

ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက

ကြေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်



ချို ညောင်ကန် တင် ထွန် ။ ထွန် ။

ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ

ဆရာတော်

ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက

ဟောကြား ရေးသားတော်မူသော

ဝိသုဒ္ဓိ၊ ကောင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်

တရားစာတော်



ညောင်ကန်အေးသာသနာ့ရိပ်သာ
အမှတ်(၆) ကြို့ကုန်း၊ အင်းစိန်လမ်းပကြီး
အင်းစိန်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ မေးခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၉၉၅)

မျက်နှာပိုး ခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၀၂၆၉)



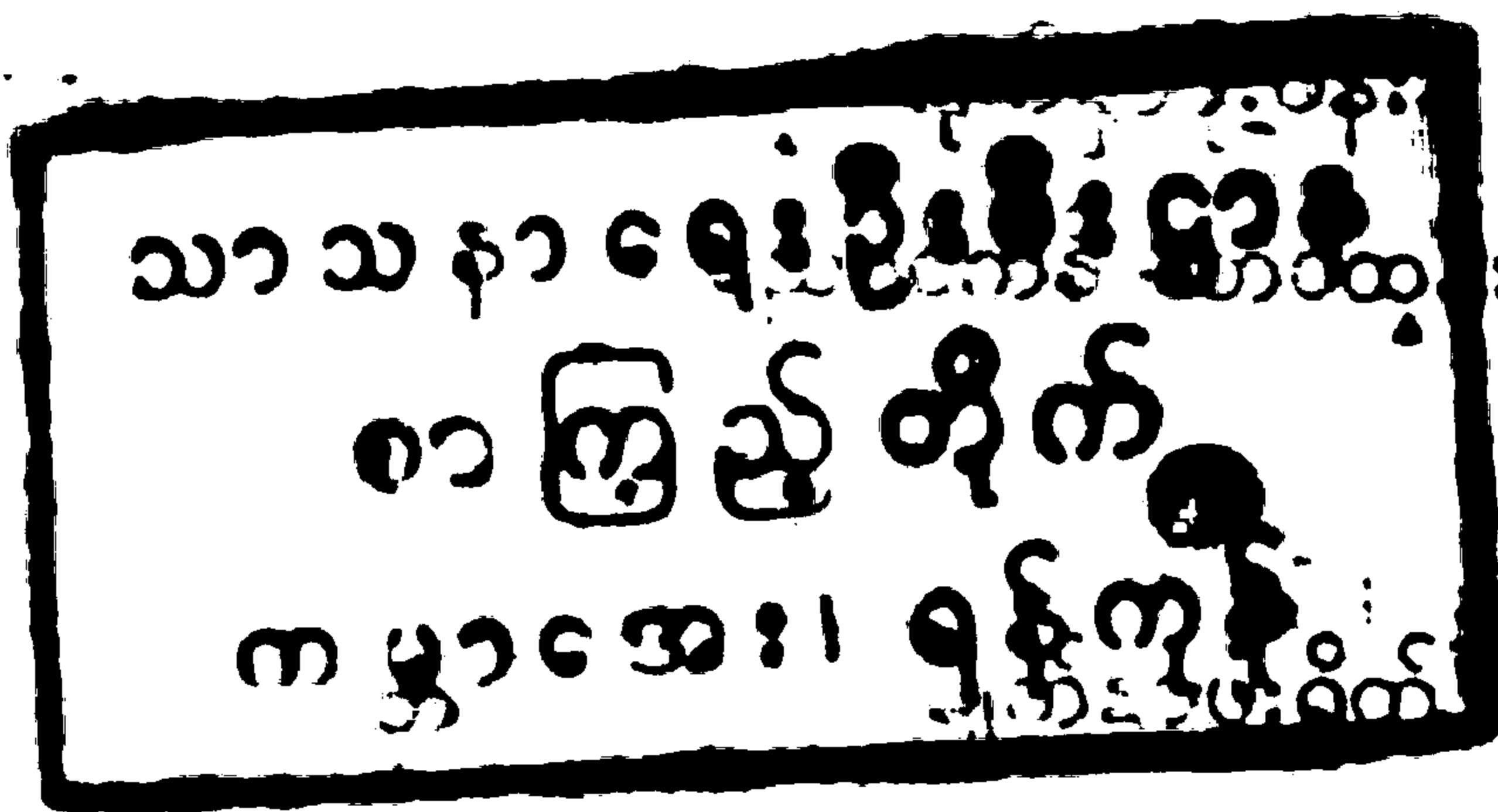
လေးမအကြိုင်

၁၉၂၂-ခုနှစ်

အပ်ရေး - ၅၀၀၀



တန်ဖိုး - ၅ ကျပ်



ထွန်း

ဦးကာလာလေစက်



ပုံနှိပ်သူ

ထုတ်ဝေသူ

ဦးထွန်းရှိန် (မြ ၀၂၁၃၈)

ဦးစာပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ် ၁၇၂၊ ၃၃-လမ်း၊

ရန်ကုန်မြို့။

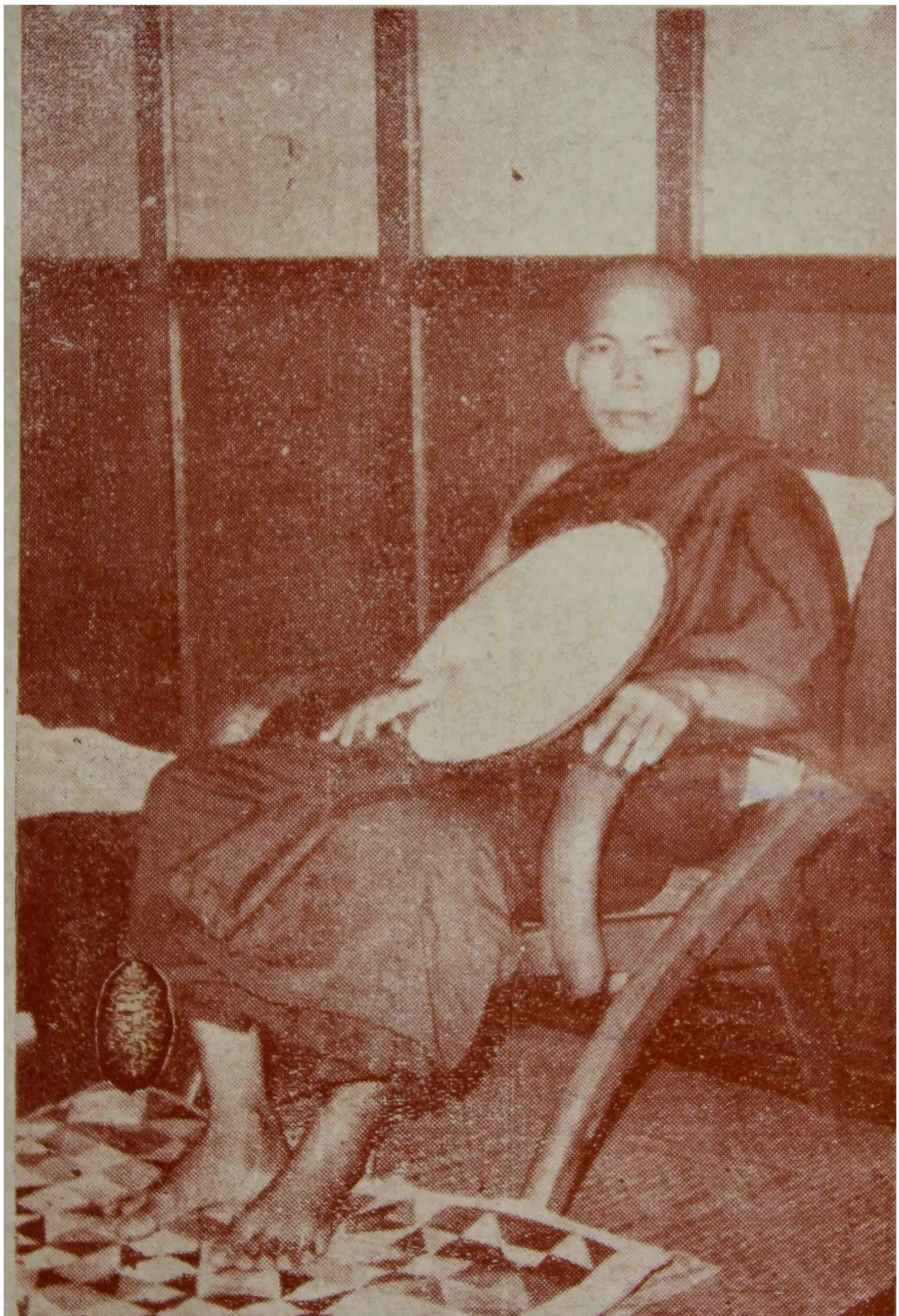
ဦးသိန်းလွင်(ခ) အေးလွင်

(၀၂၆၀၂) ညောင်ကန်စာပေ

အမှတ်-၅၄၊ နိဗ္ဗာန်ကျောင်းလမ်း

ဂူတ္ထလမ်း၊ အနောက်မြောက်

ရပ်ကွက်၊ ရွှေဂုံတိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။



ညောင်ကန်အေး သာသနာ့ရိပ်သာ
ဆရာတော်အရှင်ဣန္ဒက

ငိုကြွေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်

“မာတိကာ”

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	အဖွင့်လွှာ စာမုန်ဦး (ဓမ္မာစရိယ ဦးဌေးလှိုင်၏ ထင်မြင်ချက်)	၄
၂။	ပဏာမနှင့် အာသိသမ္ပန်	၇
၃။	သတိပဋ္ဌာန် တရားတောင်းရှစ်လုံးဖွဲ့	၉
၄။	ဆိတ်ငြိမ်ထူးကဲ ဇောဝန်တရားဖွဲ့	၁၁
၅။	ပရိသတ်ရှစ်ပါး	၁၂
၆။	ယနေ့တရားပွဲဟာ သူ့အတွက်တာ	၁၄
၇။	အတိတ်ဘဝတွင် ဆုထူးပန်ဆင်ခဲ့ပုံ	၁၇
၈။	တရားသံလား ငိုသံလား	၁၈
၉။	အရူးမလေးရဲ့ ပါဠိလို ငိုချင်း	၁၉
၁၀။	မြတ်ဘုရားရဲ့ အသံတော်	၂၀
၁၁။	တခဏအတွင်း အရူးပျောက်ခြင်း	၂၂

(၁)

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၂။	အမှန်သိလို့ ပြန်ကြည့်လိုက်တော့	၂၃
၁၃။	ဘုရားတိုင် လျှောက်လွှာ	၂၅
၁၄။	ငိုချင်းရှည် ကိုယ်ရေးရာဇဝင်	၂၆
၁၅။	အိမ်တွင်းပုန်း သဌေးသမီး	၂၇
၁၆။	အရေးကြီးတော့ သွေးနိုးမှ	၂၇
၁၇။	လင်သေသားဆုံး	၂၈
၁၈။	မိဘနှင့်မောင်ရင်း သေကြပြန်ခြင်း	၂၈
၁၉။	ငိုနေကျ ငိုချင်းကဗျာ	၃၀
၂၀။	ငိုချင်းမြန်မာကဗျာ	၃၀
၂၁။	ကယ်တင်တော်မူပါဘုရား	၃၁
၂၂။	အငိုတိတ်ပါတော့	၃၂
၂၃။	ငိုချင်းဘယ်ကြောင့်ကြာ ဂါထာ	၃၅
၂၄။	ငိုချင်းဘယ်ကြောင့်ကြာ မြန်မာကဗျာ	၃၇
၂၅။	ငိုတာဟာ ဒုက္ခသစ္စာ	၃၈
၂၆။	ဒုက္ခသစ္စာပြ ပါဠိ	၃၈
၂၇။	ဒုက္ခသစ္စာပြအနက်	၃၈
၂၈။	ဒုက္ခသစ္စာ လိုရင်းစကားပြေ	၄၀
၂၉။	ဘာကြောင့် ဘယ်လို ငိုကြသလဲ	၄၁
၃၀။	ဘုရားဟော ပါဠိတော်	၄၁
၃၁။	နိဿယအနက်	၄၁
၃၂။	စကားပြေ	၄၂
၃၃။	ဗျသနကြောင့်လဲ ငိုရတယ်	၄၂

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၃၄။	ဒုက္ခဓမ္မကြောင့်လဲ ငိုရတယ်	 ၄၃
၃၅။	ဘယ်လိုငိုကြသလဲ	 ၄၄
၃၆။	အာဒေဝေ	 ၄၅
၃၇။	ပရိဒေဝေ	 ၄၅
၃၈။	ခင်နှင်းယု ပြောတဲ့ ငိုချင်း	 ၄၆
၃၉။	ဒေါ်ခင်ကြည်ရဲ့ ငိုချင်း	 ၄၇
၄၀။	ရဲဘော်ဇနီးတယောက်ရဲ့ ငိုချင်း	 ၄၇
၄၁။	ထန်းစာမားဇနီးရဲ့ ငိုချင်း	 ၄၇
၄၂။	အာဒေဝနာ	 ၄၈
၄၃။	ပရိဒေဝနာ	 ၄၈
၄၄။	ဆင်းရဲမွန်းမသိမြင်လို့ ငိုချင်ကြတယ်	— ၄၉
၄၅။	ဘဝအစငိုချင်း	 ၄၉
၄၆။	မြီးကောင်ပေါက်ငိုချင်း	 ၅၀
၄၇။	ပျိုရွယ်သူတို့ရဲ့ ငိုချင်း	— ၅၀
၄၈။	ဇာတ်သိမ်းငိုချင်း	— ၅၀
၄၉။	ပိုက်ဆံပေးရတဲ့ ငိုချင်း	 ၅၁
၅၀။	ဘာဂျာမင်းသား အင်္ဂုမ္မားပုံ	 ၅၁
၅၁။	အင်္ဂုနီဂုံး	 ၅၂
၅၂။	ငိုချင်း ဘယ်ကြောင့်ကြာ ကျာ	— ၅၂
၅၃။	ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ပြင် နိဗ္ဗာန်ဝင် ဂါထာ	 ၅၄
၅၄။	ဖြစ်လျှင် ပျက်မြဲ မွေးသေမြဲ	 ၅၆
၅၅။	ရှင်ကဲ့	 ၅၇
၅၆။	သေကဲ့	— ၅၇

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၅၇။	ဘုံကဲ့	 ၅၈
၅၈။	ကိလေသာ သေမင်း	 ၅၉
၅၉။	သားသမီးကလဲ မိဘကို မကယ်နိုင်	 ၆၀
၆၀။	မိဘကလဲ သားသမီးကို မကယ်နိုင်	 ၆၀
၆၁။	လင်နှင့်မယားပေါင်းသင်းများလဲ အချင်းချင်း မကယ်နိုင်	 ၆၁
၆၂။	ဆွေမျိုးချင်းလဲ မကယ်နိုင်	 ၆၂
၆၃။	သေမင်းခေါ်လျှင် မြန်မာကဗျာ	 ၆၂
၆၄။	ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ပြင် နိဗ္ဗာန်ဝင်ရန်	 ၆၃
၆၅။	ညစ်ညမ်းသော လမ်းကိုပြင်ရာ	 ၆၄
၆၆။	သီလမေ့နဲ့ဆေး (သီလဝိသုဒ္ဓိ)	 ၆၆
၆၇။	သမာဓိလေအေးနှင့် ဖယ်ရှား (စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ)	 ၆၆
၆၈။	ပညာရောင်တောက် နိဗ္ဗာန်ရောက်	 ၆၇
၆၉။	နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်	 ၆၉
၇၀။	ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ	 ၆၉
၇၁။	မစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်	 ၇၀
၇၂။	ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ	 ၇၀
၇၃။	သမ္မသနဉာဏ်	 ၇၁
၇၄။	မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	 ၇၁
၇၅။	ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်	 ၇၂
၇၆။	ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	 ၇၂
၇၇။	ဘင်္ဂဉာဏ်	 ၇၂
၇၈။	ဘယဉာဏ်	 ၇၂

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၇၉။	အာဒိနဝဉာဏ်	 ၇၂
၈၀။	နိဗ္ဗာန်ဉာဏ်	 ၇၂
၈၁။	မုဉ္ဇိတုကမ္ပတာဉာဏ်	 ၇၂
၈၂။	ပဋိသန္ဓိဉာဏ်	 ၇၃
၈၃။	သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်	 ၇၃
၈၄။	ဂုဋ္ဌာနဂ မိနိဝိ သေနာဉာဏ်	 ၇၃
၈၅။	အနုလောမဉာဏ်	 ၇၃
၈၆။	ဂေါတြဘူဉာဏ်	 ၇၃
၈၇။	မဂ်ဉာဏ်	 ၇၄
၈၈။	ဖိုလ်ဉာဏ်	 ၇၃
၈၉။	ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	 ၇၃
၉၀။	ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်	 ၇၃
၉၁။	နာရူပွားယင်း ဉာဏ်မြင်လင်း	 ၇၃
၉၂။	မြေကြီး မြေမှုန့်ပမာ ကိုလေသာ	 ၇၄
၉၃။	ငိုကြွေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရား	 ၇၉
၉၄။	ပဋ္ဌာစာရာထေရီ ထင်ရှားပြီ	 ၈၀
၉၅။	သတိသမ္ပဇာန် အသိဉာဏ်ယှဉ်	 ၈၀
၉၆။	သတိနှင့်အသိ ထားပုံ ပွားပုံ	 ၈၁
၉၇။	အသိဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်ပုံ	 ၈၂
၉၈။	ပထဝီဓာတ်မှန် အသိဉာဏ်	 ၈၂
၉၉။	အာပေါဓာတ်မှန် အသိဉာဏ်	 ၈၃
၁၀၀။	တေဇောဓာတ်မှန် အသိဉာဏ်	 ၈၄
၁၀၁။	ဝါယောဓာတ်မှန် အသိဉာဏ်	 ၈၄

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၀၂။	ခြေဆေးရေနှင့် သတ္တဝါ အတေးပေါ်လာ	၈၅
၁၀၃။	ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်း ဖြစ်ပျက်ညှိနိုး	 ၈၇
၁၀၄။	ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်းတော် ဆောင်ပုဒ်	 ၈၈
၁၀၅။	ဝိနယတေဒဂ်ရ ရဟန္တာထေရီ	 ၈၈
၁၀၆။	ငိုကြွေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ဘုရားတော်	၉၀
၁၀၇။	အဋ္ဌကထာဆရာ၏ ထောက်ခံချက် သာဓက	၉၂
၁၀၈။	မဟာစည် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာရှုနည်း	— ၉၄
၁၀၉။	အကျိုးပြု	 ၉၆
၁၁၀။	ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ် ဘုရားရှိခိုး	 ၉၈
၁၁၁။	အဓိဋ္ဌာန်	 ၉၉
၁၁၂။	ဆုတောင်း	 ၉၉
၁၁၃။	အမျှဝေလို့ မေတ္တာပို့	 ၁၀၀

အဖွင့်လွှာ

သတိပြဋ္ဌာန်းသော အလုပ်နှင့် သတိပြုစရာများ
[ဓမ္မာစရိယ ဦးဌေးလှိုင်၏ ထင်မြင်ချက်]

ယခုအခါ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ကျေးဇူးကြောင့် မြန်မာပြည်၌သာမက ကမ္ဘာနှင့် အဝန်း သတိဗုဒ္ဓာန် ချမ်းသာနည်းများ ပြန့်ပွားနေပါပြီ။

ယခုခေတ်၌ လူဖြစ်ကြရသူများ ကံကောင်းကြပါပေစွာ။ ယင်း သတိဗုဒ္ဓာန် ချမ်းသာနည်းများမှာ ပိဋကကျမ်းဂန်တို့၌ အထင်အရှား အမြဲတစေ ရှိနေခဲ့သော်လည်း လက်တွေ့ ကျင့်သုံးသူများကား အထင်အရှား အမြဲတစေ ရှိနေကြသည် မဟုတ်။ ရံခါ နှစ်ပေါင်းရာထောင်ချီ၍ ငုပ်ကွယ်နေတတ်၏။ တခေတ် တခေတ်မှသာ ဆန်းသစ်လာမြဲ ဖြစ်သည်။

တကြော့ပြန်လည် ဆန်းသစ်လာသော အခါတွင်လည်း တော်တော်နှင့် အထိုင်မကျ၊ အသစ်အဟောင်း ဝိရောဓိတို့က ရှိတတ်စမြဲပင်။ အစစ်အမှန် အကျိုးရှိသော တိုးတက်မှုပင် ဖြစ်စေကာမူ စနစ်ဟောင်း အတွေ့ဟောင်းအမှားတို့၏ အဟန့် အတားကား အနည်းအများ ရှိစမြဲဖြစ်၏။ ကမ္ဘာတွင် မော်တော်ကားများ ပေါ်စက မြင်းလည်းသမား ထုက ကန့်ကွက်ခဲ့ကြ၏။ လျှပ်စစ်မီး ပေါ်ခါစကလည်း သံဖြူ ရေနံဆီမီးခွက်သမားတို့က ငြင်းဆန်ဆန္ဒပြခဲ့ကြဖူး၏။

နောက်ဆုံးသိပ္ပံပညာတွင် အထွတ်အထိပ်ဖြစ်သော အဏုမြူ
နည်းလမ်းကို ထုတ်ဖော်ခဲ့သူ အိုင်းစတိုင်းကိုပင် ငြင်းဆန်
ကန့်ကွက် ပြက်ရယ်ပြောင်လှောင်ခဲ့ကြဖူး၏။

မည်သို့ဖြစ်စေ၊ လျှပ်စစ်နှင့် အဏုမြူ ဓာတ်အားများကို
ရှာဖွေဖော်ထုတ် နိုင်ခဲ့ကြသဖြင့် ကမ္ဘာလူသားတို့အတွက်
အကျိုးများစွာ ဖြစ်ထွန်းစေခဲ့၏။ လိုလျှင် လိုသလောက်
ပူစေ၊ အေးစေ၊ လင်းစေ၊ လည်စေ၊ လျှင်စေနိုင်၏။ မြေကြော
လေကြောများကို ရှုံ့စေခဲ့သည်။

လျှပ်စစ်၊ အဏုမြူတို့သည် လူသားတို့အား သို့စင် ကျေးဇူးပြု
နေ၏။ သို့ရာတွင် ယင်းဓာတ်အား သတ္တိတို့ကို နားမလည်သော၊
မရှိမသေကိုင်တွယ်သော၊ မတရားသုံးစွဲသောသူတိုင်း အတုံး
အရုံး ဓာတ်လိုက်ကာ အကျိုးမဲ့ သေကြေပျက်စီးရသူတွေ
အနန္တရှိလေသည်။

လောကုတ္တရာရေးရာတွင်ကား ဆိုဖွယ်ရာမရှိပြီ။ သဘော
တရားတခုကို ထုတ်ဖော်သော ပုဂ္ဂိုလ်၏ ကျေးဇူးဂုဏ် ကြီးမြတ်
မြင့်မားသလောက်၊ ထုတ်ဖော်သော တရားတော်၏ လူသားတို့
အပေါ် ကျေးဇူးကြီးမား အင်အားသတ္တိထက်မြက်သလောက်
ထိုပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ထိုတရားကို ဆန့်ကျင်ကန့်ကွက်သော အင်အား
စုမ္ဘာလည်း ကြီးထွားလာမြဲဖြစ်လေသည်။

မွေးသေ သံသရာ အတ္တကမ္ဘာကြီးတွင် မွေးသေလွတ်၊
လောကလွန် မသေဓာတ်၊ အနတ္တ သဘောတရားကြီးသည်
နတ်နှင့်ကုသော သုံးလောက၌ အတိုင်းအဆမရှိသော
အကျိုးစီးပွားများစေခဲ့သည် မှန်သော်လည်း ထိုသဘောတရား

ကြီးကို ထုတ်ဖော်တော် မူခဲ့သော ဘုရားရှင် ကိုယ်တော် မြတ်ကြီးအား ဆန့်ကျင်ဖက်ပြုသူ အချို့ရှိခဲ့လေသည်။

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ကား-

“ငါသည် လောကကြီးနှင့် မငြင်းခုံ၊ လောကကြီး ကသာ ငါ့ကို ငြင်းခုံနေ ကြသည်။ တရားသဖြင့် ညွှန်ပြ ပြော ဟောသူ ‘ဓမ္မဝါဒီ’ ပုဂ္ဂိုလ်သည် မည်သူနှင့်မျှ ငြင်းခုံစရာမရှိ” ဟု လည်းကောင်း၊

“တလောကလုံး ကိုယ်ကျင့် ပျက်သွမ်း သူတွေ များပြားလှသည်။ အာနန္ဒာ၊ စစ်မြေပြင်၌ အရပ်လေး မျက်နှာမှ လာသော ရန်သူ့ မြားဒဏ်ကို ကြုံကြုံကြီး ခံသော ဆင်ပြောင်ကြီးကဲ့သို့ ဆန့်ကျင် ဟောပြော ဆဲရေးခြင်းမှန်သမျှ ကြုံကြုံကြီးသာ ငါဘုရားသည်ခံ သွားမည် အာနန္ဒာ” ဟု လည်းကောင်း-

မေတ္တာနှင့် သည်းခံ ခွင့်လွှတ်ခြင်းဝါဒကို ပြတ်ပြတ်ကြီး ကြေငြာကာ ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင် ကျင့်စဉ် ဖော်ပြသော အနတ္တဝါဒကို တဘဝတာလုံး ညွှန်ပြဆော်မူခဲ့လေသည်။

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားကား ယင်းသို့သော ဆန့်ကျင်ဘက် အခက်အခဲတွေကြားကပင် ထိုတရားကို ကိုယ်တော်တပါးတည်း သာ ဟောပြောဖြန့်ချိတော် မူသည်မဟုတ်။ ကိုယ်တော်နှင့် ထပ်တူ ဟောညွှန်တော် မူနိုင်သော ခီဏာသဝ သာဓက တပည့်တော် ၆-ကျိပ်တို့ စုစည်းရရှိသည်နှင့် တပြိုင်နက် ‘စရဏ ဘိက္ခုဝေ စာရိကံ -’ တလောကလုံး အကျိုးစီးပွား ချမ်းသာ များအောင် ဒေသစာရီ လှည့်လည် ဟောကြားရန် နှစ်ပါး

ပေါင်း၍ ခရီးတကြောင်းတည်းကိုပင် မသွားရန် စေလွှတ်
တော်မူခဲ့၏။

နတ်နှင့်တကွသော သုံးလောကလုံး ရှစ်ပြာမဂ္ဂင် သတိပဋ္ဌာန်
ကျင့်စဉ်ကြောင့် အသင်္ခတ အငြိမ်းဓာတ်သို့ ကပ်ရောက်ရသူ
အသင်္ခေအနန္တရှိလေပြီ။ မရိုမသေ မထိမဲ့မြင်လုပ်၍ ဓာတ်လိုက်
ဆုံးရှုံးရသူတွေလည်း မရေမတွက်နိုင်ချေ။

ထို့အတူ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး
လည်း ခမည်းတော် ရိုက်ရာကို ဆက်ခံရာ၌ ခန္တီနှင့် မေတ္တာ
လက်နက်ကိုင်စွဲ၍ အမျိုးမျိုးသော အနှောင့်အယှက် အခက်
အခဲများကြား ကြိုးစား၍ သတိပဋ္ဌာန် သာသနာ ပြုစော
မူခဲ့၏။

တလနှစ်လခန့်မျှ ရှုမှတ်ပွားများရုံနှင့် ဝိပဿနာဉာဏ်အထူး၊
မဂ်ဖိုလ်တရားထူး ရသူတွေ သိန်းချီ၍ တိုးပွားလာနေကြောင်း
ရိရဲတင်းတင်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းကြီး ကမ္ဘာလှည့်၍ပင် ဖွင့်ဟ
ဝန်ခံတော်မူထား၏။ နှစ်ပေါင်းများစွာ စာတွေ့ရော လက်တွေ့
ပါ သည်းခံ ညွှန်ပြလျက် တဲ့တဲကြီး ပြောနေသည့်ကြားကပင်
ရေနံဆီမီးခွက်ကြီး အပြိုင်ထွန်းညှိကာ “ငါ့ဟာမှ အလင်း
ရောင်အစစ်” ဟု ကျယ်ကျယ်တမျိုး တိုးတိုးတဖုံ ဂုဏ်ပြိုင်
အန်တုယင်း ဓာတ်လိုက် သေဆုံးသွားကြရရှာသော ပညာ
ရှိကြီးတွေလည်း အနန္တပင်။ တချို့လည်း တဆန့်ငင်ငင် ဓာတ်
လိုက်နေကြဆဲ။

မည်သို့ရှိစေ၊ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကား ခမည်းတော်ဘုရား
လမ်းစဉ်အရ “စရထ ဘိက္ခဝေ စာရိကံ....” ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်

အမာခံ တပည့်ကြီးများအား ခန္တီနှင့် မေတ္တာ လက်နက်များ အပ်နှင်းကာ ပြည်တွင်းပြည်ပ ကမ္ဘာ့ အတိုင်းအတာ အထိ သတိပဋ္ဌာန်တရားစည်ကြီးကို လှည့်လည် ဆော်တီးရန် စေလွှတ် တော်မူ၏။

‘မဟာစည် နယ်လှည့် ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဓမ္မကထိက အဖွဲ့ ကြီး’ပင်ဖြစ်၏။ ထိုအဖွဲ့ကြီးကား မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ပထမ ဆုံးသော ရဟန္တာအရှင်မြတ် ၆-ကျိပ်တို့ပမာ လှည်းနေ လှေအောင်း မြင်းစောင်းမကျန် နိုင်ငံအဝန်း သတိပဋ္ဌာန်တရား အမြှိုက်စည် ယှမ်းတော်မူနေကြ၏။

ထိုအဖွဲ့ကြီးတွင် ‘ညောင်ကန်အေး ရိပ်သာ ဆရာတော်’ (ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒက) ကား အကျိုးတော်ဆောင် ဖြစ်၏။ အဟောအပြောတွင်မက အရေးအသားလည်း ကျွမ်းကျင် တော်မူသဖြင့် အမျိုးမျိုးသော နယ်လှည့်တရား အတွေ့အကြုံ ရေးသားချက် စာအုပ်များ၊ သတိပဋ္ဌာန်ဆိုင်ရာ တရားတော် များ အကြိမ်ကြိမ် ထပ်မံ ရိုက်နှိပ်နေရပေသည်။

“ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက....ဒီဦးပဉ္စင်းက ပါရမီ တမျိုးကွဲ၊ သူ့ဟာက တိုတို ကျဉ်းကျဉ်းနဲ့ လိုရင်း မိအောင်....တယ်....ရေးတတ်တယ်”

သံသနာတော် သန့်ရှင်းတည်တံ့ ပြန့်ပွားရေး သံဃာ ၁၀၀၀-စည်းဝေး တွေ့ဆုံကြစဉ် ဆရာတော်ကြီး တပါးထံမှ စာရေးသူကိုယ်တိုင် နားနှင့်ဆတ်ဆတ် ကြားနာ မှတ်သား ခဲ့ရသော စကားတခွန်း ဖြစ်ပါသည်။ ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒက အတွက် မင်္ဂလာစကား အားဆေး တခွက်ဖြစ်၏။

အဖွင့်လွှာ

ယခုလည်း ညောင်ကန်အေးရိပ်သာ ဆရာတော် ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက က “ငိုကြွေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်” အမည်ဖြင့် ဟောပြော ရေးသားတော်မူ၏။ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ် အဋ္ဌကထာ ဖွင့်ဆိုချက်ကို ခြေရာခံ၍ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောပြော ရေးသားဟန်ကို နည်းယူ ဖွင့်ဆိုထားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

သတိပဋ္ဌာန် အလုပ်စခန်းတွင် နိဗ္ဗာန်လမ်းအဆုံးအထိ ကိုယ်စီ ကိုယ်စီ အပိုအလိုမရှိပဲ ထိမိလှသော ဟောပြော ရေးသား ချက်မျှားဖြစ်ကြောင်း စာရှုသူ ဓမ္မမိတ်ဆွေ ယောဂီတို့ကိုယ်တိုင် ဖတ်ရှုကြည်ညိုရပါလတ္တံ့။

- * ပညောင်အရိပ်၊ ကန်ဦးထိပ်၊ အေးရိပ်ခိုနားဖွယ်။
- * သတိပဋ္ဌာန်း၊ မဂ္ဂင်လမ်း၊ ဖြောင့်တန်းသန္တိနယ်။
- * ပူပန်ဆင်းရဲ၊ ငိုမစဲ၊ ငိုပွဲ ဇာတ်သိမ်းမယ်။

ဓမ္မာစံရိယ ဦးဌေးလှိုင်
(၂၄-၄-၁၉၈၁)

မဏာမနှင့် အာသီသမ္ဗန်

သန္တာအေး ဘုရားရှိခိုး

သန္တာ သော ဘဂဝါ၊
သမထာယ ဓမ္မံ ဒေသေတိ။
တံ ဘဂဝန္တံ အဟံ ဝန္တာမိ၊
သုခိ တေ ဟောန္တု ဇေတေန။

သောဘဂဝါ၊ အကျွန်ုပ်တို့အများ၏ အားထားကိုးကွယ်ရာ
အစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားသခင်သည်။ သန္တာ၊
ရာဂစသား အလှုပ်အရှား ကင်းလျက် ငြိမ်သက်ငြိမ်းအေးတော်
မူပြီးသည်ဖြစ်၍။ သမထာယ၊ သတ္တဝါအများ အကျွန်ုပ်တို့
အားလည်း အလားတူပင် ငြိမ်သက် ငြိမ်းအေးကြပါစေခြင်း
အကျိုးငှာ။ ဓမ္မံ၊ ငြိမ်သက် ငြိမ်းအေးစေရန် တရားမှန်ကို။
ဝါ၊ ငြိမ်းချမ်းရေး တရားကို။ ဒေသေတိ၊ ကရုဏာရှေ့သွား
ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော် မူပါပေ၏။ တံ ဘဂဝန္တံ၊
သက်တော်ထင်ရှား ထိုသန္တာအေး ဘုရားရှင်ကို။ အဟံ၊

အကျွန်ုပ်ပါသည်။ အဟံ၊ မဟာစည်နယ်လှည့် ဓမ္မကထိက
ညောင်ကန်ကုန္ဒက နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်ပါသည်။ ဝန္ဒာမိ၊
ဘေးဆိုးရန်ကွာ ကျန်းမာချမ်းသာစေကြောင်း ဆုမွန်တောင်း၍
နှစ်ထောင်းအားရ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

တေ၊ ပုညကဓမ္မန၊ ဤသို့ပြုရ မြတ်ပုညကြောင့်။ တေ၊
တရားနာ စာဖတ် (သင်)ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်း
တို့သည်။ သုခိ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြကုန်
သည်။ ဟောန္တု၊ စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

သတိပဋ္ဌာန် တရားတောင်း

ပဏာမ

- ၁။ ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ-သို့သော သုံးဖြာ၊
အာရိယ-သင်ပြ ဆရာ၊
ကျေးဇူးမိဖ-အနန္တဂုဏာ၊
လက်စုံမိုး-ရှိခိုး ဝန္တနာ။

အမည်

- ၂။ မဟာများမြတ်-ပြုအပ်ပူဇော်၊
သတိအမှတ်-ဉာဏ်မြတ်ဓမ္မေ၊
ပဋ္ဌာနဆက်-လေးထက်တည်နေ၊
သုတ္တကြီး-ပန်းမျိုးကိုးပန်လေ။

ကြေငြာချက်မိန့်ခွန်း

- ၃။ သတိပဋ္ဌာန-လေးဝ ဓမ္မာ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ-ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊
တပည့်သာဝက-ကျင့်ကြံဖြာဖြာ၊
နိဗ္ဗာန်နန်း-စံမြန်း သောမကော။
- ၄။ ကျင့်ပြီးကျင့်ဆဲ-နောင်လဲကျင့်မှန်၊
စံပြီး စံဆဲ-နောင်လဲနိဗ္ဗာန်၊
ခရီးမလွဲ-တကြောင်းတဲမှန်၊
ဤတရား-ကျင့်ပွား ဝေကန်။

- ၅။ စိတ် အညစ်ကြေး-ကင်းဝေးစေရန်၊
စိုးရိမ်ပူဆွေး-ငိုကြွေးလွှတ်ရန်၊
သုံးလူ့ ထွတ်သား-ဘုရားမိန့်မှုန့်၊
လမ်းတကြောင်း-ကျင့်ကောင်း သတိပဋ္ဌာန်။
- ၆။ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ-ချုပ်စဲစေရန်၊
မဂ်ဝင် ဖိုလ်ဆောက်-မျက်မှောက်နိဗ္ဗာန်၊
သုံးလူ့ ထွတ်သား-ဘုရားမိန့်မှုန့်၊
လမ်းတကြောင်း-ကျင့်ကောင်း သတိပဋ္ဌာန်။

ဝန်ခံချက် မိန့်ခွန်း

- ၇။ သတိပဋ္ဌာန်တရား-ကျင့်ပွားသူမှာ၊
ခုနစ်ရက်မှ-အစပြုကာ၊
ခုနစ်နှစ်အတွင်း-ထင်လင်းသေချာ၊
နိဗ္ဗာန်နန်း-စံမြန်းသွေမကွာ။

တရားတောင်း

- ၈။ ဤသို့ထူးခြား-တရားရတနာ၊
တပည့်အများ-သနားကြင်နာ၊
သက်ဇွေ လုပ်ငန်း-ခွဲခြမ်းသေချာ၊
မေတ္တာထား-ဟောကြားတော်မူပါ။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိတော်။



ဝိကြေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်

(ဓမ္မပဒ၊ ဌ၊ ၄၃၇)

ဆိတ်ငြိမ်ထူးကဲ-ဇေတဝန်တရားပွဲ

အချိန်ကတော့ နေ့တနေ့ရဲ့ ညနေချမ်း အချိန်ဖြစ်ပါတယ်။
ဘယ်နေ့တနေ့ရဲ့ ညနေချမ်းအချိန်လဲဆိုယင် ဂေါတမ
နွယ်ဖွား မြတ်စွာဘုရားသခင် ဝါတော် ၂၀-ကျော် ကာလ
တုန်းက နေ့တနေ့ရဲ့ ညနေချမ်းအချိန် ဖြစ်ပါတယ်။

နေရာကတော့ သာဝတ္ထိပြည်မှန်မှာ သဒ္ဓါရှိန် မွေးသတင်းနဲ့
အနာထပိဏ် သဌေးမင်းရဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတော် ဇေတဝန်
ကျောင်းတော်တွင်းမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျောင်းဝင်းကြီးက ဇေတမင်းသားရဲ့ ဥယျာဉ်တော်မှ
ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ကျောင်းဝင်းကြီးဆိုတော့ စံပယ်ကြက်ရုန်း
ဂမုန်း ခတ္တာ ဇီဇဝါ မြတ်လေး တတိုင်းမွေးစတဲ့ ပျံမွေး
သင်းထုံ ပန်းမျိုးစုံ ပွင့်ဖူးလျက် သာယာကြည်နူးဖွယ် ကောင်း
ချင်တိုင်း ကောင်းလှပါတဲ့ ကျောင်းဝင်းကြီး ဖြစ်ပါတယ်။

ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ကြီးဆိုတာ စုလစ်မွန်းချွန် အထွတ်
တင်ပြီး ကြီးကျယ်ခမ်းနား ဆန်းပြားထည်ဝါလှတဲ့ ကျောင်း
တော်ကြီးပါ။

ကျောင်းတော်အတွင်း သံဃာစင်ရဲ့ ရွှေပလ္လင်ထက်မှာတော့
ဗြဟ္မာလူနတ် သုံးရပ်လုံး မကိုဋ် သုံးတိုက်လုံးမှန်ကူ သယံဇာတ
ထွတ်ထွား လှသုံးပါးတို့ရဲ့ဆရာ စောမြတ်စွာသည် ၃၂-ပါး
သော လက္ခဏာတော်ကြီး၊ ရှစ်ဆယ်သော လက္ခဏာတော်ငယ်၊
ခြောက်သွယ်သော ရောင်ခြည်တော်တို့ဖြင့် သပ္ပာယ် ထူးထွေ
သီတင်းသုံးနေလျှင်တော်မူပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ထံတော်ပါးတွင် ဝပ်တူးဆည်းကပ်
ရုံတုပ်ဝပ်နေကြတာကတော့ ရှစ်ပါးသော ပရိသတ်ကြီး
ဖြစ်ပါတယ်။

ပရိသတ်ရှစ်ပါး

အဋ္ဌပရိသတ်=ရှစ်ပါးသောပရိသတ်ဆိုတာ-

၁။ ခတ္တိယပရိသတ်=မင်းပရိသတ်၊

၂။ ဗြာဟ္မဏပရိသတ်=ပုဏ္ဏားပရိသတ်၊

၃။ ဂဟပတိပရိသတ်=အိမ်ရှင် (သူကြွယ်) ပရိသတ်၊

၄။ သမဏပရိသတ်=ရှင်၊ ရဟန်း ပရိသတ်၊

၅။ စတုမဟာရာဇိကပရိသတ်=စတုမဟာရာဇ်နတ်ပရိသတ်၊

၆။ တာဝတိံသပရိသတ်-တာဝတိံသာနတ်ပရိသတ်၊

၇။ မာရပရိသတ်=မာရ်နတ်ပရိသတ်၊

၈။ ဗြဟ္မပရိသတ်=ဗြဟ္မာပရိသတ်-

တို့ဖြစ်ကြပါတယ်။ (ဒီ-၃၊ ၂၁၅)

တရားနာပရိသတ်များ အလွန်စည်ကားသော်လဲ ပရိသတ်ရဲ့ အသံဆိုလို့ စကားပြောသံ ချောင်းဆိုးသံမျိုး မဆိုထားနဲ့ ရိုးတိုးရွာတလှုပ်ရှားကြတဲ့ အသံမျိုးကိုတောင်မှ မကြားရပါဘူး။ ဒီတရားနာပရိသတ်ဟာ အလွန်ဆိတ်ငြိမ်လှတဲ့ ပရိသတ်ကြီးပါ။

အဘယ်လောက်အထိ ဆိတ်ငြိမ်ပါသလဲဆိုယင် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်တွင်း ခန်းမ-ဆောင်အထက် မျက်နှာကြက်ဆီက ‘အပ်’ ကလေး တချောင်းမျှ ကျလာလျှင်ပင် ‘ချောက်’ ကနဲ ကြားရလောက်မတတ် ဆိတ်ငြိမ်လှပါပေတယ်။ အဘယ်မှာ လျှင် မဆိုတင်ငြိမ်ပဲနေပါမလဲ၊ လောကအလုံးထက် အထူးဆုံး မြင့်မြတ် စောနေနတ်ဘုရင် ရှင်တော်ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ စကားတော် တရားတော်ကို နာကြားကျင့်ပွား သိမြင် ထားကြလို့ တရားစံပြ ယဉ်ကျေးမှုတွေကို ရရှိထားကြတဲ့ ပရိသတ်ကြီး မဟုတ်ပါလား။

ဒီဇေတဝန် တရားပွဲကြီးရဲ့ ထူးကဲမွန်မြတ်ပုံကတော့ တရားဟောချိန်မှာ တရားသံတော်သက်သက်ကိုသာ ကြားနာ ရပြီး တရားမဟောခင်ဆိုလျှင် ဆိတ်ငြိမ်ချင်တိုင်း ဆိတ်ငြိမ်ပြီး ဣန္ဒြေရရနဲ့ ယဉ်ကျေးလှတာဟာ ဒီဇေတဝန် တရားပွဲကြီးရဲ့ ထူးကဲမွန်မြတ်မှု တရပ်ပါပဲ။ ယခုခေတ်အခါမှာ ဆရာကောင်း အဆုံးအမကို ရရှိထားကြလို့ ကိုယ့်တရား ကိုယ်ပွားနေကြတဲ့ ကျောင်းကန် ဘုရား ရိပ်သာများက တရားနာ ယောဂီပရိသတ် များလဲ ဒီလိုပင် ငြိမ်သက် ယဉ်ကျေးကြပါတယ်။

ဒီကနေ့ ဇေတဝန်တရားပွဲကြီးတွင် အများတကာ တရား နာသူတွေဟာ ဘဝဝါရဲ့ တရားဒေသနာကိုသာ မျှော်လင့်ပြီး

ကြည်လင် အေးမြ ဖူးမဝသည့် မြတ်ဗုဒ္ဓကိုသာ ဖူးမြင်ကြည်ညို ပီတိစိုပြီး သဒ္ဓါယိုဖိတ် နေကြပါတယ်။

တရားနာ ပရိသတ်များ သဒ္ဓါပွားများ နာကြား လိုကြ သည်မှာ မြတ်ဘုရားရှဲ့ တရားတော်အသံ၊ တရားနာ ပရိသတ် များ သဒ္ဓါပွားများ ဖူးလို့အားမရ ရှုမဝကြသည်မှာ အတုလ ဘဂဝါ စောမြတ်စွာ ရှင်တော်ဗုဒ္ဓပင် ဖြစ်ပါတယ်။ ယနေ့ ပရိသတ်များ စိတ်အဝင်စားဆုံးကတော့ ဘုရား ဘဂဝါနှင့် တရား ရတနာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တရားနာ ပရိသတ် များ စည်ကား စုံလင်သည် အထိပင် ရှင်တော် ဘုရားက တရားတခွန်းမျှ နှုတ်ဟတော် မမူသေးပါဘူး။ ဒါကြောင့် တရားနာ ပရိသတ်များလဲ “ဘာကြောင့်များ ရှင်တော် ဘုရား က-တရား ဒေသနာကို မိန့်တော် မမူသေး ပါလိမ့်မလဲ” လို့ စိတ်ထဲက ကောင့်တ မျှော်လင့်နေကြပါတယ်။

ဒီလိုဆိုတော့ ရွှေဆင်းတု ရုပ်ပွားတော် အနားတွင် ယောဂီ များ စုပေါင်းပြီး သတိပဋ္ဌာန်တရား ရှုမှတ် ပွားများ နေကြ သလို ဖြစ်နေပါတော့တယ်။

ယနေ့ တရားပွဲဟာ သူ့တွက်တာ

တရားဘုရင် ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူမည့် ယနေ့ ဇေတဝန်တရားပွဲဟာ ယေဘုယျအားဖြင့်တော့ ဝေနေယျကြာ များသတ္တဝါအတွက်-လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

အထူးအားဖြင့်တော့ သုံးလူ့ရှင်ပင် ဘုရားရှင်ဟာ ယနေ့ ကေန် ရွှေဘဏ်တော် ကွန်ရက် ဖြန့်ကြက်ကြည့်ရှုတော်မူစဉ်က

အဓိက ချေချွတ် သင့်သူတဦးကို အထူး သိမြင် ထားတော် မူပါတယ်။

ယနေ့ ဇေတဝန်တရားပွဲဟာ အဲဒီ အထူး ချေချွတ်သင့် သူကို အဓိကထားပြီး ဟောကြားတော် မူမည့် အထူး တရား ပွဲကြီးဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပရိသတ်ပင် စည်ကားစုံလင် နေသော်လည်း ပဓာနထားပြီး ဟောကြား ချေချွတ် ရမည့်သူ မပေါ်လာသေးလို့သာ ဒါလောက် ကြာအောင် စောင့်စား သိတင်းသုံး နေတော်မူတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဟော—စောင့်ယင်းစောင့်ယင်းနဲ့ သိတင်းသုံး နေစဉ်မှာပင် ဒီတရားပွဲဆီကို သူလာနေပါပြီ။ သူ့ကို ဘုရားရှင် မြင်တော် မူနေရပါပြီ။ သူဟာ ကမ္ဘာတသိန်း အတိတ်ကာလကတည်းက ယနေ့ကျအောင် ပါရမီ လုပ်အား ဖြည့်ကျင့်ထားပြီး လုပ်အား ဖြည့်စုံ ကျွတ်တမ်းဝင် ခိုလှုံမည့်သူပါ။ တရားပွဲဆီကို သူလာ နေတယ်ဆိုသော်လည်း အနီးအနားကိုတော့ မရောက်သေးပါဘူး။ တရားပွဲနှင့် အတော်ဝေးသေးတဲ့ အရပ်မှာပင် ရှိနေပါသေး တယ်။ သူဆိုတာ တခြားမဟုတ်ပါဘူး။ အရူးမလေးပါ။ ယခု မြင်နေရတဲ့ သူမရဲ့ အခြေအနေကတော့ လောကဓံ မုန်တိုင်း ဒဏ်ကို ထောင်းထောင်း ကျေအောင် အတိုက်အခတ် အမေ့ အနှောက် ခံထားရလို့ ဂိတ်မမှန် တော့ပဲ သွက်သွက်ခါအောင် ရူးနေရှာတဲ့ အရူးမလေး ဖြစ်နေတာကို တွေ့မြင်တော် မူရ ပါတယ်။ ဒီအကြောင်းကို ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ သဟဿဝဂ် (ဓမ္မပဒ၊ ဌ၊ ၁၊ ၄၄၀)မှာ ဒီလို မှတ်တမ်းတင်ထားပါတယ်။

သတ္တာ ဇေတဝန မဟာဝိဟာရေ အဋ္ဌပရိသ မဇ္ဈေ
 နိသီဒိတာ ဓမ္မံ ဒေသေန္တော တံ အာဂစ္ဆမာနံ အဒ္ဓသ
 ကပ္ပသတသဟဿ ပူရိတပါရမိံ အဘိနိဟာရသမ္ပန္နံ။

သတ္တာ၊ လူသုံးပါးတို့၏ အားထား ကိုးကွယ်ရာ ဆရာ
 စင်စစ် ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်။ ဇေတဝန မဟာ
 ဝိဟာရေ၊ သာဝတ္ထိပြည်မှန်မှာ သဒ္ဓါရှိန် မွေးသတင်းနှင့် အနာ
 ထပိဏ်သဌေးမင်း၏ ကောင်းမှုတော် ဇေတဝနံ ကျော်ဟီး
 ကျောင်းတော်ကြီး၌။ အဋ္ဌပရိသမဇ္ဈေ၊ မင်းနှင့်ပုဏ္ဏား သူကြွယ်
 များဟု ဘိက္ခု၊ စတုမဟာ၊ မာရ်နတ် ထက်ရပ်ပြဟွာ ရှစ်ဖြာ
 သော ပရိသတ်တို့၏ အလယ်တူ။ နိသီဒိတာ၊ ၃၂-ပါးသော
 လက္ခဏာတော်ကြီး ကောင်းကျိုး ဖြိုးကြွယ် ရှစ်ဆယ်သော
 လက္ခဏာတော်ငယ် ခြောက်သွယ်သော ရောင်ခြည်တော်တို့ဖြင့်
 ကွန်မြူးပေါ်ထွက် ပြိုးပြက် ထိန်လင်း သီတင်းသုံးနေထိုင်တော်
 မူ၍။ ဓမ္မံ၊ ချမ်းသာမှုနှင့်ပွား ဖြတ်တရားတော်ကို။ ဒေသေန္တော၊
 ဟောကြားတော်မူသည်ရှိသော်။ ဓမ္မံ ဒေသေန္တော၊ ဓမ္မသဘင်
 ဆင်ယင်ကျင်းပတော်မူသည်ရှိသော်။ အာဂစ္ဆမာနံ၊ တရားပွဲတူရူ
 ရှေ့ရှုလာနေသော။ ကပ္ပသတသဟဿံ၊ ကမ္ဘာတသိန်း ကာလ
 ပတ်လုံး။ ပူရိတပါရမိံ၊ ဖြည့်ကျင့်ဆည်းပူး ပါရမီထူးရှိသော။
 အဘိနိဟာရသမ္ပန္နံ၊ ဆုထူးပန်ဆင် ပြည့်စုံလင်သော။ တံ၊
 ပစ္ဆိမဘဝိက နောက်ဆုံးဘဝတွင် ဒုက္ခစုံပွား ဟိုသည်လူး၍ အရူး
 မလေးဖြစ်နေသော ထိုကျွတ်တမ်းဝင်မည့်အမျိုးသမီးကို။ အဒ္ဓသ၊
 အဝေးမှပင် မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့မြင်တော်မူရပါလေပြီ။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

အတိတ်ဘဝတွင် ဆုထူးပန်ဆင်ခဲ့ပုံ

အမျိုးသမီးငယ်ဟာ လွန်ခဲ့တဲ့ကမ္ဘာ့ဘသိန်းကာလ ပဒုမုတ္တရ မြတ်ဗုဒ္ဓ လက်ထက်တော်တုန်းက အမျိုးကောင်း သမီးကလေး တဦး ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ အမျိုးကောင်း သမီးကလေးဟာ ပရိသတ် ဗိုလ်ပုံအလယ်တွင် ပဒုမုတ္တရ ဘုရားရှင်က ဘိက္ခုနီ ထေရီမယ်တဦးအား ဗုဒ္ဓဥပဒေ ဝိနည်းဆောင် ဘိက္ခုနီတို့တွင် အမြတ်ဆုံး တေဒဂ်ရာထူးဆုကို ပေးသနား ချီးမြှောက်တော် မူတာကို တွေ့မြင်ရတော့ - “အို...ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ၊ ဘုရားတပည့် တော်မလဲ ရှင်တော်ဘုရားများကဲ့သို့သော ဘုရားရှင် တဆူရဲ့ အထံတော်မှာ ဗုဒ္ဓဥပဒေ-ဝိနည်းဆောင် ဘိက္ခုနီတို့တွင် အမြတ် ဆုံး ရာထူးဆုကို ရလို့လှပါတယ် ဘုရား”လို့ လွန်ကဲထူးချွန် ဆုမြတ်မှုန်ကို ပန်ဆင်တောင့်တခဲ့သူကလေးပါပဲ။

ထိုစဉ်အခါ ပဒုမုတ္တရ ရှင်တော်ဗုဒ္ဓက ရှေ့ဖြစ်မှုန်ကို သိစွမ်းတော်မူနိုင်တဲ့ အနာဂတ်သ ဉာဏ်တော်ဖြင့် ဆင်ခြင် ကြည့်ရှုတော်မူရာ ‘နောင်အနာဂတ် ကမ္ဘာ့ဘသိန်း လွန်သော ကာလ ဂေါတမနွယ်ဖွား မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါတွင် သင့်ဆုတောင်း ပြည့်လိမ့်မည်’ဟု ပျာဒိတ်စကားကို မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီလို ပဒုမုတ္တရ မြတ်ဗုဒ္ဓ လက်ထက်တော်ကပင် ဆုတောင်း ခဲ့လို့ ယခုအခါ ဆုတောင်းပြည့်စုံပြီး သာသနာ့အေးရိပ်မြို့ကို ခိုလှုံနိုင်မည့် အမျိုးသမီးကလေးတယောက် အဝေးက လာနေပုံ ကို မြင်တော်မူရတဲ့ ဂေါတမမြတ်စွာ စိန္တေယျာက “ဒီ အမျိုး သမီးငယ်ဟာ ငါဘုရားကို ထားပြီး တခြားသော အားယား

ကိုးကွယ်ရမည့်သူ မရှိနိုင်ပါချေတကား” လို့ ဆင်ခြင်တော်မူပြီး
အဲဒီ ဆုထူးပါရမီ စံပြည့်ညီလျက် စိတ်ပေါ့ပျက်နေသူမလေးကို
ဒီတရားပွဲသို့ ဆိုက်ဆိုက်မြိုက်မြိုက် ရောက်လာအောင် အဓိဋ္ဌာန်
ပြုတော်မူလိုက်ပါတယ်။

တရားသံလား ငိုသံလား

ဝေါဟာရနယ်ဖွား မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီ ဆုထူးပန်ဆင်
ပါရမီစုံသူဖြစ်လျက် ယခုဘဝမှာ စိတ်ပေါ့ပျက်နေရှာသေးသူ
အရူးမလေးကို တရားတော်မေ့အေး တိုက်ကျွေးတော်မူဖို့ရာ
အာရုံထားပြီး စောင့်စားနေတော်မူသော်လဲ တရားနာပရိသတ်
များကတော့ မြတ်ဘုရားရဲ့ တရားတော်သံကိုသာ နာခံရန်
စောင့်မျှော် နေကြပါတယ်။

ဒီအချိန်မှာ တရားနာ ပရိသတ်များရဲ့ နားများ ထဲတွင်
ဖြုန်းစားကြီး အားဖြင့် အသံအသံကို ရုတ်တရက် ကြားလိုက်
ကြရပါတယ်။ တရားဟောသံကို စောင့်မျှော်နေကြတဲ့ ပရိသတ်
ကြီးဟာ ဖြုန်းကန်ခဲ့တော့ ‘ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်သံ
လေလား’ လို့ ထင်မှတ်မှားမိကြပေလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ လောသေ
ချာချာ စူးစိုက်ပြီး နားဆင်လိုက်တော့ ဘုရားရှင်ရဲ့ အသံ
တော်မဟုတ်ဘူး။ နောက်နားဆီက ဟောင်းပွဲဆီကို လာနေယင်း
ဟစ်အော် ငိုလိုက်တဲ့ အမျိုးသမီး တယောက်ရဲ့ အသံဆိုတာ
ကို အားလုံးကပင် သိလိုက်ကြပါတယ်။ တရားနာ ပရိသတ်
များဟာ ဒီအမျိုးသမီးရဲ့အသံကို တခါမျှ မကြားဖူးကြတာ
မဟုတ်ပဲ အကြိမ်များစွာ ကြားဖူး သိဖူးကြတာ ဖြစ်လေတော့

အသံရှင်ဆီကို လှည့်မကြည့်ပဲနဲ့ ပရိသတ်အားလုံးရဲ့ စိတ်အာရုံ
တွင်အရူးမလေးရဲ့ ရုပ်ပုံလွှာကို ပြင်ထင်ရှားစွာ သိမြင်လာကြရ
ပါတယ်။

ဆံပင်ဖားရား ဝတ်စားမပါ ဗလာကိုယ်ထီး ညစ်တီး
ညစ်ပတ် ချေးညွှန်ကပ်နေတဲ့ အရူးမဆိုတာကို မြင်လာကြရ
တယ်။ ဒီအခါမှာပင် အရူးမလေးရဲ့ ဟစ်အော်သံကို ထပ်မံ
ကြားလိုက်ကြရပြန်ပါတယ်။

အရူးမလေးရဲ့ ပါဠိလိုငိုချင်း

ဥတော ပုတ္တာ ကာလက္ခိတံ၊
ပန္နေ မယံ ပတိ မတော။
မာတာ ပိတာ စ ဘာတာ စ၊
ကေစိတမ္ပိ ဥယျဓေ။

အရူးမလေးဟာ သူငိုနေကျ ငိုချင်းကို ဟစ်အော်ငိုယင်းနဲ့
လာလိုက်တာ ပရိသတ်ထောင့်စွန်းကိုပင် ရောက်လာ ပါတော့
တယ်။

ဒီအခါမှာတော့ ပရိသတ်များလဲ ငြိမ်နေလို့ စရကြတော့
ပါဘူး။ အနည်းငယ် လှုပ်လှုပ်ရှုရှု ဖြစ်လာကြပါတော့တယ်။
“ဒီလို ပရိသတ်စုံတဲ့ တရားပွဲမှာ သူလာလို့ မသင့်တော်ဘူး၊
သူလာယင် လူတကာ စက်ဆုပ်ပြီး တရားပွဲလဲ ရုတ်ရုတ်သဲသဲနဲ့
လူစုကွဲကုန်လိမ့်မယ်၊ အားလုံးအရှက်ကွဲတော့မယ်၊ ဘုရားရှင်ရဲ့
ရွှေတော်မှောက်မှာ ဣန္ဒြေပျက်ကုန်တော့မယ်” လို့လဲ စိုးရိမ်
သူများက စိုးရိမ်ကြတယ်။

တရားနာ ပရိသတ်အချို့ဟာ စိုးရိမ်ကြီးရုံနဲ့ မနေသာလှတော့ပဲ “ဟဲ့ဟဲ့- ဒီအရူးမ-အား ဒီတရားပွဲကြားထဲမှာ လာခွင့်မပေးကြနဲ့ဟဲ့”

“ဟဲ့-အရူးမ၊ နင်ဒီကိုမလှာနဲ့၊ ခုထွက်သွားစမ်း”

“အို-ဖြစ်မှဖြစ်ရ လေခြင်း၊ ဒီအရူးမနှယ်၊ ဒါ နင့်နေရာမဟုတ်ဘူး၊ သူတော်ကောင်းတွေ တရားနာနေတာနော်၊ ဒီမလှာနဲ့၊ ခုမြန်မြန်ထွက်သွား”

“ဟယ်-တယ်ခက်တော့တာပါပဲ၊ အဝတ်မပါ ဘာမပါနဲ့၊ ဘာမသိညာမသိ ရူးတီးရူးနှမ်းနဲ့ ဘုရားရှင် ရွှေတော်ဓမ္မာဏ်မှာ ရှက်စရာကြီးပါလား၊ ဒီမလှာနဲ့တရားပွဲ ပျက်လိမ့်မယ်၊ သွားစမ်း သွားစမ်း”

အဲဒီလို အမျိုးမျိုး အဖုံဖုံ တယောက်တပေါက် ဆိုတာလို အရူးမကို မရမက နှင်ထုတ် နေကြပါတယ်။

မြတ်ဘုရားရဲ့ အသံတော်

အရူးမ၊ ကလဲ့ အရူးမ၊ ဆိုတော့တရားနာတွေက ငေါက်ထုတ် ခြောက်ထုတ်ကြပေမဲ့ မကြောက်မရွံ နောက်မတုန်ပဲ ရွှေသို့သာ ဇွတ်ကဲပြီး လာမြဲ လာနေပါတယ်။ ဒီလို အရူးမနှင့် ပရိသတ် ယောက်ယက်ခတ်နေစဉ် မှာပင် ကြည်လင် အေးမြ တည်ငြိမ် သာယာလှတဲ့ ရှင်တော်မြတ် ဗုဒ္ဓရဲ့ အသံတော်က ထွက်ပေါ် လာပါတယ်။

အပေထ မာ နံ ဝါရယိတ္ထ။

ဘော၊ သဲသဲရုတ်ရုတ် အရူးမလေးကို နှင်ထုတ် ကြိမ်းမောင်း နေကြတဲ့ အို ပရိသတ်အပေါင်းတို့။ တုမေ့၊ သနား ဖွယ်ရာ

အပ္ပဿယ် အရူးမ'ကို မလာစေကြောင်း နှင်ထုတ် ကြိမ်းမောင်း
 နေကြတဲ့ သင်ပရိသတ်အပေါင်းတို့သည်။ နံ၊ ဒုက္ခစုံနှိပ်စက်၍
 စိက်ပျက် အားငယ် အော်ကျယ် ဟစ်ကျယ် ငိုပြီး နေရှာတဲ့
 အပ္ပဿယ် ထိုအရူးမကို။ မာ ဝါရယိတ္ထ၊ ဒီ မလာစေကြောင်း
 ကြိမ်းမောင်း ချုပ်ချယ် မထုတ်ပယ်ကြကုန်လင့်။ တုမေ။ တရား
 ပဲ့မှာ သူလာလို့ မသင့်တော် ပါလေသား-လို့ စိုးရိမ် ပွားနေ
 ကြတဲ့ သင် ပရိသတ်များသည်။ အပေထ၊ သူလာ နိုင်ရေး
 မနေင့်နွေးအောင် ဟယ် -လမ်းဖယ်ပေးလိုက်ကြ ပါကုန်လော့။

သာဓု.... သာဓု.... သာဓု....။

“အို ပရိသတ်အပေါင်းတို့၊ သနားစဖွယ် အပ္ပဿယ် အရူး
 မလေးကို ဒီမလာစေကြောင်း မကြိမ်းမောင်း မတားမြစ်ကြနဲ့၊
 အမြင်စုတ်တယ်လို့ နှင်မထုတ်ကြနဲ့၊ သင်တို့တတွေဟာ သနား
 ဖွယ်ရာ ရူးနေရှာသူလေးကို ဒီလာဖို့ရာ မကွယ်ကာ မပိတ်ပင်ပဲ
 လမ်းဖယ် ပေးလိုက် ကြပါ၊ မငေါက်ကြနဲ့၊ မခြောက်ကြနဲ့၊
 အသာနေ၊ လာပစေ”လို့ မြတ်စွာဘုရားက မိန့်ကြား သတိပေး
 တော်မူပါတယ်။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အမိန့်စကားကို ကြားရတဲ့အခါ
 ပရိသတ်များက လမ်းဖယ် ပေးလိုက်တော့ အရူးမလေးလဲ
 မြတ်စွာဘုရားဆီ ဦးတည်ပြီး လာရှာပေတယ်။ မြတ်စွာဘုရားနှင့်
 မလှမ်းမကမ်းလောက် ရောက်လာတော့ ဘုရားရှင်က မေတ္တာ
 ကရုဏာ ကြီးမားစွာနဲ့ သို့ကလို့ အတိအလင်း မိန့်ကြားတော်
 မူလိုက်ပါတယ်။

၁၅၆

သောသနာရေးဦးစီးဌာန
 စာကြည့်တိုက်
 ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်

သတိ ပဋိလဘ ဘဂိနီ၊

ဘဂိနီ၊ မုန့်တိုင်း လောကဓံ ကြိမ်ကြိမ်ခံ၍ ဖောက်ပြန် စိတ်နောက် ဒုက္ခဖျောက်လျက် စိုးကြောက် နှမ်းလျ အို-နှမအရွယ် အပူသယ် နှမငယ်။ တံ၊ သင်နှမအရွယ် အပူသယ်နှမငယ်သည်။ သတိ၊ ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ်အား ကိုယ်သနားပြီး တရား ကြည်ညို လူကောင်းလိုသ် စိတ်ကောင်းသတိကို ပဋိလဘ၊ တိတိကျကျ အရှိခမ္မကို သတိရလိုက် ပါတော့လော့။

သာဓု...သာဓု...သာဓု ။

တခဏအတွင်း အရူးပျောက်ခြင်း

အဲဒီလို ဘုရားရှင်ရဲ့ သတိပေး စကားတော်ကို ကြားနေသည့် တခဏ အတွင်းမှာပင် ဘုရားရှင်ရဲ့ မေတ္တာကရုဏာ တေဇာ ဝေပို့ တန်ခိုးအာနုဘော်တော်ကြောင့် ရူးချင်တိုင်းရူးနေရှာသူ အမျိုးသမီးလေးဟာ အရူးရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားရပါ တယ်။ ဒီအချက်ကို ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာမှာ ဒီလို ပြထားပါတယ်။

သာ တံခဏံယေဝ ဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန သတိ ပဋိလဘိ။

သာ၊ လောကဓံလှိုင်းလုံး လှမ်းမိုးဖုံး၍ ယူကျုံးမရ အပူလုံး ကြပြီး သို အရူးမ ဖြစ်နေရရှာသူလေးသည်။ တံ ခဏံ ယေဝ၊ မြတ်စွာဘုရားက သတိပေးစကား မိန့်ကြားတော် မူလိုက်ရာ ထိုခဏ၌သာလျှင်။ ဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန၊ ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော် အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တ၊ စကြ ဌာ ကမ္ဘာမြေမိုး ဖြန်းဖြန်း ကျိုးမျှ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့် ပြည့်ဝတော်မူသော ရှင်တော်။

မြတ်ဘုရား၏ ထူးခြားဖွံ့ဖြိုး တန်ခိုးရှိန်စော် အာနုဘော်တော်
ကြောင့်။ သတိ၊ လူ့ကောင်းလိုသိ စိတ်ကောင်း သတိကို။
ပဋိလဘိ၊ မုချမှန်စွာ ရရှိပါလေ၏....တဲ့။

အမှန်သိလို့ ပြန်ကြည့်လိုက်တော့

ဪ...မိမိရဲ့ ပါရမီကံကလဲ ပြည့်စုံပြီမို့ ကျွတ်ချိန်တန်၊
မြတ်ဘုရားရှင်ရဲ့ စစ်မှန်တဲ့မေတ္တာတော်၊ ကရုဏာတော် အရင်း
ခံတဲ့ တည်ငြိမ်ကြည်အေး သတိပေးစကားတော်သံကိုလဲ ကြားရ
ပြန်တော့ အရူးမလေးရဲ့ အရူးရောဂါဟာ ပျောက်ကင်းသွားရ
ပြန်ပါတယ်။

ဟုတ်ပါတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ဟာ အရူး
ပျောက်ဆေး အစစ်အမှန်ဖြစ်ပါတယ်။ အချို့ တရားအားထုတ်
သူများတွင် ကံမကောင်း အကြောင်းမသင့်လို့ တရားအား
ထုတ်ယင်း စိတ်ဖောက်ပြန်သွားတာကို တသိန်းတွင် တယောက်
လောက် ရှားရှားပါးပါး တွေ့ရငြားလဲ ဆရာကောင်းများရဲ့
ညွှန်ကြားမှုကို လိုက်နာယင် ရက်ပိုင်း လပိုင်း အတွင်းမှာပင်
ပြန်လည် ကောင်းသွားကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။ အများအား
ဖြင့်တော့ တရား အားထုတ်ခြင်းကြောင့် ရှိရင်းစွဲ ဝက်ရူး၊
ကြက်ရူး၊ သည်းခြေရူးများပင် ပျောက်ကင်းသွားကြတာကို
များစွာ တွေ့ရပါတယ်။

အခု ဒီအမျိုးသမီးလေးလဲ တရားသံကို ကြားရစဉ် တခဏ
အတွင်းမှာပင် အံ့ဖွယ်ရာ အရူးမှ အကောင်း ဖြစ်လာရတယ်။
သူမလေးဟာ မိမိရဲ့ ပစ္စက္ခ အခြေအနေကို သုံးသပ်ကြည့်လိုက်

တော့ စိတ်ကောင်းလာပေမဲ့ ရုပ်သွင်က ဖြစ်ချင်တိုင်း ဖြစ်နေသေးတာ သိမြင်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝမ်းလဲနည်းမိတယ်။ အားလဲ ငယ်မိတယ်။ ရှက်လဲ ရှက်မိတယ်။

ဟုတ်ပါတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ အဝတ်ကလဲ မပါ။ ချေးညော်တွေကလဲ အထပ်တရာနဲ့ပါကလား။ ပြီးတော့ တရားနာ လူရှင်ရဟန်း ပရိသတ်ကလဲစုံ၊ ကိုးဂုဏ်သခင် ဘုရားရှင် ရွှေမှာလဲ ရောက်နေတာပါကလား—လို့ ကိုယ်ရဲ့ အခြေအနေမှန်ကို အမြန်ဆုံး သိမြင်လိုက်ရပါတယ်။

ဒါကြောင့်ပင် သူ့ခမျာမှာ ရှက်လဲရှက်၊ ကြောက်လဲကြောက်၊ ဝမ်းလဲနဲ့၊ အားလဲငယ်ပြီး လျှပ်တပြက်အတွင်း အရှက်ကင်းရအောင် မတ်တတ်ရပ်လျက်က ခြေနှစ်ချောင်းကို လျင်မြန်စွာ စုပေါင်းပြီးတော့ ဒူးတုပ်လျက်ပင် အသာအယာ ထိုင်ချလိုက်ပါတော့တယ်။

ဒီအခြင်းအရာကိုမြင်ကြရတဲ့ တရားနာပရိသတ်အများထဲက ကြင်နာသနားပြီး အကြံစောင့် စေတနာကောင်း ပွားမိတဲ့ အမျိုးကောင်းသားတယောက်က မိမိရဲ့အပေါ်ရုံ အဝတ်ကို ချွတ်ပြီး အရှုမလေးဆီကို လှမ်းပစ်ပေး လိုက်ပါတယ်။

မဇ္ဈိမဒေသသားတွေ ငတ်စားပုံက ခါးဝတ်၊ ကိုယ်ဝတ်၊ များအပြင် အပေါ်ရုံ အဝတ်ကလဲ ပါရှိလေသေးတော့ ယခုလို အရေးကြုံတဲ့အခါ အပေါ်ရုံအတည်ကို ချွတ်ပေး လိုက်သော်လဲ မိမိမှာ ဣန္ဒြေမပျက်ပင် ဆက်လက်ပြီး နေနိုင် ထိုင်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီအမျိုးသား တယောက်က လှမ်းပစ်ပေးလိုက်တဲ့ အပေါ်ရုံအထည်ကလဲ တလန်ကျော်ကျော်မျှ လောက်တော့ ရှိပါလိမ့်မယ်။

အရှုံးမလေးဟာ အဲဒီအမျိုးသား တယောက်က ပစ်ပေး လိုက်တဲ့ အပေါ်ရုံကို တကိုယ်လုံး လုံခြုံ တင့်တယ်အောင် သင့်လျော်သလို ဝတ်ရုံပြီး မြတ်စွာဘုရား ထံတော်ပါးသို့ ချဉ်းကပ်သွားပြီး မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ရွှေအဆင်းကဲ့သို့သော ဝါဝင်းစိုပြေ သပ္ပာယ်ထူးထွေတော် မူလှတဲ့ ခြေတော်အစုံ ကြာပဒုံတို့ကို ခြေ လက် နဖူး တံတောင် ဒူးဟု ငါးဦးတည်လျှင်း ရှိခိုးခြင်းဖြင့် ရှိခိုးဝပ်တွားပြီး ဒီလိုလျှောက်ထားရှာပဲ တယ်။

ဘုရားတိုင် လျှောက်လွှာ

ဘန္တေ အဝဿယော မေ ဟောထ၊ ပတိဋ္ဌာ မေ ဟောထ။
ဘန္တေ၊ ဘုန်းဂုဏ်ရနံ၊ သုံးဘုံနဲ့အောင် ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား အို-ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။ တုမေ၊ သတ္တဝါများ ညာသောက် ထား၍ သနားတော်မူငြား ရှင်တော်ဘုရားတို့သည်။ မေ၊ အားကိုးရာမဲ့ အားနဲ့လှစွာ ပူဗျာပါပွားရတဲ့ ဘုရား တပည့်တော်မ၏။ အဝဿယော၊ ပူလောင်သောမီး အပြီး ငြိမ်းရေး ကယ်တင်ပေးကြောင်း အားကိုးကောင်း မှီရာသည်။ ဟောထ၊ မေတ္တာရေအေး တရားဆေးကို တိုက်ကျွေးထုတ်ဖော် ဖြစ်တော်မူပါကုန်ဘုရား။ ဘန္တေ၊ အစိနွေယျ ဂုဏ်ပေါင်း ခသည် သုံးလောကထွတ်ထား အို...မြတ်စွာဘုရား။ တုမေ၊ မေတ္တာမြေထု ကရုဏာကောင်းကင် များဖြင့်ကျယ်ပွား အို... ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။ မေ၊ ကိလေသာတော အပူရေဟင်္ဂ

ကြောမှာ မြုပ်မျောပါရ တပည့်တော်မ၏။ ပတ်ဌာ၊
ငြိမ်းချမ်းစေရန် သောင်ကျန်းပမာ ထောက်တည်ကိုးစား
ရာသည်။ ဟောသ၊ ဆွဲထုတ်ကယ်တင် ကြည်လင်အေးမြ
ဘေးမခအောင် ဖေးမစင်စစ် ဖြစ်တော်မူကြပါကုန်ဘုရား။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

“ဘုန်းဂုဏ်ရနဲ့ သုံးဘုံနဲ့အောင် ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား အို-
ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။ ကရုဏာသခင် ရှင်တော်ဘုရား တို့သည်
အားကိုးရာမဲ့ အားနဲ့စွာလှ တပည့်တော်မ၏ အပူငြိမ်းရေး
ကယ်တင်ပေးကြောင်း အမှီကောင်း ဆရာမြတ် ဖြစ်တော်
မူကြပါဘုရား။

“အစိန္တေယျ ဂုဏ်ပေါင်းသည့် သုံးလောကထွတ်ထား
အို-မြတ်စွာဘုရား။ မေတ္တာမြေထူ ကရုဏာ ကောင်းကင် များ
ဖြင့်ကျယ်ပွား ရှင်တော်ဘုရားတို့သည် ကိလေသာတော
အပူရေယဉ်ကြောမှာ မြုပ်မျောပါရ တပည့်တော်မ၏
ငြိမ်းချမ်း စေရန် သောင်ကျန်းပမာ ဖြစ်တော်မူကြပါကုန်
ဘုရား ”-တဲ့၊ သနားစဖွယ် အရှုံးမလေးက လျှောက်ထား
ရှာပါတယ်။

ပြီးတော့တဖန် မိမိရဲ့ဖြစ်ရပ်မှန် ဇာတ်ကြောင်းကိုလဲ ဒီလို
ပြန်ပြောင်းပြီး လျှောက်ထားရှာ ပြန်ပါတယ်။

ငိုချင်းရည် ကိုယ်ရေးရာဇဝင်

သုံးလူ့ရှင်ပင် ကျွန်ုပ်တို့တင်သား အို-ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊
တပည့်တော်မရဲ့ ဇာတ်ကြောင်းကို ပြန်ပြောင်းလျှောက်ထား
ဝံ့ပါသည်။ ရွှေနားနှစ်ဆူပန်-ဝင်တော်မူပါ! မြတ်စွာဘုရား။

အိမ်တွင်းပုန်းသဌေးသမီး

တပည့်တော်မဟာ ဟိုယခင်ကဆိုယင် သာမည အမျိုးသမီး မဟုတ်ပါဘူးဘုရား၊ တပည့်တော်မဟာ ဒီသာဝတ္ထိ နေပြည်တော်တွင်းက သဌေးမင်းကြီးနှင့် သဌေးကကော်ကြီးတို့မှ မွေးဖွားလာပြီး ရှုမငြီးစရာ အိမ်တွင်းပုန်း သဌေးသမီးရတနာလေးပါသုရား။

အိမ်တွင်းပုန်းရသူ အဖြစ်နဲ့ အရွယ်ရောက်လာတဲ့ အခါ ပုထုဇဉ် ဘာသာ ကိလေသာကာမရဲ့ဒဏ် မခံနိုင်လို့ အိမ်စေကျန်ယောကျ်ားနှင့် ရည်ငံပြီး မိဘကို ခြေကန်လျက် သူနှင့်အတူ ထွက်ပြေးခဲ့ကြပါတယ်ဘုရား။

အရေးကြီးတော့ သွေးနီမု

ထွက်ပြေးခဲ့ပြီး ရပ်တကျေးမှာ ပျော်ရွှင်စွာ လယ်ယာ လုပ်ကိုင် အသက်မွေးကြယင်းက သားဦးကလေး သန္ဓေစဉ်ကပင် မီးဖွားခါနီးမှာ “ခလုတ်ထိမှ အမိတ-အရေးကြီးတော့ သွေးနီမု” ဆိုတာလို မိဘရပ်ထံ လင်မသိအောင် ပြန်လာခဲ့ရာ လမ်းခရီးမှာ မီးဖွားစဉ် လင်ယောကျ်ား လိုက်လာတွေ့ပြီး ပြန်ခေါ်လို့ တောရပ်ကျေးရွာမှာပင် နေမြဲပျော်မြဲ နေခဲ့ပျော်ခဲ့ရပြန်ပါတယ် ဘုရား။

ဒီလိုနဲ့ ဒုတိယကလေး မွေးခါနီးပြန်တော့ ရှေးနည်းအတိုင်း သားငယ်ကို လက်ဆွဲပြီး လင်မသိအောင်ပင် ထွက်ပြေးခဲ့ပြန်ရာ လမ်းခရီး မှောင်ကြီးထဲမှာ မိုးသဲလေသဲတုန်း ဖြုန်းဆို ဒုတိယကလေးကို မွေးဖွားရပြန်ပါတယ်ဘုရား။

လင်သေသားဆုံး

ဒီအခါမှာလဲ လင်ယောက်ျား လိုက်လာပြီး တွေ့ကြုံစဉ်
လင်ယောက်ျားခမျာ မိုးလေဒဏ်ကြောင့်လဲအား သွေးသား
နှုလို့လဲအေး ဒီလိုအေးလွန်းလှပြီး ဒုက္ခဖိစီးနေတဲ့ တပည့်တော်
မအား မီးဖိုပေးဖို့ရာ ထင်းရှာယင်း မြွေခဲလို့ သေပွဲ ခင်ခဲရရှာ
ပါတယ်ဘုရား။

ဒါနဲ့ သားကြီး သားငယ် ထို နှစ်သွယ်နှင့်အတူ တပည့်
တော်မလဲ ဝမ်းနဲ့ အားငယ်ပိုကာ ငိုငိုယိုယိုနဲ့ မိဘခိုမှီး သာဝတ္ထိ
ပြည်ကြီးသို့ ခရီးဆက်ခဲ့ရာ လမ်းခွတ်လတ်မှာ မိုးရေ စီးတဲ့
ချောင်းကြီးကို တွေ့ရတော့ ရေစီးသန်တဲ့ ချောင်းကို ကူးဖို့ရာ
သားနှစ်ယောက်လုံးကို တပြိုင်နက် မနိုင်တာနဲ့ သားကြီးကို
ဒီမှာဖက်ကမ်းမှာ ခဏထားခဲ့ပြီး သားငယ်ကိုချီယူလျက် ဟိုဖက်
ကမ်းကို ကူးခဲ့ပါတယ်ဘုရား။

ဟိုဖက်ကမ်းအရောက်တွင် သားငယ်ကို ချုံကြားမှာ ခဏ
ထားပြီး သားကြီးကို ပြန်လည်အခေါ်တွင် ချောင်းလယ်သို့
အရောက် ချုံတွင်းက သားငယ်ကို စွန့်ချီ ကောက်သဖြင့်
လက်ခုပ်တီးကာ စွန့်ကိုခြောက်တော့ စွန့်ကမကြောက်ပဲ ဆက်ချီ
သွားပြီး သားကြီးက သူ့ကို လက်ခုပ်တီး ခေါ်တယ် ထင်ကာ
ချောင်းရေထဲလာလို့ သားငယ်လဲ ခုး၊ သားကြီးလဲဆုံး တာမို့
တပည့်တော်မမှာ ယူကျုံးမရ ငိုကြွေးယင်း ပြန်ခဲ့ရ ပါတယ်
ဘုရား။

မိဖနှင့် မောင်ရင်း သေကြပြန်ခြင်း

ဒီလိုနဲ့သာဝတ္ထိမြို့တော်ကို ရောက်ပြန်တော့ မိဘကို အားကိုး မည်အကြံနဲ့ တိုက်အိမ်ဆီလာခဲ့ပြန်ရာ သားရောလင်ပါ သေရှာ မြန်းအောင် ပြင်းထန်စွာ တိုက်ခတ်တဲ့ မနေ့ညက လေမိုး ဒဏ်ကြောင့် တိုက်အိမ်ကြီးလဲ ပြိုလဲပျက်စီးနေတာကို တွေ့ရ ပြန်ပါတယ်ဘုရား။

ဒါနဲ့ မိဘ မောင်များအကြောင်းကို မေးကြည့်ပြန်တော့ လူလင်တယောက်က ရွာအစွန် သုသာန်ဆီကို လက်ညှိုး ညွှန်ပြ ပြီး။ အဲဒီ မီးခိုးဟာ မနေ့ညက တိုက်အိမ်ပြိုပိလို့ သေကြတဲ့ သင့်မိဘမောင်များကို ထင်းပုံတခုထဲမှာ သင်္ဂြိုဟ်ထားတဲ့ မီးခိုး ပဲ”လို့ ပြောသံလဲ ကြားရရော၊ သားသေလင်ဆုံး ဆွေမျိုးပါ ပြုတ်ပြုတ်ပြုန်းလို့ ယူကျုံးမရ အပူလုံးထရတဲ့ တပည့်တော်မ ဟာ ပူဗျာပွားစီး ငိုညည်းယင်းက အရှုံးမကြီး ဖြစ်ရတော့တာ ပါပဲ-ဘုရား၊ အရှုံးမဘဝနဲ့ သတိလစ်ပြီး ဖြစ်ချင်တိုင်းဖြစ်နေ ခဲ့ရတာ ယခု မြတ်စွာဘုရားထံရောက်မှပင် သတိပြန်ရပါတယ် ဘုရား။

ဘယ်အထိ တပည့်တော်မ ရှုံးခဲ့ရသလဲဆိုယင် ယခု နင်က မြင်တော်မူတဲ့ အတိုင်းပင် ကံယံခန္ဓာမှာ အဝတ် မကပ်ပဲ ဟိုသည် ပြေးလွှားနေတာကို မြင်ကြရသူများက တပည့်တော် မအား ‘အဝတ်မပါပဲ ပြေးလွှားနေသူ-မယ်ပဋ္ဌာစာရာ’လို့ပင် နာမည်အပေးခံ ရသည်အထိ ရှုံးခဲ့ရပါတယ်ဘုရား။

ဒါကြောင့် တပည့်တော်မဟာ ရက်လများစွာ ဒီငိုချင်း ကဗျာကို သိဆိုပြီး ဒီလို ငိုခဲ့ရပါတယ်ဘုရား။

ငိုနေကျ ငိုချင်းကံဗျာ

ဥဘော ပုတ္တာ ကာလကံတာ၊
 ပန္နေ မယံ ပတိ မတော။
 မာတာ ပိတာ စ ဘာတာ စ၊
 ကေစိတမိ ဥယျာဓေ။

မယံ၊ ဒုက္ခပင်လယ် ကျယ်ထက်ကျယ်မှာ ဟိုနှယ်သည်လူ့
 စုံဆန်ကူး၍ ရူးခဲ့ရသူ အပူသယ်ပါ မိပဋ္ဌာစာရာ-ခေါ်ကြ
 ဘုရားတပည့်တော်မ၏။ ဥဘော ပုတ္တာ၊ သားကြီး သားငယ်
 လူမမယ်လေး သက်လှယ်ရင်သွေး နှစ်ယောက်တို့သည်။
 ကာလကံတာ၊ သားငယ်ကိုတော့ စွန့်ချီသွား သားကြီးခမျာ
 ရေမှာမျောပြီး နှုမောလေတယ် သေမင်းနယ်တွင်း သက်ဆင်း
 ကွယ်ပျောက် သေခြင်းသို့ ရောက်ကြရပါကုန်ပြီဘုရား။ မယံ၊
 ဆင်းရဲသမုဒ် ဝဲလုပ်တွင် မြုပ်ချည်ပေ၊ ချည် စုံဆန်လည်ရ
 အရူးမဟု ကျော်ခဲ့ရပါသော တပည့်တော်မယ်ပဋ္ဌာ၏။ ပတိ၊
 သက်ဆုံးတိုင် ရွယ်ကိုးပြီး ရိုးမြေကျ ပေါင်းမည်ဟု ချစ်ရည်
 တွေလူး ယှဉ်ပျော်မြူးခဲ့ရပါတဲ့ တကယ့်သင်္ဃာယာကျားသည်။
 ပန္နေ၊ မိုးလေသဲသဲ တောမြက်မဲခမှောင် လျှိုမြောင်ခရီးခဲ၌၊
 မတော၊ မယားအတွက် မငြင်းသာ ထင်းရှာယင်း မြေကိုက်ခဲပြီး
 သေပွဲခင်ခဲ့ရရှာပါပြီဘုရား။ မယံ၊ မိဘမောင်ဖား ပစ်ခွာသွား
 ပြီး လင်အားကိုးလဲ ဆင်းရဲကြီး၍ သွေးနီးရာပြန် ပူပန်ပွားရတဲ့
 တပည့်တော်မ၏။ မာတာ စ၊ မြင်းမိုရ်တောင်ဦး မကကျူးသည့်
 ကျေးဇူးအရှင် မွေးမိခင်သည်လည်းကောင်း။ ပိတာ စ၊ မြင်း
 မိုရ်တောင်ဦး မကကျူးသည့် ကျေးဇူးအရှင် ကျေးဖခင်သည်

လည်းကောင်း။ ကတက၊ တအူထုံ၊ သင်း မောင်အင်းသည်
လည်းကောင်း။ ကေတိတမ္ပိ၊ သင်းချိုင်းတိုင်းချို မီးထင်းပုံတခု
တည်း၌။ ဥယျာဓ၊ မိုးလေဟန်ပြင်း တိုက်အိမ်ပြိုခြင်းကြောင့်
သေမင်းခေါ်မျှ မီးသဂြိုဟ် ခဲ့ကြရပါကုန်ပြီဘုရား-တဲ့။

ငိုချင်းမြန်မာကဗျာ

လင်ယောကျ်ားလဲ- မြေခဲသေတယ်၊
သားကြီးရေမြုပ်-စွန့်သုတ်သားငယ်။
မိဘမောင်ဆုံး-အားလုံးသေတယ်၊
အားကိုးမဲ့-အားနဲ့ ဒုက္ခသယ်။

ကယ်တင်တော်မူပဲ ဘုရား

ဘုန်းတော်နေဝန်း ထွန်းလင်းတောက်ပတော်မူသော မြတ်
စွာဘုရား၊ မဟာကရုဏာသခင် ရှင်တော်ဘုရားတို့သည် အား
ကိုးမဲ့ လှစွာသော တပည့်တော်ရဲ့ အားကိုးရာ ငစ် ဖြစ်တော်
မူကြပါကုန်ဘုရား၊ သံသယလုပ် ဝဋ်ဒုက္ခမှူး မြုပ်မျောပါရ
တပည့်တော်ရဲ့ ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်အောင် ထောက်ရာတည်ရာ
သာယာဝေရွှန်း သောင်ကျန်းပမာ ဖြစ်တော်မူကြပါကုန်
ဘုရား။

တပည့်တော်မမှာ အားကိုးစရာ လင်ယောကျ်ားလဲ မြေခဲ
သေပါပြီဘုရား၊ သားကြီးသားငယ် ထိုနှစ်သွယ်လုံး ရေမြုပ်
စွန့်ချီ သေကုန်ကြပါပြီဘုရား၊ မိဘနှင့် မောင်ရင်းများလဲ လေ
မိုးဒဏ်ထိ တိုက်အိမ်ပြိုပုံလို့ စိစိညက်ညက်ကျေ သေကုန်ကြပါပြီ
ဘုရား၊ ဒါကြောင့် တပည့်တော်မမှာ အားကိုးစရာဆိုလို့

ဘာဆိုတာမျှ မရှိကြတော့ပါဘုရား။ ဒါကြောင့် တပည့်တော်
မဟာ သားသေ၊ လင်ဆုံး မိဘရော၊ မောင်ပါ ပြုတ်ပြုတ်ပြုန်းလို့
ဥတလုံး ငှက်ပမာ အထီးကျန် တကောင်ကြွက်မပါဘုရား။

ယခုနေအခါမှာ တပည့်တော်ရဲ့ အားကိုးစရာဟာ မြတ်စွာ
ဘုရားကိုထားပြီး တခြား မရှိပါ ဘုရား။ ဒါကြောင့် သေချာ
မြတ်ဗုဒ္ဓါအနေနဲ့ တပည့်တော်မအား သနားမြော်မြင် ကယ်
တင်တော်မူပါ မြတ်စွာဘုရား-လို့ လျှောက်ထားရှုပါတယ်။

အငိုတိတ်ပါတော့

ထိုအခါတွင် ဗြဟ္မာနတ်လူ သုံးဘုံသူတို့ရဲ့ ကြည်ဖြူဝပ်တူး
မှီခိုအားထားရာ စင်စစ် ဖြစ်တော်မူငြား မြတ်စွာဘုရားက ဒုက္ခ
သယ် မယ်ပဋ္ဌာအား အားပေးစကားကို ဒီလို မိန့်ကြားတော်
မူပါတယ်။

ဗဒ္ဓာစာရေ မာ စိန္တယိ၊ တဝ တာဏံ သရဏံ
အဝဿယော ဘဝိတုံ သမတ္ထဿေဝ သန္တိကံ အာဂ
တာသိ။

ဗဒ္ဓာစာရေ၊ အမြင်မှောက်မှား အပူပွားစီး ငိုအားကြီးပါ
တဲ့ အို-ချစ်သမီး မိပဋ္ဌာစာရာ။ တုံ၊ အပူပွားစီး သင်ချစ်
သမီးသည်။ မာ စိန္တယိ၊ စိုးရိမ်အားကြီး ငိုထန်သည်မျိုး
ဆင်းရဲတိုးအောင် တစိုးတစိ မကြံစည်မိပါစေလင့်။ တဝ၊
စိုးရိမ်ငိုကြွေး အပူဘေးထိ ဆင်းရဲဖိရှာ သင် မိပဋ္ဌာ၏။ တာဏံ၊

စေသင့်ရှောက်ရာသည်။ သရဏံ၊ အားကိုးရာသည်။ အဝဿ
ယော၊ မှီခိုရာသည်။ ဘဝိတုံ၊ အမှန်စင်စစ် တကယ်ဖြစ်ခြင်းငှါ။
သမတ္ထဿေဝ၊ ကြည့်ရှုစောင့်မ အားကိုးရအောင် စွမ်းဆောင်
နိုင်ငြား ငါဘုရား၏သာလျှင်။ သန္တိကံ၊ အချိန်သင့် အခွင့်သာ
အခါကောင်းသင့်လျော် အထံတော်သို့။ အာဂဏာ၊ အချိန်
မနှောင်း အခါကောင်းမှီ ရောက်ရှိလာသည်။ အသိ၊ ဖြစ်ချေပြီ။
အသိ၊ ယနေ့မှစ ငိုဒုက္ခတို့ မုချကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးရန်
အချိန်တန်လို့ အမှန်စင်စစ် ဖြစ်ကြီး ဖြစ်ရလေပြီတကား။

သာဓု....သာဓု....သာဓု....။

မိဖမောင်ဖခီး လင်နှင့်သားကို အားကိုး အားထားရာလို့
အမြင်မှားပြီး အပူကြီးနေတဲ့ ချစ်သမီး မိပဋ္ဌာစာရာ-ရယ်၊
သင်ချစ်သမီးဟာ သားသေလင်ဆုံး မိဘမောင်ရင်းပါ အားလုံး
ပျက်စီးလို့တကောင်ကြွက်မကြီးဖြစ်ပြီ၊ အားကိုးမဲ့ပြီ၊ တယောက်
တဲ ဆင်းရဲရပြီ-လို့ သင်မကြံစည် မစိုးရိမ်ပါလင့်၊ သင်ရဲ့မှီခိုရာ
စင်စစ် ဖြစ်ကြီးဖြစ်တော်မူတဲ့ သဗ္ဗညုထွဋ်ထား ငါဘုရား၏ထံ
တော်ပါးသို့ မမှားမကောက် သင်ကိုယ်တိုင်ရောက်ရှိနေပါပြီ
ချစ်သမီး-လို့ မြတ်စွာဘုရားက အားပေးစကား ခန့်ကြားတော်
မူပါတယ်။

ထို့နောက် တဖန် ငိုခြင်းဆင်းရဲ ကင်းရှဲလွတ်အောင် ငိုပဲ့
သံသာ ရှည်မြင့်ကြာခဲ့ပုံ၊ ဒီလို ငိုစရာနှင့်တွေ့လို့ ငိုခဲ့တဲ့ မျက်ရည်
တွေဟာ မဟာသမုဒ္ဒရာ ရေထက်ပင်များပုံ၊ ဒီလိုသာ ငိုစတမ်း
ဆိုယင် ဘယ်တော့မှ အငိုသံသရာ ဆုံးမှာ မဟုတ်ပုံကို ဒီလို
ခပ်စုံစုံမိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

ယထာ ဟိ တဝ ဣဒါနိ ဧကော ပုတ္တကော
 သေနေန ဂဟိတော၊ ဧကော ဥဒကေန ဝုဠော၊
 ပဇ္ဇေ ပတိ မတော၊ မာတာပိတရောစေတိ ဘာတာ စ
 ဂေဟေန အဝတ္ထဋ္ဌာ၊ ဝေမေဝ ဣမသ္မိံ သံသာရေ
 ပုတ္တာဒီနံ မတကာလေ တဝ ရောဒန္တိယာ ပဉ္စရိတ-
 အဿု စတုန္တံ မဟာသမုဒ္ဒါနံ ဥဒကတော ဗဟုတရံ။

ဘိ၊ အင်္ဂုလ်စပ် သိမ္မုတ်စရာ ဟုတ်မှန်ရာကို သေချာသဏ
 အင်္ဂုတိတ်ရအောင် ပြောပြပါဦးအံ့။ ဣဒါနိ၊ ယခုဘဝ ယခု
 ကာလ ခါသမယ၌။ တဝ၊ အရူးဘဝ ရောက်ခဲ့ရအောင်
 သောကဖိစီး အင်္ဂုကြီးရာ သင်ပဋ္ဌာစာရာ၏။ ဧကော ပုတ္တကော၊
 တယောက်သွေးရင်း မွေးကင်းပေါက်စ တယောက်သော သား
 ငယ်လှကို။ သေနေန၊ ကောင်းကင်ပျံဝဲ သိန်းစွန်ရဲသည်။
 ဂဟိတော ယထာ၊ သူ့ဝမ်းပူဆာ မနေသာ၍ သေရွာမြန်း
 အောင် ဖမ်းဆောင်သကဲ့သို့။ ဧကော ပုတ္တော၊ တယောက်
 သည်းချာ နို့ညှာသားကြီး ရတနာကို။ ဥဒကေန၊ တဟုန်ထိုး
 ဆင်း လွန်ထန်ပြင်းသည့် မိုးမင်းချောင်းရေသည်။ ဝုဠော-
 ယထာ၊ နစ်မြုပ်မျောသတ် ဆောင်ယူအပ်သကဲ့သို့။ ပတိ၊
 ချစ်ခင်အားထား သင်ကိုးစားသည့် ယောက်ျားသင့်လင် ခင်ပွန်း
 အိမ်ရှင်သည်။ ပဇ္ဇေ၊ လေမိုးထန်သည် မှောင်ကြီးမဲ့မဲ့ တောအုပ်
 လမ်းခရီးခဲ၌။ မတောယထာ၊ သင့်အတွက် မငြင်းသာ
 ထင်းရှာယင်း မြွေခဲ၍ သေပွဲဝင်ခဲ့ရသကဲ့သို့။ မာတာပိတရော-
 စေတိ၊ မြင်းမိုရ်တောင်ဦး မကကျူးသည့် ကျေးဇူးအရှင်
 မိခင် ဖခင်တို့ကို လည်းကောင်း။ ဘာတာ စ၊ တအူထုံ ဆင်း
 မောင်အရင်းကို လည်းကောင်း။ ဂေဟေန၊ မခးမားထီးထီး

တိုက်အိမ်ကြီးသည်။ အဝတ္ထုဌာယထာ၊ လေမိုးထန်ပြင်း သေရွာ
 နှင်းအောင် ဖြိုခွင်းဖိအပ်ကုန်သကဲ့သို့။ ဝေမေဝ၊ သေပုံ
 သေချင်း မယွင်းပုံယူ ဤအတူတာလျှင်။ ဣမသ္မိံ သံသာရေ၊
 အစမထင် များဖြင်ဘဝ ဤသံသာရ၌။ ပုတ္တာဒိနံ၊ သား
 သမီးစသည်တို့၏။ မတကာလေ၊ ပျက်စီးသေဆုံးရာ အခါ၌။
 တဝ၊ သင်၏။ ရောဒန္တိယာ၊ ငိုကြွေးခြင်းကြောင်း။ ပဉ္စရိတ-
 အဿု၊ ဖြစ်ပေါ် သွန်းလောင်းအပ်သော ကျမုက်ရည် ရေ
 အယဉ်သည်။ စတုန္နံ မဟာသမုဒ္ဒါနံ၊ မိုးအောက် မြေတခွင်
 တသွင်သွင် စီးဆင်းသော သမုဒ္ဒရာကြီးတို့၏။ ဥဒကတော၊
 ကမ်းမမြင် လမ်းမမြင် ရေအပြင်ထက်။ ဗဟုတရံ၊ အပြော
 ကျယ်စွာ အလွန်တရာ များပြားလှပါကုန်၏။ ဗဟုတရံ၊
 လေးစင်းသမုဒ္ဒရာ ရေများစွာထက် ဘဝါဘဝ သံသာရက
 ငိုရယိုရ ကျမုက်ရည်က လွန်များပြားလှပါသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

အိုချစ်သမီး ပဋ္ဌာစာရာ၊ ငိုတာနှင့်စပ် သိမှတ်ဖွယ်ရာ
 ပြောပြပါဦးမယ်၊ ယခုဘဝ ယခုသမယမှာ သင်၏သားကြီး
 ရေမြုပ်ပြီး သားငယ်ကို စွန့်သုတ်ကာ သားနှစ်ယောက်လုံး
 သေကြရရှာသလို၊ သင်ရဲ့လင်ယောကျ်ား မြေကိုက်ပြီး၊ သေသွား
 ရသလို၊ သင်ရဲ့မိဘ မောင်ရင်းမျှား တိုက်အိမ်မြို့ပိကာ သေသွား
 ကြရရှာသလို ဒါလိုပင် အတိတ်ဘဝများစွာ သံသရာမှလဲ
 သင်ရဲ့သားသမီး စသည်တွေ သေကြသည်ကြောင့် သင်ငိုကြွေး
 ခဲ့ရတဲ့ မျက်ရည်များဟာ သမုဒ္ဒရာလေးစင်းတို့ရဲ့ ရေအယဉ်
 ထက်ပင် အလွန်များပြားလှပေတယ် ချစ်သမီး။

ဒါလောက် ငိုရတာပင် အားမရသေးဘူးလား၊ ဒီလိုသာ
ငိုနေဦးမည်ဆိုယင် ဘယ်တော့မှ ငိုလို့ဆုံးမှာ မဟုတ်ဖူး
ချစ်သမီး-လို့ မြတ်စွာဘုရားက မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီနောက် ဒီအမိန့်စကားတော်ကို ပေါင်းချုပ်ကာ ဂါထာ
တပုဒ်ကို ဒီလိုဆက်ပြီး မိန့်ကြားတော်မူပြန်ပါတယ်။

ငိုချင်းဘယ်ကြောင့်ကြာ ဂါထာ

စတုသု သမုဒ္ဒေသု ဇလံ ပရိတ္တကံ၊
တတော ဗဟံ အဿုဇလံ အနုပ္ပကံ။
ဒုက္ခေန ဖုဋ္ဌဿ နရဿ သောစနာ၊
ကိံ ကာရဏာ အမ္မ တုဝံ ပမဇ္ဇသိ။

ပဋ္ဌာစာရေး၊ သားသေလင်ဆုံး မိဘမောင်ပါ ပြုတ်ပြုတ်
ပြုန်းလို့ ယူကျုံးမရ အပူလုံးကြွကာ အရူးမဘဝ ရောက်ရှိ
ရအောင် အငိုကြီးလှပါတဲ့ ဒုက္ခသယ်နှမ မိပဋ္ဌာ။ စတုသု
သမုဒ္ဒေသု၊ မိုးအောက်မြေတခွင် တသွင်သွင်နဲ့ ရေပြင်ခရီး
ပေါင်းဆုံစီးဆင်း သမုဒ္ဒရာသေစင်းတို့၌။ ဇလံ၊ ကမ်းမမြင်
လမ်းမမြင် ရေအလျဉ်သည်။ ပရိတ္တံ၊ ယခုဟောပြုမည့် သံသရာ
မျက်ရည် အယဉ်ကျောနှင့်စာလျင် မပြောလောက်ဖွယ် အနည်း
ငယ်မျှသာ ရှိပါချေ၏။ ဒုက္ခေန၊ ပျက်စီးဆုံးပါး ဆင်းရဲ
တရားဖြင့်။ ဖုဋ္ဌဿ၊ ရှောင်ကွင်း မရအောင် တွေ့ရကြုံရ
ယဉ်တွဲဆုံစီးရသော။ နရဿ၊ ဒုက္ခဝဋ်ဘေး မလွတ်သေးရာ
သတ္တဝါ၏။ သောစနာ၊ အိပ်မပျော် စားမဝင် စိတ်ငြိုငြင်
ပင်ပန်းလျက် မရှင်မလန်း ညှိုးနွမ်းချိပ်နံ တမိုနံမိုနံမောရတဲ့
စိုးရိမ်သောကကြောင့်။ အဿုဇလံ၊ ငိုကြွေးအော်ဟစ် ပေါ်ဖြစ်

တောက်လျှောက် မျက်ရည်ပေါက်အစဉ် ကျမျက်ရည် အလျဉ်
 သည်။ တဟော၊ မိုးအောက်မြေတခွင် တသွင်သွင်နဲ့ ရေပြင်
 ပေါင်းစီး ထို လေးစင်းသော သမုဒ္ဒရာ ရေပြင်ကြီးထက်။
 ဗဟုံ၊ ဘဝါဘဝ ငိုတိုင်းရသည့် ကျမျက်ရည်အစဉ် မျက်ရည်
 အလျဉ်က ပေါကြွယ် များပြားလှပါချေ၏။ အနုပွကံ၊
 အစမထင် သံသရာတခွင်စု မျက်ရည်ထူမို့ နည်းသည်ဟု မဆို
 သာ များကို များလှစွာ၏။ အဗ္ဗ၊ ငိုမှုထန်သည်း အပူကြီး
 သည့် ချစ်သမီး မိပဋ္ဌာ။ တုဝံ၊ မိဖမောင်ဖား လင်နှင့်သားရိုး
 အသေမျိုးကို အားကိုးမှားပြီး အပူကြီးစွာ သင် မိပဋ္ဌာသည်။
 ကိံကရဏာ၊ ဘယ်ရေးတာတွက် ဘဇာအချက်ကြောင့်။
 ပမဇ္ဇသိ၊ သာသနာ့ရိပ်မှာ ကျင့်ချမ်းသာဖြင့် ခွင့်ခါမလွန်
 ကိုယ့်ဝန်ကိုယ်ထမ်း ကိုယ့်လမ်းကိုယ်သွား ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး
 လမ်းမျိုးရှောင်ကြဉ် သားလင်မိဘ မောင်သေသမျှကို သောက
 ပွားစီး အငိုကြီးငိုကာ မေ့လျော့ ကြာရပါသနည်း။

သာဓု....သာဓု....သဒ္ဓဓု။

ကဲ....ကဲ အဲဒီ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စကားတော်ကို အားလုံး
 လှိုရင်း မှတ်သားမိကြရအောင် ဟောဒီ မြန်မာကဗျာလေးကို
 လိုက်ဆိုလိုက်ကြပါဦး။

ငိုချင်းဘယ်ကြောင့်ကြာ မြန်မာကဗျာ

ငိုမှုထန်သည်း-သမီးပဋ္ဌာ၊

မျက်ရည်အိုင်ဖွဲ့-ငိုခဲ့သံသာ။

သမုဒ္ဒလေးစင်း-ရေမင်းထက်သာ၊

သတိကင်း-ငိုချင်းဘယ်ကြောင့်ကြာ။

အို-ချစ်သမီး၊ သားနှင့်သမီး ချစ်မီးခင်ပွန်း မေတ္တာညွှန်းရာ မိဘမောင်ဖား သေဆုံးများကြောင့် စိုးနွှောင့်ဗျာပါ ငိုတာ များလှပြီ၊ ဘဝါဘဝ ငိုခဲ့ရတဲ့မျက်ရည်ဟာ သမုဒ္ဒရာလေးစင်း ရေထက်ပင် များလှပါပြီ၊ ဘာကြောင့်သည်မျှ ငိုကျော့ချည်ကာ မေ့လျော့ကြာနေပါသလဲ ချစ်သမီး၊ ငိုတာဟာ မကောင်းဘူး၊ သင် အငိုတိတိပါတော့၊ ငိုတာဟာ ဆင်းရဲတယ် ချစ်သမီး-လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

ငိုတာဟာ ဒုက္ခသစ္စာ

မြတ်စွာဘုရားက မငိုပါနှင့်တော့လို့ မိန့်တော်မူတာဟာ ငိုတာဟာ မကောင်းလို့ပါပဲ၊ ငိုတာဟာ မဆင်းရဲဘူးလား.... ပရိသတ်များ။

(ဆင်းရဲပါတယ် ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ ငိုတာဟာ ဆင်းရဲပဲ-ဆိုတာ လူတိုင်းသိမို့ ထင်ရှားပါတယ်၊ ဒါကြောင့်လဲ မြတ်စွာဘုရားက ငိုကြွေးခြင်း ကို ဒုက္ခသစ္စာထဲမှာ ထည့်သွင်း ဟောကြားထားတာပါပဲ၊ အဲဒီ ငိုတာနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်ကြောင်းကို သိမြင် မှတ်သား သုံးဝေပွားရအောင် မြတ်စွာဘုရား မိန့်တော်မူထားတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်တော်မှ ထုတ်ဖော်ပြီး ယခု ဟောပြော ပါဠိမယ်၊ သဒ္ဓါနားနဲ့သာ နားကြားကြပေတော့ ပရိသတ် များ။

(မှန်ပါ နာကြားကြပါမယ် ဘုရား။)

ဒုက္ခသစ္စာပြ ပါဠိ

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခအရိယသစ္စံ၊ ဇာတိပိ ဒုက္ခာ၊
ဇရာပိ ဒုက္ခာ၊ မရဏမ္ပိ ဒုက္ခံ၊ သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ
ဒေါမနဿုပါယာသစပိ ဒုက္ခာ၊ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောစ
ဂေါပိ ဒုက္ခော၊ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါပိ ဒုက္ခော၊
ယံ ပိစ္ဆန္တံ န လဘတိ၊ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။ သံခိတ္တေန ပဉ္စပါဒါ
နက္ခန္ဓာပိ ဒုက္ခာ။

ဒုက္ခသစ္စာပြ အနက်

ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲမည်သော။ အရိယသစ္စံ၊
အရိယာတို့ သိအပ်သော အမှန်တရားသည်။ ကတမဉ္စ၊ အဘယ်
ပါနည်း ဟူမူကား။

ဇာတိပိ၊ ဘဝအသစ်ဖြစ်ခြင်းသည်လည်း။ ဒုက္ခာ၊ ဆင်းရဲ
ပေတည်း။ ဇရာပိ၊ အိုခြင်းသည်လည်း။ ဒုက္ခာ၊ ဆင်းရဲပေ
တည်း။ မရဏမ္ပိ၊ သေခြင်းသည်လည်း။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲပေတည်း။
သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿုပါယာသစပိ၊ စိုးရိမ်ပူဆွေး
ခြင်း၊ ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်း၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်နှလုံး
မသာခြင်း၊ စိတ်၏ လွန်စွာ ပင်ပန်းခြင်းတို့သည်လည်း။ ဒုက္ခာ၊
ဆင်းရဲတို့ပေတည်း။ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါပိ၊ မုန်းအပ်
သော သတ္တဝါ သင်္ခါရဝတ္ထုတို့နှင့် တွေ့ကြုံပေါင်းသင်း စပ်ယှဉ်
ခြင်းသည်လည်း။ ဒုက္ခော၊ ဆင်းရဲပေတည်း။ ပိယေဟိ ဝိပ္ပ
ယောဂေါပိ၊ ချစ်ခင်အပ်သော သတ္တဝါ သင်္ခါရဝတ္ထုတို့နှင့်
ကွဲကွာကွေ့ကွင်း မစပ်ယှဉ်ရခြင်းသည်လည်း။ ဒုက္ခော၊ ဆင်းရဲ
ပေတည်း။ ယမ္ပိ-ယေနပိ၊ အကြောင်းမဲ့သက်သက် တောင့်တ

တပ်မက်သော အကြွင်း တဏှာတရားဖြင့်။ ဣစ္ဆံ၊ အလိုရှိပါ
လျက်၊ န လာဘတံ၊ မရ။ တမ္ပိ၊ အကြောင်းမဲ့ သက်သက် တပ်
မက် တောင့်တ၍ မရနိုင်သည်ကို အလိုရှိသော ထိုတဏှာသည်
လည်း။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲပေတည်း။ သံခိတ္တေန၊ အကျဉ်းချုပ်
အစားဖြင့်။ ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ၊ ငါးပါးကုန်သော ဥပါဒါ
နက္ခန္ဓာတို့သည်။ ဒုက္ခာ၊ ဆင်းရဲတို့ပေတည်း။

သာဓု... သာဓု....သဒ္ဓဓု။

ဒုက္ခသစ္စာ လိုရင်းစကားပြေ

ရဟန်းတို့၊ ဆင်းရဲခေါ်တဲ့ အရိယာတို့ သိအပ်စရာ အမှန်
တရားဆိုတာ ဘာလဲဆိုယင်—

၁။ ဘဝအသစ် ဖြစ်ခြင်းဟာလဲ ဆင်းရဲပဲ။

၂။ ရင့်ကျက်ယိုယွင်း အိုမင်းခြင်းလဲ ဆင်းရဲပဲ။

၃။ စုတိပြတ်ကြွေ သေရခြင်းလဲ ဆင်းရဲပဲ။

၄။ (က) စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်းလဲ ဆင်းရဲပဲ။

(ခ) ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်းလဲ ဆင်းရဲပဲ။

(ဂ) ကိုယ်မှပင်ပန်း မချမ်းသာတာလဲ ဆင်းရဲပဲ။

(ဃ) စိတ်နှလုံးမသာ ပင်ပန်းတာလဲ ဆင်းရဲပဲ။

(င) စိတ်ဟွင်း လွန်စွာ ပင်ပန်းတာလဲ ဆင်းရဲပဲ။

၅။ မုန်းစရာများနှင့် တွေ့ကြုံရတာလဲ ဆင်းရဲပဲ။

၆။ ချစ်စရာများနှင့် ကွဲကွာလွဲတာလဲ ဆင်းရဲပဲ။

၇။ လိုတာမရတာ လိုချင်တာ ထိုတဏှာလဲ ဆင်းရဲပဲ။

အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် စွဲလမ်းနိုင်ရာ ငါးခန္ဓာ မှန်စွာ
ဆင်းရဲပဲ။

ဒါဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ အကျဉ်းချုပ် ဒုက္ခသစ္စာကို မာတိကာ ခုနစ်မျိုးဖြင့် ဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ခုနစ်မျိုးတွင် အမှတ် ၄-မှာ ပါဝင်တဲ့ “ငိုကြွေး မြည်တမ်းခြင်းလဲ ဆင်းရဲပဲ” ဆိုတာဟာ ဒီနေရာမှာ လိုရင်း ပါပဲ။

ဘာကြောင့် ဘယ်လို ငိုကြွသလဲ

ဒီနေရာမှာ ငိုတာဟာ ဆင်းရဲအမှန် ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာနှင့် ပတ်သက်ပြီး-

၁။ ဒီလို ငိုမှုတွေဟာ ဘာကြောင့် ဖြစ်ရပါသလဲ၊

၂။ ငိုတော့ ဘယ်လို ငိုသလဲ-

ဆိုတာကိုလဲ သိသာထင်ရှားအောင် မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဟောကြားတော်မူပါသေးတယ်။

ဘုရားဟော ပါဠိတော်

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ပရိဒေဝေါ၊ ယော ခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ပျသနေန သမန္နာဂတဿ အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဋ္ဌဿ အာဒေဝေါ ပရိဒေဝေါ အာဒေဝနာ ပရိဒေဝနာ အာဒေဝိတတ္ထံ ပရိဒေဝိတတ္ထံ၊ အယံ ဓုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ပရိဒေဝေါ။

နိဿယအနက်

ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့။ ပရိဒေဝေါ၊ ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်း သည်။ ကတမော စ၊ အဘယ်နည်း ဟူမူကား။ ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့။ အညတရညတရေန၊ ကပါးပါးသော။ ပျသနေန၊ ပျက်စီးမှုနှင့်။ သမန္နာဂတဿ၊ တွေ့ကြုံလျက် ပြည့်စုံသော

သု၏လည်းကောင်း။ အညတရညတရေန၊ တပါးပါးသော။
ဒုက္ခဓမ္မေန၊ ဆင်းရဲကြောင်းဝတ္ထု အမှုအာရုံသည်။ ဖုဋ္ဌဿ၊
ထိပါး နှိပ်စက်အပ်သော သု၏လည်းကောင်း။ ယော အာ-
ဒေဝေါ၊ ပျက်စီးသော ပုဂ္ဂိုလ်ဝတ္ထု တစုံတခုကို ရည်စူး၍
အကြင် မြည်တမ်းခြင်းသည်။ ယော ပရိဒေဝေါ၊ ပျက်စီးသော
ပုဂ္ဂိုလ် ဝတ္ထု တစုံတခု၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောဆို၍ မြည်တမ်း
ခြင်းသည်။ ယာ အာဒေဝနာ၊ အကြင် ရည်စူး၍ မြည်တမ်း
ခြင်း အမှုအရာသည်။ ယံ ပရိဒေဝိတတ္ထံ၊ အကြင် ရည်စူး၍
မြည်တမ်းသည်၏အဖြစ်သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်း
တို့။ အယံ၊ ဤဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော သဘောကို။ ပရိဒေဝေါ၊
ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်းဟူ၍။ ဓုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်ပါပေ၏။

စကားပြေ

အဓိပ္ပာယ်စကားပြေ လိုရင်းကတော့ “ရဟန်းတို့-ငိုကြွေး
မြည်တမ်းခြင်းဟာ ဘာလဲဆိုယင် ဗျသန-ပျက်စီးခြင်းတရား
တပါးပါးနှင့် တွေ့ကြုံရသူ၊ ဆင်းရဲကြောင်း ဝတ္ထု အမှုအာရုံ
တခုနှင့် တွေ့ကြုံရသူ၊ အဲဒီလို တွေ့ကြုံရသူရဲ့ ပျက်စီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
ဝတ္ထု တစုံတခုကို ရည်စူး၍တမျိုး၊ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောဆို၍
တဖုံ၊ အဲဒီလို အမျိုးစုံ ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်းကို ပရိဒေဝ ဒုက္ခ-
ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်း ဆင်းရဲ-လို့ ခေါ်ဆိုပါကယ်”တဲ့။

ဗျသနကြောင့်လဲ ငိုရတယ်

ဗျသနပျက်စီးခြင်းဆိုတာ-

၁။ သွေးသားတော်စပ်တဲ့ ဆွေမျိုးဉာတိ ပျက်စီးယင်လဲ
ငိုရမြဲပါပဲ။

၂။ စည်းစိမ်ဘောဂ ပျက်စီးယင်လဲ ငိုရမြဲပါပဲ။

၃။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အနာရောဂါ စွဲကပ်လာယင်လဲ ငိုရမြဲပါပဲ။

၄။ သီလအကျင့်ကို မြတ်နိုးသူများဟာ မိမိဆောက်တည် ကျင့်သုံး စောင့်ထိန်းထားတဲ့ သီလကျိုးပျက်ယင်လဲ ငိုရမြဲပါပဲ။

၅။ အယူဝါဒကို မြတ်နိုးသူများဟာ မိမိအယူဝါဒ ပျက်စီးတဲ့ အခါလဲ ငိုရမြဲပါပဲ။

ဒါဟာ ဗျသနတရား တပါးပါးနှင့် တွေ့ကြုံတဲ့အခါ ငိုကြွ ရတယ်ကိုတာနှင့် စပ်ပြီး သိမှတ်ဖွယ်ရာ အကျဉ်းချုပ်သရုပ် ပါပဲ။ ဒါလောက်ဆိုယင် သိသာ ထင်ရှား လောက်ပါပြီ။

ဒုက္ခဓမ္မကြောင့်လဲ ငိုရတယ်

ဒုက္ခဓမ္မ - ဆင်းရဲကြောင်းဝတ္ထု အမှုတာရုံဆိုတာကတော့ အများသားပဲ၊ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အဋ္ဌကထာ ဖွင့်ပြချက် အရအားဖြင့် သတ်ခြင်း နှောင်ဖွဲ့ခြင်း အစရှိတဲ့ ဘေးဒုက္ခ နှင့် ကြုံရတဲ့အခါ ငိုရတာကို ဒုက္ခဓမ္မ-ဆင်းရဲကြောင်း ဝတ္ထု အမှု အာရုံနှင့် တွေ့ရလို့ ငိုရတာ-တဲ့။

ဟုတ်ပါတယ်၊ ဒါကတော့ မိမိနှင့် ပတ်သက်ပါတယ်၊ မိမိမှာ အမှုရောက်လာလို့ဖြစ်စေ၊ တစုံတဦးက အပြစ်ရှာလို့ ဖြစ်စေ၊ သတ်မယ်၊ ဖြတ်မယ်ဆိုပြီး နှောင်ကြိုးတည်းခြင်း လက်ထိတ်ခတ်ခြင်း၊ ရိုက်နှက်ခြင်း၊ ကျင်စက်နှင့် တို့ခြင်း စတဲ့ ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်မှုမျိုးတွေကို ပြုခံရယင်လဲ ငိုရမြဲပဲ။ ဒီဒုက္ခ မျိုးကြောင့် ငိုယိုကြရပုံကိုတော့ အထူးသာဓက ဆောင်ပြီး

ပြဖွယ်ရာပင် မလိုလှပါဘူး၊ ကိုယ်တွေ့မျက်မြင် ကြုံဆုံကြဖူး သူတွေ များပါလိမ့်မယ်၊ အနည်းဆုံး မြန်မာနိုင်ငံ ဇာတ် သဘင်လောကမှာ ပုံစံအမျိုးမျိုးနှင့် ခင်းကျင်း ပြသတာ အသံသွင်းဓာတ်ပြားနှင့် ကြိုးခွေများကို ဓာတ်စက်၊ အသံ ချဲ့စက်များဖြင့် ဖွင့်ပြတာများကိုတော့ ကြည့်ရှု နားထောင် ကြဖူးပါလိမ့်မယ်။

နောက်ပြီးတော့ ချစ်စရာတွေနှင့် ကဲ့ရဲ့ လဲ့ရတဲ့ အခါ များမှလဲ ငိုကြွရပါတယ်၊ မုန်းစရာတွေနှင့် ယှဉ်ရ တဲ့ရတဲ့ အခါလဲ ငိုကြွရပါတယ်။ ဗျသနတရားငါးမျိုးမှလွဲပြီး အခြား ဆင်းရဲကြောင်းဝတ္ထု အမှု အာရုံတွေနှင့် တွေ့ကြုံရတဲ့အခါ ငိုရတာ မှန်သမျှကို ဒီနေရာမှာ လိုအပ်ပါတယ်။

ယခုဟောပြောချက်များဟာ ဘာကြောင့် ငိုရသလဲ ဆိုတဲ့ မေးခွန်းကို ဖြေကြားပြီး သိသာထင်ရှားအောင် ဟောပြော ချက်ပါပဲ၊ ဒါလောက်ဆိုယင် ငိုရခြင်းရဲ့ အကြောင်းကို သိသာထင်ရှားလောက်ပါပြီ။

ဘယ်လိုငိုကြသလဲ

အဲဒီအကြောင်းတွေကြောင့် ငိုကြတဲ့အခါ ဘယ်လို ငိုကြ သလဲ ဆိုတာကို သိသာအောင် ဟောပြောဦးမယ်။

ဒီငိုပုံနှင့် ပတ်သက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြား ထားကြောင်းကို စောစောက ပြခဲ့ပါပြီ၊ ပါဠိဝေါဟာရနှင့် ဆိုယင် -

၁။ အာဒေဝေါ-

၂။ ပရိဒေဝေါ-

၃။ အာဒေဝနာ-

၄။ ပရိဒေဝနာ-

၅။ အာဒေဝိတတ္ထံ-

၆။ ပရိဒေဝိတတ္ထံ-လို့ ၆-မျိုး ပြဆိုထားပါတယ်။

၁။ အာဒေဝေါ

အာဒေဝေါ- ပျက်စီးသော ပုဂ္ဂိုလ် ဝတ္ထု တစ်စုံတစ်ခုကို ရည်စူးပြီး ငိုကြွေး မြည်တမ်းတယ် တဲ့။ ဥပမာအားဖြင့် “အမယ်လေး ငါ့သားလေးမှ သေရလေခြင်း၊ သေချိန်မရောက် သေးပဲနဲ့ သေရတယ်၊ ငါ့လင်ယောကျ်ားမှ သေရလေခြင်း၊ ငါ့မိငါ့ဖမှ သေရလေခြင်း၊ ငါ့ဇနီးမယားမှ သေရလေခြင်း၊ ချစ်စခင်စ ကြင်နာစရှိသေးတယ်၊ ငါ့ပစ္စည်းမှ ပျက်စီးရလေ ခြင်း၊ အခိုးခံရလေခြင်း၊ အလုအယက်ခံရလေခြင်း၊ ငါ့မှာမှ ဒီရောဂါစွဲကပ်လေခြင်း၊ ငါ့သီလတော့ ပျက်စီးပြီ၊ ငါ့အယူ ဝါဒတော့ ပျက်စီးပြီ၊ ငါတော့ အဖမ်းခံရပြီ၊ ဒီအမှု ကတော့ သေစားသေရမှာပဲ၊ ငါ့ချစ်သူတော့ အဖမ်းခံရပြီ၊ သူရော ငါပါဒုက္ခရောက်ရပြီ” စသည်ဖြင့် ပျက်စီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဝတ္ထု အမှုအရာကို အကြောင်းပြုပြီး ငိုယိုကြွေတာပါပဲ။ ငိုကြွေတဲ့အခါ အဲဒီလို ငိုကြွေပါတယ်။

ပရိဒေဝေါ

ပရိဒေဝေါ-ပျက်စီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဝတ္ထု တစ်စုံတစ်ခုရဲ့ ဂုဏ် ကျေးဇူးကို ထုတ်ဖော်ပြီး ငိုကြွေးမြည်တမ်းတယ်တဲ့။

ဥပမာအားဖြင့် “အမယ်လေး အလိမ္မာ သားလေးမှ သေရတယ်၊ ငါ့သားလေးဟာ အရိပ်ဆုံးပါး နားလည်တယ်၊ အလိုက်သိတယ်၊ အမေလုပ်ငန်း ပင်ပန်းနေယဉ် ကူညီ ဆောင်ရွက်တယ်၊ အမေညှိုးငယ်နေယဉ် အားပေးစကား ပြောကြားတတ်တယ်၊ သူ့စာမေးပွဲအောင်လို့ အလုပ်ရယဉ် ဦးဆုံးရတဲ့ လခနဲ့ အမေ့ကို ကျေးဇူး ဆပ်မယ်လို့ ပြော ခဲ့တယ်၊ အခု သူ့သေမှ အလုပ်ခန့်စာ ရောက်လာပြီ၊ ငါ့ စားကြီး မင့်အမေကို အလုပ်ရကြောင်း လာမပြောတော့ ဘူးလားကွယ်” စသည်ဖြင့် လူလားမြောက်စ သားတယောက် သေသွားတာကို အကြောင်းပြပြီး မိခင်က ငိုတယ်။

“အမယ်လေး အရိပ်ကောင်းတဲ့ သစ်ပင်ကြီး လဲပြိုသွား သလို အနန္တဂုဏ်အင် ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်ဘုရား ပျံလွန် တော်မူရပြီ၊ ယခုတော့ ကျန်ရစ်တဲ့ တပည့်တွေမှာ အရိပ် ကောင်း မမှီခိုရတဲ့ ငှက်အပေါင်းပမာ ပူဗျာပါပွားပြီး တရား အရိပ် ကင်းကြရပြီဘုရား၊ အို-ဆရာတော်ဘုရား၊ ယခု ခဏ ပလ္လင်ပေါ်ကြပြီး တရား မဟော ပြတော့ဘူးလား ဘုရား” စသည်ဖြင့် ဘုန်းကြီး ၁ပါး ပျံလွန်တော်မူယဉ် တပည့်တွေက တမ်းတပြီး ဂုဏ်ကိုဖော်တာ ငိုကြတယ်။

ခင်နှင်းယုပြောတဲ့ ငိုချင်း

ဒါဟာ ဘုရားဟော ပရိဒေဝေါ-အရ ငိုကြပုံပါပဲ၊ ဒီနေ့ ရာမှာ မဟာစည်ယောဂီ စာရေးဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်နှင်းယု တင်ပြတဲ့ “ပွဲတွေ အမြတ်တရား ဆောင်းပါး” ထဲက ငိုယိုပုံ အနည်းငယ်ကို ပြောပြချင်ပါသေးတယ်။ သူ့ရဲ့ ငိုပုံ သရုပ်

ဖော်ဟာ ဒီဘုရားဟော အာဒေဝေါ- ပရိဒေဝေါ-ဒေသနာ
တော်ကို ယခုလူတို့ ပီပြင်စွာ သိမြင်ရအောင် တင်ပြထား
ချက်ပါပဲ။ ပီးတော့ အငိုကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် ပွားရေးကိုလဲ
ဖော်ညွှန်း ထားပါသေးတယ်။

ဒေဝါခင်ကြည်ရဲ့ ငိုချင်း

“ကျမစိတ်ထဲမှာဖြင့် နေ့တိုင်းဟာ ဇူလိုင် ၁၉-ရက် နေ့
လို့ ထင်နေပါတယ်” ဒါက ကျဆုံးလေပြီးသော အာဇာနည်
ခေါင်းဆောင် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း ကွယ်လွန် ပျက်စီးပုံကို
မှန်းပြီး ဗိုလ်ချုပ်ကတော် ဒေဝါခင်ကြည် ငိုတဲ့ ငိုချင်း တဲ့။

ရဲဘော်ဇနီးတယောက်ရဲ့ ငိုချင်း

“ကျမတို့ တပ်ထဲမှာ လူမျိုးရဲဘော်တွေ ရှိပါလျက်နဲ့
ကျမလင်မှ ကွက်ပြီး သေရသလားတော်” ဒါက တိုင်းပြည်
တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်ယင်းက ကျဆုံးပျက်စီးသွားရတဲ့ ရဲဘော်
တယောက် ပျက်စီးပုံကို မှန်းပြီး ရဲဘော်ဇနီးတယောက် ငိုတဲ့
ငိုချင်းတဲ့။

ထန်းသမားဇနီးရဲ့ ငိုချင်း

“အမယ်လေး ကျုပ်ကျေ့ပြင်ကို ကိုဖိုးတုတ် ထောင်းတာနဲ့
တူလေခြင်း” ဒါက ထန်းသမားတယောက် သေပြီးတဲ့
နောက်တွင် ထန်းပင်အောက်ရောက်တဲ့ ထန်းသမားရဲ့ ဇနီး
မယားအပေါ် ထန်းသီးကြွေကျတော သွားလေသူကို အမှတ်
ရပြီး ထန်းသမားဇနီးက ငိုတဲ့ ငိုချင်းတဲ့။ သူ့ယောက်ျား

ထန်းသမား ကိုဖိုးတုတ်ဟာ မသေခင်က ထန်းရေမှူးတိုင်း
သူ့ကျောပြင်ကို ထောင်းထု ရိုက်နှက် နေကျဆိုကိုး၊ အဲဒါ
ကို အမှတ်ရလို့ ငိုတာတဲ့။ ဒါဟာ မဟာစည်ယောဂီ စာရေး
ဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်နှင်းယုရဲ့ ပွဲတွေ အမြတ်တရား ဆောင်း
ပါးထဲက ငိုချင်းသရုပ်ဖော်ပါပဲ။

၃။ အာဒေဝနာ

အာဒေဝနာ-ရည်စူးပြီး ငိုကြွေးမြည်တမ်းပုံ အမှုအရာ
ဆိုတာကတော့ အဝတ်အစား ကာပိုကရို ဆံပင်ဖားရယားနဲ့
ရင်ပတ်စည်းတီးကာ မျက်ရည်ပေါက်များ ထိုစီးကျကာ
ငိုယိုကြပုံမျိုးပါပဲ။

၄။ ပရိဒေဝနာ

ပရိဒေဝနာ-ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောဆိုငိုကြွေး မြည်တမ်း
ခြင်း အမှုအရာဆိုတာလဲ လက်ဟန်ခြေဟန် စကားတန်ဆာ
တွေကို သရုပ်ပြပြီး ငိုယိုကြတဲ့ ပုံမျိုးပါပဲ။ ဥပမာအားဖြင့်
ဘုန်းကြီးပျံတော့မှာ မြေနန်း၊ လောင်တိုက်၊ ပြာသဒ် စသည်
တွေ ပြင်ဆင်ပြီး ဆရာတော်ရဲ့ အထူပွတ္တံသရုပ်ဖော် ပန်းချီ
ဇာတ်လမ်းစသည်တွေနှင့် သိုက်မြိုက်စွာ ပြသငိုယိုကြတော့
မျိုးများလဲ ပရိဒေဝနာ ငိုချင်းလို့ ဆိုရမှာပါပဲ။

၅။ အာဒေဝိတတ္ထံ

အာဒေဝိတတ္ထံ- ရည်စူး၍ ငိုကြွေးမြည်တမ်း သည်၏အဖြစ်၊
ပရိဒေဝိတတ္ထံ- ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောဆိုငိုကြွေး မြည်တမ်း
သည်၏ အဖြစ် ဆိုတာတွေကတော့ သဒ္ဒါပရိယာယ်မျှပါပဲ။

ဒီလို ငိုကြွေးခြင်းတွေဟာ ဒုက္ခသစ္စာ ဆင်းရဲတာအမှန် တဲ့၊ ဆင်းရဲတွေကို အမှန်အတိုင်းသိပြီး ခန္ဓာကြီးကို ရှုံ့မှန်းရမယ်၊ ငိုတာဟာ ဆင်းရဲမို့ မကောင်းဘူး၊ မငိုကြနဲ့၊ အငိုကင်းရာ ဒေသနာကို နာကြားပြီး ကိုယ်တိုင်ကျင့်ပွား ပယ်ရှားကြလို့ ဟောတော်မူလိုရင်းပါပဲ။

ဆင်းရဲမှန်း မသိမြင်လို့ ငိုချင်ကြတယ်

မြတ်စွာဘုရားကတော့ ငိုတာဟာ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဆင်းရဲ အမှန်လို့ ဟောတော်မူပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် လူတွေကတော့ ငိုစဉ်မှာ များပြားလာလို့လား မသိပါဘူး၊ အငိုကို တယ်ပြီး ကြိုက်ကြတယ်၊ အမှန်ကတော့ ငိုတာဟာ ဆင်းရဲလို့ အမှန် အတိုင်း မသိကြလို့ပါပဲ၊ ဒါကြောင့်လဲ တဘဝလုံး ငိုစန့်တဲ့ ပြီး ငိုပဲ့န့်ပျော် ငိုပဲ့တော်ပွားနေကြတာပဲ။

ဘဝအစ ငိုချင်း

ဘယ်လောက်များ ငိုပဲ့တော်ပွားကြသလဲဆိုယင် အမိ ဝမ်း တွင်းမှ လူ့လောက ဟစ်လင်းပြင်သို့ သက်ဆင်းလာစ ကတည်းက ‘အူဝဲ’ ဆိုတဲ့ ငိုသံကို အတင်းဟစ်ကြွေးပြီး လူ့ လောကကို စခဲ့ကြတယ်။

နောက်ပြီးတော့ မိဘ အစ်ကို အမတို့ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် စတင် ကျင်လည်ရတဲ့ အခါမှာလဲ နို့စို့ချင်လို့ငိုရ၊ နို့ဆာလို့ ငိုရ၊ ဘာဘာညာညာ အလိုမကျလို့ ငိုရ စသည်ဖြင့် ကလေး ဘဝမှာ ငိုရတာတွေကလဲ များပြားလှပါတယ်။

မငိုခဲ့ကြဘူးလား ပရိသတ်များ။

ငိုခဲ့ကြပါတယ် ဘုရား။

မြီးကောင်ပေါက် ငိုချင်း

မြီးတော့လဲ အရွယ်ရောက်စ မြီးကောင်ပေါက် ဘဝတွင်လဲ မိဘဆွေမျိုးများရဲ့ ဝန်းကျင်တွင် ကလေးဆိုးကြီး အပြစ်နဲ့ နဲ့ဆိုး ဆိုးပြီး မူသာမာယာ အမျိုးမျိုးနဲ့လဲ ငိုကြွတယ်။
“ဝတ်ကောင်း စားလှ ဝတ်ဆင်ချင်တယ်၊ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲ သွားချင်တယ်၊ ဟိုဟာ လိုချင်တယ်၊ ဒီဟာ လိုချင်တယ်” စသည်ဖြင့် ပူဆာတိုင်း မရလို့ ပူဆာယင်း ငိုကြပုံမျိုးကလဲ အမျိုးမျိုးပါပဲ။

ပျိုရွယ်သူတို့ရဲ့ ငိုချင်း

ဒါမျှလဲ မကသေးပါဘူး၊ ပုထုဇဉ်သဘာဝ အရွယ်ရောက်လို့ ကိလေသာကာမ ဝင်ရောက် နှောင့်ယှက်ချိန် ပျိုရွယ်သူဘဝ တွင်လဲ မိသားစုနှင့် ဆွေမျိုးအပေါင်းအသင်း ဝန်းကျင်မှာ စိတ်ငြိုငြင်စရာတွေနှင့် တွေ့ရလို့ ငိုရပုံမျိုးကလဲ အမျိုးမျိုး ပါပဲ။

“ပြုံးပုံကလေးက ဘယ်လို၊ ဆိုပုံကလေးက ဘယ်သို့၊ မခို တရို့ နေပုံကလေးက ဘယ်နှယ်ရယ်လို့ ဆက်သွယ်သူ တဖက် သားကြောင့် ရတက်များပေ့လို့ တမိုင့်မိုင့် တတ-တနဲ့ ခဏခဏ အသွယ်သွယ် ပူရတဲ့ ငယ်ရွယ်သူတွေရဲ့ လူမသိတဲ့ ‘အံ့ ပုန်း သံယောဇဉ်’ ဆိုတာလို ‘ရတာမလို၊ လိုတာမရ’ လို့ အိပ်ခန်းတွင်း စက်အုန်းမေ်တွင် မျက်နှာအပ်ပြီး ရှိုက်ကြီးတင် တိတ်တိတ် ပုန်း ငိုကြရတာကလဲ အမျိုးမျိုး အဖုံဖုံပါပဲ။

ဇာတ်သိမ်းငိုချင်း

နောက်ဆုံး ကိုယ့်ဘဝ ဇာတ်သိမ်းခါနီးမှာ ကျန်ရစ်မည့် ဆွေမျိုးပစ္စည်းတွေကို စိတ်မချပဲနဲ့ အားအင်နဲ့လို့ အသိမထွက် နိုင်သော်လဲ မျက်ရည်တရွှဲရွှဲနဲ့ သေပွဲဝင်သည်အထိလဲ ငိုကြွ ရတယ်။

ပိုက်ဆံပေးရတဲ့ ငိုချင်း

ဒီလို အမှန်တကယ် ဒုက္ခနှင့် ရင်ဆိုင်ယင်း ငိုကြွရတာကိုပင် အားမရကြသေးလို့ ပိုက်ဆံရအောင် ဟန်ဆောင် ပန်ဆောင် ငိုပြကြတဲ့ ရုပ်ရှင်၊ ဇာတ်သဘင်ပွဲတွေကို ပစ္စည်းကုန် လူပန်း ခံကာ သွားကြည့်နားဆင်ယင်း ငိုကြွသူတွေလဲ အများကြီး ပါပဲ။ ဒီလိုငိုသူတွေ မများဘူးလား ပရိသတ်များ။

(များပါတယ် ဘုရား။)

စာဖတ်တာပင် အလွမ်းဝတ္ထု၊ ဇာတ်နာတ်ဝတ္ထုမှ၊ မဂ္ဂဇင်းမှ ဖတ်ချင်ကြ လွမ်းချင်ကြသူတွေလဲ ပေါများပါသတဲ့။

ဘုန်းကြီးပျံလွန်တော်မူတာပင် အငိုဇာတ်ငှါးပြီး ယောင် ကျူးကြသတဲ့။ အငှါးငိုတာကို ကြည့်ရှုနားထောင်ပြီးလဲ ငွေ ပေးကာ ငိုကြွတာကလဲ များပါသတဲ့။

ဘာဂျာမင်းသား အငိုမှားပုံ

တခါတုန်းက ခေတ်အားလျော်စွာ ပေါ်ပေါက်လာတဲ့ ‘ဇာတ်ဆွဲဘာဂျာ’ မင်းသားတယောက်က ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပွဲထုတ် တဲ့အနေနဲ့ ဘုန်းကြီးပျံပွဲတပွဲမှာ ငင်ရောက်ပြီး ဘာဂျာတီးကာ ယောင်ကျူး ငိုပါသတဲ့။

သူ့ဟာက အခြား ယောင်ကျူး မင်းသားများလို ထိုင်
မသိမ်းအင်္ကျီ၊ တောင်ရှည်ပုဆိုး၊ အလှအပ ခေါင်းပေါင်းမျိုးနဲ့
မဟုတ်ပဲ လယ်စီးအင်္ကျီလက်ရှည်၊ ဘောင်းဘီရှည်ကို ဝတ်ဆင်
ပြီး ဇာတ်စင်ပေါ်တက်လာကတည်းက ပွဲကြည့်ပရိသတ်များက
မျက်စေ့နှောက်လှုပ်ပြီ-တဲ့။

ဝီးတော့ သူတို့ ဘာကျာဆိုတာမျိုးကလဲ ငိုချင်းရှည်တို့၊
ဘောလယ်တို့၊ ကြိုးသီချင်းတို့ ဆိုတာမျိုးကို တီးမှုတ်လို့ မဖြစ်
ဘူးတဲ့၊ ခေတ်အလိုက် သီချင်းမျိုးကိုသာ သီဆိုလို့ ရပါသတဲ့၊
သူတို့ ဘာကျာဆိုတာများက သံပြတ်နဲ့ တီးမှုတ် သီဆိုရတာမျိုး
တဲ့၊ ဒါကြောင့် ဘာကျာမင်းသားက အနောက်တိုင်းဟန်နဲ့ သီဆို
ပြီး တီးမှုတ်ဆွဲကာ ယောင်ကျူးလိုက်ပုံကတော့—

“ဘုန်းကြီးသေတာ ဝမ်းနည်းပါတယ်၊

ဘုန်းကြီးသေတာ ဝမ်းနည်းပါတယ်၊

ဘုန်းကြီးသေတာ ဝမ်းနည်းပါတယ်”လို့ ဆိုယင်း
ငိုချင်းချပါသတဲ့။

ဒီတော့ ပရိသတ်က အမြင်မတော်၊ ဆင်တော်နှင့် ခလောက်
ဖြစ်နေလို့ လွှမ်းပြီး ငိုကြွရမည့်အစား ခဲနဲ့ပေါက်ထုတ်ကြလို့
ဘာကျာမင်းသားလဲ မျောက်လွှဲကျော်ပမာ ဇာတ်စင်ပေါ်က
ခုန်ဆင်းပြေးရပါသတဲ့။

အဲဒါ အငိုကြိုက်သူများ သတိထားဖို့ အချက်ပါပဲ၊ အငို
လွှဲယင် အဆိုအဆဲ ခံရတဲ့အပြင် ခဲနဲ့လဲ အပေါက်ခံရတတ်ပါ
သေးတယ်။

ဘုရားရှင်က ငိုတာဟာ ဒုက္ခသစ္စာ-ဆင်းရဲတာအမှန်ပါ-လို့ အတန်တန် ဟောတော်မူပါလျက်နဲ့ အငိုသဲနေကြတာဟာ ဆင်းရဲမှုကို အမှန်အတိုင်း မသိမြင်ကြလို့ပါပဲ။

အငိုနိဂုံး

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က ငိုတာဟာ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ငိုတာဟာ ဆင်းရဲတယ်၊ မကောင်းဘူး၊ ဒီလိုသာ ငိုစရာ အကြောင်းရှာပြီး ငိုနေအုံးမယ်ဆိုယင် ဘယ်တော့မှ အငို မဆုံးဘူး။

“သမီး ပဋ္ဌာ၊ အငိုတိတ်ပါတော့၊ ဒုက္ခမသိပဲ သတိလွှဲပြီး အငိုသဲမနေပါနဲ့တော့၊ သဘိရပါတော့”လို့ ဘုရားရှင်က သတိ ပေးတော်မူပါတယ်။

ငိုချင်းဘယ့်ကြောင့်ကြာ ကဗျာ

ငိုမှုထန်သည်း-သမီးပဋ္ဌာ၊

မျက်ရည်အိုင်ဖွဲ့-ငိုခဲ့သံသာ။

သမုဒ္ဒလေးစင်း-ရေမင်းထက်သာ၊

သတိကင်း-ငိုချင်း ဘယ်ကြောင့်ကြာ။

ဆင်းရဲထန်သည်း အငိုကြီးလှတဲ့ ချစ်သမီးပဋ္ဌာ၊ အနုမတဂ္ဂ အစမထင် သံသရာ တခွင်ကတည်းက ဘဝမျှားစွာပင် ဒီလို သားသေ သင်ဆုံး မိဘမောင်ပါသေဆုံးလို့ ငိုခဲ့ရသမျှ မျက်ရည် တွေကို စုထားမယ်ဆိုယင် ဒီ ယခုသမုဒ္ဒရာလေးစင်းထဲမှာရှိတဲ့ ရေတွေဟာ မမျှားလှပါဘူး၊ မပြောလောက်ပဲ အနည်းငယ် မျှပါပဲ၊ သင်ငိုခဲ့တဲ့ မျက်ရည်တွေဟာ သမုဒ္ဒရာလေးစင်း

ရေမျှား သေဌ်နင်း ရေမင်းမျှားထက်ပင် မျှားပြားလှပေ
တယ်၊ ငိုတာမကောင်းဘူး၊ အငိုတိတ်တော့-လို့ မြတ်ဘုရားက
ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီအခါမှာ မယ်ပဋ္ဌာလဲ ရင်ထဲအေးမြ စိတ်သက်သာရာရပြီး
မျက်ရည်စတွေကို သိမ်းနှိုင်းလာပါတယ်။

“ငိုနေရုံနဲ့ကိစ္စမပြီးဘူး၊ အငိုဆင်းရဲ ကင်းအောင် ကျင့်ဆောင်
ရမည့် တရားကို ဘယ်လို ကျင့်ရပါမည်လဲ” လို့ ဆင်ခြင်ပြီးတော့
ဘုရားရှင် ဆက်လက်ဟောကြားမည့် တရားတော်ကို မျှော်လင့်
စောင့်စားလာပါတယ်။

ပွင့်လှလှ ကြာပဒုဟာ နေအရုဏ် ရောင်ခြည် ကွန်မြူး
လာသလို တရားကို လိုလားနေတဲ့ ကျွတ်တမ်း ဝင်အံ့ဆဲဆဲ
မယ်ပဋ္ဌာအား မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဟောကြားတော်မူ
ပါတယ်။

ကိုယ်လမ်း ကိုယ်ပြင် နိဗ္ဗာန်ဝင်ဂါထာ

န သန္တိ ပုတ္တံ တာဏာယ၊ န ပိတာ နာပိ ဗန္ဓဝါ။

အန္တကေနာဓိပနဿ၊ နတ္ထိ ဉာတိသု တာဏတာ။

တေမတ္ထံ ဝသံ ဥတုာ၊ ပဏ္ဍိတော သီလသံဝုတော။

နိဗ္ဗာနာမနံ မဂ္ဂံ၊ ခိပ္ပမေဝ ဝိသောဓယေ။

ပဋ္ဌာစာရေး မိဘမောင်ဖား လင်နှင့်သားကို အားကိုး
မှားပြီး အပူကြီးပူနေရတဲ့ အိုချစ်သမီး ပဋ္ဌာစာရီ၊ အန္တကေန၊
မွေးဖွားဖြစ်လာ သက္ကဝါဒပင်းကို သူ့ခံတွင်းသို့ အတင်း
မျှသွင်း ဆွေခြင်းသမုတ် သေမင်းယုတ်သည်။ အဓိပနဿ၊
သေချိန်ရောက်က နောက်မကျပဲ မြဲမြဲထက်မြက် သေလွက်

နက်စုံ စွဲကိုင်ကုန်လျက် သတ်ဖြတ်နှိပ်စက်ခံရသော သူအား။
 တာဏာယ၊ သေမင်းလက်တွင်းမှ လွတ်ကင်း ထွက်မြောက်
 အောင် စောင့်ရှောက် ကယ်တင်နိုင်ခြင်းငှာ။ ပုတ္တ၊ သံယော
 ဇဉ်ကြီး ရှုမငြီးသည့် သားသမီးတို့သည်။ န သန္တိ၊ ဘယ်ရပ်
 ဌာနီ ဘယ်ရွာပြည်နှင့် ဘယ်ဆီမှာမှ မရှိကြလေကုန်။ ပိတပိ၊
 သားသမီးအပေါ်တွင် သံယောဇဉ်ကြီးမား မေတ္တာ ကရုဏာ
 ပွားကြသည့် မိနှင့်ဖတို့သည်လည်း။ န သန္တိ၊ မိမိတို့ရဲ့ သမီး
 သားများ သေမသွားအောင် ဟားဆီး စောင့်ရှောက် နိုင်သူ
 မိဘဟူ၍ မြူငွေ လောက်မျှ မရှိကြလေကုန်။ ဉာတိသု၊ သွေးသား
 စပ်လျက် ဆွေခနစ်ဆက်မျိုးခနစ်ဆက်တို့တွင်လည်း။ တာဏာယ၊
 သေမင်း လက်တွင်းက လွတ်မြောက် ကင်းအောင် သွေးချင်း
 သားချင်း အချင်းချင်းပင်စောင့်ရှောက်ကယ်တင်နိုင်ခြင်းသည်။
 နတ္ထိ၊ ဘယ်ရပ်ဌာနီ ဘယ်ရွာပြည်နှင့် ဘယ်ဆီမှာမှ မရှိကြ
 လေကုန်။

တေမတ္ထံ၊ သတ္တဝါ မှန်သမျှ မသေရဟု ဘယ်မှ မရှိပုံ
 အကြောင်းစုံကို။ တေ ဝသံ၊ ဖြစ်လျှင် ပျက်မြဲ မွေးပြန်လဲသေ
 အထွေထွေအနိစ္စ သဘာဝထိုထို ဤအလိုကို။ ဥ တူ၊ သဘာဝ
 အမှန် ဝေဖန် ပိုင်းခြား အသိဉာဏ်ပွား၍။ ပဏ္ဍိတော၊
 အကြောင်းအကျိုး အကောင်းအဆိုးကို မညှိုးမြင်သိ ပညာရှိ
 ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ သီလသံဝုတော၊ ကိုယ်ကြမ်းနှုတ်ကြမ်း မသရမ်း
 အောင် ကျင့်လမ်း ဖြူဆွ မြတ်သီလကို နှုတ်က ရွတ်သည်
 ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းလျက်။ နိဗ္ဗာနဂမနံ မဂ္ဂံ၊ ဆင်းရဲဝဋ်မှ
 ကျွတ်လွတ်ရာမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်သို့ ကေနမစောင်း တကြောင်း
 လမ်းမှန် ကောယန သတိပဋ္ဌာန် လမ္မတော်ခရီးကို။ ခိပ္ပမေဝ၊

နက်ဖြန်သဘက် ရက်မရွှေ့ပဲ ယနေ့ယခု အမှုမကြာ ဆောလျင်
စွာသာလျှင်။ ဝိသောဓဇယ၊ အဟုတ်လှင်လှင် သုတ်သင်ရာ
ပါ၏။ ဝိသောဓဇယ၊ သီလအစ သမာဓိအလယ် ပညာဝယ်
အဆုံး ကောင်းခြင်းသုံးဖြာ ပြည့်စုံလာအောင် အာရုံဒွါရ
ဆုံတွေ့ကြလျှင် ပေါ်သမျှ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ချုပ်ဟန်ကို အဖန်ဖန်
ကြိုးကုတ် မှန်အားထုတ်၍ ရှင်းလင်း သုတ်ဆင်ရာပါသတည်း။

သၤဓု....သၤဓု....သၤဓု....။

ဖြစ်လျှင်ပျက်မြဲ မွေးသေမြဲ

လင်သေ သားဆုံး မိဘမောင်ပါဆုံးလို့ ယူကျုံးမရ ဖြစ်ကာ
ငါ့မှာ အားကိုးစရာ မရှိတော့ဘူးဆိုပြီး အားကိုးမှားကာ အပူ
ပွားနေရတဲ့ ချစ်သမီးပဋ္ဌာစာရီ၊ သင်္ဃာတိထားပါ၊ ဒါတွေ
ဟာ သင်ရဲ့ အားကိုးရာစင်စစ် မဖြစ်ကြပေဘူး၊ သင့်အတွက်
အားကိုးရာ စင်စစ်ဟာ လင်ယောက်ျားလဲ မဟုတ်ဘူး၊ သား
သမီးလဲ မဟုတ်ဘူး၊ မိဘမောင်ဖားများလဲ မဟုတ်ဘူး။

အမွန်ကတော့ ဖြစ်တတ်တဲ့ သဘော၊ ပွားစီး တတ်တဲ့
သဘော၊ ပြိုပြင် တတ်တဲ့သဘော၊ ပျက်တတ်တဲ့ သဘောကို
မပျက်စီးပါစေလင့်လို့ ဆုတောင်းသော်လဲ မရကောင်းဘူး၊
လိုရင်းကိုပြောရယင် ဖြစ်တတ်တဲ့သဘောကို မပျက်ပါစေလင့်
ဆုတောင်းသော်လဲ မရစကောင်းဘူး၊ ဖြစ်လာတာဟာ ပျက်ဖို့
ရာအမွန်ပဲ၊ ဖြစ်ယင် ပျက်ရမယ်။

သတ္တဝါရယ်-လို့ ဖြစ်လာရယင် ရှင်ကဲ့ သေကဲ့ ဘဝကဲ့
ဘုံကဲ့ ကွဲကြရစမြဲပါပဲ၊ သမ္မုတိနယ်က စကားနဲ့ ပြောရယင်

မွေးဖွားလာသူမှန်သမျှ သေကြရတာဟာ ရှောင်လွှဲမရဘဲ
ဖြစ်မြဲတံ့ထွာ မေ့တာပါပဲ။ မွေးတာဟာ သေဖို့ရာအမှန်ပဲ။
မွေးယင် သေရမယ်။

ရှင်ကဲ့

သတ္တလောက စာရင်းဝင်တဲ့ လူ့လောကထဲမှာ လူလား
ဖြစ်သူတိုင်း သေကြရမြဲပါ။ လူ့ဘဝ--လို့ခေါ်ရတဲ့ မွေးဖွား
ခြင်းနှင့် သေခြင်း=ပခက်နှင့် ခေါင်းကြားမှာပင် လူလူချင်းလဲ
အတူတူ အသက်ရှင်နေ ကြပါလျက် အကြောင်းမညီညွတ်တဲ့
အခါ ကွဲကွာကြရတယ်။ အဲဒါကို ရှင်ကဲ့ ကဲ့တယ်လို့ ခေါ်ပါ
တယ်။

ဒီတရားကို မယ်ပဋ္ဌာ နာကြားယင်း သဘောကျတဲ့အခါ
“ဟုတ်သားပဲ။ ငါ့ဖာ ငါ့မိငါ့ဖ မောင်များနှင့် သေအတူ
ရှင်မကွာ ၅၂၈-သွယ် မေတ္တာဖြင့် ချစ်ခင်စွာနေချင် ကြပါ
သော်လဲ ကိုယ့်အိမ်မှာ ခိုင်းစေတဲ့ ကျွန်ယောက်ျားအပေါ်မှာ
၁၅၀၀-ကိလေသာနဲ့ ချစ်မိခဲ့တယ်။ ဒါလို မိဘမောင်တွေနှင့်
ခဲ့ပြီး ကျွန်ယောက်ျားနောက် ကောက်ကောက်ပါ လိုက်ခဲ့
တာဟာ ရှင်ကဲ့ကဲ့ခြင်း မေ့တာကို မလွန်ဆန်နိုင်လို့ ပါလား”
လို့လဲ တွေးမိပေလိမ့်မယ်။

မတွေးမိပေဘူးလား ပရိသတ်များ။
(တွေးမိမှာပါ ဘုရား။)

သေကဲ့

ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို ပြန်ကောက်ကြရအောင်။ မိမိရဲ့
ကံအားလျော်စွာ လူ့ဘဝမှာ အသက်ရှင်နေကြယင်းက ကံ

ချင်းမတူလို့ တဦးက မသေသေးသော်လဲ တဦးက အယင်သေ သွားယင် သေကဲ့-ကဲ့တယ်-လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သေကံချင်းတူလို့ ပြိုင်တူသေကြတယ်ဆိုယင်လဲ အသက်ရှင်စဉ်က အတူနေကြ သော်လဲ သေသောအခါ လူသတ္တဝါ အသွင်သဏ္ဌာန်ပျောက် ပြီး မြေဩဇာအဖြစ်နဲ့ ကွဲကြရတာလဲ သေကဲ့ ကဲ့ရတာပါပဲ။

ဒီတရားကို မယ်ပဋ္ဌာ နာကြားယင်း သဘောကျတဲ့အခါ “ဟုတ်သားပဲ၊ ငါဟာ ငါ့လင် ငါ့သား ငါ့မိဘများနှင့် အိုး မကွာ အိမ်မကွာ သဘောတူ ကြည်ဖြူစွာ နေချင်ပါသော်လဲ မသေခင်ကတည်းက မိဘမောင်များနှင့် ကွဲရသလိုပင် လင်သေ သားဆုံး မိဘမောင်ပါ သေကြေပျက်စီး ကြပြန်တော့လဲ သူတို့ နှင့် ငါဟာ သေကဲ့ ကဲ့ကြရပြန်ပါပေကော၊ ဒါလဲပဲ သေကဲ့- ကဲ့ခြင်း ဓမ္မတာကို မလွန်ဆန်နိုင်လို့ပဲ” လို့ တွေးမိပေလိမ့်မယ်။

မတွေးမိဘူးလား ပရိသတ်များ။

(တွေးမိမှာပါ ဘုရား။)

ဘုံကဲ့

ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို ပြန်ကောက်ကြပါဦးစို့။ အဲဒီ လို့ ကံအားလျော်စွာ သေကြရတဲ့အခါမှာလဲ ကံကိလေသာ မကုန်သေးလို့ ဘဝအသစ်ဖြစ်ကြရတဲ့အခါ မိမိတို့ ပြုစုခဲ့ကြတဲ့ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံ အားလျော်စွာ အပါယ်ဘဝ လူ နတ် ဘဝစသည် အလီလီ အလာလာ ကဲ့ကွာပြီး ဖြစ်ကြရမှာ ကေန် ပဲ၊ အဲဒါကိုတော့ ဘဝကဲ့ ဘုံကဲ့ ကဲ့တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီတရားတော်ကို မယ်ပဋ္ဌာနာကြားယင်း သဘောကျတဲ့ အခါ “ဪ-ဟုတ်ပေသားပဲ၊ မသေခင်မှာ ငါတို့ ဘယ်လို

သံယောဇဉ်ကြီးကြပေမဲ့ မသေခင်မှာ အတူတူနေကြရစေဦး
တော့ သေတဲ့အခါမှာ ကံအားလျော်စွာ ကွဲကွာကြရမှာပါ
ကလား”လို့လဲ တွေးမိပေလိမ့်မယ်။

မတွေးမိပေဘူးလား ပရိသတ်များ။

(တွေးမိမှာပါ ဘုရား။)

ကိလေသာသေမင်း

ဘုရားတရားတော်ကို ပြန်ဆက်ကြပါဦးစို့။ အမှန်ကတော့
သတ္တဝါများအား ဖြစ်ပျက်-မွေးသေ အထွေထွေ အရပ်ရပ်
အထပ်ထပ် မပြတ်ရအောင် နှိပ်စက်တတ်တဲ့ ကိလေသာ မကင်း
သေးသမျှ ဒုက္ခမကုန်သေးပါဘူး။

ဘဝအသစ် ဖြစ်ရခြင်းဆင်းရဲ၊ ရင့်ကျက်ယိုယွင်း အိုမင်း
ရခြင်းဆင်းရဲ၊ စုတိပြတ်ကြွေ သေရခြင်းဆင်းရဲ၊ စိုးရိမ်ပူဆွေး
ရခြင်း ဆင်းရဲ၊ ငိုကြွေးမြည်တမ်းရခြင်းဆင်းရဲ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊
စိတ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဒုက္ခလွန်ကဲတဲ့ ဥပါယာသဆင်းရဲ၊ မုန်းစရာ
တွေနှင့် တွေ့ကြုံရတဲ့ ဆင်းရဲ၊ ချစ်စရာတွေနှင့် ကွဲကွာရတဲ့
ဆင်းရဲ၊ မရတာသလ လိုချင်ခြင်းဆင်းရဲ၊ ခန္ဓာ ဖြစ်ပျက် ဆင်းရဲ
တွေနှင့်လဲ တွေ့ကြုံရမြဲပါပဲ။

ကိလေသာ မကင်းသေးသူ မှန်သမျှ သေစာရင်း မပျက်ရ
သေးဘူး၊ သေကြရမှာချည်းပဲ၊ သတ္တဝါမှန်သမျှကို သေခြင်း
တရား သေမင်းများက အနိုင်ယူသတ်ဖြတ် နေကြမှာပဲ၊
ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “ပဋ္ဌာစာရေ၊ မိဘမောင်ဖား
လင်နှင့်သားကို အားကိုးမှားပြီး အပူကြီး ပူနေရတဲ့ အို-ချစ်
သမီး ပဋ္ဌာစာရီ။ အန္တကေန၊ မွေးဖွားဖြစ်လာ သတ္တဝါခပင်း

ကို သူ့ခံတွင်းသို့ အတင်းမျိုသွင်း သေခြင်းသမုတ် သေမင်း ယူက်သည်။ အဓိပန့်ဿ၊ သေချိန်ရောက်က နောက်မကျပဲ မြဲမြဲထက်မြက် သေလက်နက်စုံ စွဲကိုင်ကုန်လျက် သတ်ဖြတ်နှိပ် စက်ခံရသောသူအား”လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

သားသမီးကလဲ မိဘကို မကယ်နိုင်

အဲဒီလို သေချိန်ရောက်လို့ သေမင်းက ခေါ်လိုက်ပြီဆိုယင် လူနှင့်လူချင်း ဘယ်လောက်ပင် ချစ်ခင်ပေါင်းသင်း နေကြ သော်လဲ တဦးကိုတဦး သေမင်းလက်တွင်း မသက်ဆင်းရအောင် ဘယ်သူ့ကို ဘယ်သူကမျှ မကယ်တင် မတားမြစ်နိုင်ကြပါဘူး။ မိဘမသေအောင် ဘယ်သားသမီးကမူလဲ မကယ်တင်နိုင်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “တာဏာယ၊ သေမင်းလက် တွင်းမှ လွတ်ကင်းထွက်မြောက်အောင် စောင့်ရှောက် ကယ်တင် နိုင်ခြင်းငှါ။ ပုတ္တဘ၊ သံယောဇဉ်ကြီး ရှုမငြီးသည့် သားသမီး တို့သည်။ န သန္တိ၊ ဘယ်ရပ်ငှာနီ ဘယ်ရွာပြည်နှင့် ဘယ်ဆီမှာမှ မရှိကြလေကုန်”လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

မိဘကလဲ သားသမီးကို မကယ်နိုင်

သားသမီးကသာ မိဘကို မသေအောင် မကယ်တင်နိုင်သေး တာ မဟုတ်ပါဘူး။ မိဘကလဲ သားသမီး မသေအောင် မကယ် တင်နိုင်ကြပါဘူး။ ဘယ်လောက်အချစ်ကြီးသူ ဘယ်မျှ ပစ္စည်း ရှိသူ မိဘပင်ဖြစ်ဖြစ် သေချိန်ရောက်တဲ့ သားသမီးကို ဘယ်မိဘ ကမျှ မသေအောင် မတတ်နိုင်ကြပါဘူး။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “ပိတာပိ၊ သားသမီးအပေါ်
တွင် သံယောဇဉ်ကြီးမား မေတ္တာကရုဏာပွားကြသည့် မိနှင့်ဖ
တို့သည်လည်း။ န သန္တိ၊ မိမိတို့ရဲ့ သမီးသားများ သေမသွား
အောင် တားဆီး စောင့်ရှောက်နိုင်သူ မိဘဟူ၍ မြို့ငွေ့မျှ
လောက် မရှိကြလေကုန်”လို့လဲ ဟောကြားတော်မူတာပဲ။

လင်နှင့်မယား ပေါင်းသင်းများလဲ အချင်းချင်းမကယ်နိုင်

နောက်ပြီးတော့လဲ မိသားစုချင်း ချစ်ခင်ကြတဲ့ ၅၂၀-သွယ်
မေတ္တာထက် သာလွန်၍ လင်နှင့်မယားချင်းချင်း ချစ်ကြတဲ့
၁၅၀၀-ကိလေသာ အင်အားဖြင့် အချစ်ပွားကြသူ လင်နှင့်
မယားချင်းလဲ သေချိန်ရောက်ယင် တဦးကိုတဦး မသေရအောင်
မတားမြစ် မကယ်တင်နိုင်ကြပါဘူး၊ သေမင်းကျတော့ လက်
နက်ချကြရတာချည်းပါပဲ။

“ချစ်သူထက်ပင် အပေါင်းအသင်း သူငယ်ချင်းများကို
ပိုပြီး ချစ်ခင်ကြင်နာ သံယောဇဉ် တွယ်တာပါတယ်” ဆိုသူ
များလဲ တဦးသေမှကို တဦးက မသေအောင် ကယ်တင်
နိုင်ကြယင်လဲ တခဏတာမျှပါပဲ၊ တကယ် သေချိန်ရောက်ယင်
တော့ လက်လျော့လိုက်ကြရတာချည်းပါပဲ။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က “ဗန္ဓဝါပိ၊ ချစ်လွန်း
ခင်လွန်း ကြင်နာလွန်းသည့် အဆွေခင်ပွန်းဆိုသူတို့သည်လည်း။
န သန္တိ၊ ငြိတုယံစဲ့လွန်း ခင်ပွန်း ချစ်ဆွေ မသေရအောင်
စွမ်းဆောင်နိုင်သူ အဆွေခင်ပွန်းဟူ၍လည်း မြို့ငွေ့လောက်မျှ
မရှိကြလေကုန်”လို့လဲ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ဆွေမျိုးချင်းလဲ မကယ်နိုင်

ဒီမျှလဲ မကသေးပါဘူး၊ မိဖက်ဖက် နှယ်လာဆက်တဲ့ ဆွေခုနစ်ဆက် မျိုးခုနစ်ဆက် ဆိုသူတွေလဲ သေချိန်ရောက်လို့ သေကြရမည့်အခါ မသေကြရအောင် ဘယ်သူ့ကိုမျှ ဘယ်သူကပင် မကယ်တင်နိုင်ကြပါဘူး။ “ဝိညာဏ်ဆင်လင်း၊ သက်ရှင်ခြင်းကား၊ သေခြင်းနောက်ဆုံး ရှိချေသည်”လို့သာ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ကြရစမြဲပါပဲ။

ဒါကြောင့်လဲ မြတ်စွာဘုရားရှင်က “ဉာတိသု၊ သွေးသားစပ်လျက် ဆွေခုနစ်ဆက် မျိုးခုနစ်ဆက် တို့တွင်လည်း။ တာဏတာ၊ သေမင်းလက်တွင်းက လွတ်မြောက်ကင်းအောင် သွေးချင်း သားချင်း အချင်းချင်းပင် စောင့်ရှောက် ကယ်တင်နိုင်ခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ ကေနိတိတိ အဟုတ်မရှိပါချေ။ နတ္ထိ၊ ဘယ်ရပ်ဌာနီ ဘယ်ရွာပြည်နှင့် ဘယ်ဆီမှာမှ မရှိကြပါချေ” လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ဒီအဓိပ္ပာယ်များကို အကျဉ်းချုပ် မှတ်သားရအောင် ဒီရှစ်လုံးဖွဲ့ မြန်မာ ကဗျာလေးကို ဆိုကြည့်ကြပါဦးစို့။

သေမင်းခေါ်လျှင် မြန်မာကဗျာ

ကိလေမကင်း သေမင်းခေါ်လျှင်၊

ဆွေမျိုးသားချင်း မိရင်းဖခင်။

ခင်ပွန်းသားသမီး တားဆီးကယ်တင်၊

မရပဲ သေမြဲ သေရိုးပင်။

ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ပြင် နိဗ္ဗာန်ဝင်ရန်

အို ချစ်သမီး ပဋ္ဌာစာရီ၊ သတ္တဝါမှန်သမျှ မသေရဟု ဘယ်မှမရှိပုံ ဒီအကြောင်းစုံနှင့် ဖြစ်လျှင်ပျက်မြဲ မွေးပြန်လဲသေ အထွေထွေအနိစ္စ သဘာဝထိုထို ဤအလိုကို ဝေဖန်ပိုင်းခြား အသိဉာဏ်ပွားကြတဲ့ သူတော်ကောင်း ပညာရှိဟာ သိလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်ကို ကျင့်ပြီး နိဗ္ဗာန် ခရီး သတိပဋ္ဌာန် လမ်းမတော်ကြီးကို ရေးကြီးသုတ်ပျာ လျင်မြန်စွာ သုတ်သင်ပြင်ဆင်ကာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ မြို့တော် အမတာသို့သာ ဝင်ရောက်ရပေတယ်။

သင် ချစ်သမီးလဲ အမှန်သိမြင် ပညာရှင်အဖြစ်နဲ့ ကိုယ် လမ်းကို ကိုယ်ပြင်ပြီး ငြိမ်းချမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို အမြန် ဝင်ပါ တော့။ သင့်ရဲ့အားကိုးရာဟာ သင့်လင်လဲ မဟုတ်ဘူး၊ သင့်မိ သင့်ဖ သင်မောင် သင့်မိတ်ဆွေများလဲ မဟုတ်ကြလေဘူး။

သင့်ရဲ့အားကိုးရာ အစစ်ဟာ သင်သာဖြစ်တယ်၊ ငါဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့ နိဗ္ဗာန်လမ်းခရီးကို အပြီးတိုင် မြန်မြန် သုတ်သင် ပြင်ဆင်ပါ ချစ်သမီးပဋ္ဌာစာရီ”လို့ ဘုရားမြတ်စွာက ဆက်လက် မိန့်ကြားတော်မူတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီတရားတော်ကို ဆက်လက်နာကြားရသူ ပဋ္ဌာစာရီဟာ “မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတာဟာ မှန်ပါပေတယ်၊ မိဘဆွေမျိုး သားသမီး ခင်ပွန်း လင် စတဲ့ သူတပါးဟာ ငါ့ရဲ့ အားကိုးရာ မဖြစ်ကြဘူး၊ အားကိုးရလောက်အောင် ကျင့်လျှင် မိမိကိုယ်သာလျှင် မိမိရဲ့အားကိုးရာစင်စစ် ဖြစ်ပေတယ်၊ ငါ သွားမည့် နိဗ္ဗာန်လမ်းကို ငါကိုယ်တိုင်ပင် လျင်မြန်စွာ ရှင်းလင်း သုတ်သင်ရမယ်” ငဲ့လဲ သဘောပေါက်ပါတယ်။

ညစ်ညမ်းသော လမ်းကို မြင်ရာ

ဒါကြောင့် မယ်ပဋ္ဌာဟာ တရားနာကြားယင်းကမင်
“ဪ-ငါသွားမည့် နိဗ္ဗာန်လမ်းမှာ ကိုယ်ကြမ်း နှုတ်ကြမ်းနဲ့
သရမ်းခွဲတဲ့ လွန်ကျူးမှု ကိလေသာတွေလဲ ငါ့သန္တာန်မှာ
အညစ်အကြေး တင်နေပါကလား။

ဒီလို ကိုယ်ကြမ်း နှုတ်ကြမ်းဖြစ်အောင် တွန်းအားပေးနေတဲ့
စိတ်ညစ် စိတ်ကြမ်း စိတ်သရမ်းခွဲတဲ့ ထကြွသောင်းကျန်းမှု
ကိလေသာတွေကလဲ ငါ့သန္တာန်မှာ ညစ်ကျ နောက်ကျ
နေပါကလား။

ဒီကိုယ်ကြမ်း နှုတ်ကြမ်း စိတ်သရမ်းတို့ ဖြစ်ပေါ်စရာ
မမြင်ရတဲ့ ကိလေသာ ထူထည်ကြီးကလဲ သံသရာ ဘဝိဘဝ
မှ ယနေ့ကျအောင် ငါတို့ခန္ဓာအစဉ်မှာ လျှို့ဝှက်စွာ ကိန်း
အောင်းလိုက်ပါပြီ၊ ညစ်ညမ်း ပေတောနေပါကလား” လို့လဲ
သိမြင်ဆင်ခြင်မိပါလိမ့်မယ်။

သီလရေနဲ့ဆေး

ဒါကြောင့် မယ်ပဋ္ဌာဟာ ကိုယ်နှုတ်နဲ့ လွန်ကျူးခဲ့ပုံ
များကို အပြစ်မြင်ပြီး ရှေ့ဆက်ကာ လွန်ကျူးမှု ကိလေသာ
နောက်ထပ်မဖြစ်ရအောင်လဲ သီလ ရေစင်ရေကောင်းနဲ့ ဒီလို
ဆေးကြော သုတ်သင်ပါတယ်။

“ငါဟာ သံသရာ ဘဝိဘဝကလဲ သူတပါးအသက်တွေ
ကို သတ်ခဲ့ဖူးပေလိမ့်မယ်၊ ယခုဘဝမှာလဲ ငယ်စဉ်ကတည်းက
ပိုးကောင် မှားကောင်လေးတွေကိုလဲ သတ်ခဲ့ မိပေလိမ့်မယ်၊

အရူးဘဝ ရောက်ရ ပြန်တော့လဲ သူများကလေးတွေကို ကိုယ့်
ကလေးလို့ ထင်မှားပြီး အရူးကြမ်းကြီး အဖြစ်နဲ့ ဆွဲလား
ရမ်းလားလုပ်လို့ တချို့ကလေးများလဲ သေကြမယ်။

သူတပါး ဥစ္စာပစ္စည်းများကိုလဲ သိအောင်ရော မသိ
အောင်ပါ အရူးကြမ်းကြီးအဖြစ်နဲ့ ခိုးယူလုယက် ဖျက်ဆီး
မိမယ်။

ရူးကလဲရူး တဏှာကလဲပူးတော့ မြင်မြင်သမျှ ယောက်ျား
တွေကို ငါ့ယောက်ျားပဲလို့ မြဲဆွယ်မှိုက်မှားမိမှာ ဖြစ်သလို
လူမသမာတွေကလဲ ဆိတ်ကွယ်ရာမှာ လွန်ကျူးကြမှာပဲ၊
ငါကလဲ ရူးရူးမှိုက်မှိုက်နဲ့ လိုက်လျောခဲ့မှာပဲ။

ငါ့ရဲ့ နှုတ်အမူအရာကလဲ တောင်စဉ်ရေမရ ပေါက်ကရ
ပြောကြား မုသားဆိုခဲ့မိတာကတော့ အခါခါပဲ၊ ပတ်ဝန်း
ကျင်ကို ထင်သလိုကြံပြီး ဆိုဆဲခဲ့တာကတော့ ကျော်မကောင်း
ကြားမကောင်းပါပဲ၊ ဒါတွေဟာ ဝစီကံ သောင်းကျန်းမှုတွေ
ပေါ့။

ငါဟာ ရူးတိရူးနှမ်းနဲ့ ရေမှန်းမသိ အရက်မှန်းမသိ
သောက်မိ သောက်ရာ သောက်ခဲ့သလို မရိုးသားသူ လူယုတ်
မာများ လှည့်စားလိုက်တဲ့ အရက်ကို သောက်မိပြီး သူတို့
နှင့်လဲ ယှဉ်တွဲဖောက်ပြန်မိခဲ့တယ်။

ဒီအမူအရာအားလုံးဟာ ငါ့အတွက် ငါးပါးသီလပျက်ပြယ်
ခဲ့တဲ့ လွန်ကျူးမှုတွေပါပဲ။

ယခုအချိန်မှစပြီး ဒီလို သီလပျက်ကျိုးမှုမျိုးကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး အမြဲတမ်းပင် သီလကို ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းတော့မယ်။ နိဗ္ဗာန်လမ်းကို သီလရေစင် ရေကောင်းနဲ့ ဆေးကြောသုတ်သင်တော့မယ်” လို့လဲ ဆုံးဖြတ်ပြီး သီလကို ဆောက်တည်ရှာပါတယ်။

ဒီအခါမှစပြီး မယ်ပဋ္ဌာမှာ သီလသာသနာ တည်ပြီး သီလဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါတယ်။ သူသွားမည့် နိဗ္ဗာန်လမ်းကို သီလရေစင်နဲ့ ဆေးကြောလိုက်တဲ့ သဘောပါပဲ။

သမာဓိလေအေးနဲ့ ဖယ်ရှား

ပြီးတော့ မြတ်ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို နာကြားယင်းက “ဪ- ငါဟာ ဘုရားရှင်နဲ့ ဧကူလို့သာ ဆင်းရဲ ရှုပ်ပွားသံသရာ ချေခက်ကမ်းပါးတိုင်းမှ လွတ်ကင်းရတော့ မှာပါကလား။ ဒီလို ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို နာကြားရတာဟာ ငါ့အတွက် အဖိုးမဖြစ်နိုင်တဲ့ ကောင်းကျိုးကို ရရှိနေတာပါကလား” လို့လဲ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ ပီတိဖြစ်ပါတယ်။

ဒီအခါမှာ ဝမ်းသာတဲ့ ပီတိကိုလဲ “ဝမ်းသာတယ်၊ ဝမ်းသာတယ်” လို့ ရှုမှတ် သိမြင်ပါလိမ့်မယ်။

ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်သံကိုလဲ သူ့နားနဲ့ တိုက်ဆိုင်တဲ့အခါ “ကြားတယ်၊ ကြားတယ်” လို့ ရှုမှတ်သိမြင်ပါလိမ့်မယ်။

တရားနာကြားယင်း ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်တိုင်းမှ ပူအေးလှုပ်ရှား မာကြမ်းများနှင့် ကြပ်တည်း ယိုစီးမှုများကိုလဲ

ထင်ရှားသည့်အတိုင်း သတိထားပြီး ရှုမှတ်ပွားများ ပါ
လိမ့်မယ်။

ဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော ချမ်းသာ ဆင်းရဲများကိုလဲ သတိ
ထားပြီး ရှုမှတ်ပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီလို ရှုမှတ်ယင်းက လိုလားစိတ်ပျက်၊ ပျံ့တက်ပူပန်၊
လေးဇာန်တုန့်ဆိုက်၊ ဘုရားဟုတ် မဟုတ်၊ တရားဟုတ် မဟုတ်၊
သံဃာဟုတ် မဟုတ်၊ ဆိုးယုတ် ယုံမှား၊ နိဝရဏများကို
ပယ်ရှားပြီး ပေါ်ရာပေါ်ရာ ရုပ်နာမ်မှုရာကို သတိကပ်ပြီး
ရှုမှတ်နိုင်တာ စိတ်ပြေး စိတ်ထွက်မရှိ တည်ငြိမ်တာက စိတ္တ-
ဝိသုဒ္ဓိခဏိကသမာဓိ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ခရီးလမ်းပေါ်က ကိလေသာမြူမှုနှင့် အမှိုက်များကို
သုမာဓိလေအေးနဲ့ ရှင်းလင်း ပယ်ရှင်း သုတ်သင်လိုက်တဲ့
လောဘပါပဲ။

ပညာရောင်တောက် နိဗ္ဗာန်ရောက်

အဲဒီလို သိလဝိသုဒ္ဓိ၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိများဖြင့် နိဗ္ဗာန်ခရီးကို
ဆက်လက် တက်လှမ်းလာတဲ့ မယ်ပဋ္ဌာဟာ မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ
ထင်ရှားဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တရားများကို ရှုပွားယင်းပင် ရှုမှတ်
စရာနှင့် ရှုမှတ်တာများကိုလဲ ကွဲကွဲပြားပြား သိလာပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ အသံတော်နှင့်
မိမိရဲ့ သောတပံသာဒနားနှင့် ဆုံတွေ့လို့ ကြားသိမှု ဖြစ်လာတဲ့
အခါ “အသံနဲ့ နားအကြည်က တခြား၊ ကြားသိမှုက တခြား
လို့လဲ ခွဲခြားသိတယ်၊ အသံနဲ့နား အကြည်က အာရုံကို မသိ

တတ်ဘူး၊ အစဉ်ဖောက်ပြန် ပြောင်းလွဲနေတဲ့ ရုပ်သသောမျှပဲ၊
ကြားသိမှု သဘောလေးကတော့ အာရုံကို သိတတ်တယ်၊ သူက
နာမ် သဘောပဲ”လို့လဲ သိတယ်။

ဒီလို ရှုမှတ်နေယင်းက ဂိုဏ်တော်များကို အာရုံပြုမိတော့လဲ
“တရား ဟောကြားတော်မူ နေတာဟာ မြတ်စွာဘုရားပဲ၊ ဒီ
တရားသံတော်ဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ တရားအသံတော်ပဲ၊
မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ထံတော်ပါးမှ အနီးကပ်ဆုံး နာကြားတော်
မူနေကြတာက တပည့်သား သံဃာတော်တွေပဲ၊ ဒီရတနာ
မြတ်သုံးပါးနှင့် ဆုံတွေ့ရတာဟာ ဝါအတွက် သိပ်ကံထူးတာပဲ”
စသည်ဖြင့် ရတနာသုံးပါးကို ကြည်ညိုတဲ့ သဒ္ဓါတရား၊
အကြိမ်ကြိမ် အမှတ်ရအောက်မေ့မှု ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊ ဓမ္မာနုဿတိ၊
သံဃာနုဿတိ ဝမ်းမြောက်နှစ်သက်မှု ပီတိဆိုတဲ့ စိတ် စေ
တသိက် ဓမ္မာရုံများနှင့် မိမိရဲ့ နှလုံးသွေး ဟဒယဝတ္ထု အပေါ်
အဝင် တကိုယ်လုံးကို မှီဖြစ်တဲ့ စိတ်နှင့်ပေါင်းဆုံမိလို့ ဖြစ်
ပေါ်လာတဲ့ ကုသိုလ် စိတ် စေတသိက် နာမ်များကိုလဲ
သိတယ်။

အဲဒီ ကုသိုလ် စိတ် စေတသိက်များရဲ့ မှီရာ နှလုံးသွေး
ဟဒယဝတ္ထုအပေါ်အဝင် တကိုယ်လုံးက အာရုံကို မသိတတ်ဘူး၊
အမှီခံရုပ်သဘောသက်သက်ပဲလို့လဲ သိတယ်။

လိုရင်း အချုပ်အားဖြင့် ဝမ်းမြောက်တဲ့ သဘော၊ ကြည်
ညိုတဲ့သဘော၊ အမှတ်ရတဲ့သဘော နာမ်များကိုလဲ ဖြစ်တိုင်း
ဖြစ်တိုင်း သိတယ်။

အဲဒီ ကုသိုလ်သဘော နာမ်များရဲ့ အမှီခံ ရုပ်ခန္ဓာသဘော မှန်များကိုလဲ သိတယ်။ တရားနာကြားယင်း ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ပူအေးလှုပ်ရှားစတဲ့ သဘောတွေ ပေါ်ပေါ် လာတာကိုလဲ သိတယ်။ အဲဒီသဘောတွေကို ရှုမှတ်ဆင်ခြင် နေတဲ့ အသိဉာဏ်သဘောကိုလဲ သိတယ်။ ဒါဟာ ရုပ်နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပုံပါပဲ။

ရှုမှတ်ဆဲမှာ ရုပ်တခြား၊ အသိတခြား ကဲ့ပြားတာကို တွေ့ ရတော့ ရုပ်နာမ်မျှသာရှိတယ်။ အသက်ကေခင် သတ္တဝါ ကောင်ဆိုတာ မရှိဘူး လို့ အသိအမြင် စင်ကြယ်လာတဲ့ သဘောက ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုရှုမှတ်နေယင်း တရားသံတော်ကို ကြားသိရာမှာ နားနှင့်အသံ ဆုံမိတာက အကြောင်း၊ ကြားသိတာက အကျိုး ပဲလို့ သိလာတယ်။

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာနှင့် စပ်ပြီး ကြည်ညိုမှု၊ ဝမ်း မြောက်မှု၊ ငြိမ်းအေးမှုများ ဖြစ်ရာမှာလဲ ကြည်ညိုစရာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ အာရုံများနှင့် ဟဒယဝတ္ထုနှလုံး သွေး အပါအဝင် ရုပ်ကိုယ်ကြီးကို မှီဖြစ်တဲ့ စိတ်နာမ် နာမ် တရားတို့ ဆုံမိတာက အကြောင်းတရားပဲ၊ ကြည်ညိုတာ၊ အမှတ်ရတာ၊ ဝမ်းမြောက်တာ၊ ငြိမ်းအေးတာတွေက အကျိုး တရားပဲလို့လဲ သိတယ်။

ပူအေးလှုပ်ရှား စသည်များ ဖြစ်ပေါ်ရာမှာလဲ တွေ့ထိစရာ အာရုံများနှင့် ကာယပသာဒ ကိုယ်အကြည်များနှင့် ဆုံတွေ့ တာက အကြောင်းတရားပဲ၊ ပူအေးလှုပ်ရှားမှု စသည်များက

အကျိုးတရားပဲ၊ အဲဒီလို ရှုမှတ်ဆဲတွင် အကြောင်းအကျိုး နှစ်ပါးကို ခွဲခြားသိရတာက ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ပဲ။

ရှုမှတ်ဆဲတွင် အကြောင်း အကျိုးကိုသာ တွေ့မူတော့ ရှေးကလဲ ဒီလို အကြောင်း အကျိုးမျှသာ ရှိခဲ့တယ်။ နောင်လဲ ဒီလိုအကြောင်းအကျိုးမျှသာ ရှိနေမှာပဲလို့ သဘော ကျပြီး ယုံမှားကင်းလောက်အောင် အသိအမြင် ရှင်းလင်း တာက ကင်္ခါဝိတရဏဇီသုဒ္ဓိ ပဲ။

ဒီလို တရားနာယင်း ရှုမှတ်နေဆဲမှာ တခုပြီးတခု ပေါ်လာ ပြီးနောက် ပျောက်သွားတာကို တွေ့မြင်ရတော့ မမြဲဘူးလို့ သိတာဟာ အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ် ပေါ်တာပဲ။

တပျောက်တဲ ပျောက်နေလို့ ချမ်းသာတာမရှိပဲ ဆင်းရဲ နေတာပဲလို့ သိမြင်တာက ဒုက္ခာနုပဿနာဉာဏ်ပဲ။

ရှုမှတ်ယင်းပင် တွေ့မြင်ရတဲ့ မြင်သိသဘော၊ ကြားသိ သဘော၊ ကြည်ညိုတဲ့သဘော၊ အမှတ်ရတဲ့သဘော၊ ဝမ်း မြောက်တဲ့သဘော၊ အပူသဘော၊ အအေးသဘော၊ လှုပ်ရှား သဘော စတဲ့ သဘောတရားများမှတစ်ပါး 'အသက်ရှင်နေတဲ့ အကောင်၊ ငါကောင်၊ သူကောင်'ဆိုသည်များမရှိပဲ သဘော သက်သက်ပဲရယ်လို့ သိမြင်တာက အနတ္တာနုပဿနာဉာဏ် ပဲ။

သမ္မသနဉာဏ်

အဲဒီလို တရားနာကြားယင်း ရှုမှတ်ဆဲတွင် ပေါ်လာပြီး နောက် ပျောက်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရလို့ 'မမြဲ' ဆင်းရဲ သဘောပဲ၊ ငါကောင်မဟုတ်'လို့ သဘောကျပြီး သင်ခြင် မိတာဟာ သမ္မသနဉာဏ် ပါပဲ။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတွေကို မဆင်ခြင်တော့ပဲ
 မှတ်ရုံမျှသာ မှတ်နေတဲ့အခါ အလင်းရောင်တွေကိုလဲ တွေ့ရ
 တတ်တယ်၊ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာတာမျိုးကိုလဲ တွေ့ရတတ်
 တယ်၊ ငြိမ်းအေးမှု၊ ချမ်းသာမှု၊ ကြည်ညိုမှုများကိုလဲ တွေ့ရ
 တတ်တယ်၊ ဒီလိုစတဲ့ အရသာထူးလေးမျိုးကို တွေ့ရတော့
 ပင်ပန်းဆင်းရဲမှုများ ပျောက်ကင်းပြီး ချမ်းချမ်း သာသာ
 လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းနေပါတယ်၊ တည်ငြိမ်မှု
 ကလဲ ရ၊ ချမ်းသာမှုကလဲ ဖြစ်၊ လွယ်ကူမှုကလဲရှိတော့ ရှုမှတ်
 တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်းပင် အာရုံရော မှတ်စိတ်ပါ အတွဲလိုက် အတွဲ
 လိုက် ဖြစ်ပေ၊ ပျောက်ပျက်နေတာကို ထင်ထင် ရှားရှား
 တွေ့ရပါလိမ့်မယ်၊ အဲဒီလို ဖြစ်မှုပျက်မှုကို လွယ်ကူစွာ သိတာ
 ဟာ နုသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်ပါတယ်။

မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ

ဒီအခါမှာ ရှုမှတ်ယင်းပင် အလင်းရောင်စတဲ့ အထူးအထွေ
 များကို စဉ်းစားအားရ သဘောကျနေတာက လမ်းမှားပဲ
 မှတ်ရုံမျှသာ မပြတ်မှတ်နေတာက လမ်းမှန်ပဲ၊ မပြတ်မှတ်နေစဉ်
 ဉာဏ်တက်မယ်လို့ လမ်းမှန် လမ်းမှားကို ပိုင်ခြားဝေဖန်ကာ
 ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်တစက မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒုဿနဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါ
 တယ်၊ ဒါက ယောဂီတွေပါ။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်

ဒီလိုရုမ္မတ်နေတဲ့အခါ ပေါ်မူ ပျောက်မူ ဖြစ်မူ ပျက်မူ
 များကို မှတ်ချက်တိုင်းမှာ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ပြတ်သားစွာ
 သိရတာက ရင့်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် တဲ့။

ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ

ရင့်သောဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှ အနုလောမဉာဏ်အထိ အကျင့်
 လမ်းစဉ် အသိအမြင် စင်ကြယ်တာက ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ
 တဲ့။

အဲဒီကနောက် အသိဉာဏ်လျင်မြန်လာတော့ အဖြစ်မထင်
 ရှားပဲ အပျက်ချည်းသာ တွေ့ရတဲ့ ဘင်္ဂဉာဏ်။

ဘာမဆို ပျောက်ပျောက် သွားတာချည်း တွေ့ရတော့
 ကြောက်ဖွယ်ထင်တဲ့ ဘယဉာဏ်။

ခိုင်မာတာမရှိ၊ အားကိုးရာမမြင် ပြစ်တင်ဖွယ်ချည်း ထင်ရှား
 သိမြင်တာက အာဒိနဝဉာဏ်။

ပျင်းရိ ခြောက်သွေ့၊ ငြီးငွေ့ဖွယ်အဖြစ် ထင်ရှားသိမြင်
 တာက နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်။

အပျက်နှင့် ဆင်းရဲကိုချည်း မြင်တွေ့ရတော့ အပျက်ဆင်းရဲ
 သံသရာထဲမှ လွတ်မြောက်ချင်တာက မုဉ္ဇိတုတမ္ပတာဉာဏ်။

လွတ်မြောက်စေရန် ထပ်မံတုန်းအားပေးပြီး ရုမ္မတ်ပြန်
 တာက ပဋိသင်္ခါဉာဏ်။

အာရုံကောင်းဆိုး အမျိုးမျိုးကြောင့် ဝမ်းနည်း ဝမ်းသာ
 မဖြစ်ပါပဲ ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ ရုပ်နာမ်များကို သိရုံမျှ သိရုံမျှ

ရှုသိနေတဲ့ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် များလဲ ထင်ထင်ရှားရှား
ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။

သူ့အရှိန်နှင့်သူ ရှုမှတ်မှုကောင်းနေရာမှ သွက်လက်ထင်ရှား
ထူးခြားစွာဖြစ်တဲ့ မှတ်သိမှုက စုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာဉာဏ်။

အဲဒီအသိထူးများတွင် နောက်ဆုံးအသိက အနုလောမဉာဏ်။

အဲဒီနောက် သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းရာ ကျရောက် သွားတဲ့
ဂေါတြဘူဉာဏ်။

ချုပ်ငြိမ်းရာတွင် သက်ဝင်တည်တက မဂ်-ဖိုလ်ဉာဏ်ပဲ
ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီဉာဏ် ၂-မျိုးတွင် မဂ်ဉာဏ်က ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိဖြစ်တယ်။

ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်သွားပုံ၊ ချုပ်ငြိမ်းပုံ များကို
ပြန်လှည့်ပြီး ဆင်ခြင်မိတာက ပစ္စေခက္ခဏာဉာဏ်-တဲ့။

မယံပဋ္ဌာဟာ တရားနာကြားယင်းပင် အဲဒီလို သောတာ
ပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုရပြီး သောတာပန် တည်သွား
ပါတယ်။ သူ့သာမက အခြား တရားနာများလဲ သောတာပန်
စသည် တည်ကြပါသေးတယ်။

နာရူပွားယင်း ဉာဏ်မြင်လင်း

အဲဒီလို တရားနာကြားယင်း ရှုမှတ်လို့ သောတာပန်
ဖြစ်သွားပုံကို ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာမှာ ဒီလို ပြဆိုထားပါတယ်။

ဒေသနာဝသာနေ ပဋ္ဌာစာရာ မဟာပထဝီယံ ပံသု
ပရိမာဏေ ကိလေသေ ဈာပေတွာ သောတာပတ္တိ
ဖလေ ပတိဋ္ဌဟိ၊ အညေပိ ဗဟူ သောတာပတ္တိဖလာ
ဒီနိ ပါပုဏီသု။

ဒေသနာဝသ္မာနေ၊ ဘုရား ဟောကြား တရားအဆုံး၌၊
 ပဋ္ဌာစာရာ၊ အပ္ပပွားစီး ငိုထန်သည်း၍ ရူးကြီးရူးရာမှ တရား
 နာရသဖြင့် အေးမြချမ်းသာ ရရှိလာသည့် မယ်ပဋ္ဌာစာရာသည်၊
 မဟာပထဝီယံ၊ မြေကြီး၌။ ပံသုပရိမာဏေ၊ မြေမှုန့်အတိုင်း
 အရှည်ရှိကုန်သော။ ကိလေသေ၊ ပူပန်စေတတ် နှိပ်စက်တတ်စွာ
 ကိလေသာတို့ကို။ ဈာပေတွာ၊ မှောင်မသန်းအောင် လောင်ကျွမ်း
 စေလျက်။ သောတာပတ္တိဖလေ၊ သောတာပတ္တိဖိုလ်၌။ ပတိဋ္ဌဟိ၊
 တည်လေ၏။ အညေပိ၊ ပဋ္ဌာစာရာမှတစ်ပါး အခြား တရားနာ
 တို့သည်လည်း။ သောတာပတ္တိဖလာဒိနိ၊ သောတာပတ္တိဖိုလ်
 စသည်တို့သို့။ ပါပုဏီသု၊ ရောက်ကြသေ့ကုန်ပြီ။

မယ်ပဋ္ဌာဟာ ဒီဒေသနာအတိုင်းပင် တရား အဆုံးမှာ
 သေတာပန်ဖြစ်သွားပါတယ်။ မယ်ပဋ္ဌာမှတစ်ပါး တရားနာများလဲ
 ဒီတရားပွဲမှာပင် တချို့ သောတာပန်၊ တချို့ အနာဂါမ်၊ တချို့
 ရဟန္တာ ဖြစ်ကြပါတယ်တဲ့။

မြေကြီး မြေမှုန့်ပမာ-ကိလေသာ

ဒီနေရာမှာ ထူးခြားတဲ့ ဥပမာတခုကတော့ ပထဝီယံ ပံသု
 ပရိမာဏေ ကိလေသေ ဈာပေတွာ သောတာ ပတ္တိဖလေ
 ပတိဋ္ဌဟိ-တဲ့။

အဓိပ္ပာယ်က မြေအထုမှာရှိတဲ့ မြေမှုန့်တွေလောက် များပြား
 တဲ့ ကိလေသာတွေကို လောင်ကျွမ်း ကုန်ခန်းစေပြီး သောတာပန်
 ဖြစ်သွားပါတယ်-တဲ့။

ပုထုဇဉ် သတ္တဝါတွေကို ပူပန်စေတတ် နှိပ်စက်တတ်တဲ့ ကိလေသာတွေဆိုတာ ၁၀-ပါး ရှိတယ်။ အကျယ်ပွားမှ ၁၅၀၀-ပါး၊ ကိလေသာ ၁၀-ပါးနှင့်အကျယ် ၁၅၀၀သရုပ်ကို တော့ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်တွင် ဖော်ပြခဲ့ ပြီးပါပြီ။

ဒီနေရာမှာ ပြောချင်တာကတော့ ကိလေသာဟာ အများ ဆုံး တထောင့်ငါးရာ ရှိတယ်ဆိုတာ ထင်ရှား ပါလျက်နဲ့ ဘာကြောင့် ဒီမှာ “မြေကြီး၌ မြေမှုန့်အတိုင်းအရှည် ရှိကုန်သော ကိလေသာတို့ကို လောင်ကျွမ်း ကုန်ခန်းစေ၍ သောတာ ပတ္တိဖိုလ်၌ တည်လေ၏” လို့ ဟောတော်မူပါသလဲ ဆိုတာ ပါပဲ။

နောက်ပြီးတော့ သောတာပန် ဆိုတာကလဲ ကိလေသာ ၁၀-ပါးတွင် ဒိဋ္ဌိနှင့် ပိစိကိစ္ဆာ ၂-မျိုးကိုသာ အကြွင်းမဲ့ အပြတ်ပယ်ရှားနိုင် သေးတာပဲ။ ဒီနေရာမှာ မြေကြီး၌ မြေမှုန့် လောက်ရှိတဲ့ ကိလေသာတွေကို သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်က ပယ်တယ်”လို့ ဘာကြောင့် ဟောရပါသလဲ ဆိုတာ ပါပဲ။

ဒေသနာအရှိကို ဉာဏ်မီသမျှ ညှိပြီး ပြောရယ် ကိလေသာ ၁၀-ပါး၊ အကျယ်ပွားယင် ၁၅၀၀-ဆိုတာဟာ သဘော တရားကိုယ်အားဖြင့် ဟောကြားထားတဲ့ ဒေသနာတော် ဖြစ်ပါတယ်။

အနုမတဂ္ဂသုတ္တန် ဒေသနာတော်အရထိုယင် ဒီကိလေသာ ၁၀-ပါး အကျယ်ပွားယင် တထောင့်ငါးရာ ရှိတယ်ဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေကို မပယ်နိုင်ကြသေးသူ သတ္တဝါများဟာ ပဋိ

သန္ဓေ အို၊ နာ၊ သေစတဲ့ အထွေထွေဆင်းရဲတွေကို ထည်လဲနဲ့ခံရတဲ့
ဘဝတွေဟာ မရေတွက်နိုင်ပါဘူးတဲ့။ ဘယ်လောက်များသလဲ
ဆိုယင် ဖြစ်ပျက်မှေးသေ ခန္ဓာအစဉ်တွေရဲ့ ဘဝ၊ ဘဝသံသရာ
အစပင် မထင်ရှားတော့ပါဘူးတဲ့။

သမ္မုတိနယ်က စကားနဲ့ ပြောရယင်တော့ သတ္တဝါတဦး
တဦးရဲ့ ဘဝခန္ဓာ အစဉ်ဟာ အစဉ်အဆက်မှ မထင်ဘူးဆိုယင်
ဘယ်ရှေ့၊ ဘယ်မျှလောက်ရှိတယ်ဆိုတာ ရေတွက်လို့ ရပါ့မလား
ပရိသတ်များ။

(မရပါဘုရား။)

အဲဒီ ခန္ဓာအစဉ်တွေကိုပင် ရေတွက်လို့ မရလျှင် သတ္တဝါ
တွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပျက်တဲ့ ကိလေသာတွေ ဆိုယင်တော့
ဘယ်ရှေ့၊ ဘယ်မျှ ရှိတယ်ဆိုတာကို ရေတွက်လို့ ရနိုင်ပါ့မလား။

(မရပါဘုရား။)

ယခု မယ်ပဋ္ဌာရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ခဲ့တဲ့ အစမထင် သံသရာ
တခွင်ကတည်းက ကိလေသာတွေ ကိုတော့ ရေတွက်လို့ ရပါ
မလား။

(မရပါဘုရား။)

မယ်ပဋ္ဌာဟာ ဒီကိလေသာတွေကို ယထာဘူတ ဝိပဿနာ
ဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်များနဲ့ မပယ်သတ်ရ သေးယင်
ရှေ့ဆက်ပြီးတော့ ဖြစ်ရဦးမည့် ဘဝခန္ဓာ အစဉ်တွေ၊ ကိလေသာ
တွေကိုတော့ ရေတွက်လို့ ရနိုင်ပါဦး မလား ပရိသတ်များ။

(မရေတွက်နိုင်ပါဘုရား။)

ယခု မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို နာကြားရပြီး တရားနာယင်း ရှုမှတ်ပွားများလို့ သောတာပန်တည်သွားတဲ့ ပဋ္ဌာစာရာဟာ ဆင်းရဲ အရှည်ကြာဆုံးဖြစ်တဲ့ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရဏာယ်-ဆိုတဲ့ အပါယ်လေးပါးမှပါ လွတ်ကင်း သွားတယ်။ ဘယ်တော့မှ ဘယ်နည်းနဲ့မှ အပါယ်လေးပါး ကိုလဲ မကျရောက်ရတော့ဘူး။ အများဆုံး လူ့ဘဝမှာ ခုနစ် ဘဝသာထပ်ဖြစ်ပြီးတော့ အထက်မဂ်ဖိုလ်များကို ရရှိပြီး ဆင်းရဲ ခပ်သိမ်း အကုန်ငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို အပြီးတိုင် ဝင်စံသွားရ တော့မယ်။

ဒါကြောင့် သောတာပန်က ပယ်တဲ့ကိုလေသာဟာ တရား ကိုယ်အားဖြင့် ဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတဲ့ နှစ်ပါးမျှ ဖြစ်သော်လဲ ပုထုဇဉ်ဘဝ နဲ့သာဆိုယင် ရှေ့ခရီးမှာ ဖြစ်ရဦးမည့် မရေ မတွက်နိုင်တဲ့ ခန္ဓာအစဉ် ကိလေသာတွေကို ပယ်ပြီးသား ဖြစ် သွားပြီ။

တထောင့်ငါးရာ ကိလေသာတို့ရဲ့ အရင်းခံ ရေသောက်မြစ် သဖွယ်ဖြစ်တဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိခေါ် အတ္တဒိဋ္ဌိကို ပယ်သတ်လိုက် ပြီမို့ ကျန်ကိလေသာ အကိုင်းအခက်တွေလဲ ခြောက်သွေ့ ကွယ်ပျောက်ကြရတော့မယ်။ ဒါကြောင့် ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာမှာ ဒီလို ဖွင့်ပြခဲ့ပါတယ်။

ပဋ္ဌာစာရာ၊ ပဋ္ဌာစာရာသည်။ ဒေသနာဝသာနေ၊ ဒေသနာ တော်အဆုံး၌။ မဟာပထဝိယံ၊ မြေကြီး၌။ ပံသုပရိမာဏေ၊ မြေမှန်အတိုင်း အရှည်ရှိကုန်သော။ ကိလေသေ၊ ပူပန်စေတတ် နှိပ်စက်တတ်တဲ့ ကိလေသာတို့ကို။ စျာပေတွာ၊ လောင်ကျွမ်း

စေ၍။ သောတာပတ္တိဖလေ၊ သောသမ္ဘာပတ္တိဖိုလ်၌။ ပတိဋ္ဌဟိ၊
တညံပါလေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု....။

မြေကြီးက မြေမှုန့်များကို ဘယ်လောက်ရှိတယ်လို့ မရေ
တွက်နိုင်သလို ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာကို မပယ်ရသေးယင် ဘယ်တော့
မှ ဆုံးမယ်ဆိုတာ မသိရတဲ့ မရေတွက်နိုင်တဲ့ ခန္ဓာ
အစဉ် ကိလေသာတွေကို မယ်ပဋ္ဌာရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားတဲ့
သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်က ပယ်သတ်လိုက်ပါတယ်တဲ့။ ဒါလောက်
ဆိုယင် သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ရဲ့ စွမ်းရည်ဟာ မြေကြီးက
မြေမှုန့်လောက်ရှိတဲ့ ကိလေသာတွေကို ပယ်သတ်တယ် ဆိုတာ
ရှင်းလောက်ပါပြီ။ ရှင်းရဲ့လားပရီသတ်များ။

(ရှင်းပါပြီဘုရား။)

မယ်ပဋ္ဌာမှာ အဲဒီလို တရားနာယင်း ရှုမှတ်လို့ သောတာပန်
ဖြစ်သွားတဲ့ အခါမှာ သားလင်မိဘ မောင်များသေလို့ ပူဆွေး
ငိုကြွေးခဲ့ရတဲ့ အပူတွေ အငိုတွေဟာ ကင်းငြိမ်းသွားပါတယ်။

ဒီ မယ်ပဋ္ဌာရဲ့ ငိုကြွေးမှုဆင်းရဲပုံကို သုံးသပ်ကြည့်မယ်
ဆိုယင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ဒေသနာတော်ကို ကြားနာကျင့်ပွားလို့
ရတဲ့ အသိတရားများကြောင့် ငိုကြွေးမှုသောက ပရိဒေဝ
ဆင်းရဲများ ကင်းငြိမ်းသွားတယ်-ဆိုတာကို ထင်ရှားတွေ့ရ
ပါတယ်။

အဲဒီ ဒေသနာတော်ဟာ ဘာဒေသနာတော်လဲ ဆိုယင်
မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ္တန် ဒေသနာတော်ကြီးတုင် အတုင်းဝင်တဲ့
ဒေသနာတော်ကြီးပါပဲ။

ငိုကြွေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရား

ဟုတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့လဲ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားက “သောဏ ပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ” လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

အယံမဂ္ဂေါ၊ စွဲမြဲသောအမှတ်ရမှု သတိစွဲမြဲမှုဟူသော ဤ သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းသည်။ သောဏပရိဒေဝါနံ၊ စိုးရိမ် ပူဆွေးရခြင်း ငိုကြွေးရခြင်းတို့ကို။ သမတိက္ကမာယ၊ ကောင်း စွာ ကျော်နင်း လွန်မြောက်ခြင်းငှါ လမ်းခွဲလမ်းမှား တခြား မှာ သွားစရာမရှိ သည်တလမ်းသာ ရှိသည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် အမိန့်ရှိကြေငြာတော်မူသည့် ကောယန တခု တည်းသောလမ်း တကြောင်းတည်းသော လမ်းပါပေတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားက မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။ ဒီ သတိ ပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းကို လိုက်နာကျင့်ပွား သူများဟာ စိုးရိမ် မှုကိုလဲ လွန်မြောက်နိုင်၊ ငိုကြွေးမှုကိုလဲ လွန်မြောက်နိုင်ပါ တယ်တဲ့။ ယခု မယ်ပဋ္ဌာလဲ ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းကို လိုက်နာကျင့်ပွားလိုက်တာ သောတာပန် ဖြစ်ရုံနှင့်ပင် အဋ္ဌိ ဒုက္ခ တခန်းရပ်သွားရပါပြီ။

ငိုကြွေးမှုဆိုတာ ဒေါသမှု ပေါက်ဖွားတာဆိုတော့ ဒေါသ ကို မပယ်ရသေးတဲ့ မယ်ပဋ္ဌာဟာ ငိုကြွေး ဆင်းရဲအားလုံး အမြစ်ပြတ် ရှင်းလင်းသွားတာတော့ မဟုတ်သေးပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ဒီက ရှေ့ဆက်ပြီး တရားတွေမပြတ် ဆက်ပွား များ အားထုတ်တော့ ရဟန္တာဖြစ်သွားတာမို့ ငိုကြွေးမှုဒုက္ခ တွေကို ယခု သောတာပန် အဖြစ်မှပင် ဆက်တိုက် ပယ်ရှင်း သွားတယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ပဋ္ဌာစာရာထေရီ ထင်ရှားပြီ

ကဲ-ကဲ ဒီသဘောတရားလေးဟေ့ ထင်ရှားသွားအောင်
ဇာတ်လမ်းကို ဆက်ကြပါဦးစို့။

အဲဒီလို သောတာပန် ဖြစ်ပြီးနောက် မယ်ပဋ္ဌာလဲ တဆက်
တည်းပင် လက်အုပ်ချီတင်ပြီး ရှိခိုးလျက် “ရွှေဘုန်းဂုဏ်ရနဲ့
သုံးဘုံအောင် ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊
ဘုရားတပည့်တော်မ မိပဋ္ဌာသည် မွေးသေဖြစ်ပျက် သံသာ
စက်မှ လွတ်ထွက်ရာမှန် နိဗ္ဗာန်ဆင့်ဆင့် ရှုပွားကျင့်ဖို့ အမြင့်
တက်လှမ်း ရဟန်းအဖြစ်ကို တောင်းပန် ပါတယ်ဘုရား၊
သနားစောင့်ရှောက် ချီးမြှောက်သောအားဖြင့် တပည့်တော်မ
အား ရဟန်း ပြုပေးတော်မူပါဘုရား”လို့ တောင်းပန်
လျှောက်ထားပါတယ်။

ဒီအခါမှာ မြတ်စွာဘုရားက အမျိုးသမီး ရဟန်းတော်
ဘိက္ခုနီကျောင်းတော်သို့ စေလွှတ်ပြီး ရဟန်းပြုပေးတော်မူ
လိုက်ပါတယ်။ မယ်ပဋ္ဌာလဲ မြင့်မြတ်သော အသက်တန်း
ရဟန်းဘဝ ရောက်တော်မူတော့ သီလ-သမာဓိ-ပညာ သိက္ခာ
သုံးရပ် အကျင့်မြတ်တွေကို ကောင်းစွာ ကျင့်တတ်တာကြောင့်
‘ပဋ္ဌာစာရာထေရီ’လို့ ထင်ပေါ် ကျော်ကြားသွားပါသတဲ့။

သတိသမ္ပဇဉ် အသိဉာဏ်ယှဉ်

မှန်ပါတယ်၊ သံဝေဂနဲ့ ရဟန်းပြုလာသူမို့ အချိန်ကာလ
ကို အကျိုးမဲ့ မကုန်စေပဲ နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး တရားနဲ့လုံး ကျင့်သုံး
တော်မူတဲ့ ပဋ္ဌာစာရာထေရီ ရှင်မပါ။ သွားသတိ၊ ရပ်သတိ၊

ထိုင်သတိ၊ လျောင်းသတိ-ရယ်လို့ ဣရိယာပုထ်လေးပါးမှလဲ
သတိသားနေရမည်-လို့ ဘုရားမြတ် မိန့်ကြားတော်မူတဲ့ အတိုင်း
ကျင့်ပွားအားထုတ်နေပါတယ်။ ရှေ့တက်တာ၊ နောက်ဆုတ်တာ၊
ကွေးတာ၊ ဆန့်တာ၊ တည့်တည့်ကြည့်တာ၊ စောင်းငဲ့ကြည့်တာ၊
စတဲ့ ကိုယ်အမှုအရာ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း သတိထားပြီး အသိ
ပွားရမည်-လို့ မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားချက်အတိုင်းလဲ မဆိုင်း
မတူ ကျင့်ပွားအားထုတ် နေတော်မူပါတယ်။ အဲဒီလို အရာရာ
မှာ သတိ အသိပါရတဲ့ ရှုမှတ်နည်းကို မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်
တော်လာ သမ္ပဗ္ဗညုရှုနည်း-လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သတိနှင့်အသိ ထားပုံပွားပုံ

ခန္ဓာကိုယ် လှုပ်ရှားမှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး ရှေ့တက်ချင်တယ်၊
ရှေ့တက်တယ်-လို့လဲ ရှုမှတ်သိရတယ်၊ နောက်ဆုတ်ချင်တယ်၊
နောက်ဆုတ်တယ်-လို့လဲ ရှုမှတ်သိရမည်၊ တည့်တည့် ကြည့်ချင်
တယ်၊ တည့်တည့်ကြည့်တယ်၊ စောင်းငဲ့ကြည့်ချင်တယ်၊ စောင်း
ငဲ့ကြည့်တယ်-လို့ သိရတယ်။ ကွေးထားတဲ့ လက်ခြေကို ဆန့်
ချင်ယင်လဲ ဆန့်ချင်တယ်၊ ဆန့်ယင်လဲ ဆန့်တယ်၊ သင်္ကန်းကြီး
နှင့် သပိတ်သင်္ကန်းကို ကိုင်တွယ်ဝတ်ရုံချင်ယင် ကိုင်တွယ်
ဝတ်ရုံချင်တယ်၊ ကိုင်တွယ်ဝတ်ရုံယင်လဲ ကိုင်တွယ်ဝတ်ရုံတယ်၊
စားသောက်ဖွယ်များနှင့် ပတ်သက်ပြီး စားချင်ယင် စားချင်
တယ်၊ စားယင် စားတယ်၊ သောက်ချင်ယင် သောက်ချင်
တယ်၊ သောက်ယင် သောက်တယ်။ ခဲချင် စားချင်ယင် ခဲချင်
စားချင်တယ်၊ ခဲယင် ဝါးယင်လဲ ခဲတယ်၊ ဝါးတယ်လို့လဲ
ရှုမှတ်သိရတယ်။

ယုတ်စွအဆုံး ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်ချင်ယင်လဲ စွန့်ချင်
တယ်၊ စွန့်ယင်လဲ စွန့်တယ်-လို့ ရှုမှတ်သိရတယ်။ သွားချင်
ယင် သွားချင်တယ်၊ သွားယင် သွားတယ်၊ ရပ်ချင်ယင်
ရပ်ချင်တယ်၊ ရပ်ယင် ရပ်တယ်၊ ထိုင်ချင်ယင် ထိုင်ချင်တယ်၊
ထိုင်ယင် ထိုင်တယ်၊ အိပ်ချင်ယင် အိပ်ချင်တယ်၊ အိပ်ယင်
အိပ်တယ်၊ အိပ်ရာမှ နိုးယင် နိုးတယ်၊ စကားပြောချင်ယင်လဲ
ပြောချင်တယ်၊ ပြောယင်လဲ ပြောတယ်၊ ဆိတ်ဆိတ်နေယင်လဲ
ဆိတ်ဆိတ်နေတယ်-ရှုမှတ်သိရတယ်။ ဒီရှုမှတ်သိပုံဟာ ပါဠိ
တော်လာအတိုင်း သတိဉာဏ်ဖြင့် စိတ်တိုင်းမှလိုက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်
တိုင်း ရှုမှတ်သိပုံပါ။

အသိဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်ပုံ

အဲဒီလို ဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော ကိုယ်အမူအရာများကို အစ
ထား ရှုမှတ်သိယင်း ကိုယ်အမူအရာနှင့် ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်
လာတဲ့ စိတ်ပိုင်း အမူအရာများကိုလဲ ရှုမှတ်သိရတယ်။ ဒီလို
အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်လို့ အာရုံနှင့် ရှုမှတ်ချက် အံ့ဝင်ခွင်ကျလာ
ယင် လက်ခြေအင်္ဂါ ကိုယ်ပုံသဏ္ဌာန်တွေ မထင်ရှားတော့ပဲ
သိစရာနှင့် သိတာတော့သာ ထင်ရှားသိမြင်လာပါတယ်။

ဒါကို ရန်ကုန်မြို့၊ မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ၊ နာယက
အဖွဲ့ဝင် ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ-ဆရာတော် အရှင်သုဇာတ မဟာ
ထေရ်မြတ်က ဒီလို ဆောင်ပုဒ်ရေးသား ချပို့ပေးပါတယ်။

ပထဝီဓာတ်မှန်-အသိဉာဏ်

၁။ မာကြမ်းနုပျော့-လေးပေါ့ရှုလျှင်၊
ပထဝီဓာတ်-ရှုမှတ်သည်ပင်၊

သို့ရှုမှတ်လျက်-ဖြစ်ပျက်ကိုမြင်၊
ဉာဏ်စဉ်တက်-ဖိုလ်မဂ် နိဗ္ဗာန်ဝင်။

ဒီသိပုံက ပထဝီဓာတ်ကို သိပုံတဲ့။ ဟုတ် ဘယ်၊ ဗုဒ္ဓနည်းကျ မဟာစည် သြဝါဒအတိုင်း ရှုမှတ်ကြတဲ့ ယောဂီဟာ လျောင်း ထိုင်ရပ်သွားစတဲ့ ဣရိယာပုထ်များကို ရှုမှတ်နေစဉ် မာတဲ့ သဘော ပေါ်လာပြီး ရှုမှတ်ယင်းပင် ပျောက်သွားပုံကိုလဲ သိရတယ်။ ကြမ်းတဲ့ သဘောပေါ်လာပြီး ရှုမှတ်ယင်းပင် ပျောက်သွားပုံကိုလဲ သိရတယ်။ နုတဲ့ ပျော့တဲ့ လေးတဲ့ ပေါ့တဲ့ သဘောများ ပေါ်လာပြီး နောက်လဲ ပျောက်ပျောက်သွား တာကို ထင်ရှားသိရပါတယ်။ ဒီလို အသိတွေ ပြည့်စုံယင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ဆိုက်ရောက်နိုင်ပါတယ်။

အာပေါဓာတ်မှန်-အသိဉာဏ်

၂။ ပွဲကြီးကြပ်တည်း-ယိုစီးရှုလျှင်၊
အာပေါဓာတ်-ရှုမှတ်သည်ပင်၊
သို့ရှုမှတ်လျက်-ဖြစ်ပျက်ကိုမြင်၊
ဉာဏ်စဉ်တက်-ဖိုလ်မဂ် နိဗ္ဗာန်ဝင်။

ဒီသိပုံက အာပေါဓာတ်ကို သိပုံတဲ့။ ဟုတ်တယ်၊ ရှုမှတ် နေတဲ့ ယောဂီဟာ တရံဘခါ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ ပွဲကြီးလာပုံကိုလဲ သိရတယ်၊ ပျောက်သွားပုံကိုလဲ သိရတယ်၊ ယိုစီးလာပုံကိုလဲ သိရတယ်၊ ပျောက်သွားပုံကိုလဲ သိရတယ်၊ ဒီအသိဉာဏ်များ ပြည့်စုံယင်လဲ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရောက်နိုင်ပါတယ်။

တေဇောဓာတ်မှန်-အသိဉာဏ်

၃။ အပ္ပအအေး-အနွေးရှုလျှင်၊
 တေဇောမီးဓာတ်-ရှုမှတ်သည်ပင်၊
 သို့ရှုမှတ်လျက်-ဖြစ်ပျက်ကိုမြင်၊
 ဉာဏ်စဉ်တက်-ဖိုလ်မဂ် နိဗ္ဗာန်ဝင်။

ဒါက တေဇောဓာတ်ကို သိပုံတဲ့။ ဟုတ်တယ်၊ ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီဟာ တရံတခါ ပူလာတဲ့ သဘောကိုလဲ သိရတယ်၊ အေးလာတဲ့ သဘောကိုလဲ သိရတယ်၊ နွေးလာတဲ့ သဘောကိုလဲ သိရတယ်။ အဲဒီ သဘောများကို ရှုမှတ်နေယဇ်ပင် ပျောက်ပျောက်သွားပုံကိုလဲ သိရတယ်။ ဒီအသိဉာဏ်တွေ ပြည့်စုံယင်လဲ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ပါတယ်။

ဝါယောဓာတ်မှန်-အသိဉာဏ်

၄။ ဓထာကန်ကန်လှုပ်ရှား-ရှေ့သွားရှုလျှင်၊
 ဝါယောလေဓာတ်-ရှုမှတ်သည်ပင်၊
 သို့ရှုမှတ်လျက်-ဖြစ်ပျက်ကိုမြင်၊
 ဉာဏ်စဉ်တက်-ဖိုလ်မဂ် နိဗ္ဗာန်ဝင်။

ဒါက ဝါယောဓာတ်ကို သိပုံတဲ့။ ဟုတ်တယ်၊ ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီဟာ များသောအားဖြင့် ထိုင်နေ ရပ်နေတဲ့အခါ တောင့်တင်း ထောက်ကန်နေတဲ့ အမူအရာ သဘောကိုလဲ သိရတယ်။ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ဗယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်၊ ကြွေတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချွတ်တယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ် စသည် ရှုမှတ်နေတဲ့အခါ လှုပ်ရှားတဲ့သဘော၊ ရှေ့သွားတဲ့

သဘောဆိုတဲ့ ဝါယောဓာတ်များကိုလဲ သိရတယ်။ ရှုမှတ်ယင်းပင် ထိုကဘောများ ပျောက်ပျောက်သွားပုံကိုလဲ သိရတယ်။ ဒီအသိဉာဏ်များ ပြည့်စုံယင်လဲ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ပါတယ်။

ဒီလို ရှုမှတ်ယင်းပင် စိတ်အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ် ပျောက်ပျက်ပုံ၊ ချမ်းသာဆင်းရဲ ပေဒနာအမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်ပျောက်ပျက်ပုံ၊ မြင်သဘော၊ ကြားသဘော စသည့် သဘောမှန်များ ဖြစ်ပေါ် ပျောက်ပျက်ပုံများကိုလဲ သိမြင်ပါတယ်။ အဲဒီဉာဏ်တွေ ပြည့်စုံယင်လဲ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်ပါတယ်။

ခြေဆေးရေနှင့် သတ္တဝါ-အတွေးပေါ်လာ

အဲဒီလို သတိပဋ္ဌာန်ယောဂီ ပဋ္ဌာစာရာထေရီရယ်-လို့ ထင်ရှားသူ အမျိုးသမီး ရဟန်းတော် ဘိက္ခုနီဟာ တနေ့ဆော့အခါ တရားရှုမှတ်ယင်းပင် ရေအိုးငယ်ဖြင့် ရေကိုယူပြီး ခြေပေါ်ကို ရေလောင်းကာ ခြေဆေးတော်မူပါတယ်။

ရှုမှတ်ပုံက ရေအိုးကို ယူတော့ ယူတယ်။ ရေကို ခပ်တော့ ဖိတယ်။ မ-တော့ မ-တယ်။ လောင်းတော့ လောင်းတယ်။ နောက်တကြိမ်လောင်းတော့ လောင်းတယ်။ နောက်တကြိမ် လောင်းပြန်တော့လဲ လောင်းတယ်-လို့ ရှုမှတ်ပါတယ်။

အဲဒီလို ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စပ်ပြီး ထက်ကြပ်မကွာ ရှုမှတ်နေယင်းက မြေပေါ်မှာ စီးဆင်းသွားတဲ့ ရေဆီကို စိတ်ရောက်သွားပါတယ်။

ပထမအကြိမ် ခြေပေါ်တွင် သွန်းလောင်းလိုက်တဲ့ ရေဟာ အနည်းငယ် မြေပေါ်သို့ စီးသွားပြီး မြေတွင်းဝင်ကာ ပြတ်သွားပါတယ်။

နှစ်ကြိမ်မြောက် သွန်းလောင်းလိုက်တဲ့ ရေဟာ ပထမအကြိမ်ထက် ဝေးတဲ့ မြေအရပ်သို့ စီးသွားပြီး မြေတွင်းဝင်ကာ ပြတ်သွားရပြန်ပါတယ်။

သုံးကြိမ်မြောက် သွန်းလောင်းလိုက်တဲ့ ရေလဲပဲ ဒုတိယအကြိမ်ထက် သာလွန်ဝေးတဲ့ မြေအရပ်သို့သွားပြီး မြေတွင်းဝင်ကာ ပြတ်သွားပြန်ပါတယ်။

အဲဒီ ပဋ္ဌာစာရာထေရီဟာ အဲဒီလို မြေတွင်း ရေဝင်သည့် အဆင့် သုံးဆင့်ကို ကြည့်ရှု အာရုံပြုပြီး “ငါ့သွန်းလောင်းလိုက်တဲ့ ပထမအကြိမ် ခြေဆေး ရေတွေဟာ မြေတွင်းဝင်ပြီး ခန်းခြောက် ပျောက်ကွယ်သွားကုန်သကဲ့သို့ မွေးဖွားလာငြား ဤလောကသား သတ္တဝါများလဲ ပထမအရွယ် ခပ်ငယ်ငယ်၌ လဲ သေကြရတယ်။ ငါ့သား ငါ့သမီးများ သေသွားကြသလိုပေါ့။

ဒုတိယအကြိမ် လောင်းလိုက်တဲ့ ရေများပမာ ဒုတိယအရွယ် အလယ်ပိုင်း၌လဲ သေကြရပါတယ်။ ငါ့ခင်ပွန်းလင်နှင့် ငါ့မောင်ငါ့ဖား သေသွားကြရသလိုပေါ့။

တတိယအကြိမ် လောင်းလိုက်တဲ့ ရေများပမာ တတိယအရွယ်၌လဲ သေကြရပြန်ပါပဲ။ ငါ့မိငါ့ဖများ သေသွားကြရသလိုပေါ့။ အဲဒီလိုပင် ခြေဆေးရေနှင့် ဆက်စပ်ပြီး မရဏာ နုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းဖက် စိတ်ဆောက်သွားပါတယ်။ မရဏာ နုဿတိဆိုတော့ သမယကမ္မဋ္ဌာန်းပေါ့။

ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်း-ဖြစ်ပျက်ညွှန်း

ဒီအခါမှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ဇေတဝန်ကျောင်း ဂန္ဓကုဋ်တိုက်
တော်မှာ သီတင်းသုံးတော်မူယင်းကပင် ရောင်ခြည်တော်လွှတ်
ပြီး ပဋ္ဌာစာရီထေရီရဲ့ မျက်မှောက်သို့ ကြွရောက် ဟောကြား
သလိုပင် ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားရန် သတိပေး ဟောကြား
တော်မူပါတယ်။

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊
အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။
ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊
ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

ယော စ၊ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒ နဝမခေတ် လူလာဖြစ်သူ အကြင်သူ
သည်ကား။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို။
အပဿံ-အပဿန္တော၊ မရှုမပွား မသိမမြင်ငြားပဲ။ ဝဿသတံ၊
အနှစ်တရာ အသက်တာ ကာလပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ မပျက်အတည်
အသက်ရှည်ငြားအံ့။ တတော၊ ထိုခန္ဓာငါးပါး ဖြစ်ပျက်များကို
မပွားမရှု မသိမမြင် လူ့ပြည်လူ့ရှာ အနှစ်တရာ အသက်ရှည်
သောသူထက်။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ စွဲလန်းနိုင်ရာ ခန္ဓာငါးပါး ဖြစ်
ပျက်များကို။ ပဿတော၊ မှန်စွာရှုသော မြင်သောသူ၏။
ကောဟံ၊ နေ့ရောညပါ တရက်တာမျှ။ ဝါ၊ လက်ဖျစ်တတွက်
လျှပ်တပြက်မျှပင်။ ဇီဝိတံ၊ ရုပ်နာမ်တို့ဖက် ကြောင်းကျိုးဆက်
၍ အသက်ရှည်ခြင်းသည်။ သေယျော၊ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒ နဝမခေတ်
လူဖြစ်ကျိုးနပ် မြင့်မြတ်လှပါပေ၏။ သေယျော၊ ဘုရားပွင့်ဆဲ

လူလဲဖြစ်လာ ရှင်ဖြစ်ပါ၍ သဒ္ဓါပြည့်ဝ သဒ္ဓမ္မနာ ခန္ဓာဖြစ်ပျက်
မှန်မြင်ချက်ကြောင့် တိုးတက်ဉာဏ်စဉ် နိဗ္ဗာန်ဝင်ကြောင်း
အမြင်ကောင်းမို့ နှစ်ထောင်းအံ့ချိုး လက်ဖျစ် တီးလောက်
အောင် မြတ်ခြင်းကြီးမက မြင့်မြတ်လှပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု...။

အဓိပ္ပာယ်က ဘုရားပွင့်တဲ့ ဒီခေတ်ထဲမှာ လူလာဖြစ်လျက်
ခန္ဓာဖြစ်ပျက် ကျင့်မှန်ချက်ကို ပြက်ပြက်ထင်ထင် သိမြင်သူ၏
တရက်တခဏမျှ အသက်ရှင်ရခြင်းက ပိုမို မြင့်မြတ်ပါတယ်-တဲ့။
ဒါကို တိုတိုနှင့် လိုရင်း သိသာမှတ်သား ဆောင်ထားရအောင်
ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက ဒီလို
ဆောင်ပုဒ် ဈေးသားပြီး ပေးသနားတော် မူထားပါတယ်။

ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်းတော်ဆောင်ပုဒ်

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ၊ မမြင်ပါပဲ၊ တရာအသက်၊ ရှည်သည်
ထက်လည်း၊ ဖြစ်ပျက်နေဟန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို၊ အမှန်
မြင်လျက်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍၊ တရက်တာမျှ၊ သက်ရှင်
ရသော်၊ လောကလူ့ရွာ၊ ကောင်းမြတ်သာသည်။ ။
မြတ်စွာဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတည်း။

သဓု....သာဓု...သာဓု။

ဝိနယတေဒဂ်ရ-ရဟန္တာထေရီ

အဲဒီလို ဟောကြားတော်မူတဲ့ မြတ်ဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို
ကြားနာရတဲ့ ပဋိစ္စာရာထေရီဟာ သမထဖက် ရောက်နေတဲ့
မိမိရဲ့ စိတ်ကို ဝိပဿနာဆီသို့ ဦးတည်ပေးလိုက်ပါတယ်။

ခြေဆေးကျောက်ဖျာပေါ်တွင် ရေအိုးငယ်ကို ကိုင်လျက်က
မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ ရော့ခြည်တော်နှင့်တကွ လက္ခဏာတော်ကြီးငယ်
တို့ဖြင့် အလွန်တင့်တယ် သပ္ပာယ်တော်မူတဲ့ပုံတော်ကို ဖူးမြော်
ရတော့ ရေအိုးငယ်ကို မြေတွင် အသာချပြီး မြတ်ဗုဒ္ဓဖက်သို့
မျက်နှာမူပြီး ဒူးတုပ်လျက် လက်အုပ်ချီတာ ထိုင်နေပါ
လိမ့်မယ်။

တရားတော်ကို နာကြားယင်းပင် “ဖူးမြင်တော့ ဖူးမြင်
တယ်၊ ကြားတော့ ကြားတယ်၊ ကြည်ညိုတော့ ကြည်ညိုတယ်၊
ဝမ်းသာတော့ ဝမ်းသာတယ်” စသည် ရှုမှတ်ပါလိမ့်မယ်။

ရှုမှတ်ယင်း မြင်မှုရုပ်နာမ်အစဉ်၊ ကြားမှုရုပ်နာမ်အစဉ်၊
ကြည်ညိုမှု ရုပ်နာမ်အစဉ်၊ အေးမှု ပူမှု ရုပ်နာမ် အစဉ်တို့ရဲ့
ဖြစ်ပေါ်ပျောက်ပျက်ပုံ၊ မမြဲပုံ၊ ဆင်းရဲပုံ၊ အတ္တမဟုတ်ပုံများ
ကို သိမြင်ပြီးတော့ ပဋိသမ္ဘိဒါ လေးပါးနှင့်တကွ ကိလေသာ
ကုန်ခန်း ရဟန္တာ ဖြစ်တော်မူပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာမှာ ဒီလိုဖော်ပြထားပါတယ်။
ဒေသနာဝသာနေ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ဒေသနာအဆုံး၌၊ ပဋ္ဌာ
စာရာ၊ အမှန်ကျင့်ပွား ထင်ရှားသော အကျင့်မှန်ရှိသူ ပဋ္ဌာ
စာရာထေရီမယ်သည်။ သဟ ပဋိသမ္ဘိဒါဟိ၊ ပဋိသမ္ဘိဒါလေး
ပါးနှင့်တကွ။ အရဟတ္တံ၊ အရဟတ္တ မြတ်ဖလကို ရောက်ရ
မှန်စွာ ရဟန္တာ၏ အဖြစ်သို့။ ပါပုဏီ၊ ခန္ဓာဖြစ်ပျက် ဉာဏ်စဉ်
တက်၍ တိုးတက်တောက်လျှောက် ဆိုက်ရောက်တော်မူပါပေ
သတည်း။

သာဓု ... သာဓု သာဓု။

အဲဒီလို ရဟန္တာထေရီရှင်မကြီး ဖြစ်ပြီးနောက် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဘုရားရှင်က သာသနာတော်တွင် ဝိနည်းဆောင်သူတို့တွင် အမြတ်ဆုံး တေဒဂ်ဘွဲ့ထူးကိုလဲ ချီးကျူးပေးသနားတော်မူ ပါတယ်။

တေဒဂုံ ဘိက္ခုဝေ မမ သာဝိကာနံ ဘိက္ခုနီနံ
ဝိနယဇောနံ ယဒိဒံ ပဋ္ဌာစာရာ။

ဘိက္ခုဝေ၊ ရဟန်းတို့။ မမ၊ သင်တို့ကိုးစား ငါဘုရား၏။ သာဝိကာနံ၊ အဆုံးအမသာသနာ ကျင့်သိက္ခာကို လိုက်နာကျင့် ပွား ထပ်ညွှန်မပျား ဖြစ်ကြကုန်သော။ ဝိနယ ဇောနံ၊ ဥပဒေ ဝိနည်း အကျင့်စည်းကို ဆောင်ကုန်သော။ ဘိက္ခုနီနံ၊ အမျိုး သမီး ရဟန်းတော်များတွင်။ ယဒိဒံ ယာ အယံ-ပဋ္ဌာစာရာ၊ အကြင်ပဋ္ဌာစာရာထေရီရှင်မသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ တေ-သော ပဋ္ဌာစာရာ၊ ထိုပဋ္ဌာစာရာသည်။ အဂ္ဂံ-အဂ္ဂါ၊ အမြတ်ဆုံး အသာ ဆုံး အထူးဆုံး ဖြစ်ပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

ဒီလို ထူးချွန်စွာ ကျွတ်တမ်းဝင်ပြီး တေဒဂ်ဂုဏ်ထူးကို ဆွတ် ခူး ပန်ဆင်မှုကို မြင်တော်မူတဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဇောဝန် တရားပွဲကို သူ့အတွက် သီးသန့် ကျင်းပတော်မူတာပါပဲ။

ငိုကြွေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်

ဒီတရားတော်ရဲ့ အနှစ်သာရပိုင်းကို ထုတ်ဆိုရယင် ငိုကြွေး ခြင်းဆင်းရဲကို အပြတ်ရှင်းပြီး ဇာတ်သိမ်းသွားသူ ပဋ္ဌာစာရာ

ဟာ ဘယ်တရားကို ကျင့်ပွားလို့လဲ၊ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကို ကျင့်ပွားလို့ပါပဲ။ ဟုတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စောစောက ဟောခဲ့တဲ့အတိုင်းပင် ဘုရားရှင်က ဒီလို ဟောကြားထားတော် မူပါတယ်။

အယံ မဂ္ဂေါ၊ စွဲမြဲသော အမှတ်ရမှုသတိ စွဲမြဲမှုဟူသော ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းသည်။ သောကပရိဒေဝါနံ၊ စိုးရိမ် ပူဆွေးရခြင်း၊ ငိုကြွေးရခြင်းတို့ကို။ သမတိက္ကမာယ၊ ကောင်းစွာ ကျော်နင်းလွန်မြောက်ခြင်းငှာ။ ကောယနော၊ တကြောင်းတည်း သော လမ်းမှန်ပါပေတည်း။ ကောယနော၊ လမ်းခွဲလမ်းမှား တခြားမှား သွားစရာမရှိ သည်တလမ်းသာ ရှိသည်ဟု မြတ်စွာ ဘုရားကိုယ်တော်တိုင် အမိန့်ရှိကြေငြာတော်မူသည့် ကောယန တခုတည်းသောလမ်း တကြောင်းတည်းသောလမ်းပါပေတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းဟာ စိုးရိမ်ငိုကြွေးမှုတို့ကို လွန်မြောက် ဖို့ရာ တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်ပါတဲ့။ အဲဒါကို အကျဉ်းချုပ် မှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြည့် ကြပါဦး။

- ၁။ ငိုကြွေးမှုကို၊ ကင်းစေလို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
- ၂။ ငိုကြွေးမှုကို၊ ကင်းစေလို၊ သတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

မှန်ပါတယ်။ ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားများအားထုတ်သူ၊ ပေါက်ရောက်သူ မှန်သမျှ ငိုကြွေးဆင်းရဲမှ ကင်းလွတ်ပြီး

နိဗ္ဗာန်ဆိုက်ရောက် သွားကြရတာချည်းပါပဲ။ ယခုဟောပြခဲ့တဲ့ မယ်ပဋ္ဌာဟာ မြတ်ဘုရားဟောကြားတော်မူတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် တရား ကျင့်ပွားသူတို့ စိုးရိမ်ငိုကြွေးဆင်းရဲများကို လွန်မြောက် ကြရတယ် ဆိုတာကို ထင်ရှားစေသူပါပဲ။ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားယပ် ငိုကြွေးကင်းတယ် ဆိုရာတွင် မယ်ပဋ္ဌာဟာ စံပြပါပဲ။ ဟုတ်တယ်။ ဒါကြောင့် မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အဋ္ဌထကာ မှာလဲ ဒီလို သာဓက ထုတ်ပြ ထားပါသေးတယ်။

အဋ္ဌကထာဆရာ၏ ထောက်ခံချက် သာဓက

သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာတိ သောက
ဿ စ ပရိဒေဝဿ စ သမတိက္ကမာယ မဟာနာယာတိ
အတ္ထော။ အယဉ္ဇိမဂ္ဂေါ ဘာဝိတော သန္တတိမဟာ
မတ္တာဒိနိဝိယ သောကသမတိက္ကမာယ ပဋ္ဌာစာရာဒိနိ
ဝိယ သောက ပရိဒေဝ-သမတိက္ကမာယ သံဝတ္တတိ။
တေနာဟ“သောက ပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာ”တိ။

သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာတိ၊ စိုးရိမ်မှု သော
က ငိုကြွေးမှု ပရိဒေဝတို့ကို ကောင်းစွာလွန်မြောက်ခြင်းငှာ။
(အယံ မဂ္ဂေါ၊ ဤ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းသည်။ ကောယနော၊
တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်တည်း။) ဟူသည်ကား။
သောကဿ စ၊ ရွှေရေး နောက်ရေး ထောက်တွေးညှိုးမှီနိ
ပူဆွေးရှိန်ဖြင့် စိုးရိမ်ခြင်းသောကကိုလည်းကောင်း၊ ပရိဒေဝ
ဿ စ၊ မျက်မှည်တစိုစိုနဲ့ ရင်ဖိုလှိုက်ဆွေး ငိုကြွေးခြင်း ပရိဒေဝ
ကိုလည်းကောင်း။ သမတိက္ကမာယ၊ ကောင်းစွာ ကျော်နင်း
လွန်မြောက်ခြင်းငှာ။ ပဟာနာယ၊ ပယ်ခြင်းငှာ။ အယံမဂ္ဂေါ၊

ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းသည်။ ကောယနော၊ တကြောင်း
တည်းသော လမ်းမှန်တည်း။ ဣတိအယံ၊ ဤသည်ကား။
အတ္ထော၊ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခြင်း၏ လိုရင်း
အနက်ပါပေတည်း။

ဟိ သစ္စံ၊ ထိုစကားသည် မမှားကေန် မှန်လှပါပေ၏။ ဘာ
ဝိတော၊ ဒွါရနှင့် အာရုံဆုံတိုင်း မဆိုင်းပေါ်လတ် ရုပ်နာမ်
နှစ်ရပ်ကို မပြတ်ရှုမှတ် ပွားများစေအပ်သော။ အယံ မဂ္ဂေါ၊
ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းသည်။ သန္တတိမဟာမတ္တာဒီနံ၊
သန္တတိအမတ်ကြီး စသည်တို့၏။ သောကသမတိက္ကမာယ၊
စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်းကို လွန်မြောက်ခြင်းငှါ။ သံဝတ္ထတိဝိယ၊
ဖြစ်သကဲ့သို့လည်းကောင်း။ ပဋ္ဌာစာရာဒီနံ၊ ပဋ္ဌာစာရီ အစ
ရှိသည်တို့၏။ သောကပရိဒေဝသမတိက္ကမာယ၊ မျက်ရည်တစိုစို
နှင့် ငိုကြွေးခြင်းကို ကောင်းစွာကျော်နင်း လွန်မြောက်ခြင်းငှါ။
သံဝတ္ထတိဝိယ၊ ဖြစ်သကဲ့သို့လည်းကောင်း။ သောကပရိဒေ
ဝါနံ၊ သောကပရိဒေဝတို့ကို။ သမတိက္ကမာယ၊ ကောင်းစွာ
ကျော်နင်း လွန်မြောက်ခြင်းငှါ။ သံဝတ္ထတိ၊ ဖြစ်ပါပေ၏။
တေန၊ ထို့ကြောင့်။ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယာတိ၊
သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ-ဟူ၍။ အာဟံ၊ ဘုရား
မြတ်စွာ ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြား တော်
မူပါပေသတည်း။

သာဓု... သာဓု....သာဓု။

ဒီအဋ္ဌကထာ ဆရာထောက်ခံချက် သာဓကဝတ္ထု နှစ်မျိုး
တို့တွင် သောကကင်းဝေးပုံသာဓက သန္တတိ အမတ်ကြီး ဝတ္ထု

ကိုတော့(သောက ကင်းဝေး ငြိမ်းချမ်းအေးတရားတော်)တွင်
ဟောကြားခဲ့ပါပြီ။

ငိုကြွေးကင်းပုံ သာဓဏ ပဋ္ဌာစာရာ ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းကိုလဲ
သတိပဋ္ဌာန်ရှုပုံ ဉာဏ်ဖြစ်ပုံနှင့်တကွ ဟောကြားတာကိုလဲ ယခု
နာကြားခဲ့ကြရပါပြီ။ ဒါကြောင့် ယခု တရားနာများအား
တသက်လုံးသုံးဖို့ အိမ်ပြန်လက်ဆောင် ငိုကြွေးကင်းရန် သတိ
ပဋ္ဌာန် စာအားအလုပ်ကို ယခု လက်တွေ့ ၅-မိနစ်လောက် အား
ထုတ်ပြီး တရားပွဲသိမ်းကြရအောင်ပါ။

မဟာစည် သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာရှုနည်း

- ၁။ တင်ပျဉ်ခွေကာ၊ ဒူးတုပ်မ၊ ဝမ်းမှူ သတိယှဉ်။
- ၂။ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်၊ ရှုမှတ်ကွယ်၊ နှစ်သွယ်
ရုပ်နာမ်ပင်။
- ၃။ တင်ပခန်းခါး၊ စဉ်သုံးပါး၊ ထိုင်ခါး ဖြောင့်စေချင်။
- ၄။ မျက်စေ့မှိတ်လေ၊ ခေါင်းတည့်နေ၊ ငြိမ်စေ ကိုယ်
စိတ်ပင်။
- ၅။ မြင်ယင် မြင်တယ်၊ မှတ်ရမယ်၊ ပျောက်ကွယ် ဖောင်း
ပိန်ဝင်။
- ၆။ ကြားနံစားထိ၊ စိတ်ကူးရှိ၊ မှတ်သိရှေးနည်းပင်။
- ၇။ သမာဓိယှဉ်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍ မဂ်
ဖိုလ်ဝင်။

ကဲ-အမျိုးသားတွေက တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ပါ။ အမျိုးသမီး
တွေက ဒူးတုပ်ထိုင်ပါ။ တင်ပျဉ်ခွေ ဒူးတုပ်လျက် အပေါ်မှူ

ဗယ်လက်ဝါးကို အောက်ကလှန်ပြီးခံပါ။ ညာလက်ဝါးကို အထက်ကလှန်ပြီး ထပ်တင်ထားပါ။ တင်ပါးရယ်၊ ဝခုန်းရယ်၊ ခါးရယ် သုံးမျိုးလုံး တန်းနေအောင် ဖြောင့်ဖြောင့် မတ်မတ်ထားပါ။ မျက်စေ့ကိုလဲ မှိတ်ပြီး ခေါင်းကိုလဲ တည့်တည့်ထားပါ။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်ငြိမ်ထားပါ။ အထူးအားဖြင့် စိတ်ကို ဝမ်းဗိုက်ဆီသို့ ညွတ်ထားပါ။

အသက်ရှူတိုင်း ရှိုက်တိုင်း လှုပ်ရှားလာတဲ့ ဝမ်းဗိုက်ကို စိတ်စိုက်ပြီး စိတ်ဖြင့်ပင် ‘ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်’လို့ ရှုမှတ်ပါ။ ရှုမှတ်နေယင်း စိတ်ထွက်သွားယင်လဲ ‘စိတ်ကူးတယ်၊ စဉ်းစားတယ်’ စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပါ။ ပြီးလို့ စိတ်ငြိမ်သွားယင် ‘ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်’ကို ပြန်မှတ်ပါ။

ကိုယ်တွင်းက ယားတာ နာတာ ကျင်တာ အောင့်တာ စပေါ်လာယင်လဲ “ယားတယ်၊ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ အောင့်တယ်”လို့ ရှုမှတ်ပါ။ ပျောက်သည့်အထိ ရှုမှတ်ပါ။ အဲဒါ ပျောက်သွားယင် “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်”ကိုပင် ပြန်လည် ရှုမှတ်ပါ။

မြင်တာ ကြားတာ နံတာထွေ ပေါ်ယင် ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ ကို စိုက်ပြီး “မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံတယ်”လို့ မှတ်ပါ။ ပျောက်သွားယင် “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်”ကို ပြန်မှတ်ပါ။ ပါးစပ်ထဲက တံတွေးတွေ များလာယင်လဲ “တံတွေးများတယ်၊ လုံးချင်တယ်၊ လုံးတယ်၊ မျိုတယ်”စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပါ။ ပြီးယင် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်”ကို ပြန်မှတ်ပါ။

အထူး ရှုမှတ်စရာမရှိယင် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်”ကို သာ ရှုမှတ်နေပါ။ တခြား မြင်တာ ကြားတာ စသည် ပေါ်လာယင် ပေါ်ရာပေါ်ရာကို စူးစိုက်လိုက်မှတ်ပါ။ အချိန် ၅-မိနစ်စေ့ယင် ပြောပါမည်။ ၎င်း....ဆိတ်ငြိမ်စွာ အားထုတ်လိုက်ကြပါဦး။

ကဲ-ငါးမိနစ်စေ့ပါပြီ။

အကျိုးပြ

အဲဒီလို ရှုမှတ်ရတာနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဘယ်လိုအကျိုးများကို ရရှိနိုင်ပါသလဲဆိုယင် ပုဗ္ဗဘာဂဝိပဿနာမဂ္ဂင် ၈-ပါးကိုလဲ ရှုမှတ်ယင်း ကိစ္စပြီးမြောက်သောအားဖြင့် ရရှိနိုင်ကြပါတယ်။

၁။ ရှုမှတ်စရာ အာရုံပေါ် သတ်ကလေး ရောက်သွားအောင် တင်ပို့တာက သမ္မာသင်္ကပ္ပမဂ္ဂင်-တဲ့။

၂။ ရှုမှတ်နေတာက သမ္မာသတိမဂ္ဂင်-တဲ့။

၃။ ကြောင့်ကြစိုက် အားထုတ်နေတာက သမ္မာဝါယာမမဂ္ဂင်-တဲ့။

၄။ တမှတ်နှင့်တမှတ် သတိနှင့်အသိ ကပ်ကပ်ပြီး တည်ငြိမ်တာက သမ္မာသမာဓိမဂ္ဂင်-တဲ့။

၅။ ရှုမှတ်စရာ အာရုံက တခြား၊ ရှုမှတ်သိက တခြား၊ အဲဒီလို အသိလေးတွေ ကွဲပြားသိတာက သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်-တဲ့။

ဒီမဂ္ဂင်ငါးမျိုးကို ကာရက (အလုပ်သမား)မဂ္ဂင်လို့ ခေါ်တယ်။

၆။ ငစီဒုစရိုက် ၄-ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ပြီး မှန်စွာပြောတဲ့ သမ္မာဝါစာမဂ္ဂင်။

၇။ ကာယဒုစရိုက် ၄-ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ပြီး မှန်စွာ ပြုလုပ်တဲ့ သမ္မာကမ္မန္တမဂ္ဂင်။

၈။ အမျှားကို ထိခိုက်စေတဲ့ မှူးယှဉ်းသော အသက်မွေးမှု မိစ္ဆာဇီဝမှ ရှောင်ကြဉ်ပြီး အပြစ် ကင်းစွာ မှန်ကန်သော အသက်မွေးမှုဖြင့် အသက်မွေးမှု သမ္မာအာဇီဝမဂ္ဂင်။

ဒီသီလမဂ္ဂင် သုံးမျိုးလုံးကတော့ တရားနာခါနီး သီလဆောက်တည်ပြီးတာစည်းတာ ပြည့်စုံနေပါတယ်။ တရားရှုမှတ်စဉ်မှာလဲ သီလဝိသုဒ္ဓိအနေနဲ့ ပါဝင်နေကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် တမ္မတိမှတ်လိုက်ယင် မဂ္ဂင် ၈-ပါး၊ တမ္မတိမှတ်လိုက်ယင် မဂ္ဂင် ၈-ပါး တရားတွေလဲ ကိစ္စပြီးသောအားဖြင့် ပါဝင်နေကြပါတယ်။ အရိယာမဂ်ရဲ့ ရှေ့ပြေး ပုဗ္ဗဘာဂ ဝိပဿနာမဂ္ဂင်တွေပါ။ ဝမ်းမြောက်ဖို့ ကောင်းပါတယ်။ ဒါတွေ ပြည့်စုံယင် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြု သိမြင် သွားနိုင်ပါတယ်။

ညစဉ် ညစဉ် အိပ်ရာဝင်မှာ ပြုဖူးလို့ လောကီကိစ္စမျှား ပြီးယင် သီလဆောက်တည်ပြီး ဒီတရားကို ၅-မိနစ်၊ ၁၀-မိနစ်၊ မိနစ် ၃၀-စသည် ရှုမှတ်နိုင်သမျှ ရှုမှတ်သွားကြမယ်ဆိုရင်

ကောင်းသောအိပ်ခြင်း၊ ကောင်းသောနိုးခြင်း၊ လောကဓံ
ကောင်းဆိုးကို သည်းခံနိုင်ခြင်း၊ ဝိပဿနာဉာဏ်များ ပွားများ
ခြင်း အကျိုးများကို မုချရနိုင်ကြပါတယ်။

ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားများ အားထုတ်ခြင်းဖြင့်-

၁။ စိတ်ညစ်ကင်းမယ်၊

၂။ စိုးရိမ်ကင်းမယ်၊

၃။ ငိုကြွေးကင်းမယ်၊

၄။ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းမယ်၊

၅။ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းမယ်၊

၆။ အရိယာမဂ်ကို ရမယ်၊

၇။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုမယ်-

ဆိုတဲ့ အကျိုး ၇-မျိုးကိုလဲ ရရှိနိုင်ပါတယ်။

ဒီ သတိပဋ္ဌာန် တရားကို ပွားများ အားထုတ်ခြင်းဖြင့်
၇-ရက်မှ ၇-နှစ်အတွင်း အနာဂါမ် ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်-
တဲ့၊ ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် မိန့်ကြားတော်
မူချက် ဖြစ်ပါတယ်။] ကဲ-တရားပွဲသိမ်းကြရအောင် အားလုံး
လက်အုပ်ချီကြပါ။

ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ် ဘုရားရှိခိုး

၁။ ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ မုဒ္ဒံ ပူဇေမိ။

၂။ ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ။

၃။ ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

၁။ အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာ တရား ကိုးပါးအား
လျော်သော ဤ (သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ်
ပဋိပတ်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ပါ၏။

၂။ အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား
လျော်သော ဤ (သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ်
ပဋိပတ်ဖြင့် တရားတော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏။

၃။ အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာ တရား ကိုးပါးအား
လျော်သော ဤ (သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ်
ပဋိပတ်ဖြင့် သံဃာတော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏။

အဓိဋ္ဌာန် ပါဠိ

အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပဒါယ ဇရာမရဏမ္မာ ပရိမုဒ္ဓိ-
ဿာမိ။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်သည် ဤ (သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ်
ပဋိပတ်ဖြင့် အိုဘေး ဆိုးကြီး (နာဘေး ဆိုးကြီး) သေဘေး
ဆိုးကြီးမှ အမြဲကောန် လွတ်မြောက်ရတော့မ္မာပါတကား။

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်၏ ဤ ကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်း
အထောက်အပံ့ကောင်း ဖြစ်ပါစေသတည်း။

အမျှဝေလို့ မေတ္တာပို့၊

လူဒံ မေ ပုညဘဝံ သဗ္ဗသတ္တာနံ ဒေမိ။

အကျွန်ုပ်၏ ဤ ကောင်းမှု ကုသိုလ်အဖို့ကို အားလုံးသေး
သတ္တဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏၊ အမျှပေးဝေပါ၏
အမျှပေးဝေပါ၏။

အားလုံးသော သတ္တဝါတို့သည် အမျှရကြ၍ ဘေးရ
ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲက
င်းကြပါစေ၊ ကျန်းမာ ချမ်းသာ ကိုယ်ခန္ဓာ ကောင်းရ
ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေ။

သာဓု....သာဓု....သာဓု....။

ငိုကြွေးကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်

ပြီးပါပြီ။

ဒီ သတိပဋ္ဌာန် တရားကို ပွား၊ ပျား၊

အား၊ ထုတ်ခြင်းဖြင့်

၁။ ဓိတ်ညစ်ကင်းမယ်။

၂။ စိုးရိမ်ကင်းမယ်။

၃။ ငိုကြွေးကင်းမယ်။

၄။ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းမယ်။

၅။ ဓိတ်ဆင်းရဲကင်းမယ်။

၆။ အရိယာမဂ်ကို ရမယ်။

၇။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုမယ်။

ဆိုတဲ့ အကျိုး ၇-မျိုးကိုလည်း ရရှိနိုင်ပါတယ်။

ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွား၊ ပျား၊ အား၊ ထုတ် ခြင်း ဖြင့်

(၇) ရက်မှ (၇) နှစ်အတွင်း အနာဂါမ် ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်
ပါတယ်...တဲ့။ ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင်
မိန့်ကြားတော်မူချက် ဖြစ်ပါတယ်။