ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာဓုခေါ်စေသော်

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

ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၃၆)

ဥပါဒါန ပစ္စယာဘဝေါ

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၏ ခွင့်ပြုချက်
စာအမှတ် ၁၁၉/၀၁/(ပုံနှိပ်) သသန-၁၀ အရ
၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ-၁၀၀၀

ထုတ်ဝေသူ
သာသနာရေးဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဝင်းနိုင်
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၃၈၄၃/၀၂၄၀၅) က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း၊ အတွင်းဖလင်နှင့်ပုံနှိပ်
အောင်ဇမ္ဗူပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ် ၁၅၂၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။

1B

တရားအလှူတော် မှတ်တမ်း

"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"

တရားတော်

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၃-ခုနှစ်၊
ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၁-ခုနှစ်၊
နတ်တော်လပြည့်ကျော် (၈) ရက်
၉. ၁၂. ၂၀၀၉

ရန်ကုန်တိုင်း ကမာရွတ်မြို့နယ်
အမှတ် (၅) ရပ်ကွက်၊
ပုဂံဆောင်မိသားစု၏ ၂၁- ကြိမ်မြောက်
ဆင်ယင်ကျင်းပအပ်သော အမတဒါနၷ
ဟောကြားတော်မူသည်။

"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"

"ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ" - "ဥပါဒါန်ကြောင့် ဘဝဆိုတာ ပေါ်လာရတယ်"လို့ မြတ်စွာဘုရားက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်မှာ ဟောကြားထားတာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင်တို့ ကြားဖူးနေကြလို့ ဒီခေါင်းစီးနဲ့ပဲ ဟောပါမယ်။

သတ္တဝါတိုင်း မိမိတို့ရရှိထားတဲ့ လက်ရှိဘဝကို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားထားတော်မူတဲ့ ဒီဒေသနာတော်နဲ့ ဆက်စပ်ပြီးတော့ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** ကို မှတ်သားကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဥပါဒါန်ဆိုတာ အစွဲအလမ်း၊ စွဲနေတယ်ဆိုတာ တော်တော်နဲ့ ဖြုတ်လို့ မရဘူးပေါ့။ အဲဒီစွဲလမ်းမှုကြောင့် ဘဝဆိုတာ ဖြစ်လာရတာ၊ လူတိုင်းလူတိုင်း သူ့ဘဝ ကိုယ့်ဘဝ ဘဝကိုယ်စီ ရှိနေကြတယ်၊ အဲဒီ

ဘဝတွေ ဘာကြောင့်ဖြစ်တာလဲ ဆိုတဲ့ ဘဝရဲ့ အကြောင်းကို စူးစမ်းလေ့လာတဲ့အခါမှာ အဖြေအမျိုးမျိုး ထွက်ကြတယ်၊ ဘာသာအမျိုးမျိုးရှိသည့်အတွက်ကြောင့် အဖြေကလည်း အမျိုးမျိုးထွက်တယ်။

အကြောင်းတရားကို ရှာဖွေတဲ့အခါမှာ မှန်ကန်တဲ့အကြောင်းကို မရှာနိုင်ဘူးဆိုရင် အကြောင်းတွေ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေမှာပဲ၊ မှန်ကန်တဲ့အကြောင်းကို ရှာနိုင်ပြီဆိုရင် ထိုအကြောင်းသည် အကြောင်းစစ် အကြောင်းမှန် ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ခုပဲ ရှိရမယ်၊ ဘဝတစ်ခုရလာတာ ဘာကိုအခြေခံပြီး ရလာသလဲဆိုတာ နားလည်နေကြရမယ်၊ အဲဒီလို နားလည်မှုဟာ ဘဝတစ်ခုကို မလိုချင်တော့ဘူးဆိုရင်လည်း ဘာလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို သဘောပေါက်နိုင်တယ်၊ ဘဝတစ်ခု ဘယ်လိုရတယ် ဆိုတာကို သိရင် အဲဒီ ရထားတဲ့ ဘဝတစ်ခုရဲ့ချုပ်ငြိမ်းမှု 'ဘဝနိရောဓ'ကို ဖြစ်ချင်ရင်လည်း ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို အထင်အရှား သိနိုင်တယ်ပေါ့။

အကြောင်းတရားကို ဖယ်ရှားလိုက်ခြင်းဖြင့် အကျိုးတရားတွေဟာ ရပ်ဆိုင်းသွားနိုင်တယ်၊ ဥပမာ - သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင် ရှင်သန်နေတယ်၊ အိမ်ကို သစ်ရွက်တွေနဲ့ အရိပ်ထိုးနေတယ်၊ ဒီသစ်ပင်ကြီးရဲ့အရိပ်ကို မလိုချင်တော့ဘူးဆိုရင် ထိုသစ်ပင်ရဲ့အကိုင်းကို ခုတ်လိုက်မယ်၊ ဒါပေမယ့် ခုတ်လိုက်တဲ့အကိုင်းဟာ အချိန်အတော်လေး ရလာတဲ့အခါ ပြန်ပြီး ပေါ်မလာဘူးလား၊ ဒီလို ပြန်ပေါ်လာရတာဟာ ဆိုင်ရာအကြောင်းကို သတ်တာ မဟုတ်လို့ဘဲ၊ ခဏတဖြုတ် ဖြေရှင်းတဲ့သဘောပဲ ဖြစ်တာမို့လို့ပေါ့။

ဒီတော့ ဒီသစ်ပင်ကြီး ဘာကြောင့်ရှင်သန်နေသလဲလို့ ကြည့်ရင် အဓိကက အမြစ်ပဲ၊ ဒါကြောင့် သစ်ပင်ကို မလှဲ့နဲ့၊ ရေသောက်မြစ်ကိုပဲ ရှင်သန်မှုမရှိအောင် လုပ်ရမယ်၊ ရှေးတုန်းကတော့ သစ်ပင်တစ်ပင်ကို မပေါက်စေချင်ဘူးဆိုရင် အဆိပ်ဆူးကို သစ်ပင်ထဲ ရိုက်သွင်းလိုက်ကြတယ်၊ အဲဒီအခါ အမြစ်က ရှင်သန်မှု မရှိတော့ဘူး၊ အဲဒီလို အမြစ်ကို ဖြတ်လိုက်ပြီဆိုရင် အပေါ်က အကိုင်းအခက်တွေ မခုတ်နဲ့ဦး၊

အမြစ်ပြတ်သွားတဲ့ အပင်တစ်ပင်ဟာ ရှင်သန်ပါဦး မလား၊ မရှင်သန်နိုင်တော့ဘူးနော်၊ သစ်ပင်ကြီး ရှင် သန်နေတာဟာ အမြစ်ကြောင့်လို့ သဘောပေါက်ထား တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒီသစ်ပင်ကြီးကို မလိုချင်တော့ဘူး ဆိုရင် အမြစ်ကိုဖြတ်ဖို့ လိုအပ်တာပေါ့။

အဲဒီလိုပဲ ဘဝတစ်ခုဟာ ဘာကြောင့် ဖြစ်နေ သလဲ ဆိုတာကို မြတ်စွာဘုရားက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ အနီးဆုံး အကြောင်းတစ်ခုကို ရှာပြထားတယ်၊ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** - "ဥပါဒါန်ကြောင့် ဘဝဖြစ် တယ်" တဲ့။

ဥပါဒါန် ဟူသည် -

ဥပါဒါန်ဆိုတာ ဘာလဲ?- မြန်မာစကားမှာ လည်း ဥပါဒါန် လို့ပဲ သုံးတယ်၊ အဓိပ္ပါယ်က စိတ် စွဲလမ်းမှု၊ **literal meaning** လို့ ခေါ်တဲ့ - **'စကားလုံး က ဖေါ်ပြတဲ့အဓိပ္ပါယ်'** ဟာ အင်မတန်မှ နက်ရှိုင်း တယ်၊ သာမန်ပြောလိုက်တဲ့စကားက အဲဒီလို နက် ရှိုင်းမှု ရှိချင်မှ ရှိမယ်။

'ဥပါဒါန' ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားကို မြန်မာတွေက ဥပါဒါန်လို့ပဲ ခေါ်လိုက်တယ်၊ ဘာသာပြန်ရင်လည်း အစွဲအလမ်းလို့ ပြန်တယ်၊ **Literal meaning က ဘာလဲ?** 'ဥပ + အာဒါန' လို့ ပုဒ်ခွဲတယ်၊ **'ဥပ'** ဆိုတာ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ၊ **'အာဒါန'** ဆိုတာ စွဲယူထားတာ၊ **ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲဆုပ်ကိုင်ထားတယ်** လို့ ဆိုလိုတယ်။

မြွေတစ်ကောင်က ဖားကိုဖမ်းရင် သာမန်ဖမ်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖားဟာ ရုန်းထွက်လို့ မရနိုင်ဘူး၊ မိချောင်းတစ်ကောင်က သူ့ရဲ့အစာကို ပါးစပ်နဲ့ကိုက်ပြီးတော့ ဖမ်းတဲ့အခါမှာလည်း ထိုသတ္တဝါဟာ မိချောင်းရဲ့ပါးစပ်ကနေ ရုန်းထွက်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ဘူး၊ အဲဒီလို မြဲမြံစွာဖမ်းကိုင်ထားတဲ့သဘောကို ဥပါဒါန်လို့ ပြောတာ၊ အဲဒီ ဖမ်းကိုင်ထားတဲ့သဘောဟာ ရုပ်ဝတ္ထုတွေမှာ အလွန်ထင်ရှားတယ်၊ ရုန်းထွက်လို့ မရအောင် ရုပ်ဝတ္ထုကို လက်နဲ့အတင်းအကြပ် ဆုပ်ကိုင်ထားတာမျိုးပဲ။

အဲဒီလိုပဲ စိတ်ထဲမှာ အာရုံတစ်ခုကို အတင်းအကြပ် ဆုပ်ကိုင်ထားတာမျိုး ရှိတယ်၊ အဲဒီအဓိပ္ပါယ်

ကို မြန်မာလူမျိုးတွေက စွဲလမ်းတယ်လို့ ပြောတာ နော်၊ 'စွဲလမ်းတယ်' ဆိုတာ ဥပါဒါန်ကို မြန်မာလို ပြန်ဆိုတဲ့စကားပဲ၊ သို့သော် literal meaning က အခိုင်အမာဆုပ်ကိုင်ထားတယ်လို့ ဆိုတယ်။

ဥပါဒါန်တရားကိုယ် နှစ်မျိုး

ကောင်းပြီ- လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာဖြစ်တဲ့ တရားတွေမှာ ဘယ်ဟာကို ဥပါဒါန်လို့ ခေါ်တာလဲ၊ စိတ်အားလုံးကို ဥပါဒါန်လို့ ခေါ်သလား၊ ထိုစိတ်ပေါ်မှာမှီတဲ့ စေတသိက်အားလုံးကို ဥပါဒါန်လို့ ခေါ်သလား? ဆိုတော့ မခေါ်ဘူး၊ ဥပါဒါန်လို့ ပြောတာ နှစ်ခုတည်းပဲ ရှိတယ်- အဲဒါ **တဏှာနဲ့ ဒိဋ္ဌိ**။

တဏှာ

တဏှာကို တစ်ခါတစ်ရံ ရာဂလို့လည်း သုံးတယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ လောဘလို့လည်း သုံးတယ်၊ တဏှာ, ရာဂ, လောဘ- သဘောတရား အတူတူပဲ၊ တစ်ခုတည်းသော သဘာဝတရားကို ရှုဒေါင့်အသီးသီးက ခေါ်ထားတာ။

တဏှာ ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားရဲ့အဓိပ္ပါယ်က ပူလောင်စေတယ်လို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ ပူလောင်စေတယ်, ဆာလောင်စေတယ်၊ **ရာဂ** ဆိုတာကတော့ စိတ်ကို အရောင်ဆိုးပေးတယ်၊ စွဲလမ်းစေတယ်၊ **လောဘ** ဆိုတာကတော့ လိုချင်တယ်, တပ်မက်တယ်၊ ဒီလို အဓိပ္ပါယ်နဲ့ ခေါ်ထားတာ၊ သဘာဝအားဖြင့် အတူတူပဲ။

တဏှာအားလုံးကို ဥပါဒါန်လို့ ခေါ်သလား ဆိုတော့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာပဲကြည့်- **"တဏှာပစ္စယာ ဥပါဒါနံ"**လို့ - ရှေ့က တဏှာဆိုတာလေး ပါသေးတယ်၊ ဘယ်အရာပဲဖြစ်ဖြစ် စတင်လာတဲ့အချိန်မှာ ခိုင်မာမှု မရှိသေးဘူး၊ ထိုတဏှာက စွမ်းအင်သတ္တိတွေ ပြည့်လာတဲ့အခါကျတော့ ခိုင်မာသွားတယ်ပေါ့။

ရောဂါများလိုပဲ - စ,ဖြစ်ခါစတုန်းက ဒုက္ခသိပ်မပေးသေးဘူး၊ စွဲသွားပြီဆိုရင် ပျောက်အောင် ကုဖို့ ခက်တယ်ပေါ့၊ အဲဒီလိုပဲ လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာ လိုချင်တယ်, တပ်မက်တယ်, တွယ်တာတယ် ဆိုတဲ့ တဏှာဟာ ဖြစ်စ,တုန်းကတော့ အင်အားမကောင်းသေးဘူး၊

အင်အားကောင်းသွားပြီ၊ အာရုံကို ဖမ်းဆွဲထားပြီ ဆိုရင်တော့ ဥပါဒါန်လို့ ခေါ်တယ်နော်၊ ဒါ **တဏှာနဲ့ ဥပါဒါန် ထူးခြားမှုပဲ။**

ညီတော် နန္ဒမင်းသား ဥပမာ

ပိုပြီးတော့ ထင်ရှားအောင်ပြောရရင် ဘုန်းကြီးတို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ညီတော် နန္ဒမင်းသားချတ်ခန်းကို ကြားဖူးကြလိမ့်မယ်၊ အဲဒီနန္ဒမင်းသားဟာ လက်ထပ်မယ့်ဆဲဆဲ မိမိရဲ့နှမအရင်းအချာ ရူပနန္ဒာဆိုတာ ရှိတယ်၊ (ဇနပဒကလျာဏီ လို့လည်း ခေါ်တယ်၊) အဲဒီ ရူပနန္ဒာအပေါ်မှာ အခိုင်အမာ စွဲလမ်းနေတယ်၊ စိတ်က ထိုအာရုံပေါ်မှာ မလွှတ်နိုင်အောင် ဖြစ်နေတယ်၊ ဥပါဒါန် ဖြစ်နေတယ်၊ အဲဒီဥပါဒါန်ကို တရားဟောပြီး ချွတ်လို့ မရဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားက ဒီဥပါဒါန်ကို အပျော့စားတဏှာကို သုံးပြီးတော့ ချွတ်တယ်၊ မြန်မာစကားမှာ 'ငါးကြင်းဆီနဲ့ ငါးကြင်းကြော်တယ်' တဲ့၊ 'ဆူးစူးရင် စူးနဲ့ ပြန်ထွင်တယ်' တဲ့၊ အဲဒီအမိပ္ပါယ်မျိုးကို ပြောတာ။

အဲဒီနန္ဒမင်းသားက ရူပနန္ဒာအပေါ်မှာ ဖြစ်တဲ့ တဏှာဟာ ဆုပ်ကိုင်ထားတဲ့ ဥပါဒါန် ဖြစ်သွားပြီ၊ အဲဒီဥပါဒါန်ကို ဖြုတ်ဖို့ ရူပနန္ဒာထက် အဆပေါင်းများစွာ ချောမောတဲ့ နတ်သမီးတွေ ပြလိုက်တယ်၊ နတ်သမီးမြင်လိုက်ရရင်ပဲ နတ်သမီးအပေါ်မှာ နှစ်သက်မက်မောတဲ့တဏှာ ဖြစ်မသွားဘူးလား၊ အဲဒီတဏှာက ရူပနန္ဒာအပေါ်မှာဖြစ်တဲ့ ဥပါဒါန်ကို ဆွဲနှုတ်ဖြုတ်ပစ်လိုက်တယ်။

ဘယ်လောက်တောင် ပြုတ်သွားသလဲဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တယ်- "ရူပနန္ဒာရဲ့အလှနဲ့ နတ်သမီးရဲ့အလှ နှစ်ခုယှဉ်ကြည့်မယ်ဆိုရင် နှမတော်ရူပနန္ဒာရဲ့အလှဟာ လမ်းမှာတွေ့ခဲ့တဲ့ မျောက်အိုမကြီးနဲ့ တူပါတယ်"- လို့တောင် ဖြစ်သွားတယ်၊ ကဲ- ဟုတ်ရဲ့လား၊ ပြုတ်သွားတယ်ဆိုတာ အင်မတန်ထင်ရှားတယ်၊ ဥပါဒါန်တရားကို တဏှာနဲ့ ဖြုတ်ပေးလိုက်တာ။

ဒီတော့ အာရုံကို ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ဆွဲကိုင်ထားတဲ့ တဏှာကို ဥပါဒါန်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီလောက်

မခိုင်မြဲသေးတဲ့ တဏှာကို တဏှာလို့ပဲ ခေါ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ **"တဏှာပစ္စယာ ဥပါဒါနံ"** တဲ့၊ တဏှာ အနုစားလေးကရင့်သွားရင် ဥပါဒါန်ဖြစ်သွားတယ် လို့ ပြောတာ။

ဒိဋ္ဌိ

နောက်တစ်ခုက ဒိဋ္ဌိ၊ ဒိဋ္ဌိဆိုတာ အမြင်ကို ပြောတာ၊ လူတွေမှာ အမြင်ဆိုတာ ရှိတယ်၊ ကိုယ့် အမြင် သူ့အမြင် ဆိုတာကို လွှတ်ခဲတယ်၊ ဒီလူမြင် တာက တစ်မျိုး၊ ဟိုလူမြင်တာက တစ်မျိုး၊ သူမြင် တာနဲ့ ကိုယ်မြင်တာ မတူဘူးဆိုရင် မငြင်းကြပေဘူး လား၊ အေး- အဲဒီ ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ အမြင်မှာလည်း လူ့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ စွဲပြီးတော့ ခိုင်ခိုင်မာမာ ဆုပ်ကိုင်ထားတဲ့ သဘောလေး ရှိတယ်၊ အဲဒီ ဒိဋ္ဌိကိုလည်း ဥပါဒါန် လို့ ခေါ်တယ်။

"အာဓာနဂ္ဂါဟီ ဒုပ္ပဋိနိဿဂ္ဂီ" တဲ့- မြတ်စွာ ဘုရားက ဒီစကားလုံးလေးကို အသုံးပြုပြီး ဟောထား တယ်၊ **'အာဓာနဂ္ဂါဟီ'**- 'မြဲမြဲဆုပ်ကိုင်ထားတယ်'၊

'ဒုပ္ပဋိနိဿဂ္ဂိ'- 'လွှတ်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်' တဲ့၊ လူတွေရဲ့ အမြင် အတွေးအခေါ် view ဆိုတာ သာမန်နဲ့ မပျောက်ဘူး၊ အဲဒီလို သာမန်နဲ့ လက်မလွှတ်နိုင် အောင် စွဲသွားတဲ့အယူအဆဟာ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း ရှိတာပဲ၊ မှားယွင်းတဲ့အယူအဆတစ်ရပ် ပေါ်လာလို့ ဒီအယူအဆကို ဟုတ်တယ် မှန်တယ်လို့ စိတ်ထဲက သဘောကျသွားရင် ဘေးက လူတွေက မဟုတ်ဘူး၊ မှားနေတယ်လို့ ဘယ်လောက်ပြောပြော မရတော့ ဘူး။

မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း အဓမ္မဝါဒဆိုတာ ပေါ် နေတာပဲ၊ စာပေနဲ့မညီ၊ ဘုရားဟောထားတဲ့ တရား နဲ့ မညီဘူးဆိုရင် အဓမ္မလို့ ခေါ်တာပေါ့၊ အဓမ္မ ဆိုတာ ဓမ္မရဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်ကို ခေါ်တာ။

တစ်ဦးက တရားအားထုတ်ရမယ်လို့ ကြိုးစား ရမယ်လို့ ပြောတာကို တစ်ဦးက ဆန့်ကျင်ပြီးတော့ အားထုတ်စရာမလိုဘူးလို့ ပြောရင် -"အားထုတ်ရ မယ်" ဆိုတာက ဘုရားစကား၊ ဒါနဲ့ ဆန့်ကျင်ပြီး

"အားမထုတ်ရဘူး" ပြောရင် အခမ္မဖြစ်သွားတယ် ခေါ်တာပေါ့၊ အဲဒီသဘောကို ပြောတာ။

တစ်စုံတစ်ယောက်က အယူအဆတစ်ရပ်ကို ပြောလို့ အဲဒီအယူအဆကို ကြိုက်သွားပြီဆိုရင် စွန့်ပယ်ဖို့ သာမန်နဲ့ ချွတ်ဖို့ ခဲယဉ်းသွားပြီ၊ အတွေးအခေါ် အယူအဆတစ်ရပ် မှားယွင်းသွားပြီဆိုရင် အင်မတန်ကြောက်ဖို့ ကောင်းတယ်၊ သူတို့က ဘယ်လိုပြောလဲဆိုရင် "**ဣဒမေဝ သစ္စံ မောဃ မည်**" တဲ့၊ ပြောလိုက်တဲ့စကားက "**ဣဒမေဝ** - ဟောဒီ ငါပြောလိုက်တဲ့ စကားသာလျှင်၊ **သစ္စံ** - အမှန်၊ **အညံ** - တခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေပြောတဲ့ စကားတွေက၊ **မောဃ** - အလကားပဲ" တဲ့၊ "ငါပြောတာမှအမှန်, တခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေပြောတာ အမှား" တဲ့၊ အခိုင်အမာ စွဲလမ်းပြီဆိုရင် အဲ့ဒီလို စွဲတာ၊ "**ဣဒမေဝ သစ္စံ မောဃ မည်**"- "ဒါသာ အမှန်, တခြားဟာတွေက အမှား"လို့ ယူဆသွားတယ်။

အမှား, အမှန်ဆိုတာ ဝေဖန်ပိုင်းခြားရမယ့် ကိစ္စပဲ၊ မှန်တယ်ဆိုရင်လည်း ဘာကြောင့်မှန်တာလဲ၊

မှားတယ် ဆိုရင်လည်း ဘာကြောင့်မှားတာလဲ၊ အကြောင်းအကျိုး ရှိတယ်ပေါ့။

ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ အယူအဆ အတွေးအခေါ် အမြင် တစ်ခုဟာ အင်မတန်မှ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဆုပ်ကိုင် ထားတတ်လို့, စွဲလမ်းတတ်လို့ ဒိဋ္ဌိကိုလည်း ဥပါဒါန် လို့ ခေါ်တာတဲ့၊ ဒိဋ္ဌိဆိုတာ အမြင်ကို ပြောတာနော်၊ ကိုယ့်ရဲ့အထင်အမြင်ဟာ စွဲလမ်းတတ်ရင် ဥပါဒါန်ပဲ။

ဒါကြောင့် ပေါင်းလိုက်တော့ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** ဆိုတာမှာ ဥပါဒါန်လို့ အခိုင်အမာ စွဲလမ်း ဆုပ်ကိုင်ထားတတ်တဲ့အရာနှစ်ခုဟာ တဏှာနဲ့ ဒိဋ္ဌိပဲ၊ တဏှာနဲ့ ဒိဋ္ဌိနှစ်ခုဟာ စွဲလမ်းတဲ့အဆင့် ရောက်လာပြီ ဆိုရင် ယင်းတို့ကို အခြေခံပြီး ဘဝတစ်ခုဖြစ်ပေါ်လာ နိုင်တယ်။

ဥပါဒါန် (၄) မျိုး

ဥပါဒါန်ဆိုတာ ဘယ်နှစ်မျိုးရှိလဲ ဆိုတော့ သဘာဝ တရားကိုယ်အားဖြင့်ဆိုရင် တဏှာနဲ့ ဒိဋ္ဌိ ဆိုပြီးတော့ နှစ်မျိုး၊ အမျိုးအစားအားဖြင့် ဆိုရင်တော့

၄-မျိုး ရှိတယ်၊ စွဲလမ်းတဲ့အရာကို ကြည့်ပြီး ၄-မျိုး ခွဲတာ။

(၁) ကာမုပါဒါန်

'ကာမ' ဆိုတာ လိုချင်စရာ အာရုံတွေကို၊ **'ဥပါဒါန'** - စွဲလမ်းတာ၊ **"ကာမေ ဥပါဒိယတီတိ ကာမုပါဒါနံ - လိုချင်စရာ အာရုံတွေကို စွဲလမ်းတဲ့ အစွဲအလမ်းကို ကာမုပါဒါန်"**လို့ ခေါ်တယ်၊ နှစ်သက်စရာအာရုံကို ကိုယ်တိုင် မြင်လို့ဖြစ်စေ, ကိုယ်တိုင် ကြားလို့ဖြစ်စေ, ကိုယ်တိုင် နမ်းရှူရလို့ဖြစ်စေ, ကိုယ်တိုင် အရသာခံလို့ဖြစ်စေ, ကိုယ်တိုင် ထိတွေ့ရလို့ ဖြစ်စေ (သို့မဟုတ်) တဆင့် မြင်, ကြား, နမ်းရှူ, အရသာခံ, ထိတွေ့ခဲ့လို့ပဲ ဖြစ်စေပေါ့၊ အဲဒီအာရုံတွေ ပေါ် စိတ်ကလေးက စွဲလမ်းသွားတယ်၊ အဲဒီစွဲလမ်း သွားတာကိုပဲ ကာမုပါဒါန်လို့ ခေါ်တယ်၊ **ကာမ + ဥပါဒါန**- နှစ်သက်စရာအာရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီး စွဲလမ်းနေမှုတဲ့။

တဏှာမကင်းသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းမှာ နှစ်သက်စရာအာရုံတွေပေါ်မှာ စွဲလမ်းမှုဆိုတာ ရှိတယ်၊ ထိုစွဲလမ်းမှုကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ကံတရားများကို ပြုလုပ်လေ့ ရှိကြတယ်၊ လောကမှာ သတ္တဝါတွေဟာ ဒီအတိုင်းပဲ၊ အဲဒီ ကာမုပါဒါန်ဆိုတာ တခြားကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ တဏှာကိုပဲ ပြောတာ၊ နှစ်သက်စရာအာရုံတွေကို နှစ်သက်တာ, လိုချင်တာ, စွဲလမ်းတာ, တပ်မက်တာ။

နောက် အမြင်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ သုံးမျိုး၊

(၂) ဒိဋ္ဌုပါဒါန - ဒိဋ္ဌိ - အယူအဆနဲ့ပတ်သက်ပြီး၊
ဥပါဒါန - စွဲလမ်းမှု။

(၃) သီလဗ္ဗတုပါဒါန- သီလဝတ - အလေ့အထ အကျင့်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး၊
ဥပါဒါန - စွဲလမ်းမှု။

(၄) အတ္တဝါဒုပါဒါန- အတ္တဝါဒ- အတ္တရှိတယ်လို့ ပြောဆိုတဲ့ဝါဒနဲ့ ပတ်သက်ပြီး၊
ဥပါဒါန - စွဲလမ်းမှု။

ဒီသုံးမျိုးကတော့ ဒိဋ္ဌိနဲ့ပတ်သက်တာ၊ အမြင်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး စွဲလမ်းတာ သုံးမျိုး၊ တဏှာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တစ်မျိုး- ပေါင်း ဥပါဒါန်လေးမျိုးတဲ့။

တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ် အပေါင်းတို့ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ တရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး စွဲလမ်းမှု ရှိ-မရှိ ကိုယ့်ဖာသာကိုယ် ဆန်းစစ်ဖို့ ကောင်းတယ်။

(၂) ဒိဋ္ဌုပါဒါန်

ဒိဋ္ဌိအမြင်ဆိုတာ ဘယ်လိုအမြင်မျိုးကို ပြောတာလဲ ဆိုရင် ဒီကနေ့ခေတ်မှာ ရုပ်ဝါဒလို့ ပြောတဲ့အရာမျိုးပေါ့၊ **နတ္ထိကဒိဋ္ဌိ**တဲ့- ကံရဲ့အကျိုးတရား ဆိုတာ မရှိဘူး၊ ကုသိုလ်ကံရဲ့အကျိုးတရား မရှိဘူး၊ အကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးတရားလည်း မရှိဘူး၊ ဘာလုပ်လုပ် ဘာမှရမှာ မဟုတ်ဘူး၊ လူဆိုတာ သေသွားရင် ပြတ်ရော၊ နောက်ဘဝဆိုတာ မရှိဘူး၊ ပရလောကကသူတွေ ဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ ပြန်ပြီးတော့ မွေးတဲ့ သတ္တဝါဆိုတာ လောကမှာမရှိဘူး အစရှိတဲ့ ငြင်း

ပယ်မှု ၁၀-ချက်၊ နတ္ထိကဒိဋ္ဌိ ၁၀-ချက်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ငြင်းပယ်မှုဆိုတဲ့ ကံရဲ့အကျိုးတရားကို ငြင်းပယ်မှု "နတ္ထိကဝါဒ"ကို ဒီနေရာမှာ ဒိဋ္ဌုပါဒါန်လို့ ခေါ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်တုန်းက ဒီဝါဒကို စွဲကိုင်လာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်သူလဲဆိုရင် အဇိတ ကေသကမ္ဗလ ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သူက ဒီဝါဒကို စွဲကိုင်ထားသည့်အတွက်ကြောင့် "မင်းတို့ လုပ်မနေနဲ့၊ လုပ်နေရင် ဘာမှဖြစ်လာမှာ မဟုတ်ဘူး"၊ "**နတ္ထိ သုကတဒုက္ကဋာနံ ကမ္မာနံ ဖလံ ဝိပါကော**" - ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံတွေရဲ့ အကျိုးတရားဆိုတာ မရှိဘူး၊ "**နတ္ထိ မာတာ၊ နတ္ထိ ပိတာ** - လောကမှာ အဖေဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ အမေဆိုတာလည်း မရှိဘူး"လို့ အဖေအမေကို အသိအမှတ်မပြုတဲ့သဘောပဲ၊ စာပေကျမ်းဂန်အရ ပြောမယ်ဆိုရင် "**နတ္ထိ မာတာ** - အမေ မရှိဘူး၊ **နတ္ထိ ပိတာ** - အဖေ မရှိဘူး" ဆိုတာ "အဖေအမေရဲ့ မိမိအပေါ် ကျေးဇူးပြုမှုကို အသိအမှတ် မပြုတဲ့သဘော" ပဲ၊ "အဖေအပေါ်မှာ

ကောင်းရင်လည်း ကောင်းတဲ့အကျိုး မရဘူး, ဆိုးရင်လည်း ဆိုးတဲ့အကျိုး မရဘူး၊ အမေအပေါ် မှာ ကောင်းရင်လည်း ကောင်းတဲ့အကျိုး မရဘူး, ဆိုးရင်လည်း ဆိုးတဲ့အကျိုး မရဘူး၊ အဖေအမေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘာမှ ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးမရဘူး" လို့ ပြောတာ။

အဲဒီလို ပြောခြင်းဖြင့် "**မာတုဃာတကကံ** - အမိသတ်လည်း အပြစ်မရှိဘူး၊ **ပိတုဃာတကကံ** - အဖသတ်လည်း အပြစ်မရှိဘူး" လို့ ပြောရာ ရောက်မသွားပေဘူးလား၊ အဲဒါကြောင့်မို့ အဖေအမေကို အသိအမှတ် မပြုဘူးလို့ ပြောတာနော်၊ အဲဒါ နတ္ထိကဝါဒလို့ ခေါ်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကံကောင်းလို့ ဒီဘဝမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်ပြီး မြတ်စွာဘုရားတရားတော်ကို နာရတာ၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း မှန်ကန်တဲ့ အယူအဆတွေ ပြောဟောနေတာကို ငယ်စဉ်ကတည်းက ကြားနေကြလို့ ဒီလိုမှန်ကန်တဲ့ အတွေးလေး ရနေတာ- အထင်မကြီးလေနဲ့၊ ဒီဘဝရဲ့အခြားမဲ့မှာ ဒီအယူအဆက ပြောင်းမသွားဘူးလို့ မပြော

နိုင်ပါဘူး၊ အေး အဲဒီလိုအယူဝါဒရှိတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် ရောက်သွားပြီ၊ ပြန်လည်မွေးဖွားသွားပြီဆိုရင် အဲဒီလို အယူဝါဒမျိုးကို ဆုပ်ကိုင်မိမှာပဲ၊ အဲဒီအယူဝါဒကို ဆုပ်ကိုင်ထားမိရင် ဘယ်သူလာတရားဟောလို့မှ မရနိုင်ဘူး၊ ဥပါဒါန် ဖြစ်နေပြီ။

ဒီကနေ့ခေတ် ကမ္ဘာကြီးမှာ လူဦးရေ သန်းပေါင်း ၆၀၀၀-ကျော် ရှိတယ်၊ ဒီအယူဝါဒ စွဲကိုင်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ နည်းမယ် မထင်ဘူး၊ မြောက်မြားစွာရှိလိမ့်မယ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ယုံကြည်တဲ့၊ ဗုဒ္ဓဘာသာလို့ စာရင်းဝင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အင်မတန်မှ နည်းတယ်နော်၊ အခု နိုင်ငံခြားတွေမှာဆိုရင် Non Religious Believer ဘာသာတရားကို လက်မခံတဲ့သူတွေ အများကြီးပေါ် နေပြီ၊ ဘာသာမဲ့လို့ ပြောတယ်၊ ဘာသာမဲ့ ဆိုတာ ငြင်းပယ်ထားတာလေ၊ လုပ်ရပ်တွေအားလုံးပေါ်မှာ ငြင်းပယ်ထားတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီဝါဒကို စွဲကိုင်ထားပြီးရင် ထိုဝါဒကို စွန့်ဖို့အတွက် ဟောပြောဖို့ဆိုတာ လွယ်တဲ့ကိစ္စ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ အယူဝါဒတစ်ခုကို ဆုပ်ကိုင်ထား

ပြီဆိုရင် အဲဒီအယူဝါဒကို ရှင်းပြလည်း လက်ခံချင်မှ လက်ခံမယ်၊ ချွတ်ဖို့ ခက်သွားပြီပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ ဉပါဒါန်လို့ ပြောတာနော်။

အဲဒီတော့ ဒိဋ္ဌုပါဒါန်ဆိုတာ အကြမ်းအားဖြင့် ပြောရရင် အလှူဒါနရဲ့အကျိုးဆိုတာ မရှိဘူး၊ ကံ ကံ ၏အကျိုးဆိုတာ မရှိဘူး၊ အဖေအမေအပေါ် ပြုစု လုပ်ကျွေးတဲ့ အကျိုးတရားဆိုတာ မရှိဘူး၊ တမလွန် လောကဆိုတာ မရှိဘူး၊ သေပြီး ပြန်ဖြစ်တယ်ဆိုတာ မရှိဘူး၊ လောကမှာ အမှန်တရားကို ဟောနိုင်တဲ့ သူတော်စင် သူတော်မြတ်ဆိုတာ မရှိဘူးတဲ့၊ အဲဒီ နတ္ထိကအမြင်နဲ့ ငြင်းပယ်ထားတဲ့ အယူဝါဒကို ဒိဋ္ဌု-ပါဒါန် လို့ ခေါ်တယ်။

(၃) သီလဗ္ဗတုပါဒါန်

သီလဆိုတာ ဒီကနေ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ ဆောက်တည်နေကြတဲ့ သီလကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီနေရာမှာ သီလဆိုတာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အလေ့အထ အမူအကျင့်ကို ပြောတာ- Habitual

practice၊ **ဝတ** ဆိုတာ အဲဒီအလေ့အထကို လိုက်နာမယ်လို့ဆိုပြီး စိတ်ထဲခံယူထားပြီးတော့ လိုက်နာနေတာ၊ ဥပမာပြောရင်- ငါသက်သတ်လွတ် စားမယ်ဆိုတာ **ဝတ**ပဲ၊ သဘောပေါက်အောင် ပြောရရင် ဆောက်တည်ထားတဲ့ အကျင့်တစ်ခုဟာ **ဝတ** ပဲ။

သီလ ဆိုတဲ့ အလေ့အထတစ်ခုဟာ မိမိတို့ သန္တာန်မှာရှိတဲ့, သံသရာကို ရှည်စေတတ်တဲ့, ကိလေသာတွေကို စင်ကြယ်စေတယ်လို့ ယူဆတယ်၊ အဲဒီအလေ့အထတွေကို ကျင့်သုံးတဲ့ **ဝတ** ဟာ ကိလေသာတွေကို စင်ကြယ်စေနိုင်တယ်လို့ ယူဆ စွဲလမ်းတာဟာ **သီလဗ္ဗတုပါဒါန**ပဲ၊ အဲဒါလည်း အလွန် စွဲလမ်းတတ်တယ်။

အဲဒီသီလဗ္ဗတနဲ့ ပတ်သက်ပြီး နိုင်ငံခြားက ရေးကြတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာစာအုပ်တွေထဲမှာ rite and ritual လို့ ပါတယ်၊ ဒါ မှန်ကန်တဲ့ဘာသာပြန် မဟုတ်ဘူး၊ သီလဗ္ဗတရဲ့ အဓိပ္ပါယ်က- ဥပမာပြောကြပါစို့ - ခွေးတစ်ကောင်ရဲ့ အလေ့အထ မရှိဘူးလား၊ ခွေးရဲ့ အလေ့အထ အမူအရာဟာ ဘာလဲဆိုရင် ခွေးက

လေးဖက်ထောက်သွားတယ်၊ အိပ်တဲ့အခါ သူအိပ်မယ့်နေရာကို ယက်တတ်တယ်၊ ယက်ပြီးရင် သုံးပတ်ပတ်ပြီး အဲဒီနေရာမှာ ကွေးကွေးလေး အိပ်လေ့ရှိတယ်၊ နောက်ဖေးနောက်ဖီစွန့်ရင် သူ့အမူအရာက တစ်မျိုးပေ့ါ ဟုတ်လား၊ ဒါ နမူနာသိရုံလေး ပြောတာ၊ ခွေးတစ်ကောင်ရဲ့ အမူအကျင့်တွေကို အားလုံးမြင်ဖူးနေကြတယ်၊ အဲဒါတွေကို သိလလို့ ပြောတာပဲ။

ကုက္ကုရသီလ ဆိုတာ ခွေးတစ်ကောင်ရဲ့အကျင့်၊ အဲဒီခွေးတစ်ကောင်ရဲ့ အလေ့အထကို လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ ခံယူလိုက်တာက **ကုက္ကုရဝတ** တဲ့၊ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တုန်းက တကယ့်ကို ခွေးလိုကျင့်ခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ရှိခဲ့ဖူးတယ်၊ ခွေးလိုကျင့်တယ်ဆိုတာက ခွေးလို လေးဖက်ထောက်သွားတယ်၊ အစာစားတဲ့အခါ ခွေးဆိုတာ လက်နဲ့ယူစားတာ ဟုတ်ရဲ့လား၊ ပါးစပ်နဲ့ ကိုက်ပြီးတော့ စားတယ်, နှုတ်သီးနဲ့စားတယ်၊ လူသားဖြစ်ပေမယ့်လို့ ခွေးလိုကျင့်တဲ့အခါ ခွေးအမူအရာ ခွေး styleတွေ အကုန်လုပ်ရတယ်၊ ဒါမှ သူ့ရဲ့အကျင့် အောင်မှာကိုး။

နွားအကျင့်ကျင့်တဲ့သူကလည်း နွား style တွေ အကုန် ယူရတယ်၊ နောက်ဆုံးမှာ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်တာကအစ နွားပုံစံ ကျကျနနလုပ်ရတယ်၊ အဲဒီ လိုကျင့်နိုင်ရင် သံသရာဝဋ်က လွတ်တယ်တဲ့၊ အဲဒီ အစွဲအလမ်းမျိုး ခွေးတွေနွားတွေမက အခြားသတ္တဝါ တွေရဲ့အကျင့်ကိုလည်း မှားမှားယွင်းယွင်းလိုက်အတု ယူပြီး ကျင့်ကြတာတွေ အများကြီးရှိတယ်ပေါ့၊ အဲဒါ ကို သီလဗ္ဗတလို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီသီလဗ္ဗတနဲ့ပတ်သက်ပြီး မှားမှားယွင်းယွင်း သုံးသပ်ယူဆတာက **ပရာမာသ** တဲ့၊ **သီလဗ္ဗတ-ပရာမာသ** ဆိုတာ စာပေကျမ်းဂန်ထဲမှာ **ပရာမာသ** ဆိုတဲ့အထဲမှာလည်း ပါတယ်၊ **ဥပါဒါန်** ထဲမှာလည်း ပါတယ်၊ အဲဒီအကျင့်ဟာလည်း အလွန်စွဲလမ်းစေ တဲ့ အတွက်ကြောင့် ဥပါဒါန်ပဲ တဲ့။

(၄) အတ္တဝါဒုပါဒါန်

အတ္တဆိုတဲ့ စကားလုံးကို မြန်မာလူမျိုးတွေကျ တစ်မျိုး ပြောင်းရမှာပေါ့၊ ဝိညာဉ်လို့ ပြောကြမယ်၊

လူသေရင် ဝိညာဉ်လေးက ထွက်သွားတယ်၊ အဲဒီ ဝိညာဉ်လေးက ပြန်ပြီးတော့ ဝင်စားတယ်တို့, လိပ်ပြာ စင်သွားတယ်တို့ မြန်မာလူမျိုးတွေပြောတဲ့ အတ္တဟာ အဲဒါပဲ၊ ဝိညာဉ်ကောင်၊ လိပ်ပြာကောင်၊ အင်္ဂလိပ် လိုပြောတော့ spirit သို့မဟုတ် soul လို့ ပြောရတယ်၊ အိန္ဒိယစကားလုံးက **အာတမံ**၊ ဒါတွေဟာ အတူတူ ပဲ၊ လူတွေဟာ သေသွားရင် ခန္ဓာကိုယ်ထဲက ဝိညာဉ် လေးက ထွက်သွားပြီးနောက် ဘဝတစ်ခုမှာ ဝင်စား တယ်၊ အဲဒီအယူဝါဒကို ကိုင်စွဲပြီး ပြောတာလည်း ဥပါဒါန်တစ်မျိုးပဲတဲ့၊ အတ္တဝါဒုပါဒါန် လို့ ခေါ်တယ်။

ဥပါဒါန်ကို အခြေပြုပြီး သတ္တဝါတွေမှာ ဘာဖြစ်လဲ?

ဥပါဒါန် ၄-မျိုးကို အခြေပြုပြီး သတ္တဝါတွေမှာ ဘာဖြစ်လဲ? ဆိုပါစို့- **ကာမုပါဒါန်** - လိုချင်စရာ နှစ်သက်စရာ အာရုံတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တဏှာဖြစ် ကြတယ်၊ အာရုံတွေပေါ်မှာ အစွဲအလမ်းပေါ်လာ တယ်၊ ဒီလို အာရုံတစ်ခုခုပေါ်မှာ စွဲလမ်းရင်, အစွဲ အလမ်းတစ်ခုပေါ်လာရင် ရချင်တယ်ဆိုတဲ့စိတ် ပေါ် လာတယ်၊ ဒီအာရုံကို ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ရနိုင်မလဲ

ဆိုတာ နည်းလမ်းတစ်ခုခု ရှာရမယ်ပေါ့၊ အဲဒီနည်းလမ်းအတိုင်း လုပ်တယ်၊ လုပ်တဲ့နေရာမှာ အဲဒီနည်းလမ်းက အပြစ်ရှိတဲ့နည်းလမ်းလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အပြစ်မရှိတဲ့ နည်းလမ်းလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အပြစ်ရှိတဲ့နည်းလမ်း ဆိုရင်တော့ အပြစ်ခံရမှာပဲ၊ အပြစ်မရှိတဲ့နည်းလမ်း ဆိုရင်လည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာရမှာပဲ၊ ဒါ သေချာတယ်။

ဆိုပါစို့- လူတစ်ယောက်ဟာ တာဝတိံသာနတ်ပြည်က သိကြားမင်းရဲ့စည်းစိမ်ဟာ အင်မတန်ကြီးမားတယ်၊ နတ်တွေဟာ အလွန်ချမ်းသာတယ်လို့ ဒီလိုကြားရတဲ့အခါ သူ့စိတ်ထဲမှာ နတ်ဖြစ်ချင်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်လာတယ်၊ နတ်ဖြစ်ချင်တဲ့စိတ်တွေဖြစ်လာတဲ့အခါ ဘာလုပ်လဲဆိုရင် **သူ့ကို အကြံပေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က နှစ်မျိုးဖြစ်နိုင်တယ်။**

တစ်မျိုးက "နတ်ဖြစ်ချင်ရင် သတ္တဝါလေးတွေရဲ့လည်ချောင်းကို လှီးပြီး ပူဇော်ရင် နတ်ဖြစ်နိုင်တယ်" ဒီလိုပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရှိနိုင်တယ်၊ **နောက်**

တစ်မျိုးက အဲဒီလိုမဟုတ်ဘဲ "ဒါနကောင်းမှု သီလကောင်းမှု ဘာဝနာကောင်းမှုတွေ လုပ်ရင် နတ်ဖြစ်တယ်" လို့ ဒီလိုပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရှိမယ်။

အေး - ကောင်းရာသုဂတိဘုံဘဝရောက်ချင်လို့ ကောင်းရာဘုံကို ပို့နိုင်တဲ့ ထာဝရဘုရားသခင်ကျေနပ်အောင် သတ္တဝါတွေရဲ့အသက်နဲ့ ပူဇော်ပါပြီတဲ့၊ အဲဒီ ယဇ်ပူဇော်တဲ့ အလုပ်ကို သူတော်ကောင်းတွေက ဘယ်လိုသတ်မှတ်လဲဆိုရင် **ဒုစ္စရိတ** - အကျင့်ဆိုးတဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့ အကျင့်ဆိုးဖြစ်လဲဆိုရင် တစ်ဖက်သားကို ထိခိုက်နစ်နာစေလို့ အကျင့်ဆိုးဖြစ်တာ၊ ကိုယ်ကောင်းစားချင်လို့ သူတစ်ပါးကို သတ်ဖြတ်ပြီးတော့ ကိုယ့်ကောင်းစားမှုကို ရယူတယ်ဆိုတာ တရားသလား မတရားဘူးလား၊ ဒါပဲ စဉ်းစားကြည့်ပေ့ါ၊ ကိုယ်ကောင်းစားချင်တယ်, ဟိုတစ်ယောက်က သေရမယ်ဆိုရင် နည်းလမ်းကျလား၊ ဟိုတစ်ယောက်က ဘယ်လိုတွေးမလဲ၊ သူလည်း မကောင်းစားချင်ဘူးလား၊ သူများကောင်းစားဖို့အတွက် သူက သေပေးရတယ် ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား၊ ကိုယ်ချင်းသာစာ

ကြည့်ပေ့ါ၊ ကိုယ်ချင်းစာကြည့်ရင် ဒါတရားသလား, မတရားဘူးလားဆိုတာ ရှင်းရှင်းလေးရယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား။

အဲဒီတော့ မကောင်းတဲ့အလုပ်ကို ဒုစရိုက်လို့ ခေါ်တယ်၊ နတ်ပြည်ရောက်မယ်အထင်နဲ့ ဒုစရိုက်ကို လုပ်တယ်၊ လုပ်ပြီဆိုတော့ ဖြစ်ချင်တာက နတ်ပြည်၊ စွဲလမ်းတာက နတ်ပြည်၊ လုပ်တာက ဒုစရိုက် တဲ့၊ ဟောဒုစရိုက်လုပ်လိုက်တာက ဘဝတစ်ခုကို ရောက်စေတတ်တဲ့ ကံကို လုပ်တာ။

ဘဝနှစ်မျိုး

"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ" မှာ ဘဝကို နှစ်မျိုးခွဲထားတယ်၊ **ကမ္မဘဝ**နဲ့ **ဥပပတ္တိဘဝ**တဲ့၊ ဘဝကို တည်ဆောက်ပေးနိုင်တဲ့ ကံတရားကို **ကမ္မဘဝ**လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီကံက တည်ဆောက်ပေးလို့ ရလိုက်တဲ့ဘဝကို **ဥပပတ္တိဘဝ** လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒီနှစ်ခုလုံးကို ဘဝလို့ ပြောထားတာ။

လိုချင်တာက နတ်ပြည်၊ ထိုနတ်ပြည်ကို စွဲလမ်းနေသည့် အတွက်ကြောင့် နတ်ပြည်ရောက်ကြောင်းကံတစ်ခုကို လုပ်တယ်၊ လုပ်တာက အကုသိုလ်မှုဆိုရင် အဲဒီလူသည် ကာမုပါဒါန်ဆိုတဲ့ အကြောင်းကြောင့် ငရဲဘုံငရဲဘဝ ရောက်မသွားပေဘူးလား၊ သူလုပ်တဲ့ ကံသည် အကုသိုလ်ကံ ဖြစ်တယ်။

ကာမုပါဒါန်ဆိုတဲ့ အစွဲအလမ်းကို အခြေခံပြီး အကုသိုလ်လုပ်တာက "ကမ္မဘဝ"၊ အကုသိုလ်လုပ်သည့်အတွက်ကြောင့် အပါယ်ဘဝ အပါယ်ခန္ဓာ ရသွားတာက "ဥပပတ္တိဘဝ"၊ အဲဒါကြောင့် **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** လို့ ပြောတာ၊ စွဲလမ်းမှုကို အခြေခံပြီး ကံကို လုပ်တာ။

ထို့အတူပဲ လူတွေ တစ်ခါတစ်ရံ မှန်ကန်တဲ့ လမ်းကြောင်းပေါ် ရောက်သွားတယ်၊ နတ်ပြည်ဆိုတာ အင်မတန်ချမ်းသာတယ်လို့ သိထားတဲ့အတွက်ကြောင့် လိုချင်တယ်၊ လိုချင်သည့်အတွက် ဒါနကောင်းမှုတွေ လုပ်တယ်၊ သီလတွေ ဆောက်တည်တယ်၊ 'ဤကောင်းမှုကြောင့် နတ်ပြည်ရောက်ရပါလို

၏' လို့ ဆုတောင်းတယ်၊ ဟောကြည့် - လိုချင်မှုဖြင့် စွဲလမ်းနေတာက "ကာမုပါဒါန်"၊ ကံပြုလုပ်တာက "ကမ္မဘဝ"၊ အဲဒီပြုလုပ်မှုကြောင့် ဒီဘဝကနေ သေသွားတဲ့အခါ နတ်ပြည်မှာ သွားဖြစ်တာက "ဥပပတ္တိဘဝ"၊ အဲဒါကြောင့် **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** - ဥပါဒါန်ကြောင့် ဘဝဖြစ်သွားတယ်။

လူတိုင်း၌ စွဲလမ်းမှု ရှိကြသည်

လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ တစ်ခုခုဖြစ်ချင်နေတဲ့ စွဲလမ်းမှုဟာ ဥပါဒါန်ပဲ၊ အဲဒီဥပါဒါန်ကို အခြေပြုပြီး ကံတစ်ခုကို ပြုလုပ်မယ်၊ အဲဒီကံတစ်ခုသည် ဘဝကို ဖြစ်ပေါ်စေမယ်၊ အဲဒါကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** လို့ ဟောတာ။

ဘဝဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးမှာ နှစ်မျိုးပါတယ်လို့ မှတ်ရမယ်၊ ကံတရားကို "ကမ္မဘဝ"၊ ထိုကံတရားတွေက ထုတ်လုပ်တဲ့ခန္ဓာကို "ဥပပတ္တိဘဝ" လို့ ခေါ်တယ်၊ ဥပါဒါန်ကို အခြေပြုပြီး လုပ်တယ်၊ စိတ်စွဲလမ်း

မှုကို အခြေခံပြီး ဖြစ်လာတာဟာ အင်မတန်မှ ထူးဆန်းအံ့ဩဖွယ်ကောင်းတယ်။

စွဲလမ်းမှု ပြင်းထန်လျှင်

ဒီကနေ့ လူ့လောကထဲမှာကြည့်- စိတ်စွဲလမ်းမှုကို အခြေခံပြီး သေခါနီးမှာ စိတ်ထဲမှာ တစ်ခုခုဖြစ်တာလည်း မနောကံလို့ ခေါ်တာပဲနော်၊ ဆိုပါစို့ - တွေ့ဖူးကြပါလိမ့်မယ်၊ မတွေ့ဖူးရင်လည်း ကြားဖူးကြပါလိမ့်မယ်၊ လူ့လောက လူကလေးမွေးလာတဲ့အခါ လက်ကို ကြိုးတုပ်လျက် မွေးလာတယ်ဆိုတာ ကြားဖူးကြလိမ့်မယ်နော်၊ လက်ကလေးပြတ်လျက် ပါလာတယ်ဆိုတာလည်း ကြားဖူးကြလိမ့်မယ်၊ လူဖြစ်ပြီးတော့ ခေါင်းမှာ အမာရွတ်ကြီးပါလာတယ် ဆိုတာလည်း ကြားဖူးကြလိမ့်မယ်။

အဲဒါတွေဟာ ဘာ့ကြောင့်ဖြစ်ရတာလဲ? အခုပြောတဲ့ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** ပဲ၊ ကံမကောင်းအကြောင်းမလှလို့ လူဆိုးသူဆိုးတွေနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ လက်အဖြတ်ခံလိုက်ရတဲ့အချိန်မှာ "လက်ကြီး ပြတ်

သွားပြီဆိုတဲ့ ဝမ်းနည်းမှု ဒေါမနဿ အကုသိုလ်"၊ သူ့စိတ်ထဲမှာ "ငါ့လက်မရှိတော့ဘူး" ဆိုတဲ့ အတွေး လေးနဲ့ "ငါ့လက်ပြတ်သွားပြီ" ဆိုတဲ့ စိတ်စွဲလမ်းမှု လေးဟာ ကံဖြစ်လာတာပဲ၊ တခြားကံ ဝင်မလာနိုင် အောင် လွှမ်းမိုးနေသည့် အတွက်ကြောင့် အဲဒီကံနဲ့ စိတ်စွဲလမ်းမှုကြောင့် အဲဒီလူဟာ ဒီဘဝမှာ လက်ပါ မလာတာ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ စိတ်စွဲလမ်းမှုဟာလည်း အလွန်ပြင်းထန်တယ်၊ ဒီဘဝတင်,မကဘူး နောက် ဘဝထိအောင် ပါလာတယ်။

စိတ်အစဉ်သည် တစ်ဆက်တည်းသာ

ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုဖြစ်ရလဲဆိုရင် ရုပ်ခန္ဓာကြီးက သာ အကြီးအကျယ်ပြောင်းလဲသွားတာ၊ စိတ်ဆိုတာ ကတော့ အခုလက်ရှိဘဝမှာ စိတ်တွေဟာ တစ် စက္ကန့်ပြီး တစ်စက္ကန့် ဒီလိုဖြစ်နေသလို အင်မတန် မြန်တဲ့နှုန်းနဲ့ ဖြစ်ပျက်နေတယ်၊ တစ်စက္ကန့်ဆိုတာက နားလည်အောင် ပြောတာ၊ တကယ်တော့ တစ်စက္ကန့် မှာပဲ စိတ်တွေ ကုဋေတစ်သိန်းခန့် ဖြစ်နေတယ်လို့

ပြောချင်တာနော်၊ အဲဒီစိတ်အစဉ်ဆိုတာ ဒီဘဝနဲ့ ဟိုဘဝကြားမှာ ပြတ်သွားတယ်လို့မှ မရှိဘဲ၊ အခု ခေတ်စကားနဲ့ပြောရင် on line ပေါ့၊ ဒီ line လေး တစ်ခုတည်းပေါ်မှာ ရောက်နေတာ။

လူတစ်ယောက်ဟာ သေခါနီးမှာ စိတ်စွဲလမ်း မှုတွေ ရှိနေတဲ့အခါ အဲဒီစိတ်စွဲလမ်းမှုလေးကြောင့် နောင်ဘဝမှာ အမှတ်ကလေးပါသွားတာတို့၊ နောက် ဘဝမှာ လက်ကလေးပြတ်လျက် ဖြစ်တာတို့၊ နောက် ဘဝမှာ ချို့ငဲ့တဲ့ကလေး မွေးလာတာတို့ - အမျိုးမျိုး အဖုံဖုံ ဖြစ်လာတတ်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုဖြစ်သလဲ ဆိုရင် စိတ်စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ရဲ့ ပြင်းထန်မှုကြောင့်ပဲ။

ယနေ့ခေတ် မြန်မာပြည်မှ ဥပမာများ

ဘုန်းကြီးတို့ဇာတိ မန္တလေးတိုင်း စဉ့်ကူးမြို့ နယ်မှာ တောက မိခင်တစ်ယောက်မှ မွေးလာတဲ့ ကလေးနှစ်ယောက်- တကယ့်ဥရောပသားအတိုင်း မွေးလာတယ်၊ မျက်လုံးကအပြာ, ဆံပင်ကအဖြူ ငွေ ရောင်ဆံပင်၊ အသားကလည်း ဖွေးဆွတ်နေတယ်၊ အမေနဲ့တခြားစီ၊ အဖေနဲ့တခြားစီပဲ၊ ကြည့်လိုက်ရင်

ဥရောပသားလေးတွေလိုပဲ၊ အဲဒီလို မွေးလာတာ ရှိတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုမွေးလာလဲဆိုရင် အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်မှု ရှိတယ်၊ အဲဒီမှာလည်း ဥပါဒါန်လို့ပြောလို့ ရတယ်၊ အဲဒီအမျိုးသမီးက မြန်မာအမျိုးသမီးစစ်စစ်၊ မြန်မာမိခင်ဖခင်က မွေးတဲ့ကလေးဟာဘာဖြစ်လို့ ဥရောပရုပ် ပေါက်သွားသလဲ ဆိုတာအကြောင်းနှစ်မျိုး ရှိတယ်ပေါ့။

အကြောင်းတစ်ခုက- မိခင်ရဲ့စိတ်စွဲလမ်းမှု၊ ဘုန်းကြီးတို့ သိရှိရသလောက်ဆိုရင် မြန်မာပြည်မှာနိုင်ငံခြားကဆရာဝန်တွေ လာရောက်ပြီး ငှက်ဖျားရှိမရှိ တောရွာတွေအနှံ့ သွားရောက်စစ်ဆေးပေးတယ်၊ လုပ်အားပေးတာပေါ့၊ အဲဒီအမျိုးသမီးဟာ မျက်နှာဖြူနိုင်ငံခြားသားကြီးတွေကို မကြည့်ရဲဘူး၊ သိပ်ကြောက်တယ်၊ ကြောက်စိတ်အစွဲအလမ်းပေါ့ phobia တဲ့၊ နိုင်ငံခြားသားကြောက်တဲ့ရောဂါ ရှိတယ်၊ အင်္ဂလိပ်ကြောက်တဲ့ရောဂါဆိုတော့ Englophobia လို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒါ ဆေးစစ်မခံဘူး ပုန်းနေတယ်၊ ရွာလူကြီးတွေက လိုက်ရှာပြီး ဆေးစစ်ခိုင်းရတယ်၊ သူ့စိတ်ထဲမှာ အဲဒီမျက်နှာဖြူလူမျိုးကြီးတွေကို ကြောက်ပြီး စွဲလမ်းနေတာ၊ ကလေးမွေးလာတဲ့အခါ အဲဒီကလေးတွေဟာ မျက်နှာဖြူရုပ်တွေ ဖြစ်နေတယ်၊ အကြောင်းရှာမယ်ဆိုရင် အဲဒါ ဥပါဒါန်ပဲ၊ ဒါ မိခင်ရဲ့ဥပါဒါန်ပဲ၊ မိခင်ရဲ့ဥပါဒါန်က သားသမီးကိုဖြစ်စေသလားဆိုရင် ဖြစ်တာပေါ့၊ မြေနက်တွင်းထဲမှာ အောင်းပြီး မွေးလာတဲ့ ဖွတ်သတ္တဝါဟာ အနက်ဖြစ်တယ်၊ မြေနီတွင်းထဲမှာအောင်းပြီး မွေးလာတဲ့ ဖွတ်သတ္တဝါဟာ အနီဖြစ်တယ်၊ ထို့အတူပဲ မိခင်ရဲ့စိတ်စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကြောင့် ဖြစ်လာတဲ့သတ္တဝါဟာ အဲဒီလိုပဲ ဖြစ်တယ်ပေါ့၊ ဒါက အကြောင်းတစ်ခု။

နောက်အကြောင်းတစ်ခုကတော့ သန္ဓေသားကိုယ်တိုင်က စိတ်စွဲလမ်းမှုရှိတယ်၊ ခုနက ပြောတာလို အတိတ်ဘဝက စိတ်စွဲလမ်းမှုကြောင့် သေခါနီးဆဲဆဲမှာ သူ့ရဲ့စိတ်စွဲလမ်းမှု ပြင်းထန်သည့်အတွက်ကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံအထက်ပိုင်း ကျောက်ဆည်မြို့

နားမှာ ဖြစ်ဖူးတယ်၊ အမေရိကန် လေယာဉ်ပျံ တစ်စင်း ဒုတိယကမ္ဘာစစ်တုန်းက ပျက်ကျသွား တယ်၊ အမေရိကန်နှစ်ယောက် လေယာဉ်ပျက်ကျပြီး သေသွားတယ်၊ နောင်အခါကျတော့ သူတို့က အဲဒီ ရွာမှာ အရပ်ပြောပြောရင် လူဝင်စား ဖြစ်တယ်ပေါ့ နော်၊ လူဝင်စား ဖြစ်လာတဲ့အခါ သူတို့ရုပ်တွေဟာ မူလရုပ်အတိုင်း ဖြစ်လာတယ်၊ မြန်မာရုပ် မဖြစ်ဘူး၊ အဲဒါကတော့ သူတို့ကိုယ်တိုင်ရဲ့ စိတ်စွဲလမ်းမှုပဲ၊ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** ပဲ၊ သူတို့ကိုယ်တိုင်ရဲ့ စိတ် စွဲလမ်းမှုကြောင့် အဲဒီလိုဖြစ်တယ်လို့ ပြောရမယ်။

အဲဒီတော့ စိတ်စွဲလမ်းမှုဆိုတာ အင်မတန်မှ ပြင်းထန်တဲ့စွမ်းရည်သတ္တိရှိတဲ့ အရာတစ်ခုဖြစ်တယ်။

စစ်ကိုင်းက ဘုန်းကြီးတို့ကျောင်းမှာပဲ ဦးပဥ္စင်း တစ်ပါး ရှိတယ်၊ သူ့ခေါင်းမှာ အမာရွတ်ကြီးတွေ ပါ တယ်၊ တစ်ရက်ကျတော့ ဘုန်းကြီးက မေးတယ် - "မင်းခေါင်းက အမာရွတ်ကြီးတွေက ဘာဖြစ်တာလဲ" လို့၊ သူက ပြောတယ် "မွေးရာပါ" တဲ့၊ "ဘာဖြစ်လို့ မွေးရာပါရတာတုန်း" ဆိုတော့ အတိတ်ဘဝတုန်းက

သူက တံငါဖြစ်ခဲ့တယ်၊ အင်းစောင်းမှာ တံငါတဲလေး ဆောက်ပြီး နေတာ၊ တစ်ညကျတော့ သူ့ကို ဓားပြ လာတိုက်တာ ခေါင်းမှာဒဏ်ရာတွေ ရတယ်ပေါ့၊ အဲ ဒီဒဏ်ရာတွေကို စိတ်စွဲလမ်းမှု ဖြစ်သွားပြီးတော့ ဒီ ဘဝမှာလည်း ခေါင်းမှာ ဒဏ်ရာကြီးတွေ ပါလာတယ်၊ ဒါတွေဟာ "ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ" ဆိုသည့် အတိုင်း စိတ်စွဲလမ်းမှုအချက်ကြောင့် ဖြစ်တာတွေပဲ။

ဗိမ္ဗိသာ ရမင်းကြီး ဥပမာ

ကံတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး - ဆိုပါစို့ - ကောင်း တာလုပ်ရင် ကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်တယ်၊ မကောင်း တာ လုပ်ရင် မကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်တယ်၊ ယေဘူယျအားဖြင့် အဲဒီလို ပြောတယ်၊ သို့သော် စိတ်စွဲလမ်းမှု ရှိသွားပြီဆိုရင် စိတ်စွဲလမ်းတဲ့နေရာမှာ ဖြစ်တတ်တယ်။

ဥပမာတစ်ခု ပြောပြမယ်- ဝေဠုဝန်ကျောင်း ဒါယကာကြီး ဗိမ္ဗိသာရမင်းဟာ သားအဇာတသတ် မင်းရဲ့ အမိန့်နဲ့ ထောင်ချ ခြေဖဝါးဓားခွဲပြီး အသတ်

ခံရတယ်၊ သူက သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်တယ်၊ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သည့်အတွက် သူ့မှာသာ ဥပါဒါန်ဆိုတဲ့ တဏှာအစွဲအလမ်းမရှိခဲ့ဘူးဆိုရင် သူဟာ တာဝတိံသာနတ်ပြည်တို့ တုသိတာနတ်ပြည်တို့မှာ မဖြစ်နိုင်ပေဘူးလား၊ ဖြစ်နိုင်တယ်နော်။

အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးဟာ တုသိတာနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်တယ်၊ ဘုရားအလောင်းတွေဟာ ဘုရားဖြစ်မယ့်ဘဝရဲ့ အရင်ဘဝ (နောက်ဆုံးဘဝ)မှာ တုသိတာနတ်ပြည်မှာ နေကြတယ်နော်၊ အဲဒီဝတ္ထုတွေ ကြားဖူးတဲ့အခါ - တချို့ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုပြီးရင် 'တုသိတာနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ရပါစေ' ဆိုတဲ့ ဆုတောင်းမှုတွေ ရှိတယ်၊ အထူးသဖြင့် ဘုန်းကြီးတို့ငယ်ငယ်တုန်းက ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ ခမည်းတော်ကြီးက ဘာကုသိုလ်လုပ်လုပ် တုသိတာနတ်ပြည်မှာ ဘုရားအလောင်းနတ်သားတွေရှိတာ ကြားဖူးလို့ ဘုရားအလောင်းနတ်သားနဲ့ တွေ့ရအောင်လို့ "တုသိတာနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ရပါလို၏" လို့ ဆုတောင်းတယ်ဆိုတာ ကြားဖူးတယ်။

ကောင်းပြီ - အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက တုသိတာနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်တယ်၊ ဝိသာခါကျောင်းအမကြီးကတော့ အဲဒီထက် မြင့်တယ်၊ နိမ္မာနရတိနတ်ပြည်မှာ၊ အဲဒီလို အနာထပိဏ်တို့ ဝိသာခါတို့ အထက်နတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ပေမယ့် ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးက ဘယ်မှာဖြစ်သလဲဆိုရင် စာတုမဟာရာဇ်နတ်ဘုံမှာ ဝေဿဝဏ်နတ်မင်းကြီးရဲ့ အခြံအရံဘီလူး တစ်ယောက် သွားဖြစ်တယ်၊ သူ့နာမည်က "ဇနဝသဘ" တဲ့၊ ဒီဃနိကာယ်မှာ ဇနဝသဘသုတ်ဆိုတာ ရှိတယ်၊ သောတာပန်ဖြစ်ပေမယ့် ဘီလူးသွားဖြစ်တယ်၊ ဘီလူးဆိုပေမယ့် နတ်ဘီလူးပေါ့၊ စာတုမဟာရာဇ်နတ်ဘုံဆိုတာ အနိမ့်ဆုံးနတ်ဘုံပဲလေ၊ အဲဒီနတ်ဘုံမှာ ဘုရင်တောင် မဟုတ်ဘူး, ဘုရင်ရဲ့ အောက်က အာဠာဝကတို့, ပုဏ္ဏကတို့နဲ့ တစ်တန်းတည်း ဇနဝသဘနာမည်နဲ့ နတ်ဘီလူး သွားဖြစ်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ အဲဒီဘုံသွားဖြစ်ရသလဲဆိုရင် ဥပါဒါန်ကြောင့်ပဲ၊ သူက အဲဒီဘုံမှာ အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ခဲ့တာကိုး၊ သေ

ခါနီးမှာ အဲဒီအကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ခဲ့တဲ့ဘဝကို စွဲလမ်းပြီး တော့ အဲဒီဘုံပဲ ရောက်သွားတယ်။

အဲဒါလည်း သတိထားစရာတစ်ခုပဲနော်၊ အစွဲအလမ်းဆိုတာ မထားလေနဲ့၊ စွဲလမ်းမှုရှိရင် အဲဒီမှာပဲ ထပ်ဖြစ်ဖို့ များတယ်၊ ဒါပေမယ့် ကံလည်း ရှိသေးတာပေါ့၊ သူ့ကံက အစွမ်းထက်သလား မထက်ဘူးလား၊ သူက သောတာပန်လည်း ဖြစ်၊ ဘုရားကျောင်းဒကာကြီးလည်း ဖြစ်တယ်ဆိုတော့ သူ့ကံက အစွမ်းထက်တော့ ထက်သားနော်၊ ဘယ်လိုပဲ အစွမ်းထက်ထက် **ဘဝနိကန္တိ** ဆိုတဲ့ အစွဲအလမ်းလေးကြောင့် အဲဒီဘုံ သွားဖြစ်တာပဲ၊ ဒါ ဥပါဒါန်ကြောင့် ဖြစ်ရတဲ့ ဘဝလေးတစ်ခုပဲ။

အဲဒါကြောင့် ဒီဥပါဒါန်ဆိုတဲ့ စွဲလမ်းမှုလေးဟာ ဘဝတစ်ခုတည်ဆောက်တဲ့နေရာမှာ အင်မတန်မှ အရေးပါလှလို့ မြတ်စွာဘုရားက **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** လို့ ဟောတာ။

ဓမ္မပဒလာ ဥပမာ

တချို့သေခါနီးမှာ ဆုပန်ကြွတာတွေ ရှိတယ်၊ ကြိုတင်ပြီးတော့ ဆုပန်ကြွတာတွေလည်း ရှိတယ်၊ ကောင်းတာ ဆုပန်သလို မကောင်းတာ ဆုပန်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ရှိတာပဲ၊ ဓမ္မပဒထဲမှာ ပါတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ဆိုရင် အိမ်ထောင်တစ်ခုတည်းမှာ အငယ်သွားဖြစ်တယ်၊ ဖြစ်တဲ့အခါ အငယ်က သားသမီးရတယ်၊ အကြီးက သားသမီး မရဘူး၊ အဲဒီအခါ အကြီးက ပစ္စည်းတွေ သူပိုင်တော့မှာ မဟုတ်လို့ (ဒါက အိန္ဒိယထုံးစံပေါ့နော်)၊ သူ မပိုင်ရမှာ စိုးသည့်အတွက် အငယ်ရတဲ့ ကိုယ်ဝန်တိုင်းကို ဖျက်ဆီးပစ်တယ်၊ အဲဒီလို ဖျက်ဆီးပစ်တဲ့အခါ နောက်တစ်ကြိမ်မှာ ကိုယ်ဝန်ပျက်ရုံတင် မကဘူး, အသက်ပါ ထိခိုက်သွားတယ်၊ ထိခိုက်တဲ့အခါ အငယ်ဇနီးဖြစ်သူက အကြီးဖြစ်သူလုပ်တာကိုလည်း သိရော သေခါနီးမှာ ဒေါသအာဃာတ ပြင်းပြင်းထန်ထန်နဲ့ "နောက်ဘဝရောက်ရင် သူ့ကို သားသမီးနှင့်

တကွ အနိုင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ရပါလို၏" လို့ ဆုတောင်းတယ်။

အဲဒီအခါမှာ သူက ကြောင်မသွားဖြစ်တယ်၊ သူ့ကို ဒုက္ခပေးတဲ့ အမျိုးသမီးကြီးက ကြက်မသွား ဖြစ်တယ်၊ ဒီလိုသေခါနီးမှာ ဆုတောင်းကြတာတွေကလည်း ဒေါသအာဃာတနဲ့မို့ တိရစ္ဆာန်ဘဝ ရောက်ကြရတယ်၊ အဲဒီကြောင်မက ကြက်မရဲ့ကလေးတွေ ကြက်ဥတွေရော ကြက်မပါ ကိုက်သတ်စားတာပေါ့၊ ကြက်မကလည်း သေခါနီးမှာ ခံပြင်းတဲ့စိတ်နဲ့ "နင့်ကို နောင်ဘဝမှာ ကလေးတွေနဲ့တကွ စားရပါလို၏" လို့ ဆုတောင်းသွားပြန်တယ်၊ ဒေါသနဲ့ ကျိန်သွားပြန်တယ်၊ သေတဲ့အခါကျတော့ ကျားသစ်မသွား ဖြစ်ပြန်တယ်၊ ဟိုကြောင်မကျတော့ သမင်မသွား ဖြစ်တယ်၊ "သမင်မွေးရင်း ကျားစားရင်း" ဆိုတာ၊ နောက်ဆုံးမှာ မိခင်လုပ်တဲ့ သမင်မပါ အစားခံလိုက်ရတယ်။

အဲဒီလိုသေပြီး သူတို့ရဲ့ စိတ်စွဲလမ်းမှုအငြိုးတွေက မပြေသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ယောက်က

လူ လာဖြစ်သလို တစ်ယောက်က ဘီလူးမ လာဖြစ်တယ်၊ လူမက ကလေးမွေးတိုင်းမွေးတိုင်း ဘီလူးမက လာပြီးတော့ စားတယ်။

ကြည့်-သေခါနီးမှာ မကောင်းတဲ့ဆုကို ယူသွားရင် အဲဒီ မကောင်းတဲ့အကုသိုလ်တွေကြောင့် မကောင်းတဲ့အခြေအနေတွေမှာ ဖြစ်ပြီးတော့ မကောင်းတဲ့ လက်စားချေမှုတွေကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေတတ်တယ်၊ စွဲလမ်းမှုဆိုတာ အလွန်ကြောက်စရာကောင်းတယ်၊ သူတို့ရဲ့ဘဝဟာ အပြန်အလှန် ဂလဲ့စားချေနေကြတဲ့ ဘဝမျိုးကို ရောက်ရှိသွားတယ်။

အဲဒါကြောင့်မို့ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"**- ဖြစ်လာတဲ့ စိတ်စွဲလမ်းမှုလေးကို အခြေခံပြီး လူတွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ဘဝတစ်ခု ဖြစ်လာတတ်တယ်တဲ့၊ အစွဲအလမ်းကိုအခြေခံပြီး ကံတရားကိုလည်း လုပ်ကြတယ်။

ဆိုပါစို့- ခုနကပြောတဲ့ **ဒိဋ္ဌုပါဒါန်** - ကံရဲ့အကျိုးကို မယုံကြည်ဘူး၊ ငြင်းပယ်တယ်၊ **သီလဗ္ဗတုပါဒါန်** - နွားလိုကျင့်, ခွေးလိုကျင့်တယ်၊

ဒီအကျင့်ဖြင့် ဘဝကလွတ်မြောက်တယ်လို့ ယုံကြည်တယ်၊ လိုက်နာကျင့်သုံးတယ်၊ ကံဖြစ်လာတယ်၊ အဲဒီကံတွေရဲ့အကျိုးပေးမှုကြောင့် ဘဝတစ်ခုဟာ ဖြစ်ပေါ်လာရပါတယ်တဲ့၊ ဆိုလိုတာက ဥပါဒါန်နဲ့ ဘဝအကြားမှာ ကံရှိသေးတယ်ပေါ့၊ အဲဒီကံကိုပဲ ကမ္မဘဝလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီကံက ထုတ်လုပ်လိုက်တဲ့ဘဝကျတော့ ဥပပတ္တိဘဝ၊ အဲဒီ ကမ္မဘဝနဲ့ ဥပပတ္တိဘဝနှစ်ရပ်ကို ပေါင်းပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** လို့ ဟောထားတယ်။

အစွဲအလမ်းရှိနေသေးသမျှ ဘဝကိုဖြစ်စေတဲ့ ကံတရားတွေကို ဖန်တီးနေကြဦးမှာပဲ၊ လုပ်နေကြဦးမှာပဲ၊ ကံတရားတွေကလည်း မိမိတို့သန္တာန်မှာ စုမိဆောင်းမိ ဖြစ်နေဦးမှာပဲ၊ ထိုကံတရားတွေ စုမိဆောင်းမိဖြစ်နေသမျှ ကံတရားရဲ့အကျိုးလို့ ခေါ်တဲ့ ဘဝခန္ဓာတွေဟာ ပေါ်နေဦးမှာပဲ၊ အဲဒီဥပါဒါန်ကို မဖြစ်အောင် လုပ်ဖို့ လိုတယ်၊ တဏှာဆိုတာ မဖြစ်အောင် လုပ်ဖို့ လိုတယ်။

ဥပါဒါန် ဘာကြောင့် ဖြစ်လာသလဲ?

အဲဒီတဏှာ ဘာကြောင့် ဖြစ်လာသလဲ? **"ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ"** လို့ ဆိုတဲ့အတိုင်း အာရုံခံစားမှုဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် တဏှာဖြစ်လာတယ်၊ ဝေဒနာဟာ တဏှာဖြစ်လာဖို့အတွက် လမ်းခင်းပေးတယ်၊ ဒီဝေဒနာဟာ ဘာကြောင့်ဖြစ်လာသလဲဆိုရင် အာရုံနဲ့စိတ် ဆုံမိတဲ့ ဖဿကြောင့် ဝေဒနာဖြစ်လာရတာ၊ ဒါဖြင့် ဖဿက ဘာဖြစ်လို့ ဖြစ်လာရသလဲဆိုရင် လူတွေမှာ မျက်စိ နား နှာခေါင်း လျှာ စိတ် ဆိုတဲ့ အာရုံနဲ့ ဆက်သွယ်တဲ့အရာတွေ ပါလာတယ်၊ ဆက်သွယ်မိတယ်၊ ဆက်သွယ်မိလို့ ဖဿ ဆိုတာ ဖြစ်လာတယ်။

ဒါဖြင့် ဒီလိုဆက်သွယ်မိတာ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုရင် ရုပ်တွေနာမ်တွေ ဖြစ်လာတဲ့အတွက်ကြောင့်ပဲ၊ ရုပ်တွေနာမ်တွေ ဘာကြောင့်ဖြစ်လာသလဲ ဆိုရင် သန္ဓေစိတ်ကလေးကြောင့်ပဲ၊ ဒီသန္ဓေစိတ်ကလေး ဘာကြောင့်ဖြစ်လာသလဲဆိုရင် ဟိုဘဝက ဘဝကို ပြုပြင်ဖန်တီးပေးနိုင်တဲ့ သင်္ခါရဆိုတဲ့ စေတနာကြောင့်

ဖြစ်လာရတာ၊ အဲဒီစေတနာလေးဟာ ဘာကြောင့် ဖြစ်လာရသလဲဆိုရင် အဝိဇ္ဇာကြောင့်တဲ့၊ အမှန်ကို မသိမှုကြောင့် ဖြစ်လာရတယ်၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ ဒီလို ဟောထားတယ်။

ဥပါဒါန် ပျောက်လိုလျှင်?

ဒါဖြင့် ဥပါဒါန်ပျောက်ချင်ရင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ? အမှန်မသိတဲ့**အဝိဇ္ဇာ**ကို ဖယ်ရှားရမယ်၊ အမှန်မသိတဲ့ အဝိဇ္ဇာချုပ်သွားရင် **သင်္ခါရ** ဆိုတာ မလာတော့ဘူး၊ သင်္ခါရချုပ်သွားရင် **ဝိညာဉ်**ဆိုတာ မလာတော့ဘူး၊ ဝိညာဉ်ချုပ်သွားရင် **နာမ်ရုပ်**ဆိုတာ ဆင့်ပွားပြီး မလာတော့ဘူး၊ နာမ်ရုပ်ချုပ်ရင် **သဠာယတန** ဆိုတဲ့ ဒီမျက်စိ နား နှာ လျှာ ကိုယ် စိတ်တွေ မလာတော့ဘူး၊ အဲဒါတွေ ချုပ်သွားရင် အာရုံနဲ့ဆက်သွယ်တဲ့ **ဖဿ** ဆိုတာ မလာတော့ဘူး၊ ဖဿ မလာတော့ရင် အာရုံနဲ့ အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ **ဝေဒနာ** မလာတော့ဘူး၊ ဝေဒနာ မလာရင် **တဏှာ** ဆိုတာ မလာတော့ဘူး၊ တဏှာ မလာရင် **ဥပါဒါန်** ဆိုတာ လာစရာမရှိ

တော့ဘူး၊ ဥပါဒါန် မလာရင် ဘဝကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ **ကံ**တရားတွေ မလုပ်တော့ဘူး၊ ကံတရားတွေ မလုပ်တော့ရင် **ဘဝ**တွေ မဖြစ်လာတော့ဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားက ကြောင်းကျိုးဆက်ပြီးတော့ ပြထားတယ်။

အဲဒီလို ကြောင်းကျိုးတွေဆက်ပြီးတော့ မလာအောင် လုပ်ရမယ့်နည်းလမ်း ရှိသလား? ဆိုတော့ နည်းလမ်းက **မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး**ပဲ၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတရားဟာ **သမ္မာဒိဋ္ဌိ**လို့ ဆိုတဲ့ အမှန်မြင်မှုကို ဦးဆောင်ပြီးတော့ မှန်ကန်စွာ မြင်လို့, မှန်ကန်စွာ တွေးတောပြီး, မှန်ကန်စွာ လုပ်ဆောင်မယ်၊ မှန်ကန်စွာ အမှတ်ထားပြီးတော့ မှန်ကန်စွာ စိတ်တည်ငြိမ်အောင်ထားမယ် ဆိုရင် ထိုမှန်ကန်မှုအပေါ်မှာ အခြေခံထားတဲ့ မဂ္ဂင်တရားဟာ ခုနကပြောတဲ့ အဝိဇ္ဇာချုပ်မှုကို ဦးဆောင်ပြီး သွားလိမ့်မယ်၊ အဝိဇ္ဇာချုပ်တာနဲ့ နောက်ကဆက်တိုက်ဆက်တိုက်- အဝိဇ္ဇာ မရှိတော့ရင် သင်္ခါရတွေ မရှိတော့ဘူးဆိုပြီး နောက်ဆုံးမှာ ဥပါဒါန်တွေပျောက်သွားလိမ့်မယ်၊ အဲဒါ **ဘဝနိရောဓ** ဆိုတာ **နိဗ္ဗာန်**ပဲ၊ **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** - ဥပါဒါန်တွေ ရှိ

နေသေးသမျှ ဘဝဆိုတာ လာနေဦးမှာပဲ၊ **"ဥပါဒါန နိရောဓာ ဘဝနိရောဓော"**- ဥပါဒါန်တွေ ချုပ်သွားပြီဆိုရင် ဘဝလည်း ချုပ်သွားပါပြီတဲ့။

ဒါကြောင့်မို့ တရားချစ်ခင် ပရိသတ်အပေါင်းတို့သည် **"ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ"** နှင့်ပတ်သက်ပြီး အကျယ်တဝင့် ရှင်းလင်းဟောကြားတာကို အားလုံးနာယူကြရသဖြင့် "မိမိတို့တစ်တွေမှာ ဘဝတစ်ခုရရှိနေတာဟာ အနီးကပ်ဆုံး အကြောင်းတရားကတော့ ဥပါဒါန်ကြောင့်ပဲ၊ ဥပါဒါန်ဆိုတာ တဏှာနဲ့ ဒိဋ္ဌိပဲ၊ **တို့သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ တဏှာတို့ ဒိဋ္ဌိတို့ ဆိုတာတွေကို တို့တစ်တွေဟာ ဖယ်ရှားကြရမှာ"** ဆိုတာကို ကိုယ်စီကိုယ်စီသဘောပေါက်ပြီးတော့ တဏှာဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ အစွဲအလမ်းတွေကို ဖယ်ရှားနိုင်ရာ ဖယ်ရှားနိုင်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ သီလအကျင့်, သမာဓိအကျင့်, ပညာအကျင့်လို့ဆိုတဲ့ မဂ္ဂင်တရားကို ကိုယ်စီကိုယ်စီကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု- သာဓု- သာဓု

မေတ္တာမိတ်ဆွေများသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များက ရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီး ကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြုလျက် 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
၃။ ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀
၄။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်
ကမ္ဘာအေးစေတီဝင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း ၀၁-၆၅၅၇၅၆၊ ၀၁-၆၅၁၇၆၉

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

၏

ထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ(ပထမတွဲ)

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။ မင်္ဂလသုတ်အနှစ်ချုပ်
၂၅။ သာရဏီယတရား
၂၆။ ရသ တဏှာ
၂၇။ ဓမ္မဗျူဟာအသင်းသူ/သားများ၏ အမေးကိုဖြေဆိုခြင်း
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

မွေ့စာပေပြန့်ပွားရေး

ထေရဝါဒသာသနာပြု အလှူရှင်များ

(စာမျက်နှာကို ငွေကုန်၍ ငါးသောင်းနှင့်အထက် အလှူရှင်များကိုသာ ဖော်ပြပါမည်)

၁။ အနန္တငါးပါးနှင့် ကျေးဇူးရှင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်ပါမောက္ခချုပ် ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တနန္ဒမာလာဘိဝံသ(Ph.D)ကို ဦးထိပ်ထားလျက် ဘိုးဘွားမိဘဆွေမျိုးများနှင့် ဦးတင်စိုးတို့အားရည်စူး၍ ဒေါ်လှခင်မိသားစု။ (ကိုကျော်သင်းဆေးဆိုင်)မင်္ဂလာဈေး ရန်ကုန်။ (သိန်းတစ်ရာ)

၂။ ဦးအုန်းကျော်+ဒေါ်ခင်မမ (သိန်းငါးဆယ်)
သား မောင်မြတ်မင်းထင်ကျော်၊
မောင်ရဲမင်းသွင်ကျော်၊
သမီး မကြည်လဲ့ရွှန်းကျော် မိသားစု။ ရန်ကုန်။

၃။ ဒေါက်တာမြမြဝင်း၊ ဒေါက်တာဆန်းဆန်းဝေ (ရှစ်သိန်း)
အမှတ် ၁၁၃(ဘီ)၊ မြေညီ၊ လမ်း(၂၀)၊ လသာ။

၄။ ဦးမြင့်သန်း+ဒေါ်ခင်မမ (ငါးသိန်း)
ရှမ်းဗမာပွဲရုံ၊ မန္တလေးမြို့။

၅။ ဖြူး မိသားစု၊ ရန်ကုန်မြို့။ (ငါးသိန်း)

၆။ ဦးသက်ဦး+ဒေါ်တင်တင်ဝင်း၊ သမီး စုနန္ဒာဦး၊ ရန်ကုန်မြို့။ (ငါးသိန်း)

၇။ ဦးခင်ရွှေ+ဒေါ်မေလှိုင် မိသားစု။ ရန်ကုန်မြို့။ (သုံးသိန်း)

၈။ Singapore မှ အလှူရှင်များ (သုံးသိန်း)

၉။ ဦးချစ်မွေး+ဒေါ်မြင့်မြင့်ရီ (သုံးသိန်း)
သား မောင်ဝေလျှံဦး၊ သမီး မမေမြတ်သူခိုင်
မိသားစု။ ရန်ကုန်မြို့။
၁၀။ ဦးသောင်းငွေ+ဒေါ်ခင်စောဝင်း မိသားစု (သုံးသိန်း)
သား-မင်းသောင်းခန့်၊ ကျော်ညီညီခန့်။ (၇)မိုင်ခွဲ
၁၁။ ဦးညီညီ+ဒေါ်မြင့်မြင့်ခင် မိသားစု၊ အလုံ။ (နှစ်သိန်း)
၁၂။ မိဘများအား ရည်စူး၍ (နှစ်သိန်း)
ဦးမြင့်အောင်+ဒေါ်သန်းသန်းဝင်း။
သား ကိုသူရိန်အောင်၊ သမီး ဆုမွန်ချမ်းအောင်
မိသားစု။ ဒိုက်ဦးမြို့။
၁၃။ ဘိုးဘွားမိဘများနှင့် ဦးကြည်လွင်အား ရည်စူး၍ (နှစ်သိန်း)
ဒေါ်စောတင်အေး မိသားစု။
တိုက် ၁၅၊ အခန်း ၄၀၁၊ အောင်သပြေလမ်း။
ယုဇနပလာဇာအနောက်၊ မင်္ဂလာတောင်ညွန့်။
၁၄။ ဦးဝင်းထွန်းသိန်း+ဒေါ်ကြူကြူသင်း (နှစ်သိန်း)
သမီး မေပူးခင်၊ စုရတီ မိသားစု၊ ဝါးတန်းလမ်း။
၁၅။ သင်္ဂဟမွေရက္ခိတ တရားပွဲအလှူရှင်၊ မန္တလေးမြို့။ (နှစ်သိန်း)
၁၆။ ဒေါက်တာဦးမျိုးလွင်(၇၅ နှစ်ပြည့်မွေးနေ့) (နှစ်သိန်း)
၁၇။ ဦးစံသာ+ဒေါ်မေဦးခင်၊ သမီး-စံသာရတနာ (တစ်သိန်းငါးသောင်း)
သား - မောင်စံသာသုခ မိသားစု။ ရန်ကုန်မြို့။
၁၈။ ကိုအောင်နိုင်ငွေ+မသော်သော်အောင်၊ (တစ်သိန်းငါးသောင်း)
ဘုန်းမြတ်ပိုင်၊ ယွန်းလဲ့အိမ်။ ရန်ကုန်

၁၉။ ဒေါ်စန်းကြည်၊ တူမ မနနယဉ်၊ တူ မောင်အောင်ဖုန်း
(တစ်သိန်းတစ်သောင်းတစ်ထောင်)

၂၀။ ရွှေပြည်ဟိန်းဆရာတော်၏မယ်တော်ကြီး ဒေါ်အမာ။
(တစ်သိန်းတစ်သောင်း)

၂၁။ ဦးမြဟန်+ဒေါ်သီတာစိ မိသားစု။ (တစ်သိန်း)

၂၂။ ဦးကျော်ဆန်းလွင်+ဒေါ်မြင့်မြင့် (တစ်သိန်း)
သမီး မမြတ်ပန်းအေး၊ မပွဲးပွင့်ဟန်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၃။ ဦးအောင်+ဒေါ်လှစိန် (တစ်သိန်း)
"အောင်သမြေ" ငါးခြောက်ရောင်းဝယ်ရေး၊ မုံရွာမြို့။

၂၄။ ဦးဝင်းမြင့်+ဒေါ်ခင်မေဝင်း (တစ်သိန်း)
နေ-လ ဆေးဆိုင်၊ အလယ်ရပ်၊ မုံရွာမြို့။

၂၅။ ဖခင်ကြီး ဦးသိန်းကြည်အား ရည်စူး၍ မိခင်ကြီး
ဒေါ်သန်းကြည်အား အမှူးထားလျက်
ဒေါ်မြသိန်းနှင့် မောင်နမတစ်စု၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်။ (တစ်သိန်း)

၂၆။ ဦးရဲမြင့်+ဒေါ်သန်းသန်းနွယ် မိသားစု (တစ်သိန်း)
ကမာရွတ်မြို့နယ်။

၂၇။ ရွှေတောင်ဦးမော် ဆရာတော်၊ စစ်ကိုင်းမြို့။ (တစ်သိန်း)

၂၈။ ဦးခင်မောင်လွင်+ဒေါ်ခင်ပြုံး မိသားစု၊ နေပြည်တော်။ (တစ်သိန်း)

၂၉။ မိဘများနှင့် ဦးငွေသိန်းကို ရည်စူး၍ (တစ်သိန်း)
ဒေါ်ရှုယ်လီ၊ သား ကိုရန်နိုင်ဗိုလ်+မခိုင်ရီမွန်
မိသားစု၊ ဒိုက်ဦးမြို့နယ်။

၃၀။ ဒေါ်သိုညိုလွင်၊ ဒေါ်ခင်လှတင် မွေးနေ့အလှူ။ (တစ်သိန်း)

၃၁။ ဦးသင်းအောင်+ဒေါ်စန္ဒာဝင်းအောင် (တစ်သိန်း)
သမီး-မပိုင်းပိုင်းပြည့်၊ သား-မောင်ထိန်လင်း

၃၂။ ဦးဝင်းလွင်+ဒေါ်ဖြူဖြူဝင်း (တစ်သိန်း)
သား-မောင်အောင်ထွန်းကျော်၊ မောင်ပြည့်ဖြိုးမင်း၊
သမီး-မခင်ငြိမ်းချမ်းဝင်း

၃၃။ မိဘများဖြစ်သော ဦးလူလူ+ဒေါ်ခင်သိန်းတို့ကိုရည်စူး၍ (တစ်သိန်း)
ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီးကိုကိုကြီး+ဒေါ်ဝေပယ်လူ မိသားစု။

၃၄။ ဦးစိုင်းမောင်ရွှေ+ဒေါ်နန်းအေးလှ။ နယ်မြေ(၅)၊ (တစ်သိန်း)
ရပ်ကွက်(၁၂)၊ လားရှိုးမြို့

၃၅။ ဦးကျော်ထွင့်+ဒေါ်စန်းစန်းဝင်း မိသားစု။ (တစ်သိန်း)
Toshiba Electronic ရန်ကုန်မြို့

၃၆။ ဦးသိန်းဟန်(ဆရာဇော်ဂျီ)အား ရည်စူးလျက် (တစ်သိန်း)
မိခင်ကြီးဒေါ်စောရင်အား အမှူးထား၍
ဒေါက်တာခင်အုန်းဟန်မိသားစု၊ ရန်ကုန်မြို့

၃၇။ ဒေါ်သင်းသင်းနွယ်၊ အမရပူရ။ (တစ်သိန်း)

၃၈။ ဦးထိန်လင်း+ဒေါ်နန်းထိပ်စံ။ ၂၈/ဘီးရွှေတောင်ကြား၊ (တစ်သိန်း)
ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့

၃၉။ ဒေါက်တာဦးမောင်မောင်ခင်+ဒေါ်ခင်ခင်အုန်းမိသားစု၊ (တစ်သိန်း)
ရန်ကုန်မြို့

၄၀။ ဦးကျော်မြင့်အား ရည်စူး၍ (တစ်သိန်း)
ဒေါ်သိန်းသိန်းမြင့် မိသားစု၊ ကျောက်မြောင်း။

၄၁။ နှစ်ဖက်ဘိုးဘွားများ အမှူးထား၍ (တစ်သိန်း)
ဦးဇော်ဝင်းလှိုင်+ဒေါ်မြတ်ကေခိုင်၊ သမီး-မမြတ်ရတနာလှိုင်
(သဒ္ဓါ-သက်န်းတိုက်) မိသားစု၊ ရန်ကုန်မြို့။
၄၂။ ဦးသိန်းစိုး+ဒေါ်ဘီးတင်၊ သား-စောသိန်းငွေ။ (တစ်သိန်း)
နေလင်းစိုး၊ သမီး-လင်းသန္တာစိုး၊ တင်မိုးဝင်း၊
ဖြိုးဖြိုးသိန်းစိုး မိသားစု။
၄၃။ ဦးလှထွန်း+ဒေါ်ခင်မြတ်လှ၊ သားကြီး- (တစ်သိန်း)
မောင်ကျော်ဇေယျာထွန်း၊ သားလတ်-မောင်ကောင်းထက်ဇော်၊
သမီးငယ်-မလှမြတ်သွေး၊ ၄၅၊ ရန်ကင်းလမ်း၊ စမ်းချောင်း။
၄၄။ ကျေးရွာရှင်ဆရာကြီး ဦးဘခင်(၁၉.၁.၇၁-၁၉.၁.၁၁) (တစ်သိန်း)
အားရည်စူး၍ သင့်သင့်သူ မိသားစု။
၄၅။ ဒေါက်တာဦးစိုးလွင်+ဒေါ်လှလှချော မိသားစု၊ ရန်ကုန်။
(ခုနစ်သောင်း)
၄၆။ မမှုန်ရွှေရီ (မင်္ဂလာဈေး) (ခြောက်သောင်း)
၄၇။ ဦးသိန်းဇော်+ဒေါ်နှင်းမာလာသိန်း၊ (ငါးသောင်းငါးထောင်)
သမီး-မစုစံသိန်းဇော်
၄၈။ ဦးအောင်မြင့်+ဒေါ်သန်းသန်းတင်နှင့် (ငါးသောင်းငါးထောင်)
Level-III သင်တန်းသူ/သားများ၊
(၂၀၁၀-၂၀၁၁)ခုနှစ်၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်၊
ကမ္ဘာအေးဘုရားဝင်းအတွင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၄၉။ မိဘနှစ်ပါးအား ရည်စူး၍ သမီး ဒေါ်ညိုညို (ငါးသောင်း)
၇၄၊ လိပ်ကန်လမ်း၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၅၀။ မသန်းသန်းဝင်း၊ မမေသက်ဝေ၊ ရန်ကုန်။ (ငါးသောင်း)

၅၁။ မိခင် ဒေါ်ခင်နှင်းရီအား ရည်စူး၍ (ငါးသောင်း)
ဦးသန်းလွင်နှင့်သမီး မခင်ခင်စု၊
နှင်းစာပေရတနာ ဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေး၊ ရန်ကုန်မြို့။

၅၂။ ဦးတင်ထွန်း+ဒေါ်ခင်ခင်ဦး၊ သမီး မခင်ဖြူထွန်း၊ (ငါးသောင်း)
သား မောင်သိန်းထွန်းအောင် မိသားစု။ ရန်ကုန်။

၅၃။ ဒေါက်တာနွဲ့တင်ထွဋ် နှင့် အပွဲ့၊ ရန်ကုန်မြို့။ (ငါးသောင်း)

၅၄။ ဦးမောင်မောင်လေး+ဒေါ်မြသန်းအား ရည်စူး၍ (ငါးသောင်း)
သားသမီးမြေးတစ်စုကောင်းမှု။ ၄၄-စမ်းချောင်းလမ်း

၅၅။ နှစ်ဖက်မိဘများအား အမှူးထား၍ (ငါးသောင်း)
(ဦးခင်ဝင်း)+ဒေါ်သီတာတင်၊ သမီး မချောနန္ဒာ၊
မမေပါ်သိန်းထက်၊ သား-မောင်ကောင်းဆက်၊ စမ်းချောင်း။

၅၆။ ဒေါ်ကြူကြူ(ဓမ္မဗျူဟာ)မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်အလှူ။ (ငါးသောင်း)
ပဲခူး။

၅၇။ ဦးအောင်မြင့်+ဒေါ်မြမြသိန်း မိသားစု။ (ငါးသောင်း)
ရတနာသိဒ္ဓိရွှေဆိုင်၊ မြောင်းမြမြို့။

၅၈။ ဖိုးဖိုး ဦးသိန်းကြည်၊ ဖေဖေ ဦးကြည်ဝင်းအား (ငါးသောင်း)
ရည်စူး၍ ဆုမွန်၊ ရတနာ(ခေတ္တ-စင်ကာပူ)

၅၉။ ဦးအောင်ကျော်ငွေး+ဒေါ်မြဝင်း၊ သားကြီး- (ငါးသောင်း)
မင်းတင်မွန်+သီရိပိုးမွန်တင်၊ မြေးလေး-
မောင်လင်းရောင်ဝါနှင့် သားငယ် ချမ်းမြေ့ကျော်မိသားစု။

၆၀။ နှစ်ပေါက်သော ဘိုးဘွားမိဘ ဆွေမျိုးများနှင့် (ငါးသောင်း)
ခင်ပွန်း-ဦးစိုးတင်အားရည်စူး၍ ဒေါ်မြင့်မြင့်ဆွေနှင့်
မောင်နှမတစ်စု၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၆၁။ ဒေါ်ငွေးငွေးတင်(ဗွာနုခွဲမှူး၊ စည်ပင်)နေပြည်တော် (ငါးသောင်း)

၆၂။ ဦးခေမာစာရ မွေးနေ့အလှူ။ (ငါးသောင်း)
အရှေ့ဆင်စခန်း ကျောင်းတိုက်၊ ဒိုက်ဦးမြို့။