



ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၆၄)

အာဏာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

မွေဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာဓုခေါ်စေသော်

အောင်ဇမ္ဗူ၊ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း

အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ



တွန်ယူတာစာစီ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ထုတ်ဝေသူ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဘဟိန်း

မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၄၃၇၂/၂၀၁၁)က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

တရားစာအုပ်များကို

ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

အကာကိပ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

မှတ်တမ်း

၁၃၆၉-ခုနှစ်။ မွေးနေ့ပွဲတစ်ခုတွင် ဟောကြားသည်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုဆိုတာ ဘဝသံသရာထဲမှာ သက်တောင့်သက်သာနဲ့ ချမ်းသာတစ်ခုကနေ ချမ်းသာတစ်ခုရရှိပြီး၊ ဘဝတစ်ခုမှာ သက်သက်သာသာနဲ့ ဘဝခရီးကို လျှောက်လှမ်းစေနိုင်တဲ့ အကြောင်းတရားဟာ ကုသိုလ်ပဲ။

“သုခေါ ပုညဿ ဥစ္စယော။ ပုညဿ-ကုသိုလ်ကောင်းမှု၏။ ဥစ္စယော-စုမိဆောင်းမိခြင်းသည်။ သုခေါ -ချမ်းသာသုခရခြင်း၏ အကြောင်းရင်း ဧကန်စင်စစ် မှန်ပါပေ၏”လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူတယ်။ ဘဝတစ်ခုရလာတာနဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု

၂

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

စုဆောင်းမိဖို့ပါ။ ချမ်းသာချင်ရင် ကုသိုလ်ကောင်းမှု
ရအောင် လုပ်ရမယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ရ
လာတဲ့ ချမ်းသာသုခဟာ အင်မတန်မှ ကြီးမားတဲ့
ချမ်းသာသုခ ဖြစ်တယ်။ ဥစ္စာဓနကို အကြောင်းပြုပြီး
ရလာတဲ့ ချမ်းသာသုခဆိုတာ အလွန်တရာမှ နည်း
တယ်။ အတိုင်းအတာတစ်ခု အနေနဲ့လည်း နည်း
တယ်။ အချိန်အခါအနေနဲ့လည်း နည်းတယ်။

ပိုက်ဆံရှိလို့ ချမ်းသာတယ်ဆိုတာ “ရှိချမ်းသာ”ပဲ
ခံစားလို့ရတယ်။ ပိုက်ဆံရှိတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးလေးနဲ့
စိတ်ထဲမှာ ချမ်းသာတယ်။ သို့သော် ရှိချမ်းသာဆိုလို့
ရှိတိုင်းချမ်းသာတာလားလို့ မေးရင်၊ ရှိလို့ ဆင်းရဲနေ
တာတွေလည်း ရှိသေးတယ်။ စဉ်းစားကြည့်၊ ရှိချမ်းသာ
ဆိုတာ၊ ရှိလို့ ချမ်းသာတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ပဲ။ ရှိလို့
မချမ်းသာမှုက ဘာတွေလဲဆိုရင် ပိုက်ဆံချမ်းသာတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာကြွယ်ဝတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကြည့်၊
ရှိတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေပေါ်မှာ ကြောင့်ကြ စိုးရိမ်မှု
ဖြစ်ကြတယ်။ တို့ပိုင်ဆိုင်တဲ့ပစ္စည်း တစ်စုံတစ်ခုကြောင့်

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၃

ပျက်စီးသွားမှာလားလို့ တွေးပူရတဲ့အခါမှာ ရှိချမ်းသာ
တဲ့သူတွေ (ကိုယ့်ဟာကိုယ် စဉ်းစားကြည့်ရင်) ရှိတဲ့
ပစ္စည်းကို အကြောင်းပြုပြီး ချမ်းသာတာတစ်ခုထဲ
မဟုတ်ဘူး။ ဆင်းရဲတာလဲပါလာတယ်။ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ
မှု ဖြစ်တတ်တယ်။ ဒါ ရှိလို့ စိုးရိမ်ရတာ၊ မရှိတဲ့သူက
အဲဒီလို စိုးရိမ်စရာမရှိဘူး။

အဲဒီ “အတ္ထိသုခ”ဆိုတဲ့ ရှိချမ်းသာဟာ တစ်စိတ်
တစ်ဒေသလောက်ပဲ ချမ်းသာတယ်လို့ ပြောရမယ်။
အပြည့်အဝ ချမ်းသာတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့
မြတ်စွာဘုရားက “စည်းစိမ်ဥစ္စာရှိရင် ချမ်းသာလိမ့်မယ်၊
စည်းစိမ်ဥစ္စာများများရအောင်စုကြ” ဒီလိုမဟောဘူး။
ကုသိုလ်ကောင်းမှု စုဆောင်းမိအောင်လုပ်၊ “ကုသိုလ်
ကောင်းမှုရှိမှချမ်းသာတယ်”လို့သာဟောတာ။ အင်မတန်
မှ လေးနက်မှန်ကန်တယ်နော်။

ပိုက်ဆံရှိတာနဲ့ ကုသိုလ်ရှိတာ မတူဘူး။ ပိုက်ဆံရှိ
လို့ ငါရှိတယ်၊ ငါသုံးနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အတွေးလေးဝင်
လာတဲ့အခါမှာ ချမ်းသာတယ်။ အော် ငါပိုင်ဆိုင်တဲ့
ပစ္စည်းတွေ လုံခြုံမှုရှိရဲ့လားလို့ တွေးလိုက်လို့ရှိရင် စိတ်

ဆင်းရဲစရာ ဖြစ်လာတယ်။ တစ်ဖက်က ကြည့်ရင် ချမ်းသာသော်လည်း တစ်ဖက်ကကြည့်ရင် ချမ်းသာတယ်လို့ ပြောလို့မရဘူး။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုကတော့ အဲဒါမျိုးမဟုတ်ဘူး။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ကိုယ့်မှာ အားကိုးတစ်ခု ရှိနေတယ်။ ငါ့မှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးဝင်တဲ့အခါမှာလည်း ချမ်းသာတယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိသည့်အတွက် ထိုကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပျောက်ပျက်သွားမလားလို့ တွေးပြီး ပူပန်စရာလည်း မရှိဘူး။ ရေ၊ မီး၊ မင်း၊ ခိုးသူ၊ မချစ်မနှစ်သက်အပ်သော အမွေခံသားဆိုး သမီးဆိုးတွေရဲ့ အန္တရာယ်ကြောင့် ကိုယ့်မှာရှိတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ပျောက်သွားမလားလို့ တွေးပြီး ပူပန်စရာလည်း မရှိဘူး။ အဲဒီတော့ ကုသိုလ်က ချမ်းသာသက်သက်ပေးတာ။

ဒါကြောင့်မို့ “သုခေါ ပုညဿ ဥစ္စယော။ ပုညဿ-ကုသိုလ်ကောင်းမှု၏။ ဥစ္စယော-မိမိသန္တာန်မှာ စုမိဆောင်းမိခြင်းသည်။ သုခေါ-ချမ်းသာသုခရရှိခြင်း၏ အကြောင်းဧကန် အစစ်အမှန်ပဲ”လို့ ဒီလိုဟော

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၅

တယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုဆိုတာ ဒီလောက်အားကိုးရတယ်နော်။ ဘဝသံသရာ သွားတဲ့အခါမှာလည်း ဒုက္ခနည်းနည်းနဲ့ သက်သက်သာသာ သွားရတယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ရှိလာပြီဆိုရင် လူဖြစ်ရင်လည်း သက်သက်သာသာနဲ့ လူ့ဘဝမှာ ဖြစ်ရတယ်။ လူ့ဘဝ ရတိုင်း သက်သာတာမဟုတ်ဘူး။ စဉ်းစားကြည့် တချို့ လူ့ဘဝ ရပါရဲ့၊ စီးပွားဥစ္စာပြည့်စုံတဲ့ အိမ်မှာလူဖြစ်ရတယ်၊ ဒါပေမယ့် မွေးလာကတဲက ရောဂါနဲ့။ တချို့ စားဝတ်နေရေးမပြေလည်ဘူး။ ရောဂါတွေရှိတော့ ကျန်းမာရေးအတွက် မပြေလည်ဘူး။ ထမင်းတစ်လုပ်စား ရဖို့ အမြဲတမ်းကြောင့်ကြစိုက် နေရတယ်ဆိုတဲ့ လူ့ဘဝတွေဟာ အများကြီးနော်။ အဲဒီတော့လူ့ဘဝရတိုင်း ချမ်းသာတာမဟုတ်ဘူး။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ရှိသည့်အတွက် ချမ်းသာတဲ့ လူ့ဘဝမှာ ကျန်းမာတဲ့လူ ဖြစ်လာတယ်၊ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ အများကြီး သက်သာတယ်။ မတောင့်မတ မကြောင့်မကျ ဒီလို နေထိုင်ရတဲ့ လူ့ဘဝ။

အဲဒီလို ဘဝ ၂-ခု ခြားနားနေတာ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိခဲ့သည့် လူ့ဘဝသည် ပြည့်စုံ

တဲ့ လူ့ဘဝ ဖြစ်ပြီး၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု အားနည်းတဲ့ လူ့ဘဝသည် မပြည့်မစုံ လူ့ဘဝမျိုး ဖြစ်လာလို့ပဲ။
ခြားနားစေတာကတော့ ကိုယ်လုပ်ခဲ့တဲ့ ကုသိုလ် ကောင်းမှု
ရဲ့ စွမ်းအားခြားနားလို့ ဒီမှာလာပြီး ခြားနားတယ်လို့
မှတ်ရမယ်။

သံသရာလည်တဲ့အခါ ကုသိုလ်ကလည်း (အကြမ်း
ဖျင်းအားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင်) ၃-မျိုး ရှိတယ်။
လှူတာတမ်းတာ ပေးတာကမ်းတာ ကိုယ့်ရှိတဲ့ပစ္စည်း
တစ်လုပ်တစ်ဆုပ်ကနေစပြီး လှူဒါန်း ပေးကမ်းမှုကို
ပြုတာ။ ဒါ ဒါနကောင်းမှု၊ ဒါနကုသိုလ် ခေါ်တယ်။

ဒါနကောင်းမှု လုပ်တဲ့အခါမှာ မိမိလှူတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့
မိမိပစ္စည်းကို သုံးစွဲမည့်ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အကျိုးကို ဦးတည်
ပြီးတော့ လုပ်တယ်။ ဆိုပါစို့ ရေငတ်နေသူ ရေလေး
တစ်ခွက်တိုက်လိုက်မယ်၊ “အော် ရေဆာနေတဲ့ ဆင်းရဲ
ဒုက္ခ ပျောက်သွားပါစေ”၊ ထမင်း ဆာနေလို့ ထမင်း
တစ်နပ် ကျွေးလိုက်မယ်၊ ကုသိုလ် ကောင်းမှု လုပ်လိုက်
တယ်။ တစ်ဖက်သားရဲ့ အကျိုးကို မျှော်ကိုးပြီး ဒီလို
လုပ်လိုက်တဲ့ဒါနက အလွန်မွန်မြတ်တဲ့ဒါနလို့ ခေါ်တယ်။

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၇

ဘုရားအလောင်းတွေကျတော့ သုံးမျိုးသုံးစား
ခွဲခြားပြီးတော့ ဒါနကောင်းမှုလုပ်လေ့ ရှိကြတယ်။
ပထမအနေနဲ့ မိမိပိုင်ဆိုင်တဲ့ ပစ္စည်းကို တခြားပုဂ္ဂိုလ်
တစ်ဦးအား ခွဲဝေပြီ ပေးကမ်းလှူဒါန်းတယ်။ အပြင်
ပစ္စည်းကို ခွဲဝေပြီး ပေးကမ်းလှူဒါန်းတယ်။ ပစ္စည်း
လှူတာ မွန်မြတ်တဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ ပါရမီလို့ခေါ်တယ်။
ပါရမီဆိုတာ မွန်မြတ်တဲ့အလုပ်။ တစ်ဘက်သားရဲ့
အကျိုးစီးပွားကို မျှော်ကိုးပြီးတော့ ကိုယ့်ရှိတဲ့ ပစ္စည်းနဲ့
တစ်ဘက်သားရဲ့အကျိုးကို ရှေ့ရှုပြီး လုပ်တဲ့အလုပ်ကို
လုပ်တယ်။ ဒါကို ဒါနပါရမီလို့ ခေါ်တယ်။

ဒါနပါရမီ ရင့်ကျက်လာတဲ့အခါ တစ်ဆင့် တိုး
တယ်။ မိမိတို့ပိုင်တဲ့ ပြင်ပပစ္စည်းကို လှူရရုံနဲ့ မကျေနပ်
တော့ဘူး၊ ဘယ်လောက်ထိအောင် လှူလာသလဲ
ဆိုရင် မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာရှိတဲ့ အင်္ဂါရပ်တွေကို လိုအပ်တဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ဖြတ်တောက်လှူတယ်။ ဘာလှူတုန်း
ဆိုရင် သွေးလှူတယ်၊ ဥပမာဆိုပါစို့ ကျောက်ကပ်
ပျက်စီးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကျောက်ကပ် ထုတ်လှူတာမျိုး
တို့၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ထဲက သွေးကိုလှူတာ၊ သိဝိမင်းကြီး

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တို့လို မျက်လုံးလှူတာ၊ ဒီလို ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာရှိတဲ့ ကိုယ်ပိုင်တဲ့ ကိုယ်ရဲ့ အင်္ဂါရပ် တွေကို လှူနိုင်တဲ့အထိ ရောက်လာပြီဆိုရင် ဒါနဥပပါရမီလို့ခေါ်တယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ပစ္စည်းနဲ့ တစ်ဘက်သားကို အကျိုးပြုတာ။

တခါ အဲဒီထက် တစ်ဆင့်တိုးလိုက်တဲ့အခါ ကိုယ့်အသက်ပါ အသေခံပြီးတော့ သူများအတွက် ပေးဆပ်တာမျိုးကျတော့ ဒါနပရမတ္ထပါရမီလို့ ခေါ်တယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်ကြီးတွေကတော့ အဲဒီ ဒါနဆိုတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကိုပဲ သုံးမျိုးသုံးစား တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် လှူသွားကြတယ်။ မလှူနိုင်တဲ့ပစ္စည်း ဘာမှ မရှိတော့ဘူး။ နောက်ဆုံးမှာ ကိုယ်မြတ်နိုးတဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ အသက်လေးတောင် စွန့်လွှတ်နိုင်တဲ့ အနေမျိုးရောက်နိုင်တယ်တဲ့။ အသက်စွန့်ပြီးတော့ ပေးကမ်းလှူဒါန်းတာဟာ ဒါနပရမတ္ထပါရမီ။

ဒါဖြင့်ဘဝမှာ အနှစ်သာရရှိတာနဲ့ အနှစ်သာရမရှိတာ ခွဲခြားသိသင့်တယ်။ ဘယ်ဟာ အနှစ်သာရရှိပြီး ဘယ်ဟာက အနှစ်သာရ မရှိတုန်းလို့ဆို အကြမ်းဖျင်း

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၉

နည်းနည်းစဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ ကိုယ်ရထားတဲ့ ရုပ်ခန္ဓာ မိခင်ဝမ်းထဲဖြစ်လာတဲ့ အချိန်ကစပြီး တစ်နေ့တစ်ခြား တစ်ဆင့်ဆင့်ကြီးထွား တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် အို'အို လာ၊ နောက်ဆုံးအိုမင်းရင့်ရော်လာ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ အို'အိုလာတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ တစ်နေ့ကျတော့ ပျက်စီးသွားတယ်။ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အနှစ်သာရ ဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှမရှိဘူး။ သိမ်းထားစရာ ဘာမှမရှိဘူး။

၁၀-နှစ်နေရမယ့် ပုဂ္ဂိုလ်၊ ၁၀-နှစ်နေပြီး သေသွားရင် ဒီရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ အသက်နဲ့ခန္ဓာ ကွဲသွားတာနဲ့ တပြိုင်နက် အသုံးဝင်မှု ရပ်ဆိုင်းသွားတယ်။ သူ့ရဲ့ အတိုင်းအတာတစ်ခု အသက်(၆၀)၊ (၇၀)၊ (၈၀)။ အသက်နဲ့ ခန္ဓာကိုယ် အိုးစားကွဲသွားတာနဲ့ ဟောဒီရုပ်ခန္ဓာကြီးမှာယူပြီး သိမ်းထားစရာ ဘာမှမရှိဘူး။ မြတ်မြတ်နိုးနိုးနဲ့ သိမ်းထားစရာ မရှိဘူး။ အားလုံး ပစ်လိုက်ရမှာချည့်ပဲ။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲကနေ မပစ်လိုက်ရတာဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိဘူး။ အားလုံး ပစ်လိုက်ရမှာချည့်ပဲ။ အသက်ရှင်တုန်းမှာတော့ တန်ဖိုးရှိသလို ဖြစ်ပြီးတော့

အသက်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကွဲသွားပြီဆိုတာနဲ့ တပြိုင်နက် ဘာမှ တန်ဖိုးမရှိတော့ဘူး။ ချစ်ခင်လှပါတယ်ဆိုတဲ့ မိသားစုကတောင်မှ အိမ်မှာကြာကြာ မထားနိုင်ကြပါဘူး။ ဒါ သဘာဝပဲ။ အဲဒီ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာ အနှစ်ရှာမယ်ဆိုရင် လုံးဝမတွေ့နိုင်ဘူး။ ဘာမှ မတွေ့နိုင်ဘူး။

နာမ်ထဲမှာ အနှစ်ရှာအုံးမလားဆိုတော့ နာမ်ဆိုတာ အခုဖြစ်ပြီး အခုချက်ခြင်းပျက်သွားတာ ဆိုတော့ သူ့ကိုအနှစ်ရှာဖို့ဟာ အလွန်ခက်တယ်။ အနှစ်သာရဆိုတာ ဘာမှမရှိဘူး။ နာမ်ဆိုတာ တစ်ခဏလေး အတွင်းမှာ ဖြစ်ပျက်သွားတာ။ အနှစ်သာရပြောစရာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာ တစ်ခုမှ မရှိဘူး။ နာမ်ထဲမှာလည်း ဖြစ်တာမြန်လို့ အနှစ်သာရဆိုတာ ဘာမှမရှိဘူး။ သို့သော် နာမ်တရားကို မှီဖြစ်တဲ့ အနှစ်သာရလေးကို ရအောင် ယူနိုင်မယ်ဆိုလို့ရှိရင်တော့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲက အနှစ်ကို ထုတ်ယူလို့ရနိုင်သေးတယ်လို့။

အနှစ်နဲ့အကာကို ခွဲခြားပြီး သိမယ်ဆိုလို့ရှိရင် အကာအတွက် အချိန်များများ မပေးတော့ဘူး။ အနှစ်သာရ ရဖို့အတွက် အချိန်များများပေးရမယ်။

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၁၁

တကယ့်အနှစ်သာရက ကိုယ့်ကျင့်တရားသာ ဖြစ်တယ်။
 အဲဒီ အနှစ်သာရလေးကို ဖျက်ပြီးတော့ ဘာမှအနှစ်
 မရှိတဲ့ ခန္ဓာကြီးအတွက် သီလတွေ ရပ်နားပြီးတော့
 အနှစ်သာရကိုဖယ်ရှားပြီး အနှစ်မဲ့တဲ့အရာကို ယူတယ်။
 ထို့အတူပဲ အကုသိုလ်ဖြစ်တာ ကြည့်မယ်ဆိုရင် အကာ
 အတွက် အကုသိုလ်ဖြစ်တာများတယ်။ အနှစ်သာရ
 အတွက် အကုသိုလ်ဖြစ်တာနည်းတယ်။

ဘယ်ဟာက အကာ၊ ဘယ်ဟာက အနှစ်ဆိုတာ
 သိဖို့လိုတယ်။ သိလာပြီးတဲ့နောက်မှာ အကာကို
 ဂရုမစိုက်ဘဲနဲ့ အနှစ်သာရကို ရအောင်ယူတတ်ဖို့
 အနှစ်သာရမှ ရအောင် မယူတတ်ဘူးဆိုရင် နောက်ဆုံး
 မှာ ဘာမှ မကျန်ရစ်တဲ့ အနေအထားမျိုး ရောက်မယ်။
 အကာကို ခင်တွယ်နေတဲ့အတွက်ကြောင့် အနှစ်မရ
 ဘူး။ အကာကြီးကလဲ ကိုယ်ခင်တွယ်ပြီးနောက် စွန့်ပစ်
 ရမယ့် အနေအထားမျိုးရောက်သွားတယ်။ ကိုယ်ဘာမှ
 မရတဲ့ အနေအထားဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ မြတ်စွာဘုရားက အင်္ဂုတ္တရ
 နိကာယ် ဝဇီရသုတ္တန်မှာ ဟောထားတယ်။ ဘဝမှာ

ရနိုင်တဲ့ အနှစ်တွေက ဘာတွေလဲဆိုရင် သဒ္ဓါဆိုတဲ့
အနှစ်၊ သီလဆိုတဲ့ အနှစ်၊ သုတ ဆိုတဲ့ ဘုရားဟော
ထားတဲ့ တရားဒေသနာ ကြားနာမှု အနှစ်၊ စာဂလို
ဆိုတဲ့ စွန့်လွှတ်မှု လျှူဒါန်းပေးကမ်းနိုင်မှု အနှစ်၊ ပညာ
လို့ ဆိုတဲ့ အနှစ်၊ နာမ်တရားထဲမှာ ဒီ အနှစ်သာရတွေ
ရှိပြီးတော့ နေတယ်။ သို့သော် အနှစ်ဟာ ထုတ်မယူ
တတ်လို့ရှိရင် မရပါဘူး။ ထုတ်မယူတတ်လို့ရှိရင်
အကာပဲ ရမယ်။

ဆိုပါစို့ သစ်ပင်တစ်ပင်ရဲ့ အနှစ်ဟာ အကာတွေ
ဖုံးထားတဲ့ အတွင်းမှာ ရှိတယ်။ အရွက်ထဲမှာလည်း
မရှိဘူး။ အခက်ထဲမှာလည်း မရှိဘူး။ ပင်စည်ထဲမှာသာ
ရှိတယ်။ အနှစ်ရှိတဲ့နေရာကို သိပြီး အဲဒီအနှစ်ကို
ယူတတ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။ မိမိ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ
လည်း အနှစ်မရှိဘူး။ အပေါ်ယံနာမ်မှာလည်း အနှစ်
မရှိဘူး။ နာမ်ကိုမှီပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သဘာဝတရားမှာ
သာ အနှစ်တွေရှိတယ်။ အဲဒီ အနှစ်သာရတွေကို ယူ
တတ်ရင်ရမယ်။ မယူတတ်ဘူးဆိုရင် ရမှာမဟုတ်ဘူး၊
လွတ်သွားမှာ။

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၁၃

နာမ်တရားမှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ သဒ္ဓါဆိုတဲ့ ယုံကြည်မှု၊ ယုံကြည်တယ်ဆိုတာ ဘာကို ယုံကြည်တာလဲ ဆိုရင် ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းတဲ့အကျိုးရမယ်၊ မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းတဲ့အပြစ်ကို ရလိမ့်မယ်၊ အဆိုးတရားလာမယ်။ စာပေက ကံ'ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်တယ်လို့ဆိုတယ်။ ကံဆိုတာ ကိုယ့်သန္တာန်မှာရှိတဲ့ စေတနာစွမ်းအားကို ခေါ်တယ်။ အဲဒီ စေတနာစွမ်းအားကို အသိအမှတ်ပြုတယ်။ အဲဒီ စေတနာစွမ်းအားမှ ရလာတဲ့အကျိုးတရားကို အသိအမှတ်ပြုတယ်။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းကျိုးရနိုင်တယ်၊ မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းကျိုးရနိုင်တယ်လို့ ကံ'ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်တာ၊ သိမြင်တာဟာ ကမ္မဿကတာ-သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဖြစ်တယ်၊ အမှန်အတိုင်း မြင်တာ။

ကိုယ်လုပ်တဲ့ကံ ကိုယ်လုပ်တဲ့ အလုပ်ပေါ်မှာ အယုံအကြည်မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ကောင်းတာ လုပ်မှာမဟုတ်ဘူး၊ လုပ်ချင်တာသာ လုပ်မှာ။ သူလုပ်ချင်တဲ့ အလုပ်မှာ အကောင်းအဆိုးလည်း ခွဲခြားမှာ မဟုတ်ဘူး။ သူလုပ်သင့်တဲ့အပေါ်မှာ မသတ်မှတ်ဘဲ

လုပ်ချင်တဲ့အပေါ်မှာ သတ်မှတ်တယ်။ လောကမှာ လုပ်ချင်တဲ့ အလုပ်၊ လုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်နဲ့ လုပ်ရမည့် အလုပ်လို့ (၃)မျိုးခွဲလို့ရတယ်။ အဲဒီ(၃)မျိုးထဲမှာ လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်တယ်ဆိုရင် အမှန်ကို မရနိုင်ဘူး။ ကောင်းတာ လုပ်ချင် လုပ်မယ်၊ မကောင်းတာ လုပ်ချင် လုပ်မယ်။ လူ့ရဲ့ဆန္ဒပေါ်မှာ မူတည်ပြီးတော့ ကိုယ်လုပ်ချင်သလို လုပ်တာနဲ့ ခွဲတာ။

လုပ်သင့်တယ်ဆိုတာကျတော့ ကောင်းတာသာ ဖြစ်တယ်။ သဒ္ဓါအား၊ ပညာစွမ်းအားပါတယ်။ လုပ်နေရတဲ့ အလုပ်ကတော့ အခြေအနေပေးတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ ကောင်းတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ မကောင်းတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ အကောင်းကိုချည်း သတ်မှတ် မဖြစ်နိုင်ဘူး။ လုပ်သင့်တဲ့အလုပ် ဆိုတာသာကောင်းတယ်။ လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ကို ယုံကြည်တယ်။ ဘယ်အလုပ်ဟာ လုပ်သင့်တယ်လို့ ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိတယ်၊ ဒါလဲ သဒ္ဓါပဲ။ အဲဒီ သဒ္ဓါကို အဓိမောက္ခ လို့ခေါ်တယ်။ ဆုံးဖြတ်ပြီး ကောင်းတာကို လက်ခံယုံကြည်ရုံမျှမက သဒ္ဓါဆိုတဲ့ စိတ်ပေါ်လာပြီဆိုရင် သူ့ရဲ့စွမ်းအားနဲ့

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၁၅

လူရဲ့စိတ်ဟာ ကြည်လင်လာတယ်။ ကောင်းတာလုပ်ဖို့ စဉ်းစားလာတယ်။ ကောင်းတဲ့ အလုပ်ပေါ်မှာ စိတ် ဝင်စားလာတယ်။ သဒ္ဓါရဲ့စွမ်းအားကြောင့် ကောင်းတဲ့ အလုပ်ပေါ်မှာ စိတ်ဝင်စားလာတယ်။ တနည်းအားဖြင့် ကုသိုလ်လုပ် ချင်လာတယ်။

ကုသိုလ်ဆိုတာ သိသည်ဖြစ်စေ မသိသည်ဖြစ်စေ သူများအကျိုးပြုတဲ့ အလုပ်တွေ လုပ်ချင်တယ်။ သူများ ကို အကူအညီပေးချင်တယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းအောင် လုပ်ချင်တယ်။ တရား နာချင်တယ်။ စာပေနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ လေ့လာချင် တယ်။ ဟော ဒီလိုဘက်မှာ စိတ်ဝင်စားလာတယ်။ ဒါ သဒ္ဓါစွမ်းအားလို့ ခေါ်တယ်။

သဒ္ဓါတရား စွမ်းအားထက်လာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် အပျော်အပါးပေါ်မှာ စိတ်မဝင်စားဘူး။ အာရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မကျေနပ်တာတွေလည်း စိတ်ထဲမှာ မရှိ ဘူး။ စိတ်လွင့်တာ စိတ်လေတာ စိတ်ထဲမှာ အလိုမကျ ဖြစ်နေတာတွေလည်း မရှိဘူး။ လုပ်သင့် မလုပ်သင့်တဲ့ အပေါ်မှာ သံသယတွေဝင်ပြီး မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘဲ

၁၆

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ချီတုံချတုံဖြစ်နေတာတွေလည်း မရှိဘူး။ စာလိုပြော
လို့ရှိရင် နီဝရဏလို့ခေါ်တဲ့ အဆိုအပိတ်တွေ မရှိဘူး။

ပျော်ရွှင်စရာ အာရုံတွေပေါ်မှာပဲ စိတ်ဝင်စားပြီး
နေတာ၊ ဘယ်အာရုံပေါ်မှ စိတ်အလိုမကျ မုန်းတီးမှု
ဖြစ်နေတာတွေ မရှိတော့ဘူး။ ကောင်းတဲ့လုပ်ငန်းတွေ
ပေါ်မှာ စိတ်ဆုတ်နှစ် သွားတာမရှိဘူး။ အားတက်သရော
ဖြစ်နေတယ်။ စိတ်တွေ လေးနေတာတို့ အလိုမကျ
ဖြစ်နေတာတို့ မရှိဘူး။ ကိုယ်လုပ်နေတဲ့ လုပ်ငန်း
အပေါ်မှာ လုပ်သင့် မလုပ်သင့် စဉ်းစားနေတာမျိုး
မဟုတ်တော့ဘဲ၊ လုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်ကို လုပ်နေတယ်
လို့ ဆုံးဆုံးဖြတ်ဖြတ် ရှိတယ်။

နီဝရဏတရားတွေကို ဟောဒီ သဒ္ဓါစွမ်းအား
တွေက ဖယ်ရှားပစ်လိုက်တယ်။ လူဟာ သဒ္ဓါစွမ်းအား
ရှိလာပြီ၊ ထက်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ
လုပ်ဖြစ်လာတယ်။ ကောင်းတဲ့အလုပ်ဆိုတာ ဘာတုန်း
ဆိုရင် ဒါနကောင်းမှု လုပ်ဖို့လည်း လက်မနှေးဘူး၊
သီလဆောက်တည်ဖို့လည်း လက်မနှေးဘူး၊ ဆောက်
တည်တဲ့ သီလကိုလည်းပဲ တလေးတစား ခံယူတယ်။

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၁၇

ဗဟုသုတရှိအောင် တရားဓမ္မနာဖို့ ဆိုတာလည်း အမြဲတမ်းစိတ်ဝင်စားနေတယ်။ မိမိမှာ ရှိတဲ့ပစ္စည်းကို လည်းပဲ အများနဲ့ခွဲဝေသုံးစွဲဖို့ စိတ်ထဲမှာ အမြဲရှိ နေတယ်။

နေ့စဉ်ဘဝမှာ ၂၄-နာရီရှိတဲ့အထဲမယ် ထို ၂၄-နာရီ အချိန်ကာလထဲမှာ ဘယ်လို အခြေအနေမျိုးနဲ့ ဒီအချိန်တွေ ကုန်ဆုံးနေသလဲဆိုတာ ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစား ပြီးတော့ အချိန်ကို အလဟဿအကုန်မခံဘူး။ အကျိုး ရှိရာ ရှိကြောင်း လုပ်ဆောင်တယ်။ ပညာစွမ်းအားတွေ လည်း သူ့မှာထက်လာတယ်။ ထက်လာသည့်အတွက် ကြောင့် အရာရာမှာ စဉ်းစားလာတယ်။ လုပ်သင့် မလုပ် သင့်ကိုလဲ စဉ်းစားလာတယ်။ လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ပေါ်မှာ လည်းပဲ လုပ်ပုံလုပ်နည်းတွေ စဉ်းစားလာတယ်။ အကျိုး ရှိရာရှိကြောင်း လုပ်ဖို့ကိုလည်း စဉ်းစားလာတယ်။

အဲဒီ နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနှစ်ကလေးတွေ မိမိ သန္တာန်မှာ ရလာပြီ။ ထိုအနှစ်သည် နိဗ္ဗာန်ပို့နိုင်လောက် အောင် အခိုင်အမာဖြစ်လာပြီဆိုရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒုက္ခ တွေနဲ့ အဆုံးသတ်ရမည့် ဘဝမျိုးကို ကျော်လွှားပြီး

တော့ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ထိအောင်
လှမ်းတက်သွားနိုင်တယ်။

ဘယ်ဟာ အနှစ်သာရလို့သိတာနဲ့ တပြိုင်နက်
ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအတွက် သဒ္ဓါတရားကို အပျက်မခံ
ဘူး၊ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအတွက် အသိပညာတွေ
လက်လွတ် ဆုံးရှုံးမခံဘူး၊ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအတွက်
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ တရားဓမ္မ နာယူဖို့အတွက်ကို အပျက်မခံ
ဘူး၊ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအတွက် စွန့်လွှတ်မှုတွေကို
အပျက်မခံဘူး၊ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအတွက် အသိပညာ
တွေ လက်လွတ်ဆုံးရှုံး မခံဘူး။ အနှစ်နဲ့အကာမှာ
အနှစ်ကို ဦးစားပေးတာ၊ အကာကို ဦးစားမပေးတော့
ဘူး။ အကာတွေ ဘာဖြစ်ဖြစ် အနှစ်သာရ' ရအောင်
ယူမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်ဝင်လာတယ်။

ဘုရားအလောင်းတော် ဘူရိဒတ္တ နဂါးမင်းကြီး
ကြည့်ပေါ့။ နဂါးပြည်မှာ အင်မတန်မှ စည်းစိမ်ချမ်းသာ
ကြွယ်ဝပြီး ရတနာတွေအတိရှိတဲ့ နဂါးနန်းတော်နဲ့
စံနေရတယ်။ ဒီ စံနေရတဲ့ ဘဝကို အနှစ်သာရလို့
မယူဆဘူး။ ဒီ အနှစ်သာရဟာ ဘာတုန်းလို့ဆိုရင် သီလ

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၁၉

ဆိုတဲ့ အနှစ်သာရကို ငါရအောင်ယူမယ်လို့ လူ့ပြည်
လာပြီး သီလယူတယ်။ နဂါးပြည်မှာဆို သီလကို လုံ
အောင် ထိန်းဖို့ မလွယ်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ တစ်ယောက်
ထဲ ထွက်လာပြီး တောထဲမှာ ကိုယ့်ကျင့်သီလကို ထိန်းသိမ်း
စောင့်ရှောက်တယ်။

သီလစောင့်တဲ့အခါမှာ ပြင်ပပစ္စည်းတွေကို အပျက်
ခံပြီးတော့ ဆောက်တည်တဲ့သီလကို သီလပါရမီ
လို့ခေါ်တယ်။ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ကိုယ်လက်အင်္ဂါတွေကို
အပျက်စီးခံပြီး ဆောက်တည်တဲ့သီလကို သီလဥပပါရမီ
လို့ ခေါ်တယ်။ အသက်အသေခံပြီး စောင့်တဲ့သီလကို
သီလပရမတ္ထပါရမီလို့ ခေါ်တယ်။

ဘူရိဒတ္တ နဂါးမင်းကြီး ဆောက်တည်တဲ့သီလ
ကိုတော့ သီလပရမတ္ထပါရမီလို့ခေါ်တယ်။ အဆင့်
အမြင့်ဆုံး သီလကို ဆောက်တည်တယ်။ “အကယ်၍
များ ငါ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို တစ်စုံတစ်ယောက် ငါ့ရဲ့အသက်
ကို ရန်ရှာမယ်ဆိုလည်း ငါ ဒီနေ့စောင့်တဲ့ သီလကို
လုံးဝမစွန့်လွှတ်ဘူး၊ လုံးဝ မဖောက်ဖျက်ဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ်
ကြီး သေချင်သေပါစေ”ဆိုပြီး တောင်ကုန်းတစ်ခုပေါ်

၂၀

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

မှာ ခွေပြီးတော့ ဘူရိဒတ္တ နဂါးမင်းကြီးဟာ သီလ
စောင့်တယ်။

အားလုံးသိကြတဲ့အတိုင်းပဲ မြွေအလမွှာယ်သမား
က ဖမ်းပြီး ညှင်းဆဲတဲ့အခါမှာ မြွေအလမွှာယ်သမားကို
သူ့အန္တရာယ်ပြုချင်ရင် လွယ်လွယ်လေးပဲ၊ နဂါးမှာ
အဆိပ်က အင်မတန်ပြင်းတယ်နော်။ “ဖူး”လို့ တစ်ချက်
မှုတ်လိုက်တာနဲ့ ဟိုလူ ပြာဖြစ်သွားမှာနော်။ သူ့မှာ
အဲဒီလောက်ထိအောင် ပြင်းထန်တဲ့ အစွမ်းလက်နက်
ရှိသော်လည်း သီလပျက်မှာစိုးလို့ လုံးဝမလုပ်ဘူး။
အသေခံမယ်လို့ အဓိဋ္ဌာန်ထားတဲ့အတိုင်း ကိုယ်ကျင့်
တရားကို မဖျက်ဘဲနဲ့ သီလ ဆောက်တည်တယ်။

ဒါ ဘာကြောင့် ဒီလိုလုပ်နိုင်တာတုန်းဆို ‘အနှစ်
နဲ့အကာ’ သိလို့၊ ရုပ်ခန္ဓာကြီးဟာ အနှစ်မဟုတ်ဘူး၊
အကာကြီး၊ တစ်နေ့ကျတော့ သူ့ဘာသူပျက်စီးသွားမှာ
ပဲ၊ အဲဒီအခါကျတော့ ဘာမှရလိုက်မှာ မဟုတ်ဘူး၊ ခန္ဓာ
ကိုယ်ကြီးမှာ ဖြစ်နေတဲ့ နာမ်တရားကိုမှီနေတဲ့ ကိုယ်ကျင့်
တရားလေးကသာ အနှစ်။ ဒီ အနှစ်လေးကိုတော့ ငါ
အပျက်မခံဘူးလို့ ဆောက်တည်တာနော်။ ထို့အတူဘဲ

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၂၁

ကျန်တဲ့အနှစ်တွေကိုလည်း ဒီလိုပဲ ထိန်းသိမ်းသွားရမှာပဲ။

အဲဒီတော့ အကျဉ်းချုပ် ပြန်ပြောရမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ကိုယ့်ရဲ့ဘဝမှာ ဘယ်ဟာက အကာလဲ၊ ဘယ်ဟာက အနှစ်လဲ ဆိုတာ နံပါတ်(၁) သိရမယ်။ အကာအတွက်နဲ့ အနှစ်ကို အပျက်မခံနဲ့၊ အနှစ်သာရ ရဲ့ သဘာဝက တန်ဖိုးရှိတယ်၊ ကြာရှည်ခံတယ်၊ အကျိုးကြီးမားတယ်၊ ဒါ အနှစ်သာရ။

ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဆိုတာ ကြာရှည်လည်း မခံဘူး၊ တန်ဖိုးလည်း ဒီလောက်မရှိဘူး၊ လူတစ်ယောက်ဟာ မိမိရဲ့ အသက်ပမာဏအတိုင်း ဒီရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ပစ်ထားခဲ့ရမှာ၊ သူက အတိုင်းအတာရှိတယ်၊ ဒီကြားထဲမှာလည်း သူက ရောဂါဝေဒနာ ဖြစ်ပြီး ဒုက္ခရောက်မယ်၊ အမြဲတမ်းသူက ဒုက္ခပေးနေတယ်၊ အနှစ်သာရဆိုတာ သူ့မှာရှာလို့မရဘူး။

အဲဒီတော့ ပညာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ခုနက အနှစ်ဆိုတာ ဘာလဲလို့ စဉ်းစားဆင်ခြင်ပြီး အဲဒီအနှစ်ကို ရအောင်ယူတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်တွေဟာ အဲဒီလို အနှစ်ကိုရအောင် ယူနိုင်ကြတယ်။

သုမေဓာဘဝကနေစပြီးတော့ အနှစ်ကို ရအောင် ရှာ
လာလိုက်တာ (၄)သင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကြာတယ်။
(၄) သင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ဆိုတာ မရေတွက်နိုင်တဲ့
ကမ္ဘာဟာ (၄)ခါကျုံ့တယ်၊ ရေတွက်လို့ရတဲ့ ကမ္ဘာက
တစ်သိန်း၊ အဲဒီလောက် ရှည်ကြာအောင် စုဆောင်းရ
တယ်။ လွယ်လွယ်နဲ့တော့ မရဘူး။

ဒီအနှစ်တွေကို အမြင့်ဆုံးအကောင်းဆုံး အဆင့်
အတန်းရှည်ကြာအောင် စုဆောင်းပြီးတော့ နောက်ဆုံး
မှာ အနှစ်တွေ ပြည့်သွားပြီဆိုတဲ့အခါ အင်မတန်
စွမ်းအားကြီးတဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကိုရပြီး ဘုရား
ဖြစ်သွားတာနော်၊ ဘုရားမှန်သမျှ ဘုရားအဖြစ်သို့
ရောက်သွားတယ်ဆိုတာ အဲဒီအနှစ်ကို ရအောင်ယူ
နိုင်လို့ ဖြစ်တယ်၊ အနှစ်ကို နည်းနည်း ရအောင်ယူ
လျှင် နည်းနည်းချမ်းသာမယ်။ အနှစ်ကို များများရ
အောင်ယူလျှင် များများချမ်းသာမယ်၊ လောကလူတွေ
ဟာ အကာကိုပဲ မက်မောနေကြတာ။

အရှင်ကုမာရကဿပ ဥပမာ ပေးသလိုပဲ၊
သူငယ်ချင်း ၂-ယောက် ပစ္စည်းဥစ္စာရှာဖွေဖို့ ထွက်လာ

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၂၃

ကြတယ်။ ထွက်လာတဲ့အခါ ရွာပျက်ကုန်းတစ်ခုမှာ ပိုက်ဆံလျှော်ထုပ်ကြီးတွေ တွေ့ကြတယ်။ တွေ့တဲ့အခါ “ဟန်ကျပြီဟေ့ ဒီပိုက်ဆံလျှော်တွေ အဝတ်ယက်ရတယ်” ဆိုပြီး အဲဒီကနေ ပိုက်ဆံ လျှော်ထုပ်တွေ ထမ်းယူလာကြတယ်။ နောက်တစ်ရွာ ရောက်လာတဲ့အခါမှာ ပိုက်ဆံလျှော်နဲ့ယက်ထားတဲ့ အဝတ်တွေတွေ့ပြန်တယ်။

တွေ့တော့ တစ်ယောက်က ဆုံးဖြတ်တယ်။ “ဟ ငါပိုက်ဆံလျှော်တွေ ထမ်းလာတာ ဒီအဝတ်ယက်လုပ်ဖို့ ထမ်းလာတာ အခုပိုက်ဆံလျှော်နဲ့လုပ်တဲ့ အဝတ်တွေ တွေ့မှတော့ ပိုက်ဆံလျှော်ထုပ်က ဘာလုပ်ရတော့မှာလဲ” လျှော်ထုပ်ပစ်ချပြီးတော့ အဝတ်ထုပ်ကို ထမ်းတယ်။ ဟိုတစ်ယောက်ကတော့ ဘယ်လိုတွေးတုန်းဆိုတော့ အဝေးကြီးက ထမ်းလာတာ မပစ်ရက်ဘူးဆိုပြီးတော့ အဲဒီ လျှော်ထုပ်ကြီးကိုပဲ ဆက်ထမ်းတယ်။

နောက်တစ်ရွာရောက်တဲ့အခါ ရွှေထုပ်ကြီး တွေ့ပြန်တယ်။ ရွှေထုပ်ကြီးတွေ့တဲ့အခါ “ရွှေထုပ်တွေ့မှတော့ ဒီပိုက်ဆံလျှော်အဝတ်ထုပ်က ဘာလုပ်မှာလဲ” လို့ စဉ်းစားဉာဏ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ပိုက်ဆံလျှော်နဲ့ယက်

၂၄

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တဲ့ အဝတ်ထုပ်ကို ပစ်ချပြီးတော့ ရွှေထုပ်ကိုသာယူ
တယ်။ ဟိုတစ်ယောက်ကတော့ ငါ အဝေးကြီးကနေ
ထမ်းလာတာ မပစ်နိုင်ဘူးဆိုပြီး လျှော်ထုပ်ကြီးပဲ ဆက်
ထမ်းလာတယ်။ အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့အခါ တစ်ယောက်
က ရွှေထုပ်၊ တစ်ယောက်က လျှော်ထုပ်၊ အဲဒါ စဉ်းစား
ကြည့်ပေါ့၊ ဟိုတစ်ယောက်က လျှော်ထုပ်ပဲ ရတယ်၊
အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ လူကတော့ ရွှေထုပ်ကြီးရပြီး ချမ်းသာ
သွားတယ်။

အကာပေါ်မှာပဲ လူတွေက သံယောဇဉ်တွယ်
ပြီးတော့ အကာနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်သွားတယ်၊ အနှစ်မရ
လိုက်ဘူး၊ လောကမှာ အနှစ်ဆိုတာ ဘာလဲလို့ ရှေး
ဆရာတော်ကြီးတွေ ဟောထားတာရှိတယ်၊ ယံ-ကိစ္ဆိ
ဗာဟိယံ ဝတ္ထု၊ ယထာကာမံ ပဘိဇ္ဇတု၊ ကိုယ့်ခန္ဓာ
ကိုယ်၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ တိုက်တွေ စိန်တွေ
ကားတွေ ရွှေတွေ ငွေတွေ ဝတ်တဲ့ အဝတ်အစားတွေ
ခန္ဓာကိုယ်ကြီး အပါအဝင်၊ ဒါတွေ အပြင်ပစ္စည်းတွေ
လို့ခေါ်တယ်။

“ဗာဟိယံ - အတွင်းအနှစ်သာရမဟုတ်တဲ့

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၂၅

အပြင်ပမှာ ဖြစ်တဲ့၊ ယံကိစ္စိ ဝတ္ထု-မည်သည့်ပစ္စည်း
မဆို၊ ယထာကာမံ ပဘိဇ္ဇတု-သူဟာသူ ပျက်ချင်ပျက်ပါ
စေ။ ဘာတွေပျက်ပျက် ဂရုမစိုက်နဲ့လို့ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။
တန်ဖိုးမရှိတဲ့ အနှစ်သာရ မဟုတ်တဲ့ အကာတွေမှာ
ပျက်ချင်ပျက်ပါစေ။ အဇ္ဈတ္တမိ အဘိန္နမိ-အတွင်း ဖြစ်
တဲ့ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ ဆိုတဲ့ တကယ့်
အနှစ်သာရ မပျက်စီးဘူးဆိုရင် (အကာတွေ ဘယ်လောက်
ပျက်ပျက်) အနှစ်မပျက်ရင် မပျက်ဘူးတဲ့၊ အဲဒီတော့
အနှစ်သာရ ရအောင်ယူဖို့ အရေးကြီးတယ်နော်။

လူတွေအထင်ကြီးနေကြတာက အကာတွေပါ။
လောကမှာ လူအများက ဘာတွေ အထင်ကြီးသလဲ
ဆိုရင် ရှိတဲ့ပစ္စည်းဥစ္စာတွေပေါ်မှာ အထင်ကြီးကြတယ်၊
ရာထူးပေါ်မှာ အထင်ကြီးကြတယ်၊ အာဏာပါဝါပေါ်
မှာ အထင်ကြီးကြတယ်၊ ရာထူးဆိုတာလဲ တခဏပဲ၊
အာဏာပါဝါဆိုတာလဲ တခဏပဲ။ စည်းစိမ်ဥစ္စာဆိုတာ
လဲ တခဏပဲ၊ အကန့်အသတ်တွေနဲ့ချည်းပဲ၊ အကုန်လုံး
ဘယ်အရာမှ ခိုင်မြဲတာမရှိဘူး။ အဲဒါတွေ အပေါ်မှာ
လူတွေနေ့စဉ်နဲ့အမျှ ရှာဖွေပြီး တပ်မက်နေကြတာ

၂၆

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

လက်လွတ်မခံနိုင်ကြတာ ဒါတွေအတွက်ပဲ၊ သဒ္ဓါတရား ပျက်သွားလို့ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်သွားလို့ဆိုတာ မျိုးကို စိုးရိမ်သောက ရောက်ရမှာကို မသိဘူး၊ တကယ် စိုးရိမ်သင့်တာကတော့ ကိုယ့်ကျင့်တရား ပျက်ခြင်း၊ အသိအမြင် ပျက်စီးခြင်း၊ ဒါက စိုးရိမ်စရာကောင်းတာ။

ဗျဿနတရား၅-ပါး ဆိုတာရှိတယ်၊ ဉာတိ-ဗျဿန-ဆွေမျိုးတွေထဲက ပျက်စီးမှု၊ ဘောဂဗျဿန-စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေရဲ့ ပျက်စီးမှု၊ ရောဂဗျဿန-ရောဂါဝေဒနာဖြစ်ခြင်းဖြင့် ပျက်စီးမှု၊ သီလဗျဿန-ကိုယ်ကျင့်တရားပျက်စီးမှု၊ ဒိဋ္ဌိဗျဿန-အယူဝါဒ အမြင်ရဲ့ ပျက်စီးမှုလို့၊ အဲဒီ ပျက်စီးမှု၅-မျိုးကို ဗျဿန-တရား၅-ပါးလို့ ခေါ်တယ်။

သူတော်စင်တွေဆုတောင်းတိုင်း ဝိပတ္တိတရား ၄-ပါး၊ ဗျဿနတရား၅-ပါးဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာ နော်။ ပျက်စီးခြင်း ၅-ပါးတဲ့၊ အဲဒီ ပျက်စီးခြင်း ၅-မျိုးထဲက လူတွေ အလေးထားနေကြတာ ပျက်စီးမှာ ကြောက်ကြတာ ဉာတိဗျဿန-ဆွေမျိုးတွေ ပျက်စီးမှာ ကြောက်ကြတယ်၊ ဘောဂဗျဿန-စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၂၇

ပျက်စီးမှာ ကြောက်ကြတယ်၊ ရောဂဗျသန-ရောဂါ
တွေဖြစ်မှာ ကြောက်ကြတယ်၊ အဲဒီ ၃-မျိုးအပေါ်မှာ
သာ အလေးထားနေကြတယ်။ သီလဗျသန-ကိုယ်ကျင့်
တရားပျက်မှာကို မကြောက်ဘူး။ ဒိဋ္ဌိဗျသန-အယူဝါဒ
အမြင်စောင်းသွားမှာ ပျက်စီးမှာ မကြောက်ကြဘူး။

တကယ်ကြောက်စရာကောင်းတာက သီလ-
ဗျသနနဲ့ ဒိဋ္ဌိဗျသန ကကြောက်စရာကောင်းတယ်။
ကျန်တဲ့ ဗျသနတွေက ကြောက်စရာမကောင်းဘူး။
လောကမှာ လူတွေ စိုးရိမ်သောက ရောက်နေကြရတာ
ရှေ့၃-ပါးအတွက် စိုးရိမ်နေကြတာ၊ နောက် ၂-ပါး
အတွက် မစိုးရိမ်ကြဘူး။ ဆွေမျိုးသားချင်းတွေ
ပျက်စီးမှာ စိုးရိမ်တယ်၊ ငိုတယ်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ
ပျက်သွားလို့ ငိုတယ်၊ ရောဂါဖြစ်လို့ ငိုတယ်။ သီလ
ပျက်လို့ ငိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မကြားဘူးလောက်အောင်ကို
ရှားတယ်။ အယူဝါဒ ပျက်စီးလို့ ငိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း
မကြားဘူးလောက်အောင် ရှားပါးတယ်။ သို့သော်
မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတာက ဉာတိဗျသန၊
ဘောဂဗျသန၊ ရောဂဗျသန၊ ဒါတွေပျက်စီးလို့က

၂၈

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တော့ ငရဲမကျဘူး၊ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှာ ဒုက္ခမဖြစ်ဘူး။
သီလဗျသန၊ ဝိဋ္ဌိဗျသန၊ အဲဒါ ၂-ခု ပျက်စီးသွားရင်
တော့ သံသရာမှာ ဒုက္ခရောက်ပြီတဲ့။

သေချာစဉ်းစားကြည့်ရင် အဲဒါတွေအတွက်
လူတွေက မပူကြဘူး။ မပူကြသည့်အတွက်ကြောင့်
တန်ဖိုးရှိတဲ့ သီလကို ငွေကြေးနဲ့ လဲလိုက်ကြတာပဲ။
အဓိန္ဒာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ-
'သူများပစ္စည်း မယူပါဘူး'လို့ ဆောက်တည်ထားပေ
မယ့်လို့ တော်တော်များများက အခွင့်သာလို့ရှိရင်
သီလအပျက်ခံပြီးတော့ ယူလိုက်ကြတာပဲ။

သစ်ကျွတ်ရဲ့ သီလလို့ပေါ့။ သစ်ကျွတ်ဆိုတဲ့
အကောင်က သူ့နားမှာ သမင်တို့ ဘာတို့ ဒီလိုဟာတွေ
မရှိတဲ့အခါမှာ ဥပုသ်စောင့်မယ်ဆိုပြီး ဥပုသ်စောင့်
တယ်။ ငတ်မဲ့အတူတူ မထူးပါဘူးဆိုပြီး ဥပုသ်စောင့်
တာ။ တကယ်ပဲ ဥပုသ်စောင့်တာလားလို့ သူ့အနားမှာ
သမင်ဖြတ်သွားတဲ့အခါ နောက်မှ ဥပုသ်စောင့်မယ်၊
ရှိတုန်းဖမ်းစားလိုက်အုံးမယ်၊ ဆိုပြီး ထဲလိုက်တော့တာ
ပဲ။ အဲဒါမျိုးကို သစ်ကျွတ်သီလလို့ခေါ်တာ။

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၂၉

အခွင့်အရေး မပေးသေးတဲ့အခါ၊ စားစရာမရှိတဲ့ အခါမှာ ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဓိ သမာဒိယာမိ တဲ့။ စားစရာနဲ့ ကြုံတဲ့အခါကျတော့ အေး နောက်မှပဲ တည်ဆောက်တော့မယ် ဆိုပြီးလုပ် ထည့်လိုက်တာ။ အဲဒါမျိုးဟာ အနှစ်နဲ့အကာ မကွဲလို့ အနှစ်ကိုအနှစ်မှန်းမသိလို့ ဒီလိုဖြစ်တာတဲ့၊ လူ့ဘဝမှာ လူရယ်လို့ဖြစ်လာတဲ့အခါ တကယ့်အရေးကြီးတဲ့အနှစ် ကို ယူတတ်ဖို့လိုတယ်။

လောကမှာ ရာထူးဂုဏ်သိမ်စည်းစိမ်ဥစ္စာ မခံစား ဖူးဘူးဆိုတာ မရှိဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားက အနမတဂ္ဂ သုတ်မှာ ဟောထားတယ်။ ဒါလည်းပဲ စဉ်းစားစရာ အလွန်ကောင်းတယ်၊ အေး . . . အင်မတန်ကောင်းတဲ့ အာရုံတွေ အင်မတန်နှစ်သက်စရာ နှစ်သက်တဲ့အရာ တွေလို့ရှိရင် ဘယ်လိုစဉ်းစားရမလဲဆိုရင် ဒီလောက် ရှည်ကြာတဲ့သံသရာ ငါလည်း ဒါမျိုးတွေ ကြုံဘူးတယ် လို့ ဒီလိုပဲအောက်မေ့ပါ။ အဲဒီလို အောက်မေ့လိုက်တာ နဲ့ တန်းတန်းစွဲ မဖြစ်တော့ဘူးပေါ့။ စိတ်ကို ထိန်းတဲ့ နည်းတစ်နည်း။

အေး . . . ဒုက္ခရောက်နေတာတို့ ဆိုပါစို့၊ လမ်း
ဘေးမှာ အနူအဝဲစွဲပြီးတော့ လူတကာက မကြည့်ချင်
လောက်အောင် ရွံ့စရာပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေရင်လည်း “အော်
ဒီဒုက္ခမျိုး ငါလည်း အကြိမ်ကြိမ် တွေ့ခဲ့ဘူးတယ်” လို့၊
တိရိစ္ဆာန်တွေ တွေ့တဲ့အခါမှာ “အော် ငါတို့လည်း ဒီ
ဘဝရောက်ပြီး ဒီလိုခံခဲ့ရဘူးပြီ” လို့ ဆင်ခြင်နိုင်ဖို့
အနမတဂ္ဂသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာ။

ဘဝဆိုတာ သိပ်ရှည်ခဲ့ပြီ၊ ဘယ်လောက်များ
ရှည်တုန်းဆိုရင် ပြောလို့မဆုံးအောင် ရှည်တယ်၊
ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဘဝသံသရာမှာ အမေ
မတော်ဘူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမရှိဘူး၊ အဖေ မတော်ဘူးတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်လည်း မရှိဘူး၊ ညီအကို မောင်နှမ မတော်ဘူး
တာလည်း မရှိဘူး၊ ကဲ လူလူချင်းတွေ့တဲ့အခါ တစ်ချိန်
တုန်းက သူ ငါ့အမေဖြစ်ခဲ့ဘူးမှာပဲ၊ ငါ့သားဖြစ်ခဲ့ဖူးမှာပဲ၊
ငါ့သမီးဖြစ်ခဲ့ဘူးမှာပဲ၊ ငါ့အဒေါ် စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ၊
ဆွေမျိုးတွေအနေနဲ့ တွက်ကြည့်လိုက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင်
လူကိုပဲတွေ့တွေ့ တိရိစ္ဆာန်ကိုပဲတွေ့တွေ့ အကြင်နာ
တရားနဲ့ မေတ္တာထားနိုင်ဖို့ အဲဒီလို စဉ်းစားလိုက်ပါတဲ့။

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၃၁

အဲဒီလိုစဉ်းစားလိုက်မယ်ဆိုရင် မုန်းစရာကြီးဆိုတာ ပျောက်သွားလိမ့်မယ်။ ကိုးပါးသီလထဲမှာ အထွဋ်တင် ဆောက်တည်ထားတဲ့ မေတ္တာသဟဂတေနစေတသာ သဗ္ဗပါဏဘူတေသု-သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ မေတ္တာထားတယ်။ မုန်းစရာပုဂ္ဂိုလ်တွေရင် ဟိုအရင်ဘဝတုန်းက ငါ့အမေ (သို့မဟုတ်) ငါ့အဖေ၊ ငါ့ဆွေမျိုး တော်ခဲ့ဖူးမှာပဲ။ တို့ဟာ မေ့နေကြလို့ သံသရာမှာ ဆွေမျိုးတွေပဲလို့ နှလုံးသွင်းလိုက်မယ် ဆိုရင် အမုန်းတရားတွေဟာ ပျောက်ကွယ်သွားမှာပါ။

အဓိကကတော့ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ အမုန်းတရားပျောက်ဖို့ပဲဖြစ်တယ်။ ဘယ်လိုပဲ စဉ်းစားစဉ်းစား ကိုယ့်သန္တာန်မှာ အမုန်းတရားပျောက်သွားပြီဆိုရင် နှလုံးသားဟာ အေးချမ်းသွားမှာ သေချာတယ်။ အချိန်မဆိုင်းဘဲ နဲ့ အေးချမ်းလာမှာ၊ ခုလိုစဉ်းစားလိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် ကိုယ့်ရဲ့သန္တာန်မှာ ပူလောင်နေမှုဟာ အေးမြသွားမှာ သေချာတယ်။ ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတယ်ဆိုတာ အဲဒါမျိုးကိုပြောတာနော်။

အေး သံသရာမှာ ဒီလို အနှစ်သာရလေးတွေကို

ရအောင်ယူကြမယ်ဆိုရင် ဘဝသံသရာမှာ သက်သက် သာသာနဲ့ ခရီးသွားနိုင်တယ်၊ လူဖြစ်ရင်လဲ သက်သက် သာသာပဲ၊ နတ်ဖြစ်ရင်လဲ ချမ်းသာသူခ ရမှာပဲ၊ ဗြဟ္မာ ဖြစ်ရင်လဲ ချမ်းသာသူခ ရမယ်၊ သံသရာထဲ ကျင်လည် နေတဲ့အခါမှာ ဟောဒီကုသိုလ်ကသာလျှင် ချမ်းသာ သူခကို ပေးနိုင်တယ်။ ကုသိုလ်ဆိုတာ ချမ်းသာသူခကို ပေးနိုင်တယ်။

ဒါဖြင့်ရင် ဒီဘဝကြီးက ထွက်ချင်ရင်ဘာလုပ်ရ မလဲ၊ ဟောဒီကုသိုလ်ကိုပဲ လုပ်၊ ဦးတည်ချက် ပြောင်းဖို့ ပဲ လိုတယ်။ ကုသိုလ်ကို ၂-ပိုင်းခွဲရမယ်၊ သံသရာထဲမှာ ချမ်းချမ်းသာသာနေနိုင်စေတာလည်း ကုသိုလ်ပဲ၊ သံသရာထဲမှ လွတ်မြောက်ဖို့ရာလည်း ကုသိုလ်ပဲ။

သံသရာ လည်စေတဲ့ကုသိုလ်က တဏှာရဲ့ အလွမ်းအမိုးကို ခံနေရတဲ့ ကုသိုလ်၊ တဏှာ မကင်း သေးတဲ့ ကုသိုလ်။ တကယ်တော့ ကုသိုလ်က သံသရာ ထဲကို လည်စေတာ မဟုတ်ဘူး။ အတွယ်အတာက လည်စေတာ။ တဏှာ က လည်စေတာ၊ အဲဒီလို တဏှာဆိုတဲ့ အတွယ်အတာ ဘာကြောင့်ပေါ်တုန်းလို့

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၃၃

ဆိုရင် အမှန်မသိတဲ့ အဝိဇ္ဇာကနေ ပုံဖော်ပေးနေလို့ ပေါ်တာ ဖြစ်တယ်။

မလှတာကို လှတယ်လို့ ပုံဖော်ပေးတယ်။
မကောင်းတာကို ကောင်းတယ်လို့ ပုံဖော်ပေးတယ်။
မျက်စေ့ထဲမှာ အကောင်းလို့ မြင်လာအောင်လုပ်တယ်။
အဝိဇ္ဇာက အကောင်းမြင်လာအောင် သွေးဆောင်တဲ့
အတိုင်း တဏှာကနေ လိုက်ပြီးတွယ်တာတယ်။ ဟော
အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ နှစ်ခုကြောင့် သံသရာရှိနေ တာ။
သူတို့ဟာ သံသရာရဲ့ အမြစ်နှစ်ခုပဲ။ အဲဒီ အမြစ်
နှစ်ခုကို ဖြုတ်လိုက်လို့ရှိရင် ကုသိုလ်သည် သံသရာ
ဟိုဘက်ကိုကျော်ပြီး နိဗ္ဗာန်ထိအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်
မယ်။ အဲဒီ အမြစ်နှစ်ခုကို မဖယ်နိုင်ရင်တော့ သံသရာ
ထဲမှာ သူက အကျိုးပေးနေမှာ။ အဲဒီ အမြစ်နှစ်ခု
ဖယ်ရှားလိုက်တာနဲ့ သံသရာရဲ့ ဘောင်ကို ဖြတ်ကျော်
ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ထိ ရောက်မယ်။ ဒီ အနှစ်သာရ က
အဲဒီထိအောင် ပို့ဆောင်နိုင်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ နောင်တော်တစ်ဦးဖြစ်တဲ့
မဟာနာမ်ဆိုတဲ့ သာကီဝင် ဘုရင်တစ်ဦးရှိတယ်။ အဲဒီ

ဘုရင်က သကဒါဂါမ် အဆင့်ကို ရောက်သွားပြီ။ သကဒါဂါမ် ဆိုတာ သောတာပန် အဆင့်ရင့်သွားတဲ့ သဘောမျိုး။ အနာဂါမ် နဲ့ သောတာပန်ကြားမှာ သောတာပန်အဆင့်ထက် သာလွန်မြင့်မြတ်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သကဒါဂါမ်မဂ် ကတော့ ဘာမျှ ဖယ်ရှားနိုင် တာမရှိဘူး။ အနာဂါမ်မဂ်နဲ့ ဖယ်ရှားမည့် ကာမရာဂ တို့၊ ဗျာပါဒတို့ နည်းပါးအောင် လုပ်ပေးတာပဲရှိတယ်။

အဲဒီသကဒါဂါမ်အဆင့် ရောက်နေတဲ့ သာကီဝင် မင်းကြီးက မြတ်စွာဘုရားနဲ့တွေ့တဲ့အခါ လျှောက် တယ်။ “အရှင်ဘုရား တပည့်တော် စိတ်ထဲမှာ စိုးရိမ်မိ တယ်”တဲ့။ ညနေချိန် ကပ္ပိလဝတ်မြို့တော်ထဲ ဝင်တဲ့ အခါမှာ (အဲဒီခေတ်က လမ်းတွေကလည်း ကျဉ်းတာ ပေါ့။ လမ်းပေါ်မှာ ဆင်တွေ၊ မြင်းတွေ ရထားတွေနဲ့ သွားနေတာ၊ ခုခေတ်ဆိုတော့ ကားတွေပေါ့။) မြင်း ရထားတွေတို့၊ မြင်းတွေတို့၊ ဆင်တွေတို့နဲ့ လမ်းသွား ရတာ သိပ်သတိထားရတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ လွတ်လာ တဲ့ မြင်းပြေးတာရှိတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ ခွေးဆိုးတွေ လွတ်လာတာရှိတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဆင်ဆိုးတွေ ပြေး

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၃၅

လာတာရှိတယ်။ “အရှင်ဘုရား တပည့်တော် လွတ်လာ
တဲ့ ဆင်တွေနဲ့လည်း တွေ့ရတယ်ဘုရား၊ လွတ်လာတဲ့
မြင်းတွေနဲ့လည်း တွေ့ရတယ်ဘုရား။ အရက်သမား
တွေ လူရမ်းကားတွေနဲ့ တွေ့ရတယ်ဘုရား။ အဲဒီအချိန်
မှာ တပည့်တော် ဘုရားကိုလည်း အာရုံမပြုနိုင်ဘူး၊
တရားကိုလည်း အာရုံမပြုနိုင်ဘူး၊ တပည့်တော်စိတ်
တွေ အဲဒီအချိန်မှာ လွတ်သွားတယ်။” ဒါ သကဒါဂါမ်
က လျှောက်တာနော်။

အဲဒီအချိန် ဆင်ဆိုးကြီးလာနေပြီဆိုရင် ထို
ဆင်ဆိုးကြီး ကြောက်သေးတာနော်၊ မြင်းဆိုးကြီး လာ
နေရင်၊ လူဆိုးကြီးတွေလာနေရင် ဒါတွေကိုကြည့်ရှောင်
ရတာနဲ့ တရားကို အာရုံမပြုနိုင်တော့ဘူး။ သူ့ စိတ်တွေ
လွတ်သွားတာ။ သူ့စိတ်ဆိုးတာလည်း ပါမှာပေါ့။ သူက
သကဒါဂါမ်ဆိုတော့ ဒေါသမကုန်သေးဘူး။

တပည့်တော်စဉ်းစားမိတယ်ဘုရား၊ “အဲဒီအချိန်
လေးများ ငါသေသွားရင် ဒုက္ခပဲ၊ ဘယ်လိုများနေမလဲ။
အဲဒီအချိန်မှာ တပည့်တော်စိတ်ဟာ မငြိမ်သက်ဘူး။
ငါ ကောင်းရာသူဂုတိများရောက်ပါ့မလား”တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားက “အေး မဟာနာမ် မကြောက်နဲ့၊ မကြောက်နဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုလို့ရှိရင် မင်းရဲ့စိတ်မှာ သဒ္ဓါပရိဘာဝိတ သဒ္ဓါတရားနဲ့ ထုံမွှမ်းထားတယ်။ သဒ္ဓါအခြေအနေ မင်းမှာ သိပ်ကောင်းနေပြီ။ သီလပရိဘာဝိတ သီလနဲ့ ထုံမွှမ်းထားပြီ၊ ပညာပရိဘာဝိတ အသိပညာတွေနဲ့ မင်းစိတ်ကလေးဟာ ထုံထားတယ်။ အဲသလို သဒ္ဓါတို့၊ သီလတို့၊ ပညာတို့နဲ့ အလေ့အကျင့် လုပ်ထားတာ။ သဒ္ဓါစွမ်းအားတွေက မင်းစိတ်ထဲမှာ ခဏခဏဖြစ်တယ်။ သီလစွမ်းအားတွေနဲ့လည်း ထက်ထက်သန်သန်ကြီး ထုံမွှမ်းထားတယ်။ ပညာစွမ်းအားတွေကလည်း ထက်ထက်မြက်မြက် ဖြစ်တယ်။ အဲဒါကြောင့် အဲဒီအချိန်မှာ မေ့သွားဦးတော့မင်းဘယ်လိုမှ အောက်မရောက်ဘူးတဲ့။ ဒီထုံမွှမ်းထားတဲ့ စိတ်အစဉ်တွေဟာ မင်းကို အထက်ကိုပဲ ဆောင်သွားမှာပါ။ အောက်ကို ဘယ်တော့မှ မပို့နိုင်ပါဘူး”တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားက ဥပမာလေးနဲ့ ဟောတယ်။ “အေး . . . ငါပြောမယ်တဲ့။ ထောပတ်အိုးကြီးကို ရေထဲမြှုပ်ထည့်ပြီး အဲဒီ ထောပတ်အိုးကြီးကို ခွဲလိုက်မယ်

အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

၃၇

ဆိုရင် အိုးရဲ့အစိတ်အပိုင်းတွေကတော့ အောက်ကျသွားမှာပဲ။ ထောပတ်တွေကတော့ အပေါ်တက်လာမှာ။ ထောပတ်အိုးကို ရေထဲမှာ ခွဲလိုက်လို့ရှိရင် အိုးခြမ်းကွဲတွေက အောက်ကျသွားပြီး ထောပတ်ဆီတွေကတော့ ရေပေါ် ပေါ်တက်လာမှာပဲ။ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကတော့ နောက်ဆုံးမှာ သုဿန်တစ သင်္ချိုင်းဝမှာ ပစ်လိုက်ရမှာပဲ။ မီးရှို့လိုက်မယ်။ အကောင်ပလောင်တွေ စားချင်စားသွားမယ်။ သင်္ချိုင်းမှာ မြုပ်လိုက်မယ်။ သို့သော် သဒ္ဓါစွမ်းအားတွေနဲ့ ထုံမွမ်းထားတဲ့စိတ်၊ သီလစွမ်းအားတွေနဲ့ ထုံမွမ်းထားတဲ့စိတ်၊ ပညာစွမ်းအားတွေနဲ့ ထုံမွမ်းထားတဲ့စိတ်ကလေးကတော့ မင်းကို အပေါ်ဆောင်သွားမှာပါ”တဲ့။ ထူးခြားတဲ့ တရားအရင်းအမြစ်ကလေးရရှိစေပြီးတော့ နောက်ဆုံး နိဗ္ဗာန်ထိအောင် ပို့ပေးမှာပါ။ မဟာနာမ်မှာ ဘဝအနှစ်သာရတွေ အများကြီးရှိတယ်လို့ဆိုလိုတာ။

အဲဒီ သုတ္တန်လေးကို သဘောကျပြီးတော့ ဒီကနေ့ အနှစ်သာရကိုသာ များများရအောင် ယူရမယ်။ အကာအတွက် အချိန်မကုန်စေဘဲ အနှစ်တွေကို ငါ

၃၈

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

များများ ရအောင်ယူမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီးတော့ သဒ္ဓါ
ဆိုတဲ့ အနှစ်တွေ၊ သီလဆိုတဲ့ အနှစ်တွေ၊ သုတ ဆိုတဲ့
အနှစ်တွေ၊ စာဂဆိုတဲ့ အနှစ်တွေ၊ ပညာဆိုတဲ့ အနှစ်
တွေကို ရအောင်ယူပြီးတော့ တကယ်မြင့်မြတ်တဲ့ ပါရမီ
အလုပ်တွေကို ကြိုးစားအားထုတ်မယ်လို့ ဒီကနေ့
စိတ်ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး “အနှစ်သာရ”ရအောင် ယူနိုင်
ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု ----- သာဓု ----- သာဓု။

----- * -----

ဓမ္မမိတ်ဆွေများသို့

ပါပောက္ခဏ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော စာစုများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များကရေးကူးကာ စာပေများကို ဆရာတော်ကြီးထံ ပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရှာယူ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ပေးသော စာပေများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြုလျက် စာအုပ်ငယ်များ စိုက်ပျိုးထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ဖော်ပြပါဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

~ ~ ~ ~ ~

ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

- ၁။ အောင်ဇေယျ 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 မြတ်ဧသနာ(ပ+ဒ တွဲ)
- နိယုဂ်နိကာသသနာနှင့် မြတ်ဧသနာများ
- 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။ စိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
- ၁၄။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
- ၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
- ၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်
- ၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ
- ၁၈။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပါယ်
- ၁၉။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်

- ၂၀။ ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်
၂၁။ နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
၂၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
၂၃။ ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖြန်ကမ္ဘာ
၂၄။ မင်္ဂလသုတ်အနှစ်ချုပ်
၂၅။ သာရဏီယတရား
၂၆။ ရသတဏှာ
၂၇။ ဓမ္မဗျူဟာသင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကိုပြေဆိုခြင်း
၂၈။ သေချာသောလမ်းမှ လျှောက်လှမ်းပါ
၂၉။ မဟာဒါန
၃၀။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ
၃၁။ ဖြစ်နိုင်တာနှင့် မဖြစ်နိုင်တာ
၃၂။ အရှင်အာနန္ဒ၏ ဝိပဿနာ
၃၃။ န ဝ သော၊ န ဝ 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။ လောကဓံမှန်တိုင်းများနှင့် ကြံ့ခိုင်သည့်စိတ်ထား
- ၅၁။ ဘုရားသော်မှပေးဆပ်ရသည့် ကံကြမ္မာဝင့်ကြွေးများ
- ၅၂။ အထင်မှား အမြင်မှား
- ၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
- ၅၄။ ယုတ္တိပြိုင်ခြင်း၏ 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