DHAMMAVIJJALAYA
2546 2003
CENTRE FOR BUDDHIST STUDIES

ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၁၁၂)

တပည့်များ လေးစားမြတ်နိုးတဲ့ဆရာ

အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တပည့်များ လေးစားမြတ်နိုးတဲ့ဆရာ

ကွန်ပျူတာစာစီ
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ထုတ်ဝေသူ
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဘဟိန်း
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၄၃၇၂/၂၀၁၁)က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

တရားစာအုပ်များကို
ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

တပည့်များ လေးစားမြတ်နိုးတဲ့ဆရာ

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၅ ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၃ ခုနှစ် တပို့တွဲလပြည့်ကျော် (၁၃)ရက်၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ (၂၀)ရက်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ဒဂုံမြို့နယ်၊ ပြည်လမ်း၊ ပြည်သူ့ရင်ပြင်၊ မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာ တော်နှစ် ၂၆၀၀ ပြည့် အထိမ်းအမှတ် ညဉ့်ဦးယံ ဓမ္မသဘင်အခမ်းအနား၌ ဟောကြားအပ်သော **"တပည့်များ လေးစားမြတ်နိုးတဲ့ဆရာ"**အကြောင်းတရားဒေသနာတော်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ မဇ္ဈိမနိကာယ်မှာလာတဲ့ **မဟာသကုလုဒါယီသုတ်** ဆိုတာ ရှိတယ်။ ဉဒါယီဆိုတဲ့ ပရိဗိုဇ်တစ်ဦးရဲ့ လျှောက်ထားချက်ကို အကြောင်းပြုပြီးတော့၊ ဒီသုတ္တန်ကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားခဲ့တာ ဖြစ်တယ်။ ဒီသုတ္တန်ကိုပဲ

"တပည့်များ လေးစားမြတ်နိုးတဲ့ဆရာ" လို့ ခေါင်းစဉ်တပ်ပြီးတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဟောမှာဖြစ်တယ်။

ဒီကနေ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာတော် (၂၆၀၀)ပြည့် အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို ပူဇော်တဲ့အနေနဲ့ ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်တဲ့ ဒီဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားကိုပေါ့။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်နဲ့ပတ်သက်ပြီး မှတ်သားစရာက မြတ်စွာဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံတဲ့နှစ်ကို ရည်ညွှန်းတော့ ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံတဲ့နှစ်က စပြီးတော့ရေတွက်လို့ သာသနာ(၂၅၅၅)ခုလို့ ပြောတယ်။ ဆိုလိုတာက မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးတဲ့နောက် ခြင်းချန်ရစ်တဲ့သာသနာ၊ တည်ထားခဲ့တဲ့ သာသနာနှစ်ဟာ (၂၅၅၅)ရှိပြီလို့ ဆိုလိုတယ်။

အခု (၂၆၀၀)လို့ဆိုတာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူတဲ့နှစ် (သို့မဟုတ်) ဓမ္မစကြာ တရားဦး ဟောတော်မူခဲ့တဲ့နှစ်က စတွက်တာ။ သာသ

နာသက္ကရာဇ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး မှတ်သားစရာက ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာရဲ့ မွေးနေ့နဲ့ တွက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင်၊ (အကယ်၍များ မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှားရှိနေမယ်ဆိုလို့ရှိရင်) ဒီကနေ့ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သက်တော် (၂၆၃၅)နှစ်မြောက်မွေးနေ့လို့ ပြောရမယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်လေး မွေးဖွားတဲ့ သက္ကရာဇ်နဲ့ပတ်သက်ပြီးပြောတာ။ ဘုရားဖြစ်တဲ့နှစ်ကို တွက်ပြီးတော့ (၂၆၀၀)လို့ ပြောတာကို " ဗုဒ္ဓနှစ် "လို့ ဒီလို မှတ်သားလို့ရသလို။ ထိုဘုရားဖြစ်တဲ့ နှစ်မှာပဲ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဓမ္မစကြာတရားဦးကို (ဝါ) သစ္စာဒေသနာတော်ကို ဟောကြားခဲ့တာဖြစ်သောကြောင့် " ဓမ္မနှစ် "လို့ ပြောလို့ရှိရင်လည်း (၂၆၀၀)ပဲ။ ဓမ္မစကြာတရားဦး ဟောပြီးတဲ့နောက်မှာ ရှင်ကောဏ္ဍညဟာ ပထမဆုံး သာသနာကို ဝင်ရောက်ပြီး ဓမ္မစကြာတရားဦး ဟောတဲ့နောက် (၅)ရက်မြောက် အနတ္တလက္ခဏသုတ်ကို ဟောတဲ့နေ့မှာ ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းငါးပါးလုံးဟာ သာသနာ

ဘောင်ကို ရောက်ရှိလာလို့ သံဃာပေါ်လာတာဖြစ်သောကြောင့် (၂၆၀၀)ကိုပဲ "သံဃာနှစ်" လို့ ဒီလိုပြောလို့ရတယ်။

အဲတော့ ဗုဒ္ဓနှစ်ဆိုရင်လည်း (၂၆၀၀)ပဲ၊ ဓမ္မနှစ်လို့ပြောရင်လည်း (၂၆၀၀)ပဲ၊ သံဃာ့နှစ်လို့ပြောရင်လည်း (၂၆၀၀)ပဲ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ဘဝနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ ဘုရားမွေးဖွားတဲ့နှစ်က စပြီးတော့တွက်မယ်ဆိုရင် (၂၆၃၅)နှစ်။ ဒီကနေ့ အသုံးပြုနေတဲ့ (၂၅၅၅)ဆိုတာက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ "ပရိနိဗ္ဗာန်နှစ်" ဖြစ်ပါတယ်။ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူခဲ့တာ ၂၅၅၅ နှစ်ရှိပြီလို့ ဆိုလိုတယ်ပေါ့။ မြန်မာသက္ကရာဇ်နဲ့ ဘယ်လောက်ကွာသလဲလို့ဆိုရင် **"ဥသြရေကြက် ရောစွက် သာသနာ"** လို့ မှတ်တမ်းပြုထားတဲ့အတိုင်း (၁၁၈၂)ကို မြန်မာသက္ကရာဇ်ထဲ ထည့်ပေါင်းလိုက်ရင် သာသနာသက္ကရာဇ် မြတ်စွာဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူတဲ့နှစ်ကို တွက်လို့ရပါတယ်။

အင်မတန်မှ ရှည်ကြာတဲ့ကာလက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားခဲ့တဲ့ တရားတွေဟာ ဒီကနေ့ထိအောင် ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ သင်ယူလေ့လာခွင့် ကြားနာမှတ်သားခွင့် ကျင့်သုံးလိုက်နာခွင့်တွေ ရနေတာဟာ အလွန်တရာ ကံကောင်းကြတယ်လို့ ပြောကြရမှာပါ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ တရားဓမ္မထဲက ထုတ်နုတ်ပြီးတော့ ဒီကနေ့ **"တပည့်များ လေးစားမြတ်နိုးတဲ့ဆရာ"**ဆိုတာ ဘယ်သူ့ကိုရည်ညွှန်းတာ တုန်းဆိုတော့ **"ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ"**ကို ရည်ညွှန်းတာပါ။ ဒီ သုတ္တန်မှာ "တပည့်တွေရဲ့ လေးစားမှုကို မြတ်နိုးမှု" ကို အခံရဆုံးဖြစ်တဲ့ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင် သို့မဟုတ် အယူဝါဒ ဘာသာတစ်ခု တည်ထောင်ပြီးတော့ ဟောပြောတဲ့ ဆရာတွေထဲမှာ တပည့်တွေရဲ့ မြတ်နိုးမှုကို အရရှိဆုံးသော ဆရာဟာ ဘယ်သူတုန်းလို့ဆိုရင် ဂေါတမဗုဒ္ဓပဲ ဖြစ်ပါတယ်ဆိုတာကို တခြားဘာသာဝင်တွေကပါ အသိအမှတ်ပြုခဲ့တယ်။ ဒီအချက်

ကို **"မဟာသကုလုဒါယီ"** သုတ္တန်မှာ ရှင်းလင်းဖော်ပြထားတာကို တွေ့ရတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီကနေ့ ခေတ်မှလက်ဆောင်အနေနဲ့ ဒီတရားကို ဟောပြောမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ဟာ ရာဇဂြိုဟ်မြို့ ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်မှာ ဝါဆိုဖို့ ကြွရောက်နေထိုင်တဲ့အချိန် ရာဇဂြိုဟ်မြို့ကို ထူးထူး ခြားခြား တစ်ခြားဘာသာဝင် **"ဂဏာစရိယ"**ဆိုတဲ့ ဂိုဏ်ဆရာကြီးတွေ (ဗုဒ္ဓနဲ့ ခေတ်ပြိုင် ဂိုဏ်းဆရာကြီး(၆)ဦး) ရာဇဂြိုဟ်မြို့ကို ရောက်ရှိလာကြတယ်။ ထိုခေတ် ထိုအချိန်အခါ ကာလတုန်းက မဂဓတိုင်းဟာ ဘာသာရေးထွန်းကားတဲ့နယ်မြေကြီးတစ်ခု ဖြစ်ခဲ့တယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားကို တရားဟောဖို့ တောင်းပန်လျှောက်ထားတဲ့ သဟမ္ပတိဗြဟ္မာကြီးက ဖွင့်ဟပြီးတော့ ဘုရားကို လျှောက်တဲ့အထဲမှာ **"ပါတုရဟောသိ မဂဓေသု ပုဗ္ဗေ၊ ဓမ္မော အသုဒ္ဓေါ**

သမလေဟိ စိန္တိတော” =ဘာသာ ဝါဒ အမျိုးမျိုး မာဂဓတိုင်းမှာ ထွန်းကားခဲ့တယ်ဆိုတာ ထွန်းကား လျှက် ရှိနေတယ်ဆိုတာကို ပြောခဲ့တယ်။

အဲတော့ မဂဓတိုင်းဟာ ထိုအချိန်က အယူ ဝါဒရေးရာ ဘာသာတရားတို့ရဲ့ထွန်းကားရာ နယ် မြေကြီးဖြစ်ခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရား သီတင်းသုံးတဲ့ အချိန်မှာပဲ မဂဓတိုင်းအသီးသီးမှာ။ **ပုရာဏ ကဿ ပ၊ မာက္ခလိဂေါ သာလ၊ အဇိတ ကေသကမ္ဗလ၊ ပကုဓကစ္စာယန၊ သဉ္စယ ဗေလဋ္ဌပုတ္တ၊ နိဂဏ္ဌ နာဋ္ဋပုတ္တ**ဆိုတဲ့ ဆရာကြီး (၆) ဦးဟာလည်း သူတို့ရဲ့ တပည့် ပရိသတ်စုံလင်စွာနဲ့ နောက်လိုက်နောက်ပါ မြောက်မြားစွာနဲ့ ရာဇဂြိုဟ်မြို့ရှိ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ သူ တို့ရဲ့ အာရာမ်ဉယျာဉ်တွေမှာ လာရောက်ပြီးတော့ နေထိုင်နေကြတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ “ပရိဗ္ဗာဇက” ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မြန်မာလိုတော့ “ပရဗိုဇ်” လို့ ခေါ်ကြတယ်ပေါ့။ အဲဒီ ဘာသာခြား ပရဗိုဇ်တွေထဲ

မှာလည်းပဲ အလွန်နာမည်ကြီးတဲ့ ထင်ရှားကျော်ကြား တဲ့ ပရိဗ္ဗာဇက ခေါင်းဆောင်တွေဟာလည်းပဲ အဲဒီနှစ် က တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင် ရာဇဂြိုဟ်မြို့ကို ရောက်ရှိပြီး တော့ ပရိဗ္ဗာဇကတို့ရဲ့ ကျောင်းအာရာမ်မှာ နေထိုင် လျှက်ရှိကြတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ဒီသုတ္တန်ဖြစ်ပေါ်လာ ဖို့ အခြေအနေတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။

မြတ်စွာဘုရားဟာ နံနက်မိုးသောက် အလင်း ရောက်တဲ့အချိန် ကျောင်းတော်ကထွက်ပြီးတော့ ရာဇဂြိုဟ်မြို့ထဲကို ဆွမ်းခံကြွတဲ့အခါမှာ ရာဇဂြိုဟ် မြို့တွင်းကြွဖို့ အချိန်စောနေသေးတယ်ဆိုပြီး လမ်း ဘေးမှာ ကြံ့တဲ့ပရဗိုဇ်တွေရဲ့ကျောင်းကို ခေတ္တခဏ ဝင်ရောက်တော်မူတယ်။ စာထဲမှာ ကြံ့လို့ဝင်တဲ့ အဓိပ္ပါယ် ဖော်ပြထားသော်လည်းပဲ တကယ်ကတော့ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘယ်ကိစ္စပဲဖြစ်ဖြစ် ကြိုတင်မြင် ပြီးသား ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီသုတ္တန်ကိုဟောဖို့ အခြေအ နေတွေ ဖန်တီးတဲ့အနေနဲ့ ပရဗိုဇ်ကျောင်းဥယျာဉ်ထဲ

ကို ဝင်ရောက်လာတယ်။ အဲဒီကျောင်းကြီးကလည်းပဲ တောအုပ်ကြီးနဲ့ လမ်းခရီးမှာရှိတော့ မောရနိဝါပ ဥဒေါင်း ငှက်တွေကို အစာကျွေးထားတဲ့ ငှက်တွန်သံ တွေနဲ့ဆူညံနေတဲ့ ပရိဗိုဇ်တို့ရဲ့ အာရာမ်ကျောင်းကြီး လို့ ဒီလိုဆိုလိုတယ်ပေါ့။ အဲဒီကျောင်းကြီးကို မြတ်စွာ ဘုရား ဆွမ်းခံကြွရင်း ဝင်လာတဲ့အချိန်မှာ ဥဒါယီ ခေါင်းဆောင်တဲ့ ("သကုလဒါယီ"လို့ဆိုတဲ့ သူနာ မည် အတိုကောက်ခေါ်ရင်တော့ "ဥဒါယီ" ပေါ့။) ဥဒါယီခေါင်းဆောင်တဲ့ ပရိဗိုဇ်တွေဟာ ဆူညံဆူညံနဲ့ ထွေရာလေးပါး ပြောဆိုနေကြတယ်။ ထွေရာလေး ပါးဆိုတာ ဟိုရောက်သည်ရောက် စပ်မိစပ်ရာတွေ လျှောက်ပြောကြတာ။ အဲဒါကို မြတ်စွာဘုရားက "တိရစ္ဆာနကထာ"လို့ ခေါ်တယ်။

လောကလူတွေဟာ ဆုံမိတဲ့အခါမှာ ရောက် တက်ရာရာ ပြောလေ့ရှိကြတယ်။ အဲဒီပြောတဲ့စကား တွေဟာ တကယ်တော့ စပ်မိစပ်ရာ လျှောက်ပြောနေ

ကြလို့ မဆုံးနိုင်ဘူး။ ဦးတည်ချက်မရှိတဲ့ စကားမျိုး တွေချည်းပဲ။ အဲဒီ စကားမျိုးတွေကို "တိရစ္ဆာနက ထာ"လို့ ခေါ်တယ်။ ဆူညံဆူညံနဲ့ စကားပြောနေတဲ့ ပရိဗိုဇ် အာရာမ်ထဲကို မြတ်စွာဘုရား ဝင်လာတာကို ခပ်လှမ်းလှမ်းက မြင်တဲ့အခါမှာ ဘုရားကို ကြည်ညို လေးစားရင်းရှိတဲ့ ဥဒါယီက သူ့ရဲ့တပည့်တွေကို သတိပေးတယ်။ "ဟိုမှာ သမဏဂေါတမ ကြွလာ တယ် အားလုံး တိတ်တိတ်နေကြ၊ သူကတိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်တာကို အင်မတန်မှ ကြိုက်တယ်။ တိုးတိုး တိတ်တိတ် နေတာကိုလည်း အမြဲတမ်း ချီးမွမ်းစကား ပြောလေ့ရှိတယ်" တဲ့။ ဒါ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ် သတင်း တစ်ခုပဲ။ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘယ်အခါမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ငြိမ်သက်နေတာ။ အမြဲတမ်း တိတ်ဆိတ်ငြိမ် သက်မှုကို မြတ်နိုးတယ်၊ ရဟန်းတော်တွေကိုလည်းပဲ အမြဲတမ်း ဆုံးမလေ့ရှိတဲ့စကားတစ်ခွန်းရှိတယ်။ "အေး တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ဆုံမိပြီဆိုရင် တရားစကားရင်

လည်းပြော၊ မပြောလို့ရှိရင် Noble Silence အရိယ တုဏှီဘာဝ တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် နေရမယ်လို့ သင်ပေးထားတာ။

အဲဒီတော့ ဘုရားကျောင်းသွားတဲ့အခါ တရားဟောနေတဲ့ အသံကြားရင် ကြားမယ်။ စကားတွေ ဆူညံဆူညံ ပြောတဲ့အသံမျိုးကို မကြားရဘူး။ ဒီအကြောင်းကို တခြားဘာသာဝင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေအားလုံးက သိထားကြတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရား ကြွလာတဲ့အခါမှာ တိတ်တိတ်နေဖို့ သတိပေးတယ်။ အားလုံး ငြိမ်သွားတယ်။ ငြိမ်သွားတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားက ပရိဗိုဇ်တွေ စုရုံးနေထိုင်တဲ့ အဆောက်အဦးဘက်ကြွသွားတယ်။ ကြွသွားတော့ သကုလုဒါယီ ပရိဗိုဇ်က ဆင်းလာပြီး မြတ်စွာဘုရားကို ကြိုဆိုတယ်။

အဲဒီခေတ်က မြတ်စွာဘုရားဟာ လူ့ဘဝကလည်း အင်မတန်မှ ဂုဏ်ရှိသရေရှိတယ်။ ရဟန်းဝတ်လာတဲ့အခါမှာလည်း အင်မတန်မှ ကြည်ညိုဖွယ်

ကောင်းပြီးတော့ ဂုဏ်သတင်းကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရား ကြွလာတယ်ဆိုတာနဲ့ မကြိုဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် မရှိဘူး၊ အားလုံးက ကြိုဆိုတယ်။ သကုလုဒါယီပရိဗိုဇ်က ဆင်းလာပြီး "အရှင်ဘုရားကြွပါ" သူတို့သုံးတဲ့ စကားလုံးဟာ အခုခေတ်သုံးတဲ့ စကားလုံးနဲ့ အင်မတန်မှ နီးစပ်တယ်။ **"သွာဂတံ ဘန္တေ"** ဆိုတဲ့ စကားနဲ့ ကြိုဆိုတာ။ သွာဂတံဆိုတဲ့ စကားလုံးက သု+အာဂတ= ကောင်းသော လာရောက်ခြင်းပါ။ အင်္ဂလိပ်လို ဘာသာပြန်ရင်တော့ "ကြိုဆိုပါတယ်" ဆိုတဲ့ Welcome နဲ့ ဆင်တူတယ်။ အဲဒီလို ကြိုဆိုပါတယ် ဆိုပြီးတော့ နေရာထိုင်ခင်းပေးတယ်။

"အရှင်ဘုရား မကြွလာတာကြာပြီ။ ကြွပါဘုရား ဒီနေရာမှာထိုင်ပြီး သီတင်းသုံးပါ" လို့ ကြိုဆိုတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ထိုင်ပြီး သီတင်းသုံးတဲ့အခါမှာ သကုလုဒါယီပရိဗိုဇ်က ဘုရားကို အင်မတန်မှ လေးစားတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ နိမ့်တဲ့နေရာမှာ ထိုင်

တယ်။ ကျန်တဲ့ ပရဗိုဇ်တွေအားလုံးလည်း ထိုင်ကြ တယ်။ ငြိမ်ငြိမ်ဆိတ်ဆိတ် ထိုင်နေကြတယ်။ အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက မေးတယ်။ "ဥဒါယီ, ဒို့ ကြွလာတဲ့ အချိန်မှာ ဘာစကားတွေ ပြောနေကြတာတုန်း" ဆိုတော့ သူတို့က တောင်ရောက် မြောက်ရောက် ထွေရာလေးပါး ပြောနေကြတာ။ အဲတော့ သူက "အရှင်ဘုရား တပည့်တော်တို့ ပြောတဲ့စကားဟာ အရှင်ဘုရား ကြားရဖို့ မခဲယဉ်းပါဘူး၊ ဒီစကား ထားလိုက်ပါ"တဲ့။ သူတို့ဘာတွေ ပြောနေတယ်ဆို တာကို ထားလိုက်ပါတဲ့။ နောက်လည်းပဲ ကြားဖို့လွယ် ပါတယ်တဲ့။

တပည့်တော် တစ်ခု လျှောက်ချင်တယ်တဲ့။ မကြာခင် ရက်များတုန်းက အယူဝါဒ အမျိုးမျိုးရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ "**ကောတုဟလသာလာ**" လို့ခေါ်တဲ့ အဆောက်အဦးကြီးတစ်ခုထဲမှာ ဘာသာပေါင်းစုံ မကြာခဏ ဆွေးနွေးကြတဲ့နေရာကြီးလို့ ပြောရမယ်။

အဲဒီ ကောတုပဟလသာလာကြီးထဲမှာ အယူဝါဒ မျိုးစုံ ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေစုပြီး စကားပြောခဲ့ ကြတယ်တဲ့။ အဲဒီ စကားပြောတဲ့အခါမှာ မေးခွန်းတစ်ခု ထွက်လာပါ တယ်တဲ့။ အဲဒီ မေးခွန်းကဘာလဲဆိုတော့ "ဘာသာ ရေးဂိုဏ်းတွေ တည်ထောင်ပြီးတော့ နောက်လိုက် နောက်ပါ တပည့်ပရိသတ် အင်မတန်များတဲ့ ထင်ရှား ကျော်ကြားတဲ့ ဘာသာရေးဂိုဏ်းဝင် ဂိုဏ်းကြီးတွေ ဦးဆောင် ခေါင်းဆောင်လုပ်နေတဲ့ ဘာသာရေး ဆရာကြီးတွေ။ (သတ္ထာဆိုတဲ့ ဒီစကားလုံးဟာ အင်မ တန်မှ ကြီးကျယ်တဲ့ဆရာတွေကို ရည်ညွှန်းတာ။) နောက်လိုက်နောက်ပါ တပည့်တွေကို ဆုံးမသြဝါဒ ပေးတဲ့ "သတ္ထာ" လို့ခေါ်တဲ့ နောက်လိုက်တွေ အလွန် များတဲ့ ဆရာကြီးတွေ မဂဓတိုင်းမှာ ရှိကြတယ်။ အဲဒီဆရာကြီးတွေထဲက ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တပည့်တွေ ရဲ့ မြတ်နိုးမှုကို အခံရဆုံးလဲ"တဲ့။

နောက်လိုက်နောက်ပါ တပည့်သာဝကတွေ

ရဲ့ ကြည်ညိုလေးစားမှုကို ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ် အခံရဆုံး လဲဆိုတဲ့ ဒီမေးခွန်းလေး ထွက်လာတယ်။ တပည့်သာဝကတွေက ဘယ်ဆရာကို လေးစားမြတ်နိုးပြီး မှီခိုအားထားပြီးတော့ နေကြသလဲလို့ မေးခွန်းထွက်လာတဲ့အခါမှာ ထင်မြင်ချက်အမျိုးမျိုးတွေ ပြောကြတယ်။ အဲဒီမှာ တစ်ဦးက ဘာပြောတုန်းဆိုတော့ နောက်လိုက်နောက်ပါ အလွန်များတဲ့ အကိရိယဝါဒကြီးကို ဦးဆောင်ဟောပြောနေတဲ့ **ပုရာဏကဿပ** ဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒီ "ပုရာဏကဿပ" ဟာ နောက်လိုက်တပည့်တွေရဲ့လေးစားခံရမှုကို မရပါဘူးတဲ့။ နောက်လိုက်တပည့်တွေက သူ့ကိုလေးစားမြတ်နိုးမှု မရှိကြဘူးတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့တုန်း?

တစ်ခါတုန်းက ပုရာဏကဿပ ဟာ သူ့ရဲ့ အကိရိယဝါဒ ဟောပြောနေတဲ့အချိန်မှာ တပည့်တစ်ဦးက ထပြီးတော့ ကန့်ကွက်တယ်။ မေးခွန်းတွေတက်လာတဲ့အခါမှာ တပည့်တစ်ဦးက ထပြီးတော့ ကန့်

ကွက်တယ်။ “**ပူရာဏကဿပ** ကို မမေးကြနဲ့၊ **ပူရာဏကဿပ** ဘာမှမသိဘူး၊ မေးစရာရှိ ငါ့မေး၊ ငါကမှသိတာ” ဆိုပြီး သူ့တပည့်က ပရိသတ်ထဲမှာ ထပြောတယ်။ အဲဒီလို ထပြောတဲ့အခါမှာ **ပူရာဏ ကဿပ** ဆရာကြီးက “အရှင်တို့ကို မေးတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒီမေးခွန်းက ကျုပ်ကိုမေးတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ လို့ တိတ်တိတ်နေကြပါ၊ စကားမပြောကြပါနဲ့၊ ငြိမ်ငြိမ်နေကြပါလို့ လက်မြှောက်ပြီးတော့ အော်ဟစ် ပြောတာတောင်မှပဲ ပြောလို့မရဘူးတဲ့။ ပရိသတ်ငြိမ် အောင် မလုပ်နိုင်ဘူး။ သူ့တပည့်တွေက သူ့ကိုထအော် ကြတယ်။ လူကြားထဲမှာအရှက်ခွဲတာနဲ့ ကြုံခဲ့ရတယ်။

“ဒါတင်မကဘူး” တဲ့။ သူ့ရဲ့အယူဝါဒကို ဝေဖန်ရှုပ်ချပြီးတော့ အကိရိယဝါဒ ဂိုဏ်းကြီးကနေ ထွက်ခွာသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအများကြီးပဲ။ ထွက်ခွာ သွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဒီပူရာဏကဿပကို ဘယ်လို ထိအောင် ပြောသွားကြသလဲဆိုလို့ရှိရင် ဒီ အကိရိယ

ဝါဒ မမ္မစကူးလ်ကြီးကို တည်ထောင်ထားတဲ့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တကယ်တော့ ကျကျနန အကိရိယဝါဒကို မသိဘူးပေါ့။ ဂိုဏ်းခေါင်းဆောင်ကြီး လုပ်နေပေမယ့်လို့ မသိဘူး။ သိတာက ငါ။ ဘာဖြစ်လို့ မသိတုန်းဆိုတော့ **ပူရာဏကဿပ** ဟာ မှန်ကန်တဲ့ အကျင့်မရှိဘူးတဲ့။ မှားယွင်းတဲ့ အကျင့်တွေကျင့်တာ။ တို့ကမှ မှန်ကန်တဲ့ အကျင့်ရှိတာ။ သူပြောတဲ့ စကားတွေဟာ ရှေ့နောက်လွဲနေတယ်။ ညီညွတ်စေ့စပ်ခြင်း မရှိဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ **ပူရာဏကဿပ** ကို Challenge လုပ်တယ်၊ စိန်ခေါ်တယ်။ အခုပဲ သူပြောတဲ့စကားတွေ မှားတယ်ဆိုတာ ပြောဆိုမယ်။ ယှဉ်ပြောမယ်ဆိုရင် လာပြော။ ပြောတဲ့အခါမှာ သူတစ် သက်လုံး လိမ်လာခဲ့တဲ့ဟာ အခုတစ်ချက်တည်းနဲ့ သူအရှုက်ကွဲသွားမယ်။ ပြန်ဖြေနိုင်ရင် ဖြေ။ သူ့ရဲ့ဝါဒကို သူကျကျန သိသူမဟုတ်ဘူးဆိုပြီးတော့ ပရိသတ်ထဲက ထွက်ခွာသွားကြတာ တွေ့ကြုံခဲ့ဘူးတယ်။ ဒါကြောင့်မို့

ပုရာဏကဿပဟာ တပည့်ပရိသတ်ရဲ့ လေးစားမှုကို မခံရဘူးတဲ့။ ဟော အတွေ့အကြုံနဲ့ အဖြေပြော တာ။

ထို့အတူပဲ **မာက္ခလိဂေါသာလ**ရော နောက်လိုက်နောက်ပါတွေ အလွန်များတယ်။ သူရဲ့ဝါဒက "သံသာရ သုဒ္ဓိဝါဒ"လို့ ဆိုတယ်။ "အဟေတုက ဝါဒ" လို့လည်းဆိုတယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အကြောင်းမဲ့ဖြစ်လာတာ။ အကြောင်းမရှိဘူး၊ သူဖြစ်ချင်လို့ ဖြစ်တာဆိုတဲ့ အကိရိယဝါဒ။ တစ်နေ့တစ်ချိန်ကျလို့ရှိရင် မဟာကပ် လေးသန်းပြည့်တဲ့အခါမှာ လူတွေအားလုံး အဆုံးသတ်သွားမယ်။ ပညာရှိလို့ သံသရာတိုချင်လို့လည်း မရဘူး။ လူမိုက်မို့ သံသရာပိုရှည်မှာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သူက ဥပမာလေး ပေးထားသေးတယ်။ အမြင့်ကနေပြီးတော့ အပ်ချည်လုံးလေးရဲ့ အပ်ချည်စလေးကိုကိုင်ထားပြီးတော့ ပစ်ချလိုက်မယ်ဆိုရင် အပ်ချည်လုံးလေးဟာ လိမ့်ဆင်းသွားလိမ့်မယ်။ အပ်ချည်လေးတွေ ဆုံးသွားတဲ့အချိန်မှာ ရပ်သွားလိမ့်

မယ်။ မဆုံးမချင်းတော့ လိမ့်နေမှာပဲ။ ထိုအတူပဲ ရက်စေ့ရင် သံသရာအားလုံးဟာ ဆုံးသွားကြမှာပဲတဲ့။ သူဟောတဲ့ဝါဒက ဒီဝါဒ။

အဲဒီဝါဒနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့လည်းပဲ ပရိသတ်တွေဟာ မာက္ခလိဂေါသာလ အပေါ်မှာ ကျေနပ်ကြတာ မဟုတ်ဘူး၊ သူရဲ့တပည့် နောက်လိုက်နောက်ပါ လုပ်နေပေမယ့်လို့ ဒီဝါဒနဲ့ပတ်သက်ပြီး **မာက္ခလိဂေါသာလ** ဟာ မသိဘူး၊ ငါတို့ကမှ သိတာ၊ သူပြောတာတွေ မှားနေတာတွေရှိတယ်ဆိုပြီးတော့ သူ့ကို စိန်ခေါ်ပြီးတော့ ပရိသတ်ကြားကနေ ထွက်ခွာသွားတာတွေ ရှိတယ်။

နောက်တစ်ခါ **အဇိတကေသကမ္ဗလ**။ သူကတော့ အဇိတ ဘယ်သူကမှ သူ့ကိုအနိုင်မယူနိုင်ဘူး ဆိုတဲ့ နာမည်နဲ့၊ ကေသကမ္ဗလဆိုတာ လူတွေရဲ့ ဆံပင်နဲ့ ယက်လုပ်ထားတဲ့ Special ဝတ်ရုံကြီးကို ဝတ်ထားတယ်။ သူကရိုးရိုးချည်အဝတ်ကို မဝတ်ဘူး။

လူရဲ့ဆံပင်နဲ့ ယက်ထားတဲ့အဝတ်ကို ဝတ်တာမို့ ကေသကမ္ဗလ လို့ခေါ်တယ်။ သူက ဘာဝါဒကို ဟော ပြောတာတုန်းဆိုတော့ "နတ္ထိကဝါဒ"။ နတ္ထိကဝါဒ ဆိုတာ လှူတာတန်းတာ မှန်သမျှ ဘာအကျိုးမှ မရှိ ဘူး။ ကုသိုလ် အကုသိုလ်မှန်သမျှ လုပ်သမျှ ဘာ အကျိုးမှ မရှိဘူး။ ဒီလောကဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ နောက်လောကဆိုတာလည်း မရှိဘူး။ အမေဆိုတာ လည်း မရှိဘူး၊ အဖေဆိုတာလည်း မရှိဘူး။ "နတ္ထိ မာတာ၊ နတ္ထိ ပိတာ" အမေအဖေ မရှိဘူးလို့ ပြောတာ အမေအဖေကို အသိအမှတ်မပြုတာ။ အမေအဖေကို အသိအမှတ်မပြုခြင်းဖြင့် သူပြောလိုတာ ဘာလဲလို့ ဆိုရင် အမေဆိုတာမရှိဘူးဆိုရင် အမေကို အသိအ မှတ် မပြုသည့်အတွက်ကြောင့် အမေကို စော်ကားလို့ လဲ အပြစ်မဖြစ် ဘူး၊ ပြုစုလို့လဲ အကျိုးမရဘူး။ ဒီဝါဒ ကိုဟောတာနော်။ အဖေကို စော်ကားလို့လည်း အပြစ်မရဘူး။ ပြုစုလို့လဲ အကျိုးမရှိဘူး။ နတ္ထိမာတာ၊

နတ္ထိ ပိတာ လို့ သူကငြင်းပယ်တယ်။

နတ္ထိသတ္တာ ဩပ ပါတိကာ = သတ္တဝါတွေ သေပြီးတော့ ပြန်ဖြစ်တယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ လောကမှာ မှန်ကန်တဲ့အကျင့် ကျင့်ပြီး ထူးခြားတဲ့အသိဉာဏ် ရပြီး လောကကို ဟောပြောနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တစ်ယောက်မှ မရှိဘူးလို့ ဘုရားဆိုတာကိုပါ ငြင်းပယ်ထားတာ။

အဲဒီဝါဒကို ဟောနေတဲ့ အဇိတကေသကမ္ဗလကိုလည်း သူ့တပည့်တွေက အားလုံးသူ့နောက်က လိုက်မပြောကြဘူး။ သူ့ကို ဆန့်ကျင်ဖက်လုပ်ပြီးတော့ သူ့ကို ဝေဖန်ရှုပ်ချပြီးတော့ ထွက်သွားကြတာတွေ ရှိတယ်။ သူ့ပရိသတ်ကို သူမနိုင်ဘူးလို့ ဒီလိုပြောတာ။ အဲတော့ တပည့်ပရိသတ်တွေရဲ့ ချီးမွမ်းမှုကို သူလည်းမရဘူး။

နောက်တစ်ဦးက ဘယ်သူတုန်းဆိုတော့ **ပကုဓကစ္စာယန**။ သူကတော့ ကေစ္စသဿတဝါဒ=

တစ်ချို့ မြဲတယ်၊ တစ်ချို့ မမြဲဘူးတဲ့။ ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော ဓာတ်ကြီးလေးပါး၊ သုခ၊ ဒုက္ခဆို တဲ့ ချမ်းသာ ဆင်းရဲ၊ ဇီဝအသက်၊ ဒီခုနစ်ခုကလွဲရင် ဘာမှမမြဲဘူး၊ ဒီခုနစ်ခုကတော့ ထာဝရမြဲတဲ့အရာတွေ လို့ ဟောတယ်။ သူ့ဝါဒကို သူ့နောက်လိုက်တဲ့ တပည့် တွေကလည်း ဝေဖန်ရှုပ်ချပြီးတော့ သူ့ရဲ့အယူဝါဒက စွန့်လွှတ်ပြီးတော့ ထွက်ခွာသွားကြတာပဲ။

ဟော နောက်တစ်ဦးကတော့ **သဉ္စယဗေလဋ္ဌပုတ္တ**။ သူကတော့ ပရိုဗိုဇ်ပဲ။ သူ့ရဲ့ဝါဒက "အမရာဝိက္ခေပဝါဒ။" ဘယ်တော့မှ ဆုပ်ကိုင်လို့ မရဘူး။ အမြဲတမ်းရှောင်ပြီးတော့ ပြောလေ့ရှိတဲ့ဝါဒ။ အရှင်သာရိပုတ္တရာတို့ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်တို့ လူ့ဘောင်ကနေပြီးတော့ တရားရှာဖို့ ထွက်လာတဲ့ အခါမှာ သူ့ထံကို ပထမဆုံး ရောက်သွားကြတယ်။ သူ့ရဲ့ဝါဒက ရှောင်တိမ်းဝါဒ၊ "ဒါကုသိုလ်လား ဆိုလို့ ရှိရင် ကုသိုလ်လို့လည်း မဆိုလိုပါဘူး။ ဒါဖြင့်ကုသိုလ်

မဟုတ်ဘူးလား ဆိုလို့ရှိရင် မဟုတ်ဘူးလို့လည်း မဆိုလိုပါဘူး။” ဒီလိုလျှောက်ပြီးတော့ ငြင်းနေတာ။ ဘယ်ဟာရယ်လို့ တိတိကျကျ မပြောဘူး။ သူက ကြောက်တယ်။ သူတစ်ခုခုကို ကိုင်စွဲ လိုက်ရင် သူ့ကို ပြစ်တင်မှာ ဝေဖန်မှာကြောက်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ရှောင်တိမ်းတဲ့ဝါဒ။ ဘယ်လိုမေးမေးသူ့ကို ဖမ်းလို့မမိဘူး။ ဟိုရှောင်ဒီတိမ်းလုပ်တဲ့ “အမရာဝိက္ခေပ” ဝါဒလို့ ဆိုတာပေါ့နော်။

အဲ့ဒီဝါဒ ကိုင်စွဲထားတဲ့ သဉ္စယဗေလဋ္ဌပုတ္တ ဆိုတဲ့ နောက်လိုက်နောက်ပါ တပည့်များတဲ့ဆရာကြီးကိုလည်းပဲ သူ့တပည့်တွေက အားလုံးက ကြည်ညို လက်ခံကြတာ မဟုတ်ဘူး။ လူလယ်ခေါင်မှာ အရှက်ခွဲပြီးတော့ သူ့ရဲ့အယူဝါဒကနေ ထွက်ခွာသွားကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အများကြီး ရှိခဲ့တယ်။

နောက်တစ်ဦးက **နိဂဏ္ဍနာဋပုတ္တ**။ ဒီကနေ့ခေတ် အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ ဂျိန်းလို့ခေါ်တယ်။ မဟာဝီရ

သူတို့ကျမ်းစာအရဆိုရင်တော့ ဝဓ္ဓမာနမဟာဝီရလို့ ခေါ်တယ်။ ဒီ မဟာဝီရဆိုတဲ့ ဂိုဏ်းဂိုဏ်းခေါင်းဆောင်ကြီးကလည်း "စာတုယာမသံဝရ"လို့ဆိုတဲ့ လေးဘက်လေးတန်က ကိုယ့်ကိုယ်ကို စောင့်စည်းခြင်းဆိုတဲ့ မှန်ကန်တဲ့ တရားကိုတော့ ဟောတယ်။ သူဟောတဲ့ ဝါဒတွေက အကုသိုလ်ရှောင်ဖို့ အဓိက။ သို့သော် သူ့မှာ အပြစ်တင်စရာ ဘာလဲလို့ဆိုရင် အတ္တကို စွဲကိုင်ထားတယ်။ ထာဝရမြဲတဲ့ အရာတစ်ခုကို သူက မကျော်ဖြတ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ **အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ**ကတောင် သူ့ဝါဒကို ဘယ်လိုပြောတာတုန်းဆိုတော့ **ဧတေသံ ဝါဒေ ကိဉ္စိ သာသနာနုလောမမ္ပိ အတ္ထိ** မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမနဲ့တူတဲ့အရာတွေ သူ့ဝါဒထဲမှာ ပါပါတယ်တဲ့။ ဘာလဲလို့ဆိုရင် မကောင်းမှုကို တားမြစ်တဲ့ဝါဒ။ မကောင်းမှု မလုပ်ရဘူးဆိုတဲ့ဝါဒ တူတယ်။ သို့သော်လည်းတဲ့ "**အသုဒ္ဓလဒ္ဓိတာယ သဗ္ဗါဒိဠ္ဌိယေဝဇာတာ**" သူ့ရဲ့ အယူ

ဝါဒတွေဟာ မှားယွင်းတာတွေ အခြေခံထားလို့ သူ့ဝါဒလည်းပဲ မိစ္ဆာဝါဒထဲ ပါသွားတယ်။

သူက အစွန်းရောက် "အဟိံသာ" သမားနော်။ ဘာကိုမှ မပိုင်ဆိုင်ရဘူးလို့ သူက ပညတ်ထားတာ၊ "အပရိဂ္ဂဟာ" တဲ့။ သူကိုယ်တိုင်ကလည်း မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း နေတယ်။ ဝတ်စရာအဝတ်မရှိဘူး၊ ဆွမ်းစားစရာ သပိတ်မပါဘူး ပိုင်ဆိုင်မှုအားလုံးကို စွန့်လွှတ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်။ အဟိံသာတရားကိုလည်း အစွန်းရောက် လက်ခံကျင့်သုံးနေတာ။ ဘယ်အရာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ဇီဝရှိတယ်။ ရေကို အစိမ်းသောက်ရင် ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်တယ်လို့ဆိုပြီးတော့ Fresh water ကို သူကရှောင်တယ်။ ဒီလိုကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ သူ့ကိုကိုးကွယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ တောင်သူလယ်သမားတွေ မဟုတ်ကြဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ တောင်သူလယ်သမားတွေက သစ်ပင်တွေ ခုတ်ဖြတ်ရတယ်။ မြေကြီးတူးရတယ်။ သူ့ဝါဒအရ

မြေကြီးတူးရင် မြေကြီးကို သတ်ရာရောက်တယ်။ သစ်ပင်ကိုခုတ်ရင် သစ်ပင်ကို သတ်ရာရောက်တယ်။ ဇီဝတွေသတ်တယ်ဆိုတော့ သူ့ဝါဒနဲ့ အပြစ်မလွတ်ဘူး။

အဲ ဘယ်သူတွေက ကိုးကွယ်တုန်းဆိုတော့ ကုန်သည်ပွဲစားတွေက ကိုးကွယ်တယ်။ ကုန်သည်ပွဲစားဆိုတာ အရောင်းအဝယ်ပဲ လုပ်တယ်။ မြေကြီးလဲမတူး သစ်ပင်လဲမခုတ်ဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ ကုန်သည်ပွဲစားတွေက ကိုးကွယ်တာ၊ ဒါ့ကြောင့် သူ့ဝါဒဟာ ဒီကနေ့ထိအောင် အိန္ဒိယမှာ ရှင်သန်နေတယ်။ အဲဒီ **နိဂဏ္ဌနာဋပုတ္တ** ဆရာကြီးကိုလည်း တပည့်တွေက ထော်လော်ကန့်လန့်လုပ်ပြီးတော့ ထွက်သွားကြတာရှိတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ တပည့်တွေရဲ့လေးစားမှုကို ဒီဆရာကြီး ခြောက်ဦးလုံးဟာ မရဘူးတဲ့။ ဒါသူတို့ ဝေဖန်ဆွေးနွေးနေကြတာ။

နောက် ဂေါတမဗုဒ္ဓဟာ နောက်လိုက်နောက်

ပါ အလွန်များတယ်။ ဒါပေမယ့် ဂေါတမဘုရားရဲ့ တပည့်တပန်း သာဝကတွေဟာ ဂေါတမဗုဒ္ဓကို သိပ်ရိုသေလေးစားကြတာကို တွေ့ရတယ်တဲ့။ တစ်ခါ တုန်းက ပရိသတ်အလယ် ဂေါတမဘုရား တရား ဟောနေတဲ့အချိန်မှာ တပည့်သာဝကတစ်ဦးက ချောင်းဟန့်မိတယ်။ အနားနားရှိတဲ့ ကိုယ်တော်က ဒူးတို့ပြီးတော့ သတိပေးဖူးတယ်။ "ကိုယ်တော် တိတ် တိတ်နေ၊ တိတ်တိတ်နေ မြတ်စွာဘုရား တရားဟော နေတယ် အသံမလုပ်ပါနဲ့၊ အသံမထွက်ပါနဲ့" လို့ တားတာကို သိလိုက်ကြရတယ်၊ မြင်လိုက်ကြရ တယ်။ ဘယ်လောက်ထိအောင် ဂေါတမဗုဒ္ဓရဲ့တပည့် သာဝကတွေဟာ ဘုရားကို လေးစားကြသလဲတဲ့။

နောက် ဂေါတမဗုဒ္ဓရဲ့ တပည့်သာဝကတွေ ဟာ မြတ်စွာဘုရား တရားဟောပြီဆိုတဲ့အချိန်ကျရင် ဘုရားဟောတဲ့ တရားပွဲတွေမှာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ ရှိရင် ချောင်းဟန့်သံလည်း မကြားရဘူး၊ ချေဆတ်သံ

လည်း မကြားရဘူး။ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်ပြီးတော့ နားထောင်နေကြတယ်တဲ့။ အားလုံးဟာ ဘုရားရဲ့ တရားကို တစ်လေးတစ်စား နားထောင်နေကြတာ တွေ့ရတော့ ဂေါတမဗုဒ္ဓရဲ့တပည့်သာဝကတွေဟာ သူတို့ဆရာကို အင်မတန်မှ လေးစားမြတ်နိုးတယ် ဆိုတာကို သိရတယ်။

ဒါတင်မကဘူး ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားရဲ့ သာသနာတော်မှာ မြတ်သောအကျင့်ကို မကျင့်နိုင်လို့ ဘုန်းကြီးတွေ လူထွက်သွားတာတွေ ရှိတယ်။ အဲဒီ လူ့ဘောင်ရောက်သွားတဲ့ဘုန်းကြီးတွေဟာလည်း ဘုရားကို မကဲ့ရဲ့ဘူး၊ တရားကို မကဲ့ရဲ့ဘူး၊ သံဃာကို မကဲ့ရဲ့ဘူး။ သူ့ကိုသူပဲ အပြစ်တင်ကြတယ်၊ “ငါတို့ကို က မနေနိုင်တာ၊ ငါတို့ကိုယ်က မကျင့်နိုင်တာ။ မကျင့်နိုင်လို့ တို့တစ်တွေဟာ သာသနာတော်က ထွက်ခွာလာခဲ့တာ သာသနာ့ကျင့်စဉ်က မှားလို့ မဟုတ်ဘူး” လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အပြစ်တင်ပြီး နောက်

ဆုံးမှာ ဥပါသကာအဖြစ် ခံယူပြီးတော့ နေကြတာတွေ ရှိတယ်။

ဒါက ဂေါတမဗုဒ္ဓနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကြည်ညိုလေးစားမှုခံရတာကို **သကုလုဒါယီ ပရဗိုဇ်**က မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တာ။ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီမှာမေးတယ်။ "ဥဒါယီ ငါ့ကိုအခုလို တပည့်သာဝကတွေက လေးစားတာ၊ မြတ်နိုးတာ ဘာ့ကြောင့်လို့ ထင်သလဲ၊ ဘယ်လိုအရည်အချင်း တွေရှိလို့လို့ ထင်သလဲ၊ ဘယ်ဂုဏ်ရည်တွေဟာ ဒီလို လေးစားလောက်တယ်လို့ ယူဆသလဲ?"

ဒီတော့ သကုလုဒါယီ ပရဗိုဇ်က သူ့အထင် ကို လျှောက်တယ်။ "အရှင်ဘုရားကို တပည့် သာဝကတွေက လေးစားတာဟာ တပည့်တော်အမြင် အချက် ၅ ချက် ရှိတယ်ဘုရား"တဲ့။ အချက် ၅ ချက်က ဘာတုန်းဆိုတော့ အရှင်ဘုရားက အစာအဟာရ နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ နည်းနည်းလေး ဘုန်းပေးတယ်။

အင်မတန်မှ ခြိုးခြံတယ်တဲ့။

ပရဗိုဇ်တွေက တစ်ခါတစ်ခါ သူတို့မှာ အစာလျှော့စားတာကို ဂုဏ်ယူတဲ့အကျင့်ရှိတယ်။ အစာကို နည်းနည်းလေးစားပြီး နေနိုင်တာကိုပဲ တကယ့်ကျင့်စဉ်ကြီး တစ်ခုလိုလုပ်တာ။ ဗမာပြည်မှာလည်း လိုက်ကျင့်ကြတာရှိတယ်လေ၊ ၉ ရက် မီးလွတ်စားတာတို့၊ ၉ ရက် သစ်သီးလေးပဲ စားတာတို့ ဒီကျင့်စဉ်တွေပဲ။

အစာအာဟာရ နည်းနည်းလေး စားတာသူများတွေလို အများကြီးမစားဘဲနဲ့ ရေသောက်ကျင့်တယ်ဆိုတာမျိုးလိုပေ့ါ။ အရှင်ဘုရားဟာ အစာနည်းနည်းလေးစားတဲ့အပေါ်မှာ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်လေ့ရှိတယ်။ ဒီအချက်ဟာလည်းပဲ အရှင်ဘုရားကို တပည့်တွေ လေးစားမြတ်နိုးခြင်းအကြောင်း ဖြစ်ပါလိမ့်မည်တဲ့။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် သင်္ကန်းနဲ့

ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် အရှင်ဘုရားဟာ ရသမျှနဲ့ ရောင့်ရဲတယ်၊ တင်းတိမ်တယ်။ အဲ့ဒီ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်မှုဆိုတဲ့ဂုဏ်နဲ့ပြည့်စုံတယ်၊ ဒါ့ကြောင့် တပည့်တွေ လေးစားတယ်။

ဆွမ်းနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ ရှိရင်လည်း အရှင်ဘုရားဟာ ရရသမျှ ဆွမ်းနဲ့ပဲ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ တပည့်တွေက ရိုသေလေးစားကြတယ်။

ကျောင်းကန်နဲ့ပတ်သက်လာလို့ ရှိရင်လည်း ဘယ်လို ကျောင်းကန်မျိုးပဲဖြစ်ဖြစ် ရရသမျှ ကျောင်းကန်နဲ့ အရှင်ဘုရားက ကျေနပ်တယ်တဲ့။ ဒါကြောင့်မို့ တပည့်တွေက အရှင်ဘုရားကို ရိုသေလေးစားကြတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

နောက်တစ်ခုက အရှင်ဘုရားဟာ ဘယ်သူနဲ့မှ ရောရောနှောနှော မနေတတ်ဘူး။ အရှင်ဘုရား နေလို့ရှိရင် တိတ်ဆိတ်ဆိတ် ငြိမ်ငြိမ်သက်သက် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အေးအေးဆေးဆေး နေတတ်တဲ့

အကျင့်ရှိတယ်။ အဲဒါကြောင့်လည်း တပည့်တွေက လေးစားတာဖြစ်နိုင်တယ်။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက အစာနည်းနည်းစားလို့ ငါ့ကို လေးစားတာလည်း မဟုတ်ဘူး။ ငါ့တပည့်တွေထဲမှာ တစ်ချို့ကိုယ်တော်တွေဟာ ဥသျှစ်သီးလုံးလောက်လေးပဲ စားမယ်လို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြီးတော့ ဥသျှစ်သီးလုံးလေး လောက်ပဲစားကျင့်တဲ့ကိုယ်တော်တွေ ရှိတယ်။ ဥသျှစ်သီး တစ်ခြမ်းလောက် စားပြီးနေတဲ့ ကိုယ်တော်တွေလည်း ရှိတယ်တဲ့။ ကျင့်ကြတာ။ တစ်ချို့ကျတော့ အိမ်တွေမှာ ထမင်းကို သီးသန့်ချက်ပြီးတော့ ဦးဦးဖျားဖျား ဆိုပြီးတော့ ခွက်ငယ်၊ ပန်းကန်ငယ်လေးတွေနဲ့ ထည့်ထားတယ်။ ကြွလာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် အဲ့ဒီ ခွက်တစ်ခွက် လှူလိုက်တယ်။ အဲဒီမှာ တစ်ချို့ကိုယ်တော်တွေဟာ အဲဒီခွက်ကလေး တစ်ခွက်စာလောက်နဲ့ တင်းတိမ်နေကြတာမျိုးတွေ အများကြီး

ရှိတယ်တဲ့။

အကယ်၍သာ အစာအာဟာရနည်းနည်း လေးစားလို့ ငါ့ကို ကြည်ညိုမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ငါ့ကို လေးစားတယ်ဆိုရင် အဲဒီလို တပည့်မျိုးတွေက ငါ့ကို ဘယ်လေးစားမှာတုန်းတဲ့။ သူတို့က ငါ့ထက်စားတာ နည်းတယ်တဲ့၊ အာဟာရနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ ငါ့ ထက်ခြိုးခြိုးခြံခြံ ကျင့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိတယ်တဲ့။ ဒါလည်းပဲ အကြောင်းမဟုတ်ဘူးတဲ့။

နောက်တစ်ခု သင်္ကန်းနဲ့ပတ်သက်လာလို့ရှိ ရင်လည်း ငါ့ရဲ့တပည့်တွေထဲမှာ ရာသက်ပန် ပံ့သကူ သင်္ကန်းဝတ်နေကြတာတွေ ရှိတယ်။ ငါကမှ သူဌေး တွေလှူတဲ့အဝတ်တွေ ဘုရင်တွေကလှူတဲ့အဝတ်တွေ အင်မတန်မှ ကောင်းတဲ့အဝတ်တွေကို တစ်ခါတစ်ရံ ဝတ်သေးတယ်တဲ့။ ငါ့တပည့်တွေက တကယ့်ကို သုသာန် သင်္ချိုင်း အမှိုက်ပုံတွေက ရလာတဲ့ ပံ့သကူ သင်္ကန်းတွေကို ချုပ်ပြီးဝတ်ကြတာ။ တစ်သက်လုံး

ပုံ့သကူသက်န်းနဲ့ နေသွားကြတာ အများကြီးရှိတယ်။ အကယ်၍သာ သင်္ကန်းနဲ့ခြိုးခြံလို့ ကြည်ညိုကြတယ်ဆိုရင် ငါ့ထက်ခြိုးခြံတဲ့ တပည့်တွေက ငါ့ကို ဘယ်ကြည်ညိုမလဲ၊ ဒါ့ကြောင့်မို့ မင်းပြောတဲ့ အချက်ဟာ မဟုတ်သေးဘူးတဲ့။

ဆွမ်းနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ ရှိရင်လည်း ငါ့ရဲ့ တပည့်တွေထဲမှာ အမြဲတမ်း ဆွမ်းခံစားကြတာ ရှိတယ်။ မြို့ထဲရွာထဲရောက်လို့ "တပည့်တော်တို့ အိမ်ကိုကြွပါအုံး ဘုရား၊ ဆွမ်းစားပါအုံး ဘုရားဆိုရင် လက်မခံဘူး၊ ပင့်ပြီးကျွေးတဲ့ ဆွမ်းကို လက်မခံတဲ့ တပည့်တွေအများကြီးရှိတယ်။ ဆွမ်းခံလို့ရတဲ့ ဆွမ်းနဲ့ပဲ ကျေနပ်ပြီး ကျင့်တဲ့တပည့်တွေ ရှိတယ်။ ငါကကျတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ဘူး။ တစ်ခါတစ်လေ ဆွမ်းစားပင့်တာ လိုက်ရတယ်။ ကောင်းပေ့ဆိုတဲ့ ဆွမ်းတွေနဲ့ တစ်ခါတစ်ရံ ဘုန်းပေးတာရှိတယ်။ ဆွမ်းစားပင့်တာတွေ ရှိတယ်။ ဆွမ်းခံတာတင် မဟုတ်ဘူးတဲ့။

အကယ်၍သာ ဆွမ်းကွမ်းနဲ့ပတ်သက်ပြီး ခြိုးခြံလို့ ရောင့်ရဲလို့ ကြည်ညိုမယ်ဆို ငါ့ကို ဘယ်ကြည်ညိုမလဲတဲ့။ သူတို့လောက် ငါကျင့်တာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။

နောက်တစ်ခု ကျောင်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့အခါမှာလည်း ငါ့ရဲ့တပည့်သာဝကတွေမှာ ရှစ်လတိတိ အမိုးအောက်ကို မဝင်ဘူး။ Shelter ဆိုတဲ့ အမိုးအကာအောက်မှာ မရှိဘူး။ သစ်ပင်အောက်နဲ့ လွင်ပြင်မှာသာ နေကြတယ်။ ရှစ်လဆိုတာ ဆောင်းလေးလနဲ့ နွေလေးလကို ပြောတာ။ မိုးရာသီကျတဲ့အခါမှာ အမိုးအောက် ဝင်တာ။ **ရုက္ခမူလဓုတင်တို့ အဗ္ဘောကာသိကဓုတင်တို့** ဒီလိုဆိုလိုတာပေါ့။ လွင်ပြင်မှာနေတဲ့ဓုတင်အကျင့်။ သစ်ပင်ရင်း သစ်ပင်ရိပ်မှာနေတဲ့ ဓုတင်အကျင့်။ အဲ့ဒီ ဓုတင်အကျင့်တွေကို ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်နေတဲ့ ငါ့ရဲ့တပည့်တွေ ရှိတယ်။ ငါက သူတို့လိုနေတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ လှလှပပ ဆောက်ထားတဲ့ ဂန္ဓကုဋီ ကျောင်းကြီးတွေ ခန်းမြား

တဲ့အဆောက်အဦးကြီးတွေမှာ တစ်ခါတစ်လေ ငါက နေတာတဲ့။ အဲဒီတော့ ကျောင်းနဲ့ပတ်သက်ပြီး ရသမျှ ကျေနပ်လို့ ငါ့ကိုကြည်ညိုတယ်ဆိုလို့ရှိရင် ခုနက အမိုးအကာအောက် ရှစ်လတိတိ မဝင်တဲ့တပည့်တွေ က ဘယ်လိုလုပ် ငါ့ကို ကြည်ညိုနိုင်ကြမလဲ၊ လေးစား မလဲတဲ့။ မလေးစားနိုင်ပေဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒါလည်း အကြောင်းမဟုတ်ဘူးတဲ့။

နောက်တစ်ခါ "အရှင်ဘုရားဟာ ဘယ်သူနဲ့မှ ရောရောနှော မနေဘူး"လို့ သင်ကပြောတယ်။ ဒီအချက်ဟာလည်း မဖြစ်ဘူးတဲ့။ ငါ့တပည့်တွေထဲမှာ ဘယ်သူနဲ့မှ အတွေ့မခံဘဲ တောထဲမှာ ဧကစာရီ ကျင့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိတယ်။ ဘယ်သူနဲ့မှ အတွေ့မခံဘူး။ အစွန်အဖျားကျတဲ့ တောနက်တွေထဲသွားပြီး တစ်ဦးတစ်ယောက်ထဲနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိတယ်။ သူတို့ဟာ ဝိနည်းစည်းကမ်းအရ ဥပုသ်ပြုဖို့ဆိုပြီး တော့ လပြည့်လကွယ် တစ်လမှာ နှစ်ကြိမ်ပဲ

သံဃာ့အလယ်ကို ရောက်တယ်။ ကျန်တဲ့အချိန်မှာ ဘယ်သူနဲ့မှ မတွေ့ဘူး။ ရောရောနှောနှောမနေလို့ ငါ့ရဲ့တပည့်တွေက ငါ့ကို လေးစားတယ်ဆိုလို့ရှိရင် ရောရောနှောနှော မနေတဲ့အရာမှာ ငါ့ထက်သာတဲ့ ဒီတပည့်တွေက ငါ့ကို ဘယ်လိုလုပ် လေးစားမတုန်းတဲ့။ ဒါကြောင့်မို့ ဒါလည်းပဲ မဟုတ်ဘူးတဲ့။

အဲဒီတော့ ဥဒါယီပြောတဲ့ အချက် ၅ ချက်လုံးဟာ မြတ်စွာဘုရားကို တပည့်တွေက လေးစားမြတ်နိုးခြင်းရဲ့ဂုဏ်ရည်တွေ မဟုတ်နိုင်ဘူး။ ဒီအချက်တွေကြောင့် ငါ့ကို လေးစားတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ငါ့ကို လေးစားကြခြင်းရဲ့ အကြောင်း ၅ မျိုးရှိတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီတပည့်တို့ရဲ့ လေးစားမြတ်နိုးရတဲ့ ဂုဏ်အရည်အချင်းတွေကို ဟောတယ်။ ဒါက အင်မတန်မှ မှတ်သားစရာကောင်းတယ်။ ရဟန်းတွေ၊ နောက်လိုက် တပည့်သာဝကတွေက ဘာဖြစ်လို့ ဒီလောက် လေးစားတာလဲ၊ လေးစားရခြင်းရဲ့အ

ကြောင်းက ဘာလဲဆိုတာကို မြတ်စွာဘုရားက ထုတ်ပြီးတော့ ဟောပြောထားတာ။

နံပါတ်တစ်က ငါ့ကို တပည့်တွေ လေးစားမြတ်နိုးရတဲ့အကြောင်းတစ်ခုက အဆင့်မြင့်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား ငါ့မှာရှိတယ်။ အဆင့်မြင့်တဲ့သီလကို အဓိသီလလို့ ခေါ်တယ်။ အဲ့ဒီအဆင့်မြင့်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလပေါ်မှာ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ပတ်သက်တဲ့အခါမှာ လုံးဝပြောစရာမရှိအောင် မဲ့တစ်ပေါက်မစွန်းတဲ့၊ အဆင့်မြင့်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား ရှိတယ်ဆိုတာကို တပည့်သာဝကတွေက သိလို့ ငါ့ကို ကြည်ညိုကြတာဖြစ်တယ်။ အဆင့်မြင့် တဲ့သီလဟာ လေးစားခံရခြင်းရဲ့အကြောင်း တစ်ခုပဲတဲ့။

ဒါက အလွန်မှန်ကန်တယ်။ ခေါင်းဆောင်လုပ်တယ်လို့ ဆိုပေမယ့်လို့ တစ်ခါတစ်ရံ ခေါင်းဆောင်တွေရဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ပြားမှုတွေ ရှိတတ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားကျတော့ ကိုယ်ကျင့်

တရားပျက်ပြားမှု ဆိုတာ လုံးဝမရှိဘူးနော်။ သာမန်ကိုယ်ကျင့်တရားမျိုးမဟုတ်ဘဲနဲ့ အလွန့်အလွန်အဆင့်မြင့်တဲ့ကိုယ်ကျင့်တရား၊ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အကျင့်တရားနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ ထောက်ပြစရာ မရှိအောင် စင်ကြယ်သန့်ရှင်းမှု ရှိတယ်။ အဲဒီ အဆင့်မြင့်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားရှိမှုဟာ တပည့်များရဲ့ လေးစားမြတ်နိုးမှုကို ခံရခြင်းရဲ့ အကြောင်းတစ်ခုပဲတဲ့။

နောက် နံပါတ်(၂)အချက်က ဘာတုန်းဆိုတော့ "အဘိက္ကန္တဉာဏဒဿန" ထူးခြားတဲ့ အမြင်ဉာဏ်ပဲ။ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အမြင်ဉာဏ်မျိုး မဟုတ်ဘူး၊ ဘုရားရဲ့အမြင်ဟာ အင်မတန်မှ ထူးခြားတန်ဖိုးကြီးမားတယ်။ ရှေ့ကိုလည်း မြင်နိုင်တယ် နောက်ကိုလည်း မြင်နိုင်တယ်။ ဘာဖြစ်လာမယ် ဆိုတာကိုလည်း အတိအကျ။ အားလုံးအရာခပ်သိမ်းကို သိနိုင်တဲ့စွမ်းရည်မြင့်မားတဲ့ အမြင်မျိုးရှိတယ်။ အဲဒီအမြင်နဲ့

ပတ်သက်လာလို့ရှိရင်လည်း မြတ်စွာဘုရားကို မှီတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဘယ်သူမှ မရှိဘူး။

ရှင်သာရိပုတ္တရာလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတောင်မှ မှားယွင်းတဲ့ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ ရှိတယ်လေ။ ရွှေပန်းတိမ်သည် သားရဟန်းလေးကို ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးတဲ့ အခါမှာ ဩဝါဒ် လူငယ်လူရွယ်တွေဆိုတာ ရာဂများတတ်တယ် တွယ်တာမှုတွေ အားကြီးလိမ့်မယ်။ အဲဒီတော့ အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းပေးမှ တော်မယ်ဆိုပြီး အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းပေးတာ။ လေးလအားထုတ်တာ သမာဓိတောင် မရဘူး။ မြတ်စွာဘုရားထံ ရောက်တော့ ကမ္မဋ္ဌာန်း Technique ကို ပြောင်းလိုက်တာ ချက်ခြင်းပဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီလို အမြင်မျိုးကျတော့ မြတ်စွာဘုရားလို မြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ယောက်မှ မရှိဘူး။

အဲဒီ အချက်ကြောင့်မို့လို့ ရှင်သာရိပုတ္တရာလို ပညာထက်တဲ့တပည့်မျိုးက စပြီးတော့ ဘုရားကို

ရှိသေလေးစားကြရတယ်။ မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားကြရတယ်။ ဒါ ဒုတိယရှိသေလေးစားဖို့အတွက် အရေးကြီးတဲ့ ဆရာ့ရဲ့ဂုဏ်ရည်တစ်ရပ်ပဲ ဖြစ်တယ်။ ဟုတ်တယ်၊ ဒါလည်း ဆရာဆိုတာ တပည့်တွေထက် သာလွန်တဲ့ စူးရှထက်မြက်တဲ့အမြင် ရှိဖို့လိုတယ်။ တပည့်တွေနဲ့ တန်းတူအမြင်ဆိုလို့ရှိရင် ဆရာလုပ်ဖို့ခက်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီအချက်မှာ တပည့်တွေထက် သာလွန်နေလို့ တပည့်တွေက ငါ့ကိုလေးစားတာတဲ့။

နောက် တတိယနံပါတ်(၃)အချက်က ဘာလဲလို့ဆိုရင် ပညာဉာဏ် ကြီးမားထက်မြတ်မှုပဲ။ ပညာဉာဏ် ကြီးမားထက်မြတ်မှုဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ပညာဟာ ဘယ်လောက် ကြီးမားတုန်းဆိုရင် ဘယ်ဘက်ကပဲ မေးမေး၊ ဘယ်ဘက်ကပဲ အပြစ်တင်တင် မြတ်စွာဘုရားမှာ ဖြေစရာ၊ ရှင်းလင်းစရာ ဟောပြောနိုင်တဲ့ အနေအထားမျိုးတွေ ပညာရဲ့စွမ်းအားဟာ အင်မတန်မှ မြင့်မားတယ်လို့ ဒီလိုပြောရ

မယ်။ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မှ ပညာအရာမှာ ဘုရားကို တုယှဉ်လို့မရဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ကြီးမားတဲ့ပညာရှိမှုဟာလည်း တပည့်သာဝကတွေက မြတ်စွာဘုရားကို လေးစားမြတ်နိုးရခြင်းရဲ့ အကြောင်းတစ်ခု ဖြစ်တယ်။

မှန်တယ် အမြင်စူးရှရုံတင် မဟုတ်ဘူး၊ ပညာဉာဏ်ထက်မြတ်ကြီးမားမှုဟာလည်းပဲ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်။ ဉာဏ်ကြီးတဲ့အရာမှာ ဘုရားနဲ့ယှဉ်နိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်မှ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ တပည့်သာဝကတွေက လေးစားတာ။

နောက်စတုတ္ထ နံပါတ်(၄)အချက်က ဘာလဲလို့ဆိုလို့ရှိရင် သစ္စာလေးပါးနဲ့ ပတ်သက်လာတဲ့ မေးခွန်းတွေပဲ။ အေး ဒုက္ခရောက်လာလို့ ဒုက္ခအကြောင်း ကောင်းကောင်းသိချင်လို့ အရိယသစ္စာနဲ့ ပတ်သက်လာတဲ မေးခွန်းတွေဆိုလို့ရှိရင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ဖြေဆိုချက်ဟာ အားလုံးရဲ့စိတ်ကို ကျေနပ်သွားအောင် ဖြေပြနိုင်တယ်။ လောကမှာ အမှန်လို့

ပြောတဲ့ အရာတွေဟာ မှားယွင်းမှုတွေ ရှိနေတတ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အရိယသစ္စာ ကျတော့ အမှားဆိုတာ ထောက်ပြစရာ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ သစ္စာလို့ဆိုတဲ့အတိုင်း မှန်ကန်တာ။

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး ရေးသားထားတဲ့ **သဘာဝသစ္စာ၊ အရိယသစ္စာ၊ ပရမတ္ထသစ္စာ** ခွဲခြားချက်လိုပဲ၊ ဆိုပါစို့ သဘောပေါက်အောင် ပြောရမယ်ဆိုလို့ရှိရင် စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဘာရေးထားတုန်းဆိုတော့ “**ကုသလာ အနဝဇ္ဇသုခဝိပါက လက္ခဏာ**” ကုသိုလ်တရားသည် အပြစ်ကင်းတယ်။ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ပေးနိုင်တယ်လို့ သဘာဝရှုထောင့်ကနေ ဒီလိုပြောထားတယ်။

မှန်တယ်။ ကုသိုလ်ဆိုတာ ချမ်းသာတဲ့အကျိုးကိုပေးတာ မှန်တယ်။ သို့သော် ကုသိုလ်လုပ်ပြီးတော့ လူဖြစ်တယ်။ လူ့စည်းစိမ်ချမ်းသာတွေ ရတယ်။ ကောင်းတဲ့အကျိုးတွေရတယ်။ မှန်တယ် သို့သော်

အိုရတာလဲ ဒုက္ခ၊ နာရတာလဲ ဒုက္ခ၊ သေရတဲ့ဒုက္ခဟာ ဘာဖြစ်လို့ ရတာတုန်းဆိုရင် ကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးထဲမှာ တွဲဖက်ပြီးတော့ ပါလာတာ။ အဲ့တော့ လူ့ဘဝ ရလာတာ သုခဝိပါကလို့ပြောရင် အိုတာဟာ သုခလား၊ နာတာဟာ သုခလား၊ သေရတာဟာ သုခလား ဆိုတော့ မဟုတ်ပြန်ဘူးနော်။ ဒါကြောင့်မို့ ကုသိုလ် ကောင်းမှုလုပ်ခြင်းဟာ ချမ်းသာတဲ့ အကျိုးကိုပေး တယ်လို့ ဆိုပေမယ့်လို့ ဒီစကားဟာ အရိယသစ္စာ ရှုထောင့်ကကြည့်ရင် မှားနေသလို ဖြစ်သွားတယ်။ မမှန်ကန်သေးဘူး။ လုံးဝမှန်ကန်တာ မဟုတ်သေး ဘူး။

အရိယသစ္စာ ရှုထောင့်က ကြည့်မယ်ဆိုရင် **"သဗ္ဗေသင်္ခါရာ ဒုက္ခာ"** သင်္ခါရတရား မှန်သမျှ ဒုက္ခ။ ဒါကြောင့်မို့ အရိယသစ္စာ ကျတော့ အမှားလုံးဝ မရှိတော့ဘူး။ ဒုက္ခလို့ပဲ အကုန်လုံးပြောလိုက်တယ်။ သုခ ဆိုတာ မပါဘူး။ သုခတွေ အားလုံးဟာလည်းပဲ

ဒုက္ခထဲဝင်သွားတယ်။ ဈာန်ချမ်းသာတွေလည်းပဲ ဒုက္ခသစ္စာ ထဲမှာ အကုန်ပါတယ်။ လောကီသဘာဝ တရားတွေ မှန်သမျှ ဒုက္ခသစ္စာထဲ အကုန်ပါသွား တယ်။

အဲဒီဒုက္ခကို ထုတ်လုပ်နေတဲ့ အဓိကအ ကြောင်း တဏှာသမုဒယ။ ထိုဒုက္ခဆင်းရဲ မှန်သမျှ တွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားတာ နိရောဓနိဗ္ဗာန်။ ထိုနိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ ပဋိပဒါအကျင့်ကအဓိက မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး၊ သစ္စာလေး ပါးနဲ့ပတ်သက်ပြီး အရိယာသူမွန် တို့ ထိုးထွင်း၍သိရတဲ့ သို့မဟုတ် အရိယာအဖြစ်ကို ဆောင်စွမ်းနိုင်တဲ့ တရား တွေကို ဟောပြောတဲ့အခါ မှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဖြေရှင်းဟောပြောသမျှကို အားလုံးဟာ စိတ်ထဲမှာလုံးဝကျေနပ် လက်ခံသွားပြီး တော့ အမှားအယွင်းမရှိတဲ့ သစ္စာတရား။

လောကမှာ တခြားအယူဝါဒတွေမှာလည်း သစ္စာဆိုတာ ရှိတယ်။ သူတို့ပြောလိုက်လို့ရှိရင်

အမြဲတမ်း ပြောလေ့ရှိတယ်။ **“ဣဒမေဝ သစ္စံ မောဃမညံ”** “ဒါသာအမှန်၊ ကျန်တာတွေက အမှား ချည်းပဲ အလကား” ဒီလို ပြောတယ်။ သို့သော် တစ်ခုနဲ့တစ်ခုဟာ လုံးဝ ဆန့်ကျင်ပြီးတော့ ပြောနေ တာ။ ဟိုလူကလည်း သူပြောတာ အမှန်။ နောက်လ ကလည်း သူပြောတာ အမှန်။ အမှန်လို့ပြောတဲ့အရာ နှစ်ခုသည် တောင်နဲ့မြောက်၊ အရှေ့နဲ့အနောက် ဖြောင့်ဖြောင့်ကြီး ဆန့်ကျင်နေတဲ့အရာတွေ ဖြစ်တယ် ပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သစ္စာ လေးပါးကျတော့ အဲ့ဒီ အနေအထားမျိုး မရှိဘူး၊ လုံးဝမှန်ကန်တယ်။ အမှား လုံးဝ မပါတဲ့ အမှန်မျိုးဖြစ်လို့ သစ္စာတရားနဲ့ ပတ် သက်လို့ ရှင်းလင်းဟောကြားတဲ့နေရာမှာ မြတ်စွာ ဘုရားရဲ့ဟောကြားချက်ကို အားလုံးက စိတ်တိုင်း ကျတယ် အဲဒီသစ္စာတရားကို ဟောကြားနိုင်ခြင်းဟာ လည်း သာဝကတွေရဲ့ အရာမဟုတ်ဘူး ဒါကြောင့်မို့ သာဝကတွေဟာ သစ္စာမေးခွန်းနဲ့ပတ်သက်လာလို့ရှိ

ရင် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတာကို လုံးဝကြိုး
ကျေနပ်ကြလို့ ဘုရားဟာ တပည့်များရဲ့လေးစားမှုကို
ခံရတယ်ဆိုတာ ဒီအချက်ကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်လို့
ဆိုလိုတာ။

ခုနတုန်းကလို သာမန်ကျင့်စဉ်တွေ မဟုတ်
ဘူး၊ တခြားအယူဝါဒတွေဆိုရင် ဘယ်လောက်
ခြိုးခြိုးခြံခြံ ကျင့်နိုင်တယ်၊ အစာလေး နည်းနည်းစား
တယ်။ အဝတ်မဝတ်ဘဲ ခြိုးခြိုးခြံခြံ နေတယ်ဆိုတာ
တွေက ပရိဗိုဇ်ဂိုဏ်းတွေ၊ အစေလကဂိုဏ်းတွေ
ကျင့်နေတဲ့ "ကပ" အကျင့်တွေထဲမှာပါတယ်။ ဒါ့
ကြောင့် အဲဒါတွေက ဘာမှထူးခြားတာ မဟုတ်ဘူး
တဲ့။ အဲ့ဒါတွေနဲ့ လေးစားခံရလောက်အောင် မဖြစ်နိုင်
ဘူးတဲ့၊ အခုလို တကယ့်ကို ပြည့်ဝတဲ့ အရည်အချင်း
ကြောင့်သာ တပည့်တွေက ဘုရားကိုလေးစားကြတာ
ဖြစ်တယ်ပေါ့၊ ဆရာအဖြစ်လေးစားတာ ဒီအရည်အ
ချင်းတွေကြောင့်ပဲ။

ဟော - နောက်ဆုံး ၅ ခုမြောက်ကို ဒီ **သကုလုဒါယီသုတ်** မှာ ဟောလိုက်တာက ဒီ ဗုဒ္ဓသာသနာမှာ ကျင့်ရတဲ့ **ပဋိပဒါ ၁၉ မျိုး**၊ အပိုင်း ၁၉ မျိုးကို ပိုင်းခြားပြီးတော့ ဟောသွားတယ်။ အဲ့ဒါတွေကိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့ အတိုချုံးပြီးတော့ ပြောပြမယ်။ ဒီ **သကုလုဒါယီသုတ်**မှာ ၁၉ မျိုးရှိတယ်။ အကျဉ်းချုပ်ပြီးတော့ဟောတဲ့အတွက်ကြောင့် သိစရာတွေအများကြီး ကျန်တာတော့ မဟုတ်ဘူး။ perspective အနေနဲ့ ခြုံငုံ သုံးသပ်လိုက်လို့ရှိရင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တပည့်သာဝကတွေကို ချမှတ်ပေးထားတဲ့လမ်းစဉ် တပည့်သာဝကတွေကို ချမှတ်ပေးထားတဲ့ နိဗ္ဗာန်သွားဖို့ အကျင့်တရား သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ခုအတွက် ရည်ညွှန်းပြီးတော့ ကျင့်ရတဲ့အကျင့်တရားတွေဟာ အားလုံးပြောတဲ့အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးလို့ရှိရင် တကယ်ရောက်တယ်။

ဥပမာမယ် ရွှေတိဂုံဘုရားကြီးကို တက်မယ်

အနောက်ဘက်က တက်တက်။ မြောက်ဘက်က တက်တက်၊ အရှေ့ဘက်က တက်တက်၊ တောင်ဘက်က တက်တက် ဘုရားကြီးပေါ် ရောက်တာချည်းပဲ။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ ဒီပဋ္ဌာန ၁၉ မျိုးရှင်းပြတာ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ လမ်းကြောင်းကို ရောက်တာချည်းပဲ။ မရောက်တဲ့လမ်းကြောင်း တစ်ခုမှ မရှိဘူး။

အဲ့ဒီမှာ နံပါတ်(၁) ပဋ္ဌာနမှာ ဘာကို အမိန့်ရှိတုန်းဆိုတော့ သာဝကတွေကို ကျင့်ရ မယ်လို့ ကျင့်စဉ်တစ်ခု ချမှတ်တဲ့အခါမှာ ဒီအကျင့်အတိုင်း ကျင့်သွားလို့ရှိရင် သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး အောင်မြင် ပေါက်ရောက်သွားနိုင်တယ်။ သတိပဋ္ဌာန ပဋ္ဌာန သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်ပဲ။ အဲဒီသတိပဋ္ဌာန် အားလုံးသိ ပြီးသားဖြစ်တဲ့အတိုင်း ကာယာနုပဿနာ။ contemplation of the body ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ဆက်စပ်နေတဲ့အရာ တွေပေါ်မှာ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ပွားများ မှုပေါ့။

နောက်တစ်ခုက **ဝေဒနာနုပဿနာ**။ ဝေဒနာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ဆင်ခြင်မှု။ **စိတ္တာနုပဿနာ** စိတ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ရှုမှတ်ဆင်ခြင်မှု။ **ဓမ္မာနုပဿနာ** ကျန်တဲ့ သဘာဝတရားတွေ အားလုံးနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ဆင်ခြင်မှုဆိုပြီး သတိကို အဓိကထားပြီးတော့ ဟောထားတယ်။ သတိကို အဓိကဟောတယ်ဆိုပေမယ့် သတိတစ်ခု တည်းနဲ့ ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။ အားလုံးဟာ ပေါင်းစုပြီး တော့လုပ်တာ၊ ဆိုလိုတာကတော့ ဒီထဲမှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကုန်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ရှင်းပြောတဲ့အခါမှာ **"ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ** ဆိုတဲ့အထဲမယ် အာတာပီလို့ဆိုတဲ့ စကားက သမ္မာဝါယာမကို ရည်ညွှန်းတယ်။ သမ္ပဇာ နော ဆိုတဲ့စကားက သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ရည်ညွှန်းတယ်။ သတိမာက သတိကို ရည်ညွှန်းတယ်။

ကာယေ ကာယာနုပဿီလို့ ဆိုတဲ့အထဲမှာ သမာဓိလည်း ပါတယ်၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပလည်း ပါတယ် ဆိုတော့ သီလမဂ္ဂင်ဖယ်ထား၊ တကယ်တရားအား ထုတ်တဲ့အချိန်မှာ တရားအလုပ်လုပ်တဲ့ မဂ္ဂင် ၅ မျိုး သမ္မာ ဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ။ ဒီ ၅ ခုဟာ တရားအားထုတ်နေတဲ့အ ချိန်မှာ ဟန်ချက်ညီညီ အလုပ်လုပ်နေတာကို အကုန် ထည့်သွင်းပြီး မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာ။ ဒီ သတိပဋ္ဌာန်နဲ့ ကျင့်တဲ့အခါမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဒီကျင့်စဉ် ကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ လမ်းဆုံးက ဘယ်လဲလို့ဆိုရင် **အဘိညာ ဝေါသာန, အဘိညာ ပါရမီပတ္တ** ဆိုတဲ့စကားကို သုံးထားတယ်။ **အဘိညာ**ဆိုတာ ကိုယ်တိုင်ထူးခြားတဲ့ဉာဏ်နဲ့သိပြီး တော့ **ဝေါသာန** ပြီးဆုံးမှုကို ရရှိသွားတယ်။ ပန်းတိုင် ရောက်သွားတယ်လို့ ပြောတာ။ သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ် ကို ကျင့်ပြီးတော့လည်း အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်

ဆိုတဲ့ပန်းတိုင်ကို ရောက်တယ်လို့ ဆိုလိုတာပေါ့။ အထွဋ်အထိပ်ကို ရောက်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့သာသနာတော်မှာ **အရဟတ္တဖလပရိယောသာနံ ဘဂဝတော သာသနံ** မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်ရဲ့ ပန်းတိုင်ဟာ ဘာလဲလို့ဆိုရင် အရဟတ္တဖိုလ်ပဲ ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ဒီကျင့်စဉ်တစ်ခုအတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ အရဟတ္တဖိုလ်ဆိုတဲ့ ပန်းတိုင်ကို ရောက်တယ်လို့ ဆိုလိုတာပေါ့။ အထွဋ်အထိပ်ကို ရောက်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့သာသနာတော်မှာ **အရဟတ္တဖလပရိယောသာနံ ဘဂဝတော သာသနံ** မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်ရဲ့ပန်းတိုင်ဟာ ဘာလဲလို့ဆိုရင် အရဟတ္တဖိုလ်ပဲ ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ဒီကျင့်စဉ်တစ်ခုအတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ အရဟတ္တဖိုလ်ဆိုတဲ့ လမ်းဆုံးပန်းတိုင်ကို ဆိုက်ထိတယ်။ အားလုံး တပည့်သာဝကတွေဟာ

ချမှတ်ထားတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်ကို ကျင့်ခြင်းအား ဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ် ထိအောင်ပေါက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မြောက်မြားစွာရှိတယ်။ ဒီအကျင့်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ တပည့်တွေအားလုံးဟာ ကျေနပ်ကြတယ်။ ကျေနပ် ကြသည့်အတွက်ကြောင့် အကျင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ လေးစားတယ်။ အကျင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ ဟော ပြောတာမှန်ကန်သည့်အတွက်ကြောင့် တကယ်ကျင့် ရင် တကယ်ရတဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတွေကို ကိုယ်တွေ့ ခံစားကြရလို့ တပည့်တွေရဲ့ လေးစားမြတ်နိုးမှုအရရှိ ဆုံး ဆရာဖြစ်ရတယ် ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။

ထို့အတူပဲ နံပါတ် (၂) က သမ္မပ္ပဓာန်၊ နံ ပါတ် (၃) က ဣဒ္ဓိပါဒ်။ နံပါတ် (၄) က ဣန္ဒြေ၊ နံ ပါတ် (၅) က ဗိုလ်၊ နံပါတ် (၆) က ဗောဇ္ဈင်၊ နံပါတ် (၇) က မဂ္ဂင်လို့ ဗောဓိပက္ခိယတရား တစ်ခုစီတစ်ခုစီ ဘယ်ဟာပဲကျင့်ကျင့် သူတို့ရဲ့လမ်းဆုံးက အရဟ တ္တဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ချည်းပဲ။ ဆိုလိုတာက ထူးခြားတဲ့

အရဟတ္တဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ပန်းတိုင်ကို ကျင့်စဉ်တွေ အားလုံးဟာ ဆိုက်ရောက်သွားကြတာ ချည်းပဲ။ ဒီအကျင့်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ လမ်းချော်သွားတာဆိုတာ တစ်ခုမှမရှိတာကြောင့် တပည့်တွေဟာ အကျင့်နဲ့ ပတ်သက်လာတဲ့အခါမှာ အလွန်ကျေနပ်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် တပည့်သာဝကတွေရဲ့ မြတ်နိုးမှုကို အခံရဆုံး ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

နောက်တစ်ခုကျတော့ သမထကျင့်စဉ်တွေနဲ့ ပတ်သက်တယ်။ နံပါတ် (၈) ဝိမောက္ခရှစ်ပါး အကျင့်တရား၊ အဲ့ဒီ ဝိမောက္ခရှစ်ပါး အကျင့်တရားဟာလည်းပဲ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဆိုင်ရာဆိုင်ရာအကျိုးတရားတွေကို ပြီးစေတယ်။

နောက်ထပ် နံပါတ် (၉) က **အဘိဘာယတန** ရှစ်ပါးဆိုတာလည်း ဈာန်အကျင့် တစ်မျိုးပဲ။ ဒါလည်းပဲ ကျွမ်းကျင်မှုဆိုတဲ့လမ်းဆုံးပန်းတိုင်ကို ရရှိတာပဲ။ နောက်တစ်ခါ နံပါတ် (၁၀) က **ကသိဏာ**

ယတန ဆယ်ပါးလို့ဆိုတဲ့ ကသိုဏ်းဆယ်ပါး ကျင့်စဉ်ဟာလည်းပဲ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာပန်းတိုင်ကို ရောက်တာချည်းပဲ မရောက်တာ တစ်ခုမှမရှိဘူး။ နောက်တစ်ခုနံပါတ် (၁၁)ဈာန်လေးပါးကို ကျင့်ကြံအားထုတ်လို့ရှိရင်လည်း ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ လမ်းစဉ်တွေကို ရတယ်။

နောက်တစ်ခု နံပါတ် (၁၂)က ဘာတုန်းဆိုတော့ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်။ အဲ့ဒီ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ အနည်းငယ် မှတ်သားကြည့်ကြမယ်, မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ ဝိပဿနာတရား။ ဒီကနေ့ခေတ်မှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်နဲ့ပတ်သက်ပြီး တခြားနိုင်ငံတွေမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတာတွေရှိတယ်။ တစ်လောတုန်းက ကိုရီးယားကပြန်လာတဲ့ဘုန်းကြီးတစ်ပါးက ပြောတယ်၊ မြန်မာပြည်မှာ အားထုတ်နေကြတဲ့တရား ဝိပဿနာတရားတွေဟာ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင် ဟောခဲ့တဲ့တရားတွေ မဟုတ်ဘူး၊ ဗုဒ္ဓဃောသ ရေးထားတဲ့အတိုင်းလိုက်ပြီးတော့

ကျင့်နေကြတာ၊ ဘုရားဟောတဲ့ဝိပဿနာ မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောဆို,ရေးသားနေတာတွေတောင် ရှိတယ်ပေါ့။

ဒါက ရှိနေတယ်ဆိုတာ သိရုံပဲပြောပြတာပါ။ ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ ရေးတယ်ဆိုတာလည်းပဲ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဒေသနာတော်တွေထဲက ထုတ်နုတ်ပြီးတော့ ရေးတာပဲ။ ဘယ်အချက်ဟာဖြင့် ဒေသနာတော်နဲ့ ဘယ်လိုကွဲလွဲတယ်ဆိုတာ ထောက်ပြပြီးပြောလို့ရှိရင် လက်ခံရမှာပေါ့။ အခုတော့ ထောက်ပြနိုင်စွမ်း မရှိဘဲနဲ့ ရမ်းပြီးတော့ ပြောတာကတော့ အရေးစိုက်စရာ မဟုတ်ဘူး၊ မှန်ကန်တာ မဟုတ်ဘူးပေါ့။ တစ်ချို့ကကုန်အောင်လည်း မဖတ်ဖူးဘူး၊ အဋ္ဌကထာကို ပြောနေကြတာ။ နောက်ဆုံးမှာ စာအုပ်အနှောင့်ကိုတောင် မဖတ်ဖူးဘဲနဲ့ ဘာသာညာညာ ပြောတာကတော့ လွန်တယ်၊ မမှန်တဲ့ဟာတွေပဲ လျှောက်ပြောကြတာပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားက ဝိပဿနာကျင့်စဉ်

ဆိုပြီးတော့ ဟောတဲ့နေရာမှာ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်ခုကို ခွဲခွဲခြားခြား မြင်ဖို့လေးအတွက် ဟောထားတာလေး တစ်ခုရှိတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားဖို့ရာ ဟောထားတာ။

နံပါတ်တစ်က "အယံကာယော-ငါ့ရဲ့ body လို့ခေါ်တဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ၊ **စာတုမဟာ ဘူတိကော-** မဟာဘုတ်လေးပါး (ဓာတ်ကြီးလေးပါး) နဲ့ တည်ဆောက်ထားတာ။" ဟုတ်မဟုတ် စဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထဲမှာ အသားစိုင်တွေ၊ မာမာတွေ အတုံးအခဲတွေရှိတယ်။ အတုံးအခဲတွေဟာ **ပထဝီ**။ သွေးစတဲ့ အရည်တွေမှန်သမျှ **အာပေါ**၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိတဲ့အပူငွေ့တွေ အအေးတွေက **တေဇော**၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာရှိတဲ့လေတွေက **ဝါယော**။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဓာတ်ခွဲကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ပထဝီရယ်၊ အာပေါရယ်၊ တေဇောရယ်၊ ဝါယောရယ်ပဲ ရှိတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ

စာတုမဟာဘူတိကော- မဟာဘုတ်လေးပါးနဲ့ တည်ဆောက်ထားတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးတဲ့၊ ဒါ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင် ခန္ဓာကိုယ်ရုပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ပြောတဲ့ စကားနော်။

"**အယံကာယော ရူပီ စာတုမဟာဘူတိကော** ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ရုပ်နဲ့တည်ဆောက်ထားတယ်၊ မဟာဘုတ်လေးပါးနဲ့ ဖန်တီးထားတယ်။ မာတာပေတ္တိက သမ္ဘဝေါ၊ အမေအဖေတို့ရဲ့ sperm ovum ဆိုတာတွေကို မှီတည်ပြီး ဖြစ်လာတာ၊" ဒါကတော့ မှန်တာပေါ့။ လူမွေးတယ်ဆိုတာ sperm နဲ့ ovum နှစ်ခုပေါ်မှာ သန္ဓေတည်ကြတာပဲ။ clone ဆိုတာတွေ လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ဒါတွေနဲ့ပဲ လုပ်တာပဲလေ။ ဖန်ပြွန်လူသား ဖန်တီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ဒါတွေနဲ့ပဲ လုပ်တာပဲ။ **မာတာပေတ္တိက သမ္ဘဝေါ** သစ်စေ့လေး၊ မျိုးစေ့လေးချရင် မြေနဲ့ရေနဲ့ ရှိရမှာပေါ့။ အဲဒီလိုပဲ မိဘရဲ့ သုတ်သွေးဆိုတဲ့အရာ

ပေါ်မှာ ဝိညာဏ်မျိုးစေ့လေးဟာ စတင်ဖြစ်ပေါ်တယ်။ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေရထားတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဆိုတာ **မာတာပေတ္တိက သမ္ဘဝေါ**။ အဲဒီပေါ်မှာ အခြေပြုပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။

အဲဒီလို ဖြစ်လာတဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီး မိခင်ဝမ်းကနေ ကျွတ်လာတဲ့အခါမှာ အခုလို လူကောင်းကြီးကြီးလာအောင် ဘာဖြစ်တုန်းဆိုတော့ "**ဩဒနကုမ္မာသူပစယော**=ထမင်းတွေ မုန့်တွေစားပြီးတော့ကြီးလာတာ။" ဒါက လူတိုင်းနားလည်အောင် ပြောတဲ့စကားတွေနော်၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ မိဘရဲ့သုတ်သွေးအပေါ်မှာ အမှီပြုဖြစ်လာပြီးတဲ့အခါ ထမင်းတွေ, မုန့်ပဲသရေစာတွေ စားပြီးကြီးလာတယ်။ အဲဒီကြီးလာတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ဒီအတိုင်း တည်တံ့နေတာလား ခိုင်မြဲနေတာလားဆိုတော့ မတည်တံ့ဘူး၊ မခိုင်မြဲဘူးတဲ့။ **အနိစ္စ**-မမြဲဘူး၊ ပြောင်းလဲနေတယ်၊ ထာဝရ ပြောင်းလဲနေတယ်။ ထာဝရ ပြောင်းလဲနေရုံ

မကဘူး၊ ဥဋ္ဌာဒန အနံ့အသက်တွေဆိုးလို့ သနပ်ခါး အမွှေးအကြိုင်တွေလိမ်းကျံကြရတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ဆပ်ပြာအမွှေးလေးတွေနဲ့သုံးပြီးတော့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ရဲ့အနံ့ကို ဖျောက်ပေးနေကြရတယ်။ ဒါက ဟုတ် တယ်။

ဒါတင်မရသေးဘူး၊ **ပရိမဒ္ဒန**-နှိပ်နှယ်ပေး ရသေးတယ်။ massage တွေ ဘာတွေလုပ်ပေးရသေး တယ်။ ဒီလိုခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့ သဘောကို ပြောတာ နော်။ **အနိစ္စုစ္ဆာဒန ပရိမဒ္ဒန**၊ ဒီလိုလုပ်ပေးတော့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက တည်မြဲနေသလားဆိုတော့ မတည် မြဲဘူး၊ **ပရိဘေဒန** နောက်ဆုံးမှာ ပြိုကွဲသွားတယ်။ ဟိုနားက ဟိုဟာဖြစ်၊ ဒီနားက ဒါဖြစ်၊ **ဝိဒ္ဓံသန** ပျက်စီးတဲ့ သဘောရှိတယ်။ ဒါဟာ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ရဲ့သဘောကို ဖော်ပြတာပဲ။ ပြီးတော့ "**ဣဓဒ္ဓ ပန ဝိညာဏံ ဧတ္ထ သိတံ ဧတ္ထ ပဋိဗဒ္ဓံ** ငါ့ရဲ့အသိဆိုတဲ့ နာမ်တရားလေးဟာ ဟောဒီရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာ

မှိုပြီးတော့ ဖြစ်နေတာပါလား”။ ဆိုလိုတာက နာမ်တရားဟာ ရုပ်တရားနဲ့ကွဲပြားသွားအောင် ရုပ်နဲ့ နာမ်နဲ့ နှစ်ခုခွဲပြီး ရှင်းပြတာ။ **သာမညဖလသုတ်** မှာလည်း မြတ်စွာဘုရားက ဒီအတိုင်းပဲ ဟောတယ်။ အခု **မဟာသကုလုဒါယီသုတ်** ကို ဟောတော့ လည်း ဒီအတိုင်းပဲ ဟောတယ်။ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်ခုခွဲပြီး ပြတာ။

ဥပမာမယ်တဲ့ သေသေချာချာ ထွင်းထားတဲ့ ကြိုးနဲ့သီထားတဲ့ ပတ္တမြားလေးမှာဆိုရင် ပတ္တမြား လေးကိုလည်း မြင်ရ ပတ္တမြားကို သီကုံးထားတဲ့ ကြိုးလေးကိုလည်း မြင်ရတယ်။ ရုပ်ကတစ်ခြား နာမ်ကတစ်ခြားလို့ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။ ရုပ်နဲ့နာမ်ဟာ ဆက်စပ်နေပေမယ့်လို့ သဘာဝချင်း မတူဘူး။ ပတ္တမြားလုံးနဲ့ ပတ္တမြားကို ဖောက်ပြီး သီထားတဲ့ ကြိုးနဲ့မတူဘူး။ ပတ္တမြားလုံးထဲမှာ ကြိုးရှိနေတာကို မြင်ရသလိုပဲ ဟောဒီရုပ်ခန္ဓာ ကိုယ်ကြီးထဲမှာ ဒီနာမ်

တရားဟာ ဖြစ်ပေါ်လာတယ် ဆိုတာကို သိရတယ်။ ဒီရုပ်နဲ့နာမ်ကို ကွဲကွဲပြားပြားသိပြီး အနိစ္စလက္ခဏာ, ဒုက္ခလက္ခဏာ, အနတ္တလက္ခဏာ ရှုမြင်သုံးသပ်နိုင်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပုံကို ဒီနေရာမှာ အတိုချုပ်က လေး ဟောထားတာ။ အဲဒါဟာလည်း ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ကျင့်ခြင်းဖြင့် လမ်းဆုံးဖြစ်တဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရတာချည်းပဲတဲ့။

ဒီအကျင့်ဟာလည်းပဲ မှန်ကန်တယ်။ ဒီ အကျင့်ကို ဟောသည့်အတွက်ကြောင့် အားလုံးဟာ ကျေနပ်ကြတယ်။ တပည့်တွေဟာ ဒါကြောင့်မို့ လေး စားကြတယ်။ နောက်တစ်ခု သမထကျင့်စဉ်နဲ့ကျင့်လို့ စိတ်နဲ့ ကိုယ့်ရုပ်ကိုယ် ဖန်တီးနိုင်တဲ့ **မနောမယိဒ္ဓိအ ဘိညာဉ်** ဆိုတာ ရတယ်။ အဲဒါဟာလည်းပဲ ဒီအကျင့် ကျင့်ရင် ဒီလိုလုပ်နိုင်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟော ထားတဲ့အတိုင်း တကယ်ဖြစ်တယ်ပေါ့။ နောက် ၁၄ ခုမြောက်ကတော့ **ဣဒ္ဓိဝိဓအဘိညာဉ်** ပုံစံ အမျိုးမျိုး

ဖန်ဆင်း၊ မြေလျှိုးမိုးပျံ ပုံသဏ္ဍာန် အမျိုးမျိုး လုပ်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိတွေဟာလည်းပဲ၊ တကယ် လုပ်ရင် တကယ်ဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ အတိုင်း နောက်တစ်ခါ **ဒိဗ္ဗသောတ** အင်မတန် ဝေးလံတဲ့နေရာက အသံတွေ သေးငယ်တဲ့အသံတွေ နားထောင်ရတာ၊ နားထောင်နိုင်တာပေါ့။

နောက်တစ်ခုက **စေတောပရိယ အဘိညာဉ်**၊ တစ်ဖက်သားရဲ့စိတ်တွေကို သိထားနိုင်တယ်။ ဘာတွေ ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာကို သိနိုင်တဲ့ **စေတောပရိယ အဘိညာဉ်**ဟာလည်း တကယ်လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်နိုင်တယ်တဲ့။ နောက်တစ်ခါ **ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ** ကျင့်စဉ်အတိုင်း တကယ်ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်လို့ရှိရင် ကိုယ့်ဘဝ အတိတ်ဘဝက အကြောင်းအရာတွေ ကမ္ဘာချီအောင် သိနိုင်တယ် ဆိုတာလည်း တကယ့်လက်တွေ့ ဘုရားဟောထားတဲ့ အတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်လို့ အောင်မြင်

ပေါက်မြောက်သွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ များစွာရှိတယ်။ ဒါကလည်းပဲ ကျေနပ်စရာ တစ်ခုပဲတဲ့။

နောက်ထပ် တစ်ဆယ့်ရှစ်ခုမြောက်ကျတော့ **ဒိဗ္ဗစက္ခု**၊ ဘယ်လောက် ဝေးဝေး၊ ဘယ်လောက် ကွယ်နေနေ အားလုံးကို မြင်နိုင်တဲ့**ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဉ်** ဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒါဟာလည်း ကျင့်ကြံလို့ အောင်မြင်ပေါက်ရောက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိတယ်။ ဒီအချက်တွေကို ထောက်ထားပြီးတော့ တပည့်များရဲ့ လေးစားမြတ်နိုးမှုခံရတဲ့ ဂုဏ်ရည်တွေဟာ ဒီအကျင့်တရားတွေကို မှန်မှန်ကန်ကန်ဟောလို့ ဟောတဲ့အတိုင်း အောင်မြင်ပေါက် ရောက်တဲ့ဂုဏ်ဟာ နည်းလှတဲ့ဂုဏ်မဟုတ်ဘူး။ တစ်ချို့ကျတော့ လမ်းစဉ်ကြီး ချမှတ်ထားပေမယ့် အဲ့ဒီလမ်း စဉ်တိုင်း လိုက်လုပ်လို့ မဖြစ်တာတွေ အများကြီးပဲ။ လမ်းစဉ်ကြည့်လိုက်တော့ အင်မတန် ကောင်းတယ်။ အကောင်အထည်ဖော်လို့မရတာတွေ အများကြီးပဲ။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားခဲ့တဲ့ **ပဋိပဒါဆိုတဲ့** ကျင့်စဉ်တရားတွေဟာ အကောင်အထည် ဖော်လို့ရတာ ချည်းပဲလို့ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ အောင်မြင်ပေါက်မြောက်သွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မြောက်များစွာရှိတယ်၊ ဒီအကျင့်အတိုင်း ကျင့်သွားလို့ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်သွားကျတာ။ နောက်ဆုံးကတော့ **အာသဝက္ခယ** ကျင့်စဉ်တစ်ခု၊ **၁၉** ခုမြောက်ပေါ့။ **အာသဝက္ခယ** ကျင့်စဉ်ဆိုတာ အရဟတ္တမဂ်အရဟတ္တဖိုလ်ထိအောင် သီးခြားတော့ မဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာကျင့်လာလို့ နောက်ဆုံးမှာ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကိုရပြီး အာသဝတရား ကုန်သွားပြီးတော့ **စေတောမုတ္တိ ပညာဝိမုတ္တိ**ဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေက လွတ်မြောက်မှုတွေကို ရရှိသွားတယ်။ ဒီရရှိမှုတွေဟာ ဒီမြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့ကျင့်စဉ်အတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်လို့ ပေါက်ရောက်အောင်မြင်သွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မြောက်များစွာရှိတယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီအချက်တွေကို ထောက်ထားပြီး ဒီအကျင့် ၁၉ မျိုး ဟောကြားချက်အတိုင်း ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ်အားထုတ်လို့ အောင်မြင်သည့်အတွက်ကြောင့် တပည့်များရဲ့လေးစားမြတ်နိုးမှုကို အခံရဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ခဲ့တယ်လို့ **သကုလုဒါယီပရဗိုဇ်**ကို မြတ်စွာဘုရားက ရှင်းပြပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားကို တပည့်တွေက ရိုသေလေးစားတယ်ဆိုတာ တခြားအကြောင်းတွေကြောင့် မဟုတ်ဘူး။ (၁) အဆင့်မြင့်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ (၂) အရာရာကို စူးစူးရှရှ မြင်နိုင်တဲ့ အမြင်၊ (၃) ကြီးမားတဲ့ ဉာဏ်ပညာ၊ (၄) သစ္စာတရား ဟောကြားတဲ့နေရာမှာ တိကျခိုင်မာမှုနဲ့၊ (၅) ကျင့်စဉ်ကို ကျင့်တဲ့အခါမှာ အောင်မြင်ပေါက်ရောက်နိုင်တဲ့ အကျင့်မှန် လမ်းမှန်တွေကို ဖော်ပြဟောပြပေးနိုင်မှုဆိုတဲ့ ဒီ အချက် (၅) ချက်ဟာ တပည့်များက မြတ်စွာဘုရားကိုလေးစားမြတ်နိုးရခြင်းရဲ့ အဓိကအကြောင်း

တရားတွေ ဖြစ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ရှင်းလင်းဟောကြားတာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်အပေါင်းတို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို ကြည်ညိုလေးစား ကြရတယ်ဆိုတာ သူမတူအောင် အလွန်ထူးချွန်တဲ့ ဒီအချက်တွေကို ကြည့်ပြီး မြတ်စွာဘုရားဟာ တစ်လောကလုံးက ဦးညွတ်လေးစားရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ထူးပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ဖြစ်သောကြောင့် ဗုဒ္ဓဂုဏ်ကို အာရုံပြုပြီး မြတ်စွာဘုရားချမှတ်ထားတဲ့ လမ်းစဉ်အတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်ကြမယ်ဆိုရင် ဘုရားဟောတဲ့ အတိုင်း ဒီလမ်းလျှောက်လို့ရှိရင် ဒီစခန်း ရောက်တယ် ဆိုတာကို ယုံကြည်သိမှတ်ပြီးတော့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရားတွေကို ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ခြင်းဖြင့် နောက်ဆုံး ထာဝရအငြိမ်းဓာတ်ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ကိုယ်စီကိုယ်ငှ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဓမ္မမိတ်ဆွေများသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များကရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံ ပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြုလျက် စာအုပ်ငယ်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ဖော်ပြပါဌာနများသို့ 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

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

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

၅။ **ပုရပိုက်ဓမ္မဖြန့်ချိရေး**
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။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ
၁၈။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပါယ်

၁၉။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်
၂၀။ ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်
၂၁။ နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
၂၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
၂၃။ ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖြန်ကမ္ဘာ
၂၄။ မင်္ဂလသုတ်အနှစ်ချုပ်
၂၅။ သာရဏီယတရား
၂၆။ ရသ တဏှာ
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။ သတိမကွာ အသိပညာဖြင့် နေထိုင်ခြင်း
၃၈။ အတ္တာဟိအတ္တနောနာထော
၃၉။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၄၀။ ပေါသူ 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။ အထင်မှား အမြင်မှား
၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၄။ ယှဉ်ပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး
၅၅။ နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလံ
၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း
၅၇။ အားပေးစကား
၅၈။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၉။ ဘေသဇ္ဇဂုရု
၆၀။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သွားနေသူ
၆၁။ ဘဝ၏ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ
၆၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်ပွား နှလုံးသွင်းတရား

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။ ဒဏ္ဍိဏာဝိဘင်္ဂသုတ် 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

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ၏
စိန်ရတုမွေးနေ့ အမှတ်တရ အဖြစ်
တပည့်များဖြစ်ကြသော
အရှင်နန္ဒသာရ
အရှင်ဇဝန
အရှင်ကုသလာနန္ဒ
မသန္တစာရီ
တို့၏ ဓမ္မဒါန
၄-၃-၂၀၁၅(ဗုဒ္ဓဟူးနေ့)၊ ၁၃၇၆ - ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည့်နေ့
နတ်လူသာခုခေါ်စေသော်

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