

သတိပဋ္ဌာန် ကြွေးကြော်သံ

တရားတော်
ဒုတိယပိုင်း

ညောင်ကန်အေးဆရာတော်

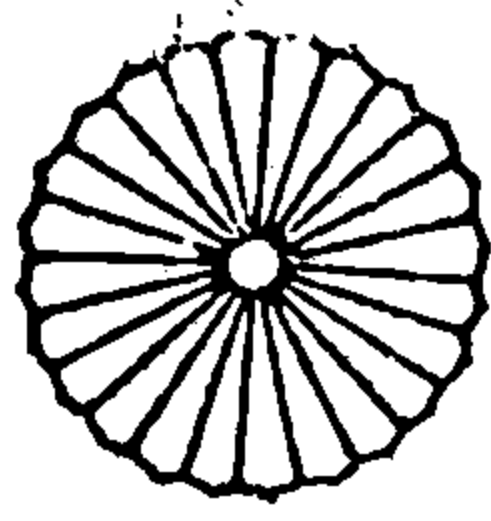
ရေးသားဟောပြောသည်



၆၄
အ

- ၁။ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်။ ၁
- ၂။ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်။ ၂
- ၃။ သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်။ ၁
- ၄။ သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်။ ၂

မဟာစည်သြဝါဒခံ၊ ညောင်ကန်အေးသာသနာ့ဂိုဏ်း၊ ရန်ကုန်မြို့



သတိပဋ္ဌာန်ကြေးကြော်သံ တရားတော်

ဒုတိယပိုင်း

ညောင်ကန်အေးဆရာတော်

အရှင် ဣန္ဒြေ က

ရေးသား ဟောကြားတော်မူသည်

- ၁။ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၊ (၁)
- ၂။ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၊ (၂)
- ၃။ သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၊ (၁)
- ၄။ သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၊ (၂)

မဟာစည်ပြာဏီဒဏ် ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ၊ ရန်ကုန်မြို့။
သတိပဋ္ဌာန် - (က)

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာမူပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့် အမှတ် (၅၃၂)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် အမှတ် (၃၅၄)

-

ပထမကြိမ်

-

အုပ်ရေး-၁၀၀၀

-

၁၉၈၇-ခုနှစ်

-

နိုဝင်ဘာလ

÷

အဖုံးရိုက်-စာပေပေါင်းကူး

-

စာအုပ်ချုပ်-အေးမိသားစု

-

တန်ဖိုး ၁၅-ကျပ်

-

ဦးသိန်းလွင်(ခ)ဦးအေးလွင်၊ ထုတ်ဝေသူအမှတ် (၀၂၆၀၂) ညောင်ကန်စာပေ၊ အမှတ် ၆၊ အင်းစိန်လမ်းမကြီး၊ ကြို့ကုန်း၊ ရန်ကုန်က ထုတ်ဝေ၍၊ ဦးတင်မောင်(၀၂၅၆-မြ) စာပေပေါင်းကူး ပုံနှိပ်တိုက်၊ အမှတ် ၉၀၊ အေ၊ဘီ၊စေဇယန္တလမ်း၊ (၈) ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပမြို့၊ ရန်ကုန်ပုံနှိပ်သည်။ (ဖုန်း-၅၅၉၁၅)

စာမွန်ဦး နိဒါန်း

ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ ဖြစ်ပေါ်လာ

ဤ သတိပဋ္ဌာန် ကြွေးကြော်သံတရားတော် ဒုတိယပိုင်းကို ဟောကြား ရေးသားတော်မူသော ဆရာတော်သည် မဟာစည် သြဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ ဘဒ္ဒန္တဣန္ဒက ဆရာတော်ဖြစ်ပေသည်။

ဤ၌ မဟာစည် သြဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ ရိပ်သာ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပုံ အကြောင်းကိုလည်း မဟာစည်သြဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့၏ ပထမ အကြိမ် နှစ်ပတ်လည် အစီရင်ခံစာ စာအုပ်မှ ကောက်နုတ် ဖော်ပြလိုပါသေးသည်။

အဖွဲ့တည်ထောင်ခြင်း

မဟာစည် သြဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ ဖြစ်မြောက်ရေး ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့ကို အမှတ် ၄၃၉ ပထမထပ် ကုန်သည်လမ်း (သီရိကဗီး) ရန်ကုန်မြို့၌ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ခွင့်ပြု ချီးမြှောက်တော်မူချက် အရ ၁၃၄၂-ခုနှစ် ဝါခေါင်လဆုတ် ၇-ရက် (၂၀-၈-၈၀) အင်္ဂါနေ့ ညနေ ၅-နာရီအချိန်တွင် စတင်၍ တည်ထောင်ခဲ့ကြပါသည်။

ယင်းကဲ့သို့ ဝေယျာဝစ္စ အဖွဲ့ကို တည်ထောင်ခဲ့ပြီးနောက် သူတော်စင်ယောဂီတို့၏ ဆန္ဒမုန်နှင့် ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ ရိပ်သာ ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့မှ ဦးဆောင်၍ သမိုင်းဦးကုသိုလ်ရှင် များ၏ ကောင်းမှုဖြင့် ရန်ကုန်တိုင်း အင်းစိန်မြို့နယ် ကြို့ကုန်း

ရပ်ကွက် ရန်ကုန်အင်းစိန်လမ်းမကြီး အမှတ် ၆ - ၌ တည်ရှိ
သော မြေနှင့် ယင်းမြေပေါ်ရှိ စက်ရုံကြီးကိုပါ ကျပ်ငွေ
(၃၃၀၀၀၀) သုံးသိန်းသုံးသောင်းကျပ် ကန်ဖိုးထား၍ ဝယ်ယူ
ခဲ့ကြပါသည်။

ဆိုင်းဘုတ်တင်ခြင်း

၁၃၄၂-ခုနှစ်သီတင်းကျွတ်လဆန်း ၁၁-ရက်(၁၉-၁၀-၈၀)
တနင်္ဂနွေနေ့ မှန်းတည့် ၁၂-နာရီ အချိန်အခါ သမယတွင်
မဟာစည်ဩဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ ဟူသော
ဆိုင်းဘုတ်ကို ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ ဝေယျာဝစ္စ
အဖွဲ့ အမှုဆောင် လူကြီးများနှင့်တကွ နာယက ဆရာတော်
ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက အမှုပြုသော ဦးသျှောင်နာယက
လူကြီးမင်းများနှင့်တကွ တရားချစ်ခင်သူတော်စင် ယောဂီများ
စုံညီသိုက်မြိုက်ခမ်းနားစွာ ဆိုင်းဘုတ်တင်နိုင်ခဲ့ပါသည်။

ခြံမြေ ရေစက်ချခြင်း

မဟာစည် ဩဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ
ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့သည် တရားချစ်ခင်သူတော်စင် ယောဂီများနှင့်
ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းပြီး သကာလ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်
ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒ ခံယူရန် ရောက်ရှိနေကြကုန်
သော မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ နာယက ဆရာတော်များ၊
ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဆရာတော်များနှင့် မဟာစည် ဓမ္မကထိက
ဆရာတော် ၂၂-ပါးတို့အား ပင့်ဖိတ်၍ ၁၃၄၂-ခုနှစ် နတ်
တော်လဆန်း ၁၁-ရက်နေ့မှ နတ်တော်လဆုတ် ၆-ရက်နေ့ည
အထိ ၁၁-ညတိုင်တိုင် ဟောကြားတော်မူကြသော ဒေသနာ
တော်များကို နာယူကြပြီးနောက် ၁၃၄၂-ခု နတ်တော်လဆုတ်
၁-ရက် (၂၃-၂-၈၀) အင်္ဂါနေ့ နံနက် ၉-နာရီ အချိန်အခါ
သမယတွင်မူ ကျွန်တော်များ ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့ဝင် လူကြီးများ

နှင့်တကွ သမိုင်းဦးကုသိုလ်တော်ရှင် တရားချစ်ခင် သူတော်စင် များသည် ကမ္ဘာ့သာသနာပြု ဆဋ္ဌသီဟိတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး အမှူးပြုသော သံဃာအပါး ၂၀၀-ကျော်တို့၏မျက်မှောက်တွင် ရိပ်သာခြံမြေ ရေစက်ချ အခမ်းအနားပွဲကို အောင်မြင်စွာ ကျင်းပနိုင်ခဲ့ပါသည်။

ရည်ရွယ်ချက်

မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော် မြတ်ကြီးသည် မာရ်ငါး ပါးကို အောင်မြင်၍ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိတော်မူပြီးနောက် ဗာရာဏသီပြည်အနီး ကုသိပတနအမည်ရသည့် မိဂဒါဝုန်တော ရပ်၌ ဓမ္မစကြာတရားဦးနှင့် အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်ကို ဟော ကြားတော်မူခဲ့သဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်ခဲ့ကြသော ပဉ္စဝဂ္ဂါငါးပါး တို့နှင့် နောက်ထပ် ကျွတ်တမ်းဝင်ခဲ့ကြသည့် ယသသုဋ္ဌေးသား အမှူးရှိသော ရဟန္တာငါးကျိပ်ငါးပါး အပါအဝင် ခြောက် ကျိပ်သော ရဟန္တာများအား သာသနာတော် ထပ်ဆင့်ပွား စေရန် သာသနာပြုညွှန် မိန့်ခွန်းစကားတော်မြတ်ကို ဟော တော်မူခဲ့ပါသည်။

ရဟန်းတို့...လူများအပေါင်း အစိုးအပွားဖြစ်ဖို့ရာ၊ ချမ်းသာ ဖို့ရာ၊ လောကကြီးကို မပျက်စီးအောင် စောင့်ရှောက်ဖို့ရာ ဒေသ စာရီ (သာသနာပြုခရီး) လှည့်လည်ကြကုန်လော့၊ ခရီးတစ် ကြောင်းလျှင် နှစ်ပါးမသွားကြကုန်လင့်။

ရဟန်းတို့...အစ အလယ် အဆုံး ကောင်းမြတ်ခြင်း အားလုံး တို့နှင့် ပြည့်စုံသော သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်တို့ကို ဟောပြောကြကုန်လော့။

ကိလေသာ နည်းပါးသူများ ရှိကြသည်၊ တရားတော်ကို မနာကြားရ၍ ဆုတ်ယုတ်ကြကုန်သည်၊ တရားတော်ကို သိလွယ် ကြသူများ ရှိကြပေလိမ့်မည်။

ရဟန်းတို့... ငါတုရားသည်လည်း ဥရုဝေလတော သေနာ
နိဂုံးသို့ တရားဟောဖို့ရာ ကြွတော်မူမည်။

ဤ မိန့်ခွန်းတော်အရ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ အမှူးရှိသည့် တပည့်
သာဝက အဆက်ဆက်တို့သည် သာသနာပြု ဒေသစာရီ ကြံချီ၍
သီလ, သမာဓိ, ပညာ အကျင့်မြတ်တွေကို ဟောကြား ဖြန့်ချိ
တော်မူနိုင်ခဲ့သဖြင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော် ရှည်ကြာတည်၍
လင်းနိုင်ခဲ့ပေသည်။

ကျွန်တော်တို့ ယနေ့မျက်မှောက်ကာလတွင်လည်းထေရဝါဒ
ဗုဒ္ဓသာသနာတော်တွင် နေ, အသွင် လ, အလား ထင်ရှားကျော်
ကြားတော်မူသည့် (ကျေးဇူးတော်ရှင် မူလမင်းကုန်း ဇေ
တဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တပည့်) ကျေးဇူးတော်ရှင်
မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည်လည်း ၁၃၀၀-ပြည့်နှစ်မှ
စ၍ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဘုရားတော်များကို ကိုယ်တိုင်
ကိုယ်ကျ ကျင့်ကြံ အားထုတ်ပြီးကာလ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ
ဟောကြားတော် မူခဲ့သည်မှာ ယနေ့တိုင်အောင် ရိပ်သာခွဲ
ပေါင်း ၃၀၀-ကျော်ခန့်သည် ပြည်တွင်း ပြည်ပတို့၌ ဖွင့်လှစ်
နိုင်ခဲ့သဖြင့် မဟာစည်လမင်း ကြယ်ခပင်းသည် အလင်းကမ္ဘာသို့
ပျံ့နှံ့ခဲ့လေပြီ။

ယင်းကဲ့သို့သော အစဉ်အလာ ကောင်းကို ရည်မျှော်သန်
လျက် ကျွန်တော်များ မဟာစည်ဩဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး
သာသနာ့ရိပ်သာ ဝေယျာဝစ္စ အဖွဲ့ဝင် အမှုဆောင် လူကြီးများ
တို့ကလည်း ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် ဘုရားတော်စင် ယောဂီအပေါင်းတို့
အား ကမ္ဘာငြိမ်းချမ်း နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ စံမြန်းနိုင်ကြစေရန် အလို့ငှာ
ဤမည်သော ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာကြီးကို တည်
ထောင်၍ သာသနာပြု လုပ်ငန်းကို လုပ်ဆောင် လာကြပါ
တော့သည်။

နာမည်နှင့် အဓိပ္ပာယ်

ညောင် - ဆိုသည်မှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ် ကြီး၏ မာရ်ငါးပါးကို အောင်မြင်ရာ သဗ္ဗညု ဘုရားရှင် ဖြစ်တော်မူလေရာ ဗောဓိညောင်ပင်ဟူသော အဓိပ္ပာယ် ဖြစ်ပါသည်။

ကန် - ဆိုသည်မှာလည်း သတ္တဌာနတွင်ပါဝင်သည့် မုဉ္ဇလိန္ဒာ သတ္တာဟ၏ တည်ရာ မုဉ္ဇလိန္ဒာအိုင် ကန်သာယာ ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဗောဓိပင်နှင့် မုဉ္ဇလိန္ဒာ ကန်သာယာ နှစ်ခုကို ပေါင်းစပ်လိုက်သောအခါ ညောင်ကန်ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ကို ရပါသည်။

ဗုဒ္ဓသာသနာတော်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်သစ် သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်၏ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ဝင် အကြောင်းကို ပြောကြမည်ဆိုလျှင် ညောင်ကန် ဆရာတော် ဘုရားကြီး ဖြစ်တော်မူသော ဦးဗုဒ္ဓ၏အကြောင်းကိုထည့်သွင်း၍ ပြောဆိုကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓအစ၊ ဗုဒ္ဓအလယ်၊ ဗုဒ္ဓအဆုံး ဟူ၍ ယနေ့တိုင်အောင် ဥဒါန်းမော်ကွန်းတင်တော်မူခဲ့ကြသည်ကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တို့အသိပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဗုဒ္ဓအစဟူသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားသခင် ဖြစ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓ အလယ်ဟူသည်ကား အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဇောသ မထေရ်ဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓ အဆုံးဟူသည်ကား ညောင်ကန်ဆရာတော် ဦးဗုဒ္ဓပင်ဖြစ်သည်။ ယင်းဖော်ပြပါ ဗုဒ္ဓသုံးဆူတို့၏ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကြီး စည်ပင် ပြန့်ပွားရေးကို ဆက်လက်ပြီး ပရိယတ် ပဋိပတ် သာသနာတော် နှစ်ဖြာဒွန်တဲ၍ သီးလုံးဆရာတော်၊ လယ်တီဆရာတော်၊ မင်း ကွန်းဆရာတော်၊ မိုးညှင်းဆရာတော်၊ မိုးကုတ်ဆရာတော်၊ မဟာစည်ဆရာတော် စသော ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်

ဘုရားကြီးများ၏ ကျေးဇူးတော်ကြောင့် ယနေ့ မြန်မာနိုင်ငံ တော်တိုင် ပရိယတ် ပဋိပတ် သာသနာနှစ်ဖြာသည် တည်တံ့ ပွားများလာခဲ့ကြပါတော့သည်။

ယင်းကဲ့သို့ ဗုဒ္ဓသုံးဆူတို့တွင် ပါဝင်တော်မူသော ကျေးဇူးရှင် ညောင်ကန် (ဦးဗုဒ္ဓ) ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ထိုထို သို့သော ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ စသည်များ၏ အဖွင့်နိဿယ ကျမ်းဂန်များတွင် သူ၏ဘုတလင်မြို့နယ် ညောင်ကန်ရွာအကြောင်းကို ဤသို့ မော်ကွန်းတင်စော်မူခဲ့ဖူးပါသည်။

၁။ မြေသည် ဖားကို၊ ကြောင်သည် ကြက်ကို၊ ကျားသည် သမင်ကို အောင်မြင်ရာဖြစ်၍ ကပိလရှင်ရသေ့၏ကျောင်း သင်္ခမ်းရာမြေနှင့် တူသော ရန်သူတို့သည် မအောင်မြင် အပ်သော ဤမြေအရပ်၌ ညောင်ဗုဒ္ဓဟေပင် ဝေါက် ရောက်ပြီ။

၂။ ဗောဓိဝင်၏အနီး မုဉ္ဇလိန္ဒာအိုင်ကြီးနှင့်တူ၍ ရေများစွာ ပျံ့သော ကန်ကြီးသည်လည်း ဖြစ်လတ်လေပြီ။

၃။ ထိုဗောဓိညောင်နှင့် ရေကန်တို့ကို အမှီပြု၍ ခပ်သိမ်း သော ပြည်ကြီးအင်္ဂါနှင့်ပြည့်စုံသည့်ပြည်ကြီးသည်လည်း ရှေးက ဖြစ်ခဲ့ဖူးလေပြီ။

၄။ ထိုဗောဓိညောင်နှင့် ရေကန်တို့ကို အမှီပြု၍ ခပ်သိမ်း သော ပြည်ကြီးသား၊ ပြည်ကြီးသူတို့၏ ကောင်းမှု ကုန်ခြင်းကြောင့် ပျက်စီးလပ်ခဲ့သော်လည်း ဤညောင် ကန် ဟူသော အမည်ဖြင့် ထင်ရှားလှသော ရတနာမျိုး စုံနှင့် ပြည့်စုံသော နိဂုံး (ညောင်ကန်) ရွာကြီးသည် ဖြစ်လတ်ခဲ့လေပြီ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင် အပေါင်းတို့သည် ညောင်ကန် တည်းဟူသော ဗုဒ္ဓ အောင်မြင်တော်မူတစ်ဆင့် အစဉ်ငြိမ်းအေး

သာယာသည့် နိဗ္ဗာန်ရေပြည်နန်းသို့ တက်လှမ်း နိုင်ကြပါစေရန် အလို့ငှာ အေးဟူသော အညွန့်အတက်ကို ထပ်ဆင့်၍ တင်လိုက် ရခြင်း ဖြစ်ပါတော့သည်။

ထို့ကြောင့် “ဗောဓိမဏ္ဍိုင် မုဉ္ဇလိန်အိုင် ဘုန်းခိုင်အောင်မြေ တော်” ဟုဆိုအပ်ပေသော ဤညောင်ကန်အေးသာသနာ့ရိပ်သာ ကြီးတွင် အများဝေနေယျတို့ အေးစေဖို့အတွက် ရည်သန်ပြီး သကာလ ညောင်ကန်အေး ဟူသော သာသနာ့ရိပ်သာကြီးကို တည်ထောင်၍ သာသနာပြု လုပ်ငန်းရပ်ကို ဆောင်ရွက်ရပါ တော့သည်။

ဤ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ၌ သီတင်းသုံး သာသနာပြုသောကြောင့် ထိုဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တကုန္ဒကကိုလည်း ညောင်ကန်အေး ဆရာတော်ဟု အများက ခေါ်ဝေါ်ကြ လေသည်။

ထို ညောင်ကန်အေးဆရာတော် ရေးသားတော် မူသော ဤသတိပဋ္ဌာန် ကြေးကြော်သံ တရားတော် ဒုတိယပိုင်းတွင်-

- (၁) စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် အမှတ် ၁။
- (၂) စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် အမှတ် ၂။
- (၃) သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် အမှတ် ၁။
- (၄) သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် အမှတ် ၂ ဟူ၍ တရားတော် ၄-ပုဒ်ပါဝင်လေသည်။

ထို တရားတော် လေးပုဒ်ကို ဟောကြား ရေးသားရာ၌ ညောင်ကန်အေးဆရာတော် သီးခြားလုံးချင်း ရေးသားထုတ် ဝေခဲ့သော စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် စာအုပ် နှင့်သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေး တရားတော် စာအုပ် များမှ အနှစ်ချုပ်ကို ထုတ်နှုတ်ဟောကြား ရေးသားထား ပေသည်။

အမှတ် (၁) တရားဝယ်သိကျင့်ဖွယ်

ဤ သတိပဋ္ဌာန်ကြေးကြော်သံ ဒုတိယပိုင်းတရားတော်တွင် ပါဝင်သော အမှတ် ၁ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၌ သတ္တန် ဝိသုဒ္ဓိယာအရ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားကို ကျင့်ပွား အားထုတ်သောကြောင့် ဘုရားပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရိယာ သာဝက အလောင်းတို့သည် ကိလေသာစိတ်ညစ် ကင်းစင် ကြလျက် နိဗ္ဗာန် ဝင်တော်မူကြပုံကို ကျမ်းကိုး ကျမ်းကားနှင့် တကွ ဖော်ပြထားပေသည်။

ထို့ပြင် ခုဒ္ဒကနိကာယ် ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ အညတြ ဘိက္ခု ဝတ္ထုကိုလည်း သာဝကအဖြစ် ထုတ်ဆောင် ဟောပြထားပေ သည်။ ထိုဝတ္ထုတွင်ဘုရားထံမှတရားတောင်းပြီးကောသလတိုင်း မာတိကရွာ တောင်ပေါ်ကျောင်းတွင် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ တရားကို ကျင့်ပွားကြသော ရဟန်းတော်များနှင့် ထိုရဟန်း များထံမှ ထပ်ဆင့်တရား နာကြား ကျင့်ပွားသူ မာတိက မာတာ ဒါယိကာမကြီးတို့ စိတ်ညစ်ကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်လျက် အနာဂါမ် ရဟန္တာဖြစ်ကြပုံများလည်း ပါဝင်လေသည်။

ထိုဝတ္ထုက ဘုရားသားတော် သံဃာတော်များ ဘက်က ဘုရားအဆုံးမ သာသနာတော်ကို ကိုယ်တိုင်လည်း သင်ကြား ကျင့်ပွား၍ သာသနာတော်ကို ပစ္စည်း လေးပါးဖြင့် လှူဒါန်း ထောက်ပံ့ကြသော ဒကာ - ဒကာမတို့အားလည်း ကိုယ်တို့ ပရိယတ်သိ ပဋိပတ်သိ အသိတရားများကို ကျေးဇူးတုံ့ပြန် ဟောကြားသင့်ကြောင်းကို ညွှန်ပြထားပေသည်။

ထို့အတူ ဒါယကာ-ဒါယိကာမများ ဘက်ကလည်း မိမိတို့ အပေါ် တရားအသိပေး ဟောကြား ပြသသော ဆရာတော် သံဃာတော်များအား ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် ထောက်ပံ့လျက် ထိုသံဃာတော်များ၏ အဆုံးအမများကို နာကြား ကျင့်ပွား သင့်ကြောင်းကိုလည်း ညွှန်ပြထားပေသည်။

အမှတ် (၂) တရားဝယ် ကျင့်သိဖွယ်

ဤ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် ဒုတိယပိုင်းတွင် ပါဝင်သော စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်အမှတ် ၂-တွင် ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာ အညတြဘိက္ခု ဝတ္ထုလာ ဘုရားဟောကြား စိတ် တရားကို အသေးစိတ် ရှင်းပြထားလေသည်။

ပုထုဇဉ် သတ္တဝါတို့၏စိတ်၌ ပူပန် ဆင်းရဲအောင် နှိပ်စက် တတ်သော ကိလေသာမှာ ဆယ်ပါးရှိ၍ အကျယ်ပွားလျှင် တစ်ထောင်ငါးရာရှိကြောင်းကိုလည်း ဟောကြားထားပေသည်။ ထိုကိလေသာ တစ်ထောင်ငါးရာတို့သည် သတ္တဝါတို့၏သန္တာန် အတွင်း ပူးဝင်ဖြစ်ပေါ်ပုံ သုံးမျိုးရှိကြောင်းနှင့် ထိုကိလေသာ များကို ဘုရားဟော သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ သိက္ခာသုံးရပ်ဖြင့် ပယ်သတ် ရကြောင်းကိုလည်း တိကျပြတ်သားစွာ ဟောကြား ထားပေသည်။ ထို့တွင် မဟာသတိပဋ္ဌာန်သုတ် စိတ္တဇနုပဿနာ ကျင့်ပွားနည်းကို မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ကြား သည့်အတိုင်း လက်တွေ့ရှုမှတ်ပုံနှင့်တကွ ကိလေသာပယ်ပုံတို့ကို လိုရင်း ဟောကြားထားသည်မှာလည်း အဖိုးတန်လှပေသည်။

အမှတ် (၃) တရားဝယ် ကျင့်သိဖွယ်

ဤ သတိပဋ္ဌာန်ကြွေးကြော်သံစာတရားတော် ဒုတိယပိုင်းတွင် ပါဝင်သော အမှတ် ၃-တရားတော်မှာ သောကကင်းရန် သတိ ပဋ္ဌာန်တရားတော်အမှတ် ၃-ဖြစ်ပေသည်။ ထိုတရားတော်တွင် သောကဆိုတာဘာလဲ၊ သောကဘာကြောင့်ဖြစ်သလဲ၊ သောကကို ဘယ်လိုပယ်ရသလဲဆိုတဲ့ မေးခွန်းသုံးမျိုးကို မဟာသတိပဋ္ဌာန် သုတ်တော်လာအတိုင်း တိကျစွာ အဖြေပေး ဟောကြားထား ပေသည်။

သတိပဋ္ဌာန်- (၁)

အမှတ် (၄) တရားဝယ် ကျင့်သိဖွယ်

ဤတရားတော်တွင် ပါဝင်သော သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် အမှတ် ၄-တရားတော်တွင် ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာလာ သန္တတိအမတ်ကြီးဝတ္ထုကို သာဓကအဖြစ် ဟောကြားထားပေသည်။ ထိုဝတ္ထုတွင် သန္တတိအမတ်ကြီး သောတာပန်ဖြစ်ပုံနှင့် မြတ်ဘုရား ဟောကြားသော သောကကင်းကြောင်း သတိပဋ္ဌာန် တရားကောင်းကို နာကြား ကျင့်ပွားရသဖြင့် သောကကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်လျက် ရဟန္တာဖြစ်သွားပုံကို ဟောကြားထားပေသည်။ ထို့ပြင် ကောင်းကင်တွင် တန်ခိုးပြာဋိဟာပြုလျက် ပြည်ရွာ ငြိမ်းချမ်းရေး နိဗ္ဗာန်ဆော်လှလင် ဖြစ်ခဲ့ဖူးပုံ အတိတ်ဘဝဇာတ်ကြောင်းကို လျှောက်ထားပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံပုံကိုပါ ဖော်ပြထားပေသည်။

နိဂုံး

တရားလိုလား သူတော်ကောင်းများ တို့သည် ဤတရားတော် စာအုပ်ကို ဖတ်ရှု နာကြား ကျင့်ပွားနိုင်ကြကုန်သည် ဖြစ်၍ စိတ်ညစ်ကင်းစင် နိဗ္ဗာန် ဝင်နိုင်ကြပါစေ၊ သောကကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်ကြပါစေ ဟု ဆန္ဒပြုလျက် ဤဆန္ဒမုန် နိဒါန်းကို အဆုံးသတ်လိုက်ပါသည်။

အရှင်ကောဝိဒ (ဓမ္မကထိက)

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ

ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ

ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၄၉-ခု၊ တော်သလင်းလပြည့်၊
(၆-၉-၈၇) တနင်္လာနေ့။

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၀။	ကိလေသာစိတ်ဆိုတာ	... ၂၇
၂၁။	၁၅၀၀-ကိလေသာ	... ၂၈
၂၂။	၁၅၀၀-ကိလေသာဆောင်ပုဒ်	= ၂၉
၂၃။	ကိလေသာ ဖြစ်ပွားပုံသုံးမျိုး	... ၃၀
၂၄။	အနုသယ ကိလေသာ	... ၃၀
၂၅။	ကိန်းပုံ အနုသယ ၂-မျိုး	... ၃၁
၂၆။	ကိလေသာဆယ်ပါးထဲက အနုသယ ၆-ပါး	... ၃၂
၂၇။	ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ	... ၃၃
၂၈။	ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ	... ၃၃
၂၉။	လွန်ကျူးကိလေသာ သိလနဲ့ပယ်	... ၃၅
၃၀။	ထကြွလေဘိ သမာဓိနဲ့ပယ်	... ၃၆
၃၁။	ကိန်းဝပ်စွဲငြိ ရှုသိညက်နဲ့ပယ်	... ၃၇
၃၂။	ကိလေသာ ပယ်သက်ပုံဆောင်ပုဒ်	... ၃၉
၃၃။	စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေး	— ၃၉
၃၄။	စိတ်ရှုံ့လက္ခဏာ စသည်ကိုသိပုံ	... ၄၄
၃၅။	အဖြစ်အပျက်ကိုသိပုံ	... ၄၅
၃၆။	မှန်ကန်စွာသတိထင်ပုံ	— ၄၇
၃၇။	စိတ်ယဉ်ကျေးကာ ချမ်းသာရ	... ၄၇
၃၈။	ဆုံးမနိုင်သမျှ ချမ်းသာရကယ်	— ၄၇
၃၉။	စိတ်ယဉ်ကျေးယင် နိဗ္ဗာန်ဝင်	... ၄၈
၄၀။	နိဂုံး	... ၄၉

သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော် ပထမပိုင်း

၄၁။	စကားဦး	... ၅၁
၄၂။	ပဏာမ	... ၅၁
၄၃။	သုတ်တော်နိဒါန်း	... ၅၁

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၄၄။	တရားကြေညာချက် ၅၁
၄၅။	သောကဆိုတာဘာလဲ	— ၅၃
၄၆။	သောကအဓိပ္ပာယ်ပြု ပါဠိ ၅၃
၄၇။	သောကဟာ ဒုက္ခသစ္စာ ၅၄
၄၈။	ဘုကြောင့်သောကဖြစ်သလဲ ၅၄
၄၉။	သောကကြောင့် ဒုက္ခရောက်ကြရတယ် ၅၅
၅၀။	သောကဟူသည် ရှစ်လုံးဘွဲ့ကဗျာ ၅၈
၅၁။	သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးတရား ၅၈
၅၂။	ဆောင်ပုဒ် ၅၉
၅၃။	သောကကင်းဝေးရန် သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်ပွားပုံ ၅၉
၅၄။	သတိပဋ္ဌာန်အိပ်ဆေး ၆၆
၅၅။	သောကငြိမ်းခဲ့ပုံ သာဓက ၆၇
၅၆။	နိဂုံး ၆၉
၅၇။	ဆုတောင်း ၆၉
၅၈။	အမျှဝေ ၆၉

သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် ကရားတော် ဒုတိယပိုင်း

၅၉။	စကားဦး ၇၁
၆၀။	ပဏာမ ၇၁
၆၁။	သောကကင်းလတ် သန္တတိအမတ် ၇၁
၆၂။	ချစ်သူလဲသေ သောကဆူဝေ ၇၄
၆၃။	မယားသေမှ ဘုရားတ	— ၇၅
၆၄။	မျက်ရည်သမုဒ္ဒရာ အငိုတိတ်ပါ ၇၆
၆၅။	သောကကင်းဝေး တရားဂါထာ ၇၇
၆၆။	သောကကင်းကွာ လူရဟန္တာ ၈၀
၆၇။	သောကကင်းဝေး ရှစ်လုံးဘွဲ့ ၈၀

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၆၈။	ရှေးဘဝဇာတ်ကြောင်း ၈၀
၆၉။	လူရဟန္တာ တန်ခိုးပြာဠိဟာ ၈၂
၇၀။	ငြိမ်းချမ်းရေး အတွေးအခေါ် ၈၃
၇၁။	နိဗ္ဗာန်ဆော်အား ဘုရင်မြှောက်စား ၈၄
၇၂။	နည်းယူဖွယ် ၈၅
၇၃။	ကောင်းကင်မှာ ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင် ၈၆
၇၄။	ရဟန္တာစေတီ ၈၇
၇၅။	လူဝတ်နဲ့လဲ ပြာဟူဏ သမဏ ဘိက္ခုပဲ ၈၈
၇၆။	နိဂုံး ၈၉
၇၇။	ဆုတောင်း ၉၀
၇၈။	ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ	
	အမှုဆောင်များစာရင်း ၉၁
၇၉။	သတိပဋ္ဌာန် ကြွေးကြော်သံ ဒုတိယတွဲ	
	အတွက် ဓမ္မဒါန အလှူရှင်များစာရင်း ၉၉

စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်

တရားတော်

စကားဦး

ယခုဟောကြားမည့်တရားတော်ကတော့ ဒီဃနိကာယ်၊ မဟာဝဂ္ဂ၊ မဟာသတိပဋ္ဌာန် သုတ်တော်နှင့် အဋ္ဌကထာ အဖွင့်ကို အခြေခံပြီး ကျေးဇူးရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ယူဆပုံ ယူဆနည်းအတိုင်း ဟောကြားမည့် “စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်” ဖြစ်ပါတယ်။

ပဏာမ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
* ပူဇော်ထိုက်ငြား၊ သိညာဏ်ပွား၊ ထိုဘုရားရှုခိုးပါ၏ဘုရား။

သုတ်တော်နိဒါန်း

အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရားဟာ ကုရုတိုင်း ကမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓိ နိဂုံးရှာကြီး၌ သီတင်းသုံး နေတော် မူပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဒီတရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

တရားကြေညာချက်

ဟောကြားတော်မူပုံက ဒီလိုပါ။

“ကောယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တဝာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ ဆောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမဒယ ဉာယဿ အဓိဂမာယ နိဗ္ဗာနဿ သစ္စိကိရိယာယ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ” တဲ့။

သတိပဋ္ဌာန်-၁

ရဟန်းတို့...လေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန်တရားဆိုတာ ရှိကြ
တယ်။

၁။ အဲဒီ သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းဟာ အားလုံးသော
ဆတ္တဝါ အပေါင်းတို့၏ ကိလေသာစိတ် အညစ်
အကြေး ကင်းဝေး စင်ကြယ်ခြင်းငှာ တစ်ကြောင်း
တည်းသောလမ်းဖြစ်တယ်။

၂။ စိုးရိမ် ပူဆွေးခြင်း သောကတို့ကို လွန်မြောက်ခြင်းငှာ
တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။

၃။ ငိုကြွေးတမ်းတရခြင်း ပရိဒေဝတို့ကို လွန်မြောက်ခြင်း
ငှာ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။

၄။ ကိုယ်ထဲမှာ အနေဆိုး အခံခက်တဲ့ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း
ဒုက္ခတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းကွယ်ပျောက်ဖို့ရာ တစ်ကြောင်း
တည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။

၅။ စိတ်ထဲမှာ အနေဆိုး အခံခက်တဲ့ စိတ် ဆင်းရဲခြင်း
ဒေါမနဿတို့၏ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ဖို့ရာ တစ်
ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။

၆။ အရိယမဂ်ကို ရခြင်းငှာ တစ်ကြောင်း တည်းသော
လမ်းဖြစ်တယ်။

၇။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုဖို့ရာ တစ်ကြောင်း တည်း
သော လမ်းဖြစ်တယ်။

ဒါလို မြတ်စွာဘုရားက ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်တရားကို
ကျင့်ပွားယင် အကျိုး ခုနစ်မျိုး ရရှိနိုင်ကြောင်းကို ကြေညာ
မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရား

ယခု ဟောကြားမည့် “စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်” ဆိုတာ ဒီသတိပဋ္ဌာန်အကျိုး ခုနစ်မျိုးထဲက ပထမဆုံး အကျိုးပြု တရားတော်ဖြစ်ပါတယ်။

ကောယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ-
ပါဠိတော်အရ၊ ချစ်သားတို့... ကာယ, ဝေဒနာ, စိတ္တ, ဓမ္မ ဆိုတဲ့
သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး အကျင့်တရားဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒီ သတိ-
ပဋ္ဌာန်အကျင့်လမ်းဟာ ကျင့်ပွားသူ သတ္တဝါ အပေါင်းတို့၏
စိတ်ညစ်ကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်ဖို့ရာ နှစ်ကြောင်းမကွဲ တစ်ကြောင်း
တည်းသော လမ်းမှန်ဖြစ်တယ်တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဟောကြားချက်ကို အဲဒီ သတိပဋ္ဌာန်
သုတ် အဋ္ဌကထာမှာ ဒါလို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာတိ ရာဂါဒီဟိ မလေဟိ အဘိဇ္ဈာ
ဝိသမလောဘာဒီဟိစ ဥပက္ကိလေသေဟိ ကိလိဋ္ဌစိတ္တာနံ
သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓတ္ထာယ” တဲ့။

သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာတိ - သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ ဟူသည်ကား၊
ရာဂါဒီဟိ - ရာဂအစရှိကုန်သော၊ မလေဟိ - အညစ်အကြေး
တို့ဖြင့်၊ (ကိလိဋ္ဌစိတ္တာနံ - ညစ်ပေသော စိတ်ရှိကုန်သော၊
သတ္တာနံ - သတ္တဝါတို့၏လည်းကောင်း၊) အဘိဇ္ဈာဝိသမလော-
ဘာဒီဟိ - သူတစ်ပါးစည်းစိမ်ကို ရှေးရှု ကြံစည် လိုလားခြင်း
အဘိဇ္ဈာ, ဝတ္ထု အာရုံ ကာမဂုဏ်ကို မတရားလိုလားခြင်း ဝိသမ
လောဘ အစရှိကုန်သော၊ ဥပက္ကိလေသေဟိ - ကပ်၍ နှိပ်စက်
တတ်ကုန်သော ကိလေသာတို့သည်၊ ကိလိဋ္ဌစိတ္တာနံ - ညစ်ပေစေ
အပ်သော စိတ်ရှိကုန်သော၊ သတ္တာနံစ - သတ္တဝါတို့၏လည်း
ကောင်း၊ ဝိသုဒ္ဓတ္ထာယ - စင်ကြယ်ခြင်း အကျိုးငှာ၊ ကော-

ယနော - နှစ်ကြောင်းမကဲ့ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ် ပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု... သာဓု....။

စင်ကြယ်ရမည့် စိတ်အညစ်အကြေးဆိုတာ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါ တွေရဲ့ သန္တာန်မှာ အစမထင် သံသရာ တစ်ခွင် ကတည်းက ဆင်းရဲရှည်အောင် ပူးဝင် နှိပ်စက်လာခဲ့တဲ့ တပ်မက်မှု ရာဂစတဲ့ အညစ်အကြေး၊ သူတစ်ပါးစည်းစိမ်ကို လိုချင် မက်မောခြင်း အဘိဇ္ဈာနှင့် ကာမဂုဏ် အာရုံများကို မတရား လိုလားခြင်း၊ ဝိသမလောဘစတဲ့ စိတ်ညစ်ညူးကြောင်း ကိလေသာ တရားတွေ ပါဘဲ။

ဒီစိတ်အညစ်အကြေးတွေကို စင်ကြယ်အောင် သတိပဋ္ဌာန် တရားကို ကျင့်ပွားနိုင်သူသာလျှင် ငြိမ်းချမ်းမှုနိဗ္ဗာန်ကိုရတယ်။

ဒီသတိပဋ္ဌာန်အကျင့်တရားကို ကျင့်ပွားလို့ ကိလေသာ စိတ် ညစ် ကင်းစင်ပြီး နိဗ္ဗာန်ဝင်ခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များ ရှိပါသလားလို့ မေး ယင် ရှိပါတယ်တဲ့။ အဲဒီအကြောင်းကို အဋ္ဌကထာက ဒီလို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းက နိဗ္ဗာန်ကြွဲခဲ့တယ်

“တထာ ဟိ ဣမိနာဝမဂ္ဂေန ဣတော သတ- သဟဿကပ္ပာဓိကာနံ စတုန္နံ အသင်္ချေယျာနံ ဥပရိ ကေသ္မိယေဝ ကပ္ပေ နိဗ္ဗတ္တေ စာဏှကံရ မေဓကံရ သရဏကံရ ဒီပကံရ နာမကေ ပုဒ္ဓေ အာဒိ’ ကတော သကျမုနိ ဗရိယောသာနာ အနေကေ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ အနေကသတာ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဂဏနပထံ ဝီတိဝတ္တာ အရိယသာဝကာစာတိ ဣမေ သတ္တာ သပ္ပေ စိတ္တမလံ ပဝါဟေတာ ပရမဝိသုဒ္ဓိံ ပတ္တာ”တဲ့။

တထာဟိ-ထိုစကားကို ချဲ့ဦးအံ့၊ ဣမိနာဝမဂ္ဂေန-ဤသတိ
 ပဋ္ဌာန် အကျင့်တရား တည်းဟူသော လမ်းကြောင်းဖြင့်ပင်၊
 ဣတော - ဤကမ္ဘာမှ၊ သတသဟဿကပ္ပာဓိကာနံ - ကမ္ဘာ
 တစ်သိန်း အလွန်ရှိကုန်သော၊ (တုန္ဒံ အသင်္ချေယျာနံ - လေး
 သင်္ချေတို့၏၊ ဥပရိ - အထက်၌၊ ဧကသ္မိယေဝ ကပ္ပေ-တစ်ခု
 သော ကမ္ဘာ၌ပင်၊ နိဗ္ဗတ္တေ- ဖြစ်တော်မူကုန်သော၊ တဏှင်္ကရ
 မေဓင်္ကရ သရဏင်္ကရ ဒီပင်္ကရ နာမကေ-တဏှင်္ကရ၊ မေဓင်္ကရ၊
 သရဏင်္ကရ၊ ဒီပင်္ကရ အမည်ရှိတော်မူကြကုန်သော၊ ဗုဒ္ဓေ-
 မြတ်စွာဘုရားတို့ကို၊ အာဒိကတော - အစထူး၍၊ သကျမုနိ
 ပရိယောသာနာ-သာကိန္ဒယံဖွား ငါတို့ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား
 အဆုံးရှိကုန်သော၊ အနေကေ-တစ်ဆူမက များစွာကုန်သော၊
 သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ - မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့ လည်းကောင်း၊ အနေက
 သကာ-အရာမက များစွာကုန်သော၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ-ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ
 ဘုရားတို့လည်းကောင်း၊ ဂဏနပထံ-ဂဏန်းလမ်းကို လွန်ကုန်
 သော၊ အရိယာသာဝကောစ - အရိယာသာဝကတို့လည်းကောင်း၊
 ဣတိ-ဤသို့၊ ဣမေသဗေဓသတ္တာ-ဤဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရိယာ
 သာဝကအလောင်း အားလုံးသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်၊
 စိတ္တမလံ-စိတ်၏ အညစ်အကြေးကို၊ ပဝါဟေတော-သတိပဋ္ဌာန်
 တရား ကျင့်ပွားသောအားဖြင့် မျှော်၍၊ ပရမဝိသုဒ္ဓိံ-အလွန်
 သန့်ရှင်း စင်ကြယ်ခြင်းသို့၊ ပတ္တာ-ရောက်တော် မူကြပါကုန်
 သတည်း။

သာဓု... သာဓု... သာဓု...။

အဓိပ္ပာယ်က “လေးသင်္ချေ ကမ္ဘာတစ်သိန်း အတွင်းမှာ
 ပွင့်တော်မူကြတဲ့ တစ်ဆူမက သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာဘုရားများ၊
 အရာမကများပြားလှတဲ့ ပစ္စေကဗုဒ္ဓဘုရားများ၊ မရေမတွက်
 နိုင်အောင်များလှတဲ့ အရိယာသာဝကများဟာ ဒီသတိပဋ္ဌာန်

၆ သတိပဋ္ဌာန် ကြေးကြော်သံ တရားတော်

အကျင့်လမ်းဖြင့်ပင် ကိလေသာစိတ်ညစ် ကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ကို ဝင်စံတော်မူတယ်” တဲ့။

ဒီ အဋ္ဌကထာ စကားသည်ပင် ပုံစံပြစကားမျှသာ ဖြစ်သေး ကြောင်းကို ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက မဟာသတိပဋ္ဌာန်သုတ် နိဿယသစ်မှာ မှတ်ချက် ရေးသား တော်မူထားပါတယ်။

သိစေလိုရင်းကတော့ “လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း အတွင်းမှာဖြစ်စေ၊ အပြင်မှာဖြစ်စေ၊ ဘယ်ကာလမှာဘဲဖြစ်ဖြစ် ပွင့်ပြီး ပွင့်ဆဲ ပွင့်လတ္တံ့ဖြစ်တဲ့ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာ သာဝကတိုင်းပင် ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းဖြင့်သာ ကိလေသာ စိတ် အညစ်အကြေးတွေ လုံးဝကင်းစင်ပြီး နိဗ္ဗာန်ဝင်ကြရမိ ဖြစ်တယ်” လို့ အပြည့်အစုံသိစေလိုရင်း ဖြစ်ပါတယ် တဲ့။

အညတရဘိက္ခုဝတ္ထု

ဒီ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရဲ့ သတိပဋ္ဌာန်တရား ကျင့်ပွားယင် စိတ်ညစ်ကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်ပုံတရားကို နာကြားရသူတိုင်းဟာ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ကျင့်ပွားလိုစိတ် သဒ္ဓါတရားများ တိုးပွား ကြမှာ သေချာပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ခုဒ္ဒကနိကာယ် ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ (ဓမ္မပဒ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၈၃) မှာလာတဲ့ အညတရဘိက္ခုဝတ္ထုနှင့် အဲဒီဝတ္ထုတွင် ပါတဲ့ ဘုရားဟော စိတ်တရားတော်ကို ဟောပြုပါဦးမယ်။

ဒီ တရားတော်တွင် စိတ်ကိုဆုံးမယင် ချမ်းသာပုံနှင့် စိတ်ကို မဆုံးမယင် ဆင်းရဲပုံများကို ထင်ရှားတွေ့ရပါမယ်။

ဒုန္နိဂုဟဿ လဟုနောတိ ဣမံ ဓမ္မဒေသနံ သတ္တာ သာဝတ္ထိယံ ဇေတဝနေ ဝိဟရန္တော အညတရံ ဘိက္ခု အာရပ္ပ ကထေသိ။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿလဟုနောတိ ဣမိနာ ဂါထာဗန္ဓေန-ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ
 လဟုနော-ဤသို့အစရှိသော ဂါထာဗန္ဓဖြင့်၊ ပဋိမဏ္ဍိတံ-တန်
 ဆာ ဆင်အပ်သော၊ ဣမံ ဓမ္မဒေသနံ-ဤတရားဒေသနာတော်ကို၊
 သတ္တာ-လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ချမ်းသာကြောင်း လမ်း
 ကောင်း ညွှန်ပြ ဆုံးမတော် မှတ်သော ဆရာထွဋ်ထား
 မြတ်စွာဘုရားသည်၊ သာဝတ္ထိယံ - သာဝတ္ထိမြို့၌၊ ဇေတဝနီ-
 ဇေတဝန်ကျောင်းဝယ်၊ ဝိဟရန္တော-သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ်၊
 အညတရဘိက္ခု-ရဟန်းတစ်ပါးကို၊ အာရပ္ပ - အကြောင်းပြု၍၊
 ကထေသိ-စိတ်ဆုံးမရေး တရားဆေးကို အားပေး ဟောကြား
 တော်မူလေသတည်း။

သာဓု.... သာဓု.... သာဓု....။

ဒီတရားတော်ကို လူနတ်၊ ဗြဟ္မာသတ္တဝါတို့ရဲ့ ဆရာဖြစ်တော်
 မူတဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်း
 တော်တွင် သီတင်းသုံး နေတော်မူစဉ်က ရဟန်းတစ်ပါးကို
 အကြောင်းပြုပြီး ဟောကြားတော်မူပါတယ် တဲ့။

ဒီဝတ္ထုဇာတ်လမ်း ဖြစ်ပေါ်လာပုံက စီလိုပါ၊ တစ်နေ့သ၌
 အပါးခြောက်ဆယ်သော ရဟန်းတော်များဟာ မြတ်စွာဘုရား
 ထံတော်ပါးဝယ် ပုထုဇဉ်ဘဝမှ ကိလေသာကုန်ခန်း ရဟန္တာ
 ဖြစ်သည်အထိ ဖြစ်စေနိုင်တဲ့တရားကို ဟောကြားတော်မူပါရန်
 လျှောက်ထား တောင်းပန်ကြတယ်၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရား
 ကလဲ တပည့်ရဟန်းများ လျှောက်ထားတဲ့အတိုင်း ပြည့်စုံစေ
 နိုင်တဲ့ တရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူလိုက်ပါတယ်။

ရဟန်းခြောက်ကျိပ်တို့လဲ ဘုရားဟောကြား မြတ်တရားကို
 နာကြားပြီးတော့ သပိတ်တစ်လုံး သင်္ကန်းသုံးထည် ကိုယ်စီလွယ်
 လျက် ဝတ်ရုံဆင်မြန်းကာ ရဟန်းသိက္ခာ ကိုယ်စီပါပြီး ချမ်း
 သာရာအရပ်ကို ဝါကပ်ပြီး အမြတ်တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ရန်

ရည်သန်ကာ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်မှ ထေရ်စဉ်ဝါလှိုက်စိတန်း ပြီး ထွက်ကြွတော် မှုခဲ့ကြပါစာယ်။

ဒီလို ကြွလာတော်မူတဲ့ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်ဟာ ကောသလမင်း တိုင်းပြည်နယ်ထဲက တောင်ခြေမှာတည်ရှိတဲ့ မာတိကရွာကို ရောက်တော်မူကြပါစာယ်။ မာတိကရွာ ရောက် တယ်ဆိုယင်ဘဲ ရွာတွင်းသို့ ဆွမ်းခံဝင်ကြရာ ရွာသူကြီးအမေ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးနှင့် တွေ့ကြတယ်။ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီး ဟာ ရဟန်းတော်ခြောက်ကျိပ်ကို ဖူးမြင်ရတယ်ဆို ယင်ဘဲ စိတ်တွင်အေးမြ ဖူးမဝအောင် ကြည်ညိုတာနဲ့ ဆွမ်း ဘုဉ်းပေးချိန်ကလဲ နီးပြီမို့ ရဟန်းတော်များအား ရှိသေစွာ ဝပ်တူးပြီး “ဘုရား တပည့်တော်မတို့အိမ်ကို ကြွတော်မူကြပါ ဘုရား” လို့ လျှောက်ထားပြီး သူ့ အိမ်အရောက် ပင့်ဆောင်သွား တယ်။

ဒီအခါမှာ မာတိကရွာသူကြီးရဲ့မိခင် မာတိကမာတာ ဒကာ မကြီးဟာ မြန်မြန်ဆန်ဆန်ပင် ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်လုံး ဘုဉ်းပေးနိုင်အောင် အထူးထူးသော အရသာရှိတဲ့ မုန့်မုန့်မြက် မြတ် ယာဂုဆွမ်းများကို ရဟန်းတော်ခြောက်ကျိပ်အား ဆက် ကပ် လုပ်ကျွေးပါတယ်။

ရဟန်းတော်များလဲ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်တော်များနှင့် အညီ ကြည်ညိုဖွယ်ရာ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတော်မူကြပါတယ်။

ရဟန်းတော်များ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးတဲ့အခါ မာတိက မာတာ ဒကာမကြီးက “ဘန္တေ - အရှင်ဘုရားတို့၊ တုမေ - အရှင် ဘုရားတို့သည်၊ ကတ္ထ - အဘယ်အရပ်သို့၊ ဂန္တုကာမာ - ကြွသွား လိုကြသည်၊ အတ္ထ - ဖြစ်ကြပါကုန်သနည်းဘုရား” လို့ လျှောက် ထားပါတယ်။

ဒီတော့ ရဟန်းတော်ခြောက်ကျိပ်ထဲက သံဃာ့မထေရ်ကြီး က “ဟောဥပါသိကေ - အို ဥပါသိကာမကြီး၊ မယံ - ငါတို့

သည်၊ ယထာဗာသုကဋ္ဌာနံ - ချမ်းသာရာအရပ်ကို၊ ဂစ္ဆာမ - သွားကြကုန်အံ့”လို့ ဖြေကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီအခါ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက-

“သစေ အယျာ ဣမံ တေမာသံ ဣဓ ဝသိဿန္တိ၊
အဟံ တိဏိသရဏာနိ ပဉ္စသီလာနိ ဂဟေတွာ ဥပေါ
သထကမ္ပံ ကရိဿာမိ။

အယျာ - အရှင်ဘုရားတို့သည်၊ ဣမံ တေမာသံ - ဤ ဝါ
တွင်း သုံးလတို့ ကာလပတ်လုံး၊ ဣဓ - ဤတပည့်တော်မတို့ရဲ့
မာတိကမာတာရွာမှာ၊ သစေ ဝသိဿန္တိ - အကယ်၍များ သီ
တင်းသုံး နေတော်မူကြဌားအံ့၊ ဧဝံသတိ - ဒီလိုသီတင်းသုံးမယ်
ဆိုယင်တော့၊ အဟံ တိဏိသရဏာနိ ပဉ္စသီလာနိ ဂဟေတွာ -
တပည့်တော်မအနေနဲ့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံး
ပါးကို အားထားကိုးကွယ်၍ ငါးသွယ်သီလ ယူကြပြီးစော့၊
ဥပေါသထကမ္ပံ ကရိဿာမိ - ဥပုသ်သီတင်း စောင့်သုံးခြင်းအမှု
ကို ပြုရပေတော့မယ်”လို့ လျှောက်ထားတယ်။

ဒီတော့ ရဟန်းတော်များကလဲ မာတိကမာတာ ဒကာမ
ကြီးရဲ့ လျှောက်ထားချက်ကို လက်ခံကြည်ဖြူ သဘောတူတော်
မူကြပါတယ်။

ဒီတော့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက ရဟန်းတော်
ခြောက်ကျိပ်လုံး သီတင်းသုံးမှု့ လျော်ရန်အတွက် ရွာသူ ရွာ
သားများကို စုရုံးပြီး ရွာအနီးက တောင်ပူစာလေးပေါ်တွင်
ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းများ တည်ဆောက်ပေးပါသတဲ့။

ဒါနဲ့ အဲဒီရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့လဲ အဲဒီ မာတိကရွာ
တောင်ပေါ်ကျောင်းတိုက်မှာ သီတင်းသုံးတော် မူကြပါတယ်။

မထေရ်ကြီး၏ ဆုံးမဩဝါဒ

မာတိကရွာတွင် ဝါဆိုသီတင်းသုံးကြတဲ့ ရဟန်းတော်
ခြောက်ကျိပ်တို့တွင် အကြီးဆုံး သံဃာ့မထေရ်ကြီးက ဝါဆို
သံဃာယောဂီများအား ဒီလို ဩဝါဒပေးတော်မူပါတယ်။

၁။ ငါ့ရှင် ယောဂီတို့....ငါတို့ဟာ မေ့လျော့ခြင်းငှာ မသင့်
ကြဘူး။

၂။ အမှန်ကတော့ ငါတို့၏ ကိုယ့်ကျောင်း၊ ကိုယ့်အိမ်ကဲ့သို့
ရဲကြီးရှစ်ထပ်တို့ဟာ မေ့လျော့အကျင့်ပျက် သူများ
အတွက် တံခါးဖွင့်လျက် ကြိုဆိုနေတယ်။

၃။ ငါတို့ဟာ သာမညပုဂ္ဂိုလ်တွေ မဟုတ်ကြဘူး၊ သက်
တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရား၏ ထံဘော်ပါးမှ ကိလေ
ပူးယပ် ပုထုဇဉ်ဇာတ်အဖြစ်မှ ကိလေကင်းစင် အရိယာ
အရှင်မြတ်တွေ ဖြစ်နိုင်သည်အထိ နည်းပေးညွှန်ကြား
သတိပဋ္ဌာန် တရားကိုနာကြား လာသူများဖြစ်ကြတယ်၊
ယောဂီဆိုယင် နာမည်နှင့်လိုက်အောင် တရားအားထုတ်
ကြမှ ဖြစ်မယ်။

၄။ မြတ်စွာဘုရားတို့မည်သည် စိတ်ထားမပြောင့်စင်း တရား
နှလုံးမသွင်းဘဲ ခြေရာချင်းထပ်အောင် ဟိုဟိုဒီဒီ အလီလီ
သွားတာကိုလဲ နှစ်သက်တော်မူကြမည် မဟုတ်ဘူး၊
ပြောင့်ပြောင့် စင်းစင်း တရားနှလုံးသွင်းတာမျိုးကိုသာ
နှစ်သက်တော် မူကြလိမ့်မယ်။

၅။ ငါ့ရှင်ယောဂီတို့...သင်တို့ဟာ မမေ့မလျော့ဘဲ သတိမြဲ
ကြကုန်လော့။

၆။ ပြီးတော့ ဒီလို ကတိကဝတ် ထားကြပါစို့၊ တစ်နေရာ
တည်း နှစ်ပါးတွဲမနေကြစတမ်း၊ တစ်ပါး တစ်နေရာစီ
တရားအားထုတ်နေကြမယ်။

၇။ ညနေချမ်း မထေရ်ကြီးထံ အဆုံးအမခံယူတဲ့ အခါနှင့် နံနက်ခင်း ရွာတွင်းဆွမ်းခံဝင်တဲ့ အခါဘဲ အတူတကွ သွားလာနေထိုင်ကြမယ်။

၈။ အကယ်၍များ ငါတို့အထဲက ရဟန်းယောဂီ တစ်ပါး ပါး မကျန်းမမာဖြစ်ခဲ့ယင်တော့ ကျောင်းတိုက်အလယ် မှာ ထားတဲ့ ကျောက်ဆည် ခေါင်းလောင်းကြီးကို တီးခေါက်လိုက်ပါ၊ ရဟန်းအားလုံးကြားရာ အရပ်က လာပြီး ဂိလာနယောဂီ ရဟန်းအား ပြုစုရမယ်။

အဲဒီလို မထေရ်ကြီးက အဆုံးအမ ဩဝါဒများကိုပေးတော် မူပါတယ်။

စတုမဇ္ဈဗျော်ရည်ကပ်ရင်း တရားမေးမြန်းခြင်း

အဲဒါလို ရဟန်းယောဂီများဟာ စည်းကမ်းကတိကဝတ်နှင့် ညီညွတ်စွာပင် တရားအားထုတ်နေတော်မူကြတယ်။ တနေ့သ၌ ညနေချမ်းတွင် မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးဟာ “သံဃာတော် တွေ ဆိုတာ တစ်ထပ်တည်းသော ဆွမ်းကိုသာ ဘုဉ်းပေးကြရ တယ်။ ညစာမစားရတော့ ဆာလောင်မှတ်သိပ်တော်မူပေမယ်။ အစာအိမ်အတွင်းမှာ အစာမရှိတော့ အစာအိမ်ကို ပါဏကဝမ်းမီး က လောင်ကျွမ်းပြီး အစာအိမ်ရောဂါ၊ လေနာ ရောဂါများလဲ စွဲကပ်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ရဟန်းတော်ယောဂီများ မှတ်သိပ်မှု ကင်းပျောက် လေနာရောဂါမကပ်ရောက်ရလေအောင် အဖျော် ရည် စတုမဇ္ဈများကို ဆက်ကပ်ရဦးမယ်” လို့ ဆင်ခြင်ပြီး နောက် ပါ ရွာသူ ရွာသား များနှင့်အတူ တောင်ပေါ် ကျောင်းကို တက်လာခဲ့ကြတယ်။

ကျောင်းတိုက်ထဲ ရောက်တော့ အံ့ဩဖွယ်ရာ ရဟန်းတော် တစ်ပါးကိုမျှ မတွေ့ရဘူးတဲ့။ “ဘယ်များ ကြံကုန်ကြလဲ” လို့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက ညည်းညူလိုက်တော့ ရဟန်း

တော်များရဲ့ ကတိကဝတ်ကိုသိတဲ့ ဥပါသကာ တစ်ယောက်က “ရဟန်းတော်များကို တွေ့လို့ယင် ကျောက်စည် ခေါင်းလောင်း ကို တီးခေါက်ရတယ်” လို့ ပြောတယ်။ ဒီတော့ ဒကာမကြီးက “ကဲ-မင်းပဲ တီးခေါက်လိုက်ပါ” လို့ ခိုင်းတာနဲ့ တီးခေါက် လိုက်တယ်။ တီးခေါက်လိုက်တော့ တရားနှလုံးသွင်းအားထုတ်ရာ အရပ်မှ ရဟန်းတော် များဟာ တစ်နေရာလျှင် တစ်ပါးစီ ထွက်ကြွလာကြတယ်။

ယောဂီရဟန်းတွေ ဆိုတော့ အချင်းချင်း စကားမပြောဘဲ ကိုယ့်တရားဣန္ဒြေကိုယ် ကြွလာကြတာကိုး။ ဒါလိုအသွင်ထူးတဲ့ မမြင်စူးအမှုအရာကို ဖူးမြော်ရတဲ့မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက “ရဟန်း ယောဂီ အချင်းချင်း ရန်ခိုက် ဒေါသများ ဖြစ်ထားလို့ စကားမပြောကြတာလေလား” လို့ စိတ်ပူမိတယ်။

ဒါကြောင့် ရဟန်းတော်များစုရုံးပြီး စတုမဂ္ဂ ဖျော်ရည် ဘုဉ်းပေးပြီးတော့ ဒကာမကြီးက “အရှင်ဘုရားတို့... စကား မပြော ဘာမပြောနဲ့ ရန်ဖြစ်ထားကြသလား” လို့မေးပါတယ်။

ဒီတော့ မထေရ်ကြီးက “ဒကာမကြီး ... ရန်ဖြစ်ထားလို့ စကားမပြောကြတာ မဟုတ်ဘူး။ ရဟန်းတရားကို အားထုတ် နေကြတာ” လို့ ဖြေကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီတော့ ဒကာမကြီးဟာ “ကော ဇေ ဘန္တေ သမဏ- ဓမ္မော နာမ-အရှင်ဘုရား .. ရဟန်းတရားဆိုတာ ဘာလဲဘုရား” လို့ မေးမြန်းလျှောက်ထားပါတယ်။

ဒီအခါ သံဃာ့မထေရ်ကြီးက “ဒုတ္တိံသာကာရေ သဗ္ဗာယံ ကရောမ၊ အတ္တဘာဝေစ ခယစယံ ပဌပေမ မဟာဥပါသိကေ- ဒကာမကြီး... ရဟန်းတရားဆိုတာ တခြားမဟုတ်ဘူး။ မိမိခန္ဓာမှာ အမှန်တကယ်ရှိနေတဲ့ “ဆံပင်၊ အမေး၊ လက်သည်း၊ ခြေသည်း၊ သွား၊ အရေထူ-ပါး၊ အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ခြင်္သေ့၊ အညှို့၊

နှလုံး၊ အသည်း၊ အမြှေး၊ အဖျဉ်း၊ အဆုတ်၊ အူမ၊ အူသိမ်၊ အစာသစ်၊ အစာဟောင်း၊ ဦးနှောက်၊ သည်းခြေ၊ သလိပ်ပြည်၊ သွေး၊ ချွေး၊ အဆီခဲ၊ မျက်ရည်၊ ဆီကြည်၊ တံတေးနှုပ်၊ အစေး၊ ကျင်ငယ်” ဆိုတဲ့ သုံးဆယ့်နှစ်ကောဠာ အခြင်းအရာတွေကို စိတ်မှာ ရှိဖွယ်ထင်မြင်အောင် နှုတ်စဉ်တွတ်တွတ် ရှုတ်ဆိုပွားများကြပါတယ်တဲ့။ ပြီးတော့ မိမိကိုယ်မှာ ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ပျောက်ပျက်နေတဲ့ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးခေါ်တဲ့ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ တရားတွေကို အမှန်ထင်ရှား တွေ့ရသည့်အတိုင်း နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရှုမှတ်ကြပါတယ်။ ဒါကို ရဟန်းတရားလို့ ခေါ်ပါတယ်” လို့ ဖြေကြားတော်မူပါတယ်။

သမထ ယာနိက ဝိပဿနာ

ဒီ သံဃာ့ မထေရ်ကြီး မိန့်ကြားပုံအရ သူတို့ အားထုတ်တဲ့ နည်းဟာ သမထယာနိက ဝိပဿနာနည်းဖြစ်နေတယ်။

ဒုတိယကာရေ သဇ္ဈာယံ ကရောမ အရ ဒုတိယကာရ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၌ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀ ထဲက ကာယဂတာသတိကမ္မဋ္ဌာန်း အရာတွင် သမာဓိကမ္မဋ္ဌာန်း အဖြစ် ပြထားပါတယ်။

အတ္တဘာဝေ ခယဝယံ ပဌပေမ-ပါဠိအရ သုံးဆယ့်နှစ်ကောဠာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုရှုပွားလို့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိရလာတဲ့အခါ အဲဒီ သမထသမာဓိအပါအဝင် ဒွါရနှင့် အာရုံ ဆုံတိုင်း ဖြစ်ပေါ် ပျောက်ပျက်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို မြင်ယင် မြင်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်တာကတော့ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းဘဲ။ ဒါကြောင့် သမာဓိရှေ့ သွားရှိတဲ့ သမထယာနိကဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ဆိုရပါတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ယခု မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတိုင်း ရှုမှတ်သိမြင်ရတဲ့ နည်း

ကတော့ သုဒ္ဓဝိပဿနာနည်း၊ တနည်း ဝိပဿနာယာနိကနည်း လို့ ခေါ်ရပါတယ်။

ကဲ...ဇာတ်လမ်း ဆက်ကြဦးစို့။ အဲဒီမထေရ်ကြီးရဲ့ အဖြေ စကားကို ကြားရတော့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက- “အရှင်ဘုရားတို့...ဘယ်လိုလဲဘုရား၊ အရှင်ဘုရားတို့အမိန့်ရှိတော် မူကြတဲ့ ဒွတ္တိ သာကာရနှင့် အတ္တဘာဝေ ခယဝယ ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားကို ရှုမှတ်ရတဲ့ ရဟန်းတရားဆိုတာကို ရှုမှတ်နှလုံးသွင်းဖို့ရာ အရှင်ဘုရားများအားသာ သင့်လျော်ပါသလား၊ တပည့်တော်မ တို့ အားကော အားထုတ်ရန် မသင့်လျော်ဘူးလား” လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

ဒီတော့ သံဃာ့မထေရ်ကြီးက “ကဿစိပိ အဝါရိတော သေ ဓမ္မော မဟာဥပါသိကေ = ဥပါသိကာမကြီး ဒီ သမဏဓမ္မ ရဟန်းတရားခေါ် ငြိမ်းချမ်းရေးတရားကို အားထုတ်ခြင်းကို မည်သူ့အားမျှလဲ မတားမြစ်ပါဘူး၊ ရှင်ရဟန်းပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ လူဥပါသကာ-ဥပါသိကာမပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မည်သူ့မဆို အားထုတ်ခွင့် ရှိပါတယ်၊ ဘုရားပွင့်ပြီး တရားဟောတာဟာ သတ္တဝါ အား လုံး အတွက်ပါတဲ” လို့ ဖြေကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီတော့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက “ဒီလိုဆိုယင် အဲဒီ တရားကို တပည့်တော်မ အားလဲ သင်ကြားပေးတော် မူကြပါ ဘုရား” လို့ တောင်းပန်လျှောက်ထားတယ်။

တရားထူးရကြတယ်

ဒါနဲ့ သံဃာ့မထေရ်ကြီးက သင်ကြားပေးတော့ ဒကာမ ကြီးလဲ အိမ်ပြန်ပြီး အိမ်မှန်စွလုပ်ရင်းထဲကနေပြီး ကြိုးစား အားထုတ်လိုက်တာ ရဟန်းတော်များရဲ့ အလှုပ်ပင် ပဋိသမ္ဘိဒါ ၄-ပါး လောကီအဘိညာဉ်များနှင့်တကွ အနာဂါမ် တည် ပါတယ် တဲ့။

မာတိကမာတာဒကာမကြီးဟာ မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာကို ခံစားခြင်းမှထပြီး တရားသခင် ကျေးဇူးရှင်များကို ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်ဖြင့် ကြည့်ပြီးတော့ “ဘာ တရားထူးတွေကိုများ ရနေကြပြီလဲ” လို့ စူးစမ်းဆင်ခြင်လိုက်တယ်။

ဒီအခါ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်လုံးပင် ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ တန်းလန်းပင် ရှိနေကြသေးတယ်။ စိတ်တည့်ငြိမ်မှု သမထဈာန်မျှကိုပင် မရရှိကြသေးဘူး။ ဘယ်လိုလဲ ငါ့သား တော်တွေဟာ တရားထူးရကြောင်းများ ရှိတော် မူကြပါ သလားလို့ ဆက်လက်ကြည့်ရှုပြန်ပါတယ်။

ဒီတော့ ရဟန္တာပင်ဖြစ်နိုင်ကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်း ရှိတာကို သိမြင်ရတယ်။ ဒီလိုတရားထူးရနိုင်ကြောင်း အထောက် အပံ့ကောင်းရှိပါလျက်နဲ့ ဘာကြောင့်များ ယခုထိ တရားမရ ကြသေးတာပါလိမ့်။ နေရာကျောင်းကများ သပ္ပာယ်မမျှကြလို့ လေလားလို့ ကြည့်ရှုဆင်ခြင်တော့လဲ သေနာသန သပ္ပာယ်မျှတ တော်မူကြပုံကိုလဲ သိမြင်ရတယ်။ ဒါဖြင့်ပုဂ္ဂိုလ်ချင်းချင်း မသင့် တင့်ခြင်း ပုဂ္ဂလသပ္ပာယ်များ မလျှောက်ပတ်လို့ လေလားလို့ ကြည့်ရှုပြန်တော့ ပုဂ္ဂလသပ္ပာယ် ဖြစ်ပုံကိုလဲ တွေ့မြင်ရတယ်။ ဪ... ဒါဆိုယင် အစားအသောက်အာဟာရ သပ္ပာယ်များ မမျှတကြလို့လေလားလို့ ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ပြန်တယ်။

ဟုတ်တယ်။ ဒီတော့မှ ရဟန်းတော်ခြောက်ကျိပ်လုံး တရား မရနိုင်ကြသေးတာဟာ အာဟာရသပ္ပာယ် မျှတတော်မူကြလို့ ဘဲလို့ သိမြင်ရတယ်။

ဒါနဲ့ မာတိကမာတာ၊ ဒကာမကြီးက အဲဒီအခါမှစပြီး ဘယ်ရဟန်းက ဘာကို ကြိုက်နှစ်သက်တယ်ဆိုတာကို အဘိ ညာဉ်နဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်ကာ သင့်လျော်ရာရာ စားစရာ၊ သောက် စရာများကို ပြင်ဆင်ပြီးတော့ အိမ်သို့ရဟန်းတော်ခြောက်ကျိပ်

ကိုပင့်ပြီး အထူးဆွမ်းကျွေးပွဲကြီး ပြုလုပ်ပြီး ဆက်ကပ်လုပ်
ကျွေးတယ်။

ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်လုံးလဲ မိမိတို့သဘောကျ ဆွမ်း
ဘုဉ်းပေးကြရလို့ လိုရာဆန္ဒအသီးသီး ပြည့်စေတော်မူကြတယ်။
အဲဒီလို အလိုဆိုး တဏှာအာသာပြေတော်မူကြတော့ စိတ်ကလဲ
တည်ကြည်တော်မူကြတယ်။ တည်ကြည်တဲ့စိတ်ဖြင့် မိမိခန္ဓာ ကုန်
ပျက်တာကို ရှုမှတ်ကာ ဝိပဿနာပွားတော်မူကြတယ်။

မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားတိုင်း၊ တွေ့ထိတိုင်း၊
သိတိုင်း၊ ပေါ်ပြီးပျောက်၊ ပေါ်ပြီးပျောက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်
အစဉ်တွေကိုသာ တွေ့တော်မူကြတယ်။ အသိဉာဏ် လျင်မြန်
လာတော့ ပေါ်လာတာကိုတောင် မတွေ့ရတော့ဘဲ ဘာမဆို
ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတိုင်း ကုန်ကုန် ပျက်ပျက် နေတာချည်းကိုသာ
တွေ့တော်မူကြရတယ်။ အဲဒီလိုရှုမှတ်ရင်း ရှုမှတ်ရင်းပင် ရဟန်း
တော်ခြောက်ကျိပ်လုံးပင် ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် ပြည့်စုံလို့ လေးမင်
လေးဖိုလ်များကို ပဋိသမ္ဘိဒါ ၄ - ပါးနှင့်တကွ ရရှိတော်မူ
ကြတယ်။

ဘုရားထံမှောက် လျှောက်ထားကြတယ်

ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့ဟာ မာတိကမာတာ ဒကာမ
ကြီးရဲ့ မိမိတို့အပေါ်တွင် တရားရကြောင်း ကောင်းမြတ်သော
အထောက်အပံ့ပြုပုံများကို ဆင်ခြင်ကျေးဇူးတင်ပြီး သီတင်း
ဝါလကျွတ်တဲ့အခါ ပုဝါရဏာပြု၍ ဒကာမကြီးအား နှုတ်
ဆက်ပြီး မြတ်စွာဘုရားထံ ပြန်လာခဲ့ကြတယ်။

မြတ်စွာဘုရားထံမှောက် ရောက်ကြတော့ မြတ်စွာဘုရားက
“ ကစ္စိ ဘိက္ခဝေ ခမနိယံ ကစ္စိ ယာပနိယံ နစ ပိဏ္ဏကေနပိ
ကိလမိတ္ထ - ချစ်သားရဟန်းတို့ ဘယ်လိုလဲ ကျန်းမာပါရဲ့လား၊

ဘယ်လိုလဲ မျှတပါရဲ့လား၊ ဘယ်လိုလဲ ဆွမ်းအာဟာရဖြင့်လဲ မပင်မပန်း ပြည့်စုံခဲ့ကြရဲ့လား” လို့ မေးတော်မူပါတယ်။

ဒီတော့ ရဟန်းတော်များက “အို ရှင်တော်မြတ်ဘုရား... တပည့်တော်များအနေနဲ့ ခံကျန်းဤသာ မျှတ ကြပါတယ် ဘုရား၊ အထူးသဖြင့် ဆွမ်းအာဟာရအတွက်သက်သက်သာသာ ပင်ပန်းတာမရှိ၊ ချမ်းသာပြည့်စုံကြပါတယ်ဘုရား၊ ဘာကြောင့် လဲဆိုယင် မာတိကမာတာအမည်ရှိတဲ့ ဒကာမကြီးက တပည့် တော်များထံ တရားနည်းခံကျင့်သုံးလို့ သူကအလျင် ပဋိသမ္ဘိဒါ ၄-ပါး လောကီအဘိညာဉ်များနှင့်အတူ အနာဂါမ် တည် တာမို့ တပည့်တော်များရဲ့ စိတ်အကြံကိုသိပြီး လိုလေသေး မရှိရအောင် ဆွမ်းစသည် အာဟာရများကို ချက်ပြုတ်စီရင် လှူဒါန်းပါတယ်ဘုရား၊ ဒါကြောင့် တပည့်တော်များ ဆွမ်းဖြင့် ပင်ပန်းမှုဆိုလို့ ဘာတစ်ခုမျှ မရှိကြပါဘုရား၊ ဘာမဆို စိတ်ကူး လိုက်ရုံမျှနဲ့ လိုတာရကြပါတယ်ဘုရား” လို့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးနဲ့စပ်တဲ့ စကားများကိုပါ လျှောက် ထားကြတယ်။

အညတရတိက္ခာ

ဒီအခါမှာရဟန်းတော်တစ်ပါးဟာ မာတိကမာတာ ဒကာမ ကြီးနှင့် စပ်တဲ့ စကားများကိုကြားရတော့ မာတိကရွာကို ကြ ချင်လာတယ်၊ ကြချင်မှာပေါ့ ကိုယ့်စိတ်ထဲက ကြံရုံမျှနဲ့ လိုသမျှ ကို ဒကာမကြီးကသိပြီး လှူဒါန်းနေတယ်ဆိုတာကိုး၊ ဒါကြောင့် အဲဒီရဟန်းဟာ မြတ်စွာဘုရားထံမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းများတောင်းပြီး လျှင် အဲဒီ မာတိကရွာသို့ကြွသွားတယ်။

အဲဒီ အညတရတိက္ခာဟာ ကောသလတိုင်းက မာတိကရွာ တောင်ပေါ်ကျောင်းကို ရောက်သွားတယ်၊ ကျောင်းရောက် တော့ “အလို...ကျောင်းမှာလဲ အမှုိက်တွေ ရှုပ်ပွနေပါလား၊

ငါကလဲ ခရီးပန်းလာတယ်၊ အမှိုက်မရှင်းနိုင်ဘူး၊ ဒီရွာက မာတိကမာတာဆိုတဲ့ ဒကာမကြီးက သူတစ်ပါးရဲ့ စိတ်အကြံကို သိတယ်ဆိုတယ်၊ ကျောင်းကိုသန့်ရှင်းရေး ဒကာတစ်ယောက် လောက် လှတ်လိုက်ယင် ကောင်းမယ်”လို့ ကြံစည်ပါသတဲ့။

ဒီအခါမှာ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကလဲ အိမ်ကနေ ပြီး အဘိညာဉ်နဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်တဲ့အခါ “ဪ... တို့ကျောင်း မှာ နောက်ထပ် သားတော်တစ်ပါးဖောက်နေပါလား၊ ကျောင်း တွင်းမှာ အမှိုက်တွေရှုပ်နေလို့ သန့်ရှင်းရေး ဒကာတစ်ယောက် လှတ်လိုက်စေချင်တယ်ဆိုပါလား”လို့ သိပြီး ဒကာတစ်ယောက် ကို လှတ်လိုက်တယ်။

အဲဒီဒကာက ကျောင်းသန့်ရှင်းရေးလုပ်ပြီး ပြန်သွားတယ်၊ ဒီတော့ အညတရဘိက္ခုဟာ ရေဆာလာပြန်လို့ “ရေခပ်ပေး မည့် ဒကာတစ်ယောက်ကို လှတ်လိုက်ယင်ကောင်းမယ်”လို့ ကြံ စည်ပြန်တယ်၊ ဒါကိုလဲ ဒကာမကြီးကသိပြီး စေလှတ်လိုက်လို့ ပြည့်စုံသွားပြန်တယ်။

အညတရဘိက္ခုလဲ ရေသောက်အနားဖြေပြီး အိပ်ရာဝင်ပါ တယ်၊ နံနက်လင်းတော့ အိပ်ရာကထပြီး “ယာဂုဆွမ်းကလေး များ ဘုဉ်းပေးရယင် ကောင်းမယ်”လို့ ကြံစည်ပြန်ပါတယ်။

ဒါကိုလဲ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကသိပြီး ပို့ပေး ကပ် လှူစေတယ်။

အညတရဘိက္ခုဟာ ယာဂုဘုဉ်းပေးပြီး စော်တော်ကြာ တော့ ဆွမ်းဆာလာပြန်တယ်၊ ဒါကြောင့် “ဆွမ်းဘုဉ်းပေးရ ယင် ကောင်းမှာဘဲ”လို့ ကြံပြန်တယ်၊ ဒါကိုလဲ ဒကာမကြီးက သိပြီး ဆွမ်းပို့စေလှတ်လိုက်တယ်တဲ့။

ဒီအခါ အညတရတိက္ခာဟာ ဒါလို တယ်လီဖုန်းလဲ မဆက် ရဘဲနဲ့ စိတ်ထဲကကြံရုံနဲ့ အကုန်သိပြီး ချမ်းသာအောင် ဆောင် ရွက်ပေးနိုင်တဲ့ ဒကာမကြီးကို ကြည့်မြင်ချင်ပြန်သတဲ့။

ဒီစိတ်အကြံကိုလဲ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက “ဪ ငါ့သားတော်က ငါ့ကို တွေ့မြင်ချင်တယ်ဆိုပါလား” လို့ သိပြီး အထူးထူးသော စားသောက်ဖွယ်ရာများကို ယူလာ၍ ရဟန်း တော်အား ဆက်ကပ်ရင်း တွေ့ဆုံဖူးမြော်ပါတယ်။

အညတရတိက္ခာနှင့် မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးတို့ တွေ့ဆုံ ကြတော့ ဒီလို မေး - ဖြေကြပါတယ်။

မေး။ ။ “မာတိကမာတာဆိုတာ ဒကာမကြီးဘဲလား။”

ဖြေ။ ။ “မုန်ပါ-တပည့်တော် မာတိကမာတာပါ ဘုရား။”

မေး။ ။ “ဒါယိကာမကြီးဟာ သူတစ်ပါးစိတ်ကို သိတတ်မိ သလား။”

ဖြေ။ ။ “မောင်ပဉ္စင်း....ဘာကြောင့် ဒီမေးခွန်းကို မေးရပါ သလဲဘုရား။”

မေး။ ။ “ဦးပဉ္စင်း ကြံစည်သမျှ အလိုဆန္ဒကို ပြည့်ဝအောင် ဒကာမကြီးက ဧဆောင်ရွက်ပေးခဲ့တာဘဲ၊ ဒါကြောင့် ဒကာမကြီးကို သူတစ်ပါး စိတ် သိသလားလို့ မေး တာပါ။”

ဖြေ။ ။ “မောင်ပဉ္စင်း....လောကမှာ သူတစ်ပါးစိတ်ကို သိကြ သူ ရဟန်းတော်တွေ များစွာရှိကြပါတယ်ဘုရား။”

မေး။ ။ “အခြားသူများ သူတစ်ပါးစိတ်ကို သိကြတယ်ဆို တာတွေကို မေးတာမဟုတ်ပါဘူး၊ သင် ဒကာမကြီး ကိုသာ မေးတာပါ။”

ဖြေ။ ။ “မောင်ပညွင်း... သူတစ်ပါး စိတ်ကို သိသူများဟာ ဒါလိုပင် ပြုရိုးထုံးစံရှိကြပေတယ်။”

တွေးရင်း ပြန်ပြေးခြင်း

အဲဒါလို အညတရဘိက္ခုက မရမကမေးတော့ မာတိက မာတာ ဒကာမကြီးလဲ တရားထူးရသားတာကို အကြောင်းထူး မရှိဘဲ မဖြေချင်သော်လဲ အညတရဘိက္ခုအား ဥပါယ်ဖြင့် ဖြေ ကြား ဝန်ခံလိုက်ရတယ်။

ဒီတော့ အညတရ ဘိက္ခုက “အင်း...သူတစ်ပါးစိတ်သိတဲ့ ဒကာမကြီးရဲ့ အကိုးကွယ်ခံရတယ်ဆိုတော့ ငါလဲ ကျောင်းက နေပြီး လိုချင်တာကို တောင့်တတိုင်းပြည့်စုံနေတယ်။ သိပ်ဝမ်း သာစရာ ကောင်းတာဘဲ” လို့ တွေးရင်း တွေးရင်းနဲ့ “ဟုတ်ပြီ၊ လိုချင်တာ ရတာတော့ကောင်းပါရဲ့၊ ဒါပေမယ့် ရှေ့ဆက်တွေး ကြည့်ယင် ဒီအမှုဟာ မလွယ်လှဘူး၊ ဝန်သေးစရာကြီးဘဲ” လို့ တွေးမိတယ်။

“ဘာကြောင့်လဲဆိုယင် ကိလေသာပူးဝင် ပုထုဇဉ်တို့မည် သည် တစ်ခါတစ်ရံ ကောင်းတာကိုလဲ ကြံစည် တတ်တယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ မကောင်းတာကိုလဲ ကြံစည်တတ်တယ်။ သင့်လျော် တာ မသင့်လျော်တာ ရယ်လို့လဲ မဝေဖန်နိုင်ကြဘူး၊ ရူးရူးမူးမူး စိတ်ကူးချင်ရာစိတ်ကူးတတ်ကြတယ်။ ငါကလဲ ပုထုဇဉ်မျှရှိသေး တယ်။ ငါ့စိတ်ကိုလဲ ငါမနိုင်ဘူး၊ ဒီတစ်ခါတော့ဖြင့် ခက်ပြီ” လို့ ကြံစည်မိရှာတယ်။

နောက်ပြီးတော့ အညတရဘိက္ခုက ဒါလို ဆက်ကြံစည်မိ တယ်။ “ငါဟာ ကောင်းတာကို ကြံစည်မိယင်ဖြင့် တော်ပါ သေးရဲ့၊ တကယ်လို့များ ရဟန်းဝတ်နှင့်မလျော်တဲ့ အကြံအစည် ကိုများ ကြံစည်မိယင်တော့ ခိုးထုပ်ခိုးထည်နှင့်တကွ သူ့ခိုးကို မိလို့ ပစ္စည်းရှင်က သူ့ခိုးရဲ့ ခေါင်းက ဆံပင်ရောင်ကို ဆွဲထား

သလို ငါ့ကို ရဟန်းလုပ်နေပြီး ဒါမျိုးတွေကို ကြံစည်ရသလား၊ ဒါဟာ ဘုရားသားတော်တဲ့လား၊ ဘာညာနဲ့ ဒကာမကြီးက ဆိုလား ပြောလားလုပ်ယင်တော့ ငါဟာ လူထဲမှာ မျက်နှာစောင် ပြရဲတော့မှာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖောက်ဖောက် ပြားပြား ဒုက္ခများတော့မှာဘဲ” လို့ စိုးရိမ် ကြောက်ရွံ့စိတ်တွေ ဝင်လာ ရှာတယ်။

နောက်ပြီးတော့ ဒီလိုဆက်တွေးတယ်၊ “ငါဟာ ဒီအရပ်မှာ နေလို့တော့ ဖြစ်ပုံမရဘူး၊ ငါလဲ ငါ့စိတ် ငါမနိုင်ဘူး” လို့ တွေးရင်းတွေးရင်း ဒကာမကြီးကို သူ တော်တော် ကြောက်ရွံ့သွား ရှာတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒကာမကြီးထံ ပြန်ခွင့်တောင်းပန်ရှာတယ်။

“ဒကာမကြီး... ဦးပဉ္စင်း ပြန်အုံးမယ်” တဲ့။

ဒီတော့ ဒကာမကြီးက “ဘယ်ပြန်ကြမလဲဘုရား” လို့ မေးလျှောက်တယ်။

ဒီအခါ အညတရဘိက္ခုက “မြတ်စွာဘုရားထံ ပြန်ကြမယ်” လို့ ဖြေပါတယ်။

ဒီတော့ ဒကာမကြီးက “အရှင်ဘုရား... ဒီကျောင်းတိုင် နေကြည့်စမ်းပါဦးဘုရား” လို့ လျှောက်ပြန်တယ်။

ဒီအခါ အညတရဘိက္ခုက “ဒကာမကြီး... နေနိုင်တော့မည် မဟုတ်၊ သွားကဲ့ သွားမှ ဖြစ်မယ် ဒကာမကြီး” လို့ ပြောပြော ဆိုဆိုပင် ကျောင်းမှထွက်ခဲ့ပြီး သာဝတ္ထိပြည် မြတ်စွာဘုရားထံ မှောက်သို့ ပြန်ရောက်သွားတယ်။

ဘုရားဟောကြား စိတ်တရား

အဲဒီအခါ အညတရဘိက္ခုကို မြတ်စွာဘုရားက “ချစ်သား ရဟန်း... သင်ဟာ အဘယ်ကြောင့် အဲဒီအရပ်မှာ မနေရသလဲ” လို့ မေးတော်မူပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်-၃

ဒီအခါ အညတရတိကျက “မြတ်စွာဘုရား... မနေဝံ့ပါ၊ အဲဒီအရပ်မှာ နေဖို့ရာမစွမ်းနိုင်ပါဘုရား” လို့ လျှောက်ထားတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက “ချစ်သားရဟန်း... ကာကြောင့်လဲ” လို့ မေးတော်မူပြန်ပါတယ်။

ဒီအခါ အညတရတိကျက မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးရဲ့ သူတစ်ပါးစိတ်ကို သိပုံ၊ သူ့အနန္တ ပုထုဇဉ်ဆိုတော့ မတော်တာ ကြံမိယင် ဒကာမကြီးသိပြီး အရှက်ရနိုင်ပုံ၊ ဒါကြောင့် ကြောက်ရွံ့ပြီး ပြန်ပြေးလာရပုံများကို ရေရေလည်လည်လျှောက်ထားပါတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက “ချစ်သား ရဟန်း... ဒါဆိုယင် သင်ဟာ တစ်ခုတည်းကိုမူ စောင့်ရှောက်နိုင်အံ့လော” လို့ မေးတော်မူပါတယ်။

ဒီအခါ အညတရ ရဟန်းက “မြတ်စွာဘုရား... တစ်ခုတည်းဆိုတာ ဘယ်ဟာပါလဲ ဘုရား” လို့ လျှောက်ထားတယ်။

ဒီတုန်း မြတ်စွာဘုရားက “သင်ရဲ့စိတ်ကိုသာ စောင့်ရှောက်လော့၊ အဲဒီစိတ်မည်သည်ကို စောင့်ရှောက်နိုင်ခဲတယ်၊ သင်ဟာ ကိုယ့်စိတ်ကိုသာ နှိမ်နင်းပါ။ တစ်စုံတစ်ခုကိုမူ မကြံစည်လင့်၊ အဲဒီ စိတ်မည်သည်ကို ဆုံးမနိုင်ခဲတယ်” လို့ မိန့်ကြားတော်မူပြီး ဒီစာရားကို ဟောတော်မူပါတယ်။

ဒန္တဂူဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထ ကာမနိပါတိနော၊
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

၁။ နှိမ်နင်းခဲစွာ လျင်မြန်လှ၊ သူကျလိုရာကျတတ်တယ်။

၂။ ဝိညာဏသွမ်း၊ စိတ်သရမ်း၊ စောင့်ဖမ်းဆုံးမ၊ ကောင်းလှတယ်။

၃။ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ သူဖြစ်လာ၊ ချမ်းသာ ဆောင်ပေး
ဓာတ်ပါတယ်။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားအဆုံးအမကိုနာယူပြီး အညတရတိက္ခာ
ဟာ အဲဒီ မာတိကရွာကျောင်းကို ပြန်ကြွပြီး တရားအားထုတ်ရာ
ပဋိသမ္ဘိဒါလေးပါးနှင့်တကွ ရဟန္တာဖြစ်တော်မူပါတယ်တဲ့။

ဒီအညတရတိက္ခာဝတ္ထုတွင် ဘုရားရှင်ဟောတော်မူတဲ့ စိတ်
အကြောင်းတရားကို နောက် ဒုတိယပိုင်း တရားတွင် ရှင်းလင်း
ဟောပြပါမယ်။

ဒီနေ့ဘော့ ဒီတရားမဂ္ဂပွားရသေးတဲ့အတွက် မလိမ္မာ မယဉ်
ကျေးတဲ့ ပုထုဇဉ် သင်ယောဂီတို့ရဲ့ စိတ်ကို သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ
တရား ရှုပွားဆုံးမခြင်းဖြင့် ဒီအညတရတိက္ခာဝတ္ထုလာ ရဟန်း
အော် ခြောက်ကျိပ်၊ မာတိက မာတာ ဒကာမကြီးတို့နှင့် အည
တရတိက္ခာတို့လို စိတ်ညစ်ကင်းစင် အလိမ္မာယှဉ်၍ နိဗ္ဗာန်ဝင်
နိုင်ကြပါစေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု....။

စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်

ဒု တိ ယ ပိုင်း

စကားဦး

ယခုဟောကြားမည့် တရားတော်ကတော့ “စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် ဒုတိယပိုင်း” ဖြစ်ပါတယ်။

ယခင် ပထမပိုင်းတုန်းက “အယံ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ-
ဤသတိပဋ္ဌာန်အကျင့်လမ်းသည် ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အဓိယာ
သာဝကအလောင်း အားလုံးသောသတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ စိတ်
ညစ်ကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်ဖို့ရာ နှစ်ကြောင်းမကွဲ တစ်ကြောင်း
တည်းသော လမ်းမှန်ဖြစ်ပါပေ၏” လို့ မဟာသတိပဋ္ဌာန် သုတ်
လာ သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်ပွားရကျိုးကို အဋ္ဌကထာဖွင့်နှင့်တကွ
ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာလာ အညတရဘိက္ခုဝတ္ထုကိုပါ သာဓကပြပြီး
ဟောကြားခဲ့တယ်။

ဒီ ဒုတိယပိုင်းမှာ အဲဒီ အညတရဘိက္ခုဝတ္ထုလာ ဘုရား
ဟော ဂါထာကို မဟာသတိပဋ္ဌာန်သုတ်နှင့်ညှိပြီး ကျေးဇူးရှင်
မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ယူဆပုံ နည်းအတိုင်း
လက်တွေ့ဝိပဿနာအလုပ်ကိုဖွင့်ဆို ဟောကြားသွားပါမယ်။

ပဏာမ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

*ပူဇော်ထိုက်ငြား၊ သိညာဏ်ပွား၊ ထိုဘုရား ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

စိတ်ကိုဆုံးမလျှင် ချမ်းသာမည်

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထကာမ နိပါတိနော၊
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

ဒီ ဘုရားဟောဂါထာရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က ဒီလိုပါ။ ပုထုဇဉ် သတ္တဝါများရဲ့သန္တာန်မှာ အနုမဘက္က သံသရာတစ်ခွင်ကတည်းက ပူးဝင်ကိန်းအောင်းပါလာတဲ့ အနုသယ ကိလေသာ စိတ် ဓာတ်တွေဟာ ဒွါရနှင့်အခရုံဆုံမိတော့ စိတ်ထဲတွင် ထ ကြ သောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန်ဆိုတဲ့ ကိလေသာအဖြစ် တိုးတက် ပြီး ဆူပွက်ညစ်ညမ်းလာကြတယ်။

ဒါကြောင့် ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတွေရဲ့ ရိုင်းစိုင်းညစ်နွမ်းဆိုးသွမ်း တဲ့ စိတ်ဟာ ယဉ်ကျေးဖြူစင် ကြည်လင်ကောင်းမြတ်အောင် ဆုံးမနိုင်ဖို့ခက်တယ်။

ပြီးတော့ ဒီစိတ်ဟာ လက်ဖျစ်တစ်တွက် အချိန်အတွင်းတွင် အကြိမ်ပေါင်း ကုဋေဘစ်သိန်း ဖြစ်ပျက်သည်အထိ လျင်လဲလျင် မြန်တယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် ပုထုဇဉ်စိတ်ဟာ ကိုယ်ထားရာမှာ မနေဘဲ သူ သွားချင်ရာ ကျချင်ရာ ကျတတ်တယ်တဲ့။

အဲဒီ နှိမ်နင်းဆုံးမနိုင်ခဲစွာ လျင်မြန်လှ၍ သူကျချင်ရာကျတတ် တဲ့စိတ်ကို ယဉ်ကျေးဖြူစင် ကြည်လင်ကောင်းမြတ်အောင် ဆုံးမ နိုင်ယင်ကောင်းတယ်။ ဆုံးမနိုင်လို့ ယဉ်ကျေးဖြူစင် ကြည်လင် ကောင်းမြတ်လာတဲ့ အဲဒီစိတ်က ဆင်းရဲငြိမ်းချမ်း နိဗ္ဗာန်နန်းကို ပို့ဆောင်ပေးနိုင်ပါသတဲ့။

ကိလေသာဆယ်ပါး

မိမိကိန်းရာ သတ္တဝါကို ပူလောင်နှိပ်စက်စေဘတ်တဲ့ ကိလေ သာ ဆယ်ပါးဆိုတာ-

- ၁။ “တပ်မက်လိုချင်တဲ့ လောဘ၊
- ၂။ စိတ်ဆိုးပြစ်မှားတဲ့ ဒေါသ၊
- ၃။ အမှန်မသိဘဲ အမှားကိုသိပြီး တွေ့စေတဲ့ မောဟ၊
- ၄။ အထင်ကြီးတဲ့ ထောင်လွှားတဲ့ မာန၊
- ၅။ အယူမှားတဲ့ ဒိဋ္ဌိ၊
- ၆။ ရတနာသုံးပါး ကံ-ကံ၏အကျိုးကိုယုံမှားတဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာ။
- ၇။ ထိုင်းမှိုင်းပျဉ်းရိတ်တဲ့ ထိနာ၊
- ၈။ ပျံ့လွင့်တဲ့ ဥဒ္ဓစ္စ၊
- ၉။ အကုသိုလ် ဒုစရိုက်ပြုရမှာကို မရှက်တဲ့ အဟိရိက၊
- ၁၀။ အကုသိုလ် ဒုစရိုက်ပြုရမှာကို မကြောက်တဲ့ အနောတ္တပ္ပ”
တဲ့။

ဒီတရားဆယ်ပါးကို ကိလေသာလို့ခေါ်တယ်။ ဒီကိလေသာ ဆယ်ပါးအကြောင်းကို သင်္ဂြိုဟ်ဘာသာ ဋီကာမှာ ဒီလို ဖွဲ့ဖြေ ထားပါတယ်။

ကိလေသေန္တိ ဥပတာပေန္တိတိ ကိလေသာ၊ ကိလေသေန္တိ ဥပတာပေန္တိ - ပူလောင်စေတတ်ကုန်၏။ ဣတိ - ထို့ကြောင့်၊ ကိလေသာ - ကိလေသာတို့မည်၏။

တနည်းအားဖြင့် ကိလိဿတိ ဧတေဟိတိ ကိလေသာ၊ ဧတေဟိ-ဤဆယ်ပါးသောတရားတို့ကြောင့်၊ ကိလိဿတိ ညစ် ပေရ၏။ ဣတိ-ထိုသို့ညစ်ပေကြောင်း၏ အဖြစ်ကြောင့်၊ ကိလေ သာ - ကိလေသာတို့မည်၏။

ကိလေသာစိတ်ဆိုတာ

လောဘစတဲ့ ဒီကိလေသာတရား ဆယ်ပါးတွေနှင့် ယှဉ်တဲ့ ရတဲ့ သတ္တဝါများရဲ့စိတ်ဟာ ကြည်ကြည်လင်လင်မရှိဘူး၊ ညစ်

ညစ်ပေပေဖြစ်နေရတယ်၊ ပူပူလောင်လောင်လဲ ဖြစ်ရတယ်၊ ဒါကြောင့် လူတွေကစိတ်ပူတယ်၊ စိတ်ညစ်တယ်လို့ ပြောကြတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒီတရားဆယ်ပါးကို ကိလေသာလို့ခေါ်တယ်။

ကိလေသာဆိုတာ မိမိကိန်းရာသတ္တဝါကို ပူလောင်စေတတ် ညစ်ပေစေတတ်တယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပါပြီ၊ ဒီကိလေသာတွေ ဖြစ်နေပြီဆိုယင် ပစ္စုပ္ပန်မှာလဲ ပူလောင်ညစ်ပေတယ်၊ ဘဝခရီးသံသရာမှာလဲ ပူလောင်ညစ်ပေတယ်။

ဒီကိလေသာတွေနှင့် ယှဉ်တွဲစိတ်ကို ကိလေသာစိတ်လို့ခေါ်တယ်၊ ဒီကိလေသာစိတ်တွေဟာ ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်ရေးမှာ မပျော်ဘဲ မကောင်းတဲ့ အကုသိုလ်အာရုံမှာ ပျော်မွေ့မိုက်မှားချင်တယ်၊ အဆုံးမရခက်တယ်၊ လျင်မြန်တယ်၊ သူ့သွားချင်ရာ သွားတတ်တယ်၊ ဒီကိလေသာ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်း တွေဟာ သတ္တဝါတွေကို ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် ဆိုတဲ့ အပါယ်ဆင်းရဲ၊ မွေးသေဖြစ်ပျက်ဘဝအစဉ်ဆိုတဲ့ သံသရာဆင်းရဲများသို့ ပို့ဆောင်ပေးနေကြတယ်။

၁၅၀၀-ကိလေသာ

ဒီကိလေသာဆယ်ပါးဟာ အကျယ်ပွားယင်း တစ်ထောင်ငါးရာရှိပါသတဲ့၊ ကိလေသာ ၁၅၀၀-ဖြစ်ပုံကို ဗဟုသုတအဖြစ် မှတ်သားရအောင် လိုရင်းလောက်တော့ ဟောပြောပြပါဦးမယ်။

စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန်ရယ်လို့ ပရမတ္ထတရား ၄-ပါးရှိတယ်။

အဲဒီပရမတ္ထတရား ၄-ပါးထဲက စိတ်ဟာ ၈၉-ပါးရှိသော်လဲ အာရုံကိုသိတတ်တဲ့ သဘောလက္ခဏာ တစ်ခုတည်းရှိလို့ သူ့ကို စိတ် ၁-ခုလို့မှတ်ပါ။

အဲဒီစိတ်မှာယှဉ်ဖြစ်တတ်တဲ့ စေတသိက်က ၅၂-ပါးရှိတယ်၊ စိတ် ၁-နှင့် စေတသိက် ၅၂-ပေါင်းယင် ၅၃-ပါးရတယ်။

ဒီစိတ်နှင့်စေတသိက် နှစ်မျိုးပေါင်း ၅၃-ပါးကို အာရုံဆီသို့
ညွတ်တတ်သော နာမ်တရားလို့လဲခေါ်တယ်။ ပါဠိလို နာမ် တေ
ပညာသ-နာမ် ၅၃-ပါးလို့လဲ ခေါ်တယ်။

ပရမတ္ထတရား ၄-ပါးတို့တွင် ရုပ်တရားဆိုတာ ၂၈-ပါးရှိ
တယ်။ အဲဒီရုပ် ၂၈-ပါးထဲက ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရဆိုတဲ့
အကြောင်းလေးပါးကြောင့်ဖြစ်တဲ့ နိပ္ပန္နရုပ် ၁၈-ပါး၊ လက္ခဏ
ရုပ် ၄-ပါး၊ ပေါင်း ၂၂-ပါးရှိတယ်။ အဲဒါ ကိလေသာပူးနိုင်
တဲ့ ရုပ် ၂၂-ပါးဘဲ။ အဲဒီရုပ် ၂၂-ပါးနှင့် စောစောကနာမ်
၅၃-ပါး ပေါင်းယင် ၇၅-ပါးရတယ်။

ဒီ ၇၅-ပါးသော တရားတွေဟာ မိမိအဇ္ဈတ္တ အတွင်း
သန္တာန်မှလဲရှိတယ်။ အပြင်မ ဗဟိဒ္ဓသန္တာန်မှလဲရှိတယ်။

ဒါကြောင့် ခုတင်ကပြောခဲ့တဲ့ ၇၅-ပါးသော ရုပ်နာမ်တရား
တွေကို အတွင်းအမသန္တာန် ၂-ပါးနဲ့ မြှောက်ပွားလိုက်ယင်
၇၅-ပါး အမြောက် ၂=ရုပ်နာမ်သဘောတရား ၁၅၀-ဖြစ်ပါ
တယ်။

ဒီ ၁၅၀-သော ရုပ်နာမ်သဘောတရားတွေကို ကိလေသာ
၁၈-ပါးတွေက ယှဉ်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ရုပ်နာမ်သဘော
၁၅၀-ကို ကိလေသာ ၁၀-ပါးနှင့်မြှောက်ပွားယင် ကိလေသာ
၁၅၀၀-ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကို အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် သင်္ဂြိုဟ်ဘာသာဋီကာမှာ
ဒါလိုဆောင်ပုဒ် စီကုံးထားပါတယ်။

၁၅၀၀-ကိလေသာဆောင်ပုဒ်

- ၁။ နာမ်တေပညံ၊ ရုပ်နိပ္ပန်၊ လက္ခဏံရုပ်လေး။
- ၂။ သန္တာန်နှစ်ဝ၊ မြှောက်ဆင့်က၊ တရဒ္ဓါးဆယ်ရေး။
- ၃။ ဆယ်ကိလေသာ၊ မြှောက်ဆင့်ကာ၊ ငါးရာတစ်ထောင်
တေး။

ကိလေသာ ဖြစ်ပွားပုံ သုံးမျိုး

အဲဒီကိလေသာ ၁၀-ပါး အကျယ်ပွားယင် ၁၅၀၀- ကိလေသာတွေရဲ့ သတ္တဝါများရဲ့ ဆန္ဒာန်မှာ ဖြစ်ပုံကသုံးမျိုးရှိ တယ်လို့ ကျမ်းဂန်များမှာ ဆိုပါတယ်။

အဲဒီသုံးမျိုးက-

- ၁။ “အနုသယ, ကိလေသာ။
- ၂။ ပရိယုဋ္ဌာန, ကိလေသာ။
- ၃။ ဝီတိက္ကမ, ကိလေသာ”တဲ့။

အနုသယ ကိလေသာ

အနုသယ ကိလေသာဆိုတာ “အနု အနု သေန္တိတိ”အနု သယာ”တဲ့။

အနုအနု-အစဉ်တစိုက်၊ သေန္တိ-သတ္တဝါတို့၏ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အစဉ်၌ ကိန်းဝပ်တည်နေတတ်ကုန်၏။ ဣဓိ - ထို့ကြောင့်၊ အနုသယာ-အနုသယတို့မည်၏။

သတ္တဝါတို့ရဲ့ ခန္ဓာအစဉ်မှာ အမြဲမပြတ် ကိန်းဝပ်လျက် ပါနေတဲ့ အနုသယကိလေသာလို့ ခေါ်အယ်။ လူတိုင်းထင်သာ မြင်သာအောင် ဥပမာတင်ပြရယ် မြို့တိုင်း၊ ရွာတိုင်း၊ အိမ်တိုင်း လိုလိုမှာရှိတဲ့ ဗာဒံပင်များကသီးတဲ့ အောင်မြင်ကောင်းမွန်တဲ့ ဗာဒံစေ့မှာ အပင်ပေါက်စေတတ်တဲ့ အညွန့်, အရွက်, အခက်, ပင်စည်ဓာတ်သတ္တိဟာ ထင်ရှားပါရှိပါတယ်။

ဒါလိုပင် အနုသယဆိုတဲ့ ကိလေသာဓာတ်ကလဲ ကလလရေ ကြည်တည်ခါစက မဋိဒန္ဓေစိတံ စေတသိက်နှင့် ကလာပ်သုံး စည်းမှလဲ ပါရှိတယ်။

ဒီနောက်အဆက်ဆက် တစ်ဘဝလုံး ရုပ်အစဉ် နာမ်အစဉ်မှာ လဲ ပါရှိပါတယ်။ ကိလေသာကုန်ခန်းတဲ့ ရဟန္တာမဖြစ်သေးသမျှ ဒါန၊ သီလ၊ သမထကုသိုလ် ထုံထုံပြုနေတုန်းမှာလဲ ဒီအနုသယ ကိလေသာခတ်က ပါရှိနေပါတယ်။ သူ့အသက်သတ်ခြင်းစတဲ့ အကုသိုလ်တွေပြုနေတုန်းမှာလဲ ဒီအနုသယ ကိလေသာခတ်က ပါရှိနေပါတယ်။

တစ်ဘဝကုန်လို့ စုတိစိတ်ဖြစ်နေတုန်းမှာလဲ ပါရှိနေပါသေး တယ်။ နောက်ဘဝအသစ်ဖြစ်တဲ့ မဋ္ဌိသန္ဓေတည်ခါစ မဋ္ဌိသန္ဓေ စိတ် စေတသိက်နှင့် ကလာပ်သုံးစည်းမှာလဲ ပါရှိနေပါသေး တယ်။

ဘဝအဆက်ဆက်တွေ ဖြစ်နေသမျှ အပါယ်လေးဘုံ၊ လူ့ဘုံ၊ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ် ဘဝတွေ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေမှာလဲ ပါရှိနေ ပါတယ်။ အသညသတ်ဘုံမှာ ရုပ်ချည်းဖြစ်နေသော်လဲ အဲဒီ အသညသတ် ဗြဟ္မာဘဝရုပ်မှာလဲ ပါရှိနေပါတယ်။

ကိန်းပုံ အနုသယ ၂-မျိုး

ရုပ်နာမ်ခန္ဓာအစဉ်မှာ ကိန်းဝပ်တယ်ဆိုတဲ့ ဒီအနုသယ ကိလေသာကလဲ အာရမ္မဏာနုသယ၊ သန္တာနာနုသယ ရယ်လို့ နှစ်မျိုးရှိတယ်။ အဲဒီနှစ်မျိုးထဲက သန္တာနာနုသယဆိုတာ ယခု ပြောခဲ့တဲ့ သတ္တဝါတို့ရဲ့ သန္တာန်မှာ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့်မပယ်ရသေးလို့ ကိန်းဝပ်ပါလိမ့်တဲ့ အနုသယခတ်ဘဲ။

အာရမ္မဏာနုသယ ကိလေသာ ဆိုတာကတော့ ယခု လက်ငင်း အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့၊ သဘော အာရုံ ၆-ပါးနှင့် မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်ဆိုတဲ့ ဒွါရ ၆-ပါးတို့ တွေ့ဆုံတဲ့အခါမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ တွေ့ထိမှု၊ စိတ်ကူးစဉ်းစားမှုဆိုတဲ့ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာများကို “မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံတယ်၊ စားတယ်၊

တွေ့ထိတယ်၊ စိတ်ကူးစဉ်းစားတယ်” လို့ မရူမုတ်မိယင် “မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ငါ့ကောင်ပဲ” စသည်ဖြင့် စွဲမှီကိန်းဝပ်တဲ့ ဒိဋ္ဌိ စတဲ့ ကိလေသာကို အာရမ္မဏအနုသယလို့ ခေါ်တယ်။

ကိလေသာဆယ်ပါးထဲက အနုသယ ၆-ပါး

ရှေ့ပိုင်းက ဟောကြားခဲ့တဲ့ ကိလေသာ ၁၀-ပါးတို့တွင် “လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ” ၆-ပါးဟာ “ထိန်၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပ” ၄-ပါးထက် သတ္တိစွမ်းအင် ကြီးမားထက်မြက်တယ်။ သူတို့က ဆိုင်ရာအကုသိုလ်များကို ခေါင်းဆောင်ပြီး ထမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြတယ်။

ထိန်၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပကိလေသာ ၄-ပါးက သတ္တိစွမ်းအင် အလွန်မထက်မြက် မကြီးမားကြဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီထိန်၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပဆိုတဲ့ ကိလေသာ ၄-ပါးဟာ အနုသယ ကိလေသာအဖြစ် မဆောင်ရွက်နိုင်ကြဘူး။ သူတို့ ၄-ပါးဟာ အနုသယကိလေသာ မဟုတ်ကြဘူး။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ ဒီ ၆-ပါးသော ကိလေသာတို့သာ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတွေရဲ့ ခန္ဓာအစဉ်မှာ ဆိုင်ရာမဂ်ဉာဏ်များဖြင့် မပယ်နိုင်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ကိန်းဝပ်လိုက်ပါနိုင်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီ ၆-ပါးကိုသာ အနုသယကိလေသာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

အထူးအားဖြင့် ဒီ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ ကိလေသာ ၆-ပါးကို အနုသယလို့ အဘိဓမ္မာပိဋက ယမိုက်ပါဠိတော်မှာ ဟောတဲ့အခါ “လောဘနှင့်ဒေါသကို” “ထုဂါနုသယနှင့်ပဋိဿာနုသယ” လို့ နာမည်ပြောင်းလဲ ဟောကြားထားပါတယ်။

အနုသယ ကိလေသာဆိုတာ နောင်အခါ အခွင့်သာယာ ဖြစ်နိုင်လောက်အောင် သတ္တိစွမ်းအင်ရှိတဲ့ “လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ” ကိလေသာ ၆-မျိုးကို ခေါ် ပါတယ်။ ဒါလောက်ဆိုယင် အနုသယ ကိလေသာ အကြောင်း သိသာလောက်ပါပြီ။

ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ

ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာဆိုတာ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် မပယ်ရသေးတဲ့ အနုသယကိလေသာ ဓာတ်ခံရှိတဲ့ သတ္တဝါများရဲ့ အဇ္ဈတ္တ သန္တာန်မှာ ဒွါရ ၆-ပါးနှင့်အာရုံ ၆-ပါးတို့ဆုံတဲ့အခါ စိတ် ထဲတွင် ထကြွသောင်းကျန်းမှုပါဘဲ။

ကောင်းတာတွေယင် လိုချင်တော့ လောဘ ကိလေသာ၊ မကြိုက်တာတွေယင် စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်တော့ ဒေါသကိလေသာ၊ လောဘဖြစ်တာ၊ ဒေါသဖြစ်တာတွေကို မသိတော့ မောဟ ကိလေသာ စသည်ဖြစ်တာတွေဟာ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာတွေ ပါဘဲ။ စိတ်ထဲတွင် ထကြွသောင်းကျန်းလာတဲ့ ကိလေသာ တွေပါဘဲ။ ဗာဒံစေ့ကို မြေကောင်းမှာချပြီး ရေလောင်းလိုက် တော့ အပင်ပေါက်လာသလိုပါဘဲ။

ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ

ဝိတိက္ကမ ကိလေသာဆိုတာကတော့ အဲဒီစိတ်ထဲမှာ ထကြွ သောင်းကျန်းလာတဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ စတဲ့ ကိလေသာတွေကို မထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့အခါ နှုတ်နဲ့ ကိုယ်နဲ့ ကျူးလွန်တာ ဖြစ် ပါတယ်။

သူ့အသက်သတ်ခြင်း၊ သူ့ဥစ္စာကိုခိုးယူခြင်း၊ သူ့သားအိမ် ယာ ကာမဂုဏ်မှာမှောက်မှားစွာ ပြုကျင့်ခြင်း၊ မုသားပြောခြင်း၊ ကုန်းချောခြင်း၊ ဆဲရေးခြင်း၊ အနှစ်မပါ အကာအဖျင်း စကား များကို ပြောဆိုခြင်းတွေပါဘဲ။

အဲဒီလို ကာယကံ, ဝစီကံ ဒုစရိုက်တွေကို ကျူးလွန်မိယင်
ကိလေသာဓာတ် မကုန်သေးက နောက်ဘဝ အပယ်ဆင်းရဲမှာ
ဆက်ဖြစ်ပြီး အနုသယ ကိလေသာဓာတ်တွေကလဲ ပါသွားမြဲ
ပါတဲ့။

ဗာဒိပင်မှ ဗာဒိပွင့်တွေ ပွင့်ပြီး ဗာဒိသီးတွေသီးပြီး မှည့်
မုင့်အောင် မာတုံဗာဒိမျိုးစေ့တွေ ပွားလာသလိုပါတဲ့။ ဗာဒိ
ပင်မျိုး အဆက်ဆက်ပွားလာသလို ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ဘဝသစ်တွေ
ပွားပြီး ရှည်လျားထွေပြား ဒုက္ခများစွာ သံသရာလည်ရ
တော့တယ်။ ဒါဟာ ကိလေသာဖြစ်ပုံ သုံးမျိုးကို သိသာရုံမျှ
ပြောပြတာပါတဲ့။

ဘုန်းကြီးတို့ ဟောခဲ့တဲ့ စိတ်စာရားအရမှာတော့ မဂ်ဖြင့်
မပယ်ရသေးလို့ အနုသယ ကိလေသာ အစဉ်ပါလာကြတဲ့
သတ္တဝါတွေဟာ အာရုံနှင့် ဒွါရဆုံတိုင်း ထကြွသောင်း
ကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာတွေနှင့် ယှဉ်တွဲနေတဲ့စိတ်ဟာ
အင်မတန်ဆိုးသွမ်းပါတယ် တဲ့။

(ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ-ကိလေသာ ပူးကပ်သဖြင့် မနူးမနပ်ဘဲ အရူး
ဇာတ်ခင်းလျက် နှိမ်နင်းနှုန်းပြ ဆုံးမရန်တွက် လွန်ခက်ခဲသော၊
လဟုနော-ခဏမစဲ အမြဲမပြတ် ဖြစ်တတ်သောကြောင့် လျင်မြန်
လှစွာသော၊ ယတ္ထကာမနိ၊ ဝါတိနော-အကြင်အကြင်ထင်ရာမြင်ရာ
အပြာဖြာအဖုံဖုံကာမဂုဏ်အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော၊ ဝါ-
ရဇာပိသောကြောင့် မရကြောင်းနှင့် ကောင်းစွာမသိ မကြည့်
မျိုးနွယ် အရှယ်ကိုပင် မဆင်ခြင်နိုင်တော့ဘဲ အကြွင်းအကြင်
ထင်ရာမြင်ရာ အပြာဖြာအဖုံဖုံ ကာမဂုဏ်အာရုံတို့၌ ကျရောက်
တတ်သော၊ စိတ္တဿ-စိတ်ဆုံး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်း(ကို) လို့
ရှေ့ပိုင်းက ဟောလာခဲ့တယ်။

အဲဒီလို ထကြွသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာစိတ်
သရမ်းကို မထိန်းချုပ် မဆုံးမနိုင်ယင် ကာယကံ, ဝစီကံတွေနဲ့

ကျူးလွန် ကျော်နင်းတဲ့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာတွေ ဖြစ်မယ်၊ ဒီကိလေသာတွေ ဖြစ်မိပြီဆိုယင်တော့ အစမထင် သံသရာတစ်ခု တုန်းက မရေမတွက် နိုင်အောင် လျှောက်ခဲ့ ဆင်းရဲခံခဲ့ရတဲ့ အပါယ်ဆင်းရဲ၊ ပဋိသန္ဓေ၊ အို၊ နာ၊ သေ ဆင်းရဲ၊ ဖြစ်ပျက် ဒုက္ခ အဝဝသော ဆင်းရဲပေါင်း ထူပြောတဲ့ လမ်းဟောင်း သံသရာ ကိုသာ တဝဲလည်လည်နဲ့ ဆက်လျှောက်ရဦးတော့မယ်၊ ဆက် လက်ပြီး အညှဉ်းဆဲခံ၊ အဆင်းရဲခံရဦးတော့မယ်၊ ကမ်းမမြင် လမ်းမမြင် သံသရာသမုဒ်ရေပြင်ထဲမှာ မျောရ၊ မြုပ်ရဦးတော့ မယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် “စိတ္တဿ - စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို၊ ဒမထေဇ - သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သုံးသိက္ခာဖြင့် မှန်စွာနှုန်းပြု၍ ဆုံးမ နိုင်ခြင်းသည်၊ သာဓု - ကောင်းလှပါပေ၏၊ သာဓု - အကြောင်းအခြေခံလှပေသမို့၊ ဪ...ကောင်းလေစွတကား။

သာဓု...သာဓု...သာဓု...။

အဲဒီ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း ထကြွသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာနှင့် သူ့ရဲ့ အကြောင်းရင်း အနုသယကိလေသာ ရှေ့ သို့ဆက်လက်ဖြစ်ပွားကျူးလွန်မည့် ဝိတိက္ကမကိလေသာတွေ ကို သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သုံးသိက္ခာနဲ့ ပယ်သင့်ပါတယ်။

လွန်ကျူးကိလေသာ သီလနဲ့ပယ်

၁။ ဟုတ်ပြီ၊ ဒီတော့ ကျူးလွန်တဲ့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ ကိုတော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ သီလသိက္ခာ သာသနာတော်နဲ့ ပယ်သတ်ဆုံးမပါတဲ့။

ဟုတ်တယ်၊ ဘုရားအဆုံးအမ သီလတော်ကို ဆောက်တည် ကျင့်သုံးထားသူများဟာ ကိုယ့်သီလကို မပေါက်မကျိုးရအောင် ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်ထိန်းထားကြတယ်။

ဥပမာ -- ဥပုသ်သီလ စောင့်ထိန်းထားသူဟာ အမှတ်တမဲ့ ခြင်္ကိုက်ခံလိုက်မူ၍ “ငါ့ကိုက်တဲ့ ခြင်ကောင်ဟဲ့” ဆိုပြီး ရိုက်ဖို့ ရာ လက်ရွယ်ပြီးမှ လက်ကပုတီးကိုမြင်ပြီး မိမိရဲ့ ဥပုသ်သီလကို သတိရကာ ခြင်ရိုက်မည့်လက်ကို ပြန်လည်ရုပ်သိမ်းတယ်။

ပြီးတော့ ခြင်ကိုက်တဲ့ဒဏ်ကို မခံနိုင်လို့ လက်ကိုဘရိတ်အုပ်ပြီး ခြင်ပျံပြေးအောင် ဖန်ဆောင်မျှ ဝှေ့ရမ်း ချောက်လှန့်လိုက် တော့တယ်။ ဒါဟာ သီလသိက္ခာ သာသနာတော်က ဝီတိက္ကမ ကိလေသာကို မကျူးလွန်အောင် ပယ်သတ်လိုက်တာဘဲ။ ဒါဟာ ပုံစံထုတ်ပြတာဘဲ။ ပြောမယ်ဆိုယင် ပြောစရာတွေ များစွာရှိ ပါတယ်။ ဒီမှာတော့ ဒါလောက်ဆိုယင် ဘော်ပါပြီ။

ထကြွလေဘိ သမာဓိနဲ့ပယ်

၂။ ပြီးတော့ ထကြွသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာ ကိုတော့ သမာဓိနဲ့ ပယ်သတ်ဆုံးမရတယ်တဲ့။

သမာဓိဆိုတာ စိတ်ကို တစ်ခုတည်းသော အာရုံမှာ တည်ငြိမ် နေအောင် သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-တို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးကို ပွား ရတယ်။

ဟုတ်တယ်။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများတဲ့ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ စိတ်ကို ကိလေသာတွေနဲ့ မယှဉ်တဲ့ မပူးကပ်စေဘဲ မိမိရဲ့ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာသာ တည်ငြိမ်အောင် ထားကြပါတယ်။

ဥပမာ “ယိုမြတ်စွာဘုရားသည် လှူနတ်၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံယူကော်မူဆိုက်သောကြောင့် အရဟံဂုဏ်တော် နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏” ဝသည့်ဖြင့် ဘုရားဂုဏ်လျှင် အာရုံ ရှိတဲ့ သတိစိတ်နဲ့ အမှတ်ရစီးဖြန်းနေတဲ့ ယောဂီဟာ တခြားကို စိတ်မရောက်ဘူး။ ဘုရားသိကိုသာ စိတ်ရောက်နေတယ်။

ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းတဲ့ ယောဂီဟာ အခြား ကောင်း ဆိုး အာရုံများနှင့်လဲ မတွေ့ဆုံဘူး၊ ဒီတော့ လိုချင်မှု လောဘ၊ စိတ်ဆိုးမှု ဒေါသ စသည်တွေလဲ စိတ်ထဲမှာ ပင် မပေါ်လာဘူး၊ ပေါ်ခွင့်ဖြစ်ခွင့်မရဘူး၊ ဒါဟာပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာကိုသတ်တာဘဲ၊ ပထဝီကကိုဏ်းစသည်ကို ပွားများပြီး စျာန်ရကာ လှူပြည်မှ စုတေလို့ ဗြဟ္မာပြည်ရောက်ရတဲ့ ဗြဟ္မာ များမှာဆိုယင် ကမ္ဘာပေါင်းများစွာပင် ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာ တွေ ငြိမ်းနေကြတယ်တဲ့။

ကိန်းဝပ်စွဲငြိ ရှုသိဉာဏ်နဲ့ပယ်

၃။ ပြီးတော့ သူ့သူငါငါ သတ္တဝါတွေရဲ့ ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ အစဉ်မှာ ကိန်းဝပ်စွဲငြိတဲ့ အနုသယ ကိလေသာကိုတော့ ရှုသိ ဉာဏ်နဲ့ ပယ်ရမယ်၊ ဉာဏ်ဆိုတာ အမှန်ကိုသိတဲ့ ပညာပါဘဲ။

ဒီနေရာမှာ ပညာဆိုတာကလဲ သုတမယပညာ၊ စိန္တာမယ ပညာ၊ ဘာဝနာမယပညာရယ်လို့ ပညာသုံးမျိုး ရှိကြောင်းကို မှတ်သားထားရမယ်။

စာပေကျမ်းဂန် ဆရာထံက ဖတ်ရှုနာခံလို့ သိရတဲ့အသိဉာဏ် ပညာကို သုတမယပညာလို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီ စာပေကျမ်းဂန် ဆရာထံက သိရတဲ့ သုတမယ ပညာကို အခြေခံပြီး အတွေးဉာဏ်နဲ့ ဝေဖန်စဉ်းစားပြီး ဒီအသိဟာ မှန် တယ်လို့ ဆုံးဖြတ်သိတာကို စိန္တာမယပညာခေါ်တယ်။

အဲဒီ သုတ၊ စိန္တာပညာကို အခြေခံပြီး ဒွါရနှင့် အာရုံဆုံတိုင်း ပေါ်လာတဲ့ မြင်မှု၊ ကြားမှု စတဲ့ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက် မျိုးနှင့် အဲဒီ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက်တို့ရဲ့ ချုပ်ငြိမ်းရာကို သိမြင်တဲ့ ပညာကို ဘာဝနာမယ ဝိပဿနာပညာ၊ မဂ်ဉာဏ်ပညာ လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီနေရာမှာ အနုသယကိလေသာကို ပယ်သတ်နိုင်တယ်ဆိုတာ ဒီဘာဝနာမယပညာနဲ့မှ ပယ်သတ်နိုင်တယ်လို့ ဆိုတာကိုအသေ အချာမှတ်ထားကြဖို့လိုတယ်။

စောစောက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အနုသယ ကိလေသာကလဲ ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတဲ့အခါပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို “မြင်တယ်၊ ကြားတယ်” စသည် မရှုမိယင် “မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ငါ ကောင်ပဲ” စသည်ဖြင့် စွဲလမ်း ကပ်ငြိနိုင်တဲ့ ယခုလက်ငင်း အသစ်အသစ်ကပ်ငြိကိန်းဝပ်နိုင်တဲ့ အာရမ္မဏာနုသယကိလေသာ ကတစ်မျိုး။

မဂ်ဉာဏ်နဲ့ မပယ်ရသေးလို့ အစမထင် သံသရာတခွင် ကတည်းက အစဉ်တစိုက် ကိန်းအောင်းပြီး အကြောင်း ညီညွတ်ယင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့ စွမ်းအင်ရှိတဲ့ သန္တာနာနုသယ ကိလေသာကတစ်မျိုး။

အဲဒီ နှစ်မျိုးတို့တွင် အာရမ္မဏာနုသယ ကိလေသာဆိုတာ ကိုတော့ ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတဲ့အခါ ပေါ်တိုင်း မပြတ် ရှုမှတ်ပြီး သိမြင်တဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ပယ်သတ်ရတယ်။

ပြီးတော့ သန္တာနာနုသယ ကိလေသာကို အဲဒီ မဟာ သတိ ပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အားပြည့်လို့ ပြည့်စုံတဲ့အခါ ရုပ် နာမ်ခန္ဓာ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲတွေ ငြိမ်းရာကို သိမြင်တဲ့ မဂ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့်နဲ့ ပယ်သတ်ရတယ်။ တို့တို့ပြောရယင် ဒ.စဉ်ကိန်းတဲ့ သန္တာနာနုသယကို အရိယမဂ်ဉာဏ်နဲ့ ပယ်သတ်ရတယ်။

ကဲ အဲဒီကိလေသာဖြစ်ပုံ သုံးမျိုးကို ဘုရားဟော သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သုံးသိက္ခာနှင့် ပယ်သတ်ရပုံကိုအကျဉ်းချုပ် မှတ် သားရအောင် ဘုန်းကြီးက ဆိုပြပါဦးမယ်။

ကိလေသာ ပယ်သတ်ပုံ ဆောင်ပုဒ်

* လွန်ကျူးကိလေသ၊ သီလနဲ့ပယ်၊
 ထ ကြာလေဘိ၊ သမာဓိနဲ့ပယ်။
 ကိန်းဝပ်စွဲငြိ၊ ရှုသိဉာဏ်နဲ့ပယ်၊
 ဤသုံးပါး၊ ဘုရားဟောခဲ့တယ်။

စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေး

ဘုန်းကြီးတို့ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရား
 ကြီးကတော့ သာသနာ့ရိပ်သာများမှာ တရားအလုပ်အားထုတ်ဖို့
 ဖောက်လာကြတဲ့ ယောဂီများအား သီလဝိသုဒ္ဓိမှာတည်ပြီး
 ကျူးလွန်၊ ထကြ၊ ကိန်းဝပ်ဆိုတဲ့ ကိလေသာသုံးမျိုးလုံးကို ချုပ်
 ငြိမ်းစေနိုင်တဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာရှုနည်းကို ဦးတည်ပြီး
 မြတ်စွာဘုရားရှဲ့ အလိုတော်ကျအတိုင်း ဒီလိုအနက်ပေးတော်
 မူပါတယ်။

(စိတ္တဿ - စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သမုမ်းကို၊ ဒမထော -
 စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးခြင်းသည်၊ သာဓု - ကောင်းလှပါ
 ပေ၏)တဲ့။

ဒီ အနက်ပြန်ဆိုတော်မူချက်ဟာ မြတ်စွာဘုရား၏ မဟာ
 သတိပဋ္ဌာနသုတ် စိတ္တာနုပဿနာပိုင်းကို အားလုံးငုံမိအောင်
 ဟောကြားတော်မူထားတဲ့ “စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု”နှင့်
 ညီညွတ်ထိမိတဲ့ လိုရင်းအနက်ဘဲ။

တရားရှုမှတ်မည့်ယောဂီဟာ ဦးစွာပထမ ရတနာသုံးပါးကို
 ရှိခိုးဝပ်တူး၍ သီလကိုဆောက်တည်စင်ကြယ်စေပြီး ဆိတ်ငြိမ်
 ရာ အရပ်တွင် တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ပါ။ ကိုယ်ကိုဖြေခွင့်ဖြောင့် မတ်
 မတ်ထားပါ။ မျက်စိကိုအသာမှိတ်ထားပါ။ ဝင်ဆက် ထွက်

သက်ကို ပုံမှန်အတိုင်း ရှုရှုက်ပါ။ အသက်ရှုတိုင်း ရှုက်တိုင်း လှုပ်ရှားတဲ့ ဝမ်းဗိုက်ကို စိတ်စိုက်ပြီးကြွဘက်လာတာကို “ဖောင်းတယ်” လို့ စိတ်ထဲကရှုမှတ်ပါ။ လျော့ကျသွားတာကို “ပိန်တယ်” လို့ စိတ်ထဲကရှုမှတ်ပါ။

မြင်တာပေါ်ယင်လဲ “မြင်တယ် မြင်တယ်” မှတ်ပြီး မြင်တာ ပျောက်သွားယင် “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်” ကို ပြန်မှတ်ပါ။

ကြားတာပေါ်ယင် “ကြားတယ်” နံတာပေါ်ယင် “နံတယ်” နာကျင်ကိုက်ခဲတာပေါ်ယင် “နာတယ် ကျင်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး အဲဒီ ကြားတာစသည် ပျောက်သွားတိုင်း “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်” ကို ပြန်မှတ်ပါ။

နောက်ပြီး ဒီတရားတော်မှာပါတဲ့ “စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု” ဆိုတဲ့ အတိုင်း ပေါ်လာသမျှစိတ်များကို စောင့်ပြီးတော့ ဖမ်းပါတဲ့။

အဲဒီလိုထိုင်ရင်း ရှုမှတ်နေတဲ့အခါမှာ အစပိုင်းမှာတော့ ကိုယ် ရှုမှတ်စရာအာရုံမှာ စိတ်ကလေးကမနေဘူး။ ဟိုဟိုဒီဒီလှည့်လည် ပြေးသွားတတ်ပါတယ်။ လွတ်သွားလို့ မသိလိုက်ယင်လဲ ထားလိုက်ပါ။ သိသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သူ့ကို “ထွက်တယ်၊ ပြေးတယ်၊ စိတ်ကူးတယ်” လို့ ကိုယ်သိရသလို ရှုမှတ်ပါ။

ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ် တစ်စုံတစ်ရာကို လိုချင်တောင့်တ တဲ့စိတ်၊ သာယာနှစ်သက်တဲ့စိတ်၊ ဒီလိုစိတ်များဟာ သရာဂစိတ် များ ဖြစ်ကြပါတယ်။ အဲဒီစိတ်ပေါ်လာယင်လဲ ဖြစ်ခဲ့က်မှာပင် “လိုချင်တယ်၊ သာယာတယ်၊ နှစ်သက်တယ်” စသည်ဖြင့် ကိုယ် သိတဲ့အတိုင်းမှတ်ပါ။ ဒီလို တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ်မျှ ရှုမှတ်ရုံနဲ့လဲ ကင်းငြိမ်းသွားတတ်ပါတယ်။ မပျောက်ငြိမ်းသေးယင်လဲ ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း ရှုမှတ်ပါ။ သတိ၊ ဝီရိယ ကောင်းကောင်းနဲ့ ရှုမှတ်ယင် နောက်ဆုံး ပျောက်ငြိမ်းသွားပါလိမ့်မယ်။

သူပျောက်ငြိမ်းသွားယင် လိုချင်တပ်မက်မှု ရာဇကင်းစင်တဲ့ ကြည်လင်တဲ့စိတ်များ ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီစိတ်များဟာ ဝီတရာဂစိတ်များပါဘဲ။ ဒီစိတ်ကိုလဲ “ကြည်လင်တယ်၊ ငြိမ်းအေးတယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်သိပါ။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝီတရာဂံ ဝါ စိတ္တံ ဝီတရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” နှင့် အညီပါဘဲ။

ပြီးတော့ စိတ်ဆိုးတဲ့စိတ်၊ စိတ်ပျက်တဲ့စိတ်၊ မုန်းတဲ့စိတ်၊ ညှဉ်းဆဲလိုတဲ့စိတ်၊ ဒီလိုစိတ်များလဲ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ ဒီစိတ်များဟာ သဒေဝါသစိတ် များဘဲ။

ဒီ သဒေဝါသစိတ်များကိုလဲ “စိတ်ဆိုးတယ်၊ စိတ်ပျက်တယ်၊ နှိပ်စက်ချင်တယ်၊ ဝမ်းနည်းတယ်” စသည်ဖြင့် သိရတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ပါ။

တစ်ကြိမ်မျှ ရှုရုံနဲ့လဲ ပျောက်ငြိမ်းသွားနိုင်ပါတယ်။ တစ်ကြိမ် နှင့် မပျောက်လျှင် မပျောက်မချင်း ရှုမှတ်ပါ။ သူလဲနောက်ဆုံး ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီစိတ်များ ပျောက်ကင်းသွားယင် ကြည်လင်အေးမြတဲ့ စိတ် ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီကြည်လင်အေးမြတဲ့စိတ်များဟာ ဝီတဒေဝါသစိတ်များပါဘဲ။ သူ့ကိုလဲ “ကြည်လင်တယ်၊ အေးမြတယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပါ။ သူလဲပျောက်သွား ပါလိမ့်မယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သဒေဝါသံ ဝါ စိတ္တံ သဒေဝါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” နှင့် အညီပါဘဲ။

ပြီးတော့ ရတနာသုံးပါးကို အထူးအားဖြင့် တရားတော်ကို ယုံမှားတဲ့စိတ်နှင့် ပျံ့လွင့်ပြေးသွားတဲ့ စိတ်များလဲပေါ်လာတတ် ပါတယ်။ ဒါဟာ သီးသန့် သမောဟစိတ်ပါဘဲ။ သာယာ

ဘောင့်တမူ မထင်ရှားဘဲ ကာမအာရုံဝတ္ထုကို ကြံစည်တဲ့စိတ်၊ ဝါကြား ပလွားလိုတဲ့စိတ်၊ ငါ့ကောင်ရှိတယ်ထင်တဲ့စိတ်၊ ဒီစိတ် များဟာ လောဘမူ သမောဟစိတ်များဘဲ။ ကြောက်ရွံ့တဲ့စိတ်၊ စိုးရိမ်တဲ့စိတ်၊ ပူဆူးတဲ့စိတ်၊ နှလုံးမသွေးတဲ့စိတ်၊ ရှုံ့ရှုံ့တဲ့စိတ်၊ မနာလိုတဲ့စိတ်၊ ဝန်တိုတဲ့စိတ်၊ နောင်တပူပန်တဲ့စိတ် များဟာ ဒေါသမူ သမောဟစိတ်များပါဘဲ။

အဋ္ဌကထာမှာတော့ လောဘမူစိတ် အားလုံးကို သရာဂစိတ်၊ ဒေါသမူစိတ်အားလုံးကို သဒေါသစိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ်အား လုံးကို သမောဟစိတ်လို့ ခွဲခြားပြထားပါတယ်တဲ့။ ဒီမှာတော့ မှတ်သားရ လွယ်အောင် ထင်ရှားတဲ့အတိုင်း ခွဲခြားပြီးပြ ထားကြောင်းကို ကျေးဇူးရှင်မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း ပထမတွဲမှာ ပြထားတော်မူပါတယ်။

ဘာဘဲဖြစ်ဖြစ် မသိမှုနှင့်တကွ ဒီစိတ်များဖြစ်ယင်လဲ ဖြစ်ပေါ် တဲ့ အတိုင်းပင် “ယုံမှားတယ်၊ ပျံ့လွင့်တယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ သာယာတယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ရတယ်။ တစ်ကြိမ်နဲ့ပျောက် တာလဲရှိမယ်။ မပျောက်ယင် သတိ၊ ဝီရိယကောင်းကောင်းနဲ့ ရှုမှတ်ယင် ပျောက်ငြိမ်းပါတယ်။

ဒါတွေဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သမောဟံ ဝါ စိတ္တံ သမောဟံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝိတမောဟံ ဝါ စိတ္တံ ဝိတမောဟံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” နှင့် အညီပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ ပျင်းရိတုန့်ဆုတ် လျော့ရဲတဲ့ သံခိတ္တစိတ်၊ ပျံ့လွင့်တဲ့ ဝိက္ခိတ္တစိတ်၊ တည်ကြည်တဲ့ သမာဟိတစိတ် မတည် ကြည်တဲ့ အသမာဟိတစိတ် ဒီလိုစိတ်တွေ ပေါ်လာယင်လဲ ပေါ်လာတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ရပါတယ်။ ရှုမှတ်ယင်တော့ သူတို့လဲ ပျောက်ပျောက်သွားကြပါလိမ့်မယ်။

ပြီးတော့ ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ တဒဂ်အားဖြင့် ကိလေသာတို့မှ လွတ်နေလို့ သူ့ကို အိမ့်ထွက်စိတ် ခေါ်တယ်။ မရှုမှတ်ဘဲ စဉ်းစား ကြံစည်နေတဲ့ စိတ်ကတော့ ကိလေသာမှ မလွတ်တာကြောင့် သူ့ကို အိမ့်ထွက်စိတ် ခေါ်တယ်။

ဒါတွေပေါ်လာယင် မလွတ်တမ်း ရှုမှတ်ရပါတယ်။ ရှုမှတ် တိုင်း၊ ရှုမှတ်တိုင်း၊ ပျောက်ငြိမ်း၊ ပျောက်ငြိမ်းသွားကြပါ လိမ့်မယ်။

နောက်ပြီးတော့ မဟဂ္ဂတ၊ အမဟဂ္ဂတ၊ သဥတ္တရ၊ အနုတ္တရ စိတ်များကို ပိုင်းခြားပြီးသိခြင်းဟာ ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ အရာ သာဖြစ်ပါတယ်။ ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်များသာ ဈာန်ရဲ့ ရှေ့နောက် အဖို့မှာ ဖြစ်တဲ့ စိတ်များကို အမဟဂ္ဂတ၊ သဥတ္တရစိတ်များ ပိုင်းခြားပြီး ရှုသိနိုင်တယ်။ ဈာန်မှ ထွက်သည့်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဈာန်စိတ်ကို မဟဂ္ဂုတ်စိတ်၊ အနုတ္တရစိတ်လို့ ပိုင်းခြားပြီးရှုမှတ် သိမြင်နိုင်တယ်။ ရူပဈာန်မှ အရူပဈာန်သို့ ပြောင်းပြီးဝင်စားတဲ့ အခါ ရူပဈာန်စိတ်ကို သဥတ္တရ၊ အရူပဈာန်စိတ်ကို အနုတ္တရ စိတ်လို့ ပိုင်းခြားရှုသိနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့် ဈာန်မရတဲ့ယောဂီဟာ ပြခဲ့ပြီးတဲ့ စိတ်များ ကိုသာ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်မှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့အတိုင်းပင် ရှုမှတ် ရတယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတဲ့ “သံခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ သံခိတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတံ” စတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်နှင့် အညီပါတဲ့။

ဒီ ဟောပြခဲ့တာတွေဟာ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်စိတ်ကို ရှုမှတ် လျက် သဘောမှန်အတိုင်း သိခြင်းသာ စိတ္တာနုပဿနာ မည်ပါတယ်။ “လောဘမူစိတ် ဂ-ခုကို သရာဂစိတ်ဟုခေါ်သည်” ဤသို့ စသည်ဖြင့် လောဘမူစိတ်၊ သရာဂစိတ် စတဲ့အမည်နှင့်

ရှစ်ဆိုတဲ့ ဂဏန်းသင်္ချာများ၊ ပညတ်များကို စဉ်းစားကြံစည်ခြင်း၊ ရေတွက်ခြင်း၊ ဆင်ခြင်ခြင်းများဟာ စိတ္တာနုပဿနာများ မဟုတ်ကြပါဘူး။ သညာသိ၊ ဝိညာဏ်သိများ ဖြစ်ကြတယ်။

ဒါကြောင့် မဟာသတိပဋ္ဌာနအဓမ္မကထာမှာ စိတ္တာနုပဿနာ ဖြစ်ပုံကို-

“ယသ္မိံ ယသ္မိံ ခဏေ ယံ ယံ စိတ္တံ ပဝတ္တတိ၊
တံ တံ သလ္လက္ခေန္တော အတ္တနော ဝါ စိတ္တေ ပရဿ
ဝါ စိတ္တေ ကာလေန ဝါ အတ္တနော ကာလေန ဝါ
ပရဿ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿိ ဝိဟရတိ”

လို့ ပြဆိုထားပါတယ်။ (ဒီ-ဋ္ဌ ၂-၃၆၇)

ယသ္မိံ ယသ္မိံ ခဏေ - အကြင်အကြင်ခဏ၌၊ ယံ ယံ စိတ္တံ - အကြင်အကြင်စိတ်သည်။ ပဝတ္တတိ - ဖြစ်ပေါ်၏။ တသ္မိံ တသ္မိံ ခဏေ - ထိုထို ဖြစ်ဆဲခဏ၌၊ တံ တံ - ထိုထို ဖြစ်ဆဲစိတ်ကို။ သလ္လက္ခေန္တော - မှတ်သောသူသည်။ အတ္တနော ဝါ စိတ္တေ - မိမိစိတ်၌ဖြစ်စေ၊ ပရဿ ဝါ စိတ္တေ - သူတစ်ပါး၏စိတ်၌ဖြစ်စေ၊ ကာလေန ဝါ အတ္တနော ကာလေန ဝါ ပရဿ စိတ္တေ - ရံခါ မိမိ၏စိတ်၌ ရံခါသူတစ်ပါး၏ စိတ်၌ဖြစ်စေ၊ စိတ္တာနုပဿိ - စိတ်ဟုရှုလျက်၊ ဝိဟရတိ - နေသည်မည်၏။

မြန်မာပြန်လိုရင်း အဓိပ္ပာယ်ကတော့ ဖြစ်ခိုက် ဖြစ်ခိုက်မှာ ဖြစ်ဆဲဖြစ်ဆဲစိတ်ကို ရှုမှတ်ယင် စိတ်လို့ရှုတာမည်ပါပဲ။ စိတ္တာနုပဿနာကို ပွားနေတယ်လို့ ဆိုရပါမယ်။

စိတ်ရဲ့လက္ခဏာ စသည်ကိုသိပုံ

မနောဒွါရနှင့် မွှေးရုံတို့ ဆုံကြလို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့စိတ်ကို ဖြစ်ခိုက်ရှုမှတ်တဲ့ ယောဂီဟာ “အာရုံကိုသိတယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ အာရုံကိုယူတယ်၊ အာရုံပြုတယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊

နံ့တယ်၊ အရသာပေါ်တယ်၊ ထိတယ်”လို့ ထင်ရှားသိပါတယ်။ ဒါဟာ စိတ်ရဲ့ ဝိဇာနည် လက္ခဏာပါ။

မှတ်သားမှုဘဲဖြစ်ဖြစ်၊ ခံစားမှုဘဲပေါ်ပေါ်၊ အားထုတ်မှု ဘဲ ထင်ရှားထင်ရှား သူတို့အားလုံးဟာ အာရုံသိပြီးမှသာ ဖြစ်ကြရတယ်။ ဝါ - အာရုံကိုသိမှုမပါဘဲ ကိစ္စမပြီးကြဘူး။ အာရုံကို သိမှုက ခေါင်းဆောင်နေတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားသိရတယ်။ ဒီလိုသိတာဟာ စိတ်ဆိုတာ နာမ်တရားများရဲ့ရှေ့သွား ခေါင်းဆောင် ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ရဲ့ ပုဗ္ဗင်္ဂမရသပါ။

အမှန်ကတော့ စိတ်နှင့်စေတသိက်ဆိုတာ ဖြစ်သင်ပြိုင်တူဖြစ်ကြပါတယ်။ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက်တရားတွေပါ။ စိတ်ဟာ ယှဉ်ဖက်နာမ်တရား ထင်လင်းစေရာမှာ ရှေ့ကသွားသလိုဖြစ်နေလို့ ဒီလိုဆိုရတာပါ။

ပြီးတော့ စိတ်တွေဟာ တစ်ခုပြီးတစ်ခု မခြားမပြတ် ဆက်စပ်လျက် ဖြစ်နေကြပါတယ်။ ဒီလိုယောဂီရဲ့ဉာဏ်မှာ ဆက်စပ်လျက် ဖြစ်နေကြပါတယ်။ ဒီလိုယောဂီရဲ့ဉာဏ်မှာ ထင်ရှားတာဟာ “သန္တဟန ပစ္စုပဋ္ဌာနံ၊ ပဋိသန္တိ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ” နှင့်အညီ စိတ်ရဲ့ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို သိတာပါ။

ဒီစိတ်တွေဟာ မှီရာရုပ်ရှိလို့ ဖြစ်နိုင်ကြတယ်။ အာရုံရှိလို့လဲ ဖြစ်ကြတယ်။ အာရုံနှင့်တွေ့မှု အာရုံကိုခံစားမှုစတဲ့ နာမ်ရှိလို့ ဖြစ်တယ်လို့ ယောဂီကသိတာဟာ “ဝတ္ထုရမ္မဏ ပဒဋ္ဌာနံ၊ နာမရူပ ပဒဋ္ဌာနံ” နှင့်အညီ စိတ်ရဲ့ ပဒဋ္ဌာန်ကိုသိတာပါ။

အဖြစ် အပျက်ကို သိပုံ

ဗုဒ္ဓဟောခဲ့သလို ထိုင်ပြီးရှုမှတ်ရင်း “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံ့တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေတဲ့ အခါ လိုချင်တပ်ဖက် စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက်စသည် နှိဝရဏတွေကင်း

ပြီး ရှုမှတ်စရာနှင့် ရှုမှတ်တာ နှစ်မျိုးသာ ကပ်ကနဲ ကပ်ကနဲ မှတ်
သိစိတ်ချည်း စင်ကြယ်နေလို့ စိတ်အကြောင်းကို ယခုဖော်ပြ
သလို အမှန်အတိုင်း သိလာတယ်။

စိတ်ဆိုတာ အာရုံကိုသိတဲ့သဘော၊ ရှေ့သွားခေါင်းဆောင်
တဲ့ သဘော၊ ရှေ့စိတ်နှင့်စပ်ပြီး နောက်စိတ်တွေလဲ တစ်ခုပြီး
တစ်ခု ဖြစ်နေတဲ့သဘောတဲလို့ သိလာတယ်။

ဒီသဘောတရားကလွဲယင် ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊
မိန်းမဆိုတာမရှိဘူး။ ဒီသဘောသာရှိတယ်။ သူတစ်ပါးသန္တာန်
မှာ စိတ်တွေဖြစ်နေတယ်ဆိုတာလဲ ယခုငါ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့
သဘောတရားမျိုးပါဘဲ။ ဘယ်သူ့သန္တာန်မှာဘဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ဆို
ယင်တော့ ဒီသဘောမျိုးချည်းပါဘဲလို့သိတယ်။ ဒါဟာ “ဣတိ
အဇ္ဈတ္တံ ဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿိ ဝိဟရတိ” စသည်နှင့် အညီ
သိတာပါဘဲ။

မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း၊ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်များရဲ့ ဖျတ်ကနဲ
ဖျတ်ကနဲ၊ ပေါ်ပေါ်ပြီး ကုန်ပျက်ကုန်ပျက် သွားတာကို
သိကာဟာ ဖြစ်မှု=သမုဒယနှင့်၊ ပျက်မှု=ဝယများကို ပိုင်းခြား
သိတာပါဘဲ။

မှီရာရုပ်နှင့် ယှဉ်ဖက်နာမ်များ ရှိကြလို့စိတ်ဖြစ်တယ်။ ရုပ်
နာမ်မရှိယင်တော့ စိတ်မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ရှေးအကြောင်းက ရှိလို့
စိတ်ဖြစ်တယ်။ မရှိယင်တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

မသိမှု အဝိဇ္ဇာမကင်းသေးလို့ စိတ်ဖြစ်တယ်။ ကင်းယင်တော့
မဖြစ်နိုင်ဘူး။ သာယာတောင့်တမှု တဏှာမကင်းသေးလို့ စိတ်
ဖြစ်တယ်။ ကင်းယင်တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ ဒီလို ဒီဋ္ဌသုဘ
ရောစပ်ပြီးသိတဲ့ ဖြစ်ကြောင်းတရား သမုဒယနှင့် ပျက်ကြောင်း
တရား ဝယများကို ပိုင်းခြားသိတာဘဲ။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူထားတဲ့ မဟာသတိ ပဋ္ဌာနသုတ်ဇာတ်လာ စိတ္တနုပဿနာပိုင်းက “သမုဒယ ဓမ္မာ နုပဿိ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ ဝယဓမ္မာနုပဿိ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ” စသည်နှင့်အညီ သိတာဘဲ။

မှန်ကန်စွာ သတိထင်ပုံ

ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကို မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း “ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ, ငါ, ငါ့ဥစ္စာ, မိန်းမ, ယေကျားဆိုတာလဲမရှိ၊ အာရုံကို သိမှု, ကြံစည်မှုမျှသာရှိတယ်လို့ အမှတ်ရမှုသတိဟာ ဖြစ်လေတယ်။

ဒါလို သင်္ခါရသန နှိမ်စိတ်ပုံသဏ္ဍာန်ဟူသမျှသို့ မရောက်မူ၍ အာရုံကို ကြံသိမှု စိတ်မျှ၌သာလျှင် ထင်တဲ့သတိဖြစ်ခြင်းကြောင့် နောက်နောင်သော သဘိညာဏ်တို့ဟာ အဆင့်ဆင့် တိုးတက် လျက် ထက်သန်စွာဖြစ်ကြတယ်။ စွဲလမ်းမှုလဲကင်းတယ်။ ဒါဟာ “အတ္ထိ စိတ္တန္တိ ဝါ ပနဿ သတိ မစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာစ ဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ အနိဿိတောစ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိလောကေ ဥပါဒိယတိ” နှင့်အညီ သိပုံ ပါဘဲ။

စိတ်ယဉ်ကျေးက ချမ်းသာရ

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက (စိတ္တဿ-စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို၊ ဒမထော - သီလ, သမာ, သိပညာဖြင့် မှန်စွာ နှုန်းပြု၍ ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်၊ သာဓု-ကောင်းလေစွတကား) လို့ ဟောကြားတော် မူတပါဘဲ။

ဆုံးမနိုင်သမျှ ချမ်းသာရတယ်

ဒီလို ဆုံးမနိုင်ယင်ဖြင့် မိမိဆုံးမလို့ ယဉ်ကျေးလာတဲ့ စိတ် ကလေးက မိမိအတွက် လူ့, နတ်, နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှုကို ရအောင် ဆောင်ပေးနိုင်ပါတယ် တဲ့။

တစ်ထိုင်လောက် ဆုံးမနိုင်ယင် တစ်ထိုင်လောက် ချမ်းသာ
 တယ်၊ တစ်ရက်လောက်ဆုံးမနိုင်ယင် တစ်ရက်လောက် ချမ်းသာ
 တယ်၊ ၁၀-ရက်လောက် ဆုံးမနိုင်ယင် ၁၀-ရက်လောက်ချမ်း
 သာတယ်၊ အနည်းဆုံး ကိုယ့်မှူးရှိတဲ့ နှလုံး၊ သွေးတိုး၊ ချောင်းဆိုး
 သွေးပါ၊ ဆီးရောဂါ စသည်တွေ အထွေထွေ ပျောက်ကင်း
 ချမ်းသာမယ်၊ အိပ်မပျော်ဘဲ သောကဝဲမှာ နာတာရှည်ရောဂါ
 စွဲပြီး တဝဲလည်လည်တွေ ပျောက်မယ်၊ လောကဓံကောင်းဆိုး
 အမျိုးမျိုးနှင့် တွေ့ယင် တုန်လှုပ်ချောက်ချား ပျက်ပြားသွား
 မှုတွေ မဖြစ်အောင် ထိန်းနိုင်မယ်။

တစ်မဂ် တစ်ဖိုလ် ရသည်တိုင်အောင် ရှုမှတ်လိုက်ယင်တော့
 တစ်သံသရာလုံးက ပြုမှားမိခဲ့သမျှ အပါယ်ကျစေနိုင်တဲ့ ဒုစရိုက်
 ကြွေးတွေ ပြေပျောက်ကင်းရှင်းပြီး လူ့နတ်၊ နိဗ္ဗာန် သုံးတန်
 သော ချမ်းသာမျိုးကိုသာ ဆက်လက်ပြီး ဘဝမကြာမီပင်
 သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်
 ပြတ်ငြိမ်းရာ အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ကို ဝင်စံသွားနိုင်တယ်။

ဒါလောက်တောင် ကောင်းကျိုး ချမ်းသာ ပွားစေနိုင်တဲ့
 ဒီ သတိပဋ္ဌာန်တရားမျိုးကို ကျိုးစားအားထုတ်ဖို့ ကောင်းလှ
 ပါတယ်။

စိတ်ယဉ်ကျေးယင် နိဗ္ဗာန်ဝင်

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောကြားတော် မူခဲ့
 ပါတယ်၊ (ဒန္တ-ဆုံးမပြီး၍ ယဉ်ကျေးလာသော၊ စိတ္တံ-ကိလေ
 ကင်းစင် မြူမတင်သည့် ကြည်လင်မွန်မြတ်ကောင်းသော စိတ်
 ဓာတ်က၊ သုခါဝဟံ - ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏၊
 သုခါဝဟံ-လှချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊ ဗြဟ္မာချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်
 ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏၊ သုခါဝဟံ - စျားနီချမ်း
 သာ၊ ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်

ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ - ဘယ်ချမ်းသာနှင့်မတူ ဘယ်အပူနှင့်မှမစပ် အအေးဓာတ် ဝင်ကိန်း၍ အငြိမ်းကြီး ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကြီးကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေတသည်။)

သာဓု.... သာဓု... သာဓု....။

နိဂုံး

ဤ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကို နာကြာရ၍ ကျင့်ကြံကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ကြပြီးလျှင် ဆင်းရဲငြိမ်းချမ်း နိဗ္ဗာန်နန်းကို စံမြန်းနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု.... သာဓု... သာဓု ...။

သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်

တရားတော်

ပထမပိုင်း

စကားဦး

ယခုဟောကြားမည့်တရားတော်ကတော့ ဒီဃနိကာယ် မဟာဝဂ္ဂ မဟာသတိပဋ္ဌာန်သုတ်တော်နှင့် အဋ္ဌကထာအဖွင့်ကို အခြေခံပြီး ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ ယူဆပုံ ယူဆနည်းအတိုင်း ဟောကြားမည့် “သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်” ဖြစ်ပါတယ်။

ပဏာမ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

*ပူဇော်ထိုက်ငြား၊ သိညာဏ်ပွား၊ ထိုဘုရားရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

သုတ်တော်နိဒါန်း

အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရားဟာ ကုရုတိုင်း ကမ္မာသဓမ္မ နိဂုံးရှာကြီး၌ သီတင်းသုံး နေတော်မူပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဒီတရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

တရားကြေညာချက်

ဟောကြားတော်မူပုံက ဒီလိုပါ။—

“ကောယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခသတိပဋ္ဌာန်-၆

ဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမာယ ဉာယာဏ အဓိဂမာယ
နိဗ္ဗာနဿ သစ္စိကိရိယာယ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိ-
ပဋ္ဌာနာ”တံ။

ရဟန်းတို့... လေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန် တရားဆိုတာ ရှိကြ
တယ်။

- ၁။ အဲဒီ သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းဟာ အားလုံးသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ ကိလေသာစိတ်အညစ်အကြေး ကင်းဝေးစင်ကြယ်ခြင်းငှာ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။
- ၂။ စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်း သောကတို့ကို လွန်မြောက်ခြင်းငှာ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။
- ၃။ ငိုကြွေးတမ်းတရခြင်း ပရိဒေဝတို့ကို လွန်မြောက်ခြင်း ငှာ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။
- ၄။ ကိုယ်ထဲမှာ အနေဆိုး အခံခက်တဲ့ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခတို့၏ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ဖို့ရာ တစ်ကြောင်း တည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။
- ၅။ စိတ်ထဲမှာ အနေဆိုး အခံခက်တဲ့ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဒေါမနဿတို့၏ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ဖို့ရာ တစ် ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။
- ၆။ အရိယမဂ်ကို ရခြင်းငှာ တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်း ဖြစ်တယ်။
- ၇။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုဖို့ရာ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်။

ဒါလို မြတ်စွာဘုရားက ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်တရားကို ကျင့်ပွားယဇ် အကျိုးခုနစ်မျိုး ရနိုင်ကြောင်းကို ကြေညာ မိန့် ကြားတော်မူပါတယ်။

ယခု ဟောကြားမည့် “သောကကင်းရန် သတ်ပဋ္ဌာန်တရား
တော်” ဆိုတာ ဒီသတ်ပဋ္ဌာန်အကျိုး ခုနစ်မျိုးထဲက ဒုတိယ
အကျိုးပြတရားတော်ဖြစ်ပါတယ်။

သောကဆိုတာ ဘာလဲ

ဒီနေရာမှာ သောကနှင့် ပတ်သက်ပြီး “သောကဆိုတာ
ဘာလဲ” ဆိုတဲ့ ဒီမေးခွန်းရဲ့အဖြေကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား
တော်မူတဲ့ မဟာသတ်ပဋ္ဌာန်သုတ်၊ ဓမ္မာနုပဿနာ ဒုက္ခသစ္စာပိုင်း
က သောကအကြောင်းကို ထုတ်ပြလိုက်ယင် သိသာ ရှင်းလင်း
သွားမှာပါ။ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဟောကြားတော်မူ
ပါတယ်။

သောကအဓိပ္ပာယ်ပြပါဠိ

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သောကော၊ ယော ခေါ
ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသမေန သမန္နာဂတဿ
အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဋ္ဌဿ သောကော
သောစနာ သောစိတတ္တံ အန္တော သောကော အန္တော
ပရိသောကော၊ အယံ ဝုစ္စတံ ဘိက္ခဝေ သောကော။

ရဟန်းတို့... သောကဆိုတာ ဘာလဲ၊ ရဟန်းတို့... ချစ်ခင်
နှစ်သက်သော ဆွေမျိုးပျက်စီးခြင်း၊ ဥစ္စာပျက်စီးခြင်း၊ ရောဂါ
နှိပ်စက်ခံရခြင်း၊ ကိုယ်ကျင့် သီလ ပျက်စီးခြင်း၊ ဘာသာအယူ
ပျက်စီးခြင်း ဆိုတဲ့ ပျက်စီးခြင်း ဗျသန တစ်မျိုးမျိုးနှင့် တွေ့ကြုံ
ရသူမှာလဲ ဒီစိုးရိမ်ပူဆွေးမှု သောကဟာဖြစ်ပေါ်လာရတယ်။

ပြီးတော့ သတ်ခြင်း၊ နှောင်ဖွဲ့ခြင်း စတဲ့ ဆင်းရဲကြောင်း
ဝတ္ထုတစ်ခုခုသော အမှုအာရုံက ထိပါးနှိပ်စက်တဲ့ အခါမှာလဲ
ဒီ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှုသောကဟာ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။

သောကရှင်ဟာ စိတ်တွင်း ညှိုးမွှန် စိုးရိမ်ပူပန် ပလောင်ဆန် ရတယ်၊ မျက်စိမျက်နှာ ဗျာပါပေ့နောက်ပြီး ထောက်ဘည်ရာမရ ကိုယ်ကာယပါ ပြာလောင်ခတ်လာရတယ်။

အိပ်မပျော်စားမဝင် စိတ်ငြိုငြင်ပင်ပန်းလျက် မရှင်မလန်း ညှိုးနွမ်းလာရတယ်။

စာနို့နို့ တွေး တရေးရေးထင် အတွင်းဆွေးပူပင်ရတယ်။

ကြိတ်ခဲမရ အိပ်လဲမရ တလိပ်လိပ် တသဲသဲ စိတ်ထဲဆူဝေ အပူတွေတရှိန်ရှိန်နဲ့ အတွင်းမီးလောင် သေလုအောင် ခံစားရ တယ်။

ဒီသဘောဟာ သောကရှင်တိုင်း ဖွေကြုံခံစားရတဲ့ သောက ဒဏ်ချက်ပါဘဲ။

သောကဟာ ဒုက္ခသစ္စာ

သောကဆိုတာ စိတ်တွင်းမှာ ပူဆွေးရတဲ့ ဆင်းရဲတရားပါဘဲ၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက သောကကို ဒုက္ခသစ္စာတွင် ထည့် သွင်းပြီး ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

မှန်ပါတယ်၊ သောကဟာ ဒုက္ခသစ္စာပါဘဲ၊ ကိလေသာ မကင်းသေးတဲ့ ပုထုဇဉ်များဟာ ဒီသောကဆင်းရဲမှ မလွတ်ကင်း ကြပါဘူး၊ သံသရာခရီးသွား ပုထုဇဉ်သတ္တဝါများဟာ ဒီ သောကကို ရင်ပယ်ပိုက်ပြီး မောဟိုက်ရဲနွမ်းပင်ပန်းနေကြရတယ်၊ ဒီသောကဟာ ဗုဒ္ဓမျိုးမရွေး ကာသာမရွေး အဆင့်အတန်းမခွဲ ခြားဘဲ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတိုင်းကို နှိပ်စက်ကြတယ်။

ဘာကြောင့်သောကဖြစ်သလဲ

သောကဆိုတာ ဘာကြောင့်ဖြစ်သလဲဆိုယင် မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့အတိုင်း ပျက်စီးခြင်း ဗျာနုတရားငါးပါး တစ်ပါး

ပါးနှင့် ဆင်းရဲကြောင်း စတ္ထုအမှု အာရုံတစ်ပါးပါးတို့ တွေ့ကြုံ ထိခိုက်တဲ့အခါ မျိုးမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့သဘောဘဲ။

သောကကြောင့် ဒုက္ခရောက်ကြရတယ်

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း ဆွေမျိုးပျက် စီးခြင်းကြောင့် သောကရောက်ရသူတွေလဲ ဒုန့်ဒေးပါဘဲ။ မိဘ၊ ဘိုးဘွား၊ ဇနီးမယား၊ သမီးသား၊ ခင်ပွန်းယောက်ျား၊ မိတ်ဆွေ စတဲ့ အထွေထွေသော ချစ်ခင်သူ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေတွေ ပျက်စီး ကြလို့ သောကဒုက္ခရောက်ကြရတယ်။ သားရူး၊ သမီးရူး၊ မယားတ ရူး၊ လင်တရူးတွေ ရူးကြရတယ်။ သားသမီးစိတ်၊ မယားဇနီး စိတ်၊ ခင်ပွန်းလင်စိတ်တွေကြောင့် မစားနိုင်၊ မသောက်နိုင်၊ မအိပ် နိုင်ဘဲ ပိန်ချုံးညှိုးလျှ ဂရောဂါသည်ဘဝ ရောက်ကြရပါတယ်။ နောက်ဆုံးတချို့ သေကြရတယ်။

မြတ်စွာ ဘုရား လက်ထက် တော်တုန်းက သားသေကို ရင်ဝယ်ပိုက်ပြီး ပြန်လည်အသက်ရှင်အောင် ဆေးကုသပေးနိုင် သူ ရှာရင်း ဘုရားထံမှောက်ရောက်လာသူ ကိသာဂေါတမိတို့ ဥပရိမိဖုရားကြီးသေလို့ အလောင်းကိုဆီစိမ်ပြီး မစွန့်ရက်ဘဲ စိတ်ထဲပူဆွေးနေရသူ အသကမင်းတို့စတဲ့ သောကကြောင့် ဒုက္ခ ရောက်သူတွေလဲ အများကြီးပါဘဲ။

ပြီးတော့ ကာမသုတ္တန်မှာပါတဲ့ စပါးခင်းများပျက်စီးလို့ သောကဒုက္ခရောက်ရသူ ပုဏ္ဏားကြီးတို့လို့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလဲများ စွာပင်။

ပြီးတော့ မကျန်းမမာ ရောဂါနှိပ်စက်လို့ သောကဒုက္ခရောက် သူတွေဆိုတာကတော့ ရေတွက်လို့တောင် ကုန်နိုင်မယ်မဟုတ်ပါ ဘူး။ ပြီးတော့ အယူဝါဒပျက်စီးလို့ သောကရောက်ရသူတွေလဲ မရှားပါဘူး။

သီလပျက်လို့ သောကဒုက္ခရောက်ရသူ အဇာတသတ်မင်းတို့ ဆိုတာလဲ ထင်ရှားပါတယ်။ အဇာတသတ်မင်းဆိုယင် အရှင်ဒေဝဒတ်နှင့် အပေါင်းမှူးပြီး သူ့ဖခင် ဘုရားဒါယကာ ဗိမ္ဗိသာရ မင်းကြီးကို သတ်မိလို့ ပိတုသာတက ကံကြီးထိုက်ခဲ့ရတယ်။ ဒါကြောင့် လရောင်ဖွေးဖွေး လေပြေသွေးတဲ့ ညအေးအေးမှာ အိပ်စက် မပျော်နိုင်အောင် စိတ်သောက ရောက်ခဲ့ရရှာတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စုပ်စွဲတဲ့ အတ္တာနုဝါဒဘေး၊ သူတစ်ပါးတွေက “အာသတ်သူဘဲ” လို့စုပ်စွဲတဲ့ ပရာနုဝါဒဘေးတွေ သင့်ရတယ်။

ပြုမှားမိတဲ့ ကံကကြီးကျယ်စော့ ဘုရားထံမှောက်မှာသွား ရောက်ဖူးမြော် တရားနာပြီး ဝန်ချတောင်းပန် ကန်တော့သော် လဲ သေသောအခါ လောဟကုမ္ဘိဇရဲမှာ ကျရရှာတဲ့ ဒုဂ္ဂတိဘေး လဲ သင့်ရရှာတယ်။

သူ့ကိုယ်တိုင် ဘုရင်ဖြစ်နေလို့ မင်းပြစ်မင်းဒဏ်ခံရတဲ့ ဒဏ္ဍ ဘေးတော့မခံရဘူး။ တခြားသူတွေသာဆိုယင် မင်းပြစ်မင်းဒဏ် လဲ ခံရမှာဘဲ။ လိုရင်းကတော့ သူဟာအာသတ်မှ ပိတုသာတက ကံကြီးထိုက်တဲ့ သီလပျက်မှုကြောင့် စိတ်သောက အကြီး အကျယ်ရောက်ရတယ် ဆိုတာပါပဲ။

အလားတူပင် သူ့အသက်သတ်ခြင်း၊ သူ့ဥစ္စာခိုးယူခြင်း၊ သူ့လားမယားအား ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်း၊ မုသားပြောခြင်း၊ အရက်သေစာသောက်စားခြင်း စတဲ့ မကောင်းမှုတွေကို ကျူး လွန်မိလို့ သီလပျက်သူဟာလဲ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု သောကတွေရဲ့ အနှိပ်စက်ကို ခံကြရရှာတာပါပဲ။

အဲဒီလို ပြစ်မှုတွေကို ကျူးလွန်မိလို့ သီလပျက်နေတာ သီလ မရှိတာကို သူများတွေက မသိသေးတောင်မှ ကိုယ့်ဟာကိုယ် တော့သိပြီး စိတ်သောက ရောက်နေရတော့တာပါပဲ။ ဒီတော့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် နေရထိုင်ရတာ မလုံမလဲနဲ့ အမှုအရာပျက်နေ

တယ်၊ ဟန်ဆောင်သူများပင် ခဏတစ်ဖြုတ်သာ ဟန်ဆောင်
နိုင်ကြမယ်၊ မကြာမီအမှုမှန်ဟာ ပေါ်လာမြဲတဲ့။

ယခုမျက်မှောက်ခေတ် ကမ္ဘာလူသားတွေလဲ ဒီလို ဗျသန
တရားတစ်ပါးပါးနှင့် တွေ့ကြုံလို့ ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း ဝတ္ထုအမှု
အာရုံက နှိပ်စက်လို့ သောကဒုက္ခ ဈေးကြရပါတယ်။

ရုပ်ဝတ္ထုဇိမ်ခံပစ္စည်းတွေ ပေါကြယ်ဝလှတယ်ဆိုတဲ့ ကမ္ဘာ
အရင်းရှင် နိုင်ငံကြီးတွေက သန်းကြွယ်သူဌေးမိသားစုတွေ ကိုယ်
ကိုယ်ကို သတ်သေကြတယ်ဆိုတာလဲ ဒီသောကကြောင့်ပါတဲ့။

စာမေးပွဲကျလို့ အဆိပ်သောက်သေကြတာတို့၊ ချစ်သူနဲ့ကွဲလို့
ကြီးဆွဲချသေကြတာတို့၊ ကြေးမဆပ်နိုင်လို့ ရေထဲဆင်းသေကြ
တာတို့၊ ကိုယ်လိုချင်တာမရလို့ ကိုယ်မလိုချင်တာတွေနှင့် တွေ့
ဆုံယှဉ်တွဲနေကြရလို့ စိတ်ညစ်ပြီး နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ကိုယ်ကိုယ်ကို
သေကြောင်းကြံတာတို့ဟာလဲ သောကကြောင့်ပါတဲ့။

ဒီသောကကို ပျောက်ငြိမ်းချင်ကြလို့ နည်းမျိုးစုံ ဆေးမျိုးစုံ
တွေကို ရှာကြံသုံးစွဲနေကြရတယ်၊ ဒါပေမယ့် အနာတခြား
ဆေးတခြား ဖြစ်နေလို့ သောကကင်းဝေးစွာ မနေနိုင်ကြပါဘူး၊
တချို့နည်း တချို့ဆေးတွေက ခဏသာအနည်းငယ်မျှတော့
သောကပျောက်သလိုလိုရှိပြီး တော်တော်ကြာတော့ နှစ်ဆတိုး
တဲ့ သောကဒုက္ခနဲ့သာ ရင်ဆိုင်ကြရတာချည်းပါးပါတဲ့။

တချို့ကလဲ သောကဖြစ် စိတ်ညစ်လို့ အရက်သောက်တယ်
ဆိုပြီး သောက်စားမှူးယစ်ကြလို့ ဆူးစူးတာကို ဆူးနဲ့ထွင်တော့
နောက်တစ်ချောင်းထပ်စူးသလို စိတ်ညစ်တဲ့ သောကအပြင်
အရက်ဒဏ်ထပ်မံခံရတဲ့ ဒုက္ခတွေ ထပ်ရောက်ကြရတာတယ်၊
သနားစရာပါတဲ့။

တကယ်ဆိုတော့ ပုထုဇဉ်လောကသား အားလုံးဟာ ဘဝ
တိုင်း၊ ဘဝတိုင်း သောကလှိုင်းပုတ်ကာ သောကသမုဒ္ဒရာထဲတွင်

တဝဲလည်လည်နဲ့ သောကဒုက္ခတွေကို အထွေထွေ အကြိမ်ကြိမ် ခံစားနေကြရတာဘဲ။

ကဲ ဒီသောကအကြောင်းကို အကျဉ်းချုပ်မှတ်သားရအောင် မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ဓမ္မာနုပဿနာပိုင်း ဒုက္ခသစ္စာကဏ္ဍမှာ ပါတဲ့အတိုင်း ဘုန်းကြီးက ရှစ်လုံးဘွဲ့ကဗျာစီထားတာကို ဆိုပြ ပါမယ်။

သောကဟူသည် ရှစ်လုံးဘွဲ့ကဗျာ

၁။ သောက ဒုက္ခ၊ ထုတ်ပြဗုဒ္ဓါ၊
ဉာတိ ဘောဂ၊ ရောဂ သိလာ။
ဒိဋ္ဌိ ငါးဝ၊ ဗျသနပါ၊
တစ်ပါးပါး၊ တွေငြားကြုံသောခါ။

၂။ ဖြစ်ရ ပျက်ရ၊ ဒုက္ခတွေ့တွင်၊
ကစ်ခုခုနှင့်၊ တွေ့သင့်ကြုံလျှင်။
စိုးရိမ်ပူဆွေး၊ တနှေးနှေးပင်၊
အတွင်းနှိုက်၊ လှိုက်လှိုက်ဆွေးပူပင်။

သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းစေားတရား

သောကကင်းဝေးလို့သူတိုင်းဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရဲ့ မဟာ သတိပဋ္ဌာန် ပိပဿနာဘုရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ပါ။ ဟုတ် ပါတယ်။ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပိပဿနာဘုရားကို ကျင့်ပွား အား ထုတ်သွားယင် သောကကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်ကြောင်းကို အစ ပိုင်းက မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင်ဟောကြား ကြေညာထား ကြောင်းကိုဟောခဲ့ပါပြီ။ ကဲ ဟုတ်မိစေအောင် ထပ်ဟောပါဦးမယ်။

အယံမဂ္ဂေါ - စွဲမြဲအမှတ်ရမှု၊ သတိစွဲမြဲမှု သတိပဋ္ဌာန် ဟူသော ဤအကျင့်လမ်းသည်၊ သတ္တာနံ - ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊

အရိယာသဘာဝကအလောင်း၊ အားလုံးသော သတ္တဝါအပေါင်း
တို့၏။ သောကပရိဒေဝါနံ- စိုးရိမ်မှုသောက၊ ငိုကြွေးမှုပရိဒေဝ
တို့ကို၊ သမတိက္ကမာယ - ကောင်းစွာကျော်နင်း လွန်မြောက်
ခြင်းငှာ၊ ကောယနောမဂ္ဂေါ - လမ်းခွဲ လမ်းမှား တခြားမှာ
သွားစရာမရှိ၊ ဤတစ်လမ်းတည်းသာ ရှိသည်ဟု မြတ်စွာဘုရား
ကိုယ်တော်တိုင် မိန့်ကြား ကြေညာတော်မူသည့် တစ်ကြောင်း
တည်းသောလမ်းမှန် ဖြစ်ပါပေသတည်း။

သာဓု... သာဓု... သာဓု....။

ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ စိုးရိမ်မှုကို၊ ကင်းစေလို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကိုလိုက်ရမယ်။
- ၂။ စိုးရိမ်မှုကို၊ ကင်းစေလို၊ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်
ရမယ်။

အဲဒီလိုမြတ်စွာဘုရား ကြေညာထားတဲ့အတိုင်း သတိပဋ္ဌာန်
ကျင့်ပွားယဉ် သောကကင်းစင် နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်ပါတယ်။

သောကကင်းဝေးရန် သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်ပွားပုံ

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသည့် သောကကင်းဝေး ငြိမ်း
ချမ်းအေးရန် သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်ပွားပုံကဘော့ ဒွါရနှင့်အာရုံ
ဆုံတိုင်း ဖြစ်ပေါ် ပျောက်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်တရားများကို
အမှန်အတိုင်းသိအောင် ရှုမှတ်ရပါတယ်။

မျက်စိနှင့်အဆင်း ဆုံလို့မြင်ယင် “မြင်တယ်၊ မြင်တယ်”
လို့ရှုမှတ်ပါ။

နားနှင့်အသံဆုံလို့ကြားယင် “ကြားတယ်၊ ကြားတယ်”
လို့ရှုမှတ်ပါ။

နှာခေါင်းနှင့်အနံ့ ဆုံလို့နံ့ယင် “နံ့တယ်, နံ့တယ်” လို့ ရှုမှတ်ပါ။

လျှာနှင့်အရသာ ဆုံလို့စားသိယင် “စားသိတယ်, စားသိတယ်” လို့ရှုမှတ်ပါ။

ကိုယ်နှင့်ထိသိစရာ ဆုံလို့ ထိသိယင် “ထိတယ်, ထိတယ်” လို့ရှုမှတ်ပါ။

စိတ်နှင့်တွေ့စရာ ဆုံလို့ တွေးသိယင် “တွေ့တယ်, တွေးတယ်” လို့ ရှုမှတ်ပါ။

ဒါဟာ “စက္ခုစ ပဇာနာတိ၊ ရူပစ ပဇာနာတိ-မဂ္ဂံစိ ကိုလဲ သိရမည်၊ အဆင်းတွေကိုလဲ သိရမည်” စသည်ဖြင့်ဟောကြားထားတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ဓမ္မာနုပဿနာ အာယတနပိုင်းမှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ရှုနည်းနှင့်အညီ ရှုမှတ်ပုံပါ။ ဒီလိုဒွါရနှင့်အာရုံ ဆုံတိုင်း ဖြစ်ပျက်တဲ့ရုပ်နာမ်ကို ရှုမှတ်တာကို ဝိပဿနာရှုတယ်လို့ ခေါ်တယ်။

ရှုမှတ်ခါစမှာတော့ ခုပြောခဲ့သလို မြင်တိုင်း, ကြားတိုင်း စသည်မှာ “မြင်တယ်, ကြားတယ်” စသည်ဖြင့် မရှုမှတ်တတ် သေးဘူး၊ မရှုမှတ်နိုင်သေးဘူး။

ဒါကြောင့် ယထာ ပါကဋ္ဌံ ဝိပဿနာဘိနိဇေသော “ဝိပဿနာကိုစ၍ နှလုံးသွင်းရှုမှတ်သူဟာ ထင်ရှားစဉ်အတိုင်း နှလုံး သွင်း ရှုမှတ်ရတယ်” ဆိုတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မဟာဝဋ္ဌိကာနှင့်အညီ ထင် ရှားရာကစပြီး ရှုမှတ်ရတယ်၊ ဝိပဿနာရှုမှတ်စရာ ရုပ်နှင့်နာမ် နှစ်မျိုးတို့တွင် ရုပ်ကပိုပြီးထင်ရှားတယ်။

ရုပ်တရားမှာလဲ ဝိပဿနာရှုရာတွင် အဓိကကျတဲ့ ပထဝီ, အာပေါ, တေဇော, ဝါယော ဆိုတဲ့ ဓာတ်ကြီးပေးပါးကို ရှုမှတ် ရတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက
“ဒီအသက် ရှုတိုင်း ရှိုက်တိုင်း ဝမ်းဗိုက်က လှုပ်ရှားနေတဲ့
ဝါယောဗောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်ကို” စပြီးတော့ ရှုမှတ်ရန် ညွှန်ကြားတော်
မူပုဂံတယ်၊ အဲဒါကစပြီး ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ပျောက်
ပျက်တဲ့ မြင်မှုကြားမှုစတဲ့ ရုပ်နာမ်အားလုံးကို ရှုမှတ်ရတယ်။

ရှုမှတ်ပုံကတော့ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း ဆိတ်ငြိမ်ရာ
အရပ်ချဉ်းကပ်၊ ရတနာသုံးရပ်ကို ရှိခိုးစိတ်တွား၊ တင်ပျဉ်
ခွေထိုင်၊ ကိုယ်ကိုမတ်မတ်ထား၊ မျက်စိနှစ်လုံးကို အသာအယာ
မှိတ်၊ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်သက်စွာနေ၊ အထူးအားဖြင့်စိတ်ကို
မိမိရှုမှတ်တော့မည့် ဝမ်းဗိုက်ဆီကိုညှိတ်ထားပါ။

အဲဒီလိုအနေအထားတွင် အသက်ကို မှန်မှန်ရှုရှိုက်ပါ။ လိုလဲ
မရှုနဲ့ ပိုလဲမရှုနဲ့ နဂိုရှုနေကျအတိုင်း ရှုပါ၊ ရှိုက်ပါ၊ နှေးအောင်
မထင်ရှားအောင် အောင်၍လဲ ချုပ်မထားနဲ့၊ မြန်အောင်
ထင်ရှားအောင်လဲ တမင်မလုပ်နဲ့၊ သူ့သဘာဝ အသက်ရှုရှိုက်
နေကျအတိုင်းမင် မှန်မှန်ရှုရှိုက်ပါ။

အဲဒီလိုရှုရင်း ရှိုက်ရင်း ရှုခြင်း၊ ရှိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်
ပေါ်လာတဲ့ ဝါယော ဗောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်နှင့် ဝမ်းဗိုက်ခေါ်တဲ့ ကာယ
ပသာဒနှင့် တွေ့ဆုံလှုပ်ရှားနေတဲ့ သဘောကို အထက်ကြွတက်
လာယင် “ဖောင်းတယ်” လို့ ရှုမှတ်ပါ။ အောက်ကျသွားယင်
“ပိန်တယ်” လို့ ရှုမှတ်ပါ။

ဒီလို ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” ဆိုတဲ့
အဆိုကတော့ စိတ်နဲ့သာဆိုရမှာပါ။ ပါးစပ်ကဆိုဖို့မလိုပါဘူး။

ဒီလိုဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ရှုမှတ်နေရင်း မှိတ်ထားတဲ့
မျက်စိထဲမှာတစ်မျိုးမျိုးကိုမြင်လာယင်လဲ “မြင်တယ်၊ မြင်တယ်”
လို့ ပျောက်ကွယ်သွားသည်အထိ ရှုမှတ်ပါ။

အဲဒါပျောက်သွားယင်တော့ “မိမိမူလုရှုမှတ်နေကျ ဖောင်း
တာ ပိန်တာကိုပင် ဆက်ပြီးရှုမှတ်ပါ။

ဒီနည်းအတိုင်းဘဲ ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ရှုမှတ်နေရင်း
အသံကိုကြားရယင်လဲ ဘယ်အသံမျိုးမဆို “ကြားတယ်၊ ကြား
ကယ်” လို့ ပျောက်ကွယ်သည်အထိပင် ရှုမှတ်ပါ။ ပျောက်သွား
ယင် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” ကိုပင် ဆက်ပြီးရှုမှတ်ပါ။

အနံ့ကို နံလာယင်လဲ ဘယ်အနံ့မျိုးမဆို “နံတယ်၊ နံတယ်”
လို့ ရှုမှတ်ပါ။ အဲဒီအနံ့တွေ ပျောက်သွားယင် “ဖောင်းတယ်၊
ပိန်တယ်” ကိုပင် ပြန်ရှုမှတ်ပါ။

တရားထိုင်နေစဉ် အတွင်းမှာတော့ စားသိတာကမရှိသေး
ဘူး၊ ပါးစပ်ထဲမှာ တံတွေးများလာယင်တော့ “တံတွေးများ
တယ်၊ လုံးချင်တယ်၊ လုံးတယ်၊ မျိုချင်တယ်၊ မျိုတယ်” လို့
ရှုမှတ်ပါ။ ထွေးချင်ယင်တော့ ထွေးခံကိုအဆင်သင့် ယူထားပြီး
“ထွေးချင်တယ်၊ ထွေးခံကိုယူတယ်၊ ထွေးတယ်၊ ထွေးခံကိုပြန်
ထားတယ်” စသည်ဖြင့်ရှုမှတ်ပြီး ဖောင်းတာပိန်တာကို ပြန်
လည်ရှုမှတ်ပါ။

ကိုယ်ထဲမှာတွေ့ထိတာတွေ ပေါ်လာယင်လဲ “တွေ့ထိတယ်၊
တွေ့ထိတယ်” လို့ရှုမှတ်ပါ။ တွေ့ထိတာတွေကတော့ များပါ
တယ်၊ သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ အိပ်ချင်စိတ်များကြောင့်
ဖြစ်ပေါ်ပျောက်ပျက်နေတဲ့ စိတ္တဇဝါယော ဓာတ်တွေဆိုတာ
တစ်ကိုယ်လုံးမှာဆက်တိုက်ဆိုသလို ဖြစ်ပျက်နေကြတယ်၊ အသက်
ရှုချင်ရှိက်ချင်စိတ်ကြောင့် အသက်ရှုမှု ရှိက်မှု စိတ္တဇဝါယော
တွေ ဖြစ်ကြရတယ်၊ အသက်ရှုမှု ရှိက်မှုကြောင့်လဲ အဲဒီဝါယော
ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်လေးနှင့်ဝမ်းဗိုက်ခေါ်တဲ့ ကာယဝသာဒနှင့် တွေ့ထိ
တယ်၊ ဒါကြောင့် ဖောင်းလိုက် ပိန်လိုက်နဲ့ လှုပ်ရှားနေတဲ့
ဝါယော ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်ကလေးကိုလဲပဲ ကိုယ်မှာ တွေ့ထိမှတ်၊ ဒါကို

ရှုမှတ်တာဟာ “ကာယဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေစ ပဇာနာတိ” စတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ဒေသနာတော်နှင့် အညီပါဘဲ။

ပြီးတော့ ထိုင်နေရင်း ယိမ်းတာယိုင်တာတွေ၊ လှုပ်ရှားတာတွေ စသည်တွေလဲ ကာယနှင့်ဖောဋ္ဌဗ္ဗ တွေဆုံလို့မိဘဲ၊ ဒါတွေကိုလဲ ရှုမှတ်ရပါတယ်။

ပြီးတော့ ဒီလိုဖောင်းတာ ပိန်တာကိုရှုမှတ်နေရင်း ကိုယ်ထဲမှာယားတာ၊ နာတာ၊ ကျင်တာ၊ ကိုက်ခဲတာ၊ အောင့်တာစသည်တွေ ပေါ်လာယင်လဲ “ယားတယ်၊ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ ကိုက်ခဲတယ်၊ အောင့်တယ်” စသည်ဖြင့် မပျောက်မချင်း ဇွဲတင်းတင်းနဲ့ သည်းခံယင် နိဗ္ဗာန်ရောက်တယ်လို့ နှလုံးသွင်းကာ ရှုမှတ်ရပါတယ်။

တကယ် သည်းခံရှုမှတ်ယင်တော့ မပျောက်တာရယ်လို့ မရှိပါဘူး၊ ပျောက်ပျောက် သွားတာချည်းဘဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားကလဲ အနိစ္စ - မမြဲတဲ့ တရားလို့ ဟောတော်မူထားတာဘဲ။

ယားယံ ကိုက်ခဲတာတွေက များစွာအပြိုင်အဆိုင် ပေါ်နေယင်လဲ အထင်ရှားဆုံးဟာကို ရွေးပြီးရှုမှတ်ပါ။ သူပျောက်သွားယင် ကျန်နေတဲ့ ဝေဒနာကိုရှုမှတ် အားလုံး ပျောက်သွားယင် ဖောင်းတာပိန်တာကို ရှုမှတ်ပါ။

အဲဒါတွေကို အလေ့အကျင့် မရှိသေးလို့ ပျောက်အောင် သည်းခံပြီး မမှတ်နိုင်ယင် “အယားဖျောက်ချင်တယ်၊ အယားဖျောက်တယ်၊ ပြုပြင်ချင်တယ်၊ ပြုပြင်တယ်” လို့ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ဖျောက်ပြုပြင်ပါ။ ဒါကတော့ သည်းမခံနိုင်လှမှ ဖျောက်ပယ် ပြုပြင်ဖို့ပါဘဲ၊ ခဏခဏခန္ဓာကိုယ်ကို အလိုလိုက်ပြီး ပယ်ဖျောက် ပြုပြင်မှု များနေယင်တော့ သမာဓိဉာဏ်အဖြစ် နှေးမှာဘဲ။

ဒါတွေကို ရှုမှတ်နေယင် “ဒုက္ခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိတိ ပဇာနာတိ” ဆိုတဲ့ သတိပဋ္ဌာနသုတ် ဝေဒနာနုပဿနာပိုင်းနှင့် အညီပါဘဲ။

စိတ်ထဲမှာ အခံခက်ယင်လဲ “အခံခက်ဇာယ်၊ စိတ်ပျက်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပယ်ဖျောက်ရတယ်။ ဒါလဲ စေတသိကဒုက္ခကို ရှုမှတ်တဲ့ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပါဘဲ။

ပြီးတော့ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်လို့ ဆက်ပြီး ရှုမှတ်ရတယ်။ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ ရှုမှတ်နေရင်း စိတ်ကူးစဉ်းစား ကြံစည်မှု အမျိုးမျိုးတွေ ပေါ်လာယင်လဲ “ကြံစည်ဘယ်၊ စိတ်ကူးတယ်၊ စဉ်းစားတယ်” စသည်ဖြင့် ပျောက်ငြိမ်းအောင် ရှုမှတ်ရတယ်။ ပြီးတော့ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကိုဘဲ ဆက်လက် ရှုမှတ်ရတယ်။ စိတ်ကို ရှုမှတ်ယင်တော့ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပါဘဲ။

ဒါဟာ ထိုင်နေရင်းထင်ရှားရာ ဝါယောဖောဋ္ဌဗ္ဗ ရုပ်ဇာ စပြီး ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတိုင်း ရှုမှတ်ပုံပါဘဲ။

ဒီလို ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကို ရှုမှတ်နေရင်း မြင်ယင် “မြင်တယ်” ပျောက်သွားယင် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” ကြားယင် “ကြားတယ်” ပျောက်သွားယင် “ဖောင်းဘယ်၊ ပိန်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ဖို့ဟောကြားတာဟာ ဒေသနက္ကမ ဟောစဉ် အတိုင်း ဟောရတာဘဲ။

တကယ် ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာတော့ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကို ရှုမှတ်ရင်း ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံလို့ပေါ်လာတဲ့ ပဝတ္တိက္ကမ ဖြစ်စဉ် အတိုင်း ရှုမှတ်ရပါတယ်။ မြင်တာပြီးမှကြားတာ၊ ကြားတာ ပြီးမှနံတာ စသည်ရယ်လို့ တထစ်ချရှာကြံပြီး ရှုမှတ်ရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ ရှုမှတ်နေရင်း စိတ်ကူးစဉ်းစားတာက အလျင်ပေါ်ယင် စိတ်ကူးစဉ်းစားတာကို အလျင်ရှုမှတ်ရတယ်။

ပြီးတော့ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကို ရှုမှတ်နေရင်း ညောင်းတာ၊ ကျင်တာ ပေါ်ယင်လဲ ညောင်းရာပူရာမှာ အလျင်လိုက်ပြီး ပျောက်အောင် ရှုမှတ်ရတယ်။ အဲဒါပျောက်သွားလို့ ကြားတာ ပေါ်ယင်လဲ ကြားတာကိုရှုမှတ်ရတယ်။ သူပေါ်လာတဲ့ အစဉ် အတိုင်း ရှုမှတ်ရုံပါဘဲ။

အဲဒီလိုမရှုမှတ်ယင် မြင်ရာ၊ ကြားရာ စသည်တွေမှာ “ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမကောင်၊ သတ္တဝါကောင်ပဲ၊ မြဲတဲ့နို့စွဲဘဲ၊ ချမ်းသာတဲ့သူခဘဲ” စသည်ဖြင့် ထင်မှားစွဲလမ်း တယ်။ အဲဒီလို ထင်မှားစွဲလမ်းထားတဲ့အတိုင်းမဟုတ်ဘဲ ပျက် စီးခြင်း ဗျသနတရားတွေ ဆင်းရဲကြောင်း တရားတွေနဲ့တွေ့ တော့ စောစောကပြောခဲ့တဲ့ စိုးရိမ်သောကတွေ ဖြစ်ရတယ်။

ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုတာ အဲဒီလို ထင်မှားစွဲလမ်းမှုနှင့် စိုးရိမ် မှုတွေကင်းပြီး ငြိမ်းချမ်းအောင်လို့ ရှုမှတ်ရတာဘဲ။

သွားယင်“သွားတယ်” ရပ်ယင်“ရပ်တယ်” ထိုင်ယင်“ထိုင် တယ်” လျောင်းယင် “လျောင်းတယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ် ရတယ်။

ရှုမှတ်ရာအာရုံမှာ စိတ်ကလေး တည်ငြိမ်လာယင် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်တယ်။ အရှုခံနှင့်ရှုဉာဏ်၊ အာရုံနှင့်မှတ်စိတ် နှစ်မျိုးကွဲပြား စွာသိယင် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်တယ်။ ရှုမှတ်စရာရှိလို့ ရှုမှတ်ရတယ်။ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တယ်လို့ သိယင် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်တယ်။ ရှုမှတ်ရင်း “မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ငါကောင်မဟုတ်ဘူး” လို့သိယင် သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်တယ်။ ရှုမှတ် တိုင်းပင် ပေါ်ပြီးပျောက်သွားတာကိုချည်းတွေ့ယင် ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ် ဖြစ်တယ်။

ဒီလိုဖြစ်ပျက်တဲ့ ရုပ်နာမ်များကို အမှန်အတိုင်းသိတဲ့ ဥဒ- ယဗ္ဗယဉာဏ်အမြင်သန်လာယင် ဒွါရနှင့်အာရုံဆုံတိုင်း ဖြစ်ပေါ်

ပျောက်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို တရစပ် ရှုမှတ်မြင်သိနေလေ
တော့ မရှုမှတ်ယင် ဖြစ်ပေါ်စွဲလမ်းလာနိုင်တဲ့ လောဘ၊
ဒေါသ၊ မောဟစတဲ့ ကိလေသာတွေဟာ ဖြစ်ခွင့်မရဘဲ မှတ်
ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်း၊ တဒဂ်၊ တဒဂ်ငြိမ်းငြိမ်းသွားပါတယ်။
ဒါကို အနုပဿနာအနိရောဓလို့လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

ဒီလို ဝိပဿနာဉာဏ်အားကောင်းသူဟာ အနာဂါမိမဂ်ဖြင့်
သာ အကြွင်းမဲ့ ပယ်သတ်နိုင်တဲ့ ဒေါသတို့၊ သောကယှိုကိုပင်
ပေါ်လာတဲ့အခါတိုင်း ဒီဝိပဿနာဉာဏ်က တဒဂ်၊ တဒဂ် ငြိမ်း
ငြိမ်းသွားအောင် ရှုမှတ်ပယ်ရှားနိုင်ပါတယ်။

ဗျသန တစ်ပါးပါးနဲ့ဖြစ်စေ၊ ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း အာရုံဝတ္ထု
တစ်ခုခုနဲ့ဖြစ်စေ၊ ကြုံတွေ့လို့ ရှေ့ရေး နောက်ရေးတွေကို တွေး
မိတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာသူရဲ့ စိုးရိမ်မှုသောကတွေကို “စိုးရိမ်တယ်၊
စိုးရိမ်တယ်” လို့ ရှုမှတ်လိုက်ယင် တစ်ခုချင်း တစ်ခုချင်းပျောက်
ငြိမ်း ပျောက်ငြိမ်း သွားတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီလို အရှိန်ကောင်းကောင်းနဲ့ ရှုမှတ်ရင်း ပေါ်လာသမျှ
ရုပ်နာမ်များကိုပါ မပြတ်ရှုမှတ်ယင်တစ်ပျက်တည်းပျက်တဲ့ဉာဏ်၊
ကြောက်ရွံ့ငြီးငွေ့ အပြစ်မြင်၊ လွတ်ချင်တဲ့ဉာဏ်များ၊ ဆက်ရှု
တည်ငြိမ်အေးချမ်းတဲ့ ဉာဏ်များပါ ပြည့်စုံပြီး လေးမဂ် လေး
ဖိုလ်ကိုပင် ရရှိသွားနိုင်ပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်အိပ်ဆေး

အရိယမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် သောကကိုအပြီးအသတ် မပယ်သတ်
နိုင်သေးဘောင်မှ “စိုးရိမ်တယ်၊ စိုးရိမ်တယ်” လို့ မပျောက်မချင်း
မိနပ်ပိုင်း နာရီပိုင်းများစွာနဲ့ ရှုမှတ်ပယ်ရှားတဲ့နည်းကို အသုံးပြု
နိုင်ယင်ပင် ချမ်းသာလှပါပြီ။

အိပ်မပျော်သူများလဲ အိပ်ဆေးစားဖွယ် မလိုတော့ပါဘူး။
အိပ်ရာထက်ဝယ် ပက်လက်အိပ်ရင်း အသက်ရှူစိုင်း ရှိုက်တိုင်း

လှုပ်ရှားတဲ့ ဝမ်းဗိုက်ကို စိတ်နဲ့စိုက်ပြီး ဖောင်းယင် “ဖောင်းတယ်” ပိန်ယင် “ပိန်တယ်” လို့ ရှုမှတ်ပါ။ စိုးရိမ်ယင် “စိုးရိမ်တယ်” စသည်ဖြင့် မှတ်သွားယင် စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ အိပ်ပျော်သွားမယ်။

အိပ်ပျော်ချင်ယင်လဲ ဒီသတိပဋ္ဌာန် တရားဆေးတော်ကြီးကိုသာသောကပါ။ သောကကင်းချင်ယင်လဲ ဒီသတိပဋ္ဌာန်ဆေးတော်ကြီးကိုသာ သောက်ကြပါ။ သွေးတိုး၊ နှလုံးစတဲ့ ရောဂါများပျောက်ပြီး ကိုယ်ကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာချင်ကြယင်လဲ ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရား ဆေးတော်ကြီးကိုသာ သောက်ကြပါ။ မွေးသေ ဖြစ်ပျက် ဘဝသံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ စက်ကြီးပြတ်ငြိမ်းချင်ယင်လဲ ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရား ဆေးတော်ကြီးကိုသာ မှန်မှန်ကျင့်ပွားသောက်စားကြပါလို့ ဘုန်းကြီးကတိုက်တွန်းပါတယ်။

သောကဋီမ္မိဒ်ခဲပုံ သာဓက

ဒီလို သောကဋီမ္မိဒ်နှင့် ပတ်သက်ပြီးတော့ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ် အဋ္ဌကထာမှာ ဒီလိုဖွင့်ပြထားပါတယ်။

သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာတိ သောက
ဿစ ပရိဒေဝဿစ သမတိက္ကမာယ၊ ပဟာနာယာတိ
အတ္ထော။

သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာတိ-သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယဟူသည်ကား၊ သောကဿစ-စိုးရိမ်မှု သောက၏ လည်းကောင်း၊ ပရိဒေဝဿစ - ငိုကြွေးမှု မရိဒေဝ၏လည်းကောင်း၊ သမတိက္ကမာယ-ကောင်းစွာကျော်နင်း လွန်မြောက်ခြင်းငှာ၊ ပဟာနာယ - ပယ်ရှားခြင်းငှာ၊ ဣတိအယံ-ဤသည်ကား၊ အတ္ထော-မြတ်စွာဘုရား၏ ဟောကြားလိုရင်း အနက်ပါပေတည်း။

မြတ်စွာဘုရားရှဲ့ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ကျင့်ပွားအားထုတ်
ယင် သောကနှင့် ပရိဒေဝတို့ကို လွန်မြောက်နိုင်တယ်ဆိုတာ
အမှန်ပါဘဲတဲ့။

အယဉ္ဇိ မဂ္ဂေါ ဘာဝိတော သန္တတိ မဟာမတ္တာဒိနံ
ဝိယ သောကသမတိက္ကမာယ ပဋ္ဌာစာရာဒိနံဝိယ ပရိဒေဝ
သမတိက္ကမာယ သံဝတ္တတိ။

ဟိသစ္စံ-ထိုစကားမှန်ပါ၏။ ဘာဝိတော - ပွားများစေအပ်
သော၊ အယံမဂ္ဂေါ-ဤသတိပဋ္ဌာန်မဂ်အကျင့်လမ်းသည်။ သန္တတိ
မဟာမတ္တာဒိနံ-သန္တတိအမတ်ကြီး အစရှိသည်တို့၏။ သောက
သမတိက္ကမာယ - စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်းကို လွန်မြောက်ခြင်းငှာ၊
သံဝတ္တတိ ဝိယ-ဖြစ်သကဲ့သို့၊ ပဋ္ဌာစာရာဒိနံ ပဋ္ဌာစာရီစသတို့၏။
ပရိဒေဝသမတိက္ကမာယ - ငိုကြွေးမှုကို လွန်မြောက်ခြင်းငှာ၊
သံဝတ္တတိ ဝိယ-ဖြစ်သကဲ့သို့၊ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္က
မာယ-သောကပရိဒေဝတို့ကို လွန်မြောက်ခြင်းငှာ၊ သံဝတ္တတိ-
ဖြစ်ရပေ၏။

ဒီ သတိပဋ္ဌာန် တရားကို အားထုတ် ကျင့်ပွားသူများဟာ
သန္တတိ အမတ်ကြီးစသမျှားရှဲ့ သောကကို လွန်မြောက်ကြသလို
ပဋ္ဌာစာရီစသမျှားရှဲ့ ပရိဒေဝကို လွန်မြောက်ကြသလို သောက
နှင့်ပရိဒေဝတို့ကို လွန်မြောက်နိုင်ကြပါတယ် တဲ့။

တေနာဟ “သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာ”
တိ။

တေန-ထို့ကြောင့်၊ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာတိ-
သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယဟူ၍၊ အာဟ- မြတ်စွာ
ဘုရားက ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်
မူပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု...။

ဟုတ်တယ်၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင်က ဒီ သတိပဋ္ဌာန်အကျင့်လမ်းဟာ စိုးရိမ်မှုသောကနှင့် ငိုကြွေးမှုပရိ ဒေဝတွေကို ကောင်းစွာလွန်မြောက်စေတဲ့ တစ်ကြောင်းတည်း သောလမ်းမှန်ဘဲလို့ ကြေညာ မိန့်ကြားတော် မူခြင်းဖြစ်ပါ တယ်တဲ့။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ကြေညာ ဟောကြားချက်ကို သတိပဋ္ဌာန် အဋ္ဌကထာဆရာက မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော် က သန္တတိတို့ ပဋ္ဌာစာရီတို့ရဲ့ သောကပရိဒေဝငြိမ်းပုံကို သာဓက အဖြစ်တင်ပြပြီး ထောက်ခံထားချက် ဖြစ်ပါတယ်။

နိဂုံး

သန္တတိအမတ်ကြီး၏ ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းကိုတော့ “သောက ကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေး တရားတော် (ဒုတိယပိုင်း)” တွင် ဆက်လက် ဟောကြားသွားပါမယ်။ ဒီ ပထမပိုင်းတရားကိုတော့ ဒီမှာဘဲ အဆုံးသတ်ကြပါစို့။

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။
အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်း ဖြစ်ပါစေသတည်း။

အမျှဝေ

ဣဒံ မေ ပုညဘာဂံ သဗ္ဗသက္ကာနံ ဒေမိ။
အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှု ကုသိုလ်အဖို့ကို အားလုံးသော သတ္တဝါတို့အား အမျှ ပေးဝေပါ၏၊ အမျှ ပေးဝေပါ၏၊ အမျှ ပေးဝေပါ၏၊ ကုသိုလ်အဖို့ဘာဂ အမျှရကြ၍ ကိုယ်စိတ် နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစေသော်။

သာဓု... သာဓု... သာဓု...။

သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်

ဒုတိယပိုင်း

စကားဦး

ဒီနေ့ ဟောကြားမည့် တရားတော်ကတော့ “သောက
ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် ဒုတိယပိုင်း” ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမပိုင်းတွင် သတိပဋ္ဌာန်အကျိုးခုနစ်ပျိုး၊ သောကဖြစ်ပုံ၊
သောကဖြစ်ကြောင်း၊ သောကငြိမ်းနည်းများကို ဟောကြားခဲ့
ပါတယ်။

ယခု ဒုတိယပိုင်းတွင် သောကကင်းခဲ့ပုံ သန္တတိအမတ်ကြီး
ဝတ္ထုကို သာဓကအဖြစ်ပြပြီး ဟောကြားပါမည်။

ပဏာမ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

*ပူဇော်ထိုက်ငြား၊ သိညာဏ်ပွား၊ ထိုဘုရား ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

သောကကင်းလတ် သန္တတိအမတ်

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို
ကျင့်ပွားလို့ သောက ကင်းငြိမ်းသွားကြသူ ဝတ္ထုဇာတ်လမ်း
များကတော့ တော်တော်လေးများပါတယ်။

၇၂ သတိပဋ္ဌာန် ကြွေးကြော်သံ တရားတော်

ဒီနေရာမှာတော့ သန္တတိအမတ်ကြီးရဲ့ သောက ရောက်ရ ပုံနှင့် သောကငြိမ်းသွားပုံများကို မကျယ်မကျဉ်းနဲ့ လိုရင်းကို ပြောပါမယ်။ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာမှာ ဒီဝတ္ထုကြောင်းကို ဒီလို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

အလင်္ကတောစေတီတိ ဣမံ ဓမ္မဒေသနံ သတ္တာ ဇေတ
ဝနေ ဝိရဟန္တော သန္တတိ မဟာမတ္တံ အာရဗ္ဗ
ကထေသိ။

အလင်္ကတော စေတီတိ ဣမိနာဂါထာ ဗန္ဓေန-အလင်္ကတော
စေတီ ဤသို့အစရှိသော ဂါထာဗန္ဓုဖြင့်၊ ပဋိမဏ္ဍိတံ - တန်ဆာ
ဆင်အပ်သော၊ ဣမံ ဓမ္မဒေသနံ - ဤတရားဒေသနာတော်ကို၊
သတ္တာ - ဆရာထံ၌ထား မြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဇေတဝနေ -
သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌၊ ဝိရဟန္တော-သီတင်း
သုံး နေတော်မူစဉ်၊ သန္တတိ မဟာမတ္တံ-သန္တတိအမတ်ကြီးကို၊
အာရဗ္ဗ-အကြောင်းပြု၍၊ ကထေသိ-ကရုဏာရှေ့သွား ပညာ
အားဖြင့် ဟောကြားတော် မူပါပေသတည်း။

သာဓု.... သာဓု.... သာဓု...။

အဓိပ္ပာယ်ကတော့ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားသခင်
သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ရှေ့ကျောင်းဝယ် သီတင်းသုံး နေ
တော်မူစဉ် သန္တတိအမတ်ကြီးကို အကြောင်းပြုပြီး အလင်္ကတော
အစချီတဲ့ ဒီတရားဒေသနာတော်ကို ဟောကြားတော် မူပါ
တယ် တဲ့။

တစ်ခါတုန်းကပေါ့၊ အဲဒီသန္တတိ အမတ်ကြီးဟာ ကော
သလမင်းကြီး၏ တာဝန်ပေးချက်အရ တိုင်းစွန့် ပြည်ဖျားတိုင်
ထကြ သောင်းကျန်းနေတဲ့ သူပုန်များကို နှိမ်နင်းအောင်မြင်ပြီး
ကောသလမင်းကြီးထံ ပြန်လာခဲ့တယ်။

ထိုအခါ ဘုရင်ကောသလကလဲ အောင်ပွဲရ သန္တတိအမတ် ကြီးကို အထူးသဘောကျ အားရတော်မူလှတာနဲ့ လူ့ချမ်းသာ တို့တွင် အထွတ်အထိပ်ဖြစ်တဲ့ ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို အဆိုအကမယ် လှပျိုဖြူ တစ်ယောက်နဲ့အတူ ကြည်ဖြူစွာအပ်နှင်းပြီး ခုနစ် ရက်ပတ်လုံး ခံစားရန် ဆုပေးချီးမြှင့်လိုက်ပါတယ်။

သန္တတိ အမတ်ကြီးလဲ ပင်ကိုကပင် ဘုရင်ကိုယ်တိုင်က ဗိုလ်ချုပ်ကြီးအဖြစ်နဲ့ မြှောက်စားခံထားရလို့ ပုထုဇဉ်သဘာဝ မော်ကြား ပျော်ပါးခဲ့ရာမှာ ယခုလို အထွတ်အထိပ်ဖြစ်တဲ့ ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို လှပျိုဖြူတစ်ယောက်နှင့် အတူ ဆုအဖြစ် ရပြန်တော့ ပိုလို့ပင် မိုးမမြင် လေမမြင်ဆိုသလို ပျော်ရွှင်လို့ ခုနစ်ရက်မြောက်တဲ့နေ့ နံနက်ခင်းတွင် လှပျိုဖြူကို ဆင်ပေါ်သို့ တင်ခေါ်ပြီး မင်း၏အဆောင်အယောင်ဖြင့် နန်းတော်မှ ရေ ဆိပ်သို့ ရေကစားရန်ထွက်ခဲ့ပါတယ်။

ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားကလဲ နောက်ပါ တပည့်သံဃာ တော်များခြံရံပြီး ဇေတဝန် ကျောင်းတော်မှ သာဝတ္ထိပြည် တွင်းသို့ ဆွမ်းခံကြွတော်မူပါတယ်။

သန္တတိအမတ်ကြီးလဲ ဆင်ရတနာထက်ကနေပြီး ဆွမ်းခံဝင် ကြတဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို ဖူးမြင်ရလေတော့ အမှူးမပြေ ရီဝေဝေ နဲ့ပင် ဦးခေါင်းလှုပ်လျက် အလေးပြုနှုတ်ဆက်ပါသတဲ့။

ဒီအမှုအရာကို မြတ်စွာဘုရားရှင် မြင်တော်မူတော့ ပြုံးတော် မူပါတယ်။ ဒီလို မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ပြုံးတော်မူပုံကို ညီတော် အာနန္ဒာက တွေ့မြင်တာနဲ့ ပြုံးတော်မူခြင်းအကြောင်းကို မေး လျှောက်ပါတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက “အာနန္ဒမည်ခေါ် ငါ့ညီတော်၊ သန္တတိအမတ်ကြီးကို ကြည့်စမ်းပါ။ ဒီအမတ်ကြီးဟာ ဒီက နေ့ပင် မင်းဝတ်တန်ဆာဝတ်ဆင်လျက် ငါဘုရားရဲ့ထံမှောက်သို့

လာပြီး လေးပါဒရိုတဲ ဂါထာကို နာကြားရသည့် အဆုံး၌ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်ရမယ်။ ပြီးတော့ ထန်းခုနစ်ဆင့်မြင့်တဲ့ ကောင်းကင်ဝယ် အဘိညာဉ်တန်ခိုးနဲ့ တင်ပျဉ်ခေ့ ထိုင်လျက် ပရိနိဗ္ဗာန်စံလိမ့်မယ်” လို့ ဗျာဒိတ်စကားတော်ကို မိန့်ကြားတော် မူပါတယ်။

ဒီလို မြတ်စွာဘုရား၏ အံ့ဩဖွယ်စကားတော်ကို ကြားရသူ တို့တွင် ဘုရားနှင့်ပြိုင် မနိုင်ကြလို့ ခေါင်းငုံ့ကာ လာဘ်လာဘ နည်းပါးရှာကြတဲ့ ဟိတ္ထိများနှင့် သူတို့တပည့်များက ဘုရား ရှင်ရဲ့စကားကို မယုံကြည်နိုင်ကြဘူးတဲ့။

ဒါကြောင့် “မဖြစ်နိုင်တာ ပြောကြားတဲ့ ရဟန်းတော် ဂေါတမကို မမှန်ပြောကြား အခြောက်တိုက် ကြားသော မုသားစကားအဖြစ်နဲ့ စွပ်စွဲရှုတ်ချရဦးတော့မယ်။ အယုံအကြည် မရှိ ကြေညာကာ ပြည်ရွာမှာ ဘုန်းကံနည်းအောင် အရှက် ခဲ့မည်” လို့ ကြံစည်ပြောဆိုကြသတဲ့။

ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် သူတော်စင်များကတော့ “ဪ...ဒီနေ့ တော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်ကိုလဲ အထူးရှုမြင်ကြည်ညိုကြ ရဦးတော့မှာဘဲ။ သန္တတိအမတ်ကြီးရဲ့ အံ့ဩဖွယ်ရာ ဂုဏ်တော် ကိုလဲ ရှုမြင်ကြရဦးတော့မှာဘဲ” လို့ ပြောဆိုကြံစည် ကြည်နူးကြ ပါသတဲ့။

ချစ်သူလဲသေ သောကဆူဝေ

ဒီလိုနဲ့ မြတ်စွာဘုရားလဲ သွမ်းခံကြွတော်မူရော သန္တတိအမတ် ကြီးလဲ ရေဆိပ်သွားကာ အလှမယ်ကလေးနဲ့အဘူ ရေကစားပါ ရောတဲ့။ ရေကစားပြီး ပြန်လာတော့လဲ နန်းတော်ကို မဝင်သေး ဘဲ ဥယျာဉ်ထဲမှာဘဲ အလှမယ် ရတနာနှင့်အတူ ပျော်ပွဲဆင်နေ ပါတယ်တဲ့။

ဥယျာဉ်ထဲမှာ ကောသလမင်းကြီးက ဆုချချီးမြှင့်တဲ့ ဒီအလှမယ် ကချေသည်ကလေးကလဲ “သန္တတိအမတ် ဗိုလ်ချုပ်ကြီး သဘောကျအောင် အစွမ်းကုန် ကပြတော့မယ်”လို့ ကြိုးစား အားထုတ်ပါသတဲ့။

ဒါပေမယ့် ဒီအလှမယ်ကလေးဟာ သန္တတိ အမတ်ကြီးနှင့် အတူ ခုနစ်ရက်လုံးလုံး အပျော်ဆုံးပျော်မြူးပြီး အအိပ်နည်းပါး အစား မမှန်ခဲ့လို့မို့ ဒီကနေ့ အဆိုအက အစွမ်းပြချိန်မှာဘဲ နှလုံးသွေးရပ် လေသင်တုန်းဖြတ်ပြီး မတ်ရပ်ကလဲတယ်။ ပါးစပ်ကလဲ ဟပြုပြီး မျက်ဖြူလဲဆိုက်ကာ သေရှာပါသတဲ့။

ဒီအခါ သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ သူ့ရင်တွင်းမှာ နေဆယ်စင်း ဝင်ရောက်ပူလောင်သလို သောကမီးတောက်ပြီး “ငယ်ကျွန်တို့... ကြည့်ကြစမ်းပါဦး၊ ကျွန်ုပ်ရဲ့ အလှမယ် ကချေသည်အသက်ဗူး ကလေးဟာ ပါးစပ်ကလဲ အဟောင်းသား မျက်စိကလဲ ပွင့် လှက်သား သူဘယ်လို ဖြစ်သွားသလဲ”လို့ ထိတ်ထိတ် ပြာပြာ ပြောရှာပါတယ်။

“အရှင်အမတ်ကြီး.... သူမကလေးဟာ သေရှာပါပြီကော” ဟု ကိုယ်ရံတော် ငယ်ကျွန်များက ပြောကြတယ်။

ဒီတုန်း သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ ရင်တွင်း သောကမီးရှိန်ကြောင့် ခုနစ်ရက်လုံးလုံး သောက်စားမှုယစ်ခဲ့တဲ့ အရက်မူးများလဲ ပြေပျောက်သွားပါသတဲ့။

မယားသေမှ ဘုရားတ

“န မေ ဣမံ သောကံ အညေ နိဗ္ဗာပေတုံ သက္ခိယန္တိ အညတြ တထာဂတေန။”

ငါ့ရဲ့ ဒီသောကမီးကို ငြိမ်းစေဖို့ရာ မြတ်စွာဘုရားမှ တစ်ပါး အခြားဘယ်သူမျှ တတ်နိုင်ကြမည်မဟုတ်ချေ။ ယခုအခါ ငါ့မှာ

မြတ်စွာဘုရားမှတစ်ပါး အားကိုးစရာမရှိဘူး၊ မြတ်စွာဘုရား သာလျှင် အားကိုးစရာရှိချေဘော့သည်တကား” လို့ မယား သေမှ ဘုရား တ၊မိရှာတော့တယ်။

သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ သောကကို ရင်ဝယ်ပိုက်ပြီး နောက်ပါ ကိုယ်ရံတော် တပ်သားများ၊ အခြွေအရံများ ဝန်းရံလျက် ဆည်းဆာရောင်သန်း ညနေချမ်းအခါတွင် မြတ်စွာဘုရားထံ မှောက်သို့ ရောက်သွားပြီး လက်အုပ်ချီမိုး ရှိခိုးကာ ဒါလို လျှောက်ထားပါတယ်။

“ဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား.... တပည့်တော်မှာ ဒီလိုသဘောရှိတဲ့ ကိုယ်စိတ်ပင်ပန်းခြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်း သောက ဒုက္ခဟာ ဖြစ်ပေါ်နိုင်စက်နေပါပြီဘုရား၊ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟာ တပည့်တော်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ဒီသောကမီးကို ငြိမ်းသတ် တော်မူနိုင်မည်လို့ ယုံကြည်အားကိုးပြီး ရှင်တော်ဘုရားထံတော် ပါးသို့ တပည့်တော် အပြေးအလွှား ယခုရောက်ရှိလာရပါတယ် ဘုရား၊ မြတ်စွာဘုရားဟာ တပည့်တော်ရဲ့ ကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူပါဘုရား” လို့ ဝမ်းပန်းတနည်း လျှောက်ထားရှာ ပါတယ်။

မျက်ရည်သမုဒ္ဒရာ အငိုတိတ်ပါ

ဒီအခါ မြတ်စွာဘုရားက “အို သန္တတိအမတ်ကြီး.... သင် ဘာမျှမစိုးရိမ် မပူပန်နဲ့၊ သင့်ရဲ့ချစ်သူသေလို့ စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်း ဖြစ်ရတဲ့ သောကမီးကို အပြီးအပြတ် ငြိမ်းသတ်ပေးနိုင်တဲ့ ငါ ဘုရားရဲ့ ထံတော်ပါးသို့ သင်ရောက်ရှိခဲ့ပေပြီ၊ သင့်ရဲ့ သောကဟာ သေချာပေါက် ငြိမ်းအေးတော့မှာပါ” လို့ အားပေးစကား မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီနောက် မြတ်စွာဘုရားက ဒါလို ဆက်လက်မိန့်ကြားတော် မူပါတယ်။

“အို အမတ်ကြီး... အမှန်ကတော့ အစမထင် သံသရာတစ်ခွင် ဘဝများစွာတုန်းကလဲ ဤမိန်းမရဲ့ ဒီလိုရုတ်တရက် သေတဲ့အခါ ငိုရတဲ့သင့်ရဲ့မျက်ရည်များကို စုထားမယ်ဆိုယင် သမုဒ္ဒရာရေထက် မျက်ရည်များဟာ အလွန်များပြားသေးတယ်။ ဒါလောက် ငိုခဲ့ ရတာတောင် အားမရသေးဘူးလား။ ဒီလို မိန်းမသေလို့သာ ငိုနေဦးမယ်ဆိုယင် ဘယ်တော့မှ ငိုလို့ဆုံးနိုင်တော့မှာမဟုတ်ဘူး။ ဒါလောက်ဆိုယင် အငိုရပ်ဖို့သင့်ပြီ အမတ်ကြီး” လို့ ဆုံးမတော် မူပါတယ်။

ဒီတော့ သန္တတိအမတ်ကြီး အငိုရပ်ပြီး သောက အရှိုန်သတ် ကာ သက်သာသွားတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို “သောက ကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေး တရားတော်” ကို ဆက်လက်ဟော ကြားတော်မူပါတယ်။

သောကကင်းဝေးတရားဂါထာ

ယံ ပုဗ္ဗေ တံ ဝိသောသေဟိ၊ ပစ္ဆာ တေ မာဟု ကိဉ္ဇနံ၊
မဇ္ဈေ စေ နော ဂဟေဿသိ၊ ဥပသန္တော စရိဿသိ။

မဟာမတ္တေ - အို....သန္တတိအမတ်ကြီး၊ တေ - သောကမီး
တောက် စိတ်နောက်လေငြား သင်အမတ်ကြီးအား၊ ပုဗ္ဗေ -
ဖြစ်ခဲ့ပြီးရာ အတိတ်ခါသမယ နောက်ကာလ၌၊ ယံကိဉ္ဇနံ -
အကြင် စိုးရိမ် ကြောင့်ကြ သောက မီးသည်၊ အတ္ထိ -
အကြောင်းဆုံက ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းရှိပါ၏၊ တံကိဉ္ဇနံ-တလှိုက်ပူပူ
ဖိုမီးတူစွ ထိုစိုးရိမ်သောကကို၊ တံ-သောကကင်းရန် စိတ်ရည်
သန်၍ ငါ့ထံရောက်ပြီး သင်အမတ်ကြီးသည်၊ ဝိသောသေဟိ-
ချက်ချင်းရှုမှတ် သတ်ကပ်၍ ပယ်ဖြတ်ထုတ်နှင့် သုတ်သင်လိုက်
ပါလော့၊ တေ-သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးဖို့ အပြေး
လာမိုး သင်အမတ်ကြီးအား၊ ပစ္ဆာ-မဖြစ်ရသေး နောင်ရေး
စုံမှတ် အနာဂတ်ကာလ ခါသမယ၌၊ ကိဉ္ဇနံ-ဒုက္ခဝတ္ထု ဗျသမှုန်

နှင့် တစ်ခုခုကြုံ ပေါင်းဆုံညှိမှုနှင့် စိုးရိမ်ပူကြီး သောကမီးသည်၊
မာ အဟု-ချက်ချင်းရှုမှတ် သတိကပ်၍ ပယ်ဖြတ်ထုတ်ပစ်သော
အားဖြင့် မဖြစ်ပါစေလင့်၊ တံ - သင်အမတ်ကြီးသည်၊ မဇ္ဈေ-
အတိတ်အနာဂတ် နှစ်ရပ်အလယ် ပစ္စုပ္ပန်နယ် ယခုအခါဝယ်။
နော စေ ဂဟေဿသိ-အကယ်၍သာ နာမ်ရုပ်နှစ်ဖြာကို ငါ၊ ငါ့
ဟာလို့ ငါအစွဲ အယူမလွဲစေငြားအံ့၊ ဥပသန္ဓော-သောကကင်း
ဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးလျက်၊ စရိဿသိ-နိဗ္ဗာန်အရောက်သွားရပါ
လိမ့်မည် အမှန်ပေတည်း။

သာဓု... သာဓု... သာဓု...။

အဓိပ္ပာယ်က “သန္တတိအမတ်ကြီး သောကကြီးငြား သင်
အမတ်ကြီးအား ဖြစ်ခဲ့ပြီးရာ အတိတ်အခါ၌ စိုးရိမ်သောကသည်
ဖြစ်ခဲ့ပြီ၊ ထိုသောကကို သင်သည် သတိကပ်၍ ရှုမှတ်သုတ်သင်
လော့၊ သင့်အား မဖြစ်သေးရာ အနာဂတ်ကာလ၌ စိုးရိမ်
သောကသည် ရှုမှတ်ပစ်လေ မဖြစ်ပါစေလင့်၊ သင်သည် ဖြစ်ဆဲ
သမယ ယခုပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ အကယ်၍သာ သင်ဟာ ငါပဲ၊ ငါ့
ဥစ္စာဘဲဟု ဂါဟအစွဲမယူစွဲအံ့၊ သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်း
အေးလျက် နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက် ပြုရပါလိမ့်မည်” လို့ဖြစ်ပါတယ်။

သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ ဒီဂါထာကိုကြားနာရင်း နားလည်
သဘောပေါက်ပြီး လက်ငင်းရှုမှတ်ပါတယ်။

“ဟုတ်ပေသားဘဲ၊ ငါယခုစိုးရိမ်ပြီးတော့ နေတာဟာ ငါနှင့်
သူ အလျင်တုန်းက အတူတူပျော်ရွှင်ခဲ့ကြတယ်၊ အခုသူသေသွား
တော့ သူ့ရဲ့မျက်နှာလေးဟာ ငါ့ရဲ့မျက်စိထဲမှာ အရိပ်ပမာ မကွာ
မကွဲ ပေါ်လာမြဲပေါ်လာကာ ထင်ယောင်မြင်ယောင် နေလို့လဲ
ငါ့မှာစိုးရိမ်စိတ်က တစ်ရိပ်ရိပ် ခိုပိစက်နေတယ်။

သူပြောခဲ့ဆိုခဲ့တဲ့ ခရာခဲ့တဲ့၊ တာခဲ့တဲ့၊ ပလိပလာ တိတိတာတာ
အသံတွေကလဲ ငါ့နားထဲမှာ ကြားယောင်မြဲ ကြားယောင်နေ
လို့လဲ ငါ့မှာစိုးရိမ်ပူဆွေးရတယ်။

သူ့ ရဲ့လိမ်းချယ် ဆွတ်ဖျန်းထားတဲ့ နံ့သာရနံ့တွေ၊ သူပြုစု
ယူယခဲ့တဲ့ စားဖွယ်သောက်ဖွယ်တွေ၊ ကယုကယင် အနုအယဉ်တွေ
ဟာလဲ ငါ့မှာအရိပ်ပမာ မွေးယောင်ယောင် ကောင်းယောင်
ယောင်နဲ့ထင်မြင်နေလို့လဲ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ သောကရောက်ရ
တယ်။

ဟုတ်တယ်၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ “ယံ ပုဗ္ဗေ တံ ဝိသောသေဟိ-
အတိတ်နှင့်စပ်တဲ့ သောကကို ပယ်ရှားသုတ်သင်ရမယ်။” ဆိုတဲ့
ညွှန်ကြားအမိန့်စကားအတိုင်း စိုးရိမ်သောကကို” စိုးရိမ်တယ်၊
စိုးရိမ်တယ်” လို့ ရှုမှတ်ရမယ်လို့ သဘောပေါက်ပြီး ရှုမှတ်ပယ်
ရှား သုတ်သင်ပါတယ်။

“ပစ္ဆာ တေ မာဟု ကိဉ္ဇနံ-အမိန့်စကားအရ ရှေ့အနာဂတ်
မှာဆိုယင် သူနှင့်ငါ ဒီလိုမပျော်ရတော့ဘူး၊ သူ့ငါ့ကိုပစ်သွားပြီ၊
အထီးကျန် ငါ့ဘဝဟာ သာယာစိုပြည်မှု မရှိတော့ဘူးလို့
ရှေ့နောင်ရေး မျှော်ကာတွေးခေါ် ပူပန်တာတွေကိုလဲ ငါ့ရှု
မှတ်ရမယ်လို့လဲ သဘောပေါက်ပြီး “ပူပန်တယ်၊ ပူပန်တယ်” လို့
ရှုမှတ်ပယ်တယ်။

မဇ္ဈေ စေ နော ဂဟေဿသိ-အမိန့်စကားအရ အဲဒီနောင်
ရေးရှေ့ရေး ထောက်တွေးလို့ စိတ်နှုမ်းကိုယ်ကြော့ ပူပန်မှုတွေ
ယခုဖြစ်ပေါ် နေတာတွေကိုလဲ လက်မခံဘဲ ရှုမှတ်ပယ်ရမှာဘဲလို့
“သဘောပေါက်ပြီး “ပူလောင်တယ်၊ မောပန်းတယ်” စသည်
ဖြင့်လဲ ရှုမှတ်ပယ်ရှားပါတယ်။

သောကကင်းကွာ ရဟန္တာ

အဲဒီလိုရုမ္မာတ်ရင်းပင် မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံ့မှုစတဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ
ဘောရဲ့ မမြဲပုံ၊ ဆင်းရဲပုံ၊ အစိုးမရပုံ၊ ကောင်းသူကောင်း ဟောတ်ပုံ၊
အားကိုးစရာ ဟောတ်ပုံ၊ စက်ဆုပ်ဖွယ် ချွံ့မုန်းကြောက်ရွံ့ဖွယ်
ကောင်းပုံများကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်လာတယ်။

အဲဒီအမြင်မှန် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေလဲ တစ်ခဏချင်း ပြည့်စုံ
ဘော့ မဂ်သေးဘန် ဖိုလ်သေးဟန် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ပဋိသမ္ဘိဒါ
သေးပါးနှင့်ဘက္ခဗျိုး ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတယ်။

သောကနှင့်စပ်တဲ့ အဇတ်ဘက္ခာ ယောဘစတဲ့ ကိလေသာ
အပူအားလုံးငြိမ်းပြီး သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးသွားပါ
တယ်။

အဲဒီသန္တတိအမတ်ကြီး လူ့ဘဝ မင်းဝတ်တန်ဆာနှင့်တကွ
သောကကင်းကွာ ရဟန္တာဖြစ်သွားရတဲ့ ဘုရားဟောဒေသနာကို
မြန်မာပြန်ရှစ်လုံးဘွဲ့ ဖိထားပါတယ်။

သောကကင်းဝေး ရှစ်လုံးဘွဲ့

ချေ့ရေးဝနာဂ်ရေး၊ ထောက်တွေးညှိုးမိန်၊
ဖြစ်ဆဲနာမ်ရုပ်၊ သမုတ်ငါ့နှိမ်၊
ရုမ္မာတ်နှိပ်သေး၊ ကင်းဝေးစိုးရိမ်၊
နိဗ္ဗာန်၊ ဆောက်ရ စံပိုပြုစင်။

ရှေးဘဝဘေတ်ကြောင်း

သောကဖြစ်ပုံနှင့် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဒေသနာနှင့်အညီ
ရုမ္မာတ်ပယ်ဖျောက်လို့ သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးသွားပုံ
သာဓကအဖြစ်နဲ့ ထုတ်ပြခဲ့တဲ့ သန္တတိအမတ် ဖိုလ်ချုပ်ကြီးရှဲ့
ဝတ္ထုကို ဒီမျှနဲ့ အဆုံးသတ်မယ်ဆိုယင်လဲ ပြည့်စုံပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ဒီဝတ္ထုရှေ့နားက မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဗျာဒိတ်စကား
တော်နဲ့လဲ ဆက်စပ်ပြည့်စုံသွားအောင် နိဗ္ဗာန်ဆော်လုပ်ငန်းရဲ့
ကျေးဇူးများပုံကိုလဲ သိသာထင်ရှား မှတ်သားလိုက်နာနိုင်ကြ
အောင် သန္တတိဝတ္ထုကို ဆုံးခန်းအထိ ဆက်ကြပါဦးစို့။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဒေသနာတော်အဆုံးမှာ သောကကင်း
ဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးတရားကို ပြည့်စုံစွာရရှိပြီး ပဋိသမ္ဘိဒါ
လေးပါး အဘိညာဉ်များနှင့်အတူ မင်းမြောက်တန်ဆာ ဝတ်
ဆင်လျက် လူ့အဖြစ်နဲ့ပင် ရဟန္တာဖြစ်သွားတဲ့ သန္တတိအမတ်
ကြီးလဲ လူ့ပြည်မှာ အသက်ရှင်နေခွင့် (အာယုသင်္ခါရ-အသက်
အပိုင်းအခြား) ကို ကြည့်ရှုတဲ့အခါ နည်းပါးတာကို သိမြင်ရ
တယ်။

လူ့ရဟန္တာဖြစ်သူများမှာ အရဟတ္တဓဇဂုဏ်ကို ဆောင်နိုင်တဲ့
ရဟန်းဘောင်ကို ကူးပြောင်းလျင်လဲ ကူးပြောင်းပါ။ မကူး
ပြောင်းလျင်တော့ လူဝတ်နဲ့ ရဟန္တာဖြစ်ချိန်မှ ထိုနေ့ည အရုဏ်
မတက်မီမှာ ပရိနိဗ္ဗာန်စံရရိုး ဓမ္မတာရှိပါတယ်။

ဒါကြောင့် ရဟန္တာ သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ “မြတ်စွာ
ဘုရား တပည့်တော်အား ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရန် ခွင့်ပြုတော်မူပါ
ဘုရား”လို့ မြတ်စွာဘုရားထံ ခွင့်ပန်လျှောက်ထားပါတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ သန္တတိအမတ်ရဲ့ ရှေး
ကောင်းမှုကံ အကြောင်းမှန်ကို သိတော်မူပြီးဖြစ်သော်လဲ မုသာ
ဝါဒဖြင့်စွပ်စွဲရန် စည်းဝေးရောက်ရှိနေကြတဲ့ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိများရဲ့
စွပ်စွဲနှိပ်စက်ခွင့် မရစေလိုတာကတစ်ကြောင်း၊ ဘုရားရှင်ရဲ့
တင့်တယ်တော်မူခြင်း၊ သန္တတိအမတ်ကြီးရဲ့ တင့်တယ်ခြင်းကို ရှု
မြင်ရမည်လို့ ရှုမြင်ချက်နဲ့ စည်းဝေးရောက်ရှိနေကြတဲ့ သမ္မာ
ဒိဋ္ဌိ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်တို့ သန္တတိအမတ်ကြီးရဲ့ ရှေးကောင်းမှုကံကို
ကြားနာပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှုကံများ တိုးပွားမည်ကို ငဲ့ညှာ

ချီးမြှင့်လိုတာကတစ်ကြောင်း ဒီအကြောင်းနှစ်မျိုးကို မှတ်သား
တော်မူမိပါတယ်။

ဒါကြောင့် “ချစ်သား သန္တတိ...ဆင်ပရိနိဗ္ဗာန်စံမယ်ဆိုယင်
ဆင်ပြုအပ်တဲ့ ရှေးကောင်းမှုကို ငါဘုရားအား လျှောက်ထား
ဦးလော့၊ လျှောက်ထားပြောကြားတဲ့ အခါမှာလဲ မြေမှာ
တည်လျက် မလျှောက်ထားဘဲ ထန်းခုနစ်ဆင့်မြင့်တဲ့ ကောင်း
ကင်ထက်မှာတည်လျက် လျှောက်ကြားရမယ်” လို့ မိန့်တော်မူပါ
တယ်။

လူရဟန္တာ တန်ခိုးပြာဋိဟာ

ဒါကြောင့် သန္တတိအမတ်ကြီးက “ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူ
သော မြတ်စွာဘုရား ကောင်းလှပါပြီ ကောင်းလှပါပြီဘုရား”
လို့ လျှောက်ထားပြီး မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ခြေတော်အစုံ ကြာပဒုံကို
ရှိခိုးဝပ်တူးပါတယ်။

ပြီးတော့ ထန်းပင်အမြင့်အဆုံးထိ ကောင်းကင်ကိုတက်ပြီး
တော့ တစ်ဖန် အောက်သို့ဆင်းကာ မြတ်ဘုရားရဲ့ ခြေတော်
အစုံ ကြာပဒုံကို လေးမြတ်စွာ ရှိခိုးဝပ်တူးပါတယ်။

ဒီနည်းအတိုင်း အစဉ်သဖြင့် ထန်းခုနစ်ဆင့်အမြင့် ကောင်း
ကင်ထက်ဆောက်တော့ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေထိုင်နေပြီး-

“မြတ်စွာဘုရား တပည့်ဘော်ရဲ့မျှေးက ပြုဖူးတဲ့ ကောင်းမှု
ထူးကို လျှောက်တင်ပါမည် ရွှေဘေးပန်ဆင်တော်မူပါ့ဘုရား”
လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

ဒီအခါမှာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ပရိသတ်တွေ မျက်နှာညှိုးငယ်ကြ
သလို သမ္မာဒိဋ္ဌိပရိသတ်တွေဟာ ဆီထိဂွမ်းပမာ ပီတိပန်းဖြာတဲ့
မျက်စိမျက်နှာနဲ့ ကြည့်ရှုနေကြပါတယ်။

ငြိမ်းချမ်းရေးအတွေးအခေါ်

“အို... မြတ်စွာဘုရား လွန်ခဲ့တဲ့ ၉၁-ကမ္ဘာထက်က ဝိပဿီ မြတ်စွာဘုရား ထင်ရှားပွင့်တော်မူစဉ် တပည့်တော်ဟာ ဗန္ဓု မတီမြို့သားတစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်ဘုရား။

ဒီတုန်းက တပည့်တော်ဟာ လောကလူသားများအား ထိ ပါးနှိပ်စက်ခြင်း၊ စစ်ဘေးကင်းကြောင်း ငြိမ်းချမ်းရေး နည်း လမ်းကောင်းဟာ ဘာလဲ-လို့ ကြံစည် တွေးခေါ်ခဲ့ပါတယ် ဘုရား၊ ဒီအခါ မြတ်စွာဘုရားရှဲ့ကုသိုလ်ဓမ္မ ဒေသနာများကို လောကလူသားတိုင်း ကိုယ်တွေ့ကြားနာ ကျင့်သုံးရေးကို ကြွေး ကြော်ဟစ်အော်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ဆော်အလုပ်ဘဲ-လို့ တွေ့ရှိခဲ့ပါတယ် ဘုရား။

ဒါကြောင့် တပည့်တော်ဟာ အဲဒီအချိန်မှစပြီး ကမ္ဘာ့ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် သံသရာ့ငြိမ်းချမ်းရေးအမှန် ဓမ္မတမန်တော် နိဗ္ဗာန်ဆော်ကုသိုလ်များကို ပြုခဲ့ပါတယ်ဘုရား၊ ပြုခဲ့ပုံက ဒီလို ပါဘုရား။

“အို .. လူအများတို့ သင်တို့ဟာ ကျိုးပေး ချမ်းသာ ပြစ် ကင်းကွာတဲ့ ကုသိုလ်ပုညတို့ကို ပြုကြကုန်လော့၊ ဥပုသ်နေ့တို့၌ ဥပုသ်သီလကို စောင့်သုံးကြကုန်လော့၊ အလှူကိုပေးကြကုန် လော့၊ တရားကိုနာကြကုန်လော့၊ ဘုရား တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးနှင့်တူသော အရာသည် မရှိပါချေ။

အို ... လူများတို့ သင်တို့ဟာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးတို့အား ပူဇော်ကြပါကုန်လော့”။

ဒါဟာ ၉၁-ကမ္ဘာထက်က သန္တတိလောင်းလျာရှဲ့ တရား ကြွေးကြော် နိဗ္ဗာန်ဆော်စာတမ်းပါဘဲ။

နိဗ္ဗာန်ဆော်အား ဘုရင်မြှောက်စား

ဒီလို နိဗ္ဗာန်ဆော်ပြုလုပ်မှုကို ဗန္ဓုမတီမင်းကြီး ကြားသိရတော့ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်ဆော်လုလင်ကိုခေါ်ပြီး “မောင်မင်း... မြို့တွင်းလှည့်လည်ပြီး ဘာတွေကိုကြွေးကြော်အော်ဟစ်နေပါသလဲ” လို့ မေးမြန်းတော်မူပါတယ်။

ဒီတော့ အဲဒီနိဗ္ဗာန်ဆော်တပည့်တော်က “အရှင်မင်းကြီး... အကျွန်ုပ်ဟာ လူအချင်းချင်း ထိခိုက်နစ်နာစေတဲ့ ရန်ပုံတွေ ငြိမ်းပြီး ငြိမ်းချမ်းရေးကို ရစေနိုင်တဲ့ ကောင်းမှုပြုရေး၊ ဥပုသ်သီလ ဆောက်တည်ကျင့်သုံးရေး၊ ဒါနပြုရေး၊ တရားနာကြားရေး၊ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးအား အမြတ်ဆုံး ထားပြီး ကိုးကွယ် ပူဇော်ရေးများကို နှိုးဆော် တိုက်တွန်းပါတယ်” လို့ အကြောင်းပြန်ကြား သံတော်ဦး တင်ပါတယ်။

ဒါကို ကြားသိရတဲ့ ဗန္ဓုမတီ ဘုရင်မင်းမြတ်ဟာ တပည့်တော်ရဲ့ နိဗ္ဗာန်ဆော်အလုပ်ကို စိတ်ဝင်စားလာတယ်။ ဒါကြောင့် “မောင်မင်း... ဒီအလုပ်ကို ဘယ်လိုယာဉ်များကို စီးနင်းပြီး လှည့်လည် လုပ်ကိုင်သလဲ” လို့ မေးမြန်းတော် မူပါတယ်ဘုရား။

တပည့်တော်က “မှန်ပါ ခြေကျင်သွားပြီး ဆောင်ရွက်တယ်” လို့ သံတော်ဦးတင်ပါတယ်ဘုရား။

“ဪ ဒီလိုဆိုယင် မောင်မင်းမှာပင်ပန်းဆင်းရဲသလောက် ခရီးမရောက်လေဘူး။ ကဲ မောင်မင်း.. ဟောဒီ က, ကြီးတန်ဆာ အစုံ ဆင်ထားတဲ့မြင်းကို ယူသွားပေဘော့၊ ဒါကို စီးနင်းပြီး နိဗ္ဗာန်ဆော်လုပ်ပေဘော့” လို့ ချီးမြှင့်တော်မူပါတယ်။

ဒီနောက်တစ်ဖန် သိန္ဓောမြင်းလေးကောင် က, တဲ့ မြင်းရထားယာဉ်သားကို ပေးအပ် ချီးမြှင့်ပြီး ဆောင်ရွက်စေတော်မူပါတယ်။

ဒီနေ့ခက်တစ်ဖန် တိုးတက်ပြီးတော့ က၊ကြိုးတန်ဆာအစုံနဲ့ ဆင်ရတနာ တစ်စီးကိုလဲ ပေးအပ်ချီးမြှင့်တယ်၊ များစွာသော စည်းစိမ် ချမ်းသာများကိုလဲ အားပေး ချီးမြှင့်တော်မူပါတယ် ဘုရား။

ဒါဟာ ရဟန္တာဖြစ်ပြီးတဲ့ သန္တတိအမတ်ကြီးက တို့ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားအား သူ့ဘဝ ဇာတ်ကြောင်းကို ပြန်ပြောင်း လျှောက်ထားချက်ပါ။

နည်းယူဖွယ်

ဒီနေရာမှာ နိဗ္ဗာန်ဆော် အလုပ်ကိုလုပ်တဲ့ သန္တတိအမတ် လျှောင်းလျှာ လုလင်ကို ဗန္ဓုမတီမင်းကြီးက ချီးမြှောက်ပုံဟာ နည်းယူဖွယ် ကောင်းပါတယ်၊ တိုင်းပြည်အတွက် အကျိုးရှိလို့ ချီးမြှောက်တာပါ။

ဟုတ်တယ်၊ နိဗ္ဗာန်ဆော်အလုပ်ဆိုတာ ကောင်းတဲ့အလုပ်ဘဲ၊ ဘယ်လိုကောင်းတဲ့အလုပ်လဲဆိုယင် ဒီလို နိဗ္ဗာန်ဆော်လုပ်သော တိုင်းသားပြည်သူတွေဟာ မိမိရော ပတ်ဝန်းကျင်ပါ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာစေနိုင်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ပြုကြမယ်၊ သီလဆောက်တည်၊ ဒါနပြု၊ တရားကို နာကြားကျင့် သုံးကြမယ်၊ ပူဇော်ထိုက်တဲ့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာတော် ရတနာသုံးပါးကို ပူဇော်ကြမယ်၊ ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကြမယ်။

ဒီလိုဆိုယင် လူလူချင်း ကိုယ်ချင်းမစာနာတဲ့ အမြော အဆို အလုပ်အကိုင်တွေကိုလဲ ပြောဆိုကြ၊ မလုပ်ကိုင်ကြတော့ဘူး၊ မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်ကြမယ်၊ သူများကြီးပွားတာကိုမြင်ယင် ဝမ်းသာကြမယ်၊ သူများဆင်းရဲတာတွေယင် သနားကြင်နာကြ၊ စောင့်ရှောက်ကူညီကြမယ်၊ ကောင်းကျိုးချမ်းသာဆိုတာ ကိုယ် လုပ်မှ ကိုယ်ရနိုင်တယ်၊ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးကြရမယ်၊ သတ်ခြင်း၊ ခိုးခြင်း၊ ကာမကျူးခြင်း၊ လိမ်ညာခြင်း၊ အရက်သောက်စား

မူးယစ်ခြင်းတွေဟာ မကောင်းဘူး”လို့ သိမြင်ပြီး ရှောင်ကြဉ် ကြမယ်။

ဒီတော့ တိုင်းပြည်မှာ ငြိမ်းချမ်းသာယာမယ်၊ ငြိမ်းချမ်း သာယာတော့ မတရားမှုခင်းတွေမဖြစ်ဘူး၊ ဒုစရိုက်မှုခင်းတွေ ကျဆင်းယင်၊ မရှိယင် အဲဒီ မှုခင်းတွေအတွက် အသုံးချရတဲ့ တိုင်းပြည်တစ်ခုလဲ အကုန်သက်သာမယ်၊ စစ်ဖြစ်ပွားခြင်းမရှိ တော့ စစ်သုံးစရိတ်လဲသက်သာမယ်၊ တိုင်းသူပြည်သားများလဲ ဒုက္ခနည်းပါးကြမယ်၊ ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာကြမယ်၊ သူခိုး၊ ဓားပြ နည်းပါးတယ်၊ သူခိုး၊ ဓားပြမရှိဘူးဆိုယင်လဲ တိုင်းပြည်လုံခြုံရေး အတွက် အသုံးချရတဲ့ စရိတ်တွေလဲ သက်သာမယ်၊ သွေးထွက် သံယိုမှုတွေ ကင်းတော့ ဆေးရုံမှာလဲ စရိတ်ကုန်သက်သာမယ်။

ကဲ... ဇာတ်လမ်း ပြန်ဆက်ကြဉ်းစို့၊ အဲဒီလို ဗန္ဓုမတီ မင်းကြီးက ချီးမြှောက်အားပေးတော့ တပည့်တော်လဲ ရှင်လန်း အားတက်ပြီး ကျယ်ပြန့်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ပါတယ်ဘုရား၊ ဒီလို နိဗ္ဗာန်ဆော်အလုပ်ကို လုပ်ခဲ့တာဟာ ဘယ်လောက် ကြာသလဲ ဆိုယင် အဲဒီခေတ်က သက်တမ်းကလဲရှည်တော့ အနှစ် ရှစ် သောင်းကြာအောင်ပင် နိဗ္ဗာန်ဆော်လုပ်ခဲ့ပါတယ်ဘုရား။

ဒီလို တပည့်ဘော်ပြုခဲ့တဲ့ တရားကြွေးကြော် နိဗ္ဗာန်ဆော် ကောင်းမှုကြောင့် ယခုဘဝတပည့်ဘော်ရဲ့ ခံတွင်းက ကြာညိုနဲ့ သင်းပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကလဲ စန္ဒကူးနဲ့ မွှေးကြိုင်ရပုံ ပါတယ်ဘုရား-လို့ လူရဟန္တာသန္တတိအမတ်ကြီးက လျှောက်ထားပါတယ်။

ကောင်းကင်မှာ ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်

ဒီလို လျှောက်ထားပြီးတော့ မင်းမြောက်ဘန်ဆာ အပြည့် အစုံဝတ်ဆင်ထားတဲ့ လူရဟန္တာ သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ ထန်း ခုနစ်ဆင့်အမြင့် ကောင်းကင်ထက်မှာပင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်ပါတယ်။

ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်ပုံကို ကျမ်းဂန်က ဒီလိုပြထားပါတယ်။ လူ
ရဟန္တာ သန္တတိ အမတ်ကြီးဟာ ရှေးဦးစွာ တေဇော (မီး)
ကသိုဏ်းကိုဝင်စားပါသတဲ့။ အဲဒီ ဘေဇောကသိုဏ်းစျာန်မှထပြီး
ဒုက္ခသစ္စာအဗျာကတဘဝင်စိတ်နဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတယ်တဲ့။

ရဟန္တာစေတီ

လူရဟန္တာ သန္တတိ အမတ်ကြီးရဲ့ ရုပ်ကလာပ် ခန္ဓာကိုယ်မှ
မီးအလျှံတွေ တောက်လောင်လာပြီးတော့ အသားအသွေးတွေ
ကို လောင်ကျွမ်းတယ်။ ဒီနောက် မုလေးပန်းလို ဓာတ်တော်တွေ
ကျလာတယ်။

ဒီ ဓာတ်တော်တွေကို မြတ်စွာ ဘုရားက ကိုယ်တော်တိုင်
စင်ကြယ်တဲ့အဝတ်ဖြင့် ခံယူတော်မူတယ်။

ပြီးတော့ “လူအပေါင်းတွေအတွက် ရှိခိုးပူဇော်ပြီး ကုသိုလ်
ပွားတိုးမှုဖြစ်လိမ့်မယ်” လို့ မျှော်တွေးပြီး လမ်းဆုံ လမ်းမေ့
အဲဒီ ဓာတ်တော်များကို ဌာပနာပြီး စေတီတည်တော်မူပါတယ်။

ဒါကိုအကြောင်းပြုပြီးတော့ “ငါ့ရှင်တို့ သန္တတိ အမတ်ကြီး
ဟာ ဂါထာအဆုံးမှာ ရဟန္တာဖြစ်ပြီးတော့ မင်းမြောက်တန်ဆာ
ဆင်မြန်းလျက်သာလျှင် ကောင်းကင်တွင်ဆိုင်ရင်း ပရိနိဗ္ဗာန်
ပြုသွားတယ်။ သူ့ကို သမဏ’လို့ ခေါ်ဖို့ရာ သင့်ပါသလား” လို့
တရားဆွေးနွေးပွဲစကားကို ရဟန်းတွေစုဝေးပြီး ဖြစ်စေကြပါ
တယ်။

ဒီအခါ မြတ်စွာဘုရား ကြံတော်မူသာပြီး “ချစ်သာတို့...
ဘာတွေကို စည်းဝေး ပြောဆိုနေကြသလဲ” လို့ မေးတော်မူပါ
တယ်။

“ဒီစကားဖြင့် စည်းဝေးကြပါတယ် ဘုရား” လို့ တပည့်
ရဟန်းများက မြတ်စွာဘုရားအား ပြန်ကြားလျှောက်ထားကြပါ
တယ်။

၈၂ သတိပဋ္ဌာန် ကြေးကြော်သံ တရားတော်

“ချစ်သားတို့... ငါ့သားတော် သန္တတိရဟန္တာကို ‘သမဏ’ လို့လဲ ဆိုသင့်တယ်၊ ‘ဗြာဟ္မဏ’လို့လဲ ဆိုသင့်တယ်” လို့ မြတ်စွာ ဘုရားက မိန့်ကြားတော်မူပြီး ဒီတရားတော်ကို ဆက်လက် ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

လူဝတ်နဲ့လဲ၊ ဗြာဟ္မဏ-သမဏ ဘိက္ခုဘဲ

အလင်္ကာတော စေပိ သမံ စရေယျ၊

သန္တော ဒန္တော နိယတော ဗြဟ္မစာရီ။

သဗ္ဗေသု ဘူတေသု နိဓာယ ဒဏ္ဍံ၊

သောဗြာဟ္မဏော သောသမဏော သဘိက္ခု။

ယော နရော - အကြင်သူသည်၊ သန္တော - ရာဂစသား အလှုပ်ရှားကင်းလျက် ငြိမ်သက်ငြိမ်းအေးသည်ဖြစ်၍၊ ဒန္တော - ယဉ်ကျေးအောင် ဣန္ဒြေကို ဆုံးမပြီးသည်ဖြစ်၍၊ နိယတော - လေးပါးသော မဂ္ဂနိယာမဖြင့် မြဲသည်ဖြစ်၍၊ ဗြဟ္မစာရီ-သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်ကို ကျင့်လေ့ရှိသည် ဖြစ်၍၊ သဗ္ဗေသု - အလုံးစုံကုန်သော၊ ဘူတေသု - သတ္တဝါ တို့ အဖော်၌၊ ဒဏ္ဍံ - နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲရန် တုတ် လှံတန် ဓား လေးမြား ချန်ထက်လက်နက်အပေါင်းကို၊ နိဓာယ - မဂ်ဖြင့် ပယ်ရှားချထားသည်ဖြစ်၍၊ သမံ-အညီအညွတ်၊ စေ စရေယျ- အကယ်၍ ကျင့်ငြားအံ့၊ စေံသတိ - ဤသို့ကျင့်သည်ရှိသော်၊ သောနရော - ထိုသူသည်၊ အလင်္ကာတောပိ - မင်းဝတ်တန်ဆာ ဆင်မြန်းထားအပ်ပါသော်လည်း၊ ဗြာဟ္မဏော - ဗြာဟ္မဏမည် ပါပေ၏၊ သောနရော - ထိုသူသည်၊ သမဏော - သမဏ မည် ပါပေ၏၊ သ သောနရော - ထိုသူသည်၊ ဘိက္ခု - ဘိက္ခုလည်း မည်ပါပေသတည်း။

သာဓု...သာဓု...သာဓု...။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားတော် မူပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ “အကြင်သူဟာ ကိလေသာကင်းလျက် ငြိမ်သက်တယ်။ ကိလေသာကင်းဝေးလျက် ယဉ်ကျေးတယ်။ မဂ်ဉာဏ်လေးပါး ရပိုင်ထား၍ မလွဲတည်မြဲတယ်။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်ကိုကျင့်၍ အားလုံးသော သတ္တဝါများအပေါ်မှာ နှိပ်စက်ဖို့ရာ လက်နက်ကို ဆောင်မထားတော့ဘဲ အညီအညွတ်ကျင့်တယ်။ ထိုသူဟာ ပြာဟ္မဏလဲမည်တယ်။ သမဏလဲမည်တယ်။ ဘိက္ခုလဲမည်တယ်” လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီတရားတော်အဆုံးမှာ တရားနာပရိသတ်များ တရားရကြပါတယ်။

နိဂုံး

ကဲ...သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ - ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းဟာ သတ္တဝါအားလုံးတို့ရဲ့ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု ငိုကြွေးမှုတွေကို လွန်မြောက်ခြင်းငှာ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းဖြစ်တယ်-လို့ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင် ကြေညာဝန်ခံထားတဲ့ “သောကကမ်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးတရားဘော်” ကတော့ ပြီးဆုံးသွားပါပြီ။

သောကဖြစ်ပုံ သောကငြိမ်းပုံတွေကို ဟောခဲ့တာလဲ စုံပါပြီ။ သောကဖြစ်တဲ့ သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်နှင့်အညီ ကြားနာကျင့်ပွားလို့ သောကငြိမ်းသွားပုံ သာဓကဝတ္ထုလဲပြီးဆုံးပါပြီ။ ဒီသာဓကဝတ္ထုတွင် သန္တတိအမတ်ကြီးရဲ့ အတိတ်ဝတ္ထုကိုလဲ ငြိမ်းချမ်းရေး အတွေးအခေါ် နိဗ္ဗာန်ဆော် အကျိုးပြုကိုပါ မှတ်သားဖို့ရာ ထည့်သွင်းဟောကြားခဲ့ပါပြီ။

ဆုတောင်း

ဒီတရားတော်ကို ကြားနာကျင့်ပွားကြရတဲ့ ဓမ္မဏ္ဍဝန ဘာ
 ဝနာကုသိုလ် စေတနာတို့ကြောင့် တရားနာပရိသတ်တို့သည်
 သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လျင်
 မြန်စွာဆိုက်ရောက် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ၊ မိမိနှင့်အတူ
 ပတ်ဝန်းကျင်လူအများပါ သောကကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းရေး
 ရကြလေအောင် လက်ဆင့်ကမ်း၍ နိဗ္ဗာန်ဆော်မှု သာသနာပြု
 နိုင် ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု.... သာဓု .. သာဓု....။

၁၉၈၇-ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ ၈-ရက်နေ့တွင်

မဟာစည်သြဝါဒခံ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ၌
ကျင်းပပြုလုပ်သော နှစ်ပတ်လည် အစည်းအဝေးကြီးမှ
ရွေးချယ် တင်မြှောက်လိုက်သည့် ဂုဏ်ထူးဆောင် နာယက
ကြီးများ၊ လမ်းညွှန်ဦးသျှောင် နာယကကြီးများ၊
အလုပ်အမှုဆောင်အဖွဲ့နှင့် အရန်အမှုဆောင်များ

ဂုဏ်ထူးဆောင် နာယကကြီးများ

- ၁။ သာသနာ့ဒါယကာကြီးဦးဂုတ္တလစ်လမ်း၊
ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂။ ဦးမြသောင်း အမှတ် ၃၇၁၊ ၈-လမ်း၊ ၁၁-ရပ်ကွက်၊
တောင်ဥက္ကလာပ။
- ၃။ ဦးကျင်ဆိုင် အမှတ် ၃၀၊ အထက်ပုဇွန်တောင်၊
ဈေးအရှေ့၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၄။ ဒေါက်တာသန်းနောင် အမှတ် ၆၊ သီရိဇေယျာလမ်း၊
ဘောက်ထော်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၅။ ဦးတင်ညွန့် ၁၉ ၁၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။
- ၆။ ဦးမြင့်သိန်း ၂၂၊ ဂန္ဓာရုံလမ်း၊ ၈-ရပ်ကွက်၊
သင်္ကန်းကျန်း။
- ၇။ ဦးမောင်မောင်အေး ၇၊ ဦးဘကျော်လမ်း၊
၄-ရပ်ကွက်၊ တာမေမြို့နယ်။
- ၈။ ဗိုလ်ကြီးသန့်စင် ၆၀၃၊ ပြည်လမ်း၊ ကမာရွတ်။
- ၉။ ဒေါ်တောကြီး အောင်မင်္ဂလာ သင်္ကန်းပရိက္ခရာဆိုင်၊
ဆန်တန်းရပ်၊ ဈေးဟောင်းတောင်ဘက်၊ မုံရွာမြို့။

- ၁၀။ ဦးခင်မောင်လတ် ၅၀၅ / ၈၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၁။ ဒေါ်မြသွင် ရွှေဟင်္သာကုန်စုံဆိုင်၊ ကျောက်ကာလမ်း၊ အလယ်ရပ်၊ မုံရွာမြို့။
- ၁၂။ ဒေါ်ကြည်ကြည် ဂျစ်ကားအထည်စက်၊ ကျောက်ကာလမ်း၊ အလယ်ရပ်၊ မုံရွာမြို့။

လမ်းညွှန်ဦးသျှောင် နာယကကြီးများ

- ၁။ ဦးအေးမောင် ဦးဘညိန်ဆေးတိုက်၊ ဗိုလ်ချုပ်ဈေး၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂။ ဦးလှဘော် ၁၈၊ အောင်မင်္ဂလာလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း။
- ၃။ ဦးရွှေမြား ၄၁၉၊ သီရိကဗီး၊ ကုန်သည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၄။ ဦးကျော်စိန် ၃၁၊ ဦးဘဇံလမ်း၊ ဇဝနကွက်သစ်၊ သင်္ကန်းကျန်း။
- ၅။ ဦးလှမြိုင် ၂၄၈ / ၉၊ အနောက်ရန်ကင်း။
- ၆။ ဦးငြိမ်းမောင် ၅၀၇၊ ၅-လမ်း၊ ကြို့ကုန်းအရှေ့၊ အင်းစိန်။
- ၇။ ဦးလွန်းမောင် ၁၁ / ၃၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာလမ်း၊ အင်းစိန်။
- ၈။ ဦးခင်မောင်ညွန့် ၃၁ / ၁၀၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။
- ၉။ ဦးလှမြင့် ၂၈၂ / ၁၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။
- ၁၀။ ဦးမြင့်လွင် ၄-မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။
- ၁၁။ ဦးစံလှ ၃၅ / ၆၊ ရန်ကင်း။

အလုပ်အမှုဆောင်အဖွဲ့

- ၁။ ဥက္ကဋ္ဌ ဦးထွန်းဝင်း ဝါဦးကျောင်းလမ်း၊ ဖော့ကန်၊ အင်းစိန်။

- ၂။ ဒု-ဥက္ကဋ္ဌ(၁)ဦးထွန်းဦး ၅ / ၁၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။
- ၃။ ဒု-ဥက္ကဋ္ဌ(၂)ဦးအေးသောင် ၂၁၊ ၇-လမ်း၊ လှည်းတန်း၊ ကမာရွတ်။
- ၄။ အတွင်းရေးမှူးဦးထွန်းအေး ၁၉ / ၂၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။
- ၅။ တွဲဖက်အတွင်းရေးမှူး(၁)ဦးလှအောင် ၁၃၊ ကြေးတိုင်စု၊ ၁-လမ်း၊ ပိန္နဲကုန်း၊ အင်းစိန်။
- ၆။ တွဲဖက်အတွင်းရေးမှူး(၂) ဦးသန်းခင် ၁၊ ၇-လမ်း၊ လှည်းတန်း ကမာရွတ်။
- ၇။ ဘဏ္ဍာရေးမှူး ဦးတင်ဇေ ၄၂၊ အောင်သပြေ ၁-လမ်း၊ အနောက်ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်။
- ၈။ စာရင်းစစ် ဦးကျော်သိမ်းမောင် ၁၈ / ၂၉၂၊ ရွှေတိဂုံ ဘုရားလမ်း၊ ယောက်လမ်းရပ်ကွက်၊ ဒဂုံမြို့နယ်။
- ၉။ တွဲဖက်စာရင်းစစ် ဦးသောင်းလွင် ၂၂၈၊ ကျိုက္ကဆံလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း၊ တာမွေမြို့နယ်။
- ၁၀။ အမှုဆောင် ဦးကြည်လင် ၅၃၃ / ၁၊ ၆-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။
- ၁၁။ ။ ဦးသန်းလွင် ၂၄၊ မဟာသုခိတာလမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။
- ၁၂။ ။ ဦးကျော်အေး ဘိပီအိုင်လမ်း၊ ကြို့ကုန်း။
- ၁၃။ ။ ဒေါ်နွဲ့ကြည် ၅၀၇၊ ၅-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။
- ၁၄။ ။ ဒေါ်တင်သိန်းလှ ၂၀၊ ပဒေသာလမ်း၊ အလုံ။
- ၁၅။ ။ ဒေါ်မြကြည် ၃၀၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။
- ၁၆။ ။ ဒေါ်စီစီ စိုက်ပျိုးရေး သုတေသနဝင်း၊ ကြို့ကုန်း။
- ၁၇။ ။ ဒေါ်သောင်းသောင်း ၉၇၊ ဦးရေခဲလမ်း၊ ၂-ရပ်ကွက်၊ မရမ်းကုန်း။

- ၁၈။ အမှုဆောင် ဒေါ်ကျင်ထွေး ၁၂၆၊ ၃၄-လမ်း၊
ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၉။ ။ ဒေါ်နွဲ့နွဲ့ရီ ၂၃၊ မြေနုလမ်း၊ စမ်းချောင်း။
- ၂၀။ ။ ဒေါ်ခင်ရီနီ ၈/၂၄၊ မီးရထားဝင်း၊
ကြို့ကုန်း။
- ၂၁။ ။ ဒေါ်စိုးစိုး ၅၁၈/က၊ အဝေရာလမ်း၊
လမ်းသစ်၊ အင်းစိန်။
- ၂၂။ ။ ဒေါ်ညွန့်ညွန့်စိန် ၈၆၁၊ မေတ္တာလမ်း၊
၁၀ ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပ။
- ၂၃။ ။ ဒေါ်မြအေး ၈၁-ဒီ၊ ၂၂-လမ်း၊
လသာမြို့နယ်။
- ၂၄။ ။ ဒေါ်သန်းသန်း ဘယဆေးဆိုင်၊
သင်္ကန်းကျန်းဈေး။
- ၂၅။ ။ ဒေါ်သန်းသန်းဌေး ၇၁၄-၃၊ မဟာပန္နုလ
လမ်း၊ ၁၈-လမ်းထောင့်၊ လသာမြို့နယ်။

အရှင်အမှုဆောင်များ

- ၁။ ဦးအုန်းလွင် ၂၄၊ မဟာသုခိဘာလမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။
- ၂။ ဒေါ်ထွေးတင် ဘိပီအိုင်လမ်း၊ အနောက်ကြို့ကုန်း။
- ၃။ ဒေါ်ခင်ခင်စိ ၇၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်မြို့။
- ၄။ ဦးစံဖေ ဆင်းဒဇစ်လမ်း၊ ဟောက်လမ်းရပ်ကွက်၊
ဒဂုံမြို့နယ်။
- ၅။ ဦးထွန်းအေး ၇၀၊ နတ်မောက်လမ်းသွယ်၊ ဗဟန်း။
- ၆။ ဦးကျော်သောင်း ၁၆-၁၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။
- ၇။ ဦးသောင်းကြည် ၅၁၃၊ ၅-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။
- ၈။ ဦးစိန်အောင် မဟာသုခိဘာလမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။
- ၉။ ဒေါ်မြစိန် ၁-၃၀၊ ဟိုက်ပတ်လမ်း၊ အင်းစိန် (၄၀၇၉၇)
- ၁၀။ ဒေါ်ညွန့်အေး ၅၃၃/၁၊ ၆-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။

- ၁၁။ ဒေါ်ခင်သန်း ၄၃၉၊ သီရိကဗီး၊ ကုန်သည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၂။ ဦးလှတင် ၁၆၁၁/၁၊ ဝါဠိကျောင်းလမ်း၊ ဖော့ကန်၊ အင်းစိန်။
- ၁၃။ ဒေါ်ကျင်သန်း ၁၈၊ အောင်မင်္ဂလာလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း။
- ၁၄။ ဒေါ်ခင်ဆွေမြ ၂၁/အေ ၁၊ သံလမ်း၊ ၇-ရပ်ကွက်၊ လှိုင်မြို့နယ်။
- ၁၅။ ဒေါ်ခင်သန်းအေး ၁၉/က၊ မဟာဆွေလမ်းသွယ်၊ ၁၃-ရပ်ကွက်၊ အုတ်ကျင်း။
- ၁၆။ ဒေါ်ရင်နု ၁၃/၃၃၊ ၁၃၉၉၊ တေဇဝင်ဥက္ကလာ။
- ၁၇။ ဒေါ်တင်ကြိုင် ၄၄၊ တရုတ်ဘုံကျောင်းလမ်း၊ စမ်းချောင်း။
- ၁၈။ ဒေါ်တင်တင်အေး ၈၄၊ ရွှေတီဂုံဘုရားလမ်း၊ ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်။
- ၁၉။ ဒေါ်အုန်းမြင့် ၃၃၃၊ ဆေးတပ်၊ မော်ဘီမြို့။
- ၂၀။ ဒေါ်ခင်ခင်ပု ၃၃၊ ၃-လမ်း၊ စီအိုင်ဒီဝင်း၊ အင်းစိန်။
- ၂၁။ ဒေါ်လုံး၊ ဘီလူးကျွန်း၊ ချောင်းဆုံ။
- ၂၂။ ဒေါ်မြတင် ၃၇၀၊ ကမ်းနားလမ်း၊ အင်းစိန်။
- ၂၃။ ဒေါ်အမာကြူ ၃၊ ပိတောက်လမ်း၊ ပုဇွန်တောင်၊ တပ်မြေ။
- ၂၄။ ဒေါ်မြမြသိန်း၊ ၁၃/၁၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။
- ၂၅။ ဒေါ်ယဉ်ယဉ်သိန်း () ၇-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။
- ၂၆။ ဒေါ်သိန်းရင် ၂၂၊ လမ်းသစ်၊ အင်းစိန်။
- ၂၇။ ဒေါ်တင်ရီ မ-၃၉ ဝင်း၊ ၆၆၀၊ မင်္ဂလာသီရိလမ်း၊ ဘီအိုစီကျွေ့၊ အင်းစိန်။
- ၂၈။ ဒေါ်ခင်စိန် ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ။
- ၂၉။ ဒေါ်တင်တင်မြင့် ၂၈၉/၆၊ သံသုမာလမ်း၊ ၂၅-ရပ်ကွက်၊ သုဝဏ္ဏမြို့။

- ၃၀။ ဒေါ်ကျင်ထွေး ၂၄၊ မဟာသုခိတာလမ်း၊ အရှေ့၊
ကြို့ကုန်း။
- ၃၁။ ဒေါ်မြမြ ၄/၂၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။
- ၃၂။ ဒေါ်ကြည်ကြည် ၂၉၊ ပေါ်တော်မူဘုရားလမ်း၊
သမိုင်း။
- ၃၃။ ဦးစိန်ထွန်းဖြူ မ-၁၉၊ ပေါက်တော၊ အင်းစိန်။
- ၃၄။ ဒေါ်မြင့်မြင့် ၂၄၈/၉၊ အနောက်ရန်ကင်း။
- ၃၅။ ဒေါ်နုနု ၁၀၊ ဦးချစ်မောင်လမ်းထိပ်၊ သမိုင်း၊
လှိုင်မြို့နယ်။
- ၃၆။ ဒေါ်မြကြွယ် ၁၆၁၁/၁၊ ဝါဦးကျောင်းလမ်း၊
ဖော့ကန်၊ အင်းစိန်။
- ၃၇။ ဒေါ်ခင်ညွန့် ၁၆/၁၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။
- ၃၈။ ဒေါ်ဥမ္မာသင်း ၅၈၊ လှိုင်မြစ်လမ်း၊ အင်းစိန်။
- ၃၉။ ဒေါ်ခင်ခင်ကြီး ၁၂၊ ဇေယျာသီရိလမ်း၊ ကမာရွတ်၊
လှည်းတန်း။
- ၄၀။ ဒေါ်ခင်မေကြီး ၁၂၊ ဇေယျာသီရိလမ်း၊ ကမာရွတ်၊
လှည်းတန်း။
- ၄၁။ ဒေါ်ခင်သိမ်ကြီး ၇-ဒီ၊ ယာဒလမ်း၊ ရန်ကုန်။
- ၄၂။ ဒေါ်သန်းတင် ၆၇၊ ၁၄-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၄၃။ ဒေါ်အမာ ၆၄၊ ပြည်တော်အေးလမ်း၊ လေးဒေါင့်ကန်
သင်္ကန်းကျွန်း။
- ၄၄။ ဦးမျိုးသန့် ဥက္ကဋ္ဌ၊ မြို့ပြ သ-မ၊ ပေါက်တော၊ အင်းစိန်။
- ၄၅။ ဒေါ်ကြည်ကြည်ထွန်း ၇၄၊ စံရိပ်ငြိမ်၊ ရန်ကုန်အင်းစိန်
လမ်းမကြီး။
- ၄၆။ ဒေါ်ရီရီမြင့် ၇၊ ဦးသင်ဖေလမ်း၊ သမိုင်း၊ လှိုင်မြို့နယ်။
- ၄၇။ ဒေါက်တာ ဦးအောင်မြတ် ၁၃၅-အေ၊ ဝင်ဒါမီယာ
လမ်း၊ ကမာရွတ်။

- ၄၈။ ဒေါ်ထွေးထွေးအေး ၅၀-ဒီ၊ ကမ္ဘာအေးစေတီလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၄၉။ ဦးစံရွှင် အာရုံအိုင်တီကျောင်းဝင်း၊ ကြို့ကုန်။
- ၅၀။ ဒေါ်ဟင်ကြေ ကုလားကျောင်းဈေး၊ ကုလားကျောင်း။
- ၅၁။ ဒေါ်အေးမှတ် ၁၈၅၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊ ကန်တော်ကလေး။
- ၅၂။ ဒေါ်အေးအေးမြင့် ၃၁၁/၅၊ အရှေ့ရန်ကင်း။
- ၅၃။ ဦးစံသိန်း ၁၀၂၀၊ ပြည်လမ်း၊ ဇော်ဘွားကြီးကုန်း၊ ကတ္တရာစက်မှုတိုင်း၊ အင်းစိန်။
- ၅၄။ မောင်လွင်အုံးစိုး(ခ)မောင်ဖြိုး ၇၊ အင်းလျားလိပ်လမ်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်။
- ၅၅။ ဦးထိန်ဝင်းအောင် တိုက် ၁၇၊ အခန်း ၂၃၊ ဦးဝိစာရ အိမ်ယာ၊ ဒဂုံမြို့နယ်။
- ၅၆။ ဗိုလ်ကြီးကျော်သိန်း
- ၅၇။ ဦးဟင်မောင်အေး ရဲစခန်းဝင်း၊ အင်းစိန်။
- ၅၈။ ဒေါ်နှင်းယုံ ၇ စီ၊ ယာဒ်လမ်း၊ ၇-မိုင်၊ မရမ်းကုန်း။
- ၅၉။ ဒေါ်ငြိမ်းငြိမ်းရွှေ ၄၆၊ ပျော်ဘွယ်ကျောင်းလမ်း၊ လှိုင်မြို့နယ်။
- ၆၀။ ဒေါ်ခင်စီ အောင်သိဒ္ဓိလမ်း၊ မရမ်းကုန်း။
- ၆၁။ ဒေါ်ဝင်း တီပီအိုင်လမ်း၊ ကြို့ကုန်း။
- ၆၂။ ဒေါ်မိစိန်ဝင်း ၃၁၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။

သတိပဋ္ဌာန်ကြေးကြော်သံ “ဒုတိယတွဲ” အတွက်

ဓမ္မဒါန အလှူရှင်များစာရင်း

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင်္ဂီဇွေ ကျပ်
၁။	မင်္ဂလာ ဦးစိုးသိန်း အကျိုးတော်ဆောင် မင်္ဂလာတရားတော်ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ချုပ်၊ အမှတ် ၃၀၊ ၂ လမ်း၊ လမ်းမတော်စာတိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ဖုန်း-၇၇၈၈၅	၁ ၁၂
၂။	ဦးစံဝ-ဒေါ်စန်းမြင့် မိသားစု၊ ၃၇-လမ်း၊ “ချင်းတွင်းအရောင်တင်ဆီ”၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀ ၁၂၀
၃။	ဦးစံအေး-ဒေါ်သိန်းတင် မိသားစု၊ တိုက် ၃၊ အခန်း ၃၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။	၁၀ ၁၂၀
၄။	ဦးတင်ဝင်း-ဒေါ်စိန်သင် မိသားစု၊ စမ်းကြီးဝရပ်ကွက်၊ မင်္ဂလာဒုံ။	၁၀ ၁၂၀
၅။	ဦးတင်ဝင်း-ဒေါ်စိန်သင် မိသားစု၊ စမ်းကြီးဝရပ်ကွက်၊ မင်္ဂလာဒုံ။	၅ ၆၀
၆။	ဗိုလ်မှူးမြင့်လွင် ၅/က၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။	၂ ၂၄
၇။	ဒေါ်တင်မြ ၅/က၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။	၃ ၃၆
၈။	မောင်မျိုးသီဟ ၅/က၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။	၂ ၂၄
၉။	မစပယ် ၅/က၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။	၂ ၂၄

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၁၀။	ဒေါ်တင်နှယ် ၅/က၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။	၂ ၂၄
၁၁။	မောင်ဝဏ္ဏ-မညီမိမြင့်နှင့် သမီးလေး မေဇွန်သဲ ၅/က၊ မင်္ဂလာလမ်း၊ နံ့သာကုန်း၊ အင်းစိန်။	၂ ၂၄
၁၂။	ဦးဉာဏ်-ဒေါ်မိ၊ သမီးဒေါ်စန်းကြည် မိသားစု ဈေးဟောင်းတောင်ဘက်၊ ဆန်ဘန်းရပ်၊ မုံရွာမြို့။	၁၀ ၁၂၀
၁၃။	မယ်တော်ကြီး ဒေါ်ပွဲဟန် ညောင်ကန်အေးရိပ်သာ။	၁၀ ၁၂၀
၁၄။	ဦးသန်းညွန့်-ဒေါ်စန်းစန်း မိသားစု၊ အမှတ် ၆၊ ရေဝန်အရာရှိရိပ်သာ၊ ဗိုလ်တထောင်။	၁၀ ၁၂၀
၁၅။	ကိုဘင်ထွန်း-မခင်နှောင်းကြည် ညောင်ကန်အေးရိပ်သာ။	၅ ၆၀
၁၆။	ဦးစိန်ဝင်းနှင့် မိသားစု၊ အမှတ် ၁၄၃၊ ၃၆-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၁၇။	ဦးသိန်းလွင်-ဒေါ်တင်တင်မြင့် အမှတ် ၂၀၉/၆ သံသုမာလမ်း၊ ၂၅-ရပ်ကွက်၊ သုဝဏ္ဏမြို့။	၃ ၃၆
၁၈။	ဦးမြမောင်-ဒေါ်နုနု မိသားစု၊ အမှတ် ၁၀၊ ဦးချစ်မောင်လမ်းထိပ်၊ သမိုင်း။	၁၀ ၁၂၀

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၁၉။	ဒေါ်သန်းတင်-ဒေါ်မြင့်မြင့် အမှတ် ၆၇၊ ၁၄-လမ်း၊လမ်းမတော်၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၂၀။	ဒေါ်တင်ရွှေ မိသားစု၊ အမှတ် ၂၊ ဂုန်နီစက်ရုံလမ်း၊ အုတ်ကျင်း။	၁၀ ၁၂၀
၂၁။	ဦးမောင်မောင်-ဒေါ်ရင် မိသားစု၊ အမှတ် ၁၈၃၊ အောင်ဇေယျလမ်း၊ သမိုင်း။	၁ ၁၂
၂၂။	ဦးအောင်-ဒေါ်စန်းစန်းခင် အမှတ် ၁၈၃၊ အောင်ဇေယျလမ်း၊ သမိုင်း။	၁ ၁၂
၂၃။	ဦးထွန်းအေး-ဒေါ်ခင်စမ်း အမှတ် ၂၃၆၊ အင်းစိန်လမ်းမကြီး၊ သမိုင်း။	၁ ၁၂
၂၄။	ဦးမောင်မောင်-ဒေါ်ဟော်စိမ့် အမှတ် ၇၁၄၊ မဟာဗန္ဓုလလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၃ ၃၆
၂၅။	ဒဂုဏ်ပဦးမြသောင်း တိုက် ၈/၁၃၊ လမ်းသစ်ရိပ်သာ၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၂၆။	ကျေးဇူးရှင်ဖခင်ကြီး “ဦးလှကို” အား ရည်စူး၍ ဒေါ်ခင်မိမိ သမီး ဒေါ်ယဉ်ယဉ်စိန်-ဒေါ်တင်သိန်းလှ မိသားစု၊ ၂၀၊ ပဒေသာလမ်း၊ အလုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀ ၁၂၀

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၂၇။	ဦးတင်စိန်အုံး-ဒေါ်ပြုံးပြုံးခိုင် မိသားစု၊ အမှတ် ၉၊ အောင်မာသလမ်း၊ လှိုင်မြို့နယ်။	၅ ၆၀
၂၈။	ဦးလှမောင်-ဒေါ်ခင်ရီနီ မိသားစု၊ ၈/၄၊ မီးရထားဝင်း၊ ကြို့ကုန်းအနောက်။	၂ ၂၄
၂၉။	ဦးကျော်အုံး-ဒေါ်အေးမြိုင် မိသားစု၊ အမှတ် ၆၆၄၊ ရွာသစ် ၁-လမ်း၊ ပိန္နဲကုန်း၊ အင်းစိန်။	၂ ၂၄
၃၀။	မမေခေသိင်္ဂီ ညောင်ကန်အေးရိပ်သာ။	၂ ၂၄
၃၁။	ဗိုလ်ကြီးမောင်သန်း-ဒေါ်ခင်ကြည်၊ ဦးသိန်းမောင်၊ ဒေါ်ခင်ခင်စိ၊ ဒေါ်ခင်ခင်သီ၊ ဗိုလ်ကြီးကျော်သိန်း၊ ဒေါ်နှင်းဆီအောင်၊ ဦးတင်မောင်အေး-ဒေါ်သီတာအောင် မိသားစု။	၁၀ ၁၂၀
၃၂။	ကထိကဦးတင်မြင့်-ဒေါ်မူမူ မိသားစု၊ စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံ၊ သာယာဝတီမြို့။	၁၀ ၁၂၀
၃၃။	ဒေါ်ခင်မမစိုး ၁၉/၆၊ အုတ်ကျင်းဘူတာလမ်း၊ လှိုင်မြို့နယ်။	၁၀ ၁၂၀
၃၄။	ဦးမြင့်လွင်-ဒေါ်စုစုမြိုင် မိသားစု၊ ခြံအမှတ် ၃၊ ကျမ်းစာသင်ကျောင်းလမ်း၊ ကြို့ကုန်းအရှေ့။	၅ ၆၀
၃၅။	ဦးကျော်ဖေ-ဒေါ်ခင်လေးဆွေ	၁၀ ၁၂၀

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၃၆။	ဒေါ်သန်း-ဒေါ်သန်းရင်-ဒေါ်သန်းခင်- ဒေါ်စိန်-ဒေါ်မြသန်း-ခောင်မြကျော်- မဆွေဆွေဌေး။	၁၀ ၁၂၀
၃၇။	ဒေါ်တုတ်ကလေး(ဒေါ်မမလေး)၊ တိုင်းလူမှုဝန်ထမ်းဌာနဦးစီးမှူး (အငြိမ်းစား) “မေတ္တာဂေဟာ”စီမံလှိုင်း၊ မန္တလေးမြို့။	၁၀ ၁၂၀
၃၈။	ဒေါ်ခင်မြမြ မိသားစု (တောင်ကြီး)၊ အမှတ် ၁၂၆၊ ၃၄-လမ်း၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀ ၁၂၀
၃၉။	ဒေါ်စန်းစန်း အမှတ် ၁၄၈၊ မျိုးချစ်လမ်း၊ သမိုင်း။	၄ ၄၈
၄၀။	ဦးမျိုးသန့် မြို့ပြအင်ဂျင်နီယာ၊ မြို့ပြသ/မ၊ အင်းစိန်။	၁၀ ၁၂၀
၄၁။	ဒေါ်မြမြစိန် မိသားစု၊ အမှတ် ၉၀၀၊ ထူပရုံ ၁၂-လမ်း၊ ၁-ရပ်ကွက်၊ သာကေတမြို့။	၁ ၁၂
၄၂။	ညောင်ကန်အေးသာသနာ့ရိပ်သာ၊ လမ်းညွှန် ဦးသျှောင်နာယကကြီး ဦးမောင်နှင့် ကေမ္ဘာမိသားစု၊ ဦးဘညိုသားဆေးတိုက်၊ ဗိုလ်ချုပ်ဈေး၊ ရန်ကုန်မြို့။	၅၀ ၆၀၀

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၄၃။	ရန်ကုန်မြို့၊ ဗဟန်းသာသနာ့ရိပ်သာလမ်း၊ မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ၊ နာယက ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ မဟာစည်နယ်လှည့် ဓမ္မကထိကအဖွဲ့ဝန်ဆောင် မဟာစည်ရိပ်သာ များ နာယကအဖွဲ့ဝင် “နှင်းပူလဲ ဆရာ တော်” ဦးပညာဒီပ၏ တပည့်များ။	၅၀ ၆၀၀
၄၄။	ဒေါ်ကြည်ကြည်မြင့် ဗဟိုအမျိုးသမီး ဆေးရုံ၊ ဆရာမများဂေဟာ၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၄၅။	ဒေါ်သန်းသန်း ဗဟိုအမျိုးသမီးဆေးရုံ၊ ဆရာမများဂေဟာ၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၄၆။	ဆရာမဒေါ်စောကျင် ဗဟိုအမျိုးသမီး ဆေးရုံ၊ ဆရာမများဂေဟာ၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၄၇။	ဒေါက်တာဦးသိန်းစိုးနှင့်မိသားစု ဗဟိုအမျိုးသမီးဆေးရုံကြီး၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၄၈။	ဒေါ်ခင်စန်းဝေ ဗဟိုအမျိုးသမီး ဆေးရုံကြီး၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၄၉။	ဒေါက်တာဦးလှမောင်နှင့်ဇနီးမိသားစု ဗဟိုအမျိုးသမီးဆေးရုံကြီး၊ ရန်ကုန်။	၁ ၁၂
၅၀။	ဒေါက်တာဒေါ်ခင်အုံးချစ် မိသားစု ဗဟိုအမျိုးသမီးဆေးရုံကြီး၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၅၁။	ဗိုလ်မှူးကျော်မြင့်-ဒေါ်ခင်သန်းထိုက် မိသားစု အမှတ် ၂၊ ဘိပီအိုင်အရာရှိ ရိပ်သာဝင်း၊ ကြို့ကုန်း။	၁၀ ၁၂၀

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၅၂။	ဒေါ်သန်းဆွေ မိသားစု အမှတ် ၂၊ ၃၂-လမ်း၊ ပြည်ကြီးမျက်ရှင်ရပ်၊ နယူးစီဗီလိုင်၊ မန္တလေး။	၅ ၆၀
၅၃။	ဒေါ်ခင်မြ မိသားစု ဘီပီအိုင်လမ်း၊ ကြို့ကုန်းအနောက်။	၂ ၂၄
၅၄။	ဒေါ်ညွန့်ညွန့်သန်း-ဒေါ်မြမြသန်း သားမောင်အောင်ခိုင်လင်း အမှတ် ၆၄၁/၆၊ ဘဏ်ရိပ်သာ၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၃ ၃၆
၅၅။	ဒေါ်သန်းသန်းစိုး မိသားစု အမှတ် ၃၁- ကြေးတိုင်စု ၁-လမ်း၊ ပိန္နဲကုန်း၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၅၆။	မမေမာသိင်္ဂီ ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ။	၅ ၆၀
၅၇။	ဦးဟန်သိန်း-ဒေါ်စိုးစိုး မိသားစု ၇-ဘီ၊ ဒေါ်နုလမ်း၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂၀
၅၈။	ဦးမောင်လေး-ဒေါ်စန်းထူး မိသားစု (၇-ဘီ) ဒေါ်နုလမ်း၊ အင်းစိန်။	၁၀ ၁၂၀
၅၉။	ဦးတင်ဝင်း-ဒေါ်အမာနီ မိသားစု အမှတ်-၆၊ ချင်းချောင်းရိပ်သာ၊ ဗဟန်း။	၁၀ ၁၂၀
၆၀။	ဒေါ်လှမြင့် မိသားစု အမှတ်-၁၆၊ ပုသိမ်လမ်း၊ စမ်းချောင်း။	၅ ၆၀
၆၁။	ဦးကုဏ္ဍလ (နာယကဆရာတော်) မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ၊ ဟင်္သာတမြို့။	၄၂ ၅၀၄
၆၂။	ဗုဒ္ဓသာသနာ့နဂါဟအဖွဲ့ မဟာစည် သာသနာ့ရိပ်သာ၊ ဟင်္သာတမြို့။	၄၂ ၅၀၄

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၆၃။	ဦးပဏ္ဍိတ ညောင်ကန်အေးသာသနာ့ရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။	၅ ၆၀
၆၄။	ဦးစန္ဒိမာ ညောင်ကန်အေးသာသနာ့ရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၆၅။	ဦးသန်း-ဒေါ်လှ မိသားစု “သန့်စင်” စက်ဘီး ပြင်ဆိုင်၊ အမှတ်-၂၀၊ ပန်းဘဲတန်း၊ ဟင်္သာတ။	၁၀ ၁၂၀
၆၆။	ယောဂီဟောင်းများ မဟာစည် သာသနာ့ရိပ်သာ၊ ဟင်္သာတမြို့။	၃၀ ၃၆၀
၆၇။	ဦးညွန့်မောင်-ဒေါ်အမာစိန် စက်ဝလမ်း၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်မြို့။	၅ ၆၀
၆၈။	ဦးတင်မောင်-ဒေါ်စိန်စိန် မိသားစု ဂ၆၁၊ မေတ္တာလမ်း၊ ၁၀-ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပမြို့။	၁၀ ၁၂၀
၆၉။	ဒေါ်အေးစိန် မိသားစု ၈-လမ်း၊ ၁၀-ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပမြို့။	၅ ၆၀
၇၀။	ဒေါ်အမာ မိသားစု အမှတ်-၅၊ ပါရဂူ ရိပ်သာလမ်း၊ သစ်လုပ်ငန်းရုံးချုပ်၊ အလုံ။	၅ ၆၀
၇၁။	ဦးခင်မောင်ညွန့် မိသားစု တိုက် ၃၁၊ အခန်း-၁၀၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။	၁ ၁၂
၇၂။	ဒေါ်လှအေး မိသားစု အမှတ်-၇၈၊ သိပ္ပံလမ်း၊ (သ) ရပ်ကွက်၊ သင်္ကန်းကျွန်း။	၁ ၁၂
၇၃။	ဦးသန်းမော် မိသားစု ၉-လမ်း၊ ရန်ကုန်သစ်ရပ်ကွက်၊ သုဝဏ္ဏမြို့။	၁ ၁၂

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၇၄။	ဦးအောင်ဘိန်း-ဒေါ်နှင်းပန်း မိသားစု ကညော်ရွာ၊ ဘီလူးကျွန်း။	၁ ၁၂
၇၅။	ဒေါ်လှဘင် မိသားစု “နှင်းမော်လွင်” အလှူပြင်ခန်းမ၊ ၁၃၈၊ လွတ်လပ်ရေးလမ်း၊ (ဆ) ရပ်ကွက်၊ သင်္ကန်းကျွန်း။	၁ ၁၂
၇၆။	မခင်ဝင်းမော် မိသားစု “နှင်းမော်လွင်” အလှူပြင်ခန်းမ၊ ၁၃၈၊ လွတ်လပ်ရေးလမ်း၊ (ဆ) ရပ်ကွက်၊ သင်္ကန်းကျွန်း။	၁ ၁၂
၇၇။	ခေင်ရှေ့ဝင်း-မတင်ညွန့် မိသားစု အမှတ်-၆၊ ၈-လမ်း၊ ရန်ကုန်သစ်၊ သုဝဏ္ဏမြို့။	၁ ၁၂
၇၈။	ဒေါ်တင်တင်နှင့် တူ၊ တူမများ ၁၇၄/၇၊ ကောက်ရင်လမ်းသွယ်၊ သုဝဏ္ဏမြို့။	၁၀ ၁၂၀
၇၉။	ဦးဘင့်ဆွေ-ဒေါ်ခင်မြင့်မြင့် မိသားစု ၃၂/၁၊ မင်းဒင်လမ်းသွယ် ၄၊ သုဝဏ္ဏမြို့။	၁၀ ၂၀
၈၀။	ဒေါ်စန်းဝေ မိသားစု ၁၄၈/၅၊ မီးခိုးလမ်းသွယ်-၁၊ သုဝဏ္ဏမြို့။	၁ ၁၂
၈၁။	မလှလှထွေး မိသားစု အမှတ် ၅၆၅၊ သရက်ခြံ ၄-လမ်း၊ ပိန္နဲကုန်း၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၈၂။	ဦးငြိမ်းမောင်-ဒေါ်နွဲ့ကြည် မိသားစု အမှတ် ၅၀၇/၅-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း။	၁၀ ၁၂၀

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်	
၈၃။	ဒေါ်သန်း မိသားစု အရှေ့ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်။	၁	၁၂
၈၄။	ဒေါ်ငြိမ်း မိသားစု ၅-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်။	၁	၁၂
၈၅။	ဦးကုလား-ဒေါ်သိန်း မိသားစု ၅-လမ်း၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်။	၁	၁၂
၈၆။	ဦးပင်းမြင့် ဒေါ်တင်တင်မိ မိသားစု၊ ဦးခင်မောင်ရီ ဒေါ်သန်းရီ မိသားစု	၁၀	၁၂၀
	*ဦးဇံရင် (ကောက်ခံပေးငွေ) တိုက်-၂၉၊ အခန်း-၁၁၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။	၅၁	၆၁၄
၈၇။	ဦးငင်သန်း ဒေါ်မာမာနိုင် မိသားစု၊ ၃၇-ကြံခင်းလမ်း၊ စမ်းချောင်းမြို့နယ်။		၃၀
၈၈။	ဦးခင်မောင်သန်း မိသားစု၊ အမှတ် / ၂၉၊ ၁၂-ကြို့ကုန်းရိပ်သာ		၅
၈၉။	ဒေါ်တင်မေသန်း မိသားစု၊ ၂၉ / ၃၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။	၁	၁၂
၉၀။	ဦးသင့်ထွန်း ဒေါ်နုနုရီ မိသားစု၊ ၁၃၊ အက်ဖ်၊ ရွှေဝါလမ်း။	၁	၁၂
၉၁။	ဦးမျိုးသန့် ဒေါ်ခင်ဖြိုးအောင် မိသားစု၊ ၁၃၄-လမ်း၊ မအူကုန်း။	၁	၁၂
၉၂။	ဦးညွန့်စိုး မိသားစု၊ ၁၄၅-ဘီ၊ ဂ မိုင်၊ သီရိမင်္ဂလာလမ်း။	၁	၁၂
၉၃။	ပုစူးမ-အေးအေးဦး-ဘုတ်ချစ်-နိုင်နိုင်မြင့် စိုးမိုး-ချစ်ချစ်၊	၁	၁၂

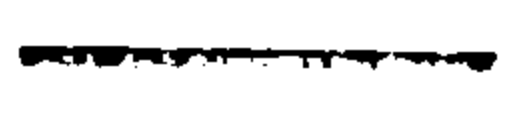
စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေကျပ်
၉၄။	ဦးမြတ်ထူး-ဒေါ်မိမိအောင် မိသားစု၊ အမှတ်-၅၀၊ ၁၃၅-လမ်း၊ မအူကုန်း။	၁ ၁၂
၉၅။	ဦးမောင်ထွန်း-ဒေါ်ထိပ်ထားဦး မိသားစု၊ ၉/၂၊ ခရေမြိုင်လမ်း၊ စုပေါင်းအိမ်ယာ၊ သုဝဏ္ဏမြို့။	၁ ၁၂
၉၆။	ဦးထွန်းလွင်-ဒေါ်ခင်မြမြ မိသားစု၊ အမှတ်-၅၁၊ ၁၃၅-လမ်း၊ မအူကုန်း။	၁ ၁၂
၉၇။	ဦးထွန်းသစ်-ဒေါ်အေးကြည် မိသားစု၊ ၂၃/၂၅၊ မအူကုန်းလမ်းကျယ်။	၁ ၁၂
၉၈။	ဦးအောင်ကြည်-ဒေါ်လဲ့လဲ့ မိသားစု၊	၁ ၁၅
၉၉။	ဦးခင်မောင်စိုး-ဒေါ်မြမြသန်း မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၀။	ဦးလှမောင်မောင်သန်း-ဒေါ်တင်ရီ မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၁။	ဦးလှမြင့်-ဦးဘရီ	၁ ၁၂
၁၀၂။	ဦးသန်းရွှေ မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၃။	ဒေါ်တော	၁ ၁၂
၁၀၄။	ဒေါ်အေးငွေ မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၅။	ဦးမြင့်ဦး-ဒေါ်ညွန့်ခင် မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၆။	ဒေါ်အုံးနှစ် မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၇။	ဒေါ်အေးသန်း မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၈။	ဒေါ်အေးအေးနွဲ့ မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၀၉။	ဒေါ်ပိုက်ထွေး မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၁၀။	ဦးအောင်ထွန်း မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၁၁။	ဦးလှသန်း မိသားစု၊	၁ ၁၂
၁၁၂။	ဒေါ်အတာ မိသားစု၊	၁ ၁၂

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်	
၁၁၃။	ဒေါ်စံန်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၁၄။	ဒေါ်ခင်အေး-ဒေါ်မြစန်း	၁	၁၂
၁၁၅။	ဒေါ်မြသန်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၁၆။	ဒေါ်သီတာအေးညို မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၁၇။	နော်ဒေါ်လီ မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၁၈။	ဦးလှသွင် မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၁၉။	ဒေါ်ခင်စန်းမြင့် မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၀။	ဒေါ်နုတင် မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၁။	ဦးရန်သိန်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၂။	ဒေါ်သန်းမြ မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၃။	မောင်ဆန်နီသင်း-မောင်ရဲထွဋ်	၁	၁၂
၁၂၄။	ဦးတင်မြင့်-ဒေါ်တင်တင်ဝင်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၅။	ဦးအေးမြင့်-ဒေါ်ခင်အုန်းသန်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၆။	ဦးအောင်သိန်း-ဒေါ်တင်စိန် မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၇။	ဒေါ်သက်မြိုင် မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၈။	ဦးကျော်အုန်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၂၉။	ဒေါ်ခင်သိန်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၃၀။	မစန်းစန်းဦး-မမြင့်မြင့်ရီ-သိင်္ဂီစိုး မမော်မော်အောင်၊	၁	၁၂
၁၃၁။	ဦးထွေးဝင်း ဒေါ်တင်ကြည် မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၃၂။	ဦးဖိုးကြူ မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၃၃။	ဦးသိန်းမြင့် မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၃၄။	ဦးမြသန်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၃၅။	ဦးသော်ဝင်း မိသားစု၊	၁	၁၂
၁၃၆။	ဦးခင်ဝင်း မိသားစု၊	၁	၁၂

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၁၃၇။	မအောင်ကြည် မိသားစု၊ ပုသိမ်မြို့။	၁ ၁၂
၁၃၈။	ဦးခင်မောင်ဝင်း-ဒေါ်ဝင်းမာဦး မိသားစု၊ စက်မှုတက္ကသိုလ်ဝင်း၊ ကြို့ကုန်း။	၁၀ ၁၂၀
၁၃၉။	တက္ကသိုလ်စိန်တင်-ဒေါ်တင်စိန် မိသားစု၊ တိုက်-၃၁၊ အခန်း-၁၂၊ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်။	၁၀ ၁၂၀
၁၄၀။	ဒေါ်ခင်စောညွန့် မိသားစု၊ (ကောက်ခံပေးငွေ) အမှတ်-၃၉၊ တက္ကသိုလ်ရိပ်သာလမ်း။	၂၂ ၂၆၄
၁၄၁။	မအေးအေးသွယ် အမှတ်-၆၆၄၊ ရွာသစ်-၁-လမ်း၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၁၄၂။	ဒေါ်ကျင်ထွေး မိသားစု၊ အမှတ်-၁၂၆၊ ၃၄-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀ ၁၂၀
၁၄၃။	ဒေါ်ခင်လှ မိသားစု၊ အမှတ်-၁၄၄၊ ဘီရုံ သိမ်ကြီးဈေး၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀ ၁၂၀
၁၄၄။	ဒေါ်ကျင်စိန် မိသားစု၊ အမှတ်-၂၉၁၊ ဘုရားလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁ ၁၂
၁၄၅။	ဦးခင်မောင်တင့်-ဒေါ်အုန်းကြည် မိသားစု၊ ၃၉၁၊ ဇေယျာလမ်း၊ အနောက်ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်။	၃ ၃၆
၁၄၆။	ဦးအုန်းကြည်-ဒေါ်သိန်းသိန်း မိသားစု၊ အမှတ်-၃၇၅၊ လမ်းသစ်၊ ဓမ္မာရုံလမ်း၊ အင်းစိန်မြို့။	၁ ၁

သတိပဋ္ဌာန်-၁၂

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နှင့်နေရပ်	စာအုပ်-သင့်ငွေ ကျပ်
၁၆၆။	ရဲရဲစောက် လက်ဖက်ရည်ဆိုင် မိသားစု ၄-လမ်းထိပ်၊ (က)ရပ်ကွက်၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၁၆၇။	ဦးသန်းလွင်-ဒေါ်သန်းတင် သမီး အေးမို့မို့လွင် မိသားစု အမှတ် ၂၄၊ မဟာသုခိတာလမ်း၊ ကြို့ကုန်းအရှေ့။	၁ ၁၂
၁၆၈။	ဒေါ်သန်းရင်-ဒေါ်သန်းခင် မိသားစု အမှတ် ၈၅၊ ရေတ ရှည်လမ်းဟောင်း၊ ဗဟန်း။	၁ ၁၂
၁၆၉။	ဒေါ်တင်ရီ မိသားစု ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ၊ အင်းစိန်မြို့။	၁၀ ၁၂၀
၁၇၀။	ဒေါက်တာခင်မမ မိသားစု အမှတ် ၃၁၊ ရန်ကုန်အင်းစိန်လမ်းမကြီး၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၁၇၁။	ဒေါ်လဲ့လဲ့ဝင်း မိသားစု အမှတ် ၃၁၊ ရန်ကုန်အင်းစိန်လမ်းမကြီး၊ အရှေ့ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၁၇၂။	ဦးကျော်-ဒေါ်လုံး မိသားစု ကျော်ဇေယျလမ်း၊ ဗဟိုကု၊ အောင်ဆန်း၊ အင်းစိန်။	၁ ၁၂
၁၇၃။	ဦးဘဌေး-ဒေါ်ခင်ခင်ကြီး မိသားစု၊ အမှတ် ၂၈၆၊ အခန်း ၁၁၊ ပန်းဆိုးတန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀ ၁၂၀



သောက ဟူ သည်

၁။ သောက ဒုက္ခ၊ ထုတ်ပြ ဗုဒ္ဓါ၊
ဉာတိ ဘောဂ၊ ထောဂ သီလာ။
ဒိဋ္ဌိ ငါးဝ၊ ဗျသနပါ၊
တစ်ပါးပါး၊ တွေ့ငြားကြုံသောခါ။

၂။ ဖြစ်ရ ပျက်ရ၊ ဒုက္ခတွေ့တွင်၊
တစ်ခုခုနှင့်၊ တွေ့သင့်ကြုံလျှင်။
စိုးရိမ် ပူဆွေး၊ တနှေးနှေးပင်၊
အတွင်းနှိုက်၊ လှိုက်လှိုက်ဆွေးပူပင်။

သောကကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ရှုပါ

ရှေ့ရေးနောက်ရေး၊ ထောက် တွေးညှိုးမိန်၊
ဖြစ်ဆဲ နာမ် ရုပ်၊ သမုတ် ငါနှိမ်။
ရှုမှတ် နှိမ် ပေး၊ ကင်းဝေး စိုးရိမ်၊
နိဗ္ဗာန်၊ ထောက်ရ စံရိပ်ငြိမ်။