DHAMMAVIJJĀLAYA
2546 2003
CENTRE FOR BUDDHIST STUDIES

ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၁၄၅)

စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းသည်

အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာစုခေါ်စေသော်

အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းသည်

တရားစာအုပ်များကို

ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့်

ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းသည်

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၆၀-ပြည့်နှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၈-ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော် (၆)ရက်၊ ၂၀၁၆-ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ (၂၂)ရက်၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပြင်ဦးလွင်ခရိုင်၊ ပြင်ဦးလွင်မြို့၊ ရပ်ကွက်ကြီး(၄)၊ အကွက်(၇)၊ ဗုဒ္ဓဘာသာကလျာဏယုဝအသင်း YMBA ခန်းမကြီးအတွင်း ဆင်ယင်ကျင်းပ ပြုလုပ်အပ်သည့် အကြိမ်(၆၀)မြောက် **"မဟာဒုဂ်မြသပိတ် စာရေးတံမဲ အောင်ပွဲ"** အထူးဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားၗ ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ်၊ နယ်သူနယ်သားများနှင့် YMBA အသင်းသူ အသင်းသားများ၏ အမတဒါန၊ ဓမ္မဒါနအဖြစ်ဖြင့်ဟောကြားအပ်သော **"စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းသည်"** အကြောင်းတရားဒေသနာတော်။

လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ ကံကောင်းချင်ကြတယ်။ ကံကောင်းချင်ရင် စေတနာကောင်းဖို့ လိုတယ်။ စေတနာကောင်းမှ ကံကောင်းမယ်။ ဘာကြောင့်လဲလို့ ဆိုရင် ကံဆိုတာ စေတနာနဲ့ စေတနာရဲ့ အကျိုးကို ခေါ်တာဖြစ်တယ်။ စေတနာဆိုတာ စိတ်နဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး လာတဲ့တရား။ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင် စိတ်နေသဘောထား ကောင်းမွန်တာ၊ စေတနာက စိတ်ကို စွဲမှီဖြစ်ပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ဖြစ်အောင် တွန်းအားပေးတယ်၊ အကုသိုလ် လုပ်ဖြစ်အောင် တွန်းအားပေးတယ်၊ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ intention လို့ပြောတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်၊ သို့မဟုတ် motivation, volition ဆိုတဲ့ တွန်းအားပဲဖြစ်တယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်းရဲ့ စိတ်မှာ နှုတ်က ပြောဖြစ်အောင်၊ ကိုယ်ထိလက်ရောက် လုပ်ဖြစ်အောင် တွန်းအားပေးတာ ရှိတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို သေချာစဉ်းစားကြည့်၊ တစ်စုံတစ်ခု လုပ်တော့မယ်ဆိုရင် စိတ်ထဲမှာ အရင်ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အတိုင်း လုပ်လိုက်တာ ဖြစ်တယ်။ အမှတ်တမဲ့ လုပ်လိုက်တာရော မရှိဘူးလားဆိုရင် ရှိတယ်။ သို့သော် စိတ်ထဲမှာဖြစ်ပေါ်လာပြီးတော့မှ လုပ်တာတွေက များတယ်ပေါ့။ ကောင်းတဲ့အလုပ် လုပ်ဖြစ်ဖို့ဆိုတာ စိတ်နေသဘောထားကောင်းမှ လုပ်ဖြစ်တယ်။ စိတ်ထားကောင်းမှ အမှုကိစ္စကောင်းမှာ ဖြစ်တယ်။ ကံဆိုတာ တိုက်ရိုက် အမှုကိစ္စကို ခေါ်တယ်။ ကိုယ်လုပ် လိုက်တဲ့အမှုကိစ္စဟာ ကံ(ကမ္မ) ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် စေတနာကောင်းမှ ကံကောင်းမယ်။

လူတိုင်း လူတိုင်း ကံကောင်းချင်ကြတယ်။ ကံကောင်းရင် အကျိုးပေးကောင်းတယ်။ အကျိုးပေးကောင်းတဲ့လူတွေကို ကံကောင်းတယ်လို့ ပြောကြ

တယ်။ အန္တရာယ်က လွတ်မြောက်လာတဲ့ အခါမှာ "ဩော် ကံကောင်းလိုက်တာ" လို့ ပြောကြတယ်။ စီးပွားဥစ္စာ တိုးတက်လာရင်လည်း ကံကောင်းတယ်လို့ ပြောတယ်။ အကျိုးပေါ်လာတဲ့အခါမှာ ကံကောင်းတယ်လို့ လူတွေက ပြောကြတာ ဖြစ်တယ်။ သို့သော် အကျိုးမပေါ်ခင်က စေတနာကောင်းဆိုတာကို အသိအမှတ်ပြုဖို့လိုတယ်။ **စေတနာကောင်းမှ ကံကောင်းမှာ၊ ကံကောင်းမှ အကျိုးပေး ကောင်းမယ်၊** ဒီလို ဆိုလိုတာပေါ့။

အဲဒီတော့ လူတိုင်းလူတိုင်း စေတနာ မှန်ကန်ပြီး စိတ်ထားကောင်းအောင် ကြိုးစားဖို့ အရေးကြီးတယ်။ ကိုယ်လုပ်တဲ့ လုပ်ရပ်သည် တစ်ဖက်သားကို ထိခိုက်နစ်နာစေတဲ့အလုပ်မျိုး မဖြစ်စေရဘူး။ တစ်ဖက်သားမှာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ရစေတဲ့ အလုပ်မျိုးသာ ဖြစ်သင့်တယ်။ မိမိကိုယ်ကို ထိခိုက်နစ်နာစေတဲ့

အလုပ်မျိုး၊ သူတစ်ပါးကို ထိခိုက်နစ်နာစေတဲ့ အလုပ်မျိုး၊ နှစ်ဦးလုံးကို ထိခိုက်နစ်နာစေတဲ့ အလုပ်မျိုး မဖြစ်စေရဘူး။ အကျိုးဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အခါမှာလည်း ဒုက္ခကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ အရာမျိုး မဖြစ်စေရဘူး။ အသိဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်တုံတရားနဲ့ ပြုလုပ်မယ်ဆိုရင် ကံကောင်းမှာ သေချာတယ်။

စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်း ဆိုတာ အသိဉာဏ်နဲ့ တွဲဖက်နေတယ်။ သတိနဲ့ တွဲဖက်နေတယ်၊ အသိဉာဏ်ရှိမှ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်း ဆိုတာ ဖြစ်တယ်။ အကျိုးသက်ရောက်တဲ့ အခါမှာ အသိဉာဏ်ကင်းမဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စေတနာနဲ့ စိတ်ထားဟာ အကျိုးမဲ့ကို ဖြစ်စေတတ်တယ်။ စေတနာကို အဓိကထားပြောပေမဲ့ အသိဉာဏ်လည်း ပါတယ်။ သတိထားမှုလည်း ပါတယ်။ သတိအသိ ပံ့ပိုးထားတဲ့ စေတနာတွန်းအားကမှ ကောင်းကျိုးကို ဖြစ်စေနိုင်တယ်။

အဲဒီမှာ ကံကောင်းအောင် ယတြာချေဖို့ လိုသလား၊ မြန်မာနိုင်ငံမှာတော့ ယတြာချေတယ် ဆိုတာဟာ ကုသိုလ်လုပ်တာတွေပဲ များပါတယ်။ အကုသိုလ်လုပ်ပြီး ယတြာချေရင်တော့ ပိုဆိုးမှာပဲ။ ကုသိုလ်လုပ်ပြီး ယတြာချေရင် ကုသိုလ်ဖြစ်တာပေါ့။ အဲဒီတော့ ကုသိုလ်နဲ့ ယတြာချေရတယ်။

ယတြာချေတယ်ဆိုတာ မကောင်းတဲ့ကံတွေကို အဝေးပို့ပစ်တာ။ (to keep bad luck away) လုပ်လို့ရသလားဆိုတော့ ရတဲ့အတိုင်းအတာ ရှိတယ်။ မရနိုင်တဲ့ အတိုင်းအတာ ရှိတယ်။ ကံဆိုးက လွှမ်းမိုးလာပြီဆိုရင်တော့ ကံကောင်းအောင် ယတြာချေလို့ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ သာမန်ကံလေးတွေကို အားရှိတဲ့ ကုသိုလ်ကံနဲ့ ပြောင်းလွဲ အစားထိုးပေးရင် ကံကောင်းလာစရာ ရှိတယ်။

သို့သော် သတိထားဖို့ရာကတော့ ဘယ်ကိစ္စမှာမဆို စိတ်ကောင်းစေတနာကောင်း ထားပြီး လုပ်ရမယ်။ လုပ်ရင် ကံကောင်းတယ်လို့ပဲ မှတ်ရမယ်။ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းနဲ့ လုပ်တဲ့အရာများဟာ ကောင်းတဲ့လုပ်ရပ်တွေ ဖြစ်တယ်။ ကောင်းတဲ့ လုပ်ရပ်တွေ ဖြစ်သည့်အတွက် ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ဖြစ်စေနိုင်တယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ ကလျာဏယုဝ လို့ ပါဠိလို ခေါ်တဲ့ YMBA အသင်းကြီးက ကြီးမှူးပြီး **မဟာဒုဂ္ဂ မြသပိတ် စာရေးတံပွဲ** စီမံဆောင်ရွက်ပြီး ကုသိုလ်လုပ်ကြတာဖြစ်တယ်။ ရှေးဖြစ်ဟောင်းအောက်မေ့ဖွယ် ဇာတ်လမ်းကို အခြေခံပြီး ဒါနကောင်းမှု လုပ်တယ်။ အဲဒီ ဇာတ်လမ်းမှာလို ကံကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရွေးချယ်ပြီး ကုသိုလ်ပြုဖြစ်အောင် ဖန်တီးလုပ်ဆောင်

ပေးတယ်။ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ ဖြစ်အောင် လုပ်ပေးတယ်။ ဒီလိုဆိုတာပေါ့။

ပဏ္ဍိတသာမဏေ၏ ရှေးဘဝ

ဂေါတမဗုဒ္ဓရဲ့ လက်ထက်မှာ သာဝတ္ထိမြို့က သူဌေးသားလေး ခုနစ်နှစ်အရွယ်မှာ ရဟန္တာဖြစ်တဲ့ ပဏ္ဍိတသာမဏေ ဆိုတာ ရှိတယ်။ အဲဒီ ပဏ္ဍိတသာမဏေရဲ့ အတိတ်ဘဝတစ်ခုက အလွန်ဆင်းရဲခဲ့တဲ့ လူဖြစ်လို့ သူ့ကို နာမည်တောင် မခေါ်ကြဘူး၊ **မဟာဒုဂ္ဂတ** လို့ ခေါ်ကြတယ်။ မဟာဒုဂ္ဂတဆိုတာ "**အလွန်ဆင်းရဲတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်**" လို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။

အဲဒီတော့ **ဒုဂ္ဂတ** ကို ရေးတဲ့အခါမှာ ဒထွေး တစ်ချောင်းငင် 'ဒု' နဲ့ ဂငယ် နှစ်လုံးဆင့်ပြီး နောက်ဆုံးမှာ 'တ'ကို ရေး။ **မဟာဒုဂ်** ကို ရေးတဲ့အခါမှာလည်း ဂငယ်သတ်ပြီးတော့ ရေးရမှာ ဖြစ်တယ်။

မြန်မာရေးထုံး မှန်မှန်ကန်ကန် ရေးရင် မဟာဒုဂ်ကို မဟာပြီးတော့ ဒုဂ်ကို ဂငယ်နဲ့သတ်ပြီး "ဒုဂ်"လို့ ရေးရမယ်။ 'တ' သတ်ပြီး ရေးလိုက်လို့ရှိရင် တုတ်ချောင်း ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။ ကကြီးနဲ့ သတ်ရေးလို့ ရှိရင် ဒုက္ခဆိုတာ ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီ ရေးထုံးတွေနဲ့ မရေးဘဲနဲ့ **မဟာဒုဂ်ကို** ရည်ညွှန်းတယ်ဆိုရင် **မဟာဒုဂ္ဂတ** ဆိုတဲ့ပုဒ်က လာတာဖြစ်သောကြောင့် အသတ်ကို 'ဂ'ငယ်သတ်နဲ့ မဟာဒုဂ်လို့ ဒီလိုရေးသင့်တယ်။ အဆင်းရဲဆုံးပုဂ္ဂိုလ်လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။

ဘယ်မှာ အဆင်းရဲဆုံးပုဂ္ဂိုလ်လဲ ဆိုတော့ ဗာရာဏသီမြို့မှာ အဆင်းရဲဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်၊ တစ်နေ့လုပ်မှ တစ်နေ့စားရတော့ အင်မတန်မှ ဆင်းရဲတဲ့လူတစ်ယောက်လို့ ဒီလိုသတ်မှတ်ခဲ့တာ။ သို့သော် စိတ်နေသဘောထားတွေ ကောင်းသည့်အတွက် စေတနာကောင်းလို့ သူဟာ ကံကောင်းသွားတယ်။ ကံကောင်း

လို့ အကျိုးပေးကောင်းသွားတယ်။ နာမည်ကတော့ မဟာဒုဂ္ဂတဆိုတဲ့ နာမည်ဆိုးနဲ့ကျန်ရစ်တယ်။ တကယ်တော့ သူဟာ ကံကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ဖြစ်သွားတယ်။

ဒီဇာတ်လမ်းကို အားလုံး သိတဲ့အတိုင်းပဲ **ကဿပဘုရား** လက်ထက်က ပဏ္ဍိတသာမဏေရဲ့ အတိတ်ဘဝတစ်ခု၊ ဗာရာဏသီပြည်သို့ ရဟန္တာ နှစ်သောင်း ခြံရံပြီး ကဿပဗုဒ္ဓ ကြွလာတယ်။ အဲဒီ အချိန်မှာ လူတွေရဲ့ သက်တမ်းက အနှစ် နှစ်သောင်း ရှည်တယ်။ အသက် နှစ်သောင်းတန်း ဆိုတော့ လူတော်လူကောင်းတွေ များတယ်။ ဂေါတမဗုဒ္ဓ လက်ထက် ရောက်တဲ့အခါ ခေတ်ကာလအရ လူဆိုးတွေက များတယ်။ ကောင်းတဲ့လူက လေးပုံပုံ တစ်ပုံလောက်ပဲ ရှိတော့တယ်။ ကဿပဘုရား လက်ထက်တုန်းကတော့ လူကောင်းတွေ အင်မတန်များတယ်လို့

ဆိုတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဗာရာဏသီပြည် ကြွလာတဲ့ ကဿပဗုဒ္ဓက ပရိသတ်ထဲမှာ တရားဟောတော်မူတယ်။ စေတနာအားလျော်စွာ ကံတရားရဲ့ အကျိုးပေးမှုကို သရုပ်ပေါ်အောင် ဟောတယ်။

" လူတစ်ယောက်ဟာ ကိုယ်တိုင်လှူတယ်။ သူများကို မတိုက်တွန်းဘူး။ လူတစ်ယောက်ကတော့ သူများသာ တိုက်တွန်းတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်တော့ မလှူဘူး။ လူတစ်ယောက်ကတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း မလှူဘူး၊ သူများကိုလည်း မတိုက်တွန်းဘူး။ နောက်တစ်ယောက်က ကိုယ်တိုင်လည်း လှူတယ်၊ သူတစ်ပါးလည်း တိုက်တွန်းတယ်။ အဲဒီလို အမျိုးအစား လေးမျိုးရှိတယ်။ "

ကနေ့ခေတ်မှာလည်းဒီအတိုင်းပဲ။ ကိုယ်တော့ လှူတယ်။ သူများကိုတော့ မတိုက်တွန်းဘူးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရှိတာပဲ။ အေး သူများတော့ အလှူခံ

တယ်၊ ကိုယ်ကတော့ မလှူဘူးဆိုတဲ့ လူကလည်း ရှိတာပဲ။ ကိုယ်လည်း မလှူဘူး၊ သူများလည်း အလှူ မခံဘူး ဆိုတဲ့လူလည်း ရှိတယ်။ ကိုယ်လည်း လှူတယ်၊ သူများလည်း အလှူခံတယ်၊ တိုက်တွန်းပေးတယ်ဆို တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလည်း ရှိတယ်။ အဲဒီလို လုပ်ရပ်လေးမျိုး ကွဲပြားနေသည့် အတွက်ကြောင့် သူတို့ဟာ မတူညီတဲ့ အကျိုးကို ရကြတယ်။

မတူညီတဲ့ အကျိုးဆိုတာ ဘာလဲ။ ကိုယ့်ရှိတာ ကို လှူတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လှူခြင်းကြောင့် ဖြစ်လေရာ ဘဝမှာ စည်းစိမ်ဥစ္စာ များပြားတယ်ဆိုတဲ့ အကျိုးကို ရတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ကံရဲ့ သဘောတရား ကို တုန့်ပြန်မှုလို့ ခေါ်တယ်။ ကိုယ်လုပ်တဲ့ကံဟာ ကိုယ့်ဆီ တုန့်ပြန်လာတာပဲ။ ကိုယ်လုပ်တဲ့ကံက သူတစ်ပါးကို ရစေတာဖြစ်လို့ သူတစ်ပါးကို ရစေတဲ့

ဒါနကောင်းမှုသည် ကိုယ့်ကို ပြန်ရစေတယ်ဆိုတဲ့ အကျိုး တုန့်ပြန်ပေးတယ်။

သူတစ်ပါးကို “လာပါ၊လျှုကြရအောင်၊ လျှုပါ” တိုက်တွန်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ကိုယ်က တိုက်တွန်းလို့ အခြားသူတစ်ယောက် ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ဖြစ်သွားတယ်။ သူဟာ ကိုယ်နဲ့မိတ်ဖက် ဖြစ်သွားတယ်။ တိုက်တွန်းလို့ လျှုဖြစ်သွားတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်ဖြစ်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ကိုယ်ရဲ့ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်း ဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် သူများကို တိုက်တွန်းပေးခြင်းအားဖြင့် မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းတွေ များတယ်။

အဲဒီနေရာမှာ လျှုရင် စည်းစိမ်ဥစ္စာကို ရတယ်။ တိုက်တွန်းလို့ရှိရင် အပေါင်းအသင်းတွေ ရတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒါကို ပြောင်းပြန် ပြန်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ မလျှုဘူးဆိုလို့ရှိရင် ဖြစ်လေရာ

ဘဝမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ရရှိမှု မရှိဘူး။ မတိုက်တွန်းဘူး ဆိုရင် မိတ်ဆွေ မရှိဘူး၊ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း မရဘူး။ အဲဒီ လေးချက်ကို မြတ်စွာဘုရားက ဟော တာ။

(၁) လှူသာလှူပြီး မတိုက်တွန်းဘူးဆိုရင် ဖြစ်လေရာ ဘဝမှာ ချမ်းသာကြွယ်ဝသော်လည်း အပေါင်းအသင်း အခြံအရံ နည်းတယ်။

(၂) တိုက်တွန်းသာ တိုက်တွန်းပြီး ကိုယ်တိုင် မလှူဘူးဆိုရင် ဖြစ်လေရာဘဝမှာ အပေါင်းအသင်း အခြံအရံများသော်လည်း ပစ္စည်းဥစ္စာ ရှားပါးတယ်။

(၃) လှူလည်း မလှူဘူး၊ တိုက်လည်း မတိုက် တွန်းဘူးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဖြစ်လေရာဘဝမှာ ဆင်းရဲ တယ်။ တစ်ကိုယ်တည်းနေရတဲ့ ဘဝမျိုး ရောက်တယ်။

(၄) လှူလည်း လှူတယ်၊ တိုက်လည်း တိုက်တွန်းတယ်ဆိုတဲ့ ကုသိုလ်နှစ်မျိုးလုံး စုံအောင်

လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဖြစ်လေရာဘဝမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ လည်းရတယ်။ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းလည်း များတယ်ဆိုတဲ့ အကျိုးကိုရတယ်။

အဲဒီလို လှူခြင်းရဲ့အကျိုးကျေးဇူးနဲ့ တိုက်တွန်းခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူး ဒီနှစ်ခုကို ကဿပဘုရားက ပရိသတ်မှာ ဟောလိုက်တာ။

တရားနာပရိသတ်ထဲက အသိပညာကြွယ်ဝတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်က စိတ်ဝင်စားတယ်။ "ငါဟာ ဖြစ်လေရာဘဝမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ချမ်းသာကြွယ်ဝပြီး အပေါင်းအသင်းများတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် လုပ်မယ်။ အကျိုးနှစ်မျိုးရအောင် လုပ်မယ်"လို့ ဆိုပြီး သူက သူကိုယ်တိုင်လည်း လှူတယ်။ တိုက်လည်း တိုက်တွန်းတယ်ဆိုတဲ့ အလုပ်ကို လုပ်တယ်။

တရားပွဲ ပြီးတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တယ်။ "အရှင်ဘုရား မနက်ဖြန် ကြွလာတဲ့

သံဃာတွေကို ဆွမ်းလှူပါရစေ။” သံဃာကလည်း နှစ်သောင်း ရှိတယ်။ “ဘယ်နှစ်ပါး တာဝန်ယူမှာလဲ” ဆိုတော့ “ရှိသမျှ သံဃာကုန် သူတာဝန်ယူပါ့မယ်။” သို့သော် အဲဒီလူက သံဃာနှစ်သောင်းလုံးကို သူတတ်နိုင်တာတော့ မဟုတ်ဘူး။ သူက စိတ်ကူးရလို့ အားလုံးကို ပင့်လိုက်တယ်။ ပင့်ပြီးတဲ့အခါမှာ အရပ်ထဲ လိုက်လံနှိုးဆော်တယ်၊ တိုက်တွန်းတယ်။ “သံဃာ နှစ်သောင်း နက်ဖြန်ခါ ဆွမ်းစားပင့်ထားတယ်။ ကိုယ်တတ်နိုင်သလောက် ဆွမ်းလှူဒါန်းကြပါ”လို့ လိုက်ပြီး တိုက်တွန်းတယ်။ သဒ္ဓါတရားရှိတဲ့ လူတွေက လက်ခံကြတယ်။ အပါး(၂၀) တာဝန်ယူမယ်၊ (၁၀)ပါး တာဝန်ယူမယ်နဲ့ ကိုယ်တာဝန်ယူနိုင်တဲ့ အတိုင်းအတာ တစ်ခုအရ လူတွေဟာ အသီးသီး တာဝန်ယူကြတယ်။ နှိုးဆော်သူက အားလုံးကို စာရင်း မှတ်ထားလိုက်တယ်။

နောက် ဗာရာဏသီမြို့မှာ အလွန်ဆင်းရဲတဲ့ လူတစ်ယောက်နဲ့ တွေ့တဲ့အခါ အဲဒီလူရဲ့ ဘဝကို သူသနားတယ်။ သနားတယ်ဆိုတာ "မရှိလို့ မလှူ မလှူလို့မရှိ"ဆိုတဲ့ သံသရာထဲက သူ ထွက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီလို အခွင့်ကောင်း ရတဲ့အချိန်လေးမှာ သူလည်း လှူသင့်တယ်ဆိုပြီး သူ့ကို တိုက်တွန်းတယ်။ ပထမ အဲဒီလူက သူ့မှာ ဘာမှ မရှိတော့ငြင်းတယ်။ နိုးဆော်သူက "ခင်များ မရှိလို့မလှူ မလှူလို့ မရှိဆိုရင် ဘယ်တော့မှ ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ် တတ်နိုင်တဲ့ လုပ်အားနဲ့ အလုပ်လုပ်ပြီး လှူပါလား။ တစ်ပါးတတ်နိုင် တစ်ပါး၊ နှစ်ပါးတတ်နိုင် နှစ်ပါး လှူပါလား"လို့ တိုက်တွန်းတယ်။

နောက်တော့ လူဆင်းရဲက စိတ်ပါသွားတယ်။ "ဟုတ်သားပဲ။ ငါမှာ ခြေလက်ရှိတာပဲ။ ကိုယ့်အား ကိုယ်ကိုး အလုပ်လုပ်လိုက်လို့ရှိရင် ဆွမ်းတစ်နပ်တော့

ကတ်နိုင်မှာပဲ” လို့ တွေးမိပြီး ရဟန်းတစ်ပါးအတွက် တာဝန်ယူလိုက်တယ်။ အိမ်ပြန်ပြီး အမျိုးသမီးနဲ့တိုင်ပင်တဲ့အခါ အမျိုးသမီးက မငြင်းဘူး။ စိတ်စေတနာကောင်းတယ်။ “အတိတ်ဘဝတုန်းက ကျွန်မတို့ ဘာမှ မလှူခဲ့လို့ ဒီဘဝဆင်းရဲတယ်။ အဲဒီတော့ ဖြစ်တဲ့နည်းနဲ့ ကျွန်မတို့ အလုပ်ပိုလုပ်ပြီး လှူကြရအောင်”။

အိမ်ကအမျိုးသမီးက သဒ္ဓါတရားထက်ထက်နဲ့ အဲဒီလိုပြောတော့ စိတ်အားတွေပိုပြီး တက်ကြွတယ်။ တက်တက်ကြွကြွ အလုပ်တွေလုပ်တယ်။ သူဌေးအိမ်သွားပြီး ထင်းခွဲတဲ့ အလုပ် လုပ်တယ်။ လေတချွန်ချွန် သီချင်းတအေးအေးနဲ့ လုပ်တယ်။

သူဌေးကြီးက အကဲခတ်ပြီး “မင်း ဒီနေ့ တယ် အလုပ်တွေ ကြိုးစားပါလား” လူဆင်းရဲက ပြောတယ်၊ “ကျွန်တော် တစ်ခြားကြောင့် မဟုတ်ဘူး။ နက်ဖြန်ခါ

သံဃာတစ်ပါး ဆွမ်းကပ်ဖို့ ကျွန်တော် တာဝန်ယူထား တယ်။ ဒါကြောင့် ကြိုးစားတာ။"

သူ့စေတနာက ဘယ်လောက်ကောင်းသလဲ ဆို ဒါအတွက် ပင်ပန်းခံပြီးတော့ လုပ်တာ။ သူဌေးကြီး လည်း သူ့စေတနာကိုသဘောကျပြီး သူ့ကို လုပ်အားခ ပိုပြီးပေးတယ်။ လုပ်အားခ အနေနဲ့ ဆန်တစ်ပြည်၊ နောက်ထပ် ဆန်တစ်ပြည် အပိုပေးတယ်။ ဆွမ်းကပ်ဖို့ အတွက် ဆန်အလုံအလောက် ရလာတယ်။

အိမ်က ဇနီးကလည်း မောင်းထောင်း ဆန်ပြာ တဲ့အလုပ်ကို ကြိုးစားလုပ်တယ်။ ပိုက်ဆံချမ်းသာ သူတွေက သူကြိုးကြိုးစားစား လုပ်နေတာကို ကြည့်ပြီး မေးတော့ သူ သံဃာတစ်ပါး တာဝန်ယူထားတယ်။ ဆွမ်းကပ်မယ်ဆိုတော့ အဲဒါနဲ့တင်ပဲ သဘောကျပြီး သူ့ကိုလည်း ရက်ရက်ရောရော လုပ်အားခ ပေးကြ

တယ်။ သူတို့ ဇနီးမောင်နှံနှစ်ယောက် ရတဲ့ လုပ်ခနဲ့ ဆွမ်းကပ်ဖို့ရာ အဆင်ပြေသွားတယ်။

ဆွမ်းအတွက် ဖူလုံသွားပြီ။ ဟင်းအတွက် ရှာမယ်ဆိုပြီး မြစ်ကမ်းခြေ သွားတယ်။ အဲဒီမှာ အလုပ်တစ်ခု ရလာတယ်။ တံငါတွေက ဖမ်းပြီး ငါးတွေကို သောင်ပြင်ပေါ်မှာ ထားကြတယ်။ သူ့ကို မြင်တဲ့အခါ "မင်း အလုပ်လုပ်မလား။ ငါတို့ ခိုင်းစရာ ရှိတယ်"ဆိုတော့ "လုပ်မယ်၊" သူက ကျပန်းအလုပ် သမားကိုး။ ဘာခိုင်းခိုင်း လုပ်မယ်ဆိုတော့ ငါးတွေ ရွေးချယ်ပြီး အရွယ်တူတဲ့ ငါးတွေကို အတွဲတစ်တွဲ တွဲ၊ အကောင်ကြီးတာတွေ တစ်တွဲစီတွဲ၊ ကြိုးနဲ့ချည်ပြီး ငါးတွေကို သီခိုင်းတာပေါ့။ သူက ကြိုးကြိုးစားစား ငါးတွဲတွေကို စံနစ်တကျတွဲတယ်။

မြို့ထဲကလူတွေကလည်း ဆွမ်းကပ်ဖို့ အဲဒီနေ့ မှာ ကမ်းနားဆင်းပြီး ငါးတွေဝယ်ကြတယ်။ သူတွဲထား

သမျှ ငါးတွေအကုန်လုံး ရောင်းလို့ ကုန်သွားတယ်။ သူ့လုပ်အားခ ပေးစရာငါး မကျန်တော့ဘူး။ မကျန်တဲ့ အခါမှာ တံငါသည်တွေက ငါးကြင်းတစ်ကောင်ကို အိမ်စားဖို့ဆိုပြီး သဲထဲဖွက်ထားတာ ရှိတယ်။ အဲဒီငါးကို ပဲ လုပ်အားခအနေနဲ့ ပေးလိုက်ကြတယ်။ ငါးကြင်း တစ်ကောင် လုပ်အားခ ရသွားတယ်။

အဲဒါနဲ့ အိမ်မြန်မြန်ပြန်ပြီး ချက်ပြုတ်တာပေါ့။ သူ့ရဲ့ စိတ်စေတနာတွေက အဲဒီအချိန်မှာ တက်ကြွနေ တာ၊ ဒါပေမဲ့ ဘယ်ရဟန်းကို သူ ဆွမ်းကပ်ရမယ် ဆိုတာ မသိဘူး။ ရဟန်းတစ်ပါးကို ဆွမ်းကပ်မယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ သူဟာ ကြိုးစားတာ။

အဲဒီလိုနဲ့ နောက်ရက် နံနက်မှာ တိုက်တွန်း နှိုးဆော်တဲ့လူက ဆယ်ပါး၊ အပါးနှစ်ဆယ်၊ လေးဆယ်၊ ငါးဆယ်ယူတဲ့လူတွေ အကုန်လုံး စာရင်းအတိုင်း ပေးလိုက်တယ်။ သံဃာတွေ ပင့်ပင့်သွားလိုက်ကြတာ

သံဃာနှစ်သောင်း တစ်ပါးမှ မကျန်အောင် ကုန်သွား တယ်။

"သူ့အတွက် သံဃာ ဘယ်မှာလဲ"လို့ သွားမေး တယ်။ သူ့အတွက် တစ်ပါးတည်းမို့ စာရင်းမတင်မိဘူး၊ သူ့အတွက် သံဃာမကျန်တော့ဘူး။ "ငါမေ့သွားတယ်။ မင်းအတွက် မလုပ်မိဘူး။" သူက တိုက်သာ တိုက်တွန်း လိုက်ရတာ၊ ဒီကောင် ဆင်းရဲသားဆိုတော့ လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ ခပ်ပေါ့ပေါ့ဖြစ်ပြီး စာရင်း မှတ်မထားမိလို့ သူ့အတွက် သံဃာမရ ဖြစ်သွားတယ်။

အဲဒီ သံဃာမရခြင်းဟာ သူ့အတွက် ကံကောင်းဖို့ ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီအချက်ကို ယူပြီး တော့ ဒီနေ့မနက်မှာ **မဟာဒုဂ်မြသပိတ်** မဲဖောက် နေကြတာပဲ။ သူဟာ ကံကောင်းသူ တစ်ယောက် ဖြစ်သွားတယ်။

ကံကောင်းသူ

ဘာလို့ ကံကောင်းလဲဆိုရင် စေတနာကောင်းလို့, လို့ပြောရမယ်။ စိတ်စေတနာ အလွန်ကောင်းတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အဲဒီလို သူ့အတွက် သံဃာမရဘူးလဲ ပြောလိုက်ရော အဲဒီလူက ဝမ်းနည်းပန်းနည်းနဲ့ အော်ဟစ်ပြီး ငိုလိုက်တယ်။ ဘေးကကြားတဲ့လူတွေက "ဘာဖြစ်တာတုန်း၊ ဘာဖြစ်တာတုန်း။" အဲဒီစာရင်းမှတ်တဲ့လူကို ဝိုင်းအပြစ်တင်ကြတာ။ နောက်ဆုံးမှာ အကြံတစ်ခုရတယ်၊ "ငါ့လူ စိတ်မပူနဲ့၊ သံဃာတော့ မရှိတော့ဘူး၊ ကုန်သွားပြီ၊ ဒါပေမဲ့ ကဿပဘုရားက ကျောင်းထဲက မထွက်သေးဘူး။ ဂန္ဓကုဋိတိုက်ထဲမှာ သီတင်းသုံးနေတော်မူတယ်။ ဘုရားဆီဘယ်သူမှ မဝင်ရဲဘူး။ မင်း တံခါးဖွင့်တဲ့အချိန် ဘုရားကို အရင်ရအောင်ပင့်၊ မင်း ကံကောင်းပါလိမ့်မယ်။" ခုခေတ်တော့ မဲနဲ့ ကံကောင်းအောင် လုပ်ကြတာပေါ့။

အဲဒီလိုနဲ့ အင်မတန်ဆင်းရဲတဲ့လူတစ်ယောက်ဟာ စိတ်စေတနာတွေက အလွန်ထက်သန်ပြီး သူပြောတဲ့အတိုင်း ကဿပဘုရား သီတင်းသုံးတဲ့ကျောင်းဆီကို ဦးတည်သွားတယ်။ လူကလည်း စုတ်စုတ်ပြတ်ပြတ် ဆင်းရဲသား၊ ကျပန်းအလုပ်သမားဆိုတာ လူတိုင်းက သိနေတယ်။ ဒီကောင်မျိုးက ဘုရားပင့်နိုင်တဲ့အကောင် မဟုတ်ဘူးဆိုပြီး ဂရုမစိုက်ကြဘူး အဲဒီနားမှာ ဘုရားပင့်မလို့ ချောင်းနေကြတာက သူဌေးတွေ၊ မင်းစိုးရာဇာတွေ၊ အမတ်ကြီးတွေ၊ ဘုရင်ကိုယ်တိုင် ပါတယ်။ ဘုရားထွက်လာရင် ပင့်မယ်ဆိုပြီး အခွင့်အရေး ချောင်းနေကြတယ်။ "ဒီလူက သူတောင်းစားပဲ၊ ဆွမ်းကျန်ဟင်းကျန် လာတောင်းတာနေမှာ" ဆိုပြီး သူတော့ ဘယ်သူကမှ မသွားနဲ့လို့ မတားကြဘူး။ အဲဒါနဲ့ သူက အခွင့်ကောင်းရသွားပြီး ဝင်သွားလိုက်တယ်။

ကဿပဘုရားက တံခါးဖွင့်ပြီး ထွက်လာတဲ့ အချိန် "တပည့်တော် အလွန်ဆင်းရဲတဲ့ လူတစ်ယောက်ပါ။ တပည့်တော်ကို ချီးမြှောက်တော်မူပါ" လျှောက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက သပိတ်ကို အဲဒီလူ လက်ထဲ ထည့်လိုက်တာပဲ။ အဲဒါ ကံအကောင်းဆုံး ဖြစ်သွားတယ်။ ခုခေတ်တော့ အဲဒါ မြသပိတ်ဆိုပြီး မဟာဒုဂ်ပွဲမှာ မဲဖောက်တာ မဟုတ်လား။ ယခင် ဘုရားကိုယ်တိုင် ပေးလိုက်တာ။

ဂေါတမဘုရားကသပိတ်ပေးလိုက်လို့ သပိတ် ထမ်းရတဲ့လူကတော့ ဘုန်းကြီးဝတ် လိုက်ရတယ်။ သပိတ်လည်း အရမ်းမယူလိုက်နဲ့ဦး။ နန္ဒမင်းသား သပိတ်ယူလိုက်မိလို့ သင်္ကန်းဝတ်လိုက်ရတယ်။ ဘာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကံကောင်းသွားတာ။

အခုလည်း အမွဲဆုံး လူတစ်ယောက်ရဲ့ လက်ထဲကို မြတ်စွာဘုရားက သပိတ်ပေးလိုက်တာ။

ဘယ်သူမှ မယူရဲဘူး။ ဘုရားပေးထားတဲ့ သပိတ်ဆိုပြီး လုယူလို့ မရဘူး။ ဟန်ကို ကျလို့ ဘုရားရဲ့သပိတ်ကို ယူပြီး အိမ်ပင့်သွားတယ်။ ကြားကလူတွေက ဖြတ်ပြီး "ဒီသပိတ် သူ့ပေးပါ၊ သူ့ပေးပါ" တောင်းကြတယ်။ သူက မပေးဘူး။ အိမ်အထိအောင် သူက တန်းတန်း မတ်မတ် လျှောက်သွားတာ။ မြတ်စွာဘုရားက နောက်က လိုက်ကြွသွားတယ်။

သူ့အိမ်က တဲစုတ်၊ အိမ်တောင်မှ မိုးလုံရဲ့လား မသိဘူး။ မြတ်စွာဘုရား ကြွလာတဲ့အခါမှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တန်ခိုးတော်ကြောင့် သူ့အိမ်ဟာ တင့်တောင့် တင့်တယ် ဖြစ်သွားတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ အလောင်းလျာဘဝက ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပါရမီ သမ္ဘာရတွေ ဖြည့်ဆည်းခဲ့တာ ဖြစ်သောကြောင့် ငုံ့ဝင်ရတဲ့နေရာဆိုတာမရှိဘူး။ မြတ်စွာဘုရား ကြွလာတဲ့အခါ

သူ့အိမ်ကလည်း ဝင်လို့ ထွက်လို့ အဆင်ပြေတဲ့ အိမ်မျိုး ဖြစ်တယ်။

တစ်ခါ အဲဒီမှာ ချက်ပြုတ်ထားကလည်း ရထားတဲ့ ဆန်တို့၊ ငါးကြင်းသားတို့နဲ့ ချက်ထားတာ။ သူတို့ မိသားစု ချက်ရင်တော့ ဒီလောက်ကောင်းချင်မှ ကောင်းမှာ။ volunteer အနေနဲ့ သူ့ဆီ စေတနာ့ ဝန်ထမ်း လာချက်ပေးတဲ့ လူတစ်ယောက်ကလည်း ရှိတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ကြွလာပြီး အိမ်တွင်းမှာ သီတင်းသုံးတော်မူတယ်။ ဘုရင်ကြီးက မဟာဒုဂ် ဆိုတဲ့အကောင် အလွန်ဆင်းရဲတဲ့ကောင်၊ အကယ်၍ သူ့အိမ်မှာ ချက်ထားတဲ့ ထမင်းဟင်း မကောင်းရင် တော့ ဘုရားကို နန်းတော်ပင့်မယ်ဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့ လိုက်လာတယ်။ အိမ်ရောက်တဲ့အခါကျတော့ ဟိုက

chief cook က သာမန်လူမှ မဟုတ်တာ၊ သိကြားမင်း ကိုယ်တိုင် ချက်တာလို့ ဆိုတာနော်။

အဲဒီမှာ ဘာတွေချက်ထားတုန်းလို့ ဘုရင်ကြီး ကကြည့်ချင်လို့ အိုးတွေဖွင့်ပြလိုက်တဲ့အခါမှာ တမြို့လုံး မွှေးကြိုင်သွားတယ်လို့ ဆိုတယ်။ သာမန် ပုဂ္ဂိုလ်ချက် တဲ့ ထမင်းဟင်း မဟုတ်ဘူး။ အလွန့်ကို ရနံ့သင်းတဲ့ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းတွေ ဖြစ်နေတယ်။ ဘုရင်ကြီး နန်းတော်ကချက်တဲ့ အစာအာဟာရတောင် အဲဒီ လောက် မကောင်းဘူးဆိုတော့ ဘုရင်ကြီးလည်း နောက်ဆုတ်သွားတယ်။ အဲဒီမှာ မဟာဒုဂ်ဟာ မြတ်စွာဘုရားကို ဆွမ်းကပ်ခွင့် ရလိုက်တာ။ ဆွမ်းကပ် ခွင့်ရလိုက်လို့ ဖြစ်ရတဲ့ ပီတိသောမနဿဟာ အလွန် ကြီးမားတယ်။

သူဟာ ဆွမ်းတစ်နပ်ကပ်ဖို့အတွက် ချွေးဒီးဒီး ကျအောင် အလုပ် လုပ်ရတယ်။ သူ့စေတနာ

ဘယ်လောက် ထက်တယ်ဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်။ သူ စားဖို့ လုပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ သံဃာကို ဆွမ်းကပ်မယ် ဆိုတဲ့ စေတနာ ထက်ထက်သန်သန်နဲ့ ကြိုးစားတယ်။ သူ့ဇနီးကလည်းပဲ ထို့အတူပဲ၊ စေတနာ ထက်ထက် သန်သန်နဲ့ ကြိုးစားပြီး အလုပ်လုပ်တယ်။ ရလာတဲ့ ပစ္စည်းကလည်း ခိုးလာတာ မဟုတ်ဘူး။ လိမ်ယူလာ တာ မဟုတ်ဘူး။ တကယ့်ကို စင်စင်ကြယ်ကြယ်၊ ရလာတဲ့ ပစ္စည်း။ "ဓမ္မိယလဒ္ဓ" မှန်ကန်တဲ့နည်းလမ်းနဲ့ ရလာတဲ့ပစ္စည်း။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အနေနဲ့ ကြည့်မယ် ဆိုရင် သုံးလောကထွတ်ထား မြတ်စွာဘုရား။ သူတို့ လောက် ဝမ်းသာစရာကောင်းတဲ့ အနေအထားမျိုး ဘယ်ရှိတော့မလဲ။ မဟာဒုဂ်မိသားစုဟာ ဝမ်းသာပီတိ အကြီးအကျယ် ဖြစ်ကြရတယ်။ မြတ်စွာဘုရားလည်း ပြန်ကြွသွားရော ကံကောင်းလိုက်ပုံကတော့ မပြောနဲ့၊

ကောင်းကင်ယံက ရတနာမိုးတွေ ရွာချတယ်လို့ ဆိုတယ်။

ဒီကနေ့ခေတ်မှာလည်း အဲဒီလို ဘုရားနဲ့လည်း တွေ့မယ်၊ စေတနာ ထက်ထက်သန်သန်လည်း ရှိမယ်၊ ကိုယ်လှူမယ့်ပစ္စည်းကလည်း ဓမ္မိယလဒ္ဓ ဖြစ်မယ်ဆိုရင်တော့ ရတနာမိုး ရွာမှာပါ။ သို့သော် အားလုံးဟာ အဲဒီလောက် ပြည့်စုံတဲ့ အနေအထားမျိုးကို မရနိုင်တော့ဘူး။ မျက်မှောက်ဘဝမှာ ဒီလောက် ထက်ထက်မြက်မြက် အကျိုးမပေးတာသာ ဖြစ်တယ်။ သို့သော် ကိုယ်လုပ်သမျှ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေဟာ **"စေတနာ ကောင်းမယ်ဆိုရင် ကံကောင်းမှာက တော့ သေချာတယ်။"**

အလုပ်တစ်ခုလုပ်တဲ့ကံဟာ ဒီဘဝမှာ အကျိုးပေးတာ ရှိတယ်။ **ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနီယကံ** လို့ ခေါ်တယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်း ကောင်းတာလုပ်လုပ်၊ ဆိုးတာ

လုပ်လုပ် စေတနာ ထက်ထက်သန်သန်နဲ့ လုပ်လို့ရှိရင် ဒီဘဝမှာတင် အကျိုးပေးတာမျိုး ရှိတယ်။ ကိုယ်တွေ့ တွေ့ရှိကြတဲ့ လူတွေ မြောက်မြားစွာရှိတယ်။

မကောင်းမှုအကုသိုလ် လုပ်တဲ့ လူတွေလည်း ဒီဘဝမှာပဲ မကောင်းကျိုး ရတာတွေ ရှိတယ်။ ငှက်တွေကို ဖမ်း၊ ခြေထောက်ကိုချိုးတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ မသေခင်ဘဲ ခြေထောက်အဖြတ်ခံရတဲ့ ကံကြမ္မာနဲ့ ဆုံတွေ့သွားတယ်။ ခြေထောက်ပြတ် သေတာမျိုးတွေ ဖြစ်တတ်တယ်။ ဒါ ဒီဘဝမှာတင်ပဲ မကောင်းအကျိုးပေးတာ။

ကောင်းတာလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာလည်း ဒီဘဝမှာတင် သူ့ရဲ့ စေတနာအကျိုးပေးပြီး ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ရတယ်။ အလုပ်အကိုင်တွေ အဆင်ပြေတယ်။ စီးပွားဥစ္စာတွေ တိုးတက်တယ်။ ကောင်းကင်က ရွှေမိုး ငွေမိုး မရွာပေမယ်လို့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ

တွေကို ရကြတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ မရှားပါဘူး။

ကုသိုလ်ပဲလုပ်လုပ်၊ အကုသိုလ်ပဲလုပ်လုပ် လက်ရှိဘဝ အကျိုးပေးမယ့်ကံက ပါတာပဲ။ အဲဒီကံရဲ့ အကျိုးကိုတော့ ဒီဘဝမှာ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ တွေ့ရှိခံစားကြရတာမျိုး ရှိတတ်တယ်။

မဟာဒုဂ်တို့ ဇနီးမောင်နှံ မိသားစုရဲ့ အိမ်ဟာ ကောင်းကင်က ရတနာမိုးတွေ ရွာချလို့ အိမ်လုံးပြည့်သွားတယ်။ "ရတနာတွေ သူ့အိမ်မှာ ပြည့်နေတာကို ဘုရင်ကြီးထံ အကြောင်းကြားတယ်။ ဘုရင်ကြီးက နန်းရင်ပြင်ကို သယ်ခိုင်းတယ်။ သယ်ပြီး ရတနာအပုံကို ပုံပြီး မေးတယ်။ ဒီမြို့မှာ သူ့လောက် ရတနာများတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ရှိသလား၊" လူတွေက "မရှိပါမင်းတရား" "ဒါဖြင့် သူ့ကို သူဌေးရာထူး အပ်နှင်းသင့်သလား"

"အပ်နှင်းသင့်ပါတယ်"၊ လူထုဆန္ဒခံယူပြီး ချက်ချင်းပဲ သူဌေးရာထူး အပ်နှင်းလိုက်တယ်။

သူဌေးနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ ကျယ်ဝန်းတဲ့ မြေကွက်ကြီးတစ်ခုကို ဘုရင်ကြီးက သူ့အား ပေးလိုက်တယ်။ **စေတနာကောင်းတော့ ကံ ကောင်းလိုက်တာ။** ချုံတွေရှင်းပြီး မြေတူးလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ရွှေအိုးတွေ နှုတ်ခမ်းချင်းထိပြီး ရှိနေတယ်။ တူးလိုက်တိုင်း ရွှေအိုးတွေချည်းပဲ တွေ့နေတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ သူဟာ ဆင်းရဲသားဘဝက လွတ်မြောက်ပြီး ချမ်းသာကြွယ်ဝတဲ့ လူတစ်ယောက်အဖြစ် ရောက်ရှိသွားတယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ရာသက်ပန်ပြုပြီး သေတဲ့အခါမှာ နတ်ပြည်ရောက်တယ်လို့ ဆိုတယ်၊ အဲဒါ မဟာဒုဂ် **ဇာတ်လမ်း**ပဲ။

ဂေါတမဘုရားလက်ထက်မှာ သူဟာ သူဌေးသားဖြစ်ပြီး **ပဏ္ဍိတသာမဏေ**ဘဝနဲ့ပဲ ကျွတ်တမ်းဝင်

သွားတယ်။ (၇)နှစ်အရွယ်မှာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီတော့ "စေတနာကောင်းရင် ကံကောင်းတယ်" လို့ ဆိုတာ အင်မတန်မှ မှန်ကန်တဲ့အချက် ဖြစ်တယ်။

ကိုယ့်လုပ်တဲ့အလုပ်တွေ မှန်သမျှ စေတနာကောင်းကောင်းနဲ့ လုပ်ဖို့ လိုအပ်တယ်။ မှန်ကန်တဲ့ စိတ်နေသဘောထားတွေ၊ မှန်ကန်တဲ့စေတနာတွေ ရှိရမယ်။ ဒီမှာ လှူတဲ့လူတွေဟာ လှူတိုင်း စေတနာကောင်းသလားလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စစ်တမ်းထုတ်ကြည့်ရအောင်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မလုပ်လို့ရှိရင် သူများအပြစ်တင်မှာကြောက်လို့ လုပ်တဲ့လူမျိုးလည်း ရှိတယ်။ လုပ်နိုင်လျက်သားနဲ့ မလုပ်ဘူးဆိုရင် သူများ အပြစ်တင်မှာ ကြောက်လို့ လုပ်တဲ့လူမျိုးလည်း ရှိတယ်။ နာမည်ထင်ရှားချင်လို့ လုပ်တဲ့လူမျိုးလည်း ရှိတယ်။ အဲဒါမျိုးကျတော့ စေတနာကောင်းလို့ ပြောလို့မရဘူး။

လူမှာ intention လို့ခေါ်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က အမျိုးမျိုး ရှိတတ်တယ်ပေါ့။ အဲဒီ ရည်ရွယ်ချက် ကောင်းဖို့ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်။ ကုသိုလ် ကောင်းမှု လုပ်ရင် ရည်ရွယ်ချက် ကောင်းရတယ်။ ကောင်းတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်သည် စေတနာကောင်း၊ စေတနာကောင်းရင် ကံကောင်းမယ်။ ကံကောင်းလို့ ရှိရင် အကျိုးပေးကောင်းတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေ နှစ်စဉ်နဲ့အမျှ မဟာဒုဂ် သမိုင်းကြောင်းကို ပြန်လှန်သတိရသော အားဖြင့် မဟာဒုဂ်မြသပိတ် စာရေးတံမဲ ဖောက်ပြီး ကံကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရွေးကြတာဖြစ်တယ်။ ကံ ကောင်းလို့ မဲပေါက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သံဃာတော် တွေကို ဆွမ်းကပ်ခွင့် ရကြတယ်။ မြသပိတ်ပေါက်လို့ မြတ်စွာဘုရား ရုပ်ပွားတော်ကို ဆွမ်းကပ်ခွင့်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အလွန် ကံကောင်းတယ်လို့ပဲ ပြောရမယ်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့ တရားရှိတယ်။

"တိဋ္ဌန္တေ နိဗ္ဗုတေ စာပိ၊

သမေ စိတ္တေ သမံ ဖလံ'

သက်တော်ထင်ရှားမြတ်စွာဘုရားနဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန် စံသွားတဲ့မြတ်စွာဘုရား၊ အဲဒီမှာ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားကို လှူရတာရယ်၊ ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားပြီး တော့မှ လှူရတာရယ်၊ အဲဒီ အလှူနှစ်ခုမှာ စိတ်ကို တူအောင် ထားမယ်ဆိုလို့ရှိရင် အကျိုးပေးတူတယ်လို့ ဆိုတယ်။

အဲဒီတော့ စိတ်နေသဘောထားကိုပဲ ပြင်ရမှာ ဖြစ်တယ်။ မြသပိတ်မဲပေါက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိမိကိုယ် တိုင် စိတ်ထဲ ခံစားကြည့်။ ကဿပမြတ်စွာဘုရားက သပိတ်ပေးလိုက်လို့ ရသွားတဲ့ မဟာဒုဂ်၊ ကံကောင်း လိုက်တာ ဘုရားကို ဆွမ်းကပ်ခွင့် ရသွားတယ်။ ငါလည်း သူနည်းတူပဲ မြတ်စွာဘုရားကို ရည်စူးပြီး

ဆွမ်းကပ်ခွင့်ရတယ်လို့ ဝမ်းသာပီတိဖြစ်မယ်ဆိုလို့ ရှိရင် တူညီတဲ့အကျိုးကို ရရှိမှာဖြစ်တယ်။

တူညီအောင် စိတ်ထားရမယ်ဆိုတော့ တူနိုင်သလားလို့ ဆိုတဲ့အခါမှာ တူဖို့ရာကတော့ မလွယ်ဘူးပေါ့။ တူဖို့ရာ မလွယ်သည့်အတွက်ကြောင့် ရတနာမိုးလည်း ရွာချင်မှ ရွာမှာပေါ့။ သို့သော် ကြည်နူးမှု၊ ဝမ်းသာမှုတွေ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ တူနိုင်သမျှ တူအောင်ကြိုးစားမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီကုသိုလ်ဟာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ပေးမှာဖြစ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင်က ဟောထားတာရှိတယ်။

'ပူဇာရဟေ ပူဇယတော ၊
ဗုဒ္ဓေ ဝါ ယဒိဝ သာဝကေ။
ပပဉ္စသမတိက္ကန္တေ ၊
တိဏ္ဏသောကပရိဒ္ဒဝေ'

3B

ဘုရားတို့၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါတို့ ရဟန္တာတို့ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ တကယ့်ကို ပူဇော်ထိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အဲဒီ ပူဇော်ထိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို တိုက်ရိုက် ပူဇော်ရတာပဲဖြစ်စေ၊ ရည်စူးပြီးတော့ ပူဇော်ရတာပဲဖြစ်စေ၊ တပည့်သာဝကဖြစ်တဲ့ ရဟန္တာတွေကို ပူဇော်ရတာပဲ ဖြစ်စေ၊ အဲဒီလို ပူဇော်ထိုက်တဲ့ အရည်အချင်းရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ပူဇော်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုရဲ့ အတိုင်း အတာတစ်ခုကို ရေတွက်လို့ မရပါဘူးလို့ မြတ်စွာ ဘုရားက ဒီလိုဟောတယ်။

ဘာကြောင့် ပူဇော်ထိုက်တာတုန်းလို့ ဆိုရင်-

'ပပဉ္စသမတိက္ကန္တေ

တိဏ္ဏသောကပရိဒ္ဒဝေ'

အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေမှာ ငါဆိုတဲ့အတွေး၊ ငါဟာ ဆိုတဲ့အတွေး၊ ငါရဲ့အတ္တဆိုတဲ့ မှားယွင်းတဲ့အမြင် ပပဉ္စတရားတွေ ကင်းစင်ကြတယ်။

3A

ပပဉ္စ- ဆိုတာ သံသရာကို ချဲ့ထွင်တတ်တဲ့ **တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ။** ကိုယ်ရထားတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အပေါ်မှာ ငါ့ဟာလို့ တွေးတာက တဏှာရဲ့အတွေး၊ ငါလို့ တွေးတာက ဒိဋ္ဌိရဲ့အတွေး၊ အနတ္တလက္ခဏာသုတ် အရဆိုရင် "ငါဖြစ်တယ်"လို့ဆိုတာဟာ မာနရဲ့အတွေး၊ ငါ့ရဲ့အတ္တလို့ဆိုရင်တော့ ဒိဋ္ဌိရဲ့အတွေးလို့ ခေါ်တယ်။ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ အတွေးနဲ့ တွေးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ စိတ်ဓာတ်က မစင်ကြယ်ဘူး။ အဲဒီ မစင်ကြယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို လှူရတန်းရတာထက် ပပဉ္စအတွေးတွေကို ကျော်လွှားသွားတဲ့ ဘုရားတို့၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါတို့၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေကို လှူလိုက်ရမယ်ဆိုရင် ကြီးမားလှသော အကျိုးတရားကို ရတယ်။

'တိဏ္ဏသောကပရိဒ္ဒဝေ' အဲဒီအတွေးတွေ မရှိသည့်အတွက်ကြောင့် **သောက-** စိုးရိမ်မှုဆိုတာ မရှိဘူး။ **ပရိဒေဝ-** ငိုယိုရတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။

စိတ်နှလုံးဟာ အေးချမ်းနေတယ်။ သောက၊ ပရိဒေဝ ကင်းစင်တဲ့ နှလုံးသားပိုင်ရှင်တွေကို လှူလိုက်ရ တန်း လိုက်ရမယ်ဆိုရင် ဒီကုသိုလ်ဟာ အင်မတန်ကြီးမားတဲ့ ကုသိုလ်မျိုး ဖြစ်တယ်။

'တေ တာဒိသေ ပူဇယတော၊
နိဗ္ဗုတေ အကုတောဘယေ'

ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းသွားတဲ့၊ ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်ပြီးဖြစ်တဲ့ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေ လှူလိုက်မယ်၊ တန်းလိုက်မယ်၊ ပူဇော်လိုက်မယ် ဆိုရင်

'န သက္ကာ ပုညံ သင်္ခါတုံ၊
ဣမေတ္တမပိ ကေနစိ'

ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုရဲ့ အကျိုးတရားဟာ ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာအထိ ပေးတယ်ဆိုတာ တိုင်းတာလို့မရဘူးတဲ့။

ပင်လယ်ထဲက ရေကို ဂါလံမည်မျှဆိုတာ မပြောနိုင်သလိုပဲ အလွန်များပြားလှတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ရရှိတယ်လို့သာ မြတ်စွာဘုရားက ထုတ်ဖော်ဟောကြားတာ ဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် **စေတနာကောင်းရင် ကံကောင်းတယ်။ ကံကောင်းလို့ရှိရင် အကျိုးပေးကောင်းမယ်၊** ဒီဘဝတင် မဟုတ်ဘူး၊ ဖြစ်လေရာ ဘဝတွေမှာလည်း အကျိုးပေးတွေ ကောင်းမယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုဆိုတာ တစ်ကြိမ်တစ်ခါ လုပ်လိုက်တာကစပြီး ကုသိုလ်အဆက်ဆက်ကြောင့် နောက်ဆုံး နိဗ္ဗာန်ရသည်ထိအောင် အကျိုးတရားဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တယ်။

ပန်းတစ်ပွင့်ကုသိုလ်

ရှေးတုန်းက ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ဘုရားတစ်ဆူနဲ့ကြုံတဲ့အခါမှာ ပန်းကလေးတစ်ပွင့် လှူတယ်။

မိမိလှူလိုက်တဲ့ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုအပေါ်မှာ အလွန်ကို ပီတိဖြစ်တယ်။ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ရတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်တွေ တိုးပွားပြီး သေသွားတယ်။ နောက်ဘဝတစ်ခု ရောက်တဲ့အခါမှာလည်း ကုသိုလ်တွေ ဆက်ဆက် လုပ်တယ်။

ပန်းတစ်ပွင့်လှူရတဲ့ ကုသိုလ်ကို အခြေပြုပြီးတော့ (၉၁)ကမ္ဘာ အပါယ်ဘုံ မရောက်ခဲ့ဘူး။ တိရစ္ဆာန်ဘဝ မရောက်ခဲ့ဘူး၊ ပြိတ္တာဘဝ မရောက်ခဲ့ဘူး။ ငရဲဆိုတာ မရောက်ခဲ့ဘူး၊ လူ့ပြည်ရောက်လိုက် နတ်ပြည်ရောက်လိုက်၊ ဒီကုသိုလ်ကံက စောင့်ရှောက်ထားတယ်။ ဘယ်သူကမှ စောင့်ရှောက်တာ မဟုတ်ဘူး။

ကုသိုလ်ကံကို ဓမ္မလို့ခေါ်တယ်၊ ဓမ္မဆိုတာ 'အတ္တာနံ ဓာရေန္တေ ပဋိပဇ္ဇမာနေ စတူသု အပါယေသု အပတမာနေ ကတွာ ဓာရေတီတိ

ဓမ္မော’ ဒီကုသိုလ်ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားသည် အဲဒီ မိမိဖြစ်ရာပုဂ္ဂိုလ်ကို အပါယ်ဘုံ မရောက်အောင် သူက ဆွဲဆောင်ထားနိုင်တယ်။ စောင့်ရှောက်ထားနိုင်တယ်။

အင်မတန်မှ အားကိုးစရာ ကောင်းတယ်။ ပန်းတစ်ပွင့်လှူတဲ့ ကုသိုလ်ကို အခြေပြုပြီး (၉၁)ကမ္ဘာ အပါယ်မလားတဲ့ အပြင် နောက်ဆုံးအချိန်မှာ ဒီကုသိုလ်ကံကို အခြေပြုပြီး မြတ်စွာဘုရားနဲ့တွေ့လို့ တရားဓမ္မနာကြားရပြီး နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုနိုင်တဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ထိအောင် ဖြစ်သွားတယ်။

အဲဒီတော့ ကုသိုလ်ကံဟာ ကိုယ့်အတွက် အဆက်ဆက် အဆင်ပြေအောင် ဖန်တည်းနိုင်တယ်။ ဒီဘဝမှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်လိုက်လို့ ဒီကုသိုလ်ကံကြောင့် ကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်တယ်။ အဲဒီဘဝမှာလည်း ကုသိုလ်ကောင်းမှု ဆက်လုပ်တယ်။ အဲဒီ ကုသိုလ်ကြောင့် ကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်ရပြန်တယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှု ဆက်လုပ်တယ်။ အဲဒီလို ကုသိုလ်ကောင်းမှု အစဉ်အဆက်မပြတ် ပြုလုပ်သွားသည့်အတွက်ကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကံကောင်းတယ်။ ကံကောင်းလို့ အကျိုးပေးကောင်းပြီး နောက်ဆုံးမှာ နိဗ္ဗာန်ထိအောင် မျက်မှောက်ပြုသွားနိုင်တဲ့ အကျိုးတရားကို ရနိုင်တယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုဆိုတာ အလွန် အားကိုးရတဲ့ အနေအထားမျိုးဖြစ်လို့ မြတ်စွာဘုရားသခင်ကိုယ်တော်မြတ်က

'ပုညဉ္စေ ပုရိသော ကယိရာ၊
ကယိရာ နံ ပုနပ္ပုနံ၊
တမှိ ဆန္ဒံ ကယိရာထ၊
သုခေါ ပုညဿ ဥစ္စယော။'

"ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်ပါ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို လုပ်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် **ကိရိယာ နံ ပုနပ္ပုနံ**- အထပ်ထပ် လုပ်ဖြစ်အောင် လုပ်ပါ။"

အခု မဟာဒုဂ်မြသပိတ် စာရေးတံမဲဆိုတဲ့ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ အကြိမ်ပေါင်း (၆၀) ရှိပြီ၊ အထပ်ထပ် လုပ်ကြရတယ်။ အဲဒီတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်ရင် အထပ်ထပ်လုပ်ပါတဲ့။ **တမှိ ဆန္ဒံ ကယိရာထ** - လုပ်ချင်တဲ့ ဆန္ဒကိုလည်း မွေးထားပါ။ လုပ်ချင်တဲ့ဆန္ဒကိုလည်း ရင်ထဲမှာ ရှင်သန်နေအောင် ကြိုးစား။ ဘာကြောင့် ဒီလို တိုက်တွန်းရသလဲဆိုရင် **ပုညဿ**- ကုသိုလ်ကောင်းမှု၏ **ဥစ္စယော**- မိမိသန္တာန်မှာ တိုးတက် များပြားလာခြင်းသည် **သုခေါ**- ချမ်းသာသုခရခြင်း၏ အကြောင်းပဲ ဖြစ်သည်။

လောက လူတွေက ချမ်းသာချင်ကြတယ်။ သို့သော် အကုသိုလ်တွေ ရင်ထဲ များလာပြီဆိုရင်တော့

ဆင်းရဲမှာပဲ သေချာတယ်။ ကုသိုလ်တွေ ရင်ထဲနှလုံးထဲမှာ များလာပြီဆိုမှ ချမ်းသာမှာ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ တရားတော်နှင့်အညီ စေတနာမှန်မှန် စေတနာ ထက်ထက်သန်သန် စေတနာ ကောင်းကောင်းနဲ့ ပြုလုပ်ခြင်းအားဖြင့် ကံကောင်းမှာ ဖြစ်တယ်။ ကံကောင်းလို့ရှိရင်လည်း အကျိုးပေးကောင်းမှာ ဖြစ်တယ်။

အကျိုးပေး ကောင်းအောင် ကံကောင်းဖို့ လိုတယ်။ ကံကောင်းအောင် စေတနာကောင်းဖို့ လိုတယ်ဆိုတာကို မှတ်သားပြီး မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမ အတိုင်း ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို စဉ်ဆက်မပြတ် မိမိတို့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားအောင် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြပါစေ ကုန်သတည်း။

သာဓု သာဓု သာဓု

ဓမ္မမိတ်ဆွေများသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များကရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီး ထံ ပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ် ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြု လျက် စာအုပ်ငယ်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ဖော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

~ ~ ~ ~ ~

ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

၁။ **အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်**
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ **ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်**
အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီ)ရုံ၊မြေအောက်ထပ်။
ဖုန်း ၀၁-၂၄၀၆၀၀(လိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄၊ ၀၉-၅၅၀၀၈၃၅

၃။ **ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့**
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀

၄။ **အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်**
ကမ္ဘာအေးစေတီဝင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း ၀၁-၆၅၅၇၅၆၊ ၀၁-၆၅၁၇၆၉

၅။ **ပုရပိုက်ဓမ္မဖြန့်ချီရေး**
တိုက်(N.3)၊ အခန်း(၁၀၂)၊ လေးထောင့်ကန်လမ်းမကြီး၊
တာမွေမြို့နယ်။ (ILBC တာမွေ အနီး)
ဖုန်း ၀၁-၅၄၄၇၂၇၊ ၀၉-၇၃၉၀၃၉၇၀

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၏ ထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

- အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ(ပ+ဒု တွဲ)
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ပဋ္ဌာန်းနည်းဖြင့် လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း
- ပဋ္ဌာန်းမြတ်ဒေသနာ

၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
၂။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အနှစ်ချုပ်
၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
၇။ ဓမ္မကြေးမုံ
၈။ တောင်ပို့ထဲက ရတနာ
၉။ မြတ်သောဥစ္စာ စုဆောင်းပါ
၁၀။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ
၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
၁၂။ ရှစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်
၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
၁၄။ မေတ္တာနလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူ့ဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ
၁၈။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပါယ်

၁၉။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်
၂၀။ ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်
၂၁။ နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
၂၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
၂၃။ ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖြန်ကမ္ဘာ
၂၄။ မင်္ဂလာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၂၅။ သာရဏီယတရား
၂၆။ ရသတဏှာ
၂၇။ ဓမ္မဗျူဟာသင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုခြင်း
၂၈။ သေချာသောလမ်းမှ လျှောက်လှမ်းပါ
၂၉။ မဟာဒါန
၃၀။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ
၃၁။ ဖြစ်နိုင်တာနှင့် မဖြစ်နိုင်တာ
၃၂။ အရှင်အာနန္ဒ၏ ဝိပဿနာ
၃၃။ န စ သော၊ န စ အညော
၃၄။ လူတိုင်းကျင့်ရန် သတိပဋ္ဌာန်
၃၅။ စိတ်၏အတွေးများ
၃၆။ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ
၃၇။ သတိမဂ္ဂါ အသိပညာဖြင့် နေထိုင်ခြင်း
၃၈။ အတ္တာဟိအတ္တနောနာထော
၃၉။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၄၀။ ဟောသူ နာသူ စိတ်ထားဖြူ
၄၁။ ၁၂-နှစ်ကြာ အဖြေရှာခဲ့ရသော မေးခွန်းများ

၄၂။ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်

၄၃။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် သတိဆောင်

၄၄။ ခန္ဓသုတ်အနှစ်ချုပ်(အန္တရာယ်ကာကွယ်ခြင်း)

၄၅။ တရားသိလျက် အကျင့်ခက်

၄၆။ ဣန္ဒြိယဘာဝနာ မြတ်ဒေသနာ

၄၇။ သံသရာခရီးသွား အမှားမလုပ်မိစေနှင့်

၄၈။ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်

၄၉။ ရတနသုတ်အနှစ်ချုပ်

၅၀။ လောကဓံမုန်တိုင်းများနှင့် ကြံ့ခိုင်သည့်စိတ်ထား

၅၁။ ဘုရားသော်မှပေးဆပ်ရသည့် ကံကြမ္မာဝဋ်ကြွေးများ

၅၂။ အထင်များ အမြင်များ

၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်

၅၄။ ယှဉ်ပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး

၅၅။ နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလံ

၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း

၅၇။ အားပေးစကား

၅၈။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် အနှစ်ချုပ်

၅၉။ ဘေသဇ္ဇဂုရ

၆၀။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သွားနေသူ

၆၁။ ဘဝ၏ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ

၆၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်ပွား နလုံးသွင်းတရား

၆၃။ နိုင်သူနှင့်ရှုံးသူ
၆၄။ အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ
၆၅။ မှတ်ဉာဏ်ကောင်းအောင်ကျင့်ဆောင်ခြင်း
၆၆။ တရားထူးရနိုင်သူ
၆၇။ ကျေးဇူးသိခြင်း
၆၈။ ဘာသာတရားလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်
၆၉။ ကာလာမသုတ် အနှစ်ချုပ်
၇၀။ ခုခံစွမ်းအား
၇၁။ အလေးထား၍ စဉ်းစားဆင်ခြင် ကောင်းအောင်ပြင်
၇၂။ အခွင့်ကောင်းကို ရအောင်ယူ
၇၃။ ရှာဖွေခြင်းနှင့် ရရှိခြင်း
၇၄။ ကုသိုလ်တစ်ပဲ ငရဲတစ်ပိဿာ
၇၅။ ဓမ္မကိုအဖော်ပြုမှ ထာဝရချမ်းသာမည်
၇၆။ အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ
၇၇။ ချမ်းသာစွာအိပ်စက်ရခြင်း
၇၈။ နှစ်ဦးမေတ္တာလူတိုင်းမှာ
၇၉။ ဒဏ္ဍိကာဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၀။ အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား
၈၁။ နိယျာနိကသာသနာ
၈၂။ အနတ္တလက္ခဏာသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၃။ သူ့အမြင် ကိုယ့်အမြင် ဓမ္မအမြင်

၈၄။ ရှင်ရာဟုလာ၏ဘဝနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမ
၈၅။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်နှင့် အိပ်ငိုက်ခြင်း
၈၆။ ဗျာဒိတ်တော်ကြား ဘုရား(၂၄)ဆူ
၈၇။ အံ့ဖွယ်လူသား မြတ်ဘုရား
၈၈။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် ဝိပဿနာ
၈၉။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ရှိရမည့် အရည်အချင်းများ
၉၀။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ
၉၁။ ဇာတိမြေမှ သာသနာ
၉၂။ ဒါနအခြေခံတဲ့ သမထဝိပဿနာ
၉၃။ စရိုက်နှင့်ဝါသနာ
၉၄။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လောကဝိဇယလမ်းစဉ်
၉၅။ သာသနာပြုစွမ်းအားစု
၉၆။ လူဆိုးလူမိုက်
၉၇။ သမုဒ္ဒရာ ဝမ်းတစ်ထွာ
၉၈။ ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမကို လက်ဆင့်ကမ်းခြင်း
၉၉။ သုံးပါးရတနာ ကိုးကွယ်ရာ
၁၀၀။ ပါရမီပုံရိပ် အမှတ်တံဆိပ်များ
၁၀၁။ အာနာပါနဿတိသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၀၂။ ယမမင်းကြီးရဲ့ ဆန္ဒ
၁၀၃။ စံထားရမည့် ကိုယ်ကျင့်တရားရှိသူများ
၁၀၄။ ပေါ်လာသည့်အာရုံများနှင့် ရှုပွားရမည့်ဝိပဿနာတရား
၁၀၅။ ဓမ္မသံဝေဂနှင့် ဘဝဆည်းဆာ

၁၀၆။ ဆင်းရဲမွဲတေမှု လျှော့ချရေး
၁၀၇။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမနှင့်အညီ နေထိုင်ခြင်း
၁၀၈။ ဗုဒ္ဓစွမ်းအား ဉာဏ်ဆယ်ပါး
၁၀၉။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်များ နေ့စဉ်ဘဝမှာ နေထိုင်ကြပုံ
၁၁၀။ မွေးနေ့လက်ဆောင်
၁၁၁။ သောတာပန်၏ ဘဝရုပ်ပုံလွှာ
၁၁၂။ တပည့်များလေးစားမြတ်နိုးတဲ့ဆရာ
၁၁၃။ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်း
၁၁၄။ ကံကြမ္မာ၏ ရုပ်ပုံလွှာများ
၁၁၅။ ဆဆက္က ဒေသနာနှင့် ဓမ္မဝိပဿနာ
၁၁၆။ ဉာတပရိညာ
၁၁၇။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ကျေးဇူး အထူးပေးဆပ်ခဲ့သူ
၁၁၈။ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ရန် အခြေခံတရား
၁၁၉။ သစ္စဒေသနာ ဓမ္မစကြာ
၁၂၀။ အားကိုးခြင်း
၁၂၁။ သဒ္ဓမ္မပတိရူပကသုတ် အနှစ်ချုပ်
၁၂၂။ အတ္တဟိတ နှင့် ပရဟိတ
၁၂၃။ အသက်ရှည်လေ ပိုကောင်းလေ
၁၂၄။ မိဘနှင့်သားသမီးအကြား မှန်ကန်သောအမြင်များ
၁၂၅။ အများအတွက် သံဃာတော်တို့၏ဆောင်ရွက်ချက်
၁၂၆။ သလ္လေခသုတ်အနှစ်ချုပ်

၁၂၇။ ကောသလအိပ်မက်နှင့်ယနေ့ကမ္ဘာ
၁၂၈။ ပိယတော ဇာယတေ သောကော
၁၂၉။ ဆရာမြတ်ကို ဆည်းကပ်ရမည့်အခါ
၁၃၀။ ဓမ္မတာဝန်
၁၃၁။ ဥပုသ်သည်တို့၏ စကားဝိုင်း
၁၃၂။ ရှင်ပြုအလှူတော်မင်္ဂလာ အနုမောဒနာ
၁၃၃။ ပါရာယနဒေသနာ
၁၃၄။ ဒုဂ္ဂတိဘုံသားတို့၏ အမှာစကား
၁၃၅။ မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာ နှင့်
သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့အမှတ်တရများ
၁၃၆။ ဝိဝါဒမူလ(၆)ပါးနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမစကား
၁၃၇။ ကိုယ့်ဘဝ ကိုယ်ပြင်
၁၃၈။ ဝိပဿနာရှုဖွယ် တောလေးဆယ်
၁၃၉။ နယ်လှည့်ဟောကြား မြတ်တရား အတွဲ(၁)
၁၄၀။ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုရှုမြင်၍ မိမိ[illegible]ကို ပြုပြင်ခြင်း
၁၄၁။ သူတော်ကောင်းသည် အားလုံးအတွက်ဖြစ်သည်
၁၄၂။ သူတော်ကောင်းတို့ တောင်းသောဆု
၁၄၃။ ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်များ
၁၄၄။ အောင်မြင်ကြီးပွား စက်လေးပါး
၁၄၅။ စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းသည်