



ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ် ( ၁၇၄ )

# ဝဋ္ဋသုတ်အနှစ်ချုပ်

အတ္ထမဟာပဏ္ဍိတ

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

ဓမ္မဒါန ကုသိုလ်ရှင်

နတ်ရူဠာစုခေါ်စေသော်

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်



တရားစာအုပ်များကို  
မွေစာပေ အလှူငွေဖြင့်  
ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်။



## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

ဓုတ်ထမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၆-ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၄ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော် (၂) ရက်၊ ၂၈-၁-၂၀၁၃ (တနင်္လာနေ့)၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ၅-ရပ်ကွက် ညောင်တုန်းလမ်း၊ သံဃာ့ဒါနဆွမ်းလောင်းအသင်း ဓမ္မာရုံတွင် ဆင်ယင်ကျင်းပ ပြုလုပ်အပ်သည့် ဆွမ်းလောင်းအောင်ပွဲ အထိမ်း အမှတ် အဖြစ်ဖြင့် သတ္တမအကြိမ်မြောက် အထူးဓမ္မသဘင်ပွဲဝယ် ဟောကြားအပ်သော “ဝဋ္ဋသုတ်အနှစ်ချုပ်” တရားဒေသနာ တော်။

ပရိတ်ကြီး (၁၁) သုတ်မှာပါတဲ့ “ဝဋ္ဋသုတ်” ကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေ ရွတ်ဖတ်လေ့ရှိကြ တယ်။ မီးဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ဖို့အတွက် ဝဋ္ဋသုတ် ကို ရွတ်ဆိုတယ်။ ဘယ်အန္တရာယ်ဖြစ်ဖြစ် မေတ္တာနဲ့ သစ္စာနဲ့ ကာကွယ်နိုင်တယ်။ ဒီနှစ်ခုဟာ အန္တရာယ်

၂

# ဝေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ကာကွယ်ဖို့အတွက်အစွမ်းသတ္တိထက်တဲ့ အကောင်းဆုံး  
အရာနှစ်ခု ဖြစ်တယ်။

ရင်ထဲနှလုံးထဲမှာ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများ  
အားထုတ်ပြီးတော့ မေတ္တာစွမ်းအားနဲ့ အန္တရာယ်ကင်း  
အောင် လုပ်တယ်။ မှန်ကန်တဲ့ သစ္စာစကားကို ဆိုပြီး  
တော့လည်း အန္တရာယ်ကင်းအောင် လုပ်ကြတယ်။  
မှန်ကန်တဲ့ သစ္စာစကားဟာလည်း အန္တရာယ်ကင်းမှု  
အတွက် အထောက်အကူ အများကြီးဖြစ်တယ်။  
သို့သော် စနစ်တကျ လုပ်ဖို့အတွက်တော့ လိုအပ်တယ်  
ပေါ့။

ဝေသာလီပြည်မှာ ကပ်ကြီးသုံးပါး ဆိုက်တယ်။  
ကပ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ်က ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အခြေအနေ  
ဆိုးကြီးရဲ့ အတိုင်းအတာ အချိန်အခါတစ်ခုဖြစ်တယ်။  
ကပ်ဆိုတာ အချိန်အခါကို ပြောတာ၊ အတိုင်းအတာ  
တစ်ခု၊ ဆိုပါစို့-ရောဂါတွေ ကူးစက်နေတဲ့ အချိန်အတိုင်း

## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၃

အတာတစ်ခု၊ စစ်ပွဲဖြစ်နေတဲ့ အချိန်အတိုင်းအတာတစ်ခု၊ အချိန်အတိုင်းအတာတစ်ခုကို ကပ်လို့ခေါ်တာ။

ကပ္ပ ဆိုတာ အချိန်ပိုင်း အတိုင်းအတာတစ်ခု၊ ဆိုပါစို့၊ မြန်မာနိုင်ငံကလူတွေ အသက် (၇၀) ပတ်ဝန်းကျင်၊ (၈၀)ပတ်ဝန်းကျင်လူတွေ တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ရတယ်၊ ၁၉၄၂-ခုနှစ်က စပြီးလို့ တစ်ကမ္ဘာလုံးကူးစက်ပျံ့နှံ့လာတဲ့ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီး ဗမာပြည်ထိအောင် ရောက်ရှိလာတယ်၊ (၄၂)ခုနှစ်ကနေပြီးတော့ (၄၆) (၄၇) လောက်ထိအောင် စစ်ရဲ့ဒဏ်တွေကို ခံစားကြရတယ်။ အဲဒီ အတိုင်းအတာတစ်ခုကို ကပ်လို့ခေါ်တာပဲ။

ဝေသာလီပြည်မှာလည်း မိုးမရွာလို့ မိုးခေါင် ရေရှားဖြစ်ပြီး စိုက်ပျိုးရေးတွေ မအောင်မြင်တဲ့အခါ အစာရေစာရှားပါးတဲ့ ဒုက္ခိက္ခန္ဓရ ကပ်ဆိုတာ ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။ အဲဒါလိုဖြစ်တဲ့ အတိုင်းအတာ မိုးခေါင်တဲ့ နှစ်ကာလကြီးကို ကပ်လို့ခေါ်တာ။ မြန်မာပြည်မှာလည်း

နာဂဓမ္မန်တိုင်းတိုက်လို့ လူတွေ ဒုက္ခရောက်ကြရတဲ့  
အချိန်ပိုင်းတစ်ခု ရှိတယ်။ ဒါကို ကပ်လို့ခေါ်တာပဲ၊  
ကပ္ပဆိုတာ အတိုင်းအတာတစ်ခုကို ပြောတာ။

ဘေးဆိုး ကပ်ဆိုး ရန်ဆိုး အန္တရာယ်ဆိုးတွေ  
ကြုံနေတဲ့အခါမှာ အကာအကွယ် ဖြစ်စိမ့်သောငှါ  
မြတ်စွာဘုရားက သုတ္တန်အချို့ကို ဟောပြောထားတာ  
ရှိတယ်။ ရတနသုတ် ဆိုတာ ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်ကို  
အာရုံပြုပြီးတော့ သစ္စာဆိုတဲ့နည်းနဲ့ အန္တရာယ်  
ကာကွယ်တယ်။ မေတ္တသုတ်၊ ခန္ဓသုတ်တို့ဆိုတာ  
မေတ္တာတရား တည်ဆောက်ပွားများပြီး အန္တရာယ်ကင်း  
အောင် လုပ်တယ်။ တစ်ဖန် မောရသုတ်တို့ ဝဋ္ဋသုတ်တို့  
အာဇာနည်သုတ်တို့ဆိုတဲ့ ဘုရားရှိခိုးပြီး သစ္စာဆိုတဲ့  
နည်း၊ အင်္ဂုလိမာလသုတ်ဆိုတာလည်း သစ္စာဆိုတဲ့နည်း၊  
ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကလည်း သစ္စာဆိုတဲ့နည်းနဲ့ ကာကွယ်  
တယ်။ အဲဒီတော့ အချုပ်အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင်  
မြန်မာလူမျိုးတွေ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်နေကြတဲ့ ပရိတ္တလို့

## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၅

ခေါ်တဲ့ ဘေးရန်အန္တရာယ်ကာကွယ်တဲ့ သုတ္တန်တွေဟာ ဘာကို အခြေခံထားလဲဆို မေတ္တာ နဲ့ သစ္စာ ဒီနှစ်ခုပဲ။ မေတ္တာတရား နဲ့ သစ္စာစကားကို အခြေခံတယ်လို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်။

အဲဒီမေတ္တာက ဘယ်သူ့မေတ္တာလဲဆို ကိုယ့်မေတ္တာ ပဲ။ သစ္စာစကားကလည်း ဘယ်သူ့သစ္စာစကားလဲဆို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ရဲ့ သစ္စာစကားပဲ။ အဲဒီနှစ်ခုကို အားကိုး ယုံကြည်စွာနဲ့ မေတ္တာတရား ပွားများမယ်၊ သစ္စာစကား ဆိုနိုင်မယ်ဆိုလို့ဆိုရင် အခက်အခဲတွေ ကျော်နိုင်တယ် လို့ဒီလိုပြောတာ။ ပရိတ်တရားတော်တွေဟာ အန္တရာယ် ကျော်လွှားဖို့ တစ်ခုတည်းအတွက်သာ မဟုတ်ဘူး။ ပရိတ်တရားတော်မှာလာတဲ့ ကျင့်စဉ်တွေကို ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ်အားထုတ်မယ်ဆိုရင် တစ်မဂ်တစ်ဖိုလ် ရနိုင် တယ်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ အကျင့်တရားလည်း ဖြစ်တယ်။ ရွတ်ဖတ်ရုံ နာယူရုံမဟုတ်ဘဲ အဓိပ္ပါယ်ကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားကြည့်ပြီး လက်တွေ့ ကျင့်သုံးမယ်ဆိုရင်

၆

## ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အန္တရာယ်ကင်းရုံမျှမကပဲ သံသရာဝဋ်အတွင်းက  
လွတ်ကင်းတဲ့နည်းလမ်းကိုလည်း ရရှိနိုင်တယ်။

ဝဋ္ဋသုတ်၊ ဂါထာပုဒ်ပေါင်း အမွမ်းဂါထာ အပါ  
အဝင်မှ (၆) ပုဒ်ပဲရှိတယ်။ အဲဒီ (၆) ပုဒ်သော ဂါထာမှာ  
ပထမဆုံးအဖွင့်ဂါထာလေးက ရွတ်တော့မယ်ဆိုရင်  
ဘာကိုဆိုလိုတာလည်း နားလည်ဖို့ ရှေးဆရာတော်  
တွေက ထည့်ထားတာ၊ ဝဋ္ဋသုတ် ကို ရွတ်ခြင်းရဲ့ အကျိုး  
ကျေးဇူးတွေ၊ ဝဋ္ဋသုတ် ရဲ့ နိဒါန်းဆိုတာမျိုး ထည့်သွင်း  
ပြီးတော့ ဖော်ပြထားတယ်။ စကားလုံးလေး ကျဉ်းပေ  
မယ့်လို့ အဓိပ္ပါယ် အင်မတန်မှကျယ်ပြန့်တယ်။

ပူရေန္တံ ဗောဓိသမ္ဘာရေ၊

နိဗ္ဗတ္တံ ဝဋ္ဋဇာတိယံ။

ယဿ တေဇေန ဒါဝဂ္ဂိ၊

မဟာသတ္တံ ဝိဝဇ္ဇယိ။

“ပူရေန္တံ ဗောဓိသမ္ဘာရေ” ဆိုတာ ဘုရား အလောင်း  
တော်ဟာ “ဗောဓိသမ္ဘာရေ” လို့ခေါ်တဲ့ သဗ္ဗညုတ



ဉာဏ်တော်ကြီးကို ရဖို့ရန်အတွက် ပါရမီ ကုသိုလ်တွေကို စုဆောင်းနေတယ်၊ ဆည်းပူးနေတယ်။ ဒါနကောင်းမှုတွေ လုပ်တယ်၊ ဒါနပါရမီ ဖြည့်တယ်။ သီလပါရမီ ဖြည့်တယ်။ ပါရမီ (၁၀)ပါး အဆင့်သုံးဆင့်နဲ့ ဖြည့်လို့ ပါရမီအပြား(၃၀)လို့ ပြောတယ်။ အဲဒါတွေကို “ဗောဓိသမ္ဘာရ” လို့ ခေါ်တယ်။ အင်မတန် ထက်မြတ်တဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကြီးအတွက် အထောက်အကူဖြစ်တဲ့ လုပ်ငန်းတွေကို လုပ်တာ။ ဒီလို အထောက်အကူမလုပ်ဘဲနဲ့ ဘာတစ်ခုမှ မရဘူး။

လောကမှာ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘာမှမလုပ်ဆောင်ဘဲနဲ့ မြေကြီးပေါ် ဒီအတိုင်းကြချလို့ အောင်မြင်တာမှ မဟုတ်တာ။ စိုက်ပျိုးကြချမယ်ဆိုတာ ဘာလုပ်ရလဲ၊ ပထမ ရှင်းလင်းရတယ်၊ အမှိုက်သရိုက်တွေ ရှင်းလင်းရတယ်။ မြေကို ပြုပြင်ရတယ်၊ ရေသွင်းတန်သွင်းရ၊ အဲဒီလိုလုပ်ပြီးမှ စပါး စတဲ့သီးနှံတွေကို စိုက်လို့ပျိုးလို့ရတယ်။ ဒီသီးနှံတွေ ပေါက်ဖို့ရာအတွက်

၈

## ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ပြင်ဆင်ပြီးတော့ စုဆောင်းရတဲ့အလုပ်တွေ။ အဲဒီလိုပဲ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးကို ရဖို့အတွက် ကြိုတင်ပြီး တော့ ပြင်ဆင်ရတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်တွေဟာ ပြင်ဆင်စုဆောင်းတယ်။ သတ္တဝါတွေအားလုံးအပေါ်မှာ မေတ္တာအင်မတန်မှ ကြီးမားလို့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ တွေကို ရစေချင်တယ်။ မိမိကောင်းကျိုးချမ်းသာ ရစေ ချင်တဲ့ သတ္တဝါတွေ ဒုက္ခရောက်နေရင်လည်း သနား တယ်။ အောင်မြင်ကြီးပွားသွားရင်လည်း ဝမ်းသာတယ်။ အဲဒီသတ္တဝါတွေက မိမိနှင့်ပတ်သက်ပြီးတော့ ဘာပဲ လုပ်လုပ် သဘောထားကြီးစွာနဲ့ လျစ်လျူရှုထားနိုင် တယ်။ သူတို့ရဲ့လုပ်ရပ်တွေပေါ်မှာ ဗေဒမယူဘဲနေတယ်။ မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ ဥပေက္ခာ။ အဲဒါကို ရင်ထဲ နှလုံးထဲ အခိုင်အမာထားတယ်။

သတ္တဝါတွေရဲ့ အကျိုးစီးပွားဖြစ်ထွန်းဖို့အတွက် ကိုယ့်ရှိတာတွေ မျှဝေပြီးပေးတာ ဒါနပါရမီ။ သတ္တဝါ

## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၉

တွေ ထိခိုက်နစ်နာမှုမရှိအောင် ကိုယ်ကျင့်သီလကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တာ သီလပါရမီ။

သီလစောင့်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အတွက်မှ မဟုတ်ဘူး။ စဉ်းစားကြည့်- “ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ” လို့ ဆောက်တည်လိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် ကိုယ့်အတွက် တင် အကျိုးရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်လက်ချက်နဲ့ ဘယ်သတ္တဝါမှ မသေဘူးဆိုတော့ ထိခိုက်မှု မရှိတော့ဘူးပေါ့။ သီလဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက်မှု မရှိအောင် ကိုယ်ကျင့်တရားကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်တာ။ အဒိန္နာဒါန မှ ရှောင်ကြဉ်လိုက်သဖြင့် မိမိရဲ့ လုပ်ရပ်ကြောင့် သူတစ်ပါးပစ္စည်း မဆုံးရှုံးရဘူး။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ မှ ရှောင်ကြဉ်လိုက်သည့်အတွက် တခြားမိသားစုတွေ စိတ်ဒုက္ခမရောက်ရဘူး။ မုသာဝါဒ မှ ရှောင်ကြဉ်လိုက်သည့်အတွက် ဘယ်သူမှ အလိမ်ခံရပြီး စိတ်ဒုက္ခရောက်တာမျိုး မရှိဘူး။ သုရာမေရဃ မှ ရှောင်ကြဉ်လိုက်သည့်အတွက် မိမိကိုယ်၌က

အသိဉာဏ်ရှိသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပြီး အများအကျိုး၊ လောက  
အကျိုး၊ ဓမ္မအကျိုး၊ တိုင်းပြည်နဲ့ အမျိုးဘာသာ  
သာသနာအတွက် အလုပ်လုပ်နိုင်တယ်။

သတ္တဝါတွေ ထိခိုက်နစ်နာမှုက ရှောင်ရှားစေဖို့  
ရှောင်ရှားလို၍ မြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော်ဟာ  
သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးကို ရဖို့ရာအတွက် အရေးကြီး  
တဲ့ အထောက်အကူတွေဖြစ်တဲ့ သီလပါရမီကို  
ဖြည့်ကျင့်တယ်။

သီလခိုင်မြဲဖို့အတွက် ကာမအာရုံမှ ထွက်ခွါရ  
တယ်။ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေမှာ နစ်မွန်းနေလို့ရှိရင်  
သီလဟာ အလွယ်တကူနဲ့ ကျိုးပျက်သွားနိုင်တယ်။  
ဒါကြောင့်မို့ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေက ရှောင်တိမ်းခြင်းလို့  
ဆိုတဲ့ နေက္ခမ္မပါရမီ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေက ကင်းလွတ်  
သွားတဲ့ သမာဓိကျင့်စဉ်တွေကို ကျင့်တယ်။ ဈာန်  
အဘိညာဉ်တွေ ရအောင်လုပ်တယ်။ ဘုရားအလောင်း  
တွေ တောထွက်တယ်ဆိုတာ နေက္ခမ္မပါရမီ ဖြည့်တာ။

သတ္တဝါတွေရဲ့အကျိုးကို သယ်ပိုးပြီဆိုရင် ဒါနလည်း လိုအပ်တာပဲ၊ သီလလည်းလိုအပ်တာပဲ၊ နေက္ခမ္မလည်း လိုအပ်တယ်။ အများအကျိုးလုပ်ချင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ အသိဉာဏ်ထက်မြက်ဖို့ လိုအပ်တယ်။ အများကောင်းစားဖို့ လုပ်ချင်ပါရဲ့၊ အသိဉာဏ်ပညာမရှိဘူးဆိုရင် တလွဲလုပ်မှာပဲလေ။ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားသိပြီး လုပ်သင့်တာကိုလုပ်ဖို့၊ မလုပ်သင့်တာကိုရှောင်ဖို့ သိတဲ့ပညာဟာ အင်မတန်မှ အရေးပါတယ်။ အများအကျိုး လုပ်ပြီဆိုရင် ပညာမဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ လုပ်ရပ်ဟာ အများအကျိုးမဖြစ်ဘဲ ပျက်စီးသွားတတ်တယ်။ မမှန်မကန်တဲ့ လမ်းစဉ်တွေ ချမှတ်ပြီး တော့ ဦးဆောင်မှုပေးတယ်ဆိုရင် ဒုက္ခရောက်သွားမှာပေါ့။ ဦးဆောင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မှန်ကန်တဲ့လမ်းစဉ်နဲ့ ဦးဆောင်ဖို့ လိုအပ်တယ်။

ရှေးတုန်းက ဒေဝဒတ်အလောင်းနဲ့ ဘုရားအလောင်း ပင်လယ်ကျွန်းကြီးတစ်ခုပေါ်မှာ ရောက်ရှိ

ပြီးတော့ နေထိုင်ကြတယ်။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး အတွေး  
 အခေါ်ချင်းမတူတော့ နှစ်စုခွဲလိုက်တယ်။ သူ့အုပ်စု၊  
 ငါ့အုပ်စု၊ သူ့ခေါင်းဆောင်၊ ငါ့ခေါင်းဆောင်နဲ့ နေတယ်။  
 လူတွေဟာ ကျွန်းပေါ်ရောက်တဲ့ အထိမ်းအမှတ်အနေနဲ့  
 ပျော်ကြပါးကြ အရက်သေစာတွေ သောက်စားကြ  
 တယ်။ စည်းကမ်းတကျ အညစ်အကြေးတွေ မစွန့်ဘဲ  
 တစ်ကျွန်းလုံး ညစ်ပေသွားအောင် လုပ်ကြတော့ မူလ  
 ကျွန်းပေါ်မှာနေတဲ့နတ်တွေက စိတ်ဆိုးကြတယ်။ “တို့  
 နေတဲ့ကျွန်းဟာ ဒီလူတွေရောက်လာမှ ညစ်ပတ်လာ  
 တယ်။ တစ်နေ့ တို့ကျွန်းဆေးမယ်။ အားလုံးကို ပင်လယ်  
 ထဲကို မြှုပ်ပစ်မယ်”လို့ နတ်တွေ အစည်းအဝေးမှာ  
 ဆုံးဖြတ်ချက်ချကြတယ်။ နှစ်ပတ်လောက်က အစည်း  
 အဝေးကြိုလုပ်ပြီး လာမယ့်လပြည့်နေ့မှာ ကျွန်းဆေး  
 မယ်။ ပင်လယ်ဒီရေတက်တာက လ၊အားကောင်းတဲ့  
 ရက်တွေမှာ တက်တာကိုး။



ဒီရေတက်တယ်ဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဗဟုသုတ အနေနဲ့ ပြောရမယ်ဆိုရင် ဒီရေဘာကြောင့် ဖြစ်တုန်း လို့ဆိုတော့ အနောက်တိုင်းရဲ့ လူတွေက လရဲ့ ဆွဲအား ကြောင့်လို့ ဒီလိုပြောတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ လဆန်းကနေ စပြီး ဒီရေက တက်လာတယ်၊ လပြည့်ကျော်သွားရင် တဖြည်းဖြည်း ဒီရေဟာ ကျသွားတယ်။

ဆိုလိုတာက ဒီရေ ဘာကြောင့်တက်တုန်းဆို လ,ရဲ့ဆွဲအားကြောင့် တက်တာလို့ဆိုကြတယ်။ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာရဲ့ ပိဋကတ်စာပေမှာလည်း ပင်လယ်ရေ ပြည့်လာတာကို ရှင်းပြတဲ့အခါမှာ လ,နဲ့ပတ်သက်ပြီး တော့ ရှင်းပြတယ်၊ ဒါပေမယ့်လို့ လ,ရဲ့ဆွဲအားကြောင့် ဒီရေတက်တယ်လို့ မပြောဘူး။ ပင်လယ်ကြီးတွေ အောက်မှာ ကျောက်ဆောင်ကြီးတွေရှိတယ်။ အဲဒီ ကျောက်ဆောင်ကြီးတွေကို စန္ဒြိကန္တကျောက် လို့ ခေါ် တယ်။ လ,ရောင်နဲ့တွေ့လို့ရှိရင် ရေတွေအန်ထုတ်တာ။ ရေတွေစုပ်ထားပြီး လသာပြီဆိုလို့ရှိရင် ရေတွေ

အန်ထုတ်တယ်။ အန်ထုတ်သည့်အတွက်ကြောင့်  
ရေတွေတက်လာတာတဲ့။

အဲဒါက ပိုပြီးတော့ယုတ္တိရှိတယ်လို့ ပြောရမယ်။  
ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို အကယ်၍ လ,ကဆွဲတယ်ဆိုရင်  
မြစ်ထဲကရေတော့ ဘာလို့ မဆွဲလဲ၊ လ,သာတာပဲ။  
ပင်လယ်ထဲကရေမှ ဘာကြောင့်ဆွဲရသလဲ စဉ်းစားစရာ  
ပေါ့။ ကျောက်ဆောင်ကြီးတွေက ရေတွေအန်ထုတ်လို့  
ဒီရေတက်လာတယ်၊ ရေတွေ တိုးပွားလာတယ်လို့  
ပြောတဲ့စကားက ပိုပြီးယုတ္တိရှိတယ်လို့ ပြောရမှာပဲ။

အဲဒီလို လပြည့်နေ့ရောက်ရင် ဒီရေအတက်ဆုံး  
ဖြစ်မှာဆိုတော့ ကျွန်းပေါ်နေတဲ့လူတွေကို ဒီရေ  
တက်စေပြီးတော့ ကျွန်းကြီးတစ်ခုလုံးကို မြှုပ်ပစ်မယ်လို့  
နတ်တွေက ဆွေးနွေးကြတယ်။ အဲဒီ နတ်သဘင်  
အစဉ်းအဝေးထဲမှာပါတဲ့ နတ်သားတစ်ယောက်က  
လူတွေကို သနားတယ်၊ တောင်အရပ်ကလာပြီး သတိ  
ပေးတယ်၊ “မင်းတို့ အမှတ်တမဲ့ မနေကြနဲ့၊ လပြည့်နေ့

ကျရင် ကျွန်းဆေးလိမ့်မယ်၊ နတ်တွေ စိတ်ဆိုးကုန်ပြီ၊  
ကျွန်းစောင့်နတ်တွေ စိတ်ဆိုးကုန်ပြီ၊ အဲဒီတော့  
လုပ်သင့်တာ ကြိုတင်ပြီး လုပ်ထားကြ၊ လုပ်လိမ့်မယ်၊  
သူတို့ဆုံးဖြတ်ထားပြီးပြီ၊ ပြင်ဆင်ထားကြ”လို့ ပြောသွား  
တယ်။

သူလည်းပျောက်သွားရော မြောက်ဘက်က  
နတ်သားတစ်ယောက်က လာပြီး “အလကားပြောတာ၊  
ဘာမှမလုပ်ဘူး၊ အေးအေးဆေးဆေး ပျော်ပျော်ပါးပါး  
နေကြ”တဲ့။ ဟော- စကားနှစ်ခု ဖြစ်သွားတယ်၊ ပထမ  
လာတဲ့နတ်က တကယ့်စေတနာနဲ့လာပြောတာ၊ ဒုတိယ  
နတ်ကတော့ ဒီကောင်တွေ ဒုက္ခရောက်ပါစေ ဆိုတဲ့  
စေတနာဆိုးနဲ့ ပြောတာ။

အဲဒီမှာ အုပ်စုနှစ်ခု ခေါင်းဆောင်တွေ စဉ်းစား  
ပုံချင်း ကွာသွားတယ်။ အသိပညာ ကင်းမဲ့တဲ့  
ခေါင်းဆောင်က ဘယ်လိုစဉ်းစားတုန်းဆို “တို့ဒီမှာ  
နေလာတာ နှစ်ပေါင်းများပြီ၊ ကျွန်းကြီးကို ရေပြည့်

၁၆

ခေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အောင် တက်သွားတယ်ဆိုတာ တစ်ခါမှ မကြုံဖူးဘူး၊  
 ဟိုနတ်က အလကားပြောတာနေမှာ၊ ဒုတိယနတ်က  
 ပြောတာ ဟုတ်လိမ့်မယ်၊ ဘာမှ အပင်ပန်းခံမနေကြနဲ့၊  
 မင်းတို့ အေးအေးဆေးဆေးသာနေကြ”လို့ ပြောတယ်။

ဟိုအုပ်စုတစ်ခုမှာ ပညာရှိတဲ့ ခေါင်းဆောင်က  
 ဘယ်လို စဉ်းစားတုန်းဆိုရင် “သူတို့ အပြောနှစ်ခု  
 ကွဲနေပြီ။ တစ်ယောက်က ရေလွှမ်းလိမ့်မယ်လို့ ပြော  
 တယ်။ ဟိုတစ်ယောက်က မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောတယ်၊  
 တို့သေချာတာ လုပ်သင့်တယ်၊ ရေလွှမ်းလာရင်လည်း  
 အန္တရာယ်ကင်းအောင် တို့ပြင်ဆင်ထားရမယ်၊ ရေ  
 မလွှမ်းဘူးဆိုလည်း တို့ဘာမှမပင်ပန်းဘူး” ဆိုပြီး  
 သစ်တုံးတွေကို ကြိုတင်ခုတ်ပြီးတော့ လှေကြီးတွေ  
 လုပ်ထားကြတယ်၊ လှေပေါ် ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ပစ္စည်း  
 တွေ အကုန်တင်ထားတယ်၊ အဲဒီရက် နီးလာပြီ ဆိုတဲ့  
 အခါ အားလုံး လူငါးရာဆုံအောင် လှေသင်္ဘောတွေ  
 လုပ်ထားတယ်။

ဒါ ပညာရှိ စဉ်းစားတာလေ၊ သေချာတာတော့ တို့လုပ်ထားရမယ်၊ တစ်ခုခုတော့ လုပ်ထားမယ်။ ဟိုလူကတော့ လုပ်စရာ မလိုဘူးဆိုပြီး နေတယ်။ လုပ်ထားမယ်ဆိုတဲ့လူက ဆုံးဖြတ်ချက်က ပညာရှိပြီး အမြော်အမြင်ရှိတော့ မဖြစ်သော်တန်ရာရှိ လုပ်ရမယ် ဆိုပြီးတော့ ပြင်ဆင်ထားတာ၊ လပြည့်နေ့ကျတော့ ဒီရေမြင့်တက်လာတယ်။

ပထမ ခြေကျင်းဝတ်၊ ခြေကျင်းဝတ်ကနေ ဒူးလောက်၊ ဒူးခေါင်းလောက်ကနေ ပေါင်လောက်။ အဲဒီလိုနဲ့ တဖြည်းဖြည်း မြင့်တက်လာတဲ့အခါမှာ လှေပေါ် တိရစ္ဆာန်တွေရော၊ သူတို့ပိုင်တဲ့ပစ္စည်းတွေရော အကုန်တင်ပြီး အေးအေးဆေးဆေး ရွက်လွင့်ထွက်ခွါသွားကြတယ်။ ဟိုလူတွေကတော့ ဟိုသစ်ပင်ပေါ်တက်ပြေး ဒီသစ်ပင်ပေါ်တက်ပြေး၊ ဟိုအိမ်ပေါ်တက် ဒီအိမ်ပေါ်တက်နဲ့ ရေတွေက များသထက် များလာပြီး

လှိုင်းလုံးတွေရိုက်လို့ လူငါးရာကတော့ ရေနစ်သေသွားတယ်။ လူငါးရာက လွတ်သွားတယ်။

ဒါကြောင့် အများအကျိုးကို ဆောင်ရွက်ပြီဆိုရင် ပညာရှိဖို့လိုအပ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဘုရားအလောင်းတွေဟာ ပညာပါရမီ ဖြည့်ရတယ်။ စဉ်းစား ဆင်ခြင် တတ်ရမယ်။ အများအကျိုး လုပ်ပြီဆိုရင် သည်းခံနိုင်စွမ်းလည်း ရှိရမယ်။ ကြိုးစားအားထုတ်မှု ဝီရိယလိုအပ်တယ်။ ကြိုးစားပြီဆိုရင်လည်း သည်းခံနိုင်စွမ်းရှိရမယ်။ ပညာပါရမီ၊ ဝီရိယပါရမီ၊ ခန္တီပါရမီ ရှိရမယ်။ ကိစ္စတစ်ခုကို ဆောင်ရွက်ပြီဆိုရင် ကတိသစ္စာ တည်ရမယ်။ လုပ်ပြီဆိုလို့ရှိရင် ခိုင်ခိုင်မာမာ စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်ရမယ်။ ခိုင်မာတဲ့သန္နိဋ္ဌာန်နဲ့ လုပ်ရမယ်။ အဲဒီလို ခိုင်မာတဲ့ အလုပ်လုပ်နိုင်အောင်လို့ အဓိဋ္ဌာနပါရမီ ဆိုတာ ဖြည့်ရမယ်။

သတ္တဝါတွေအကျိုးလိုလားတဲ့ မေတ္တာ၊ သတ္တဝါတွေရဲ့ ဇောကားမှု၊ သူတို့ထံမှဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့ အကျိုး



မျှော်လင့်ခြင်းမရှိတဲ့ ဥပေက္ခာပါရမီ၊ ပါရမီ(၁၀)ပါး  
ဖြည့်ရတယ်။ အဲဒီလိုဖြည့်တာကို ‘ပူရေန္တံ ဟေမိသမ္ဘာရေ’  
လို့ ပြောတာ။ ဘုရားဖြစ်ဖို့ရာ ဒီအရည်အချင်းတွေရှိဖို့  
လိုအပ်တယ်။

“ဟေမိသမ္ဘာရေ - သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ရဲ့  
အထောက်အကူဖြစ်တဲ့ ပါရမီတရားကောင်းတွေကို၊  
ပူရေန္တံ- ဖြစ်နေဆဲ အချိန်အခါကာလမှာ၊ နိဗ္ဗတ္တံ  
ဝဋ္ဋဇာတိယံ- ငုံးငှက်အမျိုးမှာ ဖြစ်တယ်။” ကံမကောင်း  
အကြောင်းမလှ အကုသိုလ်ကံတွေ မကင်းသေးလို့ရှိရင်  
တိရစ္ဆာန်ဘဝရောက်သွားတာပဲ။ ငုံးလေးဘဝရောက်တဲ့  
အချိန်မှာ “ယဿ တေဇေန ဒါဝဂ္ဂိ၊ မဟာသတ္တံ  
ဝိဝဇ္ဇယိ” သူ့ရဲ့ သစ္စာစကား အစွမ်းတန်ခိုးကြောင့်  
တဟုန်းဟုန်းလောင်လာတဲ့ တောမီးကြီးဟာ၊ မဟာ-  
သတ္တံ ဝိဝဇ္ဇယိ - ဘုရားအလောင်းငုံးမင်းကို ရှောင်သွား  
တယ်။

၂၀

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အဲဒီပရိတ်ကို ဘယ်သူ့အား ဟောခဲ့တာတုန်းဆို  
မြတ်စွာဘုရားက -

“ထေရဿ သာရိပုတ္တဿ၊  
လောကနာတေန ဘာသိတံ”

လောကနာတေန- လောကရဲ့ ကိုးစားရာဖြစ်တဲ့  
မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တိုင်က၊ ထေရဿ သာရိပုတ္တဿ-  
ရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်အား၊ ဘာသိတံ- ဟောပြော  
ခဲ့တာဖြစ်တယ်။ ဒီ ပရိတ်တရားတော်ကို ဘုရား  
ကိုယ်တိုင် ရှင်သာရိပုတ္တရာကို ဟောခဲ့တာ။

“ကပ္ပဋ္ဌာယိ မဟာတေဇံ- ဒီပရိတ်ရဲ့ အစွမ်း  
တန်ခိုးဟာ အင်မတန်မကြီးတယ်။ အခု ဘဒ္ဒကမ္ဘာ  
တစ်ကမ္ဘာပတ်လုံး ဒီအစွမ်းတန်ခိုးရဲ့သတ္တိဟာ တည်ရှိ  
နေတယ်။ ပရိတ္တံ တံ ဘဏ္ဍာမ ဟေ- အဲဒီလို အစွမ်း

## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၂၁

တန်ခိုးကြီးပြီး တစ်ကမ္ဘာပတ်လုံးတည်တဲ့ “ဝဋ္ဋသုတ်”  
ပရိတ်ကို ရွတ်ကြပါစို့။

“ကပ္ပဌာယီ မဟာတေဇံ” ဆိုတာ ဒီပရိတ်ရဲ့  
အစွမ်းတန်ခိုးကို ပြောတာပဲ။ ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့  
ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်မယ်ဆိုရင် ဒီပရိတ်ရဲ့ အစွမ်းတန်ခိုး  
ရှိပါတယ်။ အဲဒီအစွမ်းတန်ခိုးဟာ တစ်ကမ္ဘာလုံးတည်တဲ့  
အစွမ်းတန်ခိုးဖြစ်လို့ အဲဒီ ပရိတ္တလို့ဆိုတဲ့ အကာအကွယ်  
ဖြစ်တဲ့ ဟောဒီ ဝဋ္ဋသုတ် ကို ရွတ်ဖတ်ကြပါစို့လို့ ဒီလို  
ပြောတာ။

ကဲ- ရွတ်ပြီဆိုတဲ့အခါမှာ ဝဋ္ဋသုတ်ပရိတ်ကို ဘာကို  
အခြေခံပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာတုန်းဆို  
သစ္စာကို အခြေခံဟောတာ၊ သစ္စာမဆိုခင် နှလုံးသွင်းရ  
မယ့်အချက်ကို ပြတယ်။

“အတ္ထိလောကေ သီလဂုဏော  
သစ္စံ သောစေယျ နဒ္ဒယာ”

လောကမှာ သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ် ဆိုတဲ့ ထူးခြားတဲ့အရည်အချင်းဟာ တကယ်ပဲရှိတယ်။ သစ္စ- အမှန်တရားဆိုတာလည်း တကယ်ထင်ရှား ရှိတယ်။ သောစေယျ နုဒ္ဒယာ- ကောင်းတဲ့ ကိုယ်ကျင့် တရားတွေ၊ စင်ကြယ်မြင့်မြတ်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ၊ ထူးခြားတဲ့ အကျင့်တရားတွေဆိုတာလည်း လောကမှာ ရှိတယ်။ အနုဒ္ဒယ- သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ သနားတတ် တဲ့ ကရုဏာရဲ့ စွမ်းရည်တွေလည်း ရှိတယ်။ ဘုရား သခင် ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ သီလဂုဏ်၊ အမှန်တရား ဖြစ်တဲ့ သစ္စာဂုဏ်၊ သောစေယျ ဆိုတဲ့ စင်ကြယ်မှု၊ အနုဒ္ဒယ ဆိုတဲ့ သနားကြင်နာမှု ကရုဏာ သို့မဟုတ် မေတ္တာ၊ အဲဒါကို စိတ်ထဲနှလုံးထဲမှာ ဆင်ခြင်စဉ်းစား ရမယ်။ လောကမှာ ဒီစွမ်းရည်တွေရှိတယ်။

“ဘုရားသခင်ကိုယ်တော်မြတ်တွေဟာ သီလ ဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံတယ်၊ သစ္စ သောစေယျ အနုဒ္ဒယ ဆိုတဲ့ ဂုဏ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံတယ်၊ အဲဒီလို လောကမှာ တကယ်

ထင်ရှားရှိတဲ့ အရည်အချင်းတွေကို အာရုံပြုပြီး ဒါတွေ အပေါ်မှာ အာရုံစိုက်ပြီးတော့ တေန သစ္စေန ကာဟာမိ၊ သစ္စ ကိရိယ မုတ္တမံ အမြတ်ဆုံးဖြစ်တဲ့ သစ္စာစကား တည်ထားမှုကို အဲဒီအမှန်တရားတွေနဲ့ သစ္စာဆိုမယ်လို့ ဆိုတယ်။

ဆိုလိုတာက သစ္စာဆိုတော့မယ်ဆိုရင် ဘုရားဂုဏ်၊ တရားဂုဏ်၊ သံဃာ့ဂုဏ်၊ လောကမှာ အထင်အရှား ရှိတဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးတရားတွေကို ဆင်ခြင်သုံးသပ် ပြီးတော့မှ သစ္စာဆိုရမယ် ဒီလိုပြောတာ။ ဒါတွေကို အာရုံပြုပြီးတော့မှ သစ္စာဆိုရမယ်။

မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးရဲ့ အရဟံ စတဲ့ဂုဏ်တွေကိုအာရုံပြုပြီးတော့ သစ္စာဆိုမယ် ဆိုရင် မိမိရဲ့သစ္စာစကားဟာ ပိုပြီးတော့ အစွမ်း ထက်လာတယ်။ ဘုရားရဲ့ဂုဏ်ကို အာရုံပြုသလို ဓမ္မ စွမ်းရည်ကိုလည်း အာရုံပြုမယ် ဆင်ခြင်ရမယ်။ ဪ- သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်

လိုက်တဲ့ ဓမ္မတွေဟာ အင်မတန်မှ စွမ်းရည်ထက်တယ်။  
ဆိုပါစို့- သာမန်အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင် ဓမ္မဆိုတဲ့  
ကုသိုလ်တရားဟာ သတ္တဝါတွေ ဒုက္ခမရောက်အောင်  
ကယ်တင်နိုင်တယ်၊ ကိုယ်ကျင့်သီလဟာ အပါယ်ငရဲ  
မကျအောင် ကယ်တင်ထားနိုင်တယ်။

နောက်ဆုံးမှာ မဂ်ဖိုလ်ဆိုတဲ့ ဓမ္မတွေဟာ စတုသု  
ပါယေသု အပ္ပတမာနေ ကတ္တာ သတ္တေ ဓာရေတီတိ  
ဓမ္မော လို့ဆိုတဲ့အတိုင်း အပါယ်လေးဘုံကို မကျရောက်  
အောင် ဆွဲထားနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိတွေ ရှိတယ်။  
ကုသိုလ် ကမ္မပထတရား (၁၀)ပါးလို့ဆိုတဲ့ ဓမ္မကို  
လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းအားဖြင့် သတ္တဝါတွေဟာ ဆင်းရဲ  
ဒုက္ခက လွတ်မြောက်တယ်။ နောက်ဆုံး ဘဝကန္တာရာ  
နိတ္တာရဏေန အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းလို့ဆိုတဲ့ ဆင်းရဲ  
ဒုက္ခတွေနဲ့ ဘေးရန်အန္တရာယ်အလွန်များတဲ့ ဘဝဆိုတဲ့  
ကန္တာရခရီးကြီးက ဆွဲထုတ်ပေးနိုင်တယ်၊ ဆွဲထုတ်



## ဝဋ္ဋသုတ် အနုစိချုပ်

၂၅

ကယ်တင်သွားနိုင်တယ်။ စိတ်နှလုံး အေးချမ်းမှု၊  
သက်သာမှုကို ပေးနိုင်တယ်။

ပဋ္ဌာစာရီ ဟာ သောကကြောင့် ရူးသွပ်သွားတယ်။  
ပဋ္ဌာစာရီလို စိတ်နှလုံးပူပန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုလည်း  
စိတ်နှလုံးအေးချမ်းမှုကို ပေးစွမ်းနိုင်တယ်။ အဲဒီ ဓမ္မ  
စွမ်းရည်တွေကို ဆင်ခြင်ပြီး ဒီပရိတ်ကိုရွတ်ပါ။

အာဝဇ္ဇေတွာ ဓမ္မဗလံ- ဓမ္မရဲ့ စွမ်းရည်တွေကို  
ဆင်ခြင်ပြီး၊ သရိတွာ ပုဗ္ဗကေ ဖိနေ- ပွင့်တော်မူပြီးတဲ့  
ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတို့ကို အမှတ်ရရမယ်။  
တရားရဲ့စွမ်းရည်ကို ဆင်ခြင်ရမယ်။ အဲဒီလို အမှတ်ရပြီး  
သစ္စဗလ မဝဿာယ- သစ္စာဆိုတဲ့ စွမ်းအားကို အမှီပြု  
ပြီး၊ သစ္စကိရိယ မကာသဟံ- ငါကိုယ်တိုင် သစ္စာပြုခဲ့  
တယ်။ ငုံးကလေးဘဝတုန်းက ငါကိုယ်တိုင် သစ္စာဆိုခဲ့  
တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာ။

အဲဒီတော့ သာမန်ကာလျှံကာဆိုတဲ့ သစ္စာ မဟုတ်  
ဘူး၊ သစ္စာဆိုပြီဆိုရင် ဒီစနစ်အတိုင်း ဆိုရမယ်။

စွမ်းရည်ထက်တယ်။ ပွင့်တော်ပြီးမှတဲ့ ဘုရားတွေရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးတွေကို ဆင်ခြင်ရမယ်။ ဓမ္မရဲ့ စွမ်းရည်တွေကို ဆင်ခြင်ရမယ်။ လောကမှာ ဓမ္မစွမ်းရည်တွေရှိတယ်။ သီလ စသော ဂုဏ်တွေရဲ့ စွမ်းရည်ရှိတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေရဲ့ စွမ်းရည်တွေ ရှိတယ်။ အဲဒီစွမ်းရည်တွေကို အမှီပြုပြီး သစ္စာဆိုရမယ်တဲ့။ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

အဲဒီတော့ ငုံးငှက်ကလေးဘဝက ဘာကြောင့် သစ္စာဆိုရသလဲဆိုရင် ငုံးငှက်ကလေးက ဥအဖြစ်ကနေ အကောင်လေး ပေါက်လာတဲ့အချိန်မှာ တောမီးလောင်တာပဲ။ မီးလောင်တာက သူ့အသိုက်ရှိတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ မီးတွေက လေးဘက်လေးတန် ဟုန်းဟုန်းတောက်ပြီး လောင်လာတာ။ တောထဲမှာရှိတဲ့ငှက်တွေ ထွက်ပြေးကုန်ကြပြီ။ တိရစ္ဆာန်တွေလည်း ပြေးကုန်ကြပြီ။ သေတဲ့အကောင်သေ၊ သူ့ရဲ့မိဘနှစ်ပါးလည်းပဲ ထွက်ပြေးသွားပြီ။ သူတစ်ကောင်တည်းပဲ အသိုက်ထဲမှာ ကျန်နေ

## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၂၇

တယ်။ သူ့မှာ ထွက်လည်းမပြေးနိုင်ဘူး၊ ပျံလည်း မပျံနိုင်ဘူး၊ အဲဒီအချိန်လေးမှာ အားကိုးရာ ရှာလိုက်တာ။

ဘုရားအလောင်းဆိုတော့ တိရစ္ဆာန် ဖြစ်နေပေမယ့်လို့ ဘဝါဘဝက အထုံပါရမီရလာလို့ စဉ်းစားတတ်တယ်ပေါ့။ “ငါဒီအချိန်မှာ အမေအဖေ အားကိုးလို့လည်း မရဘူး၊ ဘယ်သူ့မှလည်း အားကိုးစရာ မရှိဘူး၊ ကိုယ့်ခြေ ကိုယ့်လက် ကိုယ့်အတောင်ကိုလည်း အားကိုးလို့ မရဘူး၊ ငါအားကိုးလို့ရတာတော့ သစ္စာစကား အမှန်ဆိုတာကို အားကိုးရမယ်”။

အဲဒီမှာ သစ္စာဆိုတာက ရှင်းရှင်းလေးပဲ၊ သစ္စာစကားဆိုတာ မှန်တာကို ပြောရတယ်။ အလွဲအမှားကို မပြောရဘူး၊ ငဲ့သတ္တဝါလေးက အမှန်စကားကိုဘယ်လို ပြောတုန်းဆိုတော့ -

သန္တိ ပက္ခာ- ငါ့မှာ အတောင်ရှိတယ်၊ အပတနာ- မပျံနိုင်သေးဘူး။ ဟုတ်တယ်လေ၊ ငယ်ငယ်လေး အတောင်တော့ပေါက်နေပြီ၊ မပျံနိုင်သေးဘူး၊ အတောင်

၂၈

## ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

မစုံသေးဘူး၊ သန္တိ ပါဒါ- ငါ့မှာ ခြေထောက်နှစ်ချောင်း ရှိတယ်။ အဝဉ္ဇနာ- လမ်းမလျှောက်နိုင်သေးဘူး။ “အတောင်တော့ရှိပါရဲ့ မပျံနိုင်သေးဘူး။ ခြေထောက် တော့ ရှိပါရဲ့ လမ်းမလျှောက်နိုင်ဘူး။” ဒါမှန်တဲ့စကား တွေကို ပြောတာ။ မာတာ ပိတာ စ နိက္ခန္တ- အားကိုး ရမယ့် အမေအဖေတွေကလည်းထွက်ပြေးကုန်ပြီတဲ့။”

ဒီနေရာမှာ လူတစ်ယောက်အနေနဲ့ သစ္စာ ဆိုချင် ရင်တော့ ကိုယ့်ရှိတာနဲ့မဆိုဘဲ “ငါ့မှာ အတောင်တော့ ရှိပါရဲ့ မပျံနိုင်ဘူး” လို့ဆိုရင် လူ့ဘာသာလိုလုပ် အတောင်ရှိမှလဲ၊ ခြေထောက်တော့ ရှိပါရဲ့၊ ငုံးရဲ့ သစ္စာကို ပြောပြတာ။ လူ့သစ္စာတော့ တစ်မျိုးဆိုရမယ်။ ဒါ နမူနာအနေနဲ့ ပြောပြတာ။ ဘုရားအလောင်းကို အာရုံပြုပြီးဆိုလို့ရှိရင် “သစ္စာဆိုလို့ တောမီးကြီးက ငြိမ်းသွားတယ်၊ အဲဒီတောမီးကြီး ငြိမ်းတယ်ဆိုတာ မှန်တယ်၊” အဲဒီ မှန်သောစကားကို ဆိုခြင်းကြောင့်

ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၂၉

မီးဘေးအန္တရာယ်တွေ ကင်းဝေးပါစေလို့ ဒီလိုလုပ်လို့  
တော့ ရတယ်ပေါ့။

“သန္တိ ပက္ခာ အပတနာ၊  
သန္တိ ပါဒါ အဝဋ္ဌနာ။  
မာတာ ပိတာ စ နိက္ခန္တာ၊  
ဇာတဝေဒ ပဋိက္ကမ”

ဇာတဝေဒ တောမီး၊ ပဋိက္ကမ ငါ့ကိုရှောင်သွားပါ။  
သုဆီမလောင်ပါနဲ့လို့ ဒီလိုပြောတာ။ ဒါ ကိုယ်လိုချင်  
တာတစ်ခုတည်း ဆိုလို့ရတယ်၊ မကောင်းတဲ့ လူက  
လည်း သစ္စာဆိုလို့ မရဘူးလား၊ ရတယ်၊ “ကျွန်ုပ်သည်  
နေ့စဉ်နှင့်အမျှ အိပ်ရာထချိန် အရက်တစ်ခွက် သောက်  
ပါသည်၊ ပုံမှန်သောက်ပါသည်၊ ဤမှန်သော သစ္စာ  
စကားကို ဆိုရခြင်းကြောင့်”လို့ပြောရင် မဖြစ်ဘူးလားဆို  
ဖြစ်မှာပဲ။ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိလာရင်တော့ ဖြစ်မှာပဲ။

ဒါပေမဲ့လို့ အဲဒီလိုသွားပြီး မလုပ်ကြလေနဲ့။ ကောင်းတဲ့ ဘက်ကပဲ သစ္စာဆိုတာ ကောင်းတယ်။

မကောင်းတဲ့ဘက်က သစ္စာဆိုတာတွေလည်း ရှိတယ်။ သို့သော် မှန်ဖို့တော့လိုတယ်။ မှားရင်မရဘူး၊ ဆိုလိုတာက ကိုယ်ပြောတဲ့စကားသည် အမှန်စကားပဲ ဖြစ်ရမယ်။ အဲဒီအမှန်စကားနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့အကျိုးတော့ ရမှာပေါ့။ မထိုက်တန်တာကြီးတော့ သွားမတောင်းနဲ့ လေ။ ဒီလိုဆိုလိုတာပေါ့။ အခက်အခဲ ကြုံနေရင် သစ္စာ တစ်ခုဆိုရတယ် ဒီလိုပြောတာ။

ဝဋ္ဋသုတ်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်နဲ့ စကားအချို့ကို ပြောပြ တာ။ ဒီဝဋ္ဋသုတ်မူရင်းက ဘယ်မှာပါတုန်းဆို ငါးရာ ငါးဆယ့် ဇာတ်ထဲမှာ ဝဋ္ဋဇာတ် ဆိုတာရှိတယ်။ (ဝဋ္ဋကို မူ၊သံလျှင်းချိတ် နှစ်လုံးဆင့်နဲ့ ရေးရတယ်။ အခုခေတ် မြန်မာကလေးတွေ မူ၊သံလျှင်းချိတ်မှ သင်သေးရဲ့လား မသိဘူး၊ ဗျည်း(၃၃)လုံးကနေ ရေးရခက်လို့ဆိုပြီး မြန်မာ မှာ မသင်ကြတော့ဘူး) မှန်မှန်ကန်ကန် ကိုယ့်မြန်မာစာ

## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၃၁

ရေးထုံးကိုကြိုးစားရေးရမှာပဲ။ မသင်လို့ကတော့ ဘာမှ  
မတတ်ပါဘူး။ သင်ရမှာပေါ့။ ကိုယ့်ဟာမှ ကိုယ်မမြတ်နိုး  
ရင် ဘယ်သူက မြတ်နိုးမှာတုန်း စဉ်းစားကြည့်။

တစ်ခါတစ်ခါ နိုင်ငံခြားရောက်နေတဲ့ လူတွေကို  
ပြောရတယ်။ အင်္ဂလိပ်စာ မွတ်နေအောင် ပြောတတ်  
လဲ မင်းအင်္ဂလိပ်မဖြစ်ဘူး၊ ဗမာဟာ ဗမာပဲ။ တချို့က  
လူမျိုးနဲ့ ယဉ်ကျေးမှုကို မေ့ပစ်တတ်တယ်။ ဒါမျိုးဆိုတာ  
မမေ့ရဘူး။ ကိုယ်မွေးဖွားလာတဲ့ အရာတစ်ခုဟာ ပြင်လို့  
မရဘူး။ မြန်မာလူမျိုး၊ မြန်မာစာ၊ မြန်မာစကားကို  
ဂုဏ်ယူတတ်ဖို့လိုတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ Germany သွားတဲ့အခါ ဂျာမန်  
တွေက အင်္ဂလိပ်စကား မပြောဘူး။ အခုနောက်ပိုင်း  
မှသာ စီးပွားရေးအရ သူတို့သင်လာတာ။ အင်္ဂလိပ်လို  
မပြောဘူး။ ဂျာမန်အက္ခရာနဲ့ အင်္ဂလိပ်တွေရေးတဲ့  
အက္ခရာ အတူတူပဲ။ သို့သော် အဲဒီအက္ခရာကို ဗမာတွေ  
ကတော့ အင်္ဂလိပ်စာလုံးလို့ပဲ သိကြတယ်။ ဂျာမန်

၃၂

## ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တွေ့ဆီသွားပြီး အင်္ဂလိပ်စာလုံးလို့ပြောရင် မကြိုက်ဘူး။  
 Roman စာလုံးလို့ ပြောရတယ်။ ရောမအင်ပါယာကြီး  
 အောက်မှာ ဥရောပနိုင်ငံတွေက ရောက်ရှိသွားတော့  
 ဒီအကွရာကို ရောမအကွရာလို့ ခေါ်တယ်။ သူတို့က  
 ဂျာမန်စာကိုလည်း ဒါနဲ့ပဲ ရေးတာပဲ။ အင်္ဂလိပ်လိုလည်း  
 ဒီစာလုံးသုံးတာ။ အဲဒီတော့ ကိုယ့်နိုင်ငံ ကိုယ့်အသုံး  
 တန်ဖိုးထားကြတယ်။ သူတို့နိုင်ငံရောက်ရင် သူတို့  
 စာလုံးပဲ ရေးတယ်။ ဘယ်ဟာမှ မရေးဘူး။ အဲဒီလို  
 ဂျာမန် ရောက်သွားလို့ရှိရင် Welcome ဆိုတဲ့ စကား  
 လုံးတွေ ရေးထားလို့ရှိရင် အင်္ဂလိပ်လို ဘယ်တော့မှ  
 မရေးဘူး။ Welcomen လို့ပဲ ရေးတယ်။ Welcome  
 ချင်းတူတယ်။ စာလုံးပေါင်းချင်း မတူဘူး။ သူကအဲဒီလို။  
 သူ့ဟာနဲ့သူပဲ။ သူ့စာလုံးနဲ့သူပဲ ရေးသွားကြတယ်။  
 ကိုယ့်ဟာကိုယ် တန်ဖိုးထားတယ်။

မြန်မာဟာ မြန်မာပဲ။ မြန်မာတွေ ကြီးပွား  
 တိုးတက်ဖို့က မြန်မာတွေကပဲ လုပ်ရမှာ။ ကျန်တဲ့



လူတွေက လုပ်ရမှာမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်လူမျိုး ကိုယ်  
 ကြီးပွားဖို့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲ ကြိုးစားကြရမယ်။ ကိုယ့်  
 အမျိုး၊ ကိုယ့်ဘာသာ၊ ကိုယ့်သာသနာ ကြီးပွားရေး  
 အတွက် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲ လုပ်ရမှာပဲ။ ဘယ်သူမှ  
 မျှော်လင့်နေစရာ မလိုဘူး၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ အဲဒီတော့  
 ကိုယ့်ဘာသာ အကွရာ ကိုယ့်ဘာသာ ဂရုစိုက်ရမယ်  
 ရက်စွဲတွေဘာတွေဆိုရင် ကိုယ့်ရက်စွဲ ကိုယ်ဂရုစိုက်  
 ရမယ် တော်သေးတယ်။

အာရှနိုင်ငံတွေထဲ မြန်မာတွေက မြန်မာရက်စွဲ  
 မြန်မာ Calender ရှိတယ်၊ မြန်မာလ မြန်မာရက်  
 မြန်မာဂဏန်း အပြည့်အဝ ရှိတယ်၊ တချို့နိုင်ငံတွေ  
 မရှိတော့ဘူး၊ စာလုံးတောင် မရှိတော့ဘူး။ မရှိတော့  
 Roman စာလုံးသုံးတာလေ၊ တချို့ ကိုယ်ပိုင်စာလုံး  
 မရှိဘူး၊ ကိုယ်ပိုင်ဂဏန်း မရှိတော့ဘူး၊ ကိုယ်ပိုင်  
 သက္ကရာဇ် မရှိတော့ဘူး၊ အဲဒီတော့ ဗမာတွေလည်း  
 ကိုယ့်ဟာလေး ကိုယ်မမေ့ကြဖို့ အရေးကြီးတယ်။

တန်ခူးလလို့ ခေါ်လိုက်ပါ။ ပြီလလို့ မလုပ်ပါနဲ့၊  
 သုံးတာကသုံးတာ တခြားပဲ၊ ကိုယ့်လလည်း ကိုယ်သိ  
 နေရမယ်ပေါ့။ ကြာရင်ပျောက်ကွယ်သွားနိုင်တယ်၊ အခု  
 ပြကွဒိန်တွေ ထုတ်ထားတာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင်  
 ကမ္ဘာ့ပြကွဒိန်နောက်က လိုက်ထားတာလေ၊ မြန်မာ  
 ပြကွဒိန်ဆိုတာ ပီပီပြင်ပြင် မရှိဘူး၊ သို့သော်လည်း  
 တွဲထားလို့ မြန်မာပြကွဒိန် ဖြစ်နေတာ၊ မြန်မာလက  
 တန်ခူးကနေ စပြီးတော့သွားတယ်၊ အင်္ဂလိပ်လနဲ့  
 ကျတော့ အင်္ဂလိပ်နှစ်သစ်ကူးနဲ့ မြန်မာနှစ်သစ်ကူးက  
 လေးလလောက် ကွာနေတယ်ပေါ့။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်  
 ကိုယ့်ဟာကိုယ် တန်ဖိုးထားတတ်ဖို့ အများနဲ့တန်းတူ  
 ညီမျှဖြစ်အောင် မသုံးရဘူးလို့ မပြောဘူး သုံးရတယ်၊  
 ဂျပန်ကထုတ်တဲ့ကားတောင် စီးနေသေးတာ။ စီးပါ  
 ရပါတယ်၊ သို့သော် ဗမာစိတ်တော့ထားပေါ့။

ဘုန်းကြီး တစ်ခါတုန်းက အင်္ဂလန်ကို ပထမဆုံး  
 တစ်ခေါက် ရောက်သွားတယ်၊ Getwitch ဆိုတဲ့

လေဆိပ်ကြီးမှာ သီဟိုဠ်ဘက်ကနေသွားတော့ West brown နဲ့ သွားတယ်။ အနောက်ဖက်ကို ဦးတည် သွားတယ်။ Dubai ကနေ Landon ရောက်သွားတယ်။ Landon ရောက်တဲ့အခါ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း။ တစ်ခါတည်းပဲ သွားဖူးတယ်။ ပထမဆုံးအကြိမ် ရောက်တဲ့အခါ Getwitch မှာ Taxi ကားခေါ်ပြီးတော့ Landon မြို့ထဲကို လျှောက်ကြည့်တယ်။ သာမန်အားဖြင့် ကြည့်မယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီ Taxi ကားနဲ့သွားတဲ့ စရိတ် ဟာ အင်မတန်မှ ကြီးတယ်။ အင်္ဂလိပ်တွေ မသွားဘူး။ ကိုယ်ကတော့ မသွားတတ်ဘူးလေ။ မသွားတတ်တော့ အခန့်ပဲ။ Taxi သမားခေါ်လိုက်တယ်။ ခေါ်လိုက်တော့ အင်္ဂလိပ်လူမျိုး Taxi သမား၊ ကားပေါ်ရောက်တော့ ဘာတွေးမိတုန်းဆိုရင် ဒီအင်္ဂလိပ်တွေ ကိုယ့်နိုင်ငံလာပြီး တော့ ဘိုဆိုပြီးတော့ အုပ်ချုပ်သွားတာ၊ အခုငါရဲ့ Taxi driver ဖြစ်နေပြီပေါ့။ ငါမောင်းခိုင်းတဲ့ဆီ မောင်းရမယ် ဆိုပြီးသွားတော့ ပေါင် ၆၀ လောက်ကုန်သွားတယ်။

၃၆

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ပေါင် ၆၀ ဆိုတော့ ဒေါ်လာတစ်ရာ ကုန်သွားတယ်၊ အင်္ဂလိပ်တွေ ဒါကို နောက်ကျပြောပြတော့ စုတ်သပ်တယ်။ ဒီလောက် ဒီခရီးကို ပေါင် ၆၀ ဆိုတာ နည်းတာမှ မဟုတ်ဘဲ။ ဒီလောက်ဆိုရင် သူတို့မသုံးဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာတော့ အေး- တစ်ချိန်တုန်းက ကိုယ့် နိုင်ငံလာပြီးတော့ ကိုလိုနီလုပ်သွားတာ ငါကအခု သူတို့ကို ငါ့ရဲ့ Service သဘောထားပြီး ဘယ်မောင်း ဘယ်မောင်း ငါသွားချင်တဲ့နေရာတွေ လိုက်ပြ၊ စိတ်ထဲမှာ အဲဒီလို တွေးမိဖူးခဲ့တယ်ပေါ့။ ၁၉၉၄ ခုနှစ်က America ကိုသွားတာ Transit အနေနဲ့ England ကိုဝင်တာ၊ ကိုယ်က Transit လုပ်တာမဟုတ်ဘူး။ လေကြောင်းလိုင်းက အဲဒီမှာ Transit လုပ်လို့ အဲဒီမှာ တစ်ညအိပ်ရတယ်၊ သဘောကတော့ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်လူမျိုး ကိုယ့်ဂုဏ်သိက္ခာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ထိန်းရမယ်လို့ ဒီလိုပြောချင်တာပေါ့နော်။

ဝဋ္ဋသုတ် ဖြစ်လာပုံလေးက မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းသံဃာတွေနဲ့အတူ တောကြီးကို ဖြတ်သန်းပြီး ခရီးသွားတာ၊ ခရီးသွားရင်း ဘုရား တောအုပ်အလယ် ရောက်တဲ့အချိန် လေးဖက်လေးတန်က တောမီးကြီး အကြီးအကျယ် လောင်လာတယ်။ တောမီးဆိုတာက မီးလောင်လိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် လေက ပင့်တော့တာ၊ မီးနဲ့လေက မိတ်ဖက်၊ မီးမလောင်ခင်က လေငြိမ်နေပေမယ့်လို့ မီးလောင်လိုက်တာနဲ့ လေက တဟူးဟူး ဖြစ်လာတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ပါဠိစာပေမှာ မီးကို ဝါယုသခ လေနဲ့ မိတ်ဆွေလို့ ခေါ်တယ်။ “မီးလောင်ရာ လေပင့်” ဆိုတာ အဲဒါပဲ။ လေအား ပြင်းလာလေလေ တောမီးကဝုန်းဝုန်း တပျောင်းပျောင်းနဲ့ လောင်လာတယ်။ ရဟန်းတော်တွေ ဟာ ဟိုပြေးရမလို့ ဒီပြေးရမလို့ ဖြစ်လာကြတယ်။ ဝေးတော့ ဝေးသေးတယ်။ သို့သော် ဝေးပေမယ့်လို့ ဘယ်ဘက်ကြည့်လိုက်ကြည့်လိုက် မီးတွေက ကိုယ့်ကို ဝိုင်းပြီးသား ဖြစ်နေတယ်။ စိုးရိမ်ကြတာပေါ့။ တစ်ချို့က

၃၈

## ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တော့ ပြောတယ်၊ မစိုးရိမ်နဲ့၊ ဘုရားကိုယ်တိုင် ပါနေတာ  
ဘာကြောက်စရာရှိလဲ။ ကြောက်တဲ့ကိုယ်တော်က  
ကြောက်နဲ့ ဘုရားရှိရာကို ချဉ်းကပ်ကြတဲ့အခါ မြတ်စွာ  
ဘုရားက သစ်ပင်ရင်းတစ်ခုမှာခဏထိုင်၊ ရှင်အာနန္ဒက  
နေရာလေးခင်းပေး၊ အဲဒီမှာထိုင်၊ အဲအချိန် လေးဖက်  
လေးတန်က တောမီးဟာ ရေနဲ့ငြိမ်းလိုက်သလိုမျိုး  
အကုန်လုံး ငြိမ်းသွားတယ်။

အဲဒီမှာ ရဟန်းတွေက အံ့ဩကုန်တယ်၊ ခုနက  
မီးညွှန့်တွေ တဝုန်းဝုန်းတောက်နေတဲ့မီးတွေ အခုကြည့်-  
မီးတွေငြိမ်းသွားပြီး မီးခိုးတွေပဲ ကျန်တော့တယ်။  
မြတ်စွာဘုရားက တန်ခိုးကြီးလိုက်တာလို့ဆိုတော့  
မြတ်စွာဘုရားက “ဒါ ငါ့ရဲ့အစွမ်းတန်ခိုးမဟုတ်ဘူးတဲ့။  
ငါပါရမီဖြည့်တုန်းက ဟောဒီနေရာမှာ ငုံးငှက်ကလေး  
ဖြစ်ဖူးတယ်၊ အဲဒီ ငုံးငှက်ကလေးဘဝတုန်းက ငါသစ္စာ  
ဆိုခဲ့တယ်၊ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ မီးမလောင်နိုင်တာတဲ့။  
ငါ့ရဲ့တန်ခိုးမဟုတ်ဘူး” မြတ်စွာဘုရားက ရှင်းပြတယ်။

## ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၃၉

ဒီနေရာဘယ်တော့မှ မီးမလောင်ဘူးတဲ့၊ ဒီနေရာလည်း  
ရောက်ရော အင်မတန် အရှိန်ပြင်းတဲ့ တောမီးဟာ  
ရှေ့ဆက်လောင်လို့မရဘူး ငြိမ်းသွားရော။

အဲဒါကနေပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက အတိတ်  
ဇာတ်ကြောင်းတစ်ခုကို ရဟန်းတွေကို ဟောပြောတာ၊  
အဲဒါ ဝဋ္ဋဇာတ်ကလို့ ဆိုပြီးတော့ ရှိတယ်။ တစ်ခါ  
စရိယပဋိက ဆိုတဲ့ ပါဠိတော်မှာ ဝဋ္ဋစရိယာ ဆိုတဲ့  
ငုံးမင်းလေးရဲ့ကျင့်စဉ်ဆိုပြီးတော့ ဟောထားတာ ရှိသေး  
တယ်။ ဟောထားတာချင်းကတော့ ဘာမှ မထူးပါဘူး၊  
သစ္စာဆိုပုံချင်းလည်း အတူတူပါပဲ။ စရိယာပဋိကက  
ဘုရားအလောင်းရဲ့ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်မှုတွေ  
ကို စုပေါင်းပြီးတော့ ရေးထားတဲ့ကျမ်း၊ ငါးရာငါးဆယ်  
ဇာတ်ထဲက ဝဋ္ဋကဇာတ်၊ အဲဒီ ဇာတ်ထဲကနေ ထုတ်နှုတ်  
ပြီးတော့ ပရိတ်ကြီး (၁၁) သုတ်ထဲမှာ ရေးထားတဲ့  
ဝဋ္ဋသုတ် အားလုံးဟာ အဓိပ္ပါယ်ရော ဇာတ်လမ်းပါ  
အတူတူပဲ။

အဲဒီတော့ ခုနကလို ငုံးမင်းလေးဟာ သစ္စာ ဆိုလိုက်တယ်။ သစ္စာဆိုလိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် “သဟ သစ္စေ ကတေ မယံ- သစ္စာစကားကို ဆောင်ရွက်လိုက် တာနဲ့တပြိုင်နက်၊ သူ့ရဲ့သစ္စာစကားကို ထုတ်ဖော် လိုက်တာနဲ့တပြိုင်နက်၊ မဟာပဇ္ဇာလိတော သိင်္ခိ- သိင်္ခိ ဆိုတာ မီးတောက်မီးညွှန့်ကြီး တဟုန်းဟုန်းတက်နေတဲ့ မီးတောက်မှာ မီးလျှံ၊ အလျှံကို သိင်္ခိလို့ခေါ်တာ၊ မီးလျှံ ရှိတဲ့ မီးတောက်ကြီးဟာ၊ ဝဇ္ဇေယိ သောဠသ ကဇီဃာနိ- သူ့ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင် ပယ်ပေါင်း တစ်ဆယ့်ခြောက်ပယ် ကို ရှောင်ရှားသွားတယ်။

ပယ်တွက်ပုံတွက်နည်းတော့ရှိတယ်၊ ရှေးတုန်းက လယ်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ တွက်ထားတာ။ ဘယ်နှစ် တင်းကျကို တစ်ပယ်လို့ ခေါ်တာမျိုးပေါ့။ အခုခေတ် အခေါ်တော့ မဟုတ်ဘူး။ ဧကပေါင်းမြောက်များစွာ ကျယ်တဲ့ ဧရိယာကြီးတစ်ခုမှာ လောင်ကျွမ်းနေတဲ့ တောမီးဟာ ရေကမ်းစပ်ကို ရောက်လာတော့ မီးငြိမ်း



ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်

၄၁

သွားသလိုပဲတဲ့၊ ဒီဝံးမင်းလေး နေခဲ့တဲ့ ဧရိယာကြီးကို  
ရောက်လာတဲ့အခါမှာ အဲဒီမီးညွန့်ဟာ ကျိုးသွားပြီး  
တော့ လုံးဝမီးငြိမ်းသွားတယ်တဲ့၊ ဒီလိုပြောတာ။

“သစ္စေန မေ သမောနတ္ထိ၊  
သောမေ သစ္စပါရမီ”

နိဂုံးချုပ်ကတော့ မေ- ငါ၏၊ သစ္စေန- အမှန်  
စကားကိုဆိုခြင်း သစ္စာတရားအားဖြင့်၊ သမော-  
တူညီသောအရာသည်၊ နတ္ထိ- မရှိ၊ မေ- ငါ၏၊ သော-  
ဤပါရမီသည် သစ္စာပါရမီမြောက်တဲ့ သစ္စာစကားပဲ  
ဖြစ်တယ်။”

အဲဒီတော့ ဘုရားအလောင်း ပါရမီဖြည့်နေတယ်  
ဆိုတာ တစ်ဘဝတည်း၊ တစ်ဘဝတောင်မှ တစ်ခါ  
လောက်တင်ပြောတဲ့ အမှန်တရားမဟုတ်ဘူး၊ အမြဲတမ်း  
ပြောနေတဲ့ အမှန်စကား၊ သံသရာကပါလာတဲ့ အမှန်

စကား၊ ဘယ်တော့မှ မုသားမပြောဘူး၊ အဲဒီလို အမှန်  
စကားတွေ ပြောလာသည့်အတွက်ကြောင့် သူ့ရဲ့  
နှုတ်ထွက်ဟာ အင်မတန်မှ အစွမ်းသတ္တိရှိတယ်လို့  
ဒီလိုပြောတာ။

ဘုန်းကြီးတို့တတွေလည်း သစ္စာစကားကို ဆိုနိုင်  
အောင် သစ္စာပါရမိဖြည့်ဖို့ လိုအပ်တယ်ပေါ့၊ အဲဒီလို  
ဖြည့်ဖို့ဆိုရင် မှန်ကန်တာကိုဆိုတာ ဖြစ်သောကြောင့်  
ဒီသစ္စာရဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးဟာ ထက်မြက်တယ်။ သစ္စာရဲ့  
အစွမ်းတန်ခိုးရှိလို့ လိုအပ်တဲ့ အန္တရာယ်ကနေ ကင်းဝေး  
နိုင်တယ်၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာအလောင်း ဖြည့်ကျင့်ခဲ့တဲ့ ပါရမီ  
၁၀-ပါးထဲမှာလည်း ထူးမြတ်တဲ့ သစ္စာပါရမီဆိုတာ  
ရှိတယ်။

ဘုရားအလောင်းတော် ဒီဦးမင်းဘဝက သံသရာ  
ကို ကျင်လည်ရတဲ့အခါ ရံဖန်ရံခါ အဟိတ် တိရစ္ဆာန်  
ဘဝ ရောက်သွားသော်လည်းပဲ ဝါသနာနဲ့ စိတ်နေ  
သဘောထားဟာ ပြောင်းလဲမသွားဘူး။ ဒါကတော့

အမှန်ပဲ။ စဉ်းစားကြည့်။ ကောင်းတဲ့အလုပ်လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ခြေချော်လက်ချော် မကောင်းတဲ့ဘုံ ရောက်သွားလည်း သူ့ရဲ့ စိတ်နေသဘောထား အလေ့အကျင့်တွေက ကောင်းတဲ့ဟာတွေပဲဖြစ်တယ်။ တွေ့ဖူးကြလိမ့်မယ်။ ဘုန်းကြီးတို့တတွေနဲ့ အနီးဆုံး ခွေးတွေကိုပဲ လေ့လာကြည့်။ တစ်ချို့ခွေးက မျက်စောင်း ထိုးပြီးတော့ ဟိုလူ့ကိုက်ချင် ဒီလူ့ကိုက်ချင်၊ အဲဒီလို ခွေးလည်း ရှိတာပဲ။ ဘယ်သူ့မှမကိုက်ဘူး လူမြင်ရင် အမြီးနဲ့တဲ့ခွေးရော မရှိဘူးလား ရှိတယ်။ အဲဒါ ဘဝ ဘဝက ပါလာတဲ့ သဘောကောင်းမှုနဲ့ သဘောဆိုးမှုပဲ။ ခွေးဖြစ်ရင်လည်း သဘောဆိုးတဲ့ကောင် ဆိုးတာပဲ။

လူတွေလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။ တစ်ချို့လူက ဟိုလူ့ ရန်စချင် ဒီလူ့ရန်စချင်။ တစ်ချို့ကျတော့ အေးအေး ဆေးဆေးနေတယ်။ သူများရန်လုပ်တာတောင် ရှောင် ပေးသွားတယ်။ မတူဘူးလေ။ မကောင်းတဲ့စရိုက်တွေ ခေါက်မိုးကူးနေတဲ့ လူတွေကလည်း ရှိတယ်။ လူ့ဘဝမှာ

ခေါက်ရိုးကျိုးတဲ့လူက တိရစ္ဆာန်ဘဝ ရောက်ရင်လည်း  
 ခေါက်ရိုးကျိုးနေတာပဲ။ နောက်ဆုံးမှာ နွားဆိုတဲ့  
 သတ္တဝါတွေဟာ အင်မတန်မှ အေးအေးချမ်းချမ်းနေတဲ့  
 ကောင်တွေ၊ သို့သော် လူ့ဘဝတုန်းက ဆိုးခဲ့တဲ့လူက  
 ဖြစ်သွားတဲ့ နွားကျတော့ ဟိုနွားဝှေ့ချင် ဒီနွားဝှေ့ချင်  
 တရူးရူးလုပ်တယ်။ သဘောကောင်းတဲ့ နွားကတော့  
 ဘယ်နွားကိုမှ မဝှေ့ဘူး။ လူဖြစ်တုန်းကလည်း သဘော  
 ကောင်းတယ်၊ နွားဖြစ်တော့လည်း သဘောကောင်း  
 တယ်။

ငှက်တွေလည်း ကြည့်ဦးမလား၊ တစ်ချို့ငှက်က  
 အမြီးကိုကော့ပြီး ပါးစပ်ဖြုတ်တော့ ဟိုကောင် လိုက်  
 ဆိတ်၊ ဒီကောင်လိုက်ဆိတ်။ တချို့ငှက်ကြတော့  
 အေးအေးချမ်းချမ်းပဲ၊ အဲဒါ စရိုက်ဆိုးတွေ ခေါက်ရိုးကျိုး  
 သွားတာလို့ ပြောတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီဘဝမှာ  
 စရိုက်ဆိုးတွေ ပါမသွားအောင် တို့တတွေ ရှောင်ကြဉ်  
 ကြရမှာဖြစ်တယ်၊ ကောင်းတဲ့စရိုက်တွေ ထူထောင်ပြီး

တော့ စရိုက်ဆိုးတွေ ဘယ်တော့မှ မပါရအောင် စရိုက်  
ဆိုးတွေကို နှိပ်ကွပ်ပြီးတော့ ကောင်းမြတ်တဲ့စရိုက်တွေ  
မွေးမြူခြင်းအားဖြင့် တို့တတွေဟာ ကောင်းမြတ်တဲ့  
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်လာမှာပဲလို့ ယုံကြည်ကြရတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ ဝဋ္ဋသုတ် အနှစ်ချုပ်ကို ကြားနာ  
ရသဖြင့် သစ္စာရဲ့စွမ်းအားကို သိကြရပြီး သစ္စာရဲ့  
စွမ်းအားကို သိကြသလို တို့တတွေ အမှန်တရားဆိုတာ  
ရှိတယ်။ ထိုအမှန်တရားအတိုင်း အမှန်စကားကို ဆိုခြင်း  
အားဖြင့် ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းလွင့်ပျောက်  
မကျရောက်နိုင်ဘူးဆိုတာကို ယုံကြည်သောအားဖြင့်  
သစ္စာစကားဆိုနိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြ  
ပါစေ ကုန်သတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု

Typing of Final Edition By-  
Htet Naing San (I-D-E)

## ဓမ္မမိတ်ဆွေများသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော စာရေးများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များက ရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင်တည်းဖြတ်ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များ လျှော့ဒီနိုးထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများအသုံးပြုလျက် စာအုပ်ငယ်များရှိက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

စာရေးစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါန ပြုလုပ်ဖြန့်ဝေလျှော့ဒီနိုးလိုပါက ဖော်ပြပါ ဌာနများသို့ဆက်သွယ်မကြားနိုင်ပါသည်။



## ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

- ၁။ အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်  
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉-၅၁၄၆၀၉၅
- ၂။ ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်  
အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီ)ရုံ၊ မြေအောက်ထပ်။  
ဖုန်း ၀၁-၂၄၀၆၀၀(လိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄၊ ၀၉-၅၅၀၀၈၃၅
- ၃။ ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့  
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာ ဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း  
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၄။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်  
မိုးကောင်းဘုရားဝင်းအတွင်း၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၅။ ပုရပိုက်ဓမ္မဖြန့်ချိရေး  
တိုက်(၄)၊ အခန်း(၅)၊ ရွှေဂုံတိုင်လမ်းမကြီး၊  
တာမေ့ Ocean Super Center နှင့်ရွှေဂုံတိုင်ဆေးရုံကြား၊ ဗဟန်း။  
ဖုန်း ၀၉-၂၅၈၂၇၂၇၁၁၊ ၀၉-၇၆၄၆၇၆၄၆၀

## အရှင်နန္ဒမာလာထိဝံထ ချီထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

- အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ (ပ+ဒု တွဲ)
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ပဌာန်းနည်းဖြင့် လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း
- ပဌာန်းမြတ်ဒေသနာ
- ၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
- ၂။ မဟာသတိပဌာနသုတ် အနှစ်ချုပ်
- ၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
- ၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
- ၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
- ၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
- ၇။ ဓမ္မကြေးမုံ
- ၈။ တောင်ပို့ထဲက ရတနာ
- ၉။ မြတ်သောဥစ္စာ စုဆောင်းပါ
- ၁၀။ သမထ နှင့် ဝိပဿနာ
- ၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
- ၁၂။ ရှစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်
- ၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
- ၁၄။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
- ၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
- ၁၆။ မေတ္တသုတ်အနှစ်ချုပ်
- 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။ ရသတဏှာ  
၂၇။ ဓမ္မဗျူဟာသင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုခြင်း  
၂၈။ သေချာသောလမ်းမှ လျှောက်လှမ်းပါ  
၂၉။ မဟာဒါန  
၃၀။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ  
၃၁။ ဖြစ်နိုင်တာနှင့် မဖြစ်နိုင်တာ  
၃၂။ အရှင်အာနန္ဒ၏ ဝိပဿနာ  
၃၃။ န စ သော၊ န စ အညော  
၃၄။ လူတိုင်းကျင့်ရန် သတိပဋ္ဌာန်  
၃၅။ စိတ်၏အတွေးများ  
၃၆။ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ  
၃၇။ သတိမကွာ 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 ကြုံခိုင်သည့်စိတ်ထား  
၅၁။ ဘုရားသော်မှပေးဆပ်ရသည့် ကံကြမ္မာဝဋ်ကြွေးများ  
၅၂။ အထင်မှား အမြင်မှား  
၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်  
၅၄။ ယှဉ်ပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး  
၅၅။ နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလ  
၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း  
၅၇။ အားပေးစကား  
၅၈။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် အနှစ်ချုပ်  
၅၉။ ဘေသဇ္ဇဂုရု  
၆၀။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သွားနေသူ  
၆၁။ ဘဝ၏ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ  
၆၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်ပွား နှလုံးသွင်းတရား  
၆၃။ နိုင်သူ နှင့် ရှုံးသူ  
၆၄။ အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ  
၆၅။ မှတ်ဉာဏ်ကောင်းအောင်ကျင့်ဆောင်ခြင်း  
၆၆။ တရားထူးရနိုင်သူ  
၆၇။ ကျေးဇူးသိခြင်း  
၆၈။ ဘာသာတရားလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်

- ၆၉။ ကာလာမသုတ် အနှစ်ချုပ်  
 ၇၀။ ခုခံစွမ်းအား  
 ၇၁။ အလေးထား၍ စဉ်းစားဆင်ခြင် ကောင်းအောင်ပြင်  
 ၇၂။ အခွင့်ကောင်းကို ရအောင်ယူ  
 ၇၃။ ရှာဖွေခြင်းနှင့် ရရှိခြင်း  
 ၇၄။ ကုသိုလ်တစ်ပဲ ငရဲတစ်ပိဿာ  
 ၇၅။ ဓမ္မကိုအဖော်ပြုမှ ထာဝရချမ်းသာမည်  
 ၇၆။ အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ  
 ၇၇။ ချမ်းသာစွာအိပ်စက်ရခြင်း  
 ၇၈။ နှစ်ဦးမေတ္တာလူတိုင်းမှာ  
 ၇၉။ ဒဏ္ဍိကာဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်  
 ၈၀။ အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား  
 ၈၁။ နိယျာနိကသာသနာ  
 ၈၂။ အနတ္တလက္ခဏသုတ် 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။ စရိုက် နှင့် ဝါသနာ  
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 ရူပွားရမည့်ဝိပဿနာတရား  
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။ သလ္လေခသုတ် အနှစ်ချုပ်  
၁၂၇။ ကောသလအိပ်မက်နှင့်ယနေ့ကမ္ဘာ  
၁၂၈။ ပိယတော ဇာယတေ သောကော  
၁၂၉။ ဆရာမြတ်ကို ဆည်းကပ်ရမည့်အခါ  
၁၃၀။ ဓမ္မတာဝန်  
၁၃၁။ ဥပုသ်သည်တို့၏ စကားပိုင်း  
၁၃၂။ ရှင်ပြုအလှူတော်မင်္ဂလာ အနုမောဒနာ  
၁၃၃။ ပါရာယနဒေသနာ  
၁၃၄။ ဒုဂ္ဂတိဘုံသားတို့၏ အမှာစကား  
၁၃၅။ မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာ နှင့် သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့  
အမှတ်တရများ  
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  
၁၄၄။ အောင်မြင်ကြီးပွား စက်လေးပါး  
၁၄၅။ စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းသည်  
၁၄၆။ စိတ်ကောင်းရှိဖို့က ပထမ  
၁၄၇။ တမလွန်ဘဝက ဆွေမျိုးများအရေး  
၁၄၈။ နယ်လှည့်ဟောကြား မြတ်တရား အတွဲ(၂)  
၁၄၉။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဂုဏ်တော်ကိုးပါး  
၁၅၀။ မကျန်းမာသူများအတွက် အထူးနှလုံးသွင်းတရား  
၁၅၁။ မင်္ဂလာတရားနှင့်အညီ နိုင်ငံသစ်တည်  
၁၅၂။ မာလုကျပုတ္တရဟန်းအတွက် အလုပ်ပေးတရား  
၁၅၃။ အပြစ်တင်ခြင်းနှင့် ကဲ့ရဲ့ခြင်း  
၁၅၄။ အတွေးမှားကို ဖယ်ရှားနိုင်ရမည်  
၁၅၅။ မိလိန္ဒပဉ္စာ (ပထမတွဲ)  
မိလိန္ဒမင်းနှင့် ရှင်နာဂသေနတို့၏ ဗုဒ္ဓဝါဒရေးရာ  
အချေအတင်ပြောဆိုချက်များ  
၁၅၆။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်တို့၏ ဘဝနှင့် ဓမ္မအမြင်  
(ပထမတွဲ)  
၁၅၇။ နယ်လှည့်ဟောကြား မြတ်တရား အတွဲ(၃)  
၁၅၈။ စာသင်စာချ ပြုကြသောသနာ  
၁၅၉။ ဗုဒ္ဓသာသနာ၏ ဝိသေသလက္ခဏာများ  
၁၆၀။ ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ

- ၁၆၁။ နယ်လှည့်ဟောကြား မြတ်တရား အတွဲ(၄)
- ၁၆၂။ မိမိကိုယ်တိုင် မိမိ၏ရန်သူ မဖြစ်ပါစေနှင့်
- ၁၆၃။ တိုင်းရေးပြည်ရေး မျှော်တွေးခြင်း
- ၁၆၄။ နှစ်သစ်မင်္ဂလာကို မေတ္တာဖြင့်ကြိုဆိုခြင်း
- ၁၆၅။ ဘဝအတွင်းမှ အမှောင် နှင့် အလင်းများ
- ၁၆၆။ လူတိုင်းအတွက် အမှန်တရား
- ၁၆၇။ မဟာသာဝကကြီးတို့၏ စကားပိုင်း
- ၁၆၈။ မိလိန္ဒပဉ္စာ (ဒုတိယတွဲ)  
မိလိန္ဒမင်းနှင့် ရှင်နာဂသေနတို့၏ ဗုဒ္ဓဝါဒရေးရာ  
အချေအတင်ပြောဆိုချက်များ
- ၁၆၉။ စိတ်စွဲလမ်းမှုကို အောင်နိုင်သူ
- ၁၇၀။ မိလိန္ဒပဉ္စာ (တတိယတွဲ)  
မိလိန္ဒမင်းနှင့် ရှင်နာဂသေနတို့၏ ဗုဒ္ဓဝါဒရေးရာ  
အချေအတင်ပြောဆိုချက်များ
- ၁၇၁။ နယ်လှည့်ဟောကြား မြတ်တရား အတွဲ(၅)
- ၁၇၂။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်တို့၏ ဘဝနှင့် ဓမ္မအမြင်  
(ဒုတိယတွဲ)
- ၁၇၃။ Online ဓမ္မစာလွှာများ
- ၁၇၄။ ဝဇ္ဇသုတ်အနှစ်ချုပ်