မဟာစည်နာယကဆရာတော်

ဘဒ္ဒန္တစန္ဒာဝရ (ပဲနွယ်ကုန်း)

အတိတ်ကာပုံရိပ်

၄. ၃၆၄
မဟာစ

သာသနာ ၂၅၄၈ ကောဇာ ၁၃၆၆ ခရစ် ၂၀၀၄

မာတိကာ

၁။ အားလုံးကံကောင်းပါတယ် က

၂။ စတုရာရက္ခ ဘာဝနာ (၄)မျိုး ပွားများရန် ၂

၃။ ဗုဒ္ဓဝန္ဒနာဘုရားရှိခိုး ၃

၄။ စိတ်ကောက်နေလား ၅

၅။ အစကောင်းမှ အနှောင်းသေချာ ၈

၆။ ကုသိုလ်ပန်းတစ်ပွင့် ဖန်ဆင်းခြင်း ၁၁

၇။ စိတ်ကြည်လန်းဆန်း လှျူသောပန်းကြောင့် ၁၄

၈။ ရှေးရေစက် အကြောင်းဖက်ဖန်လာ ၁၆

၉။ ကောင်းခြင်းခု သည်ချိန်ခါ ၂၀
၁၀။ ဝင်းပပလှသူလေး ၂၂
၁၁။ တစ်နေ့တော့ ရောက်လာမှာပါ ၂၅
၁၂။ ရုတ်တရက် နှုတ်မဆက်ဘဲ ၃၀
၁၃။ စကားပြောသော သစ်ရွက်များ ၃၂
၁၄။ သစ်ရွက်လူသား ၃၄
၁၅။ သောကကို တရားနဲ့ ငြိမ်း ၃၆
၁၆။ နေ့မြင် ညပျောက် ၃၈
၁၇။ ဆည်းဆာရဲ့နောက်ကွယ်
၄၀
၁၈။ ဝတ်ကြောင်ကို လွတ်အောင်
ရုန်းမယ် ၄၂
၁၉။ အတိတ်ကပုံရိပ် ၄၄
၂၀။ ပြီးခဲ့တာတွေ ရှိပါစေတော့ ၄၇
၂၁။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီးရင် ၅၀
ချက်ချင်း အကောင်အထည် ဖော်ပါ
၂၂။ မြင်ရတဲ့အာရုံတစ်ခုကို တရားသဘောနဲ့
ကြည့်ရင် တရားဖြစ်တယ် ၅၃
၂၃။ စိတ်တည်ငြိမ်မှ တရားရ ၅၉
၂၄။ စိတ်ဓာတ်ဖြောင့်တန်း နိဗ္ဗာန်လမ်း ၆၁

အာဒိတ္တသုတ္တန်တရားတော်

၂၅။ မြင်နေရတဲ့ မီးတောက်များ ၆၅

၂၆။ ယူနိုင်ရင် ကိုယ့်ဟာ ၆၈

မယူနိုင်ရင်တော့ ၂၃

၂၇။ မီးမုန်တိုင်း ၇၀

၂၈။ စေတနာလက်

အသေအချာ ထက်ပါစေ ၇၅

၂၉။ အသွားအပြန်ရှိသော သုခ ၇၈

၃၀။ အလျားအနံ မရှိသော ဒုက္ခ ၈၀

၃၁။ သေခြင်း၏ အခြားမဲ့၌ ၈၂

၃၂။ ချင့်ရာတွေး၍သုံး

သင့်ရာရွေး၍ လှူ ၈၄

၃၃။ မငြိမ်းသောမီး ၈၇

၃၄။ နေရာတိုင်း မီးရှိတယ် ၈၉

၃၅။ အပြီးငြိမ်းအောင် ငြိမ်းလိုက်ပါ ၉၁

၃၆။ မေတ္တာပို့ ၉၄

၃၇။ ဆုတောင်းအမျှဝေ ၉၅

၃၈။ ထုတ်ဝေပြီးစာအုပ်စာရင်း ၉၇

၃၉။ ဓမ္မဒါနအလှူရှင်စာရင်း ၉၉

အားလုံးကံကောင်းပါတယ်

ကံတရားဟာ တော်တော်လေး ဆန်းကြယ်လှပါတယ်။ မမျှော်လင့်တာတွေ ဖြစ်လာတတ်သလို မျှော်လင့်တာတွေလည်း ဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်တာပါ။

အခုပဲ ကြည့်လေ။ သုခါပဋိပဒါ သဒ္ဓမ္မရံသီ ရိပ်သာကိုရောက်လိမ့်မယ်လို့ လုံးဝမျှော်လင့်မထားသလို သုခါပဋိပဒါ ဝေယျာဝစ္စဒကာ ဒကာမတွေနဲ့လည်း သိကျွမ်းလိမ့်မယ်လို့ အတွေးထဲမှာ ရှိကိုမနေခဲ့ပါဘူး။

သုခါပဋိပဒါရိပ်သာဟာ မိမိတို့ရဲ့ ရိပ်သာခွဲဖြစ်တယ်။ ရန်ကင်း ဒကာ ဒကာမတချို့ မိသားစုသဘော စုပေါင်းပြီး ပန်းတိုင်တစ်ခုဆီကို ယုံကြည်ချက်အပြည့်နဲ့ သွားနေကြတယ်။ ဒါလောက်ပဲ သိ

ပါတယ်။ သုခါပဋိပဒါ ဝေယျာဝစ္စ ဒကာ ဒကာမ တွေ ဖြူသလား၊ မည်းသလား၊ ချောသလား၊ လှ သလား မသိခဲ့ရိုး အမှန်ပါ။

၂၁. ၁၂. ၂၀၀၃ နေ့က သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော် ဘုရားကြီးက ဆယ်ရက်စခန်းအတွက် စာရေးသူကို ခေါ်ခဲ့ပါတယ်။ တရားဟောရမှာ ကြောက်တဲ့ စာ ရေးသူကို သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ဘုရားကြီးက "တရားမဟောရပါဘူး၊ တရားစစ်ရုံသက်သက်ပါ" တဲ့။ ဒီတော့လည်း စိတ်ထဲမှာ (၁၀)ရက်ပြည့်တော့ ပြန်ရမှာပေါ့လေလို့ တွေးထားလိုက်ပါတယ်။

ဟော ကံတရားက တစ်မျိုး ဖြစ်လာပြန်ပါ တယ်။ ရိပ်သာကို အမြဲဖွင့်မယ်တဲ့။ ဒီတော့ သံဃာ ရှိရတော့မယ်လေ။

အဲဒါမှ ဒုက္ခ၊ ရိပ်သာမှာ နေရမှာက နှစ်ပါး တည်း၊ ဒါဆို တရားကို နှစ်ပတ်တစ်ခါ မနက်ကော နေ့လယ်ခင်းကော နှစ်ပွဲ ဟောနေရတော့မှာပေါ့။ ရေမကူးတတ်တဲ့သူ ရေကန်ထဲ ဇွတ်ပစ်ချလိုက် သလိုပါပဲ။ ယက်ကန်ယက်ကန်နဲ့ ဟောရတော့တာ ပါပဲ။

အဲဒီအချိန်မှာ ဘယ်သူမှ ဖွင့်မပြောဖြစ်တဲ့ ဆန္ဒလေးတစ်ခု ရင်ထဲမှာ တိုးတိုးတိတ်တိတ်လေးနဲ့ ဖြစ်နေခဲ့ပါတယ်။ ဘယ်သူမှ မပြောဖြစ်ပေမယ့် ကိုယ့်ရဲ့ စာဖတ်ပရိသတ်ကိုတော့ သီးခြားသဘောနဲ့ တိုးတိုးတိတ်တိတ် ပြောပြချင်ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ "ငါတို့ထက်ကြီးတဲ့ ဆရာတော်တစ်ပါးပါး ရောက်လာရင် ကောင်းမှာပဲ" ဆိုတဲ့ဆန္ဒပါ။

ဒီတစ်ခါတော့ ကံတရားက စာရေးသူကို မျက်နှာသာပေးလိုက်ပြန်ပြီထင်ပါတယ်။ စာရေးသူ ကံကောင်းပါတယ်။

၅. ၅. ၂၀၀၄ နေ့မှာ မဟာစည်နာယက ပဲနွယ်ကုန်းဆရာတော်ဘုရား ကြွရောက်လာတော့တာပါပဲ။ ပဲနွယ်ကုန်းဆရာတော်ဘုရားက လပြည့် လကွယ် တာဝန်ယူ တရားဟောပြောပေးတော့ စာရေးသူတို့ တာဝန်တစ်ခု ပေါ့သွားပါတယ်။ ဆရာတော့်ကိုလည်း စိတ်ထဲက ကျေးဇူးတင်နေမိပါတယ်။

ထပ်ဆင့်ကံကောင်းတယ်လို့ ပြောရမလား မသိပါဘူး။ ပဲနွယ်ကုန်းဆရာတော်ဘုရား တရား

စစ်တဲ့အခါ ဆရာတော့်အနားမှာ သွားထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတော့ ပဲနွယ်ကုန်းဆရာတော်ဘုရားက စာရေးသူကို တရားစစ်နည်း လက်ထပ်သင်ပေးလိုက်သလိုပါပဲ။ ပဲနွယ်ကုန်းဆရာတော်ဘုရားဆီက တရားစစ်နည်းကို ကောင်းကောင်းနည်းယူ ခွင့်ရလိုက်ပါတယ်။ ဒါကိုတော့ စာရေးသူဘဝမှာ ဘယ်လိုမှ မေ့လို့ မရတော့တဲ့ ကျေးဇူးတစ်ခုအနေနဲ့ သတိရနေတော့မှာပါ။

တကယ်တော့ ကံကောင်းတဲ့နေရာမှာ စာရေးသူတစ်ယောက်တည်း ကံကောင်းတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သုခါပဋိပဒါ သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာအတွက်ကော ရိပ်သာဝင်ပြီး, ဝင်ဆဲ, ဝင်လတ္တံ့ ယောဂီအားလုံးအတွက်ကော ကံကောင်းသွားတာပါ။ တရားကို ရိုရိုသေသေ စစ်ပြတဲ့၊ တရားကို ရိုရိုသေသေ ဟောပေးတဲ့ ဆရာတော်တစ်ပါးနဲ့ တွေ့ကြုံဆုံဆည်းခွင့်ရလိုက်တာဟာ အားလုံးကံကောင်းသွားကြတာပါ။

အခု ဆရာတော်ဘုရားက သုခါပဋိပဒါ သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာမှာ ဟောဖြစ်ခဲ့တဲ့ တရားတွေထဲက

မနက်ပိုင်း သီလပေးတရားဖြစ်တဲ့ "အာဒိတ္တသုတ်" နဲ့ နေ့လယ်ပိုင်း တရားဖြစ်တဲ့ "အတိတ်ကပုံရိပ်" ဆိုတဲ့ တရားနှစ်ပုဒ်ကို စာအုပ်အဖြစ် ထုတ်လိုက်ပါတယ်။ စာအုပ်က အိတ်ဆောင်အရွယ်လေးဖြစ်သလို ဈေးလည်း တော်တော်ချိုပါတယ်။

စာရေးသူအကြံပေးချင်တာကတော့ ဒီ "အတိတ်က ပုံရိပ်" ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကလေးကို ဖတ်တဲ့အခါ ဖတ်နေကျစာအုပ်တွေအတိုင်း စာတစ်အုပ်လို သဘောထားမဖတ်ဘဲ ဆရာတော်ဟောနေတာလေးကို အာရုံပြုပြီး ဟောတရားတစ်ပုဒ်အနေနဲ့ ခံစားပြီး ဖတ်စေချင်ပါတယ်။ ဒါဆိုရင် စာအုပ်ရဲ့ အရသာကို ပိုပြီးတွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ပြီးတော့ အရသာကနေ တစ်ဆင့်တက်ပြီး သတိဉာဏ်သစ်လေးတွေလည်း ဝင်လာပါလိမ့်မယ်။ ဥပမာ- အာဒိတ္တသုတ်ကို ဖတ်ပြီး "ငါ့ရဲ့ခန္ဓာကြီးဟာ နေ့စဉ်မီးလောင်နေပါလား၊ ရတဲ့ပစ္စည်းကို ဆွဲထုတ်ဦးမှပဲ" ဆိုတဲ့ အတွေးမျိုးလေးတွေပါ။ အဲဒီတဒင်္ဂအတွင်းမှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ ကြောင့်ကြမှု၊ မစ္ဆရိယစိတ်ကလေးတွေကင်းနေမှာဖြစ်သလို ပြုသင့်တဲ့

ဒါန သီလ ဘာဝနာတွေလည်း ပြုဖြစ်သွားမှာပါ၊ အဓိကကတော့ စာကို လက်တွေ့အသုံးချနိုင်ဖို့ပါ။

စာဆိုတာ ဖတ်ရုံနဲ့တင် ရပ်မထားရပါဘူး။ စာထဲကနေ နည်းနည်းဖြစ်ဖြစ် လက်တွေ့ကျင့်သုံး ကြည့်ရပါတယ်။ ဒါမှ စာဖတ်ရတာ တန်ပါတယ်။

နောက်တစ်ချက်ကတော့ တရားဟောချင်တဲ့ ဦးပဉ္ဇင်းလေးတွေအတွက်လည်း ထပ်ဆင့် ကံကောင်းခြင်း တစ်မျိုးပါပဲ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဆရာတော့်တရားတွေဟာ ခူးပြီးခပ်ပြီး အသင့်ပြင်ထားတဲ့ ထမင်းဝိုင်းတစ်ခုလိုပါပဲ။ ဇာတ်လမ်း၊ ပါဠိ၊ လင်္ကာလေးတွေနဲ့ အသင့်စုပေးထားတာပါ။ ခွံ့မကျွေးရုံတမယ်ပါပဲ။ ဓမ္မကထိက ဦးပဉ္ဇင်းလေးတွေအတွက် ကံကောင်းခြင်းလက်ဆောင်လေးတွေပါ။

ဪ. . တွေ့ကြ ဆုံကြတယ်ဆိုတာလည်း ခဏလေးပါ။ အချိန်တန်တော့လည်း ခွဲကြရဦးမှာပါ။ ကိုယ်က မခွဲချင်ပေမယ့် သူတို့က ခွဲကြဦးမယ်။ သူတို့က မခွဲချင်ပေမယ့် ကိုယ်က ခွဲရပေဦးမယ်။ အနာဂတ်ရဲ့ကာလတစ်ခုမှာ ခွဲခွာခြင်းက ဣန္ဒြေ

မပျက် ရှိနေပြီးသား။ ခေတ္တခဏ တွေ့ဆုံခိုက်လေးမှာ အားလုံး ကံကောင်းဖို့ပါပဲလေ။ ကံကောင်းဖို့ကတော့ ကောင်းကံလေးတွေ တွေး၊ ကောင်းကံလေးတွေ ပြော၊ ကောင်းကံလေးတွေ လုပ်၊ ဒါသည်ပင် ကံကောင်းခြင်းရဲ့ ရှေ့ပြေးပုံရိပ်လေးတွေ မဟုတ်ပါလား။

ဘာပဲပြောပြော "အတိတ်ကပုံရိပ်" ထဲက စာတစ်ပိုဒ်လောက်ပဲဖြစ်ဖြစ် လက်တွေ့ကျင့်သုံးကြည့်လိုက်ပါလား။ ကံကောင်းသွားအောင်လေ။

"အားလုံး ကံကောင်းကြပါစေ။"

ရဝေနွယ်(အင်းမ)

၁၀. ၇. ၂၀၀၄

နံနက် ၁၀:၃၀

၁၃၆၆-ခုနှစ်၊

နယုန်လပြည့်နေ့ (၂-၆-၂၀၀၄)

ရန်ကုန်မြို့

ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ကျောက်ကုန်း

သုခါပဋိပဒါ သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ၌

ဟောကြားအပ်သော

အာဃာတဝတ္ထုသုတ်

တရားတော်

တရားရှုမှတ်ခါနီး

စတုရာရက္ခ ဘာဝနာ (၄)မျိုး ပွားများရန်

၁။ အရဟံစသား ဂုဏ်ကိုးပါးနှင့် ထင်ရှားစုံစွာ မြတ်ဗုဒ္ဓါ ကောင်းစွာရှိခိုးပါ၏ ဘုရား။ **(ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာ)**

၂။ အားလုံးသတ္တဝါ ဘေးရန်ကွာ ချမ်းသာကြစေသား။ **(မေတ္တာ ဘာဝနာ)**

၃။ ငါ၏ကိုယ်မှာ ရှိနေတာ ရွံရှာဖွယ်ချည်းပါတကား။ **(အသုဘ ဘာဝနာ)**

၄။ ငါသည် မုချ တစ်နေ့ကျ သေရမှာပါတကား။ **(မရဏာဿတိ ဘာဝနာ)**

* ငါ၏ရုပ်နာမ် ဘုရားယံ အပ်နှံလှူဒါန်းပါ၏ ဘုရား။

မဟာစည်နာယကဆရာတော်
ဘဒ္ဒန္တစန္ဒာဝရ(ပဲနွယ်ကုန်း)

ဗုဒ္ဓဝန္ဒနာဘုရားရှိခိုး

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း နှစ်ထောင့်ငါးရာကျော်လောက်က ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ကိုယ်တော်တိုင် ဟောကြားတော်မူထားတဲ့ တရားဓမ္မ ဒေသနာတော်များကို ဟောကြရ၊ နာကြရမှာ ဖြစ်တဲ့အတွက် တရားဟော၊ တရားနာ ပုဂ္ဂိုလ်များက တရားမဟောမီ၊ တရားမနာမီမှာ တရားပိုင်ရှင်ဖြစ်တော်မူတဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို အရိုအသေ ဂါဝရပြု ရှိခိုးကန်တော့ကြရအောင်။ ဘုရားရှိခိုးဂါထာ ပြီးဆုံးသွားတဲ့အခါ သာဓုခေါ်ပြီးတော့ ရှိခိုးကန်တော့ကြရမယ်။ ကိုင်း လက်အုပ်ကလေးချီပြီး လိုက်ဆိုကြရအောင်။

ဗုဒ္ဓေါ သော ဘဂဝါ၊ ဗောဓာယ ဓမ္မံ ဒေသေတိ။

တံ ဘဂဝန္တံ၊ အဟံ ဝန္ဒာမိ သဗ္ဗဒါ။

သော ဘဂဝါ= အကျွန်ုပ်တို့အများ၏ အားထား ကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာ ဘုရားသည်။ **ပုဗ္ဗေ**= သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူပြီးသည် ဖြစ်၍။ **ပကာသယ**= သတ္တဝါအများ အကျွန်ုပ်တို့အားလည်း အလားတူပင် သိမြင်ကြပါစေခြင်း အကျိုးငှာ။ **ဓမ္မံ**= သစ္စာလေးတန် တရားအမှန်ကို။ **ဒေသေတိ**= ကရု ဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ ပါပေ၏။ **တံ ဘဂဝန္တံ** = သက်တော်ထင်ရှား ထို မြတ်စွာဘုရားကို။ **အဟံ**= ဘုရားတပည့်တော် သည်။ **သဗ္ဗဒါ**= နေ့ရော ညပါ အခါခပ်သိမ်း။ **ဝန္ဒာမိ**= ရိုသေမြတ်နိုး မာန်ညွတ်ကျိုး၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏ဘုရား။

“သာဓု. . . . . သာဓု. . . . . သာဓု”

စိတ်ကောက်နေလား

သမုန္နမယ မတ္တာနံ၊ ဥသုကာရောဝ တေဇနံ၊
စိတ္တံ ဥဇုံ ကရိတွာန၊ အဝိဇ္ဇံ ဘိန္ဒ ဟာရိတ။
(ထေရဂါထာ ၄- ၁. ၁၀၈)

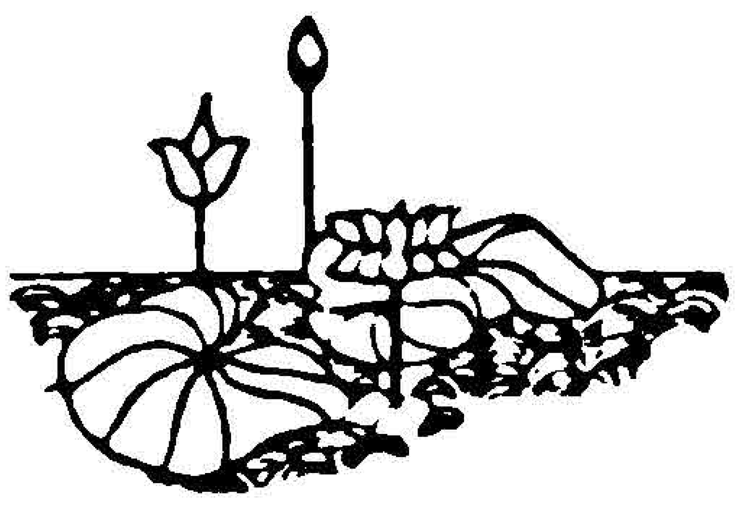
ဟာရိတ= ချစ်သား ဟာရိတ။ **ဥသုကာရော**= မြားကို ပြုလုပ်သော လေးသမားသည်။ **တေဇနံ**= မြားကို။ **ဥဇုံ**= ဖြောင့်အောင်။ **ကရောတိ ဣဝ**= ပြုသကဲ့သို့။ **အတ္တာနံ** = မိမိစိတ်ကို။ **သမုန္န မယံ**= ဝီရိယ၊ သမာဓိတို့ဖြင့် အထက်သို့ မြှင့်တင်လျက်။ **စိတ္တံ**= စိတ်ကို။ **ဥဇုံ**= ဖြောင့်အောင်။ **ကရိတွာန**= ပြု၍။ **အဝိဇ္ဇံ**= ပိတ်ကာဟန့်ဆီး အဝိဇ္ဇာတည်း ဟူသော မှောင်တိုက်ကြီးကို။ **ဘိန္ဒ**= ပညာဉာဏ်အလင်းဖြင့် ဖြိုခွင်းဖျက်ဆီးလိုက်ရာတော့သတည်း။

သာဓု . . . သာဓု. . . သာဓု။

မြားကို ပြုလုပ်သော လေးသမားများက မြား ကို ဖြောင့်တဲ့အခါမှာ မီးလေးကင်လိုက်၊ ဖြောင့် လိုက်၊ မျက်စိလေးတစ်ဖက် မှိတ်ကြည့်လိုက်၊ မီး လေးကင်လိုက်၊ ဖြောင့်လိုက်၊ မျက်စိ လေးတစ်ဖက် မှိတ်ကြည့်လိုက်နဲ့ သူလိုချင်တဲ့ပုံစံအနေအထား ရ အောင် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဖြောင့်ယူတယ်။ အဲဒီ ဥပမာအတူပဲ။ တရားအားထုတ်တဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် များကလည်းပဲ မိမိရဲ့ ကောက်နေတဲ့ စိတ်ကလေး ကို မှတ်စိတ်ချည်း စဉ်တန်းပြီးတော့ တစ်ဖြောင့် တည်း သွားအောင် ဝီရိယ သမာဓိတို့နဲ့ ဖြောင့်ပေး ရတယ်။

စိတ်ဓာတ်တွေ ကျပြီးတော့ ပျင်းရိငြီးငွေ့နေ လို့ရှိရင် ဝီရိယနဲ့ ဖြောင့်ပေးရမယ်။ စိတ်တွေ ပျံ့လွင့် ပြီးတော့ ဟိုတွေးဒီတွေး တွေးလို့ရှိရင် သမာဓိနဲ့ ဖြောင့်ပေးရမယ်။ ဝီရိယ၊ သမာဓိတို့နဲ့ စိတ်ကို ဖြောင့်ပေးလိုက်ရင် စိတ်တွေ ဖြောင့်လာတယ်။ တည်ကြည်လာတယ်။ ရုပ်တရား နာမ်တရား ပိုင်း ခြားပြီး သိလာမယ်။ အကြောင်းအကျိုးတွေ ဆက်

စုပ်ပြီးတော့ သိလာမယ်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောမှန်တွေသိလာမယ်။ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့အမှောင် တွေ ပျောက်ပြီးတော့ ဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ အလင်း ရောက်၍ ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေ ရသွားနိုင်ပါတယ်။ ဝီရိယ၊ သမာဓိ တို့နဲ့ ကောက်နေတဲ့စိတ်ကို ဖြောင့်ပေးလို့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ တရားထူး တရား မြတ်တွေ ရ သွားပုံလေးကို ဒီနေ့တော့ **'အတိတ်က ပုံရိပ်'**ဆိုတဲ့ တရားတော်အမည်နဲ့ **ဟာရိတ**မထေရ် အကြောင်းကို ဟောကြားသွားပါမယ်။



အစကောင်းမှ အနှောင်းသေချာ

ဟိမဝန္တဿာ ဝိဒူရေ၊

ဝသဘော နာမ ပဗ္ဗတော၊

ဗုဒ္ဓေါ သုဒဿနော နာမ၊

ဝသတေ ပဗ္ဗတန္တ ရေ။

ဟိမဝန္တဿ = ဟိမဝန္တာတောင်ကြီး၏။ **အဝိဒူရေ**= မနီး မဝေးသော အရပ်၌။ **ဝသဘော နာမ**= ဝသဘ အမည်ရှိသော။ **ပဗ္ဗတော**= တောင်သည်။ **အတ္ထိ**= ရှိ၏။ **တဿ ပဗ္ဗတန္တရေ**= ထို ဝသဘ တောင်၏ လိုဏ်ခေါင်အတွင်း၌။ **သုဒဿနော နာမ**= သုဒဿန အမည်ရှိသော။ **ဗုဒ္ဓေါ**= ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်သည်။ **ဝသတေ**= သီတင်းသုံး စံနေတော်မူပါပေ၏။

သာသနာပအချိန်အခါကာလ ဟိမဝန္တာ တောင်ကြီးရဲ့အနီး ဝသဘတောင် လိုဏ်ချောင် အတွင်းမှာ သုဒဿန အမည်ရတဲ့ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်တစ်ပါး သီတင်းသုံးနေတော်မူပါတယ်။

အမျိုးသားလေးတစ်ယောက်ကလည်း တောထဲ တောင်ထဲ လှည့်လည်သွားလာနေရင်းနဲ့ ဝသဘတောင် လိုဏ်ဂူအပေါက်ဝ ရောက်လာတယ်။ "ဩော် . . ဒီလိုဏ်ဂူကြီးက အတော်အေးတာပဲ၊ တန်ခူးလ၊ကဆုန်လ၊ နွေရာသီပူပြင်းတဲ့အချိန်အခါမှာ လာပြီးတော့တောင်မှ အနားယူစရာကောင်းတယ်။ တော်တော်အေးတဲ့ လိုဏ်ဂူကြီးပဲ" ဆိုပြီး အထဲဝင်ကြည့်လိုက်တော့ သုဒဿန ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်တစ်ပါး တရားရှုမှတ်နေတာ တွေ့ရတယ်။

တတ္ထဒ္ဒသာသိ သမ္ဗုဒ္ဓံ၊
ဩဃတိဏ္ဏ မနာသဝံ။

တတ္ထ= ထိုဝသဘတောင်၏ လိုဏ်ချောင်အတွင်း၌။ **ဩဃတိဏ္ဏံ**= ဩဃတည်းဟူသော ပင်လယ်ခရီးမှ ကူးမြောက်တော်မူပြီးသော။ **အနာ**

သဝံ= အာသဝေါ လေးသွယ်တို့မှ စင်ကြယ်ကင်းလွတ်တော်မူပြီးသော။ **သမ္ဗုဒ္ဓံ**= ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်ကို။ **အဒဿာသိံ**= အခွင့်ကြုံ၍ တွေ့ဆုံ ဖူးမြင်ရပါပေ၏။

“ဩော် - သူတော်ကောင်း၊ အရှင်ကောင်း အရှင်မြတ်နဲ့တူပါရဲ့၊ ဒီလို သူတော်ကောင်း အရှင်မြတ်ကြီးတွေဆိုတာ အလွန်တရာ တွေ့ရခဲကြုံရခဲတယ်။ ငါ့အတွက် ကုသိုလ်ရဖို့ အခွင့်ကောင်းတစ်ခုပဲ။ ကုသိုလ်တစ်ခုခု ရအောင်ယူမယ်“လို့ အကြံအစည် ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။

ကုသိုလ်ပန်းတစ်ပွင့် ဖန်ဆင်းခြင်း

ကုသိုလ်ယူဖို့ဆိုတာ သဒ္ဓါတရားတည်းဟူသောလက် ရှိမှ ယူလို့ရပါတယ်။ သဒ္ဓါတရားက လက်နဲ့ တူတယ်။

သာ ဟတ္ထ ဝိတ္တ ဗီဇာနိ ဝိယ ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။

သာ= ထိုသဒ္ဓါတရားကို။ **ဟတ္ထ ဝိတ္တ ဗီဇာနိ ဝိယ**= လက်၊ ဥစ္စာ၊ မျိုးစေ့တို့ကဲ့သို့။ **ဒဋ္ဌဗ္ဗာ**= မှတ်အပ်၏။

သဒ္ဓါတရားက လက်နဲ့တူတယ်။ ဥစ္စာနဲ့ တူတယ်။ မျိုးစေ့နဲ့တူတယ်။ လက်နဲ့တူပုံတစ်ခုပဲ ပြောပါမယ်။ အဖိုးတန်တဲ့ စိန်တွေ၊ ရွှေတွေ၊ ငွေတွေ ရတနာပစ္စည်းတွေ တွေ့သော်လည်းပဲ လက်မရှိလို့ ရှိရင် ကောက်ယူလို့ မရဘူး။ ဘုရားနဲ့ တွေ့တွေ့၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါနဲ့ တွေ့တွေ့၊ ရဟန္တာနဲ့ တွေ့တွေ့ ၊

သံဃာတော် အရှင်မြတ်တွေနဲ့ တွေ့တွေ့၊ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ သဒ္ဓါတရားဓာတ်ခံမရှိရင် ဘာကုသိုလ်မှ အရမယူနိုင်ဘူး။

အလှူခံ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ဘယ်လောက်ပဲ ကြုံနေနေ လှူစရာပစ္စည်း ဘယ်လောက်ပဲ ရှိနေနေ သဒ္ဓါတရားဓာတ်ခံ မရှိရင် ဒါနကုသိုလ် ဘယ်ရနိုင်ပါ့မလဲ။

အမျိုးကောင်းသားလေးက “ သူတော်ကောင်း၊ အရှင်ကောင်း အရှင်မြတ်တွေနဲ့ တွေ့တဲ့အခါမှာ ငါ ကုသိုလ်တော့ အရယူမှပဲ”လို့ ကြံစည်ပြီး ဝသဘတောင်ရဲ့ ပတ်ပတ်လည် လိုက်ပြီး ကြည့်လိုက်တော့ လက်ထုပ်ပန်းတွေ ဝေဝေဆာဆာ ပွင့်နေတာ တွေ့ရတယ်။

ပုပ္ဖံ ကုရဇ မာဒါယ၊
သီသေ ကတွာန ဟံ တဒါ၊
ဗုဒ္ဓဿ အဘိရောပေသိံ၊
သယမ္ဘုဿ မဟေသိနော။

တဒါ= ထိုသို့ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်ကို ဖူးတွေ့ရသောအခါ၌။ **အဟံ**= ငါသည်။ **ကုရဇံ ပုပ္ဖံ**= လက်ထုပ်ပန်းကို။ **အာဒါယ**= ဆွတ်ခူးယူဆောင်၍။ **သီသေ ကတွာန**= ဦးခေါင်းထက်၌ မြတ်မြတ်နိုးနိုး တင်ထား၍။ **သယမ္ဘုသာ**= မိမိအလိုလို ကိုယ်တော်တိုင်သာလျှင် သစ္စာလေးတန်ကို အမှန်သိမြင်တော်မူပေသော။ **မဟေသိနော**= အမြတ်တရားထူးကို ဆည်းပူးရှာမှီးလေ့ ရှိတော်မူပေသော။ **ဗုဒ္ဓဿ**= ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်အား။ **အဘိရောပေသိ**= ကြည်ကြည်ဖြူဖြူ တင်လှူ ပူဇော်ခဲ့ပါပေ၏။

သုဒဿန ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါအရှင်မြတ်ကို တွေ့တော လက်ထုပ်ပန်းတွေနဲ့ လှူဒါန်း ပူဇော်ခဲ့ပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

* သုဒဿန ပစ္စေက
ဖူးရ တွေ့ရလေတော့သည်။

* စိတ်ကြည်လန်းဆန်း လက်ထုပ်ပန်း
လှူဒါန်းခဲ့လေသည်။

စိတ်ကြည်လန်းဆန်း လှူသောပန်းကြောင့်

ဧကတိံသေ ဣတော ကပ္ပေ

ယံ ပုပ္ဖမဘိ ပူဇယိံ၊

ဒုဂ္ဂတိံ နာဘိ ဇာနာမိ၊

ပုပ္ဖ ပူဇာယိဒံ ဖလံ။

ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါအရှင်မြတ်ကို လက်ထုပ်ပန်းကလေးတစ်ကြိမ် လှူဒါန်းရသော အကျိုးကြောင့် ၃၁- ကမ္ဘာ အပါယ်လေးပါးကို မရောက်ရဘူး။

ဆောင်ပုဒ်

သုံးဆယ့်တစ်ကမ္ဘာ ပါယ်မလာ
လှူရှာနတ်ပြည် လှည့်လည်သည်။

ဒါကြောင့် ဒါနကုသိုလ်များဟာ အင်မတန်ကို ပြုချင်စရာကောင်းတယ်။

စိတ်ကကြည်စွာ စေတနာနှင့်
သဒ္ဒါဝမ်းတွင်း ပေးကမ်းခြင်းက
ရခြင်းထက်သာ ဝမ်းမြောက်ရာ၏။

စေတနာ သဒ္ဒါတရား ထက်ထက်သန်သန်နဲ့ လှူရတာဟာ ရတာထက်ကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ရတယ်။ လက်ထုပ်ပန်း လှူဒါန်းရတာနဲ့ လမ်းသွားရင်း ငွေတစ်သိန်းကောက်ရတာ ယှဉ်လိုက်လို့ရှိရင် လက်ထုပ်ပန်းလှူရတာကို ပိုပြီးတော့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ရမှာ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ လမ်းသွားရင်း၊ ငွေတစ်သိန်းကောက်ရလို့ ငွေတစ်သိန်းကို သုံးတဲ့အခါ တစ်သိန်းဖိုးပဲ သုံးရပါတယ်။ လက်ထုပ်ပန်းလှူဒါန်းခဲ့တဲ့ ဒါနကုသိုလ်က အကျိုးပေးတဲ့အခါ တစ်သိန်းဖိုးလည်း မက၊ ဆယ်သိန်းဖိုးလည်း မက၊ သိန်းတစ်ရာဖိုးလည်း မက၊ သိန်းတစ်ထောင်ဖိုးလည်းမက အကျိုးပေးပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့်-

စိတ်ကကြည်စွာ စေတနာနှင့်
သဒ္ဒါဝမ်းတွင်း ပေးကမ်းခြင်းက
ရခြင်းထက်သာ ဝမ်းမြောက်ရာ၏။

ရှေးရေစက် အကြောင်းဖက်ဖန်လာ

ပန်းလှူရတဲ့အကျိုးကြောင့် သုံးဆယ့်တစ်ကမ္ဘာ အပါယ်လေးပါး မကျရောက်ရဘဲ လူ့ပြည် နတ်ပြည် အလီလီ လှည့်လည်ပြီးတော့ နေလာလိုက်တာ-

ဣမသ္မိံ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒေ သာဝတ္ထိနဂရေ
ဗြာဟ္မဏ မဟာသာလ ကုလေ နိဗ္ဗတ္တိ။

ဣမသ္မိံ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒေ= ဤဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားပွင့်တော်မူသောအခါ။ **သာဝတ္ထိ နဂရေ**=သာဝတ္ထိမြို့၌။ **ဗြာဟ္မဏ မဟာသာလ ကုလေ**= ဗြာဟ္မဏ မဟာသာလ ပုဏ္ဏားမျိုး၌။ **နိဗ္ဗတ္တိ**= ဖြစ်လေ၏။

ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူလာတဲ့ အခါကျတော့ သာဝတ္ထိမြို့တော်ကြီးမှာ ဗြာဟ္မဏ မဟာသာလ ပုဏ္ဏားမျိုးမှာ လာပြီးတော့ ဖြစ်ရတယ်။ ပုဏ္ဏားကြီး ပုဏ္ဏေးမကြီးတို့က သူတို့သားလေးကို **ဟာရိတ**လို့ နာမည်ပေးကြတယ်။

ဟာရိတ ပုဏ္ဏားလုလင်လေး တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အသက်အရွယ်အားဖြင့် တစ်ဆယ့်ခြောက်နှစ်၊ တစ်ဆယ့်ရှစ်နှစ်၊ အနှစ်နှစ်ဆယ် အရွယ် ရောက်လာတယ်။

တဿ ဝယ ပတ္တဿ မာတာပိတရော
ကုလ ရူပါဒိဟိ အနုစ္ဆဝိကံ ကုမာရိကံ
ဗြဟ္မဏ မိတရံ အာနေသုံ၊

ဝယပတ္တဿ= အရွယ်သို့ ရောက်ပြီးသော။ **တဿ**= ထိုဟာရိတ၏။ **မာတာပိတရော**= မိခင်ဖခင်တို့သည်။ **ကုလရူပါဒိဟိ**=အမျိုးအနွယ် ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ အစရှိသည်တို့နှင့်။ **အနုစ္ဆဝိကံ**= သင့်လျော်သော။ **ဗြဟ္မဏမိတရံ**= ပုဏ္ဏား၏ သမီးဖြစ်

သော။ **ကုမာရိကံ**=အမျိုးသမီးကို။ **အာနေသုံ**=ဆောင်ကြလေကုန်၏။

ဟာရိတ ပုဏ္ဏားလုလင်လေး အသက်အရွယ် နှစ်ဆယ်လောက် ရောက်လာတော့ မိဘများက ပစ္စည်းဥစ္စာလည်း ပေါ၊ ရုပ်ကလည်း ချော၊ သဘောကလည်း ကောင်း၊ အမျိုးကလည်း မြတ်၊ ပညာကလည်း တတ်တဲ့ ပုဏ္ဏေးမလေးတစ်ယောက်နဲ့ လက်ထပ်ထိမ်းမြား ပေးစားကြတယ်။ လက်ထပ်ထိမ်းမြားပြီးနောက် လင်ကလည်း လင်ကျင့်ဝတ်၊ မယားကလည်း မယားကျင့်ဝတ်နဲ့အညီ ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြတော့ အိမ်ထောင်ရေး အဆင်ပြေ ချောမွေ့တာပေါ့။

မယားကလည်း-

အိမ်တွင်းမှုလုပ် သိမ်းထုပ်သေချာ
မိတ္တာ ကြဉ်ရှောင် လျော်အောင်ဖြန့်ချို
ပျင်းရိမမှု ဝတ်ငါးဆူ
အိမ်သူကျင့်အပ်စွာ

ဆိုတဲ့ မယားကျင့်ဝတ် ငါးပါးနဲ့အညီ ပြည့်စုံအောင် ကျင့်သုံးနေထိုင်တယ်။

လင်ဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း

မထေမဲ့ကင်း အပ်နှင်းဥစ္စာ

မိစ္ဆာမမှား ဝတ်စားဆင်ယင်

မြတ်နိုးကြင် ငါးအင်လင်ကျင့်ရာ–

ဆိုတဲ့ လင်ကျင့်ဝတ်ငါးပါးနဲ့အညီ ပြည့်စုံအောင် ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြတော့ ဘာပြဿနာမှ မရှိဘူး။ အိမ်ထောင်ရေး အဆင်ပြေနေတာပေါ့။

ကောင်းခြင်းခု သည့်ချိန်ခါ

သော တာယ သဒ္ဓိ ဘောဂသုခံ

အနုဘဝန္တော၊

သော= ထိုဟာရိတ ပုဏ္ဏားလုလင်လေး သည်။ **တာယ**= ထိုအမျိုးသမီးနှင့်။ **သဒ္ဓိ** = အတူတကွ။ **ဘောဂသုခံ**= စည်းစိမ်ချမ်းသာကို။ **အနုဘဝန္တော**= သုံးဆောင်ခံစားလျက်။

လောကီစည်းစိမ်တွေ ခံစားပြီးတော့ လာလိုက်တာ အသက်အရွယ်ကလည်း ငယ်၊ ကိုယ်လည်း ကျန်းမာ၊ စိတ်လည်း ချမ်းသာ၊ စီးပွားဥစ္စာတွေကလည်း ပြည့်စုံချမ်းသာကြတော့ ဘာဒုက္ခဘာဆင်းရဲမှ မရှိဘူး။ ဆင်းရဲဆိုတာ ဘာလဲ၊ ဒုက္ခဆိုတာ ဘာလဲလို့ မေးရလောက်အောင်ကို သူတို့မှာ

ဘာဒုက္ခမှ မကြုံဖူးဘူး။ အစစအရာရာ ပြည့်စုံ ချမ်းသာနေတဲ့အတွက် အရာရာတိုင်း မြင်သမျှ တွေ့သမျှ ကြားသမျှတွေဟာ လှပတင့်တယ်ပြီး ကောင်းခြင်း မင်္ဂလာသုခတွေ ပြည့်စုံနေပါတယ်။ ခေတ်စကားအရ ပြောရရင် လေတိုက်လို့ သစ်ရွက်လေးတွေ လှုပ်တာကအစ သူတို့အတွက် လှနေမှာ။

ဝင်းပပလှသူလေး

ဧကဒိဝသံ အတ္တနော တဿာ စ
ရူပသမ္ပတ္တိံ ဩလောကေတွာ။

ဧကဒိဝသံ= တစ်နေ့သ၌။ **အတ္တနော**= မိမိ၏။ **တဿာ**= ထိုအမျိုးသမီး၏။ **ရူပသမ္ပတ္တိံ**= ရုပ်အဆင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်းကို။ **ဩလောကေတွာ**= ကြည့်ရှု၍။

တစ်နေ့တော့ ဟာရိတ လုလင်လေးက သူ့အမျိုးသမီးကို ကြည့်ပြီး "ဪ. . . ငါ့အမျိုးသမီးက တော်တော်လှတာပဲ။ အဝါလေး ဝတ်လည်း လှတာပဲ၊ အပြာလေးဝတ်လည်း လှတာပဲ၊ အစိမ်းလေးတွေ အနီလေးတွေ ဝတ်လည်း လှတာပဲ။ သွားနေလည်း လှတာပဲ၊ ရပ်နေလည်း လှတာပဲ၊ ထိုင်နေလည်း လှတာပဲ၊ အိပ်ရာထဲ လှဲနေလည်း လှတာပဲ။

ရှေ့ကကြည့်တော့လည်း လှတာပဲ။ နောက်က ကြည့်တော့လည်း လှတာပဲ။ ဘေးက ကြည့်တော့ လည်း လှတာပဲ၊ ဘယ်လိုကြည့်ကြည့် လှတာပဲ။

လောကမှာ ရှိနေကြတဲ့ ရုပ်ရှင်မင်းသမီးတွေ ဗွီဒီယိုမင်းသမီးတွေတောင်မှ ငါ့အမျိုးသမီးလောက် လှမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီလောက် လှပ တင့်တယ်တဲ့ အမျိုးသမီးကို ငါရထားတာ ကံကောင်းပေစွ။ အရ တော်ပေစွ”လို့ စိတ်ထဲ အောက်မေ့ပြီး ဂုဏ်ယူ ဝမ်းမြောက်နေမိတယ်။

ကမ္ဘာကျော်ပန်းချီဆရာကြီးတွေ ဆွဲတဲ့ မိန်းမ လှလေးတွေပုံတောင် ငါ့မိန်းမလောက် လှမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီလောက်လှပတင့်တယ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ် ဟာ တစ်နေ့ကျ အိုရဦးမယ်၊ တစ်နေ့ကျ နာရဦး မယ်၊ တစ်နေ့ကျ သေရဦးမယ်ဆိုတာ ဟုတ်မှ ဟုတ် ပါ့မလားလို့ သံသယတွေ ဖြစ်နေတာ။

ဤဒိသံ နာမ ရူပံ န စိရဿေဝ
ဇရာယ မဒ္ဒနာဝ
အဘိပ္ပမဒ္ဒိယတိတိ သံဝေဂံ ပဋိလဘိ၊

ဤဒိသံနာမ ရူပံ = ဤသို့သဘော ရှိသည် မည်သောရုပ်အဆင်းသော်မှလည်း။ **န စိရဿေဝ** = မကြာမြင့်မီသာလျှင်။ **ဇရာယစ**= အိုခြင်းတရား သည်လည်းကောင်း။ **မစ္စုနာစ**= သေခြင်းတရား သည်လည်းကောင်း။**အဘိပ္ပမဒ္ဒိယတိ**= ဖိစီးနှိပ် စက်လတ္တံ့။ **ဣတိ**= ဤသို့။ **သံဝေဂံ**=သံဝေဂကို။ **ပဋိလဘိ** = ရ၏။

ဘုရားကလည်း ဟောထားတာ မျက်မြင် ကိုယ်တွေ့လည်း ဖြစ်နေတာဆိုတော့ အိုရဦးမယ်၊ နာရဦးမယ်၊ သေရဦးမယ် ဆိုတဲ့ သံဝေဂကို မရချင် ရချင်နဲ့ရတာ။ စိတ်ထဲမှာ ကျေကျေနပ်နပ်ကြီး သံဝေဂ ရတာ မဟုတ်ဘူး။

တစ်နေ့တော့ ရောက်လာမှာပါ

ယထာပိ သေလာ ဝိပုလာ၊
နဘံ အာဟစ္စ ပဗ္ဗတာ။
သမန္တာ နုပရိယာယေယျုံ၊
နိပ္ပေါ့ထေန္တော စတုဒ္ဒိသာ။

(သံ-၁. ၁၀၂)

ဝိပုလာ=ပြန့်ကျယ်ကုန်သော။ **နဘံ**= ကောင်းကင်သို့။ **အာဟစ္စ**= ထိ၍။ **ဥစ္စာ**= မြင့်မားကုန်သော။ **သေလာ**=တခဲနက် ကျောက်အတိပြီးကုန်သော။ **သမန္တာ**=ထက်ဝန်းကျင်မှ။ **ပဗ္ဗတာ**=တောင်တို့သည်။ **စတုဒ္ဒိသာ**= အရပ်လေးမျက်နှာမှ။ **နိပ္ပေါ့ထေန္တော**= သတ္တဝါတို့ကို မှုန့်မှုန့်ညက်ညက် ကြိတ်ချေလျက်။

အနုပရိယာ ယေယန္တိ ယထာ= အစဉ်လိမ့်၍ လိမ့်၍ လာကုန်သကဲ့သို့၊

အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်အရပ်လေးမျက်နှာမှ ကြီးမား ကျယ်ပြန့်တဲ့ ကျောက်တောင်ကြီးတွေက သတ္တဝါတွေကို မှုန့်မှုန့်ညက်ညက် ကြိတ်ချေလျက် တလိမ့်လိမ့် လာနေသလိုပဲ။

ဧဝံ ဇရာ စ မစ္စု စ၊ အဓိဝတ္တန္တိ ပါဏိနေ။

ဧဝံ= ဤအတူ။ **ဇရာ စ**= အိုခြင်းတရားသည်လည်းကောင်း။ **မစ္စု စ**=သေခြင်းတရားသည် လည်းကောင်း။ **ပါဏိနေ**= သတ္တဝါတို့ကို။ **အဓိဝတ္တန္တိ**= လွှမ်းမိုး နှိပ်စက်ကြလေကုန်၏။

အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားတွေက သတ္တဝါတွေကို နှိပ်စက်ကြတယ်။

န ကိဉ္စိ ပရိဝဇ္ဇေတိ၊ သဗ္ဗမေဝါဘိမဒ္ဒတိ။

ကိဉ္စိ= တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ။ **န ပရိဝဇ္ဇေတိ**=မရှောင်ကြဉ်။ **သဗ္ဗမေဝ**= အလုံးစုံသောသတ္တဝါကိုပင်လျှင်၊ **အဘိမဒ္ဒတိ**= ဖိစီးနှိပ်စက်၏။

အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားဆိုးတွေက ဘယ်သူ့ကိုမှ ညှာတာမပေးဘူး။ ပိုက်ဆံရှိတဲ့

သူဌေးကြီးကိုလည်းပဲ ဪ - ဒီပုဂ္ဂိုလ်က ပိုက်ဆံရှိတဲ့ သူဌေးကြီးပဲဆိုပြီးတော့ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားက မညှာဘူး။ ရာထူးရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်းပဲ မညှာဘူး။ ရှင်သာရိပုတ္တရာ ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကတော့ ပညာအရာမှာ ဧတဒဂ်ရတဲ့ လက်ယာရံ မထေရ်မြတ်ကြီးပဲ ဆိုပြီး ရှင်သာရိပုတ္တရာ ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကိုလည်း မညှာဘူး။ ရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကတော့ တန်ခိုးအရာမှာ ဧတဒဂ်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးပဲ ဆိုပြီးတော့ ရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်ကိုယ်တော်ကြီးကိုလည်းပဲ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားက မညှာဘူး။

သုံးလောက ထွတ်ထား သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားကိုတောင်မှ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားက မညှာဘူး။

သတ္တာဒေဝ မနုဿာနံ၊
ဝသီ သောပိ မုနိဿရော။
ဂတော ၀ နိဗ္ဗုတိံ သဗ္ဗေ၊
သခ်ီရာ န ဟိ သဿတာ။

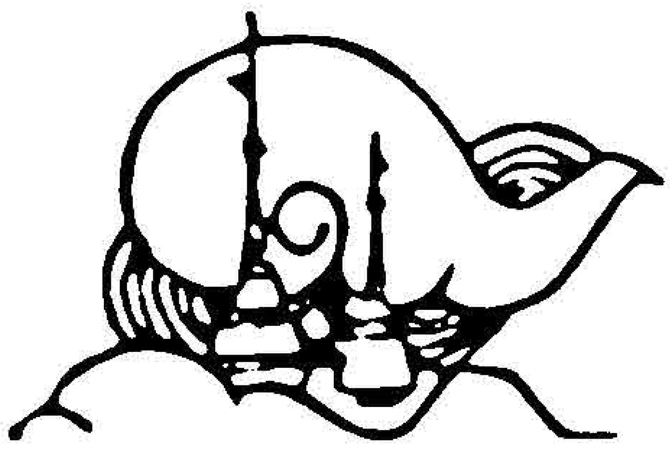
(အလင်္ကာ ဂါထာ - ၂၄၁)

ဒေဝ မနုဿာနံ = နတ်လူတို့၏။ **သတ္ထာ** = ဆရာဖြစ်တော်မူသော။ **ဝသီ** = ဝသီဘော် ငါးပါး စွမ်းအားသတ္တိရှိတော်မူသော။ **သောပိ မုနိဿရော** = ထို မုနိထွတ်ထား မြတ်စွာဘုရားသော်မှလည်း။ **နိဗ္ဗုတိံ** = ပရိနိဗ္ဗာန်စံရခြင်းသို့။ **ဂတောဝ** = ရောက်တော်မူရသေးသည်သာ။ **သဗ္ဗေ** = အလုံးစုံကုန်သော။ **သင်္ခါရာ** = ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတရားတို့သည်။ **နဿဿတာ** = မမြဲကြကုန်။

မြတ်စွာဘုရားကတော့ လူတွေ၊ နတ်တွေ၊ ပြဟ္မာတွေရဲ့ ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်တဲ့ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်ရထားတဲ့ ဘုရားရှင်ပဲဆိုပြီးတော့ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားတွေက မညှာဘူး။ ဘုရားလည်း အိုရ၊ နာရ၊ သေရတာပဲ။

ဘုရားဟောထားတော့ ဇွတ်မှိတ်ပြီး ယုံရမှာတဲ့လား။ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့လည်း ကြည့်ပါဦး။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်တွေ အသက် (၇၀) ကျော်၊ (၈၀) ကျော်၊ (၉၀) ကျော် အဘွားကြီးတွေလည်းပဲ ငယ်ငယ်က (၁၆) နှစ်၊ (၁၈) နှစ် အရွယ်တုန်းက

လှူကြမှာပဲ။ အသက်တွေကြီးလာတော့ (၁၆) နှစ်၊ (၁၈)နှစ် အရွယ်တုန်းကလို မလှူကြတော့ဘူး။ အိုခြင်းတရားက နှိပ်စက်လိုက်တာ။ ဘုရားကလည်း ဟောထားတယ်။ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့လည်း ဖြစ်တယ်။ သံဝေဂ မရချင်လို့ မဖြစ်ဘူး။ ရကို ရရမယ်။



ရတ်တရက် နှုတ်မဆက်ဘဲ

ကတိပယဒိဝသာ တိဏ္ဏမေနေဝ စဿ ဘရိယံ ကဏှသပ္ပေါ ဍံသိတွာ မာရေသိ။

ကတိပယဒိဝသာ တိဏ္ဏမေနေဝ= အနည်းငယ်သော ရက်လွန်သဖြင့်သာလျှင်။ **အဿ**= ထိုဟာရိတ၏။ **ဘရိယံ**= မယားကို။ **ကဏှသပ္ပေါ**= မြွေဆိုးသည်။ **ဍံသိတွာ**= ကိုက်၍။ **မာရေသိ**= သေစေ၏။

ရက်များများ မကြာပါဘူး။ တစ်နေ့တော့ ဟာရိတပုဏ္ဏားလုလင်လေးရဲ့ အင်မတန် လှပပါတယ်လို့ဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးကို မြွေဆိုးကိုက်လိုက်တာ အဲဒီနေရာမှာပဲ ချက်ချင်းကွယ်လွန်သေဆုံးသွားပါ

တယ်။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ သံဝေဂရစရာက မျက်စိအောက်မှာ ချက်ချင်း တွေ့ဆုံနေရတယ်။

စကားပြောသော သစ်ရွက်များ

သစ်ပင်ပေါ်က သစ်ရွက်ကလေးတွေကလည်း မမြဲတဲ့အနိစ္စသဘောကို ပြနေတယ်။ သံဝေဂ ယူတတ်ရင် ရတာပဲ။

တစ်နှစ်ကူးတဲ့အခါကျတော့ ပုရစ်ဖူးလေးတွေ ပုရစ်ဖူးလေးတွေကနေ ရွက်နုငယ်လေးတွေ ရွက်နုငယ်လေးတွေကနေပြီးတော့ စိမ်းစိမ်းစိုစိုလေးတွေ၊ စိမ်းစိမ်းစိုစိုလေးတွေကနေ ညိုညိုမှိုင်းမှိုင်းလေးတွေ ဘယ်လောက်ပဲ စိမ်းစိမ်းစိုစို ညိုညိုမှိုင်းမှိုင်း ရှုလိုက်တိုင်း ကြည်နူးစရာ အလှတွေဝေနေပါသော်လည်းပဲ ရွက်ဝါချိန်ကျ အာကာသမှ မြေခကာသာ ကြွေရရှာတယ်။

တစ်နှစ်ကိုကူး
ပုရစ်ဖူးတို့
ကြည်နူးစဖွယ်
ရွက်နုငယ်မှ
တင့်တယ်စိမ်းစို၊
မြရိပ်ညိုလျက်
ဘယ်လိုလှကာ
ဝေနေပါလည်း
ရွက်ဝါချိန်ကျ
အာကာသမှ
မြေခကာသာ
ကြွေရရှာ၏။

သစ်ရွက်လူသား

လူတွေကြည့်ပြီးတော့ သံဝေဂ ယူမယ်ဆိုရင်လည်း ရနိုင်တာပဲ။

လောကလူ့ရွာ လူတို့မှာလည်း ထို့အတူပါပဲ နုနုနယ်နယ်ကလေးအရွယ်မှ စပြီးတော့ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ တင့်တယ်ဝဖြိုးအလှတွေ တိုးလာလိုက်တာ ပညာသင်ရမယ့်အရွယ်တွေရောက်တော့ ပညာတွေ သင်ကြ၊ စီးပွားရှာရမယ့်အရွယ်ရောက်တော့ စီးပွားတွေ ရှာကြ၊ ရာထူးဌာနန္တရတွေ ရကြ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ပညာတွေ တတ်တတ်၊ ဘယ်လောက်ပဲ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ရှိရှိ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ရာထူးဌာနန္တရတွေ ပြည့်စုံ ပြည့်စုံ၊ ကံကုန်တဲ့ တစ်နေ့ကျတော့ သေကြရတာပဲ။

လောကလူ့ရွာ
လူတို့မှာလည်း
ငယ်ခါနုနယ်
ကလေးရွယ်မှ
တင့်တယ်ဝဖြိုး
အလှတိုးလျက်
ပြည့်ဖြိုးဥစ္စာ
ဘုန်းပညာနှင့်
အာဏာကြီးမား
ကျော်ထင်ရှားလည်း
ကံများကုန်ကာ
သေရရှာ၏။

သောကကို တရားနဲ့ငြိမ်း

ဟာရိတ ပုဏ္ဏားလုလင်လေး သူအင်မတန် ချစ်မြတ်နိုးလှတဲ့ သူ့ဇနီးမယား မျက်စိအောက်မှာတင် မြွေကိုက်သေဆုံးသွားတော့ အမှန်တကယ် သံဝေဂ ရလာတယ်။

သော တေန ဘိယျောသောမတ္တာယ
သဉ္ဇာတ သံဝေဂေါ
သတ္ထု သန္တိကံ ဂန္တွာ ဓမ္မံ သုတွာ၊

သော= ထိုဟာရိတသည်။ **တေန**= ထိုမယားမြွေကိုက်၍ သေခြင်းကြောင့်။ **ဘိယျောသော မတ္တာယ**=အတိုင်းထက်အလွန်။ **သဉ္ဇာတ သံဝေဂေါ**= ဖြစ်သောထိတ်လန့်ခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍။ **သတ္ထုသန္တိကံ**=

မြတ်စွာဘုရားထံသို့။ **ဂန္တွာ**= သွား၍။ **ဓမ္မံ**= တရားတော်မြတ်ကို။ **သုတွာ**= ကြားနာ၍။

ဟာရိတပုဏ္ဏားလုလင်လေးက မိမိ အင်မတန်ချစ်မြတ်နိုးလှတဲ့ ဇနီးမယားရဲ့ ဈာပနကို လှလှပပတင့်တင့်တယ်တယ် သင်္ဂြိုဟ်ပါတယ်။ "အင်း. . . ငါ့ရင်ထဲမှာ တောက်လောင်နေတဲ့ သောကမီးတွေ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတည်းဟူသော ရေနဲ့ ငြိမ်းမှ ငြိမ်းမယ်"လို့ သဘောပေါက်နားလည်ပြီး မြတ်စွာဘုရား ကျောင်းတော် သွားပြီးတော့ တရားနာပါတယ်။

နေ့မြင် ညပျောက်

သာယမေကေ နဒိဿန္တိ

ပါတော ဒိဋ္ဌာ ဗဟူဇနာ၊

(ဇာတက)

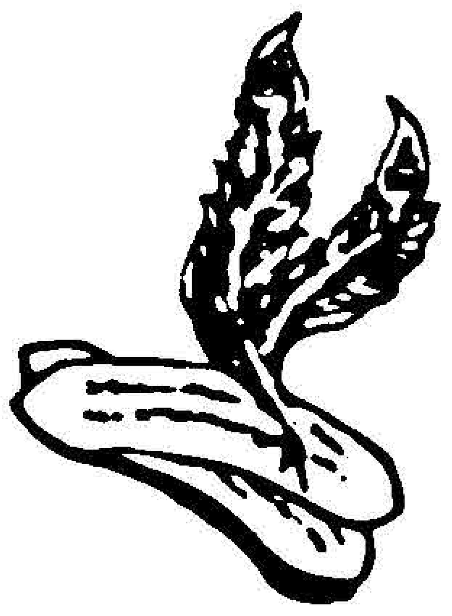
ပါတော= နံနက်အချိန်အခါ၌။ **ဗဟူ**= များစွာကုန်သော။ **ဇနာ**= လူတို့ကို။ **ဒိဋ္ဌာ**= တွေ့မြင်ကြရကုန်၏။

လူတွေက မနက်မိုးလင်းလာတယ်ဆိုရင် ကိုယ့်အလုပ်ကို သွားကြလာကြရတယ်။ ရုံးသွားတဲ့လူက ရုံးသွား၊ ဈေးသမားကလည်း ဈေးသွား၊ ကျောင်းတက်တဲ့လူကလည်း ကျောင်းသွားကြ၊ အလုပ်ရုံဌာနတွေကိုလည်း ကိုယ်စီကိုယ်စီ သွားကြလာကြ၊ သွားရင်း လာရင်းနဲ့ လမ်းမှာလည်းပဲ တွေ့ကြဆုံကြ စကားတွေ ပြောကြ နှုတ်ဆက်ကြနဲ့။

သာယံ= ညနေချမ်းအချိန်အခါ၌။ **ဧကေ**= အချို့ကုန်သောသူတို့ကို။ **န ဒိဿန္တိ**= မတွေ့မြင်ကြရတော့ကုန်။

ညနေချမ်းအချိန်အခါလည်း ရောက်ရော ဘယ်သူတော့ဖြင့် သေသွားပြီတဲ့။ ဟေ - ဟုတ်ရဲ့လား။ မနက်ကမှ လမ်းမှာ တွေ့လို့စကားတွေ ပြောနေကြသေးတယ်။ အခု သေပြီတဲ့။ ဘာရောဂါနဲ့ ဆုံးတာလဲ စသည်ဖြင့် သံဝေဂ ရစရာတွေ မျက်စိအောက်မှာ တွေ့ကြုံနေရတယ်။

နေအရုဏ်တက် နံနက်ချိန်ခါ၊
တွေ့ကြုံမြင်ကြား ထင်ရှားသူငါ။
အမှောင်သန်းတဲ့ ညချမ်းချိန်မှာ၊
သေမင်းလက် အသက်သူတို့ပါ။



ဆည်းဆာရဲ့နောက်ကွယ်

ပါတောဧကော နဒိသန္တိ

သာယံ ဒိဋ္ဌာ ဗဟူ ဇနာ။

(ဇာတက)

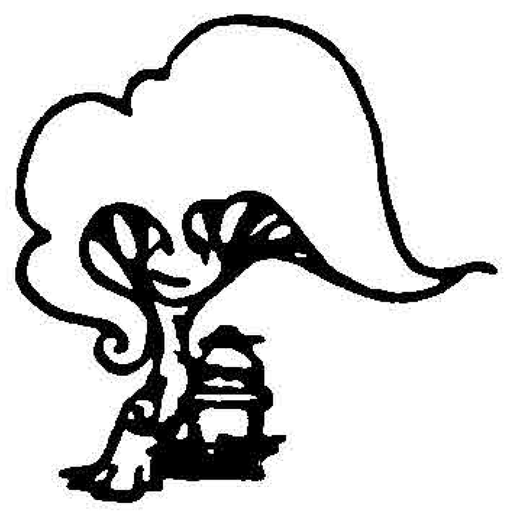
သာယံ= ညနေချမ်းချိန်အခါ၌။ **ဗဟူ**=များစွာ ကုန်သော။ **ဇနာ**=လူတို့ကို။ **ဒိဋ္ဌာ**= တွေ့မြင်ကြရ ကုန်၏။

ညနေချမ်းအချိန်အခါရောက်တော့ ရုံးသမားကလည်း ရုံးက ပြန်လာတယ်။ ကျောင်းသမားကလည်း ကျောင်းက ပြန်လာတယ်။ ဈေးသမားကလည်း ဈေးက ပြန်လာ၊ အလုပ်ရုံ ဌာနတွေက အသီးသီး ပြန်လာကြ၊ လမ်းမှာ ဆုံကြ တွေ့ကြ၊ လက်ဖက်ရည်ဆိုင် အတူထိုင်ကြ၊ စကားတွေ ပြောကြ၊ နှုတ်ဆက်ကြနဲ့။

ပါတေားနံနက်အချိန်အခါ၌။ **ကေား** အချို့ကုန်သော သူတို့ကို။ **နှ ဗိဿနိုး** မတွေ့မြင်ကြရတော့ကုန်။

မနက်အရုဏ်ကျင်း လင်းလာတဲ့အခါကျတော့ ဟော. . . ညကတော့ဖြင့် ဘယ်သူတော့ သေသွားပြီတဲ့ သတင်းကြားရတယ်။ ဟယ်- ဟုတ်မှ ဟုတ်ရဲ့လား၊ မနေ့ညက တို့နဲ့တွေ့လို့ ပြောနေကြသေးတာပဲ။ သေသွားပြီတဲ့၊ ဘာရောဂါဖြစ်လို့လဲ စသည်ဖြင့် သံဝေဂရစရာတွေ အရပ်ထဲမှာလည်း တစ်ခါတစ်ခါ ကြုံရပါတယ်။

နေရောင်ခြည်နွမ်း၊ မှောင်သမ်းချိန်ခါ၊
တွေ့ကြုံမြင်ကြား၊ ထင်ရှားသူငါ။
အရုဏ်တက်တဲ့၊ နံနက်ချိန်မှာ၊
သေမင်းလက်၊ အသက်သူတို့ပါ။



ဝတ်ကြောင်ကို လွတ်အောင်ရုန်းမယ်

ဟာရိတ ပုဏ္ဏားလုလင်လေးက 'အင်း- ငါလည်း တစ်နေ့ကျ သေရဦးမှာပဲ။ သေတယ်ဆိုတာ တစ်ဘဝလေး မဟုတ်ဘူး။ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ တရားထူး တရားမြတ် မရသေးရင် နောက်ဘဝ တစ်ခုမှာ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အသစ်တစ်ခု ဖြစ်လိုက်၊ အိုလိုက်၊ နာလိုက်၊ သေလိုက်နဲ့ ဒီလိုပဲ သံသရာ လည်နေမယ်။ မဖြစ်ဘူး။ ဘုရားနဲ့တွေ့တဲ့အခါ သာသနာတော်နဲ့ ကြုံတဲ့အခါမှာ အိုနာသေ လွတ်တဲ့တရားကို မဖြစ်မနေ ရှာမှ ဖြစ်မယ်။ မဖြစ်မနေ ရအောင် လုပ်မှ ဖြစ်မယ်'လို့ သံဝေဂစိတ်တွေ ဖြစ်လာတယ်။

ဃရဗန္ဓနေ ဆိန္ဒိတွာ ပဗ္ဗဇိ။

ဃရဗန္ဓနေ= အိမ်၏ အနှောင်အဖွဲ့တို့ကို၊ **ဆိန္ဒိတွာ**= ဖြတ်၍၊ **ပဗ္ဗဇိ**= ရဟန်းပြုလေ၏။

ငွေကြေးဥစ္စာကလည်း ပြည့်စုံ၊ အရွယ်ကလည်း ငယ်သေးတော့ နောက်ထပ်အိမ်ထောင်ပြုမယ်ဆို ပြုနိုင်တာပဲ။ မပြုဘူး။ ရဟန်းဝတ်သွားတယ်။ တချို့ကကျတော့ ပထမအိမ်ထောင် မရှိတော့ ဒုတိယအိမ်ထောင်ပြုတယ်။ တစ်ပင်လဲတော့ တစ်ပင်ထူတယ်။ တချို့ကကျတော့ တစ်ပင်တောင် မလဲသေးဘူး။ နှစ်ပင်၊ သုံးပင် ထပ်ထူတယ်။ ဟာရိတပုဏ္ဏားကတော့ သံဝေဂယူပြီး မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်မှာ သင်္ကန်းဝတ်သွားတာ။ သင်္ကန်း ဝတ်သွားတဲ့အခါကျတော့ **ဟာရိတမထေရ်** လို့ ခေါ်ကြတယ်။

အဝိတ်ကပ်ရိပ်

တဿစ စရိယာနုကူလံ
ကမ္ဗဉ္ဓာနံ ဂဟေတွာ
ဝိဟရန္တဿ ကမ္ဗဉ္ဓာနံ နသမ္ပဇ္ဇတိ။

စရိယာနုကူလံ=စရိုက်နှင့်လျော်သော။ **ကမ္မဋ္ဌာနံ**= ကမ္မဋ္ဌာန်းကို။ **ဂဟေတွာ**= ယူ၍။ **ဝိဟရန္တဿ**=တရားအလုပ် ပွားများအားထုတ်၍နေသော။ **တဿ**= ထိုဟာရိတမထေရ်အား။ **ကမ္မဋ္ဌာနံ**= ကမ္မဋ္ဌာန်းသည်။ **န သမ္ပဇ္ဇတိ**= မပြည့်စုံ။

သက်န်းဝတ်ပြီး မိမိနှင့်သင့်တော်တဲ့ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုယူ၍ တရားအားထုတ်ပင် အားထုတ်ငြားသော်လည်း တရားမရပါဘူး။

စိတ္တံ ဥဒ္ဒဂတံ န ဟောတိ။

စိတ္တံ= စိတ်သည်။ **ဥဒ္ဒဂတံ**= ပြောင့်မတ်သည်၏အဖြစ်သို့ရောက်သည်။ **န ဟောတိ**= မဖြစ်။

ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် မှတ်လိုက် အတိတ်က ပုံရိပ်တွေ ပေါ်လာလိုက်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် မှတ်လိုက် အတိတ်က ပုံရိပ်တွေ ပေါ်လာလိုက်နဲ့ တရားရဖို့ နေနေသာသာ စိတ်တောင် ကောင်းကောင်း မဖြောင့်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ စိတ်က မဖြောင့်ရသလဲဆိုတော့ အတိတ်က ပုံရိပ်တွေကို ပြန်ပြန်ပြီး စဉ်းစားနေမိလို့ ပဲ။

သူ့ရဲ့ သဏ္ဌာန်၊ သူ့အသံနှင့်
သူ့ဟန်အလှ၊ သူ မြူးကြွ၍၊
သူကရွှန်းလဲ့၊ သူပြုံးနွဲ့သည့်
သူ့ရဲ့ အတိတ်၊ သူ့ပုံရိပ်နှင့်၊
သူ စိတ်တက်ကြွ၊ သူ့အလှ၊
သူက ကိုယ့်စိတ် လွှမ်းမိုးသည်။

တစ်လောကလုံးမှာ သူသာအလှဆုံးလို့ ထင်ခဲ့တဲ့ သူ့အမျိုးသမီးရဲ့ အသွင်သဏ္ဌာန်လေးတွေ သူ့ရဲ့ အသံလေးတွေ၊ သူ့ဟန်၊ သူ့အလှ၊ သူမြူးကြွနေ

ပုံလေးတွေ၊ မျက်စိထဲ၊ နားထဲက မထွက်နိုင်ဘူး။ ရွှန်းလဲ့တဲ့ အပြုံးလေးတွေနဲ့ ပြုံးတာလေးတွေ နွဲ့တာလေးတွေ၊ သူ့ရဲ့ အတိတ်က ပုံရိပ်ကလေးတွေ၊ သူ့ စိတ်တက်တက်ကြွကြွနဲ့ တူနှစ်ကိုယ် ပျော်မြူးနေတာတွေ၊ ပြင်ဆင်ထားတဲ့ သူ့ရဲ့ အလှအပတွေက ဟာရိတမထေရ်ရဲ့စိတ်ကို လွှမ်းမိုးဖမ်းစားထားတယ်။ အတိတ်က ပုံရိပ်တွေ လွှမ်းမိုးလာရင် တရားမရနိုင်ဘူး။

ပြီးခဲ့တာတွေ ရှိပါစေတော့

အတီတာနုဓာဝန္တံ စိတ္တံ ဝိက္ခေပါနုပတိတံ။

အတီတာနု ဓာဝန္တံ= အတိတ်အာရုံသို့ အစဉ်လိုက်ပြေးသွားသော။ **စိတ္တံ**= စိတ်သည်။ **ဝိက္ခေပါနုပတိတံ**= ပျံ့လွင့်မှု အစဉ်လိုက်အပ်၏။ ဝါ= ပျံ့လွင့်မှု၌ ကျရောက်၏။

အတိတ်က ဖြစ်ခဲ့ပြီးတာတွေကို ပြန်ပြီး စဉ်းစားနေရင် စိတ်ဟာ ပျံ့လွင့်နေတော့တာပဲ။

ဘုန်းကြီးတို့ဒကာ၊ ဒကာမတွေလည်း ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ လေး ငါး ခြောက်မှတ် မှတ်ကာ ရှိသေးတယ်၊ စိတ်က ဟိုရောက် သည်ရောက်နဲ့ ပုထုဇဉ်စိတ်ဆိုတာ ငြိမ်ငြိမ်နေတာ မဟုတ်ဘူး။

အတိတ်က ဖြစ်ပြီးခဲ့တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ ပြန်ပြန်ပြီး စဉ်းစားနေမိတတ်တယ်။

တံ ဝိပဿိတွာ ဧကဒ္ဓာနေ သမာဒဟတိ၊

တံ= ထိုအတိတ်က အာရုံကို။ **ဝိပဿိတွာ**= ကြည့်၍ ပယ်၍။ **ဧကဒ္ဓာနေ**= တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန် အရာ၌။ **သမာဒဟတိ**=ကောင်းစွာထား၏။

အတိတ်က ဖြစ်ပျက်ခဲ့ပြီးတာတွေကို ပြန်တွေးနေရင် တွေးတယ် တွေးတယ်လို့ ရှုမှတ် ပယ်ဖျောက်ပြီး တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံ ပေါ်မှာ စိတ်ကလေးကို ထားပါ။ ဖောင်းနေတဲ့ အချိန်မှာ ဖောင်းနေတာဟာ တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံပဲ။ ပိန်နေတဲ့ အခိုက်အတန့်လေးမှာ ပိန်နေတာဟာ တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံပါပဲ။ ပူတာလေး ပေါ်လာတော့ ပူတယ် ပူတယ် ပူတယ်မှတ်၊ ပူတာဟာ တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန် အာရုံပါပဲ၊ မိမိစိတ်က တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံပေါ်မှာ ထားနိုင်ရမယ်။

ဧဝမ္ပိ စိတ္တံ န ဝိက္ခေပံ ဂစ္ဆတိ၊

ဝေမှိ = ဤသို့ ထားရင်လည်း။ **စိတ္တံ** = စိတ်သည်။**စိတ္တေ ပံ**=ပျံ့လွင့်ခြင်းသို့။**နဂစ္ဆတိ**=မရောက်တော့ပါဘူး။

ဆောင်ပုဒ်

* ဖြစ်ခဲ့ပြီးတာ ကြံတွေးတာ
စိတ်ဟာ ပျံ့လွင့်နေပါသည်။

* ကြံတွေးနေခိုက် ရှုပယ်လိုက်
ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ် မှတ်ရမည်။

ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီးရင်
ချက်ချင်း အကောင်အထည် ဖော်ပါ။

သော ဂါမံ ပိဏ္ဍာယ ပဝိဋ္ဌော
အညတရံ ဥသုကာရံ၊
ဥသုဒဏ္ဍံ ယန္တေ ပဂ္ဂဲပိတွာ
ဥဇုံ ကရောန္တံ ဒိသွာ၊

တစ်နေ့ ဟာရိတမထေရ် သာဝတ္ထိမြို့ထဲ ဆွမ်းခံရင်း မီးလေးကင်လိုက် ဖြောင့်လိုက် မျက်စိလေးတစ်ဖက်မှိတ်ကြည့်လိုက်နဲ့ လေးသမားတွေ မြားဖြောင့်နေတာ တွေ့ရတယ်။ အဲဒီလို တွေ့ရတော့

ဣမေ အစေတနမ္ပိ နာမ ဥဇုံ ကရောန္တိ ကသ္မာ အဟံ စိတ္တံ ဥဇုံ န ကရိဿာမိ၊

လက္ခမေ= ဤလေးသမားတို့သည်။ **အစေတ နမ္ပိ နာမ**= စိတ်စေတနာ မရှိသော မြားကိုသော်မှ လည်း။ **ဥဇုံ**= ဖြောင့်အောင်။ **ကရောန္တိ**= ပြုလုပ်နိုင် ကြကုန်သေး၏။ **ကသ္မာ**= အဘယ်ကြောင့်။ **အဟံ**= ငါသည်။ **စိတ္တံ**= စိတ်ကို။ **ဥဇုံ**= ဖြောင့်အောင်။ **နကရိ ဿာမိ**= မပြုနိုင်ဘဲ ရှိအံ့နည်း။

ဒီလေးသမားတွေဟာ အသက်ဝိညာဉ်မရှိ တဲ့ မြားကိုတောင်မှ မရ ရအောင် ဖြောင့်နိုင်သေး တာပဲ။ စိတ်မရှိတဲ့မြားကို ဖြောင့်သေးတာပဲ၊ ငါက ငါ့စိတ်ကို ဘာဖြစ်လို့ ဖြောင့်အောင် မပြုနိုင်ဘဲ ရှိ ရမှာလဲ။ ငါ့စိတ်ကလေးကို ဖြောင့်မတ်အောင် ငါ ကြိုးစားမယ်ဆိုပြီးတော့-

တတော ပဋိနိဝတ္တိတွာ
ဒိဝါ ဌာနေ နိသိန္နော
ဝိပဿနံ အာရဘိ။

တတော=ထိုနေရာမှပင်။ **ပဋိနိဝတ္တိတွာ**= ပြန်လှည့်၍။ **ဒိဝါ ဌာနေ**= နေသန့်ရာအရပ်၌။ **နိသိ န္နော**= နေလျက်။ **ဝိပဿနံ**= ဝိပဿနာကို၊ **အာရဘိ** = အားထုတ်လေ၏။

အဲဒီနေရာကပဲ ချာခန် လှည့်ပြီးတော့ ကျောင်းပြန်သွားတယ်။ ဆွမ်းခံ မသွားတော့ဘူး။ ကျောင်းရောက်တော့ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်တဲ့ သစ်ပင်အောက်မှာ သွားပြီး ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ပါတော့တယ်။

မြင်ရတဲ့အာရုံတစ်ခုကို တရားသဘောနဲ့ ကြည့်ရင် တရားဖြစ်တယ်

အထသ္မာ ဘဂဝါ ဥပရိ
အာကာသေ နိသီဒိတွာ ဩဝါဒံ
ဒေန္တော 'သမုန္ဒမဟ မတ္တာန'န္တိ
ဂါထံ အဘာသိ။

အထ= ထိုအခါ။ **အသ္မာ**=ထိုဟာရိတ မထေရ်အား။ **ဘဂဝါ**= မြတ်စွာဘုရားသည်။ **ဥပရိ အာကာသေ**= အထက်ကောင်းကင်၌။ **နိသီဒိတွာ**=နေလျက်။ **ဩဝါဒံ**= အဆုံးအမ ဩဝါဒကို။ **ဒေန္တော**= ပေးတော်မူလိုသည်ဖြစ်၍။ **သမုန္ဒမဟ မတ္တာနန္တိ ဂါထံ**= သမုန္ဒမဟ မတ္တာနံ ဟူသော ဂါထာကို။

အဘာသိ= ကောင်းစွာမသွေ ဟောကြားတော်မူလိုက်ပါပေသတည်း။

သာဓု. . . . သာဓု. . . သာဓု။

ဟာရိတမထေရ် သစ်ပင်အောက်မှာ တရားရှုမှတ်ပွားများနေတဲ့အချိန်အခါ မြတ်စွာဘုရား ကြွလာပြီးတော့ အဆုံးအမညွှန်ဝါဒပေးတဲ့ အနေနဲ့ ဂါထာလေးတစ်ပုဒ် ဟောကြားပါတယ်။

သမုန္နမယ မတ္တာနံ၊ ဥသုကာရောဝ တေဇနံ။
စိတ္တံ ဥဇုံ ကရိတွာန အဝိဇ္ဇံ ဘိန္ဒ ဟာရိတ။

ဟာရိတ= ချစ်သားဟာရိတ။ **ဥသုကာရော**= မြားကိုပြုလုပ်သော လေးသမားသည်။ **တေဇနံ**= မြားကို။ **ဥဇုံ**= ဖြောင့်အောင်။ **ကရောတိ ဣဝ**= ပြုသကဲ့သို့။ **အတ္တာနံ**= မိမိစိတ်ကို။ **သမုန္နမယ**= ဝီရိယသမာဓိတို့ဖြင့် အထက်သို့ မြှင့်တင်လျက်။ **စိတ္တံ**= စိတ်ကို။ **ဥဇုံ**= ဖြောင့်အောင်။ **ကရိတွာန**= ပြု၍။ **အဝိဇ္ဇံ**= ပိတ်ကာဟန့်ဆီး အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော မှောင်တိုက်ကြီးကို။ **ဘိန္ဒ**= ပညာဉာဏ်အလင်းဖြင့် ဖြိုခွင်းဖျက်ဆီးလိုက်ရာတော့သတည်း။

သာဓု. . . သာဓု. . . သာဓု။

ချစ်သားဟာရိတ၊ လေးသမားများဟာ မြား ကို ဖြောင့်တဲ့အခါ မီးလေးကင်လိုက် ဖြောင့်လိုက် မျက်စိလေးတစ်ဖက် မှိတ်ကြည့်လိုက်၊ မီးလေး ကင်လိုက် ဖြောင့်လိုက်၊ မျက်စိလေး တစ်ဖက်မှိတ် ကြည့်လိုက်နဲ့ သူလိုချင်တဲ့ပုံစံအနေအထားရအောင် တဖြည်းဖြည်း ဖြောင့်ယူတယ်။ သင်ကိုယ်တိုင် ဆွမ်း ခံသွားရင်း တွေ့မြင်ခဲ့ရတာပဲ။

အဲဒီဥပမာအတူပဲ။ တရားအားထုတ်တဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ စိတ်ကလည်း တစ်ခါတစ်ရံကျ တော့ အောက်စိုက်ပြီးတော့ ကောက်နေတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ အပေါ်ထောင်ပြီး ကောက် နေတယ်။ အဲဒီကောက်နေတဲ့စိတ်ကို ဝီရိယသမာဓိ နဲ့ ဖြောင့်ပေးရမယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်များ ဘာနဲ့ ဖြောင့်ပေးရမလဲ။ ဝီရိယ သမာဓိတို့နဲ့ ဖြောင့်ပေး ရမယ်။

တရားအားထုတ်ရင်းနဲ့ ပျင်းနေတယ်။ အား ထုတ်ပါသော်လည်းပဲ တရားတိုးတက်မှု မရှိလို့ စိတ် ဓာတ်ကျပြီးတော့ လက်လျှော့မယ်ဆိုရင် အဲဒီ ယောဂီရဲ့ စိတ်ဟာ အောက်စိုက်ပြီးတော့ ကောက်

နေတယ်။ အောက်စိုက်ကောက်နေလို့ရှိရင် ဝီရိယနဲ့ ဖြောင့်ပေးရမယ်။ ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ပါမှ တရားထူး တရားမြတ်ဆိုတာ ရနိုင်မှာ။

ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် အပါယ် လေးပါးများ ရောက်သွားလို့ရှိရင် အခုလို တရားတွေ အားထုတ်နိုင်ပါ့မလား? ငရဲတို့၊ ပြိတ္တာတို့၊ အသူရကာယ်တို့ဆိုတာ ကိုယ်မမြင်ရလို့ ထားပါတော့၊ ကိုယ်မြင်ဖူးတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေ ကြည့်ပါ။ ခွေးတွေ၊ ဝက်တွေ၊ ကြက်တွေ၊ ငှက်တွေ၊ ကျွဲကြီးတွေ၊ နွားကြီးတွေ တရားအားထုတ်လို့ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား။ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

(၁) ဘုရားသာသနာတော်ကြီးနဲ့ ကြုံကြိုက်နေတဲ့အခါ၊

(၂) သာသနာ ထွန်းလင်းရာအရပ်ဒေသမှာ လူဖြစ်တဲ့အခါ၊

(၃) မှန်ကန်တဲ့ အယူအဆ ရှိနေတဲ့အခါ၊

(၄) မျက်စိအကြည်ဓာတ်၊ နားအကြည်ဓာတ် စတဲ့ အကြည်ဓာတ် (၆) ဖြာ ပြည့်စုံနေတဲ့အခါ၊

တရားထူး တရားမြတ်ရဖို့ရာ အခွင့်ကောင်း၊ အခါကောင်း တစ်ခုပဲ။ တရားထူး၊ တရားမြတ်ရဖို့ အခွင့်ကောင်းအခါကောင်းကြီး လေးမျိုး ကြုံကြိုက်နေပါလျက် တရားအားထုတ်ရမှာ ပျင်းနေရင် စိတ်ဓာတ်ကျပြီး လက်လျှော့နေရင်၊ တရားထူး တရားမြတ် ရနိုင်ပါ့မလား။ ငါကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်မှဖြစ်မယ်။ ငါကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်မှ တရားထူး တရားမြတ် ရနိုင်မယ်ဆိုပြီးတော့ မိမိစိတ်ကလေးကို ဝီရိယနဲ့ ဖြောင့်ပေးရမယ်။ စိတ်ကလေးက မှတ်စိတ်ချည်း စဉ်တန်းပြီးတော့ တဖြောင့်တည်းသွားရင် တရားထူး တရားမြတ် ရသွား နိုင်ပါတယ်။

အာရဒ္ဓ ဝီရိယဿာယံ ဘိက္ခဝေ ဓမ္မော၊ နာယံ ဓမ္မော ကုသီတဿ။

ဘိက္ခဝေ= ရဟန်းတော်များ အိုချစ်သားတို့၊ **အယံဓမ္မော**=ဤမဂ်လေးတန်ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုအပ်သော လောကုတ္တရာတရားကိုးပါးသည်။ **အာရဒ္ဓ ဝီရိယဿ**=ထက်သန်သော လုံ့လဝီရိယရှိ

သူအား။ **သမ္ပဋိစ္ဆတိ**=ပြည့်စုံနိုင်၏။ **အယံဓမ္မော**= ဤ မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုအပ်သော လောကုတ္တရာတရားကိုးပါးသည်၊ **ကုသီတဿ**= ပျင်းရိသောသူအား၊ **န သမ္ပဋိစ္ဆတိ**= မပြည့်စုံနိုင်ပါဘူး။

မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ လောကုတ္တရာတရားကိုးပါးဆိုတာ ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှ ရနိုင်တာ၊ ပျင်းရိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် မရနိုင်ဘူး။

ဆောင်ပုဒ်

ပျင်းရိစိုက်ကျ ကောက်နေက၊
ဝီရိယဖြင့် ဖြောင့်ရမည်။

စိတ်တည်ငြိမ်မှ တရားရ

တရားအားထုတ်ရင်းနဲ့ စိတ်တွေက ဟိုတွေး ဒီတွေးပျံ့လွင့်နေမယ်ဆိုရင် အဲဒီယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်က အပေါ်ထောင် ကောက်နေတာ။ အပေါ် ထောင်ပြီး ကောက်နေတဲ့စိတ်ကို သမာဓိနဲ့ ဖြောင့် ပေးရမယ်။ ဟာ . . . ငါ့စိတ်တွေ ဟိုတွေး ဒီတွေး တွေးနေတာပဲ။ ဒီလိုတွေးနေလို့ ပျံ့လွင့်နေလို့ တရားမရနိုင်ဘူး။ စိတ်တည်ငြိမ်မှ တရားထူး တရား မြတ်ရမယ်။ တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံလေး ပေါ်မှာ ထားပြီးတော့ စိတ်တည်ငြိမ်အောင် ငါ ကြိုးစားမှတ်မယ်ဆိုပြီးတော့ သမာဓိလေးနဲ့ ဖြောင့် ပေးရတယ်။

သမာဟိတဿာယံ ဘိက္ခဝေ ဓမ္မော၊

နာယံ ဓမ္မော အသမာဟိတဿ၊

အယံဓမ္မော= ဤမဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေး တန်၊ နိဗ္ဗာန်ဟုဆိုသော လောကုတ္တရာတရား ကိုး

ပါးသည်။ **သမာဟိတဿ**= စိတ်တည်ငြိမ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အား။ **သမ္ပဇ္ဇတိ**= ပြည့်စုံနိုင်၏။ **အယံမဇ္ဈော**= ဤမဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်ဟုဆိုအပ်သော လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးသည်။ **အသမာဟိတဿ**= စိတ်မတည်ငြိမ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အား။**န သမ္ပဇ္ဇတိ**= မပြည့်စုံနိုင်ပါဘူး။

မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ လောကုတ္တရာ တရားကိုးပါးကို စိတ်တည်ငြိမ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှ ရနိုင်တယ်။ စိတ်မတည်ငြိမ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တရားမရနိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် မိမိရဲ့ စိတ်ကလေးကို တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန် အာရုံလေးပေါ်မှာ ထားပြီးတော့ မှတ်စိတ်ချည်း တစ်ဖြောင့်တည်း စဉ်တန်းသွားအောင် ကြိုးစားပြီး မှတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် တရားထူး၊ တရားမြတ်တွေ ရသွားနိုင်တယ်။

ဆောင်ပုဒ်

ပျံ့လွင့်ထောင်ဘိ ကောက်နေ၏
သမာဓိဖြင့် ဖြောင့်ရမည်။

စိတ်ဓာတ်ပြောင့်တန်း နိဗ္ဗာန်လမ်း

တံ သုတွာ ထေရော ဝိပဿနံ ဝဍ္ဎေတွာ နစိရဿေဝ အရဟာ အဟောသိ။

တံ= ထိုတရားတော်ကို။ **သုတွာ**= ကြားနာရ၍။ **ထေရော**= ဟာရိတ မထေရ်သည်။ **ဝိပဿနံ**= ဝိပဿနာ တရားတော်ကို။ **ဝဍ္ဎေတွာ**= ပွားများ၍။ **န စိရဿေဝ**= မကြာမြင့်မီသာလျှင်။ **အရဟာ**= ရဟန္တာ မထေရ်သည်။ **အဟောသိ**= ကောင်းစွာ မသေ့ ဖြစ်တော်မူပါပေသတည်း။

သာဓု. . . . . သာဓု. . . . သာဓု။

ဟာရိတ မထေရ်ဟာ မိမိရဲ့ စိတ်ကလေး ကို တစ်ခုတည်းသောပစ္စုပ္ပန်အာရုံပေါ်မှာ ထားပြီးတော့ မှတ်သွားလိုက်တဲ့အခါ မှတ်စိတ်ချည်း တစ်ဖြောင့် တည်း စဉ်တန်းပြီး စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိတွေ ရ

ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်၊ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် တရားထူးတရားမြတ်တွေ ရပြီးတော့ ရဟန္တာဖြစ်တော်မူရပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေလည်းပဲ တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ မိမိရဲ့စိတ်က အောက်စိုက် ကောက်နေတာလည်း ရှိတတ်တယ်။ အပေါ်ထောင်ပြီး ကောက်နေတာလည်း ရှိတတ်တယ်။ အောက်စိုက်ကောက်နေလို့ရှိရင် ဝီရိယနဲ့ ဖြောင့်ပေးပါ။ အပေါ်ထောင်ပြီး ကောက်နေလို့ ရှိရင် သမာဓိနဲ့ ဖြောင့်ပေးပါ။ ဝီရိယ သမာဓိတို့နဲ့ ဖြောင့်ပေးလိုက်လို့ရှိရင် မှတ်စိတ်ချည်း စဉ်တန်းပြီးတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တရားထူး တရားမြတ်တွေ ရသွားနိုင်တယ်။ အတိတ်က ပုံရိပ်တွေ ပြန်ပြန်စဉ်းစားမနေနဲ့။ အတိတ်က ပုံရိပ်တွေ ပယ်ခွာပြီးတော့ တစ်ခုတည်းသော ပစ္စုပ္ပန် အာရုံပေါ်မှာ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက် ပစ္စုပ္ပန်ကျကျလေး ရှုမှတ်သွား ရင် တရားထူး တရားမြတ်တွေ ရသွားနိုင်ပါတယ်။

ကဲ. . . အချိန်လည်း စေ့သွားပြီ။ ဆောင်ပုဒ်ကလေး ဆိုပြီး တရားသိမ်းရအောင်။

ဆောင်ပုဒ်

ဖြစ်ခဲ့အတိတ် ပုံရိပ်ပယ်ခွာ၊
ရုပ်နာမ်ဖြစ်ခိုက် စူးစိုက်မှတ်ပါ။
စိတ်တွေသန့်ရှင်း ဉာဏ်လင်းရောင်ဖြာ၊
ပူခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းလွန်ချမ်းသာ။

ဖြစ်ပြီးခဲ့တဲ့ အတိတ်က ပုံရိပ်တွေ ပယ်ခွာပြီးတော့ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက် ရုပ်နာမ်ကို ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ ရှုမှတ်နိုင်ကြ၍ စိတ်တွေသန့်ရှင်း ဝိပဿနာဉာဏ်အလင်း မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်အလင်းတွေ ရရှိကြပြီးလျှင် အပူခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာသို့ လျှင်မြန်စွာ ရောက်နိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။

သာဓု. . . . . သာဓု. . . . သာဓု။

၁၃၆၆-ခုနှစ် နယုန်လပြည့်နေ့ (၂. ၆. ၂၀၀၄)

ရန်ကုန်မြို့ ၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊

ကျောက်ကုန်း

သုခါပဋိပဒါသဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ၌

နံနက်ပိုင်း သီလပေး တရား အဖြစ်

ဟောကြားအပ်သော

အာဒိတ္တသုတ္တန်

(သံ. ၁. ၂၉)

မြင်နေရတဲ့ မီးတောက်များ

အာဒိတ္တသ္မိ အဂါရသ္မိ
ယံ နီဟရတိ ဘာဇနံ။
တံ တဿ ဟောတိ အတ္ထာယ၊
နော စ ယံ တတ္ထ ဍယှတိ။

အဂါရသ္မိ = လောကအတွင်း လူခပင်းတို့မှီတင်းနေရာ အိမ်ဂေဟာကို။ **အာဒိတ္တသ္မိ** = ဝန်းကျင်ပတ်ရံ အလျှံတပြောင်ပြောင် မီးတောက်လောင်အပ်သည်ရှိသော်။ **ယံ ဘာဇနံ**= အိုးခွက်မှစ ရွှေငွေကျအောင် များလှသိုမှီး အကြင်ပစ္စည်းကို။ **နီဟရတိ**= မီးလောင်ကွင်းတွင် အတင်းဝင်၍ ဆွဲငင်ပိုင်ပိုင် ရယူလိုက်နိုင်ရာ၏။

အရပ်ထဲ မတော်တဆ အိမ်ကို မီးလောင်တဲ့ အခါ အိမ်သုံးပစ္စည်းတွေ မီးထဲက ဆွဲထုတ်ရတယ်။ အိမ်ဆိုတာက ဘာတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားတာ လဲ ဆိုတော့

ယထာ ပဋိစ္စ ကဋ္ဌာဒိံ အဂါရ န္တိ ပဝုစ္စတိ

ကဋ္ဌာဒိံ= တိုးတိုင်သစ်ဝါး ကြိမ်နွယ်အားဖြင့် များပြားစုပုံ အဆောက်အဦးကို။ **ပဋိစ္စ**= စုပေါင်းစွဲမှီ တွဲကာ ချည်သဖြင့်။ **အဂါရန္တိ**= အိမ်ကျောင်းမဏ္ဍပ် ဇရပ်တိုက်တာ နေရာဌာန အာဝါသဟူ၍။ **ပဝုစ္စတိ ယထာ**=ခေါ်ဝေါ် ပညတ် သမုတ်အပ်သကဲ့သို့။

တိုင်တွေ၊ ခါးပန်းယက်မတွေ၊ ဆင့်တွေ၊ အမိုးအကာတွေ၊ အခင်းတွေ၊ ထုပ် လျှောက် ဒိုင်း များ စသည် စုပေါင်းတပ်ဆင်ထားတာကို အိမ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီအိမ်ကြီး မတော်တဆ မီးလောင်သွားလို့ ရှိရင် အိမ်သုံးပစ္စည်းတွေမီးထဲက ဆွဲထုတ်ရတယ်။ အိုးရရ၊ ခွက်ရရ၊ ပန်းကန်ရရ ဆန်အိတ် ဆီပုံး အဝတ်အထည်ရတနာပစ္စည်းတွေ၊ ရေဒီယို ကက်

ဆက် တီဗွီ ရေခဲသေတ္တာ ပန်ကာ စတဲ့ အိမ်သုံး ပစ္စည်းတွေ ရနိုင်သလောက် ဆွဲထုတ်ရတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

အိမ်မီးလောင်ရာ ကိုယ့်ဉစ္စာ
ရတာ ဆွဲထုတ်ပါ။

ယူနိုင်ရင် ကိုယ့်ဟာ မယူနိုင်ရင်တော့

တံယေဝ ဘာဇနံ= မီးနှင့်ယှဉ်ပြိုင် အနိုင်ရ အပ် ထိုပစ္စည်း အရပ်ရပ်သည်သာလျှင်။ **တဿ**= ထိုအိမ်ရှင်၏၊ **အတ္တာဝယ**= အကျိုးငှာ၊ **ဟောတိ**= ဖြစ်၏။ **တဿ အတ္တာဝယ ဟောတိ**= အိမ်ရှင်ကိုယ်တိုင် သုံးစွဲနိုင်သည့် ကိုယ်ပိုင် စင်စစ် ဖြစ်ရလေတော့၏။

မီးထဲက ဆွဲထုတ်လို့ ရလာတဲ့ ပစ္စည်းဟာ အိမ်ရှင်များပြန်ပြီးတော့ သုံးလို့ရတယ်။ အသုံးဝင်တယ်။

အိမ်မီးလောင်နေတာကို လက်ပိုက်ကြည့်နေပြီး ဘာမှဆွဲမထုတ်ဘူးဆိုရင် အိမ်သုံးပစ္စည်းတွေ မရပါဘူး။

တတ္ထ= ထိုမီးလောင်သောအိမ်၌၊ **ယံစ**= အိုး ခွက်မှစ ရွှေငွေကျအောင် များလှသိမ့်မီး အကြွင် ပစ္စည်းကိုကား၊ **ဍယှတိ**= ညီးညီးပြောင်ပြောင် မီး လောင်ခံရ၏။**တံစ**= မီး လောင်ပြာကျ ထိုပစ္စည်း ဟူသမျှသည်ကား။ **နောဟောတိ**= အိမ်ရှင်ကိုယ်ပိုင် မဖြစ်နိုင်တော့ချေ။

အိမ်မီးလောင်စဉ် မီးထဲကပစ္စည်းတွေ ဆွဲ ထုတ်တာ မရလိုက်ဘူးဆိုရင်၊ ပစ္စည်းတွေ မီး လောင်သွားတယ်ဆိုရင် အဲဒီ မီးလောင်သွားတဲ့ ပစ္စည်းကို အိမ်ရှင်များ ပြန်သုံးလို့ မရတော့ဘူး။ မဖြစ်တော့ဘူး။ ပြာဖြစ်သွားမှာပဲ။

မီးမုန့်တိုင်း

အလွန်ထင်ရှားတဲ့ ဥပမာကို ပြပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက တရားဟောနေတာ

ဧဝံ အာဒိတ္တကော လောကော၊
ဇရာယ မရဏေန စ။
နိဟာရေထေဝ ဒါနေန၊
ဒိန္နံ ဟောတိ သုနိဟတံ။

ဧဝံ= ဤဥပမာအတူသာလျှင်။ **လောကော**= သတ္တဝါအပေါင်းကို။ **လောကော**= လူနတ်ပြဟ္မာ သတ္တဝါဟု သညာလှည့်လိမ် ခန္ဓာအိမ်ကြီးကို။ **ဇရာယစ**= အိုခြင်းဟူသော မီးသည်လည်းကောင်း။ **မရဏေနစ**=သေခြင်းဟူသောမီးသည်လည်းကောင်း။ **ဇရာယမရဏေန စ**= ဇရာ မရဏ သဘာဝ ဟု

ထာဝရထန်းသီး တစ်ဆယ့်တစ်တန်သော မီးသည်။
အာဒိတ္တကော= နေ့ရာညပါ ဘယ်ခါမပြတ် အမြဲ
ပင် တောက်လောင်အပ်၏။

ပကတိအိမ်ကြီး မီးလောင်နေသလိုပဲ ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကိုလည်းပဲ မီးဆယ့်တစ်မျိုး လောင်နေတယ်။

တိုင်တွေ၊ ခါးပန်း၊ ယက်မတွေ၊ ဆင့်တွေ၊ အမိုး၊ အကာ၊ အခင်းတွေ စသည် စုပေါင်းတပ်ဆင်ထားတာကို အိမ်လို့ခေါ်သလိုပဲ။

ဧဝံ ပဥ္စိတ္တ အဋ္ဌာဒိ သရီရန္တိ ပဝုစ္စတိ။

ဧဝံ= ဤဥပမာ အတူသာလျှင်၊ **အဋ္ဌာဒိ** = အရိုးအဆက်အကြောယှက်၍ ဖွဲ့ကြက်အသား ဖုံးအုပ်သော အရေများကို။ **ပဥ္စိတ္တ**= စုပေါင်းစွဲမှီ တွဲကာတည်သဖြင့်၊ **သရီရန္တိ**= သူ့ကိုယ် ငါ့ကိုယ် ခန္ဓာကိုယ်ဟူ၍၊ **ပဝုစ္စတိ**= ခေါ်ဝေါ်ပညတ် သမုတ်အပ်၏။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ဘာတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားသလဲဆိုတော့

ဆံပင်၊ မွေးညင်း၊ ခြေသည်းလက်သည်း၊ သွား၊ အရေထူ အရေပါး၊

အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ၊ အညှို့၊

နှလုံး၊ အသည်း၊ အမြှေး၊ အပြင်၊ အဆုတ်၊

အူမ၊ အူသိမ်၊ အစာသစ်၊ အစာဟောင်း၊ ဦးနှောက်၊

သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ ပြည်၊ သွေး၊ ချွေး၊ အဆီခဲ၊

မျက်ရည်၊ ဆီကြည်၊ တံတွေး၊ နှပ်၊ အစေး၊ ကျင်ငယ် (၃၂)မျိုးသော အရာဝတ္ထုတွေနဲ့ ပေါင်းစပ်တည်ဆောက်ထားပါတယ်။ ဒါကိုပဲ ခန္ဓာကိုယ်လို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို မီးဆယ့်တစ်မျိုးလောင်နေတယ်။ ဂါထာဖြစ်လို့ ဇရာယ မရဏောနစလို့ ဇရာမရဏ နှစ်ပါးလောက်ပဲ ပြထားတာ။ အမှန်လောင်တာကတော့ ဆယ့်တစ်မျိုး လောင်နေတာ။

မနက်လင်းလို့ အိပ်ရာက ထတယ်ဆိုရင်ပဲ မျက်စိနှစ်လုံး ဖွင့်လိုက်တာနဲ့ ဟိုဟာလိုချင် ဒီဟာရချင်နဲ့ လောဘမီးလောင်တယ်။ ရာဂ မီးလို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။ ကိုယ်လိုချင်တဲ့အတိုင်း မဖြစ်ဘူး။

ကိုယ့်အလိုကျ မဖြစ်ဘူးဆိုရင် စိတ်ဆိုးတယ်၊ စိတ်ပျက်တယ်၊ စိတ်ညစ်တယ်ဆိုတဲ့ ဒေါသမီးက လောင်တယ်။

ဝိပဿနာမရှုတော့ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတွေကို အမှန်အတိုင်း မသိတဲ့ မောဟမီးကလည်း မသိမသာ လောင်နေတယ်။ ဘဝတစ်ခုမှာ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အသစ်ဖြစ်ရတဲ့ ဇာတိ မီးကလည်း လောင်တယ်။ အိုရတဲ့ ဇရာမီး၊ သေရတဲ့ မရဏမီးတွေကလည်း လောင်တယ်။

မအိုခင် မနာခင် မသေခင် ကြားထဲမှာ သားအတွက် စိုးရိမ်ရ၊ သမီးအတွက် စိုးရိမ်ရ၊ အဖေအမေအတွက် စိုးရိမ်ရ၊ ဆွေမျိုးတွေအတွက် စိုးရိမ်ရတဲ့ သောကမီးတွေကလည်း လောင်တယ်။ အဖေသေလို့၊ အမေသေလို့၊ လင်သေလို့၊ မယားသေလို့၊ သား သေလို့၊ သမီးသေ လို့၊ စီးပွားဥစ္စာတွေ ဆုံးရှုံးပျက်စီးလို့ ငိုကြွေးရတဲ့ ပရိဒေဝမီးတွေကလည်း လောင်တယ်။ ကိုယ်ဆင်းရဲမှုဆိုတဲ့ဒုက္ခမီးတွေ၊ စိတ်ဆင်းရဲမှုဆိုတဲ့ ဒေါမနဿ မီးတွေ၊ ပြင်းပြင်းထန်

ထန် ပူပန်ရတဲ့ ဥပါယာသ မီးတွေ ခန္ဓာကိုယ်မှာ တောက်လောင်နေတယ်။

အရပ်ထဲက အိမ် မီးလောင်တယ်ဆိုတာကတော့ တစ်ရံတစ်ခါမှသာ လောင်တာ။ နှစ်လေးငါးဆယ်ကြာတဲ့အထိလည်း လောင်ချင်မှ လောင်မယ်။ မတော်တဆမှုလေးတွေ ရှိတဲ့အခါမှသာ မီးလောင်မှု ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာတော့ မီးဆယ့်တစ်မျိုးဟာ အမြဲတမ်း အရှိန်ပြင်းပြင်းနဲ့ တောက်လောင်နေပါတယ်။

လိုချင်နှစ်သက် စိတ်ပျက်တွေဝေ
ဖြစ်အိုသေရ သောကမျက်ရည်
ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ လွန်ကဲပူနေ
ဆယ့်တစ်မီး ထိန်ညီးတောက်လောင်နေ။

စေတနာလက် အသေအချာ ထက်ပါစေ

ပကတိ အိမ်ကြီးမီးလောင်လို့ အိမ်သုံးပစ္စည်းတွေ မီးထဲက ဆွဲထုတ်တဲ့အခါ ဘာနဲ့ ဆွဲထုတ်ရသလဲဆိုတော့ လက်နဲ့ ဆွဲထုတ်ရတယ်။ လက်နှစ်ဖက်လုံး မပါတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မီးလောင်နေတာကို ဒီအတိုင်း မတ်တတ်ရပ်ကြည့်နေရတယ်။ လက်မပါတော့ ပစ္စည်းတွေ ဆွဲထုတ်လို့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

ခန္ဓကိုယ်ကြီး ရာဂမီး၊ ဒေါသမီး စတဲ့ မီးဆယ့်တစ်ပါးလောင်တော့ ခန္ဓာသုံးပစ္စည်းတွေ မီးထဲက ဆွဲထုတ်ရမယ်။ ဘာနဲ့ ဆွဲထုတ်ရမလဲ ဆိုတော့ စေတနာနဲ့ ဆွဲထုတ်ရမယ်။ စေတနာက လက်နဲ့ တူပါတယ်။

လက်မပါတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ပစ္စည်းဆွဲထုတ်လို့ မရသလို စေတနာမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း ဒါန ဆိုတဲ့ အထုပ်ကလေးကို ဆွဲထုတ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။

ဒါနေန= ဒါနစေတနာဖြင့်။ **နီဟရေထေဝ**= ထုတ်ဆောင်အပ်သည်သာလျှင်တည်း။ **နီဟရေထေဝ**=ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ရစိမ့်ငှာဟု လွန်စွာ ကြိုးကုတ် အားထုတ်ရယူလိုက်ရာ၏။

လှူချင် တန်းချင် ပေးချင် ကမ်းချင်တဲ့ စေတနာ ဆိုတဲ့ လက်ကလေးနဲ့ ဒါနကုသိုလ်ဆိုတဲ့ အထုပ်ကလေးကို ဆွဲထုတ်ရတယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ သုံးတဲ့ ပစ္စည်းတွေထဲက နည်းနည်းခြိုးခြံချွေတာပြီး လှူရမယ်။ ကိုယ့်ခန္ဓာကို အလှပြင်မယ့် အထဲကနေ နည်းနည်းခြိုးခြံချွေတာ ပြီး လှူဒါန်းရမယ်။ ကိုယ့်ခန္ဓာကို ဝတ်မယ့် အဝတ် အစားထဲက နည်းနည်း ခြိုးခြံချွေတာပြီး လှူဒါန်းရ မယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် စားဖို့ထဲကနေ နည်းနည်း ခြိုးခြံချွေတာပြီး လှူဒါန်းရမယ်။ အလှူဒါန ကုသိုလ်

ကောင်းမှု ပြုတယ်ဆိုတာ မီးထဲကနေပြီးတော့ ဒါန ကုသိုလ်ဆိုတဲ့အထုပ်ကို ဆွဲထုတ်တာပါပဲ။ အိမ် မီး လောင်တော့ အိမ်သုံးပစ္စည်းတွေ မီးထဲက ဆွဲထုတ် ရသလိုပဲ ခန္ဓာကိုယ်မီးလောင်တော့ ဒါနကုသိုလ် ဆိုတဲ့ အထုပ်ကို ရအောင် ဆွဲထုတ်ရမယ်။

ဆောင်ပုဒ်

* အိမ်မီးလောင်ရာ ကိုယ့်ဥစ္စာ
ရတာ ဆွဲထုတ်ပါ။
* ကိုယ်မီးလောင်က မြတ်ဒါန
အရ ဆွဲထုတ်ပါ။

ဒိန္နံ= ဒါနစေတနာဖြင့် ပေးလှူအပ်သော ဥစ္စာသည်။ **သုနီဟတံ**= ကောင်းစွာ အပြင်ထုတ် ဆောင်အပ်သည် မည်သည်။ **ဟောတိ**= ဖြစ်၏။

လှူဒါန်းတဲ့ ဒါနကုသိုလ်က မီးထဲက ဆွဲထုတ် လို့ ရလာတဲ့ ပစ္စည်းနဲ့ တူတယ်။

အသွားအပြန်ရှိသော သုခ

ဒိန္နံ သုခ ဖလံ ဟောတိ၊
နာဒိန္နံ ဟောတိ တံ တထာ။
စောရာ ဟရန္တိ ရာဇာနော၊
အဂ္ဂိ ဍဟတိ နဿတိ။

ဒိန္နံ=ပေးလှူအပ်သောဥစ္စာသည်၊ **သုခဖလံ** = ချမ်းသာသော အကျိုးရှိသည်၊ **ဟောတိ**= ဖြစ်၏။

အဒိန္နံ = မပေးလှူသောဥစ္စာသည်၊ **တထာ** = ထိုချမ်းသာသောအကျိုး ရှိသည်။ **န ဟောတိ**= မဖြစ်။

လှူလို့ရှိရင် ချမ်းသာတယ်။ လှူရင် ကိုယ်လည်း ချမ်းသာတယ်။ စိတ်လည်း ချမ်းသာတယ်။

စီးပွားဥစ္စာတွေလည်း ပြည့်စုံ ချမ်းသာပါတယ်။ မလှူလို့ရှိရင်ကတော့ ကိုယ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စီးပွားဥစ္စာတွေနဲ့ ပြည့်စုံချမ်းသာမှုဆိုတဲ့ သုခ မရနိုင်ဘူး။

ဆောင်ပုဒ်

လှူလှူချမ်းသာ မလှူပါ
သုံးဖြာသုခ မရပါ။

အလျှားအနံ မရှိသော ဒုက္ခ

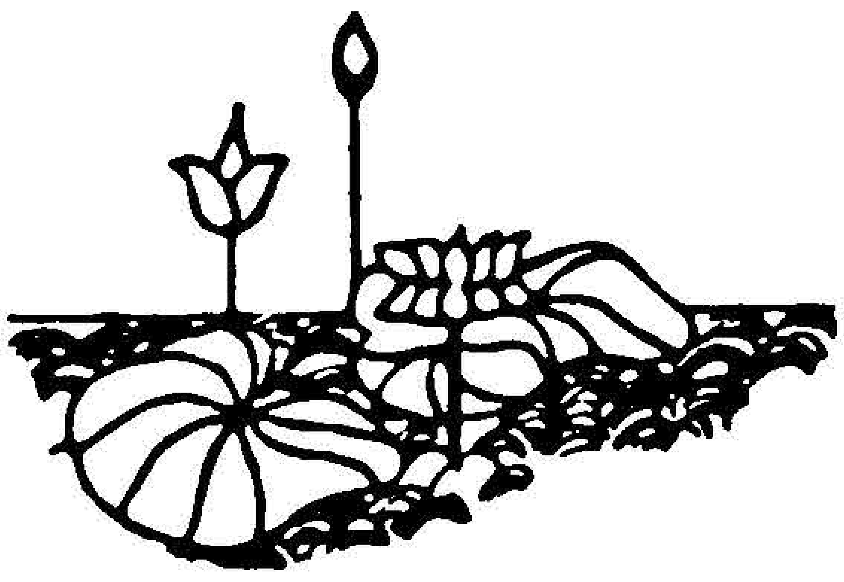
တံ= ထိုမပေးလှူအပ်သောဥစ္စာကို။ **စောရာ** = ခိုးသူတို့သည်။ **ဟရန္တိ**= ဆောင်ကုန်၏။ **ရာဇာနော**= မင်းတို့သည်။ **ဟရန္တိ**= ဆောင်ကုန်၏။ **အဂ္ဂိ** =မီးသည်။ **ဍဟတိ**=လောင်၏။ **နဿတိ**= ပျောက်ပျက်၏။ ပျက်စီး၏။

မလှူတဲ့ဥစ္စာက ရေထဲလည်း ပါသွားနိုင်တယ်။ မီးလည်း လောင်သွားနိုင်တယ်။ အစိုးရမင်းကလည်း သိမ်းယူသွားနိုင်တယ်။ သူခိုးဓားပြတွေကလည်း လုယက် တိုက်ခိုက်လို့ ပါသွားနိုင်တယ်။ မချစ် မနှစ်သက်သော အမွေခံသားဆိုး၊ သမီးဆိုးတွေက ဖျက်ဆီးလို့ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်။ မလှူတဲ့ပစ္စည်းက ရန်သူမျိုးငါးပါးနဲ့ ဆက်ဆံနေတယ်။

အဲဒီလို ရန်သူမျိုးငါးပါးကြောင့် ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဆုံးရှုံးပျက်စီးရပြီဆိုရင် စိတ်လည်း ဆင်းရဲရမှာပဲ။ ကိုယ်လည်း ဆင်းရဲရမှာပါပဲ။ ဘယ်အချိန် ဘယ်ကာလ ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာထိ ဆင်းရဲ ရမယ်ဆိုတာ ဘယ်သူမှ မသိနိုင်ကြဘူး။ အဲဒါကြောင့် ကိုယ့်ရဲ့ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ရန်သူမျိုးငါးပါး မဖျက်ဆီးနိုင်အောင် စောင့်လည်း စောင့်ရှောက်ရမယ်။ လှူသင့်သလောက်လည်း လှူရမယ်။

ဆောင်ပုဒ်

မလှူဥစ္စာ ရန်ငါးဖြာ
မွေကာနှောင့်ယှက် ဖျက်ဆီးမှာ။



သေခြင်း၏ အခြားမဲ့၌

အထ အန္တေန ဇဟာတိ၊

သရီရံ သပရိဂ္ဂဟံ။

တေ ဒညာယ မေဓာဝီ၊

ဘုဥ္ဆေထ ဒဒေထစ။

အထ= ထိုမှတစ်ပါး။ **သရီရံ**= ခန္ဓာကိုယ်ကို လည်းကောင်း။ **သပရိဂ္ဂဟံ**= မိမိသိမ်းဆည်းထားသော ဥစ္စာကို လည်းကောင်း။ **အန္တေန**= သေဆုံးသဖြင့်။ **ဇဟာတိ**= စွန့်ပစ်ရ၏။

ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ရန်သူမျိုးငါးပါး မဖျက်ဆီးတောင်မှ သေသွားတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီပစ္စည်းတွေ အကုန်လုံး စွန့်ပစ်ထားခဲ့ရမှာ။

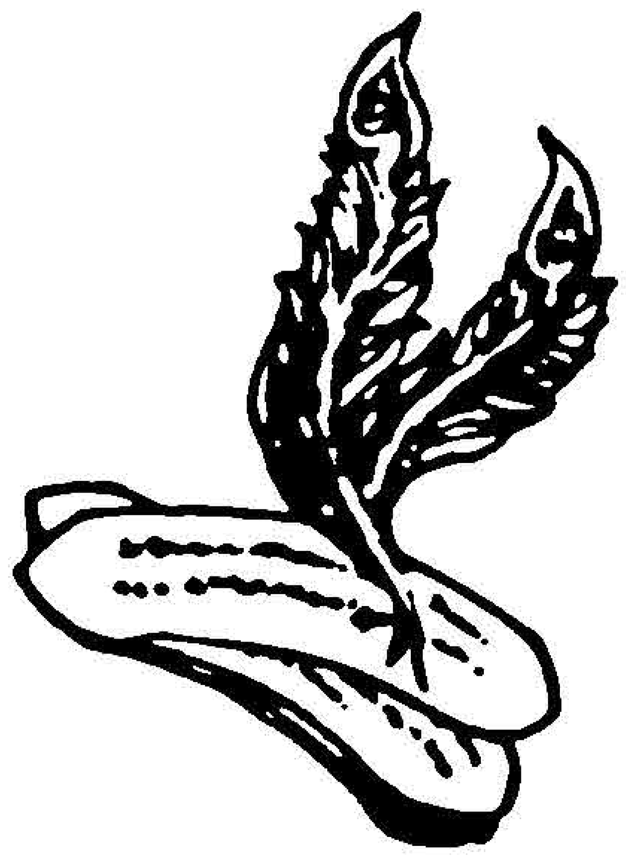
ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ သေသွားတဲ့အခါ နောင်ဘဝအထိ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ယူသွားလို့ရပါ့မလား?။

မရပါဘူးဘုရား။

စွန့်ပစ်ထားခဲ့ရမှာပါ ပဲ။ ပစ္စည်းဥစ္စာကိုသာ စွန့်ပစ်ထားခဲ့ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ အချစ်ဆုံးလို့ ကြွေးကြော်နေကြတဲ့ ဟောဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကိုတောင်မှ စွန့်ပစ်ထားခဲ့ရတာ။

ဆောင်ပုဒ်

ခန္ဓာဥစ္စာ သေသောအခါ
စွန့်ကာ ထားခဲ့ကြရတာ။



ချင့်ရာတွေး၍သုံး သင့်ရာရွေး၍ လှူ

မေဓာဝီ=. ပညာရှိသည်၊ **ဧတံ**= ဤသဘောကို၊ **အညာယ**= သိ၍၊ **ဘုဉ္ဇေထ စ**= သုံးလည်းသုံးဆောင်ရာ၏။ **ဒဒေထစ**= လှူလည်းလှူရာ၏။

ပစ္စည်းဥစ္စာတွေဆိုတာ မသေခင်မှာလည်း ရန်သူမျိုးငါးပါးနဲ့ ဆက်ဆံနေရတယ်။ သေပြီးပြန်တော့လည်း စွန့်ထားခဲ့ရတယ်။ ဒီသဘောကိုသိတဲ့ အသိအလိမ္မာဉာဏ်ပညာရှင်များက သုံးလည်းသုံးတယ်၊ လှူလည်း လှူပါတယ်။

သုံးလည်းသုံး လှူလည်းလှူဆိုတဲ့ ဘုရားဟောဒေသနာအရ ကိုယ့်ရှိသမျှ ပစ္စည်း အိတ်သွန်ဖာမှောက် အကုန်လုံး လှူရမယ်လို့ မဆိုလိုဘူး။ သုံးသင့်သလောက်သုံးပါ။ လှူသင့်သလောက်လှူပါ။

ပန်းတွေများနေပေမယ့်
ပန်တဲ့ လှူတဲ့ ပန်းကမှ
ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိတာ
ကျန်တဲ့ပန်းတွေက
စွန့်ပစ်ထားခဲ့ရမှာ။
ထို့အတူပဲ
ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ များနေပေမယ့်
သုံးတဲ့ လှူတဲ့ ပစ္စည်းကမှ
ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိတာ
ကျန်တဲ့ ပစ္စည်းတွေက
စွန့်ပစ်ထားခဲ့ရမှာ။

ဒတ္တာစ ဘုတ္တာစ ယထာနုဘာဝံ
အနိန္ဒိတော သဂ္ဂ မုပေတိ ဌာနံ။

ဒတ္တာစ= ပေးလှူပြီး၍လည်း။ **ဘုတ္တာစ**= သုံးဆောင်ပြီး၍လည်း။ **ယထာနုဘာဝံ**= အလှူ၏ အာနုဘော် အလျောက်။ **အနိန္ဒိတော**= မကဲ့ရဲ့ အပ်သည်ဖြစ်၍။ **ဌာနံ**= ကောင်းမှုပြုသော သူတို့၏ တည်ရာဖြစ်သော။ **သဂ္ဂံ**= နတ်ပြည်သို့။ **ဉပေတိ**= ရောက်ရ၏။

ဘာမှလည်း မလှူဘူး။ စားလည်း မစားရက်၊ သုံးလည်းမသုံးရက်ဘူးဆိုရင် အကဲ့ရဲ့တောင် ခံရသေးတယ်။ သုံးလည်း သုံးတယ်၊ လှူလည်း လှူတယ်ဆိုရင် ယခုဘဝမှာလည်းပဲ အစစအရာရာ အဆင်ပြေတယ်။ စီးပွားဥစ္စာတွေ တိုးတက်ပြည့်စုံတယ်။ ရာထူးဌာနန္တရတွေ ပြည့်စုံတယ်။ အကျိုးလည်း များပါတယ်။ ကုသိုလ်လည်း ရပါတယ်။ လူ့ဘဝကနေပြီး ကွယ်လွန်သွားတဲ့အခါ မှာလည်း ကောင်းသောသူတို့ရဲ့ လားရောက်ရာ နတ်ပြည်နတ်လောကသို့ ရောက်ရတယ်။ ဒါကြောင့် မသေခင်မှာ သုံးလည်း သုံးပါ။ လှူလည်း လှူပါ။

ဆောင်ပုဒ်

မသေခင်မှာ သုံးလှူပါ၊
ခြောက်ဖြာနတ်ပြည် ရောက်နိုင်တာ။

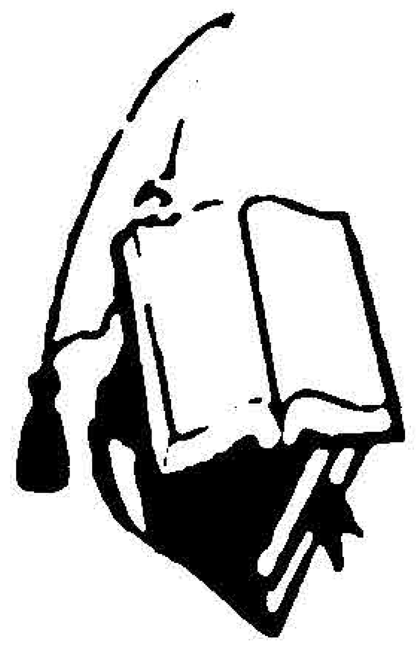
မငြိမ်းသောမီး

နတ်ပြည်ရောက်တော့ကော စောစောက လောင်ထားတဲ့ မီးဆယ့်တစ်မျိုးငြိမ်းရောလားဆို တော့ မငြိမ်းဘူး။ နတ်ပြည်ရောက်တော့လည်း နတ်ခန္ဓာအိမ် ကူးပြီးတော့ လောင်သေးတာပဲ။ ဘာဖြစ်လို့ လောင်သလဲဆိုတော့ လူ့ပြည်တုန်းက တဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေတဲ့မီးကို မငြိမ်း ဘူး။ ခန္ဓာသုံးပစ္စည်းတွေကိုသာ မီးထဲက ဆွဲထုတ် နေတာ၊ မီးကို နိုင်အောင်မငြိမ်းဘူး။ မီးနိုင်အောင် မငြိမ်းတော့ နတ်ခန္ဓာအိမ်ကူးပြီးတော့ လောင်ပြန် တယ်။ ဗြဟ္မာပြည်ရောက်ပြန်တော့လည်း ဗြဟ္မာ ဘဝ ဗြဟ္မာခန္ဓာအိမ်ကို မီးကူးပြီးတော့ လောင်သေး တာပဲ။

အရပ်ထဲမှာ မတော်တဆ မီးတွေလောင်တဲ့ အခါမှာ မီးထဲကနေ အိမ်သုံးပစ္စည်းတွေ ဆွဲမထုတ်ရဘူးလား?။ ဆွဲထုတ်ရုံနဲ့ ကျေနပ်မနေနဲ့။ မီးနိုင်အောင် ငြှိမ်းရတယ်။ မီးနိုင်အောင် မငြှိမ်းရင် ဒီဘက်အိမ်ကနေ ဟိုဘက်အိမ် ကူးလောင်မယ်။ ဟိုဘက်အိမ်ကနေ ပြီးတော့ တခြား တခြားအိမ်တွေ ကူးလောင်ပြီး တစ်ရပ်ကွက်လုံး၊ တစ်မြို့လုံး ပြာကျသွားမယ်။ ဒီ တော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ မီးငြှိမ်းသတ်ဖို့လည်း အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါနပြုပြီး မီးထဲကတော့ ဆွဲထုတ်ပါရဲ့။ ဝိပဿနာရှုပြီး မီးနိုင်အောင် မငြှိမ်းဘူးဆိုရင် နတ်ဘဝရောက်တော့လည်း နတ်ခန္ဓာအိမ် ကူးပြီးတော့ လောင်ဦးမှာ။

ဆောင်ပုဒ်

မီးဆယ့်တစ်ဖြာ နတ်ခန္ဓာ
ကူးကာလောင်ဦးမှာ။



နေရာတိုင်း မီးရှိတယ်

မီးငြိမ်းတယ်ဆိုတာ ဘယ်နေရာက လောင်နေတာလဲဆိုတာ အတိအကျသိမှ ငြိမ်းသတ်ရတာ လွယ်တယ်။ ဘယ်နေရာ လောင်လို့ လောင်မှန်း မသိဘူးဆိုရင် မီး ဘယ်လိုငြိမ်းမလဲ။ အရပ်ထဲ အရှေ့ဘက်မှာ မီးလောင်နေတယ်ဆိုပါစို့။ မီးသတ်ကားက အနောက်ဘက် မောင်းသွားမယ်ဆိုရင် ဟို မီးက ငြိမ်းပါ့မလား။ လောင်နေတဲ့နေရာကို အတိအကျသိမှ သွားရတာ လွယ်တယ်။ ငြိမ်းရတာ လွယ်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေရဲ့ ခန္ဓာအိမ်ကြီးကို မီးဆယ့်တစ်မျိုးလောင်နေတယ်။ ဘယ်နေ

ရာက နေပြီး လောင်နေတာလဲ ဆိုတော့ မျက်စိ က မြင်ရာမှာလည်း လောင်တယ်။ နားက ကြားရာမှာလည်း လောင်တယ်။ နှာခေါင်းက နံရာမှာလည်းပဲ လောင်တယ်။ လျှာက စားရာမှာလည်း လောင်တယ်။ ခန္ဓာကိုယ်က တွေ့ထိတဲ့အခါမှာလည်း လောင်တယ်။ စိတ်ကူးစဉ်းစားကြံစည်ရာမှာလည်း မီးဆယ့်တစ်မျိုး လောင်နေတယ်။

မျက်စိက မြင်တဲ့အခါ၊ နားက ကြားတဲ့အခါ၊ ကိုယ်အလိုရှိတဲ့ အာရုံလေးတွေ မြင်ရ ကြားရလို့ ရှိရင် လောဘမီးလောင်တယ်။ အလိုမရှိတဲ့ အာရုံတွေ မြင်ရ ကြားရရင် ဒေါသမီး လောင်တယ်။ ဝိပဿနာမရှုတော့ မောဟမီးက မသိမသာ လောင်နေတာ။ မျက်စိက မြင်ရာမှာလည်းပဲ ရာဂ မီး၊ ဒေါသမီး၊ မောဟမီးတွေ လောင်နေတာပဲ။ နားက ကြားရမှာလည်းပဲ ရာဂမီး၊ ဒေါသမီး၊ မောဟ မီးတွေ လောင်နိုင်တာပဲ။ နှာခေါင်း နံရာက၊ လျှာ စားရာက၊ ခန္ဓာကိုယ် တွေ့ထိရာက၊ စိတ်ကူးစဉ်းစားကြံစည်ရာက နေပြီးတော့ မီးဆယ့်တစ်မျိုးတွေ လောင်နေတယ်။

အပြီးငြိမ်းအောင် ငြိမ်းလိုက်ပါ

ခန္ဓာအိမ်မှာ လောင်နေတဲ့မီးကို ဘာနဲ့ ငြိမ်းသတ်ရမလဲဆိုတော့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရားကို ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်ပြီးတော့ မဂ္ဂင်ရေနဲ့ ငြိမ်းရမယ်။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရားတွေကို ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် ပွားများအားထုတ်ပြီးတော့ လောင်နေတဲ့ မီးဆယ့်တစ်မျိုးကို ငြိမ်းအောင် ငြိမ်းသတ်ရမယ်။

ဆောင်ပုဒ်

မဂ္ဂင်ပွားပြီး ခန္ဓာမီး
အပြီးငြိမ်းအောင် ငြိမ်းလိုက်ပါ။

မျက်စိက မြင်တိုင်းမြင်တိုင်း မြင်တယ်မြင်တယ်လို့ ရှုမှတ်ပါ။ နားက ကြားရာမှာလည်း ကြားတယ် ကြားတယ်လို့ ရှုမှတ်ပါ။ နှာခေါင်းက နံတိုင်း၊ လျှာ က စားတိုင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်က တွေ့ထိတိုင်း၊ စိတ်က စိတ်ကူး စဉ်းစား ကြံစည်မိတိုင်း ဒွါရ (၆) ပါးက ပေါ်လာသမျှ အာရုံကို ပေါ်ခိုက်ပေါ်ခိုက် ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်မှာ အမှတ်သတိလေးနဲ့ ရှုမှတ်နေလို့ရှိရင် မီးဆယ့်တစ်မီးက ငြိမ်းသွားပါလိမ့်မယ်။

တစ်မှတ်အတွင်း မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်ပုံကို လမ်းပြရောင်ခြည် တရားတော်မှာ ဟောထားပြီး ဖြစ်ပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

မြင်ကြားနံစား ထိသိငြားက
ရှုပွားနေပါ ဆယ့်တစ်ဖြာ
မီးမှာ ငြိမ်းသွားမည်။

အဲဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ အိမ်မတော်တဆ မီးလောင်လို့ရှိရင် အိမ်သုံးပစ္စည်းတွေ မီးထဲက ဆွဲထုတ်သလို ခန္ဓာကိုယ်မှာ

မီးဆယ့်တစ်မျိုးလောင်နေစဉ် ဒါနပြုပြီးတော့ မီးထဲက ဆွဲထုတ်ပါ။ ဝိပဿနာရှုပြီးတော့ မီးကိုလည်းနိုင်အောင် ငြိမ်းပါ။ မီးဆယ့်တစ်မီး ငြိမ်းရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ကြပါစေလို့ ဘုန်းကြီးက ဆန္ဒပြုဆုတောင်းပေးပါမယ်။

ရာဂါဒိ အဂ္ဂိဇာလေဟိ၊

ဒုမ္မကာယံ မဟာ ဇနံ။

နိဗ္ဗာပေသိ နရ နာသဘော၊

အဠ မဂ္ဂင် ဝါရိနာ။

နရနာသဘော= လူသုံးပါးတို့၏ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်တော်မူသောမြတ်စွာဘုရားသည်။ **ရာဂါဒိ အဂ္ဂိဇာလေဟိ**= ရာဂအစရှိသော မီးလျှံတို့ဖြင့်။ **ဒုမ္မကာယံ**= ပူလောင်သော ကိုယ်ရှိသော။ **မဟာဇနံ**= များစွာသော သတ္တဝါအပေါင်းကို။ **အဠမဂ္ဂင် ဝါရိနာ**= မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတည်းဟူသော ရေစင်ဖြင့်။ **နိဗ္ဗာပေသိ**= ကောင်းစွာမသွေ ငြိမ်းစေတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု. . သာဓု. . သာဓု။

မေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာနေ

အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ

ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ

စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ

ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာဖြင့်

မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို

ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

ဆုတောင်းအမျှဝေ

ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ။
ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ။
ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ = မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်ဟုဆိုအပ်သော ၉။ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော ကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့်။ **ဗုဒ္ဓံ** = မြတ်စွာဘုရားကို။ **ပူဇေမိ**= ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဓမ္မံ =တရားတော်မြတ်ကို။ **ပူဇေမိ** = ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

သံဃံ=သံဃာတော်မြတ်ကို။ **ပူဇေမိ**=ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကြောင့်၊ ချမ်းမြအေးကြည်၊ ဘေးမဲ့မည်သည်၊ ရွှေပြည်ထုတ်ခြောက်၊ လမ်းမကောက်ဘဲ၊ ရောက်ရပါလို၊ ထိုထိုဘဝ၊ ကျင်လည်ရလည်း၊ ဒုက္ခဘေးဒဏ်၊ ရန်မာန်အပေါင်း၊ မကောင်းဟူသမျှ၊ မတွေ့ရဘဲ၊ သဗ္ဗက္ကုစ္ဆာ၊ မင်္ဂလာကို၊ ရွယ်ကာ တ တိုင်း ရစေသော်။

ယနေ့ယခု၊ ပြုပြုသမျှ၊ မြတ်ဘာဂကို၊ မိဘဆရာ၊ မျိုးသဟာနှင့်၊ ကိုယ်မှာစောင့်ကြပ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်က၊ အရင်းစ၍၊ ရှိသမျှလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျတို့၊ ရကြပါစေ၊ ပေးငှဝေသည်၊ များထွေသာဓု ခေါ်စေသော်။

အမျှ၊ အမျှ၊ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော။

သာဓု. . . သာဓု. . . သာဓု။

မဟာစည်နာယက ပဲခူးယ်ကုန်းဆရာတော်
ဘဒ္ဒန္တ စန္ဒာဝရ
ရေးသားပြုစုသော စာအုပ်များစာရင်း

၁။	အရိပ်ပမာ	ထွက်ပြီး
၂။	သာယာသောည အလှဆင်ပါ	ထွက်ပြီး
၃။	သုတပန်းခိုင်	ထွက်ပြီး
၄။	လမ်းပြရောင်ခြည်	ထွက်ပြီး
၅။	ဝါကျွတ်နှင့် ဝင်္ကကျွတ်	ထွက်ပြီး
၆။	ဝါကျွတ်လေတိုင်း မျက်ရည်ဝိုင်း	ထွက်ပြီး
၇။	အထူးအမြန်ရထား	ထွက်ပြီး
၈။	ပစ်မှတ်	ထွက်ပြီး
၉။	အလိုက်ပေး၍ လဲယူပါ	ထွက်ပြီး

၁၀။ အတိတ်ကပုံရိပ် ထွက်ပြီး
၁၁။ ဈေးသည်နှင့် ယောဂီ စီစဉ်ဆဲ
၁၂။ တိုက်ဆင်၏ နည်းပညာ စီစဉ်ဆဲ
၁၃။ ထူးမခြားနား စီစဉ်ဆဲ
၁၄။ မဂ္ဂင်ရေနှင့် ကိလေမီး စီစဉ်ဆဲ
၁၅။ လက်နှစ်လုံးပညာ စီစဉ်ဆဲ
၁၆။ တစ်ယောက်တည်း နေချင်တယ် စီစဉ်ဆဲ
၁၇။ ရွှံ့ဗွက်ထဲမှ ဂီတသံ စီစဉ်ဆဲ
၁၈။ ဒီလိုပဲ နေတော့မှာလား စီစဉ်ဆဲ
၁၉။ အရင်လို မဟုတ်တော့ဘူး စီစဉ်ဆဲ
၂၀။ ဓမ္မအနှစ်ချုပ် ဆောင်ပုဒ်များ စီစဉ်ဆဲ
၂၁။ စစ်ပွဲ စီစဉ်ဆဲ
၂၂။ မိုးကြိုသည့်ပန်း စီစဉ်ဆဲ
၂၃။ ရောဂါပျောက်အောင် စီစဉ်ဆဲ
ဆေးသောက်ပါ

သိညာဏ်ပွားစေမြတ်စာပေကိုပြန့်ဝေလှူရညာဏ်ကောင်းသူမှာ

ပဲနွယ်ကုန်းဆရာတော်၏
ဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအတွက် လှူဒါန်းကြသော
ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များစာရင်း

တချပ်နှစ်သိန်းနှစ်သောင်းငါးထောင် အလှူရှင်

၁။ မတင်တင်ဝိုင်၊ မယဉ်မြတ်မင်း၊ မယဉ်ယဉ်နွဲ့
ရန်ကုန်။

တချပ်နှစ်သိန်းအလှူရှင်

၂။ ဦးစိုင်းအိုက်ဖုန်း+ ဒေါ်နန်းအိဆောင်
မိသားစု၊ ဓမ္မစေတီလမ်း၊ စမ်းချောင်း။

တချပ်တစ်သိန်းငါးသောင်း အလှူရှင်

၃။ ဦးမောင်စိန်၊ ဒေါ်ခင်ခင်သွယ်
သမီး မိကေထော၊ ပါရမီ။

ကျပ်တစ်သိန်းအလှူရှင်များ

၄။ မောင်သူရိန်ဝင်းကျော်+ မရွှေစင်ဝင်း၊
စမ်းချောင်း။

၅။ ဦးမောင်ဦး+ဒေါ်လှလှ
ကုက္ကိုသစ်သီးပွဲရုံ။

၆။ ဦးစံသိန်း+ဒေါ်မြင့်မြင့်ရီ
စံသစ်သီးပွဲရုံ

၇။ ဦးကျော်ညွန့်+ဒေါ်ညွန့်မေ
သား-ကိုစည်သူထွန်း+မရွှေရည်ဝင်း
၉-မိုင်။

၈။ ဒေါ်ကျင်လှ၊ သား ကိုငွေးမြင့်၊
ကျောက်မြောင်း။

၉။ မိခင်ကြီး ဒေါ်ရိစိန် ရည်စူး၍
ဦးထင်မော်မိသားစု၊ ဒလ။

၁၀။ မိခင်ကြီး ဒေါ်အတင် ရည်စူး၍
ဒေါ်ခင်စန်းရင်၊ သိမ်ဖြူလမ်း။

၁၁။ ကိုဇော်မင်းထူး+မခင်သန္တာအောင်
သား-သာတအောင်

၁၂။ ဦးဝင်းတင့်+ဒေါ်သန်းသန်းနု
တောင်ဥက္ကလာ။
၁၃။ ဦးကုသလ(ဦးခင်ညွန့်)အား ရည်စူး၍
ဒေါ်ရွှေသန်းမိသားစု လမ်းမတော်။
၁၄။ ဒေါ်ခင်မြမြအမှူးထား၍
ဦးစိုင်းဘုန်းထူး၊ ဒေါ်ဖြူဖြူညွန့်
စိုင်းဘုန်းထူးခတ်ပုံနှင့် ဗွီဒီယို
၁၅။ ဒေါက်တာဦးခင်မောင်ကျော်+
ဒေါက်တာဒေါ်ခင်သက်ဝေ၊
သား သူရိန်ဝင်းကျော်+ မရွှေစင်ဝင်း၊
သမီး ကေခိုင်ကျော်၊ သင်းခိုင်ကျော်
ရန်ကုန်။

ကျပ်ငါးသောင်း အလှူရှင်များ

၁၆။ ကိုဇော်မင်းဦး+မသီတာထွန်း
သား မောင်ဘုန်းမြတ်ကျော်
ကြည့်မြင်တိုင်

၁၇။ ဒေါက်တာခန့်ဝင်း+ ဒေါက်တာကြူကြူ
အောင်

၁၈။ ဦးစိန်ဝင်း+ ဒေါ်ကျင်စန်း မိသားစု
ဘုရင့်နောင်

၁၉။ ဆရာကြီး ဦးစံတင့် ရည်စူး၍
သမီး ဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်ငြိမ်း၊ မြေနီကုန်း။

ကျပ်သုံးသောင်း အလှူရှင်များ

၂၀။ ဦးရွှေလူ+ဒေါ်ရွှေမိ မိသားစု
ကြည့်မြင်တိုင်

၂၁။ ဦးခင်မောင်ကျော်+ဒေါက်တာဒေါ်မြမြအေး
သမီး ပုလဲမြ၊ မြရတနာ မိသားစု။

၂၂။ ဦးအုန်းမောင်+ ဒေါ်သန်း
သမီး-မကြည်ဝင်း၊ ပဲခွယ်ကုန်း။

ကျပ်နှစ်သောင်း အလှူရှင်များ

၂၃။ ဦးမျိုးဇော်လတ်+ဒေါ်မြမြသွေး
ကြည့်မြင်တိုင်

၂၄။ ဒေါက်တာစိုင်းမောက်ခမ်း+ဒေါ်နန်းရွှေမုံ မိသားစု၊ လားရှိုး
၂၅။ ဒေါ်နန်းလှမေ မိသားစု၊ ယုဇနပလာဇာ
၂၆။ ဦးတင့်ထူး+ ဒေါ်နန်းရွှေညွှန့် မိသားစု သဃ်န်းကျွန်း
၂၇။ ဦးစိုင်းဆိုဆင်+ဒေါ်နန်းခမ်းယုန် မိသားစု ကျောက်မြောင်း
၂၈။ ဦးစိုင်းဆိုင်+ဒေါ်ဆိုင်ပေါင်း မိသားစု မူဆယ်။
၂၉။ ကိုကျော်မိုးဦး + မမြဆွေသာ ညောင်လေးပင်။
၃၀။ ဦးထွန်းထွန်းဦး + ဒေါ်စောဥမ္မာ မိသားစု ရန်ကုန်။

ကျပ်တစ်သောင်း ငါးထောင် အလှူရှင်များ

၃၁။ အရှင်ရာဇိန္ဒ၊ စိန်ပန်း မဟာစည်ရိပ်သာ မန္တလေး။
၃၂။ မစန်းစန်းမြင့်၊ ဗိုလ်တထောင်

၃၃။ ဒေါ်ခင်မြင့်
သား ဦးကြည်သိန်း+ဒေါ်နန်းမေဝင်း
မြေး မနန်းကြည်ပုလဲဖြူ
၃၄။ ဒေါ်ခင်မြင့်ကြည်၊ သမီး ရတနာမြတ်ခိုင်၊
မင်္ဂလာမြတ်ခိုင်

ကျပ်တစ်သောင်း အလှူရှင်များ

၃၅။ ဒေါက်တာရန်နိုင်စိုး+ဒေါက်တာနှင်းပွင့်ဖြူ
လှိုင်
၃၆။ မသီသီခိုင်၊ သန်လျင်
၃၇။ မအေးအေးမြင့်၊ သန်လျင်
၃၈။ မစပါယ်၊ သန်လျင်
၃၉။ မောင်သန်းဝင်းဇော်၊ သန်လျင်
၄၀။ ဒေါ်ငြိမ်းငြိမ်း၊ သန်လျင်
၄၁။ ဒေါ်အေးကမ် မိသားစု၊ လမ်းမတော်
၄၂။ ဒေါ်အေးဖိန်း မိသားစု
လွယ်လားရှိုးစားသောက်ဆိုင်
၄၃။ ကိုခိုင်+မနန်းရွှေစိန် မိသားစု၊ ဘုရင့်နောင်

၄၄။ ဒေါ်နန်းဟန်အေး မိသားစု
အင်ကြင်းမြိုင် စားသောက်ဆိုင်

၄၅။ ဒေါ်မြသင်၊ ဒေါ်တင်တင်နှင့် တူမများ
သုဝဏ္ဏ။

၄၆။ ဒေါ်လှတင်နှင့် တူ၊ တူမများ၊ သုဝဏ္ဏ။

၄၇။ ဒေါ်လှမြင့်၊ မဟာစည် ဗုဒ္ဓသာသနာ့ရိပ်သာ
သယ်န်းကျွန်း

၄၈။ ဒေါ်အုန်းသွင်၊ ဗိုလ်ချုပ်လမ်း၊ ပုဇွန်တောင်

၄၉။ ဒေါ်နုနု မိသားစု၊ တောင်ဥက္ကလာပ

၅၀။ ဦးခင်အောင်မြင့်၊ ဒေါ်ခင်သီတာအောင်
သား-ဉာဏ်ပွင့်အောင်၊ သုတအောင်
ပဲခွယ်ကုန်း။

၅၁။ ဦးကြားနှင့် ညီမများ၊ ညောင်လေးပင်

၅၂။ ဦးကြည်လွင် + ဒေါ်လှမြတ်နွယ်
သမီး မြတ်နိုးလွင်၊ သား ခန့်မိုးလွင်
ညောင်လေးပင်

၅၃။ ကိုအေးကျော်+ မအေးမြင့်ကြည်
ညောင်လေးပင်

၅၄။ ဒေါ်နုနုနှင့် မောင်နုမ၊ တူ၊ တူမများ
ရန်ကုန်။

၅၅။ မောင်ဖုန်းလွင်၊ မောင်စိုးလွင်၊ ရန်ကင်း။

၅၆။ ဦးခင်သန်းညွန့်+ ဒေါ်ငြိမ်းငြိမ်းကြည်
ရန်ကုန်။

၅၇။ ဦးတင်ရွှေ၊ ဒေါ်တင်ရီ ရည်စူး၍
မလှလှ မိသားစု၊ တောင်ဥက္ကလာ။

၅၈။ ဒေါက်တာနိုင်အောင်+ ဒေါက်တာစုစုကြည်
မိသားစု၊ ညောင်လေးပင်။

၅၉။ ဒေါ်တင်အေး မိသားစု၊ အင်းစိန်

အတိတ်ကပုံရိပ်

သူ့ရဲ့ သဏ္ဌာန်

သူ့အသံနှင့်

သူ့ဟန် အလှ

သူ မြူးကြွ၍

သူ က ရွှန်းလဲ့

သူ ပြုံးနွဲ့သည့်

သူ့ရဲ့ အတိတ်

သူ့ပုံရိပ်နှင့်

သူ စိတ်လက်ကြွ

သူ့အလှ

သူက ကိုယ့်စိတ် လွှမ်းမိုးသည်။

Graphic : mee mee (Stars)