



ဓမුභාවීජ්‍ය පූජා අග්‍ර්යාරියින් මලු

ආමත්‍යත්වය (වැව)

වැඩිවාච්‍ය තුළුණු ඉග්‍රීදා

ජාත්‍යන්තර ප්‍රාග්ධන
ආරුණ්‍යක්ෂක පාලන විද්‍යාව (Ph.D)

မွေဒါနကုသိလ်ရင်

နတ်လူသာရခေါ်စေသော

အောင်မွှေ့။ ပုဂ္ဂိုလ်လုပ်ငန်း

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

ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃

ဒေဝါကိုတာ အရှင်နှုန်မာလာဘိဝံသ

ဥပုသနည်တို့၏ စကားဂိုင်း



တရားတအုပ်များကို

မွှေ့စာပေ အလှူ။ငွေဖြင့်

ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

ဉာဏ်သည်တို့၏ စကားပိုင်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၈ နှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၆
ခုနှစ်၊ နောင်းတန်ဆုံးလပြည့်ကျော်(၁၃)ရက်၊ ၁၆-၄-၂၀၁၅၊ မန္တလေး
တိုင်း ဒေသကြီး၊ ပြင်ညီးလွင်ခရီး၊ ပြင်ညီးလွင်မြို့နယ်၊ အောင်ချမ်း
သာရွာ၊ မဗ္ဗာသဟာယသာသနစင်တာ၊ မဗ္ဗာရတို့မဟာမဗ္ဗာသက
မဗ္ဗာရုံကျောင်းတော်ကြီးအတွင်း ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သည့်
နှစ်သစ်ကူး အထူးမဗ္ဗာသဘင် အခမ်းအနား၌ မုံရွာမြို့၊ မိဘများ
ဖြစ်ကြသော ဦးလှုအောင်+ဒေါ်ခင်မေရိတို့အားရည်စူး၍ သား-
မောင်ချမ်းမြှေအောင်၊ ဒေါက်တာတင်အောင်+ဒေါ်ခင်ငွေး တို့အား
အမူးထား၍ အမှတ်(၁၁၁၃)၊ C/2 ဧရာနှင်းဆီ(၁)လမ်း၊ ကိုးမိုင်
ရန်ကုန်မြို့၊ ဦးအောင်လွင်အောင်+ဒေါ်အိန္ဒာအောင်၊ သား-
မောင်အောင်စည်ဖြီး၊ သမီး-မချောသီရိလွင် မိသားစုတို့၏ အမတ
ဒါန မဗ္ဗာဒါနအဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားအပ်သော “ဉာဏ်သည်တို့၏
စကားပိုင်း” အကြောင်းတရားဒေသနာတော်။

J

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ဉာဏ်သည် ဆိုသည်မှာ

ဉာဏ်သည်ဆိုတာ ပါဋ္ဌစကားလုံး “ဉာပေါသထိက” က လာတာဖြစ်တယ်။ “ဉာပေါသထိက” ဉာဏ် စောင့်ထိန်းသူ၊ ဉာဏ်သည်လို့ ခေါ်တယ်။ “ဉာပေါသထ” ဉာဏ်ဆိုတာ ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ဖြင့် ကျင့်သုံး နေထိုင်ခြင်း၊ ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံး နေထိုင်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။

ဉာဏ်ဘယ်လိုအင်းကြတယ်

ရွှေးသူတော်ကောင်းတွေရဲ့ အစဉ်အလာအရ လဆန်း(၈)ရက်၊ လဆုတ်(၈)ရက်၊ လပြည့်၊ လကွယ် ဆိုပြီး တစ်လမှာ လေးသီတင်း ဉာဏ်သီလကို စောင့်ထိန်းကြတယ်။ တစ်လမှာ ဒီလို ပုံမှန်ရက်များ အပြင် ဝါတွေ်းကာလမှာဆိုရင် ဝါတွေ်းသုံးလလုံး ဉာဏ် စောင့်ကြတာတွေ ရှိတယ်။

အကြိုအပို စောင့်တဲ့ ဉာဏ်မျိုးကိုတော့ “ပါဋ္ဌဟာရိကပကွာ” လို့ စာပေကျမ်းဂန်များ သုံးတယ်။

ဉာဏ်သည်တို့၏ စကားပိုင်း

၃

အကြိုဆိုတာ အကြိုစောင့်တာ။ အဖိတ်နှောကစပီး
ဉာဏ်စောင့်တယ်။ အပိုဆိုတာ ဉာဏ်ထွက် နောက်
တစ်ရက်ကို အပိုစောင့်တယ်။ ဉာဏ်နောက် မဟုတ်ဘူး၊
ဉာဏ်နေ့ အကြိုတစ်ရက်က အရင်စောင့်ပြီး ဉာဏ်ပြီးတဲ့
နောက်တစ်ရက်မှာလည်း အပိုစောင့်တယ်။

အခု မြန်မာနိုင်ငံမှာဆိုရင် အခါကြီးရက်ကြီးများ
ဖြစ်တဲ့ နှစ်ဟောင်းကနေ နှစ်သစ်ကို ကူးပြောင်းတဲ့အချိန်
သကြံန်အချိန်မှာ ဉာဏ်စောင့်ကြတယ်။ အဲဒီ ကူးပြောင်း
ခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတဲ့ သကြံန်ဆိုတာ သက်ရွှေ့ဆိုတဲ့
ပါဌိစကားကနေလာတာ။ နှစ်ဟောင်းကုန်ဆုံးလို့ နှစ်သစ်
ကူးပြောင်းတော့မယ့် အချိန်ပိုင်းကလေးကို မြန်မာက
သကြံန်လို့ခေါ်သော်လည်း အိမ်နီးချင်းဖြစ်တဲ့ ထိုင်း
နိုင်ငံမှာတော့ “ဆုန်ကရန်” လို့ခေါ်တယ်။ အဓိပ္ပာယ်
ကတော့အတူတူပဲ။ “သက်ရွှေ့”ဆိုတဲ့ ပါဌိစကားလုံးကို
ထိုင်းအသံထွက် ဆွန်ကရွှေ့ ကနေ ဆုန်ကရန်လို့
ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီတော့ ပါဌိပျက်စကားလုံး သို့မဟုတ်
အိန္ဒိယ ဟိန္ဒိ။ စကားလုံးဖြစ်တယ်။

ကူးပြောင်းတယ်ဆိုတာ တစ်နှစ်တာကာလကုန်ဆုံး
လို့ နောက်တစ်နှစ်တာကာလ ကူးပြောင်းတဲ့ အနေ
အထား တစ်ခုကို ပေဒင်၊ နက္ခတ် ကိန်းခန်းတွေအရ
ကောင်းကင်မှာ လျည့်ပတ်ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ နေတွေ၊
လတွေ၊ ပြီဟဲနက္ခက်တွေရဲ့ အနေအထားကိုကြည့်ပြီး
ကူးပြောင်းမှု ဆိုတာကို သတ်မှတ်ကြတယ်။ အဲဒီလို
သကြံန်ကာလ နှစ်သစ်ကူး အချိန်ကာလမှာ နေ့ထူး
ရက်မြတ်အဖြစ် ဥပုသ်စောင့်ကြတယ်။

ဥပုသ်စောင့်တဲ့ အစဉ်အလာက ဗုဒ္ဓဘာသာ နိုင်ငံ
တွေမှာ စာပေကျမ်းဂန်မှာလာတဲ့အတိုင်း ရှစ်ပါးသီလကို
ခံယူစောင့်လေ့ရှိကြတယ်။ တခြား ဘာသာတွေမှာ
လည်း ဥပုသ်ဆိုတာရှိတယ်။ သို့သော် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်
တွေ စောင့်တဲ့ ဥပုသ်မျိုးတော့ မဟုတ်ဘူး။ သူတို့လည်း
သူတို့အခေါ်နဲ့ ဥပုသ်စောင့်တယ်လို့သုံးကြတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေရဲ့ ဥပုသ် ဆိုသည်မှာ
“ဥပေါ်သထ” ဆိုတဲ့ စကားလုံးကလာတာ။ ဥပေါ်သထ =
ဥပ+သထ။ ဥပ-ဆိုတာ ကောင်းမြတ်တဲ့ အရည်

ဉာဏ်သည်တို့၏ စကားပိုင်း

၅

အသွေး၊ ကောင်းမြတ်တဲ့ အကျင့်တရားတွေနဲ့ ပြည့်ပြည့် စုစုံ၊ ဝသထ-ကျင့်သုံးနေထိုင်ခြင်းလို့ ဒီလို့ အဓိပ္ပာယ် ရတယ်။

ဉာဏ်ဘယ်လိုပူးမြတ်တယ်

အဲဒီလို ကိုယ်ကျင့်တရားကို အထူးတလည် ဆောက်တည် ကျင့်သုံးတယ်။ ငါးပါးသီလမှာပါတဲ့ “ကာမေသု မိဇ္ဈာဓရ” ဆိုတာထက် အဆင့်မြှင့်ပြီး “အဖြုံးဝရီယ” ဆိုတာကို ဆောက်တည်လိုက်တယ်။ ဒါ ငါးပါးသီလထက် ထူးတာတစ်ခုပေါ့။ နောက်တစ်ခု “ဝိကာလဘောဇ္ဇာ” ဆိုပြီး စားတဲ့အချိန်တစ်ချိန်ကို လျှော့လိုက်တယ်။ ဝိကာလဖြစ်တဲ့ ညာနေပိုင်းစားတာမျိုး မရှိဘူး။ ညုပိုင်းစားတာမျိုးလည်း မရှိတော့ဘူး။ ထမင်းတစ်နှစ် လျှော့စားလိုက်ပြီး ကိုယ်ကျင့်တရားတွေဘက် ကို အလေးပေးဆောင်ရွက်ကြတယ်။

နောက် သိက္ခာပုံးတစ်ခုက နွေ ဂိုဏ် ဝါဒီတ ဂိသုက ဒသဗုဏ် ပျော်ပါးမှုတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်တဲ့

သူတစ်ပါး က,တာ၊ သီခိုတာ၊ တီးမှုတ်တာကို ကြည့်ရှုခြင်း၊ နားထောင်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်တိုင် ပါဝင်ကပြ သီဆိုတီးမှုတ်ခြင်း ဆိုတာမျိုးတွေကို ရှောင်ကြည့်တယ်။ အဖျော်အပါးတွေကို ရှောင်ရှားလိုက်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားပေါ့။ နောက် မာလာကွဲ ဝိဇ္ဇာပန် ဓရရဏ မဏ္ဏနဲ့ ဝိဘူသနနှာနဲ့ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို အလျေဆင်တာ၊ ပန်းပန်တာ၊ နဲ့သာတွေ လိမ်းကျံတာ၊ ကိုယ့်ကိုကိုယ် တပ်မက်အောင်လုပ်တာ၊ ကိုယ့်ကို သူတစ်ပါးတပ်မက်အောင်လုပ်တာဆိုတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကိုအလျေဆင်ဖြိုးတပ်မက်အောင်လုပ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြည့်လိုက်တယ်။ မိမိခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ မတင့်တယ်မှ သဘာဝတရားကို ရှုမြင်သုံးသပ်တဲ့ ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ကြတယ်။

နောက်တစ်ခုက ဉာဏ်သယနဲ့ မဟာသယနဲ့ ဆိုတာ ကိန်းခန်းကြီးမား ပိုက်ဆံချမ်းသာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ နေထိုင်ကြတဲ့ မိမိခံအိပ်ယာတွေ၊ ထိုင်ခုံတွေကို အသုံးမပြုဘဲနဲ့ ရိုးရိုးရှင်းရှင်းလေး ခြုံးခြုံချွေတာပြီး ကိုယ်ကျင့်တရားကို

ဉာဏ်သည်တို၏ စကားပိုင်း

၇

ကျင့်သုံးတယ်။ ဘဝမှာ မိမိခံတဲ့အလုပ်ကို မလုပ်ဘူး။
တရားဓမ္မ ကျင့်ကြံးကုတ်အားထုတ်ပြီး နေထိုင်တယ်။
အားလုံးပေါင်းတော့ ရှစ်ပါးသီလလို့ ဒီလိုခေါ်တာပေါ့။

မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ ဉာဏ်တန်ဖိုး

အဲဒီ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေကို ထိန်းသိမ်း
စေင့်ရှောက်ခြင်းရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က အမျိုးမျိုး
ရှိကောင်းရှိနိုင်သော်လည်းပဲ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ရည်ရွယ်ချက်
ကတော့ ရှင်းတယ်။ “ကိုယ်ကျင့်တရား ထိန်းသိမ်း
စေင့်ရှောက်ခြင်းအားဖြင့် မကောင်းမှုမှ ရှောင်ကြံး
တယ်။ ကိုယ်ကျင့်သီလသည် စိတ်နှုန်းအေးချမ်းခြင်းကို
ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။ အနေဝါယာဆလိုခေါ်တဲ့ အပြစ်ကင်းတဲ့
ချမ်းသာကို ရရှိခဲ့စားနိုင်တယ်။ မကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ
မလုပ်ဖြစ်ဘူး။ ကိုယ်ကျင့်သီလပြည့်ပြည့်ဝဝနဲ့ နေထိုင်
ကျင့်သုံးလိုက်တယ်။ အဲဒီလို့ နေထိုင်ကျင့်သုံးခြင်းဟာ
သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ နေနည်းမဟုတ်ဘူး။ ရဟန္တာဖြစ်တဲ့

သူတော်စင်တွေ လိုက်နာကျင့်သုံးလေ့ရှိတဲ့ အနေအထိုင်
တစ်ခုဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဒီဥပုသံသီလကို ထိန်းသိမ်း
စောင့်ရှုံးက်တယ်” ပေါ့။

ပိသာ鄂ပေါသထသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရားက ဟော
တယ်။ ဥပုသံသီလ ခံယူဆောက်တည်ပြီး ကိုယ့်ကိုကိုယ်
ဆင်ခြင်သုံးသပ်ကြည့်တဲ့။ “ငါဟာ ဒီကနေ့ ရဟန္တာ
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကျင့်တဲ့အကျင့်ကို ကျင့်ရပေပြီလို စိတ်ထဲမှာ
ဝမ်းမြောက်ကြည်နဲးအောင် နှလုံးသွင်းပါ”တဲ့။ ရဟန္တာ
တွေ ကျင့်တဲ့အကျင့်ကို တို့ကျင့်ရတယ်။ ဒါကြောင့် တို့၏
ကျင့်စဉ်ဟာ သီလအနေအထားအားဖြင့် ရဟန္တာတွေနဲ့
တန်းတူအဆင့်ရောက်သွားတဲ့ အနေအထားမျိုးဆိုတော့
အလွန်ကျေနပ်အားရစရာဖြစ်တယ်။ ပိတ္ထီသောမနသော
တွေ ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ အဲဒီလို ပိတ္ထီသောမနသောတွေ
ဖြစ်လာခြင်းဟာ ကိုယ်၏ချမ်းသာခြင်း၊ စိတ်၏ချမ်းသာ
ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး နောက်ဆုံးမှာ စိတ်တည်ပြုမှုမှာကို
ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။ စိတ်တည်ပြုမှုမှာရပြီ ဆိုတော့မှ
ယထာဘူတာဉာဏ်သုန် အမှန်အကန်တွေကို သိနိုင်

ဉာဏ်သည်တို၏ စကားပိုင်း

၉

တဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေမှာဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဉာဏ်သီလဟာ အလွန်တန်ဖိုးရှိတယ်။

မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတဲ့စကားနဲ့ ပြောရမယ် ဆိုရင် ဉာဏ်သီလဖြစ်တဲ့ ရှစ်ပါးသီလရဲ့ တန်ဖိုးဟာ အင်မတန်မှ ကြီးမားတယ်။ ဘယ်လောက်ထိ ကြီးမား သလဲဆိုရင် ကမ္မာလောကမှာရှိတဲ့ စိန်ရွှေရတနာတွေက တစ်ပုံး ဉာဏ်သီလရဲ့တန်ဖိုးက တစ်ပုံးပုံးတဲ့။ ကမ္မာ လောကမှာရှိတဲ့ စိန်ရွှေရတနာတွေရဲ့ တန်ဖိုးဟာ ဉာဏ် သီလ စောင့်ထိန်းတဲ့ကုသိလ်ကို ၁၆-စိတ် စိတ်ပြီးတော့ တစ်စိတ်ရဲ့ တန်ဖိုးလောက်တောင် မရှိပါဘူးလို့ မြတ်စွာ ဘုရားက ရှင်းပြတယ်။

ဘာကြောင့် ဒီလောက်တန်တယ်လို့ ပြောရတာ တုန်းဆိုရင် အဲဒီ စိန်ရွှေရတနာတွေကို အသုံးပြုပြီး နတ်ပြည်ဆိုတာမရောက်နိုင်ဘူး။ နိုဗ္ဗာန်ဆိုတာ မရောက် နိုင်ဘူး။ ဉာဏ်သီလ စောင့်သုံးခြင်းဖြင့်သာ နိုဗ္ဗာန် ချမ်းသာထိအောင် ရောက်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် တန်ဖိုးချင်း ကွာခြားတယ်လို့ ဆိုလိုတာ။

ငွေကြေးဓနတန်ဖိုးဆိုတာ ကိုယ်ပေးလိုက်တဲ့
ငွေကြေးကြောင့်ရလာတဲ့ ပစ္စည်းဉာဏ်ရဲ့ တန်ကြေးလို
ဒီလို ဆုံးဖြတ်ကြတာ။ အဲဒီတော့ ဉာဏ်သီလကို
ငွေကြေးဓနလို သဘောထား အသုံးချပြီး နတ်ချမ်းသာ
ဆိုတာ ရရှိင်တယ်။ အဲဒီထက် အဆင့်မြင့်တဲ့ နိဗ္ဗာန်
ချမ်းသာကိုလည်း ရရှိင်တယ်။ ဒါကြောင့် ဉာဏ်သီလရဲ့
တန်ကြေးဟာ အလွန်ကြီးမှားတယ်လို့ ပြောတာ။
စိန်ရွှေရတနာတွေနဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဝယ်လို့မရဘူး။
နတ်ချမ်းသာကို ဝယ်လို့မရဘူး၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

သိကြားမင်း၏စကား

တာဝတီသာနတ်ပြည်မှာ သိကြားမင်းကြီးက
ဉာဏ်သီလနဲ့ ပတ်သက်ပြီး နတ်သဘင်အစည်းအဝေး
မှာ မိန့်ခွန်းပြောတယ်။ “ငါလို သိကြားမင်းဖြစ်ချင်ကြရင်
ဉာဏ်သီလစောင့်သုံးကြ”တဲ့။

မြတ်စွာဘူးရားက မိန့်တယ်။ “သိကြားမင်းကြီး
ပြောတဲ့ စကားဟာ လုံးဝမှုန်ကန်တဲ့ စကားမျိုးထိ

ဉာဏ်သည်တိ၏ စကားပိုင်း

၁၁

မရောက်ဘူး”တဲ့။ ဘာကြောင့်တုန်းဆိုတော့ ဥပုသ်
သီလဖြင့် သီကြားထက် အဆင့်မြင့်တဲ့ ယာမာ
သူတိတာ၊ နိမ္မာနရတိ၊ ပရနိမ္မာ ဝသဝတီ တို့ဆိုတဲ့
နတ်ပြည့်တွေကိုပါ ရောက်နိုင်လိုဖြစ်တယ်။ သီကြားမင်း
စည်းစိမ်ဆိုတာ အဲဒီ အထက်နတ်တွေနဲ့ ယူဉ်လိုက်ရင်
မပြောပလောက်ဘူး။ နောက်ဆုံး နိမ္မာနချမ်းသာနဲ့
နှိုင်းယူဉ်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင်လည်း ပြောပလောက်တဲ့
အရာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် သီကြားမင်းပြောတဲ့ စကား
ဟာ မပြည့်စုံဘူးလို့ ဘုရားကမိန့်တယ်။

အဲဒီတော့ တကယ်ပြောသင့်တာက ရဟန္တာ
ပုဂ္ဂိုလ်က ပြောရမှာတဲ့ “ငါလို ရဟန္တာဖြစ်ချင်ရင်၊ ရာဂ^၁
တွေ ကုန်စေချင်ရင်၊ ဒေါသတွေကုန်စေချင်ရင်၊ မောဟ
တွေ ကုန်စေချင်ရင်၊ သံသရာဝင့်ဆင်းရဲက လွှတ်ကင်း
ချင်ရင် ဥပုသ်သီလစောင့်သုံးကြ” လို့ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်
ကပြောမှ ပြည့်စုံတဲ့စကား ဖြစ်နိုင်တယ်တဲ့။ မြတ်စွာ
ဘုရားက ဒီလို ဥပုသ်သီလနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဟောထား
တာ အလွန်အားကျစရာ ကောင်းတယ်ပေါ့။

လျှော့စျေးဉာဏ်

ဒီနေ့ခေတ်မှာ ဥပုသ်သီလကို ပြည့်ပြည့်၀၀
စောင့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရှိသလို လျှော့စျေးနဲ့ စောင့်တာတွေ
လည်း ရှိလာကြတယ်။ စျေးလျှော့တာတော့ အကျင့်
ပါသွားလို့နဲ့ တူပါတယ်။ လျှော့စျေးနဲ့ရောင်းမှ ရောင်း
ကောင်းမယ်ဆိုပြီး စျေးလျှော့ကြတာ ရှိတယ်လေ။
ဘုန်းကြီးတို့ သီရိလက်ဌိုင်ငံမှာနေတုန်းက ဥပုသ်
နေ့ဆိုတာ လပြည့်နေ့ တစ်နေ့တည်းပဲ ရှိတော့တယ်။
တစ်လ လေးသီတင်း မဟုတ်တော့ဘူး။ သူတို့က
'ပိုယဒေး' လို့ခေါ်တဲ့ လပြည့်နေ့မှာသာ ဥပုသ်စောင့်ကြ
တယ်။

လပြည့်နေ့ကျလို့ရှိရင် သီရိလက်ဌိုင်ဘူးဘာသာဝင်
တွေဟာ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေကိုသွားပြီး ဥပုသ်စောင့်
ကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းလေးကတော့
ဘုန်းကြီးကျောင်းသွားတော့မယ်ဆိုရင် အမျိုးသားရော၊
အမျိုးသမီးရော ပိတ်ဖြူဝတ်ကြတယ်။ ဖိုးသူတော်၊
မယ်သူတော်မျိုးပေါ့။ ပိတ်ဖြူဝတ်ပြီး မနက်စောစော

ဥပုသနသည်တိ၏ စကားဂိုင်း

၁၃

ဘုန်းကြီးကျောင်းသွား၊ အဲဒီမှာ တစ်နေကုန်နေကြပြီး
ညနေကျတော့ ဥပုသနကလေးချုပြီး အိမ်ပြန်ကြတယ်။
ဒီတော့ တစ်နေမကုန်တဲ့ ဥပုသနပေါ့။ ဟိုဘက်နေ့ မကူး
ဘူး။

အိမ်ပြန်တဲ့အခါ ကျောင်းကတင်ပဲ ဥပုသနချ
ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်ပြီး ပြန်သွားကြတယ်။
ဒါကြောင့် အိမ်ရောက်တော့ ညစာစားလို့ရသွားတယ်။
အဲဒီလို့ သီရိလက်ဘွိုင်ငံမှာ လပြည့်နေ့သာ စောင့်တယ်။
သို့သော် ညနေကျတော့ အိမ်ပြန်အိပ်တယ်ပေါ့။ အိမ်
ပြန်ခါနီးမှာ ရှစ်ပါးသီလကိုချုပြီး ငါးပါးနဲ့ ပြန်ကြတယ်။
ဒါက လျှော့စျေးနဲ့စောင့်တဲ့ ဥပုသနပဲ။

တိရဇ္ဇာန်လည်း ဥပုသနစောင့်တယ်

ဥပုသနသီလကို ခုခေတ်မှုစောင့်တာ မဟုတ်ဘူး။
ရွှေးကတည်းက သူ့တော်စင်၊ သူ့တော်ကောင်းတွေ
စောင့်လေ့ရှိကြတယ်။ ရည်ရွယ်ချက် အမျိုးမျိုးနဲ့
ဥပုသနစောင့်ကြတယ်ပေါ့။ ဘုရားအလောင်းတော်တွေ

ပါရမီ ဖြည့်စဉ်အခါမှာလည်း ဥပုသ်သီလကို စောင့်ကြ
တယ်။ ဥပုသ်သီလ စောင့်သုံးကြပုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ၅၅၀
ဘတ်မှာ မှတ်တမ်းတင်ထားတဲ့ ဘတ်လမ်းတစ်ပုဒ်
ရှိတယ်။ ဥပုသ်သည် ငါးဦးအကြောင်းကို ဖော်ပြထား
တယ်။ ထိုဥပုသ်သည် ငါးဦးတို့စောင့်တဲ့ ရည်ရွယ်
ချက်က အင်မတန်မှ မှတ်သားစရာကောင်းတယ်။

ဥပုသ်စောင့်တာဟာ ဥပုသ်နေ့ဖြစ်လို့ စောင့်
တာလား၊ နတ်ပြည်လို့ချင်လို့ စောင့်တာလား၊ နိုတ္ထန
လို့ချင်လို့ စောင့်တာလား၊ ဘာရည်ရွယ်ချက် ရှိသေး
သလဲပေါ့။ ဥပုသ်သီလရဲ့ အကျိုးကျွေးဇူးကို ဆင်ခြင်
သုံးသပ်ပြီးတော့မှ ဥပုသ်စောင့်တာဟာ ပိုပြီးအနှစ်သာရ
ရှိတယ်ပေါ့။

အဲဒီတော့ ဥပုသ်သည်ငါးဦး အကြောင်းကို
“ပွဲပေါ်သထိကဏ္ဍတ်” မှာ မှတ်တမ်းတင်ထားတယ်။
သို့သော် အဲဒီ ဥပုသ်သည်တွေထဲမှာ လူသားများတင်
မဟုတ်ဘဲ တိရစ္ဆာန်တွေ ပါနေတယ်။ ဒီတိရစ္ဆာန် ဥပုသ်
သည်တွေကို တဆုံးလူတွေက ပုံပြင်လို့ မှတ်ယူကြတယ်။

ဉာဏ်သည်တို၏ စကားပိုင်း

၁၅

သို့သော် အတိတ်ဘဝကမှာ အကျင့်ရြှုံး စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းနှစူတဲ့ သူတော်စင်တွေ ကျင့်သုံးလိုက်နာပုံတို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောပြထားတာဖြစ်တယ်။

တိရှိနှင့်က ဒီလိုအသိရှိပါမလားလို့ တချို့လည်း ယုံချင်မှုယုံကြမယ်။ သို့သော် တိရှိနှင့်တွေမှာ အသိရှိတယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှထင်ရှားပါတယ်။ အထူးသဖြင့် လူတွေနဲ့ အလွန်နှီးစပ်တဲ့ တိရှိနှင့်တွေထဲမှာ ခွေးတွေရဲ့လိမ္မာမှုဟာ တစ်ခါတစ်လေ လူတွေထက်တောင် သာလွန်နေတာရှိတယ်။ ခွေးတွေရဲ့စွမ်းဆောင်နိုင်မှုကြောင့် လူတွေဟာ ခွေးတွေကို training ပေးပြီး လူတွေမလုပ်နိုင်တဲ့ အလုပ်ကို လုပ်ခိုင်းနေတာရှိတယ်။ ဒါကြောင့် တိရှိနှင့်တွေမှာလည်း အသိရှိတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားတယ်ပေါ့။

ဒါကြောင့် ၅၅၀ အတ်ထဲမှာပါတဲ့ တိရှိနှင့်တွေ ဉာဏ်စောင့်တယ်ဆိုတာ အဲ့သြဖွေယ်ရာ မဟုတ်ဘူး။ သူတို့ရဲ့ စိတ်နေစိတ်ထား သဘာဝ အလေ့အထအရ သူတို့မှာလည်း ဒါမျိုးတွေ ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒါဟာ အလား

တူတဲ့ သဘောမျိုးပါ။ သူတို့ ဥပုသ်စောင့်တယ်ဆိုတာ “မုဋ္ဌံ သရထံ ဂြောမီ” လို့ဆိုပြီး စောင့်တဲ့ ဥပုသ်မျိုး တော့ မဟုတ်ဘူး။ ရှုစ်ပါးသီလကို “ပါဏာတိပါတာ ဝေရာမဏီသိက္ခာယံ သမာဒိယာမီ”လို့ အခုလို ပြည့်ပြည့် စုစု ဆောက်တည်တဲ့ ဥပုသ်မျိုးလည်း မဟုတ်ဘူးပေါ့။

ဒီနေ့ခေတ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေစောင့်တဲ့ ဥပုသ် ဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောပြသည့်အတွက် အလွန်ပြည့်စုစု တဲ့ ဥပုသ်၊ တကယ့်ကို အဆင့်မြင့်တဲ့ ဥပုသ်လို့ ပြောရ မယ်။ သို့သော် အဆင့်မြင့်တဲ့ ဥပုသ်မျိုးတွေလည်း ရှိတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ဆောက်တည်ပြီး နေထိုင်ရင် လည်း ဥပုသ်လို့ ခေါ်နိုင်တယ်။ ဒီဇာတ်လမ်းအရ ဒီအချက်ကို ဖြည့်စွာက်မှတ်သားလို့ရှုတယ်။

ဥပုသ် ဆိုသည်မှာ ကောင်းမြတ်တဲ့ အကျင့်နဲ့ နေထိုင်ခြင်းဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်လာလို့ ရှုစ်ပါး သီလနဲ့ ပြည့်ပြည့်စုစု နေထိုင်တဲ့ ဥပုသ်ကျတော့ အဆင့်မြင့်သီလဥပုသ်လို့ ပြောရမယ်။ အခု ဘုန်းကြီးတို့ တတွေ အလွန်ကံကောင်းကြတဲ့ အတွက် အဆင့်မြင့်တဲ့

ဉာဏ်သည်တို့၏ စကားပိုင်း

၁၇

ဉာဏ်ကို စောင့်ခွင့်ရကြတာ။ ဘုရားမပွင့်တဲ့ အချိန်
ဆိုရင် အခုလို အဆင့်မြင့်ဉာဏ် မဟုတ်ဘူး၊ သာမန်
ဉာဏ်မျိုးသာ စောင့်ခွင့်ရကြတယ်လို့ ပြောရမယ်။

ပဋိပေါသထိကာတ်

“ပဋိပေါသထိကာတ်” ပဋိဆိုတာ ငါး၊
ဉာဏ်သထိကာတ်တာ ဉာဏ်သည်၊ ဉာဏ်သည်ငါးဆိုးတို့၏
အကြောင်းပေါ့။ ဉာဏ်ဘာကြောင့် စောင့်ရတယ်ဆိုတဲ့
အဓိပ္ပာယ်လေးဟာ ဒီကာတ်လမ်းမှာ ပေါ်လွှင်ထင်ရှားမှာ
ဖြစ်တယ်။

အခု ဘဒ္ဒကဗ္ဗာမှာပဲ ဂေါတမပုဒ္ဓအလောင်းအလျာ
ဟာ လူဘဝရောက်တယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ လူလောကကို
ရှောင်ရှားလို့ ရသေ့ သူတော်စင်အဖြစ် ဟိမဝန္တာ
တောင်ခြေမှာ တရားဓမ္မ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်
တယ်။ စုံနှင့်အတိညာဉ်တွေရပြီး တောရကြောင်း တစ်ခု
မှာ နေတယ်။ သို့သော် သူဟာ အလွန်အဆင့်မြင့်တဲ့
အမျိုးအတ်က မွေးဖွားလာတာ ဖြစ်သောကြောင့်

ကတိမာန် အလွန်ကြီးတယ်။ လူလူချင်းတောင် ဘယ်သူ ကိုမှ လူမထင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်တယ်။ သူကိုယ်သူ အဆင့်မြင့်တယ်၊ သူနဲ့တန်းတူ ပုဂ္ဂိုလ်မရှိဘူးလို့ မာန် မာန်ကြီးတယ်။

ရသောဝ ရောက်သော်လည်းပဲ အဲဒီ မာန်မာန် ကို သူမချဘူး။ သူရဲ့ကျောင်းသံမ်းမှာ တရားဓမ္မ ကျင့်ကြုံကြီးကုတ် အားထုတ်နေသော်လည်း သူရဲ့ မျိုးရိုးဇာတ်နဲ့ ပတ်သက်လာရင် လုံးဝအထိမခံတဲ့ အနေအထားမျိုးဖြစ်တယ်။ သို့သော် သူရဲ့ မေတ္တာ စွမ်းအားကြောင့် သူနေတဲ့ အနီးအနားမှာ နေကြတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ အေးချမ်းကြတယ်။ သူရဲ့ ကျောင်း သံမ်းအနီး ဝါးရုံပေါ်မှာ ခိုဇ္ဇနီးမောင်နဲ့ နေထိုင်ကြတယ်။

ဒီကနဲ့ ခိုဆိုတဲ့သတ္တဝါဟာ သစ်ပင်ပေါ်မှာ နေလေ့မရှိဘူး။ မြန်မာပြည်မှာရှိတဲ့ ခိုတွေဟာ ဘုရား စေတီပေါ် ကျောင်းအမိုးပေါ်တွေမှာ နေထိုင်ကြတယ်။ ဂျပန်နိုင်ငံသွားတော့လည်းပဲ ခိုတွေဟာ ဘုရားကျောင်း

ဉာဏ်သည်တိ၏ ကော်ပိုင်း

၁၉

အဆောက်အဦတွေပေါ်မှာပဲနေတာ တွေ့ရတယ်။
ကန္တခေတ် သစ်ပင်ပေါ်နေတဲ့ ခိုဆိုတာ ဘုန်းကြီးတော့
မမြင်မိသေးဘူး။

ဂျာမနီနိုင်ငံရောက်တဲ့အခါမှာလည်း တည်းတဲ့
အိမ်အနီး ပတ်ဝန်းကျင်ကြည့်လိုက်တော့ အိမ်အမိုးတွေ
ပေါ်မှာ ခိုတွေတွေ့နေရတယ်။ အဲဒီလို အေးတဲ့ နိုင်ငံ
တွေမှာလည်းပဲ ခိုတွေဟာ အိမ်အမိုးတွေပေါ်မှာပဲ
နေကြတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာသာ အိမ်အမိုးတွေပေါ်မှာ
နေတာမဟုတ်ဘူး။ ဒီပြင်နိုင်ငံတွေမှာလည်း အိမ်အမိုး
တွေပေါ်မှာ နေတယ်။ သို့သော် ဒါက လူနဲနဲ့စပ်တဲ့
ခိုတွေကိုသာ ကိုယ်ကသိတာ။ တောထဲက ခိုရိုင်း
ကျတော့ နားစရာ လူနေအိမ်မရှိတဲ့အတွက် သစ်ပင်
ပေါ်မှာ နေကြတာလည်း ဖြစ်ကောင်းဖြစ်လိမ့်မယ်။

အဲဒီ ရသေ့ရဲ့ ကျောင်းသခ်မ်းလေးကလည်း
ကြီးတာမဟုတ်တဲ့အတွက် အနားမှာရှိတဲ့ ဝါးရုံကြီး
ပေါ်မှာ ခိုအနီးမောင်နှုန်းနေကြတယ်။ အနီးနားက တောင်ပို့
ထဲမှာလည်း မြှောက်ကြီးတစ်ကောင် နေတယ်။

၂၁

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တစ်ခါ ချုပ်တစ်ချုပ်အောက်မှာ ဝက်ဝံတစ်ကောင်နေတယ်။ နောက် ချုပ်တစ်ချုပ်အောက်မှာတော့ မြေခွေးတစ်ကောင် နေတယ်။ ရသေ့ရဲ့ ကျောင်းသခ်မ်းအနီးမှာ အခုလို တိရစ္ဆာန်လေးမျိုးဟာ နေထိုင်ကြတယ်ပေါ့။

တစ်နေ့ကျတော့ အစာရှာမထွက်ကြဘဲနဲ့ ခိုကလည်း ဘုရားလောင်းရသေ့ရဲ့ ကျောင်းသခ်မ်း အနီးအနားမှာပဲ ပျုပဲနေတယ်။ မြေကြီးကလည်း အစာရှာမထွက်တော့ဘဲ ပြိုမြိုမြိုဝ်ဝ်ဝ်နဲ့ ဘုရားလောင်း ရသေ့နားမှာ လာခွေနေတာကို တွေ့ရတယ်။ မြေခွေးကလည်း ခါတိုင်းလို ယောက်ယက်ခတ် အစာမရှာဘဲ ပြိုမြိုမြိုလေးဝပ်နေတယ်။ ဝက်ဝံကလည်း ဘယ်သူကိုမှ အန္တရာယ်မပြုဘဲ ကျောင်းသခ်မ်းအနီး ဝပ်နေတာကို တွေ့ရတယ်။

ရာဂနိုဓရန် ဉာဏ်တော်မြှင့်ခြင်း

ခါတိုင်း အစာရှာသွားကြလျက် ဒီနေ့ဘာဖြစ်လို အစာရှာမသွားကြပါလိမ့်ဆိုတဲ့အတွေးနဲ့ ဘုရားလောင်းရသေ့က ခိုကလေးကို မေးကြည့်တယ်။

ဥပုသံသည်တိ၏ ဝကားရိုင်း

၂၁

“ဘာဖြစ်လို့ ဒီနေ့အစာရှာမထွက်ဘဲ ပြိမြို့း ဥပုသံ
စောင့်နေတာလဲ” အစာမစားတာကို ဒီကနေ့ ဥပုသံ
စောင့်တယ်လို့ ခေါ်တာပဲလေ။ ဒီတော့ ခိုကလေးက
ဘုရားလောင်းကို အဖြေပေးတယ်တဲ့။

တိရှိနှင့်တွေ လူစကားပြောတတ်သလားလို့ ၅၅၀
အတ်ကိုဖတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက တွေးကောင်း တွေးမိကြ
လိမ့်မယ်။ သို့သော်လည်း သူတို့အမူအယာကို ကြည့်ပြီး
သူတို့ပြောလိုတဲ့စကားကို သရုပ်ဖော်ပြောတာ ဖြစ်နိုင်
တယ်။ ဒါမှာမဟုတ် သူတို့အသံကို နားထောင်ပြီး
နားလည်တာမျိုးတွေရှိတယ်။ ပိမ့်သာရမ်းကြီးဆိုရင်
တိရှိနှင့်တွေရဲ့အသံကို နားလည်တဲ့ အတတ်ပညာ
ရှိတယ်။

ဒဲဒီလိုပဲ ဘုရားအလောင်းတွေဟာ သတ္တဝါ
တွေရဲ့အသံ၊ အမူအယာကိုကြည့်ပြီး အဓိပ္ပာယ်ဖော်တာ
ဖြစ်နိုင်တယ်။ တကယ်တော့ ၅၅၀ အတ်ထဲမှာ မှတ်တမ်း
တင်ထားသလို “သိရှိလော ဂါထမာဟ” မြေခွေးက
ဂါထာရွတ်ပြီးပြောတယ် ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဘယ်မှာ

၂၂

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

မြေခွေးက ဂါထာရွတ်နိုင်မလဲ။ သို့သော ဒီအဓိပ္ပာယ်မျိုး
ပြောတယ်လို့သာ ယူရမှာဖြစ်တယ်။

နှစ်မကြာခင်တုန်းက ရွှေကြက်ယက်မှာ ကြောင်က
လူစကားပြောတယ်ဆိုပြီး သတင်းကြီးလို သွားကြည့်ကြ
တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အသံသွင်းယူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိတယ်။
အဲဒီကြောင်ကို မွေးထားတဲ့လူက “မင်းနာမည် ဘယ်သူ
တုန်း” မေးရင် ကြောင်က “ရန်အောင်”လို့အော်တယ်
တဲ့။ အဲဒါနဲ့ လူစကားပြောတယ်ဆိုပြီး လူတွေသွားကြည့်
ကြတာပေါ့။ ကြောင်ကတော့ “ညောင်”လို့ အော်လိုက်
တာနဲ့ တူပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကြားတဲ့လူက ရန်အောင်
လိုကြားပြီး ကြောင်နာမည်က “ရန်အောင်”၊ လူစကား
ပြောတယ်ဆိုပြီး လူတွေက သွားကြည့်ကြတယ်။

အခုလည်း ခိုလေးဟာ ဖြိမ်နေတဲ့အခါ “မင်း ဒီနေ့
ဖြိမ်ချက်သားကောင်းလှုချေလား။ ဘာဖြစ်လို့ မင်း
ဉာဏ်စောင့်တာတုန်း” ဆိုတော့ ခိုလေးက သူ့ရဲ့
ကြကွဲမဲ့နည်းဖွယ်ရာ အကြောင်းကို ပြောပြတယ်။
“သူဟာ နံနက်မိုးသောက် အလင်းရောက်တဲ့အခါ

ဉာဏ်သည်တို၏ စကားပိုင်း

J2

သူရဲ့အနီး ခိုမလေးနဲ့အတူ အစာရှာထွက်ကြတယ်။
အဲဒီအချိန် ကောင်းကင်မှာပဲနေတဲ့ သိန်းငှက်ကြီး
တစ်ကောင်က ခိုမလေးကို ဖမ်းယူပြီး သတ်စားလိုက်
တယ်” အဲဒီမှာ သူလည်း ထိတ်ထိတ်ပြာပြာဖြစ်ပြီး စိတ်
သောကတွေရောက်ပြီး ယူကြုံးမရ ဖြစ်လာတယ်တဲ့။

ခိုမလေးနဲ့ ကွောကွင်းရတဲ့သောကကို မထိန်းနှင့်လို့
သူစိတ်ထဲ အလွန်ခံစားခဲ့ရတယ်တဲ့။ “တွယ်တာမှုကြောင့်
ငါ အခုလိုစိတ်ဆင်းရရတာပဲ။ သူ့အပေါ်မှာ တွယ်တာ
လို့ ငါစိတ်ဆင်းရရတာ။ ဒါကြောင့် “ရာဂါ မမဲ
မဟန်ရာဂါ” ခုလိုတွယ်တာတဲ့စိတ်တွေ ထပ်မဖြစ်ပါနဲ့။
“တွယ်တာစိတ်တွေကိုထိန်းဖို့ ဉာဏ်လာစောင့်တာပါ”
လို့ပြာပြာပြတယ်တဲ့။

သူရည်ရွယ်ချက်လေးက အင်မတန်မှ ကောင်း
တယ်။ ရာဂဆိုတဲ့ တွယ်တာမှု တပ်မက်မှုကြောင့် သူ
အခုလို သံယောဇ်ဖြစ်နေလို့သာ သောကဖြစ်ရတာ။
အကယ်၍ သံယောဇ်မရှိဘူးဆိုရင် သူ သောကဖြစ်မှာ
မဟုတ်ဘူးတဲ့။ “ဒီရာဂမျိုး ငါမှာ နောက်ထပ် မလာ

အောင်ဆိပ္ပီး ဒီကနဲ့ အစာမစားတော့ဘဲနဲ့ ဥပုသ်
စောင့်ပါတယ်” လို့ ဒီလိုပြောတယ်။

အဲဒီတော့ ဒီအချက်ကို ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင်
သူတော်စင် သူတော်မြတ်တွေ ဥပုသ်စောင့်တယ်ဆိုတာ
တစ်ခုခုကို နှိပ်ကွပ်ဖို့ ကိုယ့်မှာဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အရာ
တစ်ခုကို နှိပ်ကွပ်ဖို့ ကိုယ့်ကိုကိုယ် နောင်မဖြစ်ရအောင်
ဆိုတဲ့ အနေအထားမျိုး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖို့ ဥပုသ်
သီလကို စောင့်လေ့ရှိကြတယ်လို့ ဒီလို အဓိပ္ပာယ်
ရတယ်။

ဒေါသနိပ်ရန် ဥပုသ်စောင့်ခြင်း

အဲဒီလို ဘုရားအလောင်းရသောက ကြုံနာယုယှ
စွာ ခိုလေးကို မေးပြီးတဲ့အခါမှာ တောင်ပိုထဲကထွက်လို့
သူအနားလာခွေနေတဲ့ မြွေဟောက်ကိုလည်း ကြုံနာ
ယုယွာ မေးပြန်တယ်။ “မင်းကရော ဘာဖြစ်လို့ ဥပုသ်စောင့်
အစာမရှောဘဲနဲ့ ခွေနေရသလဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ ဥပုသ်စောင့်
ရသလဲ” လို့ မေးတော့ “သူဟာ အဖြစ်အပျက်တစ်ခု

ဉာဏ်သည်တို့၏ စကားပိုင်း

၂၅

ကြောင့် စိတ်မကောင်းဖြစ်ရတယ်” ဆိုပြီး သူ့ အဖြစ်
အပျက်ကို ပြောပြတယ်။

သူနေတဲ့ တောင်ပို့ကို ရွာထဲကလူတွေကိုးကွယ်တဲ့
တစ်ကိုယ်လုံး ဆွတ်ဆွတ်ဖြူးနေတဲ့ နွားလားဥသဘကြီး
က ချိုလာသွေးတယ်။ အီနှီယနိုင်ငံက နွားလား
ဥသဘတွေကို ကိုးကွယ်လေ့ရှိကြတယ်။ အဲဒီနွားကြီးက
ရွာထဲကထွက်လာပြီး တောင်ပို့ကြီးကို ချိုနဲ့ခွဲ့တယ်။
အဲဒီလို့ ခွဲ့တဲ့အချိန်မှာ မြိုဟောက်က တောင်ပို့ထဲ
ဝင်မလို့အလာ နွားလားဥသဘက မြိုဟောက်ရဲ့အမြို့
ကို တက်နှင်းမလိုက်တယ်။ အဲဒီလို့ အမြို့ကို နှင်းမိတဲ့
အခါ မြှေကြီးက အင်မတန်မှနာပြီး စိတ်ဆိုးလို့ နွားကြီး
ကို ပေါက်လိုက်တယ်။ နွားကြီးဟာ တောင်ပို့နွားမှာပဲ
မြိုဆိုပ်တက်ပြီး သေပွဲဝင်သွားတယ်တဲ့။

အဲဒီအချိန်မှာ လူတွေ ရွာလုံးကွေတ် ထွက်လာ
ကြပြီး နွားသေကြီးကို ကျင်းတူးမြှုပ်ပြီး ပူဇော်သွားကြ
တယ်။ နွားကြီး သေဆုံးတဲ့အပေါ်မှာ လူတွေ စိတ်
မကောင်း ဖြစ်ကြရတယ်တဲ့။ သူတို့က နွားသား မစားတဲ့

၂၆

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘဝံသ

သူတွေပေါ့။ အဲဒီအဖြစ်အပျက်ကို ကြည့်ပြီး “ငါ
စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုး လုပ်မိသည့်အတွက်ကြောင့် နွားကြီး
သေရရှာတယ်။ နွားသေချုပ်တင်မကဘူး တစ်ရွာလုံး
ယူကြုံးမရဖြစ်ပြီး ငိုကြယိုကြနဲ့ နွားအတွက် လူတွေ
ကြကွဲကြရတယ်။ ဒါကြောင့် ဒေါသထွက်ခြင်း နောင်
အခါ မမြင်ရအောင်ဆိုပြီး ဒီကနဲ့ အစာမစားတော့ဘဲ
ဒေါသကို နှိပ်ကွပ်တဲ့အနေနဲ့ ဥပုသ်စောင့်ပါတယ်” လို့
မြှေကြီးကပြာပြတယ်။

လောဘနှိမ်ရန် ဥပုသ်စောင့်ခြင်း

မြှေကြီးအကြောင်း ကြားရပြီးတဲ့အခါ ဘုရား
လောင်း ရသောက အနားနားမှာ ဝပ်နေတဲ့ မြေခွေးကို
မေးတယ်။ “မင်းကရော ဘာမှ အစာမစားပါလား။
ခါတိုင်းဆိုရင် မင်း အမြီးကလေး တရမ်းရမ်းနဲ့ အစာ
စားဖို့ လိုက်ရှာနေတယ်။ အခု ဒီနေ့ဘာဖြစ်လို့ မင်း
ဥပုသ်စောင့်ရသလဲ”လို့မေးတယ်။ မြေခွေးက သူရဲ့
အတွေ့အကြုံကို ပြောပြတယ်။

ဉာဏ်သည်တိ၏ ဝကားပိုင်း

၂၇

သူဟာ လေး၊ ငါး၊ ဆယ်ရက်လောက် ပျောက်ဆုံး
နေတယ်။ သူ ဘယ်ပျောက်သွားတုန်းဆိုတော့ တစ်နေ့
သို့ တောထဲမှာ အစာရှာရင်းနဲ့ ဆင်သေကြီး
တစ်ကောင်ကို သွားတွေ့တယ်။ ဆင်သေကောင်ကြီးကို
လုညွှေပတ်ကိုက်ကြည့်တယ်၊ ဘယ်နားမှုကိုက်လိုမာရဘူး၊
နောက်ဆုံး ဒွါရပေါက်နားကို ကိုက်လိုက်တဲ့အခါ
အိစက်စက်ဖြစ်ပြီး အဲဒီ ဒွါရပေါက် နေရာကနေ
ကိုက်ပြီးစားတယ်။

စားရင်း အခေါင်းဖြစ်သွားတဲ့အခါ သူစိတ်ထဲမှာ
အတော့ကို ဝမ်းသာသွားတယ်။ “င့်တစ်သက်စာတော့
ဖူလုပြီ၊ ဘယ်မှုသွားစရာ မလိုတော့ဘူး။” ရေဆာရင်
လည်း ဆင်သွေးသောက်ရုပဲ၊ အစာဆာရင်လည်း
ဆင်သားစားရုပဲ”ဆိုပြီး ဆင်ကြီးရဲ့ မစင်စွန်းတဲ့အပေါက်
ကနေ ကိုက်စားသွားလိုက်တာ နောက်ဆုံး ဝမ်းထဲထိ
အောင် ရောက်သွားတယ်။ ရောက်သွားတော့ သူက
တွေးတယ်၊ “ဟန်ကျလိုက်တာ၊ လုလုပြုခြုံနဲ့ ဆင်

၂၁

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ဝမ်းခေါင်းထဲမှာ နေမယ်။ ပိုက်ဆာရင် ဆင်ရဲ အူတို့၊
အသည်းတို့၊ ကလီစာတို့စားမယ်”။

အဲဒီလိုနေရင်း နေပူတဲ့အခါ တဖြည်းဖြည်း သူ
ဝင်လာတဲ့ အပေါက်ကြီးက ရှုံးပြီးပိတ်သွားတယ်။ ဆင်
သားရေ ဆိုတာ အလွန်ထူးတယ်လေ။ ပိတ်သွားတဲ့အခါ
မျှင်သွားတော့ သူကြောက်လာတယ်။ အဲဒီကျတော့မှ
ထွက်ပေါက်ရှာတာ ရှာမရဘူး။ ဟိုတိုး ဒီတိုးနဲ့
ထွက်ပေါက်ရှာရင်း မြေခွေးဟာ ယောက်ယက်ခတ်ပြီး
ကြောက်နေခဲ့တယ်တဲ့။

တစ်နဲ့ မိုးကြီးရှာချလိုက်တဲ့အခါမှ နေပူလို့ ရှုံးပြီး
ပိတ်သွားတဲ့ အပေါက်ကြီးက မိုးရေတွေစို့လို့ ပြန်ပြီး
ပွင့်လာတယ်။ အဲဒီကျတော့မှ အလင်းရောင်မြင်ရပြီး
မြေခွေးက ငါ ဒီအပေါက်ကနေ ထွက်မှုပဲဆိုပြီး ဆင်ရဲ့
မစင်စွန့်တဲ့ အပေါက်ကနေ နောက်ဆုတ်ပြီး အားကုန်
တိုးထွက်လိုက်တာ သူရှိတဲ့အမွေးတွေ အကုန်ပြုတ်ထွက်
ကုန်တယ်။ မြေခွေးဟာ ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက်ဖြစ်ပြီး
နောက်လျည့်မကြည့်တော့ဘဲ ထွက်ပြီးသွားတယ်။

ဥပုသ်သည်တို့၏ ဝကားပိုင်း

၂၉

မြေခွေးဟာ စိတ်ပျက်လက်ပျက်နဲ့ ရသေ့ရဲ့
ကောင်းသခံမ်းနားသွားပြီး အိပ်နေရင်း “သွေ့ ငါ
လောဘကြီးလို့ လောဘကို အကြောင်းပြုပြီး ငါ ဒီလို
ဖြစ်ရတာပါလား၊ ခါတိုင်းလို့ ကိုယ်စားနေကျ အစာ
စားရင် ဒီလိုဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဆင်သေကောင်ကြီးကို
ကြည့်ပြီး လောဘဖြစ်မိတာကြောင့် ဒီဒုက္ခကြံရတယ်။
နောင် ဘယ်သောအခါမှ ဆင်သေကောင်ရဲ့ ဝမ်းပိုက်
ထဲကို မဝင်တော့ဘူး။ ဒီလောဘ ငါသန္တနှင့်မှာ ဘယ်
တော့မှ ပြန်မဖြစ်စေရဘူး။ ဒီလောဘကို နှိုပ်ကွပ်မှုပဲ
ဖြစ်တော့မယ်ဆိုပြီး လောဘကို နှိုပ်ကွပ်ဖို့ ဒီကနေ့
အစာမစားတော့ဘဲနဲ့ ဥပုသ်စောင့်တာပါ”လို့ ဖြေတယ်။
ဒါက မြေခွေးရဲ့ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အကြောင်းပေါ့။

လောဘချိုးနှိမ်ရန် ဥပုသ်စောင့်ခြင်း

မြေခွေးကို မေးပြီးတဲ့အခါ ဝက်ဝံကိုမေးတယ်။
ဒီဝက်ဝံက ခါတိုင်းဆိုရင် တောင်ပိုတွေမှာ ခြတို့
ပုဂ္ဂက်ဆိတ်တို့ကို သွားစားတယ်။ အခု ဒီနေ့ကျတော့

မစားဘဲနဲ့ ရသေ့အနားမှာလာပြီး ဝပ်နေတယ်။ “မင်း ဒီနွေးဘာဖြစ်လို့ အစာမစားဘဲ ဥပုသ်စောင့်တာလဲ”လို့ ရသေ့ကမေးတဲ့အခါ “သူဟာ ခါတိုင်း တောထဲမှာပဲ အစာရှာစားတယ်။ တစ်ရက်ကျတော့ လောဘကြီးပြီး လူတွေရဲ့ ရွာတွေဘက်ကို ရောက်သွားမိတယ်။ ရောက် သွားတဲ့အခါ လူတွေးပိုင်းလိုက်တာခံရတယ်။ လူတွေက ပိုင်းဝန်းပြီး လေးမြားတွေနဲ့ တုတ်လုံတွေနဲ့ ပစ်ကြလို့ အသက်ဘေးကလုပြီး ထွက်ပြီးလာခဲ့ရတယ်” လို့ ဝက်ဝံက ပြောပြတယ်။

“ကိုယ်စားနေကျနေရာမှာ စားစရာ နှိပါလျက် သားနဲ့ လော်လီပြီး နှီးထက်ကောင်းတဲ့အစာ တွေ့နှီး တွေ့နှီးနဲ့ ရွာတွေနားချဉ်းကပ်မိတာ ငါ ကံကောင်းလို့ မသေတယ်။ အလွန်လောဘကြီးခြင်းဟာ မကောင်းဘူး။ ဒီလောဘ နောက်တစ်ခါ ငါဘယ်တော့မှ မဖြစ်ပါ စေနဲ့ဆိုပြီး လောဘကို ချိုးနှီးမြတ်တဲ့အနေနဲ့ ဥပုသ်စောင့်တာပါ” လို့ ဝက်ဝံက သူဥပုသ်စောင့်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းကို ပြောပြတယ်။

ဉာဏ်သည်တို့၏ စကားထိုင်း

၃၁

ဟနနိပ်ရန် ဉာဏ်စောင့်ခြင်း

အဲဒီလို တိရှာ့န်လေးကောင်က သူတို့ ဉာဏ်
စောင့်ရခြင်း၊ အကြောင်းတွေကို ပြောကြတယ်။ အဲဒီ
အချိန်မှာ ဘုရားလောင်းရသောကလည်း သစ်သီးရှာ
မထွက်ဘဲနဲ့ သစ်ပင်အောက်မှာထိုင်ပြီး ပြုမြန်နေတယ်။
“ရှင်ရသောကရော ဘာဖြစ်လို့ပြုမြန်နေတာလဲ”လို့ တိရှာ့န်
လေးတွေက ပြန်မေးကြတယ်။ အဲဒီ ဘုရားလောင်း
ရသောဟာ မှန်မှန် အရမ်းကြီးတာ။ ဒီ မှန်မှန်ကြီး
တာကို ဘယ်သူကသိတုန်းဆိုတော့ ပစ္စကဗုဒ္ဓတစ်ဆူ
က သိတယ်။ သူအကြောင်းသိတော့ ငါသတိပေးဦးမှပဲ
ဆိုပြီး သူထိုင်တဲ့သစ်ပင်အောက်က ကျောက်ဖျာပေါ်မှာ
ပစ္စကဗုဒ္ဓက ရှုတ်တရက်ကြွလာပြီး ထိုင်နေတယ်။

ဘုရားလောင်းရသောက တစ်နေရာသွားပြီ ပြန်လာ
တော့ ပစ္စကဗုဒ္ဓ ထိုင်နေတာလည်းမြင်ရော သူနေရာ
လာထိုင်ရမလားဆိုပြီး နှင်ထုတ်တယ်။ သူလိုအတ်မြင့်
ပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်ဘဲနဲ့ သူနေရာ လာထိုင်တော့ ဒီလို
အောက်တန်းကျေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်က ငါနေရာမှာ

စောစောကားကား လာထိုင်ရမလားဆိုပြီး မာန်မာနတွေ
ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို မာန်မာနတွေ ဖြစ်လာတဲ့အခါ
ပစ္စကဗုဒ္ဓက အေးအေးဆေးဆေး မိန့်ကြားတယ်။
“ဒီလောက်ကြီးလည်း မာနမကြီးပါနဲ့။ ရှင်ရသော်ဟာ
သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်ဘူး။ ဒီ ဘဒ္ဒကဗ္ဗာမှာပဲ ဘုရားအဖြစ်
ရောက်မယ့် ဘုရားအလောင်းဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်
သတိရပါ။ ဘုရားအလောင်းဖြစ်လျက်နဲ့ အခုလို မာန်
မာနကြီးတာဟာ မကောင်းဘူး” လိုပြောပြီး ပစ္စကဗုဒ္ဓ
အရှင်မြတ်က စုံနှစ်သမာပတ် ဝင်စားလို ကောင်းကင်
ပုံတက်ပြီး သူခေါင်းပေါ်မှာ ခြေမှုန့်ခါချေသွားတယ်။

သူခေါင်းပေါ်ကနေကျော်ပြီး ကောင်းကင်ကို
ပုံတက်သွားတာကို မြင်လိုက်ရတော့ ဒီလောက် လေးလဲ
တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးနဲ့ ကောင်းကင်ကို ပုံတက်သွားတာ
ဆိုပြီး သူ အုံဉာဏ်ထိတ်လန့်သွားတယ်။ “ပစ္စကဗုဒ္ဓကို
တွေ့လျက်သားနဲ့ သူဘယ်တော့ ဘုရားဖြစ်မယ် ဆိုတာ
ကို မမေးလိုက်ရဘူး။ သူနေရာ ထိုင်ရမလားဆိုပြီး မာန်
မာနတွေကြီးပြီး ရန်တွေ့ လွှတ်လိုက်မိတယ်။ ဒီမာန

ဉာဏ်သည်တို၏ စကားပိုင်း

၃၃

တရားဟာ အလွန်ဆိုးတယ်။ နောက်ထပ် ဘယ်တော့မှ
မဖြစ်ပါစေနဲ့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ငါလည်း ဒီနဲ့ ဥပုသ်
စောင့်တာပါ”လို ဘုရားလောင်းရသော ပြောပြုတယ်။

အဲဒီတော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ
မဟုတ်ဘူး အလောင်းတော်တွေချည်းပဲ။ ရှင်မဟာ
ကဿပ၊ ရှင်အနုရွှေ့၊ ရှင်မောဂ္ဂလာန်၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာ
တို့ ဖြစ်တယ်။ ပါရမိရင့်တဲ့ ဘုရားရဲ့တပည့်သာဝကြီး
တွေဖြစ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တိရှိနာန်သာဝရောက်ကြုတယ်။
သို့သော်လည်း သူတို့အသိတွေဟာ မြင့်မားပြီး ဥပုသ်
သိလကို စောင့်ထိန်းကြတယ်။ ဥပုသ်စောင့်တယ်ဆိုတာ
အခုလို ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုခုနဲ့ ဥပုသ်စောင့်ကြတာ
ဖြစ်တယ်။

ဘယ်သူဉာဏ်အမြတ်စုံးလဲ

၅၅၀ - ကတ်ထဲမှာလည်းပဲ ဥပုသ်စောင့်ခြင်းနဲ့
ပတ်သက်ပြီး ဥပုသ်သည်တွေရဲ့ စကားပိုင်းမှာ ဘာတွေ
ပြောကြလဲဆိုတာကို မှတ်တမ်းတင်ထားတာရှိတယ်။

ကုရှုတိုင်းမှ ဓနဉာဏ်ကောရပျမင်းကြီး၊ ဥယျာဉ်ထဲမှာ
ဒီလိုပဲ ဥပုသ်သည်လေးဦးဟာ ဆုံးဆည်းမိကြတယ်။
အဲဒီမှာလည်းပဲ လူသားကတစ်ဦး၊ ကျွန်တာတွေက
လူသားမဟုတ်ကြဘူး။ လူသားဖြစ်တဲ့ ဓနဉာဏ်ကောရပျ
မင်းက သူနှင့်တော်ကနေ စွန့်ခွာလို့ ဥယျာဉ်ထဲမှာ
တစ်ယောက်တည်းလာပြီး ဥပုသ်စောင့်တယ်။ အဲဒီ
ဥယျာဉ်ထဲမှာပဲ သိကြားမင်း၊ ဂြော်မင်း၊ နဂါးမင်းတို့
လည်း ဥပုသ်လာစောင့်ကြတယ်။

သိကြားမင်းရယ်၊ ဓနဉာဏ်ကောရပျမင်းရယ်၊ ဂြော်
မင်းရယ်၊ နဂါးမင်းရယ် လေးဦး ဥပုသ်စောင့်ပြီး ညာနေ့
ချိန်လေးမှာ ဆုံးဆည်းမိကြတယ်။ အတိတ်ဘဝတူန်းက
လည်း မိတ်ဆွေတွေဖြစ်ခဲ့ကြတဲ့အတွက် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး
မြင်လိုက်တာနဲ့ ချစ်ခင်ပြီး စကားပြောဖြစ်ကြတယ်ပေါ့။
စကားပြောတဲ့အခါမှာ သိကြားမင်းကစပြီး မေးလိုက်
တယ်။ “ဥပုသ်စောင့်ရတာချင်းတော့အတူတူပဲ။ ကျွန်ုပ်
တို့ လေးဦးမှာ ဘယ်သူသို့လက အကောင်းဆုံး အမြတ်

ဉာဏ်သည်တိ၏ ဝကားပိုင်း

၃၈

ဆုံး ဖြစ်နိုင်သလဲ”လို စမေးလိုက်တဲ့အခါ နဂါးမင်းက
စဖြတယ်။ သူ့သီလက အမြတ်ဆုံးပဲတဲ့။

ဘာဖြစ်လိုတုန်းဆိုတော့ သူကိုအမြတမ်းအန္တရာယ်
ပေးတဲ့ ကြွောင်းကို မြင်လျက်သားနဲ့ ကြွောင်းတားမှာကို
ကြောက်ချုံခြင်းမရှိဘဲ သည်းခံပြီး ဒီသီလကို သူစောင့်
တယ်။ ရန်သူ့အနီးကပ်ရှိနေတာတောင်မှပဲ ကြောက်ချုံ
ခြင်း ကင်းပြီး သည်းခံခြင်းတရားနဲ့ ဉာဏ်စောင့်တာ
ဖြစ်တယ်၊ အသက်စွဲနဲ့ စောင့်ရတဲ့သီလမို့ သူ့သီလက
အမြတ်ဆုံးပဲလို သူကပြောတယ်။

ကြွောင်းကလည်း ဝင်ပြောတယ်။ “နဂါးမင်းက
သူ့သီလလိုပြောတယ်။ ကျွန်ုပ်ကလည်း ကျွန်ုပ်ရဲ့ အစာ
ဖြစ်တဲ့ နဂါးကိုမြင်လျက်နဲ့ အဆာခံပြီး မစားဘဲနေတာ
ကျွန်ုပ်သီလ ပိုပြီးမြတ်ပါတယ်”လို ကြွောင်းကလည်း
ဒီလိုပြောပြန်တယ်။ အဲဒီလိုပြောတဲ့အခါ သီကြားမင်း
ကလည်း “ဟုတ်ပြီ တစ်ယောက်က သည်းခံပြီး စောင့်
တယ်။ နောက်တစ်ယောက်က အဆာခံပြီး စောင့်တယ်။
ကျွန်ုပ်ကတော့ တာဝတီးသာ နတ်ပြည်မှာ အလွန်

၃၆

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ပျောစရာကောင်းတဲ့ အလွန်ချောမောလှပတဲ့ နတ်သမီး
တွေကို ထားပစ်ခဲ့ပြီး ဥပုသံလာစောင့်တယ်။ ကျွန်ုပ်ရဲ့
စွန့်လွှတ်မှုက ပိုကြီးမားတဲ့ အတွက် ကျွန်ုပ်သီလက
ပိုမြတ်တယ်”လို့ ပြောပြန်တယ်။

ဓနဉာဏ်ကောရပျမ်းကြီးကလည်း အျေးမပေးဘဲ
“ကျွန်ုပ်နန်းတော်မှုလည်းပဲ မောင်းမမိသံ တစ်သောင်း
ခြောက်ထောင်ရှိတယ်။ အဲဒါတွေကို ဖယ်ထားခဲ့ပြီး
ကျွန်ုပ် ဒီမှာတစ်ယောက်တည်း ဥပုသံလာစောင့်တယ်
ဆိုတော့ ကျွန်ုပ်သီလက ပိုမြင့်မြတ်ပါတယ်” လို့ ပြော
တယ်။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ကိုယ့်သီလကိုယ်
အမွန်းတင်ပြီးတော့ ပြောကြတယ်ပေါ့။

ပညာရှိထံ ဆုံးဖြတ်ခံ

နောက်ဆုံးမှာ ဓနဉာဏ်ကောရပျမ်းကြီးက အဆို
ပြုတယ်။ “ကျွန်ုပ်နန်းတော်မှာ ပညာရှိအမတ်ကြီး ရှိပါ
တယ်။ အဲဒီ ပညာရှိအမတ်ကြီးကို ကျွန်ုပ်တို့လေးဦးရဲ့
သီလမှာ ဘယ်သီလက အကောင်းဆုံးဆိုတာ သူ့အဆုံး

ဉာဏ်သည်တို၏ စကားပိုင်း

၃၇

အဖြတ်ကို သွားခံကြရအောင်”ဆိုပြီး အားလုံး စိတ်တူ
ကိုယ်တူ လူယောင်ဆောင်ပြီး သွားကြတယ်ပေါ့။ ဟို
ရောက်တဲ့အခါ ဝိမှုရဆိုတဲ့ ပညာရှိအမတ်ကြီးထဲသွားပြီး
အဆုံးအဖြတ် ခံကြတယ်။ နှဂါးမင်းက ဘယ်လိုပြော
တယ်၊ ဂြိုန်မင်းက ဘယ်လိုပြောတယ်၊ သိကြားမင်းက
ဘယ်လိုပြောတယ်၊ ဓန္တုကောရပျ မင်းကြီးကလည်း
ဘယ်လိုပြောတယ် ဆိုတဲ့ သူတို့ပြောဆိုချက်တွေကို
သေချာနားထောင်ပြီး ဝိမှုရအမတ်ကြီးက ဆုံးဖြတ်ချက်
ပေးတယ်။

ဘာဆုံးဖြတ်ချက်ပေးတုန်းဆိုတော့ “ခန္ဓိဆိုတဲ့
သည်းခံခြင်းကို အကြောင်းပြုပြီး စောင့်တာပဲဖြစ်ဖြစ်
အဆာခံပြီး စောင့်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပျော်စရာတွေကို
စွဲနဲ့ခြားပြီး စောင့်တာပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီအရည်အချင်းတွေဟာ
သူတော်စင်တွေရဲ့ တကယ့် အရည်အချင်းတွေပါပဲ။
ဒါကြောင့် အားလုံးရဲ့သီလဟာ သူဟာနဲ့သူ မြတ်တာ
ဖြစ်လို့၊ တကယ့်ကိုလေသာဖြိမ်းအောင် ကျင့်ကြတဲ့
အကျင့်တွေလည်းဖြစ်လို့ အားလုံးအတူတူပါပဲ” တဲ့။

၃၁

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်ချက် ပေးလိုက်တော့ သူတို့အားလုံး
ကျေနပ်သွားကြတယ်။

ဉာဏ်ပူဇော်ခ ဓရလာဘ်ချ

ကျေနပ်သွားလို သိကြားမင်းကြီးက ဝိဓာရပညာရှိ
အမတ်ကြီးကို ဉာဏ်ပူဇော်ခအနေနဲ့ နတ်ပုဆိုးကြီး
တစ်ခု လက်ဆောင်ပေးသွားတယ်။ ဂြိုန်မင်းကြီးက
လည်း ရွှေနဲ့ပြီးတဲ့ ကြာပွင့်ကြီးတစ်ခု၊ နဂါးမင်းကြီးက
လည်း ပတ္တမြားရတနာတစ်လုံး အသီးသီးလက်ဆောင်
ပေးကြတယ်။ ကောရပျမင်းကြီးကတော့ နှုန်းနားမ
တစ်ရာ၊ သူအပိုင်စား ရွှေတစ်ရာ၊ ခိုင်းဖို့ ကျေးကျွန်း
တစ်ရာ ဒီလိုအရေအတွက်တွေနဲ့ ဆုလာဘ်တွေ ချပေးခဲ့
တယ်။ ဒါက ဝိဓာရ ကဲတ်တော်ကြီးမှာလာတဲ့ “ဥပုသ
သည်တို့ စကားပိုင်း” ပဲ ဖြစ်တယ်။

တရားချုစ်ခင် သူတော်စင်ပရိသတ်အပေါင်းတို့
ယခုလို ဥပုသသီလကို စောင့်ထိန်းကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ

ဉာဏ်သည်တို့၏ ကော်ပိုင်း

၃၉

ကော်ပြတ်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တွေနဲ့ ကော်ပြတ်တဲ့ အနေအထားတွေနဲ့ မိမိတို့သွားနှင့်မှာ ကော်ပြတ်တဲ့ အရည်အချင်းတွေ ရှိလာအောင် ကိုယ်စိုက်ယိုစိ စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှုတွေနဲ့ ဉာဏ်သီလကို စောင့်ထိန်းကြတာ ဖြစ်တယ်။

မြင့်မြတ်တဲ့ အကျင့်တွေနဲ့ နေထိုင်ပြီး ဉာဏ်သီလ စောင့်ထိန်းခြင်းဟာ သူတော်စင်တွေရဲ့ အလေ့အထ တစ်ခုဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် ရည်ရွယ်ချက် မှန်မှန် ကန်ကန်နဲ့ မြတ်မြတ်နီးနီး ထိန်းသီမ်းစောင့်ရှောက်တဲ့ ဉာဏ်သီလဟာ မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ် ကြီးရဲ့ သာသနာတော်နဲ့ ကြံးတွေ့ခိုက် သာသနာတွင်း ဉာဏ်ဖြစ်လို့ သာသနာပမှာစောင့်တဲ့ ဉာဏ်သီလထက် မြတ်ပါတယ်။

ဒီကနဲ့ တို့တတွေစောင့်တဲ့ ဉာဏ်သီလက အမြတ်ဆုံး ရှုစ်ပါးသီလ ဉာဏ်သီလဖြစ်တယ်လို့ ကိုယ်စိ ကိုယ်စိ စောင့်ရှောက်တဲ့ သီလရဲ့ တန်ဖိုးရှိမှုကို ယုံယုံ

၄၀

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ကြည်ကြည် လေးလေးစားစား တန်ဖိုးထားပြီး ကုသိုလ်
တရား ဖြစ်ပွားအောင် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် ကြိုးစား
အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု

ဓမ္မဓိတ်ဆွဲများသို့

ပါဟောကျော်သရဏတော် ဒေါက်တာ အရှင်နှုန်းလာသီခံသာ ဟောကြားအပ်သော
တရာ့များကို အသုံး စာအဖြစ် စေတနာရှင်များကောင်ကျော် စာများကို သရဏတော်ကြီး
ထဲ ပေါ်ပြုပါသည်။ သရဏတော်ကြီးကိုယ်ဝိုင် အချို့နားမျှ ပြင်ဆင် တည်းပြု၍
ပေးသော စူးများကို ကုသိတ်ရှင်များပျော်ပြန်ထော်သော ဓမ္မဓိတ်ပုံငွေများ အသုံးပြု
လျက် စာအပ်သော ရိုက်နိုင်တော်ပေါ်သည်။

တရာ့စာအပ်များကို တစ်သင့် ဓမ္မဒီဇိုင်ပြုပုံငွေပျော်ပြန်ပေါ်လိုပါက တော်ပြု၏
ဌာနများသို့ သက်သွယ်မှုကြော်နိုင်ပါသည်။

ဓမ္မဓိတ်စာသာ ဌာနများ

၁။ အောင်မွှေး ပုံနိုင်တိုက်

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

ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၉၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ ဦးဘား+ဒေါ်အိန်းကြော် ပရေဆေးဆိုင်

အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးရေး(၆)ရုံးမြေအောက်တည်။

ဖုန်း ၀၁-၂၄၀၆၀၀(လိုင်းခွဲ) ၄၁၃၄၊ ၀၉-၅၅၀၀၈၃၅

၃။ ဓမ္မများဟာ သာသနမှုမာမကအဖွဲ့

လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာဓမ္မစာပေသင်တန်းကော်မြေး

ကြေားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀

၄။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အသိဓမ္မတွေသိလိုင်

ကြေားအေးစေတိဝင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်း

ဖုန်း ၀၁-၆၅၅၅၅၆၊ ၀၁-၆၅၁၇၆၉

၅။ ပုဂ္ဂိုလ်ဓမ္မပြန်ချိရေး

တိုက်(N.3) အခန်း(၁၀၂)၊ လေးထောင့်ကန်လမ်းမကြီး

တာမွေမြို့နယ်။ (ILBC တာမွေ အနီး)

ဖုန်း ၀၁-၅၄၄၃၂၂၁၊ ၀၉-၂၃၉၀၃၉၃၀

အရှင်နှစ်မာလာဘိဝံသ ၅။ ထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

- အဘိဝဓမ္မ မြတ်ဒေသနာ(ပ+ဒ တွဲ)
- ပဋိစ္စသမျှမြို့မြို့ကို ပွဲဗုဏ်းနည်းဖြင့် လေလာသုံးသပ်ခြင်း
- ပွဲဗုဏ်းမြတ်ဒေသနာ

၁။ နိဗ္ဗာန်တံသါးကြီး ဖွံ့ဖြိုးတော်မူပါ

၂။ မဟာသတိပွဲဗုဏ်သုတ် အနှစ်ချုပ်

၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း

၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွှေးချယ်ရမည့်လမ်း

၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား

၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရုလေအောင်

၇။ ဓမ္မကြေးပုံ

၈။ တောင်ပိုစဲက ရတနာ

၉။ မြတ်သောဉ်ဗာ စုဆောင်းပါ

၁၀။ သမထနှင့် ဂိပသုနာ

၁၁။ ရောဂါကုတား စိတ်စွမ်းအား

၁၂။ ရှုံးယောက်နှင့်တစ်ယောက်

၁၃။ စိတ်ကောင်းဆွေကောင်း

၁၄။ မေတ္တာနှင့် အစဉ်သုံး

၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ

၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်

၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရာယာ

၁၈။ ဉာဏ်စောင်းခြင်း အစိပို့ယ်

၁၃။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်
၂၃။ ဓမ္မအသီပြင့် အကျိုးရှိရှိနေဟည်
၃၃။ နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
၄၃။ ပြတ်ဖွဲ့သောနာနှင့် ယနေ့ကျွော့
၅၃။ ယနေ့လှသားများရဲ့ မနက်ပြန်ကျွော့
၆၃။ မင်္ဂလာသုတေသနအနှစ်ချုပ်
၇၃။ သာရဏီယတရား
၈၃။ ရာာတဏော့
၉၃။ ဓမ္မဘူးဟာသင်တန်းသားများ၏ ပေးခွန်းများကိုပြုဆိုပြင်း
၁၀၃။ သေချာသောထပ်းမှ လျောက်လှပ်းပါ
၁၁၃။ မဟာဒိန္ဒ
၁၂၃။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ
၁၃၃။ ပြစ်နိုင်တာနှင့် ဖပြစ်နိုင်တာ
၁၄၃။ အရှင်အာနှုန်း၏ ဝိပဿနာ
၁၅၃။ နဲ့ စ သော နဲ့ စ အဆော့
၁၆၃။ ထုတိုင်းကျွဲ့ရှိ သတိပွဲ့နှင့်
၁၇၃။ စိတ်၏အတွေးများ
၁၈၃။ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ
၁၉၃။ သတိပက္ခာ အသိပညာပြင့် နေထိုင်ပြင်း
၂၀၃။ အတွောဟိုအတွောနောနာထော့
၂၁၃။ ဟောဇ္ဈားသုတေသနအနှစ်ချုပ်
၂၂၃။ ဟောသူ နာသူ စိတ်ထားဖြူ။
၂၃၃။ ၁၂-နှစ်ကြာ အပြုရှာခဲ့ရသော ပေးခွန်းများ

၄၂။ လွတ်ပြောက်တဲ့ စိတ်
၄၃။ ကုသိလ်ပြိုင်အောင် သတိအောင်
၄၄။ ခွဲသုတ်အနှစ်ချုပ်(အဖွဲ့ရာယ်ကာကွယ်ခြင်း)
၄၅။ တရားသီလျက် အကျင့်ခါ
၄၆။ ကြိုးယာဘဝနာ ပြုတ်အော်နာ
၄၇။ သံသရာခိုးသွား အမှားမလုပ်ပိုစေနိုင်
၄၈။ ဟိုဘက်ကော်းက ပြုပ်းချမ်းတယ်
၄၉။ ရတနာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၅၀။ လောကခံပုန်တိုင်းများနှင့် ကြိုးနိုင်သည့်စိတ်ထား
၅၁။ ဘုရားသော်မျပ်းဆပ်ရသည့် ကံကြွောဝင်ကြွေးများ
၅၂။ အထင်များ အပြင်များ
၅၃။ ဓာတ်စိဘဲသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၄။ ယုဉ်ပြုံးခြင်း၏ နိဂုံး
၅၅။ နှီးနှီး နှုန္တသု မူလံ
၅၆။ စိတ်၏အညွှတ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း
၅၇။ အားပေးဝကား
၅၈။ ပုံမှန်သုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၉။ ဓာသစွဲရရှိ
၆၀။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သွားနေသူ
၆၁။ ဘဝ၏ဝန်ထပ်ဝန်ပို့များ
၆၂။ ကုသိလ်ပြိုင်ပျား နာလုံးသွင်းတရား

၆၃။ နိုင်သူနှင့်ရှုံးသူ
၆၄။ အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ
၆၅။ မှတ်ဉာဏ်ကောင်းအောင်ကျွဲ့ဆောင်ခြင်း
၆၆။ တရားထူးရှိုင်သူ
၆၇။ ကော်မူးသီခြင်း
၆၈။ ဘာသာတရားလိုက်နာကျွဲ့သုံးခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်
၆၉။ ကာလာမသုတ် အနှစ်ချုပ်
၇၀။ ခုခွဲဗုံးအား
၇၁။ အလေးထား၍ စဉ်းတားဆင်ခြင် ကောင်းအောင်ပြင်
၇၂။ အခွင့်ကောင်းကို ရအောင်ယူ
၇၃။ ရှာဖွေခြင်းနှင့် ရရှိခြင်း
၇၄။ ကုသိုလ်တစ်ပဲ ငရဲတစ်ပိဿာ
၇၅။ ဓမ္မကိုအဖော်ပြုမှ ထာဝရချမ်းသာမည်
၇၆။ အစွမ်းတန်ဖိုးများနှင့် သာသန
၇၇။ ချမ်းသာစွာအိပ်စက်ရခြင်း
၇၈။ နှစ်ဦးပေါ်ဘလွှာလွှာတိုင်းမှာ
၇၉။ အကျိုးကော်သာရုံးသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၀။ အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား
၈၁။ နိယျာနိကသာသန
၈၂။ အနတ္တလက္ခဏာသုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၃။ သူ့အမြှင် ကိုယ့်အမြှင် ဓမ္မအမြှင်

ကုသာ ရှင်ရာဟုလာ၏ဘဝနှင့် မြတ်ပုဒ္ဓ၏အဆုံးအဖ
 ကုသာ ကဗျာဗျာန်းအလုပ်နှင့် အိပ်ငိုက်ခြင်း
 ကုသာ ဗျာမိတ်တော်ကြေား ဘုရား(၂၄)ဆူ
 ကုသာ အုပ်ဖွဲ့လှသား မြတ်ဘုရား
 ကုသာ ပဋိစ္စသမ္မပါမ်နှင့် စိဟသုနာ
 ကုသာ ယောဂါပ္ပန္နလှပိရမည့် အကျဉ်းအချင်းများ
 ဤသာ ကဗျာဗျာန်းဆေရာ
 ဤသာ တော်မြို့မှ သာသုနာ
 ဤသာ ခါနအခြေခံတဲ့ သမထတိဟသုနာ
 ဤသာ စိုက်နှင့်တိသုနာ
 ဤသာ မြတ်ပုဒ္ဓ၏ လောကဝိယလမ်းစဉ်
 ဤသာ သာသုနာပြုခွင့်အားစု
 ဤသာ လူဆိုးလူမိုက်
 ဤသာ သမုဒ္ဓရာ ဝမ်းတစ်ထွာ
 ဤသာ ဗျာ၏အဆုံးအဖက် လက်ဆင့်ကမ်းခြင်း
 ဤသာ သုတေသနရာတုနာ ကိုးကွဲပွဲရာ
 ၁၀၀၁။ ပါရမိပုရိပိ အမှတ်တဲ့ဆိပ်များ
 ၁၀၀၃။ အာနာပါနသုတိသုတ်အနှစ်ချုပ်
 ၁၀၀၅။ ယယဟင်းကြီးရဲ့ ဆုံး
 ၁၀၀၆။ စံထားရမည့် ကိုယ်ကျင့်တရားရှိသူများ
 ၁၀၀၇။ ပိုးလာသည့်အာရုံများနှင့် ရွှေးရမည့်စိဟသုနာတရား
 ၁၀၀၈။ ဓမ္မသံဝေါနှင့် ဘဝဆည်းဆာ

၁၀၆။ ဆင်းရဲမွှေတော့ လျှော့ချေား
၁၀၇။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမန်းအညီ နေထိုင်ခြင်း
၁၀၈။ ဗုဒ္ဓစွမ်းအား ဉာဏ်ဆယ်ပါး
၁၀၉။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်များ နေစဉ်ဘဝမှာ နေထိုင်ကြေား
၁၁၀။ မွေးနှေ့လက်ဆောင်
၁၁၁။ သောတာပန်၏ ဘဝရပ်ပုံလွှာ
၁၁၂။ တပည့်များလေးတေးမြတ်နီးတဲ့ဆရာ
၁၁၃။ ရင်းနီးမြှုပ်နှံခြင်း
၁၁၄။ ကံကြော၏ ရပ်ပုံလွှာများ
၁၁၅။ ဆဆက္က အေသာနာနှင့် ဓမ္မဝိဟသာနာ
၁၁၆။ ဉာဏ်ပို့ညာ
၁၁၇။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ကျေးဇူး အထူးပေးဆပ်ခဲ့သူ
၁၁၈။ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ရန် အခြေခံတရား
၁၁၉။ သရွေအေသာ ဓမ္မစကြာ
၁၂၀။ အားကိုးခြင်း
၁၂၁။ သရွေဓမ္မပတ်ရှုပကသုတ် အနှစ်ချုပ်
၁၂၂။ အတွေ့ဟိတ နှင့် ပရဟိတ
၁၂၃။ အသက်ရှုည်လေ ဂိကောင်းလေ
၁၂၄။ မိဘနှင့်သားသမီးအကြား မှန်ကန်သောအမြှင်များ
၁၂၅။ အများအတွက် သံယာတော်တို့၏ဆောင်ရွက်ချက်
၁၂၆။ သလျော့သုတ်အနှစ်ချုပ်

၁၂၁။ ကောသလအိပ်မက်နှင့်ယန္တကျွော
၁၂၂။ ပီယတော အယတော သောကော
၁၂၃။ ဆရာမြတ်ကို ဆည်းကပ်ရမည့်အခါ
၁၂၄။ ဓမ္မတောဝန်
၁၂၅။ ဥပုသ်သည်တို့၏ ဓကားစိုင်း

