စိန်လင်း

၊ ခွဲစိတ်နှင့်ကင်ဆာပါရဂူ ၊

ဖြူစင်ရှင်းသန့်သော ရပ်ဝန်းဆီသို့

၂၉၄ · ၇
၁-၄ ၁
၅၈၁

သို့

....

....

....

မှ

စိန်လင်း

....
၂၀/၅/၁၄

....

....

တပ်မှူး
ကြည်း-၂၀၁၆၅ ပါမောက္ခ ဗိုလ်မှူးချုပ် စိန်လင်း
အမှတ်(၂)တပ်မတော်ဆေးရုံ (ခုတင်-၅၀၀)

၂၈၅၇၅
၂၅.၆.၁၄

ဖြူမှုန်ပြင်းသန့်သေ ရပ်ဝန်းဆီသို့

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ထုတ်ဝေသူ ❐ ဦးစိုးတင့်၊ ရွှေပြည်သာစာပေ
အမှတ်(၆/၁၀)ရပ်ကွက်၊ ချင်းတွင်း
လမ်း၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊
ရွှေပြည်သာ။
ပုံနှိပ်သူ ❐ ဒေါ်ဝင်းမာ၊စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်
ရန်ကင်း၊ ရန်ကုန်။
မျက်နှာဖုံးပန်းချီ ❐ မမွေး
ကွန်ပျူတာစာစီ ❐ ကိုသန်းထွေး
စာအုပ်ချုပ် ❐ ကိုမြင့်

ထုတ်ဝေခြင်း

ပထမအကြိမ် ❐ ၂၀၁၄ ခုနှစ်၊ မတ်လ
အုပ်ရေ ❐ ၂၅၀၀
တန်ဖိုး ❐ ၃၀၀၀ ကျပ်

စိန်လင်း (ခွဲစိတ်နှင့်ကင်ဆာပါရဂူ)

မာတိကာ

၁။ နေ့သစ်များကို ဖြတ်သန်းခြင်း ... ၁

၂။ သီလ၏ စင်ကြယ်ခြင်း ... ၈၃

၃။ စိတ်၏ စင်ကြယ်ခြင်း ... ၁၀၉

၄။ အယူ၏ စင်ကြယ်ခြင်း ... ၁၆၇

၅။ ယုံမှားသံသယမှ စင်ကြယ်ခြင်း ... ၂၀၃

၆။ လမ်းမှန်ကို သိသောဉာဏ်၏
စင်ကြယ်ခြင်း ... ၂၅၁

၇။ အရိယာမဂ်ကိုရသောဉာဏ်၏
စင်ကြယ်ခြင်း ... ၂၇၉

၈။ သစ္စာလေးပါးကိုသိသောဉာဏ်၏
စင်ကြယ်ခြင်း ... ၃၁၅

၉။ ဖြူစင်ရှင်းသန့်သော ရပ်ဝန်းဆီသို့ ... ၃၃၃

'ချစ်ခင်စုံမက်၊ နှစ်သက်ဖွယ်မှန်သမျှနဲ့ နောက်ဆုံးမှာ ကွေကွင်းရမှာပဲလို့ ငါပြောပေါင်းများလှပြီ အာနန္ဒာ၊ မြဲတယ် ဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိဘူး…'

ပရိနိဗ္ဗာနသုတ်

ကျေးဇူးရှင် ဖေဖေနှင့် မေမေသို့

ဖြူစင် ဂုင်းသန့်သော

ဂပ်ဝန်းဆီသို့

နေ့သစ်များကို ဖွင့်သန်းခြင်း

(၁)

ခရီးတစ်ခု၏ အစ

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဇွန်လ ၂၂-ရက်၊ တနင်္ဂနွေနေ့။

နံနက်စောစောကစပြီး တဖွဲဖွဲရွာနေတဲ့မိုးဟာ ညနေပိုင်းမှာ စဲသွားလို့ နေခြည်ဖြာကျနေတဲ့ ဆည်းဆာရဲ့ရှုခင်းကို သာယာလှပစွာ တွေ့မြင်နေရပါတယ်။ မိုးရွာပြီးစ စိမ်းလန်းစိုပြေနေတဲ့ သစ်ပင်ပန်းမန်များ၊ သင်းပျံ့သော မြေသင်းရနံ့များနဲ့ အေးမြတဲ့ မုတ်သုန်လေရဲ့ အထိအတွေ့ဟာ ကျွန်တော့်ရဲ့စိတ်ကို ကြည်လင်လန်းဆန်းသွားစေပါတယ်။

ရွှေတိဂုံဘုရား မရောက်တာကြာပြီမို့ ညနေ ခြောက်နာရီလောက်မှာ ဦးဝိစာရလမ်းဘက် အနောက်ဘက်စောင်းတန်းကနေ တက်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတန်ဆောင်းဟာ လွတ်လပ်ရေး မရခင်ကတည်းက သိမ်ကြီးဈေးမှ ဈေးသူ ဈေးသားများရဲ့ နှစ်ပြားစီထည့်ဝင်ထားတဲ့အလှူငွေနဲ့ ဆောက်ထားလို့ နှစ်ပြားတန်ဆောင်းလို့လည်း အမည်ရခဲ့ပါတယ်။

တန်ဆောင်းတစ်လျှောက်မှာ လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်းများစွာက ကျောက်စာကမ္ပည်းရေးထိုးထားတဲ့ အလှူရှင်များ၏ အမည်ကိုလည်း ယခုတိုင်တွေ့နေရပါတယ်။ ကျွန်တော်မှတ်မိသလောက်

ပဲခူးအပိုင်၊ ဒိုက်ဦးမြို့နယ် မြေပိုင်ရှင်သူဌေးကြီး ဦးဘရင်+သူဌေး ကတော် ဒေါ်မိန်းကလေး ကောင်းမှု’ ‘ဘုံဘေဘားမား သူဌေး ကုမ္ပဏီစာရေးကြီး ဦးဘဖေကောင်းမှု’ ‘ဒလ ပျော်ဘွယ်ကြီးရွာ၊ ညောင်ပင်သာရပ်၊ အဘဦးသိန်း + အမိဒေါ်သူဇာ၊ သမီးကြီး ဒေါ်ရင်၊ မောင်ဦးဖိုးသက်နှင့် ဇနီးဒေါ်မျှင်မိသားစု’ ဖြစ်ပါတယ်။

သူတို့အကြောင်းကို တွေးမိတော့ ဘဝရဲ့ မမြဲတဲ့သဘာဝ ကိုလည်း သတိထားမိပါတယ်။ အခုဆိုရင် အလှူရှင်များအားလုံး လည်း ဘဝတစ်ပါးသို့ ကူးပြောင်းသွားလောက်ပါပြီ။ သဒ္ဓါ တရားထက်သန်စွာနဲ့ ပညာဦးစီးပြီး လှူခဲ့မယ်လို့ ယုံကြည် တဲ့အတွက် အခု ကောင်းရာသုဂတိဘဝတွေမှာ တစ်ဖန်ကျင်လည် နေကြမှာပါ။

ဇနီးမောင်နှံတွေ, မိသားစုတွေ ဘယ်လိုပဲ ချစ်ခင် ကြင်နာ စွာ နေခဲ့ပေမယ့် တစ်နေ့မှာ ရှင်ကွဲ ဒါမှမဟုတ် သေကွဲကွဲပြီး ခွဲခွာရပါတယ်။ တွေးကြည့်ရင် အလွန်ဝမ်းနည်း ဆွေးမြေ့ ဖွယ်ရာကောင်းတဲ့ အဖြစ်လေးတွေပါ။ သူတို့လို ကျွန်တော်လည်း တစ်နေ့မှာ ချစ်ခင်ရသူတွေအားလုံးကို စွန့်သွားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီအတွေးတွေနဲ့ လှေကားထစ်များကို တလှမ်းချင်း တက်လာ ခဲ့မိပါတယ်။ လှေကားထစ်တွေရဲ့အဆုံးမှာ မြင်ကွင်းဟာ ရုတ် တရက် ပြောင်းလဲသွားပြီး ရွှေရောင်ဝင်းနေတဲ့ စေတီတော်ကြီးကို တွေ့လိုက်ရပါတယ်။ တိမ်ကင်းစင်နေတဲ့ ကောင်းကင်ယံနဲ့ ရွှေ

ရောင်ဝင်းလက်နေတဲ့ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ဟာ မြင်ရသူ အားလုံး ရဲ့ရင်ကို အေးမြစေသလို ကြည်လင်တဲ့သဒ္ဓါတရားကိုလည်း ဖြစ် စေပါတယ်။

ရင်ပြင်တော်လျှောက်လမ်းကိုဖြတ်ပြီး အနောက်ဘက်မုခ်ဦး ထဲကို ဝင်လိုက်တဲ့အခါ ကိလေသာကင်းစင်နေလို့ တိမ်စင်တဲ့ လပမာ ကြည်လင်အေးချမ်းတဲ့ ကဿပဘုရားရှင်ရဲ့ မျက်နှာ တော်ကို ဖူးမြင်လိုက်ရပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကို မေတ္တာသုတ်, မဟာပဋ္ဌာန်းနဲ့ ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်ပါတယ်။ အချိန်ရှိသေးတာနဲ့ ရင်ပြင်တော်ကို တစ်ပတ်ပတ်ပြီး ရှင်စောပုဘုရင်မကြီးနဲ့ ဓမ္မစေတီ မင်းတို့ တည်ထားတဲ့ဘုရားများကိုလည်း လှည့်လည်ဖူးမြော်ပြီး ဂုဏ်တော်ပုတီးစိပ်လိုက်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ဂေါတမမြတ်စွာဟာ လေးသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာ တစ်သိန်း ပါရမီများဖြည့်ဆည်းပြီးမှ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ခဲ့ပါ တယ်။ ရွှေတိဂုံရဲ့ပုံရိပ်ဟာလည်း ဘဝပေါင်းများစွာ အများအတွက် စွန့်လွှတ်ပေးဆပ်ခဲ့တဲ့ လူသားတစ်ဦးရဲ့ ကြီးမားမြင့်မြတ်သော ဂုဏ်ကိုလည်း ဖော်ကျူးပြသနေပါတယ်။ ကျွန်တော့်ဘဝမှာ အလေးထားရဆုံးနဲ့ အားအကျဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ထဲမှာ မြတ်စွာဘုရားက ထိပ်ဆုံးက ပါဝင်နေပါတယ်။

ရွှေတိဂုံကို ရောက်တဲ့အခါတိုင်း ငယ်စဉ်က မိသားစုအတူ

တူ ဘုရားသွားခဲ့တာကို စိတ်ထဲမှာ မြင်ယောင်အမှတ်ရနေမိပါတယ်။ အဲဒီအချိန်လေးတွေဟာ ဘယ်လိုမှ ပြန်လည်မရနိုင်တော့တဲ့ ဘဝရဲ့ ချိုမြိန်သော အမှတ်တရလေးများပါ။

ရင်ပြင်တော် အရှေ့ဘက်မုခ်ဦးရှေ့မှာ မမျှော်လင့်ဘဲ စစ်တွေဆေးရုံမှာ အတူတူလုပ်ခဲ့ကြတဲ့ ဆရာဖေသိန်းနဲ့ ဆရာကျော်မြင့်ကို မိသားစုများနဲ့အတူ တွေ့လိုက်ရပါတယ်။ ဆရာဖေသိန်းက ဝမ်းသာအားရနဲ့ နှုတ်ဆက်ပါတယ်။

'ကျွန်တော်တို့ အခု မင်္ဂလာဒုံဆေးရုံကြီးမှာ ရောက်နေတယ်၊ သားသမီးတွေလည်း အလုပ်ကိုယ်စီနဲ့ဆိုတော့ ရုံးပိတ်ရက်ဆိုရင် ဘုရားကို အမြဲရောက်ဖြစ်တယ်'

'ကောင်းပါတယ် ဆရာဖေနဲ့ ဆရာကျော်ရယ်၊ မတွေ့ရတာအတော်ကြာသွားပြီ'

'ဆရာ စစ်တွေကနေ သင်တန်းတက်ဖို့သွားပြီး သုံးလအကြာမှာ ကျွန်တော်တို့နှစ်ယောက်လည်း ရန်ကုန်ပြောင်းဖို့ အမိန့်ထွက်လာတယ်၊ အခု စစ်တွေမှာ ဆေးရုံဖွင့်စက လူဟောင်းတွေသိပ်မကျန်တော့ဘူး၊ အဲဒီတုန်းက ဆရာ အဘိဓမ္မာပို့ချပေးခဲ့တာကျွန်တော်တို့အတွက် အများကြီးအကျိုးရှိပါတယ်'

'ကျွန်တော်လည်း စင်္ကာပူက ပြန်ရောက်တော့ စစ်တွေမှာတာဝန်ထမ်းဆောင်ဖို့ လူကြီးတွေကို ပြောသေးတယ်၊ ဒါပေမဲ့

လိုအပ်ချက်အရ မေမြို့ဆေးရုံရောက်သွားတယ်၊ အခု ရန်ကုန် ရောက်တာ ၂-နှစ်ရှိတော့မယ်'

ဆရာကျော်မြင့်က 'မသင်းအတွက်လည်း အားလုံး စိတ် မကောင်းဖြစ်ကြရတယ်၊ ဆရာမ မဆုံးခင် ကျွန်တော်တို့လည်း အမြဲတွေ့ပြီး အားပေးဖြစ်တယ်၊ စစ်တွေမှာ ပစ္စည်းမပြည့်စုံ တဲ့ကြားက အတူရုန်းကန် လုပ်လာခဲ့ကြတာတွေကို အမြဲ သတိရ နေမိတယ်'

မသင်းဆိုတာ ၁၉၉၉-ခုနှစ်က ကျွန်တော်တို့အားလုံးနဲ့ အမှတ်(၂)တပ်မတော်ဆေးရုံ(ခုတင်-၃၀၀)ဖွင့်လှစ်ခါစမှာ အတူ တူလုပ်ခဲ့ကြတဲ့ ထူးချွန်တဲ့ ဆေးကုသမှုပြုဒါရဂူပါ။ အူမကြီးမှာ ကင်ဆာဖြစ်နေတာကို အသည်းသို့ပျံ့နှံ့သွားမှ သိရတဲ့အတွက် ရောဂါဖြစ်ပြီး မကြာခင်မှာပဲ တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး၊ မင်္ဂလာဒုံမှာ ဆုံးသွားခဲ့ပါတယ်။

'ကျွန်တော်လည်း စစ်တွေမှာ အတူနေခဲ့တာတွေကို အမှတ် ရပါတယ်၊ ညီမက ကိုယ့်ကျန်းမာရေးကို ဂရုမထားဘဲ အများ အတွက်ပဲ အာရုံရှိနေတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ အူမကြီးကင်ဆာလို့ သိရ တဲ့အချိန်မှာ ကုသလို့မရနိုင်တော့တဲ့ အခြေအနေ ဖြစ်နေတယ်'

'ဆရာမက လူနာတွေအပေါ်မှာလည်း စေတနာထားပြီး ကုတယ်၊ ဘာသာရေးလည်း ကိုင်းရှိုင်းတော့ အခု ကောင်းရာဘုံ

ဘဝတွေမှာ ရောက်နေမယ်လို့တွေးပြီး ဖြေလိုက်ပါတယ်'

'ကျွန်တော်လည်း ဒီလိုပဲ ယုံပါတယ်၊ ညီမက အဘိဓမ္မာ ပြီးတော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ပါ သင်ချင်တာ'

'ကျွန်တော်တို့လည်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကို လေ့လာချင်တာ၊ ဆရာ့ကိုလည်း အားလုံး နားလည်လွယ်အောင် ရေးစေချင်တယ်'

'ကျွန်တော် ကြိုးစားပါ့မယ်'

'နောက်မှ အေးအေးဆေးဆေး တွေ့ကြတာပေါ့၊ ကျွန်တော်တို့ကို ခွင့်ပြုပါအုံး ဆရာ'

'ကောင်းပါပြီ ဆရာကျော်နဲ့ ဆရာဖေရယ်၊ ကျန်းမာရေး လိုတာရှိလည်း လာခဲ့ပါ'

ကျွန်တော်လည်း ဆရာဖေတို့ နှုတ်ဆက်ထွက်ခွာသွားတော့ ညီမငယ် မသင်းကို သတိရမိသလို စစ်တွေမှာ ပထမဦးဆုံး စတွေ့တဲ့နေ့ကစပြီး အတူလက်တွဲလုပ်ခဲ့ကြတာတွေကို အမှတ်ရမြင်ယောင်နေမိပါတယ်။ စိတ်သဘောထား ဖြူစင်ပြီး လူနာများ အပေါ် ဂရုတစိုက်ကုသပေးခဲ့တဲ့ ညီမငယ်တစ်ယောက် မြင့်မြတ်တဲ့ဘဝတွေမှာ ကျင်လည်နေမယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။ အခွင့်သာရင် ယခုဘဝလို မွန်မြတ်တဲ့ သမားတော်တစ်ဦးအနေနဲ့ ပြန်လာစေချင်ပါသေးတယ်။

ကျွန်တော် အနောက်ဖက်စောင်းတန်းက ပြန်ဆင်းလာတော့

အပြင်ဖက်မှာ တော်တော်မှောင်နေပါပြီ။

ရာသီစက်ဝန်းဟာ စဉ်ဆက်မပြတ် လည်ပတ်နေတာမို့ နွေသစ်ဟာ မကြာခင်မှာ ရောက်ရှိလာပါတော့တယ်။ တနင်္လာနေ့က ပြင်ပလူနာ ကြည့်ရှုပေးတဲ့ရက်မို့ နံနက် ၉-နာရီ ခွဲစိတ်ကုသဆောင် *ward round* ပြီးတာနဲ့ ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။ လူနာများကို ကြည့်ရှုပေးရသလို ဆေးတက္ကသိုလ်နောက်ဆုံးနှစ်နဲ့ ဘွဲ့လွန်ကျောင်းသားများကိုလည်း စာသင်ပေးရပါတယ်။

ကျွန်တော် ပြင်ပလူနာများကြည့်ပြီးတော့ နေ့လည် တစ်နာရီရှိနေပါပြီ။ နေ့လည်စာကို ရုံးခန်းမှာ စားဖို့ပြင်နေတုန်း သူနာပြုဆရာကြီး ကျော်ကျော်သိန်း ရောက်လာပြီး-

'ဆရာ အခုပဲ အသက် ၇၀-ကျော် အငြိမ်းစား ဗိုလ်မှူးကြီးတစ်ယောက် အူကျပြီး ပြန်မဝင်တာ သုံးရက်ရှိလို့ လာပြတယ်၊ အခြေအနေက စိုးရိမ်ရလို့ ချက်ခြင်း *inform* လုပ်တာပါ'

'ကျွန်တော် လိုက်ကြည့်ပေးပါ့မယ်'

အထူးကြပ်မတ်ကုသဆောင်ကို ကျွန်တော်သွားပြီး စမ်းကြည့်တော့ လူနာဟာ အူပိတ်နေတဲ့ လက္ခဏာရှိပြီး သွေးပေါင်လည်း အနည်းငယ်ကျနေပါတယ်။ အရေးပေါ်ကုသဖို့လိုတာမို့ သွေးစစ်ဆေးခြင်းများ၊ *ECG* နဲ့ ရင်ဘတ်ဓါတ်မှန်များရိုက်ပြီး ခွဲစိတ်ကုသဖို့ ပြင်ရပါတယ်။ နှလုံးနဲ့ အဆုတ်အခြေအနေအတွက်

ဆေးကုသမှုပါရဂူ အစ်မကြီး ဒေါ်ရင်ရင်ထွန်းမှ လာရောက်ကြည့် ပေးပါတယ်။

ညနေ ၅-နာရီခန့်မှာ ခွဲစိတ်ကုသမှု စနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ညာဖက် ကပ္ပါယ်အိတ်ထဲ ဝင်ရောက်နေဟဲ့ အူသိမ် တစ်ပေကျော် ကျော်ခန့်ဟာ သွေးမရောက်လို့ ညိုမည်းနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် မို့ အဲဒီအူအပိုင်းကို ဖြတ်ထုတ်လိုက်ရပြီး ကောင်းမွန်တဲ့ အူအပိုင်း နှစ်ခုကို ပြန်ဆက်ပေးလိုက်ရပါတယ်။

ဆရာဝန်၊ သူနာပြုများရဲ့ အချိန်မီခွဲစိတ်ကုသပေးနိုင်မှု၊ လူနာရဲ့နှလုံးနဲ့ အဆုတ်အခြေအနေကလည်း ကောင်းမွန်နေတာမို့ နောက်တစ်နေ့နံနက်မှာ သွေးခုန်နှုန်း၊ သွေးပေါင်နဲ့ အသက်ရှုနှုန်း တို့လည်း ပုံမှန်ပြန်ရောက်သွားပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားဟောခဲ့သလို ကံ, စိတ်, ဥတု, အာဟာရ ဆိုတဲ့အတိုင်း လူတစ်ယောက် အသက်ရှင်ကျန်းမာဖို့ ရှေးအကြောင်း ကံများ၊ အေးချမ်းတည်ငြိမ်သော စိတ်၊ သင့်တင့်မျှတတဲ့ ဥတုနဲ့ အာဟာတို့ကလည်း အညီအမျှ အရေးပါပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ကျွန်တော့် ဆရာတစ်ဦးဖြစ်သူ ဒေါက်တာ ဦးကြည်သွင်မှ-

'လူနာတိုင်းကို စေတနာအပြည့်ထားပြီး ကုသပေးပါ၊ ဒီလို ကုသလို့ အသက်ရှင်ကျန်းမာရင်လည်း သိပ်ဝမ်းသာပြီး ဂုဏ်မယူ နဲ့၊ ဘဝင်မမြင့်နဲ့၊ ဒါမှမဟုတ် အခြေအနေမကောင်းလို့ တိမ်း

ပါးသွားရင်လည်း သိပ်ဝမ်းနည်းပက်လက် မဖြစ်စေနဲ့၊ တကယ်တော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတာနဲ့ကြည့်ရင် သမားတော်တွေဟာ လူနာရဲ့ ဥတုနဲ့ အာဟာရကိုပဲ တတ်စွမ်းသမျှ ပံ့ပိုးပေးနိုင်တာ၊ သူတို့ရဲ့ ရှေးအတိတ်ကံနဲ့စိတ်ကိုတော့ ကိုယ်မှမပိုင်တာ…' လို့ ပြောဖူးပါတယ်။

နောက်နေ့ အင်္ဂါနေ့က ပုံမှန်ခွဲစိတ်ခန်းဝင်ရတဲ့နေ့ ဖြစ်ပါတယ်။ နံနက် ရှစ်နာရီခွဲကစပြီး ရင်သားကင်ဆာဖြစ်သူ အမျိုးသမီးတစ်ဦးနဲ့ အူကျလူနာ နှစ်ဦးကို ခွဲစိတ်ပေးခဲ့ပါတယ်။ နောက်ဆုံး လူနာတစ်ဦးကို ခွဲစိတ်ပေးနေစဉ် အထက်ဌာနမှ ကျွန်တော့်ကို သတင်းလာပို့ဖို့ အကြောင်းကြားပါတယ်။

ကျွန်တော်လည်း နေ့လည်နှစ်နာရီမှာ အထက်ဌာနကို ရောက်သွားပါတယ်။ အဲဒီမှာ ညွှန်ကြားရေးမှူး ဒေါက်တာသန်းအောင်နဲ့ တွေ့ရပါတယ်။ ကျွန်တော်နဲ့ အရင်က ပြင်ပလူနာဌာနမှာ အတူတူလုပ်ခဲ့ကြဖူးလို့ ညီအစ်ကိုလို ရင်းနှီးနေသူများဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော့်ကိုတွေ့တော့ ဝမ်းသာအားရနဲ့ နှုတ်ဆက်ပါတယ်။

'ညီလေးကို တာဝန်ပေးစရာရှိတယ်၊ အခု မိတ္ထီလာက ခွဲစိတ်ကုသမှုပါရဂူက ရန်ကုန်ပြန်လာဖို့ရှိတယ်၊ ညီလေး အဲဒီနေရာမှာ တာဝန်ယူပေးပါ၊ အညာဒေသက လူတွေက ခင်မင်ဖို့

ကောင်းပါတယ်၊ ညီလေးလည်း ဌာနမှူးအနေနဲ့ တစ်ဆင့် တိုးမြှင့်ပြီး ထမ်းဆောင်ရမှာဖြစ်သလို ဟိုမှာကိုယ်က လူကြီးတစ်ယောက်အနေနဲ့ လုပ်ရမှာဆိုတော့ တာဝန်လည်း ပိုယူရမယ့် သဘောရှိတယ်'

အစ်ကိုကြီးပြောသလို ရန်ကုန်မှာက ကျွန်တော့်အထက်တွင် ဌာနကြီးမှူး ဒေါက်တာ ဦးထွန်းမြင့်နှင့် ဌာနမှူး ဒေါက်တာ ကျော်ဇင်ဟန်တို့ရှိပါတယ်။ အခက်အခဲရှိပါက အကြံဉာဏ်ကောင်းများပေးကြသလို *Major operation* များရှိပါကလည်း ဝင်ရောက် ကူညီပေးကြပါတယ်။ မိတ္ထီလာမှာတော့ ကျွန်တော်က အကြီးတစ်ယောက်အနေနဲ့ တာဝန်ယူရမှာဖြစ်ပါတယ်။

'ကျွန်တော် ကြိုးစားပြီး လုပ်ပါ့မယ်'

'ညီလေးအတွက် ပြောင်းရွှေ့ခန့်အပ်တဲ့အမိန့်လည်း ဒီနေ့ပဲ ထွက်တယ်၊ တစ်ခါတည်း ယူသွားလိုက်'

ကျွန်တော်လည်း စာယူပြီး ဆေးရုံပြန်လာခဲ့ပါတယ်။ အတူတူ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များက တစ်ဆင့်မြင့်ရာထူးအတွက် ဝမ်းသာကြပေမယ့် ပြောင်းရမယ်ဆိုတော့ စိတ်မကောင်းဖြစ်ကြပါတယ်။ ဘဝရဲ့ တွေ့ဆုံခြင်းနဲ့အတူ ကွေကွင်းခွဲခွာရတဲ့ သဘာဝကိုလည်း သတိထားမိလိုက်ပါတယ်။

ညနေပိုင်းမှာ ဒဂုံမြောက်ပိုင်းက ကျွန်တော့်မိဘတွေဆီ သွား

လိုက်ပါတယ်။ လမ်းမှာ ဝယ်နေကျ ရွှေပုံကြီးဆန်ဆိုင်မှ ဆန်တစ်အိတ်နဲ့ ဆီတစ်ပုံးကိုလည်း ဝင်ဝယ်လိုက်ပါတယ်။

မိဘများက ကျွန်တော့်ကိုတွေ့တော့ အံ့ဩဝမ်းသာသွားကြပါတယ်။ မေမေက ကျွန်တော်ကြိုက်တဲ့ ကန်စွန်းရွက်နဲ့ မှိုကြော်၊ ပုဇွန်ချဉ် သုတ်ကို ချက်ခြင်း ချက်ပြုတ်ပြင်ဆင်ပြီး မိသားစုအတူစားကြပါတယ်။ အဖေက-

‘သားခရီးသွားမှာဆိုတော့ ဒီမှာပဲအိပ်လိုက်၊ အဖေလည်း သားနဲ့စကားပြောချင်တယ်’

‘သား ဒီည အဖေတို့နဲ့နေမှာပါ’

ညစာအပြီးမှာ အိမ်ရှေ့က ဝါးကွပ်ပျစ်လေးပေါ်မှာ စကားပြောဖြစ်ပါတယ်။ အမေက လက်ဖက်သုတ်ပြီး ကျွန်တော်က ရေနွေးကြမ်းနဲ့ ထန်းလျက်ခဲများ ယူလာခဲ့ပါတယ်။

‘မိတ္ထီလာက ပူပြင်းခြောက်သွေ့ပေမယ့် ကန်တော်ကြီးရှိလို့ ရာသီဥတုက သမပါတယ်၊ သားငယ်ငယ်က မိတ္ထီလာကန်တော်အောက်က ဖားကောက်ခဲ့ပါသီချင်းနဲ့ မေမေ ချော့သိပ်ခဲ့ရတာ’

‘မေမေ မှတ်မိရင် ရွတ်ပြပါလား’

အမေကပြုံးပြီး အသံအေးအေးလေးနဲ့-

‘လှကလေးတဲ့ ချော့စရာ

မိတ္ထီလာကန်တော်အောက်က ဖားကောက်ခဲ့ပါ၊

ဖားပါရင် တစ်ကောင်ပေးပ၊

မျက်လုံးကြောင်တောင်တောင်နဲ့

ဖားကောင်က သေး…’ဆိုပြီး ရွတ်ပြပါတယ်။

ဖေဖေက ‘မိတ္ထီလာကန်တော်အောက်က ဖားကောက်ခဲ့ပါ ဆိုတာ ကန်တော်ဝန်းကျင်မှာ လယ်ရေ၊ မိုးရေတွေပြည့်ပြည့်ဝဝ ရလို့ ဖားလည်းပေါသလို မြွေ၊ ကြွက်၊ ကျွဲ၊ နွား၊ ကျေးငှက် သာရကာ၊ ငါး၊ ခရု၊ ဗျိုင်းနဲ့ သစ်ပင်မျိုးစုံတွေ ပေါက်ဖွား ရှင်သန်နေတဲ့သဘောပေါ့၊ ဒါကြောင့်မို့ အလွန်ကောင်းမွန်တဲ့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ဂေဟာစနစ် *Eco-system* ရှိနေတယ် လို့လည်း အဓိပ္ပါယ်သက်ရောက်တယ်’

မိဘများက ပဋ္ဌာန်းမှန်မှန်ရွတ်ဖို့၊ ဂုဏ်တော်ကိုးပါး ပုတီး စိတ်ဖို့နဲ့ အရာရာကို သတိထားပြီးလုပ်ကိုင်ဖို့ မှာပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရင်ထဲမှာ မိဘများရဲ့ မေတ္တာ၊ စေတနာနဲ့ နွေးထွေးတဲ့ သံယောဇဉ်တွေကိုလည်း ခံစားမိလိုက်ပါတယ်။ ရင်ခွင်အားလုံး ထဲမှာ မိဘရင်ခွင်ဟာ အနွေးထွေးဆုံးဖြစ်သလို ငယ်စဉ်ကလေး ဘဝကစလို့ ဘွဲ့ရတဲ့အထိ ကျွေးမွေးပြုစုခဲ့တဲ့ ကျေးဇူးတွေဟာ ဆပ်လို့မကုန်နိုင်အောင် များပြားလှပါတယ်။

အခုအချိန်အထိ ငယ်စဉ်က အကြောင်းအရာလေးတွေကို မှတ်မိနေပါတယ်။ ကျွန်တော် သုံးနှစ်သားအရွယ်ထိ မိဘတွေက

ညစဉ် ချီပြီးသိပ်ပေးခဲ့တာ၊ အဖေအလုပ်က ပြန်လာတိုင်း သား သမီးတွေအတွက် စားစရာ၊ ကစားစရာလေးတွေ ဝယ်လာခဲ့တာ၊ နေမကောင်းတဲ့အခါ ကိုယ်ဖိရင်ဖိ ပြုစုပေးခဲ့တာနဲ့ အင်္ဂလိပ်စာကို နွေရာသီကျောင်းပိတ်တိုင်း သင်ပေးခဲ့တာတွေပါ။

ကျွန်တော်တို့ မိသားစုဟာ *Nucleus Family* လေးဖြစ်ပြီး မိဘနဲ့သားသမီးငါးဦးဟာ ချစ်ချစ်ခင်ခင် စည်းစည်းလုံးလုံး ရှိလှပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ငယ်စဉ် မလိခလမ်း၊ ၇ မိုင်ခွဲမှာ နေခဲ့ရတဲ့ ဘဝလေးဟာလည်း လွမ်းစရာလေးပါ။ အဲဒီအချိန် ၁၉၆၁-၆၆ ခုနှစ်က ဖခင်ဟာ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်၊ သမိုင်းဌာနမှာ နည်းပြဆရာလေးဖြစ်ပြီး မိခင်က သမိုင်းအဓိကနဲ့ ဝိဇ္ဇာဘွဲ့ရပြီး အလုပ်မဝင်တော့ဘဲ မိသားစုတာဝန်ကိုသာ ယူပါတော့တယ်။

နည်းပြဆရာ ဝင်ငွေလေးသာရှိပြီး စီးပွားရေးလုပ်ငန်းလည်း မရှိတော့ အိမ်ဖော်မထားနိုင်ဘဲ အမေတစ်ဦးတည်းက ပင်ပင်ပန်းပန်းနဲ့ သားသမီးတွေကို ကျွေးမွေး ပြုစုပေးခဲ့ရပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ငှားနေတဲ့ အိမ်လေးဟာ ကျယ်ဝန်းတဲ့ခြံဝင်းထဲမှာရှိပြီး ပိန္နဲပင်၊ သရက်ပင်၊ မာလကာပင်၊ တမာပင်များနဲ့ အုပ်အုပ်ဆိုင်းဆိုင်းရှိလို့ နွေအခါမှာတောင် အေးမြလှပါတယ်။ အိမ်ခြံဝင်းရှေ့မှာ ဦးသီဟန်ဘုရားဝင်းနဲ့ အိမ်နားက လမ်းကလေး အတိုင်း ဆင်းသွားရင် အင်းလျားကန်သို့ ရောက်ပါတယ်။

တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဘုန်းကြီးကျောင်းကို ဆွမ်းချိုင့်ပို့ဖြစ်ပါတယ်။ ရုံးပိတ်ရက်တွေမှာ ဖခင်နှစ်သက်တဲ့ ပဲကြီးဟင်း၊ ဆိတ်ကလီစာ၊ ငါးဖန်းမ ငါးပိကောင်၊ ကန်စွန်းရွက်နှင့်မှိုကြော်၊ ဘဲဥချဉ်ရည်ဟင်း၊ သရက်ချဉ်သုတ်၊ ပန်ထွေငါးပိရည်၊ တမာရွက်တို့စရာ၊ ဂဏန်းဟင်း ချက်စားကြနဲ့ တကယ့်ကို ပျော်စရာဘဝလေးပါ။ ညနေဖက်မှာ အင်းလျားကန်နဲ့ ရွာတန်းရှည်ဖက်ကို လမ်းလျှောက်ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့ရက်တွေမှာ ဆွေမျိုးတွေရှိတဲ့ မင်္ဂလာဒုံ ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရေး လေတပ်စခန်းကို သွားဖြစ်ပါတယ်။ တစ်လတစ်ခါမြို့ထဲနဲ့ သန်လျင်ကျိုက်ခေါက်၊ ရွှေတိဂုံဘုရားနဲ့ သမ္မတရုပ်ရှင်ရုံမှာ ကားကောင်းတွေတင်တိုင်း ကြည့်ဖြစ်ပါတယ်။

၁၉၆၇-ခုနှစ်မှာ ဖခင်ဖြစ်သူဟာ တောင်ကြီးကောလိပ်ကို သမိုင်းဌာနမှူးအနေနဲ့ ပြောင်းရတော့ မိသားစုအားလုံး လိုက်သွားကြပါတယ်။

ဖခင်ဖြစ်သူရဲ့ သွန်သင်ဆုံးမမှုကြောင့် စာရေးသူနဲ့ ညီမငယ်ဟာ ဆေးတက္ကသိုလ်(၁)၊ ညီငယ်က ရန်ကုန်စက်မှုတက္ကသိုလ်၊ အစ်မနဲ့ ညီမလတ်က ဝိဇ္ဇာသိပ္ပံတက္ကသိုလ်ကို တက်ရောက်ခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။ ပြင်ပစီးပွားရေးမရှိဘဲ သားသမီးအားလုံးကို ပညာတတ်များဖြစ်အောင် ရုန်းကန်ကြိုးစားရတဲ့ မိဘနှစ်ပါးရဲ့ကျေးဇူးကို ယခုအခါ ပိုပြီးသိလာရပါတယ်။

ဖခင်ဟာ မိခင်နဲ့သားသမီးတွေကို သံယောဇဉ် အထူးကြီး မားသူဖြစ်လို့ သားသမီးတစ်ဦးဦး နေထိုင်မကောင်းဖြစ်လည်း တစ်ညလုံး မအိပ်တော့ဘဲ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးရှာပါတယ်။ သားသမီးတွေနဲ့ ညပိုင်းမှာ စကားလက်ဆုံကျရင်လည်း စကား ပြောတဲ့အသံတွေကို သွင်းထားတတ်ပါတယ်။

ကျွန်တော့်စိတ်ထဲမှာ ဖခင်နဲ့ ပတ်သက်လို့ အမှတ်တရတွေ အများကြီး ကျန်ခဲ့ပါတယ်။ အဖေဟာ ခရီးရှည်သွားရင် ကျွန်တော့် ကို အမြဲခေါ်သွားတတ်ပါတယ်။

ရန်ကုန်နဲ့ မန္တလေးကို စာမေးပွဲစစ်ဖို့ သွားတဲ့အခါ လမ်းမှာ ဗဟုသုတဖြစ်ဖွယ်တွေ၊ မြန်မာ့ဆေးနည်းကောင်းတွေ၊ ရွတ်ဆို သင့်တဲ့ ဘုရားဟောဂါထာတွေနဲ့ တရားရှုမှတ်နည်းတွေကို ပြော ပြလေ့ရှိပါတယ်။ ဒီအထဲမှာ အတွေးအခေါ်ပါတဲ့ဂန္ထဝင် စာရေး ဆရာများရဲ့ ဝတ္ထုများလည်း ပါဝင်ပါတယ်။

အဖေဟာ အမေရိကန် စာရေးဆရာ *Ernest Heming way* ရဲ့ ပင်လယ်ပြာနဲ့ တံငါအို *'The Old man and the Sea'* ဝတ္ထုကို အလွန်နှစ်သက်ပါတယ်။

ဟဲမင်းဝေးဟာ သူ့ရဲ့ဝတ္ထုမှာ တံငါသည်အဖိုးအို စန်တီယာ ဂိုရဲ့ ဖွဲလုံ့လနဲ့ ကြိုးစားအားထုတ်မှုကို ပြောင်မြောက်စွာသရုပ်ဖော်ခဲ့ ပါတယ်။

တစ်နေ့မှာ အဖိုးအိုဟာ သူ့တစ်သက်တာမှာ အကြီးမားဆုံးဖြစ်တဲ့ ငါးကြီးတစ်ကောင်ကို ပင်လယ်ပြင်ရေနက်ထဲမှာ ဖွဲလုံ့လအစွမ်းကုန်စိုက်ထုတ်ပြီး ဖမ်းဆီးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အလွန်ဝေးလှတဲ့ အပြန်လမ်းမှာ ငါးမန်းတွေက ဝိုင်းဝန်းတိုက်ခိုက်တဲ့အတွက် အပြင်းအထန် ခုခံခဲ့ရပါတယ်။

ကမ်းခြေရောက်တဲ့အခါမှာ ငါးကြီးလည်း ငါးမန်းတွေရဲ့ကိုက်ဖြတ် စားသောက်မှုကြောင့် အရိုး ပြိုင်းပြိုင်းသာကျန်သလိုတံငါအိုကြီးလည်း အသက်ယှဲ့ယှဲ့ပဲ ကျန်ပါတော့တယ်။

ဒီနေရာမှာ ဟဲမင်းဝေးက စန်တီယာဂိုလို ကြိုးပမ်းရုန်းကန်လုံ့လစိုက်ထုတ်ပေမယ့် တစ်ခါတရံ အချည်းအနှီးဖြစ်တဲ့ သဘောကိုလည်း ပြောချင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘဝ ရှင်သန်မှုအတွက်ကြိုးစားမှု မှန်သမျှကို အဓိပ္ပာယ်မဲ့တဲ့ လုပ်ရပ်အနေနဲ့ မမြင်ဖို့လည်းဟင်ပြထားပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ အဖေက 'ဘာပဲလုပ်လုပ် ကြိုးစားအားထုတ်မှုဝီရိယ *effort* စိုက်ရင် တစ်နေ့ အောင်မြင်မှု အသီးအပွင့်တွေကိုခံစားရမှာပါ..'လို့ ခဏခဏ ပြောခဲ့ပါတယ်။

၁၉၇၁-ခုနှစ် နွေရာသီအချိန်က ဖခင်မှ မန္တလေး တက္ကသိုလ်သို့ အခြေခံပညာအထက်တန်းစာမေးပွဲ စာစစ်ဖို့သွားရာမှာ ကျွန်တော့်ကို ခေါ်သွားပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကို မန္တလေးတောင်၊

မဟာမြတ်မုနိ၊ ကုသိုလ်တော်ဘုရား၊ မင်းကွန်းနှင့် အမရပူရ ဘက်ကို လိုက်ပို့ပါတယ်။

ဖခင်မှ ဘုရားတစ်ဆူဖူးပြီးတိုင်း သရဏဂုံနှင့် ဂုဏ်တော် ကိုးပါး အမြဲစိပ်သလို ထွက်လေဝင်လေကိုလည်း နာရီဝက် လောက် ရှုမှတ်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကိုလည်း အာနာပါန ရှုမှတ်တာနဲ့ ဂုဏ်တော် ပုတီးစိပ်ဖို့ သင်ပေးပါတယ်။ ဖခင်ရဲ့ ကျေးဇူးကြောင့် တရားစာပေတွေ ဖတ်ရှုချင်စိတ်များလာသလို ဘာသာရေး အခြေခံလည်း ကောင်းခဲ့ပါတယ်။

မန္တလေးမှအပြန် သရက်မြို့အနီးက ဇာလီတောင် ဆရာ တော်ကြီးကို ဝင်ရောက်ဖူးမျှော်ပါတယ်။ ဖခင်နှင့် ဆရာတော် မှာ ကျွန်တော့် မမွေးမီကထဲက ဒကာရင်း ဆရာရင်းများ ဖြစ် ပါတယ်။

ဇာလီတောင်ကို အောင်လံမြို့မှ ဧရာဝတီမြစ်ကို စက်လှေနဲ့ ကူးပြီး သွားရပါတယ်။ တစ်ဖက်ကမ်းရောက်တော့ ပဲခင်း၊ နှမ်းခင်းများကိုဖြတ်ပြီး ဇာလီတောင်သို့ ခြေလျင်ခရီးနှင်ရပါ တယ်။ တစ်နာရီကျော်ခန့် လျှောက်လိုက်တော့ ဇာလီတောင်ခြေ ကိုရောက်ပါတယ်။ မြင့်မားလွန်းတဲ့ တောင်ကြီးမဟုတ်ပေမယ့် သစ်ပင်၊ ဝါးပင်များနဲ့ စိမ်းစိမ်းစိုစိုရှိပြီး တရားဘာဝနာပွားများ ဖို့ သင့်တော်တဲ့နေရာတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

၂၈၅၇၆

ဇာလီတောင်ဆရာတော်ဟာ အသားဖြူဖြူ ဝဝဖိုင့်ဖိုင့်နဲ့ အသံ ဩဇာကောင်းပါတယ်။ မျက်နှာတော်က အထူး ကြည်လင်ပြီး တည်ငြိမ်အေးချမ်းလှပါတယ်။ ဆရာတော်ကြီးမှ သရဏဂုံလုံအောင်ထိန်းဖို့ ဟောပြောပြီး ဖခင်နဲ့ ကျွန်တော့်ကို တောင်ဝှေးနှင့် ပရိတ်ဆီများ ချီးမြှင့်ပေးပါတယ်။

ဖခင်နှင့်အတူ ဇာလီတောင်ကျောင်းတိုက်မှာ သုံးရက်ကြာနေခဲ့ရတဲ့ရက်တွေဟာ ဘဝမှာ မမေ့နိုင်တဲ့ရက်တွေပါ။ အဲဒီအချိန်မှစပြီး ထွက်လေ, ဝင်လေ ရှုမှတ်တဲ့အကျင့် ရခဲ့ပါတယ်။

ဖခင်ဟာ တိုင်းရင်းဆေးပညာကိုလည်း လေ့လာလိုက်စားပါတယ်။ စာရေးသူမွေးတဲ့နှစ်မှာပဲ တိုင်းရင်းဆေးပညာ ဆရာဖြစ်စာမေးပွဲကို ဖြေဆိုအောင်မြင်ခဲ့ပါတယ်။

ငယ်စဉ်ဘဝထဲက ဖခင်ဖော်စပ်တဲ့ အစာကြေဆေး, ရင်လှူးဆေး, လျှက်ဆား, ဆေးနီမှုန့်, ဝမ်းနုတ်ဆေး, သံချဆေးတွေနဲ့ပဲ ကျွန်တော်တို့ မောင်နှမအားလုံး ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းပြရတာ မရှိဘဲ ကြီးပြင်းခဲ့ကြပါတယ်။

ဖခင်ရဲ့ ဝါသနာတစ်ခုက အချိန်ရှိတဲ့အခါ အင်္ဂရတ် ထိုးတာပါ။ အသက် ၅၅-နှစ်ကစလို့ ပင်စင်ယူပြီး သုံးနှစ်လောက်အထိ ထိုးပေမယ့် နောက်ပိုင်း တရားရှုမှတ်တာနဲ့ သရဏဂုံကျင့်စဉ်များကိုသာ စူးစိုက် လုပ်ပါတော့တယ်။

ဖခင်မှ သားသမီးများကို တစ်ခါတရံ ရိုက်နှက်ဆုံးမတတ်ပေမယ့် အမေက အမြဲနူးညံ့ချိုသာစွာနဲ့ ဆက်ဆံလေ့ ရှိပါတယ်။ အမေနဲ့ပတ်သက်လို့ အမှတ်ရနေမိတာက နံနက်တိုင်း ဓမ္မစကြာကို အသံချိုချိုနဲ့ ရွတ်ဆိုသလို သောက်တော်ရေချမ်း၊ ဆီမီး၊ ပန်းနဲ့သစ်သီးဆွမ်းများကိုလည်း နေ့ညမှန်မှန် ကပ်လှူပူဇော်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ရေနွေးနဲ့ လက်ဖက်သုတ်စားရင်း ငယ်စဉ်ဘဝကအကြောင်းတွေကို ပြောဆိုဖြစ်ကြပါတယ်။ အခုအခါ ဖခင်မှာ ပင်စင်ယူပြီးဖြစ်လို့ စာရေး စာဖတ်ရင်း ဘာသာရေးကိုပဲ အဓိကလုပ်ပါတယ်။ စကားကောင်းနေတာနဲ့ ည ၁၂-နာရီထိုးမှ ကျွန်တော်တို့ အိပ်ရာဝင်ဖြစ်ပါတယ်။

(၂)
ရွှေညာမြေဆီသို့

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဇွန်လ ၂၇-ရက်၊ သောကြာနေ့။

မိတ္ထီလာမှာ သွားရောက်တာဝန်ထမ်းဆောင်ဖို့ ကျွန်တော်လည်း ပစ္စည်းတွေ ထုပ်ပိုးပြင်ဆင်ရပါတယ်။ ခရီးဝေးသွားမှာဖြစ်လို့ မနှစ်က ကျွန်တော်ဝယ်ထားတဲ့ ၁၉၆၀-ခုနှစ် ပတ်ဝန်းကျင် ဂျာမနီနိုင်ငံထုတ် *Volkwagon* လိပ်ခုံးကားအပြာလေးကို *workshop* မှာအပ်နှံပြီး ယာဉ်ကြံ့ခိုင်ရေးလုပ်ရပါတယ်။

နံနက်ပိုင်းမှာ ရင်သားအကြိတ်လူနာတစ်ဦး၊ အစာအိမ်ကင်ဆာဖြစ်တဲ့လူနာတစ်ဦးနဲ့ လိပ်ခေါင်းရောဂါလူနာနှစ်ဦးကိုခွဲစိတ်ပေးခဲ့ပါတယ်။

ညနေသုံးနာရီမှာ ဌာနကြီးမှူး ဒေါက်တာ ဦးထွန်းမြင့်က ကျွန်တော့်အတွက် နှုတ်ဆက် လက်ဖက်ရည်ပွဲလေး လုပ်ပေးပါတယ်။ ဆေးကုသမှုဌာနကြီးမှူး ဒေါက်တာရဲသွေး၊ ပါမောက္ခ ဒေါ်ရင်ရင်ထွန်း၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာကျော်ဇင်ဟန်၊ ပါရဂူများနဲ့ ခွဲစိတ်ဆောင်က သူနာပြုများအားလုံး စုံညီစွာ တက်ရောက်ကြပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း ဒီဆေးရုံကြီးမှာ ရှစ်နှစ်ခန့် လုပ်လာခဲ့လို့ ဆေးရုံမိသားစုများအားလုံးနဲ့ ခင်မင်ရင်းနှီးနေပါတယ်။

ဆရာဦးထွန်းမြင့်က 'တို့အလုပ်က *Nobel Profession* တစ်ခုပဲ၊ ဆေးပညာကျင့်ဝတ်များနှင့်အညီ စေတနာ၊ ဂရုဏာထားပြီး လုပ်နေရင် နေ့စဉ်ကုသိုလ်ရနေတာ၊ ဒီကုသိုလ်တွေက ယခုထက်မြင့်မားတဲ့ဘဝတွေကို ပို့ဆောင်ပေးမှာ ဖြစ်ပေမယ့် အဖန်ဖန်တွေ့နေရမယ့် မွေးဖွားခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း၊ ချစ်ခင်သူများနဲ့ ခွဲခွာရခြင်းဆိုတာတွေကို မကြုံချင်ရင် ဝိပဿနာကို အချိန်ရရင် လုပ်စေချင်တယ်'

'ကျွန်တော် ကြိုးစားပါ့မယ်'

ကျွန်တော်လည်း မိမိထက် အသက်၊ ဝါနဲ့ ပညာဂုဏ်ကြီးမားသောဆရာများကို ကန်တော့လိုက်ပါတယ်။

စနေနေ့ နံနက်လေးနာရီမှာ ကျွန်တော့်ကားလေးနဲ့ ရွှေညာမြေကို ခရီးထွက်ခဲ့ပါတယ်။ လမ်းမှာ အဖော်အဖြစ် တပည့်လေး ကျော်စိုးနိုင်ကို ခေါ်ခဲ့ပါတယ်။

ခရီးစထွက်စဉ်က ရာသီဥတုကောင်းမွန်ပေမယ့် ပဲခူးအကျော်ကစလို့ ရိုးမကိုဖြတ်ပြီးတက်လာတဲ့ မဲမှောင်နေတဲ့ တိမ်ဆိုင်တိမ်တိုက်တွေကို မြင်တွေ့နေရပါတယ်။

ကားကက်ဆက်လေးကို ဖွင့်လိုက်တော့ စန္ဒရားလှထွန်း၌ သီဆိုတဲ့ 'တိမ်တမန်' သီချင်းလေးက တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင် ပျံ့လွင့်လို့လာပါတယ်...

'ဆည်, မြောင်း, ချောင်းကန် ပြည့်လျှံတိုးအောင် မိုးလုံးပုလဲအမျှ ရွာစေချင်ပါသလေ… တို့ပြည်သည်ကား ဆန်စပါးအသက်ပေ…တို့မြေသည်ကား ဆန်စပါးအသက်ပေ၊ မက်မပြေနိုင်သော လယ်တောယာမြေ…ထွန်ယက်ပြုစု ယုယအမြဲတစေ တိမ်တမန်…အိုအဆွေ…တို့မျှားရှင်လန်း ပုလဲပန်းကိုချွေ…'

လမ်းတစ်ဖက် တစ်ချက်မှာ စိမ်းလန်းစိုပြေနေတဲ့ စပါးခင်းနဲ့ပျိုးခင်းများက မိုးကုတ်စက်ဝိုင်းအစပ်ထိ ရှုမဆုံးနိုင်သလို စေတီပုထိုးများကလည်း ရွာစဉ်ဖြတ်တိုင်း ရှိနေပါတယ်။ မိုးရာသီမို့ လယ်ကွင်းပြင်မှာ ရေတဖွေးဖွေးနဲ့ဖြစ်နေသလို ကောက်ပင်များက လေအဝှေ့မှာ ယိမ်းနွဲ့လို့နေပါတယ်။

လယ်စောင့်တဲလေးများကို တွေ့ရတော့ ဆရာမင်းသုဝဏ်ရဲ့ ကဗျာလေးက ရင်ထဲသို့ အလိုအလျောက် ဝင်လာပါတယ်။

'လယ်စောင့်တဲလေး ခြေတံရှည်၊ မိုးကုတ်အောက်မှာနေ၊ ကြာနီတစ်ပွင့် ဖြူတစ်ပွင့်၊ တဲနှင့်ပန်းတင်…' ကဗျာလေးနှင့် စိမ်းစိုနေသော လယ်ကွင်းပြင်တို့မှာ လိုက်ဖက်လှပါတယ်။

ကားမောင်းနေရင်း မိခင်မြေရဲ့ စိမ်းစိုလှပတဲ့သဘာဝ ရှုခင်းတွေကို တမျှော်တခေါ်ကြီး တွေ့ထိခံစားမိပါတယ်။

ခရီးသွားခြင်းဟာ စိတ်အစဉ်ကို မိုးကုပ်စက်ဝိုင်းပမာ ကျယ်ပြန့်စေတယ် *'Travelling broadens the Mind'* ဆိုသော

အင်္ဂလိပ်ဆိုရိုးတစ်ခုကို ကျွန်တော့်စိတ်ထဲမှာ အမှတ်ရမိပါတယ်။

ညောင်လေးပင်မြို့အဝင်မှာ မိုးကသဲကြီးမဲကြီးရွာနေပါတယ်။ ကောင်းကင်ယံတစ်ခုလုံး တဖြည်းဖြည်း မဲမှောင်နေပြီး မိုးများလာတဲ့အတွက် ရှေ့ကမြင်ကွင်းကိုတောင် သဲသဲကွဲကွဲ မမြင်ရပါဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ မြို့အထွက်က အကြော်ဆိုင်လေးမှာ ရေနွေးကြမ်းနဲ့ ဗူးသီးကြော်မှာစားရင်း ခဏနားဖြစ်ပါတယ်။

ခဏအကြာမှာ မိုးစဲသွားတာနဲ့ ခရီးဆက်ထွက်လိုက်ပါတယ်။ တောင်ငူဝင်တော့ နေ့လည် ၁၂-နာရီထိုးပါတော့မယ်။ မြို့လယ်က ထမင်းဆိုင်မှာပဲ နေ့လည်စာ စားလိုက်ပါတယ်။ မြို့အထွက်မှာ မိုးကတဖွဲဖွဲရွာနေပေမယ့် နေပွင့်နေတာမို့ ကားကို မှန်မှန်ပဲ မောင်းလို့ရပါတယ်။

ညနေ ၃-နာရီမှာ ပျဉ်းမနားမြို့ကို ရောက်ပါတယ်။ မြို့လယ်က ငလိုက်ချောင်းတံတားမှာ ကားဘီးပေါက်လို့ ခဏရပ်ပြီး ဘီးဖာရပါတယ်။ အနားမှာ တာယာဆိုင်လေးရှိလို့ အဆင်ပြေသွားပါတယ်။ တံတားပေါ်ကကြည့်တော့ မြစ်ရေဟာ အဟုန်ပြင်းစွာနဲ့ စီးဆင်းနေပါတယ်။

စိတ်ထဲမှာ ရဋ္ဌပါလကို မြတ်စွာဘုရားဟောကြားခဲ့တဲ့ ဒေသနာလေးကို သတိရမိလိုက်ပါတယ်-

'အို ဗြဟ္မဏ၊ တောင်ကိုဖြတ်၍ စီးဆင်းလာသောမြစ်ရေ

သည် အရှိန်အဟုန်ပြင်းစွာဖြင့် လမ်းတွင်တွေ့သမျှကို သယ်ယူဆောင်သွား၏၊ တခဏမျှ တစ်စက္ကန့်မျှ ရပ်တည်နေခြင်းမရှိဘဲ အစဉ်မပြတ် ဆက်လက်စီးဆင်းလျက်ရှိ၏၊ ထို့အတူ လူ့ဘဝ ခရီးသည်လည်း တောင်ကျမြစ်ရေနဲ့ အလားတူ၏…’

မြတ်စွာဘုရား ဟောခဲ့သလို တစ်လောကလုံးနဲ့ ဘဝခရီး တလျှောက်လုံးဟာ တည်မြဲတယ်ဆိုတာမရှိဘဲ အစဉ်ရွေ့လျား ပြောင်းလဲနေပါတယ်။

ညနေ ၅-နာရီခန့် ရမည်းသင်းမြို့ကအထွက်မှာ အညာရဲ့ ရှုခင်းကို လှပစွာတွေ့မြင်နေရပါတယ်။ လမ်းဘေးဝဲယာမှာ မန်ကျည်း၊ ကုက္ကိုလ်လို အရိပ်ရအပင်ကြီးများရှိသလို အညာရဲ့ အထိမ်းအမှတ်များဖြစ်တဲ့ တမာ၊ ထနောင်း၊ ဇီး၊ သျှား၊ ဆူးရစ်၊ ကျားလျှာ၊ ဖန်ခါးနဲ့ ဆီးဖြူပင်များလည်းရှိပါတယ်။

လမ်းဘေးဝဲယာမှာ လက်ပံပင်တွေတွေ့တော့ ကျွန်တော်တို့ ငယ်စဉ်က အဆိုတော် သန်းထွန်းလေးရဲ့ ‘လက်ပံပွင့်တွေ ××× လေအတိုက် ကြွေလိုက်တဲ့အခါ တဝဲဝဲဝေ့ကာ လေယာဉ်ပမာ ××× အို ချစ်စရာ ချစ်စရာ မျှော်ကြပါလေဦးတော့မည် ××× ရိုးတံတွေလည်း နေပူကျဲကျဲမှာ ××× ရွှေညာသူပျိုဖြူချောတို့ စက်ဘီးလေးတွေ စီးကာကိုယ်စီ ××× ရွှေခြေကျင်းနှင့် တမျိုး လေးလှတာ စိတ်မှာမြင်ယောင်သည်’ ဆိုတဲ့ မွေးဌာနေ သီချင်း

လေးကို စိတ်ထဲမှာ ကြားယောင်မိပါတယ်။

အညာရဲ့ အမှတ်အသားဖြစ်သော လှည်းလမ်းကြောင်းတလျှောက် ဖုန်တထောင်းထောင်းထအောင် မောင်းနေသော နွားလှည်းများ၊ ဆိတ်အုပ်၊ သိုးအုပ်များကိုလည်း ရှာစဉ်ဖြတ်တိုင်း မြင်တွေ့နေရပါတယ်။ ကားလေးရဲ့ သက်တမ်းက နှစ်ငါးဆယ်ခန့်ရှိပြီမို့ ဖြည်းဖြည်းနဲ့မှန်မှန်ပဲ မောင်းခဲ့ပါတယ်။

မြို့အဝင်က 'မိတ္ထီလာမြို့မှ ကြိုဆိုပါ၏' မုခ်ဦးကို တွေ့လိုက်ရတဲ့အချိန်မှာ ည ၈-နာရီ ရှိနေပါပြီ။ ရှေ့ဆက်မောင်းလိုက်တော့ အမှတ်(၁)တပ်မတော်ဆေးရုံ(ခုတင်-၅၀၀)သို့ဆိုတဲ့ လမ်းညွှန်ဆိုင်းဘုတ်ကို လမ်းရဲ့ဘယ်ဘက်အခြမ်းမှာ တွေ့ရပါတယ်။ ကျွန်တော့်အတွက် ရိပ်သာမှာ ယာယီ နေရာချထားပေးပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ ဆေးရုံအုပ်ကြီးအိမ်သို့ သတင်းပို့လိုက်ပါတယ်။ အိမ်မှာ ဆေးရုံဝင်းရှေ့ သန္တိသုခမွေးရုံအနီးက ကျယ်ဝန်းသော ခြံဝင်းထဲမှာ ဆောက်ထားတဲ့ သစ်သားတစ်ထပ်အိမ်ဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးရုံအုပ် ဒေါက်တာ ခင်မောင်အေးမှာ လုပ်သက်ရင့်ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်ပြီး စည်းစနစ်ကောင်းမွန်သူတစ်ဦးလို့ နာမည်ရပါတယ်။ ကျွန်တော်နဲ့လည်း ကယားပြည်နယ်ဘက်မှာ အတူတူတာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ဖူးပါတယ်။

ကျွန်တော့်ကိုမြင်တော့ လှိုက်လှဲစွာနှုတ်ဆက်ပြီး-

'ညီလေးက မိတ္ထီလာမှာ မနှစ်က တစ်လလောက်နေခဲ့ဖူးတာပဲ၊ ဒီကလူတွေနဲ့လည်း သိနေတော့ အဆင်ပြေမှာပါ၊ ခွဲစိတ်ဆောင်မှာ သန့်ရှင်းရေးကောင်းဖို့နဲ့ ပရဆေးပင်တွေ တိုးချဲ့စိုက်ဖို့ ကြိုးကြပ်ပြီးလုပ်ပေးပါ၊ နောက် ညီလေးရှိတော့ ကင်ဆာလူနာတွေလည်း ဆေးကုသဖို့ ရန်ကုန်ဆင်းစရာ မလိုတော့ဘူးပေါ့'

'ကျွန်တော် ကြိုးစားပြီး လုပ်ပေးပါ့မယ်'

ရိပ်သာပြန်ရောက်တော့ ည ၁၁-နာရီရှိနေပါပြီ။ နာရီလက်တံလေးများ မနားတမ်း ရွေ့လျားနေတာမို့ နေ့သစ်ဟာ မကြာခင်မှာ ရောက်ရှိလာပါတော့တယ်။

(၃)
မိတ္ထီလာကန်တော်အောက်က ဖားကောက်ခဲ့ပါ

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဇွန်လ ၂၈-ရက်၊ စနေနေ့။

ကျွန်တော် နံနက်စောစော မိတ္ထီလာကန်တော်ဘက်ကို လမ်းလျှောက်ထွက်ဖြစ်ပါတယ်။ လမ်းတလျှောက်မှာ ထနောင်းပင်၊ တမာပင်၊ ရှားစောင်းပင်၊ ဇီးဖြူပင်၊ ဆူးရစ်၊ မန်ကျည်းပင်များနဲ့ ကုက္ကိုလ်ပင်များကို တွေ့မြင်နေရပါတယ်။

မိတ္ထီလာမြို့ဟာ ပူပြင်းခြောက်သွေ့ပေမယ့် ကန်တော်ကြောင့် လေကောင်းလေသန့်ရရှိလို့ အဆုပ်တီဘီရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါဝေဒနာရှင်များအတွက် ဆေးကုသအနားယူဖို့ အဆင်ပြေတဲ့ မြို့ဖြစ်ပါတယ်။

ကန်တော် မရောက်ခင် လမ်းရဲ့ညာဘက် ရွှေမင်းဝံ တောင်ပေါ်မှာ တည်ထားတဲ့ ရွှေရောင်ဝင်းပနေသော မြို့ကျက်သရေဆောင် ရွှေမြင်တင်စေတီတော်ကိုလည်း ကြည်ညိုဖွယ်ရာ ဖူးတွေ့ရပါတယ်။

ကန်စပ်ကိုရောက်တော့ လမ်းရဲ့ညာဘက်မှာ ဖောင်တော်ဦးဘုရားနဲ့ ဘယ်ဘက်ခြမ်းမှာ ရေလယ်ဘုရားကို ကြည်ညိုဖွယ်ရာ ဖူးမျှော်တွေ့ရှိရပါတယ်။ ကန်စပ်ကို ဖြတ်သန်းလာတဲ့ အေးမြ

လတ်ဆတ်တဲ့လေရဲ့ အတွေ့အထိနဲ့ လှိုင်းကြက်ခွပ် ဖြူဖြူလေးများဟာ စိတ်ကို လန်းဆန်းသွားစေပါတယ်။

မိတ္တီလာကန်ကို ယခင်က သျှိသျှားကန်လို့လည်း ခေါ်ဆိုပါတယ်။ ကန်ဘောင်ပတ်လည်မှာ ပေါက်ရောက်နေသော ဆီးဖြူပင်အငယ်မျိုးဖြစ်သော သျှိသျှားပင်များ ရှိနေခြင်းကို အစွဲပြု၍ ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

လမ်းလျှောက်ကအပြန် ရိပ်သာကိုရောက်တော့ ခွဲစိတ်ပါရဂူ ဒေါက်တာမျိုးသန့်ကို တွေ့ရပါတယ်။ ကိုမျိုးသန့်က အသားဖြူဖြူ အရပ်မနိမ့်မမြင့်နဲ့ စိတ်ရင်းကောင်းသူတစ်ဦးပါ။

ကျွန်တော့်ကို ရင်းနှီးစွာနှုတ်ဆက်ပြီး ‘အစ်ကို အဆင်ပြေရဲ့လား၊ ဆေးရုံအုပ်ကြီးက *over* ပေးပြီးရင် အင်္ဂါနေ့ ရန်ကုန်ကို ပြန်နိုင်ပါတယ်လို့ပြောပါတယ်၊ ကျွန်တော်အခုနေတဲ့ အိမ်ကို အစ်ကို့အတွက် ဆက်ပြီးပေးထားတယ်’

‘ညီလေးနဲ့ မတွေ့ရတာ အတော်ကြာပြီ၊ အခု ရန်ကုန်ပြန်ရမယ်ဆိုတော့ မိသားစုအတွက် အဆင်ပြေတာပေါ့’

‘မိတ္တီလာမှာရောက်နေတာ သုံးနှစ်ရှိပြီ၊ အမျိုးသမီးက ရန်ကုန်မှာဆိုတော့ ဒီမှာက မိသားစုခွဲနေရသလို ဖြစ်နေတယ်၊ အစ်ကိုလာမယ်ကြားလို့ မျှော်နေတာ’

‘ညီလေးအတွက် ဝမ်းသာပါတယ်၊ အစ်ကို့အတွက်လည်း

ဒီမှာက ပိုပြီးအေးဆေးပါတယ်၊ ရန်ကုန်ထက်စာရင် စာလည်းပို ရေးနိုင်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်'

'အစ်ကိုလည်း နံနက်စာ မစားရသေးတော့ ဆိုင်မှာသွားစား ကြတာပေါ့၊ ပြီးမှ ခွဲစိတ်ကုသဆောင်ကို လိုက်ပြပါ့မယ်'

ကျွန်တော်နဲ့ ကိုမျိုးသန့်လည်း ဆေးရုံဝင်းထဲမှာဖွင့်ထားတဲ့ စားသောက်ဆိုင်လေးမှာ လက်ဖက်ရည်နဲ့ ပဲပလာတာမှာပြီး စားကြပါတယ်။ အညာမြေက လက်ဖက်ရည်က နို့စစ်စစ်နဲ့ ဖျော်ထားတာမို့ အရသာရှိလှပါတယ်။

'ဒီမှာ ကင်ဆာဖြစ်တဲ့သူတွေလည်း တဖြည်းဖြည်း များလာ တယ်၊ အစ်ကိုရောက်တော့ ဆေးသွင်းကုသဖို့ပါ အဆင်ပြေသွား တာပေါ့၊ အရင်က *Chemotherapy* အတွက် ရန်ကုန်ပဲ လွှတ်ရတာ'

'အစ်ကိုလည်း ဒီမှာ ဆေးသွင်းကုသဖို့ လူနာဆောင်တစ်ခု ထပ်ဖွင့်ဖို့ ကြိုးစားမယ်'

ကျွန်တော်တို့ စားသောက်ပြီးတာနဲ့ ခွဲစိတ်ကုသဆောင်ဖက် ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ ခွဲစိတ်ဆောင်နဲ့ ခွဲစိတ်ခန်းမကြီးဟာ နှစ်ပေါင်း များစွာကဆောက်ခဲ့တဲ့ တစ်ထပ်အဆောက်အဦတွေဖြစ်ပြီး တော် တော်လေး ဟောင်းနွမ်းနေပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ အစိမ်းနုရောင် ဆေး သုတ်ထားပြီး အလယ်မှာ ပန်းခြံလေးရှိတာမို့ ကြည့်ရတာ စိုစို

ပြေပြေ ရှိပါတယ်။ သန့်ရှင်းရေးကလည်း အထူးကောင်းမွန်တာကို သတိထားမိပါတယ်။

အဆောင်ရှေ့ရောက်တော့ သူနာပြုအရာရှိ ဒေါ်ဝါဝါခိုင်၊ ဒေါ်သီတာအေး၊ သူနာပြုဆရာကြီး ကိုနေလင်းနဲ့ သူနာပြုများက နွေးထွေးစွာ ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ကြပါတယ်။ ကိုမျိုးသန့်က ကျွန်တော့်ကို လူနာတစ်ဦးချင်းရဲ့ အခြေအနေကို ရှင်းပြပြီး ခွဲစိတ်ကုသဖို့ စောင့်ဆိုင်းနေတဲ့ လူနာများနဲ့လည်း မိတ်ဆက်ပေးပါတယ်။

ခွဲစိတ်ကုသမှုပါရဂူ ရုံးခန်းက ခွဲစိတ်ဆောင်ရဲ့ အစွန်ဆုံးမှာရှိပြီး အနောက်မှာ မြေကွက်လပ်လေး ရှိပါတယ်။ အဲဒီမှာ ရေနွေးကြမ်းသောက်ရင်း ကိုမျိုးသန့်က ကျွန်တော့်ကို အရေးကြီးလူနာများ၊ ဆေးစာရင်းစာအုပ်နဲ့ စက်ပစ္စည်းပြန်တမ်းများကို စနစ်တကျ လွှဲပြောင်းပေးပါတယ်။

နေ့လည်မှာ ဗောက်ဝက်(စ)ဂွန်ကားလေးကို မြို့ထဲမှ ယာဉ်စက်ပြင်တစ်ဦးခေါ်ပြီး အင်ဂျင်ဝိုင်လဲလိုက်ပါတယ်။ တဆက်တည်း ယာဉ်ကြံ့ခိုင်ရေးပါ စစ်ဆေးလိုက်ပါတယ်။

ညနေမှာ ရန်ကုန်မှလူကြုံပေးလိုက်သော ပစ္စည်းများကို မြို့လယ် ရွှေအုန်းပင် စားသောက်ဆိုင်အနီးက ကိုအောင်အောင်တို့အိမ်သို့ သွားပို့လိုက်ပါတယ်။ ကိုအောင်အောင်တို့မိသားစုမှာ မိတ္ထီလာ ဈေးအတွင်း အထည်ဆိုင်ဖွင့်ထားပြီး အစ်မများဖြစ်သော

ရှေ့နေ ဒေါ်ဖြူဖြူ၊ အထက်တန်းပြဆရာမ ဒေါ်နီလာတို့နဲ့အတူ နေပါတယ်။ ကိုအောင်၏မိခင်ဖြစ်သော ဖွားဖွားခင်မှာ အသက် ၉၀ ကျော်ပေမယ့် ကျန်းမာနေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုအောင်တို့မိသားစုက မိတ္ထီလာမြို့မှ နာမည်ကျော် ပေါက်ချောင်းဗူးသီးကြော်နဲ့ ဧည့်ခံပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်များကို ရည်မှန်းပြီး မေတ္တာသုတ်နဲ့ မဟာပဋ္ဌာန်း ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

ည ၁၁-နာရီ သံချောင်းခေါက်သံကြားပေမယ့် မအိပ်ချင်သေးတာနဲ့ စာရေးဆရာမ ဒေါ်ခင်နှင်းယုရဲ့ 'မွေး' စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုလိုက်ပါတယ်။

'*ယခုလို မိုးဖြိုင်ဖြိုင်ရွာပြီဆိုရင် အတွတ်နဲ့မွေးတို့ အတူတကွ ဆော့ကစားခဲ့ကြသော ဝါးခယ်မမြို့ပြင်ရှိ လယ်ကွင်းထဲမှ စပါးစေ့များသည် အိပ်ပျော်ရာမှ နိုးစ ပြုနေပေတော့မည်*...' ဆိုတဲ့ အဖွင့်စာမျက်နှာမှ စာသားလေးဟာ ကျွန်တော့်ကို ဝါးခယ်မမြို့ကို ခေါ်သွားသလို ခံစားရပါတယ်။

ဝတ္ထုထဲက အဓိကဇာတ်ဆောင်မွေးဟာ တီဘီဝေဒနာရှင် တစ်ဦးဖြစ်လို့ အိန္ဒိယမှာ ဆေးကုသမှုခံယူခဲ့ပါတယ်။ ဝါးခယ်မနဲ့ မိတ္ထီလာမြို့ကို နောက်ခံထားပြီး ငယ်ချစ်ဦးအတွတ်နဲ့ တပ်မတော်မှ ဗိုလ်မှူး ကိုကိုနိုင်တို့ရဲ့ သံယောဇဉ်နှောင်ဖွဲ့မှုကို စိတ်ဝင်စား

ဖွယ် ရေးသားထားပါတယ်။

ဆရာမကြီးရဲ့ ကောင်းမွန်လှပတဲ့ အရေးအဖွဲ့ကြောင့် ဇာတ်ကောင်အားလုံးရဲ့ ရုပ်ပုံကို မျက်စိထဲမှာ မြင်ယောင်လာပါတယ်။ ရှန်းဖို့ခက်ခဲတဲ့ သံယောဇဉ်နွယ်ကြောင့် သံသရာမှာ တဝဲလည်လည် ကျင်လည်နေရတာကိုလည်း ပိုပြီး သတိထားမိလိုက်ပါတယ်။

ညသန်းခေါင်မှာ အိပ်ပျော်သွားပေမယ့် နံနက် တစ်နာရီမှာ တံခါးခေါက်သံကြောင့် နိုးသွားပါတယ်။ တံခါးဖွင့်ကြည့်တော့ ကိုမျိုးသန့် ဖြစ်နေပါတယ်။ ကိုမျိုးသန့်က -

'အစ်ကို့ကိုတော့ အားနာတယ်၊ မြို့ထဲက ခွဲစိတ်ဆရာဝန်ကြီး ဦးမြင့်မောင်ရဲ့ညီလေး သူငယ်ချင်းနဲ့စကားများပြီး ဓားထိုးခံရလို့ ကျွန်တော် သွားကြည့်ပေးတယ်၊ ဓားက အသည်းနေရာမှာ စိုက်ဝင်နေတယ်၊ သွေးပေါင်လည်းကျပြီး ဝမ်းဗိုက်တစ်ခုလုံးလည်း တင်းနေတော့ အရေးပေါ်ခွဲဖို့ လိုမယ်အစ်ကို၊ ဆရာဦးမြင့်မောင်ကလည်း ညီအရင်းဖြစ်နေတော့ ကိုယ်တိုင်မခွဲချင်ဘူး၊ ကျွန်တော်လည်း နက်ဖြန်နံနက် ခရီးသွားဖို့ရှိလို့ အစ်ကို့ကို အကူအညီလာတောင်းတာ'

ကျွန်တော်လည်း မျက်နှာသစ်ပြီး ကိုမျိုးသန့်ရဲ့ ကားလေးနဲ့ အတူ မိတ္ထီလာဆေးရုံကြီးကို လိုက်သွားပါတယ်။ ခွဲစိတ်ဆောင်

ရောက်တော့ အသက် ၁၈–နှစ်အရွယ် မောင်ဇော်ထွန်းကို မိုက်မှာ ဓားတန်းလန်းနဲ့ တွေ့ရပါတယ်။ ကိုမျိုးသန့်ပြောသလို အသွား ရှစ်လက်မခန့်ရှိတဲ့ ဓားမြှောင်ဟာ မိုက်မှာသုံးလက်မခန့် စိုက်ဝင်ပြီး အသက်ရှူတာနဲ့အတူ အပေါ်အောက်လှုပ်ရှားနေပါတယ်။

စမ်းသပ်ကြည့်တော့ အသက်ရှူနှုန်းနဲ့ သွေးခုန်နှုန်းမြန်နေသလို သွေးပေါင်ကလည်း အပေါ်သွေးက ၈၀–ပဲရှိပါတယ်။ အခြေအနေအရ အရေးပေါ်ခွဲစိတ်ဖို့လိုတာမို့ သွေးသွင်းပြီး ပဋိဇီဝနှင့် မေးခိုင်ဆေးများကို ချက်ခြင်းထိုးလိုက်ပါတယ်။ သွေးလှူရှင်များလည်းအဆင်သင့်ရှိတာနဲ့ ခွဲစိတ်ခန်းမကြီးထဲ သွင်းလိုက်ပါတယ်။

နံနက် နှစ်နာရီခွဲမှာ လူနာရဲ့မိုက်ကို *Upper mid-line* ကနေပဲခွဲပြီး ဖွင့်လိုက်ပါတယ်။ မိုက်ဖွင့်ကြည့်လိုက်တော့ ကျွန်တော်တို့ယူဆထားသလို ဓားဦးက အသည်းရဲ့ ညာဖက်ခြမ်းမှာ စိုက်ဝင်နေပြီး သည်းခြေအိတ်လည်း ပေါက်နေပါတယ်။ မိုက်ထဲမှာ သွေးခဲများ၊ သွေးများ၊ သည်းခြေရည်များနဲ့ ပြည့်နေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကံအားလျော်စွာ အူမကြီး၊ အူသိမ်နဲ့ အူအမြွှေးပါးမှာ ထိခိုက် ဒဏ်ရာမရှိတာကို တွေ့ရပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့လည်း ကွဲအက်သွားတဲ့အသည်းကို ချုပ်ကြိုးများ အရင်ထည့်ပြီးမှ ဓားမြှောင်ကို ညင်သာစွာဆွဲထုတ်

ပါတယ်။ အူအမြွေးပါး အနည်းငယ်ဖြတ်ပြီး အသည်းပေါ် မှာအုပ်ပြီး ပြန်လည်ချုပ်ပေးလိုက်ပါတယ်။ သည်းခြေအိတ် ကလည်း ပေါက်ပြဲနေပြီး ပြန်လည်ဖာထေးလို့မရနိုင်တာနဲ့ သည်းခြေပြွန်အရင်းကနေ ဖြတ်ထုတ်လိုက်ပါတယ်။ ကိုမျိုးသန့် ကလည်း ကျွမ်းကျင်သပ်ယပ်စွာ အကူအညီပေးနိုင်လို့ ခွဲစိတ် ကုသမှုဟာ နံနက်လေးနာရီမှာ အောင်အောင်မြင်မြင် ပြီးသွားပါ တယ်။ အသည်းမှသွေးယိုစီးမှုကို ထိန်းလိုက်နိုင်တာနဲ့ သွေးပေါင် လည်း တဖြည်းဖြည်း ပြန်တက်လာပါတယ်။

လူနာအခြေအနေ စိတ်ချရမှ ကျွန်တော်တို့လည်း ပြန်လာ ခဲ့ပါတယ်။ ဆေးရုံအပြင်ဘက်မှာတော့ ဝါဆိုမိုးက သဲသဲမဲမဲ ရွာချနေပါတယ်။ ရိပ်သာရောက်တော့ ကျွန်တော်လည်း ကိုမျိုးသန့် ကို နှုတ်ဆက်ရင်း မှာလိုက်ပါတယ်။

'ညီလေးလည်း ဒီနေ့ ခရီးထွက်မှာဆိုတော့ တစ်ရေး အိပ် လိုက်အုံး၊ ကားကို ဖြည်းဖြည်း မောင်းသွားပါ'

'အစ်ကို့ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်၊ နံနက် ၇-နာရီ ထွက်မှာ မို့လို့ နှုတ်ဆက်ပါတယ်၊ ရန်ကုန်ရောက်မှ ဖုန်းဆက်လိုက်မယ်'

'ကောင်းပါပြီ ညီလေးရယ်၊ အေးချမ်းတဲ့ခရီးဖြစ်ပါစေ'

(၄)

ရာသီစက်ဝန်းများနှင့်အတူ

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဇွန်လ ၃၀-ရက်၊ တနင်္လာနေ့။

ညက အိပ်ရေးပျက်ထားတာမို့ နံနက် ၇-နာရီမှ အိပ်ယာက နိုးလာခဲ့ပါတယ်။ ကိုယ်လက်သန့်စင်ပြီး မြတ်စွာဘုရားကို မေတ္တာသုတ်၊ ဓမ္မစကြာရွတ်ဆို ပူဇော်လိုက်ပါတယ်။ ခွဲစိတ်ကုသ ဆောင်ကို နံနက် ၈နာရီခွဲမှာရောက်တော့ ဆရာဝန်များ၊ သူနာပြု အရာရှိ ဒေါ်သီတာအေးနဲ့ သူနာပြုများက အသင့်စောင့်နေကြ ပါတယ်။

ကျွန်တော်လည်း အထူးကြပ်မတ်ကုသဆောင်ကို အရင် ကြည့်လိုက်ပြီး အမျိုးသားခွဲစိတ်ကုသဆောင်၊ အမျိုးသမီးဆောင် နဲ့ ကလေးခွဲစိတ်ကုသဆောင်များမှ လူနာများကို ကြည့်ရှုပေး လိုက်ပါတယ်။

မနက်ဖြန် ခွဲစိတ်ခန်းဝင်ရမှာဖြစ်လို့ အစာအိမ်ကင်ဆာ ဖြစ်နေတဲ့ လူနာတစ်ဦး၊ ရင်သားအကျိတ်ရှိတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ဦးနဲ့ အူကျတဲ့ ကလေးလေးနှစ်ဦးကို ခွဲစိတ်ကုသမှုစာရင်းမှာသွင်းဖို့ သီတာအေးကို မှာလိုက်ပါတယ်။

နံနက် ၁၀-နာရီမှာ ပြင်ပလူနာများကို ရုံးခန်းမှာပဲ ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကို ဆေးမှူး ဒေါက်တာဝင်းမြင့်နဲ့ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များက ကူညီပေးကြပါတယ်။

ညနေမှာ ဆရာဝန်များနဲ့ သူနာပြုများကို ဆေးရုံနှင့်ဆက်နွယ်နေသော ရောဂါကူးဆက်မှုများ *'Hospital infection'* ကို အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပို့ချပေးခဲ့ပါတယ်။

ညပိုင်း မိတ္တီလာကန်တော်ဘက် လမ်းလျှောက်ရင်း ကန်စောင်းက လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ ခါတ်မှန်ပါရဂူ ကိုကျော်ဇေယျနဲ့ အတူထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ လက်ဖက်ရည်နဲ့ ပေါက်ချောင်းဗူးသီးကြော် မှာလိုက်ပါတယ်။

ကိုကျော်ဇေယျက ဆေးပေါ့လိပ်ကို မီးညှိပြီး ဖွာရှိုက်လိုက်ပါတယ်။

'ဒီမှာနေရတာ အေးချမ်းတယ်၊ ကျွန်တော်တော့ စာများများဖတ်ဖြစ်တယ်၊ အစ်ကိုလည်း စာရေးနေတာ တော်တော်ခရီးရောက်ပြီလား'

'ပဋ္ဌာန်းက ဒီနှစ်ကုန်မှာပြီးမယ်၊ နောက်သစ္စာကို အခြေခံတဲ့ ရသဝတ္ထုတစ်ပုဒ်လည်း ရေးနေပါတယ်'

ကန်တော်ကို ဖြတ်သန်း တိုက်ခတ်လာတဲ့လေဟာ လှိုင်းကြက်ခွပ်လေးများကိုလည်း ယူဆောင်လာပါတယ်။ မိုးရွာပြီးစမို့ မြေသင်းရနံ့လေးကိုလည်း ရနေပါတယ်။

မိုးရွာပြီးစ နေခြည်ကဝင်းပစွာ ဖြာကျနေတာမို့ စိမ်းစိုနေသော သစ်ပင်များနဲ့အတူ သစ်ရွက်လေးများပေါ်က မိုးစက်လေးများဟာ တစ်စက် စက်ကျနေပါတယ်။ ဆည်းဆာအချိန်မို့ ကောင်းကင်ယံမှာ တိမ်ရောင်စုံကွန်းမြူး နေပါတယ်။ တိမ်မဲညိုတွေမရှိတော့တာမို့ ကောင်းကင်ပြင်ဟာ ကြည်လင်နေပါတယ်။ တကယ်တော့ တိမ်စိုင်၊ တိမ်တိုက်တွေ ဖြစ်လာလိုက်၊ တဖြည်းဖြည်း လွင့်စင်ပျောက်သွားလိုက်ဖြစ်နေပေမယ့် သဘာဝရဲ့ နိယာမအရ ကောင်းကင်ကတော့ အစဉ်ကြည်လင်နေပါတယ်။

ကျွန်တော်လည်း ကောင်းကင်ပြင်လို စိတ်ကိုကြည်လင်အောင်ထားနိုင်ရင် အေးချမ်းနေမယ်ဆိုတာ တွေးမိပါတယ်။ တစ်ကယ်တော့ အရာရာတိုင်းဟာ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ပေါ်လာသလို အဆုံးတစ်နေ့မှာ ချုပ်ငြိမ်းသွားရစမြဲပါ။ ဒီလိုဖြစ်ပျက်အစဉ်ကို သိထားတာနဲ့အမျှ စိတ်ဟာယောက်ယက်မခတ်တော့ဘဲ ဘာပဲဝင်လာဝင်လာ တည်ငြိမ်အေးချမ်းနေမှာပါ။

ကျွန်တော် အဆောင်ပြန်ရောက်တော့ မမျှော်လင့်တဲ့ ဧည့်သည်တစ်ဦးက စောင့်နေပါတယ်။ သူကတော့ ကျွန်တော်နဲ့ စစ်တွေဆေးရုံမှာ အတူတူ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့တဲ့ ဆရာကြီး ကံမြင့်ဖြစ်နေပါတယ်။

'ဆရာ··· ကျွန်တော်လည်း ပင်စင်ယူကာနီး မိတ္ထီလာမှာ

အခြေချချင်တယ်ဆိုပြီး လျှောက်လိုက်တော့ မနေ့ကပဲ မိသားစု အားလုံး ပြောင်းလာခဲ့တယ်၊ အခု ဆရာရောက်နေတယ်ဆိုလို့ လာတွေ့တာ'

'ဝမ်းသာတယ် ဆရာကံရယ်၊ မတွေ့တာ သုံးနှစ်တောင် ရှိပြီ'

'ကျွန်တော်က ခွဲစိတ်ခန်းမှာ တောက်လျှောက်လုပ်လာလို့ အခုလည်း ခွဲစိတ်ဆောင်မှာပဲ ဆရာမမှူးက တာဝန်ချထားတယ်'

'ဆရာကံကိုမြင်တော့ စစ်တွေမှာ အတူလုပ်ခဲ့တာတွေကို သတိရတယ်'

'အဲဒီတုန်းက ဆေးရုံဖွင့်ကာစဆိုတော့ တော်တော်ပင်ပန်း တာ၊ အားလုံး စည်းစည်းလုံးလုံးနဲ့ ဝိုင်းလုပ်ကြလို့ အဆင်ပြေ သွားတာ၊ အခု လူဟောင်းတွေ တော်တော်များများ မရှိတော့ဘူး၊ ကျွန်တော်တို့က ဆရာရှိသေးရင် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ဆက်သင်မယ်လို့ အားခဲထားတာ'

'ကျွန်တော် ဒီမှာ ဆက်ပြီး ပို့ချပေးပါ့မယ်၊ ဆရာကံလည်း နားလိုက်ပါအုံး၊ နက်ဖြန်မှ တွေ့တာပေါ့'

ဆရာကံမြင့် နှုတ်ဆက်ပြန်သွားတော့ ရေးလက်စ သစ္စာ စာမူကို ဆက်ရေးဖြစ်ပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ မိုးရွာနေတာနဲ့ အပြင်မထွက်တော့ဘဲ ကော်ဖီ

တစ်အိုးဖျော်ပြီး ညောင်လေးပင်တောရဆရာတော်ရဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အရသာနဲ့ ဦးသော်ဇင်ရေးသားတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကို ဖတ်ပြီးမှတ်စု ထုတ်လိုက်ပါတယ်။

(၅)
ကိုယ်တွေ့တရား

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၅ ရက်၊ စနေနေ့။

ဒီနေ့ ရိပ်သာကနေ ဆေးကုသဆောင်အနောက်ဖက်က ခွဲစိတ်ပါရဂူများ အစဉ်အဆက်နေခဲ့တဲ့ သစ်သားလုံးချင်းအိမ်လေးကို ပြောင်းရွှေ့ဖြစ်ပါတယ်။ ဆရာကြီးကံမြင့်၊ တပည့်လေး မောင်မျိုးမင်းနဲ့ ခွဲစိတ်ဆောင်မှ သူနာပြုများက လာရောက်ကူညီပေးပါတယ်။ ပစ္စည်းလည်းသိပ်မများတာနဲ့ နံနက်ပိုင်းမှာပဲ ပြီးသွားပါတယ်။

အိမ်ပြောင်းနေစဉ်မှာ မိတ္ထီလာ ရှမ်းတဲလေတပ်စခန်းမှ ဦးလေးဖြစ်သူ ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီး အောင်ကျော်ငြိမ်းနဲ့ မိသားစု ရောက်လာပါတယ်။ ဦးလေးဆိုပေမယ့် ကျွန်တော့်ထက် နှစ်နှစ်ခန့်သာ ကြီးပါတယ်။ ကျွန်တော်အိမ်ပြောင်းတာ ကြားတဲ့အတွက် အဆင့်သုံးဆင့်ပါ ဘုရားစင်လည်း ယူလာပါတယ်။

ကိုအောင်ကျော်ငြိမ်းရဲ့ ဖခင်ဖြစ်သူမှာ ကွယ်လွန်သွားပြီဖြစ်တဲ့ ပြူပြင်ထိန်းသိမ်းရေး လေတပ်စခန်း၊ မင်္ဂလာဒုံမှ ဘိုးလေး ဗိုလ်မှူးကျော်ငြိမ်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဘိုးလေးဟာ ၁၉၂၈-ခုနှစ်တွင် ဖွားမြင်ခဲ့ပြီး အသက် ၁၇ နှစ် အရွယ်မှာ မြန်မာ့တပ်မတော်(လေ)သို့ စတင် ဝင်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။ ကွယ်လွန်ချိန် အသက် ၄၃-နှစ်အထိ ၂၆-နှစ်ကြာ ထူးချွန်စွာစစ်မှုထမ်းခဲ့ပြီး အင်္ဂလန်နှင့်ဂျပန်နိုင်ငံတွေမှာလည်း လေကြောင်းအတတ်ပညာများကို ဆည်းပူးခဲ့ပါတယ်။

ဘဝရဲ့အကောင်းဆုံးအချိန် ၃၉-နှစ်အရွယ်မှာ မမျှော်လင့်ဘဲ ကင်ဆာရောဂါရှိနေတာကို သိရှိလိုက်ရပါတယ်။ ဒီရောဂါကတော့ ခံတွင်းနှင့် လည်ချောင်းတွင်းမှာ ဖြစ်ပွားတဲ့ အသားပိုဆိုးအမဲ မြစ်ပွားနာ *'Malignant Melanoma'* ပါ။ ဘိုးလေးဟာ သူ့ရောဂါကို တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး၊ မင်္ဂလာဒုံနှင့် အင်္ဂလန်နိုင်ငံ ကင်ဆာအထူးကု ဆေးရုံကြီးဖြစ်တဲ့ *'Hammersmith Hospital'* မှာ ဆေးကုသမှု ခံယူခဲ့ပါတယ်။

ကင်ဆာရောဂါဖြစ်တယ်လို့ သိသိခြင်း အားငယ်ပြီး စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းခဲ့ပေမယ့် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ မတည်မြဲတဲ့ သဘာဝ ဓမ္မကို သိရှိလက်ခံပြီး အေးချမ်းတည်ငြိမ်စွာနဲ့ ရင်ဆိုင်သွားခဲ့ပါတယ်။ ဘဝရဲ့ နေနိုင်သမျှ နောက်ဆုံးရက်တွေမှာလည်း တရားစာပေများကို ဖတ်ရှုလေ့လာခဲ့ပြီး ကိုယ်တိုင်လည်း ရှုမှတ်အားထုတ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီလို ရှုမှတ်အားနဲ့ပဲ ခံစားရတဲ့ ဝေဒနာတွေရော၊ သေခြင်းတရားနဲ့ နီးကပ်နေတဲ့ ဆည်းဆာကာလလေးကိုပါ တည်ငြိမ်အေးဆေးစွာ ကျော်ဖြတ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

ဘိုးလေးဟာ မင်္ဂလာဒုံစစ်ဆေးရုံမှာ ဆေးကုသမှု ခံယူနေစဉ်အတွင်း သေခြင်းတရားကို တရားသဘောနဲ့ တည်ငြိမ်အေးဆေးစွာ ရင်ဆိုင်ခဲ့တာတွေကို ကိုယ်တွေ့မှတ်တမ်းအနေဖြင့် ရေးခဲ့ပါတယ်။ မကွယ်လွန်မီ ရေးသွားခဲ့တဲ့ စာစုလေးများကို ကျွန်တော်မှ စုစည်းပြီး *'သံယောဇဉ်ဆွဲအား'* စာအုပ်မှာ ကိုယ်တွေ့တရားဆိုပြီး ဖော်ပြခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီမှာ ကျွန်တော့်စိတ်ကို ဖမ်းအစားနိုင်ဆုံး စာပိုဒ်လေးတစ်ခုက ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားခဲ့တဲ့ ဂါထာလေးဖြစ်ပါတယ်-

'အဇ္ဇေဝ ကိစ္စံ အာတပ္ပံ၊ ကော ဇညာ မရဏံ သုဝေ

နဟိနော သင်္ဂရံ တေန၊ မဟာသေနေန မစ္စုနာ'

'ပြုဖွယ် ကိစ္စများကို

ယနေ့ပင် ပြုအပ်၏။

မည်သည့်ရက်တွင်

သေမည်ကို မသိကြ။

စစ်သည်အင်အား များစွာရှိသော

သေမင်းနှင့်

ချိန်းဆိုထားခြင်း မရှိကြ'

ဘိုးလေးမဆုံးခင် ဆည်းဆာကာလလေးမှာ ကျွန်တော်နဲ့ ခေတ္တဆုံတွေ့လိုက်ရတာမို့ အဲဒီအဖြစ်အပျက်လေးတွေကို အတော်အတန် မှတ်မိနေပါတယ်။ ဘိုးလေးဟာ နဂိုကပင် အေးချမ်းသိမ်မွေ့သူဖြစ်တော့ ရောဂါဖြစ်တဲ့အခါမှာလည်း တရားစာပေများဖတ်ရှုပြီး ပုတီးစိပ်၊ တရားမှတ်ရင်းနဲ့ ဝေဒနာတွေကို သည်းခံပြီး နေရှာပါတယ်။

ဘိုးလေးရဲ့သားကြီး ကိုအောင်ကျော်ငြိမ်းနဲ့ မင်္ဂလာဒုံဆေးရုံကြီး အရာရှိကုသဆောင်သို့ ကျွန်တော် ထမင်းပို့လိုက်သွားတဲ့အခါမှာလည်း အေးဆေးတည်ငြိမ်စွာပဲ တရားရှုမှတ်နေတာ တွေ့ရပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကိုလည်း စာကြိုးစားဖို့၊ လိမ္မာဖို့ ဆုံးမသလို ဆရာဝန်ကောင်းတစ်ဦး ဖြစ်ဖို့လည်း တိုက်တွန်းရှာပါတယ်။

မကွယ်လွန်ခင်မှာ အစားအသောက် မဝင်တာနဲ့ ရောဂါဖိစီးတာတို့ကြောင့် တဖြည်းဖြည်းအားနည်းလာပြီး အရိုးပေါ်အရေတင်သလိုပဲ ရှိပါတော့တယ်။

ကျွန်တော်ဆေးရုံမှာ ဘိုးလေးနဲ့ ဆုံတွေ့တဲ့အခါတိုင်း ပါးစပ်ဟပြီး ပြရှာပါတယ်။ အသားပိုဆိုးအမဲ ကင်ဆာရောဂါဟာ အာခေါင်တွင်းနှင့် အာသီး *Tonsils* မှာ မျှော့အနက်ကြီး တွယ်ကပ်သလိုဖြစ်နေပြီး ခံတွင်းတစ်ခုလုံးမှာ အမည်းစက်များနဲ့ ပျံ့နှံ့နေပါတယ်။

၁၉၇၁-ခုနှစ် မေလငါးရက်နေ့မှာ တရားရှုမှတ်ရင်းနဲ့ ဘဝတစ်ပါးသို့ အေးချမ်းစွာ ကူးပြောင်းသွားခဲ့ပါတယ်။ အခုအခါ မြင့်မြတ်သောဘုံဘဝတွေမှာ ရောက်ရှိ ကျင်လည်နေမယ်လို့ ကျွန်တော်ယုံကြည်ပါတယ်။

ပစ္စည်းများ နေရာချပြီးတာနဲ့ ကိုအောင်ကျော်ငြိမ်းတို့ မိသားစုနဲ့ လာရောက်ကူညီသူအားလုံးကို မုန့်ဟင်းခါးမှာပြီး ကျွေးလိုက်ပါတယ်။

အိမ်လေးဟာ တစ်ထပ်လုံးချင်းအိမ်လေးဖြစ်ပြီး ဧည့်ခန်း၊ ထမင်းစားခန်း၊ ဘုရားခန်းနဲ့ အိပ်ခန်း သုံးခန်းပါဝင်ပါတယ်။ အိမ်အနောက်ဖက်မှာ ဘောလုံးကွင်းရှိပြီး ရာသီဥတုသာယာတဲ့ နေ့များမှာ ပုပ္ပါးတောင်မင်းကို လှမ်းပြီး မြင်တွေ့နိုင်ပါတယ်။

ညနေပိုင်းမှာ အသက် ၅၀-အရွယ် အမျိုးသားတစ်ဦး ဆိုင်ကယ်လက်ကိုင်နဲ့ ဗိုက်ကိုဆောင့်မိကာ ဗိုက်တပြင်လုံးတင်းပြီး မခံမရပ်နိုင်အောင်နာလို့ ရောက်လာပါတယ်။ ဆေးရုံရောက်တဲ့ အချိန်မှာ သွေးပေါင်က အပေါ်သွေး ၆၀, အောက်သွေး ၄၀သာ ရှိပါတယ်။ သူက ကျွန်တော့်ကိုတွေ့တာနဲ့ အားကိုးတကြီးပြောပါတယ်။

'ကျွန်တော်က ဦးဝင်းအောင်ပါ၊ ဆည်မြောင်းရုံးမှာ လုပ်ပါတယ်၊ အခု ဆေးရုံရှေ့က လမ်းမကြီးမှာ ဆိုင်ကယ်မှောက်လို့

ရောက်လာတာပါ၊ ဆရာ ကူညီပေးပါဦး'

'စိတ်အေးအေးထားပါ၊ ကျွန်တော် လိုအပ်တာတွေအားလုံး လုပ်ပေးပါ့မယ်'

စမ်းသပ်ကြည့်တဲ့အခါ အသည်းနေရာမှာ အရည်ပြားဟာ ညိုမဲနေပြီး မျက်နှာကလည်း ဖြူဖတ်ဖြူလျော် ဖြစ်နေပါတယ်။ အသည်းနဲ့ ဝမ်းတွင်းအင်္ဂါတစ်ခုခုကို ထိခိုက်မိပြီး သွေးထွက်မှု များနေတဲ့ လက္ခဏာလည်း ရှိနေပါတယ်။

ကျွန်တော်လည်း အားပေးစကားပြောပြီး အရေးပေါ်ခွဲစိတ်မှု ဖြစ်မှာမို့ လူနာနဲ့ လူနာရှင်မိသားစုကိုရှင်းပြပြီး ညပိုင်းမှာ ခွဲစိတ် ကုသပေးဖို့ စီစဉ်လိုက်ပါတယ်။ သွေးလည်း အဆင်သင့်ရှိတာနဲ့ အမြန်ပြင်ဆင်ပြီး ခွဲစိတ်ကုသမှုကို စတင်လိုက်ပါတယ်။

ဝမ်းဗိုက်အမြှေးပါးကိုဖွင့်ပြီး စစ်ဆေးလိုက်တဲ့အခါ အသည်း ညာဘက်ခြမ်းမှာ ကွဲကြောင်းနှစ်ခုရှိပြီး သွေးခဲများနဲ့ ပြည့်နှက် နေပါတယ်။

ကျွန်တော်လည်း လုံးဝကြေမွသွားတဲ့ အသည်းအစိတ် အပိုင်းကို ထုတ်လိုက်ပြီး ထားလို့ရနိုင်မယ့်နေရာတွေကို ပြန်လည် တွဲချုပ်ပေးလိုက်ပါတယ်။ အသည်းအားဆေးနှင့် သွေးတိတ်နိုင် မယ့်ဆေးများကိုလည်း တပါတည်း တွဲသုံးပေးလိုက်ပါတယ်။

ခွဲစိတ်ပြီး မကြာမီမှာ သွေးပေါင်လည်းတဖြည်းဖြည်း တက်

လာပြီး ဦးဝင်းအောင်လည်း သတိပြန်လည်လာပါတယ်။

နောက်နေ့တွေမှာတော့ အစဉ်ရွှေ့လျားနေတဲ့ ရာသီစက်ဝန်းနဲ့အတူ ခွဲစိတ်ကုသမှုများနဲ့ ကင်ဆာလူနာများကို ကြည့်ရှုရင်း ပြက္ခဒိန်စာမျက်နှာလေးများလည်း တဖြည်းဖြည်း ကျော်လွန်လာခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်တော်ခွဲပေးလိုက်တဲ့ ဦးဝင်းအောင်လည်း နှစ်ပတ်အကြာမှာ အခြေအနေကောင်းလို့ ဆေးရုံကဆင်းသွားပါတယ်။ သူကိုယ်တိုင် တရားနေ့စဉ်ရှုမှတ်ပြီး ဓမ္မစာပေများ စုဆောင်းဖတ်ရှုနေသူမို့ နောင်မှာ ကျွန်တော်နဲ့ ခင်မင်တဲ့ မိတ်ဆွေကောင်းများ ဖြစ်လာပါတယ်။

(၆)

ဘဝစာမျက်နှာများ

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၁၃ ရက်၊ တနင်္ဂနွေနေ့။

ဒီနေ့ ဝါဆိုလပြည့်မှာတော့ ကျွန်တော့်အတွက် ပေးထားတဲ့ ဆေးရုံဝင်းထဲက အိမ်မှာ သံဃာတော်ငါးပါးကို ပင့်ဖိတ်ပြီး အရုဏ် ဆွမ်းကပ်လှူပါတယ်။ သံဃာတော်များနဲ့ ပရိတ်သတ်များအတွက် မုန့်ဟင်းခါးကို ဆရာကံတို့မိသားစု ကူညီ ချက်ပြုတ်ပေးပါတယ်။ ဆရာတော်များက မေတ္တာ၊ ကရုဏာ ကြီးမားစွာနဲ့ မေတ္တာသုတ်၊ ရတနသုတ်၊ ပုဗ္ဗဏှသုတ် ရွတ်ဆိုပေးပြီး ပဋ္ဌာန်းဒေသနာ ချီးမြှင့် ပါတယ်။

မိတ္ထီလာရောက်တာ မကြာသေးပေမယ့် ဆေးရုံတပ်မှူးနှင့် ဆရာဝန်၊ သူနာပြုများ၊ မြို့ထဲမှ မိတ်ဆွေများနှင့် လူနာများ၊ ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးမှ ဆရာဝန်များ၊ သုခထီလာနှင့် စိုးမိုး အထူးကု ဆေးရုံမှ ခင်မင်ရင်းနှီးသူများအားလုံး လာရောက်ပါတယ်။ နေရာ အသစ်ပြောင်းလာတာမို့ ခင်မင်သူများက ဘုရားပန်းအိုး၊ ပန်းချီ ကားများနဲ့ အိမ်သုံးပရိဘောဂများ လက်ဆောင်ပေးသွားကြပါ တယ်။

နံနက် ၁၁-နာရီမှာ ဧည့်ပရိတ်သတ်များအားလုံး စဲသွားပါ တယ်။ အလာရှိရင် အပြန်ရှိတယ်၊ ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ ခဏလေးမှာ

ပျက်သွားတယ်ဆိုတဲ့ ဖြစ်ပျက်အစဉ်လေးကိုလည်း သတိထားမိလိုက်ပါတယ်။ အခုအခါမှာတော့ အဲဒီတုန်းက လှုပ်ရှားနေတဲ့ ပုံရိပ်ရှင်အချို့လည်း မမြဲတဲ့သဘာဝအရ မရှိကြတော့ပါဘူး။

အဲဒီနေ့ ည ၈-နာရီမှာ မိတ္ထီလာတပ်နယ်မှ အငြိမ်းစား ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီးသန်းအောင်ရဲ့သမီးလေး ဗိုက်အောင့်လို့ရောက်လာပါတယ်။ သူမနဲ့အတူ မိဘနှစ်ပါးလည်း ပါလာပါတယ်။

သူမက အသက် ၂၈-နှစ်ခန့်ရှိပြီး ဆရာဝန်တစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။ မျက်နှာကညှိုးနေပြီး ဖြူဖတ်ဖြူလျော် ဖြစ်နေပါတယ်။ ညာဖက်ဝမ်းဗိုက်နေရာကိုလည်း လက်တစ်ဖက်နဲ့ ဖိထားပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကိုလည်း ကိုယ်တိုင်မိတ်ဆက်ပါတယ်။

'ညီမက တင်မိုးဝေပါ၊ အမ်ဘီဘီအက်စ် ဘွဲ့ရတာ သုံးနှစ်ရှိပါပြီ၊ ဒီမှာပဲ မိဘတွေနဲ့အတူနေပြီး ကိုယ်ပိုင်ဆေးခန်းဖွင့်ထားပါတယ်၊ ဒီနေ့နံနက် လေးနာရီမှစပြီး ချက်ပတ်ပတ်လည်မှာ စပြီးအောင့်တာ၊ နောက်တစ်ခါ အန်တယ်၊ နေ့လည်ကစပြီး ညာဘက်အောက်ပိုင်းမှာ ရွှေ့ပြီးနာလာတယ်၊ အူအတက်ရောင်တာနဲ့တူလို့ အစ်ကို့ဆီ လာပြထာပါ'

စမ်းသပ်ကြည့်တော့ ညာဘက် အူအတက်နေရာမှာ ဝမ်းဗိုက်ကြွက်သားများ တင်းနေပါတယ်။ *Mc Burney's point* ခေါ် အူအတက်ရှိတဲ့နေရာမှာ လက်နဲ့အသာလေး ဖိကြည့်ပြီး ပြန်လွှတ်

လိုက်တော့လည်း နာကျင်မှုရှိပါတယ်။ အဲဒါကို ဆေးပညာအရ *Rebound tenderness* လို့ ခေါ်ပါတယ်။ နဖူးပေါ်လက်တင်ပြီး စမ်းလိုက်တော့ ကိုယ်အပူချိန်လည်း တက်နေပါတယ်။ဒါပေမဲ့ အမျိုးသမီးဖြစ်တာမို့ သေချာအောင် ထပ်မေးလိုက်ပါတယ်။

'ညီမ ရာသီကော မှန်မှန်လာရဲ့လား'

'မှန်ပါတယ်၊ လွန်ခဲ့တဲ့အပတ်ကပဲ ပြီးသွားတာ'

'အခု နာတာက ဖြစ်စနဲ့စာရင် ဘယ်လိုနေသေးလဲ'

'တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ပိုပြီးနာလာတယ်၊ အိမ်မှာတော့ အစာအိမ်နာတယ်ထင်လို့ နို့နည်းနည်းသောက်ထားတယ်'

'အစ်ကို စမ်းသပ်ကြည့်တော့ ညီမဖြစ်နေတာက အူအတက်ရောင်တာပါပဲ၊ တော်တော်လည်းနာနေတော့ ဒီညပဲ ခွဲပေးလိုက်မယ်'

'ကျေးဇူးပါပဲ အစ်ကို'

ကျွန်တော်လည်း မေ့ဆေးပါရဂူ ဒေါ်နွယ်နွယ်သိန်းကို အကြောင်းကြားပြီး ညဆယ်နာရီမှာ ခွဲစိတ်ကုသပေးဖို့ စီစဉ်လိုက်ပါတယ်။

ညာဖက်ဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်းမှာ ဓားနဲ့အရာပေးပြီး တဖြည်းဖြည်းခွဲစိတ်လိုက်တော့ ယောင်နေတဲ့အူအတက်ကို အထူးမရှာရဘဲ တန်းပြီးတွေ့လိုက်ရပါတယ်။ ခွဲစိတ်ကု ဆရာဝန်များရဲ့ စကား

နဲ့ဆိုရင် *Good morning appendix* လို့ ပြောရမှာပါ။ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က အူအမြှေးပါးများနဲ့လည်း ကပ်ညှိနေတာ မရှိလို့ အသာအယာပဲဖြတ်ထုတ်လို့ ရသွားပါတယ်။

ခွဲစိတ်ဆရာဝန်တစ်ဦးမို့ လူ့ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါများကို နေ့စဉ်နဲ့အမျှ တွေ့မြင်နေရပါတယ်။ အလှအပဆိုတာ အရေပြားတစ်ထောက်ပါပဲ *'Beauty is a skin deep'* ဆိုတဲ့ စကားလေးဟာ အလွန်မှန်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ ဆရာတော်တစ်ပါးဟောတဲ့ တရားစာသားလေးတစ်ခုကို ခွဲနေရင်း သတိရမိလိုက်ပါတယ်။

'ဝိပဿနာဆိုတာ ပြင်ပအာရုံများမှာ ကျက်စားနေကြ မျက်စိကို စက္ကန့်မစဲ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ခန္ဓာအစဉ်အတွင်းဘက် ပြန်ကြည့်လိုက်တဲ့ သဘောမျိုးပါလို့' ဆိုပါတယ်။

ခွဲစိတ်ကုသမှုက မိနစ်နှစ်ဆယ်ခန့်သာ ကြာမြင့်ပါတယ်။ ခွဲခန်းကထွက်လာတော့ သူမရဲ့မိဘများက ဆရာဝန်နဲ့ သူနာပြုများကို လဖက်ရည်နဲ့ ခေါက်ဆွဲကြော်များမှာပြီး ဒါနပြုပါတယ်။

ကျွန်တော်လည်း ပူပင်သောကရောက်နေတဲ့ သူမရဲ့မိဘများကို အားပေးလိုက်ပါတယ်။

'အဘတို့လည်း စိတ်အေးအေးထားပါ၊ ကျွန်တော် မှန်းထားတဲ့အတိုင်း အူအတက်ရောင်တာပါပဲ၊ ခွဲစိတ်တာလည်း အဆင်

ပြေပါတယ်၊ နောက်နေ့ညနေဆို အရည်စသောက်လို့ ရပါပြီ’

‘ဆရာတို့အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်၊ သားသမီးကလည်း နှစ်ယောက်ထဲရှိတယ်၊ သမီးကြီးကတော့ အမေရိကန်၊ ပန်ဆဲလ်ဗေးနီးယားမှာ အမျိုးတွေရှိတော့ ကျောင်းသွားတက်တယ်၊ ကျွန်တော်တို့က ဒီသမီးငယ်လေးနဲ့ပဲ နေရတာ’

တင်မိုးဝေကတော့ ဆေးအရှိန်နဲ့ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်နေပါတယ်။ အခြေအနေလည်း စိတ်ချရပြီမို့ သူမရဲ့ မိဘများကို နှုတ်ဆက်ပြီး အိမ်ကိုလမ်းလျှောက်ပြန်ခဲ့ပါတယ်။

ည ၁၁-နာရီ ကျော်ပြီမို့ ဆေးရုံဝင်းထဲမှာ တိတ်ဆိတ်လို့နေပါတယ်။ ဆိပ်ဖလူးနဲ့ ညမွှေးပန်းရနံ့များဟာလည်း သင်းပျံ့လို့နေပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ မြတ်စွာဘုရားကို မဟာပဋ္ဌာန်းနဲ့ ရွှတ်ဖတ်ပူဇော်ပြီး နာရီဝက်ခန့် တရားထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။

(၇)

နေ့သစ်များနဲ့အတူ

၂၀၀၇ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၁၄ ရက်၊ တနင်္လာနေ့။

နံနက်စောစော အိပ်ယာမှနိုးတာမို့ လမ်းလျှောက်ထွက်ဖို့ ပြင်ဆင်လိုက်ပါတယ်။ ဝဿန်ခါတွင်းဆိုပေမယ့် ရာသီဥတုက တိမ်ကင်းစင်ပြီး ကြည်လင်သာယာလို့နေပါတယ်။ လမ်းလျှောက်မထွက်ခင် တကြော်ကြော် အော်မြည်နေတဲ့ ငှက်ကလေးများကို ညကချန်ထားတဲ့ ထမင်းကြမ်းများ ပက်ကျွေးလိုက်ပါတယ်။

ဆေးရုံဝင်းကထွက်ပြီး ရန်ကုန်-မန္တလေး ကားလမ်းမပေါ် ရောက်တော့ ရွှေမြင်တင်ဘုရားရှေ့က လမ်းမအတိုင်း ကန်ဘက် ကိုဦးတည်ပြီး ကျွန်တော်လျှောက်လိုက်ပါတယ်။ ညာဖက်ကို ချိုးလိုက်ရင် မိတ္ထီလာ-သာစည်သွားတဲ့ လမ်းမပေါ်ရောက်သွား ပါမယ်။

ကန်ရေပြင်ကို ဖြတ်သန်းတိုက်ခတ်လာတဲ့ လေပြေညှင်းဟာ လူကို လန်းဆန်းသွားစေပါတယ်။ ကန်ပတ်ပတ်လည်မှာလည်း ကျန်းမာရေးအတွက် အားကစားလေ့ကျင့်နေတဲ့သူတွေ များလှပါ တယ်။ လမ်းလျှောက်ရင်း ခပ်သိမ်းသတ္တဝါ အားလုံးကို မေတ္တာပို့ ပြီး ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော်ကို စိတ်ထဲကရွတ်ဆိုလိုက်ပါတယ်။

မကြာမီ နေလုံးကြီးထွက်ပြူလာတော့မှာမို့ ပြာလဲ့နေတဲ့ အရှေ့ဖက်ကောင်းကင်ယံမှာ လိမ္မော်ရောင်နှင့် အနီရောင်လွှမ်းမိုးနေတဲ့ ခုနစ်စဉ်ရောင်ခြည်တန်းများကို မြင်တွေ့နေရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ညဉ့်နက်မှသာ မြင်တွေ့ရတဲ့ ကြယ်လေးတစ်ချို့ကလည်း ကောင်းကင်ယံမှာ ရှိနေပါသေးတယ်။

လမ်းလျှောက်မှအပြန် မြို့ထိပ်ကလက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ လက်ဖက်ရည်၊ မလိုင်နဲ့ နံပြားမှာပြီး စားသောက်လိုက်ပါတယ်။ ဒီဆိုင်က ဆိတ်ရိုးစွပ်ပြုတ်နဲ့ ပဲနံပြားက နာမည်ကြီးလှပါတယ်။ အညာဒေသက အစားအစာထဲမှာ ကျွန်တော်နှစ်သက်တာက မလိုင်၊ ရေမုန့်၊ တမာရွက်တို့စရာ၊ ပုန်းရည်ကြီးနဲ့ မြူရွက်သုတ်တို့ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော် အိမ်ပြန်ရောက်တော့ နံနက်ခုနစ်နာရီ ရှိနေပါပြီ။ ရေမိုးချိုးပြီးတာနဲ့ ခွဲစိတ်ဆောင်ဘက်ကို လမ်းလျှောက်ပြီး ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ အဆောင်ရှေ့ရောက်တော့ နပျိုလန်းဆန်းစွာနဲ့ အလုပ်ဝင်နေကြတဲ့ ဆရာဝန်များ၊ ဆေးမှူးများနဲ့ သူနာပြုများကို တွေ့ရပါတယ်။ သူနာပြုအရာရှိ သီတာအေးကလည်း လူနာမှတ်တမ်းများကိုကိုင်ပြီး အသင့်စောင့်နေပါတယ်။

'*Good morning* ပါဆရာ'

'အားလုံးပဲ မင်္ဂလာပါ၊ ဆရာတို့ လူနာတွေ အရင်ကြည့်

လိုက်ရအောင်'

ကျွန်တော်လည်း အထူးကြပ်မတ်ကုသဆောင်ကို အရင်ဝင်ကြည့်လိုက်ပါတယ်။ ဒီအခန်းမှာတော့ လွန်ခဲ့တဲ့သုံးရက်က အူမကြီးကင်ဆာကို ခွဲစိတ်ထားတဲ့ မိတ္ထီလာ အမြောက်တပ်က ဦးစိုးဝင်းတစ်ဦးသာ ရှိပါတယ်။ အခြေအနေကောင်းလို့ ကင်ဆာကုသဆောင်သို့ရွှေ့ပြီး နောက်အပတ် ဆေးများသွင်းဖို့ စီစဉ်ပေးလိုက်ပါတယ်။

အမျိုးသမီးဆောင်ရောက်တော့ မနေ့ညက အရေးပေါ်ခွဲထားတဲ့ ဆရာဝန်မလေး တင်မိုးဝေကို အရင်ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။

သူမက ကျွန်တော်တို့ကိုမြင်တော့ ပြုံးပြီးနှုတ်ဆက်ပါတယ်။ မျက်နှာက ကြည်လင်လန်းဆန်းနေပြီး မနေ့ကလို ဝေဒနာခံစားနေတာမျိုး မတွေ့ရတော့ပါဘူး။ ကျွန်တော် ညာဘက်လက်ကိုအသာယူပြီး သွေးခုန်နှုန်း စမ်းကြည့်တော့ ပုံမှန်ဖြစ်နေပါပြီ။ ဝမ်းဗိုက်ကိုစမ်းကြည့်တော့ ပျော့ပြောင်းနေပြီး အူတွေပုံမှန်လှုပ်ရှားစပြုနေတာကို ကြားရပါတယ်။

သီတာအေးက မှတ်တမ်းကိုကြည့်ပြီး ပြောပြပါတယ်။

'မတင်မိုးဝေက *Pulse rate 70, Temperature normal, Pressure 110/70* ပါဆရာ'

'ဒါဆို ပုံမှန်ဖြစ်နေပါပြီ၊ *Bowel sound* လည်း ကောင်း

ကောင်းရနေတော့ အရည်ကို တစ်နာရီနှစ်ဖွန်းလောက် ညီမ သောက်လို့ရပါပြီ၊ ညနေလေးနာရီကျော်ရင် တဖြည်းဖြည်း တိုး သောက်ပေါ့၊ ခွဲထားတဲ့နေရာက ဘယ်လိုနေသေးလဲ'

'သက်သာပါတယ် ဆရာ၊ ညကလည်း ကောင်းကောင်း အိပ်ပျော်ပါတယ်'

ကျွန်တော်လည်း သူမကို နှုတ်ဆက်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့လူနာများ ကို ကြည့်ရှုအားပေးလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော် *ward round* ပြီးတော့ နံနက် ၉-နာရီကျော်နေပါပြီ။ ရုံးခန်းမှာ လက်ဖက်ရည် သောက်ပြီး ပြင်ပလူနာများကို အလုပ်သင်ဆရာဝန်များနှင့် ဆက် လက်ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။ နေ့လည် ၁၂-နာရီထိုးမှ လူနာ များ စဲသွားပါတယ်။

ညနေမှာ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များ၊ ဆေးမှူးများနှင့် သူနာပြု များကို စာသင်ပေးလိုက်ပါတယ်။ ညနေသုံးနာရီမှာ ကျွန်တော် မှာထားတဲ့ တစ်ပင်တိုင်မြနန်းအပင်များ ရောက်လာလို့ ရုံးခန်း ရှေ့ကမြေကွက်လပ်မှာ စိုက်ဖို့ပြင်လိုက်ပါတယ်။

တစ်ပင်တိုင်မြနန်းဟာ အဖုအကျိတ်များကို ကြေစေနိုင်တဲ့ အစွမ်းသတ္တိရှိလို့ ကျွန်တော့်လူနာများထဲမှတစ်ချို့ကို အသုံးပြုလေ့ ရှိပါတယ်။

ညနေ မိုးမရွာတာနဲ့ ရုံးခန်းနောက်ဖက်က မြေကွက်လပ်မှာ

တပည့်များနဲ့အတူ တစ်ပျော်တပါး ဘောလီဘောကွင်းလုပ်ဖို့ မြက်နှုတ်ပြီး မြေညှိဖြစ်ပါတယ်။ မှောင်ရိပ်များသမ်းလာမှပဲ နားလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း တပည့်များကို ကိုသန်းအောင်ရဲ့ဆိုင်က လက်ဖက်ရည်နဲ့ စမူဆာမှာပြီးကျွေးလိုက်ပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ အရေးပေါ်လူနာမရှိတာနဲ့ အိပ်မှာခဏနားလိုက်ပါတယ်။ ရန်ကုန်အိမ်က မိဘများနဲ့လည်း ဖုန်းဆက်ပြီး စကားပြောလိုက်ပါတယ်။ မိဘများနဲ့စကားပြောရတာဟာ ရင်ထဲမှာနွေးထွေးမှုနဲ့ အေးချမ်းမှုတွေရှိသွားပါတယ်။

မိုးကသဲသဲမဲမဲရွာနေလို့ အပြင်မထွက်တော့ဘဲ ရေးလက်စ 'အနန္တနယ သမန္တ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်' စာအုပ်ကို ဆက်ရေးဖြစ်ပါတယ်။ ည သန်းခေါင်ကျော်မှပဲ စာရေးစားပွဲက ထဖြစ်ပါတယ်။ အပြင်မှာတော့ ဝါဆိုမိုးက အရှိန်အဟုန်နဲ့ ရွာနေပါတယ်။

Time flies.

အချိန်ဆိုတာ ငှက်ကလေးများ တောင်ပံရိုက်ခတ်ပျံသန်းသွားသလို ဖြတ်သန်းသွားတာ အလွန်မြန်လှပါတယ်။ နံနက်အရုဏ်တက်မှ မိုးချုပ်အထိ ပြန်တွေးကြည့်လိုက်ရင် တစ်ကယ့်ကို ခဏလေးပါ။

အရာရာဟာ အဆုံးရှိသလို ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ ခဏအတွင်းမှာပျက်သွားတယ်ဆိုတာ အလွန်သိသာလှပါတယ်။ တစ်နေ့တာမှာ

လည်း အာရုံအသစ်အသစ်တွေနဲ့တွေ့တိုင်း တွယ်တာတဲ့လောဘ စိတ်လေးဖြစ်လိုက်၊ ပျက်သွားလိုက်၊ စိတ်အလိုမကျတဲ့အခါ ဒေါသစိတ်လေးဖြစ်လိုက်၊ ပျက်သွားလိုက်၊ သနားစရာလူနာများ ကိုတွေ့တော့ မေတ္တာစိတ်လေးဖြစ်လိုက်၊ ပျက်သွားလိုက်နဲ့ စိတ် အစဉ်ဟာလည်း အလွန်လျင်မြန်လှပါတယ်။ လူ့ဘဝနဲ့ သံသရာ ဆိုတာလည်း ဒီလို ဖြစ်ပျက်အစဉ်လေးပါပဲလို့ ကျွန်တော်တွေးမိ ပါတယ်။

အချိန်ရဲ့ရွေလျားခြင်းနှင့်အတူ ဘဝတစ်ခုရဲ့မမြဲခြင်း၊ ဆွေး မြည့် ရင့်ရော်ခြင်းတို့ကို ဆင်ခြင်မိတော့ အဖေအမြဲပြောလေ့ရှိတဲ့ ဓမ္မပဒပါ စာပုဒ်လေးတစ်ခုကို သတိရမိလိုက်ပါတယ်-

'မည်မျှပင် ဆန်းကြယ်သစ်လွင်စွာ တန်ဆာဆင်ထားသော မင်းစီးရထားဖြစ်ပါစေ၊ အချိန်နှင့်အမျှ ဆွေးမြည့်ဟောင်းနွမ်း သွားရစမြဲဖြစ်သည်။ ထို့အတူ ခန္ဓာကိုယ်သည်လည်း ဆွေးမြည့် အိုမင်းရင့်ရော်ရစမြဲပင်။ သို့သော် သူတော်ကောင်းတရားသည် ကား ဆွေးမြည့်ဟောင်းခြင်း အိုမင်းခြင်းမရှိပါ . . .'

'Even gorgeous royal chariots wear out and indeed this body too wears out. But the Dhamma of the Good does not age ...'

ဒါကြောင့်မို့ မိမိနဲ့ ဆက်ဆံနေရသူအားလုံးပေါ် ဖြူစင်သော

စိတ်နဲ့ အကူအညီပေးနိုင်ဖို့ကိုပဲ ဆုံးဖြတ်ထားပါတယ်။

ကျွန်တော်အိပ်ယာဝင်တော့ နံနက်တစ်နာရီ သံချောင်းခေါက် သံကိုကြားလိုက်ရပါတယ်။

အချိန်ရထားဟာ မည်သူ့ကိုမှ ငဲ့ညှာခြင်းမရှိဘဲ ခုတ်မောင်းနေတာမို့ တစ်ညတာပြီးသွားတာနဲ့ နေ့သစ်တစ်ရက်ဟာ မကြာခင်မှာ ရောက်လာပါတော့မယ်။

(၈)

မန်ကျည်းရိပ်က ခမ္မစကူးလ်

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၂၅ ရက်၊ သောကြာနေ့။

ဒီနေ့က ကျွန်တော့်မွေးနေ့ဖြစ်လို့ နံနက်အရုဏ်မှာ တပ်ထိပ်ကျောင်းက သံဃာငါးပါးကို မုန့်ဟင်းခါးဆွမ်းနဲ့ သင်္ကန်းကပ်လှူပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

ဆေးရုံမိသားစုများကိုလည်း ရုံးခန်းဘေးက စာသင်ခန်းနဲ့ ရှေ့ကမြက်ခင်းပြင်မှာ နံနက်၉-နာရီကစပြီး ကျွေးမွေးဧည့်ခံလိုက်ပါတယ်။ ဆရာကံမြင့်တို့မိသားစုက မုန့်ဟင်းခါးချက်ပေးပါတယ်။ တပ်မှူးနဲ့တကွ ပါရဂူများ၊ ဆေးမှူးများ၊ သူနာပြု အရာရှိများ၊ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များ၊ သူနာပြုများအားလုံးနဲ့ မိတ္ထီလာမြို့ထဲမှ ခင်မင်တဲ့ မိတ်ဆွေများလည်း လာရောက်ကြပါတယ်။

မွေးနေ့ရောက်တိုင်း နှစ်စဉ် မုန့်ဟင်းခါးပဲ ကျွေးမွေးဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်နှစ်သက်တဲ့ အစားအစာဖြစ်သလို မိဘများနဲ့ဆက်နွယ်နေတဲ့ နောက်ခံဇာတ်လမ်းလေးလည်း ရှိလို့ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော့် အဖေနဲ့ အမေဟာ ၁၉၅၈-ခုနှစ်မှာ လက်ထပ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအခါက အဖေက ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်၊ သမိုင်း

ဌာနက နည်းပြဆရာလေးဖြစ်ပြီး အမေက ဂုဏ်ထူးတန်းတက်နေတဲ့ ကျောင်းသူပါ။ မိခင်ရဲ့မိဘများက အစက သဘောမတူလို့ ဖခင်က ဇာတိမြို့ဖြစ်တဲ့ ရေနံချောင်းကိုခေါ်သွားပြီး လက်ထပ်ခဲ့ပါတယ်။ နောက်မှ မိဘများကသဘောတူပြီး ရန်ကုန်မှာ မင်္ဂလာဆောင်ပေးပါတယ်။

အဲဒီ မင်္ဂလာဖိတ်စာလေးမှာ ရေးထားတာက 'ကျွန်တော်၊ ကျွန်မတို့၏ မင်္ဂလာဧည့်ခံပွဲရှိရာ ရွှေဂုံတိုင်အိမ်ရာသို့ ကြွရောက်ပါရန်နှင့် မုန့်ဟင်းခါးနဲ့ ဧည့်ခံပါမည်…' လို့ ရေးထားပါတယ်။ ဖိတ်စာလေးက ၃×၅ လက်မအရွယ်သာရှိတဲ့ အဖြူရောင်ကဒ်ထူပြားပေါ်မှာ အနက်ရောင်စာလုံးများနဲ့ ခြောက်ကြောင်းခန့်သာ ရေးထားပါတယ်။ အလွန်ရိုးစင်းတဲ့ မင်္ဂလာပွဲလေးပါ။ မိဘများကို သံယောဇဉ်ကြီးတဲ့စိတ်ကလည်း မုန့်ဟင်းခါးကို ကျွန်တော် နှစ်သက်တဲ့ အကြောင်းတစ်ခုဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီမှာ ပြင်ပလူနာများစဲသွားတော့ ကျွန်တော်လည်း ပန်းခြံမှာပျိုးထားတဲ့ တပင်တိုင်မြနန်းပင်များကို ကြည့်ရှုပြီး တပည့်များနဲ့ ပေါင်းသင်နေလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ပန်းခြံထဲ ရှိတုန်း ဆရာကြီး ကံမြင့်၊ ဆရာကြီး စောအောင်၊ မန်ကျည်းတောရွာက လက်သမားဆရာများဖြစ်တဲ့ ဦးစံရွှေနဲ့ ဦးဝင်းမြင့်အောင်တို့ ရောက်လာပါတယ်။

'ဆရာကံတို့ ဘာအထူးရှိလို့လည်း'

'ကျွန်တော်တို့အားလုံးက အဘိဓမ္မာသင်တန်း တက်ပြီးပါပြီ၊ အတော်အသင့်လည်း နားလည်လာတော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ဆက်တက်ချင်ပါတယ်။ အဲဒါ ဆရာအချိန်ပေးနိုင်ရင် သင်တန်းပို့ချပေးဖို့ပါ'

'ကျွန်တော် ပို့ချပေးပါ့မယ်၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်က နက်နဲကျယ်ပြန့်တော့ အနှစ်သာရနဲ့ အရသာကိုသိအောင် အရင်ရှင်းပြပေးပါ့မယ်၊ နောက်မှ တဆင့်ပြီးတဆင့် အချိန်ရသလို ပို့ချပေးသွားပါ့မယ်'

'ဒီသင်တန်းမှာ လူတော့နည်းနည်းများမယ် ဆရာ၊ ရွာက ဦးဘစံ၊ ဒေါ်သောင်းတင်နဲ့ ဒေါ်ညွန့်ရွှေ၊ ဆေးရုံက ဒေါက်တာဝင်းဝင်းမြင့်၊ ဆရာမ သီတာအေးနဲ့ ဆွေဆွေမြင့်တို့လည်း တက်မယ်ဆရာ'

'ဒါဆို ကျွန်တော် အပတ်စဉ် သောကြာနေ့ညနေ သုံးနာရီ ရုံးခန်းမှာ ပို့ချပေးပါ့မယ်၊ ဒီမှာ *White board* ရော ထိုင်ခုံပါ အကုန်ရှိတယ်၊ ဆရာကံတို့စုံရင် နောင်အပတ် စကြတာပေါ့'

'ကျေးဇူးပဲ ဆရာ၊ ရွာကအဖွဲ့တွေလည်း ဆေးရုံနဲ့နီးတော့ အဆင်ပြေသွားတယ်၊ အခု ဓမ္မစကူးလ်တွေ ခေတ်စားနေတော့ ကျွန်တော်တို့က မန်ကျည်းရိပ်က ဓမ္မစကူးလ်ပေါ့ဆရာ'

'ဆရာကံမြင့်က စိတ်ကူးကောင်းတာပဲ'

ဆရာကံတို့ နှုတ်ဆက်ပြန်သွားတော့ ကျွန်တော်လည်း သင်

တန်းအတွက် စာအုပ်ဘီဒိုထဲက မဟာစည်ဆရာတော်၊ ကျိုက်ထို ဘုရားသုံးဆူ ဆရာတော်၊ ညောင်လေးပင်တောရ ဆရာတော်နဲ့ ဆရာကြီး ဦးသော်ဇင်တို့ရေးသားတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် စာအုပ်များကို ရှာဖွေထုတ်ယူလိုက်ပါတယ်။

စာအုပ်တွေရှာနေတုန်း သင်းပျံ့တဲ့ရနံ့တစ်ခုရတာမို့ ကြည့် လိုက်တော့ ရုံးခန်းအဝ ခန်းဆီးနောက်မှာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အရိပ်ကိုတွေ့လိုက်ရပါတယ်။

'ဘယ်သူပါလဲ၊ ဝင်ခဲ့လို့ရပါတယ်'

ကျွန်တော် ဖိတ်ခေါ်မှုကြောင့် ခန်းဆီးစကို အသာဖယ်ပြီး ဝင်လာသူက ဆရာဝန်မလေး တင်မိုးဝေဖြစ်နေပါတယ်။ သူမက ခရမ်းရောင်ချည်သား မြန်မာဝတ်စုံကို အပေါ်အောက်ဆင်တူ ဝတ်ထားပါတယ်။ သူမမှာထူးခြားတာက ဆံဂေသာဟာ နက် မှောင်ပြီး ခါးလယ်ကျော်တဲ့အထိ ရှိပါတယ်။ လက်ထဲမှာ အဖြူ ရောင် သစ္စာပန်းများနဲ့ အိတ်တစ်ခုကိုင်ထားပါတယ်။

သူမ ပန်းများနဲ့အိတ်ကို ကမ်းပေးပြီး-

'ဆရာ့အတွက် ဘုရားပန်းရယ် လက်ဖက်နဲ့အကြော်စုံပါ၊ လုံချည်ကတော့ အဆင်ကို ညီမကိုယ်တိုင်ရွေးလာတာပါ'

'ကျေးဇူးပါပဲ ညီမရယ်'

'ဆေးရုံဆင်းတဲ့နေ့က ဆရာခွဲစိတ်ခန်းဝင်နေလို့ မနှုတ်ဆက်

ဖြစ်လိုက်ဘူး၊ ညီမလည်း ပုံမှန်လှုပ်ရှားလို့ ရနေပါပြီ၊ အခု ဆရာ့ကို လာကန်တော့တာပါ'

သူမက ကျွန်တော့်ကို ရိုသေစွာ ထိုင်ကန်တော့ပါတယ်။

'ဆရာသမား တစ်ဦးအနေနဲ့ လာရောက်ကန်တော့လို့ ညီမလည်း ကျန်းမာချမ်းသာပြီး ဘဝမှာ အောင်မြင်တိုးတက်ပါစေ၊ ရည်မှန်းထားတဲ့ လိုရာဆန္ဒအားလုံး ပြည့်ဝပါစေ'

'ပေးတဲ့ဆုနဲ့ ပြည့်ရပါစေ'

'ညီမ ထိုင်ပါဦး၊ ရေနွေးသောက်ပါ၊ အခု ဆေးခန်းကော ပြန်ဖွင့်နေပြီလား'

'လူနာတွေလာတာနဲ့ မနေ့ကပဲ စကြည့်ပေးလိုက်တယ်၊ ခွဲထားတဲ့နေရာကလည်း ဘယ်လိုမှ မနေတော့ လုပ်နိုင်ပါတယ် ဆရာ'

'တစ်ပတ်လောက်တော့ နားနားနေနေပဲလုပ်ပါ၊ စက်ဘီးစီးတာနဲ့ အလေးအပင်မတာတွေတော့ မလုပ်စေချင်သေးဘူး'

'ညီမ ဂရုစိုက်ပါ့မယ်၊ စားပွဲပေါ်မှာ တရားစာအုပ်တွေ အများကြီးပဲ၊ ဘယ်အတွက်လဲ ဆရာ'

'အခုပဲ ဆရာကြီးကံမြင့်နဲ့ မန်ကျည်းတောရွာက အဖွဲ့တွေ လာသွားတယ်၊ ဆရာ့ကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ပို့ချပေးဖို့ အကူအညီတောင်းတယ်၊ သူတို့အားလုံး စိတ်အားတက်ကြွနေတာနဲ့ ဆရာလည်း

ရှေ့အပတ်သောကြာနေ့ကစပြီး ပို့ချပေးဖို့ စီစဉ်ထားတယ်’

‘ဆရာ အပန်းမကြီးရင် ညီမလည်း တက်ချင်ပါတယ်၊ မနှစ်က အဘိဓမ္မာသင်တန်း တက်ပြီးသွားပြီ၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်က ခက်တယ်ဆိုလို့ အခုထိ မတက်ဖြစ်သေးတာ’

‘ဒီမှာတော့ အနှစ်သာရနဲ့ လိုရင်းကိုပဲ အဓိကပို့ချပေးသွားမှာပါ၊ နောင် နားလည်သွားမှ အကျယ်ပို့ချပေးဖို့ မှန်းထားတယ်’

‘ဝိသုဒ္ဓိက ဘာကို ဆိုလိုတာလဲ ဆရာ’

‘ဝိက အထူးအားဖြင့်၊ သုဒ္ဓိက စင်ကြယ်သန့်ရှင်းတာဆိုတော့ အထူးစင်ကြယ်သန့်ရှင်းတာ *Absolute purity,* တပ်မက်ဖွယ်တာမှုအားလုံးနဲ့ အရှုပ်အထွေးဆိုတာ တစ်ခုမှမရှိတော့လို့ ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်သွားတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဝိသုဒ္ဓိအရကို နိဗ္ဗာန်လို့ပဲ ရည်ညွှန်းပါတယ်’

‘ဒီလိုဆို **ဖြူစင်ရှင်းသန့်သောရပ်ဝန်းဒေသ** ဒါမှမဟုတ် စင်ကြယ်သောနယ်မြေလို့ ဆိုနိုင်တာပေါ့ဆရာ’

‘အဲဒီလို ဆိုနိုင်ပါတယ်၊ နောက် မဂ်ဆိုတာ မြန်မာလို လမ်းကြောင်းဆိုတော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်သို့သွားရာလမ်း *The path of purification* လို့ ဆိုရမှာပေါ့’

‘ဆရာပြောတာနဲ့ စိတ်ဝင်စားသွားပြီ၊ ညီမ ကြိုးစားပြီး သင်တန်းတက်ပါ့မယ်’

'သင်တန်းပြီးသွားရင် ဘဝတစ်လျှောက်မှာ အကျိုးရှိသွားမှာပါ'

'ညီမကြိုးစားပြီး တက်ပါ့မယ်၊ *Thanks for everything* ပါ ဆရာ'

သူမ နှုတ်ဆက်ပြန်သွားတော့ စစ်တွေဆေးရုံမှာ အတူတူ လုပ်ခဲ့တဲ့ မသင်းကို သတိရမိလိုက်ပါတယ်။ သူမကလည်း အညာသူမို့ မသင်းနဲ့စကားပြောတာ အတော်ဆင်ပါတယ်။ အခုဆိုရင် မသင်းဆုံးသွားတာ သုံးနှစ်ပြည့်ပါတော့မယ်။

ညပိုင်းမှာ သင်တန်းပို့ချဖို့ ကျမ်းစာအုပ်များကို ဖတ်ရှုပြီး မှတ်စုထုတ်ထားလိုက်ပါတယ်။ ညနက်သန်းခေါင်မှ ခဏနားပြီး အိမ်ပြူတင်းဝကကြည့်တော့ အပြင်ဖက်မှာ မှောင်မိုက်နေပါတယ်။ မဟူရာကောင်းကင်မှာတော့ လင်းလက်နေတဲ့ ကြယ်လေးတစ်ချို့ ရှိနေပါတယ်။

တကယ်ကော့ ညရဲ့ မှောင်မိုက်ခြင်းထက် အဆများစွာ ပိုတာက မသိမှုဆိုတဲ့ အဝိဇ္ဇာအမှောင်တိုက်ကြီးပါ။ ဖြစ်, ပျက် အစဉ်ကို မမြင်အောင်၊ သစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်းမသိအောင် အဝိဇ္ဇာက ကာဆီးပေးထားပါတယ်။ ဒီအမှောင်ထုကို ပညာမျက်စိ ရှိမှပဲ အရာရာကို အရှိကိုအရှိအတိုင်း ဖောက်ထွင်းသိမြင်သွားမှာ လို့ တွေးမိလိုက်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားကို မဟာပဋ္ဌာန်းနဲ့ ပူဇော်ပြီး မကြာခင်မှာ ကျွန်တော်လည်း နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်သွားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ နံနက်စောစောမှာ ထူးဆန်းတဲ့ အိပ်မက်တစ်ခုမက်ပါတယ်။

အိပ်မက်ထဲမှာ နောက်ခံပုံရိပ်တွေက ကျွန်တော်တာဝန် ထမ်းဆောင်ခဲ့တဲ့ စစ်တွေမြို့ ဖြစ်နေပါတယ်။ စစ်တွေမြို့ *Point* ကမ်းစပ်ရဲ့ ညနေဆည်းဆာမှာ ကျွန်တော်နဲ့ ခရမ်းရောင်ဆင်တူ ဝတ်ထားတဲ့ မသင်းတို့ လမ်းအတူလျှောက်နေပါတယ်။ လေအဝှေ့မှာ မသင်းဆီက သင်းပျံ့တဲ့ ရှင်မတောင်သနပ်ခါးရနံ့လေးနဲ့ ဆံနွယ်စလေးတွေ မျက်နှာမှာ ထိတွေ့သွားတာကို ခံစားလို့ရနေပါတယ်။

'ဒီနေရာလေးက အရမ်းအေးချမ်းဘာပဲနော်၊ ပင်လယ်ပြာကြီးကိုမြင်ရတာ ကျယ်ပြန့်လွန်းလို့ အဆုံးမရှိသလိုတောင် ထင်ရတယ်'

'ညီမပြောတာ မှန်ပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လောက်ပဲကျယ်ဝန်းတဲ့ မဟာသမုဒ္ဒရာတွေတောင် အနားသတ်ကမ်းဆိုတာ ရှိကြစမြဲပါပဲ၊ အရာရာဟာ အစရှိရင် အဆုံးဆိုတာလည်း ရှိကြတယ် မလား'

'မွေးဖွားပြီးရင် သေဆုံးရမယ်၊ တွေ့ဆုံခြင်းရှိရင် ခွဲခွာခြင်း ရှိတယ်ဆိုတာ သိနေပေမယ့် သံယောဇဉ်တွယ်တာရပြီးမှ ခွဲရတဲ့

အဖြစ်တွေဟာ တွေးကြည့်လိုက်ရင် အလွန်ဝမ်းနည်းစရာကောင်းတာပဲနော်'

'မှန်ပါတယ် ညီမရယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မစကြာမှာ အဖန်ဖန်တလဲလဲ မွေးဖွားတာ၊ အိုမင်းရင့်ရော်တာ၊ သေဆုံးရတာ၊ ချစ်ခင်သူများနဲ့ ခွဲခွာရတာ၊ မချစ်မနှစ်သက်သော သူများနဲ့ ဆုံဆည်းရတာ၊ အလိုရှိတိုင်း တောင့်တတိုင်း မရတာတွေဟာ ဒုက္ခဆင်းရဲတွေပါပဲလို့ ဟောခဲ့ပါတယ်'

'လောကသဘာဝအရ ဆင်းရဲရှိရင် ဆင်းရဲခြင်းအားလုံးက ကင်းတဲ့နေရာလည်း ရှိမှာပေါ့နော်'

'ရှိတာပေါ့ ညီမရယ်၊ ဆင်းရဲအပေါင်းကင်းပြီး ချမ်းသာအေးမြတဲ့ ဖြူစင်ရှင်းသန့်သော ရပ်ဝန်းဆိုတာရှိတယ်၊ သံယောဇဉ် အနှောင်အဖွဲ့အားလုံးကို ဖြတ်တောက်ထားနိုင်တဲ့နေ့မှာ ရောက်သွားပါလိမ့်မယ်၊ အဲဒီဒေသမှာ မွေးဖွားတာ, အိုမင်းရင့်ရော်တာ, နာမကျန်းဖြစ်တာ, သေဆုံးတာတွေ မရှိတော့ဘူး'

'အခုတော့ မဖြစ်နိုင်သေးပါဘူး အစ်ကိုရယ်၊ ဘဝမှာ ညီမဖြစ်ချင်တာတွေက အများကြီးရှိသေးတယ်၊ ဆေးပညာပါရဂူဘွဲ့တွေ ထပ်ယူချင်သေးတယ်၊ လူနာတွေကိုလည်း တတ်စွမ်းသလောက် ကုသပေးချင်သေးတယ်၊ ညီမက ဖယောင်းတိုင်လိုဘဝမျိုးကို သဘောကျတယ်၊ ကိုယ်က အချိန်တန်လောင်ကျွမ်း

လို့ ချုပ်ငြိမ်းသွားပေမယ့် ရှိတဲ့အခိုက်အတန့်လေးမှာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို အလင်းရောင်ပေးထားချင်တယ်'

'ညီမ ရည်မှန်းတာတွေက မွန်မြတ်ပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဘဝတစ်ခုတစ်ခုဟာ မပြီးနိုင်တဲ့အလုပ်ကိစ္စတွေ လုပ်ရင်းပဲ ချုပ်ငြိမ်းသွားကြရတာပဲ မဟုတ်လား၊ နောက်ဘဝတွေမှာ ပြီးမလားဆိုတော့လည်း ပြီးတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး၊ ဖြစ်ချင်တဲ့ဆန္ဒတွေ၊ တွယ်တာနှစ်သက်မှုသံယောဇဉ်ဆွဲအားတွေကြောင့်ပဲ ဆက်လည်နေကြဦးမှာ၊ ဒါကြောင့်မို့ လက်ရှိကျန်းမာရေး ကောင်းနေတဲ့အချိန်မှာ သတိနဲ့ဘာဝနာ ပွားစေချင်တယ်'

'အစ်ကို သတိပေးတာ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်၊ ညီမ ကြိုးစားပါ့မယ်၊ သံယောဇဉ်တွေ တဖြည်းဖြည်း ဖြတ်လာနိုင်တဲ့အခါမှာ တော့ အစ်ကိုပြောတဲ့ ဖြူစင်ရှင်းသန့်တဲ့ ရပ်ဝန်းကို ရောက်မယ်လို့ထင်ပါတယ်'

'တစ်နေ့ရောက်မှာပါ ညီမရယ်၊ သံယောဇဉ်ဆိုကတည်းက တွယ်တာတပ်မက်မှု၊ ပိုင်ဆိုင်လိုမှုတွေပါ တစ်ပါတည်းတွဲလာတာ၊ ကိုယ်တွယ်တာတဲ့သူနဲ့အတူ နေရတဲ့အခါ ပျော်စရာကောင်းတယ်လို့ ထင်မှတ်ကြတယ်၊ ဒါပေမဲ့ တွယ်တာမှုမှန်သမျှဟာ ပူလောင်ပါတယ် ညီမရယ်၊ တစ်နေ့ ကိုယ်တွယ်တာရတဲ့အရာနဲ့ ခွဲခွာကြရတယ် ဒါမှမဟုတ် မရှိတော့ဘူးဆိုရင် ခံစားရတဲ့

ဝမ်းနည်းဆွေးမြည့်မှုက မနည်းလှပါဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ လှပတဲ့ အရာလေးတွေတွေ့ရင် စိတ်ထဲမှာ ရှင်လန်းချမ်းမြေ့သွားပေမယ့် တွယ်တာမှုမထားမိအောင်ပဲ နေတော့တယ်၊ ပန်းခြံထဲမှာ လှပတဲ့ နှင်းဆီပန်းလေးပွင့်နေရင် ခူးဆွတ်ဖို့ မစဉ်းစားတော့ဘူး၊ သူ့ သဘာဝအတိုင်း လှပနေတာကိုပဲ ကြည့်နေမိတော့တယ်'

'ဥပေက္ခာ သဘောမျိုးလား အစ်ကို'

'အဲဒီလိုလည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဥပေက္ခာရဲ့ ပင်ကိုယ် သဘောက လုံးဝ လစ်လျူရှုတာမျိုးလည်း မဟုတ်ပါဘူး၊ သူ့မှာ ဘေးအန္တရာယ်ကျနိုင်တယ်ဆိုရင် ကာကွယ်ပေးရမှာပေါ့၊ ပန်းလေး အမြဲ ဝေဆာလှပနေအောင် ပေါင်းသင်ပေးတယ်၊ ပိုးမကျအောင် ကာကွယ်ပေးတယ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်က သတ္တဝါလေးတွေ မဖျက် ဆီးနိုင်အောင် ခြံခတ်ပေးတာမျိုးတွေ လုပ်ပေးမှာပါ'

ကျွန်တော်တို့ စကားတပြောပြောနဲ့ လျှောက်လာလိုက်တာ စစ်တွေဟိုတယ်နားအထိ ရောက်လာပါတယ်။

'ညီမတို့ ကမ်းစပ်မှာ ခဏထိုင်ရအောင်'

'ကောင်းပါပြီ ညီမရယ်'

ကျွန်တော်တို့ အရိပ်ရတဲ့ အပင်အောက်မှာ အတူထိုင်ဖြစ် ပါတယ်။ ပင်လယ်ဒီရေတက်သံနဲ့အတူ ကမ်းခြေကို လှိုင်းအိ လေးများက လာရောက်ရိုက်ခတ်နေပါတယ်။ ကမ်းစပ်က တိုက်

ခတ်တဲ့လေက ပိုပြီးအေးမြလာသလို တဖြည်းဖြည်း မှောင်ရိပ်များလည်း သန်းလာပါတယ်။

မိုးကုတ်စက်ဝိုင်းအစပ်မှာ ဝင်တော့မယ့် နေလုံးနီနီရဲရဲကြီးကို ကောင်းကင်နဲ့ပင်လယ်ပြင် ဆုံတွေ့တဲ့နေရာမှာ မြင်တွေ့နေရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ကိုယ်စီ စကားမပြောတော့ဘဲ ဆည်းဆာအလှကို ထိုင်ပြီးကြည့်နေမိပါတယ်။

မသင်းက အုန်းရည်သောက်ချင်တယ်ဆိုလို့ ကျွန်တော် ခပ်လှမ်းလှမ်းကဆိုင်မှာ သွားပြီးမှာလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော် ပြန်လာတော့ ပင်လယ်ဘက်ကိုဆင်းသွားတဲ့ မသင်းကိုတွေ့ရလို့ အပြေးလေးလိုက်သွားပါတယ်။ ကျွန်တော် ကမ်းစပ်ရောက်တော့ ရေထဲမှာ ကျောလယ်အထိ ရောက်နေပါပြီ။

'ညီမ မဆင်းနဲ့တော့ ရေက တအားနက်တာ'

ကျွန်တော်နောက်က အော်ခေါ်ပေမယ့် မသင်းကကြားဟန်မရှိပါဘူး။ ပင်လယ်ထဲ တဖြည်းဖြည်းဆင်းသွားပြီး မကြာခင် ပျောက်ကွယ်သွားပါတော့တယ်။ ကျွန်တော် ရေထဲဆင်းပြီး လိုက်တော့လည်း မတွေ့ရတာမို့ ထပ်ထပ်ပြီး ခေါ်လိုက်ပါတယ်။

'ညီမ ...'

အဲဒီအခိုက်လေးမှာ ကျွန်တော် အိပ်မက်ကနိုးသွားပါတယ်။ ကျွန်တော့်တစ်ကိုယ်လုံးမှာလည်း ချွေးတွေ ရွှဲနစ်လို့နေပါတယ်။

အပြင်ဖက်မှာတော့ ဝါဆိုမိုးက အရှိန်ပြင်းစွာ ရွာနေပါတယ်။ နာရီကြည့်လိုက်တော့ နံနက်ငါးနာရီ ထိုးပါတော့မယ်။

အိပ်မက်ဆိုပေမယ့် လက်တွေ့ဘဝမှာ ထိတွေ့ရသလိုမျိုး ခံစားရပါတယ်။ ညီမငယ်မသင်း ရောက်ရာဘဝမှာ ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ပါစေလို့ မေတ္တာပို့လိုက်ပါတယ်။

မသင်း သီဆိုနေကျ ဆရာမြို့မငြိမ်းရေးဖွဲ့တဲ့ မပြီးသေးသော ပန်းချီကားသီချင်းက စာသားလေးများကလည်း ရင်ထဲကို အလိုလို တိုးဝင်လာပါတယ်။

'မပြီးသေးသော ပန်းချီကား ××× ခပ်ဝါးဝါး အရိပ်ထင် ××× ညစဥ်ပင် ညစဥ်ပင် ××× မျက်စိမှိတ်လည်း စိတ်ထဲစွဲကာထင်...'

ကျွန်တော်လည်း ဆက်အိပ်လို့မရတော့တာနဲ့ မျက်နှာသစ်ပြီး ဘုရားရှိခိုးဖို့ ပြင်လိုက်ပါတယ်။

စိတ်ထဲမှာ စွဲလန်းတွယ်တာမှုကြောင့် ဖြစ်လာတဲ့ ပြင်းထန်စွာ စွဲလန်းမှုဆိုတဲ့ ဥပါဒါန် *Strong attachment* သဘောကိုလည်း သတိထားမိလိုက်ပါတယ်။

စွဲလန်းမှုတဏှာကြောင့် ဘဝအသစ်အသစ်တွေ အဖန်တလဲလဲ ဖြစ်နေရတာမို့ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်သောအခါ အောက်ပါဂါထာနှစ်ပုဒ်ဖြင့် ဥဒါန်းကျူးတော်မူခဲ့ပါတယ်...

'ခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်သော အသင်လက်သမားကို ရှာခဲ့ပါသော်လည်း မြင်နိုင်သောဉာဏ်မရှိသောကြောင့် ဘဝများစွာ သံသရာ၌ ငါကျင်လည်ခဲ့ရသည်၊ အဖန်ဖန် ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းသည် ဆင်းရဲလှ၏...'

'ခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်သော **တဏှာလက်သမား**၊ ငါသည် သင့်ကို ယခုပညာမျက်စိဖြင့် မြင်ရပြီ၊ သင်သည် ခန္ဓာအိမ်ကို နောက်တစ်ဖန် ဆောက်လုပ်ရတော့မည်မဟုတ်၊ သင်၏ ကိလေသာဆိုသော ထောက်တိုင်အားလုံးနှင့် အဝိဇ္ဇာတည်းဆိုသော အိမ်အထွတ်ကို ဖျက်ဆီးအပ်ပြီ၊ ငါ၏စိတ်သည် ပြုပြင်ခြင်းကင်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ပြီ၊ တဏှာ၏ကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်ကိုရပြီ...'

သီလ၏ ဆင်ကြယ်ခြင်း

(၉)
သမိုင်းနောက်ခံ ပန်းချီကား

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၁ ရက်၊ သောကြာနေ့။

ဒီနေ့ နံနက်ပိုင်းမှာ လည်ပင်ကြီးရောဂါဖြစ်နေတဲ့ ဘုန်းတော်ကြီး တစ်ပါး၊ သည်းခြေအိတ်မှာ ကျောက်တည်တဲ့ အမျိုးသား တစ်ဦးနဲ့ ရင်သားမှာအကြိတ်နဲ့ အမျိုးသမီးနှစ်ဦးကို ခွဲစိတ်ကုသ ပေးခဲ့ပါတယ်။

ခွဲခန်းပြီးတော့ မွန်းလွဲ တစ်နာရီကျော်နေတာမို့ အိမ်မပြန်တော့ဘဲ ရုံးခန်းမှာပဲ နေ့လည်စာ စားလိုက်ပါတယ်။

နေ့လည် နှစ်နာရီမှာ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များနဲ့ ဆေးမှူးများကို အကျပ်အတည်းကာလမှာ ခေါင်းဆောင်သူ၏ အခန်းကဏ္ဍ *'Role of Leadership in Crisis period'* ကို အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပို့ချပေးလိုက်ပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီမှာ ခဏနားပြီး သင်တန်းအတွက် ပြင်ဆင်လိုက်ပါတယ်။ မကြာမီ ဆရာကံမြင့်တို့ ဆေးရုံမိသားစုနဲ့ ရှာက အဖွဲ့များ ရောက်လာပါတယ်။ ဆရာဝန်မလေး တင်မိုးဝေလည်း မရှေးမနှောင်း ရောက်လာတာနဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ပထမနေ့ ပို့ချတာကို စတင်လိုက်ပါတယ်။

'ဒီနေ့ မင်္ဂလာရှိတဲ့နေ့ပါ၊ စစ်တွေမှာတုန်းက အဘိဓမ္မာ သင်တန်းတစ်ခုကို မမျှော်လင့်ဘဲ အစမှအဆုံး လုပ်ပေးနိုင်ခဲ့ပါ တယ်၊ မိတ္ထီလာမှာလည်း ကျွန်တော် ဆေးကုမယ်, စာရေးမယ် ဆိုပြီး မှန်းထားတာပါ၊ ဒါပေမဲ့ အားလုံးက လိုလိုလားလားနဲ့ သင်ယူချင်တော့ ကျွန်တော်ကြိုးစားပြီး ပို့ချပေးပါ့မယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်က ကျယ်ပြန့်လေးနက်လွန်းတော့ နားလည်လွယ်အောင် ရှင်းပြပြီးမှ တစ်ဆင့်ချင်း တက်သွားပါ့မယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ကျွန်တော်တို့လည်း သိချင်ပါတယ် ဆရာ၊ နောင် ပင်စင်ယူသွားရင် တရားရှုမှတ်တာပဲ ဇောက်ချလုပ်တော့ မယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အဘိဓမ္မာ, ပဋ္ဌာန်း, ဝိသုဒ္ဓိမဂ်လို သိသင့်တာ တွေကို သိထားချင်လို့ပါ'

'ကောင်းပါပြီ၊ ကျွန်တော် ပထမဆုံး ဝိသုဒ္ဓိဆိုတာကို ရှင်း ပြပေးပါ့မယ်၊ ဝိဆိုတာ အထူး, သုဒ္ဓိဆိုတာ စင်ကြယ်ခြင်း ဆိုတော့ အထူးစင်ကြယ်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်၊ မဂ်က လမ်းဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်သို့ သွားရာလမ်းက ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ပါပဲ'

ဦးစံရွှေက 'ဝိသုဒ္ဓိမဂ်က နာမည်ကျော်တော့ သာသနာ မှာ အလွန် ထင်ရှားမှာပဲနော်'

'မှန်ပါတယ်၊ တကယ်တော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ဟာ ပိဋကသုံးပုံရဲ့ အနှစ်သာရဖြစ်သလို ပဋိပတ်ကျမ်းတွေမှာလည်း အထက်တန်း

အကျဆုံးလို့ ချီးမွမ်းခံရတဲ့ကျမ်းပါ’

ဒေါ်ညွန့်ရီက ‘ဒီကျမ်းကို ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်က စီရင်ခဲ့တာလဲ ဆရာ၊ နောက်ခံ သမိုင်းကြောင်းလေးလည်း သိချင်ပါတယ်’

‘မြတ်စွာဘုရား သဗ္ဗညုတဉာဏ်ရရှိခဲ့တဲ့ ဗောဓိပင်အနီးမှာ ဖွားမြင်ခဲ့တဲ့ အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ မထေရ်မြတ်က ရေးသားခဲ့ပါတယ်’

‘မြန်မာပြည်က ဘုရားဖူးတွေသွားနေတဲ့ ဗုဒ္ဓဂယာပေါ့ ဆရာ’

‘မှန်ပါတယ်၊ အဲဒီမထေရ်မှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့အသံတော်လို နက်နဲတဲ့အသံရှိလို့ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာများက ဗုဒ္ဓဃောသလို့ မှည့်ခဲ့ပါတယ်၊ ဘုရားရှင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံအပြီး သာသနာနှစ် ၉၇၃-ခုနှစ်က သီဟိုဠ်ကျွန်းလို့ခေါ်တဲ့ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ အနုရာဓမြို့၊ မဟာဝိဟာရ ကျောင်းတိုက်မှာ စီရင်ခဲ့ပါတယ်’

‘ဒါဆို အိန္ဒိယမှာ ဖွားမြင်ပြီး သီရိလင်္ကာမှာ ကျမ်းရေးခဲ့တာပေါ့နော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ ဒီမှာလည်း စိတ်ဝင်စားစရာ နောက်ခံဇာတ်ကြောင်းလေး ရှိပါတယ်၊ အိန္ဒိယမှာ ကျမ်းစာသင်ယူနေတုန်းရှင်ဗုဒ္ဓဃောသရဲ့ဆရာ အရှင်ရေဝတက သံဂါယနာသုံးတန် တင်ထားပြီးဖြစ်တဲ့ ဘုရားဒေသနာတော်များဟာ အလွန်အဖိုးတန်

တယ်၊ အဲဒီကျမ်းစာတွေထဲမှာ ပညာရှိမထေရ် အရှင်မဟိန္ဒ ရေးထားတာက အပြည့်စုံဆုံးနဲ့ အကောင်းမွန်ဆုံးပဲ၊ ဒါပေမဲ့ ဒီသန့်ရှင်းစင်ကြယ်တဲ့ အဋ္ဌကထာက သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာပဲရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အဲဒီကိုသွားပြီး ပါဠိဘာသာနဲ့ပြန်ဆိုခဲ့ပါ၊ ဒီလိုဆိုရင် သာသနာတော်ဟာပိုပြီး အကျိုးဖြစ်ထွန်းပါမယ်လို့ မိန့်ပါတယ်'

'ဒီလိုဆို အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသက အဲဒီကျမ်းကို ပါဠိဘာသာ ပြန်ဆိုပြီး ယူခဲ့တာပေါ့ဆရာ'

'အဲဒီလို လွယ်လွယ်နဲ့ ရခဲ့တာတော့မဟုတ်ပါဘူး၊ သီရိလင်္ကာ နိုင်ငံ မဟာဝိဟာရကျောင်းမှာရှိတဲ့ သံဃာတော်တွေက အရှင် ဗုဒ္ဓဃောသရဲ့ အရည်အချင်းကို သိလိုတာနဲ့ သဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ် လာ ဂါထာနှစ်ပုဒ်ကိုပေးပြီး အကျယ်ဖွင့်ဆိုရေးသားပါ၊ ဒီလို ရေးသားတာကို ဖတ်ရှုပြီးမှ အလုံးစုံသော ပိဋကစာပေတွေကို ပေးပါ့မယ်လို့ မိန့်ဆိုပါတယ်'

'အဲဒီ ဂါထာနှစ်ပုဒ်ကိုလည်း သိချင်ပါတယ်ဆရာ'

'ကျွန်တော် မြန်မာလို နားလည်လွယ်အောင် ပြောပြပါ့ မယ်၊ တစ်ခါက မြတ်စွာဘုရားရှင် သာဝတ္ထိပြည်မှာရှိနေစဉ် အမည်အားဖြင့် မထင်ရှားတဲ့ နတ်သားတစ်ဦးက ညဥ့်သန်းခေါင် ယံမှာ မိမိသိလိုတာကို အောက်ပါအမေးဂါထာလေးနဲ့ လာ လျှောက်ပါတယ်…'

'အို ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၊ သတ္တဝါအပေါင်းတို့ကို ဖွဲ့နှောင်ရစ်ပတ်ထားသော အကြင် တဏှာကွန်ရက် အရှုပ်အထွေးကို အဘယ်သူသည် ခုတ်ထွင် ဖြေရှင်းနိုင်ပါမည်နည်း'

ဒီအခါမှာ မြတ်စွာဘုရားက 'အကျင့်သီလ၌ ကောင်းစွာ ဆောက်တည်၍ လုံလကြီးမားသော ပညာရှိသည် စိတ်တည်ကြည်မှု သမာဓိနှင့် ဝိပဿနာကို ပွားများသည်ရှိသော် ထိုအရှုပ်အထွေးကို ရှင်းလင်းနိုင်သည်ဖြစ်၏' လို့ ပြန်ဖြေပါတယ်။

ဒီအဖြေဂါထာရဲ့ အနှစ်သာရကိုဆိုရရင် တဏှာကွန်ရက် အရှုပ်အထွေးကို ဖြေရှင်းနိုင်တာက သီလ, သမာဓိနှင့် ပညာတို့ပါ၊ ဒီသုံးပါးနဲ့သာ ပြည့်စုံရင် အရှုပ်အထွေးအားလုံးကို ဖြေရှင်းသွားနိုင်မယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသက သီလ, သမာဓိ, ပညာသုံးပါးနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ရှိနိုင်တာကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်လို့ အမည်ပေးပြီး ဖွင့်ဆိုထားပါတယ်။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းပြီးတဲ့အခါ သမာဒေဝနတ်များက အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသရဲ့ ပညာစွမ်းကို အများသိစေဖို့ ပေစာထုတ်တွေကို ကွယ်ဝှက်ထားလိုက်ပါတယ်။ အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသလည်း တဖန်ထပ်ရေးရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ နတ်တွေ ကွယ်ဝှက်ထားလို့ သုံးကြိမ်ပြန်ပြီး ရေးသားရပါတယ်။

သုံးကြိမ်မြောက် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကို ရေးပြီးတဲ့အခါ နတ်တို့က

အရင်ကွယ်ဝှက်ထားတဲ့ ပေစာနှစ်စောင်ကို ပြန်လည်ပေးခဲ့ပါတယ်။ ဒီအခါမှာ အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသက ပေစာသုံးစောင်ကိုယူပြီး သီရိလင်္ကာသံဃာတော်များကို ပေးအပ်လိုက်ပါတယ်။ သံဃာတော်တွေလည်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်း သုံးစောင်ကို တပြိုင်နက်ရွတ်ဖတ်တဲ့အခါ အပိုင်းအခြား၊ အက္ခရာပုဒ်၊ ဗျည်း၊ အနက်အဓိပ္ပါယ်၊ ရှေ့နောက် အစီအစဉ်၊ ထေရဝါဒ ပါဠိတော် အကိုးအကားအနေနဲ့ ကွဲလွဲခြင်းမရှိဘဲ အတူတူ ဖြစ်နေပါတယ်။

ဒီအခါမှာ သံဃာတော်အားလုံးက ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်စွာနဲ့ 'အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသဟာ မေတ္တေယျဘုရားအလောင်း' လို့ အဖန်ဖန်ကြွေးကြော် ကောင်းချီးပေးကြပါတယ်။

ဆရာစောအောင်က 'ဒီတော့မှ ပိဋကစာမူတွေကို ကူးယူလို့ရသွားတာပေါ့နော်'

'ဒီမှာလည်း သီရိလင်္ကာဆရာတော်တွေက ပိဋကတိုက်ကို ဖွင့်ဖို့ သော့ကို လွယ်လွယ်နဲ့မပေးပါဘူး၊ ကိုယ့်အစွမ်းအစနဲ့ ဖွင့်ပြီးကူးပါလို့ ဆိုတယ်'

ဆရာကံမြင့်မှ 'ကျွန်တော်မှတ်မိပြီ၊ ရတနာသုံးပါးဂုဏ်တော်ကို ဖွဲ့ထားတဲ့ နမက္ကာရဘုရားရှိခိုးဂါထာကို ရေးဖွဲ့ပြီး ပူဇော်မှ ပိဋကတ်တော်တိုက်တံခါးဟာ အလိုအလျောက် တဟိန်းဟိန်းမြည်ပြီး ပွင့်သွားတယ် မဟုတ်လား'

'မှန်ပါတယ်၊ ကျွန်တော်တို့ဆီမှာလည်း အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသ စီရင်ထားတဲ့နမက္ကာရဂါထာကို စကားပြေများနဲ့ နိဿယပြန် ဆိုထားတာ ရှိပါတယ်၊ စိန္တကျော်သူ ဦးဩနဲ့ တွံ့တေးဆရာတော် တို့လည်း ပြန်ဆိုခဲ့ပါတယ်၊ အဲဒီမှာ လူသိများတာက ကျီးသဲ လေးထပ်ဆရာတော်ရဲ့ မြန်မာစကားပြေလင်္ကာများနဲ့ အားလုံး နားလည်လွယ်အောင် ရေးဖွဲ့ထားတဲ့ ဂါထာပါပဲ၊ အနုပညာ နယ်မှာ ထင်ရှားတဲ့ ဆရာကြီး ဦးသုခဆိုလည်း ဒီဂါထာတော်ကို နေ့တိုင်းရွတ်ဆိုပြီး ဘုရားရှိခိုးပါတယ်၊ တကယ်တော့ အစိန္တေယျ အစချီတဲ့ နမက္ကာရဂါထာဟာ ကဗျာတစ်ပုဒ်လို သီဖွဲ့ထားတဲ့ ဓမ္မဂီတတစ်မျိုးပါ၊ မြန်မာပြည်မှာတော့ ရိုးရိုး ရှိခိုးပေမယ့် သီရိ လင်္ကာမှာ အလွန်သာယာချိုအေးတဲ့ ဓမ္မဂီတသံနဲ့ ရွတ်ဆိုတဲ့ အတွက် အလွန်နားထောင်လို့ ကောင်းပါတယ်'

'ကျွန်တော်တို့လည်း နားထောင်ချင်လိုက်တာ၊ ဒါနဲ့ ဝိသုဒ္ဓိ မဂ်ကို မြန်မာလို ပြန်ဆိုထားတာ ရှိတယ်နော်'

'ရှိပါတယ်၊ ပြည်ဆရာတော်က နိဿယစီရင်ခဲ့ပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ပါဠိ-မြန်မာ နှစ်ဘာသာဖတ်တတ်မှ ဖတ်ရှုနိုင်မှာ ဆိုတော့ လူတိုင်း မဖတ်နိုင်ကြပါဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ ကျိုက်ထိုမြို့ ဘုရားသုံးဆူတောင် အရှင်နန္ဒမာလာက ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ မြန်မာပြန်ကို စီရင်ခဲ့ပါတယ်၊ ဒီမှာလည်း ပါဠိအဋ္ဌကထာအတိုင်း

ပြန်ဆိုထားပြီး စာအုပ်ကကြီးမားလွန်းလို့ အားလုံးဖတ်နိုင်ဖို့ မလွယ်လှဘူး'

'မဟာစည်ဆရာတော် ရေးထားတာလည်း တွေ့ဖူးတယ်'

'ရှိပါတယ်၊ ဆရာတော်က ပါဠိမတတ်တဲ့ စာဖတ်ပရိသတ်များအတွက် မြန်မာလို ပြေပြစ်ချောမောစွာနဲ့ သဘောပေါက်နားလည်အောင် ရေးထားတယ်၊ တစ်ခါ ညောင်လေးပင်တောရဆရာတော် ဦးအရိယမထေရ်ကလည်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အရသာဆိုပြီးလိုရင်းထုတ်နှုတ်ပြီး ရေးထားလို့ မြန်မာပြည်တွင်းမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်က ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ရောက်သွားပါတယ်၊ လူပုဂ္ဂိုလ်ထဲမှာဆရာကြီး ဦးသော်ဇင် အနှစ်ချုပ်ပြီး ရေးထားတာလည်း အလွန်ကောင်းပါတယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'ဝိသုဒ္ဓိမဂ်တက်ပြီးရင် နိဗ္ဗာန်ကို သွားရမယ့်လမ်းကို သိသွားမှာပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ နိဗ္ဗာန်က ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်တဲ့နေရာဆိုတော့ ကိုယ့်မှာ စင်ကြယ်ခြင်း ၇-မျိုးနဲ့ ပြည့်စုံသွားရင် ရောက်သွားမှာပါ၊ ဒါတွေကတော့ သီလရဲ့စင်ကြယ်ခြင်း, စိတ်ရဲ့ စင်ကြယ်ခြင်း, အယူ၏ စင်ကြယ်ခြင်း, ယုံမှားသံသယမှ စင်ကြယ်ခြင်း, လမ်းမှန်ကို သိသောဉာဏ်, အရိယာမဂ်ကို ရသောဉာဏ်နဲ့ သစ္စာလေးပါးကို သိသောဉာဏ်ရဲ့ စင်ကြယ်ခြင်း

တို့ပါပဲ’

‘ဒါဆို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်က စင်ကြယ်ခြင်း ခုနစ်မျိုးကို ရေးဖွဲ့ထား တာပေါ့နော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ မြတ်ဗုဒ္ဓဟောထားတဲ့ ဒေသနာအားလုံးကို အနှစ်ချုပ်လိုက်ရင် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာပဲရှိပါတယ်၊ အရှင် ဗုဒ္ဓဃောသက သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာသုံးပါးနဲ့ စင်ကြယ်ခြင်း ၇-မျိုးကို ဖွင့်ဆိုသွားတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ သီလဝိသုဒ္ဓိဟာ ‘သီလ’၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဟာ ‘သမာဓိ’၊ နောက် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိကနေ သစ္စာလေးပါး ကို သိသောဉာဏ်ရဲ့ စင်ကြယ်ခြင်း ပါဠိလို ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ အထိဟာ ပညာပါပဲ’

ဆရာကံမြင့်က ‘ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း ဒါဆို သီလက စင်ကြယ်ခြင်းအားလုံးရဲ့ အခြေခံပဲပေါ့’

‘မှန်ပါတယ်၊ သီလဆိုတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းမွန်မှု ဟာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ အခြေခံအုတ်မြစ်ပါပဲ၊ ဒါကလည်း ကိုယ်ကျင့်တရားမကောင်းရင် ဘယ်လိုမှ ရှေ့ဆက်တက်လို့ မရ နိုင်လို့ပါ၊ ဒီနေ့က သင်တန်းပထဆုံးနေ့ဖြစ်လို့ နောက်ခံသမိုင်း ကြောင်းပဲ ပြောလိုက်ပါ့မယ်၊ ရှေ့လာမယ့် သောကြာနေ့မှာ သီလဝိသုဒ္ဓိကစပြီး ပို့ချပေးသွားပါ့မယ်’

သင်တန်းပထမနေ့မှာ အားလုံးလည်း သိချင်တာတွေမေးပြီး

အပြန်အလှန် ပို့ချနိုင်ခဲ့လို့ စိုစိုပြေပြေရှိလှပါတယ်။

သင်တန်းအပြီးမှာ ဆရာကြီးကံမြင့်မိသားစုက မန္တလေး ပဲကြော်၊ ပေါက်ချောင်း ဗူးသီးကြော်များနဲ့ ဧည့်ခံကျွေးမွေးပါ တယ်။

ညပိုင်းမှာ မိတ္ထီလာကန်တော်အစပ်မှာ တည်ထားတဲ့ ဖေါင် တော်ဦးဘုရားမှာ ပုတီးစိပ်ဖြစ်ပါတယ်။

ညစာအပြီးမှာ ရှေ့အပတ် ပို့ချမယ့် သီလ၏စင်ကြယ်ခြင်း အတွက် ကျမ်းစာအုပ်များမှ မှတ်စုထုတ်လိုက်ပါတယ်။ အဲဒီမှာ သီလနဲ့ပတ်သက်လို့ ဓမ္မပဒမှာဟောထားတဲ့ ဂါထာလေးတစ်ပုဒ် ကို သွားတွေ့ပါတယ်။

'စန္ဒကူး၊ တောင်ဇလပ်၊ ကြာပန်း၊ မြတ်လေးစသော ပန်းရနံ့တို့ထက် သီလရနံ့သည် အသင်းပျံ့ဆုံးဖြစ်၏…'

Of all the fragrances

sandal, tagara, blue lotus and jasmine...

the fragrance of virtue

is by far the sweetest.

(၁၀)
သီလ၏ စင်ကြယ်ခြင်း

၂၀၀၃ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၈ ရက်၊ သောကြာနေ့။

ရာသီစက်ဝန်းဟာ စဉ်ဆက်မပြတ် လည်ပတ်နေတာမို့ တစ်ပတ်ဆိုတာလည်း ခဏလေးပဲ ကြာမြင့်ပါတယ်။

ဒီနေ့နံနက် ပုံမှန် ခွဲစိတ်ခန်းဝင်ပြီး ညနေနှစ်နာရီမှာ သူနာပြုများ၊ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များ၊ ဆေးမှူးများကို ရင်သားကင်ဆာအကြောင်း ပို့ချပေးလိုက်ပါတယ်။ ဝါဆို-ဝါခေါင် ရေဖောင်ဖောင်ဆိုတဲ့အတိုင်း အပြင်ဖက်မှာ မိုးကဖွဲပြီး ရွာနေပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီ စာသင်ပြီးတော့ အဝေးကလာပြတဲ့ ပြင်ပလူနာသုံးဦးကို ကြည့်ပေးလိုက်ပါတယ်။ လူနာစဲသွားပြီး မကြာမီ ဆရာကံမြင့်တို့အဖွဲ့ ရောက်လာပါတယ်။

'ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့တော့ စုံပြီဆရာ၊ ဆရာမ ဆွေဆွေမြင့်နဲ့ သီတာအေးက လက်ဖက်သုတ်ကျွေးဖို့ ပြင်နေကြတယ်'

ဒေါ်ညွန့်ရွှေက 'ကျမတို့ ရွာဦးဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ အဘိဓမ္မာသင်ဖူးတော့ ဆရာပို့ချတာ နားလည်ပါတယ်၊ အခု အလယ်တန်းပြဆရာမကနေ အငြိမ်းစားယူပြီးတော့ တရားစာတွေလည်း ပိုဖတ်

ဖြစ်သလို တရားလည်း ထိုင်ဖြစ်ပါတယ်’

‘ဒီလိုဆို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် သင်ယူတာ အကျိုးများပါလိမ့်မယ်၊ ဒီမှာလည်း သီလနဲ့ စိတ်ရဲ့စင်ကြယ်ခြင်းကို အခြေခံပြီး ဝိပဿနာ ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့် တက်သွားတာကို ပို့ချပေးသွားပါ့မယ်’

သင်တန်းအကြောင်း ဆွေးနွေးစဉ်မှာ ဆွေဆွေမြင့်နဲ့ သီတာ အေးက လက်ဖက်သုတ်ပန်းကန်များနဲ့ ဝင်လာပါတယ်။ အားလုံး လည်း ဝိုင်းဝန်းကူညီ ပြင်ဆင်ပေးကြပါတယ်။

မရှေးမနှောင်းမှာ တင်မိုးဝေလည်း မျက်နှာမှာ ချွေးတစိုစို နဲ့ ရောက်လာပါတယ်။

‘ညီမကိုကြည့်ရတာ ပင်ပန်းနေသလိုပဲ’

‘အိမ်ကကားက ဒီနေ့ မန္တလေးဘက်သွားလို့ စက်ဘီး စီးလာတာ၊ နေနည်းနည်းပူလို့ တော်တော်ပန်းသွားတယ်’

‘ရွှေမြင်တင်ဘုရားကျော်ရင် ကုန်းတက်ကုန်းဆင်းကများ တယ်၊ ဖြည်းဖြည်းပဲလာပါ ညီမရယ်’

အားလုံးစုံတာနဲ့ သင်တန်းကို ညနေလေးနာရီမှာ စဖြစ် ပါတယ်။

‘ဒီနေ့ သီလဝိသုဒ္ဓိဆိုတဲ့ သီလ၏စင်ကြယ်ခြင်းကို စပြီး ပြောပြပေးပါ့မယ်’

တင်မိုးဝေက ‘သီလရဲ့ မြန်မာလို အနက်အဓိပ္ပါယ်ကိုလည်း

သိချင်ပါတယ်'

'သီလကို အများအားဖြင့် ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်မှု *Virtue, ethical conduct or morality* လို့ပဲ သိကြပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ တကယ့်အဓိပ္ပါယ်က ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ရဲ့ တည်ရာဖြစ်ခြင်းနဲ့ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်အောင် စောင့်စည်းခြင်းပါ၊ အဋ္ဌကထာမှာ ဂုဏ်အပေါင်းတို့ရဲ့ ဦးခေါင်းသဖွယ်ဖြစ်လို့ **သိရ**, ကိလေသာအပူတွေငြိမ်းလို့ **သီတလ**, ကုသိုလ်အားလုံး ဝင်လာနိုင်တဲ့ ဇရပ်ဆိုတဲ့ **သာလာ** အနက်ကြောင့်လည်း သီလလို့ ခေါ်တယ်ဆိုပြီး ဖွင့်ဆိုထားတယ်'

ဦးစံရွှေက 'စေတနာ သီလ, စေတသိကသီလတို့လည်း ရှိတယ်နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ သီလ စောင့်ထိန်းတယ်ဆိုရင် သူများအသက်သတ်တာ, မုသားပြောတာတွေ စောင့်ထိန်းလိုက်တဲ့ စေတနာလည်းပါလာတော့ စေတနာဟာလည်း သီလပါပဲ၊ နောက် ဝိရတီဆိုတာ ရှောင်ကြဉ်တာ *Abstinence,* ဒီတော့ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်က ရှောင်ကြဉ်တဲ့ သမ္မဝါစာ, သမ္မာကမ္မန္တနဲ့ သမ္မာအာဇီဝ ဆိုတဲ့ ဝိရတီ စေတသိက်သုံးပါးကိုလည်း သီလလို့ခေါ်နိုင်ပါတယ်၊ ကျွန်တော်ဆက်ပြီး သီလရဲ့လက္ခဏာ, ရသ, ပစ္စုပဋ္ဌာန်, ပဒဋ္ဌာန်တို့ကို ပြောပြပါ့မယ်'

မဝင်းဝင်းမြင့်က 'အဘိဓမ္မာသင်တန်းတက်တာ မနှစ်က ဆိုတော့ နည်းနည်းမေ့နေပြီ၊ ညီမတို့ကို လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့ ပဒဋ္ဌာန်ကို ပြန်ရှင်းပြပေးပါလား'

'ပရမတ်တရားဟွေကို လေ့လာတဲ့အခါမှာ လက္ခဏာ အားဖြင့်လည်း သိဖို့လိုသလို ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်၊ ပဒဋ္ဌာန် အားဖြင့်လည်း နားလည်ဖို့လိုပါတယ်၊ စိတ်ဆိုလည်း ဒီလေးမျိုးနဲ့ ခွဲခြားသိပြီး ဖဿ၊ ဝေဒနာ၊ လောဘ၊ ဒေါသဆိုတဲ့ စေတသိက်တွေကိုလည်း ဒီလေးမျိုးနဲ့နားလည်မှ သူတို့ရဲ့သဘာဝကို သေသေချာချာ သဘောပေါက်သွားမှာပါ'

လက္ခဏာ ဆိုတာ မြန်မာလို အမှတ်အသား *individual essence, character, nature* လို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်၊ ဒီဟာကိုကြည့်ပြီး ဘယ်လိုသဘောရှိလဲ၊ ဘယ်နေရာလဲလို့ သိနိုင်တာမျိုးပါ၊ နားလည်လွယ်အောင်ပြောရရင် လမ်းမှာစိုက်ထားတဲ့ *Road sign* တွေနဲ့တူပါတယ်၊ ဒီအမှတ်အသားကို ကြည့်ပြီး ရှေ့မှာဆေးရုံရှိတယ်၊ ပန်းဥယျာဉ် ရှိတယ်ဆိုတာ သိနိုင်သလို လမ်းဘယ်ဘက် ဒါမှမဟုတ် ညာဘက်ချိုးရမယ် ဆိုတာလည်း သိနိုင်သလိုမျိုးပါပဲ။

ရသ ဆိုတာ သူ့ရဲ့လုပ်ဆောင်ချက် *function* ဒါမှမဟုတ် အကျိုးပါ။ လူအများနားလည်နေတဲ့ ရသစာပေကတော့ ခံစားမှု တစ်ခုခုပေးစွမ်းနိုင်တဲ့ စာအုပ်မျိုးကို ဆိုလိုပါတယ်။

ပစ္စုပဋ္ဌာန်က စိတ်ထဲမှာ ထင်လာတဲ့အခြင်းအရာ ဥပမာ တရားထိုင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရှုမှတ်နေရင်း သိမ့်ကနဲ ဖြစ်သွားတယ်၊ စိတ်ကလေး တည်ငြိမ်သွားတယ်၊ ဒီလိုမျိုးပါလားလို့ သိမြင်သွားတာမျိုးကို ခေါ်တာ၊ *Manifestation* လို့ ပြန်ပါတယ်။

ပဒဋ္ဌာန် ဆိုတာ နီးသောအကြောင်း *Nearest cause*, ဘယ်အရာမဆို သတိနဲ့ ပြန်ပြီးစဉ်းစားလိုက်ရင် ဒီလေးမျိုးက ပရမတ်တရားတွေမှာ အမြဲရှိပါတယ်။

'ဥပမာတစ်ခုလောက် ပေးပါလား ဆရာ'

'ဒီနေရာမှာ နားလည်လွယ်အောင် မဟာစည်ဆရာတော် ပေးတဲ့ ဥပမာလေးနဲ့ ရှင်းပြပေးပါ့မယ်၊ မိုးဖွဲဖွဲလေး ရွာနေချိန်မှာ လျှပ်စီးဝင်းကနဲ လက်သွားတယ်ဆိုပါစို့၊ ဒီအခါမှာ မြင်လိုက်ရတဲ့ ကလေးငယ်တွေက လျှပ်စီး လက်သွားတယ်လောက်ပဲ ပြောနိုင်မှာပါ၊ အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ လူကြီးဆိုရင် လျှပ်စီးဆိုတာ ဝင်းလက်တောက်ပတဲ့ လက္ခဏာ၊ ဝင်းလက်သွားတာနဲ့ အမှောင်ကို ခဏပယ်ဖျောက်နိုင်တဲ့ လုပ်ဆောင်မှုရသ၊ ကွေ့ကွေ့ကောက်ကောက်ရှိတဲ့ အခြင်းအရာနဲ့ အနီးဆုံးအကြောင်းက အပူအအေး လွန်ကဲမှု၊ လျှပ်စစ်အဖိုနဲ့ အမခါတ်ထိတွေ့မှု စသလို ဒီလေးမျိုးနဲ့ ဆက်နွယ်ပြီး မြင်သိသွားသလိုမျိုးပါပဲ'

'ဆရာပြောလိုက်တော့ ပြန်မှတ်မိသွားပါပြီ'

'ဒီလောက်ဆို လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်၊ ပဒဋ္ဌာန်တို့ကို

နားလည်သွားမှာပါ၊ ကျွန်တော် သီလကို ဒီလေးမျိုးနဲ့ယှဉ်ပြီး ပြောသွားပါ့မယ်'

'စေတနာ သီလ, စေတသိကသီလ, သံဝရသီလဆိုပြီး ဘယ်လောက်ပဲအမျိုးအစားတွေ ခွဲထားပေမယ့် လက္ခဏာအားဖြင့် တစ်ခုတည်းရှိပါတယ်၊ ဒါကတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ရဲ့ တည်ရာပါပဲ'

'သီလရဲ့ ရသက အကုသိုလ်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းနဲ့ အပြစ်ကင်းသောဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံခြင်းတို့ပါ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်က တရားရှုမှတ်သူမှာ ကိုယ်, စိတ်, နှုတ် စင်ကြယ်သွားတယ်၊ စိတ်နှလုံးသာယာတယ်လို့ ထင်မှတ်တာ၊ နီးတဲ့အကြောင်းက အရှက်နဲ့ အကြောက်ပါပဲ၊ အရှက်, အကြောက်ရှိရင် မကောင်းတာတွေလည်း မလုပ်တော့ဘူးပေါ့၊ ပါဠိလို အားလုံးနားရည်ဝနေတဲ့ ဟီရိနဲ့ ဩတ္တပ္ပပါပဲ၊ သူတို့ကို *Shame and fear to do evil* လို့ ပြန်တယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'သီလရဲ့ အကျိုးကိုလည်း သိချင်ပါတယ်ဆရာ'

'သီလမှာ စိတ်နှလုံး သာယာချမ်းမြေ့ခြင်းဆိုတဲ့ အကျိုးရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းမွန်တဲ့သူဟာ ဂုဏ်သတင်း ကျော်စောတယ်၊ မမေ့မလျော့တဲ့အတွက် စီးပွားဥစ္စာတိုးတက်တယ်၊ ပရိသတ်အလယ်မှာ ရဲရင့်ရွှင်လန်းတည်ကြည်တဲ့ မျက်နှာရှိတယ်၊ သေရင်လည်း မတွေမဝေ ကြည်လင်စွာ သေရ

သလို သေပြီးနောက်မှာလည်း သုဂတိဘုံကိုပဲ ရောက်ပါတယ်'

နောက် သီလရှိတဲ့သူရဲ့ ရနံ့ဟာ အသင်းပျံ့ဆုံးနဲ့ အမွှေးဆုံးပါပဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မပဒမှာ-

'စန္ဒကူး၊ တောင်ဇလပ်၊ ကြာပန်း၊ စံပယ်ပန်း စသော
ပန်းရနံ့တို့သည် လေညာသို့မပျံ့နှံ့နိုင်-
သီလ၏ ဂုဏ်သတင်းရနံ့သည် လေညာသို့တိုင် ပျံ့နှံ့
ကြိုင်လှိုင်၏...'

ဒေါ်သောင်းတင်က 'အဲဒီဂါထာလေးက ကောင်းလိုက်တာ၊ ကျွန်မသိချင်တာက သီလက ဘယ်လိုအခါမျိုးမှာ ညစ်နွမ်းကျိုးပေါက်တတ်သလဲဆရာ'

'လာဘ်လာဘ ရလိုတဲ့စိတ်တွေရှိရင်၊ ဂုဏ်သတင်းကျော်စောချင်တာတွေ နောက် ရဟန်းတော်များမှာ မေထုန်ငယ် ခုနစ်ပါးကို ကျူးလွန်မိတယ်ဆိုရင် သီလဟာ ညစ်နွမ်းသွားပါတယ်'

'မေထုန်ငယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုမျိုးပါလဲ'

'သံဃာတော်တွေမှာ အမျိုးသမီးနဲ့ ကာမစပ်ယှက်ခြင်း မရှိပေမယ့် အမျိုးသမီးများရဲ့ ဆုပ်နယ်ပွတ်သတ်ပေးတာ၊ ရေးချိုးတာကို ခံယူတာ၊ နှစ်သက်ဖွယ်ပြောဆိုတဲ့အသံမှာ သာယာတာ၊ မျက်လုံးချင်းဆုံမိတဲ့အခိုက် ကြည်နူးတာ၊ သူများ လင်မယားချစ်ကြည်တာကိုကြည့်ပြီး အားကျတာမျိုးပါ'

သီတာအေးက 'သီလကို အထူးစင်ကြယ်ချင်ရင် ဘယ်လို အကျင့်မျိုးနဲ့ ကျင့်ရမလဲ ဆရာ'

'လောဘရဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်ဖြစ်တဲ့ အလိုနည်းတာ၊ ရောင့်ရဲလွယ်တာတွေဟာ သီလကို ဖြူစင်စေပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ သီလကိုစင်ကြယ်ချင်တဲ့ ယောဂီရဟန်းတွေဟာ ကိလေသာတွေ ခေါင်းပါးအောင် ဓုတင်ဆောက်တည်ကြပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'ဓုတင်ဆိုတာတော့ ကြားဖူးတယ်၊ ဒါပေမဲ့ အဓိပ္ပါယ်တော့ သေသေချာချာ မသိဘူးဆရာ'

'ဓုတင်ဆိုတာ ဓုတင်္ဂဆိုတဲ့ ပါဠိစကားက ဆင်းသက်လာတာပါ၊ အဓိပ္ပါယ်က ကိလေသာများကို ဖယ်ရှားလိုက်တာပါ၊ မိမိခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ သက်သာမှုကိုမငဲ့ဘဲ ဆင်းရဲပင်ပန်းခံပြီး ကိလေသာတွေ ဖယ်ရှားဖို့ကျင့်တာ၊ စာအရ သံဃာတော်တွေမှာ ကောင်းစွာ ဆောက်တည်ထားတဲ့ စေတနာဟာ ကိလေသာတွေကို ဖျက်ဆီးတတ်လို့ ဓုတ, သီလဖြူစင်ဖို့ အကြောင်းဖြစ်လို့ အင်္ဂ, ဒီနှစ်ခုပေါင်းလိုက်တော့ ဓုတင်္ဂဆိုပြီး ဖြစ်လာတာပါ၊ ဒါပေမဲ့ တော်တော်များများက ဓုတင်ဆိုရင် ပင်ပန်းဆင်းရဲတဲ့အကျင့်လို့ပဲ သိထားကြတယ်'

'ဓုတင်အကျင့်ကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'Austerity practice leading to the eradication of d. filements'

'ဓုတင် ဘယ်နှစ်ပါးရှိသလဲ ဆရာ'

'အားလုံး ၁၃-ပါးရှိတယ်၊ ဒီမှာ လူသိများတာက တောထဲမှာ နေပြီးကျင့်တာ၊ ဆွမ်းခံရတဲ့ ဆွမ်းဟင်းကိုပဲ ဘုန်းပေးတာ၊ စွန့်ပစ်ထားတဲ့ အဝတ်အပိုင်းအစနဲ့ချုပ်တဲ့ သင်္ကန်းကိုဝတ်တာ၊ ပါဠိလိုတော့ ပံသုကူ ဓုတင်လို့ခေါ်တယ်၊ နောက် သစ်ပင်ရင်းမှာသာနေတာ၊ သုသာန် အရပ်မှာနေပြီး ကျင့်တာတို့ပါ'

'ကျွန်တော် သဘောပေါက်ပြီ၊ သီလကို ပိုပြီးလုံခြုံ ဖြူစင်ဖို့ ဓုတင်ဆောက်ပြီး ထိန်းတာ'

'မှန်ပါတယ်'

'ဒီလို ဖြူစင်တဲ့သီလကို ခိုင်မြဲအောင်ကျတော့ ဆက်ပြီး ဘယ်လို ကျင့်ရသေးလဲ ဆရာ'

'သီလခိုင်မြဲဖို့ ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းရပါမယ်၊ ဒီလို စီးဖြန်းမှပဲ အာရုံတွေမပျံ့လွင့်တော့ဘဲ ကောင်းစွာတည်ကြည်တဲ့ သမာဓိရမှာ'

'ကမ္မဋ္ဌာန်းက ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ ဆရာ'

'စိတ်ကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းပြီး သမာဓိ ကောင်းလာအောင် လေ့ကျင့်တာ၊ နောက် သမာဓိဖြစ်ပြီး ပညာရအောင် ပွားများတာပါ၊ တရားရှုမှတ်တဲ့ နေရာလို့လည်း ပြောနိုင်ပါတယ်၊ တစ်ခါ ပထဝီကသိုဏ်း၊ နှာသီးဖျား၊ ရုပ်၊ နာမ်စတဲ့ စူးစိုက်စရာ အာရုံများကိုလည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ ခေါ်ပါတယ်'

'ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'Kanma' means the act of meditation and 'thana' means station, ground or place.

So 'kammatthana' means working-ground for meditation or subject of meditation.

တင်မိုးဝေက 'သီလစင်ကြယ်ဖို့ ငါးပါးသီလတော့ လုံရမှာပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ လူပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် ငါးပါးသီလ ဒါမှမဟုတ် ရှစ်ပါးသီလ, ကိုးပါးသီလ တစ်မျိုးမျိုးကို စောင့်ထိန်းရပါတယ်၊ ရဟန်းတော်များမှာတော့ စတုပါရိသုဒ္ဓိသီလဆိုတဲ့ သီလလေးမျိုးကို စင်ကြယ်အောင် စောင့်ထိန်းမှ သီလဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါမယ်'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ, ဣန္ဒြိယသံဝရသီလတို့လား ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ရဟန်းများ စောင့်တည်ရတဲ့ သီလ လေးမျိုးရှိပါတယ်၊ ကျွန်တော် မျက်စိထဲမြင်အောင် ရေးပြပါ့မယ်'

'ရဟန်းသီလ' *Four moral conducts for Bhikkhu*

ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ··· ဝိနည်း၌ ပညတ်ထားသော သိက္ခာပုဒ်သီလ အလုံးစုံကို စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းခြင်း။

ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ···ရူပါရုံ, သဒ္ဒါရုံစသည့် အာရုံခြောက်ပါး

တို့နှင့် ဆုံတွေ့သောအခါ စက္ခု၊ သောတစသော ခြောက်ဒွါရ၌ လောဘ၊ ဒေါသစသည်တို့ မဖြစ်ပေါ်အောင် စောင့်ထိန်းခြင်း။

အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ…အသက်မွေးမှု သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် စောင့်စည်းရသော သီလ၊ ဒကာ၊ ဒကာမတို့ လှူဒါန်းချင်လာအောင် သစ်သီးပေး၊ ပန်းပေး၍ ချော့မော့ ဖြားယောင်းမှု၊ ဂုဏ်ထူးမရှိဘဲ ရှိသယောင်ဟန်ဆောင်မှု စသည်တို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး စင်ကြယ်စွာရရှိသော ပစ္စည်းလေးပါးကိုသာ ခံယူသုံးစွဲခြင်း။

ပစ္စယသန္နိဿိတသီလ…ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး ဆိုသော ပစ္စည်းလေးပါးတို့ကို ဆင်ခြင်သုံးစွဲခြင်း။

သီတာအေးက 'ဒီလိုဆို သီလက ဒုစရိုက်မကျူးလွန်မိအောင် ကာယကံ၊ ဝစီကံတွေကို စောင့်ထိန်းတာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်ထားတာလေးကလည်း အလွန်ကောင်းပါတယ်၊ ဆရာရေးပြပါ့မယ်'

'Morality denotes being virtuous and abstaining form evil actions both physical and verbal. It also prescribes virtuous conduct'

'ဒီနေ့ သီလ၏စင်ကြယ်ခြင်း *Purity of morality* ကို ပို့ချလို့ ပြီးပါပြီ'

ဆရာကံမြင့်က 'သီလ၏စင်ကြယ်ခြင်းပြီးတော့ စိတ်၏

စင်ကြယ်ခြင်း လာမှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ရှေ့အပတ်မှာ သမထနဲ့ ဝိပဿနာ ဘာဝနာပွားများအားထုတ်ပြီး ဥပစာရ၊ အပ္ပနာနဲ့ ခဏိကသမာဓိ ရယူတာကိုပြောပြပေးပါ့မယ်၊ ဒီအခါမှာ ကိလေသာအညစ်အကြေးတွေကင်းစင်သွားလို့ စိတ်ရဲ့စင်ကြယ်ခြင်းဆိုတာ ဖြစ်လာပါတယ်၊ ဒီလို ဖြူစင်သန့်ရှင်းသွားတဲ့စိတ် ပါဠိလို စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ *Purity of mind* ကို ဆက်ပြီး ပို့ချပေးပါ့မယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ကျွန်တော် တဖြည်းဖြည်း နားလည်လာပြီ၊ စင်ကြယ်ခြင်း ၇-မျိုးမှာ သီလဝိသုဒ္ဓိက သီလ၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိက သမာဓိ၊ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိကနေ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိအထိက ပညာ'

'မှန်ပါတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေအားလုံးကို အနှစ်ချုပ်လိုက်ရင် **သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ** ပါပဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ ရှေ့အပတ်မှာ သမာဓိပိုင်းဖြစ်တဲ့ သမထနဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာပွားများအားထုတ်တာကို ပို့ချပေးသွားပါ့မယ်'

ဒီနေ့ သင်တန်းမှာ အားလုံးက စိတ်ဝင်တစား ဆွေးနွေးကြလို့ စိုစိုပြေပြေရှိလှပါတယ်။ သင်တန်းပြီးတော့ အားလုံးပြန်သွားကြပေမယ့် တင်မိုးဝေက ရုံးခန်းရှေ့မှာ စောင့်နေပါတယ်။

'ညီမပြန်ဖို့ အဆင်ပြေရဲ့လား'

'အဆင်ပြေပါတယ်၊ ရှေ့အပတ် သောကြာနေ့မှာ ဖေဖေနဲ့

မေမေကအိမ်မှာ အစ်ကို့ကို ညစာကျွေးချင်လို့ ဖိတ်တာပါ၊ အဆင်ပြေရင် လာခဲ့စေချင်ပါတယ်'

'အစ်ကို လာခဲ့ပါ့မယ်၊ စက်ဘီးနဲ့ဆိုတော့ သတိထားပြီး ပြန်ပါ'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ ညီမကို ခွင့်ပြုပါဦး'

သူမနှုတ်ဆက်ပြန်သွားတော့ ကင်ဆာဆေးသွင်းဖို့ရှိတဲ့ လူနာများကို ကြည့်ပေးလိုက်ပါတယ်။ ညနေ မိုးမရွာလို့ တပည့်များနဲ့အတူ ဘော်လီဘော အတူကစားလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော် အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ည ၇-နာရီ ထိုးပါတော့မယ်။

ညဆယ်နာရီမှာ မြတ်စွာဘုရားကို ဆီမီးပူဇော်ပြီး ပဋ္ဌာန်းဒေသနာ ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်ပါတယ်။ တိတ်ဆိတ်နေတဲ့ညမို့ ရွတ်ဆိုရတာ အာရုံပိုရပါတယ်။ မအိပ်ချင်သေးတာနဲ့ ကော်ဖီတစ်ခွက်ဖျော်ပြီး အနန္တနယသမန္တ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကို ဆက်ရေးဖြစ်ပါတယ်။

မိတ်၏ ခင်ကြယ်ခြင်း

(၁၁)

သမထ ဘာဝနာဖြင့် သမာဓိထူထောင်ခြင်း

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၁၅ ရက်၊ သောကြာနေ့။

နံနက် အိပ်ယာနိုးတဲ့အချိန်ကစပြီး မိုးက သဲသဲမဲမဲ ရွာချနေပါတယ်။ လေအဝှေ့မှာ နံရံမှာချိတ်ထားတဲ့ ပြက္ခဒိန်စာမျက်နှာလေးများဟာ လွင့်ပျံနေသလို စက္ကန့်မိနစ်လေးများဟာလည်း ဆက်တိုက်ရွေ့လျားနေတာမို့ အရုဏ်ဦးနဲ့အတူ နေ့သစ်တစ်နေ့ဟာ သက်ဝင်လှုပ်ရှားလာပါတယ်။

နံနက်ခင်းမှာ မြတ်စွာဘုရားကို ကော်ဖီနဲ့ပဲထမင်း ဆက်ကပ်ပူဇော်လိုက်ပြီး မေတ္တာသုတ်နဲ့မဟာ ပဋ္ဌာန်းရွတ်ဆိုပူဇော် လိုက်တဲ့အခါ စိတ်ဟာ ကြည်လင် အေးမြသွားပါတယ်။

ကျွန်တော် မိတ္ထီလာမှာရောက်ရှိနေတာ နှစ်လအတွင်းသို့ ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်နေပြီဖြစ်ပါတယ်။ မိဘများနဲ့ ဝေးနေရပေမယ့် အများအတွက် တတ်နိုင်သမျှ ကူညီပေးနိုင်ခဲ့လို့ စိတ်ကျေနပ်မှုတော့ ရရှိခဲ့ပါတယ်။

နံနက်ပိုင်း ပုံမှန်ခွဲစိတ်ခန်းဝင်ပြီး အရေးပေါ်လူနာမရှိတာနဲ့ သင်တန်းကို ညနေသုံးနာရီခွဲမှာ ပုံမှန်စဖြစ်ပါတယ်။

'ဒီနေ့ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဆိုတဲ့ စိတ်ရဲ့စင်ကြယ်ခြင်းမှာ အရေးပါ

တဲ့ သမထနဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာ ပွားများတာကို ပြောပြပေးပါ မယ်'

ဒေါ်ညွန့်ရီက 'ဘာဝနာရဲ့ ဆိုလိုရင်းကို သိချင်ပါတယ် ဆရာ'

'**ဘာဝနာ**ဆိုတာ အလွန် ကျေးဇူးများလို့ မိမိတို့ရဲ့သန္တာန် မှာ အဖန်ဖန်ဖြစ်စေပြီး စိတ်ကို တိုးတက်မြင့်မားအောင် ဖြစ်စေ သောတရားကို ခေါ်တာပါ၊ ဘာဝနာ *meditation* မှာ သမထ နဲ့ ဝိပဿနာဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိပါတယ်'

'သမထက ဘာကိုပြောတာလဲ ဆရာ'

'သမထက ငြိမ်းစေတတ်တဲ့ သဘော *tranquility or calm* ကိုပြောတာပါ၊ ဘာတွေငြိမ်းသွားလဲ ဆိုတော့ လောဘ, ဒေါသ, မောဟဆိုတဲ့ နီဝရဏတရားတွေပါ၊ ဒီလို ငြိမ်းသွား မှလည်း စိတ်ရဲ့တည်ငြိမ်မှုဆိုတဲ့ သမာဓိဖြစ်လာပါတယ်'

'သမထက ဘယ်အထိရောက်စေနိုင်လဲ ဆရာ'

'သူက ဈာန်, အဘိညာဏ်ရအောင် ပို့ဆောင်ပေးနိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အလွန်ခိုင်မြဲ အားကောင်းတဲ့သမာဓိ လိုအပ်ပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဈာန်ဟာ အစဉ်မမြဲပါဘူး၊ အနုသယကိလေသာတွေ ဝင်လာရင် အချိန်မရွေး ပြန်လျှောကျနိုင်လို့ ဝိပဿနာကူးပြောင်း ပြီး ရှုမှတ်မှ စိတ်ချရမှာပါ'

'ဝိပဿနာရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကိုလည်း သိချင်ပါတယ် ဆရာ'

'ဝိပဿနာဆိုတာ ဝိ နဲ့ ပဿနာကို ပေါင်းထားတာပါ၊ ဝိ ဆိုတာ အမျိုးမျိုးလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ ပဿနာဆိုတာ ရှုတာ, မြင်တာ, အားထုတ်တာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ အမျိုးမျိုးသိအောင် ရှုမြင်အားထုတ်တာကို ဝိပဿနာလို့ ခေါ်ပါတယ်၊ ကျမ်းဂန်မှာတော့ သင်္ခါရတရားများကို လက္ခဏာသုံးပါးဖြင့် အဖန်ဖန် ရှုမှတ်ဆင်ခြင်ခြင်း *Insight meditation into the impermanency, misery and self-lessness* လို့ ဖွင့်ထားပါတယ်'

'သင်္ခါရက ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ ဆရာ'

'သင်္ခါရက ဒီနေရာမှာ လောကီရုပ်, နာမ်တွေကို ဆိုလိုပါတယ်'

'ဒါဆို လောကုတ္တရာစိတ်တွေ မပါဘူးပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုတာ လောကီတရားဖြစ်တဲ့ ရုပ်, နာမ်တွေကိုပဲ ရှုရတာပါ၊ လောကုတ္တရာစိတ်နဲ့ ဝိပဿနာရှုလို့မရပါဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ လောကီကိုပဲ ရှုဖို့လိုပါတယ်'

'ဝိပဿနာက ဘယ်အထိ ရောက်စေလဲ ဆရာ'

'ရုပ်, နာမ်တရားတွေကို အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တဆိုတဲ့ လက္ခဏာရေးသုံးပါးနဲ့ ရှုမှတ်ဆင်ခြင်တဲ့အတွက် မဂ်, ဖိုလ်,

နိဗ္ဗာန်အထိ ပို့ဆောင်ပေးပါတယ်’

ဦးစံရွှေက ‘စာထဲမှာ သမထယာနိကဆိုတာ ဖတ်ဖူးတယ်၊ အဲဒါ ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ ဆရာ’

‘ယာနိကဆိုတာ ယာဉ် *vehicle* ကိုပြောတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ သမထကို ယာဉ်သဖွယ်အသုံးပြုပြီး မဂ်, ဖိုလ်ရောက် အောင် အားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို သမထယာနိကလို့ ခေါ်တယ်၊ သူက သမထကိုအားထုတ်ပြီး စိတ်တည်ငြိမ်လာတော့ ဉပစာရသမာဓိ ဖြစ်လာတယ်၊ နောက် အပ္ပနာသမာဓိအဆင့်ကို ရောက်တော့ ဈာန်ရလာတယ်၊ နောက် ဈာန်ဝင်စားရာကနေ ဒီဈာန်ကိုပဲ ပြန်ပြီး အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တရှုပြီးတော့ မဂ်, ဖိုလ်ဆိုက်သွားတာမျိုးပါ’

‘ဒါဆို ဝိပဿနာယာနိကဆိုတာ ဝိပဿနာရှုပြီး မဂ်, ဖိုလ် ဆိုက်သွားတာမျိုးပေါ့ ဆရာ’

‘မှန်ပါတယ်၊ ဝိပဿနာယာနိကကျတော့ ဈာန်ရအောင် အားမထုတ်တော့ဘဲ ဝိပဿနာကိုပဲစပြီး ရှုမှတ်တယ်၊ ဒီလို အား ထုတ်ရင်း အသားကျလာတဲ့အခါ စိတ်တည်ငြိမ်မှုရလာတယ်၊ အဲဒါကို ခဏိကသမာဓိ *Transient concentration* လို့ ခေါ်တယ်၊ တစ်ခဏမျှတည်တဲ့သမာဓိကို ပြောတာပါ၊ ဉပစာရ သမာဓိနဲ့လည်း တူပါတယ်၊ အဲဒီသမာဓိကနေ ဝိပဿနာ ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး မဂ်, ဖိုလ်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးပါ’

'သမထနဲ့ ဝိပဿနာက ဘယ်မှာကွာသေးလဲ ဆရာ'

'သမထက ရုပ်, နာမ်ရဲ့ ဖြစ်,ပျက်ကို မြင်အောင် ရှုတာ မဟုတ်ဘဲ ပထဝီကသိုဏ်း ဒါမှမဟုတ် ထွက်သက်, ဝင်သက်စတဲ့ ပညတ် ကို အာရုံပြုပြီး သမာဓိရအောင်လုပ်တာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ ကိလေသာတွေ လုံးဝကင်းသွားအောင် သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းက မလုပ်နိုင်ပါဘူး, နိဗ္ဗာန်ကို မရောက်နိုင်ပါဘူး'

'ဝိပဿနာ ကျတော့ရော'

'ဝိပဿနာ ကျတော့ ပညတ်ကို အာရုံပြုလို့မရဘဲ ပရမတ် ကိုမြင်အောင် အာရုံပြုပြီး ရှုရတယ်၊ ဒီလို ရုပ်, နာမ်ရဲ့သဘောကို ဖေါက်ထွင်းမြင်မှပဲ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တရဲ့သဘောကို သိပြီး နိဗ္ဗာန်အထိရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးပါတယ်'

'မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဆန္ဒကိုလည်း သိချင်ပါတယ် ဆရာ'

'ဘုရားက သမထကို ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံပဲ ဖြစ်စေချင် ပါတယ်၊ သမထသက်သက်ဆိုရင် ဈာန်, အဘိညာဉ်တွေ ရပေ မယ့် မခိုင်မြဲဘဲ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ဈာန်လျောပြီး ပျက်ဆီးသွားနိုင် လို့ပါ၊ ဝိပဿနာအားထုတ်ပြီးရတဲ့ မဂ်ကတော့ ကိလေသာ တွေကို အကြွင်းမရှိပယ်နိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ မဂ်ရပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်တော့မှ ပြန်လျောကျတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ သမထအားထုတ်ပြီးလည်း ဝိပဿနာရောက်အောင်

သွားစေချင်တယ်၊ ဒါမှလည်း မဂ်, ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရမှာပါ’

‘ဆရာပြောလို့ သမထနဲ့ ဝိပဿနာကို ရှင်းသွားပါပြီ’

‘ဒီနေ့ သမထကျင့်စဉ်နဲ့ ဈာန်အဘိညာဉ်အဆင့်ဆင့် ရယူပြီး သမာဓိထူထောင်တာကို ပြောပြပါ့မယ်၊ သမထဆိုတာ အမြဲမငြိမ်မသက် ယောက်ယက်ခတ်နေတဲ့ စိတ်လေးကို ငြိမ်သက်သွားအောင် ကျင့်တာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ သမထရဲ့အာရုံက လူအများက အရှိအနေနဲ့ လက်ခံထားတဲ့ ပညတ်အာရုံတွေပါ၊ ဒီအာရုံတွေကို ကသိုဏ်း *Object of meditation* လို့ ခေါ်ပါတယ်’

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း ‘ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းက အမျိုးလေးဆယ်တောင် ရှိတယ်နော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ သမထကျင့်စဉ်မှာ စူးစိုက်စရာ ကမ္မဋ္ဌာန်းလေးဆယ် *Forty meditation subjects* ရှိပါတယ်၊ ဒီမှာ အများဆုံး ရှုမှတ်တာက ပထဝီဆိုတဲ့ မြေကသိုဏ်းနဲ့ အာနာပါနကျင့်စဉ်ပါပဲ’

‘မြေကသိုဏ်းကို ဘယ်လိုလုပ်ရသလဲ ဆရာ’

‘စာထဲမှာတော့ နေအရုဏ်အဆင်းရှိတဲ့ မြေစေးကို တစ်ထွာလောက်ရှိတဲ့ ကျောက်ပျဉ်မှာတင်ပြီး ညက်နေအောင်လုပ်ရပါတယ်၊ ဒါမှမဟုတ် ပိတ်စကိုဘောင်လုပ်ပြီး ရွှံ့စေးနီနဲ့ သုတ်မယ်

ဆိုရင် မြေကသိုဏ်းဝန်း *Earth meditation device* ရပါတယ်၊ ချောမောပြေပြစ်နေပြီဆိုရင် ဆိတ်ငြိမ်တဲ့နေရာသွားပြီး မနိမ့်လွန်း၊ မမြင့်လွန်း၊ မနီးလွန်း၊ မဝေးလွန်းတဲ့နေရာမှာထားရပါတယ်၊ နောက် ပထဝီ၊ ပထဝီဆိုပြီး ကသိုဏ်းဝန်းတစ်ခုလုံးကို စိတ်နဲ့ စုစည်းလွှမ်းခြုံ ထားရပါတယ်၊ စိတ်ကို ကသိုဏ်းဝန်းအပြင်ဘက် မထွက်အောင် သတိထားရပါတယ်'

'မြေကသိုဏ်းဝန်းကိုပဲ အာရုံပြုနေရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီလို မျက်စိမှိတ်ကြည့်လိုက်၊ ပြန်ဖွင့်လိုက်၊ မှိတ်ကြည့်လိုက်၊ ဖွင့်လိုက်နဲ့ ပွားများရပါတယ်၊ ဒီလိုနေရင်း မျက်စိမှိတ်ထားပေမယ့် မျက်စိဖွင့်ထားတုန်းကလို မြင်နေရပြီဆိုရင် **ပရိကမ္မနိမိတ်** ရတယ်လို့ ဆိုပါတယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'ပရိကမ္မက ဘာကိုပြောတာလဲ ဆရာ'

'ပရိကမ္မဆိုတာ ပထမဦးဆုံး ဒါမှမဟုတ် ရှေးဦးနိမိတ်ကိုပြောတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ *Preliminary sign or image* လို့ခေါ်တယ်၊ အဲဒီနိမိတ်ကို အာရုံပြုပွားများတာက ပရိကမ္မဘာဝနာပါ'

'တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ရက်လကြာလာတဲ့အခါ မျက်စိမှိတ်ထားပေမယ့် မျက်စိဖွင့်ထားသလို စိတ်ထဲမှာ စွဲစွဲမြဲမြဲ အာရုံထင်လာတာကို **ဥဂ္ဂဟနိမိတ်** လို့ခေါ်တယ်'

'အဲဒီ အမိပ္ပါယ်ကိုလည်း သိချင်ပါတယ် ဆရာ'

'ဥဂ္ဂဟဆိုတာ ဖမ်းယူ ဆုတ်ကိုင်ထားတဲ့ သဘောမျိုးပါ၊ ဓာတ်ပုံရိုက်လိုက်တဲ့အခါ နဂ္ဂတစ်မှာ ထင်သွားသလိုမျိုးပေါ့၊ အဲဒါကို ဥဂ္ဂဟနိမိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီနိမိတ်ရပေမယ့် ဘာဝနာ အနေနဲ့က ပရိကမ္မဘာဝနာပဲ ရှိပါသေးတယ်၊ ဒါပေမဲ့ သမာဓိ အားကတော့ ပိုကောင်းလာပါတယ်'

'ဒါဆိုရင် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်မှာ ကသိုဏ်းဝန်းကြည့်ဖို့ မလို တော့ဘူးပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒါကလည်း စိတ်နဲ့မှန်းလိုက်ရင် အာရုံထဲမှာ ချက်ခြင်းပေါ်လာတာကိုး၊ ဒီလို ရှုမှတ်ရင်း စွဲစွဲမြဲမြဲဖြစ်လာရင် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထက် အစပေါင်းများစွာ ကြည်လင်သန့်ရှင်းတဲ့ နိမိတ် တစ်ခု ထပ်ပေါ်လာမယ်၊ ဆိုလိုတာက စောစောကရှိနေတဲ့ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ဟာ ချောမွေ့နူးညံ့ပြီး *Refine* ဖြစ်လာပါတယ်၊ အရင်က ကသိုဏ်းဝန်းမှာ အစက်အပျောက်တွေ၊ အမှိုက် ကပ်နေ တာမျိုးတွေ၊ မချောမွေ့တာလေးတွေ ရှိတတ်တယ်၊ အခု အဲဒါမျိုး မရှိတော့ဘူး'

'အဲဒီနိမိတ်ကို ဘာလို့ခေါ်လဲ ဆရာ'

'အဲဒါကို **ပဋိဘာဂနိမိတ်** *Material sign* လို့ ခေါ်တယ်၊ စာထဲမှာတော့ အက်ကြောင်းမရှိတဲ့ မှန်သားပြင်၊ ပွတ်တိုက်ထား

တဲ့ခရုသင်း *A conch,* ကြည်လင်နေတဲ့ စမ်းရေအိုင် ဒါမှ မဟုတ် မိုးတိမ်မဲတွေကြားမှာ ပျံသန်းသွားတဲ့ ဗျိုင်းဖြူလေးများလို အလွန်နှစ်သက်ဖွယ် ကောင်းတယ်လို့ဆိုတယ်၊ လူဆိုလည်း မျက်နှာမှာ တင်းတိတ်, မှဲ့ခြောက်လေးတွေ မရှိတော့ဘဲ ချောမွေ့လှပသွားတဲ့သဘောပေါ့'

'အရင်ကထက်ပိုပြီး တောက်ပ ကြည်လင်လာတာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်, *Bright and clear* ဖြစ်လာတယ်၊ ဒီ နိမိတ်မှာဖြစ်တဲ့ဘာဝနာကို ဥပစာရဘာဝနာလို့ ခေါ်တယ်၊ ဈာန်ရတဲ့အခါမှာတော့ အပ္ပနာဘာဝနာလို့ ခေါ်တယ်'

'ဥပစာရနဲ့ အပ္ပနာရဲ့ဆိုလိုရင်းကို သိချင်ပါတယ်'

'**ဥပစာရ**က အနီးအနား, အိမ်နီးနားချင်း *Proximity or neighbourhood* ကို ပြောတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဈာန်ရခါနီး ဖြစ်တဲ့စိတ်ကို ဥပစာစိတ်လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ **အပ္ပနာ** ဆိုတာ ဝင်စားခြင်း, ဈာန်သို့ဝင်၍တည်ခြင်း, စိတ်အာရုံ၌ နှစ်မြုပ်ခြင်းပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ *Mental absorption* လို့ ခေါ်တယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'နိမိတ်သုံးပါးနဲ့ ဘာဝနာကို ပြန်ပြီး ပြောပြပါလား ဆရာ'

'ပရိကမ္မနိမိတ် အခိုက်အတန့်မှာ ပရိကမ္မဘာဝနာ, ဥဂ္ဂဟနိမိတ်မှာလည်း ပရိကမ္မဘာဝနာပဲ ရှိပါသေးတယ်၊ ပဋိဘာဂ

နိမိတ်မှာတော့ ဥပစာရဘာဝနာနဲ့ အပ္ပနာဘာဝနာ'

သီတာအေးက 'ထွက်လေ၊ ဝင်လေရှူရင်ကော ရလား ဆရာ'

'ရပါတယ်၊ နေ့စဉ် နှာသီးဖျားက အသက်ရှူနေတာဖြစ်လို့ အာနာပါန *Practice of out-breath and in breath* က လူတိုင်းအတွက် အဆင်ပြေပါတယ်၊ ကသိုဏ်းဝန်းတွေ ရှာဖွေပြီး တကူးတက လုပ်နေစရာလည်း မလိုတော့ဘူးပေါ့'

'သမထကျင့်စဉ်မှာလည်း သီလဖြူစင်ဖို့ လိုမယ်နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ သမထကျင့်စဉ်ကို စပြီးအားထုတ်မယ်ဆိုရင် သီလဖြူစင်မှ သမာဓိရလွယ်မှာဖြစ်လို့ လူဆိုလည်း အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်ရပါမယ်၊ ဒါမှလည်း ငါဟာ သီလနဲ့ ပြည့်စုံပါလားဆိုပြီး စိတ်ထဲမှာ ကြည်နူးမှုဖြစ်လာလို့ သမထ အာရုံပေါ် တင်ပေးလိုက်ရင် သမာဓိ မြန်မြန်ရလာပါတယ်'

'ခန္ဓာကိုယ် အနေအထားကျတော့ကော'

'အာနာပါန ကျင့်မယ်ဆိုရင် လေကိုမှန်မှန်နဲ့ ဖြည်းဖြည်း ရှူပေးရပြီး ခန္ဓာကိုယ်နဲ့စိတ်ကို ဖြေလျှော့ထားရပါမယ်၊ အကောင်းဆုံး အနေအထားက တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်၊ ခါးအထက်ကို ဆန့်ဆန့် ထားပြီး နှာသီးဖျားမှာ စိတ်ကိုထားရပါမယ်၊ သမာဓိအားကောင်း လာတာနဲ့အမျှ တဖြည်းဖြည်း အာရုံနဲ့စိတ်ဟာ တသားတည်း

ဖြစ်လာပါမယ်'

'အဲဒီမှာလည်း ကသိုဏ်းဝန်းလို ပရိကမ္မ၊ ဥဂ္ဂဟနဲ့ ပဋိဘာဂ နိမိတ်တွေ ရှိမှာပေါ့ ဆရာ'

'ရှိပါတယ်၊ နှာသီးဝမှာ ထွက်လေဝင်လေ ရှုမှတ်ရင်း တဖြည်းဖြည်းနဲ့ မျက်စိမှိတ်ထားပေမယ့် မျက်စိဖွင့်ထားသလို အာရုံမှာ မြင်နေတာဟာ ပရိကမ္မနိမိတ်ပါ၊ နောက် မိမိစိတ်ကို စူးစိုက်ထားနိုင်တဲ့အခါ ပရိကမ္မသမာဓိ *Preliminary concentration* ဖြစ်လာပါတယ်'

'ဒီလိုဆို စိတ်ထဲမှာ စွဲစွဲမြဲမြဲနဲ့ ထင်မြင်လာရင် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ စိတ်ထဲမှာ အတော်ကြာမှတ်ယူနိုင်တဲ့ နိမိတ်ကို ဥဂ္ဂဟနိမိတ် *Learning sign* လို့ ခေါ်ပါတယ်'

ဒေါ်သောင်းတင်က 'အဲဒါကို ဘယ်လိုမျိုးမြင်တွေ့နိုင်သလဲ ဆရာ'

'အများအားဖြင့် လေလေးဟာ မီးခိုးတန်း၊ အလင်းတန်း ဒါမှမဟုတ် ပုလဲလုံးလေးတွေလို မြင်ရပါမယ်၊ ဒီလို မိမိရထားတဲ့ နိမိတ်ကိုပဲ မပျောက်ပျက်အောင် ထပ်တလဲလဲ စူးစိုက်ဖန် များလာတဲ့အခါ သမာဓိအားကောင်းလာပြီး စိတ်လည်း အေးချမ်းတည်ငြိမ်လာပါမယ်၊ ဒီအခါမှာ ဘယ်လိုပဲ ရှုမှတ်နေပေမယ့်

ပျင်းရိတာ၊ ငိုက်မျဉ်းတာ, အားမရတာတို့ မရှိတော့ဘဲ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်အေးမြနေပါမယ်၊ အဲဒီ အနေအထားကို ပဋိဘာဂနိမိတ် *Material sign* လို့ခေါ်ပါတယ်'

'အဲဒီနိမိတ်သုံးပါး ရပြီးရင် ဘာဆက်ဖြစ်မလဲ ဆရာ'

'ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို မပျောက်ပျက်အောင် ဆက်လက်ပြီး အားထုတ်ရင် စူးစိုက်တာကလည်း အကြားအလပ် မရှိအောင် တစ်ဆက်တည်း ဖြစ်လာပါမယ်၊ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု ရင့်ကျက်အားကောင်းလာရင် ရူပဝစရ ပထမဈာန်ကို ဆိုက်ရောက်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း 'ပထမဈာန်ရပြီးရင် နောက်ဈာန်တွေကို ချက်ချင်းတက်လို့ရလား ဆရာ'

'အဲဒီလိုတော့ မရဘူး၊ ပထမဈာန်ကိုပဲ ဝသီဘော်ငါးပါးနဲ့ ပိုင်နိုင် ကျွမ်းကျင်ဖြစ်အောင် လေ့ကျင့်ရပါမယ်'

'ဝသီဘော်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို သိချင်တယ် ဆရာ'

'ဝသီဘော်ဆိုတာ ပါဠိဝေါဟာရ ဝသီဘာဝက ဆင်းသက်လာတာပါ၊ စွမ်းရည်သတ္တိနဲ့ ပြည့်စုံတာ, အလုပ်မှာ ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင်, နိုင်နိုင်နင်းနင်း *Mastery* ဖြစ်တာကို ဆိုလိုပါတယ်'

ဝသီဘော်ငါးပါးကို ကျွန်တော် ရေးပြပါ့မယ်-

အာဝဇ္ဇနဝသီဘော် ...ဈာန်အင်္ဂါကို ဘဝင်အနည်းငယ်

ခြား၍ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဆင်ခြင်နိုင်မှု
mastery in adverting to it

သမာပဇ္ဇနဝသီဘော်···လျှင်မြန်စွာ ဈာန်ဝင်စားနိုင်ခြင်း
mastery in entering it

အဓိဋ္ဌာနဝသီဘော်··· မိမိအလိုရှိသမျှ ကာလကြာအောင် ဈာန်အစဉ်ကို ထားနိုင်ခြင်း
mastery in resolution

ဝုဋ္ဌာနဝသီဘော် ··· ဝင်စားသောဈာန်မှ မိမိအလိုရှိတိုင်း ထခြင်းငှာ စွမ်းနိုင်ခြင်း
mastery in rising there-from

ပစ္စဝေက္ခဏာဝသီဘော်···ရရှိပြီး ဈာန်အင်္ဂါတို့ကို လျင်မြန်စွာ ပြန်လည် သုံးသပ်နိုင်ခြင်း
mastery in retrospection

ဆွေဆွေမြင့်က 'ဈာန်က ဘယ်နှစ်မျိုးရှိပါသလဲ'

'ရူပဈာန်နဲ့ အရူပဈာန်ဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိတယ်၊ ဆရာ ပထမဆုံး ရူပဈာန်ငါးဆင့် *Five Steps of Fine Material Jhana* အဆင့်ဆင့်တက်တာကို အရင်ပြောပြပါ့မယ်'

'အာနာပါန ရှုမှတ်ခါစမှာ ဘယ်သူမဆို နာသီးဖျားက ထွက်

လေ၊ ဝင်လေ တိုးတာကို စိတ်ကမရောက်နိုင်ဘဲ မိမိ သံယော ဇဉ်တွယ်ရတဲ့ ဇနီး၊ သားသမီးနဲ့ ကြင်နာသူတွေ ရှိတဲ့နေရာ ရောက်လိုက်၊ အလုပ်ခွင်ထဲရောက်လိုက်နဲ့ ယောက်ယက်ခတ်နေ ပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'သေချာတာပေါ့ ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော်ဆို တရားထိုင်လိုက်တိုင်း စိတ်က ရန်ကုန်က သားနဲ့သမီးဆီပဲရောက် ရောက်နေတယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီလို အငြိမ်မနေဘဲ ပြေးလွှားနေတဲ့ စိတ်လေး ကို မင်းဘယ်မှ ထွက်မပြေးနဲ့၊ ဒီနေရာမှာပဲနေလို့ ဝိတက်နဲ့ ဆွဲတင်မှ စိတ်က နှာသီးဖျားမှာ ရောက်သွားမှာပါ'

'နည်းနည်း ရှင်းပြပေးပါလား ဆရာ'

'ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ရှင်းပြထားတာက နို့ညှစ်မယ်ဆိုရင် မိခင် နွားမကြီးရဲ့နို့မှာ နွားပေါက်စလေးကို အရင်စို့ခိုင်းလိုက်ပါတယ်၊ မိခင်ကြီးမှာ နို့သက်လာလို့ နို့တွေ ဒလဟော စီးလာတဲ့အခါ နွားကလေးကို တိုင်မှာကြိုးနဲ့ ချည်ထားလိုက်ပါတယ်၊ ဒီအခါမှာ နွားငယ်လေးဟာ နို့မဝသေးတော့ တိုင်ကိုပတ်ပြီး ပြေးပါတယ်၊ ပြေးတာအတော်ကြာလို့ မောလာတဲ့အခါ တိုင်နားမှာပဲ သနား စဖွယ် အိပ်နေပါတော့တယ်၊ အလားတူ လွတ်ပြေးနေတဲ့ စိတ် ကလေးကို အာရုံမှာ ပြန်သွင်းယူလိုက်တော့ ငြိမ်သွားပါတယ်၊

စိတ်ကဘယ်ကိုမှ ထွက်မပြေးတော့ဘဲ မိမိထားချင်တဲ့ နေရာမှာပဲ နေနေပြီဆိုရင် ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ ဆိုတဲ့ ဈာန်အင်္ဂါငါးပါးနဲ့ ယှဉ်တဲ့ ရူပဝစရ ပထမအပ္ပနာဈာန်ကို ရသွားပါပြီ'

'ဈာန်အင်္ဂါငါးပါးကို ပြောပြပေးပါလား ဆရာ'

'ဈာန်မှာ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ ဆိုတဲ့ အင်္ဂါငါးပါးရှိပါတယ်၊ သူတို့က ယှဉ်ဖက်စိတ် စေတသိက်နဲ့ စိတ္တဇရုပ်တွေကို ဆိုင်ရာအာရုံတွေမှာ စိုက်စိုက်စူးစူး တည်တံ့နေဖို့ ကျေးဇူးပြုပါတယ်'

'ဝိတက်ရဲ့သဘောကိုလည်း သိချင်ပါတယ်'

'ဝိတက် *Initial application* ဆိုတာ အဘိဓမ္မာအရ စိတ်နှင့်အာရုံ ထိတွေ့အောင် ပေါင်းကူးပေးတာ၊ ယှဉ်ဖက်စိတ် စေတသိက်ကို အာရုံပေါ်တင်ပေးတာပါ၊ အလွယ်ဆုံး ပြောရလျှင် စိတ်ကူးလိုက်တာပါ'

'မှတ်မိပြီ ဆရာ၊ ဝိစာရက အာရုံမှာစွဲနေအောင် လုပ်တာ'

'မှန်ပါတယ်၊ စိတ်ကူးပြီး ရထားတဲ့အာရုံမှာ စွဲနေအောင် အဖန်ဖန် သုံးသပ်တာကို ဝိစာရ *Sustained Application* လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ နားလည်လွယ်အောင်ပြောရရင် စိတ်ကူးတာ ဝိတက်၊ ကြံစည်တာက ဝိစာရပါ'

တင်မိုးဝေက 'ဥပမာတစ်ခုလောက် ပေးပါလား အစ်ကို'

'ညီမ မိတ္ထီလာကန်စပ်မှာထိုင်နေရင်း အနားက သစ်ကိုင်းမှာ ငှက်လေးတစ်ကောင်လာနားတယ် ဆိုပါစို့၊ ဝိတက်က ဒီအာရုံလေးကို ယူလိုက်ပါတယ်၊ ဆက်လက်ပြီး ငှက်ဝါလေးလား, စာကလေးလား, သပိတ်လွယ်ငှက်လားလို့ သုံးသပ်တာ ဝိစာရပါ'

'ဝိတက်, ဝိစာရပြီးတာနဲ့ ပီတိ, သုခ, ဧကဂ္ဂတာတို့လည်း ဖြစ်လာမှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဝိစာရနဲ့ သုံးသပ်လို့ စိတ်လေးငြိမ်သွားပြီး အာရုံမှာ ကျေနပ် နှစ်သက်လာရင် ပီတိ *Joy* ဖြစ်လာပါတယ်၊ တစ်ခါ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ချမ်းသာတယ်လို့ ခံစားတာက သုခ *Happiness* ပါ'

'ပီတိနဲ့ သုခက မတူဘူးလား အစ်ကို'

'သူတို့နှစ်ခုဟာ တူသလိုလို ထင်ရပေမယ့် တစ်ကယ်တော့ မတူပါဘူး၊ ပမာဆိုရရင်-

ပျားလေး ပန်းပွင့်ပေါ်မှာ ရောက်ရှိတာ ...ဝိတက်
ရစ်ဝဲပြီး ကြည့်နေတာ ...ဝိစာရ
ပန်းဝတ်မှုန် *Pollen* ပေါ်
လာနားပြီး နှစ်သက်ကျေနပ်နေတာ ...ပီတိ
ဝတ်ရည် *Honey* သောက်ပြီး

အေးမြချမ်းသာသွားတာ ... သုခ

အေးချမ်းတည်ငြိမ်သွားတာက ... ဧကဂ္ဂတာပါ'

'ရှင်းလင်းတဲ့ ဥပမာလေးတစ်ခု ထပ်ပေးရရင် ညချမ်းအခါ မိတ္တီလာရေလယ်ဘုရားကို သွားရောက် ဖူးမြော်မယ်လို့ ကြံစည်စိတ်ကူးတာ ဝိတက်ပါ၊ စိတ်ကူးတဲ့အတိုင်း သွားရောက် ဖူးမြော်တဲ့အခါဘုရားမျက်နှာတော်ဟာ အေးချမ်းသပ္ပါယ်လွန်းလို့ အာရုံထဲမှာ ဖူးမဝနိုင်အောင် ဖြစ်နေတာက ဝိစာရပါ၊ တစ်ခါ ကြည်နူးနှစ်သက်လာရင် ပီတိဖြစ်လာပြီး ရေအေးအေးလေး သောက်ရသလို အေးမြတဲ့ ခံစားမှုလေးက သုခပါ၊ တဖြည်းဖြည်း စိတ်ထဲမှာ တည်ငြိမ်အေးချမ်းသွားရင် ဧကဂ္ဂတာ ဖြစ်လာပါမယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'ဈာန်အင်္ဂါငါးပါးကို ရှင်းသွားပါပြီ ဆရာ၊ ဒီလိုဆို ပထမဈာန်ကို ဝသီဘော်ငါးပါးနဲ့ ဝင်စားပြီးရင် ဒုတိယဈာန်ကို ရောက်မှာပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီလိုတစ်ဆင့်ချင်း တက်ရပါတယ်၊ ဒုတိယဈာန် တက်ချင်တဲ့အခါ ဝိတက်ကို အပြစ်ရှုပြီး ပယ်ရပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဘုရားပြီး ငြိမ်းဖျက်တဲ့သဘောမျိုးပေါ့ ဆရာ'

'အဲဒီလို ဆိုနိုင်ပါတယ်၊ သမာဓိစွမ်းအား ပိုကောင်းလာတဲ့အခါ မိမိထားလိုတဲ့နေရာမှာ အာရုံဟာ တည်တံ့နေပါတယ်၊

ဒါ့ကြောင့်မို့ ပြေးနေတဲ့ စိတ်ကလေးကို အာရုံပေါ် ဆွဲတင်ပေးတဲ့ ဝိတက် မလိုတော့ပါဘူး၊ ဒီအခါမှာ စိတ်ကူးတာ မပါတော့ဘဲ ကြံစည်တာ၊ နှစ်ခြိုက်တာ၊ ချမ်းမြေ့တာနှင့် တည်ငြိမ်မှုဆိုတဲ့ ဈာန်အင်္ဂါလေးပါးရှိတဲ့ ဒုတိယဈာန်ကို ရောက်သွားပါမယ်'

'ဒါဆို တတိယဈာန်ရောက်ဖို့ ဝိစာရကို ပယ်ရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ စိတ်က ငြိမ်သက် သိမ်မွေ့လာပြီး အာရုံမှာ ကျေနပ်နှစ်သက်တဲ့ ပီတိဖြစ်လာရင် အဖန်ဖန် သုံးသပ်တဲ့ ဝိစာရ မလိုတော့ပါဘူး၊ ပီတိက လက်ရှိအာရုံကို ရွှေ၊ ငွေ၊ ပတ္တမြား တွေထက်တောင် နှစ်သက်လို့ နာရီပေါင်းများစွာ ဆက်တိုက် တရားမှတ်လာနိုင်ပါတယ်၊ ဝိတက်နှင့် ဝိစာရတို့ မလိုတော့ဘဲ အာရုံမှာ စွဲမြဲနှစ်သက် တည်တံ့နေရင် တတိယဈာန် အဆင့်ကို ရောက်သွားပါပြီ'

တစ်ချို့က နှစ်သက်ကြည်နူးတဲ့ ပီတိဖြစ်လာရင် တရား ပေါက်သလိုလို ဘာပဲဖြစ်သလိုလို ပြောတတ်ကြပါတယ်၊ တကယ် တော့ပီတိ၊ သုခနှင့် ဧကဂ္ဂတာ ပါဝင်တဲ့ တတိယဈာန် သမာဓိပဲ ရှိပါသေးတယ်။

'တတိယဈာန်သမာဓိက ပီတိနဲ့ နှစ်သက်ချမ်းသာနေတာ ပါ၊ လောကမှာ နှစ်သက်လို့ ချမ်းသာတာနဲ့ သူ့အလိုလို ချမ်းသာ နေတာ ဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိပါတယ်'

'ဘယ်ဟာက ပိုကောင်းသလဲ ဆရာ'

'နှစ်သက်လို့ ချမ်းသာတာက စိတ်ရဲ့ လှုပ်ရှားမှုသဘော တွေရှိနေပါသေးတယ်၊ သုခအလိုလို ချမ်းသာတာက စိမ့်ရေစမ်းရေ လိုဆိုတော့ ပိုပြီးတည်ငြိမ် အေးချမ်းပါတယ်'

'ဒီလိုဆို စတုတ္ထဈာန်ရောက်ဖို့ ပီတိကိုလည်း ခွာရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ မြစ်ရဲ့ ဟိုဘက်ကမ်းကို ရောက်ချင်တဲ့သူဟာ ဒီဘက်ကမ်းက ခွာမှဖြစ်သလို ပီတိကိုခွာမှပဲ စတုတ္ထဈာန်ဖြစ်တဲ့ သုခအလိုလို ချမ်းသာတဲ့သုခနှင့် တည်ငြိမ်မှုကို ရရှိမှာပါ'

မဝင်းဝင်းမြင့်က 'ဒီလိုချမ်းသာပေမယ့် ပဉ္စမဈာန်တက်ချင် တယ်ဆိုရင် သုခကိုလည်း ပယ်ရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ သဘာဝအရ သုခချမ်းသာကိုပဲ ကျေနပ်မယ် ဆိုရင် ရှေ့ဆက်တက်လို့ရမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ လုံးချင်းအိမ်ကလေးနဲ့ နေချင်တယ်ဆိုရင် တိုက်ခန်းကနေ ပြောင်းမှရနိုင်သလို သုခကို ခွာနိုင်မှပဲ ဧကဂ္ဂတာဆိုတဲ့ ပဉ္စမဈာန် သမာဓိအဆင့်ကို ရမှာပါ'

တကယ်တော့ ပဌမဈာန် အဆင့်မှာထဲက သမာဓိက ရသင့် သလောက်ရခဲ့ပြီး ဒုတိယဈာန်မှာလည်း ဝိစာရနဲ့ သုံးသပ်လို့ ငြိမ်သင့်သလောက် ငြိမ်သွားပါတယ်။

တတိယဈာန်မှာ ငြိမ်သက်ပေမယ့် ပီတိရှိနေလို့ တည်ကြည် ငြိမ်သက်တဲ့ သမာဓိမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။

စတုတ္ထဈာန်မှာလည်း ချမ်းသာမှုကို ခံစားတဲ့ သုခရှိနေတော့ စင်ကြယ်တဲ့ သမာဓိအဆင့်ကို မရောက်သေးပါဘူး။

'ပဉ္စမဈာန် သမာဓိကတော့ လောကီ ချမ်းသာအားလုံးကို စွန့်ပယ်လိုက်ပြီး အညီအမျှထားတဲ့ ဉပေက္ခာသာ ရှိတော့လို့ အလွန်စင်ကြယ်တဲ့ သမာဓိ ဖြစ်သွားပါပြီ'

Fifth Jhana together with indifference and One-pointedness of mind.

တင်မိုးဝေက 'ပဉ္စမဈာန်အဆင့်မှာ ကောင်းကင်ပျံ မြေလျှိုး လို့ရပြီလား ဆရာ'

'ပဉ္စမဈာန်ရောက်တာနဲ့ ကောင်းကင်ပျံ မြေလျှိုးလို့ မရပါဘူး၊ ပဌမဈာန်ကနေ ပဉ္စမဈာန်, ပဉ္စမကနေ အောက်ဈာန်အထိ အနုလုံ ပဋိလုံ *Forward and reverse order* အပြန်ပြန် အထပ်ထပ်ဝင်စားမှ ဝသီဘော်ဖြစ်လာပြီး အဘိညာဏ်ရလာပါ မယ်၊ ဒီအခါမှာ မိမိ ဆန္ဒရှိတဲ့အတိုင်း ကောင်းကင်ပျံ မြေလျှိုး လို့ရသွားပါပြီ'

'အဘိညာဉ်က ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ ဆရာ'

'သူက ထူးကဲ မြင့်မားသောဉာဏ်ကို ဆိုလိုတာပါ၊ စာအရ ပဉ္စမဈာန်အထူးကို အဘိညာဉ် *Higher psychic power* လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ အဋ္ဌကထာကြီးတွေမှာ ရူပ ဈာန်ငါးဆင့်

ရော၊ အရှုပစျာန်လေးဆင့်ပါရပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှ အဘိညာဉ် ရတယ်လို့ ဆိုတယ်'

'ဒါဆို ဈာန် ၉-ပါးစလုံး ရပြီးမှ အဘိညာဉ် ရမှာပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်'

'မြေလျှိုး မိုးပျံနိုင်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရသလဲ ဆရာ'

'မြေလျှိုး မိုးပျံတယ် ဆိုရာမှာလည်း သဘာဝကို ဆန့်ကျင်ပြီး ဖန်ဆင်းလို့ မရပါဘူး၊ ရေပေါ် လမ်းလျှောက်ချင်တယ်ဆိုရင် ရေကို မာကြောသွားအောင် ဖန်ဆင်းပြီးမှ လျှောက်လို့ရပါတယ်၊ မြေလျှိုး လိုတဲ့အခါမှာလည်း သူသွားလိုတဲ့ မြေနေရာကို ဟာလာဟင်းလင်းဖြစ်အောင် စိတ်နဲ့ ဖန်ဆင်းပြီးမှ သွားလို့ရတာပါ'

'သဘာဝကို မဆန့်ကျင်လို့ *Super normal power* သာဖြစ်ပါတယ်၊ အဲဒီအခါမှာ စိတ်စွမ်းအားနဲ့ ရုပ်ကိုပါ ဖြည့်တင်းထားလို့ နာကျင်ကိုက်ခဲတာမရှိဘဲ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ပေါ့ပါးပြီး ငြိမ်းချမ်းလို့နေပါတယ်'

'အဘိညာဉ်က ဘယ်နှစ်မျိုးလောက်ရှိလဲ ဆရာ'

'အားလုံးခြောက်မျိုး ရှိတယ်၊ ပထမတစ်ခုက တန်ခိုးအမျိုးမျိုး ဖန်ဆင်းနိုင်တဲ့ ဣဒ္ဓိဝိဓအဘိညာဉ်၊ သူ့ကို *higher psychic power capable of many miracles* လို့ ပြန်တယ်၊ ဒုတိယက နတ်နားလို အသံအမျိုးမျိုးကို ကြားနိုင်တဲ့

ဒိဗ္ဗသောတအဘိညာဉ်'

'နတ်နားဆိုတော့ *Divine ear* ပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ နောက် သူတစ်ပါးတို့ရဲ့ စိတ်အကြံကို သိနိုင်တဲ့ ပရစိတ္တဝိဇာနန အဘိညာဉ် *Higher psychic power capable to read the thoughts of others* '

စတုတ္ထက ရှေ့ရှေ့ဘဝပေါင်းများစွာကို ပြန်ပြောင်းသိနိုင်တဲ့ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ အဘိညာဉ်, ဒါကို *Psychic power enables one to remember former existences* လို့ ပြန်တယ်။

'ပဉ္စမက အဆင်းအာရုံ အမျိုးမျိုးကို မြင်နိုင်တဲ့ ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ် *Divine eye,* ဆဋ္ဌမက အာသဝေါတရားများကို ကုန်ခမ်းစေနိုင်တဲ့ အာသဝက္ခယ အဘိညာဉ် *Higher psychic power which can eradicate defilements* လို့ ပြန်တယ်'

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း 'အဘိညာဉ် မရဘဲ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်လား ဆရာ'

'အဘိညာဉ်အားလုံးမရဘဲ ရိုးရိုး ရဟန္တာ ဖြစ်တဲ့သူတွေလည်း ရှိပါတယ်၊ သူတို့မှာ ဝိဇ္ဇာသုံးပါးဆိုတဲ့ ပုဗ္ဗေနိဝါသဉာဏ်, ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်နဲ့ အာသဝက္ခယဉာဏ်တို့ ရှိပါတယ်'

'ရူပဈာန်က ဘယ်အထိရောက်စေလဲ ဆရာ'

'ဒီဈာန်က နောင်ဘဝမှာ ရုပ်သက်သက်သာရှိတဲ့ ရူပ ပြဟ္မာပြည်ကို ရောက်ပါတယ်၊ ပထမဈာန်ရရင် ပထမဈာန် ပြဟ္မာဘုံ၊ ဒုတိယဈာန်ရရင် ဒုတိယဈာန် ပြဟ္မာဘုံဆိုပြီး အဆင့် ဆင့် တက်သွားပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'ရူပဈာန်ငါးဆင့်ပြီးရင် အရူပဈာန်ကိုလည်း ထပ်တက်ရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ရူပဈာန်ငါးဆင့် ဝင်စားနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အထက်ဈာန်များကို တက်ရောက်ဖို့ ဆန္ဒဖြစ်လာပါတယ်၊ ဒါက လည်း ရူပဈာန်စိတ်ဟာ ကသိုဏ်းနိမိတ်ကို အာရုံပြုပြီး ရုပ်နဲ့ ဆက်စပ်နေလို့ ရုပ်နှင့်မဆက်နွယ်တဲ့ အရူပဈာန်ထက် နဲနဲကြမ်း တမ်းတာမို့ပါ'

'အရူပဈာန်က ဘယ်နှစ်ဆင့်ရှိလဲ ဆရာ'

'လေးဆင့်ရှိပါတယ်၊ ဒီဈာန်တွေရဖို့ အာရုပ္ပကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတဲ့ ရှုးစိုက်စရာလေးမျိုးကို ထပ်မံ ရှုးစိုက်ရပါတယ်၊ ဒါတွေကတော့ ရုပ်လွန်သဘောမျိုးဖြစ်တဲ့ အနန္တကောင်းကင် ပညတ် *Space of infinity* ဆိုတဲ့ အာကာသာနဉ္စာယတန, အနန္တ ဝိညာဉ် ဆိုတဲ့ ဝိညာနဉ္စာယတန, ဘာမျှမရှိခြင်း *Nothingness*ဆိုတဲ့ နတ္ထိဘောပညတ် ဒါမှမဟုတ် အာကိဉ္စညာယတနနဲ့ အသိရှိသည်

လည်းမဟုတ် မရှိသည်လည်း မဟုတ်ဆိုတဲ့ နေဝသညာ နာသညာ ယတနတို့ပါ'

သီတာအေးက 'အရူပဈာန်ကို ဘယ်လိုတက်ရသလဲ ဆရာ'

'ဒီဈာန်ကို တက်မယ်ဆိုရင် ရုပ်နဲ့ ဆက်နွယ်တာကို မလိုချင်တဲ့အတွက် ကသိုဏ်းဝန်းကို အာရုံမပြုတော့ဘဲ *ignore* လုပ်ရပါမယ်၊ ကသိုဏ်းနိမိတ်ကို ခွာရပါမယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ရုပ်ကို အပြစ်မြင်တာပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ ရုပ်ကို အပြစ်မြင်တော့ ကသိုဏ်းရုပ်ကိုလည်း သူက မကြိုက်တော့ဘူး၊ တစ္ဆေကြောက်တဲ့သူဟာ မည်းမည်းမြင်တိုင်း တစ္ဆေထင်နေသလိုပါပဲ၊ သစ်ငုတ်မြင်လည်း တစ္ဆေလို့ပဲ ထင်နေပါတယ်၊ အလားတူ ရုပ်ကို မလိုချင်လို့ ရူပဈာန်ရဲ့ အာရုံဖြစ်တဲ့ ကသိုဏ်းရုပ်ကိုလည်း မနှစ်သက်တော့ပါဘူး'

'အဲဒီလိုမနှစ်သက်တော့ ဘယ်လိုခွာရမလဲ ဆရာ'

'ကျမ်းဂန်တွေမှာ ကသိုဏ်းနိမိတ်ကိုခွာဖို့ ကောင်းကင်ပညတ် *Space of infinity* ကို အာရုံပြုရမယ်လို့ ဆိုပါတယ်၊ ဒီနေရာမှာ ခွာတယ်ဆိုတာ ကသိုဏ်းနိမိတ်ကို မရှုတော့ဘဲ ပယ်လိုက်တာကိုပြောတာပါ၊ ဒီလို ပယ်လိုက်တော့ အဲဒီနိမိတ် ပျောက်သွားပြီး ကွက်လပ်ကြီးကျန်ခဲ့ပါမယ်၊ အဲဒီကွက်လပ်ကိုပဲ အာကာသအနေနဲ့ ကြည့်ပြီး အားထုတ်ရမှာပါ'

ဦးစံရွှေက 'ဆရာပြောမှ ရှင်းသွားတယ်၊ ကျွန်တော်အစက ကောင်းကင်ပြင်ကိုကြည့်ပြီး အားထုတ်ရမယ်လို့ထင်နေတာ'

'အများစုက အဲဒီလိုပဲ ထင်ကြပါတယ်၊ ဒီလို အားထုတ်ရင်း မိမိရှုနေတဲ့ ကောင်းကင်ပညတ်ဟာ အနန္တကောင်းကင်နဲ့ တသားတည်းဖြစ်သွားမယ်ဆိုရင် အာကာသာနဉ္စာယတနစျာန် ဖြစ်လာပါမယ်၊ အဲဒါကို ပထမ အရူပါဝစရစိတ်လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်'

'ပထမ အရူပစျာန် ရသွားတာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီပထမစျာန် ရပြီးတဲ့အခါ လောကသဘာဝအတိုင်း သူက ရှေ့ဆက်တက်ချင်လာတယ်၊ ဒါကလည်း ပထမစျာန်က ပဉ္စမရူပစျာန်နဲ့နီးတော့ သူ့ထက်သိမ်မွေ့တဲ့ ဒုတိယစျာန် တက်မှပဲလို့ စိတ်ကူးပြီး အားထုတ်တာပါ'

'ဒုတိယစျာန်တက်ဖို့ ဘာကို အာရုံပြုရသလဲ ဆရာ'

'ဒီစျာန်ကိုတက်ဖို့ ပထမ အရူပါဝစရစျာန်ကိုပဲ ပြန်ဝင်စားရပါတယ်၊ ဒီလိုဝင်စားရင်း ပထမ အရူပစျာန်စိတ်ဟာ အနန္တဝိညာဉ် *Boundless Consciousness* သဘောရှိတယ်လို့ အာကာသနေရာမှာ ဝိညာဉ်သဘောနဲ့ အစားထိုး ရှုမှတ်ရပါတယ်၊ သမာဓိကောင်းလာတာနဲ့အမျှ ဒုတိယ အရူပစျာန်ကို ရသွားပါမယ်၊ ဒုတိယစျာန်ကို ဝိညာဏဉ္စာယတနစျာန်လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်'

'ဒုတိယစျာန်ရတဲ့အခါ ပထမရထားတဲ့စျာန်က မရှိတော့

ဘူးပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ စိတ်ဆိုတာ တစ်ခုပြီးမှ တစ်ခုဖြစ်နိုင်သလို နှစ်ခုပြိုင်ပြီး ဖြစ်ရိုးထုံးစံမရှိလို့ ဒုတိယစျာန် ဖြစ်တဲ့အခါ ပထမ အရူပစျာန်က မရှိတော့ဘဲ ပျောက်သွားပါပြီ၊ ဒုတိယစျာန်ရောက် တော့လည်း လူ့သဘာဝအရ သူ့ထက် သိမ်မွေ့ကောင်းမွန်တဲ့ အထက်စျာန်တွေကို တက်ချင်တဲ့ဆန္ဒ ဖြစ်လာပါတယ်'

'သူ့ကျ ဘာကိုအာရုံပြုရသလဲ ဆရာ'

'တတိယ အရူပစျာန်ကို တက်လိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ပထမ အရူပ စျာန်ရဲ့ မရှိခြင်း *Nothingness* ကိုပဲ အာရုံပြန်ပြုရပါတယ်၊ ရှိတာတောင်မှ အာရုံပြုနိုင်ဖို့က ခက်ခဲတော့ မရှိတာကို အာရုံ ပြုနိုင်တယ်ဆိုရင် တော်တော်ကို အထက်တန်းကျပြီး သိမ်မွေ့တဲ့ စိတ် ဖြစ်နေပါပြီ'

ဆွေဆွေမြင့်က 'သမီး မရှင်းတာက မရှိတဲ့ဟာကို ဘယ်လို အာရုံပြုရမှာလဲ ဆရာ'

'ဒီလို ဘာမှမရှိတာကို အာရုံ စူးစိုက်လို့ ဖြစ်ပါ့မလား ဆိုတာ သံသယဖြစ်မှာစိုးလို့ ဗုဒ္ဓကျမ်းဂန်မှာ ဥပမာလေးတွေနဲ့ ရှင်းပြထား ပါတယ်၊ ဒါကတော့ ရဟန်းတစ်ပါးဟာ သိမ်အတွင်းမှာ သံဃာ များနဲ့ အတူရှိနေပြီး ကိစ္စရှိလို့ ကျောင်းပေါ်ကို ခဏတက်သွားပါ တယ်၊ သူကျောင်းပေါ်ရောက်ပြီး မကြာမီ သံဃာတွေအားလုံး

လည်း ပြန်ထွက်သွားကြတယ်၊ နောက် အဲဒီရဟန်း သိမ်ထဲ ပြန်ရောက်တော့ သံဃာတွေကို မတွေ့ရပေမယ့် ဒီမရှိတဲ့ သဘော ကိုပဲ ပြန်လည်အာရုံစူးစိုက်လို့ ရပါတယ်၊ ညီမလည်း မရှိခြင်းနှင့် ရှိခြင်းဟာ ဒင်္ဂါးပြားရဲ့ ခေါင်းနဲ့ပန်း သဘောမျိုးဆိုတာ တွေးကြည့် လိုက်ရင် သိနိုင်ပါတယ်၊ ဒီလို မရှိတာကို အာရုံပြုပြီး အထပ်ထပ် ပွားများလိုက်ရင် တတိယ အရူပဈာန်၊ ပါဠိလို အာကိဉ္စညာယတန ဈာန်ကို ဝင်စားလို့ ရသွားပါတယ်'

'မြန်မာလို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'အာကိဉ္စက လုံးဝအကြွင်းအကျန်မရှိခြင်း *Total absent*, အာယတနဆိုတာ တည်ရာ *Place* ကို ပြောတာဖြစ်လို့ ပထမ အရူပစိတ်ရဲ့ အကြွင်းမရှိသော နတ္ထိဘောပညတ်ကို အာရုံပြုတဲ့ ဈာန်ရဲ့ တည်နေရာလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း 'တတိယဈာန်ရပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ နောက်တစ်ဆင့်တက်ချင်ရင် ဒီဈာန်ကိုလည်း မလို ချင်မှဖြစ်မှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ တကယ်တော့ တတိယဈာန်က တော်တော် ကောင်းပြီး အဆင့်မြင့်နေပါပြီ၊ ဒါပေမဲ့ စတုတ္ထ အရူပ ဈာန်ကို လိုချင်တဲ့အခါ ကောင်းပေမယ့်လည်း မကြိုက်တော့ဘူး၊ ကျမ်းစာ မှာ ဘယ်လိုဆိုထားသလဲဆိုရင် ဆင်စွယ်ပန်းပု တတ်ကျွမ်းတဲ့

သူတစ်ယောက်က လှပတဲ့ မင်းသမီးရုပ်လေးတစ်ခု ထုလုပ်ပြီး ရှင်ဘုရင်ကို ဆက်သပါတယ်၊ ဒီအခါ လက်ရာကောင်းလွန်းတဲ့ အတွက် ဘုရင်က အလွန်ကောင်းပါပေတယ်လို့ ချီးမွမ်းပါတယ်၊ အဲဒီလို ချီးမွမ်းပေမယ့် သူကိုယ်တိုင်ကတော့ ပန်းပုဆရာ မဖြစ် ချင်ပါဘူး၊ မဖြစ်ချင်ပေမယ့်လို့ ပန်းပုဆရာကို ချီးမွမ်းသလို တတိယဈာန်က အလွန်အေးချမ်းတာပဲလို့ဆိုပြီး အရင် ချုပ်သွားခဲ့ တဲ့ ဝိညာဉ်သဘောကိုပဲ အာရုံပြုပါတယ်၊ ဒီလို အထပ်ထပ်စူးစိုက် နှလုံးသွင်းရင်းနဲ့ ဝိညာဉ်လေးဟာ အလွန်သိမ်မွေ့သွားပြီး အသိ ရှိတယ်, မရှိဘူးဆိုတာ ဘယ်လိုမှ မပြောနိုင်တော့တဲ့ နေဝသညာ နာသညာယတန စတုတ္ထ အရူပဈာန်ကို ရောက်ရှိသွားပါမယ်'

'အဲဒီဈာန်ကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'*Fourth non-material Jhana of neither consciousness nor non-consciousness*'

သီတာအေးက 'နည်းနည်း ရှင်းပြပေးပါလား ဆရာ'

'နေဝသညာ နာသညာယတန သဘောလေးကိုလည်း ဗုဒ္ဓ ဒေသနာမှာ ရှင်းပြထားတာရှိပါတယ်-

ဆရာတပည့် နှစ်ယောက် ခရီးသွားတဲ့အခါ ကိုရင်လေးက ရှေ့က, ဆရာဘုန်းကြီးက နောက်ကပါ၊ တစ်နေရာရောက်တော့ ကိုရင်က ချောင်းရိုးလေးကို အဖြတ်မှာ ရေလေးနည်းနည်း စီးဆင်း

နေတာတွေ့တော့ ‘ရှေ့မှာ ရေရှိပါတယ်ဘုရား’ လို့ လျှောက်တယ်။

ဒီအခါမှာ ဆရာဘုန်းကြီးက ရေချိုးရရင် ကောင်းမှာပဲဆိုပြီး ‘ကိုရင်လေး...ရေလဲ သင်းပိုင်ပေးပါ’ လို့ လှမ်းတောင်းလိုက်တယ်။ ဒီအခါမှာ ကိုရင်က ‘ရေချိုးဖို့ မရှိပါဘုရား’ လို့ ပြန်လျှောက်တယ်။

ဆိုလိုတာက ခုန ရေရှိတယ်ဆိုတာ ချောင်းရိုးဘေးကို ဖြတ်တဲ့အခါ ခြေထောက်ရေစိုမယ်၊ ရွှံ့တွေပေမယ်ဆိုတဲ့သဘောနဲ့ ကိုရင်လေးက ပြောလိုက်တာပါ၊ ဒါပေမဲ့ ရေချိုးရအောင်လည်း နည်းနည်းလေးပဲရှိလို့ ချိုးဖို့တော့ ရေမလုံလောက်ပါဘူး၊ အလားတူ သိလွယ်တဲ့သညာနဲ့ စိတ်သဘောမျိုး မရှိပေမယ့် အလွန်သိမ်မွေ့တဲ့ စိတ်လေးက ရှိနေပါတယ်’

‘စတုတ္ထ အရူပဈာန်က အမြင့်ဆုံးပေါ့နော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ စတုတ္ထ အရူပဈာန်က ရှိသမျှ ဈာန်တွေထဲမှာ နံပါတ်တစ် ထိပ်တန်းအကျဆုံး ဈာန်ပါပဲ၊ ဒီထက် သိမ်မွေ့တဲ့ ဈာန်ဆိုတာလည်း မရှိတော့ဘူး၊ ဒါပေမဲ့ လောကီချမ်းသာထဲမှာ အမြင့်ဆုံးဆိုပေမယ့် မြတ်စွာဘုရားက သင်္ခါရဒုက္ခလို့ပဲ ရှုမြင်ထားပါတယ်၊ ဘယ်လောက်ပဲကောင်းကောင်း တချိန်ချိန်မှာတော့ သူလည်းမမြဲဘဲ ချုပ်ပျောက် ရမှာပါ၊ ဒါ့ကြောင့်မို့ ဒီလိုသိမ်မွေ့တဲ့ ဈာန်ချမ်းသာကိုလည်း ဘုရားက ချမ်းသာတယ်လို့ မမြင်ဘဲ

နိဗ္ဗာန်မှ ချမ်းသာ အစစ်လို့ ဟောပါတယ်’

‘အရူပဝစရဈာန်က ဘယ်အထိရောက်စေသလဲ ဥ’

‘ဒီဈာန်စိတ်တွေဟာ အလွန်အားကြီးတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်များ ဖြစ်လို့ နောင်ဘဝမှာ ရုပ်မရှိဘဲ နာမ်သက်သက်သာရှိတဲ့ အရူပ ဗြဟ္မာဘုံမှာ အရူပဝစရ ပဋိသန္ဓေစိတ်များကို ဖြစ်စေပါတယ်၊ သူတို့ဟာ နာမ်သက်သက်သာရှိလို့ အလွန် ထူးခြားပါတယ်’

‘သူတို့ရဲ့ သက်တမ်းက ဘယ်လောက်ရှိလဲ ဆရာ’

‘နေဝသညာ နာသညာဘုံ ရောက်တဲ့ အရူပဗြဟ္မာများဟာ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံမှာ သက်တမ်းအရှည်ဆုံးပါ၊ သူတို့ဟာ ကမ္ဘာ ပေါင်း ၈၄,၀၀၀ ကြာအောင်နေနိုင်ပြီး ၃၁-ဘုံမှာ အမြင့်ဆုံး ဖြစ်လို့ ဘဝဂ် *The highest place* လို့ ခေါ်ပါတယ်’

‘အသညသတ် ဗြဟ္မာဆိုတာ ဘယ်လိုမျိုးလဲ ဆရာ’

‘ရူပဗြဟ္မာထဲမှာ ထူးခြားတာက အသညသတ်ဗြဟ္မာပါ၊ သူတို့မှာ ရုပ်သာရှိပြီး စိတ်မရှိပါဘူး၊ ကျောက်ရုပ်ကြီးတွေလို မလှုပ်မယှက် ရှိနေတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ ပါရမီများ ဆက်လက် မဖြည့်ဆည်းနိုင်လို့ ငရဲ, တိရစ္ဆာန်, ပြိတ္တာဘုံတို့လို မရောက်အပ်တဲ့ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါးမှာ တစ်ပါးအနေနဲ့ ပါဝင်နေ ပါတယ်’

‘ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါးကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ’

'*Eight places unfavourable for realization*'

'ဈာန်မှာ အမြင့်ဆုံးက ဘယ်ဟာလဲ ဆရာ'

'အမြင့်ဆုံးက နိရောဓ သမာပတ်ပါ၊ ဒီသမာပတ် ဝင်စားမယ်ဆိုရင် နေဝသညာ နာသညာယတနဈာန်ကို အရင်ဝင်စားရပါတယ်၊ နောက် ဇောတစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ်ကျပြီးတာနဲ့ ဝီထိအစဉ်ပြတ်သွားပါတယ်၊ ဒီအခါမှာ စိတ်၊ စေတသိက်စတဲ့ နာမ်တရားများ ချုပ်ငြိမ်းသွားလို့ ငြိမ်းအေးမှုသက်သက်နဲ့ နေတာပါ'

အင်္ဂလိပ်လို ပြန်ထားတာလေးက အလွန်ကောင်းလို့ ဆရာရေးပြပါ့မယ်-

This refers to the cessation of breathing and movement, the cessation of the flow of stream of consciousness, volition and mental formation for a certain length of time while being absorbed in cessation.

'အလွန်ဆုံး ဘယ်လောက်အထိ နေနိုင်လဲ ဆရာ'

'လူ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ထမင်းအသက် ခုနစ်ရက်၊ ရေအသက် တစ်မနက်ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း အစာမရှိဘဲနဲ့ အလွန်ဆုံး နေနိုင်တာ ခုနစ်ရက်ပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ နိရောဓသမာပတ် ဝင်စားတယ်ဆိုရင် *Limit* က ခုနစ်ရက်ပါပဲ'

'ဒီလိုနေနိုင်တာ ကျွန်စိတ်တွေက ထောက်ပံ့ပေးထားလို့ပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ကျွန်စိတ်တွေက ခန္ဓာကိုယ်ကို ဣန္ဒြိယပစ္စည်း, ပစ္ဆာဇာတပစ္စည်းနဲ့ ကျားကန် ထောက်ပံ့ပေးထားလို့ပါ၊ ဒီနေ့တော့ သမထဘာဝနာနဲ့ ကျွန်အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး သမာဓိထူထောင်တာကို ပြောခဲ့ပါတယ်၊ ရှေ့အပတ်မှာ ဝိပဿနာဘာဝနာနဲ့ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ဆိုက်အောင် ပွားများတာကို ရှင်းပြပေးပါ့မယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'အခုရှင်းပြတာ တော်တော်ကြီး သဘောပေါက်ပါတယ်၊ နောင် ကျွန်တော်တို့ အကျယ်သိချင်ရင် ဘယ်စာအုပ်ဖတ်ရမလဲ ဆရာ'

'ညောင်လေးပင်တောရ ဆရာတော်ရေးတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အရသာက အနှစ်ချုပ်ကို ဖော်ပြပေးထားပါတယ်၊ အကျယ်သိချင်ရင် မဟာစည်ဆရာတော်ရဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် စာအုပ်ကို ဖတ်စေချင်ပါတယ်'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ဥပစာရနဲ့ အပ္ပနာဆိုတဲ့ ကျွန်သမာဓိက ဝိပဿနာအားထုတ်ပြီးရတဲ့ သမာဓိနဲ့ယှဉ်ရင် ဘယ်လိုနေပါသလဲ ဆရာ'

'အားလုံးက အလွန်အားကောင်းတဲ့ သမာဓိတွေပါ၊ တကယ်တော့ သမထဘာဝနာနဲ့ ရထားတဲ့ ကျွန်သမာဓိက အလွန်တန်ဖိုးရှိပါတယ်၊ ဝိပဿနာကိုပြောင်းပြီး ရှုမှတ်မယ်ဆိုရင် အဲဒီကျွန်

သမာဓိက ပရမတ်တရားတွေဖြစ်တဲ့ ရုပ်၊ နာမ်ကိုမြင်အောင် အထောက်အပံ့ပေးပါတယ်’

‘ဒါဆို သမထဘာဝနာကလည်း သူ့ဟာနဲ့သူ ကောင်းတာပဲ ပေါ့ ဆရာ’

‘မှန်ပါတယ်၊ သမထလည်း ကျင့်ကြံထိုက်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောခဲ့တာပါ၊ မလိုအပ်ဘူး ဒါမှမဟုတ် လူတွေကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေမယ်ဆိုရင် ဟောမှာမဟုတ်ပါဘူး၊ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းလေးဆယ်မှာ ဈာန်ရနိုင်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းက ၃၀ ရှိပါတယ်၊ စနစ်တကျ ကျင့်မယ်ဆိုရင် ဈာန်သမာဓိကို ရပါတယ်’

ဆရာကံမြင့်က ‘ဒီလိုဆို ဈာန်သမာဓိကလည်း အကျိုးရှိ တာပေါ့ဆရာ’

‘မှန်ပါတယ်၊ တချို့က သမထနဲ့ ဝိပဿနာဟာ တစ်ခြားစီ ပဲ၊ သမထကို မကျင့်ကောင်းဘူးလို့ ပြောကြတယ်၊ တကယ်တော့ ဝိပဿနာဉာဏ်ရဖို့ သမထဘာဝနာကို စနစ်တကျကျင့်ပြီး ရနိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ မသိနားမလည်တဲ့သူတွေကျတော့ ဈာန်သမာဓိနဲ့ အဘိဉာဏ်ရအောင်ကျင့်တဲ့ သူတော်ကောင်းတွေ ကို သူတို့တော့ ဝိပဿနာနဲ့ဝေးပါပြီ၊ သနားပါတယ်ဆိုပြီး ဂရုဏာသံနဲ့ ပြောတတ်ကြတာကို ကြုံတွေ့ဖူးပါလိမ့်မယ်’

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က ‘ဆရာပြောလို့ မစိုးရိမ် ဆရာတော်ကြီး

စင်္ကာပူခရီးစဉ်မှာ အတူပါသွားဖော် ဒကာတစ်ဦး လျှောက်တာကို ကျွန်တော်သတိရတယ်၊ စင်္ကာပူမှာ လမ်းတွေကအလွန်ကောင်းပြီး ကားတွေကလည်း စည်းကမ်းရှိရှိ မောင်းတာတွေ့တော့ ဒကာကြီးကပြောတယ်'

'စင်္ကာပူက ကလေးတွေဟာ အလွန်သနားစရာ ကောင်းတာပဲ ဘုရား'

'အမယ် မောင်ရင်က ဘာကြောင့်သနားတာလဲကွဲ့'

'ဒီမှာ လမ်းတွေက သိပ်ကောင်းတာ ဆရာတော်၊ ကားမဆောင့်တော့ သူတို့လေးတွေ အစာမကြေပါ့မလားလို့ တွေးပြီး ပူမိလို့ပါ ဘုရားတဲ့…'

'အဲဒီလို ဖြစ်နေတာပေါ့ ဆရာ'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်ရဲ့ ဥပမာလေးကြောင့် အားလုံးဝိုင်းရယ်ကြပါတယ်။

'ဒါကြောင့်မို့ ဈာန်သမာဓိကလည်း အဆင့်မှီတဲ့ သမာဓိပါပဲ'

ဒီနေ့ သင်တန်းမှာလည်း အားလုံးက စိတ်ဝင်စားစွာ ဆွေးနွေးကြလို့ စိုစိုပြေပြေရှိလှပါတယ်။

သင်တန်းအပြီးမှာ ဒေါ်သောင်းတင်က မုန့်ဆီကြော်၊ရေမုန့်များနဲ့ ကျွေးမွေးပါတယ်။

ဦးစံရွှေက 'နောက်အပတ် သောကြာနေ့ ကျွန်တော် စမူဆာ

သုတ် ကျွေးပါ့မယ်’

ဆရာ့ကျော်မြင့်က ‘ဒီလို သင်တန်းတက်ရတော့ စစ်တွေမှာ ဆရာ အဘိဓမ္မာပို့ချပေးခဲ့တာကို သတိရမိတယ်၊ အဲဒီမှာသင်ခဲ့ လို့လည်း အခု အခက်အခဲမရှိ နားလည်သွားတာ’

‘ဆရာကံ တစ်သက်တာ အကျိုးရှိသွားမှာပါ’

သင်တန်းပြီးတော့ ညနေ ငါးနာရီခွဲနေပါပြီ။ အပြင်ဘက်မှာ မိုးစက်လေးများ တဖွဲဖွဲကျနေပါတယ်။ အားလုံး ပြန်သွားပေမယ့် တင်မိုးဝေက အပြင်ဘက်မှာ ရပ်စောင့်နေတာတွေ့ရပါတယ်။

‘ညီမ အိမ်ကလာကြိုမှာလား’

‘ဖေဖေ လာကြိုပါတယ်၊ ဒီနေ့ ထမင်းစား ဖိတ်ထားတာ အစ်ကိုမေ့နေမှာစိုးလို့ ထပ်ပြီးသတိပေးတာပါ’

‘အစ်ကို မှတ်မိပါတယ်၊ ညနေ ဆက်ဆက်လာခဲ့ပါ့မယ်’

သူမ ပြန်သွားတော့ ရုံးခန်းရှေ့မှာ ဆေးရုံတက်လူနာ လေးဦး ထပ်ရောက်လာပါတယ်။ သီတာအေးက နောက်က အပြေးလေး လိုက်လာပါတယ်။

‘ဆရာ မနက်ဖြန် ဆေးသွင်းဖို့ လူနာလေးယောက် ရှိတယ်၊ ကြည့်ပေးပါဦး’

‘ဆရာ ကြည့်ပေးပါ့မယ်’

ကျွန်တော်လည်း ကင်ဆာဆေးသွင်းဖို့ လူနာသုံးယောက်ကို

ကြည့်ရှုပေးပြီး ဆေးအချိန်အဆကို တွက်ပေးလိုက်ပါတယ်။

ညနေ ခြောက်နာရီခွဲမှာ မြို့ထဲမှတဆင့် မိတ္ထီလာ-မန္တလေး ကားလမ်းမကြီးအတိုင်း ကားမောင်းလာခဲ့ပါတယ်။ မိတ္ထီလာ လေတပ်စခန်းအကျော်မှာ ဘယ်ဘက်ချိုးလိုက်ပြီး ငါးအိမ်ကျော် လောက်မှာ သူမတို့အိမ်ကို ရောက်ပါတယ်။

အိမ်က ကျယ်ဝန်းသော ခြံဝင်းထဲမှာရှိပြီး ရှေးဆန်ဆန် ဆောက်ထားတဲ့ နှစ်ထပ်တိုက်အဖြူရောင်လေး ဖြစ်ပါတယ်။ ဝင်းထဲမှာလည်း အရိပ်ရအပင်ကြီးများနဲ့ ပန်းပင်, ပျိုးပင်များစွာ စိုက်ပျိုးထားပါတယ်။

မြန်မာဆန်ဆန် အဖြူရောင်ရင်ဖုံးနဲ့ ခရမ်းရောင်လုံချည်ဝတ် ထားတဲ့ တင်မိုးဝေက အိမ်ရှေ့မှာ အသင့်စောင့်ကြိုနေပါတယ်။

'အစ်ကို အထဲကြွပါ၊ အိမ်ရှာရတာ အဆင်ပြေရဲ့လား'

'ညီမ *Visiting card* လေးပေးထားလို့ ရှာရလွယ်ပါတယ်၊ အစ်ကို ပတ္တမြားမျက်ရှင်ပုံတော်နဲ့ ပုဇွန်ခြောက်တွေ ယူခဲ့တယ်'

သူမက ဘုရားပုံတော်နဲ့ အိတ်ကိုလှမ်းယူလိုက်ပါတယ်။

'ကျေးဇူးပါပဲ အစ်ကို၊ ဒီဘက်က အိမ်ခြေနည်းလို့ နည်းနည်း တိတ်ဆိတ်တယ်၊ ဆေးခန်းကတော့ မြို့ထဲမှာ ဖွင့်ထားတယ်၊ အခု နံနက်ပိုင်းပဲ ထိုင်ဖြစ်ပါတယ်'

'သင်တန်းမှာ ပို့ချတာတွေကော လိုက်နိုင်ရဲ့လား'

'ညီမ လိုက်လို့ရပါတယ်၊ မနှစ်က အဘိဓမ္မာ လေ့လာထား တော့ တော်တော်များများ နားလည်ပါတယ်'

ကျွန်တော်တို့ အိမ်ထဲရောက်တော့ သူမရဲ့မိဘများဖြစ်တဲ့ ဦးသန်းအောင်နဲ့ ဒေါ်တင်တင်ဝေက ဖော်ဖော်ရွေရွေ နှုတ်ဆက် ပါတယ်။

'သမီးကို ကူသပေးတာရော၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် သင်ကြားပေးတဲ့ အတွက်ပါ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်၊ သမီးကိုလည်း စောင့်ရှောက် ပေးပါ'

'စိတ်ချပါ၊ သမီးက လိမ္မာပါတယ်'

ထမင်းစားခန်းရောက်တော့ ဘဲဥပုံကျွန်းစားပွဲမှာ လေးယောက် စာ ပြင်ထားပါတယ်။ အလယ်မှာ ယင်မနားအောင် ဖယောင်းတိုင် များ ထွန်းထားပါတယ်။

ဦးသန်းအောင်က အသားဖြူဖြူ ဝဝဖိုင့်ဖိုင့်ဖြစ်ပြီး ဒေါ်တင် တင်ဝေက အသားအရည် ညိုစိမ့်စိမ့်နဲ့ သွယ်လျသောခန္ဓာကိုယ် အနေအထား ရှိပါတယ်။

'အိမ်မှာလိုပဲ သဘောထားပြီးစားပါ၊ ဟင်းက ကျွန်တော့် အမျိုးသမီးနဲ့ သမီးလက်ရာတွေပါ'

တင်မိုးဝေက မိဘများကိုဦးချပြီး ကျွန်တော့်ပန်းကန်ထဲကို ထည့်ပေးပါတယ်။ ဟင်းများက ငါးသလောက်ပေါင်း, မြင်းခွာ

ရွက်သုတ်, ပုဇွန်နှင့် ကြက်ဟင်းခါးသီး, မျှစ်နှင့်ချဥ်ပေါင်ရွက်ဟင်းချိုတို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ထမင်းစားအပြီး ဧည့်ခန်းမှာ ရေနွေးကြမ်း, ထန်းလျက်ခဲနဲ့ လက်ဖက်သုတ်စားရင်း စကားပြောဖြစ်ပါတယ်။

'ဆရာ အခု ပဋ္ဌာန်းတရားတော် ရေးနေတာ ပြီးတော့မလား'

'တော်တော်များများပြီးနေပါပြီ၊ ဒါပေမဲ့ လူအများ နားလည်လွယ်အောင် ဇာတ်ကြောင်းလေးတွေ၊ လောက ဥပမာလေးတွေ ထည့်နေရတော့ ရှေ့နှစ်မှပဲ ပြီးနိုင်မယ်လို့ မှန်းပါတယ်၊ အခု ရတနာ့တံခွန်မဂ္ဂဇင်းမှာ အခန်းဆက်စထည့်နေပါတယ်'

'အားလုံးပြီးသွားရင် ဆရာ့ကို စာအုပ်ထုတ်စေချင်ပါတယ်၊ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာကို လူအများဖတ်လို့ နားလည်သွားတယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်အများကြီးရမှာပါ'

'ကျွန်တော် ကြိုးစားပါ့မယ်၊ အခုလို ညစာကျွေးတဲ့အတွက်လည်း ကျေးဇူးအများကြီးတင်ပါတယ်'

ကျွန်တော် တင်မိုးဝေနဲ့ သူမရဲ့မိဘများကို နှုတ်ဆက်ပြီး ပြန်လာတော့ ညရှစ်နာရီကျော်နေပါပြီ။

မိုးမရွာတာနဲ့ ရေလယ် ဘုရားမှာဝင်ပြီး ပန်းနဲ့ဆီမီး ကပ်လှူပူဇော်လိုက်ပါတယ်။ မိုးရာသီမို့ ကမ်းနဲ့ဘုရားကို ဆက်သွယ်ထားတဲ့ တံတားအောက်ခြေနဲ့ နဂါးကြီးတွေလွှမ်းတဲ့အထိ ရေက

မြင့်တက်နေပါတယ်။

ကိလေသာကင်းစင်နေတဲ့ ဘုရားရှင်ရဲ့ မျက်နှာတော်ဟာ ဖူးမျှော်သူအားလုံးကို အေးမြမှုရသ ပေးစွမ်းပါတယ်။ ကန်ရေပြင်ကိုဖြတ်ပြီး တိုက်ခတ်လာတဲ့ လေနုအေးကြောင့်လည်း ခန္ဓာကိုယ်ဟာ လန်းလန်းဆန်းဆန်း ဖြစ်သွားပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားကို မဟာပဋ္ဌာန်းနဲ့ ရွတ်ဆိုပူဇော်ပြီးမှ ကျွန်တော် အိမ်ပြန်ခဲ့ပါတယ်။ စိတ်ထဲမှာလည်း လူအများ နားလည်အကျိုးရှိမယ့် အဘိဓမ္မာနဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်တို့ကို ဆက်လက်ရေးသားဖို့ ဆန္ဒတွေ ပြင်းပြစွာ ဖြစ်ပေါ်နေမိပါတယ်။

အိမ်ရောက်တော့ ရေချိုးပြီး ကော်ဖီတစ်အိုး ဖျော်လိုက်ပါတယ်။ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော် ဆက်လက်ရေးနေရင်း စိတ်အစဉ်မှာ လွှန်ခဲ့တဲ့ လေးနှစ်က စစ်တွေဆေးရုံမှာ မသင်းနဲ့အတူ လုပ်ကိုင်ခဲ့တာတွေကို သတိရမိလိုက်ပါတယ်။

စက္ကန့်နာရီလေးများ မပြတ်ရွေ့လျားနေတာမို့ နေ့သစ်ဟာ မကြာမီမှာ ရောက်လာပါတော့မယ်။

(၁၂)
ဝိပဿနာ ဘာဝနာဖြင့် စိတ်၏စင်ကြယ်ခြင်းကို ရယူခြင်း

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၂၂ ရက်၊ သောကြာနေ့။

မနေ့ည ၁၁-နာရီက ဆရာကြီးတစ်ဦးရဲ့ လေးနှစ်အရွယ် သမီးငယ်လေး အူတစ်ခုနဲ့တစ်ခု စွပ်ဝင်ပြီး အူပိတ်သွားလို့ အရေးပေါ်ခွဲခန်း ဝင်ရပါတယ်။ ဆေးပညာအရ *Acute intussception* လို့ခေါ်ပါတယ်။ ခေါက်ဝင်သွားတဲ့ အူအပိုင်းဟာ ညိုမည်းပြီး သွေးမလိုက်တော့လို့ အူတစ်ပေနီးပါးခန့်ကို ဖြတ်ပြီး ပြန်ဆက်ပေးလိုက်ရပါတယ်။ ခွဲစိတ်ကုသမှုပြီးတော့ နံနက်လေးနာရီ ရှိနေပါပြီ။

ညက အိပ်ရေးပျက်ထားလို့ နံနက် ခုနှစ်နာရီမှာ အိပ်ယာက နိုးပါတယ်။ နာရီစက်ဝန်းဟာ မပြတ်လည်ပတ်နေတာမို့ နေ့သစ်တစ်နေ့ဟာ ပြန်လည်စတင်ပြီး မကြာမီမှာလည်း ချုပ်ငြိမ်းသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော် ဆေးရုံရောက်တော့ ဆေးမှူး ဒေါက်တာ ကျော်ဇင်ဝင်း၊ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များနဲ့ ဆရာမ ဆွေဆွေမြင့်တို့က အသင့်စောင့်နေပြီး ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ပါတယ်။

'*Good morning* ပါဆရာ၊ မနေ့ညက ခွဲခန်းဝင်ထားတဲ့ မကေသီလေးလည်း အခြေအနေကောင်းပါတယ်'

'အားလုံး မင်္ဂလာပါ၊ ဆရာတို့ ဒီကလေးမလေးကို အရင်ကြည့်ရအောင်'

သမီးငယ် မကေသီကို အထူးကြပ်မတ်ကုသဆောင်မှာ ထားရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ကိုမြင်တော့ မျက်နှာငယ်လေးနဲ့ ကြည့်နေပါတယ်။ သူ့ရဲ့လက်ကလေးကို အသာကိုင်ထားပြီး ကျွန်တော်က အားပေးစကားပြောလိုက်ပါတယ်။

'သမီးလေး မကြောက်နဲ့နော်၊ ညနေဆိုရင် အရည်ပြန်သောက်လို့ရပြီ၊ အခု ခဏနားလိုက်နော်'

သမီးငယ်လေးရဲ့ သွေးခုန်နှုန်း၊ အသက်ရှူနှုန်းနဲ့ သွေးပေါင်ချိန်ကလည်း ပုံမှန်နီးပါးသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိနေပါတယ်။ ဝမ်းဗိုက်ကလည်း ပျော့ပြောင်းနေပြီး ဆီးကလည်း ငါးရာစီစီကျော်လောက် ထွက်ပါတယ်။

'ကိုကျော်ဇင်ဝင်းရေ၊ ဒီနေ့လည်း *iv line* ဆက်ပေးရမှာပဲ၊ ဒါပေမဲ့ ကလေးငယ်လေးဖြစ်နေလို့ *intake and output* ကို ကလေးပါရဂူ ဒေါက်တာ စိုးမိုးခိုင်နဲ့တိုင်ပင်ပြီးမှ ထည့်ပေးလိုက်ပါ၊ ဆွေဆွေမြင့်က *nursing care* ကို ဂရုစိုက်ပေးပါ'

'ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာ'

ကျွန်တော်လည်း ခွဲစိတ်ကုသဆောင်က ကျန်ရှိတဲ့ လူနာများကိုကြည့်ပြီး ခွဲစိတ်ခန်းသို့ ဝင်လိုက်ပါတယ်။ ဒီနေ့ အစာအိမ်ကင်ဆာနဲ့ လူနာတစ်ဦး၊ အူကျလူနာနှစ်ဦးနဲ့ အပြင်လိပ်ခေါင်းလူနာတစ်ဦးကို ခွဲစိတ်ပေးဖို့ ရှိပါတယ်။

ခွဲခန်းပြီးတော့ နေ့လည် နှစ်နာရီရှိနေပါပြီ။ ကျန်းမာရေးဟောပြောပွဲရှိလို့ နေ့လည်စာကို ရုံးခန်းမှာပဲစားလိုက်ပြီး ဆေးရုံခန်းမကြီးသို့ ထွက်လာခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်ရောက်တော့ ဆေးကုသမှုပါရဂူ ဒေါက်တာ ဦးဌေးမြင့်က 'အဝလွန်ခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲရောဂါများ'ကို ဟောပြောပို့ချနေပါတယ်။

အဝလွန်ခြင်းက ယခုအခါ အနောက်နိုင်ငံများသာမက စားသောက်မှုနှင့် လူနေမှု ပုံစံပြောင်းလာသောကြောင့် အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင်လည်း အဖြစ်များလာပါတယ်။ အဝလွန်ခြင်းကြောင့် သွေးထဲတွင် အဆီများခြင်း၊ သွေးတိုး၊ လေဖြတ်ခြင်းနှင့် ဆီးချိုရောဂါတို့အပြင် *overload* ကြောင့် ဒူးဆစ်နှင့် ခါးဆစ်များတွင်လည်း နာကျင်မှုဝေဒနာများ ခံစားရပါတယ်။

ဟောပြောပွဲပြီးတော့ ညနေ သုံးနာရီရှိပါပြီ။ ရုံးခန်းကိုပြန်ပြီး ကင်ဆာဆေးသွင်းရန် ရက်ပြည့်သောလူနာများကို ကိုကျော်ဇင်ဝင်း၊ ဆရာမ သီတာအေး၊ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များနှင့်အတူ ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီခွဲမှာ ရွာထဲမှ ဦးစံရွှေတို့အဖွဲ့နှင့် တင်မိုးဝေတို့လည်း မရေးမနှောင်းရောက်လာကြလို့ သင်တန်းကို စလိုက်ပါတယ်။

'ဒီနေ့ ဝိပဿနာ ဘာဝနာနဲ့ သမာဓိထူထောင်တာကို ပြောပြပါ့မယ်၊ သမာဓိမထူထောင်မီ လက်တွေ့ဝိပဿနာ ပွားများတာကစပြီး ရှင်းပြပါ့မယ်၊ ဘာဝနာ ပွားများမယ်ဆိုရင် အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလကနေ တတ်နိုင်ရင် ရှစ်ပါးသီလ, ဆယ်ပါးသီလအထိ ဆောက်တည်ထားရပါမယ်၊ ဒါကလည်း ကိုယ်ကျင့် တရားဖြူစင်မှ ဉာဏ်စဉ် တဖြည်းဖြည်းတက်မှာမို့လို့ပါ'

'ဉာဏ်စဉ်က ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ ဆရာ'

'ဉာဏ်စဉ်ဆိုတာ ရုပ်, နာမ်တွေရဲ့ လက္ခဏာကို မြင်အောင် ရှုသွားရင်းနဲ့ အသိတွေ ပြောင်း, ပြောင်းသွားတာ၊ မဂ်, ဖိုလ် ဆိုက်တဲ့အထိ အသိတွေ ရင့်သန်သွားတာကို ပြောတာပါ'

'ဒါဆို ဝိပဿနာက နိမိတ်ကို ရှုတာမဟုတ်ဘူးပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဝိပဿနာ *insight meditation* ဆိုတာ သင်္ခတဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေရဲ့ လက္ခဏာကိုမြင်အောင် ကြည့်ရတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဝိပဿနာရဲ့ အာရုံဟာ လက္ခဏာ သာဖြစ်ပြီး အလင်း အမှောင်, အရိပ်, နိမိတ်တွေကို ယူလို့မရပါဘူး'

'ရုပ်နာမ်ရဲ့ လက္ခဏာဆိုတာ ဘယ်လိုမျိုးလဲ ဆရာ'

'သူတို့မှာ သဘာဝ, သင်္ခတနဲ့ သာမညလက္ခဏာဆိုပြီး သုံးမျိုးရှိတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဒါဆို သဘာဝလက္ခဏာက ရုပ်, နာမ် တွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘာဝကို ပြောတာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ **သဘာဝလက္ခဏာ** *Natural characteristic* ဆိုတာ ရုပ်, နာမ်တွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင် သဘာဝပါ၊ ရုပ်ဆို လည်း အစဉ်ပြောင်းလဲ ဖောက်ပြန်နေတာနဲ့ နာမ်ဆိုလည်း အာရုံ ကို ညွတ်တဲ့, သိတတ်တဲ့ ပရမတ်သဘောကိုပြောတာပါ'

'ဒီလိုဆို သင်္ခတလက္ခဏာက ဖြစ်, ပျက်ပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ သင်္ခတက အမြဲ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲနေတာကို ရည်ညွှန်းလို့ ဥပါဒ်, ဌီ, ဘင် သုံးပါးကို ဆိုလိုပါတယ်၊ ရုပ် သာမက သဘာဝချင်းမတူ ခြားနားတဲ့ နာမ်သဘာဝမှာလည်း သုံးပါးလုံးရှိလို့ သာမညလက္ခဏာထဲမှာလည်း အကျုံးဝင်ပါ တယ်၊ ဝိပဿနာမှာ ဖြစ်-ပျက်ရှုပါ *Arising-dissolution* ဆိုတာ **သင်္ခတလက္ခဏာ** *Conditional characteristic* တွေ ပေါ်လွင်အောင် မှတ်ခိုင်းတာပါ'

ဆွေဆွေမြင့်က 'သမီးနားလည်ပြီ၊ ဒါဆို သာမညလက္ခဏာ က အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ ဖြစ်မယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီသုံးခုဟာ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်ခုလုံးမှာရှိလို့

သာမညလက္ခဏာ *Common characteristic* လို့ ခေါ်တယ်၊ လက်တွေ့ ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ သဘာဝ, သင်္ခတနဲ့ သာမညလက္ခဏာ သုံးမျိုးကို အစဉ်လိုက်မြင်အောင် ရှုမှတ်ရပါတယ်၊ ခုန်ကျော်ပြီး ရှုမှတ်မယ်ဆိုရင် ဉာဏ်စဉ်မတက်ဘဲ ဖြစ်နေပါမယ်'

သဘာဝလက္ခဏာမြင်မှ သင်္ခတလက္ခဏာကို မြင်မှာဖြစ်သလို သင်္ခတကိုမြင်မှ သာမညလက္ခဏာကိုမြင်ပြီး ဆက်လက်ရှုမှတ်လို့ ရမှာပါ။

သဘာဝလက္ခဏာ ဆိုတဲ့အတွက်ရုပ်ဆိုလည်း ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်နေတဲ့သဘော၊ နာမ်ဆိုလည်း အာရုံကို ညွတ်တတ်, သိတတ်တဲ့ ပရမတ်သဘောကို ရှုမှတ်ရတာပါ။

ဦးစံရွှေက 'ဖြစ်, ပျက်ကို မြင်တွေ့ဖို့က တော်တော်လေး မှတ်ရမှာ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီနေရာမှာ ရုပ်တရားတွေဟာ လျင်လျင်မြန်မြန် ဖြစ်ပျက်နေလို့ ဖြစ်တာ, ပျက်တာနဲ့စာရင် ရွေ့နေ, လှုပ်နေတဲ့သဘော, မငြိမ်သက်တဲ့သဘောကိုပဲ အရင် တွေ့ရတတ်ပါတယ်၊ ကျွန်တော်တို့ မီးတုတ်တစ်ခုကို ဝှေ့ယမ်းတဲ့အခါ လှုပ်နေရွေ့နေတဲ့ မီးဝိုင်းကြီးကို မြင်ရတာမျိုးနဲ့ တူပါတယ်၊ မီးဝိုင်းကြီးလို့ မြင်ရတဲ့တစ်ချိန်တည်းမှာ လှုပ်နေ, ရွေ့နေတာကိုလည်း တွဲသိနေပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အေးတဲ့သဘောဆိုရင်

လှုပ်မှုနဲ့ပါတွဲသိသလို ပူတဲ့သဘောကိုလည်း မငြိမ်သက်မှု တစ်ခုခုနဲ့တွဲပြီး သိနေပါတယ်'

'နည်းနည်း ရှင်းပြပေးပါလား ဆရာ'

'ကျမ်းဂန်တွေမှာ နဒီသောဝိယ၊ ဒီပဇာလာဝိယ *As the current of a river or the flame of a lamp* မြစ်ရေအလျဉ်ဟာ တသွင်သွင် စီးနေသလို, ဆီမီးတရှိန်ရှိန် တောက်နေသလို ရုပ်တရားတွေ တလျဉ်လျဉ် တသုတ်သုတ်နဲ့ ဖြစ်ချုပ်နေတဲ့ မငြိမ်သက်မှုသဘောကို ရှင်းပြပေးထားပါတယ်'

'တကယ်တော့ မငြိမ်သက်မှုတွေဟာ ရှေ့မှာတွေ့ရတော့မယ့် ဖြစ်, ပျက်ရဲ့ အရိပ်လက္ခဏာတွေပါ၊ မငြိမ်သက်မှုတွေက တစ်ဆင့် ဆက်လက် ရှုမှတ်သွားမယ်ဆိုရင် ဖြစ်, ပျက်ကို မြင်လာပါလိမ့်မယ်၊ သိစမှာတော့ လှုပ်နေတာ မငြိမ်သက်တာ အဖြစ်လား အပျက်လားလို့ ခွဲခြားပြီး မသိနိုင်သေးပါဘူး'

'အဲဒီ မငြိမ်သက်မှုတွေကို ဘယ်လိုအနေနဲ့ တွေ့နိုင်လဲ ဆရာ'

'တရွရွ, တရှိန်ရှိန်, တလှုပ်လှုပ်, တရွေ့ရွေ့စသလို မငြိမ်သက်မှုတွေဟာ အပ်ချစရာ နေရာလပ်မရှိအောင် တွေ့နိုင်ပါတယ်၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် တူချင်မှ တူပါလိမ့်မယ်၊ တချို့လည်း ရင်ဝမှာထားပြီး လှုပ်သလို တချို့လည်း ကျောဘက်မှာ အပ်ဖျားနဲ့

အဆွခံရသလို တစစ်စစ်နဲ့ စူးကနဲ စူးကနဲ ဖြစ်နေပါတယ်၊ ဘယ်လိုပဲတွေ့တွေ့ ဖောက်ပြန်နေတဲ့ သဘောတွေပဲလို့ နှလုံးသွင်းစောင့်ကြည့်ရင် ရုပ်ရဲ့ ပရမတ်လက္ခဏာဖြစ်တဲ့ ဖေါက်ပြန်နေတဲ့ ဖြစ်ပျက်သဘောကို မြင်သွားပါလိမ့်မယ်'

'ကျေးဇူးပါပဲ ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော် ဖြစ်, ပျက်ရှုတာကို နားလည်သွားပါပြီ'

'ဆက်ပြီး ဝိပဿနာ ဘာဝနာနဲ့ သမာဓိထူထောင်တာကို ပြောပြပါ့မယ်'

တင်မိုးဝေက 'ဝိပဿနာ အားထုတ်ပြီးရတဲ့ သမာဓိကျတော့ ဘယ်လိုခေါ်လဲ အစ်ကို'

'ဝိပဿနာနဲ့ရတဲ့ သမာဓိကို **ခဏိကသမာဓိ**လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ ဈာန်ကိုအခြေမခံတဲ့ ဈာန်ကို ဦးမတည်တဲ့ သမာဓိလို့လည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်'

'ခဏိကဆိုတာ ဘယ်လိုအဓိပ္ပါယ်ရလဲ အစ်ကို'

'ခဏိကဆိုတာ အခိုက်အတန့် ဒါမှမဟုတ် အချိန်ခဏလေးကို ဆိုလိုပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ခဏတိုင်းခဏတိုင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံမှာတည်တံ့နေတာကို ခဏိကသမာဓိ *Transient concentration* လို့ခေါ်တယ်၊ သူက သမထဘာဝနာမှာ ဖြစ်တဲ့ ဥပစာရသမာဓိနဲ့ အလားတူပါတယ်၊ ဥပစာရသမာဓိဟာ လောဘ,

ဒေါသ, မောဟဆိုတဲ့ နီဝရဏတွေကို ခွာထားနိုင်သလို ခဏိက သမာဓိကလည်း နီဝရဏတွေကို ခွာထားနိုင်ပါတယ်၊ အဲဒီ ခဏိကသမာဓိကို ရပြီးတဲ့နောက် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိစပါပြီ'

'နည်းနည်း ရှင်းပြပါလား ဆရာ'

'ခဏလေးသာ တည်တဲ့သမာဓိဆိုပေမယ့် သူက အားကောင်း ကောင်းနဲ့ တည်တာဖြစ်လို့ ဥပစာရသမာဓိနဲ့ အလားတူတာပါ'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ဒီလိုဆို ဈာန်မှာ ဥပစာရနဲ့ အပ္ပနာ သမာဓိ၊ ဝိပဿနာမှာက ခဏိကသမာဓိ'

'မှန်ပါတယ်၊ လက်တွေ့ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့အခါ ဝမ်းဗိုက်ပိန်တာ, ဖောင်းတာ မှတ်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နှာသီးဖျားမှာ ထွက်လေ, ဝင်လေ မှတ်တာပဲဖြစ်ဖြစ် ပထမတော့ စိတ်တွေက ဟိုရောက် ဒီရောက်နဲ့ ပြေးနေပါတယ်၊ ဒီနေရာမှာ အရေးကြီး တာက နှာသီးဖျား, ဝမ်းဗိုက်တို့ဆိုတဲ့ ပညတ်အာရုံ တွေမဟုတ် ဘဲ တွန်းကန်မှုဆိုတဲ့ ရုပ်သဘောနဲ့ သိတယ်ဆိုတဲ့ နာမ်သဘော ကိုပဲ ပရမတ်ဆိုက်အောင် မှတ်ရမှာပါ၊ ဒီလိုမှတ်နေရင်း လောဘ, ဒေါသ, မောဟဆိုတဲ့ နီဝရဏတွေလည်း အမျိုးမျိုးလာနေ ပါမယ်၊ သူတို့ကို ဖယ်နေရတာနဲ့ အချိန်ကုန်နေလို့ တရားထိုင်ရ တယ် မရှိဘူးလို့တောင် စိတ်ကထင်ရပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'အဲဒါတော့ အမှန်ပဲဆရာ၊ ကျွန်တော်

နာရီဝက်လောက် တရားထိုင်ရင် တကယ် သတိမြဲနေတဲ့အချိန်က ငါးမိနစ်လောက်ပဲ ရှိမယ်'

'ဆရာကံ ဇွဲနဲ့ကြိုးစားပြီး မှတ်သွားမယ်ဆိုရင် တဖြည်းဖြည်း တိုးတက်လာမှာပါ၊ ဒီအခါမှာ စိတ်ကလေးပြေးလွှားနေတာတွေနဲ့ လောဘ, ဒေါသဆိုတဲ့ နီဝရဏတွေ တဖြည်းဖြည်း နည်းသွားပါလိမ့်မယ်'

'နီဝရဏဆိုတာကို နည်းနည်းရှင်းပြပေးပါလား ဆရာ'

'နီဝရဏဆိုတာ ဈာန်, မဂ်တရားများကို ဖြစ်ခွင့်မရအောင် တားမြစ်ထားတဲ့ သဘောတရားတွေကို ခေါ်တာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ *Hindrance or blocking factors* တွေလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်၊ တရားထိုင်ဖူးတဲ့သူတိုင်း ကိုယ်တိုင် ကြုံဖူးကြပါလိမ့်မယ်'

ပထမတစ်ခုက ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏ, ကာမဂုဏ်တွေမှာ လိုချင်တပ်မက်တဲ့ တဏှာပါ၊ တရားကိုယ်က လောဘစေတသိက်ပါ။

တရားထိုင်ရင်း 'ဒီနေ့ ထိုင်လို့ကောင်းလိုက်တာ, အခန်းကလေးအေးစက်တပ်ထားတော့ ထိုင်လို့အဆင်ပြေတယ်, လူတစ်ကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးနေတာပဲ' စသလို ကောင်းတာတွေကိုတွေးပြီး ကြိုက်သွားရင်လည်း နီဝရဏ ဖြစ်သွားပါတယ်။ အလွန်သိမ်မွေ့တဲ့ အခုအခံလေးတစ်ခုပါ။

ဒုတိယက ဗျာပါဒ, တရားကိုယ်က ဒေါသ *Hatred,*

တရားမှတ်ရင်း ခြင်တစ်ကောင်လာကိုက်တဲ့အခါ ဒါမှမဟုတ် ဘေးအိမ်က သီချင်းအကျယ်ကြီး အော်ဆိုတာ၊ ဖုန်းဝင်လာတဲ့ အခါမျိုးမှာ အမျက်ထွက်စိတ်ဆိုးရင်လည်း အနှောက်အယှက် တစ်ခုပါပဲ။ ဒါကလည်း ဒေါသစိတ် ဖြစ်နေတဲ့အခါ ကုသိုလ် တရားတွေ မဖြစ်ပေါ်နိုင်လို့ပါ။

တတိယက ထိနမိဒ္ဓ နီဝရဏ၊ ငိုက်မျဉ်း ထိုင်းမှိုင်းတာ *Sloth and Torpor* ကို ပြောတာပါ၊ ရှင်းအောင်ပြောရရင် ပျင်းရိတာ၊ ဟိုဟာ မလုပ်ချင်ဘူး ဒီဟာမလုပ်ချင်ဘူးဆိုပြီး တွန့်ဆုတ်တွန့်ဆုတ် ဖြစ်တာပါ။

ဆရာကံမြင့်က 'ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် ခဏခဏဖြစ်နေကျ ဆိုတော့ လက်ခံပါတယ် ဆရာရယ်၊ တရားမှတ်လိုက်တာနဲ့ အိပ်ချင်လာရော၊ ဒါပေမဲ့ ဘောလုံးပွဲတို့ ရုပ်ရှင်တို့ကြည့်နေရ ရင် ဘယ်တော့မှ အိပ်မငိုက်ဘူး'

သီတာအေးက 'ဒါကြောင့်လည်း သံသရာမှာ တဝဲလည်လည် ဖြစ်နေတာပေါ့'

'ဆရာမရယ်၊ အမျိုးသမီးနဲ့ကလေးက ရှိနေတော့ မလည် ချင်လည်း လည်နေရတာပါပဲ၊ ဆရာမလည်း အိမ်ထောင်ပြုလိုက် မှ ကျွန်တော်ပြောတာကို သဘောပေါက်မှာ'

ဆရာကို့အပြေကြောင့် အားလုံးဝိုင်းရယ်ကြပါတယ်။

တင်မိုးဝေက 'တရားမှတ်ရင်း ထိန၊ မိဒ္ဓဝင်လာရင် ဘယ်လိုနည်းနဲ့ မဖြစ်အောင် တားရမလဲ အစ်ကို'

'ငိုက်မျဉ်း ထိုင်းမှိုင်းတာက အလုပ်အရမ်းပင်ပန်းလို့ ဒါမှမဟုတ် အိပ်ရေးမဝလို့ဆိုရင်တော့ ခဏလောက် အနားယူသင့်ပါတယ်၊ တကယ့်ကို အိပ်ရေးမပျက်ဘဲ ငိုက်မျဉ်းနေရင်တော့ ဝီရိယစိုက်ပြီးမှတ်ရင် ဖယ်ရှားနိုင်ပါတယ်'

'စတုတ္ထ အနှောင့်အယှက်တစ်ခုက ဥဒ္ဒစ္စနဲ့ ကုက္ကုစ္စ၊ ဥဒ္ဒစ္စက တရားမှတ်ရင်း စိတ်မတည်မငြိမ်ဘဲ ဟိုရောက်ဒီရောက် ပျံ့လွင့်နေတာ၊ ကုက္ကုစ္စက နောင်တရ ပူပန်နေတာပါ၊ ဥဒ္ဒစ္စနဲ့ ကုက္ကုစ္စကိုတော့ တရားထိုင်ရင်း သမာဓိအားကောင်းလာလို့ သုခချမ်းသာအဆင့်ကိုရောက်ရင် ဖယ်ရှားသွားလို့ရပါတယ်'

'သူတို့နှစ်ခုကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'*restlessness and remorse*'

ပဉ္စမမြောက် နီဝရဏက ဝိစိကိစ္ဆာ၊ သူက ရတနာသုံးပါး၊ သစ္စာလေးပါးနဲ့ ကံကံရဲ့အကျိုးတွေအပေါ်မှာ ယုံမှားသံသယ *Doubt* ဖြစ်တာ၊ ဒွိဟစိတ်တွေ ဖြစ်တာပါ။

'တရားရှုမှတ်ရင် ဒီလိုရှုမှတ်တာဟာ အကျိုးမှရှိရဲ့လား၊ ကံ ကံရဲ့အကျိုးဆိုတာကော ဟုတ်ပါ့မလား၊ နောင်ဘဝဆိုတာကို တကယ်မှရှိရဲ့လားလို့ ယုံမှားသံသယများနေရင် ဆက်မှတ်ဖို့က

မဖြစ်နိုင်ပါဘူး'

ဆရာကံမြင့်က 'ဝိစိကိစ္ဆာကို ဘယ်လိုပယ်ဖျောက်လို့ ရနိုင်လည်း ဆရာ'

'ဒါကိုတော့ ဝိစာရဆိုတဲ့ ပညာနဲ့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုပဲ ပပျောက်သွားမှာပါ'

ဆဌမမြောက်နဲ့ နောက်ဆုံး နီဝရဏက အဝိဇ္ဇာ၊ တရားကိုယ်ကတော့ မောဟစေတသိက်ပါပဲ။

သီတာအေးက 'အဝိဇ္ဇာကို ဘယ်လိုပယ်ပျောက်နိုင်လဲ ဆရာ'

'သူ့ကိုတော့ ဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ပညာနဲ့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်မယ်ဆိုရင် ပယ်ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်၊ ဒီနေရာမှာ အဝိဇ္ဇာကို ဈာန်သမာဓိနဲ့ ဖယ်ရှားလို့မရဘဲ ဝိပဿနာသမာဓိနဲ့ပဲ ဖယ်ရှားလို့ ရပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'နီဝရဏဆိုတာကိုတော့ ရှင်းသွားပါပြီ၊ ဒီလိုဆိုရင် ဝိပဿနာရှုမှတ်နေရင် လုံးဝကင်းသွားမှာပေါ့ ဆရာ'

'ပထမရှုမှတ်ခါစမှာတော့ လုံးဝမကင်းသွားပါဘူး၊ ဒါပေမဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်လာတာနဲ့အမျှ အလာကြဲသွားတယ်၊ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ နီဝရဏဝင်လာတာတွေနည်းပြီး မိမိက သတိနဲ့မှတ်နေနိုင်တဲ့ အချိန်တွေ များများလာပါမယ်၊ ဒီလို များရာကနေ တစ်ချိန်မှာ

နီဝရဏတွေ မလာတော့ဘဲ အမှတ်စိတ်လေးနဲ့သာ နေလို့ရသွား ပြီဆိုရင် ခဏိကသမာဓိ ရပြီလို့ ဆိုရပါမယ်'

'ကိုယ်တိုင် သိနိုင်သလား ဆရာ'

'သိနိုင်ပါတယ်၊ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ မှတ်လို့ကောင်းလာသလို နီဝရဏတွေ ဝင်လာရင်လည်း ချက်ခြင်း ဒက်ကနဲဆို မှတ်လာ နိုင်တယ်၊ တစ်ခါတလေ စိတ်ကလေး ထွက်တော့မယ်ဆိုရင် ကိုယ်က ဖမ်းပြီး မှတ်နိုင်တယ်၊ တော်တော် ဆန်းပေမယ့် ရှုမှတ်မှု များလာတာနဲ့ ငြိမ်းအေးမှုသမာဓိကို တွေ့ရပါမယ်၊ ကိုယ်တိုင် ကြုံဖူးသွားရင် ယုံကြည်လက်ခံသွားမှာပါ၊ စာအရတော့ စိတ်ရဲ့ ဖြူစင်ခြင်းဆိုတဲ့ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိအဆင့်ကို ရောက်သွားပါပြီ'

'စိတ္တဝိသုဒ္ဓိပြီးတော့ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိလာမှာပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ အယူရဲ့စင်ကြယ်ခြင်းဆိုတဲ့ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်အောင် ရုပ်၊ နာမ်ရဲ့ ပရမတ်သဘောကို မြင်အောင်မှတ်ရပါမယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'သမထချာန်သမာဓိနဲ့ ဝိပဿနာချာန် သမာဓိက ဘယ်နေရာမှာကွာလဲ ဆရာ'

'သမထဘာဝနာက ပရိကမ္မ၊ ဥဂ္ဂဟ၊ ပဋိဘာဂဆိုတဲ့ ပညတ်နိမိတ်တွေကို အာရုံပြုပြီး သမာဓိရယူတာပါ၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာကတော့ ပရမတ်ဖြစ်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန် ရုပ်၊ နာမ်ကိုရှုမှတ်ပြီး သမာဓိရယူတာပါ၊ ဒီနေ့တော့ ဒီမှာပဲ နားလိုက်ပါ့မယ်၊ ပို့ချတာ

သိပ်များသွားရင် မမှတ်မိမှာစိုးလို့ပါ'

'ကောင်းပါတယ် ဆရာရယ်၊ စာမကြေတာက အစာမကြေတာထက် ပိုဆိုးတယ်'

ဒီနေ့ သင်တန်းအပြီးမှာ ကျွန်တော်နှင့် ဦးစံရွှေက ပေါက်ဖက်ရည်၊ စမူဆာသုတ်၊ သတ်သတ်လွတ် ကော်ပြန့်ကြော်များနဲ့ ကျွေးမွေးလိုက်ပါတယ်။ အားလုံးလည်း မိုက်ဆာနေတာနဲ့ အားပါးတရ စားကြပါတယ်။

ညနေမှာ မိုးမရွာတာနဲ့ ကုသဆောင်မှ ဆေးမှူးများ၊ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များ၊ သူနာပြုများနဲ့အတူ ဘောလီဘောကစားဖြစ်ပါတယ်။

ညစာ ထမင်းစားပြီးတော့ ရွှေမြင်တင်ဘုရားမှာ ပုတီးစိပ်ဖြစ်ပါတယ်။ ညပိုင်းမှာ အရေးပေါ်လူနာမရှိတာနဲ့ နယသာဂရ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကို ဆက်ရေးဖြစ်ပါတယ်။

အယူ၏ ခင်ကြယ်ခြင်း

(၁၃)

မှန်သောအယူ ဖြူသောအကျင့်

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၂၉ ရက်၊ သောကြာနေ့။

နံနက်ခင်းမြတ်စွာဘုရားကို မေတ္တာသုတ်၊ မဟာပဋ္ဌာန်းနဲ့ ရွတ်ဆိုပူဇော်ပြီးတဲ့အချိန် အိမ်ရှေ့မှာ ကားတစ်စီး ရပ်လိုက်တဲ့ အသံကိုကြားလိုက်ရပါတယ်။ ဧည့်ခန်းအဝက ခန်းစီးကို အသာ ဖယ်ကြည့်လိုက်တော့ တင်မိုးဝေဖြစ်နေပါတယ်။ သူမက ကိုယ်တိုင်ကားမောင်းလာပြီး လက်ထဲမှာ သစ္စာပန်းများနဲ့ သုံးဆင့်ချိုင့်လေးကိုင်ပြီး ဆင်းလာပါတယ်။

'အိမ်မှာ မုန့်ဟင်းခါးချက်လို့ အစ်ကို့ဆီလာပို့တာပါ'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ အစ်ကိုလည်း နံနက်စာ မစားရသေးဘူး'

'ညီမလည်း စောစောထွက်လာလို့ မစားရသေးဘူး၊ ဒါဆို တစ်ခါတည်း ပြင်လိုက်မယ်နော်'

ကျွန်တော်လည်း ဝိုင်းကူပေးပြီး မြတ်စွာဘုရားကို ဦးစွာ ဆွမ်းကပ်လှူလိုက်ပါတယ်။ တင်မိုးဝေက ကျောက်စိမ်းရောင် ပန်းအိုးမှာ သစ္စာပန်းများထိုးပေးပါတယ်။ သူမမျက်နှာက ကြည်လင်လန်းဆန်းနေပြီး ချည်သားအပြာနုရောင် ရင်ဖုံးနဲ့ လုံချည်ကို ဆင်တူဝတ်ထားပါတယ်။

အိမ်က ထမင်းစားပွဲမှာ နှစ်ယောက်အတူ ထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။ သူမက ကျွန်တော့်ပန်းကန်ထဲသို့ မုန့်ဖတ်နဲ့ဟင်းရည်များ ထည့်ပေးပါတယ်။

'မုန့်ဟင်းခါးက မေမေနဲ့ ညီမကိုယ်တိုင် ချက်တာပါ၊ ကုလားပဲကိုထောင်းပြီး ငါးခူနဲ့ပဲ ချက်ထားတာ၊ အချိုမှုန့်နဲ့ ဟင်းချိုမှုန့်တို့ မပါဘူး'

'ကျွန်တော့်စိတ်ထဲမှာလည်း ငယ်စဉ်က မိဘများနဲ့အတူ ချက်စားခဲ့တာကို သတိရမိပါတယ်၊ တင်မိုးဝေလက်ရာ မုန့်ဟင်းခါးကလည်း အရသာရှိလှပါတယ်'

'ညီမ နိုဝင်ဘာလောက်မှာ အမေရိကားကိုထွက်ဖို့ စီစဉ်ထားတယ်၊ အဲဒီအချိန်ကျရင် အစ်မလည်းပြန်ရောက်ပြီ၊ ဟိုမှာ ကျောင်းတက်ရင်း အလုပ်ဝင်ဖို့ ကြိုးစားမယ်၊ ညီမနဲ့ စေ့စပ်ထားတဲ့ ကိုအောင်မိုးလွင်လည်း အမ်ဒီထပ်ရပြီး အသည်းအစာ ထိုး ကုသတဲ့ဌာနမှာ အလုပ်ရတယ်'

သူမစကားကြောင့် ကျွန်တော်လည်း မုဒိတာဖြစ်မိပါတယ်။

'အဲဒီမှာ အမျိုးတွေရော၊ ညီမရဲ့ ခင်းပွန်းလောင်းလည်း ရှိတော့ အဆင်ပြေတာပေါ့'

'အစက ဒီနှစ်ဆန်းမှာ ထွက်ဖို့စီစဉ်ပေမယ့် မိဘတွေကို စိတ်မချတာရယ်, လူနာတွေကလည်းအားကိုးတာနဲ့ ကြာနေတာ၊

နောက်မထင်မှတ်ပဲ အူအတက်ခွဲလိုက်ရတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမင်္ဂ သင်လိုက်ရတာ ညီမအတွက် တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်ပါဘူး၊ အစ်ကို့ ကျေးဇူးတွေလည်းများပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ညီမ ဒီမှာရှိနေတုန်း တတ်နိုင်သလောက် အကူအညီပေးခဲ့ချင်တယ်'

'ညီမ စေတနာကို နားလည်ပါတယ်၊ အခုလည်း သင်တန်း တက်ရင်း အင်္ဂလိပ်စာနဲ့ ကိုယ်တက်ရမယ့်ဘာသာအတွက် ဆက် လေ့လာထားပေါ့'

'အစ်ကို အကြံပေးတာ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်'

စားသောက်ပြီး ဧည့်ခန်းကိုရောက်တော့ တင်မိုးဝေက စာ အုပ်စင်ကို သေသေချာချာကြည့်ပါတယ်။

'စာအုပ်တွေက အများကြီးပဲ၊ ညီမ ကြည့်လို့ရမလား'

'ကြည့်ပါညီမရယ်၊ ဖတ်ချင်တာရှိလည်း ယူသွားလို့ရပါ တယ်'

သူမက စာအုပ်များထဲက ဆရာမြသန်းတင့် ဘာသာပြန် ထားတဲ့ ရွှေပြည်တော် မျှော်တိုင်းဝေး *'The far pavilion'*, ဒေါ်ခင်နှင်းယုရေးတဲ့ မွေးနဲ့ ကုသိုလ်ကြမ္မာ မမှီခဲ့ပါကို ရွေးယူ လိုက်ပါတယ်။

'ခဏယူသွားမယ်နော်၊ ရှေ့အပတ်မှ ပြန်ပေးပါ့မယ်၊ နောက် အစ်ကို့ကို သီတင်းကျွတ်ပြီးရင် ပုဂံက စွယ်တော်လေးဆူ လိုက်ပို့

ပေးပါ့မယ်၊ ညီမရှိတုန်း ဝမ်းတော်ပြည့်, သာစည်က ရွှေယင်မျှော်, ပျော်ဘွယ်က ဓါတ်တော်တိုက်တွေကိုလည်း ပို့ပေးမယ်'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ တစ်ယောက်တည်းဆိုတော့ ကားဖြည်းဖြည်းမောင်းပါ'

'ဟုတ်ကဲ့ပါ၊ ညီမကို ခွင့်ပြုပါဦး'

သူမ နှုတ်ဆက်ပြန်သွားမှ ကျွန်တော်လည်း ဆေးရုံသွားဖို့ပြင်လိုက်ပါတယ်။ ဒီနေ့က ပုံမှန်ခွဲစိတ်ကုသမှုအပြင် ညက ကပ္ပါယ်အိတ်ထဲ အူကျွံပြီး ပြန်မဝင်တဲ့ လူနာတစ်ယောက်ကိုလည်း အရေးပေါ် ခွဲပေးလိုက်ရပါတယ်။

ညနေမှာ ကင်ဆာဆေးသွင်းဖို့ရှိတဲ့ လူနာများကို ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီခွဲမှာ လူစုံတာနဲ့ သင်တန်းကို ပုံမှန်စဖြစ်ပါတယ်။

'ဒီနေ့ သီလနဲ့ သမာဓိပိုင်းပြီးသွားတော့ ပညာပိုင်းကိုဆက်ပြီး ပို့ချပေးပါ့မယ်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်မှာ အခြေခံအကျဆုံးက ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဆိုတဲ့ အယူရဲ့စင်ကြယ်ခြင်း *Purity of view* ပါ၊ ဒါကလည်း မှန်သောအယူနဲ့ လမ်းမှန်ကိုလျှောက်မှပဲ မိမိလိုရာ ခရီးကို ရောက်မှာဖြစ်လို့ပါ'

ဒေါက်တာ ဝင်းဝင်းမြင့်က 'လမ်းမှန်ဆိုတာ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ

လမ်းကို ပြောတာလား ဆရာ'

'ဟုတ်ပါတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားကလည်း ဓမ္မစကြာမှာ အစွန်းတရားနှစ်ပါးကို ရှောင်ပြီးလျှောက်မှ လမ်းမှန်ပေါ်ရောက်မယ်လို့ ဟောထားပါတယ်'

ဒေါ်ညွန့်ရီက 'အစွန်းတရားနှစ်ပါးကို သိချင်ပါတယ်'

'တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ အစွန်းနှစ်ပါးကို ရှောင်ဖို့လိုပါတယ်၊ တချို့က နေပူပူ မိုးရွာရွာ ဂရုမထားတော့ဘဲ အအိပ်ပျက်၊ အစားပျက်ခံ ရရာစားပြီး တရားမှတ်တယ်ဆိုရင်လည်း ကိုယ့်ကိုကိုယ် ညှဉ်းပန်းဆင်းရဲတဲ့ အတ္တကိလ မထာနုယောဂေါ *Life given to self-torment* ဆိုတဲ့ အစွန်းတစ်ဖက် ရောက်သွားပါတယ်၊ ဒါမှမဟုတ် ကာမဂုဏ်စည်းစိမ်တွေ ခံစားရင်း ရသလောက် ရှုမှတ်မယ်ဆိုရင် ဇိမ်ခံတဲ့ ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂေါ *Life given to attractive sense* ဆိုတဲ့ အစွန်းတစ်ဖက်ကို ရောက်သွားပါတယ်၊ ဒီလို အစွန်းနှစ်ဘက်ကိုရှောင်ပြီး မတင်းလွန်း မလျော့လွန်းတဲ့လမ်းကိုမှ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းလို့ ခေါ်ပါတယ်'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က ' တချို့ အနောက်တိုင်းစာအုပ်တွေမှာ မဇ္ဈိမ ပဋိပဒါဆိုတာ ခြံစည်းရိုးမှာ ခွထိုင်တာပဲလို့ ရေးထားတာ တွေ့ဖူးတယ် ဆရာ'

'အဲဒီလို *Sitting on the fence* ဆိုတာမျိုး မဟုတ်ပါဘူး၊

တကယ်တော့ မဇ္ဈိမပဋိပဒါဆိုတာ အစွန်းမရောက်ဘဲ မိမိဦး တည်ရာလမ်းမှန်ကို ယုံကြည်ချက်အပြည့်နဲ့ လျှောက်လှမ်းတဲ့ ကျင့်စဉ်ပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ *The Middle Course* ဆိုတာထက် လမ်းမှန် *The right way* ဆိုတာက ပိုပြီးသင့်တော်ပါတယ်'

သီတာအေးက 'ဓမ္မစကြာက သစ္စာလေးပါးကို ဟောထား တာနော်'

'မှန်ပါတယ်၊ ဓမ္မစကြာမှာ မြတ်စွာဘုရားက သစ္စာလေးပါး ဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခသစ္စာ, သမုဒယသစ္စာ, မဂ္ဂသစ္စာနဲ့ နိရောဓသစ္စာ *The truth of the end of suffering* ကို ဟောထားပါတယ်၊ သစ္စာကိုသိပြီး မဂ္ဂင်ဖောင်နဲ့ကူးမှ လွတ်မြောက်နိုင်ဖို့ အလွန် ခဲယဉ်းတဲ့ သေမင်းနိုင်ငံကနေ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်သွားမှာပါ'

'မဂ္ဂင်ဖောင်ကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'*A raft for crossing-over*'

'ဓမ္မပဒမှာ ဟောထားတာလေးကလည်း အလွန်ကောင်းတဲ့ အတွက် ကျွန်တော်ရေးပြပါ့မယ်'

'အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော မဂ်လမ်းခရီးသာလျှင် ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်ခြင်းအတွက် ခရီးမှန် ဖြစ်တယ်။ ဤလမ်းမှတစ်ပါး အခြားလမ်း မရှိတဲ့အတွက် သင်တို့သည် မာရ်နတ်မင်း မမြင် နိုင်သော ဤခရီး လမ်းမှန်ကိုသာ သွားကြပါတော့ ...'

This is the only way; there is no other for achiving the purity of vision. Enter upon the way which is the bewilderment of Mara.

'ဆွေဆွေမြင့်လည်း မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို မှတ်မိသေးလား'

'မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးက သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိနဲ့ သမ္မာသမာဓိတို့ပါ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဓမ္မဒေသနာအားလုံးရဲ့ အနှစ်ချုပ်ဖြစ်တဲ့ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာနဲ့ ယှဉ်ပြီး ကြည့်မယ်ဆိုရင် သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝက **သီလ**၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိနဲ့ သမ္မာသမာဓိတို့က **သမာဓိ**၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပတို့က **ပညာ**ပါ'

'မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှာ ဘယ်မဂ္ဂင်က အရေးကြီးဆုံးလဲ ဆရာ'

'မဂ္ဂင်တိုင်းဟာ အရေးပါပေမယ့် လမ်းမှန်နဲ့ လမ်းမှားလို့ ခွဲခြားပြီးသိမြင်တဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိ *Right View* ကလည်း အရေးကြီးတယ်လို့ ပြောနိုင်ပါတယ်၊ လမ်းမှန်နဲ့ လမ်းမှားကို ခွဲခြားသိမှပဲ ရှေ့ဆက် လျှောက်လှမ်းနိုင်မှာဖြစ်လို့ ဓမ္မစကြာမှာ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ဦးဆုံးဟောခဲ့တာပါ၊ ဒါပေမဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှာ ပဓာနအကျဆုံးနှင့် အခေါင်အချုပ် ကတော့ **သမ္မာသတိ**ပါ၊ လမ်းတစ်ခုကို လျှောက်

လုပ်မ်းတဲ့အခါ သတိရှိမှပဲ လိုရာခရီးအဆုံးထိ လျှောက်လှမ်းလို့ ရပြီး သတိတစ်ချက် လွတ်သွားတာနဲ့ အမှားအယွင်းတွေနဲ့ ကြုံတွေ့ရဖို့ ရှိပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီးမှာ 'အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ' မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆသော သတိနဲ့နေပါလို့ မှာကြားခဲ့တာပါ'

'ဒါဆိုရင် သတိက အရေးကြီးဆုံးပဲပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက သတိဟာအိမ်ရဲ့ခေါင်သဖွယ်နဲ့ အသီးတို့ရဲ့ အညာသဖွယ်ဖြစ်ပြီး သီလ, သမာဓိ ပညာတို့ကို မှုတအောင် ထိန်းချုပ်ထားတယ်လို့ ဟောခဲ့ပါတယ်၊ သတိအမှူးရှိတဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးနဲ့ပဲ ဘဝရဲ့ အဆုံးစွန်သစ္စာကို သိမြင်နိုင်ပါတယ်'

သီတာအေးက 'မဂ်လမ်းနဲ့ပဲ နိဗ္ဗာန်ကို လျှောက်ရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟာ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းမို့ ဓမ္မပဒမှာလည်း ဒီလိုဆိုထားပါတယ်'

'လမ်းအားလုံးတို့တွင် အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော မဂ်လမ်းသည်သာ အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏၊ သစ္စာအားလုံးတို့တွင် သစ္စာလေးပါးသည်သာ အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏၊ သဘောတရား အားလုံးတို့တွင် ရာဂကင်းသော နိဗ္ဗာန်သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏၊ အသိဉာဏ်ရှိသော သူအားလုံးတို့တွင် ပညာမျက်စိရှိသော မြတ်စွာဘုရားသည်

အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏..'

Of all paths, The Eightfold Path is the best; Of all truths, the Four Noble Truths are the best; Of all things, passionlessness Nibbana is the best; Of men, the Seeing One 'the Buddha' is the best.

ဦးစံရွှေက 'အဲဒီဂါထာလေးက ကောင်းလိုက်တာ၊ သတိမဂ္ဂင်နဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးက အတူတူပဲလား ဆရာ'

'အတူတူပါပဲ၊ သတိမဂ္ဂင်ဟာ ကာယာ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တာနဲ့ ဓမ္မာနုပဿနာဆိုတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးပါ၊ သတိပဋ္ဌာန်ဆိုတဲ့ အတိုင်း ခန္ဓာငါးပါးကို အရှုခံ အာရုံအဖြစ်ထားပြီး ပေါ်လာတဲ့ ဖြစ်၊ ပျက် မှန်သမျှကို သတိနဲ့ တဆက်တည်းသိနေအောင် ရှုမှတ်တာပါ'

'သူတို့ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Contemplation of body, feeling, consciousness and truth*'

'ကာယာနုပဿနာက ဘယ်လိုမျိုးလဲ ဆရာ'

'ရူပက္ခန္ဓာ *The aggregate of corporeality* မှာ ဖြစ်၊ ပျက်ကို တစ်သိတည်းသိအောင် အားထုတ်တာက ကာယာ

နုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပါ'

'လက်တွေ့ ဘယ်လိုရှုမှတ်ရသလဲ ဆရာ'

'ကာယာဆိုတဲ့အတိုင်း မဟာဘုတ်တွေရဲ့ ပရမတ်သဘော ကို မြင်အောင်မှတ်ရပါတယ်၊ ပထဝီဆိုရင်မာကျောတာနဲ့ ပျော့ ပြောင်းတာ၊ တေဇောဆိုရင် အပူနဲ့အအေး၊ အာပေါဆိုရင် ယိုစီး တာနဲ့စုဖွဲ့တာ၊ ဝါယောဆိုရင် တွန်းကန်တာနဲ့တိုးမှုသဘောလေး ကို မှတ်ရတာပါ၊ နှာသီးဖျားမှာ ထွက်လေဝင်လေရဲ့ တိုးမှု သဘောကို ရှုမှတ်တဲ့ အာနာပါနနည်းကို အားလုံးသိကြပါတယ်၊ ဝမ်းဗိုက်မှာဆိုလည်း ပိန်တယ်၊ ဖေါင်းတယ်ဆိုတဲ့ ဝါယောရဲ့ ပရမတ်သဘောကို မြင်အောင်ရှုမှတ်ရပါတယ်၊ ပဋ္ဌာန်းမှာ အညမည၊ သဟဇာတပစ္စည်းနဲ့ ကျေးဇူးပြုတာကို သိကြမှာပါ၊ ဒီမှာလည်း ပရမတ်ဝါယောကို ရှုမှတ်တာနဲ့ ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါတွေလည်း တစ်စုတည်း ပါဝင်သွားပါတယ်'

'ဒီလိုဆို ကာယာနုပဿနာနဲ့ မဟာဘုတ်တွေရဲ့ ပရမတ် သဘောကို မြင်အောင်ရှုမှတ်နိုင်တာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီလိုရှုမှတ်ရင်း ပရမတ်ကို ထိုးထွင်းသိသွားရင် ရုပ်ဆိုတာ အစိုင်အခဲ၊ ထုထည်သဘောမျိုးမဟုတ်ဘဲ အစဉ် ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တဲ့ သဘောသာရှိတယ်၊ နာမ်ဆိုလည်း အာရုံ ကိုသိတတ်တဲ့သဘောပဲလို့ ခွဲခြားပြီး သိမြင်သွားပါမယ်'

တင်မိုးဝေက 'ရူပက္ခန္ဓာကိုရှုတာ ကာယာနုပဿနာဆိုတော့ ဝေဒနာကိုရှုရင် ဝေဒနာနုပဿနာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဝေဒနာက္ခန္ဓာမှာ ဖြစ်ပျက် ခံစားတာ မှန်သမျှကို တစ်သိတည်းသိအောင် အားထုတ်တာက ဝေဒနာနုပဿနာပါ၊ နောက် ဝိညာဏက္ခန္ဓာဆိုတဲ့ စိတ်ရဲ့ ဖြစ်၊ ပျက်တာ အားလုံးကို တစ်ဆက်တည်းသိအောင် အားထုတ်တာက စိတ္တာ နုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပါ'

'ဓမ္မာနုပဿနာကျတော့ ဘာကိုရှုရသလဲ ဆရာ'

'သညာက္ခန္ဓာနှင့် သင်္ခါရက္ခန္ဓာမှာ ဖြစ်၊ ပျက်ကို ရှုမှတ်တာဟာ ဓမ္မာနုပဿနာပါ'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ခန္ဓာငါးပါးနဲ့ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါးကို ဝိပဿနာ ရှုမှတ်တာကို နားလည်ပါပြီဆရာ၊ ကျွန်တော်သိချင်တာက ခန္ဓာတစ်ပါးတည်း ရှုမှတ်ပြီး သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးလုံးကို ရနိုင်လား ဆရာ'

'ရနိုင်ပါတယ်၊ ပမာဆိုရရင် လမ်းလျှောက်ရင်း တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ ခြေတစ်လှမ်းစတာနဲ့ ရူပက္ခန္ဓာကို သတိနဲ့ မှတ်လိုက်တာဟာ ကာယာနုပဿနာပါ၊ တစ်ခါ ခြေလှမ်းမယ်လို့ ကြံစည်တဲ့စိတ်ကလေးဟာ ဝိညာဏက္ခန္ဓာဖြစ်လို့ သတိနဲ့ရှုမှတ်လိုက်ရင် စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်သွားပါမယ်'

'ဒီလိုဆို ဝေဒနာ, သညာနဲ့ သင်္ခါရလည်း ပါသွားမှာ ပေါ့ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ လမ်းလျှောက်ရာမှာလည်း ချစ်သူနဲ့ လက်တွဲလို့ ရွှင်ရွှင်ပျပျလျှောက်ရင် ချမ်းသာတဲ့ခံစားမှုဆိုတော့ သောမနဿ ဝေဒနာ, စိတ်လက် မကြည်ရွှင်ရင် ဒေါမနဿ ဝေဒနာ, သာမန် လမ်းလျှောက်နေတဲ့အခါ ဥပေက္ခာ ဝေဒနာတွေဖြစ်နေပါတယ်၊ တရားကိုယ်သဘောအရ ဝေဒနာက္ခန္ဓာဖြစ်လို့ ဝေဒနာတွေကို သတိနဲ့ရှုမှတ်တာဟာ ဝေဒနာ နုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပါ၊ တစ်ခါ ခြေလှမ်းတယ်ဆိုရင် လှမ်းတယ်လို့မှတ်တာ သညာက္ခန္ဓာပါ၊ လှမ်းဖို့ စေ့ဆော် တိုက်တွန်းတာက သင်္ခါရက္ခန္ဓာ ဖြစ်ပြီး ဒီဓမ္မသဘောတွေကို ရှုမှတ်တာဟာ ဓမ္မာနုပဿနာပါ'

'တကယ်တမ်း တရားရှုမှတ်တော့ ခန္ဓာငါးပါးရဲ့ ဖြစ်,ပျက် အလုံးစုံကို သိဖို့မလွယ်လှဘူး ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒါ့ကြောင့်မို့ ရှုမှတ်ခါစမှာ ခန္ဓာတစ်ပါးတည်းကို စူးစိုက်ပြီး ဖြစ်, ပျက်သိအောင် မှတ်နေရင်လည်း လုံလောက်ပါတယ်၊ ဒီလိုရှုမှတ်တဲ့အခါ သတိထားရမှာက မိမိစိတ်နဲ့ စိတ်ကူးနေတာတွေဟာ တစ်သားတည်းမရှိဘဲ အတိတ်နဲ့ အနာဂတ်ကိုရောက်နေမယ်ဆိုရင် အောက်မေ့သတိရတာ, ဝမ်းနည်း ပူဆွေးတာ, လိုချင်တပ်မက်တာ, အလိုမကျတာစတဲ့ ကိလေသာတွေ ဝင်လာတတ်ပါတယ်'

'ဒါဆို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ကိုပဲ ရှုရမှာပေါ့ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဗုဒ္ဓအလိုအရ ခန္ဓာငါးပါးမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ဖြစ်ပျက်မှုတွေကို ပစ္စုပ္ပန် ဖြစ်ဆဲခဏ *Now and h^re* မှာ သိအောင် ရှုမှတ်ရပါမယ်၊ ဒီသဘောကို ဗုဒ္ဓက ဘဒ္ဒေကရတ္တ သုတ်မှာ ဟောထားပါတယ်'

'အတိတ်ခန္ဓာသို့လည်း မလိုက်ရာ၊ အနာဂတ် ခန္ဓာကိုယ် လည်း မတောင့်တရာ၊ အတိတ်ခန္ဓာဟာ ချုပ်ပြီးဖြစ်သလို အနာ ဂတ်ခန္ဓာဟာလည်း ရောက်မလာသေး၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ဆဲခဏမှာ သာ ဝိပဿနာရှုမှုကို အဖန်ဖန်ပွားများ အားထုတ်ရာ၏...'

အဲဒီမှာ တဆက်တည်း ဟောထားတဲ့ဂါထာလေးကလည်း မမြဲတဲ့ သေခြင်းသဘောကို သတိပေးထားပါတယ်-

'ပြုဖွယ်ကိစ္စများကို
ယနေ့ပင် ပြုရာ၏
မည်သည့်ရက်တွင်
သေမည်ကို မသိကြ။
စစ်သည်အင်အား များစွာရှိသော
သေမင်းနှင့် ချိန်းဆိုထားခြင်း မရှိကြ...'

ဦးစံရွှေက 'အဲဒီဂါထာလေးက အဓိပ္ပါယ်ရှိလိုက်တာ၊ နောက် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ရှုတယ်ဆိုတာ သိချင်ပါတယ်'

'ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ဆိုတာ ဖြစ်ဆဲခဏ, ရှိဆဲခဏကိုပြော

တာပါ၊ ဆိုပါစို့ နံနက်စောစော လမ်းလျှောက်နေရင်း အမျိုးသမီးလေးတစ်ဦးကို မြင်လိုက်တယ်ဆိုရင် မြင်တယ်လို့သာ ရှုမှတ်ရမှာပါ၊ ဒါမှမဟုတ်ဘဲ ဒီအမျိုးသမီးလေးဟာ ဝင်းမာလာပဲ၊ မိဘတွေက အရမ်းချမ်းသာတာ၊ အလုပ်က ကျောင်းဆရာမလေးဆိုတော့ ဆက်ဆံရေးလည်း ကောင်းတယ်၊ ကလေးတွေကို စာသင်ရာမှာလည်း အလွန် ဂရုစိုက်တာ၊ သူနဲ့သာဆိုရင် အဆင်ပြေမှာပဲဆိုပြီး ဆက်တွေးလိုက်ရင် ကိလေသာတွေ တိုးပွားလို့ အကုသိုလ်စိတ်တွေသာ ဖြစ်နေပါမယ်'

'သီချင်းသံကြားလည်း ကြားတယ်လို့ မှတ်ရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်ထိုင်ရင်း သီချင်းသံလေးကြားရင် ကြားတယ်လို့သာ မှတ်ရမှာပါ၊ ဒီလိုမဟုတ်ဘဲ အခုလာနေတာ ဆရာမြို့မငြိမ်း ရေးဖွဲ့ထားတဲ့ မန်းတောင်ရိပ်ခိုပဲ၊ အင်း··သကြ္ကန်ရောက်တော့မယ်၊ ရိပ်သာဝင်ရမလား၊ ညွှန့်လွင်တို့နဲ့ မေမြို့တက်လည်ရင်ကောင်းမလား၊ သူ့ညီမ ဝင်းဝင်းလိုက်လာရင် ကောင်းမယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဒီကောင် ငါ့အကြွေးနှစ်သိန်းပြန်မပေးသေးလို့ တွေ့ရင် မှတ်လောက်အောင် ပြောလိုက်မယ်ဆိုရင် လောဘ, ဒေါသနဲ့ အကုသိုလ်တွေ ဖြစ်နေပါမယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဒီလိုဆိုရင် မြင်ရင် မြင်တယ်, ကြားရင် ကြားတယ်လို့ အဲဒီနေရာမှာ ဘရိတ်အုပ်ရမှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ သဠာယတနသံယုတ်မှာ ဘုရား

က ဒီလိုပြောထားပါတယ်’

‘မာလုကျပုတ္တ…မြင်အပ်, ကြားအပ်, ထိအပ်, သိအပ် သော အာရုံခြောက်မျိုးမှာ သင်သည် မြင်လျှင် မြင်ကာမျှ၊ ကြားလျှင် ကြားကာမျှ၊ တွေ့ထိလျှင် တွေ့ထိကာမျှ၊ သိလျှင် သိကာမျှ ဖြစ်အောင် အားထုတ်သောအခါ စွဲမက်ခြင်း, အမျက် ထွက်ခြင်း, တွေဝေခြင်း မဖြစ်တော့ဘဲ အာရုံခြောက်ပါးတို့၌ မစွဲလန်းတော့၊ ထိုအခါ သင်သည် ဤဘဝ၌ လည်းကောင်း, တမလွန်ဘဝ၌လည်းကောင်း မဖြစ်လတ္တံ့၊ ထိုမဖြစ်မှုသည် ဆင်းရဲ၏အဆုံး နိဗ္ဗာန်မည်၏…’

ဦးစံရွှေက ‘ကျွန်တော် နားလည်သွားပြီ ဆရာ၊ စိတ်က ပစ္စုပ္ပန်မှာရှိနေတော့ အတိတ်နှင့် အနာဂတ်ကို မပျံ့လွင့်တော့ ဘူးပေါ့’

‘မှန်ပါတယ်၊ ခန္ဓာမှာ ဖြစ်နေတဲ့ ဖြစ်, ပျက်အစဉ်ကို သတိနဲ့ တစ်ဆက်တည်းသိနေအောင် ရှုမှတ်နိုင်လာတဲ့အခါ စိတ်ဟာ ဖြစ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်မှာသာရှိနေလို့ အတိတ်နှင့် အနာဂတ်ကိုမရောက် တော့ပါဘူး၊ ဒီလို စိတ်ကလေးဟာ ယောက်ယက် မခတ်တော့ဘဲ တည်ငြိမ်သွားရင် သမာဓိ တဖြည်းဖြည်းရလာပါမယ်’

သတိမြဲလာမယ်ဆိုရင် ပညတ်တွေ ကွယ်ပျောက်ပြီး ရုပ်, နာမ်ရဲ့ ပရမတ် *Reality* သဘောကို မြင်လာပါမယ်။

စတင် ရှုမှတ်စဉ်က ခြေလှမ်းတယ်ဆိုလည်း ခြေဆိုတဲ့ ပညတ်၊ မြင်တယ်ဆိုလည်း အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီး၊ ကြားတယ်ဆိုလည်း ဝင်းဦးဆိုတဲ့ မောင်တို့ချယ်ရီမြေသီချင်းစတဲ့ ပညတ်တွေ ရှိနေပါမယ်။ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိနဲ့ စွဲလန်းနေပါတယ်။

'သတိနှင့်သမာဓိ အားကောင်းလာမှ ပညတ်ဖြစ်တဲ့ ခြေ၊ လက်၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမဆိုတာတွေ မပါတော့ဘဲ ပရမတ် ရုပ်နဲ့ နာမ်ရဲ့ သဘာဝကို ထိုးထွင်း သိမြင်သွားတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာပါမယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဒီလို ထိုးထွင်းသိမြင်ဖို့ အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း၊ အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်မှဖြစ်မှာ'

'မှန်ပါတယ်၊ လူအများ သိနေတဲ့ ဦးမောင်မောင်၊ ဒေါ်စန္ဒာ၊ မောင်ကောင်းမြတ်၊ ခွေး၊ ကြောင်၊ ငှက်ဆိုတာဟာ ပုဂ္ဂိုလ်သိ၊ သတ္တဝါသိ၊ ပညတ်အားဖြင့်သိတာပါ၊ ဝိပဿနာရှုမှတ်မှ အတ္တဇီဝလည်းမရှိ၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၊ ကျား၊ မ ဆိုတာလည်း မရှိဘဲ အရာရာအားလုံးဟာ ရုပ်၊ နာမ်သာရှိတယ်လို့ ပရမတ်အသိဒါမှမဟုတ် ပညာသိနဲ့မြင်သွားပါမယ်၊ ဒီလိုမြင်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်မှ ယထာဘူတဉာဏ်ပါ၊ ပရမတ် နာမ်၊ ရုပ်ကို ခွဲခွဲခြားခြား ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိသွားလို့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်'

'အဲဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Knowledge of the distinction between mind and body*'

'အဲဒီဉာဏ်ကိုရဖို့ တော်တော် ကြိုးစားရမှာနော်'

'မှန်ပါတယ်၊ ကျမ်းစာနဲ့ကိုးကားပြီး ရှင်းပြရတာ လွယ်ပေမယ့် လက်တွေ့ရှုမှတ်ရာမှာ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ရရှိဖို့ အတော်ကြိုးစားအားထုတ်ရပါမယ်'

'ရုပ်နဲ့ နာမ်မှာ ဘယ်ဟာက ပိုပြီးမြင်လွယ်သလဲ ဆရာ'

'တရားမှတ်ရာမှာ ရုပ်ကပိုထင်ရှားလို့ ရုပ်ရဲ့ ပရမတ်သဘောကို တွေ့နိုင်ပေမယ့် နာမ်က အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့လို့ ထင်ထင်ရှားရှား မတွေ့ရပါဘူး၊ ဒီအခါမှာ အများစုက အားလျော့တတ်ကြပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ စိတ်အားမလျော့ဘဲ ထွက်လေ ဝင်လေရဲ့ တွန်းမှု တိုးမှုသဘောလေးကို အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ရှုမှတ်ရပါမယ်'

'အာသေဝနပစ္စယသတ္တိနဲ့ပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ တဖြည်းဖြည်း သတိ, သမာဓိ, ပညာ အားကောင်းလာတဲ့အခါ စိတ်တည်ငြိမ်လာပြီး နာမ်ဆိုတဲ့ အာရုံကို ညွတ်တတ် သိတတ်တဲ့ သဘောလေးဟာ အလိုလို ထင်ရှားလာပါလိမ့်မယ်၊ ဒီလိုရှုမှတ်ရင်း သဘာဝချင်းမတူတဲ့ ရုပ်, နာမ်

သဘောကို ခွဲခြားပြီး သိလာပါလိမ့်မယ်’

သီတာအေးက ‘ဒီလို ခြားနားတာကို ဥပမာလေးနဲ့ ပြောပေးပါလား ဆရာ’

‘ရုပ်နာမ်ကွဲတာကို ဘုရားရှင်က ဒီဃနိကာယ် သာမညဖလသုတ်မှာ **ကြိုးသီထားတဲ့ပတ္တမြားနဲ့** ဥပမာပေးထားပါတယ်၊ ဝေဠုရိယဆိုတဲ့ ကြောင်မျက်ရွဲ ပတ္တမြား *Cat's eye ruby* ဟာ အလွန်ရှားပါး အဖိုးထိုက်တန်ပါတယ်၊ ပတ္တမြားကို ရောင်စုံ ကြိုးလေးတွေသီပြီး လက်ပေါ်တင်ကြည့်ရင် ပတ္တမြားကတခြား၊ ကြိုးကတခြား ကွဲပြားစွာမြင်ရသလို ကျောက်ထဲမှာ ကြိုးလေး ဝင်နေတာကိုလည်း ထင်ထင်ရှားရှား မြင်တွေ့ရပါမယ်’

‘ဒီလို အရှုခံရုပ်ကသပ်သပ်၊ ရှုသိတဲ့ စိတ်လေးက သပ်သပ်လို့ သိသွားတာကို ရုပ်နာမ်ကွဲတယ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ကြိုးက ပတ္တမြားထဲဝင်နေသလို စိတ်က အရှုခံရုပ်ဆီကို ပြေးပြေးကပ်သွားတဲ့ သဘောကိုလည်း တွေ့ရပါမယ်’

တင်မိုးဝေက ‘ဒီလိုမြင်နိုင်ဖို့ ခွဲကောင်းမှ ဖြစ်မှာနော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ တရား ရှုမှတ်စမှာ ရုပ်သဘာဝကို မငြိမ်သက်တဲ့သဘောနဲ့ တွေ့တွေ့ နေရပါမယ်၊ အဲဒီ သဘောကိုပဲ တစ်နာရီ၊ နှစ်နာရီ အတွေးမပါဘဲ တစ်ဆက်တည်း သိလာတဲ့အခါ အာရုံဆီကို ပြေးပြေးကပ်သွားတဲ့ နာမ်သဘောလေးကိုလည်း တွေ့လာရ

ပါမယ်'

မျက်စိထဲမြင်အောင်ပြောရရင် နံနက်စောစော ဆန်တွေကြဲပက်ထားတဲ့အခါ ဇရက်လေးတစ်ကောင်လာပြီး ဆတ်ကနဲ၊ ဆတ်ကနဲ၊ တစ်စေ့ချင်း ကောက်စားတာနဲ့ တူပါတယ်။ အကျင့်ဖြစ်နေတော့ ဆန်စေ့နဲ့ နှုတ်သီးကလည်း တန်းကနဲ၊ တန်းကနဲ မလွဲတမ်းဖြစ်နေပြီး မြန်လည်းမြန်၊ မှန်လည်းမှန်၊ ချိန်သားကိုက်လို့ နေပါတယ်။

ဒီအခါမှာ အာရုံကတခြား၊ အာရုံဆီကို ပြေးပြေးကပ်တဲ့သိမှုလေးကတခြား ဆိုတာကို ကွဲကွဲပြားပြား သိမြင်သွားရင် ရုပ်၊ နာမ် ကွဲတဲ့အဆင့်ကို ရောက်သွားပါပြီ။

ဒီနေရာမှာ စိတ်ဝင်စားဖို့ ကောင်းတာက တရားရှုမှတ်ရင်း နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို ရောက်တဲ့အခါ တချို့သော ယောဂီများနဲ့ နိုင်ငံခြားသားများက 'တရားစတင် ရှုမှတ်ခါစက လူတစ်ယောက်ပဲရှိတယ်၊ အခုတော့ လူနှစ်ယောက် ဖြစ်သွားပြီ…' လို့ ဆိုကြပါတယ်။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နဲ့ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ကွဲကွဲပြားပြားသိမြင်သွားမယ်ဆိုရင် အယူ၏ စင်ကြယ်ခြင်းဆိုတဲ့ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ *Purity of view* အဆင့်ကို ရရှိသွားပါပြီ။

အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ မထေရ်မြတ်မှလည်း ဒီလိုဆိုထား

ပါတယ်။

'နာမရူပါနံ ယထာဝဒဿနံ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ'

နာမရူပါနံ - ရုပ်နှင့်နာမ်ကို၊ ယထာဝ ဒဿနံ -ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်ခြင်းသည်၊ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ - **ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ** မည်၏။

ဒေါက်တာ ဝင်းဝင်းမြင့်က 'ရုပ်နဲ့ နာမ် တခြားစီဆိုတာကို ပဋ္ဌာန်းမှာလည်း ဟောထားတယ်နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ ပဋ္ဌာန်း ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း *Dissociation condition* မှာ ရုပ်နဲ့ နာမ်ဟာ သံသရာအဆက်ဆက် သဘောသဘာဝချင်းမတူလို့ တစ်ခုနဲ့တစ်ခုဟာ မယှဉ်ဘဲနဲ့ ကျေးဇူးပြုပါတယ်လို့ ဟောထားပါတယ်၊ အားလုံးမှတ်မိအောင်ကျွန်တော်ရေးပြပါ့မယ်'

'ရူပိနော ဓမ္မာ အရူပိနံ ဓမ္မာနံ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယေန ပစ္စယော၊ အရူပိနော ဓမ္မာ ရူပိနံ ဓမ္မာနံ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယေန ပစ္စယော..' ဆိုတဲ့အတွက် ရုပ်တရားတို့သည် နာမ်တရားတို့အားလည်းကောင်း၊ နာမ်တရားတို့သည် ရုပ်တရားတို့အားလည်းကောင်း မယှဉ်ဘဲနဲ့ ကျေးဇူးပြုပါတယ်လို့ ဟောထားပါတယ်'

'Corporeal phenomena are related to mental phenomena by dissociation condition.

Mental phenomena are related to corporeal

phenomena by dissociation condition...'

တင်မိုးဝေက 'ရုပ်နဲ့ နာမ်ဟာ တခြားစီဆိုတာကို စဉ်းစား ဆင်ခြင်ပြီး မသိနိုင်ဘူးလား ဆရာ'

'တွေးခေါ်ဆင်ခြင်တဲ့ ဒဿနရှုထောင့်အရဆိုရင် သွားတာ ကရုပ်၊ သွားနေမှန်းသိတာက နာမ်၊ တစ်ခါ အခုထိုင်နေတာက ရုပ်၊ ထိုင်မှန်းသိတာက နာမ်လို့တော့ ဆင်ခြင်ကြည့်လို့ရတာပေါ့၊ ဒါပေမဲ့ ပရမတ်သဘာဝအစစ်ကိုတော့ စာပေဗဟုသုတရှိရုံနဲ့ သိနိုင်တဲ့ သုတမယဉာဏ်၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်တဲ့ စိန္တာမယဉာဏ် နဲ့လည်း မသိနိုင်ပါဘူး၊ ဝိပဿနာကျင့်ပြီး ရလာတဲ့ ဘာဝနာ မယဉာဏ်နဲ့ပဲ မြင်တွေ့နိုင်ပါတယ်၊ ဒီလို မြင်တွေ့ရာမှာလည်း ပကတိမျက်စိနဲ့မြင်ရသလို နာမ်နဲ့ရုပ်ကိုခွဲခြားပြီး နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ်နဲ့ မြင်သွားတာပါ'

ဆရာကံမြင့်က 'နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကိုတော့ နားလည် ပါပြီ၊ ဆရာပြောသလို ဇွဲရှိရှိနဲ့ ရှုမှတ်ဖို့ပဲ လိုတော့တယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'ဆရာကံက ဇနီးနဲ့ကလေးတွေ ရှိသေးတယ် နော်၊ ကလေးတွေက ဘွဲ့မရသေးဘူး၊ တော်ကြာနိဗ္ဗာန်ရောက် သွားလို့ ခက်နေဦးမယ်'၊

အားလုံးက ဝိုင်းရယ်ကြပါတယ်။ သင်တန်းအပြီးမှာ ဒေါ် ညွန့်ရီနဲ့ ဒေါ်သောင်းတင်က ကြာဇံဟင်းခါးနဲ့ ဧည့်ခံကျွေးမွေး

ပါတယ်။

ညနေ မိုးမရွာတာနဲ့ မိတ္ထီလာ-ပျော်ဘွယ်လမ်းမကြီးအတိုင်း လမ်းလျှောက်ဖြစ်ပါတယ်။

ညပိုင်း မြတ်စွာဘုရားကို မဟာပဋ္ဌာန်းနဲ့ ရွတ်ဆိုပူဇော်အပြီးမှာ နယသာဂရ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်စာအုပ်အတွက် ကျမ်းကိုးစာအုပ်များကို ရှာဖွေဖတ်ရှုလိုက်ပါတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ဟာ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်နေလို့ စိတ်နဲ့အာရုံဟာ တစ်ထပ်တည်းကျနေပါတယ်။

ည ၁၁-နာရီထိုးပေမယ့် မအိပ်ချင်သေးတာနဲ့ ကော်ဖီဖျော်နေစဉ်မှာ ဖုန်းဝင်လာပါတယ်။

'ညီမ တင်မိုးဝေပါ၊ အစ်ကို မအိပ်သေးဘူးထင်လို့ ဆက်လိုက်တာပါ'

'မအိပ်သေးပါဘူး၊ အခုကော်ဖီဖျော်ပြီး စာဆက်ဖတ်မလို့'

'ဒီလိုပါ၊ မနက်ဖြန်ညနေပိုင်း အစ်ကို အားမလား'

'လောလောဆယ်တော့ ဘာအစီအစဉ်မှ မရှိပါဘူး'

'ဒီလိုဆို ဝမ်းတော်ပြည့်ကျောင်းတိုက်ကို ညီမ လိုက်ပို့ပေးမယ်၊ အဲဒီက ဓာတ်တော်တိုက်မှာ ကမ္ဘာအနှံ့က ဓာတ်တော်တွေ အများကြီးစုထားတယ်၊ အစ်ကို့ကို ဖူးစေချင်လို့ပါ'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ အစ်ကိုလည်း ဖူးချင်ပါတယ်'

'ဒါဆို နက်ဖြန် ညနေသုံးနာရီ ရွှေအုန်းပင် စားသောက်ဆိုင်ရှေ့ကို လာခဲ့ပေးပါလား၊ အဲဒီမှာ စောင့်နေပါ့မယ်'

'ကောင်းပါပြီ၊ လာခဲ့ပါ့မယ်'

တင်မိုးဝေနဲ့ ဖုန်းပြောအပြီးမှာ စာဆက်ဖတ်လိုက်ပါတယ်၊ ည ၁၂-နာရီ သံချောင်းခေါက်သံကြားမှ နားလိုက်ပါတယ်။

(၁၄)

အမှတ်တရ ဝမ်းတော်ပြည့်

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၃၀ ရက်၊ စနေနေ့။

ရာသီစက်ဝန်းဟာ မရပ်မနားလည်ပတ်နေတာမို့ အရုဏ်ဦးဟာ မကြာမီမှာ ရောက်ရှိလာပါတယ်။ နံနက်ခင်းနေမင်းကြီးက အားလုံးကို ရောင်စဉ်ခုနစ်သွယ်အလင်းတန်းနဲ့ နှုတ်ဆက်လိုက်ချိန်ဟာ အလွန်သာယာလှပါတယ်။ အစာလာတောင်းတဲ့ ငှက်ကလေးများကို မနေ့ကချန်ထားတဲ့ ထမင်းများပက်ကျွေးရင်း နေ့သစ်ကို စတင်ဖို့ ပြင်လိုက်ပါတယ်။

နံနက်ပိုင်းမှာ မနေ့ကခွဲထားတဲ့လူနာများကို ဆေးရုံမှာ သွားရောက်ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော် လူနာများကို ကြည့်ရှုလို့အပြီးမှာ ဆက်သွယ်ရေးတပ်မှ စစ်သည်တစ်ဦး အပြင်းအထန် ဗိုက်အောင့်လို့ ရောက်လာပါတယ်။

စမ်းသပ်ကြည့်တော့ အူသိမ်ပိုင်းက အနာပေါက်ပြီး ဝမ်းဗိုက်အမြှေးပါး ရောင်ရမ်းတာနဲ့တူနေပါတယ်။ ဓါတ်မှန်ရိုက်ကြည့်တော့လည်း ပေါက်နေတဲ့နေရာက ထွက်တဲ့လေတွေက *Diaphragm* ခေါ်တဲ့ ရင်ခေါင်းအမြှေးပါးအောက်မှာ စုနေတာကို တွေ့ရပါတယ်။

အရေးပေါ် ခွဲစိတ်ဖို့လိုတာမို့ မေ့ဆေးပါရဂူ အစ်မကြီး ဒေါ်နွယ်နွယ်သိန်းကို အကြောင်းကြားပြီး နေ့လည် တစ်နာရီမှာ ခွဲခန်းကိုစလိုက်ပါတယ်။

ကျွန်တော်မှန်းထားတဲ့အတိုင်း အူသိမ်ဦးပိုင်းအနားက ပေါက်နေပြီး ဗိုက်ထဲမှာ အစာအိမ်နဲ့ အူသိမ်မှအရည် ၁၀၀၀-စီစီခန့် ရှိနေပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း အရည်များကို *Suction* ပိုက်နဲ့ စုပ်ထုတ်လိုက်ပြီး ပေါက်သွားတဲ့ *1cm x 1.2cm* အရွယ် ရှိတဲ့နေရာလေးကို အူအမြှေးပါးခံပြီး ပိတ်ချုပ်လိုက်ပါတယ်။

ညနေ နှစ်နာရီခွဲ အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ဝမ်းတော်ပြည့် ကျောင်းတိုက်ကိုသွားဖို့ သတိရလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း ရေချိုးပြီးတာနဲ့ ကားလေးမောင်းပြီး မြို့ထဲကို ထွက်လာခဲ့ပါတယ်။ ရွှေအုန်းပင် စားသောက်ဆိုင်ရှေ့ရောက်တော့ ကိုရှိလာ ဆလွန်း ကား အဖြူရောင်နားမှာ အသင့်စောင့်နေတဲ့ တင်မိုးဝေကို တွေ့ရ ပါတယ်။

'အစ်ကို့ကားကို ဒီမှာပဲ ထားခဲ့လိုက်ပါ၊ ဆိုင်ကိုမှာထားလိုက် မယ်၊ ညီမကားနဲ့ပဲ သွားတာပေါ့'

'စောင့်နေရတာ ကြာပြီလား'

'ငါးမိနစ်လောက်ပဲ ရှိပါသေးတယ်၊ ညီမ ဆေးခန်းက နေလာတာပါ'

ကျွန်တော်တို့ မြို့ထဲကနေ ရန်ကုန်-မန္တလေး ကားလမ်းမ အတိုင်း မောင်းလိုက်တော့ မကြာမီ ဝမ်းတော်ပြည့်ကျောင်းကို ရောက်ပါတယ်။ ကျောင်းဝင်းဟာ အတော်ကျယ်ဝန်းပြီး ထနောင်း၊ မန်ကျည်း၊ တမာ၊ ကုက္ကိုလ်ပင်ရိပ်များနဲ့ စိမ်းစိမ်းစိုစို ရှိပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ တိုက်အုပ်ဆရာတော်ကို အရင်ဖူးမျှော်လိုက် ပါတယ်။ ဆရာတော်က ဓာတ်တော်တိုက်သမိုင်းကြောင်းနဲ့ ဦးစီး တည်ထောင်ထားတဲ့ ဝမ်းတော်ပြည့်ဆရာတော် အရှင်သူရိယရဲ့ ဘဝဖြစ်စဉ်ကို ရှင်းပြပါတယ်။

သီလဝန့် ရတနာ့တံခွန် ဘာသာရေးမဂ္ဂဇင်းမှာ ကျွန်တော် စာရေးနေတာကို သိသွားတဲ့အတွက် ဝမ်းတော်ပြည့်အထိမ်းအမှတ် စာအုပ်မှာ စာမူရေးသားပေးပို့ဖို့ ပြောပါတယ်။

'ဒကာတို့ ရေနွေးကြမ်းနဲ့ မြန်မာမုန့်တွေ စားကြ၊ ရောက် တုန်း ဓာတ်တော်တိုက်နဲ့ ဆရာတော်ကြီးအထိမ်းအမှတ် ဂူဗိမ္မာန် ကိုလည်း ဖူးသွားကြပါ'

'မှန်ပါ့ဘုရား၊ ကျန်းမာရေးလိုအပ်တာရှိလည်း မိန့်ပါဘုရား တပည့်တော်တို့ လာကြည့်ပေးပါ့မယ်'

'ပြောပါ့မယ်၊ အခုတော့ သွေးနည်းနည်းတိုးတာကလွဲလို့ ကျန်းမာရေးကောင်းပါတယ်'

ကျွန်တော်နဲ့ တင်မိုးဝေလည်း ဆရာတော်ကို ဦးချပြီး သက်န်း၊

စတုမရူ၊ ဆေးဝါးများနဲ့ နဝကမ္မအလှူငွေများကို ကပ်လှူခဲ့ပါ တယ်။ ကျောင်းတိုက်အပြင်ရောက်တော့ မိုးကဖွဲဖွဲလေး ရွာနေ ပါတယ်။ တင်မိုးဝေရဲ့ထီးနဲ့ပဲ နှစ်ယောက်အတူဆောင်းပြီး ထွက် လာလိုက်ပါတယ်။

'ညီမတို့ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ အမှတ်တရနေရာကို အရင်သွား လိုက်ကြရအောင်'

'ကောင်းပါပြီ ညီမရယ်'

ဝမ်းတော်ပြည့် ဆရာတော် အရှင်သူရိယဟာ ကျန်းကျန်း မာမာရှိလျက်က ရုတ်တရက် ပျံလွန်ခဲ့ပါတယ်။ ဆရာတော် အထိမ်းအမှတ်နေရာလေးဟာ လွမ်းဆွတ်ဖွယ်ရာ ကောင်းလှပါ တယ်။

ဂူဗိမ္မာန်မှာ ရေးထိုးထားတဲ့ ကဗျာလေးက ကျွန်တော့်စိတ်ကို ဖမ်းစားစေခဲ့ပါတယ်-

'ရုတ်တရက်မို့
နှုတ်မဆက်ဘဲ
သွားနေကျလမ်း
ငါသွားလိုက်ပြီ၊
မင်းတို့အားလုံး
တရားနဲ့သာ နေရစ်ပေတော့ ...'

'ကဗျာလေးက သံဝေဂရစရာလည်းဖြစ်သလို ဖူးမျှော်သူ အားလုံးကို သတိပေးနေသလိုပဲနော်'

'မှန်ပါတယ် ညီမရယ်၊ တကယ်တော့ဘဝတစ်ခုရပြီ ဆိုတာနဲ့အို နာသေ ဆိုတဲ့ သွားနေကျလမ်းနဲ့ မအိုရာ၊ မနာရာ၊ မသေရာ နိဗ္ဗာန်သို့သွားရာလမ်းဆိုပြီး နှစ်မျိုးပဲရှိတယ်၊ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာဘဝတွေဟာ တပ်မက်စရာကောင်းပေမယ့် အဖန်တလဲလဲ သေကြရဦးမှာဖြစ်လို့ မဂ္ဂင်လမ်းနဲ့ လျှောက်လှမ်းမှ ဖြူစင်ရှင်းသန့်တဲ့ ရပ်ဝန်းကိုရောက်မှာ'

ကျွန်တော်လည်း မှတ်စုစာအုပ်မှာ ကဗျာလေးကို ကူးယူခဲ့ပါတယ်။ ဆက်ပြီး ဓာတ်တော်တိုက်ကို သွားလိုက်ကြပါတယ်။

ဓာတ်တော်တိုက်မှာ ကျယ်ဝန်းသော နှစ်ထပ်အဆောက်အဦ ဖြစ်ပြီး ကမ္ဘာအနှံ့မှ ဘုရား၊ ရဟန္တာဓာတ်တော်များကို စုစည်း ပူဇော်ထားပါတယ်။

တင်မိုးဝေက ဓာတ်တော်တစ်ခုချင်းရဲ့ သမိုင်းကြောင်းကို ရှင်းပြပါတယ်။ ဓာတ်တော်များမှာ အရွယ်စုံရှိပြီး မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဆံတော်၊ အသွေးတော်၊ အရိုးအသားမှဖြစ်သော ဓာတ်တော်မျိုးစုံကို ဖူးတွေ့ရပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ကို ဓာတ်တော်တိုက်ဆရာတော်မှ အိမ်မှာပူဇော်ဖို့ ဓာတ်တော်များ ချီးမြှင့်လိုက်ပါတယ်။

ဝမ်းတော်ပြည့်က အပြန် မြို့လယ်က လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ အတူထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။

'ဒီဆိုင်က ညီမထိုင်နေကျ၊ လက်ဖက်ရည်နဲ့ စမူဆာက နာမည်ကြီးတယ်'

'ဒီလိုဆို လက်ဖက်ရည်နဲ့ စမူဆာပဲ မှာလိုက်တာပေါ့'

ဆိုင်က လက်ဖက်ရည်က လက်ဖက်ခြောက်ကို သေသေချာချာနှပ်ထားပြီး နွားနို့စစ်စစ်နဲ့ဖျော်ထားတာမို့ အရသာရှိလှပါတယ်။

တင်မိုးဝေက မျက်နှာမှဲ့ချွေးတွေကို တစ်ရှူးစက္ကူနဲ့ အသာသုတ်လိုက်ပါတယ်။

'အစ်ကို နေ့တိုင်း စာရေးဖြစ်လား'

'နေ့တိုင်းတော့ မဟုတ်ဘူး၊ စာရေးဖို့ စာများများဖတ်ရသလို ရေးဖို့အကြောင်းကိုလည်း စဉ်းစားရတယ်၊ ခရီးသွားဆောင်းပါး, ဆေးပညာဆောင်းပါးတွေကျတော့ ကိုယ်ပြောချင်တာကို အစဉ်လိုက်ချရေးသွားလို့ရတယ်၊ ဝတ္ထုကျတော့ စာဖတ်သူတွေကိုလည်း အကျိုးရှိစေချင်၊ ခံစားမှုရသတစ်ခုခုကိုလည်း ကျန်ခဲ့စေချင်တော့ တော်တော် စဉ်းစားရတယ်၊ အများအားဖြင့် ခံစားမှုရှိမှ *mood* ဝင်တဲ့အခါမျိုးမှ ရေးလို့ရတယ်'

'အရင်အပတ် အစ်ကိုပို့ချတဲ့အထဲမှာ ခဏိကဆိုတာကို

အမှတ်ရနေမိတယ်၊ ခဏိကဆိုတာ ခဏတာ အခိုက်အတန့်လေး ကို ပြောတာမဟုတ်လား၊ ပြန်စဉ်းစားလိုက်တော့ လွန်ခဲ့တဲ့လေး ငါးနှစ်က ဆေးတက္ကသိုလ်မှာ စာသင်ခဲ့တာ၊ သူငယ်ချင်း တွေနဲ့ အတူတူသွားခဲ့တာ၊ ဘွဲ့ယူခဲ့တာတွေဟာ ခဏလေးလို့ ထင်ရ တယ်၊ အရာရာဟာ ခဏလေးအတွင်းမှာ ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ ချုပ်ငြိမ်း သွားကြတာပဲနော်'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီလို ခဏလေးအတွင်းမှာ မရေတွက်နိုင် လောက်တဲ့ ရုပ်, နာမ် တွေဟာ ဖြစ်ပြီး ချုပ်ငြိမ်းသွားကြတာကို တရားရှုမှတ်လို့ သမာဓိရလာရင် တွေ့နိုင်ပါတယ်၊ သမာဓိအား ကောင်းလာတာနဲ့အမျှ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်းမှာ ဖြစ်, ပျက် ချုပ်ငြိမ်းသွားတဲ့ ခဏိကအနိစ္စသဘောဟာ ထင်ရှားလာလေလေ ပါပဲ'

'ဒါပေမဲ့ တရားရှုမှတ်ခါစမှာ တွေ့နိုင်ဖို့ ခဲယဉ်းမယ်နော်'

'ညီမပြောတာ မှန်တယ်၊ ပုထုဇဉ်လူတွေမှာတော့ ခဏိက ပေါင်းများစွာဟာ လျင်လျင်မြန်မြန် ဖြစ်, ပျက်နေလို့ တစ်ခုထဲလို့ ထင်ရတတ်တယ်၊ အဲဒီလို တစ်ခုတည်း တစ်ဆက်တည်းလို့ မြင်ရအောင် ဖုံးကွယ်ထားတာကို ပါဠိလို သန္တတိလို့ခေါ်တယ်၊ လယ်တီဆရာတော်ကြီးက သဲတွေကို အမြင့်က အဆက်မပြတ် သွန်ချလိုက်တဲ့အခါ တစ်မှုန့်ပြီး တစ်မှုန့် ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ လျင်လျင်

မြန်မြန် ပျောက်သွားတာကိုမမြင်ရဘဲ သဲအကြောင်းကြီးကို မြင်ရတာနဲ့ တူတယ်ဆိုပြီး ဥပမာပေးထားတယ်'

'အစ်ကိုပြောတဲ့ ခဏိကနဲ့ သန္တတိ ဥပမာလေးက တော်တော်ကောင်းတယ်'

'ဒီသဘောလေးကို အစ်ကို ဆေးတက္ကသိုလ် မတက်ခင် ၁၉၇၉-ခုနှစ်က အောင်လံတစ်ဖက်ကမ်း သရက်မြို့အနီးက ဇာလီတောင် ဆရာတော်ကိုဖူးခဲ့တုန်းက ဧရာဝတီမြစ်ကမ်းစပ်မှာ အဖေပြောဖူးတယ်'

အဖေက 'ဧရာဝတီမြစ်ရေတွေကို ကမ်းစပ်က ထိုင်ကြည့်သူအတွက်တော့ မြစ်ရေဟာ တစ်ဆက်တည်းလို မြင်တွေ့နေရတာပေါ့၊ ဒါပေမဲ့ သားရယ်···နောက်တစ်မိနစ်မှာ တွေ့ရတဲ့ရေတွေဟာ အရင်တွေ့ရတဲ့ရေတွေ မဟုတ်တော့ဘဲ နောက်က အဆက်မပြတ် စီးဆင်းလာတဲ့ ရေအသစ်တွေသာ ဖြစ်တယ်၊ တရားအသိဉာဏ် မပွင့်လင်းတဲ့ လူအများစုအတွက် ဒီလို ဖြစ်ပျက်နေတဲ့အစဉ်ကို တစ်ဆက်တည်းလို့ ထင်အောင် ဖုံးကွယ်ထားတာကို သန္တတိလို့ ခေါ်တယ်၊ သားမှတ်ထားနော်···'

'အစ်ကို့ အဖေပြောတဲ့ ဥပမာလေးလည်း ရှင်းတယ်၊ ဒီသဘောလေးကို တရားရှုမှတ်မှပဲ ခဏတိုင်း ဖြစ်ပျက်နေတာနဲ့ ခဏပေါင်းများစွာ တဆက်တည်း ဖြစ်ပျက်နေတာကို သေသေ

ချာချာ ခွဲခြားပြီး မြင်သွားမှာနော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ မျက်စိထဲမြင်လွယ်အောင် ပြောရရင် တစ်နာရီကို ကီလို ၃၀၀ လောက် အမြန်နှုန်းနဲ့ခုတ်မောင်းနေတဲ့ ကျည်ဆံရထား *Bullet train* တစ်စီးကို ညီမ လမ်းဘေးနားက ကြည့်ရင် အဲဒီရထားတွဲကြီး တရိပ်ရိပ်ပြေးသွားတာကိုပဲ မြင်ရမှာ၊ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအရှိန်နှုန်းနဲ့ညီတဲ့ ကားတစ်စီးပေါ်ကယှဉ်ပြီး လိုက်ကြည့်မှ တစ်တွဲစီပေါ်က ခရီးသည်တွေတစ်ဦးချင်းရဲ့ လှုပ်ရှားမှုကို အသေးစိတ် မြင်နိုင်ပါတယ်၊ ဒီသဘောမျိုးနဲ့ တူပါတယ်’

စကားကောင်းနေတာနဲ့ ညနေ ခြောက်နာရီထိုးမှ ကျွန်တော်တို့ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်က ထွက်လာခဲ့ပါတယ်။ သူမက ကားထဲမှ အိတ်တစ်ခုကို ဆွဲပြီး ကျွန်တော့်ကို ကမ်းပေးပါတယ်။

‘အစ်ကိုက ညဉ့်နက်တဲ့အထိ စာရေးတတ်လို့ လက်ဖက်နဲ့ အကြော်စုံ ယူလာတယ်’

‘ကျေးဇူးပဲ ညီမရယ်’

‘အဒေါ်တစ်ယောက်က ရင်သားအကျိတ်ကို အစ်ကိုနဲ့ ပြချင်တယ်ပြောတယ်၊ ဘယ်နေ့လာလို့ အဆင်ပြေမလဲ’

‘တနင်္လာနေ့ နံနက် ၁၀ နာရီလောက် ဆေးရုံကို လာခဲ့ပါ၊ ကြည့်ပေးပါ့မယ်’

‘တနင်္လာနေ့မှ တွေ့မယ်နော်’

'ဖြည်းဖြည်း မောင်းပါ'

'ဟုတ်ကဲ့ပါ'

သူမက လက်ပြနှုတ်ဆက်ပြီး ထွက်သွားပါတယ်။ ဆောင်းဝင်တော့မှာမို့ အပြင်ဖက်မှာ မှောင်ရိပ်များသန်းစပြုနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အညာမြေရဲ့ ဆည်းဆာဟာ တိမ်ရောင်စုံကွန့်မြူးနေတာမို့ သာယာလှပါတယ်။

ကျွန်တော်အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ခဏနားလိုက်ပါတယ်။ ညစာကို သူမပေးတဲ့ လက်ဖက်နဲ့ စားဖြစ်ပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ အရေးပေါ်လူနာမရှိတာနဲ့ စာဆက်ရေးလိုက်ပါတယ်။ ည၉ နာရီသန်းခေါင်ကျော်ပေမယ့် မအိပ်ချင်သေးတာနဲ့ ကျိုက်ထိုမြို့ ဘုရားသုံးဆူဆရာတော်ရေးတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်စာအုပ်ကို ဖတ်ဖြစ်ပါတယ်။

ယုံမှားသံသယမှ စင်ကြယ်ခြင်း

(၁၅)
ယုံမှားမှုမှ လွန်မြောက်ခြင်း

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၁၉ ရက်၊ သောကြာနေ့။

မမျှော်လင့်ဘဲ စက်တင်ဘာလဆန်း ၃ ရက်နေ့မှ ၁၁ ရက်နေ့အထိ စင်္ကာပူနိုင်ငံမှာ ကျင်းပတဲ့ ကင်ဆာညီလာခံသို့ တက်ရောက်ခွင့်ရလို့ သင်တန်းကို နှစ်ပတ်ကြာရပ်နားခဲ့ရပါတယ်။

ညီလာခံမှာ ကင်ဆာဆဲလ်များနှင့် ထောက်ပံ့ပေးနေသော သွေးကြောများကို တိုက်ရိုက်ဟန့်တားနိုင်သော ကင်ဆာဆေးပညာ *Targeted Chemotherapy,* ဦးနှောက်နှင့်အဆုတ်ကင်ဆာများကို ထိရောက်စွာကုသပေးနိုင်သော *r-knife and cyber knife radiotherapy* နှင့် ခေတ်မီနည်းပညာများသုံး၍ ရောဂါရှာဖွေခြင်းများကို လေ့လာ ဆွေးနွေးခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။

မိတ္ထီလာပြန်ရောက်တော့ ညီလာခံ အတွေ့အကြုံများကို ဆေးရုံအုပ်ကြီး ဒေါက်တာခင်မောင်အေးအား တင်ပြခဲ့ပါတယ်။ ကင်ဆာဝေဒနာရှင်များအတွက် အကျိုးရှိမှာဖြစ်လို့ ကျွန်တော့်ကို ကုသဆောင်အသစ် ဖွင့်လှစ်ဖို့ ခွင့်ပြုပါတယ်။

ကုသဆောင်အသစ်ဖွင့်လှစ်ဖို့ ပြင်ဆင်နေစဉ် တင်မိုးဝေက အကူအညီများစွာ ပေးခဲ့ပါတယ်။ အဆောင်အတွက် လိုအပ်သော

လိုက်ကာ, ခန်းဆီးများနှင့် ဆေးရုံသုံးပစ္စည်းများကို တာဝန်ယူ လုပ်ပေးခဲ့ပါတယ်။

မိတ္ထီလာမြို့ထဲမှ သူမ၏လူနာများနှင့် ကျွန်တော်ကုသပေးနေသော ကင်ဆာဝေဒနာရှင်များက ငွေကြေးနှင့်ပရိဘောဂများ လှူဒါန်းကြလို့ နှစ်ပတ်အတွင်းမှာ အောင်မြင်စွာ ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

နံနက်ငါးနာရီခွဲမှာ တပ်ဦးကျောင်းမှ သံဃာတော်ငါးပါးကိုပင့်ဖိတ်ပြီး ပရိတ်တရားတော်များ ရွတ်ဖတ်၍ အရုဏ်ဆွမ်း, သင်္ကန်းနှင့် ဆေးဝါးများ ကပ်လှူပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

နံနက် ရှစ်နာရီမှစပြီး အဆောင်သစ်ဖွင့်ပွဲသို့ ဆေးရုံအုပ်ကြီးမိသားစု၊ ပါရဂူ ဆေးမှူးများ၊ သူနာပြုများ၊ မိတ္ထီလာမြို့မှ မိတ်ဆွေများ လာရောက်အားပေးကြပါတယ်။ စေတနာရှင်များရဲ့ လှူဒါန်းမှုကြောင့် ဖွင့်ပွဲနေ့မှာ ကင်ဆာဆေးဝါးများအတွက် လှူဒါန်းငွေသိန်း ၃၀ ရရှိခဲ့ပါတယ်။

ဆရာကံမြင့်နှင့် ရွာမှ ဦးစံရွှေ၊ ဦးဝင်းမြင့်အောင်၊ ဒေါ်ညွန့်ရီတို့မှ တက်ရောက်သူများအားလုံးကို မုန့်ဟင်းခါးချက်ပြီး ဧည့်ခံကျွေးမွေးပါတယ်။ နေ့လည် ၁၂-နာရီမှာ လူစဲသွားပါတယ်။

တင်မိုးဝေက ‘ဒီမှာ ကင်ဆာကုသဆောင် အောင်အောင်မြင်မြင်ဖွင့်နိုင်တာ ညီမဝမ်းသာတယ်၊ တချို့ကင်ဆာရောဂါတွေ

က စောစောစီးစီးသိရင် အမြစ်ပြတ် ပျောက်ကင်းနိုင်တော့ သူတို့ အတွက် အများကြီးအကျိုးရှိမှာပါ'

'အစ်ကိုလည်း ကြိုးစားပြီး ကုသပေးပါ့မယ်၊ တပ်မတော် ဆေးရုံဆိုပေမယ့် အရပ်ထဲကပြချင်တဲ့ လူနာတွေကိုလည်း ကြည့် ပေးပါ့မယ်၊ ညီမ အကူအညီပေးလို့လည်း ရက်ပိုင်းအတွင်းမှာ ဖွင့်ဖြစ်သွားတာပါ'

'အစ်ကို အသိအမှတ်ပြုလို့ ဝမ်းသာပါတယ်၊ ညီမလည်း ကင်ဆာဆေးပညာကို စိတ်ဝင်စားတယ်၊ ဒီမှာရှိနေတုန်း အစ်ကို လည်းသင်ပေးနော်၊ ယူအက်စ်ထွက်ဖြစ်ရင်လည်း *Medical Oncology* ကို ဘွဲ့လွန်တက်ဖို့ မှန်းထားတယ်'

'ညီမက ဆန္ဒလည်းထက်သန်တယ်၊ စေတနာလည်းရှိပြီး ကြိုးစားတော့ မှန်းထားတဲ့အတိုင်း ဖြစ်လာမှာပါ'

'ခုလိုအားပေးတာ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်၊ ဒီနေ့ သောကြာနေ့ ဆိုတော့ သင်တန်း ရှိမှာပေါ့နော်'

'ဒီနေ့ ပုံမှန်ပြန်စပါ့မယ်၊ ဘဝမှာ အရေးကြီးတာက သစ္စာ ကို သိမြင်သွားဖို့ပါ၊ အခုပို့ချနေတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ဖြူစင်ရှင်းသန့်တဲ့ ရုပ်ဝန်းကို အရောက်သွားနိုင်ဖို့ လမ်းညွှန်ပေးထားတယ်'

'ညီမလည်း သိချင်ပါတယ်၊ ညနေပြန်လာခဲ့မယ်နော်'

နေ့လည်ပိုင်းမှာ ဒေါက်တာ ကျော်ဇင်ဝင်း၊ သူနာပြုအရာရှိ

ဝါဝါခိုင်၊ သီတာအေးတို့နဲ့ လူနာများကိုကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။

ညနေ လေးနာရီမှာတော့ သုံးပတ်ခန့် ရပ်နားထားတဲ့ သင်တန်းကို ပြန်လည်စနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

'ဒီနေ့ စင်ကြယ်ခြင်း ၇-မျိုးမှာ စတုတ္ထမြောက် ယုံမှားသံသယမှ စင်ကြယ်ခြင်း ပါဠိလို **ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ**ကို ပို့ချပေးပါ့မယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ယုံမှားသံသယက ဘာတွေကိုဖြစ်တာလဲဆရာ'

'တချို့က လူနဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ တန်ခိုးရှင်, ဖန်ဆင်းရှင်တို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရတာ ဒါမှမဟုတ်ဘဲ အကြောင်းမရှိဘဲဖြစ်ပေါ်လာတာလို့ ယူဆထားကြတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့ ပဠာန်းဒေသနာဟောမှ ရုပ်, နာမ်, ခန္ဓတို့ဟာ တန်ခိုးရှင်, ဖန်ဆင်းရှင်တို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရတာမဟုတ်ဘဲ ကံ, စိတ်, ဥတု, အာဟာရ, ယောနိသော မနသိကာရ စတဲ့ အကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရတာလို့ ပိုင်းခြားဆင်ခြင်ပြီး သိသွားကြတယ်၊ ဒီလို လောကမှာ အရာရာဟာ အကြောင်းအကျိုး ဆက်နွှယ်နေလို့သာ ဖြစ်ပေါ်လာရတယ်လို့ သိသွားတဲ့အခါမှာ ထာဝရဘုရား, ဖန်ဆင်းရှင်, အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်ဆိုတဲ့ အယူမှားတွေနဲ့သံသယတွေအားလုံး ကင်းပျောက်သွား

ပါတယ်'

'ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိကို ဘယ်လိုပြန်ပါလဲ ဆရာ'

'ယုံမှားသံသယမှ စင်ကြယ်ခြင်းဆိုတော့ *Purification attained by overcoming doubt* လို့ ပြန်တယ်'

ဦးစံရွှေက 'ဒီလိုစင်ကြယ်ဖို့ ဉာဏ်စဉ်လည်း တဖြည်းဖြည်း တက်လာမှ ဖြစ်မှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ တရားဆက်လက်ရှုမှတ်ရင်း ရုပ်, နာမ်ရဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အကြောင်းကို သိလာတာ, အကြောင်းအကျိုးဆက် စပ်မှီတွယ်နေလို့သာ ဖြစ်လာတာလို့ သိသွားတာကို နာမရူပ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒီဉာဏ်ရလာတဲ့အခါမှာ ယုံမှားသံသယတွေလည်း ကင်းသွားပါတယ်'

'အဲဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Knowledge of the cause of Arising of mind and body*'

'အဲဒီဉာဏ်ရဲ့ ဆိုလိုရင်းကို သိချင်ပါတယ်ဆရာ'

'နာမရူပက နာမ်နဲ့ရုပ်, ပစ္စယက အကြောင်းတရား, ပရိဂ္ဂဟာက သိမ်းဆည်းတာလို့ အဓိပ္ပါယ်ရလို့ နာမ်နဲ့ရုပ်ရဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အကြောင်းရင်းကို သိမ်းဆည်းဆင်ခြင်ပြီး သိသွားတာပါ'

တင်မိုးဝေက 'ဒီလိုဆို ရုပ်နဲ့နာမ်ကလည်း အကြောင်းရှိလို့

ဖြစ်လာတာပေါ့နော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ ဆရာတို့ ငယ်ငယ်ကသင်ခဲ့တဲ့ ကဗျာလေးမှာ ပေါက်ပင်ဘာကြောင့် ကိုင်းရတယ်၊ ဗျိုင်းနားလို့ ကိုင်းရတယ် ဆိုသလို အရာရာမှာ အကြောင်းတရားတွေရှိလို့လည်း အကျိုးတရားတွေ ဖြစ်လာတာပါ၊ ဒီသဘောကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်မှာ အကျယ်တဝင့် ရှင်းပြထားပါတယ်’

‘ဒီလိုဆို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့ ပဋ္ဌာန်းက နာမ ရူပ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကိုရဖို့ အထောက်အပံ့ ပြုတာပေါ့နော်’

‘မှန်ပါတယ်၊ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ရပြီး နာမ်ရုပ်တို့ဖြစ်ပေါ်လာတာကို ရှုမှတ်ဆင်ခြင်လိုက်ရင် အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရ ပစ္စယာဝိညာဏံ၊ ဝိညာဏပစ္စယာ နာမရူပံ စတဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့ ပဋ္ဌာန်းပစ္စည်းတို့ရဲ့ ကြောင်းကျိုး ဆက်နွယ်တာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတာကို တွေ့ရပါမယ်’

ဦးစံရွှေက ‘ဒီလိုဆို ရုပ်နဲ့နာမ်မှာလည်း သက်ဆိုင်တဲ့အကြောင်းတွေရှိလို့ ဖြစ်လာတာပေါ့ဆရာ’

‘မှန်ပါတယ်၊ ရုပ်တရားတို့ဟာ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရဆိုသော အကြောင်းလေးပါးကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတာပါ’

‘နာမ်တရားကျတော့ ဘာကြောင့်ဖြစ်လာတာလဲဆရာ’

‘နာမ်တရားတွေဟာ ယောနိသောမနသိကာရဆိုတဲ့ အသင့်

အတင့် နှလုံးသွင်းမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်၊ ယောနိသော မနသိကာရ ရရှိရင် ကုသိုလ်ကံတွေဖြစ်သလို မသင့်မတင့် နှလုံးသွင်းတဲ့ အယောနိသော မနသိကာရကြောင့်လည်း အကုသိုလ်ကံတွေ ဖြစ်လာပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ကျွန်တော် နားလည်ပြီ၊ ရုပ်နဲ့ နာမ်မှာ အကြောင်းရင်းကိုယ်စီ ရှိတာကို ဆင်ခြင်သိမြင်နိုင်ရင် ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်လာမယ်၊ ဒီအခါမှာ ယုံမှားသံသယ ကင်းစင်တဲ့ ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိအဆင့်ကို ရောက်သွားမယ်'

'မှန်ပါတယ်'

'အဘိဓမ္မာသင်တုန်းက ပစ္စည်းပိုင်းမှာ ပဋ္ဌိစ္စ သမုပ္ပါဒ်နဲ့ ပဋ္ဌာန်းကို သင်ဖူးတယ်၊ ဆရာ နည်းနည်းလောက် ပြန်ရှင်းပြပေးပါလား'

'ပစ္စည်းဆိုတာကို အားလုံးသိထားကြပါတယ်၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ပတ္တမြား၊ ကျောက်မျက်ရတနာတွေ၊ အိမ်၊ ခြံ၊ မြေ၊ အဆောက်အဦတွေဟာ လောကအခေါ်အဝေါ်အရ ပစ္စည်း *Property* တွေပါ၊ သူတို့ဟာ ပိုင်ဆိုင်သူ ဥစ္စာရှင်တွေကို ကြွယ်ဝချမ်းသာစေတယ်၊ တိုးတက်ကြီးပွားအောင် အရင်းအနှီး ဖြစ်စေလို့ ပစ္စည်းလို့ခေါ်တာပါ၊ အဘိဓမ္မာအရ ပစ္စည်းဆိုတာ အကြောင်းတရား *Cause or condition* ကိုပြောတာ ပါ၊ ဆိုင်ရာအကျိုး

များရဲ့ အကြောင်းပေါ့'

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း 'ဒါဆို ပစ္စယုပ္ပန် ဆိုတာ အကျိုးကိုပြောတာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ပစ္စယုပ္ပန်က အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးတရား *The effect or result of the cause* ပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ ပစ္စည်းတရားက ပစ္စယုပ္ပန်တရားကို ကျေးဇူးပြုတယ်ဆိုတာ မဖြစ်သေးတဲ့အကျိုးတရားကို ဖြစ်စေတာနဲ့ ဖြစ်ပြီးတဲ့ အကျိုးတရားကို တည်တံ့ခိုင်မြဲအောင် ထောက်ပံ့တာကို ပြောတာပါ၊ ဒီလို အကြောင်းအကျိုးဆက်သွယ်တာကို ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်နည်း၊ ပဋ္ဌာန်းနည်းတို့နဲ့ ရှင်းပြပေးထားပါတယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'အဲဒီနှစ်ခုက ဘယ်လိုကွာခြားပါသလဲ'

'ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ ပစ္စည်းနဲ့ ပစ္စယုပ္ပန်တို့ရဲ့ အကြောင်း အကျိုး ဆက်နွယ်တာကိုပဲ ပြဆိုထားတယ်၊ ပဋ္ဌာန်းနည်းမှာတော့ အကြောင်းအကျိုး ဆက်နွယ်တာသာမက အကြောင်းတရားတွေရဲ့ စွမ်းအားသတ္တိနဲ့ ဘယ်လိုဘယ်နည်း ဆက်သွယ်ကျေးဇူးပြုတာ ကိုပါ ရှင်းပြထားတယ်၊ အဘိဓမ္မာအရ အဲဒါကို ပစ္စယသတ္တိနဲ့ ကျေးဇူးပြုတယ်လို့ခေါ်တယ်'

'ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်ကိုသိမှ နာမ်၊ ရုပ်ဖြစ်ပေါ်လာတာကို နားလည်မှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဟာ ဗုဒ္ဓဒဿန မှာ အရေးကြီးတဲ့တရားတော်ပါ၊ ဒီဒေသနာတော်အရ ရုပ်၊ နာမ်၊ ခန္ဓတို့ဟာ တန်ခိုးရှင်၊ ဖန်ဆင်းရှင်တို့ကြောင့် ဖြစ်လာရတာ မဟုတ်ဘဲ အကြောင်းအကျိုး ဆက်နွယ်နေလို့သာ ဖြစ်ပေါ်လာ တာကို သိသွားကြတယ်၊ ဒီအခါမှာ ထေရဝါဒဘုရားနဲ့ ဖန်ဆင်းရှင် ကြောင့်ဆိုတဲ့ အယူမှားကို ဖယ်ရှားပေးပါတယ်'

'ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'အကြောင်းကိုမှီပြီး အကျိုးဖြစ်လာရလို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို *The law of Dependent Origination* ဆိုပြီး ပြန်တယ်၊ အကြောင်းအကျိုးဆက်သွယ်တာကို ကွင်းဆက် ၁၁-ခုနဲ့ ရှင်းပြ ပေးထားပါတယ်၊ ဒီမှာလည်း အကြောင်းအကျိုး ကွင်းဆက် ကိုပဲပြောတာဖြစ်ပြီး အချိန်သဘော၊ နေရာသဘောနဲ့ အစကို ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး'

It explains eleven causal relations and how each relationship is involved in the wheel of existences undergoing the rounds of rebirth and misery in the long Samsara.

'ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရဲ့ ပထမကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်မှုက **အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ သင်္ခါရာ** *Conditioned things arises as a con-*

sequence of ignorance or delusion, သစ္စာလေးပါးနဲ့ ကံ ကံရဲ့အကျိုးဆက်ကို မသိတဲ့ မောဟဆိုတဲ့ အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရတရားတွေ ဖြစ်လာရတယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ'

သီတာအေးက 'သင်္ခါရက ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ ဆရာ'

'သင်္ခါရဆိုတာ ပြုပြင်စီရင်တတ်သော အကြောင်းအရာများလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ ရှင်းအောင် ပြောရရင် မိမိပြုလုပ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ကံတွေပါပဲ၊ မည်သူမပြုမိမိမှု ဆိုတဲ့အတိုင်း ကုသိုလ်ကံတွေကြောင့် နောင်ဘဝတွေမှာ ကောင်းတဲ့သုဂတိဘဝတွေကို ရောက်ကြရသလို အကုသိုလ်တွေကြောင့်လည်း ယုတ်ညံ့တဲ့ ဒုဂ္ဂတိဘဝတွေကို ရောက်ကြရပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လိုဘဝတွေပဲ ရောက်ရောက် ဖြစ်ရာဘဝတွေမှာ မွေးဖွားခြင်းရှိတဲ့အတွက် အဖန်တလဲလဲ သေရဦးမှာပါ၊ ဒီလို ဘဝအသစ်သစ်တွေကို ဖြစ်စေတတ်လို့ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ကံအားလုံးကို သင်္ခါရလို့ခေါ်ပါတယ်'

'ဒါဆို သင်္ခါရက ဘဝအသစ်တစ်ခုကို ဖြစ်စေတာပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ သင်္ခါရကြောင့် နောင်ဘဝမှာ ပဋိသန္ဓေဝိညာဉ်ဖြစ်လာပါတယ်'

'*Rebirth-consciousness arises as a conse-*

quence of Conditioned things'

ဆရာကံမြင့်က 'ပဋိသန္ဓေဝိညာဉ်က ဘယ်အချိန်မှာ တွယ်တာလဲ ဆရာ၊ ကျွန်တော်ဖတ်ဖူးတဲ့ သေကျွတောင်ဆရာတော် ဦးတိလောကရဲ့ ပဏ္ဍိတဝေဒနိယ ဒီပနီနဲ့ လယ်တီဆရာတော် ပြုစုတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာနဒီပနီမှာ ပဋိသန္ဓေဝိညာဉ်နဲ့ မှီရာဟဒယဝတ္ထုဟာ သဟဇာတသဘောအရ တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုထားတယ်၊ နောက် ကျမ်းဂန်တွေထဲမှာလည်း ပဋိသန္ဓေတည်ချိန်ဟာ မိဘနှစ်ပါး သံဝါသပြုတဲ့အခါ၊ မိခင်မှာ ဥတုပန်းပွင့်တဲ့အခါနဲ့ သူငယ်လောင်းဖြစ်သူကလည်း အသင့်ရှိမှ ဖြစ်တယ်လို့ဆိုတယ်၊ အဲဒါ ဆေးပညာအမြင်နဲ့ ကိုက်ညီမှုရှိလား ဆရာ'

'ဆရာကံမြင့် မေးတာလေးက အလွန်ကောင်းပါတယ်၊ ဆေးပညာအရ ပဋိသန္ဓေတည်တာကို ရှင်းပြပါ့မယ်၊ မိဘနှစ်ဦး သံဝါသ *Sexual intercourse* ပြုလုပ်တဲ့အခါ ဖခင်ရဲ့သုတ်ရည်ထဲက ဖားလောင်းလေးများနဲ့ အသွင်တူတဲ့ *Spermatozoa* အကောင်ငယ်လေးများဟာ အမိရဲ့အင်္ဂါအတွင်းသို့ လူးလာကူးယှက်ပြီး ဝင်သွားကြပါတယ်၊ ဒီအချိန်မှာ သားအိမ်အတွင်း မမျိုးစေ့ *ovum* လေးဆင်းလာတဲ့ အခိုက်နဲ့ကြုံရင် သန်းပေါင်းများစွာထဲက တစ်ကောင်သော *Spermatozoa* လေးနဲ့ သားအိမ်အတွင်း ပေါင်းစပ်ပြီး သန္ဓေတည်ခြင်းရဲ့အစ ဖြစ်လာပါတယ်'

'မိခင်မှာ ဥတုပန်းပွင့်သောအခါဆိုတာ ဓမ္မတာဆင်းတာ *Menstration* လို့ ကျွန်တော်နားလည်ထားတယ်၊ အဲဒါရော ဆေးပညာအယူအဆနဲ့ ကိုက်ညီရဲ့လား ဆရာ'

'တကယ်တော့ မျိုးစေ့လေးဆင်းလာတဲ့ အခိုက်ဟာ ပျမ်းမျှအားဖြင့် ဓမ္မတာလာပြီး နှစ်ပတ်အကြာမှာပါ၊ ဆေးပညာအရ ရက်အနည်းငယ် ကွာနေသလိုဖြစ်နေပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဒီအချက်ကို ဘုရားလက်ထက် လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်း ၂၆၀၀ ကျော်ကာလက ဆေးဆရာများတောင် သိဖို့မလွယ်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ လူအများ နားလည်ထားတဲ့ ဥတုပန်းပွင့်တာနဲ့ပဲ သတ်မှတ်ပြီး ဟောထားတာပါ၊ ဒါကလည်း ဥတုပန်းပွင့်တဲ့အမျိုးသမီးမှ သားဥဆင်းနိုင်လို့ပါ'

ဦးစံရွှေက 'သူငယ်လောင်း အသင့်ရှိနေတယ်ဆိုတာ မိဘနှစ်ပါးတို့ သံဝါသပြုနေဆဲမှာ ရှိတာကို ပြောတာလား ဆရာ'

'အဲဒီအခိုက်လေးကိုပဲ ဆိုလိုတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ သုတ်ရည်မှာပါတဲ့ *Spermatozoa* လေးက နာရီပိုင်းမျှသာ အသက်ရှင်ပေမယ့် *Ovum* လေးဟာ နာရီပေါင်း ၇၂-နာရီအထိ ရှင်သန်နိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အဲဒီကာလလေးမှာ မိခင်နှင့် ဖခင် ဆက်ဆံခဲ့မယ်ဆိုရင် ပဋိသန္ဓေတည်နိုင်ပါတယ်'

တင်မိုးဝေက 'ပဋိသန္ဓေစိတ် ဒါမှမဟုတ် ပဋိသန္ဓေဝိညာဉ်

က ဘယ်အချိန်မှာ စဖြစ်လဲ အစ်ကို'

'ပဋ္ဌာန်းတရားတော်အရ စုတိ-ပဋိသန္ဓေက အကြားမရှိ တဆက်တည်းပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ ပဋိသန္ဓေစိတ်က မိခင်ဝမ်းမှာ ပဋိသန္ဓေယူမယ့်သားလောင်း ဘဝဟောင်းမှ စုတေတဲ့အချိန်မှာ စတယ်လို့ ယူနိုင်ပါတယ်'

'ဒါဆို ဘဝင်စိတ်က ဘယ်အချိန်မှာ ဖြစ်မလဲ အစ်ကို'

'ညီမသိတဲ့အတိုင်း ပဋိသန္ဓေစိတ်က သန္ဓေသားရဲ့ နှလုံးအိမ်အတွင်းမှာမှီပြီး တပြိုင်နက်ဖြစ်တာပါ၊ ဆေးပညာအရ ဆဋ္ဌမ ပတ်ရောက်မှ နှလုံးစခုန်တာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ တစ်လခွဲကျော်မှ သန္ဓေသားရဲ့နှလုံး စတင်ခုန်တာနဲ့ ဘဝဟောင်းက စုတေလာတဲ့ သားလောင်းရဲ့ ကံအဟုန်တို့ ဆက်လက်ဆုံဆည်းနေမယ်ဆိုရင် ဘဝင်စိတ်တွေ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖြစ်နေပြီလို့ ယူဆနိုင်ပါတယ်၊ အဘိဓမ္မာအရ အားလုံးသိတဲ့အတိုင်း ပဋိသန္ဓေစိတ်, ဘဝင်စိတ်နဲ့ စုတိစိတ်ဟာ အမည်သာကွဲပြားပေမယ့် တစ်ခုတည်းပါပဲ'

'ဘဝင်စိတ်ဖြစ်နေတာကို သိနိုင်လား ဆရာ'

'ဒီစိတ်က အလွန်သိမ်မွေ့လို့ သိဖို့ခဲယဉ်းပါတယ်'

ဒီနေရာမှာ လယ်တီဆရာတော်ရဲ့ ကမ္မဋ္ဌာနဒီပနီမှာ ရေးထားတာလေးကို ပြောပြပါ့မယ်'

ဆရာတော်က 'ပဋိသန္ဓေ အခါမှစ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော

ဘဝင်ခေါ်သော မနောဝိညာဏ စိတ်မီးတောက်သည် နှလုံးသွေးနှင့် အပြည့်ရှိနေသော ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ကို စွဲမှီ၍ ခဏမစဲ တဖွားဖွား တလက်လက် ဖြစ်ပေါ်၍နေ၏၊ အလွန်မှေးမှိန်သော စိတ်မီးတောက်မျိုးနှင့်တူ၏၊ အာရုံမှာလည်း ရှေးဘဝ၌ မရဏာသန္နဇောတွင် ထင်မြင်ခဲ့ဖူးသော အာရုံဟောင်း တစ်ခုခုကိုသာ အမြဲအာရုံပြု၏၊ ယခုဘဝတွင် ထင်မြင်တွေ့ရှိသော အာရုံသစ်ကို အာရုံမပြု၊ ထို့ကြောင့် ထိုဘဝင်၏အာရုံကို ယင်းပုဂ္ဂိုလ်သည် မသိနိုင်'

သေကျွှတောင်ဆရာတော် ဦးတိလောကရဲ့ ပဏ္ဍိတဝေဒနိယ ဒီပနီကျမ်းမှာလည်း 'ဘဝင်ဆိုသော ဝိပါက်စိတ်အစဉ်ဟာ မြစ်ရေအလျဉ်တွင် မျောပါနေသော သစ်ရွက်လေးလို အလွန်ကြောင့်ကြဗျာပါရကင်းလို့ အလွန်ငြိမ်သက်အေးချမ်းတယ်၊ ထို့အတွက် ဘဝင်စိတ်ဖြစ်နေသောအခါ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် မသိနိုင်၊ ဒီလိုဖြစ်နေတာကို အိပ်ပျော်နေတယ်၊ မျောနေတယ်၊ မေ့နေတယ်လို့ လောကမှာ ဆိုကြတယ်'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ဆရာတော်ကြီးတွေ ရေးထားတာက နားလည်လွယ်တယ် ဆရာ၊ ကျွန်တော်နောက်ထပ် သိချင်တာ တစ်ခုက မိခင်က မိမိမှာ ကိုယ်ဝန်ရှိတယ်ဆိုတာ ဘယ်အချိန်မှာ စပြီး သတိထားမိသလဲ ဆရာ'

'တစ်ခုက လာနေကြ ဥတုပန်းဆိုတဲ့ ဓမ္မတာသွေး မဆင်းတော့တာ၊ နောက်တစ်ခုက သန္ဓေသားမှာ ဦးနှောက်နှင့်နှလုံး ဖွံ့ဖြိုးပြီး နှလုံးစတင်ခုန်တဲ့အချိန်မှာ သတိထားမိတတ်ပါတယ်၊ **ပဋိသန္ဓေဝိညာဉ်ကြောင့် နာမ်, ရုပ်ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို အားလုံး နားလည်သွားကြမှာပါ**၊ ကျွန်တော်ဆက်ပြီး စတုတ္ထ ကြောင်းကျိုး ဆက်သွယ်မှုကို ပြောပြပါ့မယ်'

'ဆရာကံမြင့်လည်း မှတ်မိမှာပါ၊ နာမ်, ရုပ်ကြောင့် ဘယ်ဟာဆက်ဖြစ်မှာလဲ'

'နာမ်, ရုပ်ကြောင့် သဠာယတန ဖြစ်မယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ နာမ်, ရုပ်ကြောင့် မျက်စိ, နား, နှာခေါင်း, လျှာ, ကိုယ်, စိတ်ဆိုတဲ့ အတွင်းအာယတန ခြောက်ပါး *Six internal bases* ဖြစ်လာပါတယ်၊ သူတို့နဲ့ အာရုံခြောက်ပါး ဆုံမိတဲ့အခါ ဖဿ *Contact* ဆိုတဲ့ အတွေ့အထိဖြစ်လာမယ်'

အတွေ့အထိကြောင့် ခံစားမှုဆိုတဲ့ ဝေဒနာဖြစ်လာမယ်၊ ကျွန်တော်တို့ နံနက်ခင်းမှာ ချိုသာတဲ့ ဓမ္မစကြာရွတ်ဖတ်သံကြားရင် စိတ်ထဲမှာ အေးချမ်းမှုဖြစ်သွားတော့ သောမနဿဝေဒနာပါ၊ ဒီလို ခံစားမှုဆိုတဲ့ ဝေဒနာဖြစ်လာရတာကလည်း သောတာယတန, အသံဆိုတဲ့ အကြားအာရုံနဲ့ သောတဝိညာဉ်တို့ ပေါင်းဆုံပြီး ဖဿဖြစ်လို့ပါ။

'ဝေဒနာက ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့ အာရုံကို မြင်ရ ကြားရ၊ တွေ့ထိရတဲ့အခါ သောမနဿ ဝေဒနာ၊ ကိုယ်မနှစ်သက်တာတွေနဲ့ကြုံရင် စိတ်ဆင်းရဲ အမျက်ထွက်တော့ ဒေါမနဿဝေဒနာ၊ တစ်ခါတလေ သိပ်ကောင်းတဲ့ အာရုံလည်းမဟုတ် သိပ်ဆိုးတဲ့ အာရုံလည်း မဟုတ်ရင် အလယ်အလတ် *Neutral* ခံစားမှုဆိုတဲ့ ဥပေက္ခာ ဝေဒနာဆိုပြီး သုံးမျိုးရှိတယ်'

ဒေါ်ညွန့်ရီက 'ဥပေက္ခာက လစ်လျူရှုတဲ့ သဘောမျိုးလား ဆရာ'

'ဒီနေရာမှာ ဥပေက္ခာက လစ်လျူရှုတဲ့ သဘောမျိုး မဟုတ်ဘဲ လမ်းလျှောက်နေရင်း အတွေးတွေရှိနေတဲ့အခါ လှပတဲ့ သဘာဝရှုခင်းကိုတွေ့ပေမယ့် နှစ်သက်တာလဲမဟုတ်၊ မနှစ် သက်တာလဲ မဟုတ် ဆိုသလို သိပ်အလေး မထားမိတတ်တာမျိုးပါ'

ဆရာကံမြင့်က '**ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ**ကိုတော့ ကောင်းကောင်းနားလည်တယ်၊ ကျွန်တော်တို့ သမီးရည်းစားဘဝက အကြည့်ချင်းဆုံလို့ ရင်ခုန်တာတွေ၊ သူ့စကားသံလေး ကြားရတဲ့အခါ ရင်ထဲမှာအေးမြသွားတာက သိသာပါတယ် ဆရာရယ်'

'အရေးထဲ သူငယ်ပြန်နေတယ်'

အားလုံးက ဝိုင်းရယ်ကြလို့ စိုစိုပြေပြေလေးဖြစ်သွားပါတယ်။

'အားလုံး နားလည်တဲ့အတွက် ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာကို အထူးမပြောတော့ပါဘူး၊ သတ္တမမြောက် ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်မှုက **ဝေဒနာ ပစ္စယာ တဏှာ**ပါ၊ ဝေဒနာကိုအကြောင်းပြုပြီး တဏှာဖြစ်လာပါတယ် *Attachment arises as a consequence of feeling*'

ဆရာကံမြင့်က ရေနွေးကြမ်းကို မော့သောက်ပြီး 'သုခနဲ့ သောမနဿကိုအမှီပြုပြီး တဏှာဖြစ်လာတာကတော့ ရှင်းတယ် ဆရာ၊ ဒါပေမဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကိုအကြောင်းပြုပြီး တဏှာ ဘယ်လိုဖြစ်လာတာလဲ ဆရာ'

'ဆရာကံမေးတာလေးက ကောင်းတယ်၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ဖွင့်ဆိုထားတာက နာကျင်ဆင်းရဲတဲ့အခါ သုခချမ်းသာကို တောင့်တကြတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ သူက သွယ်ဝိုက်သောနည်းနဲ့ တဏှာကို ဖြစ်စေပါတယ်၊ ညနေခင်း လမ်းလျှောက်ရင်း ဆရာကံခြေခေါက်ပြီး လဲသွားတဲ့အခါ နာတယ်မဟုတ်လား၊ ဒီအခါမှာ သက်သာသွားရင် ကောင်းမှာပဲဆိုတဲ့ တောင့်တမှုက တဏှာပါပဲ'

'ဒါဆို ဥပေက္ခာက တဏှာဘယ်လိုဖြစ်စေတာလဲ ဆရာ'

'ဥပေက္ခာက သုခဝေဒနာလိုပဲ အေးချမ်းတဲ့သဘောရှိတော့ သူ့ကိုလည်း တွယ်တာနိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဝေဒနာကိုအစွဲပြုပြီး တဏှာဖြစ်လာပါတယ်'

သင်တန်းပို့ချလို့ ကောင်းနေဆဲမှာ ဒေါ်ဝါဝါခိုင်နဲ့ သူနာပြု များရောက်လာပြီး ရခိုင်မုန့်တီများ လာချပေးပါတယ်။

'ဆရာတို့ ပူပူလေး စားလိုက်ကြပါ၊ ဒီနေ့ ကျမတို့ ကင်ဆာ ကုသဆောင်က ကျွေးမွေးတာပါ'

ကျွန်တော်လည်း သင်တန်းကို ခဏနားလိုက်ပြီး အားလုံး စုစားကြပါတယ်။ အပြင်မှာ မိုးရွာပြီး အေးနေတာနဲ့ အတော်ပဲ ဖြစ်သွားပါတယ်။

'ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာက တော်တော် နက်နဲတာပဲနော်'

'မှန်ပါတယ် ဆရာကံရယ်၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်နဲ့သာ အကုန်အစင် သိမြင်နိုင်မှာပါ၊ ကျွန်တော် သိတယ်ဆိုတာကလည်း အပေါ်ယံလောက်ပဲရှိပါတယ်၊ ကြိုးစား လေ့လာပေမယ့် မဟာသမုဒ္ဒရာကို ထောက်မမီသလို အလွန် နက်နဲလွန်းပါတယ်'

'ဒီဒေသနာက ဘာကြောင့်အရေးကြီးတာလဲ ဆရာ'

'ဒီဒေသနာတော်က လောကမှာ ဖြစ်ပျက်နေတာနဲ့ပတ် သက်ပြီး အယူမှန်ဖို့ ဟောထားတာဖြစ်လို့ပါ၊ လောကကြီးဟာ မြဲတယ်ဆိုရင်လည်း အယူမှားသွားနိုင်ပါတယ်၊ တစ်ခါ ဘဝတစ်ခု ချုပ်ငြိမ်းသွားရင် ဘာမှ ဆက်မဖြစ်တော့ဘူး၊ အားလုံးပြတ်စဲ တယ်ဆိုရင်လည်း ကုသိုလ်, အကုသိုလ်လုပ်တာတွေက အချည်း

နိုးပါပဲလို့ ယူဆသွားတတ်တော့ မိစ္ဆာအယူတွေ ဖြစ်နေပါတယ်၊ တချို့ကလည်း လောကရဲ့ ဖြစ်ပျက်အစဉ်မှန်သမျှဟာ ဘာအကြောင်းမှ မရှိဘူးဆိုတဲ့ အဟေတုကအယူကို လက်ခံထားကြတယ်၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ဟောလိုက်မှ လောကကြီးမှာ ဘယ်အရာမဆို အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်နေရတာလို့ သိသွားပြီး အယူမှန်သွားပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဟာ အလွန်အရေးပါတဲ့ ဒေသနာအနေနဲ့ ရှိနေတာပါ'

'ဆက်ပြီး အဌမကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်မှုဖြစ်တဲ့ တဏှာပစ္စယာ ဥပါဒါန် *Strong attachment or grasping arises as a consequence of desire* ကို ပြောပြပါ့မယ်'

ဦးစံရွှေက 'တဏှာနဲ့ ဥပါဒါန်မှာ တရားကိုယ်က လောဘဆိုတော့ အတူတူ မဟုတ်ဘူးလား ဆရာ'

'ဒီနေရာမှာ လောဘချင်းတူပေမယ့် တဏှာက အားနည်းတဲ့ လောဘဖြစ်ပြီး ဥပါဒါန်က အလွန်အားကြီးတဲ့ လောဘပါ၊ တဏှာဆိုတာ လိုချင်တပ်မက်တာ, ရှင်းရှင်းပြောရရင် ရေဆာသလို, ထမင်းဆာသလို ငတ်တာမျိုး *Thirsty* ဖြစ်တာ၊ ဥပါဒါန်က မြွေက ဖားကိုမြိုသလို တကယ့်ကို မလွတ်နိုင်အောင် စွဲလန်းသွားတာမျိုးပါ'

'နောက်ထပ် ခြားနားတာ ရှိသေးလား ဆရာ'

'သူတို့နှစ်ခုမှာ တဏှာရဲ့ဆန့်ကျင်ဘက်က အလိုနည်းမှု ဆိုတဲ့ အပိစ္ဆတာ *Free form desire,* နောက် ဥပါဒါန်ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်က သန္တုဋ္ဌိ *Contentment* ဆိုတဲ့ ရောင့်ရဲကျေ နပ်တာ၊ ဒီလိုဆန့်ကျင်ဘက်ချင်းလည်း ကွာခြားပါတယ်'

'တချို့ စာအုပ်တွေမှာ မရသေးခင် တောင့်တတာက တဏှာ၊ ရပြီးတဲ့အခါ တကယ့်ကို ငါ့ဟာ, ငါ့ပစ္စည်းလို့ စွဲလန်းသွားတာ က ဥပါဒါန်လို့ပြောတယ် ဆရာ'

'အဲဒီလိုလည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်၊ မရခင်လိုချင်တော့ တဏှာနဲ့ ရှာဖွေရတယ်၊ ရပြီးတဲ့အခါမှာ ဥပါဒါန်အစွဲနဲ့ ထိန်းသိမ်းစောင့် ရှောက်ရတယ်၊ ဆရာကံက စီးပွားရှာဖွေပြီး စိတ်ထဲမှာလိုချင် နေတဲ့ မာစီးဒီးကားကြီးဝယ်တယ် ဆိုပါစို့၊ ရအောင်လို့ ရှာဖွေရတဲ့ အခါ တွေ့ကြုံရမယ့် ဆင်းရဲဒုက္ခကလည်း အများကြီးရှိမှာပါ၊ နောက်တစ်ခါ ရလာပြန်တော့လည်း အိမ်ရှေ့မှာ ကားရပ်ထားရင် သူများက တိုက်သွားမလား, ခြစ်သွားမလား, ခိုးသွားမလားဆိုပြီး တော့ စောင့်ရှောက်ပူပင်ရတဲ့ ဒုက္ခတွေလည်း ရှိလာပါတယ်၊ ဒီလို ရှာဖွေရတဲ့ဒုက္ခနဲ့ စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းရတဲ့ဒုက္ခဆိုပြီး ကွာခြားပါတယ်'

တင်မိုးဝေက 'ဒါဆို တဏှာမဖြစ်ရင် ဥပါဒါန်လည်း မဖြစ် တော့ဘူးပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ စွဲလန်းတပ်မက်မှု နည်းလေလေ ဥပါဒါန် ဖြစ်တာလည်း နည်းသွားပါတယ်၊ တစ်ခါ **ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ**၊ ဒီလို ဥပါဒါန်အစွဲတွေကြောင့် လက်ရှိဘဝမှာ ကောင်း တာတွေရော၊ မကောင်းတာတွေပါ ပြုလုပ်တတ်ကြပါတယ်၊ အဘိဓမ္မာအရ ကမ္မဘဝလို့ ခေါ်တယ်'

'ကမ္မဘဝကို နည်းနည်းရှင်းပြပါလား ဆရာ'

'ကမ္မဘဝဆိုတာ စေတနာဆိုတဲ့ ကံနဲ့ သင်္ခါရတွေပါပဲ၊ ဒါပေမဲ့ အချိန်ကာလလိုက်ပြီး ကမ္မဘဝဆိုတာ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝဖြစ်ပြီး သင်္ခါရက အတိတ်ကာလကို ဆိုလိုပါတယ်၊ ဒီလိုလုပ်ဆောင်ရင်း သေဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ မိမိပြုထားတဲ့ ကံအားလျော်စွာ ဗြဟ္မာဘုံ၊ နတ်ဘုံ၊ လူ့ဘုံ၊ အပါယ်ဘုံမှာ အသီးသီးသော ဥပပတ္တိဘဝကို ရကြပါတယ်'

'ဥပပတ္တိဘဝကိုလည်း ရှင်းပြပေးပါလား'

'ကမ္မဘဝဆိုတာ လက်ရှိဘဝမှာလုပ်ခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် ကံတွေပါ၊ တခါ မိမိပြုခဲ့တဲ့ ကံအလိုက် နောင်ဘဝမှာ ဖြစ်လာ တာက ဥပပတ္တိဘဝပါ၊ အဘိဓမ္မာအရ ကံရဲ့အကျိုးဆက် ကြောင့် ဖြစ်လာတဲ့ ဝိပါက်စိတ်၊ စေတသိက်နဲ့ ကမ္မဇရုပ်တွေကို ပြော တာပါ'

Kamma-bhava means rebirth-producing all

the wholecome and unwholecome deeds performed in this present life whereas Upapattibhava is the passive resultant process in future life.

'အင်္ဂလိပ်လို ပြန်ထားတာလေးကလည်း ကောင်းတယ် ဆရာ'

'နောက် **ဘဝပစ္စယာ ဇာတိ**၊ လက်ရှိဘဝမှာ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာဆိုတဲ့ ကာမာဝစရကုသိုလ် တနည်းအားဖြင့် ကမ္မဘဝကို ဖြည့်ဆည်းထားရင် နောင်ဘဝ ကာမသုဂတိဘုံမှာ ပဋိသန္ဓေ နေခြင်းဆိုတဲ့ ဇာတိဖြစ်လာပါတယ်၊ တကယ်တော့ ဥပပတ္တိ ဘဝနဲ့ ဇာတိဟာ အခေါ်အဝေါ်ခြင်းကွာခြားပေမယ့် အတူတူပါပဲ၊ ဆွေဆွေမြင့် ဖြေကြည့်ပါလား၊ ဇာတိရဲ့ အကျိုးဆက်ကြောင့် ဘယ်ဟာတွေ ဆက်ဖြစ်မလဲ'

'ဇာတိကြောင့် ဇရာနဲ့ မရဏဖြစ်ပါမယ် ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဘဝတစ်ခုမှာ ပဋိသန္ဓေတည်ပြီးတာနဲ့ ရင့်ရော်လာခြင်းဆိုတဲ့ ဇရာနဲ့ သေဆုံးခြင်း မရဏက ဘယ်သူမှ ရှောင်လွှဲလို့မရပါဘူး၊ ဇာတိရှိတဲ့အတွက် ဇရာ၊ မရဏက ဧကန် မုချ ဖြစ်လာပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဇာတိကြောင့် သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊

ဒေါမနဿ, ဥပါယာသတို့လည်း ဖြစ်လာမှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဒီငါးမျိုးက လူတိုင်းမှာရှိပေမယ့် ဝိပဿနာရှုမှတ်ပြီး တရားရင့်သန်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ ရဟန္တာတွေမှာ မဖြစ်ပါဘူး၊ နောက် လူ့ဘဝမှာမွေးဖွားပြီး မကြာခင် သေဆုံးသွားတဲ့သူတွေမှာ ဖြစ်ခွင့်မကြုံပါဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ သူတို့က ဇာတိရဲ့အကျိုးရင်းမဟုတ်ဘဲ အကျိုးဆက်လို့ပဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်'

သီတာအေးက 'သမီးက ပါဠိဝေါဟာရတွေ ဖြစ်နေတော့ သိပ်နားမလည်ဘူး ဆရာ၊ မြန်မာလို ရှင်းပြပေးပါလား'

'ဇာတိဆိုတဲ့ မွေးဖွားခြင်းကြောင့် လူ့ဘဝရလာတဲ့အခါ စားဝတ်နေရေးအတွက် ပူပန်မှုတွေရှိလာရတယ်၊ တစ်ခါ မိဘဆွေမျိုးတွေနဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ ပျက်စီးတဲ့အခါ ဝမ်းနည်းပူဆွေးသောက *Worry* ဖြစ်လာရတယ်'

'ပရိဒေဝ ဆိုတာကကော ဆရာ'

'မိမိရဲ့အရင်းနှီးဆုံး မိဘဆွေမျိုး, ဇနီး, ခင်ပွန်း သားသမီးတွေ သေဆုံးတဲ့အခါ ငိုကြွေးမြည်တမ်းတာကို ပရိဒေဝလို့ခေါ်တယ်၊ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ပူဆွေးမှုအသံပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ ရုပ်-၂၈ပါးထဲက သဒ္ဒရုပ်ဟာ ပရိဒေဝ *Lamentation* ပါပဲ၊ တစ်ခါ ခန္ဓာဝန်ကြောင့် ဆင်းရဲရတာဟာ ဒုက္ခ, နောက် ဆွေမျိုး

ညာတကာနဲ့ စည်းစိမ်ရာထူးတွေ ပျက်စီးတဲ့အခါ စိတ်ဆင်းရဲမှုဆိုတဲ့ ဒေါမနဿ, နောက် မိမိချစ်မြတ်နိုးသူတွေ သေဆုံးသွားတဲ့အခါ အသံတောင်မထွက်နိုင်ဘဲ စိုးရိမ်ပူဆွေး မေ့မြောသွားတာ, ရှိုက်ကြီးတငင်ဖြစ်တာတွေဟာ ဥပါယာသပါ'

'ဒေါမနဿနဲ့ ဥပါယာသက ဘယ်လို ခြားနားသလဲ ဆရာ'

'အဘိဓမ္မာအရ ဒေါမနဿက ဒေါသမူဒွေးမှာ ယှဉ်တဲ့ ဝေဒနာ *Grief*, ဥပါယာသက ဒေါသမူဒွေးမှာယှဉ်တဲ့ ဒေါသစေတသိက် *Despair or torment* ပါ'

'နည်းနည်း ရှင်းပြပေးပါလား ဆရာ'

'နားလည်လွယ်အောင် ပြောရရင် ဒယ်အိုးနဲ့ ဖူးသီးကြော်တဲ့အခါ အိုးအတွင်း ဆီကျက်နေတာက ဝမ်းနည်းခြင်း သောကနဲ့ တူပါတယ်၊ အပူပြင်းလာလို့ ဆီဝေလျှံတက်လာခြင်းက ငိုကြွေးခြင်း ပရိဒေဝ, နောက် ကျန်ရစ်တဲ့ဆီတွေ ကုန်ခန်းတဲ့အထိ ကျက်နေခြင်းဟာ အတွင်းဆွေးဆွေးပြီး ပြင်းပြစွာပူလောင်တဲ့ ဥပါယာသနဲ့ အလားတူပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ အဝိဇ္ဇာကိုအစထားတာဟာ ဝဋ္ဋတရား ဒါမှမဟုတ် သံသရာရဲ့အစအနေနဲ့ ထားတာလား ဆရာ'

'ဒီလိုအနေနဲ့ မဟုတ်ပါဘူး၊ အဝိဇ္ဇာကိုအစထားတာက

ဒေသနာတော်အနေနဲ့ ထားတာပါ၊ ဆောင်းပါး ဒါမှမဟုတ် ဝတ္ထု တစ်ပုဒ်ရေးတယ်ဆိုရင် ထိပ်ကတစ်ခုခု စပြီးရေးရသလိုမျိုးပါ၊ တကယ်တော့ သံသရာဆိုတာ ဒေါင်လိုက်၊ အလျားလိုက် မဟုတ်ဘဲ စက်ဝန်းပမာ လည်ပတ်နေလို့ အစနဲ့အဆုံး မထင်ပါဘူး၊ မိလိန္ဒပဥှာထဲမှာလည်း ကြက်ဥနဲ့ ကြက်မ၊ သစ်စေ့နဲ့သစ်ပင် ဥပမာများနှင့် ပြထားတာ ဒီသဘောပါပဲ'

'ဒါဆို အဝိဇ္ဇာကိုဖြစ်စေတဲ့ အကြောင်းလည်း ရှိမှာပေါ့ ဆရာ'

'ရှိပါတယ်၊ အဝိဇ္ဇာကိုဖြစ်စေတဲ့ အကြောင်းကတော့ လောဘ၊ မောဟ၊ ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ အာသဝေါတရားတွေပါပဲ၊ ဒီနေ့ အားလုံး စိတ်ဝင်တစားဆွေးနွေးကြလို့ နားလည်မယ်လို့ ယူဆပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'ကံ္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိအဆင့်မှာ ယုံမှားသံသယတွေ ကင်းသွားပြီပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ဟာ ထာဝရဘုရားနဲ့ ဖန်ဆင်းရှင်တွေကြောင့်မဟုတ်ဘဲ အကြောင်းတရားတွေရှိလို့သာ အကျိုးတရားတွေဖြစ်လာတာလို့ အရှိကိုအရှိအတိုင်း သိမြင်သွားရင် စူဠသောတာပန်အဆင့်ရောက်သွားပါပြီ၊ မြန်မာလို သောတာပန်အငယ်စားလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်၊ ဒီအဆင့်ရောက်ရင် သုဂတိ

ဘဝကိုသာရောက်ပြီး တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် နိဗ္ဗာန်သို့ မျက်မှောက် ပြုသွားမှာပါ’

သင်တန်းအပြီး အားလုံးနှုတ်ဆက်ပြန်သွားကြတော့ ညနေ ငါးနာရီ ကျော်နေပါပြီ၊ အပြင်ဖက်မှာ မိုးစဲသွားတော့ ညနေ ဆည်းဆာဟာ သာယာလှပါတယ်။

ဒီနေ့တော့ ရွှေမြင်တင်ဘုရားကို လမ်းလျှောက်ပြီး သမ္ဗုဒ္ဓေ ဂါထာတော်ကို ပုတီးစိပ်ဖြစ်ပါတယ်။

အပြန်လမ်းမှာ စစ်တွေမှာရှိစဉ် မသင်းနဲ့ ရေချမ်းပြင်ဘက် အတူတူ လမ်းလျှောက်ခဲ့တာတွေကိုလည်း သတိရမိပါတယ်။ နေ့ရက်ပေါင်းများစွာ ဖြတ်ကျော်ခဲ့ပြီးပေမယ့် အဲဒီကာလလေးကို မနောဒွါရာဝဏ္ဏနဲ့ ပြန်ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်တော့ အာရုံမှာအသေး စိတ်ပြန်မြင်လာပါတယ်။

ညစာကို ဆရာကံမြင့်အိမ်က ပို့လိုက်တဲ့ ဘဲဥချဉ်ရည်ဟင်း, ပန်းပွင့်ကြော်တို့နဲ့ စားလိုက်ပါတယ်။ ညပိုင်းမှာ မြတ်စွာဘုရား ကို မဟာပဋ္ဌာန်းရွတ်ဆိုပူဇော်ပြီး ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကို ဆက်ရေး ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော် စာရေးလို့ကောင်းဆဲ ဖုန်းလာလို့ နားထောင်လိုက် တော့ တင်မိုးဝေဖြစ်နေပါတယ်။

‘အစ်ကို စာရေးနေတာလား၊ နက်ဖြန် အစီအစဉ်မရှိရင်

သာစည်မြို့နားက ရွှေယင်မျှော်ဘုရားကို လိုက်ပို့ပေးမလို့ပါ'

'နက်ဖြန်တော့ မရှိပါဘူး၊ အစ်ကိုလည်း ရွှေယင်မျှော် မရောက်ဖူးတော့ သွားချင်ပါတယ်'

'ဒီလိုဆို နံနက် ၇-နာရီလောက် အိမ်ကိုလာခဲ့မယ်၊ မုန့်ဟင်းခါးလည်း ချက်လာခဲ့မယ်၊ နံနက်စာစားပြီးတာနဲ့ သွားမယ်နော်'

'ကောင်းပါပြီ ညီမရယ်'

'*Good night* ပါအစ်ကို၊ နက်ဖြန်တွေ့မယ်နော်'

နက်ဖြန် ခရီးထွက်ဖို့ရှိတာမို့ ကျွန်တော်လည်း စာရေးတာကို နားလိုက်ပါတယ်။ နောက်နေ့ စာဆက်ရေးဖို့ ကျမ်းကိုးစာအုပ်များကို ခဲတံနှင့်မှတ်နေရင်း မှတ်စုစာအုပ်ထဲမှာ ကျွန်တော်ရေးထားတဲ့ စာပုဒ်လေးများက စိတ်အာရုံကို ဆွဲခေါ်သွားပါတယ်...

ဒုက္ခသစ္စာရဲ့အကြောင်းရင်းက တဏှာဆိုတဲ့ သမုဒယသစ္စာ *The noble truth of the cause of suffering*, တွယ်တာမှုဆိုတဲ့ သံယောဇဉ်တွေရှိနေလို့ ဆင်းရဲမှုတွေ ဖြစ်နေရတာ၊ တွယ်တာစရာမရှိတော့ရင် ဘဝဖြစ်စရာ မရှိတော့လို့ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ဖို့လည်း မရှိတော့ဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက တပ်မက်မှုတဏှာဟာ ကာမဂုဏ်အာရုံအမျိုးမျိုးမှာ တင်းတိမ်နိုင်ခြင်းမရှိဘဲ တွေ့သမျှ အာရုံ အသစ်အသစ်တို့ကို စွဲလန်းနှစ်သက် သာယာတတ်လို့ ဓမ္မစကြာမှာ 'တဏြ

တကြာဘိ နန္ဒိနီ’ဆိုပြီး ဟောထားတယ်-

Craving which is accompanied by pleasure and lust, seeking satisfaction hear and there.

အဲဒီမှာတဏှာကို *ကာမတဏှာ, ဘဝတဏှာ, ဝိဘဝတဏှာ* လို့ သုံးမျိုး ခွဲထားတယ်-

ကာမတဏှာ *Craving for sensual pleasures* ဆိုတာ ကာမဂုဏ် အာရုံများဖြစ်သော နှစ်သက်ဖွယ် အဆင်း, အသံ, အနံ့, အရသာ, အတွေ့အထိတို့မှာ တပ်မက်သာယာခြင်းပါ၊ ဒီအာရုံများရဲ့ ဆွဲငင်အားကြောင့် ဘဝတစ်ခု တစ်ခုဟာ တရားရှုမှတ်နိုင်တဲ့အဆင့်အထိ မရောက်ဘဲ သစ်ရွက်ခြောက်များလို ဖြုတ်ကနဲ ဖြုတ်ကနဲ ကြွေကျသွားတာက များပါတယ်။

ဘဝတဏှာ *Craving for eternal existence* ဆိုတာ ဘဝအဆက်ဆက်ရှိတယ်၊ ထာဝရမြဲတယ်ဆိုတဲ့ သဿတ ဒိဋ္ဌိ *view of eternity* အယူကို နှစ်သက်ခြင်းပါ။

ဝိဘဝတဏှာ *Craving for non- existence* ဆိုတာ ဘဝ ပြတ်စဲခြင်း, ဘဝ မရှိတော့ခြင်းကို အလိုရှိသော ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ *Nihilism* နှင့် ယှဉ်သောအယူကို နှစ်သက်ခြင်းပါ။

တတိယ အရိယာသစ္စာက နိရောဓသစ္စာဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ပါ-

‘ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခ နိရောဓံ အရိယသစ္စံ၊ ယော

တဿာယေဝ တဏှာယ, အသေသဝိရာဂ နိရောဓော စာဂေါ ပဋိနိဿဂ္ဂေါ မုတ္တိ အနာလယော…'

'Bhikkhus, there is the Noble Truth of the cessation of suffering. It is called Nibbana where it has the utter fading away and cessation of the craving, the giving it up, the abandoning it, the release from it and the detachment from it.'

'ချစ်သား ရဟန်းတို့… ဒုက္ခခပ်သိမ်းတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ အမှန်ဖြစ်သော အရိယသစ္စာတရားသည် ဧကန်ရှိ၏၊ ယင်း၌ တဏှာ၏ အကြွင်းမဲ့ချုပ်ငြိမ်းမှု, စွန့်လွှတ်မှု, လွတ်မြောက်မှုနှင့် မငြိတွယ်မှု သဘောရှိသည်၊ တဏှာ၏ အကြွင်းမဲ့ချုပ်ခြင်းသည်ပင် **နိဗ္ဗာန်** ဖြစ်သည်…'

(၁၆)

ရွှေယင်မျှော်သို့

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၂၇ ရက်၊ စနေနေ့။

နံနက်စောစော ဘုရားဝတ်တက်လို့အပြီးမှာ တင်မိုးဝေ ရောက်လာပါတယ်။ သူမက အဖြူရောင်ရင်ဖုံးနဲ့ ယောဂီရောင် လုံချည်လေးကို မြန်မာဆန်ဆန် ဝတ်ထားပါတယ်။ ကားပေါ်က သုံးဆင့်ချိုင့်တစ်ခုနဲ့ သစ္စာပန်းများယူပြီး ဆင်းလာပါတယ်။

ကျွန်တော့်ကို ပြုံးရွှင်စွာနှုတ်ဆက်ပြီး အဖြူရောင် သစ္စာပန်း များ ကမ်းပေးလိုက်ပါတယ်။

'မုန့်ဟင်းခါး ချက်လာတယ်နဲ့တူတယ်၊ အစ်ကိုလည်း ဒီမှာ မလိုင်နဲ့နံပြားကို ညီမအတွက် မှာထားတယ်'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ မုန့်ဟင်းခါး တခါတည်း ပြင်လိုက်မယ်နော်၊ အစ်ကိုကြိုက်တဲ့ မန္တလေးပဲကြော်လည်း ထည့်လာခဲ့တယ်'

ကျွန်တော် ဘုရားစင်မှာ သစ္စာပန်းများထိုးနေတုန်း အနားမှာ တင်မိုးဝေက မုန့်ဟင်းခါးဆွမ်း ကပ်လှူပါတယ်။

'နံနက်စောစော ဘုရားရှိခိုးရတာ အာရုံပိုရတယ်နော်၊ ညီမ လည်း နံနက်တိုင်း ခြံထဲက နှင်းဆီ၊ စံပါယ်၊ သစ္စာပန်းတွေနဲ့

ပူဇော်တယ်’

‘မှန်ပါတယ်၊ တိတ်ဆိတ်နေတော့ ပိုအာရုံရတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ နံနက်စောစောနဲ့ ညဆိုလည်း ၉-နာရီကျော်မှ ဘုရားဝတ်တက်ဖြစ်တယ်’

‘ညီမလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ’

‘ရွှေယင်မျှော်က ဘယ်လောက်မောင်းရသလဲ’

‘ဒီကနေ နာရီဝက်၊ လေးဆယ့်ငါးမိနစ်လောက်ဆို ရောက်ပါတယ်၊ သာစည်ကနေ မန္တလေးဘက်ကို ပြန်မောင်းရမှာ’

‘ဒီလိုဆို အစ်ကို့ကားနဲ့ပဲ သွားတာပေါ့’

ကျွန်တော်တို့ ထမင်းစားပွဲမှာပဲ မုန့်ဟင်းခါးအတူစားလိုက်ပါတယ်။ သူမက ကျွန်တော့်ပန်းကန်ထဲကို မုန့်ဖတ်နဲ့ဟင်းရည်များကို ဂရုတစိုက်ထည့်ပေးပါတယ်။

နံနက်စာအပြီးမှာ ကျွန်တော်က ကော်ဖီဖျော်တိုက်လိုက်ပါတယ်။ ပြူတင်းဝမှ နံနက်ခင်းနေခြည်က ဝင်းပစွာဖြာကျလျက်ရှိပါတယ်။

‘အစ်ကို့အိမ်လေးက တိတ်ဆိတ်နေတာပဲ၊ ငှက်ကလေးတွေအစာတောင်းတဲ့အသံပဲ ကြားရတယ်’

‘ဒီမှာနေရတာ ငြိမ်းချမ်းပါတယ် ညီမရယ်၊ စာဖတ်ဖို့နဲ့

တရားထိုင်ဖို့လည်း အဆင်ပြေတယ်'

နံနက် ၇-နာရီမှာ ဖောက်စ်ဝက်ဂွန်းကားလေးနဲ့ သာစည်ဘက်သို့ ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ ဝဿန်ခါတွင်းပေမယ့် ရာသီဥတုက သာသာယာယာရှိတာမို့ အပြာရောင် မိုးကောင်းကင်နဲ့အပြိုင် လမ်းဘေးဝဲယာမှ စိမ်းစိုနေသော ပျိုးခင်းများက စိတ်ကို ကြည်လင်လန်းဆန်းသွားပါတယ်။

ကားလမ်းနဲ့ အပြိုင်ဖောက်ထားတဲ့ သာစည်-မိတ္ထီလာ ရထားလမ်းကိုလည်း တွေ့ရပါတယ်။ လမ်းမှာ မိတ္ထီလာဘက်သို့ တအိအိ ခုတ်မောင်းနေတဲ့ မီးရထားတစ်စီးနဲ့လည်း ဆုံမိပါတယ်။

လမ်းရဲ့ အရှေ့ဖက်မှာ ပြာရီမှိုင်းနေတဲ့ ရှမ်းတောင်တန်းများကို မြင်တွေ့ရပါတယ်။ တောင်တန်းတွေပေါ်မှာတော့ တောင်ခိုးတွေဝေပြီး တောင်ခြေမှာ မြူများနဲ့ဆိုင်းနေပါတယ်။

သာစည်မရောက်ခင်လေးမှာ လမ်းဘယ်ဘက်ကိုချိုးလိုက်တော့ သာစည်-မန္တလေး ကားလမ်းကို ရောက်သွားပါတယ်။ ဆယ်မိနစ်လောက် ဆက်မောင်းလိုက်တော့ ရွှေယင်မျှော်ဘုရားကို ရောက်ပါတယ်။ ဘုရားပရဝုဏ်က အတော်ကျယ်ဝန်းပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ရင်ပြင်တော်ကို အရင်ပတ်လိုက်ပါတယ်။

'အစ်ကို့ကို ဘုရားသမိုင်း ပြောပြပေးမယ်၊ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံအပြီး သာသနာတော် ၂၃၅-ခုနှစ်က အိန္ဒိယပြည်မှာ

သီရိဓမ္မာသောကမင်းကြီး စိုးစံတယ်၊ မင်းကြီးက ကိုးတိုင်း ကိုးဌာနကို သာသနာပြုဖို့စေလွှတ်တော့ မြန်မာနိုင်ငံကိုလည်း ရဟန်းတော်တွေ ရောက်လာခဲ့တယ်၊ ဒီနေရာရောက်တော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ကိုယ်ပွား ဘုရားနှစ်ဆူဟာ ကောင်းကင်ကနေ အရှေ့ဖက်သို့ ရပ်တော်မူနေတာကို ဖူးတွေ့ရလို့ စေတီတော်တည်ခဲ့ပါတယ်၊ ဒီအခါမှာ သိကြားမင်းကလည်း မြတ်စွာဘုရားရဲ့ မျက်ကွင်းတော်ဓာတ်ကို ပတ္တမြားကြုတ်နဲ့ ဌာပနာသွင်းပါတယ်'

'ဒီလိုဆို ရွှေယင်မျှော်က အသောကမင်းကြီးနဲ့ သိကြားမင်းတို့တည်ထားတဲ့ အလွန်ရှေးကျတဲ့ ဘုရားတစ်ဆူပဲ၊ အစ်ကိုက ပုဂံခေတ်က တည်ထားတယ်လို့ ထင်နေတာ'

'ဟုတ်တယ်၊ တော်တော်များများက ပုဂံခေတ်က တည်တယ်လို့ပဲ ထင်ကြတယ်၊ စေတီတော်တည်ပြီးနောက်ပိုင်း လူသူအရောက်အပေါက်နည်းလို့ တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ် နေပါတယ်၊ နှစ်ပေါင်း ၁၀၀၀-ကျော်မှ အနော်ရထာမင်းကြီး တိုင်းခန်း လှည့်လည်တဲ့အခါ ဒီနေရာကိုရောက်ပြီး စခန်းချပါတယ်၊ နောက်နေ့ ခရီးဆက်မယ်လုပ်တော့ မင်းကြီးစီးတဲ့ ဆင်ဖြူတော်ဟာ ကကြိုးတန်ဆာ အဆင်မခံဘဲဖြစ်နေတယ်၊ ဒါနဲ့ မင်းကြီးက ဆင်ဖြူတော်ကို လွှတ်လိုက်တော့ အခုစေတီတော်ရှိတဲ့နေရာမှာ ဓာတ်တော် မွေတော်တွေဟာ ဥဒေါင်းပမာဏခန့် ရွှေယင်ကောင်

အသွင် တန်းခိုးပြပြီး တောင်စူးစူးသို့ ပျံသွားတယ်၊ ဒါနဲ့ အနော်ရထာမင်းကြီးလည်း သူ့အမြဲကိုးကွယ်တဲ့ ဗုဒ္ဓရဲ့နှလုံးတော်ဓာတ်ကို ပတ္တမြားကြုတ်မှာထည့်ပြီး ဌာပနာသွင်းခဲ့တယ်'

'ရွှေယင်ကောင်အသွင် တန်ခိုးပြလို့ ရွှေယင်မှျော်လို့ အမည်ပေးထားတာနဲ့တူတယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ နောက် တန်ခိုးကြီး ရှေးဟောင်းဘုရားတစ်ဆူဖြစ်လို့ ကျော်လေးဆူမှာလည်း အပါအဝင်ဖြစ်တယ်'

'အစ်ကို့ကို ပြောပြပါလား'

'မုံရွေး ဇေတဝန်ဆရာတော် အရှင်အာဒိစ္စရဲ့သီက အရှေ့မှာရွှေစာရံ, အနောက်မှာ ရွှေစည်းခုံ, တောင်မှာ ရွှေယင်မှျော်, မြောက်မှာ အညာသီဟတောဘုရားလို့ ဆိုပါတယ်၊ လင်္ကာလေးနဲ့လည်း မှတ်မိအောင် အရှေ့စာရံ, အနောက် စည်းခုံ, တောင် မြောက် ယင်မှျော် သီဟတော်တည်းလို့ ဖွဲ့ထားပါတယ်'

ကျွန်တော်တို့လည်း ဘုရားမှာ ဆီမီးနဲ့ သစ္စာပန်းများ ကပ်လှူပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

'အစ်ကို အေးအေးဆေးဆေး ဘုရားရှိခိုးပါ၊ ညီမ အနားကစောင့်နေပါ့မယ်'

ကျွန်တော်လည်း မြတ်စွာဘုရားကို မေတ္တာသုတ်, မဟာသမယသုတ်နဲ့ မဟာပဋ္ဌာန်း ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

ဘုရား ဝတ်ပြုအပြီးမှာ မိုးကသည်းသည်းမည်းမည်း ရွာနေပါတယ်၊ တန်ဆောင်းအတွင်းမှာလည်း လူရှင်းနေတာမို့ နှစ်ယောက်အတူ ထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။

'မိုးကစွေပြီး ရွာနေတော့ အဖေမကြာခဏဆိုတဲ့ သခွတ်ပန်းသီချင်းကို သတိရမိတယ်'

'အစ်ကိုလည်း ဆရာမြို့မငြိမ်းရေးဖွဲ့ထားတဲ့ စာသားလေးကို နှစ်သက်ပါတယ်၊ ကိုအံ့ကြီးအသံနဲ့လည်း လိုက်တယ်'

'သခွတ်ပန်းကို ဘယ်လိုပြန်လဲ အစ်ကို'

'*The trumpet flower* '

'ညီမ မှတ်မိသလောက် ဒီသီချင်းက သားမက်ဖြစ်တဲ့ သိကြားမင်းနဲ့ ယောက္ခမ အသူရာမင်းတို့ ဘောက်ကျပြီး စစ်တိုက်ကြတဲ့အခါ မိုးတွေကလည်း မစဲတော့ဘဲ ထစ်ချုန်းရွာတာကို ရေးဖွဲ့ထားတာနော်'

'မှန်ပါတယ်၊ နတ်သိကြားနဲ့ အသူရာတို့က အပြန်အလှန် သူနိုင်ကိုယ်နိုင်ပါပဲ၊ တစ်ခါတရံ နတ်သိကြားတွေ ရှုံးနိမ့်တဲ့အခါ မှာတာဝတိံသာက သူတို့နေတဲ့ သုဒဿနမြို့ထဲသို့ ပြေးဝင်ဆုတ်ခွာကြပါတယ်၊ မြို့တွင်းရောက်တဲ့အခါမှ စိတ်ချလက်ချနေလို့ ရသွားပါတယ်'

'ဒါဆို အသူရာတွေက မြို့ရိုးအတွင်း ဝင်လို့မရဘူးပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ နတ်သိကြားတွေက တန်ခိုးရှိလို့ မြို့ရိုးအတွင်း ဝင်လို့မရပါဘူး၊ အသူရာတို့ မအောင်နိုင်တဲ့နေရာဖြစ်လို့ သုဒဿနမြို့ကို အယုဇ္ဈာဘူမိ *Unconquerable City* လို့လည်းခေါ်တယ်'

'စာထဲမှာ မာရ်ငါးပါးကို အောင်မြင်သော မြတ်စွာဘုရားလို့ ခဏခဏ ဖတ်ဖူးတယ်၊ မာရ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ်ကို နည်းနည်းရှင်းပြပေးပါလား'

'မာရ်ဆိုတာ မာရဆိုတဲ့ ပါဠိစကားကနေ ဆင်းသက်လာတဲ့ မြန်မာဝေါဟာရပါ၊ မာရ *Mara* ကို အင်္ဂလိပ်လို *Death, Killing, The Temper, The Evil Principle* လို့ ခေါ်တယ်၊ မြန်မာလို သေခြင်း, သတ်ခြင်း, သွေးဆောင်ဖြားသူ, အယုတ်တရားအစုလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ မာရ်မှာ ဒေဝပုတ္တ, ကိလေသာ, အဘိသင်္ခါရ, ခန္ဓာနဲ့ မစ္စုမာရ်ဆိုပြီး ငါးမျိုးရှိတယ်'

'ဒေဝပုတ္တမာရ်က မာရ်နတ်မင်းကို ပြောတာလား အစ်ကို'

'မှန်ပါတယ်၊ အများသိကြတဲ့ မာရ်နတ်မင်း *Death-dealing deva* ကို ပြောတာပါ'

'သူက ဘယ်ဘုံမှာ နေတာလဲ အစ်ကို'

'နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်မှာ အပေါ်ဆုံး ပရနိမ္မိတ ဝသဝတ္တိ နတ်ဘုံမှာ နေတယ်'

ကိလေသာမာရ် *The defilements* ဆိုတာ တစ်ထောင့်ငါး ရာ ကိလေသာတွေကို ပြောတာပါ။ လောဘ, ဒေါသ, မောဟ, မာန်မာန, ဣဿာ, မစ္ဆရိယဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေဟာ သူတို့ကို လက်ခံထားတဲ့သူကို ပူလောင်အောင်, ညစ်နွမ်းအောင်, ပင်ပန်း ဆင်းရဲအောင် ပြုလုပ်နှိပ်စက်တတ်လို့ 'မာရ်'လို့ ခေါ်တာပါ။

အဘိသင်္ခါရမာရ် *Volitional actions, both good and evil, that tend to rebirth* က မိမိပြုလုပ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်, အကုသိုလ်ကံတွေကို ပြောတာပါ။

'မည်သူမပြု မိမိမှုဆိုတဲ့အတိုင်း ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံ တွေကြောင့် နောင်ဘဝတွေမှာ ကောင်းတဲ့သုဂတိဘဝတွေကို ရောက်ရသလို အကုသိုလ်တွေကြောင့်လည်း ယုတ်ညံ့တဲ့ ဒုဂ္ဂတိ ဘဝတွေကို ရောက်ကြရပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လိုဘဝတွေပဲ ရောက်ရောက် ဖြစ်ရာဘဝတွေမှာ မွေးဖွားခြင်းရှိတဲ့အတွက် အဖန် တလဲလဲ သေရဦးမှာပါ၊ ဒီလိုဘဝ အသစ်သစ်တွေကို ဖြစ်စေ တတ်လို့ ကုသိုလ်, အကုသိုလ်ကံအားလုံးကို သင်္ခါရမာရ်လို့ ခေါ်တာပါ'

'ဒါဆို ခန္ဓမာရ်က ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြောတာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ခန္ဓမာရ် ဆိုတာ မိမိရထားတဲ့ ခန္ဓာငါးပါး အစုအဝေး *Five aggregates of existence* ကို ဆိုလိုတာပါ၊

ဘယ်ရုပ် ခန္ဓာပဲဖြစ်ဖြစ် နောက်ဆုံးမှာ ခန္ဓာပိုင်ရှင်ကို ဒုက္ခမျိုးစုံနဲ့ ညှဉ်းပန်း နှိပ်စက်ပြီး သေခြင်းနဲ့ အဆုံးသတ်ပေးလို့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကိုလည်း မာရ်လို့ ခေါ်တယ်'

မစ္စုမာရ် *Death* ဆိုတာကတော့ သေခြင်းတရားပါ။ 'ဤအရာကား တားဆီးလို့မရပါ'ဆိုသလို သေခြင်းကိုလည်း ဘယ်သူမှ တားဆီးလို့မရပါဘူး။ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတောင်မှ နောက်ဆုံးဘဝမှာ သေခြင်းတရားနဲ့ ရင်ဆိုင်ခဲ့ရပါတယ်။

သေခြင်းဟာ မသေမီမှာ သတ္တဝါတွေကို ရောဂါဝေဒနာမျိုးစုံနဲ့ နှိပ်စက်၊ မိမိသံယောဇဉ် တွယ်တာရသူတွေနဲ့ ခွဲခွာရမယ့် အရေးအတွက်တွေးပြီး ပူဆွေးရတဲ့ စိတ်ဆင်းရဲမှုဒဏ်နဲ့လည်း နှိပ်စက်၊ လားရာဂတိကိုတွေးပြီး ကြောက်ရွံ့ရတဲ့ ဒဏ်တွေနဲ့လည်း နှိပ်စက်တတ်လို့ သေခြင်းကို မာရ်လို့ခေါ်တာပါ။

အစ်ကိုတို့ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၀၃ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ ဗောဓိညောင်ပင်ရင်းက အပရာဇိတပလ္လင်ထက်မှာ မာရ်ငါးပါးကို အောင်မြင်ခဲ့ပြီး သဗ္ဗညုတဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ခဲ့တယ်။

'အဲဒီမှာ ဒေဝပုတ္တမာရ်ကို ဖြည့်ဆည်းထားတဲ့ ပါရမီတွေနဲ့ သစ္စာစွမ်းအား၊ မေတ္တာတန်ခိုး အာနိသင်တွေကြောင့် အောင်မြင်ခဲ့တယ်၊ ကိလေသာမာရ်နဲ့ အဘိသင်္ခါရမာရ်ကို အရဟတ္တမဂ်

တန်ခိုးနဲ့ အောင်မြင်ခဲ့ပြီး ခန္ဓမာရ်နဲ့ မစ္စုမာရ်ကိုတော့ အကြောင်း ဖြစ်တဲ့ အဝိဇ္ဇာနဲ့တဏှာ ချုပ်ငြိမ်းသွားလို့ အောင်မြင်ခဲ့တယ်'

'မာရ်ငါးပါးမှာ ဘယ်မာရ်က အဓိကအကျဆုံးလဲ အစ်ကို'

'အဲဒီမှာ ကိလေသာမာရ်က အခက်ခဲဆုံးနဲ့ အဓိကအကျ ဆုံးပါ၊ ကိလေသာကင်းနေရင် မာရ်နတ်ကိုလည်း ကြောက်စရာ မလိုတော့သလို ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ကံတွေလည်း ထပ်ပြီးဖြစ်ခွင့် မရလို့ ဘဝသစ် ဖြစ်စရာလည်း မရှိတော့လို့ပါ'

'မာရ်ငါးပါးက လွတ်မြောက်နိုင်ဖို့ ဘယ်လမ်းကို လျှောက် ရမှာလည်း အစ်ကို'

'မြတ်စွာဘုရားက မာရ်နတ်မင်းရဲ့နယ်ပယ်က လွတ် မြောက်ဖို့ တစ်ခုတည်းသောလမ်းက သတိပဋ္ဌာန်လမ်းပဲလို့ ဟော ခဲ့တယ်'

This is the only path; there is none other for the purification of insight. Follow this path, and you will bewilder Mara.

'အစ်ကိုရှင်းပြပေးတာ ကျေးဇူးပါပဲ၊ အခုမှ မာရ်ငါးပါးကို သေသေချာချာ သိသွားတယ်'

ကျွန်တော်တို့ နေ့လည် ၁၂-နာရီမှာ ဘုရားကနေ သာစည် မြို့ဘက်ကို ဆက်ထွက်ခဲ့ပါတယ်။

သာစည်မြို့လည် ဘူတာရုံအနီးက မိသားစုထမင်းဆိုင်မှာ ခဏနားပြီး ထမင်းစားဖြစ်ပါတယ်။ အရိပ်ရတဲ့ ဗန်ဒါပင်ကြီး အောက်မှာရှိလို့ ဆိုင်လေးက မွန်းတည့်အချိန်မှာတောင် အေးမြ နေပါတယ်။

နေ့လည် တစ်နာရီမှာ သာစည်ကနေ ပြန်ထွက်ခဲ့ပြီး မြို့ အထွက်က သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ဘုရားကို ခဏဝင်လိုက်ပါတယ်။ မိုးက တောက်လျှောက်ရွာနေတာမို့ သူမထီးလေးနဲ့ပဲ နှစ်ယောက်အတူ ဆောင်းပြီး ဝင်ဖူးလိုက်ပါတယ်။

'ဒီဘုရားမှာ သစ္စာဆိုပြီး အဓိဋ္ဌာန်ပြုရင် ဆုတောင်းပြည့် တယ်၊ ရှေ့လ ပုဂံစွယ်တော်လေးဆူကို လိုက်ပို့ပေးဦးမယ်'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ အစ်ကိုတစ်ယောက်တည်းဆိုရင် ရောက်ဖြစ် မှာ မဟုတ်ဘူး'

'ညီမက မကြာခင် ယူအက်စ်ကို သွားရတော့မယ်၊ အရင် က သူလိုကိုယ်လိုပါပဲ၊ ဆေးခန်းသွားလိုက်, ဈေးဝယ်လိုက်, အိမ်အလုပ်တွေလုပ်ရင်းနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်နေတာ၊ အခုသင်တန်း တက်လိုက်ရမှ ဘဝရဲ့ အရေးကြီးဆုံးအရာကို သိလိုက်ရတယ်၊ လောကမှာ အသေချာဆုံးအရာက မသေချာခြင်းပဲဆိုသလို တစ်နေ့ ကိုယ်ကြုံလာရတဲ့အခါ တရားရှုမှတ်အားရှိမှ ဖြစ်မယ်ဆိုတာကို သိသွားတယ်'

‘ဒီမှာခဏဆုံတုန်း အကောင်းဆုံးပေးနိုင်တာက ဓမ္မလက်ဆောင်ပါ၊ တစ်နေ့ တစ်နေ့ အချိန်ရသလောက် တရားမှတ်နိုင်ရင် ဘဝအတွက် အဖိုးမဖြတ်နိုင်ပါဘူး’

‘ညီမ ကြိုးစားပါ့မယ်’

အပြန်လမ်းမှာ မိုးကတောက်လျှောက် ရွာနေပါတယ်။ လမ်းဘေးဝဲယာက ပျိုးခင်းတွေမှာလည်း ရေတဖွေးဖွေးနဲ့ ရှိနေပါတယ်။

သူမက ရှောက်သီးပေါင်းစားရင်း ကားရှေ့ခန်းမှ ကတ်ဆက်ခွေများကို ကြည့်နေပါတယ်။

‘ညီမ ကြိုက်တဲ့သီချင်း နားထောင်ပါ’

သူမက အဆိုတော်ခင်ဝမ်း အမှတ်တရအခွေကို ထည့်ပြီး ဆဲလ်မွန်ငါးတို့အပြန် သီချင်းကို ဖွင့်လိုက်ပါတယ်။ သီချင်းသံစဉ်က အေးအေးလေးဖြစ်ပြီး နားထောင်လို့ကောင်းပါတယ်။

‘မိုးဦးရေဆန် ××× မိုးဦးရေဆန် ××× ဆဲလ်မွန်ငါးတို့အပြန် ××× အပြန်,အပြန်,အပြန် ××× ဆဲလ်မွန်ငါးတို့အပြန်’

‘ဒီသီချင်းလေးက လူ့ဘဝနဲ့တူတယ်၊ ဆဲလ်မွန်ငါးတွေဟာ သူတို့ဘဝရှင်သန်ရေး, မျိုးပွားဖို့နဲ့ အစာရေစာအတွက် မွေးရပ်ဒေသနဲ့ မိုင်ပေါင်းများစွာဝေးတဲ့ ပင်လယ်ပြင်ကြီးဘက်ကို သွားကြတယ်၊ ကျောင်းမှာသင်ရတဲ့ *Migration* သဘောမျိုး

ပါပဲ၊ ဒါပေမဲ့ နောက်ဆုံးတစ်နေ့မှာ မြစ်ကိုဆန်ပြီး မွေးရပ်ဒေသကို ရောက်အောင်ပြန်ကြတယ်၊ လမ်းခရီးမှာ အတားအဆီး အနှောက် အယှက်တွေကြောင့် ထောင်သောင်းချီတဲ့ ငါးတွေမှာ အနည်း ငယ်ပဲ မွေးရပ်ကို ပြန်ရောက်ကြတယ်'

'ညီမပြောသလို လူ့ဘဝမှာလည်း ကံ, ဉာဏ်, ဝီရိယရှိမှ သက်တမ်းစေ့ နေနိုင်တာ၊ ဒီကြားထဲမှာ အခက်အခဲတွေအများ ကြီး တွေ့ရဦးမှာ၊ စိတ်အား, လူအားကြံ့ခိုင်မှ ရပ်တည်နိုင်မှာ'

'*The Strongest will survive* ပေါ့နော်'

မိတ္ထီလာက ကျွန်တော့်အိမ်ကိုရောက်တော့ နေ့လည် နှစ်နာရီ ရှိပါပြီ။ သူမ ပင်ပန်းနေတာကိုတွေ့လို့ ကော်ဖီဖျော်ပြီး ခြံထဲက ရတဲ့ သဘောသီးနဲ့ ဧည့်ခံ ကျွေးမွေးလိုက်ပါတယ်။

'ကော်ဖီက သောက်လို့ကောင်းတယ်၊ ညီမလည်းအိမ်မှာ ကော်ဖီမှုန့်ကို စက်နဲ့နှပ်ပြီးမှ နို့နဲ့ပဲဖျော်တာ'

'ဖြည်းဖြည်းသောက်ပါ၊ ညီမ ဖတ်ချင်တဲ့စာအုပ်တွေရှိ ရင် ယူသွားပါ'

'အိမ်မှာ ဖတ်ဖို့ရှိသေးလို့ နောက်မှယူပါ့မယ်၊ သီချင်းနား ထောင်တတ်ရင် ဆရာမြို့မငြိမ်းရဲ့ သီချင်းတွေ ယူခဲ့ပေးမယ်၊ အဲဒီမှာ အစ်ကို ဘယ်သီချင်းကိုကြိုက်သလဲ'

'သီချင်းက အားတဲ့အခါ နားထောင်ပါတယ်၊ ဆရာမြို့မငြိမ်း

သီချင်းထဲမှာ သစ္စာနဲ့ မပြီးသေးသောပန်းချီကားကို ကြိုက်တယ်’

‘ဒါဆို နောက်နေ့ ယူခဲ့မယ်၊ အစ်ကိုလည်း နားလိုက်နော်’

သူမ နှုတ်ဆက်ပြန်သွားတော့ ခဏနားလိုက်ပါတယ်။ ညနေမှာ မိတ္တီလာ-ပျော်ဘွယ် လမ်းမကြီးအတိုင်း လမ်းလျှောက်ဖြစ်ပါတယ်။ ကောင်းကင်မှာအစဉ်ရွေ့လျားနေတဲ့ တိမ်တိုက်တွေဟာ မမြဲတဲ့သဘာဝကို ဖော်ပြနေပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ အနန္တနယ သမန္တ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်အတွက် ကျမ်းကိုးစာအုပ်များကို ရှာဖွေဖတ်ရှုလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီမှာ ကျွန်တော့်စိတ်ကို အဆွဲဆောင်နိုင်ဆုံး ဂါထာလေးတစ်ပုဒ်ကို ဓမ္မပဒမှာ တွေ့လိုက်ရပါတယ်…

‘ဇီရန္တိ ဝေ ရာဇရထာ သုစိတ္တာ၊

အထော သရီရမ္ပိ ဇရံ ဥပေတိ။

သတဉ္စ ဓမ္မော န ဇရံ ဥပေတိ၊

သန္တော ဟဝေ သဗ္ဘိ ပဝေဒယန္တိ…’

‘ရတနာတို့ဖြင့် ကောင်းစွာအဆန်းအကြယ် ဆင်ယင်ထားသော မင်းရထားတို့လည်း အချိန်တန်သော် ဟောင်းနွမ်းဆွေးမြည့်သွားကြရစမြဲပဲဖြစ်သည်၊ ထို့အတူ ခန္ဓာကိုယ်သည်လည်း ယိုယွင်းပျက်စီး၍ အိုမင်းခြင်းသို့ ရောက်သွားရသည်၊ သို့သော် သူတော်ကောင်းတရားဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သည်ကား ဆွေးမြည့်

အိုမင်းသွားသည်ဟူ၍ မရှိပါ'

Even the gaily decked royal chariots wear out, surely this body will go to decay. But the teachings of righteous goes not to decay ; thus do the righteous make it known to the good.

ဒါကြောင့်မို့ လောကမှာ ခမ်းနားတင့်တယ်သော မြင်း ၁၆ ကောင်ဆွဲတဲ့ မင်းစီးရထားကြီးတွေ၊ အခမ်းနားဆုံး နန်းတော်ကြီးတွေနဲ့ မြို့ကြီးတွေ၊ အင်ပါယာ ဘုရင်ကြီးတွေ၊ စစ်သူကြီးတွေနဲ့ အတတ်ပညာရှင်ကြီးတွေဟာ အချိန်နဲ့အမျှ ချုပ်ပျောက်ပျက်စီးသွားရစမြဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လောကနိယာမအရ အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းရှိရင် နုပျိုလန်းဆန်းခြင်းဆိုတာ ရှိသလို၊ သေခြင်းဆိုတာ ရှိရင် မသေခြင်းဆိုတဲ့နေရာ ရှိသလို၊ အမုန်းဆိုတာရှိရင် အချစ်ဆိုတာရှိသလို၊ မတည်မြဲခြင်းဆိုတာရှိရင် တည်မြဲတယ်ဆိုတဲ့ အရာက ရှိနေပါတယ်၊ ဒါကတော့ သူတော်ကောင်းတရားဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ည ၁၂-နာရီ သံချောင်းခေါက်သံကြားမှ ဂျွန်တော်လည်း အိပ်ယာဝင်ဖြစ်ပါတယ်။

မည်သူ့ကိုမျှ ငဲ့ညှာခြင်းမရှိဘဲ ခုတ်မောင်းနေတဲ့အချိန်ရထား

ကြောင့် နေ့သစ်ဟာ မကြာခင်မှာ ရောက်လာပါတော့တယ်။

လမ်းမှန်ကိုသိသောဉာဏ်၏
ဆင်ကြယ်ခြင်း

(၁၇)
လမ်းမှန်နှင့်လမ်းမှားကို ခွဲခြားသိမြင်ခြင်း

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၃ ရက်၊ သောကြာနေ့။

နံနက်ခင်း ခွဲစိတ်နှင့်ကင်ဆာကုသဆောင်များက လူနာများကိုကြည့်ရှုပြီး ပုံမှန် ခွဲစိတ်ကုသမှုကို စလိုက်ပါတယ်။ ဒီနေ့မှာ အူမကြီးကင်ဆာဖြစ်တဲ့ လူနာတစ်ဦး၊ ရင်သားအကျိတ် လူနာနှစ်ဦးနဲ့ အူကျနေတဲ့လူနာတစ်ဦးကို ခွဲစိတ်ပေးလိုက်ပါတယ်။

နေ့ခင်း ထမင်းစားအပြီးမှာ ရုံးခန်းကို အစာအိမ်ကင်ဆာ *Gastric Cancer*နဲ့ မကြာခင်ကမှ ဆုံးသွားတဲ့ ကိုမောင်မောင်ရဲ့ မိဘနှစ်ပါးရောက်လာပါတယ်။ ကွယ်လွန်သူကို ရည်စူးပြီး ကင်ဆာ ဝေဒနာရှင်များအတွက် ငွေကြေးနဲ့ အစားအသောက်များ လာရောက်လှူဒါန်းပါတယ်။ ပူဆွေးသောကရောက်နေတဲ့ မိဘများကိုမြင်တော့ စိတ်မကောင်း ဖြစ်မိပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း သူတို့ကို နှစ်သိမ့်အားပေးပြီး ပဋ္ဌာန်းနဲ့ သရဏဂုံပုတီးစိပ်နည်းစာအုပ်များကို ဓမ္မလက်ဆောင် ပေးလိုက်ပါတယ်။

ကိုမောင်မောင်ရဲ့ မိဘနှစ်ပါးပြန်သွားတော့ ကျွန်တော် ဆေးကုသပေးခဲ့တာတွေကို သတိရမိပါတယ်။ ကိုမောင်မောင် ကျွန်တော့်ဆီရောက်လာစဉ်က အစာအိမ်ကင်ဆာမှ သွေးယိုစီးတဲ့အတွက်

ရောက်လာပါတယ်။ ရောက်တဲ့နေ့မှာပဲ အဆက်မပြတ် သွေးယိုစီးပြီး သွေးပေါင်ကျနေတာနဲ့ အရေးပေါ် ခွဲစိတ်ကုသပေးခဲ့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ခွဲစိတ်စဉ်က အသည်းနဲ့ လင့်ဂလင်းတွေမှာ ကင်ဆာဆဲလ်တွေ ပျံ့နှံ့နေပြီမို့ လပိုင်းလောက်ပဲ နေရတော့မယ်ဆိုတာ ကျွန်တော် ခန့်မှန်းထားပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့်မို့ တတ်အားသရွေ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်ပြီး တရားရှုမှတ်ဖို့ အမြဲတိုက်တွန်းခဲ့ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ကိုမောင်မောင်မှာ တရားဘက်ကို မလှည့်နိုင်ရှာပါဘူး။ ဘယ်လိုပဲ နှစ်သိမ့်ရှင်းပြပေမယ့် သူမရှိခဲ့ရင် မိဘတွေကို ဘယ်သူပြုစုမှာလဲဆိုတဲ့ ပူပင်သောကတွေနဲ့ ဖိစီးနေပါတယ်။

မိဘတွေကို သံယောဇဉ်ကြီးမားတဲ့သားဆိုတော့ အပြစ်ဆိုလို့လည်း မရပါဘူး။ ဒီလိုနဲ့ နောက်ဆုံးအချိန်အထိ ကုသိုလ်ကောင်းမှုနဲ့ တရားရှုမှတ်တာတွေ မလုပ်နိုင်ဘဲ သောကစိုးရိမ်စိတ်တွေရယ်, ကင်ဆာကြောင့်ခံစားရတဲ့ ဝေဒနာတွေနဲ့ပဲ ဆုံးပါးသွားခဲ့ရပါတယ်။

ကိုမောင်မောင့် ရက်လည်မှာ ကျွန်တော်တို့ ခွဲစိတ်ဆောင်က ဆရာဝန်တွေနဲ့ သူနာပြုများအားလုံးသွားပြီး ကျန်ရစ်သူမိဘတွေကို အားပေးကြပါတယ်။ ဒီအခါမှာ သူ့မိဘတွေလည်း ရမည်းသင်း

က တူမလေးတစ်ယောက် လာနေပေးတဲ့အတွက် အဆင်ပြေစွာ ဆက်လက်နေနိုင်တာတွေ့ရတော့ 'ကိုယ်မရှိရင် မဖြစ်ဘူး…'လို့ မှတ်ယူတာတွေကလည်း တစ်ဖက်စွန်း ရောက်သွားတဲ့ အတွေး တွေ ဖြစ်နေပါတယ်။

လောကကြီးမှာ တကယ်တွေးကြည့်ရင် မရှိရင်မဖြစ်ဘူး *Essential* ဆိုတာမျိုးက ရှိမှမရှိတာ။ ကိုယ်မရှိလည်း အားလုံး ဟာ ကံအကြောင်းတရားတွေပေါ် မူတည်ပြီး ဘဝခရီးကို သွား နေကြပါတယ်။

တကယ်တော့ သေသေချာချာတွေးကြည့်ရင် ကျွန်တော်တို့ အားလုံးဟာ သံသရာခရီးသည်တွေပါ။

We all are visitors or Samsara travellers.

ဒါကြောင့်မို့ နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း မိမိပြုထားတဲ့ ကံတွေ ပေါ်မူတည်ပြီး ဘဝအသစ်သစ်တွေမှာ နိမ့်ချည်မြင့်ချည် ကျင် လည်နေရဦးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီခွဲမှာ လူစုံတာနဲ့ သင်တန်းကိုပုံမှန် စဖြစ် ပါတယ်။

'ဒီနေ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ပဥ္စမမြောက်ဖြစ်တဲ့ လမ်းမှန်ကိုသိသော ဉာဏ်၏ စင်ကြယ်ခြင်း ပါဠိလို **မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ**ကို ပို့ချပေးပါ့မယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဒီလိုစင်ကြယ်ဖို့ ဆက်ပြီး တရားရှုမှတ်မှ ရမှာပေါ့ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ဟာ ထာဝရဘုရားနဲ့ ဖန်ဆင်းရှင်တွေကြောင့်မဟုတ်ဘဲ အကြောင်းတွေရှိလို့သာ အကျိုးတရားတွေဖြစ်လာတာလို့ အရှိကိုအရှိအတိုင်း သိမြင်သွားရင် ဘဝနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ယုံမှားသံသယတွေလည်း လုံးဝကင်းစင်သွားပါတယ်၊ ဆက်လက်ပြီး ဖွဲ့လုံ့လမလျှော့ဘဲ ရှုမှတ်သွားမယ်ဆိုရင် ရုပ်နဲ့နာမ်ဟာ ဖြစ်ပြီးပျက်သွားတဲ့အတွက် မမြဲခြင်း, အစဉ်ဖြစ်ပျက်နေလို့ ဆင်းရဲခြင်း, တစ်ခါ မိမိဖြစ်ချင်သလို မဖြစ်လို့ အစိုးမရပါလားလို့ သိမြင်လာပါမယ်'

ဦးစံရွှေက 'အရာရာဟာ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တပါလားလို့ မြင်သွားတာပေါ့ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီလို ရှုမှတ်ရင်း ရုပ်နာမ်တရားတွေဟာ ယခု ပစ္စုပ္ပန်သာမဟုတ်ဘဲ အတိတ်, အနာဂတ်ဆိုတဲ့ ကာလသုံးပါးမှာလည်း အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တပါလားလို့ ဆင်ခြင်နိုင်ရင် သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်လာပါမယ်'

'အဲဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'*Knowledge of the three characteristics, ie impermanence, sorrow and selflessness*'

ဆွေဆွေမြင့်က 'သမ္မသနဉာဏ်ရပြီးရင်လည်း ဆက်လက် ရှုမှတ်ရမှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီဉာဏ်ရပြီးတဲ့အခါ ရုပ်, နာမ်ကို အကြောင်း နဲ့တွဲဖက်ပြီး ဆက်လက်ရှုမှတ်ရပါတယ်၊ ရုပ်ကို ဖြစ်စေတာက အဝိဇ္ဇာ, တဏှာ, ကံ, အာဟာရ၊ တစ်ခါ စေတသိက်နာမ်ကို ဖြစ်စေတာ အဝိဇ္ဇာ, တဏှာ, ကံ, ဖဿနဲ့ စိတ်ကို ဖြစ်စေတာ အဝိဇ္ဇာ, တဏှာ, ကံ, နာမရူပ ဆိုပြီး မှတ်ရပါမယ်'

'ဒီလို အကြောင်းနှင့်တွဲဖက်ပြီး နာမ်ရုပ်တို့ရဲ့ ဖြစ်ပျက် ကို ရှုမှတ်တာများလာရင် ဥပါဒ်ခဏ, ဘင်ခဏဆိုတဲ့ အဖြစ်နဲ့ အပျက်ဟာ ဉာဏ်မှာ အလိုလို ထင်ပေါ်လာပါမယ်၊ ဒီအခါ အကြောင်းကို မစဉ်းစားတော့ဘဲ ဥပါဒ်ခဏ, ဘင်ခဏကိုပဲ သတိထားပြီး ဆက်လက်ပွားများရင် အဖြစ်နဲ့အပျက်ဟာ အလွန် ထင်ရှားသိသာလာပါတယ်၊ သမာဓိအားကောင်းလာတာနဲ့အမျှ ဖြစ်ဆဲရုပ်, နာမ်ရဲ့ ဖြစ်ချင်းနဲ့ပျက်ခြင်းကို အစမှအဆုံး သိမြင် လာပါမယ်'

ဦးစံရွှေက 'ဖြစ်, ပျက်အစဉ်ကို တွေ့သွားတာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီအခါ ရုပ်, နာမ်တွေဟာ ခဏတွင်းမှာဖြစ်ပြီး ခဏတွင်းမှာ ပျက်သွားတာပဲလို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိမြင်သွားရင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ကို ဆိုက်ရောက်သွားပါမယ်'

ဒေါ်ညွန့်ရီက ‘အဘိဓမ္မာသင်တုန်းက ဥဒယက ဖြစ်တာ၊ ဝယက ပျက်တာဆိုပြီး မှတ်မိနေတယ်’

‘မှန်ပါတယ်၊ ဒီအတွက် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ကို *Knowledge with regard to the arising and passing away of conditioned things* ဆိုပြီးပြန်တယ်’

‘ဖြစ်ပျက်ကို သေသေချာချာမြင်အောင် ဘယ်လိုရှုရမလဲ ဆရာ’

‘ရှုမှတ်နည်းက အမျိုးမျိုးရှိပါတယ်၊ အဲဒီမှာ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် ရှုမှတ်ဖူးတဲ့ လယ်တီဆရာတော်ရဲ့ ကာယနုပဿနာနည်းကို ပြောပြပါ့မယ်၊ ရှုမှတ်နေရင်း သတိမြဲလာရင် တစ်ခုတည်းသော အာရုံဟာ နှာသီးဖျားမှာပဲ ရှိနေပါတယ်၊ ဒီလို စိတ်က နှာသီးဖျားမှာတည်နေတဲ့အခါ တည်ကြည်နေတဲ့စိတ် ဒါမှမဟုတ် ရှုဉာဏ်ကို ငယ်ထိပ်နေရာပြောင်းပြီး စူးစိုက်ရှုရပါ့မယ်’

ဦးစံရွှေက ‘ငယ်ထိပ်မှာ ဘာကိုရှုရမှာလဲ ဆရာ’

‘မဟာဘူတဆိုတဲ့ ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါ၊ ဝါယော တို့ရဲ့ ဖြစ်၊ ပျက်အစဉ်ကိုပဲ ရှုရမှာပါ၊ အမှန်တော့ ကျွန်တော်တို့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ စက္ကန့် မိနစ်အကြားမရှိဘဲ အချိန်တိုင်းမှာ ရုပ်ကလာပ်လေးတွေဟာ တရစပ် ဖြစ်ပျက်နေကြပါတယ်၊ ဒီလို ဖေါက်ပြန် ဖြစ်၊ ပျက်နေပေမယ့် မသိမှု အဝိဇ္ဇာက ဖုံးကွယ်ထား

လို့ သတိမထားမိကြဘူး၊ သတိနဲ့ မှတ်နေတဲ့အခါ ရူပညာဏ်ဟာ အဝိဇ္ဇာကိုပယ်ပြီး ဖြစ်၊ ပျက်ကို အချက်တိုင်းမှာ သိသိနေပါတယ်၊ ဒီလို သတိအမှတ်မြဲနေတဲ့ ဝိဇ္ဇာညာဏ်နဲ့ ဝီရိယစိုက်ပြီး မှတ်လိုက်ရင် ငယ်ထိပ်နေရာမှာ နှမ်းအိုးကို မီးပြင်းတိုက်တဲ့အခါ နှမ်းများပေါက်ပေါက်ဖေါက်သလို တဖြောက်ဖြောက် တဖြုတ်ဖြုတ် တဖျင်းဖျင်းဖြစ်နေတာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့နိုင်ပါတယ်၊ တချို့ဆိုလည်း ခေါင်းပေါ်ကို ပိုးကောင်၊ ရှကောင်တွေ အုပ်လိုက်အုံလိုက်ကြီး တက်လာသလိုထင်ရအောင် တစ်ခေါင်းလုံး ရွှရွှရွရွ ဖြစ်နေပါတယ်'

'ဖြစ်၊ ပျက်သဘောဟာ တော်တော်သိသာတာပဲ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ တချို့ယောဂီတွေဆိုရင် ဆူးနဲ့ထိုးလိုက်သလို၊ စီးကရက်မီးနဲ့အထိုးခံရသလို၊ အပ်နဲ့အထိုးခံတာမျိုး တွေ့ရတတ်ပါတယ်'

'သမ္မသနညာဏ်နဲ့ ဘယ်လိုကွာလဲ ဆရာ'

'သမ္မသနညာဏ်မှာ အဖြစ်နဲ့ အပျက်ကို ထင်ထင်ရှားရှား မြင်တာ မဟုတ်သေးဘဲ သာမန် မြင်တာပဲရှိပါတယ်၊ ဥဒယဗ္ဗယမှာတော့ ဒီထက်ပိုပြီး အဖြစ်နဲ့အပျက်ကို မြင်လာတယ်၊ ဒီအခါမှာ အလွန်ကြောင့်ကျ မစိုက်ရဘဲ မှတ်လို့ကောင်းလာတဲ့အတွက် ဝိပဿနာရဲ့ ဘေးရန်တွေ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်'

'ဘယ်လိုမျိုးလဲ ဆရာ'

'အဖြစ်များတာက ဩဘာသဆိုတဲ့ အရောင်အလင်း *'Rays emitting from the body'* တွေ မြင်တတ်တယ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဒါမှမဟုတ် အိမ်ထဲမှာ လင်းနေတာ, တစ်ခါတလေ တစ်လောကလုံး လင်းနေတာမျိုးကို မြင်ရတတ်တယ်၊ နောက် မှတ်လို့ကောင်းတဲ့အတွက် ကြက်သီးမွေးညှင်းထပြီး အလွန်နှစ်သက်တဲ့ ပီတိလည်း ဖြစ်လာတတ်တယ်၊ ဒီအခါမှာ ကောင်းကင်ကို ပျံတက်သွားတာမျိုး, တစ်ခါတရံမှာ လူက ဟိုရွေ့ဒီရွေ့ ရွေ့သွားတာမျိုး, အပေါ်ကိုမြောက် သွားတာမျိုး ဖြစ်တတ်တယ်၊ တစ်ခါ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ငြိမ်းချမ်းတဲ့ ပဿဒ္ဓိနဲ့ အလွန်ချမ်းသာပြီး နေလို့ကောင်း, မှတ်လို့ကောင်းတဲ့ သုခချမ်းသာ အနေမျိုးနဲ့လည်း လာတတ်ပါတယ်'

'ဒီလိုမျိုး အလင်းရောင်တွေ တွေ့ရတာ, နှစ်သက် ချမ်းသာတာနဲ့ တည်ငြိမ်အေးချမ်းတာကို ဘာလို့ ဝိပဿနာရဲ့ ဘေးရန်လို့ ပြောရတာလဲ ဆရာ'

'ဒီလိုဖြစ်လာတဲ့အခါ ယောဂီက ငါ့မှာ အရင်တုန်းက အလင်းရောင်တွေ, ချမ်းသာ အေးမြတာမျိုးတွေ တစ်ခါမှ မဖြစ်ဖူးဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒါဟာ တရားထူးဖြစ်မယ်ဆိုပြီး ဆက်အားမထုတ်တော့ဘဲ လမ်းလွဲသွားတတ်တယ်'

'ဘေးရန်က ဘယ်နှစ်မျိုးလောက်ရှိလဲ ဆရာ'

'အားလုံး ဆယ်မျိုးရှိတယ်၊ သူတို့ကို ဝိပဿနာဉာဏ်ရဲ့ ညစ်နွမ်းကြောင်းဖြစ်လို့ ဥပက္ကိလေသ ဆယ်ပါး *Ten impurities of meditation* ဆိုပြီးခေါ်တယ်၊ ဗားကရာ ဆရာတော်ကြီးက နားလည်လွယ်အောင် မဂ်တုဆယ်ပါးလို့ ပြောတယ်၊ အားလုံးမြင်လွယ်အောင် ရေးပြပါ့မယ်'

-အရောင်အလင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း 'ဩဘာသ'

-ဉာဏ်အထူး ထက်မြက်လာခြင်း 'ဉာဏ'

-နှစ်သက်ကြည်နူးခြင်း 'ပီတိ'

-ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ငြိမ်းအေးနေခြင်း 'ပဿဒ္ဓိ'

-အေးမြချမ်းသာနေခြင်း 'သုခ'

-အလွန်ကြည်လင်သော သဒ္ဒါတရား 'အဓိမောက္ခ'

-သဒ္ဒါကြောင့် အားကောင်းလာသော ဝီရိယ 'ပဂ္ဂဟ'

-ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ စွဲမြဲတည်နေသောသတိ 'ဥပဋ္ဌာန'

-အညီအမျှနှင့် လျှင်မြန်စွာဆင်ခြင်နိုင်သော 'ဥပေက္ခာ'

-ဒီလိုဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ နှစ်သက်ဖွယ်အာရုံတွေကို သာယာနှစ်သက်သောတဏှာ 'နိကန္တိ' *'mild attachment'*

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း 'အလင်းရောင်တွေ

မြင်ရတယ်, ကြက်သီးမွေးထလာအောင် ပီတိတွေဖြစ်လာတယ်၊ ဒါတွေကို နှစ်သက်သာယာပြီး တရားထူးရတယ်လို့ ထင်တတ်တာက လူ့သဘာဝအရ ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဆရာရယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ တရားအားထုတ်တဲ့အခါမှာလည်း လမ်းညွှန်နိုင်တဲ့ဆရာကောင်း ရှိဖို့လိုသလို စာသိနဲ့လည်း သိထားဖို့လိုပါတယ်'

သီတာအေးက 'ဒီလို အလင်းရောင်တွေ မြင်ရတယ်၊ နှစ်သက်ကြည်နူးတာတွေဖြစ်နေရင် ဘယ်လိုဆက်လုပ်ရမလဲ ဆရာ'

'ဒီအခါမှာ ကိုယ်ရှုမှတ်နေတဲ့ ဖြစ်ဆဲရုပ်, နာမ်ရဲ့ သဘာဝကိုပဲ ဆက်ရှုမှတ်ရပါမယ်၊ သမာဓိအား ကောင်းလာတာနဲ့အမျှ ဖြစ်ပျက်အစဉ် *Arising-dissolution* ကို ပိုပြီးမြင်လာပါမယ်၊ ဒီအခါမှာ အရောင်အလင်းတွေ တွေ့နေရတာ, ပီတိဖြစ်နေတာ, ဒါတွေကို နှစ်သက်သာယာနေတာဟာ အရိယမဂ်မဟုတ်ဘဲ အစဉ်ဖြစ်,ပျက်နေတဲ့ ရုပ်, နာမ်သင်္ခါရကို ရှုမှတ်နေခြင်းကသာ လမ်းမှန်ဖြစ်တယ်လို့ သိမြင်သွားရင် လမ်းမှန်ကို စင်ကြယ်စွာ သိခြင်းဆိုတဲ့ မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိအဆင့် ရောက်သွားပါပြီ'

'ဒီစင်ကြယ်ခြင်းကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Purification attained by knowledge and vi-*

sion of the path and not-path'

'နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း လမ်းမှန်နဲ့ လမ်းမှားကို ခွဲခြားပြီး သိသွားတာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ လမ်းမှန်ကို စင်ကြယ်စွာသိသွားလို့ နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့ ရေစီးကြောင်းထဲကို သေသေချာချာ ရောက်သွားပါပြီ'

ညနေ ငါးနာရီကျော်ပြီမို့ သင်တန်းကို ရပ်နားလိုက်ပါတယ်။ ဒီနေ့ သီတာအေးနဲ့ ဆွေဆွေမြင့်က လက်ဖက်ရည်၊ သတ်သတ်လွတ် ကော်ပြန့်များနဲ့ ကျွေးမွေးပါတယ်။

ဒေါ်ညွန့်ရီက 'ရှေ့အပတ်သောကြာနေ့က သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့ဆရာ၊ ရွာဦးကျောင်းမှာ အလှူရှိတယ်၊ ဆရာတို့အားလုံးကိုဖိတ်ပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'သီတင်းကျွတ်ပြီဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့ဆီက အပျိုကြီးတွေလည်း မင်္ဂလာဆောင်ကြမယ်ထင်တယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'ဒီနှစ်လည်း မဖြစ်သေးပါဘူး ဆရာကံရယ်၊ ကြိုးစားရအုံးမယ်'

'သံယောဇဉ်ဆိုတာ ပူလောင်ပါတယ် ဆရာမရယ်'

'ဆရာကံက ကလေးသုံးယောက်ရပြီးမှ ဒီစကားပြောတာကိုး'

အားလုံးလည်း ဝိုင်းရယ်ကြပါတယ်။ သင်တန်းပြီးတော့

ကျွန်တော်လည်း အိမ်ကိုလမ်းလျှောက်ပြန်လာခဲ့ပါတယ်။ သီတင်းကျွတ်ချိန်ခါမို့ ရာသီဥတုကလည်း သာသာယာယာရှိလှပါတယ်။

ည ၇-နာရီမှာ မြို့ထဲမှ ကိုအောင်အောင်တို့အိမ်က အသံမစဲ မဟာပဌာန်း ပူဇော်ပွဲ ဖိတ်လို့ သွားလိုက်ပါတယ်။ သံဃာတော်များရွတ်ဆိုတဲ့ ပဌာန်းတရားကို ညဉ့်နက်တဲ့အထိ နာယူလိုက်ပါတယ်။ ကိုယ်တိုင် ပဌာန်းရေးနေတာမို့ ပါဠိစာသားနဲ့ မြန်မာအနက်ကိုလည်း တွဲပြီးသိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ နာယူရတာ အရသာ ရှိလှပါတယ်။

အိမ်အပြန်မှာ မိတ္ထီလာကန်တော်မှာ ကားခဏရပ်ပြီး ရေလယ်ဘုရားကို လှမ်းမျှော်ဖူးလိုက်ပါတယ်။ လပြည့်နေ့ ရောက်တော့မှာမို့ ရွှန်းလဲ့ဝင်းပနေတဲ့ လပြည့်ဝန်းကို ကောင်းကင်ယံနဲ့ ကန်ရေပြင်ထဲမှာပါ တွေ့နေရပါတယ်။

(၁၈)

အဘိဓမ္မာနေ့မြတ်မှာ

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၁၀ ရက်၊ သောကြာနေ့။

ဒီနေ့ သီတင်းကျွတ်လပြည့် အဘိဓမ္မာနေ့မို့ နံနက်စောစော ထပြီး မြတ်စွာဘုရားကို မေတ္တသုတ်၊ ဓမ္မစကြာ၊ ပဋ္ဌာန်းတရား တော်နဲ့ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

နံနက် ၉-နာရီမှာ ခွဲစိတ်ဆောင်နှင့် ကင်ဆာကုသဆောင်ကို ဝင်ပြီး လူနာများကို ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။

သီတာအေးက 'ဆရာဒီနေ့ ရွာဦးကျောင်းက အလှူဖိတ် ထားတယ်နော်၊ မတင်မိုးဝေလည်း လာခဲ့မယ်ပြောတယ်'

'လူစုံရင် သွားကြတာပေ့ါ၊ ရုံးခန်းမှာ လူနာကြည့်ရင်း ဆရာ စောင့်နေပါ့မယ်'

ကျွန်တော်လည်း ကင်ဆာဆေးသွင်းဖို့ရှိတဲ့ လူနာများကို ဒေါက်တာ ကျော်ဇင်ဝင်း၊ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များနဲ့အတူ ကြည့် ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။ နံနက် ၁၀-နာရီမှာ ဆရာကံတို့အဖွဲ့နဲ့ တင်မိုးဝေတို့ရောက်လာတာမို့ ရွာဘက်ကိုထွက်ခဲ့ကြပါတယ်။

ဆေးရုံအနောက်ဘက်က တောလမ်းအတိုင်း နာရီဝက်ခန့် လျှောက်လိုက်တော့ ဦးစံရွှေတို့ရွာကို ရောက်ပါတယ်။

နေခြည်ဝင်းပစွာ ဖြာကျနေတာမို့ ရွာရောက်တော့ အားလုံး ချွေးတစိုစိုနဲ့ ရှိနေပါတယ်။

အညာဒေသဓလေ့အတိုင်း ထန်းတောများရှိပြီး ရွာဦး ကျောင်း ပတ်ပတ်လည်မှာလည်း စိမ်းစိုနေသော စိုက်ခင်း ပျိုး ခင်းများ ရှိပါတယ်။

ဦးစံရွှေတို့အဖွဲ့က ခရီးဦးကြိုပြုပြီး 'ဆရာတို့ရောက်တာ အတော်ပါပဲ၊ ဆရာတော်က အခု တရားဟောတော့မှာ'

ကျွန်တော်တို့လည်း ဆရာတော်ကို သင်္ကန်း၊ ဆေးဝါး များနဲ့ နဝကမ္မ အလှူငွေများ ကပ်လှူပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်က သက်တော် ၇၀-ခန့်ရှိပြီး မိဘ ကျေးဇူးဆပ်တဲ့ တရားတော်ကို ဟောပြောချီးမြှင့်ပါတယ်။ အဘိ ဓမ္မာနေ့ဖြစ်လို့ နောက်ခံသမိုင်းကြောင်းကိုလည်း ဆရာတော်က ရှင်းပြပါတယ်။

အဘိဓမ္မာဒေသနာတော်ကို မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၀၉-ခုနှစ်၊ သက်တော် ၄၂-နှစ်၊ ဝါတော် ၇-ဝါအရောက်မှာ တာဝတိံသာ နတ်ပြည် ပင်လယ်ကသစ်ပင်ရင်းက သိကြားမင်းရဲ့ ပဏ္ဍုကမ္ဗလာ ကျောက်ဖျာထက်မှာ မြတ်စွာဘုရားက ဟောခဲ့ပါတယ်။ ပရိသတ် များက မယ်တော်ဖြစ်ခဲ့ဖူးသော သန္တုသိတ နတ်သားနဲ့ စကြဝဠာ တစ်သောင်းက နတ်ဗြဟ္မာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

လူ့ပြည်မှာ အဘိဓမ္မာမဟောဘဲ နတ်ပြည်မှာ ဟောရတာက အတိုင်းအဆမရှိ ကြီးမားတဲ့ မိခင်ကျေးဇူးကို ဆပ်ချင်တာရယ်, အစကနေ အဆုံးအထိ ဆက်တိုက်နာယူနိုင်တဲ့ ပရိသတ်ဟာ အလွန်ဉာဏ်ပညာ ထက်မြက်တဲ့ နတ်ဗြဟ္မာတွေ ဖြစ်တာကြောင့် မို့ပါ။

အဘိဓမ္မာဟာ နတ်ဗြဟ္မာ ပရိသတ်များအား ဣရိယာပုတ် တစ်ခုတည်းဖြင့် ဆက်တိုက်ဟောကြားထားသော တရားရှည်ကြီး ဖြစ်ပေမယ့် ဟောပုံဟောနည်းကိုလိုက်ပြီး ဓမ္မသင်္ဂဏီ, ဝိဘင်း, ဓာတုကထာ, ပုဂ္ဂလပညတ်, ကထာဝတ္ထု, ယမိုက်နှင့် ပဋ္ဌာန်းကျမ်း ဆိုပြီး ကျမ်းပေါင်းခုနစ်ကျမ်း ရှိတာကို ရှင်းပြပါတယ်။ မိဘများရဲ့ အတိုင်းမဆမရှိ ကြီးမားသောကျေးဇူးကို အမြဲ အောက်မေ့သတိရ ပြီး ပြုစုကျွေးမွေးဖို့ ဆရာတော်က မိန့်ကြားပါတယ်။

တရားပွဲအပြီးမှာ ရေစက်သွန်းချပြီး အမျှဝေကြပါတယ်။ သံဃာတော်များအတွက် ဆွမ်းပွဲများကို ရွာကအဖွဲ့များနှင့်အတူ ကပ်လှူလိုက်ကြပါတယ်။

လူပရိသတ်များကို ဆွမ်းစားဆောင်မှာ ဧည့်ခံကျွေးမွေး ပါတယ်။ ဟင်းများမှာ ပဲဟင်း, ပုန်းရည်ကြီး, မြူရွက်သုတ်, ကြက်သားဗူးသီးချက်နဲ့ ဝက်သားဟင်းတို့ဖြစ်ပါတယ်။ ပရိသတ် များအားလုံး အားပါးတရ စားသောက်ကြပါတယ်။

အချို့ပွဲများမှာ အညာဒေသထုံးစံဖြစ်သော လက်ဖက်နှင့် ဂျင်းသုတ်, ထန်းသီးမုန့်, မုန့်လက်ကောက်, မုန့်ဆီကြော်နဲ့ မုန့်ဗိုင်းတောင့်များ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒေါ်ညွန့်ရီက ‘ဆရာတို့ မြန်မာမုန့်တွေ များများစားကြပါ’

‘စားပါ့မယ်၊ ကျွန်တော်လည်း အညာကအစားအစာတွေကို ကြိုက်ပါတယ်’

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း ‘ကျွန်တော်တို့ဆေးရုံ အဖွဲ့က သံစုံတီးဝိုင်းလို့ နာမည်ကျော်တယ်၊ စိတ်မပူပါနဲ့ အကုန် စားမှာပါ’

ရွာက ဧည့်ခံတဲ့အဖွဲ့က ရယ်ရယ်မောမောနဲ့ ‘ဆရာကံဆိုရင် စိတ်ချပါတယ်’

ကျွန်တော်တို့ စားသောက်ပြီးတော့ ရွာထဲက သွေးတိုး, ဆီးချိုနဲ့ ဖျားနာလို့ လာပြကြသူများကိုလည်း ကြည့်ရှုပေးလိုက် ပါတယ်။

ဆေးကုသမှုပြီးတော့ နေကတော်တော်ပူနေပါပြီ။ ဖုန်လုံး ကြီးတွေထနေတဲ့ လှည်းလမ်းကနေ လျှောက်ပြီးပြန်လာခဲ့ကြ ပါတယ်။ နေ့လည် နှစ်နာရီမှာ ဆေးရုံသို့ ပြန်ရောက်ပါတယ်။

တင်မိုးဝေက ‘အစ်ကို ညကျရင် မြို့ထဲလာခဲ့ပါလား၊ ဒီနေ့ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့ဆိုတော့ ရေလယ်ဘုရားနဲ့ ဖောင်တော်ဦး

မှာ ဆီမီးထွန်းပူဇော်ကြမယ်၊ ပွဲဈေးလည်းရှိတော့ အညာအစား အသောက်တွေနဲ့ ကျွေးချင်လို့ပါ'

'လာခဲ့ပါ့မယ် ညီမရယ်'

နေ့လည်ဘက်မှာ ခဏနားလိုက်ပါတယ်။ ညနေမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ကျမ်းစာအုပ်ကိုဖတ်ပြီး ရှေ့အပတ်သင်တန်းအတွက် ပြင်ဆင်လိုက်ပါတယ်။ ညနေ ၆-နာရီမှာ ဘုရားဝတ်တက်ပြီး မိဘများကို ရည်စူးကန်တော့လိုက်ပါတယ်။

ည ၇-နာရီ အိမ်ကထွက်လာတော့ ရွှေအုန်းပင်ဆိုင်ရှေ့မှာ တင်မိုးဝေက အသင့်စောင့်နေပါတယ်။

သီတင်းကျွတ် လပြည့်နေ့မို့ အိမ်တိုင်းဆီမီးထွန်းကြပြီး လမ်းတလျှောက် ပွဲတော်လာပရိသတ်များနဲ့ စည်ကားနေပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း ကားထားခဲ့ပြီး တင်မိုးဝေနဲ့ ရေလယ်ဘုရားကို လမ်းလျှောက်ထွက်ခဲ့ပါတယ်။

ကောင်းကင်ယံမှာတော့ မိုးလေကင်းစင်တဲ့အတွက် လပြည့်ဝန်းက ထိန်ထိန်သာလျှက်ရှိနေပါတယ်။ လမ်းမတန်းတလျှောက် အိမ်တွေမှာလည်း အလှမီးပုံးများ၊ ရောင်စုံမီးလုံးများနဲ့ ဆီမီးများ ထွန်းညှိထားလို့ မျက်စိပသာဒဖြစ်လှပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ဖောင်တော်ဦးဘုရားကို အရင်ဝင်ဖူးလိုက်ပါတယ်။ ဖောင်တော်ဦးဘုရားကို မိတ္ထီလာကန်ရေပြင်အစပ်မှာ

ကရဝိတ်ပုံစံ တည်ထားပါတယ်။ ရင်ပြင်တော်မှာ ဘုရားဖူး များနဲ့ ပြည့်လျှံလို့နေပါတယ်။ ဘုရားမှာ ဆီမီးထွန်းညှိပူဇော်ပြီး မေတ္တာသုတ်ရွတ်ဆို ပူဇော်လိုက်ပါတယ်။

ဖောင်တော်ဦးကနေ ရေလယ်ဘုရားကို မိတ္ထီလာကန်တော် အလယ်မှ ဖြတ်သန်းသွယ်ထားတဲ့ တံတားပေါ်မှသွားရပါတယ်။ တံတားပေါ်မှာလည်း ကား၊ ဆိုင်ကယ်၊ စက်ဘီးများနဲ့ ဘုရား ဖူးများကလည်း အပြည့်ပဲဖြစ်လို့ ဖြည်းဖြည်းပဲ လျှောက်လို့ ရပါတယ်။

ကန်ရေပြင်မှာ ဆီမီးများ မျှောပြီးပူဇော်ထားလို့ ဝင်းလက် တောက်ပလို့နေပါတယ်။

'ဖောင်တော်ဦးဘုရားက ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်ကို ဖူးရတာ ရင်ထဲ မှာ အေးမြသွားတာပဲ၊ အိမ်မှာလည်း တစ်နေ့တာပင်ပန်းသမျှ ညပိုင်း ဘုရားဆင်းတုတော်ကို ကြည့်ပြီးရှိခိုးလိုက်ရင် သောက၊ အပူတွေ လျော့သွားတယ်'

'မှန်ပါတယ် ညီမရယ်၊ မြတ်စွာဘုရားမှာ လိုချင်တပ်မက် တာတွေ၊ စိတ်အလိုမကျ ဒေါသဖြစ်ရတာတွေ၊ မသိမှုမောဟ ဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားလို့ ဖြူစင်ရှင်းသန့်ပြီး ထာဝရငြိမ်းအေးမှုကို ရသွားပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရား မျက်နှာတော်ဟာ ဘယ်အခါကြည့်ကြည့် အမြဲ ကြည်လင်အေးမြ

နေတယ်’

တင်မိုးဝေက တည်ငြိမ်နေတဲ့ ကန်ရေပြင်ကိုကြည့်ရင်း တွေးတွေးဆဆနဲ့ ပြန်ပြောပါတယ်။

‘ဟုတ်ပါတယ်၊ ညီမတို့ကျတော့ အရာရာကို လိုချင်တပ်မက်တာတွေ၊ ဘဝမှာ ဖြစ်ချင်တဲ့ဆန္ဒတွေရှိနေတော့ တစ်ခါတလေ အရမ်းပူလောင်သလို ခံစားရတယ်၊ လိုချင်တပ်မက်မှုနည်းလေ အေးချမ်းလေလေဆိုတာတော့ ကိုယ်တွေ့ပါပဲ’

‘ဘဝဆိုတာ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေရတော့ ဖြစ်ချင်တဲ့ဆန္ဒတွေနဲ့လောဘက အနည်းနဲ့အများ ရှိနေမှာပါ၊ လူ့လောကထဲမှာနေရင် ထိုက်သင့်သလောက်လည်း ရှိသင့်ပါတယ်၊ တစ်နေ့ ဇရာဖိစီးလာမယ်၊ ခန္ဓာဝန်ရဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို မြင်လာမယ်၊ ဒီအခါ သံယောဇဉ်တွေအားလုံးကို ထားခဲ့နိုင်ပြီး တရားရှုမှတ်မယ်ဆိုရင် ဖြူစင်ရှင်းသန့်တဲ့နေရာကို ရောက်သွားမှာပါ’

‘ဒီလိုဆို တွယ်တာ တပ်မက်တာတွေအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားတာ နိဗ္ဗာန်ပဲပေါ့’

‘မှန်ပါတယ်၊ တပ်မက်မှုတဏှာအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားတာ *Cessation of attachment* ဟာ နိဗ္ဗာန်ပါပဲ’

‘ချုပ်ငြိမ်းတယ်ဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်မှာ ဘာမှမရှိဘူးဆိုတဲ့ သဘောမျိုးလား အစ်ကို’

'အဲဒီလိုတော့ မဟုတ်ဘူး၊ ချုပ်ငြိမ်းတယ်ဆိုတာ အားလုံး ချုပ်ပျောက်သွားတာမဟုတ်ဘဲ ဘဝသံသရာမှာ အဖန်တလဲလဲ မွေးဖွားခြင်းကိုဖြစ်စေတဲ့ ကိလေသာတွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ နိဗ္ဗာန်ဟာ ဘာမှမရှိတဲ့ *Nothingness* သဘောမျိုး မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒုက္ခဆင်းရဲအားလုံး ကင်းသွားလို့ လွတ်မြောက်မှု နဲ့ အေးချမ်းမှုရှိပါတယ်'

'လွတ်မြောက်ခြင်းဆိုတဲ့ စကားလေးကို သဘောကျတယ်၊ ညီမတို့က မိဘဆွေမျိုးတွေ၊ ကိုယ်တွယ်တာရသူတွေရဲ့ သံယောဇဉ်အနှောင်အဖွဲ့တွေကြောင့်ဘယ်မှ ရုန်းထွက်လို့မရဘူး ဖြစ်နေတာ၊ လူတိုင်းက နောက်ဆုံးတော့ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်သွားကြရတာ၊ သေသွားတဲ့အခါကျတော့လည်း တစ်ယောက်တည်းပါပဲ'

'မှန်ပါတယ် ညီမရယ်၊ ဒါ့ကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့ တရားဓမ္မတွေကို အနှစ်ချုပ်လိုက်ရင် ရသကတစ်ခုပဲ ရှိတယ်၊ အဲဒါက လွတ်မြောက်ခြင်းဆိုတဲ့ ဝိမုတ္တိရသပါ၊ *The taste of emancipation or liberation* လို့ ခေါ်တယ်၊ ဘာတွေကနေ လွတ်မြောက်သွားလဲဆိုတော့ ဘဝအသစ်မှာ အဖန်ဖန် မွေးဖွားရတာ၊ အိုမင်း နာမကျန်းဖြစ်တာ၊ သေဆုံးတာ၊ နောက် စိုးရိမ်ပူဆွေးရတာတွေကို ဖြစ်စေတဲ့ အဝိဇ္ဇာနဲ့ တဏှာမရှိတော့လို့ လွတ်မြောက်သွားတာပါ'

ကျွန်တော်တို့ စကားပြောရင်း ရေလယ်ဘုရားသို့ သွယ်ထားတဲ့ တံတားအစပ်ကို ရောက်လာပါတယ်။

ရေလယ်ဘုရားမှာ လူကတိုးမပေါက်နိုင်အောင် စည်းကားလှပါတယ်။ ဘုရားသို့ရောက်အောင် မနည်းသွားရပါတယ်။ လူများတာနဲ့ ဘုရားကိုဆီမီးပူဇော်ပြီး လာလမ်းအတိုင်း ကမ်းစပ်သို့ပြန်လာခဲ့ပါတယ်။ လေအဝေ့ ကန်ရေပြင်မှာ လှိုင်းငယ်များနဲ့ လှိုင်းကြက်ခွပ်များထနေတာကို တွေ့ရပါတယ်။

လပြည့်နေ့ဖြစ်လို့ ကန်ရေပြင်မှာ လရိပ်ကိုပြည့်ပြည့်ဝဝ လှမ်းမြင်နေရပါတယ်။ ဝဿန်ခါတွင်းမို့ ကန်ရေဟာအပြည့်ပဲ ဖြစ်ပြီး ရေပြင်ကိုဖြတ်သန်းပြီး တိုက်ခတ်လာတဲ့လေဟာ လူကို လန်းဆန်းသွားစေပါတယ်။

'ရေလယ်ဘုရားက တန်းခိုးကြီးတယ်၊ ညီမတို့ အဒေါ်တွေငယ်ငယ်က လပြည့်ညဆို ဘုရားကိုလာဖူးတဲ့ နဂါးကြီးတွေကို တွေ့ဖူးတယ်လို့ ပြောတယ်'

'ဘုရားကိုယ်စား တည်ထားတဲ့ ဓါတ်တွေမွေတော်တွေနဲ့ ဓမ္မခန္ဓာတွေဟာ တန်းခိုးထက်ပါတယ် ညီမရယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ တန်ခိုးကြီးဘုရားတွေမှာ ရောင်ခြည်တော်ကွန့်မြူးတာ၊ မြွေနဂါးတွေလာပြီး ဖူးမျှော်တာ၊ ဈာန်ရ ရသေ့သူတော်စင်တွေနဲ့ ရဟန္တာတွေ ကောင်းကင်ယံက လာဖူးတာရှိတယ်'

'ညီမလည်း ဖူးချင်လိုက်တာ၊ အဲဒီလိုမျိုး မကြုံဖူးပေမယ့် ကိုးနှစ်သမီးအရွယ်က ဖိုးဖိုးနဲ့ ရန်ကုန်ရွှေတောင်ကြားလမ်းအိမ်မှာ ထူးထူးဆန်းဆန်း ကြုံဖူးတာရှိတယ်'

'အစ်ကို့ကို ပြောပြပါလား'

'အဲဒီနေ့က နံနက်စောစောခြံထဲမှာ ဖိုးဖိုးနဲ့လမ်း လျှောက်နေတာ၊ အရုဏ်တက်စဆိုတော့ ကောင်းကင်ကလည်း ကြည်လင်နေတာပဲ၊ အဲဒီမှာ အရှေ့ဖက်က ဆင်ဖြူတော် ပျံလာတာကို ဖိုးဖိုးက စတွေ့တာ၊ ညီမလည်း ကိုယ့်မျက်စိတောင် မယုံနိုင်ဘူး၊ ဆင်ဖြူတော်ရဲ့ ဘေးတစ်ဖက်တစ်ချက်မှာ အတောင်တွေပါတယ်၊ နောက် အိမ်ရှေ့ပေါ်က ဖြတ်ပြီးအနောက်စူးစူးကို ပျံသွားတယ်'

'ဒါဆို ညီမက ကုသိုလ်ထူးပါတယ်၊ ဒီလိုမျိုး ကြုံကြိုက်ဖို့က အလွန်ခဲယဉ်းတာ'

ကျွန်တော်တို့ စကားတပြောပြောနဲ့ လျှောက်လာလိုက်တာ မကြာမီ မြို့လယ်ကို ပြန်ရောက်လာပါတယ်။ လမ်းတစ်လျှောက်မှာ ကောက်ညှင်းကျည်တောက်, ဘူးသီးနဲ့အကြော်စုံ, မြန်မာ မုန့်မျိုးစုံ, ဖိုးဝရုပ်, ဧးကွက်ရုပ်, ဖျာမျိုးစုံနဲ့ အဝတ်အထည် ရောင်းသောဆိုင်များစီတန်းလို့ နေပါတယ်။

'ညီမတို့ ဒီဆိုင်လေးမှာ ထိုင်ကြရအောင်၊ ဒီမှာ အကြော် မျိုးစုံနဲ့ ရေမုန့်လည်းရတယ်'

ကျွန်တော်တို့ အကြော်ဆိုင်မှာထိုင်ပြီး ပေါက်ချောင်း ဗူးသီးကြော်နဲ့ ရေမုန့်များ မှာလိုက်ပါတယ်။ ဗူးသီးကြော်နဲ့ တွဲစားရတဲ့ ဆလပ်ရွက်နဲ့ မန်ကျည်းသီးမှည့် အချဉ်ရည်ကလည်း အရသာရှိလှပါတယ်။

'ဒီမှာမှ အညာမုန့်မျိုးစုံ စားရတာ၊ ရန်ကုန်မှာဆို စားရဖို့ မလွယ်ဘူး'

'အစ်ကိုလည်း အကြော်နဲ့ အညာမုန့်တွေ ကြိုက်ပါတယ်'

'မိတ္ထီလာမှာ အစ်ကိုနဲ့ အခုလို သိကျွမ်းခင်မင်ရမယ်လို့ မမျှော်လင့်ခဲ့ဘူး၊ မောင်နှမထဲမှာ ယောကျ်ားလေးမပါတော့ အစ်ကို တစ်ယောက်ရသလို ခံစားရပါတယ်'

'ညီမနဲ့ ထပ်တူပါပဲ၊ ဒီကို ပြောင်းလာတော့ စိတ်ထဲမှာ စာရေးဖို့နဲ့ ကုသဆောင်အသစ်ဖွင့်ပြီး ကင်ဆာဝေဒနာရှင်တွေကို ဆေးကုပေးမယ်လို့ မှန်းထားတာ၊ မမျှော်လင့်ဘဲ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်သင်တန်းလည်း ဖွင့်ဖြစ်သွားတယ်'

လမ်းလျှောက်လို့ ဗိုက်ဆာနေကြတာနဲ့ နှစ်ယောက်သား အတော်စားဖြစ်ပါတယ်။ နာရီကြည့်လိုက်တော့ ညကိုးနာရီ ထိုးဖို့ ဆယ်မိနစ်သာလိုပါတော့တယ်။

'အစ်ကို့ကို လက်ဖက်ရည် တိုက်ချင်သေးတယ်'

'ဒီလိုဆို လက်ဖက်ရည်ဆိုင် သွားရအောင်၊ ခဏပဲထိုင်

တာပေါ့၊ အိမ်ပြန်နောက်ကျရင် မိဘတွေစိတ်ပူနေလိမ့်မယ်'

တင်မိုးဝေကခေါင်းငြိမ့်ပြီး သောက်နေကျ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ ခဏထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။ သူမက အကြမ်းပန်းကန်လုံးကို ရေနဲ့သေသေချာချာဆေးပြီး ရေနွေးကြမ်းငှဲ့ပေးပါတယ်။

'မိတ္ထီလာက ရန်ကုန်၊ မန္တလေးလောက် မစည်ပေမယ့် ညီမရဲ့မွေးရပ်မြေဆိုတော့ ဒီမှာနေရတာ ပျော်ပါတယ်'

'အစ်ကိုလည်း အညာဒေသကို နှစ်သက်ပါတယ်၊ နွေအခါမှာ ပူပေမယ့် ဒီမှာမှ တကယ့်နွေရဲ့အလှကို တွေ့ရတာ'

'အစ်ကိုက စာလည်းရေးတယ်၊ အညာလေကိုလည်း နှစ်သက်တော့ နေလို့အဆင်ပြေမှာပါ'

သူမက နာရီကိုတစ်ချက်ကြည့်လိုက်ပြီး တိုးတိုးလေးပြောပါတယ်။

'ညီမတို့ ပြန်ကြရအောင်နော်'

'၉-နာရီတောင်ကျော်နေပြီ၊ ညီမအိမ်ရောက်တဲ့အထိ လိုက်ပို့ပေးပါ့မယ်'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ ဒါဆို ရှေ့ကသွားနှင့်မယ်နော်'

ညပိုင်း မိတ္ထီလာ-မန္တလေး လမ်းမကြီးတလျှောက် ကားရှင်းနေတာမို့ ခဏအကြာမှာ သူမအိမ်ရှေ့ကို ရောက်ပါတယ်။

သူမက ကားပေါ်ကဆင်းပြီး ကျွန်တော့်ကို မှာပါတယ်။

'လမ်းမှာ ဖြည်းဖြည်းမောင်းနော်၊ အိမ်ရောက်ရင် ဖုန်းဆက်ပေးပါ၊ ညီမ စိတ်အေးရအောင်လို့ပါ'

'ကောင်းပါပြီ'

ကျွန်တော်လည်း လက်ပြနှုတ်ဆက်ပြီး ပြန်ခဲ့ပါတယ်။ အိမ်ပြန်ရောက်တာနဲ့ သူမထံ ဖုန်းပြန်ဆက်လိုက်ပါတယ်။

ညပိုင်းမှာ ဓမ္မစကြာနဲ့ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ပါတယ်။

မအိပ်ချင်သေးတာနဲ့ ခြံဝင်းထဲမှာ ခဏဆင်းထိုင်ပြီး ရေးလက်စ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်အတွက် ကျမ်းကိုးစာအုပ်များကို ကြည့်ရှုလိုက်ပါတယ်။ ညဥ့်နက်လာတာနဲ့အမျှ ကောင်းကင်ယံမှာ ကြယ်စင်များ ဝိုင်းရံနေတဲ့လမင်းက ပြည့်ဝန်းစွာရွှန်းပပြီး ထိန်ထိန်သာနေပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ သဘာဝနိယာမအရ လမထွက်တဲ့နေ့များလည်း ရောက်လာဦးမှာပါ။ အချိန်ရထားဟာ စက္ကန့်နှင့်အမျှ ရွေ့လျားနေတာမို့ နေ့သစ်ဟာ မကြာခင်မှာ ရောက်လာပါတော့မယ်။

အဂိယာမင်းကို ဂုသော ဘာဏ်၏
ဆင်ကြယ်ခြင်း

(၁၉)

စင်ကြယ်သော နယ်မြေသို့

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၁၇ ရက်၊ သောကြာနေ့။

မိုးနှောင်းလွန်ပြီး ဆောင်းဝင်တော့မှာမို့ နံနက်စောစော အအေးဓါတ် တဖြည်းဖြည်း ပိုလာတာကို သတိထားမိပါတယ်။ ဒီနေ့ ခွဲခန်းမှာ ရင်သားအကျိတ်နဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ဦး၊ အူမကြီး ကင်ဆာဖြစ်တဲ့ လူနာတစ်ဦးနဲ့ အူကျလူနာနှစ်ဦး ရှိပါတယ်။ နံနက် ၈-နာရီမှစပြီး ခွဲစိတ်ခန်းဝင်လိုက်တာ နေ့လည်နှစ်နာရီ ကျော်မှ ပြီးပါတယ်။

နေ့လည်စာကို ရုံးခန်းမှာပဲ ဆရာကံမြင့်အိမ်ကပို့ပေးတဲ့ ကန်စွန်းရွက်ကြော်၊ ပုန်းရည်ကြီးသုတ်တို့နဲ့ စားလိုက်ပါတယ်။ နေ့လည်စာအပြီးမှာ ကင်ဆာဆေးသွင်းဖို့ရှိတဲ့ လူနာများကို ဒေါက်တာ ကျော်ဇင်ဝင်း၊ ဆွေဆွေမြင့်တို့နဲ့ ကြည့်ရှုပေးလိုက်ပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီခွဲမှာ လူစုံတာနဲ့ သင်တန်းကို စလိုက်ပါ တယ်။

'ဒီနေ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ဆဋ္ဌမမြောက် စင်ကြယ်ခြင်းဖြစ်တဲ့ အရိယာမဂ်ကိုရသောဉာဏ်ရဲ့ စင်ကြယ်ခြင်းကို ဆက်ပြောပါ့မယ်၊ ပါဠိလို **ပဋိပဒါ ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ** လို့ ခေါ်ပါတယ်'

'အဲဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲဆရာ'

'*Purity of knowledge and insight leading to the attainment of Ariya path* '

'အရိယာမဂ်ဆိုတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် တက်လာလို့ပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ အရင်အပတ်က ရုပ်, နာမ်တွေရဲ့ ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတာကိုမြင်တဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ကို မှတ်မိမှာပါ၊ အဲဒီ ဉာဏ်ဖြစ်ခါစ, နုစဉ်အခါက ဝိပဿနာရဲ့ ဘေးရန်တွေ ပေါ်လာ တတ်တယ်ဆိုတာလည်း ပြောခဲ့ပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'မှတ်မိပါတယ် ဆရာ၊ ဩဘာသဆိုတဲ့ အရောင်အလင်း တွေ့ရတာ၊ ကြက်သီးမွေးညှင်းထတဲ့ ပီတိ ဖြစ်လာတာ၊ တခါ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး အေးမြချမ်းသွားတာကို မဂ်အစစ်လို့ ထင်သွားတတ်တယ်လို့ ပြောသွားတယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ တရားရှုမှတ်ရင်း အလင်းရောင်တွေ့ရတာ, ပီတိဖြစ်တာ, ငြိမ်းအေးသွားတာ, ချမ်းသာသွားတာတွေဟာ ဝိပဿနာရဲ့ ဘေးရန်တွေဖြစ်တယ်၊ မဂ်အစစ်မဟုတ်သေးဘူး၊ မဂ်အစစ်က ရှေ့လာလိမ့်ဦးမယ်၊ ဒီလို မဂ်ဟုတ်တာ, မဟုတ်တာ ကို သိနိုင်တဲ့ ဉာဏ်ပေါ်လာပါတယ်၊ အဲဒါကို မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏ ဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ, မြန်မာလို လမ်းမှန်ကို စင်ကြယ်စွာသိရှိခြင်းလို့

ခေါ်တာကို အရင်အပတ်က ပို့ချခဲ့ပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'ကျွန်တော်တို့ မှတ်မိပါတယ်၊ လမ်းမှန်ပေါ် ရောက်သွားလို့ ဆက်ရှုမှတ်ရင် မဂ်၊ ဖိုလ်ရဖို့ တဖြည်းဖြည်း နီးလာပြီပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ လမ်းမှန်ကို ရောက်တဲ့အခါ အလင်းရောင်တွေ၊ နှစ်သက်ချမ်းသာတာတွေကို အာရုံမပြုတော့လို့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဟာ ပိုပြီး ရင့်ကျက်လာတယ်၊ အဖြစ်နဲ့ အပျက်ကိုပိုပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိမြင်လာတယ်၊ ဒီလို ရင့်ကျက်လာတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်နောက်ပိုင်းကစပြီး ပဋိပဒါဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိလို့ခေါ်ပါတယ်'

'ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ပြီးတော့ ဘယ်ဉာဏ်ဆက်ဖြစ်မလဲ ဆရာ'

'ဒီဉာဏ်ပြီးတော့ ဘင်္ဂဉာဏ်ဆိုတာ ပေါ်လာမယ်၊ အားလုံးသိတဲ့အတိုင်း ဘင်္ဂဆိုတာ ပျက်တာ၊ မဟာဘုတ်ဗေဒင် အဟောမှာလည်း ဘင်္ဂဖွားဆိုတာရှိပါတယ်၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ရင့်သန်လာတဲ့အခါ အဖြစ်ကမထင်ရှားတော့ဘဲ အပျက်ကပဲ ပိုထင်ရှားလာတယ်၊ တရားရှုနေရင်း အဖြစ်ကိုမမြင်ဘဲ ပျက်၊ ပျက်သွားတာ၊ ပျောက်သွားတာကို မြင်လာတယ်'

'**ဘင်္ဂဉာဏ်**ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Knowledge of dissolution*'

'ဒီဉာဏ်စဉ်ရောက်ရင် ယောဂီက ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲ ဆရာ'

'ဘင်ဂဆိုတာ ပျက်တာဆိုတော့ ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြစ်လာရင် အဖြစ်က မထင်ရှားတော့ဘဲ ပျောက်ပျောက်သွားတဲ့ အပျက်သဘောက ပိုထင်ရှားလာတယ်၊ တချို့ဆို ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ပျောက်သွားသလိုမျိုး ကြုံရတတ်တယ်၊ တချို့လည်း ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးက အသားတွေဟာ အမှုန်တွေ အမွှားတွေလိုဖြစ်ပြီး ချောက်ကမ်းပါးဘေးက သဲပုံကြီးပြိုသွားသလို တွေ့ရတတ်ပါတယ်၊ တချို့ဆိုလည်း ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးဟာ အရိုးစုကြီးလိုဖြစ်သွားတာမျိုး မြင်ရတယ်၊ ဒီအခါမှာ ငါတရားအားထုတ်တာ မှားများနေပြီလားလို့တောင် ထင်မိတတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီအဆင့်မှာ မှတ်လို့မကောင်းသလိုမျိုး ဖြစ်နေပါတယ်'

တင်မိုးဝေက 'ဘင်္ဂဉာဏ်ပြီးရင် ဘယ်ဉာဏ် ဆက်ဖြစ်လာလဲ အစ်ကို'

'ဒီဉာဏ်ရင့်သန်လာပြီးရင် **ဘယဉာဏ်**ဆိုတာ ပေါ်လာမယ်၊ ဒါကလည်း ပျက်တာတွေကိုပဲ မြင်နေရတော့ သဘာဝ နိယာမအရ သင်္ခါရသဘောတွေဟာ ကြောက်စရာပါလားလို့ ထင်လာတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ကြောက်တယ်ဆိုတာ ဒေါသမူစိတ် ဆိုတော့

အကုသိုလ် မဟုတ်ဘူးလား ဆရာ'

'ကြောက်တာက ဒေါသစိတ်ထဲမှာပါတော့ အကုသိုလ် လို့ရှုတ်တရက် ထင်မိတတ်ပါတယ်၊ ဒီနေရာမှာ ကြောက်တာ မဟုတ်ဘဲ ကြောက်စရာပဲလို့ သိသွားတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဝိပဿနာဉာဏ်လို့ ခေါ်တာပါ'

'ဘယဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Knowledge of fear*'

'ဆက်ပြီးရှုမှတ်ရင် ဘယ်ဉာဏ်ဆက်ဖြစ်မလဲ ဆရာ'

'ဘယဉာဏ် ရင့်သန်လာတဲ့အခါမှာ အစဉ် ဖြစ်ပျက်နေတာ တွေဟာ တပ်မက်နှစ်သက်ဖွယ် မဟုတ်ပါလားဆိုတဲ့ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့ရဲ့ အပြစ်ကိုမြင်လာတဲ့ **အာဒီနဝဉာဏ်** ဖြစ်လာပါ တယ်၊ *Knowledge of the bad consequences of volitional activities* လို့ ပြန်ပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'ဘယဉာဏ်က ကြောက်စရာလို့ထင်တာ၊ အာဒီ နဝက အပြစ်မြင်တာဆိုတော့ တရားမှတ်ရတာ တစ်မျိုးကြီး ဖြစ်နေမှာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ အာဒီနဝဉာဏ် ရင့်သန်လာတဲ့အခါ ခန္ဓာ ငါးပါး ရုပ်နာမ်တွေမှာ ရှုမှတ်နေရတာဟာ ငြီးငွေ့ဖွယ်ရာလို ဖြစ်လာပါတယ်၊ ဒီလို အပြစ်မြင်ပြီး ငြီးငွေ့လာတဲ့ဉာဏ်ကို

နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်'

'အဲဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'*Knowledge of discontented* '

'နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ဖြစ်လာရင် ဘယ်လိုနေသလဲ ဆရာ'

'ဘယ်သူမဆို တစ်ခုခုမှာ ငြီးငွေ့လာတယ်ဆိုရင် မပျော်တော့ဘူးပေါ့၊ နောက် အလိုလိုနေရင်း ပျင်းလာတယ်၊ တစ်ခါဘာအကြောင်းမှမရှိဘဲ စိတ်ထဲမှာ နေမထိထိုင်မသာ ဖြစ်နေတတ်တယ်၊ ဘာလုပ်လုပ် စိတ်ပျက်စရာပဲဖြစ်နေတယ်၊ တစ်ချို့ဆိုလည်း စိတ်ညစ်ပြီး တစ်နေရာရာကို ခရီးထွက်သွားတာမျိုး ရှိတတ်တယ်'

'ဒါဆိုရင် တရားမှတ်နေပေမယ့် မှတ်လို့ မကောင်းဘူးပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီမှာလည်း ခန္ဓာငါးပါးရဲ့အပြစ်ကို သေသေချာချာမြင်သွားလို့ ငြီးငွေ့သွားတာပါ၊ တကယ်တော့ ဘယ, အာဒီနဝနဲ့ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်တွေဟာ အနုအလတ် အရင့်အားဖြင့်သာ ကွာသွားတာပါ၊ သင်္ခါရဒုက္ခ တွေကိုမြင်တဲ့ သဘောလက္ခဏာက အတူတူပါပဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ သူတို့ကို သုံးပါးတစ်ဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒုက္ခသစ္စာကို ထိုးထွင်းမြင်သွားတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်လို့လည်း ပြောနိုင်ပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က ကွမ်းတမြုံ့မြုံ့ဝါးရင်း 'သုံးပါးတစ်ဉာဏ်

ဆိုတော့ *3 in 1 wisdom* ပေါ့ဆရာ'

တင်မိုးဝေက ပြုံးပြီး 'ဆရာကံက ပြောတတ်လိုက်တာ၊ သဘာဝအရ တစ်နေရာရာမှာ ငြီးငွေ့လာတယ်၊ တစ်ခုခုကို အပြစ်မြင်လာတယ်ဆိုရင် လွတ်မြောက်ချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်လာမှာပဲနော်'

'မှန်ပါတယ်၊ တစ်စုံတစ်ရာမှာ ငြီးငွေ့လာတယ်ဆိုရင် ဒီလို ငြီးငွေ့မှုမှ လွတ်မြောက်လိုတာဟာ ဓမ္မတာပါ၊ ဒီအခါမှာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားရင် ကောင်းမှာ ပဲဆိုတဲ့ အသိနဲ့ စွန့်လွှတ်လိုတဲ့ဉာဏ် ဖြစ်လာပါတယ်၊ ဒီလို လွတ်မြောက်ချင်တဲ့ဉာဏ်ကို မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်'

'ဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Knowledge of forsake or escape*'

သီတာအေးက 'လွတ်မြောက်ချင်ရင် ကြိုးစားမှ ရမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ လွတ်မြောက်ချင်တဲ့ဆန္ဒရှိရင် ပြောနေရုံ၊ ကြံစည်နေရုံနဲ့ မပြီးဘဲ ရှေ့ဆက်လွတ်မြောက်ဖို့ ကြိုးစားရမှာပါ၊ ဒီအသိနဲ့ ဆက်လက်ရှုသွားမယ်ဆိုရင် သင်္ခါရတွေချုပ်ငြိမ်းဖို့ ရုပ်နဲ့ နာမ်ကို အရင်ကလို ပြန်ပြီး ရှုမှတ်ရမယ်ဆိုတာ သိမြင်လာပါမယ်၊ အဲဒါကို ပဋိသင်္ခါဉာဏ် *To consider with knowledge* လို့ခေါ်တယ်၊ ပဋိက တဖန် *Again* ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်'

'သူ့ရဲ့သဘောကို နည်းနည်း ရှင်းပြပေးပါလား ဆရာ'

'ကျမ်းဂန်တွေမှာ တံငါသည်နဲ့မြွေ *Fisherman and snake* ဥပမာလေး ပေးထားတာရှိတယ်၊ တစ်နေ့ တံငါသည်က မြစ်လယ်ကို လှေနဲ့ငါးဖမ်းဖို့သွားတယ်၊ ရေထဲမှာ ငါးအုပ်ဖြတ်ကူးသွားတာတွေ့လို့ လက်နဲ့ နှိုက်စမ်းတဲ့အခါ ခတ်ရှည်ရှည် အကောင်တစ်ကောင်ကို ဆုပ်ကိုင်မိတယ်၊ ဒီအခါမှာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ ငါးမိပြီဆိုပြီး ရေထဲကနေ မကြည့်လိုက်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ လည်ပင်းမှာ အရစ်သုံးရစ်ကိုမြင်တော့မှ ငါးမဟုတ်ဘဲ မြွေမှန်း သိသွားတယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'သမီးသာဆိုရင် ကြောက်ပြီး သတိလစ်သွားမှာ'

အားလုံးက ဝိုင်းရယ်ကြပါတယ်။

ဆရာကံမြင့်က 'ငါးရှဉ့်၊ ငါးရွှေနဲ့ မြွေက ခပ်ရှည်ရှည် ချည်းပဲဆိုတော့ မှားနိုင်တာပေါ့၊ ဆရာပြောတဲ့ ဥပမာလေးက ကောင်းတယ်၊ မြွေမှန်းသိတော့ မလိုချင်တော့ဘဲ လွှင့်ပစ်ရတော့ မှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီအတိုင်း လွှင့်ပစ်ရင်လည်း မြွေကကိုယ့်ကို ပြန်ကိုက်သွားမှာ၊ ဒါကြောင့်မို့ မြွေကကိုယ့်ကို ပြန်မကိုက်နိုင်အောင် ခေါင်းပေါ်မှာ လေးငါးဆယ်ပတ်လောက် ရမ်းပြီး သူ့ကို မူးနောက်အောင်လုပ်ပြီးမှ လွှင့်ပစ်လို့ရမှာ၊ အလားတူ

ရုပ်၊ နာမ်ခန္ဓာတွေကို နဂိုက ကောင်းတယ်လို့ ထင်ထားမိတယ်၊ ဝိပဿနာရှုလိုက်မှ တွယ်တာစရာမကောင်းတဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတွေကို မြင်လာတယ်၊ ခုနက လယ်ရစ်သုံးဆင့်နဲ့ မြွေကို မြင်တာမျိုးလိုပေါ့၊ ဒီအခါမှာ ခန္ဓာရဲ့ အပြစ်ကိုမြင်ပြီး စွန့်ချင်တော့ မြွေကို နာကျင်အောင်လုပ်သလို ထပ်ပြီး ပင်ပင်ပန်းပန်း အရင်လိုပြန်ပြီး ရှုမှတ်ရမယ်ဆိုတာ သိသွားတယ်၊ အဲဒါ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ရဲ့ သဘောပါပဲ'

ဆရာကံမြင့်က ' ပဋိသင်္ခါကို ကျွန်တော် ကောင်းကောင်း မှတ်မိတယ်'

သီတာအေးက 'အဘကံမြင့်က အဲဒီအထိ ရှုမှတ်ခဲ့တယ်ပေါ့'

'ရှုမှတ်ပြီး ဉာဏ်စဉ်တက်သွားလို့ မဟုတ်ဘူး၊ အဘငယ်ငယ် ဘုန်းကြီးကျောင်းသားဘဝက ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော၊ အပ္ပိုမြင် ငါ့ကိုပြောလို့ အော်ပြီး စာကျက်ခဲ့တာကို မှတ်မိတာ'

အားလုံးက တဟားဟားနဲ့ ရယ်ကြပါတယ်။

'ဆရာကံပြောလိုက်လို့ ပဋိသင်္ခါကို ကောင်းကောင်း မှတ်မိသွားမှာပါ၊ ဒီဉာဏ်နဲ့ ပြည့်စုံလာတဲ့အခါ ရှေ့ဉာဏ်တွေလို ကြောက်လန့်တာ၊အပြစ်မြင်တာ၊ ငြီးငွေ့တာ၊ လွတ်မြောက်ချင်တာမျိုးတွေ မရှိတော့ဘဲ ရှုမှတ်ရတာ ပိုပြီးကောင်းလာပါတယ်၊

ဒီအခါမှာ ရှုမှတ်ရင်းပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရသဘော တွေကို အထူးတလည် ကြောင့်ကျမစိုက်ရတော့ဘဲ အလိုက်သင့် သိလျက် နေပါတယ်၊ ဒီအဆင့်ကို သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်'

'ဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'အထူးကြောင့်ကျမစိုက်ရဘဲနဲ့ မှတ်နေတာမျိုး၊ အမှတ်နဲ့ အသိဟာ ချပ်ကနဲ ချပ်ကနဲ သွားနေတာမျိုးဆိုတော့ *Knowledge of equanimity about mental formation* လို့ပြန်တယ်'

'ယောဂီက ဘယ်လိုမျိုး သိနိုင်လဲ ဆရာ'

'ဒီဉာဏ် ဖြစ်လာတဲ့အခါ ရုပ်၊ နာမ် သင်္ခါရ တရားတွေကို ကြိုက်တယ်လည်းမဟုတ် မကြိုက်ဘူးလဲမဟုတ်ဘဲ အသာလေး အလိုက်သင့် ရှုမှတ်လို့ရသွားပါပြီ၊ ဒီဉာဏ်စဉ်ရောက်ရင် အတော့်ကို အဆင့်အတန်း မြင့်သွားပါပြီ'

'အဲဒါကို ဥပမာပေးထားတာ ရှိလားဆရာ'

'ကျမ်းဂန်ထဲမှာ ဒိသာကာကကျီးနဲ့ ဥပမာ ပေးထားတယ်၊ ဒိသာဆိုတာ အရပ်မျက်နှာ *Direction,* ကာကဆိုတာ ကျီး *Crow* ကိုပြောတာ၊ မြန်မာလို အရပ်မျက်နှာကို ရှာဖွေတတ်တဲ့ကျီးကို ပြောတာပါ၊ ရှေးအခါက ပင်လယ်ထဲ ရွက်လွှင့်သွားရင်း ကမ်းမမြင် လမ်းမမြင်ဖြစ်ပြီဆိုရင် ကျီးလေးကို လွှတ်လိုက်

တယ်၊ ကျိုးဟာ ပျံသွားပြီး ကမ်းမမြင်ဘူးဆိုရင် မောပြီး ရွက်သဘော်ဆီပြန်လာတယ်၊ အမောဖြေပြီးတာနဲ့ တစ်ခါပြန်လွှတ်တယ်၊ ကျိုးကပျံသွားပြီး ကမ်းကိုမမြင်ရရင် ပင်လယ်ဖက်ကို တစ်ခါ ပြန်လာတယ်၊ အမောဖြေတယ်၊ နောက်ဆုံး ကမ်းကိုမြင်ပြီဆိုရင်တော့ ပြန်မလာတော့ဘဲ ကမ်းဘက်ဆီ ဦးတည်ပျံသွားတယ်၊ ဒီအခါမှာ ကမ်းရောက်တော့မယ်ဆိုတာ သိသွားကြတယ်'

အလားတူ တရားရှုမှတ်ရင်း နိဗ္ဗာန် မမြင်ရသေးခင် သင်္ခါရတရားတွေဆီ ပြန်လာလိုက်၊ ရှာလိုက်၊ မတွေ့ရင် ပြန်လာလိုက်ဖြစ်နေသလိုပါပဲ၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် အဆင့်မှာလည်း တက်လိုက်၊ ကျလိုက်၊ တက်လိုက်၊ ကျလိုက်နဲ့ ဖြစ်နေပါတယ်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရင့်သန် ပြည့်စုံလာတဲ့အခါမှာ မှတ်လို့ကောင်းလာသလို ပြတ်သား ကြည်လင်တဲ့ အဓိမောက္ခ သဒ္ဓါလည်း ဖြစ်လာပါတယ်။ ဒီယုံကြည်မှု သဒ္ဓါကြောင့် ဝီရိယလည်း မြဲမြံလာပြီး သတိ အထူးကောင်းလာလို့ မဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ဖို့ နီးကပ်လာပါပြီ။

ရှုမှတ်ရာမှာလည်း ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာသုံးပါးအနက် တစ်ပါးတည်းကိုသာ ရှုမှတ်မယ်ဆိုရင် သဒ္ဒိသာနုပဿနာ ဝီထိ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ် ဖြစ်ပေါ်လာပါမယ်။

'အဲဒီဝီထိကို နည်းနည်းရှင်းပြပါလား ဆရာ'

'သဒ္ဒိသာနုပဿနာဝီထိ ဆိုတာ ပထမအကြိမ်မှာ အနိစ္စလို့ ရှုမှတ်ရင် ဒုတိယနှင့် တတိယအကြိမ်မှာလည်း အနိစ္စလို့ ရှုမှတ်တာပါ၊ ဒုက္ခနှင့် အနတ္တကိုလည်း အလားတူ ရှုမှတ်ရပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ *Mental process of similar mindfulness or attention* ဆိုပြီး ပြန်တယ်'

ဝီထိရဲ့ နောက်ဆုံးအကြိမ်မှာ သတ္တမဇောပြီးတာနဲ့ ဘဝင်စိတ်တွေ ဖြစ်လာပါတယ်၊ ဒီနောက် ဖြစ်ဆဲ ရုပ်, နာမ် တစ်ခုခုကို အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တလက္ခဏာ တစ်ပါးပါးနှင့် ရှုမှတ်တဲ့အခါ မနောဒွာရာဝဇ္ဇန်းစိတ် ဖြစ်လာပါတယ်။

'မနောဒွာရာဝဇ္ဇန်း ပြီးတာနဲ့ အရင်ဝီထိနှစ်ကြိမ်, သုံးကြိမ် အတိုင်း ရှုမှတ်မယ်ဆိုရင် ဉာဏသမ္ပယုတ် ကာမာဝစရ ကုသိုလ်ဇော လေးကြိမ်ဖြစ်လာပါမယ်၊ ဒီဇောတွေကို မဂ်ရဲ့အနီး ဉပစာမှာရှိလို့ ဉပစာရ သမာဓိဇောများလို့ ခေါ်တယ်'

'ဒါဆို မဂ်ရဖို့ နီးလာပြီပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ မဂ်ရခါနီးမှာ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေလည်း သွက်သွက်လက်လက် ဖြစ်လာပြီး ပိုအားကောင်းလာတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်အပါအဝင် အဲဒီအခိုက်အတန့်ကို ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာဉာဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ မြန်မာလို သင်္ခါရတရားတွေကနေ လွတ်မြောက်အောင် ထွက်သွားနိုင်တဲ့သဘောကို ပြောတာပါ'

'ဒေါ်ညွန့်ရီလည်း ဝီထိပိုင်းမှာ ပို့ချပြီးတဲ့ မဂ်ဝီထိကို မှတ်မိမှာပါ၊ တစ်ခေါက်လောက် ပြန်ပြောကြည့်ပါလား'

'ဘဝင်္ဂစလန, ဘဝင်္ဂုပစ္ဆေဒ, မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်း, ပရိကံ, ဥပစာ, အနုလုံ, ဂေါတြဘူ, မဂ်, ဖိုလ် နောက်ပြီး တော့ ဘဝင်ဖြစ်မယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ အဲဒီမှာ ပထမဇောကို မဂ်ဖိုလ်တရားများ ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ ရှေးဦးစွာ ဆောင်ရွက်တာဖြစ်လို့ **ပရိကံ** လို့ ခေါ်တယ်'

'အဲဒီ ပထမဇောကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Preparation consciousness*'

'ဒုတိယဇောကို ဘယ်လိုခေါ်သလဲ ဆရာ'

'ဒီဇောကို မဂ်, ဖိုလ်တို့ရဲ့ အနီးအနားမှာ ဖြစ်လို့ **ဥပစာ** ဆိုပြီး ခေါ်တယ်'

ဆွေဆွေမြင့်က 'ဥပစာဆိုတာကို ကြားဖူးတယ်'

'ဥပစာဆိုတာ မြန်မာလို အနီးအနား, အိမ်နီးချင်းကို ပြောတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ *Proximity or neighbourhood consciousness* လို့ ပြန်တယ်'

'တတိယဇောကျတော့ ဘယ်လိုခေါ်သလဲ ဆရာ'

'သူ့ကျတော့ ရှေ့ပရိကံ၊ နောက် မဂ်, ဖိုလ်တို့နဲ့ အစဉ်

အတိုင်း လျော်ညီစွာ ဖြစ်လို့ **အနုလုံ** *Adaptation thought-moment* ဆိုပြီး ခေါ်ပါတယ်'

'မနောဒွာရာဝဇ္ဇန်းနဲ့ ဒီဇောသုံးခု ပါဝင်တဲ့ဉာဏ်ကို **အနုလောမဉာဏ်** *Knowledge of knowing accordingly* လို့ ခေါ်တယ်'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'အနုလောမရဲ့ မြန်မာလို အဓိပ္ပါယ်ကို သိချင်ပါတယ် ဆရာ'

'**အနုလောမ**ဆိုတာ သင့်တင့်လျောက်ပတ်တာ၊ လိုက်လျော ညီထွေဖြစ်တာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ အရင်ကဖြစ်ခဲ့တဲ့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေနဲ့လည်း လိုက်လျောညီထွေဖြစ်သလို ဆက်လက် ဖြစ်မယ့် အထက် မဂ်၊ ဖိုလ်တွေနဲ့လည်း လျော်ညီတဲ့သဘောမျိုး ပါ၊ စာအရ သစ္စာ ရှုပေက္ခာဉာဏ်ရင့်သန်လို့ မဂ်ရခါနီး ကပ်ပြီး ပေါ်တဲ့ဉာဏ်ဟာ အနုလောမဉာဏ်ပါပဲ'

သင်တန်းပို့ချလို့ ကောင်းနေစဉ် ဆရာမဝါဝါခိုင်နဲ့ တပည့် လေးမောင်မျိုးမင်းတို့ ဝင်လာပြီး လဖက်သုတ်၊ ဗူးသီးကြော်နဲ့ ရေနွေးကြမ်းများ လာချပေးပါတယ်။ ဒီနေ့ အစားအသောက်ကို တင်မိုးဝေမှ ကျွေးမွေးပါတယ်။ သင်တန်းကို ခဏနားလိုက်ပြီး အားလုံး ဝိုင်းဖွဲ့စားလိုက်ပါတယ်။

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ဝိသုဒ္ဓိမဂ်သင်လိုက်ရတာ ကျွန်တော်

တို့အတွက် အများကြီးအကျိုးရှိပါတယ်၊ ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့် တက်တာကိုလည်း နားလည်သွားတယ်၊ လက်တွေ့ရှုမှတ်ဖို့ပဲ လိုတော့တယ်'

ဒေါ်ညွန့်ရီက 'အသက်အရွယ်ရလာတော့ ကျမလည်း မှန်မှန် တရားထိုင်ဖြစ်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဉာဏ်စဉ်တက်တာတွေကို အခုမှ သိသွားတာ'

'ကျွန်တော် နောက်တစ်ခါမှ ကာမာဝစရ ကုသိုလ်ဇောလေး ကြိမ်မှာ နောက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ဂေါတြဘူကိုပြောပြပါ့မယ်၊ ပထမ သုံးခုဖြစ်တဲ့ ပရိကံ, ဥပစာ, အနုလုံကို အနုလောမဉာဏ်လို့ ခေါ်တာ ပြောပြီးပါပြီ၊ အနုလုံပြီးတာနဲ့ လေးခုမြောက်ဖြစ်တဲ့ ဂေါတြဘူ ဆက်လာပါတယ်၊ ဂေါတြဘူပြီးတာနဲ့ မဂ်ဉာဏ်နဲ့ မဂ်စိတ် ဖြစ်လာပါတယ်'

'ကောင်းပါတယ် ဆရာရယ်၊ ဆက်တိုက်ကျတော့လည်း ကျွန်တော်တို့မှတ်ရတာ တအားများသွားပါလိမ့်မယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဒီနေ့ပို့ချတာ ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ အဆုံးပဲပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ရင့်သန်လာတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ကစပြီး အနုလုံအထိဟာ ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ, မြန်မာလို မဂ် ဖိုလ်ရောက်ကြောင်း စင်ကြယ်တဲ့ဉာဏ်အမြင်ပါ'

အတိုင်း လျော်ညီစွာ ဖြစ်လို့ **အနုလုံ** *Adaptation thought-moment* ဆိုပြီး ခေါ်ပါတယ်'

'မနောဒွာရာဝဇ္ဇန်းနဲ့ ဒီဇောသုံးခု ပါဝင်တဲ့ဉာဏ်ကို **အနုလောမဉာဏ်** *Knowledge of knowing accordingly* လို့ ခေါ်တယ်'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'အနုလောမရဲ့ မြန်မာလို အဓိပ္ပါယ်ကို သိချင်ပါတယ် ဆရာ'

'**အနုလောမ**ဆိုတာ သင့်တင့်လျော်ကပ်တာ၊ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်တာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ အရင်ကဖြစ်ခဲ့တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေနဲ့လည်း လိုက်လျောညီထွေဖြစ်သလို ဆက်လက်ဖြစ်မယ့် အထက် မဂ်၊ ဖိုလ်တွေနဲ့လည်း လျော်ညီတဲ့သဘောမျိုးပါ၊ စာအရ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ရင့်သန်လို့ မဂ်ရခါနီး ကပ်ပြီးပေါ်တဲ့ဉာဏ်ဟာ အနုလောမဉာဏ်ပါပဲ'

သင်တန်းပို့ချလို့ ကောင်းနေစဉ် ဆရာမဝါဝါခိုင်နဲ့ တပည့်လေးမောင်မျိုးမင်းတို့ ဝင်လာပြီး လဖက်သုတ်၊ ဗူးသီးကြော်နဲ့ ရေနွေးကြမ်းများ လာချပေးပါတယ်။ ဒီနေ့ အစားအသောက်ကို တင်မိုးဝေမှ ကျွေးမွေးပါတယ်။ သင်တန်းကို ခဏနားလိုက်ပြီး အားလုံး ဝိုင်းဖွဲ့စားလိုက်ပါတယ်။

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ဝိသုဒ္ဓိမဂ်သင်လိုက်ရတာ ကျွန်တော်

တို့အတွက် အများကြီးအကျိုးရှိပါတယ်၊ ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့် တက်တာကိုလည်း နားလည်သွားတယ်၊ လက်တွေ့ရှုမှတ်ဖို့ပဲ လိုတော့တယ်'

ဒေါ်ညွန့်ရီက 'အသက်အရွယ်ရလာတော့ ကျမလည်း မှန်မှန် တရားထိုင်ဖြစ်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဉာဏ်စဉ်တက်တာတွေကို အခုမှ သိသွားတာ'

'ကျွန်တော် နောက်တစ်ခါမှ ကာမာဝစရ ကုသိုလ်ဇောလေး ကြိမ်မှာ နောက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ဂေါတြဘူကိုပြောပြပါ့မယ်၊ ပထမ သုံးခုဖြစ်တဲ့ ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံကို အနုလောမဉာဏ်လို့ ခေါ်တာ ပြောပြီးပါပြီ၊ အနုလုံပြီးတာနဲ့ လေးခုမြောက်ဖြစ်တဲ့ ဂေါတြဘူ ဆက်လာပါတယ်၊ ဂေါတြဘူပြီးတာနဲ့ မဂ်ဉာဏ်နဲ့ မဂ်စိတ် ဖြစ်လာပါတယ်'

'ကောင်းပါတယ် ဆရာရယ်၊ ဆက်တိုက်ကျတော့လည်း ကျွန်တော်တို့မှတ်ရတာ တအားများသွားပါလိမ့်မယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဒီနေ့ပို့ချတာ ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ အဆုံးပဲပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ရင့်သန်လာတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ကစပြီး အနုလုံအထိဟာ ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ၊ မြန်မာလို မဂ် ဖိုလ်ရောက်ကြောင်း စင်ကြယ်တဲ့ဉာဏ်အမြင်ပါ'

ဦးစံရွှေက ‘ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာက ဘာကိုပြောတာလဲ ဆရာ’

‘ဝုဋ္ဌာနဆိုတာ မဂ်သို့ရောက်စေတဲ့ ဝိပဿနာကိုပြောတာပါ၊ မဂ် ဝီထိအရ သင်္ခါရုပေက္ခာ၊ အနုလောမဉာဏ်နဲ့ ဂေါတြဘူ ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ မဂ်ဆိုက်ပါတယ်’

‘သူ့ကျ ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ’

‘*Insight meditation leading to the realization of path*’

ဆရာကံမြင့်က ‘ဒါဆိုရင် ရှေ့အပတ်မှာ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ စမှာပေါ့ ဆရာ’

‘ရှေ့အပတ်မှာတော့ မစနိုင်သေးဘူး၊ ကျွန်တော် မန္တလေး မှာကျင်းပမယ့် ဆေးပညာညီလာခံတက်ဖို့ ရှိပါတယ်၊ ဒါကြောင့် မို့ နိဝင်ဘာဒုတိယအပတ်မှ ဆက်ပြီး ပို့ချပေးပါ့မယ်’

‘မန္တလေးရောက်ရင် ဘုရားကြီး၊ မန္တလေးတောင်နဲ့ အချိန် ရရင် မင်းကွန်း၊ အမရပူရဘက်ပါ ဝင်လိုက်ပါ ဆရာ’

‘ကျွန်တော် အချိန်ရသလို သွားလိုက်ပါ့မယ်၊ ဒီသင်တန်း ပြီးသွားရင်လည်း ဆက်ပြီးလေ့လာစေချင်ပါတယ်၊ တစ်ကယ် တော့ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ဟာ နိဗ္ဗာန်ကိုအရောက်ပို့ပေးမယ့် လှေကားထစ် တွေလိုပါပဲ၊ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့်နဲ့ ခုနစ်ဆင့်ရောက်အောင်တက်

သွားနိုင်ရန် နိဗ္ဗာန်ကို လှမ်းမြင်နေရပါပြီ'

'ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဆက်ပြီးလေ့လာပါ့မယ်'

သင်တန်းအပြီး အားလုံး နှုတ်ဆက်ပြန်သွားကြပေမယ့် ကျွန်တော်ရုံးခန်းမှာပဲ ဆက်ထိုင်ပြီး ဆေးပညာညီလာခံမှာ ဖတ်ကြားမယ့် *Surgical talk* အတွက် ပြင်ဆင်လိုက်ပါတယ်။

ညနေ ၇-နာရီထိုးခါနီး မှောင်ရိပ်များသန်းလာမှ ကျွန်တော်အိမ်ကို လမ်းလျှောက်ပြန်ခဲ့ပါတယ်။

ညပိုင်း ကော်ဖီဖျော်ပြီး ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကို ဆက်ရေးဖြစ်ပါတယ်။ လိုအပ်တဲ့ ကိုးကားစာရင်းအတွက် ဓမ္မပဒစာအုပ်ကိုဖတ်ရှုရင်း မြတ်စွာဘုရားကဟောတဲ့ ဂါထာလေးတစ်ပုဒ်ကရင်ထဲကို စွဲထင်သွားစေခဲ့ပါတယ်…

'ပင့်ကူသည် မိမိပြုထားသော ပင့်ကူအိမ်သို့ ပြန်၍ကျသကဲ့သို့ ရာဂရှိသူတို့သည် မိမိတို့ပြုသော တဏှာအလျဉ်သို့ ပြန်လည်ကျကုန်၏။ ပညာရှိတို့သည် ဤတဏှာအလျဉ်ကို ဖြတ်၍ ငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိဘဲ အလုံးစုံသော ဆင်းရဲကိုစွန့်ကာ နိဗ္ဗာန်သို့ သွားကုန်၏…'

'Those who are lust-infatuated fall back into the swirling current of samsara like a spider on its self-spun web. This, too, the wise cut off.

Without any longing, they abandon all suffering and renounce the world...'

စာဆက်ဖတ်နေစဉ်မှာ တင်မိုးဝေဆီက ဖုန်းလာပါတယ်။

'အစ်ကို စာရေးနေတာလား'

'ဒီနေ့တော့ မရေးဖြစ်ဘူး၊ ကျမ်းကိုးစာအုပ်တွေပဲ ဖတ်ဖြစ်တယ်'

'မန္တလေးက ဘယ်နေ့ပြန်ရောက်မလဲ'

'ညီလာခံက အောက်တိုဘာလ ၃၀-ရက်၊ ကြာသပတေးနေ့မှာ ပြီးမယ်၊ သောကြာဆိုရင် ပြန်ရောက်ပါပြီ'

'ဒီလိုဆို စနေနေ့ ပုဂံစွယ်တော်လေးဆူဖူးဖို့ ညီမ စီစဉ်လိုက်မယ်နော်၊ နံနက်စောစောထွက်ရင် ညနေပြန်ရောက်ပါတယ်'

'သွားတာပေါ့ ညီမရယ်၊ အစ်ကိုလည်း ဖူးချင်ပါတယ်'

'ဒါဆိုရင် စနေနေ့နံနက် သုံးနာရီ ရွှေအုန်းပင်ဆိုင်ရှေ့ကိုလာခဲ့ပါ၊ အဲဒီမှာစောင့်နေပါ့မယ်၊ ကောင်းသောညပါနော်၊ ညီမဖုန်းချလိုက်တော့မယ်'

ဖုန်းပြောလို့အပြီးမှာ သူမနဲ့မမျှော်လင့်ဘဲ ခင်မင်ရင်းနှီးခဲ့တာကို တွေးမိလိုက်ပါတယ်။ မအိပ်ချင်သေးတာနဲ့ စာဆက်ဖတ်ဖြစ်ပါတယ်။

(၂၀)
စွယ်တော်လေးဆူသို့

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ ၁ ရက်၊ စနေနေ့။

ပုဂံ စွယ်တော်လေးဆူ ခရီးဟာ ဘဝမှာ အမှတ်တရဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အရင်က ပုဂံကို နှစ်ခေါက်ရောက်ခဲ့ပေမယ့် စွယ်တော်လေးဆူကို နေ့ချင်းအပြီး ဖူးမျှော်ဖို့ အခွင့်မကြုံခဲ့ပါဘူး။

နံနက်စောစောသုံးနာရီမှာ ဆေးရုံဝင်းထဲက ကျွန်တော့်အိမ်ကနေ ထွက်လာခဲ့ပါတယ်။ ရွှေအုန်းပင်ဆိုင်ရှေ့ရောက်တော့ အသင့်စောင့်နေတဲ့ တင်မိုးဝေကို တွေ့ရပါတယ်။

ကျွန်တော်လည်း ဆိုင်မှာ ကားကိုအပ်ထားခဲ့ပြီး တင်မိုးဝေရဲ့ ကားနဲ့ ဆက်ထွက်ခဲ့ပါတယ်။

'ကျောက်ပန်းတောင်းအထိ ညီမ တောက်လျှောက်မောင်းလိုက်မယ်နော်၊ ဟိုရောက်မှ နံနက်စာ စားကြတာပေါ့'

'ကောင်းပါပြီ ညီမရယ်'

နံနက် အရုဏ်မရောက်သေးတာမို့ ရှေ့ကမြင်ကွင်းကို သတိထားပြီး ကြည့်ရပါတယ်။ မြေပြန့်ဒေသပေမယ့် ကုန်းတက်ကုန်းဆင်းလည်း များတာမို့ ကားလမ်းကို သတိထားပြီး ကြည့်ပေးလိုက်ပါတယ်။

အမျိုးသမီးပေမယ့် သူမက ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိပြီး အလုပ်တစ်ခုလုပ်ရင် မဖြစ်မနေ လုပ်တတ်တာကို ကျွန်တော် သတိထားမိပါတယ်။ သူမ အာရုံများမှာစိုးလို့ ကျွန်တော်လည်း စကားမပြောတော့ဘဲ ပဋ္ဌာန်းရွတ်ဖတ်နေလိုက်ပါတယ်။

လမ်းမကြီးတစ်လျှောက် ကားရှင်းနေတာမို့ အရဏ်တက်စ မှာပဲ ကျောက်ပန်းတောင်းကို ရောက်ပါတယ်။ မြို့လယ်က လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ ခဏနားပြီး နံနက်စာကို လက်ဖက်ရည်နဲ့ စမူဆာ မှာလိုက်ပါတယ်။ လက်ဖက်ရည်ကို နွားနို့စစ်စစ်နဲ့ ဖျော်တာမို့ ချိုဆိမ့်ပြီး အရသာရှိလှပါတယ်။

ကျောက်ပန်းတောင်းကအထွက်မှာ ကားကို ကျွန်တော် တလှည့် မောင်းပေးလိုက်ပါတယ်။

'စွယ်တော်လေးဆူကို ညီမ သုံးကြိမ်ရောက်ပြီးပြီ၊ ရောက်တဲ့ အခါတိုင်း တောင်းတဲ့ဆုတွေပြည့်တယ်၊ အစ်ကိုလည်း အလို ချင်ဆုံး ဆုတစ်ဆုကို တောင်းပါ'

'တောင်းပါ့မယ်၊ ညီမ မှတ်မိရင် စွယ်တော်လေးဆူ သမိုင်း ကြောင်းကို ပြောပြပါလား'

'စွယ်တော်လေးဆူလုံးကို အနော်ရထာမင်းကြီး တည်ခဲ့တာ ပါ၊ ရှင်အရဟံကြောင့် ပုဂံမှာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာထွန်းကား လာတာကို အစ်ကိုသိပြီးဖြစ်မှာပါ၊ အဲဒီအခါက တရုတ်နဲ့ သီရိ

လင်္ကာမှာပဲ ဗုဒ္ဓစွယ်တော်အစစ်တွေရှိတော့ မင်းကြီးက ပုဂံကို ပင့်ဖို့ကြိုးစားတယ်၊ ပထမဆုံး တရုတ်နိုင်ငံကို သံအဖွဲ့စေလွှတ်လိုက်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ တရုတ်ဧကရာဇ်ဥတိဘွားက စွယ်တော်ကို တရုတ်ပြည်မှာ သာသနာငါးထောင်ပြည့်တဲ့အထိ ကိန်းဝပ်စံပယ်ဖို့ မြတ်စွာဘုရားမှ ဗျာဒိတ်ထားခဲ့တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ စွယ်တော်ကို ပင့်လို့မရနိုင်ကြောင်း ပြန်ကြားလိုက်တယ်’

‘ဒီလိုဆို တရုတ်ပြည်က စွယ်တော်ကို မရခဲ့ဘူးပေါ့’

‘ဟုတ်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ခရစ်နှစ် ၁၀၆၀ ရွှေစည်းခုံ စေတီတော်ကြီးတည်ပြီးတဲ့အခါမှာ သီရိလင်္ကာက လက်ဝဲအောက်စွယ်တော်ကို ပူဇော်ဖို့ ကြိုးစားခဲ့ပါတယ်၊ သံအဖွဲ့ကိုလွှတ်ပြီး သီရိလင်္ကာဘုရင် ဝိဇယဘာဟုဆီ ဆင်ဖြူတော်တစ်စီး လက်ဆောင်ပေးလိုက်တယ်၊ ဒီအခါမှာ စွယ်တော်ပွားတစ်ဆူကို ပူဇော်ဖို့ ဓမ္မလက်ဆောင် ပြန်ပေးခဲ့တယ်’

‘သီရိလင်္ကာဆိုတော့ ပုဂံကို ရေလမ်းက သယ်လာမယ်လို့ ထင်တယ်’

‘မှန်ပါတယ်၊ ပုဂံ လောကနန္ဒာဆိပ်ကမ်း ရောက်တော့ အနော်ရထာမင်းက ဧရာဝတီမြစ်ထဲ လည်ပင်းမြုပ်တဲ့အထိ ဆင်းပြီး စွယ်တော်ကို ဦးခေါင်းမှာရွက်ပြီး နန်းတော်ကိုပင့်ခဲ့တယ်၊ နောက် ရှင်အရဟံ မိန့်ကြားတဲ့အတိုင်း စေတီတည်ဖို့ စွယ်တော်

ကို ဆင်ဖြူတော်မှာတင်ပြီး စေလွှတ်လိုက်တယ်၊ အဲဒီမှာ ဆင်ဖြူတော်က ရွှေစည်းခုံ၊ တန့်ကြည်တောင်၊ တုရင်တောင်နဲ့ လောကနန္ဒာမှာ ကိန်းဝပ်တယ်၊ ဒီနေရာတွေမှာ စေတီတည်ခဲ့လို့ ပုဂံမှာ ဗွယ်တော်လေးဆူက အလွန်ထင်ရှားပါတယ်'

'ညီမ အခုဘယ်ကို အရင်ဝင်ဖူးမလဲ'

'တုရင်တောင်ကို အရင်ဖူးမယ် အစ်ကို၊ တချို့က တူရွှင်းတောင်လို့လည်း ခေါ်တယ်၊ အခုတောင်ပေါ်အထိ ကားလမ်းပေါက်လို့ ညီမတို့ တောက်လျှောက်တက်ပြီး ဖူးလို့ရပါတယ်၊ တုရင်ဆိုတာ တုရင်ဂ်ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားကလာတာပါ၊ မြန်မာလို အဓိပ္ပါယ်က မြင်းနှင့်တူသောတောင်ပါ'

ကားတပြောပြောနဲ့ မောင်းလာလို့ နေမင်းကြီးကရောင်စဉ်ခုနှစ်သွယ် အလင်းတန်းဖြန့်ကျက်တဲ့အခါမှာ ကျွန်တော်တို့ တုရင်တောင်ထိပ်ကို ရောက်သွားပါတယ်။ တောင်ပေါ်မှာ လေတဖြူးဖြူးနဲ့တိုက်နေတာမို့ အေးမြမှုနဲ့အတူ စိတ်ဟာကြည်လင်လန်းဆန်းသွားပါတယ်။ တောင်ပေါ်ကနေဆီးပြီး မြင်ရတဲ့ ပုဂံရှုခင်းဟာလည်း အလွန်သာယာလှပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ခဏကြာမျှ ပုဂံရှုခင်းကို ခံစားကြည့်မိပါတယ်။ တင်မိုးဝေက လေအဝှေ့မှာ ဖြာထွက်သွားတဲ့ ဆံနွယ်များကိုသပ်ရင်း ရှင်းပြပါတယ်။

'တောင်ခြေက ရေကန်က ညီမတို့ ငယ်ငယ်က မြန်မာစာမှာသင်ခဲ့ရတဲ့ မြကန်ပါ၊ ဒီကန်ကို ကျန်စစ်သားမင်းကြီး တည်ခဲ့တာပါ၊ ပုဂံခေတ်တုန်းက ကန်က အလွန်ကျယ်ပြန့်တယ်လို့ ပြောတယ်၊ ရေကလည်း ကြည်လင်အေးမြပြီး ကြာရိုး ကြာစွယ်တွေရှိသလို ဝမ်းဘဲ၊ ဟသ်ာ, ကြိုးကြာငှက်တွေနဲ့ အလွန်သာယာတယ်လို့ ရေးဖွဲ့ထားတယ်'

'အစ်ကိုလည်း ဒီကဗျာကို မှတ်မိတယ်၊ မြကန်က သာယာလွန်းလို့ သိကြားမင်းစံရာ တာဝတိံသာက နန္ဒာကန်ကြီးနဲ့ ခိုင်းနှိုင်းထားတယ်၊ ညီမ အဲဒီကဗျာလေးကို ရသေးလား'

တင်မိုးဝေက ခေါင်းအသာငြိမ့်ပြီး အသံချိုချိုလေးနဲ့ ရွတ်ပြပါတယ်-

'မြကန်သာ

တောင်ကျချောင်းတေး

ရေဝင်ပြေးလှည့်

ရေအေးကြည်စွာ

ကန်ပိုင်မာလျက်

ကြာပေါင်းထုံထုံ

ငှက်မျိုးစုံသည်

ဘုံဝတိံက နန္ဒာလော

တူစွဟုဒ္ဓာ'

'စွယ်တော်လေးဆူနဲ့ ပတ်သက်လို့ အနော်ရထာမင်းကြီးက အမိန့်ဩဝါဒ်ပြုထားတယ်၊ မွန်းမတည့်ခင် စွယ်တော်လေးဆူလုံးကို လှူဖွယ်ပစ္စည်းလည်း တူမယ်၊ ဆုတောင်းလည်း တူမယ်၊ သီလလည်း လုံမယ်ဆိုရင် ချက်ချင်းလက်ငင်း ကောင်းကျိုးရမယ်လို့ ဆိုထားတယ်၊ ညီမ မှတ်မိသလောက် အဲဒီ သစ္စာဆိုထားတာကို ရွတ်ပြပါ့မယ်'

'ငါတည်ထားကိုးကွယ်တော်မူအပ်သော၊

စွယ်တော်မြတ်လေးဆူကို၊

အကြင်သူသည် . . . . နောက်နေ့မကူး နေ့ချင်းဖူး၏။

လှူသည့်ကုသိုလ် မပိုတူ၏။

တောင်းဆိုစကား မမှားတူ၏။

သီလငါးချက် မပျက်လုံ၏။

ထိုသည့်သူအား မကြာချက်ချင်း

လက်ငင်းကောင်းကျိုး ထူးစေသတည်း . . .'

'ညီမ ရွတ်သွားတဲ့ အနော်ရထာမင်းရဲ့ သစ္စာအမိန့်ဩဝါဒ်က ကောင်းလိုက်တာ၊ ဒီမှာ မင်းကြီးရဲ့စေတနာနဲ့ မြတ်စွာဘုရားအပေါ် ယုံကြည်သက်ဝင်တာကိုလည်း ဖေါ်ပြနေတယ်'

ကျွန်တော်တို့ စကားပြောရင်း ရင်ပြင်တော်ကို တစ်ပတ်ပတ်လိုက်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ရုပ်ပွားတော်ရှေ့ရောက်တော့ တင်မိုးဝေက အသင့်ယူလာတဲ့ ဖယောင်းတိုင်ငါးတိုင်နဲ့ သစ်သီးဆွမ်းပွဲကို လက်ထဲထည့်ပေးပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း အလှူငွေ ငါးထောင်ကျပ်တိတိကို ဘုရားမှာ ကပ်လှူပူဇော်လိုက်ပါတယ်။ နောက် တော်ဝင်ခွဲစိတ်ကုသရေး စာမေးပွဲကို တစ်ကြိမ်တည်းနဲ့ ဖြေဆိုအောင်မြင်ရပါလို၏လို့ ဆုတောင်းခဲ့ပါတယ်။

တုရင်တောင်ပေါ်ကဆင်းတော့ နေက အတော်ပွင့်နေပါတယ်။ ကောင်းကင်ယံမှာ တိမ်ကင်းစင်နေပြီး သာသာယာယာရှိလှပါတယ်။

'ညီမတို့ ရွှေစည်းခုံ ဆက်သွားလိုက်ရအောင်၊ စွယ်တော်လေးဆူလုံးဖူးပြီးမှ နေ့လည်စာ စားရအောင်၊ ဒါမှ အချိန်မီမှာ'

တင်မိုးဝေက ဖြောင့်ဖြူးညီညာနေတဲ့ လမ်းမအတိုင်း ကားလေးကိုမောင်းလာပါတယ်။ ညောင်ဦး ယာဉ်ရပ်နားစခန်းအနီးရောက်တော့ ရွှေတောင်ကြီးသဖွယ် တင့်တယ်တဲ့ ရွှေစည်းခုံစေတီတော်ကို ဖူးတွေ့လိုက်ရပါတယ်။

စေတီတော်စောင်းတန်း ဝင်ပေါက်တစ်ဖက်စီမှာ တုတ်ခိုင်ကြီးမားပြီး အားမာန်အပြည့်နဲ့ ခြသေ့ရုပ်ထုကြီးတွေ ရှိပါတယ်။ စောင်းတန်းတစ်လျှောက်က မြန်မာ့အနုပညာ ယွန်းကားချပ်များ၊

ပန်းပုရုပ်များကိုကြည့်ရင်း လှေကားထစ်အတိုင်း တက်ခဲ့ကြပါတယ်။ ဘုရားရင်ပြင်တော်ကို လက်ယာရစ်ပတ်ရင်း တင်မိုးဝေက ရှင်းပြပါတယ်။

'ရွှေစည်းခုံက အနော်ရထာမင်းပဲ တည်ခဲ့တာပါ၊ ပုဂံဘုရားတွေမှာ ဓမ္မရံကြီးဘုရားက ထုထည်အကြီးမားဆုံး၊ သဗ္ဗညုက ဉာဏ်တော် အမြင့်ဆုံး၊ အာနန္ဒာက အနုပညာလက်ရာ အမြောက်ဆုံးနဲ့ ရွှေစည်းခုံက တန်ခိုးအကြီးဆုံးလို့ သတ်မှတ်ထားကြတယ်၊ လင်္ကာလေးနဲ့ ထု - ဓမ္မရံ, ဉာဏ် - သဗ္ဗညု, အနု -အာနန္ဒာ, တန်ခိုးမှာ - ရွှေစည်းခုံလို့ စပ်ဆိုထားတယ်'

'တန်ခိုးကြီးမားသလို အချိုးအစားကလည်း အလွန်ပြေပြစ်ကျနတယ်'

'ရွှေတောင်ကြီး ဖူးရသလိုပါပဲ အစ်ကိုရယ်'

ကျွန်တော်တို့ တူရွှင်းတောင်စေတီမှာ ကပ်လှူတဲ့အတိုင်း လှူဖွယ်ပစ္စည်းများကို အတူတူကပ်လှူလိုက်ပြီး ဆုတောင်းကြပါတယ်။

စေတီတော်ကို လက်ယာရစ်ပတ်ပြီး အရပ်လေးမျက်နှာက ဂူငယ် *Satellite temple* လေးခုမှာတည်ထားတဲ့ ပွင့်တော်မူပြီးသော ကကုသန်, ကောဏဂုံ, ကဿပနဲ့ ဂေါတမဘုရားလေးဆူကို ရည်ရွယ်ထုလုပ်ထားတဲ့ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်များကို ဖူး

မျှော်လိုက်ပါတယ်။

ရွှေစည်းခုံစေတီ ဖူးမျှော်အပြီးမှာ ဧရာဝတီတစ်ဖက်ကမ်းက တန့်ကြည်တောင်ကို ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ ကားကို လှေဆိပ်မှာ အပ်ထားခဲ့ပြီး မြစ်ကိုစက်လှေနဲ့ ကူးသွားလိုက်ပါတယ်။ မြစ်ရေပြင်ဟာကျယ်ဝန်းပြီး နေရာတော်တော်များများမှာ သောင်ထွန်းနေပါတယ်။

တန့်ကြည်တောင်ခြေရင်းက ယာဉ်အငှားဌာနမှာ ဗင်ကားတစ်စီးငှားပြီး တောင်ပေါ်တက်ခဲ့ပါတယ်။ တန့်ကြည်တောင်စွယ်တော်ရှင်ဟာ ရွှေစည်းခုံနဲ့ ပုံစံချင်းဆင်ပါတယ်။ တောင်ပေါ်က မြင်ရတဲ့ ဧရာဝတီမြစ်ပြင်ကျယ်၊ တစ်ဖက်ကမ်းက ပုဂံရှုခင်းနဲ့ နံနက်ခင်းရဲ့အလှဟာ ရင်သပ်ရှုမောဖွယ် ကောင်းလှပါတယ်။

'ဒီကနေကြည့်ရင် ပုဂံတစ်မြို့လုံးကို စီးမြင်ရတယ်၊ တကယ့်ပန်းချီကားတစ်ချပ်လိုပါပဲ အစ်ကိုရယ်'

ကျွန်တော်တို့ တုရင်တောင်၊ ရွှေစည်းခုံမှာကပ်ခဲ့တဲ့ လှူဖွယ်ပစ္စည်းအတိုင်း တန့်ကြည်တောင်ဘုရားမှာ ကပ်လှူလိုက်ပါတယ်။ ဘုရားကို လယျာ်ရစ်ပတ်ပြီး အာရုံခံတန်ဆောင်းမှာ ခဏထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။ တင်မိုးဝေက အသင့်ဖျော်လာတဲ့ ကော်ဖီကို စက္ကူဖူးနဲ့ထည့်ပြီးတိုက်ပါတယ်။

'ဘုရားရိပ် တရားရိပ်က အလွန်အေးချမ်းတာပဲ ညီမရယ်၊

အလုပ်က အနားယူပြီးရင် ခရီးများများထွက်မယ်၊ ခရီးသွားဆောင်းပါးနဲ့ ဘာသာရေးစာပေတွေရေးမယ်၊ နောက် ကင်ဆာလူနာတွေအတွက် အကျိုးအမြတ်မယူတဲ့ ဆေးရုံတစ်ခုဖွင့်ဖို့ မှန်းထားတယ်'

တင်မိုးဝေက လေအဝှေ့မှာ လှုပ်ရမ်းသွားတဲ့ ဆံနွယ်စလေးများကို သပ်ရင်း အားပေးစကားပြောလိုက်ပါတယ်။

'အစ်ကို ရည်မှန်းထားတာတွေ ဖြစ်လာမှာပါ'

'ကျေးဇူးပါပဲ ညီမရယ်'

ကျွန်တော် နာရီကြည့်လိုက်တော့ ၁၀-နာရီထိုးဖို့ ၅-မိနစ်သာလိုပါတော့တယ်။

'ညီမတို့ ပြန်ကြရအောင်၊ မွန်းမတည့်ခင် စွယ်တော်လေးဆူလုံးပြီးအောင် ဖူးရမှာဆိုတော့ အချိန်လုပြီး သွားမှမှီမှာ'

ကျွန်တော်တို့ ဘုရားကိုနောက်တစ်ကြိမ် ဦးချပြီး တောင်ပေါ်ကနေ ကားနဲ့ပြန်ဆင်းခဲ့ပါတယ်။ တောင်ခြေရောက်တော့ မြစ်ကိုစက်လှေနဲ့ပဲကူးပြီး လောကနန္ဒာလှေဆိပ်ကို သွားလိုက်ပါတယ်။

လောကနန္ဒာဘုရားဟာ သပ္ပါယ်လှပါတယ်။ ဧရာဝတီမြစ်ကမ်းဘေးမှာရှိပြီး ဘုရားပရဝုဏ်ဟာ အတော်ကျယ်ဝန်းပါတယ်။ ဧရာဝတီမြစ်ပြင်ကို ဖြတ်ပြီးတိုက်ခတ်လာတဲ့လေဟာ အေးမြလှပါတယ်။ ဘုရားမှာ တူညီတဲ့လျှူဖွယ်ပစ္စည်းများကပ်ပြီး ဆု

တောင်းလိုက်ပါတယ်။

လောကနန္ဒာဘုရား ဖူးပြီးတဲ့အခါ မွန်းတည့် ၁၂-နာရီထိုးဖို့ ဆယ်မိနစ်ပဲ လိုပါတော့တယ်။ သူမက မျက်နှာမှ ချွေးများကို သုတ်ပြီး သောက်ရေသန့်ဗူးကို ကမ်းပေးပါတယ်။

'မှန်းထားတဲ့အတိုင်း အဆင်ပြေပါတယ်၊ မွန်းမတည့်ခင် စွယ်တော်လေးဆူလုံးပြီးသွားတော့ အနော်ရထာမင်းကြီး သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ပြုခဲ့သလို ဆုတောင်းလည်း ပြည့်မှာပါ'

'အစ်ကိုယုံပါတယ်၊ ညီမကိုလည်း ကျေးဇူးတင်တယ်၊ ခုလို မလာလိုက်ရင် ပုံမှန်ပဲ ဘုရားတွေဖူးဖြစ်မှာ'

'အချိန်ရရင် သဗ္ဗညု၊ အာနန္ဒာ၊ စူဠာမဏိ၊ အလိုတော်ပြည့်နဲ့ဗူးဘုရားကို လိုက်ပို့ပေးချင်တာ၊ ဗူးဘုရားကမြင်ရတဲ့ ပုဂံဆည်းဆာဟာ ညီမတွေ့ဖူးတဲ့ ရှုခင်းထဲမှာအလှဆုံးပဲ'

ဘုရားကမြင်ရတဲ့ ဧရာဝတီရှုခင်းကို နှစ်ဦးသား အတန်ကြာမျှ ငေးကြည့်နေမိပါတယ်။

'ညီမတို့ နေ့လည်စာ သွားစားရအောင်၊ ဒါမှ မိုးမချုပ်ခင် မိတ္ထီလာပြန်ရောက်မှာ'

မြို့လယ်ကို ပြန်မောင်းပြီး တင်မိုးဝေသွန်ပြတဲ့ ဆိုင်ရှေ့မှာ ကားရပ်လိုက်ပါတယ်။ ထမင်းဆိုင်မှာ သပ်ရပ်သန့်ရှင်းပြီး ဘုရားဖူး ပရိသတ်များသာမက နိုင်ငံခြားဧည့်သည်များလည်း လာ

ရောက်စားကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။ အရိပ်အာဝါသကောင်းတဲ့ မန်ကျည်းပင်များရှိတာမို့ အေးမြမှုကို ပေးပါတယ်။

နေ့လည်စာအတွက် ကြက်သားကာလသားဟင်း၊ မန်ကျည်းရွက်ဟင်းချိုနဲ့ ပုန်းရည်ကြီးသုတ်မှာလိုက်ပါတယ်။

ထမင်းစားအပြီးမှာ အချိုပွဲများအဖြစ် ထန်းလျှက်၊ လက်ဖက်သုတ်နဲ့ ရေနွေးကြမ်းများလာချပေးပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့လည်း ပင်ပန်းနေတာမို့ ဆိုင်မှာပဲ ခဏနားလိုက်ပါတယ်။

တင်မိုးဝေက ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောတတ်ပြီး စိတ်ရင်း ဖြူစင်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကိုလည်း အစ်ကိုရင်းသဖွယ် သဘောထားပြီးဆက်ဆံလို့ ခရီးသွားရတာအဆင်ပြေပါတယ်။

မွန်းတည့်နေက ခြစ်ခြစ်တောက် ပူနေတာမို့ သူမကြည့်ရတာ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်နေပါတယ်။

'အပြန်မှာ နားလိုက်ပါ၊ အစ်ကို တောက်လျှောက်မောင်းလို့ရပါတယ်'

'ဒါဆို ခဏနားလိုက်မယ်၊ ခရီးက မိုင် ၁၀၀ လောက်ရှိတော့ ညီမ တစ်လှည့်မောင်းပေးပါ့မယ်'

ကျွန်တော်တို့ နေ့လည် နှစ်နာရီမှာ ပုဂံကပြန်ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ ရာသီဥတုက ပူပြင်းပေမယ့် အညာဒေသဝန်းကျင်ဟာ ထန်းပင်များ၊ ပျိုးခင်းများနဲ့ စိမ်းစိမ်းစိုစို ရှိလှပါတယ်။ ပုဂံက

အထွက်မှာ သူမက နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်သွားပါတယ်။

ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့ကို ဖြတ်ပြီးပြန်တော့ ပုပ္ပါးတောင်ကလာပ်နဲ့ တောင်မကြီးရဲ့ရှုခင်းဟာ သဘာဝပန်းချီကားချပ်သဖွယ်ဖြစ်နေပါတယ်။ မကြာခင် တင်မိုးဝေ နိုးလာပါတယ်။

'ရှေ့ကအရိပ်ရတဲ့နေရာမှာ ကားခဏရပ်ပေးပါလား၊ ညီမမျက်နှာသစ်ချင်လို့ပါ'

ကျွန်တော်တို့ ထန်းပင်များအုပ်ဆိုင်းနေတဲ့ နေရာလေးမှာ ခဏနားလိုက်ပါတယ်။ တင်မိုးဝေက မျက်နှာသစ်ပြီး ကျွန်တော့်ကို ရေဗူးကမ်းပေးပါတယ်။

'ခုမှ လန်းလန်းဆန်းဆန်း ဖြစ်သွားတယ်၊ ရှေ့မှာ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်ရှိရင် နားရအောင်နော်'

ကျွန်တော်တို့ ဆက်ထွက်လာတော့ ၁၅မိနစ်ခန့်အကြာမှာ ရွာတန်းရှည်လေးတစ်ခုကို ရောက်ပြီး ရွာလယ်မှာ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်တွေ့လို့ ကားခဏရပ်လိုက်ပါတယ်။ ဆိုင်လေးက စားပွဲသုံးလုံးလောက်သာရှိပါတယ်။ ဆိုင်ရှင်အမျိုးသမီးက ထွက်လာပြီး ပျူပျူငှာငှာနဲ့ ကြိုဆိုပါတယ်။

'ဆရာတို့ ဘာများသုံးဆောင်ကြမလဲ၊ လက်ဖက်ရည်က နွားနို့စစ်စစ်နဲ့ဖျော်တာပါ၊ နောက် ကြက်ကြော် လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်လည်းရတယ်'

'ကျွန်မတို့ကို ကျောက်ပန်းတောင်း နှစ်ခွက်ပေးပါ၊ ကြက်ကြော်လည်း ချပေးပါ'

'ညီမ ဗိုက်ဆာနေပြီလား'

'တအားတော့ မဆာပါဘူး၊ ဒီကကြက်ကြော်က နာမည်ကြီးတယ်၊ အစ်ကို့ကို ကျွေးချင်လို့ပါ'

'ပုဂံရောက်တော့ အဖေ့ကို သတိရတယ်၊ ပုဂံကို ပထမဆုံးရောက်တုန်းက အစ်ကိုက ၁၀-နှစ်သားပဲရှိသေးတယ်၊ မန္တလေးတက္ကသိုလ်မှာ အဖေစာမေးပွဲ သွားစစ်ရင်း အပြန်မှာ လိုက်ပို့ပေးတာ'

'ညီမက အညာသူဆိုတော့ ပုဂံကို တစ်နှစ်ကိုတစ်ခေါက်လောက်တော့ ရောက်တယ်၊ ပုဂံဘုရားတွေက ဖူးလို့ကိုမဝနိုင်ပါဘူး အစ်ကိုရယ်၊ ညနေမှာ သဗ္ဗညုနဲ့ဖူးဘုရားက မြင်ရတဲ့ဆည်းဆာရှုခင်းက သိပ်သာယာတာပဲ'

'ရှေ့နှစ် ပုဂံရောက်မှပဲ ညီမပြောတဲ့ဘုရားတွေ ဝင်ဖူးလိုက်မယ်၊ လှပတဲ့ရှုခင်းဆိုလို့ ကဗျာဆရာ အီမာဆင် *Emerson* ပြောခဲ့တာလေးကို မှတ်မိတယ်'

'ကောင်းမွန်ခြင်း အလှတရားနဲ့

သစ္စာမှာ ခြားနားမှုတွေ ရှိပေမယ့်

အားလုံးမှာ တူညီမှုရှိပါတယ်'

'Although goodness, beauty and truth are different faces, but they are the same'

'အဲဒီစာသားလေးက ကောင်းလိုက်တာ၊ ဒီလိုဆို သစ္စာတရား၊ ကောင်းမွန်ခြင်းနဲ့ အလှတရားဟာ အတူတူပဲပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ကဗျာလေးက အဲဒီလိုသဘောသက်ရောက်ပါတယ်'

'ဒီမှာ မိဘတွေနဲ့နေချင်ပေမယ့် ယူအက်စ်မှာ စာမေးပွဲ ဖြေပြီး အလုပ်လုပ်ဖို့ စီစဉ်ပြီးသားဖြစ်နေတယ်'

ကျွန်တော်တို့ စကားကောင်းနေတုန်း လက်ဖက်ရည်၊ ရေနွေးကြမ်းနဲ့ ကြက်ကြော်များ လာချပေးပါတယ်။ အစားအသောက်များက အရသာ အလွန်ကောင်းမွန်ပါတယ်။

မိတ္ထီလာရောက်ဖို့ မိုင် ၇၀-ခန့်လိုသေးတာမို့ စားသောက်ပြီးတာနဲ့ ခရီးဆက်ထွက်ခဲ့ပါတယ်။

'အစ်ကို တစ်လှည့်နားလိုက်ပါ၊ ညီမ မောင်းပါ့မယ်'

'မနားတော့ပါဘူး၊ လမ်းက အတက်အဆင်းများတော့ ကားကြည့်ပေးပါမယ်'

လမ်းမှာ ဘယ်မှမဝင်တော့ဘဲ ဆက်တိုက်မောင်းလာလို့ ညနေ ခြောက်နာရီကျော်ကျော်မှာ မိတ္ထီလာကိုရောက်ပါတယ်။ ရွှေအုန်းပင်ဆိုင်ရှေ့မှာ ကားရပ်လိုက်ပါတယ်။

'ညီမကို ကြည့်ရတာ နွမ်းနေသလိုပဲ၊ အအေးတစ်ခုခု သောက်သွားပါလား'

'ဒီလိုဆို သံပုရာရည်သောက်မယ်'

ကျွန်တော်တို့ ဆိုင်မှာသံပုရာရည်သောက်ပြီးမှ နှုတ်ဆက် လမ်းခွဲလိုက်ပါတယ်။

'ဖြည်းဖြည်းမောင်းပါ'

'ကောင်းပါပြီ၊ အစ်ကိုလည်း နားလိုက်နော်'

သူမကားလေး မြင်ကွင်းကပျောက်သွားမှ ကျွန်တော့်အိမ်ကို ပြန်လိုက်ပါတယ်။ ခရီးပန်းလာတာမို့ လန်းဆန်းသွားအောင် ရေချိုးလိုက်ပါတယ်။ ဘုရားကို မဟာပဋ္ဌာန်းပူဇော်ပြီးမှ အနား ယူလိုက်ပါတယ်။

လေအဝေ့မှာ လှုပ်ရမ်းနေတဲ့ ပြက္ခဒိန်စာရွက်လေးများနဲ့ အတူ နေ့သစ်ဟာ မကြာခင်မှာ ရောက်လာပါတော့တယ်။

သစ္စာလေးပါးကိုသိသောဉာဏ်၏
ခင်ကြယ်ခြင်း

(၂၁)

သစ္စာ

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာ ၇ ရက်၊ သောကြာနေ့။

ဆောင်းဝင်တော့မှာမို့ ညပိုင်းနဲ့ နံနက်ခင်းတွေမှာ သိသိသာသာ အအေးပိုလာပါတယ်။ ဒီနေ့နံနက် ရွှေမြင်တင်ဘုရားအထိ လမ်းလျှောက်ဖြစ်ပါတယ်။

နံနက်ပိုင်းမှာ ရင်သားအကျိတ်လူနာတစ်ဦး၊ အစာအိမ်ကင်ဆာဖြစ်တဲ့ လူနာတစ်ဦးနဲ့ မုန့်ချိုအိတ်ကနေ အရည်အိတ်ကြီးတည်လာလို့ ရောက်လာတဲ့ ကျောင်းဆရာမကြီး တစ်ဦးကိုခွဲစိတ်ပေးခဲ့ပါတယ်။

ညနေ သုံးနာရီခွဲမှာ ပြင်ပလူနာများလည်း စဲသွားပြီး လူလည်းစုံတာနဲ့ သင်တန်းကိုစလိုက်ပါတယ်။

'အားလုံးပဲ မင်္ဂလာပါ၊ ဒီနေ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ သတ္တမမြောက်နဲ့ နောက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ မြန်မာလို သစ္စာလေးပါးကိုသိသောဉာဏ်ရဲ့ စင်ကြယ်ခြင်းကို ပို့ချပေးပါ့မယ်'

ဦးစံရွှေက 'သစ္စာကိုသိပြီဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ကို တိုက်ရိုက်လှမ်းမြင်သွားတာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ အရင်လက ပို့ချခဲ့တဲ့ ပဋိပဒါ ဉာဏဒဿန

ဝိသုဒ္ဓိဟာ ရင့်ကျက်တဲ့ ဉဒယဗ္ဗယဉာဏ်နောက်ပိုင်း ကစပြီး ဘင်္ဂ, ဘယ, အာဒီနဝ, နိဗ္ဗိဒါ, မုဉ္စိတုကမျတာ, ပဋိသင်္ခါ, သင်္ခါရုပေက္ခာ, အနုလောမဉာဏ်အထိ ပါဝင်ပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'ဆရာပြောပြလို့ ဉာဏသမ္ပယုတ် ကာမဝစရကုသိုလ်ဇောလေးကြိမ်ကို ပရိကံ, ဥပစာ, အနုလုံ, ဂေါတြဘူလို့ခေါ်တာ မှတ်မိပါတယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ အဲဒီမှာ ပထမသုံးခုဖြစ်တဲ့ ပရိကံ, ဥပစာ, အနုလုံကို အနုလောမဉာဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပဋိပဒါ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိဟာ အနုလုံမှာဆုံးပါတယ်၊ ဆက်ပြီး ရှုမယ်ဆိုရင် ရုပ်နာမ် သင်္ခါရသဘောမှ သင်္ခါရချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုတဲ့ ဂေါတြဘူဇော ဖြစ်လာပါတယ်'

'ဂေါတြဘူရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို သိချင်ပါတယ်ဆရာ'

'ဂေါတြက အနွယ်, ဘူဆိုတာက လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်တာ, ရောက်သွားတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဂေါတြဘူဆိုတာ ပုထုဇဉ်အနွယ်ကို ဖြတ်တောက်ပြီး အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားတာကိုပြောတာပါ၊ ရှင်းအောင်ပြောရရင် ရှုမှတ်နေကြ သင်္ခါရအာရုံများမှ လွှန်မြောက်ပြီး သင်္ခါရအားလုံးချုပ်သွားတဲ့ နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲ ပြေးဝင်သွားတာကို ဆိုလိုတာပါ'

'ဒီလို ပြေးဝင်သွားတာကို ထင်ထင်ရှားရှား သိနိုင်လား

ဆရာ'

'ဆရာကံ မေးတာလေးက ကောင်းတယ်၊ ဒီနေရာမှာ လောကီအာရုံများက လွတ်သွားပြီး သင်္ခါရနိမိတ်တို့ ကင်းရှင်းတဲ့ လောကုတ္တရာအာရုံဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ထင်ထင်ရှားရှားနဲ့ မျက်မှောက်ပြုသွားတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ သင်္ခါရတွေကို စွန့်လွှတ်ပြီး ထွက်သွားပေမယ့် အသိ ရပ်တန့်သွားတာ၊ မေ့သွားတာ၊ သတိလစ်သွားတာမျိုး မဟုတ်ဘဲ ထင်ထင်ရှားရှား သိသွားတာပါ'

မဝင်းဝင်းမြင့်က 'တစ်ခါမှ မတွေ့ဘူးတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့သွားတာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ တစ်ခါမှမမြင်ဘူး မတွေ့ဘူးတဲ့အာရုံဖြစ်လို့ အလွန်ဆန်းကြယ်ပါတယ်၊ ဒါကလည်း အာရုံပြုနေကျ သင်္ခါရတရားတွေကနေ သင်္ခါရမဟုတ်တဲ့တရားကို အာရုံပြုလိုက်ရတော့ တစ်မျိုးကြီးဖြစ်သွားတယ်၊ မဟာစည်ဆရာတော် အမိန့်ရှိတဲ့အတိုင်းဆိုရင် အဲဒီအချိန်အခါမှာ သင်္ခါရကိုအာရုံပြုတဲ့စိတ်က ပြတ်သွားတယ်၊အာရုံပြုတဲ့စိတ် ပြတ်သွားတာနဲ့ သင်္ခါရတွေလည်း အဲဒီနေရာမှာပဲ ချုပ်ငြိမ်းသွားပါတယ်'

'နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုတယ်ဆိုတော့ ဂေါတြဘူကို ဝိပဿနာလို့ ခေါ်နိုင်လား ဆရာ'

'သူက ဝိပဿနာရေစီးကြောင်းထဲမှာ ရှိနေတော့ ဝိပဿနာ

လို့တော့ ခေါ်နိုင်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ တကယ့်ဝိပဿနာ အစစ်တော့ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါကလည်း ဝိပဿနာဆိုရင် ရုပ်, နာမ်သင်္ခါရ တရားကိုပဲ အာရုံပြုရပါတယ်၊ ဂေါတြဘူကတော့ ပရိကံ, ဥပစာ, အနုလုံလိုမျိုး အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တစတဲ့ လက္ခဏာ တစ်ပါးပါးကို အာရုံမပြုဘဲ နိဗ္ဗာန်ကိုပဲ အာရုံပြုလို့ပါ'

'ဒါဆို ကာမာဝစရစိတ်ထဲက နိဗ္ဗာန်ကို တိုက်ရိုက်အာရုံ ပြုတာ ဒီတစ်ခုပဲ ရှိတာပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဂေါတြဘူဆိုတာ ပုထုဇဉ်အနွယ် ကကျော်လွန်ပြီး အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားတဲ့စိတ်ပါ၊ ပုထု ဇဉ်နဲ့ အရိယာအကြား ဆက်စပ်ပေးတဲ့ တံတားသဖွယ်လို့လည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်'

'ဂေါတြဘူကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'ဆက်စပ်ပေးတဲ့သဘောရှိလို့ *lineage*, အလှည့်အပြောင်း သဘောမျိုးရှိလို့ *Change of* ဆိုပြီး ပြန်ပါတယ်၊ ဒီနေရာမှာ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်ထားတာလေးက အလွန်ကောင်းလို့ ကျွန်တော် ရေးပြပါ့မယ်'

Gotrabhu is the ***thought moment*** *that transforms a worldling into an ariya.*

It transcends the lineage of sensuous exist-

*ence and adopts the **lineage of** the lofty consciousness and the Supra- mundane.*

တင်မိုးဝေက 'မဂ်ဝီထိအရ ဂေါတြဘူပြီးတာနဲ့ မဂ်ဆိုက်ပြီပေါ့နော်'

'မှန်ပါတယ်၊ ဂေါတြဘူဟာ နိဗ္ဗာန်ခရီးလမ်းမှာ အလှည့်အပြောင်း တဆစ်ချိုးလေး *Turning point* တစ်ခုပါ၊ သူဖြစ်ပြီးတာနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုပြီး ကိလေသာအားလုံး ကင်းစင်သွားတဲ့ မဂ်စိတ် *Path-consciousness* ဖြစ်လာပါတယ်'

'မဂ်စိတ်နဲ့အတူ မဂ်ဉာဏ်လည်း ဖြစ်လာမှာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊မဂ်ဇောနဲ့ယှဉ်တဲ့သိမှုကို မဂ်ဉာဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ သူက နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုပြီးဖြစ်တာမို့ သစ္စာလေးပါးကိုသိသောဉာဏ်ရဲ့ ဖြူစင်ခြင်း ဒါမှမဟုတ် ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိလို့ ခေါ်ပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'မဂ်၊ ဖိုလ်ကို ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိလို့ခေါ်တာ ရှင်းပါတယ်ဆရာ၊ ဂေါတြဘူကျတော့ ဘယ်ဝိသုဒ္ဓိမှာပါလဲ ဆရာ'

'ဆရာကံမေးတာလေးက အတော်ကောင်းပါတယ်၊ အရင်လကပြောခဲ့တဲ့ ပဋိပဒါ ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိက ရင့်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ကစပြီး အနုလုံမှာဆုံးပါတယ်၊ ဂေါတြဘူက သီးခြား

ဖြစ်ပြီး ဘယ်ဝိသုဒ္ဓိထဲမှာမှ မပါပါဘူး'

ဒေါ်ညွန့်ရီက 'ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိကို ကျွန်မစိတ်ထဲမှာ ရှင်းနိုးနေတယ်'

'ဒေါ်ညွန့်ရီက ဓမ္မစကြာနေ့စဉ် ရွတ်တယ်မဟုတ်လား၊ အဲဒီမှာ သစ္စာလေးပါးကိုသိပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဥဒါန်း ကျူးရင့်တာလေးရှိပါတယ်'

'ကျွန်မမှတ်မိပြီ၊ ယတော စ ခေါ မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု စတူသု အရိယသစ္စေသု ဧဝံ တိပရိဋ္ဋံ ဒွါဒသာကာရံ ယထာ ဘူတံ **ဉာဏဒဿနံ သုဝိသုဒ္ဓံ** အဟောသိ လို့ ဆိုထားတယ်'

'မှန်ပါတယ်၊ အဓိပ္ပါယ်က *ချစ်သားရဟန်းတို့ ငါဘုရား အား အရိယာသစ္စာ လေးပါးတို့သည် သစ္စဉာဏ်, ကိစ္စဉာဏ်, ကတဉာဏ်အားဖြင့် ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမြင်သော ဉာဏ်အမြင်သည် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖြစ်ပေါ်၍လာ၏...*'

'Bhikkhus, the vision of knowledge of these four Noble Truths was well purified by me, then I could admit that I was a perfect Buddha, who had attained the full supreme Enlightenment'

တင်မိုးဝေက 'ညီမလည်း နေ့တိုင်း ဓမ္မစကြာရွတ်တာ အခုမှ ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ စာသားလေးကို သတိထားမိတယ်'

'ဒီလိုဆို ဓမ္မစကြာရွတ်တိုင်း သစ္စာလေးပါးကိုသိသော ဉာဏ်ရဲ့စင်ကြယ်ခြင်းကို မှတ်မိသွားမှာပါ၊ ဗုဒ္ဓဒေသနရဲ့ အမြင့်ဆုံးပန်းတိုင်ဟာ သစ္စာကို ထိုးထွင်းသိမြင်သွားတဲ့အခါ ဘဝရဲ့ ဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်တဲ့ ပကတိ ငြိမ်းအေးမှုကို ရယူဖို့ပါ'

'ဆိုမီး ထွန်းညှိလိုက်တာနဲ့ မီးစာလောင်တာ၊ အမှောင်ကို ပယ်တာ၊ အလင်းရောင် ဖြစ်စေတာ၊ ဆီကိုခန်းစေတာ စတဲ့ ကိစ္စလေးချက်ကို တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ်စေသလို မဂ်ကလည်း ဒုက္ခသစ္စာကို သိခြင်း၊ သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ခြင်း၊ မဂ္ဂသစ္စာကို ဖြစ်စေခြင်းနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းဆိုတဲ့ သစ္စာ လေးပါးကို တစ်ပြိုင်နက် ပြီးစေပါတယ်'

'သိ၊ ပယ်၊ ဆိုက်၊ ပွားပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်'

'သမုဒယသစ္စာကို ဘယ်လိုမျိုး ပယ်တာလဲ ဆရာ'

'မဂ်က ကိလေသာတွေကို နောက်ထပ်မဖြစ်ပေါ်အောင် တစ်ခါတည်း အပြီးအပိုင် ပယ်တာပါ၊ ပါဠိလို သမုစ္ဆေဒပဟာန် *Abandonment by cutting off defilements* လို့ ခေါ်ပါတယ်'

ဦးဝင်းမြင့်အောင်က 'ကျွန်တော် ကပ်သီးကပ်သတ်မေးတာ တော့ မဟုတ်ပါဘူး ဆရာ၊ မဂ်ပယ်တဲ့ ကိလေသာက ပစ္စုပ္ပန်

လား၊ အတိတ်လား ဒါမှမဟုတ် အနာဂတ်လား ဆရာ'

'ဒီအမေးလေးက အလွန်ကောင်းပါတယ်၊ တကယ်တော့ အတိတ်ကိလေသာက ပြီးသွားပြီဖြစ်လို့ မဂ်က ပယ်စရာမလို တော့ပါဘူး၊ ပစ္စုပ္ပန်ကိလေသာကို ပယ်သလားဆိုတော့ အဲဒါကို ပယ်ရင် မဂ်နဲ့ကိလေသာက အတူတူဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ သဘော ဖြစ်သွားပါမယ်၊ မဂ်နဲ့အကုသိုလ် ယှဉ်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ် သက်ရောက်သွားပါမယ်၊ အနာဂတ်ကိလေသာက လာမှမလာ သေးတော့ ဘယ်လိုပယ်မလဲ၊ ဒီနေရာမှာ မဂ်ပယ်တာက နောင် ဖြစ်ပေါ်ခွင့်ရှိတဲ့ ကိလေသာတွေပါ၊ နားလည် လွယ်အောင် ပြောရရင် အနုသယဆိုတဲ့ အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အခါ ဖြစ်ပေါ် နိုင်တဲ့ ကိလေသာ *Latent or potential defilements* တွေကို ပယ်လိုက်တာပါ'

'ဒီလိုဆို ဝိပဿနာရှုလို့လည်း အနုသယကို မပယ်နိုင်ဘူး ပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဝိပဿနာနဲ့လည်း အနုသယကို မပယ်နိုင် ပါဘူး'

ဦးစံရွှေက 'ဒီလိုဆို မဂ်ရပြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ကိလေသာတွေက ဘယ်လောက်ပဲ အကြောင်းညီညွတ်ပေမယ့် မလာတော့ဘူးပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုရင် အသီးရှိနေတဲ့ သစ်ပင်

ကို အသီးမသီးအောင် ဓါတုဆေးတွေနဲ့ဖြစ်စေ၊ မျိုးရိုးဗီဇ အင်ဂျင်နီယာနည်းနဲ့ လုပ်လိုက်ရင် အသီးသီးနိုင်တဲ့ အစွမ်းသတ္တိ မရှိတော့တဲ့သဘောပါပဲ'

'ဆရာပေးတဲ့ ဥပမာလေးက ကောင်းတယ်'

'ကျွန်တော်ဆီမှာက ဒီသဘောလေးကို လက်ခံနိုင်ပေမယ့် အနောက်တိုင်းက လူတွေက သိပ်ဘဝင်မကျချင်ဘူး၊ သူတို့က ကိုယ့်ကို ဆန့်ကျင်ဘက်လာလုပ်တာ *Confrontation* ရှိရင် ဒေါသက ဖြစ်ကိုဖြစ်ရမယ်၊ နောက် ကာမဂုံအာရုံတွေနဲ့တွေ့ရင် လိုချင် မက်မောစိတ်ရှိရမယ်၊ ဒီလိုမှမဟုတ်ရင် သဘာဝမကျဘူး လို့ ပြောတာတွေရှိတယ်၊ တကယ်တော့ တရားရှုမှတ်ပြီး အလွန်အားကောင်းတဲ့မဂ်နဲ့ ပယ်ထားလို့ ဘုရား၊ ရဟန္တာနဲ့ မဂ်ရပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကြောက်စရာတွေ့လည်း မကြောက်တော့ဘူး၊ အမျက်ထွက်စရာရှိလည်း စိတ်မဆိုးတော့သလို တပ်မက်ဖွယ်အာရုံနဲ့တွေ့လည်း နှစ်သက်တဲ့စိတ် မရှိတော့ပါဘူး၊ ဒါကလည်း ကိလေသာဖြစ်နိုင်တဲ့ အနုသယသတ္တိ လုံးဝမရှိတော့လို့ပါ'

'ဆရာပြောတဲ့သဘောကို ရတနသုတ်မှာ ဟောထားတာ ရှိတယ်၊ မြေမှာ အသေအချာ စိုက်ထားတဲ့ ကျောက်တိုင်ဟာ အရပ်လေးမျက်နှာက လေဘယ်လောက်တိုက်ပေမယ့် တုန်လှုပ်ခြင်း မရှိပါဘူးလို့ ဆိုထားတယ်'

'မှန်ပါတယ်'

'မဂ်ရဲ့နောက်မှာ ဘယ်ဟာ ဆက်ဖြစ်မလဲ ဆရာ'

'သူ့ရဲ့နောက်မှာ ဖိုလ်ဇောစိတ် နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ် ဖြစ်လာပါမယ်၊ ဖိုလ်နှင့်ယှဉ်တဲ့သိမှုကို ဖိုလ်ဉာဏ် *Knowledge of fruitful consciousness* လို့ ခေါ်ပါတယ်'

'မဂ္ဂဝီထိကို တစ်ခေါက်လောက် ပြောပြပါလား ဆရာ'

'ဝီထိအစဉ်က ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံ၊ ဂေါတြဘူ၊ မဂ်၊ ဖိုလ်၊ ဖိုလ်ဆိုပြီး ရှိတယ်၊ ဒီဟာက သာမန်ယောဂီတွေကို ပြောတာပါ၊ ဉာဏ်ထက်တဲ့ယောဂီ *Witted person* တွေမှာ ပရိကံမပါတော့ဘဲ ဥပစာ၊ အနုလုံ၊ ဂေါတြဘူလို့ သုံးကြိမ်ပဲ ဖြစ်မယ်၊ သူကသုံးကြိမ်ပဲဖြစ်လို့ ဖိုလ်မှာလည်း သုံးကြိမ်ဖြစ်ရမယ်၊ ဒါကလည်း ဝီထိအစဉ်အရ ၇-ကြိမ်ပဲရှိရမှာ ဖြစ်လို့ပါ'

'မဂ်၊ ဖိုလ်ဆိုက်ပြီဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ပြီပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ တရားရှုမှတ်အား ကောင်းလာတဲ့အခါ ရုပ်၊ နာမ်တွေရဲ့ ဖြစ်၊ပျက်နေတာကိုပဲ တွေ့သိနေရသလို မမြဲတဲ့ အခြင်းအရာကို ရှုသိနေရင်း နောက်ဆုံးမှာ အဲဒီသိစရာအာရုံ တွေရော၊ ရှုသိမှုရော ပြတ်စဲချုပ်ငြိမ်းတဲ့သဘောထဲကို ရုတ်တရက် ရောက်သွားတာဟာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတာပါပဲ၊

ဒီအခါမှာ မဂ်, ဖိုလ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ ပရမတ်သဘာဝကို သိမြင်ပြီး အဆုံးစွန်သော စင်ကြယ်မှုကို ရရှိသွားပါတယ်'

'နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားတာကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'*Realization of Nibbana* '

'မဂ်, ဖိုလ်ပြီးတော့ ဝီထိဆက်ဖြစ်သေးလား ဆရာ'

'မဂ်, ဖိုလ်ဖြစ်ပြီးတဲ့နောက် ဘဝင်ကျသွားပါတယ်၊ ဘဝင်ကျပြီးတာနဲ့ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ဆိုတာ ပေါ်လာပါတယ်'

'အဲဒီဉာဏ်က ဘာကိုသိတာလဲ ဆရာ'

'နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုပြီးတဲ့အခါမှာ မိမိရရှိထားတဲ့ မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်တဲ့ သဘောဖြစ်လာပါတယ်၊ ဒီလို သုံးသပ်ပြီး မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန်ကိုသိတဲ့ ဉာဏ်ဟာ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ပါ'

'ဒီဉာဏ်ကို ဘယ်လိုပြန်လဲ ဆရာ'

'*Knowledge of reviewing* လို့ ပြန်တယ်၊ တကယ်တော့ ပစ္စဝေက္ခဏာက ငါးမျိုးရှိပါတယ်၊ ဒါတွေက မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန်, ပယ်အပ်ပြီးတဲ့ကိလေသာနဲ့ မပယ်ရသေးတဲ့ ကိလေသာတွေကို ဆင်ခြင်တာပါ'

'နိဗ္ဗာန်နဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်က အတူတူပဲလား ဆရာ'

'နိဗ္ဗာန်က မျက်မှောက်ဘဝမှာပဲ လောဘ, ဒေါသ, မောဟ ဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေချုပ်ငြိမ်းသွားလို့ စိတ်ပိုင်းဘဝ လွတ်မြောက်မှုနဲ့ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရရှိသွားတာပါ၊ နိဗ္ဗာန်ကို လက်ရှိ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာနဲ့ ရရှိသွားလို့ သဉပါဒိသေသနိဗ္ဗာန် ဆိုပြီး ခေါ်ပါတယ်'

'အဲဒါကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'*Psychological liberation from defilements*'

'ဒီလို ကိလေသာ အနှောင်အဖွဲ့တွေကနေ လွတ်မြောက်သွားတာကို ဝိမုတ္တိလို့ ခေါ်ပါတယ်၊ အဲဒီအရသာကို ဝိမုတ္တိရသလို့ ရည်ညွှန်းပါတယ်'

ဦးစံရွှေက 'ကျွန်တော် နားလည်သွားပြီ၊ လက်ရှိဘဝမှာ တဏှာ ချုပ်ငြိမ်းသွားလို့ နိရောဓသစ္စာကို ထိုးထွင်း သိမြင်သွားတာက နိဗ္ဗာန်, တစ်ခါ ဘုရား,ရဟန္တာတွေ ခန္ဓာငါးပါး ချုပ်ငြိမ်းပြီးမှ ဖြစ်လာတာက ပရိနိဗ္ဗာန်'

'မှန်ပါတယ်၊ နာမ်,ရုပ်ဖြစ်စဉ် လုံးဝရပ်စဲသွားလို့ သေဆုံးသွားတာနဲ့ ကမ္မစွမ်းအင်ဟာ ဆုံးခန်းတိုင်သွားတာမို့ ဘဝသံသရာစက်ဝန်းဟာ ပြတ်စဲသွားပါတယ်၊ ဒီလို လုံးဝ ပြတ်စဲသွားပေမယ့် သေခြင်းမဲ့သဘာဝနဲ့ အလွန်အေးမြတဲ့ သန္တိသုခက ရှိနေပါတယ်၊ ပါဠိလို အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်လို့ ခေါ်ပါတယ်'

'ရုပ်, နာမ်အားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားတာပေါ့'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီသဘောကို ဆီးမီးငြိမ်းသွားတာနဲ့ ဥပမာ ပေးကြပါတယ်၊ ရတနသုတ်မှာလည်း ဟောထားပါတယ်'

'အဲဒီမှာ ဘယ်လိုဆိုထားလဲ ဆရာ'

'အဟောင်းဖြစ်သော ကံသည် ချုပ်ငြိမ်းသွား၍ အသစ် တဖန် မဖြစ်တော့၊ ထို့အတွက် ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း မျိုးစေ့တို့ သည်လည်း အားလုံးပျက်စီး ပျောက်ကွယ်သွား၍ မည်သည့် အာသာဆန္ဒမျှ မကျန်ရှိတော့...'

'အဲဒီဂါထာလေးကို ဆရာစပ်ထွန်းမှတ်ဝင်း ပြန်ဆိုထား တာ အလွန်ရှင်းပါတယ်၊ ကျွန်တော် ရေးပြပါ့မယ်'

'This former kamma is exhausted and the new one arises no more. The lust for future-becoming is detached.

The seeds of rebirth has exhausted and there have no more desire for regrowing.

As this lamp-flame extinguishes away, the wisemen pass away into Nibbana...'

'ပြန်ထားတာက ကောင်းလိုက်တာ ဆရာရယ်၊ နောက် အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ကို ဘယ်လိုပြန်ပါသလဲ ဆရာ'

'Biological liberation after cessation of aggregates'

'နိဗ္ဗာန်ဟာ မဟာသမုဒ္ဒရာလို အလွန်နက်ရှိုင်းပါတယ်၊ ကိုယ်တိုင်မျက်မှောက်ပြုမှပဲ သိမြင်သွားမှာပါ၊ ဒီသဘောကို ဘိက္ခုနီခေမာက ကောသလဘုရင်ကို ပြောပြခဲ့ဘူးပါတယ်၊ ဘာသာစကားနဲ့ ထုတ်ဖော်ပြောပြလို့မရနိုင်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ရဲ့သဘော ကိုလည်း ကျမ်းဂန်ထဲမှာ အကြိမ်များစွာတွေ့ရပါတယ်'

ဆရာကံမြင့်က 'နိဗ္ဗာန်က တကယ်အေးမြတဲ့နေရာဆိုတာ ကျွန်တော်သိထားပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဆရာပြောသလို လက်တွေ့ ရှုမှတ်မှပဲ နိဗ္ဗာန်ရဲ့သဘာဝကို သိသွားမှာပါ၊ အခု သစ္စာ လေးပါးကို သိသောဉာဏ်ရဲ့ စင်ကြယ်ခြင်းကို ရောက်ပြီဆိုတော့ စင်ကြယ်ခြင်းအားလုံးလည်း ပြီးသွားပြီပေါ့ ဆရာ'

'မှန်ပါတယ်၊ ဒီသင်တန်းမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ရဲ့ သဘော သဘာဝ နဲ့ အနှစ်သာရကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းသိသွားဖို့ ကျွန်တော် ပို့ချ ပေးတာပါ၊ သင်တန်းပြီးသွားရင် နောက်အဆင့်မြင့် ကျမ်းစာ တွေကို အခက်အခဲမရှိ လေ့လာနိုင်သလို လက်တွေ့ရှုမှတ်တဲ့ အခါမှာလည်း အထောက်အပံ့ အများကြီး ရသွားပါလိမ့်မယ်'

ဦးစံရွှေက 'ကျွန်တော်တို့အတွက် အများကြီး အကျိုးရှိ ပါတယ်၊ ရှေ့နှစ် အချိန်ရရင် ပဋ္ဌာန်းကျမ်းလည်း သင်ချင်ပါတယ် ဆရာ'

'ပဋ္ဌာန်းက ကျွန်တော်အခုရေးနေတာ ဒီဇင်ဘာလဆိုရင်

ပြီးပါပြီ၊ ရှေ့နှစ်ပို့ချပေးပါ့မယ်၊ တကယ်တော့ သစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်းသိမြင်ပြီး ဉာဏ်အလင်း ရသွားတာမှ အနှစ်သာရရှိတဲ့ ဘဝလို့ဆိုနိုင်ပါတယ်၊ ဆရာကံတို့, ဦးစံရွှေတို့အားလုံး ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ရှုမှတ်ပြီး သစ္စာကို ထိုးထွင်းသိမြင်နိုင်ပါစေလို့ ဆန္ဒ ပြုပါတယ်'

'ကျေးဇူးပါပဲ ဆရာရယ်'

သင်တန်းပြီးတော့ ဆရာမ ဒေါ်ဝါဝါခိုင်နဲ့ တပည့်လေး မောင်မျိုးမင်းက မုန့်ဟင်းခါးပန်းကန်များ လာချပေးပါတယ်။ ဒီနေ့ အစားအသောက်ကို ဆရာကံတို့မိသားစုနဲ့ တင်မိုးဝေက ကျွေးမွေးပါတယ်။

တင်မိုးဝေက ယူအက်စ်ကို ခရီးထွက်တော့မှာမို့ အားလုံး ကဝိုင်းပြီး လက်ဆောင်ကိုယ်စီ ပေးကြပါတယ်။ သင်တန်းကာလ လေးဟာ မကြာမြင့်ပေမယ့် အားလုံးလည်း မိသားစုဝင်တွေလို ရင်းရင်းနှီးနှီး ဖြစ်သွားကြပါတယ်။

ညနေ ၆-နာရီမှာ အားလုံးပြန်သွားကြပေမယ့် တင်မိုးဝေ က စောင့်နေပါတယ်။

'ညီမ ဘယ်နေ့ ရန်ကုန်ဆင်းဖြစ်မလဲ'

'၂၉-ရက်နေ့ ဆင်းမယ်အစ်ကို၊ ဒီဇင်ဘာ ပထမအပတ်ထဲ မှာ ထွက်ဖြစ်မယ်'

'ဒီအချိန်ဆို ရာသီဥတုက တော်တော်အေးနေပြီ၊ အနွေး ထည်များများ ယူသွားပါ'

'ပစ္စည်းတွေနဲ့ စာအုပ်တွေတော့ ထုပ်နေပါပြီ၊ အစ်ကို့ကို ပုပ္ပါးနဲ့ ပျော်ဘွယ်က ခါတ်တော်တိုက်ကို ပို့ပေးချင်တာပါ၊ အချိန် က မရှိတော့ဘူး'

'ညီမ စေတနာကို နားလည်ပါတယ်၊ အခု ခရီးသွားဖို့ ရှိတော့ ပစ္စည်းတွေမကျန်ရအောင် ဂရုစိုက်ပြီးသိမ်းပါ'

သူမက ပတ်ဝန်းကျင်ကို ရီဝေစွာနဲ့ငေးကြည့်ရင်း ကျွန် တော့်ကို တိုးတိုးလေး ပြန်ပြောပါတယ်။

'ဒီဆေးရုံက မိသားစုတွေနဲ့ဆုံရတာ၊ နောက် သင်တန်း တက်ရတာတွေဟာ အခုအချိန်မှာ ခဏလေးလို့ပဲ ထင်ရတယ်၊ ဘဝဆိုတာ တကယ်တိုတောင်းတာပဲ၊ ညီမကို ခွင့်ပြုနော်'

သူမကားလေး မြင်ကွင်းကပျောက်သွားမှ ကျွန်တော်လည်း လမ်းလျှောက်ပြီး အိမ်ပြန်ခဲ့ပါတယ်။ အိမ်အဝင်လမ်းမှာ သစ် ရွက်ကြွေလေးတွေက လေအဟုန့်ဝဲပျံကျပြီး ကျွန်တော့်ဆီ တိုးဝင် လို့ လာပါတယ်။

ဖြူစင်ရှင်းသန့်သော

ဂုဏ်ပုဒ်ဂုဏ်သွင်ဂုဏ်ဆာ

(၂၂)
အစတစ်ခု၏ အဆုံး

'ချစ်ခင်စုံမက်၊ နှစ်သက်ဖွယ် မှန်သမျှနဲ့ နောက်ဆုံးမှာ ကွေကွင်းရမှာပဲလို့ ငါပြောပေါင်းများလှပြီ အာနန္ဒာ၊ မြဲတယ် ဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိဘူး...'

ပရိနိဗ္ဗာနသုတ်

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ ၂၉ ရက်၊ စနေနေ့။

နံနက်ခင်း အရုဏ်ဦးဟာ တိမ်ကင်းစင်နေပြီး သာသာယာ ယာ ရှိလှပါတယ်။ ဘုရားမှာ သောက်တော်ရေနဲ့ ကော်ဖီကပ်လှူ ပြီး မေတ္တာသုတ်နဲ့မဟာပဋ္ဌာန်း ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်ပါတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ဟာ တိတ်ဆိတ်နေတာမို့ ပဋ္ဌာန်းရွတ်တဲ့အခါ စိတ်နဲ့ အာရုံဟာ တသားတည်းကျနေပါတယ်။

ဘုရားရှိခိုးအပြီးမှာ ခြံထဲဆင်းပြီး ငှက်ကလေးများကို ထမင်း များပက်ကျွေးလိုက်ပါတယ်။ ဆွမ်းတော်တင်ဖို့ သဘော်သီးများ ခူးနေစဉ်မှာ ခြံထဲကို တင်မိုးဝေရဲ့ ကားလေးဝင်လာပါတယ်။

'မင်္ဂလာ နံနက်ခင်းပါ'

'မင်္ဂလာပါ ညီမရယ်'

သူမမျက်နှာက အေးချမ်းတည်ငြိမ်နေပါတယ်။ လက်ထဲမှာ မုန့်ဟင်းခါးချိုင့်နဲ့ သစ္စာပန်းများယူလာပါတယ်။

ကျွန်တော်က သစ္စာပန်းများလှမ်းယူပြီး အိမ်ထဲ အတူဝင်ခဲ့ကြပါတယ်။ ဘုရားကို ပန်းနဲ့ မုန့်ဟင်းခါးဆွမ်း ကပ်လှူလိုက်ပါတယ်။

ဘုရားကိုဦးချအပြီး ကျွန်တော်တို့ ထမင်းစားပွဲမှာ ထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။

'မုန့်ဟင်းခါးက ထုံးစံအတိုင်း ညီမ ကိုယ်တိုင်ချက်တာ၊ နေ့ခင်းလည်း စားလို့ရအောင် အများကြီးပိုထည့်လာတယ်'

သူမက ကျွန်တော့်ပန်းကန်ထဲကို မုန့်ဖတ်နဲ့ ဟင်းရည်များ ဂရုတစိုက်နဲ့ ထည့်ပေးပါတယ်။

'ခရီးထွက်ဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီလား'

'အားလုံးတော့ အဆင်သင့်ဖြစ်ပါပြီ၊ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်နဲ့ ဗီဇာလည်း အရင်အပတ်ကရတယ်၊ ဒီညတော့ ရထားနဲ့ဆင်းဖြစ်ပါမယ်၊ ရန်ကုန်က အဖိုးအဖွားအိမ်မှာတည်းမှာပါ'

'ညီမအတွက် ပတ်ကားဖောင်တိန်နဲ့ အင်ကြင်းကျောက်စိပ်ပုတီး ထည့်ပေးလိုက်မယ်၊ ဒီဂျင်းရှပ်အင်္ကျီလေးက ခရီးသွားရင် ဝတ်ဖို့ပါ၊ တန်ဖိုးမများပေမယ့် အသုံးဝင်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်'

သူမက စိပ်ပုတီးကို မြတ်မြတ်နိုးနိုး ကိုယ်တွယ်ကြည့်လိုက်

ပါတယ်။

'အစ်ကိုအမှတ်တရ ပေးလိုက်တဲ့ပုတီးကို မှန်မှန်စိပ်ပါ့မယ်၊ ဒီမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် သင်ယူလိုက်ရတာ ဘဝမှာ အဖိုးမဖြတ်နိုင်ပါဘူး၊ မသိတာတွေလည်း အများကြီး သိသွားတယ်'

'တကယ်တော့ အဘိဓမ္မာနဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာပါတာတွေက စာထဲမှာရှိတာတွေ မဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်ခန္ဓာမှာ ရှိနေတာတွေပါ၊ သတိထားကြည့်လိုက်ရင် အစဉ်ပြောင်းလဲနေတဲ့ ပရမတ်ရုပ်သဘာဝနဲ့နာမ်သဘောလေးဟာ သိသာပါတယ်၊ ညီမ အသက်ရလာတာနဲ့အမျှ တရားမှတ်နိုင်တဲ့အခါ ပိုပြီးသိလာပါလိမ့်မယ်'

'ဘဝဟာ ဘာတစ်ခုမှ သေချာတာမရှိလို့ ညီမတတ်နိုင်သလောက် တရားမှတ်ဖို့ အချိန်ပေးမှာပါ၊ ဆွေမျိုးတွေနဲ့ တချို့သူငယ်ချင်းတွေလည်း ငယ်ငယ်နဲ့ဆုံးသွားကြတာရှိလို့ သေခြင်းတရားကို တစ်နေ့ ညီမ ရင်ဆိုင်ရဦးမှာဆိုတာ သိထားပါတယ်'

'ကောင်းပါတယ်၊ တရားရှုမှတ်အားနဲ့ အသင့်ပြင်ထားနိုင်ရင် တကယ်တမ်း ရင်ဆိုင်ရတဲ့အချိန်မှာ အေးအေးဆေးဆေး ကျော်လွှားသွားနိုင်ပါလိမ့်မယ်'

'အစ်ကိုပြောတဲ့ ဘယ်လောက်ပဲကြီးမားတဲ့ ရာဝင်စဉ့်အိုးကြီးတွေ ဖြစ်ပါစေ မိုးစက်လေးတွေကျဖန်များလာရင် ပြည့်သွားရစမြဲဆိုသလို အများအတွက် ကူညီပေးရင်း၊ တရားရှုမှတ်ရင်း

ပါရမီတွေလည်း တဖြည်းဖြည်း ပြည့်သွားမယ်လို့ ယုံပါတယ်'

'ညီမက စိတ်ရင်းလည်း ဖြူစင်တယ်၊ သူတစ်ပါးလည်း ကူညီတတ်တယ်၊ ရတနာသုံးပါးလည်း သက်ဝင်ကြည်ညိုတော့ ဘဝမှာ အောင်မြင်မှာပါ၊ တရားရှုမှတ်အား ကောင်းလာတာနဲ့အမျှ ဉာဏ်စဉ်လည်း တက်လာပါလိမ့်မယ်'

'အခုတော့ ညအိပ်ယာမဝင်ခင် ထွက်လေ၊ ဝင်လေကို မှတ်ဖြစ်ပါတယ်'

'ညီမကို အချိန်မှန်မှန် မှတ်စေချင်ပါတယ်၊ ဒီနေရာမှာလည်း ဝင်သက်၊ ထွက်သက်ကို နှာသီးဖျားမှာပဲထားပြီး မှတ်ပါ၊ လေလမ်းကြောင်းတစ်လျှောက်လည်း မလိုက်ပါနဲ့၊ မြတ်စွာဘုရားကလည်း ကေသရရာဇာခြင်္သေ့မင်းနဲ့ ဥပမာပေးထားတယ်'

'ညီမကို ပြောပြပါလား'

'ခြင်္သေ့မင်းဟာ ဝင်ပေါက်၊ ထွက်ပေါက်တစ်ခုပဲရှိတဲ့ ဂူထဲကိုဝင်သွားတဲ့ သားကောင်ကို ဂူဝကပဲ စိတ်ရှည်ရှည်စောင့်ဖမ်းလေ့ရှိတယ်၊ ဒီလိုပဲ စိတ်ကိုနှာသီးဖျားမှာထားပြီး သတိနဲ့ရှုမှတ်လိုက်ရင် သမာဓိအား တဖြည်းဖြည်းကောင်းလာပါလိမ့်မယ်'

'ဒီလိုဆို ဖြူစင်ရှင်းသန့်တဲ့ ရပ်ဝန်းကို တစ်နေ့ ရောက်မှာပါနော်'

'ရောက်မှာပါ၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကို သင်ယူလိုက်တော့ ညီမလည်း

အဲဒီ သွားရမယ့်လမ်းမှာ ဖြတ်ကျော်ရမယ့် အဆင့်တွေကိုလည်း စာတွေ့သိသွားပြီ၊ အဲဒီနေရာကိုရောက်ဖို့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးရဲ့ အနှစ်ဖြစ်တဲ့ သီလ, သမာဓိ, ပညာတို့က အဓိကပါပဲ၊ တကယ်တော့ နိဗ္ဗာန်ဟာ အဝေးကြီးမှာရှိနေတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာရှိတဲ့ ရုပ်, နာမ်ရဲ့ ဖြစ်, ပျက်ကို ဉာဏ်နဲ့ထိုးထွင်းသိမြင်သွားရင် ရောက်သွားမှာပါ၊ လက်တွေ့ရှုမှတ်နိုင်ဖို့ပဲ လိုပါတော့တယ်'

'အစ်ကိုပေးဖတ်တဲ့ စာအုပ်ထဲမှာ အနောက်နိုင်ငံက စာရေးဆရာတစ်ဦးက နိဗ္ဗာန်ကို ထာဝရငြိမ်းချမ်းသော အလင်းရောင်တွင်နေထိုင်ခြင်း *Living in the light of eternity* လို့ ဖွင့်ဆိုထားတယ်နော်'

'နိဗ္ဗာန်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အယူအဆတွေက အများကြီးရှိပါတယ်၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက မဟာသမုဒ္ဒရာရဲ့ ဒီမှာဘက်ကမ်းနဲ့ ဟိုမှာဘက်ကမ်း ဥပမာနဲ့ရှင်းပြထားတယ်၊ ဒီဘက်ကမ်းမှာ ရုပ်, နာမ်တွေက ဖြစ်ပြီးရင် ပျက်သွားတယ်ဆိုတဲ့ ဖြစ်, ပျက်အစဉ်သဘာဝမွေ့ သင်္ခါရနယ်မြေပါ၊ ဟိုမှာဘက်ကမ်းက ဖြစ်ခြင်း, ပျက်ခြင်းမရှိလို့ မြဲတဲ့ အသင်္ခတနယ်မြေပါ၊ နိဗ္ဗာန် ဆိုက်ရောက်တယ်ဆိုတာက ဖြစ်, ပျက်အစဉ်ကနေ မဖြစ်, မပျက်တဲ့ နေရာကိုပြောင်းသွားတာပါ၊ နိဗ္ဗာန်ဟာအမြဲရှိနေတဲ့ အသင်္ခတသဘာဝမွေ့ဖြစ်လို့ ဗုဒ္ဓက မအိုရာ, မနာရာ, မသေရာ, လုံခြုံ

စိတ်ချရတဲ့နေရာလို့ ဟောကြားခဲ့တာပါ'

'ညီမ ကြိုးစားပါ့မယ်၊ အစ်ကိုလည်း ကျန်းမာရေး ဂရုစိုက်ပါ၊ ညဉ့်နက်တဲ့အထိ စာမရေးပါနဲ့၊ နေ့ဘက်လည်း ခွဲခန်းဝင်ရတာ ပင်ပန်းတယ်'

'အခုလို သတိပေးတာ ကျေးဇူးပါပဲ'

'ညီမကို ကော်ဖီဖျော်တိုက်ပါလား၊ ဒီနေ့ပဲ ကော်ဖီအတူသောက်ဖို့ ရှိတော့မှာ'

ကျွန်တော် ကော်ဖီဖျော်ပြီးယူလာတော့ သူမမျက်နှာလေးကညှိုးနေပါတယ်။

'မိဘတွေနဲ့ခွဲရမှာ တွေးမိတော့လည်း စိတ်မကောင်းဖြစ်မိပါတယ်'

'ဒီမှာလည်း အစ်ကိုရှိနေတော့ ကျန်းမာရေးလိုတာရှိရင်ကြည့်ပေးပါ့မယ်၊ နောက် အစ်မလည်း ပြန်လာမယ်ဆိုတော့အဆင်ပြေသွားမှာပါ'

ကျွန်တော်တို့ နံနက်ဆယ်နာရီအထိ စကားပြောဖြစ်ပါတယ်။

'ညီမကို ခွင့်ပြုနော်၊ ည ခရီးထွက်ဖို့ရှိသေးလို့ပါ'

'သာစည်ကို ဘယ်အချိန်ဆင်းမလဲ၊ အကူအညီပေးစရာရှိရင်လည်းပြောပါ'

သူမက ကျွန်တော့်ကို တစ်ချက်စိုက်ကြည့်လိုက်ပါတယ်။

'အစက အစ်ကိုပင်ပန်းမှာစိုးလို့ လိုက်မပို့နဲ့ဆိုပြီး ပြောတာပါ၊ ဒါပေမဲ့ ....'

'ပြောပါ ညီမရယ်'

'အဆင်ပြေရင် ဘူတာကို လာခဲ့ပေးပါလား၊ ညီမ ညရှစ်နာရီလောက်ဆို ရောက်ပါပြီ'

'အစ်ကို လာခဲ့ပါမယ်'

အိမ်ကမထွက်ခင်မှာ သူမက ညာဖက်လက်ကို အသာကမ်းပေးပါတယ်။ သူမလက်ဖဝါးက အေးစက်နေတာမို့ ကျွန်တော်လည်း အသာဆုပ်ကိုင်ပြီး အားပေးလိုက်ပါတယ်။

ခဏနေမှ ကျွန်တော့်ကို နှုတ်ဆက်ပြီး ပြန်သွားပါတယ်။ သူမကားလေးထွက်သွားတော့ ခြံဝင်းထဲက ခုံတန်းရှည်လေးမှာ ကျွန်တော်ထိုင်ဖြစ်ပါတယ်။

ကောင်းကင်ယံမှာ တိမ်တိုက်တွေက မပြဲတဲ့သဘာဝအတိုင်း ရွေ့လျားနေပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရှေ့က သရက်ပင်အကိုင်းမှာ နားနေတဲ့ ငှက်ဝါလေးလည်း မကြာခင်မှာ အသံပေးပြီး ပျံတက်ထွက်ခွာသွားပါတယ်။ ငှက်ကလေး ပျံထွက်သွားတော့ လှုပ်ပြီး ကျန်ခဲ့တဲ့ သစ်ကိုင်းလေးကို တွေ့ရပါတယ်။

နေ့လည်မှာ အူယောင်ငန်းဖျား '*Enteric fever*' ဖြစ်ပြီး

နှစ်ပတ်အကြာမှာ ဗိုက်အပြင်းအထန်အောင့်လို့ လာပြတဲ့ စီးပွား ရေးတက္ကသိုလ်မှ ဒုတိယနှစ် ကျောင်းသားလေးတစ်ဦး ရောက် လာပါတယ်။ ကျွန်တော် စမ်းသပ်ကြည့်လိုက်တော့ အူပေါက်ပြီး ဝမ်းဗိုက်အမြှေးပါးယောင်တဲ့ လက္ခဏာရှိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် မို့ ခွဲစိတ်ခန်းကိုအကြောင်းကြားပြီး အရေးပေါ် ခွဲစိတ်ကုသ ပေးလိုက်ပါတယ်။ ညနေ ခြောက်နာရီခွဲမှ ကုသမှုပြီးပါတယ်။

ညစာစားပြီးတာနဲ့ သာစည်ဘက်ကို ကားမောင်းထွက်ခဲ့ ပါတယ်။ ဘူတာရောက်တော့ တင်မိုးဝေကို သူမရဲ့မိဘများ၊ ဆွေမျိုး မိသင်္ဂဟများနဲ့အတူ တွေ့ရပါတယ်။

သူမရဲ့ဖခင် ဦးသန်းအောင်က လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ နှုတ်ဆက် ပါတယ်။

'ဆရာလည်း မတွေ့ရတာကြာပြီ၊ မိတ္ထီလာမှာ သမီးကို စောင့်ရှောက်ကူညီပေးတာ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်'

'သမီးက လိမ္မာပါတယ်၊ စာလည်းကြိုးစားတော့ ဟိုမှာ လည်း ဘွဲ့လွန်စာမေးပွဲကို အောင်သွားမှာပါ'

သူမက နံနက်က ကျွန်တော်ပေးထားတဲ့ အပြာရင့်ရောင် ဂျင်းရှပ်နဲ့ အနက်ရောင်ဘောင်းဘီရှည်ကို ဝတ်ထားပါတယ်။

'အခုလို လာပေးတာ ဝမ်းသာပါတယ်၊ ညီမတို့ ဒီမှာဆုံတာ ပြန်တွေးလိုက်တော့ ခဏလေးပဲနော်၊ ဟိုရောက်ရင် ညီမစာရေး

ပါ့မယ်၊ ဖတ်ချင်တဲ့စာအုပ်တွေရှိလည်း မှာပါ၊ ပို့ပေးပါ့မယ်’

‘ညီမကို မှာချင်တာရှိတယ်၊ မိဘနဲ့ဝေးပြီး အခြေသွားချ မှာဆိုတော့ အစစအရာရာ သတိထားစေချင်ပါတယ်၊ ကိုယ်တိုင် ကဆရာဝန်ဆိုပေမယ့် ကျန်းမာရေးလည်း ဂရုစိုက်ပါ’

သူမက ခေါင်းလေးအသာငြိမ့်ပြီး စက္ကူအိတ်လေး ကမ်းပေး ပါတယ်။

‘ဒီဆွယ်တာအဖြူလေးက ညီမကိုယ်တိုင် ထိုးထားတာပါ၊ အစ်ကိုက ညဥ့်နက်မှအိပ်တတ်တော့ အသုံးဝင်မှာပါ’

ကျွန်တော်လည်း သူမကို လမ်းမှာစားဖို့ သစ်သီးနဲ့ အစား အသောက်ထည့်ထားတဲ့ အိတ်ကို ပေးလိုက်ပါတယ်။

‘စာအုပ်ထွက်ရင် ညီမဆီ ပို့ပေးနော်၊ နောက် အဆက် အသွယ်လည်း လုပ်ပါ’

‘ကောင်းပါပြီ ညီမရယ်’

ကျွန်တော်တို့ စကားကောင်းနေစဉ်မှာ မန္တလေး-ရန်ကုန် ညအမြန်ရထားက ဘူတာထဲဝင်လာပါတယ်။ သူမက မိဘများ ကို ဦးချပြီး လိုက်ပို့သူများကို နှုတ်ဆက်ပါတယ်။

ကျွန်တော့်ထံရောက်တော့ လက်ကမ်းပေးပြီး နှုတ်ဆက်ပါ တယ်။

‘တစ်နေ့ ကံရှိသေးရင်တော့ အစ်ကိုနဲ့ပြန်ဆုံတွေ့မယ်လို့

မျှော်လင့်ပါတယ်'

'အစစအရာရာ အဆင်ပြေချောမွေ့တဲ့ ခရီးဖြစ်ပါစေ'

'ကျေးဇူးပါပဲ၊ ညီမကို ခွင့်ပြုပါ'

ဥဩဆွဲသံနဲ့အတူ မီးရထားလည်း ဘူတာမှတရွေ့ရွေ့ ထွက်ခွာသွားပါတယ်။

ရထားနောက်ဆုံးတွဲက မီးနီလေး ညအမှောင်မှာ တဖြည်းဖြည်း ပျောက်ကွယ်သွားမှ သူမရဲ့မိဘများကို နှုတ်ဆက်ပြီး ပြန်ခဲ့ပါတယ်။

မွေးဖွားခြင်းရှိရင် သေဆုံးခြင်းရှိသလို တွေ့ဆုံခြင်းရှိရင် ခွဲခွာခြင်းဆိုတာရှိတဲ့ လောကရဲ့ သဘာဝနိယာမကို ကျွန်တော် သတိရမိပါတယ်။

ဓမ္မစကြာမှာ ဟောထားသလို ဘဝတွေရှိနေရင် မွေးဖွားခြင်း၊ အိုမင်းရခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း၊ ချစ်သောသူများနဲ့ ကွေကွင်းရခြင်း၊ မချစ်မနှစ်သက်သောသူများနဲ့ ဆုံဆည်းရခြင်းနဲ့အတူ အလိုရှိတိုင်း တောင့်တတိုင်း မရတာတွေကို အဖန်ဖန် ကြုံတွေ့နေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလို သောကမီးတွေနဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို မကြုံချင်တော့ဘူးဆိုရင် တရားရှုမှတ်အားနဲ့ ခရီးဆက်မှ မအိုရာ၊ မနာရာ၊ မသေရာဖြစ်တဲ့ ထာဝရ အေးချမ်းတဲ့နေရာကို ရောက်သွားမှာပါ။

ဘဝခရီးမှာ မမျှော်လင့်ဘဲ ဆုံတွေ့ခဲ့ပေမယ့် အဖိုးတန်ဆုံးနဲ့ အမွန်မြတ်ဆုံး ခမ္ဘလက်ဆောင်ပေးနိုင်ခဲ့လို့ ကျေနပ်နှစ်သိမ့်မိပါတယ်။

ဖြူစင်ရှင်းသန့်တဲ့ ရပ်ဝန်းကို ညွှန်ပြထားပြီးဖြစ်တာမို့ တစ်နေ့မှာ သူမ အရောက်သွားနိုင်လိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့် ယုံကြည်မိပါတယ်။

မေတ္တာရည်၍

စိန်လင်း

(ခွဲစိတ်နှင့်ကင်ဆာပါရဂူ)

၇.၂.၂၀၁၄

ကျမ်းကိုးစာရင်း

၁။ ကျီးသဲလေးထပ် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'စွယ်စုံကျော်ထင်ကျမ်း'
ခင်ချိုထွန်းစာပေ၊ ၂၀၀၂။

၂။ ကျိုက်ထိုမြို့ ဘုရားသုံးဆူတောင် အရှင်နန္ဒမာလာ၏
'ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ မြန်မာပြန်'
ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၊
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ၂၀၁၂။

၃။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'ဓမ္မစကြာ တရားတော်'
ဗုဒ္ဓသာသနာနုဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၇။

၄။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မြန်မာပြန်'
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ၂၀၀၈။

၅။ ညောင်လေးပင်တောရဆရာတော် ဦးအရိယမထေရ်၏
'ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အရသာ'
ဝင်းမော်ဦးစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၅။

၆။ ဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏
'အခြေပြု ပဋ္ဌာန်းတရားတော်'
မဟာဂန္ဓာရုံစာပေ၊ ၁၉၉၇။

၇။ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'နိုင်ငံခြားပုစ္ဆာ အဖြေပေါင်းချုပ်'
လယ်တီရောင်ခြည် ကွန်ပျူတာစာပေ၊ ဧပြီလ၊ ၂၀၀၂။

၈။ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'ဝိပဿနာဒီပနီ'
ဟံသာဝတီပိဋကတ်ပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၄၈။

၉။ လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'ဘာဝနာ ဒီပနီ'
မြန်မာနိုင်ငံ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ၁၉၇၂။

၁၀။ လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ၏
'ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး'
ဟံသာဝတီပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၅၅။

၁၁။ လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'အနတ္တ ဒီပနီကျမ်း'
ဟံသာဝတီပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၁၃၁၅။

၁၂။ ဒီပဲယင်းဆရာတော်၏
'ပရမတ္ထစက္ကူကျမ်း'
လယ်တီမဏ္ဍိုင်ပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၁၃၂၃။

၁၃။ သေကျွောင်း ဆရာတော် အရှင်တိလောကမထေရ်၏
'ပဏ္ဍိတဝေဒနီယ ဒီပနီကျမ်း'
ခင်ချိုထွန်းစာပေ၊ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ၁၉၉၇။

၁၄။ သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော် အရှင်ကုဏ္ဍလာဘိဝံသ၏
'ပဋ္ဌာန်းနှင့် ဝိပဿနာ'
သဒ္ဓမ္မရံသီစာပေ၊ ဒီဇင်ဘာ၊ ၂၀၀၂။

၁၅။ ကမ္ဘာအေး ဆရာတော် အရှင်ပညာဒီပ
'ဓမ္မပဒ နိဗ္ဗာန်လမ်းပြ'
မြတ်ပန်းရဂုံစာပေ၊ ၂၀၀၃။

၁၆။ အရှင်သီလာနန္ဒာဘိဝံသ၊ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာတော်၊
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓ သာသနာပြုတက္ကသိုလ်၏
'အဘိဓမ္မာသင်တန်း ပို့ချချက်များ'
'ပထမတွဲမှ ပဥ္စမတွဲအထိ'
ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ၊ ၂၀၀၄-၂၀၀၅။

၁၇။ ဆရာတော် အရှင်သေဋ္ဌိလနှင့် ဆရာတော် ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၏
'ဓမ္မပဒ'
စာပေလောက စာအုပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၇။

၁၈။ သပိတ်အိုင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
'စူဠသောတာပန်ဖြစ်ခန်း ဓာတ်ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်း'
ပညာအလင်းပြစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၁။

၁၉။ ဆရာကြီး ဦးကျော်ထွတ်၏
'သဒ္ဓမ္မဇောတိက ပဋ္ဌာန်း'
သာသနာတော် ထွန်းကားပြန့်ပွားရေး ဦးစီးဌာန၊ ၁၉၉၉။

၂၀။ လယ်တီပဏ္ဍိတ ဆရာကြီး ဦးမောင်ကြီး(အမ်-အေ)၏
'သတိပဋ္ဌာန်နှင့် ပဋ္ဌာန်း '
ပိဋကဗျူဟာအဖွဲ့၊ ဩဂုတ်လ၊ ၂၀၀၄။

၂၁။ ဗန်းမော်ဆရာတော်ကြီး ဒေါက်တာ ဘဒ္ဒန္တကုမာရာဘိဝံသ၏
'ပဋ္ဌာန်း တရားတော်'
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ၂၀၁၀။

၂၂။ အရှင် နန္ဒမာလာဘိဝံသ၊ ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်၏
'ပဋ္ဌာန်းမြတ် ဒေသနာ'
ဓမ္မဒါန၊ ၂၀၀၄။

၂၃။ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ *(Ph.D)*၏
'ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ပဋ္ဌာန်းနည်းဖြင့် လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း'

အပြည့်ပြည့်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်၊
၂၀၁၁။

၂၄။ ဓမ္မာစရိယ ဦးအေးနိုင်(ဘီအေ)၏
'ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာ မဟာနိဒါန်း'
အလင်းသစ်စာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၁။

၂၅။ အရှင်ဓမ္မသာမိဘိဝံသ၏
'ခေတ်မီ ပါဠိ-မြန်မာ အဘိဓာန်'
ခင်ချိုထွန်းစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၅။

၂၆။ ဒေါက်တာ အရှင်ဓမ္မပိယ၏
'နိဗ္ဗာန်အယူအဆကို ထေရဝါဒရှုထောင့်မှလေ့လာသုံးသပ်ခြင်း'
အပ္ပမာဒစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၅။

၂၇။ မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်၏
'ခရီးလမ်းကြမ်း စခန်းဖွေရှာ တစ်သက်တာ'
ဦးစိုးတင့်၊ ရွှေပြည်သာစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၂။

၂၈။ ဖားအောက်တောရဆရာတော်၏
'နိဗ္ဗာန်သို့သွားရာ တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်း'
ဦးအောင်ပြုံး၊ ဗုဒ္ဓစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၁။

၂၉။ ဦးသူရိယနှင့် ဦးဥတ္တမ၏

'ရွှေယင်မှော် ဘုရားသမိုင်း'

ရွှေယင်မှော်ဘုရား ဂေါပကအဖွဲ့၊ သာစည်၊ ၁၉၉၄။

၃၀။ ဝင်းအောင်ကြည်၏

'လက်တွေ့ဝိပဿနာ စကားဝိုင်း'

ယုံကြည်ချက်စာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၈။

၃၁။ ဦးသော်ဇင်၏

'ဝိမုတ္တိရသ'

ပါရမီစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၆။

၃၂။ ဦးသော်ဇင်၏

'ဝိသုဒ္ဓိမဂ်'

ပါရမီစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၅။

၃၃။ ပါဠိဆရာကြီး ဦးစံကြည်၏

'အစိန္တေယျဘုရားရှိခိုးကြီးနှင့် အရှင်ဗုဒ္ဓဃောသထေရုပ္ပတ္တိ'

ပညာအလင်းပြစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၁။

၃၄။ ဆန်းလွင်၏

'ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်လာသူ တစ်ယောက် အကြောင်း'

ဘဝတက္ကသိုလ်စာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၃။

၃၅။ ဆန်းလွင်၏

'ဉာဏ်လမ်းပေါ်လျှောက် လူတစ်ယောက်အကြောင်း'

ယုံကြည်ချက်စာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၃။

၃၆။ နန္ဒသိန်းဇံ၏

'အတွေးတို့လွင့်မျောခြင်းနှင့် လူ၏ဆောက်တည်ရာ'

လှိုင်းသစ်စာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၉။

၃၇။ နန္ဒသိန်းဇံ၏

'ဘဝအဓိပ္ပါယ်နှင့် ဘဝသစ္စာ'

လှိုင်းသစ်စာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၈၉။

၃၈။ မင်းဂုဏ်၏

'ထင်ရှားကျော်ကြား မဟာပုဂံစေတီပုထိုးများ'

"Conspicuous Pagodas of Glorious Bagan"

ဧယျာမြေစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၂။

၃၉။ ကျော်ဇောအောင် (သမိုင်းသုတေသန)၏

'ဗုဒ္ဓမြတ်စွယ်တော် လေးဆူသမိုင်း'

ယုံကြည်ချက်စာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၄။

၄၀။ ဆရာ ဦးသုခ၏

'သုခ မှတ်စု'

ပါရမီစာပေ၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၇။

၄၁။ ဓာတိကာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

'နိဗ္ဗာနဓာတိကကျမ်း'

ဓာတိကာရုံကျောင်းတိုက်၊ ပြည်မြို့၊ ၂၀၀၆။

English References

1. *Dr. Mehm Tin Mon, "**The Essence of Buddha Abhidhamma**"*

   Mya Mon Yadanar Publication, Yangon, 1995.

2. Brunton, Paul., ***" The Sceret Path "***, London, Arrow Books Ltd, 1959.

3. Rahula, Wapola., ***"What the Buddha Taught"***, New York, Grove Press, 1962.

4. Russell, Bertand., ***"History of Western Philosophy"***, New York, Simon & Schuster, 1953.

5. Santina, P.D., ***"The Tree of Enlightenment"***, Chico Dharma Study Foundation, Taipei, 1998.

6. Narada Maha Thera, ***"Buddhism in a Nutshell"*** Published in 1996, by Sukhi Hatu.

7. Sao Htun Hmat Win, ***"Eleven Holy Discourses of Protection"***

   Department of Religious Affairs. Myanmar. 1991.

ရွှေတောင်မြို့ ကျီးသဲလေးထပ်ဆရာတော်၏ ပကိဏ္ဏက နမက္ကာရ အစိန္တေယျ ဘုရားရှိခိုးကြီး

အစိန္တေယျ၊ အပ္ပမေယျ၊ သေဋ္ဌဇေဋ္ဌ၊ အတုလပရမံ၊ အရဟံ ဘဂဝါ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ၊ အနုတ္တရမာရဇိ၊ တိလောကန္တဂူ၊ သယမ္ဘူ ဘဝိဿရ၊ ဤသို့စသား၊ အသင်္ချေယျ၊ နာမတံဆိပ်၊ ဂုဏ်ဝိသိဋ္ဌ ဖြင့်၊ ဇမ္ဗူဒိပ်မှတက်၍ ဘဝဂ်တိုင်ကြေညာလျက်၊ ကာမရူပ၊ အရူပဟု၊ ဩကာသသုံးရပ်၊ လောကဓာတ်၌၊ အမြတ်ထက် အမြတ်၊ သမိုက်အပ်သော၊ လူနတ်ဗြဟ္မာ၊ မဟာကဝိန်၊ သုခမိန် တို့သည်၊ ပည်ရွေရှိတိုင်းဖြင့်၊ ခြားပိုင်းတွက်ကျူး၍၊ မဆုံးမကုန် နိုင်၊ မကြံစည်နိုင်၊ မအံ့ဩနိုင်၊ ပြည့်လျှိုင်ထွေပြား၊ များပြားကျယ် ဝန်းသော၊ ကျေးဇူးတော်အပုံ၊ ဂုဏ်တော်အပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံတော် မူပေထသော-

အမျိုးဖြင့်မြတ်သောသူ၊ ဘုန်းဖြင့်မြတ်သောသူ၊ ဂုဏ်ဖြင့် မြတ်သောသူတို့သည်၊ မာန်မူဖက်ပြိုင်ခြင်းငှာမထိုက်၊ မကိုဋ် မင်္ဂလာ၊ ဤကမ္ဘာ၌၊ ပထမာဒိက၊ ဘူမိပါလ၊ အာဒိစ္စဂိုဏ်း၊ တိုင်းပြုပြည်ပြု၊ သမ္မုတိဒေဝရာဇ်၊ နေနွယ်ဖြစ်၍၊ စင်စစ်အမျိုး တော်အားဖြင့်မြတ်သော ဇာတိမဟာတ္တဂုဏ်။ သုံးဘုံရပ်လုံး၊ ညွှတ် ရုံးကော်ရော်၊ ပူဇော်ဦးညွှတ်ရာဖြစ်၍ စင်စစ်ဘုန်းတော်အားဖြင့်

လွန်မြတ်သော ပုညမဟတ္တဂုဏ်။ ဝသုန်သေလာ၊ အဏ္ဏဝါကို၊ မြူလွှာပြုလျက်၊ နှိုင်းတုစက်လည်း၊ ကျေးဇူးနက်တိုင်၊ မကုန်နိုင်သည်ဖြစ်၍၊ စင်စစ်ဂုဏ်တော်အားဖြင့်မြတ်သော ဂုဏမဟတ္တဂုဏ်။ ဤသုံးစုံကြောင့်၊ လူ့ဘုံနတ်ဌာန်၊ ပြိုင်စံယှဉ်ဖော်၊ မပေါ်မပြူ၊ တစ်ဆူတည်းသော အပ္ပဋိပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်တော်မူထသော-

ဇမ္ဗူကျက်သရေ၊ ချက်ဗွေဘူမိ၊ အပရာဇိခရိုင်၊ ညောင်မဏ္ဍိုင်ကို၊ စိုးပိုင်တော်မူအံ့သောကာလ၌၊ ကာမလောကဓာတ်၊ ခုနှစ်ရပ်လုံး၊ ဆတ်ဆတ်လှိုက်ခုန်၊ တုန်ဘနန်းမျှ၊ သန်းအကုဋေ၊ နတ်ဗိုလ်ခြေနှင့်၊ မိုးမြေကြည်းဟည်း၊ ပွဲတင်ဟည်းအောင်၊ ဖျက်ဆီးလုယက်လာသော၊ မေခလာဂီရိ၊ တောင်တရှိမျှ၊ ပြောင်ကြီးသေင်္ဍနင်း၊ မာရ်နတ်မင်းကို၊ ဖြည့်တင်းတော်မူခဲ့သော ပါရမီဉာဏ်၊ ကံသမ္ဘာရှိန်၊ ဝရဇိန်လျှံပြောင်၊ ရွှေဘုန်းရောင်ဖြင့်၊ မှောင်မဝင်ခင်၊ အောင်မြင်တော်မူစေ၍၊ ကိလေသာစက်၊ သုံးထောင်ဝက်ကို၊ ဖြိုဖျက်တိုက်လှန်ခြင်းငှာ၊ အာနာပါန၊ ဘာဝနာဖြင့်၊ ရူပါဝစရ၊ အရူပါဝစရ၊ စတုတ္ထသမာပတ်တို့ကို၊ အာဝဇ္ဇနဝသီ၊ သမာပဇ္ဇနဝသီ၊ ပစ္စဝေက္ခဏဝသီ၊ အဓိဋ္ဌာနဝသီ၊ ဝုဋ္ဌာနဝသီတည်းဟူသော၊ ဝသီဖော်ငါးတန်ဖြင့်၊ အဖန်ဖန်လေ့လာတော်မူပြီးလျှင်၊ ရှေးတီကာလ၊ ဘဝရှည်ကျူး၊ ဖြစ်ဖူးသမျှ၊ ဒေသရပ်ရွာ၊ ခန္ဓာပင်စည်၊ အမည်အမျိုးစသော၊ ပရမတ် ပညတ်တို့ကို၊ တပ်အပ်သိနိုင်စွမ်းသော ပုဗ္ဗေနိဝါသဉာဏ်။ သုံးတန်ဘုံသား၊ အများသတ္တာ၊ ဝေနေယျ

တို့၏၊ ကမ္မဂတိ၊ စုတိပဋိသန်၊ လားရန်ဌာနနှင့်တကွ၊ ဒွါရပဋိစ္ဆန္န၊ သဏ္ဍာသုခုမဖြစ်သော ရူပါရုံကို၊ အကုန်မြင်နိုင်စွမ်းသော ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်၊ လေးတန်ဩဃ၊ အာသဝနှင့်၊ ယောဂဂန္ထာ၊ လေးဖြာဥပါဒါန်၊ ခြောက်တန်နီဝရဏ၊ အနုသယခုနစ်အင်၊ သံယောဇဉ်ဆယ်တန်၊ ခြံရံလျက်သား၊ များစွာသော အကုသိုလ်၊ မိုလ်ခြေကွပ်ကဲ၊ သူရဲကိလေသာ၊ ထောင့်ငါးရာတို့ကို၊ စင်စွာပယ်ဖြတ်၊ အလွန်မြတ်သောကြောင့်၊ အရဟတ္တမဂ္ဂ၊ အမည်ရသော၊ အာသဝက္ခဉာဏ်။ ဤသုံးတန်သောဝိဇ္ဇာ၊ ခွဲစိတ်ဖြာသော်၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါးနှင့်၊ ပြည့်စုံတော်မူသဖြင့်၊ သဃမ္ဘူအထွတ်၊ လူတမွတ်ဟု၊ မချွတ်သမိုက်အပ်ထသော-

ပဉ္စကဗုဒ္ဓါ၊ ရဟန္တာဟူသမျှကို၊ ရခြင်းငှာမထိုက်၊ သုံးတိုက်ဘုံသား၊ အများသတ္တ၊ ဝေနေယျပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အလိုဆန္ဒ၊ အာသယကိန်းဟန်ကို၊ ကေန်သိမြင်နိုင်သော၊ အာသယာနုသယဉာဏ်။ ဣန္ဒြေရင့်မရင့်ကို၊ ထောက်ချင့်သိစွမ်းနိုင်သော၊ ဣန္ဒြိယပရောပရိယတ္တိဉာဏ်။ ပရမတ်ပညတ်၊ အရပ်ရပ်အလုံးစုံကို၊ အကုန်အစင်၊ သိမြင်နိုင်သော သဗ္ဗညုတဉာဏ်။ သင်္ခါရ၊ ဝိကာရ၊ လက္ခဏ၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပညတ်တည်းဟူသော ဉေ ယျငါးအင်ကို၊ သိမြင်တော်မူရာ၌၊ ဆီးကာပိတ်ပင်ခြင်းမရှိသော အနာဝရဏဉာဏ်။ ယမိုက်ပြာဋိဟာ၊ လွှတ်ခြင်းအရာ၌၊ လေ့လာတော်မူနိုင်သော ယမကပါဋိဟာရိယဉာဏ်။ သနားထိုက်စွာသော၊ ဝေနေယျသတ္တဝါ

ကို၊ လွန်စွာသနားတော်မူသော မဟာကရုဏာ သမာပတ္တိဉာဏ်။ ဤခြောက်တန်သော ဆ အသာဓာရဏ၊ ဉာဏလျှံပြောင်၊ မြတ်တန်ဆောင်ကို၊ ညှိယောင်ထွန်းစိုက်တော်မူသည်ဖြစ်၍၊ ဝေးနီးစကြဝဠာ၊ သမန္တာရပ်၊ လောကဓာတ်တို့ကို၊ ထုတ်ခတ်ထင်ထင်၊ ရှုမြင်တော်မူနိုင်သော ပသာဒစက္ခု၊ ဉာဏစက္ခု၊ ဒိဗ္ဗစက္ခု၊ သမန္တစက္ခု တည်းဟူသော မျက်စိတော်ငါးလုံးဖြင့်၊ အဆုံးမဲ့မြင်တော်မူပြီးထသော–

ပလ္လင်အနိမိသ၊ စင်္ကမမှသည်၊ စတုတ္ထသတ္တာဟဝယ်၊ ရတနာရွှေအိမ်၊ ချမ်းရပ်ငြိမ်၌၊ မွေသိမ်စံပယ်တော်မူကာ၊ အဘိဓမ္မာ ခုနစ်ကျမ်းတွင်၊ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာကို၊ လေ့လာဆင်ခြင်တော်မူသော၊ အာနုဘော်တော်ကြောင့်၊ အသွေးတော်၊ အသားတော်၊ အရိုးတော်စု၊ ဝတ္ထုပသာဒိန္ဒြေအလုံးမှ၊ ပြိုးပြိုးပြက်ပြက်၊ ရိုးရိုးရက်တောက်ပလျက်၊ နီလ၊ ပီတ၊ လောဟိတ၊ ဩဒါတ၊ မဥ္ဇိဋ္ဌ၊ ပဘဿရာ၊ မိလ္လာရည်လို၊ ဖိတ်ဖိတ်ယိုမျှ၊ ညိုသောရောင်ခြည်တော်။ ဖဲကတ္တီပါ၊ ဂီဝါလျှပ်ပြေ၊ ရွှန်းရွှန်းဝေမျှ၊ ရွှေသော ရောင်ခြည်တော်။ ကသစ်ခေါင်ရန်း၊ ပန်းကြက်မောက်ပီ၊ တွေးတွေးချီမျှ၊ နီသော ရောင်ခြည်တော်။ သာခွာဘော်ကြူ၊ ဖွေးဖွေးလူသကဲ့သို့၊ ဖြူသော ရောင်ခြည်တော်။ ပြာလျှံညိုလျှံ၊ ခိုလျှံစုပေါင်း၊ ရှုမညောင်းမျှ၊ မောင်းသောရောင်ခြည်တော်။ ထွန်းပေါ်ဝင်းဝင်း၊ ထိန်လင်းစက်စက်၊ လျှပ်စစ်လက်သကဲ့သို့၊ ပြိုးပြိုးပြက်သော ရောင်ခြည်တော်

တည်းဟူသော ရောင်ခြည်တော်ခြောက်ဆိုင်ကို၊ တစ်ပြိုင်တည်း ကွန့်မြူးစေလျက်၊ လ-နေအတိ၊ လျှံငြိပြောင်ပြောင်၊ ဗိမာန်ရောင်နှင့်၊ သောင်းထောင်စကြဝဠာ၊ ထွန်းလင်းဖြာသော ဗြဟ္မာကြီးတို့၏ ကိုယ်ရောင်ကိုလျက်၊ နှိပ်စက်လွှမ်းမိုးနိုင်သော ကိုယ်တော်ရောင်တို့ဖြင့်၊ အထောင်အသောင်းသော လောကဓာတ်ကို၊ တလျှပ်လျှပ် ထွန်းလင်းတော်မူပြီးထသော-

ပရိဗိုဇ်တက္ကတွန်း၊ ရဟန်းရသေ့၊ မုနေ့အရည်း၊ ဦးပြည်းတပသီ၊ ဗေရာဂီတို့၏၊ ဝါဒီအလိုက်၊ စရိုက်ဘာဝ၊ ကျင့်ဆောင်ကြသော၊ သာသနာ့ဗာဟိ၊ လောကီသီလတို့ထက်၊ ဆတက်ထောင်ရာ၊ သာလွန်ဘိသဖြင့်၊ အဓိသီလဟု သမုတ်အပ်သော၊ အာပတ်ခုနစ်ပုံကို၊ လုံခြုံစွာစောင့်ကြောင်းဖြစ်သော ပါတိမောက္ခ သံဝရသီလ။ ဣန္ဒြေခြောက်ပါးကို၊ တားမြစ်ပိတ်ပင်ကြောင်းဖြစ်သော ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ။ မိစ္ဆာဇီဝမှကြဉ်ခွာလျက်၊ စင်ကြယ်စွာအသက်မွေးကျောင်းဖြစ်သော အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ။ ပစ္စည်းလေးဖြာကို၊ ပစ္စဝေက္ခဏာတင်၍၊ ခြင်ဆင်သုံးသပ်ခြင်းတည်းဟူသော ပစ္စယသန္နိဿိတသီလ။ ဤလေးဝသော စတုပါရိ၊ သုဒ္ဓိတံခွန်၊ အလွန်ဖြူစင်၊ မြူမတင်ခြင်းတည်းဟူသော **သီလဝိသုဒ္ဓိ**, မဟဂ္ဂုတ်လောကုတ္တရာဈာန်၊ မြဲမြံစွာ လေ့လာခြင်းတည်းဟူသော **စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ**, ခြောက်ဆယ့်နှစ်ဖြာသော၊ မိစ္ဆာဝါဒီ၊ ဝိတဏ္ဍီညစ်ကြေးမှ၊ ကင်းဝေးဖြူစင်လျက် အယူ၏စင်ကြယ်ခြင်းတည်းဟူသော

ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ, တစ်ဆယ့်ခြောက်ပါးသော၊ ယုံမှားသင်္ကာကို၊ ဖြတ်ခွာလွန်မြောက်နိုင်သော၊ ဉာဏ်၏စင်ကြယ်ခြင်းတည်းဟူသော **ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိ**, မဂ်ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်ကို မြင်နိုင်သော၊ ဉာဏ်၏စင်ကြယ်ခြင်းတည်းဟူသော **မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ**, မဂ်သို့ရောက်ကြောင်း၊ အကျင့်ကောင်းကို မြင်နိုင်သော၊ ဉာဏ်၏စင်ကြယ်ခြင်းတည်းဟူသော **ပဋိပဒါဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ**, မဂ်လေးရပ်နှင့်၊ သဟဇာတ် သမ္ပယုတ်ဖြစ်၍၊ သစ္စာလေးတန်ကို၊ ဆယ့်ခြောက်နက် ဝေဖန်ပြီး၊ ဇေကန်သိမြင်နိုင်သော **ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ** တည်းဟူသော ဝိသုဒ္ဓိခုနစ်ပါး၊ တရားဘွဲ့ဖြူ သရဖူမကိုရ်၊ ဦးစိုက်မင်္ဂလာ၊ မြတ်တန်ဆာကို၊ တင့်တယ်စွာ ဆင်ယင်လျက်၊ တဒင်္ဂဝိမုတ္တိ၊ ဝိက္ခမ္ဘနဝိမုတ္တိ၊ သမုစ္ဆေဒဝိမုတ္တိ၊ ပဋိပဿမ္ဘနဝိမုတ္တိ၊ နိဿရဏဝိမုတ္တိ တည်းဟူသော ဝိမုတ္တိငါးရပ်၊ တရားမြတ်ကြောင့်၊ လောကဓာတ် အလုံး၊ ညွှတ်ကျိုးပူဇော်ရာ၊ အာဂါရမုနိ၊ အနာဂါရမုနိ၊ သေက္ခမုနိ၊ အသေက္ခမုနိ၊ ပစ္စေကမုနိတို့ထက်၊ ကဲတက်လွန် မြတ်စွာ၊ မုနိန္ဒာဘိပဝရ၊ အတုလမုနိလည်း ဖြစ်တော်မူထသော-

သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ယောကျ်ားမြတ်တို့၏ လက္ခဏာတော်ကြီး၊ ရှစ်ဆယ်သော လက္ခဏာတော်ငယ်၊ တင့်တယ်ယိုဖိတ်၊ အင်္ဂါတော်အစိတ်ကို၊ လင်္ကာရိပ်ပြရာ၌၊ နားပန်တော်အစုံ နှစ်ဖက်မှသည်၊ နဖူးတော်ဆံစသို့၊ ယှက်ကူးကာ တောက်ပသော ဥဏ္ဏာသ

သင်းကျစ်တော်တစ်ဖြာ၊ နာရကာရွှေစင်၊ နဖူးတော်အပြင်၌၊ စို့သက်တံ့အသွင်ဖြင့်၊ ကော့ညွတ်ပျော့ပေါ်လွင်သည့် နှစ်ဖက်သော မျက်မှောင်တော်တစ်တန်၊ ပဘံကရ မျက်မှောင်တော်အစမှာ၊ လောမ ထူးထွေ၊ ညာရစ်ခွေဖြင့်၊ ငွေခြည်ရောင်သဏ္ဌာန်၊ တစ်လံဝက်လောက်၊ ဝန်း၍တောက်သော၊ ဥဏ္ဏာလုံးမွေးရှင်။ ပိတုန်းရောင်သွင်၊ မည်းမှောင်လွင်သဖြင့်၊ ကျောက်နဝရတ်သဖွယ်၊ သောက်ရှုးကြယ်တစ်ဝ၊ ရှုကြည့်တိုင်းတောက်ပသော၊ မံသစက္ခုတော်နှစ်ဖြာ၊ ပြယိုးယားပွင့်၊ ရွှေပန်းဆိုင်းဆင့်သကဲ့သို့၊ မမြင့်မမောက်၊ မကောက်မချွန်၊ အလွန်ရှုချင်ဖွယ်ရာသော၊ နှာတံနှာသီးတော်မြတ်။ လျောက်ပတ်သားနား၊ ကွန့်ကွန့်လျားသော၊ ပါးတော်မြတ်နှစ်သွယ်၊ ပုလဲရတနာ၊ သာခွာဘော်ကြူ၊ ဖွေးဖွေးလူလျက်၊ ဖြူစင်ကြယ်လှစွာသော သွားတော်မြတ်လေးဆယ်၊ စွယ်တော်မြတ်လေးဆူနှင့်တကွ၊ ပြန့်ပြန့်ညီညာ၊ နီလှစွာသော၊ လျှာတော်မြတ်စသည့် ကိုယ်အင်္ဂါတော် အစိတ်ဖြင့်၊ ယိုဖိတ်ယှက်သန်းလျက်၊ ချီမွမ်းအံ့သြ၊ ပြောပ၍ မပြီးနိုင်သဖြင့်၊ အလွန်အကျူး၊ အထူးသပ္ပာယ်တော်မူထသော-

ကာမဘဝါ၊ ဒိဋ္ဌာဝိဇ္ဇော၊ သြဃလေးဖြာ၊ သံသရာစက်၊ ဝဲဂယက်၌၊ တဝဲလည်လည်၊ မတည်မရပ်၊ ချာချာပတ်လျက်၊ ရဟတ်ဆုံနွား၊ ကဲ့အလားသို့၊ မျောပါရှည်ကြာ၊ ဝေနေယျာတို့ကို၊ အဏ္ဏဝါဂယက်၊ သြဃနက်မှ၊ ညာလက်ဆွဲငင်၊ ကယ်တင်တော်

မူခြင်းငှာ၊ ပဥ္စတာလီ၊ ဝါဝသီဝယ်၊ နာရီမလစ်၊ မဂ်ဆီညှစ်၍၊ ဖွင့်လှစ်ဟောပြ၊ ဆုံးမတော်မူရာ၊ ဒေသနာတော်သည်၊ ဝိနယ သုတ္တန် ဘိဓမ္မဟု၊ သုံးတန်ပြားလာ၊ သာသနာတော်နည်းအားဖြင့် လည်း သုံးရပ်၊ ကထာနည်းအားဖြင့် သုံးရပ်၊ အာဏာဝေါဟာ ပရမတ္ထာဟူ၍လည်း သုံးရပ်၊ ဤသို့အားဖြင့် သုံးတန်အပြား၊ ပိဋကတ် ဒေသနာတော် သုံးပါးတို့ကို၊ ဟောကြားမြွက်ဟ၊ ဆုံးမ တော်မူသည်၏အဖြစ်ကြောင့်၊ လူနတ်တို့၏ ဆရာအစစ်လည်း ဖြစ်တော်မူထသော-

ခပ်သိမ်းသော တရားအပေါင်းကို၊ မိမိအလိုလို၊ ကိုယ်တော် တိုင်သာလျှင်၊ ကောင်းစွာထင်ထင်၊ သိမြင်တော်မူသည်ဖြစ်၍၊ များဖျင်သတ္တဝါ၊ ဝေနေယျာကို၊ ခေမာအောင်မြို့၊ ကူးစေဖို့ငှာ၊ ဒေသနာရေအေး၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော အမြိုက်ဆေးကို၊ တိုက် ကျွေးဖျန်းဆွတ်တော်မူသည်၏ အဖြစ်ကြောင့်၊ လောကသုံးရပ်၊ ဘုံသုံးထပ်၌၊ ယှဉ်ကပ်သော်လည်းမနိုင်၊ ပြိုင်သော်လည်း မတူ၊ တစ်ဆူတည်းသာလျှင် ဖြစ်တော်မူထသော-

ဤမဟာဘဒ္ဒ၊ ကမ္ဘာမ၌၊ ကကုသန္ဓော၊ ကောဏာဂမန၊ ကဿပဟု၊ လောကထွတ်ထား၊ ဘုရားသုံးဆူ၊ သယမ္ဘူတို့၊ ထီးဖြူအရဟတ္တဖိုလ်၊ ရိပ်ခိုနန်းမြင့်၊ သုံးကြိမ်ဆင့်၍၊ ပွင့်တော် မူကြကုန်ပြီးသည့်နောက်၊ လေးဆင့်မြောက်အကျ၊ စတုတ္ထအောင် ပွဲတွင်၊ ဥ ယျငါးအင်၊ ကုန်စင်သိမှု၊ သမန္တစက္ခု၊ သဗ္ဗညုတ၊

ဉာဏာခိုင်ဖြိုး၊ ဉာဏ်တော်ကြီးကို၊ ပိုင်စီးလက်ရောက်၊ ဆက်ကာ လျှောက်၍၊ ပွင့်မြောက်တော်မူသည်၏အဖြစ်ကြောင့်၊ ပြဟ္မာနတ်လူ၊ သုံးဘုံသူကို၊ ကြည်ဖြူမေတ္တာ၊ ကရုဏာဖြင့်၊ သာယာစွာ ဆုံးမ၊ ဟောပြတော်မူသည်လည်း ဖြစ်တော်မူထသော-

ဒီပင်္ကရာ၊ ထွတ်ချာမုန်ကင်း၊ သုံးလူ့မင်း၏၊ ခြေရင်းတော်အောက်၊ ဝပ်စင်းမှောက်လျက်၊ နိယတဗျာဒိတ်ပန်းကို၊ ဆွတ်လှမ်း ခံယူတော်မူစဉ်ကပင်၊ သာဝကဉာဏ်၊ ပါရမီသာမန်ဖြင့်၊ နိဗ္ဗာန်သို့ကူးယူလျှင်၊ ရလောက်တော်မူပါလျက်၊ တစ်ယောက်တည်း ငါတစ်မူ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုယူချေလျှင်၊ ဘယ်တွင် အကျိုးမရှိချေ၊ သမ္မောဓိမှန်၊ သဗ္ဗညုရွှေဉာဏ်ကို၊ သွေမလှန် ငါရမှ၊ တရားမြတ်ဖောင် စကြာဖြင့်၊ သတ္တဝါဝေနေယျကို၊ သံသရာဝဲဂယက်မှ၊ နိဗ္ဗာန်မည်သာ၊ ကျွန်းခေမာသို့၊ တင်ဆောင်ကာပို့မည်ဟု၊ တိဏ္ဏော တာရေယျံ၊ ဗုဒ္ဓေါဗောဓေယျံ၊ မုတ္တော မောစေယျံ၊ သုံးခွန်းသော ဝစနံကို၊ ရွှေနှုတ်တော်လှစ်ဖွင့်၍၊ ကျူးရင့်တော်မူခဲ့ ပြီးသည့်နောက်၊ လေး အသင်္ချေ၊ လွန်လေကုန်မြောက်၊ ကမ္ဘာတစ်သိန်း အလွန်သို့ ရောက်အောင်၊ လူသာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၊ အလွန်တရာဖြည့်ကျင့် ရှာမှီး နိုင်ခဲသော၊ ပါရမီဆယ်ပါး၊ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါး စသော သမ္ဘာ သမ္မောဓိ အဖြစ်တည်းဟူသော ဆုကြီးကို ရှာမှီးတော်မူပြီးထ သော-

ဂင်္ဂါဝါဠု၊ သဲစုမြူဟုန်၊ ပမာတန်ကဲ့သို့၊ အနန္တဂူ၊ နိဗ္ဗာန်

ယူကုန်သော၊ ဆူဆူမြတ်စွာ၊ စောသတ္တာတို့၏၊ သွားရာလမ်းကြောင်း၊ စရိုက်ကောင်းမူလဖြစ်သော၊ သီလသံဝရ၊ ဣန္ဒြိယသံဝရ၊ ဘောဇနေမတ္တညုတာ၊ ဇာဂရိယာနုယောဂ၊ သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ၊ ဗာဟုသစ္စ၊ ဝီရိယ၊ ပညာ၊ လေးဖြာစျာန်တည်းဟူသော စရဏတရား တစ်ဆယ့်ငါးပါးတို့ကို၊ အားသစ်ကျင့်ဆောင်တော်မူသဖြင့်၊ သယမ္ဘူတကာ၊ ပြည့်စုံရာသား၊ နာနာကုလတို့၏၊ ဝေါဟာရသဒ္ဒါအနက်ကို၊ အချက်ကျသိနိုင်သော အတ္ထပဋိသမ္ဘိဒါ။ ဝါစာဂီရတ်၊ နူတ်သံလွတ်က၊ ဓာတ်တူတူ မတူတူ၊ ဘာသာဟူသမျှတို့ကို၊ ဧကန္တသိနိုင်သော ဓမ္မပဋိသမ္ဘိဒါ။ တစ်ခုတစ်ခုသောပုဒ်အက္ခရာကို၊ သဒ္ဒါ၏အလို၊ ဝိဂ္ဂြိုဟ်, ဝစနတ်, ဓာတ်, ပစ္စည်း, လိင်အန်ဖြင့်၊ ဝေဖန်၍သိနိုင်သော နိရုတ္တိပဋိသမ္ဘိဒါ။ ကိုယ်တိုင်သိသမျှတရားတို့ကို၊ သူတစ်ပါးသိစိမ့်သောငှာ၊ သဒ္ဒါပညတ်သို့တင်၍၊ စုံလင်စွာမြွက်ဆိုတတ်သော ပဋိဘာနပဋိသမ္ဘိဒါ တည်းဟူသော သမ္ဘိဒါလေးပါး။ ဣဒ္ဓိဝိဓ၊ ဒိဗ္ဗစက္ခု၊ ဒိဗ္ဗသောတ၊ စေတောပရိယ၊ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ၊ ယထာကမ္မူပဂ၊ အနာဂတံသတည်းဟူသော အဘိညာဏ်ခုနစ်ပါး၊ ရူပဈာန်လေးရပ်၊ အရူပဈာန်လေးရပ်အားဖြင့်၊ သမာပတ်ရှစ်ပါး။ ကျေးဇူးတော် တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါး။ ထူးပြားဆန်းကြယ်၊ အံ့ဖွယ်တော် တစ်ဆယ့်ရှစ်စုံ။ ထိုမျှဂုဏ်ကို ဥဿုံ စိုးပိုင်တော်မူပြီးထသော-

ဒေဝပုတ္တမာရ်၊ ကိလေသာမာရ်၊ ခန္ဓမာရ်၊ မစ္စုမာရ်၊ အဘိ

သခ်ါရမာရ်၊ ဤငါးတန်တို့ကို၊ တိုက်လှန်ဖြိုခွဲ၍၊ အောင်ပွဲယူနိုင်၊ ရဲခေါင်တိုင်သော၊ ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်၊ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်တည်းဟူသော သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး။ ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို ပယ်ခြင်း၊ မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်ကံတို့ကို တစ်ဖန်အသစ်မဖြစ်စေခြင်း၊ မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖြစ်ပွားအောင် လုံ့လပြုခြင်း၊ ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ကြီးပွားစည်ပင်စိမ့်သောငှာ လွန်စွာ လုံ့လပြုခြင်းတည်းဟူသော သမ္မပ္ပဓာန်လေးပါး။ ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒ်၊ ဝီရိယိဒ္ဓိပါဒ်၊ စိတ္တိဒ္ဓိပါဒ်၊ ဝီမံသိဒ္ဓိပါဒ်တည်းဟူသော ဣဒ္ဓိပါဒ်လေးပါး။ သဒ္ဓိန္ဒြေ၊ ဝီရိယိန္ဒြေ၊ သတိန္ဒြေ၊ သမာဓိန္ဒြေ၊ ပညိန္ဒြေ၊ တည်းဟူသော ဣန္ဒြေငါးပါး။ သဒ္ဓါဗိုလ်၊ ဝီရိယဗိုလ်၊ သတိဗိုလ်၊ သမာဓိဗိုလ်၊ ပညာဗိုလ်တည်းဟူသော ဗိုလ်ငါးပါး။ သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ဓမ္မဝိစယသမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ဝီရိယသမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ပီတိသမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ပဿဒ္ဓိ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ သမာဓိသမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာသမ္ဗောဇ္ဈင် တည်းဟူသော ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါး။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာ သမာဓိတည်းဟူသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး။ ဤသို့အားဖြင့်၊ ပိုင်းခြားတွက်ဖွဲ့၊ သုံးဆယ့်ခုနစ်ရပ်၊ အလွန်မြတ်သော၊ ဗောဓိပက္ခိယ၊ ဓမ္မအကျော်၊ ရဲမက်တော်တို့ကို၊ ကိုယ်ရံတော်ကြီး၊ ဦးစီးဗိုလ်ချုပ်တင်လျက်၊

အသချေ်ချေ၊ တွက်ရေမဆုံး၊ ပတ်ကုံးကိလေသာ၊ မာရ်ဗိုလ်ပါ တို့ကို၊ ဆံလွှာမကြွင်းအောင်၊ ခုတ်စဉ်းတိုက်သိမ်း၊ အငြိမ်း အောင်မြင်တော်မူသဖြင့်၊ အသင်္ခတ၊ ခေမရွှေဘုံ၊ ဓမ္မာရုံသဘင်၊ မြိုက်နန်းခွင်၌၊ ဥကင်စွင့်စွင့်၊ ဖွင့်တော်မူပြီးထသော-

လေးအသချေ်၊ လွန်လေတစ်သိန်း၊ တွက်ကိန်းများလှ၊ ကပ် ထိုမျှ၌၊ လုံ့လကြိုးပမ်း၊ ဖြည့်စွက်ဆည်းပူးတော်မူခဲ့သော၊ ဒါန ပါရမီ၊ သီလပါရမီ၊ နိက္ခမပါရမီ၊ ပညာပါရမီ၊ ဝီရိယပါရမီ၊ ခန္တီပါရမီ၊ သစ္စာပါရမီ၊ မေတ္တာပါရမီ၊ အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီ၊ ဥပေက္ခာ ပါရမီ၊ ဆယ်လီသုံးစုံ၊ ကုသိုလ်ဟုန်ကြောင့် လူ့ဘုံစံပျော်၊ အလောင်းတော်ဖြစ်ခါစပင်၊ ကာဋ္ဌဝက ဂင်္ဂေယျနှင့်၊ ပဏ္ဍရ၊ တမ္ဗ၊ ပိင်္ဂလ၊ ဂန္ဓ၊ မင်္ဂလ၊ ဟေမ၊ ဥပေါသထ၊ ဆဒ္ဒန်၊ ဤဆယ် တန်သော ဆင်မျိုးတို့၏ ဆယ်ဆတက် ဆယ်ဆတက်စီသော အားကို ဆောင်နိုင်သည်ဖြစ်၍ ယောကျာ်းဗိုလ်ခြေ၊ ကုဋေတစ် သောင်းတို့၏၊ ကာယဗလ ဌာနာဌာန၊ ကောသလ္လဉာဏ်၊ ဝိပါက ဉာဏ်၊ သဗ္ဗတ္ထဂါမိနီဉာဏ်၊ နာနာဓာတုဉာဏ်၊ အဓိမုတ္တိဉာဏ်၊ ဣန္ဒြိယပရောပရိယတ္တိဉာဏ်၊ ဈာနာဒိသံကိလေသဉာဏ်၊ ပုဗ္ဗေ နိဝါသဉာဏ်၊ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်၊ အာသဝက္ခယဉာဏ် တည်းဟူသော ဆယ်ပါးသော ဉာဏဗလကို ရတော်မူသည်ဖြစ်၍၊ လူ့ပြည်နတ် ရပ်၊ ခေတ်သုံးထပ်ကို၊ အုပ်ကွပ်စိုးပိုင်၊ နိုင်တော်မူခြင်းတည်း ဟူသော ဣဿရိယဘုန်းတော်။ လောကုတ္တရာတရား၊ မြတ်ကိုး

ပါးသို့၊ ထင်ရှားစွာရောက်ခြင်းတည်းဟူသော ယသ ဘုန်းတော်။ နရက်ဘဝဂ်၊ အောက်ထက်ပျံ့လှိုင်၊ သုံးခရိုင်၌၊ အဆုံးတိုင် ကျော်စောတော်မူခြင်းတည်းဟူသော ဓမ္မဘုန်းတော်။ သုံးဆယ့်နှစ်ပါး၊ သမိုက်ထားသော၊ ယောကျ်ားမြတ်တို့၏ လက္ခဏာ၊ ရောင်ဝါမြူတေ၊ ကျက်သရေအပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံတော်မူခြင်းတည်းဟူသော သိရီဘုန်းတော်။ အလိုတော်ရှိသမျှ၊ တစ်ခဏချင်းဖြင့်သာ၊ ပြည့်စုံလာခြင်းတည်းဟူသော ကာမဘုန်းတော်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရာ၊ ဒေသနာဖြင့်၊ ဗြဟ္မာနတ်လူ၊ သုံးဘုံသူတို့ကို၊ ကြည်ဖြူစွာလှ၊ သင်ဆုံးမသောကြောင့်၊ လောကလုံးကိုးကွယ်ရာ၊ ဆရာအဖြစ်သို့ရောက်တော်မူခြင်းတည်းဟူသော ပယတ္တဘုန်းတော်။ ဤခြောက်ဖော်သော၊ ဘုန်းတော်အမြတ်၊ ဂုဏ်အရဟတ်ဖြင့်၊ လောကဓာတ်လုံး၊ ညွတ်ရိုးညီကာ၊ ကောင်းချီးဩလျက်၊ ဘဂဝါဟူသော ဘွဲ့ပုံတော်အထူးဖြင့် ညွတ်နူးကော်ရော်၊ ပူဇော်ချီးပအပ်သည်လည်း ဖြစ်ထသော-

အမှုဆက္ကသတ၊ ဇာတကကို၊ ပုံပြသက်သေခံလျက်၊ အနန္တဘဝ၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှတို့၌၊ ဓနပရိစ္စာဂ၊ ပုတ္တပရိစ္စာဂ၊ ဘရိယပရိစ္စာဂ၊ အင်္ဂပရိစ္စာဂ၊ ဇီဝိတပရိစ္စာဂ တည်းဟူသော စွန့်ခြင်းကြီးငါးအင်ကို၊ မဂ္ဂင်ဖောင်ပျံ၊ စံလိုသူအပေါင်းတို့ထက်၊ ကဲဆောင်း လွန်မောက်၍၊ အထောက်မတန်ပြုခဲ့သော၊ ဟေတုသမ္ပဒါ၊ မြတ်သမ္ဘာကြောင့်၊ အနိမာ၊ လဃိမာ၊ မဟိမာ၊ ပတ္တိမာ၊ ကမ္မ၊ ဤသိတာ၊

ဝသိတာ၊ ယတ္ထကာမဝသာယိတာဟူသော ဘာသာမဂဇိ၊ ရာဇဂြိုဟ် ဥဒါန်း နှင့်အညီ၊ ရုံသီနေပြောက်၊ ပြတင်းပေါက်၌၊ မြင်လောက် ရုံသာ၊ အဏုမြူပမာ၊ သိမ်မွေ့စွာသော ကိုယ်တော်ကို၊ ငယ်အောင် ဖန်ဆင်း တော်မူနိုင်ခြင်း။ ရေပြင်မြေမိုး၊ ပျံလျှိုးငုပ်လျှား၊ သွားတော် မူနိုင်ခြင်း။ ကြီးစေလိုက၊ မြင်းမိုရ်ပြန်ရာ၊ ထို့ထက်သာ၍၊ စကြ ဝဠာတိုက်လုံး၊ အုပ်ဖုံးပတ်လှည့်၊ ကိုယ်တော်ပြည့်အောင်၊ တရှိ ထိုင်တော်မူနိုင်ခြင်း။ မြေထု ရေထု၊ မေရုပဗ္ဗတာ၊ သီလာတောင် ထပ်၊ အတွင်းရပ်ကို၊ ကျဉ်းကျပ်ပိတ်ဆီးခြင်းမရှိ၊ ပကတိ ကောင်း ကင်၊ ဟင်းလင်းပြင်ကဲ့သို့၊ လျှိုးဝင်ထွင်းဖောက်၊ ကြွရောက်တော် မူနိုင်ခြင်း၊ မနောမိဠာန်၊ စိတ်တော်ကြံတိုင်း၊ ကမ္မာကမ္မ ဟူ သမျှကို၊ ကုံးငြီးမြောက်တော်မူနိုင်ခြင်း၊ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ၊ အလုံး စုံကို၊ ဥသုံစိုးပိုင်တော်မူနိုင်ခြင်း။ လောကီ ဈာန်ရပ်၊ သမာ ပတ်ကို၊ မပြတ်ဝင်ကာ၊ လိုတိုင်းပါအောင်၊ လေ့လာတော်မူ နိုင်ခြင်း။ သက်မရှိသည့်၊ ဂီရိဗဟို၊ တောင်မြင့်မိုရ်မှလည်း၊ လိုတော်လိုက်ကာ၊ ညွတ်ငိုက်လာရခြင်း တည်းဟူသော တန်ခိုး တော်ရှစ်ဦး၊ ဘုန်းတော်ထူးဖြင့်၊ အံ့ကျူးပြီးပိုင်၊ မချီးနိုင်၍၊ တစ်ပြိုင်တည်လျက်၊ တစ်ပြိုင်ပျက်သော၊ စကြဝဠာတိုက်နေ၊ သိန်းကုဋေလုံး၊ ရွှေမှဠာန်စွမ်း၊ အာဏာလွှမ်း၍၊ ထဲဝမ်းစိမ့်စိမ့်၊ ကြက်သီးဖိမ့်မျှ၊ ခြိမ့်ခြိမ့်ကြွေးကြော်၊ ပူဇော်ကြရာ၊ သုံးရွာလုံး တန်ဆောင်၊ မင်းခေါင်မင်းဖျား၊ မင်းတရားအစစ်လည်း ဖြစ်တော်

မူထသော-

လောကသုံးရွာ၊ သတ္တဝါတို့၏၊ ခန္ဓာရုပ်နာမ်ဝယ်၊ အဖန်ဖန်ကပ်ငြိလျက်၊ ဖိစီးနှိပ်စက်တတ်သော ပီဠနအနက်။ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားလေးပါးတို့သည် ပြုပြင်စီရင်အပ်သော သခ်ၤတအနက်။ မရောင့်ရဲစွာ၊ သတ္တဝါတို့ကို၊ လောင်ဆာပူပန်စေတတ်သော သန္တာပအနက်။ ဇရာ၊ မရဏ၊ သောက၊ ပရိဒ်တို့ဖြင့်၊ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးတတ်သော ဝိပရိဏာမအနက် တည်းဟူသော လေးပါးသော ဒုက္ခသစ္စာ၏ အနက်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ အစမထင်၊ သံသရာဓ္ဓ၊ လူးလာစုန်ဆန်၊ အဖန်ဖန်သွားလာစေခြင်းငှာ၊ အားထုတ်တတ်သော အာယူဟနအနက်။ ဝဋ်ဆင်းရဲအပေါင်း၏၊ အကြောင်းမူလဖြစ်သော နိဒါနအနက်။ ဝဋ်ဆင်းရဲဌ၊ အမြဲပျော်ရွှင်၊ တမင်မင်ဖြင့်၊ ကျင်လည်စေတတ်သော သံယောဂအနက်။ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ ထွက်မြောက်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ္ဂသစ္စာကို၊ ဆီးကာ တားမြစ်တတ်သော ပလိဗောဓအနက် တည်းဟူသော လေးပါးရှသော သမုဒယသစ္စာ၏ အနက်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ သံသရာဝဋ်မှ၊ ထွက်လွတ်ကူးမြောက်ပြီးသော နိဿရဏအနက်။ ပြုပြင်ခြင်းကင်းသော အသခ်ၤတအနက်၊ သေခြင်း စသော ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ၊ ကင်းငြိမ်းချမ်းသာသော အမတအနက် တည်းဟူသော လေးပါးသော နိရောဓသစ္စာ၏ အနက်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ ဝဋ်ဒုက္ခအပေါင်းတို့မှ ကောင်းစွာထွက်မြောက်

တတ်သော နိယျာနိကအနက်။ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော ဟေတုအနက်။ နိဗ္ဗာန်ကို မြင်တတ်သော ဒဿနအနက်။ သခ်ါရ တရားမျိုးတို့ကို အစိုးရသော အဓိပတေယျအနက် တည်းဟူသော လေးပါးသော မဂ္ဂသစ္စာ၏ အနက်တို့ကိုလည်းကောင်း။

အကြောင်းအကျိုးအားလျော်စွာ၊ လေးသစ္စာတို့ကို၊ ဒဿနာ ကာရဖြင့်၊ သောဠ သဝေဖန်၍၊ ရွှေညာဏ်ထင်ထင်၊ ရွှေလက်တင် ပတ္တမြားကဲသို့၊ ပိုင်းခြားသိမြင်တော်မူသည့် အလျောက်၊ အ ထောက်အခံ၊ ကံညာဏ်ကြီးရင့်၊ ပွင့်ထိုက်သောသတ္တဝါ၊ ဝေနေ ယျာတို့ကို၊ ပွင့်ပါစေနှလုံးဖြင့်၊ စွေချွန်းထစ်ကြိုး၊ ရှစ်ကိုးနယ် ကုန်၊ သုန်သုန်ပြင်းဝှန်၊ ရှာဖျန်းသွန်သော၊ မေဃဝန်တမျှ၊ ဓမ္မ ဘေရီ၊ မေဒနီကို၊ နာရီမလပ်၊ လူနှင့်နတ်အား၊ မပြတ်တိုက် ကျွေး၊ ပေးတော်မူတတ်သော သုံးရပ်လုံးဆရာ၊ ဒေဝါဓိဒေဝိန္ဒ၊ ဗြဟ္မာဓိဗြဟ္မိန္ဒ၊ တိဘဝပါရဂူ၊ အဘိဘူပါမောက္ခ၊ အနုတ္တရ သင်းကျစ်၊ **မဟာဓမ္မရာဇ်၊ မြတ်ရှင်ချစ်ကို၊** အဟံ၊ ခန္ဓာပဥ္စက၊ ဒြပ်မျှကို၊ ပေါင်းထမယုတ်၊ အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ၊ ဂုဏ် တော်ထုံမွှမ်း၊ ပုံတော်မှန်းလျက်၊ ချီမွှမ်းထောမနာ၊ ပဏာရိုကျိုး၊ လက်စုံမိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့လိုက်ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

မိုးသင်း
၊ ခွဲစိတ်နှင့်ကင်ဆာပါရဂူ ၊
ဖြူစင်ရှင်းသန့်သော
ရပ်ဝန်းဆီသို့