



# တိပိဋကယောဆရာတော်

## သတိတိုင်စွဲ နှုတ်ဆတ်ပွဲ



တိပိဋကဓမ္မလက်ဆောင်(၅၉)

(ယောဆရာတော်၏ တိပိဋက ငွေရတုလက်ဆောင်)

တတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန

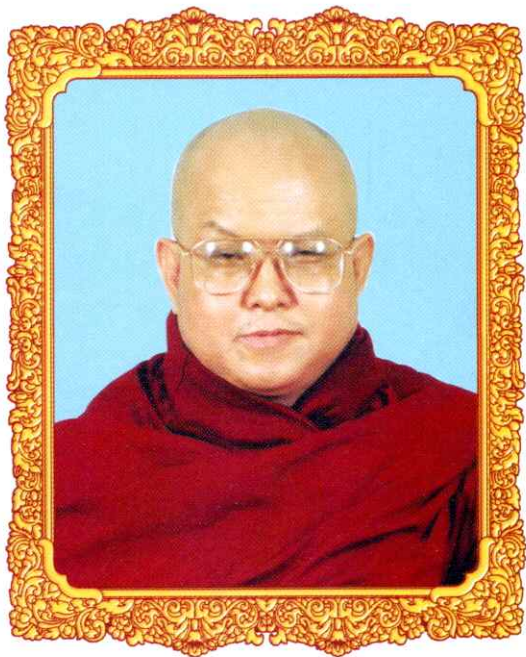
အုပ်ရေး (၁၀၀၀၀)

သာသနာ ၂၅၅၅ ကောဇာ ၁၃၇၃-နှစ်၊ နယုန်လ ၁ရက် ၂၀၁၁-ခု၊ ဇွန်လ

## သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

- လူ့တစ်သက်မှာ၊ ခဏသာ၊  
လွန်စွာ တိုတောင်းလှ။
- အသက်ဆုံးကာ၊ သေသောအခါ၊  
ဆိုင်တာ ထားခဲ့ရ။
- လူ့တစ်သက်တာ၊ စုထားပါ၊  
ပိုင်တာ ပါသွားကြ။
- သတိဉာဏ်ကူ၊ အပူနှုတ်ကာ၊  
အေးတာကိုဆက်၊ ရှေ့ကိုတက်၊  
နှုတ်ဆက်သူတွေ စိတ်အေးရ။
- သတိကိုင်စွဲ၊ နှုတ်ဆက်ပွဲ၊  
ထူးကဲ အမြတ်ရ။
- သတိကိုပြု၊ ငွေရတု၊  
ကောင်းမှု တိုးပွားရ။

တိပိဋကယောဆရာတော်



အရှင်သိရိန္ဒာဘိဝံသ (ယောဆရာတော်)

တိပိဋကဓရ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက

# တိပိဋကယောဆရာတော် ၏ သဝီကိုင်စွဲ နှုတ်သက်ပွဲ



တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၅၉)

(ယောဆရာတော်၏ တိပိဋက ငွေရတနာလက်ဆောင်)

တတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန  
အုပ်ချုပ် (၁၀၀၀၀)

စာအုပ်

၂၂၂

ကဏ္ဍ

၁၉၇၃-၇၄ နှစ်

၁၉၇၃

၂၂၁-၃၃၆ နှစ်

### ပုံနှိပ်စုတ်တမ်း

- စာမူပုံနှိပ်ချက်အမှတ် - ၃၂၀၆၇၉၀၉
- မူက်နှုန်းပုံနှိပ်ချက်အမှတ် - ၃၂၀၂၆၁၀၉
- ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ခင်အေးမာ (၀၆၀၂၄)  
 ရုတ်သီပုံနှိပ်တိုက်  
 အမှတ်- ၅၊ ဇမ်း- ၃၀၊  
 ဖမ်းဘဲတန်း၊ မြို့နယ်၊ ရန်ကင်းမြို့  
 ရပ်၊ - ၀၉၅၀၂၇၅၊ ၀၉၄၉၂၀၂၇၀
- ထုတ်ဝေသူ - ဦးကျော်ဟင်း (ယုံကြည်ချက်စာပေ)
- အုပ်စု - ၁၀၀၀၀
- တန်ဖိုး - ဓမ္မဒိန္န
- အကြိမ် - တတိယအကြိမ်

ထုတ်ဝေသည့်စာအုပ် ကတ်တလောဂျာနယ်အညွှန်း (CIP)

မောဆရာတော် ၊ ဖိစိရက	၂၀၇
ထပ်ကိုင်ခွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ / ဖိစိရက မောဆရာတော် ၊ ရန်ကင်း	
ယုံကြည်ချက်စာပေ ၊ ၂၀၀၉ ၊	
ဝင် - စ ၊ ၉ * ၅ x ၁၂ စင်တီ ၊	
(၁) ထပ်ကိုင်ခွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ	

## မာတိကာ



၁။ သတိကိုပြု ငွေရတု	၁
၂။ ကောင်းမှုကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ	၉
၃။ မသွားဘဲနီးတာ သုသာန်	၁၅
၄။ ရထားတွဲ ထွက်ပြီ	၂၃
၅။ သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ	၂၉

တိပိဋက ယောဆရာတော် ၏  
သင်္ဂဟိတိပိဋက နှစ်ဆရာတော်

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၅၉)



နမော အရဟတော

၁။ သတိတိပိဋက ငွေရတု

သတိမတော သဒါ ဘဒ္ဒံ၊ သတိမာ သုခမေတိ။

(သံ-၁-၂၁၀)

၂

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

- ✿ စိတ်အစဉ်ထဲ၊ သတိစွဲ၊  
အမြဲကောင်းမြတ်ပါ။
- ✿ စိတ်အစဉ်တွင်း၊ သတိသွင်း၊  
ချက်ချင်း စိတ်ချမ်းသာ။
- ✿ ရလာသမျှ၊ တစ်ခဏ၊  
မှချကုန်ရမှာ။
- ✿ သူနှုတ်သွားလျှင်၊ သတိဝင်၊  
စွမ်းအင်ဆက်ပေးရာ။
- ✿ သတိဉာဏ်ကူ၊ အပူနှုတ်ကာ၊  
အေးတာကိုဆက်၊ ရွှေ့ကိုတက်၊  
နှုတ်ဆက်မင်္ဂလာ။
- ✿ သတိကိုပြု၊ ငွေရတု၊  
ကောင်းမှုတိုးပွားလာ။



❖ သတိကိုင်းစွဲ၊ နှုတ်ဆက်ပွဲ၊

အမြဲအေးချမ်းပါ။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးက ၁၃၄၆-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလ၊ အသက် ၄၂-နှစ်၊ သိက္ခာ ၂၃-ဝါ အရွယ်မှာ တိပိဋကစာမေးပွဲ အာဂုံ၊ ရေးဖြေ ၂-မျိုးလုံး ပြီးခဲ့တာပါ။ မင်းကွန်းဆရာတော်ကြီးနှင့် တိပိဋကပြီးတဲ့အရွယ်ချင်း အသက်ရော သိက္ခာပါ အတူတူပါပဲ။ ယခု ၁၃၇၁-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလ၊ အသက် ၆၇-နှစ်၊ သိက္ခာ ၄၈-ဝါအရွယ်မှာ ၂၅-နှစ်တိတိ ပြည့်ပါပြီ။ ငွေရတုပေါ့။ ၆၇-နှစ်ဆိုတော့ ၆--က=သ၊ ၇--က=တိ ဖြစ်လို့ သတိနှစ်ပဲ။ “သတိကိုပြု ငွေရတု” လို့လဲ ဆိုနိုင်ပြန်တယ်။ သူ့ဟာသူ

သူ့အလိုအလျောက် ကြံကြိုက်တိုက်ဆိုင်  
လာတာကိုး။

ရှုပ်အိုတော့ မလဲရအောင် တုတ်တောင်  
ဇေးကိုင်ရသလို အဆင်းအတက်တွေမှာ  
မချော်ရ မလိမ့်ရအောင် လက်ကိုင်တန်းကို  
မြဲမြဲကိုင်ပြီး ဆင်းရဲ တက်ရသလို စိတ်မယိုင်  
ရအောင်လဲ သတိတုတ်တောင်ဇေးကို အမြဲ  
စွဲကိုင်ထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ထဲ အမြဲ  
ထည့်ထားရမှာက သတိပါ။ စိတ်ထဲ သတိရှိ  
နေသလောက် စိတ်ငြိမ်တယ်။ ဉာဏ်ပွင့်တယ်။  
လာဘ်မြင်တယ်။ ဘာလုပ်လုပ် ရလဒ်  
အကောင်းပေါ်ထွက်တယ်။ ဘာရရ ဘာရှိရှိ  
ဘာတွေ့တွေ့ လာဘ်မြင်တော့ အားကိုးစရာ

သတိကိုင်ခွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၅

အကောင်းပေါ်အောင် ဖော်ထုတ်နိုင်တယ်။  
အဆိုးပေါ်လာရင်တောင်မှ အကောင်းဖြစ်  
အောင် ဖန်တီးယူတတ်ပါတယ်။

စိတ်ထဲ သတိသွင်းလိုက်တာနဲ့ ကိလေ  
သာ အပူ အရှုပ် အညစ်တွေ ကင်းသွားတာ  
ဖြစ်လို့ ချက်ချင်းလက်ငင်း စိတ်ချမ်းသာရပါ  
တယ်။ သတိဆိုတာ ကိလေသာဆိုတဲ့ အပူ  
အရှုပ် အညစ်တွေနဲ့ ရှောင်တိမ်းဖယ်ရှားပေး  
တဲ့တရားပဲ။ ကိလေသာနဲ့ ရှောင်တိမ်းနိုင်ရင်  
ဒုက္ခဆင်းရဲအပေါ် ဉာဏ်နဲ့ အနိုင်ယူလွှမ်းမိုး  
နိုင်တာဆိုတော့ ချမ်းသာအောင် နေတတ်  
တော့တာပေါ့။

ကိုယ့်မှာ ကောင်းမှုကလွဲလို့ ပိုင်တာ

ဘာတစ်ခုမှ မရှိတာကြောင့် ဘာရရ ဘာရှိရှိ  
 ကန့်သတ်ချိန်စေ့ရင် ဘာမဆို ကုန်သွားမှာ  
 ချည်းပဲ။ နှုတ်သွားမှာချည်းပဲ။ အမြဲဆုပ်ကိုင်  
 ထားလို့ရတာ ဘာမှမရှိပါဘူး။ ရေစီးနေတဲ့  
 မြစ်ကြီးတစ်ခုကို ကြည့်နေရသလို တစ်လှုပ်  
 လှုပ် တစ်ဖြုတ်ဖြုတ်နဲ့ မရပ်မနား အမြဲနှုတ်  
 ယူသွားနေကြပါတယ်။ ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တဲ့ သက်  
 မဲ့သက်ရှိ အရာတွေအားလုံး လောလောဆယ်  
 ကိုယ့်လက်ထဲမှာရှိနေပေမယ့် အချိန်နှင့်ထပ်  
 တူ ကိုယ့်ဆီက တစ်စတစ်စ ခွဲခွာနေကြပါ  
 တယ်။ နှုတ်နေကြပါတယ်။ ရေစီးနေတဲ့မြစ်  
 ထဲမှာ ရေအမြဲရှိနေပေမယ့် ရေအားလုံး ဘယ်  
 ရေမှရပ်မနေပဲ မြစ်ထဲက အမြဲခွဲခွာသွားနေ

သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၇

ကြတာပဲမဟုတ်လား။ အဆက်မပြတ် အစား  
ထိုးနေလို့ အမြဲရှိနေတာပဲ။

ကိုယ်နှင့်ဆိုင်တာတွေ နှုတ်သွားတိုင်း  
စိတ်ထဲမှာ သတိဖော်ပြီး အားကိုးစရာ တရား  
အကောင်းတွေနဲ့ဆက်ပေးနိုင်အောင် ကြိုးစား  
ပေးရမယ်။ ဘာမှမရပ်တော့ ခဏစေ့တိုင်း  
အားလုံး နှုတ်သွားကြလိမ့်မယ်။ နှုတ်တိုင်း  
ဆက်ပေးဖို့က ကိုယ်အလုပ်ပဲ။ ဘာတွေပဲ  
ကုန်ကုန် ဘာတွေပဲနှုတ်နှုတ် ကိုယ်မှာ  
အားကိုးစရာတရား ကျန်နေခဲ့ရင် ပြီးတာပဲ  
မဟုတ်လား။ မကုန်ရ မနှုတ်ရအောင် ဘာကို  
မှ ကိုယ်က တားနိုင်စွမ်းမရှိတော့ ကိုယ်စွမ်း  
နိုင်တဲ့ နှုတ်သွားတိုင်း အနှုတ်နောက်က

၈

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

အကောင်းတရားနဲ့ ဆက်ပေးတဲ့အလုပ်ကိုပဲ  
လုပ်ပေးရုံပေါ့။ မဖြစ်နိုင်တာကို တောင်တ  
မနေတော့ပဲ ဖြစ်နိုင်တာကိုပဲ လုပ်ရုံပေါ့။

သတိဉာဏ်ကူရင် ဘာပဲနှုတ်နှုတ် နှုတ်  
သွားတိုင်း ကောင်းမှုတရားနဲ့ ဆက်နိုင်တာ  
ဖြစ်လို့ အမြဲအေးချမ်းရမှာပါ။





## ၂။ ကောင်းမှုတိုင်း၌ နှုတ်ခတ်ပွဲ

- ✿ ဆွေမျိုး-ဥစ္စာ၊ အတတ်မှာ၊  
ခန္ဓာနှုတ်ထားခဲ့ရသည်။
- ✿ ကုသိုလ်အစု၊ ကောင်းမှုများစွာ၊  
တရားသာ၊ ဝိုင်တာဆက်၍ ယူခဲ့သည်။
- ✿ မဝိုင်တာပျက်၊ ဝိုင်တာဆက်၊  
ဤဖက်ဘဝ ရောက်လာသည်။

- ✿ ဆွေမျိုး-ဥစ္စာ၊ အတတ်မှာ၊  
ခန္ဓာနှုတ်ထားခဲ့ရမည်။
- ✿ ကုသိုလ်အစု၊ ကောင်းမှုများစွာ၊  
တရားသာ၊ ပိုင်တာဆက်၍ယူသွားမည်။
- ✿ မပိုင်တာပျက်၊ ပိုင်တာဆက်၊  
ဟိုဖက်ဘဝ သွားရမည်။
- ✿ နိဗ္ဗာန်ကိုရှု၊ ကောင်းစွာပြုသည်၊  
ကောင်းမှုကိုင်စွဲ၊ နှုတ်ဆက်ပွဲ၊  
အမြဲရဲရင့် အေးချမ်းသည်။

ဘဝဆိုတာ ဘူတာပါပဲ။ ဘူတာဟာ  
ရထားအမြဲရပ်တဲ့နေရာ မဟုတ်ဘူး။ နှုတ်  
ဆက်ရုံပဲ။ ဆင်းမယ်ခရီးသည်ကို နှုတ်ချ  
ထားခဲ့တယ်။ လိုက်မယ်ခရီးသည်ကို ဆက်



သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၁၁

ခေါ်သွားတယ်။ ဘဝဆိုတာလဲ အမြဲနေရမယ့်  
နေရာမဟုတ်ဘူး။ နှုတ်ဆက်ရုံပဲ။

အတိတ်ဘဝဘူတာကနေ ယခုပစ္စုပ္ပန်  
ဘဝဘူတာကို နှုတ်ဆက်လာခဲ့ရတာပဲ။ ဒီအခါ  
သေ ဓားပြ ၃-ယောက် ပေါင်းတိုက်တာ ခံခဲ့ရ  
လို့ ဆွေမျိုးတွေနှုတ်ထားခဲ့ရတယ်။ တစ်  
ယောက်မှ ဒီဖက်ကို ခေါ်လာခွင့်မရှိဘူး။ ရှာဖွေ  
စုဆောင်းခဲ့သမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာအားလုံးလဲ အကုန်  
နှုတ်ထားခဲ့ရတယ်။ ဒီဖက်ကို ဘာတစ်ခုမှ  
ယူလာခွင့်မရှိဘူး။ လေ့လာသင်ယူတတ်  
မြောက်ခဲ့သမျှ အတတ်ပညာအားလုံးလဲ  
အကုန်နှုတ်ထားခဲ့ရတယ်။ ဒီဖက်ကိုယူမလာ  
ခဲ့နိုင်လို့ ဒီဖက်ရောက်တော့ ဖွားလာတဲ့အခါ

အအ၊ အန၊ ဗလာသုည ဖြစ် သွားတာပေါ့။

အရင်ဘဝက ပြုပြင်ကျွေးမွေး စောင့်ရှောက်ခဲ့ရတဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကြီးလဲ မြေမြှုပ်ဖို့ မီးရှို့ဖို့ နှုတ်ထားပစ်ခဲ့ရတယ်။ အဟောင်းနှင့် အသစ်လဲပြီး ဒီဘဝရောက်လာတာပါ။ ဓါးပြ ၃-ယောက်တိုက်တာခံခဲ့ရလို့ နှုတ်ပြီးချန်ထားခဲ့ရပါတယ်။ နှုတ်ထားခဲ့ရတယ်ဆိုပေမယ့် ဒီအတိုင်းထားခဲ့ရတာမဟုတ်ဘူး။ အချိန်တန်တော့ အားလုံးချုပ်ပျောက် ပျက်စီးကုန်တာပါ။ အတိတ်ကပြုလုပ်စုဆောင်းခဲ့တဲ့ ကောင်းမှုတရားကတော့ အိုနာသေ ဓားပြ ၃-ယောက် အတိုက်မခံခဲ့ရလို့ တိုက်လဲ မတိုက်နိုင်လို့ ဒီဖက်ကို သတ္တိအနေနဲ့ ဆက်ပါလာခဲ့တယ်။

သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၁၃

အနှုတ်တွေနောက်က ကောင်းမှုနဲ့ဆက်ခဲ့နိုင်  
လို့ ဒီလူ့ဘဝရောက်လာရတာပါ။

ရှေးရှေးအတိတ်ဘဝ များစွာတုန်းကလဲ  
ဒီလိုပဲ နှုတ်ပြီးဆက်ခဲ့ရတာချည်းပါ။ ဒီဘဝ  
ဘူတာကနေ နောက်ဘဝဘူတာသွားတော့လဲ  
ဒီလိုပဲ နှုတ်ဆက်သွားရဦးမှာပဲ။ ဆွေမျိုးတွေ၊  
ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ၊ တတ်ပြီသား အတတ်ပညာ  
တွေ၊ ဥတုဇ ရုပ်ကလပ်ခန္ဓာတွေ မပိုင်တော့  
နှုတ်ထားခဲ့ရမယ်။ ချုပ်ပျက်ကုန်ကြမယ်။  
ပိုင်တဲ့ကောင်းမှုသတ္တိကိုပဲ ဆက်ယူသွားရမယ်။  
နောက်ထပ် နိဗ္ဗာန်မရမချင်း ဘဝတိုင်းလဲ  
နှုတ်လိုက်ဆက်လိုက်နဲ့ သွားနေရမှာပဲ။ ဘယ်  
ဘဝမှာမှ အတည်တကျနေရမှာ မဟုတ်ဘူး။

၁၄

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

နိဗ္ဗာန်ဦးတည်ပြီး ဉာဏ်နဲ့ပြုလုပ်စုဆောင်းထား  
တဲ့ ပါရမီကောင်းမှုအစစ်နဲ့ ဆက်နိုင်အောင်  
သတိထားကြိုးစားနေဖို့ပဲ။





## ၃။ မသွားဘဲနိုးတာ သုသာန်

- ❁ သေခြင်းတရား၊ မရောက်ငြားသည့်၊  
အများသတ္တဝါ၊ မရှိပါ၊  
နိုးလာသေဖို့ရက်။
- ❁ မသွားဘဲသာ၊ နိုး၍လာ၊  
မှန်စွာ သုသာန်ဖက်။
- ❁ သွားပါသော်လဲ၊ ဝေးနေမြဲ၊  
ချွတ်လွဲ နိဗ္ဗာန်တွက်။

- ✽ ခန္ဓာရသမျှ၊ သေဆုံးရ၊  
မုချ ကောန်ပျက်။
- ✽ မပိုင်နှုတ်ထား၊ ပိုင်တရား၊  
ယူသွား ရှေ့ကိုဆက်။

ဘယ်သူ့ခန္ဓာပဲဖြစ်ဖြစ် ခန္ဓာဆိုတာ မခိုင်မြဲတဲ့ အပျက်မျိုး၊ အသေမျိုးဆိုတော့ အားလုံး ပျက်ရသေရမှာချည်းပဲ။ အသေလွတ်သူရယ်လို့ ရှေးကလဲ မရှိခဲ့ဖူးဘူး။ ယခုလဲ မရှိပါဘူး။ နောင်လဲ ဘယ်တော့မှ ရှိမှာမဟုတ်ပါဘူး။ ခန္ဓာရှိနေသမျှ သေဆုံးပျက်စီးရမှာ ချည်းပဲ။ သေရမယ်ဖက်ကိုပဲ တစ်ရက်ထက် တစ်ရက် တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် နီးနီးလာနေပါပြီ။ လောကမှာ မသွားပဲ အလိုလိုနီးတာ

သတိကိုင်းစွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၁၇

ဟာ သုသာန်ပဲရိုတယ်လေ။ ရပ်ပဲနေနေ၊  
နောက်ပဲ ပြန်သွားသွား၊ ကြောက်လို့ပဲ ထွက်  
ပြေးပြေး ခန္ဓာကတော့ သေခြင်းတရားနှင့်  
အမြဲနီးနေမှာပဲ။

မသွားဘဲနီးတာဟာ သုသာန်ဖြစ်သလို  
သွားရက်သားနဲ့ဝေးနေတာဟာ နိဗ္ဗာန်ပဲ။  
မောဟအမှောင်မကင်းသေးတော့ သွားရင်း  
သွားရင်းနဲ့ ဝေးဝေးသွားတတ်တယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို  
ဦးတည်ထားတာတောင်မှ မောဟအမှောင်  
ကြောင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ကောင်းတဲ့  
အလုပ်ကို စတောင် မစဖြစ်ပဲ လမ်းစပျောက်  
လို့လဲ နေတတ်တယ်။ စထားရင်တောင်  
သတိလွတ်လို့ မှောင်ကျပြီး လမ်းပျောက်လို့

လဲ သွားတတ်တယ်။ တော်တော်နဲ့ ပြန်မစ  
 ဖြစ်ပဲနေတတ်တယ်။ သွားရင်းနဲ့ လမ်းချော်  
 နေတတ်တယ်။ သွားနေရင်း လမ်းပျောက်  
 တတ် လမ်းချော်တတ်တာကြောင့် နိဗ္ဗာန်ဟာ  
 သွားရင်း ဝေးနေတတ်တဲ့တရားပါ။

ခန္ဓာရှိရင် သေခြင်းတရားဟာ ရှောင်တိမ်း  
 လို့ လုံးဝမရနိုင်တာကြောင့် ကောက်ရင်ဆိုင်  
 တွေ့ကြုံရမှာပါ။ မသေဖို့ ကြိုးစားရမှာမဟုတ်  
 ပဲ မသေခင် ဘဝခန္ဓာအနစ်ကို အမြန်ထုတ်  
 ယူဖို့သာ ကြိုးစားနေရမှာပါ။ ခန္ဓာကို ပြုပြင်  
 ကျွေးမွေး စောင့်ရှောက်နေတာဟာ မသေဖို့  
 မဟုတ်ဘူး။ မသေခင် အသုံးချဖို့ ဘဝအနစ်  
 ထုတ်ဖို့သာဖြစ်တယ်။ တစ်နေ့တာ မောင်းလို့



သတိကိုင်းစွဲ နှစ်ဆက်ပွဲ

၁၉

ရအောင် မော်တော်ကားထဲ စက်ဆီ၊ ဓာတ်ဆီ ထည့်ပေးရသလိုပဲပေါ့။ မော်တော်ကား အလှ ကြည့်ဖို့ ဆီထည့်တာမဟုတ်ဘူးလေ။ မောင်း ဖြစ်ရုံ သုံးလို့ဖြစ်ရုံ ထည့်ပေးနေတာပါ။ ကား ပျက်တော့ သုံးဖြစ်အောင်ပြန်ပြင်ရသလို ခန္ဓာ မကျန်းမာတော့လဲ သုံးဖြစ်ရုံပြန်ပြင်ရတာပဲ။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးက ၆၇-နှစ်ဆိုတော့ အကြောင်းဖောက်ပြန်ရင် အချိန်မရွေး သေ သွားနိုင်တဲ့ တတိယအရွယ် ရောက်နေပါပြီ။ ဘာလုပ်လုပ် ကုသိုလ်ရအောင်လုပ်ရင်း သေဖို့ ပြင်ဆင်နေရမယ့်အချိန်ပါ။ မရဏသေမင်း လာခေါ်ရင် အဆင်သင့် စွမ်းအားအပြည့်နဲ့ လိုက်သွားနိုင်အောင်ပေါ့။

(၁) ပစ္စုန်ပွန်တိုင်း ဘာနှင့်တွေ့တွေ့ သတိ ဉာဏ်နဲ့ စိတ်ချမ်းသာအောင် ပြုပြင်နေတတ် ရမယ်။

(၂) ကိုယ်အား၊ ဉာဏ်အား၊ ပစ္စည်းအားနဲ့ သဒ္ဓါ၊ မေတ္တာ၊ ပညာရှေ့ထားပြီး အများလှ အောင် ဆင်ပေးနိုင်ရမယ်။

(၃) ဘဝကူးစိတ်အေးရအောင် တရားစုထား ရမယ်။ ကျန်ရစ်ခဲ့တဲ့သက်မဲ့သက်ရှိတွေအပေါ် မှာလဲ မတွယ်တာမစွဲလန်း၊ ရောက်ရှိမယ့်ဘဝ အတွက်လဲ မကြောက်လန့်ရပဲ ရဲရဲရင့်ရင့် အသေတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ရှောင်လွှဲ လို့မရနိုင်တော့ ရဲအောင်ပဲ ကြိုးစားရမှာပါ။ ရဲတဲ့အခါ မျက်ကန်းတစ္ဆေမကြောက်ဆိုတာ

သတိကိုင်းစွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၂၁

မျိုးလို မမြင်လို့ မကြောက်တာက ဘာမှ တန်ဖိုးမရှိပါဘူး။ မကြောက်ရမယ့် တရားစွမ်းအားရှိနေလို့ မကြောက်တာ၊ ရဲရင့်တာကပဲ အဖိုးတန်ပါတယ်။

သီးသန့်ကောင်းမှု လုပ်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နေ့စဉ် ခန္ဓာနဲ့ဆက်စပ်တဲ့အလုပ် မကင်းနိုင်တဲ့ အများအလုပ်ကိုလုပ်ရင်း ကောင်းမှုဘောင်ဝင်အောင်လုပ်တာပဲဖြစ်ဖြစ် မသေရာနိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်တဲ့ မသေကြောင်းကောင်းမှုဖြစ်အောင် သတိထားကြိုးစားရမှာပါ။ ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့်တွေ့ကြုံနေတော့ ဦးတည်ချက်၊ လမ်းကြောင်း၊ အစီအစဉ်ကိုသိခွင့်ရနေပြီပဲ။ မောဟအမှောင်ထုက အလွန်ထူလွန်းနေတာကြောင့် ကုသိုလ်

၂၂

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

လုပ်တိုင်း မောဟအမှောင်ထုကို ထိုးဖောက်  
 နိုင်လောက်အောင် နက်နဲထက်မြက်တဲ့ဉာဏ်  
 ကို အထူးလိုအပ်လှပါတယ်။ သတိ ဝီရိယ  
 အထူးစိုက်ရမယ်ပေါ့။ မခိုင်မာတာတွေပျက်လို့  
 နှုတ်ထားခဲ့ရပေမယ့် ခိုင်မာတဲ့ကောင်းမှုတရား  
 စွမ်းအားတွေနဲ့ ဆက်ပေးနိုင်ရင် စိတ်အေးရ  
 ပြီပဲ။ ကောင်းမှုတရား များများဆက်ပေးနိုင်  
 ရင်တော့ သေခါနီးလေ အားရှိလေပဲ ဖြစ်ရမှာ  
 ပါ။ မပိုင်တာတွေဟာ ပိုင်တာတွေအတွက်  
 ငြမ်းလှေကားပဲ ဖြစ်ရမယ်လေ။





## ၄။ ရထားတွဲ တွက်ပြီ

- ✻ ဘဝခန္ဓာ၊ သံသရာ၊  
မောင်းလာ ရထားတွဲ။
- ✻ လူ၏ဘူတာ၊ ဆိုက်ရောက်လာ၊  
ရပ်မှာ ခထာပဲ။
- ✻ အချက်ပေးကာ၊ ဆို၍နာ၊  
မှတ်ပါ ဥဩဆွဲ။

- ✽ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ၊ တင်စရာ၊  
မှီရာ မိအောင်ဆွဲ။
- ✽ အချိန်စေ့ကာ၊ သေသောအခါ၊  
ထွက်ခွာရထားတွဲ။
- ✽ ကျန်ရစ်သမျှ၊ ထားခဲ့ရ၊  
လက်ပြန်ဆက်ပွဲ။

ခန္ဓာရထားတွဲ မောင်းလာလိုက်တာ  
လူ့ဘဝဘူတာမှာ ဆိုက်ရောက်နေတယ်။  
ခဏပဲ ရပ်မှာပါ။ နှုတ်ဆက်ရုံပေါ့။ မကြာခင်  
ဒီဘူတာကနေ ပြန်ထွက်ခွာသွားတော့မှာပါ။  
အိုခြင်း နာခြင်းဆိုတဲ့ အချက်ပေးဥဩ ၂-  
ချက် ဆွဲနေပါပြီ။ “ဒီဘူတာကနေ ရထားတွဲ  
ထွက်တော့မယ်နော်၊ မသိမရှိရအောင် အချက်

သတိကိုင်စွဲ နှုတ်သက်ပွဲ

၂၅

ပေးနေပါတယ်။ ကိုယ်ပိုင်တာတွေ မကျန်ရ  
အောင် အမြန်တင်ထားကြ။ ဟိုဟာကျန်  
ဒီဟာကျန်နဲ့ အားငယ်နေရဦးမယ်။ ရထား  
တွဲက ဘယ်သူ့ကိုမှ စောင့်ဆိုင်းမပေးနိုင်ဘူး  
နော်။ မှီအောင်ကြိုးစားတင်ကြ” လို့ အိုခြင်း  
နှင့်နာခြင်းက အချက်ပေးဥဩဆွဲနေတယ်။

လူ့ခန္ဓာ သိပ်တာဝန်ကျေတယ်။ လူ့တစ်  
ဘဝလုံးရဲ့အနှစ်ချုပ်က ကောင်းမှုတရား တစ်  
မျိုးတည်းပဲရှိတာဆိုတော့ ဘဝအနှစ် အမြန်  
ထုတ်နိုင်ပေးရေးအတွက် အိုခြင်း နာခြင်းက  
မမေ့ရအောင် အမြဲသတိပေးနေတယ်။ မြန်နိုင်  
သမျှမြန်ဖို့ တွန်းအားပေးနေတယ်။ အိုခြင်း  
နာခြင်းကို သတိဉာဏ်လက်ထဲ ထည့်ပေးနိုင်

သူတွေ ဘယ်သူမှ တရားမမေ့ရဲကြဘူး။  
 ကုသိုလ်လက်မလွှတ်ရဲကြဘူး။ မရဏဥဩ  
 ရှည်ဆွဲလို့ ရထားတဲ့ ထွက်ခွာသွားတာနဲ့  
 ကိုယ်ပိုင်တရားတွေ အဆင်သင့် ပြည့်စုံနေ  
 အောင် ကြိုတင်ပြီး တင်ထားကြတယ်။ ကြိုး  
 စားပြုလုပ်ထားကြပါတယ်။ ဒီလိုခြင်း နာခြင်း  
 ဟာ အခံရခက်လို့ မကောင်းပေမယ့် သူတို့  
 ကြောင့် ကုသိုလ်တရား မမေ့ရဲတာပါ။

ဟော . . . မရဏဥဩရှည်ဆွဲပြီးဆိုရင်  
 ဒီဘဝဘူတာကနေ ခန္ဓာရထားတဲ့ထွက်တော့  
 တာပဲ။ ရထားတဲ့ထွက်တာနဲ့ ကျန်ရစ်တဲ့  
 ဆွေမျိုးတွေကို နှုတ်ဆက်ထားခဲ့တယ်။ အပူ  
 ကိုနှုတ်လို့ အအေးနဲ့ဆက်တဲ့ တရားနှုတ်



သတိကိုင်ခွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၂၇

ဆက်တာမျိုးတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ တရား  
သဘောနဲ့ နှုတ်ခွန်းဆက်ခဲ့တာပါ။ “ဟေ့...  
ငါ့ဆွေမျိုးတွေ အားလုံးနေခဲ့ကြတော့ဟေ့၊  
သင်တို့နှင့်ငါ တွေ့ဆုံခွင့်ဟာ ဒါပဲ၊ ဒီလောက်ပဲ၊  
သင်တို့ကို ငါချစ်ပေမယ့် ခေါ်သွားလို့မဖြစ်  
တာကြောင့် အားလုံးနေခဲ့ကြတော့” တဲ့။

ကျန်ရစ်ခဲ့တဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာအားလုံးကိုလဲ  
တရားသဘောနဲ့ နှုတ်ခွန်းဆက်ထားခဲ့တယ်။  
“ဟေ့— ငါတစ်သက်လုံး ရှာဖွေစုဆောင်းခဲ့  
သုံးစွဲခဲ့တဲ့ ပစ္စည်းတွေအားလုံး နေရစ်ခဲ့ကြ  
တော့ဟေ့၊ သင်တို့နှင့်ငါ ဆိုင်ခွင့်ဟာ ဒါပဲ၊  
ဒီလောက်ပဲ၊ ကျန်ရစ်သူတွေ ဝေသုံးကြတော့၊  
သင်တို့ကို ငါပိုင်ဖို့မပြောနဲ့၊ ဆိုင်တောင်မဆိုင်

တော့ဘူး။ ဒီပစ္စည်းတွေကိုသုံးချင်ရင် ငါ့ဆီကို အကြောင်းကြားဖို့လဲ မလိုတော့ဘူး။ ငါနှင့် တိုင်ပင်နေဖို့လဲ မလိုတော့ဘူး။ ကျန်ရစ်သူ တွေ သဘောအတိုင်းပဲ” တဲ့။ အသက်ထင် ရှားရှိစဉ်တုန်းကတော့ ပိုင်တဲ့ပစ္စည်းတွေ ပေါ့ လိုက်တာ။ မရထည့်သြရည်ဆွဲလို့ ဒီဘူတာ ကနေ ခန္ဓာရထားတွဲထွက်ခွာသွားပြီလဲဆို ရော၊ ပိုင်တာမပြောနဲ့တော့၊ ဆိုင်တာတောင် မကျန်ခဲ့တော့ဘူးဆိုပဲ။ ဉာဏ်နဲ့တွေးကြည့်ရင် သံဝေဂဖြစ်စရာကြီးပေါ့။





## ဓမ္မသင်္ဂဟိတိန္ဒြေ နှစ်ဆယ်ပွဲ

- ✽ လူ့တစ်သက်မှာ၊ ခဏသာ၊  
လွန်စွာ တိုတောင်းလှ။
- ✽ အသက်ဆုံးကာ၊ သေသောအခါ၊  
ဆိုင်တာ ထားခဲ့ရ။
- ✽ လူ့တစ်သက်တာ၊ စုထားပါ၊  
ပိုင်တာ ပါသွားကြ။

❖ သတိဉာဏ်ကူ၊ အပူနှုတ်ကာ၊  
 အေးတာကိုဆက်၊ ရှေ့ကိုတက်၊  
 နှုတ်ဆက်သူတွေ စိတ်အေးရ။

❖ သတိကိုင်စွဲ၊ နှုတ်ဆက်ပွဲ၊  
 ထူးကဲအမြတ်ရ။

ကျန်ရစ်သူတွေကလဲ သေသူနောက်  
 လိုက်လို့ မဖြစ်တော့ မလိုက်ကြတော့ပါဘူး။  
 လိုက်လို့ဖြစ်ရင်ကော လိုက်ကြမှာတဲ့လား။  
 တကယ်တော့ မလိုက်နိုင်ပါဘူးလေ။ စကား  
 စပ်မိလို့ ပြောရဦးမယ်။ လက်ထပ်ပြီးကာစ  
 ဇနီးမောင်နှံ ၂-ယောက်ရှိကြရာမှာ ခင်ပွန်း  
 ဖြစ်သူ မကြာခင် ရောဂါတစ်ခုနဲ့ အရွယ်  
 ကောင်းတုန်း သေသွားရှာတယ်။ သက်ဆိုင်သူ

တွေ့အားလုံး အလောင်းကို သုသာန်အရောက်  
 လိုက်ပို့ကြတယ်။ အလောင်းကို တွင်းထဲ  
 ထည့်မြှုပ်ဖို့လုပ်နေကြတော့ ဇနီးကလေး  
 ကပြာကယာပြေးလာပြီး “နေကြပါဦး--နေကြ  
 ပါဦး-- ကျွန်မပါ လိုက်ပါရစေ၊ ဒီအစ်ကိုက  
 လွဲလို့ ဘယ်သူ့ကိုမှ အားမကိုးပါဘူး၊ အားကိုး  
 ရာမရှိမှတော့ မနေချင်တော့ပါဘူး၊ ကျွန်မကို  
 ပါ တစ်ခါတည်း တွင်းထဲထည့်မြှုပ်လိုက်ပါ”  
 လို့ ဘာဘာညာညာ ပလီပလာအချဲ့တွေနဲ့  
 ငိုပြနေတယ်။ တကယ်ပဲ သေသူနှင့်အတူ  
 လိုက်သွားတော့မလို ဟန်ပြင်လာတယ်။

မြေမြှုပ်တာဝန်ရှိသူတွေက နားငြီးလွန်း  
 လို့ “ကဲ--ကဲ ဒါဖြင့် လာ လာ၊ ဒီတွင်းထဲ

၂-ယောက်ဆံ့တယ်၊ ၂-ယောက်လုံးပေါင်းပြီး တစ်ခါတည်း မြှုပ်လိုက်တော့မယ်” လို့ ပြောပြီး အမျိုးသမီး ၄- ၅ ယောက် အကူအညီနဲ့ တွင်းထဲထည့်မြှုပ်ဖို့ ဆွဲခေါ်ကြတယ်။ ဒီတော့မှ ကျန်ရစ်တဲ့ဇနီးကလေးက “အလကားပြောတာပါတော့၊ အလကားပြောတာပါတော့၊ အခုမလိုက်နိုင်သေးပါဘူးတော့၊ သေသူနှင့်လဲ အတူမနေရဲပါဘူးတော့” လို့ အော်ဟစ်ပြီး ရုန်းကန်ထွက်ပြေးသွားတယ်။ ငိုပွဲကနေ ရယ်ပွဲ ဖြစ်သွားတော့တာပေါ့။ ဒါ့ကြောင့် သေသူကို တမ်းတငိုတတ်ကြပေမယ့် တကယ်တော့ ဘယ်သူမှ ကိုယ့်ဆန္ဒနဲ့ လိုက်မသွားနိုင်သေးပါဘူး။

ဒါပေမယ့် လိုက်ရတဲ့ တစ်နေရာရှိနေ  
 သေးတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သက်သေခံ  
 အလောင်းကောင်ကြီး ကျန်နေခဲ့တယ်လေ။  
 လူ့ခန္ဓာက နောက်ဆုံးအထိ တာဝန်ကျေ  
 တယ်။ အလောင်းကောင်ကြီးကျန်နေခဲ့တာ  
 က ကျန်ရစ်သူတွေ ငိုဖို့မဟုတ်ဘူး။ ထိတ်  
 လန့်သွားအောင် သံဝေဂအာရုံအဖြစ် ပြပေး  
 တာပါ။ ကုသိုလ်အမြန်လုပ်ဖို့ တွန်းအားပေး  
 တာ။ လူ့ဘဝမှာ သံဝေဂဖြစ်စရာ သက်သေခံ  
 အာရုံ ၅-မျိုးရှိတယ်။

(၁) ဖွားမြင်ကာစ နီနီရဲ့ရဲ့ သေးသေးမွှားမွှား  
 ကလေးသူငယ်လေးတွေက ဇာတိဒုက္ခကို  
 သက်သေပြတာတဲ့။ မြင်ရသူတွေ ထိတ်လန့်

ဖို့ သံဝေဂဉာဏ်ဖြစ်ဖို့ပါ။

- (၂) လူအိုတွေက ဇရာဒုက္ခကို
  - (၃) မကျန်းမာတဲ့လူနာတွေက ဗျာဓိဒုက္ခကို
  - (၄) လူသေအလောင်းတွေက မရဏဒုက္ခကို
  - (၅) အကျဉ်းသားတွေက အပါယ်ဒုက္ခကို
- သက်သေပြတာတဲ့။ မြင်သူတွေထိတ်လန့်ပြီး ကုသိုလ်အမြန်ပြုဖို့ ဒီလိုဒုက္ခတွေ အမြန်လွတ်အောင် တကယ်ကြိုးစားဖြစ်ဖို့ပါ။

လူသေအလောင်းကြီး ကျန်နေခဲ့တော့ ကျန်ရစ်တဲ့သက်ဆိုင်သူတွေ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ကြမှာပေါ့။ “ဒို့ရဲ့ဆွေမျိုးအလောင်းတော့ ကျန်နေခဲ့ပြီ၊ ဒီအိမ်ထဲ ကျောင်းထဲမှာ ဘယ်နေရာ ထားရကောင်းမလဲ၊ အိမ်ဦး ကျောင်းဦး



သတိကိုင်းစွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၃၅

ခန်း တင်ထားရကောင်းမလား၊ အိမ်နောက်  
ဖေး၊ ကျောင်းနောက်ဖေး ထုတ်ထားရကောင်း  
မလား၊ တံခါးပေါက်နား ထားရကောင်းမလား၊  
အိမ်ဝင်းပေါက်၊ ကျောင်းဝင်းပေါက်ထားရ  
ကောင်းမလား၊ ဘယ်နားထားရမလဲဆိုတာ  
အကြံပေးကြစမ်း” ဆိုတော့ အားလုံးကပဲ  
ပြောလာကြမယ်။ “ဒီအိမ်ထဲ ကျောင်းထဲမှာ  
တော့ ဘယ်နေရာမှထားလို့ မတင့်တယ်  
မလျောက်ပတ်တော့ပါဘူး။ ရုပ်အဆင်းက  
ဖောက်ပြန်၊ အနံ့တွေက ဖောက်ပြန်နဲ့ ဒီလိုပဲ  
လုပ်ကြရအောင်ပါ။ အလောင်းကို လူသေ  
ကောင်မြှုပ်တဲ့သုသာန်ပို့ပြီး မြေမြှုပ်မီးရှို့  
လိုက်ကြတော့တာပေါ့။ အားလုံး သဘောတူ

ကြတယ် မဟုတ်လား။ “သဘောတူပါတယ်၊ သုသာန်ပို့ မြေမြှုပ် မီးရှို့ပစ်လိုက်တာပဲ ကောင်းပါတယ်။ သုသာန်ပို့ဖို့ အားလုံး သဘောတူကြပြီ။

အဲဒါနဲ့ အများသဘောတူ သတ်မှတ် ထားတဲ့နေ့မှာ အလောင်းကို သုသာန်ပို့ကြ ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်ဟာ တကယ်နှုတ်ဆက် ရမယ့်အချိန်ပဲ။ ဟုတ်တယ်။ ပို့ဆောင်ရင် နှုတ်ဆက်ရမယ်လေ။ ဆိုကြပါစို့။ ကိုယ့်ဆီ ကို ရပ်ဝေးက အလွန်ချစ်ခင်ရင်းနှီးတဲ့ ဆွေမျိုး မိတ်ဆွေရောက်လာလို့ တစ်ရက် နှစ်ရက် လောက်နေပြီးမှ ရထားနဲ့ ပြန်သွားမယ်ဆိုပါ တော့။ ကိုယ့်ဆွေမျိုးကို ဘူတာထိ လိုက်ပို့၊

ရထားမထွက်မချင်းစောင့်။ ရထားထွက်တော့  
 မှ လက်ပြဲနှုတ်ဆက်ပြီး ကိုယ့်အိမ်ပြန်ခဲ့ကြ  
 တာပဲ မဟုတ်လား။ ဒါမျိုးလိုပဲ ကိုယ့်ဆွေမျိုး  
 အလောင်းကို သုသာန်လိုက်ပို့ရင်လဲ နှုတ်  
 ဆက်ရမယ်လေ။

နှုတ်ဆက်တော့ ကိုယ့်ခန္ဓာရထားတွဲ  
 အရင်ထွက်တယ်ဆိုရင် သူတို့က နှုတ်ဆက်  
 ကြရမှာ။ သူ့ခန္ဓာရထားတွဲကပဲ အရင်ထွက်  
 တယ်ဆိုရင်လဲ ကိုယ်က နှုတ်ဆက်ရမှာပေါ့။  
 လူ့ဘဝဘူတာမှာ ခဏနေပြီး ပြန်သွားတာဆို  
 တော့ ပို့ဆောင်နှုတ်ဆက်ရမယ်လေ။ နှုတ်  
 ဆက်တယ်ဆိုတာ ပူတာကိုနှုတ်၊ အေးတာနဲ့  
 ဆက်၊ ရှုပ်တာကိုနှုတ်၊ ရှင်းတာနဲ့ဆက်၊ ညစ်

တာကိုနှုတ်၊ သန့်စင်တာနဲ့ဆက်၊ ကိလေသာ  
 ကိုနှုတ်၊ သတိဉာဏ်နဲ့ဆက်၊ အကုသိုလ်ကို  
 နှုတ်၊ ကုသိုလ်နဲ့ဆက်၊ ဆိုးတာကိုနှုတ်၊ ကောင်း  
 တာနဲ့ဆက်တာမျိုးကို ပြောတာပါ။ အဆိုးဟာ  
 အကောင်းကို မြှင့်တင်ပေးတာပဲလေ။

လူဆိုရင် နေအိမ်က ထုတ်ကတည်းက၊  
 ရှင်ရဟန်းဆိုရင် နေရာကျောင်းက ထုတ်  
 ကတည်းက လိုက်ပို့သူတွေ သတိရှေ့ထား  
 ဉာဏ်တရားနဲ့ အပူကင်းစင် အမှန်မြင်အောင်  
 နှုတ်ဆက်ရမယ်။ အများအားဖြင့်တော့ သတိ  
 လွတ်လို့ စိတ်ထဲမှာ ပူထူပြီး နှုတ်မဆက်ဖြစ်  
 ကြတော့ပါဘူး။ မထိန်းနိုင်လောက်အောင်  
 ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် ငိုကြွေးတတ်ကြတာပဲ များ

သတိကိုင်ခွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၃၉

ပါတယ်။ စောစောက အလောင်းကို သုသာန် ထုတ် မြေမြှုပ်မီးရှို့ကြမယ်ဆိုတုန်းက သဘော တူတယ်ဆိုခဲ့ကြပေမယ့် တကယ်သုသာန်ပို့ မယ်လုပ်တော့လဲ သဘောမတူနိုင်ကြတော့ ဘူး။ သတိမြဲတဲ့ အနည်းစုလောက်ပဲ နှုတ် ဆက်ဖြစ်မယ် ထင်ပါတယ်။

အဆိုးဆုံးအချိန်က သုသာန်ရောက်လို့ အလောင်းကို ခေါင်းနှင့်တကွ မြေမြှုပ်မီးရှို့ တာဝန်ရှိသူတွေရဲ့ လက်ထဲအပ်လိုက်ရတဲ့ အချိန်ပါ။ ကျန်ရစ်သူမှာ တစ်ခါတည်းနဲ့ ဆိုနှင့် မေ့မော့သွားတတ်တယ်။ “ရှူးများတောင် သွား ပြီလား” လို့ထင်ရလောက်အောင် ရုပ်ပျက် ဆင်းပျက် ငိုကြွေးမိတတ်ကြတယ်။ “အသက်

မှ ရှိတော့ရဲ့လား” လို့ ထင်ရလောက်အောင် မေ့မောသွားတတ်ကြတယ်။ ဒါက နှုတ်ဆက် တာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါမကျေနိုင်လွန်းလို့ ရန် လုပ်တဲ့သဘောမျိုးပါ။

အဲဒီလို ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် လူးလှိမ်ငို ကြွေးနေကြတာကို မြေမြှုပ်မီးရှို့တာဝန်ရှိသူ တွေက မြင်ကြတော့ သနားစိတ်ဖြစ်ချင်ဖြစ် မှာပေါ့။ “အော်--သူတို့ရဲ့ ဆွေမျိုးအလောင်း ကို သူတို့ အလွန်နုမြောနေကြတာပဲ၊ ရုပ်ပျက် ဆင်းပျက် မထိန်းနိုင်လောက်အောင် ငိုနေ လိုက်ကြတာ၊ သနားစရာတွေ ဖြစ်ကုန်ကြပြီ၊ နှေးလေ--သူတို့ နုမြောနေတဲ့အလောင်းကို မြေမြှုပ်မီးမရှို့ပဲ ပြန်အပ်လိုက်တာပဲ ကောင်း

မယ်ထင်ပါတယ်။ ဒီလို စဉ်းစားမိတယ်ဆိုပါတော့။

ဒါနဲ့ တာဝန်ရှိသူတွေက ငိုနေသူတွေရဲ့ အနားကိုသွားပြီး “ကဲဗျာ... ခင်ဗျားတို့ကို ကြည့်ရတာ သနားပါတယ်ဗျာ၊ ခင်ဗျားတို့က ကိုယ့်ဆွေမျိုးအလောင်းကို သိပ်နမြောနေကြတာပဲ၊ ခင်ဗျားတို့ကို စာနာထောက်ထား သနားမိတာကြောင့် အလောင်းကို မြေမမြှုပ်မီးမရှို့တော့ပါဘူးဗျာ၊ ခင်ဗျားတို့ထံ အလောင်းကို ပြန်အပ်လိုက်ပါတယ်၊ အလောင်းကို အိမ်ကိုသာ ပြန်ယူသွားကြပါတော့ဗျာ” အဲဒီလို ပြောကြတယ်ဆိုပါတော့။

သူတို့က အလောင်းကို ပြန်အပ်လိုက်

တယ်ဆိုရင်ကော အိမ်ကို ကျောင်းကို ပြန်  
 သယ်ယူမှာတဲ့လား။ အိမ်မှာ ကျောင်းမှာထားဖို့  
 အဆင်မပြေတော့လို့ မတင်တယ် မလျှောက်  
 ပတ်တော့လို့ အများသဘောတူတဲ့သုသာန်  
 ကို လာပို့တာပဲ။ ပူဆွေးငိုကြွေးနေကြတာက  
 အလောင်းကိုနုမြောလို့ မဟုတ်ဘူးလေ။  
 အတိတ်, အနာဂတ်ကိုတွေးပြီး ရောထွေးပူ  
 ဆွေးနေကြတာပါ။ အတွေးနယ်ကျော်နေကြ  
 တာပါ။ ပစ္စုပ္ပန်တည်တည်ကို အရှိအတိုင်း  
 သတိထားကြည့်တတ်ရင် ဘာမှ နုမြောပူဆွေး  
 နေစရာမရှိတော့ပါဘူး။ မြေမြှုပ် မီးရှို့ရှုံ့က  
 လွဲလို့ အခြားလုပ်စရာနည်းလမ်းလဲ မရှိတော့  
 ပါဘူး။



ဘရိတ်မထိန်းနိုင်ပဲ မော်တော်ကား ဟို  
 တိုးဒီတိုက်နဲ့ ပြဿနာဖြစ်တတ်သလို သတိ  
 အထိန်းလွတ်နေလို့ စိတ်မထိန်းနိုင်ပဲ ဘာမှ  
 မသိတော့တဲ့ အလောင်းကောင်နှင့် ပြဿနာ  
 လုပ်နေတာပါ။ အတိတ်, အနာဂတ်တွေ ရော  
 ထွေးပြီး အတွေးတွေများနေလို့ အပူပွားနေ  
 ရတာပါ။ ပစ္စုပ္ပန်အရှိကို တည့်တည့်လေး  
 ကြည့်တတ်ရင် တစ်ချက်တည်းနဲ့ပဲ ရှင်းလင်း  
 ငြိမ်းအေးသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပညာရှိ  
 ကြီးတွေက “ထည့်ထည့်မတွေးနဲ့ဟဲ့၊ တည့်  
 တည့်လေးကြည့်” လို့ သွန်သင်ပေးခဲ့တာပါ။

တကယ်လို့ တာဝန်ရှိသူတွေက “ကဲဗျာ၊  
 ဒီလောက်နမြောရင်လဲ အလောင်းကို အိမ်

ကို ကျောင်းကိုသာ ပြန်သယ်ကြပါတော့ဗျာ”  
 လို့ဆိုပြီး ခေါင်းနှင့်တကွ အလောင်းကို ကား  
 ပေါ် အတင်းပြန်တင်ပေးလိုက်ကြတယ်ဆိုပါ  
 တော့။ ကျန်ရစ်တဲ့ဆွေမျိုးတွေက တောင်း  
 တောင်းပန်ပန်နဲ့ ပြန်ပြောကြမှာပါ။ “ မောင်  
 မင်းကြီးသားတို့တောင်းပန်ပါတယ်၊ အလောင်း  
 ကိုတော့ အိမ်ကို ကျောင်းကို ပြန်မသယ်ယူ  
 ပါရစေနဲ့တော့၊ အိမ်ကို ကျောင်းကို ပြန်ယူ  
 သွားတော့လဲ ဒီအလောင်းကြီး ဘာမှအသုံး  
 မကျတော့ပါဘူး၊ မြေသာ မြှုပ်လိုက်ကြပါ၊  
 မီးသာ ရှို့လိုက်ကြပါ” လို့ တောင်းပန်ပြော  
 ဆိုကြမှာ သေချာပါတယ်။

သတိမြဲမြဲ ကိုင်စွဲထားသူမှာတော့ အရို

သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်စွဲ

၄၅

အတိုင်း တည့်တည့်မတ်မတ် ကြည့်တတ်တဲ့ အသိဉာဏ်ပေါ်လာပါတယ်။ “ဟေ့...ယခုဟာ အလောင်းကို သုသာန်အရောက် ပို့ဆောင် နေတဲ့အချိန်ပဲ၊ ပို့ဆောင်ရင် နှုတ်ဆက်ရမယ်၊ အပူကိုနှုတ်လို့ အအေးနဲ့ဆက်ရမယ်၊ ငါက ပူဆွေးငိုကြွေးနေတော့ကော သေသူပြန်ရှင် မှာတဲ့လား၊ ငါငိုလိုက်လို့ သေသူပြန်လာမှာ တဲ့လား၊ ပူဆွေးငိုကြွေးနေလို့ သေသူအတွက် လဲ လုံးဝအကျိုးမရှိ၊ ငါ့အတွက်လဲ ဘာမှ အကျိုးမရှိ၊ ဘယ်သူ့အတွက် ဘာအကျိုးမှ မရှိ၊ ပြီးတော့ “ဒီလောက်တောင် တရားအသိ ခေါင်းပါးရသလား” လို့ သူများတွေရဲ့ အထင် အမြင်သေးတာ ခံရဦးမယ်။ သတိဉာဏ်နဲ့

နှုတ်ဆက်လိုက်ရင် သေသူရော ကိုယ်ရော အများရော အားလုံး အကျိုးရှိသွားမယ်” လို့ နည်းမှန်လမ်းမှန် စဉ်းစားဆုံးဖြတ်တတ်တယ်။

အလောင်းနားကျကျနနသွားပြီး အလောင်းကို သက်သေအရာထားလို့ အလောင်းနဲ့နှုတ်ဆက်တော့တာပဲ။ “အော်— သေတယ် သေတယ်ဆိုတာ ခန္ဓာရှိသူအားလုံး ရှောင်မရတဲ့ ဘုံဆိုင်ဒုက္ခပဲ။ သူသာ သေတာမဟုတ်ဘူး။ ငါလဲ ကော်သေရမှာ၊ ယခု သုသာန်လိုက်ပို့သူအားလုံးလဲ အချိန်စေ့တော့ တစ်ယောက်မကျန် အကုန်သေရမှာ။ ဘယ်သူမဆို ခန္ဓာရှိသူ အကုန်သေမှာချည်းပဲ။ အတိတ်ကလဲ ဘဝတွေကို ရေလို့မရအောင် ရခဲ့ပြီဆိုတော့

သေတာလဲ ရေလိုမရအောင် အကြိမ်တွေများ  
 လှပြီပဲ။ ကိုယ်နှင့်ပတ်သက်သူတွေ သေတာ  
 လဲ ရေလိုမရအောင် အများကြီးကြံ့ခဲလှပြီ။  
 နောင်လဲ နိဗ္ဗာန်မရမချင်း ဘဝတွေရသလောက်  
 သေရဦးမယ်။ ကိုယ်နှင့်ဆက်စပ်သူတွေ သေ  
 တာလဲ ရေမရအောင် အများကြီးတွေ့ရဦး  
 မယ်၊ ဘယ်သူမဆို နောက်ဆုံးတော့ သေရ  
 တာချည်းပါပဲလား။” ။ သတိဉာဏ်နဲ့ ဖြန့်ကြည့်  
 လိုက်တော့ အပူတွေကြဲသွားတယ်။ နည်းပါး  
 သွားတယ်။

စောစောက ကိုယ့်ဆွေမျိုးတစ်ယောက်  
 တည်းသေတယ်မှတ်ပြီး အပူတွေ လုံးကြိတ်ခဲ  
 နေတာ။ “ခန္ဓာရှိသူ အကုန်သေတာ၊ ဘယ်သူ

မှ မကျန်ဘူး”လို့ သတိဉာဏ်နဲ့ ဖြန့်ကြည့်  
လိုက်တော့ အပူတွေကြဲသွားတယ်။ နည်းပါး  
သွားတယ်။

စောစောက ကိုယ့်ဆွေမျိုးတစ်ယောက်  
တည်းသေတယ်မှတ်ပြီး အပူတွေ လုံးကြိတ်ခဲ  
နေတာ။ “ခန္ဓာရှိသူ အကုန်သေတာ၊ ဘယ်သူ  
မှ မကျန်ဘူး”လို့ သတိဉာဏ်နဲ့ ဖြန့်ကြည့်  
လိုက်တဲ့အခါ “ဒါဆို တော်သေးတာပေါ့”လို့  
အပူတွေကြဲလို့ နည်းသွားတယ်။ သတိ ဝီရိယ  
နဲ့ အပူကိုနှိမ်နင်းပြီး အအေးကိုဖြည့်သွင်းနိုင်  
တာဖြစ်လို့ အပူကိုနှုတ်လို့ အအေးနဲ့ဆက်တဲ့  
“သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ” ပဲလေ။

ပြီးတော့ အသုဘသဘောကို ဆက်နုလုံး

သွင်းတယ်။ “သေသွားပြီးလို့ အလောင်းကောင် အဖြစ်ရောက်သွားတော့လဲ ဘာမှမတင်တယ် တော့ပါလား။ အသက်ထင်ရှားရှိစဉ်က ရှိခဲ့တဲ့ ဂုဏ်စွမ်းရည်အားလုံး လျော့ကျသွားပြီ။ အပုပ် ရေတွေ တစ်စိုစိုယိုစီးနေပြီ။ အဆင်းတွေ ဖောက်ပြန်ပျက်စီး အပုပ်နဲ့တွေ့က တစ် ထောင်းထောင်းထွက်လို့ ဘာမှခင်တွယ်စရာ မရှိတော့ဘူး။ ဘာမှ အသုံးမကျတော့ဘူး။ လူလယ်ကောင်ထားလို့ လုံးဝမတင်တယ် တော့ဘူး။ မြေမြှုပ်ရုံ မီးရှို့ရုံပဲရှိတော့တယ်” လို့ သတိ ဝီရိယနဲ့စူးစိုက်ပြီး ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင် လိုက်တော့ စိတ်ထဲ အပူလုံးကြီးကျသွားတယ်။ သတိဉာဏ်နဲ့ အပူကိုနှုတ်လို့ အအေးနဲ့ဆက်

၅၀

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

လိုက်တာကိုး။ ဒါလဲ “သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ” ပဲပေါ့။

စိတ်ငြိမ်သက် ငြိမ်းချမ်းလာတော့  
ဝိပဿနာအသိကိုပါ ဖော်ယူလိုက်တယ်။  
“ဘုရားဟောတဲ့ ခန္ဓာအနိစ္စဆိုတာ မှန်လိုက်  
တာဟဲ့၊ မခိုင်မြဲလို့ပဲ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးသွား  
ပြီ၊ ခန္ဓာဒုက္ခဆိုတာလဲ သိပ်မှန်လိုက်တာ၊  
သေအောင် ပျက်အောင် အတင်းနှိပ်စက်  
ဖျက်ဆီးတဲ့ တကယ့်ဆင်းရဲတုံးကြီးဖြစ်သွား  
ပြီ၊ ခန္ဓာအနတ္တဆိုတာလဲ တယ်မှန်ပါလား။  
အလိုအကြိုက်ကိုလဲ လုံးဝမလိုက်၊ အပိုင်လဲ  
လုံးဝမပေး၊ ဘာတစ်ခုမှ အလိုအတိုင်း မလိုက်  
လျော့၊ အမြဲတမ်း ဆန့်ကျင်ဘက်လုပ်ပြီး



သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၅၁

အာဏာဆန်တတ်တဲ့ ခန္ဓာကြီးပါလား။” လို့ အရိုအတိုင်း ကျေကျေနပ်နပ် ထောက်ခံ လိုက်တယ်။ ဝိပဿနာဆိုတာ ကျေနပ်လို့ ထောက်ခံတာပဲလေ။

စောစောက ပူဆွေးငိုကြွေးကြတာ သောကပရိဒေဝမီးတွေ တောက်လောင်ကြ တာတွေက သေတာကို လုံးဝမကျေနပ်လို့ ဆန့်ကျင်ကန့်ကွက်ကြတာပါ။ ဝိပဿနာ အသိဉာဏ်ပေါ်လာအောင် ဖော်ထုတ် နှလုံး သွင်း ဆင်ခြင်ရှုမှတ်ပွားများကြတာက သေဆုံး ပျက်စီးတာကို ကျေနပ်လို့ ထောက်ခံလိုက် တာပါ။ ထောက်ခံတော့ အပူတွေကင်းစင်လို့ အေးချမ်းသွားတယ်။ ဝိပဿနာအသိ ဖော်

၅၂

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

ပေးတာဟာလဲ အပူကိုနှုတ်လို့ အအေးနဲ့ ဆက်ပေးတဲ့ “သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ”ပဲ။

သတိဉာဏ်နဲ့နှုတ်ဆက်လိုက်တော့ အပူတွေ ငြိမ်းအေးသွားတယ်။ ငိုချင်စိတ်လဲ မရှိတော့ဘူး။ တမင်အောင်ထား ဟန်ဆောင်ထားတာမဟုတ်ဘူး။ ငိုနေလို့ ဘာမှ အကျိုးမရှိဘူးဆိုတာ အမှန်သိသွားလို့ ငိုကိုမငိုချင်တော့တာ။ အဲဒီလို အပူကင်းစင် အေးချမ်းနေချိန်မှာ ကုသိုလ်ပြုပြီး အမျှပေးလိုက်ရရင် အလွန်အကျိုးရှိလို့ အလွန်ထိရောက်တာပေါ့။ အပူတန်းလန်းကြီး ငိုသံပါကြီးနဲ့ အမျှပေးလို့ကတော့ လုံးဝမရောက်ပါဘူး။ ကိုယ်မှ ရအောင် မယူနိုင်ဘဲနဲ့ သူ့အတွက်ပေးလို့ မရဘူးလေ။

ကိုယ်မှာရှိပြီးမှ သူ့ကို ပေးရတာပါ။

နှုတ်ဆက်ကောင်းတာနဲ့ အပူငြိမ်းချမ်းလို့ ဘာမှ မဖြစ်တော့သလို မငိုပဲ တည်တည်ငြိမ် ငြိမ် အေးအေးချမ်းချမ်း နေတဲ့အချိန်မှာ တစ်ချို့က လက်တို့ လာတတ်တယ်။ “ဆွေမျိုး သေရင် ငိုရမယ်၊ ဝတ္တရားရှိသေးတယ်ဟဲ့။ ငိုလိုက်ဦး၊ မငိုပဲနေရင် “သေသူနဲ့မတည့်ဘူး ထင်တယ်၊ သေတာ သဘောကျပုံ ပေါ်တယ်” လို့ သူများတွေ အထင်လွဲတတ်တယ်။ ဟန်ပဲ ဖြစ်ဖြစ် ငိုလိုက်ဦး” လို့ တိုးတိုး တိုးတိုးနဲ့ ပြောတတ်တယ်။

ဒီတော့ နှုတ်ဆက်ထားတဲ့လူက “အကျိုး မရှိတဲ့အလုပ်ကို ဟန်နဲ့တော့ မလုပ်ပါရစေနဲ့။

အကျိုးရှိတဲ့အလုပ်ကိုပဲ စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်ပြ  
 တော့မယ်” လို့ ပြောဖြစ်မှာပါ။ ဟုတ်တယ်  
 လေ။ သေသူရဲ့အလောင်းကို သုသာန်ပို့ပြီး  
 မြေမြှုပ်မီးရှို့တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ကြတယ်ဆိုတာ  
 ကျန်ရစ်သူတွေရဲ့ စိတ်အေးချမ်း ကြည်နူးဖွယ်  
 ကောင်းမှုပွဲပဲ မဟုတ်လား။ သေသွားသူလဲ  
 အကျိုးရှိ၊ ကျန်ရစ်သူတွေလဲ တကယ်အကျိုး  
 ရှိတဲ့ အလုပ်ပဲ ဖြစ်ရမှာပေါ့။ သေသွားသူဟာ  
 ကျန်ရစ်သူတွေအတွက် ကောင်းမှုတွေ ပေး  
 ထားခဲ့တာပဲ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ ဒါမှ “သတိ  
 ကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ” အစစ်ဖြစ်သွားမယ်လေ။  
 နောက်ဆုံးတော့ မဂ်နဲ့ ကိလေသာတွေအကုန်  
 နှုတ်၊ ဖိုလ်နဲ့ ငြိမ်းအေးချမ်းသာတဲ့ စွမ်းအား

သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၅၅

တွေ့ဆက်၊ ဒိုနာသေဒုက္ခ အကုန်လုံးနှုတ်၊  
အငြိမ်းအေးဆုံးချမ်းသာကိုဆက်ပေးတဲ့ နိဗ္ဗာန်  
ထိ ဦးတည်ကြရုံပေါ့လေ။

အားလုံး အပူကင်းဝေးငြိမ်းအေးကြပါစေ။

ဝင်္ဂီဒီဇူလာဇေသာဇေရာဇေဘီ

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်

နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၇၁-ခု၊ ဝါခေါင်လ (၂၀၀၉-ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ)



# တိပိဋကယောဆရာတော်၏ ထုတ်ဝေပြီးသည့် ဓမ္မလက်ဆောင်စာအုပ်များ

- ၁။ စိတ်ထိန်းကိရိယာ
- ၂။ ဘဝလမ်းညွှန်
- ၃။ သာဓု ၄-ပါး မြတ်တရား
- ၄။ အပေါင်းလက္ခဏာ
- ၅။ အနှစ်ထုတ်ယူ စွမ်းတဲ့လူ
- ၆။ ကံကိုထိန်းချုပ် စိတ်ခလုတ်
- ၇။ စိတ်ခါတ်ကိုဖြင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်
- ၈။ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်လျှောက် ကောင်းရာ  
ရောက်
- ၉။ အချိန်တန်ဖိုး လူတန်ခိုး
- ၁၀။ ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့
- ၁၁။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ခပ်သုတ်သုတ်
- ၁၂။ တရားအသိ လူ့မျက်စိ

- ၁၃။ မေတ္တာပန်းခိုင် ၃-ပွင့်ဆိုင်
- ၁၄။ နှလုံးသားဝယ် ဘုရားတည်
- ၁၅။ အေးမြရွှင်ပြုံး လူနှလုံး
- ၁၆။ လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား
- ၁၇။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်ချစ် လူအစစ်
- ၁၈။ အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန်
- ၁၉။ တရားကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
- ၂၀။ သူ့ကိုစောင့်ရှောက် ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်
- ၂၁။ ကျန်းမာရွှင်လန်း မေတ္တာစွမ်း
- ၂၂။ မေတ္တာလက်တွဲ ရာပြည့်ပွဲ
- ၂၃။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ဥစ္စာထုပ်
- ၂၄။ ဘဝဝေစု မြတ်ကောင်းမှု
- ၂၅။ တရားဆောင်သူ စိတ်မပူ
- ၂၆။ အား
- ၂၇။ ယော
- ၂၈။ မွေးနေ့မင်္ဂလာရတနာ

- ၂၉။ ၄၅-နှစ် တရားသက်
- ၃၀။ နှစ်လေးဆယ့်ငါး တရားအချုပ်
- ၃၁။ လူ့အလှဆုံး စိန်တစ်လုံး
- ၃၂။ မေတ္တာနှလုံး အလှဆုံး
- ၃၃။ မေတ္တာလွှမ်းခြုံ ဘေးရန်လုံ
- ၃၄။ အလှူကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
- ၃၅။ နှုတ်+ဆက် = မင်္ဂလာ
- ၃၆။ မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား
- ၃၇။ အကုန်အရ လူ့ဘဝ
- ၃၈။ မီးသတိပြု
- ၃၉။ မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
- ၄၀။ ၄၅-ဝါ သာသနာ
- ၄၁။ လူ့အား
- ၄၂။ လူ၏စွမ်းအား ပတ္တမြား
- ၄၃။ စိတ်ကောင်းထားက မိတ်ကောင်းရ
- ၄၄။ အချစ်ဆုံးဆွေမျိုး



- ၄၅။ ဧည့်သည်
- ၄၆။ ၄၅-နှစ် ရဟန်းသက်
- ၄၇။ စိတ်အေးစရာ သာသနာ
- ၄၈။ တစ်ခါလာလဲ ဒါပါပဲ
- ၄၉။ လူ့ဘဝထဲ စာမေးပွဲ
- ၅၀။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဘောလုံးပွဲ
- ၅၁။ ဘဝတစ်ခေါက် ခြောက်ဆယ့်ခြောက်
- ၅၂။ ယနေ့အလုပ် ယနေ့လုပ်
- ၅၃။ အဘိဓမ္မာ သိစရာ
- ၅၄။ ဝိသုဒ္ဓါရုံ ခွင့်ခါကြံ့ကြိုက် စာသင်တိုက်
- ၅၅။ ဓာတ်
- ၅၆။ ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်
- ၅၇။ လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ
- ၅၈။ ဆရာ့ကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
- ၅၉။ သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

- ၆၀။ ဦးကောသလ္လတစ်ဘဝ ပေါ်ရတောင်ဖီလာ
- ၆၁။ သတိမေတ္တာ သူငါစုပေါင်း အကုန်ကောင်း
- ၆၂။ ယခုအလုပ် ယခုလုပ်
- ၆၃။ ဒီအတိုင်းပါပဲ
- ၆၄။ သုံးပါးမြတ်စွာ ရတနာ
- ၆၅။ ချစ်ခင်ညီညာ ပေါင်းတာမှန်မှ ငြိမ်းချမ်းရ
- ၆၆။ ဒီတစ်ခါလဲ ဒီတိုင်းပဲ
- ၆၇။ ပေါင်းတာမှန်၊ ကောင်းတာရ
- ၆၈။ ခဏငှားထား ၄-ဘီးကား
- ၆၉။ ကိုယ့်ဟာနဲ့သာ ကိုယ်နေပါ
- ၇၀။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ
- ၇၁။ နေကောင်းရဲ့လား

# ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များ



၁။ (ဖခင်ဦးစိန်ဝင်း+မိခင်ဒေါ်ခင်ညွန့် ကို  
ရည်စူး၍) ဦးရှိန်ဝင်း + ဒေါ်ခင်ချိုဦး  
သား - ကောင်းထိုက်ထွန်း(တက်လမ်း)  
ဦးဝိစာရလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂။ (ဒေါ်ရင်ကြည်ကိုရည်စူး၍)  
ဦးကြင်စိန်၊ သမီး-မနွယ်နီစိန်၊  
မဥမ္မာစိန် မိသားစု  
ဝက်ဘာရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃။ (မိခင်ဒေါ်ရင်ကြည်ကိုရည်စူး၍)  
ဦးထင်ကျော် + ဒေါ်စုစိစိန်  
ဝက်ဘာရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

- ၄။ (ဦးငွေလှိုင်ကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်ငွေငွေမိသားစု  
တက္ကသိုလ်ရိပ်သာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၅။ (ဦးထွန်းလွင်ကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်စောကြည်မိသားစု၊ အင်းယားရိပ်သာ၊  
ကမ္ဘာအေးဘုရားလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၆။ (သားငယ်ကိုကျော်ကျော်ထိုက်ကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်ခင်ရီမိသားစု၊ ရန်ကင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၇။ (ဦးထောက်ကြံ့+ဒေါ်စိန်မြတို့ကိုရည်စူး၍)  
ကျန်ရစ်သူသမီးများ၊ ၄၁/၄၃၊ ၈-လမ်း၊  
လမ်းမတော်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၈။ (ဒေါ်သန်းသန်းစိုးကိုရည်စူး၍)  
ဦးတင်ဦး မိသားစု  
ဦးဝိစာရအိမ်ရာ၊ ဒဂုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၉။ (မိဘများကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်မေသက်ခိုင်၊ လသာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၀။ (မိခင်ဒေါ်ကြင်ထွေးကို ရည်စူး၍)

ဦးဝင်းသိန်း + ဒေါ်ကြည်တာ၊

သား- နေဝင်းသိန်း၊ မြို့ဝင်းသိန်း

ပါရမီရိပ်သာ၊ မြစပယ်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၁။ (ကျေးဇူးရှင်မိဘများနှင့် ခင်ပွန်းကိုရည်စူး၍)

ဒေါ်ရတနာမိသားစု

ဘုရင့်နောင်လမ်း၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၂။ (ဦးမြသိန်းကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်ခင်လေး (ကံချွန်) မိသားစု

ကန်ကြီးရပ်၊ အောင်လံမြို့။

၁၃။ (မိခင်ဒေါ်သေးတာကို ရည်စူး၍)

မောင်မိုလ်မင်း(လက်ပံ) ခေတ္တကိုးရီးယား။

- ၁၄။ (ဦးကျော်သောင်းကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်မျိုးသိမ်၊ မိသားစု  
----- အင်းယားလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၅။ (ဦးကိုကိုကြီးကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်ဌေးဌေးအေး၊ မိသားစု  
ဝက်ဘာလမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၆။ (ဒေါက်တာဦးစိုးမြင့်ကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်သန်းသန်းအေး၊ မိသားစု  
အောင်ဇေယျလမ်း၊ ကျောက်ကုန်း၊ ရန်ကင်း၊  
ရန်ကုန်မြို့။
- ၁၇။ (ဒေါ်လှမေကို ရည်စူး၍)  
ဦးကျော်လှိုင်မိသားစု  
(ဆင်မင်းဆန်ဆိုင်နှင့် ဆင်မင်းသင်္ကန်းတိုက်)  
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၈။ (မိဘများနှင့်ဦးတင်စိုးကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်လှခင်မိသားစု

ပုလဲလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၉။ (ဦးအေးမောင်ကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်မြင့်မြင့်ထူး မိသားစု

မင်္ဂလာလမ်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၀။ (ဦးရှန်မန်းကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်ယဉ်လှမိသားစု

ပန်းလှိုင်ဂေါက်ကွင်းအိမ်ရာ၊ လှိုင်သာယာ

ရန်ကုန်မြို့။

၂၁။ (မိခင်ဒေါ်လှမြင့်ကို ရည်စူး၍)

ဦးသိန်းအောင်+ဒေါ်ခင်ဝင်းနွဲ့ မိသားစု

အိမ်ကြီးလမ်း၊ ရေကျော်၊ ပုဇွန်တောင်၊

ရန်ကုန်မြို့။

- ၂၂။ (ဦးမြင့်ဝေကိုရည်စူး၍)  
ဒေါ်ဝင်းစိန် မိသားစု (ရွှေပြည်တန်)  
ဂ၃×၄၁ လမ်းဒေါင်း၊ မန္တလေးမြို့။
- ၂၃။ (ဦးသောင်းကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်တင်တင်မြ မိသားစု  
ဗိုလ်ချုပ်ပြတိုက်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂၄။ (မိခင်ဒေါ်ခိုင်ကို ရည်စူး၍)  
ဦးညွှန်ဝင်း + ဒေါ်မြမြနှင့် မောင်နမတစ်စု  
သီရိမင်္ဂလာလမ်း၊ ၈- မိုင်၊ မရမ်းကုန်း၊  
ရန်ကုန်မြို့။
- ၂၅။ (မင်းကွန်း ရတနာဂူဆရာတော်ကြီး ဦးကာ  
ကို ရည်စူး၍)  
ဒေါ်ဝင်းရွှေနှင့် မောင်နမတစ်စု  
၄၆-လမ်း၊ ဗိုလ်တစ်ထောင်၊ ရန်ကုန်မြို့။



၂၆။ (မိဘများကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်ခင်သန်းတင်

စရည်းပင်လမ်း၊ သုဝဏ္ဏ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၇။ (ဦးဘိုစိန်ကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်အုန်းတင် မိသားစု

အင်းယားလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၈။ (မိဘကို ရည်စူး၍)

ဦးသိန်း + ဒေါ်ခင်ညွန့် မိသားစု

ဖိုးစိန်လမ်းသွယ်၊ တာမွေ၊ ရန်ကုန် မြို့။

၂၉။ (ဖခင်ဦးအုန်းဖေ + မိခင်ဒေါ်ခင်ချစ်တို့ကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်ခင်အေးယု၊ ဒေါ်ခင်ပြုံးစု၊ ဒေါ်သီသီအုန်း၊

ဒေါ်ကြည်ကြည်အုန်း

အထက (၂) စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

- ၃၀။ (ဦးချစ်ပိုကို ရည်စူး၍)  
 ဒေါ်တင်ရီမိသားစု၊ ရွှေပုန်းညက်ရိပ်မွန်၊  
 ရွှေမဉ္ဇူလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၃၁။ (ဒေါ်တူး(ခ)ဒေါ်ကျင်စိန်ကို ရည်စူး၍)  
 ကိုးပါးဆေးမိသားစု  
 ဝါးတန်းလမ်း၊ လမ်းမတော်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၃၂။ (မိခင်ဒေါ်စိုးကို ရည်စူး၍)  
 ဆရာမဒေါ်မေစီကြည်နှင့်မောင်နုမများ  
 ယင်းမာမြိုင်လမ်း၊ သုဝဏ္ဏ၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၃၃။ (ဦးဖိုးခန့်နှင့်သားကိုတင်သန်းဦးကို ရည်စူး၍)  
 ဒေါ်ချစ်တင်မိသားစု  
 ဗိုလ်ချုပ်လမ်း၊ ကလေးမြို့။
- ၃၄။ (မိဘကို ရည်စူး၍)  
 ဦးတင်ထွန်း+ ဒေါ်ခင်ခင်ဦး မိသားစု

လသာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၅။ (ဖခင်ဦးသိန်း+ မိခင်ဒေါ်လှကြိုင်တို့ကို  
ရည်စူး၍)

ဦးမျိုးမြင့် + ဒေါ်မြင့်မြင့်သိန်း မိသားစု  
စိန်များဆေးပေါ့လိပ်၊ ပဲခူးမြို့။

၃၆။ (ဦးဘငြိမ်းကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်ခင်ရွှေ မိသားစု

ပန်းဆိုးတန်း၊ ကျောက်တံတား၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၇။ (ဒေါ်ခင်အေးကြည်ကို ရည်စူး၍)

ဗိုလ်ကြီးတင် မိသားစု၊ ယောမင်းကြီးလမ်း၊

ဒဂုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၈။ (ဒေါက်တာလှမြင့်သိန်းကို ရည်စူး၍)

ဒေါက်တာဒေါ်အေးအေးစူး မိသားစု

ဗိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ဒဂုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၉။ (ဖခင်ဦးချမ်းအေးကို ရည်စူး၍)  
မိခင်ဒေါ်ကျင်ဦးကို အမှူးထား၍  
ဦးစိန်ဝင်း + ဒေါ်မြမြသန်း မိသားစု  
ကန်သာယာ၊ ၃-လမ်း၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၀။ (သမီး ဒေါ်စန်းစန်းကို ရည်စူး၍)  
ဦးဟိုစိန်+ ဒေါ်ကျင်ကော် မိသားစု  
ဆိပ်ကမ်းသာလမ်း၊ ကျောက်တံတား၊

ရန်ကုန်မြို့။

၄၁။ (မိခင်ဒေါ်သိန်းသိန်းမြကို ရည်စူး၍)  
မောင်ဖိုးချစ်(ခ) ချစ်မျိုးထိုက်  
၂-ရပ်ကွက်၊ ကန့်ဘလူမြို့။

၄၂။ (ဦးရှိန်ကို ရည်စူး၍)  
မြင်းခြံဒေါ်ပုလေးနှင့် သမီးများ (သုခိတာ)  
ရွှေတောင်ကြား ၁-လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၃။ (ဦးအောင်ရွှေကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်ကျင်ဌေး မိသားစု

လှိုင်စံပယ်လမ်း၊ ၁၂-လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၄။ (မိဘများကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်သွင်သွင်ဝင်း၊ ဒေါ်သဉ္ဇာဝင်း

ဘုန်းကြီးလမ်း၊ လမ်းမတော်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၅။ (ဦးအောင်သိန်းကို ရည်စူး၍)

ဒေါ်တင်တင် မိသားစု

စုပေါင်းလမ်း၊ အင်းယားမြိုင်၊ ဗဟန်း

ရန်ကုန်မြို့။