DHAMMAVIJJĀLAYA
2546 2003
CENTRE FOR BUDDHIST STUDIES

ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၁၄၃)

ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်များ

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာစုခေါ်စေသော်

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

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်များ

တရားစာအုပ်များကို

ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့်

ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်များ

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၆-နှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၄-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော် (၆) ရက်နေ့၊ ၂၀၁၃-ခုနှစ်၊ မတ်လ (၃)ရက်၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပြည်ကြီးတံခွန်မြို့နယ်၊ ရဲဘော်ကွက်သစ်ရပ်၊ 'ရွှေကုသိုလ်' ဘုံဆွမ်းလောင်းအသင်းကြီး၏ (၂)နှစ်ပြည့် အထူးဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားဝယ် ရဲဘော်ကွက်သစ်ရပ်၊ ပြည်ကြီးတံခွန်မြို့နယ်၊ အလှူ့ဒါယကာ ဦးမြင့်တင် + အလှူ့ဒါယိကာမ ဒေါ်တင်သီတာငြိမ်း ၊ သား- မောင်သူရရဲရင့်၊ သမီး- မသီရိရွှန်းလဲ့ဝတ်ရည် (ခ) သီရိရဲရင့် (ကောင်းထက် လေဆိုင်၊ တာယာရောင်း ဝယ်ရေး) မိသားစုတို့၏ အမတဒါန၊ ဓမ္မဒါနအဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားအပ်သော "ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်များ" တရားဒေသနာတော်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ **ဒုစ္စရိတ ဝိပါကသုတ္တန်** ဆိုတာရှိတယ်။ ကံ, ကံ၏အကျိုးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ရှင်းလင်းဟောကြားခဲ့တဲ့ သုတ္တန်ဒေသ နာတော်တွေဟာ တော်တော်များတယ်။ ကံ, ကံ၏ အကျိုးကို ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ် ယထာကမ္မူပဂဉာဏ်တို့နဲ့ သိမြင်တော်မူပြီး မြတ်စွာဘုရားက ရှင်းလင်းဟော ကြားတော်မူတယ်။

လောက လူသတ္တဝါတွေဟာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ မနောကံတွေ၊ နှုတ်ကနေ ထုတ်ဖော်ပြောတဲ့ ဝစီကံတွေ၊ ကိုယ်ထိလက်ရောက် ပြုလုပ်တဲ့ ကာယကံတွေ၊ အကောင်းနဲ့အဆိုး ၂-မျိုး လုံး ဖြစ်ပေါ်နေတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်ပြီးသုံးသပ် ကြည့်၊ တို့တတွေ နေ့စဉ် စိတ်ကူးကြံစည်ပြီး မနောကံ တွေ ဖြစ်နေသလား။ နှုတ်က ထုတ်ဖော်ပြောဆိုပြီး

ဝစီကံတွေ ဖြစ်နေသလား။ ကိုယ်ထိလက်ရောက် လုပ်ပြီး ကာယကံတွေ ဖြစ်နေသလား။

'စေတနာဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ' လို့ နိဗ္ဗေဓိကသုတ္တန်မှာ- (အင်္ဂုတ္တရ) မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့စကားကို အကြောင်းပြုပြီး မြန်မာလူမျိုးတွေ တော်တော်များများ "ကံဆိုတာ စေတနာကို ခေါ်တယ်" လို့ သိကြတယ်။ ကမ္မဆိုတာ အလုပ်ကို ပြောတာ၊ အမှုကိစ္စပဲ။ အဲဒီ အမှုကိစ္စရဲ့ နောက်ကွယ် က တွန်းအားပေးတာ စေတနာဖြစ်တယ်။ စေတနာ မှန်သမျှကိုလဲ ကမ္မလို့ဆိုတယ်။

ပဋ္ဌာန်း (၂၄) ပစ္စည်းမှာ စေတနာဟူသမျှကို "ကမ္မပစ္စယော" လို့ ဟောထားတယ်။ ကမ္မမှာ သဟဇာတကမ္မ ဆိုတာ ရှိတယ်။ ဖြစ်ဖော်ဖြစ်ဖက် စိတ်၊ စေတသိက်တွေနဲ့ ပြိုင်တူဖြစ်လာတဲ့ စေတနာ စေတသိက်ကို သဟဇာတကမ္မလို့ ပြောတာ။

နောက်ပြီး **နာနာက္ခဏိကကမ္မ** ဆိုတာ ရှိတယ်။ အခု မြန်မာလူမျိုးတွေ ပြောနေကြတဲ့ "ကံအတိုင်းပဲ၊ ကံကောင်းတယ်၊ ကံမကောင်းဘူး" ဆိုတာ **နာနာ-က္ခဏိကကမ္မ** ကိုပဲပြောတာ။ ဒီ **နာနာက္ခဏိကကမ္မ** ကတော့ ကုသိုလ်အကုသိုလ် စေတနာနဲ့သာ သက်ဆိုင်တယ်။ အခြားစေတနာတွေနဲ့ မသက်ဆိုင်ဘူး။ စေတနာဆိုတာ စိတ်မှန်သမျှမှာ ဖြစ်တယ်။ သို့သော် ကုသိုလ်စိတ် အကုသိုလ်စိတ်နဲ့ တွဲပြီးလာတဲ့ ကုသိုလ်အမှု အကုသိုလ်အမှုကို တွန်းအားပေးတဲ့ စေတနာကိုခေါ်တာ။ **နာနာက္ခဏိကကမ္မ** ဆိုတာ ကံဖြစ်တဲ့အချိန်နဲ့ အကျိုးပေးတဲ့အချိန်ဟာ မတူဘူး၊ ဖြစ်တဲ့ခဏချင်းဟာ ကွာတယ်။ ဘယ်လောက် ကွာတာတုန်းဆိုရင် ကမ္ဘာချီပြီး ကွာချင်လည်းကွာမယ်။ မိနစ်ပိုင်း စက္ကန့်ပိုင်း ကွာတာလည်း ကွာတယ်လို့ ပြောရမယ်။ တပြိုင်နက် မဖြစ်ဘူး။ ကံတရားနဲ့

အကျိုးတရားဟာ တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။ တစ်ခါတရံ လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ ကုသိုလ်ကံပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အကုသိုလ်ကံပဲဖြစ်ဖြစ် ကမ္ဘာပေါင်းမြောက်မြားစွာ ခြားပြီးတော့မှ အကျိုးတစ်ခုကို ထုတ်လုပ်တာလည်း ရှိတယ်။

ကံဆိုတာ သတ္တဝါတို့ရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ ကိန်းတယ်။ သတ္တဝါတွေသန္တာန်မှာ စိတ်အစဉ်ရှိနေသမျှ ကံဆိုတဲ့ သဘာဝတရားသည် Energy အနေနဲ့ တည်ရှိနေတယ်။ ဒီလိုဆိုတော့ တချို့က စောဒက တက်ကြမယ်၊ စေတနာဆိုတဲ့ ကံတရားဟာ အနိစ္စပဲ မဟုတ်လား၊ ဟုတ်ပါတယ် အနိစ္စ။ ဖြစ်ပြီးရင်တော့ ပျက်သွားတာပဲ၊ ဒါပေမယ့် စွမ်းအားသတ္တိ ကျန်ရစ်တယ်။ သတ္တိဆိုတာ အကောင်အထည် မဟုတ်ဘူးလေ။ လူတွေမှာ စွမ်းရည်သတ္တိဆိုတာ ရှိတယ်။ စွမ်းရည်သတ္တိဆိုတာ မြင်ရတာ မဟုတ်ဘူး။

ဆိုပါစို့၊ ငယ်ငယ်တုန်းက မူလတန်းပညာ သင်ခဲ့တယ်၊ စာရေး စာဖတ် စွမ်းရည်သတ္တိတွေ ရတယ်။ သင်ခဲ့တာတွေ မေ့သွားပေမယ်လို့ အလယ်တန်းတို့၊ အထက်တန်းတို့၊ တက္ကသိုလ်ပညာရပ်တို့ ဆည်းပူးတဲ့အခါ အထောက်အကူ ဖြစ်နေတယ်။ ပျောက်သွားတာမဟုတ်လို့ပေါ့၊ အင်မတန်မှ ထင်ရှားတယ်။ အနိစ္စသဘောတရားအရ ဖြစ်ပြီးရင် ပျက်တာ။ မှန်တယ်။ ဖြစ်ပြီး ပျက်ပေမယ်လို့ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ စွမ်းရည်သတ္တိတွေ ကျန်နေတယ်။ ဒါကို အရည်အချင်းလို့ ခေါ်ကြတာပေါ့။ အရည်အချင်းဆိုတာ အကောင်အထည် မဟုတ်ဘူး။ လုပ်ဆောင်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိပဲ။ ကံဟာ အဲဒီ အရည်အချင်းတွေပဲ။ ဘယ်လောက်ကြာကြာ အရည်အချင်းဟာ ပျက်ယွင်းသွားတာမျိုး မရှိဘူး။

ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီဘဝက လုပ်ထားတဲ့ကံတွေဟာ နောက်ဘဝတွေမှာ အကျိုးဖြစ်စေတယ်။ ဘဝပေါင်း မြောက်မြားစွာ ခြားကွယ်ပြီးတဲ့နောက်မှာလည်း အကျိုးပေးတာရှိတယ်။ ဘဝပေါင်း မြောက်မြားစွာတင် မကဘူး၊ ကမ္ဘာပေါင်းကြာသော်လည်းပဲ ဒီကံတရားတွေဟာ လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာ ပျောက်ကွယ်သွားတာ မဟုတ်ဘူး။

ကံသုံးမျိုး

ဒီနေရာမှာ ကံကို သုံးမျိုးသုံးစားခွဲပြီး ပြောကြတယ်။ အလုပ်တစ်ခုအောင်မြင်မှုအတွက် တွန်းအားဟာ စေတနာပဲ။ အဲဒီစေတနာတွန်းအားက စွမ်းရည်သတ္တိ သိပ်မပြည့်သေးတဲ့ တွန်းအားမို့ ဖြစ်လွယ်ပျက်လွယ် သဘောရှိတယ်။ ဒီဘဝမှာပဲ အကျိုးပေးနိုင်တယ်။ အဲဒီကံကို **ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနီယကံ** လို့

ခေါ်တယ်။ အဲဒီတွန်းအားက စကာစဆိုတော့ နုနယ် သေးတယ်၊ နုနယ်သေးတဲ့တွန်းအားသည် နောင် ဘဝထိအောင်မပါနိုင်ဘူး။ ဒီဘဝမှာတင် အကျိုးပေး တယ်။ အကျိုးပေးတယ်ဆိုတာ ပေးကိုပေးမှာလား ဆိုတော့မဟုတ်ဘူး။ အကူအညီ အကြောင်းတွေရမှ ပေးလို့ရတယ်။ ဆိုပါစို့ မျိုးစေ့လေးတစ်ခုဟာ အပင် ပေါက်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် ပေါက်ကိုပေါက်သလား ဆိုတော့ မြေနဲ့ ရေနဲ့ တွေ့မှ ပေါက်မှာလေ၊ သူ့ချည်းဆို အပင်မပေါက်နိုင်ဘူး။ အဲဒါလိုပဲ ကံတရားဟာ အကျိုးပေးနိုင်တဲ့ စွမ်းရည် သတ္တိ ရှိနေပေမယ်လို့ အထောက်အကူပြုမယ့် အရာ တွေရှိမှ သူက အကျိုးပေးတယ်။

စွမ်းရည်သတ္တိ လုံးဝပြည့်သွားတဲ့ ကံတရားကို တော့ ဥပပဇ္ဇဝေဒနီယကံ လို့ခေါ်တယ်။ ဒီဘဝပြီး ရင် နောက်ဘဝကို အကျိုးထုတ်လုပ်မယ့်ကံတရား။

စွမ်းအားတွေ လုံးဝပြည့်သွားသည့်အတွက် နောက်ဘဝမှာ အကျိုးပေးတယ်။ ဒါဖြင့် နောက်ဘဝမှာ အကျိုးပေးတယ် ဆိုတာရော သေချာပေါက် အကျိုးပေးတာလားလို့ ဆိုတော့ ဒီလိုကံမျိုးတွေ သိန်းသန်းကုဋေချီ ရှိတဲ့အထဲက အကျိုးပေးခွင့်ရတဲ့ ကံတစ်ခုခုကပဲ အကျိုးပေးတယ်၊ ကျန်တဲ့ကံတွေကတော့ အကျိုးပေးခွင့်မရဘူး။

အကျိုးပေးခွင့်မရလို့ရှိရင်တော့ **အဟောသိကံ** ဖြစ်သွားတယ်။ အဟောသိကံ ဆိုတာ ခုခေတ်စကားနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် expire ဖြစ်တာကို ပြောတာ။ ဆေးတွေဟာ date လွန်သွားရင် expire ဖြစ်တာလိုပဲ ကံကလည်းပဲ date လွန်သွားတဲ့ကံ ရှိတယ်။ အကျိုးပေးရမယ့်အချိန် ရောက်လျက်သားနဲ့ အကြောင်းအပေါင်း အကူအညီ မရသည့်အတွက်

အကျိုးမပေးနိုင်လို့ expireဖြစ်တာ။ ဒါကို **အဟောသိ ကံ** လို့ခေါ်တာ။

နောက်ကံတစ်ခုက စွမ်းအားသတ္တိတွေက ဒီဘဝ အကျိုးပေးလောက်အောင်လည်း မထက်မြက်ဘူး။ ဒုတိယဘဝမှာ အကျိုးပေးလောက်အောင် လည်း မထက်မြက်ဘူး။ သို့သော် စွမ်းရည်သတ္တိတွေ ရထားပြီး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီကံမျိုးက တတိယဘဝ ကနေစပြီး နိဗ္ဗာန်အထိ ဘဝသံသရာ ရှိနေသမျှ အကျိုးပေးနိုင်တဲ့ အနေအထားတစ်ခုသို့ ရောက် တယ်။ အဲဒါမျိုးကို **အပရာပရိယာယ ဝေဒနီယကံ (အပရာပရိယ)**ခေါ်တယ်။ အလျှည့်သင့်တဲ့အချိန်မှာ အကျိုးပေးမှာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီကံက လွတ်တဲ့သတ္တဝါ ဆိုတာ မရှိဘူးတဲ့။ အကြောင်းပေါင်း ညီညွတ်လို့ သံသရာဝဋ်က မလွတ်သေးရင် သူက အကျိုးပေးမှာ ပဲ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာပေါ့။

ကုသိုလ်ကံပဲဖြစ်ဖြစ် အကုသိုလ်ကံပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ စိတ်ထဲမှာကြံတွေးတဲ့ မနောကံ၊ နှုတ်က ထုတ်ပြောတဲ့ ဝစီကံ၊ ကိုယ်ထိလက်ရောက် လုပ်တဲ့ ကာယကံလို့ဆိုတဲ့ စေတနာတရား။ အဲဒီ စေတနာ တရားကို ကံလို့ပြောတာ။ စေတနာမှန်သမျှသည် ကံဖြစ်တယ်။ သို့သော် ကုသိုလ်စိတ် အကုသိုလ်စိတ် နဲ့ တွဲဖက်လာတဲ့ ကုသိုလ်ကံ၊ အကုသိုလ်ကံကိုသာ လျှင် ဒီနေရာမှာ ဆိုလိုတယ်လို့မှတ်။

ဒါဖြင့် စေတနာကိုသာ ကံလို့ ဆိုသလား၊ မဟုတ်ဘူး။ မနောကံမှာ စေတနာကိုသာ ကံခေါ် တာ မဟုတ်ဘူး။ **အဘိဇ္ဈာလို့ဆိုတဲ့** လောဘ၊ ဗျာပါဒလို့ဆိုတဲ့ ဒေါသ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိလို့ခေါ်တဲ့ ဒိဋ္ဌိ၊ အဲဒီ သဘာဝတရားတွေကိုလည်း ကံလို့ ခေါ်သေးတယ်။

ဒါတင်မကသေးဘူး ၊ တခြားကံဆိုတာ ဘာတွေရှိသေးတုန်းဆိုရင် အလောဘ, အဒေါသ,

သမ္မာဒိဋ္ဌိ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဗောဇ္ဈင် ခုနှစ်ပါးတို့ကိုလည်း ကံလို့ပြောတာပဲ။ အဲဒီမဂ္ဂင် ဗောဇ္ဈင် ကံတွေကတော့ အခြားကံတရားတွေကို ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်တဲ့ စွမ်းအား ရှိတဲ့ ကံမျိုးတွေ ဖြစ်တယ်။ ကံဖျက်စွမ်းအား မရှိဘူးဆိုရင် ကံတရားတွေ လိုက်အကျိုးပေးနေလို့ လူတွေဟာ ကံက လွတ်မြောက်ဖွယ်ရာ မရှိဘူး။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၊ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါးဆိုတဲ့ ဒီကံတရားတွေက အကုသိုလ်ကံတွေကို ဖယ်ရှားပြီး လောကီကုသိုလ်ကံတွေကိုပါ အကျိုးပေးလို့ မရအောင် လုပ်နိုင်စွမ်း သတ္တိရှိတယ်။

ဒါကြောင့် သတ္တဝါတွေဟာ ကံ၏အကျိုးကို အကုန်လုံးမခံရဘဲ သံသရာဝဋ်က လွတ်သွားကြတာကိုး။ နို့မို့ဆိုရင် သံသရာဝဋ်က လွတ်စရာ အကြောင်း မရှိဘူး။

လူတွေ နေ့စဉ်အမျှ တွေးနေတာတွေက အကောင်းတွေးတာ နည်းတယ်။ ပြောသမျှတွေက လည်း အကောင်းပြောတာ နည်းတယ်။ လုပ်သမျှ တွေကလည်း အကောင်းလုပ်တာက နည်းတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေ့လာဆန်းစစ်ကြည့်ပေါ့။ တစ်နေ့ တာမှာ ငါတွေးတာဟာ အပြစ်မကင်းတဲ့ အကုသိုလ် အတွေးတွေ တွေးတာလား၊ ပြောနေတဲ့ စကားတွေ က အကုသိုလ်စကားတွေလား၊ လုပ်နေတဲ့ အလုပ် တွေရော အကုသိုလ်အလုပ်တွေလားဆိုတာ ကိုယ့် ဟာကိုယ် ဆန်းစစ်ကြည့်။ ကြည့်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြုပြင်ရမယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာ။

"ဘယ်ကံက ဘယ်အကျိုးကိုပေးတယ်"ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ ယထာ-ကမ္မူပဂဉာဏ် သို့မဟုတ် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဉာဏ် တော်စွမ်းအား ဆယ်မျိုးထဲမှာပါဝင်တဲ့ သဗ္ဗတ္ထဂါမိနီ

ပဋိပဒါဉာဏ် နဲ့ ဘဝမျိုးစုံ နောက်ဆုံးနိဗ္ဗာန် ထိအောင် ရောက်စေနိုင်တဲ့ အကျင့်တွေ၊ ကံတရား တွေအကြောင်းကို ကွဲကွဲပြားပြား ခွဲခွဲခြားခြား သိနိုင်စွမ်းရှိတယ်။

ကံတရားကို မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့အခါ သတ္တဝါတွေ သတိထားပြီး ရှောင်ကြဉ်ဖို့နဲ့ လိုက်နာ ပြုလုပ်ဖို့ ဒီနှစ်ခုကို အဓိကထားပြီး ဟောတယ်။ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်တွေကို အနှစ်ချုပ်ကြည့် မယ်ဆိုရင် "အကုသိုလ်မှန်သမျှ ရှောင်ကြဉ်မှုနဲ့ ကုသိုလ်မှန်သမျှ ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားအားထုတ်မှု" ဒီနှစ်ခုဟာ အဓိကအကျဆုံးပဲ။ ဘယ်အလုပ်ပဲ လုပ်လုပ်၊ ဘာနဲ့တိုင်းတာပြီး ပြောရမလဲဆိုရင် ကိုယ် လုပ်တဲ့အလုပ်မှန်သမျှ အကုသိုလ် နည်းပါးစေပြီး ကုသိုလ်တရားတိုးပွားစေသလား သို့မဟုတ် ကုသိုလ် လျော့ပါးသွားပြီး အကုသိုလ်တွေ တိုးပွားစေသလား၊

ဒီနှစ်ခုကို ဆန်းစစ်ကြည့်။ ဆန်းစစ်ကြည့်လို့ အကုသိုလ်တွေကို လျော့နည်းစေပြီး ကုသိုလ်တွေ တိုးပွားစေလို့ရှိရင် လုပ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ပြောတာ။ ဒီနှစ်ခုကို အမြဲတမ်း ချိန်ခွင်ညှာသဖွယ် ထားပြီး ကုသိုလ်ဘက်က အမြဲတမ်း အသာစီးရနေအောင် သတိထားဖို့ လိုအပ်တယ်။ အကုသိုလ်ဘက်က အသာစီးရမယ့် အလုပ်ဆိုရင် ရှောင်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားရမယ်။

ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်ကို **ပဟာယက** နဲ့ **ပဟာတဗ္ဗ** လို့ခေါ်တယ်။ ကုသိုလ်က ဖယ်ရှားတတ်တဲ့တရား၊ အကုသိုလ်က အဖယ်ခံရတဲ့တရားလို့ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ ဘာနဲ့ ဥပမာတူတုန်းဆိုရင် ရောဂါနဲ့ ဆေးလိုပဲ၊ ဆေးဆိုတာ ရောဂါကို ဖယ်ရှားပစ်တာ၊ ရောဂါက ဆေးကို ဖယ်ရှားတယ်လို့ မရှိဘူး။ ဆေးကသာ ရောဂါကို ဖယ်ရှားတယ်။ အဲဒီအတိုင်းပဲ

ရောဂါနဲ့ အလားတူတဲ့ အကုသိုလ်ကို ဆေးနဲ့ အလားတူတဲ့ ကုသိုလ်က ဖယ်ရှားပစ်တာ။ ဒါကြောင့်မို့လို့ **ပဟာယက** နဲ့ **ပဟာတဗ္ဗ** လို့ စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဒီလိုသုံးတာ။ ရောဂါဘယ်လောက်ကြီးကြီး အစွမ်းထက်တဲ့ ဆေးကလေးတစ်ခွက် သောက်လိုက်တာနဲ့ ရောဂါ ပျောက်သွားနိုင်တယ်။ ထို့အတူပဲ အကုသိုလ်ကံတွေဘယ်လောက်ကြီးကြီး၊ ဘယ်လောက်များများ လုပ်ထားထား၊ အစွမ်းထက်တဲ့ ကုသိုလ်လေး တစ်ခုကနေပြီးတော့ ဖယ်သွားတာ ရှိတာပဲ။

ဥပမာတစ်ခုကြည့်၊ လူတွေ မြောက်မြားစွာ သတ်တဲ့ ကမ္ဘာကျော်လူသတ်သမား အင်္ဂုလိမာလဟာ သာမန်အားဖြင့် ငရဲကလွတ်စရာ အကြောင်းမရှိဘူး။ သို့သော် သူလုပ်ထားတဲ့ အကုသိုလ်တွေက အကျိုးပေးဖို့ အချိန်မကျသေးဘူး၊ သူ့ရဲ့သန္တာန်မှာ အင်ပြည့် အားပြည့်နဲ့ သူ့ရဲ့အသေကို စောင့်နေတာ။

ဒီဘဝက သေတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အကုသိုလ်တွေက သူ့ကို အပါယ်ငရဲကို ကျစေမှာပဲ။ သို့သော် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမကို ရလိုက်လို့ လူဆိုးဘဝက လွတ်ပြီး လူကောင်းသူကောင်း ဖြစ်လာတယ်။ ကိုယ်ကျင့်သီလတွေကို ခံယူဆောက်တည်တယ်။ ပါဏာတိပါတ အမှုမှ လုံးဝရှောင်ကြဉ်လိုက်တယ်။ မဂ္ဂင် အကျင့်တရားကို ကျင့်တယ်။ အစွမ်းထက်တဲ့ အရဟတ္တမဂ်လို့ဆိုတဲ့ ကုသိုလ်ကိုရတယ်။

မဂ်ဆိုတာ မဂ္ဂင် (၈)ပါး အဖွဲ့အစည်းပဲ။ မဂ္ဂင် (၈)ပါး အစုအဝေးကို မဂ်လို့ခေါ်တာ။ မဂ်စွမ်းအားမှာ အကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ အရဟတ္တမဂ်ကို ရလိုက်တယ်။ အရဟတ္တမဂ် ဆိုသည်မှာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ တနည်းအားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် အစွမ်းထက်တဲ့ သီလ၊

အစွမ်းထက်တဲ့ **သမာဓိ**၊ အစွမ်းထက်တဲ့ ပညာကို ရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် သူလုပ်ထားတဲ့ အကုသိုလ်တွေ အကုန်လုံးက အရှုံးပေးသွားရတယ်။

ဘာ့ကြောင့် အရှုံးပေးရတာတုန်းဆိုရင် သူတို့ရဲ့ အဖော်သဟဲဖြစ်တဲ့ ကိလေသာတွေကို အရဟတ္တမဂ်က ဖယ်ရှားပစ်လိုက်သည့် အတွက် ကံတွေဟာ အကျိုးပေးချင်သော်လည်း ပေးလို့ မရတော့ဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက ဘယ်လိုဟောလိုက်တုန်းဆို **'ယဿ ပါပံ ကတံကမ္မံ၊ ကုသလေန ပိဓိယျတိ'** သူလုပ်ထားတဲ့ မကောင်းမှုတွေ အားလုံးကို ကုသိုလ်နဲ့ ဆို့ပိတ်တားဆီးလိုက်တယ် ပယ်ဖျက်ပစ်လိုက်တယ်။ အစွမ်းသတ္တိထက်တဲ့ ကုသိုလ်တရားနဲ့ ပယ်ဖျက်လိုက်တယ်။ ဘယ်ကုသိုလ်လဲလို့ဆိုရင် အရဟတ္တမဂ်ဆိုတဲ့ ကုသိုလ်၊ အဲဒီ ကုသိုလ်ရဲ့

စွမ်းအားနဲ့ အကုသိုလ်မှန်သမျှ ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်တယ်။ အကုသိုလ်ကံတွေဟာ ဘဝသံသရာမှာ အကျိုးပေးဖို့ အခွင့်အရေး မရတော့ဘူး။

သို့သော် လုံးဝအကျိုးမပေးတာလားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ သူလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံတွေကြောင့် ရှင်အင်္ဂုလိမာလ များစွာ ဒုက္ခရောက်ခဲ့ရတယ်။ ဟိုက ခဲနဲ့ပေါက်လိုက်၊ သူ့ခေါင်း လာထိ၊ သူ့ကိုပေါက်တာ မဟုတ်လည်း သူ့ခေါင်းပေါ် ရောက်လာတယ်။ တစ်စုံ တစ်ရာကို ခဲနဲ့ထုလိုက်တဲ့အခါ ရှင်အင်္ဂုလိမာလ ခေါင်းကို လာထိတယ်။ ကိုယ့်ကိုလုပ်တာ မဟုတ်ပေမယ့် လာထိတယ်။ အေး. . သူ့ကို မုန်းတီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း ခဲနဲ့ထုကြတယ်၊ ဆွမ်းခံသွားရင်း သပိတ်ကွဲ၊ သင်္ကန်းတွေ စုတ်ပြဲလို့ ဆွမ်းမရတဲ့ ရက်တွေ အများကြီးပဲ၊ အဲဒီလို ဒုက္ခတွေတော့ သူခံရတယ်။

သို့သော် နောင်ဘဝကို ဆက်စပ်ပေးနိုင်မယ့် တဏှာဦးဆောင်တဲ့ ကိလေသာတွေ သူ့မှာမရှိတော့ဘူး။ အပင်ပေါက်စရာ မြေနဲ့ရေတွေ မရှိတော့သည့်အတွက် မျိုးစေ့တွေဟာ ဒီအတိုင်းပဲ ခမ်းခြောက်သွားသလိုပဲ။ ဒီ အဓိပ္ပါယ်ကို ပြောတာ။ ကုသိုလ်ဟာ အားကိုးစရာ အင်မတန်ကောင်းတယ်။

ကံ ကံရဲ့သဘောတွေကို မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်က အကုန်သိနိုင်တယ်။ ကံ ကံရဲ့ အကျိုးတရားတွေကို ဘုရားသာသိနိုင်တယ်။ ကျန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဉာဏ်မမီဘူး။ ကိုယ်ဉာဏ်မမီဘဲနဲ့ စဉ်းစားလို့ရှိရင် ရူးသွားနိုင်တယ်။ **အစိန္တေယျလေးပါး** ဆိုတာ ရှိတယ်။ သာမန်အသိဉာဏ်နဲ့ သိနိုင်စွမ်း မရှိလို့ မကြံစည်နဲ့တဲ့။ **ကမ္မဝိပါကော အစိန္တေယျော** ကံရဲ့ အကျိုးတရားဟာ အင်မတန်မှ ဆန်းပြားလို့ မြတ်စွာဘုရားသာ သိနိုင်တယ်။ အဲဒါကို မိမိဉာဏ် မမီဘဲနဲ့

စဉ်းစားမယ်ဆိုရင် ရှုးသွပ်သွားနိုင်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတယ်။

ဒါကတော့ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေးဆိုတာ အတိုင်းအတာ တစ်ခုအနေပဲရှိတယ်။ မျက်စိက မြင်တာတောင်မှပဲ အတိုင်းအတာရှိသလောက်ပဲ မြင်ကြတာလေ။ အသိဉာဏ်ဆိုတာလည်း လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ရှိတယ်။ ကိုယ့်အသိဉာဏ်နဲ့ မမီတဲ့အရာကိုလှမ်းမယ်ဆိုရင် ပင်ပန်းရုံပဲရှိမယ်လို့ ဒီလိုအဓိပ္ပါယ်မျိုးကို ပြောတာ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေ ကံ ကံ၏အကျိုးလို့ဆိုတဲ့ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ လက်ခံကြတယ်။ ဘယ်သူမပြု မိမိမှု၊ ကောင်းတာလုပ်ရင်ကောင်းကျိုး ရတယ်။ မကောင်းတာ လုပ်ရင်မကောင်းကျိုးရတယ်ဆိုတဲ့ ကံ ကံ၏ အကျိုးကို

လက်ခံယုံမှုဆိုတဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်ဖို့ အတွက် အခြေခံအကျဆုံး အမြင်တစ်ခုပဲဖြစ်တယ်။ အဲဒါမှမရှိရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ကံ ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည်ခြင်းလို့ဆိုတာ အဓိကအကျဆုံးပဲ လို့ ဒီလိုဆိုတာ။

ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သူနဲ့မယုံကြည်သူ ဘာကွာတုန်း၊ စဉ်းစားကြည့်။ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သူက ဘယ်လိုတွေးသလဲ။ အေး . . . မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းကျိုး ခံရမယ်။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းကျိုးစံရမယ်၊ ဒါ သူ့အတွေး။ ကံ ကံ၏အကျိုးကို မယုံကြည်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ဘယ်လိုတွေးတုန်း၊ ကံဆိုတာ မရှိပါ ဘူး။ ကောင်းတာလုပ်လည်း ကောင်းကျိုးရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဆိုးတာလုပ်လည်း ဆိုးကျိုးဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကံ ကံ၏အကျိုးကို မယုံကြည်ဘူးဆိုတဲ့

ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သူလုပ်ချင်တာ လုပ်မယ်။ သူလုပ်ချင်တာက ဘာတုန်းဆိုရင် မကောင်းတာတွေချည်းပဲ။ အဲဒီတော့ ပိုဆိုးသွားနိုင်တဲ့ အနေအထားမျိုး ရှိတယ်ပေါ့။

ယုံကြည်သူနဲ့ မယုံကြည်သူ ကွာခြားတယ်။ မယုံကြည်တဲ့သူက အကောင်းလုပ်ဖို့ မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး၊ ယုံမှ မယုံတာ။ ယုံကြည်တဲ့ လူကတော့ အဆိုးမဖြစ်ချင်ဘူး၊ အကောင်းပဲ ဖြစ်ချင်တယ်။ လူဆိုတာကောင်းကျိုးချမ်းသာပဲ ရချင်တယ်။ ဆင်းရဲဒုက္ခမကြုံချင်ဘူး။ ကုသိုလ်ဟာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာပေးတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ကုသိုလ်လုပ်မှပဲဆိုတဲ့ အတွေးဝင်တယ်။ အကုသိုလ်တွေလုပ်ရင် အကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးတွေ ငါခံရမှာပဲလို့ အတွေးဝင်လာတယ်။ ဟော. . အမြင်ချင်းဟာ အင်မတန်မှ ကွာခြားတယ်လို့။ ကွာခြားသည့်အတွက် ကံ ကံ၏အကျိုးကိုလက်ခံယုံကြည်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က လူတော်လူကောင်း

ဖြစ်တယ်။ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ငြင်းပယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က လူတော်လူကောင်းဖြစ်ဖို့ မရှိဘူး။ အင်မတန်မှ ကွာခြားတယ်။

ဒုစ္စရိတဝိပါကသုတ်

မြတ်စွာဘုရားက ထိုထိုသုတ္တန်တွေမှာ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ဟောထားတာ မြောက်မြားစွာ ရှိတယ်။ ဒီကနေ့ ဒုစ္စရိတဝိပါကသုတ် ကို မှတ်သား ကြဖို့ ဟောကြားမှာ ဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ စကားတွေ အလွန်များတယ်။ နာယူ မှတ်သားထားရင် ကံရဲ့အကျိုးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆင်ခြင်စဉ်းစားလို့ ရတာပေါ့။ မိမိကိုယ်တိုင် တွေ့ကြုံ ခံစားရရင်လည်း ငါဘာတွေ လုပ်ခဲ့တယ်ဆိုတာ သိရှိနားလည်အောင် ဆင်ခြင်စဉ်းစားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ဒီသုတ္တန်ကိုမှတ်သားထားရင် အဖြေတစ်ခု

ကို ထုတ်နိုင်လိမ့်မယ်။ ဘဝရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို အဖြေထုတ်လို့ရတယ်။ အဆိုးကိုသိရင် အကောင်းကို မှန်းဆလို့ရတယ်။

ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်များ

ဒုစရိုက်လုပ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အကျိုးတရားအနေနဲ့ အဆိုးပုံရိပ်တွေ ပေါ်လာနိုင်တယ်။ "ငါ့မှာ အဲဒီလို အဆိုးပုံရိပ်တွေ ပေါ်နေသလား" ကိုယ့်ဟာကို သိဖို့လိုတယ်။ မသိရင် ထပ်ပြီးတော့ ဆိုးလိမ့်ဦးမယ်။ သိမှ အမှားကို အမှန်ပြင်ခြင်းဆိုတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ အဲဒီလိုမှ မဟုတ်ဘူးဆိုရင် "**အမှားပေါ် အမှားဆင့်**"သွားနိုင်တယ်။ အဲဒီလို အမှားပေါ် အမှားမဆင့်ဖို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ ဒီသုတ္တန်ကို မှတ်သားနာယူကြရမယ်။

မြတ်စွာဘုရားက အချက် (၈) ချက်ကိုပဲ ဒီသုတ္တန်မှာ ဟောတယ်။ ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးထဲမှ **ကာယဒုစရိုက်** (၃) ပါး၊ **ဝစီဒုစရိုက်** (၄) ပါး၊ ဒီ ဒုစရိုက် (၇) ပါးနှင့် ငါးပါးသီလထဲမှာပါတဲ့ **သုရာမေရယကို** ထည့်ပြီး ဒီမှာဟောထားတာ။ တစ်ချို့က ပြောကြသေးတယ်။ ငါးပါးသီလထဲမှာသာ သုရာမေရယပါတာပါ၊ ဒုစရိုက်ထဲမပါဘူး၊ မပါလို့ ဒုစရိုက်မဖြစ်ဘူးလို့ ဒီလို ဆင်ခြေပေးတဲ့လူတွေက ရှိသေးတယ်။ ဒါက သဘာဝကို နားမလည်လို့ပြောတာ။

ဒုစရိုက် (၁၀) ပါးထဲမှာ သုရာမေရယကို ဘုရားမဟောတာ မှန်တယ်။ မဟောတာ သူ့အကြောင်းနဲ့ သူ မဟောတာ။ ဒုစရိုက်ကို ပြောတဲ့အခါမှာ ကာယဒုစရိုက်, ဝစီဒုစရိုက်, မနောဒုစရိုက်လို့ဆိုရာမှာ သုရာမေရယ မပါဘူး။ သုရာမေရယကို ကာယဒုစရိုက် (၃) ပါးထဲ ထည့်ပြောလို့ ရတာမှ

မဟုတ်ဘဲ။ ဝစီဒုစရိုက်ထဲ ထည့်ပြောလို့ ရတာ မဟုတ်ဘူး။ သုရာမေရယ ဆိုတာ အရည်ကို သောက်တာကိုး။ မနောဒုစရိုက် ထဲမှာလည်း ထည့်ပြောလို့ မရဘူး။ သို့သော် အလျော်အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် **ကာယဒုစရိုက်ထဲမှာ** ဝင်တယ်၊ ဘယ်ထဲမှာ ဝင်တုန်းဆိုရင် **ကာမေသုမိစ္ဆာစာရထဲ** ဝင်တယ်။ ကာမလို့ဆိုတာ နှစ်သက်စရာအာရုံကို ခေါ်တာ။ အဲဒီ နှစ်သက်စရာအာရုံ ကာမဂုဏ် ဆိုတာ အားလုံး ကြားဖူးကြတယ်။ မျက်စိကမြင်တဲ့ နှစ်သက်စရာ အဆင်းအာရုံ၊ နားကကြားတဲ့ နှစ်သက်စရာ အသံအာရုံ၊ နှာခေါင်းက နမ်းရှုရတဲ့ နှစ်သက်စရာ အနံ့အာရုံ၊ လျှာနဲ့လျက်ရတဲ့ နှစ်သက်စရာ အရသာအာရုံ၊ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ထိတွေ့ရတဲ့ အထိအတွေ့ အာရုံဆိုပြီးတော့ ကာမ- နှစ်သက်စရာ အာရုံက (၅) မျိုး၊ အဲဒီ (၅) မျိုးသည် စိတ်ကို

ဖွဲ့နှောင်ထားတတ်သောကြောင့် ဂုဏ- (အနှောင်အဖွဲ့) လို့ ဒီလိုပြောတာ။

အဲဒီထဲမှာ သုရာမေရယဟာ ကာမထဲမှာပါတယ်။ သို့သော် မြင်စရာနဲ့လည်း မဆိုင်ဘူး၊ အနံ့နဲ့လည်း မဆိုင်ဘူး၊ ဘာနဲ့ သွားဆိုင်တုန်းဆိုရင် အရသာနဲ့ဆိုင်တယ်။ ဒီ မူးယစ်စေတတ်တဲ့ အရသာလေးကို စွဲနေတာ။ အရသာလို့ဆိုတဲ့ ကာမပေါ်မှာ မှားမှားယွင်းယွင်း ပြုလုပ်မှုဖြစ်လို့ **သုရာမေရယကို ကာမေသုမိစ္ဆာစာရထဲ ထည့်ထားတာလို့ ဆိုတယ်။** ဒါကို သဘောပေါက်ဖို့လိုတယ်။

တခြား အသက်ရှည်ဖို့အတွက် အရသာရှိတဲ့ အစားအစာကို စားတာကို မှားတယ်လို့ ပြောလို့မရဘူး။ အခုဟာက အသက်ရှည်မှုနဲ့ မဆိုင်ဘူး။ လူကို မူးယစ်စေတတ်ပြီး စိတ်ကို ပြောင်းလဲသွားစေတတ်တဲ့အရာ ဖြစ်သောကြောင့် မှားယွင်းတဲ့

အရသာခံမှုလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီမှာ မှားယွင်းတဲ့ အရသာခံမှုကို မှားမှားယွင်းယွင်း ပြုကျင့်မှုဖြစ်လို့ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရမျိုး ဖြစ်တယ်။ ကာမေသုမိစ္ဆာ စာရထဲမှာ ပါတယ်ဆိုရင် ဒုစရိုက်ထဲမှာ ပါတယ်လို့ ပြောရမယ်။

အေးကောင်းပြီ၊ အခု ဒီသုတ္တန်မှာ သုရာမေ-ရယကို မြတ်စွာဘုရား ထည့်သွင်းပြီး ဟောထား တယ်။ ကဲ ဒုစရိုက်ဆိုတဲ့ စကားလုံးက မြန်မာနိုင်ငံမှာ လည်းပဲ သုံးနေကြတယ်။ သို့သော် လူတွေက "ဒုစရိုက်နဲ့ အသက်မွေးတယ်ဆိုတာ" တလွဲနားလည် ကြတယ်။ ကိုယ်လုပ်တာကိုကျတော့ ဒုစရိုက်လို့ မထင်ကြဘူးလေ။ **ဒုစ္စရိတ** ဆိုတာ ပျက်စီးနေတဲ့ အမူအကျင့်တွေ၊ ခေါက်ရိုးကျိုးပြီး မကောင်းတဲ့ အမူအကျင့်တွေ၊ စိတ်ဓာတ်ကပျက်စီးနေလို့ ဖျက်ဆီး ထားတဲ့ အမူအကျင့်၊ လူတော်လူကောင်းတွေရဲ့

အကျင့်မဟုတ်တဲ့ အကျင့်မှန်သမျှကို ဒုစရိုက်လို့ ခေါ်တယ်။ ဒုစရိုက်နဲ့ အသက်မွေးတယ်ဆိုရင် မကောင်းတာ ရောင်းဝယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုသာ လက်ညှိုးထိုးလေ့ ရှိကြတယ်လေ။

(၁) ပါဏာတိပါတ

အဲဒီတော့ ဒုစရိုက်ဆိုတာ ဘာတွေလဲလို့ ဆိုရင် အားလုံးသိတဲ့အတိုင်း ကာယဒုစရိုက်က (၁)**ပါဏာတိပါတ**၊ သတ္တဝါတွေရဲ့ အသက်ကို ပါဏ လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ ပါဏ ဆိုတဲ့အသက်ကို **အတိပါတ** လျင်လျင်မြန်မြန် အချိန်မစေ့ခင် သေအောင်လုပ်တာ၊ သတ်တယ်ပေ့ါ။ ဒါပြောတာ။ ပါဏာတိပါတရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က အသက်ကို ဖြတ်တောက်ပစ်တာ။ စောစောစီးစီး သေအောင် ဖြတ်တောက်ပစ်တယ်၊ ဒီအဓိပ္ပာယ်ကို ဆိုလိုတယ်။

သေချိန်မတန်သေးခင် သေအောင်လုပ်တာ။ ဒါ ပါဏာတိပါတ။

အဲဒီ ပါဏာတိပါတမှာလည်း အင်္ဂါချက်ကို မှတ်သားကြရမယ်၊အင်္ဂါချက်စုံရမယ်။ (၁)သတ္တဝါ လည်း ဖြစ်ရမယ်၊ တကယ်သတ္တဝါ ဖြစ်ဖို့လိုတယ်၊ သတ္တဝါမဟုတ်ဘဲနဲ့ သတ္တဝါလို့ထင်ပြီး လုပ်တယ် ဆိုရင်တော့ ပါဏာတိပါတ မဖြစ်ဘူး။ သတ္တဝါလည်း ဖြစ်ရမယ်။ (၂) သတ္တဝါမှန်း သိတာလည်းဖြစ်ရမယ်။ (၃) သေစေလိုတဲ့ စိတ်လည်းရှိရမယ်။ (၄) သေ အောင်လည်းလုပ်တယ်။ (၅) သေလည်းသေသွား တယ်။ ဒီ အင်္ဂါချက် ညီဖို့လိုတယ်။ သေအောင် တော့လုပ်တယ်၊ မသေဘူး၊ ဒါကတစ်မျိုး။ သေစေလို တဲ့စိတ်နဲ့ မဟုတ်ဘူး။ ရည်ရွယ်ချက်က တခြား၊ ဖြစ်သွားတာက တခြား၊ ဒါကတစ်မျိုး။ အင်္ဂါချက် မစုံရင် သတ်မှုမမြောက်ဘူး။

ကိုယ်သတ်လိုက်တဲ့သတ္တဝါဟာ တကယ့်ကို သက်ရှိသတ္တဝါလည်း ဖြစ်ရမယ်။ ကိုယ်က သက်ရှိသတ္တဝါမှန်းလည်း သိသိကြီးလုပ်တာလည်း ဖြစ်ရမယ်။ သေပါစေဆိုတဲ့ သေစေလိုတဲ့စိတ်လည်း ရှိရမယ်။ သေအောင်လည်း ကြိုးစားတယ်။ သေလည်း သေသွားတယ်။ ဒါဆိုရင် ပါဏာတိပါတကံ မြောက်သွားပြီ။ ဒီ ပါဏာတိပါတ စေတနာဟာ သူ့သန္တာန်မှာ ကိန်းသွားပြီ။ စွမ်းအင်သတ္တိတွေ ရသွားပြီလို့ ဒီလိုပြောတာ။

အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက "**ပါဏာတိပါတော ဘိက္ခဝေ အာသေဝိတော ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော**" သူများအသက်သတ်ဖို့ စတင်ကြိုးစားတာကို **အာသေဝိတ**၊ ထပ်တလဲလဲ လုပ်တာကို- **ဘာဝိတ**။ အကြိမ်များစွာ လုပ်တာကို- **ဗဟုလီကတ**။ နေ့စဉ်နဲ့ အမျှ ငါးတွေ သတ်တယ်၊ ကြက်တွေ သတ်တယ်၊

ဝက်တွေ သတ်တယ်။ အကြိမ်ကြိမ် အထပ်ထပ် သတ်တယ်။ များစွာ လုပ်တာ။ တစ်ခါတရံ စိတ်လိုက်မာန်ပါနဲ့ သတ်မိတဲ့ဟာမျိုးကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်ဘူး။

နိရယသံဝတ္တနိကော ငရဲမှာဖြစ်စေနိုင်တယ်တဲ့။ သူ အကျိုးပေးရင် ငရဲမှာပဲ အကျိုးပေးမယ်။ "**ဖြစ်စေနိုင်တယ်**"လို့ဆိုတာ ဖြစ်ရမယ်လို့ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ သတ္တဝါတွေသတ်တိုင်း ငရဲကျရမယ်လို့ ဒီလိုမတွက်ရဘူး။ အဲဒီလို ပြောလို့ရှိရင်လည်း မှားတယ်။ **ပါဏာတိပါတ** အမှုလုပ်တိုင်း ငရဲကျရမယ်လို့ ဒီလိုပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ အကြိမ်ကြိမ် အထပ်ထပ် လုပ်မိနေပြီဆိုရင်တဲ့ **နိရယသံဝတ္တနိကော** ငရဲမှာဖြစ်စေနိုင်တယ်။ **တိရစ္ဆာနသံဝတ္တနိကော** (ငရဲက လွတ်လာလို့ရှိရင်) တိရစ္ဆာန် ဘဝမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ (တိရစ္ဆာန်ဘဝက လွတ်လာလို့ရှိရင်လည်း) **ပေတသံဝတ္တနိကော** ပြိတ္တာမျိုးမှာ

ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ ဆင့်ကဲ ဆင့်ကဲ။ အဆိုးဆုံးက ငရဲ၊ ငရဲပြီးတဲ့အခါ နည်းနည်းသက်သာတာက တိရစ္ဆာန်၊ အဲဒီထက် သက်သာတာက ပြိတ္တာလို့ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့တရားတော်ဟာ သူ့စကားလုံးအတိုင်း နားလည်ဖို့လိုတယ်။ **ပါဏာတိပါတ** ကိုလုပ်ပြီ၊ အကြိမ်များစွာ လုပ်ပြီ၊ အထပ်ထပ် လုပ်ပြီဆိုလို့ရှိရင်တဲ့ အဲဒီစေတနာသည် ငရဲ၌ ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ တိရစ္ဆာန်ဘုံမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ ပြိတ္တာဘုံမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ သူ့အကျိုးပေးရင် အပါယ်ဘုံမှာပဲ အကျိုးပေးမယ်လို့ ပြောတာ။ သို့သော် သေချာပေါက် ဖြစ်သလားလို့ဆိုတော့ မဖြစ်ဘူး။ တခြားအကြောင်းတွေကိုလည်း ထည့်တွက်ရတယ်။

ကဲ စဉ်းစားကြည့်လေ၊ ပိုက်ဆံရှိတဲ့လူတစ်ယောက်က လူသတ်မှု ကျူးလွန်တယ်၊ ထောင်ကျရဲ့

လား၊ မကျသူတွေ ရှိတယ်လေ။ ငွေပေးပြီး လျှော့လိုက်ရင် မရဘူးလား။ ခုခေတ်မှာ ရှိတာပဲ။ ဘယ်ခေတ်မှာမဆိုရှိတယ် ဒါက အပြစ်ပြောစရာမဟုတ်ဘူး။ သူ့ရဲ့အခြေအနေကောင်းလို့ ခေါ်တယ်။ အကုသိုလ်ကံဆိုတာလည်း ဒီအတိုင်းပဲလို့ မှတ်ပါ။ ကံကြမ္မာက မျက်နှာလိုက်တယ်လို့တော့ မအောက်မေ့နဲ့။ ငွေကြေးခနေ တတ်နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ထောင်တန်းကျရမယ့်ကိစ္စ လုပ်မိတောင် ထောင်မကျဘူး။ ဘာကြောင့်တုန်း၊ ငွေကြေးတတ်နိုင်လို့။ အဲဒါလိုပဲ အကုသိုလ်ကံ လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကုသိုလ်ကံတွေများများလုပ်ထားလို့ရှိရင် ငွေကြေးခနေ ချမ်းသာသလိုပဲ၊ ကုသိုလ်ကံက ဝင်ကယ်သွားတာ။ အကုသိုလ်အမှုတော့ လုပ်မိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကုသိုလ်တွေများများလုပ်ထားတယ် ဆိုရင် သူက ငွေကြေးတတ်

နိုင်တဲ့ လူလိုပဲလေ။ အဲဒီ ကုသိုလ်က သူ့ကို ကယ်သွားတာပဲ။

ဒါကို မြတ်စွာဘုရားက **လောဏကပလ္လ** သုတ်မှာ ဆားခဲလေးနဲ့ ဥပမာပေးပြီး ဟောထားတယ်။ ဇွန်းဖြူ့သီးလုံးလောက်ရှိတဲ့ ဆားခဲလေးတစ်ခဲကို ဖန်ခွက်ထဲ ထည့်ထားတဲ့ ရေထဲကိုထည့်လိုက်၊ အဲဒီ ဖန်ခွက်ထဲကရေဟာ သောက်မဖြစ်လောက်အောင် ငန်သွားလိမ့်မယ်။ မှန်တယ်၊ အဲဒီလောက်ဆားခဲကို ရေကန်ကြီးထဲထည့်လိုက်၊ ဘာအရသာမှတောင် မရှိဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲ၊ ရေတွေက များနေတာကိုး။ ဆားအရသာ လုံးဝ ပျောက်သွားတယ်။ အဲဒါလိုပဲ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ကုသိုလ်တရားက လုံးဝမရှိဘူး၊ အကုသိုလ်တွေပဲ များနေရင် ဖန်ခွက်ထဲက ရေလေးလိုပဲ ကုသိုလ်နည်းနည်းလေးပဲ ရှိတယ်။ ဇွန်းဖြူ့သီးလုံးလောက် ဆားခဲလေးနဲ့ သောက်မဖြစ်

အောင် ငန်သွားမှာ။ ဆိုလိုတာက ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ခံပေရော့၊ နည်းနည်းလေး လုပ်လည်း နည်းနည်း ခံပေတော့၊ ဒီလိုပြောတာ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ မခံရဘူး။ ဒါ ကံကြမ္မာက မျက်နှာ လိုက်တာလားလို့ဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ အခြေအနေ ကောင်းတွေ ရှိလို့ရှိရင် အခြေအနေကောင်းက ကာကွယ်သွားတာ။ ဒါ သဘာဝပဲလေ။

အခြေအနေကောင်းဆိုတာ ပိုက်ဆံရှိတာ အခြေအနေကောင်း။ ကိုယ့်ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက် ပေးမယ့် လူရှိတာ အခြေအနေကောင်း၊ အားကိုးရှိတာ အခြေအနေကောင်း၊ ဒါတွေက အခြေအနေ ကောင်းတွေလို့ခေါ်တယ်။ အခြေအနေကောင်းတွေ မရှိဘူးဆိုရင် နည်းနည်းလုပ်၊ နည်းနည်းခံပေတော့။ ဒီလိုပြောတာ။ အခြေအနေကောင်းကိုလည်း ထည့် သွင်းပြီး မှတ်သားထား။

သို့သော် ပါဏာတိပါတအလုပ် အင်အား ကောင်းလာရင် ဘယ်မှာဖြစ်စေတုန်း၊ ငရဲမှာ ဖြစ်စေတယ်။ ဒီ့ထက် သက်သာတဲ့နေရာဆိုရင် တိရစ္ဆာန်ဘဝမှာ ဖြစ်စေတယ်။ ဒီ့ထက် သက်သာ တယ်ဆိုရင် ပြိတ္တာဘဝမှာ ဖြစ်စေတယ်။ ကဲ **ပါဏာတိပါတရဲ့ အပေါ့ဆုံးအပြစ်ကို ပြောစမ်းပါ။** ပါဏာတိပါတ လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လုံးဝကွင်းလုံး ကျွတ် လွတ်တာတော့ မဟုတ်ဘူး။ ဘဝတစ်ခုမှာ သူများအသက် သတ်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ တခြားကုသိုလ်ကံတွေရဲ့ အကျိုးနဲ့ လူဘဝ ရောက် လာပြီဆိုရင် သူလုပ်ခဲ့တဲ့ ပါဏာတိပါတစေတနာက အသက်တိုစေတတ်တယ်။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ငယ်ငယ် နဲ့ သေရော။ ခုခေတ်မရှိဘူးလား ငယ်ငယ်နဲ့ သေတာ တွေ ပြည့်လို့။ မွေးကတည်းက ရောဂါနဲ့ မွေးလာတဲ့ လူတွေရှိတယ်၊ ဒုက္ခတွေ ရောက်တယ်။ တချို့ဆိုရင်

မိခင်ရဲ့ ဝမ်းထဲမှာတင် သေသွားတယ်။ တခြား အကြောင်းတွေ ပြောကြတာပေါ့ သားလျော့သွား တယ်တို့၊ အမှန်က သူလုပ်ခဲ့တဲ့ ပါဏာတိပါတ ကံကြောင့်ပဲ။

တချို့ဆိုရင် ကလလရေကြည်အဆင့်မှာတင် သေသွားတယ်။ တချို့ကျတော့ ကလလရေကြည် ကနေ အကောင်အတည် ဖြစ်လာတဲ့အခါ သေသွား တယ်။ တချို့ကျတော့ မွေးမွေးချင်းသေသွားတယ်။ တချို့ကျတော့ မွေးပြီးအသက်ရှင်ပြီး သိပ်မကြာဘူး၊ သေသွားတယ်။ တချို့ကျတော့ အရွယ်ကောင်းတုန်း သေသွားတယ်။ လောကမှာ ဒီလိုဟာတွေရှိတယ်၊ လူတွေကတော့ ဘာရောဂါကြောင့်ဆိုပြီး ရောဂါ စွဲတယ်၊ ဘာကြောင့် သေရတယ်နဲ့ အကြောင်းတရား တွေကိုတော့ လိုက်စွဲကြတယ်။ တကယ်ကတော့

လက်သည်က ဘယ်သူလဲဆိုရင် သူလုပ်တဲ့ ပါဏာတိပါတကံပဲ။

နိဂုံးမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဘာဟောထားလဲ၊ **ယော သဗ္ဗလဟုသော ပါဏာတိပါတဿ ဝိပါကော** အပေါ့ဆုံး ပါဏာတိပါတရဲ့ အကျိုးလေး ကို ပြောစမ်းပါဆိုရင် **မနုဿဘူတဿ အပ္ပါယုက-သံဝတ္တနိကော** လူဖြစ်လာရင်တောင် အသက်တို စေတတ်တယ်တဲ့၊ အဲဒီတော့ အဲဒီအချိန်လေးမှာ အသက်ရှည်ပါစေ ဆုတောင်းပေးလဲ ရှည်မှာမဟုတ် ဘူး။ ပါဏာတိပါတ ရှိတဲ့လူဟာ သေမှာပဲ။ တကယ် လည်း ရောဂါဖြစ်ပြီး သေရတာပဲ။ လောကလူတွေ အသက်တိုကြတာ ပါဏာတိပါတကံ မလုံ့ခဲ့ကြလို့ပဲ။

ကိုယ့်မိသားစုထဲမှာ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေ သွားတာတွေ တွေ့လိုက်ရင် ဩော် ပါဏာတိပါတ မလုံ့လို့။ သူများမိသားစု မကြည့်နဲ့၊ ဘုန်းကြီးတို့

မိသားစု (၁၂) ယောက်ရှိတဲ့အထဲ တစ်ယောက်က မိခင်ဝမ်းထဲမှာပဲ ဆုံးသွားတယ်။ တစ်ယောက်က တော့ မွေးပြီး လသားအရွယ်လောက်မှာပဲ သေသွားတယ်။ အကြီးဆုံးအောက်က နှစ်ယောက် သေသွားတယ်ဆိုတာ သိရတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ နံပါတ်(၁၁)ဆိုတော့ မသိလိုက်ဘူး။ နောက်တစ်ခါ ဘုန်းကြီးအောက်က နှမလေးတစ်ယောက် ကိုးနှစ်လောက်မှာ ကျောက်ပေါက်ပြီးတော့ ဆုံးသွားတယ်။ ဒါလည်း အသက်တိုသွားတာပဲလေ။ မိသားစုထဲမှာ အသက်တိုတဲ့လူက တိုတာပဲ၊ ရှည်တဲ့လူက ရှည်တာပဲ၊ မတူကြဘူး။ အခြားအကြောင်းတွေသာ လူတွေက ပြောကြတာ၊ ကျောက်ပေါက်လို့ သေတာ။ ကျောက်မပေါက်ရင် မသေဘူးလို့ တွက်ကောင်းတွက်လိမ့်မယ်၊ မဟုတ်ဘူး။ သေဖို့ ဖန်တီးလာတာ၊ ဒီလိုပဲ ပြောရမယ်။ ဘာဖြစ်လို့ အသက်ရှည်အောင်

မနေရလဲဆို ပါဏာတိပါတကြောင့်။ အဲဒီတော့ မိသားစု (၁၂) ယောက်ရှိတဲ့အထဲမယ် (၉) ယောက်ပဲ အရွယ်ရောက်သည်ထိအောင် နေရတယ်။ ကျန်တဲ့ (၃) ယောက်က ငယ်ငယ်နဲ့ဆုံးသွားတယ်။ ဒါ **အပ္ပါယုကသံဝတ္တနိကော** လို့ ဒီလိုပဲ နားလည်ရတယ်။ တခြား မိသားစုတွေမှာလည်းပဲ ဒီအတိုင်းပဲ။

လောကမှာ စောစောသေသွားတယ် ဆိုတာ မှန်သမျှဟာ ပါဏာတိပါတရဲ့ အကျိုးဆက်တွေပဲလို့ သံဝေဂယူစရာပေါ့။ အခုလို အသက်တိုတာ တွေ့ရလို့ရှိရင် အတိတ်ဘဝတုန်းက ပါဏာတိပါတကံ ရှိခဲ့လို့သာဖြစ်တယ်။ ပါဏာတိပါတ အမှုကို မကျူးလွန်မိအောင် ဂရုစိုက်မှပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ နှလုံးသွင်းဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဆင်ခြင်ရမယ်။

(၂) အဒိန္နာဒါန

နောက်တစ်ခု ကာယဒုစရိုက်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး **အဒိန္နာဒါန**တဲ့။ သူများပစ္စည်းကို မတရားယူတယ်၊ မတရားယူတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ အမျိုးမျိုးပဲ။ မရိုးသားတဲ့စိတ်နဲ့ ယူတယ်။ ဝိနည်းကျမ်းဂန်မှာ ခိုးခြင်း (၂၅) မျိုးခွဲပြတာ ရှိတယ်။ (အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တဲ့အခါ ခိုးခြင်း (၂၅)ပါးကို ကျကျနနရှင်းပြမယ်။) ကနေ့ခေတ် မြန်မာနိုင်ငံမှာ **အဒိန္နာဒါန** တွေ အလွန်များတယ်လို့ ပြောရမယ်။ သို့သော် သူခိုးလို့ စွပ်စွဲခံရတာတော့ ဟိုအိမ် ဒီအိမ်က ပစ္စည်းခိုးတဲ့လူပဲ စွပ်စွဲခံရတယ်။ ဈေးထဲမှာ မမှန်မကန် ပစ္စည်းရောင်းတာလည်း ခိုးမှုပဲ။ အကောင်းနဲ့အဆိုး ညှပ်ရောင်းရင်လည်း ခိုးမှုပဲ။ ဆီသန့်ပါဆိုပြီး မသန့်တာတွေ ရောတာလည်း ခိုးမှုပဲ။ အားလုံးဟာ ခိုးမှုနဲ့ မကင်း

ဘူး။ အဲဒီတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင်တွေ သတိထားစရာ အင်မတန်မှ ကောင်းတယ်။

အဒိန္နာဒါန အမှုဟာ **အာသေဝိတော-** စလုပ်ပြီ၊ **ဘာဝိတော-** များများဖြစ်အောင် လုပ်ပြီ၊ **ဗဟုလီကတော-** အကြိမ်ကြိမ် အထပ်ထပ် ဖြစ်အောင် လုပ်ပြီဆိုရင်၊ **နိရယသံဝတ္တနိကော-** ငရဲမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်၊ **တိရစ္ဆာနသံဝတ္တနိကော-** တိရစ္ဆာန်ဘုံမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်၊ **ပေတသံဝတ္တနိကော-** ပြိတ္တာဘုံမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်။

အဒိန္နာဒါနကျူးလွန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် လူ့ဘဝရောက်လာလို့ အပေါ့ဆုံးအပြစ်က (**အဒိန္နာဒါန**ရဲ့ အဆိုးပုံရိပ်ကလေးက) ဘာတုန်းဆိုရင် **ဘောဂဗျသနသံ-ဝတ္တနိကော** ကိုယ်ရှာထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေဟာ အမြဲတမ်း ပျက်စီးတတ်တယ်။ ဆုံးရှုံးတယ်၊ သူခိုးခိုးခံရတယ်၊ မီးလောင်ခံရတယ်၊ ရေမျောတယ်၊ အသိမ်း

ခံရတယ်။ ကိုယ်ရှာဖွေထားတဲ့ပစ္စည်းတွေ အကြောင်း အမျိုးမျိုးနဲ့ ပျက်စီးတယ်၊ ဆုံးရှုံးတယ်။ အဲဒါဟာ **အဒိန္နာဒါနရဲ့** အကျိုးပါတဲ့။

ရှေးတုန်းက ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါး ကျောင်းမှာ ပစ္စည်းအခိုးခံရတဲ့အခါ ဆရာတော်ကြီးက ဘာပြောတုန်းဆို "တိတ်တိတ်နေကြ၊ လူမသိစေကြနဲ့။ တို့အမှုတွေ ပေါ်ကုန်လိမ့်မယ်။" ဒါ အတိတ်ကံကို ရည်ရွယ်ပြောတာ။ "တို့ပစ္စည်း အခိုးခံရတယ်ဆိုတာ ဟိုတုန်းက ငါတို့ခိုးလာတာ၊ ငါတို့အမှုတွေ ပေါ်ကုန်ပြီ။" အဲဒီလို ဆိုလိုတယ်။ ပစ္စည်း မီးလောင်ခံရရင်လည်း ငါ့အမှုပေါ်နေပြီ၊ အသာနေကြ။ သွားပြီး complain မလုပ်ကြနဲ့။ ကိုယ့်အိမ် အခိုးခံရပြီဆိုရင် အသာတိတ်တိတ်နေ၊ အမှုပေါ်နေတာ၊ ဟိုဘဝတုန်းက ငါလုပ်ခဲ့တာတွေ ခံနေရတာ၊ အပေါ့ဆုံးအပြစ်က **ဘောဂဗျသနသံဝတ္တနိကော** စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ

ပျက်စီးတယ်။ အပျက်နဲ့ ကြုံရတယ်၊ ဒါ အပေါ့ဆုံး အပြစ်ပါတဲ့။

(၃) ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ

နောက်တစ်ခု ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ၊ ကာမကိစ္စတွေမှာ မှားမှားယွင်းယွင်း လုပ်တယ်။ သူတပါးသားမယားပြစ်မှားမှုကို အကြိမ်ကြိမ် လုပ်မိပြီဆိုရင် ခုနက အတိုင်းပဲ။ အဲဒီအမှုက ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ။ အဲဒီဘဝတွေမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ အပေါ့ဆုံး အပြစ်ကတော့ လူဖြစ်လာရင်၊ သပတ္တဝေရသံဝတ္တနိကော သူ့ကိုတွေ့တာနဲ့ပဲ ရန်လုပ်ခံရတယ်။ ဘာလေး ပြောလိုက် ပြောလိုက်၊ သူ့ကို မတည့်တဲ့လူက အလွန်များတယ်။ ရန်သူများတယ်။ လူတွေက သူ့ကို အလိုလို မုန်းနေတယ်။ မြို့ထဲ ရွာထဲမှာ ဟိုနားသွား၊ ဒီနားသွား မုန်း၊ မုန်းတာ အလိုလိုမုန်းတာ။ "ဒီကောင့် ကြည့်မရ

ဘူး” ဆိုတဲ့လူတွေ ရှိတယ်လေ။ ကြည့်မရဘူး။ လူတကာက မုန်းတယ်။ အဲဒီလို လူတကာမုန်းတဲ့ သူဖြစ်ရတတ်တယ်။

လူလူချင်း မုန်းတယ်ဆိုတာရှိတယ်၊ မကောင်းတာလုပ်လို့ မုန်းတာကတစ်မျိုး၊ အကြောင်းမဲ့ အမုန်းခံရတာက တစ်မျိုး၊ ရန်သူများတယ်။ အရပ်ထဲမှာ နေရင် မတည့်တဲ့လူတွေ များတယ်ဆိုတာ **ကာမေ-သုမိစ္ဆာစာရ** ကျူးလွန်ခဲ့တဲ့အမှုရဲ့ အပေါ့ဆုံး အပြစ်ပါတဲ့။ အဆိုး ပုံရိပ်တစ်ခုလို့ ဒီလိုပြောတာ။ ဒါက ကာယဒုစရိုက် သုံးခုနဲ့ ပတ်သက်တာ။

(၄) မုသာဝါဒ

ကဲ ဝစီဒုစရိုက်တွေကြည့်၊ **မုသာဝါဒ**။ မုသာဝါဒဆိုတာ အမှားကို အမှန်လုပ်ပြီး သိသိကြီးနဲ့ ပြောင်းပြန်ပြောတာ။ စျေးရောင်းတဲ့ နေရာမှာလည်း

မုသာဝါဒတွေ ရှိတယ်။ တကယ်ပေးရတာက ငါးထောင်လောက် ပေးရတာကို ဒါက တစ်သောင်း ပေးရတယ်လို့ ပြောပြီး တစ်သောင်းခွဲရအောင် ကြိုးစားလို့ရှိရင်တော့ ဒါ လိမ်ပြောတာခေါ်တယ်။ မပြောနဲ့ပေါ့။ ဒီလောက်ရမှ ရောင်းနိုင်မယ်ပဲ ပြောပေါ့။ ဘယ်လောက် ပေးထားရတယ်လို့ လိမ် မပြောနဲ့၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

လိမ်လည် ပြောကြားမှုဆိုတဲ့ အထဲမယ် တချို့ကျတော့ ရုံးပြင်ကနားတက်ပြီးတော့ လူတစ်ယောက် အကျိုးမဲ့ ဖြစ်သွားအောင် လိမ်လည်တာတွေ ရှိတယ်လေ။ အဲဒီလိမ်လည်မှုက တစ်ဖက်သားအကျိုး ပျက်စီးသွားအောင် ဒုက္ခရောက်သွားအောင် ဖြစ်စေတယ်။ အဲဒီလို လိမ်ပြောတဲ့ မုသာဝါဒက ပိုပြီးတော့ အပြစ်ကြီးတယ်ပေါ့။

တစ်ဖက်သား အကျိုးမဲ့အောင် လုပ်လိုက်လို့ စေတိယမင်း မြေမျိုသွားတယ်ဆိုတာ အဲဒါ။ တစ်ဖက်သား အကျိုးမဲ့ဖြစ်အောင်၊ ရာထူးတစ်ခု ရရာမှာ၊ အကြီးနဲ့အငယ်၊ အကြီးက ရာထူးရရမယ်၊ အဲဒါကို သူက အကြီးကို အငယ်လုပ်ပြီး ပြောတယ်၊ အငယ်ကို အကြီးလုပ်ပြောတယ်။ ပြောင်းပြန် ပြောတာ။ ပြောင်းပြန်ပြောတဲ့ စေတိယမင်း မြေမျိုတယ်။ အခုခေတ် မုသာဝါဒသမားတွေ ဘာဖြစ်လို့ မြေက မမျိုတုန်းဆို မြေက ရွံလို့နေမှာပေါ့။ လိမ်တာ လည်း များနေပြီလေ။ လိမ်တာက များတဲ့အခါကျ တော့ မမျိုနိုင်တော့ဘူးပေါ့၊ ဒီလို ဖြစ်လိမ့်မယ်။

အဲဒီမုသာဝါဒ ကျူးလွန်ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ခုနကအတိုင်းပဲ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာဘုံမှာ ဖြစ်တယ်။ လူဖြစ်လာလို့ရှိရင် အဆိုးပုံရိပ်တွေ ပေါ်လာတယ်။ ဘာလဲဆိုရင် **အဘူတဗ္ဘက္ခာန** တဲ့။

အဘူတ-ဆိုတာ မမှန်မကန်၊ အဗ္ဘက္ခာန- ဆိုတာ စွပ်စွဲခံရတာ။ မုသာဝါဒ လုပ်ခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မမှန်မကန် စွပ်စွဲခံရမှုတွေ အကြိမ်ကြိမ် ကြုံရတတ်တယ်၊ ခုခေတ်မှာလည်း ရှိတယ်။ မမှန်မကန် စွပ်စွဲခံရပြီး အဖမ်းခံရတယ်။ ထောင်တန်းကျတယ်။ တကယ်က တော့ သူလုပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ သူ မလုပ်ပေမယ်လို့ မှားယွင်းထောင်ချခံရတာမျိုး၊ ဒါမျိုးတွေက ရှိတယ်။ အဲဒါဟာ သာမန်အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဟိုဘဝတုန်းက ကိုယ်လိမ်ခဲ့တဲ့ ကံရဲ့အကျိုးတွေပဲ။ လိမ်လည်ခဲ့တဲ့ မုသာဝါဒရဲ့ အပေါ့ဆုံးအပြစ်ပဲတဲ့။ မတရားစွပ်စွဲမှုတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် သူ့ပဲ အထင်ခံရတယ်။ ကောင်းကောင်းနေလည်း အဆိုးထင်ခံရတယ်။ ဒီလိုဟာမျိုးတွေ ဖြစ်တတ်တယ်။ ဒါ မုသာဝါဒရဲ့ အပြစ်။

(၅) ပိသုဏာဝါစာ

နောက်တစ်ခု **ပိသုဏာဝါစာ**၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မတည့်အောင် လုပ်တာ။ တို့မီးရှို့မီး လုပ်တယ်။ လူနှစ်ယောက် တတွဲတွဲ လုပ်နေလို့ရှိရင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အထင်အမြင် လွဲသွားအောင် မတည့်အောင် ဝင်ပြီးတော့ သပ်လျှိုတယ်။ ဂုံးချောတယ်ပေါ့၊ **ပိသုဏာဝါစာ** လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ **ပိသုဏာဝါစာ** အလုပ်ကို လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ နောက်ဆုံးကျတော့ ဘာဖြစ်တုန်း။ ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာဆိုတဲ့ ဘဝတွေမှာ ရောက်ရတယ်။

ပိသုဏာဝါစာရဲ့ အပေါ့ဆုံးလို့ဆိုတဲ့ အဆိုးပုံရိပ်က ဘာလဲဆိုရင် ကြည့်လေ၊ ခုခေတ်မှာ လူတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်သူနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် အပေါင်းအသင်းဖြစ်ရင် ခဏပဲ၊ ပြီးရင် ကွဲသွားကြပြီ၊ မတည့်ကြတော့ဘူးတဲ့။ တည့်ရင် တစ်လနှစ်လပဲ၊ ပြီး ကွဲကြ

ပြန်ပြီ။ ခဏခဏ ကွဲကြတယ်။ အဲဒီ ခဏခဏ ကွဲတာဟာ အကြောင်းမဲ့ ကွဲတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ အရင်တုန်းက သူများကို ကွဲအောင်လုပ်ခဲ့တဲ့ ကံကြမ္မာရဲ့ ပုံရိပ်တွေ ပေါ်တာ။ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းတွေက သူနဲ့ အမြဲတမ်း ခွာပြဲတယ်။ အပေါင်းအသင်းတွေက ရှောင်ကြတယ်။ မတည့်ကြ ဖြစ်ကုန်ကြတယ်။ ဘယ်သူနဲ့ တွဲလိုက်တွဲလိုက် ကွဲပြန်ပြီဆိုတဲ့ဟာတွေက အတိတ်ဘဝတုန်းက ကိုယ်လုပ်ခဲ့တဲ့ အဆိုးရဲ့ပုံရိပ်တွေပဲလို့ ဒီလို မှတ်သားကြရမယ်။ ဒါ မြတ်စွာဘုရား ဟောခဲ့တာ။ **မိတ္တေဟိ ဘေဒနသံဝတ္တနိကော** အပေါ့်ဆုံးအပြစ်က မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ ကွဲရတယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

အဲဒီ အကွဲအပြဲတွေကတော့ ဗမာပြည်မှာလည်း ရှိတယ်။ အနောက်တိုင်းတွေမှာ ဇနီးမောင်နှံ divorce လုပ်တာတွေ အင်မတန်မှ များတယ်။

ကွဲကြတာ။ အဲဒီ အကွဲတွေဟာ ဒီ **ပိသုဏာဝါစာ** ရဲ့ အကျိုးဆက်တွေပဲ ဖြစ်နိုင်တယ်။ သားအဖချင်း ကွဲတယ်၊ ညီအစ်ကို မောင်နှမချင်း ကွဲတယ်။ အကွဲ ဇာတ်လမ်းခင်းတာ၊ မတည့်ကြဘူးတဲ့၊ ညီညွတ်မှု မရှိကြဘူးတဲ့။ အဲဒါဟာ **ပိသုဏာဝါစာ**ရဲ့ အပေါ့ဆုံး အပြစ်ပါတဲ့။

(၆) ဖရုသဝါစာ

နောက်တစ်ခု **ဖရုသဝါစာ**၊ ဘယ်တော့မှ ချိုချို သာသာ မပြောတတ်ဘူး။ တချို့က နှုတ်ကျိုးနေတာ ရှိတယ်။ ငယ်ငယ်တုန်းက တောရွာက ဘုန်းကြီး တစ်ပါး နှုတ်ကျိုးတာ ကိုယ်တိုင်လည်း တွေ့ဖူးတယ်။ ဘယ်သူ့ဖြစ်ဖြစ် သူနဲ့ရင်းနှီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် တွေ့လို့ရှိရင် "ဟေ့ကောင်ကြီး မသေသေးဘူးလား" ဆိုပြီး နှုတ်ဆက်တယ်။ သူ့နှုတ်ဆက်တာက မသေသေးဘူး

လားတဲ့၊ သေခိုင်းနေတာကျရော။ အဲဒီလို ဆဲပြီးတော့ နှုတ်ဆက်တတ်တယ်။

တချို့က အမြဲတမ်းကြမ်းတမ်းတဲ့စကား၊ ရိုင်းပြတဲ့စကား ပြောတယ်။ ယဉ်ကျေးလိမ္မာတဲ့စကား ဘယ်တော့မှ မပြောဘူး။ ဒါကို **ဖရုသဝါစာ** လို့ခေါ်တယ်။ ဆဲတယ်၊ ရေးတယ်၊ ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း ပြောတယ်။ တချို့က ထမင်းစားတာတောင် ဆောင့်အောင့်ပြီး "ကဲ မျိုကြဆို့ကြ"လို့ လုပ်တာရှိသေးတယ်။ မျိုဟဲ့ ဆို့ဟဲ့တဲ့။ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် စားပါစေ၊ ဘယ့်နှယ့်မျိုခိုင်းနေတယ်၊ ဒီလိုဟာမျိုးတွေက ရှိသေးတယ်။ တချို့အိမ်တွေမှာ နှုတ်ကြမ်းတာတွေ ကြားရတယ်။ အဲဒီ နှုတ်ကြမ်းတာကို အကုသိုလ်လို့ မထင်ဘူး၊ ဒုစရိုက်လို့ မထင်ကြဘူး။ အဲဒီ ဒုစရိုက်ကလည်း အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဖြစ်လာလို့ရှိရင် ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်တဲ့။

နောက်ဆုံး သူ့ရဲ့အဆိုးပုံရိပ်က ဘာလဲဆို လူ့ဘဝ ရောက်လာရင် စိတ်ချမ်းသာစရာ စကား ဘယ်တော့မှ မကြားရဘူးတဲ့။ သူ့ထံလာပြောသမျှ စိတ်ဆင်းရဲမယ့် စကားတွေချည်းပဲ။ မကြားဝံ့ မနာသာတွေပဲ အပြောခံရတယ်။ ဘယ်တော့မှ စိတ် နှလုံးအေးချမ်းမယ့် စကားသံမျိုး မကြားရဘူးတဲ့ ဟုတ်တယ်၊ တချို့အိမ်တွေမှာ ဆဲဆိုနေကြတာပဲ၊ ချိုချိုသာသာ ပြောတာမရှိဘူး။

တချို့မိသားစုတွေကျတော့လည်း လိမ္မာယဉ် ကျေးကြတယ်။ သားအမိ သားအဖ ယဉ်ယဉ်ကျေး ကျေး ပြောကြဆိုကြတယ်။ ဒီလိုဟာတွေလည်း ရှိတာပဲ။ ဆဲဆိုပြီးတော့ ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း ပြောနေတာ တွေလည်း တွေ့ဖူးတာပဲ။ အဲဒါဟာ **ဖရုသဝါစာ**ရဲ့ အကျိုးတွေပဲတဲ့။ အဆိုးပုံရိပ်တွေဟာ **အမနာပသဒ္ဒ သံဝတ္တနိကော** ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ မကြိုက်တဲ့ အသံ

တွေချည်းပဲ ကြားရတယ်။ အမေ အဖေကတောင်မှပဲ "ငါ့သား"လို့ ဘယ်တော့မှမခေါ်ဘူး၊ "သေနာကောင်လေး"လို့ အခေါ်ခံရတယ်။ "ဒီသေနာကောင်လေးက မသေနိုင်ဘူး"တဲ့ ပြောတာ။ အဲဒီတော့ သူ့အနေနဲ့က သားလို့ခေါ်တဲ့အသံ တစ်ခါမှ ကြားကို မကြားဖူးဘူး။ မွေးလာကတည်းက သေနာကောင်ပဲ အခေါ်ခံရတယ်၊ အဲဒါမျိုးတွေ ရှိတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ သူ့ကို သေနာကောင်လို့ အခေါ်ခံရတာတုန်းဆို ဟိုဘဝတုန်းက ဖရုသဝါစာ သူပြောခဲ့လို့လေ။ ချိုသာတဲ့ စကားဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မကြားရဘူး။

တချို့ အမျိုးသမီးတွေလည်း ပြောကြတယ်။ သူ့အမျိုးသားကို "အိမ်က ဟာကြီး"တဲ့၊ ချိုချိုသာသာ မပြောဘူး။ အိမ်ကဟာကြီးလို့ ပြောတယ်။ ချိုသာမှု မရှိကြဘူးပေါ့။ အဲဒီလို ချိုချိုသာသာ မပြောတတ်တဲ့ အလေ့အထဟာလည်း ဒုစရိုက်တစ်ခုပဲလို့ မှတ်သား

ထားကြ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ချိုသာတဲ့စကားနဲ့ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး ပြောတတ်ဖို့ဆိုတာ အရေးကြီးတယ်။

(၇) သမ္ဖပ္ပလာပ

နောက်တစ်ခုက **သမ္ဖပ္ပလာပ** တဲ့၊ အကျိုးစီးပွားကို ပျက်စီးစေတတ်တဲ့ အပြောမျိုးတွေ၊ ဘာတွေတုန်းဆို "တရားလက်လွတ် အပြောတွေ၊ တရားနဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့အပြောတွေ၊ လောကအကျိုး၊ သံသရာအကျိုး ဘာမှမရှိတဲ့ အကျိုးမဲ့ပျက်စီးစေနိုင်တာတွေကို ပြောတယ်။ အဲဒါကို **သမ္ဖပ္ပလာပ** လို့ ခေါ်တယ်။" အဲဒီ **သမ္ဖပ္ပလာပ** ပြောတာဟာ ဒုစရိုက်ပဲ။ အဲဒီ ဒုစရိုက်ကို ကျူးလွန်ပြီဆိုရင် ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ ဒီဘုံတွေမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်၊ လူဖြစ်လာလို့ အပေါ့ဆုံးအပြစ်အနေနဲ့ အဆိုးဆုံးပုံရိပ်က ဘာလဲဆိုရင် **အနာဒေယျဝါစာသံဝတ္တနိကော**

အလေးမမူခံရတဲ့ စကားရှိသူမျိုး ဖြစ်စေတယ်။ သူ ဘာပြောပြော သူ့စကားကို ဘယ်သူမှ နားမထောင်ဘူး၊ ရယ်စရာဖြစ်တယ်။ သူ့စကား ဘယ်သူမှ အလေးအနက် မထားဘူး။ အဲဒီလို **အနာဒေယျ-ဝါစာ** ဘယ်သူမှ စိတ်ထဲမရောက်တဲ့ နားမထောင်ချင်တဲ့ စကားရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်စေတတ်တယ်။ အသုံးအမကျတဲ့ လူအနေနဲ့ထားပြီး အရပ်ထဲမှာ သူပြောရင် ဘယ်သူမှ နားမထောင်ဘူး။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေဟာ သမ္ဖပ္ပလာပ ဆိုတဲ့ ဒုစရိုက်ကို ကျူးလွန်ခဲ့သည့်အတွက် အဆိုးပုံရိပ်တွေ ပေါ်နေတာ။ သံဝေဂ ယူတတ်ဖို့ပေါ့။

(၈) သုရာမေရယ

ဒါ ဒုစရိုက် (၇) ပါး ပြီးသွားပြီ၊ မြတ်စွာဘုရားက ဖြည့်စွက်ပြီးတော့ ဟောထားတာက သုရာ-

မေရယမဋ္ဌပါန အရက်သေစာ မူးယစ်စေတတ်တဲ့ အရာကို သောက်စားမူးယစ်ခြင်း။ ပင်ကိုယ်စိတ် ပျောက်သွားပြီး မူးယစ်စေတယ်။ စိတ်တစ်မျိုး ဖြစ်လာစေတတ်တာ။ စိတ်ကို ကြွစေတာ၊ စိတ်ကို ထစေတာ ဆိုတဲ့ မူးယစ်ဆေးဝါး။ ဘယ်ဟာပဲဖြစ်ဖြစ် ပကတိစိတ် ပျောက်သွားတဲ့ မူးယစ်စေတတ်တဲ့ ပစ္စည်းကို အသုံးပြုတယ်။ အကြိမ်ကြိမ် အထပ်ထပ် လုပ်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီ သုရာမေရယက ဘယ်မှာ ဖြစ်စေနိုင်တာတုန်းဆိုရင် ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ အဲဒီ ဘုံတွေမှာ ဖြစ်စေနိုင်တယ်တဲ့။

ကုသိုလ်ကံ အကျိုးပေးလို့ လူ့ဘဝရောက်လာရင် ဘယ်လိုလူမျိုး လာဖြစ်တုန်းဆို ဥမ္မတ္တကသံဝတ္တနိကော မွေးလာကတည်းက အရူးအနှမ်းပဲ ဖြစ်တယ်။ စိတ်ရောဂါဖြစ်ပြီး ရူးနှမ်းသွားသူကို ဘာကြောင့်ရူးတယ်၊ ဘယ်သူ့ကြောင့် ရူးတယ်၊

ဘယ်သူက ဖမ်းစားလို့၊ ဘယ်သူက ပြုစားလို့လို့ ပြောမနေနဲ့။ သုရာမေရယရဲ့ အကျိုးဆက်ကို ခံနေရတာလို့ ဒီလိုသာ မှတ်ပေတော့။ အရူးဖြစ်တတ်တယ်၊ အရူးတင်လားလို့ဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ ကျပ်မပြည့်တဲ့သူ အသိဉာဏ်မရှိဘူး။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေ ဖြစ်လာနိုင်တယ်လို့ ဒါကို မြတ်စွာဘုရားက အပေါ့ဆုံးအပြစ်တဲ့။

ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်တွေဟာ လူသားတွေမှာ ပေါ်နေတယ်။ လူ့ဘဝမှာ တွေ့ရတယ်။ ခုပြောနေတဲ့ အထဲမှာ အသက်တိုတဲ့ လူတွေလည်း တွေ့ရတာပဲ။ စီးပွားဉစ္စာ ခဏခဏ ပျက်တဲ့လူတွေလည်း တွေ့ရတာပဲ။ ရန်များတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း တွေ့ရတာပဲ။ မတရား အစွပ်စွဲခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း တွေ့ရတာပဲ။ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ ခဏခဏကွဲပြဲတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း

တွေ့ရတာပဲ။ ဘယ်တော့မှ ချိုသာတဲ့စကားသံ ဆိုတာ မကြားရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေလည်း တွေ့ရတယ်။ သူ့စကား ဘယ်သူကမှ အလေးအနက်ထား မှတ်သားခြင်း မခံရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေလည်း တွေ့ရတယ်။ အရူးတွေဆိုတာလည်း တွေ့ရတယ်။ ဒီလိုဖြစ်ရတာဟာ အကြောင်းမဲ့လားလို့ ဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး၊ အကြောင်းရှိတယ်။ ဒါတွေဟာ "ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်" တွေ ပေါ်နေခြင်းဖြစ်တယ်လို့ သင်ခန်းစာ ယူကြရမယ်။

တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်အပေါင်းတို့ တို့တတွေ ဒီ ဒုစရိုက်တွေ မကျူးလွန်မိအောင် သတိထားကြရမှာ ဖြစ်တယ်။ သတိထားပြီးတော့ ရှောင်ကြဉ်မှသာလျှင် အခုလို ဆိုးကျိုးတွေမှ တို့တတွေဟာ လွတ်မှာဖြစ်တယ်လို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ သဘောကျပြီးတော့ ဒုစရိုက်တရားတွေကို ရှောင်ရှား

လို့ သုစရိုက်တရားတွေကို ပွားများအားထုတ်နိုင်ကြ
ပါစေကုန်သတည်း။

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။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူ့ဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်
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။ အရှင်အာနန္ဒာ၏ ဝိပဿနာ
၃၃။ န စ သော၊ န စ အညော
၃၄။ လူတိုင်းကျင့်ရန် သတိပဋ္ဌာန်
၃၅။ စိတ်၏အတွေးများ
၃၆။ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ
၃၇။ သတိမက္ခာ 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 ကံကြွေးဝဋ်ကြွေးများ
၅၂။ အထင်မှား အမြင်မှား
၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၄။ ယှဉ်ပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး
၅၅။ နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလံ
၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း
၅၇။ အားပေးစကား
၅၈။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၉။ ဘောသဋ္ဌဂုရု
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။ ဒက္ခိဏာဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၀။ အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား
၈၁။ နိယျာနိကသာသနာ
၈၂။ အနတ္တလက္ခဏာသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၃။ သူ့အမြင် ကိုယ့်အမြင် ဓမ္မအမြင်

၈၄။ ရှင်ရာဟုလာ၏ဘ၀နှင့် 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၍ မိမိဘဝကို ပြုပြင်ခြင်း

၁၄၁။ သူတော်ကောင်းသည် အားလုံးအတွက်ဖြစ်သည်

၁၄၂။ သူတော်ကောင်းတို့ တောင်းသောဆု

၁၄၃။ ဒုစရိုက်အကျိုး အဆိုးပုံရိပ်များ