

မုတြိတို့အတွက် ဝိပဿနာ

နှင့်

အပူစုံပူပူလေး



၆၄

ရောင်းရန်မဟုတ်/မိသားစုဖတ်ရန်သာ

မြင့်ရွှေ (ပေါင်းစာညှိ)





## \* အမှာစာ \*

ကျနော် ဒီစာအုပ်ဘာကြောင့်ရေးသလဲ

ကျနော်ရေးသော စာအုပ်တိုင်း၏ အဓိက ရည်မှန်းချက်မှာ (၁) ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ စစ်စစ်ဖြစ်ကြဖို့.

(၂) ဝိပဿနာအားထုတ်ပြီး သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ (နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့)

(၃) အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဘယ်လိုမှ တရားစခန်းဝင်ဖို့ အချိန် မရသောသူများ ဒုတိယဘဝမှာ အပါယ်မကျစေပဲ အရင်းမရှုံးသော ကလျာဏပုထုဇဉ် (စူဠသောတာပန်) ဖြစ်စေဖို့ ရည်ရွယ် ရေးသားခဲ့ပါသည်။

လောကီအရေးဆောင်ရွက်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ ကောင်းမှု ကုသိုလ်ပြုလုပ်ရာတွင် ဖြစ်စေ ရဟန်းသံဃာများနှင့်ထိတွေ့ဆက်ဆံရမည်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း မလွဲမသွေ ဧကန်ဖြစ်ပါသည်။ အဲဒီအခါမှာလဲ မိမိကိုးကွယ်မလည်မှုကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အများတွေကို အမှန်ထင်နေ၍ဖြစ်စေ ရဟန်းတော်များမှာ အာပတ် (အပြစ်) သင့်နေရလျှင် မကောင်းပါ။ အချို့စာပေ မသင်ဘူး ဝိနည်းမသင်ဘူး၍ ဖြစ်သလိုနေခဲ့ရသည့် ရဟန်းများလည်း အပြစ်မဖြစ်စေရန် အလျဉ်းသင့်သလို ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပါသည်။ ကျနော်သည် စာအုပ် ပေါ်တွင် ငွေကြေးအမြတ် မဆိုထားနှင့် တတ်နိုင်သလောက် ငွေကြေး ထုတ်ပြီး ဓမ္မဒါန သက်သက်ဖြစ်သဖြင့် ကျနော်၏ စေတနာကို နားလည်နိုင်လောက်ပါသည်။

တော်လွန်းတတ်လွန်းလို့လဲ ဆရာကြီးလုပ်နေတာမဟုတ်ပါ။ မူကြိုအဆင့် သိသလောက်ကိုသာ အိမ်အရောက် ပို့ပေးနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဘဝရေစက်ပါခဲ့သူများ ဆွေမျိုး တော်စပ်ခဲ့သူများ စာအုပ်ဖတ် လိုက်ရသူများ အပါယ်မကျရေး တရားထူးရရေး အတွက်သာ ဦးတည်ထားပါသည်။

ငွေကြေးနှင့် ပတ်သတ်၍လည်း မိခင်တစ်ဦးမှလွဲ၍ မည်သူတစ်ဦး တစ်ယောက် ထံမှ အလှူမခံဘူးပါ။ မိမိရဲ့အင်အားရှိ သလောက်သာ ရေးသားထုတ်ဝေရန် သတ်မှတ်ထားသော်လည်း၊ တရားကိုတရားက စောင့်ရှောက်သည်ဆိုသည့်စကား လက်တွေ့ သိလာရပါသည်။ ကျနော်မမျှော်မှန်းထားသည့် အတိုင်းအတာထိအောင် စိတ်တိုင်းကျ ဒါနပြုနိုင်ပါသည်။ ကျနော်အား အသံပေးလျက်ဖြစ်စေ မိတ္တူများ(ကူးယူခြင်း)ဝယ်ယူ ခြင်းများ ပြုလုပ်လျက် ဖြန့်ဝေ ဒါနပြုသူများမှာ အားရစရာကောင်းလှပါသည်။ ကျနော်၏ ဝန်ကို ဝင်ရောက်ထမ်းသဖြင့် ကျေးဇူးအထူးတင်လှပါသည်။

အချို့မှာလည်း ငွေကြေးထည့်ဝင်ပြီး ကူညီကြပါသည်။ လှူဒါန်းသော ငွေကြေး အားလုံးကို လည်းစာအုပ်အစုံလိုက်ဝယ်ယူကာ နေရာအနှံ့အပြားသို့ပေးပို့ လှူဒါန်းရသဖြင့် ငွေကြေးလှူဒါန်းသူများ၏ ကုသိုလ်များမှာလည်း တပြည်လုံးသို့ အနှံ့ရောက်ရှိပါသည်။ နိုင်ငံခြားများထိ ရောက်ရှိလျက်ရှိပါသည်။



တရားစခန်းများနှင့် ရဟန်း သံဃာများအတွက် အထူးအကျိုး များကြောင်း သိရသဖြင့်လည်း ဝမ်းမြောက်မိပါသည်။ ငွေကြေးလှူဒါန်းသူများနှင့် မိမိတို့ အစီအစဉ်ဖြင့် စာအုပ်လှူဒါန်းသူများမှလည်း ဝမ်းမြောက်စွာဖြင့် မိမိရဲ့ ကောင်းမှုကို အမျှပေးဝေနိုင်သလို စာအုပ် ဖတ်ပြီး အကျိုးရှိသွားသူတို့၏ ကျေနပ်ဝမ်းမြောက်ကြောင်း ပြောကြား ချက်များ ကိုလည်း သာဓုခေါ်နိုင်ကြပါတယ်။

ကျနော်သည် စာအုပ်တွေရေးပြီးတိုင်း ကျနော်တာဝန်ကျ လောက်ပါပြီ။ ကျေးဇူးဆပ်ပြီးလောက်ပါပြီလို့ ထင်ခဲ့ပါတယ်။ နံပါတ် (၁၁) ရေးပြီးတော့လည်း မျက်စိထဲ တွင် တရားနယ်ပယ်ကို စတင်ခြေ လှမ်းသူများ၊ ဝင်ရောက်ရမှာကြောက်နေသူများကို မြင်ယောင်မိပြန် သည်။ ၎င်းတို့ လွယ်လွယ်ကူကူနှင့် တရားနယ်ပယ်ကို ဝင်ရောက်နိုင် စေရန် “မူကြိုများအတွက် ဝိပဿနာ” ကို ရေးချင်စိတ်ဖြစ်လာပါသည်။ ပြီးခဲ့သော စာအုပ်များ နှင့်တွဲဖက်ဖတ်သွားရင် အဆင်ပြေသွားလိမ့်မည်ဟု ယူဆပါသည် အခက်အခဲ များရှိရင်လည်း ဖုန်းဖြင့် ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ တတ်သရွေ့၊ သိသလောက်ကိုတော့ ဖြေပေးပါမည်- တော်လွန်းတတ်လွန်းလို့ ရေးနေခြင်းမဟုတ်သည်ကိုတော့ ဝန်ခံထားပါတယ်။ စေတနာ တစ်ခုတည်းပါ။ ဘဝရေစက်ရှိခဲ့သူများ ကျေးဇူးဆပ်နေခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် ဒီစာအုပ်ကို အပြီးသတ်နေစဉ်ကာလ (သင်္ကြန်တွင်း) နှစ်စဉ် တောင်ငူမြို့၊ ရွှေမင်းဝင် နိုင်ငံတကာ ဝိပဿနာတရား စခန်း (ဆရာတော်ဦးဆန်းလွင်) တွင် ခုလွှာ ရဟန်းဂတ်နေစဉ် ဖြစ်ပါသည်။ ရဟန်းဝတ်စဉ်အားလုံး အပြီးသတ်မည် မှန်းထားပါသည်။

ကျွန်တော့်စာအုပ်တွေ ဘယ်လောက်ဖတ်ပြီးပြီလဲ၊ ဘယ်လို ကျင့်နေကြသလဲ ဆိုတာလေ့လာကြည့်ပါတယ်။ ရဟန်းဝတ်တဲ့နေ့ သိမ်ထွက်တဲ့နေ့ သိမ်ထွက်တော့ မည်သူမျှ ငွေမလောင်းကြပါ (လွန်ခဲ့တဲ့ ၃/၄ နှစ်လောက်ကဆိုရင် ၅၀၀/- တန် ၁၀၀၀/- ကျပ်တန် တွေရပါသည်) တော်သေးဟယ်ခေါ်ရမှာပေါ့လေ။

နေ့စဉ်ဆွမ်းစားလို့ ဒါနပြုသူများ ဆွမ်းကပ်ဟာကတော့ အကျင့်မပြောင်း ကြသေးပါ။ စားပွဲကြီးဝိုင်းမနေတုန်းပါပဲ ဆွေတွေ မျိုးတွေဝိုင်းမမှ ကုသိုလ်ရတယ် ထင်တုန်းလား၊ အလေ့အကျင့် အမှားတစ်ခုကို မပြင်လိုကျချင်သေးဘူးလား မသိဘူး မိမိကြောင့်ရဟန်းတော်တွေ အကပ်မမြောက်သော ဆွမ်းကိုစားပြီး အာပတ်ကင်းနေ ကာကို ကြည့်ကောင်းနေကြသလား (ကျွန်တော့်မှာတော့ စာအုပ်ထဲက အာပတ်ဖြေနည်းစာအုပ်ကိုကြည့်ပြီး သားအဖနှစ်ဦး အာပတ်ဖြေနေလိုက်ပါတယ်။ ခဏဝတ်တာအာပတ် အသင့်မခံနိုင်ဘူးလေ)

နောက်တစ်မျိုးတွေ့ရတယ်။ ဆွမ်းပွဲကပ်ပြီးတာနဲ့ စာအိပ်ကလေးနဲ့ ငွေလာ ကပ်ပါတယ်။ မကိုင်ခဲ့ပါ စားပွဲပေါ်လက်ညှိုးထိုးပြီး ပြလိုက်ပါတယ်။ ကပ္ပိယ လာတဲ့အခါ ယူသွားခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ လာကပ်သူကိုတော့ အားနာမိပါတယ်။ မတတ်နိုင်ဘူးလေ။ အချို့ကတော့ စာအုပ်ဖိုးလှူတာကို လက်ထဲမထည့်တော့ပဲ ကပ္ပိယက တစ်ဆင့် ပဲထားခဲ့ပါတယ်။ ဘာပဲပြောပြော ထိုက်သင့်သလောက်တော့ အကျိုးရှိပါတယ်။ တရားစခန်းက လူတွေကလဲ



ကျေးဇူးများကြောင်း ပြောကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် လူငယ်တွေနဲ့ တရားစခန်းမသွားရဲသေးသော လူကြီးတွေအားလုံး (မူကြိုတွေအတွက်) ရေးသားလိုက်ပါတယ်။ အခြားသောသာသနာတော်ကိစ္စနဲ့ သိသင့်သည်များကို ပူးတွဲရေး လိုက်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအကြောင်းကာမှမသိလို့လဲ စိတ်မပျက်နဲ့၊ ယခုရေး ပြတာတွေ တခေါက်ပြီး တခေါက်ဖတ်ပါ။ ပထမတစ်ခေါက်၊ ဒုတိယတစ်ခေါက်။ တတိယတစ်ခေါက်ဖတ်ပါ။ နားလည် သာပါလိမ့်မည်။ တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့ တရားအားထုတ်ကြည့်ပါ။ ရက်တွေကြာလာရင် ပျော်လာ ပါလိမ့်မယ်။ အားမထုပ်ရဘဲ မနေနိုင်အောင်ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ ဝိပဿနာဆိုတာ နေရာ အရွေး၊ အချိန်မရွေးပါ။ ဖားလဲဖားထုတ်နိုင်တယ်။ ရေချိုးလဲ၊ ထမင်းချက်၊ ပန်းကန် ဆေးလဲချတယ်။ နောက်ဆုံး သဘောပေါက်အောင် ပြောရရင် အိမ်သာကဲမှာလဲ အားထုတ်နိုင်၊ ဘာတွေပဲလုပ်လုပ် လုပ်တာကို သိနေဖို့ဘဲ၊ လုံးဝ(လုံးဝ) မခက်ပါဘူး။ ပါရမီအကြောင်းလည်း မစဉ်းစားနဲ့၊ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက သာဝက အရမှာ ပါရမီ မလိုဘူးတဲ့၊ ဒီဘဝမှ နိဗ္ဗာန်သွားမယ့်လူအဖို့ ပါရမီမလိုဘူး၊ လုပ်ဖို့သာလိုတာ။ ဒွိဟိတ် တိဟိတ်လည်း မစဉ်းစားနဲ့၊ ဒီစာအုပ်တွေဖတ်ပြီး ဟရားဟန် စိတ်ပင်စားနေပြီဆိုရင် ဟိဟိတ်(ဟိဟိသုံးပါး - အလောဘ၊ အဒေါသ၊ အမောဟ - အရင်းအမြစ်သုံးပါး) ဆိုတာ သေချာပြီ၊ ဘာလိုသေး သလဲ- အဲသလို ဘက်ခွဲကဲရှိတယ်။ အဲဒါကိုလား ဖျင်းရင်ဖျင်းပါစေ (မလျင်းနဲ့ - မပျင်းနဲ့) ဘုရား လက်ကက်က ပူဇွန်ပန္နမယေရံ ဟာ တော်တော် ဖျင်းသလားမပြောနဲ့၊ ဉာဏ်ထိုင်း တာကလဲ ပထမ တန်းစားဘဲ၊ လေးလ လုံးလုံး ဓာတစ်ပိုဒ်တောင် မရဘူး- မပျင်းဘဲ အားထုတ်တော့ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် အားထုတ်ဖို့ဘဲ ကျန်ပါတော့တယ်။ ဘာအကြောင်းမှ မပြန့်တော့။ ကလေးငယ် သေးကယ်ဆိုရင်လဲ နတ်ရေကန်ထဲသာ ပြစ်ချလိုက်လိုက်တော့။

သာသနာနှစ် ၂၅၀၀ နဲ့ ၃၀၀၀ ကြား(နှစ် ၅၀၀)ဟာ ဝိမုတ္တိယူဂခေတ်လို့ခေါ်တယ်။ ဝိပဿနာခေတ်ပါ။ အခါကောင်းပြီး မြန်မာပြည်မှာဝိပဿနာပေါ်တာ မကြာသေး ပါဘူး။ မင်းတုန်းမင်းလက်ထက်တောင် ဝိပဿနာဟာလူတွေနဲ့မဆိုင် ရဟန်းတွေသာအား ထုတ်ရမယ် လို့ ထင်လို့ . . . လူတွေကြားမှာ ဝိပဿနာမရှိဘူး။ သိပေါမင်းလက်ထက်ကျမှ လူတွေ သဘောပေါက်တာ။ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး (၁၂၀၈-၁၂၈၅)က ဝိပဿနာဒီပနီကိုရေး တော့မှ လူတွေစပြီးစိတ်ဝင်စားလာပြီး မိုးညှင်းဆရာတော်လက်ထက် (၁၂၃၄-၁၃၂၆)မှသာလျှင် လူတွေအားထုတ်လာတာ။ စာဖတ်သူတို့သေချာစဉ်းစားပါ ဘိုးဘွားတွေဟာ ဝိပဿနာနား မလည်မလိုက်စားခဲ့လို့ ဒါနနဲ့သီလကိုပဲအားသန်ခဲ့တာမ ဟုတ်လား။ ယခုခေတ်ရောက်မှ တရားစခန်းတွေဘာတွေ ပေါ်ပေါက်လာတာ။ ဒါကြောင့် ဒီလောက်ကောင်းသော အခွင့်ကြီး ကိုရနေသော ဖိုးကံကောင်းများဖြစ်နေပြီး အခွင့်ကောင်း ကြီးထဲမှထုတ်ယူနိုင်ပါလျှင် အဖိုးတန်ဆုံး သော မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်ပေသည်။

ကြာပန်းအောက်မှာနေတဲ့ဖားလို့မဖြစ်စေနဲ့ ကြာဖူး ကြာစွယ် တွေကိုတော့ မစားဘူး။



ရွှံ့ဗွတ်တွေဘဲ စားနေကြတာ။ နိုင်ငံခြားက ပုဂ္ဂိုလ်တွေက လိပ်ပြာ၊ ပိတုံးလိုဘဲ လာပြီးကြာပန်းကြာဖူးတွေကိုစားနေကြတာ သူတို့ဟာဘယ်လောက်တော်ကြသလဲ။ မြန်မာ နေ့ယခုခေတ်မှာထမင်းလဲကျွေးတယ်၊ တရားလဲပေးတဲ့ရိပ်သာတွေ မှီလို့ ပေါက်နေတာ တရားဟောတဲ့ ဘုန်းကြီးကလဲ ရပ်ကွက်ထဲဟော၊ တရားအားထုတ်နည်း စာအုပ်တွေလဲ အိမ်ပေါက်ဝထိလာပေးနေပြီ ဘယ်လောက်များကံကောင်းကြပါသလဲ။

အမေရိကန်မှာရှိတဲ့ တရားစခန်းတစ်ခုဟာ တရားဝင်ချင်ရင် (၂) နှစ်ကြိုတင်ငွေ သွင်းသားရတယ်။ တစ်လကိုဒေါ်လာ ၂၀၀၀ (မြန်မာငွေသိန်းနှစ်ဆယ်လောက်)၊ တစ်လပြီး တစ်လဆက်တိုက် တရားစခန်းဝင်ချင်ရင် ဒေါ်လာ ၂၀၀၀ ဆီ သွင်းသွားရမယ်။

ဒီမှာက တရားစခန်းဝင်တာ ဘယ်လောက်လွယ်သလဲ၊ ကြိုက်ရာ တရားစခန်းရွေး (သတင်းစာတွေက ကြော်ငြာပေးတာ) လိုအပ်ရင် ကားပို့ကြိုလုပ်ပေးသေးတယ် - ဒီအခွင့်အရေး ဘယ်တော့မှ ရမှာမဟုတ်တော့ဘူး။

ထိုအခွင့်ကောင်းကြီးကို ဘယ်လိုအသုံးပြုမလဲ စာတွေဖတ် တရားတွေနာခဲ့တော့ မပြီးသေးဘူး၊ မဆုံးနိုင်သော ကာမကိစ္စတို့၌သာ ကြောင့်ကြစိုက်မှုဖြင့်သာလျှင် အမှတ်မဲ့ အချိန်ဖြုန်းနေရန်လည်း မသင့်တော့ပါ။ ဉာဏ်မဦးခင် အသေဦးသွားရင် ဒုက္ခ၊ သေခါနီးမှာ လည်း ဝေဒနာရှုနိုင်ရန်လဲ ဒီစာအုပ်မှာ အသေးစိတ် ဖော်ပြပေးထားပါတယ်။

အဲဒီလို အခွင့်သာစဉ်အားမထုတ်မိလျှင် နောင်မကျန်းမာသောအခါ အိုမင်း မစွမ်းဖြစ်သောအခါ သေရမည့်ညောင်စောင်း၌ လဲလျောင်းနေရသောအခါ “ဟိုတုန်းက ဒီစာအုပ်ရေးသူ သတိပေးနေတုန်းက အားမထုတ်မိတာ မှားလေစွ မှားလေစွ” လို့ နောင်တကြီးစွာ ရတတ်၏။ မှားပြီးမှ မှားမှန်းသိလျက် ပူပင်သောနောင်တများ မတွေ့ရအောင် - စာရေးသူမှ ထပ်ခါ ထပ်ခါ တိုက်တွန်းလိုက်ပါ တယ်။

ကျနော်၏ ဘဝအဆက်ဆက်က မိသားစုတွေ အပါယ် မရောက်စေချင်တဲ့ ဆန္ဒပါ-

မြင့်ရွှေ (ပေါင်းတည်)

စာရေးသူ



**\* ကျေးဇူးတင်လွှာ \***

ဤစာအုပ်ရေးသားနိုင်ရန် ခွန်အားပေးသော အနန္တဂိုဏ်းဝင် မိဘ ဆရာသမားများအားလည်းကောင်း၊ ကျေးဇူးရှင်အရှင် အာဒိစ္စရံသီ (စာရေးဆရာ ဆန်းလွင်) အားလည်းကောင်း၊ ကျွန်တော်အား တက္ကသိုလ်ပညာသင်ကြားပေးခဲ့သော အစ်ကိုဦးမြဦး ဇနီး ဒေါ်တင်တင်မြအားလည်းကောင်း၊ ပညာသင်ကြားပေးပြီး ဆုံးမ သွန်သင်သော ဆရာ၊ ဆရာမများအားလည်းကောင်း၊ ဘာသာရေး အသိပညာပေးသော ရဟန်းပညာရှိ လူပညာရှိတို့အားလည်းကောင်း၊ အားပေးကူညီပေးသော ဇနီးသားသမီးတို့အား လည်းကောင်း၊ စာအုပ်ဖြစ်ပေါ်ရေးအတွက် အကူအညီပေးသော တပည့် မိတ်ဆွေများ အားလည်းကောင်း၊ ဆောင်ရန် ရှောင်ရန် ပညာပေးခဲ့သော တပည့်များအားလည်းကောင်း၊ ဘုရားဟောတရားများသည် အဆင့်ဆင့် လက်ဆင့်ကမ်းရသဖြင့် မိမိအားကိုးအားထား ပြုရသော ရဟန်းပညာရှိ လူပညာရှိများအား ရိုသေစွာကန်သော ပန်းဆင်ကျေးဇူး တင်ပါ သည်။

စာအုပ်များကူးယူဖြန့်ဝေဒါနပြုသူများအား လည်းကောင်း၊ အလှူငွေများ ထည့်ဝင်ခြင်းဖြင့် စာအုပ်များနေရာအနှံ့ဖြန့်ဝေနိုင်သဖြင့် အလှူငွေထည့်ဝင်သူများအား အထူးကျေးဇူးတင်ပါသည်။

၁။ စာအုပ်များရေးသားရာတွင် အဖော်ဖော်မှ အကူအညီပေး ခဲ့ကြသော တပည့်များဖြစ်ကြသည့် ကောက်ရိုးနွယ်ကုမ္ပဏီမှ ဦးခင်မောင်သန်း၊ ဦးဝင်းကို၊ ဦးတင်မောင်မောင်၊ ဦးဇော်ဝင်း၊ ဦးဝင်းသက်နိုင် (ဝင်း မိသားစု အဘွားဆက်) အားလည်းကောင်း

၂။ စာအုပ်များအိမ်တိုင်ရာရောက် ပို့ပေးသောပေါင်းတည်မှ ဦးဝင်းတင် ဦးထွန်းညိုတို့အားလည်းကောင်း၊

၃။ ဈေးနှုန်းအထူးချို့သာစွာဖြင့် ရိုက်နှိပ်ပေးသော စိန်ရတနာ မိတ္တူ (၀၁-၃၈၈၁၁၅) အမှတ် ၇၆/၃၂ လမ်း၊ ရန်ကုန်အားလည်းကောင်း

၄။ မိမိတို့ အစီအစဉ်ဖြင့် မိတ္တူကူး ဒါနပြုကြသော (သိရသလောက်) အုပ်ရေ (၆၀၀၀) ခန့် ပေးလှူသော ဦးလှသောင်း၊ ဒေါ်ယဉ်ယဉ်မျိုး(ရန်ကုန်)မိသားစု၊ အုပ်ရေ (၅၀၀ မှ ၅၀၀၀)အတွင်း ပေးလှူကြသော ဦးအေးမြင့် (ရန်ကုန်) ဦးသာအေး(ကြို့ကဲထီးရိုး)၊ ထားဝယ်မှ ရေလုပ်သားများ၊ ဦးဝင်းကြည် ဒေါ်နီလာသူ (မော်ကျွန်း) ဒေါ်ခင်ခင်ညိုဝင်း (မောင်ကျွန်း) ဒေါ်စောယုမွန် (ယုမွန် အလှပြင်ဆိုင် မင်းမနိုင်) ဦးအောင်လှသိန်း (MPPE ပေါင်းတည်) ဦးသောင်းရွှေ (ပေါင်းတည်) ဒေါ်ကြည်ကြည်ခိုင် (Central Hotel)၊ ရိုးမဘဏ် ဝန်ထမ်းများ၊ ထွန်းဖောင်ဒေးရှင်းဘဏ်ဝန်ထမ်းများ၊ ဦးကြိုင်အေး (ပေါက်ခေါင်းအသင်း)၊ ဒေါ်သိန်းအေးနှင့် အဖွဲ့ (လားရှိုး)၊ မအေးချမ်းမြေ့(လှိုင်)

၅။ ချင်းပြည်နယ်နှင့် ဆင်ဖြူကျွန်းတို့တွင် သာသနာပြုလုပ်ငန်း အတွက် စာအုပ်များ လှူဒါန်းသော ဒေါက်တာခင်မောင်ကြည်၊ (မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဦးစီး အရာရှိမတူပီ)



ဒေါ်သန်းသန်းဌေး၊ သမီး မရွန်းလဲ့ ရတနာခင်တို့အား လည်းကောင်း

၆။ ဒေါ်စန်းစန်းမြင့် သီရိမာလာလမ်း (ပခုက္ကူ)၊ မသင်းသင်းထွေး (မိတ္ထီလာ)၊  
မနှင်းနွယ်အေး၊ အထည်ဆိုင်(ညောင်လေးပင်) ဦးဌေးဝင်း (လ/ထ အင်ဂျင်နီယာ) မန္တလေး၊  
ဒေါ်ချိုချို June group gas ဆိုင် အင်းစိန်လမ်း၊ နေပြည်တော်မှ တောရကျောင်း ဆရာတော်  
အားလည်းကောင်း

၇။ ပေါင်းတည်၊ ဘုရားကြီးတိုက်အတွင်းမှ သံဃာတော်များအားလည်းကောင်း

၈။ နေပြည်တော် သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာဝန်ကြီးဌာနမှ ဝန်ထမ်းများအားလည်းကောင်း

၉။ မျက်နှာဖုံးတွင် ကာတွန်းရေးဆွဲပေးသော ပန်းချီဆရာဝင်းမြင့်အောင် အားလည်း  
ကောင်းအထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

(သိရသလောက်သာဖြစ်ပါသည်။ ကျန်သူများအသိပေးစေလိုပါသည်)

(မြင့်ရွှေ)

စာရေးသူ



## ကျမ်းကိုးစာရင်း

- အရှင်ဇနကာ ဘိဝံသ၏ ကျမ်းများ
- မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရားတော်များ
- ဖျာပုံတိုက်သစ်ဆရာတော်အရှင်ဩဘာသာဘိဝံသ၏ ကျမ်းများ
- ရဟန္တာနှင့်ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများ(ဓမ္မစရိယ ဦးဌေးလှိုင်)
- အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတအရှင်နန္ဒာမာလာဘိဝံသ (ပါချုပ်ဆရာတော်) ၏ တရားများ
- အရှင်ဓမ္မ သာမိဘိဝံသ၏ ပေတဝတ္ထုများ
- မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားကျမ်း
- အရှင်ဉာဏိဿရ၏ အာနာပါန သတိပဋ္ဌာန်ကျမ်း
- ဓမ္မဒူတ အရှင်ပညိဿရ၏ ကျမ်းများ



၁။	ဗုဒ္ဓဘာသာအခြေခံ	၉
၂။	မူကြိုတို့အတွက် ဝိပဿနာ	၁၄
၃။	သေခါနီးမှအားထုတ်မှလား	၂၃
၄။	ရွံ့အိုင်ထဲက ဗျိုင်းလိုမဖြစ်စေနဲ့	၂၇
၅။	အပူစုံပူပူလေး	၂၉
၆။	မိုက်ချင်သလောက်မိုက်ခဲ့ပါ	၃၂
၇။	လူတွေဟာမွေးလိုက်၊ အိုလိုက်၊ သေလိုက်	၃၇
၈။	အားထုတ်ရာတွင် အသွားနဲ့အတား	၄၂
၉။	တရားထိုင်ရန်နေရာရွေးခြင်း	၅၁
၁၀။	ကြိုတင်ပရိကံပြုရမည့်အချက်များ	၅၆
၁၁။	ဝိပဿနာအားမထုတ်မီကြိုသ်ရမည့်အချက်	၆၄
၁၂။	နာတာကျင်တာလူတိုင်းခံစားရတယ်	၈၀
၁၃။	ငါစွဲကြီးသူရဲ့စိတ်သဘောထား	၉၂
၁၄။	ကြောက်သေလွတ်တရား	၉၃
၁၅။	သစ္စာတရားနာ သစ္စာတရားဖြင့် ကျေးဇူးဆပ်	၁၀၀
၁၆။	ဗုဒ္ဓဂါယာ သွားလျှင် အပါယ်ပိတ်သလား	၁၀၃
၁၇။	ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ပြောင်းနည်း	၁၀၅
၁၈။	လူတွေ ဝိနည်းသင်ထားရမယ်	၁၀၇
၁၉။	အန်စွ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ကို ပုတီးစိပ်ရမလား	၁၁၀
၂၀။	အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ အမေးအဖြေတရား	၁၁၂
၂၁။	အဆိုး၊ အက၊ အတီးသည် အပါယ်လားကြောင်းတရား	၁၂၄
၂၂။	ငါသည်မုချသေရမည်/(အသက်ရှင်ကျန်သေးသည့်အချိန်)	၁၂၅



**\* ဗုဒ္ဓဘာသာအခြေခံ \***

**\* ဗုဒ္ဓ \***

တရားအားလုံးကို ဆရာမကူ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိသော ပုဂ္ဂိုလ် ကို ဗုဒ္ဓ ဟုခေါ်သည်။

**\* ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် \***

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားသည့်အတိုင်း (သာသနာ = အဆုံးအမ) ကျင့်ကြံ နေထိုင်သူတွေကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဟု ခေါ်သည်။

(ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ပွင့်တော်မူသော အိန္ဒိယ ပြည်မှာ ဣန္ဒြာဏပါဒလို့ ခေါ်တဲ့ ဟိန္ဒူဘာသာကို အများဆုံးကိုးကွယ်ကြသည်။)

သာသနာပကာလတွင် (ဘုရားမပွင့်သည့်ကာလ) ဒါန၊ သီလ၊ သမထ ဆိုတာရှိပါတယ်။ ဗုဒ္ဓပွင့်ထွန်းမှသာ သစ္စာလေးပါးတရား ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်တရားတို့ကို နာကြားပြီး ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ပေါ်ပေါက်လာပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ဟိန္ဒူဘာသာက ဆင်းသက်တာမဟုတ်သည့်အပြင် ဟိန္ဒူနှင့် နတ်ကိုးကွယ်မှုတွေကို လုံးဝ ဆန့်ကျင်တဲ့ တော်လှန်တဲ့ ဘာသာဖြစ်တယ်။ (ဒါပေမယ့် ဟိန္ဒူ ဝါဒနှင့် နတ်ကိုးကွယ်မှုဝါဒတွေ အနည်းအကျဉ်း ရောနှောတာတွေ့ရပါတယ်။) ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာကို လုံးဝသိရှိနားလည်သဘောပေါက်သူတွေဟာ ရောနှောမှုကို ခွဲခြမ်းနားလည်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စစ်စစ်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ရောနှောနေတဲ့ မိရိုးဖလာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် လက်မခံကြပါနှင့် အများ တွေကိုတော်လှန်ကြပါ။ အထူးသဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာကို လိုက်စားကာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် လူငယ်တွေဟာ အရောင်မဆိုးရသေးသဖြင့် သန့်စင်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

**\* ဖန်ဆင်းရှင်လဲမဟုတ်၊ အလုပ်သမားဝါဒ \***

ဗုဒ္ဓဘာသာမှာတော့ ဂေါတမ ဗုဒ္ဓဟာ ဖန်ဆင်းရှင်လဲမဟုတ်ဘူး။ (အခြားဘာသာ အားလုံးက ဟိန္ဒူ-မွတ်စလင်-ခရစ်ယာန်ဟာ ဖန်ဆင်းရှင် ဝါဒဖြစ်တယ်) သတ္တဝါတွေကို ချမ်းသာအောင် ဆင်းရဲအောင်လဲ မလုပ်နိုင် ဘူး။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါတစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ ကောင်းမှုဆိုးမှုဟာ ဘုရားနှင့် ဘယ်လိုမှ မပတ်သက်ဘူး။ အကောင်းနဲ့အဆိုး၊ ချမ်းသာနဲ့ ဆင်းရဲဟာ တရားတော်အတိုင်းသာဖြစ်ရတယ်။ ကောင်းတဲ့တရား ချမ်းသာစေတတ်တဲ့ တရားကို ကြံစည်ပြောဆိုလုပ်ကိုင်တဲ့ လူတွေဟာ လူကောင်း၊ လူချမ်းသာ ဖြစ်ပြီး၊ မကောင်းတဲ့ ဆင်းရဲစေတတ်တဲ့ တရားတွေကို ကြံစည်ပြောဆိုလုပ် ကိုင်တဲ့ လူတွေဟာ လူဆိုး၊ လူဆင်းရဲတွေ



ဖြစ်မယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတိုင်း ဟာ မိမိရဲ့ ဘဝချမ်းသာအောင် ဆင်းရဲအောင် ကောင်းအောင် ဆိုးအောင် ဖန်တီးနေတဲ့ ဗိသုကာတွေဖြစ်တယ်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ အကောင်းအဆိုး ချမ်းသာနဲ့ဆင်းရဲကို ဘုရားရှင်လဲ မတတ်နိုင်ဘူး။ ဘယ်သူတစ်စုံ တစ်ယောက်ကမှလဲ မတတ်နိုင်ဘူး ဘယ်သူမပြုမိမိမှုဆိုတဲ့ အယူအဆဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ အခြေခံပင်ရင်း အယူ အဆဖြစ်တယ်။

ဗုဒ္ဓဟာ ဘာသာတရားကို တည်ထွင်သူမဟုတ်။ အရှိသဘာဝတရားကို ဖော်ထုတ် လမ်းညွှန်ပြသသူသာဖြစ်တယ်။ သဘာဝရဲ့ အမှန်တရား သစ္စာတရား ဖြစ်တာကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဝင်တွေ့အတွက်တင် မဟုတ်ဘူး ကမ္ဘာပေါ်ရှိ လူသားအားလုံး အတွက် အမှန်တရား ဖြစ်တယ်။ သစ္စာတရားကို ဖော်ထုတ်သူသာဖြစ်တယ်။ (ဥပမာ - သမုဒယသစ္စာ (တဏှာ/လောဘ) ကြောင့်ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်ရတယ်ဆိုတာ လူသားအားလုံး အတွက် မှန်ကန်တယ်။ သားသမီးကိုချစ်တဲ့ တဏှာ (သမုဒယသစ္စာ) ရှိနေတာကြောင့် သားသမီးသေရင် ဒုက္ခရောက်တာဘဲ (ဒုက္ခသစ္စာ) ဒီအဖြစ်အပျက်ဟာ လူမျိုးမရွေး လူသားအားလုံးအတွက် အမှန်တရား ဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အတွက်သာ မှန်တာ မဟုတ်ပါဘူး)

သက်ရှိသတ္တဝါတွေရဲ့ နာမ်ရော ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်တွေပါ ဘယ်ဟာမှ တည်မြဲမှုမရှိဘူး။ အားလုံးဟာ ပျက်စီးကုန်ရမယ် ဆိုတဲ့ အနတ္တအယူပါ။ ကိုဖော်ထုတ်ကြေညာတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ရှိတဲ့အယူဝါဒ (ဟိန္ဒူ/ ဗြဟ္မဏ) ဟာ တည်မြဲတယ်။ အနစ်သာရရှိတယ်ဆိုတဲ့ အတ္တဝါဒ လုံးကြည်နေတာကို မဟာကော်လွန်ရေးလုပ်ပြီး ကုန်ဆုံးခဲ့တာပဲ။

ဟာဖြစ်လို့ဘုရားလို့ခေါ်တာလဲဆိုရင် (ပူဇော်ထိုက်လို့ဘုရား) ဘုရားဆိုတဲ့အမည် ဟာ ပူဇာနဲ့အရဟဆိုတဲ့ ပါဠိစကား နှစ်လုံးကို ပေါင်းစပ်ပြီး ပုဂံခေတ် မြန်မာများကည်ထွင် ဟားတဲ့ ပါဠိသက် ဝေါဟာရ တစ်ခုဖြစ် တယ်။ ပူဇာအရဟက = ပုရဟာ + ပုရာ + ဖုရာ + ဖုရား = ဘုရား ဆိုပြီး အသံထွက်အဆင့်ဆင့် စာလုံးပေါင်းအမျိုးမျိုးပြောင်းလာတဲ့ နံမည် ဖြစ်တယ်။

ဘုရားဆိုတာက မြန်မာတွေခေါ်တဲ့အမည်၊ ဗုဒ္ဓဆိုတာက ပိဋကတ် ကော်ထဲမှာ ပါတဲ့ အမည်ဖြစ်တယ်။ ဟရားအားလုံးကို ကိုယ်တိုင်လဲ သိပြီးသူ၊ အခြားလူနတ်ဗြဟ္မာ ဟေ့ကိုလဲ သိအောင်ဟောနိုင်သူလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။

ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့အမည်ဟာ ကမ္ဘာသိသုံးတဲ့ နံမည်ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ ဝေါဟာရဟာ ဗုဒ္ဓဟာ ဘုရားတစ်ဆူတည်းက ပိုင်တဲ့အမည်ဖြစ်တယ်။ ဘုရားဆိုတဲ့မြန်မာ ဝေါဟာရ ကတော့ ဟိန္ဒူ၊ မဟာဗေဒင်၊ ခရစ်ယာန်၊ ဗုဒ္ဓ ဘာသာ ဘုရားလေးမျိုးနဲ့ဆိုင်တဲ့ သာမည အမည်ဖြစ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားဟာ မည်သူ့ကိုမျှ ဆင်းရဲအောင် ချမ်းသာအောင် တရားရအောင် ဥုံဖွ လုပ်မပေးပါဘူး။ နည်းပေးလမ်းပြပေးတာပဲ၊ လိုက်နာ တဲ့လူချမ်းသာမယ်။ နိဗ္ဗာန် ရောက်မယ်။ ကယ်တင်ရှင်လဲမဟုတ်ပါဘူး။ သားတော်ရာဟုလာကိုလဲ ရှင်ပြုပေးကယ်ဆုံးမ တယ်။ သူ့ဘာသူ ကျင့်မှ ရဟန္တာဖြစ်တာ၊ မိထွေးတော် ဂေါတမီရဟန်းပြုပေးတယ်။ သူ့ဟာ သူ တရား ကျင့်လို့



ရဟန္တာထေရ်ရီမကြီး ဖြစ်ရတာ၊ ညီတော် အာနန္ဒာလဲ ဒီအတိုင်းပဲ၊ ကိုယ်ကျင့်မှ ကိုယ်ရတာပဲ။

ဘုရားအမျိုးတွေကို သတ်ဖို့လာတဲ့ ဝိဇ္ဇေပ ဘုရင်ကို တားတာ သုံးကြိမ်တိတိပဲ တားခဲ့တယ်။ လေးကြိမ်မြောက်တော့ ဝဋ်ရှိရင်ခံရမှာပဲဆိုပြီး မတားတော့ဘူး တော်တော် များများ ဘုရားအမျိုးတွေ အသတ်ခံခဲ့ရတယ်။

သူ့အနားမှာ အမြဲကြည်ညိုနေတဲ့ ဝဏ္ဏလီရဟန်းကြီးဆိုရင် မင်း ငါ - အနားမှာ လာကြည်ညိုမနေနဲ့ အပုပ်ကောင်ကြီးနား ကပ်နေတာ အကျိုးမရှိဘူး။ တရားသွားကျင့် ဆိုပြီး မောင်းထုတ်တာ - မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အလိုလားဆုံးကတော့ သူ့အဆုံးအမတိုင်း တရား ကျင့်တာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် စာဖတ်သူတွေ ဘုရားအဆုံးအမတွေအားလုံး သဘောပေါက် အောင်လုပ်ပြီး မိမိအကျိုးအတွက်ဘယ်သူမှအားမကိုးတော့ဘဲ ဆရာသမားညွှန်ကြား တဲ့အတိုင်း ဝိပဿနာအားထုတ်ပါတော့ (ထေရဝါဒ သဘောနားလည်အောင် စာအုပ် (၁) မှ (၁၂) အထိ စာအုပ်တွေဖတ်ပါ)

### သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း စစ်စစ်ဖြစ်ဖို့

သဗ္ဗညု သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓ၏ ဘာသာ ဝင်တပည့်ခံကာ သာဝက အချို့တို့သည် မိမိ ကြည်ညိုလေးစား ကိုးကွယ်သော ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်၏ အောက်နား၌ တွဲဖက်ထည့်စွက်ကာ အိမ်ဦးခန်း၌ တည်ထားသော၊ နတ်၊ သင်္ကြား၊ ဘိုးတော် မယ်တော် အနောက်ဖက်ရှင်မ၊ အိမ်တွင်းမင်းမဟာဂီရိ၊ မင်းကြီး၊ မင်းကလေး ဘိုးမင်းကျော်၊ မနွဲ့လေး၊ သူရဿတီ၊ ထွက်ရပ်ပေါက်၊ ဝိဇ္ဇာဓိရ် မြန်မာဖြစ်နတ်များ အပြင်နိုင်ငံခြားသားနတ်များ (FRC နတ်များ) ပါမကျန် စသည်တို့ကို ပန်းဆီမီး အမွှေးနံ့သာအမျိုးအမျိုးဖြင့်ပွဲထိုး၍ ပူဇော် ပသကိုးကွယ်ရှိခိုးကာ အားကိုးစွာဖြင့် ဆုတောင်းပတ္တာနာမူများပြုလုပ် နေကြသည်ကို တွေ့နေရသည်။ (အကျယ်တဝင့်ကိုလည်း ၁ မှ ၁၁ထိ) တွင်ပါဝင်ပြီး ဖြစ်ပါသည်။) ဒီအပြုအမူတွေကို တော်လှန်မှသာလျှင် ဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင် စစ်စစ်ဖြစ်ပေမည်။ မဟုတ်လျှင် ကပြား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ပေ တော့မည်။ လွန်ကျူးလာလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်မှ လျော့ကျသွားပေ တော့မည် - ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ပေတော့မည် - ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စစ်စစ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြပါ။ အဲဒီလိုဗုဒ္ဓဘာသာစစ်စစ် ဖြစ်လာလျှင် သရဏဂုံ ဆောက်တည်မှုတို့လည်း ဒုတိယ အဖြစ် အရေးကြီးပါတော့သည်။

### သရဏဂုံ ဆောက်တည်ခြင်း

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်းသည် ဗုဒ္ဓသရဏံ ဂစ္ဆာမိ - ဓမ္မသရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ ဟု သရဏဂုံ ဆောက်တည်ပါသည်။ ဘုရား၊ တရား သံဃာ ကိုသာ ကိုးကွယ်



ဆည်းကပ်ပါမည်ဟု ဆောက်တည်ခြင်းဖြစ်သည်။ (အခြားအရာများ မပါဝင်ပါ) သရဏဂုံ ဆောက်တည်ရာတွင်လည်း (၁) မိရိုးဖလာ သရဏဂုံ ဆောက်တည်ခြင်းနှင့် (၂) သရဏဂုံ စစ်စစ်ဆောက် တည်ခြင်းဟုလည်း နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

**သရဏဂုံခံယူသူလူတန်းစားနှစ်မျိုး**

သရဏဂုံသုံးပါးဆိုတာ ဘုရား တရား သံဃာ ဂုဏ်ကိုခေါ်ဆိုတယ်။ ယင်းကို ခံယူကိုး ကွယ်ခြင်း လူတန်းစားနှစ်မျိုးရှိတယ်။

- (၁) သရဏဂုံခံယူခြင်း သက်သက်မျှသာ လူတန်းစား (ရိုးရာသရဏဂုံ)
- (၂) သရဏဂုံကို ယုံကြည်လေးစားစွာ ပွားများခံယူခြင်း လူတန်းစား တစ်မျိုး

**“ရိုးရာခံနေကျ သရဏဂုံ”**

သရဏဂုံခံယူခြင်း (ဗုဒ္ဓသရဏဂစ္ဆာမိ၊ ခမ္မသရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သက်သက်မျှသာ။ ဘုန်းတော်ကြီးက ရှေ့ကဆိုပေးလို့ နောက်ကလိုက်ဆိုသလို “ဗုဒ္ဓသရဏံ ဂစ္ဆာမိ” စသည်ဖြင့် လိုက်ဆိုခံယူခြင်း မျိုးကို ဆိုလိုသည်။ သာမန်ကာလျှံကာ သင်ယူကြားသိပြီးတော့ မိဘတို့ ဘိုးဘွားတို့၏ ရိုးရာခံယူကြအတိုင်း လိုက်ဆိုတာပဲဖြစ်သည်။ ဥပမာ- အနေကဇာတင်၊ ရှင်ပြု-ရဟန်းခံ၊ အိမ်တက်မင်္ဂလာ၊ ပရိတ်ရွတ် ဆွမ်းကျွေး နဲ့ အသုဘ အိမ်တိုင်းမှာ လိုက်လိုက်ပြီးခံယူနေကြတဲ့ သရဏဂုံမျိုးလို့ပဲ ဂစ္ဆာမိရုံနဲ့ ပြီးတာပဲ။

အဲဒီ သရဏဂုံ ခံယူသူ လူတန်းစားက ဗုဒ္ဓ ခမ္မ သံဃာမှာ ရှိတဲ့ ဂုဏ်တော်၏ ကျေးဇူးတော်များကိုလည်း အရှိအတိုင်း ဘယ်ဟာမှ မည်မည် ရရ မသိပေမဲ့ သူတို့လုပ်စရာ ရှိတဲ့

- ၁။ ပေးကမ်းစွန့်ကျဲ လှူဒါန်းခြင်းဒါနရယ်။
- ၂။ ခံယူဆောက်တည် ကျင့်သုံးခြင်း သီလရယ်
- ၃။ ပရိတ်တရားနာယူခြင်း ဘာဝနာရယ်

အဲဒီအမှုမျိုးကိုတော့ အပြည့်အစုံပြုနေတာပါပဲ။ အဲဒီအထဲမှာ လောကချမ်းသာ ရေးအတွက် အမှန်လည်းပါတယ်။ အလိမ်အညာ အမှား တွေလည်းပါတာပါပဲ။

အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေဟာ ဘုရား တရား သံဃာ သာမဏ အခြား တပါးသော ဗေဒင်၊ နတ်၊ ဘိုးတော်၊ ဝိဇ္ဇာစတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ (သမ္မာဒိဋ္ဌိ) နိဗ္ဗာန်လမ်းနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် ကိုးကွယ်မှုများကိုလဲ လုပ်တတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ယင်းဆရာကြီးများ၏ စေခိုင်းချက် (ဝေဒကျမ်းလာ) ဓွာရာစတိ၊ စန္ဒိဒေဝီ၊ အန်းကုန်းဘိုးတော်၊ အုန်းသီးနတ်၊ အရက်သမားနတ်၊



မနဲလေး . . . စသည်တို့ကိုလည်း ကိုးကွယ်ကြသေးတယ်။ အဲဒီလူတွေကို ဗုဒ္ဓဘာသာအစစ်လို့မခေါ်ဘူး။ ကပြား ဗုဒ္ဓဘာသာလို့ ခေါ်နိုင်တယ်။

### သရဏဂုံအစစ် (ဗုဒ္ဓဘာသာအစစ်)

သရဏဂုံကို ယုံကြည်လေးစားပွားများခံယူမှုဆိုတာက ဘုရား ဂုဏ်တော် (၉)ပါး တရားဂုဏ်တော် (၆) ပါး၊ သံဃာဂုဏ်တော် (၉) ပါးရဲ့ ပါဠိအနက်များက သိအောင် နှုတ်တက်ဆောင်ရွက်တယ်။ ဆွေးနွေး မေးမြန်းတယ်။ ဝိပဿနာတရားကိုလဲ ကျင့်ကြံပွား များတယ်။ ဘုရား တရား သံဃာမှတစ်ပါး ကိုးကွယ်စရာမရှိ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ (သမ္မာဒိဋ္ဌိ)နဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့ ဗေဒင် နက္ခတ်ဂြိုဟ်တိုင် ယတြာတွေကို လက်မခံသည့်ပြင် ဟိန္ဒူနတ်များ၊ မြန်မာပြည်မှနတ်များ၊ မင်းကြီးမင်းကလေး (FRC နတ်များ)ကိုလည်း လုံးဝ စိတ်မဝင်စား ယုံကြည်ကိုးကွယ်ဖို့ဆိုတာ ဝေးလာဝေး။ သရဏဂုံသက်သက်ကိုသာ ယုံကြည်သူဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ စစ်စစ်ဖြစ်တယ်။

### အကျိုးဝင်

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာတို့ရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးကိုလည်းမသိ ခံယူကာမျှ သမားတွေ ခံယူဆောက်တည်ကျင့်သုံးနေကြတဲ့ သရဏဂုံသီလနဲ့ ဒါနပေးလှူမှုဟာ အကျိုးသုခ ရသင့်သလောက်တော့ ရပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အစစ်ရဲ့ သရဏဂုံ အစစ် အစစ်ခံယူ ထားခြင်းနှင့် ဆောက်တည်သောသီလ ပေးလှူ သော ဒါနတို့လိုတော့ ကြီးကျယ် မြင့်မြတ်သော အကျိုးကိုတော့ မရနိုင်ပါ။

### \* မူကြိုတို့အတွက် ဝိပဿနာ \*

မူကြိုများအပွက်ဆိုသည်မှာ ဗုဒ္ဓသာသနာအတွင်းသို့ ဝင်ရောက် ရန်တာစုနေသူ များကိုဆိုလိုသည်။ အသက်အရွယ်အားဖြင့်မဆိုင် ဝိပဿနာ အားထုတ်ရန် စဉ်းစားခန်း ဝင်နေသူများအတွက် ရည်ရွယ်ပါသည်။ အတွေးပေါင်းစုံ၊ အကြားပေါင်းစုံနှင့် မဝံ့မရဲဖြစ် နေကြသူများ စတင်လုပ်ရန် အချက်ပြလိုခြင်းဖြစ်သည်။ (၁) ဝိပဿနာဆိုတာ ပါရမီရှိ သူများသာ လုပ်လို့ရတာ ငါတို့က ပါရမီရှိချင်မှ ရှိမယ်။ (၂) ဝိပဿနာ ဆိုတာ စာတတ် ပေတတ်တွေသာ လုပ်လို့ရတာတဲ့ ငါတို့က . . . (၃) ဝိပဿနာဆိုတာ မလုပ်တတ်ရင် ရူးတာတဲ့(၄) တတိယအရွယ်မှ တရား ရှာလို့ ပြောထားသားပဲ။ ကြီးမှ အားထုတ်တော့မယ် (၅) ရိပ်သာထဲဝင်ရင် ငါတို့ရောင်ချာချာဖြစ်နေမှာပေါ့ . . . စသည်ဖြင့် သံသယ စိတ်တွေ



အားငယ် စိတ်တွေ ဖြစ်နေကြတာတွေ ပပျောက် စေချင်တာကြောင့် မဝံ့မရဲ စိတ်တွေ ဖျောက်ပြီး သတ္တိရှိရှိနဲ့ တရားနယ်ပယ်ထဲသို့ဝင်စေချင်တာပါ။

မြန်မာလူမျိုးတို့ရဲ့ နယ်ပယ်မှာ ကြီးမားသော အမှားကြီးကို လက်ခံထားကြတယ်။ အရွယ်သုံးပါးရှိတယ်။ ပထမအရွယ်မှာ ပညာရှာ၊ ဒုတိယအရွယ်မှာ ဥစ္စာရှာ တတိယ အရွယ်မှာ တရားရှာတဲ့၊ ဘိဝံသများပါတယ်။ တရားဆိုတာ ဉာဏ်အလုပ်ပါ။ တတိယအရွယ် ဆိုတာ ခန္ဓာက အိုနာ ဖြစ်လာသလို ဉာဏ်ထိုင်းလာပြီ။ တရားအားထုတ်ချင်တဲ့စိတ်ရှိတာ တောင် စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်မပါကြတော့ဘူး။

ပထမအရွယ် ဒုတိယအရွယ်တွေဟာ ကျန်းမာရေးကလဲကောင်း၊ ခန္ဓာကလဲ စိတ်အလိုကို လိုက်နိုင်တယ်။ ဉာဏ်ကလဲ ထက်သေးတယ်။ ဒါကြောင့် အရွယ်သုံးပါးလုံး ဝါရားအားထုတ်ရပါမယ်။ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ် ကျောင်းသားအရွယ်တွေဟာ တရားအား ထုတ်ရင် စိတ်ကြည်လင်တယ်။ သီးခံစိတ်များလာတယ်။ ဒါကြောင့် ဉာဏ်ထက်လာပါတယ်။ တရားအား ထုတ်သူစာကျက်ရင် သူများငါးခေါက်လောက်ကျက်မှရတဲ့စာကို နှစ်ခေါက် လောက်နဲ့ ရလာတာတွေ့ရပါမယ်။ တစ်တန်း နှစ်တန်း ကလေးတွေ ပင်လျှင် တရား အားထုတ်သင့်ပါတယ်။ ဝိပဿနာ အဆင့်မဟုတ်တောင် သမာဓိ အဆင့်ထိ လုပ်သင့် ပါတယ်။

ဒုတိယအရွယ် စီးပွားရေးသမားတွေလဲ ပိုပြီးတရားအားထုတ်သင့်ပါတယ်။ တရား အားထုတ်လာရင် အရာရာမှာ ယောနိသော ပနိသိကာရ သင့်လျော်စွာလုံးသွင်းတတ် လာပါမယ်။ စိတ်ဆုံးဖြတ်ချက်များ မှန်လာပါမယ်။ သူများအပေါ်မှာလဲမဟရား မလုပ် ချင်တော့ဘူး။ မိမိစီးပွားရေးအတွက်ကြောင့် သူတပါးတွေဒုက္ခမရောက် စေချင်တော့ဘူး။

မိမိတို့ကြီးတစ်လုံးပြီး တစ်လုံး သမီးဖို့တစ်လုံး၊ သားဖို့တစ်လုံး၊ ကားကြီး တွေတ ဝီဝီစီး နေထိုင်နိုင်ဖို့ဟာ သမာအာဇီဝနဲ့ဆိုရင် အင်မတန် ကောင်းပါတယ်။ သူများ မျက်ရည်ပေါက်တွေနဲ့ချက်တဲ့ ထမင်းဆိုရင်တော့ အဆိပ်အတောက်ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်နဲ့ စီးပွားရှာ နိုင်တဲ့စိတ်နဲ့ဆိုတာ တရားရှိသူမှသာ ဖြစ်ပါမယ်။

လာဘ်ပေးမှ လက်မှတ်ထိုးပေးမယ် အလုပ်လုပ်ပေးမယ် တရားရုံး ဆိုလဲ ငွေပေး သူကို အနိုင်ပေးမယ်ဆိုတဲ့ အပါယ်သွားရာလမ်းကြောင်း ပိတ်ဖို့ဆိုတာ တရားရှိမှ ဖြစ်ပါ မယ်။ လက်စွဲအဆုံး ကိုင်းပြည်အုပ်ချုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဘာကလေးနဲ့ အားလုံး ဖြစ်မယ် ဆိုရင် ဒီတိုင်းပြည်က ပြည်သူပြည်သား တွေစိတ်ချမ်းသာကြမှာပဲ။

ဈေးရောင်းသူတွေကလဲ ထိုက်သင့်တဲ့ အမြတ်တင် မှန်မှန်ကန်ကန် ရောင်းရင် ဖြစ်ပါတယ်။ လူကိုကြည့်ပြီး အလေးခိုးနေကြတာ။ ခရမ်းချဉ်သီး ငါးဆယ်သားဝယ်ကာ လေးဆယ်သားပဲ ထည့်ပေးတယ်။ ဝယ်တဲ့လူကလည်း မပြည့်မှန်းသိတော့ အတင်း နှိုက်တယ်။ အိမ်မှာချိန်ကြည့်တော့ ငါးဆယ် သားဟာ ငါးဆယ်သားပါပဲ၊ ဝယ်တဲ့လူက ဓားပြ၊ ရောင်းသူက သူခိုးဖြစ် တော့တာပဲ။ အဲဒါတွေဟာ တရားရှိရင် မလုပ်ကြတော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် စီးပွားရှာသူတွေဟာလည်း တဖက်က တရားအားထုတ်သင့်ပါတယ်။



ဒါကြောင့် အရွယ်သုံးပါးတရားအားထုတ်ကြပါ။ ပထမအရွယ်နှင့် ဒုတိယ အရွယ်ဟာ အားထုတ်လို့ အကောင်းဆုံး အရွယ်တွေပါ။ ဒါကြောင့် မြန်မာစကား စာပိုဒ်ကို ပြောင်းသင့်ပါတယ်။ ပထမအရွယ် ပညာရွာတရားလဲအားထုတ်ပါ။ ဒုတိယအရွယ်စီးပွားရွာ တရားလဲ အားထုတ်ပါ။ တတိယအရွယ် တရားအားထုတ်ပါ။ သေဖို့ပြင်ဆင်ပါ - လို့...။

## ပထမအရွယ်အတွက်

ပထမအရွယ်ဆိုရာတွင် ဆင်းရဲသောသူများ၊ တောနေရွာသူ များသည် အလုပ် လုပ်နေကြရသည်။ မြို့တွင်အများစုမှာကျောင်းသား အရွယ်နှင့် အလုပ်ခွင် စတင် ဝင်ရောက်နေကြသူများဖြစ်သည်။ ငယ်ရွယ်သူများဖြစ် စိတ်ပျို့ကိုယ်နု ဉာဏ်ရွှင် သူများဖြစ်သည်။ ပီပဿနာသည် ဉာဏ်အလုပ်ဖြစ်သဖြင့် ဉာဏ်ထက်သူများနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။ လူငယ်သဘာဝ ပျော်စရာတွေနဲ့ မကင်းကြပါဘူး။ ပျော်သင့်သလောက် ပျော်ရပါမယ်။ တရားအားထုတ် သင့်သလောက်လဲ ထုတ်ရင်အကောင်းဆုံးပေါ့။ တနေ့ (၁) နာရီလောက်ဘဲ အားထုတ်ထုတ် လုပ်နိုင်သလောက် လုပ်ပါ။ တရားက တခြားအရာနဲ့ မတူပါဘူး။ တရားနဲ့ ပျော်သွားရင် အားမထုတ်ရဘဲ မနေနိုင် တော့ပါဘူး။ အင်မတန် ချမ်းသာတာတွေရ ပါလိမ့်မယ်။

တရားအားထုတ်လာရင်း အလုပ်ခွင်မှာလဲ စိတ်ချမ်းသာလာပါမယ်။ ကျောင်းနေ တဲ့ကလေးတွေဟာလဲ ဉာဏ်ထက်လာပါမယ်။ လူမှုဆက် ဆံရေးမှာလဲ ယောနိသော မနသီကာရ (သင့်လျော်စွာ နှလုံးသွင်း ဟတ်လာ ပါမယ်) ဖြစ်လာတဲ့အတွက် လူချစ်လူခင် ပေါလာပါလိမ့်မယ်။ သူများ မကောင်းကြောင်း၊ အတင်းအဖျင်းတွေလဲ ပြောချင်စိတ် မရှိသလို၊ လောဘ (လိုချင်တပ်မက်မှု) ဒေါသ (ပြစ်မှားမှု၊ ဖျက်ဆီးမှု)မောဟ (အမှန်ကိုမသိမှု၊ တွေဝေမှု) မာန (ငါသာလျှင် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သည်) ဒိဋ္ဌိ (အယူအမြင် လွဲမှားမှု) ဝိစိကိစ္ဆာ(ယုံမှားသံသယဖြစ်မှု) ထိန (စိတ်၏ ထိုင်းမှိုင်းမှု) ဥဒေစ္ဆ (စိတ်၏ပျံ့လွင့်မှု) အဟိရိက (မကောင်းမှု ပြုရာမှာ ရှက်တတ်မှု) အနေတ္တပ္ပ (မကောင်းမှု ဒုစရိုက် ကျူးလွန်ရမှုကို မကြောက်မှု) စတဲ့ ကိလေသာ (စိတ်ကိုညစ်ညူးစေတဲ့တရား) တွေနဲ့ပါးလာတဲ့အတွက် စိတ်ချမ်းသာပါမယ်။

အရွယ်ကောင်းတုန်းမှာ တနေ့ကို ရသလောက်နဲ့စီ အားထုတ် သွားပါ။ တစ်နေ့ ၂၄ နာရီမှာ ၁ နာရီလောက်ဆိုရင် ပများပါဘူး။ ၂၃ နာရီဟာ ဒီတစ်ဘဝအတွက် အလုပ် လုပ်နေတာ ၁နာရီဆိုတာ တစ်သံသရာ လုံးအတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ကြိုးစားပြီး အားထုတ် လိုက်ပါ။ တရားကလာဟဲ့ ရှုကြည့်လို့ ခေါ်နေပါတယ်။ ချက်ချင်းအကျိုးဖြစ်မယ်ဆိုတာ တရားတော်ရဲ့ ဂုဏ်တော်ပါ။

## ဒုတိယအရွယ်

ဒုတိယအရွယ်မှာကလေး လုပ်ငန်းခွင်ထဲထဲ ဝင်လာကြပြီး အိမ် ထောင်ရက်သား လဲကျနေလောက်ကြပြီ။ သားသမီးတွေနဲ့လဲ ပျော်တပြုံးပြုံး ဖြစ်နေကြပါပြီ။ သားအတွက်



သမီးအတွက် ဇနီးမယားအတွက် ရုန်းကန်နေကြပါပြီ။ မောရမှန်းတောင်မသိပါဘူး။ စီးပွားကလဲ ရှာရမှာပေါ့။ သမ္မာ အာဇီဝ ဖြစ်ဖို့တော့ လိုပါတယ်။ ပါဏာတိပါတ စသော သူတစ်ပါးအသက်တွေကို သတ်ပြီးမှ စီးပွားရှာတာလား၊ အရက်သေစာရောင်းပြီးမှ စီးပွားရှာမှ ရမှာလားစတဲ့ ဒုစရိုက်မှုတွေမပါတဲ့ အသက်မွေးမှုကို အဓိကထားပြီး ရှာရင်ဖြစ်ပါတယ်။ အချုပ်အားဖြင့် ငါးပါးသီလ မပျက်အောင် အသက်မွေးခြင်းသည် “သမ္မာအာဇီဝ” ဖြစ်၏။

ဆင်းရဲ၍ သူများအိမ်တက်ခိုးမှ ခိုးမှုကျူးလွန်တာမဟုတ်ပါ။ ခိုးနည်း (၂၅) ပါးထဲမှာ ထေယျာဝဟာရ ပဉ္စက ပိုင်ရှင်မပေးသောပစ္စည်း ဘဏ္ဍာကို အောက်ပါနည်း ငါးမျိုးဖြင့် ခိုးယူခြင်းသည်လည်း ခိုးမှုကိုကျူးလွန်၏။ အပါယ်ကျရာလမ်းတည်း။

- (၁) ထေယျာဝဟာရ = ဖောက်ထွင်းဖျက်၍ခိုးခြင်း၊ တင်းတောင်း ချိန်၊ အလေးစသည်တို့ စဉ်းလဲကောက် ကျစ်၍ ခိုးခြင်း၊
- (၂) ပသယျာဝဟာရ = နိုင်ထက်စီးနင်းပြု၍ယူခြင်း။ ခားပြပုန်ကန်၍ယူခြင်း၊ မင်းစိုးရာဇာ(ပန်ထမ်း)တို့သည် ရသင့်သောအခွင့် အာဏာပြု၍ ပိုမိုကောက်ခံခြင်း၊ ဝန်ထမ်းများသည် တောင်းသလောက်ငွေပေးမှ စာရွက်စာတမ်းကို လက်မှတ် ရေးထိုးခြင်း(လာဘ်ယူခြင်း)။ လာဘ်ငွေယူပြီးမှ အခွင့်အရေး ပေးခြင်း၊ မိမိအာဏာ အသုံးပြုပြီးမှ ရာထူးအပြောင်း အရွှေ့ ရာထူးတိုးခြင်းကို လက်မှတ်ရေး ထိုးပေးခြင်း စသည်တို့သည် ခိုးမှုကျူးလွန်ရာ ရောက်ပါသည်။
- (၃) ပရိပ္ပာဝဟာရ = ဥစ္စာအရပ်ကို ကြံစည်၍ခိုးခြင်း
- (၄) ပဋိစ္ဆန္ဒာဝဟာရ = မြတ်သန်ရွက်စသည်တို့ ဖုံးလွှမ်း၍ခိုးခြင်း
- (၅) ကုသာဝဟာရ = ကဗွည်းပြောင်း၍ ခိုးခြင်း(မဲနှိုက်ရာတွင် မသာမှုဖြင့် မိမိပေါက်စေလိုသူအား အကြံအဖန်ပြုလုပ်၍ပေါက်စေခြင်း။)

အခြားသော ခိုးနည်း ၂၅ ပါး ရှိပါသည်။ မိမိကိုယ်တိုင်ခိုးယူပြီး သူတစ်ပါး အားခိုင်းခြင်း (ပွဲစားထား၍) ငွေမည်မျှပေးလျှင် အမှုအနိုင်ပေးမည် ဟု ဘောင်းဆိုခြင်း၊ ရထားလက်မှတ်မှောင်ခိုခြင်း စသည်တို့သည် သမာ အာဇီဝ မဟုတ်သဖြင့်အပါယ်လေးပါး ကျရပါမယ်။ အဲဒီကိစ္စတွေကိုများသောအားဖြင့် လူလတ်ပိုင်းတို့လုပ်တတ်ကြပါသည်။ ဘာအတွက် လုပ်သလဲ မရှိသူကတော့ သားကျွေးမှု၊ မယားကျွေးမှုအတွက်ပါ။ ရှိသူတွေက ကော ကားတစ်စီးကနေ နှစ်စီးသုံးစီး၊ တိုက်တစ်လုံကနေပြီး သားအတွက် သမီးအတွက် အငယ်လေးတွေအတွက် လုပ်နေကြသည်။ အပါယ်ကိုဘယ်သူတွေသွားမလဲ စားသုံးသူတွေ မသွားဘူး။ စိန်နားကပ်ကြီးနဲ့ မယား ကြီးကလဲ မလိုက်ဘူး၊ မော်ဒယ်ဂဲလ်က လဲ မလိုက်ဘူး။ ကိုဟတ္တာရေ ကိုယ်တစ်ယောက်ထဲ ဒယ်အိုးကို သွားရမှာ သူတို့ကတော့ . . . . .။

ရဟန်းတွေမှာဆိုရင်လဲ လူတို့မှာဖြစ်တဲ့ မိစ္ဆာဇီဝများအပြင် (ဝိနည်းတော်နှင့် မညီသော)



ဒကာဒကာမ တို့ကိုလောကွတ်ပြု ဒါနပြုခြင်း လူတို့လာသောအခါ သင်ဖြူး ခင်းပေးခြင်း။ ထမင်း၊ လဘက်ရည်ပြင်ပေးခြင်း၊ သင့်တော်ရုံထက်ပိုမိုပြီး မျက်နှာ လိုမျက်နှာရ အရေးပေးခြင်း၊ ကလေးပါလာလျှင် ကလေးကို ချော့မြူခြင်း၊ မုန့်ပေးခြင်း စသည်တို့ကို မိမိအားခင်မင်လာပြီး လှူချင်လာအောင် ကျေးဇူး တင်အောင်ပြု သည့်အတွက် ပြန်၍လှူအပ်သော ပစ္စည်းများသည် မိစ္ဆာဇီဝဖြစ်သည်။

ဆင်းရဲသူကလဲ မရှိလို့ ချမ်းသာသူတို့ကလဲ လိုနေသေးလို့ - ဘယ်တော့ ပြည့်စုံကြမလဲ- မလိုချင်တော့မှ ပြည့်စုံပါတယ် ဆိုတာ သတိထား လိုက်ပါ။ ထောင်တွေထဲမှာ သယ်သူတွေရောက်နေသလဲ၊ အဖေအမေကို ခိုးကျွေးလို့၊ လိမ်ကျွေးလို့၊ လာဘ်စားကျွေးလို့ ရောက်တဲ့လူ ဘယ်နှယောက် တွေ့နိုင်မလဲ၊ သားကျွေးမှု၊ မယားကျွေးမှုအတွက် တနည်း နည်းနဲ့ ခိုးလို့ရောက်လာသူတွေဟာ ၉၀ % ရှိပါမယ်။

ပြန်စဉ်းစားပါ။ မိမိမကောင်းမှုနဲ့ ကျွေးနေတဲ့လူတွေ (သားသမီး ဇနီးမယား ခင်ပွန်း) တွေဟာ ဘယ်ကလာတဲ့ လူတွေလဲ အရင်ဘဝတွေက ဆွေမျိုးတွေလား - လုံးဝ မသိသူတွေ သူတို့ဘယ်ကိုပြန်သွားမှာလဲ သင့်ကိုထားပြီး သွားချင်ရာသွားကြမှာ (ချီးပိုးထိုး ဖြစ်သွားတဲ့ မိဖုရားကြီး နမူနာကြည့် ဘုရင်ကြီးရဲ့ သွေးကိုဖောက်ပြီး ချီးပိုးထိုးကို တိုက်ချင် တယ်တဲ့) သင်နဲ့ ဘယ်လောက်များနှစ်တွေကြာကြာနေရမလဲ အဲဒီလူတွေအတွက် ဒယ်အိုးကို သွားမှာလား တာဝန်ကျေရမယ်ဆိုတာတော့ မပြောလိုပါ။

ဥပမာ ဟစ်ခုပြောမယ်။ ဟစ်ယောက်ထဲ ရထားစီးထွက်သွား တယ်။ ကိုယ့်ဘေးမှာ လူတစ်ယောက် (ဘယ်သူမှန်းမသိ) သူ့ကို သင်ဘယ်လောက်ခင်တွယ်မလဲ အစားအသောက် ကျွေးရင်ကျွေးပါ။ သူဆင်းချင်းတဲ့ နေရာ ဆင်းသွားမှာပါ။ သင့်ထံ ဖုန်းလဲမဆက် လာလဲတွေ့မှာမဟုတ်တော့ ပါဘူး။ သင်ကလဲကိုယ့် မိသားစုကို အဲဒီလို သဘောထားပါ။ တွေ့တဲ့ကျွေးပါ။ မွေးပါ။ တာဝန်ကြေပါ။ ဒယ်အိုးအရောက်ခံပြီးတော့ အပိုတွေ မလုပ်ပါနဲ့၊ သမာအာဇီဝနဲ့ ချမ်းသာအောင်ရွာတာ ဘာမှပြောစရာမရှိပါ။

အဲဒီတော့ မိမိတို့ဘဝ ပြီးခဲ့တာတွေကို သံဝေဂယူစရာရှိတာတွေ ယူပါ။ မကောင်း ခဲ့တာတွေ ဘာမှမစဉ်းစားနဲ့တော့၊ ရှေ့ဆက်ပြီးကောင်းအောင်နေပြီး ဝိပဿနာကိုပွားများ ပါ။ ဘယ်လောက်ဆိုးခဲ့မိုက်ခဲ့ ကိစ္စမရှိပါ။ တရားထူးရနိုင်ပါတယ်။ ဒီအခြေအနေက အကောင်းဆုံးပါ။ ဉာဏ်ထက်တဲ့ အရွယ်တွေ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အတွေ့အကြုံတွေကလဲ များခဲ့ပါပြီ။

အလှူအတန်းတွေတော့ လုပ်ခဲ့မှာပါ။ သစ္စာမသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဘယ်လောက်ပဲ လှူလှူ ဒိဋ္ဌိကိန်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် နိဗ္ဗာန်မရဘူး၊ မြေပြင်ကနေ ကောင်းကင်ထိအောင် ပုံလှူ သစ္စာမပါရင် နိဗ္ဗာန်မရဘူး၊ ဒါနကခုပြုလို့ ရှိရင် လူချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဖြစ်စေ နိုင်တယ်။ ဒီနေ့သင်တို့ဟာ ကျောင်းဆောက်တယ်။ သိမ်ဆောက်တယ်။ ဘုရားတည် တယ်။ လမ်းခင်းတယ်။ ရှင်ပြုတယ်။ အဲဒါတွေ လူချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာပေးပါတယ်။ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာကို



ဘာကြောင့်မရသလဲဆိုရင် သစ္စာမသိလို့ (အမဲကံတွေ ရောလို့) သစ္စာဆိုတာ တခြား မဟုတ်ဘူး - ရုပ်ခန္ဓာမှာရှိတာ၊ ရုပ်ခန္ဓာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဒုက္ခသစ္စာကို မမြင်ရင် အဝိဇ္ဇာဘဲ အဲဒီတော့ ဒိဋ္ဌိဖြစ်နေပြီ။ နိဗ္ဗာန်မရနိုင်ပါဘူး။

ယခုခေတ်က For show တွေများနေတယ်။ အကြောင်းတရားများ ကြောင့် လှူတန်းနေတာဆိုရင် ကုသိုလ်ဘယ်လောက်ရမလဲ သင်သိပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရွယ် ကောင်းတုန်း အချေအနေပေးတုန်း ဝိပဿနာကို အားထုတ်ပါ။ ပြီးတာတွေပြီးပါစေတော့။ လူ့သက်တမ်းမှာ ဒါအရွယ်အ ကောင်းဆုံးပါ။ တစ်နေ့ တစ်နာရီလောက် ပိုလုပ်နိုင်ရင် ပိုကောင်းပါတယ်။ အကောင်းဘက်ကို ဦးတည်လိုက်ပါ။ ကောင်းပြီးသား လူတွေကို ဘာမှ မပြောလိုပါ။

### တတိယအရွယ်

တတိယပိုင်းအရွယ်ကတော့ ၂၀တွေကလဲ စုံခဲ့ပြီ။ အစစအရာရာ ခေါက်ရိုး ကျိုးနေကြပါပြီ။ ဝိပဿနာ တရားအားထုတ်လျက်ရှိသူများကိုတော့ သာဓုခေါ်ပါတယ်။ အထူးပြောစရာမရှိပါ။ နောက်ထပ်နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ တစ်မျိုးကတော့ အတ္တလွန်ကဲပြီး မာနကြီးတဲ့လူ၊ ငါက ဘာမှမဟုတ်တာ လုပ်တဲ့လူမဟုတ်ဘူး၊ မကောင်းတာတစ်ခုမှ မလုပ်ဘူး (ကိုယ်လုပ်တာတွေ ကိုကောင်းတယ်ထင်နေတာကိုး) အားထုတ်စရာမလိုဘူး ဆိုတဲ့လူရယ် ဝိပဿနာကို မက်ဟယ်ယင်ဟာရယ် နားမလည်သဘောမပေါက်သေးလို့ သံဝေဂမရသေး တာကြောင့် မလုပ်သေးတာဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အားလုံးကတော့ ပထမအရွယ်ကျော်ခဲ့ပြီ၊ ဒုတိယအရွယ်လဲ လွန်လာခဲ့ပြီ၊ နောက်ဆုံး အရွယ်ရောက်လာပြီ။ အိုလာပြီ အိုလာလို့ ပါးလာတဲ့ (အိုပါး) လဲ ဖြစ်လာပြီ။ အစစ အရာရာမှာ လဲစိတ်သာရှိတယ်။ ကိုယ်ကလဲ မလိုက်နိုင်၊ စိတ်ရှိတယ်သာ ပြောတာ အတွေးအခေါ်တွေကလဲ ညံ့လာပြီလေ။ အဲဒီတော့ ကိုယ့်ကိုသူများတွေက အိုလို့နေရာ မပေးချင်တဲ့ အတွက် အပယ်ခံရလို့ (အိုပယ်) ဖြစ်လာပြီ။ သူများကပယ်တာမဟုတ်တောင် ကိုယ်ကလဲ ခပ်ခွာခွာနေတာကြောင့် ကိုယ်ကပဲ ပယ်လိုက်တာလဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ငယ်ငယ်တုန်းကလို့ ဝိပဿနာမလိုက်စားခဲ့၊ ဒုတိယအရွယ် တုန်းကလဲ သားကျွေးမှု၊ မယားကျွေးမှုတွေနဲ့ လုံးဝမ်းလာခဲ့ပြီ။ ဘာဝန်လဲ ကျေခဲ့ပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ မြေးရတာ တောင်လိုက်ပြီး ထမ်းဆောင်ချင်သေးတယ် အဖေ တို့အမေတို့ တရားစခန်းသွားအားထုတ် ပါလား သားသမီးတွေက ပြောတော့ ငါမရှိမဖြစ်ဘူးဆိုတာ ရှိသေးတယ်။ မြေးလေးတွေက ငါရှိမှ နင်တို့က ဂရုစိုက်တာမဟုတ်ဘူး၊ အငယ်ကလေးကလဲ ကျန်းမာရေးကောင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ငါနဲ့အိပ်မှ ကောင်းကောင်းအိပ်တာတဲ့၊ ရေနစ်လို့ နှာခေါင်းသာပေါ်နေတဲ့ လူက ကုန်းပေါ်က လူတွေအတွက် စိုးရိမ်နေသေးတယ်။

မြစ်ထဲမြောလာတဲ့ ဆင်သေကို ဖက်တွယ်လိုက်တဲ့ ကျီးကန်းလို ဆင်သေကို စားသောက် နေရတော့ ပျော်ပျော်ပါးပါးနဲ့ နေလိုက်တာ ဆင်သေကိုစွန့်ပယ်ရမယ် ဆိုတာနားမလည်ဘူး။



တစ်သက်လုံး ဟန်ကျနေပြီထင်တာ ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာ ထဲရောက် နေပြီး ဆင်သေလဲပွပြီ  
 ရေမြုပ်သွားတော့မှ ဘယ်ကိုမှမယုံနိုင်တော့ဘဲ ရေထဲကျပြီး ငါးစာဖြစ်သွားတဲ့ ကျီးမိုက်လို့  
 အဖြစ်မခံပါနဲ့။

လူတွေဟာဆင်သေကောင်ပုပ်နဲ့တူလှစွာသော စည်းစိမ်ချမ်းသာ ဇနီးမယား  
 သားသမီးများနှင့် ရွှေငွေဥစ္စာတို့ကို မက်မောနေခြင်းကြောင့် တရားအားမထုတ်ဘဲ သေသွားရင်  
 ကျီးကန်းလို သမုဒ္ဒရာထဲ မရောက်ပေမဲ့ ဒယ်အိုးထဲရောက်သွားဦးမယ်။

ဇရာတရားကို ရင်ဆိုင်လာရပြီ ပင်လယ်လှိုင်းကြမ်းများထန်လှသော ရေလေ  
 ပြင်ကြီးက မရုဏတရားပင်ဖြစ်တော့သည်။ ဇရာမရုဏ တရားက နေ့စဉ်မပြတ် မိမိ၏  
 အသက်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကို ငါးမျိုးဖျက်ဆီး နေမှုကြောင့် ကမ်းနှစ်ဖက်မှ တောအုပ်နှင့်တူလှသော  
 နိဗ္ဗာန်တရားကို ယခုကပင် လှမ်းမြင်နေပြီဖြစ်သောကြောင့် တရားကျင့်ကြံ အားထုတ်  
 သင့်ကြောင်း မြတ်စွာဘုရားက ဟောခဲ့ပါတယ်။

ကိုယ်ကလဲ နေရာတကာ အရာရောက်ချင်တယ်။ မိန်းမအိုတော့ စကားများ လာတယ်။  
 ယောက်ျားအိုတော့ ဒေါသကြီးလာတယ်။ (တရားမရှိ သူတွေကိုပြောတာ) အနားကို မကပ်ချင်  
 တော့ဘူး။ လင်မယားချင်းတောင်နေ့တိုင်း တကျက်ကျက်နဲ့ ကြည့်မရတော့ဘူး။ အနားမကပ်  
 ချင်ကြတော့ဘူး။ ဖြို့ပွာကြားဖူးပါတယ်။ လင်မယားနှစ်ယောက် အိုလာတော့ အတူမအိပ်  
 ချင်တာနဲ့ ယောက်ျားက တစ်ခန်းခွဲအိပ်ပြီး မိန်းမလိုက်လာမှာ စိုးလို့ ကုတင်ဘေးကစားပွဲမှာ  
 ဘုရားတွေပင့်တားတယ်တဲ့။ ဘုရားခန်းဆိုကော့ မိန်းမဝင် အိပ်လို့မရတော့။ အဲဒါသာကြည့်တော့  
 အခြေအနေတွေက ဆိုးဝါးလာတာ။ မြေးလေးတွေကို အဖိုးအဖွားကနင်တို့ ငါသေရင်  
 ဘယ်လိုလုပ်မလဲမေးတော့ ကလေးတွေကဘာပြောတယ်မှတ်လဲ အဖိုးသေတုန်းက  
 ခေါက်ဆွဲကျွေးတာမကောင်းဘူး။ အဖွားသေရင် တော့ မုန့်ဟင်းခါးစားရမှာ ပေါ့တဲ့။ ကလေး  
 တွေကလဲ အဲဒီလောက်မြတ်နိုးတာ။

အဲဒီတော့ ကိုယ်ဘာလုပ်သင့်သလဲ အားလုံးကို တွယ်တာမနေပါနဲ့ ငါမရှိမဖြစ်ဘူး  
 မလုပ်နဲ့ (ဖြစ်တယ် စိတ်ချ) ဝိပဿနာ တရားကိုအားထုတ် ပါတော့၊ အရွယ်သုံးပါးလုံး  
 တဏှာခိုင်းတာနဲ့ပဲ အချိန်ဖြုန်းပစ်တော့မယ်ဆို ရင်တော့ အနွှဲကြီးနွှဲလိမ့်မယ်၊ တဏှာခိုင်းတာကို  
 ကျွန်ုပ်ပီပီလုပ်နေလို့ရှိရင်ပော့ သူကလဲ ဒီအလုပ်ပြီးရင် ဟိုအလုပ် ခိုင်းမှာပဲ။ ပတ်ပြီးခိုင်းနေမှာပဲ။  
 တဏှာက တရားအားထုတ်ပါလို့ပြောမှာ မဟုတ်ဘူး။ တချို့က ခေါင်း သာဖြူနေပြီး အစွယ်က  
 ကျိုးနေပေမယ့် ဒါလုပ်ရိုးလုပ်စဉ်ပဲ ငါတို့ပစ်ထားလို့ ရတာမဟုတ်ပါဘူးဆိုပြီး အမောဆိုက်အောင်  
 ခိုင်းလဲ လုပ်နေမှာဆိုရင်တော့ သံသရာ အတွက် မကောင်းပါဘူး။

အချိန်မနှောင်းသေးပါဘူး။ ဒီစာဖတ်ပြီးရင် စလုပ်ပါ။ လူကြီးတွေ ဆိုတော့ သီလက  
 ကောင်းပြီးသားပဲ (တစ်ခွက် တစ်ဖလား သောက်ရင်လဲ ရပ်ပစ်လိုက်ပါ) ငါးပါးသီလ အခြေခံပြီး  
 ဝိပဿနာ ရှုကြပါတော့။ ရှုနည်း တွေလည်း ရေးပြထားပြီးပါပြီ။

အကယ်၍များ ဝိပဿနာလဲ နားမလည်နိုင်တော့ဘူး သင်ပေးလို့လဲ မရတော့



ဘူးဆိုရင်တော့ တရားခွေတွေ ဖွင့်ပြီး တရားနာ၊ သင့်တော် တဲ့ဒါနတွေလုပ်၊ ဗုဒ္ဓနုဿတိ ပွားများပြီး အချိန်ကုန်ကြပါစေ။ စိတ်ရှိဖို့သာ အဓိက အချိန်မနှောင်းသေးပါဘူး။”

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာတရားဆိုတာ အရွယ်သုံးပါးလုံးအားထုတ် လို့ရပါတယ်။ (အားထုတ်နေသူများအတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ပြောနေခြင်း မဟုတ်ပါ။)

အသက်ကြီးသူများအားလုံး အဆင်ပြေအောင်

**ပါးစပ်ကိုပိတ်ပြီး ပိုက်ဆံအိပ်ကို ဖွင့်ထားပါ။**

**သတိပဋ္ဌာန်တရားအားထုတ်တဲ့အတွက် အကျိုး (၇)ပါး**

- (၁) ကိလေသာတွေသန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း
- (၂) နိုးနိမ့်ခြင်း၊ ပူဆွေးမှုပျောက်ကင်းခြင်း
- (၃) ငိုကြွေးခြင်း၊ ဒုက္ခတရားတွေချုပ်ငြိမ်းခြင်း
- (၄) ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်းတွေ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း
- (၅) စိတ်ဆင်းရဲခြင်းတွေ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း
- (၆) အသိဉာဏ်တွေရရှိခြင်း
- (၇) နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုခြင်း စတဲ့ အကျိုးတွေရပါတယ်။

ဒါတွေဟာ ဘုရားဟောဖြစ်သဖြင့် စိတ်ချလက်ချ ယုံကြည်ပါ။ ဘုရားကလည်း သူပြောတာတောင် မယုံနဲ့လုပ်ကြည့်ပါ။ လက်တွေ့ခံစား ရမယ်လို့ ပြောထားပြီးသား

ဝိပဿနာကပါရမီရှိမှ လုပ်ရတာ မဟုတ်ပါ။ အဂ္ဂသာဝကမဟာ သာဝကတွေ တွက် ပါရမီ ဖြည့်ကျင့် ရပါတယ်။ ပဂတိသာဝကတွေ ယခုဘဝတင်ပဲ တရားတွေရကာ နိဗ္ဗာန်သွားမဲ့သူများအတွက် ပါရမီမလို့ ကြောင်းကို မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အတိအကျ ပြောထားပြီးသား

ပညာတတ်စရာမလို့ ဉာဏ်ထိုင်းလို့ တရားအားထုတ်မရဘူးဆိုတာ လဲမဟုတ်ပါ။ ဖျင်းရင်ဖျင်းပါစေ မပျင်းဘို့ဘဲလိုတာ (မပျင်းနဲ့) ဘုရား လက်ထက်က စူဠပန္နမထေရ်ဟာ တော်တော်ဖျင်းသလား မပြောနဲ့၊ ဉာဏ်ထိုင်းတာကလဲ ပထမတန်းစားဘဲ လေးလလုံးလုံး စာတစ်ပုဒ်တောင် မရဘူး။ မပျင်းဘဲ အားထုတ်တာနောက်ဆုံးတော့ ရဟန္တာ ဖြစ်သွား တယ်။

ဝိပဿနာ အားထုတ်ရင်း ရူးတတ်တယ်လို့ မဟုတ်က ဟုတ်က ပြောကြတယ်။ ပဋ္ဌာစာရီအရူးမ (လင်သေ၊ သားသေ၊ မိဘ ဆွေမျိုးတွေ သေလို့ ရူးသွားတာ) ကိုယ်လုံးတီးနဲ့ ဘုရားရှေ့ပြေးလာတယ်။ လူတွေက အဝတ်ပတ်ပေးပြီး ဘုရားက တရားဟောတော့



အရူးပျောက်ပြီး နောက်တော့ ရဟန္တာ ထေရ်ရီမ ကြီးဖြစ်ရုံမက ဝိနည်းအရာမှာ ဧကဒဂ် ဘွဲ့ထူးရတယ်တဲ့ ရူးတဲ့လူတွေလဲ တစ်ချို့ရှိတယ်။ ဆိပ်ကွယ်ရာမှာ အားထုတ်ခြင်းကြောင့် ပရလောက၏ ဒုက္ခပေးကြလို့ဖြစ်တယ်။ မှားယွင်း နေတဲ့ တရားတွေကို အဟုတ်မှတ်ပြီး အားထုတ်လို့ဖြစ်တာကြတာပါ။ ဆရာကောင်းနဲ့ ချဉ်းကပ်ရင် ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာဟာ အရူးပျောက်ဆေးဖြစ်ပါတယ်ဆိုတာ ယုံကြည်လိုက်ပါ။

ရိပ်သာထဲဝင်မယ်ဆိုရင် တရားစာအုပ်တွေ ဖတ်သွားပါ။ ပထမ အိမ်မှာဘဲ အမှတ်(၄)(၉) စာအုပ်တွေဖတ်ပါ။ စူဠသောတာပန် (တစ်ဘဝ အပါယ်ပိတ်သည်) ကျေညက်စွာဖတ်ပါ။ ဝိပဿနာအားထုတ်ရင် ဒိဋ္ဌိ (မှားသောအယူ) တွေကို ပယ်ရပါတယ်။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒါန၊ သီလ၊ ဝိပဿနာ ကိုနောက်ထား ဒိဋ္ဌိကို အရင်ပယ်ပါအုန်းတဲ့ . . . စာဖတ်သူသင်သည် အမှတ် ၄ နှင့် ၉ စာအုပ်များကို သေသေချာချာ ဖတ်ရင် ဒိဋ္ဌိပယ်ပြီး ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

သမထ ဝိပဿနာ အားထုတ်ခြင်းအတွက် အမှတ်(၃) စာအုပ်နှင့် အမှတ် (၈) စာအုပ်ကိုဖတ်ပါ။ အမှတ် (၅) စာအုပ်တွင်လည်း သိသင့် သိထိုက်သည်များကို ရေးထား ပါသည်။

ဝိပဿနာအားမထုတ်ခင် အမှတ်(၆) သစ္စာလေးပါးတရားကို လည်း သိအောင်လုပ်ပါ။ ဒုက္ခသစ္စာကို အထူးသိအောင်လုပ်ပါ။ တရား စာအုပ်များကို အလွယ် ကူဆုံး အရှင်းဆုံးအဖြစ် ရေးသားထားပါသည်။ တရားအားမထုတ်ခင် ကြိုတင် ဖတ်ပါ။ အဲဒီစာအုပ်တွေဟာ သင့်ရဲ့ဆရာတွေဖြစ်လို့ သင်အားထုတ်ဖို့ စိတ်အားသန် လာပါ လိမ့်မည်။ ဝိပဿနာဆိုတာ လွယ်ပါတယ်။ နည်းသိဖို့နဲ့ အားထုတ်ဖို့သာလိုတာပါ။

တရားစာအုပ်တွေ ကြိုတင်ဖတ်ထားပါ။ အပြည့်အစုံရေးမပြနိုင်တော့ပါ။ စာရှည် သွားပါမည်။ မူကြိုအဆင့် အပိုထပ်ဆောင်းရေးပြသွားပါမည်။ ဝိပဿနာကို အားထုတ်နေသော ယောဂီများထဲမှ ရင်ဖွင့်သံများကြားရပါသည်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ တရားရသွားပြီထင်နေကြတာတဲ့ ထင်ချင်စရာပါပဲ။ မဂ်တုတွေကိုမဂ်လို့ ထင်မိ တတ်ပါတယ်။ တကယ်တရား အားထုတ်ပြီး ပြင်းပြင်းထန်ထန်လုပ်လာတော့ ဖြစ်ပျက်တွေ မြင်လာတယ်။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသာမဟုတ် နှိပ်စက်ခြင်းတွေလဲ ပါလာတယ်။ လူတစ်ကိုယ် လုံး အင်တွေနဲ့ကိုးခြင်းခံရသလို မီးလောင်နေသလို တစ်ခါ တစ်ရံ သစ်သားစို့ကြီး ရိုက်သွင်း ခံရသလို အဆမတန်အသားကုန်နှိပ်စက် ခြင်းကိုလည်း ခံရ၏။ ဇောချွေးတွေပြန်ပြီး မျက်ရည်များတောင် ကျကြပါသည်။ အဲဒီအခါ ငါဝင်မပါဘဲ ဖြစ်ချင်တာဖြစ်စေဆိုပြီး ကြည့်နေလိုက် အဲဒီအချိန်မှာ အလင်းတန်းကြီးပေါ်ပြီး အားလုံးဝေဒနာတွေ ဖြစ်ပျက်တွေ ချက်ခြင်း လျော့ကျပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကြီး လေထဲလွင့်နေသလားတောင်ထင်မိ တတ်ပါတယ်။ စိတ်ကလဲ ပေါ့ပါးရွှင်လန်းလာပါတယ်။ သူ့ဝေဒနာကို ခံစား နေရပါတယ်။ ဒါကို မဂ်ကျပြီ လို့ ထင်တတ်ကြပါတယ်။ ဒါဟာ ဥပက္ကိလေ သာဖြစ်တဲ့ မဂ်တုတွေပါ။ အဲဒီအကြောင်းကို စာလဲမဖတ်ဘူး။ ဆရာကလဲ ပြောပြမထားရင်



## သေခါနီးမှ အားထုတ်မှားလား

မသေချာတဲ့အလုပ်တွေကို သေခါနီး မျက်ဖြူဆိုက်လို့သတိ ကင်းလွတ်နေမှ တောင်စဉ်ရေမရ စိတ်ကူးတည့်ရာ လျှောက်လုပ်နေတာထက် သေချာတဲ့ ဗုဒ္ဓနည်းပြသစ္စာ ဓမ္မနည်းလမ်းတွေကို ကြိုတင်လေ့ကျင့် အားထုတ်ပြီး ပြင်ဆင်ထားတာက စိတ်အချရဆုံး ဖြစ်လိမ့်မယ်။

အချို့ကပြောကြ၏ သေခါနီးကျမှ အာနာပါနုပျဉ်း သေလိုက်မယ်။ သတိကလေးနဲ့ သေလိုက်မယ်ပေါ့။ လက်လွတ်စံပယ် အသိဉာဏ်ကင်းမဲ့ စွာပြောတတ်ကြသည့် ယခုဘဲ ၅ မိနစ် အာနာပါနု စမ်းကြည့်ပါအုံး စိတ်ဆိုဘယ်လိုနေမလဲ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ ၂၅ မိုင်ပြေးပွဲ ကျင်းပတဲ့နေ့ကျမှ ဝင်ပြိုင်ရင် ၁ ဖာလုံတောင်ရောက်သေးဘူး မောလို့ဘေးထွက် လိုက်ရမှာပေါ့။ ရက်ပေါင်းလပေါင်းများစွာ အပြေးလေ့ကျင့်ပြီး သက်လုံကောင်းမှသာ ဝင်ပြိုင်လို့ရမှာပေါ့။ ဒါကြောင့် သေဖို့အတွက်ကို မသေခင်ကထဲက လေ့ကျင့်ထားကြပါ။

**ငါ့မသေခင်ဘာလုပ်သင့်တယ်ဆိုတဲ့ အသိတရားဟာ ဘာပတ်စုလုံး အတွက် သိတတ်တဲ့ အရေးကြီးတဲ့အသိပါ။** အဲဒီ အသိမသိနိုင်ဘဲ အသက်ရှည်လျက် ဘဝသေနေသူ တွေဟာ အများကြီးပါတယ်။ အစွဲအလမ်း ကြီးမားစွာနဲ့ မိုးလင်းမှ မိုးချုပ်ထင်တိုင်းကြ လောဘ ဒေါသ မာန၊ ဣဿ၊ မစ္ဆရီယတွေနဲ့ မေ့လျော့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တွေဟာ ဘဝရဲ့ အဓိပ္ပါယ်နဲ့ တန်ဖိုးအစစ်အမှန်ကို သိမြင်ခံစားဖို့ခက်ခဲလှပါတယ်။

ငွေကြေး ဓနဘယ်လောက်ပဲချမ်းသာပါစေ ရာထူးဂုဏ်သိမ် ဘယ်လောက်ပဲ ကြီးမားပါစေ ပညာတွေပါရဂူဘွဲ့လောက်ရပါစေ၊ ဘယ်လောက်ပဲတတ်မြောက်ပါစေ၊ လူ တစ်ယောက်အတွက် အခြေခံလိုအပ်ချက် အသိဉာဏ်တွေဖြစ်တဲ့။ မကောင်းမှုကို ရှောင်တဲ့အသိ၊ ကောင်းမှုကိုပြုလို တဲ့အသိ၊ စိတ်ကိုဖြူစင်အောင်ထားတဲ့အသိတွေ မရှိပဲနဲ့ မကျင့်သုံးဘဲနဲ့တော့ လူတန်ဖိုးလည်းမရှိ လူ့အဓိပ္ပါယ်လည်းမပြည့်ဝ၊ လူဖြစ်ရကျိုးလည်းမနပ် သေးပါဘူး။

ဒီလိုနဲ့ပဲ သေခါနီး ဘာမှမလုပ်ရှားနိုင်တော့ မှ မိမိရဲ့ မပြည့်စုံတဲ့ ဘဝကို သတိ ထားမိကြပြီး နောင်တမျက်ရည်တွေ ကျကြရတော့တာပဲ။ ဘဝရဲ့ အဓိပ္ပါယ်အမှန်ကို တကယ်ခံစားသိမြင်တဲ့ ပညာဉာဏ်မရှိပဲနဲ့ နှစ်ပေါင်းတစ်ရာအသက်ရှည်နေထိုင်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးထက် ဝိပဿနာ ပညာဉာဏ်ကိုသိမြင်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးရဲ့ တစ်နေ့တာ အသက်ရှင်ခြင်းက ပိုပြီးမြတ်တယ်တဲ့။

ဝိပဿနာလုပ်ခင် အသေကဦးသွားမှာဖြင့် ချောက်ကျပြီသာမှတ် ပေတော့။ ဝိပဿနာမလုပ်ရသေးဘဲ အိပ်ယာထဲမှာ ရောဂါဝေဒနာ ခံစားနေတုန်း သေဖို့အချိန် စောင့်နေ တုန်းမှာ တရားအားမထုတ်မိတာ မှားပါပေါ့လား အလုပ်မလုပ်ခဲ့ရလို့ သေချင်း ဆိုးနဲ့သေရ တော့မယ်။ ဘယ်သား ဘယ်သမီး ဘယ်ပစ္စည်းကမှ မကယ်နိုင်ကြတော့ ပါလားဆိုပြီး ဝမ်းနည်း ပက်လက်နဲ့ နောင်တမျက်ရည်ကျရမယ် အဲဒီအချိန်ဟာနှောင်း သွားပြီ။ အပိုပါပဲ။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်



ဒေါမနဿဖြစ်ပြီး ပိုလို့သာ နစ်မွန်းတော့မယ်။ ဒါကြောင့်မလုပ်ရင်မဖြစ်ဘူးဆိုတာ ခုထဲက သဘောပေါက်ကြပါ။

သေခါနီးကျရင်သွားရာရောက်ရမဲ့ ဘုံဘဝကို မြင်ရတယ်။ သွားရမဲ့ ဘုံဘဝကို မြင်ပြီးသိပြီးမှသာသေတယ်။ သွားရာမမြင်ဘဲသေတယ်ဆိုတာ လုံးဝမရှိဘူး။ အလုပ် မလုပ်သေးရင် သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိတန်းလန်းနဲ့ သေရမှာချဉ်းပဲ၊ သက္ကာယ အစွဲနဲ့သေရ သူမှန်သမျှ ဒုဂ္ဂတိဘဝ (အပါယ် ဘဝ)ကတော့ မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲပါပဲ။ စိတ်ချ လက်ချ သာနေ ဒယ်အိုး ကတော့ သေချာတယ်။ လူတွေကိုသနားလွန်းလို့ ဆရာတော်ကြီးတွေက ဟောပြောဆုံး မနေကြတာ။

ဒီအထဲမှာ ဆရာတော်ကြီးတွေရဲ့ စေတနာတွေကို အလွဲသုံးစားလုပ်ပြီးမောင် ကြီးနားပင်း ဖြစ်နေကြသေးတယ်ဆိုရင်တော့ ငိုချင်းချချင် သေးလို့ပဲ၊ သေခါနီး ဒုက္ခလှလှ ကြီးတွေ့မယ်ဆိုတာ စိတ်ချ၊ ဝိပဿနာ အလုပ်မလုပ်သေးသူမှန်သမျှဟာ သေခါနီးရင် ငရဲဘုံ ငရဲအိုးတွေ၊ မီးတောက် မီးလျှံတွေ ပြိတ္တာဘုံတွေ၊ တိရစ္ဆာန်ဘုံတွေ အမိဝမ်းရေတွေ စတဲ့အာရုံနိမိတ်တွေ မြင်ကြရမယ်။ သွားရမဲ့ ဘုံဘဝတွေ ကြိုတင်မြင်သွားရမှာပဲ။

မိမိမှာ ကိုယ်ခံအားတရားမပါရင် ကောင်းမှာသုဂတိဆိုတာ ဝေလာဝေး ပြီဆိုရင် မမှားဘူး၊ ဒုဂ္ဂတိဆိုရင် အကြီးအကျယ် စိတ်မချမ်း မသာ ဖြစ်ပြီးသေမယ်။ သုဂတိဆိုပါအုံး သေမှာသိတာနဲ့ တပြိုင်နက် လက်ရှိခန္ဓာနဲ့ သားသမီး ပစ္စည်းတွေနဲ့ ခွဲရတော့မယ်ဆိုတဲ့ ဒေါသလာတယ်။ ခန္ဓာ ရုပ်နာမ်အမှန်မသိတော့ တဏှာဥပါဒါနဲ့ စွဲထားတာကိုး၊ ဒီအမှန် မသိတဲ့ သဘောက မောဟ အဝိဇ္ဇာ၊ အလုပ်မလုပ်ရသေးဘဲသေရင် ဒါတွေနဲ့ သေရမှာ ဒိဋ္ဌိကလဲ မကွာသေးဘူး၊ ဒီတော့ ငါ့ကိုယ်၊ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာစွဲတွေနဲ့ သေရတော့ ဒုဂ္ဂတိက ကိုယ်ပိုင်အိမ်ဖြစ်မယ် ဆိုတာသေချာပါတယ်။ ဒါကြောင့်ဤစာဖတ်သူတွေ ယခုလို အချိန်ကောင်းရတုန်း အကြောင်းညီ ညွတ်တုန်းမှာ ဝိပဿနာလုပ်ကြပါ မလုပ်မိယင် စိတ်မချရဘူး၊ အသေဆိုး နဲ့ မသေကြရအောင်ဝိပဿနာလုပ်ကြပါလို့ တိုက်တွန်းပါတယ်။

ဘုရားရှင်ကလည်း ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ဖို့ အကြိမ်ပေါင်း (၁၇၉၂) ကြိမ်မှာခဲ့တာ သတ္တဝါတွေကိုသနားလွန်းလို့ ဆိုတာ မှတ်ကြပါ။ ဒို့စာဖတ်သူတွေအများစုက ကိုယ့်အတွက် ကိုယ့်အရေးကိုဖြင့် နဲနဲကလေးမှမသိ ဧည့်သည်အဖို့ကျတော့ အရေးကြီး နေလိုက်ကြတာ အိမ်သူဇနီး ခင်ပွန်းသား၊ သမီးဆိုတာတွေက အခုမှ တွေ့ရတဲ့ ဧည့်သည် တွေပါ။ ဒို့လူတွေက သူတို့အတွက်ပူပင်နေကြတယ်။ ကိုယ့်အတွက်ဖြင့် မေ့နေကြတယ်။ ကိုယ်ကမသေတော့မှာ ကျနေတာပဲ။

ခရီးသွားရင်းလဲ ရထားပေါ်မှာသေတာတွေခဲ့ဘူးပြီး ကားမှတ်တိုင်မှာ ထိုင်ရက် သေတာလဲ တွေ့ခဲ့ပြီ။ အားကစားလုပ်ရင်း စကားပြောရင်း လက်ထဲမှာသေတာလဲ ကြုံခဲ့ပြီ၊ ကားမှောက်၊ ကားတိုက်၊ လေဖြတ်၊ ဖျားနာ သေတာတွေလဲ ကြုံခဲ့ကြပါပြီ။ ဒီလိုဆို သံဝေဂ တွေရသင့်ကြပါပြီ။ နာဂစ်မှာ လဲသေကြပြီး မကြာခင်က ဂျပန်ဆူနာမီမှာလဲ သေခဲ့ကြပြီ။



သနားပါတယ် ဆိုတာလောက်ပဲ။

ခန္ဓာရှိရက်နဲ့ ခန္ဓာမေ့နေကြတယ်။ ခန္ဓာက ကျုပ်အနိစ္စ၊ ကျုပ် ဒုက္ခ၊ ကျုပ်အနတ္တ ဆိုတာ ပြနေသားပဲ မသိချင်ယောင်ဆောင်နေကြတယ်။ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးပြနေတာ ခန္ဓာက ကြည့်ပါ ကြည့်ပါဆိုပြီး ဒုက္ခသစ္စာကြီးကိုပြနေတာ ဒါကိုကြောင်တောင်တောင်လုပ်ပြီး မမြင်ချင်ယောင်ဆောင် မသိချင်ယောင်ဆောင်နေကြတယ်။

အရေးအမျိုးမျိုးနဲ့ အကျိုးမရှိနေလာခဲ့ကြတာ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားဆိုတာလဲ ဘယ်လောက် ပါသလဲ သူများကိစ္စတွေနဲ့သာ အချိန်ကုန်နေကြတာ အဲဒီသူများက ကယ်မလားစွဲချမလား စဉ်းစား၊ လူပြည်လာကာ ဘာတွေ ပဲလုပ်ခဲ့လုပ်ခဲ့ အသေကောင်း အောင်တော့ လုပ်ဖို့လိုမှာပေါ့။ ငါချင်းသာရင် ပြီးရောဘယ်သူတွေမျက်ရည်ကျကျ ငါနဲ့ မဆိုင်ဘူးဆိုရင်တော့ သွားပေအုန်းတော့ အပါယ်လေးပါး၊ စပါးအလေးတင်းတောင်းခိုးတဲ့ ရွာကငွေရှင်ကြီး သေတော့ ကုရင် အိမ်မှာ ကျွဲသွားဖြစ်တယ်။ ကုရင်ကလဲ ဒီငွေရှင်ကြီးမှန်း သိလို့ ဖိခိုင်း၊ အလကားနေရိုက်နေတာ ယခင်ဘဝက မိန်းမက ငွေအများကြီးနဲ့ဝယ်တာတောင်မရောင်းဘူး။ အညှိုးလွန်နဲ့ အပျင်းပြေ ရိုက်နေတာ ဒီလောကတွင် ရှိနေတယ်။

ပစ္စည်းရှိတဲ့လူကလဲ ကုန်းတစ်စီးက ၂ စီး၊ တိုက်တစ်လုံးကနေ နှစ်လုံး သား သမီးအတွက် ဘာညာတွေရောရှိရက်နဲ့ အပူတွေနဲ့၊ မအားကြဲ ဘူး။ မရှိတဲ့လူကလည်း ဝမ်းစာရှာရလို့ မအားကြဲဘူး။ ဒီလိုနဲ့ မအားဘဲ သေသွားကြရတာပဲ။

ငရဲကျသူဟာ ငရဲမှာ အရှင်လတ်လတ်ကြီးခံရတာ၊ ငရဲကျသူဟာ ခံရလို့မသေဘူး၊ အရှင်အတိုင်းခံရတာဒီလိုခံရတာကလဲအတိုင်းအဆမရှိဘူး၊ ဘယ်လောက်ကြာမယ်မသိဘူး၊ ကံမကုန်သေးသရွေ့ ခံကြပေတော့။ ပြိတ္တာဖြစ်တော့လဲ နှပ် တံတွေး မစင်တွေ စားကြအုန်း၊ လာဘ်စားတဲ့ လူတွေကလဲ ကိုယ့်ကြောက အသားခွာစားကြရသေးတယ်။

ခုတော့ အဆင်မပြေသေးဘူး။ ဒီအိမ်ကလဲ ပြင်ရဆင်ရတန်းလန်းကြီး ကားအမည် ပြောင်းကလဲ မပြီးသေးဘူး၊ သားသမီးတွေကလဲ ဟလုည့် စိပို့ကြိုနေရတာနဲ့ မအားသေးဘူး၊ ကလေးတွေနဲ့နဲ့ကြီးလာမှ အားမှဘဲတရားအားထုတ်တော့မယ်၊ ဖြေးဖြေးမှဘဲ လုပ်တော့မယ် ဆိုပြီး ရက်ရွှေ့ နေ့ရွှေ့နဲ့ အားမှလုပ်မယ်ဆိုရင် သေဖို့ကော အားပါမလား။ ဝိပဿနာ တရား မဂ်ဖိုလ်တရားကလွဲရင် အားကိုးစရာ ဘာမှမရှိဘူး။ မိုးကုတ် ဆရာတော်ကြီး ကတော့ စကားရိုင်းရိုင်းပဲပြောခဲ့တယ်။ ဝိပဿနာမလုပ်ပဲ သေရင် ငရဲအိုးထဲနဲ့ ခွေးဝမ်း ထဲသွားကြမှာ ဒီနေ့ သူဌေးကြီး မနက်ဖြန် ခွေးကြီး (ဘုရား လက်ထက်က သူဌေးကြီး တောဒေယ သူဌေးသေပြီး ခွေး ဖြစ်တာကို ဆိုလိုပါသည်) ပစ္စည်းတွေ စွဲပြီးသေလို့ ခွေးဖြစ်ရ တဲ့သူဌေး ကြီးပါ။

ဝိပဿနာမလုပ်ရင် ဒီလမ်းက သေချာပါတယ်။ သေခါနီး ဒုက္ခ ရောက်မဲ့အပြင် ဒုက္ခတွေက အသင်္ချေ အနန္တ ဆုံးစကို မမြင်နိုင်ဘူး။ သေခါ နီးတော့ ခန္ဓာက အကြောဆွဲ မျက်စိမျက်နှာမျက်နှာတွေကလဲပျက်၊ တွန့် လိုက်လိမ်လိုက်နဲ့နေယင် အဲဒီလူတော့ ကိုယ်ကျိုးနဲ့ရှာပြီလို့ ဆုံးဖြတ်လိုက် ရပါမယ်။ အဲဒီလို ဒုက္ခမရောက်ရအောင် ခုထဲက အချိန်ရတုံး



ကြိုးစားလိုက် ပါ။ အချိန်မနှောင်းသေးပါဘူး။ စလုပ်ရင် အချိန်မီပါသေးတယ်။ မဂ္ဂင်မှသာ အားကိုးရမှာ အမေလဲအားမကိုးရ အဖေလဲမကယ်နိုင် ပစ္စည်းတွေလည်း အားမကိုးရ ငွေဘယ်လောက်ကုန်ကုန် ကုပေးပါဆိုတော့လဲ မမှီတော့ဘူး။ ရွာဦးကျောင်းက ဘုန်းကြီးသွားပင့်လဲ မထူးပါဘူး။ ဒီတော့ ငါဘယ်လိုအလှူ ကြီးလှူလိုက်တာ ဘာဘွဲ့ ထူးတွေရတယ်ဆိုတော့ လောကီကိစ္စတွေ၊ ဘုရား တစ်ဆူနဲ့ တစ်ဆူကြားမှာ အကြီး ကျယ်ဆုံးဒါနပြုခဲ့တဲ့ မလိကာ မိဖုရားကြီး တစ်ချက်မှားတာနဲ့ ငရဲပြည်ရောက်သွား သေးတယ်။

လူတွေဟာ ဘဝအဆက်ဆက် သံသရာ ကမ္ဘာအနန္တကပါလာတဲ့ အကုသိုလ်ကြွေး တွေကလဲ အသင်္ချေအနန္တရှိနေကြတယ်။ အလယ်ဇော ငါးခု နဲ့ လုပ်ခဲ့တဲ့ အပရာ ပရိယ ဗေတနာကံတွေပဲ။ အဲဒီသိန်းပေါင်းများစွာ ပရေပတွက်နိုင်တဲ့ ကြွေးတွေ မဂ်တစ် ချက်ပေါ်ရင် ပျောက်တယ်။ အကုန် ကျေပါတယ်။ (ဥပမာ - အင်္ဂုလိမာလ) ခန္ဓာနဲ့သာ ဆပ်ရလို့သာဖြင့် ကျေနိုင် စရာမမြင်တော့ဘူး။

အဲဒါတွေကိုယ်ရက်နဲ့ ခုတော့မအားလေးလို့ပါ။ တဖြည်းဖြည်းလော့ လုပ်ပါဗယ် ဆိုပြီး ကိုယ့်ဆင်ချေနဲ့ကိုယ်နေကြရင်တော့ အသေဦးသွားဦးရင် ဒုက္ခ၊ ဝိပဿနာအလုပ်ကမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကယ်တင်မဲ့အလုပ်ဆိုတာ လူတိုင်းသိပြီးသားပါ။ မသိချင်ယောင်ဆောင်နေတာ ကသာ အခက်။

ဒီတော့ “မသေခင် ဝိပဿနာရှုကြ၊ သေခါနီးမှ နှလုံး မသာမယာ မရှိပြောစေနဲ့” ငါဘုရားအဆုံးအမပဲလို့ ကောတော်မူတယ်ဆိုတာ ဘိယား လိုက်ကြပါ။

### ရွှံ့အိုင်ထဲက မထွက်ချင်တဲ့ မျိုင်းကို ပြောပါစေနဲ့

လူတွေဟာ ရွှံ့အိုင်ထဲက ငါးဖမ်းနေတဲ့ ဗျိုင်းလိုပါပဲ။ (အကျယ်ကို (၆/၄၀) တွင်ကြည့် အင်မကန်ညစ်ပါဟ်ပါတဲ့ ရွှံ့အိုင်ထဲမှာ ငါးရှာစား နေရတယ်။ အဲဒါကို ဟိမဝန္တာ ကရွှေဟင်္သာကတွေ့တော့ သနားတာပေါ့။ ပုတ်စော်နံနေတဲ့ ရွှံ့ထဲကငါးကို ရှားမစားပါနဲ့ ဟိမဝန္တာမှာရာသီ ဥတုကလဲကောင်း၊ အသီးအနှံတွေကလဲ ပေါများတယ်။ လိုက်ခဲ့ပါ ခေါ်တော့ ဗျိုင်းက ဘာပြောတယ်မှတ်သလဲ အဆွေဟင်္သာ ဟိမဝန္တာချီးမွမ်းခန်း ဖွင့်မနေ နဲ့ အဲဒီမှာရွှံ့တွေရှိသလား၊ ငါးကောရှိသလား၊ မရှိရင် လာမပြောနဲ့တဲ့၊ အဲဒီတော့ ရွှံ့ဗွက်ထဲ က ငါးညှိနံ့ကို သဘောကျနေတဲ့ ဗျိုင်းဟာ ကောင်းတာကို ညွှန်ပြသော်လည်း ရွှံ့ဗွက်ထဲမှာ ပျော်နေသလို လူတွေဟာလည်း ကာမဂုဏ် ရွှံ့ဗွက် ထဲမှာ ပျော်နေကြတာကမဟုတ်လား၊ တရားအားထုတ်ပါ ဆိုတော့ လာမပြောကြနဲ့ လုပ်နေကြတယ်လေ။



## ကာမဂုဏ်ဆိုတာဘာတာပဲအဖတ်တင်တယ် “ဝ” ကာမဂုဏ်တုတ်ဘူး

လူတွေဟာ စည်းစိမ်ခံစားတယ်။ နတ်တွေလဲ နတ်စည်းစိမ် ခံစားတယ်ဆိုတာ နွားသတ်တဲ့နေရာမှာ အစာစားရမလားဆိုပြီး စောင့်နေတဲ့ ခွေးတစ်ကောင်ရှိတယ်။ နွားသတ်တဲ့လူက နွားသေရဲ့အသားတွေ အကုန် ခြစ်ယူပြီး အရိုးတွေပစ်လိုက်တဲ့အခါ အဲဒီခွေးက အရိုးကိုအာသာတငန်းငန်းနဲ့ လျက်တော့တာပေါ့။ လျက်ရုံလျက်ရတော့ ဘယ်ဝပါ့မလဲ မောတာပဲ အဖတ်တင်တယ်။ ဘယ်တော့မှ မဝပါဘူး။ အမောပြေတော့ တစ်ခါ ထပ်လျက်နဲ့ ဝတယ်ကိုမရှိပါဘူး။

စာရေးသူတို့ စာဖတ်သူတို့ဟာလဲ ကာမဂုဏ်စည်းစိမ်ခံစားပြီး နေကြတယ်။ သားသမီးအရေးကိစ္စ၊ ဇနီးမယား : : : ဆွေမျိုးကိစ္စတွေ လုပ်နေရတာ။ ပျော်နေကြတာ။ မျစ်လိုက်ရတာဟာ ဝနိုင်ပါ့မလား။ ပင်ပန်း ရှိမျှသာပါ။ ခင်ရတာချစ်ရတာ ဝပါပြီလို့များ ပြောတဲ့စကား ကြားဖူးရဲ့လား။ ဘုရားဟောတဲ့ ဥပမာအတိုင်း နွားသတ်ရုံကသွေးသံရဲ့ရဲ့ အရိုးကိုလျက် သွားချတော့တာပဲ မဟုတ်ပါလား။ သေရတာက အဆန်းမဟုတ်ပေမဲ့ ကာမဂုဏ် အစွဲတွေကိုမဖြတ်နိုင်လို့ အပါယ်လေးပါးကသေချာနေပါပြီ။

## အသိဉာဏ်မရှိတဲ့မျောက်လို့ မပြစ်ပါစေနဲ့

နိုင်ငံတချို့မှာ မျောက်ဖမ်းတဲ့နည်းကစ်ခုရှိတယ်။ မျောက်ရဲ့ အားနည်းချက် မိုက်မဲမှုကြောင့် အသက်ကိုပင် စွန့်လွှတ်တတ်တဲ့မျောက်အကြောင်း သိနေတော့ အုံးသီး တလုံးကို မျောက်ရဲ့လက်ဝင်ဆန့်ရုံ အပေါက်ဖောက်တားတယ် ပြီးတော့ အဲဒီအုန်းသီးထဲမှာ မျောက်တွေကြိုက်တဲ့ အစာတမျိုးထည့်ထားတယ်။ အုန်းသီးကိုလဲ ကြိုးတစ်ချောင်းနဲ့ ခိုင်ခိုင်ချည်ပြီး ကျန်ကြိုးဝတစ်ဖက်ကို သစ်ပင်မှာ ခိုင်ခိုင်ချည်ထားတယ်။ အဲဒီလို ထားလိုက်တော့ မျောက်တွေရောက်လာတော့တာပဲ။ မျောက်တစ်ကောင်က အုန်းသီးထဲက အစားကို လက်နဲ့နှိပ်ယူတယ်။ လက်သီးစုပ်ထဲမှာ အစားရတော့ ဆွဲယူ တယ်။ ဒါပေမယ့် လက်သီးဆုပ်က အပေါက်ထက်ပိုကြီးနေတော့ ဆွဲထုတ်လို့ မရဘူး။ အဲဒီတော့ မျောက်ဖမ်းတဲ့လူရောက်လာတယ်။ မျောက်ကလဲ ရုန်းတော့တာပဲ ဒါပေမဲ့ လက်သီး စုပ်ကိုမဖြေဘူး။ လက်သီးစုပ်ကို ဖြေလိုက်ရင် အပေါက်က ဝင်ဆန့်တော့ လွတ်သွားမှာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ မစွန့်လွှတ်ဘဲ ရုန်းကန်နေတော့ နောက်ဆုံး မျောက်ဖမ်းတဲ့လူ ရဲ့လက်ထဲရောက်ပြီး အသတ်ခံရတော့တာပေါ့။

ကျွန်တော်တို့လူတွေကလဲ သားစွဲ သမီးစွဲ ဇနီး ခင်ပွန်းစွဲ၊ ပစ္စည်း စွဲနဲ့ လက်သီး စုပ်ထဲမှာ စုပ်ထားတာ - သေဖို့နီးတာတောင် လက်သီးစုပ် မဖြေချင်သေးဘူး။ သားသမီး ခင်ပွန်း ဇနီးတွေကို မချစ်ရဘူး။ တာဝန်မကျေ ရဘူးလို့ မပြောပါ။ မစွဲကြပါနဲ့လို့ ပြောချင်တာပါ။ အဲဒီအစွဲလက်သီးစုပ်ကို မဖြေကြရင်တော့ သေချာပေါက်ဒယ်အိုးပဲ - ဒါကြောင့်



အသိဉာဏ်မရှိတဲ့မျောက်လို မဖြစ် ကြပါစေနဲ့။

### အပူစုံ ပူပူလေး

မြို့တစ်မြို့မှာ မိသားစုစုရှိတယ်။ တစ်နေ့တော့ အဖေ အသည်း အသန် ဖြစ်တယ်။ သေခါနီးတော့ ခရီးလွန်နေတဲ့ သားကိုလှမ်းခေါ်တယ်။ သားကလဲ မလာသေး ဒီမှာကလည်း တသားသားနဲ့ စွဲနေတာ အသက်ကလဲ မထွက်နိုင်သေး သမီးနဲ့ မယားကိုလဲ လေသံပြတ်တောင်း ပြတ်တောင်းနဲ့ ပွာစရာရှိတာတွေမှာ မသေချင်သေးလို့မျက်ရည် တွေကလဲကျ သားကလဲမလာ သေး တချစ်တောက်တောက်နဲ့ အပူလုံးထနေတော့ ဝိပဿနာကလဲ လုပ်မထားတော့ ကြောက်နေတာပေါ့။ မကြာခင်သားရောက်လာပြီလဲ ဆိုရော မျက်စိဖွင့်ကြည့်ပြီး “သား” လို့ တစ်ချက်ခေါ်ပြီး အသက်ထွက်သွား တယ်။ အဲဒီတော့ ဘယ်ဘဝရောက်မလဲ ဗေဒင်မမေးနဲ့ ပြိတ္တာသေချာတာ ပေါ့။ အစွဲနဲ့ သားသမီးအပူနဲ့ သေတာကိုး။

အိမ်ကလူတွေလဲငိုကာယိုကာနဲ့ အလောင်းပြင်ထားလိုက်တယ်။ နောက်နေ့ မနက်ကျတော့ သမီးလေးကို ဝင်ပူးတော့တာဘဲ။ သမီးလေးတဲ့ နင့်အမေကို ဂရုစိုက်ပါ။ နင့်အမေက ကျန်းမာရေး မကောင်းတော့ ဆေး မှန်မှန်တိုက်ပါ။ ဒီနှစ်မိုးဦးကစောမှာမို့ အိမ်ကိုလဲ သက်ကယ်မိုးဖို့ ကြိုတင် ပြင်ဆင်ပါတဲ့။ သမီးကလဲ . . . သားကလဲ စသည်သည်ဖြင့် မှာနေတယ်။ မသေခင်ကအစွဲတွေ အပူတွေကြောင့် သေတော့ ပြိတ္တာဖြစ်တာတောင် အစွဲတွေအပူတွေ ထပ်လုပ်နေတော့တာပဲ။

ဒါနဲ့ မိသားစုကလဲ ခဏခဏ ဝင်ပူးတော့ ကြောက်လာတာပေါ့။ ဆရာတော်တွေ ကို ကမ္မဝါဖတ်ဖို့ပြောတော့ ဆရာတော်တွေက ကမ္မဝါ ဖတ်တယ်ဆိုတာ အိမ်သားတွေက မလာစေချင်ပါဘူး။ လာတာကိုမကြိုက်ပါဘူးတဲ့။ (မိသားစု စောင့်ရှောက်ဖို့ လာတာတောင် မလာစေချင်တော့ဘူးတဲ့။ နှင်ထုတ်ပေးပါလဲ့) အဲဒါနဲ့ဘဲ ကမ္မဝါဖတ်ပြီး နှင်ထုတ် လိုက်တယ်။ အိမ်ကိုလာခွင့်မရတော့ဘူးလေ။

အဲဒီမှာကင် အဖေပြိတ္တာကြီးက ဘာလုပ်မယ်ကင်သလဲ လွတ်ရာ ကျွတ်ရာပြေး မယ်လို့ ထင်သလား။ ငါဒီလောက်စောင့်ရှောက်တာကိုတောင် နှင်ထုတ်ရကောင်းလားဆိုပြီး စိတ်နာသွားမယ်ထင်ပါသလား။ တစ်ခုမှ မဟုတ်ဘူး။

ခြံအပြင်က သရက်ပင်ကြီးမှာ သွားပြီးကပ်နေတယ်။ အဲဒီအပင် ကနေပြီး သား သမီး ဇနီးမယားကို စောင့်ရှောက်မယ်ပေါ့။ ဒီလိုအခြေအနေ ရောက်နေတာတောင် သားပူသမီးပူ ဇနီးမယားအပူနဲ့ အစွဲကြီးစွဲတုံးဘဲ ပြိတ္တာဆိုတာ တံတွေး၊ နှပ်၊ မစင် တွေ(သားသမီးဇနီးမယားရဲ့ စွန့်ပစ်ပစ္စည်း တွေ)ကို စားရမှာ။

အဲဒီတော့ စွဲလန်းတာတွေ အပူပင်များတာတွေ သဘောပေါက် သင့်ပါတယ်။ သံဝေဂယူသင့်ပါတယ်။ အပူတွေကို လျော့ကြပါတော့။ သေရင် ပြိတ္တာ မဖြစ်ရအောင် ဝိပဿနာ



တရားကိုဘဲ အားကိုးကြပါ။ အပူတွေကို ဒီဘဝမှာတင် ရောင်းခဲ့ပါတော့။ အပူစုံပူပူလေး  
ယူကြအုံး မလား လို့အော်ဟစ်လိုက်ပါတော့။

### တပြည်လုံးရဲ့ အပူစုံပူပူလေးကိုဖယ်ခွာလိုက်သူ

သမုဒယ တဏှာ လောဘ ဆိုတာ တစ်မျိုးထဲပါ - တဏှာလောဘ များလေ များများ ပူလောင်လေ - တဏှာလောဘနဲ့လျှင် နဲ့နဲ့ပူလောင်တာပေါ့ - သားသမီးတွေ စာတော်စေ ချင်တယ်။ ဆရာဝန်ကြီးဖြစ်စေချင်တယ်။ ကြီးလာရင် ကားနဲ့တိုက်နဲ့ ထားချင် တာတွေဟာ တဏှာလောဘကွေပါတဲ့။ အပူလေ့နဲ့အောင် တဏှာလေ့မှာပေါ့။ တဏှာ လေ့မှာဆိုတာ တရားသဘောနားလည်မှုပေါ့။

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတွေဖူးပါတယ်။ သူကတော့ တတိုင်းပြည်လုံးအတွက် ပူနေရခဲ့သူပါ။ သူ့ကိုတော့ လူတိုင်းသိပါတယ်။ ကပ်ချိန်က ဝန်ကြီးချုပ်လုပ် ခဲ့သူ ဦးနုပါ။ ၁၉၉၀ - ခုနှစ်လောက်က သူနဲ့ရင်းနှီးခဲ့ရပါတယ်။ အဲဒီတော့ သူ့အကြောင်း၊ သူ့ဘဝအကြောင်း သူ့ရဲ့ထောင်ထဲကအတွေ့အကြုံ၊ တရား အတွေ့အကြုံတွေ မေးခဲ့ပါတယ်။ ပညာယူရအောင် အတွေ့အကြုံရအောင် ပေါ့လေ။

သူဟာ အဓိကတရားအကြောင်းပြောပါတယ်။ ငါကအေးအေးဆေးဆေးနေချင်လို့ ဖဆပလရွေးကောက်ပွဲမဝင်ဘူး လွတ်လပ်ရေးရပြီးနိုင်ငံရေးမလုပ်တော့ဘူး။ စာရေးဆရာ လုပ်မယ်ဆိုပြီး မွေးရပ်ဇာတိကို ပြန်ခဲ့တာ ဖြစ်ချင်တာတွေမဖြစ်ရဘူးလေ။ အတင်း လိုက်ခေါ်တာနဲ့ ရန်ကုန်ပြန်လာပြီး နိုင်ငံရေးလုပ်ရတယ်။ တိုတိုပြောမယ်။ ဝန်ကြီးချုပ် ဖြစ်လာ တယ်ပေါ့။ အဲဒီတုန်းက မြန်မာပြည်မှာ လူဦးရေ သန်း၄၀ လောက်ရှိမယ်။ အဲဒီ သန်းလေးဆယ်ကောင်းစားရေးအတွက် ငါ့ဘဝနဲ့ပေါ့ကွာ။ တပြည်လုံး ရဲ့အပူတွေ သိမ်းပိုက်ထားတာ စားကောင်းခြင်းမစားရ။ အိပ်ကောင်းခြင်း မအိပ်ရနဲ့ အပူတောထဲမှာ ပျော်နေခဲ့တာ။

ကံကောင်းချင်တော့ ၁၉၆၂ အာဏာသိမ်းတော့ ငါ့ထောင် သုံးနှစ်ကျော်ကျသွား တယ်လေ။ သူ့သားထောင်မချရင် ငါ့ဌာအပူတောမှာ လူးလွန်းနေရမှာပဲ။ ကောင်ထဲ ရောက်သွားတော့ ငါ့အပူတုံးကြီးကို ခွာချလိုက် ပြီလေ။ ထောင်ကျတဲ့နေ့ကစပြီး ငါ့ဥပုသ်စောင့်တယ်။ တရားအားထုတ်တယ်။ ငါ့အတွက် ဟန်ကျလိုက်တာ။ ငါ့ဘဝဟာ အများကြီးပြောင်းလဲခဲ့ရတယ်။ (၃ နှစ်ကျော်နေ့စဉ် တရားအားထုတ်နေရတော့ လိုက်သင့် တဲ့ တရားအဆင့်တွေ ရမှာသေချာပါတယ်)

ဘာကြောင့် သူတရားရသွားတာလဲဆိုတော့ သူပူခဲ့တဲ့ အပူလုံးတွေ တပြည်လုံး ကိစ္စအလုံးစုံအတွက် အပူစုံတွေ ထောင်ထဲမှာပဲ အပူစုံပူပူလေး ယူကြအုန်းမလားဆိုပြီး အခမဲ့ ဖယ်ချခဲ့လို့ပဲ။ ဒါကြောင့် သမုဒယဆိုတဲ့အပူတွေကို လျှော့ချမှသာ သံသရာအတွက်



ဘဝကူးကောင်းကြမှာပါ။

သူကပြောသေးတယ်။ မင်းတို့အမြင်မှာ ဝန်ကြီးချုပ်တစ်ယောက် ဆိုတော့ အာဏာ ပါဝါများမယ်။ ဟိုလူကခေါ်ချင် ဒီလူကခေါ်ချင်မယ်တဲ့။ အထင်ကြီးစရာလို့ လောက်အမြင်မှာ မြင်ကြမှာပေါ့တဲ့။ မြတ်စွာဘုရား ဟောခဲ့တဲ့ ဘိသဇာန်တော်ကြီးမှာ ဗာရာဏသီသုဌေးသား မဟာကဉ္စနနဲ့ ညီမတို့အကြောင်းဟောထားတာ အဲဒီမှာစကား ရှည်မှာမို့ တိုတိုဘဲ ပြော မယ်။ ကြာစွယ်တွေ ပျောက်သွားတော့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မခိုးကြောင်း ကျိန်တွယ် ပြောဆိုကြတယ်။ သူတော်ကောင်းတွေ ကျိန်ပုံက ဒီလို

- ကျွန်ုပ်သည်ကြာစွယ်ခိုးယူမိပါက သားမယားအခြွေအရံပစ္စည်း ဥစ္စာချမ်းသာ ကြွယ်ဝ သူဖြစ်ရပါစေ။

- ရေမြေ သနင်းပြည့်ရှင်မင်းကြီးဖြစ်ရပါစေ
- မိဖုရားခေါင်ကြီးဖြစ်ရပါစေ
- ပြည်ရေးပြည်ရာကို စီမံရသော ပရောဟိတ်ရာထူးကြီးရပါစေ
- ပြည်သူများအကြည်ညိုခံရ၍ လာဘ်ပေါများသော ယောဂီရသေ့

ကြီးဖြစ်ရပါစေ

- ချမ်းသာကြွယ်ဝသော ဒေသရှိ ကြီးကျယ်သော ကျောင်းတိုက် အိုကြီးကို ဦးစီးအုပ်ချုပ်၍ နဝကမ္မအလုပ်များသော ဆရာတော်ကြီး ဖြစ်ပါရစေ။

- လောကီစည်းစိမ်၊ အာဏာ၊ ရာထူး၊ လာဘ်လာဘတို့သည် သူတော်ကောင်း တို့အမြင် ဖြင့် ဒုက္ခရောက်စေသော အရာများဖြစ်၍ “သေခြင်းဆိုး၊ သေရပါစေ”ကက် ကြောက်ဖွယ် ကောင်းသည်ဟုယူဆ၍ ကျိန်ဆိုကြခြင်းဖြစ်တယ်။

မင်းတို့လူတွေအနေနဲ့က ရာထူးကြီးဖြစ်ချင်တယ်။ စီပွားရေးလုပ် ငန်းရှင်ကြီး တွေဖြစ်ချင်တယ်။ လူတွေဝိုင်းပြီး ပြောက်နေဟာကို ကျေနပ်နေ ချင်တယ်။ ဒါတွေဟာ လူကိုခင်လို့မဟုတ်ဘူး။ လူကိုကြည်ညိုလို့မဟုတ်ဘူး ကွ။ သူတို့လိုချင်တာတွေရှိနေလို့ လာကပ်နေကြတာ ဒီကြားထဲ ငွေနဲ့ လာဘ် ထိုး၊ အရက်၊ မိန်းမတွေပါ - ပါလာရင် သံသရာကြောမှာ မျောပေလိမ့်မယ်။ သူတော်ကောင်းစိတ်ရှိတဲ့လူတွေ၊ ပညာဉာဏ်ရှိတဲ့ သူတွေကတော့ တရားရှိ ပြီး ဒါတွေကို ရှောင်တတ်တိမ်းတတ်ကြပါတယ်။

လူဆိုတာက ချမ်းသာပြည့်စုံနေရင်ဘုရား တရားမှန်းမသိဘူး၊ ဒါပေမယ့် For show လေးတွေတော့ ရှိမှာပေါ့။ အလုပ်ပြုတ်ပြီး စီးပွားပျက် တော့မှ ဒုက္ခရောက်တော့မှ ဘုန်းကြီးဝတ်တော့မလို့ ရိပ်သာဝင်တော့မလို့ တောထွက်တော့မလို့ ဖြစ်ကြတာ မဟုတ်လား။

အဲဒါတွေအားလုံး၊ ရာထူး၊ အာဏာ၊ ရွှေငွေ၊ လာဘ်လာဘ၊ စည်းစိမ် ဥစ္စာတွေဟာ အပူလုံးတွေက အဲဒါတွေကို သဘောပေါက်မှ သက်သာမယ်။ သဘောပေါက်ဖို့ဆိုတာ အသိပညာနဲ့ သံဝေဂရစရာတွေ မြင်တွေ့ပြီး တရားရှိမှ သာဖြစ်တာကို ကွ၊ ငါကတော့ ထောင်ထဲမှာ အဲဒီအပူတွေ တစ်ခုမှ မရှိတော့တဲ့အတွက် အေးချမ်းတဲ့ဘဝရောက်ရတာ ပေါ့ကွာ။ ဒါကြောင့်



ငါ့ကို ထောင်ချသူကို ကျေးဇူးတင်တယ်လို့ပြောတာပေါ့။ အပူစုံ ပူပူလေးလေးတွေကို လက်ခံသိမ်းပိုက်ထားခဲ့တာကနေပြီး ဖယ်ခွာလိုက်လို့ အေးချမ်းတဲ့ဘဝ တရားပြည့်တဲ့ဘဝ အကြောင်း တစေ့တစ်စောင်း ပညာရ လိုက်တာပါပဲ။ ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်နေတဲ့ ဘာသာတစ်ယောက် သာမဏီ နေမှာပဲဆိုတာ မြင်ယောင်နေမိပါတယ်။

### မိုက်ချင်သလောက်မိုက်ခဲ့ပါစေ

ကျွန်ုပ်တို့သည် ဝိပဿနာ တရားအားထုတ်ခါနီးတွင် ယခုဘဝ ဖြတ်သန်းလာစဉ်က အရိပ်အမဲများပေါ်ပေါက်လာတတ်သည်။ ကုက္ကုစ္စ ဝင်လာတတ်သည့် ပုထုဇဉ်ပီပီ အမှားမျိုးစုံ လုပ်မိခဲ့သည်။ အခြားသူကို ဖွင့်ပြောနိုင်သည့်အမှားရှိသလို အခြားသူကို ဖွင့်မပြောနိုင်သည့် အမှားတွေ ရှိတတ်ပါသည်။ မိမိသာ အသိဆုံးဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့ ယခုဘဝမိုက်ခဲ့တာဟာ သဘောလောက်ပဲ ရှိပါသေးတယ်။ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားနဲ့လဲတွေ့ဆုံခဲ့သူတွေလဲ ရှိကောင်းရှိမည်။ မကြုံတဲ့ဘဝတွေမှာအလူးသဖြင့် အပါယ်လေးပါးရောက်နေသူတွေ ဖြစ် ကောင်းဖြစ်မည်။ ဒီထက်ဆိုးတာက ဂင်္ဂါဝါဠု သံစုမက ပွင့်တော်မူခဲ့တဲ့ ဘုရားအဆူဆူနဲ့ လွဲခဲ့ကြသည်။ တွေ့သော်လည်းမကျွတ်အောင် မိုက်ခဲ့သည်။ လွဲခဲ့တာကလဲ အများစုဟာ အပါယ်လေးပါးမှာဘဲ ကမ္ဘာပေါင်းများစွာ သက်ဆိုးရှည်ခဲ့တဲ့ ဗြဟ္မာလဲ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်ခဲ့မှာ သေချာတာကတော့ ကမ္ဘာ ပေါင်းများစွာကြာတဲ့ ငရဲမှာလဲ ကျခဲ့မှာပဲ တိုတိုပြောရရင် မိုက်ဇာတ်တွေ စုံခဲ့ပါပြီ။ ယခုဘဝကို ကံကောင်းထောက်မစွာနဲ့လဲ ကြုံနေပြီ- ဆရာကောင်း သမားကောင်းတွေလဲ တွေ့နေရပါပြီ။ အခြေအနေတွေကတော့ ကိုယ့်ဘက် မှာ ရှိနေပြီ။ ဆက်မိုက်အုံးမလား - မမိုက်တော့ဘူးဆိုပြီး တရားအားထုတ် မယ်ကြံတယ်။ နောက်က မိုက်ခဲ့တာတွေမြင်လာပြီ။ ဘဝဖြတ်သန်းစဉ်က မကောင်းမှုပေါင်း စုံလုပ်ခဲ့မှာပေါ့။ ကြက်သတ်၊ ဝက်သတ်ခဲ့သူတွေ အလေးခိုး ခဲ့သူတွေ သူတပါးသားမယား ပြစ်မှားခဲ့သူတွေ၊ အရက်သေစာ သောက်စား ခဲ့သူတွေ၊ သူတစ်ပါးစိတ်မချမ်းသာအောင် ပြုလုပ်ခဲ့သူတွေ၊ အောက်လက် ငယ်သား နှိပ်စက်ခဲ့သူတွေ - သားမယားမော်တော်ကား ကြီးစီးဖို့ လာဘ်စား ခဲ့သူတွေ တပါးသူတွေ မျက်ရည်ပေါက်တွေနဲ့ ထမင်းချက်စားခဲ့သူတွေဟာ တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခု ကျူးလွန်ခဲ့ တာကြောင့် မကောင်းမှုပြုမိတာကြောင့် ငါတရားအားထုတ်ရင် ရပါမလားဆိုတဲ့ ကုက္ကုစ္စဆို တဲ့ ဝိပဿနာရဲ့ အညစ်အကြေးတွေ ဝင်လာတတ်ပါတယ်။ လူတိုင်းမှာ အနည်းနဲ့အများ အမှားတွေရှိခဲ့ပါတယ်။ အားလုံးအမှားကင်းသူ မရှိခဲ့ပါ နောက်ကြောင်းတွေကိုလုံးဝမတွေးနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာနေပါ။ ကျွန်တော်ပြောချင် တာကတော့ ကြိုက်သလောက်မိုက်ခဲ့ကြ ပါစေ။ တရားအားထုတ်နေတုံး သီလပြည့်နေရင် (ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလ၊ အာဇီဝဌမက သီလ) လုံလောက်နေပါပြီ။ သင်အံ့ဩလောက် အောင် မိုက်ခဲ့တဲ့သူတွေအကြောင်း သာမကနဲ့ ပြပါမည်။



အင်္ဂုလိမာလ

လူတိုင်းကြားဖူးမှာပါ။ ဒီလူဆိုးကြီးဟာ ခရီးလမ်းမကြီးပေါ်က ဓားပြကြီးပါ။ သူဟာလူပေါင်းတစ်ထောင်ကျော်ကို သတ်ဖြတ်ခဲ့တဲ့လူပါ အပေါ်ယံကြည့် ပြီး အကဲဖြတ်ရင် လူဆိုးလူမိုက်ကြီးပေါ့။ ဒီလိုအမြင်နဲ့ အကဲခတ်လို့မရပါဘူး။ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ သူဟာသူ ဘဝသက်တမ်းမကုန် ဆုံးမိမှာဘဲ လူကောင်းပကတိ ဖြစ်ခဲ့ရုံသာမကဘဲ ရဟန္တာအဖြစ် ကိုတောင် ရောက်ခဲ့ပါသေးတယ်။ ဒီလိုရဟန်းကိစ္စ ပြီးအောင်ဆောင်ရွက်ခဲ့တဲ့အတွက် သူ့ကိုယ်သူကယ်တင်နိုင်ခဲ့တယ်။ သူပြုခဲ့တဲ့အတိတ်ကံကျွေးအနန္တကို နောက်ခန္ဓာ မရတဲ့အတွက် မပေးဆပ်ရတော့ဘူး။ (သင်ဟာ သူ့လောက် မိုက်ခဲ့သလား)

မောင်အောင်ထွန်း (သဲအင်းဂူ ဆရာတော် ဦးဥက္ကဋ္ဌ)

ဘုရားလက်ထက်က အင်္ဂုမာလအကြောင်း ပြောတော့ ယုံကြည် သလို မယုံကြည် သလိုနဲ့ ဘုရားနဲ့တွေ့လို့ ကျွတ်တမ်းဝင်တာပေါ့လို့ ဆင်ခြေပေးနေအုံးမယ်။ ကဲ အဲဒီလိုဆိုတော့ ဒီခေတ်မှာ (မှီကဲ့လူမှီပါလိမ့်မယ် - မမှီရင်လဲ သမိုင်းကြောင်းကိုသိမှာပါ စာအုပ်(၈)/နာ ၆၂ ယခုခေတ် လူမိုက်ဖြစ်ခဲ့ဘူးသူ သင့်ထက်မိုက်ခဲ့သူ တစ်ယောက် အကြောင်းပါ။

အဲဒါကတော့ ဦးအောင်ထွန်း(သဲအင်းဂူ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပါ) အဝီ့ချုပ် ရေးပြပါမည်။ (စာအုပ် ၈ /၆၂ မှာ အကျယ်ဖတ်ပါ)

- စာလုံးပမတတ်
- ကာလသားအရွယ်၊ ထန်းရည် တမြဲမြ၊ ဗလအားကိုးဖြင့် မိုက်ပြီး ငွေရှာ သည်။
- မူးပြီးရမ်းကားသည်၊ အပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ပေါင်းပြီး မိုက်ကြေးခဲ့သည်။
- မိန်းမယူသည်၊ ဓားပြတိုက်သည်။ ခိုးယက်လုယူငွေရှာသည်။ ကြက်တိုက်၊ ဖဲရုံးလျှင် ဓားပြတိုက်သည်။ထောင် ၇ နှစ်ကျသည်။
- ၁၉၃၂ မှာ နယ်နှင့်ဒဏ်ပေးခံရသည်။
- ဒိဋ္ဌိမဟာဒိဋ္ဌိဓားပြတိုက်ရာ ဓားဖြင့်ခုတ်ခံရသည်။
- မိန်းမ စုစုပေါင်း (၄) ယောက်ယူသည်။

စာဖတ်သူတစ်ယောက်မှ အဲဒီလောက် မမိုက်ခဲ့ဘူးပါ။

- ကိုအောင်ထွန်း နောင်တရပြီး ပြင်လိုက်သည်။ (၁၂-၃-၆၁) နေ့တွင် ရဟန်း ဘောင်ဝင်သည်။ ရဟန္တာဟု ကျော်ကြားသည်။ ပထမ သဲအင်းဂူဆရာတော် ဘုရားကြီး ပင်ဖြစ်သည်။ ဝါတော် (၂၀) တွင် ပျံလွန်တော်မူသည်။

ဘယ်လောက်ပဲ မိုက်ခဲ့မိုက်ခဲ့ သံဝေဂရပြီး အားထုတ်ရင် တရား ရပါတယ်။



## သန္တတိအမတ်ကြီး

သန္တတိအမတ်ကြီးသည် အရက်သမားကြီး တဦးဖြစ်သည်။ အချိန် ပြည့်အရက် သောက်သည်။ အရက်သောက်ပြီး မူးယစ်နေတုန်း သူ့အားဖြေဖျော်သည့် သူ့အနှစ်သက်ဆုံး ကချေသည်မကလေးကနေရင်း မူးလဲကျ သေဆုံးသွားတော့ သူ့မှာ ယူကြိုးမရ အပူလုံးတွေ ထခဲ့ပါသည်။ ပူဆွေး သောကစိတ်ကလဲဖြစ် နောင်တလဲကြီးစွာရတော့ ဘုရားဆီ ရောက်လာပြီး တရားနာ၊ ကျင့်ကြံလိုက်တာ ရဟန္တာဖြစ်သွားတော့သည်။ ဒီလိုအရက်သမား ကြီးလည်း တရားကျင့်ရင်ရပါတယ်။

## စဏ္ဍာသောကမှ သီရိဓမ္မသောက

မြတ်စွာဘုရား ပဋိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း (၂၀၀) ခန့်လောက်တွင် အသောကမင်းကြီးသည် အိန္ဒိယပြည်တဝှမ်း စစ်ရေးများ ဆင်နွှဲပြီး ရက်စက်ကြမ်း ကြုတ်မှုများ သူများနှင့် မတူအောင် လုပ်ခဲ့တယ်။

ညီအစ်ကို (၁၀၁) ယောက်ရှိရာ ညီအရင်းတစ်ယောက်ကိုချန်ပြီး (၉၉)ယောက်ကို သတ်ကာ နန်းတက်လာသည်။ ပြည်သူတွေကိုလဲ ညှဉ်းပန်းသည်။ မနှစ်သက်သောအမတ် (၅၀၀)ကိုလည်း ကိုယ်တိုင်သတ်ဖြတ်သည်။ မိဖုရား ငါးရာကိုလည်း သတ်ဖြတ်ခဲ့သည်။ ကလိင်္ဂတိုင်းကို သိမ်းပိုက်စဉ် လူတစ်သိန်းခွဲ အသတ်ခံရသည်။ သူ၏ ရက်စက်ကြမ်းကျပ်မှု ကို အစွဲပြု၍ စဏ္ဍာသောကဟု အမည်တွင်ခဲ့သည်။

ရန်သူတွေကိုလဲ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ရန် ထောင်ကြီးတစ်ထောင် တည်ဆောက်ပြီး အလွန်ရက်စက်သည့် စဏ္ဍာဂိရိဆိုတဲ့ ထောင်မှူးကြီးတစ် ဦးကိုလည်း ခန့်ထားသည်။

ဤမျှလောက် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သူသည် တူတော်သူ နိဂြောဓ သာမဏေ၏ ဟောပြောသော အပ္ပမာဒတရားကြောင့်သတိတရား ရလာပြီး ကုသိုလ်ဘက်ယိမ်းလာသည်။ ဓမ္မနဲ့တွေ့ပြီး သူ့နှလုံးသားမှာဓမ္မများ စိမ့်ဝင်ပျံ့နှံ့သွားတဲ့အခါကြတော့ သူပြုမိခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ဒုစရိုက်များအတွက် အကြီးအကျယ် နောင်တရတော့တယ်။ ရက်စက်ကြမ်း ကြုတ်ခြင်းမှ အကြင်နာတရားနဲ့ သူ့ရင်ထဲမှာပြည့်စုံသွားတယ်။ ထောင်ကြီးကိုလည်း ဖျက်ဆီး လိုက်တယ်။ သူနိုင်ငံမှာ တိရစ္ဆာန်ရဲ့အသက်ကိုတောင် မသတ်ရဘူး၊ လူတွေ ခိုးတာဝှက်တာ မဖူလုံလို့ဆိုပြီး အပြစ်မပေးဘဲ ထောက်ပံ့ငွေတောင် ပေးလိုက်သေးတယ်။ သူ့ရဲကြင်နာ မှုကြောင့်ရက်စက်သော သဘောရသည့် စဏ္ဍာသောကမှ သီရိဓမ္မအဖြစ် ပြောင်းလဲခေါ်ဆို သမုတ်ကြတော့သည်။

သာသနာတော်ကို ဘယ်လောက်သက်ဝင်ကြည်ညိုသလဲဆိုရင် တတိယ ဝသင်္ဂီယနာ တင်ခဲ့တယ်။ သားတော်မဟိန္ဒနှင့် သမီးတော် သံဃမ္ပိ တို့အား ရဟန်းပြု စေခဲ့သည်။ အရှင်မဟာ ကဿပ နှင့် အဇာတသတ်မင်း ကြီးတို့ သိမ်းဆည်းခဲ့သော ဘုရားရှင် ဓာတ်တော် ဓမ္မတော်များကို



ရှာဖွေယူ ပြီး ကမ္ဘာ့အရပ်ဒေသအသီးသီး၌ စေတီ ပေါင်း ရှစ်သောင်းလေးထောင်၊ ကျောင်းပေါင်း ရှစ်သောင်းလေးထောင်၊ ရေတွင်းရေကန်ပေါင်း ရှစ်သောင်း လေးထောင်လှူခဲ့တယ်။ ရဟန္တာခြောက်သောင်းကိုလည်း နန်းတော်၌ နေ့စဉ် ဆွမ်းလုပ်ကျွေးသည်။

အသက်ကြီးတော့ သေခါနီးတော့ ကုဋေတစ်ရာ လှူဖို့ဆုံးဖြတ်သည်။ သူ့ဆီကို ယူလာတဲ့ ရွှေပွဲတော်အုပ်၊ ငွေပွဲတော်အုပ်၊ ကြေးပွဲတော်အုပ် ကိုလဲ သူ့ဆောက်လုပ်ထားတဲ့ ပါဠိလိပုတ်ပြည်ရှိ ကုက္ကုဋ္ဌာရုံ ကျောင်း တော်ကြီးကို ပေးလှူလိုက်တယ်။ သူ့မှန်းထားတဲ့ အတိုင်း ကုဋေတစ်ရာဘိုး ရွှေငွေတွေ လှူပြီးပြီမို့ သူ့မှာဘာမှစိုးရိမ်သောကရောက်စရာ မရှိတော့ဘူး။ တတိယ သင်္ဂါယနာတင် ကုသိုလ်တော်ရှင် ဖြစ်၍ (သဗ္ဗေသင်္ခါရာ အနိစ္စ) ဖြစ်သမျှ မုချပျက်ရမည်ကိုလည်း ကြိုတင်သိထားသူဖြစ်တယ်။ တရားဓမ္မနဲ့ သောကမီးတွေကိုကျော်လွှား နိုင်သူတစ်ယောက် ဖြစ်ပေမယ်။ ဆေးအတွက် ယူလာတဲ့ ဆီးဖြူသီးတချင်း ကိုလဲ မြေခွက်နဲ့ထည့်ပြီး သံဃာတော်တွေကို လှူခိုင်းတယ်။

မင်းချင်းကိုလည်းမှာလိုက်လို့ မင်းချင်းက “အရှင်မြတ်တို့ ဟပည့်တော် (အသောကရာဇာ)၏ နောက်ဆုံးသော ဤဒါနဝတ္ထုကို လက်ခံတော် မူပါဘုရား။ အရှင်မြတ် တို့၏ ခြေအောက်ကို အကြိမ်ကြိမ် တပည့်တော်ရှိခိုးလိုက်ပါ၏ဘုရား၊ တပည့်တော် နောက်ဆုံး ပေးလှူခြင်းဖြစ်ပါဟန်တူရား။

တန်ခိုးအာဏာနဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာ၊ ဘုရင်မင်းတရားများလည်း တပည့် တော်ပွဲ စွန့်ထွက်ဖဲခွာကြပါပြီ၊ လက်ရှိအိုမင်း၍ ကျန်းမာသန်စွမ်းခြင်း မရှိသော တပည့်တော် အားလည်း ဘာမှတော်များကလည်း လက်လျော့ သွားချေပါပြီဘုရား။

ရတနာသုံးပါးမှတစ်ပါး အခြားအားထားစရာမရှိသော တပည့်တော်မှာ သံဃာ တော် အရှင်မြတ်တို့ကိုသာ အားထားကိုးကွယ်ရာ (နာထ) အစစ်ဖြစ်ပါသည်။ တပည့် တော်၏ နောက်ဆုံးအလှူဖြစ်သော သျှိသျှားသီး (ဇီးဖြူသီး)ကို သုံးဆောင်ဘုန်းပေး တော်မူပါဘုရား။

နောက်ဆုံးမိမိ၏ အလောင်းကို မြတ်စွာဘုရားအားရည်စူးကာ ဝါဂွမ်း အထပ်ထပ် ဆီလောင်းလျက် နောက်ဆုံးပေးလှူစေကာ နတ်ရွာစံကံတော်ကုန်ရှာသတဲ့။ အဲဒီလို တရား ပြည့်တဲ့မင်းကြီးဟာ စပါးကြီးမြွေဖြစ်တယ်ဆိုတာ ဟုတ်နိုင်ပါ့မလား။ အထောက် အထား လဲတစ်ခုမှမရှိဘဲ ထင်ရာမြင်ရာပြောနေကြတာသာဖြစ်တယ်။ စပါးကြီးမြွေဖြစ်တယ် လို့ ထေရဝါဒသာသနာပင် ပါဠိ၊ အထကထာ၊ ဋီကာ၊ ပိဋကတ်တော်များ မှာလည်း ဒီစကား မရှိတဲ့အတွက် သီရိဓမ္မသောကမင်းကြီးမှာ ဘာကုက္ကုစ္စ မရှိနိုင်လို့ စပါးကြီးမြွေဖြစ်သွားတယ် ဆိုတာ အသိဉာဏ်နဲ့စဉ်းစားပါကုန်။ (ဘုရားလက်ထက်မဟုတ်၊ ဘုရားပဋိနိဗ္ဗာန်စံပြီး အနှစ် ၂၀၀ကျော်က အဖြစ်အပျက်ကြောင့် သေပြီးဘာဖြစ်တယ်ဆိုတာမပြောနိုင်၊ ဒါကြောင့်အမျိုး မူကွဲနေတာပဲ၊ မြွေဖြစ်တာမဖြစ်တာ အရေးမကြီးဘူး။ အကျိုးသိတ်မရှိပါဘူး။)

ဤရက်စက်ယုတ်မာ ကြမ်းကြုတ်ခဲ့သော စက္ကာသောကမင်းကြီး ဘဝမှ သံဝေဂ ရပြီး သာသနာ ဒါယကာမင်းကြီးဖြစ်သွားလို့ သမိုင်းမှာအထင်ရှားဆုံး ဘုရင်ကြီးပါ။ ဒီအကြောင်းကို



အိတ်ချ်ဂျီဝဲလ်ဆိုသူက သမိုင်းမှတ်တမ်းတင်ခဲ့ရာမှာ “လူသမိုင်းမှ ပေါ်ပေါက်ခဲ့တဲ့ အရာအထောင်မကများပြားလှတဲ့ ပဒေသရာဇ်မင်းများရဲ့ ကြီးကျယ် မြင့်မြတ်ပုံများအနက် သီရိဓမ္မာသောကမင်းကြီးရဲ့ နံမည်သာ အတောက်ပြောင်ဆုံး အလင်းလက် ဆုံး၊ ကြယ်တစ်ပွင့်ဖြစ်တယ်လို့ ရေးခဲ့တယ်။

သင်သည် ဒီလောက်မိုက်ခဲ့သူမဟုတ်သဖြင့် တရားများနာ အသိတရားတွေနဲ့ သိသိပြီး အားထုတ်ရင် သင်မိုက်ခဲ့သမျှလောက်ကတော့ ဘာမှကုက္ကစ္စဖြစ်စရာ အကြောင်း မရှိပါ။ ဒါကြောင့် ဘဝတစ်သက်တာ မှာ မိုက်ချင်သလောက်မိုက်ခဲ့စမ်းပါစေ သတိရ နေစရာမလိုပါဘူး။ တရား အားထုတ်ရာမှာလဲ အနှောက်အယှက် လုံးပ(လုံးက) မဖြစ်ပါဘူး ဆိုတာ ယုံကြည်လိုက်ပါတော့။ အဓိကသည် တရားအားထုတ်ဖို့ပါဘဲ။ စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာနဲ့ အားထုတ်နိုင်ကြပါစေ။

ကဲ ဘုရားသပ်ယက်ဟကော ယခုလက်ထက်ကော အလွန်အကျွံ မိုက်မဲခဲ့ သူတွေဟာ သံဝေဂရပြီး တရားသဘောတွေကို နားလည် သဘော ပေါက်ပြီး ကျင့်ကြံရင် အိတ်ဟ အရိပ်အမဲတွေကို ဝရုစိုက်စရာ မလိုတော့ ပါဘူး။ “စတ္တာရော အပါလာ သကဝေ ဟသဒိသာ” ဆိုတဲ့အဘို့င်း သစ္စာ မသိပဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဇီ နေမြဲအိမ်သည် “အပါယ်လေးပါးပါတဲ့” ဒါကြောင့် ဘာအကြောင်းမှ မစဉ်းစားနဲ့တော့ နောက်ကြောင်း ပြန်မနေနဲ့တော့။ လစွာတရားနာပြီး ဝိပဿနာ တရားကို အားထုတ်ခြင်းဖြင့် ကတိ လျှောက်လွှမ်းနိုင်ပါစေလို့။

## သတ္တဝါတွေ နေ့လီက အိုလီက နာလီက လေးလီက

မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်မှာ ပဋိစ္စသမုပါဒ်ကိုသိဖို့ရာ အလွန် အရေးကြီး ပါတယ်။ အလောင်းတော်ဟာ ဒီပဋိစ္စသမုပါဒ်တရားကစပြီး လမ်းမှန်အတိုင်း နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူရတယ်။ ဘယ်ကစပြီး ဆင်ခြင်တော် မူခဲ့သလဲဆိုတော့ ဇရာမရဏ အိုခြင်း၊ သေခြင်း ဆိုတာက စပြီးတော့ ဆင်ခြင်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ တောထွက်ကာနီး ကာလမှာ သူအို၊ သူနာ၊ သူသေတွေကို မြင်ကတည်းက လောကကြီးထဲမှာ အိုရ၊ နာရ သေရတာတွေဟာ မကောင်းဘူး စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်စဉ်းစား ဟော်မူခဲ့တယ်။

သတ္တဝါတွေဟာ မအို၊ မနာ၊ မသေချင်ဘဲလဲ အို၊ နာ၊ သေ နေရတယ်။ နာလို့ သေလို့လည်း မဆုံးနိုင်ဘူး၊ တဘဝသေပြီးရင် နောက် တစ်ဘဝ ထပ်ဖြစ်ရတယ်။ အဲဒီ ဘဝမှလဲ အိုရ- နာရ - သေရတာပဲ။ ဒီနည်းဖြင့် အို နာ သေ လို့ကို မဆုံးနိုင်ဘူး။ သတ္တဝါတွေဟာ စာချုပ် ချုပ်မိပြီး အပြစ်ဒဏ်ခံနေရတာနဲ့ တူနေတော့တာပဲ။

### လူတွေအမြင်နဲ့တော့

တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ ဖြစ်လိုက်နဲ့ မဆုံးတော့ဘူး။ လူတွေရဲ့အမြင် နဲ့ကြည့်ရင် ကြက်၊ ဘဲ ကလေးတွေရဲ့ ဖြစ်စဉ်ဟာ သိပ်ကြောက်စရာ ကောင်းတာပဲ။ အကောင် မပေါက်ရသေးဘူး။



ခုဘဝမှာပဲ ပြုတ်စား ကြော်စားနဲ့ အဲဒီကစသေတာ။ အကောင် မဖြစ်ခင်သေရတာ။ အကောင် ဖြစ်လာတော့လဲ ရောဂါနဲ့သေရင်သေ၊ သတ်ပြီး စားလိုက်လို့ သေရင်သေ၊ မျိုးစုံသေနေကြရတာ။ ဖြစ်လာလိုက်သေလိုက်နဲ့ တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ သေနေရတာ စိတ်ပျက်စရာဘဲ။

### သူတို့အမြင်နဲ့တော့

ကြက်ဘဲတွေရဲ့အမြင်နဲ့ကြည့်ရင်တော့ သူတို့ဘဝဟာ နေသာထိုင်သာ ရှိမှာဘဲ။ သေမှသာသေရော မသေခင်တော့ ပျော်နေကြတာ၊ ဒါကြောင့် မြည်လိုက်၊ တွန်လိုက်၊ စားလိုက်သောက်လိုက်နဲ့ တစ်ကောင်နဲ့တစ်ကောင် ခွပ်လိုက်နဲ့ သတ်ဖို့သယ်သွားတဲ့ ကြက်ခြင်းကြီးမှာတောင် ဟွန်နိုင်တဲ့ကောင်ကတွန်လိုက်သေးတာ ပျော်ပျော်ပါးပါးနဲ့ သေလိုက်ဖြစ်လိုက် သေလိုက်နဲ့ ပျော်နေကြတာပဲမဟုတ်လား- အသက်ကလဲ သိပ်မရှည် ပါဘူး။

### လူတွေအသက်ကကော

လူတွေအသက်ကလဲ သိပ်ရှည်တော့မဟုတ်ဘူး။ ခုဆိုရင် ၇၅ နှစ် သက်တမ်းဘဲ ရှိဟော့တာ။ ၇၅ နှစ်မပြည့်ခင် သေကြတာများတာပဲ။ တကယ်တော့ နာရေးကြော်ငြာ မှာပါတဲ့အသက်တွေကိုကြည့်ရင် ၅၅နှစ်လောက်ဘဲ တွေ့ရတယ်။ (နောက်ဆက်တွဲဇယားမှာ ကြည့်ပါ။) ဒါတောင် နာရေးမှာ ကလေးတွေသေတာမပါသေး။ ဒါကြောင့် သက်တမ်း(၇၅) နှစ်ဆိုပေမယ့် မြန်မာနိုင်ငံမှာ (၅၅) နှစ်လောက်ဘဲရှိပါတယ်။ လူ့ဘဝ ရောက်နေတာကလဲ သေချာပြန်စစ်ဆေးကြည့် မနေ့တနေ့ကလို့ဘဲ ထင်ရ၊ နတ်တွေအမြင်နဲ့ကြည့်လိုက်ရင် တာပတိသာမှ ၁ရက်ဟာ လူ့သက်တမ်း အနှစ် ၁၀၀ ဘဲ မဟုတ်လား၊ လူတွေဟာ နတ်တွေ အနေနဲ့ဆိုရင် မနက်ကဘဲ မွေးပြီး ညနေသေသွားပြီလေ။ ဗြဟ္မာအနေနဲ့ဆိုရင် နတ် အသတ်ဟာလဲ တိုတိုလေးပဲ၊ ဗြဟ္မာက ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီးအသက်ရှည်တာ၊ ကမ္ဘာပေါင်း ဘယ် လောက်ရှည်ရှည် တစ်နေ့တော့ သူလည်းသေတာပဲ၊ ဘယ်ဘဝရောက် အနွေးနဲ့ အမြန် ပဲကွာပါတယ်။ သေမဲ့နေ့ကိုတော့ တစ်ချိန်ရောက်လာမှာပဲ။ ဒါပေမယ့်လူတွေဟာ သေခြင်းကို မေ့နေကြတယ်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ မသေကြမဲ့အတိုင်းဘဲ ကြက်ခြင်းထဲက ကြက်လိုတွန်တဲ့လူက တွန်၊ ခွပ်တဲ့ လူက ခွပ်၊ ပျော်ပျော်ကြီးနေလိုက်ကြတာဘဲ၊ သံဝေဂ ဆိုတာဝေလာဝေး။

### ကာမဂုဏ်အရသာဟာပျော်စရာကြီး

မြတ်စွာဘုရား လူတွေအကြောင်းစဉ်းစား ဆင်ခြင်လိုက်တဲ့အခါမှာ သတ္တဝါတွေက သူတို့မှာ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေနဲ့ သာယာနှစ်သက်မှုသာ ပျော်စရာရှိနေတာကိုလဲ မြင်တော် မူတယ်။ သတ္တဝါတွေမှာ ကာမဂုဏ်အာရုံ တွေနဲ့သာ ပျော်နေကြတယ်။ အဲဒါတွေကို ခံစားပြီး သာယာနှစ်သက်နေရတာကို သူတို့ကို အကောင်းဆုံးချမ်းသာလို့ ထင်နေ ကြတယ်တဲ့။ အဲဒါတွေ ထက် ကောင်းတာ သူတို့မှာ မရှိတော့- အဲဒါတွေကို အကောင်းဆုံးလို့ ထင်ကြပေမှာပေါ့-



## ကလေးတွေ အရုပ်ကလေးနဲ့ ကစားနေတာကို

ကလေးတွေဟာ အရုပ်ကလေးတွေနဲ့နေကုန်တနေခန်းမမောနိုင် အပျော်ကြီး ပျော်ပြီး ကစားနေကြတာ၊ အဲဒါထက်ပျော်စရာကြီးကောင်းတာ လဲ သူတို့အရွယ်မှာ မရှိဘူး။ ဒါဟာ အကောင်းဆုံးပေါ့၊ ပုခက်ထဲက ကလေး ဆိုရင် ပုခက်ထဲမှာ မစင်တွေယိုပြီး နယ်ဖတ်ကစားနေတာကို ပျော်နေတာ။ လူကြီးတွေက ရွံစရာကြီးဆိုပြီး ရေဆေးပေးမလို့ ဆွဲထုတ်လိုက်ရင် ငိုတော့ တာပေါ့။ အဲဒီမစင်နဲ့ ကစားခြင်းဟာလည်း သူ့အတွက် ပျော်စရာ ဖြစ်နေ တာကို။ လူကြီးတွေကလဲ သားလေးတွေသမီးလေးတွေ၊ မြေးလေးတွေ အစရှိ တဲ့ ကာမဂုဏ်အရုပ်ကလေးတွေနဲ့ ပျော်နေကြတာ။ ဘုရား၊ ရဟန္တာ တွေ အမြင်နဲ့ဆိုရင်တော့ အဲဒါ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေဟာဘာမှ နှစ်သက်ဖွယ် မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့သာမန်လူတွေ နတ်တွေကတော့ အဲဒီကာမဂုဏ်အာရုံပွေ့က ပျော်စရာအကောင်း ဆုံးဖြစ်နေ ပါကယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဲဒီကာမဂုဏ်အာရုံထက်ကောင်းတဲ့ စုဂန်၊ ဝိပဿနာ မင်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် တရားတွေ ချမ်းသာတွေကို မသိရသေးလို့ပါ။ အဲဒါတွေကို ဗုဒ္ဓရဲ့ တရားတော်နဲ့ ဖယ်ရှားမယ်ဆိုရင် ပုခက်ထဲက ကလေး လို့ ငိုနေအုန်းမှာပဲ။

လူလူချင်းဘဲ ပြန်ကြည့်၊ တောစွန်တောဖျားမှာ နေတဲ့ လူတွေကို ကြည့်ပါ။ စားရတာကလဲ ငပိရေ အကောင်းဆုံး၊ နေရာတာကလဲ တဲကုတ်၊ နွေဆို ဖုန်တထောင်း ထောင်း၊ မိုးဆိုရင် ရွံ့ပွက်တွေနဲ့၊ ပပ်ရဟော့လဲ အနုပျံပျံ ပုပ်ပျံပျံ၊ မြို့ကြီးပြကြီးမှာနေတဲ့ လူတွေအမြင်နဲ့မြင်ကြည့်ရင် ဘာမှ နေချင်စရာမကောင်းဘူး။ အစစအရာရာ ဆင်းရဲ တယ်လို့ မြင်တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ တောကလူတွေကလဲ အဲဒီမှာဘဲ ပျော်နေကြတာ။ မြို့ပြောင်းခဲ့ပါလားဆိုရင် ပုခက်ထဲကကလေးလို့ ငိုချင်ငိုအုန်းမှာဘဲ ကိုယ်ရောက်ရာ ဘဝမှ ပျော်နေကြတာ မိမိတို့ရဲ့ နေရပ်က လုံးဝမစွန့်သွားနိုင်ကြဘူးလေ။

လူတွေကလဲ ကိုယ့်မှာရထားတဲ့ အိမ်သူအိမ်သား သားသမီး အခြွေအရံ စီးပွား ဥစ္စာကလေးတွေနဲ့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာလို့ အားရကျေနပ် နေကြတယ်။ များများပြည့်စုံလေ ဝမ်းသာလေဖြစ်နေကြတယ်။ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာထက်ကောင်းတာကို ရှာဖို့ ရာ စိတ်မကူးနိုင်ကြဘူး။ ဇနီးမယား၊ အတွက်ပူ၊ သားသမီးအတွက်ပူ ဆွေမျိုးတွေအတွက်ပူ ပစ္စည်းဥစ္စာအတွက် ပူ အပူတွေဝိုင်းနေပေမဲ့ ပူရတာကိုဘဲ ပျော်နေကြတယ်။ နင့်အတွက် ငါက ပူနေလိုက်ရတာဆိုတဲ့စကား ပြောလိုက်ရင် ပြောတဲ့လူကလည်း အားရ ကြားရတဲ့ လူကလဲ ဝမ်းသာ၊ အပူစုံ ပူပူလေး ဝယ်ကြအုန်းမလားတောင် အော်ရောင်းလိုက်ချင်ကြတာ။

သာမန်လူတွေ နတ်တွေဟာ သူတို့မှာ ရထားတဲ့ ကာမဂုဏ်အာရုံ တွေနဲ့သာ ပျော်နေကြတာ။ ဘုရားရဟန္တာတွေ အမြင်နဲ့ ကာမဂုဏ်ကို ဘယ်လိုဘဲ အပြစ်ပြောပြော သူတို့မှာ အဲဒီကာမဂုဏ်တွေကို မမုန်းရက်ဘူး။ ကာမဂုဏ် အာရုံနဲ့ဘဲ အချိန်ကုန် ခန်းပျော်နေကြတယ်။ ကာမဂုဏ်တွေ မကောင်းကြောင်းပြောရင် ငိုကြအုန်းမလား မသိဘူး။

တရားတောင် ကာမဂုဏ်အရှိန်အဝါပါမှ ကောင်းတယ်ထင်တာ။ လူတွေရဲ့ အကြိုက်က



ကာမဂုဏ်၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတော်က ကာမဂုဏ် အနံ့အသက်တောင် မပါဘူး။ ပြောင်းပြန်ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်နေတယ်။ ကာမဂုဏ် ကြိုက်တဲ့ သတ္တဝါတွေက မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို အသာထားဦး၊ ဆရာ တော်တွေဟောနေတဲ့ ဘုရားရဲ့တရားမှာ ကာမဂုဏ် အရှိန်အဝါလေးပါမှ တရားနာတဲ့သူက ကြိုက်တာ။ ရိပ်သာမှာ ဟောတဲ့ တရားက ကာမဂုဏ် အရှိန်အဝါ မပါတော့ သာမန်လူတွေ တယ်ပြီး တရား မနာချင်ကြဘူး။

သူများတွေတရားစခန်းကို ညနေတိုင်း သွားနေကြတာ ငါလဲသွားပြီး တရားနာ ဦးမယ်ဆိုပြီး လိုက်သွား၊ တချို့ကလဲ ခဏနာပြီး ထသွား တာတွေ့ရတယ်။ တရားဒဏ်ကို ခံနိုင်ပုံမပေါက်ဘူး။ ဟောတဲ့တရားအသံက သာသာယာယာနဲ့ ရွတ်ဖတ်ဟာလဲမပါ။ လွမ်းစရာ ဆွေးစရာ ဝတ္ထုကြောင်းလဲမပါဘူး။ ရယ်စရာ ပျက်လုံးလဲမပါဘူး။ အဆွေးဓာတ် တွေလဲ ဘာမှ မပါတော့ ကြာကြာမနာနိုင်ကြဘူး။ နေ့စဉ် (သို့) သီတင်း နေ့တိုင်း လာပြီး တရား နာနေကြတဲ့ ပရိတ်သတ်တွေကတော့ တကယ်အားကိုးရှာဖြစ်တဲ့ တရားကို လိုလား ပြီးတော့ အများအားဖြင့် တရားအားထုတ်ပြီး သူတွေလဲ ဖြစ်နေကြတော့ ရိုးရိုး တရား သက်သက်ကိုသာ နာချင်ကြတာ။ ဝိပဿနာ တရားတွေကိုသာ နာချင်ကြတယ်။ ရယ်စရာ မောစရာ ပြက်လုံး တွေနဲ့ ဟောတဲ့ ဟရားမျိုးကိုတော့ မနာချင်ကြဘူး။ စိတ်တွေက မြင့် လာပြီ လေ။

မြင်ကြားတွေ့သိပြီး နှစ်သက်သာယာနေတာ ပျော်နေတာက သမုဒယ သစ္စာ ဆင်းရဲဖြစ်ပွားကြောင်း တရားတဲ့။ အဲဒါကလဲ လူတွေက ချမ်းသာကြောင်း ကလေးလို့ ထင်နေကြတယ် နှစ်သက်သာယာစရာကိုရပြီး နှစ်သက်သာယာနေရတာက အရသာ ရှိတယ်လို့ပဲ ထင်နေကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် သယာစရာတွေကို များများရအောင်ပဲ ကြိုးစား နေကြတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီနှစ်သက်သာယာတဲ့ တဏှာကို ဆင်းရဲကြောင်းလို့ မြင်ဖို့ရာ ခက်ပါတယ်။ သူတစ်ပါးကို သဘောပေါက်အောင် ပြောဖို့ဆိုဖို့တော့သာပြီး ခက်ခဲပါ သေးတယ်။

### နာသင့်တဲ့တရားတွေ

ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်တွေဟာ ဝဋ်ဒုက္ခကင်းလွတ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလိုပါက သာသနာပတွင် မကြားဘူးတဲ့ ဘုရားတစ်ဆူပွင့်မှသာ နာကြားရတဲ့ သစ္စာလေးပါး တရားနဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားကို နာကြားရပါမယ်။ ဘယ်အကြောင်းကြောင့် ဘယ်အကျိုးဖြစ်တယ်လို့ အကြောင်းနဲ့အကျိုး ဆက်စပ်ပြီးဟောတဲ့တရား (ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်) ဆိုတာ လွန်စွာ အရေးကြီးပါတယ်။ ဝိပဿနာတရား အားမထုတ်ခင် ဒိဋ္ဌိကို အရင်ဖြုတ်ရမယ်ဆိုတာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ကိုနားလည်မှသာ ဒိဋ္ဌိကွာနိုင်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ စာတဆက်တည်း ဖြစ်အောင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားကို စကားပြေဖြင့် လိုရင်းတိုရှင်းရေးပြပါမယ် အကျယ်ကိုတော့ (စာအုပ် ၃/၉ မှာ ဖတ်ပါ)



## ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စကားပြော

၁. မသိမှု - သိမှားမှု - အဝိဇ္ဇာကြောင့် အားထုတ်မှု - သင်္ခါရ တို့ဖြစ်သည်။
၂. သင်္ခါရကြောင့် ဘဝသစ်ဝိညာဏ်ဖြစ်သည်
၃. ဝိညာဏ်ကြောင့် နာမ်ရုပ်ဖြစ်သည်
၄. နာမ်ရုပ်ကြောင့် ဗျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ် ဟူသော အာယတန ၆ ပါးဖြစ်သည်။
၅. အာယတန ၆-ပါး ကြောင့် အာရုံနှင့် စိတ်တွေ့မှု ဖြစ်သည်။
၆. ဖဿကြောင့် အကောင်းအဆိုး ခံစားမှု ဝေဒနာဖြစ်သည်
၇. ဝေဒနာကြောင့် ကပ်မက်ဆာလောင်မှု တဏှာဖြစ်သည်
၈. တဏှာကြောင့်စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန် ဖြစ်သည်
၉. ဥပါဒါန်ကြောင့် ဖြစ်ကြောင်းကံ ဘဝ ဖြစ်သည်
၁၀. ဘဝကြောင့် ဘဝသစ်ဖြစ်မှု ဇာတိပေါ်လာသည်
၁၁. ဇာတိကြောင့် အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ ဇရာမရုဏ ဖြစ်သည်

(စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်း၊ သောက၊ ဝိဝေဒနာ၊ ပရိဝေဒ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲဒုက္ခ၊ စိတ်ဆင်းရဲဒေါမနဿ၊ အပြင်းအထန် စိတ်ပူပန်ခြင်း ဥပါယာသ တို့ လည်းဖြစ်ပေါ်ကြသည်)

ဤနည်းဖြင့်ဆင်းရဲအစွဲသက်သက်မျှသာ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသည်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားကို မသိတဲ့အတွက် သတ္တဝါတွေဟာ သေပြီး ယင်း တစ်ဖန်ဖြစ်ယင်းနဲ့ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံဆိုတဲ့ ဘဝတွေမှာလဲ လည်နေတယ်။ ဘုံဘဝက မလွတ်နိုင်ဘူး။ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်တရားကို မသိသေးသမျှကာလ ပတ်လုံး သံသရာထဲမှာပဲ ကျင်လည်နေရတယ်။ အများအားဖြင့်တော့ အပါယ်သံသရာထဲမှာပဲ ကျင်လည်နေရတယ်။ ကမ္ဘာပေါင်း အသင်္ချေ မရေ မတွက်နိုင်အောင် ကြာပေမဲ့ သံသရာနယ်ပယ်ကို မလွတ်မြောက်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် သံသာရုံ၊ တစ်ဘဝမှ တစ်ဘဝသို့ ပြောင်းရွှေ့ကျင်လည်ရခြင်း ဟူသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့၏ ဖြစ်စဉ် သံသရာကို မလွန်မြောက်နိုင်ပဲ ရှိလေ တော့သည်” လို့ မြတ်စွာဘုရား ပိဋ်သို့ ဟောကြားတော်မူတယ်။

## အားထုတ်ရာတွင်တွေ့ရမည့်အသွားနှင့်အတားများ

တရားအားထုတ်ရာတွင် ဓမ္မတို့သည်လည်း ပဋိပက္ခများရှိကြသည်။ အသွား ကောင်းမှ ခရီးရောက်သော်လည်း အတားများ၏ အနှောက်အယှက်ကိုလည်း သိထား ရပါမည်။ ဒါကြောင့် အတားကို သိထားဖို့လိုပါသည်။



## “ဈာန်”

ဈာန်ကို ယေဘုယျအားဖြင့် လူတွေတလွဲနားလည်ကြ၏။ မြေလျှိုး မိုးပျံ (ဈာန်ပျံ) သည်ဟု အဓိပ္ပါယ်ကောက်ယူတတ်သည်။ ၎င်း ကား ဈာန်မဟုတ် အဘိဉာဏ်သာဖြစ်သည်။ ဈာန်၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ ကိလေသာတို့ကို လောင်မြိုက်ပစ်တတ်သော သဘောကို ဈာန်ဟု ခေါ်သည်။

နွေအခါ မကျီပင်းအောက်တွင် မကျီးရွက်များ ကြွေကျ၏။ ရာသီ မကုန်မချင်း ကျနေမည် တံမြက်သူကလည်း အဆက်မပြတ် လွဲရ၏။ လွဲနေရင်းပင် ရွက်ခြောက်ကျ နေသည်။ ရွက်ခြောက်ကျသလောက်လည်း တံမြက်လွဲ၊ မီးရှို့ပစ်ရချေ၏။ ရွက်ခြောက်ထူ ထပ်လျှင် တံမြက်ကို နာနာဆုပ်ကိုင်ပြီး ရင်း၍ လက်သွက်သွက်လွဲပေးရ၏။ နား၍မရ နားလည်း အမှိုက်ပုံဖြစ်မည်။ လုံးဝမလွဲပါက သစ်ပင်အောက်တွင် အမှိုက်များ မင်းမှု နေမည်။

ထိုအချက်သိလျှင်ဈာန်အကြောင်းသိမည် ဈာန်သည်ပင်ကိုယ်စိတ် တည်းဟူသော မြေသားပေါ်သို့ အာရုံတည်းဟူသော လေတိုက်အားနှင့်အတူ မိမိကိုယ်တွင်းမှ ကိလေသာများ တဖွားဖွား ကျရောက်နေချေသည်ကို ရှုမှတ်ဆင်ခြင်မှုဖြင့် တွင်တွင်ကြီး ဖျက်ထုတ်နေရသည်။

ကိလေသာ ဆန့်ကျင်ဘက်တရားများကို ချိုးမြိုက်မှုဟူသော ရှုမှတ် မှုဖြင့် ထိုကိလေ သာ မျက်စိပေါက်မှ ဝင်ရောက်လာသော် ထိုမျက်စိပေါက်၏ အဝမှာပင် ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်မှ ဈာန်မည်၏။ ထိုအတူ နားပေါက်-ပါးစပ်ပေါက်----- လည်း အတူတူပင် ဒီနေရာမှာ ကိလေသာကို သိသင့်၏။

## ကိလေသာ

ကိလေသာဆိုသည်မှာ စိတ်အစဉ်တွင် ကပ်ပါနေတဲ့ စိတ်ကို ညစ်ညူး စေတဲ့တရား ကို ခေါ်တယ်။ (ကိလေသာသည် သတ္တဝါတို့ကို ပူပန် စေတတ်၏။ နှိပ်စက်တတ်သော သဘောတရားပင်ဖြစ်သည်။

ကိလေသာ (၁၀) ပါးရှိ၏။

- |               |   |
|---------------|---|
| ၁. လောဘ       | - လိုချင်တပ်မက်မှု                                  |
| ၂. ဒေါသ       | - ပြစ်မှားမှု ၊ ဖျက်ဆီးမှု                          |
| ၃. မောဟ       | - အမှန်ကိုမသိမှု ၊ တွေဝေမှု                         |
| ၄. မာန        | - ငါသာလျှင်ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သည်ထင်ပြီးထောင်လွှားမှု |
| ၅. ဒိဋ္ဌိ     | - အမြင်အယူမှားမှု                                   |
| ၆. ဝိစိကိစ္ဆာ | - ယုံမှားသံသယဖြစ်မှု                                |
| ၇. ထိန        | - စိတ်၏ ထိုင်းမှိုင်းမှု                            |
| ၈. ဥဒ္ဓေစ္ဆ   | - စိတ်၏ ပျံ့လွင့်မှု                                |
| ၉. အဟိရိက     | - မကောင်းမှု ပြုရာမှာ မရှက်တတ်မှု                   |



၁၀. အနေတ္တပု

မကောင်းမှု ဒုစရိုက်ကျူးလွန်ရမှုကို

မကြောက်မှု

ရှုမှတ်အား (ဈာန်ဝင်စားအား) ကောင်းမှု ကိလေသာများမဝင်နိုင် ရှုမှတ်အား မကောင်းလျှင် (ဈာန်အား) မကောင်းလျှင် ကိလေသာဘက်မှ အနိုင်ရပေတော့မယ်။

ကြည်လင်တောက်ပနေသော နဂိုစိတ်တလင်းပြင်ဝယ် ရှုမှတ်အားကောင်းလျှင် ကိလေသာကို တစ်ခါမြင် တစ်ခါသိ၊ တစ်ခါပျောက် ဖြစ်ရမည် ကို စွဲစိတ်များဖြင့် တစ်ခါ မြင်တစ်သက်မေ့မရသူ၏ အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသူ အဖို့ကား ပင်ကိုယ်စိတ်ပျောက် ကွယ်သွားပေပြီ။ ပင်ကိုယ်စိတ်နှင့် အတူ စိတ်တန်ခိုး၊ စိတ်သတ္တိ၏ အလင်းရောင်လည်း မြုပ်သွားကြပြီ။ ကိလေသာတပ်ကအနိုင်ရသွားလျှင် စိတ်သည်မဲပုပ်သွားတော့၏။ ပြုသမျှကောင်းမှုတို့သည် သူနိုးဝတက်ပြား ဘုရားတည်တဲ့နည်းသို့ ဆိုက်ခြေပြီး တဖက်မှာလည်းညစ်ခဲ့၍ တစ်ဖက်မှာ ကောင်းမှုပြုသော (ကုသိုလ်မရသော) ကုသိုလ် တုသို့သာ ဆိုက်တော့၏။ ဈာန်ဖြစ်ရေးမှာ အရေးကြီးပါသည်။

ဈာန် အင်္ဂါချပ်များ

ဈာန်ဟူသည် အစိပ်အပိုင်းအားဖြင့် ငါးမျိုးပါဝင်သည်။ ငါးမျိုး စုစည်းမိမှ ဈာန်ဟူသော အပေါင်းအစုကစ်ခုရချေ၏။ ထိုငါးမျိုးမစုစည်း မိသေးလျှင် ဈာန်၏အလုပ် ကား မပီပြင်သေး

- (၁) ဝိတတ်      - အာရုံအများအပြားထဲမှ တစ်ခုတည်းသော အာရုံကို တွန်းတင် ပေးထားခြင်း
- (၂) ဝိစာရ      - ထိုပေါ်တင်လာ သောအာရုံကို မပျောက်ပျက် သွားအောင် ကပ်၍ သုံးသပ်ပေးနေခြင်း
- (၃) ဝီတိ        - ပင်ကိုယ်အာရုံကို ခံစားခွင့်ရလာသဖြင့် မိမိအလုပ် သဘော၌ အားရလာခြင်း
- (၄) သုခ        - ပင်ကိုအာရုံကိုခံစားရသဖြင့် စိတ်ချမ်းသာ၍ ကိုယ်ငြိမ်းအေး လာခြင်း
- (၅) ဧကဂ္ဂတာ   - ထိုချမ်းသာခွင့်ပေးသည့် အာရုံမှာသာ အစွဲကပ်လျက် နေခြင်း။

**ဝီတက်** ဆိုသည်မှာ သတိစွမ်းအား သတ္တိဖြစ်သော ရှုဆင်ခြင်မှုကို ဆိုလိုသည်။ ဥပမာ - အာနာပါန၌ လေဝင်မှုထွက်မှုကို သတိထားကြည့်နေ ခြင်းဖြင့်သာ အခြား အရုံများကို ဂရုမပြု- လေနှင့်ဓာတ်ခံ နှာသီးများတို့ တွေ ထိရာမှာ ပေါ်ပေါက်လာသော အတွေ့အရုံ တန်းလေးပေါ်သို့ သတိ တင်လျက်ဝင်သည် ထိုသည်ဟု ဆင်ခြင်စိတ်ပါသော ရှုမှတ်မှုကို ဝိတက် ဟု ခေါ်သည်။ (အာရုံ အများထဲက ဒီအာရုံကိုသာ ယူထားသည်)

**ဝိစာရ** ဟူသည် ဝိတက်၏ စွမ်းအားကြောင်း ထင်ပေါ်လာသော အာရုံတစ်ခုကို ပျောက်ပျက်မသွားစေရန် အနီးကပ်သုံးသပ်ပေးနေခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ အခြားအာရုံသို့



စိတ်ရောက်သွားလျှင်လည်း ဝိစာရက ပြန်တင်ပေး၏။

အာရုံကို ပေါ်လွင်စေရန် ဝိတက်ကအထူးရှုမှတ်ပေးသည်။

ထိုအာရုံကို ဝိစာရက အနီးကပ်သုံးသပ် မပျောက်ပျက်အောင် ရွက်ပေး၏။ ဝိတက်သည် စီးပွားရှာပေးသော အိမ်ရှင်ယောက်ျားနှင့် တူ၏။ ဝိစာရကားစီးသည့်ရေ ဆည်တဲကန်သင်းပမာ ရှာပေးသမျှ ထိမ်းသိမ်းပေး ထားသော အိမ်ရှင်မနှင့်တူ၏။

**ပီတိ** ဟူသည် ဝိတက် ဝိစာရ နှစ်ပါးကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံမှန်ကို ခံစားခွင့်ရလာသဖြင့် နှစ်သက်အားရသဘောကျနေသောစိတ် ကိုဆိုလိုသည်။ ၎င်းကို ဈာန်စိတ် ဟူ၍သုံး၏။ ဈာန်ခေါ်ရှုမှတ်ရာမှ ပေါ် ပေါက်လာသော အကျိုးကို မြန်ယှက်စွာ ခံစားနေရသည်။

ထိုပေါ်တင်အာရုံ၌ ငါလည်းမပါ - သူလည်းမပါ အမြင်အတိုင်း သာ ဖြစ်နေသဖြင့် ဘဝင်လည်းငြိမ်း၊ နှလုံးအိမ်လည်း မလှုပ်ရှား ကိလေသာ အစေးဓာတ်များဖြင့် အာရုံကို ဖမ်းစားထားခြင်းလည်းမရှိ၊ မြင်တာ မဆွ ဖြင့်လမ်းဆုံးရ၏။ အဖွဲ့သိမခွဲ၊ အထဲသိမျှသာ ရှိတော့သဖြင့် စိတ်သည် အစွဲအငြိများမှ အလွတ်ဖြစ်နေတော့၏။ ကိုယ့်စိတ်နှင့် ကိုယ့်အာရုံ ကို ခံစား ခွင့်ရလာသဖြင့် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့လာတော့၏။ သို့သို့ဖြစ်အောင် တမင်လုပ်၍ ထိုသို့ ပေါ်လာခြင်းမျိုးသာဖြစ်၏။ ဆိုလိုသည်မှာ ဝိတက် ဝိစာရ ဈာန် အင်္ဂါ နှစ်ပါးကြောင့် သူ့အလိုလို ပေါ်ပေါက်လာသော ပီတိမျိုးဖြစ်၏။

**သုခ** ဟူသည် မိမိနှစ်အားရ သဘောကျနေသော အာရုံလေးကို ခံစားခွင့်ရ ရှိလာသဖြင့် စိတ်ရောက်ကိုယ်ပါ ချမ်းသာနေခြင်းမျိုးကို ဆိုလိုသည်။ ချမ်းသာမှုကို စိတ်တွင်းမှရှာသဖြင့် လက်ငင်းချမ်းသာမှုလည်းဖြစ် ကိုယ်ရော စိတ်ပါလည်း ချမ်းသာ တစ်ဖန် ဒုက္ခ မှ လွတ်ရာသည် ထိုဒုက္ခ ရင်ဆိုင်၍ ထိုဒုက္ခပေါ်မှ ကျော်နိုင်မှသာဒုက္ခအမြှုပ်၊ သုခအပေါ် ဖြစ်သဖြင့် ချမ်းသာ ဟူသော အကြောင်းက အမှန်ကို အပိုင်သိလာခွင့်ရပြီး မြန်ယှက်စွာ ခံစားသုံးဆောင်နေခြင်းမျိုးသည် သုခ၏ သဘာဝပင် ဖြစ်ချေ၏။ ထို သုခ၏ အကျိုးခံစားမှုအားလုံး အားကောင်းသလောက် လည်းနောက်အားပေး ပီတိ - ဝိစာရ - ဝိတက် များလည်း ကျားကုတ် ကျားခဲ ဖြစ်လာစေ တတ်၏။

**ဧကဂ္ဂတာ** ဟူသည် တစ်ခုတည်းသော အာရုံကောင်းထဲရှိ မိမိ စိတ်ကလေး တည်တန်စွာ ခိုနားလိုက်ပါနေသည်ကို ဆိုလိုသည်။ တစ်ခု တည်းသော အာရုံနှင့်တစ်ခု တည်းသော စိတ်မျိုးချည်းဖြစ်နေသည်မှာ ဧကဂ္ဂတာ၏ သဘောဟု ဆိုလိုသည်။ စိတ်သည် ဘယ်မှမပျံ့လွင့်တော့ဘဲ အာရုံ တစ်ခုတွင် စူးစိုက် နစ်ဝင်နေတော့သည်။

ဧကဂ္ဂတာသည် ဓမ္မသုခ၊ ဓမ္မ ပီတိ ဖြစ်လာမှ သာပေါ်ပေါက်ရ၏။ လုပ်ယူ၍ ကားမရ ရကြောင်း ဖြစ်သော ပီတိ- သုခ ဈာန်အစိတ်အပိုင်းများ ပီပြင်လာမှ ဖြစ်ရ ခြင်းအကျိုးပင်၊ ထိုပီတိ သုခတို့ကလည်း ဝိတက်၊ ဝိစာရ အားကောင်းမှသာ ပေါ်လာ ရတတ်၏။ သို့ကြောင့် ဈာန်အစိတ်အပိုင်းတို့သည် အခြေခံခေါ်နောက်အား၏ တွန်းလှိုမှု သည် အဓိကဟူ၍စွဲမြဲစွာ သဘောပေါက်သင့်ပါသည်။



- ဝိတက်သည် အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်ထင်လာမှုကို သာစွမ်းဆောင် နိုင်၏။  
ထိုထက်မပို (နှာသီးဝတွင် ဝင်ထွက်အာရုံကိုသာ ရှိသည်)
- ဝိစာရသည်ကို ထင်ပေါ်သည့် အာရုံကို မလွတ်တမ်းဖမ်းယူသုံး သပ်သည်။  
ထိုထက်ဘာမှမပို
- ဝိတိကလည်း မိမိကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်၌ အားရကျေနပ်မှုပြပေးရုံ မှတစ်ပါး ဘာမှ မတတ်နိုင်
- သုခကလည်း စိတ်သက်သာမှု၊ စိတ်ချမ်းသာလာပြီဖြစ်ကြောင်း အချက်ပြရုံသာ တတ်နိုင်၏။
- ဧကဂ္ဂတာလည်း စိတ်ကစာမှုမရှိတော့ ပြီဖြစ်ကြောင်း အသိပေးရုံက လွဲ၍ အခြားတာဝန်မရှိ။  
ဤကား အသွားသမားငါးဦး၏ လဘောသဘာဝပင်ဖြစ်သည်။

### \* အတားသမားငါးဦး \* (၆) ဦး \*

အဟားဟူသည် ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ် တို့သို့ အာရုံညွတ်လျက် ဝင်စား နေသောစိတ် အစဉ်ကို ဖြတ်တောက်ပစ်နေခြင်းကို ဆိုချေ၏။ ၎င်းကို နိဝရဏဟူ၍ သုံးနှုန်း၏။

#### နိဝရဏ

ဆန့်ကျင်ဘက်တရားများ၊ ဉာဏ်တရားတို့ကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ပေးသော သဘော တရားများကို ဆိုလိုသည်။ နိဝရဏ ဟူသည် မကောင်းရာမှ ကောင်းရန်အားယူနေသော စိတ်ကို လိုက်လံဖျက်ဆီးဖြစ်နေသော ယုတ်ဝိတ်များပင်တည်း။

#### နိဝရဏတရားများ

တရားအားထုတ်တဲ့အခါ နိဝရဏ ခြောက်ပါးက တရားအသိ ဉာဏ်တွေ မရ အောင် မတိုးတက်အောင် နှောက်ယှက်ပိတ်ဆို့ထားတတ်ကြ တယ်။ ရှေ့ပိုင်းငါးပါးကတော့ ဝိပဿနာ ခဏိက သမာဓိဖြစ်တဲ့ အချိန်နဲ့ သမထအားထုတ်ဖို့ ဧကဂ္ဂတာ သမာဓိရတဲ့ အချိန်တွေမှာ ဖယ်ရှားထား နိုင်သည်။ နံပါတ်(၆) အဝိဇ္ဇာကတော့ တရားမမှတ်တာ ကြာရင် ဝင်ရောက်နှောက်ယှက်ပြီး “စိတ်ကို ညစ်ညူးအောင် ပြုလုပ်စေပါသည်”

၁။ ကာမစွန့်နိဝရဏ။ ။ အဆင်းအနံ့အသံခံစားမှုကြံစည်မှု အာရုံ တွေအပေါ်မှာ နှစ်သက်လာပြီး မခွဲချင်အောင် နှစ်သက်စွဲလမ်းမှု၊ ဘဖက်ရှိ ဝတ္ထုအာရုံတို့အပေါ်၌ ရယူလိုစိတ်များ (လောဘ)



- ၂။ ဗျာပါဒနိဝရဏ။ ။ စိတ်မှာပူဆွေးသောကဖြစ်စေမဲ့ ဒေါသတွေ ဖြစ်နေမယ်။ သူတစ်ပါးကို မကောင်းမြင်၊ မကောင်းကြံစိတ်တွေ လွှမ်းမိုး ကြီးစိုးတာမျိုး၊ ၎င်းတို့ကို မရမချင်း မခံချင်စိတ် ထန်ပြင်းစိတ်များ ပြင်းပြခြင်း (ဒေါသ)
- ၃။ ထိနမိဒ္ဓနိဝရဏ။ ။ စိတ်ရော ကိုယ်ပါ ညှိုးနွမ်းစေပြီး ထိုင်းထိုင်း မှိုင်းမှိုင်း အိပ်ချင်ငိုက်ချင်စိတ်က ဖိစီးတာမျိုး ထင်သလို ဖြစ်မလာ သဖြင့် ထိုင်းမှိုင်းခြင်းများ (မောဟ)
- ၄။ ဥဒ္ဓစ္စနိဝရဏ။ ။ စိတ်ဟာ ပစ္စုပ္ပန်မှာ မရှိတဲ့အတွက် အတိတ် အနာဂတ်တွေ ဆီကို ပျံ့လွင့်တာမျိုး၊ ခုလုပ်နေတဲ့ တရားအားထုတ် မှုမှာ နာမှာလား ကျင်မှာလား စိုးရိမ်မှုတွေ၊ စိတ်ကူးနေမှုတွေ စိတ်မပါတော့သဖြင့် လက်ရှိမှ အပြင်ထွက်ခြင်း နောင်တဖြစ်ခြင်းများ (ဒေါသ)

၅။ ဝိစိကိစ္ဆနိဝရဏ။ ။ တွေဝေစိတ်တွေ ဂင်ရောက်ပြီး တရားတိုင် နေတာ၊ လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်နေတာတွေဟာ ဟုတ်မှဟုတ်ရဲ့လားလို့ စဉ်းစားဝေဖန်တတ်သူ ကြံစည်စိတ်၊ ဝိတက်များသူတွေဟာ ပိုပြီး အဖြစ်များသည်။ စိတ်လေများနေသဖြင့် ရှေ့ရေးတွေးကာ ချီကုံ ချီတုံ ဖြစ်၏။ (မောဟ)

၆။ အဝိဇ္ဇာနိဝရဏ။ ။ အဝိဇ္ဇာဆိုတာ အမှန်ကိုမမြင်စေတဲ့သဘော၊ ဘာမှရေရာရာ မသိတဲ့ သဘောဖြစ်တယ်။ အကြောင်းအကျိုးတွေကို မသိအတ္တအစွဲ ငါစွဲကိုပဲ စွဲလမ်း ယူဆနေတဲ့သဘောဖြစ်တာမို့ သစ္စာတရားကို သိမြင်ဖို့ အရေးအကြီးဆုံးအဟန့်အတား အဆိုးဆုံးတရားကြီးပဲ (ဒါကြောင့် ဝိပဿနာ မရှုခင်မှာ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်နဲ့ ဒိဋ္ဌိကို ဉာတပရိညာ ဖြင့် ဖြုတ်ထားဖို့လိုတယ်။)

အမှတ်စဉ် (၁) မှ (၅) သည် စျာန်စိတ်များဖြစ်ပေါ် မလာစေရန် အစုလိုက်အအုံလိုက် ဝိုင်းဝန်းကာ တားဆီးကြလေကုန်၏။

အသွားကပ်ဖက်၏ အဆက်မပြတ်သိပ်သည်းစွာ အရှိန်အဟုန် အားဖြင့် အဆင့်ဆင့် ရှေ့တိုးနေကြသော စျာန်စိတ်များကိုကြား ဝင်ဖြတ်တောက် ရန်ကြိုးစားကြလေကုန်၏။ စျာန်သတ္တိ တို့ တစ်ခုနှင့်တစ်ခုခြားနား သွားစေပြီး အရှိန်ပျက်စေရန် တခုနှင့်တခု ကျပန်းပြီး အခိုးပြယ်စေရန် အစွမ်းကုန် ကြိုးစားကြကုန်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုစျာန်ဟုန်များ အင်အားကြီးထွားပြီး စိတ်ကိုအပိုင်ရသွားသောအခါ မိမိတို့အား သတ်ဖြတ်ပစ်ကြတော့မည်ကို အပိုင်သိထား သောကြောင့်တည်း။

### အသွားအုပ်စုနှင့် အတားအုပ်စုတို့ရန်ပွဲ

- စျာန်တို့၏ သဘောကား နိဝရဏ ခေါ် အတားကိုဖယ်ရှားပစ်ရန်။
- နိဝရဏ ခေါ်အတားတို့ကား စျာန်တို့ကို တားဆီးရန်



အသွားနှင့် အတားတို့စစ်ပွဲတွင် အသွားတို့ဘက်မှ အနိုင်ရသော် စိတ်သည် အေးချမ်း ငြိမ်သက်စွာအာရုံကို ခံစားခွင့်ရမည်။ အကယ်၍ အတားဘက်မှ အသွားကို ဟန့်တား ထားနိုင် သော်ကား စိတ်သည် ဂနာမငြိမ် စိတ်ဖြင့် အာရုံကို ခံစားရလိမ့်မည်။

ဝိတက်ခေါ် ရှုမှတ်ဆင်ခြင်မှုဘက်မှ အသွားသန်သော်ထိနမိဒ္ဓ ခေါ် စိတ်မဝင်စားမှု စိတ်မပါမှု ငိုက်မြည်းထိုင်းမှိုင်းမှု ပျင်းရိမှုခေါ် အတား နောက်ဆုတ်ပေးရမည်။ မှတ်အားကောင်း လေ ထိုထိနမိဒ္ဓ ကင်းလေပင်။

အကယ်၍ ထိနမိဒ္ဓဘက်မှ အတားသန်သော်ကား ရှုမှတ်မှု (ဝိတက်) အသွားနောက် ဆုတ်ပေးရမည်။ ထိုင်မှိုင်းပြင်းရိစိတ်များလာလေ မမှတ်ချင်တော့ လေဖြစ်သည်။

ဤတို့ကပွဲအတွက် အနိုင်တိုက်နိုင်ရန် စစ်ကူခေါ်ရတော့သည်။ ထိုစစ်ကူကာ ဗိုလ်ဟုဆိုသော အင်အားသတ္တိကိုဆိုပေသည်။ ဗိုလ်အမျိုး အစားငါးမျိုးကိုလည်း သိရ ပေမည်။

### ဗိုလ်အမျိုးအစားငါးပါး

တရားအားထုတ်ရာမှာ ဗိုလ်ငါးပါးလို့ခေါ်တဲ့ စိတ်ကို ကြီးကြပ်စောင့်ထိန်းသည့် တရားငါးမျိုးကို ညီညွတ်မျှတအောင်သုံးစွဲခြင်းဖြင့် တရားအသိဉာဏ်ကို လွယ်ကူစွာ လျင်မြန်စွာ သိရှိနိုင်ပြီး နိဝရဏတရားနှင့်ကိလေသာကိုကိုလည်း လွှမ်းမိုးဖယ်ရှားနိုင်ပါတယ်။

- (၁) သဒ္ဓါဗိုလ် - ယုံကြည်ချက်ပြင်းထန်ခိုင်မာစေသောအင်အား
- (၂) ဝီရိယဗိုလ် - ယုံကြည်ရာကြိုးစား၍ ရဲတင်းစိတ်ပြင်းထန်စေ သောစိတ်အင်အား
- (၃) သတိဗိုလ် - ယုံကြည်ရာကြိုးစားစဉ် စိတ်ကိုတည်မတ်စွာ ပို့လွှတ်ပေး တတ်သောအင်အား
- (၄) သမာဓိဗိုလ် - တည်မတ်စွာ ပို့ထားခံရသော နေရာ၌ စိတ်တည် စေတတ်သော အင်အား
- (၅) ပညာဗိုလ် - စိတ်တည်နေသော နေရာ၏အကြောင်းကို ကွဲပြားစွာ အသိပေး တတ်သော အင်အား

ထိုအင်အားငါးမျိုးတို့သည် စိတ်၌ သာရှိသောစိတ်အင်အား သတ္တိ များချည်းသာ ဖြစ်ချေ၏။ ဝီရိယ တစ်ခု၌သာ ကိုယ်အင်အားပါဝင်သည်။

### “ အဓိပတိသုံးပါး ”

တရားအားထုတ်တဲ့အခါ ဆုံးမဖို့၊ ကွပ်ကဲဖို့၊ မိမိကိုမိမိအားပေး တိုက်တွန်းဖို့ အဓိပတိ သုံးပါးရှိသည်။

- (၁) အတ္တာဓိပတိ ။ ။ မိမိကိုယ်ကို အလေးအမြတ်အကြီးအမှူးထားပြီး အားပေး တိုက်တွန်းရမယ်။



(၂) လောကဓိပတိ။ ။ လောကကြီး၊ သူတပါး တို့ကို အလေးဂရုပြုပြီး ဆုံးမတိုက်တွန်းရမယ်။

(၃) ဓမ္မာဓိပတိ ။ ။ သွက္ခာတ စတဲ့တရားတော် ဂုဏ်တွေ အာရုံပြုပြီး တိုက်တွန်းဆုံးမအားပေးရမယ်။

တရားအားထုတ်တဲ့အခါမှာ ကာမဝိဘတ်၊ ဗျာပါဓဝိဘတ်၊ ဝိဟိ သက ဝိတတ် ဆိုတဲ့ ဝိဘက်သုံး တမျိုးမျိုးဆီလို့ အပေါက်ရှာပြီး အာရုံထဲမှာဝင်လာတတ်တယ်။ ဒီလိုဝင်ရင် အခုပြတဲ့ အဓိပတိ လက်နက် သုံးချက်နဲ့ တိုက်ဖျက်ကြရမယ်။ (မကောင်းကြံစည်ခြင်းသုံးပါး၊ (၁) ကာမဂုဏ် ကို ကြံစည်ခြင်း (၂) သူတပါးသေကြောင်း၊ ပျက်စီးကြောင်းကို ကြံစည်ခြင်း (၃) သူတပါးကို ညှင်းဆဲနှိပ်ချက်ခြင်းငှာ ကြံစည်ခြင်း။)

အဓိပတိ လက်နက်တချက်ချက်ကို ထက်မြက်အောင် အသုံးပြုနိုင်ရင် ဝိတက် ရန်သူတွေဟာ အနားကိုလောင်း မသိလာနိုင်တော့ဘူး။ ဝိတက်မလာလို့ ကိလေသာ ကြားမခိုရင် တရားအမြန်ဆုံးရမှာပဲ။ ဒါကြောင့် ဝင်လာရင် ကြိုးစားတိုက် ထုတ်ပစ်ကြရမယ်။ တိုက်ထုတ်နည်း ကတော့ “မင်း . . . . အခုဘာလုပ်နေတာလဲ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုပြီး မတရား တွေချည့်ပါ လား - မင်းရဲ့ကိုယ်စောင့်နတ်က မင်းအကြောင်း အကုန်သိ တယ်” စသည်ဖြင့် ကိုယ်ကိုယ်ကို ဆုံးမကြရမယ်။

“ပြောတော့ ကရားအားထုတ်တာတဲ့အပြောဟုတ်သလောက် အလုပ်ကတခြား ဖြစ်နေရင် ရှက်ဖို့ကောင်းလိုက်တာ” တရားအားထုတ်ဆဲ မှာကြားဝင်တိုးတဲ့ ဝိဘက်(မကောင်း ကြံစည်ခြင်း) တွေဝင်နေရင်ဆုံးမရမယ်။ အပင်ခံနေရင် ရှက်စရာ မကောင်းပါလား။ လေးလေးနက်နက်စဉ်းစားကြပါ။

အကုသိုလ်မှု ဝိတက်တွေဝင်လာတာ ဝင်နေတာဟာ ဘာကြောင့်လဲအရှက် အကြောက် မရှိလို့၊ ဟိရိဩတပွဲကင်းလို့ပဲ ဆိုတာထင်ရှားတယ်။ မရှက်တာ အဝိဇ္ဇာဝင်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို များ ပေါက်လွတ်ပဲစား မထားကြနဲ့ ရှက်စရာကြီး၊ နတ်တွေပြုံးလိမ့်မယ်။ တရားအားထုတ်တာလား အရှက် မရှိလုပ်နေတာလား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်မေးကြည့်ပါ။

မင်းကိုမင်းလုံလုပြီ ထင်နေမှာပေါ့ --- မလုံဘူး မင်းစိတ်က ဝိတက်တွေ ဗလပူနဲ့ ကိလေသာ တောထနေတာ၊ မင်းအကြောင်းကို ကိုယ်စောင့်နတ်တွေ အိမ်စောင့်နတ်တွေ သာသနာစောင့်နတ်တွေ တော စောင့်နတ်၊ တောင်စောင့်နတ်၊ နတ်ဗြဟ္မာတွေ အရိယာ အဝိဇ္ဇာတွေက အကုန်သိကြတယ်။ မင်းမို့မရှက်တာ၊ ဘယ်လောက်များရှက်ဖို့ကောင်းသလဲ စသည်ဖြင့် “အတ္တဓိပတိ - လောကဓိပတိ” ကွပ်ကဲပြီး ဆုံးမနေရမယ်။

နောက်ပြီး သွက္ခာတောအစ အလယ်အဆုံး ကောင်းခြင်းသုံးပါးနှင့် မဟာကရုဏာ တော်ရှေ့ထားပြီး ကောင်းစွာ ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရား တော်မြတ်ဖြစ်ပေတယ်။ ဒီတရားတော် “ဓမ္မာ ဟဝေ ရက္ခတိ ဓမ္မစာရီ” ဆိုတဲ့အတိုင်း ကိုယ်-သဒ္ဓါ - စေတနာ အလျောက် လုပ်သလောက် ရမှာပဲ။



ချွတ်ယွင်းတဲ့ အချက်များရှိနေသလဲ တရားတော်ဆိုတာ ချွတ် ယွင်းတာမျိုး မဟုတ်ဘူး။ မိမိကသာ ချွတ်ယွင်းနေတာ ဖြစ်တယ်ဆိုပြီး စဉ်း စားလိုက်ပါ။ အောက်မေ့လိုက်ပါ။ “သန္တိဌိကော” တဲ့ အဟုတ်အားထုတ် ရင်ကိုယ်တိုင်မြင်သိရမယ် “အကာလိကော” အချိန်ဆွဲနေတာမဟုတ်ဘူး။ အချိန်မရွေးဘူး၊ လုပ်သလောက် အကျိုး ပေးမယ်တဲ့ အဲဒါ ဓမ္မာဓိပတိ ကွပ်ကဲနည်းပဲ။

ဒီအဓိပတိ သုံးပါးထဲက တပါးပါး လက်ကိုင်ထားပြီး အားထုတ်ရင် ရနိုင်ပါတယ်။ ဒီနည်းအတိုင်း ကြိုးစားကြပါ။ အခက်အခဲကို စဉ်းစား ဆုံးဖြတ်ကြိုးစားရင်နိဗ္ဗာန်ဟာ လက်တစ်ကမ်းမှာပဲရှိတယ်လို့ ဘုရားက ဟောတော်မူတယ်။

### တရားအားထုတ်သူ (ယောဂီ) ဗုဒ္ဓတွင် ချီးမြှင့်သော အင်္ဂါများ

မြတ်စွာဘုရား ကသားတော်ရာဟုလားအား ဆုံးမခန်းမှ

- ၁။ ဧကော - အဖော်မမှီး တကိုယ်တည်းဖြစ်ရမည်
- ၂။ ရူပကဋ္ဌော - ဆိပ်ငြိမ်ရာကို ကပ်ရမည်
- ၃။ အပ္ပမတ္တော - မမေ့မလျော့ ရှိရမည်
- ၄။ အာတာပီ - သမ္မပ္ပဓာန်နဲ့ လုံ့လ ဝီရိယရှိရမည်
- ၅။ ပဟိကတ္တော - ငါသည် ယခု ဓမ္မပဋိပတ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ အဖြောင့် သွားမည်ဆိုသော နိဗ္ဗာန်သို့ စေလွှတ်သော စိတ်ရှိရမည်။

### စုဋ္ဌသောဓာပနံ

တရားအားမထုတ်မီ ဒိဋ္ဌိ တန်းလန်းနဲ့ တရားအားထုတ်မရနိုင် ဒီနေရာ မှာဝိပဿနာ အားထုတ်ရင် အဆင့် (၃) ဆင့် တနည်း ပရိညာ (၃) ပါး ဖြင့် အားထုတ်ရပါတယ်။

- (၁) ဉာတပရိညာ - သိသင့်သိထိုက်သော ရုပ်နာမ်ဓမ္မတို့အပေါ် ပိုင်းခြား၍သိခြင်း (စာတွေ့)
- (၂) တိရဏပရိညာ - သိသင့်သိထိုက်သော ရုပ်နာမ် ဓမ္မတို့အပေါ်လက်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ်ခြင်းဖြင့် ပိုင်းခြား၍ သိမြင်ခြင်း
- (၃) ပဟာနပရိညာ - မဂ်လေးတန်ဖြင့်ဆိုင်ရာ ကိလေသာတို့ကိုပယ်သတ် ခြင်းဖြင့်သိမြင်ခြင်း။

ယခု ဝိပဿနာအားမထုတ်မီ အဆင့် (၁) ဖြစ်သော ဉာတပရိညာ ကိုသိသင့်သည်။ အသိဖြင့် (ဟောပြောနားထောင်၊ စာဖတ်ခြင်းဖြင့်)ရုပ်နာမ် ဓမ္မသင်္ခါရတို့ကို ပိုင်းခြား သော (နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်) မှစ၍ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်သည်ကို ပိုင်းခြားသော (ပစ္စယ



ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်) တိုင်အောင်အတွင်းသည် ဉာတပရိညာ၏ နယ်ပယ် ဖြစ်သည်။ ဒီဉာဏ် နှစ်ဉာဏ်ကိုရလျှင် စူဠသောတာပန် ဖြစ်ပေတော့သည်။ တရားအား မထုတ် ရသေးပါ (တိရဏ ပရိညာ - အပွားဖြင့် အားထုတ်လို့ ဖြစ်ပျက်မြင်ရင်လဲ စူဠ သောတာပန်ဖြစ်၏) စူဠသောတာပန် ဆိုတာ နောက်ဘဝ အပါယ်မကျ တစ်ဘဝ အပါယ်ကပိတ်သည်။

ပထမဆုံး ဒီဉာဏ်ရအောင် ဒိဋ္ဌိအကြောင်း နားလည်ရမယ်။ ဒိဋ္ဌိ (၆၂) မျိုးရှိသည်။ နားလည်ရန်မလို သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ သဿတဒိဋ္ဌိ၊ ဥစ္ဆေဒ ဒိဋ္ဌိ ဒီသုံးမျိုးကိုသာ နားလည် ရန်လိုသည်။

### နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်

သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ ငါ ငါ့ဥစ္စာ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ အမှန် တကယ်မရှိတဲ့ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်သာရှိတဲ့ အမြင်မှန်ရှိတဲ့ ဉာဏ်ကို နာမ ရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် လို့ခေါ် ငယ်။

### ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်

ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်ရဲ့ ဖြစ်စဉ်ကို သဘောပေါက်နားလည်ပြီး အကြောင်း တရားကြောင့် အကျိုးတရားဖြစ်ကြောင်း သိသော ဉာဏ်ကို ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီဉာဏ်နှစ်ဉာဏ်အကြောင်းကို စာအုပ် (၉) တွင် ရေးသားထားသဖြင့် ကျေညက် အောင်ဖတ်ပြီးမှ ဝိပဿနာ အားထုတ်ပါ။

### တရားထိုင်ရန် နေရာရွေးခြင်း

မိရိုးဖလာ နေထိုင်ခြင်းမှ ဝိပဿနာ နယ်ပယ်သို့ စတင်ခြေလှမ်း လိုသူများသည် ဦးဆုံးသမာဓိကို ထူထောင်တဲ့ အလေ့အကျင့်ကို ပြုလုပ် ရပါမယ်။ ဒါကြောင့် တိတ်ဆိတ်ပြီး၊ ပတ်ဝန်းကျင်က ဆူညံသံအနှောက် အယှက်ကင်းတဲ့နေရာကို ရွေးရပါမယ်။ မြို့ပေါ်တွင် ဘုရားခန်းဖြစ်စေ မိမိအခန်းဖြစ်စေ သီးသန့်ဖြစ်မဲ့နေရာမျိုးတို့ ရွေးရပါမယ်။

အချို့ဒေသမှာတော့ အနီးအနားမှာ ဆိပ်ငြိမ်တဲ့ ဘုရားဓမ္မာရုံ၊ ရိပ်သာ၊ သစ်ပင်၊ လှိုင်ဂူ စတဲ့ တရားကိုင်စို့ကောင်းတဲ့နေရာကို လည်းရွေး နိုင်ပါတယ်။ ပကမ စေခြင်း သမာဓိအားမကောင်းသေးတဲ့ အခါမှာ ဒီလိုပဲ စိတ်ငြိမ်တဲ့ နေရာကိုရွေးရခြင်းဖြစ်တယ်။ တရားအားထုတ်တာ သမာဓိ အားကောင်းလာပြီဆိုရင်တော့ နေရာသိပ်မရွေးရတော့ဘဲ ဆူညံသံကြောင့် အခက်အခဲဖြစ်မှာ မဟုတ်တော့ဘဲ ရှုမှတ်အားထုတ် လာနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

စခါစမှာတော့ နံနက်နှင့် ညမှာ ဆူညံသံကင်းတဲ့အတွက် တရားအားထုတ်ဖို့ ကောင်းပါ တယ်။ နောက်ပိုင်းတော့ အချိန်မရွေး နေရာမရွေးပါဘဲ။



## အလေ့အကျင့်လုပ်လေ့

တရားအားထုတ်ပြီဆိုရင် လူသဘာဝကတော့ တရားနဲ့မပျော်ကြ တာများ တဲ့အတွက် စိတ်အလိုလိုက်ပြီး ပျင်းတာတွေ၊ ခြင်ကိုက်တာတွေ ဗိုက်ဆာတာတွေ၊ ပူတယ် အေးတယ် အကြောင်းအမျိုးမျိုးဆင်ခြေအမျိုးမျိုးပေးပြီး ပျက်အောင်လုပ်တတ်ပါတယ်။ စိတ်ဟာ မကောင်းမှုမှာပျော်တယ်ဆိုတာ ဘုရားဟောထားတာပဲ။ ကောင်းတာလုပ်ရင် သူမပျော်ဘူး။ စိတ်ကို ထိမ်းကာ အမှတ် သတိနဲ့ နေရမယ်။ တွေးချင်ရာမတွေးနဲ့၊ သွားချင် ရာ မသွားနဲ့လို့ ချုပ်ချယ်လိုက် ကန့်သတ်လိုက်ရင် ထကြွသောင်းကျန်းပြီး တရားထိုင်တာကို ပျက်အောင် ဖျက်တာဘဲ အိမ်မှာဘဲကြည့် အမြဲတမ်းပေါက်လွတ် ပဲစားလွတ်ထားတဲ့ ခွေးကလေးကို မလည် မပတ်အောင် ကြိုးနဲ့ချည်ထားပါ။ ဘာဖြစ်မလဲ။ ရုန်းနေမယ်၊ မရတော့အော်နေမယ်။ နောက်တော့ ကြိုးကိုကိုက်ဖြတ်ပြီး ပေါက်လွတ်ပဲစားလျှောက်သွားဖို့ ကြိုးစားနေမှာပဲ။ တရားစ အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အဖို့ ဒီအသိကို သိထားပါ။ သမဿ - ဝိပဿနာဆိုတာ စိတ်အလုပ်ပါ။ စိတ်ကို နိုင်နင်းဖို့ကိုလိုရာစိတ်ကို ထားနိုင်ဖို့ ကြိုးစားရ ပါမယ်။ တရားအလုပ်က တမင်တကာ ကျင့်ယူမှ ဖြစ်တာပါ။ အလိုလို ဖြစ်မလာပါဘူး။

တရားအားထုတ်စမှာ အဖျက်တွေများ ဖတ်ပါတယ် - မိမိကိုယ် မိမိ ပျက်အောင် ဖျက်တာကတပိုင်း၊ အချို့သူတွေကလဲ ပါရမီအကြောင်း တွေပြောလို့ပြော။ မိမိအသုံးမကျ ပျင်းတာကို တရားအလုပ်ဟာ မလွယ်ပါဘူး ဆိုတဲ့လူတွေက ပြောသံတွေနဲ့ အဖျက် အဆီးတွေ ဗလပွနဲ့ အားထုတ်မှု ကို အနှောက်အယှက်ပေးတတ်ကြတာက တစ်မျိုး၊ သမာဓိ ရတယ်ဆိုတာ စိတ်တည်ငြိမ်နေတာကိုသိထားတော့ စစ်ချင်းတစ်ချိန်လုံး သမာဓိမရဘဲတစ်ချက်နုတ်ချက် အသက်ရှူလိုက် စိတ်ကလေးပြေးထွက်လိုက် နောက်တစ်ခါလဲ ဒီလိုဘဲဖြစ်နေတာကို သဘာဝ တရားမှန်းမသိဘူး။ ငါအသုံးမကျလို့ ဖြစ်တာဘဲ ငါတစ်ယောက်ထဲ ဒီလိုဖြစ်နေတာဘဲထင်ပြီး စိတ်ပျက်လာရော။ လေ့ကျင့်သွားရင် အဆင်ပြေသွားမှာပါ။ ဒီလိုအဖြစ်ဟာ သူ့ ၁၀၀ မှာ ၁၀၀ လုံးဖြစ်ခဲ့တယ်ဆိုတာ မသိတော့ စိတ်ပျက်သွားပြီး ဖြစ်မှာမဟုတ်ဘူး။ ရမှာမဟုတ်ဘူးလို့ လက်မလျှော့လိုက်ပါနဲ့။ အရှုံးပေးလိုက်ရင် သင့်ရဲ့ မကောင်းတဲ့စိတ်က အနိုင်ယူသွားပြီ။ တရား အား ထုတ်မှာမဟုတ်တော့ ဘဲနေချင်သလိုနေတဲ့ မကောင်းတဲ့ ဘဝဘက်ကို ရောက်သွားရင် တစ်ဘဝတွင် မဟုတ်တဲ့ တစ်သံသရာလုံးမှောက်ပြီပေါ့။

ဘုရားလက်ထက်က ပေဿဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘုရားက တရား ဟောနေတာ နောက် ၅ မိနစ်လောက်ဆို ပြီးရင် တရားရတော့မယ်။ သောတာပန် ဖြစ်တော့မယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အိမ်က အလုပ်ရှုံ့သေးတယ်ဆို ပြီး ထပြန်ပြေးတယ်။ (မြတ်စွာဘုရားက သနားသွားတယ် ပေဿဟာတော့ အရှုံးကြီးရှုံးပေပြီ ကမ္ဘာပေါင်းများစွာ အရိုးတောင်လိုပုံ အုံးမှာပဲလို့ မိန့်တယ်) ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်စ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အဖျက်လုပ်ငန်းတွေကို ကျော်လွှားနိုင်အောင် စိတ်ဓာတ်ခိုင်ခန့်ပါစေလို့ ပြောလိုပါတယ်။ တရားအား ထုတ်တာ အင်မတန်လွယ်ပါတယ်။



ဒါနပြုရတယ်ဆိုတာ မိမိမှာ လှူဖွယ်ပစ္စည်းလဲရှိရတယ်။ အလှူ ခံပုဂ္ဂိုလ်လဲရှိမှသာ ပြုဖြစ်ပါတယ်။ သီလဆောက်တည်တယ်ဆိုတာလဲ လုပ်နေကြ ထမင်းလဲမစားရ ကိုရီးယား ကားလဲမကြည့်ရ မွေယာအထူကြီး နဲ့လည်းမအိပ်ရ --- အစစ အရာရာ အခက်အခဲ ရှိပါတယ် - အချိန်အခါ ရွေးရပါတယ်။ ဘာဝနာအလုပ်လုပ်တယ်ဆိုတာ ဘာမှမလိုဘူး။ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ မိမိခန္ဓာကိုယ် မိမိရှုနေရုံသက်သက်ပါ။ အင်မတန်လွယ်ပါတယ်။ တရားအားထုတ်လို့ ပျော်သွားရင် နောင်ကိုအားမ ထုတ်ပါနဲ့ ဆိုရင်တောင် မနေနိုင်အောင် ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။ လုပ်ဖြစ် အောင်လုပ်ပါ။

### တရားအားထုတ်ခါနီးစနစ်တကျပြင်ဆင်ပါ။

ပထမဆုံး တရားအားထုတ်ဖို့ ထိုင်စဉ်မှာ မိမိဝတ်ထားသောအဝတ် အစားများကို ပွပ္ဖုရုပြင်ပါစေ။ တင်းရင်းမနေပါစေနဲ့ ပြင်စရာပြင်ဝတ်ပါ။ ဣရိယာပုဒ်လေးမျိုး ရှိပါတယ်။ (ထိုင်၊ ရပ်၊ သွား၊ လျောင်း) အလွယ်ကူ ဆုံးနည်းက ထိုင်တာကစ ပါမယ်။ (တရားအားထုတ်တာကို လူတွေက ဒါကြောင့် တရားထိုင်တယ်လို့ သုံးကြတာပါ) ထိုင်ပုံ ထိုင်နည်းကို ဘုရား ဟောအတိုင်း ပြောပါမယ်။

တရားအားထုတ်ချိန်မှာ ချမ်းသာတဲ့ “ဣရိယာပုဒ် မှီဝဲပါ” လို့ မြတ်စွာဘုရားက မိန့်တားပါတယ်။ တင်ပလွင်ခွေချင်ခွေ မိန်းမထိုင် ထိုင်ချင်လည်းထိုင်၊ ချမ်းသာသလို ထိုင်ပါ။ ယိုင်ပြီးရင် အထက်ပိုင်းဖြစ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်လေး ဖြစ်အောင် ဆန့်ထားလိုက်ပါ။ ရှေ့ကိုလည်းငုံကိုင်မနေပါနဲ့။ နောက်ကိုလည်း မလန်ပါစေနဲ့ ကျောရိုး ကိုအလိုက်သင့်လေးမထားဘဲ ရှေ့ကိုကိုင်နေရင် ခါးနာလာတတ်ပါတယ်။ အဖြောင့်မနေရင် ခါးရိုးစစ်ကလေးတွေ နာလာတတ်ပါတယ်။ တောင့်တောင့်ကြီးလဲ မနေပါနဲ့၊ အလိုက်သင့် သက်တောင့်သက်သာနေပါစေ။

မျက်နှာကိုလည်းရှေ့တည့်တည့်ကိုကြည့်နေတဲ့အနေအထားမျိုး ရှိပါစေ။ ခေါင်းကို မော့ပြီး ငုံ့ပြီး မနေပါစေနဲ့။ ပါးစပ်ကလေးကိုစိ၊ မျက်စိ ကိုလည်း အသာအယာ မှိတ်ထားပါ။ ယခုပြောတဲ့ အနေအထားဟာ ဘယ်နေရာမှတင်းတောင့်မနေဘဲ အလိုက်သင့်လေး ပေါ့ပေါ့ ပါးပါးဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။

ကိုင်ပြီးရင် လက်နှစ်ဘက်ကို ပေါင်ပေါ်တင်ရုံတင်ထားချင်တာ။ ဒါမှမဟုတ် လက်ဖဝါး နှစ်ဘက်ကို ဘယ်လက်အောက်ကထား၊ ညာလက် အပေါ်ကထားပြီး လက်မ ယိပ်ချင်း ထိပြီးထားပါ။ တရားအားထုတ်ရပါတော့မယ်။ မထုတ်ခင် အဝတ် အစား တွေတင်းနေသလား သက်တောင့်သက်သာရှိသလား စစ်ဆေးပါ။ အသင့်ဖြစ်ပြီဆိုမှ အသက်ရှူခြင်းကို စတင်ရပါမယ်။ (အာနာပါနဖြင့် သမာဓိရရန် ကျင့်နည်း၊ အသေးစိတ်ကို စာအုပ်-၃/ နှာ ၃၀-၃၄ ထိ ရေးသားပြီး ဖြစ်သဖြင့် ထပ်မံရေးမပြော့ပါ)

### သမထအားထုတ်စဉ် ဒါတွေပေါ်တတ်သည်

သမထအနေဖြင့် အားထုတ်ရာတွင် အာနာပါန နည်းတွင် နှာသီးဝ လေဝင်တာ



လေထွက်တာကို (သတိ) မလစ်အောင် မပျောက် အောင် အမြဲတမ်း သတိထားရသည်။ (အချို့မှာ ဖောင်းပိန်ကို သတိပြုရ သည်) အခြားအာရုံ(ဘယ်အာရုံဖြစ်ဖြစ်) ပြောင်းသွားရင် စိတ်လွင့်သွား ရင် ဖျောက်ပြီး မူလ အာရုံကို သတိပြန်ထားရသည်။ မြင်တာတွေ အားလုံး ကြားတာတွေအားလုံး စိတ်ကူးတာတွေအားလုံး ပယ်ဖျက်ပြစ်ရမည်။ နှာသီး ဝတွင်သာ သတိထားခြင်းဖြင့် သမာဓိ အားကောင်းအောင် ကြိုးစားရမည်။

သမာဓိအားကောင်းလာလျှင် တိမ်ညို၊ တိမ်လိပ်တွေ ဂွမ်းပုံ ဂွမ်း လိပ်တွေ မြင်ရ သည်။ မျက်နှာမှာ ပရွက်ဆိတ်တက်သလို ရှစ်စုံစစ် ဖြစ်လာတတ်သည်။ (ပရိကမ္မနိမိတ် လို့ခေါ်သည်) အရောင်အဆင်း အမျိုးမျိုး၊ ဘုရား ပုထိုး ဂူကျောင်းတွေ၊ အလင်းရောင် တန်းကြီးများ၊ ဆလိုက်မီးများ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများ ကျေရတတ်သည် (ပယ်ဖျောက် ပါမူလအာရုံပြန်သွားပါ) ရုပ်စွဲအဆုံး သက်ရှိဘုရား ကြွလာကောင် ပယ်ဖျောက်ပါ။

အချို့ ရုက္ခစို၊ ဇော်ဂျီဟေ့ တွေပြီး အားပေးစကားတွေ ပြောတာ ဆေးကျွေး ဘာတွေ၊ လမ်းညွှန်တာတွေ အာရုံမှာ မြင်တတ်ပါတယ်။ ယောဂီက ပျော်ပြီး မိမိကမ္မဋ္ဌာန်းကို လက်လွှတ်ပြီး မြင်တွေ့ဖြစ်ပျက်နေတာတွေကို သာယာပြီး ပျော်မွေ့နှစ်သက်လာတတ်သည်။ မိမိကိုယ် မိမိ အယင် ကြီးလာတတ်သည်။ ခဏခဏ ပင့်ဖိတ်စကားပြောနဲ့ အကြွားယောင်ယောင် အမြင်ယောင်ယောင် ကြောင့်တောင်တောင် ဖြစ်လာတတ်သည်။ အချို့က ဘဝဟောင်းက ဆွေမျိုးတွေ မိဘတွေနဲ့လဲ စကားပြောရတတ်သည်။ လိုရင်း ကတော့ အားလုံးဟာ တကယ်မဟုတ်ဘူး။ အာရုံတွေ၊ ပယ်ဖျောက်ပါ။ ယောဂီဟာ မိမိအလုပ်ဟာ ဘာလဲဆိုတာ မျက်ခေါ့မဖြတ်ပါနဲ့၊ အခြားအာရုံ အားလုံးကို ဖျောက် ပြီး နှာသီးဝတွင်သာ သမာဓိ ထူထောင်ရပါမယ်။

ဝိပဿနာ အားထုတ်လျှင် စိတ်ပျံ့လွင့်ရင်ဖြစ်စေ မြင်တွေ့ ကြားတွေ့ အာရုံအားလုံးကို အရှုခံသဘောထားပြီး ဖြစ်ပျက်ရှုသွားရပါမည်။ (သမထနှင့် လုံးဝမတူပါ) ဒါကြောင့် သမထတွင် တွေ့ရမည့်အာရုံများကို လုံးဝ(လုံးဝ) မဂရုမစိုက်ပါနဲ့။

## ဂဏာနာနည်းဖြင့် သမထ အားထုတ်ခြင်း

တရားအားထုတ်ကာစ ယောဂီအသစ်များနှင့် တရားအားထုတ် တာကြာသော် လည်း သမာဓိမရလွယ်သေးတဲ့ ယောဂီသူတော်ကောင်းများသည် အာနာပါန ဖြင့်အား ထုတ်သော်လည်း ဝင်လေသိ ထွက်လေသိကို သတိထားနေပါသော်လည်း သမာဓိမရခဲ့လျှင် အသိသာဆုံး အခြေခံနည်းသည် ဂဏာနာနည်း (ရေတွက် မှတ်သားတဲ့နည်း)ဖြင့် အားထုတ်လျှင်ပို၍ သမာဓိရနိုင်ပါသည်။

ဘယ်လိုရေတွက်ရသလဲ ဆိုလျှင် ပထမလေလေးရှုလိုက်တယ် နောက်ပြန် ထုတ်လိုက်တယ်။ အဲဒီဝင်လေ ထွက်လေ တစ်စုံကို စိတ်ထဲက (၁) လို့မှတ်။ နောက်ထပ်



ငင်/ထွက်တစ်စုံကို (၂) လို့မှတ် အဲ ဒီလိုနဲ့ (၃) . . . . (၄) . . . . (၅) . . . . (၁၀) ထိရေတွက်ပြီး နောက်တစ်ကြိမ် ပြန်စပြီး (၁) . . . . (၂) . . . . (၃) . . . . (၁၀) ထိရေတွက်ပြီး နောက်တစ်ကြိမ် ပြန်စပြီး တခေါက်ရေတွက်ရပါသည်။

အခြားတစ်မျိုးမှာ (၁) မှ (၅) နောက် (၁)မှ (၆) . . . . . နောက်ဆုံး (၁) မှ (၁၀) ထိ ရေတွက်သောနည်းလည်းရှိပါသေးသည်။ (စာအုပ် ၃ နှာ ၃၀ တွင် ဖတ်ကြည့်ပါ) သမထ အားထုတ်နည်းအပြည့်အစုံ ပါရှိပါသည်။ ထပ်ပြီး ရေးမပြတော့ပါ)

### ဆရာမရှိဘဲ အခြားနေရာ များတွင် အားမထုတ်ပါနှင့်

သထမနှင့်ဝိပဿနာကို အားထုတ်ရာတွင် မိမိအိမ်နှင့် လူစည်ကားသော ဘုရား များတွင်အားထုတ်လျှင် ပြဿနာမပေါ်တက်သော်လည်း လူတိတ်ဆိတ်သည့် တောဟောင်းများ သင်္ချိုင်းများတွင် ပြဿနာဖြစ်တတ်ပါသည်။ မိမိမှာကိုယ်ခံအား ကောင်းနေရင်ပြဿနာမရှိ ပရလောကသားများ၏ အနှောက်အယှက်များပေးတတ်ပါသည်။ ဤပြဿနာကို မိမိကမရှင်း နိုင်လျှင် ဒုက္ခရောက်တတ်ပါသည်။ ပရလောက၏ ဝင်ရောက်ပတ်သက်မှုမှာ ရိပ်သာများတွင်ပင် ရှိတတ်ပါသည်။ ဒါကြောင့် တရားအားမထုတ်မီ မိမိကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားထံအပ်နှံခြင်း၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာထံအပ်နှံခြင်းများ ပြုလုပ်သည်ကို တွေ့ရပါလိမ့်မည်။ ပြဿနာဖြစ်လျှင် ဆရာက ရှင်းပေးနိုင်ပါသည်။

ပရလောကအနေဖြင့် အကူအညီပေးသည့် သဘောဖြင့်အာရုံတွင်အားပေးခြင်း၊ နည်းပေးခြင်းများ ပြုလုပ်တတ်သလို မိမိနှင့်ဘဝဆက်ကတော်ခဲ့သည့်လင်၊ မယားများ သားသမီးများက မိမိတရားရသွားလျှင် သူတို့နှင့်အလှမ်းဝေးသွား မည်ကိုစိုးရိမ်သဖြင့် တရား မရအောင် အနှောက်အယှက်ပေးတာလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အာရုံထဲတွင်အသီးအနှံ စားစရာများကျွေးလျှင် လုံးဝမစားသင့်ပါ။ စားလိုက်မိလျှင် အိပ်ပျော်သွားတတ်ခြင်း၊ တရားအား မထုတ်နိုင်အောင် ပျင်းရိငိုက်မြည်းခြင်းများလည်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဘုရားတည်နေကြသူများ ဝိပဿနာအားထုတ်လျှင် ဘုရားတည်လက်စ ပပြီးပြတ် သေးပါက သိုက်များ၏ အနှောက်အယှက်ပေးတတ်ပါသည်။ ဘုရားဆက် မဟည်မှာ စိုးရိမ်ပြီး ဝင်ပူးတတ်ပါသည်။ ဝင်ပူး၍မရသူဖြစ်ပါက အာနာပါနအားထုတ်အာရုံ၌ သိုက်စောင့် ဆောင်မကလေးများ၏ ရုပ်ပုံများပြတတ်ခြင်းဖြင့် သမာဓိမရအောင် တရား မရအောင်လည်း ပြုတတ်ပါသည်။ ဤပြဿနာများကို မိမိကိုယ်တိုင် ရှင်းလင်းတတ် လျှင် မိမိကိုယ်တိုင်ရှင်းပြီး နားမလည်လျှင် ဆရာအားပြောပြရပါမည်။

အညာဘက်က (မကွေးတိုင်း) တရားအားထုတ်သူတစ်ယောက် ရွာထိပ်က ဇရပ်တွင် သွားရောက်နေထိုင် တရားအားထုတ်ရာ ပြန်ရောက် မလာလို့ လိုက်ရှာတဲ့အခါ ကြောင်တောင် တောင်နှင့် ပြန်တွေ့ရပါသည်။ ပရလောက၏ အနှောက်အယှက်ဖြစ်သည်။ ယောဂဆရာနှင့်



ဆေးကုမှ ပျောက်ပါသည်။ အားလုံး ဒီလိုဖြစ်ရမယ်လို့ မဆိုလိုပါ။ ဗဟုသုတရရှိစေရန်နှင့် ရှောင်နိုင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

သမထအားထုတ်ပြီး (ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိသုခ၊ ဧကဂ္ဂတ) ဥပစာ သမာဓိရရှိလျှင် ဝိပဿသို့ ကူးပြောင်းနိုင်ပါသည်။

## သမထ ဝိပဿနာ အားထုတ်လျှင် (ပရိကံ) ကြိုတင်ဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်များ

### ကနိတော့ခြင်း

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ ကာယ ဝစီ မနောချို့လျက် သုံလီစေတနာ သုံးဖြာခွဲရ ပမာဏဖြင့် ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ ရတနာမြတ်သုံးပါး၊ မိဘဆရာ သမားတို့အား ဘုရား ကပည့်တော် ရှိသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဤကဲ့သို့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ မိဘ၊ ဆရာသမားတို့အား ရှိသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျော့ ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့် ယခုပီပီတို့အားထုတ်သဲ ဖြစ်သော ဝိပဿနာဉာဏ်သည် လျှင်မြန်စွာပေါ်ဉာဏ်သို့ ကျေးဇူးပြု၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရ ပါလိမ့် အရှင်ဘုရား။

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တ၊ ကျေးဇူးတော်အစုံ၊ ပုဏ်တော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားရှင်တော်တို့၏ ဗောဓိဓာတ် မေတ္တာဓာတ် ဝိဇ္ဇာဓာတ် အနိယာဓာတ်တို့သည် ဘုရားကပည့် တော်၏ ဦးခေါင်းထက်၌ ကိန်းစက်စံပျော် တည်နေတော်မူပါစေသတည်း။

(မှတ်ချက်။ ။ ဗြဟ္မစွာဘုရား မပေးနိုင်သော ဆုများဖြစ် သည့် အပါယ် လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး၊ . . . . . စသည်တို့ပါဝင် သော ကန်တော့ချိုးကို ပြင်ဆင်ထားပါသည်။ ဗုဒ္ဓဝါဒသည် ဆုတောင်းဝါဒ မဟုတ် ကိုယ်လုပ်မှ ကိုယ်ရသည့် အလုပ်သမားဝါဒ ဖြစ်သည်) ဤကန်တော့ ချိုးသည်လည်း ဆရာတော်ကြီးများရေးသော ကန်တော့ချိုးသာဖြစ်သည်။

### သီလဆောက်တည်ခြင်း

တရားအားထုတ်စဉ်တွင် လူတို့သည် ငါးပါး၊ ရှစ်ပါး၊ ဆယ်ပါး၊ အဇီဝ ၄၈ ကသီလ များ အနက်တခုခုဆောက်တည်ရသည်။ သီလမြဲရပါမည်။ ရဟန်းများသည် (၂၂၇) သွယ်သော သိက္ခာပုဒ်တွေကို စောင့်ထိမ်းရပါမည်။ လူများကတရားအားထုတ်မီက ကျူးလွန်ထား သောအပြစ်များ ရှိသော်လည်း ပြဿနာမဟုတ်ပါ။ ရဟန်းတော်များ ကကျူးလွန်ခဲ့သော အာပတ်(အပြစ်များ)နှင့်အားထုတ်ရပါ။ အာပတ်များကို သတ်မှတ် သည့် နည်းလမ်း



များအတိုင်း ကုစားပြေပောက်ပြီးမှသာ တရားအားထုတ်ရပါသည်။

ကြိုက်နှစ်သက်ရာ သီလကို ဆောက်တည်နိုင်ပါသည်။ လယ်တီ ဆရာတော် ဘုရားကြီးက အာဇီဝဌမက သီလကို အလေးပေးတော်မူသည်။

အာဇီဝဌမက = အာဇီဝ + အဌမ + က (အာဇီဝ = အသက်မွေးမှု အဌမ = ရှစ်ခုမြောက်၊ က = ရှိသော အသက်မွေးမှုလျှင် ရှစ်ခုမြောက်သီလ ဟု အဓိပ္ပါယ်ရပါသည်။

### အာဇီဝဌမက သီလတောင်းခံပုံ

အဟံ ဘန္တေ တိသရေဏ သဟ အာဇီဝဌမကသီလံ ဓမ္မယာစာမိ  
အနုဂ္ဂဟံကတွာ သီလံဒေထ မေဘန္တေ။

ဒုက္ခိယမ္ပိ . . . .

တတိယမ္ပိ . . . .

အနက် = ဘန္တေ အရှင်ဘုရား တပည့်တော် (မ) သည် သရဏဂုံ သုံးပါးနှင့် တကွ အာဇီဝဌမက သီလ တည်းဟူသော သိက္ခာပုဒ်အကျင့် ကို တောင်းခံဆောက်တည်ပါ၏။

### သီလခံယူပုံ

- ၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
- ၂။ အာဒိန္နဒါန ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
- ၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
- ၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
- ၅။ ပိသုဏဝါစာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
- ၆။ ဖရဿဝါစာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
- ၇။ သမ္ပပ္ပလာ ပဝါစာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
- ၈။ မိစ္ဆာဇိဝါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ

### အနက်

- (၁) တပည့်တော်သည် သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏
- (၂) တပည့်တော်သည် သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။
- (၃) တပည့်တော်သည် သူတစ်ပါး အိမ်ယာကို ပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ် ပါ၏။
- (၄) တပည့်တော်သည် သူတစ်ပါးအား လိမ်လည်ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏



- (၅) တပည့်တော်သည် သူတစ်ပါးအား ကြမ်းတမ်းစွာ ဆဲဆိုခြင်းမှ မှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။  
 (၆) တပည့်တော်သည် သူတစ်ပါးအား ကုန်းတိုက်ခြင်း၊ သွေးခွဲခြင်းမှ ရှောင် ကြဉ်ပါ၏။  
 (၇) တပည့်တော်သည် သူတစ်ပါးအား သိမ်ဖျင်းသောစကား ပြောခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။  
 (၈) တပည့်တော်သည် မကောင်းသောအသက်မွေးမှုစတဲ့ မကောင်းသော အပြုအမူ အပြောအဆို အရောင်း အဝယ် စသည့် ဒုစရိုက်များကို ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

သီလခံယူပုံ (၁) ဘုရားရှေ့တွင် ပါဠိလို သော်လည်းကောင်း၊ မြန်မာလို သော်လည်းကောင်း ကြိုက်ရာရွတ်ဆိုပါ။

(၂) သီလမတောင်းဘဲမြန်မာလိုရွတ်ဆိုလိုက်လျှင်လည်း ရသည်။ ဤသီလ ကား နိစ္စသီလမျိုးဖြစ်သည်။ တစ်ခါဆောက်တည်လိုက်လျှင် မကျူးလွန်ထားသည့် ကာလ တစ်လျှောက်လုံး မပျက်ပြီ။ ကျူးလွန်မိ ပြန်လျှင် ၎င်းသိက္ခာပုဒ်ကိုသာ ပြန်ဆောက်တည် လျှင်လည်း ရပါသည်။ အကောင်းဆုံးက တစ်နေ့တစ်ခါ ဆောက်တည်ပါ။ (လယ်တီ ဒီပနီပေါင်း ချုပ် ပ-တွဲ-နာ ၁၉၆/၁၉၈)

## ၃. တောင်းပန်ခြင်းနှင့်ခွင့်လွှတ်ခြင်း

အရှင်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်သည် သံသရာတလျှောက်လုံး မင်ပွန်းကြီး (၁၀)ပါးတို့အား ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ တို့ဖြင့် ပြစ်မှား ကျူးလွန်ရှိခဲ့ပါလျှင် ထိုအပြစ်တို့ကို ပပျောက်စေရန်အတွက် တပည့်တော်က ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာဖြင့် ခွင့်လွှတ်ပါသည်ဘုရား။

(ခင်ပွန်းကြီး ၁၀ ပါး = ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ ရဟန္တာ၊ လက်ဝဲလက် ယာ အဂ္ဂသာဝက၊ အမိ၊ အဘ၊ အလေးအမြတ်ပြုအပ်သူ၊ သွန်သင်ဆုံးမ သူ (ဆရာ၊ အခြား) ပေးကမ်းဖူးသူ၊ တရားဟော ပုဂ္ဂိုလ် စသည်တို့အား ပြစ်မှားမိ၍ မတောင်းပန်လျှင် မဂ်တား ဖိုလ်တား ဖြစ်တတ်သည်။ တောင်းပန်လျှင် ပပျောက်သည်။)

## (၃) ခန္ဓာကိုယ်လျှော့ဒါန်းခြင်း

ဘုရားတပည့်တော်၏ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၊ ခန္ဓာငါးပါးကို တရားအား ထုတ်နေစဉ် အတွင်း မြတ်စွာဘုရား(နှင့် အရှင်ဘုရား) အား ဆက်ကပ် လျှော့ဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဤသာသနာတော်ကို စောင့်ရှောက်ကြကုန်သော သမာဒေဝနတ်ကောင်း နတ်မြတ် အပေါင်းတို့သည် ကျွန်ုပ်တို့အား တရားအားထုတ်နေစဉ် အနှောက်အယှက် အဖျက် အဆီး မရှိရအောင် ဝိုင်းဝန်းကူညီစောင့် ရှောက်ကြပါစေသတည်း။

## (၄) မေတ္တာပို့ခြင်း

အနန္တစကြိုဌာတွင် ရှိကြကုန်သော နတ်လူသတ္တဝါအပေါင်း ဘေးရန်ကြောင့်ကြ ဆင်းရဲကင်း၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာ ကြပါစေ။ ကောင်းကျိုး လိုအင်ဆန္ဒ



ပြည့်ဝပါစေ။

(မိမိတို့နှစ်သက်ရာ မေတ္တာပို့နည်းအသုံးပြုနိုင်ပါသည်။)

ကုမာယ      ဓမ္မာနု      ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ      ဗုဒ္ဓိပူဇေမိ

ကုမာယ      ဓမ္မာနု      ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ      ဓမ္မပူဇေမိ

ကုမာယ      ဓမ္မာနု      ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ      သံဃပူဇေမိ

လောကုတ္တရာ တရား ကိုးပါးအား လျော်စွာ ဤအကျင့်မြတ် ပရိယတ်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ပါ၏။

(----- တရားတော်မြတ်ကို -----)

(----- သံဃာတော်မြတ်ကို -----)

### ဆက်လက်၍အမျှပေးဝေခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့ ယခုပြုပြုသမျှ ဒါနကုသိုလ်ဆောက်တည်သမျှ သီလကုသိုလ် ရှုမှတ်ပွားများအားထုတ်ရသော ဝိပဿနာ ဘာဝနာ၏ အဖို့ဘာဂကို မိခင်ဖခင် ကျေးဇူးရှင်တို့အား အစထား၍ (၃၁) ဘုံကျင်လည်ကုန်ကြ သော သုခိတ သတ္တဝါ ဒုက္ခိတ သတ္တဝါ အပေါင်းတို့အား ကျွန်ုပ်နှင့် ထပ် တူ အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှရကြ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြသည်။ ဖြစ်ကြပါကုန်လော့။

(အမျှ . . . အမျှ . . . အမျှ) ယူတော်မူကြပါကုန်လော့ (၃)

(သာဓု . . . သာဓု . . . . သာဓု) ကြိမ်

### \* စိတ်ပျံ့လွင့်တယ်ဆိုတာ လူတိုင်းဖြစ်တတ်တယ် \*

တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ စိတ်အလုပ်ပါ။ အထူးသဖြင့်စိတ်နဲ့ အလုပ်မှာ စိတ်ကိုနိုင် နင်းဖို့ ကိုယ်လိုရာမှာ စိတ်ကိုထားနိုင်ဖို့အရေးကြီးပါ တယ်။ လူတိုင်းရဲ့ စိတ်ဟာ မကောင်းမှုမှာဘဲ ပျော်ကြတာ။ “အမှတ်သတိ နဲ့ နေရမယ်။ တွေးချင်ရာ မတွေးနဲ့ သွားချင်ရာ မသွားနဲ့” လို့ စိတ်ကို ချုပ်ချယ်လိုက်တဲ့အခါ ကကြွသောင်းကျန်းလာကော့ကာပဲ။ နေကဲမှာနေကဲ ငါးကုန်း ပေါ်ဆယ်ယူထားလိုက်ရင် တဖျပ်ဖျပ်လူးနေသလို တရားအာရုံ ရုပ်နာမ်အာရုံ ပေါ်ထား လိုက်တဲ့အခါ စိတ်မတည်ငြိမ် မှုတွေဖြစ်တာ။

တချက် နှစ်ချက်ရှုလိုက် ပြေးထွက်သွားလိုက်နောက်တစ်ခါ ပြန်လွင့် သွားလိုက်နဲ့ ဖြစ်နေမှာ သေချာတယ် တရားနဲ့နေကာစမှာ လူတစ် ရာမှာတစ်ရာလောက်နီးနီး (အားလုံး) ဖြစ်တတ်ကြတာပါ။ ကိုယ် တစ်ယောက်ထဲ ဖြစ်တာမဟုတ်လို့ စိတ်လုံးဝပျက်ပါနဲ့။

ဖြစ်မှာမဟုတ်ပါဘူး၊ ရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ ငါ့မှာပါရမီရှိတာ မဟုတ်ပါဘူးဆိုပြီး ခဏလေးနဲ့ လက်လျှော့လိုက်ရင် အရှုံးပေးလိုက်ရင် မကောင်း စိတ်ကအနိုင်ယူသွားပြီး အပါယ်ကိုဆွဲချသွား



ပါလိမ့်မယ်။ ရှုကာစမှာ အတွေး စိတ်တွေဖြစ်မှာပဲ၊ အာရုံအတွေးနဲ့ ပျံ့လွင့်နေမှာပဲ၊ အဲဒီအခါ ဘာသိသလဲ ဆိုတာ စိတ်ဟာ ပျံ့လွင့်နေပါလားဆိုတဲ့ (သတိ) ကလေး တချက် ရလာမယ်၊ သိတာနဲ့ မူလအာရုံမှာ စိတ်ကိုပြန်ထားပါ။ ခဏနေရင် ထားရာမှာ မရှိတော့ဘူး (သတိ) ကလေး ဝင်လာပြီး မူလနေရာ ပြန်ထားပါ။

ပျံ့လွင့်မှန်းသိလို့ (သတိ)ရတဲ့အခါတိုင်း ကိုယ်ထားတဲ့ အာရုံ (ဥပမာ နှာသီးဝ) မှာ စိတ်ကိုပဲ ပြန်တင်ပေးပါ - ဒါဟာ တရားအားထုတ် နေတာပါ။ တခါတရံ အတွေးဟာ ၁၀ မိနစ် ၁၅ မိနစ်ကြာမှ သိရင် သိတယ်။ နောက်တဖြည်းဖြည်း အသိပြန်လာပါတယ်။ ၁ မိနစ် ၅၀ စက္ကန့် ၄၀ . . . ၃၀ . . . ၂၀ . . . ၁၀ စက္ကန့်ကြာရင် သိလာပါတယ်။ တစ်ရက် နှစ်ရက် သုံးရက်အတွင်း ဒီလိုဘဲ ဖြစ်နေမှာပဲ တခါတရံ တစ်ပါတ်အထိပါပဲ ငါ့တာဘာမှ မထူးပါလားဆိုပြီး အတွေးတွေ ဝင်တတ် ပါတယ်။ ဒီလိုသိနေတာဟာတရားတက်နေတာပါ။ လုံးဝစိတ်မပျက် ပါနဲ့ ရဟန္တာဆိုတာလဲ ဒီလိုအခြေအနေကနေပြီးစခဲ့ရတယ်ဆိုတာသိပါ။

လေ့ကျင့်ဖို့က ကိုယ့်အလုပ်ပါ။ လေ့ကျင့်တာများလာရင် တရားက ခေါ်သွားပါလိမ့် မယ်။ စိတ်ပျံ့လွင့်တာကို သိပြီး ပြန်ပြန်တင်ပေးတာဟာ ကောင်းပါတယ်။ သမာဓိကို မထိခိုက်ဘူး။ ပျံ့လွင့်တိုင်း ပျံ့လွင့်တိုင်း စိတ် ထွက်နေခြင်းကို သိတာဟာ တန်ဖိုးကြီး ပါတယ်။ အဲဒါဟာ တရားအားထုတ် နေတာဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်မပျံ့လွင့်ရင် သတိကောင်း လာတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သမာဓိရလာတာပါ။

တရားစပြီးရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ နှာသီးဖျားအထက် နှုတ်ခမ်းစပ် နေရာမှာ မိမိစိတ်ကို ထားရမယ်။ ဝင်လေသိ ထွက်လေသိအောင်ပေါ့။ သတိ နဲ့စောင့်ကြည့်နေတာပဲ။ တချက်နှစ်ချက် မိတယ်။ သုံးလေးချက်လည်းကျရော ကိုယ်မှတ်နေတဲ့စိတ်ဘယ်ရောက် သွားမှန်းမသိဘူး။ ဒီလောက်သတိနဲ့ ဖမ်းနေရက်သား ထွက်ထွက်သွားတယ်။ ဒီစိတ်ကို လိုက်ရှာနေဖို့မလိုဘူး။ သတိလေးပြန်ကပ်လိုက်တာနဲ့ ဒီစိတ်က ပြန်ရောက်လာမှာဘဲ အဲဒီလိုပြေး သွားလိုက်၊ ပြန်ဖမ်းတင်လိုက်၊ ပြေးလိုက် ပြန်ဖမ်းတင်လိုက် လုပ်နေတာဟာ တရားအား ထုတ်တာပဲ။

တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ငုတ်တုတ်ကြီးထိုင်နေတာကို ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ ဒီပြေးနေတဲ့ စိတ်ကို မိအောင်ဖမ်းပြီးတော့ ပြေးသွား မှန်း သိလိုက်တယ်။ ပြန်ပြီးတော့ နှာသီးဝမှ ပြန်တင်လိုက်ပြန်ပြီး သတိကပ် ထားလို့ရောက်အောင် လုပ်တာကို ဝိတက် လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီအာရုံကို ပျောက်ပျက်မသွားအောင် အနီးကပ် သုံးသပ်ပေးနေခြင်းကို ဝိစာရ ဟု ခေါ်သည်။ အာရုံမပျောက် အောင်လုပ်ပေးသည့် ဝိတက်နှင့် ဝိစာရကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံမှန်ကို ခံစားခွင့်ရလာသဖြင့် နှစ်သက်အားရနေ သောစိတ်ကို ပီတိ ဟုခေါ်သည်။ အဲဒီလိုခံစား ခွင့်ရလာသဖြင့် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ချမ်းသာလာခြင်းကို သုခ ဟုခေါ်သည်။ စိတ်ကလေးသည် ဘယ်မှမပြေးတော့ဘဲ ထားရာနေရာတွင် သာနေခြင်းကို ဧကဂ္ဂတာ ဟု ခေါ်သည်။ အဲဒီလို ဝိတက် - ဝိစာရ - ပီတိ - သုခ - ဧကဂ္ဂတာ ထိ ရရှိနေသည်ကို ပထမဈာန် ဟုခေါ်သည်။



ရုပ်ရှင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်း

ရုပ်ရှင်တဲ့အခါမှာလည်း နှာသီးဖျားပဲရှုရတယ်။ ရုပ်တဲ့အခါမှာ ခြေထောက်နှစ်ခုကို စေ့ပြီး မရပ်ရဘူး။ အနည်းဆုံး တစ်ပေလောက်ခွာထားရမယ်။ မိမိသက်သက် သာသာသာဖြစ်တဲ့အကွာ အဝေးပါ။ ကိုယ်ကိုတန်းတန်းမတ်မတ်ထားပြီး သက်တောင့်သက်သာထားပါ။ နည်းနည်းညောင်း လာရင်ပြောင်းနိုင်ပါတယ်။ ထိုင်ပြီးရှုမှတ်နေတာနဲ့ ဘာမှမထူးပါဘူး။ လျောင်းရှုရင်လည်း ဒီအ တိုင်းပါဘဲ။

တရားရှု မှတ်တဲ့အခါမှာ သတိကလေးမြဲအောင်ဆိုပြီး ဝီရိယနဲ့ သဒ္ဓါပေါင်းစပ်ရတယ်။ ယောဂီတွေ အားထုတ်တဲ့အခါမှာ စိတ်ကပြန့်လွင့် ပြီးတော့ ခဏသတိလက် လွတ်နေပြီဆိုရင် ကိုယ့်ကိုကိုယ် သုံးသပ်ရမယ်။ ငါသဒ္ဓါတရား ကျနေပြီလားလို့၊ အဲဒီအခါ ငါဒီတရားကို အားထုတ်ဖို့ အိုးပြစ်အိမ်ပြစ်လာတာ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရဖို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့လာတာဆိုပြီး သဒ္ဓါတရား အားတက်အောင်လုပ်ရတယ်။ သဒ္ဓါကျရင် ဝီရိယလဲအလိုလိုကျသွားတယ်။ ဗိုလ်ငါးပါးနဲ့ အားထုတ်ရတယ်။ သမာဓိလာမှ ဉာဏ်ဆိုတဲ့ ပညာပေါ်မှာ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ပေါ် လာမှာ သမာဓိထူထောင်နေစဉ်မှာပဲ ယခုမှ အားထုတ်သူများဟာ ၁၀ မိနစ် ၁၅ မိနစ် ကြာလာ တော့ ခန္ဓာထဲက ဝေဒနာဆိုးတွေ ပေါ်လာတာဘဲ ခြေထောက်တွေထုံကျင်လာမယ် တင်ပါးထဲ သပ်လျှို့ဝှက်သလို ဖြစ်လာမယ်။ အဲဒီတော့ နှာသီးဖျားမှာ စိတ်ကလေးကပ်ထား ပါပြောတာ။ ပြောပေမဲ့စိတ်ကနှာ သီးဖျားမှာမနေဘဲ ဟိုနားဒီနားကနာကျင်တဲ့ ဆီကိုသွားပြီးတော့ ခံစားတယ်။ နှာသီးဖျားမှာ လေလေးထိတာကိုသိပါပြောတာ အဲဒီမှာမသိဘဲနဲ့ နာတာကိုသွားသိတဲ့ အလုပ်ဖြစ် သွားတယ်။ အဲဒီလိုဆိုတာ နာတာကိုပျောက် ချင်တဲ့စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ပျောက် ချင်တဲ့စိတ်ကို အလိုလိုက်လို့ရှိရင် ပျောက်ချင်တဲ့စိတ်ကဘာခိုင်းသလဲဆိုတော့ ဒီထိုင်နေတာကြီးကို ပြောင်းပစ် လိုက် ပြောင်းပြစ်ရင်သက်သာသွားမှာပေါ့တဲ့။ ဒါကလဲလုပ်နေကြ တွေပဲလေ။ ကိုယ်အိမ်မှာနဲနဲ ညောင်းလာရင် ဟိုဘက်လှည့်လိုက် ဒီဘက်ပြောင်းလိုက် လုပ်လိုက်လို့ရှိရင် သက်သာသွားတာပဲ။ ကိုရိုးယားကားကြည့်တော့ မညောင်းမညာနဲ့ ဆက်ကြည့်နိုင်တာ ပေါ့။ နောက်ထပ်ညောင်းလာရင် လဲ ထပ်ပြောင်း ကြည့်လိုက်ပေါ့။

တရားကျင့်နေတော့လဲ နာလာရင်ပြောင်းပေးခိုင်းတော့တာပေါ့။ တစ်ချိန်လုံး ခန္ဓာ ခိုင်းတဲ့အလုပ်ကိုဘဲ လုပ်နေတဲ့အတွက် သူကနဲနဲမှ အနာမခံဘူးနော်။ သူ့အလို လိုက်ရ ရင်လဲ သူ့ကျွန်ဘဝက လွတ်မှာမဟုတ်ဘူး။ အထိုက်အလျောက်တော့ တင်းခံအုန်း အလိုမလိုက်နဲ့ မပြောင်းမရွှေ့နဲ့ စိတ်ကိုတင်းလိုက်ရတယ်။ စိတ်တင်းတာဆိုတာဟာစိတ်ကို တန်ခိုး ကြီးအောင် လုပ်တာ။ ဉာဏ်ကမပြောင်းနဲ့ ခန္ဓာကပြောင်းပါတဲ့။ အဲဒီမှာ လွန်ဆွဲတော့တာပေါ့။ မခံမရပ်နိုင် ဖြစ်လာရင်တော့ ပြောင်းလိုက်ပါ။ ခဏခဏလဲ မပြောင်းနဲ့ နောက်ဆိုရင် တစ်နာရီ တစ်နာရီ အတွင်းမှာ ၂ခါ ဘဲပြောင်းမယ်ပေါ့။ အဓိဋ္ဌာန်နဲ့ လုပ်ကြည့်ပါ။ တဖြည်းဖြည်း ရလာပါတယ်။ စိတ်ဆုံးဖြတ်ချက်နဲ့ လုပ်ပါ။ အလိုမလိုက်နဲ့ အရိုးကွဲမတတ် ခံစားရပေမဲ့တကယ်ကွဲပါဘူး။ နောက်ဆိုရင် တစ်နာရီမှတစ်ခါပြောင်းမယ်ဆိုပြီး အဓိဋ္ဌာန် နဲ့လုပ်ပါ။ အဆင်ပြေသွားပါတယ်။



အလေ့အကျင့်ရရင် ဝေဒနာတွေဟာ တစ်နာရီနှစ်နာရီ ကြာမှ ပေါ်တတ်တာပါ။

အထက်မှာပြောခဲ့တဲ့ ပီတိ-သုခ-အဆင့်-တွေ ရောက်လာရင် တစ်ကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးပြီး လွင့်နေသလားတောင် တောင်မှတ်ရတယ် စိတ်ရော ကိုယ်ရော ပေါ့ပါးသွားတာ ဘာဝေဒနာမှလဲ မခံစားရတော့ဘူး။ စိတ်ကလေးတည်ငြိမ်လာတာနဲ့ ချက်ချင်းမျက်စိထဲမှာ အရောင်တွေ အလင်းတွေ ပေါ်လာတယ်။ သမထရဲ့ နိမိတ်တွေ ပီတိအဆင့်မှာ ကြက်သီး မွေးညင်းထရင် ထလာတတ်တယ်။ တခါတလေ ငိုချင်စိတ်တွေဖြစ်လာတတ်တယ်။ အဲဒါ ပီတိဘဲ။ ဝမ်းသာ လို့ငိုတာ။

## ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ခြင်း

### ဝိပဿနာ

ခန္ဓာငါးပါးတွင် အဖန်ဖန်ဖြစ်ပေါ်နေသော သင်္ခါရတရားဖြစ်ပေါ် ပြီး ပျက်စီး သွားကြသည့် အနိစ္စတရားစသော ဖြစ်မှုပျက်မှုအထူးထူး အပြား ပြားတို့ကို ရှုခြင်းသည် ဝိပဿနာမည်၏။ (ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၏ ဖြစ်မှု ပျက်မှု အစဉ်ကို ကြည့်ရှုခြင်းသည် ဝိပဿနာမည်၏။)

### ဝိပဿနာ(၃)မျိုး

- (၁) သမထယာနိကနည်း ။ ။ ဦးစွာ သမထအားထုတ်၍ စွာန် အဆင့်ရ သည့်အခါ ဝိပဿနာသို့ ပြောင်းရွှေ့နည်း။
- (၂) ဝိပဿနာ ယာနိကနည်း (သုဒ္ဓဝိပဿနာ) - သီးခြားသမာဓိ မထူ ထောင်တော့ဘဲ ခဏိကသမာဓိဖြင့် တိုက်ရိုက် ဝိပဿနာရှုနည်း
- (၃) ယုဂဒ္ဓနည်း ။ ။ သမထနှင့်ဝိပဿနာ တွဲ၍ရှုနည်း။

### သမာဓိသုံးမျိုး

- (၁) စိတ်ဖြစ်တိုင်း အလိုအလျောက်ဖြစ်သော ခဏိကသမာဓိ
- (၂) စွာန်အနီးအနားမှာ ဖြစ်သော ဥပစာရ သမာဓိ
- (၃) စွာန်နှင့် ယှဉ်သော အပ္ပနာသမာဓိ

ဝိပဿနာရှုနည်းအသေးစိတ်ကို စာအုပ်(၃) နှာ ၃၅ တွင် ကြည့်ပါ။

ထပ်မံ၍လိုအပ်သည်၊ သိသင့်သော အချက်အလက်များကို  
တော့ဆက်လက်ရေးသားသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။



## ဝိပဿနာ အားမထွက်ခင် သိသင့်သောအရာများ

မြတ်စွာဘုရားသည် မိဂဒါဝုန်တော၌ ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦးတို့အား ဓမ္မစကြာ တရားဦးဟောကြားရာတွင် ဒုက္ခသစ္စာကို ဟောကြားသည်။ (ဘုရားဖြစ်ဖြစ်ခြင်း ပထမဦးဆုံး ဟောသော တရားဖြစ်သည်။ သစ္စာတရားသည် မည်မျှအရေးကြီးသည်ကိုသိလောက်သည်။ မြတ်စွာဘုရားက (ချစ်သား ရဟန်းတို့ ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်း သဘောဟု ဆိုအပ်သော သစ္စာတရားသည် ရှိ၏။ (ဣဒံခေါ - ပနဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ . . . ) အဖန်ဖန် ပဋိသန္ဓေ နေရခြင်းဒုက္ခ၊ အိုရခြင်း ဒုက္ခ၊ နာရခြင်းဒုက္ခ၊ သေရခြင်း ဒုက္ခ မချစ်မနှစ်သက်သောသူတို့နှင့် ပေါင်းသင်းရခြင်း ဒုက္ခ၊ ချစ်သောသူတို့နှင့် ကွေ့ကွင်းရခြင်း ဒုက္ခ၊ လိုချင်တိုင်း မရခြင်းဒုက္ခ၊ အကျဉ်းအားဖြင့် ဥပါဒါန်ဟု ရားတို့၏စွဲလန်းရာ ဖြစ်ကုန်သော ခန္ဓာငါးပါးတို့သည် ဒုက္ခဆင်းရဲကုန်၏ ဟုဟောကြားတော်မူခဲ့သည်)

ဥပါဒါ ခန္ဓာငါးပါးသည် ဒုက္ခ (ငါ) ခန္ဓာငါးပါးကို စွဲလန်းရာဖြစ်လျှင် ဒုက္ခဟု ဘုရားရှင် ဟောထားပါလျက် အကယ်ကြောင့် လူအပေါင်းတို့ သည် ဒုက္ခဟု မထင်ကြပါ သနည်းဆိုလျှင် လူအပေါင်းတို့တွင်မသိမှု (အဝိဇ္ဇာ) ခန္ဓာငါးပါးကို ငါ၊ သူ၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမဟု စွဲလမ်းနေသည့်အတွက် ဒုက္ခမထင်ကြခြင်းဖြစ်သည်။

မသိမှု (အဝိဇ္ဇာ)သည် ပဋိစ္စ “သမုပ္ပါဒ်” ဒေသနာ၌လာသည်။ (ဃာဂရ ပါဠိစကား) မြန်မာလိုမသိမှုဟုဆိုလိုသည်။ ဘာကိုမသိသလဲဆိုလျှင် ဒုက္ခကိုမသိခြင်း၊ ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း အကျင့် (ပါ) အလုပ်ကိုမသိခြင်း၊ ဖြစ်သော သစ္စာလေးပါးကိုမသိခြင်းတို့ကြောင့် လူအပေါင်း တို့သည် ဒုက္ခ သံသရာ၌လည်နေကြရသည်။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဆိုသည်မှာ ပါဠိစကားဖြစ်သည်။ ပဋိစ္စ = စွဲ၍၊ သံ = ကောင်းစွာ၊ ဥပ္ပါဒ် = ဖြစ်သည် (အကြောင်းကိုစွဲ၍ အကျိုးဖြစ်ပုံကိုပြဆိုသည့် တရားတော်ဖြစ်သည်။ မြန်မာလိုပြန်လျှင် ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ဖြစ်သည်။

ခန္ဓာဒုက္ခသစ္စာကိုသိလျှင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို သိမည်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားကို သိလျှင် ခန္ဓာဒုက္ခသစ္စာကို သိမည် (ဟတ္ထိပဒေါပမသုတ်) “ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်တရား ကိုသိလျှင် တရားကိုသိသည် မည်၏။ (မူလပဏ္ဏသ ပါဠိတော်တွင်မြတ်စွာဘုရား ဟောထားသည်)

ဒါကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားသည် ဒုက္ခအစုတရားဖြစ်၍ ဒုက္ခကို သိမြင်ပါမည်။ ဒုက္ခကိုသိမြင်မှ သစ္စာလေးပါးကို သိမြင်ပါမည်။ သစ္စာလေးပါးကို သိမြင်ပါမှ နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြမည် ဖြစ်သည်။

ဒုက္ခသစ္စာပါဠိပုဒ်၌ ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ” ခန္ဓာငါးပါးကို စွဲလန်းရာဖြစ်လျှင် ဒုက္ခဖြစ်ရသည်ဆိုခြင်းမှာ ခန္ဓာငါးပါးသည်အပေါင်းအစုငါးခုဖြစ်၍ ဥပါဒါန်သည် စွဲလန်းမှုဖြစ်ခြင်းကြောင့်(ခန္ဓာငါးပါး) အပေါင်းအစု ငါးခုကို စွဲလန်းမှုဖြစ်လျှင် ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်ကြောင်း၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားသိသူများ သိနိုင်ပါသည်။



ခန္ဓာငါးပါး (အပေါင်းအစုငါးခု) ဆိုသည်မှာ မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ရာ၌ ပန်းပွင့် တစ်ပွင့်ကိုမြင်ရာ၌ မျက်စေ့အကြည်ရုပ်နှင့် ပန်းအဆင်းရုပ်နှစ် ခုကို ရူပက္ခန္ဓာဟု ခေါ်ဆိုရ၏။ သိစိတ်သည် “ဝိညာဏခန္ဓာ” မျက်စေ့ + အဆင်း+သိစိတ် သုံးပါးကို ပေါင်းစုံ ထိတွေ့မှုဖဿကို “သင်္ခါရက္ခန္ဓာ” ဟု ခေါ်သည်။ သုံးပါးပေါင်းစုံမှ မြင်သိစိတ်ဖြစ်ပေါ်၏။ ပန်း၊ နှင်းဆီပန်းကို မှတ်ထင်သည့် သညာကို “သညာက္ခန္ဓာ” ဟု ခေါ်ဆိုရ၏။ မိန်းမစသည့် မြင်သောအရာ၊ ထင်မှတ်သောအရာပေါ်တွင် ကောင်းမကောင်း ခံစားတတ်သည့် ဝေဒနာကို “ဝေဒနက္ခန္ဓာ” ဟုခေါ်ဆိုရ၏။ မြင်စိတ်ကလေးတစ်ခုအပေါ်၌ ခန္ဓာငါးပါး တပေါင်းတည်းဖြစ်ရ၏။

ထို့အတူ မိမိတို့သန္တာန်ကွင် ရှိသည့် မျက်စေ့ နားနှာခေါင်း လျှာ ကိုယ်၊ စိတ်တည်းဟူသော အာယတန ခြောက်ပါး။ (အခံဓာတ် ၆ ပါး) သည် မြင်ပအာရုံဖြစ်သည်။ အဆင်းအသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ တွေ့ထိမှု၊ ကြံစည် တွေးမှု၊ စသည့် အပြင်မှ (အတိုက်ဓာတ် ၆ ပါး)နှင့် တွေ့ဆုံပေးသည့် ဖဿစသော ပြုပြင်ပေးသည့် သင်္ခါရ တို့ကြောင့် မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်၊ နံစိတ်၊ စားစိတ်၊ တွေ့ထိစိတ်၊ ကြံတွေးစိတ် စသည့် စိတ် ၆ ပါး ဖြစ်ပေါ် ပါသည်။

စိတ် (၆) ပါးဖြစ်ပေါ်ရာတွင် တစ်ပါးစီ၌ ခန္ဓာငါးပါး တစ်ပေါင်း တည်းဖြစ်ပေါ်ရာ တွင် ဝေဒနက္ခန္ဓာခေါ်သည်။ ခံစားတတ်သော ဝေဒနာ လေးသည် မြင်သည့်အပေါ်မှာ ကြားသည့်အပေါ်မှာ နံသည့်အပေါ်မှာ စားသည့်အပေါ်မှာ ကြံတွေးစိတ်ပင်လာသည့် အပေါ်မှာ အာရုံ၏ အရသာကို ခံစားတတ်သည်။ (ဝေဒနာ) ကကောင်းမကောင်း၊ ခံစားချင် သည်။ မကောင်းတာကို ခံစားမိလျှင် ဒေါသဖြစ်ရပြီး တဖန်ကောင်းတာကို သာ တောင့်တ၍ခံစားချင်ပြန်၏။ ကောင်းတာခံစားမိပြန်တော့လည်း သာယာမှု ချစ်ခင်မှု နှစ်သက်မှု ဖြစ်ရာက တပ်မက်သည့် “တဏှာ” ဖြစ်လာပြီ။ (ဝေဒနာ ပစ္စယာ တဏှာ) ဝေဒနာကြောင့် တဏှာဖြစ်ရသည်။ တဖန် တပ်မက်သည့် တဏှာကနေ စွဲလန်းစိတ် “ဥပါဒါန်” ဝင်လာသည်။ (တဏှာ ပစ္စယာ ဥပါဒါန်) တဏှာကြောင့် ဥပါဒါန် ဖြစ်ပြီး ဥပါဒါန် ပစ္စယာ ဘဝေါ- ဘဝ ပစ္စယာ ဇာတိ - ဇရာ-မရဏ-သောက- ပရိဒေဝ-ဒုက္ခ-ဒေါမနဿ ဖြစ်လာရသည်။

ရုပ် - ဝေဒနာ - သညာ - သင်္ခါရ - ဝိညာဏ်ဆိုသော ခန္ဓာငါးပါး (အပေါင်းအစုငါးပါး) သည် သက္ကာယတွေဖြစ်သည်။ ခန္ဓာငါးပါးသည် ပရမတ္ထတရားအရ ရုပ် နာမ် သာဖြစ်သည်ကို ခံစားတတ်သော ဝေဒနာက ကောင်းတာကို ချစ်ခင်နှစ်သက် သာယာမှုဖြစ်လျှင် ခန္ဓာငါးပါးကို ငါထင် ငါပဲလို့ ယူလိုက်လျှင် မှတ်သားသည့် သညာ ခန္ဓာကလည်း ငါ - သူ - ယောက်ျား- မိန်းမလို့ ထင်လိုက်သည်နှင့် အမြင်မှားသည် ဒိဋ္ဌိဝင်လာပြီး သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ရပါသည်။ သက္ကာယ ခန္ဓာငါးပါးက နဂိုလ်ရှိ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်အရဖြစ်လာသည့်တရား အမှန်ရှိတရား၊ ဒိဋ္ဌိက နဂိုလ်မရှိ အမှန်မဟုတ်ဘဲ နောက်မှလာသည့် အမှန်အတိုင်းမမြင်သည့် အထင်မှားမှု ဒီလိုမမြင်ဘဲ ပုထုဇဉ်များ အနေနဲ့ ခန္ဓာငါးပါးကို ငါသူယောက်ျား မိန်းမဟု စွဲလန်းမှုဖြစ်၍ ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာဖြစ်လာရသည်။

ခန္ဓာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၊ ခန္ဓာလမ်းစဉ်၊ ခန္ဓာ ဒုက္ခအစုလည်နေတာ ဒုက္ခအစုပဲလို့ သိတဲ့



(ညာတပရိညာ) စခန်းကစပြီး ဝိပဿနာ ပွားမှု (တိရဏာ ပရိညာ) မဂ္ဂင်လုပ်ငန်းကို အဆင့်လိုက် လုပ်ဆောင်ရမယ်။

၁။ ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဖြစ်သည်ကိုလည်း သိမှ ပျက်သည်ကိုလည်း သိမှ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို သိမှုနဲ့ ပြုတ်မယ်။

၂။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို နားလည်သဘောပေါက်မှ သစ္စာကို သိမယ်

၃။ သစ္စာကိုသိမှ သံသရာပြုတ်မယ်။

၄။ သံသရာပြုတ်မှ ဇာတိဘေး၊ ဇရာဘေး၊ မရဏဘေးမှ လွတ်မယ်။

ဒုက္ခသစ္စာတစ်ချက် မြင်အောင်ကြည့်ဖို့သာလိုတယ်။ အများကြီး မလိုဘူး။ ဒုက္ခသစ္စာ တစ်ချက်ပိုင်ရင် အားလုံးကိစ္စပြီးနိုင်တယ်။ ဒုက္ခအဆုံး ဖြစ်ပျက်အဆုံး တခါမြင်ရင် သောတာပန် အစစ် မဟာသောတာပန်ကြီး ဖြစ်သွားပြီ ဒုဂ္ဂတိ အပ္ပါယ်သံသရာ စခန်းရုပ်သိမ်းသွားတော့တယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကိုတွေ့မှသာ ဝိပဿနာဖြစ်တယ်။ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက် မမြင်ဘဲဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုတာ အဓိပ္ပါယ်မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် ပထမဖြစ်ပျက် မြင်အောင် ရှုကြဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ရှုမှတ်ဘို့ကမိမိတာဝန် အကျိုးရဖို့က ဓမ္မတာဝန် ဓမ္မကတော့ လုပ်သလောက် အကျိုးပေးမှာ သေချာပါတယ်။

မျက်မြင်မှာဉာဏ်ကောင်းတာ ဉာဏ်ထိုင်းတာဟာ လိုရင်းမဟုတ်ဘူး။ ဉာဏ်ထိုင်းဟာနဲ့ တိဟိတ်မဟုတ်ဘူးလို့ထင်ပြီး အားမလျော့လိုက်ကြပါနဲ့။ ဘုရားလက်ထက်က စူဠပန္နမထေရ်က တိဟိတ်အရင့်အမာကြီးပဲ။ ဒါပေမဲ့ဉာဏ်ထိုင်းလိုက်တာ ပြောစရာမရှိလောက်တော့ဘူး။ ဉာဏ်ထိုင်းပေမဲ့ ဒွိဟိတ်မဟုတ်ဘူး။ လေးလလုံးလုံးစာတပိုဒ် တောင်မရဘူး။ ဒါပေမဲ့အား ထုတ်တော့ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် မိမိဉာဏ်ထိုင်းတာကို အကြောင်းမပြုနဲ့။ ရမယ်မရှာနဲ့။ ကျင့်ဖို့ကမိမိတာဝန်ပါ။ ရပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ ဒါနတွေပြု - သီလတွေဆောက်တည် သမထတွေကျင့် ဝိပဿနာ တွေအားထုတ်ကြတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ချင်လွန်း လို့ အမျိုးမျိုးလုပ်နေကြတယ်။ ဒါန-သီလ - သမထ ကတော့တိုက်ရိုက် နိဗ္ဗာန်မရောက်ဘူး။ အထောက်အပံ့တော့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီသုံးမျိုးက တော့သာသနာပမှာလည်း ရှိတယ်။ သာသနာတွင်းမှာလဲ ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာကိုအားကိုးပါ။ ဒါန-သီလ-ဘာဝနာကိုလဲ လုပ်ရမှာပဲ။ ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့အခါ ဒိဋ္ဌိမက္ခာရင် နိဗ္ဗာန်ဘယ်တော့မှ မရဘူး။ ဒါကို မိုးကုတ် ဆရာ တော်ဘုရားကြိုက် ခဏခဏ ဟောတယ်။ ဒါနနောက်ထား သီလနောက်ထား သမထ နောက်ထား ဝိပဿနာတောင် နောက်ထားအုံး ဒိဋ္ဌိကို ဉာတပရိညာ (အသိ) နဲ့ အရင် ခွာအုံးတဲ့ တဏှာက ဒိဋ္ဌိလောက် ကြောက်စရာမကောင်းဘူး။

ခန္ဓာမှာ ဘာစိတ်ပေါ်ပေါ် လာတာ ဖြစ်ပျက်ရှုရမယ်။ ဥပမာ စားချင်တဲ့စိတ်က ပေါ်လာ အစာကိုလှမ်းယူလိုက်တော့ စားချင်စိတ်ချုပ် (စိတ် ၁ ချုပ်) လှမ်းယူစိတ်ပေါ် (စိတ် ၂ ပေါ်) စားလိုက်တော့ စားသိ စိတ်ပေါ် (စိတ် ၃ ပေါ်) လှမ်းယူစိတ်ချုပ် (စိတ် ၂ ချုပ်)



မျိုးစိတ်ပေါ် (စိတ် ၄ ပေါ်) ဒီနည်းအတိုင်း ဘာစိတ်ပေါ်ပေါ် တခုခုမိအောင်ရှုပေးရမယ်။ ရှုဉာဏ်နဲ့ ရှုတော့ စိတ်ကလေးတွေဟာ ဖြစ်ပြီးပျက်တာကိုပဲ တွေ့ရမယ်။

စိတ်(၁)ဖြစ်- စိတ် (၁) ချုပ်၊ စိတ်(၂)အစားထိုး - စိတ်(၂)ပျက်၊ စိတ်(၃) အစားထိုး- စိတ်(၃) ပျက်၊ စိတ်(၄)အစားထိုး - စိတ်နှစ်ခု တစ်ပြိုင် နက်မဖြစ်၊ တစ်ခုဖြစ်-ပျက်မှ နောက်အစား ထိုးစိတ်ဝင်တာ။ အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပျက်ဖြစ်ပျက်နဲ့ အစီအစဉ်အတိုင်းသွားပြီး အသက်ရှင် နေကြရတာ။ အဲဒီလိုဉာဏ်စိတ်ဝင်တော့ စိတ်ကလေးကဖြစ်ပျက်၊ ရှုတာကမဂ်ပဲ ဒီဖြစ်ပျက် အစဉ်မှာ ဉာဏ်မြင်နဲ့ ပိုင်းခြားနေရမယ်။ ရှေ့ကဖြစ်ပျက် ဒုက္ခသစ္စာ ဒါကို မဂ်နဲ့ပိုင်းခြားတော့ ဒုက္ခမဆက်ဘူး။ ဒုက္ခတန်းမဆက် အောင်မဂ်က လုပ်ပေးတာ။ မဂ်ကလုပ်တော့ နိရောဓပေါ် တယ်။ ဒါကြောင့် ဒုက္ခနိရောဓော နိဗ္ဗာန်လို့ ဘုရားကဟောတာပေါ့။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဒုက္ခ ပြတ်သွား တဲ့သဘောပဲ။

ခန္ဓာမှာ ယခုပေါ်တာကို ဒုက္ခသစ္စာလို့ သိရမယ်။ ပေါ်တာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ သိတာက မဂ္ဂသစ္စာ၊ ဒါကြောင့် ပေါ်လာသမျှ ရှုပေး။

ဒီဘဝမှာတင်နိဗ္ဗာန်မြင်အောင် အားထုတ်ကြပါ။ ဒီတစ်ချိန်မှာမှ ရအောင် မကြိုးစားလို့ တစ်ခါလွဲရရင် ကိုယ်ကျိုးနဲ့ပြီလို့သာမှတ်ကြပါ။ ဥပမာအားဖြင့်ဆိုလျှင် လူတစ်ယောက်ရွံ့ဗွက်ထဲက တက်လာပြီး ရွံ့ဗွက်ထဲ ပြန်ဆင်းသွား၊ နောက်တစ်ခါ ပြန်တက်လာပြီး တစ်ခါပြန်ဆင်းနဲ့ ရွံ့ဗွက်ထဲပဲ တက်ချည်ဆင်းချည်လုပ်နေတာကို ဘေးကမြင်ရင် ဘာပြောမလဲ“ဪ သူ့မမှာ သနားပါတယ်။ ဒီအဖြစ်ကလွတ်ပါစေ ဒီဝဋ်ကကျွတ်ပါစေ” ဆိုပြီး ဆုတောင်းနေကြမှာ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ ဒီလူက အရူးကိုး၊ အရူးမို့ ဘေးက လူတွေ သနားလို့ ဆုတောင်းပေးနေတာ။ ဘာကြောင့်လဲ အကောင်းက ကြည့်တော့ အရူးမှန်းသိလို့ သနားလို့ဘဲ။

ဒီဥပမာအတိုင်း လူတွေဟာ ပဋိသန္ဓေနေလိုက် တစ်ခါသေလိုက် နောက်တစ်ခါ ပဋိသန္ဓေနေလိုက် ဒီလိုနဲ့ အဖန်ဖန်ပဋိသန္ဓေနေကြရတယ်။ အဲဒီလိုနေရတာကို ဘုရားရှင်က ဒီဥပမာအတိုင်း မြင်တော်မူတယ်။ လူတွေဟာ ဇာတိ - ဇရာ - မရဏ ဆိုတဲ့ ရွံ့ဗွက်ထဲဘဲ ထပ်ပြန်တလဲလဲ ဆင်းနေကြရှာတယ်.. ဆင်းလိုက်တက်လိုက်ပါဘဲ။

ရွံ့ဗွက်ထဲပြန်ဆင်းရတာ ရူးချက်အလွန်သန်လွန်းလို့ဘဲလို့ မိုးကုတ် ဆရာတော် ဘုရားပြီးကလဲ ဟောခဲ့ပါတယ်။ မဂ်နဲ့ မဖြတ်ပဲသေရင် အကြိမ်ပေါင်း ဘယ်လောက်ဆိုတာ မသိနိုင်တော့ဘူး။ ဘုရားတွေ မမျှော်နဲ့တော့ နောင်လာမှာလဲ ဂင်္ဂါဝါဠု သံစုမက လာမှာဘဲ။ အရင်ကလည်း ဂင်္ဂါဝါဠုသံစုမကအောင် ဒီနည်း အတိုင်းရှောင်ခဲ့ လွဲခဲ့ကြရပါပြီ။

ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံခါနီးမှာ သုဘရဟန်းကမေးလို့ ဘုရားကဖြေ တော်မူခဲ့မှာ “ဘုရားရှင်သာသနာမှာ ကျင့်ကြံအားထုတ်သူမဂ္ဂယံသမျှ ရဟန္တာမဂ္ဂယံဘူးဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ် ပါရှိတယ်ဆိုတာ သိထားကြပါ။ ဒါကြောင့် သံသယမရှိနဲ့ လုပ်ရင်ရတယ်ဆိုတာ ဆုံးဖြတ်ပြီး ယခုဘဲ လုပ်ကြပါတော့။

အလုပ်လုပ်ရင် (၁)ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှင်းမှု (၂) ဒိဋ္ဌိခွါမှု (၃) ဝိပဿနာရှုမှု



ဒီအစီအစဉ်အတိုင်းမပါရင် မရဘူးလို့ မှတ်ကြပါ။ ဖွားဖက်တော်မောင်ဆန် နှစ်ပေါင်း ၄၀ ကျော်ကြာအောင် ဝိပဿနာအားထုတ်တာမရဘဲ ဖြစ်ပျက်မြင်ပြီး အားထုတ်တာပါဘဲ။ အားထုတ် ပေမဲ့မရဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နားမလည်လို့ဘဲ။

အသံကလေးတစ်ခုပေါ်လာတယ်။ ပေါ်လာတဲ့အသံကို နားကကြားရတယ်။ အသံကို နားနဲ့ကြားတော့ ကြားသိစိတ်ကလေး ပေါ်လာတယ်။ ဒီသိစိတ်ဟာ ယခုမှ ပေါ်တာ။ အရင်က ပေါ်နေတာမဟုတ်ဘူး။ အကြောင်း ညီညွတ်လို့ပေါ်တာ။ နားအကြည် (ဒွါရ)နဲ့ အသံ (အာရုံ) တိုက်ဆိုင်လို့ပေါ်တာ။ ခန္ဓာငါးပါးမှာလဲ အာရုံနှင့် ဒွါရတိုက်မှသာ ပေါ်နေကြတာ။ အကြောင်းစုံမှ ပေါ်တာ။ ဒီကြားသိစိတ် ဝိညာဏက္ခန္ဓာကလေး ယခုမှ ပေါ်ကယ်ဆိုတာ ကိုယ်တိုင်သိတာဘဲ။

ဒီလိုသိတော့ အကြောင်းပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကိုသိလို့ ခန္ဓာကိုသိရတာဘဲ။ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်ကို သိ၏။ ထိုသူသည် ခန္ဓာကိုသိ၏လို့ဆိုတဲ့အတိုင်း ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကိုသိလို့ ခန္ဓာကို သိပါကယ်ဆိုတာ ရှင်းပါတယ်။

အသံတစ်ခုကိုကြားတဲ့အခါ အကြားတာဟာ ခန္ဓာကကြားတာပဲ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တပါ က ကြားတာမဟုတ်ဘူး။ အကြောင်း ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကြောင့် ကြားစိတ်ခန္ဓာ ပေါ်ရတာဘဲလို့ သိရင် ဝိစိကိစ္ဆာလွတ်ပါတယ်။ ဗာရာဏသီကလေးမှာ ဝိသုဒ္ဓိသီလဝါရီ ဟောသီပြီးမှ အားထုတ်ရမယ်။ သိပြီး အားထုတ်ရင် လွယ်ကူတယ်ဆိုတာ သိလာပါလိမ့်မယ်။ ခန္ဓာဒုက္ခသစ္စာကိုသိရင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို သိတယ်။ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်ကိုသိရင် ခန္ဓာဒုက္ခသစ္စာကို သိမယ်လို့ ဟတ္ထိပဒေါမ သုတ်မှာဟောထား ပါတယ်။

ဖြစ်တာနဲ့ပျက်တာဟာ ဒုက္ခသစ္စာပဲ။ ဒီဒုက္ခကို မြင်အောင်ကြည့် ဒုက္ခမြင်ရင် ယထာဘူ တဉာဏ်ရတာပဲ။ ဒီဖြစ်ပျက်အမြင်ရရင် ဆက်သာရ။ ဖြစ်ပျက် ဒုက္ခအမြင်များရင် ဉာဏ်တက်လာ တာပဲ။ အရှုများရင် ဉာဏ်တက် လာရင် မုန်းဉာဏ်ဝင်လာတော့တာပဲ။ မုန်းလာတော့လဲ ဆက်သာရ။ အဲဒီလို မုန်းရက်က ဆက်ကြည့်၊ ကိလောသာကုန်အောင်မုန်းမှ လိုရင်းရောက်မယ်။ ဒီလိုဆက်ကြည့်လို့ ဒုက္ခတွေချည့်မြင်နေတယ်။ သုခလုံးပမရှိဘူးလို့ သိရ မယ်။ အဲဒီလိုဆိုရင် ဒုက္ခပဲတွေ သုခ လုံးဝမတွေ့ဆိုပြီး ပိုင်းခြားလိုက်တယ်။ ဒုက္ခပိုင်း ခြားလိုက်တာနဲ့ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်လာပြီး မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဝင်လာလို့ ဖြတ်ခနဲဆို ဒုက္ခ ဇာတ်သိမ်း တော့တာပါပဲ။ သူကဒုက္ခမရှိတော့ဘူး လို့သိတယ်။ ဒုက္ခ မရှိကြောင်း သိတာဟာ မဂ္ဂသစ္စာပဲ။

ခန္ဓာမှာ ဉာဏ်နဲ့ကြည့်ရင် ကောင်းတာတစ်ခုမှမမြင်ရဘူး။ “အသေဒုက္ခချည့် မြင်ရမယ်” တသေပြီးတစ်သေ၊ တသေပြီးတသေ ခဏ ခဏ သေနေကြရတာ၊ ဒီလိုသေရတာကိုယ်တိုင် သေရတာ ဒါတွေကိုဉာဏ်နဲ့မြင်လာမှမုန်းလာမှာ ဒါကြောင့် မပြတ်ကြည့် ပေးပါ။ ကြည့်ရင် အသေမသာ ချည့်သာတွေ့ရမယ်။ အလောင်းချင်းကပ်တော့တာပဲ။ ခြောက်ဒွါရမှာ ဖြစ်တဲ့



ခြောက်စိတ်ကို မလွတ်အောင်လိုက်ကြည့်။ ပေါ်ရာကိုသာကြည့်၊ ကြည့်ရင် ဖြစ်ပျက်သာ  
တွေ့ရမှာပဲ။

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလဲ ဒီလိုဟောထားပါတယ်။ ဒကာ ဒကာမတွေ  
အများအသုဘ လိုက်ပို့ကြတဲ့အခါမှာ မသာပို့ရင်းနဲ့ ဟေးလား ဝါးလား စကားပြော နိုင်တာ  
ဘာလို့လဲ။ မသာပို့ရင်း စီးပွားရေးကြီးပွားရေး သားရေး သမီးရေး စကားတွေ ဖောင်နေ  
အောင်ပြောနိုင်ကြတယ်။ အဲဒါ သူများသေတာသိပြီး ကိုယ်သေတာ မသိကြလို့ပဲ။ ကိုယ်သေတာ  
သိရင် ဟေးလား ဝါးလားမလုပ်နိုင်ကြလို့ဘဲ။ သူများသေတာ အိမ်ရှေ့က အလောင်း (၄၀-  
၅၀)လောက်များ ဖြတ်သွားရင် ဘယ်နှယ်များနေမလဲ၊ ရွံ့မုန်း လာမှာပဲ။ အဲဒီအမုန်းက  
ဉာဏ်မုန်းမဟုတ်ဘူး။ ကြောက်တာဘဲ။ ကြောက် တဲ့ဒေါမနုဿာဘဲ၊ သံဝေဂဉာဏ်မဟုတ်ဘူးလို့  
မှတ်ကြပါ။)

သူများသေလို့ အလောင်း (၄၀-၅၀) လောက်မြင်ရတော့ ကြောက်တယ်။  
ကိုယ့်မသာတွေ နာရီမိနစ်မလုပ်အောင် အလောင်းချင်းထပ်နေတာ ကိုတော့ မကြောက်ကြဘူး။  
အဲဒါမသိလို့ မသိသားဆိုးဝါးချက် ဘယ်လောက် များသန့်သလဲ ဝဉ်းစားကြ၊  
သူများသေတာကျတော့ ကြောက်တယ်။ ကိုယ် ကိုယ့်ကိုပြန်ကြောက်အောင် လုပ်ကြဖို့  
ပြောလိုက်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူလာတာဟာ ဝါနံ၊ သီလ၊ သမထ အတွက် ပွင့်လာတာ  
မဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာသာ ဘုရားအလိုကျ။ လိုရင်းတရား နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားဘဲ  
ဝိပဿနာတရားကိုသာ လေးလေးစားစား အရေးထားပြီးအားထုတ်ကြရမယ်။

ယခုလို့ ဝိပဿနာတရားစခန်းတွေဖွင့် ဟောကြားတဲ့ဆရာတွေ ညွှန်ပြတဲ့  
ဆရာတွေသင်ကြားပေးနေတဲ့ဆရာတွေ ရှိတုန်းမှာ ကြီးစားကြရပါ မယ်။ ဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံ  
သွားလို့ ဘုရားနဲ့ မတွေ့လိုက်ရလို့ဆိုပြီး ဝမ်းနဲ့ ဖို့မရှိဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ ခုရှိနေတဲ့လူတွေဟာ  
ဘုရားရဲ့သာဝက မဟုတ်ကြလို့ဘဲ ဂင်္ဂါဝါဠု သဲစုမကပွင့်ပြီးကြတဲ့ ဘုရားအဆူဆူရဲ့ သာဝက  
လဲမဟုတ်ခဲ့လို့ ကျနော်တို့အားလုံး မကျွတ်ခဲ့ကြတာပဲ။ မိုက်ချက် ဘယ်လောက် ကမ်းကုန်ခဲ့  
သလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြ။

ကျွတ်ထိုက်တဲ့ ကျွတ်တန်းဝင်ရမည့် ဝေနေယျသာဝကဆိုတာ သူ့ဆရာနဲ့သူ  
အသီးသီးရှိကြတယ်။ ဘုရားလက်ထက်က သူ့သာဝကနဲ့သူ ကျွတ်တန်းဝင်သွားကြပြီ။  
ယခုကျန်နေတဲ့သူတွေဟာ ဘုရားရဲ့သာဝက မဟုတ်ကြလို့ ကျန်နေကြတာ။ သာဝကမှာလဲ  
သူ့ဆရာနဲ့ သူ့သာဝကဆိုတာ သတ်မှတ်ထားပြီးသားရှိတယ်။ ယခုလူတွေဟာ ဘုရား ကိုမှီခဲ့လဲ  
ကျွတ်တမ်း မဝင်နိုင်ကြဘူး။ ဒါကြောင့်ဘုရားမမှီတာနဲ့ အားမငယ်နဲ့ အကြောင်း ပြမနေကြနဲ့။

အရှင်နာဂသိန် မထေရ်မြတ်ကို မိလိန္ဒမင်းကြီးက မေးတယ်။ လူတိုင်း နိဗ္ဗာန် ရောက်  
နိုင်သလားတဲ့။ အရှင်နာဂသိန်က မရောက်နိုင်ဘူးတဲ့။ ဒါဖြင့် ဘယ်သူတွေ ရောက်နိုင်သလဲဆိုတဲ့  
မေးခွန်းထပ်မေးတယ်။



မင်းကြီး ဟောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သစ္စာတရားဟောပြောလိုတာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလဲ မိမိခန္ဓာမှာ ဉာဏ်ရောက်ပြီး မိမိခန္ဓာဟာဒုက္ခသစ္စာပဲလို့ ပိုင်းခြားနိုင်တဲ့သူမှသာ နိဗ္ဗာန်ရောက်နိုင်ပါတယ် တဲ့။

## ဒုဗ္ဗလဝိပဿနာ

(ဒု) မကောင်းသဖြင့် (ဝါ) မှားမှားယွင်းယွင်း ရုပ်နာမ်တို့သဘောကို ပိုင်းခြား သိမ်းဆည်းဝေဖန်ခြင်း မရှိဘဲ၊ ငါလဲမဖြုတ်နဲ့ (ဗလ) အားကောင်းကောင်းနဲ့ (ဝါ) ကြိုးကြိုးစားစား ငါတန်းလန်းနဲ့ အတ္တမှကင်းဆိတ်ခြင်း သို့ညသဘောကို ကြားနာရှု မှတ်ကာနေခြင်းတဲ့။

ဆိုလိုရင်းသဘောကတော့ ဒုဗ္ဗလဝိပဿနာဆိုတာ ဝိဿနာဖြစ်ကြောင်း မူရင်းဖြစ်တဲ့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်စတဲ့ သိရိုးသိစဉ်တွေကို ခုန် ကျော်ပြီး၊ ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်မှု ငါ၊ ငါ့ ဥစ္စာ အတ္တကင်းဆိတ်မှုကို ငါ သိမှတ်နေတဲ့ ဝိပဿနာ အတုကို “ဒုဗ္ဗလ ဝိပဿနာ” ဟုခေါ်တယ်။ အကြောင်းအကျိုး သိမ်းဆည်းမှု အခြေခံ မပါသော ဝိပဿနာကို ဆိုလိုတယ်။

ဝိပဿနာအစစ်ကိုတော့ မှတ်လို့အားမကောင်းသေးရင် ဉာဏ်နုသေးရင် “တရုဏ ဝိပဿနာ” လို့ခေါ်တယ်။ အတု(အညံ့)ကို တော့ ဒုဗ္ဗလ ဝိပဿနာလို့ မှတ်ရမယ်။

## အားကြီးတဲ့ ဝိပဿနာ

ခန္ဓာကိုယ်ထဲက ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ငါသူမရှိဘဲ ဓမ္မတန်းကြီးဖြစ်နေ တာသိမှ သက္ကာယဒိဋ္ဌိအသိနဲ့ ပြုတ်တယ်။ တစ်နေ့လုံး ဓမ္မတွေလှည့်နေတာ။ အိပ်ပျော်သွား တော့လည်း ဘဝင်စိတ်တွေ တစ်ခုချုပ်ပြီး တစ်ခု ဖြစ်နေတာ။ နိုးလာပြန်တော့ နိုးစိတ်လေး ပေါ်တာ၊ နိုးစိတ်လေးချုပ်သွားပြီး တွေးစိတ် ဓမ္မလေးပေါ်တာ လာသမျှဖြစ်ပြီး ပျက်တာပဲ။ ဓမ္မပေါ်ပြီး ဝဗ္ဗပဲအနိစ္စ ရောက်တယ်ဆိုတော့ ဘယ်မှာလဲငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ။ တစ်သံသရာလုံးလည်း ဓမ္မ တွေလှည့်သွားတာ။ နိဗ္ဗာန်မရောက်သေးသမျှ ဒီဓမ္မအစဉ်တွေပဲ လှည့်ပတ်ပြီး ဖြစ်လိုက်၊ ပျက်လိုက်နေရမှာပဲ။ သံသရာလည်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မရှိ၊ ဓမ္မလှည့်နေတာကို သံသရာခေါ် တာပါပဲ။ ဓမ္မဟစ်ခုပေါ်ပြီး ပျက်တာသိရင် ခိုင်မြဲတယ်ယူတဲ့ သဿတဒိဋ္ဌိပြုတ်တယ်။ ပျက်သွားတဲ့ ဓမ္မကလည်း နောက်ဓမ္မ တစ်ခုပေါ်အောင် ကျေးဇူးပြုတာသိရင် အကြောင်း အကျိုး ပြတ်တယ်ယူတဲ့ ဥစ္ဆေဒ ဒိဋ္ဌိပြုတ်တယ်။ ဒီ ဒိဋ္ဌိ (၃) မျိုးအသိနဲ့ပြုတ်ရင် စူဠသောတာပန်ပဲ ခန္ဓာထဲဘယ်တရားပေါ်လာလာ အကြောင်းဖြစ်လို့ အကျိုးဖြစ်တယ်။ အကြောင်းချုပ်လို့ အကျိုးချုပ်တယ်။ ဖဿဖြစ်လို့ ဝေဒနာဖြစ်တယ်။ ဖဿချုပ်လို့ ဝေဒနာချုပ်တယ်။ အစားထိုးဖဿပြန်ဖြစ်တော့ ဝေဒနာပြန် ဖြစ် တယ်ဆိုတာ ဝေဒနာရှု သူက သိထားရမယ်။ နာမ်ရုပ်ဖြစ်လို့ စိတ်ဖြစ် တယ်။ နာမ်ရုပ်ချုပ်လို့ စိတ်ချုပ်တယ်ဆိုတာ စိတ်ရှုသူက သိထားရမယ်။ အခုလို ဖြစ်သင့်လို့ ဖြစ်တယ်။ ပျက်သင့်လို့ပျက်တယ်လို့ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင်သိရင် အားကြီး



တဲ့ဝိပဿနာဖြစ်ပြီ။ အားကြီးတဲ့ဝိပဿနာမှသာ နိဗ္ဗာန်ရ မယ်။ အားနည်းတဲ့ဝိပဿနာက ကုသိုလ်သာရမယ်။ အားထုတ်တဲ့အချိန်မှာ မတွေးပါနဲ့။ ဖြစ်ပြီ ပျက်ပြီ ဒီလိုသာ အားထုတ်ပါ။ ဓမ္မသဘော သူ့ဟာသူ ဖြစ်ပျက်နေတာကြည့်နေဖို့ပဲ။ သံသယ ရှိတာမေးလိုက်လို့ရှင်းသွားရင် ဝိစိကိစ္ဆာသေတာပဲ။ ဒိဋ္ဌိသတ်ဖို့က ပေါ်လာသမျှ တရားဖြစ်ပျက်ရပါမှ။ သံသယကိုရှင်းတော့မှ ဖြစ်ပျက်ဖြိုင်ဖြိုင်ရှု၊ သံသယကင်းပြီး ဖြစ်ပျက် ရှုနိုင်ရင် သောတာပန် အလွယ်လေးမှတ်။

## ဝိပဿနာ ရှုရမည့် ခန္ဓာ

နေ့တိုင်းရှိနေတဲ့ အတုံးအခဲခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဆိုလိုရင်းမဟုတ်။ ကြမ်းကြမ်း တမ်းတမ်း အတုံးအခဲကြီးမြင်နေရင် ပညက်အမြင် သမကဖြစ်သွားတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ အခုပေးတဲ့ ခန္ဓာ သိမှ နိဗ္ဗာန်ရောက်ပဲ့အသိ။ အမေမွေးတဲ့ခန္ဓာငါးပါးက ဖြစ်ခဲ့ပျက်ခဲ့တာ တစ်တိုတစ်စမှ ပါမလာဘူး။ အရင်ကပါလာတဲ့ ရုပ်နာမ်(ခန္ဓာ)လည်းမဟုတ်၊ အကြောင်း ကင်းသလားဆိုတော့ မကင်းဘူး။ ဥပမာ - အသံနဲ့ နားအကြည်ရုပ်နဲ့တိုက်လို့ အခုမှပေါ်လာတဲ့ ကြားသိစိတ် ဝိညာဏ ခန္ဓာကိုပြောတာ။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါက ကြားတာမဟုတ်၊ အကြောင်း (၂)ခုကြောင့် ပေါ်လာ တဲ့ အကျိုးခန္ဓာကကြားတာ။ ကြားတာက ဝိညာဏခန္ဓာ။ ဘယ်ဟာပေါ်လာလာ၊ ဘယ်စိတ် ပေါ်လာလာ၊ ခန္ဓာပေါ်လာတယ်မှတ် လိုက်၊ ခန္ဓာပေါ်ကိုင်းပေါ်ကိုင်းသိပေးပါ။ ဒီခန္ဓာတွေဟာ ဖြစ်ပြီးပျက်တဲ့ဒုက္ခသစ္စာတွေ၊ ဖြစ်ကတည်းကပျက် မဲ့ဘယ်ဦးဟည့်လာဟဟ။ ဖြစ်ဟာနဲ့ပျက်ဟာ ကြားထဲဘာမှ မခြားဘူး။ ကောင်ကင်လျှပ်စီးလျက်သလို ဖျက်ခနဲ ဒီနေရာပေါ် ဒီနေရာပျောက် တာပဲ။ လင်းတာနဲ့ ပျက်တာ တစ်ချက်တည်းပဲ။ ပရမတ်ဆိုတာ နှိပ်ျောက်။ သဘောလေးပေါ် ပြီး သဘောလေးပျောက်တာ။ ပေါ်တာရှိတာပဲ၊ ပျောက်တာမရှိတာပဲ။ ပျောက်တာက ဘာမှ မကျန်ရစ် လုံးလုံးပျောက်တာ။ ဒုက္ခအကြီးဆုံးရောက်တဲ့အပျောက်၊ အသစ် ကလည်း သီးသန့်အစားထိုးတယ်။ စိတ်ပျက်ရင် စိတ်အစားထိုးတယ်။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး အစားထိုး နေသေးလို့မသေတာ။ ရှေ့ပိုင်းကတော့သေလျက်ပဲ။ အစားထိုးကလေးနဲ့ အသက် ရှင်နေရ တယ်။ ဒီအစားထိုးကလေးသေသွားပြန်တော့ နောက်အစားထိုးတာနဲ့ အသက်ရှင် နေရပြန်တယ်။ ဒီကိုယ်ကောင်ကြီးဟာ မဟာဘုတ် ရုပ်ဓာတ်တို့ရဲ့ ခဏိက အပျက်နဲ့ ဖြစ်ပျက်လျှင်မြန်လွန်းလို့ ဖြစ်ပျက်အစဉ်ကို ကိုယ်ကောင်ထင်နေခြင်းသာဖြစ်တယ်။ ဝိပဿနာရှုတဲ့အခါ အတိတ်ရုပ်နာမ်တွေက ဖြစ်ပြီးပျောက်ကုန်ပြီမို့ ရှုစရာမလိုဘူး။ အနာဂါတ်ရုပ်နာမ်တွေက မဖြစ်ကြသေးလို့ ရှုစရာမဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ ပေါ်ဆဲ ပေါ်ဆဲဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ပေါ်မှာ ပစ္စုပ္ပန်တည့် အောင်ရှုရမှာ။ အခုသေတာ အခုကြည့်ခိုင်းတာ။ ကြားစိတ်ကလေးပေါ်လာ တယ်ဆိုရင် ဝေဒနာသညာသင်္ခါရနဲ့တကွ ခန္ဓာငါးပါးလုံး တစ်ပြိုင်တည်းပါလာကြတယ်။ ဒီအထဲမှာ ထက်မြက်တာ တစ်ခုကိုရှုရမှာ။ အများ မလိုဘူး။ တစ်ခုတည်း ပြဋ္ဌာန်းရာကို ရှုကြဖို့ပဲ။ သိရုံတင်ဆို ဝိညာဏ်ရှု ကောင်းမကောင်းဆို ဝေဒနာရှု။ ခန္ဓာငါးပါးလုံး တဖြုတ်ဖြုတ်နဲ့



ပျက်စီးပြောင်းလွဲနေကြတာပဲ။ လက်ရှိခန္ဓာ ငါးပါးကို သာယာရင် သမုဒယနဲ့ ဒုက္ခဖြစ်မယ်။ အပြစ်ရှုနိုင်ခဲ့ရင် နိရောဓနဲ့ မဂ္ဂဖြစ်မယ်။ နိရောဓဆိုတာ သမုဒယသေရင် ရပြီးသား။

### တစ်ဘဝ နှစ်ဘဝ အပါယ်မကျစေတဲ့ စူဠသောတာပန်

ခန္ဓာထဲ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ယောက်ျား မိန်းမဆိုတာ လူပြော သူပြောနဲ့ မှတ်ထားတာ။ မရှိဘဲနဲ့ ပြောဆိုရုံ အမည်ပေးထားတာ။ တကယ် ရှိတာ ဓမ္မအစု၊ ဓမ္မဖြစ်၍ ဓမ္မပျက်တာပဲရှိတယ်။ ဒိဋ္ဌိဆိုတာ ဒီဓမ္မတွေကို ငါလုပ်တာ။ ငါ့ဆံပင် ငါ့သွား ငါ့အသားနဲ့ ဒိဋ္ဌိကစွဲထားလိုက်တာ တစ်ကိုယ်လုံး အပ်ဖျားချစရာမရှိဘူး။ အမြဲမပြတ် ဖောက်ပြန်ပျက် စီးလိုက်၊ အစားထိုး လိုက်နေတာကို အမှန်မမြင်လို့ ခိုင်တယ် မြဲတယ်ထင်ပြီး ဒိဋ္ဌိဝင်(ငါထင်)တာ။ ဒိဋ္ဌိက လောဘ ဝေါသ မောဟ ထက်ပိုကြောက်စရာကောင်းတယ်။ အလုံးသော အကုသိုလ်ကို၏ ဖြစ်ခြင်း အကြောင်းဟာဒိဋ္ဌိနဲ့ပိစ္ဆိမိကိစ္ဆာ။ အပါယ်ရောက်ကြောင်းဟာ ဒိဋ္ဌိကြောင့်ပဲဆိုတာသိလို့ ဘုရားက ရင်ဝလံ့စူး ဦးခေါင်းမီးလောင်တာထက် ဒိဋ္ဌိကို အရေးတကြီးထားပြီး အရင် ဖြုတ်ပါတဲ့။ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်ဖို့အရေးဟာ သားရေး သမီးရေး စီးပွားရေး အလုံးစုံသော အရေးတွေထက် ပိုကြီးတယ်မှတ်ပါ။ ဒိဋ္ဌိကို အသိနဲ့ ပြုတ်ရင် ဟင်္သာပနွပ်ဟပ အပါယ်မကျဟဲ့ စူဠသောတာပန်၊ အပွားနဲ့ပြုတ်ရင် ဘယ်တော့မှအပါယ်မကျတဲ့ မဟာသောတာပန်။ သောတာပန်ဆိုတာ ရုပ်နာမ်ဓမ္မတွေကို ငါ ငါ့ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူး။ အနိစ္စဖြစ်ပျက်သာ ဟုတ်တယ်။ ဒုက္ခသစ္စာသာ ဖြစ်တယ်လို့ ဉာဏ်ထဲမှာပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင်သိသွားတာ။ (စာအုပ် ၉ အကျယ်ကြည့်)

### “ ဝိပဿနာရှုခြင်း ”

အတိတ်ဘဝက သစ္စာမသိတဲ့ အဝိဇ္ဇာနဲ့ ပြုလုပ်တဲ့ စေတနာသင်္ခါရကြောင့် ပစ္စုပ္ပန် ခန္ဓာငါးပါး (ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ) ပေါ်တာ။ ဘယ်သူမှဖန်ဆင်း တာမဟုတ်။ အကြောင်းပြုလုပ်လို့ အကျိုးပေါ်လာတာ။ မိမိခန္ဓာအစဉ် တစ်ဘဝနဲ့တစ်ဘဝ ပရမတ် အကြောင်း အကျိုးဆက်စပ်နေတာ။ ဒီလိုအကြောင်းနဲ့ အကျိုးဆက်တာ သိတော့ ငါဘယ်ကလာပါလိမ့်မလဲဆိုတဲ့ သံသယ ဝိစိကိစ္ဆာသေတယ်။ အကြောင်းနဲ့အကျိုး နှစ်မျိုး စလုံးထဲမှာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ယောက်ျား မိန်းမ ငါသူ မပါတာသိတော့ ဒိဋ္ဌိသေတယ်။ ဒီအသိနဲ့ သေရင် အပါယ်မကျဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ အခုမှပေါ်လာတဲ့ တရားလေးတစ်ခုကို ဘယ်လိုကြောင့် ပေါ်လာသလဲ၊ ဘယ်လိုကြောင့် ပျက်သွားသလဲ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိရင်လည်း အပါယ်မကျဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဘာပေါ်ပေါ် အာရုံနဲ့ ဒွါရအကြောင်း နှစ်ခုကြောင့်ပေါ်လာတဲ့ သင်္ခါရတရား။ မြင်စိတ်ဟာ မျက်စိအကြည်နဲ့ အဆင်းကြောင့် ပေါ်လာတာသိရင် သံသယသေတယ်။ ငါမဟုတ်လို့ ငါမပိုင်၊ ငါမဆိုင်လို့ အကြောင်းနှစ်ခု ရုပ်သိမ်းတာနဲ့ပျက်တာ သိရင် ဒိဋ္ဌိသေတယ်။



ငါမြင်တယ်လို့ပြောတော့ ပြောတာပေါ့။ တကယ်တော့ မြင်စိတ်က မြင်တယ်ဆိုတာ မမေ့ပါနဲ့။ မြင်စိတ်ကလေးလည်း မျက်လုံးထဲပေါ်ပြီး မျက်လုံးထဲ ပျက်တာပဲ။ ကြားတဲ့စိတ်ကလေးလည်း ကြားပြီးပြီးချင်း ပျက်နေတာပဲ။ ယားတာလည်း ယားသက်ရှည်လိုက်တာမဆိုပါနဲ့။ ယားပြီး ခဏခဏ ပျက်နေတာပဲ။ မဖြတ်တတ်လို့ ခက်နေတာ။ မိမိသန္တာန်မှာရှိတဲ့ ဘယ်စိတ်မဆို အခုပေါ်အခုပျက်ပဲ။ ဘယ်စိတ်မှမမြဲဘူး။ ခန္ဓာထဲအားကိုးစရာ တစ်ကွက်မှမရှိဘူး။ သာသနာ တွင်းဖြစ်ပျက်သိတဲ့ ဉာဏ်ပဲအားကိုးပါ။

လူတွေကခန္ဓာငါးပါးကို ငါ့ကိုယ်ငါ့ဟာ လုပ်နေတာနဲ့ သူတို့ကဖောက်ပြန်တိုင်း ပိုင်တယ် ထင်လို့ ကိုယ်ကျိုးနည်းပြီဆိုပြီး ကိုယ်နာစိတ်နာ ပေါ်တာ၊ စီးပွားဆုံးတာက တစ်ဘဝသာရှုံးတယ်။ ကိုယ်နာတိုင်း စိတ်မနာတဲ့ ဉာဏ်မျက်လုံးမရရင် တစ်သံသရာ လုံးကိုယ်ကျိုးနည်းလာတော့မယ်။ ခန္ဓာ ငါးပါးအပေါ်မှာ ငါ့ကိုယ်ငါ့ဟာ မတင်ရင် အပါယ်လေးပါး တံခါးပိတ်တယ်။ ခန္ဓာငါးပါး ကိုချုံ့လိုက်တော့ ရုပ်နာမ်၊ ဉာဏ်မျက်လုံးနဲ့ ကြည့်လိုက်တော့ ဖြစ်ပျက်ပဲရှိတယ်။ ရုပ်နာမ်က ပင်ကိုယ်သဘောကိုက သူဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်ပြီး သူဖောက်ချင်သလို ဖောက်မယ်။ ဘယ်သူတားဆီး လို့မှမရဘူးဆိုပြီးနေတဲ့ အနတ္တ ခန္ဓာကိုယ်ပါ။

ခန္ဓာယဲဖြစ်ပျက် ဒုက္ခသမ္ဘာသာ ရှိတယ်။ ဒုက္ခ သမ္ဘာဆိုတာ ခန္ဓာ ယဲမှာ ခန္ဓာ ငါးပါး တစ်ပါးပါး ထင်ထင်ရှားရှားပေါ်တာ။ နာတာလည်း ပေါ်ပျောက်၊ ယားတာလေး လည်းပေါ် ပျောက်၊ ကောင်းကာလေးလဲပေါ်ပျောက်၊ ခန္ဓာကိုကန်ခိုလုံး ပေါ်ပျောက်ပဲရှိကယ်။ ကောင်းကာ လေးလည်း ကောင်းပြီး ပျောက်သွားတာပဲ။ မမြဲလို့ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ကြည့်နေတဲ့ မျက်လုံးကလည်း ကြည့်လိုက် ပျက်လိုက်နဲ့ မမြဲလို့ ဒုက္ခသစ္စာပဲ။ ပစ္စုပ္ပန် ကာလမှာ စားစိတ်ပေါ်ပေါ် တွေးစိတ်ပေါ်ပေါ် ပေါ်ချင်သရွေ့ပေါ် ဒုက္ခသစ္စာချည်းပဲ။ ခန္ဓာကိုယ်က နဂိုက ဒုက္ခသစ္စာ မို့ထွက်လာသမျှ ဒုက္ခသစ္စာပဲ။ အဲဒါသိဟာ သစ္စာ သိတာပဲ။ သစ္စာသိပြီးရင် ပွားသာနေ (မကြာခဏ နှလုံးသွင်းနေ)။ ငါသေရင် ဘာများဖြစ်ဦးမှာလဲလို့ ဘယ်တော့မှမတွေးနဲ့။ ကိုယ့်ခန္ဓာ ထဲ ပေါ်သရွေ့ကို ဒုက္ခသစ္စာလို့သိပြီးသေရင် သေတာနဲ့နတ်ပြည်ရောက်ပြီး သောတာပန်တည် တယ်ဆိုတာ ဧကန် ဆုံဖြတ်ချက်ချ။ ဒီအသိရပြီးလို့ရှိရင် သေချင်းဆိုးမရှိတော့ဘူး။ နတ်ရွာ သုဂတိနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကလွဲပြီး ဘယ်မှမသွားလို့ ငါသေရင်ဆွမ်းမသွတ်နဲ့လို့ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရား ကြီးမှာခဲ့တာ (စာအုပ် ၆)

အမြင်မှား-အပါယ်သွား - နဂိုက ရုပ်နဲ့နာမ်ကို မိမိခန္ဓာထင်ထားတာကိုက အလွဲကြီး လွဲနေတာ။ အပြောဟာ အပြောပဲလို့မထားဘဲ တကယ်တမ်း မိမိထင်နေတာ၊ အမြင်မှားနေတာ။ အမြင်မှားကြောင့်အပါယ်သွားရတာ။ အမြင်မှန်ရတဲ့နေ့ကစပြီး အပါယ်တံခါးပိတ်တယ်။ အမြင်မှားနဲ့ သေရင် အပါယ်သွား၊ အမြင်မှန်ရင် နိဗ္ဗာန်သွား၊ ဒီနှစ်လမ်းပဲရှိတယ်။ အရင်ဘဝက ပြုပြင်လိုက်လို့ အမိဝမ်းခေါင်းထဲရောက်ကတည်းက နာမ်နဲ့ရုပ်ပဲ။ ဒီအပြင်ဘက်ကျမှ ယောက်ျား မိန်းမတွေ ငါတွေ သူတွေနဲ့ တစ်ခါတည်း ရှုပ်ပွေပြီး အရင်းတွေ အကုန်ပျောက် အဖျားတွေနဲ့ ဆွေမျိုး ဖြစ်နေလိုက်တာ မျက်လုံးမှားဖြစ်လို့ပေါ့။ တစ်သံသရာလုံးကတော့ ကိုယ့်ဟာ



မဟုတ်တာကို ကိုယ့်ဟာ ထင်နေတာ၊ အပါယ်လေးပါးချောက်တွေဟာ စုံလုံးကန်းမို့ ဆွဲမိဆွဲရာ ကြက်ကန်းဆွဲ ဆွဲနေတဲ့အတွက် ငါ့ဟာထင်နေတာ၊ အပါယ်လေးပါးချောက်တွေဟာ စုံလုံးကန်းကျ ဖို့ ချောက်ချည်းပဲ။ ၃၁ ဘုံမှာ သဒ္ဓါင်း၊ မျက်လုံးအမှန်မှ တပ်မပေးလို့ရှိရင် စုံလုံးကန်း သဒ္ဓါင်းရှာပဲ ဖြစ်တော့မှာပဲ။

ပုထုဇဉ်အဖြစ်နဲ့သေရင် လူတစ်သိန်းသေလို့ တစ်ယောက် သုဂတိ မရောက်ဘူး။ အကုန်အပါယ်ချည်းသွားကြတာပဲ။ ယနေ့စင်္ကြံဝတေးမင်း မနက်ဖြန် ဒယ်အိုးထဲရောက် နိုင်သေး တယ်။ အပါယ်မိုးကြိုးပစ်တာကို လျှို့ဝှက်ဒါန်းတာလောက် ထန်းလက်နဲ့ကာလို့မရဘူး။ ဝိပဿနာနဲ့မ ကာကွယ်ရမယ်။ ဒီခန္ဓာကြီးက အားမထုတ်လည်း သေရွာသွားမှာပဲ၊ အားထုတ်လည်း သေရွာသွားမှာပဲ။ ဦးအောင်လုပ်ရင်လုပ်တော့ပဲ၊ ဘာပါရမီမှ မစောင့်ပါ နဲ့။ ပွားများမှုက ပါရမီဖြည့်နေတဲ့ အလုပ်လို့မှတ်လိုက်။ ဝိပဿနာရှုတာ မဂ္ဂင်ဆိုတဲ့မပျက်နိုင်တဲ့ ဖောင်ကြီး လုပ်ထားတာ။ မဂ္ဂင်ဖောင် အထမြောက်နေရင် ကိလေသာ ပါးတာက သက်သေခံသွားတယ်။ လောဘ အရင်ထက် နည်းသလား။ ပူဇရာရှိအရင် လောက်ပူသေးလား။ ဒေါသဖြစ်စရာရှိခဏနဲ့ သိမ်းနိုင်သလားကြည့်လိုက်။ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ကယ်တင်ရေး၊ ကာကွယ်ရေး လုံခြုံရေး၊ စိတ်ချရေးဟာ ဝိပဿနာညာဏ်၊ မဂ်ညာဏ်။ ကိုးစားရာ အားထားရာ ရှိထားပြီးမှတော့ သေချင်သေ ကိစ္စမရှိဘူး။ နေချင်လည်းနေ အပြစ် မရှိတော့ဘူး။

ဖြစ်ပျက်မြင်တဲ့ ကုသိုလ်က ဒီပြင်ကုသိုလ်မျိုးတွေထက် အဆပေါင်း သိန်းသန်း ကုဋေမကအောင်ပဲ ထူးခြားကဲလွန် မြင့်မြတ်တယ်။ ဖြစ်ပျက်မမြင်ဘဲ အသက်တစ်ရာ နေရတာထက် ဖြစ်ပျက်တစ်ချက်မြင်ပြီး တစ်ရက် အသက်ရှင်ရတာက ပိုမြတ်တယ်။ ဖြစ်ပျက်တစ်ချက် ကျကျနနမြင်လိုက်လို့ ရှိရင် ကျွတ်တမ်းဝင်တယ်။ လူတွေ တွေ့ရမယ့် ဒုက္ခက မသေးဘူးနော် ဆုတောင်ပြည့်ဘုရား မကယ်နိုင်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ကယ်ကြပါ။ ဘယ်သူ ဘာပြောပြော ကိုယ့်ဟာကိုယ်ရုန်းမှ ကိုယ်လွတ်မှာ။

### အချိန်ဆွဲနေရင် တစ်သံသရာလုံး နစ်နာလိမ့်မယ်

စဉ်းစားခန်းရှည်ရှည်ထုတ်လေ နောက်ဆုတ်လေပဲ။ ဖြည်းဖြည်း မှဆိုတဲ့ စကား မသုံးပါနဲ့။ ဖြည်းလာခဲ့တာ ကြာခဲ့ပါပြီ။ ဆင်ခြေလဲလို့ရှိရင် ငရဲမျိုးစေ့ကြီး ပွားပါရစေဆိုတာနဲ့ အတူတူပဲ။ ငရဲမျိုးစေ့ကြီးပွားလေလေ ငရဲသက်ရှည်လေလေ။ ကိုယ်သေရင် အပါယ်တွန်း ချမယ့် တရားတွေ ဝမ်းထဲရှိလျက်နဲ့နှောင့်နှေးတဲ့ အလုပ်လုပ်နေရင် ဒီထက်မိုက်တာ ရှာမတွေ့တော့ဘူး။ တစ်ဘဝ တစ်နပ်စာငဲ့နေတာနဲ့ တစ်သံသရာလုံး နစ်နာသွားလိမ့်မယ်။ သူတော်ကောင်းနဲ့ ဆရာသမားကောင်းနဲ့ အကြံကြီးကြံပေမယ့် အချိန်ဆွဲနေရင် နိဗ္ဗာန်နဲ့အဆုံကြီးဆုံဖို့ မဖြစ်နိုင် တော့ဘူး။ အသေ ဘက်ကို ပြေးနေတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်က နောက်ဆွဲထုတ်လို့မရဘူး။ ပြေးရင်းလွှားရင်း သစ္စာသိတဲ့ အလုပ် မြန်မြန်လုပ်၊ သုသာန်သွားရင်းလုပ်ရမှာ။ လောကီမှာလည်း စားဖို့ သောက်ဖို့ နေဖို့ ထိုင်ဖို့ဆိုတာ တရားသာအားထုတ်ပါ။ တရားက ဆောင်သွားပါလိမ့်မယ်။



## ကိုယ့်ကိုကိုယ် သနားရင် ဒီအလုပ်လုပ်ပါတော့

မသိတုန်းက မသိသလိုနေလာခဲ့တာ ကိစ္စမရှိဘူး။ သိပြီးတဲ့အခါ ကျတော့ ပြင်ဖို့ ဆင်ဖို့အချိန်ရောက်ပြီ။ ဒီတစ်ခါပြောင်းရင် ပြောင်း၊ နောက်ဆို့ ပြောင်းပေး မယ့်သူလည်းမရှိဘူး။ ပြောင်းဖို့ရာ အချိန်တွေလည်း ကုန်တော့မယ်မှတ်ပါ။ မဂ္ဂင်အလင်း ရောင်တွေပေါ်နေတုန်း အေးချမ်းတဲ့ နီရောစ နီဗွာန်ဆီ သွားကြပါ။ အပါယ်လမ်းက ဆင်းရဲလမ်း၊ သုဂတိလမ်းက ခေတ္တအပန်းဖြေတဲ့လမ်း၊ မဆုံးဘူး။ လမ်းတကာလမ်းထဲမှာ မဂ္ဂင်လမ်းသာ ချမ်းသာကို အဆုံးပို့တယ်။ ရောက်ဖူးတဲ့သူကလည်း သာယာလို့ပြန်ခေါ်တာ။ ဘုရားက ဝိပဿနာရူပိ (၁၇၉၂)ကြိမ် တိုင်တိုင်မှာခဲ့တယ်။ လှူဒါန်းတာ ပေးကမ်းတာ အသာထားပြီး သူပြောတဲ့ ကဏ္ဍာအတိုင်းကျင့်ပြီး သူ့ကိုတရားနဲ့ပူဇော်စေချင်တယ်။ ဒီအလုပ်ဟာဖြင့် အလုပ်မဖြစ်တဲ့ အထဲမှာ အကြီးကျယ်ဆုံးအလုပ်။ ဝိပဿနာ မလုပ်သေးတာဖြင့် သေရတာ အားမရသေး လို့လား မေးဖို့ပဲရှိတယ်။ ခင်ဗျားကို အင်မတန် ကိုယ်ကျိုးနည်းမှာစိုးလို့ အလုပ်ခိုင်းတာမှတ်ပါ။ ခင်ဗျားတို့က မသိလို့ အေးအေးနေတာ။ (မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး)

## နည်းလမ်းညွှန်ပဲ့ ဆရာကောင်းတွေနဲ့လဲ တွေ့နေပြီ

ဘုန်းကံရှိသူတွေမို့ နည်းလမ်းညွှန်ပြပေးမယ့် သူနဲ့ကြုံကြရတာ- ကြုံကြုံကြုံတဲ့ အခိုက်ကလေးမှာ ယူထိုက်အောင်ယူလိုက်ကြ။ ဘုရားကိုက ဟောတာ ဉာဏ်ကောင်း တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် မနက်အားထုတ် ညနေရတာပဲ။ ဒီထက်ဖျင်းတဲ့လူဟာ ၇ ခုက်လောက်ကြာ တတ်တယ်။ မလွယ်ဘူးပြောရင် ပျင်းလို့ ဖျင်းလို့ ကိုယ့်ကိုကိုယ် မသနားလို့။ နည်းပေးဖို့က ဆရာအရေး၊ ရောက်အောင်လုပ်ဖို့က ကိုယ့်အရေး။ တစ်သက်နဲ့ တစ်ကိုယ် ငရဲနဲ့သေခန်း ရှင်ခန်း ဖြတ်ရမယ့်နည်းဟာ ဘယ်တော့မှတို့မကြုံခဲ့တာ ဒီတစ်ခါဖြင့်တို့ဉာဏ်စွမ်းနဲ့ ဆရာအကူအညီနဲ့ဖြင့် အောင်ပွဲယူရတော့မှာပဲဆိုတာ ဆုံးဖြတ်ပါ။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပွားများအားထုတ်ကြမယ်ဆိုရင် မဂ်တည်း ဟူသော နေထွက်မယ်။

ကြိုးစားပါ။ သဒ္ဓါစိတ်ကင်ကာ၊ တစ်ကိုင်တည်းနဲ့ရတယ်။ နည်းသိ ရင် အလွယ်လေး။ မျက်စိမှိတ်ပြီး လက်ကလေးထပ်ပြီးထားပါ။ ပထမ အာနာပါန သတိယူ။ ပွန်းဟယ် ကန်ဟယ် သဘောလေးကိုသာသိ။ မသိဘဲနဲ့ မဝင်နဲ့ မထွက်နဲ့။ အတိတ်ကို လည်းမတွေးနဲ့။ အနာဂတ်ကို လည်း မစဉ်းစားနဲ့။ ခန္ဓာထဲက ဘာပဲပေါ်ပေါ် ဝေဒနာ တစ်လုံးထဲသိ။ (ဝေဒနာ၏ သဘော ခံစားပြီးပျက်တာကိုသိ) ဘယ်လိုခံစားသလဲ သ္မသဘောကိုကြည့်နေ။ ငါနာတယ်လို့သတဲ့ အသိတွေ မဖြစ်စေနဲ့။ နာသူ ကိုက်သူ ထုံသူမရှိ။ ယောက်ျားကောင်၊ မိန်းမကောင် ဆိုတာ မရှိတဲ့ တရား တွေ။ ခန္ဓာကြီးမညှာပါနဲ့။ ညှာနေရင် အပါယ်မလွတ်ဘူး။ သေချင်လည်း သေရော၊ ငါမှ မဟုတ်ဘဲ ဒီစိတ်ကို ထားပါ။ ဝေဒနာမကုန်မချင်း မထနဲ့။ အရိုးကြေကြေ အရည်ခန်းခန်း လူသေရင်သေ မသေရင် တရားရဆိုတဲ့ စိတ်ထား။ သေလည်းမသေနိုင်ဘူး။ နင်လားငါလား



လုပ်ရင်ရမယ်။ အဝိဇ္ဇာနဲ့ ဝိဇ္ဇာစစ်တိုက်တာ၊ အကုသိုလ်စိတ်နဲ့ ကုသိုလ်စိတ်ပြောင်းတာ၊ သူကြိတ် ကိုယ်ကြိတ်။ ဒီဝေဒနာကို သည်းညည်းခံပြီးတိုက်။ လျှော့မပစ်နဲ့၊ တော်မပစ်နဲ့၊ ပြင်မပစ်နဲ့၊ လှန်မပစ်နဲ့။ သေခါနီးဆဲဆဲ တော်ပစ်လို့မရဘူး။ ဒါအသေကျင့်နေတာ။ အပါယ်လေးပါးနဲ့ နတ်ပြည်နဲ့လဲနေတာ။

ဝေဒနာပြင်းရင် ပြင်းပြင်းလေးရှူသွား။ မရှူဘဲနဲ့ မှိန်းလိုက်နေရင် ဝေဒနာ မခံနိုင်ဘူး။ ဒါမှ မရသေးရင် တစ်ကိုယ်လုံးဖြန့်ရှူ၊ တစ်နေရာတည်း မရှူနဲ့။ ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်စစ်၊ ရှေ့ စိတ်ကလေးကတော်ချင်ရင် နောက်စိတ်ကလေးက တွန်းတင်လိုက်ကြ။ ပြင်းပြင်းထန်ထန်ကြီး လုပ်ရမယ့်တရားမဟုတ်ဘူး။ သဘောကိုလိုက်ကြည့်ပါ။ သူ့သဘော လေးကိုအစ၊ အလယ်၊ အဆုံး မှုတ်ခြည်မပြတ်လိုက်ကြည့်။ အစိုးမရတဲ့တဲ့အနတ္တကရား၊ မတင်းနဲ့မကိုက်နဲ့လို့ တောင်းပန် လို့မရဘူး။ ငါ့သဘောမလုပ်နဲ့။ ငါမရှိတာ အရှိထင်ပြီဆို ငါခံရပြီသာမှတ်။ သူ့သဘော တွေပါများရင် ငါပြုတ်သွားလိမ့်မယ်။ ဒီရုပ်နဲ့ ဒီနာမ်ဟာ ဖြစ်လာရင် ဒုက္ခကြီး၊ မချစ်ဘဲနဲ့ ပေါင်းနေရတယ်။ မနာချင်ဘဲနဲ့ နာနေရတယ်။ မခံစားချင်ဘဲနဲ့ ခံစားနေရတယ်။ မလိုချင်ကြ နဲ့တော့၊ မတွယ်တာ ကြနဲ့တော့။ မတပ်မက်ကြနဲ့တော့။ ။

စိတ်ကို အအားမထားနှင့်၊ အနားမထားနှင့်၊ အချိန်မရွေး နေရာမရွေး၊ တစ်သိယံ သိနေပါ။ မမေ့သောထိုအမှတ်သတိသည် ကိုယ့်စိတ် ကိုလည်း အစိုးရပြီးသား၊ ကိလေသာလည်း ပယ်ပြီးသား၊ သိစရာလည်း သိပြီးသား။ မိမိစိတ်ကို သတိတည်းဟူသော ကြိုးဖြင့်ချည်နှောင်ကာ မိမိကိုယ်နှင့်မကွာအမြဲရှိနေစေရမည်။ စိတ်ရောက်တဲ့နေရာလေးကို သတိကလေးနဲ့ ကိုယ်သိတဲ့ အတိုင်းမှတ်လိုက်ရုံပဲ။ အမှတ်တစ်မှတ်မှတ်လို့ အလကားမထင်ပါနဲ့။ ကိလေသာငြိမ်းအေးသွားပြီး စင်ကြယ်တဲ့စိတ်ကလေး ဖြစ်လို့ ခြေလှမ်းတစ်လှမ်း မဂ်ဖိုလ်တိုးနေပါတယ်။ သတိနဲ့ မှတ်နေတာ သွားရင်းနဲ့ ကိလေသာသတ်နေတာ။ ကိလေသာကျားစဉ်းလဲရဲ့ ရန်ကိုနွားလိုငုံခံနေရင် နောက် ဆုံး အသေနာရုံပဲရှိမယ်။

## ဖြစ်ပျက်မြင်တယ်ဆိုတာ

ခန္ဓာထဲဉာဏ်နဲ့ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ ငါသူမတွေ ပျောက်ပျက်တာပဲ တွေတာ။ သရ ပစ္စုပ္ပန်ပေါ်လာမိတဲ့ မိမိခန္ဓာငါးပါးပြာတောင်မကျန်ဘဲ အစပျောက်မသာ ဖြစ်သွားတာကို မိမိဉာဏ်နဲ့ မြင်ရမှာ။ ခန္ဓာက ရုပ်ပရမတ်၊ နာမ်ပရမတ်၊ ပရမတ်ဆိုတာ ဘယ်တော့မှ လိမ်လည် ကောက်ကျစ်ပြီး မပြောဘူး။ ခန္ဓာသဘော ခန္ဓာကပြောတာကို ကိုယ်ကသတိထား ဝီရိယစိုက် ပညာနဲ့ရှုလိုက်ရင် ဖြစ်ပျက်မြင်မှာပဲ။ သတိထားရင်ပေါ်တာသိတယ်။ ပေါ်တာသိရင် ပျက်တာ သိတယ်။ ပေါ်လာပြီး ပျောက်သွားတာ။ ကြားပြီးမကြားတော့တာ ပျက်သွားတာပဲ။ ပေါ်တိုင်း သိရင်သတိ၊ အပေါ်ရော အပျက်ရောသိရင်ပညာ။ သတိက လက်ညှိုး ညွှန်ပြတယ်။ စိတ်စစ်တဲ့ပညာက ဖြစ်ပျက် တွေတယ်။ ဖြစ်ပြီပျက်ပြီလို့ ပါးစပ်က မမြည်ပါနဲ့။ ဉာဏ်နဲ့မြင်



နေရင်ပြီးတာပဲ။ မျက်လုံး နဲ့ကြည့်ရင် အထည်ခံလိမ့်မယ်။ ဉာဏ်ထဲက ယုံပါပြီ ဆိုမှ ဖြစ်ပျက်မြင်တာ။  
 အထည်သာမ ရှိတာ သတ္တိသံဘော ထင်ရှားရှိတယ်။ သဘောဖြစ်၍ သဘောပျက်တာ။  
 သဘောအားဖြင့် ပေါ်လာပြီး သူသဘော ရုပ်သိမ်းသွားတာဖြစ်တာ ဖြစ်ပျက်မြင်တာပဲ။  
 ခန္ဓာထဲ တစ်ခုသော တရား ပေါ်လာလို့ရှိရင် သူ့မှာအိုမှုသေမှုပါတာချည်းမှတ်။  
 အလိုလိုပျက်သွားတာ မဟုတ်။ သူယူလာတဲ့ ဇရာနှိပ်စက်လို့ ပျက်သွားတာ။ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာမဟုတ်  
 တဲ့ တရားလေးမို့ ဖြစ်ချင်သလိုဖြစ် ပျက်ချင်သလိုပျက်နေတာပဲလို့ အမှန် သိရမယ်။  
 စိတ်ဝေဒနာဘာပဲရှိရဲ့ သဘောလေးတွေ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု အမှုအရာတစ်ခုနဲ့တစ်ခု  
 မတူဘဲပြောင်းလဲပြောင်း သွားတာ ဖြစ်ပြီး ပျက်စီး သွားကြတာပဲ။ စားချင်တဲ့စိတ်ဟာ  
 မစားရဘဲနဲ့သေသွားတယ်။ ထမင်းပွဲ ဆီလှမ်းတဲ့စိတ်က လှမ်းပြီး ချုပ်သွားတာပဲ။  
 စားတဲ့စိတ်ကလည်း စားသာ စားတယ်။ မမျိုးရဘူး။ မျိုးတဲ့စိတ်သီးသန့်ပေါ်ရတယ်။ မျိုးတဲ့စိတ်လည်း  
 ဖြစ် ပျက်ပဲ။ ထမင်းတစ်လုပ်တင်ပဲ ဖြစ်ပျက်ပေါင်းအများကြီး ပြောင်းတယ် ဆိုတော့  
 ဖြစ်ပျက်မတွေ့ ဘူးလို့ မပြောကြပါနဲ့။ ခမ္မတွေ ဖြစ်လာပြီးပျက်သွား၊ ဖြစ်လာပြီးပျက်သွား၊  
 ဧည့်သည် သဘောနေပြီး ဧည့်သည်သဘော သေသွား ကြတာကို ရှုတဲ့ဉာဏ်က ဖြစ်လာ  
 ပြီးမရှိဘူး။ မရှိဘူးနဲ့ သိသိနေရမယ်။ ရေယူခဲ့ဆိုလျှင် ခွက်ပါသလို စိတ်တစ်ခုရှုရင်  
ခန္ဓာငါးပါးပါတယ်။ ကိုယ့် ခန္ဓာထဲ ထင်ထင်ရှားရှားပေါ်လာတာဟူသရွေ့ ဖြစ်ပျက် မြန်မြန်ရှိချေ။  
 သွက်ပလေ့စေ၊ မသွက်ရင် တဏှာ ဥပါဒါန်ကံ ဇာတိ ဇရာ မရဏ နိဿမ တရားကြီးက  
 သွက်သွားလိမ့်မယ်။ ရုပ်နာမ်ခွဲနေစရာမလိုဘူး။ ဘာပေါ်ပေါ် ရုပ်ပေါ်မှာ နာမ်ပေါ်သောကြောင့်  
 နာမ်ရုပ်ပေါ်တာပဲ။ ဖြစ်ပျက်မြင်ရင် ဒုက္ခမြင်ပြီ။ ဖြစ်ပျက်မုန်းရင် ဒုက္ခမုန်းပြီ၊ ဖြစ်ပျက်ဆုံးရင်  
 ဒုက္ခဆုံးပြီသာ မှတ်ပေတော့။ ဒုက္ခဆုံးရင် နိဗ္ဗာန်ပေါ်တာပဲ။ ခန္ဓာထဲ ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခတွေ့ ရင်  
 သားကောင်တွေတဲ့ မုဆိုးလို တောက်လျှောက်လိုက်ပေတော့။ ဉာဏ် မျက်ခြည်မပြတ်အောင်  
 လိုက်ပေးပါ။ သိပ်ခဲယဉ်းတယ် မအောက်မေ့ပါနဲ့။ ခန္ဓာကပြောတာကို ကိုယ်က  
 ဉာဏ်နဲ့မနေမနား လေးကြည့်နေရုံပါပဲ။ ဖြစ်ပျက် မြင်ရင်ဒီအသိဆက်သွား ဘာဆုမှမတောင်းနဲ့  
 နိဗ္ဗာန်ရောက်မယ်။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အားကောင်းရင် ဖြစ်ပျက်ကျဲတယ်။ မတွေ့နိုင်အောင် ဖြစ်တတ်တယ်။  
 သမ္မာဒိဋ္ဌိအားကောင်းရင် ဖြစ်ပျက်စိပ်တယ်။ ဖြစ်ပျက်စိတ်ဖို့ အလွန် အရေးကြီးတယ်။ ဒိဋ္ဌိက  
 ခန္ဓာကိုနိုင်မြဲတယ် ထင်လို့မှီတာ။ ခန္ဓာကို စေတဗ္ဗ တည်တဲ့ ခမ္မလေးလို့ အပျက်စိပ်အောင်ကြည့်နိုင်ရင်  
 သူပြုတ်တာပဲ။ ဒိဋ္ဌိရှိနေရင် တဏှာမာနတွေဝင်ပြီး သံသရာ နယ်ချဲ့တတ်လို့ ဒိဋ္ဌိမပြုတ်သရွေ့  
 သံသရာ သစ်ငုပ်ပဲ။ ကိုယ့်ခန္ဓာမှာအမြဲမပြတ် ဖြစ်ပြီးပျက်မွေးပြီးသေနေတဲ့ ရုပ်မသာ  
 နာမ်မသာတွေကို ဂရုတစိုက်ကြည့်ကြ၊ ကြည့်ဖန်များလာတော့ မသာတွေ ဟာကြည့်  
 လို့မဆုံးနိုင်အောင် မြင်ရလိမ့်မယ်။ ဖြစ်ပြီးရင်းပျက်ရင်း၊ ဖြစ်ပြီးရင်းပျက်ရင်းနဲ့ ဖြစ်ပျက်ကလွဲပြီး  
 ဘာမှမရှိပါလားလို့ ဉာဏ်ဝမှာ အမှန်သိမြင်လာမယ်။ ရူပါများလေ ကြားခိုတဲ့ကိလေသာတွေ  
 တဖြည်းဖြည်းပါသွားလေ၊ ကိလေသာပါးလားလေ ရှုဉာဏ်အား ကောင်းလေ။ ဖြစ်ပျက်တွေ  
 များများမြင်လာလေပဲ။ ဖြစ်ပျက်မရှုပွားနေသူဟာ ပယ်ရမယ့်သမုဒယသစ္စာ ကိုမပယ်၊



ပိုင်းခြားရမယ့် ဒုက္ခသစ္စာကို မပိုင်းခြားနိုင်တဲ့အတွက် မမှီဝဲ ကောင်းတာကို မှီဝဲနေလို့ လူမိုက်၊  
ဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်ကင်းခဲ့သော် လူမိုက်ချိန် ချည်းသာမှတ်လိုက်။ အားထုတ်ဆဲ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့  
အမြဲနေကြပါ။ ဝိပဿနာနဲ့နေရင် နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့ဉာဏ် အဆင့်ဆင့်ရလာမယ်။

### ဖြစ်ပျက်မှုန်း၊ ဖြစ်ပျက်ဆုံး

ခန္ဓဖြစ်စဉ်က မွေးလိုက်သေလိုက် အနားမရှိဘူး။ ဖြစ်မှုကအစား ထိုးလိုက် ပျက်မှုက  
ဖျက်ချလိုက်နဲ့ ဘယ်တော့မှ ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခနဲ့ ခွဲခွဲရတယ် မရှိဘူး။ ဖြစ်ပျက်နာနာ ကြည့်ပါများရင်  
ဉာဏ်ရင့်လာတာပဲ။ ရှုအားသန်မှ ဉာဏ်အားကောင်းမယ်။ အစားထိုးမှု မမြင်ဘဲ  
ပျက်မှုချည်းမြင်ရင် ဉာဏ်ထက်လာတာ။ ခန္ဓက ဖြစ်ပျက်ပဲ အမြဲပြနေတာ ဉာဏ်ကထက်ထက်  
သွားလို့ အမြင်ပြောင်းတာ။ ဖြစ်ပျက်မြင်တဲ့ ယထာဘူတဉာဏ်ရင့် လာရင် မုန်းဉာဏ်  
တက်လာမယ်။ ဒီအလုပ် ဆက်မလုပ်ချင်တဲ့စိတ် ဒီနေရာမနေချင်စိတ် တော်ရာသွား  
ချင်စိတ်တွေပေါ်လာမယ်။ ထမသွားပါနဲ့၊ နေရာလည်းမရွေးဘဲ ဆက်ပြီးပေရူပေးပါ။  
**ငါနိဗ္ဗာန်လိုချင်တယ်ဆိုတဲ့ စိတ်မလာစေနဲ့။** ဖြစ်ပျက်ကိုသာမဲပြီး ဉာဏ်နဲ့တည့်ထား။  
မုန်းလောက်မကမုန်းတော့ ဒီအဖြစ်ကို မလိုချင်တဲ့အထိ ဉာဏ်တက် လာမယ်။ မလိုချင်  
တဲ့ဉာဏ်ဟာ မဂ်ဉာဏ်ပဲ။ မလိုချင် တဲ့ဉာဏ်တက်တာနဲ့ ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခ ပျောက်ပြီး နိဗ္ဗာန်  
ပေါ်တယ်။ မင်းနဲ့အိုးစားကွဲမှဆိုပြီး ဉာဏ်ကစွန့်လိုက်တော့ တဏှာ သေတယ်။ ဖြစ်ပျက်နဲ့  
ဉာဏ်နဲ့တည့်နေရာက ဖြစ်ပျက်မရှိတာနဲ့ ဉာဏ်နဲ့တည့်သွားရင် ဖြစ်ပျက်အဆုံးက နိဗ္ဗာန်၊  
ဉာဏ်က မဂ်ဉာဏ်အစစ်ဖြစ်သွားတယ်။ မဂ်ဉာဏ်ဆိုတာ ဒုက္ခသိမ်းတာ။ အေးငြိမ်းခြင်း  
လက္ခဏာရှိတယ်။ ရှုနေတုန်း လည်းအေးချမ်းတယ်။ ဖြစ်ပျက်ဆုံးအောင်ရှုနိုင်ရင် အေးချမ်းမှု  
အကြီးဆုံး ရလိမ့်မယ်။ နှလုံးကို အေးစေတာ မဂ်ပဲရှိတယ်။ ဖြစ်ပျက်တွေဆုံးရင် ပွားမှု ရပ်စဲပြီး  
မပျက်စီးတဲ့နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုပြီး ချမ်းသာတဲ့စိတ်နဲ့နေလိုက်တော့။ ချုပ်ပြီ ချုပ်ပြီလို့သာ  
အာရုံပြုနေ။ မဂ်စိတ်ကလေးက ၁,၂ ဆို ချုပ်သွား ပြီ။ သူ့နေရာ ဖိုလ်စိတ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်  
လာမှာပဲ။ စာအုပ် အမှတ် (၃) နှင့် တွဲကြည့်ပါ။

### \* နာတာကျင့်တာ လူတိုင်းခံစားရမယ်။ \*

တရားစထိုင်ရင် အလေ့အကျင့်မရှိတော့ ၅မိနစ် ၁၀မိနစ်အတွင်း ကိုယ်နာကျင်  
ကိုက်ခဲလာတတ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ တရားအား ထုတ်နေတဲ့ ယောဂီတွေတောင်  
အယူအဆမှားတတ်ကြပါတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ ကိုယ် လက်နာကျင်ကိုက်ခဲမှူးဝေတာကို  
ဝေဒနာလို့ ထင်တတ်ကြပါတယ်။ ဘာပြု လို့လည်းဆိုတော့ ဒီလိုဖြစ်တာကို ရောဂါဝေဒနာ  
ခံစားနေရတယ် ပြောတတ်ကြတာကိုး ရောဂါဝေဒနာဟာ ပါဠိစကားတွေပါ။ နာတတ်ကျင့်တတ်  
ကိုက်ခဲတတ်လို့ ရောဂါခေါ်တာ။ အောင့်တတ် မူးတတ် စေတာကို ရောဂါ လို့ခေါ်တယ်။  
ရောဂါဆိုတာ ရုပ်မှာဖြစ်တာ။ ဝေဒနာဆိုတာ ခံစားတတ် တဲ့သဘော စိတ်မှာဖြစ်တာ။



တခြားစီပါ။ နာတာကျင်တာကိုက်တာခဲတာ ကုန်အောင်မရှုပါနဲ့ ကုန် အောင်ရှုလဲမရဘူး။  
(နာတာကျင်တာဟာ အချိန်တန်ရင် သူ့ဟာသူလျော့ကျ သွားပါတယ်)

မြတ်စွာဘုရားတောင် တရားဟောရင် ခါးကိုက် ခါးနာ ရောဂါတွေ ဖြစ်လာတဲ့ အခါ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်လာရင် လဲလျောင်း အနားယူရပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားတောင် မကုန်တဲ့ ရောဂါတွေ ဝေဒနာတွေကို တရားအား ထုတ် သူက ကုန်အောင်လုပ်မယ်ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဒုက္ခသဘောတွေ သိအောင် နားလည်အောင် ရှုမှတ်ပေးရမှာပါ။ နာတာဟာ ဝေဒနာ မဟုတ် **ဝေဒနာဟာ ခံစားတတ်တဲ့ သဘောသက်သက်ပါ။**

ဝေဒနာ ဖြစ်လာအောင် တမင်တကာ ကြာကြာထိုင်ပြီးတော့လည်း လုပ်မယူရပါဘူး။  
ဖြစ်လာပြီးတာကိုလည်း ကုန်သွားအောင် ပျောက်သွား အောင် လုပ်မယူရပါဘူး။  
သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပျက်တာကို တရားရှုသူက အလိုက်သင့် ရှုမှတ်ဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်။  
နာကျင်ကိုက်ခဲတာ (ဝေဒနာလို့ နားလည်နေကြတာ)ဟာ တဖြည်းဖြည်း ကြီးလာတာ တဖြည်းဖြည်း သေးလာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ နာတာ သေးသေး(၁)ပေါ်-ပျောက်၊ သူ့တက် နည်းနည်းကြီးတဲ့နာတာ (၂) အစားထိုးပေါ်၊ နာတာ(၂) ပျောက်၊ နာတာ (၃) အစားထိုးပေါ်၊ နာတာ(၃) ပျောက်၊ နာတာ(၄) အစား ထိုးပေါ် အဲဒီလို တစ်ခုပေါ်တစ်ခုပျောက် နောက်တစ်ခုအစားထိုး ဝင်ခြင်းသာဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်ပျက်တွေပါ။ တရားထိုင်ကာစ ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ၁၅ မိနစ်၊ မိနစ် ၂၀ လောက် ကြာလျှင် ခန္ဓာအောက်ပိုင်းတွင် နာမှု၊ ကျင်မှု၊ ထုံမှု၊ ဒုက္ခဝေဒနာ များ (ရောဂါများ) စတင်ပေါ်လာတတ်သည်။ ထိုင်နေကျ ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ၄၅ မိနစ် တစ်နာရီလောက်ကြာမှ ဝေဒနာ စတင်တတ်သည်။

## ဘာလုပ်ရမလဲ

ယောဂီအလုပ်သည် တရားရှုမှတ်ဖို့အလုပ်သာရှိသည်။ ယောဂီ အလုပ်-ယောဂီလုပ်ပါ။ ရုပ်ဖောက်ပြန်တာက သူ့အလုပ်။ သူလုပ်နေတာ သဘာဝတရားပဲ။ အဲဒီ အခါ ယခင်ရှုမှတ်နေသော ခန္ဓာထိ သိ နှင့် စိတ် ထိ သိ ရှုမှတ်မှုများမှ ခန္ဓာဖောက်ပြန် မှုဝေဒနာ သိ ခံစားမှု သဘော ပေါ်သို့ ပြောင်း၍ ရှုမှတ်ရမည်။ (ဝေဒနာကို ရှုမှတ်နိုင်မှ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ဘဝ၊ ဇာတိ ပြတ်ပေါ်မိမည်။)

(ရုပ်ဖောက်ပြန်မှု) နာကျင်ခြင်း ဝေဒနာသက်သက်ကို မရှုမှတ် နိုင်မီ နာသည့် နေရာကို “ခံစားတယ် ခံစားတယ်”ဟု သဘော သက်သက် (ပရမတ်)ဖြင့် သတိလိုက်ကာ စိတ်ကိုစိုက်၍ ရှုမှတ်နေရပါမည်။ အဲဒီအခါမှ ဝေဒနာသည် ပို၍နာလာလျှင်လည်း နာလာမည်။ သို့မဟုတ် သက်သာ ကောင်းလဲ သက်သာသွား နိုင်သည်။ (သူ့သဘောသူဆောင်နေတာ) သဘောကို သာခံစားတယ်ဟု ဉာဏ်ဖြင့်သိနေပါ။ သဘာဝ ဖြစ်ပေါ်နေသမျှ ကို သိနေရန်သာ အဓိက အရေးကြီးဆုံးဖြစ်သည်။ ရုတ်တရက် အေးချမ်း သက်သာသွားလျှင် သုခဝေဒနာဖြစ်၍



သက်သာခြင်းသဘော ခံစားတယ်ဟုသာ သူ့သဘောသူဆောင်နေသော သဘာဝကို ရှုမှတ်နေရ ပါမည်။ နှစ် သက်ကျေနပ်ခြင်းမပြုရ။ အစွဲလမ်းကင်းသော ဥပေက္ခာစိတ်ဖြင့် လက်တွေ့ ခံစားမှုသဘောကိုကိုသာ ရှုမှတ်နေပါ။ ရှုမှတ်စရာ မထင်ရှားတော့လျှင် မူလကမ္မဋ္ဌာန်း ချည်တိုင်ဖြစ်သော ထိမှု သိမှုတို့ကိုသာ ပြန်လည်ရှုမှတ်နေပါ။

## ပို၍ပြင်းထန်လာလျှင်

နာကျင်ကိုက်ခဲလာသော ဝေဒနာများသည် အာရုံစူးစိုက် ရှုမှတ်လေလေ ပို၍ပြင်းထန် လာသော သဘောလည်းရှိပါသည်။ ဝေဒနာပြင်းထန် သည်နှင့်အမျှ ရှုမှတ်မှုကိုသတိမလွတ်စေပဲ ဝေဒနာ မည်သို့ဖောက်ပြန် နေသည် (ခံစားမှုသဘော)ကို စိတ်ရှည်လက်ရှည် ခွဲတင်းတာ စူးစိုက် ကြည့်ရှုနေပါ။

ဝေဒနာသည် ငါမဟုတ်၊ ဝေဒနာသည်သဘာဝတရား၊ နာခြင်း ပူခြင်း၊ အေးခြင်းသည် ငါနာတာမဟုတ်၊ ငါပူအေးတာမဟုတ်၊ သဘာဝ တရားဟု ဝေဒနာနှင့်ငါကို ခွဲခြားပြီး ကွဲပြားအောင် ဉာဏ်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရ ပါမည်။ (ဝေဒနာ နဲ့ ငါမရောနဲ့)

ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းခံနိုင်သမျှ သီးခံ၍ရှုမှတ်ရမည်။ ကြာလာသည်နှင့် အမျှ ဝေဒနာသည် မချိမဆန့်ဖြစ်ကာ အသားကြေ အကြောပြတ်၊ အနီးခမ်းမကက် ကလျဉ်းစီ နာကျင်ပြပါလိမ့်မည်။ အဲဒါကိုမကြောက်ပါနဲ့။ တကယ်ဖြစ်နေတာမဟုတ်။ သဘာဝတရားသာ (ရုပ်ဖောက်ပြန်တာ သာဖြစ်သည်။ တကယ်မကျိုးပါ) အဲဒီအကြိမ်တွင် သီးခံလျှင် နိဗ္ဗာန်ရောက် သည်ဆိုသော စကားကို မေ့လျော့ပြီး စိတ်ပျက်အားလျော့ကာ ကြောက်လန့် ပြီး ကွရိယပုတ် ပြင်လိုက်သည်နှင့် နောက်တစ်ကြိမ် ထိုအချိန်ကျရောက်လျှင် ထိုခံစားမှုမျိုးကို ထပ်မံပေါ်ပေါက် ခံစားမည်မှာ သဘာဝပင် ဖြစ်သည်။ တထိုင် တည်းနှင့် ဝေဒနာ သဘောကိုပိုသိ၊ ပိုမြင်နိုင်အောင် အဆုံးထိနားလည်အောင် ကြိုးစားရှုမှတ်ပါ။

ရှုမှတ်ရမှာလည်း တစိမ်းပြင်ပြင်ထား၍ ရှုမှတ်ပါ။ ငါ့ကိုယ် ငါ့ပေါင် ငါ့ခြေထောက်ဆိုရင် အဲဒီအစွဲနဲ့ ပိုပြီးနာပါတယ်။ ခံစားရတယ်။ သူများ (တစိမ်း)ဖြစ်ရင် ကိုယ်မခံစားရတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် (ပရတော)တစိမ်း ပြင်ပြင်ထားပြီး ဝေဒနာကို ရှုပါတဲ့။

ဝေဒနာစဖြစ်တယ်ဆိုတာ ပျက်ဖို့ပါပဲ။ မမြဲဘူး။ ဒါကိုလဲ မတောင့်တနဲ့ ဝေဒနာ ဆိုတာ သူဖြစ်ချင်တာဖြစ်တာ။ သူပြချင်သလိုပြတာ။ စူးတွေနဲ့ထိုးတာ၊ ကျောက်တုံးကြီးလို တောင့်တင်းတာ။ ရေနွေးပူလောင်သလိုစသည်ဖြင့် မခံမရပ်နိုင်အောင်လဲ ပြမှာပဲ။ ရေခဲတုံးကြီး ဖက်ထားရသလိုလဲ အေးစိမ့်နေမှာဘဲ၊ လှုပ်မရအောင် တုတ်နှောင်ထားသလိုလဲ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သူလုပ်ပြချင်တာ လုပ်ပြပါမယ်။ သေလုအောင်ခံစား ရတာလဲရှိချင်ရှိမယ်။ (တကယ်မသေပါဘူး) မတရားနှိပ်စက်တယ်။ အသား ကုန်နှိပ်စက်တယ်ဆို တာက အဲဒီဝေဒနာကို ဝင်ပြီး ခံစားနေလို့ပဲ။ ခံစားနေရင် ပိုဆိုးပါတယ်။ (ဒိဋ္ဌိဖြုတ် - ငါစွဲမပါစေဘဲ) ငါနာတာမဟုတ် သူ့သဘောသူဆောင်



နေတာဘဲ ငါနဲ့ဝေဒနာကို မရောဘဲ ခွာပြစ်လိုက်ပါ။ လူသဘောအတိုင်း စိတ်အလိုမလိုက်နဲ့ ဖြုတ်မပြစ်ပါနဲ့။ အစွမ်းကုန်ထိ ဖြစ်ပျက်ရပါ။ အားလုံးဟာ အနိစ္စပါ။ အနတ္တပါ။ ကောင်းတဲ့ သုခဝေဒနာ ကိုလည်း မမျှော်နဲ့ လောဘပဲ။ ဆိုးတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကိုလဲ မပျောက်စေချင်နဲ့ ဒေါသပဲ။ လောဘနဲ့ ဒေါသ ကြားမှာ ဥပေက္ခာ ထားပြီးရှုမှတ်ပါ။

ဒီအဖြစ်အပျက်ဟာ လူတိုင်းနီးပါးတွေ့ပါလိမ့်မယ်။ ဒုက္ခတွေဖြစ် ပျက်နေတာ ကိုပဲယောဂီအလုပ်ဟာရှုမှတ်ဖို့သက်သက်ပဲ ဘာမှဝင်မရှုပ်ပါနဲ့။ ဖြစ်ပျက်တွေ မြင်ပါများရင် ငြီးငွေ့လာမယ်။ မုန်းလာမယ်။ မုန်းလာပြီဆိုရင် ဖြစ်ပျက်တွေဆုံးပြီ။ မဖြစ်မပျက်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ကူးဝင်သွားမှာပါ။ သော တာပန်ဖြစ်ပြီပေါ့။

မှတ်ချက်။ ။ သေခါနီးကျရင်လဲ ဒီလိုဘဲဝေဒနာတွေ ခံစားရမှာဘဲ။ ဝေဒနာ တွေကို ယခုကထဲက ရှုမှတ်တတ်အောင် လေ့ကျင့် ထားပါ။ ဒါဒီလိုမှ မလေ့တတ်ရင် ဒိဋ္ဌိယာပေါ်မှာ အော်ကာဟစ်ကာနဲ့ ဟိုလူ ကယ်ပါ။ ဒီလူကယ်ကြပါနဲ့။ သေသွားရင် အပါယ်ကတော့ သေချာတယ်။ သေကယ်ဆိုတာ လွယ်လွယ်မမှတ်နဲ့။ ဝေဒနာမခံစားရဘဲ မသေနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာကို ကြိုတင်အားထုတ်ကြစေလိုပါတယ်။

ဘယ်အရာမှ မမြဲဘူးဆိုတာ သိထားရင် နာတာကျင့်တာလဲ အချိန်ကျ ပျောက်သွားမှာပါ။ အနိစ္စပါ။ နာတာ ကျင့်တာကို ဖျောက်ဖို့ မကြိုးစားပါ နဲ့ ဘယ်ဟာမှ အစိုးမရအနတ္တပါ။ မမြဲတာအနိစ္စလို့သာ ရှုပေးနေဖို့ သက် သက်ပါ။ ပျောက်တာ ဒုပျောက်တာကို မစဉ်းစားနဲ့ သူ့ဟာသူ တချိန်က ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ နာတာကို ခံနိုင်ဘဲ ကြိတ်မှိတ်ပြီး ခံနေရင် ဒေါသ ဝင်လာတတ်ပါသည်။ နာတာကျင့်တာဟာ ငါနာတာမဟုတ် ဆိုပြီး တစ်မိန်း ပြင်ပြင် သဘောထားပြီးရှုနေဖို့သက်သက်ပါ။ ရုပ်ဖောက်ပြန်နေတာကို ငါဝင်မရှုတ်ပါနဲ့။ ပျောက်ချင်နေရင် လောဘဖြစ်ပါတယ်။

### \* ဘယ်လိုမှ မခံစားနိုင်တော့ရင် \*

ဘယ်လိုမှ မခံစားနိုင်အောင် ဖြစ်လာရင်တော့ ဘာဝနာအလုပ်ကို အနှောက် အယှက် ဖြစ်လာရင်တော့ ကြိတ်မှိတ်ခံပြီးတော့ ဒေါသဖြစ်လာ မယ်ဆိုရင်တော့ သတိ လက်မလွှတ်ဘဲ တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလို့ရပါတယ်။ (နာကျင်မှုဟာ တဖြည်းဖြည်း မခံ မရပ်နိုင်ဖြစ်လာလို့ တည်ကြည်မှု သမာဓိကို မရနိုင်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလဲလျော့ကျစေမယ်။ မပြင်ရင် ဒေါသနာသဖြစ်ပြီး အတ္တကိလမထာ နုယောဂ အစွန်းကိုရောက်သွားမှာ စိုးရင်တော့ သတိနဲ့ ပြင်ဖို့ ပြောတာပါ)

တတ်နိုင်သလောက် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုဆိုတဲ့ ရုပ်သဘာဝ ဖောက် ပြန်တာကို ရှုတဲ့အခါ လူစိမ်းတစ်ယောက်လို့ သဘောထားရပါလို့ ကျမ်းဂန် တွေမှာ ပြဆိုထားပါတယ် (ငါနာတာမဟုတ် ရုပ်ဖောက်ပြန်တာ) သီးခံနိုင် တဲ့အဆင့်ထိအောင်တော့သီးခံပေးပါ။ ခဏခဏလဲပြောင်း မနေပါနဲ့။ လူ တွေဟာ သက်တောင့်သက်သာ နေချင်တဲ့အကျင့် ကများခဲ့တယ်မဟုတ်လား။



တောင့်တင်းတာ၊ စူးတာ၊ အောင့်တာ၊ နာတာ၊ စတဲ့ကိုယ်မှာ ဖြစ်တာမှန်သမျှ ဝေဒနာမဟုတ်ပါ။ (ရောဂါ-ရုပ်ဖောက်ပြန်တာပါ) ဝေဒနာလို့ရရင် (မှား)ပါတယ်။ တရားသဘောကို မသိနိုင်ပါဘူး။ ကိုယ်မှာ ဖြစ်လာတဲ့နာကျင်ကိုက်ခဲမှု၊ တောင့်တင်းမှု၊ ထုံကျင်မှုတွေကို ခံစားတဲ့သဘောက မှဝေဒနာပါ။ ဝေဒနာဟာ အသိစိတ်နဲ့တွဲကပ်ဖြစ်တဲ့ နာမ်တရားပါ။ (နာတာကရုပ် - နာတဲ့သဘောကို ခံစားတာကမှ ဝေဒနာပါ) ရုပ်ဖောက်ပြန်နေတာကို ရှုမှတ်ပေးရပါတယ်။

တချို့ယာဂီတွေဟာ နာလို့ မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်လို့ ပြောင်းရွှေ့မယ်ဆိုရင်ငြောင် မလုပ်ကြဘူး။ မျက်စိကလေးဖွင့် တရားပြဆရာမမြင်တော့မှ တင်ပါးကလေး မသိမသာမပြီး အနာဖျောက်တယ်။ တိတ်တိတ် ခိုးရွှေ့တာ။ ယောဂီတရားလာအားထုတ်တာ သူ့ခိုးဖြစ်နေတတ်တယ်။

### နာကျင်ကိုက်ခဲမှု (ရောဂါ = ရုပ်) အဋ္ဌကထာအလို

တရားထိုင်လို့ ခဏကြာလျှင် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ တောင့်တင်းခြင်း အစရှိသော ရောဂါတို့ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ကိုယ်ထဲ၌ နာကျင်ကိုက်ခဲမှု အခံခက်မှုဟူသမျှသည် (ဒုက္ခ) ကိုယ်ဆင်းရဲမည်၏။ စိတ်ထဲနုလုံးမသာယာမှု မခံသာမှုဟူသမျှသည် (ဒေါမနဿ) စိတ်ဆင်းရဲမည်၏။ ဤဆင်းရဲ ၂ မျိုးလုံးကိုလည်း သတိပဋ္ဌာန်အကျင့်လမ်းဖြင့် လုံးဝချုပ်ငြိမ်းစေနိုင်သည်။ ပေါင်ကျိုးသောရဟန်းတပါး

သာဝတ္ထိပြည်တွင် ကိဿမည်သော သူကြွယ်သားသည် ရဟန်းပြုပြီးလျှင် တခုသော တောကျောင်း၌ ရဟန်းတရားကို အားထုတ်လျက် နေတော်မူလေ၏။ ညီတော်နှင့် ခယ်မတို့ရဲ့ ခိုင်းစေချက်ကြောင့် လူဆိုးများက သတ်ရန်အားထုတ်ကြ၏။ အရှင်ကိဿသည် ကိလေသာမကင်း သေးဘဲသေရမည်ကို အလွန်ကြောက်ရွံ့လှသဖြင့် “ဥပါသကာတို့ငါ့အား တစ်ည၌မျှ လွတ်လွတ်လပ်လပ် အားထုတ်ခွင့်ပြုပါဦး၊ ငါဘယ်ကိုမှ ထွက် မပြေးနိုင်အောင် လုံလောက်သော အာမခံပေးပါမည်ဟု တောင်းပန်၍ မိမိ၏ပေါင်နှစ်ချောင်းကို ထက်ပိုင်းကျိုးသွားအောင် ကျောက်တုံးကြီးဖြင့် ကိုယ်တိုင်ရိုက်ချိုးကာ အာမခံပေးပြီးလျှင်တရားကို ပြင်းထန်စွာ အားထုတ်နေလေ၏။ ပြင်းထန်လှစွာသော နာကျင်မှုဝေဒနာကို ရှုမှတ်ရင်း သီလစင်ကြယ်ပုံကို ဆင်ခြင်မိသဖြင့် အားကြီးသော ပီတိပါမောဇ္ဇာများ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

ထိုအခါ ဝေဒနာ၌ ‘မနသိကာရ’ ခေါ် နှလုံးသွင်းမှုမရှိသဖြင့် နာကျင် မှု ဝေဒနာသည် ပျောက်ငြိမ်းနေသကဲ့သို့ ရှိလေ၏။ ထိုဖြစ်ပုံမျိုးကို ဝေဒနံ ဝိက္ခမ္ဘိတွာ - ဝေဒနာခွာသည်”ဟု အဋ္ဌကထာတို့၌ဆိုသည်။ ထိုမခံသာမှု ဝေဒနာကိုအစဉ်အတိုင်း တိုးပွားစေ၍ နံနက်အာရုံတက်သောအခါ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတော့သည်။ ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်သောအခါကိုယ်ဆင်းရဲ ဒုက္ခဟူသမျှ လုံးဝချုပ်ငြိမ်းလေတော့သည်။ (သုတ်မဟာဝါအဋ္ဌကထာ၃၃၉/ မဟာဝဂ္ဂ ဋီကာ ၂၈၃)



## ကျားစားခံရသော ရဟန်းငယ်တစ်ပါး

ရဟန်းငယ်တစ်ပါးသည် ကျားတစ်ကောင်၏ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ် စွာ ကိုက်ခဲစားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော အလွန်ပြင်းထန်သော ဝေဒနာ များကို ရှုမှတ် လျက်လည်းကောင်း၊ ပီတိ ပါမောဇ္ဇ စသည်ဖြင့် ထိုဝေဒနာ ကို ခွာ၍ ပေါ်ရာရုပ်နာမ်ကို ရှုမှတ်လျက်လည်းကောင်း ခြေမျက်စိ အထိစား ပြီးသောအခါ သောတာပန်ဖြစ်လေ၏။ နှလုံးသား မစားသေးမီ ရဟန္တာဖြစ် ၍ ဒုက္ခခပ်သိမ်းချုပ်ငြိမ်းတော်မူလေ၏။

## \* ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာစေနဲ့ \*

ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်လက်ထက်က နကုလပီတာဆိုတဲ့ ဒကာကြီး တစ်ယောက်ရှိ ဟယ်။ ဘုရားကို သူ့သားလို ခံယူခဲ့တယ်။ သူ့သား လိုဘဲ စွဲယူခဲ့တယ်။ သူ့ဒကာမကြီးကလဲ အကူတူပဲ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်ကို သားသားနဲ့ ဟကယ့်သားအဖြစ် စွဲပြီးတော့နေကြတဲ့ ဒကာကြီး ဒကာမကြီး နကုလမာတာ၊ နကုလပီတာတို့ဟာ သဂ္ဂတိုင်း သံသုမာရဂီရိမြို့က ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်က ကပ္ပိလနေပြည်တော်က သုဒ္ဓေါဓန မင်းကြီး နဲ့ မာယာဒေဝီတို့ရဲ့သား ဖြစ်ပေမဲ့ သူတို့ပြည်ကို ရောက်လာတဲ့အခါ သူတို့ သားဆိုပြီး စွဲလမ်းတော့ သားအဖြစ်နဲ့ မြတ်ဗွာဘုရားကို အသိအမှတ်ပြု စွဲလမ်းကြတယ်။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကတော့ ဘာမှ မပြောပါဘူး။

ဒီလိုစွဲလမ်းခြင်းကလဲ အကြောင်းရှိတာပဲ။ လွန်ခဲ့တဲ့ ဘဝငါးရာပါးလုံး သူတို့ဟာ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်နဲ့ အမိအဘတော်ခဲ့ကြဖူးတယ်။ ဦးလေး ဦးကြီး ခံထွေး၊ မိကြီး တော်ခဲ့ကြဖူးတယ်။ ဒီလို ဘဝများ စွာ အထုံကရုလာတဲ့အခါကျတော့ ယခုတွေ့တယ်ဆိုရင်ပဲ တစ်ခါတည်း သားအဖြစ်နဲ့ စွဲတော့ကာပါ။

နကုလပီတာဆိုတဲ့ ဒကာကြီးဟာ တစ်နေ့ကျတော့ ဘုရားရှင်ထံ ရောက်လာပြီး မြတ်စွာဘုရား တပည့်တော်ဟာ အိုမင်းပါပြီ။ ရှေးကလို စိတ်သွားတိုင်းကိုယ်မပါနိုင်တော့ ဘုရားရှင်ထံ အဖူးအမျှော် မှန်မှန်မရောက်နိုင်တဲ့အကြောင်း လျှောက်ထားတယ်။

အမြဲတမ်းနာနေတဲ့ အဲဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို တခဏလေးမျှ ကျန်းမာတယ်၊ ရောဂါ ကင်းတယ်၊ အနာကင်းတယ်ဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိုက်မဲ လို့ပြောတာပဲလို့ မြတ်စွာဘုရားက မိန့်တော်မူတယ်။ ဒီတော့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဆိုတာ အမြဲတမ်းနာနေတာ၊ ဘယ်လောက် ကျန်းမာတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ဖြစ် ဣရိယာပုတ် အပြောင်းအလဲကြောင့်ဖြစ်စေ သွားလာ လှုပ်ရှားမှု ကြောင့်ဖြစ်စေ ပင်ပန်းတယ် နွမ်းနယ်တယ်၊ နာတယ်ကျင်တယ်ဆိုတာ ကတော့ ဖြစ်တာချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် ရောဂါကင်းတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ဘယ်တော့မှ မရှိဘူး။

အဲဒီလို အမြဲတမ်းနာနေတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို တခဏလေးမျှကျန်းမာနေပါတယ်။ ရောဂါကင်းနေပါတယ်ဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လူမိုက်ပဲ မသိနားမလည်လို့ ပြောခြင်းပဲလို့



မိန့်ကြားတော်မူတယ်။

တသွာ တိဟ တေ ဂဟပတိ

ဧဝံ သိက္ခိ တဗ္ဗံ အာတုရ ကာယဿ

မေ သတော စိတ္တံ အနာတုရံ ဘဝိဿတိတိ

ဧဝံ ဦ တေ ဂဟပတိ သိက္ခိတဗ္ဗံ

အဓိပ္ပါယ်ကတော့ - အိမ်ရှင်ဒကာကြီး ထိုသို့ ဖြစ်လေသောကြောင့် ငါသည် အမြဲတမ်းနာကျင်နေသော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသည့် သဘောဖြစ်ပါလျက် မိမိစိတ်သည် နာကျင်ခြင်း ဖရှိသည် ဖြစ်ရပေတော့အံ့။ ဤသို့ဆိုပြီး အတိုင်းသာလျှင် ဒကာကြီးသည် ကျင့်အပ်ပြုလုပ်အား ထုတ်အပ်ပါပေ သတည်း။

အဲဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးအမြဲနာပေတဲ့စိတ်ကိုတော့ မနာရအောင် ကြိုးစားရမယ် ဒကာ ကြီးလို့ (ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာစေနှင့်ဟု ဆိုလိုသည်) ဘုရားရှင်က မိန့်ဟော်မှု လိုက်သည် အဲဒီတော့ သူကျေနပ် ဝမ်းသာပြီးတော့ ဘုရားရှင်ထံပါးမှ ဖယ်ခွာပြီး ရှင်သာရိပုတ္တရာ ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးထံ သွားတယ်။ (ကိုယ်နာသော်လည်း စိတ်မနာရအောင်ရှုနည်း သီးခြားရေးပေးပါမယ်) အဲဒီကိစ္စအသေးစိပ်ကို ဘုရားရှင်ထံမှာ မလျှောက်ထားမိလို့ အရှင်ဘုရားကပဲအမိန့်ရှိပါလို့ လျှောက်ထားပါတယ်။ အရှင် သာရိပုတ္တရာမထေရ် မြတ်ကြီးက အဲဒီစိတ်လဲနာ ကိုယ်လဲနာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ ကဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ခွဲခြားပြီးတော့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

### ကိုယ်လဲနာ စိတ်လဲနာသူ

ရုပ်ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရဝိညာဏ် တရားတွေမှာ ခန္ဓာငါးပါး တရားတွေမှာငါ ငါ့ဥစ္စာလို့ စွဲလမ်းထကြွတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အဲဒီခန္ဓာငါးပါး ပျက်စီးခဲ့လို့ရှိရင်သောက စိုးရိမ်ခြင်း၊ ပရိဒေဝ-ငိုကြွေး ခြင်း၊ ဒုက္ခ-ဒေါမနဿ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ ဥပါယာသ-ပြင်းထန်စွာ ပူပန်ခြင်းတွေဖြစ် ရတယ်။ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ်လဲနာ စိတ်လည်းနာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲလို့ မိန့်ကြား တယ်။

လောကမှာ ခန္ဓာငါးပါး အစွဲရှိရင်

ခန္ဓာငါးပါးပျက်စီးရင် ပူပန်တယ် ကြောင့်ကြတယ်။ ကိုယ်စိတ် ဆင်းရဲရတယ်။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ်လဲဆင်းရဲ စိတ်လဲဆင်းရဲ ကိုယ်လဲနာ စိတ်လဲနာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လို့ခေါ်တယ်။

### ကိုယ်သာနာ စိတ်မနာသူ

ခုနုပြောခဲ့တဲ့ ရုပ်ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ ခန္ဓာငါးပါးအပေါ်မှာ ငါ ငါ့ဥစ္စာ စသည်ဖြင့် စွဲလမ်းမှု အတ္တ၊ အတ္တ ဒိဋ္ဌိ မရှိဘူးအဲဒီလို မရှိတဲ့အခါကျတော့ ဒီခန္ဓာ ငါးပါးပျက်စီးမှုနဲ့ ကြုံသော်လည်း သူဟာစိုးရိမ်ပူဆွေး ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲမှုဒါတွေ မရှိတဲ့အကြောင်း



အဲဒီလိုဖြစ်ပြီဆိုရင် ခန္ဓာကိုယ်က နာကျင်ပေမဲ့ စိတ်ထဲမှာ အဲဒီခန္ဓာ တွေအကြောင်း ပြုပြီးတော့ ငါ ငါ့ဥစ္စာဆိုတဲ့ ဒီဥစ္စာ အဲဒီဒီဥစ္စာသောင်းကြမ်းမှု၊ တဏှာ သောင်းကြမ်းမှု ဆိုတဲ့ သောင်းကြမ်းမှုတွေ မရှိရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ်တော့နာတယ်။ စိတ်မနာဘူး။ ကိုယ်နာပေမဲ့ စိတ်မနာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လို့ ဟောကြားပါတယ်။

ခန္ဓာငါးပါးအပေါ်မှာ ငါ - ငါ ဥစ္စာစသည်ဖြင့် စွဲလမ်းမှုမရှိရင် ကိုယ်တော့နာတယ်။  
စိတ်မနာဘူး ဟုဆိုလိုပါတယ်။

### ဝင်လေထွက်လေမရှိတော့ဘူးလား

တရားရှုမှတ်ရမှာပထမတော့ ကာမတ္တန္တ၊ ဗျာပါဒ၊ တိနမိဒ္ဓ၊ ကုက္ကုစ္စ၊ ဝိစိကိစ္စ ဆိုတဲ့ နိပရုဇာ၊ တရား ငါးပါးလွှမ်းမိုးပြီးနေဟာ။ အဲဒီအပူမာတ် တွေကြောင့် ယွက်လေ ဝင်လေသည် ကြမ်းတမ်းနေသည်။ ထွက်လေဝင်လေ ဆိုတဲ့ငါယောဇာတ် ရုပ်ပရမတ္တ တရားသည် စိတ်ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ လေဓာတ်၊ နှာခေါင်းထဲကလေသည် စိတ်နဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်တာ သူ့ကို စိတ္တဇ ငါယော လို့ ခေါ်ပါယ်။ စိတ်ဟော ကြမ်းဟမ်းဟမ်းပြီးဖြစ်နေလို့ရှိရင် ယိုထွက်လေဝင်လေဟာလဲ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖြစ်လာပါတယ်။

ပူလောင်စေကက်တဲ့ နီဂါရုဏ တရားငါးပါးကင်းသွားတဲ့ ယောဂီ စိတ်သည် အေးလို့ ကြည်လို့ အဲဒီစိတ်နဲ့ တွဲဖြစ်လာတဲ့ ဝင်လေထွက်လေသည် အေးလို့ ကြည်လို့ အဲဒီစိတ်နဲ့ တွဲဖြစ်လာတဲ့ ဝင်လေထွက်လေဟာလဲ နူးညံ့ လာတယ်။ ညင်သာလာတယ်။ သိမ်မွေ့လာတယ်။ ဘယ်လောက်တောင် သိမ်မွေ့သလဲဆိုရင် တခါတခါ ထွက်လေဝင်လေသည် နှာခေါင်းထဲရှိမှ ရှိသေးရဲ့လားလို့ ထင်ရလောက်အောင်ကို သိမ်မွေ့သွား တယ်။ ထွက်လေဝင်လေမရှိတဲ့လူ (၇) ဦးရှိတယ်။

- (၁) မိခင်ဝမ်းခေါင်းထဲကကလေး (၂) သေသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်
- (၃) ရေငုပ်-ရေမြုပ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် (၄) သေခါနီး မိန်းမြောနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်
- (၅) စတုတ္ထဈာန်ဝင်စားနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် (၆) ရူပ၊ အရူပ ဗြဟ္မာ
- (၇) နိရောဓ သမာပတ် ဝင်စားနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် (ဝိသုဒ္ဓိ မဂ္ဂ ၂၄/၁ - ၂၇၅)

မိမိက မိမိမှာထွက်လေဝင်လေ မရှိတော့ဘူးလို့ထင်ရင် အထက်ကပုဂ္ဂိုလ်တွေလား စစ်၊ မဟုတ်ရင် ထွက်လေ ဝင်လေဟာ ရှိကိုရှိရမယ်။ ထွက်လေဝင်လေ ရှိကိုရှိရမယ်။ နူးညံ့ သိမ်မွေ့လွန်းလို့ ငါ့ရှာမတွေ့တာလို့ အဲဒီလို ဓမ္မဝိစယ သမ္မော ဇျင် စိစစ်တဲ့ ဉာဏ်ကလေးကို အဲဒီအချိန်မှာ သုံးရမယ်။

အဲဒီလို စိစစ်ခြင်းမရှိခဲ့ရင် တရားအားထုတ်နေသူဟာ စိတ်ပျက်ပြီးတော့ ထိုင်ရာကထ သွားလိမ့်မယ်။ ထွက်လေ ဝင်လေကိုရှာမတွေ့တော့တဲ့အဆုံး ရှုကွက် ပျောက် သွားပြီး ထွက်လေ ဝင်လေ ရှာမတွေ့တော့ဘူး ဆိုပြီးတော့ စိတ်ပျက်ပြီးတော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းက ထွက်သွားရင်



ကမ္မဋ္ဌာန်းပျက်ရောပေါ့။ ဒါကြောင့်ထမသွားဘဲ အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့လာတဲ့ အထဲမှာဘဲ ထွက်လေဝင်လေ မတွေ့တွေ့အောင်သတိဝီရိယတင်ပြီး အဲဒီမှာ စူးစူးစိုက်စိုက်လိုက်ရှာလို့ ရှိရင် သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့သွားနေတဲ့ ထွက်လေ ဝင်လေသည် ထိုအချိန်တွင် ပြန်ပြီးတော့ တွေ့လာ လိမ့်မယ်။ ထင်ရှား လာလိမ့်မယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ နှာသီးဝံကို ဆက်ကြည့်ရင် နိမိတ်တွေထင်လာမယ်။ အဲဒီ မှာလမ်း နှစ်သွယ်တွေမယ်။ ဆက်ပြီးကြည့်ကာလိုက်သွားရင် နိမိတ်တွေကို ဖမ်းထားရင် တဖြည်းဖြည်း စျာန်လမ်းရောက်သွားပြီး စတုတ္ထစျာန်ထိရောက်သွားနိုင်တယ်။ (ဝိပဿနာလမ်းကိုသွားမှာမို့ စျာန်လမ်းကျင့်စဉ်တွေ မရေးတော့ပါ။)

### သုခဝေဒနာ

ယောဂီတို့သည် တရားစခန်းတွင် အားထုတ်ကြသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်က နာတယ် ကျင်တယ် ထုံတယ် ကိုက်တယ်။ ပင်ပန်းဆင်းရဲတယ်ဆိုတဲ့ သဘောတွေ ပင်လာတဲ့အခါ ဝေဒနာလိုက်ကြပါတယ်။ ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုကြပါတယ်။

ဝိတိပဿဒ္ဓိ သုခဝေဒနာဖြစ်တဲ့အချိန်ကြံတော့ ဝေဒနာလိုက်သူ မရှိကြတော့ဘူး။ ဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ ဒဏ်ချက်သိပ်ပြီးခံရတော့ ဝေဒနာရှုတယ်။ သုခဝေဒနာနဲ့ ကြုံတဲ့ အချိန်ကြံတော့ ဝေဒနာမရှုဖြစ်ဘူး။

ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားစခန်းမှာမဆိုထားနဲ့ အိမ်မှာနေယင်းလဲ ကြည့်ပါလား။ စာရေး သောက်ရေး နေရေးထိုင်ရေး စီးပွားရေး သားရေး သမီးရေး အကုန်လုံး အဆင်ပြေနေလို့ လောကီသုခနဲ့ ပြည့်စုံနေတဲ့အချိန်မှာ ယောဂီတွေဟာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကိုသိပ်ပြီး အမှတ်မရ တတ်ကြဘူး။ ဓမ္မတာပါဘဲ။

ဒါပေမယ့် စားရေးသောက်ရေး နေရေးထိုင်ရေးက အဆင်မပြေ၊ စီးပွား ရေး ကပျက်၊ သားသမီးဇနီးခင်ပွန်း အဖက်ဖက်က ဒုက္ခအမျိုးမျိုးဖြစ် အဲဒီလို အမျိုးမျိုး ဒုက္ခအဖုံဖုံ ဒုက္ခတွေနဲ့ ကြုံလာတဲ့ အချိန်ကျတော့မှ ရိပ်သာ သွားရအောင် နီးနီး၊ ဘုန်းကြီးကျောင်းသွားရအောင်နီးနီး၊ တောထွက်ရအောင်မလို့လို့ ဝိုးဝိုး ကျယ်ကျယ်တွေ ဖြစ်လာကြတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ သုခဝေဒနာနဲ့ ကြုံတွေ့လာရတဲ့ ယောဂီများ တရား ဝေးတတ်ကြပါတယ်။ နာတာကျင်တာ ထုံတာကို ဝေဒနာဆိုပြီး ရှုကြပါတယ်။ ခါးကိုက် တယ်။ ပေါင်ကိုက်တယ်။ ထုံတာကျင်တာဟာ ဝေဒနာလား ရုပ်တရားတွေ ဖောက်ပြန် တာလား ဆိုတော့ ရုပ်တရားတွေ ဖောက်ပြန်နေတာပါ။ ဓာတ်ကြီးလေး ပါးဖောက် ပြန်တာပါ။ (ထုံတာ ကျင်တာ ကိုက်တာ ခဲတာဟာ ပထဝီ တေဇော အာပေါ ဝါယော ဓာတ်ဆိုတဲ့ ဓမ္မကြီးလေးကောင်က ကိုက်တာ)

ယောဂီတို့ပင်ပန်းဆင်းရဲတဲ့အချိန်မှာ ဝေဒနာရှုသလို ချမ်းသာတဲ့အချိန်မှာလဲ



သုခဝေဒနာကိုရှုကြပါ။ သုခဝေဒနာကို မရှုမှတ်ဘဲ သိမ်းပိုက် ထားတဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရာဂကို နှစ်သက်စွဲလမ်း၏။ ဒီနေ့ တရားအား ထုတ်ရတာ ကောင်းလိုက်တာဟု နှုတ်မှ လည်းဖွင့်ဆို၏။ မရှုရင် မက်မော စရာ၊ တောင့်တခင်မင် စရာ၊ စွဲလမ်းစရာဘဲ။ ဒါကြောင့် သုခဝေဒနာမှာ ရာဂဝင်မှာစိုးတာကြောင့်၊ ရွာလို့မတွေ့အောင် သိမ်မွေ့နူးညံ့ပြီးတော့နေတဲ့ အာနာပါနကိုမရွာတော့ဘဲ ထင်ရှားလာတဲ့သုခဝေဒနာကို ဝေဒနာ နုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် တင်ပြီးရှုမှတ်ပါ။

သုခဝေဒနာဟာ ထင်ထင်ရှားရှားရှိနေတုန်း ချမ်းသာတယ်လို့ ခေါ်နိုင် တယ်။ ဝိပရိဏာမ ဒုက္ခာဖောက်ပြန်ပျက်စီးတဲ့အခါကျတော့ သူလဲဆင်းရဲတဲ့ သဘောပဲ။ သုခဝေဒနာကိုမရှုဘဲ သုခဝေဒနာတွေ လွန်ကဲ လာရင်တော့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် သုခဝေဒနာ အား တပ်ပက်တဲ့ရာဂကို ဘယ်လို ပုဗ္ဗာလို့မရတဲ့ နိကန္တိဖြစ်ပြီး ဥပ္ပက္ခိလေသဝင်လာတယ်။ အဲဒီအခါ ဝိပဿနာလမ်းစဉ်ကြီးဟာ သုခနဲ့ နိကန္တိမှာ ရပ်သွားတယ်။ တနည်းအား ဖြင့် ငါတော့မက်ကျပြီဆိုပြီး ဝိပဿနာဆက်ပြီးမရှု တော့ဘဲကျေနပ်သွား တော့ လမ်းတစ်ဝက် ဘူတာမှာ ဆင်းမိရက်သားဖြစ်သွားတယ်။ (ဒါဟာ ယောဂီတော်တော်များများ ဖြစ်ဘူးကြမှာပါ)

**သုခဝေဒနာသည် ဒုက္ခသစ္စာဟုတ်ပါသလား**

ဝိပဿနာ တရားရှုပွားတဲ့အခါ သုခဝေဒနာပေါ်လာရင် သုခဝေဒနာလို့ ရှုမှတ်ပွား များနေရမယ်လို့ ဝေဒနာ နုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်က ဆိုထားတဲ့အတိုင်း သုခဝေဒနာလို့ ရှုမှတ်နေရင် ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်ပါ့မလားဆိုတဲ့ စကားပေါ်လာပါတယ်။ အဖြေကတော့။

သုခဝေဒနာဆိုတာ သမ္ပုတိသစ္စာ နယ်ထဲကစကားပါ။ ပရမတ္ထ သစ္စာက “သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခ”တဲ့။ သုခဝေဒနာကိုသိမှတ်နေတဲ့ ယောဂီရဲ့ အသိဉာဏ်မှာအဲဒီပေါ်လာတဲ့ သုခခံစားချက်ကလေးတွေဟာ မှတ်တိုင်းရှုတိုင်း ပျက်ပျက်သွားတာ တွေရခြင်းဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာတွေပေါ်ပေါ်လာ တာပဲ။ သုခရယ်လို့ မမှတ်ထင်တော့ဘူး။ မြဲမှမမြဲတဲ့တရားဟာ အနိစ္စပဲပေါ့။ အနိစ္စထင်ရင် သုခမမြင်တော့ဘူး။ ဒုက္ခအမှန်မြင်လာတယ်။ ဒါကြောင့် သံယုတ်ပါဠိတော် ဒုတိယအုပ် စာ ၄၀၉ မှာ

သုခါ ဘိက္ခဝေ ဝေဒနာ ဒုက္ခဏော ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။

ရဟန်းတို့ သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခ ဒုက္ခလို့သာ ရှုမှတ်ပွားများအပ်ကုန် ၏ လို့ဟောဆိုထားခြင်းဖြစ်တယ်။ မှတ်ရင်းမှတ်ရင်းနဲ့ နောက်ဆုံးတော့ ဒုက္ခသစ္စာ အပိုင်းထဲကိုသာ ဝင်ဝင်သွားကြတာပဲ။ အနိစ္စထင်တော့ ဒုက္ခ မြင်တာပေါ့။ သုခ လည်းပျောက်ဆုံးကုန်တာပေါ့။ သဗ္ဗေသင်္ခါရာ ဒုက္ခာ ဆိုတာထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် သုခဝေဒနာသည်လည်း ဒုက္ခသစ္စာ ပင်ဖြစ်ပါသည်။

လူတွေက ဒုက္ခဆိုတာ၊ နာတာ ကျင်တာကိုပဲ ထင်နေကြတာ။ ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက် မမြဲတဲ့တရားကို ဒုက္ခလို့ခေါ်တာ။ ဒါကြောင့် သုခဝေဒနာ ဟာလည်း ခဏကောင်းပြီး



ပျက်တာဘဲ။ ဒါကြောင့် သုခဝေဒနာဟာ ဒုက္ခသစ္စာ ထဲမှာပါ တာပေါ့။

### လောဘဝင်ရင်တရားမရဘူး

တောင်ငူမြို့ရွှေမင်းဝင်နိုင်ငံတကာ ဝိပဿနာတရားစခန်းတွင် ဆရာတော် ဦးဆန်းလွင် တရားပြနေစဉ် ယောဂီအချို့၏ အဖြစ်အပျက်များကို ခဏခဏတွေ့ရပါသည်။ အမျိုးသမီး တစ်ဦးတရားအားထုတ်နေရာ ထမင်းစားချိန် လည်းမဖြုတ်၊ ဆက်ပြီး လေးနာရီခန့်အားထုတ်ပြီးမှ ထလာပြီး သူ့ရဲ့အဖြစ်အပျက်ကို ပြောပြပါသည်။ သူသည် ဝေဒနာများကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားရပါသည်။ သို့သော် ဒိဋ္ဌိမကပ်ဘဲ (ငါမစွဲ)ဘဲ ရှုနိုင်ပါတယ်။ ဝေဒနာကိုဆုံးအောင် ဆက်လက်ရှုမှတ်နေပါတယ်။ ဝေဒနာတစ်ခုဆုံးလျှင် မဂ်ကျနိုင်သည်ဆိုသော အသိကြောင့် ဝီရိယ ကောင်းကောင်းနဲ့ ဆက်လက်ရှုမှတ်ပါသည်။ လေးနာရီလောက်ကြာတာတောင် ဝေဒနာမပြီး ဆုံးသဖြင့် တရားရှုမှတ်ခြင်း ရပ်လိုက်ရပါတယ်တဲ့။ ဒါအတွေ့အကြုံက ဘာကိုပြသလဲဆိုနှင့် ဒီယောဂီဟာ ဝေဒနာပြီးဆုံးရင်မဂ်ကျမယ်။ ရအောင်ရှုမယ်ဆိုတဲ့ လောဘကိုမွေးမိသဖြင့် လောဘနဲ့ ရှုကာကြောင့် မဂ်မကျတော့ပါ။ ဒါကြောင့် ရှုမှတ်ဖို့က ယောဂီအလုပ် ရတာမရတာက တရားအလုပ်ပါ။ သူ့အလုပ် ကိုယ့်အလုပ်ခွဲထားပါ။ လောဘတက်ရင် မရပါဘူး။

ညီတော်အာနန္ဒာဟာ ပဿမသင်္ဂါယနာတင်ပွဲတွင် ရဟန္တာ ၄၉၉ပါးနဲ့ သူက ရဟန္တာ မဖြစ်သေးတဲ့အတွက် ရဟန္တာဖြစ်အောင်ကြိုးစား အားထုတ်ပါတယ်။ နံနက်ကျရင် သင်္ဂါယနာ တင်ရမှာမို့ အပြင်းအထန် တနေကုန်ကြိုးစားအားထုတ်ပါတယ်။ ရဟန္တာဖြစ်ချင်လေ ကလဲ များနေပါ တယ်။ နောက်ဆုံး အိပ်ယာဝင်ခါ နီးကော့ စိတ်လျော့လိုက်ပြီး အိပ်မယ်ဆိုတာ ကုတင်ပေါ်ထိုင်လဲမယ်အလုပ် ခြေထောက်ကမြေကြီးနဲ့အလွတ် ခေါင်းအုန်းနဲ့ ခေါင်းမထိခင်စပ် ကူးမတ်ကူးကာလ (ဣရိယာပုဒ် လေးမျိုးနဲ့လွတ်တဲ့အနေအထား)မှာ ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတော့ တယ်။

ဒီနေရာမှာ ညီတော်အာနန္ဒာဟာ ဖြစ်ချင်လေနဲ့ ဝီရိယလွန်ကဲ နေတာကြောင့် တရား မရတော့ပါ။ စိတ်လျော့လိုက်ပြီး ပုန်မှန်အနေအထားကြောင့် တရားရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်ယောဂီတို့သည် မိမိတို့ရဲ့အလုပ်ကို မိမိတို့လုပ်ကြပါ။ အလွန် အကျွံလောဘမတက်ပါနဲ့။ တခြားလူ တွေဖြစ်ပျက်မြင်လို့ ငါမမြင်ရင်လဲ စိတ်မလှုပ်ရှားပါနဲ့ ငါကတော့ တရားမရတော့ပါဘူး ဆိုပြီးလဲ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သူများတရားလျှောက်လို့ အလင်းရောင်မြင်ပြီး ပြောရင်လဲငါကတော့ ခုထိမမြင်ရသေးဘူး။ အားငယ်စိတ်ဝင်လာပြန်ရော၊ သူတို့ကဝေဒနာတွေ တက်လိုက်တာ ငါကတော့ဘာမှမထူးသေးပါးလားဆိုပြီး ငိုတဲ့ယောဂီလည်းတွေ့ဖူးပါတယ်။ စိတ်ပျက်ပြီး အိမ်ပြန်သွားကြတဲ့ ယောဂီတွေလဲ အများကြီးကြုံဖူးပါတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ငါလို့အသိအမှတ်ပြုပြီး သိပ်ပြီးငြိတွယ်နေမှုကြောင့် ဆင်းရဲ ဒုက္ခရောက်ကြတာလဲ တွေ့ရတယ်။ အစားအသောက်ကိုလဲ မကျေမနပ် နေရထိုင်ရတာ ကလဲ မကျေမနပ်နဲ့ တရားအားထုတ်ရာမှ အနှောက်အယှက်များစွာကြုံရပါတယ်။ အတ္တလွန်ကဲကြ



တာပါ။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၁၀ နှစ်လောက်က တရပ်ပြည်နယ်စပ်မြို့ တစ်မြို့မှ ယောဂီအမျိုးသား တစ်ယောက် တောင်ငူကိုလာပြီး အားထုတ်ဖို့ စာရင်းသွင်းပါတယ်။ စည်းကမ်းချက်တွေဝေတော့ ဆေးလိပ်မသောက်ရဘူးဆိုတဲ့ စာပိုဒ်တွေတော့ မသောက်ရမနေနိုင်ဘူးဆိုပြီး နောက်နေပြန်သွား ပါတယ်။ မိုင်ပေါင်း ၆၀၀/ ၇၀၀ လောက်က အားခဲလာပြီးတော့မှ ဆေးလိပ်တဖွာကြောင့် တရားကို လက်လွှတ်ခဲ့ရပါတယ်။

ယောဂီတွေဟာ မိမိကိုယ်ကို မိမိသိပါ။ သူများတွေကို လိုက်မကြည့်ရဘူး။ သူများဘာဖြစ်တယ်ဆိုတာ မိမိနဲ့ မဆိုင်ပါဘူး။ တယောက်ကို တစ်ယောက်လဲ ဘာတွေလဲ ဘာမြင်လဲ မမေးရဘူး။ သူမြင်တာဟာ တရားနဲ့ ဆိုင်တာ ဟုတ်ချင်မှ ဟုတ်မှာပေါ့။ မေးပြီးရင်လဲ ငါတော့မမြင်သေးဘူး။ ငါ့ကိုကည့်တာပဲဆိုပြီး အားငယ်စိတ်ဝင်ရော၊ သုကဂေဒနာပေါ် တယ်ဆိုရင် ငါလဲပေါ်အောင်လုပ်ရုံတော့တာပဲ။ နောက်ဆုံးပြောချင်တာက ယောဂီ ကိုယ်လုပ်ရတဲ့အလုပ်ကိုယ်လုပ်ပါ။ ကြိုးစားရှုမှတ်နေဖို့ယောဂီဟာဝန်နဲ့ တရားကလဲ သူ့အလုပ်သူလုပ်သွားပါလိမ့်မယ် စိတ်သာချပါ။

ဒီလောက်ဆိုရင် ယောဂီသဘောပေါက်လောက်ပါပြီ။ လောဘ မဝက်နဲ့၊ အစွဲကွေ့ မထားနဲ့(ဒိဋ္ဌိပကပ်နဲ့) ခန္ဓာပြုတာကို သာရူမှတ်နေဖို့အလုပ်တစ်ခုဘဲ ယောဂီသတိပြုပါ။

### ငါ့စွဲကြီးသူတို့၏ စိတ်သဘောထား

စီးပွားရှာမှု အကုသိုလ်အလုပ်ပြုမှုတို့ကို ကြိုက်စွဲ မကြိုက်စွဲများဖြင့် ပြုရာ၌ ဒိဋ္ဌိခေါ် ငါ့စွဲအားကြီးမှု ဦးဆောင်ငါ့စွဲကြီးသူတို့၌ ကိုယ်ချင်းစာမရှိတတ် ကိုယ်ချင်းစာကင်းသွ၌ မေတ္တာမဝင်ချေ။ ထိုမေတ္တာမဝင်ခြင်းကြောင့်ပင် -

- သူ့စီးပွားပျက်ပြီး ငါ့စီးပွားဖြစ်ပါစေ
- သူ့ဘဝပျက်ပြီး ငါတိုက်ကြီးကားကြီးနဲ့နေနိုင်ကိုင်ပါစေ
- သူ့မျက်ရည်ပေါက်ကျလဲ ငါနဲ့မဆိုင် ငါပျော်ဘို့အရေးကြီးသည်။
- လွယ်လွယ်ပြောရလျှင် ဘယ်သူသေသေ ငတေမာပြီးရောဆိုတဲ့ စိတ်တွေ မွေးတတ်

လေပြီ။

- ရုပ်စွဲအဆုံး ငါ့ကောင်းစားဖို့ သူတပါးအကျိုးဖျက်သူ သူ့အသက် သက်ခြင်းစသော အမှုပြုခဲ့သည်မဟုတ်သလော။

- ငါ့မယားစားဖို့ သူ့မယားဖြစ်သော ကြက်မ ဝက်မ တို့ကို သတ်ဖြတ်ကျွေးသည် မဟုတ်လော။

- ငါ့သားသမီး စားဖို့ ကြက်ဝက်သားသမီးများကို ဖမ်းဆီး သတ်ခဲ့သည်မဟုတ်သလော။

သည့်အတူငါအဖေ၊ ငါ့အမေစားဖို့၊ ငါ့မိတ်ဆွေစားဖို့၊ လူသားများ စားဖို့စသော ငါတလုံး လည်ပင်းထက်တင်ကာ ကုန်ရုံးခဲ့သည် ရှိတော့သည်။



လူသားအချင်းချင်း ပေါင်းမိပြန်တော့လည်း ဒါက ငါ့မယား ငါ့သား ငါ့သမီး စသည် အားဖြင့် ငါသည်တဏှာနှင့်သာပင်း၍စည်းခြား၏။ ထိုစည်းမှအပြင်ဖြစ်သော လူသား အားလုံး ကား “သူ”တွေဖြစ်ကြကုန်၏။ ထိုအခါ ထို “သူ” တို့မိမိနားကပ်လာသောအခါ သူငွေမှငါ့ငွေသို့ ဖြစ်လာရန် မတရားနည်းသုံးကြပြန်၏။ သူ့ပစ္စည်းမှ ငါ့ပစ္စည်းဖြစ်ရေး သူလက်မှ ငါ့လက်ရောက် ရန်များဖြင့် မတရားနည်းသုံးကြပြန်၏။ မတရားစီးပွားရှာရာတွင် မိမိအားနှင့် မရသောအခါ ရနိုင်သောအားရှိသူအား အမျိုးမျိုး ချဉ်းကပ်ဆောင်ရွက်တတ်သော ဉာဏ်နီဉာဏ်နက် ဖြင့်ကြိုး စားကြကုန်၏။

မိမိစည်းဝိုင်းမှ အလွတ်ဖြစ်သော သူ့မယား သူ့သားသမီး သူ့အမျိုးများကို ငါ့ကောင်း စားရေးအဖြစ်ပျော်ပါးကျူးလွန်၏။ မှသားသုံး၏ထိုအကျင့်မျိုးကို ရဲတင်းစွာပြုကျင့်နိုင်ရန် ပြုကျင့်ပြီးမကောင်းမှု မေ့မေ့ပျောက်ပျောက်၍စေရန် မူးယစ်ဆေးဝါးမေ့ဆေးကိုသုံး၏။

ငါ့စွဲကြီးသူတို့အား လူအချင်းချင်းမိတ်သိ များကရွံ့မုန်းကြ၏။ ရွှေတွင် ပြုံးပြုံး-ပြုံးပြုံးနဲ့ အဲဒီလူနဲ့ စကားပြောပြီးကြောခိုင်းလိုက်လျှင် မဲကာရွံ့ကာ နေသူတို့အား သင်မမြင်လိုက်မိတော့။ အရူးအပေါလို ထင်တာကိုလဲ သင်မသိလိုက်တော့ ၊ ငါ့မငါ့ကွ ဆိုပြီး ဝင့်ဝင့်ဝါဝါ နှင့် လက်ကလေး မြှောက်ကာ ကားပေါ်တက်သွားတော့မှ ကျန်သူများ ဟင်းချ ကုန်၏။ ထိုအရာအားလုံး ပါစွဲဒဋ္ဌိ ချည်းပင်ဖြစ်၏။ ထိုဒဋ္ဌိသည် သံသရာအတွက် မကောင်း၊ ယခုလောကတွင် ဒီတဘဝ (ခေတ္တမျှ) ကောင်းစားရေးအတွက် စွဲခဲ့သောငါ-ဒဋ္ဌိကား သေချာပေါက် အပါယ် သို့ ရောက်ပေလိမ့်မည်။ ယမမင်းကကော့ လာဘ်သုံး၍ ရမည်မဟုတ်-သူကလူ့ပြည်ကလူမဟုတ် ငါ့စွဲမရှိဖြောင့်မတ်၏ သွားတော့ဒယ်အိုးလို့ သာတွန်းချခြင်းခံရပေလိမ့်မည်။ ငါ့စွဲကိုဖြုတ်မှဒယ်အိုး ကလွတ်လိမ့်မည်။

## ကြောက်သေလွတ်ရာနည်းလမ်းရှာ

လူတွေအားလုံးလေကြရမှာပဲ - သေတဲ့အချိန်မှာအရေးကြီးပါတယ်။ သေရမှာ ကြောက်ပြီးသေမလား၊ သေရမှာမကြောက်ဘဲ သေမလား ဒီနှစ် ခုဘဲရှိတယ်။ သေရမှာ ကြောက်ပြီးမှသေရင်တော့ အပါယ်စိတ်ချ။ သေရမှာကိုမကြောက်ဘဲ သေရင်တော့ ကောင်းရာ သုဂတိရောက်မှာပဲ ကောင်းရာသုဂတိကိုတော့လူတိုင်း ရောက်ချင်တာပဲ။ အကျိုးကိုခံစားဖို့ အတွက် အကြောင်းကရားကိုနားလည်ရမယ်။ နားလည်သဘောပေါက်တဲ့အတိုင်း ကျင့်ကြံအား ထုတ်ရပါမယ်။ ဒီလိုဆိုရင်သေဘေးကိုမကြောက်တဲ့သူနဲ့ သေဘေးကိုကြောက်သူတွေ အကြောင်း သိထားဖို့ လိုပါတယ်။

## စတုကနိပါတ် အင်္ဂုတ္တိုပါဠိတော်

ပုဏ္ဏားတဦးတဦးက မြတ်စွာဘုရားကို မေးမြန်းတယ်။ အရှင်ဘုရား လောကကြီး မှာသေရမဲ့ဘေးကို မကြောက်တဲ့သူမရှိသေဘေးတို့ကို ကြောက်တဲ့သူချည်းဘဲလား ဘုရား။



ဒီတော့ ဘုရားရှင်က “အို ပုဏ္ဏား လောကမှာ သေရမှာကိုကြောက်တဲ့သူတစ် မျိုး - မကြောက်တဲ့သူတစ်မျိုး ပေါင်းနှစ်မျိုးရှိတယ်တဲ့။ အကျယ်တဝင့်ရှင်းပြရန် တောင်း ပန်တဲ့အခါမှာ အိုပုဏ္ဏား သစ္စာမမြင်တဲ့သူမှာ သေဘေးကို ကြောက်တယ်။ သစ္စာမြင်တဲ့ သူက တော့ သေဘေးကို လုံးဝမကြောက်ဘူး။ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာနဲ့ သေခြင်းတရားကိုရင်ဆိုင်ဝံ့တယ်တဲ့။ ဘာကြောင့် လဲဆိုတော့ရုပ်နာမ်၊ သင်္ခါရတို့နဲ့ဖြစ်တတ်ပျက်တတ်တဲ့ သဘောအမှန်ကိုသိလို့ဘဲတဲ့။ ဒီလိုသစ္စာသိတဲ့သူက စုဘေပြီး ပဋိသန္ဓေလာမှာပဲ။ စုတိစိတ်ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတဲ့နောက် ပဋိသန္ဓေစိတ်ဖြစ်တာပဲ။ စုတိဒုက္ခနောက် ပဋိသန္ဓေ ဒုက္ခရောက်တာပဲ။ ဒီသဘောဟာ သင်္ခါရ ရှက်နာမ် တို့ရဲ့အဖြစ်မှန် ပျက်နေတဲ့သဘော ဖြစ်ရပျက်ရမဲ့ သဘာဝဘဲ” လို့ဉာဏ် သုံးသပ်ဆင်ခြင်နိုင်တယ်။

### သစ္စာတရားကို မြင်သူ

ဒီလိုဉာဏ်နဲ့ သဘာဝအမှန်သစ္စာတရားကို မြင်ပြီးတော့ နေတော့ မကြောက်တော့ ဘူး။ အမှန်တရားကို မြင်နေတော့ သူ့စိတ်အစဉ် ဉာဏ်အမြင်မှာ ပုဂ္ဂိုလ်ဘဲ သတ္တဝါ ငါ သူတပါး မမြင်ခင် ခင်မင်စရာဟွယ်တာစရာ ဟွယ်ဟာနှစ်သက်စရာ စွဲလန်းစရာရယ်လို့ မမြင်တော့ဘူး။

အားလုံးသော ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတွေဟာ သူ့သဘာဝ ဓမ္မတာ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ် အတိုင်း သာ ဖြစ်ပြီးပျက်နေကြတဲ့ သဘောကဏ္ဍကမျှသာ ဖြစ်ပါကလားလို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နှင့် ကိုယ်တိုင် ကေနဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ သစ္စာဉာဏ်ရထားတော့ ကြောက်စိတ်ကင်းတာပေါ့။

သူ့သေဝော့ ဒေါသဆိုတဲ့ ကြောက်လောင်မပါတော့ဘဲ ကုသိုလ်လောသလာတော့တယ်။ ကုသိုလ်လောနဲ့သေတော့ အသေကောင်းသေရတာဘဲ။

### သစ္စာမသိတဲ့သူ

သစ္စာမသိတဲ့သူကတော့ ကြောက်ပြီးသေရတယ်။ ကြောက်သေဆိုတော့ ဒေါသလောနဲ့ သေရတာပေါ့။ ကြောက်သေဆိုရင် သေခြင်းဆိုးဘဲ။ အပါယ်သွားရမှာ သေချာတယ်။ သစ္စာမသိတဲ့ သူဟာဘာကြောင့် ကြောက်ပြီးသေရသလဲဆိုရင်

သစ္စာမသိတော့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိက မကွာဘူး။ ဒီဒိဋ္ဌိရှိတော့ ငါ့ကိုယ်လို့ စွဲလမ်းကပ်။ ငါ့ကိုယ်ရှိတော့ ငါ့သားငါ့သမီး ငါ့ပစ္စည်းဆိုတဲ့ စွဲလမ်းမှုတွေက ရှိတာပေါ့။ ဒါတွေရှိတော့ ခင်မင်ပြီး မစွန့်ချင်၊ ဒါတွေနဲ့ဖက်ပြီးသာနေချင်တယ်။ အဲသေချိန်နီးလို့ ငါသေရတော့မှာ ဧကန်ဘဲ၊ တယ်မကြာတော့ဘူး”လို့ သိတာနဲ့တပြိုင်နက် အပူကြီး ပူလာတော့တယ်။ မီးကောက်မကက် အပူကြီးပူတာပေါ့။

လက်ရှိခန္ဓာစွန့်ရတော့မယ်ဆိုဒါ သိနေပြီး အင်မတန် တွယ်တာနှစ်သက် ထားတဲ့ သားသမီး ပစ္စည်းအိုးအိမ်တွေ ဒါတွေလဲစွန့်ရတော့မယ်သိတော့ အပူကြီးပူတာပေါ့။ ဒါဟာ ရှိရှိသမျှကို တွယ်တာတဲ့ လောဘကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဒေါသတွေဘဲ။ ဒါဟာ သစ္စာ မသိတဲ့



မောဟအဝိဇ္ဇာ အရင်းပါဘဲ။

ဒီလိုသေခါနီးလောဘတွေ ဒေါသတွေ မောဟတွေ ဒေါသပြီးသာ သေရရင် ဘယ်ရောက်မလဲဆိုတာ အားလုံးသိကြမှာပါ။ ကြောက်ပြီးသေရရင် အသေဆိုးတင်မက တော့ဘူး” ဟဲ့အမိုက်အပါယ်လေးဘုံ နင်ဘယ်ဘုံကြိုက်သတုံး အမြန်သာရွေးပေတော့လို့ မဆိုချင်ပေမဲ့ ဆိုသလိုကျတယ်။

ဒီအဓိပ္ပာယ်ကို ဘုရားရှင်က အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်မှာ “မိစ္ဆာ ဒိဋ္ဌိလာ ဘိက္ခဝေ သမန္တာ(ဏာ သတ္တာကာယဿဘေဒါ ပရမရဏာ အပါလံ ဒုဂ္ဂတိံ ဝိနိပါတံ နိရယံ ဥပပဇ္ဇန္တိလို့ ဟောထား တယ်။

ဒီတော့မဂ်မရသေးရင် အေးနေလို့တော့ မဖြစ်သေးဘူးဆိုတဲ့ အချက်ကို လေးလေး နက်နက် စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ကြပါ။ ဒီလိုသာ အမှတ်တမဲ့နေပြီး အမှတ်တမဲ့သေသွားရင် သေခါနီး ရင်ကြောက် သေသေရမှာပဲ။ သေမြင်းဆိုးပဲ။

ဒီလိုနဲ့ အချိန်မလပ် နေ့စဉ်ရက်ဆက်သွားနေကြတာ။ သေဘက်ကို ငစ်ရွေ့ရွေ့ နီးလာ ကြပြီး၊ ဘယ်လောက်နီးသလဲဆိုရင် ဒီနေ့လား မနက်ဖြန်လား မပြောနိုင်ဘူး။ သေရ မှာကတော့ နီးနေတာအမှန်ပဲ။

အဲဒီလို အတိအကျမသိရတဲ့ သေချင်းနဲ့ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါ ကြောက်သေဆိုရင် ငရဲပြည်ဆိုကာ ကိုလုံ့ပိုင်အိမ်ဘဲလို့သာ သက်မှတ်ကာကြပါ။ မကြောက်နာနာမှ သုဂကိနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရကြမှာ။

ကိုယ်အကျိုး ကိုယ်ကြည့်ပြီး ကိုယ့်ကိုကိုယ်သနားရင်ဖြင့် လုပ်ရမယ်။ လုပ်သင့်ပါတယ်။ ခန္ဓာရသူအားလုံးနဲ့ဆိုင်တယ်။ စတုကနိပါတ် အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်မှာပါရှိတဲ့စကားကို မြတ်စွာ ဘုရားကဟောကြားတာ-ဆက်ပြီးဟောကြတာပေါ့။ အို ပုဏ္ဏား သေရမှာကြောက်တဲ့သူ ဟာဘာ ကြောင့် ကြောက်သလဲဆိုရင် အကြောင်းတရား အချက်လေးပါး ကိုမစွန့်နိုင်လို့ကြောက် တာဘဲ။

## အကြောင်းတရားလေးချက်

- (၁) သူ့မှာရှိတဲ့ သားသမီး နဲ့ပစ္စည်းကို ဒုက္ခသစ္စာဘဲလို့ မသိရှာဘူး၊ မသိလို့ ခင်မင်ငွယ်တာသူ။
- (၂) မိမိခန္ဓာရဲ့ ဝိပရိဏာမဖြစ်ပျက်ဒုက္ခကိုမပွားလို့မသိသူ
- (၃) ပဓာနအလုပ်ဖြစ်တဲ့ဝိပဿနာအလုပ်မလုပ်ရသေးသဖြင့် ဘာဝနာကုသိုလ်လိုသေး သူ။ ကတဉာဏ်မရသေးသူ။
- (၄) ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ကြောင်းကျိုးမသိမြင်သဖြင့် ဝိစိကိစ္ဆာနဲ့သေသူ၊ ကိုယ့်သံသယနှင့် ကိုယ်သေသူ။

ဒီအချက် လေးခုထဲက တခုခုနဲ့ ညီရင် တခုခုကို စွဲလမ်းချက်ထားရှိရင်သေတဲ့ အခါကြောက်ဒူးတုန်ပြီး ကြောက်အား ကြီးစွာနဲ့ သေရမှာပဲ။ ကြောက်သေဆိုတာ ဒေါသ



ဒေါ်မနုဿနဲ့ သေရတာ ဒေါ်သနဲ့ သေရင် ငရဲပြည် သေချာတာပေါ့။

ယခုအခြေအရ ကျန်းမားရေးလဲကောင်း၊ စီးပွားရေးလဲသင့်တင့် မိတ်ကောင်း  
ဆွေကောင်း ဆရာသမားကောင်းနဲ့လဲတွေ့ကြုံကြရ ဒီလိုအခါမှာ မေ့နေကြလို့ မသင့်တော်ဘူး  
ဆိုကာကိုယ်ပိုင်ညာဏ်နဲ့ ဝေဖန်ကြည့်ကြ မေ့ရင်ယခုပျော်နေသလောက် နောင်အခါငိုရမယ်  
ငိုရမဲ့နေ့ရက် ငိုသက်ကလဲ အပိုင်းအခြားမရှိဘူး။

အပါယ်လေးဘုံရောက်သွားရင်ဖြင့် ကာလရှည်လျားပြီး နှစ်ပင်္စိန္တိယ အလွန်များ  
လွန်းလို့ဘဲ ဒီစကားကို ဘုရားကလဲ ဟောတယ်။ မိသိန္ဒရိပညာ ပါဠိတော်မှလဲပါတယ် ယောန  
တဝ ကာလံ ကရောဟိ၊ ယဝနေတံ ပါပကမ္မံ ဗုဒ္ဓဟောသံ လိုဟောတော်မူတယ်။  
မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရား ကြီးကလဲ ဟောတော်မူပါတယ်။

အဓိပ္ပါယ်က “ဘုရားကုန်သမျှ ငရဲက ကျွတ်လွတ်ခွင့်ကို ငရဲနိုင်ဘူး” လို့ ဆိုလို ကယ်။  
 ကြောက်တဲ့သူဟာ ယေခါနီးဟော့ ငရဲနိမိတ်တွေထင်လာပြီလားဆိုရင် ယခုကြွား နေသလောက်  
 မျက်ရည်ကျရမယ်။ အဲဒီအခါမှာ သားလင်ခင်ပွန်းကဝေးလို့ ဘုရားသော် မှ မကယ်နိုင်ဘော့ဘူး။  
 မရဏာ သန္တဇောငါးကြိမ် စောတဲ့အခါမှာ ငရဲနိမိတ်မြင်၊ ယေခတု လဲ ကြောက်ပြီးယေရဗာမုချ။

ဒါကြောင့် ဒီတစ်ဘဝတာလောက်မှာ ဆင်းရဲချမ်းသာမှုကို မှုစရာမလိုပါဘူး။  
ဆင်းရဲလဲဝမ်းနေညှိနဲ့၊ ချမ်းသာလဲဝမ်းမသာနဲ့၊ မပြောပလောက်တဲ့ အခုအချိန်ကလေးမှာ  
ငန့်သက်နဲ့စာရင် မိနစ် ၈၈၈၈လောက်ကလေးကဲရှိတယ်။ ကြောက်အောင် ချောက်နေတာ  
မဟုတ်ဘူး။ သံဝေဂရန့်လောက်ကလေးမဟုတ်ဘူး။ လက်ရှိအခေအယားကို မပြင်နိုင်ရင်  
အသေအချာဖြစ်မှာမို့ပြောရတာ။

သေမှာကြောက်ကောက်စုကဟော့ သေခါနီးဟော့ “အော်... သေရတယ် ဆိုကာ။  
ဒုက္ခချုပ်တာဘဲလို့ အမှန်သိပြီး ပြုံးတယ်။ ဒုက္ခချုပ်မှ အေးရမှာဘဲလို့ အောက်မေ့ တယ်။  
ပြင်ချိန်နည်းနည်းလေးဘဲ ရှိတော့တယ်။

ကိုယ်ခန္ဓာကို ကိုယ်ဉာဏ်နဲ့ ကြည့်ရင်ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခကိုမြင်ရမယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်ပျက်မြင်နေရင် “ကိစ္စဉာဏ်” အဲဒီလို အရှုအပွားများလာရင် ဖြစ်ပျက်တွေ များများ ကြီးမြင်လာမယ်။ နောက်တဆင့်ထက် ကဆင့် ဖြစ်ပျက်နူးညံ့ပြီး ဖြစ်ပျက်မရှိဘဲ ဉာဏ်လှည့် သွားရင် ကတဉာဏ်ဘဲလိုရင်းကတော့ မဂ်ကိစ္စ ပြီးပြီး၊ မဂ်ကိစ္စ ပြီးပြီးလို့ သိတဲ့ဉာဏ်ကို ကတဉာဏ်လို့ခေါ်တယ်။

ဖြစ်တာပျက်တာ ဒုက္ခဆင်းရဲတာ အမှန်ဖြစ်လို့ “ဒုက္ခသစ္စာ” ဒုက္ခအစစ်ဘဲလို့  
ဧကန်သိလာတော့ မုန်း ၊ မုန်းတော့ဆုံးသွားဖြစ်ပျက်မရှိတဲ့ ဘက်ပြေးဝင်သွားရောအဲဒါ  
“ဒုက္ခနိရောဓ”ဘဲ။



သစ္စာတရားနာကြပါ

“ သစ္စာတရားနာနိုင်ကြပါစေ၊ နာတဲ့အတိုင်း သိကြပါစေ၊ သိတဲ့အတိုင်း ကျင့်နိုင်ကြပါစေ။ နားကတရားနာပါ ဉာဏ်ကခန္ဓာလှည့်ပါ။ နားကကြားရုံတင် ကြားတတ်တာ၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဉာဏ်ကတည့်ထားမှ ဖြစ်ပျက်မြင်မှာ၊ ဟောတဲ့အတိုင်း ဉာဏ်ကခန္ဓာထဲမှာ တည့်တည့်ပေးလိုက်လို့ရှိရင် တရားနာတဲ့အဆုံးမှာ ကိစ္စပြီးနိုင်တယ်။ ဟရားနာလို့ နိဗ္ဗာန်ရတာမဟုတ်၊ ဉာဏ်စိုက်ပြီးပွားလို့ နိဗ္ဗာန်ရတာ ကရားနာ ကုသိုလ်ရတယ်ဆိုပြီးမနာပါနဲ့၊ ကိုယ့်ဒုက္ခကိုယ်သိမ်းဖို့ ကိုယ့်သံသရာကိုယ်ဖြတ်ဖို့ ကိုယ်လုပ်နေတာဆိုပြီးနာကြပါ။ တရားကိုမကြိုက်ပေမယ့် မနာကြ။ မကြိုက်တာ ကလေးစိတ်ရှိလို့ ကြာတော့ ဆက်နာတော့ လည်း လူကြီးစိတ်ပေါက်လာပြီး ဒါမှတရားစစ် တရားမှန်ပါလာဆိုပြီး ကြိုက်လာတာပဲ။ ဒီတရားက တဏှာနားနဲ့ ထောင်လို့မရဘူး၊ ဉာဏ်နားနဲ့ နားထောင်မှရတယ်။ နားမလည် လည်းနာ ကိလေသာပါးတယ်။ ဒီဉာဏ်တရားကိုမနာရလို့ရှိရင် ဒီဘဝလူဖြစ်ကျိုးကို မနပ်သေးပါဘူး။ ဒီနေ့ကစ၍ ငယ်မှတ်တွေအကုန်ဖြုတ်၊ ဘုရားဟောဟာနဲ့ ဆရာသမား ပြောတာကို ယုံပေတော့။

တရားလို့ချင်သူက တရားနာရန်နှင့် နှလုံးသွင်းမှန် (တရားဟိုင်) ရန်နေ့စဉ် သီခြားအချိန်တစ်ချိန်ပေးပြီး မပြတ်လေ့ကျင့်သွားရန်သာလိုပါသည်။ မိမိသဒ္ဓါတရား အားကောင်းလျှင် အားကောင်းသလောက် အချိန်ပိုပေးနိုင်လျှင် ပေးနိုင်သလောက် ခရီးဆုံးသို့ ပြန်ပြန် ငရုတ်ပည် ဖြစ်ပါသည်။

အသက်တမ်းကလေးကကိုတို့မှာ ခပ်ခိုခိုလုပ်မနေပါနဲ့၊ အသေစောသွားရင် ကိုယ်ကျိုးနည်းလိမ့်မယ်။ အလကားနေသရွေ့ အမှားနေခြင်းသာလို့မှတ်ပါ။ ပူစရာမရှိအောင် လုပ်ထားမှ ပူစရာမရှိဖြစ်မယ်။ ခပ်ပျင်းပျင်းနဲ့ ခပ်ကျင်းဖျင်းနေရင်တော့ ပူစရာရှိမှာပဲ။ အင်မတန် ကောင်းတဲ့ကံတွေကို တဏှာခိုင်းတာနဲ့ အလကားမဖြုန်းလိုက်ပါနဲ့။ ကိုယ့်ကို ကိုယ်အဖိုးတန်တာသိပြီး အဖိုးတန်တဲ့အလုပ် လုပ်ကြစမ်းပါ။ ဗုဒ္ဓဆိုတာ သစ္စာလေး ပါးသိဝာ၊ ဘာသာက သူပြောတာလိုက်နာတာ။ ဒါကြောင့် သစ္စာမသိရင် ဆိုင်းဘုတ် ဗုဒ္ဓဘာသာ။ သစ္စာမြင်မှ နိဗ္ဗာန်ဂင်္ဂာ။ ကိုယ့်ခန္ဓာကဲမှာ ဝေဒနာ(သို့) စိတ်ကလေး၏ ဖြစ်ပျက်ကို မမြင်သေးရင် ပဋိပက္ခသာသနာပွင်းပော့ မွေးတာပဲ၊ သာသနာပော့ ပမ်းယဲ မရောက်သေး ဟူးလို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချ။

ကိုယ့်သန္တာန်ဝိပဿနာ ရှုမိတဲ့အချိန် သာသနာတွင်း၊ မရှုမိတဲ့အချိန် သာသနာပ။ ဘုရားက သားရေးသမီးရေး စီးပွားရေးမလုပ်နဲ့ဆိုတာမဟုတ်ဘူး၊ ဒီကြားထဲမှာ ဝိပဿနာသွင်း၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆမနေကြနဲ့။ လောကီမှာ စိတ်အေးစရာရှိသလို လောကုတ္တရာမှာ စိတ်အေးစရာရှိဖို့က ပိုအရေးကြီးတယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမရှိဘူးလို့ ရဲရဲတင်းတင်း ဆုံးဖြတ် နိုင်ရင် စိတ်အေးစရာလုပ်ပြီးပြီလို့ မှတ်လိုက်။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမရှိတာကို ကိုယ့်ခန္ဓာထဲ



ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်အောင် လုပ်ရမယ်။

ဒါနဆိုတာ ငါ့ပစ္စည်းဆိုတဲ့အစွဲကို စွန့်လွှတ်ပစ်တာ။ မမျှော်နဲ့ မျှော်ရင်ချော်မှာပဲ။ မျှော်တာက တဏှာ၊ အကျိုးပေးမှာကစေတနာ၊ စေတနာသန့်ရှင်းရင် အကျိုးပေး သန့်ရှင်းမယ်။ ပစ္စည်းလက်ကစွန့်ချပြီး ငါစွဲစိတ်က မလွတ်မိရင်၊ ငါ-ဝတ္ထု-ပုဂ္ဂိုလ်စွဲများ ကြောင့် ပြိတ္တာခန်းတန်းဝင်ကြရမယ်။ ရောက်ချင်ကြတာနိဗ္ဗာန်၊ ရောက်နေကြတာက တိရစ္ဆာန်။ ကြက်စွဲက ကြက်ထဲပို့မှာ၊ ဝက်စွဲက ဝက်ထဲပို့မှာ တိရစ္ဆာန်မျိုးရယ်လို့ သီးခြားမရှိ။ လူတွေထဲက အစွဲမတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေသွားလိမ့်မယ်။ လူရယ်လို့ လည်းသီးခြားမရှိ၊ တိရစ္ဆာန်တွေထဲက အစွဲကုန်လို့ကံကြွင်းကံစ ကုသိုလ်ကံလေးကြောင့် လူလာဖြစ်တာပါ။

စွဲနေတာမှန်သမျှ ပညတ်ပေါ်စွဲနေတာ။ ပရမတ်က စွဲစရာမရှိဘူး။ ကောင်းလည်း ကောင်း စွဲမကျန်ရစ်စေနဲ့။ ဆိုးလည်းဆိုးစွဲ စွဲမကျန်ရစ်စေနဲ့။ အမှတ်ကလေးနဲ့ သွားရမယ်။ စွဲရင်စွဲတဲ့နေရာ ငြိနေမှာပေါ့။ အစွဲကင်းမှန်ဗွာန်ရောက်မှာ။

အခုတွေ့တဲ့ အာရုံလေးတွေကို အဟုတ်ထင်မနေပါနဲ့။ ရန်သူအကြီး စားတွေပါ။ သားတွေ သမီးတွေ ဆွေတွေ မျိုးတွေက သူ့ကံသူသမီးပြီးသူ့လမ်းသူလာကြတဲ့သူတွေ။ မိဘဝတ္ထုများ ထက်ပိုပြီး ယုယလေလေ သေချင်းဆိုးသေဖို့ပိုပြီးအားထုတ်လေလေပဲ။ ငါမရှိရင် ခက်ပါလိမ့် မယ်လုပ်မနေနဲ့။ ခက်မဲ့သူကနောက်မှ ကိုယ်ကအရင်ခက်မှာ။ သေခါနီးက သေခါ တေးကွေ့အဝွက် နီးရင်ပနေပါနဲ့။ ကိုယ့်အရေးကို သိပြီးကြီးကြွင်းပါ။ သူများအတွက် ခက်မနေပါနဲ့။ သူများက ခက်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်သမုဒယကြောင့် ခက်နေတာ။ သမုဒယရှိသမျှ ဒုက္ခရှိမယ်။ ကိုယ်၏ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်၏ဆင်းရဲခြင်းဆိုတာ ခင်မိလို့ဖြစ်တာ။ လူတွေက ဒီကဏ္ဍနဲ့နေရတာပဲ အတော်ပျော်နေတယ်။ ဒုက္ခကို သာယာနေတာ။ ဒုက္ခကိုလိုချင်နေတဲ့သူ နိရောဓနိဗ္ဗာန် မရောက်နိုင်ဘူး။ ငါမရှိလို့ခက်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ငါ(ဒိဋ္ဌိ)မရှိရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကယ်။

လောကီလုပ်နေတာ အပင်ပန်းခံလိုက်ထားပစ်ခဲ့လိုက်ပဲ။ ရှေ့သွားနောက် စိတ်မချနဲ့၊ ရှာရတဲ့ ဒုက္ခကလည်းမသေးဘူး။ နောက်စိတ်မချရတဲ့ ဒုက္ခကလည်းမသေးဘူး။ မရတုန်းက ပင်ပန်းလိုက်ရတာ၊ ရပြန်တော့လည်း ဆုံးရှုံးမှာကြောင့်ကြလိုက်ရတာ။ မရပူ၊ ရပူနှစ်ခုနဲ့ ဇာတ်သိမ်းဖို့ပဲ ကျန်တော့တယ်။ ကိလေသာခိုင်းတာကို ပြာပြာသလဲလုပ်နေတာ မပါးသေး လို့ဆိုတာ အထင်အရှားဖြစ်နေတယ်။ သေခါနီးကျတော့ သားတွေ သမီးတွေ ရွှေ၊ ငွေ ကျောက်သံပတ္တမြားတွေက အနားမှာရှိငြားသော်လည်း ကယ်ဖော်ယူဖော်မရ။ ပင်ပန်း ထားလိုက် တာတွေ ပင်ပန်းရကျိုး နပ်ရင်လည်း ကြိုးစားကြအားပေးပါတယ်။

လူတွေ နေ့ရှိသမျှ နာရီရှိသမျှ အချိန်ဖြုန်းနေကြတာဟာ ရိုးရာကပုဂ္ဂိုလ် အယုတ်တရား ချည်းပဲ၊ အမြတ်တရားမပါကြဘူး။ လောကီအာရုံကမဂ္ဂ၏ အတွက်နဲ့ပဲ သူ့ထက်ငါ အပြိုင် လုကြ၊အမှုကိစ္စမများများအောင် မကြီးကျယ်ကြီးကျယ်အောင်လုပ်ဆောင် နေကြပြန်တယ်ဆို တော့ အမှိုက်မှာကမ်းကုန်ရောပဲ။ ကာမဂ္ဂ၏ဆိုတာ ခွေးအမဲရိုးကိုက်သလိုပဲ၊ ပင်ပန်းတာနဲ့ မောတာပဲအဖတ်တင်တာပဲ၊ ဝတာမဟုတ်ပါဘူး။ မဝဘဲနဲ့ သုသာန်သို့ သွားလိုက်ရတာပါပဲ။



မကောင်းတာကြံ မမှန်တာလုပ် မဟုတ်တာပြောရင် ဒီကံတွေက မကောင်းတဲ့ အကျိုးတွေကို မုချပေးတော့မှာပဲ။ ငုံ့ခံဖို့သာပြင်ထားကြ။

လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာဖြစ်ချင်လို့ ကုသိုလ်လုပ်ရင် ကုသိုလ်ကံနဲ့ တဏှာရောနေတယ်။ ကုသိုလ်လုပ်တာက ကုသိုလ်၊ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာဖြစ်ချင်တာက တဏှာပေါ့။ ကုသိုလ်ကိုတော့ ကြိုးစားပြီးလုပ်ကြပါ။ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝဆိုတဲ့ ဒုက္ခသစ္စာမထည့်ပါနဲ့။ နောက်ဘဝမသာဖြစ်တာ ကောင်းစားတာလား၊ မသာလွတ်မှကောင်းမှာပေါ့။ ကိုယ့်မှာ လည်း ဒုက္ခရှိလျက်နဲ့ နောက်ဒုက္ခသစ္စာကို တောင့်တနေဖို့မလိုပါဘူး။ နိဗ္ဗာန်ရှာလို့ရှိရင် ဘယ်လောက် ရွာရွာ အင်မတန်ကောင်းတယ်။ အခုတော့ မျက်စိလည်နေလို့ ဒုက္ခရှိလျက်နဲ့ ဒုက္ခရွာနေတာ။ (၃၁)ဘုံ အနိစ္စချည်းပဲ။ လူ့ပြည်ဆုတောင်းတာ မြေကြီးကြီးပွားဖို့၊ နတ်ပြည်ဆုတောင်းတာ အသေထပ်ဖို့၊ ဗြဟ္မာပြည်ဆုတောင်းတာ မသာကြီးချဖို့ပဲ။ ဒီခန္ဓာ ဒုက္ခသစ္စာ ကြီးမရချင်လို့ လှူပါ။ ခန္ဓာရှိသရွေ့ ဒုက္ခရှိတယ်။ ခန္ဓာမရှိမှ ချမ်းသာမှာပဲဆိုတာ မှတ်ရမယ်။

အတိတ်ကဘယ်လောက်အသေများခဲ့သလဲဆိုရင် ဒီမြေတွေဟာ ကျုပ်ကို အရိုးအသားတွေက ဖြစ်တဲ့မြေတွေ၊ မသိလို့ဖြစ်ချင်တိုင်း ဖြစ်နေတာ။ သူဌေးကြီးတွေ၊ စင်္ကြံဝတေး မင်းကြီးတွေဖြစ်ဖူးလှပါပြီ။ အဝိဇ္ဇာကဖုံးလို့ပေ့နေလို့ပါ။ ဘုရားဖြစ်တဲ့ နေ့ကစပြီးဘဝများ ကောင်းတယ်လို့မချီးမွမ်းဖူးဘူး။ အတိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ခန္ဓာငါးပါးကို ရွံ့မုန်းရင် အနာဂတ်ခန္ဓာငါးပါးမရဘူး။ ဘယ်အရိုးမှ မဖြစ်ချင်ပါနဲ့တော့။ ဖြစ်ချင်ရင် ဓာတ်တော်သာ ဖြစ်ချင်ပါတော့ မင်္ဂလေးတန်ရအောင်လုပ်ရင် အရိုးကဓာတ်တော်ဖြစ်ရမယ်။

ချမ်းသာအစစ်မတွေ့သေးဘူး။ ဒုက္ခသစ္စာချမ်းသာကိုသာသိကယ်။ လူတွေကြိုက်နေတဲ့ ချမ်းသာက ပုပ်ရိနေတဲ့ ခွေးသားကိုလင်းတကြိုက်တဲ့ချမ်းသာမျိုး။ ဘုရားကငြိမ်းအေးတဲ့ သုခကြိုက် စေချင်တယ်။ လူတွေက သုခဝေဒနာကြိုက်နေတယ်။ လူတွေဟာ အလွဲချည်းပဲဆိုတာ သေသေချာချာ ပြောတာပါ။ တစ်သက်မှတစ်ခါ တစ်သံသရာမှ တစ်ခါဆိုသလို ဒီလိုနက်နက် နဲ့နဲ့တွေ ကြားရတာနော်။ အင်မတန်ဝရစိုက်ကြစမ်းပါ။

ဘုရားက ငါမရှိသူမရှိဆို၏။ အားလုံးက ငါသူသက်မှတ်လျက်က ပေါင်းဖက်နေကြကုန်၏။ ဘုရားက မမြဲဆို၏။ အားလုံးက အစွဲအမြဲထားကြကုန်၏။ ဘုရားက အပျက်ချည်းဆို၏။ အားလုံးက အကောင်းလုပ်နေကြ၏။ ဘုရားက အနှစ်မရ သဘောမျှဆို၏။ အားလုံးက အနှစ်ပြည့်အချစ်ပြည့် ထိသမျှကောင်း မိသမျှလည်း အပိုင်ဟူ၍ လက်ခံထားကြ၏။ ဘုရားတပည့် ဘုရားနှင့်မှမတည့်လျှင် ဘုရားသား ဘုရားသမီးအမည်ခံဖို့ ပင်မကောင်း။

ဘုရားကို အနတ္တတစ်လုံးကိုမျှမပိုင်လျှင် ရှက်စရာကောင်း၊ ထိုထက် ဘုရားစွန့်လွှတ်ထားသော လိုချင်တပ်မက်စိတ်ကို လက်ခံဆက်ဆံနေခြင်းကပို၍ ပို၍ပင်ရှက်စရာ ကောင်း၊ ထိုထက်အလွန် ထိုသမုဒယကြောင့် ဖြစ်ပွားနေသော ဒုက္ခကို သုခထင်လက်ခံ နေခြင်းက ပို၍ ရှက်စရာကောင်း၊ ထို့ထက်အလွန် ဘုရားသားတော် သမီးတော် အမည်ခံ ပြီးကာမှ အောက်တန်းစားတို့ နားခိုရာ အပါယ်ရွာသို့ ဆင်းသွားကြလျှင် ကားနားထောင်၍ ပင်



မကောင်းလောက် အောင်ရှက်ဖို့ကောင်း။ ။

မတောင့်တနဲ့၊ တောင့်တရင် ကြောင့်ကြရမယ်။ အမြဲတမ်း ဟောဒီဘက်က တစ်ကျပ်သားလိုချင်စိတ်ရှိရင် ဟောဒီဘက်ကလည်း တစ်ကျပ်သားလောက်သောကရှိမယ်။ လိုချင်တဲ့တကျောကြီးလေ အောက်ကျခံပေါင်းရလေရှုံးလေပဲ။ လိုချင်လေလေ ဘယ်သူမှ မပေးချင်လေလေပဲ။ မလိုချင်ရင် မလိုချင်သလောက်ရတယ်။ (လိုချင်နေသေးသရွေ့၊ လိုနေမည်သာ၊ မလိုမှ ပိုထွက်လာသည်သာ)

**\* သစ္စာပြင့်ကျေးဇူးဆပ်ပါ \***

မြတ်စွာဘုရားက ညီတော်အာနန္ဒာကို ဒီလိုမိန့်တော်မူတယ်။

“ညီတော်အာနန္ဒာ- သင်ကျေးဇူးရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ လောကမှာကိုယ့်အပေါ်ကျေးဇူးရှိတဲ့မိက၊ ဆရာ သမားတွေ အကြီးကဲတွေ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေ ကိုယ့်ကိုကူညီစောင့်ရှောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကို ကျေးဇူးတုံ့ပြန်ပြီး ဆပ်ရမယ်တဲ့။ ကျေးဇူးတရားကို တုံ့ပြန်၊ မဆပ်လို့ ထိမ်ချန်ပြီး မေ့လျော့မယ်ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်သံသရာမှာ မကောင်းဘဲဖြစ်လိမ့်မယ်။ အဲဒီတော့ တုံ့ပြန်တဲ့လူတွေ ဖြစ်ရမလေအောင် ကျေးဇူးတရားကိုတုံ့ပြန်ပြီးဆပ်ရမယ်။

ဘယ်လိုပေးဆပ်ရမလဲမေးတော့ - ဘယ်လိုလုပ်ပေးရမလဲဆိုရင် သစ္စာသိအောင် ဟောပေးပါတဲ့။ အဲဒါအကြီးအမားဆုံးကျေးဇူးဆပ်ခြင်းပဲ- ဒီလိုဆိုရင် မိကဆရာသမားတွေက ကျေးဇူးရှင်တွေကို ဘယ်ပုံဘယ်နည်း သစ္စာတရားနာဖို့ဆောင်ရွက်ရမလဲဆိုတာ ပြဿနာဖြစ် လာပြီး မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း မဟောတတ်ဘူးဆိုရင် သစ္စာဟောနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုကိုပို့ပေး။ ဒါမှမဟုတ် သစ္စာတရားဟောထားတဲ့ တရားခွေတွေဖွင့်ပေး၊ ဒါမှမဟုတ် သစ္စာတရားအကြောင်း ရေးထားတဲ့ စာအုပ်တွေဖတ်ပြအခြားလူတွေကိုလည်းဒါနပြု အဲဒါဟာ မိမိတတ်နိုင်တဲ့ သစ္စာနဲ့ ကျေးဇူးဆပ်ခြင်းပါ။

သစ္စာတရားဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားပွင့်မှသာ ကြားနာဖူးရတာပါ။ ပဉ္စဂဂ္ဂါးဦးကို ဘုရား ဖြစ်ဖြစ်ခြင်း ဟောတာလဲ သစ္စာတရားပင်ဖြစ်တယ်။ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ ဆိုတာ သာသနာပ (ဘုရားမပွင့်တဲ့ကာလ)မှာလဲရှိတာပဲ။ ဘုရားပွင့်မှသာ သစ္စာတရားနာရတာပါ။ သစ္စာတစ်ချက် ပိုင်ရင် အားလုံးကိစ္စပြီးနိုင်တယ်။ ဒုက္ခအဆုံး၊ ဖြစ်ပျက်အဆုံး တစ်ခါမြင်ရင် မဟာသောတာပန် ကြီးဖြစ်သွားပြီ။ ဒုဂ္ဂတိအပ္ပါယ် သံသရာစခန်း ရုပ်သိမ်းပါတယ်။ ပဏမဒုက္ခမြင်ဖို့ သိဖို့ပဲ ဒုက္ခဆို တာကလဲ တခြားမှမဟုတ်ဘူး။ ဒုက္ခဆိုတာ မိမိခန္ဓာမှာဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဘဲ ဆိုတာ သိထားပါ။

ဒါန သီလ သမထဆိုတာကုသိုလ်အလုပ်၊ ကံအလုပ်ပါ။ လူချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်း သာကိုတော့ အများဆုံးပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အပါယ်ပိတ်မယ်လို့ တာဝန်မခံနိုင်ပါဘူး။ ကုသိုလ်အလုပ် ကံအလုပ်ပါ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာကိုတော့ အများဆုံးပေးနိုင်ပါတယ်။



အပါယ်ပိတ်တယ်ဆိုတာ သောတာပန်ဖြစ်မှပိတ်တာပါ။ ယနေ့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ အယူအဆ လွဲချော်နေကြတာ သိပ်သနားစရာကောင်းပါတယ်။

အပါယ်ပိတ်ဖို့ (ကောင်းရာသုဂတိ) ဘုံဘဝရောက်ဖို့ဆိုပြီး ဒါနတွေအကြီးအကျယ် ပြုကြတယ်။ သီလတွေဆောက်တည်ကြတယ်။ အများစုကတော့ ဒါတွေလုပ်ရင် အပါယ်ပိတ် တယ်ထင်တယ်။ အလှူအတန်းတွေကို မြေကြီးကနေ တာဝတိံသာလောက်ထိ ပေးလှူလှူ (တချိန်ချိန်တွင် အကျိုးပေးပါမယ်။ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ တိရစ္ဆာန် ဖြစ်တောင် ချမ်းသာ မှာပါ) အပါယ်ပိတ်သွားပြီလို့ မပြောနိုင်ပါ။

ဘုရားတွေအဆူဆူတည်ပါ။ ကုသိုလ်ရပါသည်။ အပါယ်ပိတ်ပြီလို့မပြောနိုင်ပါ။ ကျနော် ဘုရားတွေအဆူ ၂၅/၃၀ လောက်တည်ဖူးပါသည်။ အဲဒီအတွက် အမျိုးသမီး ကြီးကပ်ယောက်က (တရားအားအားထုတ်နေသူကပင်) ဆရာကတော့ အပါယ်ပိတ်ပြီတဲ့။ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ ဒီလောက်ကောင်းမှုတွေလုပ်နေလို့ပါတဲ့။ ကျနော်အားနာပါးနာနဲ့ ပြောလိုက်ပါတယ်။ ဒီကိစ္စ တစ်ခု (ဘုရားတည်တာ)အတွက်နဲ့တော့ အပါယ်ပိတ်ပါဘူး။ ကုသိုလ်ရပါတယ်။ အပါယ်ပိတ်ဖို့ ကတော့ ဝိပဿနာအားထုတ်ပြီး သောတာပန်ဖြစ်မှာပါလုပ်ပါလို့ ပြောခဲ့ရပါတယ်။

ဘုရားလက်ထက်ကလဲ မာလိကာ မိဖုရားကြီးလောက်လှူတာ တစ်ယောက်မှ မရှိသေးဘူး။ သေခါနီးမကောင်းမှုတချက်သတ်ရလို့ကံတာနဲ့ လရဲကို ၇ ရက်ရောက်သွားသေး တယ်။ ဘုရားနဲ့အတူနေတဲ့ ရဟန်းကြီးတစ်ပါးလဲ သီလဆိုတာ ပြောစရာမရှိလောက် အောင်မြင်တာပေါ့။ သူ့မှမကသင်္ကန်းကပ်ထားတော့ မနက်ဝတ်မယ်ဆိုပြီး စွဲနေတာ။ ည လေနာရောဂါကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံးပြီး သင်္ကန်းမှာ သန်းပြီတ္တာဖြစ်ရတယ်။ သင်္ကန်းကို သံဃာတွေ ခွဲဝေမယ်ဆိုတော့ ဘုရားက အဖြစ်မှန်ကိုသိလို့နောက် ၁၅ ရက်ကြာမှ စီမံခွင့် ပေးရတယ်။ ဘုရားလောင်းတောထွက်တော့ ဘုရားလောင်းဘဝမှာ ဆရာတင်ခဲ့တဲ့ အဋ္ဌာရ ရသေ့နဲ့ ဥဒက ရသေ့တို့က ဝိပဿနာပညာဉာဏ်မရှိတော့ ဗြဟ္မာအထိဘဲဖြစ်တယ်။ ဗြဟ္မာဖြစ်တော့ သာသနာနဲ့လဲလွဲတယ်။ ကံကုန်ရင်လဲ အပါယ်က ပိတ်တာ မဟုတ်ဘူး။

ဒေဝဒတ်ဟာ သမထဘယ်လောက်ကောင်းသလဲ မြေလျှိုးမိုးပျံ့နိုင်တယ်။ ဝိပဿနာမရှိ တော့ မြေမို့ပြီး ငရဲက မလွတ်နိုင်သေးဘူး။ ဒါကြောင့် ဒါန သီလ ဘာဝနာ သက်သက်ကတော့ အပါယ်ပိတ်ဖို့မသေချာဘူးဆိုတာ သိလောက်ပါပြီ။ အားကိုးစရာ အကောင်းဆုံးတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် နိဗ္ဗာန်ခရီးသွားမဲ့လမ်းကြောင်းကိုတော့ အထောက်အပံ့ ဖြစ်နိုင်ပါ တယ်။ လူဖြစ်ရင်လဲ လူချမ်းသာဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ခွေးဖြစ်ရင် တောင် လမ်းဘေးကခွေးမဖြစ်ဘဲ သူဌေးအိမ်က ဘိုခွေးဖြစ်ပြီး ကားစီးပြီး အမဲသားနေ့ တိုင်းစားရတဲ့ ကုသိုလ်ကံအကျိုးကိုတော့ ခံစားရပါတယ်။ (အလှူဝက်ဆိုပြီး အိမ်မှာအလှူ ရက်အထိမွေး - သတ်ပြီးအလှူလုပ်ရင် အဲဒီလူတွေ အဲဒါမျိုးဖြစ်တတ်ပါတယ်) အကုသိုလ်ကြောင့် ခွေးဖြစ်ပြီး ကုသိုလ်ကြောင့် ခွေးချမ်းသာဖြစ်ရပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒါန သီလ သမထဟာ ဘုရားမပွင့်ခင်ကထဲက ရှိပြီးသား မကောင်းဘူး



လို့ လုံးဝမပြောပါ။ ရာနှုန်းပြည့် အပါယ်ကလွတ်တယ်လို့တော့မပြောနိုင်ပါ။ စိတ်မချရ သေးဘူး။ ကောင်းတော့ကောင်းပါတယ်။ အကောင်းဆုံး စိတ်ချရတဲ့ဝိပဿနာကို အားထုတ် ရပါမယ်။ မိဘ၊ ဆရာသမားကျေးရှင်များကိုလဲ ဝိပဿနာ အလုပ်အထောက်အပံ့နဲ့ ကျေးဇူး ဆပ်ကြပါ။ (မှတ်ချက် - အချို့မိဘဆရာသမားများသည် များသောအားဖြင့် ဝိပဿနာကို နားမလည် ကြပါ။ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကျတော့ ဒုတိယအကောင်းကိုပဲ ရွေးရပါမယ်။ ဒါန သီလ သမထ အရာကို ဦးစားပေး အကူအညီပေးကြပါ။ အဲဒီနည်းကိုတော့ (သေနည်း နေနည်း စာအုပ် အမှတ် ၅ ကို ဖတ်ကြည့်ပါ) (သစ္စာအကြောင်းကိုတော့ သစ္စာလေးပါးနှင့် ငါသေရင် သပိတ်မသွပ်နဲ့ ဆိုတဲ့ စာအုပ်အမှတ် ၆ ကိုဖတ်ကြည့်ပါ။))

ကဲ . . . ဝိပဿနာ အားမထုတ်ရသေးသူများ ဝိပဿနာဆိုတာ မခက်ပါ။ ဒီစာအုပ်နဲ့ အတူ ရေးပြီး ဝိပဿနာရှုနည်းများ စာအုပ်တွေ (၃-၅-၈)တို့ကို ကွဲဖတ်ပါ။

အမှတ်စဉ် (၄/၉)ကို ပထမဆုံး ဖတ်ပြီး ဒိဋ္ဌိခွာနည်းသိပါလိမ့်မယ်။ စူဠသောတာပန် ဖြစ်အောင် ပထမလုပ်ပါ။ နောက်မှ ဝိပဿနာလောကထဲသို့ သတ္တိရှိရှိ သဒ္ဓါအားကောင်းကောင်း နဲ့ ဝင်ခဲ့ပါတော့လို့ . . .

စာရေးသူ

အကြိမ်ကြိမ်ဖတ်မှ သဘောပေါက်ပါမည်။



## ဗုဒ္ဓဂယာကိုဘုရားဖူးသွားလျှင်အပါယ်မလားတော့ဘူးလား

ဒီအကြောင်း ဘာကြောင့်ရေးရသလဲဆိုတာ လူတော်တော်များများက ဗုဒ္ဓဂယာကို ဘုရားဖူးသွားလျှင် အပါယ်မလားတော့ဘူးတဲ့ စကားသံတွေကြားနေရတယ်။ ဘုရားဖူးအဖွဲ့နဲ့ စီးပွားရှာနေသူ(အချို့)ကလဲ ဒီစကားပြောနေသံကြားရတာရယ် မယုံမရှိနဲ့ဒါဘုရားက ဟောတာ တဲ့ ----- ကြောက်ဖွယ်ကောင်းတဲ့စကားတွေပဲ။

အိန္ဒိယပြည်၊ မဇ္ဈိမဒေသတွင် ဗုဒ္ဓဝင်နှင့်သက်ဆိုင်ရာ ဖူးမြော်ကြည်ညိုစရာ လေ့လာ စရာ တော်တော်များများရှိ နေပါတယ်။ အထူးသဖြင့်သံဝေဂပွားရာ၊ သံဝေဇနိယ လေးဌာနနှင့် ဘုရားရှင်တိုင်း မစွန့်လွှတ်အပ်သည့် အဝိဇဟိတလေးဌာနကား အထင်ရှားဆုံးဖြစ်ပါတယ်။

### သံဝေဇနိယလေးဌာန

- ၁။ ဖွားတော်မူရာ၊ လုမ္ဗိနီဥယျာဉ်
- ၂။ ပွင့်ထွန်းတော်မူရာ မဟာဗောဓိမဏ္ဍိုင်
- ၃။ ကရားဦးဟောတော်မူရာ မိဂဒါဝုန်
- ၄။ ဝရိနိနိဗ္ဗာန်ပြု တော်မူရာ ကုသိနာရုံ

### အဝိဇဟိတလေးဌာန

- ၁။ ပွင့်ထွန်းတော်မူရာ မဟာဗောဓိမဏ္ဍိုင် (အထက် - ၂)
- ၂။ ကရားဦးဟောတော်မူရာ မိဂဒါဝုန် (အထက်-၃)
- ၃။ ညောင်စောင်းအခြေချတော်မူရာ သာဝတ္ထိ ပြည်ဇေတဝန်
- ၄။ ဘာဝတိသာမှ ဆင်းသက်ရာ သင်္ကဿနဂိုရ် ပြည် စုစုပေါင်း မျိုးတူရာပေါင်းလျှင် (၆)ဌာန ရှိပါသည်။

မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တော်တော်များများသည် ဗုဒ္ဓဂယာသို့ ဘုရားဖူးသွားလိုကြ သည်။ သွားရောက်ကြည်ညိုချင်ကြသည်။ ဘုရားဖူးအဖွဲ့များလည်း စီးပွားဖြစ်ထွန်းလှပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဝင်တို့ကလည်း သဒ္ဓါအားသာကောင်းပြီး ပညာအားနည်းသူများဖြစ်သဖြင့် ဘုရားဖူး သွားလျှင် အချို့က အပါယ်ပိတ်သည်ဟုယူဆကြ၍ အပါယ်ပိတ်ဖို့ကို ငွေကုန်ခံနိုင်လျှင် ဖြစ်သည်ဟု ထင်နေကြသူများ လည်း ရှိနေကြသည်။ ၂၀၁၁ ခုက အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို မူတည်ပြီး ဒီစာကိုရေးရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

မြန်မာဘုရားဖူးအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ ဘုရားဖူးထွက်သွားပါသည်။ အမျိုးသမီးများစွာပါသည်။ အဲဒီအထဲမှ သူဌေးမကြီးတစ်ဦးပါဝင်ပါသည်။ (ဘုရားဖူးအဖွဲ့ကို ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးက ဦးဆောင်ပါသည်။ အဲဒီအမျိုးသမီးကြီးက ငွေ ၂၅ သိန်းလောက် ကုန်ကြောင်းပြောပါသည်။

ဘုရားတွေဖူး၊ ပြီးနားနေတုံး ဆရာတော်က ဘုရားတွေလဲစုံအောင်ဖူးပြီးပြီဆိုတော့



ကုသိုလ်တွေလဲရပါပြီ။ ကုသိုလ်နဲ့တင်အားမရပါနဲ့၊ အပါယ်ပိတ်ဖို့အတွက်ကတော့ တရားအား ထုတ်ဖို့လိုသေးကြောင်း မိန့်ကြားပါတယ်။ အဲဒီတော့မှ အဲဒီသဌေးမကြီးက ပြူးတူးပြဲနဲ့ ထလာ ပြီး အရှင်ဘုရား တပည့်တော်တို့ ဗုဒ္ဓဂယာဖူးပြီးရင် အပါယ်မပိတ်ဘူးလားတဲ့။ ဆရာတော်က ဘယ်ပိတ်မလဲ ဒကာမကြီးလဲဆိုလိုက်ရော အမလေး အရှင်ဘုရားရယ် တပည့်တော်က ဘုရား ဖူးပြီးရင် အပါယ်ပိတ်တယ်အောက်မေ့လို့ ၂၅ သိန်းအကုန်ခံလိုက်လာတာ။ ဒီလို အပါယ် မပိတ်ဖူးဆိုရင် တပည့်တော်မလိုက်လာပါဘူး။ ခုတော့ ငွေကုန်ပေမယ့် အကျိုးမှမရှိတာပဲတဲ့။ ကြားလိုက်ရတာ ရင်နာစရာ စကားပါလား။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး ဘယ်လိုလုပ်မှ အပါယ်ပိတ်တယ်ဆိုတာတောင်မသိပါလဲလားဆိုပြီး အပါယ်ပိတ်တယ်လို့ ယုံကြည်တဲ့သူတွေကို သနားလွန်းလို့ ရေးရတာပါ . . . . ။

### အပါယ်ပိတ်ခြင်း

အပါယ်ပိတ်တယ်ဆိုတာ နှစ်မျိုးအဓိပ္ပါယ်ရှိပါတယ်။ တစ်မျိုးက တစ်ဘဝအပါယ် ပိတ်ခြင်း (စူဠသောတာပန် = ကလျာဏ ပုဟုဇဉ်) နှင့် အခြားတစ်မျိုးကတော့ လုံးဝအပြီး အပါယ်တခါးပိတ်ခြင်း (မဟာသောတာပန်) တို့ဖြစ်ပါတယ်။

### (က) စူဠသောတာပန်ဖြစ်ဖို့ဆိုရင်

ဒိဋ္ဌိကို အသိဉာဏ်နဲ့ဖြုတ်ဖို့လိုပါတယ်။ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်ဖို့ဆိုတာကတော့ ဉာဏ်နှစ်ဉာဏ် ကိုသိရပါမယ်။

#### (၁) နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်

သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ သူတပါး ယောက်ျား၊ မိန်းမဆိုတာ အမှန်တကယ် မရှိဘဲ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်မျှသာရှိတဲ့ အမြင်မှန်ရှိတဲ့ဉာဏ်ကို နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် လို့ခေါ် တယ်။

#### (၂) ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရဲ့ဖြစ်စဉ်ကို သဘောပေါက်နားလည်ပြီး အကြောင်းတရားကြောင့် အကျိုး တရားဖြစ်ကြောင်းသိသော ဉာဏ်ကို ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီဉာဏ်နှစ်မျိုးကို ဉာတပရိညာဖြင့် သိအောင်ကြိုးစားပါ အကျယ်ကို (စာအုပ် ၉ တွင်ဖတ်ပါက တစ်ဘဝ အပါယ်ပိတ်တဲ့ စူဠသောတာပန် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်)

#### (ခ) မဟာသောတာပန်

ဝိပဿနာကိုအားထုတ်ရပါမယ်။ ပထမအဆင့် ဒိဋ္ဌိကို အသိဉာဏ်နှင့်ဖြုတ်ပြီး ကျင့်ကြံအားထုတ်ပါ။ ဖြစ်ပျက်မြင်၊ ဖြစ်ပျက်မုန်း၊ ဖြစ်ပျက်သုန်းလျှင်၊ မဂ်ဆိုက်ပြီး သောတာပန် ဘဝရောက်ရှိကာ အပြီးအပိုင်အပါယ်တခါးပိတ်ပါတယ်။ (စာအုပ် ၃ နှင့် ၈ တွင်



အသေးစိပ်ဖတ်ပြီး ကျင့်ရမယ်)

ခုလောက်ဆိုရင် ဗုဒ္ဓဂါယာဘုရားဖူးသွားရုံနှင့်တော့ အပါယ်မပိတ်ကြောင် သိလောက်ပါပြီ။ အပြင်မှာ ဘုရားတွေရှိတာထက်စာရင် ရင်ထဲမှာဘုရားတည်ဖို့က အရေး အကြီးဆုံးပါ။ ဘုရားဖူးတာတော့ စိတ်ထားသလောက် ကုသိုလ်ဖြစ်ပါတယ်။

**\* ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ပြောင်းလဲလိုသူများ \***

ယခုဘာသာရေးစာအုပ်များရေးနေစဉ်ကာလတွင် အခြားဘာသာမှ ဗုဒ္ဓဘာသာ သို့ကူးပြောင်းလိုသူများကိုတွေ့ရှိရပါသည်။ အချို့က တိုက်ရိုက်ပြောလာသဖြင့် တယ်လီဖုန်း ဖြင့်ပြောင်းနည်းကိုပြောပြီး ပြောင်းပေးခဲ့ရသလို အချို့ကတဆင့်ခံပြောကြားသဖြင့် ပြောပြ ပေးခဲ့ရသည်။ အသက်ကြီးသူအချို့မှာ ဆရာတော်များထံသွားရောက်ပြီး ဘာသာပြောင်း သည်ကိုကြားရသဖြင့် ဘာသာရေးစာအုပ်များရေးရကျိုး နပ်ပါသည်ဟုခံယူမိပါတယ်။

ကျနော်တို့မြန်မာလူမျိုးတို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာကိုမွေးကတည်း ဖြစ်လာတာမို့ ဗုဒ္ဓ ဘာသာဖြစ်ရေးကိုနားမလည်ခဲ့ကြပါ။ အစ္စလာမ်ဘာသာမှာတော့ ဘာသာဝင်တဲ့ အခမ်း အနား ရှိတယ်။ ဗလီထဲဝင်ပြီး နမေ်ကျမ်းဖတ်လိုက်တာနဲ့ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင် များကလည်းဘာသာဝင်ချင်သူတွေကို ရေဖြန်းခြင်း၊ ရေနစ်ခြင်း စသည့်တို့ပြုလုပ်ပေးရပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာဘာသာဝင်ဖြစ်သွားပါတယ်။

ကျနော်တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေကတော့ အခန်းအနား သီးခြားနဲ့ ပြောင်းကြတာ မဟုတ်ဘဲ ခရီးသွားဟန်လွဲဖြစ်သွားကြတာမို့ဘာသာ ပြောင်းတဲ့အခမ်း အနားကို မသိကြပါဘူး။

အခြားဘာသာမှ ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ပြောင်းတဲ့လူဟာ၊ မြတ်စွာဘုရားရှေ့မှောက် တွင်ဖြစ်စေ၊ ရဟန်းသံဃာရှေ့တွင်ဖြစ်စေ၊ ကြည်ညိုလေးစားတဲ့ လူတယောက်ရှေ့ တွင်ဖြစ်စေ ရတနာသုံးပါး (ဘုရား၊ ဘုရား၊ သံဃာ) ရဲ့ဂုဏ်ကျေးဇူးနဲ့ အကျိုးတွေကိုသိပြီး။

ဗုဒ္ဓ သရဏံ ဂစ္ဆမိ  
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ  
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏  
တရားတော် မြတ်ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏  
သံဃာတော်မြတ်ကိုကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏

အဲဒီလိုပါဠိစကားဖြင့်ဖြစ်စေ၊ မြန်မာလိုဖြစ်စေ နှစ်မျိုးလုံးဖြင့်ဖြစ်စေ သရဏဂုံ ဆောက်တည်သောနေဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဖြစ်တဲ့နေ့ပါ။

သရဏဂုံသည် လောကီသရဏဂုံ၊ လောကုတ္တရာသရဏဂုံဟု နှစ်မျိုးနှစ်စား ရှိသည်။ ပုထုဇဉ် တို့တည်သော သရဏဂုံကို လောကီသရဏဂုံဟုခေါ်ပြီး အရိယာများ (သောတာပန်



... )များတည်သော သရဏဂုံကို လောကုတ္တရာ သရဏဂုံဟုခေါ်သည်။ လောကုတ္တရာ သရဏဂုံသည် ဘယ်ဘဝရောက်ရောက်မပျက်စီးတော့ပေ။

ပုထုဇဉ်တို့တည်သော လောကီသရဏဂုံမှာ အကြောင်းနှစ်မျိုး ကြောင့်ပျက်စီးနိုင်သည်။

(၁) အသက်သေသဖြင့် သရဏဂုံပျက်သည်။ အပြစ်မဖြစ်အကုသိုလ်မဖြစ်။

(၂) ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာမှအပ အခြားဘာသာများက ဘုရားများ၊ ဘိုးတော်၊ မယ်တော်၊ မင်းကြီး၊ မင်းကလေးအတွင်း ၃၇ မင်း အပြင် ၃၇မင်း ကွမ်အင်မယ်တော်၊ အန်းကုန်း ဘိုးတော်၊ သူရဿတီစသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အကျွန်ုပ်တို့၏ အသက်ကိုအပ်နှင်း ကိုးကွယ်ပါ၏ ဟုနှုတ် ကပြောပြီးဦးချလိုက်လျက် သရဏဂုံပျက်သည်။ (နတ်ကွန်းများတွင် သွားရောက်ဦးချ နေသူများ သတိပြုပါ။) ဤသရဏဂုံပျက်ခြင်းသည် အပြစ်လည်းဖြစ်သည်။ အကုသိုလ် လည်းဖြစ်သည်။

အခြားသောနတ်တွေကိုလည်း ကိုးကွယ်နေသည်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာကိုလည်း ကိုးကွယ်နေလျှင် သရဏဂုံတော့ပျက်မသွားပါ။ သို့သော် ညှိုးနွမ်းခြောက်သွေ့သွားတော့သည်။ ကပြားဗုဒ္ဓဘာသာအဖြစ် ပြောင်းသွားနိုင်ပါသည်။ ကပြားသရဏဂုံကို မိဿက သရဏဂုံဟု ခေါ်သည်။ ရတနာသုံးပါးတွင် ဘာမှမရောယှက်သော သရဏဂုံကို သုဒ္ဓသရဏဂုံ ဟုခေါ်သည်။ ဤသရဏ ဂုံဖြစ်ဖို့အရေးကြီးပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာစစ်စစ်သည် ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ရသည်။ အခြားပုဂ္ဂိုလ် (ကိုးကော်ကွားကော်ကို) မစာနာဘဲ လုံကြည်လျှင်ကံ၊ ကံ၏ အကျိုးကို မယုံကြည်ရာ ဖြစ်သွားပါသည်။

အဲဒီလောက်ဆို ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ပြောင်းလို့သူများ၊ ပြောင်းပေးလို့သူများ နားလည် လောက်ပါပြီ။ ပြောင်းပြီးလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်များကို ဆက်လက်လေ့လာ ကျင့်ကြံ အားထုတ်ပါစေ။

### \* လူတွေ ဝိနည်းတတ်အောင်သင်ပါ \*

သာသနာကိုတည်ထောင်တဲ့ နေရာမှာ မြတ်စွာဘုရားဟာ အရှည်ခံရေးအတွက်၊ ကြာမြင့်စွာကာလပတ်လုံးတည်တံ့နိုင်စေရန် သာသနာတော်မြတ်ကို ဝိနည်းတရား ဖြင့်သီလကိုဦးတည်ကာ အခြေခံအုတ်မြစ်ချ၍ တည်စေတော်မူခဲ့သည်ဟု မိန့်ဆို ထားတာရှိတယ်။

လူတွေဝိနည်းတတ်အောင်သင်ပါ။

ဝိနေယေဌိတေ သာသနံဌိတံတဲ့။

ဒါကြောင့် သာသနာတော် အရှည်ခံ၍တည်တံ့စေချင်ရင် လူတွေကဝိနည်း တရား သင်ကြားကာ ဝိနည်းသီလ သိက္ခာနှင့်ပြည့်စုံတော်မူကြတဲ့ ရဟန်းသံဃာတော် ဟို့ကိုသာရွေးချယ် စိစစ်ကိုးကွယ်ကြရမည်။ ဝိနည်းတရားဟာ သာသနာတော်ရဲ့အုတ်မြစ် အခြေခံအသက်ပဲ။



ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ဖို့ဆိုတာ ပုဂ္ဂိုလ်ရွေးကြရမှာပဲ။ ဒါနပြုတာသိလရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရွေးချယ်ပြီးဆောင်ရွက်ရင် ပိုပြီးအကျိုး ပြုတယ်ဆိုတာ ဘုရားဟောရှိတာပဲ- ရထားပေါ်မှာ တို့လွှက်ရည်ဆိုင် မှာတို့လိုက်လံတောင်းဆိုနေတဲ့ ရဟန်းယောင်တွေကြောင့် ရဟန်းကောင်း တွေ အများကြီးနစ်နာပါတယ်။ သာဿနာကိုဖျက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုဆည်းကပ်မိရင် အကျိုး မရှိတဲ့အပြင် အကျိုးယုတ်စေပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့လူတွေကလွှဲကြရမယ်ဆိုရင် လက်မနွေးကြ ဘူး။ ကုသိုလ်လုပ်တာ အကုသိုလ် မဖြစ်စေချင်ပါ။ ဝိနည်းကို နားလည် ထားရင်သိလရှိသူ သိလာမရှိသူ ရွေးချယ်နိုင်တာပေါ့။

### ဝိနည်းကိုလူတွေ နားမလည်လို့ ရဟန်းတော်တွေ အသက်ခံရတယ်

သီရိဓမ္မသောကမင်းကြီးလက်ထက်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာသာသနာဟာ အထွဋ်အထိပ် ကို ရောက်နေပါတယ်။ ပါဠိလိုပုတ် တပြည်လုံးတရားသံတွေနဲ့ သိပ်ပြီး ကျက်သရေရှိနေ တာပဲ။ ဗုဒ္ဓသာသနာကြီး စည်ပင်ထွန်းကားလာတော့ လူတွေကလဲ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အယူမှား ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မကိုးကွယ်ကြတော့ဘူး။ ရသေ့တိတ္ထိတွေဟာ အနေအစားချောင့်အောင် သာသနာကော်ကံဝင်ပြီး သံဃာအစစ်တွေနဲ့ ရောပြီးနေကြတယ်။

ရဟန်းအစစ်တွေကလည်း ရဟန်းအတုတွေအကြောင်းသိကြတယ်။ အပေါ်ယံ အသွင် တူအောင် သင်္ကန်းဝတ်ထားပေမဲ့ လူတို့ရဲ့ မိစ္ဆာအယူတွေကိုတော့ ဝှန်လွှတ်ချင်ကြ တာမဟုတ်ဘူး။ အဲဒီတော့ ရဟန်းအစစ်တွေက ရဟန်းတုတွေနဲ့အတူ ဥပုသ်မပြုချင်ကြလို့ အသောကာရုံကျောင်း တိုက်ကြီးမှာ (၇) နှစ်တိုင်တိုင် ဥပုသ်ပြုတဲ့ကိစ္စရပ်နေခဲ့တယ်။

ဥပုသ်ပြုတယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ပညတ်ချက်၊ ဘုရားဥပဒေတော်တွေကို သံဃာ တွေစုပေါင်းပြီး ရွတ်ဖတ်ကြိုတာကိုဆိုလိုတယ်။ အဲဒီမှာပြဿနာတစ်ခုရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ရဲ့ပညတ်ချက်တစ်ခုက သိမ်တစ်ခုတွင်းမှာ ရဟန်းကောင်းတွေဟာ ရဟန်း အယောင်ဆောင် ရဟန်းအတုတွေနဲ့အတူ ကံမဆောင်ရဘူးဆိုတဲ့ပညတ်ချက်ရှိတယ်။ ဒီတော့ ဝိနည်းလေးစားတဲ့ ရဟန်းမြတ်တွေက ရဟန်းတုတွေနဲ့ အတူ ဥပုသ်မပြုကြတော့ဘူး။

အသောကမင်းကြီးကတော့ သံဃာတွေညီညွတ်စေချင်တယ်။ ဥပုသ်အတုပြုစေ ချင်တာ ပေါ့။ ဝိနည်းတော်တွေကိုလဲ နားမလည်တော့ အမတ်တစ်ယောက်ကိုလွှတ်ပြီး သံဃာတွေ ဥပုသ်ပြုဖို့လျှောက်ခိုင်းလိုက်တယ်။ အမတ်ကလျှောက်ထားတော့ ရဟန်းတုတွေက ဥပုသ်ပြုပါ မယ်လို့ ကတိပေးတယ်။ ရဟန်းကောင်းတွေကတော့ ဘုရားဥပဒေထက် ဘုရင့်အမိန့်ကို မလိုက်နာကြဘူးပေါ့။ ဘုရားအမိန့်အတိုင်းဘဲ နေတာပေါ့။

အဲဒီခေတ်ကလဲ ဘုရင့်အမိန့်ကိုမလိုက်နာဖီဆန်ရင် ခေါင်းဖြတ်သတ်ရတာကိုး။ လွှတ်လိုက်တဲ့အမတ်ကလဲ ဘာမှဝိနည်းအကြောင်းနားမလည်တော့ ရဟန်းကောင်းတွေ အားလုံး ခေါင်းဖြတ်သတ်လိုက်ကြတယ်။ အဲဒီရဟန်းတွေဟာ အရိယာရဟန်းတွေအားလုံး



အသေခံသွားကြတာ။ ပညတ်ချက်ဟာကြီးသည်ဖြစ်စေ ငယ်သည်ဖြစ်စေ ဘုရားရဲ့အမိန့် အာဏာပဲဆိုပြီး ဆံချည်တစ်မျှင်မျှ မတိမ်းရအောင်စောင့်ထိမ်းကြတာ ရဟန်းကောင်း ရဟန်းမြတ်တွေရဲ့ ကောင်းစွာကျင့်ကြံခြင်းဆိုတဲ့ သုပ္ပဋိပန္န ဂုဏ်တော်နဲ့ ညီတာပေါ့။

အသောကမင်းကြီးလဲ ဒီအတွက်နောင်တရတော့တာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ လူတွေဝိနည်း နားမလည်တဲ့အတွက် ရဟန်းကောင်း ရဟန်းမြတ်များကို ပင့်ဖိတ်ပြီး ဗုဒ္ဓသာသနာတော် ရဲ့ ဝိနည်းတွေကို တတ်အောင်သင်တယ်။ တိတ္ထိတွေရဲ့ အယူဝါဒကိုလဲ တတ်အောင်သင် ပြီး ရဟန်းတွေစုစည်းကာ တစ်ဦးချင်းအင်တာဗျူးလုပ်ပြီး ရဟန်းကောင်း၊ ရဟန်းဘုရား စိစစ်ပြီး ရဟန်းတုတွေကို နှင်ထုတ်ခြင်းဖြင့် သာသနာတော်ကို သန့်စင်စေပါတယ်။

ဒီအဖြစ်အပျက်တွေကို ကြည့်ရင် လူတွေဝိနည်းသင်သင့်ပါတယ်။ ရဟန်းတွေလဲ ရဟန်းမပြုမင်္ဂလာဖြစ်စေ ရဟန်းပြုစကဖြစ်စေ ဝိနည်းတွေကို တတ်အောင် သင်ထားသင့်ပါတယ်။ စစ်တပ်ထဲဝင်ရင် စစ်စည်းကမ်းကို အသက်နဲ့ထပ်တူလိုက်နာရပါမယ်။ ရဟန်းပြု ရင်လဲ ရဟန်းဝိနည်း (သီလ)ကို အသက်နဲ့ထပ်တူလိုက်နာဖို့လိုပါတယ်။

လူတွေဝိနည်းသင်တာဟာ ရဟန်းတော်တွေရဲ့ အပြစ်ကိုရှာဖွေမဟုတ်ပါဘူး။ ဘုရားနှင့် ပစ္စေကဗုဒ္ဓနစ်ဦးသာလျှင် အာပတ်မသင့်တာပါ။ ပုထုဇဉ်ရဟန်းမှ ရဟန္တာထံ အာပတ် (အပြစ်) သင့်ကြပါတယ်။ အာပတ်ကိုကုစားနိုင်တဲ့နည်းလမ်းတွေလဲ ပြဋ္ဌာန်းထား ပါတယ်။

လူတွေဝိနည်းနားလည်ရင် ရဟန်းပေးပွေမှာ အာပတ်(အပြစ်)မသင့်သလို လူတွေမှာလဲ အကျိုးများပါတယ်။ အမှားတွေဟာ ကြာရင်အမှန်ဖြစ်နေတတ်တယ်။ တခြား ကိစ္စတွေမှာ အရေးမကြီးပေမဲ့ ဘာသာသာသနာအရေး ဟင်္သာရာလုံး အရေးအတွက် ကတော့ မှားတာတွေပြင်သင့်ပါတယ်။

လွယ်လွယ်နဲ့မှားနေတာလေးတွေ အကျဉ်းရေးပြပါမယ်။ အကျယ်ကလဲ ရေးပြီး သားပါ။ စာဖတ်သူတွေ နားလည်မှာပါ။

- (၁) ရဟန်းများကိုဆွမ်းကပ်တာ ၉၉% မှားနေပါတယ်။
- (၂) ရဟန်းများသည် ရွှေငွေမအပ် အလွယ်တကူလှူနေကြတယ်။
- (၃) ရဟန်းသံဃာနဲ့အတူ အလွယ်တကူ ဘုရားဖူးသွားနေကြတယ်။
- (၄) ဘုန်းကြီးကျောင်းများ၌ ဝိကာမတို့တည်းခိုအိပ်ခက်နေကြပါတယ်။ အများကြီးပါ။ ပြင်ကြဖို့လိုနေပါပြီ။

ရဟန်းတပါးအပြစ်ကျူးလွန်နေရင် အပြစ်မတင်ပါနဲ့။ လိုအပ်ရင် ပြင်ဖို့ပြောနိုင် ပါတယ်။ အပြစ်တင်ပြောဆိုရင် သူ့အမှားက ကိုယ့်အမှား(အကုသိုလ်) ဖြစ်သွားပါမယ်။ ဥပမာ

အရက်မူးနေသူရဟန်းကိုတွေ့ပါက သက်ဆိုင်ရာကျောင်းထိုင်ကို လျှောက်နိုင်ပါသည်။ အဲလိုမဟုတ်ဘဲ ဒီကျောင်းကဘုန်းကြီးတွေ ဒီလိုဘဲမူးနေတာပဲ။ ချဲထိုး၊ ချဲရောင်းနေတာပဲလို့ ဝါးလုံးရှည်နဲ့ရမ်းသလို မပြောသင့်ပါဘူး။ မကြည်ညိုရင် ထားလိုက်ပါ။ အဲဒီလိုပြောရင် သူ့အကုသိုလ်ဟာ ကိုယ့်အကုသိုလ်ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒီထက်ပိုသဘောပေါက်ပြီး မူးနေတဲ့



ရဟန်းကိုဘဲ သံဃာလို့သဘောထားရှိခိုးဦးချလိုက်ရင် သူ့အကုသိုလ် ဟာ ကိုယ့်ကုသိုလ်ဖြစ်သွားပါတယ်။

အဲဒီတော့ လူတွေဘက်ကလဲ ဝိနည်းတတ်အောင်သင်ထားရင် ဆူးကြားက ဗူးသီ ဘဝလို့ ရဟန်းသံဃာတွေမှာ အလွန်အမင်းကြပ်တည်းပါတယ်။ ဝိနည်းထိုရဟန်းဖြစ်ဖို့ ဆိုတာတော်တော် ကိုသတိထားရတယ်။

အာပတ်ဖြေတယ်ဆိုတာလဲ နေ့စဉ်ဒီကိစ္စကိုဘဲ ဖြေနေရရင်မကောင်းပါဘူး။ ဥပမာ- အားဖြင့် ညစဉ်ထမင်းစားပြီး နေ့တိုင်းအာပတ်ဖြေရင်ဖြင့် ကောင်းပါ့မလား။ အာပတ်ဖြေ တဲ့နေရာမှာ (မြန်မာလို့)

ရဟန်း (၁) --- အလုံးစုံသော အာပတ်တို့ကို တပည့်တော်ထင်ရှား ဖော်ပြပါသည် ဘုရား။

ရဟန်း (၂) ထိုအာပတ်တို့ကို (အပြစ်ဟု) ချွတ်ပါ၏လော့ငါ့ရှင်။

(၁) မှန်ပါ၏ အရှင်ဘုရား

(၂) နောင်အခါစောင့်စည်းပါလေ ငါ့ရှင်

(၁) ကောင်းပါပြီအရှင်ဘုရား၊ ကောင်းကောင်းစောင့်စည်းပါမည်။

(၂) ကောင်းပေစွ ငါ့ရှင် ကောင်းပေစွ။

မှတ်ချက် ။ ။ နောင်အခါစောင့်စည်းပါမည်ဟုလည်း ဝန်ခံထားသည်နေ့စဉ်လည်း ထိုအပြစ်ကို ကျူးလွန်နေရင် မသင့်တော်ပါ။ တက်နိုင်အောင် သတိထားသင့်ပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် ဝိနည်းကို ရဟန်းပြုသူအားလုံး နားလည်ထားသင့်သလို လူတွေကိုလည်း တတ်အောင် သင်ကြားထားသင့်ပါသည်။ သို့မှသာ လူတွေကြောင့် ရဟန်းများ အာပတ် မသင့်စေလိုပါ။ အာပတ် သင့်သောကြောင့် ရဟန်းများမှာလည်း အပြစ်ဖြစ်သလို လူတွေမှာ လည်း ကုသိုလ်ပြု လုပ်ရာတွင် ကုသိုလ်မဖြစ်ဘဲအကျိုးမရှိဖြစ်နိုင်ပါသည်။

လူတွေဝိနည်းနားမလည်တဲ့အတွက် ရဟန်းများစွာ ခေါင်းဖြတ်အသတ်ခံခဲ့ရ သလို ယခုခေတ်တွင်လည်း မလိုအပ်ဘဲ ရဟန်းများ အပြစ် (အာပတ်သင်) ဖြစ်ကြရတာလဲ မကောင်းပါ။ ဒါကြောင့် လူတွေဝိနည်းကိုသင်ကြားပါ။ (တခြားရည်ရည်ဝေးဝေး သင်တန်းတက်စရာမဟုတ်ဘဲ စာအုပ် (၁) မှ (၁၂) အထိ စာအုပ်တွေ သေသေချာချာ ဖတ်ရင် ထိုက်သင့်သလောက် တတ်ပါပြီ။ တတ်တာထက် လိုက်နာဖို့က အရေးကြီးပါတယ်။ (တတ်ပြီးမလိုက်နာတာ တစ်ခုပြောပါမယ်။ ဘုန်းကြီးတွေကို ဆွမ်းကပ်တာ ဆွမ်းပွဲတွေ အများကြီးကို ဝိုင်းမကပ်နေတယ်။ တစ်ခွက်ချင်း ဘာကြောင့်မကပ်ကြသလဲ . . . )

ဒီလောက်ဆိုရင် လူတွေဝိနည်း တတ်သင့်တယ်ဆိုတာ လက်ခံယုံကြည်ကြစေ ချင်ပါတယ်။ တတ်လွန်းလို့ဆရာလုပ်နေတာ မဟုတ်ပါ။ မူကြိုအဆင့် သိသလောက်ကို ဖောက်သည်ချနေတာပါ။ အပါယ်မသွားစေချင်တဲ့ စေတနာတစ်ခုတည်းပါ။



## အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ ဟာ ပုတီးစိပ်ရမှာလား၊ ဝိပဿနာရှုမှာလား

ဒီကိစ္စမရေးခင် ပုတီးဆိုတာ ဘယ်ကဆင်းသက်လာသလဲ ဆိုတာ သိသင့်ပါတယ်။ စိတ်ပုတီးရဲ့ မူရင်းစာပုဒ်က “စိတ္တ ပဋိပါတိ” ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားက ဆင်းသက်လာတာပါ။

စိတ္တ = ဆိုတာက စိတ်

ပဋိပါတိ = ဆိုတာက အစဉ်ကျရောက်ဖြစ်ပေါ်လာပုံ

အဲဒီပါဠိစကားပျက်စီးပြီး စိတ်ပဋိ - စိတ်ပဋိ - စိတ်ပုတီး ရယူ ဖြစ်ပေါ် လာတာပါ။

သွရဲ့ဖြစ်ပုံမူလသဘောက အဘိဓမ္မနည်းအရ အာရုံတစ်ခုကို သိရှိရေးအတွက် စိတ်အချက်ပေါင်း (၁၇) ချက် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ် လာရတယ်။ အဲဒီတော့မှ ထိုအာရုံရဲ့သဘာဝကို ဖတ်ကျေကျ အပြည့်အဝ ခံစားမှုရရှိသည်ကဲ့ ယင်းစိတ်အစဉ် (၁၇) ချက်ဖြစ်ပျက်သွားတဲ့ အစဉ်ကိုပဲ ဝိကိလို့ခေါ်တယ်။

ဝိပဿနာ ပဋိပတ်ကို သဘာဝကျကျ တတ်သိလို့ဘဲ ဈေးသူတော် ကောင်းတွေဟာ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ်ခေါ်တဲ့ အကျိုးနဲ့ အကြောင်း ဆက်စပ်ပုံ နားလည်အောင် စိတ်အစဉ်ဖြစ်ပေါ်ပုံကို လေ့လာသင်ကြားကြ တယ်။ အဲဒီလို လေ့လာတဲ့အခါ ဗိတ္တာနုပဿနာ ဝိပဿနာကိုပွားများ တတ်အောင် ကြိုးပမ်း၍ အထူး ၁၇ ထုံး ဖွဲ့ပြီးတော့ ကာမဂုဏ်အာရုံငါးပါး ထဲက အာရုံတစ်ခုကို သိလိုက်တဲ့အခါ ကိစ္စပြီးစေတနာက မြောက်ပုံ စိတ် အစဉ်ကို ဟောဒီလိုသင်ကြားတယ်။

အတိတ်ဘဝင်၊ ဘဝင်လေန၊ ဘဝင်ပစ္ဆေဒ၊ ပဉ္စဒွါရာဝဇ္ဇနံ၊ ပဉ္စ ဝိညာဉ်သမ္ပုဋ္ဌိန္တိုင်း၊ သန္တရဏ၊ ဝုဋ္ဌော၊ ဇော၊ ဇော၊ ဇော၊ ဇော၊ ဇော၊ ဇော၊ ဇော၊ ကဒါရုံ၊ ဟဒါရုံ၊ (၁၇)ချက်

အဲဒီစိတ်အစဉ်ကို ကြိုးတုံးကလေးတွေနဲ့ လေ့လာ မှတ်သားကြ တယ်။ အဲဒါကို ပါဠိလို “စိတ္တ ပဋိပါတိ” လို့ခေါ်တာ။ ပါဠိပျက်စီးသွားပြီး တော့ (စိတ်ပုတီး)ဖြစ်လာတယ်။ ဟတ်ချင်ရင် သဂြိုဟ်ကျမ်း ဝိထိပိုင်းကို သင်ပါ။ ဇော ၇ ကြိမ် ဟာစေတနာကံတွေပဲ။ သူ့ကို ကမ္မဘဝလို့ခေါ်တယ်။

## ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ စိတ်ပုတီးအသုံးပြုနေတာက

သမထနဲ့ ဝိပဿနာကို ရောပြီးနှစ်မျိုးလုံး ပုတီးစိတ်နေကြတယ်။ သမထ အနေနဲ့ ပုတီးစိတ်များစွာတွေ့ရတယ်။ ဗုဒ္ဓနုဿတိပွားများတာ တွေ့ရပါတယ်။ သမထအနေနဲ့ လုပ်တာဘာမှ ပြောစရာမရှိပါ။ ပုတီးဆိုတာ တာလီချိုးတာပါ။ (ရေတွက်တာပါ) အချို့ ကတော့ဘာသာရေး ပုတီးစိတ်နည်းမျိုးစုံစိတ်ကြတယ်။ ဒီပုတီးစိတ်ရင် အသက်ရာ ထောင်ရှည်တယ်။ စီးပွားဖြစ်တယ်။ ရွှေငွေပေါတယ်။ ဈေးရောင်းကောင်းတယ် စသည်ဖြင့်



ပုတီးအမွန်းတင်ပြီး စီးပွားရေးလုပ်စားနေတဲ့ လူတွေကလဲ အများကြီးပါ။ ပုတီးလည်းပင်းမှာ ဆွဲထားရင် ဗုဒ္ဓဘာသာမှာက သူတော်ကောင်းလို့ လွယ်လွယ် သတ်မှတ်ကြတာပဲ။ ဒီလိုမှလဲ ပုတီးအသုံးပြုပြီး လိမ်စားလို့ ကောင်းတာပေါ့။

ဒီနေရာမှာ ပြောချင်တာက တခုထဲပါ။ ဝိပဿနာ ကိစ္စကို ပုတီး စိပ်နေတဲ့ ကိစ္စပါ။ အနိစ္စ - ဒုက္ခ - အနတ္တကို ရွတ်ပြီး ပုတီးစိပ်နေတာ တွေနေရပါတယ်။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဆိုတာ ဝိပဿနာ ဘာဝနာ မနောက် စိတ်ဉာဏ်အလုပ် သာဖြစ်တာ။ ဝစီကံနဲ့ ရွတ်ပြီး ပုတီးစိပ်လို့ မရပါဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဝိပဿနာနဲ့ ရှာရတဲ့ကိစ္စပါ။ ဉာဏ်နဲ့မှ သာမြင် နိုင်ပါတယ်။

မန်လည်ဆရာတော်ကြီးလိုလို လယ်တီဆရာတော်ကြီးလားမသိတော့။ ပုတီး စိပ်ဟာနဲ့ ပါတ်သတ်ပြီး။

၁. အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဟု ခွဲခွဲလှုပ်လှုပ် လက်ကတုတ်၍ နှုတ်က တတွတ်တွတ်၊ ဖွာအောင်ရွတ်လည်း၊ ပေါက်လွတ်ပဲစား၊ စိတ်ကို ထားကာ၊ တရားအငွေ့ ပိတ်မတွေ့ဘူး။

၂. မေ့မေ့လျော့လျော့၊ ပေါ့ပေါ့စားစား၊ မနေအားလင့် ဘုရားမိန့်ဟန် ဗျာဒိတ်သံမှာ နိစ္စသုခ ရှာမရတဲ့ အတ္တမဟုတ် ဓာတ်နာမ်ရုပ်ကို မိန့်ထုတ်ဖန်ခါ ကိုယ်မှာရှာလော့။

၃. ငါ၊ ငါဓာတ်ခဲ ငါဓာတ်ကွဲအောင် မြေ အနိစ္စ ဆင်းရဲဒုက္ခ အစိုးမရ အနတ္တဟုခွဲခွဲလှုပ်လှုပ် လက်ကတုတ်လျက် နှုတ်ကတတွတ်တွတ် တယ်မရွတ်လင့်၊ စိတ်ညွတ်ဉာဏ်ပါ ကိုယ်တွင်းမှာသာ ခါခါရှာလော့၊ စိတ်ကတွေလျှင် ဉာဏ်ကမြင်သည် စိတ်ရှင်ဉာဏ်ဓာတ်လို ရင်းတည်း။

အဲဒီလင်္ကာစကားတော်အရ နှုတ်ကရွတ်ဆိုပြီးပုတီးစိပ်လို့ မရနိုင်ပုံကို စိစစ်ပေတော့၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဆိုတာ ဝိပဿနာ ဘာဝနာ အလုပ်မျိုးသာဖြစ်လို့ စိတ်နဲ့ကိုယ်ထဲကိုစိုက်ပြီး လိုက်ရှာရမှာပုတီးကြီးကို ငိုငိုပြီး ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ အနိစ္စံ ဒုက္ခံ အနတ္တံ ဟု ကျယ်လောင်စွာနဲ့အော်ဆိုကာ ပုတီးစိပ်လို့ရတာမျိုးမဟုတ်ဘူး။ ပညာရှိစာတတ်ပေတတ်တွေက ကဲ့ရဲ့ရှုံ့ချအပြစ်တင်တော်မူကြလိမ့်မယ်။ သမထနဲ့ ဝိပဿနာကွဲပြားစွာမသိသူတွေက ရေးထုတ်တဲ့ပုတီးစိတ်နည်းတွေဖြစ်တယ်။

### \* အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ အမေးအဖြေများ \*

အမေး ။ ။ အောက်ပါပစ္စည်းတို့ကို ရဟန်းသံဃာတို့အား လှူအပ် ပါသလား၊ မည်သို့လှူ၊ မ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်နှင့် ညီညွတ်ပါသနည်း။

(က) ရွှေငွေရတနာ၊

(ဂ) အရက်၊

(ခ) ကျောင်း၊ လယ်၊ ယာ၊

(ဃ) ဓား၊ လှံ၊ လက်နက်

အဖြေ(က)။ ။ ရဟန်းတော်များသည် ရွှေငွေရတနာကို ကိုယ်တိုင် လည်းမခံယူရ၊ ကပ္ပိယစသည်တို့ကို ခံယူလိုက်ပါဟုလည်း မခိုင်းရ၊ အလှူ ရှင်တို့က အနီးအပါး၌ ချထား၍



လှူသည်ကိုလည်းစိတ်ဖြင့် မသာယာရ၊ နိသဂ္ဂိယပါစိတ်အာပတ်သင့်၏” ဟုပညတ်တော်မူပါသည်။ (ဝိနည်းပါဠိတော် ရူပိယသိက္ခာပုဒ်၊) ဤသိက္ခာပုဒ်တော်အတွက် အာပတ်သင့်သည့်အပြင်ခံယူမိသော ရွှေငွေကိုလည်း စွန့်ပစ်ရသည်။

**မစွန့်လျှင်အပြစ်** ။ ။ ခံယူမိသော ရွှေငွေကို မစွန့်ပစ်ဘဲထားလျှင် ကိုင်တိုင်း ကိုင်တိုင်း ဒုက္ခိယအာပတ်သင့်၏။ ထိုရွှေငွေဖြင့် ခဲတံ၊ စာအုပ်၊ သင်္ကန်း၊ ဆွမ်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး စသည်ကိုဝယ်လျှင် ဝယ်သည့်အတွက် အာပတ်ထပ်၍ သင့်ရုံသာမက ထိုဝယ်အပ်သော စာအုပ်ခဲတံ (ထိုငွေဖြင့် ဆောက်အပ်သော ကျောင်း) စသည်ကို သုံးစွဲလျှင် (ပိုင်ရှင်သာမက ရဟန်း အားလုံး) သုံးတိုင်းသုံးတိုင်း အာပတ်ထပ်၍ သင့်ပြန်မလေသည်။ (ထို့ကြောင့် ရွှေငွေရတနာကို မိမိကပါးအတွက်ဖြစ်စေ၊ သံဃာများအတွက်ဖြစ်စေ၊ စေတီတော်တည်ရန် ဖြုဖြင်ရန်ဖြစ်စေ အလှူမခံကောင်းချေ။

**အပ်သော လှူနည်း**။ ။ ထို ရွှေငွေရတနာကို ရဟန်းသံဃာအား တိုက်ရိုက်မလှူဘဲ ကပ္ပိယလုပ်တဲ့သူထံ အပ်နှံ၍ မည်မျှအဖိုးတန်၍ အပ်သောပစ္စည်းကို ကပ္ပိယ မည်သူထံတောင်းပါ (အလှူခံပါ)” ဟုလျှောက်ရမည်။ ထိုသို့အလှူရှင်က မလျှောက်တတ်လျှင် ကပ္ပိယလုပ်သူက “တပည့်တော်ထံ မည်မျှအဖိုးတန်အပ်သော ပစ္စည်းဟောင်းပါ” ဟု လျှောက်ရမည်။ ထိုသို့လျှောက်မှ ထိုကပ္ပိယထံ ငွေကိုအပ်နှံရုံသာအပ်နှံ၍ အလှူရှင် (သို့မဟုတ် ကပ္ပိယလုပ်သူ)က အပ်စပ်သော ပစ္စည်းကိုတောင်းကို အလှူခံဖို့ မလျှောက်လျှင် မတောင်းကောင်းချေ။ (ဝိနည်းတော်နှင့်လျော်သော ပစ္စည်းကို “အပ်သောပစ္စည်း” ဟုခေါ်သည်) ထို့ပြင် “ဤငွေကို ကျောင်းအား လှူပါ၏။ စေတီတော်အား လှူပါ၏” ဟု လျှောက်၍ လှူလျှင် လှူကောင်း၏။ ကပ္ပိယလုပ်တတ်သူက ထိုရွှေငွေကို သိမ်းဆည်း၍ ကျောင်းပြင်မှု စသည်ကို ပြုရသည်။ ကပ္ပိယက သံဃာအား (ပုဂ္ဂိုလ်အား) အလိုရှိသလို စီမံပါဟု လျှောက်လျှင် ရဟန်းကကျောင်းပြင်ဘို့ရန် ပြောကောင်း၏။ “ငွေကို လက်သမားအားပေးလိုက်” စသည်ဖြင့်ကား မပြောကောင်း။

### (ခ) ကျောင်း၊ လယ်၊ ယာ၊ မြေ

ထိုပစ္စည်းတို့တွင် ကျောင်းကို ပုဂ္ဂိုလ်တပါးအား ဖြစ်စေ သံဃာ အားဖြစ်စေ တိုက်ရိုက်လှူကောင်း၏။ မြေကိုလည်း ကျောင်းဆောက်ရန် ဖြစ်လျှင် အာရာမအဖြစ်ဖြင့် အလှူခံကောင်း၏။ လယ်ယာကိုကား တိုက် ရိုက်မလှူကောင်း၊ သုတ္တန်ပါဠိတော်၌ ရွှေငွေကို အလှူမခံခြင်းကို သီလ အဖြစ်ဖြင့်ဟောတော်မူ၏။ ဝိနည်း ပါဠိတော်၌ ရွှေငွေကို အလှူခံခြင်းနှင့် တန်းတူထား၍ တားမြစ်တော်မူသည်။ (န ကေဝလံ စ ဟိရညသုဝဏ္ဏမေဝေ၊ အညမ္ပိ၊ အညမ္ပိ ခေတ္တဝတတ္ထာဒိ အကပ္ပိယံ စ ဟိရညသုဝဏ္ဏမေဝေ၊ အညမ္ပိ ခေတ္တဝတတ္ထာဒိ အကပ္ပိယံ န သမ္ပဋိန္ဒြိယတဗ္ဗံ - နိသဂ္ဂိယပါစိတ်၊ ပဌမဝဂ်၊ ဒသမသိက္ခာပုဒ် အဋ္ဌကထာ။)



လယ်ယာကို “လယ်ယာကို ကျောင်း (ကျောင်း အပ်သောအလှူ နည်းတိုက်) အားလှူပါ၏” ဟု၎င်း၊ ကျောင်း၌ (သို့မဟုတ် ပုဂ္ဂိုလ်တပါး၌) “အသစ်အသစ်ပြုဘွယ်ရှိ သော နဝကမ္မအလုပ်အားလှူပါ၏”ဟု ၎င်း “စေတီအား လှူပါ၏” ဟုလှူလျှင် လှူကောင်း ၏။ ကပ္ပိယလုပ်သူ ထိုလယ်ယာကိုစီမံ၍ လယ်မှဖြစ်သောစပါးကို ရောင်းပြီးလျှင် ကျောင်း၌ အသုံး လိုသော ပစ္စည်းကိုသူဘာသာသူ အလိုက်သိစွာ လှူလျှင်ဖြစ်စေ၊ သံဃာ တော်အား (သို့မဟုတ် ပုဂ္ဂိုလ်တပါးအား) “အပ်သော ပစ္စည်းကို တောင်းပါ” ဟု လျှောက်လျှင် အလိုရှိရာ တောင်း၍ ဖြစ်စေ သုံးစွဲကောင်း၏။ ဤနည်း အားဖြင့် လှူအပ်သော လယ်ယာကို “ဝတ္ထုကံ (ဝတ္ထက)”ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသည်။

### (ဂ) အရက်

အရက်သည် အလှူရှင်ကိုယ်တိုင်ကပင် မလှူကောင်းသော ပစ္စည်းဖြစ်၏။ အလှူခံ ပုဂ္ဂိုလ်၏အလှူခံမှု၌ အပြစ်ရှိကြောင်းမှာ အထူးပြောဖွယ်မလိုတော့ပါ။ လောက၌ ကုသိုလ် ကောင်းမှုဟု အများကသမုတ်ထားအပ် ကုန်သော်လည်း အမှန်အားဖြင့်မကောင်းမှု အကုသိုလ် သာဖြစ်သော ဒါနတို့သည် သေရည်သေရက်အလှူ၊ ပွဲလမ်း သဘင်အလှူ၊ မိန်းမအလှူ (ခံစား တို့ရန် ခေတ္တလှူခြင်း)၊ နွားမအများရှိရာ နွားလား ဥသဘာကို လွှတ်ပေးသောအလှူ၊ (နွားမတို့နှင့်သားစပ်ဖို့အလှူဖြစ်သည်။) ကိလေသာ တိုးပွားအောင် အဆန်းတကြယ် ပြုအပ်သော မိန်းမ၊ ယောက်ျား အရပ်အလှူ၊ ဤသို့အား ဖြင့် ၅-ပါး ရှိကုန်၏။ (ဝိနည်း ဗရိဝါပါဠိတော်၊ ဧကုတ္တရပဉ္စက။)

### (ဃ) ဓား၊ လှံ , လက်နက်

ဤလက်နက် များကို ကား “အလှူခံတို့ကို မဆို့ထားဘိ ရဟန်းများမှာ ကိုင်၍မျှမကြည့်ရ”ဟု ဝိနည်း၌တားမြစ်တော်မူပါသည်။ ဥပါသကာ စစ်စစ် ဖြစ်သူများလည်း ထိုလက်နက်ကို အရောင်းအဝယ်လုပ်လျှင် “ဥပါသကာ အောက်တန်း စားဟု ပဉ္စက အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၌ ဟောတော်မူပါသည်။

မှတ်ချက် ။ ။ ဤ (၆) နံပါတ်၌ပါသော ရွှေငွေရတနာ စသောပစ္စည်း များကို အလှူခံတို့ရန် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တားမြစ်တော်မူချက်သည် အလွန် လေးနက်တော်မူ၏။ သဠာယတနဝဂ္ဂ သံယုတ် ပါဠိတော် (ဂါမဏိသံယုတ်)၌လည်း “ရွှေငွေကိုသုံးစွဲ ကောင်းသူမှာ ကာမဂုဏ်ငါးပါး သားမယား စသည် များလည်း သုံးစွဲကောင်း၏ဟု သားမယားနှင့် တန်းတူထား၍ ရွှေငွေများကို မခံယူထိုက်ကြောင်း” မိန့်တော်မူသည်။ ထိုသို့လေးလေးနက်နက် တားမြစ်တော်မူချက်၌ မူလအကြောင်းကို စုပေါင်းစဉ်းစားသင့်၏။

စဉ်းစားချက်။ ။ ရွှေငွေရတနာနှင့် လယ်ယာမိုးမြေတို့သည် အိမ်ရာတည်ထောင် လူဝတ်



## (ခ) သစ်သီး , မုံသေတ္တာ, ငါးသေတ္တာ

အဖြေ။ ။ ဤပစ္စည်းများကိုကား နေလွဲသောအခါ၌ပင် အကပ်မခံကောင်းပါ။ သို့သော် ရဟန်းများဘုန်းပေးဘို့ မရည်စူးဘဲ သာမဏေ ကျောင်းသား ကပ္ပိယတို့ စားဘို့ ရည်စူးလျှင်ကား ကပ်လှူသည်ကို ခံယူကောင်း၏။ (“သစ်သီး” ဟူရာ၌လည်း ငှက်ပျောသီး ရှောက်သီး စသော နံနက်၌ စားလေ့ရှိသော သစ်သီးကိုဆိုလိုသည်။ သံပုရာသီးကဲ့သို့သော သစ်သီးကိုကား မွန်းလွဲအခါ ခံယူကောင်းပါ၏။

## (ဂ) နောက်နေ့စားရ ဆွမ်း , ဟင်း

အဖြေ ။ ။ ဤဆွမ်း,ဟင်းများကိုလည်း မုံသေတ္တာနှင့် သဘောတူပင် စီရင်ရပါသည်။

## (ဃ) ဆွမ်းဆန်၊ ဆီ၊ ဆား၊ ငပိ၊ ငါးခြောက်

အဖြေ။ ။ ဆွမ်းဆန်နှင့် ငပိ ငါးခြောက်တို့ကိုလည်း မုံသေတ္တာကဲ့သို့ပင် စီစဉ်ရ၏။ ဆီနှင့်ဆား တို့ကား နောက်ရက်၌ ဆွမ်းဟင်းတို့နှင့် ရော၍မစားဘဲ ဆေးအရာ၌ အသုံးပြုမည်ဖြစ်လျှင် အကပ်မခံကောင်းပါ၏။ ဆွမ်းဟင်းတို့နှင့် ရော၍ချက်ပြုတ်စား သောက်ဘို့ကား အကပ်မခံ ကောင်းပါ။

မှတ်ချက်။ ။ ယခုအခါ ညနေပိုင်း ဆွမ်းဆန်စိမ်းလောင်းသော အလှအထကို တွေ့ရ၏။ ထိုသို့လောင်းရာ၌ ရဟန်းကိုယ်တိုင် မခံယူဘဲ သာမဏေ ကပ္ပိယ ကျောင်းသားတို့ ခံယူမှသာ နောက်နေ့၌ စားသောက်ခွင့် ရှိ၏။ ထိုသို့မဟုတ်ဘဲ ရဟန်းကိုယ်တိုင် ခံယူလျှင် နောက်နေ့၌ (သာမဏေ ကပ္ပိယ ကျောင်းသားတို့ ခံယူမှသာ နောက်နေ့၌ စားသောက်ခွင့်ရှိ၏။ ထိုသို့မဟုတ်ဘဲ ရဟန်းကိုယ်တိုင် ခံယူလျှင် နောက်နေ့၌ (သာမဏေ ကပ္ပိယ တို့က ချက်ပြုတ်ပေးသော်လည်း) ရဟန်းမှာ မစားကောင်းပါ။ ထို့သို့ မအပ် မုန်းသိပါလျက် လှူဒါန်းသော ဒါယကာ ဒါယိကာမ ကိုမှလည်း ဒါနအကျိုးမရဘဲ အပြစ်သာ ရစရာရှိပါသည်။

## (င) မကျန်းမာလျှင် သုံးစွဲရသော စားဆေး, သောက်ဆေး, လိမ်းဆေး

အဖြေ ။ ။ စားဆေး သောက်ဆေးတို့မှာနေလွဲလျှင် အကပ်ခံ ကောင်းတာလည်းရှိ၊ မခံကောင်းတာလဲရှိ၏။ နေမလွဲမီ တရက်သာ စား ကောင်းသော မန်ကျည်းမှည့်ပါသော တေဆေး, မန်ကျည်းရေပါသော သောက်ဆေးမျိုးကို နေလွဲအခါ အကပ်မခံကောင်းပါ။ စတုမဇ္ဇကဲ့သို့သော စားဆေးမျိုး, သံပုရာရေကဲ့သို့သော သောက်ဆေးမျိုးကိုကား နေလွဲအခါ



အကပ်ခံကောင်းပါ၏။ လိမ်းဆေးကိုကား နေလွဲအခါ ကပ်လှူနိုင်ပါသည်။

အမှာ။ ။ ဤ(၇) နံပါတ်၌ပါသော ပြဿနာများ၏အဖြေကို အတိအကျနားလည်ဘို့မှာ ဝိနည်းလေးစားသော ဆရာသမားများ နှင့် အတူနေ၍ ကိုယ်တိုင်လေ့လာမှသာ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

အမေး ၇။ ။ ရှင်ပြုပေးရာ၌ ကလေး၏ မည်သည့်အရွယ်တွင် ရှင်ပြုပေးနိုင်ပါသနည်း။  
အဖြေ။ ။ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာသည် ပဌမ ခွင့်ပြုတော်မူစဉ်၌ “၁၅-နှစ် အသက် ပြည့်မှ ရှင်ပြုပေး ရမည်”ဟု မိန့်တော်မူ၏။ ထို့နောက် မိဘများသေဆုံး သွားသဖြင့် ကိုးကွယ်ရာမဲ့ ဖြစ်နေသော ကလေးညီနောင် ၂-ယောက်ကို အကြောင်းပြု၍ “မိမိ ထမင်းစားပွဲကို ကျီးနှိုက်လာလျှင် ချောက်နိုင်သော အရွယ်ရှိသူကို ရှင်ပြုပေးနိုင်၏” ဟု ခွင့်ပြုတော်မူပြန်၏။ (ဝိနည်းမဟာ ဝါ. ပဗ္ဗဇေနန္တကပါဠိတော်။)

မှတ်ချက်။ ။ မလွဲသာ၍ ခွင့်ပြုတော်မူရသော ဤဒုတိယခွင့်ပြုတော် မူချက်ကို ကောက်ချက်ချ၍ ယခုကာလ၌ အတော်ငယ်သော ကလေးများကို ရှင်ပြုပေးကြ၏။ ထိုကလေး များသည် ဆယ်ပါးသီလနှင့်ထိုက်တန်သော ကျင့်ဝတ်ကိုမကျင့်နိုင်ကြ၊ တချို့မှာ ဇာတိ- ရူပသိက္ခာပုဒ်ကို အပျက်ခံ၍ ပိုက်ဆံကို သူလက်ထဲ ထည့်ပြီးလျှင် ကျောင်းလိုက်ချင်အောင် မိဘတို့က ချော့ကြရ၏။ မဏ္ဍပ်အတွင်းမှာပင် သင်္ကန်းပနိုင်ပဲ သိက္ခာပုဒ်များစွာ အပျက်စီး ခံကြရ၏။ တချို့ကား ကျောင်း၌မအိပ်လိုကြဘဲ အိမ်မှာပင် အိပ်ကြ၏။ ဤ အားလုံးအဟွက် သာမဏေများ ရထိုက်သော သေခံယသိက္ခာပုဒ် သီလတွေ အတော်များစွာ ပျက်လေပြီ၊ ထိုသို့ သီလတွေအပျက်ခံ၍ ရှင်ပြုပေးရာ၌ မိဘတို့မှာ ငွေလည်းထောင်ကုန်သောင်း ကုန် ကုန်ရှာကြ သေး၏။ အချို့သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ မသိနားမလည်ချက်ကား ဘာသာဖျက်ရာရောက်ရုံ မက၊ ဘာသာခြားတွေနှင့် နောင်လာ နောင်သားတို့ စဉ်းစားဝေဖန်ကြ တော့မည့် အဟွက် အလွန်ပင်ရွက်ဖွယ်ကောင်းလှပေသည်။

ဖြစ်သင့်သောရှင်ပြုနည်း။ ။ သားကိုရှင်ပြုပေးရာ၌ မိဘတို့သည် အရင်းအနှီး နည်းပါးသွား အောင် (သို့မဟုတ် ကုန်သွားအောင်) ရှင်ပြုပွဲ မကျင်းပသင့်ပါ။ သင့်တော်သော အရွယ်ရောက်မှ အနေအထိုင်အချိုးကျသော ကျောင်းသို့ပို့၍ သင့်တော်ရုံ ငွေကုန်ကြေးကုန်ကျခံရုံဖြင့် ရှင်ပြု ပေးသင့်ပါသည်။ ရှင်သာမဏေအဖြစ်ဖြင့် နေခိုက်၌ လူဝတ်ကြောင်တို့၏ သီလယူနည်း၊ ဒါနပြုနည်း၊ ဥပုသ်စောင့်နည်းနှင့်တကွ ရဟန်းသာမဏေတို့ အမြဲကျင့်ရသော သိက္ခာပုဒ်များကို နားလည်၍ ကျင့်တတ်အောင်၎င်း ဘာသာရေးကိစ္စတို့၌ အသားကျ နားလည်အောင်၎င်း လေ့လာသင့်၏။ သို့မှမိမိတို့က ဒကာအဖြစ်ဖြင့် လှူရသောအခါ ပုဂ္ဂိုလ်အကောင်းအဆိုးရွေး ချယ်တတ်၍ သာသနာထောက်ပံ့သော ဒါယကာတစ်ယောက် ဖြစ်လာ ဖွယ်ရှိပေသည်။



အမေး ၂ ။ ။ သိမ်အတွင်းသို့ ဒါယိကာမများ ဝင်နိုင်ပါသလား။ မဝင်ရဟု တားမြစ်ထားပါလျက်ဝင်လျှင် မည်သို့အပြစ်ရှိပါသနည်း။

အဖြေ။ ။ သိမ်အတွင်းသို့ ဒါယိကာမဝင်နိုင်ပါ၏။ မည်သူကမျှမတား မမြစ်ထိုက်ပါ။ တားမြစ်စေကာမူ တရားတော်နှင့်မညီသောကြောင့် ဝင်သူမှာအပြစ်မရှိပါ။ “သိမ်” ဟူသော ပါဠိပျက်စကားသည် “အပိုင်းအခြား” ဟူသော အဓိပ္ပါယ်ကိုပြ၏။ ထိုသိမ်သည် အငယ်ဆုံးအားဖြင့် ၂-ကျိပ် ၁-ယောက် ထိုင်လောက်သော နေရာဖြစ်၏။ အကြီးအားဖြင့် ၃-ယူဇနာ တိုင်အောင် ကြီးကျယ်နိုင်၏။ ဘုရားလက်ထက်တော်၌ရာဇဂြိုဟ်မြို့ကို ပတ်ဝိုက်၍ ကျောင်းတိုက်ပေါင်း တဆူရှည်တိုက်ရှိ၏။ ထိုကျောင်းတိုက် အားလုံးကို ခြုံပိအောင် အချင်သာခိုပုတ္တသည် သိမ်သမုတ်တော်မူ၏။ (ပိနည်းမဟာ ဝါ၊ ဥပေါသထက္ခန္ဓက အဋ္ဌကထာ။) ထိုသို့ သိမ်သမုတ်လိုက်သော အခါ ရာဇဂြိုဟ်မြို့ကြီးသည် သိမ်အတွင်း၌ ပါဝင်နေ၏။ ယိုသိမ် အတွင်းမှာပင် အိမ်ထောင်ပြုကြ မွေးဖွားကြရလေသည်။

အမေး ။ ။ (က) ဈေးမှ သားငါးကို ဝယ်ယူစားသောက်ခြင်း

(ခ) အလှူလုပ်ရန် သားငါးကို ကြိုတင်၍ မှာထားခြင်း

(ဂ) မိမိအတွက် သတ်၍ ချက်ပေးသော အသားဟင်း

ကို သိလျက် စားခြင်းတို့ကြောင့် ပါဏာတိပါတကံ ထိုက်ပါသလား။

အဖြေ(က)။ ။ ဒုစရိုက် မကောင်းမှု ပြုရာ၌ (၁) ကိုယ်တိုင်ပြုခြင်း၊ (၂) သူတပါးကို ခိုင်းခြင်း၊ (၃) သူတပါး ပြုချင်လာအောင် အကျိုးကျေးဇူး ဂုဏ်ကိုပြောခြင်း၊ (၄) သူတပါး ပြုသည်ကိုသဘောတူခြင်း၊ ဤသို့ ၄-ပါးရှိ၏။ ဈေးမှသားငါးကို ဝယ်ယူ စားသောက်ခြင်းသည် ထို ၄-ပါးတွင် မပါဝင်သောကြောင့် ပါဏာတိပါတကံ မထိုက်ပါ။

အဖြေ (ခ) ။ ။ အလှူလုပ်ရန် ကြိုတင်၍ မှာခြင်းကား “ပို၍သတ်လိုက်ပါ” ဟု စေခိုင်းရာလည်း ရောက်၏။ ငွေပေးမည်ဖြစ်သောကြောင့် ပို၍သတ်ချင်လာအောင် ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောရာလည်း ရောက်၏။ ထို့ကြောင့် ပါဏာတိပါတကံ ထိုက်သည်။ (ဤအလုပ်မျိုးကို အလှူရှင် ကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ အလှူရှင်၏ လူယုံတော်ဖြစ်စေ လုပ်တတ် ကြလေသည်။ ဝမ်းနည်း ဖွယ်ကောင်းလေစွ။

အဖြေ (ဂ) ။ ။ မိမိအတွက် သတ်၍ ချက်ပေးသည်ကို သိလျက် စားခြင်း၌ လူဝတ်ကြောင်များအတွက် ထိုသို့ပြုသည်ကို သဘောတူလျှင် ပါဏာတိပါတကံအဖြစ်သို့ မရောက်သော်လည်း သဘောတူခြင်းကြောင့် ပါဏာတိပါတဒုစရိုက် (မကောင်းမှု) ဖြစ်၏။ ရဟန်းတော်များကား ထိုသို့ သိလျက်စားလျှင် အာပတ်သင့်သည်။ မသိ၍စားလျှင်ကား မည်သူမျှအပြစ် မရှိ၊ (ကံထိုက်လျှင် အပါယ်ကျခွင့်ရှိ၏။ ကံမထိုက်ဘဲမကောင်းမှု ဒုစရိုက်ဖြစ်ရုံကား အပါယ်ကျလောက်အောင် အပြစ်မကြီးဟု သာမညအားဖြင့် ခွဲခြားရသည်။



## ၅။ ရဟန်းတော်များ၏ ဝိနည်းသိက္ခာနှင့်စပ်သော မေးခွန်းအဖြေများ

အမေး ၁။ ။ ရဟန်းတော်များသည် မိမိ၏ ပစ္စည်း ၄-ပါး ဒါယကာ ဒါယကာမ မဟုတ်သူ၏ အိမ်သို့ဝင်၍ ဆွမ်းစသော ပစ္စည်းကို အလှူခံ နိုင်ပါသလား။

အဖြေ ။ ။ ရဟန်းတို့နှင့် သင့်လျော်သော ပစ္စည်းကို အလှူခံနိုင်ပါ၏။ သို့သော် (ဆွမ်းခံရပ်သလို) အိမ်အနီးအပါး၌ ရပ်၍ နေရ၏။ ဘာအလို့ ရှိပါသတုံး ဘုရား”ဟု မေးမှ အလိုရှိသော ပစ္စည်းကို ပြောရ၏။ “မလှူ နိုင်ပါ” ဟုဆိုလျှင် ထင်၍လှူချင်အောင် ပြောမနေရ၊ ထင်၍လှူချင်အောင် ပြောမှသာ လှူသောပစ္စည်းသည် ထိုရဟန်းနှင့်တကွ ရဟန်းသာမဏေအားလုံး မသုံးစွဲကောင်း။ (ဝိနည်း ပါဠိတော် အညာတက ပိညတ္တိ သိက္ခာပုဒ်၊ သူပေဒန သေခယ သိက္ခာပုဒ်။)

အမေး ၂။ ။ မိမိအား လှူလိုက်သော ပစ္စည်းကို “ဒီဟာမကြိုက်ဘူး၊ ဟိုဟာ ပေးပါ”ဟု ရဟန်းတော်များ ပြောကောင်းပါသလား။

အဖြေ ။ ။ မပြောကောင်းပါ။ ထိုသို့ပြောလျှင် ထိုဟာကို ဟောင်းရာ ရောက်နေသည့်အတွက် ပြခဲ့သော သိက္ခာပုဒ်များအရ အပြစ်ရှိ၏။ သို့သော် လှူလိုက်သော ပစ္စည်းများလျှင် သို့မဟုတ် တန်ဖိုးချင်းညီမျှလျှင် “ငါ့မှာ ဒီပစ္စည်းတော့အသုံးမဝင် ဟိုပစ္စည်းသာအသုံးဝင်၏” ဟုပြောကောင်း၏။ ကပ္ပိယတစ်လောက်ကို “လဲပေးပါ” ဟု လည်းခိုင်းကောင်း၏။

အမေး ၃။ ။ မိမိအား လှူချင်လာအောင် ဆွယ်တရား၊ ဝါဒဖြန့်တရားဟော ကောင်းပါသလား။

အဖြေ ။ ။ မဟောကောင်းပါ။ ထိုသို့ဟော၍ ရသောပစ္စည်းကို ရဟန်းသာ မဏေအားလုံးမသုံးကောင်းပါ။ (ပစ္စည်းနှင့်စပ်၍ ဉာတိလည်း မဟုတ် “အလိုရှိရာ တောင်းပါ” ဖိတ်မန်ထားသူလည်း မဟုတ်သော ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့အထဲ၌ (ဆွမ်းရပ်သလို ရပ်ခြင်းမှတစ်ပါး) တိုက်ရိုက်လည်း မတောင်းကောင်း၊ အတောင်းလည်း မခိုင်းကောင်း၊ လှူချင်လာ အောင် ပရိယာယ်စကား ဆွယ်တရား ဝါဒဖြန့် တရားလည်းမဟောကောင်း၊ လှူစေလိုသော အရိပ်နိမိတ်များကိုမျှလည်း မပြောကောင်း၊ သို့သော် မကျန်းမာ၍ ဆေးကိုကားတောင်းကောင်း၏။ ကျောင်းကိုလည်း အရိပ်နိမိတ် ပြောကောင်း၏။

အမေး(၈)။ ။ ရဟန်းတော်များသည် ဒကာ ဒကာမတို့ ခေါ်ဆောင်၍ ခရီးအတူ သွားနိုင်ပါသလား။



အဖြေ ။ ။ ဒကာကို ခေါ်ဆောင်၍ သွားသင့်ပါ၏။ ဒကာမကို ခေါ်ဆောင်၍ ခရီးအတူ  
မသွားနိုင်ပါ။ သွားလျှင် ပါစိတ်အာပတ် သင့်၏။ (ဝိနည်းပါဠိတော်၊ သုဒ္ဓပါစိ၊ သံဝိဓာနသိက္ခာ  
ပုဒ်။)

အမေး ၉ ။ ။ ရဟန်းတော်များသည် ဈေးသို့သွား၍ ဈေးဝယ်နိုင်ပါ သလား၊ ငွေမကိုင်ဘဲ  
မိမိအလိုရှိရာ ပစ္စည်းကို ရွေးချယ်၍ ဒကာကို ငွေချေစေခြင်း၊ ငွေယူမလာဘဲ အကြွေးဝယ်ခြင်း  
စသည်ကို ပြုနိုင်သလား။

အဖြေ ။ ။ ရဟန်းတော်များသည် ဈေးသို့သွားလျှင် အိမ်တစ်အိမ်သို့ သွားသောနည်းဖြင့်  
သင်္ကန်းရုံ စက္ခုချ၍ သွားနိုင်ပါ၏။ ကိုယ်တိုင်ကား ငွေပေး၍ မဝယ်ကောင်းပါ။ ကပ္ပိယနှင့် အတူ  
သွား၍ မိမိအလိုရှိရာ ပစ္စည်းကိုသာ ရွေးချယ်ကောင်း၏။ ရွေးချယ်ပြီးသောအခါ ကပ္ပိယညာဉ်ပိတ်  
လျှင် သို့မဟုတ် ဖိတ်မန်ထားသော ပဝါရိတဖြစ်လျှင် “ဒီပစ္စည်းကို အလိုရှိသည်” ဟုသာ  
ပြောကောင်း၏။ “ငွေပေးလိုက်” ဟု မခိုင်းကောင်းပါ။ ဈေးများနေလျှင်လည်း ဈေးမဆစ်ကောင်း  
ပါ။ ဉာတိပဝါရိတမဟုတ်သော ကပ္ပိယမပါဘဲ အကြွေးလည်း ဝယ်ကောင်းပါ။

မှတ်ချက်။ ။ ဈေးသည်က သိကျွမ်းသူဖြစ်နေလျှင် “ယခု ဒီပစ္စည်းကို ယူသွား ပါမည်။  
ကျသင့်ငွေကို ကပ္ပိယလာ၍ ပေးပါလိမ့်မည်” ဟု ပြော၍ ကား ယူသွားကောင်းပါ၏။ ထို့နောက်  
ကပ္ပိယညာဉ် (ပရိရိတ) ဖြစ်သူကို “မည်သူ့ထံမှ မည်သည့်ပစ္စည်းကို ယူခဲ့သည်၊ ဈေးသည်ထံ  
သွားလိုက်ပါ” ဟု ပြောကောင်း၏။ “ငွေသွားပေးလိုက်ပါ” ဟုကား မပြောကောင်း။

အမေး ၁၀။ ။ ရဟန်းတော်သည် မိမိမှာ ရှိသောပစ္စည်းကို လူပုဂ္ဂိုလ် နှင့် ၎င်း  
(ရှင်သာမဏေ) တို့နှင့် ၎င်း ပစ္စည်းချင်းလဲကောင်းပါသလား။

အဖြေ ။ ။ ပစ္စည်းချင်းလဲကောင်းပါ၏။ သို့သော် လူနှင့်လဲရာ၌ ကိုယ်တိုင် မလဲကောင်း၊  
အခြားလူတစ်ယောက်ကိုသာလဲခိုင်းရသည်။ ဥပမာ- ဈေးသို့သွား၍ မိမိသင်္ကန်းဖြင့် ဈေးသည်၏  
သပိတ်ကို လဲလိုလျှင် ဈေးသည်မှတစ်ပါး “ဒီသင်္ကန်းဖြင့် ဟိုသပိတ်ကို လဲပေးပါ” ဟု ပြောရသည်။  
ထိုသို့ ကြားလူရှာမရလျှင်လည်း “ငါ့မှာ သင်္ကန်းတော့ရှိ၏။ သပိတ်လိုနေသည်။ သင်္ကန်းဖြင့်  
သပိတ်ကို အလိုရှိသည်” ဟု ပြောရမည်။ ထိုအခါ ဈေးသည်က သူ့ဘာသာ သင်္ကန်းကိုယူ၍  
သပိတ်ပေးလျှင်လည်း ဝိနည်းအပြစ်ကင်း၏။ ရဟန်းသာမဏေတို့နှင့်ကား ကိုယ်တိုင်ပင်  
လဲကောင်းပါသည်။

အမေး ၁၁ ။ ။ ရဟန်းတော်သည် လူဝတ်ကြောင်တို့၏ သားသမီး ကလေးများကို ပွေ့ချီ  
ကောင်းပါသလား။

အဖြေ ။ ။ မပွေ့ချီကောင်းပါ။ (ဤသို့ပြုမှုကို “အနေ-သန-မအပ်” သော ပစ္စည်းရှာ



နည်းတမျိုး”ဟု ခေါ်၏။ “ငါတို့၏ ကလေးကို ယုယရှာ ပေသည်” ဟု သဘောကျ၍ လူတို့က ဆွမ်းစသည်ကို ထိုရဟန်းနှင့်တကွ အခြား ရဟန်းသာမဏေများ မသုံးစားကောင်းပါ။ ဤအနေသနသည် ၂၁-ပါး ရှိ၏။)

### အနေသန ၂၁ - ပါး

- (၁) ဆေးပေး၍၊ ဓာတ်စာပေး၍ ဆေးကုခြင်း။
- (၂) လူက အဝေးသို့ခိုင်း၍ စေတမန်လုပ်ခြင်း။
- (၃) ဟိုအိမ် သည်အိမ်သို့ တစ်စုံတစ်ခုစေခိုင်း၍ သွားခြင်း။
- (၄) အနာကိုဓားခွဲပေးခြင်း။
- (၅) အနာကို ဆေးလိမ်းပေးခြင်း။
- (၆) အနာကို ဖန်ဆေးပေးခြင်း။
- (၇) ဝမ်းနှုတ်ဆေးပေးခြင်း။
- (၈) နှာပေးခြင်း။
- (၉) မျက်စဉ်းပေးခြင်း။
- (၁၀) အိမ်ဆောက်ဘို့ ဝါးပေးခြင်း
- (၁၁) အိမ်မိုးဘို့ ထန်းရွက် ခနိရွက်စသည်ပေးခြင်း။
- (၁၂) ပန်း ပေးခြင်း။
- (၁၃) ငှက်ပျောသီး အုန်းသီး စသော သစ်သီးပေးခြင်း
- (၁၄) ရေချိုးစရာ ဆပ်ပြာပေးခြင်း။
- (၁၅) ဒန်ပူ(သွားပွတ်တံ)
- (၁၆) မျက်နှာသစ်ရေ ပေးခြင်း
- (၁၇) မျက်နှာချေမှုန့် ပေးခြင်း
- (၁၈) မြေညက် ပေးခြင်း။
- (၁၉) မိမိကိုယ်ကို အောက်ချကာ ဒကာ ဒကာမတို့ကို မြှောက်၍ ပြောဆိုခြင်း။
- (၂၀) အကျက် နည်းပါး မကျက်များသော ပဲနောက်ဟင်းကဲ့သို့ အမှန်နည်းပါး

အမှားများသော စကားတို့ဖြင့် ဒကာ ဒကာမတို့ သဘောကျ လောက်အောင် နည်းအမျိုးမျိုး ဖြင့် ပြောဆိုခြင်း။

(၂၁) ကလေးထိန်းကဲ့သို့ ဒကာ ဒကာမတို့ ကလေးကို ချီပွေ့ ချော့မြူခြင်း။(မူလ ဇီကာ၊ ကုသလကထာ။) ပစ္စည်းလာဘ်ကို မြှော်၍ မိမိကိုယ်ကို အထင်ကြီးအောင် ဣန္ဒြေကြီးဖြင့် ဟန်လုပ်နေခြင်း၊ ပစ္စည်း ၄-ပါး လှူအောင် စောင်းပါး ရိပ်ခြည် ပြောခြင်း၊ အရိယာဟုထင်အောင် အရိပ်နိမိတ် ပြောခြင်းများလည်း ရှိပါသေးသည်။

အမေး ၁၅ ။ ။ ရဟန်းတော်များ ဖဲရိုက်ခြင်း၊ အရက်သောက်ခြင်း၊ ပြုပါက မည်သို့



အပြစ်ရှိပါသနည်း။

**အဖြေ** ။ ။ ဖဲရိုက်ခြင်းကြောင့် ဒုက္ခရုံအာပတ် သင့်၍ သေရည် သေရက် သောက်ခြင်း ကြောင့် ပါစိတ်အာပတ်သင့်ပါသည်။

**အမေး** ၁၆ ။ ။ လူဝတ်ကြောင်က ရဟန်းအား သာမန်အခါ ရိုက်နှက် ခြင်း၊ အရက်မူး၍ ရမ်းကားနေသောအခါ ရိုက်နှက်ခြင်း၌ အပြစ်မည်သို့ ရှိပါသနည်း။

**အဖြေ** ။ ။ သီလ သိက္ခာရှိသူကို သတ်ခြင်းထက် သီလ သိက္ခာမရှိ သူကို သတ်ခြင်း က အပြစ်ပေါ်သကဲ့သို့ သာမန်အခါ ရိုက်နှက်ခြင်းထက် အရက်မူး၍ ရမ်းကားနေသောအခါ ရိုက်နှက်ခြင်းက အပြစ်သက်သာ၏။

**အမေး** ၁၇ ။ ။ ဝိနည်းယုံးစံအရ သိမ်ပွင် ရဟန်းခံသူ မဟုတ်သော အယောင်ဆောင် ရဟန်းမှာ မည်သို့ အပြစ်ရှိပါသနည်း။

**အဖြေ** ။ ။ ဘေးရန်တစုံတရာမရှိဘဲ မိမိဘာသာသင်္ကန်းဝတ်သူကို “လိင်္ဂထေနက” (ရဟန်းအသွင်ခိုးသူ) ဟု ခေါ်၏။ ရဟန်းအစစ်လုပ်၍ အခြားရဟန်းတို့နှင့် အတူပေါင်းနေလျှင် (“ရဟန်းဝါ မည်မျှပြု”ဟု လိမ်၍ ပြောလျှင်) “သံဝါသ-ထေနက” (အပေါင်းအသင်း ခိုးသူ)ဟု ခေါ်၏။ ကိုယ့် ဘာသာ ဤကဏ္ဍမည်သည့်နည်းနှင့်မျှ (နောက်ထပ် အစစ်ဖြစ်လိုသော်လည်း) ရဟန်းအစစ် မဆိုထားဘိ သာမဏေအစစ်မျှ ဖြစ်ခွင့်မရှိတော့၊ ဝိနည်းအလို အားဖြင့် ဤမျှတိုင်အောင် အပြစ်ကြီး၏။ အယောင်ဆောင် အရေခြုံ ရဟန်းသည် ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း စသောပစ္စည်းများကို သုံးစွဲရာ၌အားလုံး ခိုးရာရောက်၏။ ထို့ကြောင့် ထိုသူသည် လူဝတ်ကြောင် သူခိုးထက် အပြစ် ကြီး၍ သေသည့်အခြားမဲ့၌ ငရဲသို့ရောက်ရဘို့သာ ရှိတော့သည်။ (အဂ္ဂိက္ခန္ဓောပမသုတ်။)

**အမေး** ၁၈ ။ ။ (က) ပကာသနီယကံ အပြုခံသော ရဟန်းအယောင် ရဟန်း၊ ပါရာဇိက ကျပြီးသော ရဟန်းတို့ မည်သို့ကွာခြားပါသနည်း။

(ခ) ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ရဟန်းတော်အစစ်ထင်၍ လှူလှူမည်သို့အကျိုးရှိ ပါသနည်း။

(ဂ) ရဟန်းတော်အစစ်မဟုတ်မှန်း သိလျက် လှူလှူ မည်သို့ အပြစ်ရှိပါသနည်း။

**အဖြေ** (က)။ ။ ပကာသနီယကံ အပြုခံရသောရဟန်းသည် (အခြားနည်းဖြင့် ပါရာဇိက ကျပြီး မဟုတ်လျှင်) ရဟန်း အဖြစ်၌တည်နေသေး၏။ ပါရာဇိကကျသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရဟန်းအဖြစ်၌ မတည်နိုင်တော့၊ သို့သော် ရှင်သာမဏေဖြစ်နိုင်သေး၏။ အယောင်ဆောင် အရေခြုံရဟန်းကား ရှင်သာမဏေ မဖြစ်နိုင်တော့၊ ဤသို့ကွာခြားကြသည်။

**အဖြေ** (ခ)။ ။ ထို ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ရဟန်းအစစ်ထင်၍လှူလှူ အလှူဒါနနှင့် စပ်စပ် သော ၂-နံပါတ် မေးခွန်းတွင် ဖြေခဲ့သည့်အတိုင်း ပုထုဇဉ် ဒုဿီလအား လှူသလောက်တော့



အကျိုးရနိုင်ပါသေး၏။

အဖြေ (၇)။ ။ ရဟန်းအစစ်မဟုတ်မှန်းသိလျက် လှူရာ၌ကား လှူသူ ၏စိတ်ထားကို လိုက်ရပေလိမ့်မည်။ လှူသူ၏ စိတ်ထားက (ဆွေမျိုးဖြစ်၍၊ မိတ်ဆွေဖြစ်ခဲ့ဖူး၍) ဝတ်တရားအတိုင်း လှူလျှင် (ခ) အတိုင်းအကျိုးရပါသေး၏။ ပကာသနီယကံ (အစစ်အမှန်) အပြုခံရသော အလင်္ဂီမှန်းသိလျက် ၎င်းအားပေးအားမြှောက်ပြုလိုသော စေတနာဖြင့် လှူရာ၌ကား အဆိပ်ပင်ရေလောင်းပေးသူပမာ သာသနာကို ဖျက်ဆီးသူသာ ဖြစ်၍ အပြစ်ကြီးမားလှပါသည်။

**အဆို-အက-အတီးသည် အပါယ်လားကြောင်း-ဒါနလော**

မြတ်စွာဘုရားသခင်သည် (နစ္စ-ကပ္ပသဘင်၊ ဂီတ-အဆိုကျော်များဖြင့် သီဆိုဖျော်ဖြေပေးမှု၊ ဝါဒိတ-တီးဝိုင်းမျိုးစုံ) ဤအလုပ်များသည်မကောင်းမှု အကုသိုလ် အညစ်ကမ်းဖြစ်၍ “အပါယ် ဂမနိယ ဒါန” အပါယ်လားကြောင်း အလှူမျိုးဖြစ်သည့် မလုပ်ကောင်းချေ။ မလုပ်ရဟု သိကွပုဒ်ဖြင့် တင်းကြပ်စွာ တားမြစ်ခဲ့လေသည်။

ထင်ရှားအောင်ပြုရလျှင် သီလပေးသော ဘုန်းတော်ကြီးထံ သီလခံယူသော ဥပုသ်စောင့်သူတိုင်း ဤနစ္စ၊ ဂီတ၊ ဝါဒိတ၊ သိကွပုဒ်ကို မပြုလုပ် မကျူးလွန် မကြည့်ရှု နားမထောင်တော့ပါ ဟုနှုတ်ကမြှောက်ဆိုကာ အာမတန္တေ ခံယူကြလေသည်။

သို့တစေ အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းဆိုးဝါး အကုသိုလ် အညစ်ကမ်း ဖြစ်သည့် ဤတီးမှုတ်၊ သီဆို၊ ကခုန်ပွဲကို (နတ်ရွာ နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်း အကောင်းဆုံး အသန့်ဆုံး အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော မိမိတို့၏ သာသနာပြု ကုသိုလ်မှုထဲ၌) ထည့်သွင်းရောမွှေ ပေးလှူနေကြခြင်းသည် အမြိုက် သုဒ္ဓါအိုးကြီးထဲ မစင်တုံးကြီး ၃-တုံးထည့်စွက် ရောမွှေ၍ ဝိုင်းဝန်းတိုက်ကျွေးသုံးဆောင်ကြသလို ဖြစ်နေတော့၏။

**မီးပုံထဲက အကူဆင်းသူများ**

ရှေးမဟာထေရ်ကြီးများကလည်း သာသနာတော်၏ ဆူးငြောင့် တံကျင် သဘွယ် ဖြစ်သော ကခုန်၊ သီဆို၊ တီးမှုတ်ခြင်း၊ ပွဲသဘင်တို့ကို ထည့်သွင်းပေးလှူမှုသည် ငရဲမီးပုံကြီးဖိုလျက်လာကြကော့ မိက်ဆွေအပေါင်းကို လှော်လှော်ပါးပါးနဲ့ မီးပုံကဲခန့် ဆင်းကြရအောင်ကုန်မှာတော်မူကြသည်။

အပါယ်လားကြောင်း မပေးလှူကောင်းသော ဒါနမျိုး ၅-ပါး၊ တနည်း ၁၀-ပါးတို့ကိုလည်း သိအောင် ကြည့်ရှုလေ့လာကြသည်။

\* အပါယ်လားကြောင့်အလှူ (၁၀) ပါး \*

- (၁) ဆို-က-တီး အငြိမ်းဇာတ်ပွဲအလှူ
- (၂) သေရည်အရက်အလှူ



- (၃)မိန်းမအလှူ  
 (၄)ကာမဂုဏ်ကိုဆွပေးသောပန်းချီဆေးရေးအလှူ  
 (၅)လက်နက်ခဲယမ်းမီးကျောက်အလှူ  
 (၆)နွားလား၊မြင်းလားအလှူ  
 (၇)အဆိပ်အလှူ  
 (၈)လက်ထိပ်-သံချေကျင်းနှောင်ကြိုအလှူ  
 (၉)ကြက်၊ ဝက်၊ သားကောင်းအလှူ  
 (၁၀)ချိန်စဉ်းလဲ၊ တင်းစင်းလဲအလှူ

နောက်ကာလ ၁၃၂၁-ခုနှစ် ဖျာပုံတိုက်သစ်ကျောင်းတော်ကြီးကို မိမိအားအပ်နှံ  
 ပေးလှူကြတာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကြိုက် အစိုးတရ စီမံအုပ်ချုပ် နိုင်သော ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီး  
 ဖြစ်လာသည့်အချိန်မှစ၍ မိမိကျောင်းသို့ လာရောက်ပေး လှူကြကုန်သော ရှင်ပြု၊ ရဟန်းခံ၊  
 သံဃာတော် ဆွမ်းကပ် ထိုထိုမြင့်မြတ် ဖြူစင်သော ဒါနကုသိုလ်အစုထဲ၌ (မဲနက်ပေကျံ  
 အကုသိုလ်ကံ ဖြစ်သည့်) အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းဒုစရိုက် ဘုရားမကြိုက်သော နစ္စ၊  
 ဂီတ၊ ဝါဒီတ တို့ကို ထည့်သွင်းသိဆို တီးမှုတ်ခွင့် လုံးဝမပြုတော့ချေ။

ဆွမ်းဆန်ကဲ ကြွက်ချေးမရောစေရပဲ ကုသိုလ်သက်သက် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း  
 ဖြူဖြူစင်စင် ကြည်ကြည်လင်လင် ကိလေသာဟို့မှ ဟိဟိဆိဟိငြိမ်သက်စွာ တရားနာယူခြင်း  
 တရားဆွေးနွေးခြင်းတို့ခြင်းသာ ပြုစုကျွေးမွေး ဧည့်ခံစေလျက် ဒါနပွဲကိုပြီးဆုံးစေလေသည်။

သို့တစေ မိမိညွှန်ကြား တားမြစ်ပိတ်ပင်ချက်ကို ပညာရှိ အများက နှစ်သက်ကို  
 လိုလားစွာ လိုက်နာခံယူကြသော်လည်း သူ့အချို့ကမူ မနှစ်သက်မခံယူကြပေ၊ အတီး  
 အမှုတ်ကိုမှလက်မခံရင် လက်ခံတဲ့ကျောင်း ဘုန်းကြီးထံသွားလှူမည်ဟု တော်ကာ  
 လက်ခံသည့်ကျောင်း၌ သွားရောက် ပေးလှူကြကုန်၏။

မိမိသည် ရှင်လူတို့ နှစ်သက်ချင်နှစ်သက် မနှစ်သက်ချင် ဘုရားဟော လမ်းမှန်  
 ကျမ်းဂန်နှင့်ညီလျက် အလှူရှင်တို့ အကျိုးရှိမှုအတွက် သက်သက်ဖြစ်သော ထိုတား  
 မြစ်ချက်ကိုတော့ ဘယ်အခါမှ လေ့လာမပေးတော့ပါချေ။

ထိုထိုကောင်းမှုရှင်တို့၏ (မဟာဗွလ) အကျိုးကြီးမြတ်မှုတို့ကို လိုလားတော်  
 မူကြကုန်သော ရွှေကျင်ဂိုဏ်း ဒွါရဂိုဏ်းဆရာတော် ကြီးများက လည်း ၎င်းတို့၏  
 ကျောင်းတိုက်တွင်း အလှူဒါနမှုတို့၌ အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းသော အယုတ်တရား  
 ကခုန်၊ သိဆို၊ တီးမှုတ်မှုများ ကိုလုံးဝလက်ခံ ခွင့်ပြုတော်မမူကုန်၊ ဤကားယထာဘူတ  
 ကျ၍မုချနည်းယူစရာ မဟုတ်ပါလော့။



နန္ဒဂါမဏိ သုတ္တန်

နန္ဒဂါမဏိသုတ္တန်၌ နန္ဒဂါမဏိက မြတ်စွာဘုရားထံ၌ ရံကံကြီးတင်  
ငိုကြွေးမြည်တမ်းနေ၍ အကြောင်းကိုမေးသောအခါ...။

ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ ဟပည့်တော် ဟစ်အော် ငိုကြွေးရခြင်း  
အကြောင်းကတော့ ဘိုးဘေးဘီဘင်ဆရာ အစဉ် အဆက်ရဲ့ လိမ်ညာလှည့်ဖြား၊ မတရားမှုကို  
ဟယျိုးလုံးခံခဲ့ရလို့ ငိုတာပါဘုရား။

ဟပည့်တော်တို့ ဆရာသမား ဘိုးဘွားမိဘများက (သည်လိုနစ္စ-ဂီဟ-ပါဒိဟ) ဆို-  
က-ကီး- သဘင်အတတ်သည် သေသောအခါ ပဟာ သနတ်မျိုးဖြစ်၍ ထိုနတ်တို့၏  
စည်းစိမ်ချမ်းသာကို မယူခံစားနိုင်သည်ဟု ပြောကြားခဲ့ ကြပါသည်။ အခုမြတ်စွာဘုရား  
မိန့်ကြားတော် မူဟာလဟော့ (ဤအလုပ်တို့ကား အပါယ်လားကြောင်းသာဖြစ်သည်။)  
ဟပည့်တော်တို့ မိဘဘိုးဘွားတွေဟာလဲ ပဟာသင်ရဲကျရောက်တာ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို  
ခံစားနေရတယ်ဆိုလို့ (အမှန်တရားကို သိရသောကြောင့်) သူတို့ လိမ်ညာ လှည့်ဖြားမှုခံလာရ  
တာကို စိတ်နာကြည်းလွန်း၍ ဟစ်ငိုတာပါဘုရား ဟု လျှောက်ထား ဖြေကြားလေသည်။ သူများ  
အလိမ်မခံရအောင် မင်းနန္ဒဂါမဏိ ဝတ္ထုကြောင်းကိုလည်း ဖတ်ကြပါကုန်။

(ဆိုရေးရှိုက၊ ဆိုအပ်လှ၏၊ ဆိုစရာများ၊ ထားပါချေမီ ငါဝန်ရှိခဲ့) ဟူသော  
ပရိဘာသအရ၍၌ ဆိုစရာအမှန်ဟရားကို မချန်မထား မိန့်ဆိုကြားလိုက်သည်  
ကြိုက်သူနည်းပါးကကြိုက်သူကများသော်လည်း ထိုက်သူကားများသော အကျိုးသူခကို  
မချခံစားရအံ့သတည်း။

ရွှေကျင်သာဿနာပိုင်အင်းကန်းဆရာဟော် ဘုရားကြီးက (တနှစ်တခါခဲရဲ့ရှား  
လူ့ရှာဘုရားပွဲ) ဟုဆုံးမတော်မူဟာပေါ့။ ဒါပြောင့်သာ သာဿနာရေးကိစ္စပစ္စုပ္ပန် အဆို အက  
အတီး တွေပြုသင့်မပြုသင့် စဉ်းစားကြပါလေ။ (သရက်တော်၊ ဖျာပုံတို့ကံသစ် ဆရာတော်မှာ  
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ အရှင်ဩဘာသဘိဝံသ၏ တရားကိုကိုးကားပါသည်။)

**ငါသည်မှမျသေရမည်၊ အချိန်ပိုင်းသာလိုတော့သည်**

သင်သည်လူဘဝတွင် ဘယ်လောက်နေခဲ့ပြီးပြီးလဲ. ဘယ်လောက်ဆက် နေရအုံးမှာလဲ  
မနက်ဖန်လည်းဖြစ်နိုင်သလို သက်တန်း ပြည့် (၇၅) နှစ် လည်းဖြစ်နိုင်သည်။ နေခဲ့တာ  
တွေကတော့ ဟိုလိုဒီလိုလွယ် လွယ်ဖြစ်ခဲ့ပြီး ရှေ့ကိုတော့ အိုနာကျိုးကန်းနဲ့ အဆုံးသတ်ရမှာ  
ဒီတော့ သံဝေဂ ယူနိုင်ရန်လက်ကျန် အချိန်ကလေးကိုကြည့်လိုက်ပါ။ ကြည့်ပြီး သိပြီးရင်  
ဘာလုပ်ရင် ကောင်းမလဲ. . . တစ်နှစ် တစ်နှစ်ဟာခဏလေးပါ။



နေ့ခွဲ နှစ်	နေ့ခွဲပြီး ရက်ပေါင်း	ကျန် နှစ်	ကျန် ရက်ပေါင်း	နေ့ခွဲ နှစ်	နေ့ခွဲ ရက်ပေါင်း	ကျန် နှစ်	ကျန် ရက်ပေါင်း
၄၀	၁၄၆၀၀	၃၅	၁၂၇၇၅	၅၈	၂၁၁၇၀	၁၇	၆၂၀၅
၄၁	၁၄၉၆၅	၃၄	၁၂၄၁၀	၅၉	၂၁၅၃၅	၁၆	၅၈၄၀
၄၂	၁၅၃၃၀	၃၃	၁၂၀၄၅	၆၀	၂၁၉၀၀	၁၅	၅၄၇၅
၄၃	၁၅၆၉၅	၃၂	၁၁၆၈၀	၆၁	၂၂၂၆၅	၁၄	၅၁၁၀
၄၄	၁၆၀၆၀	၃၁	၁၁၃၁၅	၆၂	၂၂၆၃၀	၁၃	၄၇၄၅
၄၅	၁၆၄၂၅	၃၀	၁၀၉၅၀	၆၃	၂၂၉၉၅	၁၂	၄၄၈၀
၄၆	၁၆၇၉၀	၂၉	၁၀၅၈၅	၆၄	၂၃၃၆၀	၁၁	၄၁၁၅
၄၇	၁၇၁၅၅	၂၈	၁၀၂၂၀	၆၅	၂၃၇၂၅	၁၀	၃၆၅၀
၄၈	၁၇၅၂၀	၂၇	၉၈၅၅	၆၆	၂၄၀၉၀	၉	၃၂၈၅
၄၉	၁၇၈၈၅	၂၆	၉၄၉၀	၆၇	၂၄၄၅၅	၈	၂၉၂၀
၅၀	၁၈၂၅၀	၂၅	၉၁၂၅	၆၈	၂၄၈၂၀	၇	၂၅၅၅
၅၁	၁၈၆၁၅	၂၄	၈၇၆၀	၆၉	၂၅၁၈၅	၆	၂၁၉၀
၅၂	၁၈၉၈၀	၂၃	၈၃၉၅	၇၀	၂၅၅၅၀	၅	၁၈၂၅
၅၃	၁၉၃၄၅	၂၂	၈၀၃၀	၇၁	၂၅၉၁၅	၄	၁၄၆၀
၅၄	၁၉၇၁၀	၂၁	၇၆၆၅	၇၂	၂၆၂၈၀	၃	၁၀၉၅
၅၅	၂၀၀၇၅	၂၀	၇၃၀၀	၇၃	၂၆၆၄၅	၂	၇၃၀
၅၆	၂၀၄၄၀	၁၉	၆၉၃၅	၇၄	၁၇၀၁၀	၁	၃၆၅
၅၇	၂၀၈၀၅	၁၈	၆၅၇၀	၇၅	၁၇၃၇၅	၀	၀

သက်တန်း (၇၅) ဆိုသော်လည်းမြန်မာပြည်နာရေး ကြော်ငြာအရ ပျမ်းမျှ(၅၅) နှစ်သာရှိပါသည်။

ကလေး များပါ ပါလျှင်သက်တမ်းမှာ (၅၀) နှစ်သာရှိနိုင်ပါသည်။



သူတို့တွေသွားနှင့်ကြပြီ၊ ငါတို့လဲလိုက်ခဲ့မည်။  
 သေချာပါတယ်။ အချိန်ပိုင်းသာလိုတော့သည်။ (၂၀၁၁ နာရီကြော်ငြာမှ)

ဒေါ်ဌေးဌေးချို (ဗြိတိန်) အသက်(၄၀) တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး	မအိရွှေစင်အောင် A၊ အထက- အသက်(၁၂)နှစ်	ဒေါ်သန်းစိန် (၉၂)နှစ် မြန်(တောင်ကြီးကောလိပ်တော်) ၂၀၁၁ ခုနှစ်တွင် ကွယ် လွန်	သေါ်မြတ်ကြည် (ဓမ္မာနုပညာ) အသက်(၇၂)နှစ်
ဝမ်းနည်းကြွေးကြွေး ကိုဟိန်းသန်းတော် အသက်(၂၀)နှစ်	ဒေါ်တင်အေး (၇၇) (ယသီတ) ရန်ကုန်မြို့၊ ဗဟိုဘက်ဥက္ကလာ	ထွန်းထွန်းဦး B.Sc (Zool) အသက်(၃၉)နှစ်	ဦးသန်းထွန်း (၆၂) ဝစ်ချော့ (မန်ဇာ)
သီဟပေသန်း(ဗြိတိန်) အသက်(၇၆)နှစ်	ဒေါ်မြင့်မြင့်မိုး အသက်(၂၂)နှစ် ရန်ကုန်မြို့	ဦးနုလင်းဦး (၃၃)နှစ် အကောက်ခွန်ဦးစီးဌာန	ဒေါ်အေးစု(ဒိုက်ဦး) အသက်(၉၀)
ဒေါ်မိုးမြင့် (၃၂) ကန်မြို့၊ ကြည့်မြင်တိုင်မြို့	မအိစုစာကြည်ဦး စီးပွားရေးတက္ကသိုလ် အသက်(၁၁)နှစ်	ကိုစိုးမင်း အသက်(၃၆)နှစ် တပ်မတော်	မောင်သိန်းလှမော် အသက်( )ရှေ့ပါကက အသက်(၁၅)နှစ်
ဦးကျော် (၈၁) ခန့် အသက်(၉၅)နှစ်	ဦးဝင်းသိန်း အသက်(၄၀)နှစ်	ကိုလှမင်းနိုင်(ခ)အောင်ဟန် အသက်(၂၆)နှစ်	ဦးစိုးဌေး (၅၅)နှစ် မြို့(ဦးတင်မြင့်)-ဒေါ်သန်း
ဦးကောင်မြတ်စန်း အသက်(၃၁)နှစ် ပြည်သာမြို့နယ်	ဒေါ် ကောင်း၊ ဝါယတာ ဦးဌေးလှ (၇၁)နှစ်	ဒေါ်ကျော်စန်း မြို့တော်ဦးစီးဌာန(ခ)အောင် အသက်(၅၀)နှစ်	ဦးအောင်သိန်း အသက်(၇၉)နှစ်
ဓနုစင်္ကတီစိမ်းစုန်မြင်း Pi Tha Meng အသက်(၃၆)နှစ်	ဒေါ်ဥမ္မာအေး (၃၁)နှစ် အသက်(၄၄)နှစ်	ဒေါ်ဌေးမြင့် အသက်(၆၅)နှစ် ရန်ကုန်မြို့	ဦးဝင်းသိန်း အသက်(၄၀)နှစ် ဒီ-ဒေါ်သိန်းတင်တို့
ဦးကြည်ဝင်း အသက်(၅၇)နှစ်	ရဟန်း၊ ကျောင်း၊ ဒါ၊ ဒေါ်အေးမြင့် အသက်(၈၀)	တိုးချိန်ဝင်း အသက်(၄၀)နှစ် ရန်ကုန်မြို့	ဦးမျိုးဝင်း အသက်(၆၂)နှစ် (CDC-772) ရန်ကုန်မြို့

လူဦးရေ (၃၂) စုစုပေါင်းအသက် (၁၆၈၆)ပျမ်းမျှ အသက်(၅၂.၆)  
 ကလေးများပါသည့်တွက်လျှင်မြန်မာပြည်ရဲ့သက်တမ်းဟာနှစ်(၅၀)သာရှိသည်  
 (သံဝေဂရသင့်ပါပြီ)



သူတို့တွေသွားနှင့်ကြပြီ၊ ငါတို့လဲလိုက်ခဲ့မည်။  
 သေချာပါတယ်။ အချိန်ပိုင်းသာလိုတော့သည်။ (၂၀၁၁ နာရီ:ကြော်ငြာမှ)

ဒေါ်သီသီ အသတ်(၄၇)နှစ် ၇/၆/၆၂	ဒေါ်စောပေ အသတ်(၈၆)နှစ် (မောင်ထား)	ဒေါ်ခွယ်ခွယ်ဦး အသတ်(၄၀)နှစ်	၇၇၈၊ မောင်၊ ဓါယံ ဒေါ်ရွှေရည်ဝေ (၅၇) ၈/၆/၆၂
ဒေါ်ကြည် အသတ်(၃၄)နှစ်	မပြုပိုင်ပိုင်လှိုင် အသက်(၃၀)	ဒေါ်ချိုချိုသွင် အသက်(၅၀) ညောင်ကုန်း	ဝမ်းနည်းကြကွဲခြင်း ဒေါ်သန်းမြင့် အသက်(၆၉)နှစ်
ဦးစိုးဖြူ (၅၅)နှစ် ကျည်တံတား ခုန့်ကုန်ပြီ	ကိုထွန်းခိုင် (A.G.T.N) M.P အသက်(၃၁)နှစ်	ဒေါ်ခင်မေဦး အသက်(၅၆)နှစ်	ဒေါ်လှိုင်(မောင်) အသက်(၃၂)နှစ်
ဦးမောင်မောင်လယ် အသက်(၃၃)နှစ်	ဦးတင်ကွန်းအောင် အသက်(၃၃)နှစ်	ဦးလေးမြင့် အသက်(၆၆)နှစ်	ဦးစံနုသောင်း အသက်(၅၃)နှစ်
ဦးမြင့်မိုး အသက်(၅၃)နှစ်	မရီမာသန်း B.A (Phi) အသက်(၃၂)နှစ်	ဦးဟန်ထွန်းဦး အသက်(၅၆)နှစ်	ဒါယကာကြီး ဦးအောင်သန်း အသက်(၇၂)နှစ်
ခရစ်တော်သံအိပ်ယောင်ခြင်း James M ဇော်ဘောင် အသက်(၄၇)နှစ်	ဗိုလ်ရဲလွင်မျိုး D.S.A (52) B.Sc (Electroni) အသက်(၂၁)နှစ်	ဒေါ်ကျင်ရီ အသက်(၈၇)နှစ်	ဒေါ်ဖြူစိန် (မာန်အောင်) အသက်(၇၄)နှစ်
ဦးအောင် (ဗြိတိ) အသက် (၃၃)နှစ်	ဦးအောင်ကျော်ဝင်း အသက်(၅၇)နှစ်	ဦးလှမြင့် (မောင်) ကုန်း၊ ကြည်မြင့်စိန်	ဦးကျော်သန်း အသက်(၇၇)နှစ်
ဒေါ်တင်တင်ဖြူ အသက်(၄၁)	သိမ်း၊ မောင်၊ ဓါယံ ဒေါ်ခင်ဝင်း အသက်(၇၀)	ဒေါ်နန်းကြည် အသက်(၅၀)	ဦးထွန်းသန်းစင် B.A (History) အသက်(၄၁)နှစ်

လူဦးရေ (၃၂) စုစုပေါင်းအသက် (၁၇၈၆)ပျမ်းမျှ အသက်(၅၅. ၈)  
 ကလေးများပါထည့်တွက်လျှင်မြန်မာပြည်ရဲ့သက်တမ်းဟာနှစ်(၅၀)သာရှိသည်  
 (သံဝေဂရသင့်ပါပြီ)



**ဓမ္မဒါနဘုရားအလှူရှင်**  
**“သဗ္ဗဒါနံ၊ ဓမ္မဒါနံ၊ ဇိနာဓိ”**

- ဦးကျော်စိုး-ဒုဝန်ကြီးသိပ္ပံနှင့်နည်းပညာဝန်ကြီးဌာန၊ နေပြည်တော်	--- ၁၂၀၀၀/-
- (ဦးကျော်စိုး-ဝန်ကြီး)+ဒေါ်ကြည်ကြည် မိသားစု၊ ရွှေတောင်ကြား	--- ၅၀၀၀၀/-
- ကိုခင်မောင်သန်း+မသက်သက်ခိုင်-ကောက်မိုးနွယ်ကုမ္ပဏီ	--- ၃၀၀၀၀၀/-
- ကိုဝင်းကို + မစံပါယ်အောင် - ကောက်မိုးနွယ်ကုမ္ပဏီ	--- ၂၀၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ကြည်ကြည်ထွန်း - တောင်ငူ/ရန်ကုန်	--- ၁၀၀၀၀/-
- (ဦးသိန်းအောင်)+ဒေါ်ခင်ကြည် - ရန်ကုန်/တောင်ငူ	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးမြင့်ဆွေ ဦးမှန်လမ်း၊ တောင်ငူ	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ခင်ခင်စိန်+ဒေါ်သင်းသင်းခိုင် - ဦးမှန်လမ်း၊ တောင်ငူ	--- ၁၅၀၀၀/-
- ဒေါ်မြမြကြည်(ကျောင်းဘုတ်-ဦး)- ပညာရေးကောလိပ်-တောင်ငူ(ပ)	--- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်နီနီဦး - ခြင်္သေ့ဦး၊ တောင်ငူ	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်စန်းစန်း - ဆန်းသစ်အောင်၊ ပလပ်စတစ်လုပ်ငန်း၊ တောင်ငူ(ပ)	--- ၅၀၀၀/-
- ဆရာဦးထွန်းရှိန်+ဆရာမဒေါ်ခင်သစ်လှိုင် - တောင်ငူ (ပ)	--- ၂၀၀၀၀/-
- ဦးပါလေး+ဒေါ်ဘေဘီ(၁၁-လမ်း) ဘုရားလမ်း၊ တောင်ငူ။	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးစိန်ဝင်း၊ ဦးမောင်မောင်၊ ဦးတင်ဦး - ရွှေမြေဆီ-တောင်ငူ	--- ၁၅၀၀၀/-
- ဦးဝင်းဝင်း၊ ဦးထွန်းညို၊ ရွှေတောင်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးတင်မောင်မောင်+ဒေါ်သီတာထွေး - တောင်ငူ (ကောက်မိုးနွယ်)	--- ၃၀၀၀၀/-
- ဦးဝင်းသက်ခိုင်+ဒေါ်နီနီဝင်း - ဝင်းမိသားစု အော့ဖ်စက်-ရန်ကုန်	--- ၁၀၀၀၀၀/-
- ဆရာမကြီးဒေါ်ရီရီ၊ ဦးသန်းထွန်း၊ ဒေါ်အေးသန်းကြူမိသားစု၊ မြို့လှ	--- ၃၀၀၀၀/-
- ဦးအောင်လှသိန်း(မန်နေဂျာ MPPE)+ဒေါ်ခင်နု-ပေါင်းတည်	--- ၅၀၀၀၀/-
- ကိုသန်းထွန်း+မတင်ဟင်ဝင်း - အရှေ့လမ်း၊ ပေါင်းတည်။	--- ၅၀၀၀/-
- ဆရာဦးကြည်သိန်း+ဒေါ်ကြည်ညွန့် - ပိန်းဇလုပ်မြို့။ (ပ)	--- ၁၅၀၀၀/-
- ဦးစိုးထွန်း+ဒေါ်ကြည်စန်း - ကံမိုး-တောင်ငူ (ပ)	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးကျော်ဟန် - ရန်ကုန်လမ်း - ပေါင်းတည်	--- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်ယုယုဆွေ - ၃၅ လမ်း၊ ပေါင်းတည်	--- ၃၀၀၀/-
- ဒေါ်ယဉ်မေ - ရွှေတည်ဈေး၊ ပေါင်းတည်	--- ၁၀၀၀၀/-
- ကိုချစ်+မတင်တင် - (၈)လမ်း၊ ပေါင်းတည်	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်စုစုဝေ - အထပြ၊ အထက (၁)တောင်ငူ (ပ)	--- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးဝင်းတင်+ဒေါ်လှသင် - တာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	--- ၅၀၀၀/-
- ဦးတင်စိုး+ဒေါ်သန်းအိ - ပေါင်းတည် (၁၇) လမ်း၊ ရန်ကုန်	--- ၁၅၀၀၀/-
- ဒေါ်ချို၊ သမီးမခင်မျိုးမြင့် - ၁၁၊ သိပ္ပံလမ်း၊ အလုံ	--- ၁၀၀၀၀/-



- ဆရာဦးအောင်မွန်+ဒေါ်စိုးစိုးနိုင် - ဘုရားလမ်း၊ တောင်ငူ	---	၅၀၀၀/-
- ဒေါ်ခင်အေးနွဲ့ - အထပြ (ငြိမ်း) ရွှေတောင်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀/-
- ဦးသောင်းရွှေ+ဒေါ်ခင်စိန် - ၂၄ လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၂၀၀၀/-
- ဒေါ်သန်းသန်းအေး၊ သား/သမီးများ-ဦးကျော်မျိုးနိုင်+Dr.နှင်းနှင်းလွင်(ပ) (နေပြည်တော်) ဦးသက်မြင့်ဦး + ဒေါ်ကေသီလွင် (စင်္ကာပူ)	---	၄၀၀၀/-
- Dr.မောင်မောင်တာ+Dr.စမ်းစမ်းဝင်း - တောင်ငူ (ပ)	---	၁၀၀၀/-
- ဦးထွန်းလှ - ၁၆ ရပ်ကွက်၊ (၁)လမ်း၊ တောင်ငူ	---	၅၀၀၀/-
- ဗိုလ်ကြီးသိန်းထိုက်အေး၊ ဒေါ်ဥမ္မာညွန့်၊ သမီးမယွန်းမျက်သွယ် တော်ဝင်းထွန်းစတိုး၊ တောင်ငူ (ပ)	---	၂၀၀၀/-
- ဆရာဦးဟန်ထွန်း + ဆရာမဒေါ်ညွန့်ခင်- အထက(၁)တောင်ငူ	---	၇၀၀/-
- ဦးသက်ဦး (ရွှေမြေဆီ)၊ တောင်ငူ (ပ)	---	၁၀၀၀/-
- ဦးရွှေမိုး၊ သမီးမစန္ဒာ - ဖြူးမြို့	---	၅၀၀/-
- ဦးတင်ဦး+ဒေါ်နုနု - တောင်တွင်စုရွာ၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀/-
- မတင်နွယ်အေး၊ ကိုမင်းမင်း+မတိုးတိုး - ဆရာဖြေလမ်း၊ တောင်ငူ	---	၂၀၀၀/-
- မယဉ်ယဉ်ထွန်း - သီရိမင်းမုန့်ဆိုင်၊ တောင်ငူ	---	၂၀၀၀/-
- ဒေါ်ညိုညိုစိန် - စိုက်/ဘက်၊ ရွှေတောင်	---	၂၀၀၀/-
- ဦးပါဝင်း+ဒေါ်ခိုခိုမြ တောင်ငူ	---	၅၀၀/-
- ဦးချစ်ထွေး+ဒေါ်သန်းသန်းမြင့်-တာပွန်လမ်း- ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀/-
- ဒေါ်တင်ရွှေ - တောင်ငူ	---	၃၀၀၀/-
- ဦးစန်းသိန်း+ဒေါ်သန်းသန်းအေး - ပေါင်းတည်၊ ရန်ကုန် (ပ)	---	၁၀၀၀/-
- Dr.ဝင်းမောင် + Dr.ဖေးခိုင် - အရှေ့လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
- ဦးခင်ရွှေ+ဒေါ်ခွဲခွဲမာ - သ/မ ဦးစီး၊ ရွှေတောင်	---	၅၀၀/-
- ဦးထွန်းကြည်+ဒေါ်မြဝင်း/တာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀/-
- ဒေါ်ဝင်းစိန် (မိသားစု) ရွှေတောင်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀/-
- ကိုမောင်မောင်မြင့်+မစိုးစိုးမင်း/ရွှေလေးပွဲရုံ၊ ပေါင်းတည်	---	၃၀၀၀/-
- ဦးမောင်မောင်ဌေး + ဒေါ်သန်းသန်းမြင့် / တာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀/-
- ဦးသောင်းမြတ်+ဒေါ်ညိုညို/ သမန်းကုန်းပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀/-
- ဦးအောင်သန်း+ဒေါ်မြင့်စိုး / ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀/-
- ဦးအေးမြင့်+ဒေါ်စန်းစန်းအေး / ရွှေဆိုင်(၉)လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀/-
- ဦးသက်မြင့်+ဒေါ်ကေသီလွင် (စင်္ကာပူ) (က)	---	၅၀၀၀/-
- ဒေါ်စမ်းမြင့် / မင်းကွတ် (၁)၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀/-
- ဒေါ်အေးမြင့်/မင်းကွတ်(၃)၊ ရွှေတောင်၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀/-



- ဦးနိုင်ဦး+ဒေါ်ဌေးကြည်/မှတ်တိုင်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
- ဦးစောလွင် + ဒေါ်ခင်ဆွေ / (၅) လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
- ဒေါ်လှလှမြင့်/အထပြ(ငြိမ်း)၊ (၁၃)လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဦးထွန်းဝင်း+ဒေါ်နုနုလွင် / ဟောမန်ထွန်းစတိုး၊ ပေါင်းတည်	---	၂၀၀၀၀/-
- ဦးထွန်းညို + ဒေါ်စန်းကြည် / ရွှေတောင်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
- ဦးလှသောင်း + ဒေါ်ယဉ်ယဉ်မျိုး / သီရိမင်္ဂလာလမ်း၊ လှိုင်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ခင်ပြုံး/အထကကျောင်းအုပ်(ငြိမ်း)၊ ရွှေတောင်(ရိုးမ) (၁)	---	၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ခင်မြညွန့်၊ ဒေါ်နီနီဆွေ၊ ဒေါ်ညိုညိုဆွေ/ မန္တလေး	---	၁၁၀၀၀/-
- ဦးမောင်မောင်ရွှန်း+ဒေါ်တင်မြင့် / အရှေ့လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၇၀၀၀/-
- ဦးဝင်းမောင်သိန်း+ဒေါ်နန်းစန္ဒာဝင်းမိသားစု ရန်ကုန်	-	၅၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ခင်ဌေး/ (၁၁)လမ်း၊ တောင်ငူ	---	၂၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ချစ်ချစ်၊ ဒေါ်စိန်မြင့်၊ ဒေါ်လှကြည်/ကံမေတ္တာမိသားစု၊ တောင်ငူ(၁)	---	၅၀၀၀/-
- ဦးအောင်ကြည်+ဒေါ်ရီရီတင် / ရွှေသက်ဆောင်၊ တောင်ငူ	---	၁၀၀၀၀/-
- (ဦးကျော်သိန်း)+ဒေါ်အမာစိန် မိသားစု၊ ကြောင်နက်ဆေးလိပ်၊ တောင်ငူ	---	၁၀၀၀၀/-
- ဒေါက်တာခင်လေးရီ၊ ညီမဒေါက်တာအေးအေးမြင့်/တောင်ငူ	---	၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်သန်းစွဲ၊ ဒေါ်မြင့်သန်းညီအစ်မ တစ်ဦး ရန်ကုန်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဦးသက်ဦး - ရွှေမြေဆီမြေဩဇာကော်လုံ တောင်ငူ (ဒုတိယအကြိမ်)	---	၁၀၀၀၀/-
- ဒေါက်တာစပယ်ဖြူ - တွဲဖက်ပါမောက္ခ ကွန်ပျူတာတက္ကသိုလ်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ကြူကြူအေး အေးရိပ်စံ မိသားစု ပဲခူးလမ်း၊ ဖြူး	---	၅၀၀၀/-
- ကိုအောင်စိုးမိုး+မခင်သန္တာအေး / စိုးမိုးရွှေဆိုင် ဖြူး	---	၅၀၀၀/-
- ဦးကျော်စိုး - ဒုဝန်ကြီးသိပ္ပံနှင့်နည်းပညာဝန်ကြီးဌာန၊ (ဒု)	---	၁၂၀၀၀/-
- ဒေါ်သန်းသန်းဌေး၊ ဒေါ်နင်းပိုပို၊ ဒေါ်ဇာနည်လွင်	---	၁၀၀၀၀/-
ထွန်းဖောင်ဒေးရှင်းဘဏ်၊ ရန်ကုန်		
- ဒေါ်အုန်းရင် မိသားစု ရွှေတောင်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဗိုလ်ကြီးခင်မောင်ဝင်း (ငြိမ်း)+ဒေါ်ကျော်အေး မိသားစု ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
- (ဗိုလ်ကြီးသန်းညွန့်)+ဒေါ်မြသွင်မိသားစု၊ ၂၉လမ်း၊ ရန်ကုန်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဗိုလ်ကြီးသိန်းလွင်(ငြိမ်း)+ဒေါ်လှလှသန်း SAT (ငြိမ်း) မန္တလေး	---	၅၀၀၀/-
- ဗိုလ်မှူးဝင်းမောင် (ငြိမ်း) + ဒေါ်သန်းသန်းလှိုင် SAT (ငြိမ်း)တောင်ငူ	---	၁၃၀၀၀/-
- ဦးတင့်လွင် + ဒေါ်အေးအေးနိုင် (စတီးလမ်း/ရွှေမင်းဝင်း)တောင်ငူ	---	၁၀၀၀၀/-
- ဦးထွန်းနိုင်+ဒေါ်ပြုံးကြူ(သား) နိုင်လင်းကျော်-(သမီး)လှဲယဉ်ဝင်း၊ ပေါင်းတည်	---	၂၀၀၀၀/-
- ဦးအောင်ထွတ်+ဒေါ်သဇင်စိုး မြို့နယ်တရားရုံးပေါင်းတည်၊ ရန်ကုန်	---	၅၀၀၀/-
- ဦးတင်ဝင်း+ဒေါ်ခင်စန်းတင့်(မြေး) မသီတာဝင်း ၃၈လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-



- ဆရာဦးစိုးတင်မြင့်+ဒေါ်သက်သက်ဝင်း ဖြူမြို့။ --- ၅၀၀၀/-
- ဗိုလ်ကြီးဇော်လင်းရွှေ+ဒေါ်နီလာ(သမီး)မိမိလင်းရွှေ-မိသားစုတောင်ငူ --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးကျင်သိန်း(ရည်စူး)+ဒေါ်ကြူကြူဝင်း (အေးရိပ်စံ-ဖြူ) ဒုကြိမ် --- ၁၀၀၀၀/-
- ကိုလမင်းစိုး+မချောစုလွင်(သမီး) မဟန်လှည့်လမင်း-တောင်ငူ --- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်စန်းစန်း(ဆန်းသစ်အောင် ပလပ်စတစ်)-တောင်ငူ (ဒု) --- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်မြမြကြည်-ကျောင်းအုပ်ကြီး(ငြိမ်း)ပညာရေးကောလိပ်၊ တောင်ငူ(ဒု) --- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်တင်ညွန့်၊ ဒေါ်တင်မာရွှေ၊ ဒေါ်ခင်စန်းဝေ(အထက၆)တောင်ငူ --- ၅၀၀၀/-
- (ဦးသိန်းအောင်)+ဒေါ်ခင်ကြည်မိသားစု-တောင်ငူ/ရန်ကုန် ဒုကြိမ် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးကျော်လှိုင်စိုး(သပြေကုန်း)၊ သာဝတ္ထိ။ --- ၅၀၀၀/-
- ဦးကျော်ဦး+ဒေါ်ဌေးဌေး (လုပ်ကိစ္စတိုး) ဖြူမြို့။ --- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်အေးအေးမြင့်-အေးရတနာရွှေဆိုင်၊ တောင်ငူ --- ၃၀၀၀၀/-
- ဆရာဦးဝင်းမြင့် (English)-မအူပင် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးသိန်းဇော် မိသားစု၊ အင်းဝ(၄)လမ်း၊ တောင်ဥက္ကလာ --- ၅၀၀၀/-
- (ဗိုလ်မှူးအောင်မြင့်) + ဒေါ်သင်းသင်းရီ - တိုက် ၂၀/ ၂၃၊ ဦးစံစာရ --- ၁၅၀၀၀/-
- ဆရာကြီးဦးထွန်း(နိုင်ငံတော်တိုင်းရင်းဆေးကောင်စီဝင်)+ဒေါ်မြရီ၊ ရန်ကုန် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဆရာကြီးဦးကျော်မြင့်+ဒေါ်ကြင်ကြင်-လမ်းမပေ၊ မြစ်သာ --- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ခင်အေးသွယ်(မန်နေဂျာ-ငြိမ်း)အေးရိပ်မွန်အိမ်ရာ၊ လှိုင် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဆရာဦးထွန်းရှိန်+ဆရာမဒေါ်ခင်သင်းလှိုင် - ကောင်ငူ (ဒု-ကြိမ်) --- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်သန်းသန်းအေး(သမီး)ဦးကျော်မျိုးနိုင်+ဒေါက်တာနှင်းနှင်းလွင် --- ၅၀၀၀၀/-
- ဦးဝင်းကြည်+ဒေါ်နီလာသူ(ကမ္ဘာ့လွှတ်ခြောက်)-မော်ကျွန်း --- ၃၀၀၀၀/-
- ဒေါ်အေးသွယ် (သမီး) ဒေါ်ခင်ခင်ညိုဝင်း(နန်းရတနာရွှေဆိုင်)မော်ကျွန်း --- ၃၀၀၀၀/-
- ဒေါ်သင်းသင်းခိုင်းအေးရည်စူး၍ ဦးထိန်ဝင်းမိသားစု (MICCL)ရန်ကုန် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဗိုလ်ကြီးအောင်ဇေမြင့် + ဒေါ်သီရိကျော် (MICCL) ရန်ကုန် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးသိန်းလွင်(ILBC)+ဒေါ်ခင်စန်းမြင့် ၃၀၂-တိုက်၃/၆၊ မင်းရဲကျော်စွာ အိမ်ရာ၊ ဘာဗွေကလေး။ --- ၃၀၀၀၀/-
- စိန်ရတနာမိတ္တူ -(No.9) အုပ်ရေ(၅၀၀)လှူ --- ၁၆၀၀၀၀/-
- ဦးကျော်တိုင်း၊ ဦးနေဝင်း အင်းမ/ရန်ကုန် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးခဲမောင်+ဒေါ်သန္တာဝေ-မိသားစု MSP Limited နေပြည်တော် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးလှအောင်+ဒေါ်ခင်သန်းဆွေ-ရွှေတည် ၁၊ ပေါင်းတည်၊ တောင်ငူစီမံကိန်း --- ၅၀၀၀/-
- ဦးစိုးထွန်း၊ ဒေါ်ကြည်ကြည်စိန်း-ကံရိုး/တောင်ငူ (ဒု) --- ၁၀၀၀၀/-
- ဗိုလ်ကြီးသိန်းထိုက်အေး+ဒေါ်ဥမ္မာညွန့်(သမီး)ယွန်းမျက်သွယ်(ဒု) --- ၃၀၀၀၀/-
- တော်ဝင်ထွန်း တောင်ငူ(နာဂစ်ဒေသ စာအုပ်လှူ) ---



ဒေါ်စိန်စိန်အမျိုးထား၍ ဦးတင်ရွှေ+ဒေါ်မူမူလင်း (၁၇)လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၂၀၀၀၀/-
ဦးဝင်းမော်၊ ဦးအောင်မြတ်ဦး-မန်နေဂျာ၊ ရုံးမဘဏ်၊ ဘူတာကြီးအနီး၊ ရန်ကုန်	---	၁၀၀၀၀/-
ဗိုလ်မှူးတင်မောင်ရီ(လေ-ငြိမ်း)+ဒေါ်ခင်စန်းမြင့်-အဏ္ဏဝါရိပ်သာ	---	၁၀၀၀၀/-
ဦးဘုန်းမြင့် ဂေါပက ငါးထပ်ကြီးဘုရား၊ စမ်းချောင်း	---	၇၀၀၀/-
ဒေါ်ရီရီထွန်း တောင်ငူ/ရန်ကုန် (ပ)	---	၁၀၀၀၀/-
ဆရာမဒေါ်တင်တင်လှိုင်၊ ဇီးဖြူကုန်း/သရက်ကုန်း၊ လက်ပံတန်း	---	၁၀၀၀၀/-
ဒေါ်ခင်လေး၊ မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်အိမ်ရာ၊ ရန်ကုန်။	---	၁၀၀၀၀/-
ဦးစန်းသိန်း+ဒေါ်သန်းသန်းအေး(ပေါင်းတည်/ရန်ကုန်) ဒုကြိမ်	---	၁၀၀၀၀/-
ဦးကြည်ဝမ်း+ဒေါ်ခင်သက်နွယ်(TEO)ငြိမ်း၊ ညောင်လေးပင်။	---	၁၀၀၀၀/-
ဒေါ်အေးငွေနှင့် ညီမများ- ပဒေသာမိသားစု၊ ရွှေလှိုင်လမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်	---	၃၀၀၀၀/-
ဦးကျင်ထွန်း အငြိမ်းစားအထက်တန်းပြဆရာ-ကျွဲပွဲ	---	၅၀၀၀/-
ဦးတင်ဦး (ရွှေမြေဆီ) တောင်ငူ (ဒုကြိမ်)	---	၁၀၀၀၀/-
မိဘနှစ်ပါးနှင့် အမဒေါ်မူမူကြိုင်တို့အားရည်စူး၍		
ဒေါ်ဖြူဖြူကြိုင် (SAT ငြိမ်း) တောင်ငူ	---	၃၀၀၀၀/-
ဒေါ်မာမာခင်(အ. ထ. ပြ) ငြိမ်း-အထက(၃)လမ်းမတော်၊ ပြည်မြို့	---	၃၀၀၀၀/-
ဦးသောင်းရွှေ + ဒေါ်ခင်စိန် (၂၄)လမ်း၊ ပေါင်းတည်။ (ဒုကြိမ်)	---	၁၀၀၀၀/-
သရာဦးခင်စိုး+ဒေါ်လှလှဝင်း သမီးဒေါက်တာမိမိတန်၊ ၂၈-သိပ္ပံလမ်း၊ အလုံ	---	၅၀၀၀/-
ဦးအုန်းသန်း(တာမွေအခွန်)+ဒေါ်ခင်ခင်ပင်း ၂၅၊ မနုဿိပ္ပိလမ်း၊ ရန်ကုန်။	---	၅၀၀၀/-
စိန်ရတနာမှ တဆင့်အမည်မဖော်လိုသူအလှူရှင်	---	၈၀၀၀/-
ဦးကိုလေး+ဒေါ်ပုလဲဥ - မိသားစု ရန်ကုန်	---	၁၀၀၀၀/-
ဒေါ်မူမူ/အယပြ၊ အရွှေဟောင်းလမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
ဦးကျော်ဟန် - ရန်ကုန်လမ်း - ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
ဒေါ်ယုယုဆွေ - ၃၅၊ ပေါင်းတည်	---	၃၀၀၀/-
ဒေါ်ယဉ်မေ - ရွှေတည်ဈေး၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
ကိုချစ်+မတင်တင် - (၈)လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
ဒေါ်စုစုဝေ - အထပြ၊ အထက(၁)တောင်ငူ (ပ)	---	၁၀၀၀၀/-
ဦးဝင်းတင်+ဒေါ်လှသင် - တာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
ကိုဇော်ဝင်း နန်းဦးကျောင်းလမ်း၊ ပေါင်းတည်	---	၃၀၀၀/-
ဦးမောင်မြ-မိသားစု(မုန့်ဆိုင်)၊ ကံလမ်း၊ တောင်ငူ	---	၂၀၀၀၀/-
ဆရာမကြီးဒေါ်မြင့်ကြည်၊ မသာသာစန်း-မင်းကြီးဆွေရပ်ကွက်၊ တောင်ငူ	---	၁၀၀၀၀/-
ဆရာဦးစန်းမောင်(ကျောင်းအုပ်၊ လုပ်သားကောလိပ်-ငြိမ်း)+ဒေါ်တင်တင်	---	၁၀၀၀၀/-
မြင်သာ၊ တောင်ဥက္ကလာပ		



- ဗိုလ်မှူးဖေခင်(ငြိမ်း)+ဒေါ်ခင်မာဆွေ သပြေညိုလမ်း၊ စမ်းချောင်း --- ၃၀၀၀၀/-
- ဦးသန်းဦး-အင်ဂျင်နီယာမှူး(လျှပ်စစ်)+ဒေါ်အေးအေးမွန် --- ၃၀၀၀၀/-
- ဧရာဝတီတံတား၊ ညောင်တုန်း
- ဆရာ ဦးထွန်းရှိန် + ဆရာမဒေါ်ခင်သစ်လှိုင် - တောင်ငူ (တကြိမ်) --- ၃၀၀၀၀/-
- ဦးသက်တင်+ဒေါ်ခင်စန်းဝင်း (စန်းမြင့်မိရ်စတိုး) တောင်ငူ --- ၃၀၀၀၀/-
- ဒေါ်နုနုမော်(ဆရာမ)မိသားစု၊ ဘုရားလမ်း၊ တောင်ငူ --- ၃၀၀၀၀/-
- ဒေါ်မူမူအေး (SATဆရာမ)အထက(၂) တောင်ငူ --- ၃၀၀၀၀/-
- ဦးမြင့်ဆွေ(ကြယ်ငါးပွင့်)+ဒေါ်အေး အတွင်းလမ်း၊ ပေါင်းတည် --- ၁၀၀၀၀၀/-
- ဦးတင်မောင်လတ်+ဒေါ်မိုးမိုးတက် သား ကိုကျော်ကျော်နိုင်မိသားစု  
တာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည် --- ၃၀၀၀၀/-
- (ဆရာကြီးဦးဩဇာ)+ဆရာမကြီးဒေါ်ခင်ခင်ဦး ၃၇လမ်း၊ ပေါင်းတည် --- ၅၀၀၀/-
- ဦးမောင်မြင့်+ဒေါ်ခင်ဝင်းရီ ကာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည် --- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်သန်းနွဲ့၊ ဒေါ်မြင့်သန်း ညီအစ်မများ၊ ခန့်ကုန်လမ်း၊ ပေါင်းတည်-ဒု --- ၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်ဆွေဆွေရီ ကာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည် --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးမောင်မောင်ခင် + ဒေါ်နုနုအေး ဖွဲ့နုဆီစက်၊ ပေါင်းတည် --- ၅၀၀၀/-
- မြင်းခြံဦးဝိနိုဝင်း (တရားရုံးချုပ်ငွေငန့်)+ဒေါ်သန်းသန်းဝင်း --- ၃၀၀၀၀/-
- သမီးဒေါက်တာကြည်ဆွေဝင်း (ရန်ကုန်)
- ဒေါက်တာမျိုးအောင်ခိုင်+ဒေါ်ခင်နှင်းဝေ ၁၁-လမ်း၊ ပေါင်းတည် --- ၁၀၀၀၀/-
- (ဦးအေးမင်း) ဆရာမကြီး ဒေါ်လှလှ မှတ်တိုင်လမ်း ပေါင်းတည် --- ၅၀၀၀/-
- ဘကက. စိုးပိုင်ဦး၊ မခင်နီလာမြင့် ခမရ ၃၀ ရွှေကျင် --- ၅၀၀၀/-
- ဦးခင်စောအားရည်စူး၍ ဒေါ်ခင်သန်းရီ သမီး ဒေါ်ဥမ္မာစော  
(ဒုခရိုင်ဥပဒေအရာရှိ) တောင်ငူ --- ၅၀၀၀/-
- ကိုကောင်း+မအေးစမ်း၊ ဆီဆုံလမ်း၊ စမ်းချောင်း (ပေါင်းတည်) --- ၅၀၀၀/-
- Dr. ခင်မောင်ကြည် (မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဦးစီးအရာရှိ မတူပီ)၊  
ဒေါ်သန်းသန်းလွင်၊ သမီးရွှန်းလဲ့ရတနာခင် ဆင်ဖြူကျွန်း --- ၅၀၀၀၀/-
- ဦးထွန်းလွင်+ဒေါ်အေးလေး မိတ္ထဗလလမ်း တောင်ငူ --- ၃၀၀၀၀/-
- စိန်ရတနာ Rise မိတ္တူ (No.10, 11) --- အုပ်ရေ ၅၀၀စီ
- ဦးမောင်မောင်ရှိန်+ဒေါ်တင်မြင့် အရှေ့လမ်း(ပေါင်းတည်)(ဒု) --- ၈၀၀၀/-
- ချမ်းမြေ့၊ ယမုံသွင် (လေ့ကျင့်ရေးကျောင်း TTC ၊ ရန်ကုန်)၊ မွေးနေ့အလှူ --- ၃၀၀၀၀/-
- ဒေါ်သန်းသန်းအေး သားသမီးများ ဦးကျော်မျိုးနိုင် + --- ၃၀၀၀၀/-
- Dr.နှင်းနှင်းလွင်၊ ဦးသက်မြင့်ဦး + ဒေါ်ကေသီလွင်(စင်္ကာပူ) (စကြိမ်)
- ဆရာဦးကျော်မြင့်+ဒေါ်ကြင်ကြင် လမ်းမတော်မြစ်သား (ဒုကြိမ်) --- ၁၀၀၀၀/-

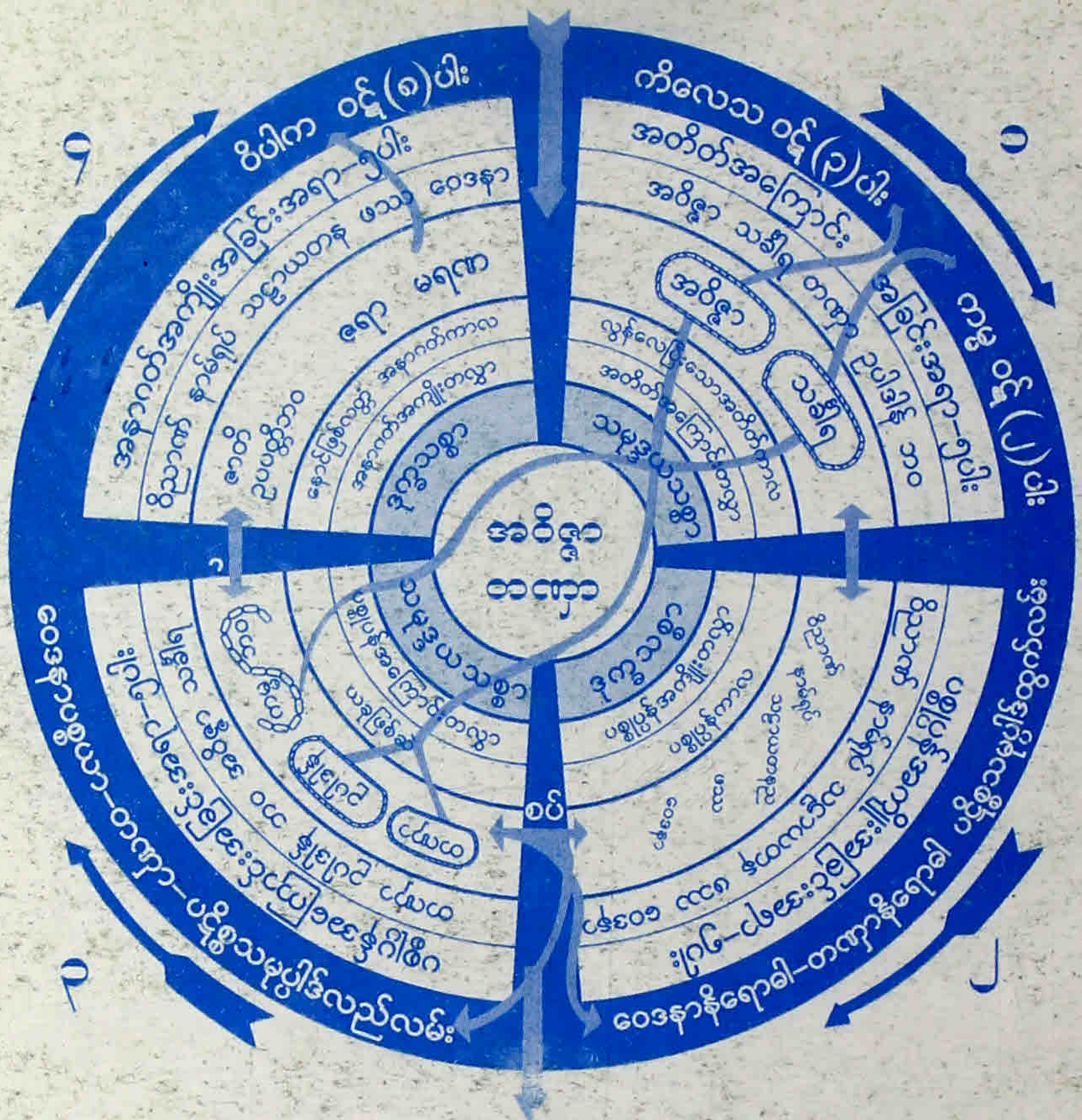


- ဓမ္မရသ တရားပြန့်ပွားရေးအသင်း၊ ရန်ကုန်။	---	၁၀၀၀၀/-
- ဗိုလ်ကြီးအောင်လေးမြင့်+ဒေါ်သီရိကျော် (MICCL)ရန်ကုန် (ဒု)	---	၂၀၀၀/-
- (ဦးတင်ဝင်း) ဒေါ်အေးသွယ် သမီးဒေါ်ခင်ခင်ညိုဝင်း (ဒု)	---	၃၀၀၀၀/-
နန်းရတနာရွှေဆိုင် မော်လမြိုင်ကျွန်းမြို့။		
- ဦးဝင်းကြည်+ဒေါ်နီလာသူ (ကမ္ဘောဇ . လက်ွှံ့ခြောက်)မော်ကျွန်း- (ဒု)-	---	၃၀၀၀၀/-
- ဒေါ်စုစုဝေ (SAT) အ. ထ. က(၁)တောင်ငူ -(ဒု)-	---	၅၀၀၀၀/-
- ဦးထွန်းသိန်း+ဒေါ်မြင့်မြင့်စန်း ရွှေတောင်လမ်းပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဦးကိုကိုကြီး +ဒေါ်ခင်အေးအေး ၅၆ ဓနအောင်လမ်း၊ သုပဏ္ဏ	---	၁၀၀၀၀/-
- ဦးပြီးချို+ဒေါ်လှမူ မြို့မဈေးကြီး တောင်ငူ	---	၅၀၀၀/-
- ဒေါ်တင်တင်ဌေး (SAT) အ. ထ. က ပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
- ဒေါ်မေရီဆန်း (၁၇)ရပ်ကွက် ပေါင်းတည်	---	၂၀၀၀/-
- ဦးတင်ဝင်း+ဒေါ်ခင်ညိုဝင်း ဖားယားကြီးရွာပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀/-
- ဆရာမကြီး-ဒေါ်ဟန်မောက် (SAT ငြိမ်း) ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဆရာမဒေါ်သောင်းတင် မြို့မ အ. ထ. ကခွဲ ၊ ပေါင်းတည်။	---	၅၀၀၀/-
- (ဆရာဦးဉာဏ်မြင့် ) အားရည်စူး၍ဒေါ်ခင်မိမိ ရွှေတောင်လမ်းပေါင်းတည်။	---	၅၀၀၀/-
- ဆရာဦးစိန်မောင်ဒေါ်ခင်စန်းနွဲ့ ဘမီးခင်စောလှ၊ မန္တလေးကွန်း၊ ပေါင်းတည်	---	၂၀၀၀၀/-
- ဦးမော်ဦး+ဒေါ်မော်လီလတ် မရမ်းကုန်း၊ ရန်ကုန်/ပေါင်းတည်	---	၁၀၀၀၀/-
- ဦးခင်ရှိန်+ဒေါ်ညိုလေးသားမောင်ဇော်မြင့် မြေးမောင်ဖုန်းမြတ်နိုင်	---	၃၀၀၀/-
မခိုင်လဲ-ရည်ချို-မသူသူ -လမ်း ၂၀- နွယ်ချို(၁)ပေါင်တည်-		
- ဆရာမကြီးဒေါ်မြင့်ဆွေ ဟိုက်(၆) အခန်း(၁) ကြို့ကုန်းရိပ်သာ၊ အင်းစိန်-	---	၅၀၀၀/-
- ဆရာဦးဇော်မိုး(ကြယ်ငါးပွင့်)+ဆရာမဒေါ်မြင့်မြင့်ခင် ၁၇လမ်းပေါင်းတည်	---	၅၀၀၀၀/-
- အ. ထ. ကကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီး(ငြိမ်း)ဒေါ်ခင်ပြုံးရွှေတောင်(ဒု)	---	၁၀၀၀၀/-
- (ဝန်ကြီးဦးကျော်စိုး)+ဒေါ်ကြည်ကြည် မိသားစု ရွှေတောင်ကြား(ဒု)	---	၂၀၀၀၀/-
- ဦးငြိမ်းဆွေ+ဒေါ်ချိုချိုမာ ဈေးလမ်းတောင်ငူ (ပ) (ဒု)	---	၁၅၀၀၀/-
- ဗိုလ်မှူးကံထွန်း(ငြိမ်း)Executive Director PARAMI	---	၁၀၀၀၀/-
- ဘုရားကြီးဝင်း သံဃာတော်များ၊ ပေါင်းတည်၊ (ပကြိမ်)	---	၅၅၀၀၀/-
- ဆရာမကြီးဒေါ်ခင်သွေမော်၊ ဆူးလေဘုရားလမ်း	---	၂၀၀၀/-
- ဦးဝင်းမြင့် (မြေစာရင်းငြိမ်း)+ဒေါ်တင်စော ၁၃၃/၂၀. ၃လမ်း၊တောင်ငူ	---	၁၀၀၀၀/-
- ဒေါ်အမာစိန်မိသားစု (ကြောင်နက်ဆေးလိပ်)ငွေလုံ တောင်ငူ	---	၁၀၀၀၀/-
- ဦးချစ်ထွေး+ဒေါ်သန်းမြင့် တာပွန်လမ်းပေါင်းတည် (ဒု)	---	၅၀၀၀/-
- ဦးကျင်စိန်+ဒေါ်စန်းမြ ၁၁လမ်း ပေါင်းတည်း	---	၅၀၀၀/-
- ကိုထက်ထက်အောင် (စင်္ကာပူ)	---	၂၅၀၀၀/-



- ဦးသိန်းဝင်း+ဆရာမဒေါ်ကြိုင်ရွှေ ညောင်ကြတ်ရွာအုတ်တွင်း --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးသံခိုင်+ဒေါ်ရင်ရွှေ မိသားစု ၁၉လမ်း ပေါင်းတည် ၂၃၂၂၂၅၀၀၀/-
- ဦးတင်မျိုးဦး+ဒေါ်ခင်ချိုမြင့် မိသားစု အနောက်လမ်းပေါင်းတည် --- ၁၀၀၀၀/-
- ကိုဟန်ဝင်း+မစိုးမိုးထွေး Golden eye photo-video တောင်ငူ --- ၄၆၅၀၀/-
- ဦးစန်းသိန်း+ဒေါ်သန်းသန်းအေး ပေါင်းတည်၊ ရန်ကုန် (တ-ကြိမ်) --- ၁၀၀၁၀/-
- ဦးသိန်းမော့+ဇနီး (ပေါင်တည်၊ ရန်ကုန် ) --- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်စိုးစိုးမာမိသားစု -ကျိုင်းတုံ --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးစောထူးစော+ဒေါ်သင်းသင်းရွှေ (ရွှေမြဆီ) တောင်ငူ --- ၉၀၀၀/-
- (ဦးတင်ဝင်း)ဒေါ်အေးသွယ်သမီး ဒေါ်ခင်ခင်ညိုဝင်း၊ မော်ကျွန်း၊ နန်းရတနာရွှေဆိုင် (တ-ကြိမ်) --- ၃၀၀၀၀/-
- ဦးလှရွှေ+ ဒေါ်ခင်ဝင်း ဘိုကုန်းရွာ ပေါင်းတည် --- ၅၀၀၀/-
- ဦးသိန်းဖေ+ဒေါ်တင်တင်ဝင်း (အောင်လင်းဖြိုးမိုးရောင်းဝယ်)အနောက်လမ်းပေါင်းတည် --- ၂၀၀၀၀/-
- ဒေါ်သန်းသန်းအေး ၁၃လမ်း မော်လမြိုင်ကျွန်း --- ၁၀၀၀၀/-
- ကိုဇော်လင်းအောင် ခပေါင်းရွာ ၂လမ်း မင်းကြီးညိုတောင်ငူ --- ၅၀၀၀/-
- ဦးစိုးမြင့်+ဒေါ်ခင်သန်းနွဲ့ (ရတနာအောင်စတိုး) ကြက်သွန်ခင်း၊အုတ်တွင်း --- ၅၀၀၀/-
- ဦးမြင့်သိန်း၊ ဒေါ်ခီခီမြ ၃၃လမ်းလွန်းလမ်းမင်းခောင်း --- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်ကျင်အေးသန်း အလက(၂)ကြည့်မြင်တိုင်ရန်ကုန် --- ၁၅၀၀၀/-
- ဆရာဦးကြည်သိန်း+ဒေါ်ကြည်ညွန့် ပိန်းဇလုပ် (ဒ-ကြိမ်) --- ၁၅၀၀၀/-
- ဦးမောင်မောင်ခင်+ဒေါ်နုနုအေးမိသားစု (ဖွဲ့နုဆီစက်)ပေါင်းတည်(ဒ-ကြိမ်) --- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်အုန်းကြည်+ဒေါ်ရီရီထွန်း တောင်ငူ ရန်ကုန် (ဒ-ကြိမ်) --- ၂၀၀၀၀/-
- ဆရာမများ ဒေါ်ချစ်ချစ်+ဒေါ်စိန်မြင့်+ဒေါ်လှကြည် ကံမေတ္တာ၊တောင်ငူ (ဒ) --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးကျော်စိုး မိသားစု (ဒုဝန်ကြီး) ရန်ကုန် (ဟ-ကြိမ်) --- ၃၀၀၀၀/-
- ဆရာမဒေါ်ကင်းစိန် (SAT ငြိမ်းအ. ထ. ကပြ) တောင်ငူ --- ၂၀၀၀၀/-
- ဆရာမများ ဒေါ်လှသိန်းဦး၊ဒေါ်တင်တင်အေး၊ဒေါ်တင်တင်ဝင်း၊၃၂ လမ်း --- ၁၀၀၀၀/-
- ဦးဝင်းမြင့်+ဒေါ်ခင်သန်းမြင့်၊ သမီးကျွန်းဈေးရွှေ၊ ရန်ကုန်။ --- ၅၀၀၀/-
- ဒေါ်တင်တင်လှ ဦးစီးအရာရှိ၊ ပြည်တွင်းအခွန်များဦးစီးဌာန၊ ရန်ကုန်။ --- ၁၅၀၀၀/-
- ဒေါ်ချိုချို JUNE GROUP GAS ဆိုင်၊အင်းစိန်လမ်း၊ရန်ကုန် --- ၁၀၀၀၀/-
- သံဃာတော်များ၊ ဘုရားကြီးဝင်းအတွင်း၊ပေါင်းတည်မှစာအုပ်(၂၂)အတွက်လှူ။ (ဒ)--- ၆၂၇၀၀/-
- မဇင်မာဝင်း- မောင်းမကန်၊ မင်းဘူး။ --- ၅၀၀၀/-
- ဦးအေးကိုအောင်(ပါမောက္ခ-မလေးရှား)ဒေါ်ခင်သန်းနွဲ့၊ သမီး မဝင်းမေသူ၊ သား ကျော်ကျော်ငြိမ်း၊ ဒဂုံမြို့သစ်၊ --- ၁၀၀၀၀၀/-
- ကိုမင်းဇင်ဗိုလ်ဝင်း၊ ၂၅၂ ဘီလမ်း၊ ရွှေနံသာစံပြမင်္ဂလာဒုံ။ --- ၁၀၀၀၀/-





စာရေးသူ

မြင့်ရွှေ (ပေါင်းတည်)

(B.Sc, B.Ed, H.G.P, R.L.) (ADVOCATE)

အထက်တန်းပြဆရာ(ငြိမ်း)၊ တောင်ငူ။

09 535 1410, 054 25707

ဆရာဦးမြင့်ရွှေ ရေးသားသော တရားစာအုပ်များကို

“စိန်ရတနာ” မိတ္တူ မှ အထူးဈေးနှုန်းဖြင့် ကူးပေးနေပါသည်။

**“စိန်ရတနာ Riso, မိတ္တူ Computer”**

အမှတ် ၇၆၊ ၃၂ လမ်း (အောက်)၊ ရန်ကုန်မြို့။

01 388115, 09 510 2750, 09 421 000512