်. အတန်းကို တိုးမြှင့်. ချင်ပါတယ်။

ဥာဏ်တော်ရသူနဲ့. ချက်ချင်း ဆက်ဆံပြီး ကုန်းငှါးတယ်။ သူ့ကို ကုန်း ငှါးပေး ပြီးနောက်လဲ၊ ညတညအတွင်း ကုန်းလာတယ်။ ကုန်းရရှိပြီးနောက်လဲ လူကို ရောဂါ ကုပေးပြီး၊ ရောဂါသည်ရဲ့ အနာကို ပြေပျောက် စေနိုင်ပါတယ်။ သူဟာ သာမန်အားဖြင့် လူတွေ ခေါ်ယူ စုဝေးတဲ့ နည်းလမ်းကို အသုံးပြုတယ်။ လူကိုလဲ စွမ်းအင် သီးခြား ပေးနိုင်တယ်။ လူကို နည်းလမ်းတွေ သင်ပေးနိုင်ပါတယ်။

အဲဒီလိုလူ ရှိတတ်တယ်။ အစမှာ အလွန် မဆိုးပါဘူး။ ကုန်းရရှိ ပြီးနောက် နာမယ် တော်တော် ကျော်ကြားတယ်။ ဂုဏ်အသရေရော ပကာသနပါ ရရှိလိုက်ပါတယ်။ ဂုဏ်အသရေနဲ့ ပကာသနဟာ ဦးနှောက်ထဲမှာ တော်တော်ကြီးတဲ့ အစိတ်အပိုင်း ပါရှိပြီး၊ ကုန်းကျင်တာထက် ကျော်လွန်ကာ၊ ထိုနောက် ကုန်း အောက်ကိုကျတယ်။ ကုန်း တနေ့တခြား ငယ် လာတော့၊ နောက်ဆုံးမှာ ဘာကိုမှ မရှိတော့ပါဘူး။

(၄)အာကာသစကား(宇宙语)

တချို့လူဟာ ရုတ်တရက် စကားတမျိုးကို ပြောလာနိုင်တယ်။ အဲဒီ စကား ပြောတဲ့အခါ သွက်သွက်လက်လက်လဲ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါဟာ လူလောကမှာ ဘာသာစကား မဟုတ်ဘူး။ ဘာခေါ်သလဲ။ အာကာသစကား လို့ ခေါ်တယ်။ အာကာသစကား ဆိုတာဟာ သိပ်ပြီး မမြင်တဲ့ ဟိုသက်ရှိကိုယ်ရဲ့ စကား-မျိုးသာ ဖြစ်ပါတယ်။ အခု ပြည်တွင်းမှာ ချီကုန်း ကျင်တဲ့ လူတွေအနက် မနဲလှတဲ့လူ အဲဒီအခြေအနေမျိုး ပေါ်ထွက်လာတယ်။ တချို့ကလဲ၊ မတူတဲ့စကား ၃-၄-၅-မျိုးလောက် ပြောတတ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ လူသားလောကမှာ စကားလဲ တော်တော် ရှုပ်ထွေးပြီး၊ မျိုးပေါင်း ၁-ထောင်ကျော် ရှိတာပေါ့။ အာကာသစကားကို ကုန်းစွမ်းရည် အဖြစ် မှတ်သလား။ ကျွန်တော် အမြင်နဲ့ ဒါကို မှတ်လို့ မရဘူး။ ဒါဟာ ကိုယ်ရဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် တမျိုး မဟုတ်ဘူး။ အပြင်ကလာတဲ့ ခင်ဗျားကို ပေးတဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် တမျိုးလဲ မဟုတ်ဘဲ။ အပြင်ကလာတဲ့ သက်ရှိကိုယ် ထိန်းကွပ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ သက်ရှိကိုယ် လာတဲ့ အဆင်အတန်း နဲ့နဲ့ မြင်တယ်။ အနဲဆုံး ကျွန်တော်တို့ လူသားထက် နဲ့နဲ့ မြင်တယ်။ ဒါကဘဲ စကားပြောနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အာကာသစကား ပြောတဲ့လူ ကျတော့ တဆင်ပြောပြတဲ့ ပြောခွက် အခန်းမှာသာ ပါဝင်တယ်။ လူအများစု ပြောတဲ့စကားကို သူ့ဟာသူလဲ အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် ဘာအဓိပ္ပာယ်လဲဆိုတာ မသိ ဘူး။ ‘သူများစိတ်ကို နားလည်နိုင်ခြင်း’ ကုန်းစွမ်းရည် ရှိသူမှ သူက အကြမ်းဖျင်း အဓိပ္ပာယ် တုံ့ပြန်ခံစားနိုင်ပါတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့၊ ဒါဟာ ကုန်းစွမ်းရည် မဟုတ်ဘူး။

လူများစွာဟာ ပြောပြီးတဲ့နောက်၊ ကိုယ်.ဟာကိုယ် ကျေနပ်အူမြူးစွာ နေတယ်။  
တော်တယ်လို. ထင်မှတ် သေးတယ်။ ကုန်းစွမ်းရည် ဖြစ်တယ်လို. ယူဆတယ်။  
စင်စစ်အားဖြင့်. ထျန်းမု အဆင်.အတန်း မြင်.တဲ့.လူဟာ မြင်နိုင်တယ်။ သူ့ရဲ့.  
အထက်စောင်းနေရာမှာ သက်ရှိကိုယ် တခု ဟိုမှာ စကားပြောနေတာ သေချာတယ်။  
စကားပြောသူရဲ့. ပါးစပ်ကို အသုံးပြုပြီး ပြောပြတယ်။

ဒါဟာ သူ့.ကို အာကာသစကားကို သင်ပေးတယ်။ တချိန်တည်းမှာ ကုန်းကိုလဲ သူ့.ကို  
တစိတ်တပိုင်း ပေးတယ်။ ဒါပေမယ်. အဲဒီလူဟာ ဒီနောက်မှာ ဒါ.ရဲ့. လက်ထဲမှာ  
အထိန်းကွပ် ခံထားမယ်။ ဒါဆိုယင် တရားမှန် မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ နဲနဲမြင်.တဲ့.  
ဟင်းလင်းပြင်မှာ တည်ရှိပေမယ်. တရားမှန် ကျင်.တာ မဟုတ်လို. ဒါကလဲ ကျင်.သူတွေ  
ဘယ်လို ရောဂါ ကင်းဝေးစေ ကျန်းမာရေး ကောင်းစေသလဲ ဆိုတာကို မသိဘူး။ ဒါကြောင့်.  
အဲဒီနည်းလမ်းကို အသုံးပြုပြီး၊ စကားပြောတာက တဆင်. စွမ်းအင် လွှတ်တယ်။ အဲဒီ  
စွမ်းအင်ဟာ ပြန်.ကြံပြီး ဖြာထွက်လာတာ ဖြစ်မို့.လို. အင်အား တော်တော် ငယ်တယ်။  
ဒါဟာ မပြင်းတဲ့. ရောဂါတွေအပေါ် အစွမ်း အသင်.အတင်. ရှိနိုင်တယ်။ ရောဂါပြင်းယင်  
မရတော့.ဘူး။ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ဒီလိုပြောတယ်။ ကောင်းကင်ယံပေါ်မှာ လူတွေ ဒုက္ခ ခံစရာ  
မရှိဘူး။ ပဋိပက္ခ မရှိဘူး။ မကျင်.နိုင်ဘူး။ သံခဲတင်မှု ခံစရာ မရှိဘူး။ အဆင်.အတန်းကို  
မတိုးမြင်.နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့်. နည်းလမ်းကြံရည်ပြီး လူ့.ကို ရောဂါကင်းဝေးစေ  
ကျန်းမာရေး ကောင်းစေဘို့. အကူအညီပေးတယ်။ ဒါနဲ့. ကိုယ်.ကိုယ်ကို အနဲငယ်  
တိုးတက်စေတယ်။ ဒါဟာ အာကာသစကားဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အာကာသစကားဟာ  
ကုန်းစွမ်းရည် မဟုတ်ဘူး။ ချိကုန်းလဲ မဟုတ်ဘူး။

(၅)လက္ခဏာကိုယ်ခန္ဓာကပ်မှီးကောင်(信息附体)

လက္ခဏာ ကိုယ်ခန္ဓာ ကပ်မှီးကောင်တွေအနက်၊ ထိခိုက်မှု ဆိုးဝါးတာဟာ  
အဆင်.နိမ်.သက်ရှိ ကပ်မှီးကောင် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေအားလုံး မသမာနည်း  
ကျင်.တာကြောင့်. စွဲလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ လူအပေါ် ထိခိုက်မှု  
တော်တော်ကြီးတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ အကပ်မှီး ခံရသူရဲ့. ဆိုးကျိုးဟာ တော်တော် ကြောက်စရာ  
ကောင်းတယ်။ တချို့လူဟာ ကုန်းကျင်.တာ များများ မကျင်.ဘူး။ စိတ်ထဲမှာ၊ လူကို  
ရောဂါ ကုပေးချင်တယ်။ ကြီးပွားချမ်းသာ ချင်တယ်လို.ဘဲ စဉ်းစားတယ်။ အဲဒီကိစ္စကို  
တလျှောက်လုံး တွေးဆနေတယ်။ မူလကတော့. ဒီလူက အလွန် မဆိုးဘူး။ နိ.မဟုတ် သူ့ကို  
စောင်း.ရှောက်တဲ့. ဆရာတော် ရှိနေပြီ။ ဒါပေမယ်. သူက ရောဂါကုပေး၊ ကြီးပွား  
ချမ်းသာတဲ့. ကိစ္စကို တွေးဆလိုက်တာနဲ့. ဝှက်တော့.မယ်။ သူဟာ အဲဒီဥစ္စာကို စွဲလာ

လိုက်တယ်။ ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့ ရုပ်ဝတ္ထု ဟင်းလင်းပြင်မှာ မတည်ရှိဘူး။ ဒါပေမယ့် ဒါဟာ တကယ်တမ်း ဟုတ်တိပတ္တိ တည်ရှိတယ်။

အဲဒီကုန်းကျင်သူဟာ ရုတ်တရက် ထျန်းမု(天目 တတိယမျက်စိ) ပွင့်တယ်၊ ကုန်းရှိတယ်လို့ ခံစားလိုက်တယ်။ စင်စစ်တော့ ကပ်မှီးကောင်က သူ့ရဲ့ ဦးနှောက်ကို ကွပ်ကဲတယ်။ ဒါက မြင်တဲ့ ရုပ်ပုံကို သူ့ရဲ့ ဦးနှောက်မှာ ဟပ်ပြီး၊ ကိုယ်ဟာကိုယ် ထျန်းမု ပွင့်တယ်လို့ ခံစားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ စင်စစ်တော့ ပွင့်ပြီလို့ လုံးဝ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ခန္ဓာ ကပ်မှီးကောင်ဟာ ဘာဖြစ်လို့ သူ့ကို ကုန်းပေးချင်သလဲ။ ဘာဖြစ်လို့ သူ့ကို အကူအညီ ပေးချင်သလဲ။ အကြောင်းရင်းတော့ ကျွန်တော်တို့ အာကာသမှာ တိရစ္ဆာန် ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်ဘို့ ခွင့်မပြုဘူး။ တိရစ္ဆာန်ဟာ ရှင်းရှင်းဆိုတာ မရှိဘူး။ မတိုးမြင်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကို တရားမှန် ရရှိဘို့ ခွင့်မပြုဘူး။ ဒါကြောင့် ဒါဟာ လူကိုယ်ခန္ဓာ မှာ ကပ်မှီးချင်တယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာ အနှစ်သာရကို ရရှိချင်တယ်။ အာကာသ မှာ နောက် တရားတခု ရှိသေးတယ်။ မဆုံးရှုံးယင် မရရှိတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားရဲ့ ဂုဏ်အသရေနဲ့ ပကာသန တောင်းဆိုချက်ကိုဘဲ ပြည့်ဝစေ ပြီး၊ ခင်ဗျားကို ကြီးပွားစေတယ်။ ခင်ဗျားကို နာမယ် ကျော်ကြားစေတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါဟာ ခင်ဗျားကို အလကား အကူအညီပေးမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာလဲ ရရှိ ရမယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ အနှစ်သာရကို ရရှိချင်တယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားကို ထွက်ခွါတဲ့အခါ ခင်ဗျားက ဘာကိုမှ မရှိတော့ဘူး။ တော်တော် အား နည်းအောင် ပြောင်းလဲမယ်။ နိမဟုတ် သတိမေ့မျောသူ ဖြစ်သွားမယ်။ ဒါဟာ ရှင်းရှင်း မတည်မတ်လို့ စွဲလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တည်မတ်မှု တရပ်က မသမာမှု တရာကို နှိပ်ထားနိုင်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့စိတ် တော်တော် တည်မတ်တယ်ဆိုယင်၊ မသမာကောင် စွဲလာမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုယင်၊ ဖြောင်ဖြောင်မတ်မတ်နဲ့ ကုန်း ကျင်သူကို ဖြစ်ရတယ်။ ဘာ ရှုပ်ထွေးပွေလီတဲ့ ဥစ္စာမှမဆို မလိုနဲ့။ တရားမှန် ကျင်ခြင်းကိုဘဲ လိုတယ်။

(၆)ကုန်းမှန်လဲ မသမာနည်းကျင်ထွက်တတ်ခြင်း။

တချို့လူဟာ သင်တာက တရားမှန် ဖြစ်ပေမယ့် ကိုယ်ကိုယ်ကို တင်းကျပ်စွာ မတောင်းဆိုနိုင်လို့ ရှင်းရှင်းကို အရေးမထားလို့ ကုန်းကျင်ရာ မှာ မကောင်းတဲ့ဥစ္စာတွေကို တွေးဆလို့ ဒါဆို မသိမသာနဲ့ မသမာနည်းကို ကျင်နေပါပြီ။ ဥပမာပြောယင် ကျမ်းကျမ်း( 戒 桩 ) ကုန်းကျင် တာဖြစ်ဖြစ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်ခြင်းကို ကျင်တာဖြစ်ဖြစ်၊ လူက ဟိုမှာ ကုန်း ကျင်နေတယ်၊ စင်စစ်တော့ အတွေးအခေါ်မှာ ပိုက်ဆံရယ်၊ ဂုဏ်အသရေ၊ ပကာသနရယ်၊ ဘယ်သူက ကျွန်တော့အပေါ် သဘော

မကောင်းလို့ ကျွန်တော်က ကုန်းစွမ်းရည်ထွက်ယင် သူ့ကို သင်ခန်းစာ ပေးမယ်ရယ်၊  
နို့မဟုတ် ဟိုကုန်းစွမ်းရည် ဒီကုန်းစွမ်းရည်ရယ်လို့ စတာတွေကို တွေးနေတယ်။  
မကောင်းတဲ့ ဥစ္စာတွေကို ကုန်းထဲမှာ ထည့်သွင်းပါတယ်။ စင်စစ်တော့ မသမာနည်းကို  
ကျင့်နေပြီ။ ဒါဟာ တော်တော် အန္တရာယ် ရှိတယ်။ မကောင်းတဲ့ ဥစ္စာတွေကို  
စွဲလာတတ်တယ်။ ဥပမာဆိုယင်၊ အဆင်နိမ်၊ သက်ရှိကောင်တွေ၊ အဲဒီဥစ္စာတွေ။ သူက  
ဒါကို စွဲလာပြီကို သူက မသိသေးဘူးလို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ သူ့ရဲ့ စွဲကိုင်စိတ်  
ပြင်းလွန်းလို့ လိုချင်စိတ်နဲ့ တာအို သင်လို့ မရဘူး။ သူက စိတ်မတည်မတ်ဘူး။  
ဆရာကလဲ သူ့ကို မကာကွယ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် ကုန်းကျင်သူဟာ ရှင်းရှင်ကို  
တင်းတင်း ကျပ်ကျပ် စောင့်စည်းရပါတယ်။ စိတ် တည်မတ်ပြီး လိုချင်စရာ မရှိဘူး။  
နို့မဟုတ်ယင် ပြဿနာ ထွက်ချင် ထွက်မယ်။



## အခဏ်း၂။ ဖာလွင်းကုန်း( 法輪功)

ဖာလွင်းကုန်းဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ဖာလွင်း ဂျူးလျှောက်တာဖာ (法輪修煉大法 ဖာလွင်း မဟာကျင်နည်း)က မြစ်ဖျားခံပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ချီကုန်း ကျင်.တဲ. ထူးခြားတဲ့နည်း ၁-မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ရိုးရိုး ဗုဒ္ဓပိုင်း ကျင်.နည်းနဲ့ မတူတဲ့ ထူးခြား ချက်တွေ ရှိပါတယ်။ ဒို့. ကုန်းနည်းဟာ ဟိုတုန်းကမှာ ကျင်.သူအနေနဲ့ ရှင်းရှင်း အထူးမြင်.တဲ. ဇာစ်မြစ်ကြီး(大根器 )ရှိသူ ဖြစ်ရတဲ့လူ သင်.တဲ. ထူးခြားတဲ့ အားဖြည့် ကျင်.နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ပိုမို များပြားတဲ့ ကုန်းကျင်.သူတွေ တိုးမြင်နိုင်စေဖို့အတွက်၊ တချိန်တည်းမှာ ကျင်.ဘို့. ဆန္ဒရှိသူ အများအပြားရဲ့ တောင်းဆိုချက် ပြည့်.ဝစေဖို့အတွက်၊ ဒို့.ကုန်းနည်းကို ပြန့်.ပွား ဘို့.နဲ့ သင်.လျှော်တဲ့ ကျင်.နည်း တွဲကို အထူးတလည် ပြုစုပြီး သင်ကြား လိုက်ပါတယ်။ ဒီလိုဖြစ်ပေမယ့်၊ ဒါလဲ ရိုးရိုးကုန်းနည်းမှာ သင်ပေးတဲ့ ဥစ္စာနဲ့ အဆင်အတန်းထက် များစွာ ကျော်လွန်နေပြီ။

### ၁။ ဖာလွင်းရဲ့ အစွမ်းဖြစ်ထွန်းမှု

ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ ဖာလွင်း (法輪 ဓမ္မစကြာ)ဟာ အာကာသနဲ့ တူညီတဲ့ ဝိသေသ ရှိပါတယ်။ ဒါဟာ အာကာသရဲ့ ရုပ်ပုံငယ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.သူဟာ ကုန်းစွမ်းရည်နဲ့ ကုန်းအားကို လျှင်မြန်စွာ တိုးမြင်.မယ် သာမက၊ တော်တော်တိုတဲ. အချိန်ပိုင်းအတွင်း အတိုင်းမသိ တန်ခိုး ကြီးမြတ်တဲ့ ဖာလွင်းကို ကျင်.ထွက်နိုင်မယ်။ ဖာလွင်း ဖြစ်မြောက် ပြီးနောက်၊ ဉာဏ်ရှိတဲ့ သက်ရှိကိုယ် တမျိုးအဖြစ်နဲ့ တည်ရှိတယ်။ ခါတိုင်း မှာ ကုန်းကျင်.သူရဲ့ ဗိုက်ပိုင်း အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ကိုယ်.ဖာသာ မရပ်ဘဲ လည်နေတယ်။ အာကာသမှာ စွမ်းအင်ကို အဆက်မပြတ် စုဆောင်း သိမ်းဆည်း လှည့်.ပြောင်းစေပြီး၊ နောက်ဆုံးမှာ၊ ကုန်းကျင်.သူ ဘင်းထီ (本体) ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ မှာ ကုန်းအဖြစ် လှည့်.ပြောင်းတယ်။ ဒါနဲ့ တရားနဲ့ လူကို ကျင်.တဲ. အကျိုး ဖြစ်ထွန်း စေလိုက်တယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင်၊ လူက တလျှောက်လုံး ကုန်းကျင်.နေတာ မဟုတ်ပေမယ့်၊ ဖာလွင်းမူ လူ့ကို အဆက်မပြတ် ကျင်. နေပါတယ်။ ဖာလွင်းဟာ အတွင်းမှာ အသုံးပြုရာမှာ၊ ကိုယ်.ကိုယ်ကို ကယ် တယ်။ ကျန်းမာရေး ကောင်းစေတဲ့ အသိပွင့်. ဉာဏ်ပွင့်.စေတဲ့ ကုန်းကျင်.သူ တိမ်းမှားမှု မဖြစ်စေဖို့ ကာကွယ်တဲ့ အကျိုးတွေ ဖြစ်ထွန်းစေမယ်။ ဒါ့အပြင်၊ ကျင်.သူတွေ ရှင်းရှင်း ဆိုးသူရဲ့ ထိခိုက် နှောက်ယှက်မှု မခံစေဖို့လဲ ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။ ဖာလွင်း အပြင်မှာ အသုံး ပြုရာမှာ၊

လူကို ရောဂါ ကုပေး၊ ပယောဂ ကင်းနိုင်စေပြီး၊ ပုံမှန် မဟုတ်တဲ့ အနေအထား မှန်သမျှကို ပြုပြင်နိုင်ပါတယ်။ ဖှာလွင်းဟာ ဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်း နေရာမှာ၊ မရပ်ဘဲ လည်တယ်။ လက်ကျံဖက် (နာရီလက်တံ လကျံရစ်ဖက်) ၉-ပတ် လည်ပြီး၊ ပြောင်းပြန် (နာရီလက်တံ ပြောင်းပြန်ဖက်) ၉-ပတ် လည်တယ်။ လက်ကျံဖက်ကို လည်တဲ့အခါ၊ အာကာသမှာ စွမ်းအင်ကို အားပြင်းစွာ စုတ်ယူပြီး၊ စွမ်းအင် တော်တော် ကြီးတယ်။ ကုန်းအား တိုးမြှင့်လာတာနဲ့အမျှ၊ လည်တဲ့အင်အား တနေ့ တခြား ပြင်းလာမယ်။ လူအားနဲ့ ချိုကို ပွေ့ပြီး ဦးထိပ်ကို သွင်း(捧气灌顶)တာက မမှီနိုင်ဘူး။ ပြောင်းပြန် လည်တဲ့အခါ၊ စွမ်းအင်ကို လွှတ် ပြီး၊ သက်ရှိ အများအပြားကို ကယ်တယ်။ မမှန်ကန်တဲ့ အနေအထားကို ပြုပြင်တယ်။ ကုန်းကျင်သူ အနီးတဝိုက် ရှိသူ အားလုံး အကျိုးခံလိမ့်မယ်။ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံမှာ သင်ကြားလာပြီး ဖြစ်တဲ့ ချိုကုန်း အားလုံးအနက်၊ ဖှာလွင်းကုန်းဟာ ပထမဦးဆုံး တရားနဲ့ လူကို ကျင်နိုင်တဲ့ တခုတည်းသော ကုန်းနည်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဖှာလွင်းဟာ တန်ဖိုး အရှိဆုံး ဖြစ်ပြီး၊ ရွှေငွေ တထောင်နဲ့တောင် လဲလို့ မရတဲ့ ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ ဆရာတော်က ကျွန်တော်ကို ဖှာလွင်းကို ဆက်ခံ ပေးတဲ့အခါ၊ အဲဒီ ဖှာလွင်းဟာ ဘယ်သူ့ကိုမှ ဆက်ခံပေးလို့ မရဘူး။ တာအို နှစ်ပေါင်း၁-ထောင် ကျင်ပြီး ဖြစ်သူတောင် ဒါကို ရရှိချင်ပေမယ်။ သူက ရရှိနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူးလို့ ကျွန်တော်ကို ပြောခဲ့တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီတရားဂိတ်မှာ၊ တော်တော် တော်တော် ကြာရှည်တဲ့ ခေတ်တခေတ်မှ လူတယောက်ကို သင်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ဟိုအနှစ် ၃-၄-ဆယ်တိုင်း လူတယောက်ကို သင်ပေးတာနဲ့ မတူသေးဘူး။ ဒါကြောင့် ဖှာလွင်း အထူး တန်ဖိုး ရှိတယ်။ အခု ကျွန်တော်တို့ ဒါကိုယူပြီး၊ မူလ တန်ခိုး လောက် မကြီးအောင် လှည့်ပြောင်းပြီး ဖြစ်ပေမယ်။ ဒါဟာ တော်တော် တန်ဖိုး ရှိသေးတယ်။ ကျင်သူက ဒါကို ရရှိယင်၊ တဝက် ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်နေတာနဲ့ တူတယ်။ ကျန်တာဟာ ခင်ဗျား ရှင်းရှင်း တိုးမြှင့်ယင်၊ အနာဂတ်မှာ တော်တော်မြင်တဲ့ အဆင်အတန်း ခင်ဗျားကို စောင့်နေမယ်။ ရေစက်ပါခြင်း မရှိသူဆိုယင်၊ နောင်မှာ သူ့ဟာသူ ကျင်တာ ကျင်တာနဲ့ မရတော့ဘူး။ ဖှာလွင်းလဲ မရှိတော့ပေါ့။

ဖှာလွင်းကုန်းဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်းကုန်း ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ်၊ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ဘောင် လုံးဝ ကျော်လွန်နေပြီ။ အာကာသ တခုလုံးကို ကျင်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဟိုတုန်းကမှာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ကျင်ခြင်းဟာ၊ ဗုဒ္ဓပိုင်း သဘောတရားကိုဘဲ ပြောတယ်။ တာအိုပိုင်းကျင်ခြင်းဟာ တာအိုပိုင်း သဘောတရားကိုဘဲ ပြောတယ်။ ဘယ်သူမှမဆို အရင်းခံအနေ အာကာသကို ရှင်းလင်းအောင် မထုတ်ဖော် ပြောဆိုနိုင်ဘူး။ အာကာသဟာ လူနဲ့အလားတူ၊ ရုတ်ဝတ္ထု

ဖွဲ့စည်းမှုအပြင်၊ ဒါ.ရဲ့. ဝိသေသ တည်ရှိမှုလဲ ရှိပါတယ်။ အကျဉ်းချုပ်ပြီး ပြောရင်၊ စာလုံး ၃-လုံးဘဲ ဖြစ်တယ်။ ‘ကျင်း၊ရမ်း၊ရင်’ ( 真善忍 အစစ်၊ စိတ်နေသဘောကောင်း၊ သည်းခံမှု ) လို့ ခေါ်တယ်။ တာအိုပိုင်း ကျင်းခြင်းဟာ အဓိကအားဖြင့် ‘ကျင်း’( 真 အစစ်)ကို ရိပ်စားမိတယ်။ စကားအစစ်ပြော၊ ကိစ္စအစစ်လုပ်၊ ပင်ကိုယ် မူရင်း အစစ်ဆီပြန်၊ နောက်ဆုံးမှာ လူအစစ်ဖြစ်မြောက်တယ်။ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ကျင်းခြင်းဟာ ‘ရမ်း’( 善 စိတ်နေ သဘောကောင်း ) အပေါ် အဓိက ထားတယ်။ မဟာဂရုဏာစိတ် ထွက်ပြီး၊ သက်ရှိ အများအပြားကို ကယ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီတရားဂိတ်မှာ ‘ကျင်း၊ ရမ်း၊ရင်’ အတူကျင်းတာ ဖြစ်တယ်။ အာကာသရဲ့ အရင်းခံ ဝိသေသမှာ တိုက်ရိုက် သွားကျင်းကာ၊ နောက်ဆုံးမှာ အာကာသနဲ့ တူညီအောင် ဖြစ်မြောက်မယ်။

ဖာလွင်းကုန်းဟာ ရှင်းရှင်.ရော အသက်ပါ ၂-ခုကျင် ကုန်းနည်း ဖြစ် ပါတယ်။ ကုန်းအားနဲ့ ရှင်းရှင်.မှာ အဆင်.အတန်း အသင်.အတင်. ရောက် ပြီးနောက်၊ လောကမှာ အသိဉာဏ်ပွင့်. (ကုန်းပွင့်.)တဲ့. အနေအထား ဖြစ်မြောက်ပြီး၊ မပျက်စီးတဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာ ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.ဘို့. တောင်းဆို ထားပါတယ်။ ဖာလွင်းကုန်းဟာ၊ ငြိမ်းပျမ်းအားဖြင့်. လောကတရား ( 世间法 )နဲ့. လောကထွက်တရား( 出世间法 ) စတဲ့. အဆင်.အတန်းများကို ခွဲထားတယ်။ ဆန္ဒရှိသူ အများအပြား ငြိမ်းစားပမ်းစား ကျင်.ပြီး၊ ရှင်းရှင်.ကို အဆက်မပြတ် တိုးမြင်.ကာ၊ ဖြစ်မြောက် အောင်မြင် ငြာဘို့. မျှော်လင်.တယ်ခင်ဗျား။

၂။ဖာလွင်းရဲ့.ပုံ သဏ္ဍာန်ဖွဲ့စည်းမှု

ဖာလွင်းကုန်းရဲ့. ဖာလွင်းဟာ ဉာဏ်ရှိတဲ့. လည်နေတဲ့. စွမ်းအင်ကြွယ် အရာဝတ္ထုကိုယ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဖာလွင်းဟာ နေလကြယ်နက္ခတ်စု အာကာသ တခုလုံး လှုပ်ရှားတဲ့. ဥပဒေအရ လည်နေတာ ဖြစ်တယ်။ အဓိပ္ပါယ် တခုခု အရပြောရင်၊ ဖာလွင်းဟာ အာကာသရဲ့. ရုပ်ပုံငယ် ဖြစ်ပါတယ်။

ဖာလွင်း အလယ်ပိုင်းမှာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ‘卍’ သင်္ကေတ ( ‘卍’ -ဝမ်. အသံထွက်- သတ္တဋ္ဌဘာသာမှာ ‘စရီဗာဆာ’ ဖြစ်ပြီး၊ အဓိပ္ပါယ်က ‘မင်္ဂလာ၏ စုဆောင်းခြင်း’) - ((ဆီးဟိုင်))အဘိဓါန်မှ ) ဟာ၊ ဖာလွင်းရဲ့. ဗဟို ဖြစ် တယ်။ အရောင်က ရွှေဝါရောင် လိုလို ဖြစ်တယ်။ အောက်ခံ အရောင်ဟာ တော်တော် တောက်ပရွန်းတင်.တဲ့. နီရဲ့ရဲ့အရောင် ဖြစ်တယ်။ အပြင်ကွင်းရဲ့. အောက်ခံ အရောင်ဟာ၊ လိမ်မော်ရောင် ဖြစ်တယ်။ လေးနေရာ ထိုက်ကြည့် ( 太极 )နဲ့. လေးနေရာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ဖာလွင်းတွေ ဆိုရင်၊ ဒါတွေ တခုခြားပြီး တခုစီနဲ့. နေရာ ၈-ခုမှာ တည်ရှိပါတယ်။ အနီရောင် အမဲရောင်နဲ့. ဖွဲ့စည်းထားတဲ့.

ထိုက်ကြည်ဟာ တာအိုပိုင်းက ဖြစ်တယ်။ အနီရောင် အပြာရောင်နဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ထိုက်ကြည်ဟာ ပေါ်ဦး မဟာတာအို (先天大道)က ဖြစ်တယ်။ နေရာ ၄-ခုမှာ ဖှာလွင်း ပုံငယ်လဲ ရွေ့ဝါရောင် ဖြစ်တယ်။ ဖှာလွင်းရဲ့ အောက်ခံအရောင် ပြောင်းလဲတတ်တယ်။ အနီရောင် လိမ်မော်ရောင် အဝါရောင် အစိမ်းရောင် အပြာဖျော့ရောင် အပြာရောင် ခရမ်းရောင် ကာလပတ် အလှည့်ကျ ပြောင်းလဲတယ်။ အရောင် တော်တော် လှတယ်။ (မျက်နှာဖုံးကို ကိုးကားကြည့်ရှုပါ။) ဗဟို '၂' 'သင်္ကေတ'နဲ့ ထိုက်ကြည်အရောင် မပြောင်းလဲဘူး။ အဲဒီ ဖှာလွင်း အကြီး အငယ်တွေနဲ့ '၂' 'သင်္ကေသတွေ အားလုံး ကိုယ်တိုင် လည် နေတယ်။ ဖှာလွင်းရဲ့ အမြစ်ဟာ အာကာသမှာ တွယ်နေတယ်။ အာကာသက လည်နေတယ်။ ကြယ်စုတန်း အသီသီး လည်နေတယ်။ ဒါကြောင့် ဖှာလွင်းလဲ လည်နေတယ်။ ထျန်းမှ အဆင် အတန်း နိမ်.တဲ.လူဆိုယင်၊ ဖှာလွင်း ပန်ကာလို လည်နေတယ်လို့ မြင်နိုင်တယ်။ ထျန်းမှ အဆင်.အတန်း မြင်.တဲ.လူဆိုယင်၊ ဖှာလွင်းရဲ့ ရှုကွင်း တခုလုံးကို မြင်နိုင်တယ်။ ဒါဟာ တော်တော် လှပ၊ တော်တော် တောက်ပရွန်းတင်.တယ်။ ကုန်းကျင်.သူရဲ ကျင်.ခြင်းဟာ ပိုပြီး ရဲရင်.ဝံ.စားစွာ ကောင်းသည်ထက် ကောင်းအောင် တိုးတက် စေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၃။ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့ ကျင်.ရေး ဝိသေသ

(၁)တရားနဲ့လူကိုကျင်.ခြင်း။

ဖှာလွင်းကုန်း သင်သူဟာ ကုန်းအားနဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ကို လျှင်မြန်စွာ တိုးတက် မယ်သာမက၊ ဖှာလွင်းကိုလဲ ထွက်အောင် ကျင်.နိုင်တယ်။ ဖှာလွင်းကို တော်တော် တိုတဲ အချိန်ပိုင်း အတွင်း ဖြစ်မြောက်တတ်တယ်။ တနေ့နေ့ ဖြစ်မြောက်ယင်၊ တန်ခိုး အလွန်ကြီးမယ်။ ဒါဟာ ကုန်းကျင်.သူ တိမ်းမှားမှု မဖြစ်စေဘို့ ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီလူက ရှင်းရှင်းဆိုသူရဲ့ ထိခိုက် နှောက်ယှက်မှု မခံစေဘို့လဲ ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။ သဘောတရားအရလဲ ရိုးရာ ကျင်.နည်းတွေနဲ့ မတူဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ဖှာလွင်း ဖြစ်မြောက်ပြီးနောက်၊ မရပ်ဘဲ လည်တတ်တယ်။ ဥာဏ် ရှိတဲ အသက်ရှိကိုယ် အဖြစ်နဲ့ တည်ရှိတယ်။ ခါတိုင်းမှာ ကုန်းကျင်.သူ ဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်း နေရာမှာ စွမ်းအင်ကို အဆက်မပြတ် သိုလှောင်တယ်။ ဖှာလွင်းဟာ လည်တာကတဆင့် အာကာသ မှာ ကိုယ်.ဖာသာ စွမ်းအင် စုဆောင်း သိမ်းဆည်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါရဲ့ မရပ်ဘဲ လည်နေတာ အတွက်ကြောင့်ဘဲ၊ တရားနဲ့ လူကို ကျင်.တဲ ရည်ရွက်ချက် ထမြောက်စေပါတယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုယင်၊ လူက တလျှောက်လုံး ကုန်းကျင်.နေတာ မဟုတ်ပေမယ်။ ဖှာလွင်းမူ မရပ်ဘဲ လူကို ကျင်.နေပါတယ်။ အများသိကြာတဲ.အတိုင်းဘဲ၊ သာမန်လူ

ရက်ခင်းမှာ အလုပ်လုပ်ရတယ်။ ညမှာ အနားယူရတယ်။ ကုန်းကျင်.တဲ. အချိန် တော်တော် အကန်.အသတ် ရှိပါတယ်။ ၂၄- နာရီ မရပ်ဘဲ ကုန်းကျင်.လိုယင်၊ ကုန်းကျင်.တာကို တလျှောက်လုံး တွေးဆတာ ရှိရုံဘဲ ဆိုယင် မရဘူး။ နို့.မဟုတ် ဘာနည်းလမ်း ကျင်.သုံးတယ် စတာတွေ၊ အားလုံး တကယ် ၂၄-နာရီလုံး ကုန်းကျင်. နေတဲ. ရည်ရွယ်ချက် ထမြောက်စေဘို့. ခက်တယ်။ ဒါပေမယ်. ဖာလွင်း မရပ်ဘဲ လည်နေတယ်။ အာကာသမှာ ချိ(မဏာမ ကာလ စွမ်းအင် တည်ရှိတဲ.အသွင်) အများအပြား အတွင်းကို ဝင်အောင် လည်ပြီး၊ နေ.ရော ညပါ မရပ်ဘဲ အချိန်မပြတ်နဲ့. စုတ်သွင်းလာတဲ. ချိကို ဖာလွင်းရဲ. နေရာ အသီးသီးမှာ သိုလှောင် လှည့်.ပြောင်းတယ်။ ချိကို ပိုမို အဆင်.မြင်.တဲ. အရာဝတ္ထု အဖြစ် လှည့်.ပြောင်း ပြီး၊ နောက်ဆုံးမှာ ကျင်.သူ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ‘ကုန်း’အဖြစ် လှည့်.ပြောင်းပေးပါတယ်။ ဒါဟာ တရားနဲ့. လူကို ကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.ခြင်းဟာ ဂိုဏ်းအသီးသီး၊ ဂိတ်အသီးသီး တန်း( 丹 )လမ်းချိကုန်းရဲ. ကုန်းကျင်.ခြင်း သဘောတရားနဲ့. လုံးဝ မတူဘူး။

ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.ခြင်းရဲ. အကြီးဆုံး ဝိသေသဟာ တန်း( 丹 )လမ်း မသွားဘဲ ၊ ဖာလွင်းကို ကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အခု သင်ကြားလာနေတဲ. ဘာဂိုဏ်း ဘာဂိတ်က ကုန်းနည်းမဆို၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ၊ တာအိုဘာသာက ကုန်း ဂိုဏ်းအသီးသီး၊ ဗုဒ္ဓပိုင်း တာအိုပိုင်း အရပ်ပိုင်း ဘေးဂိတ်မှာ ကျင်.နည်း တော်တော်များများ၊ အားလုံး တန်း( 丹 )လမ်းကို သွားတယ်။ တန်းလမ်းချိကုန်းလို. ခေါ်တယ်။ ဘုန်းကြီး၊ သီလရှင်၊ တာအိုကျင်.သူတွေရဲ. ကျင်.ခြင်းဟာ အားလုံး တန်းလမ်း ဖြစ်တဲ. လမ်းကို သွားတယ်။ သေဆုံးပြီး မီးသံဂြိုဟ်တဲ.အခါ၊ ဓါတ်တော်ကို ကျိုထွက်တတ်တယ်။ ခုခေတ်မှာ သိပ္ပံကိရိယာတွေ ဒါကို ဘာအရာဝတ္ထုနဲ့. ဖွဲ့စည်းထားတာကို မတိုင်းထွာ နိုင်ပါဘူး။ တော်တော်မာပြီး၊ ကြည်.လို. ကောင်းတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့်. ဒါဟာ တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ စုဆောင်း သိမ်းဆည်းလာတဲ. စွမ်းအင်ကြွယ် ဝတ္ထုပစ္စည်း ဖြစ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဒီဟင်းလင်းပြင်မှာ ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူး။ ဟိုတန်း( 丹 ) ဖြစ်ပါတယ်။ တန်းလမ်းချိကုန်းဟာ အသက်ထင်ရှား ရှိစဉ်မှာ၊ အသိဉာဏ်ပွင့်. အနေအထား ဖြစ်မြောက်စေဘို့. တော်တော်ခက်တယ်။ ဟိုတုန်းကမှာ တန်းလမ်း ကျင်.သူ တော်တော်များများ တန်းကို မြောက်ယူတယ်။ ညီးဝမ်းကုန်း( 泥丸宮 ) မှာ ရောက်တော့ ထွက်အောင် မမြောက်နိုင်ဘူး။ လူတော့. ဒီမှာ ရှူကျပ်လို. သေဆုံးသွားတယ်။ အချို့လူက လူ.အားနဲ့. ဒါကို ပေါက်ကွဲစေချင်တယ်။ ဒါပေမယ်. ဒါကို မဖောက်ခွဲနိုင်ဘူး။ တချို့တော့. ဒီလိုဖြစ်တယ်။ သူ့.ရဲ. အဘိုး ဖြစ်မြောက်အောင် မကျင်.နိုင်ဘူး။ သေဆုံးတဲ.အခါ သူ့.အဖေကို ထွေးပေး၊ သူ့.အဖေ ဖြစ်မြောက်အောင် မကျင်.နိုင်ဘူး၊ သေဆုံးတဲ.အခါ

သူ့ကို ထွေးပေးနဲ့. ခုထက်ထိ သူက ဘာကိုမှ မဟုတ်သေးဘူး။ တော်တော်ခက်တယ်။ ကုန်းနည်း တော်တော် များများလဲ မဆိုးဘူး၊ သင်ကြားချက်အစစ် ခံယူရရှိယင်လဲ မဆိုးတာပေါ့။ သူက ခင်ဗျားကို သလောက် အဆင်.မြင်.တဲ. ဥစ္စာကို သင်မပေးဘူးသာ စိုးရိမ်စရာပါ။

### (၂)အဓိကသတိ(主意识)ကိုကျင့်ခြင်း။

လူတိုင်း အဓိကသတိ တခု ရှိပါတယ်။ ခါတိုင်းမှာ ကိစ္စလုပ်တာ၊ ကိစ္စ စဉ်းစားတာဟာ အကုန် အဓိကသတိနဲ့ ဖြစ်ပါတယ်။ လူတယောက်မှာ အဓိကသတိအပြင်၊ လက်ထောက်သတိ( 副意识 ) ၁-ခုက ၃-၄-၅-ခုအထိ တည်ရှိသေးတယ်။ တချိန်တည်းမှာ မိသားစုမှာ ဘိုးဘွားတွေရဲ့ လက္ခဏာလဲ ရှိပါတယ်။ လက်ထောက်သတိဟာ အဓိကသတိနဲ့ တူညီတဲ. နာမယ် ခေါ်တယ်။ လက်ထောက်သတိဟာ သာမန်အားဖြင့်. အဓိကသတိထက် စွမ်းဆောင်နိုင်စွမ်း မြင့်.ပြီး၊ အဆင်.အတန်း မြင့်.တယ်။ သူဟာ ကျွန်တော်တို့. သာမန်လူ့.လောကကြောင့်. မျက်စိ မလည်ဘူး။ သူဟာ သူ့ရဲ့. အထူး ဟင်းလင်းပြင် သက်သက်ကို မြင်နိုင်ပါတယ်။ ကုန်းနည်း တော်တော်များများဟာ လက်ထောက်သတိ ကျင့်.တဲ.လမ်းကို သွားတယ်။ သူ့ရဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာ၊ အဓိကသတိဟာ ကယ်ရီယာဝတ္ထု အဖြစ်နဲ့.ဘဲ စွမ်းဆောင်တယ်။ အဲဒီကိစ္စမျိုးကို သာမန်အားဖြင့်လဲ. ကုန်းကျင့်.သူ မသိကြဘူး။ ပီတိအဟုန်နဲ့. ရှင်မြူးသေးတယ်။ လူဟာ လူလောကမှာ နေထိုင်နေတယ်။ လက်တွေ့ကျတဲ. ဥစ္စာ တွေကို အထူးသဖြင့်. သူ့စွဲကိုင်နေတဲ. ဥစ္စာတွေကို စွန့်.ပစ်ခိုင်းယင် အထူးခက်ခဲတယ်။ ဒါကြောင့်. ကုန်းနည်း တော်တော်များများဟာ ဈာန်ဝင်စားရာမှာ ကျော်လွှားတာကို အလေးတင် ပြောဆိုတယ်။ လုံးဝ ဈာန်ဝင်စားရပါတယ်။ ဈာန်ဝင်စားရာမှာ လှည့်.ပြောင်း.တဲ.အခါ၊ သူ့ရဲ့. လက်ထောက်သတိက ဟိုလောကမှာ လှည့်.ပြောင်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လှည့်.ပြောင်းစဉ် တိုးတက်စေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တနေ့.နေ့.မှာ သူ့ရဲ့. လက်ထောက်သတိ ကျင့်.တက်သွားတယ်။ သူဟာ ခင်ဗျားရဲ့. ကုန်းကို ပါဆောင်သွားတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့. အဓိကသတိနဲ့. ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ ဘာကိုမှ မရှိတော့.ဘူး။ ခင်ဗျား တသက်လုံး ကျင့်.တာဟာ ခဲလေသမျှ သဲရေကျ ဖြစ်တော့.မယ်။ ဒါဟာ နှမြောစရာ ကောင်းလှတယ်။ တချို့ နာမယ်ကျော် ချီကုန်းဆရာဟာ၊ ကုန်းစွမ်းရည် အမျိုးမျိုး တော်တော်ကြီးမြင့်.တယ်။ နာမယ် တော်တော် ကျော်ကြားတယ်။ ဒါပေမယ်. သူ့ရဲ့.ကုန်းဟာ သူ့.ကိုယ်.ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ပေါက်တာ မဟုတ်ဘူးတောင် သူက မသိဘူး။

ကျွန်တော်တို့ ဖာလွင်းကုန်းဟာ အဓိကသတိကို တိုက်ရိုက်ရည်ညွှန်ပြီး ကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းဟာ တကယ် ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ထိထိရောက်ရောက် ပေါက်ထားဘို့. တောင်းဆိုထားပါတယ်။ လက်ထောက်သတိကလဲ တစိတ်တပိုင်းစီ ရရှိတာပေါ့။ ဒါဟာ လက်အောက်ခံ နေရာမှာ လိုက်ပြီးတော့. တိုးတက်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီကုန်းနည်းဟာ ရှင်းရှင်.ကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ် တောင်းဆိုထားပါဘဲ။ ခင်ဗျားကို သာမန်လူလောကမှာ၊ အရှုပ်ထွေးဆုံး အခြေ အနေမျိုးမှာ ရှင်းရှင်.ကို တူသားပေသားရအောင် လေ့ကျင့်စေတယ်။ ဒါနဲ့. တိုးတက်မှု ရှိစေတယ်။ ရွံ့.ပုပ်က ထွက်လာတဲ့. ငြာပန်း တပန်း ဖြစ်လာတယ်။ ဒါကြောင့်. ခင်ဗျားကို ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.ဘို့. ခွင့်ပြုတာပါ။ ဖာလွင်းကုန်း တန်ဘိုးရှိတာဟာ ဒီမှာဘဲ တန်ဘိုး ရှိတာဘဲ။ တန်ဘိုးရှိတယ် ဆိုတာဟာ ခင်ဗျား ကိုယ်.ဟာကိုယ် ကုန်းရရှိတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်. ခက်လဲ တော်တော်ခက်တယ်။ ခက်တယ်ဆိုတာဟာ ခင်ဗျားက အရှုပ်ထွေးဆုံး ပတ်ဝန်းကျင်မှာ သွားသံခဲတင်တဲ့. လမ်းတလမ်း သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကုန်းကျင်.တဲ့. ရည်ရွယ်ချက်ဟာ အဓိကသတိကျင်.လိုဘို့. ဖြစ်တယ်ဆိုပါက၊ တလျှောက်လုံး အဓိကသတိနဲ့. ကိုယ်ကုန်းကျင်.ခြင်းကို ချုပ်ကိုင်ရပါတယ်။ လက်ထောက်သတိကို ခန့်.အပ်လို့. မရဘဲ၊ အဓိကသတိ ပြောတာ အရာရောက်တယ်။ နို့.မဟုတ်ယင်၊ တနေ့.နေ့.မှာ၊ လက်ထောက်သတိက အပေါ်ကို ကျင်.သွားတယ်။ ကုန်းကိုလဲ ပါဆောင်သွားမယ်။ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့. အဓိကသတိ အနေနဲ့.တော့. ဘာကိုမှ မရှိတော့ဘူး။ ခင်ဗျားက အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ကျင်.ချင်တဲ့.အခါ၊ ခင်ဗျားရဲ့ အဓိကသတိဟာ အိပ်နေသလိုလို မသိဘူး။ ခင်ဗျား ဘာကုန်း ကျင်.နေသလဲ ဆိုတာကိုလဲ မသိဘူး။ ဒီလိုဖြစ်ယင် မရဘူး။ ခင်ဗျားက ခင်ဗျားကုန်းကျင်.နေတယ်၊ အပေါ်ကို ကျင်.နေတယ်၊ ရှင်းရှင်. တိုးမြင်.နေတယ်လို့. ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိရှိရပါတယ်။ အဲဒီအခါမှ ခင်ဗျား လက်ဦးမှု ရှိပြီး ခင်ဗျားက ကုန်း ရရှိနိုင်မှာဘဲ။ တခါတလေ ခင်ဗျား နဝေနဝါ ဖြစ်နေတဲ့.အခါ၊ အဲဒီကိစ္စကို လုပ် ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားကလဲ ဘယ်လိုလုပ်ဖြစ်သလဲလို့. မသိဘူး။ စင်စစ်တော့. လက်ထောက်သတိက စွမ်းဆောင်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လက်ထောက်သတိက ငြီးမှုးနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်တမ်း ခင်ဗျားက ဟိုမှာ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်နေတယ်။ မျက်စိဖွင့်.ပြီး မျက်နှာချင်း ဆိုင်နေရာကို ကြည့်.လိုက်ယင်၊ မျက်နှာချင်းဆိုင်မှာ ကျွန်တော် တဦး ရှိသေးတယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားရဲ့ လက်ထောက်သတိဘဲ။ တကယ်တမ်း ခင်ဗျားက ဟိုမှာ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်နေတယ်။ ခင်ဗျားက မြောက်ပိုင်းကို မျက်နှာချင်း ဆိုင်နေတယ်။ ဒါပေမယ့်. ခင်ဗျားက၊ ခင်ဗျား မြောက်ပိုင်းနေရာမှာ ရှိတယ်လို့. တွေ့.မြင်တယ်။ ခင်ဗျားက ဘယ်.နယ်လဲ ကျွန်တော်

ထွက်လာသလဲလို့. တွေးတယ်။ ဒါဟာ ကျွန်တော်အစစ် ထွက်လာတာ ဖြစ်ပြီး၊ ထိုင်နေတာဟာ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့ လက်ထောက်သတိ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကို ခွဲလို့ ရတယ်။

ဖာလွင်းကုန်း ကျင်ရာမှာ မိမိကိုယ်မိမိ လုံးဝ မေ့မော့လို့ မရဘူး။ မိမိကိုယ်မိမိ မေ့မော့ တာဟာ ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ ရှုလျှောက်တာမှာနဲ့ မကိုက်ညီဘူး။ ကုန်းကျင်ရာမှာ ခေါင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ထားရပါတယ်။ ကုန်းကျင်တဲ့အခါ အဓိကသတိ နဲ့နဲ့ အားကောင်းယင်၊ တိမ်းမှားမှု ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ သမားရိုးကျဥစ္စာတွေ ခင်ဗျားကို ထိပါးနိုင်မှာလဲ မဟုတ်ဘူး။ အဓိကသတိ တော်တော် အားနဲ့ယင်၊ တချို့ဥစ္စာတွေတော့ တက်လာမယ်။

(၃) ကုန်းကျင်ရာမှာ ဦးတည်ချက်၊ အချိန်ကို အရေးထားဘို့ မလိုဘူး။

ကုန်းနည်း တော်တော်များများဟာ ကုန်းကျင်ရာမှာ ဘယ်ဘက်ကို ဦးတည်တာ ကောင်းတာ ဘယ်နာရီမှာ ကုန်းကျင်တာ ကောင်းတာတွေကို အရေးထားတယ်။ ကျွန်တော့်တို့မှာ အားလုံး အရေးထားဘို့ မလိုဘူး။ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်ခြင်းဟာ အာကာသရဲ့ ဝိသေသအရ ကျင်နေတာ ဖြစ်ပြီး၊ အာကာသ ဆင်ကဲ တိုးတက် လှည့်ပြောင်းတဲ့ မူရင်းသဘောအရ ကျင်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဦးတည်ချက်၊ အချိန်တွေကို အရေးထားဘို့ မလိုဘူး။ ကျွန်တော်တို့ ကုန်းကျင်တာဟာ ဖာလွင်းပေါ်မှာ ထိုင်ပြီး ကျင်တာနဲ့ တူတယ်။ မျက်နှာဘက်စုံ ဖြစ်ပြီး၊ တလျှောက်လုံး လည်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဖာလွင်းဟာ အာကာသနဲ့ ပြိုင်ကျတာ ဖြစ်တယ်။ အာကာသက လှုပ်ရှားနေတယ်။ နဂါးငွေ့ကြယ်စုတန်းက လှုပ်ရှားနေတယ်။ ဂြိုဟ်ကြီး ၉-လုံးက နေကို ပတ်လည်နေတယ်။ ကမ္ဘာလုံး ကိုယ်၌လဲ ဝင်ရိုးကို ဗဟိုပြုပြီး လည်နေတယ်။ ဘယ်ဘက်မှာ အရှေ့ပိုင်း တောင်ပိုင်း အနောက်ပိုင်း မြောက်ပိုင်း ဖြစ်သလဲ။ ကျွန်တော်တို့ ပြောတဲ့ အရှေ့ပိုင်း တောင်ပိုင်း အနောက်ပိုင်း မြောက်ပိုင်းတွေဟာ ကမ္ဘာလုံးကလူတွေ ကမ္ဘာလုံးမှာ ရပ်တည်ပြီး ခွဲတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ခင်ဗျားက ဘယ်ဘက်မှာ ရပ်တည်ပြီး ကျင်တာမဆို ဘက်အားလုံးမှ ရပ်တည်ပြီး ကျင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့လူက ညဉ့်နက်သန်းခေါင်မှာ ကုန်းကျင်ဘို့ ကောင်းတယ်၊ နေ့လယ်မှာ ကုန်းကျင်ဘို့ ကောင်းတယ်၊ နိုမဟုတ် ဘယ်အချိန်မှာ ကောင်းတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒါကိုလဲ အရေးထားဘို့ မလိုဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ခင်ဗျားက ကုန်းမကျင်တဲ့အခါ ဖာလွင်းက ခင်ဗျားကို ကျင်နေပါတယ်။ ဖာလွင်းဟာ အချိန်မပြတ်နဲ့



ခင်ဗျား ကုန်းကျင်.တာကို အကူအညီ ပေးနေပါတယ်။ တရားနဲ့ လူကို ကျင်.နေတယ်။ တန်းလမ်းချိကုန်းဟာ လူက တန်း သွားကျင်.တာ ဖြစ်တယ်။ ဖွာလွင်းကုန်းဟာ တရားက လူကိုကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား အချိန်များယင် များများကျင်.၊ အချိန်နဲ့ယင် နဲ့ကျင်.၊ ဒါတွေ အားလုံး တော်တော် အဆင်ပြေသလို ပြုလို့.ရပါတယ်။

### ၄။ ရှင်းရှင်း. ( 心性 စိတ်ဓါတ် ) ရောအသက်ပါကျင်.ခြင်း။

ဖွာလွင်းကုန်း ကျင်.ခြင်းဟာ ရှင်းရှင်း.လဲကျင်. အသက်လဲကျင်.ပါတယ်။ ကုန်းကျင်.တာနဲ့ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာကို အရင် ပြုပြင်တာဖြစ်တယ်။ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာကို မစွန့်.ပစ်ဘူး။ အဓိကသတိနဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာကို တခုတည်း ဖြစ်အောင် ပေါင်းပြီး၊ တခုလုံး ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

### (၁) ပင်းထီ ( 本体 ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ ) ကို ပြုပြင်ခြင်း

လူကိုယ်ခန္ဓာဟာ အသား၊ သွေးနဲ့ အရိုးနဲ့ ဖွဲ့.စည်းထားတာဖြစ်တယ်။ မတူတဲ့ မော်ရီကျူး ဖွဲ့.စည်းမှုနဲ့ အရာဝတ္ထု ရှိပါတယ်။ ကုန်းကျင်.တာနဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ မော်ရီကျူး အရာဝတ္ထုကို စွမ်းအင်ကြွယ် အရာဝတ္ထုအဖြစ် လှည့်.ပြောင်းတယ်။ ဒီလိုဆိုယင် လူကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ ဖွဲ့.စည်းမှုဟာ မူလက အရာဝတ္ထုပစ္စည်း မဟုတ်တော့ဘဲ ပင်ကိုယ်အရည်အချင်း ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ပွားပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျင်.သူက သာမန်လူတွေအနက် ကျင်.တာဖြစ်ပြီး၊ လူထုအနက်မှာ နေထိုင်လို့ လူသား လူမှုရေးအနေအထားကို ဖောက်ဖျက်လို့ မရဘူး။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို ပြောင်း လဲမှုဟာ သူမူလက မော်ရီကျူးဖွဲ့.စည်းမှုကို မပြောင်းလဲဘူး။ မော်ရီကျူး စီစဉ်တဲ့ အစီအစဉ် ပြောင်းလဲမှု မရှိဘူး။ မူလက မော်ရီကျူး အရာဝတ္ထုကိုသာ ပြောင်းလဲတယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ အသားဟာ ပျော့တာ ဖြစ်သေးတယ်။ အရိုးက မာတာ ဖြစ်သေးတယ်။ သွေးဟာ စီးနေတာ ဖြစ်သေးတယ်။ ခါးနဲ့ တချက်လုံးယင် သွေးထက်သေးမယ်။ တရုတ်ပြည် ရှေးခေတ်က ဓါတ်ကြီး၅-ပါး အယူဝါဒအရ၊ ရွှေ၊ သစ်၊ ရေ၊ မီး၊ မြေနဲ့ အရာခပ်သိမ်းကို ဖွဲ့.စည်းထားပါတယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာလဲ ဒီလိုဘဲ။ ကုန်းကျင်.သူမှာ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ပွားပြီး၊ စွမ်းအင်ကြွယ် အရာဝတ္ထုနဲ့ မူလက မော်ရီကျူး အရာဝတ္ထုကို အစားထိုးတဲ့အခါ၊ အဲဒီအချိန်မှာ လူကိုယ်ခန္ဓာဟာ မူလက ဝတ္ထုပစ္စည်းနဲ့ ဖွဲ့.စည်းထားတာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ‘ဓါတ်ကြီး၅-ပါးအတွင်း မရှိ’ ဆိုတာဟာ ဒီသဘောတရား ဖြစ်ပါတယ်။

ရှင်းရှင်း.ရော အသက်ပါ ၂-ခုကျင်. ကုန်းနည်းရဲ့. အကြီးဆုံး ဝိသေသဟာ လူ့ရဲ့. အသက်ကို ရွှေ့ဆိုင်းစေတာ၊ အိုမင်းခြင်းကို ရွှေ့ဆိုင်းစေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဖာလွင်းကုန်းဟာ အဲဒီလို သိသာတဲ့. ဝိသေသ ရှိတာဘဲ။ ဖာလွင်းကုန်းဟာ အောက်ပါလမ်းကြောင်း သွားတယ်။ အရင်းအမြစ်ကနေ လူကိုယ်ခန္ဓာ မော်ရီကျူး အရာဝတ္ထုကို ပြောင်းလဲတယ်။ စုဆောင်း သိမ်းဆည်းလာတဲ့. စွမ်းအင်ကြွယ် အရာဝတ္ထုနဲ့. ဆဲလ်တိုင်းမှာ သိုလှောင်ထားတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ စွမ်းအင်ကြွယ် အရာဝတ္ထုနဲ့. ဆဲလ်အရာဝတ္ထုကို အစားထိုးပြီး ရုပ်သစ်ရုပ်ဟောင်း ဖြစ်ပျက် ပြောင်းလဲမှု မဖြစ်ပွားတော့ဘူး။ ဒါဟာ ဓါတ်ကြီး ၅-ပါးမှ ထွက်လာပြီး၊ တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ အရာဝတ္ထုနဲ့. ဖွဲ့စည်းထားတဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာ ဖြစ်မယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဟင်းလင်းပြင်မှာ အချိန် ကန့်သတ်ချုပ်ခြယ်မှု မခံဘူး။ အဲဒီလူက ထာဝစဉ် ငယ်ရွယ်နုပျိုတော့မယ်။

ခေတ်အဆက်ဆက်မှာ ဘုန်းကြီးတော်တွေ အသက် ရှည်ခဲ.ပြာတယ်။ အခု အသက် ရာပေါင်း များစွာ ရှိတဲ့.လူက လမ်းမှာ လမ်းလျှောက်ယင်၊ ခင်ဗျားက သူ့ကိုမြင်ပြီး မသိနိုင်ဘူး။ သူ့ရုပ်ဟာ တော်တော် ငယ်ရွယ်တယ်။ ဝတ်ထားတာ သာမန်လူနဲ့. တူယင် ခင်ဗျားတော့. မြင်ပြီး မသိနိုင်ဘူး။ လူ့ရဲ့.အသက်ဟာ ခုလို မတိုသင်.ဘူး။ ခုခေတ် သိပ္ပံပညာအမြင်အရ၊ လူဟာ အသက် (၂၀၀)ကျော် ရှည်အောင် အသက်ရှင်နိုင်တယ်။ မှတ်တမ်းတွေအရ၊ ဗြိတိန်နိုင်ငံမှာ၊ (ဖုက်မ်ခါစ်)လို. ခေါ်တဲ့. လူတဦးဟာ အသက်(၂၀၇)နှစ်အထိ အသက်ရှင်ခဲ.တယ်။ ဂျပန်နိုင်ငံမှာ (မမ်ဖိန်)လို. ခေါ်တဲ့. လူ ၁-ဦးဟာ အသက်(၂၄၂)နှစ်အထိ အသက်ရှင်ခဲ.တယ်။ ကျွန်တော်တို့.နိုင်ငံ ထမ်မင်းဆက် ခေတ်တုန်းက (ဂေ့.ကျော့)လို. ခေါ်တဲ့. ဘုန်းကြီး တဦး ရှိတယ်။ အသက် (၂၉၀)နှစ် အထိ အသက်ရှင်ခဲ.တယ်။ (ဖုကျဲန်.)ပြည်နယ် (ယုံထိုက်)ခရိုင် ခရိုင်သမိုင်းမှတ်တမ်းအရ၊ ထမ်မင်းဆက်ခေတ် ရှီးကျိုး-ဘုရင် ကျိုးဟို ပထမနှစ်( သက္ကရာဇ် ၈၈၁-ခုနှစ်)မှာ မွေးတဲ့. (ချင်ကျင်.)ဟာ၊ ယွမ်မင်းဆက်ခေတ် ထိုက်တင်.နှစ်များ သက္ကရာဇ် ၁၃၂၄-ခုနှစ်က သေဆုံးပြီး၊ နှစ်ပေါင်း (၄၄၃) အသက်ရှင်ခဲ.တယ်။ ဒါတွေအားလုံး စုံစမ်းလို့. အထောက်အထား ရှိပါတယ်။ နတ်ပြည်ပုံပြင်ဟာမျိုး မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့. ဖာလွင်းကုန်း သင်သူတွေ ကျင်.တာကတဆင်. မျက်နှာပေါ်မှာ အတွန်. သိသာစွာ နဲ့သွားတယ်။ မျက်နှာ နီမြန်းမြန်းဖြစ်ပြီး၊ ကိုယ်ခန္ဓာ တော်တော် ပေါ့ပါးတယ်။ လမ်းလျှောက်တာ၊ အလုပ်လုပ်တာ ပင်ပန်းရယ်လို့. ခံစားမှု မရှိဘူး။ ဒါဟာ များပြားတဲ့. အခြင်းအရာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော် ကိုယ်က အနှစ် ဆယ်ပေါင်းများစွာ ကျင်.ခဲ.တယ်။ သူများက အားလုံး ကျွန်တော်.ရဲ့. ရုပ်သွင်ဟာ အနှစ်(၂၀) ကတည်းကထက် ပြောင်းလဲမှုကြီး မရှိဘူးလို့. ပြောပြာတယ်။ ဒီအကြောင်းရင်းဘဲ။ ကျွန်တော်တို့.

ဖာလွင်းကုန်းဟာ တော်တော်အားပြင်းတဲ့ အသက်ကျင် တဲ့ ဥစ္စာ ပါဆောင်ထားတယ်။ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်သူဟာ အသက်အရွယ်အရ ကြည်ယင် သာမန်လူနဲ့ တော်တော် ကွာတယ်။ ကြည်ရတာ တကယ်အသက်အရွယ်နဲ့ မကိုက်ညီဘူး။ ဒါကြောင့် ရှင်းရှင်းရော အသက်ပါ ၂-ခုကျင်တဲ့ ကုန်းနည်းရဲ့ အကြီးဆုံး ဝိသေသဟာ လူအသက်ကို ရွှေ့ဆိုင်းနိုင်တာ၊ လူအိုမင်းခြင်းကို ရွှေ့ဆိုင်းနိုင်တာ ဖြစ်တယ်။ လူအသက်ကို ရှည်လျား စေနိုင်တယ်။

### (၂)ဖာလွင်း ကြိုးထွန်း(法轮周天)

ကျွန်တော်တို့ လူကိုယ်ခန္ဓာဟာ အာကာသငယ် တခု ဖြစ်ပါတယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာ စွမ်းအင်ဟာ ကိုယ်ခန္ဓာကို ပတ်ပြီး တပတ် ပတ်လည်တာဟာ အာကာသငယ် ပတ်လည်ခြင်းလို ခေါ်တယ်။ ကြိုးထွန်း(周天) ပတ်လည်ခြင်းလိုလဲ ခေါ်တယ်။ ရင်(任)တူး(督) အကျော(脉) ၂-ကျော ဆက်သွယ်ထားတာဟာ အဆင်အတန်းအရ ပြောရင် အပေါ်ယံကြော ကြိုးထွန်း ဖြစ်သေးတယ်။ အသက်ကျင်ဘို့ အကျိုး မရှိနိုင်ဘူး။ တကယ် ကြိုးထွန်းငယ်ဟာ နီးဝမ်းကွန်း(泥丸宫)ကနေ တန်းမြေ(丹田)အထိ အတွင်းမှာ ပတ်လည်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အတွင်းမှာ ပတ်လည်တာကတဆင့် ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းကနေ အပြင်ကို တိုးချဲ့အောင် လိုက်ပါလာစေ နိုင်မယ်။ အကျောအားလုံး ပေါက်စေမယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဖာလွင်းကုန်းဟာ အစကနေ အကျောအားလုံး ပေါက်စေရတယ်လို့ တောင်းဆိုထားပါတယ်။

ကြိုးထွန်းကြီး(大周天)ဟာ ‘ချီးကျင်းပါးမိုက်’အကျောတွေ(奇经八脉) လည်ပတ်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ တခုလုံးကို တပတ် လည်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကြိုးထွန်းကြီး ပေါက် ပါက အနေအထား တမျိုး ဖြစ်စေတတ်မယ်။ အဲဒီ ကုန်းကျင်သူက ပျံတက်နိုင်ပါတယ်။ တန်းကျမ်းစာအုပ်(丹经)မှာ ရေးထားတဲ့ ‘ရက်ခင်းမှာ ပျံတက်တယ်’ဆိုတာဟာ အဲဒီ အဓိပ္ပာယ်ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သာမန်အားဖြင့် ခင်ဗျားကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ နေရာတခုခုကို ပိတ်ထားမယ်။ ခင်ဗျား ပျံမတက် စေရတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါဟာ ခင်ဗျားကို အနေအထား တခု ပါဆောင်လာမယ်။ လမ်းလျှောက်တာ တော်တော် ပေါ့ပါးတယ်။ တောင်တက်တဲ့အခါ သူများ ခင်ဗျားကို တွန်းနေသလိုဘဲ။ ကြိုးထွန်းကြီး ပေါက်ပြီးနောက် ကုန်းစွမ်းရည် တမျိုးလဲ ပါဆောင်တတ်မယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းအင်္ဂါစု အသီးသီးမှာ ချိ(气) အပြန်အလှန် နေရာ ရွှေ့စေနိုင်မယ်။ နှလုံးမှာ ချိက အစာအိမ်မှာ သွားတယ်။ အစာအိမ်မှာ ချိဟာ အူမှာ သွားတယ်။ ကုန်းအား

အားပြင်းလာတာ နဲ့အမျှ၊ ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်ကို လွှတ်ယင်၊ သယ်ဆောင်ကုန်း(搬运功)ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီကြိုးထုံးဟာ ‘ဇီးဂူကြိုးထုံး’(子午周天) နို့မဟုတ် ‘ချမ်းခွင်း ကြိုးထုံး’(乾坤周天) လို့လဲ ခေါ်တယ်။ ဒါ့ရဲ့ လည်ပတ်မှုဟာ ကိုယ်ခန္ဓာ လှည့်ပြောင်းစေ တဲ့ ရည်ရွယ်ချက် မထမြောက် နိုင်သေးဘူး။ ဒါနဲ့ လိုက်လျှောက် ကြိုးထုံး တမျိုး တည်ရှိဘို့ လိုသေးတယ်။ ဒါက ‘မော်ယူကြိုးထုံး’(卯酉周天)လို့ ခေါ်တယ်။ မော်ယူကြိုးထုံးရဲ့ လည်ပတ်မှုဟာ အောက်ပါ အတိုင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဒေ့ယင်း(会阴) နို့မဟုတ် ပိုင်ဒေ့(百会)က ဖောက်ထွက်ပြီး၊ ကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ ကုဏ္ဍိလိင်နဲ့ ပုလ္လိင် မျက်နှာပြင် ၂-ပြင်ရဲ့ ဆက်စပ်တဲ့နေရာမှာ စတင် သွားတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ နံဘေးမှာ သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ ကြိုးထုံး ပတ်လည်မှုဟာ သာမန်ကုန်းနည်းမှာ ဆိုတဲ့ ‘ချီးကျင်း ပါးမိုက်’ အကျောတွေ(奇经八脉) ပတ်လည်မှုထက် များစွာ ကြီးတယ်။ ဒါဟာ ကိုယ်ခန္ဓာ တခုလုံးမှာ ဒေါင်လိုက်အလျားလိုက် ရောထွေးယှက်တင်နေတဲ့ ချိအကျောတွေ အားလုံး လည်နေတာ ဖြစ်တယ်။ တခုလုံးမှာ တခဏနဲ့ အားလုံး ပြန်နဲ့အောင် ပေါက်အောင် ဖောက်ရတယ်။ အားလုံး လည်ပတ်လာရတယ်လို့ တောင်းဆိုထားပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဖာလွင်းကုန်း ကိုယ်၌ပင် ဒီဥစ္စာတွေကို အကုန် ပါဆောင်ထားတယ်။ ခင်ဗျား လူ့အင်အားနဲ့ သွားကျင်ဘို့ မလိုဘူး။ အတွေးအဆနဲ့ ကူးလာစေဘို့လဲ မလိုဘူး။ ခင်ဗျား ဒီလိုလုပ်ယင်၊ ခင်ဗျား တိမ်းမှား သွားတော့မယ်။ ကျွန်တော်က သင်တန်းမှာ ခင်ဗျား ကိုယ်ခန္ဓာ အပြင်မှာ ချိကျီး (气机 ချိစက်) ကို ထည့်ပေးလိုက်တယ်။ ဒါဟာ ကိုယ်ဖာသာ လည်ပတ်တယ်။ ချိစက်ဟာ အဆင်မြင်မှာ ကုန်း ကျင်ရာမှာ ရှိတဲ့ အထူးဥစ္စာ ဖြစ်ပြီး၊ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ်ဖာသာ ကုန်းကျင်ခြင်း ဖြစ်စေတဲ့ တစိတ်တပိုင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ဖာလွင်းနဲ့နည်းတူ မရပ်ဘဲ လည်နေတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ချိအကျောတွေ လိုက်ပြီး လည်စေတယ်။ ခင်ဗျားက ကြိုးထုံးကို မကျင်ဖူးဘူး ဖြစ်ပေမယ့် စင်စစ်တော့ ဟိုချိအကျောတွေကို လိုက်ပြီး အတူတူ လည် စေနေပြီ။ နက်နဲနေရာ အတွင်းအပြင် အတူတကွ လည်ကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အပြုအမူ နဲ့ဟာ ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်မှာ ချိစက်ကို အားဖြည့်ဘို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။

(၃)အကျော(脉) ဖောက်ခြင်း။

အကျောဖောက်ခြင်းရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ စွမ်းအင် လည်စေပြီး၊ ဆဲလ် မော်ရီကျူး အရာဝတ္ထုကို ပြောင်းလဲကာ၊ စွမ်းအင်ကြွယ် ဝတ္ထုပစ္စည်းအဖြစ် လှည့်ပြောင်းသွားစေဘို့

ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်း မကျင်.တဲ.လူရဲ့ အကျောဟာ ပိတ်ဆို့.ထားတာ ဒီထက်မက တော်တော် ကျဉ်းတယ်။ ကုန်းကျင်.သူရဲ့ အကျောတွေ တဖြည်းဖြည်း လင်းလာမယ်၊ မပေါက်တဲ. နေရာမှာ ပေါက်တော့.မယ်၊ ကုန်း အချိန် ကြာ ကျင်.ပြီးလူဆိုယင်၊ အကျော ကျယ်သွားမယ်။ အဆင်.မြင်.မှာ ကျင်.တဲ.အခါ၊ အကျော ပိုမို ကျယ်သွားမယ်။ တချို့လူရဲ့ အကျောဟာ လက်ချောင်းလို ကျယ်တယ်။ ဒါပေမယ်. အကျောဖောက်ခြင်း ကိုယ်၌ပင် ဘယ်အဆင်.အတန်း ကျင်.လာနေပြီကို ကုန်းဘယ်လောက် မြင်.ပြီကို ကိုယ်စား မပြုနိုင်ဘူး။ ကုန်းကျင်.တာနဲ့ အကျော ပိုလင်း ပိုကျယ် လာစေတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ အကျော အားလုံး တခုလုံး ဖြစ်အောင် ဆက်သွယ် ထားမယ်။ အဲဒီအခါရောက်ယင်၊ ဒီလူက အကျောလဲ မရှိ အပ်စိုက်ကွက်လဲ မရှိ။ ပြောင်းပြန်ပြောယင်၊ ဒီလူက တကိုယ်လုံး အားလုံး အကျောလဲဖြစ် အပ်စိုက်ကွက်လဲ ဖြစ်နေပြီ။ အဲဒီအခါမှာ ဒါဟာ ဒီလူက တာအို ဖြစ်မြောက်နေပြီလို့ မပြဆို နိုင်သေးဘူး။ ဒါဟာလဲ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.စဉ်မှာ ပြသခြင်း တမျိုးသာ ဖြစ်သေးတယ်။ အဆင်.အတန်း တခုရဲ့ ပြသခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအဆင်.အတန်း ရောက်တော့. လောကတရား( 世 间 法 ) ကျင်.ခြင်းမှာ အဆုံးရောက်နေပြီ။ တချိန်တည်းမှာ၊ ပြင်ပသဏ္ဍာန်မှာလဲ တော်တော် သိသာတဲ. အနေအထား တရပ်လဲ ပါဆောင်လာတယ်။ ပန်း၃-ပွင့်. ဦးထိပ်မှာ စုခြင်း (三花聚 頂) ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီကုန်း ထွက်လာတာ တော်တော် တော်နေပြီ။ အားလုံး ပုံသဏ္ဍာန် ရှိတယ်။ ကုန်းတိုင်လဲ တော်တော်မြင်.နေပြီ။ ဒါ.အပြင်၊ ဦးထိပ်ပေါ်မှာ၊ ပန်း၃-ပွင့်. ပေါ်ထွက်လာတယ်။ တပွင့်.က ကြာပန်းလို၊ တပွင့်.က ဂန္ဓမာပန်းလို။ ပန်း ၃-ပွင့်.ဟာ ဝင်ရိုးကို ဗဟိုပြုပြီး ကိုယ်စီ လည်တတ်တယ်။ ကိုယ်စီ လည်တာနဲ့ တချိန်တည်းမှာ အလှည့်.စီ လည်ပတ်တတ်တယ်။ ပန်းတိုင်း အပေါ်မှာ တိုင်တခုစီ ရှိပါတယ်။ ကောင်းကင်ယံကို ပေါက်တဲ. တိုင် ဖြစ်ပါတယ်။ တော်တော်မြင်.တယ်။ အဲဒီ တိုင် ၃-ခုဟာလဲ ဟိုပန်းတွေကို လိုက်ပြီး လည်နေပါတယ်။ ဝင်ရိုးကို ဗဟို ပြုပြီးလဲ လည်နေတယ်။ သူ ကိုယ်.ဟာကိုယ် ခေါင်း တော်တော် လေးတယ်လို့. ခံစားတယ်။ အဲဒီအခါ၊ သူဟာ လောကတရားမှာ နောက်ဆုံး ခြေလှမ်း ၁-လှမ်း ပြီးလိုက်တာသာ ဖြစ်ပါတယ်။

၅။ အတွေးအဆ

ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.ရာမှာ အတွေးအဆ မပါဘူး။ အတွေးအဆ ကိုယ်၌ပင် ဘာကိုမှ မလုပ်နိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ်. ဒါဟာ ညွှန်ကြားချက် ထုတ်နိုင်ပါတယ်။ တကယ်. စွမ်းဆောင်တာဟာ ကုန်းစွမ်းရည် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ဉာဏ်ရှိကိုယ် တွေးဆစွမ်းအား

ပါရုံပြီး၊ ဦးနှောက် လက္ခဏာ ထိန်းကွပ်မှု ခံပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လူတော်တော်များများ အထူးသဖြင့် ချီကုန်းရပ်ကွက်မှာ အဆို တော်တော်များတယ်။ အတွေးအဆဟာ ကိစ္စ များစွာ လုပ်နိုင်တယ်လို့ မှတ်ယူကြတယ်။ တချို့ လူက အတွေးအဆနဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် ဖွင့်တယ်။ အတွေးအဆနဲ့ ထျန်းမု(天目) ဖွင့်တယ်။ အတွေး အဆနဲ့ ရောဂါ ကုပေးတယ်။ အတွေးအဆနဲ့ သယ်ယူပို့ဆောင်တယ်လို့ ပြောတယ်။ ဒါဟာ မှားယွင်းတဲ့ အမြင် ၁-မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်.နိမ်.မှာ၊ သာမန်လူတွေမှာ၊ အတွေးအဆဟာ အာရုံခံ အင်္ဂါနဲ့ ခြေလက်ကို ကွပ်ကဲအုပ်ချုပ်နေတယ်။ အဆင်.မြင်.မှာ၊ ကုန်းကျင်.သူတွေမှာ၊ အတွေးအဆဟာ တိုးမြင်.နိုင်ပြီး၊ ကုန်းစွမ်းရည်ကို ကွပ်ကဲအုပ်ချုပ်ပြီး ကိစ္စတွေ လုပ်နိုင်တယ်။ တနည်းနဲ့ပြောမယ် ဆိုရင်၊ ကုန်းစွမ်းအင်ဟာ အတွေးအဆ ကွပ်ကဲမှု ခံတယ်။ ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့ အတွေးအဆအပေါ် အမြင် ဖြစ်ပါတယ်။ ချီကုန်းဆရာက လူကို ရောဂါ ကုပေးတယ်။ မပြုလုပ်ခင် ရောဂါသည်က သက်သာပြီလို့ပြောတယ်လို့ တခါတလေး တွေ့မြင်တယ်။ အတွေးအဆက သက်သာအောင် ကုပေးတယ်လို့ မှတ်ယူတယ်။ စင်စစ်တော့ သူက ကုန်းစွမ်းရည် တမျိုး လွှတ် ပြီး၊ ကုန်းစွမ်းရည်ကို ရောဂါသွားကုဘို့ နို့မဟုတ် ဘာကိစ္စ လုပ်ဘို့ ကွပ်ကဲတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းစွမ်းရည်ဟာ တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ သွားတယ်။ သာမန်လူရဲ့မျက်စိ မမြင်နိုင်လို့ မသိတဲ့ လူက အတွေးအဆနဲ့ လုပ်တယ်လို့ မှတ်ယူထားပါတယ်။ တချို့လူက အတွေးအဆနဲ့ ရောဂါ ကုနိုင်တယ်လို့ ထင်မှတ်တယ်။ လူတွေ အယူအဆ မှားယွင်းစေတယ်။ အဲဒီအမြင်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖြစ်စေရတယ်။

လူရဲ့ အတွေးအဆဟာ လက္ခဏာ တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ စွမ်းအင် တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အရာဝတ္ထု တည်ရှိတဲ့ အသွင် တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ လူက ကိစ္စစဉ်းစား တွေးဆနေတဲ့အခါ၊ ဦးနှောက်ထဲမှာ တုန်နှုန်းတမျိုး ပေါ်ထွက်တယ်။ တခါတလေ ဂါထာမန္တရား ရွတ်ယင် တော်တော် အစွမ်းထက်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲ။ အကြောင်းရင်းတော့ အာကာသကလဲ ဒါ့ရဲ့ တုန်ခါမှု တုန်နှုန်း ရှိပါတယ်။ ခင်ဗျား ရွတ်တဲ့ ဂါထာမန္တရားဟာ အာကာသရဲ့ တုန်နှုန်းနဲ့ ခွင်ကျမှု ဖြစ်တဲ့ အခါ အကျိုး စွမ်းဆောင်မှု ဖြစ်ထွန်းနိုင်မယ်။ ကောင်းမြတ်တဲ့ လက္ခဏာ ဖြစ်မှ အကျိုး ဖြစ်ထွန်းနိုင် တာပေါ့။ အကြောင်းရင်းတော့ အာကာသမှာ မသမာဥစ္စာ တည်ရှိခြင်းကို ခွင်.မပြုလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ အတွေးအဆဟာလဲ စဉ်းစားမှု အသွင် သက်သက် တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်.မြင် ချီကုန်းဆရာတော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာကို ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ အတွေးအဆက ထိန်းချုပ် ကွပ်ကဲတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တရားကိုယ်ခန္ဓာလဲ သူ့ရဲ့ ကိုယ် အတွေးအဆ ရှိပါတယ်။ သူ့ရဲ့ အကြောင်း ကိုင်တွယ်တဲ့ ကိစ္စ လုပ်ကိုင်တဲ့ သီးခြား စွမ်းအား ရှိပါတယ်။ သူဟာ လုံးဝ သီးခြားတဲ့ မိမိကိုယ်

တဦး ဖြစ်ပါတယ်။ တချိန်တည်းမှာ၊ တရားကိုယ်ခန္ဓာဟာ ချိကုန်းဆရာရဲ့ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ အတွေးအဆကို သိနိုင်တယ်။ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ အတွေးအဆအတိုင်း ကိစ္စ သွားလုပ်တယ်။ ဥပမာဆိုရင်၊ ချိကုန်းဆရာက လူတယောက်ယောက်ကို ရေးဂါ ကုပေးချင်ယင်၊ သူက သွားတော့တယ်။ အဲဒီအတွေးအဆ ထွက်ခြင်း မရှိတဲ့ အခါ၊ သူက သွားမှာ မဟုတ်ဘူး။ သူက တော်တော်ကို ကောင်းတဲ့ကိစ္စကို မြင်တဲ့အခါ၊ သူက ဖာသာ အလျောက် သွားလုပ်တတ်တယ်။ တချို့ ဆရာတော်ကြီး အသိဉာဏ်ပွင့်တဲ့အထိ မရောက်သေးဘူး။ တချို့ကစွဲကို သူက မသိသေးဘူး။ ဒါပေမယ့် သူရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာတော့ သိနေပြီ။

အတွေးအဆမှာ ရှင်လာတဲ့ဉာဏ်(灵感)လို ခေါ်တဲ့ တခြား အနက်သဘောလဲ ပါရှိတယ်။ ရှင်လာတဲ့ ဉာဏ်ဟာ လူ့ရဲ့ အဓိကသတိမှ ထွက်လာတာ မဟုတ်ဘူး။ အဓိကသတိရဲ့ ပညာ အတိုင်းအတာ တော်တော် အကန့်အသတ် ရှိပါတယ်။ လူလောကမှာ မရှိတဲ့ ဥစ္စာ ဖြစ်မြောက်အောင် ဖန်တီးလိုယင်၊ အဓိကသတိကိုဘဲနဲ့ မရဘူး။ ရှင်လာတဲ့ ဉာဏ်ဟာ လက်ထောက်သတိမှ လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့လူက လက်ရာ တီထွင်မှု လုပ်တယ်၊ သိပ္ပံ သုတေသန ပြုတယ်။ ဦးနှောက်ခြောက်တဲ့အထိတောင် မတီထွင်နိုင်ဘူး။ ချနှင့်ပြီးတော့ အရင် အနားယူတယ်။ အပြင်ထွက်ပြီး တပတ် သွားလည်တယ်။ ရုတ်တရက်နဲ့ မသိမသာမှာ ဉာဏ် ရှင်လာတယ်။ ချက်ချင်း အလျဉ်အမြန် ရေးလိုက်နဲ့၊ ဥစ္စာတွေကို တီထွင် ဖြစ်တယ်။ ဒါဟာ အဓိကသတိ တော်တော် အားကောင်းတဲ့အခါ၊ ဦးနှောက်ကို ကွပ်ကဲ အုပ်ချုပ်ထားတယ်။ ဆိုပြီးတော့ မထွက်နိုင်ဘူး။ အဓိကသတိ လျော့ပါးတဲ့အခါ၊ လက်ထောက်သတိတော့ စွမ်းဆောင် တော့တယ်။ ဒါက ဦးနှောက်ကို ဦးစီး ချုပ်ကိုင်တယ်။ လက်ထောက်သတိဟာ တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ ဖြစ်လို့ အဲဒီဟင်းလင်းပြင် ချုပ်ခြယ်ခြင်းကို မခံဘူး။ ဥစ္စာသစ်တွေကို တီထွင် နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လက်ထောက်သတိဟာလဲ သာမန်လူမှုရေး အခြေအနေကို ကျော်လွန် နောက်ယှက်လို့ လူမှုရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စဉ်ကို ထိပါးလို့မရဘူး။

ရှင်လာတဲ့ ဉာဏ်ဟာ အဘက် ွဘက်က လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တခုက လက်ထောက်သတိ ပေးလိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ လက်ထောက်သတိဟာ လောကအကြောင်းကြောင်း မျက်စိ မလည်ဘူး။ ဒါဟာ ရှင်လာတဲ့ဉာဏ် ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ နောက်တခုက အဆင်မြင် အထက် ဉာဏ်ရှိကိုယ်ရဲ့ ကွပ်ကဲ၊ ညွှန်ကြားမှုက လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အထက် ဉာဏ်ရှိကိုယ် လမ်းညွှန်ပေးတဲ့အခါ၊ အတွေးအဆ ကျယ်ပြန့်ပြီး၊ အခြေအနေသစ် ဖန်တီးတဲ့ အကြောင်း ကိစ္စတွေကို လုပ်နိုင်တယ်။ လောကနဲ့ အာကာသ တခုလုံး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအားလုံးဟာ အထူးသတ်မှတ် ထားတဲ့ ဥပဒေသ ရှိပါတယ်။ အားလုံး မတော်တဆဖြစ်မှု မဟုတ်ဘူး။

# ၆။ ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့ ကျင်ခြင်းအဆင်အတန်း

## (၁) အဆင်မြင်ကျင်ခြင်း

ဖှာလွင်းကုန်းဟာ အလွန်မြင်တဲ. အဆင်အတန်းမှာ တည်ပြီး ကျင်တာ ဖြစ်မို့လို့ ကုန်းထွက်တာ တော်တော်မြန်တယ်။ မဟာတာအိုဟာ အလွယ်ကူဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။ တခုလုံးကို ခြုံပြီးကြည့်ယင်၊ ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့ အပြုအမူ အလွန်နဲတယ်။ ဒါပေမယ် ဒါဟာ ကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ ဘက်အသီးသီးကို ထိန်းချုပ်နေပါတယ်။ ထွက်မယ် ဥစ္စာ တော်တော်များများကို ထိန်းချုပ် နေပါတယ်။ ရှင်းရှင်း မှီနိုင်ယင်၊ ကုန်းက တထောင်းထောင်းနဲ အပေါ်ကို တက်မယ်။ လူ့အင်အားနဲ ဘယ်လောက်လောက် အားထုတ် လုပ်ဘို့၊ ဘာနည်းလမ်းကျင်သုံးဘို့၊ နို့မဟုတ် ခြေးအိုးထားရှိ မီးဖိုထားရှိ( 安鼎设炉 )၊ ဆေးဝါးစုဆောင်း တန်းကျင်တာ ( 采药炼丹 ) မီးဘယ်လောက် ဘယ်လောက်ဖြည့်၊ ဆေး ဘယ်လောက်ဘယ်လောက် စုဆောင်းဘို့တွေကို မလို ဘူး။ အတွေးအဆနဲ ကူးလာစေတာဟာ တော်တော်ရှုပ်ထွေးတယ်။ တိမ်းမှားမှု တော်တော် ဖြစ်တတ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီမှာ ခင်ဗျားတို့အတွက် အလွယ်ကူဆုံး တရားဂိတ်၊ အကောင်း ဆုံး တရားဂိတ်တခု အခက်ဆုံးလဲ ဖြစ်တဲ. တရားဂိတ် တခုကို ဖန်တီးပေးလိုက်တယ်။ ကုန်းကျင်သူ ကိုယ်ခန္ဓာ နို့နှစ်ရောင်ကိုယ်ခန္ဓာ( 奶白体 ) အနေအထား ဖြစ်ချင်ယင်၊ တခြား ကုန်းနည်းတွေမှာ အနှစ်(၁၀)ကျော်၊ အနှစ်၃-၄-၅-ဆယ်၊ နို့မဟုတ် ပိုကြာတဲ. အချိန် ကျင်ဘို့ လိုတယ်။ ကျွန်တော်တို့ကတော့၊ ခင်ဗျားကို တခဏနဲ အဲဒီအထိ ဖြစ်စေလိုက်ပါတယ်။ ခင်ဗျား မခံစားမိ ရသေးတဲ.အခါ၊ အဲဒီအဆင်အတန်း ကုန်နေပြီ။ ၃-၄-နာရီသာ ရှိတယ်လို့လဲ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ တနေ့နေ့မှာ ခင်ဗျားက တော်တော် အာရုံထက်မြက်တယ်လို့ ခံစားတယ်။ တခဏပြီးနောက် မထက်မြက်တော့ပါဘူး။ စင်စစ်အားဖြင့် အဆင်အတန်းကြီး တခု ပြီးသွားလိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

## (၂) ကုန်းရဲ့ ပြဿမှုအသွင်

ဖှာလွင်းကုန်း သင်သူရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာဟာ ပြေပြစ်အောင် ပြုမှု ခံပြီးနောက် တာ.ဖှာ(大法 မဟာနည်း) ကျင်ဘို့နဲ သင်လျော်တဲ. အနေအထားကို ရောက်နေပြီ။ ဒါဟာ ‘နို့နှစ်ရောင် ကိုယ်ခန္ဓာ’( 奶白体 ) အနေအထား ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအနေအထား ရောက်အောင် ပြေပြစ်ပေးမှသာ ကုန်းထွက်နိုင်ပါတယ်။ ထျန်းမှ အဆင်အတန်း မြင်တဲ.လူက ဒါကို မြင်တတ်တယ်၊ ကုန်းဟာ ကုန်းကျင်သူရဲ့ အပေါ်ယံ အရေပြား



ပေါ်မှာဘဲ ထွက်လာတယ်။ ထို့နောက် ကုန်းကျင်.သူရဲ. ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းကို ချလိုက်တယ်။ ပြီးနောက် ပြန်ထွက်၊ ပြန်ဝင်၊ အဲဒီလို အဖန်ဖန် ဖြစ်ပွားတယ်။ အဆင်.အတန်း တခုပြီး တခု သွား တယ်။ တခါတလေ သွားတာ တော်တော် မြန်တယ်။ ဒါဟာ ပထမ တခေါက် ကုန်း ဖြစ်ပါတယ်။ ပထမ အကြိမ် ကုန်းထွက်ပြီးနောက်၊ ကုန်းကျင်.သူရဲ. ကိုယ်ခန္ဓာဟာ ရိုးရိုး ကိုယ်ခန္ဓာ မဟုတ်တော့ဘူး။ နို့.နှစ်ရောင်ကိုယ်ခန္ဓာ ဖြစ်ပြီးတဲ့နောက်၊ ဒီနောက်မှာ ရောဂါ စွဲကပ်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ထို့နောက်မှာ ပေါ်ထွက်လာတဲ့ ဒီနေရာ နာတယ်၊ ဟိုနေရာ နာတယ်၊ နို့.မဟုတ် ဘာနေရာမှာ မသာဘူး၊ ရောဂါ ရှိသလိုလို ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါက ရောဂါ မဟုတ်ဘူး။ ဝဋ်ကြောင် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒုတိယ အကြိမ် ကုန်းထွက်တဲ့အခါ၊ အဲဒီ သက်ရှိကိုယ်တော့ တော်တော်ကြီးနေပြီ။ သူဟာ လှုပ်တတ် တယ်၊ စကား ပြောတတ်တယ်။ တခါတလေ ထွက်တာ ကျတောက်တောက် ဖြစ်ပြီး၊ တခါတလေ ထွက်တာ တော်တော် ထူထပ်တယ်။ သူတို့ အချင်းချင်း စကားလဲ ပြောတတ်တယ်။ အဲဒီ အသက်ရှိကိုယ် အတွင်းမှာဘဲ စွမ်းအင် အများအပြားကို သိုလှောင်ထားပါတယ်။ ဒါဟာ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာကို ပြောင်းလဲဘို့အတွက် အသုံးပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဖာလွင်းကုန်း တော်တော် မြင်တဲ့ အဆင်.အတန်းကို ကျင်.လာတဲ့အခါ၊ တခါတလေ ယင်းဟိုင် (ကလေးသေး 嬰孩 ) ထွက်တယ်။ တကိုယ်လုံးမှာ ရှိတယ်။ သူတို့ဟာ တော်တော် ဆော့ တယ်၊ ကစားစိတ် ပြင်းတယ်၊ စိတ်သဘောထား တော်တော်ကောင်းတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ နောက်တမျိုးလဲ ကျင်.ထွက် လာနိုင်တယ်။ ဒါဟာ ယွမ်းယင်း(元嬰 မူရင်းကလေး) ဖြစ်ပါတယ်။ သူဟာ ကြာပန်းခုံပေါ်မှာ ထိုင်ပြီး၊ တော်တော်လှပါတယ်။ ကုန်းကျင်.စဉ် ထွက်တဲ့ ယွမ်းယင်းဟာ လူကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ ဣတ္ထိလိင်နဲ့ ပုလိလိင် ပေါင်းစပ်ပြီး ထွက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အမျိုးသား အမျိုးသမီး ကျင်.သူ အားလုံး ယွမ်းယင်းထွက်အောင် ကျင်.နိုင်တယ်။ ယွမ်းယင်းဟာ အစက တော်တော် ငယ် တယ်။ တဖြည်းဖြည်း ကြီးလာတယ်။ နောက်ဆုံးကျတော့ ကုန်းကျင်.သူလောက် ကြီးအောင် ကြီးပြင်း လာမယ်။ ရုပ်သွင်ချင်း တူမယ်။ သူ့ရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းမှာဘဲ ရှိတယ်။ အထူး ကုန်းစွမ်းရည်ရှိသူက သူ့ကိုကြည့်ယင်၊ သူက ကိုယ်ခန္ဓာ ၂-ခုရှိတယ်လို့ ပြောတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် သူ့ရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာအစစ် ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.လာနေပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင်၊ တရားကိုယ်ခန္ဓာ တော်တော် များများ ထွက်အောင်လဲ ကျင်.နိုင်မယ်။ ခြုံပြီးပြောယင်၊ အာကာသမှာ ထွက်နိုင်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ဟာ ဖာလွင်းကုန်းမှာ အကုန်ရှိတယ်။ တခြား ကုန်းနည်းမှာ ထွက်နိုင်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်လဲ ဖာလွင်းကုန်းမှာ အကုန်ရှိတယ်။

(၃)လောကထွက်တရားကျင့်ခြင်း

ကုန်းကျင်.သူဟာ ကုန်းကျင်.တာနဲ့. အကျော(脉)ကို ကျယ်စေတယ်။ အဆက်မပြတ် တိုးချဲ့တယ်။ အကျောတွေကို တခုလုံး ဖြစ်အောင် ဆက်သွယ်စေပါတယ်။ တနည်းနဲ့.ပြောမယ် ဆိုယင်၊ အကျောမရှိ၊ အပံ့စိုက်ကွက် မရှိ၊ ပြောင်းပြန်ပြီးပြောယင်၊ တကိုယ်လုံးမှာ အကုန် အကျော အကုန် အပံ့စိုက်ကွက် ဖြစ်တဲ့.အထိ ကျင်.မယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျား တာအို ဖြစ်မြောက်ပြီလို့. မဆို နိုင်သေးဘူး။ ဒါဟာလဲ ဖှာလွင်းကုန်း ကျင်.စဉ်မှာ ပြသခြင်း တမျိုး၊ အဆင်.အတန်း တခုရဲ့. ပြသခြင်းသာ ဖြစ်သေးတယ်။ အဲဒီအထိ ရောက်တဲ့.အခါ၊ လောကတရား ကျင်.စဉ်မှာ၊ အဆုံး ရောက်နေပြီ။ အဲဒီ ကုန်း ထွက်လာတာလဲ တော်တော် တော်မြတ်နေပြီ။ အကုန် ပုံသဏ္ဍာန်ရှိတယ်။ ကုန်းတိုင်လဲ တော်တော်မြင်.နေပြီ။ ဒါ.အပြင်၊ ဦးထိပ်ပေါ်မှာ ပန်း၃-ပွင့်. ပေါ်ထွက်တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ လောကတရားမှာ နောက်ဆုံး ခြေလှမ်း ၁-လှမ်း လှမ်းပြီးတာသာ ဖြစ်တယ်။

ရှေ့ကို နောက်ထပ် ခြေလှမ်း ၁-လှမ်း လှမ်းလိုက်တဲ့.အခါတော့. ဘာကိုမှ မရှိတော့.ဘူး။ ကုန်းအားလုံးကို ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်း အနက်နဲဆုံး ဟင်းလင်းပြင်မှာ ချလိုက်တယ်။ သူက သန့်.ဖြူ ကိုယ်ခန္ဓာ( 净白体 ) အနေအထား ဖြစ်လာ တော့.တယ်။ အဲဒီလူရဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာဟာ အလင်းပေါက် နေတယ်။ နောက်တလှမ်း လှမ်းလိုက်ယင်၊ လောကထွက်တရား ကျင်.ခြင်းကို ဝင်လိုက်တယ်။ ဗုဒ္ဓကိုယ်ခန္ဓာ ကျင်.ခြင်းလို့.လဲ ခေါ်တယ်။ နောက်ထပ် ထွက်လာတဲ့. ကုန်းဟာ နတ်တန်ခိုး ဟာမျိုး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအခါ သူ့.ရဲ့.တန်ခိုးဟာ မကုန်ခန်းနိုင်လောက်အောင် ကြီးတယ်။ တော်တော်ကြီးတယ်။ ပိုမြင်.တဲ့. အဆင်.အတန်းကို ရောက်တဲ့.အခါ၊ မဟာဥာဏ်တော်ရသူ ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.မယ်။ ဒါနဲ့. ခင်ဗျား ရှင်းရှင်.ကို ဘယ်လို ကျင်.သလဲ ဆိုတာကို ကြည့်.ရမယ်။ ဘယ်အဆင်.ကို ကျင်.ယင်၊ အသီးနေရာ( 果位 )က ဘယ်အဆင်.အတန်းမှာ ရောက်မယ်။ မဟာဆန္ဒရှိသူက တရားမှန်ကို ရပြီး၊ မှန်သီး ဖြစ်မြောက်မယ်။ ဒါက ဖြစ်မြောက်အောင်မြင်ခြင်း( 圆满 )ဖြစ်ပါတယ်။

## အခဏ်း၃။ ရှင်းရှင်း.ကျင်.ခြင်း

ဖာလွင်းကုန်းကျင်.သူ အားလုံးဟာ ရှင်းရှင်း. (心性 စိတ်ခါတ်)ကျင်.ခြင်းကို ပထမ နေရာမှာ ထားရပါတယ်။ ရှင်းရှင်း.ဟာ ကုန်းတက်စေဘို့. သော.ချက် ဖြစ်တယ်လို့. ပြတ်ပြတ်သားသား မှတ်ယူရပါတယ်။ ဒါဟာ ကုန်းကို အဆင်.မြင်.ကို ကျင်.တဲ. သဘောတရား ဖြစ်ပါတယ်။ တင်းကျပ်စွာ ပြောရင်၊ အဆင်.အတန်းကို အဆုံးအဖြတ်ပေးတဲ. ကုန်းအားဟာ အပြုအမူ ကျင်.တာနဲ့. ထွက်လာတာ မဟုတ်ဘဲ၊ ရှင်းရှင်း.နဲ့. ကျင်.ထွက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရှင်းရှင်း. တိုးမြင်.ခြင်းကို ပြောရတာ လွယ်ကူ ပေမယ်. လုပ်ရတာ တော်တော်.ကို ခက်ခဲတယ်။ ကျင်.သူက တော်တော်ကြီး တဲ. စိုက်ထုတ်မှု ပြုရပါတယ်။ ရိပ်စားစွမ်းအားကို တိုးမြင်. ရပါတယ်။ ဒုက္ခတွင်း ဒုက္ခတွေကို ခံရပါတယ်။ မသည်းခံနိုင်စရာကို သည်းခံရပါတယ်။ စသဖြင့်. ရှိပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့. တချို့လူ ကုန်းကျင်.တာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ရှိပြီ ဖြစ်ပေမယ်. ကုန်း မတက်သလဲ။ အရင်းခံ အကြောင်း ရင်းဟာ၊ ၁။ ရှင်းရှင်း.ကို အရေးမထားလို့. ဖြစ်တယ်။ ၂။ အဆင်.မြင်. တရားမှန် မရလို့. ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီကိစ္စကို ဖော်ထုတ်ဖွင့်.ချ ရပါတယ်။ ဆရာ များစွာ ကုန်းသင်ပေးရာမှာ ရှင်းရှင်း.ကို ပြောတယ်။ ဒါဟာ တကယ် ကုန်းသင်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဟို အပြုအမူ နည်းတွေကိုသာ သင်ပေးပြီး ရှင်းရှင်း.ကို အရေး မထားတာတွေဟာ၊ စင်စစ်အားဖြင့်. မသမာနည်းကို သင်ပေးတာ နဲ့.တူတယ်။ ဒါကြောင့်. ကုန်း ကျင်.သူဟာ ရှင်းရှင်း. တိုးမြင်.ရေးအပေါ် ကြိုးပမ်း အားထုတ်ရပါတယ်။ ဒါမှ ပိုမြင်.တဲ. အဆင်. အတန်းကို ဝင်ရောက် ကျင်.နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

### ၁။ ရှင်းရှင်း.ရဲ့. အနက်သဘော

ဖာလွင်းကုန်းမှာ ပြောတဲ. ရှင်းရှင်း.ဟာ ‘စာရိတ္တ’နဲ့. ပေါင်းဝင်နိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ ‘စာရိတ္တ’ ပါဝင်ထားတဲ. ဘောင်ထက် များစွာ ကျယ်ပြန့်.ပါတယ်။ ဒါဟာ ‘စာရိတ္တ’ အပါအဝင် နယ်ပယ် အသီးသီးမှ အကြောင်းအရာတွေကို ပါဝင်ထားပါတယ်။ လူတယောက်ရဲ့. ရှင်းရှင်း.ဟာ ‘စာရိတ္တ’အပေါ် ပြသခြင်း တမျိုးသာ ဖြစ်တယ်။ ‘စာရိတ္တ’နဲ့.ဘဲသာ ရှင်းရှင်း.ရဲ့. အနက် သဘောကို လာ နားလည်ဘို့. မလောက်ပါဘူး။ ရှင်းရှင်း.ဟာ ‘ရရှိတာ’နဲ့. ‘စွန့်.ပစ်တာ’ကို ဘယ်လို သဘော ထားသလဲ ဆိုတဲ. ဘက် ၂-ဘက်က ပြဿနာကို ပါဝင်တယ်။ ‘ရရှိတာ’ဟာ အာကာသ ဝိသေသနဲ့. တူညီစေတာကို ရရှိတာဘဲ ဖြစ်တယ်။ အာကာသ အထူးပိုင်ရှိတဲ. သဘောတရားဟာ ‘ကျင်:

ရှမ်း ရင် ( 真善忍 အစစ်၊ စိတ်နေသဘောကောင်း၊ သည်းခံမှု) ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းကျင်သူ တဦး အာကာသနဲ့ ဝိသေသ တူညီစေတာဟာ ကိုယ်ရဲ့ ‘စာရိတ္တ’အပေါ်ဘဲ ပြသထားပါတယ်။ ‘စွန့်ပစ်တာ’ဟာ ဟို လောဘ၊ ပကာသန၊ ကာမ၊ ရာဂ၊ သတ်၊ ရိုက်၊ ခိုး၊ လုယက်၊ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ၊ မနာလို စတဲ့ မကောင်းတဲ့ အတွေးအခေါ်နဲ့ လုပ်ရပ်ကို စွန့်ပစ်ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်မြင်ပေါ်ကို ကျင်ချင်ယင်၊ လူ ရှိပြီးသား လိုအင်ဆန္ဒအပေါ် လိုက်စားမှုကိုလဲ စွန့်ပစ်ရပါတယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုယင်၊ စွဲကိုင်နေစိတ် မှန်သမျှကို စွန့်ပစ်ရပါတယ်။ ကိုယ်ရဲ့ ဂုဏ်၊ ပကာသန မှန်သမျှကို တော်တော်ပေါ့အောင် သဘောထားရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူဟာ ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့ ပင်ကိုယ်သဘောနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ လူတယောက်ကို ဖွဲ့စည်း ထားပါတယ်။ အလားတူဘဲ၊ အာကာသဟာ ရုပ်ဝတ္ထု ရှိခြင်းအပြင်၊ တချိန်တည်းမှာ ‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’ ဝိသေသလဲ တည်ရှိပါတယ်။ လေ အလုံးသေးတိုင်းမှာ၊ အဲဒီ ဝိသေသမျိုး တည်ရှိနေပါတယ်။ သာမန်လူ လူမှုရေးမှာ ပြသခြင်းအရ၊ ကောင်းတဲ့ အကြောင်းကိစ္စ လုပ်ယင်၊ အပြန်အပွား ခံလိမ်မယ်၊ ဆိုးသွမ်းမှု လုပ်ယင်၊ ဒဏ်ခတ်မှု ခံလိမ်မယ်။ အဆင်မြင်မှာ ကုန်းစွမ်းရည် အနေအထားကို ပြသထား တော့မယ်။ အဲဒီ ဝိသေသနဲ့ လိုက်လျောယင်၊ လူကောင်း ဖြစ်တယ်။ ဒါကို ဖောက်ဖျက်ယင်၊ လူဆိုး ဖြစ်တယ်။ ဒါနဲ့ ကိုက်ညီတာ ဒါနဲ့ တူညီတာဟာ တာအိုဖြစ်မြောက်သူ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါနဲ့ ကုန်းကျင်သူကို တော်တော်မြင်တဲ့ ရှင်းရှင်နဲ့ အဲဒီ ဝိသေသနဲ့ တူညီဘို့ တောင်းဆိုရပါတယ်။ ဒါမှ အဆင်မြင်ပေါ်ကို ကျင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူကောင်းတဦး ဖြစ်ဘို့ နဲ့နဲ့ လွယ်ကူတယ်။ ဒါပေမယ် ရှင်းရှင်ကို ကျင်ချင်ယင် သလောက် မလွယ်ကူတော့ဘူး။ ကျင်သူဟာ စိတ်ပြင်ဆင်မှု ရှိရပါတယ်။ စိတ်ကို တည်မတ် စေလိုယင်၊ သဘော ရှိဖြောင်စေနိုင်ရတယ်။ လူတွေဟာ ကမ္ဘာမှာ နေထိုင်ကြတယ်။ လူ့လောကဟာ တော်တော် ရှုပ်ထွေးတယ်။ ခင်ဗျားက ကုသိုကောင်းမှု ပြုလုပ်ချင်ပေမယ်၊ ခင်ဗျားကို ကောင်းမှု မပြုစေတဲ့လူလဲ ရှိတယ်။ ခင်ဗျားက သူများကို မထိခိုက်ပေမယ်၊ သူများက အကြောင်း အမျိုးမျိုးကြောင်း ခင်ဗျားကို လာထိခိုက်တတ်မယ်။ ဒီမှာ တချို့ဟာ သဘာဝ မဟုတ်တဲ့ အကြောင်းရင်းနဲ့ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက ဘာဖြစ်လို့လဲလို့ ရိပ်စားမိနိုင်သလား။ ခင်ဗျားက ဘယ်လို လုပ်မလဲ။ လောကမှာ ဟုတ်တာ မဟုတ်တာ မှန်သမျှ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်ကို တလျှောက်လုံး တိုင်းထွာ စစ်ဆေးနေပါတယ်။ အကြောင်းမဲ့ အစော်ကားခံမှုကို ရင်ဆိုင်ရာမှာ၊ ခင်ဗျားနဲ့ တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်သော အကျိုးစီးပွား ရှေ့မှာ၊ ကာမဂုဏ်ရှေ့မှာ၊ အာဏာ အတိုက်အခိုက်ပြုမှုမှာ၊ အပြစ်ကုန်ဥာဏ်ကုန် ထုတ်ပြီး ခွက်စောင်း ခုတ်ပြာခြင်းရဲ့ မနာလို

မုန်းမှုမှာ၊ လူမှု အငြင်းပွားမှု၊ မိသားစု ပဋိပက္ခနဲ့. အသွင်ရှိ မသွင်မဲ့. ဒုက္ခအမျိုးမျိုးမှာ ခင်ဗျားက အကုန် တလျှောက်လုံး တင်းကျပ်တဲ့. ရှင်းရှင်း.တောင်းဆိုမှုနဲ့. ကိုယ်.ကိုယ်ကို ကိုင်တွယ်နိုင်ပါသလား။ ခင်ဗျားက တကယ်တမ်း ဘာကိုမှမဆို ဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်နိုင်ဖို့. ခင်ဗျားက ဉာဏ်တော်ရသူ ဖြစ်ပြီး ဖြစ်တာပေါ့။ ကုန်းကျင်.သူ အများစုဟာ သာမန်လူက စတင်တာ ဖြစ်ပါရဲ့. ရှင်းရှင်း. ကျင်.ခြင်းဟာလဲ အနဲငယ် အနဲငယ်နဲ့နဲ့. တိုးမြင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျင်.ဘို. ဆန္ဒရှိသူဟာ ဒုက္ခကြီးခံဘို.နဲ့ အခက်အခဲကြီးနဲ့. ရင်ဆိုင်ဘို. သန္နိဋ္ဌာန် ရှိရပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ အသီးမှန် ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျင်.သူ အများအပြား အနေနဲ့. ရှင်းရှင်း.ကို တင်းတင်း ကျပ်ကျပ် စောင်.စည်းပြီး ကုန်းအားကို အဆောတလျှင် တိုးမြင်.ဘို. မျှော်လင်းပါတယ်ခင်ဗျား။

၂။ဆုံးရှုံးခြင်းနဲ့. ရရှိခြင်း။

ချိုကုန်းရပ်ကွက်၊ ဘာသာရေး ရပ်ကွက်မှာ အားလုံး ဆုံးရှုံးမှုနဲ့. ရရှိမှုကို ဆိုပြော တယ်။ တချို့လူက ဆုံးရှုံးတာဟာ၊ လူဒါန်းတာ၊ ကောင်းမှု လုပ်တာ၊ ဘယ်သူက အခက်အခဲတွေ့.ယင် အကူအညီ ပေးလိုက်တာ ဖြစ်တယ်။ ရရှိတာဟာ ကုန်းရရှိတာ ဖြစ်တယ်လို့. မှတ်ယူထားပါတယ်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ ဘုန်းကြီးတွေလဲ ဒီလိုပြောတယ်။ လှူဒါန်းရတယ်တဲ့။ ဒီလိုဆိုဖို့. ဆုံးရှုံးမှု ဆိုတာကို ကျဉ်းလွန်း အောင် ထင်မှတ်ထားပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ပြောတဲ့. ဆုံးရှုံးမှုတော့. အဓိပ္ပာယ် ကျယ်ပြန့်.တယ်။ တော်တော်ကြီးတဲ့. ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. တောင်းဆို ထားတာဟာ သာမန်လူရဲ့. ဟိုစိတ် ဆုံးရှုံးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဟို စွဲကိုင်နေတဲ့. မလွတ်တဲ့.စိတ် ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက အရေးကြီးတယ်လို့. ထင်မှတ်တဲ့. ဥစ္စာကို ဆုံးရှုံးနိုင်ရတယ်။ ခင်ဗျားက မစွန့်.ပစ်နိုင်တယ်လို့. ထင်မှတ်တဲ့. ဥစ္စာကို ဆုံးရှုံးနိုင်ရ ပါတယ်။ ဒါဟာ တကယ် ဆုံးရှုံးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူတွေကို အကူအညီပေး ကောင်းမှု ပြုတာ၊ ဂရုဏာစိတ်တွေကို ဖော်ပြတာဟာ ဆုံးရှုံးမှုရဲ့. တစ်စိတ်တပိုင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

သာမန်လူအနေနဲ့. နာမယ် ကျော်ဇောချင်တယ်။ အကျိုးအမြတ် ရရှိချင်တယ်။ နေထိုင်မှု၊ ကောင်းမွန်ချင်တယ်။ ဇိန်ခံချင်တယ်။ ပိုက်ဆံ များချင်တယ်။ ဒါဟာ သာမန်လူရဲ့. ရည်မှန်းချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ကုန်းကျင်.သူတော့. မတူ ဘူး။ ကျွန်တော်တို့. ရရှိတာဟာ အဲဒီဥစ္စာတွေ မဟုတ်ဘဲ ကုန်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့.ဟာ ကိုယ်.အကျိုးစီးပွားကို ဆုံးရှုံးရပါတယ်။ ပေါ့.အောင် သဘော့ ထားရတယ်။ ဒါပေမယ့်. ခင်ဗျားကို တကယ်. ဘာပစ္စည်း ဆုံးရှုံးစေမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့.ဟာ သာမန်လူ လူလောကမှာ ကျင်.တာ ဖြစ်ပြီး၊ သာမန်လူနဲ့. တူညီ အောင် ထိန်းသိမ်း ထားရသေးတယ်။

သော့ချက်ဟာ ခင်ဗျားက ဟိုစိတ်ကို ချရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားကို တကယ် ဘာပစ္စည်းကို ဆုံးရှုံးစေတာ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားရဲ့ ဥစ္စာ ဖြစ်တယ်ဆိုယင် ဆုံးရှုံးမှာ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားရဲ့ ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူးဆိုယင် ရအောင်လဲ မယူနိုင်ဘူး။ ရယူယင်လဲ သူများကို ပြန်ပေးရပါတယ်။ ရရှိမှုရှိယင် ဆုံးရှုံးမှု ရှိပါ့မယ်။ တခဏနဲ့ဘဲ တော်တော်မြင်မြင်အောင် လုပ်နိုင်တာ၊ ညတညအတွင်း၊ ဉာဏ်တော်ရသူ ဖြစ်မြောက်တာလဲ ဖြစ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူးပေါ့။ အနဲငယ် အနဲငယ်နဲ့ ကျင်၊ တလှမ်းပြီးတလှမ်းနဲ့ တိုးတက်တာတော့ ဖြစ်နိုင်ပါ တယ်။ ခင်ဗျားက ဘယ်လောက် ဆုံးရှုံးနိုင်ယင် ဘယ်လောက် ရရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကျိုး စီးပွားဆက်ဆံမှုအပေါ် ခင်ဗျားက တလျှောက်လုံး သဘော ပေါ့ပေါ့ ထားပြီး ရရှိတာ နဲ့ယင် စိတ်တော့ငြိမ်တယ်။ ဝတ္ထုပစ္စည်းဆိုင်ရာ ခင်ဗျားက တပန်းရှုံးချင် ရှုံးမယ်။ စာရိတ္တ အပေါ် ခင်ဗျားက များအောင် ရရှိမယ်။ ကုန်းအပေါ် ခင်ဗျားက များအောင် ရရှိမယ်။ ဒါဟာ သဘောတရား ကျတဲ့ နေရာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက အထူးတလည် ဂုဏ်ပကာသနနဲ့ လဲလှယ်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကို ရိပ်စားနိုင်စွမ်းနဲ့ တဆင်တိုး ခံစား နားလည်ဘို့ လိုပါတယ်။

မဟာတာအိုကျင်သူ ၁-ဦးက ပြောခဲ့ဖူးတယ်။ သူများလိုချင်တဲ့ ဥစ္စာကို ကျွန်တော်က မလိုဘူး။ သူများရှိတဲ့ ဥစ္စာကို ကျွန်တော်က မရှိဘူး။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်ရှိတဲ့ ဥစ္စာ သူများ မရှိဘူး။ သူများမလိုတဲ့ ဥစ္စာကို ကျွန်တော်က လို တယ်တဲ့။ သာမန်လူတယောက် အနေနဲ့ ဆန္ဒပြည့်တဲ့အချိန် နဲ့တယ်။ ဘာကိုမဆို လို ချင်တယ်။ မြေပေါ်မှာ ကျောက်ခဲတွေဘဲ သူက မကောက်ဘူး။ အဲဒီ တာအိုကျင်သူ ကတော့ ဒါဆိုကျွန်တော်က အဲဒီ ကျောက်ခဲကို ကောက်မယ်လို့ ပြောတယ်။ ပစ္စည်း ဟာ ရှားပါးတာက တန်ဖိုးရှိတယ်။ ရှားပါးတာက ထူးဆန်းတယ်လို့ ဆိုရိုးစကား ရှိတယ်။ ကျောက်ခဲဟာ ဒီမှာ တန်ဖိုးမရှိဘူး။ ဟိုမှာရောက်ယင်တော့ ဘိုးအတန် ဆုံး ဖြစ်တယ်။ ဒီမှာ သာမန်လူ မပြောဆိုနိုင်တဲ့ အဘိဓမ္မာတရား တခု ထုတ်ပြန် လိုက်ပါတယ်။ မနဲလှတဲ့ ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်ပြီး ဖြစ်တဲ့ စာရိတ္တဂြီး လူချွန်တော်တွေ အားလုံး ဘာဥစ္စာမှ မရှိဘူး။ သတို့အဖို့ ကိုယ် မစွန့်ပစ် နိုင်တဲ့ ဥစ္စာ မရှိဘူး။

ကုန်းကျင်တဲ့ ဒီလမ်းကြောင်းဟာ အမှန်ကန်ဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းကျင်သူမှ အလိမ္မာဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်လူ အရယူချင်တဲ့ ဟိုဥစ္စာတွေ၊ လိုချင်တဲ့ ဟို ကောင်းမြတ် နဲ့နဲ့တွေဟာ တခဏသာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရယူလာတယ်၊ ကောက်လာတယ်၊ နို့မဟုတ် ကောင်းမြတ် နဲ့နဲ့ ရရှိတယ် ဖြစ်စေကာမူလဲ ဘယ်လိုဖြစ်နိုင်သလဲ။ သာမန်လူမှာ စကား တခွန်း ရှိတယ်၊ မွေးရာ ပါမလာနိုင်၊ သေရာ ပါမသွားနိုင်၊ လာတဲ့အခါ ကိုယ်တုံးလုံးနဲ့၊ သွားတဲ့အခါ ကိုယ်တုံးလုံးနဲ့၊ အရိုးကိုတောင် ပြာဖြစ်အောင်

မီးလျှို.ရတယ်တဲ့။ ခင်ဗျား ပိုက်ဆံ ဘယ်လောက်ဘဲ များများ၊ ရာထူး ဘယ်လောက်ဘဲ  
ကြီးကြီး၊ ခင်ဗျား ဘာကိုမှ ပါမသွားနိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ကုန်းကို ပါဆောင်သွားလို့  
ရပါတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့ ဒါဟာ ခင်ဗျားရဲ့ အဓိကသတိပေါ်မှာဘဲ ပေါက်နေလို့  
ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းဟာ အလွယ် တကူ ရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ တော်တော်ကို  
တန်ဖိုးရှိတယ်။ တော်တော်ကို အရခက်တယ်။ ရွှေငွေ-ထောင်နဲ့တောင် လဲလို့မရတာ  
ဖြစ်တယ်လို့ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို ပြောပြတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ကုန်း  
တော်တော်မြင်တဲ့အခါ၊ တကယ်တန်း တနေ့နေ့ ခင်ဗျားက ကုန်းမလေ့ကျင့်  
ချင်တော့ဘူးဆိုယင်၊ ခင်ဗျား ဆိုးသွမ်းမှု မပြုလုပ်ယင် ၊ အဲဒီအခါမှာ ခင်ဗျားရဲ့  
ကုန်းဟာ ခင်ဗျားလိုချင်တဲ့ ဝတ္ထုပစ္စည်း မှန်သမျှကို လှည့်ပြောင်းတတ်တယ်။ အားလုံး  
ရရှိ နိုင်တယ်။ ဒါပေမယ့် လောကမှာ ခင်ဗျား ရရှိတာကလွဲလို့ ကျင်သူ ရရှိတဲ့ ဥစ္စာကို  
ခင်ဗျား ရှိမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။

တချို့လူဟာ ကိုယ်ကျိုးစီးပွား ၁-မျိုးမျိုးအတွက်၊ မူလက ကိုယ်ပိုင်ဆိုင်ဘို့  
မဟုတ်တဲ့ ဥစ္စာတွေကို မသမာ နည်းလမ်းနဲ့ အရယူပါတယ်။ သူက အချောင်နှိုက်တယ်လို့  
မှတ်ယူတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် သူရရှိတဲ့ အကျိုးစီးပွားဟာ စာရိတ္တနဲ့ သူများနဲ့  
လဲလာတာ ဖြစ်တယ်။ သူမသိဘူးသာ ဖြစ်တယ်။ ကုန်းကျင်သူ အဖို့ ကုန်းပေါ်က  
လျှော့ရတယ်။ ကုန်းမကျင်သူအဖို့ သက်တမ်း အပေါ် လျှော့ရတယ်။ နို့မဟုတ် တခြား  
ဘက်မှာ လျှော့ရတယ်။ ခြုံပြီးပြောယင်၊ ဒီစာရင်းကို နောက်ဆုံး ကျတော့ ရှင်းရမှာဘဲ။  
ဒါဟာ ဓမ္မတာတရား ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တချို့လူက သူများ ကို ခဏခဏ စော်ကားတယ်။  
ရုန်းရင်းငြမ်းတမ်းတဲ့ စကားနဲ့ သူများကို ထိခိုက်တယ်။ စသဖြင့် ရှိတယ်။ အဲဒီလုပ်ရပ်  
ဖြစ်ပွားတာနဲ့ အမျှ သူဟာ ဒါနဲ့အလျောက် စာရိတ္တ တခု ကို သူများကို ပစ်ပေး  
လိုက်ပါတယ်။ သူများအပေါ် စော်ကားမှုကို စာရိတ္တနဲ့ လဲလှယ်လိုက် ပါတယ်။

တချို့လူက လူကောင်းလုပ်ယင်၊ နစ်နာမယ်လို့ မှတ်ယူတယ်။ သာမန်လူ အမြင်နဲ့  
သူက နစ်နာပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သူက သာမန်လူ မရရှိနိုင်တဲ့ ဥစ္စာကို ရရှိလိုက်ပါတယ်။  
ဒါဟာ စာရိတ္တ- အဖြူရောင် အရာဝတ္ထု ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ အထူး တန်းဖိုးရှိတဲ့ ဥစ္စာ  
ဖြစ်ပါတယ်။ စာရိတ္တ မရှိယင်၊ ကုန်းရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ အကြွင်းမဲ့ မှန်ကန်တဲ့  
သဘောတရားအစစ် ဖြစ်ပါတယ်။ လူတော်တော်များများဟာ ဘာဖြစ်လို့  
ကုန်းကျင်ပေမယ့် ကုန်းမတက်သလဲ။ စာရိတ္တကို အပေါ်ကို မကျင်နိုင်လို့ဘဲ  
ဖြစ်ပါတယ်။ လူများစွာဟာ စာရိတ္တကို ဆိုနေကြတယ်။ စာရိတ္တကို တောင်းဆို  
နေကြတယ်။ ဒါပေမယ့် စာရိတ္တကို တကယ် ကုန်းအဖြစ် လှည့်ပြောင်းတဲ့  
သဘောတရားကို မပြောပြဘူး။ ကိုယ် သွားရိပ်စား နားလည်ရပါတယ်။

တာအိုကျမ်းစာအုပ်( 道藏 )မှာ စာအုပ် အအုပ် ၁-သောင်းကျော်လောက် ရေးသားထားတယ်။ သကျမုနိ အသက် ထင်ရှားရှိ စဉ်မှာ နှစ်ပေါင်း ၄၀-ကျော်ကြာ တရားဟောခဲ့တယ်။ အားလုံး စာရိတ္တဘဲ ပြောတယ်။ တရုတ်ပြည် ရှေးခေတ်မှာ တာအိုကျင်. စာအုပ်တွေ အားလုံး စာရိတ္တကိုဘဲ ပြောတယ်။ လောင်စီ ( 老子 )က စာလုံး၅-ထောင်နဲ့ တောင်.တေကျမ်းစာအုပ်( ((道德经)) )ကို ရေးသားထားတာလဲ စာရိတ္တကိုဘဲ ပြောတယ်။ ဒါပေမယ့်. တချို့က ဘယ်လိုမှ မရိပ်စား ပါဘူး။

ကျွန်တော်တို့. ဆုံးရှုံးမှုကို ပြောတယ်။ ရရှိမှု ရှိယင်၊ ဆုံးရှုံးမှု ရှိရမှာဘဲ။ ခင်ဗျား တကယ် ကျင်.ချင်ယင်၊ ဒုက္ခတွေနဲ့. ကြုံတွေ့.လိမ်.မယ်။ နေထိုင်မှုဘဝမှာ ပြသထားယင်၊ ၁-ဟာ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ဒုက္ခတွေ တွေ့.မယ်၊ ဒီမှာ မသာ ဟိုမှာ မသာနဲ့.၊ ဒါပေမယ့်. ရောဂါ မဟုတ်ဘူး။ ၂-တော့.၊ လူမှုမှာ၊ မိသားစုမှာ၊ ရုံး၌နမှာ ပြသထားပြီး အကုန်ပေါ်ထွက်တတ်တယ်။ ရုတ်တရက် အကျိုးစီးပွားအတွက် ပဋိပက္ခ ဖြစ်ပွားတယ်။ သံယောဇဉ်မှာ အငြင်းပွားမှု ပေါ်ထွက်တယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ခင်ဗျားကို ရှင်းရှင်. တိုးမြှင့်.စေဘို့. ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီကိစ္စတွေ လာတဲ့. အခါ၊ သာမန်အားဖြင့်. ရုတ်သရက်ဘဲ ပေါ်ထွက်တယ်။ ကြည့်.ရတာ တော်တော် ပြင်းထန် တယ်။ တကယ်တမ်း ခင်ဗျားက တော်တော် ကိုင်တွယ်ဘို့.ခက်တဲ့. ကိစ္စ တရပ်ကို ကြုံတွေ့.ပြီး၊ ခင်ဗျားကို တော်တော် ကသီလင်တဖြစ်စေတယ်၊ တော်တော် မျက်နှာပျက်စေတယ်၊ မျက်နှာ တော်တော် မခံနိုင်တယ်ဆိုယင်၊ အဲဒီအခါ၊ ခင်ဗျားက ဘယ်လို သဘောထားမလဲ။ ခင်ဗျားက တော်တော် တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီအထိ ကိုင်တွယ်နိုင်ယင်၊ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်.ဟာ ဒီဒုက္ခအတွင်း တိုးတက်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ကုန်းလဲ ဒါနဲ့.အလျောက် သလောက် မြင်.အောင် တိုးလာမယ်။ ခင်ဗျားက နဲ့နဲဘဲ ဖြစ်မြောက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်ယင်၊ ခင်ဗျားက နဲ့နဲဘဲ ရရှိနိုင်မယ်။ ခင်ဗျား ဘယ်လောက် နှစ်နာယင်၊ ခင်ဗျားက ဘယ်လောက် ရရှိမှာဘဲ။ လူဟာ ဒုက္ခအတွင်းမှာ ခဏခဏ မရိပ်စားမိနိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့်. ကျွန်တော်တို့. ရိပ်စား ရပါတယ်။ သာမန်လူနဲ့. မရောထွေးနိုင်ဘူး။ ပဋိပက္ခ ဖြစ်ပွားရာမှာ စိတ်သဘော မြင်.မြင်. ထားရတယ်။ ကျွန်တော်တို့. သာမန်လူထုအတွင်း ကျင်.နေတယ်။ ရှင်းရှင်.ကို သံခဲတင်ခြင်းလဲ သာမန်လူတွေအနက် သံခဲတင်ရပါတယ်။ ဂျမ်းပြန်တွေ ကျရတယ်။ ဒါ.အနက်၊ သင်ခန်းစာ ယူရတယ်။ ဘာဒုက္ခမှ မကြုံဘဲနဲ့. နေသာထိုင်သာနဲ့. ကုန်းတက်ချင်တယ်ဆိုယင်၊ ဒါဟာ ဖြစ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

၃။ ‘ကျင်း ရှမ်း. ရင်’အတူတကွကျင်.ခြင်း

ကျွန်တောတို့. ဒီတရားဂိတ်ဟာ ‘ကျင်း ရှမ်း. ရင်’ ( 真善忍 အစစ်



စိတ်နေသဘောကောင်း သည်းခံမှု) အတူတကွ ကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ‘ကျင်း’ဟာ၊ စကားအစစ် ပြော၊ ကိစ္စအစစ်လုပ်၊ ပင်ကိုယ်အရင်းအမြစ် အစစ်ဆီပြန်၊ နောက်ဆုံးမှာ လူအစစ် ဖြစ်မယ်။ ‘ရှမ်း’ ဟာ ဂရုဏာစိတ် ထွက်လာပြီး၊ ကုသိုပြု လူကိုကယ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် သည်းခံနိုင်တာကို အလေးထား ပြောတယ်။ သည်းခံမှသာ စာရိတ္တကြီးပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်အောင် ကျင်.နိုင်မှာဘဲ။ သည်းခံမှု၊ ဒါဟာ တော်တော် အားကောင်းတဲ့ ဥစ္စာ တရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျင်းနဲ့ ရှမ်းကို ကျော်လွန်တာ ဖြစ်တယ်။ ကျင်.စဉ် တခုလုံးမှာ ခင်ဗျားကို သည်းခံခိုင်းရတယ်။ ရှင်းရှင်.ကို စောင်.စည်းပြီး၊ အရမ်းမဲ. လုပ်လို့ မရဘူး။

ကိစ္စကြုံတဲ့.အခါ သည်းခံနိုင်ယင် မလွယ်ဘူး။ ရိုက်ယင် ပြန်မရိုက်၊ ဆဲယင် ပြန်မဆဲ၊ ဒီထက်မက ဆွေမျိုး မိတ်ဆွေကောင်းအတွင်း တော်တော် မျက်နှာပျက်တဲ့ အခြေအနေမျိုးမှာတောင် သည်းခံထားယင်၊ ဒါဟာ ‘အာခိ’ဖြစ်နေပြီ မဟုတ်ဘူးလားလို့ တချို့လူက ပြောတယ်။ ကျွန်တော်အမြင် အနေနဲ့ ခင်ဗျား ဘက်မျိုးစုံမှာ ပြောဆိုပြုမူပုံ တော်တော် ပုံမှန်တယ်။ ဉာဏ်ဟာ သူများထက် နဲ့နဲ့မှ မနိမ်.ဘူး။ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားမှာသာ တော်တော် ပေါ့.အောင် သဘော ထားတယ် ဆိုယင်၊ ဘယ်သူမှ ခင်ဗျား အတယ်လို့ ပြောမှာ မဟုတ်ဘူး။ သည်းခံနိုင်တာဟာ သတ္တိကြောင့်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ‘အာခိ’ မဟုတ်ဘူး။ ဇွဲသတ္တိကြံ့.ခိုင်တဲ့ ပြဆိုခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျင်.ဝတ်သိက္ခ စောင်.စည်းနိုင်တဲ့ ပြဆိုခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ တရုတ်သမိုင်းမှာ (ဟမ်ရှင်.)ဟာ ပေါင်ကြားအောက် အစော်ကား ခံခဲ.ဖူးတယ်။ ဒါဟာ မဟာသည်းခံမှုဘဲ ဖြစ်တယ်။ ရှေးခေတ် မှာ စကား တခွန်း ရှိတယ်၊ ‘သူသာမန်က အစော်ကားခံရာမှာ၊ ဓါးလွယ်ကို ဆွဲထုတ်ပြီး ထလိုက်’ တဲ့။ သာမန်လူ တယောက်က အစော်ကားခံရာမှာ၊ သူက ဓါးလွယ်ကို ဆွဲထုတ်ပြီး ထမယ်၊ သူက ပါးစပ်ဟပြီး လူကို ဆဲ လက်သီးနဲ့ လူကို ရိုက်တတ်တယ်။ လူဟာ ဒီဘဝတသက်ကို လာတာ မလွယ်ဘူး။ တချို့လူက အားကျမခံဘို့.အတွက်ဘဲ အသက်ရှင်နေတယ်။ ဘိုးမတန်လွန်း၊ ပင်ပန်းလဲ ပင်ပန်းလွန်း ဖြစ်တယ်။ တရုတ်ပြည်မှာ စကားတခွန်းဟာ ‘ခြေလှမ်း တလှမ်း နောက်ဆုတ်ယင်၊ ပင်လယ်ပြင်က ကျယ်ပြန့် မိုးကောင်းကင်က မြင်.မားတာကို တွေ့.မြင်မယ်’တဲ့။ ခင်ဗျား ဒုက္ခ ရှုပ်ထွေးမှုကြုံရာမှာ တလှမ်း နောက်ဆုတ်ယင်၊ နောက် အခြင်းအရာ တမျိုး ဖြစ်ပြီလို့ တွေ့.မြင်တတ်မယ်။

ကုန်းကျင်.သူအနေနဲ့ ခင်ဗျားနဲ့ ပဋိပက္ခ ဖြစ်ပွားတဲ့.လူအပေါ်၊ ရှေ့မှောက်မှာ ခင်ဗျားကို စော်ကားတဲ့.လူအပေါ် ခင်ဗျားက သည်းခံရ၊ စိတ်သဘော မြင်.မြတ်ရ ရုံသာမက၊ သူ့ကိုလဲ ကျေးဇူးတင်ရပါတယ်။ သူက ခင်ဗျားနဲ့ ပဋိပက္ခ မဖြစ်ပွားယင်၊ ခင်ဗျားက

ရှင်းရှင်းကို ဘယ်လို တိုးမြှင့်နိုင်သလဲ၊ ဘယ်လိုနဲ့ ဒုက္ခ ခံရာမှာ အမဲရောင် အရာဝတ္ထုကို အဖြူရောင် အရာဝတ္ထု အဖြစ် လှည့်ပြောင်းနိုင်သလဲ။ ကုန်း ဘယ်လို တက်နိုင်သလဲ။ လူဟာ ဒုက္ခအတွင်းမှာ တော်တော် ခံလိုက်တယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီအခါ သည်းခံထားရပါတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့ ကုန်းအား တိုးမြှင့်တာနဲ့အမျှ၊ အဲဒီ ဒုက္ခဟာ အဆက်မပြတ် တိုးနေတာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်း တိုးမြှင့်နိုင် မတိုးမြှင့်နိုင်ကိုသာ ကြည့်မယ်။ အစမှာ၊ ခင်ဗျားကို စိတ်ဆိုးစေရာ၊ ခင်ဗျားကို တော်တော်ကို စိတ်ဆိုးစေတယ်၊ ခင်ဗျားကို တော်တော် အခံခက်အောင် အောင်သက်သက် ဖြစ်စေတယ်၊ ခင်ဗျားကို အသဲနာအောင်၊ အစာအိမ်နာအောင် စိတ်ဆိုးစေတယ်။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားက ဒေါမထဘူး။ ခင်ဗျားက သည်းခံလိုက်တယ်။ ဒါနဲ့ ကောင်းပြီ။ ခင်ဗျားက စတင် သည်းခံနေပြီ။ အထူးတလည် ဟာမျိုးနဲ့ သွားသည်းခံပြီ။ ခင်ဗျားက တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အဆက်မပြတ်နဲ့ ရှင်းရှင်းကို တိုးမြှင့်မယ်။ ခင်ဗျားက တကယ် ဒီကစွာကို ပေါ့အောင် သဘောထားမယ်။ အဲဒီအခါမှာ၊ ပိုကြီးတဲ့ တိုးတက်မှု ဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်လူဟာ အငြင်းပွားမှုအနဲငယ်၊ ကိစ္စ အနဲငယ်ကို တော်တော်ကြီးအောင် သဘော ထားတတ်တယ်။ အသက်ရှင်တာဟာ အားကျမခံဘို့ဘဲ ဖြစ်တယ်။ မသည်းခံနိုင်ဘူး။ နိုင်ထက်စီးနင်းခံလို၊ စိတ်လောတဲ့အခါ ဘာကိစ္စမဆို လုပ်ရဲတယ်။ ဒါပေမယ့် ကုန်းကျင်သူတိုင်း အနေနဲ့ သူများ တော်တော်ကြီးတယ်လို့ သဘောထားတဲ့ ဥစ္စာကို ခင်ဗျားကတော့ တော်တော်ကို ငယ်တယ် ငယ်လွန်းတယ်လို့ သဘောထားတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့ ခင်ဗျားရဲ့ ရည်မှန်းချက်ဟာ အလွန်ရှည်ဝေးလှတယ်။ အလွန်ရှည်ဝေးကြီးမြတ်လှလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက အာကာသနဲ့ သက်တူရွယ်တူ ဖြစ်ချင်တယ်။ ခင်ဗျားက အဲဒီဥစ္စာကို ထပ်ပြီး စဉ်းစား လိုက်တော့ ရှိယင်လဲရ၊ မရှိယင်လဲ ရတယ်။ ခင်ဗျားက ကြီးတာကို စဉ်းစားလိုက်တော့ အဲဒီ ဥစ္စာတွေ အားလုံး ကျော်လွှားနိုင်တယ်။

၄။ မနာလိုစိတ် ဖျက်ခြင်း။

မနာလိုစိတ်ဟာ ကုန်းကျင်စဉ်မှာ အထူးကြီးမားတဲ့ အတားအဆီး ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းကျင်သူ အပေါ် ထိခိုက်မှု တော်တော်ကြီးတယ်။ ကုန်းကျင်သူရဲ့ ကုန်းအားကို တိုက်ရိုက် ထိခိုက် တတ်တယ်။ နည်းတူ ကျင်သူတွေကို ထိခိုက်တတ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ အပေါ်ကို ကျင်ဘို့ ပြင်းထန်စွာ အနှောက်အယှက် ပြုမယ်။ ကုန်းကျင်သူ အနေနဲ့ ရာနိုင်နှုန်းပြည့် ဖျက်ပစ် ရပါတယ်။ တချို့လူက ကုန်းကျင်တာ အဆင်အတန်း အသင်အတင်ကို ရောက်လိုက်တယ်။ ဒါပေမယ့် မနာလိုစိတ်ကို ဘယ်လိုမှ

မဖျက်ပစ်နိုင်ဘူး။ ဒီထက်မက မဖျက်ပစ်နိုင် လေလေ ပြင်းလာတတ်လေလေ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ တုံ့ပြန်တွန်းကန်အားဟာ သူ တိုးမြင်ပြီး ဖြစ်တဲ့ တခြားရှင်းရှင်းကိုလဲ အလွန် အားနဲ့ လာစေတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ မနာလိုစိတ်ကို သီးခြားယူပြီးတော့ ပြောသလဲ၊ အကြောင်းရင်းတော့ မနာလိုစိတ်ဟာ တရုတ်လူမျိုးမှာ ပြသထားတာ အပြင်းထန်ဆုံး အထင်ရှားဆုံး ၊ လူထုစိတ်ထဲမှာ အချိုးအစား အကြီးဆုံးလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လူတော်တော်များများက သတိမရနိုင်ဘူး။ မနာလိုစိတ်ဟာ အရှေ့တိုင်းမှာ သက်သက် ရှိတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရှေ့တိုင်းမနာလို နိုမဟုတ် အာရှတိုက် မနာလိုလို့ ခေါ်တယ်။ တရုတ်လူမျိုးက ခံစားချက်တွေကို စိတ်ထဲမှာ သိုသိပ်ထားလေ တော်တော်ရှိကြာတယ်။ အတွေး အဆတွေ စိတ်ထဲမှာ သိုသိပ်လေ တော်တော်ရှိကြာတယ်။ လွယ်လွယ်လေးနဲ့ မဖော်ပြဘူး။ ဒါနဲ့ မနာလိုစိတ် ထွက်တတ်တယ်။ အကြောင်းအရာ အားလုံးကို တခုကနေ ၂-ခုခွဲရတယ်။ ခံစားချက် စိတ်ထဲမှာ သိုသိပ်ထားတတ်တာဟာ ကောင်းဘက်ရှိသလို မကောင်းဘက်လဲ ရှိပါတယ်။ အနောက်တိုင်း လူမျိုးဟာ ခံစားချက်တွေ ဖော်ပြတတ်တယ်။ ခင်ဗျားကို ဥပမာနဲ့ ပြောမယ်၊ ကလေးဟာ ကျောင်းမှာ အမှတ်(၁၀၀) ရလိုက်တယ်ဆိုယင်၊ သူဟာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ အိမ်ကို ပြေးယင်းနဲ့ အော်မယ်၊ ‘ကျွန်တော်က အမှတ်၁၀၀ ရလိုက်တယ်’တဲ့။ အိမ်နီးချင်းတွေ အားလုံး တံခါးကိုဖွင့်ပြီး၊ ခုတင်းပေါက်ကိုဖွင့်ပြီးတော့ သူ့ကို ထောပနာ ပြုတတ်တယ်၊ ‘ထောင်းမိ၊ ခင်ဗျားကို ထောပနာပြုတယ်နော’တဲ့။ သူ့အတွက် ဝမ်းသာတယ်။ တရုတ်ပြည်မှာ ဆိုယင်၊ ခင်ဗျားစဉ်းစားပါ၊ ကြားယင်းနဲ့ နားကပ်တယ်။ အမှတ် ၁၀၀ ရတာ ဘာပီတိဖြာစရာ ရှိသလဲ၊ ရှိုးပြဘို့ လိုပါသလားတဲ့။ တုံ့ပြန်တာ လုံးဝမတူဘူး။ မနာလိုစိတ် တမျိုး ရှိပါတယ်။

မနာလိုစိတ်ရှိသူဟာ သူများကို အထင်သေးတယ်။ သူများ ကိုယ် ထက်သာ တာကို ခွင့်မပြုဘူး။ သူများက သူထက် သာတာကို မြင်ယင်၊ သူ့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ မညီမျှတော့ ဘူး။ မခံနိုင်တော့ဘူး။ အားကျ မခံချင်ဘူး။ လခတိုးတဲ့အခါ၊ အတူတူတိုး၊ ဆုငွေ ရတာ အတူတူ ဖြစ်ရတယ်။ ကောင်းကင်ယံ ပြိုကျယင် အများ အတူတူ ရွက်ကြာ။ သူများ ပိုက်ဆံ ရတာ များတယ်လို့ မြင်လိုက်ယင်၊ သူက မနာလိုတယ်။ ခြုံပြီးပြောယင်၊ သူ့ထက်သာယင် ဘယ်လိုမှ မဖြစ်ဘူး။ တချို့လူက သိပ္ပံသုတေသန အောင်မြင်မှု တီထွင်တဲ့အခါ ဆုငွေကို သွားမ ခံယူရဲဘူး။ သူများ မနာလိုမယ်လို့ စိုးရိမ်တယ်။ တချို့လူက ဂုဏ်ထူး တင်မြှောက် ခံရယင်လဲ၊ မပြောရဲဘူး။ မနာလို သရော်မယ်လို့ စိုးရိမ်တယ်။ တခြား ချိကုန်းဆရာ သင်တန်း သင်ပေးတာကို တွေ့မြင်ယင်တော့ အားကျမခံချင်ဘဲ၊ သင်တန်းမှာ သွား ဒုက္ခပေးတယ်။ ဒါဟာ ရှင်းရှင်းပြဿနာဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အများက အတူတူ ကုန်းကျင်နေ

ပြာတယ်။ တချို့လူက ကုန်းကျင်.တဲ.အချိန် တိုတယ်။ ဒါပေမယ်. ကုန်းစွမ်းရည် ထွက်တယ်။ ဒါနဲ့. တချို့လူက ပြောတယ်၊ သူက ဘာတော်စရာ ရှိသလဲ၊ ကျွန်တော်က ဘယ်နှစ် ဘယ်နှစ် နှစ် ကျင်.ပြီး၊ သင်တန်း သင်ပြီး ထောက်ခံစာ တအုပ်ကြီးဘဲ ရှိတယ်။ ကျွန်တော်က ကုန်း စွမ်းရည် မထွက်သေးဘူးနဲ့. သူက ဘယ်လို ထွက်နိုင်သလဲတဲ့။ မနာလိုစိတ် ထလာတော့.တယ်။ ကုန်းကျင်.တာဟာ အတွင်းမှာ သွားရှာတာ ဖြစ်တယ်။ ကိုယ်က ကိုယ်.ကိုယ်ကို များများ ကျင်.၊ ကိုယ်ပေါ်မှာ အကြောင်းရင်း ရှာပြာတယ်။ ကိုယ်က ဘယ်ဖက်မှာ လုပ်တာ မလုံလောက်ဘူးဆိုယင်၊ ကိုယ်က တိုးတက်အောင် ကြိုးပမ်းရတယ်။ အတွင်းမှာ အားထုတ်တယ်။ လူတွေဟာ အားလုံး အပြင်မှာ အားထုတ်ပြာတယ်။ သူများ အားလုံးကောင်းအောင် ကျင်.ပြီး၊ အားလုံး တက်သွားပြီဖြစ်တော့. ခင်ဗျားသာ မတက်ဘူး ဆိုယင်၊ ခင်ဗျားက အလကား မဟုတ်ဘူးလား။ ကျင်.တာဟာ ကိုယ်.ကိုယ်ကို ကျင်.တာလေ။

မနာလိုစိတ်ဟာ အလားတူ ကျင်.နေသူများကိုလဲ ထိခိုက်တတ်တယ်။ ဥပမာ ဆိုတော့.၊ နားညီးတဲ့. စကားတွေကို ပြောပြီး သူများရဲ့. စိတ် ငြိမ်သက်လို့. မရစေ၊ သူဟာ ကုန်း စွမ်းရည် အသင်.အတင်. ရှိတဲ့.အခါ၊ မနာလိုစိတ်ကြောင့်. ကုန်းစွမ်းရည်နဲ့. အလားတူ ကျင်.နေသူများ ထိခိုက်ချင် ထိခိုက်မယ်။ ဥပမာဆိုယင်၊ ကျင်.တာ မဆိုးဘူး ဖြစ်တဲ့. လူတယောက်ဟာ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင် ကုန်းကျင်.နေတယ်။ သူကိုယ်ခန္ဓာမှာ ကုန်းရှိလို့. ဒီမှာ ထိုင်တာ တောင်တလုံး လိုဘဲ။ အဲဒီအခါ၊ ဥစ္စာ ၂-ခု လွင်.ပျံလာတယ်။ တခုဟာ ဟိုတုန်းကမှာ ဘုန်းကြီး ၁-ဦး ဖြစ်ခဲ့.တယ်။ မနာလိုစိတ် ရှိလို့.ကြောင့်. အပေါ်ကို မကျင်.ဖြစ်ခဲ့.ဘူး။ ကုန်းအား အသင်.အတင်. ရှိပေမယ်. ဖြစ်မြောက်အောင် မကျင်.ဖြစ်ဘူး။ သူတို့. ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်နေသူ ရှိနေရာကို ရောက်တဲ့.အခါ၊ တယောက်က၊ ဒါဟာ ဘယ်သူဘယ်သူက ဒီမှာ ကျင်.နေတာ ဖြစ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဝေ.ပြီး သွားပြာစို့.တဲ့.။ နောက်တယောက်ကမူ၊ ဟိုတုန်းကမှာ ကျွန်တော်က လက်ဝါး တချက်နဲ့. ထိုက်ရှမ်းတောင်ရဲ့. ထောင်.၁-ထောင်.ကို ဖြတ်ခုတ်ပစ်လိုက်တယ်တဲ့.။ ဆက်လက်ပြီး ကုန်းကျင်.သူကို လက်ဝါးနဲ့. တချက် ခုတ်လိုက်တယ်။ ဒါပေမယ်. လက်ကို မ လိုက်တာနဲ့. မချနိုင်တော့.ဘူး။ ကုန်းကျင်.သူဟာ တရားမှန် ကျင်.ခြင်းဖြစ်လို့. ကာကွယ်ဖုံး ရှိလို့. သူက မခုတ်ဖြစ်ဘူး။ သူက တရားမှန် ကျင်.သူကို ထိခိုက်ချင်တော့. ပြဿနာ ပြင်းထန်တယ်။ ဒဏ်ပေးမှု ခံလိုက်တယ်။ မနာလိုစိတ်ရှိသူဟာ ကိုယ်.ကိုယ်ကိုလဲ ထိခိုက်. သူများကိုလဲ ထိခိုက်တယ်။

၅။စွဲကိုင်စိတ်ဖျက်ခြင်း။

စွဲကိုင်စိတ်ဆိုတာဟာ ကုန်းကျင်.သူတွေ အကြောင်းတရား၊ ရည်မှန်းချက် တရားအပေါ် မလွတ်ဘဲ စွဲကိုင်နေတာ ဆိုပါတယ်။ အလွန်းအလွန် လိုက်စားတာ၊ မလွတ်ကင်းနိုင်တာ၊ ဒီထက်မက တော်တော် အယူသန်တာ၊ တိုက်တွန်းချက်ကို လက်မခံတာတွေ ပါဝင်ထားတယ်။ တချို့လူဟာ လောကမှာ ကုန်းစွမ်းရည်တွေ ရရှိအောင် လိုက်စားတယ်။ ဒါဟာ အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ကျင်.ဘို့. ထိခိုက်မှာ သေချာတယ်။ အဲဒီစိတ် ပြင်းလေလေ၊ လက်လွတ်ဘို့. ခက်လေလေ၊ စိတ် မညီမျှလေလေ၊ မတည်ငြိမ်လေလေ ဖြစ်မယ်။ နောက်ဆုံးမှာ မိမိက ဘာကိုမှ မရရှိဘူးလို့. မှတ်ယူမယ်။ ဒီထက်မက သင်နေတဲ့. ဥစ္စာအပေါ် မယုံသင်္ကာ ဖြစ်တော့မယ်။ စွဲကိုင်စိတ်ဟာ လူရဲ့. လိုအင်ဆန္ဒမှ ထွက်လာတာ ဖြစ်တယ်။ ဒါရဲ့. ဝိသေသဟာ ရည်မှန်းချက် နို့.မဟုတ် ရည်ရွယ်ချက်မှာ သိသာ တဲ. ကျဉ်းမြောင်းမှု ရှိတာ၊ ရှင်းလင်းပြတ်သားပြီး တိကျတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ကိုယ်သူလဲ သာမန်အားဖြင့်. မသိရှိဘူး။ သာမန်လူရဲ့. စွဲကိုင်စိတ်ဟာ တော်တော်များပြားတယ်။ သူဟာ ဥစ္စာ တရား လိုက်စားဘို့. ရည်ရွယ်ချက် ထမြောက်စေဘို့. သူက ရရာနည်းနဲ့. ရယူအောင် လုပ်တတ်တယ်။ ကုန်းကျင်.သူရဲ့. စွဲကိုင်စိတ် အနေနဲ့.တော့. တခြားပြသခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာဆိုယင် ကုန်းစွမ်းရည် တရားကို လိုက်စားတာ၊ အခြင်းအရာ တမျိုးမျိုးမှာ စွဲနေတာ၊ ပြသမှု တရား အပေါ် စိတ်ပါဝင်စားနေတာ၊ စသဖြင့်. ရှိပါတယ်။ ကုန်းကျင်.သူအနေနဲ့. ခင်ဗျားက ဘာကိုမှမဆို လိုက်စားယင် အကုန် မမှန်ဘူး။ အဲဒီဥစ္စာကို ဖျက်ပစ်ရပါတယ်။ တာအိုပိုင်းမှာ ဝူး(无 မဲ.) ကိုဆိုတယ်၊ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ခုန်း(空 ဗလာ)၊ ဗလာဂိတ် (空门)ဝင်တာကို ဆိုတယ်။ ကျွန်တော်တို့. နောက်ဆုံးမှာ ဗလာ၊ မဲ. အထိ ရောက်ရတယ်။ စွဲကိုင်စိတ် မှန်သမျှကို ဖျက်ပစ်ရမယ်။ ခင်ဗျား မချနိုင်တဲ့. ဥစ္စာကို အကုန် ချရတယ်။ ဥပမာ၊ ကုန်းစွမ်းရည် လိုချင်တယ် ဆိုယင်၊ ခင်ဗျား လိုချင်တာဟာ အသုံးပြုချင်ဘို့. ဖြစ်တယ်။ စင်စစ်အားဖြင့်. ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့. အာကာသ ဝိသေသနဲ့. ပြောင်းပြန် ဖြစ်နေပြီ။ စင်စစ်အားဖြင့်. ရှင်းရှင်း.ပြဿနာ တရ ဖြစ်သေးတယ်။ ရချင်တာလေ လူတွေရှေ့မှာ အစွမ်း ပြချင်တာ၊ နို့.မဟုတ် ရှိုးပြချင်တာဘဲ။ အဲဒီဥစ္စာဟာ သူများကို ရှိုးပြဘို့.အတွက် မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျား အသုံးပြုတဲ့. ရည်ရွယ်ချက် တော်တော် သန့်.တယ်ဆိုယင်၊ ကောင်းမှုကိုဘဲ လုပ်ချင်တယ်ဆိုယင်၊ ကောင်းမှုကို ခင်ဗျား ပြုလုပ်ယင်လဲ ကောင်းမှု ဖြစ်တယ်လို့. အမှန်း မရှိ။ သာမန်လူရဲ့. ကိစ္စကို ခင်ဗျားက သာမန်ကို ကျော်လွန်တဲ့. နည်းနဲ့. ဝင်စွက်ယင် ကောင်းမှု ဖြစ်တယ်လို့. အမှန်မရှိ။ တချို့လူက သင်တန်းမှာ လူ၇၀-ရာခိုင်နှုန်း ထျန်းမု

(天目 တတိယမျက်စိ) ပွင့်.ပြီလို့ ကျွန်တော် ပြောဆိုတာကို ကြားတယ်၊ ဒါနဲ့ ဘာဖြစ်လို့ ကျွန်တော်က ခံစားမှု မရှိသလဲ လို့ စိတ်ကူးတယ်။ ပြန်ပြီးနောက် ကုန်းကျင်.ရာမှာ ထျမ်းမုအပေါ် အာရုံ စူးစိုက် လိုက်တယ်။ ခေါင်းခြောက်အောင် တွေးဆတယ်။ နောက်ဆုံးကျတော့ ဘာကိုမှ မမြင်နိုင်သေးဘူး။ ဒါဟာ စွဲကိုင်စိတ်ဘဲ ဖြစ်တယ်။ လူတိုင်း ကိုယ်ခန္ဓာ အရည်အချင်း မတူဘူး။ ဇာစ်မြစ် ( 根基 )လဲ မတူဘူး။ တချိန်တည်းမှာ ထျန်းမု မြင်နိုင်မှာ မဖြစ်ဘူး။ အားလုံး တူညီတဲ့ အဆင်အတန်း ရှိမှာလဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ တချို့လူက မြင်နိုင်တယ်၊ တချို့လူက မမြင်ဘူး။ အားလုံး ပုံမှန်ဖြစ်တယ်။

စွဲကိုင်စိတ်ဟာ ကုန်းကျင်.သူရဲ. ကုန်းအား သောင်တင် မတင်မကျ အခြေအနေ ဖြစ်စေ တတ်တယ်။ ပြင်းထန်ယင်၊ ကုန်းကျင်.သူ မသမာလမ်းကြောင်းပေါ်ကို သွားစေတတ်တယ်။ အထူးသဖြင့် တချို့ ကုန်းစွမ်းရည်ကျတော့ ရှင်းရှင်း မကောင်းဘူးဆိုယင်၊ ဒါကို အသုံးပြုပြီးတော့ ဆိုးသွမ်းမှု ပြုလုပ်တတ်တယ်။ ရှင်းရှင်း မခိုင်ခံ့လို့ ကုန်းစွမ်းရည်နဲ့ ဆိုးသွမ်းမှု ပြုလုပ်တဲ့ ဥပမာလဲ ရှိတယ်။ ဒေသ တခုခုမှာ တက္ကသိုလ် ကျောင်းသား တဦးဟာ အတွေးအဆ ထိန်းချုပ်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် တမျိုး ထွက်တယ်။ အဲဒီကုန်းစွမ်းရည်ဟာ သူ့ရဲ့ အတွေးအဆနဲ့ သူများရဲ့ အတွေးအဆ ဆောင်ရွက်မှုကို ချုပ်ကိုင်နိုင်ပါတယ်။ သူက ဒါကို အသုံးပြုပြီးတော့ ဆိုးသွမ်းမှုတွေကို ပြုလုပ်တယ်။ တချို့လူက ကုန်းကျင်.စဉ်မှာ အခြင်းအရာ အနဲငယ် ပေါ်ထွက်လာတယ်၊ တလျှောက်လုံးဘဲ ရှင်းလင်းအောင် မြင်ချင်တယ်။ အကြောင်းရင်းကို သိချင်တယ်။ ဒါဟာလဲ စွဲကိုင်စိတ် ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့လူဟာ ဝါဒနာ တမျိုးမျိုးရှိပြီး စွဲနေတယ်။ လက်လွှတ်ဘို့ ခက်တယ်၊ ဒါလဲ စွဲကိုင်စိတ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဇာစ်မြစ်( 根基 ) မတူလို့ ရည်ရွယ်ချက် မတူလို့၊ တချို့လူ ကုန်းကျင်.တာဟာ အမြင်.ဆုံး ပန်းတိုင် ရောက်ရှိဘို့ ဖြစ်ပြီး၊ တချို့လူက ပစ္စည်းတွေ ရရှိဘို့ဘဲ ဖြစ်တယ်။ နောက်က အတွေးအဆဟာ ကုန်းကျင်.ဘို့ ရည်ရွယ်ချက် ကန်.သတ်မှု ရှိစေမှာ မှချဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို စွဲကိုင်စိတ် မဖျက်ပစ်ပါက၊ ကုန်းကျင်.ယင်လဲ ကုန်းတက်မှာ မဟုတ် ဘူး။ ဒါကြောင့် ကုန်းကျင်.သူဟာ ရုပ်ဝတ္ထု အကျိုးစီးပွား မှန်သမျှကို တော်တော်ကို ပေါ့.အောင် သဘောထားရတယ်။ ဘာလိုချင်စရာမှ မရှိ၊ အားလုံး သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်စေ။ ဒါနဲ့ စွဲကိုင်စိတ် ပေါ်ထွက်ဘို့ ရှောင်ရှားမှာ ဖြစ်တယ်။ ဒါနဲ့ ကုန်းကျင်.သူရဲ. ရှင်းရှင်း ဘယ်လိုလဲလို့ ကြည့်.ရမယ်။ ရှင်းရှင်းကို အရင်းခံကနေ မတိုးမြှင့်.ယင်၊ ဘာစွဲကိုင်စိတ်မဆို ပါဆောင်ထားယင် ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

# ၆။ယဲ.လိ(业力 ဝဋ် )

## (၁)ဝဋ်ရဲ. ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

ဝဋ်ဟာ စာရိတ္တနဲ့. ပြောင်းပြန်ဖြစ်တဲ့. အမဲရောင် အရာဝတ္ထု ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ဝဋ်ဆို လို. ခေါ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့.မှာ ဝဋ်လို. ခေါ်တယ်။ ဒါကြောင့်. ဆိုးသွမ်းမှု လုပ်တာကို ဝဋ်ပြု တယ်လို. ခေါ်တယ်။ ဝဋ် နို့.မဟုတ် ဝဋ်အားဟာ ဒီလူက ဒီအသက်ဘဝ နို့.မဟုတ် ရှေးဘဝမှာ မှားယွင်းမှုကြောင့်. ဖြစ်ပေါ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာပြောရင်၊ သူ့.အသက်ကို သတ်ဖြတ်ခဲ.ဖူးတယ်၊ ဘယ်သူဘယ်သူကို စော်ကားခဲ.ဖူးတယ်။ ဘယ်သူဘယ်သူရဲ. အကျိုးစီးပွားကို လုယက်ခဲ.ဖူးတယ်။ ဘယ်သူဘယ်သူ အတင်းကို ပြောခဲ.ဖူးတယ်။ ဘယ်သူဘယ်သူအပေါ် မယဉ်ကျေးစရာ လုပ်ဖူးတယ်၊ စသဖြင့်. အားလုံး ဝဋ် ဖြစ်စေတတ်တယ်။ နောက်တချို့.ဝဋ်ဟာ ဘိုးဘွား နို့.မဟုတ် ဆွေမျိုး မိတ်ဆွေကောင်းမှ ရွှေ့.လာတာ ဖြစ်တယ်။ လူ တယောက်က လက်သီး ဝှေ့.ပြီး လူကို ရိုက်တဲ့.အခါ၊ တချိန်တည်းမှာ အဖြူရောင် အရာဝတ္ထုကို တဘက်ကို ပစ်ပေးလိုက်တယ်။ ကိုယ်. ကိုယ်ခန္ဓာ အဲဒီနေရာ တနေရာမှာ အမဲရောင် အရာဝတ္ထုနဲ့. အစားထိုးလိုက်ပါတယ်။ သူ့.အသက် သတ်ခြင်းဟာ အကြီးဆုံး ဒုစရိုက် ဆိုးသွမ်းမှု ပြုခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ တော်တော်ကြီးတဲ့. ဝဋ် တိုးစေမယ်။ ဝဋ်ဟာ လူရောဂါ ဖြစ်စေတဲ့. အရေးကြီး အကြောင်းရင်းဖြစ်တယ်။ ဒါဟာ ရောဂါ တမျိုးလိုအသွင် ပြသမယ်လို. အမှန်မရှိ။ ဒုက္ခကိစ္စတွေနဲ့. ကြုံတွေ့တာ စတာတွေလဲ ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်ပေါ့။ အကုန် ဝဋ်ရဲ. စွမ်းဆောင်မှုကြောင့်. ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်. ကုန်းကျင်.သူဟာ မကောင်းတဲ့.ကိစ္စကို လုံးဝ လုပ်လို.မရဘူး။ မကောင်းတဲ့. လုပ်ရပ်မှန်သမျှဟာ အားလုံး မကောင်းတဲ့. လက္ခဏာ ဖြစ်စေတတ်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ. ကုန်းကျင်.ခြင်း ကိစ္စကို ဆိုးဝါးစွာ ထိခိုက်တတ်မယ်။

တချို့.လူက ရူက္ခပင် ချိုကို စုဆောင်းသိမ်းဆည်းဘို့. တိုက်တွန်းတယ်။ ကုန်းသင်ပေး တဲ့.အခါလဲ ရူက္ခပင် ချိုကို ဘယ်လို သိမ်းဆည်းတာကို သင်ပေးတယ်။ ဘာသစ်ပင်ရဲ.ချို ကောင်း သလဲ၊ ဘာသစ်ပင်ရဲ.ချိုက ဘာအရောင်လဲတဲ့.။ စိတ်ပါဝင်စားစွာနဲ့. ပြောနေကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့. အရှေ့မြောက်ပိုင်းဒေသ ဥယျာဉ် တခုမှာ တချို့.လူက ဘာကုန်း ကျင်.နေသလဲ မသိ၊ မြေပေါ် နေရာအနံ့.မှာ လူးလိမ်.တယ်၊ ထပြီးနောက် ထင်းရှူးပင်ကို ပတ်လည်တယ်၊ ထင်းရှူးပင်ရဲ. ချိုကို စုဆောင်းသိမ်းဆည်းတယ်။ နှစ်ဝက်သာနဲ့. ထင်းရှူးပင်တွေ တကွက်ကို ညှိုးလျော် ခြောက်သွေ့အောင် စုဆောင်းသိမ်းဆည်းခဲ.ပါတယ်။ ဒါဟာ ဝဋ်ပြုတဲ့. လုပ်ရပ် ဖြစ်တယ်။ ဒါလဲသူ့.အသက်

သတ်ခြင်းဘဲ။ နိုင်ငံတော် စိမ်းလမ်းစိုပြေရေး၊ ဇီဝလက္ခဏာ ညီမျှမှု ထိန်းသိမ်းရေး ဘက်မှာ ပြောယင်ရော အဆင်.မြင်.ဘက်မှာ ပြောယင်ပါ ရူက္ခပင်ချိုကို စုဆောင်း သိမ်းဆည်းတာဟာ မကောင်းပါဘူး။ ကြီးမားကျယ်ပြောလှတဲ့ အာကာသဟာ အဆုံးအစွန် မရှိအောင် ကြီးတယ်၊ နေရာအနှံ့မှာ ချို ရှိပြီး ခင်ဗျားကြိုက်သလို စုဆောင်းသိမ်းဆည်းနိုင်တယ်။ ခင်ဗျား သွား သိမ်းသာ သိမ်းလို့ ရတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ရူက္ခကိုချည်းဘဲ စော်ကားသလဲ။ ကုန်းကျင်.သူ အနေနဲ့ ခင်ဗျား ရဲ့ဂရုဏာစိတ်က ဘယ်မှာ ရှိသလဲ။

အရာခပ်သိမ်း အားလုံးဟာ ဥာဏ်ရှိတယ်။ ရခေတ် သိပ္ပံပညာမှာ ရူက္ခပင် အသက် ရှိရုံသာမက၊ ဥာဏ်၊ အတွေးအခေါ်နဲ့ သံယောဇဉ်လဲ ရှိတယ်။ ဒီထက်မက သာမန်အာရုံခံထက် ကျော်လွန်တဲ့ အာရုံခံ အစွမ်းသတ္တိလဲ ရှိတယ်လို့ သိမြင်ပါပြီ။ ခင်ဗျားရဲ့ ထျန်းမုဟာ တရားပေါက်ခြင်း( 法眼通) အဆင် ရောက်တဲ့အခါ၊ ခင်ဗျားက ကမ္ဘာဟာ နောက်ထပ် တမျိုး အခြင်းအရာ ဖြစ်တာကို တွေ့မြင်မယ်။ ခင်ဗျား အပြင်ထွက်ယင်၊ ဟိုကျောက်ခဲ၊ နံရံ၊ သစ်ပင် စတာတွေ အားလုံး ခင်ဗျားနဲ့ စကားပြောမယ်။ ဘာဝတ္ထုပစ္စည်းမဆို အားလုံး အသက်ကိုယ် တည်ရှိတယ်။ ဒါက ဖြစ်လာတဲ့အခါ၊ အသက်ကိုယ် တခု သွင်းဝင်နေပြီ။ ဩဂဲနစ် ပစ္စည်းနဲ့ အင်ဩဂဲနစ်ပစ္စည်းဟာ ကျွန်တော်တို့ ကမ္ဘာလုံးက လူသား ခွဲထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ လူဟာ ပန်းကန် တလုံး ကျကွဲယင်တောင် စိတ်ထဲမှာ မကောင်းလှပါဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ဒါဟာ အဖျက်ဆီး ခံတဲ့အခါ၊ အဲဒီ အသက်ကိုယ်က လွတ်ပြီး ထွက်ရမယ်၊ ဒါက ဒါ့ရဲ့ အသက် လမ်းစဉ် မပြီးဘူး ဆိုယင်၊ သွားဘို့နေရာ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် ဒါကို သတ်တဲ့ လူကို တော်တော် မုန်းတယ်။ မုန်းလေလေ အဲဒီလူရဲ့ ဝဋ် ကြီးလေလေ ဖြစ်မယ်။ တချို့ချိကုန်းဆရာ'ဟာ တော လဲလိုက်တယ်။ သူ့ရဲ့ ဂရုဏာစိတ်က ဘယ်မှာ ရှိသလဲ။ ဗုဒ္ဓပိုင်းနဲ့ တာအိုပိုင်း ၂- ပိုင်းစလုံးမှာ ဓမ္မတာတရားကို ဖောက်ဖျက်ပြီး မဆောင်ရွက်ဘူး။ သူက ဒီလိုလုပ်တာဟာ သူ့အသက် သတ်တဲ့ လုပ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့လူက သူ့ဟိုတုန်းကမှာ ဝဋ်တော်တော်များများ ပြုခဲ့တယ်၊ ကြောက်ကိုသတ်၊ ငါးကိုသတ်၊ ငါးများတာ၊ စသဖြင့် ရှိတယ်။ ကုန်းမကျင်.နိုင်တော့ဘူးလားတဲ့။ မဟုတ်ပါဘူး။ ခင်ဗျား အဲဒီ အခါမှာ မသိတဲ့အခါမှာ လုပ်တာ ဖြစ်တယ်။ ပိုကြီးတဲ့ ဝဋ်ကို ပြုမှာ မဟုတ်ဘူး။ နောင်မှာ အဲဒီ ကိစ္စကို ထပ် မလုပ်နဲ့နဲ့ ပြီးမယ်။ ထပ်လုပ်ယင်၊ သိရက်သားနဲ့ တမင်သက်သက် ဖောက်ဖျက် တာ ဖြစ်တယ်။ ဒါနဲ့ မရတော့ဘူး။ တချို့ သင်သူဟာ အဲဒီလို ဝဋ်မျိုးဘဲ ရှိတယ်။ ခင်ဗျားက သင်တန်း လာတက်ရောက်တာဟာ



ရေစက်ပါတာ ဖြစ်ပါတဲ။ ခင်ဗျားက အပေါ်ကို ကျင်.လို့. ရမှဘဲ။ ခြင်နဲ. ယင်တွေ အိမ်ကိုဝင်ယင် ရိုက်လား မရိုက်လား။ ခင်ဗျားတို့. အခုလို အဆင်.အတန်းမှာ အဲဒီကိစ္စကို လုပ်တယ်။ ရိုက်သတ်လိုက်တာလဲ မှားတယ်လို့. မမှတ်ဘူး။ အပြင်ကို မမောင်းနှင့် နိုင်လို့. ရိုက်သတ်တယ်ဆို ရိုက်သတ်တယ်။ ပစ္စည်း တခုခု သေသင်.တဲ.အခါ၊ သဘာဝကျစွာ သေသင်.တယ်။ သကျမုနီ အသက် ထင်ရှားရှိစဉ်မှာ၊ တခါမှာ သူက ရေချိုးချင်တယ်။ တပည့်.ကို ရေချိုးလို့ကို သန့်.ရှင်းပေးခိုင်းတယ်။ တပည့်.က ရေချိုးလို့ထဲမှာ ပိုးကောင်ရှိတာကို တွေ့.မြင် တယ်။ ပြန်ပြီးတော့. သူ့.ကို ဘယ်လိုလုပ်မလဲလို့. မေးတယ်။ သူက နောက်ထပ် တခေါက် ပြောတယ်။ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို သန့်.ရှင်းခိုင်းတာက ရေချိုးလို့ဘဲ ဖြစ်တယ်တဲ။ တပည့်.က ရိပ်စားမိလိုက်တယ်။ ရေချိုးလို့ကို သန့်.စင်အောင် သန့်.ရှင်း ပေးလိုက်တယ်။ တချို့. ပြဿနာကို ခင်ဗျားက လေးလွန်းအောင် သဘောမထားနဲ။ ကျွန်တော်တို့. ခင်ဗျား မလုပ်ရဲ မကိုင်ရဲနဲ. စိုးရိမ်လွန်တဲ. ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ရှုပ်ထွေးတဲ. ပတ်ဝန်းကျင်မှာ အမြဲတမ်း စိတ်တင်းတင်းမာမာနဲ.၊ နဲနဲ မှားအောင် ပြုလုပ်မယ်လို့. စိုးရိမ်နေယင်၊ ဒါမရဘူးလို့. ကျွန်တော် ပြောတယ်။ ဒါဟာ စွဲကိုင်စိတ် တမျိုးဘဲ ဖြစ်တယ်။ စိုးရိမ် ကြောက်တာ ကိုယ်၌ပင် စွဲကိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့. ဂရုဏာစိတ် တခု ရှိရပါတယ်။ ဘာကိစ္စအပေါ်မဆို ဂရုဏာစိတ် ထားရယင်၊ ပြဿနာ ထွက်တတ်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ကိုယ်ကျိုး စီးပွားအပေါ် ပေါ့.ပေါ့.ထား၊ စိတ်ကောင်း စေတနာ ကောင်းယင်၊ ခင်ဗျား ဘာကိစ္စမဆို လုပ်ယင် ဒါ.ရဲ. ထိန်းကွပ်မှုကို ခံလိမ်.မယ်။ ဒါကြောင့်. ခင်ဗျား ဆိုးသွမ်းမှု ပြုနိုင်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ မယုံကြည်ယင် ခင်ဗျားကြည့်.စမ်း၊ ခင်ဗျားက အမြဲတန်း ဒေါထထ သဘောထားနဲ. ကိုယ်တွယ်ပြီး၊ အမြဲ ယှဉ်ပြိုင်ချင်တယ်။ တိုက်ခိုက်ချင်တယ် ဆိုယင်၊ ကောင်းမှု ခင်ဗျား ရှေ့မှာ ရှိယင်လဲ ဆိုးအောင် လုပ်သွားမယ်။ တချို့.လူက အကြောင်းခိုင်လုံလို့. သူများကို အလျှော့.မပေးဘူး၊ သူက အကြောင်းကို ရရှိတဲ.အခါ သူများကို ထိခိုက်နိုင်စရာ ရရှိထားလိုက်ဘဲ ဖြစ်တာကို ကျွန်တော်က မကြာခဏ တွေ့.မြင်ခဲ.တယ်။ တချိန်တည်းမှာ ကျွန်တော်တို့. အကြောင်း တခုခုအပေါ် အမြင်ကပ်လို့. ကုန်းချောလို့.လဲ မရဘူး။ တခါတလေ ခင်ဗျား အမြင်ကပ်တဲ. ဥစ္စာဟာ မှားတယ်လို့. အမှန်မရှိ။ ကုန်းကျင်.သူ အနေနဲ. အဆင်.အတန်း အဆက်မပြတ် တိုးမြင်.တဲ.အခါ၊ ခင်ဗျားက စကားတခွန်း ပြောပြယင်၊ စွမ်းအင် ပါဆောင်တယ်။ ခင်ဗျားက သာမန်လူကို ထိန်းကွပ် ချုပ်ခြယ်တတ်တယ်။ ကြိုက်သလို ပြောလို့. မရပါဘဲ။ အထူးသဖြင့်. ခင်ဗျားက ပြဿနာရဲ. ဖြစ်ရပ်အစစ်ကို မမြင်နိုင်တဲ. အခါ၊ ကြိုးကြောင်းဆက်ဆံမှုကို မမြင်နိုင်တဲ.အခါ၊ ဆိုးမှု လုပ်တတ်တယ်။ ဒါနဲ. ဝဋ်ပြုတတ်တော့.မယ်။

(၂) ဝဋ်ဖျက်ခြင်း

လောကမှာ တရားဟာ ကောင်းကင်ယံမှာ တရားနဲ့ တူတယ်။ သူများကို တင်ထားတာကို ပြန်ဆပ်ရပါတယ်။ သာမန်လူက သူများကို တင်ထားတာကိုလဲ ပြန်ဆပ်ရပါတယ်။ လူ့ဘဝ တသက်မှာ ခင်ဗျား ကြံ့တွေ့တဲ့ ဒုက္ခ၊ ကပ်တွေဟာ အားလုံး ဝဋ်ကြောင်၊ ဖြစ်စေတဲ့ ဆိုးကျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက အဲဒီဥစ္စာကို ပြန်ဆပ်ရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ တကယ် ကျင်သူ အနေနဲ့ ခင်ဗျားရဲ့ အဲဒီ လူ့ဘဝ လမ်းကြောင်းဟာ ပြောင်းလဲမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားအတွက် ခင်ဗျား ကျင်ဘို့နဲ့ သင်လျော်တဲ့ လမ်းကြောင်း တခုကို ပြန်လည် စီစဉ်ပေးမယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ဟိုဝဋ်တွေကို ဆရာက ခင်ဗျားအတွက် တစိတ်တပိုင်းကို လျှော့ပေးမယ်။ ကျန်ထားတာဟာ အားလုံး ခင်ဗျား ရှင်းရှင်း တိုးမြှင့်ဘို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား ကိုယ်ဟာကိုယ် ကုန်းကျင်တာနဲ့ ရှင်းရှင်း ကျင်တာနဲ့ ဒါတွေကို အစားထိုးပစ်ရတယ်။ ပြန်ဆပ်ရတယ်။ နောင်မှာ ခင်ဗျား ကြံ့တွေ့မယ်၊ ပြဿနာဟာ အားလုံး မတော်တဆ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားတို့ စိတ်မှာ ပြင်ဆင် ထားရတယ်လို့ တောင်းဆိုလိုပါတယ်။ ခင်ဗျားကို ဒုက္ခတွေ ကျော်လွှားခိုင်းမယ်၊ သာမန်လူ မချနိုင်တဲ့ ဥစ္စာတွေကို ခင်ဗျား အားလုံး ချစေမယ်။ ခင်ဗျားက ဒုက္ခ အများအပြားကို ကြံ့တွေ့မယ်၊ ပြဿနာတွေဟာ မိသားစု၊ လူမှုရေး ဘက်မျိုးစုံမှာ ပေါ်ထွက် တတ်မယ်။ နို့မဟုတ် ရုတ်တရက် ဘာဘေးဒုက္ခကို ကြံ့တွေ့တယ်။ ဒီထက်မက၊ မူလက တဘက်ရဲ့ အပြစ်ကြောင့် ဒါပေမယ် ခင်ဗျားအပေါ် ပြစ်တင် အပြစ်ခံစေလိုက်တော့တယ်။ စတာတွေ ရှိပါတယ်။ ကုန်းကျင်သူဟာ ရောဂါ မရှိသင်ဘူး။ ဒါပေမယ် ရုတ်တရက်နဲ့လဲ ပြင်းထန်တဲ့ ရောဂါ စွဲကပ်လိုက်တယ်။ ရောဂါလာတဲ့ အရှိန်လဲ တော်တော် ပြင်းထန်တယ်။ တော်တော် အခံခက်အောင် ဒုက္ခ ခံလိုက်တယ်။ ဆေးရုံမှာ သွားစစ်ဆေးယင်လဲ ဘာရောဂါမှ မတွေ့ဘူး။ ဒါပေမယ် ဘာအကြောင်းရင်းမသိဘဲနဲ့ ရောဂါ မကုဘဲနဲ့ သက်သာလာတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် ခင်ဗျား တင်ထားတဲ့ အကြွေး တမျိုးမျိုးကို အဲဒီ နည်းလမ်းနဲ့ ပြန်ဆပ်လိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ တနေ့နေ့မှာ ခင်ဗျားရဲ့ ခင်ပွန်းဟာ အကြောင်းမဲ့နဲ့ ခင်ဗျားကို ဒုက္ခရှာတယ်၊ ဒေါ်ထတယ်။ မပြောပလောက် အကြောင်းလဲ အငြင်းပွားမှုကြီး ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ ပြီးမှလဲ ဘုမသိ ဘမသိ ခံစားတယ်။ ကုန်းကျင်သူ အနေနဲ့ ခင်ဗျားက ဘာဖြစ်လို့ အဲဒီကိစ္စ ဖြစ်ပွားသလဲလို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိရ ပါတယ်။ ဟိုဥစ္စာလာတယ်၊ ခင်ဗျားကို ဟိုဝဋ်ကို ပြန်ဆပ်ခိုင်းတာဘဲ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအခါ၊ ခင်ဗျားက ကိုယ်ကိုယ်ကို ကိုင်တွယ်ထားရပါတယ်။ ရှင်းရှင်းကို စောင်စည်းပြီး အကြောင်း ပြေလည် စေရ ပါတယ်။

သူက ခင်ဗျား ဝဋ်ဖျက်ဘို့. အကူအညီပေးတာကို တန်ဖိုးထား ကျေးဇူးတင်ရပါတယ်။

ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်တာ အချိန်ကြာယင် ခြေထောက် နာတော့မယ်။ တချို့က သေလုမတတ် နာတယ်။ ထျန်းမှ အဆင်အတန်း မြင်တဲ့လူက၊ တော်တော်နာတဲ့အခါ၊ ကုန်းကျင်သူ ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်း အပြင်မှာ တော်တော်ကြီးတဲ့ အမဲရောင်ပစ္စည်း တခု ပျက်နေတယ်လို့ တွေ့မြင်တယ်။ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်ရာမှာ နာတာဟာ တခါပြီး တခါ နာတာ ဖြစ်ပြီး၊ နှလုံးသားကို အပ်စိုက်သလိုလဲ နာကျင်လှတယ်။ တချို့လူက ရိပ်စားနိုင်စွမ်း ရှိတယ်။ ခြေထောက်ကို ဘယ်လိုမှ မချဘဲနဲ့ နေတယ်။ အမဲရောင်ကို ပျက်စေပြီးနောက် အဖြူရောင်ကို လှည့်ပြောင်းတော့တယ်။ ကုန်းအဖြစ် လှည့်ပြောင်းတယ်။ ကုန်းကျင်သူရဲ့ ဝဋ်ကို ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်တာနဲ့ ကုန်းကျင်တာနဲ့ လုံးဝ ဖျက်ပစ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ရှင်းရှင်းနဲ့ ရိပ်စားမှုကိုလဲ တိုးမြှင့်ရသေးတယ်။ ဒုက္ခတွေ ခံရသေးတယ်။ အရေးကြီးတာက ကျွန်တော်တို့ လူဖြစ်တာ စိတ်သဘော ကောင်းရတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဖာလွင်းကုန်းမှာ စိတ်သဘောကောင်း ထွက်တာ အလွန် စောတယ်။ လူတော်တော်များများ ကုန်းကျင်ရာ ဟိုမှာ ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်တာနဲ့ အကြောင်းမဲ့နဲ့ မျက်ရေ ကျတယ်၊ ဘာမဆို စဉ်းစားယင် ရင်နင်တယ်၊ ဘယ်သူ့ကိုမဆို ကြည့်ယင် သူက အနာခံနေတယ်လို့ ခံစားတယ်။ ဂရုဏာစိတ် ထွက်နေတာ၊ ခင်ဗျားရဲ့ ပင်ကိုယ်သတ္တိ၊ ကိုယ်အစစ်က အာကာသ ဝိသေသ ‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’ (真, 善, 忍 အစစ်၊ စိတ်နေသဘောကောင်း၊ သည်းခံမှု) နဲ့ စတင် ဆက်သွယ်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ စိတ်နေသဘောကောင်း ထွက်လာတဲ့အခါ၊ ခင်ဗျား ကိစ္စ လုပ်တဲ့အခါ တော်တော် သဘောကောင်းတော့မယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ အတွင်းစိတ်ကနေ အပြင် ပြသမှု အထိ ကြည့်ရတာနဲ့ တော်တော် စိတ်သဘောကောင်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအခါ ဘယ်သူမှ ခင်ဗျားကို စော်ကားမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ အဲဒီအခါ တကယ်တန်း လူတယောက်ယောက်က ခင်ဗျားကို စော်ကားယင်၊ ခင်ဗျားရဲ့ ဟို မဟာဂရုဏာ စွမ်းဆောင်သွားမယ် ဖြစ်ပြီး၊ ခင်ဗျားက တုံ့ပြန် လုပ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ အင်အား တခု ဖြစ်တယ်။ ဒါဟာလဲ ခင်ဗျားကို သာမန်လူနဲ့ မတူစေပါတယ်။

ခင်ဗျားက ကပ် ဒုက္ခတွေကို ကြုံတွေ့တဲ့အခါ၊ ဟိုဂရုဏာစိတ်ဟာ ခင်ဗျား ခဲရာခက်ဆစ် ကျော်လွှားဘို့ အကူအညီပေးနိုင်တယ်။ တချိန်တည်းမှာ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာ(法身)က ခင်ဗျားကို စောင့်ရှောက် ကာကွယ်တယ်၊ ခင်ဗျားရဲ့ အသက်ကို ကာကွယ်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ဒုက္ခကို ခင်ဗျားကို ကျော်လွှား စေရတယ်။ ဥပမာဆိုယင်၊ ကျွန်တော်က (ထိုက်ယွမ်)မြို့မှာ သင်တန်းဖွင့်တဲ့အခါ၊ သက်ကြီးရွယ်အို လင်မယား ၂-ဦးက ကျွန်တော်ရဲ့ သင်တန်းကို လာတက် ရောက်ရာမှာ လမ်းဖြတ်လို့

ဆန္ဒစောတယ်။ လမ်းအလယ်ပိုင်းမှာ ရောက်တဲ့အခါ ဆလွန်းကား တစီး လာတယ်။ မောင်းတာ တော်တော်မြန်တယ်။ တခါတည်းနဲ့ အဘွားကြီးကို ဆွဲပြီး လဲကျစေတယ်။ မီတာ(၁၀)ကျော် ဝေးတဲ့နေရာအထိ အဆွဲခံလိုက်တယ်။ လမ်းမပေါ်မှာ လဲကျတယ်။ ဆလွန်းကား မီတာ(၂၀)ကျော် မောင်းသွားပြီးမှ ရပ်စဲတယ်။ ကားမောင်းဆရာက ကားပေါ်မှာ ဆင်းပြီးနောက် နားညှိတဲ့ စကားတွေ ပြောတယ်။ ကားအတွင်းမှာ ထိုင်တဲ့လူကလဲ နားညှိတဲ့ စကားတွေ ပြောတယ်။ အဘွားကြီးက ဘာကိုမှ မပြောဘူး။ အဲဒီအခါမှာ ကျွန်တော် ပြောခဲ့တဲ့ စကားကို မှတ်မိ ခဲ့ပါတယ်။ ထပြီးနောက် အဘွားကြီးက ကိစ္စမရှိဘူး၊ ကိစ္စမရှိဘူး၊ ဘာနေရာမှ ဒဏ်ရာ မရရှိဘူးလို့ ပြောပြီးတော့ သူမက အဘိုးကြီးကို ဆွဲပြီး ခန်းမဆောင်ကို ဝင်ခဲ့ကြတယ်။ ဟိုအခါမှာ သူမက အလိုလေး၊ ကျွန်မ ဒီမှာ ဒဏ်ရာရရှိတယ်၊ ဟိုမှာ ဒဏ်ရာရရှိတယ်၊ ရှင်က ကျွန်မကို ဆေးရုံ ကိုပို့လိုက်ပါလို့ စကားတခွန်းပြောယင်၊ ဒါနဲ့ တကယ် ဝှက်ကျမယ်။ သူမက ဒီလို မလုပ်ဘူး။ အဘွားကြီးက ဆရာရယ်၊ ကျွန်မက ဘာအကြောင်းဖြစ်သလဲကို သိတယ်။ ဒါဟာ ကျွန်မအတွက် ဝဋ်ဖျက်ဘို့ အကူအညီ ပေးနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒုက္ခကြီး တခုကို ဖျက်ပစ်လိုက်တယ်။ ဝဋ်ကြီး တခုကို ဖျက်ပစ်လိုက်တယ်လို့ ကျွန်တော်ကို ပြောတယ်။ သူမရဲ့ ရှင်းရှင်၊ ရိပ်စားနိုင်စွမ်း အလွန် ကောင်းတယ်လို့ သိနိုင်တယ်။ သလောက်ကြီးတဲ့အသက်၊ ကား အမြန်နှုန်း သလောက် မြန်တယ်။ သလောက် ဝေးအောင် အဆွဲ ခံလိုက်တယ်။ နာနာကြီးနဲ့ မြေပေါ်မှာ လဲကျပြီး ထလာတယ်။ စိတ်က အလွန် တည်မတ်တယ်။

တခါတလေ ကပ် ဒုက္ခတွေ လာတဲ့အခါ၊ ကြည့်ရတာ တော်တော်ကြီးတယ်။ ဘယ်လိုဘဲ စဉ်းစားစဉ်းစား လမ်း မရှိဘူးနဲ့။ ရက်ပေါင်းများစွာ လည်ပြီးနောက်၊ ရုတ်တရက်နဲ့ လမ်းလာတယ်။ ရုတ်တရက်နဲ့ အကြောင်းဟာ ပြောင်းလဲမှုကြီး ဖြစ်ပွားတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ရှင်းရှင် တိုးလာတော့ ဒီဥစ္စဟာ သဘာဝကျစွာ ပျက်သွားတော့တာ ဖြစ်ပါတယ်။

စိတ်အနေအထား တိုးမြှင့်ချင်ယင်၊ လောကမှာ နိပ်စက်ကလူ သံခဲတင်မှု အမျိုးမျိုးကို ခံရပါတယ်။ အဲဒီဖြစ်စဉ်မှာ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင် တကယ် တက်သွားယင်၊ တည်ငြိမ်သွားယင်၊ ဝဋ်လဲ ပျက်တော့မယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ အခက်အခဲလဲ ပြီးတော့မယ်။ ကုန်းလဲ တက်တော့မယ်။ ရှင်းရှင် သံခဲတင် အခွင့်မှာ ရှင်းရှင်ကို မစောင့်စည်းနိုင်ဘူး။ မှားယွင်းမှု လုပ်လိုက်တယ်ဆိုယင်၊ အဲဒီအခါ ခင်ဗျားက စိတ်မပျက်နဲ့။ တက်တက်ကြွကြွနဲ့ သင်ခန်းစာကို ပေါင်းရုံး သုံးသပ်ပြီး၊ ကွာဟချက်ကို ရှာပြန်ရပါတယ်။ ‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’(真, 善, 忍)အပေါ် အားထုတ် ကြိုးစားရပါတယ်။

နောက်တခု ရှင်းရှင်း. စစ်ဆေး သံခဲတင် ခဲရာခက်ဆစ်ပြဿနာ ဆက်ပြီး လာချင် လာလိမ်.မယ်။ ကုန်းအား တိုးမြင်.လာတာနဲ့အမျှ ရှင်းရှင်းကို သံခဲတင်ဘို့. ဒုက္ခ ပိုမို ပြင်းထန်စွာ ပိုမို ရုတ်တရက် ဖြစ်စွာ လာချင် လာလိမ်.မယ်။ ခင်ဗျားက ခဲရာခက်ဆစ် တခု ကျော်လွှားတိုင်း၊ ကုန်းအား နဲ့နဲ့ တိုးမြင်.မယ်။ ခဲရာခက်ဆစ်ကို မကျော်လွှားနိုင်ယင်၊ ကုန်းတော့. သောင်တင် ရပ်စဲ မယ်။ သံခဲတင်တာငယ် ဆိုယင် နဲ့နဲ့ တိုးမယ်။ သံခဲတင်တာကြီး ဆိုယင် များများ တိုးမယ်။ ကုန်းကျင်.သူတိုင်းအနေနဲ့. ဒုက္ခကြီး ခံဘို့. ပြင်ဆင်ထားပြာ၊ အခက်အခဲကြီးနဲ့. ရင်ဆိုင်ဘို့. သန္နိဋ္ဌါန်နဲ့. ဇွဲ ရှိရမယ်လို့. မျှော်လင်.ပါတယ်။ နစ်နာစိုက်ထုတ်မှု မရှိယင် ကုန်းအစစ် ရရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ နေသာထိုင်သာနဲ့. နစ်နာစိုက်ထုတ်မှု မရှိဘဲ ဒုက္ခမခံဘဲနဲ့. ကုန်း ရရှိချင်ယင်၊ ဒီလို သဘောတရား မရှိဘူး။ ရှင်းရှင်းကို အရင်းခံကနေ ကောင်းမွန်အောင် မပြုပြင်ပါက၊ ဘာ ကိုယ်.ရဲ့. စွဲကိုင်စိတ်နဲ့.မဆို မဟာဉာဏ်ရသူ ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

(၇)ဘီလူး(魔)စွဲလာခြင်း

ဘီလူးစွဲလာတာဟာ၊ ကုန်းကျင်.သူ ကုန်းကျင်.စဉ်မှာ ပေါ်ထွက်လာတဲ့. ကုန်းကျင်.တာကို ထိပါးတဲ့. ဖြစ်ရပ် နို့.မဟုတ် အခြင်းအရာကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ကုန်းကျင်.သူ အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ကျင်.တာကို တားဆီးဘို့. ဖြစ်ပါတယ်။ တနည်းနဲ့.ပြောမယ် ဆိုယင်၊ ဘီလူးက အကြွေး လာတောင်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းနည်း အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ကျင်.တဲ့.အခါ၊ ဘီလူး စွဲလာတဲ့. ပြဿနာကို ကြုံတွေ့.မှာ သေချာတယ်။ လူတယောက်ရဲ့. တသက်လုံးနဲ့. ဘိုးဘွားများဟာ မကောင်းတဲ့. ကိစ္စတွေကို မရှောင်ဘဲ ပြုလုပ်ဖူးတယ်။ အဲဒီ မကောင်းတဲ့.ကိစ္စတွေဟာ ဝဋ်လို့.ဘဲ ခေါ်တယ်။ လူတယောက်ရဲ့. ဇာစ်မြစ် ( 根基 ) ကောင်းတာ မကောင်းတာဟာ သူပါဆောင်တဲ့. ဝဋ်များတာ နဲ့တာက အဆုံးအဖြတ် ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တော်တော်ကောင်းတဲ့. လူတယောက် ဖြစ်ယင်လဲ ဝဋ်မရှိဘူးလို့. မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ခင်ဗျားက မကျင်.ဘူး ဖြစ်လို့. ခင်ဗျားက မခံစားနိုင်ပါဘူး။ ခင်ဗျားက ရောဂါ ကင်းဝေး စေ ကျန်းမာရေး ကောင်းစေဘို့.ဘဲ ဖြစ်ယင်၊ ဘီလူးက ခင်ဗျားကို သွားဝင်စွက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ တနေ.နေ. ခင်ဗျားက အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ကျင်.ယင်၊ ဒါကတော့. ခင်ဗျားကို ဝင်စွက်မယ်။ ဒါဟာ နည်းလမ်း အမျိုးမျိုးနဲ့. ခင်ဗျားကို အနှောက်အယှက်ပြုမယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ခင်ဗျားကို အဆင်. မြင်.ပေါ်ကို မကျင်.စေဘို့. ခင်ဗျား ဖြစ်မြောက်အောင် မကျင်.ဖြစ်စေဘို့. ဖြစ်ပါတယ်။ ဘူလီးရဲ့. ပေါ်ထွက်တဲ့. အသွင်ဟာ အမျိုးမျိုး ရှိပါတယ်။

တချို့က ကျွန်တော်တို့ နေ့စဉ်ဘဝမှာ ဖြစ်ရပ် နဲ့ ပေါ်ထွက်တာဖြစ်တယ်။ တချို့က တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ လာတဲ့ လက္ခဏာ အသွင်နဲ့ အနှောက်အယှက်ပြုတာ ဖြစ်ပြီး၊ ခင်ဗျား ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်ထိုင်ချင်းနဲ့ ကိစ္စတခုခု လာနှောက်ယှက်ကာ ခင်ဗျား မငြိမ်သက်လာစေတာ အဆင်မပြေပေါ့ကို မကျင်နိုင်စေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တခါတလေ ခင်ဗျား ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်ထိုင်ချင်းနဲ့ မူးတူးတူးနဲ့ အိပ်ချင်လှတယ်။ နို့မဟုတ် အတွေးရေယဉ်ကြောမှာ မျောတာနဲ့ ကုန်းကျင်တဲ့ အနေအထားမှာ မဝင်နိုင်ဘူး။ တခါတလေ ခင်ဗျား ကုန်းကျင်ကျင်ချင်းနဲ့ မူလက အလွန် ငြိမ်သက်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်ရာမှာ ရုတ်တရက်နဲ့ လမ်းလျှောက်သံ၊ တံခါးကို စောက်ပြီး ပိတ်လိုက်သံ၊ ကား မြည်သံ၊ တယ်လီဖုန်း အနှောက်အယှက်၊ ဆူပူမှု အမျိုးမျိုး လာတယ်။ ခင်ဗျား မတည်ငြိမ်စေ ပါတယ်။

နောက်တမျိုးဟာ ကာမဘီလူး ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းကျင်သူ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်နေစဉ် နို့မဟုတ် အိပ်မက်ထဲမှာ သူ့ရဲ့ရှေ့မှာ လှပတဲ့ အမျိုးသား နို့မဟုတ် အလှမယ် ပေါ်ထွက်တတ်တယ်။ ခင်ဗျားကို စွဲဆောင်တယ်။ ခင်ဗျားကို သွေးဆောင်တယ်။ ခင်ဗျား အာရုံကြွစေတဲ့ အပြုအမူတွေ ပြုလုပ်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ အလှကမ တပ်မက်မောတဲ့ စိတ်ကို သွေးဆောင်တယ်။ ခင်ဗျားဟာ တကြိမ် မကျော်လွှားနိုင်ယင်၊ ဒါက တဖြည်းဖြည်း အဆင်တိုးမယ်။ ခင်ဗျားကို သွေးဆောင်မယ်။ ခင်ဗျား အဆင်မပြေပေါ့ကို ကျင်ဘို့ အတွေးကို စွန့်ပစ်တိုင်အောင် ဖြစ်မယ်။ ဒီ ခဲရာခက်ဆစ်ကို ကျော်လွှားဘို့ တော်တော်ခက်တယ်။ မနဲလှတဲ့ ကုန်းကျင်သူဟာ ဒါအတွက်ကြောင်း ရှုံးနိမ့်သွားတယ်။ ခင်ဗျားတို့ စိတ်မှာ ပြင်ဆင်ထားကြဘို့ မျှော်လင် ပါတယ်။ တချို့လူ ရှင်းရှင် စောင်စည်းတာ မလုံလောက်ဘူး၊ တကြိမ် မကျော်လွှား နိုင်တယ်ဆိုယင်၊ သင်ခန်းစာကို ပေါင်းရုံး သုံးသပ် တော့ရတယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားကို ကြိမ်ဖမ်းများစွာ လာနှောက်ယှက်မယ်။ ခင်ဗျား တကယ် ရှင်းရှင် ကိုစောင်စည်းထားပြီး၊ အဲဒီ စွဲကိုင်စိတ်ကို လုံးဝ ဖျက်ပစ်တိုင်အောင် ဖြစ်မှာဘဲ။ ဒါဟာ ခဲရာခက်ဆစ်ကြီး တခု ဖြစ်ပါတယ်။ ကျော်လွှားရပါတယ်။ နို့မဟုတ်ယင်၊ တာအို ဖြစ်မြောက်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

နောက် ဘီလူးရဲ့ အသွင်တမျိုးဟာ၊ ကုန်းကျင်ရာမှာ နို့မဟုတ် အိပ်မက်မှာ ရုတ်တရက် ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ မျက်နှာတွေကို မြင်လိုက်တယ်။ တော်တော် ဆိုးဝါး ကြမ်းကြုတ်တယ်။ တော်တော် တိတိကျကျရှိတယ်။ နို့မဟုတ် ဓါးကို ယူပြီးလူကို သတ်ဖြတ် ချင်တယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါဟာ လူကို ခြောက်တာသာ ဖြစ်တယ်။ ဒါက တကယ် ခုတ်ယင်လဲ ထိအောင် မခုတ်နိုင်ဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ဆရာက ကုန်းကျင်သူ

ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်မှာ သူ့အတွက် ကာကွယ်ဖုံး ထည်ထားလို၊ ထိအောင် ခုတ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါက လူကိုခြောက်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ခင်ဗျားကို ကုန်း မကျင်စေဘို့ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီဥစ္စတွေဟာ အကုန် အဆင်အတန်း တခုမှာ အဆင် တဆင်မှာ ပြသခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ သိပ်မြန်မြန်နဲ့ ခုန်ဖြတ် သွားမယ်။ ၃-၄-ရက်၊ တပတ် နို့မဟုတ် ၃-၄-ပတ်လောက်နဲ့။ ရှင်းရှင်း ဘယ်လောက် မြင်သလဲကိုသာ ကြည့်မယ်။ ခင်ဗျားက ဒီကစ္စအပေါ် ဘယ်လို သဘောထားသလဲကိုသာ ကြည့်မယ်။

**၈။ ဇာစ်မြစ်(根基)နဲ့ ရိပ်စားနိုင်စွမ်း(悟性)**

ဇာစ်မြစ်ဟာ လူတယောက်ယောက် မွေးရာပါ အဖြူရောင် အရာဝတ္ထုကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ စာရိတ္တဖြစ်တဲ့ အဲဒီ ရုပ်ဝတ္ထုမျိုးဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ပါဆောင်ထားတာ များယင်၊ ဇာစ်မြစ် ကောင်းမှာ ပုချဖြစ်တယ်။ ဇာစ်မြစ်ကောင်းတဲ့လူက အစစ်ဆီ ပြန်ဘို့ လွယ်တယ်။ တာအို ရိပ်စားဘို့ လွယ်တယ်။ သူ့ရဲ့ အတွေးအဆ အတားအဆီး မရှိလို၊ ချီကုန်းသင်မယ်လို၊ ကြားမိလိုက်တာနဲ့ ကျင်တဲ့ ဥစ္စာ ကို ကြားမိလိုက်တာနဲ့ သူက စိတ်ဝင်စားတယ်၊ သူက သင်လိုတယ်၊ အာကာသနဲ့ ဆက်စပ် နိုင်တယ်။ လောင်စီ(老子) ပြောသလိုဘဲ၊ ‘အထက်ပုဂ္ဂိုလ်က တာအိုကို ကြားယင်၊ ကြိုးပမ်း ပြီး အားထုတ်တယ်၊ အလတ်ပုဂ္ဂိုလ်က တာအိုကို ကြားယင်၊ ရှိသလိုလို မရှိသလိုလို သဘောထားတယ်၊ အောက်ပုဂ္ဂိုလ်က တာအိုကို ကြားယင်၊ တဟားဟား ရယ်ပြီးတော့ ကဲ့ရဲ့တယ်၊ မရယ်ဘူး ဆိုယင် တာအို မဖြစ်လောက်ပါဘူး’တဲ့။ အစစ်ဆီပြန်ဘို့ လွယ်တဲ့ တာအို ရိပ်စားဘို့ လွယ်တဲ့လူဟာ ‘အထက်ပုဂ္ဂို’ဘဲ ဖြစ်တယ်။ ပြောင်းပြန်ဖြစ်တဲ့ အမဲရောင်ပစ္စည်း များတဲ့လူ၊ ဇာစ်မြစ် ဆိုးတဲ့လူဆိုယင်၊ သူ့ရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ အပြင်မှာ အတားအဆီး တမျိုး ဖြစ်စေပြီး၊ သူ့ကို ကောင်းတဲ့ ဥစ္စာကို လက်မခံ စေနိုင်ဘူး။ ကောင်းတဲ့ ဥစ္စာကို ထိတွေ့တဲ့အခါ၊ ဒါဟာ သူ့ကို မယုံကြည် စေတတ်တယ်။ စင်စစ် အားဖြင့် ဒါဟာ ဝဋ်ရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။

ဇာစ်မြစ်ကို ပြောတဲ့အခါ၊ ရိပ်စားနိုင်စွမ်း ပြဿနာကို မလွဲ ဆက်စပ်ရတယ်။ ရိပ်စားမှုကို ပြောတဲ့အခါ၊ တချို့လူက ရိပ်စားမှုဟာ လိမ္မာတာ ဖြစ်တယ်လို့ ထင်မှတ်တယ်။ သာမန်လူပြောတဲ့ လိမ္မာတဲ့ လိပ်ပါးတဲ့လူဟာ ကျွန်တော်တို့ ပြောတဲ့ ကျင်တာနဲ့ အကွာ ဝေးလွန်းအားကြီး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို လိမ္မာတဲ့လူဟာ သာမန်အားဖြင့် ဉာဏ်ပွင့်ဘို့ မလွယ်ဘူး။ သူဟာ လက်တွေ့ ရုပ်ဝတ္ထု ကမ္ဘာဘဲ အရေးထားတယ်၊ ဘာကိုမှ မနစ်နာဘူး။ ဘာကောင်းကျိုးမှ မဆို လက်မလွှတ်ဘူး။ အထူးသဖြင့်

လူတယောက်တလေဟာ၊ ပညာများတယ်၊ ပညာရှိတယ်၊ တော်တော် လိမ္မာတယ်လို့ ကိုယ်.ဟာကိုယ် ထင်ပြီး၊ ကျင်.ရေးကို နတ်ပြည်ပုံပြင်အဖြစ် သဘောထားတယ်။ ကုန်းကျင်.တာ ရှင်းရှင်.ကျင်.တာဟာ သူ့.အဖို့. စဉ်းစားလို့.တောင် ခက်တယ်။ ကုန်းကျင်.သူ အားလုံး အအ ဖြစ်တယ်၊ အယူသည်းတယ်လို့. ယူဆတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ပြောတဲ့. ရိပ်စားမှုဟာ လိမ္မာတာကို ဆိုတာ မဟုတ်ဘဲ လူ့.သဘာဝက အစစ်ဆီပြန်တာ၊ လူကောင်း ဖြစ်တာ၊ အာကာသဝိသေသနဲ့. ကိုက်ညီတာကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဇာတ်မြစ်ဟာ လူတယောက်ရဲ့. ရိပ်စားနိုင်စွမ်းကို အဆုံးအဖြတ်ပေးတယ်။ ဇာတ်မြစ်ကောင်းယင်၊ ရိပ်စားနိုင်စွမ်းလဲ ကောင်းမယ်။ ဇာတ်မြစ်က ရိပ်စားနိုင်စွမ်းကို အဆုံးအဖြတ် ပေးတယ်။ ရိပ်စားနိုင်စွမ်း လုံးဝ ဇာတ်မြစ်ရဲ့. ထိန်းကွပ်မှု ခံတာလဲ မဟုတ်ဘူး။ ဇာတ်မြစ် ဘယ်လိုဘဲ ကောင်းကောင်း၊ နားလည်တာ မကောင်းဘူး၊ မရိပ်စားမိယင်လဲ မရဘူး။ တချို့လူက ဇာတ်မြစ် သိပ်ကောင်းတာ မဟုတ်ပေမယ့်. သူ့ရဲ့. ရိပ်စားနိုင်စွမ်း ကောင်းယင်၊ အပေါ်ကို ကျင်.လို့. ရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့.ဟာ သက်ရှိ အများအပြားကို ကယ်တာ ဖြစ်ပြီး၊ ဇာတ်မြစ်ကို မကြည့်.ဘဲ ရိပ်စားနိုင်စွမ်းကို ကြည့်.တယ်။ ခင်ဗျားပါဆောင်ထားတဲ့. မကောင်းတဲ့. ဥစ္စာ သိပ်များတာ ဖြစ်ပေမယ့်. ခင်ဗျားက အပေါ်ကို ကျင်.ဘို့. သန္နိဋ္ဌာန် ရှိယင်၊ ခင်ဗျားက အဲဒီအတွေး ထွက်တာဟာ စင်စစ်တော့. တည်.မတ်တဲ့. အတွေး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအတွေး ရှိယင်၊ ခင်ဗျားက သူများထက် နဲ့နဲ့ ပိုများအောင် စိုက်ထုတ်တာသာ ဖြစ်တယ်။ နောက်ဆုံးကျတော့. ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.လို့.ရသေးတယ်။

ကုန်းကျင်.သူရဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာဟာ သန့်.ပြီး ဖြစ်နေပြီ။ ကုန်းထွက်ပြီးနောက် ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ရောဂါ မရှိနိုင်ပါဘူး။ ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းမှာ စွမ်းအင်ကြွယ် ဝတ္ထုပစ္စည်းဟာ အမဲရောင် အရာဝတ္ထု တည်ရှိတာကို ခွင်.မပြုတော့.ဘူး။ ဒါပေမယ့်. တချို့လူက ဘယ်လိုမှ မယုံကြည်ဘူး။ မိမိ ရောဂါရှိတယ်လို့. အမြဲ ထင်ယူတယ်။ ကျွန်တော် ဘာဖြစ်လို့. သလောက် နေမသာသလဲတဲ့.။ ခင်ဗျား ရတာဟာ ကုန်းဖြစ်တယ်၊ ခင်ဗျား သလောက်ကောင်းတဲ့. ဥစ္စာကို ရတယ်၊ နေသာနိုင်သေးသလားလို့. ဒို့.က ပြောတယ်။ ကျင်.တာလေ၊ ဒါနဲ့.အလျောက် စိုက်ထုတ် ရမှာဘဲ။ စင်စစ်အားဖြင့်. ဒါအားလုံးဟာ အပေါ်ယံကြော ဥစ္စာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာ အပေါ် ဘာထိခိုက်မှုမှ မရှိဘူး။ ကြည့်.ရတာ ရောဂါ ဖြစ်သလိုလိုဘဲ၊ ရောဂါ လုံးဝ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျား ကိုယ်.ဟာကိုယ် သွားရိပ်စားဘို့. လိုပါတယ်။ ကုန်းကျင်.သူဟာ ဒုက္ခတွင်းက ဒုက္ခတွေကို ခံနိုင်ရ ရုံသာမက၊ ရိပ်စားနိုင်စွမ်းလဲ ကောင်းရတယ်။ တချို့လူက ဒုက္ခတွေကို ကြုံ.တဲ့.အခါလဲ သွား မရိပ်စားဘူး။ ကျွန်တော်က ဒီမှာ အဆင်.မြင်.ကို ၊ ကိုယ်.ကိုယ်ကို ဘယ်လို မြင်.တဲ့.



စံချန်နဲ့. တောင်းဆိုပါသလဲ ဆိုတာကို ပြောနေတယ်။ ဒါပေမယ့်. သူက သာမန်လူနဲ့. ရေးထွေးပြီး နေတယ်။ ဒီထက်မက၊ သူဟာ ကိုယ်.ကိုယ်ကို တကယ် ကုန်းကျင်.သူ အနေအထားနဲ့. ကုန်း သွားမကျင်.နိုင်ဘူး။ ကိုယ်က အဆင်.မြင်.မှာ တည်ရှိမယ်လို့.လဲ မယုံကြည်ဘူး။

အဆင်.မြင်.မှာ ရိပ်စားမှုကို ဆိုတာဟာ ဉာဏ်ပွင့်.တာ( 开悟 )ကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဉာဏ်ပွင့်.တာဟာ မြန်းကနဲ ဉာဏ်ပွင့်.တာနဲ့. တဖြည်းဖြည်း ဉာဏ်ပွင့်.တာကို ခွဲထားတယ်။ မြန်းကနဲ ဉာဏ်ပွင့်.တာ ကျင်.စဉ် တရလုံးကို သော.နဲ့. ခတ်ထားပြီး ကျင်.တာကို ဆိုတယ်။ ခင်ဗျား ကျင်.စဉ် တရလုံးကို ပြီးအောင် ဆောင်ရွက်ပြီးနောက်၊ ရှင်းရှင်း. တိုးမြင်.ပြီးနောက် နောက်ဆုံး တခဏမှာ၊ ကုန်းစွမ်းရည် အားလုံး ထွက်အောင် ဖောက်ခွဲသွားမယ်၊ ထျန်းမုဟာ တခဏမှာ အဆင်. အမြင်.ဆုံးအထိ ပွင့်.သွားမယ်။ အတွေးအခေါ်ဟာ တခြားဟင်းလင်းပြင်မှာ အဆင်.မြင်. အသက်တွေကို ထိတွေ့. ဆက်ဆံနိုင်မယ်၊ တခဏဘဲမှာ အာကာသ တရလုံးမှာ ဟင်းလင်းပြင် အသီးသီး သီးခြားကမ္ဘာ အသီးသီးမှာ ဖြစ်ရပ်အစစ်ကို မြင်နိုင်မယ်။ သူတို့.နဲ့.လဲ ဆက်ဆံ နိုင်တယ်၊ မဟာနတ်တန်ခိုးကို အသုံးပြုနိုင်တယ်။ မြန်းကနဲ ဉာဏ်ပွင့်.တာ ဖြစ်တဲ့. အဲဒီလမ်းကြောင်းဟာ အသွားခက်ဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။ ခေတ်အဆက်ဆက်မှာ အားလုံး ဖြစ်မြစ် သိပ်ကို ကြီးတဲ့. လူကို တပည့်. အဖြစ် ရွေးချယ်တယ်။ ခေတ်အဆက်ဆက်မှာ အားလုံး တဦးက တဦးကိုသာ သင်ပေးတဲ့. ကုန်းနည်း ဖြစ်တယ်။ ရိုးရိုးလူက မသည်းခံနိုင်ဘူးဗျာ။ ကျွန်တော်က မြန်းကနဲ ဉာဏ်ပွင့်.တဲ့. လမ်းကို သွားတယ်။

အခု ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့.ကို သင်ပေးတာဟာ တဖြည်းဖြည်း ဉာဏ်ပွင့်.တဲ့. ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ကျင်.စဉ်မှာ ဘာကုန်းစွမ်းရည် ထွက်သင်.ယင် ဘာကုန်းစွမ်းရည် ထွက်မယ်။ ဒါပေမယ့်. ကြွင်းချက်မဲ့.နဲ့. ကုန်းစွမ်းရည်ထွက်ယင် ခင်ဗျားကို အသုံးပြုစေတာလဲ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားရဲ့. ရှင်းရှင်း. အဆင်.အတန်း အသင်.အတင်. မရောက်တဲ့.အခါမှာ ကိုယ်.ကိုယ်ကို မကိုင်တွယ်နိုင်ဘူး၊ ဆိုးမှု ပြုလုပ်တတ်တဲ့. အခါမှာ ကုန်းစွမ်းရည်ကို ခင်ဗျား ခေတ္တ မသုံးစွဲစေ ဘူး။ ဒါပေမယ့်. နောက်ဆုံးကျတော့. ခင်ဗျားကို ပေးပါ.မယ်။ ကျင်.တာကတဆင်. အဆင်.အတန်း တဖြည်းဖြည်း တိုးတက်မယ်။ အာကာသရဲ့. တရားအစစ်ကို တဖြည်းဖြည်း နားလည် သိရှိမယ်။ မြန်းကနဲ ဉာဏ်ပွင့်.သလို နောက်ဆုံးမှာ ဖြစ်မြောက်အောင်မြင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တဖြည်းဖြည်း ဉာဏ်ပွင့်.တာ ဖြစ်တဲ့. အဲဒီလမ်းဟာ သွားဘို့. အသင်.အတင်. လွယ်တယ်။ အန္တရာယ် မရှိဘူး။ ခက်တာဟာ ကျင်.စဉ်ကို ခင်ဗျား အကုန်မြင်တယ်။ ခင်ဗျားက ပိုပြီး ကိုယ်.ကိုယ်ကို တင်းတင်း ကျပ်ကျပ် တောင်းဆိုရပါတယ်။

၉။သန်.စင် ငြိမ်သက်စိတ်

တချို့လူက ကုန်းကျင်.ရာမှာ မငြိမ်သက်လာနိုင်ဘူး။ ငြိမ်သက်စေတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ရှာကြံနေပါတယ်။ တချို့လူက ကျွန်တော်.ကို မေးတယ်၊ ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော် ကုန်းကျင်.ရာမှာ ဘာဖြစ်လို့ မငြိမ်သက်လာနိုင်သလဲ၊ ဆရာက ဘာနည်းလမ်းကို ဘယ်နည်း ကျင်.သုံးဘို့ သင်ပေးပါ၊ ဒါနဲ့ ကျွန်တော်ကို ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်ရာမှာ ငြိမ်သက်လာစေနိုင်မယ်တဲ့။ ကျွန်တော်က ခင်ဗျား ဘယ်လို ငြိမ်သက်လာနိုင်သလဲ၊ နတ်က ခင်ဗျားကို နည်းလမ်းကို သင်ပေးယင်တောင် ခင်ဗျားက ငြိမ်သက်လာနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲ၊ ခင်ဗျား ကိုယ်.ရဲ့.စိတ် မသန်.စင် ငြိမ်သက်.လို့.ကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ လူဟာ ဒီလူလောကမှာ နေထိုင်ကြတယ်။ သံယောဇဉ်တွေ၊ လိုအင်ဆန္ဒတွေ၊ ဘက်မျိုးစုံမှာ ကိုယ်ကျိုးစီးပွား၊ ကိုယ်.ဟာ ဆွေမျိုး မိတ်ဆွေကောင်းတွေဟာ ခင်ဗျားက အားလုံး စိတ်ထဲမှာ ချိတ်ထားတယ်။ ဦးနှောက်ထဲမှာ အပိုင်စီးထားတဲ့ အချိုးအစား ကြီးလွန်းတယ်၊ ထည်.တဲ့.နေရာ သိပ်မြင်.တယ်၊ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်တဲ့.အခါ ငြိမ်သက်လာနိုင်သလား။ လူ.ကြိုးပမ်းမှုနဲ့ ဒါကို ဖိပေမယ်. ဒါဟာ ကိုယ်ဖာသာ ထွက်ကြတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ ကျင်.နည်းမှာ 'ဖြတ်တာ ဈာန်ဝင်စားတာ ဉာဏ်ပွင့်တာ' ( 戒定慧 )ကို ပြောတယ်။ ဖြတ်တာဟာ အဲဒီစွဲကိုင်နေတဲ့ ဥစ္စာတွေကို စွန့်.ပစ်ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားရွတ်တဲ့ နည်းလမ်း ကျင်.သုံးတာ ရှိတယ်။ အာရုံစိုက်ပြီး သွားရွတ်ရတယ်။ ကိုယ်.ရဲ့. အတွေးအဆမှာ အတွေးတခုနဲ့ အတွေးတသောင်းကို အစားထိုးတဲ့ အနေအထားအထိ ရှိစေရတယ်။ ဒါပေမယ် ဒါဟာတော့ နည်းလမ်းတမျိုး မဟုတ်ဘဲ အစွမ်းတမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ မယုံဘူးဆိုယင် ခင်ဗျားသွား ရွတ်လိုက်၊ ပါးစပ်မှာ ဘုရားရွတ်နေတာနဲ့ ဦးနှောက်ထဲမှာ တခြားဥစ္စာတွေကို ထကြာပြန်မှာ သေချာတယ်။ အစောဆုံးမှာ တိဘက်နယ် လာမာဘာသာမှာ ဘုရားရွတ်တာ တနေ့ကို အကြိမ်ပေါင်း ၃-၄-သိန်းလောက် တပတ်ကြာလောက် ရွတ်ရတယ်။ မူးနောက်နောက် ဖြစ်အောင် ရွတ်ရတယ်။ နောက်ဆုံးကျတော့ ဦးနှောက်ထဲမှာ ဘာကိုမှ မရှိတော့ဘူး။ အတွေး တခုနဲ့ အတွေး ၁-သောင်းကို အစားထိုးနေပြီ။ ဒါဟာ အစွမ်းတမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက ဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်နိုင်မယ်လို့ အမှန်မရှိ။ နောက်တချို့ ကုန်းနည်းတွေမှာ တန်းမြေ( 丹田 )ကို စိတ်နဲ့ စောင့်ထားတာ၊ ရေတွက်တာ နို့.မဟုတ် မျက်စိက ပစ္စည်းကို ကြည့်.တာ စတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ခင်ဗျားကို သင်ပေးတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် အဲဒီနည်းလမ်း အားလုံးဟာ ခင်ဗျားကို လုံးဝ ငြိမ်သက်စေနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

ကုန်းကျင်.သူဟာ သန့်.စင်ငြိမ်သက်တဲ့. စိတ်တခု ရှိရတယ်။ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားကို စွန့်.ပစ်ရမယ်။ ဟိုလောဘ လိုအင်ဆန္ဒစိတ်ကို ချရပါတယ်။

စင်စစ်အားဖြင့်. ငြိမ်သက်လာနိုင် မလာနိုင်၊ ဈာန်ဝင်စားနိုင် မဝင်စားနိုင်တာဟာ လူတယောက်ရဲ့. အစွမ်း မြင်.တာ နိမ်.တာကို ပြဆိုထားပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်လိုက်တာနဲ့. ငြိမ်သက်လာတာဟာ အဆင်.အတန်းရဲ့. ပြဆိုခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ယာယီ မငြိမ်သက်လာနိုင်၊ ဖြစ်အောင် မလုပ်နိုင်ယင် ကိစ္စမရှိဘူး။ ခင်ဗျားက ကျင်.စဉ်မှာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့. ဖြစ်မြောက်အောင် ပြုလို.ရတယ်။ ရှင်းရှင်.ဟာ တဖြည်းဖြည်း တိုးမြင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းဟာ တဖြည်းဖြည်း တက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်.နဲ့. သက်ဆိုင်တဲ့. အကျိုးစီးပွားနဲ့. လိုအင်ဆန္ဒကို ပေါ့.အောင် မထားယင်၊ ကုန်း အပေါ်ကို တက်လို့. မရဘူး။

ကုန်းကျင်.သူဟာ တလျှောက်လုံး မြင်.တဲ့. စံချိန်နဲ့. ကိုယ်.ကိုယ်ကို တောင်းဆို ရပါတယ်။ လူလောကမှာ ရှုပ်ထွေးတဲ့. ဖြစ်ရပ် အမျိုးမျိုး၊ ယုတ်ညံ့.တဲ့.၊ မသန့်.စင်တဲ့. ဥစ္စာ၊ သံယောဇဉ်တွေ လိုအင်ဆန္ဒတွေဆိုင်ရာ ဥစ္စာ တော်တော်များများဟာ တလျှောက်လုံး ကုန်းကျင်.သူ တွေကို အနှောက်အယှက် ပြုနေတယ်။ ရုပ်မြင်သံကြား၊ ရုပ်ရှင်၊ အနုပညာလက်ရာတွေမှာ ဝါဒ ဖျန်.ချီနေတဲ့. ဥစ္စာတွေဟာ ခင်ဗျားကို သာမန်လူအတွင်း အားကောင်းသူဖြစ်ဖို့. ပိုမို လက်တွေ့ကျ တဲ့. သာမန်လူဖြစ်ဖို့. လမ်းညွှန်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက အဲဒီ ဥစ္စာတွေမှ မကင်းလွတ် နိုင်ယင်၊ ခင်ဗျားက ကုန်းကျင်.သူရဲ့. ရှင်းရှင်. စိတ်အနေအထားနဲ့. ကွာဟချက် ကြီးလေလေ ဖြစ်မယ်။ ခင်ဗျား ရတဲ့.ကုန်း နဲ့လေလေ ဖြစ်မယ်။ ကုန်းကျင်.သူအနေနဲ့. အဲဒီ ယုတ်ညံ့.တဲ့. မသန့်.စင်တဲ့. ဥစ္စာတွေကို နဲ့အောင် ထိတွေ့.ရ နို့.မဟုတ် မထိတွေ့.ရပါတယ်။ ကြည့်.ပေမယ်. မမြင်ဘူး၊ နားထောင်ပေမယ်. မကြားဘူး၊ သူများကြောင်. မပြောင်းလဲ စိတ်မပြောင်းလဲအောင် ကိုင်တွယ် သင်.ပါတယ်။ ကျွန်တော်က ခဏခဏပြောတယ်။ သာမန်လူရဲ့. စိတ်ဟာ ကျွန်တော်.ကို မပြောင်းလဲ စေနိုင်ဘူး။ ဘယ်သူက ကျွန်တော်ကို ကောင်းတယ်လို့ စကားတခွန်း ပြောယင်၊ ကျွန်တော်က ဒါ.အတွက် ဝမ်းသာမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဘယ်သူက ကျွန်တော်.ကို မကောင်းဘူးလို့. စကား တခွန်းနဲ့. ဆဲယင်လဲ၊ ကျွန်တော်က ဒါ.အတွက် စိတ်ဆိုးမှာ မဟုတ်ဘူး။ လူလူချင်းနဲ့. သာမန်လူ အချင်းချင်း ဒီထက် ပိုပြင်းထန်တဲ့. ရှင်းရှင်.အနှောက်အယှက်ဟာ ကျွန်တော်.အပေါ် အစွမ်း မရှိဘူး။ ကုန်းကျင်.သူ အနေနဲ့. ရရှိတဲ့. အကျိုးစီးပွား မှန်သမျှကို ပေါ့.ပေါ့. သဘော ထားရတယ်။ ဘာကိုမှမဆို စိတ်မှာ မထားဘူး။ အဲဒီအခါကျမှာ ခင်ဗျားရဲ့. တာအိုရိပ်စား တဲ့.စိတ်ဟာ ရင်.ကျက်တယ်လို့. မှတ်နိုင်တယ်။ ဂုဏ်အသရေနဲ့. ပကာသနအပေါ် အတင်း လိုချင်တဲ့.စိတ် မရှိဘူး။

ဂုဏ်အသရေနဲ့. ပကာသနနဲ့. အဆင်.နေရာတွေကို ရှိယင်လဲရ မရှိဘူးလဲရ ဖြစ်တဲ့. ဥစ္စာ အဖြစ် သဘောထားယင်၊ ခင်ဗျားက စိတ်ညစ်မှာ မဟုတ်ဘူး၊ စိတ်ဆိုးမှာ မဟုတ်ဘူး၊ စိတ်အနေအထား ညီမျှတဲ့. အခြေအနေမှာ ထာဝစဉ် ရှိမယ်။ ဘာမဆို ချနိုင်ယင်၊ သဘာဝကျကျနဲ့. ငြိမ်သက်လာမှာဘဲ။

ကျွန်တော်က မဟာတရားကို ခင်ဗျားတို့ကို ပြောပြလိုက်ပြီ။ ကုန်းနည်း ၅-တွဲကို ခင်ဗျားတို့ကို သင်ပေးနေပြီ။ ခင်ဗျားတို့အတွက် ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်အောင် လုပ်ပေးပြီ။ ခင်ဗျားတို့ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ‘ဖာလွင်း’၊ ‘ချိစက်’( 气机 )တွေကို ထည့်ထားလိုက်ပြီ။ ကျွန်တော်ရဲ့. တရားကိုယ်ခန္ဓာလဲ ခင်ဗျားတို့ကို ကာကွယ်ထားမယ်။ ခင်ဗျားတို့ကို ပေးသင်တာကို အားလုံး ခင်ဗျားတို့ကို ပေးလိုက်ပြီ။ သင်တန်း ဖွင့်ရာမှာ ကျွန်တော်ရဲ့.အကြောင်းဘဲ၊ နောင်မှာဆိုယင်၊ ခင်ဗျားတို့ရဲ့. အကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဆရာက တံခါးအတွင်း ဝင်စေဘို့. ဦးဆောင်ပြီး၊ ကျင်တာက ကိုယ်အကြောင်းဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားတို့. တာ.ဖှာ (大法 မဟာတရား)ကို လုံးဝ ရိပ်စားနိုင်ယင်၊ အာရုံ စူးစိုက်ပြီးတော့. နားလည် ရိပ်စားနိုင်ယင်၊ ရှင်းရှင်ကို အမြဲ စောင်စည်းထားနိုင်ယင်၊ ကြိုးပမ်းပြီး ထိထိရောက်ရောက် ကျင်းနိုင်ယင်၊ ဒုက္ခတွင်းက ဒုက္ခတွေကို ခံနိုင်ယင်၊ မသည်းခံနိုင်တာကို သည်းခံ နိုင်ယင်၊ ခင်ဗျား အောင်မြင်အောင် ကျင်နိုင်မယ်လို့. ကျွန်တော် ထင်ယူတယ်ခင်ဗျား။

ကုန်းကျင်.ဘို့.လမ်းရှိ၊ စိတ်ကလမ်းပင်ဖြစ်၏။

မဟာတရား အဆုံးအစွန်မရှိ၊ ဒုက္ခကလေးဖြစ်၏။

# အခဏ်း၄။ ဖှာလွင်းကုန်း(法輪功) ကုန်းနည်း

ဖှာလွင်းကုန်းဟာ ဗုဒ္ဓပိုင်း ကျင်.ရေး ထူးခြားတဲ့. နည်းတမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ရိုးရိုး ဗုဒ္ဓပိုင်း ကျင်.နည်းနဲ့ မတူဘဲ. ထူးခြားချက်တွေ ရှိပါတယ်။ ဒို.ကုန်းနည်းဟာ အထက်တန်း မဟာကျင်.နည်း ဖြစ်လို့. ဟိုတုန်းကမှာ ရှင်းရှင်. အထူးမြင်.သူ နို့.မဟုတ် ဇာစ်မြစ်ကြီး(大根器) ရှိသူမှ သင်ယူတဲ့. ထူးခြားတဲ့. အားဖြည့်. ကျင်.နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်. ပြန်.ပွားဘို့. ခက်တယ်။ ဒါပေမယ်. ပိုမိုများပြားတဲ့. ကုန်းကျင်.သူ တိုးတက် စေဘို့.အတွက် ဒို.တရားဂိတ်ကို သိရှိစေဘို့. အတွက်. တချိန်တည်းမှာ များပြားတဲ့. ကျင်.ဘို့. ဆန္ဒရှိသူတွေ.ရဲ့. တောင်းဆိုချက် ပြည့်.ဝ စေဘို့.အတွက် ဒို.ကုန်းနည်းကို ပြန်.ပွားဘို့. သင်.လျော်တဲ့. ကျင်.နည်း တွေကို ပြုစုပြီး သင်ပေး လိုက်ပါတယ်။ ဒီလိုဘဲ ဖြစ်စေကာမူ ဒါကလဲ သာမန်ကုန်းနည်းမှာ သင်တဲ့. ဥစ္စာရဲ့. အဆင်.အတန်း ထက် များစွာ ကျော်လွန်ပြီ။

ဖှာလွင်းကုန်း ကျင်.သူဟာ ကုန်းအားနဲ့. ကုန်းစွမ်းရည်ကို လျှင်မြန်စွာ တိုးမြင်.စေမယ် သာမက၊ အလွန်တိုတဲ့. အချိန်ကာလအတွင်း တန်ခိုး အထူး ကြီးမြတ်တဲ့. ဖှာလွင်း(法輪 ဓမ္မစကြာ)ကိုလဲ ထွက်အောင် ကျင်.နိုင်မယ်။ ဖှာလွင်း ဖြစ်မြောက် ပြီးနောက် ခါတိုင်းမှာ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ကိုယ်.ဖာသာ မရပ်ဘဲ လည်တယ်။ အာကာသမှာ စွမ်းအင်ကို အဆက်မပြတ် စုဆောင်း သိမ်းဆည်း လှည့်.ပြောင်းတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ကျင်.သူ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ကုန်း အဖြစ် လှည့်.ပြောင်းပြီး ဒါနဲ့. တရားနဲ့.လူကို ကျင်.တဲ့. ရည်ရွယ်ချက် ထမြောက် စေပါတယ်။

ဒီကုန်းနည်းဟာ အပြုအမူ ၅-တွဲနဲ့. ဖွဲ့.စည်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေဟာ ဖိုးကျမ်ချဲန်းလိုနည်း၊ ဖှာလွင်းကျမ်းနည်း၊ ကွမ်.ထုံးလျှန်ကြီးနည်း၊ ဖှာလွင်းကြိုးထုန်းနည်းနဲ့. ကျားချီရှင်ထွန်းနည်းတို့. ဖြစ်ကြပါတယ်။

၁။ ဖွဲ့ကျမ်းချဲ့နန်းလှိုဖြာ (佛展千手法 ဗုဒ္ဓ လက်တထောင် ဆန်းနည်း)

ကုန်းသဘောတရား။ ‘ဖွဲ့ကျမ်းချဲ့နန်းလှိုဖြာ’ရဲ့ အနှစ်သာရဟာ ဖြန့်တာ ဖြစ်ပြီး အကျော(脉) အားလုံး ပေါက်အောက် ဖောက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ချိကုန်း စသင်တဲလူအဖို ကုန်းကျင်တာနဲ့ ချိကို အလျဉ်အမြန် ရရှိနိုင်မယ်။ အချိန်ကြာ ကုန်းကျင်ပြီး ဖြစ်သူအဖို လျဉ်မြန်စွာ တိုးမြင် စေနိုင်မယ်။ ဒီကုန်းနည်းဟာ အစကနေ အကျောအားလုံး ပေါက်စေလိုပြီး ကုန်ကျင်သူတွေ တော်တော် မြင်တဲ အဆင်အတန်းမှာ ရပ်တည်ပြီး ကျင်စေနေပါတယ်။ ဒီကုန်းနည်းဟာ အပြုအမူ လွယ်ကူ တယ်။ မဟာတာအိုက အလွယ်ကူဆုံးပင် ဖြစ်မို့လို့ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ အပြုအမူ လွယ်ကူပေမယ်။ ကုန်းနည်း တခုလုံးမှာ ထွက်အောင် ကျင်ရမဲ ဥစ္စာတွေကို ခြုံပြီး ထိန်းကွပ်ထားနေပါတယ်။ ဒီကုန်းကို သင်ယူ ကျင်တဲအခါ ကိုယ်ခန္ဓာ ပူနေတယ်လို့ ခံစားတတ်မယ်။ စွမ်းအင်အခွင် တော်တော် ပြင်းတဲ ထူးခြားတဲ ခံစားမှု ရှိမယ်။ အကြောင်းရင်းတော တကိုယ်လုံးရှိ ချိရဲ့ ပေါက်လမ်းကို ဖြန့်တာ ဖောက်တာ ဖြစ်လိုကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ချိ ဆိုထား တဲနေရာတွေကို ပေါက်အောင် ဖောက်ပြီး၊ အဟန်အတား မရှိဘဲ ပေါက်စေဘို့၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းနဲ့ အရေပြားအောက်မှာ ချိကို အားပြင်းစွာ လိုက်လျောပြီး လှုပ်ရှားစေဘို့၊ အာကာသမှာ စွမ်းအင် အများအပြားကို စုတ်ယူပြီး၊ တချိန်တည်းမှာ ကုန်းကျင်သူ ချိကုန်းစွမ်းအင်အခွင် အနေအထားမှာ အလျဉ်အမြန် ဝင်စေနိုင်ဘို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကုန်းနည်းကို ဖွာလွင်းကုန်းရဲ့ အခြေခံ ကုန်းနည်း အဖြစ် ကျင်တယ်။ ကုန်းကျင်တိုင်း သာမန်အားဖြင့် ဒီကုန်းနည်းကို အရင် ကျင်တယ်။ အားဖြည့် ကျင်နည်းတွေအနက် တခုအပါအဝင် ဖြစ်ပါတယ်။

တေးထပ်။ ရှင်းရှင်ဟေးယီး၊ တုံ့ကျင်စွေးကြီး၊ (身神合一，动静随机)  
တင်ထျဲနန်းဒူးကျင်း၊ ချမ်းလှိုဖွဲ့လိ။ (顶天独尊，千手佛立)

အသင် အနေအထား(预备势)၊ တကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးအောင်နေ၊ ပေါ့ပါး ပေမယ်။ အကျော မလျော့ရ။ ခြေ ၂-ဖက်က ပခုံးနဲ့အလားတူ ကျယ်စေ။ သဘာဝကျကျ ရပ်ထား၊ ခြေထောက် ၂-ဖက် နဲ့နဲ့ ကွေးပြီး ဒူးနဲ့တင် နေရာ ၂-ခုမှာ ချောမွေ့ဟန် ဖြစ်စေ၊ မေ့စေ နဲ့နဲ့သိမ်း၊ လျှားက အထက်အာခေါင်ကိုထိ၊ သွား ကြားကွက် နဲ့နဲ့ ရှိစေ၊ နှုန်ခွန်းပိတ်ထား၊ မျက်စိ ၂-ဖက် အသားလေး ပိတ်၊ မျက်နှာပေါ်မှာ သင်မြတ်တဲ သဘော ပါထား။ ကုန်းကျင်ရာမှာ ကိုယ်က မြင်လဲမြင် ကြီးလဲကြီးလို့ ခံစားတတ်မယ်။

လက်၂-ဖက်ယှက်ပြီးနေ (双手结印) ---လက်၂-ဖက် မ၊ လက်ဖဝါး အပေါ်ကို ဦးတည်၊ လက်၂-ဖက် လက်မ ထိပ်ဖျားချင်း အသားလေး ထိစေ၊ ကျန် လက်ချောင်း ၄-ချောင်း ပေါင်းစုပြီး ထပ်ဆင်ထား။ အမျိုးသားက ဗယ်ဘက်လက်ကို အထက်မှာနေစေ၊ အမျိုးသမီးက ညာဘက်လက်ကို အထက်မှာနေစေ၊ စက်ဝိုင်းရှည် ပုံသဏ္ဍာန် ဖြစ်စေ၊ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ထား။ လက်မောင်း ၂-ဖက် နဲ့နဲ့ ရှေ့ရှု၊ တတောင် ၂-ဖက် ထိုးထောင်ထား၊ ချိုင်းတွင်း ဟောင်းလောင်း ဖြစ်စေ။(ပုံ၁-၁)

မီးလေ့ရှင်းယော ( 弥勒伸腰 မေတ္တယျခါးဆန့်ခြင်း) လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီးနေဟန်ကနေ စ၊ လက်၂-ဖက်ယှက် ထားပုံနဲ့ မ၊ လက်တွေ မယင်းနဲ့၊ ခြေထောက် ၂-ဖက် တဖြည်းဖြည်း ဆန့်တန်း၊ လက်တွေ ခေါင်းရှေ့မှာ ရောက်တဲ့အခါ၊ လက်၂-ဖက်ယှက်ထားဟန် လျှော့စေပြီး လက်ဖဝါး တဖြည်းဖြည်း အပေါ်ကိုလှည့်၊ ဦးထိပ်ကို ရောက်တဲ့အခါ၊ လက်ဖဝါးက အပေါ်ကို ဦးတည်၊ လက်ချောင်း ၁၀-ချောင်း မျက်နှာချင်းဆိုင်ထား၊ လက်ချောင်းဖျားအကြား စင်တီမီတာ ၂၀-က ၂၅-အထိ အကွာရှိ၊ (ပုံ၁-၂)။ ဒါနဲ့တချိန်တည်းမှာ၊ ခေါင်းက အပေါ်ကို ရွက်၊ ခြေ ၂-ဖက်က အောက်ကို နင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ဆန့်တန်း၊ လက်၂-ဖက် လက်ဖဝါးအရင်း တအားနဲ့ အပေါ်ကို မ၊ တကိုယ်လုံး တဖြည်းဖြည်း ဆန့်တန်း၊ ၂-၃-စက္ကန့်လောက် ဆန့်တန်း၊ တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးစေ။ အထူးသဖြင့် ဒူးနဲ့တင် ၂-နေရာမှာ ချောမွေ့ဟန် ပြန်ဖြစ်စေရ။



Fig. 1-1



Fig. 1-2



Fig. 1-3



Fig. 1-4

ပုံ၁-၁ (၁-၁)      ပုံ၁-၂ (၁-၂)      ပုံ၁-၃ (၁-၃)      ပုံ၁-၄(၁-၄)

ရူးလိုင်ကွမ်တင်(如来灌顶)--အဆိုပါ ဟန်အမူအရာ ဆက်ပြီးပြု၊ လက်၂-ဖက် လက်ဖဝါး တခါတည်းမှာ အပြင်ကို ဒီကရီ(၁၄၀) လှည့်ပြီး၊ လက်၂-

ဖက် 'ဒကတော'ပုံ ဖြစ်စေ၊ လက်ကောက်ဝတ် ဆန့်ပြီး လက်ဖဝါး ချ (ပုံ၁-၃)။ လက်ဖဝါး ၂-ဖက် ချတဲအခါ၊ရင်ပိုင်းနဲ့ မျက်နှာချင်းဆိုင်ထား၊ လက်နဲ့ ရင်ပိုင်းအကြား စင်တီမီတာ (၁၀)လောက် အကွာရှိ၊ ဆက်လက်ပြီး ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာဆီ ချ (ပုံ၁-၄)။

လက်အုပ်ချီ(双手合十)--လက်တွေ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာ ရောက်တော့၊ ဆက်ပြီး လက်၂-ဖက်ကို မြောက်ပြီး ရင်ပိုင်း ရှေ့မှာ 'လက်အုပ်ချီ'။ 'လက်အုပ်ချီ'ရာမှာ လက်၂-ဖက် လက်ချောင်းများ၊ လက်ဖဝါးအရင်းများ ကျပ်အောင် ကပ်ထား၊ လက်အလယ်မှာ ဟောင်းလောင်းထား၊ တတောက် ၂-ဖက် ထောင်ထားလိုက်။ လက်ရုံး ၂-ဖက် မျဉ်းဖြောင် တချောင်းဟန် ဖြစ်စေ။



ပုံ၁-၅(၁-၅)      ပုံ၁-၆(၁-၆)      ပုံ၁-၇(၁-၇)      ပုံ၁-၈(၁-၈)  
 (လက်၂-ဖက် 'လက်အုပ်ချီ'၊ လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီး နေဟန်'လွဲလို့၊

အားလုံး 'ဩပန်းလက်ဝါး'(莲花掌 ) ဖြစ်တယ်။ အောက်ပါ အလားတူ။)

ကျမ်းကြီချမ်းခွင်း( 掌指乾坤 )-- 'လက်အုပ်ချီ'ဟန်ကစ၊ လက်ဖဝါး ၂-ဖက် လျှော်စေ၊ ဩပန်းမှာ ၂-၃-စင်တီမီတာလောက် အကွာရှိစေရ၊ တချိန်တည်းမှာ လက်ဖဝါး စလှည့်၊ အမျိုးသားက ဗယ်ဘက်လက် (အမျိုးသမီးက ညာဘက်လက်) ရင်ပိုင်းဆီ လှည့် ၊ ညာဘက်လက်က ရင်ပြင် အပြင်ဆီ လှည့်၊ ဗယ်ဘက်လက်က အပေါ်မှာ ညာဘက် လက်က အောက်မှာ လက်ရုံးနဲ့ '—'စလုံး ပုံသဏ္ဍာန် ဖြစ်စေ၊ (ပုံ၁-၆)။ ဆက်ပြီးတော့၊ ဗယ်ဘက် လက်ရုံးက ဗယ်ဘက် အထက်စောင်းနေရာဆီ ဆန့်၊ လက်ဖဝါးက အောက်ကို ဦးတည်၊ လက်ဟာ ခေါင်းနဲ့အလားတူ မြင်စေယင်



လောက်တယ်။ ညာဘက်လက်က ရင် ရှေ့မှာ ရှိသေးတယ်။ လက်ဖဝါးက အပေါ်ကို ဦးတည်။ ဗယ်ဘက်လက် တဖြည်းဖြည်း သတ်မှတ်နေရာ ရောက်တဲ့အခါ၊ တကိုယ်လုံး တဖြည်းဖြည်း ဆန့်တန်းလိုက်။ ညာဘက်လက်က ရင်ပိုင်း ရှေ့မှာ ရှိစေရ။ လက်မောင်းကို လိုက်ပြီး အပြင်ဆီ ဆန့်။ (ပုံ၁-၇)။ ၂-၃-စက္ကန့် လောက် ဆန့်။ တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးအောင် နေ။ ဗယ်ဘက်လက်က ရင်ပိုင်း ရှေ့မှာ ညာဘက်လက်နဲ့ ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန် ဖြစ်စေ။ ပြီးနောက် လက်ဖဝါးကို ထပ်လှည့်။ ညာဘက်လက် (အမျိုးသမီးဆိုယင်၊ ဗယ်ဘက်လက်)က အပေါ်မှာနေ၊ ဗယ်ဘက်လက်က အောက်မှာ နေ (ပုံ၁-၈) ဆန့်။ ညာဘက်လက်က ဗယ်ဘက်လက် အပြုအမူကို ထပ်တဖန် ပြု၊ ညာဘက် လက်ရုံးက ညာဘက် အထက်စောင်းဆီ ဆန့်။ လက်ဖဝါးက အောက်ကို ဦးတည်။ လက်ရဲ့အမြင်ဟာ ခေါင်းနဲ့ အလားတူလောက် မြင်စေ၊ ဗယ်ဘက်လက်က ရင်ရှေ့မှာ နေသေးတယ်။ လက်ဖဝါးက အောက်ကို ဦးတည်။ ဆန့်ပြီးနောက် (ပုံ၁-၉) တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးအောင်နေ။ လက်ပြန်သိမ်းပြီးနောက်၊ ရင်ပိုင်း ရှေ့မှာ ‘လက်အုပ်ချီ’ထား (ပုံ၁-၅)။

ကျင်းဟိုဖွင်းရှင်း( 金猴分身 )--‘လက်အုပ်ချီ’ကနေစ၊ လက်၂-ဖက်က

ရင်ပိုင်းရှေ့ကနေ ခွဲခွါပြီး ၂-ဖက်ကို ဆန့်။ ပခုံးနဲ့ ‘-’စလုံးဟန် ဖြစ်စေ၊ တကိုယ်လုံး တဖြည်းဖြည်း ဆန့်တန်း၊ ခေါင်းက အပေါ်ကို ရွက်၊ ခြေက အောက်ကို နင်း၊ လက်၂-ဖက်က ၂-ဖက်ကို တအားနဲ့ ဆန့်တန်းလိုက်။ ၄-ဘက်ကို ခွဲပြီး ဆန့်တန်းလိုက် (ပုံ၁-၁၀)။ ၂-၃-စက္ကန့်လောက် ဆန့်။ တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးအောင်နေ။ လက်၂-ဘက်က ရင်ပိုင်းရှေ့မှာ ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန် ပြန်ဖြစ်စေ။

ရွှမ်းလုံးရှု့ဟိုင် (双龙下海 နဂါး ၂-ကောင် ပင်လယ် ဆင်းခြင်း)-  
- ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန်ကနေ စ။ လက်၂-ဖက်က ခွဲယင်းနဲ့ ရှေ့ အောက်ဆီ ဆန့်။ လက်မောင်း၂-ဘက် ခွဲခွါပြီး အနားပြိုင် ဆန့်တန်းတဲ့အခါ၊ ပေါင်နဲ့ ဒီကရီ(၃၀)လောက် စောင်းစေရ (ပုံ၁-၁၁)။ တကိုယ်လုံး တဖြည်းဖြည်း ဆန့်တန်း၊ ခေါင်းက အပေါ်ကို ရွက်၊ ခြေက အောက်ကို နင်း၊ ၂-၃-စက္ကန့်လောက် ဆန့်။ တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးအောင်နေ။ လက်တွေ ပြန်သိမ်းပြီးနောက်၊ ရင်ပိုင်း ရှေ့မှာ ‘လက်အုပ်ချီ’ထား။

ဖူးစာဖျူးလျှန်( 菩萨扶莲 ဗောဓိသတ္တ ကြာပန်းကို ထောက်ပင်.)-  
- ‘လက်အုပ်ချီ’ကနေ စ၊ လက်၂-ဖက်ဟာ ခွဲယင်းနဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ ၂-ဖက် အောက်စောင်းဆီ ဆန့်။ လက်တွေ ကိုယ်ခန္ဓာ ဘေးကို ရောက်တဲ့အခါ၊ လက်မောင်း ၂-ဖက် ဆန့်တန်း၊ ပေါင်နဲ့ ဒီကရီ(၃၀)လောက် စောင်းစေရ (ပုံ၁-၁၂)။ အဲဒီအခါ၊ တကိုယ်လုံး တဖြည်းဖြည်း ဆန့်တန်း၊ လက်ချောင်းဖျားက အောက်ဆီ ဆန့်တန်း၊ ပြီးနောက်။

တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးအောင် နေ၊ လက်၂-ဘက် ရင်ပိုင်းရှေ့မှာ ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန် ပြန်ဖြစ်စေ။



Fig. 1-9



Fig. 1-10



Fig. 1-11

ပုံ၁-၉(၁-၉)

ပုံ၁-၁၀(၁-၁၀)

ပုံ၁-၁၁(၁-၁၁)

ရိုးဟန်ပေးရမ်း( 罗汉背山 ရဟန်းက တောင်ကို ကျောပိုးခြင်း)-  
 - ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန်ကနေ စ။ လက်၂-ဘက်က ခွဲယင်းနဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာနောက်ပိုင်းဆီ ဆန်၊ တချိန်တည်းမှာ လက်ဖဝါး ၂-ဘက် နောက်ဘက်ကို လှည့်။ လက်၂-ဘက် ကိုယ်ခန္ဓာ ဘေးကို ရောက်တဲ့ အခါ၊ လက်ကောက်ဝတ် ၂-ဘက် တဖြည်းဖြည်း ကောက်ထား၊ လက်တွေ ကိုယ်ခန္ဓာ



Fig. 1-12



Fig. 1-13



Fig. 1-14



Fig. 1-15

ပုံ၁-၁၂(၁-၁၂)

ပုံ၁-၁၃(၁-၁၃)

ပုံ၁-၁၄(၁-၁၄)

ပုံ၁-၁၅(၁-၁၅)

ဖြတ်ကျော်ပြီးနောက် လက်ကောက်ဝတ်က (၄၅)ဒီဂရီထောင် ဖြစ်စေ (ပုံ၁-၁၃)။ တကိုယ်လုံး တဖြည်းဖြည်း ဆန်တန်း၊ လက်တွေ သတ်မှတ်နေရာ ရောက်ပြီးနောက်၊

ခေါင်းက အပေါ်ဆီ ရွက်၊ ခြေက အောက်ဆီနင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ဖြောင့်မတ်တယ်၊ ၂-  
၃-စက္ကန့်.လောက် ဆန့်၊ တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးအောင်နေ။ လက်၂-ဘက်ကို  
ပြန်သိမ်း၊ ရင်ရှေ့မှာ ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန် ပြန်ဖြစ်စေ။

ကျင်းကမ်းပိုင်ရှမ်း( 金剛排山 ဝရဇိန်ကိုင်နတ် တောင်ဖယ်ခြင်း)-  
- ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန်ကနေ စ။ လက်၂-ဖက် ခွဲယင်းနဲ့ ရှေ့ဘက်ကို ထောင်တဲ့  
လက်ဖဝါးဟန်နဲ့ တွန်း၊ လက်ချောင်းဖျားက အပေါ်ကို ဦးတည်လိုက်၊ လက်မောင်းကို  
ပခုံးနဲ့ အလားတူ မြင်စေ။ လက်မောင်း ဆန့်တန်းပြီးနောက်၊ တအားနဲ့ ဆန့်၊ ခေါင်းက  
အပေါ်ဆီ ရွက်၊ ခြေက အောက်ဆီ နင်း၊ တကိုယ်လုံး ဆန့်တန်း (ပုံ၁-၁၄)။ ၂-၃-  
စက္ကန့်.လောက် ဆန့်၊ တကိုယ်လုံး ချက်ချင်း ပေါ့ပါးအောင် နေ။ လက်၂-ဘက်က  
ရင်ပိုင်းရှေ့မှာ ‘လက်အုပ်ချီ’ပြန်ဖြစ်စေ။

တျဲခုတ်ရှောဖျူ( 叠扣小腹 ပိုက်ပိုင်းအောက်ပိုင်း နေရာမှာ ထပ်ဆင်  
အုပ်ထား )-- ‘လက်အုပ်ချီ’ ဟန်ကနေ စ၊ လက်၂-ဖက်က တဖြည်းဖြည်း အောက်ကို  
ချပြီး လက်ဖဝါးကို ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းဆီ လှည့်၊ လက်တွေ ဝမ်းပိုက်  
အောက်ပိုင်းနေရာ ရောက်တဲ့အခါ၊ လက်၂-ဘက် ထပ်ဆင်ထား၊ အမျိုးသားက  
ဗယ်ဘက်လက်က အတွင်းမှာရှိ၊ အမျိုးသမီးက ညာဘက် လက်က အတွင်းမှာရှိ၊  
လက်ဖဝါးက လက်ဖမိုးကို ဦးတည်။ လက် တဖက်နဲ့ တဖက်၊ လက်နဲ့ ဝမ်းပိုက်  
အောက်ပိုင်း နေရာ အကြား ၃-စင်တီမီတာလောက် အကွာရှိစေ၊ ထပ်ဆင်  
အုပ်ထားတဲ့အချိန် သာမန်အားဖြင့် စက္ကန့် ၄၀-က ၁၀၀-အထိလောက် ရှိစေရ  
(ပုံ၁-၁၅)။

သိမ်းဟန်၊ လက်၂-ဘက် ယှက်ပြီးနေ။



Fig. 1-16

## ၂။ ဖှာလွင်းကျမ်းဖှာ( 法轮桩法)

ကုန်းသဘောတရား။ ဒီကုန်းနည်းဟာ ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့ ဒုတိယတွဲ ကုန်းနည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ငြိမ်သက်ကျမ်းဖှာ (静桩法) ဖြစ်ပါတယ်။ ဖှာလွင်းကို ပွေ့တဲ. အပြုအမူ ၄-ခုနဲ့ ဖွဲ့စည်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အပြုအမူက လွယ်ကူပြီး၊ အပြုအမူတိုင်းလဲ အချိန်တော်တော်ကြာအောင် ကျင်.ဘို့ လိုပါတယ်။ ကျမ်းကျမ်း ( 站 桩 )ကို စသင်တဲ.လူဆိုယင်၊ ကုန်းစကျင်.တဲ.အခါ၊ လက်မောင်း ၂-ဖက် သိပ်လေးတယ်၊ သိပ်ညောင်းတယ်လို့. ခံစားတတ်တယ်။ ဒါပေမယ်. ကျင်.ပြီးနောက် ချက်ချင်း ကိုယ်ခန္ဓာ ပေါ့ပါးတယ်လို့. ခံစားမယ်။ အလုပ်လုပ်ပြီးနောက် ပင်ပန်းတဲ. ခံစားချက် မရှိဘူး။ အချိန်ကြာလာတာ ကုန်းကျင်.တဲ.အကြိမ် တိုးလာတာနဲ့အမျှ၊ လက်မောင်း ၂-ဖက် အကြား ‘ဖှာလွင်း’ လည်နေတယ်လို့. ပေါ်ထွက်တတ်တယ်။ ဖှာလွင်း ကျမ်းဖှာကို ခဏခဏ ကျင်.ယင်၊ တကိုယ်လုံး အားလုံး ပေါက်အောင် ဖောက်စေနိုင်မယ်၊ ကုန်းအား တိုးစေနိုင်မယ်။ ‘ဖှာလွင်းကျမ်းဖှာ’ဟာ ဉာဏ်ကို တိုးစေ၊ အဆင်.အတန်းတိုးမြင်.စေ၊ နတ်တန်ခိုးကို အားဖြည့်.တဲ. ဘက်စုံကျင်.နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန်းနည်း လွယ်ကူပေးမယ်. ကျင်.တဲ. ဥစ္စာ အလွန်များပြား ဘက်စုံ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကုန်းနည်းဟာ အပြုအမူ သဘာဝကျရတယ်၊ မိမိက မိမိ ကုန်း ကျင်.နေတာကို သတိရှိ သိရပါတယ်။ မလှုပ်ယမ်းနဲ့.။ နဲ့နဲ့လေး လှုပ်တာတော့ ပုံမှန်ဖြစ်တယ်။ ဒီကုန်းနည်းဟာ ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့ တခြားကုန်းနည်းနဲ့. အလားတူ၊ ကုန်းကျင်.ပြီး ကုန်းသိမ်းဘို့. မလိုဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ဖှာလွင်းဟာ ထာဝစဉ် လည်နေတာ ဖြစ်ပြီး သိမ်းလို့. ရပ်စဲစေလို့. မရဘူး။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ အပြုအမူတိုင်းရဲ့ အချိန်ဟာ လူလူချင်း မတူဘူး။ ကြာလေလေ ကောင်းလေလေ ဖြစ်ပါတယ်။

တေးထပ်။ ရှင်းဟွေ့.ကျင်းလိ၊ ရုံးရှင်းချင်းထီ၊ (生慧增力，融心轻体)

စိမျောက်စိဝု၊ ဖှာလွင်းဆူးချီ။ (似妙似悟，法轮初起 )

အသင်.အနေအထား -- တကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးအောင်နေ၊ ပေါ့ပါးပေမယ်. အကျော မလျှော့ရ။ ခြေ၂-ဖက်က ပခုံးနဲ့. အလားတူ ကျယ်စေ၊ သဘာဝကျကျ ရပ်ထား၊ ခြေထောက် ၂-ဖက် နဲ့နဲ့ ကွေး၊ ခူးနဲ့.တင် ၂-နေရာ ချောမွေ့.ဟန် ဖြစ်စေ၊ မေ့စေ. နဲ့နဲ့ သိမ်း၊ လျှာက အထက်အာခေါင်ကို ထိ၊ သွား ကြားကွက် နဲ့နဲ့ ရှိစေ၊ နှုတ်ခွန်းပိတ်၊ မျက်စိ ၂-ဖက် အသားလေး ပိတ်၊ မျက်နှာပေါ်မှာ သင်.မြတ်တဲ. အမူအရာ ပါထား။ လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီးနေ။



Fig. 2-1



Fig. 2-2



Fig. 2-3



Fig. 2-4

ပုံ ၂-၁ (၂-၁)      ပုံ ၂-၂(၂-၂)      ပုံ ၂-၃ (၂-၃)      ပုံ ၂-၄ (၂-၄)

ခေါင်းရှေ့မှာ ဖာလွင်းကိုပွေ့ခြင်း ( 头前抱轮 ) --လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီးနေဟန်ကစ၊ လက်၂-ဖက်က ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းရှေ့ကနေ တဖြည်းဖြည်း မ၊ ပြီးမှ လက်၂-ဖက်ယှက်ထားဟန် လျှော့စေ။ လက်၂-ဖက် ခေါင်းရှေ့မှာ မ လာတဲ့အခါ၊ လက်ဖဝါး အလယ်ပိုင်း မျက်နှာကို ဦးတည်ထား၊ မျက်ခုံးနဲ့ အလားတူ မြင်အောင်ထား၊ လက်ချောင်း ၁၀-ချောင်း လက်ချောင်းဖျား မျက်နှာချင်းဆိုင်၊ လက်ချောင်းဖျားအကြား ၁၅-စင်တီမီတာလောက် အကွာရှိ၊ လက်မောင်း၂-ဖက် ပိုင်းအောင်ပွေ့၊ တကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးအောင် နေ (ပုံ ၂-၁)။



Fig. 2-5



Fig. 2-6



Fig. 2-7

ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းရှေ့မှာ ဖာလွင်းကိုပွေ့ခြင်း ( 腹前抱轮 ) -- လက်၂-ဖက်က 'ခေါင်းရှေ့မှာ ဓမ္မစကြာပွေ့'ဟန်ကနေ၊ တဖြည်းဖြည်း အောက်ကို ချ၊

အမူအရာ မပြောင်းလဲဘူး၊ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာအထိ ချလိုက်၊ လက်တွေက ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်း နေရာနဲ့ စင်တီမီတာ (၁၀)လောက် ရှိစေရ၊ တတောင်.၂-ဖက် ထောင်ထား၊ ချိုင်းတွင်း ဟောင်းလောင်း ဖြစ်စေ၊ လက်ဝါးက အပေါ်ကို ဦးတည်၊ လက်ချောင်း၁၀-ချောင်း လက်ချောင်းဖျား မျက်နှာချင်းဆိုင်၊ လက်ချောင်းဖျားအကြား စင်တီမီတာ (၁၀)လောက် အကွာရှိစေရ၊ လက်မောင်း၂-ဖက် ဝိုင်းအောင် ပွေ့ (ပုံ၂-၂)။

ဦးထိပ်မှာ ဖွာလွင်းကိုပွေ့ခြင်း ( 头顶抱轮 )-- ‘ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်း ရှေ့မှာ ဓမ္မစကြာပွေ့’ဟန်ကနေ စ၊ အမူအရာကို မပြောင်းလဲဘူး။ လက်၂-ဖက် တဖြည်းဖြည်း ဦးထိပ်ဆီ မပြီး၊ ဦးထိပ်မှာ ဓမ္မစကြာပွေ့ခြင်းကို ပြု။ လက်၂-ဖက် လက်ချောင်း ၁၀-ချောင်း မျက်နှာချင်းဆိုင်၊ လက်ဖဝါးက အောက်ကို ဦးတည်၊ လက်ချောင်းအကြား စင်တီမီတာ ၂၀-၃၀- လောက် အကွာရှိစေရ၊ လက်မောင်း ၂-ဖက် ဝိုင်းပုံဖြစ်အောင် ပွေ့၊ ပခုံး၊ လက်မောင်း၊ တတောင်၊ လက်ကောက်ဝတ် ၂-ဖက် အားလုံး ပေါ့ပါးစေရ (ပုံ၂-၃)။

ဘေး၂-ဖက်မှာ ဖွာလွင်းကိုပွေ့ခြင်း( 两侧抱轮 )-- လက်၂-ဖက်က ‘ဦးထိပ် မှာ ဓမ္မစကြာပွေ့’ဟန်ကနေ တဖြည်းဖြည်း အောက်ကို ချ၊ ခေါင်းဘေး ၂-ဖက်အထိ ချ၊ လက်ဝါးက နားရွက် ၂-ဖက်ကို ဦးတည်ထား၊ ပခုံး၂-ဖက် ပေါ့ပါးအောင်နေ၊ လက်ရုံးက ထောင်ထား၊ လက်နဲ့ နားရွက်အကြား အကွာ မနီးလွန်းစေ (ပုံ၂-၄)။

တျဲခုတ်ရှောဖျူ ( 叠扣小腹 ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ထပ်ဆင်. အုပ်ထား ) လက်၂-ဖက်က ‘ဘေး၂-ဖက်မှာ ဓမ္မစကြာပွေ့’ဟန်ကနေ အောက်ကိုချ၊ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းကို တိုက်ရိုက် ရောက်ပြီး၊ ထပ်ဆင်.အုပ်ဟန်ပြု (ပုံ၁-၁၅)။ လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီး ပြီးဆုံးလိုက်။

၃။ ကွမ်.ထွန်းလျန်ကျီးဖှာ ( 灌通两极法 အစွန်း ၂-စွန်း  
ပေါက်အောင် ဖောက်နည်း)

ကုန်းသဘောတရား။ ဒီကုန်းနည်းဟာ အာကာသချိန်. ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းက ချိကို ရောစပ် ပေါက်အောင် ဖောက်နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ လွတ်တာ သွင်းတာ ပမာဏ များတယ်။ ကုန်းကျင်.သူ အလွန်တိုတဲ. အချိန်အတွင်း ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းရှိ ရောဂါချိ၊ အမဲရောင်ချိကို ကိုယ်ခန္ဓာ အပြင်ကို ဖယ်လွှတ်စေပြီး၊ အာကာသချိ အများအပြားကို သွင်းဝင်စေနိုင်တယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ သန့်စင်စေပြီး၊ ‘သန့်ဖြူကိုယ်ခန္ဓာ’ ( 净白体 ) အနေအထားကို အဆောတလျှင် ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ တချိန်တည်းမှာ ဒီကုန်းဟာ ချုံးကွမ်.(冲灌) (ဝင်စေ ထွက်စေ)ရာမှာ ဦးထိပ်ပွင့်စေ (开顶)နိုင်တယ်။ ချုံးကွမ်. ပြုရာမှာ ခြေအောက်မှာ လူကိုယ်ခန္ဓာ ပေါက်လမ်းကိုလဲ ဖောက်နိုင်ပါတယ်။

ကုန်း မကျင်.ခင်၊ စိတ်ထဲမှာ မိမိက မြင်.ပြီးကြီးတဲ. ပြောင်းအလွတ် ၂-ချောင်း ဖြစ်ပြီး၊ ကောင်းကင်ယံအထိ မြင်.သလို မြေပေါ်မှာ မတ်မတ်ရပ်ထား၊ အထူးကို မြင်.ပြီးကြီးတယ်လို့. တွေး လိုက်။ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းက ချိဟာ လက်တွေ့ကို အထက်ဆီ အောက်ဆီ လိုက်လုပ်တယ်။ ဦးထိပ်မှ ထိုးဖောက်ထွက်ပြီး အာကာသရဲ့. အမြင်.ဆုံး အစွန်းနေရာကို ရောက်တယ်။ အောက်ဆီ ထွက်တဲ.ချိဟာ ခြေ ၁-ဖက်အောက်က ထိုးဖောက်ထွက်ပြီး၊ အာကာသရဲ့. အနိမ့်ဆုံး အစွန်းနေရာအထိ ရောက်တယ်။ ပြီးမှ ချိက လက်ကို လိုက်ပြီး လုပ်ရှားတယ်။ အစွန်း ၂-စွန်းကနေ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းကို ပြန်လာပြီးတော့.၊ ပြောင်းပြန်ဘက်ကို ထွက်တယ်။ လာတာ သွားတာ စုစုပေါင်း ၉-ကြိမ် ရှိပါတယ်။ နဝမအကြိမ် ချုံးကွမ်.(冲灌)ရာမှာ ဗယ်ဘက်လက် (အမျိုးသမီးဆိုယင် ညာဘက်လက်)က အထက် အစွန်း နေရာမှာ ညာဘက်လက် (အမျိုးသမီးဆိုယင် ဗယ်ဘက်လက်) မြောက်လာဘို့. စောင်.ထား။ ပြီးမှ တချိန်တည်းမှာ အောက်ကို ချလိုက် အောက်အစွန်းနေရာကို ကွမ်.(ဝင်စေ) ပြီးနောက်၊ ပြန်သိမ်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာကို ဖြတ်ကျော်ပြီး အပေါ်ဆီ ချုံးကွမ်.တယ်။ ၉-ကြိမ် သွားလာပြီးနောက် ချိကို ပြန်သိမ်းတယ်။ ပြန်သိမ်းပြီးနောက်၊ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်း နေရာမှာ နာရီလက်တံ လကျာရစ်ဖက် အတိုင်း ဖှာလွင်းကို လှည့်.ပြီး၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အပြင်ရှိ ချိကို ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းကို လှည့်.ပြီး ပြန်ဝင် စေတယ်။ ထို့.နောက် လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီးနေ။ ကျင်.ပြီးနောက် ကုန်းမသိမ်းဘဲ ဟန်အမူအရာ သိမ်းတယ်။

တေးထပ်။ကျင်.ဟွ.ပင်းထီ၊ဖှာခိုင်းတင်းတီ၊ (净化本体，法开顶底 )  
 ရှင်းဆီယိမင်၊ထွန်းထျန်းချဲ့တီ။ ( 心慈意猛，通天彻地 )



Fig. 3-1

Fig. 3-2

Fig. 3-3

Fig. 3-4

ပုံ ၃-၁(၃-၁)

ပုံ ၃-၂(၃-၂)

ပုံ ၃-၃(၃-၃)

ပုံ ၃-၄(၃-၄)

အသင်.အနေအထား-- တကိုယ်လုံး ပေါ.ပါးအောင်နေ၊ ပေါ.ပါးပေမယ်. အကျော  
 မလျော့ဘူး။ ခြေ၂-ဖက်က ပခုံးနဲ့. အလားတူ ကျယ်စေ၊ သဘာဝကျကျရပ်ထား၊  
 ခြေထောက် ၂-ဖက် နဲ့နဲ့ ကွေး၊ ခူးနဲ့.တင် ၂-နေရာ ချောမွေ့.ဟန် ဖြစ်စေ၊ မေ.စေ. နဲ့နဲ့  
 သိမ်း၊ လျှောက် အထက်အာခေါင်ကိုထိ၊ သွားအကြား ကြာကွက် နဲ့နဲ့ ရှိစေ၊  
 နှုတ်ခွန်းပိတ်ထား၊ မျက်စိ ၂-ဖက်

အသားလေး ပိတ်ထား၊ မျက်နှာပေါ်မှာ သင်.မြတ်တဲ့. သဘော ပါထား။ လက်၂-  
 ဖက် ယှက်ပြီးနေ၊ လက်အုပ်ချီ။

လက်၁-ဖက် ချုံးကွမ်. ( 单手冲灌 )-- ‘လက်အုပ်ချီ’ဟန်ကနေ စ၊  
 လက်၁-ဖက် အပေါ်ချုံး အောက်ကွမ်. အပြုအမူကို ပြု၊ လက်က ကိုယ်ခန္ဓာ အပြင်  
 ချီစက်( 气机 ) အလျောက် တဖြည်းဖြည်း လှုပ်ရှား၊ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းကချီဟာ  
 လက်ကိုလိုက်ပြီး အပေါ်ဆီ အောက်ဆီ လှုပ်ရှား။ အမျိုးသားက အရင် ဗယ်ဘက် လက်က  
 အပေါ်ဆီ၊ (ပုံ ၃-၁)၊ အမျိုးသမီးက အရင် ညာဘက်လက်က မပေါ်ဆီ လှုပ်ရှား။ လက်က  
 ခေါင်းရဲ့. ရှေ့ဘေးနေရာမှာ တဖြည်းဖြည်း အပေါ်ကို ချုံး( 冲 )၊ ဦးထိပ်မှ ထွက်အောင်  
 ချုံး၊ တချိန်တည်းမှာ ညာဘက်လက် (အမျိုးသမီး ဆိုယင်၊ ဗယ်ဘက်လက်) တဖြည်းဖြည်း  
 အောက်ကို ကွမ်.( 灌 )၊ ထို.နောက် နောက်တဖက်က လက်နဲ့. လဲပြီးတော့. ချုံးကွမ်.  
 (ပုံ ၃-၂)။ လက်၂-ဖက် လက်ဖဝါးတွေ ကိုယ်ခန္ဓာကို မျက်နှာချင်း ဆိုင်ထား၊ ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့.  
 စင်တီမီတာ (၁၀)လောက် အကွာထား။ ပြုတဲ့.အခါ၊ တကိုယ်လုံး ပေါ.ပါးအောင်



နေရတယ်။ လက်တွေ့ အပေါ်ဆီ တကြိမ်၊ အောက်ဆီတကြိမ် နဲ့တကြိမ် အဖြစ် မှတ်တယ်။  
ချုံးကွမ်း.တာ စုစုပေါင်း ၉-ကြိမ် ဖြစ်တယ်။

လက်၂-ဖက်ချုံးကွမ်း. ( 双手冲灌 )-- လက်၁-ဖက် ချုံးကွမ်း.တာ နဝမအကြိမ်  
ပြုတဲ့.အခါ၊ တနည်းနဲ့.ပြောမယ်ဆိုယင်၊ ဗယ်ဘက်လက် (အမျိုးသမီး ဆိုယင်  
ညာဘက်လက်) အပေါ်မှာ ရှိတဲ့.အခါ၊ ဟိုဖက်လက် မြောက်လာ၊ တနည်းနဲ့.  
ပြောမယ်ဆိုယင်၊ လက်၂-ဖက် အကုန် အပေါ်ချုံးတဲ့.နေရာမှာ ရှိတယ် (ပုံ၃-၃)၊ ဒီနောက်၊  
လက်၂-ဖက်က တချိန်တည်းမှာ အောက်ကို ချုံးကွမ်း. (ပုံ၃-၄)။ လက်၂-ဖက်  
ချုံးကွမ်း.ရာမှာ၊ လက်ဖဝါးက ကိုယ်ခန္ဓာကို မျက်နှာချင်းဆိုင် တယ်၊ ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့.  
စင်တီမီတာ (၁၀)လောက် အကွာရှိ၊ အပေါ်ကို တချက် အောက်ကို တချက်နဲ့.  
တကြိမ်အဖြစ် မှတ်တယ်။ စုစုပေါင်း ၉-ကြိမ် ချုံးကွမ်း.တယ်။

လက်၂-ဖက် ဖွာလွင်းကိုတွန်း ( 双手推动法轮 )-- နဝမအကြိမ်  
ပြီးတဲ့.အခါ၊ လက်၂-ဖက်က ခေါင်းထက်မှာ၊ ခေါင်း၊ ရင်ပိုင်းကို ဖြတ်ကျော်ပြီး၊  
ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းကို ချ၊ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာအထိ ချ၊ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်း



Fig. 3-5



Fig. 3-6



Fig. 3-7



Fig. 3-8

ပုံ၃-၅(၃-၅) ပုံ၃-၆ (၃-၆) ပုံ၃-၇ (၃-၇)

နေရာမှာ ဓမ္မစကြာကို တွန်းလှည့်. (ပုံ၃-၅၊ ၃-၆၊ ၃-၇)။ အမျိုးသားက  
ဗယ်ဘက်လက်က အတွင်းမှာရှိ၊ အမျိုးသမီးက ညာဘက်လက်က အတွင်းမှာရှိ၊  
လက်နဲ့.လက်အကြား၊ လက်နဲ့. ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာအကြား ၄-စင်တီမီတာ လောက်  
ကွာစေ၊ နာရီလက်တံ လကျာရစ်ဘက် ဓမ္မစကြာကို ၄-ကြိမ် တွန်းလှည့်.ပြီး၊ ကိုယ်ခန္ဓာ  
အပြင်ရှိ စွမ်းအင်ကို ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းကို လှည့်.ပြီး ပြန်ဝင် စေလိုက်။ ဓမ္မစကြာကို  
လှည့်.တဲ့.အခါ၊ လက်၂-ဖက်က ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်း အတိုင်းအတာကို မကျော်လွန်

စေ့နဲ့။

လက်၂-ဖက် ယုတ်ပြီးနေ(ပုံ၁-၁)။



**Fig. 3-9**



**Fig. 3-10**

## ၄။ ဖာလွင်းကြိုးထျန်းဖာ (法轮周天法)

ကုန်းသဘောတရား။ ဒီကုန်းနည်းဟာ လူကိုယ်ခန္ဓာ စွမ်းအင် အကျယ်အပြန့် စီးစေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကျောတကျော နို့မဟုတ် အကျော၃-၄-ကျော စီးနေတာ မဟုတ်ဘဲ၊ လူကိုယ်ခန္ဓာ ဣတ္ထိလိင်မျက်နှာပြင် တမျက်နှာပြင်ကနေ၊ ပုလ္လိင် မျက်နှာပြင်ကို လှည့်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ မရပ်စဲဘဲ တဖန်ဖန်နဲ့၊ ရိုးရိုး အကျော ဖောက်တဲ၊ နည်းတွေ နို့မဟုတ် ကြိုးထျန်းကြိုး၊ ကြိုးထျန်းငယ်ထက် အများကြီး ကျော်လွန်တယ်။ ဒီကုန်းနည်းဟာ ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ အလယ်တန်း အဆင့် ကုန်းနည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ရှေ့က ကုန်းနည်း ၃-တွဲ အခြေခံပေါ်မှာ ဒီကုန်းနည်းကို ကျင်တာနဲ့ တကိုယ်လုံး ချိအကျောကို ( ကြိုးထျန်းကြိုး အပါအဝင်) လျင်မြန်စွာ ဖွင့်နိုင်၊ အပေါ်ကနေ အောက်အထိ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ တကိုယ်လုံး ပေါက်စေနိုင်တယ်။ ဒီကုန်းနည်းရဲ့ အကြီးဆုံး ထူးခြားချက်ဟာ ‘ဖာလွင်း’ရဲ့ လည်ခြင်းနဲ့ လူကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ မမှန်ကန်တဲ့ အနေအထားကို ပြုပြင် ပေးပါတယ်။ လူကိုယ်ခန္ဓာ အကာသငယ်ကို ပေါ်ဦး အနေအထား ဖြစ်စေပြီး၊ တကိုယ်လုံး ချိအကျောလမ်းတွေ အတားအဟန့်မဲ့ ပေါက်စေတယ်။ အဲဒီအနေအထား ဖြစ်အောင် ကျင်ရာမှာ လောကတရား ကျင်ခြင်းမှာ တော်တော်မြင်တဲ့ အဆင့်အတန်းကို ရောက်နေပြီ။ ဇာစ်မြစ်ကြီး ( 大根器) ရှိသူက တာဖာ(大法)ကို ဝင်ပြီး ကျင်လို့ ရပြီ။ အဲဒီအခါ၊ ကုန်းအားနဲ့ နတ်တန်ခိုး များစွာ တိုးမယ်။ ကျင်ရာမှာ လက်တွေ့ ချိစက်ကို လိုက်ပြီး လှုပ်ရှားတယ်။ အပြုအမူက ဖြည်းဖြည်း နှေးနှေး ချောမွေ့ပြေပြစ် ဖြစ်အောင် ပြုရတယ်။

တေးထပ်။ ရှမ်းဖာကြည့်ရှိုး၊ ရှင်းချင်းစိယို၊ (旋法至虚，心清似玉)

ဖမ်းပင်ကွေးကျင်း၊ ယိုးယိုးရှိချီ၊ (返本归真，悠悠似起)

အသင်အနေအထား။ တကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးအောင်နေ၊ ပေါ့ပါး ပေမယ်၊ မလျော့ဘူး၊ ခြေ ၂-ဖက်က ပခုံးနဲ့ အလားတူ ကျယ်စေ၊ သဘာဝကျကျ ရပ်ထား၊ ခြေထောက် ၂-ဖက် နဲ့နဲ့ ကွေး၊

ခူးနဲ့တင် ၂-နေရာ ချောမွေ့ဟန် ဖြစ်စေ၊ မေ့စေ၊ နဲ့နဲ့ သိမ်း၊ လျှာက အထက်အာခေါင်ကို ထိ၊ သွားအကြား ကြားကွက်နဲ့နဲ့ ရှိစေ၊ နှုတ်ခွန်း ပိတ်ထား၊ မျက်စိ ၂-ဖက် အသားလေး ပိတ်ထား၊ မျက်နှာပေါ်မှာ သင်မြတ်တဲ့ သဘောထား

ပါရှိစေ။



Fig. 4.1



Fig. 4.2



Fig. 4.3



Fig. 4.4

ပုံ ၄-၁(၄-၁)

ပုံ ၄-၂(၄-၂)

ပုံ ၄-၃(၄-၃)

ပုံ ၄-၄(၄-၄)

လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီးနောက် လက်အုပ်ချီ။

လက်၂-ဖက်က 'လက်အုပ်ချီ'ဟန်နဲ့ ခွဲယင်းနဲ့ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာကို ချ၊ တချိန်တည်းမှာ လက်ဖဝါး၂-ဖက်ကို လှည့်ပြီး ကိုယ်ခန္ဓာကို မျက်နှာချင်းဆိုင်ထား။ လက်နဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာအကြား စင်တီမီတာ (၁၀)လောက် ကွာစေ။ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းကို ဖြတ်ကျော်ပြီး ခြေထောက် ၂-ဖက်ကြား အောက်ကို ဆန့်၊ ခြေထောက် ၂-ဖက်ရဲ့ အတွင်းဘက် အတိုင်း ချ၊ တချိန်တည်းမှာ ခါးကုန်း အောက်ဆီ ဆောင်၊ ကြောင်ထိုင်၊ (ပုံ ၄-၁)။ လက်၂-ဖက် လက်ချောင်းတွေ မြေပြင်နဲ့ နီးကပ်တော့မယ်အခါ လက်တွေက ခြေဖျား၊ ခြေ အပြင်ဘက်ကနေ ခြေဖနောင် အပြင် ဘေးအထိ ထိုး (ပုံ ၄-၂)။



Fig. 4.5



Fig. 4.6



Fig. 4.7



Fig. 4.8

ပုံ ၄-၅(၄-၅)    ပုံ ၄-၆(၄-၆)    ပုံ ၄-၇(၄-၇)    ပုံ ၄-၈(၄-၈)

ဒီနောက်၊ လက်ကောက်ဝတ် ၂-ဖက် နဲ့နဲ့ ကွေးထား၊ ခြေဖနောင်.နေရာကနေ တဖြည်းဖြည်း ခြေထောက် ကြောဘက်အတိုင်း အပေါ်ကို မြှောက် (ပုံ ၄-၃)၊ လက် ၂-ဖက်က ကြောဖက်မှာ အပေါ်ကို မြှောက်ယင်းနဲ့ ခါးကို ဆန့်.။ (ပုံ ၄-၄)။ ဓမ္မစကြာ ကြိုးထျန်းနည်း တခုလုံးမှာ လက် ၂-ဖက်က ကိုယ်ခန္ဓာ ဘာနေရာမဆို မထိနဲ့.။ နို့.မဟုတ်ယင်၊ လက် ၂-ဖက်က စွမ်းအင်ဟာ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်း ပြန်သိမ်းမယ်။ လက် ၂-ဖက် မမြှောက်နိုင်တဲ့.တိုင်အောင်နဲ့.။ လက်သီးဟောင်း



Fig. 4-9



Fig. 4-10



Fig. 4-11



Fig. 4-12

ပုံ ၄-၉(၄-၉)    ပုံ ၄-၁၀(၄-၁၀)

င်းဆုပ်ထား၊ (ပုံ ၄-၅)၊ ပြီးနောက် ချိုင်းတွင်းနေရာကနေ နှိုက်လာ၊ လက်မောင်း ၂-ဖက်က ရင်ပိုင်းရှေ့မှာ ကြက်ခြေကြီး ခတ် (ဘယ်လက်မောင်းက အပေါ်မှာ ထား၊ ဘယ်လက်မောင်းက အောက်မှာ ထား ဆိုတာကို အထူးသတ်မှတ်ချက် မရှိဘူး။ ကိုယ်.အကျင်.အတိုင်း ကိုယ်က သတ်မှတ်၊ အမျိုးသား အမျိုးသမီး ခွဲခြားချက်မရှိ) (ပုံ ၄-၆)၊ လက်သီး ၂-ဖက် လျှော့စေ၊ လက်ဖဝါး ၂-ဖက် ပခုံးပေါ်မှာရှိ (ကြားကွက်ရှိတယ်)။ ဆက်ပြီးတော့ လက်ဖဝါး ၂-ဖက်က လက်မောင်းရဲ့ ပုလိင်ဘက်အတိုင်း လက်ကောက်ဝတ် ၂-ဖက် နေရာကို ထိုးရာမှာ လက်ဖဝါး ၂-ဖက် မျက်နှာချင်းဆိုင်အောင် ပြောင်းလဲလိုက်၊ အနည်းနဲ့.ပြောမယ် ဆိုယင်၊ အပြင်လက်က လက်မ အပေါ်ကို လှည့်.၊ အတွင်းလက်က လက်မ အောက်ကို လှည့်.၊ လက်ဖဝါးအကြား ၃-၄-စင်တီမီတာလောက် ကွာစေ။ အဲဒီအခါ လက်နဲ့ လက်မောင်းအကြား (-)စလုံးဟန် ဖြစ်တယ်၊ (ပုံ ၄-၇)။ ဆက်ပြီးတော့ ဘောလုံးဆုပ်ဟန်နဲ့ လက်ဖဝါးကို လှည့်.။

အနည်းနဲ့ပြောမယ်ဆိုရင်၊ အပြင်ကလက် အတွင်းကလက် ဖြစ်စေ၊ အတွင်းကလက် အပြင်ကလက် ဖြစ်စေ။ ထို့နောက် လက်၂-ဖက် လက်ရုံး ဣတ္ထိလိင်ဘက်နဲ့ လက်မောင်း ဣတ္ထိလိင်ဘက် အတိုင်း ရှေ့ကို တွန်းယင်းနဲ့ အပေါ်ကို မပြီး ခေါင်းကို ကျော်ဖြတ်၊ (ပုံ၄-၈)။ လက်၂-ဖက် ခေါင်းကို ဖြတ်ကျော်ပြီးနောက်၊ လက်၂-ဖက် ဂြာန်ခြေခတ်ဟန် ဖြစ်စေ၊ ကျောရိုးမဆီ ဆက်ပြီး လှုပ်ရှား (ပုံ၄-၉)။ လက်၂-ဖက် ဂြာန်ခြေခတ်ဟန်ကနေ ခွဲလိုက်၊ လက်ချောင်းဖျားက အောက်ကို ဦးတည်၊ ကျောဘက်က စွမ်းအင်နဲ့ ဆက်စပ်၊ ပြီးမှ လက်၂-ဖက်က အနားပြိုင်ဟန်နဲ့ ခေါင်းထက်က လှုပ်ရှားလာပြီးတော့ ရင်ပိုင်းကို

ရောက်စေ၊ (ပုံ၄-၁၀)။ ဒီလိုနဲ့ ကြိုးထွန်း ပတ်လည်ခြင်း တခု ဖြစ်တယ်။ စုစုပေါင်း ၉-ကြိမ် ပြုတယ်။ ၉-ကြိမ် ပြုပြီးနောက်၊ လက်၂-ဖက်က ရင်ပိုင်းကို ဖြတ်ကျော်ပြီး ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာဆီ ချ။



**Fig. 4-13**



**Fig. 4-14**

ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းကို ထပ်ဆင်၊ အုပ်ထား (ပုံ၁-၁၅)၊ လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီးနေ (ပုံ၁-၁)။

၅။ရှင်ထွန်းကြားချီဖွာ( 神通加持法 နတ်တန်ခိုး အားဖြည့်နည်း)

ကုန်းသဘောတရား။ ရှင်ထွန်းကြားချီဖွာဟာ ဖွာလွင်းကုန်းရဲ့ ငြိမ်သက်ကုန်း ကျင်နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ‘ဗုဒ္ဓ’ရဲ့ လက်ဟန်(手印)နဲ့ ‘ဖွာလွင်း’ကို လှည်းပြီး နတ်တန်ခိုး (ကုန်းစွမ်းရည် အပါအဝင်)နဲ့ ကုန်းအားကို အားဖြည့်တဲ့ ဘက်မျိုးစုံ အတူကျင် ကုန်းနည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနည်းဟာ အလယ်အဆင်အထက် ကုန်းနည်း ဖြစ်ပါတယ်။ မူလက လျှို့ဝှက် ကျင်နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အခြေခံ အသင်အတင် ရှိသူရဲ့ တောင်းဆိုချက်ကို ပြည့်စေတော့အတွက်၊ ဒီကုန်းနည်းကို အထူးတလည် သင်ကြားပြီး၊ ဒါနဲ့ ရေစက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ကယ်စေတယ်။ ဒီကုန်းနည်းကို တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ရာမှာ ကျင်ဘို့ တောင်းဆိုတယ်။ ခြေထောက် ၂-ဖက်စလုံး ခွေထားယင် အကောင်းဆုံး၊ တဖက် ခွေထားယင်လဲ ရတယ်။ ကျင်ရာမှာ၊ ချီစီးကြောင်း အားပြင်းတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်မှာ စွမ်းအင်အခွင် ကြီးတယ်။ အပြုအမူဟာ ဆရာက ထည့်ထား ပေးတဲ့ ချီစက်အတိုင်း ပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လက်အမူ စတဲ့အခါ စိတ်က အတွေးအတိုင်း လှုပ်ရှား တယ်။ နတ်တန်ခိုး အားဖြည့်တဲ့အခါ၊ စိတ်က ဗလာ ဖြစ်စေ၊ ကိန်းအောင်းထားတဲ့ အတွင်းစိတ်က

လက်ဖဝါး ၂-ဖက်မှာ နဲ့နဲ့ထားရှိလိုက်။ လက်ဖဝါးမှာ ပူတယ်၊ လေးတယ်၊ လျှပ်စစ်ခါတ် ခံသလို၊ ထုံတယ်၊ ပစ္စည်း ရှိသလိုလို စတဲ့ ခံစားချက်တွေ ရှိတတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် စိတ်နဲ့ မလိုက်စားနဲ့။ သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်စေ။ တင်ပျဉ်ခွေထိုင်တဲ့ အချိန် ကြာလေလေ ကောင်းလေလေ တောင်းဆို ထားပါတယ်။ ကုန်းအခြေခံအတိုင်း သတ်မှတ်လို့ရတယ်။ အချိန်ကြာလေလေ၊ အားပြင်းလေလေ၊ ကုန်းထွက်တာ မြန်လေလေ ဖြစ်တယ်။ ကုန်းကျင်တဲ့အခါ (ဘာကိုမှ မစဉ်းစားနဲ့၊ ဘာအတွေးမှ မရှိဘူး) တဖြည်းဖြည်း ငြိမ်သက်လာ၊ ငြိမ်သက်သလိုလို ဈာန်ဝင်စားတာ မဟုတ်တဲ့ လှုပ်ရှား ကုန်း အနေအထားကနေ တဖြည်းဖြည်း ဈာန်ဝင်စားလိုက်။ ဒါပေမယ့် အဓိကသတိ(主意 识)က မိမိ ကုန်းကျင်နေတယ်လို့ သိရတယ်။

တေးထပ်။ယိုယိုဝူးယို၊ ယင်စွေကြည်းချီ၊ ( 有意无意，印随机起)  
စိတ်ရုန်းဖျော့ရုန်း၊ တုန်ကျင်ရှူးယို။ ( 似空非空，动静如意 )  
လက်၂-ဖက်ယှက်ပြီးနေ။ တင်ပျဉ်ခွေပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်၊ တကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးအောင်နေ၊ ပေါ့ပါးပေမယ့် မလျှော့ဘူး။ ခါး မတ်မတ်ထားပြီး လည်ပင်က

တည်.မတ်တယ်။ မေ.စေ. နဲနဲ သိမ်း၊ လျှာက အထက်အာခေါင်ကိုထိ၊ သွားအကြား ကြားကွက် နဲနဲရှိစေ၊ နှုတ်ခွန်း ပိတ်ထား၊ မျက်စိ ၂-ဖက် အသားလေး ပိတ်ထား၊ စိတ်မှာ ဂရုဏာ ထွက်ပေါ်လာ၊ မျက်နှာပေါ်မှာ သင်.မြတ်တဲ. သဘောထား ပါရှိစေ။ လက်၂-ဖက်က ယှက်ပြီး ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ထား၊ တဖြည်းဖြည်း ငြိမ်သက်လာ (ပုံ၅-၁)



Fig. 5-1

Fig. 5-2

Fig. 5-3

Fig. 5-4

ပုံ၅-၁(၅-၁)      ပုံ၅-၂(၅-၂)      ပုံ၅-၃(၅-၃)      ပုံ၅-၄(၅-၄)

လက်ဟန်(手印)-(၁)-- (လက်ဟန် စတဲ.အခါ၊ စိတ်က အတွေးအတိုင်းပြု၊ ဆရာက ထည်းထားတဲ. ချိစက်အတိုင်း ပြု၊ ဖြည်းဖြည်း၊ နှေးနှေး၊ ချောမွေ့.ပြေပြစ်ဘို့. တောင်းဆိုထားတယ်) --လက်၂-ဖက်က ယှက်ပြီးနေဟန်ကနေ တဖြည်းဖြည်း အပေါ်ကို မ၊ ခေါင်းရှေ့ကို ရောက်တဲ. အခါ၊ တဖြည်းဖြည်း အပေါ်ကို လက်ဖဝါး လှည်.၊ လက်ဖဝါး၂-ဖက် အပေါ်ကို ဦးတည်ရာမှာ၊ လက်ကလဲ အထိပ်ဆုံးကို ရောက်တယ် (ပုံ၅-၂)၊ ဆက်ပြီး လက်၂-ဖက် ခွဲပြီး၊ ဦးထိပ်ပေါ်မှာ ဝိုင်းပြတ်ထိုး၊ ဘေး၂-ဖက်ဆီ လှည်.၊ ခေါင်းရှေ့. ဘေးနေရာအထိ လှည်.တယ်၊ (ပုံ၅-၃)။ ဆက်ပြီး လက်၂-ဖက် တဖြည်းဖြည်း ချ၊ တတောင်. ၂-ဖက် ဖြစ်နိုင်သလောက် အတွင်းကို ကပ်၊ လက် ၂-ဖက် လက်ဖဝါး အပေါ်ကို ဦးတည်၊ လက်ချောင်းဖျားက ရှေ့ကို ဦးတည်၊ (ပုံ၅-၄)။

ပြီးမှ လက်ကောက်ဝတ် ၂-ဖက် ဆန့်.တန်းလာယင်းနဲ. ရင်းပိုင်း ရှေ့မှာ ကြက်ခြေခတ်ဟန်နဲ. ဖြတ်ကျော်တယ်။ အမျိုးသားက ဗယ်ဘက်လက်က အပြင်မှာ လှုပ်ရှား၊ အမျိုးသမီးက ညာဘက်လက်က အပြင်မှာ လှုပ်ရှား (ပုံ၅-၅)၊ လက်၂-ဖက် ကြက်ခြေခတ်ဟန်နဲ. ဖြတ်ကျော်ရာ စလုံး-'ပုံ ဖြစ်ရာမှာ အပြင်မှာ ရှိတဲ.လက်ဟာ လက်ကောက်ဝတ်က အပြင်ဘက်ဆီ လှည်.၊ တချိန်တည်းမှာ လက်ဖဝါးကို လှည်.ပြီးတော့. အပေါ်ကို ဦးတည်၊ ဝိုင်းပြတ် တဝက်ကျော် ထိုး၊ လက်ဖဝါး အပေါ်ကို ဦးတည်ထားတာကို ပြောင်းလဲစေ၊ လက်ချောင်းဖျား နောက်ဘက်ကို ဦးတည်၊ လက်တွေ



အားအသင်.အတင်.ရှိတယ်။ အတွင်းက လက်ဟာ ဂြာန်ခြေခတ်ဟန်နဲ့ ဖြတ်ကျော်ပြီးနောက်၊ လက်ဖဝါးက တဖြည်းဖြည်း အောက်ဖက်ကို ဦးတည်အောင် လှည့်။ ဆန့်.တန်းထားအောင်ပြု။ လက်၊ လက်မောင်း လက်ဖဝါး အပြင်ကို ဦးတည်အောင်လဲ လှည့်။ လက် လက်မောင်းတွေဟာ ကိုယ်ခန္ဓာ ရှေ့ အောက်စောင်းနေရာမှာ ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့ (၃၀)ဒီဂရီ စောင်းစေရ။ (ပုံ၅-၆)။



Fig. 5-5



Fig. 5-6



Fig. 5-7



Fig. 5-8

ပုံ၅-၅(၅-၅)

ပုံ၅-၆(၅-၆)

ပုံ၅-၇(၅-၇)

ပုံ၅-၈(၅-၈)

လက်ဟန်၂-- (ပုံ၅-၆)ဟန်ကို ဆက်ပြီး ပြု။ ဗယ်ဘက်လက် (အပေါ်ရှိလက်) အတွင်းမှာ လှုပ်ရှား။ ညာဘက်လက်က လက်ဖဝါး အတွင်းကို လှည့်.ယင်းနဲ့ အပေါ်ကို လှုပ်ရှား။ အပြုအမူဟာ လက်ဟန်(၁)ရဲ့ ဗယ်ဘက် ညာဘက် လဲပြီး လုပ်တာသာ ဖြစ်တယ်။ လက်နေရာ ပြောင်းပြန် ဖြစ်တယ် (ပုံ၅-၇)။

လက်ဟန်၃-- အမျိုးသားက ညာဘက်လက် (အမျိုးသမီးက ဗယ်ဘက်လက်) လက်ကောက်ဝတ် ဆန့်.တန်းယင်းနဲ့ လက်ဖဝါးတွေ ကိုယ်ခန္ဓာကို ဦးတည်ထား။ ရင်ပိုင်း ရှေ့မှာ ဂြာန်ခြေခတ်ပြီးနောက်၊ လက်ဖဝါး အောက်ကို ဦးတည်အောင် လှည့်။ ရှေ့ အောက်စောင်း နေရာ ညှိသကျည်း နေရာအထိ လှုပ်ရှား။ လက်မောင်းက ဆန့်.တန်း ရတယ်။ အမျိုးသားက ဗယ်ဘက်လက် (အမျိုးသမီးက ညာဘက်လက်) လက်ဖဝါး အတွင်းကို ဦးတည်အောင် လှည့်.ယင်းနဲ့ အပေါ်ကို လှုပ်ရှား။ ဂြာန်ခြေခတ်ပြီးနောက်၊ လက်ဖဝါး လှည့်.ယင်းနဲ့ ဗယ်ဘက် (အမျိုးသမီးက ညာဘက်)ပရုံး ရှေ့ဆီ လှုပ်ရှား။ လက်က သတ်မှတ် နေရာ ရောက်ပြီးနောက်၊ လက်ဖဝါးက အပေါ်ကို ဦးတည်။ လက်ချောင်းတွေ ရှေ့ကို ဦးတည် (ပုံ၅-၈)။

လက်ဟန်၄--လက်ဟန်(၃)နဲ့ လက်အမူအရာ လဲတာသာ ဖြစ်တယ်။ အမျိုးသားက



Fig. 5-9



Fig. 5-10



Fig. 5-11

ပုံ ၅-၉(၅-၉)      ပုံ ၅-၁၀(၅-၁၀)      ပုံ ၅-၁၁(၅-၁၁)

ဗယ်ဘက်လက် (အမျိုးသမီးက ညာဘက်လက်) အတွင်းမှာ လှုပ်ရှား၊ အမျိုးသားက ညာဘက်လက် (အမျိုးသမီးက ဗယ်ဘက်လက်) အပြင်မှာ လှုပ်ရှား၊ အပြုအမူက ဗယ်ဘက် ညာဘက်လက် လဲပြီး ပြုတာသာ ဖြစ်တယ်။ လက်နေရာ ပြောင်းပြန်ဖြစ် (ပုံ ၅-၉)။ အဆိုပါ လက်ဟန် ၄-ခု အပြုအမူဟာ ရပ်စဲခြင်း မရှိဘဲ ဆက်တိုက် ပြုလုပ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘောလုံးပုံသဏ္ဍာန် နတ်တန်ခိုးကို အားဖြည့်ခြင်း-- 'လက်ဟန်(၄)'ကို ဆက်ပြီးလုပ်၊ အပေါ်ကလက်က အတွင်းမှာ လှုပ်ရှား၊ အောက်ကလက်က အပြင်မှာ လှုပ်ရှား၊ အမျိုးသား ညာဖက် လက်က လက်ဖဝါး တဖြည်းဖြည်း လှည့်၊ လက်ဖဝါးက ရင်ပိုင်းကို ဦးတည်ပြီး ချ။ အမျိုးသားက ဗယ်ဘက်လက် (အမျိုးသမီးက ညာလက်လက်) အပေါ်ကို မြောက်၊ လက်ရုံး ၂-ဖက် ရင်ပိုင်း ရှေ့ကို ရောက်ပြီး '- 'ပုံ ဖြစ်လာတဲ့ အခါ (ပုံ ၅-၁၀)၊ လက်၂-ဖက် ဘေး၂-ဖက် ခွဲပြီး ထိုးယင်း နဲ့၊ (ပုံ ၅-၁၁) လက်ဖဝါး အောက်ကို ဦးတည်အောင် လှည့်၊ လက်၂-ဖက် ဒူးဆစ် အပြင်ဘက် အပေါ် နေရာကို ရောက်တဲ့အခါ၊ လက်တွေက ခါးနဲ့ အလားတူ မြင်တယ်၊ လက်ရုံးနဲ့ လက်ကောက်ဝတ် ညီတယ်၊ လက်မောင်း ၂-ဖက် ပေါ့ပါးအောင်ထား (ပုံ ၅-၁၂)။ ဒီဟန်ဟာ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းရှိ နတ်တန်ခိုးကို လက်မှာ လွှတ်ပြီးတော့ အားဖြည့်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘောလုံးပုံသဏ္ဍာန် နတ်တန်ခိုး ဖြစ်ပါတယ်။ နတ်တန်ခိုးကို အားဖြည့်ရာမှာ လက်ဖဝါးမှာ ပူတယ်၊ လေးတယ်၊ လျှပ်စစ်ရှိသလိုလို၊ ထုံတယ်၊ စတဲ့ ခံစားချက်တွေ ရှိတတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် စိတ်နဲ့ မလိုက်စားနဲ့၊ သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်စေ။ ဒီဟန် ပြုလုပ်တဲ့အချိန် ဤလေလေ၊ ကောင်းလေလေ၊ မစွဲကိုနိုင်တဲ့အထိ စွဲနိုင်။

တိုင်ပုံသဏ္ဍာန်နတ်တန်ခိုးကို အားဖြည့်ခြင်း-- အပေါ်ဟန်ကို ဆက်ပြီးလုပ်။ ညာဘက် (အမျိုးသမီးက ဗယ်ဘက်)လက် လက်ဖဝါး အပေါ်ကို ဦးတည်အောင် လှည့်ယင်းနဲ့၊ ဝမ်းပိုက်



Fig. 5-12



Fig. 5-13



Fig. 5-14

ပုံ ၅-၁၂ (၅-၁၂)

ပုံ ၅-၁၃ (၅-၁၃)

ပုံ ၅-၁၄ (၅-၁၄)

အောက်ပိုင်းနေရာဆီ လှုပ်ရှား၊ လက်က သတ်မှတ်နေရာ ရောက်ပြီးနောက်၊ လက်ဖဝါးအပေါ်ကို ဦးတည်ပြီး၊ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ရှိတယ်။ ညာဘက်လက် အပြုအမူ ပြုရာနဲ့ တချိန်တည်း ဗယ်ဘက် (အမျိုးသမီးက ညာဘက်)လက် မယင်းနဲ့ မေ.စေ.နေရာဆီ လှုပ်ရှား၊ လက်ဖဝါးက အောက်ကို ဦးတည်သေး၊ လက်က မေ.စေ.နဲ့ ညီအောင် မြင်.စေ၊ လက်ရုံးက လက်နဲ့ ညီအောင်ထား။ ဒီအခါမှာ လက်၂-ဖက် လက်ဖဝါး မျက်နှာချင်းဆိုင်ထား၊ ဟန် ပုံသေဖြစ်စေ (ပုံ ၅-၁၃)၊ ဒါဟာ တိုင် ပုံသဏ္ဍာန် နတ်တန်ခိုး၊ ဥပမာ လက်ဖဝါးမိုးကြိုး( 掌手雷 ) ဟာမျိုးကို အားဖြည့်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်က မစွဲကိုင်နိုင်ဘူးလို့ ခံစားတဲ့အထိ ပြု။ ဒီနောက်၊ အပေါ်မှာ ရှိတဲ့လက်က ရှေ့ဘက်မှာ စက်ဝိုင်းခြမ်းပုံ ထိုးပြီးတော့ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ချ။ တချိန်တည်း၊ အောက်မှာ ရှိတဲ့ လက်က အပေါ်ကို မြှောက်ပြီး၊ လက်ဖဝါး အောက်ကို ဦးတည်အောင် လှည့်.၊ မေ.စေ. နေရာမှာ မ၊ (ပုံ ၅-၁၄)။ လက်မောင်းက ပခုံးနဲ့ ညီစေ၊ လက်ဖဝါး ၂-ဖက် မျက်နှာချင်းဆိုင်စေ။ ဒါကလဲ တိုင် ပုံသဏ္ဍာန် နတ်တန်ခိုးကို အားဖြည့်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ လက်ဟန် ပြောင်းပြန်ဖြစ်တာသာ ဖြစ်တယ်။ ပြုတဲ့အချိန်ဆိုယင်၊ လက်မောင်းတွေ မသည်းခံနိုင်လောက်အောင် ပင်ပန်းတဲ့အထိ ပြုရတယ်။

ငြိမ်သက်ကုန်းကျင်.ခြင်း-- အပေါ်ဟန်ကို ဆက်ပြီး ပြု၊ဒီနောက်၊ အပေါ်မှာ ရှိတဲ့လက်က ရှေ့မှာ ဝိုင်းစက်ခြမ်းထိုးပြီးတော့ (ပုံ ၅-၁၅) ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ချ၊ လက်၂-ဖက်က ယှက်ပြီးနေဟန် ဖြစ်စေ (ပုံ ၅-၁၆)၊ ငြိမ်သက်ကုန်း ဝင်ကျင်.။ ဈာန်ဝင်စား။ အချိန် ကြာလေလေ ကောင်းလေလေ။



**Fig. 5-15**



**Fig. 5-16**

ပုံ ၅-၁၅(၅-၁၅)

ပုံ ၅-၁၆(၅-၁၆)

ဟန်သိမ်း။ လက်၂-ဖက် ‘လက်အုပ်ချီ’၊ ဈာန်ဝင်စားတဲ့ အနေအထားမှ ထွက်၊ တင်ပျဉ်ခွဲ နေတဲ့ အနေအထား ဖျက်သိမ်း။

# ဖှာလွင်းကုန်းကျင်.စဉ် အခြေခံ တောင်းဆိုချက်နဲ့.

## သတိထားရတဲ့. အကြောင်းတွေ

၁။ ဖှာလွင်းကုန်းရဲ့ ကုန်းနည်း ၅-တွဲကို အစီအစဉ်အတိုင်း ကျင်.လို့.လဲ ရတယ်။ ကြိုက်သလို ရွေးပြီး ကျင်.လို့.လဲ ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့်. သာမန်အားဖြင့်. ပထမတွဲကို အရင်ကျင်.ဘို့. ဒီထက်မက ၃-ကြိမ် ကျင်.ဘို့. သင်.လျော်တယ်လို့. တောင်းဆို ထားတယ်။ ပထမတွဲကို မကျင်.ယင်လဲ တခြား ကုန်းနည်းကို အရင်ကျင်.လို့. ရတာပေါ့။ အတွဲတိုင်းကို သီးခြားကျင်.လို့. ရပါတယ်။

၂။ အပြုအမူက မှန်ကန်ရပါတယ်။ အစီအစဉ် ရှင်းလင်းပြတ်သားရပါတယ်။ လက်နဲ့. လက်မောင်း ချောမွေ့.အောင် ထားရတယ်။ အပေါ်ဆီ အောက်ဆီ၊ ရှေ့ဆီ နောက်ဆီ၊ ဗယ်ဘက် ညာဘက်ဆီ အားလုံး ‘ဖြည်းဖြည်း နှေးနှေး ချောမွေ့.ပြေပြစ်’စွာနဲ့. ချိစက်ကို လိုက်ပြီး ပြုရတယ်။ မြန်မလွန်းနဲ့. နှေးမလွန်းနဲ့.။

၃။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ အဓိကသတိ(主意识)နဲ့. ကိုယ်.ကိုယ်ကို ကိုယ်တွယ်ရပါတယ်။ ဖှာလွင်းကုန်းဟာ အဓိကသတိကို ကျင်.တာ ဖြစ်တယ်။ အထူးတလည်နဲ့. ခါးယမ်းအောင် သွားမ လိုက်စားနဲ့။ ခါးယမ်းမှု ရှိယင် ထိန်းချုပ်ထားရတယ်။ လိုအပ်ယင်၊ မျက်စိကို ဖွင့်.လို့.ရတယ်။

၄။ တကိုယ်လုံး ပေါ့.ပါးအောင်နေ။ အထူးသဖြင့်. ခူးနဲ့.တင်မှာ ပေါ့.ပါးအောင် နေရတယ်။ ရပ်တာ မတ်လွန်းယင်၊ ချိအကျောတွေ (气脉) မပေါက်ဘူး။

၅။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ၊ အပြုအမူ ပေါ့.ပါး သဘာဝကျကျ၊ ခပ်ပြေပြေ ရှိစေရ၊ ပျော့ပျောင်းတာမှာ ကြံ.ခိုင်တာ ပါရှိရ၊ ဆက်စပ်ထားပြီး အဆင်ပြေစေရတယ်။ အား အသင်.အတင်. ရှိယင်နဲ့. မမာတောင်.ဘူး။ ဒီလို အပြုအမူ ပြုယင်၊ ကုန်းအစွမ်း တင်ရှားသိသာတယ်။

၆။ ကုန်းကျင်.ပြီးတိုင်း၊ ‘ကုန်းကို မသိမ်းဘဲ ဟန်ကိုသာ သိမ်းတယ်’၊ ‘လက်၂-ဖက် ယှက်ဟန်’ ပြုယင်နဲ့. လောက်တယ်။ လက်၂-ဖက်ယှက်ပြီးနောက်၊ ဟန်သိမ်းပြီးတယ်။ အတွေးနဲ့. ကုန်းသွားမ သိမ်းနဲ့.။ အကြောင်းရင်းက ဖှာလွင်း လည်တာမှ ရပ်လို့.မရလို့. ဖြစ်ပါတယ်။

၇။ ရောဂါ ကြာရှည် စွဲကပ်ပြီး အားနည်းချည်.နဲ့.သူဆိုယင်၊ လက်တွေ့.အခြေအနေ အရ

နဲအောင် ကျင်. နို.မဟုတ် တတွဲကို ကြိုက်သလို ရွေးပြီး ကျင်.လို.ရတယ်။ လှုပ်ရှားကုန်း  
မကျင်. နိုင်သူက ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်လို.ရတယ်။ ကုန်းကျင်.ခြင်းကို သာမန်အားဖြင့်.  
မပြတ်တောင်.လို. ကောင်းတယ်။

၈။ ကုန်းကျင်.တဲ. နေရာ၊ အချိန်နဲ. ဦးတည်ချက်ဆိုင်ရာ အထူး လိုအပ်ချက် မရှိဘူး။  
ဒါပေမယ်. နေရာ သန့်ရှင်းတာ ပတ်ဝန်းကျင် ငြိမ်အေးတာ လိုအပ်တယ်။

၉။ ဒီကုန်း ကျင်.ရာမှာ အတွေး မပါဘူး။ တိမ်းမှားမှု ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။  
ဒါပေမယ်. တခြား ကုန်းနည်းတွေကို မရောထားနဲ.။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ တခြားကုန်းနည်းကို  
ထည့်.ဝင်ယင်၊ ဖှာလွင်းဟာ ပုံသဏ္ဍာန် ပြောင်းလဲမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၁၀။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ တကယ်.ကို ငြိမ်မလာနိုင်ယင်၊ ဆရာရဲ. နာမယ်ကို ရွတ်လို.  
ရပါတယ်။ ကြာယင် သဘာဝကျစွာ ငြိမ်လာတော့.မယ်။

၁၁။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ ဒုက္ခ အခက်အခဲတွေ ကြုံတွေ့.တတ်မယ်။ ဒုက္ခတွေဟာ ‘ဝဋ်’ကို  
ပြန်ဆပ် တဲ. နည်းလမ်း တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ လူတိုင်း ‘ဝဋ်’ရှိတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ  
နေမသာတာ ထွက်ပေါ်ယင်၊ ရောဂါရှိတယ်လို. မထင်ယူနဲ.။ ‘ဝဋ်’ဖျက်ဘို့. ကျင်.သူတွေ  
လမ်းရှင်းပေးဘို့.အတွက်၊ ဒုက္ခ အခက်အခဲတွေ လာတာ မြန်ရ ကြိုတင် ဖြစ်ရတယ်။

၁၂။ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်ရာမှာ ခြေထောက်ကို မခွေနိုင်ဘူးဆိုယင်၊ အရင်  
ကုလားထိုင်ဘေးမှာ ထိုင်ပြီး ကျင်.လို.ရတယ်။ အလားတူ အစွမ်းဖြစ်ထွန်းမှု ရှိနိုင်မယ်။  
ဒါပေမယ်. ကုန်းကျင်.သူ အနေနဲ. တင်ပျဉ်ခွေ နိုင်ရတယ်။ အချိန်ကြာယင်  
တဖြည်းဖြည်းနဲ. နောက်ဆုံးမှာ ခွေနိုင်မှာဘဲ။

၁၃။ ငြိမ်သက်ကုန်း ကျင်.ရာမှာ၊ ရုပ်ပုံတွေ နို.မဟုတ် ဖြစ်ရပ်တွေကို မြင်ယင်၊ ဒါကို  
၈ရူ မစိုက်နဲ.။ ကိုယ်.ရဲ.ကုန်းကို ဆက်ပြီးကျင်.။ ခြောက်လန်.တဲ. ဖြစ်ရပ်  
အနှောက်အယှက်ရှိတဲ.အခါ၊ နို.မဟုတ် ဘာခြိမ်းခြောက်မှု ခံရတဲ.အခါ၊ ကျွန်တော်က  
ဖှာလွင်းကုန်းရဲ. ဆရာက ကာကွယ်မှု ရှိတယ်။ ဘာကိုမှ မကြောက်ဘူးလို. ချက်ချင်း  
သတိရရတယ်။ နို.မဟုတ်၊ ဆရာ(လီ)ရဲ. နာမယ်ကို ခေါ်ပြီး ကုန်း ဆက်ကျင်.။

# အခဏ်း၅။မေးစရာတွေကိုဖြေကြားခြင်း

၁။ဖှာလွင်းနဲ့ ဖှာလွင်းကုန်း

မေး၊ ဖှာလွင်းဟာ ဘာနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတာ ဖြစ်သလဲ။

ဖြေ၊ ဖှာလွင်းဟာ စွမ်းအင်ကြွယ် အရာဝတ္ထုနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ဥာဏ်ရှိကိုယ် ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်ဖာသာ ကုန်းကို လှည့်ပြောင်းတတ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီဟင်းလင်းပြင်မှာ တည်ရှိတာ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ ဖှာလွင်းဟာ ဘယ်လို ပုံစံလဲ။

ဖြေ၊ ဖှာလွင်းရဲ့ အရောင်ဟာ ရွှေဝါရောင် ဖြစ်တယ်လို့ သာ ပြောနိုင်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီဟင်းလင်းပြင်မှာ အဲဒီ အရောင်မျိုး မရှိသေးဘူး။ စက်ဝိုင်းရဲ့ အောက်ခံဟာ တော်တော် တောက်ပ ရွန်းတင်တဲ့ နီရဲရဲအရောင် ဖြစ်ပါတယ်။ အပြင်စက်ဝိုင်းရဲ့ အောက်ခံဟာ လိမ်မော်ရောင် ဖြစ်တယ်။ အနီရောင် အမဲရောင် ထိုက်ကြည့် ၂-ခုဟာ တာအိုပိုင်းကဖြစ်ပြီး၊ အနီရောင် အပြာရောင် ထိုက်ကြည့် ၂-ခုဟာ ရှုန်းထူးမီးတာတောက်( 先天大道 ပေါ်ဦး မဟာတာအို)ပိုင်းက ဖြစ်တယ်။ ဒါဟာ မတူတဲ့ ဥစ္စာ ၂-မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ‘ 卍 ’ သင်္ကေတဟာ ရွှေဝါရောင် ဖြစ်တယ်။ ထူးထူးမှ အဆင်အတန်း နိမ်တဲ့လူ မြင်တာက ပန်ကာလို လည်နေတယ်။ ရှင်းလင်းအောင် မြင်နိုင်ယင် တော်တော် ကြည့်လို့ လှတယ်။ ကုန်းကျင်သူရဲ့ ကျင်ခြင်း ပိုပြီး ရဲဝံ့ပြီး ကောင်းသည်ထက် ကောင်းအောင် တိုးတက်စေမှာဘဲ။

မေး၊ ဖှာလွင်းဟာ ပဏာမကာလမှာ ဘယ်နေရာမှာ ရှိသလဲ။ ဒီနောက်မှာ ဘယ်နေရာမှာ ရှိသလဲ။

ဖြေ။ ကျွန်တော်က တကယ် ခင်ဗျားတို့ကို ပေးတဲ့ ဖှာလွင်းဟာ တခုဘဲ ရှိတယ်။ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ရှိတယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ တန်း( 丹 )ကျင် တန်းစောင်တဲ့ နေရာလို့ ဆိုတဲ့နေရာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါရဲ့ နေရာက မပြောင်းလဲဘူး။ တချို့လူက ဖှာလွင်း တော်တော်များများ လည်နေတာကို မြင်နိုင်တယ်။ ဒါတွေဟာ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာ (法身)က ခင်ဗျားအတွက် ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်အောင် ပြုရာမှာ အပြင်မှာ အသုံးပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်ယင်၊ ဖှာလွင်းကို ထွက်အောင် ကျင်နိုင်သလား။ ဘယ်လောက် ထွက်အောင် ကျင်နိုင်သလဲ။ ဒါဟာ ဆရာတော်က ပေးတာနဲ့ ဘာ မတူစရာ ရှိသလဲ။

ဖြေ၊ ကုန်းကျင်.ယင် ဖာလွင်းကို ထွက်အောင် ကျင်.နိုင်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ကုန်းအား အဆက်မပြတ် နက်နဲလာတဲ့.ခါ၊ ဖာလွင်း များတာထက် များတော့.မယ်။ ဖာလွင်းဟာ အားလုံး အတူတူဘဲ။ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ဖာလွင်းဟာ နေရာအနှံ့.မှာ မလှုပ်ရှားဘူးသာ ဖြစ်တယ်။ ဒါက အမြစ် ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ဖာလွင်းရဲ့ တည်ရှိတာနဲ့ လည်တာကို ဘယ်လို စိစစ်ခံစားသလဲ။

ဖြေ၊ သွားခံစားဘို့. မလိုဘူး။ တချို့.လူက အာရုံ တော်တော် ထက်မြက်တယ်။ သူက ဖာလွင်း လည်နေတာကို ခံစားမိမယ်။ ဖာလွင်း စထည်.ထားတဲ့. ပဏာမကာလမှာ၊ ခင်ဗျားက ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းမှာ နဲနဲ မသင်.ဘူး။ ဗိုက်နာတယ်၊ ပစ္စည်း လည်နေတယ်၊ ပူတဲ့. ခံစားချက် စတာတွေ ရှိချင်ရှိမယ်။ လိုက်လျောလာပြီးနောက်တော့. ခံစားချက် မရှိတော့.ဘူး။ ဒါပေမယ်. ကုန်းစွမ်းရည် ရှိတဲ့.လူက မြင်နိုင်တယ်။ အစာအိမ်လို၊ ခင်ဗျားက အစာအိမ် လှုပ်ယှက်နေတယ်လို့. ခံစားမှာ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ ဖာလွင်းပုံပေါ်မှာ ဖာလွင်း လည်နေဘက်ဟာ သင်သူလက်မှတ် (ပီကင်း ပထမ၊ ဒုတိယသင်တန်းကိုဆိုတာ) ပေါ်မှာနဲ့. မတူဘူး။ သင်တန်းမှာ သုံးတဲ့. သင်သူလက်မှတ်အပေါ် ဖာလွင်းဟာ နာရီလက်တံ ပြောင်းပြန်ရစ်ဖက် လည်တာ ဖြစ်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့.လဲ။

ဖြေ၊ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ခင်ဗျားတို့.ကို ဥစ္စာကောင်းတွေ ပေးချင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ အပြင်ကို စွမ်းအင် လွှတ်တာဟာ ခင်ဗျားတို့.အတွက် ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်အောင် ပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်. နာရီလက်တံရစ်ဖက် လည်တာ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားတို့. ဒါက လည်နေတယ်လို့. မြင်နိုင်တယ်။

မေး၊ ဆရာတော်က သင်သူတိုင်းကို ဖာလွင်း ထည်.ပေးတဲ့. အချိန်အခွင့်.က ဘာလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့. ဒီမှာ ခင်ဗျားတို့.ကို ပြောပြမယ်။ ကျွန်တော်တို့. တချို့. သင်သူဟာ ကုန်းနည်း တော်တော်များများ ကျင်.ခဲ.ဖူးတယ်။ ခက်တာက၊ သူ့.ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ရှုပ်ထွေးပွေလီ ဖြစ်တဲ့. ဥစ္စာတွေကို ဖျက်ပစ်ရတယ်၊ ကောင်းတာတွေကို ချန်ပြီး၊ ဆိုးတာတွေကို ဖျက်ပစ်ရတယ်။ အစီအစဉ် တခု ပိုတယ်။ ဒီနောက် ဖာလွင်းကို ထည်.ထားလို့. ရမယ်။ သူ့ကုန်းကျင်.တဲ့. အဆင်.အတန်း မြင်.တာ နိမ်.တာအရ၊ ထည်.တဲ့. ဖာလွင်း ကြီးတာ ငယ်တာ မတူဘူး။ တချို့.လူက ကုန်းမကျင်. ဖူးဘူး၊ ပြေပြစ်အောင် ပြုပြီးနောက်၊ ဇာစ်မြစ်( 根基 )လဲ မဆိုးဘူး၊ ကျွန်တော်ရဲ့ ဒီသင်တန်းမှာ ရောဂါကို ဖျက်ပစ်လိုက်တယ်၊ ချိကျင်.တဲ့. အဆင်.အတန်းမှ ထွက်ပြီး၊ နို့.နှစ်ရောင်ကိုယ်ခန္ဓာ ( 奶 白 体 ) အနေအထားကို ဝင်လိုက်ယင်လဲ ဖာလွင်းကို ထည်.ထားလို့. ရပါတယ်။ မနဲလှတဲ့.



လူတွေဟာ ကျန်းမာရေး တော်တော်ဆိုးတယ်။ တလျှောက်လုံး ပြေပြစ်အောင် ပြုနေတယ်။ ပြေပြစ်အောင် မပြုသေးယင်၊ ဖှာလွင်း ဘယ်လိုထည့်သလဲ။ ဒါဟာ လူအနဲစုသာ ထည့်လို့မရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိစ္စ မရှိဘူး။ ကျွန်တော်က ဖှာလွင်း ဖြစ်စေတဲ့ ချိစက်ကို ထည့်ထားလိုက်ပြီ။

မေး၊ ဖှာလွင်းကို ဘယ်လိုပါဆောင်သလဲ။

ဖြေ၊ ဒါဟာ ပါဆောင်လာတာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်က ဖှာလွင်းကို လွှတ်ပြီး ခင်ဗျားတို့ရဲ့ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ထည့်ထားတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အဲဒီ ရုပ်ဝတ္ထု ဟင်းလင်းပြင် မှာတော့ မဟုတ်ဘူး၊ တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ ရှိတယ်။ ဒီဟင်းလင်းပြင်မှာ ရှိတယ်ဆိုယင်၊ ခင်ဗျားရဲ့ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်း နေရာမှာ အူရှိတယ်။ အူရှိလို့ လည်ယင် ဘယ်ရမလဲ။ ဒါဟာ တခြား ရုပ်ဝတ္ထု ဟင်းလင်းပြင်မှာ ရှိတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ဒီဖက်နဲ့ မငြင်းပွားပါဘူး။

မေး၊ လာမယ်အကြိမ် သင်တန်းမှာ ဖှာလွင်းကို ဆက်လက်ပေးမလား။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားက တခုဘဲ ရတယ်။ တချို့လူက ဖှာလွင်း တော်တော်များများ လည်နေတယ်လို့ ခံစားတယ်။ ဒါဟာ အပြင်မှာ သုံးဘို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်စေဘို့ အသုံး ပြုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီကုန်းရဲ့ အကြီးဆုံး ထူးခြားချက်ဟာ စွမ်းအင်ကို လွှတ်ရာမှာ ဖှာလွင်း တတန်းတန်း လွှတ်တာ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ခင်ဗျားက ကုန်းမကျင်ဘူးနဲ့ ဖှာလွင်း တော်တော်များများ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာပေါ်မှာ ဟိုလည်ဒီလည်နဲ့ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်အောင် ပြုတယ်။ ခင်ဗျားကို တကယ်ပေးတဲ့ ဖှာလွင်းဟာ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ဟိုတခု ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းမကျင်ဘူးဆိုယင်၊ ဖှာလွင်း ပျောက်ဆုံးမယ်လို့ ပြဆိုနေသလား၊ ဖှာလွင်း ဘယ်နှစ်ကြာ တည်ရှိနိုင်သလဲ။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားက ကိုယ်ကိုယ်ကို ကုန်းကျင်သူအဖြစ် သဘောထားပြီး၊ ကျွန်တော်ပြောတဲ့ ရှင်းရှင် တောင်းဆိုချက်အတိုင်း သွားလုပ်ယင်၊ ခင်ဗျား ကုန်းမကျင်တဲ့အခါ၊ ဒါက ပျောက်ဆုံးမှာ မဟုတ်ဘဲသာမက၊ ပိုမို အားတောင်တင်းမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ကုန်းအား တိုးတက်မှာ ဖြစ်သေးတယ်။ ဒါပေမယ် ပြောင်းပြန်တော့၊ ခင်ဗျား ကုန်းကျင်တာ ဘယ်သူထက်မဆို ကြိုးစားပေးမယ်၊ ကျွန်တော် တောင်းဆိုထားတဲ့ ရှင်းရှင်အတိုင်း သွားမပြုလုပ်ယင်၊ ကျင်ယင်လဲ အလကား၊ ကုန်းကျင်ပေမယ် အကျိုး ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားက ဘယ်ကုန်းနည်း ကျင်ကျင် တောင်းဆိုချက်အတိုင်း သွားမပြုလုပ်ယင်၊ ကျင်တာက မသမာနည်း ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်။

ခင်ဗျား ခေါင်းထဲမှာ မကောင်းတဲ့ ဥစ္စကိုဘဲ စဉ်းစားတယ်။ ဘယ်သူက သလောက်ဆိုးသလား။ ကျွန်တော် ကုန်းစွမ်းရည် ထွက်တဲ့အခါ သူ့ကို သင်ခန်းစာ ပေးပါမယ်။ ဖာလွင်းကုန်း သင်တာလဲ ကုန်းကျင်ရာမှာ အဲဒီဥစ္စာတွေကို ထည့်သွင်းယင်၊ ကျွန်တော်ပြောတဲ့ ရှင်းရှင် တောင်းဆိုချက် အတိုင်း မဟုတ်ယင်၊ မသမာနည်းကို ကျင်နေတာ မဟုတ်ဘူးလား။

မေး၊ ဆရာတော်က ခဏခဏပြောတဲ့ ‘ဖာလွင်းကို ပိုက်ဆံ ယွမ်သန်း၁၀၀-နဲ့တောင် ရနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး’ ဆိုတာဟာ ဘာအဓိပ္ပာယ်လဲ။

ဖြေ၊ ဆိုလိုတာက ဒါက တန်ဖိုး အထူးရှိတယ်။ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို ပေးတဲ့ ဥစ္စာဟာ ဖာလွင်း မကဘူး၊ ဒီပြင် ခင်ဗျား ကုန်ကျင်ဘို့ အာမခံ ရှိစေတဲ့ ဥစ္စာတွေလဲ တော်တော် တန်ဖိုးရှိတယ်။ အားလုံး ရွှေငွေ-ထောင်နဲ့ လဲလို့ မရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ နောက်ကျယ် ဖာလွင်းကို ရနိုင်သေးသလား။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားက နောက်ဆုံးရက် ၃-ရက်မတိုင်ခင်က လာတယ်ဆိုယင်၊ အားလုံး ပြေပြစ်မှု ခံနိုင်ပြီး တချိန်တည်းမှာ ဖာလွင်းနဲ့ တခြားဥစ္စာတွေကို ထည့်ထားပေးမယ်။ နောက်ဆုံးရက် ၃-ရက်မှာ လာတယ်ဆိုယင် ပြောဘို့ခက်တယ်။ ဒါပေမယ့် ပြေပြစ်မှု ခံသေးမယ်။ ဥစ္စာတွေ ထည့်ထားတာ တော်တော်ခက်တယ်။ ခင်ဗျား အခြေအနေမဆိုးဘူးဆိုယင် ထည့်ထားလိုက်တယ်လို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။

မေး၊ ဖာလွင်းနဲ့ လူကိုယ်ခန္ဓာ မမှန်ကန်တဲ့ အနေအထားကို ပြုပြင်တာဟာ နည်းလမ်း တမျိုး ဖြစ်သလား။

ဖြေ၊ အားလုံး ဖာလွင်းနဲ့ ပြုပြင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဆရာက နည်းလမ်း တော်တော်များများနဲ့ ပြုပြင်တတ်တယ်။

မေး၊ ဖာလွင်းကုန်း ထူထောင်တဲ့ သမိုင်းကြို နောက်ခံအကြောင်းက ဘာလဲ။

ဖြေ၊ ဒီပြဿနာ ကြီးလွန်းလို့ မြင်လွန်းလို့ ကျွန်တော်တို့ ဒီအဆင်အတန်းမှာ သိသင်တဲ့ ဘောင်ကို ကျော်လွန်လို့ ဒီမှာ ပြောလို့ မရဘူးလို့ ကျွန်တော်ထင်တယ်။ ဒါပေမယ့် တချက်တော့ ရှိတယ်။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ချီကုန်း မဟုတ်ဘူး။ ဒါက ဗုဒ္ဓပိုင်းချီကုန်း ဖြစ်တယ်။ ဒါက ဗုဒ္ဓဘာသာ မဟုတ်ဘူးလို့ ခင်ဗျားတို့ သိကြရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ တူညီတဲ့ ရည်မှန်းချက် တခု ရှိပါတယ်။ ကျင်တဲ့ တရားဂိတ် မတူဘူး၊ သွားတဲ့လမ်း မတူဘူးသာ ဖြစ်တယ်။ ရည်မှန်းချက်တော် တူညီတယ်။

မေး၊ ဖာလွင်းကုန်းရဲ့ သမိုင်းသက်တမ်း ဘယ်လောက် ရှည်ကြာသလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော် ကျင်တဲ့ ကုန်းနည်းဟာ သင်ပေးတဲ့ ဒီဥစ္စာ ၁-တွဲနဲ့ လုံးဝတူတာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်ကျင်တဲ့ ဖာလွင်းဟာ စွမ်းအား သင်ပေးတာ ကထက် ပိုကြီးတယ်။

ကုန်းတက်တာလဲ လက်ရှိ ဒီကုန်းထက် မြန်တယ်။ ဒီလို ဖြစ်ပေမယ်။ ကျွန်တော် အခု သင်ပေးတဲ့ ဒီကုန်းနည်း တတွဲဟာ ကုန်းတက်တာ တော်တော်မြန်နေပြီ။ ဒါကြောင့် ကုန်းကျင်သူရဲ့ ရှင်းရှင်း တောင်းဆိုချက် ပိုမြင် ပို တင်းကျပ်တယ်။ ကျွန်တော် သင်ပေးတဲ့ ဥစ္စာဟာ ပြုစုပြီး ယူလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တောင်းဆိုချက် သလောက် မမြင်ဘူး။ ဒါပေမယ် ရိုးရိုးကုန်းထက် မြင်တယ်။ ဒါဟာ မူလက ဥစ္စာနဲ့ မတူဘူး။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်က တီထွင်သူ ဖြစ်တယ်လို့ ပြောတယ်။ ဖာလွင်းကုန်း သမိုင်း ဘယ်လောက် ရှည်ကြာသလဲလို့ မေးတယ် ဆိုယင် ယူလာပြီး သင်ပေးခြင်း မပြုယင်လဲ အရာမရောက်ဘူး။ ကျွန်တော်က ပြီးခဲ.တဲ.နှစ် (၁၉၉၂-ခုနှစ်) မေလက စပြီး အရှေ့မြောက်ပိုင်းမှာ ကုန်းသင်ပေးတာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားက ပြီးခဲ.တဲ.နှစ် မေလက စတင်တယ်လို့ ပြောပါ။

မေး၊ ကျွန်တော်တို့ နားထောင်ကြာယင်၊ ဆရာတော်က ကျွန်တော်တို့ကို ဘာပေးသလဲ။

ဖြေ၊ ဖာလွင်းက ခင်ဗျားတို့ကို ပေးလိုက်ပြီ။ ကျင်.တဲ. ဖာလွင်း ရှိတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ် အောင် ပြုတဲ့ ဖာလွင်းလဲရှိတယ်။ တချိန်တည်းမှာ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာ ( 法身 )က ခင်ဗျားကို စောင့်ရှောက်နေတယ်။ ခင်ဗျားက ဖာလွင်းကုန်း ကျင်သူ ဖြစ်တယ် ဆိုယင် လူတိုင်း ရှိတယ်။ ခင်ဗျား ကုန်းမကျင်ဘူးဆိုယင် တရားကိုယ်ခန္ဓာက ခင်ဗျားကို စောင့်ရှောက်မှု မပြုတာပေါ့။ သူ့ကို သွားခိုင်းယင်လဲ သူကမသွားဘူး။ ခင်ဗျားက ဘာစဉ်းစားနေသလဲ ဆိုတာကို ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာ ရှင်းလင်းသိသာစွာ သိထားပါတယ်။

မေး၊ ဖာလွင်းကုန်းဟာ ကျွန်တော် မိမိကိုယ်မိမိ အသီးမှန် ( 正果 ) ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.စေနိုင်သလား။

ဖြေ၊ မဟာတရားဟာ အဆုံးအစွန် မရှိ။ ရူလိုင် ( 如来 )အဆင်အထိ ကျင်.တာလဲ အထိပ် မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့က တရားမှန် ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားကျင်.သာကျင်.ပါ။ ရတာက အားလုံး အသီးမှန် ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ကုန်းသဘောတရားနဲ့ ကုန်းနည်း

မေး၊ တချို့လူက ‘တြိယျန်းတြီး’ ( 大周天) ပြုပြီး ပြန်တဲ.အခါ အိပ်မက်မှာ ကောင်းကင်ယံမှာ ပျံသန်းနေတယ်။ မြင်ရတာ တော်တော် ရှင်းလင်းတယ်။ ဒါက ဘာအကြောင်း ဖြစ်သလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့ကို ပြောပြမယ်။ ခင်ဗျားက ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်တဲ.အခါ နို့.မဟုတ် အိပ်မက် မက်တဲ.အခါ အဲဒီအခြေအနေမျိုး ပေါ်ထွက်ယင် အိပ်မက် မဟုတ်ဘူး။

သတိ (元神)က ကိုယ်ခန္ဓာက ထွက်ခွါတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါက အိပ်မက်နဲ့ လုံးဝမတူဘူး။ အိပ်မက် မက်တယ်ဆိုယင်၊ သလောက် ရှင်းလင်း တိကျစွာ မြင်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ သတိက ကိုယ်ခန္ဓာက ထွက်ခွါးယင်၊ ခင်ဗျားက ဘာတွေ မြင်တာကို၊ ဒီထက်မက ဘယ်လို ပျံလာသလဲ ဆိုတာကို ခင်ဗျားက တော်တော် ထိရောက်စွာ တွေ့မြင်မယ်။ တော်တော်ရှင်းလင်းအောင် မှတ်ထားမယ်။

မေး၊ ဖာလွင်း ပုံသဏ္ဍာန် ပြောင်းလဲပြီးနောက် ဘာဆိုးကြီး ရှိမလဲ။

ဖြေ၊ သူက တိမ်းမှားမှု ဖြစ်တယ်လို့ ပြဆိုတယ်။ ဖာလွင်းက အစွမ်း မရှိတော့တတ်တယ်။ ဒီပြင် ခင်ဗျား ကျင်ရာမှာ ဒုက္ခ ကိစ္စ တော်တော်များများ ဖြစ်စေတတ်မယ်။ ဒီလမ်းမကြီးကို ခင်ဗျား မသွားဘဲနဲ့ လမ်းခွဲပေါ်ကိုသွားပြီး မျက်စိလည်ကာ လမ်းကို ရှာလို့ မရသလိုလိုဘဲ၊ ဒုက္ခ ကိစ္စတွေ ကြုံတွေ့မယ်။ အဲဒီကိစ္စတွေ သာမန်လူ နေထိုင်မှုဘဝ အနေအထားမှာ ပြသထားမယ်။

မေး၊ လူတယောက် ကုန်းကျင်ယင်၊ အိမ်မှာ ပတ်ဝန်းကျင် ဘယ်လိုဖြေရှင်းသလဲ။ အိမ်မှာ ဖာလွင်း ရှိနိုင်မလား။

ဖြေ၊ ဒီမှာ ထိုင်ကြာတဲ့လူတွေ တော်တော်များများဟာ အိမ်မှာ ဖာလွင်း တည်ရှိတယ်လို့ မြင်နေပြီ။ အိမ်မှာ လူတွေလဲ စတင် အကြိုးခံနေပြီ။ ကျွန်တော်တို့ ပြောဖူးတယ်၊ တခါတည်း၊ တနေရာတည်းမှာ ဟင်းလင်းပြင် များစွာ ရှိတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ အိမ်မှာလဲ ထူးခြားချက် မရှိဘူး၊ ဖြေရှင်းဘို့ လိုတယ်။ ဖြေရှင်းတဲ့နည်းလမ်းဟာ သာမန်အားဖြင့် မကောင်းတဲ့ ဥစ္စာတွေကို ဖြေရှင်းပစ်ပြီး၊ ထိုနောက် အဖုံး တခု ထည်းထားလိုက်၊ ဘာမကောင်းတဲ့ ဥစ္စာမဆို ဝင်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ ကုန်းကျင်ရာမှာ ချိက ရောဂါရှိနေရာကို ခတ်ပြီး နာတယ်၊ ရောင်တယ်လို့ ခံစားတာဟာ ဘာဖြစ်လို့လဲ။

ဖြေ၊ ရောဂါဟာ အမဲရောင် စွမ်းအင်စု တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ သင်တန်း ပဏာမကာလမှာ ဒါကို ပျံ့အောင် လွှတ်စေပြီးနောက် ရောဂါရှိနေရာမှာ ပြည့်တင်းတယ်လို့ ခံစားတတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါဟာ အမြစ် မရှိတော့ဘူး၊ အပြင်ကို ပျံ့ထွက်နေတယ်။ တော်တော်မြန်မြန်နဲ့ အပြင်ကို ဖယ်ပစ်မယ်။ ရောဂါ တည်ရှိမှာတော့ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ မူလက ရှိတဲ့ရောဂါဟာ သင်တန်းဝင်တာ ၃-၄--ရက်ကြာနဲ့ ပျောက်ဆုံးတယ်။ ဒါပေမယ့် ၃-၄-ရက်ပြီးနောက် ပြန်ထလာတယ်။ ဒါက ဘာဖြစ်လို့လဲ။

ဖြေ၊ ဒီကုန်း အဆင်အတန်း တက်တာ တော်တော်မြန်လို့ အဆင်အတန်း တခုဟာ အလွန် တိုတဲ့အချိန်နဲ့ ပြီးသွားတယ်။ ခင်ဗျား စိစစ်ခံစားမှုတောင် မရှိဘူးနဲ့။

စင်စစ်အားဖြင့်. ရောဂါ သက်သာ နေပြီ။ နောက်မှာ ရောဂါလက္ခဏာဟာ ကျွန်တော်ပြောဖူးတဲ့. 'ကပ်ဒုက္ခ' လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား သေးသေချာချာ ခံစားစိစစ်လိုက်။ ခင်ဗျား မူလက ရောဂါလက္ခဏာနဲ့. မတူတော့ဘူး။ ခင်ဗျားက တခြားချိကုန်းဆရာကို ပြောပြအောင် ပြုခိုင်းယင်၊ သူကလဲ မပြုပြင်နိုင်ဘူး။ ကုန်းတက်ရာမှာ ဝဋ်ရဲ့. ပြသခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ယင် ဆေးဝါး သောက်ဘို့. လိုသေးသလား။

ဖြေ၊ ဒီပြဿနာ ကိုယ်.ဟာကိုယ် ရိပ်စား၊ ကုန်းကျင်.ရာ ဆေးဝါး သောက်တာဟာ ကုန်းကျင်.တာက ရောဂါကုနိုင်တယ်လို့. မယုံကြည်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ယုံကြည်ယင် ခင်ဗျားက ဆေးသောက်သေးသလား။ ဒါပေမယ့်. ခင်ဗျားက ရှင်းရှင်း. စံချိန်အတိုင်း ကိုယ်.ကိုယ်ကို မတောင်းဆိုယင်၊ ပြဿနာထွက်ယင် ခင်ဗျားက (လီဟုန်းကြည်.)က ဆေးမသောက်ခိုင်းဘူးလို့. ပြောတတ်တယ်။ ဒါပေမယ့်. (လီဟုန်းကြည်.)က ခင်ဗျားကို ခင်ဗျားရဲ့. ရှင်းရှင်း.ကို တင်းတင်း ကျပ်ကျပ် တောင်းဆိုခိုင်းသေးတယ်။ ခင်ဗျားက ဖြစ်အောင် လုပ်ပြီလား။ တကယ် တာ.မှာ ကျင်.တဲ့.လူဆိုယင်၊ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ပါထားတာ အားလုံး သာမန်လူရဲ့. ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူး။ သာမန်လူ စွဲကပ်တဲ့. ရောဂါတွေ ခင်ဗျားရဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာမှာ စွဲကပ်ဘို့. အကုန် ခွင်.မပြုဘူး။ ခင်ဗျားရဲ့. စိတ်ကို တည်.မတ်အောင် ထားပြီး၊ ကုန်းကျင်.တာနဲ့. သက်သာအောင် ကျင်.နိုင်တယ်လို့. ယုံကြည်ယင်၊ ဆေးသောက်တာကို ရပ်စဲပြီး အရေးမထားဘဲ မကုဘဲနဲ့. နေယင်၊ ခင်ဗျားကို ကုပေးတဲ့.လူ ရှိတော့.မယ်။ ခင်ဗျားတို့. ဒီမှာ တနေ့ထက်တနေ့. သက်သာတယ်၊ တနေ့ထက်တနေ့. နေသာထိုင်သာတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့.လဲ။ လူတော်တော်များများ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ကျွန်တော်.ရဲ့. တရားကိုယ်ခန္ဓာ အဆက်မပြတ် ဝင်လိုက် ထွက်လိုက်နဲ့. အလုပ်များနေတယ်။ ခင်ဗျားအတွက် အဲဒီကိစ္စကို လုပ်ပေးနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်က စိတ်ထဲမှာ မတည်ငြိမ်ဘူး၊ ကုန်းကျင်.ယင်းနဲ့. မယုံကြည်ဘူး နို့.မဟုတ် စမ်းကြည့်.မယ်လို့. သဘောထားယင်းနဲ့. ဆိုယင် ခင်ဗျားက ဘာကိုမှ ရရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားက ဗုဒ္ဓကို ယုံကြည် မယုံကြည်ဆိုတာကို ခင်ဗျားရဲ့. ရိပ်စားနိုင်စွမ်း၊ ဇာစ်မြစ်နဲ့. အဆုံးအဖြတ် ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓက ပေါ်လွင်ယင်၊ ဒီမှဘဲ အသားမျက်စိနဲ့. ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မြင်နိုင်ယင်၊ ဒါဆို လူတွေအားလုံး ဗုဒ္ဓသွားသင်မယ်၊ အတွေးအခေါ် ပြောင်းလဲတဲ့. ပြဿနာ ရှိမှာ မဟုတ်တော့.ဘူး။ ခင်ဗျားက အရင် ယုံကြည်ရတယ်။ ထို့.နောက်မှ မြင်နိုင်မယ်။

မေး၊ တချို့လူက ဆရာတော်နဲ့. ဆရာတော်ရဲ့. တပည့်.တွေကို ရောဂါ ကုစေချင်တယ်၊ ရလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော် တောင်ထွက်တဲ့။ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ရောဂါကုဘို့။ မဟုတ်ဘူး။ တချို့လူက ရောဂါ ရှိသင်တယ်။ ကျွန်တော်ပြောတဲ့။ စကားကို တချို့လူက ဘယ်လိုမှ နားမလည်ဘူး။ ကျွန်တော်က ပိုမိုများပြားအောင် မရှင်းပြတော့ဘူး။ ဗုဒ္ဓပိုင်း ကုန်းနည်းဟာ သက်ရှိအများအပြားကို ကယ်တာ ဖြစ်ပြီး သူများကို ရောဂါကုပေးလို့ ရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ သူများကို ရောဂါ ကုပေးတာဟာ အစီအစဉ်ရှိပြီး၊ ဝါဒဖြန့်တဲ့ သဘော ပါရှိတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့၊ ကျွန်တော်က တောင် စထွက်လို့ နာမယ်ကျော်နှုန်း နိမ်တယ်။ သူများက မသိဘူး။ ကုန်းသင်ပေးရာမှာ လာနားထောင်တဲ့လူ မရှိဘူးလို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ မေးခွန်းတွေ ဖြေကြားမှုကတဆင့် အများကို မြင်စေတယ်။ လက်တွေ့ အစွမ်း ကောင်းမွန်တယ်။ ဝါဒဖြန့်မှု တရပ် ပြုတယ်။ ရောဂါကုဘို့သက်သက် မဟုတ်ဘူး။ မြင်တဲ့ကုန်းနဲ့ အချိန်ပြည့် ရောဂါကုပေးတာကို ခွင့်မပြုဘူး။ လောကလွန် တရားနဲ့ လောကတရားကို အစားထိုးလို့ မရဘူး။ အဲဒီအခြေအနေ မဟုတ်ဘူး ဆိုယင်။ တခါတလေ ရောဂါကုတဲ့ အစွမ်း မကောင်းဘူး။ ကုန်းကျင်တဲ့ သင်သူတွေအပေါ် တာဝန်ယူဘို့အတွက်၊ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာကို ရောဂါ မရှိအောင် ပြေပြစ်ပေးရပါတယ်။ ဒါမှ အဆင်ပြေပေါ်ကို ကျင်နိုင်မယ်။ ခင်ဗျားက ခင်ဗျားရဲ့ ရောဂါကို တလျှောက်လုံး တွေးနေတယ်။ ကုန်း လုံးဝ မလေ့ကျင်ချင်ဘူးဆိုယင်။ မပြောပြပေမယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ အတွေးအဆကို ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာက အကုန် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိရှိတယ်။ နောက်ဆုံးကျတော့ ခင်ဗျား ဘာကိုမှ မရရှိနိုင်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ သင်တန်းမှာ ခင်ဗျားတို့ကို ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်အောင် ပြုပေး ပြီးပြီ။ ခင်ဗျားက ရှေးဦးစွာ ကုန်းကျင်တဲ့လူ ဖြစ်ရတာပေါ့။ တကယ်တမ်း ကျွန်တော်က ကြားကာလမှာ ခင်ဗျားတို့ကို ရောဂါကုပေးတယ်။ ပိုက်ဆံ ထပ်ယူရမယ်ဆိုယင်။ ဒီလို ကိစ္စတွေကို ကျွန်တော်တို့ မလုပ်ဘူး။ ခင်ဗျားရဲ့ ရောဂါ မသက်သာဘူးဆိုယင်။ ဒါက ရိပ်စားနိုင်စွမ်း ပြဿနာ ဖြစ်သေးတယ်။ လူ တယောက်တလေ ရောဂါ တော်တော်ပြင်းတယ်။ ခင်ဗျားကိုယ်ခန္ဓာပေါ်မှာ ပြသခြင်း မသိသာဘူး။ ဒါပေမယ်။ စင်စစ်တော့ တော်တော်ကို ကြီးတယ်လို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ တကြိမ်နဲ့ သက်သာပြေပြစ်အောင် မပြုနိုင်ဘူးလို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ဒါပေမယ်။ ကျွန်တော်တို့ အစွမ်းကုန်နေပြီ။ ခင်ဗျားအပေါ် တာဝန်မယူတာ မဟုတ်ဘူး။ ရောဂါ ကြီးလွန်းတာကိုး။ ခင်ဗျားပြန်သွားပြီး ကုန်းကျင်ရာမှာ ခင်ဗျားကို တလျှောက်လုံး ကုပေးအုံးမယ်။ ခင်ဗျား ရောဂါ သက်သာအောင်အထိ ကုပေးမယ်။ ဒီလို အခြေအနေ မျိုးဟာ အနဲစု ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်စဉ် ဘယ်လို ငြိမ်သက်လာနိုင်သလဲ။ ကုန်းကျင်ရာမှာ အလုပ်မှာ အခက်အခဲတွေကို စဉ်းစားယင်။ စွဲကိုင်ခြင်းအဖြစ် မှတ်သလား။

ဖြေ၊ အကျိုးစီးပွားအပေါ် ကိစ္စတွေကို ပေါ့အောင် သဘောထား၊ ခါတိုင်းမှာ သန့်စင် ငြိမ်သက်တဲ့ စိတ် တလုံးကို ထိန်းသိမ်းထား။ ခင်ဗျားက ပြင်ဆင်ထားပြီး၊ ကပ်ဒုက္ခက ဘယ်တော့မှာ လာမလဲ၊ ဘယ်လိုလဲ ဆိုယင်၊ ဒါက ကပ်ဒုက္ခ ဖြစ်တာ မဟုတ်တော့ဘူး။ သာမန်အားဖြင့် အကုန် ရုတ်တရက် လာတာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားက စိတ်ဒုန်းဒုန်းချယင် ကျော်လွှားနိုင်မှာ သေချာတယ်။ ဒါမှ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင် ဘယ်လောက် မြင်သလဲလို့ မြင်နိုင်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ စွဲကိုင်စိတ် ဖျက်ပစ်ပြီး၊ ရှင်းရှင် တိုးမြင်ကာ၊ လူနဲ့ တိုက်ခိုက်၊ မုန်းတာတွေကို အားလုံး ချနိုင်ယင်၊ အတွေးအဆ မရှုပ်ထွေးဘူးဆိုယင်၊ အဲဒီအခါကျမှ ဈာန်ဝင်စားအား (定力)ကိုဆို။ မငြိမ်သက်နိုင်သေးဘူးဆိုယင်၊ ခင်ဗျားက ကိုယ်ကိုယ်ကို ဒုတိယသူအဖြစ်ထား၊ အတွေးအဆက ခင်ဗျားရဲ့ ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူးလို့ မှတ်ယူ၊ ဒါတွေ ဘယ်လိုဘဲ မြစ်ရေ ပင်လယ်ရေ မှောက်လှန်ပြာသလို စဉ်းစားစဉ်းစား၊ ခင်ဗျားက ခုန်ထွက်လာ၊ ဒါတွေ ဖြစ်သလို စဉ်းစားပါစေ။ နောက်တချို့လူက ဘုရားရွတ်၊ နို့မဟုတ်၊ ရေတွက်တယ်လို့ ပြောတယ်။ ဒါတွေ အားလုံး ကုန်းကျင်တဲ့ နည်းလမ်း အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ကုန်းကျင်တာ အတွေးနဲ့စောင့်ဘို့ မလိုဘူး။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားက ကိုယ်က ကုန်းကျင်နေတာကို သိရပါတယ်။ အလုပ်မှာ အခက်အခဲ ကိစ္စတွေဟာ ကိုယ်ကျိုးစီးပွား မဟုတ်ဘူး၊ စွဲကိုင်စိတ် မဟုတ်ဘူး၊ ကောင်းတဲ့ကိစ္စ တရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်က ဘုန်းကြီး တဦးကို သိတယ်။ သူက ကျင်ရေး နယ်ပယ်မှာ ဥစ္စာတွေကို နားလည်တယ်။ သူက ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ ကျောင်းထိုင် ဆရာတော် လုပ်လို့ အလုပ် တော်တော်များတယ်၊ ဒါပေမယ့် သူက ဒီမှာ ထိုင်လိုက်တာနဲ့ ဒါတွေများနဲ့ ပြတ်တောင်လိုက်တယ်၊ မစဉ်းစားဘူးလို့ သေချာတယ်။ ဒါကလဲ ကုန်း ဖြစ်ပါတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် တကယ် ကုန်းကျင်တဲ့အခါ၊ ဦးနှောက်ထဲမှာ ဘာကိုမှ မစဉ်းစားဘူး။ ကိုယ်ကျိုး ဖက်စိတ်နဲ့ စိတ်ထွေပြားမှု နဲ့နဲ့မှ မရှိဘူး။ အလုပ်မှာ ကိစ္စတွေမှာ ကိုယ်ဥစ္စာတွေ မရောစပ်ဘူးဆိုယင်၊ ခင်ဗျားက ကောင်းအောင် ပြုလုပ်နိုင်သေးတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်ရာမှာ အတွေးအဆမှာ မကောင်းတဲ့ ဥစ္စာတွေရှိယင်၊ ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ ကုန်းကျင်ရာမှာ၊ တခါတလေ မကောင်းတဲ့ ဥစ္စာ တော်တော်များများ ထွက်တတ်တယ်။ ခင်ဗျားတို့ ကုန်းကို စကျင်တာ ဖြစ်ပြီး၊ တခဏနဲ့ဘဲ တော်တော်မြင်တဲ့ နေရာကို ရောက်မှာ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အခုလဲ ခင်ဗျားကို အလွန်မြင်အောင် တောင်းဆိုပြီး၊ ခင်ဗျားရဲ့ အတွေးအဆမှာ ဆိုးတဲ့ဥစ္စာ နဲ့နဲ့မှ သွားမစဉ်းစားခိုင်းလို့ တောင်းဆိုမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါက လက်တွေ့ မကျဘူး။

တဖြည်းဖြည်းနဲ့၊ စတဲ.အခါ ရတယ်။ ဒါပေမယ်. ခင်ဗျားက ကိုယ်.ကိုယ်ကို လက်လွှတ်စပါယ် မပြုနဲ့။ အချိန်ကြာလာယင်၊ ခင်ဗျားရဲ့ အတွေးအခေါ် မြင်.တက်တဲ.အခါ၊ ကိုယ်.ကိုယ်ကို မြင်.တဲ. တောင်းဆိုချက် ထားရတယ်။ အကြောင်းရင်းက ခင်ဗျားက မဟာတရားကို ကျင်.နေပြီ၊ ဒီသင်တန်းမှ ဆင်းပြီးနောက် သာမန်လူ မဟုတ်တော့ဘူး။ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ပါဆောင်ထားတဲ. ဥစ္စာ တော်တော်.ကို ထူးခြားတယ်။ ဒါကြောင့်. ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်. တောင်းဆိုချက် တင်းကျပ်ရပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ရာမှာ၊ ခေါင်းနဲ့.ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းနေရာမှာ လည်နေတယ်၊ ရင်ပိုင်းမှာ နေမသာဘူးလို့. ခံစားတယ်။

ဖြေ၊ ဒါဟာ ပဏာမကာလမှာ ဖွာလွင်းက လည်နေတာ ဖြစ်တယ်။ နောက်မှာတော့. အဲဒီ လက္ခဏာတွေ ရှိမယ်လို့. အမှန်မရှိ။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ရာမှာ တိရစ္ဆာန်ငယ်တွေ စွဲလာယင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ ဘာကုန်းမဆို ကျင်.ယင် တိရစ္ဆာန်ငယ်တွေ စွဲလာတတ်တယ်။ ဒါကို အရေး မထားနဲ့. ပြီးရော။ အကြောင်းရင်းတော့. ကောင်းတဲ. စွမ်းအင် အခွင်မှာ အထူးသဖြင့်. ဗုဒ္ဓပိုင်းကုန်း၊ ကုန်းမှာ သက်ရှိ အများအပြားကို ကယ်တဲ. အကြောင်းရပ် တည်ရှိထားတယ်။ ကျွန်တော်တို့.ရဲ့. ဖွာလွင်းဟာ နာရီ လက်တံ လကျာရစ်ဖက်ကို လည်တဲ.အခါ၊ ကိုယ်.ကိုယ်ကို ကယ်၊ နာရီလက်တံ ပြောင်းပြန်ရစ်ဖက် လည်တဲ.အခါ သက်ရှိအများအပြားကို ကယ်တယ်။ ပြီးနောက် လည်ပြန်လာတယ်။ ဒါကြောင့်. ကျွန်တော်တို့. အနီးတဝိုက်ရှိတဲ. အရာခပ်သိမ်း အားလုံး အကျိုးခံမယ်။

မေး၊ ကွမ်.ထွန်းထျန်ကျီးဖွာ ( 贯通两极法 )ဟာ လက်က အပေါ်ဆီတကြိမ် အောက်ဆီ တကြိမ်ဟာ တကြိမ်အဖြစ် မှတ်သလား၊ ဖွီးကျမ်ချဲန်းရှီဖွာ ( 佛展千手法 ) ဗုဒ္ဓက လက်တထောင် ဆန်.နည်း)မှာ လက်မဆန်.ခင်၊ မိမိ ကြီးလဲကြီး မြင်.လဲမြင်.လို့. တွေးဘို့. လိုသလား။

ဖြေ၊ လက်၂-ဖက် တကြိမ်စီ လုပ်တာ တကြိမ်အဖြစ် မှတ်တယ်။ ဖွီးကျမ်ချဲန်းရှီဖွာကို ပြုတဲ. အခါ၊ ခင်ဗျားက မိမိကို မတွေးယင်လဲ တော်တော် မြင်.တယ် ကြီးတယ်လို့. ခံစားတတ်မယ်။ ခင်ဗျားက အဲဒီလို အတွေး၊ ကျွန်တော်ဟာ မိုးနဲ့.မြေအကြား သီးခြား တည်ရှိတယ်လို့. ခံစားပြီး ဒီမှာ ရပ်လိုက်တာနဲ့. ပြီးရော။ အမြဲ အတွေးနဲ့. လိုက်စားတာ မပြုနဲ့။ ဒါဟာ စွဲကိုင်တဲ. ဥစ္စာဘဲ။

မေး၊ ကုန်းကျင်. ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်တဲ.အခါ၊ တင်ပျဉ်မခွေနိုင်ဘူးဆိုယင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ တင်ပျဉ်မခွေနိုင်ဘူးဆိုယင်၊ ကုလားထိုင် ဘေးမှာ ထိုင်ပြီး ကျင်.လို့. ရတယ်။



အလားတူ အစွမ်းဖြစ်ထွန်းမှု ရရှိလိမ့်မယ်။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားက ကုန်းကျင်သူ တဦး ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ခြေထောက် ၂-ဖက်ကို လေ့ကျင့်ရတော့မယ်။ တင်ယူခြင်းခွင့်ရတယ်။ ကုလားထိုင် ဘေးမှာ ထိုင်ပြီး ခင်ဗျားရဲ့ ခြေထောက် ကို တဖြည်းဖြည်းလေ့ကျင့်။ နောက်ဆုံးကျတော့ တင်ယူခြင်းခွင့်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ အိမ်မှာ လူတွေ လုပ်တဲ့ ကိစ္စ မကောင်းဘူး၊ ‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’နဲ့ မကိုက်ညီဘူး ဆိုယင်၊ ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ ခင်ဗျား အိမ်မှာ လူတွေ ဖွာလွင်းကုန်း ကျင်သူ မဟုတ်ဘူးဆိုယင်၊ ဒီပြဿနာအပေါ် ကိစ္စ မရှိဘူး။ အဓိကအားဖြင့် ကိုယ်ကိုယ်ကို ကျင်တာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျား ကိုယ်ဟာကိုယ်သွားကျင်၊ စဉ်းစားတာ မများလွန်းနဲ့။ ပြီးမှ နဲ့နဲ့ လိုက်လျောရတယ်။ ကိုယ်အပေါ် များများ ကြိုးစား အားထုတ်ရတယ်။

မေး၊ ခါတိုင်း နေထိုင်မှုမှာ တခါတလေ မှားစရာ လုပ်လို့ တော်တော် နောင်တရတယ်။ ဒါပေမယ့် ပြန်ဖြစ်တတ်တယ်။ ရှင်းရှင် နိမ့်လွန်းလို့လား။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားက ရေးသားနိုင်တယ်ဆိုယင်၊ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင် တိုးမြှင့်နေပြီ ဒီအချက်ကို သိရှိနိုင်ပြီလို့ ပြဆိုတယ်။ သာမန်လူက မှားစရာတွေ လုပ်ယင်၊ အားလုံး မသိနိုင်ဘူး။ ခင်ဗျားက သာမန်လူကို ကျော်လွန်နေပြီလို့ ပြဆိုတယ်။ ပထမအခါ လုပ်တာ မှားတယ်၊ ရှင်းရှင် မစောင်စည်း နိုင်ဘူး ဆိုတာ၊ ဒီမှာ လမ်းစဉ် တခုရှိတယ်။ နောက်တခါ ပြဿနာကိုတွေ့ယင်၊ တိုးအုံး။

မေး၊ အသက် ၄-၅-ဆယ် ဖြစ်တဲ့လူ ‘ပန်း ၃-ပွင့် ဦးထိပ်မှာစု’ ( 三花聚頂 )တာကို ဖြစ်မြောက်နိုင်သလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့ဟာ ရှင်းရှင်နဲ့ အသက် ၂-ခုကျင် ကုန်းနည်း ဖြစ်မို့လို့ အသက်ကြီးတာ ငယ်တာကို အရေးမထားဘူး။ ခင်ဗျားက အာရုံစုစိုက်ပြီး သွားကျင်ယင်၊ ကျွန်တော်ပြောတဲ့ ရှင်းရှင်အတိုင်း ကိုယ်ကိုယ်ကို တောင်းဆိုနိုင်ယင်၊ ကုန်းကို အဆက်မပြတ်ကျင်ယင်၊ အသက်ကို အဆက်မပြတ် ရှည်လာစေတဲ့ ဖြစ်ရပ် ပေါ်ထွက်မယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ကုန်းကျင်တဲ့ အချိန် လောက်မှာ မဟုတ်ဘူးလား။ ဒါပေမယ့် တချက်တော့ ရှိတယ်၊ အထူးသဖြင့် ရှင်းရှင်နဲ့ အသက် ၂-ခုကျင် ကုန်းနည်းဆိုယင်၊ ခင်ဗျားရဲ့ အသက် ရှည်လာစေတဲ့အခါ၊ ရှင်းရှင် ပြဿနာ ထွက်ယင်၊ ချက်ချင်း အသက် အန္တရာယ် ပေါ်ထွက်တတ်မယ်။ ကုန်းကျင်ဘို့အတွက်ဘဲ ခင်ဗျားရဲ့ အသက်ကို ရှည်လာစေတာ ဖြစ်လို့ ရှင်းရှင် တိမ်းမှားမှု ဖြစ်ယင် အသက်အန္တရာယ် ချက်ချင်း ပေါ်ထွက်မယ်။

မေး၊ ‘ပျော့ပျောင်းတာမှာ ကြံ့ခိုင်တာ ရှိတယ်’ဆိုတဲ့ အား ပြဿနာကို ဘယ်လို

ကိုင်တွယ်သလဲ။

ဖြေ၊ ဒါကို ခင်ဗျားက ကိုယ်.ဟာကိုယ် သွားစမ်းရတယ်။ ဥပမာပြောရင်၊ ကျွန်တော်တို့. လက်ဟန်ကြီး (大手印) ပြုတဲ့အခါ၊ ကြည့်ရတာ လက်ပျော့ပျောင်းတယ်။ ဒါပေမယ့်. ပြုတဲ့အခါ၊ စင်စစ်အားဖြင့်. အားနဲ့. ပြုတာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ လက်ရုံးနဲ့. လက်ကောက်ဝတ်၊ လက်ချောင်းတွေ အကြား အား တော်တော်ကြီးတယ်။ ဒါပေမယ့်. ကြည့်ရတာလဲ တော်တော်ပျော့ပျောင်းတယ်။ စင်စစ်တော့. အား တော်တော်ကြီးတယ်။ ဒါဟာ ‘ပျော့ပျောင်းတာမှာ ကြံ့ခိုင်တာရှိတာ’ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့.ကို လက်ဟန်(手印) ပြုတဲ့အခါ၊ အဲဒီဥစ္စာကို ခင်ဗျားကို ပေးလိုက်ပြီ။ ခင်ဗျားက ကုန်းကျင်.ရာမှာ တဖြည်းဖြည်း စိစစ်ခံစားပါ။

မေး၊ အမျိုးသားနဲ့. အမျိုးသမီးအကြား ကိစ္စတွေ ရှိလဲရ မရှိလဲရတယ်။ ဟုတ်လား၊ လူငယ်တွေ ကွာရှင်းဘို့. လိုသလား။

ဖြေ၊ ကာမပြဿနာအပေါ် ရှေ့မှာ ပြောခဲ့ဖူးတယ်။ ခင်ဗျား လက်ရှိ အဆင်.အတန်းမှာ ခင်ဗျားကို ဘုန်းကြီး၊ သီလရှင်လုပ်ခိုင်းတာ မရှိဘူး။ ခင်ဗျား ကိုယ်ကဘဲ သီလရှင်၊ ဘုန်းကြီး လုပ်ချင်တာ ဖြစ်တယ်။ သော့ချက်ဟာ ခင်ဗျားကို ဒီစိတ်ကို ချခိုင်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား မချနိုင်တဲ့. စိတ်အားလုံးကို ချလိုက်။ သာမန်လူအနေနဲ့. ဒါဟာ လိုအင်ဆန္ဒ တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. အဖို့. ချနိုင်ရပါတယ်။ ပေါ့.အောင် ထားရတယ်။ တချို့လူက ဒါကိုဘဲ လိုက်စားတယ်။ ဦးနှောက်ထဲ မှာ လျှိုးဝင်သွားတယ်။ သာမန်လူလုပ်ယင်တောင် လွန်နေပြီ။ ကုန်းကျင်.သူ အနေနဲ့. ပိုမလုပ်သင်.ဘူး။ ခင်ဗျားက ကုန်းကျင်.တယ်။ အိမ်မှာ လူက ကုန်းမကျင်.လို့. ပုံမှန်ဘဝဆိုတာ လက်ရှိအဆင်.မှာ ခွင့်.ပြုတယ်။ အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ရောက်ပြီးနောက် ဘယ်လိုလုပ်မလဲဆိုတာကို ခင်ဗျား ကိုယ်.ဟာကိုယ် သိတော့မယ်။

မေး၊ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်ရာမှာ အိပ်လို့. ရလား၊ ဘယ်လိုကိုယ်တွယ်သလဲ။ တခါတလေ ၃-မိနစ်အထိ မူးမေ့တာ ဖြစ်တတ်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့.လဲ မသိ။

ဖြေ၊ အိပ်ယင် မရဘူး။ ကုန်းကျင်.တာ အိပ်လို့. ရလား။ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်းယင်း အိပ်တာလဲ ဘီလူး တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားပြောတဲ့. မူးမေ့တဲ့. အခြေအနေ ထွက်ပေါ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ရှင်းလင်းအောင် မရေးသားလို့.လား။ ၃-မိနစ်လောက် သတိမရှိဘူးဆိုတာ ကိစ္စမရှိဘူး။ ဈာန်ဝင်စားအား (定力) တော်တော်မြင်.တဲ့.လူ သတိမဲ့. အနေအထား ခဏခဏ ပေါ်ထွက်တယ်။ အချိန်ကြာ ဒီလိုဖြစ်ယင်တော့. မရဘူး။

မေး၊ အသီးမှန် ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင်.ဘို့. သန္နိဋ္ဌါန်ရှိသူ အားလုံး အသီးမှန် ဖြစ်မြောက်နိုင် သလား၊ ဇာစ်မြစ် နဲ့နဲ့ ဆိုးယင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ ခင်ဗျား အဲဒီသန္နိဋ္ဌါန် ရှိလား မရှိဘူးလားကိုဘဲ ကြည့်မယ်။ သော့ချက်က အဲဒီ သန္နိဋ္ဌါန် ဘယ်လောက် ကြီးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဇာစ်မြစ် နဲ့ ဆိုးတဲ့လူဆိုယင် ခင်ဗျားရဲ့ သန္နိဋ္ဌါန်နဲ့ ရိပ်စား နိုင်စွမ်းကိုဘဲ ကြည့်သေးတယ်။

မေး၊ အအေးမိ ဖျားတယ်ဆိုယင် ကုန်းကျင်နိုင်သလား။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားက သင်တန်းမှ ဆင်းပြီးနောက် အားလုံး ရောဂါမရှိဘူးလို့ ကျွန်တော် ပြောယင်၊ ခင်ဗျားက ယုံကြည်ချင် ယုံကြည်မယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ တပည့်ဟာ တခါတလေ အအေးမိသလိုလို၊ ဖျားသလိုလို ဖြစ်ယင် ဘာဖြစ်လို့လဲ။ ဒါဟာ ခဲရာခက်ဆစ်ကို ကျော်လွှားတာ၊ အခက်ဒုက္ခကို ကျော်လွှားတာ ဖြစ်တယ်။ အဆင်အတန်း တိုးမြှင့်သင်တဲ့ ပြဿနာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့အားလုံး ကိုယ်ဟာကိုယ် သိကြတယ်။ ဒါကို အရေးမထားဘဲနဲ့ ကိုယ်ဖာသာ ပြီးနိုင်တယ်။

မေး၊ ကိုယ်ဝန်ရှိတဲ့ အမျိုးသမီးက ဖွာလွင်းကုန်းကို ကျင်လို့ရလား။

ဖြေ၊ ကိစ္စမရှိဘူး။ အကြောင်းရင်းက ဖွာလွင်းကို တခြား ဟင်းလင်းပြင် တခုမှာ ထည့်ထားတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ကုန်းနည်းဟာ အားပြင်းတဲ့ လှုပ်ရှားမှု မရှိဘူး။ ကိုယ်ဝန်ရှိတဲ့ အမျိုးသမီးအဖို့ ဆိုးကျိုး မရှိဘူး၊ သူမရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာအပေါ် ကောင်းကျိုး ရှိသေးတယ်။

မေး၊ ဆရာတော်က ကျွန်တော်တို့နဲ့ ခွဲခွာယင်၊ ဟင်းလင်းပြင် အကွာ ရှိသလား။

ဖြေ၊ လူတော်တော်များများ ဒီလို စဉ်စားနေတယ်။ ဆရာ ခင်ဗျားက ပီကင်းမှာ မရှိဘူး ဆိုယင်၊ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လို လုပ်မလဲတဲ့။ ခင်ဗျား တခြား ကုန်းကျင်တာလဲ အတူတူဘဲ။ ဆရာက နေ့တိုင်း ခင်ဗျားကို စောင်ရှောက်လို့လဲ မရဘူး။ တရားကို၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့ကို သင်ပေးပြီ။ သဘောတရားကို ခင်ဗျားတို့ကို သင်ပေးပြီ။ ဒီကုန်းတတွဲကို ခင်ဗျားတို့ကို သင်ပေးပြီ။ ပြည်စုံတဲ့ ဥစ္စာ တတွဲကို အားလုံး ခင်ဗျားကို ပေးလိုက်ပြီ။ ခင်ဗျား ကိုယ်ဟာကိုယ် ဘယ်လို ကျင်တာကိုဘဲ ကြည့်မယ်။ ခင်ဗျားက ကျွန်တော်ရဲ့ ဘေးမှာ နေယင် အာမခံရှိတယ်။ ကျွန်တော် ဘေးမှာ မရှိဘူး ဆိုယင် အာမခံ မရှိဘူးလို့ မဆိုနိုင်ဘူး။ ဒို့ ဥပမာ တခုနဲ့ပြောမယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လေ၊ သကျမုနိ လောကမှာ မရှိတာ နှစ်ပေါင်း ၂-ထောင်ကျော် ရှိနေပြီ။ သူတို့က ဆက်ခံပြီးတော့ တစိတ်တည်းနဲ့ ကျင်နေတယ် မဟုတ်ဘူးလား။ ဒါကြောင့် ကျင်မကျင် ဆိုတာ ကိုယ်ရဲ့ ပြဿနာဘဲ ဖြစ်တယ်။

မေး၊ ဖွာလွင်းကုန်း ကျင်တာ ပြိကူ(辟谷 မစားမသောက်) ဖြစ်တတ်သလား။

ဖြေ၊ ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ပြိကူ(辟谷)ဖြစ်တဲ့ နည်းလမ်းဟာ ဗုဒ္ဓနဲ့ တာအို မတည်ရှိကတည်းက တည်ရှိခဲ့ပြီး မဟာတာအို ကျင်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဘာသာရေး မဖြစ်ခင်က ရှိနေခဲ့တယ်။ သာမန်အားဖြင့် အဲဒီနည်းမျိုးဟာ သီးခြားကျင့်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဟိုအခါ ဘုန်းကြီးကျောင်းစံနစ် မရှိလို့ တောင်ခါးပန်းနေရာမှာသာ နေရတယ်။ စားသောက်စရာ ပေးကမ်းသူ မရှိဘူး။ ကျင့်ရာမှာ ပြင်ပလောကနဲ့ အဆက်ဖြတ်ထားရတယ်။ နှစ်ဝက်၊ တနှစ်လောက် မလုပ်ဘဲ နေရတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီနည်းလမ်းမျိုးကို ကျင့်သုံးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီနေ့ ကျင့်တာဟာ ဒီလို လုပ်ဘို့ မလိုဘူး။ အကြောင်းရင်းက ဒါဟာ အထူး ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကျင့်သုံးတဲ့ နည်းလမ်း ဖြစ်ပြီး၊ ကုန်းစွမ်းရည်ရယ်လို့ မဟုတ်ဘူး။ တချို့လူက ဒါကို သင်ပေးတယ်။ ကျွန်တော်အမြင်နဲ့ ဆိုရင် တကမ္ဘာလုံးက လူတွေ အားလုံး ထမင်းမစားဘူးဆိုရင် ဒါဟာ သာမန်လူရဲ့ လူမှုအနေအထားကို ဖျက်ဆီးတာ ဖြစ်ပြီး ပြဿနာ ဖြစ်တော့မယ်။ လူတိုင်း ထမင်း မစားဘူးဆိုရင် ဒါက လူ့လောကလား။ ဒါက မဖြစ်ဘူး။ ဒီလိုဟာမျိုး မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ ဒီကုန်းနည်း ၅-တွဲနဲ့ ဘာအဆင်အတန်းအထိ ကျင့်နိုင်သလဲ။

ဖြေ၊ ဒီကုန်းနည်း ၅-တွဲနဲ့ ခင်ဗျား အထူး အထူး မြင်တဲ့ အဆင်အတန်း ကျင့်ဘို့ လောက် နေပြီ။ ခင်ဗျားက ဘာအဆင်အတန်းကို ကျင့်ချင်သလဲ။ အဲဒီအခါမှာ ခင်ဗျား ကိုယ်ဖာသာ သိမှာပေါ့။ အကြောင်းရင်းဟာ ကုန်းဟာ အဆုံးအစွန် မရှိဘူး။ ခင်ဗျား တကယ် အဲဒီအဆင် ရောင်သင်၊ အဲဒီ ရေစက်ဆုံခြင်း ရှိတော့မယ်။ ပိုမြင်တဲ့ အဆင်အတန်းမှာ မဟာတရားကို ရနိုင်သေးမယ်။

မေး၊ တရားနဲ့ လူကိုကျင့်တယ်။ ဖာလွင်း ထာဝစဉ် လည်နေတယ်ဆိုရင် ကုန်းမကျင့်လို့ ရတယ်။ ဟုတ်လား။

ဖြေ၊ ကုန်းကျင့်တာဟာ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ ကျင့်တဲ့နည်းနဲ့ မတူဘူး။ စင်စစ်တော့ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ စိတ်ထဲမှာ ကျင့်တာကို စိတ်ထဲမှာ စဉ်းစားတယ်။ စင်စစ်အားဖြင့်လဲ ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်ဘို့ လိုတယ်။ ဟိုကုန်းစွမ်းရည်ကို ကျင့်ဘို့ လိုတယ်။ ကုန်းဘဲ တက်တယ် ဘာကိုမှ မကျင့်ဘူးလို့ ဆိုလို့ မရဘူး။ ခေါင်းပေါ်မှာ ကုန်း ရှိတယ်လို့သာ ပြောတယ်။ ကျွန်တော်အမြင်နဲ့ ဒါဟာ ကုန်းကျင့်သူ မဟုတ်ဘူး နော်။ ဘာကုန်း တတွဲမဆို ဆက်ခံတဲ့ ဥစ္စာတတွဲ ရှိပါတယ်။ အဲဒီဥစ္စာ တတွဲ ထွက်အောင် ကျင့်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ တခြားကုန်းကျင့်တဲ့လူက ပြောတယ်။ အတွေးမရှိတဲ့ကုန်းဟာ ကုန်းနည်း မဟုတ်ဘူးတဲ့။ မှန်သလား။

ဖြေ၊ ဟိုအဆို ဒီအဆို များနေတာကိုး။ ဒါပေမယ် ကျွန်တော်လို မဟာတရားကို ခင်ဗျားကို ပြောပြတာ မရှိဘူး။ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ လုပ်ရာရှိ(有为)တရား သိပ်မြင်မှာ

မဟုတ်ဘူးလို့ ဆိုတယ်။ လုပ်ရာရှိတရားဟာ အပြုအမူကို ညွှန်တာ မဟုတ်ဘူး။ သူက ကမ္မဋ္ဌါန်းထိုင်တာ၊ လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီး နေတာလဲ အပြုအမူ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အပြုအမူ ကြီးတာ ငယ်တာ အကြောင်း မဟုတ်ဘူး။ လုပ်ရာရှိ (有为) လုပ်ရာမဲ့(无为)ဟာ ခင်ဗျားရဲ့ အတွေးမှာ ရှိတယ်။ လိုချင်တာ အပေါ် ရှိတယ်။ အတွေးရှိတာ၊ လိုချင်စရာ ရှိတာဟာ၊ စွဲကိုင်တာဘဲ ဖြစ်တယ်။ လုပ်ရာ ရှိတာဘဲ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီဥစ္စာကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ရှင်းရှင်း(心性)နဲ့ စာရိတ္တ(德) မညီမျှဘူး။ ခင်ဗျားက၊ စာရိတ္တ များတာ နဲ့တာဟာ အဆင်အတန်းကို အဆုံးအဖြတ်ပေးတယ်လို့ ပြောတယ်။ ပြီးမှ ရှင်းရှင်း ဘယ်လောက် မြင်သလို ကုန်း ဘယ်လောက် မြင်တယ်လို့လဲ ပြောတယ်။ ၂-ဖက်အကြား ပဋိပက္ခ ဖြစ်သလား။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားက ရှင်းလင်းစွာ မကြားဘူးလို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ရှင်းရှင်းဟာ တော်တော် ကျယ်ပြန့်တာတွေကို ပါဝင်ထားတယ်။ စာရိတ္တဟာ ဒါတွေအနက် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ‘သည်းခံမှု’၊ ဒုက္ခခံ နိုင်စွမ်း၊ ရိပ်စားနိုင်စွမ်း၊ ပဋိပက္ခကို ဘယ်လို သဘောထား စတာတွေကိုလဲ ပါဝင်ပါတယ်။ ဒါတွေ မှန်သမျှ အားလုံး ရှင်းရှင်းပြဿနာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေအနက်၊ ကုန်းရဲ့ လှည်းပြောင်းခြင်း၊ စာရိတ္တရဲ့ လှည်းပြောင်းခြင်းလဲ ပါဝင်တယ်။ အဓိပ္ပာယ် ကျယ်ပြန့်တဲ့ ဥစ္စာ တရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ စာရိတ္တ ဘယ်လောက် ရှိတာဟာ ခင်ဗျား ကုန်းဘယ်လောက် မြင်တယ်လို့ ဆိုတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ ခင်ဗျား နောင်မှာ ကုန်းဘယ်လောက် တိုးမှာကို ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ စာရိတ္တကို ရှင်းရှင်းတိုးမြှင့် သံခဲတင်ပြီးမှ ကုန်းအဖြစ် လှည်းပြောင်းနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ တမိသားစု လူ၃-၄-၅-ယောက် ကျင်တာဟာ ကုန်း တမျိုး မဟုတ်ဘူး။ အချင်းချင်း အနှောက်အယှက် ဖြစ်တတ်သလား။

ဖြေ၊ မဖြစ်တတ်ဘူး။ ဒါပေမယ့် သူတို့အကြား အပြန်အလှန် နှောက်ယှက်မလားလို့ ကျွန်တော် မသိဘူး။ ကျွန်တော်တို့ ဖွာလွင်းကုန်း အနေနဲ့ ဘယ်သူမှ နှောက်ယှက်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီပြင် ခင်ဗျားက သူတို့အပေါ် ကောင်းကျိုးလဲ ရှိမယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ တရားမှန်ကျင့်ခြင်းဖြစ်လို့ တိမ်းမှားမှု ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ အခု လောကမှာ ပြောဆိုချက် တော်တော်များများ ပြန်ပွားနေတယ်။ ဥပမာ ရွှေကွင်းဆက်ကြိုးတွေဘာတွေ၊ ဘယ်လို သဘောထားသလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့ကို ပြောပြမယ်။ ဒီဥစ္စာဟာ လူကို လိမ်ညာတာ သက်သက် ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက သူ့ကို စာပြန်မရေးနဲ့။ သေးနုပိသိမ်ဖျင်းတဲ့ လုပ်ရပ်တာကိုး။ ခင်ဗျားက ဒါကို အရေးမထားလို့ ရတယ်။ ခင်ဗျားက သူ့ရဲ့ အဲဒီဥစ္စာ

တည်.မတ် မတည်.မတ်တာကို ကြည့်.ယင်၊ တချက်ကြည့်.ယင်နဲ့ သိမြင်နိုင်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီတရားဟာ ရှင်းရှင်းကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ် တောင်းဆိုထားတာ ဖြစ်တယ်။ တချို့ ချီကုန်းဆရာကို ကျွန်တော်က သူ့ကို ချီကုန်းကုန်သည်လို့ ခေါ်တယ်။ ချီကုန်းကို ကုန်ပစ္စည်း တမျိုး အဖြစ်ထားပြီး၊ ငွေလဲဘို့ ငွေရင်းမ ဖြစ်စေတယ်။ ဒီလိုလူမျိုးဟာ ကုန်းသင်ပေး ယင်လဲ ဘာဥစ္စာတွေကို သင်ပေးနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဥစ္စာအနဲငယ် ရှိယင်လဲ မြင်.မှာ မဟုတ်ဘူး။ နောက်တချို့က မသမာဥစ္စာတွေ ဖြစ်တယ်။

မေး၊ ဖာလွင်းကုန်း သင်သူ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ ဗုဒ္ဓကို ကိုးကွယ်(皈依) နေပြီ ဆိုယင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ထွက်သင်.သလား။

ဖြေ၊ ဒါဟာ ဒို.နဲ့ ဆက်ဆံမှု မရှိဘူး။ ခင်ဗျားက ကိုးကွယ်ပြီး ဖြစ်ပေမယ်. ဒါဟာ အသွင်ဟာမျိုးဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကျွန်တော်တို့ ၃-၄-ယောက်က သင်ပြီးတဲ့နောက်ပိုင်း ခေါင်း တင်းပြည့်.တယ်၊ ခေါင်းမူးတယ်လို့ ခံစားတယ်။

ဖြေ၊ ဒါဟာ အသစ်ဝင်လာတဲ့ သင်သူ ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်အောင် ပြုတာ မပြီးသေးဘူး။ ကျွန်တော်လွှတ်တဲ့ စွမ်းအင်က တော်တော် ကြီးတယ်၊ ရောဂါချီ အပြင်ကို ထွက်တဲ့အခါ ခေါင်းတင်းပြည့်. တတ်တယ်၊ ခေါင်းတင်းပြည့်.တာဟာ ခင်ဗျားခေါင်းမှာ ရောဂါကို ဖျက်တာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ကောင်းတဲ့ အကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ်. ဖျက်တာ ပြင်းလွန်းယင် တုံ့ပြန်မှု ပြင်းတော့မယ်။ ကျွန်တော်တို့ သင်တန်း ၇-ရက်ကြာ ပြုတဲ့အခါ တချို့လူက မခံနိုင်တော့ဘူး၊ အချိန် ဒီထက်တိုယင် ပြဿနာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ လွှတ်တဲ့ စွမ်းအင် ကြီးတယ်၊ တုံ့ပြန်မှု အလွန်ပြင်းတယ်၊ ခေါင်းတင်းပြည့်.ပြီး မခံနိုင်ဘူး။ ကြည့်.ရတာ ၁၀-ရက် သင်တန်းက အသင်.အတင်. တည်ငြိမ်တယ်။ အနှောင်းပိုင်းမှာ ဝင်လာတဲ့လူ ဆိုယင် တုံ့ပြန်မှာ ပြင်းတတ်မယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်.တာ၊ ဆေးလိပ်သောက်လို့. အရက်သောက်လို့. ရလား၊ အလုပ်အကိုင် ထူးခြားမှုကြောင့်. အရက်သောက်ဘို့. လိုအပ်တယ်ဆိုယင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ ဒီပြဿနာအပေါ် ကျွန်တော်က ဒီလို အမြင်ထားတယ်၊ ကျွန်တော်တို့ ဗုဒ္ဓပိုင်းကုန်း ကျင်.တာ အရက်ကို ဖြတ်ရတယ်။ အချိန်ကြာ မသောက်ဘူးဆိုယင် ခင်ဗျားက သောက်ချင် သေးတတ်မယ်။ နဲ့နဲ့ပြီးနဲ့နဲ့ ဖြတ်ပါ။ ဒါပေမယ်. အချိန် မကြာလွန်းစေနဲ့။ အချိန် ကြာလွန်းယင်၊ ဒဏ်ခတ်မှု ခံလိမ့်.မယ်။ ဆေးလိပ် သောက်တာအပေါ်၊ ဇွဲပြဿနာ တခု ဖြစ်တယ်လို့. ကျွန်တော် ထင်ယူတယ်။ ခင်ဗျား ဖြတ်ချင်ယင်၊ ဖြတ်ပစ်နိုင်မှာဘဲ။ သာမန်လူက ခဏခဏ စိတ်ကူးတယ်၊ ကျွန်တော် ဒီနေ့.

ဆေးလိပ် ဖြတ်မယ်'တဲ့။ ၃-၄-ရက်ပြီးနောက် ပြန်မစွဲကိုင် နိုင်တော့ဘူး။ ၃-၄-  
ရက်ပြီးနောက် ပြန်သတိရတယ်၊ ပြန်ဖြတ်တယ်။ ဒီလိုနဲ့ သူက အမြဲ မဖြတ်နိုင်ဘူး။  
သာမန်လူဟာ လောကမှာ နေထိုင်တယ်။ လောကမှာ လူလူချင်း ကူးလူးဖလှယ်ရာမှာ  
အဲဒီပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုတွေ မရှောင်ဘဲနဲ့ ရှိရတယ်။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားက ခင်ဗျားဟာ  
သာမန်လူ တဦး မဟုတ်တော့ဘူး၊ စတင်ကျင့်နေပြီလို့ သတိရပါတယ်။ ဇွဲရှိယင်၊  
ရည်မှန်းချက် ထမြောက် နိုင်မှာဘဲ။ ကျွန်တော်ရဲ့ တပည့်ဟာ ဆေးလိပ်သောက်သူ  
ရှိသေးတယ်။ သူ့ကိုယ်.ဟာကိုယ်လဲ ဖြတ်နိုင်တယ်။ ဒါပေမယ့် သူများက သူ့ကို  
ပေးလိုက်ယင်၊ သူက အားနာလို့ ပြန်သောက်ချင်တယ်။ ၃-၄--ရက်ကြာ မသောက်ယင်လဲ  
အခံခက်တယ်၊ ပြန်သောက်ယင်လဲ အခံခက်တယ်။ ကိုယ်.ဟာကိုယ် ထိန်းထားရ မှာဘဲ။  
တချို့လူက ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှု အလုပ်ကို လုပ်တယ်၊ မကြာခဏ ဧည့်သည်နဲ့ လိုက်ပါ  
အရက်သောက်ရတယ်။ အဲဒီပြဿနာကို ဖြေရှင်းဘို့ ခက်တယ်။ တတ်နိုင်သမျှ  
နဲ့အောင်သောက်ပါ။ နို့.မဟုတ် ခင်ဗျား ကိုယ်.ဟာကိုယ် နည်းလမ်းရှာကြံပြီး  
ဖြေရှင်းလိုက်။

မေး၊ ဖာလွင်း လည်ခြင်းကို မမြင်နိုင်သေးတဲ့အခါ၊ နာရီလက်တံ လကျှာရစ်ဖက်  
အတွေးအဆ ပေးယင်၊ နာရီလက်တံ ပြောင်းပြန်ရစ်ဖက် လည်နေတဲ့ ဖာလွင်းအပေါ်  
ထိခိုက်စရာ ရှိတတ်သလား။

ဖြေ၊ ဖာလွင်းဟာ ကိုယ်.ဖာသာ လည်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား အတွေးနဲ့ ညွှန်တာ  
မလိုဘူး။ ထပ်တခေါက် အလေးထားပြောပြမယ်၊ အတွေးကို အသုံးမပြုနဲ့၊ အတွေးနဲ့လဲ  
ဒါကို မထိန်းကွပ်နိုင်ဘူး။ ခင်ဗျားက အတွေးနဲ့ ထိန်းကွပ်လိုက်တာနဲ့ ဒါကို  
ပြောင်းပြန်ရစ်ဖက် လည်စေမယ်လို့ မထင်မှတ်နဲ့။ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်း နေရာမှာ  
ဖာလွင်းဟာ အတွေးနဲ့ ထိန်းကွပ်မှုကို မခံဘူး။ ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်မှာ ကိုယ်ခန္ဓာ  
ပြေပြစ်အောင် ပြုပေးတဲ့ ဖာလွင်းဆိုယင် ခင်ဗျားက ဒါကို လည်ခိုင်းယင်၊ ခင်ဗျားရဲ့  
အတွေးအဆ လုပ်ရှားမှုကို ခံချင်ခံမယ်၊ အဲဒီ ခံစားချက်မျိုး ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်။  
ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို ပြောပြမယ်၊ ခင်ဗျားက မလုပ်ပါနဲ့။ လူ့ကြိုးပမ်းမှုနဲ့  
သွားလေ့ကျင့်လို့ မရဘူး။ လူ့ကြိုးပမ်းမှုနဲ့ သွားကျင့်ယင် လူက ကုန်းကျင့်တာ  
ဖြစ်သေးတာလေ၊ ဖာလွင်းက သွားကျင့် တာ ဖြစ်ပါတယ်၊ တရားနဲ့ လူ့ကိုကျင့်တာ  
ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ခင်ဗျားရဲ့ အတွေးဆိုင်ရာ ဥစ္စာ တွေကို အမြဲဘဲ လက်မလွှတ်  
နိုင်သလဲ။ ဘာကုန်းနည်းမဆို အဆင်.မြင်.ကို ရောက်တဲ့အခါ၊ တာအိုပိုင်း  
ကုန်းနည်းဖြစ်စေ၊ အတွေးနဲ့ညွှန်တာ မရှိဘူး။

မေး၊ ဖာလွင်းကုန်းကျင့်တာ ဘယ်အချိန်၊ ဘယ်နေရာ၊ ဘာဦးတည်ချက်

အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှု အကောင်းဆုံး ဖြစ်သလဲ။ ဘယ်နှစ်ကြိမ် ကျင်.ဘို့. သင်.လျော်သလဲ။  
ထမင်း မစားခင် စားပြီးနောက် ကျင်.တာ ကိစ္စ ရှိသလား။

ဖြေ၊ ဖာလွင်းဟာ စက်ဝိုင်းပုံ ဖြစ်လို့၊ ကျွန်တော်တို့ ဒီအာကာသရဲ့ ရုပ်ပုံငယ်  
ဖြစ်တယ်။ ကျင်.တာဟာ အာကာသရဲ့ သဘောတရား ဖြစ်တယ်။ ဒါ.အပြင်၊ အာကာသက  
လှုပ်ရှားနေတယ်။ ပြောင်းပြန်ပြောရင်၊ တရားနဲ့ လူကိုကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက  
ကုန်းမကျင်.တဲ့အခါ ဒါက ခင်ဗျားကို ကျင်.တယ်။ သင်ကြားပြီး ကုန်းနည်း အယူဝါဒ  
မှန်သမျှ အားလုံးနဲ့ မတူဘူး။ ကျွန်တော့မှာ တရားတည်းသော တရားနဲ့ လူကိုကျင်.တာ  
ဖြစ်ပါတယ်။ တခြားကုန်းနည်း မှန်သမျှ အားလုံးဟာ တန်း(၂၅) လမ်းဂိုဏ်းဘဲ  
ဖြစ်ပါတယ်။ လူ့ကြီးပမ်းမုနဲ့ ကုန်း ကျင်.တယ်။ တန်း သို့လျှောက်တာ ဖြစ်တယ်။  
ကျွန်တော်တို့ မလိုဘူး။ ကျွန်တော်တို့ ဒီကုန်းနည်းကို ဘယ်အချိန်မဆို ကျင်.လို့.ရတယ်။  
ခင်ဗျား ကုန်းမလေ.ကျင်.တဲ့ အခါ ကုန်းက ခင်ဗျားကို လေ.ကျင်.တယ်။ အချိန်ရွေးဘို့  
မလိုဘူး။ အချိန်များယင်၊ များများကျင်.၊ အချိန် နဲ့ယင်၊ နဲ့ကျင်.။ ကျွန်တော်တို့  
ဒီကုန်းနည်းမှာ တောင်းဆိုချက် အထူး တင်းကျပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမယ်  
ကျွန်တော်တို့ ရှင်းရှင်းအပေါ် တောင်းဆိုချက် တော်တော်ကို တင်းကျပ်တယ်။  
ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကုန်းနည်းဟာ ဦးတည်ချက်ကိုလဲ အရေးထားဘို့ မလိုဘူး။  
ဘယ်နေရာမှာမဆို ရပ်တည်ယင် အကုန်ရတယ်။ အကြောင်းရင်းက၊ အာကာသဟာ  
လည်နေတာ ဖြစ်တယ်။ ပြောင်းလဲ နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက အနောက်ပိုင်းမှာ  
ရပ်တည်ယင်လဲ အနောက်ပိုင်း ရယ်လို့ အမှန်မရှိ။ ခင်ဗျားက အရှေ့ပိုင်းမှာ  
ရပ်တည်ယင်လဲ အရှေ့ပိုင်း ရယ်လို့ အမှန်မရှိ။ ကျွန်တော်က တပည့်ကို အနောက်ဘက်  
ကို ဦးတည်ပြီး ရပ်ဘို့ တောင်းဆိုတာဟာ လေးစားတဲ့ သဘောသာ ဖြစ်ပါတယ်။  
စင်စစ်အားဖြင့် အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှု ရယ်လို့ မရှိဘူး။ ကုန်းကျင်.ရာ ဘယ်နေရာမှမဆို  
ကျင်.လို့.ရတယ်။ အိမ်မှာ အပြင်မှာ အားလုံး ရတယ်။ ဒါပေမယ် နေရာ၊ ပတ်ဝန်းကျင်၊  
လေ နဲ့နဲ့ ကောင်းတဲ့ အထူးသဖြင့် ညစ်ပတ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေ ဥပမာ၊ အမှိုက်ဗုံး၊ အိမ်သာ  
စတာတွေနဲ့ ဝေးရမယ် နေရာ တခုကို ရှာပါလို့ ကျွန်တော်ထင်တယ်။ တခြားတော့  
အားလုံး ကိစ္စ မရှိဘူး။ မဟာတရားကျင်.တာ အချိန်၊ နေရာနဲ့ ဦးတည်ချက်ကို  
အရေးထားဘို့ မလိုဘူး။ ထမင်း မစားခင်၊ စားပြီးနောက် အားလုံး ကျင်.လို့.ရတယ်။  
ဒါပေမယ် ခင်ဗျား စားတာ ဝလွန်းယင်၊ ချက်ချင်း ကျင်.ယင်လဲ မသာဘူးလေ။  
အကောင်းဆုံး ခဏလောက် အနားယူ။ ဗိုက်က တကူကူမြည်အောင် ဆာနေတဲ့အခါလဲ  
ငြိမ်သက်ဘို့ ခက်တယ်။ ခင်ဗျားတို့ ကိုယ်အခြေအနေအတိုင်း ကိုင်တွယ်ကြ။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ပြီးနောက် ဘာလိုအပ်ချက် ရှိသလဲ။ အခြောက်နည်းနဲ့



မျက်နှာသစ်ဘို့ လိုလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့ ကုန်းကျင်.ပြီးနောက် ရေအေးတွေ ဘာတွေ ထိဘို့. ကိစ္စ မရှိဘူး။ အခြောက်နည်းနဲ့ မျက်နှာသစ်ဘို့. လက်ဆေးဘို့.လဲ မလိုဘူး။ ဒါတွေ အားလုံး ပဏာမကာလမှာ လူကိုယ်ခန္ဓာ အပ်စိုက်ကွက် အကျောတွေ ပေါက်အောင် ဖောက်ဘို့. ကျင်.သုံးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့.ဟာ မဟာတရားကျင်.ခြင်း ဖြစ်တယ်။ အဲဒီဥစ္စာတွေ အားလုံး မရှိဘူး။ အခု လူကိုယ်ခန္ဓာ စတင် ပြောင်းလဲတဲ့. ဟိုအနေအထား မဟုတ်တော့.ဘူး။ သာမန်လူက ကုန်းကျင်.သူ ဖြစ်လာတာ တော်တော်.ကို ခက်သလိုလိုဘဲ။ ပြီးမှ တချို့ ကုန်းနည်းဟာလဲ လူကိုယ်ခန္ဓာကို တိုက်ရိုက် ပြုပြင်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါ.အနေနဲ့. တချို့. တောင်းဆိုချက် တော်တော်ရှုပ်ထွေးတယ်။ ကျွန်တော်တို့.မှာ အားလုံး မရှိဘူး။ အဲဒီ အဆိုတွေလဲ မရှိဘူး။ ကျွန်တော် မပြောဖူးတာကို ခင်ဗျား အားလုံး အရေးထားဘို့. မလိုဘူး။ ကျင်.သာကျင်.ပါ။ အကြောင်းရင်းတော့. ကျွန်တော်တို့.ဟာ မဟာတရား ကျင်.ခြင်း ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျာရဲ့. ကိုယ်ခန္ဓာဟာ ပဏာမအဆင်. အနေအထားမှာ ရှိတဲ့.အခါ ဟိုရှောင်ရ ဒါရှောင်ရ နို့.မဟုတ် ဟိုတောင်းဆိုချက် ဒီတောင်းဆိုချက်နဲ့. ဖြစ်တဲ့. ဖြစ်စဉ်ဟာ ၃-၄-ရက်အတွင်း အကုန်ပြီးသွားပြီ။ တခြားကုန်းနည်း ၃-၄-နှစ်ကြာ ကုန်းလောက် ရှိတယ်လို့. ကျွန်တော် မပြောပေမယ်. သိပ်တော့. မကွာဘူး။ အဆင်.နိမ်.မှာ ဥစ္စာတွေ၊ ဒီဦးတည်ချက်ရယ်၊ ဟိုအကျောရယ် စတာတွေ ကျွန်တော် အားလုံး အရေး မထားဘူး။ ကျွန်တော်တို့. အဆင်.မြင်.ပေါ်က ဥစ္စာတွေကို အရေးထားတယ်။ မဟာတရားကျင်.တာ(大法修炼) တကယ် ကုန်းကျင်.တာ(炼功) ဟာ လျှန်.(练)ဖြစ်တဲ့. စာလုံး မဟုတ်ဘဲ၊ လျှန်.(炼) ဖြစ်တဲ့. စာလုံး ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ပြီးနောက် ချက်ချင်း အလေးသွား အပေါ့.သွားလို့. ရလား။  
ဆီးထဲမှာ အမြဲပဲ များစွာ ရှိတယ်။ ချို ယိုထွက်တတ်လား။

ဖြေ၊ ကိစ္စမရှိဘူး။ ကျွန်တော်တို့. ကုန်းကျင်.သူ အဆင်.မြင်.ပေါ်မှာ ရှိတယ်။ အလေးသွား အပေါ့.သွားရာမှာ စွမ်းအင် ပါထွက်လာတာ ရှိမှာဘဲ။ ဒါပေမယ်. အဲဒီ စွမ်းအင် အနဲငယ် ဘာမှ မဟုတ်ဘူး။ ဘာကိုမှ မထိခိုက်ဘူး။ မဟာတရားကျင်.တာ သက်ရှိ အများအပြားကိုလဲ ကယ်ရသေးတယ်။ ဒီလို အနဲငယ်ကို အရေး မထားနဲ့။ ကျွန်တော်တို့. ရတာဟာ ဒီထက် များစွာ ပိုများတယ်။ ဒီသင်တန်းကိုဖွင့်.တာ၊ ကျွန်တော်က လွှတ်တဲ့. စွမ်းအင်ဟာ တော်တော်.ကို အားပြင်းလှတယ်။ နံရံပေါ်မှာ တောင် ပစ္စည်း တော်တော်များများ ချန်ထားတယ်။

မေး၊ ဖွာလွင်းကုန်း ဝါဒဖြန့်.လို့. ရလား၊ သင်တန်း နားမထောင်ဖူးသူကို

ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.ဘို့. သင်ပေးလို့. ရလား။ သင်တန်း နားမထောင်ဖူးသူ နည်းပြစခန်းမှာ ကုန်းကျင်.လို့. ရလား။ တိတ်ခွေနဲ့. စာအုပ်ကို တခြားနယ်ရှိ ဆွေမျိုး မိတ်ဆွေတွေကို ပို့.လို့.ရလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့.ရဲ့. ကုန်းနည်းကို ပြန်.ပွားစေ၊ ပိုမို များပြားတဲ့.လူ အကျိုးခံစေတယ် ဆို.ယင်၊ တိမ်းမှားမှု ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို တရား တော်တော်များများ ပြောပြတာဟာ၊ ခင်ဗျားကို တရား သိစေဘို့. အဆင်.မြင်.ပေါ်က ဥစ္စာတွေကို နားလည်သိရှိစေဘို့.၊ အဆင်.မြင်. ပေါ်က ဥစ္စာတွေကို မြင်တွေ့စေဘို့.ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အရင် ပြောပြတာဟာ ခင်ဗျား တွေ့.မြင် နို့.မဟုတ် ကြုံ.တဲ့.အခါမှာ နားမလည်ဘူးလို့. စိုးရိမ်လို့. ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားက သူများကို ကုန်းကျင်.ဘို့. သင်ပေးလို့. ရတယ်။ ဒါပေမယ့်. ခင်ဗျားက ဒီဖာလွင်းကို မထည့်.နိုင်ဘူး။ ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ကျွန်တော်က ပြောခဲ့.တယ်၊ ခင်ဗျားက စိတ်၂-ခွနဲ့. ကုန်းကို သိပ်မကျင်.ဘူးဆို.ယင်၊ ကျွန်တော်ရဲ့. တရားကိုယ်ခန္ဓာ (法身)က ခင်ဗျားနဲ့. ခွါမယ်။ ခင်ဗျား တကယ် ကုန်းကျင်.ယင်၊ တရားကိုယ်ခန္ဓာက ခင်ဗျားကို စောင်.ရှောက်မယ်။ ဒါကြောင့်. ခင်ဗျားက သူ့.ကို ကုန်းသင်ပေးတဲ့.အခါ၊ ကျွန်တော် သင်ပေးတဲ့. လက္ခဏာကို ပါဆောင်ထားတော့.မယ်၊ ဖာလွင်းကို ဖြစ်စေတဲ့. ချစ်စက် ပါဆောင် ထားတော့.မယ်။ ခင်ဗျား သင်ပေးတဲ့.လူက စိတ်ဆန္ဒရှိရှိနဲ့. သွားကျင်.ယင်၊ ဖာလွင်းကို ဖြစ်မြောက် နိုင်မှာဘဲ။ ရေစက်ပါပြီး ဇာစ်မြစ်ကောင်းတာဟာ ချက်ချင်းနဲ့. ဖာလွင်းကို ရရှိရမယ်။ ကျွန်တော်တို့. ရဲ့. စာအုပ်ထဲမှာ သေသေချာချာ ရေးသားထားတယ်၊ သင်ပေးတဲ့.လူ မရှိ.ယင်လဲ ကောင်းကောင်း ကျင်. နိုင်တယ်။

မေး၊ ဖာလွင်း ကုန်းကျင်.တာ ရှူသက် ဝင်သက်ကို အရေးထားဘို့. လိုသလား၊ ရှူသက် ဝင်သက် ပြေပြစ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်သလဲ။

ဖြေ၊ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.တာ၊ ရှူသက် ဝင်သက် ပြေပြစ်အောင် ပြုဘို့. မလိုဘူး။ ရှူသက် ဝင်သက်ကိုလဲ အရေးထားဘို့. မလိုဘူး။ ဒါဟာ ပဏာမ ကုန်းနည်းမှာ သင်တဲ့. ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့.မှာ မလိုဘူး။ ရှူသက်ဝင်သက် ပြေပြစ်အောင် ပြုတာဟာ တန်း(丹)ကျင်.ဘို့.၊ လေထည့်.ဘို့.၊ မီးထည့်.ဘို့.အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ အဆန် ဝင်သက်ရှူသက်၊ အစုန်ဝင်သက်ရှူသက်၊ တံထွေးမျိုချတာဟာ အားလုံး တန်းကျင်.ဘို့.အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဒါကို မကျင်.ဘူး။ ခင်ဗျား လိုအပ်မှန်သမျှကို အားလုံး ဖာလွင်းနဲ့. ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးမယ်။ တချို့. ပိုမြင်. ပိုခက်တဲ့. ဥစ္စာကို ဆရာရဲ့. တရားကိုယ်ခန္ဓာနဲ့. ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးမယ်။ ဘယ်ဂိုဏ်းကမဆို၊ အထူးသဖြင့်. တာအိုပိုင်းမှာ ပြောတာ ပိုမို

သေချာတယ်။ ဒါပေမယ့် လူ့ကြိုးပမ်းမှုနဲ့ ထွက်အောင် ကျင်လာတာ မဟုတ်ဘူး။ စင်စစ်အားဖြင့် သူ့ရဲ့ အဲဒီဂိုဏ်းရဲ့ အထက်ဆရာတော်က သူ့အတွက် လှည့်ပြောင်း ကျင်ပေးတာ သူ့အတွက် ပြောင်းလဲပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူက သဘောတရားကို မသိဘူးသာ ဖြစ်တယ်။ ကိုယ်ဟာကိုယ် လူ့ကြိုးပမ်းမှုနဲ့ မပြုနိုင်ဘူး။ အသိဉာဏ် ပွင့်ပြီးသူ၊ ကုန်းပွင့်ပြီးသူမှ လုပ်နိုင်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်တာ အတွေးနဲ့စောင်တာ (意守) ရှိသလား။ ကုန်းနည်းရဲ့ အတွေးက ဘယ်မှာလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့မှာ အတွေးနဲ့ စောင်တာ မရှိဘူး။ ခင်ဗျားတို့ကို တလျှောက်လုံး အတွေးနဲ့ မစောင်းခိုင်းဖူးဘူး။ ခင်ဗျားကို စွဲကိုင်ခြင်းကို စွန့်ပစ်ခိုင်းတယ်။ အတွေးရယ်လို့ မတောင်းဆိုဘူး။ တတိယတွဲ ကုန်းနည်းမှာ လက်ဖဝါး ၂-ဖက် ချိပါယင်းနဲ့ အစွန်း ၂-ဖက် ပေါက်အောင် ဖောက်တာ၊ တချက် တွေးလိုက်တာနဲ့ ပြီးရော၊ တခြားတွေ မတွေးနဲ့။

မေး၊ စွမ်းအင် စုဆောင်းသိမ်းဆည်းတာဟာ ချိသိမ်းဆည်းတာနဲ့ တူသလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့ ချိကို သိမ်းဆည်းတာ ဘာလုပ်ဘို့လဲ။ ကျွန်တော်တို့ ကျင်တာဟာ မဟာတရား ဖြစ်ပါတယ်။ နောင်မှာ အားလုံး ချိ လွှတ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ ကျင်တာ အဆင်နိမ်မှာ ချိ မဟုတ်ဘဲ၊ လွှတ်တာက အလင်းရောင် ဖြစ်ပါတယ်။ စွမ်းအင် စုဆောင်း သိမ်းဆည်း တာကို ဖွာလွင်းနဲ့ ပြုတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ်ဟာကိုယ် ပြုဘို့ မလိုဘူး။ ဒါပေမယ့် ဥပမာ ကွမ်ထွန်းလျှန်ကျီးဖွာ (灌通 两极法)မှာ ဒါဟာ ချိ စုဆောင်းသိမ်းဆည်းတာ မဟုတ်ဘူး။ စင်စစ်အားဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာကို ပေါက်အောင် ဖောက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ စွမ်းအင် စုဆောင်း သိမ်းဆည်း တဲ့ အကြိုးလဲ ဖြစ်ထွန်းစေတယ်။ ဒါပေမယ့် အဓိက ရည်ရွယ်ချက်က အဲဒါ မဟုတ်ဘူး။ ချိ သိမ်းဆည်းတာ ဘယ်လို သိမ်းဆည်းသလဲလို့ ပြောရင် မဟာတရား ကျင်တာ၊ လက်ကို တချက် ဝှေ့ရမ်းလိုက်တာနဲ့ ဦးထိပ်မှာ ဖိအား တော်တော်ကြီးတယ်လို့ ခံစားတတ်မယ်။ ခဏတဖြုတ်နဲ့ တော်တော်များများ လာမယ်။ ဒါပေမယ့် ချိလိုတာ ဘာသုံးဘို့ အတွက်လဲ။ စွမ်းအင်ကိုလဲ အထူးတလည် သွား သိမ်းဆည်းဘို့ မလိုဘူး။

မေး၊ ဖွာလွင်းကုန်းဟာ ရက်တရာ အခြေခံထူထောင် (百日筑基)နဲ့ ပဋိသန္ဓေ လက္ခဏာ (胎息) ပါဆောင်သလား။

ဖြေ၊ ဒါတွေအားလုံး တော်တော်နိမ်တာ ဖြစ်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ မကျင်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ စောစောကတည်းက ပဏာမအဆင်မှာ အဲဒီ မတည်ငြိမ်တဲ့ ကာလကို ဖြတ်ကျော်ပြီးပြီ။

မေး၊ ဖှာလွင်းကုန်းမှာ ဣတ္ထိလိင်နဲ. ပုလ္လင် ညီမျှမှု ရှိသလား။

ဖြေ၊ ဒါတွေ အားလုံး ချိကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်.နိမ်.မှာ ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား ချိ အဆင်.အတန်းမှ ခုန်ထွက်ပြီးနောက်၊ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ဣတ္ထိလိင်နဲ. ပုလ္လင် ညီမျှမှု ပြဿနာ မရှိဘူး။ ခင်ဗျားက ဘယ်ဂိုဏ်းမှ ကုန်းနည်းမဆို ကျင်.ကျင်. ဆရာရဲ့ သင်ကြားချက်အစစ် ခံယူယင်၊ ခင်ဗျား နိမ်.တဲ. အဆင်.အတန်းမှ ထွက်ယင်၊ ခင်ဗျား ယခင်က ကျင်.တာမှန်သမျှကို အားလုံး စွန့်.ပစ် ရမယ်၊ တခုမှ မလိုဘူးလို. မုချဖြစ်တယ်။ အဆင်.အတန်းသစ်မှာ ဥစ္စာသစ် တတွဲ ထပ်ကျင်.မယ်၊ အဆင်. ၁-ဆင်. နောက်ထပ် ဖြတ်ကျော်ယင်၊ ဥစ္စာသစ် တတွဲ ထပ်ကျင်.။ ဒီလိုပါဘဲ။

မေး၊ မိုးကြိုးပစ်တဲ.အခါ၊ ကုန်းကျင်.လို. ရလား။ ဖှာလွင်းကုန်းကျင်.တာ အသံ ရှောင်ဘို့. လိုသလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့.ကို ဥပမာ တခုနဲ. ပြောပြမယ်။ ဟိုတုန်းကမှာ၊ ကျွန်တော်က ပီကင်း အဆောင်ဝင်းကြီး တခုမှာ တပည့်.ကို သင်ပေးနေခဲ့.တယ်။ ဟိုအခါ မိုးရွာတော့.မယ်၊ မိုးကြိုး တော်တော် ပစ်နေတယ်။ ဟိုအခါ သူတို့. ကျင်.တဲ.ကုန်းဟာ ကျွန်တော်က တပည့်.ကို သင်းပေးတဲ. ကုန်း ဖြစ်တယ်၊ ကျင်.ရာမှာ ဖှာလွင်းအပေါ် ယိုးကျမ်း(游桩) ပြုရတယ်။ ကျွန်တော်က မိုးလာပြီ၊ သူတို့.ရဲ့ကုန်း ပြီးအောင် မကျင်.ရသေးဘူးလို. မြင်တယ်။ ဒါပေမယ်. အဲဒီအခါ၊ မိုးကြိုး လုံးဝ မရွာဖြစ်ဘူး။ တိမ် တော်တော်နိမ်.တယ်၊ တိမ်တွေ အဆောင်ပေါ်မှာ လူးလိမ်.နေတယ်၊ မိုးကြိုး တော်တော် ပစ်နေတယ်၊ ကောင်းကင်ယံ တော်တော်မှောင်မဲ.တယ်၊ ဒီအခါ၊ မိုးကြိုးက ဖှာလွင်းကွင်း မှာ ပစ်လိုက်တယ်၊ ဒါပေမယ်. ကျွန်တော်တို့.ကို နဲနဲမှ ထိခိုက်မှု မရှိဘူး။ မိုးကြိုးက မြေအထိ ပစ် တဲ.အခြေအနေ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မြင်ခဲ့.တယ်၊ ကျွန်တော်တို့.ကိုလဲ မထိခိုက်နိုင်ဘူး။ ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့.ရဲ့ ဒီကုန်းဟာ ကာကွယ်ခြင်း ရှိတယ်လို. ပြဆိုပါတယ်။ သာမန်အားဖြင့်. ကျွန်တော် ကုန်းကျင်.တာ ရာသီဥတုကို မရွေးဘူး၊ သတိရလိုက်ယင် ကျင်.၊ အချိန်ရှိယင် ကျင်.။ အသံကို ရှောင်ဘို့.လဲ မလိုဘူး။ တခြားကုန်းဟာ အားလုံး အသံရှောင်ထားရတယ်။ အကြောင်းရင်းက၊ ခင်ဗျား တော်တော်.ကို ငြိမ်တဲ. အခါ၊ ရုတ်တရက် ကျယ်လောင်တဲ. အသံတခုကို ကြားမိယင်၊ ခင်ဗျားက ခံစားချက် တမျိုး ရှိမယ်၊ တကိုယ်လုံး အထက်ကနေ အောက်အထိ ချိ အားလုံး ပေါက်ကွဲသလိုလိုဘဲ။ အရောင်လက်ပြီး ကိုယ်ခန္ဓာ အပြင်ကို ထွက်လိုက်တယ်။ ဒါပေမယ်. ကိစ္စမရှိဘူး။ ကျွန်တော်တို့.ရဲ့ ကုန်း တိမ်းမှားမှု ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ တတ်နိုင်သလောက် ငြိမ်သက်တဲ. နေရာကို ရှာပြီး ကုန်းကျင်.ယင် အကောင်းဆုံးပေါ့.။

မေး၊ ဆရာတော်ရဲ့ ရုပ်ပုံကို စိတ်ကူး(观想 )ဘို့. လို.သလား။

ဖြေ၊ စိတ်ကူးဘို့၊ မလိုဘူး။ ခင်ဗျား ထျန်းမု ပွင်ယင်၊ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာ ဘေးမှာဘဲ ရှိတယ်လို့၊ မြင်နိုင်တော့မယ်။

မေး၊ ဒီကုန်းနည်း ၅-တွဲ ကျင်.တဲ.အခါ၊ ဘာတောင်းဆိုချက်တွေ ရှိပါသလဲ။ အတူတကွ ကျင်.ရသလား၊ ၉-ကြိမ် ကျင်.ဘို့.လို.တဲ.ဟာဆိုယင်၊ စိတ်ထဲမှာ ရေတွက်လို့ ရလား။ ၉-ကြိမ် ကျော်ယင်၊ နို့.မဟုတ် အပြုအမူ မှတ်ထားတာ မှားယင်၊ ပြောင်းပြန် ဆိုးကျိုး ဖြစ်တတ်သလား။

ဖြေ၊ ကုန်းနည်း ၅-တွဲ ဘယ်အတွဲမဆို ကျင်.လို.ရတယ်။ ကျွန်တော် အမြင်နဲ့ဆိုယင်၊ ခင်ဗျား ကုန်းမကျင်.ခင်မှာ အကောင်းဆုံး ပထမအတွဲကို အရင် ကျင်။ အကြောင်းရင်းဟာ၊ ဒါက ကိုယ်ခန္ဓာ တခုလုံး အားလုံး လှုပ်ရှား လာစေနိုင်တယ်။ ခင်ဗျားက အရင် တခေါက် ကျင်.ပြီး၊ ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှား လာစေပြီးနောက်၊ တခြား ကုန်းနည်းကို ဆက်ကျင်.ယင် အစွမ်းအကျိုး ကောင်းမယ်။ အချိန်များယင်၊ များများကျင်.၊ အချိန်နဲ့ယင်၊ နဲ့နဲ့ကျင်.၊ နို့.မဟုတ် ဒါတွေအနက် ကုန်းနည်း တတွဲကို ရွေးပြီးကျင်.။ တတိယ၊ စတုတ္ထ ကုန်းနည်းကို ၉-ကြိမ်စီ ကျင်.တယ်။ စာအုပ်ထဲမှာ၊ စိတ်ထဲမှာ ရေတွက်တယ်လို့၊ ရေးသားတယ်။ ခင်ဗျား ပြန်ပြီးနောက် စမ်းလို့၊ ရတယ်၊ ခင်ဗျားရဲ့ ကလေးကို ဘေးမှာ ရေတွက်ခိုင်းယင်းနဲ့ ခင်ဗျားက ပြု။ ၉-ကြိမ် ပြုပြီးနောက် ချိစက်ကို ပြန်ရှာယင် ရှာလို့၊ မရတော့ဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ကျွန်တော်ရဲ့ ဒီဥစ္စာက အဲဒီလိုဘဲ။ အစမှာ အတွေးနဲ့ စဉ်းစားရတယ်၊ အကျင်. ရပြီးနောက် သဘာဝကျစွာ ရပ်စဲမယ်။ အပြုအမူကို မှတ်ထားတာ မှားယင်၊ နို့.မဟုတ် ပြုတာ သတ်မှတ်တာထက် များတယ်၊ နဲ့တယ်ဆိုယင်၊ ပြုပြင်လာနဲ့ ပြီးမယ်။

မေး၊ ဘာဖြစ်လို့ ကုန်းမသိမ်းဘဲ ဟန်အမူအရာကိုသိမ်းသလဲ။

ဖြေ၊ ဖာလွင်းဟာ ကိုယ်.ဖာသာ လည်တယ်။ ဒါဟာ ခဏတဖြုတ်နဲ့ ခင်ဗျား ကုန်းမကျင်.ဘူး လို့.သိတယ်။ ဒါရဲ့ စွမ်းအင် တော်တော်ကြီးတယ်။ ခဏတဖြုတ်နဲ့ လွှတ်ထားတဲ. ဥစ္စာတွေကို ပြန်သိမ်း နိုင်တယ်။ ခင်ဗျား လူ့.ကြီးပမ်းမုနဲ့ ဘယ်လိုသိမ်းတာမဆိုထက် ကောင်းတယ်။ ဒါဟာ ကုန်းသိမ်းတာလဲ မဟုတ်ဘူး။ စွမ်းအင်ကို ပြန်သိမ်းလာတာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ တခြားကုန်းနည်းမှာ ရပ်စဲတယ် ဆိုယင် ရပ်စဲတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီကုန်းဟာ တလျှောက်လုံး ကျင်.နေတယ်၊ ရပ်စဲယင်လဲ ကျင်.နေတယ်။ ဒါကြောင့် သိမ်းပြီး ရပ်စဲစေလို့ မရဘူး။ ဖာလွင်းကို ရပ်စဲစေချင်ယင်လဲ ခင်ဗျား မရပ်စဲစေနိုင်ဘူး။ နက်နဲအောင် ပြောယင်၊ ခင်ဗျား နားမလည်ပါဘူး။ ခင်ဗျားက ဒါကို ရပ်စဲစေနိုင်ယင်၊ ကျွန်တော်.မှာလဲ ရပ်စဲရပါတယ်။ ခင်ဗျားက ကျွန်တော်.မှာလဲ ရပ်စဲစေနိုင်သလား။

မေး၊ လက်၂-ဖက် ယှက်ပြီးနေ၊ လက်အုပ်ချီတာကို ကျမ်.ကျွမ်း(站桩) အနေနဲ့ ကျင်.လို့. ရလား၊

ဖြေ၊ ပထမတွဲ ကုန်းနည်း-- ဖွိုးကျမ်ချွန်းရှိုဖှာကို ကျမ်.ကျွမ်း အနေနဲ့. ကျင်.လို့. မရဘူး။ ဆန်.တာ အားပြင်းလွန်းယင်၊ ပြဿနာ ဖြစ်အောင် ဆန်.တတ်တယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ရာမှာ ချိုင်းတွင်းမှာ ဟောင်းလောင်းဖြစ်စေဘို့. လိုသလား၊ ပထမ တွဲကို ကျင်.တဲ.အခါ၊ ချိုင်းတွင်းမှာ ကျဉ်းတယ်လို့. ခံစားတာ ဘာဖြစ်လို့.လဲ။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားက ရောဂါရှိလို့.လား၊ ပဏာမကာလ အနေအထားမှာ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာကို ပြုပြင်တဲ.အခါ၊ ဟိုဖြစ်ရပ် ဒီဖြစ်ရပ် တွေ.မြင်တယ်၊ လက္ခဏာတွေ ရှိတတ်တယ်။ ဒါပေမယ်. ကုန်းမှ ပါလာတာ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ ဆရာတော်(လီ)ရဲ့. သင်တန်းကို နားမထောင်ဖူးသူဆိုယင်၊ ဥယျာဉ်မှာ သင်သူနင်.အတူ ကုန်းလေ.ကျင်.လို့. ရလား။

ဖြေ၊ ရပါတယ်။ သင်သူအားလုံး သူများကို ကုန်းကျင်.တာကို သင်ပေးလို့.ရတယ်။ သင်သူက သူများကို ကုန်းကျင်.တာကို သင်ပေးတာဟာ ကျွန်တော်လို ဒီလို သင်ပေးတာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့.ကို ကိုယ်ခန္ဓာကို တိုက်ရိုက် ပြုပြင်ပေးရပါတယ်။ ဒါပေမယ်. တချို့လူလဲ ကျင်.လိုက် တာနဲ့. ဖှာလွင်း ထွက်တယ်။ အကြောင်းရင်းကတော့. သင်သူနောက်ပိုင်းမှာ အားလုံး ကျွန်တော်ရဲ့. တရားကိုယ်ခန္ဓာ ရှိပါတယ်။ သူက တိုက်ရိုက် သွား ကိုင်တွယ် နိုင်မယ်။ ဒါဟာ

ရေစက်ပါခြင်းကို ဂြာည်.ရမယ်၊ ရေစက်ပါတာ ဂြီးယင်၊ ချင်ချက်နဲ့. ဖှာလွင်းကို ရနိုင်မယ်။ ရေစက်ပါတာ မဂြီးဘူး ဆိုယင်၊ ဂြာရှည်ကုန်းကျင်.တာနဲ့. ကိုယ်.ဟာကိုယ် အဲဒီ ရွမ်ကျီး (玄机)ကို တဖြည်းဖြည်း ဖြစ်မြောက်စေရတယ်။ ပြီးမှ ကုန်းကျင်.တာနဲ့. ရွမ်ကျီးကို ဖှာလွင်းကို ဖြစ်စေမယ်။

မေး၊ ငြိမ်သက်ကုန်း ‘ရှင်ထွန်းကျားချီဖှာ’ (နတ်တန်ခိုး အားဖြည့်.နည်း) လက်ဟန်(手印) အပြုအမူရဲ့. အနက် အဓိပ္ပာယ်က ဘာလဲ။

ဖြေ၊ ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့.ရဲ့. စကားနဲ့. ရှင်းပြလို့. မရဘူး။ အပြုအမူတိုင်းမှာ ပါဝင်ထားတဲ. အဓိပ္ပာယ် တော်တော်များတယ်။ ခြုံပြီးပြောယင်၊ ကျွန်တော်က ကုန်း ကျင်.တော့.မယ်၊ ဗုဒ္ဓတရားကို ကျင်.တော့.မယ်၊ ကိုယ်ခန္ဓာကို ပြေပြစ်အောင်ပြုထား၊ ကုန်းကျင်.တဲ. အနေအထားမှာ ဝင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ နို့.နှစ်ရောင်ကိုယ်ခန္ဓာ ဖြစ်အောင် ကျင်.တဲ.အခါ၊ ဈေးပေါက် အားလုံး ပွင်.နေပြီး ကိုယ်ခန္ဓာ အသက်ရှူခြင်း ဖြစ်နေတယ်၊ ဟုတ်လား။

ဖြေ၊ ခင်ဗျားတို့. ခံစားဂြာည်.ဂြာ၊ ခင်ဗျားတို့. အဲဒီအဆင်.အတန်းကို

ဖြတ်ကျော်နေပြီ။ အကြောင်းရင်းတော့ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာကို နို့နှစ်ရောင်ကိုယ်ခန္ဓာ အနေအထား ဖြစ်အောင် ပြုရပါတယ်။ တရားကို နာရီ (၁၀)ကျော်ကြာ ပြောရတယ်။ ဒီထက် အချိန် ပိုတိုလို့ မရဘူး။ ခင်ဗျားက တခြားကုန်းနည်းမှာ နှစ်ပေါင်း ၁၀-ကျော်၊ ၃-၄ဆယ် နို့မဟုတ် ပိုကြာ အောင် ကျင်ရတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီမှာ တခဏနဲ့ဘဲ ခင်ဗျားကို အဲဒီအဆင် ဖြစ်စေလိုက်တယ်။ အကြောင်းရင်းတော့ ဒီအဆင်မှာ ရှင်းရှင်း တောင်းဆိုချက် မရှိဘူး၊ ဆရာရဲ့ အစွမ်းအရ ပြုလုပ်တယ်။ ခင်ဗျား မခံစားရသေးတဲ့အခါ၊ အဲဒီ အဆင်အတန်းဟာ ပြီးနေပြီ။ ၃-၄-နာရီသာ ရှိတယ်လို့ ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်။ တနေ့နေ့မှာ ခင်ဗျားက အာရုံ ထက်မြက်တယ်လို့ ခံစားတယ်၊ ခဏ ပြီးနောက် ပြန်မ ထက်မြက်တော့ဘူး။ စင်စစ်အားဖြင့် အဆင်အတန်းကြီး တခု ပြီးသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တခြား ကုန်းနည်းမှာ တော့ ခင်ဗျားက ဒီလို အနေအထားမျိုး ၁-နှစ် နို့မဟုတ် ၃-၄-နှစ်လောက် ဆက်တိုက် ဖြစ်ရတယ်။ အဲဒါတွေ အားလုံးဟာ စင်စစ်အားဖြင့် အဆင်နိမ့်မှာ ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ဘတ်စကား ပေါ်မှာ နို့မဟုတ် တန်းစီ စောင်ရာမှာ ဖွာလွင်းကုန်းရဲ့ အပြုအမူ အသီးသီးကို စိတ်ကူးယင် ရလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကုန်းဟာ အတွေး လှုပ်ရှားတာ မဟုတ်ဘူး။ နေ့တိုင်း အချိန် ဘယ်လောက် ဘယ်လောက်ကြာ ကျင်ရတယ်လို့လဲ မတောင်းဆိုဘူး။ ကျင်တဲ့အချိန်တော့ ကြာလေလေ ကောင်းလေလေ ဖြစ်တာပေါ့။ ခင်ဗျား မကျင်တဲ့အခါ ပြောင်းပြန်ပြီး ဒါက ခင်ဗျားကို ကျင်တယ်။ ဒါပေမယ့် ကုန်းကျင်စဉ် ပဏာမကာလမှာ များများကျင်ဘို့ ဒါကို အားဖြည့်ဘို့ လိုသေးတယ်။ တချို့ သင်သူက အဲဒီအခြေအနေ ဖြစ်ပေါ်ဖူးတယ်၊ ၁-လ ၂-လလောက် ခရီးထွက်ပြီး တာဝန် ထမ်းဆောင်တယ်၊ အဲဒီ ၁-လ ၂-လအတွင်း အလုပ်ကိစ္စတွေနဲ့ အလုပ် များနေခဲ့တယ်၊ ကုန်း မကျင်ဘူး။ ပြန်လာပြီးနောက် လုံးဝ ထိခိုက်မှု မရှိဘူး။ ဖွာလွင်းက လည်နေသေးတယ်။ ဒါဟာ မရပ်စဲလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ဦးနှောက်ထဲမှာ ခင်ဗျားက ကုန်းကျင်သူ တဦး ဖြစ်တယ်လို့ စဉ်းစားပြီး၊ ရှင်းရှင်းကို စောင်စည်းထားနိုင်ယင်၊ ဒါက အစွမ်း ရှိတော့မယ်။ တချက်တော့ ရှိတယ်၊ ခင်ဗျားက ကုန်းလဲ မကျင်ဘူး၊ ကိုယ်ကိုယ်ကို သာမန်လူနဲ့လဲ ရောစပ်ထားယင်၊ ဒါက ပျောက်ဆုံးတော့မယ်။

မေး၊ ဖွာလွင်းကုန်းကို မိကျုံး(密宗 လျှို့ဝှက်ဂိုဏ်း)နဲ့အတူ ကျင်လို့ ရလား။

ဖြေ၊ မိကျုံးမှာလဲ ဖွာလွင်း ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကုန်းနဲ့ အတူ ကျင်လို့ မရဘူး။ ခင်ဗျား မိကျုံး ကျင်တာ ဖွာလွင်း ဖြစ်မြောက်ပြီးဆိုယင်၊ ခင်ဗျားက မိကျုံးကို ကျင်လို့ ရတယ်။ မိကျုံးလဲ တရားမှန် ဖြစ်လို့ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်

အတူ ကျင်.လို့. မရဘူး။ မိကျုံးရဲ့. ဖာလွင်းဟာ အလယ်အကျော(中脉)ကို ကျင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အနံ့လိုက် လည်တယ်။ ဒါ.ရဲ့. ဖာလွင်းဟာ ကျွန်တော်တို့.နဲ့. မတူဘူး။ ဒါရဲ့. ဘီးပေါ်မှာ ဂါထာမန္တန် ရှိတယ်။ ကျွန်တော်တို့.ရဲ့. ဖာလွင်းဟာ ဝမ်းပိုက်အောက်ပိုင်းနေရာမှာ ထောင်ပြီး ထည်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြင်ညီက အပြင်ကို ဦးတည်တယ်။ ဝမ်းပိုက် အောက်ပိုင်းက သလောက်ဘဲသာ ကြီးတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့. ဖာလွင်းတခုနဲ့.ဘဲ ပြည်.နေပြီ။ နောက်တခု ထည်.ယင်တော့. ရောနှောမယ်။

မေး။ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်.ရာမှာ တခြား ဗုဒ္ဓပိုင်း ကုန်းနည်းကို ကျင်.လို့.ရလား။ ကွမ်းယင်း မယ်တော်ရဲ့. တိတ်ခွေကို နားထောင်လို့. ရလား။ အိမ်မှာရှိ ဥပါသကာ ကုန်းသင်ပြီးနောက် ကြမ်းစာ ရွတ်ဖတ်လို့. ရလား။ တချိန်တည်းမှာ တခြားကုန်းနည်းကို ကျင်.လို့.ရလား။

ဖြေ။ ဒီပြဿနာ ဆိုယင်။ မရဘူးလို့. ကျွန်တော်ထင်တယ်။ တရားဂိတ်တိုင်းဟာ ကျင်.နည်း တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါ ကင်းဝေးစေတာ မဟုတ်ဘဲ တကယ် ကျင်.လို့.ယင်။ တခုတည်းကိုသာ ဖြစ်ရတယ်။ ဒါဟာ တည်ကြည် လေးနက်တဲ့. ပြဿနာ တခု ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ကျင်.ယင်။ ဂိတ် ၁-ဂိတ်ကို စွဲကိုင်ပြီးတော့. အပေါ်ကို ကျင်.ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ကြွင်းချက်မဲ့. တရားမှန် ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ တရားဂိတ် ၃-၄-၅-ခုတွေလဲ အကုန် ရောလို့. မရဘူး။ ကျွန်တော်တို့. ပြောတဲ့. ဒီကုန်းနည်းဟာ အဆင်.မြင်.ပေါ်မှာ ဖြစ်တယ်။ ကြာရှည်တဲ့. ခေတ်မှ ဆက်ခံလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့. ခံစားချက်ကို အားကိုးယင် မရဘူး။ တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ။ ဒါရဲ့. လှည့်.ပြောင်းစဉ်ကို ကြည့်.ယင်။ အားလုံး အထူး နက်နဲ သိမ်မွေ့.တယ်။ အထူး ရှုပ်ပွေတယ်။ သိမ်မွေ့.တိကျတဲ့. ကိရိယာ တန်းဆာပလာ တခုလို့. ဒါရဲ့. အစိတ်အပိုင်း ပစ္စည်းကို ယူသွားယင်။ တခြား ပစ္စည်းကို လဲပြီး ထည်.ယင်။ ချက်ချင်း ပျက်သွားမယ်။ ကုန်းနည်းလဲ အတူတူဘဲ။ ဘာဥစ္စာ မဆို အထဲမှာ ရောလို့. မရဘူး။ ရောယင်။ တိမ်းမှားမှု ဖြစ်မှာ သေချာတယ်။ ဂိတ် အသီးသီးက ကုန်းနည်း အားလုံး အတူတူဘဲ။ ခင်ဗျားက ကျင်.ချင်ယင် တခုတည်းသာ ကျင်.ရပါဘဲ။ ခင်ဗျား တခုတည်းသာနဲ့. မဟုတ်ဘူး ဆိုယင်။ ကျင်.လို့. လုံးဝ မရဘူး။ ဂိုဏ်းအသီးသီးက သာချက်ကို ယူတဲ့. ဆိုခြင်းဟာ ရောဂါကင်းဝေးစေတဲ့. အဆင်.အတန်းမှာ ဆိုခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားကို အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို တက်စေနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

မေး။ တခြားကုန်းနည်း ကျင်.သူနဲ့. အတူ ကုန်းကျင်.ယင်။ အပြန်အလှန် နောက်ယှက် တတ်သလား။

ဖြေ။ သူက ဘာကုန်း ကိုကျင်.တာ ဖြစ်ဖြစ်။ တာအိုကုန်း ဖြစ်ဖြစ်။ နတ်ကုန်းဖြစ်ဖြစ်။



ဗုဒ္ဓပိုင်း ကုန်းဖြစ်ဖြစ်၊ တရားမှန် ဖြစ်ယင်၊ ကျွန်တော်တို့ကို ဘာအနှောက်အယှက်မှ မရှိဘူး။ ခင်ဗျားက သူ့ကိုလဲ အနှောက်အယှက် မရှိဘူး။ သူက ခင်ဗျား ရှေ့မှာ ကျင်ယင်၊ သူ့အတွက် ကောင်းကျိုး ရှိတယ်။ အကြောင်းရင်းက ဖာလွင်းဟာ ဉာဏ်ရှိကိုယ် ဖြစ်ပြီး၊ တန်းကျင်တာ မဟုတ်လို့ ဒါက ကိုယ်ဖာသာ အကူအညီ ပေးနိုင်တယ်။

မေး၊ တခြား ချီကုန်းဆရာ ကိုယ်ခန္ဓာ ပြေပြစ်အောင် ပြုခိုင်းလို့ ရလား။ တခြား ချီကုန်းဆရာရဲ့ ဟောပြောပွဲကို နားထောင်ယင် ထိခိုက်မှု ရှိသလား။

ဖြေ၊ ဒီသင်တန်းမှ ဆင်းပြီးနောက် ခင်ဗျားတို့ အားလုံးဟာ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ ဘယ်လိုလဲလို့ ခံစားမိတော့မယ်။ အချိန်ပိုင်း တပိုင်းအပြီး ခင်ဗျား ရောဂါရှိဘို့ ခွင်းမပြုတော့ဘူး။ ရောဂါ ပြန်လာယင် အအေးမိသလိုလို ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်၊ ဗိုက်အောင်သလိုလို ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်၊ စင်စစ်တော့ အဒိဉ္စာတွေ မဟုတ်တော့ဘူး၊ ကပ်ဒုက္ခဖြစ်တယ်၊ ခက်ရာခဲဆစ် ကျော်လွှားတာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားက တခြားချီကုန်းဆရာကို ပြေပြစ်အောင် ပြုခိုင်းတာဟာ၊ ခင်ဗျား မရိပ်စားတာ၊ ကျွန်တော် ပြောတဲ့ စကားကို မယုံကြည်တာ ဖြစ်တယ်။ လိုချင်တဲ့ အတွေးအခေါ်နဲ့ ဆိုယင်၊ မကောင်းတဲ့ လက္ခဏာ ခင်ဗျား ကျင်တာကို အနှောက်အယှက် ပြုဘို့ စွဲလာတတ်တယ်။ ဟိုချီကုန်းဆရာဟာ ကိုယ်ခန္ဓာ ကပ်မီးကောင် (附体)ရဲ့ ကုန်း ဖြစ်ယင်၊ ခင်ဗျားကလဲ ဟိုဉ္စာကို စွဲလာချင် စွဲလာမယ်။ ဟောပြောပွဲ နားထောင်တာလဲ အတူတူဘဲ။ နားထောင်ချင်ယင်၊ သွားလိုချင်တာဘဲ မဟုတ်လား။ ဒီပြဿနာကို ခင်ဗျား ကိုယ်ဟာကိုယ် သွားရိပ်စား။ ဒါဟာ ရှင်းရှင်း ပြဿနာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်က ဝင်မစွက်ဘူး။ သူပြောတာ တော်တော်မြင်တဲ့ တရား ဖြစ်တယ်ဆိုယင်၊ ရှင်းရှင်း ပြဿနာကို ပြောယင်တော့ ရသေးတယ်။ ခင်ဗျားက ကျွန်တော်ရဲ့ သင်တန်းကို တက်ရောက်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာကို မလွယ်နဲ့ ပြေပြစ်အောင် ပြုလာပြီ။ မူလက ခင်ဗျား ကိုယ်ခန္ဓာ ကျင်တဲ့ လက္ခဏာ တော်တော် ရှုပ်ထွေးတယ်၊ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ရှုပ်နေခဲ့ပြီ။ အခု အားလုံး ပြေပြစ်အောင် ပြုလာနေပြီ။ ဆိုးတာတွေကို ဖျက်ပစ်ပြီး၊ ကောင်းတာတွေကို ချန်ထား လိုက်တယ်။ တခြားကုန်းကို သင်တာကိုတော့ ကျွန်တော်က မဆန်ကျင်ဘူး။ ခင်ဗျားက ဖာလွင်းကုန်း မကောင်း ဘူးလို့ ခံစားယင်၊ တခြားကုန်းကို သင်လို့ရတယ်။ ဒါပေမယ် သင်တာ တော်တော် ရှုပ်ထွေးယင်လဲ မရဘူးလို့ ကျွန်တော် ထင်တယ်။ ခင်ဗျားက မဟာတရားကို ကျင်နေပြီ၊ တရားကိုယ်ခန္ဓာဟာ ခင်ဗျားရဲ့ ဘေးမှာဘဲ။ မြင်တာကို ရရှိပြီးနဲ့ ပြန်သွားပြီးတော့ သွာရှာလေ။

မေး၊ ဖာလွင်းကုန်း ကျင်ယင်၊ တခြားကုန်းနည်းကို ထပ်သင်လို့ရလား။ ဥပမာ၊ နှိပ်နယ်တာ၊ ကာကွယ်တဲ့သိုင်း၊ ယီးကြည်ချမ် (一指禅)၊ ထိုက်ကြည်သိုင်း စတာတွေ

ဆိုတော့။ ဒီကုန်းတွေကို မကျင်ဘဲနဲ့ ဒီနယ်ပယ်က စာအုပ်ကို ဖတ်ယင် ကိစ္စရှိလား။

ဖြေ၊ နိပ်နယ်တာ၊ ကာကွယ်သိုင်းကို သင်လို၊ ရတယ်။ ဒါပေမယ်၊ တခါတလေ၊ စိတ်အားတင်းတဲ့ အခါတော့ အဆင်မပြေဘူးလို့ ခံစား တော့မယ်။ ယီးကြည်ချမ်း၊ ထိုက်ကြည်သိုင်းတွေဟာ ချိကုန်း ဖြစ်တယ်။ ကျင်ယင်၊ အထဲမှာ ဥစ္စာ ထည်သွင်း တတ်တယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ ဥစ္စာတွေ ခင်ဗျားရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ သန့်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ စာအုပ်ဖတ်တာ၊ ရှင်းရှင်းကို အရေးထားတာတော့ ရသေးတယ်။ ဒါပေမယ်၊ တချို့ စာအုပ်မှာဆိုလည်း စာရေးသူ ကိုယ်တိုင် ရှင်းလင်းအောင် မသိဘူးနဲ့ ကောက်ချက် ချလိုက်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ အတွေးအခေါ်ကို ရှုပ်စေ တတ်တယ်။

မေး၊ ‘ခေါင်းရွှေမှာ ဖွာလွင်းကိုပွေ့’တဲ့အခါ၊ တခါတလေ လက်တွေ့ ထိတတ်တယ်။ ကိစ္စ ရှိသလား။

ဖြေ၊ မထိပါနဲ့။ ကျွန်တော်တို့က ကြားအကွာ ရှိစေရတယ်လို့ တောင်းဆိုတယ်။ ထိယင်၊ လက်မှာ စွမ်းအင် ပြန်ဝင်တတ်တယ်။

မေး၊ ဒုတိယတွဲ ကုန်းနည်းကို ကျင်တဲ့အခါ လက်မောင်း မစွဲနိုင် နိုင်တဲ့အခါ၊ ချပြီးတော့ ပြန်ကျင်လို့ ရလား။

ဖြေ၊ ကုန်းကျင်တာဟာ တော်တော် ပင်ပန်း ဒုက္ခများတယ်။ ညောင်းလိုက်တာနဲ့ ချလာယင် အစွမ်း မရှိဘူးနဲ့ တူတယ်။ အချိန် ကြာလေလေ ကောင်းလေလေလို့ တောင်းဆိုထားတယ်။ ဒါပေမယ်၊ ကိုယ်အားကို ကိုယ်ကြည်ပြီး လုပ်ရတယ်။

မေး၊ တင်ပျဉ်ခွေတာ ဘာဖြစ်လို့ အမျိုးသမီးက ဗယ်လက် ခြေထောက်က အောက်မှာထား၊ ညာဘက် ခြေထောက်က အပေါ်မှာ ထားသလဲ။

ဖြေ၊ အကြောင်းရင်းတော့ ကျွန်တော်တို့ ကုန်းကျင်တာ အခြေခံ အချက် တရပ်ကို ဆိုပါတယ်။ အမျိုးသမီး ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့ အမျိုးသား ကိုယ်ခန္ဓာ မတူဘူး၊ ဒါကြောင့် သူမရဲ့ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာ(本体)နဲ့ ကိုယ်ကိုယ်ကို လှည့်ပြောင်းရပါတယ်။ အမျိုးသမီးရဲ့ ခန္ဓာစု ကိစ္စနဲ့ ကိုက်ညီရမှ အစွမ်းရှိမယ်။ အမျိုးသမီးက သာမန်အားဖြင့် ဗယ်ဖက် ခြေထောက်က ညာဘက် ခြေထောက်ကို ခံတယ်။ ကိုယ်အနေအထားနဲ့ ကိုက်ညီတယ်။ အမျိုးသားက ပြောင်းပြန် ဖြစ်တယ်။ အခြေခံ အချက် မတူဘူး။

မေး၊ တိတ်ခွေကို နားထောင်ယင်း၊ နို့မဟုတ် တေးဂီတ နားထောင်ယင်း၊ နို့မဟုတ် တေးထပ် ရွတ်ယင်းနဲ့ ကုန်းကျင်လို့ ရလား။

ဖြေ၊ ကောင်းတဲ့ ဗုဒ္ဓပိုင်း တေးဂီတ ရှိယင် နားထောင်လို့ ရတယ်။ ဒါပေမယ် တကယ် ကုန်းကျင်ရာမှာ ဘာတေးဂီတမှ မလိုဘူး။ ဈာန်ဝင်စားအား (定力) တောင်းဆိုချက် ရှိလို့၊ တိတ်ခွေ နားထောင်တာဟာ အတွေးတတွေးနဲ့ အတွေး ၁-

သောင်းကို အစားထိုးဘို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကွမ်.ထွန်းလျှောက်ကျီးမှာ ပေါ.ပါးတာကို တောင်းဆိုထားသလား၊ အားနဲ့ တောင်းဆိုသလား။

ဖြေ၊ ကွမ်.ထွန်းလျှောက်ကျီးမှာ သဘာဝကျကျ ရပ်ထား၊ ပေါ.ပါးအောင် နေဘို့ တောင်းဆိုထားတယ်။ ပထမတွဲ ကုန်းနည်းလို မတောင်းဆိုဘူး။ ကျွန်တော်တို့ တခြားတွေဟာ အားလုံး ပထမတွဲ ကုန်းနည်းလို မဟုတ်ဘူး။ အားလုံး ပေါ.ပါးအောင် ထားရတယ်။

### ၃။ရှင်းရှင်း.ကျင်.ခြင်း။

မေး၊ ကျွန်တော်က ‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’ (真善忍 အစစ်၊ စိတ်နေ သဘောကောင်း၊ သည်းခံမှု) ဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်ချင်တယ်။ ဒါပေမယ့် မနေ့က အိပ်မက် မက်ရာမှာ သူများနဲ့ စကားများတယ်၊ အငြီးအကျယ် စကားများတယ်၊ ကျွန်တော်က သည်းခံချင်တယ်၊ မသည်းခံဖြစ်ဘူး။ ဒါဟာ ကျွန်တော် အတွက် ရှင်းရှင်း တိုးမြှင့်စေဘို့ အကူအညီ ပေးနေသလား။

ဖြေ၊ ဟုတ်တာပေါ့။ အိပ်မက်က ဘာအကြောင်း ဖြစ်သလဲ ဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့ ပြောပြီး ပြီ။ ခင်ဗျားတို့ ကိုယ်.ဟာကိုယ် သွားရိပ်စား။ ရှင်းရှင်း တိုးမြှင့်တဲ့ ကိစ္စ လာတာ တော်တော် ရုတ်တရက် ကျတယ်။ ခင်ဗျား စိတ်ထဲမှာ ဒါကိုရင်ဆိုင်ဘို့ ပြင်ဆင်ထားမှ ဒါက လာတာ မဟုတ်ဘူး။ လူတယောက် ကောင်းတာ ဆိုးတာကို ကြည့်တာဟာ၊ စိတ်ပြင်ဆင်မှု မရှိတဲ့ အခြေအနေမျိုးမှ စမ်းပြီး သိနိုင် ပါတယ်။

မေး၊ ဖာလွင်းကုန်း ‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’မှာ ‘ရင်’(忍 သည်းခံမှု)ဟာ၊ ဘာကိစ္စမဆို မှန်တာဖြစ်ဖြစ် မမှန်တာဖြစ်ဖြစ် သည်းခံ ရသလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်ပြောတဲ့ ‘ရင်’ဟာ၊ ခင်ဗျား ကိုယ်ကျိုးစီးပွားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ပြဿနာအပေါ် ခင်ဗျား လက်မလွှတ်နိုင်တဲ့ စွဲကိုင်တဲ့ အဲဒီဥစ္စာပေါ်မှာ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်းကို တိုးမြှင့်တာကို ဆိုတာပါ။ စင်စစ်အားဖြင့်၊ ‘ရင်’ဟာ ဆိုးတဲ့ ကိစ္စတရပ် မဟုတ်ဘူး၊ သာမန်လူအဖို့လဲ မဆိုးပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ ပုံပြင်တခု ပြောမယ်၊ ဟမ်ရှင်.(韩信)ဟာ ဗိုလ်ချုပ်ကြီး တဦး ဖြစ်ပါတယ်။ ငယ်ငယ်တုန်းကပင် သိုင်းကို စိတ်ဝင်စားတယ်။ ဟိုတုန်းကမှာ သိုင်းလေ.ကျင်.သူဟာ ခါးလွယ်ကို ချိတ်ဆွဲ လေ့ ရှိကြာတယ်။ ဟမ်ရှင်.က လမ်းမှာ လျှောက်တဲ့အခါ၊ လူဆိုးလူမိုက် တယောက်က လာပြီး ပြောတယ်၊ ‘မင်းက ဒါကို ချိတ်ဆွဲပြီး ဘာလုပ်ဘို့အတွက်လဲ၊ မင်းက လူကို သတ်ရဲ သလား၊ မင်း လူကို သတ်ရဲယင် ငါ့ကို အရင်သတ်လိုက်’တဲ့။ ပြောယင်းနဲ့ လည်ပင်ကို

ဆန်.ပေးပြီး၊ ‘မလုပ်ရဲဘူး ဆိုယင်၊ ငါ့.ရဲ့. ပေါင်ကြား အောက်က လျှိုးဖြတ်လိုက်’တဲ။  
ဟမ်ရှင်.ဟာ တကယ်တန်း လျှိုးဖြတ် ခဲ.တယ်။ သူ့ရဲ့. ‘ရင်’(သည်းခံမှု) စွမ်းရည်  
တော်တော်ကြီးတယ်။ တချို့လူက သည်းခံမှုကို သတ္တိကြောင်း၊ စော်ကားလို့. ရတယ်လို့.  
သဘောထားတယ်။ စင်စစ်တော့. သည်းခံနိုင်တဲ.လူဟာ သတ္တိ တော်တော်ကြံ့.ခိုင်တယ်။  
အကြောင်းရဲ့. မှန်တာ မမှန်တာ ဆိုယင်၊ ဒါဟာ အာကာသရဲ့. သဘော တရားကို တကယ်  
ကိုက်ညီ သလားလို့. ကြည့်.ရတယ်။ ခင်ဗျားက အကြောင်းတခုမှာ ခင်ဗျား အပြစ်  
မဟုတ်ဘူး၊ သူများက ခင်ဗျားကို စိတ်ဆိုးအောင် ထိခိုက်တယ်လို့. ထင်မှတ်တယ်။  
စင်စစ်တော့. ခင်ဗျားက နောက်ဆုံးကျတော့. ဘာဖြစ်လို့.လဲလို့. မသိဘူး။  
ခင်ဗျားက၊ ‘ကျွန်တော်သိတယ်လေ၊ အကြောင်းလေး တခုအတွက်ဘဲ’လို့. ပြောတယ်။  
ကျွန်တော် ပြောတာက တခြား သဘောတရား တခု ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဒီ ရုပ်ဝတ္ထု  
ဟင်းလင်းပြင်မှာ မြင်နိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ရယ်စရာ တခု ပြောမယ်။ ခင်ဗျား ရှေ့ဘဝမှာ  
သူများကို အကြွေးတင်ထားတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ခင်ဗျားက ဒါက မှန်တယ် နို့.မဟုတ်  
မှားတယ်လို့. ဘယ်လို ကောက်ချက် ချနိုင်သလဲ။ ကျွန်တော်တို့. သည်းခံရပါတယ်။ သူများ  
စိတ်ဆိုးအောင် အရင် ထိခိုက်ပြီးနောက် သွားသည်းခံလို့. ဘယ်ရသလဲ။ တကယ်  
ခင်ဗျားကို စိတ်ဆိုးအောင် ထိခိုက်တဲ.လူ အပေါ် ခင်ဗျားက သည်းခံ ရရုံသာမက၊ သူ့.ကိုလဲ  
ကျေးဇူး တင်ရပါတယ်။ သူက ခင်ဗျားကို ဆဲတယ်၊ ဆရာရှေ့မှာ ခင်ဗျားကို တိုင်တယ်၊  
ခင်ဗျားက စိတ်ထဲမှာတော့. ကျေးဇူး တင်တယ်လို့. ပြောရသေးတယ်။ ခင်ဗျားက၊ ‘ဒါနဲ့.  
အာခို ဖြစ်နေပြီ မဟုတ်ဘူးလား’လို့.ပြောမယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားရဲ့. ထင်မြင်ချက်  
ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအကြောင်းကတဆင်. ခင်ဗျားက သူနဲ့. အလားတူ သဘော မထားယင်၊  
ခင်ဗျားရဲ့. ရှင်းရှင်.ဟာ တိုးမြင်.လာတော့.မယ်။ ဒီရုပ်ဝတ္ထု ဟင်းလင်းပြင်မှာ သူက  
သိမ်းပိုက် ထားတယ်၊ ဟိုမှာ သူက ခင်ဗျားကို ပစ္စည်းကို ပေးတယ် မဟုတ်ဘူးလား။  
ခင်ဗျားရဲ့. ရှင်းရှင်. တိုးမြင်. လာယင်၊ အမဲရောင် အရာဝတ္ထု လှည့်.ပြောင်းတော့.မယ်၊  
တချက်နဲ့. ၃-ရပ် ရတယ်။ ဘာဖြစ်လို့. သူများကို ကျေးဇူး မတင်သလဲ။ သာမန်လူ အမြင်နဲ့.  
နားလည်ဘို့. မလွယ်ဘူး။ ကျွန်တော်က ရိုးရိုးလူကို ပြောနေတာ မဟုတ်ဘဲ၊  
ကုန်းကျင်.သူကို ပြောနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ကပ်မိုးကောင် (附体)မရှိသူ ရှင်းရှင်. တိုးမြင်.ယင်  
ကိုယ်ခန္ဓာကပ်မိုးကောင် ရှောင်ကင်းနိုင်တယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာကပ်မိုးကောင် ရှိသူကော၊  
ဘယ်လို.လုပ်မလဲ။ ဘယ်လို ကင်းလွတ် နိုင်သလဲ။

ဖြေ၊ တည်.မတ်မှု တရပ်က မသမာမှု တရာကို ဖိထားနိုင်တယ်။ ခင်ဗျား ဒီနေ့.  
ဒီတရားကို ရရှိတယ်၊ နောင်မှာ ဒါတွေ ခင်ဗျားအတွက် အမြတ် ပါလာယင်တောင်

ခင်ဗျားက မယူဘူး။ ဒီဥစ္စာက ခင်ဗျားကို ပိုက်ဆံ၊ ဂုဏ်အသရေ၊ အမြတ်တွေ ပါလာတဲ့အခါ၊ ခင်ဗျားရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဝမ်းသာတယ်။ 'ကျွန်တော်က စွမ်းရည် ဘယ်လောက် ကြီးသလဲလေ၊ ကြည့်စမ်းနဲ့'။ လူရှေ့မှာ ရှိုးပြတယ်။ ခင်ဗျား မသာတဲ့ အခါ ခင်ဗျားက မသည်းခံ ချင်တော့ဘူး။ ဆရာကို ခင်ဗျားအတွက် ဖြေရှင်းခိုင်းချင်တယ်။ ဒါဆို ဒါက ခင်ဗျားကို အမြတ် ပေးတဲ့အခါ၊ ခင်ဗျားက ဘာဖြစ်လို့ လိုသလဲ။ ဒါနဲ့ ဝင်စွက် ဖြေရှင်းပေးလို့ မရဘူး။ အကြောင်းရင်းတော့ ဒါက ခင်ဗျားကို အမြတ် ပေးတဲ့အခါ၊ ခင်ဗျားက လက်ခံတယ်။ ခင်ဗျားက အမြတ်ကိုသာ ရယူချင်ယင် မရဘူး။ ခင်ဗျား ကိုယ်စိတ် ထဲမှာ မလိုချင်ဘူး။ အမြတ် ပါလာယင်လဲ မလိုဘူး။ ဆရာပြောတဲ့ နည်းလမ်းအတိုင်းဘဲ သွားကျင်မှ ရတယ်။ ခင်ဗျားက လူတည်မတ်ပြီး စိတ် ခိုင်မာလိုက်တာနဲ့ ဒါဟာ လန့်နေပြီ။ ခင်ဗျားကို အမြတ် ပေးယင်လဲ ခင်ဗျား မလိုဘူး ဆိုယင်၊ ဒါက သွားသင်တော့တယ်။ မသွားတော့ဘူး ဆိုယင်၊ မသမာမှု လုပ်နေ တာဖြစ်ပြီ။ အဲဒီအခါ ကျွန်တော်က ဒါကို ဝင်စွက်နိုင်တယ်။ လက် ဝှေ့ရမ်းလိုက်တာနဲ့ သူက အရိပ် အယောင်ပင် မတွေ့ရတော့ဘူး။ ဒါပေမယ့် အမြတ်ရှိတဲ့အခါ ခင်ဗျား လိုချင်ယင်တော့ မရဘူး။

မေး၊ ဥယျာဉ်မှာ ကုန်းကျင်ယင်၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ကပ်မိုးကောင် ရှိနိုင်မလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့ကို ကြိမ်ဖမ်းများစွာ ပြောဖူးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ တရားမှန် ကျင်ခြင်း ဖြစ်တယ်။ စိတ်တည်မတ်ယင်၊ မသမာမှု တရားကို ဖိထားနိုင်တယ်။ တရားမှန် ကျင်တာ၊ စိတ် တော်တော် သန့်ပြီး တည်မတ်ယင်၊ ဘာဥစ္စာမှ မဆို တက်လာနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဖွာလွင်းဟာ တော်တော်ကို တော်တဲ့ ဥစ္စာဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မကောင်းတဲ့ ဥစ္စာတွေ တက်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး သာမက၊ ဒါရှေ့မှာ ရောက်ယင်တောင် ကြောက်တယ်။ ခင်ဗျား မယုံကြည်ဘူး ဆိုယင်၊ တခြားနေရာကို ကုန်း သွားကျင်ယင်၊ ဒါတွေအားလုံး ခင်ဗျားကို ကြောက်တယ်။ ကျွန်တော်က ဂဏန်း တခုကို ပြောပြပြီး၊ အားလုံး ကြောက်စရာ ကောင်းတယ်လို့ ခံစားကြတယ်။ လူတော်တော်များများဟာ ကိုယ်ခန္ဓာ ကပ်မိုးကောင် ရှိတယ်။ ရောဂါ ကင်းဝေးစေတဲ့ ရည်ရွယ်ချက် ထမြောက်ပြီးပြီနဲ့ ဆက်ပြီး ကျင်သေးတယ်။ ခင်ဗျားက ဘာကို ရရှိချင်သလဲ။ စိတ်မတည်ဘူး ဆိုယင်၊ အဲဒီ ပြဿနာတွေ ဖြစ်စေတော့မယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလူတွေရဲ့ အပြစ်လဲ မဟုတ်ဘူး။ သူက ဒီသဘောတရားတွေကို မသိလို့လေ။ ကျွန်တော် တောင်ထွက်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တွေ အနက် ဒါကိုလဲ ပါဝင်တယ်။ အများအတွက် အဲဒီ မှားယွင်းတဲ့ ဥစ္စာတွေကို ပြင်ပေးတယ်။

မေး၊ နောင်မှာ ဘာကုန်းစွမ်းရည် ထွက်တတ်သလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်က မပြောချင်ဘူး။ လူတိုင်း အခြေအနေ မတူလို့ ပြောဘို့

ခက်တယ်။ ဒီအဆင်.အတန်းများ ဘာတွေ ထွက်တာ၊ ဟိုအဆင်.အတန်းမှာ ဘာတွေ ထွက်တာ၊ သော.ချက်ကျတော့. အဆင်.အတန်းတိုင်းမှာ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်း ဖြစ်ပါတယ်။ စွဲကိုင်စိတ်ကို ဒီနယ်ပယ်မှာ

ဖျက်ချင် ဖျက်မယ်၊ ဒီနယ်ပယ်မှာ ကုန်းစွမ်းရည် ထွက်တယ်။ ဒါပေမယ့်. ခင်ဗျား ထွက်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်ဟာ ပဏာမ ကာလမှာ ဖြစ်တယ်လို့. သေချာတယ်၊ တော်တော်မြင်.မှာ မဟုတ်ဘူး။ ရှင်းရှင်း. တော်တော် မြင်.အောင် မရောက်နိုင်တဲ့.အခါ၊ ကုန်းစွမ်းရည်ကိုလဲ ခင်ဗျားကို ပေးနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမယ့်. ကျွန်တော်တို့. သင်တန်းမှာ တချို့လူ ဇာစ်မြစ် တော်တော် မဆိုဘူး။ ရှင်းသူထွန်း (神足通) ထွက်နေပြီ၊ မိုးရွာယင် မိုးမမိဘူး။ သယ်ဆောင်(搬运)ခြင်း ထွက်တာလဲ ရှိတယ်။

မေး၊ ရှင်းရှင်း.ကျင်.တာ၊ စွဲကိုင်စိတ် မှန်သမျှကို ဖျက်ပစ်တာ၊ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ‘ခုန်း (空 ၊ ဗလာ)၊ တာအိုပိုင်းမှာ ‘ရူး’(无 မဲ.) ကို ထမြောက်တာကို ဆိုသလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့. ပြောတဲ့. ရှင်းရှင်း. နို့.မဟုတ် ‘စာရိတ္တိ’ စလုံးဟာ၊ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ‘ခုန်း’၊ တာအိုပိုင်းမှာ ‘ရူး’နဲ့. ပါဝင်နိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ပြောင်းပြန်ပြီး သူတို့.ရဲ့. ဥစ္စာတွေ အားလုံး ကျွန်တော်တို့.ရဲ့. ရှင်းရှင်း. အတွင်းမှာ ပါဝင်တယ်။

မေး၊ ဗုဒ္ဓဟာ ထာဝစဉ် ဗုဒ္ဓ ဖြစ်သလား။

ဖြေ၊ ကျင်.ပြီး တာအို ဖြစ်မြောက်သူ၊ အသိဉာဏ် ပွင်.ပြီးနောက်၊ ခင်ဗျားက မဟာ ဉာဏ်ရသူ ဖြစ်ပါတယ်။ တနည်းနဲ့. ပြောမယ်ဆိုရင်၊ အဆင်.မြင်. အသက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်. ခင်ဗျား ထာဝစဉ် မသမာမှု မပြုဘူးလို့. အာမခံလို့. မရဘူး။ သာမန်အားဖြင့်.တော့. အဲဒီအဆင်.အတန်းမှာ ခင်ဗျားက မသမာမှု ပြုမှာ မဟုတ်ဘူးပေါ့။ ဖြစ်ရပ်အစစ်ကို မြင်လို့.ကြောင်. ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်. မသမာမှု လုပ်ရင်၊ အလားတူ အောက်ကိုကျတယ်။ ကောင်းမှုကို ထာဝစဉ် လုပ်ရင် ဟိုမှာ ထာဝစဉ် ရှိတော့.မယ်။

မေး၊ ဇာစ်မြစ်ကြီး (大根器)သူက ဘာလဲ။

ဖြေ၊ ဒါကို ဘက်၃-၄-ခုက အကြောင်းရပ်နဲ့. အဆုံးအဖြတ် ပေးနိုင်တယ်။ ၁။ သူ့.ရဲ့.ဇာစ်မြစ် (根基) တော်တော် ကောင်းတယ်။ ၂။ ရိပ်စားနိုင်စွမ်း တော်တော် မြင်.တယ်။ ၃။ သည်းခံနိုင်အား တော်တော် ကောင်းတယ်။ ၄။ စွဲကိုင်စိတ် ငယ်တယ်။ လောကမှာ ဥစ္စာတွေကို တော်တော်ပေါ့.အောင် သဘောထားတယ်။ ဒါဟာ ဇာစ်မြစ်ကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဇာစ်မြစ်ကြီးသူ ရခဲတယ်။

မေး၊ ဇာစ်မြစ်ကြီး မရှိသူက ဖွာလွင်းကုန်း ကျင်.ယင် ကုန်းထွက်နိုင်သလား။

ဖြေ၊ ဇာစ်မြစ်ကြီး မရှိသူလဲ ကုန်းထွက်နိုင်တယ်။ အကြောင်းရင်းက၊ လူတိုင်း စာရိတ္တ အရာဝတ္ထု ပါဆောင်ထားတယ်။ စာရိတ္တ အရာဝတ္ထု နဲ့နဲ့မှ မရှိလို့. မဖြစ်နိုင်ဘူး။

ဒီလိုလူမျိုး မရှိဘူး။ ခင်ဗျား ကိုယ်ခန္ဓာမှာ အဖြူရောင် ဝတ္ထုပစ္စည်း မရှိယင်လဲ အမဲရောင် ဝတ္ထုပစ္စည်း ရှိသေးတယ်။ အမဲရောင် ဝတ္ထုပစ္စည်းကို ကုန်းကျင်.တာနဲ့. အဖြူရောင် ဝတ္ထုပစ္စည်းအဖြစ် လှည့်.ပြောင်း လို.ရတယ်။ အစီအစဉ် တခု ပိုတာသာ ဖြစ်တယ်။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ ခင်ဗျားက ဒုက္ခ ပင်ပန်း ခံလိုက်တယ်။ ရှင်းရှင်း.ကို တိုးမြှင့်.တယ်။ နစ်နာ စိုက်ထုတ်မှု ရှိတယ်။ ကုန်းလဲ ရှိတော့.မယ်။ ကျင်.တာက ကြိုတင် ချင်းချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးမှ ဆရာရဲ့. တရားကိုယ်ခန္ဓာ (法身)နဲ့. ဒါကို ကုန်းအဖြစ် လှည့်.ပြောင်းပေးတယ်။

မေး၊ လူတယောက်က မွေး.တဲ.အခါ၊ သူ့.ရဲ့. တသက်လုံးဟာ သတ်မှတ်ပြီးသား ဖြစ်တယ်။ ဒါဆို ကြိုးပမ်းမှုနဲ့. ပြုပြင်နိုင်သလား။

ဖြေ၊ ပြုပြင်လို. ရတာပေါ့.။ ခင်ဗျားရဲ့. ကြိုးပမ်းမှုလဲ စီစဉ်ထားတာ ဖြစ်တယ်။ မကြိုးပမ်းယင်လဲ မရဘူး။ ခင်ဗျားက သာမန်လူ ဖြစ်လို.ပါ။ ဒါပေမယ်. ကြီး.တဲ. ဥစ္စာကို ပြုပြင်လို. မရဘူး။

မေး၊ ထျန်းမှ မပွင်.တဲ. အခြေအနေမှာ၊ ခံယူ.တဲ. လက္ခဏာ ကောင်းတာ ဆိုးတာကို ဘယ်လို ခွဲနိုင်သလဲ။

ဖြေ၊ ခင်ဗျား ကိုယ်.ဟာကိုယ် ခွဲ.ဘို့. ခက်တယ်။ ခင်ဗျား ကုန်းကျင်.ရာမှာ၊ ခင်ဗျားရဲ့. ရှင်းရှင်း.ကို စမ်းသပ်.တဲ. ပြဿနာ တော်တော်များများ တည်ရှိတယ်။ တရားကိုယ်ခန္ဓာက ခင်ဗျားကို ကာကွယ်တာဟာ ခင်ဗျား အသက် အန္တရာယ် မဖြစ်စေဘို့. ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ်. တချို့. ဥစ္စာ ပေါ်ထွက်ယင် သူက ဝင်စွက်မယ်လို. အမှန်မရှိ။ ခင်ဗျား ကိုယ်.ဟာကိုယ် သွား ကျော်လွှားဘို့. ကိုယ်.ဟာကိုယ် သွားဖြေရှင်းဘို့. ကိုယ်.ဟာကိုယ် သွားရိပ်စားဘို့. လိုတယ်။ တခါတလေ မကောင်း.တဲ. လက္ခဏာ လာတယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားကို ဒီနေ့. ကံစမ်းမဲ နံပါတ် ဘယ်လောက်လဲလို. ခင်ဗျားကို ပြောပြတယ်။ မှန်ချင် မှန်မယ်။ မမှန်ဘူးလို.လဲ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ နို့.မဟုတ်ယင် ခင်ဗျားကို တခြား အကြောင်းတွေကို ပြောပြ တယ်။ ခင်ဗျား ဘယ်လို လုပ်မလဲလို.ဘဲ ကြည့်.မယ်။ စိတ် တည်.မတ်ယင် မိစ္ဆာ မထိခိုင်နိုင်ဘူး။ ခင်ဗျားက ရှင်းရှင်း.ကို စောင်.စည်းထားယင်၊ ပြဿနာ ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ စိတ်၊ စိတ်အနေအထား မတည်ငြိမ်.တဲ.အခါ၊ ကုန်းကျင်.လို.ရလား။

ဖြေ၊ စိတ်အနေအထား မကောင်း.တဲ.အခါ ခင်ဗျားက ဟိုမှာ ကမ္မဋ္ဌါန်း ထိုင်လိုက်ယင်လဲ မငြိမ်သက် လာနိုင်ဘူး။ အတွေးအခေါ်မှာ မကောင်း.တဲ. ဥစ္စာကို ဘဲ တွေးတယ်။ ကုန်းကျင်.ရာမှာ လက္ခဏာ တည်ရှိစရာ ရှိတယ်။ ဦးနှောက်ထဲမှာ မကောင်း.တဲ. ဥစ္စာကို တွေးယင်၊ ခင်ဗျား ကုန်းကျင်.ရာမှာ ကျင်.ဝင်တော့.မယ်။ လူပယောဂကြောင့်. မသမာနည်းကို ကျင်.တယ်။ ခင်ဗျား ကျင်.တဲ. ကုန်းဟာ ယဲန်ရှင်းက ခင်ဗျားကို

သင်ပေးတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ ဘာ အထက် ဆရာတော်က ခင်ဗျားကို သင်ပေးတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ နိမဟုတ် မိကျုံး(密宗 လျှို့ဝှက်ဂိုဏ်း) က သက်ရှိဘုရားက သင်ပေးတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ဒါပေမယ်၊ သူသင်ပေးတာ ဖြစ်ပေမယ်၊ ခင်ဗျားက သူတို့ရဲ့ တောင်းဆိုတဲ့ ရှင်းရှင် အတိုင်း သွားမတောင်းဆိုယင်၊ သူ့ရဲ့ အဲဒီကုန်း မဟုတ်တော့ဘူး။ ဒို့အားလုံး စဉ်းစားကြပါ၊ ခင်ဗျားက ဟိုမှာ ကျမ်းကျမ်း(站桩)ကို လေ့ကျင့်နေတယ်၊ တော်တော်ကို ပင်ပန်းပါတယ်၊ ဒါပေမယ်၊ ဦးနှောက်ထဲမှာ လှုပ်ရှားမှု တော်တော်များတယ်၊ ကျွန်တော်တို့ ဌာနမှာ ဘယ်သူဘယ်သူက သလောက်ဆိုးပါကလား၊ သူက ကျွန်တော်ကို တိုင်ပါကလား၊ လစာ တိုးပေးတဲ့ အခါ ဘယ်နည်းနဲ့ တိုးဖြစ် နိုင်သလဲ၊ အခု ကုန်ဈေးနှုန်း တိုးနေပြီ၊ ကျွန်တော်က များများ ဝယ်ရမယ်တဲ့။ ဒါနဲ့ ခင်ဗျား လူ့ပယောဂနဲ့ မသိစိတ်နဲ့ မသိမသာနဲ့ မသမာနည်းကို ကျင့်နေတာ မဟုတ်ဘူးလား။ ဒါကြောင့် စိတ်အနေအထား မကောင်းတဲ့အခါ တတ်နိုင်သမျှ မကျင့်ပါနဲ့။

မေး၊ ‘အထူးမြင်တဲ့ ရှင်းရှင်’ရဲ့ စံချိန်က ဘာလဲ။

ဖြေ၊ ရှင်းရှင်ဟာ ကျင့်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ စံချိန်ရယ်လို့ မရှိဘူး၊ အကုန် ခင်ဗျား ကိုယ်ဟာကိုယ် သွားရိပ်စားဘို့ဘဲ လိုတယ်။ တကယ်တမ်း စံချိန်ရှိတယ်လို့ အတင်းပြောယင်၊ ဒါဟာ ကိစ္စ တွေ့တဲ့အခါ၊ ခင်ဗျားက စဉ်းစားလိုက်၊ ဉာဏ်ရသူဆိုယင် သူက ဘယ်လို သွားလုပ်သင် မလဲတဲ့။ စံပြ ဖြစ်သူက ထူးချွန်တာပေါ့။ ဒါပေမယ်၊ သူက သာမန်လူရဲ့ စံပြ ဖြစ်သေးတယ်။

မေး၊ ချီကုန်းဆရာ အသီးသီးရဲ့ ဟောပြောမှု၊ စကား အပေါ် မယုံသင်္ကာ ဖြစ်တဲ့ သဘော ထားလို့ မရဘူး။ ဒါပေမယ်၊ လူကို လိမ်ညာတယ်၊ ပိုက်ဆံရအောင် လိမ်ညာတဲ့လူကို ကြုံယင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ ဒါအမှန်မရှိဘူး။ ရှေးဦးစွာ ခင်ဗျားက ဘာပြောသလဲလို့ ကြည့်ရတယ်။ လူကိုလိမ်ညာတာကို တွေ့ယင် ခင်ဗျား ကိုယ်ဟာကိုယ် သွားခွဲလိုက်။ ချီကုန်းဆရာ တယောက် ကောင်းတာ ဆိုးတာကို ကြည့်ယင်၊ သူ့ရဲ့ ရှင်းရှင်ကို ကြည့်လို့ ရတတ်။ ရှင်းရှင် ဘယ်လောက် မြင်သလို ကုန်း ဘယ်လောက် မြင်တယ်။

မေး၊ ဝဋ်ကို တနည်းနဲ့ဆိုယင် ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ပြောတဲ့ ဝဋ်အတားအဆီးကို ဘယ်လို ဖျက်သလဲ။

ဖြေ၊ ကုန်းကျင့်တာ ကိုယ်၌ပင် ဝဋ်ဖျက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကောင်းဆုံး ကျတော့ ကိုယ်ရဲ့ ရှင်းရှင်ကို တိုးမြင်တာ ဖြစ်တယ်။ အမဲရောင် ဝတ္ထုပစ္စည်းကို အဖြူရောင် ပစ္စည်းအဖြစ် လှည့်ပြောင်း နိုင်တယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ် ဆိုယင်၊ ‘စာရိတ္တ’ အရာဝတ္ထု



ဖြစ်တယ်။ စာရိတ္တကို ကုန်းအဖြစ် လှည့်ပြောင်းတယ်။

မေး၊ ဖွာလွင်းကုန်းကျင်တာ ဘာ ပညတ်တော် ရှိသလဲ။

ဖြေ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ဖြတ်ရတဲ့ ဥစ္စာတွေကို ကျွန်တော်တို့ အများစု ဖြတ်ရတယ်။ ဒါပေမယ့် အမြင် မတူဘူး။ ကျွန်တော်တို့ တောထွက်သူ မဟုတ်ဘူး။ သာမန်လူတွေ အတွင်းမှာ နေထိုင်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် မတူဘူး။ တချို့ ဥစ္စာတွေကို ပေါ့အောင် သဘောထားယင်နဲ့ ပြီးမယ်။ ကုန်းအား အဆက် မပြတ် တိုးတက်တာနဲ့ အမျှ အထူး မြင်တဲ့ အဆင်အတန်းမှာ ရောက်တဲ့အခါ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်းအပေါ် တောင်းဆိုချက်လဲ အထူး မြင်ပါတယ်။

### ၄။ ထျန်းမု(天目 တတိယမျက်စိ)

မေး၊ ဆရာတော် တရား ပြောကြားတဲ့အခါ၊ ဆရာတော် ခေါင်းအထက်မှာ ၃-ပေ မြင်တဲ့ ရွှေရောင် အလင်းရောင်ကွင်းကို မြင်တယ်။ နောက်ဖက်မှာ လူ့ခေါင်းလို ကြီးတဲ့ ရွှေရောင် အလင်းရောင်ကွင်း တော်တော်များများရှိတယ်။

ဖြေ၊ ဒီလူရဲ့ ထျန်းမု အဆင်အတန်း မနိမ်တော့ဘူး။

မေး၊ ဆရာတော်ရဲ့ တပည့်က သူများကို ရောဂါ ကုပေးရာမှာ အရက်နဲ့ ရေမို့ ပက်တဲ့အခါ၊ ရွှေရောင် ပါဆောင်တယ်လို့ မြင်တယ်။

ဖြေ၊ ဒီလူက ကျင်တာ မဆိုးတော့ဘူးလို့ ကျွန်တော်ပြောမယ်။ လွှတ်တဲ့ ကုန်းစွမ်းရည်တောင် မြင်တယ်။

မေး၊ ကလေး ထျန်းမု ပွင့်ယင် သူ့အပေါ် ထိခိုက်မှု ရှိသလား၊ ထျန်းမု ပွင့်ယင် စွမ်းအင် ထွက်နေသလား။

ဖြေ၊ အသက် ၆-နှစ်အောက် ကလေးငယ်ဟာ ထျန်းမု ပွင့်ဘို့ တော်တော် လွယ်တယ်။ ကလေးငယ် ကုန်းမကျင်ဘူး ဆိုယင်၊ ထျန်းမု ပွင့်တာဟာ စွမ်းအင် အပြင်ကို ယိုထွက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အိမ်မှာ ကုန်းကျင်တဲ့လူ ရှိရတယ်။ အကောင်းဆုံး သူကို နေ့စဉ် တကြိမ် ကြည့်ခိုင်း၊ မပိတ်အောင် ထိန်းသိမ်းထား၊ တချိန်တည်းမှာ အပြင်ကို ယိုထွက်တာ မများလွန်းစေ။ ကလေးငယ်ဟာ အကောင်းဆုံး ကိုယ်တိုင် ကုန်းကျင်တယ်။ သုံးတာ များယင် စွမ်းအင် ယိုထွက်တာ များယင်၊ ထိခိုက်တာဟာ သူတို့ရဲ့ အသားကိုယ်ခန္ဓာ မဟုတ်ဘဲ၊ အရင်းခံ အကျဆုံး ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကောင်းကောင်း ထိန်းသိမ်းထားယင်၊ ထိခိုက်မှု ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော် ခုနက ပြောတာဟာ ကလေးငယ် ဖြစ်ပါတယ်။ လူကြီး မဟုတ်ဘူး။ တချို့လူရဲ့

ထျန်းမဟာ ပွင်.လိုက်တာနဲ့. စွမ်းအင်း ထွက်မယ်လို့. စိုးရိမ်ရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဟာ ဟင်းလင်း ပွင်.ထားတာ ဖြစ်ပြီး စွမ်းအင် ထွက်ဘို့. စိုးရိမ်ဘို့. မလိုဘူး။ ဒါပေမယ်. သိပ်မြင်.တဲ. အဆင်.အတန်းမှာ ဥစ္စာတွေကို မမြင်နိုင်ဘူး။ သိပ်မြင်.တဲ.

အဆင်.အတန်းကို မြင်နိုင်တာ လဲရှိတယ်။ ငြာည်.တဲ.အခါ၊ တရားကိုယ်ခန္ဓာ နို့.မဟုတ် တခြား အထက်ဆရာတော်က စွမ်းအင်ကို ပေးတယ်။ ဒါဟာ ပြဿနာ မရှိဘူး။

မေး၊ ဆရာတော် ကိုယ်ပေါ်မှာ ရွှေဝါရောင် ဝင်းဝင်း အလင်းရောင်ကို မြင်တယ်၊ ဆရာတော်ရဲ့ အရိပ်အယောင်လဲ မြင်တယ်၊ ခဏတဖြုတ်နဲ့. မရှိတော့.ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့.လဲ။

ဖြေ၊ ဒါဟာ ကျွန်တော်ရဲ့. တရားကိုယ်ခန္ဓာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်က တရား ပြောကြားနေတယ်၊ ဦးထိပ်ပေါ်မှာ ကုန်းတိုင် ရှိတယ်၊ ကျွန်တော်ရဲ့. ဒီအဆင်.အတန်းမှာ ဒီလိုပါဘဲ။ ခဏတဖြုတ်နဲ့. မရှိတော့.ဘူးဆိုတာ၊ ခင်ဗျားက ထျန်းမကို အသုံး မပြုတတ်သေးဘူး၊ မျက်စိနဲ့. ငြာည်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည်ကို ဘယ်လို အသုံးပြုသလဲ။

ဖြေ၊ ထူးကဲကုန်းစွမ်းရည်ကို စစ်ရေးသိပ္ပံ နို့.မဟုတ် တခြား အဆင်.မြင်. သိပ္ပံနည်းပညာပေါ်မှာ အသုံးပြုယင်၊ နို့.မဟုတ် ထောက်လှမ်းရေးအတွက် အသုံးပြုယင်၊ ကျွန်တော်.အမြင် အနေနဲ့. ဒီမှာ ပြဿနာ တခု ရှိတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ဒီအာကာသဟာ ဝိသေသ ရှိပါတယ်။ ဒါဟာ အဲဒီ ဝိသေသနဲ့. ကိုက်ညီယင်၊ ဒါက အစွမ်းရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ဝိသေသနဲ့. မကိုက်ညီယင်၊ ဒါဟာ အသုံးပြုရာမှာ အဆင်ပြေမှာ မဟုတ်တော့.ဘူး။ သူ့ကို ကောင်းမှု ပြုလုပ်ခိုင်းတယ် ဖြစ်စေ၊ အဆင်.မြင်.ပေါ်က ဥစ္စာကို သူက ရအောင် မပြုနိုင်ဘူး။ ခံစားလိုက်တာသာ ရတယ်။ ပရိယာယ်ငယ်တွေ ပြုတာဟာ ပုံမှန်ဖွံ့.ဖြိုးနေတဲ့. လူမှုရေး အပေါ် အတားအဆီး မရှိဘူး။ သူက ဘာကို ပြောင်းလဲ ချင်တယ်ဆိုယင်၊ တော်တော်.ကို ကြီးတဲ. ကိစ္စကို လုပ်ချင်ယင်၊ သူလုပ်ဘို့. လိုသလား မလိုဘူးလား ဆိုတာကို သူပြောတာ အရာမရောက်ဘူး။ အကြောင်းရင်းက လူမှုရေး ဖွံ့.ဖြိုးမှုဟာ လူ့.ရဲ့. ဆန္ဒအတိုင်း ပြောင်းလဲတာ မဟုတ်လို့. ဖြစ်ပါတယ်။ သူက ဘာအထိ ဖြစ်မြောက်ချင်ယင်၊ ဒီအကြောင်းကို ဘယ်သူမှ မကွပ်ကဲနိုင်ပါဘူး။

မေး၊ လူ့.ရဲ့. ယိရူ(意识 သတိ)က ဘယ်လို ဝင်ထွက်သလဲ။

ဖြေ၊ သတိဟာ သာမန်အားဖြင့်. ဦးထိပ်က ထွက်တယ်လို့. ကျွန်တော်တို့. ပြောတယ်။ ဒီလိုဘဲ ကန့်.သတ်ထားတာ မဟုတ်တာပေါ့။ ဒါဟာ ဘာနေရာမဆို ထွက်နိုင်တယ်။ တချို့. ကုန်းနည်းမှာ အလေးထား ပြောသလို ဦးထိပ်ကနေ ထွက်တာ မှုချဖြစ်တယ်လို့. မဟုတ်ဘူး။ ဘယ်နေရာမှမဆို ကိုယ်ခန္ဓာမှ ထွက်လို့. ရပါတယ်။ ဝင်တာလဲ အတူတူဘဲ။

မေး၊ ထျန်းမု နေရာမှာ အနီရောင် အလင်းရောင် ရှိတယ်။ အလယ်ပိုင်မှာ အမဲရောင် အပေါက် ဖြစ်တယ်။ အလျဉ်အမြန်နဲ့ တထပ်ပြီးတထပ် ပန်းပွင့်တယ်။ ထျန်းမု ပွင့်နေသလား၊ ဒါအပြင်၊ တခါတလေ ကြယ် အလင်းရောင်၊ လျှပ်ပြက်တာလဲ ရှိတယ်။

ဖြေ၊ ခင်ဗျား ကြယ် အလင်းရောင် ရှိတဲ့အထိ ပွင့်ယင် ပြီးခါနီး ဖြစ်နေပြီ။ လျှပ်ပြက်တာ ရှိရာမှာ စင်စစ်တော့ ဖောက်တာ ပေါက်ခါနီး ဖြစ်နေပြီ။

မေး၊ ဆရာတော် ခေါင်းပေါ်မှာ ကိုယ်မှာ အနီရောင် အစိမ်းရောင် အလင်းရောင်ကွင်း ရှိတယ်လို့ မြင်တယ်။ ဒါပေမယ့် မျက်စိပိတ်ယင် ဘာကိုမှ မမြင်နိုင်ဘူး။ မသိမသာ ခိုးကြည့်ပြီး မြင်တာလား။

ဖြေ၊ ခိုးကြည့်ပြီး မြင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ခင်ဗျားက မျက်စိပိတ်ပြီး မကြည့်တတ်ဘူးသာ ဖြစ်တယ်။ မျက်စိ ဖွင့်ပြီးနဲ့ ကြည့်တာ ဖြစ်တယ်။ သာမန်အားဖြင့် ထျန်းမု ပွင့်တဲ့လူဟာ အသုံး မပြုတတ်ဘူး။ တခါတလေ မျက်စိဖွင့်တဲ့အခါ မသိမသာမှာ မြင်နိုင်တတ်၊ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားက အတင်း သေသေချာချာ ကြည့်ချင်ယင်၊ စင်စစ်တော့ မျက်စိကို အသုံးပြုနေတာ ဖြစ်တယ်။ ပြန်မမြင်နိုင်တော့ဘူး။ ခင်ဗျား ဂရုမစိုက်တဲ့အခါ ပြန်မြင်တယ်။

မေး၊ ကျွန်တော်ရဲ့ သမီးဟာ ကောင်းကင်ယံမှာ စက်ဝိုင်းတွေကို မြင်တယ်။ သူက ရှင်းလင်း အောင် မပြောနိုင်ဘူး။ သူမကို ဖွားလွင်း တံဆိပ်ကို ပြယင်၊ သူမက ဒါဘဲဖြစ်တယ်လို့ ပြောတယ်။ သူမဟာ တကယ် ထျန်းမု ပွင့်နေပြီးလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဖွားလွင်းတံဆိပ်ကို အသက် ၆-နှစ်အောက် ကလေးငယ်ဟာ တချက် ကြည့်လိုက်တာနဲ့ ထျန်းမု ပွင့်တော့မယ်။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားတော့ မလုပ်နဲ့။ ကလေးငယ် ဆိုယင် မြင်နိုင်တယ်။

မေး၊ ထျန်းမု ပွင့်ပြီး အသုံးမပြုတတ်ဘူး။ ဆရာတော်က တဆင် ဖြေကြားပေးပါ။

ဖြေ၊ ထျန်းမု တော်တော်ပေါက်အောင် ပွင့်တဲ့အခါ အသုံး မပြုတတ်ဘူး ဆိုယင်လဲ အသုံးပြုတတ်မယ်။ သိပ်လင်းတဲ့၊ သုံးဘို့ သိပ်အဆင်ပြေတဲ့အခါ အသုံး မပြုတတ်ယင်လဲ အသုံးပြုတတ်မယ်။ ထျန်းမုနဲ့ ပစ္စည်းကို ကြည့်ရာမှာ မသိမသာ အခြေအနေမျိုးမှာ မြင်တာ ဖြစ် တယ်။ သေသေချာချာ ကြည့်ချင်တဲ့အခါ မသိမသာမှာ မျက်စိကို အသုံးပြုပြီး အမြင်နာမ်ကြောကို အသုံးပြုတယ်။ ဒါကြောင့် မမြင်နိုင်တော့ဘူး။

မေး၊ ထျန်းမု ပွင့်ပြီးနောက် မြင်တာဟာ အာကာသ ဟင်းလင်းပြင် တခုလုံးရဲ့ ဥစ္စာလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့ ထျန်းမု ပွင့်တာဟာ အဆင်အတန်း ခွဲတယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ် ဆိုယင်၊ ခင်ဗျား မြင်တဲ့ အဖြစ်မှန် များတာ နဲ့တာကို အဆင်အတန်း ခွဲပြီး

အဆုံးအဖြတ်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထျန်းမု ပွင့်.ပြီးနောက် အာကာသမှာ ရှိသမျှကို အကုန် မြင်နိုင်တယ်လို့. အမှန်မရှိဘဲ၊ နောက်နောင် ကုန်းကျင်.ရာမှာ ခင်ဗျားရဲ့ အဆင်.အတန်းကို တဖြည်းဖြည်း တိုးမြင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ အသိဉာဏ်ပွင့်.ပြီးမှ၊ ခင်ဗျားက ပိုမို များပြားတဲ့. အဆင်.အတန်းကို မြင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါလဲ ခင်ဗျား မြင်တာဟာ အာကာသ တခုလုံးရဲ့. တရားမှန် ဖြစ်တယ်လို့. အာမ မခံနိုင်ဘူး။ အကြောင်း ရင်းဟာ၊ သကျမုနိက ဟိုတုန်းက သူ့အသက်ထင်ရှားရှိစဉ်မှာ တရား သင်ကြားတဲ့.အခါလဲ အဆက်မပြတ် တိုးမြင်.တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်. တဆင်. တိုးမြင်.တိုင်း၊ သူက ယခင်က ပြောကြား ဖူးတဲ့. ဥစ္စာ ပြန်မတည်ငြိမ်တော့.ဘူးလို့. မြင်တွေ့.တယ်။ ဒီထက် ပိုမြင်.တဲ့.အခါ အောက်ကို ကြည့်.ရာမှာ ပြန်မမှန်ဘူးလို့. တွေ့.တယ်။ ဒါကြောင့်. သူက နောက်ဆုံးမှာ ‘တရားဟာ ပုံသေတရား မရှိ’လို့. ပြောတယ်။ အဆင်.အတန်း တခုမှာ တရားတခုစီ ရှိတယ်။ သူကလဲ အာကာသ တခုလုံးရဲ့. တရားမှန်ကို လုံးဝမြင်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့. ရိုးရိုးလူအမြင် အနေနဲ့. လောကကျင်.ရာမှာ ရူးလိုင် (如来) အဆင်.အတန်းကို ရောက်နိုင်ယင် စဉ်းစားလို့.တောင် ခက်တယ်လို့. ထင်မှတ်တယ်။ သူက ရူးလိုင် ဖြစ်တဲ့. အဲဒီ အဆင်.အတန်းကိုသာ သိတယ်။ ဒီထက် ပိုမြင်.တဲ့. ဥစ္စာ သူလဲ မသိလို့. လက်မခံနိုင်တော့.ဘူး။ ရူးလိုင်ဟာ ဗုဒ္ဓတရားမှာ ငယ်ငယ်လေး အဆင်.အတန်း တခု ဖြစ်တယ်။ မဟာတရားဟာ အဆုံးအစွန် မရှိဘူး။ ဒါကိုဘဲ ဆိုတာပါ။

မေး၊ ကျွန်တော်တို့. မြင်တဲ့. ဆရာကိုယ်ပေါ်မှာ ရှိတဲ့.ဥစ္စာတွေ တကယ် တည်ရှိသလား။

ဖြေ၊ တကယ်တည်ရှိတာပေါ့။ ဟင်းလင်းပြင် မှန်သမျှ အားလုံး ရုပ်ဝတ္ထုနဲ့. ဖွဲ့စည်းထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖွဲ့စည်းပုံဟာ ကျွန်တော်တို့.နဲ့. မတူဘူးသာ ဖြစ်တယ်။

မေး၊ ကျွန်တော်ရဲ့. ကြိုတင် ခံစားချက်ဟာ ဖြစ်ပွားတဲ့. အကြောင်းနဲ့. ခဏခဏ တူညီတတ်တယ်။

ဖြေ၊ ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့. ပြောတဲ့. ကြိုတင်ခန့်မှန်း ကုန်းစွမ်းရည် ဖြစ်တယ်။ စင်စစ်အားဖြင့်. စုမင်.ထွန်း(宿命通 ၊ ကံကြမ္မာ နားလည်ခြင်း)ရဲ့. အဆင်.နိမ်. အဆင်. ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့. ကျင်.တဲ့.ကုန်း အားလုံးဟာ တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ ရှိတယ်။ ဟိုဟင်းလင်းပြင်မှာ အချိန်ဟင်းလင်းပြင် ဟာမျိုး မရှိဘူး။ အကွာ ဘယ်လောက်ဘဲ ဝေးဝေး အားလုံး အတူတူဘဲ။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ရာမှာ ရောင်စုံလူ၊ ရောင်စုံကောင်းကင်ယံ၊ ရုပ်ပုံတွေ ပေါ်ထွက်တယ်။

ဖြေ၊ ခင်ဗျား ထျန်းမု ပွင်.ယင်၊ ခင်ဗျား မြင်တဲ. ဥစ္စာဟာ တခြား ဟင်းလင်းပြင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တခြားဟင်းလင်းပြင်ဟာ အဆင်.အတန်း ခွဲထားတယ်။ ခင်ဗျားမြင်တာဟာ ဒါတွေအနက် အဆင်.အတန်း တခု ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်။ ဒါဟာ သလောက်ဘဲ လှပတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်.ရာမှာ ရုတ်တရက် ဟုန်းခနဲနဲ. အသံမြည်ပြီး၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ထိုးဖောက် ခံလိုက်တယ်လို့. ခံစားတယ်။ အကြောင်း တော်တော်များများကို အကုန် ဖြုန်းစားကြီး နားလည်မိတယ်။

ဖြေ၊ တချို့လူ ကုန်းကျင်.ရာမှာ ဒီလို အခြေအနေမျိုး ဖြစ်တတ်တယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ တစိတ် တပိုင်းကို ဖောက်ခွဲပြီး နယ်ပယ် တချို့မှာ ဥာဏ်ပွင်.လာတယ်။ တဖြည်းဖြည်း ရိပ်စားတဲ. အခြေအနေ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား ကျင်.တဲ. အဆင်.အတန်း တခု ပြီးသွားတော့. တစိတ်တပိုင်းကို ဖောက်ခွဲတယ်။ ဒါတွေ အားလုံး ပုံမှန်ဖြစ်တယ်။

မေး၊ တခါတလေ မလုပ်နိုင်တဲ. ခံစားချက်ရှိတယ်၊ ဘာအကြောင်းရင်းလဲ။

ဖြေ၊ ကုန်းကျင်.ရာ ပဏာမကာလမှာ ခင်ဗျားက အဲဒီ ခံစားချက်မျိုး ရှိချင် ရှိမယ်။ ရုတ်တရက် လက် နှိ.မဟုတ် ဘာအစိတ်အပိုင်း မလုပ်နိုင်တော့ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲ။ ခင်ဗျားက ကုန်းစွမ်းရည် တမျိုးရှိလို့.ကြောင့်. ဖြစ်ပါတယ်။ တင်.ကုန်း( 定功 မလုပ်စေတဲ.ကုန်း) ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျား ကိုယ်၌ပင် တည်ရှိတဲ. ကုန်းစွမ်းရည် တမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကုန်းစွမ်းရည် အစွမ်း သိပ်ကြီးတယ်။ လူတယောက်ယောက် မသမာမှု လုပ်ပြီး ပြေးရာမှာ ခင်ဗျားက 'တင်.'လို့. ပြောယင် သူက ချက်ချင်း မလုပ်နိုင်တော့ဘူး။

မေး၊ ဘယ်အချိန်မှာ ရောဂါ ကုလို့.ရသလဲ။ ကျွန်တော် ယခင်က လူကို ရောဂါ ကုပေးရာမှာ အစွမ်းနဲနဲ ရှိတယ်။ ဖွာလွင်းကုန်း သင်ပြီးနောက် တချို့လူက ကျွန်တော်.ကို ရောဂါကုခိုင်းတယ်၊ ကျွန်တော်က လူကို ကုပေးလို့. ရလား။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်.အမြင် အနေနဲ. ဒီသင်တန်းမှာ လူတွေ၊ ခင်ဗျား ယခင်က ဘယ်ဂိုဏ်းက ကုန်းနည်းကို သင်ဖူးတယ် ဖြစ်စေ၊ အချိန် ဘယ်လောက်ကြာ ကျင်.ဖူးတယ် ဖြစ်စေ၊ ရောဂါကုနိုင် တဲ.အထိ ရောက်ပြီ မရောက်ဘူး ဖြစ်စေ၊ အဆင်.နိမ်.မှာ၊ ခင်ဗျားတို့.ကို ရောဂါ မကုစေချင်ဘူး။ အကြောင်းရင်းဟာ ခင်ဗျား ကိုယ်.ဟာကိုယ်တောင် ကိုယ်က ဘာအနေအထားလဲလို့. မသိဘူး။ ခင်ဗျားက သူများကို ရောဂါကုပေးဖူးတယ်၊ ခင်ဗျားက ဟိုအခါမှာ စိတ်တည်.မတ်လို့. အစွမ်း ရှိတယ်လို့. ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်၊ သွားလာနေတဲ. ဆရာ တဦးဦးက ခင်ဗျားကို အကူအညီ ပေးခဲ.တယ်လို့.လဲ ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်။ ခင်ဗျားက ကောင်းမှု လုပ်နေတယ် ဖြစ်လို့.လေ။ ခင်ဗျားကျင်.တဲ. အဲဒီ စွမ်းအင်

အနဲငယ် အစွမ်း ပြုနိုင်တယ် ဆိုယင်လဲ ခင်ဗျား ကိုယ်.ကိုယ်ကို မကာကွယ်နိုင်ဘူး။ ခင်ဗျား ရောဂါ ကုရာမှာ၊ ရောဂါသည်နဲ့ အခွင် တခွင်တည်းမှာ ရှိတယ်။ အချိန်ကြာလာယင်၊ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ အမဲရောင်ချိလေ၊ ခင်ဗျားက ရောဂါသည်ထက် ရောဂါ ပြင်းတယ်။ ရောဂါသည်ကို သက်သာ ဖြိုလားလို့ မေးယင်၊ သူက၊ ‘နဲနဲလောက် သာတယ်’တဲ့။ ဒါဟာ ရောဂါကုတာ ခေါ်နိုင်သလား။ တချို့ ချိကုန်း ဆရာက ပြောတယ်။ နက်ဖြန် တခေါက်လာ၊ သန်ဘက်ခါ နောက်တခေါက်လာ၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို ကာလပိုင်း တပိုင်း ကုပေးမယ်တဲ့။ သူကလဲ ‘ဆေးကု ကာလပိုင်း’ကို ပြောတယ်။ ဒါဟာ လူကို လိမ်ညာတယ် မဟုတ်ဘူးလား။ ခင်ဗျား အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ရောက်တဲ့အခါ ကုယင် ဘယ်လောက် ကောင်းမလဲ။ တယောက်ကို ကုပေး တယောက် သက်သာတယ်။ ဒါက ဘယ်လောက် အားရပါးရ ဖြစ်သလဲ။ ခင်ဗျားက ကုန်းထွက်နေပြီး နိမ်.လဲ မနိမ်.ဘူးဆိုယင်၊ တကယ်. ရောဂါကုပေးဘို့ လိုတဲ့အခါ၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို လက်ကို ဖွင့်.ပေးမယ်။ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားရဲ့ ရောဂါကုပေးတဲ့ ကုန်းစွမ်းရည် ကို ယူထွက်လို့ ရတယ်။ ဒါပေမယ်. ခင်ဗျားက အဆင်.မြင်.ပေါ်ကို ကျင်.ယင်၊ ကျွန်တော်.အမြင်အနေနဲ့ ဒီလို ကိစ္စ မလုပ်ဘို့ အကောင်းဆုံးဘဲ။ မဟာတရားကို ဝါဒဖြန့်.ဘို့.နဲ့ လူမှု အစီအစဉ်မှာ ပါဝင်ဘို့.အတွက် ကျွန်တော်ရဲ့ တပည့်. တစိတ်တပိုင်းက ရောဂါ ကုပေးနေတယ်။ သူက ကျွန်တော်ရဲ့ ဘေးမှာရှိပြီး၊ ကျွန်တော်က သူ့ကို သင်ပေးလို့၊ သူက အာမခံ ရှိတယ်။ ဒါကြောင်း ကိစ္စမရှိဘူး။

မေး၊ ကုန်းစွမ်းရည်ထွက်ယင် သူများကို ပြောပြလို့ ရလား။

ဖြေ၊ ကုန်းစွမ်းရည် ထွက်ယင်၊ ဖာလွင်းကုန်းကျင်.သူကို ပြောပြတယ်။ စိတ်ထား နိမ်.ချစွာနဲ့ ဆိုယင် ကိစ္စ မရှိဘူး။ ခင်ဗျားတို့ စုပြီး ကုန်းကျင်. ခိုင်းတာဟာ ခင်ဗျားတို့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်လို့ အတွက်ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အပြင်မှာ ကုန်းစွမ်းရည် ရှိသူကို တွေ့ယင်လဲ သူ့ကို ပြောပြလို့ ရပါတယ်။ ကိစ္စ မရှိဘူး။ မရှိပြန်.သာ လိုတယ်။ ကျွန်တော် အစွမ်းရှိတယ်လို့ ရှိပြန်.ချင်ယင် မရတော့ဘူး။ ရှိပြန်.တဲ့ အချိန်ကြာယင် ဟိုဥစ္စာက ရှိမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ချိကုန်း ဖြစ်ရပ်တွေ ပြောချင်တယ်။ စူးစမ်း လေ့လာချင်တယ်။ ကိုယ်.စိတ်ထွေပြားမှု နဲနဲမှ မပါယင် ကျွန်တော်က ပြဿနာ မရှိဘူးလို့ ပြောတယ်။

မေး၊ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ‘ခုန်း’(空 ဗလာ)ကို ပြောတယ်။ တာအိုပိုင်းမှာ ‘ဂူး’(无 မဲ.)လို့ ပြောတယ်။ ကွန်တော်တို့ ဘာကို ပြောသလဲ။

ဖြေ၊ ဗုဒ္ဓပိုင်းမှာ ‘ခုန်း’၊ တာအိုပိုင်းက ‘ဂူး’ဟာ ဒါရဲ့ ကုန်း ကိုယ်၌ပင် ရှိတဲ့ ဥစ္စာ သက်သက် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒီမှာလဲ ဒီလို အနေအထား ရောက်ဘို့။

လိုတာပေါ့။ ကျွန်တော်တို့ ကုန်းကျင်ဘို့ စိတ်ရှိ၊ ကုန်းရရှိဘို့ စိတ်မရှိလို့ ပြောတယ်။ ရှင်းရှင်းကိုကျင်၊ စွဲကိုင်စိတ်ကို ဖျက်၊ ဒါကြောင့် ဗလာမဲ၊ ဖြစ်သေးတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ဒါကို အထူး အလေးထားပြီး မပြောဘူး။ အကြောင်းရင်းကတော့၊ ခင်ဗျားက ရုပ်ဝတ္ထု ကမ္ဘာမှာ နေထိုင်တယ်၊ ခင်ဗျားက ရုံး တက်ရတယ်၊ အလုပ် လုပ်ကိုင်ရတယ်၊ ကိစ္စ လုပ်ရမှာဘဲ။ ကိစ္စလုပ်ယင်၊ ကိစ္စကောင်း၊ ကိစ္စဆိုး ပြဿနာ ပေါ်ထွက်မှာ သေချာတယ်။ ဘယ်လို လုပ်မလဲ။ ကျွန်တော်တို့ ကျင်တာဟာ ရှင်းရှင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့ ဒီကုန်းရဲ့ အထူးချွန်ဆုံး ဥစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား စိတ်တည်မတ်ပြီး၊ လုပ်တဲ့ ကိစ္စဟာ ကျွန်တော်တို့ တောင်းဆိုထားချက်နဲ့ ကိုက်ညီယင်၊ ရှင်းရှင်းက ပြဿနာ ရှိတော့မှာ မဟုတ်ဘူး။

မေး၊ ကျွန်တော်တို့ ခါတိုင်းမှာ ကုန်းစွမ်းရည် တိုးမြင်တာကို ဘယ်လို ခံစားနိုင်သလဲ။

ဖြေ၊ ခင်ဗျား ကုန်းကျင်တဲ့ ပဏာမ ကာလမှာ ကုန်းစွမ်းရည် ထွက်ယင် ခံစားမိနိုင်တယ်။ ကုန်းစွမ်းရည် မထွက်ဘူး၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အာရုံထက်မြက်တယ် ဆိုယင်၊ ခံစားမိနိုင်တယ်။ ၂-ခုစလုံး မဟုတ်ဘူး ဆိုယင်၊ ခံစားနိုင်မှာ မဟုတ် တော့ဘူး။ မျက်စိ ပိတ်ထားပြီး ကျင်ရမှာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ သင်သူ ၆၀-၇၀- ရာခိုင်နှုန်းဟာ ထျန်းမု ပွင့်ထားတာ ဖြစ်တယ်၊ မြင်နိုင်တယ်။ ကျွန်တော် အကုန် သိတယ်။ ခင်ဗျားတို့ မပြောဘဲနဲ့ မျက်လုံးပြူးထားပြီး ကြည့်နေသာဘဲ ဖြစ်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ခင်ဗျားတို့ကို အတူတူ ကုန်း ကျင်ခိုင်းသလဲ။ ခင်ဗျားတို့ အဖွဲ့အတွင်းမှာ အပြန်အလှန် ဖလှယ် တိုင်ပင်ရစေဘို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကုန်းနည်းအပေါ် တာဝန်ယူတဲ့ အနေနဲ့ အပြင်မှာ ရှောက်မပြောနဲ့။ အတွင်းမှာ ဖလှယ်ပြီး၊ အပြန်အလှန် တိုးတက်စေလို့ ရပါတယ်။

မေး၊ တရားကိုယ်ခန္ဓာ (法身)က ဘယ်လို ပုံသဏ္ဍာန်လဲ။ ကျွန်တော် ကိုယ်၌ပင် တရားကိုယ်ခန္ဓာ ရှိသလား။

ဖြေ၊ တရားကိုယ်ခန္ဓာဟာ မိမိကိုယ်နဲ့ ရုပ်တူတယ်။ ခင်ဗျားက အခု တရားကိုယ်ခန္ဓာ မရှိဘူး။ အဆင် အသင်အတင် ကျင်တဲ့အခါ၊ လောကတရားမှ ထွက်ပြီး၊ ကျင်တာ အထူးမြင်တဲ့ အဆင် ရောက်တဲ့အခါမှ တရားကိုယ်ခန္ဓာ ထွက်နိုင်တယ်။

မေး၊ သင်တန်း ပြီးဆုံးပြီးနောက်၊ ဆရာတော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာက ဘယ်လောက်ကြာ လိုက်နိုင် သေးသလဲ။

ဖြေ၊ သင်သူတိုင်း ရုတ်တရက် အဆင်မြင်ပေါ်က ဥစ္စာတွေကို ကျင်ယင် သူ့အဖို့

တော်တော် ကြီးတဲ့ ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ပါတယ်။ အတွေးအခေါ် ပြောင်းလဲမှုကို ဆိုတာ မဟုတ်ဘဲ၊ ခင်ဗျား လူတစ်လုံးရဲ့ ပြောင်းလဲမှုကို ဆိုတာပါ။ အကြောင်းရင်းတော့ သာမန်လူ တဦးက ရုတ်တရက် သူက သာမန်လူအနေနဲ့ မရရှိသင်တဲ့ ဥစ္စာ ရရှိယင်၊ ဒါဟာ အန္တရာယ် ရှိတယ်။ အသက်က ခြိမ်းခြောက်မှု ခံတော့မယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာဟာ သူ့ကို ကာကွယ်ရပါတယ်။ ကျွန်တော်က ဒီအချက် ဖြစ်မြောက်အောင် မလုပ်နိုင်ဘဲနဲ့ ဒီမှာ တရားသင်းပေးယင်၊ လူကို ထိခိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ချိကုန်းဆရာ တော်တော်များများဟာ မလုပ်ရဲဘူး၊ သင်မပေးရဲဘူး။ သူက ဒီတာဝန်ကို မယူနိုင်လို့ကြောင့်ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာဟာ ခင်ဗျားကို တလျှောက်လုံး ကာကွယ်ထားမယ်။ ခင်ဗျား ဖြစ်မြောက်အောင် ကျင့်တဲ့အထိ ကာကွယ်မယ်။ လမ်း တဝက်မှာ ခင်ဗျား မကျင့်ဘူး ဆိုယင် တရားကိုယ်ခန္ဓာ သူ့ဟာသူ သွားမယ်။

မေး၊ ရိုးရိုးလူ ကျင့်တာဟာ ကုန်းလေကျင့်တာနဲ့ မဟုတ်ဘဲ ရှင်းရှင်းနဲ့ ဖြစ်တယ်လို့ ဆရာတော်က ပြောတယ်။ ရှင်းရှင်း မြင်ယင် ကုန်းမကျင့်ဘူးလဲ အသီးမှန် ရရှိနိုင်တယ်လို့ ဆိုလို့ ရလား။

ဖြေ၊ သဘောတရားအရ ဒီလိုဘဲ။ ခင်ဗျား ရှင်းရှင်းကျင့်ယင် စာရိတ္တက ကုန်းအဖြစ် လှည့်ပြောင်းနိုင်တယ်။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားက ခင်ဗျားကို ကုန်းကျင့်သူ အဖြစ် သဘောထားရတယ်။ ခင်ဗျားက ကုန်းကျင့်သူ အဖြစ် မထားယင်၊ စာရိတ္တ စုတာ စုတာသာ ဖြစ်မှာဘဲ။ ခင်ဗျားက စာရိတ္တ တော်တော်များများကို စုချင်စုမယ်။ တလျှောက်လုံးနဲ့ လူကောင်း လုပ်ပြီး စာရိတ္တ သွားစုတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်ကို ကုန်းကျင့်သူအဖြစ် ထားယင်လဲ မရဘူး။ ခင်ဗျားက အဆင်မြင်ပေါ်မှာ တရားကို မရသေးဘူး။ ခင်ဗျားတို့ သိကြာတဲ့အတိုင်းဘဲ၊ ကျွန်တော် ဥစ္စာ များစွာ ပြောပြခဲ့တယ်။ ဆရာက ခင်ဗျားကို ကာကွယ်တာ မရှိယင်၊ ခင်ဗျားက အပေါ်ကို ကျင့်သွားဘို့ ခက်တယ်။ ခင်ဗျားက တနေ့မှတောင် အဆင်မြင်ပေါ်မှာ ကုန်းကျင့်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် အသီးမှန် ရချင်တာဟာ သလောက်လွယ်ကူတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ရှင်းရှင်းကို တိုးမြှင့်ပြီးနောက် အာကာသ ဝိသေသနဲ့ တူညီစေ။

မေး၊ အဝေးက ကုပေးတာရဲ့ မူရင်း သဘောတရားက ဘာလဲ။

ဖြေ၊ သဘောတရားက သိပ်လွယ်ကူတယ်။ အာကာသက ကြီးလဲကြီးနိုင်၊ ငယ်လဲငယ်နိုင်တယ်။ ကုန်းစွမ်းရည် လွတ်တာလဲ ကြီးလဲကြီး၊ ငယ်လဲငယ်နိုင်တယ်။ ကျွန်တော်က မူလနေရာမှာ ရှိပြီး မလုပ်ဘူး၊ ဒါပေမယ့် ကုန်းစွမ်းရည် လွတ်ပြီး အမေရိကန်လို ဝေးတဲ့ ရောဂါသည်ကို ထိနိုင်တယ်။ ကုန်းကို လွတ်သွားလို့ ရတယ်။ သူ့ရဲ့



သတိကို တိုက်ရိုက် ရွှေ့လာစေလိုလဲ ရတယ်။ ဒါဟာ အဝေးကနေ ကုပေးတာရဲ့ သဘောတရား ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းစွမ်းရည် ဘယ်နှစ်မျိုး ထွက်မလဲလို့ သိလိုရလား။

ဖြေ၊ ကုန်းစွမ်းရည်ဟာ ၁-သောင်းကျော်တောင် မကဘူး။ အသေးစိတ် ဘယ်လောက် သိတာ အကုန် အရေးမကြီးဘူး။ ဒီသဘောတရား၊ ဒီတရားကို သိယင် ပြီးရော။ ကျန်တာက ကိုယ်.ဟာကိုယ် သွားကျင်။ သလောက် များပြားတဲ့ ဥစ္စာတွေ သိဘို့လဲ မလိုဘူး။ ခင်ဗျားအဖို့လဲ ကောင်းကျိုး မရှိဘူး။ ဆရာက တပည့်ကို ရှာ၊ တပည့်ကို သင်ပေးဘို့ လက်ခံတဲ့အခါ၊ တပည့်ဖြစ်သူက ဘာကိုမှ မသိဘူး၊ ခင်ဗျားကိုလဲ မပြောပြဘူး၊ အားလုံး ကိုယ်.ဟာကိုယ်သွား ရိပ်စားရပါတယ်။

မေး၊ ကျွန်တော်က သင်တန်းမှာ မျက်စိပိတ်ထားတာနဲ့ ဆရာတော်က အပေါ်မှာ သင်တန်း သင်ကြားနေတာကို မြင်နိုင်တယ်၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အထက်ပိုင်းက အမဲရောင် ဖြစ်တယ်၊ စားပွဲလဲ အမဲရောင် ဖြစ်တယ်၊ နောက်ပိုင်းမှာ ပိတ်ထည်က ပန်းရောင် ဖြစ်တယ်၊ တခါတလေ ဆရာ အနီးတဝိုက်မှာ အစိမ်းရောင် အလင်း တကွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါက ဘာဖြစ်လို့လဲ။

ဖြေ၊ ဒါဟာ ခင်ဗျားရဲ့ အဆင်.အတန်း ပြဿနာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကြောင်းရင်းတော့ ထျန်းမု ပွင်.ခါစမှာ အဖြူရောင်ကို အမဲရောင်အဖြစ် မြင်တတ်တယ်၊ အမဲရောင်ကို အဖြူရောင်အဖြစ် မြင်တတ်တယ်။ အဆင်.အတန်း နဲ့နဲ့ တိုးမြင်.ပြီးနောက် ဘာမဆို မြင်တာ အကုန် အဖြူရောင် ဖြစ်တယ်။ အဆင်.အတန်း ထပ် တိုးမြင်.ပြီးနောက် အရောင်တွေတော့ ခွဲထားမယ်။

### ၅။ ဒုက္ခအခက်အခဲတွေ

မေး၊ ဒုက္ခအခက်အခဲဟာ ဆရာတော်က တပည့်အတွက် စီစဉ်ပေးတဲ့ စမ်းသပ်မှုလား။

ဖြေ၊ ဒီလို ဖြစ်တယ်လို့ ပြောလိုရတယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျားတို့ရဲ့ ရှင်းရှင် တိုးမြင်ဘို့ အတွက် စီစဉ်ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်တမ်း ခင်ဗျား ရှင်းရှင် သလောက် မြင်အောင် မရောက်ဘဲနဲ့ ခင်ဗျားကို အပေါ်ကို ကျင်စေယင် ရနိုင်သလား။ မူလတန်း ကျောင်းသား တယောက်လို သူ့ကို တက္ကသိုလ်ကို ပို့ယင် ရလား။ ဒါဟာ မရဘူးလို့ ကျွန်တော်ထင်တယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင် တကယ် တိုးမြင်မှု မခံဘူး၊ ရှိသမျှကို အားလုံး ပေါ့အောင် သဘောမထားနိုင်၊ အားလုံး မချနိုင်တဲ့အခါ၊ တကယ်တမ်း ခင်ဗျားကို အပေါ်ကို ကျင်စေယင်၊ ခင်ဗျားက အကြောင်းလေး အတွက်ကြောင်း

ဥာဏ်ရသူနဲ့ အငြင်းပွားမယ်၊ ဒါ မရဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ ရှင်းရှင်းကို သလောက် အရေးကြီးအောင် သဘော ထားသလဲ ဆိုတာဟာ အဲဒီ သဘောတရား အတွက်ဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်သူနဲ့ သာမန်လူရဲ့ ဒုက္ခတွေ ဘာကွာခြားချက် ရှိသလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်တို့ ကုန်းကျင်သူဟာ သာမန်လူနဲ့ ကွာခြားချက်ရယ်လို့ မရှိဘူး။ ခင်ဗျားရဲ့ ဒုက္ခတွေကို ကုန်းကျင်သူရဲ့ လမ်းကြောင်းအတိုင်း ခင်ဗျားအတွက် စီစဉ်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်လူဟာ သာမန်လူရဲ့ ဝဋ်ကို ပြန်ဆပ်နေတာ ဖြစ်တယ်။ အားလုံး ဒုက္ခအခက်အခဲ ရှိတယ်။ ခင်ဗျား ကုန်းကျင်ယင် ရှိမယ်၊ သာမန်လူတော့ မရှိဘူးလို့ မဟုတ်ဘူး။ အလားတူ အားလုံးရှိမယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ဒီဒုက္ခဟာ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်း တိုးမြှင့်ဘို့ ထားရှိတာ ဖြစ်ပြီး၊ သူ့ရဲ့ ဟိုဒုက္ခဟာ သူ့ရဲ့ ဝဋ်ကို ရှင်းဘို့ အတွက် ထားရှိတာသာ ဖြစ်တယ်။ စင်စစ်အားဖြင့် ဒုက္ခဟာ ကိုယ်ရဲ့ ဝဋ် ဖြစ်တယ်။ ကျွန်တော်က အသုံးပြုလာပြီးတော့ တပည့်ရဲ့ ရှင်းရှင်းကို တိုးမြှင့်စေတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ဒုက္ခဟာ ပစ္စိမတိုင်းကို သွား ကျမ်းစာအုပ်ယူတဲ့ ဒုက္ခ ၈၁-ခုလို့ လား။

ဖြေ၊ နဲ့နဲ့ နီးစပ်တယ်။ ကုန်းကျင်သူရဲ့ ဘာဝတသက်ဟာ စီစဉ်ပြီးသား ဖြစ်တယ်၊ ပိုများမှာလဲ မဟုတ်၊ ပိုနဲ့မှာလဲ မဟုတ်။ ဒါပေမယ့် ဒုက္ခ ၈၁-ခု ဖြစ်တာတော့ အမှန်မရှိ။ ဒါဟာ ခင်ဗျားရဲ့ ဇာစ်မြစ် ဘယ်လောက် မြင့်အောင် ကျင်နိုင်တာကို ကြည့်ရတယ်။ ခင်ဗျား မှီနိုင်စရာ အဆင်အတန်း အတိုင်း စီစဉ်ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်လူ ရှိတဲ့ ကုန်းကျင်သူ ဖျက်သင်တဲ့ ဟိုဥစ္စာတွေကို အကုန် တခေါက် ကျော်လွှားရတယ်။ အမှန်တကယ် ဒုက္ခအခက်အခဲ တော်တော် ခံရတယ်။ ခင်ဗျား မချနိုင်တဲ့ ဥစ္စာတွေကို အကုန် နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ခင်ဗျားကို ချစေရတယ်။ ဒုက္ခတွေနဲ့ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်းကို တိုးမြှင့်စေတယ်။

မေး၊ ကုန်းကျင်ရာမှာ လာဖျက်ဆီးသူ ရှိယင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ဖြေ၊ ဖုလွင်းကုန်း ကျင်တာ တခြားလူ ဖျက်ဆီးတာကို ကြောက်ဘို့ မလိုဘူး။ ပဏာမ ကာလမှာ ကျွန်တော်ရဲ့ တရားကိုယ်ခန္ဓာနဲ့ ခင်ဗျားကို ကာကွယ်ထားတယ်။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားက အကြွင်းမဲ့ ဘာကိစ္စမဆို ကြုံမှာ မဟုတ်ဘူးလို့တော့ မဟုတ်ဘူး။ တနေ့လုံး ဆိုဖာပေါ်မှာ ထိုင်ပြီး၊ ရေနွေးငြမ်း သောက်တာနဲ့ ကုန်းတက်တယ်၊ ဒီလို မဟုတ်ဘူး။ တခါတလေ ခင်ဗျားက ဒုက္ခ ကြုံတွေ့တဲ့အခါ ကျွန်တော်ရဲ့ နာမယ်ကို ခေါ်တယ်၊ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားရဲ့ ရှေးမှာ ရှိတယ်လို့ မြင်တယ်။ ခင်ဗျားကို မကူညီဘူးလို့ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ဒါဟာ ခင်ဗျား ကျော်လွှားသင်တဲ့ ခဲရာခက်ဆစ် တခု ဖြစ်လို့ကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျား တကယ် အန္တရာယ် ကြုံတဲ့အခါ

ခင်ဗျားကို ကာကွယ် မှာဘဲ။ ဒါပေမယ့် သာမန်အားဖြင့် ဒီလို တကယ် အန္တရာယ်လဲ တည်ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ အကြောင်းရင်းက ခင်ဗျားရဲ့ အဲဒီလမ်းကြောင်းကို ပြောင်းလဲပြီးပြီ၊ မတော်တဆ ဥစ္စာတွေ ကြားဝင်ဘို့ ခွင့်မပြုဘူး။

မေး၊ ဒုက္ခတွေကို ဘယ်လို သဘောထားသလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်က အဖမ်ဖမ် အလေးထား ပြောဖူးတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်ကို စောင့်စည်း ထား။ ပြုလုပ်တဲ့ ကိစ္စ မှားအောင် မလုပ်ဘူးလို့ ခင်ဗျား ထင်မှတ်ယင် အလွန်ကောင်းနေပြီ။ အထူးသဖြင့် အကြောင်း တစ်ခုခုကြောင့် သူများက ခင်ဗျားရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို ထိပါးတဲ့အခါလဲ ခင်ဗျားက သာမန်လူလို သူနဲ့ ရန်ဖြစ်ယင် ဒါနဲ့ ခင်ဗျားကလဲ သာမန်လူဘဲ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားက ကုန်းကျင်သူ ဖြစ်မို့လို့ ဒီလို သဘောထားလို့ မရတော့ဘူး။ ခင်ဗျား ကြံတွေ့တဲ့ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်ကို အနှောက်အယှက်ပြုတဲ့ အကြောင်းကိစ္စတွေဟာ အားလုံး ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်ကို တိုးမြှင့်နေတာ ဖြစ်တယ်။ ခင်ဗျားက ဘယ်လို သဘော ထားသလဲ ကိုသာ ကြည့်မယ်။ ခင်ဗျားက စောင့်စည်း ထားနိုင်သလားလို့ ကြည့်မယ်။ ခင်ဗျားက ဒီအကြောင်းကိစ္စမှာ ခင်ဗျားရဲ့ ရှင်းရှင်ကို တိုးမြှင့်နိုင်ပါသလားလို့ ကြည့်မယ်။

၆။ ဟင်းလင်းပြင်နဲ့ လူသား

မေး၊ အာကာသမှာ ဟင်းလင်းပြင် ဘယ်နှစ်ထပ် ရှိသလဲ။

ဖြေ၊ ကျွန်တော်သိထားတာအရ အာကာသမှာ ဟင်းလင်းပြင် အထပ် ဒုန်းဒေး ရှိပါတယ်။ ဒီထက် ပိုများတဲ့ ဟင်းလင်းပြင် အထပ်တွေ တည်ရှိခြင်းနဲ့ အဲဒီ ဟင်းလင်းပြင်မှာ ဘာတွေ ရှိသလဲ၊ ဘယ်သူက ဟိုမှာ ရှိသလဲ ဆိုတာကို လက်ရှိ သိပ္ပံနည်းနဲ့ သိဘို့ တော်တော် ခက်တယ်။ ခုခေတ်က သိပ္ပံပညာဟာ သက်သေ သာဓက ထူပြခြင်း မပြုနိုင်သေးဘူး။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ တချို့ ချိကုန်းဆရာနဲ့ ထူးကဲ ကုန်းစွမ်းရည် ရှိသူတော့ တခြားဟင်းလင်းပြင်တွေကို မြင်နိုင်တယ်။ အကြောင်းရင်းက တခြား ဟင်းလင်းပြင်ကို ကြည့်ယင် အသားမျက်စိနဲ့ ကြည့်လို့ မရဘဲ ထျန်းမှ နဲ့ဘဲ ကြည့်လို့ ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ ဟင်းလင်းပြင် အသီးသီးမှာ အားလုံး ‘ကျင်း ရှမ်း ရင်’ (真, 善, 忍 အစစ်၊ စိတ်နေ သဘောကောင်း၊ သည်းခံမှု) ဝိသေသ ပါဝင်သလား။

ဖြေ၊ ဟုတ်တယ်။ ဟင်းလင်းပြင်တိုင်းမှာ ‘ကျင်း ရှမ်း ရင် ’ ဝိသေသ ပါဝင်ထားတယ်။ အဲဒီ ဝိသေသနဲ့ လိုက်လျောတဲ့လူ ဆိုယင် လူကောင်းဘဲ ဖြစ်တယ်။ ဖောက်ဖျက်ပြီး ဆောင်ရွက်တဲ့လူ ဆိုယင် သူဆိုးဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါနဲ့ တူညီစေတဲ့ဟာ

တာအို ဖြစ်မြောက်သူ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး၊ အစ ဦးဆုံးမှာ လူသားဟာ ဘယ်ကလာသလဲ။

ဖြေ၊ အစ ဦးဆုံးမှာ အာကာသဟာ သလောက် များပြားတဲ့ ဒေါင်လိုက် အဆင်အတန်းတွေ မရှိဘူး။ သလောက် များပြားတဲ့ အလျားလိုက် အဆင်အတန်းလဲ မရှိဘူး။ ဒါဟာ တော်တော် လွယ်ကူ တယ်။ ဒါ့ရဲ့ ဖွံ့ဖြိုး လည်ပတ် လှုပ်ရှားရာမှာ အသက် ပေါ်ထွက်တယ်။ တနည်းနဲ့ ပြောမယ် ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ ပြောတဲ့ ပေါ်ဦး အကျဆုံး အသက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေဟာ အာကာသနဲ့ တူညီထားတာ ဖြစ်တယ်။ မကောင်းစရာတွေ တည်ရှိမှု မရှိဘူး။ အာကာသနဲ့ တူညီထားတာဟာ ကာအာသနဲ့ အတူတူ ဖြစ်တာ။ အာကာသမှာ ကုန်းစွမ်းရည် မှန်သမျှ ဒါမှာ အကုန်ရှိတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အာကာသ ဖွံ့ဖြိုး ဆင်ကဲ ပြောင်းလဲတာနဲ့ အမျှ၊ နတ်ပြည် တချို့တွေလဲ ပေါ်ထွက်လာတယ်။ ဒီနောက်၊ များသည်ထက် များတဲ့ အသက်တွေ ပေါ်ထွက်လာတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အဆင်နိမ်မှာ ပြောရင် အစုတွေ အဖွဲ့တွေ ဖြစ်လာပြီး၊ အချင်းချင်းမှာ ဆက်ဆံမှု ဖြစ်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ဆင်ကဲ ပြောင်းလဲစဉ်မှာ တချို့လူက ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ပွားတယ်။ အာကာသ ဝိသေသနဲ့ ဝေးသည်ထက်ဝေးအောင် တိမ်းခွါတယ်။ သလောက် ကောင်းတာ မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောင်းလဲသွားတယ်။ နတ်တန်ခိုးလဲ ငယ်တော့တယ်။ ဒါကြောင့် ကုန်းကျင်သူက ‘အစစ်ဆီပြန်တာ’ကို အရေးထားရတယ်။ ပေါ်ဦး အနေအထားဆီ ပြန်တာကို ဆိုတာပါ။ အဆင်အတန်း မြင်လေလေ၊ အာကာသနဲ့ တူညီထားလေလေ၊ စွမ်းရည် ကြီးလေလေ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအခါ အာကာသ ဆင်ကဲ ပြောင်းလဲစဉ်မှာ တချို့ အသက်က မကောင်းအောင် ပြောင်းလဲသွားတယ်။ သူ့ကို ဖျက်ဆီးလိုလဲ မရလို့၊ နည်းလမ်း ရှာပြီးတော့ သူ့ကို ပြန်တိုးမြှင့်ပြီး အာကာသနဲ့ တူညီ လာစေတယ်။ သူ့ကို နဲ့နဲ့ နိမ်တဲ့ အဆင်အတန်းမှာ သွားစေပြီး ဒုက္ခတွေ ခံစေ တိုးမြှင့်စေလိုက်တယ်။ နောက်မှာ အဆက်မပြတ်နဲ့ လူတွေ ဒီအဆင်အတန်းကို လာကြာတယ်။ ဒီနောက် အဲဒီ အဆင်အတန်းမှာ ကွာဟမှု ပြန်ဖြစ်ပွားတယ်။ ရှင်းရှင်း ပိုမကောင်းတဲ့လူ ဆိုရင် ဒီအဆင်အတန်းမှာတောင် နေလို့ မရဘူး။ ဒါနဲ့ အောက်ထပ် အဆင်အတန်းကို တီထွင်လိုက်တယ်။ ဒီလိုနဲ့ဘဲ အောက်သည်ထက် အောက် တဖြည်းဖြည်း ကွာဟလာ၊ ဒီနေ့ ကျွန်တော်တို့ လူသား တည်ရှိတဲ့ ဒီအဆင်အတန်း ပေါ်ထွက်တဲ့အထိ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ လူသားရဲ့ အရင်းအမြစ် ဖြစ်ပါတယ်။

x x x x x x x x  
(Internet Version, 1998)

