



အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ  
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

# ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ



# ပွေခါနာသိုလ်ရှင်

## နတ်လူသာဓု ခေါ်ဝဲဝဲယော်

ဝဘာင်စမ္မူ ပုန့်ဝဲလုင်ခန်း  
အမှတ်(၁၅၅)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
ဖုန်း: ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉-၅၁၄၆၀၉၅

Lotus Group

ဓမ္မဒါန

Ma Clif

**ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ**

**ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ**



... ..

... ..

... ..

## မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၃ ခုနှစ်၊ ကောဇာ  
သက္ကရာဇ် ၁၃၇၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း (၁၁) ရက်  
နေ့၊ စစ်ကိုင်းမြို့၊ သုခကာရီ (ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှု  
ကူညီရေး) အသင်း ဖွင့်ပွဲအထိမ်းအမှတ် အဖြစ်ဖြင့်  
ဆင်ယင်ကျင်းပ ပြုလုပ်အပ်သည့် ဓမ္မသဘင် အခမ်း  
အနားဝယ် ဟောကြားအပ်သော “ဘဝဆည်းစာ  
ကရုဏာ” တရားဒေသနာတော်။

### အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၏ ထုတ်ဝေပြီး မွေစာအုပ်များ

- ၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
- ၂။ MRTV(4) တရားတော်များ (၃)ပုဒ်တွဲ
  - (က) နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
  - (ခ) မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
  - (ဂ) ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖန်ကမ္ဘာ
- ၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
- ၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
- ၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
- ၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
- ၇။ ဓမ္မကြေးမုံ
- ၈။ တောင်ပို့ထဲက ရတနာ
- ၉။ မြတ်သောဥစ္စာစုဆောင်းပါ
- ၁၀။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ
- ၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
- ၁၂။ ရှစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက်
- ၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
- ၁၄။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
- ၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
- ၁၆။ မေတ္တသုတ်အနှစ်ချုပ်

## ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ

ဘဝဆည်းဆာနှင့် ကရုဏာ။ ကရုဏာတရား ရဲ့ သဘာဝကို အရင်စဉ်းစားကြည့်ကြရအောင်။ မြန်မာလို ကရုဏာ ကို အကြင်နာတရားလို့ ဘာသာပြန်လို့ ရတယ်။

သို့သော် ကရုဏာ ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားလုံးရဲ့ မူရင်း အဓိပ္ပာယ်က ဘာလဲဆိုတော့ “သာဓုနံ ဟဒယကမ္ပနံ ကရောတီတိ ကရုဏာ” လို့ဆိုတဲ့ ဝိဂြိုဟ်အရ စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို စိတ်နှလုံး တုန်လှုပ်မှုဖြစ်ပေါ်စေတတ်တဲ့ သဘာဝတရားလို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်။ လူတစ်ယောက် ဒုက္ခရောက်နေပြီဆိုရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကိုကြည့်ပြီး အကြင်နာတရားတွေပွားလို့ ဒုက္ခတရားကို ဘယ်နည်းနဲ့ ကူညီဖြေရှင်းပေးရမလဲလို့ နှလုံးသားရဲ့လှုံ့ဆော်မှု ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို လှုံ့ဆော်မှု ပေးတဲ့ သဘာဝတရားကို ကရုဏာ လို့ခေါ်တယ်။

၂

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

မေတ္တာ ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားနဲ့လည်း ခြားနား  
 တယ်၊ မုဒိတာ ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားနဲ့လည်း ခြားနား  
 တယ်။ မေတ္တာ ဆိုတာ လူသူမရွေး အားလုံးရဲ့ အကျိုး  
 စီးပွားကို လိုလားတာဖြစ်တယ်။ ကရုဏာ ဆိုတာ  
 ကတော့ ဒုက္ခိတသတ္တဝါ(သို့) အခက်အခဲ ကြုံနေတဲ့  
 ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကို မြင်ရရင် မြင်သူမှာ ခံစားရတဲ့  
 နှလုံးသားရဲ့ လှုံ့ဆော်မှု။ စိတ်နှလုံးကို ငြိမ်အောင်  
 ထားလို့မရဘဲ တစ်ဖက်သား ဒုက္ခရောက်နေတာကို  
 မကြည့်နိုင်၊ မရှုနိုင်၊ ကူညီဖြေရှင်းလိုတဲ့ သဘာဝ  
 တရားဟာ ကရုဏာ ဖြစ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သန္တာန်မှာဖြစ်တဲ့ ကရုဏာ ဟာ  
 သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ ကရုဏာ နဲ့ မနှိုင်းယှဉ်လောက်  
 အောင် အလွန်ကြီးမားသည့် အတွက်ကြောင့် “မဟာ  
 ကရုဏာ” လို့ခေါ်တယ်။ အလွန်ကြီးမားတဲ့ ကရုဏာ  
 တရား ဖြစ်တယ်။

အေး . . . သတိပြုဖို့ရာက ကရုဏာ ဆိုတဲ့  
 အကြင်နာတရားမှာ သောက ဆိုတဲ့ စိတ်ဆင်းရဲမှု  
 မပါဘူး။ သောက ဆိုတဲ့ စိတ်မကောင်းဖြစ်တာတို့၊



ဘဝဆည်းခတ် ကရုဏာ

စိုးရိမ်ပူပန်မှုတို့ ဆိုတာတွေက ကုသိုလ်တရား မဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ်တရားသာ ဖြစ်တယ်။

ကရုဏာ တရားဆိုတာက စိုးရိမ်စိတ်တွေကင်းပြီး ဘယ်လို ကူညီဖြေရှင်းပေးရမလဲ ဆိုတဲ့စိတ်၊ တစ်ဖက်သားရဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို ကူညီဖြေရှင်းပေးလိုတဲ့စိတ်၊ တစ်ဖက်သားရဲ့ဒုက္ခကို ကြည့်ပြီးတော့ မနေစိမ့်တဲ့ သဘောတရားလို့ မှတ်ရမယ်။

ကရုဏာကင်းမဲ့သူနှင့် ကရုဏာရှိသူ

ကရုဏာ ကင်းမဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘယ်သူသေသေ ငတေမာရင်ပြီးရောဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်မျိုး ရှိတယ်လေ။ အေး . . . ကရုဏာ ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ အဲဒီလို စိတ်ထားမျိုး မရှိဘူး။ သူများဒုက္ခကို ကူညီဖြေရှင်းပေးချင်လို့ နေမထိထိုင်မသာ စိတ်နှလုံးဟာ လှုပ်ရှားလာတယ်။ ဘယ်ပုံဘယ်နည်းနဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်မြောက်အောင် ကူညီဖြေရှင်းပေးရမလဲလို့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတယ်။

ကရုဏာရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်

အဲဒီ ကရုဏာ တရားဟာ ဘယ်တရားရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်လဲဆိုရင် ညှဉ်းပန်း နှိပ်စက်လိုတဲ့ ရက်စက်တဲ့ “ဝိဟိသာ” လို့ဆိုတဲ့ တရားရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တယ်။ ကရုဏာကင်းမဲ့ပြီ၊ အကြင်နာကင်းမဲ့ပြီ ဆိုလို့ရှိရင် လူတစ်ယောက်ကို ဒုက္ခပေးတယ်။ အဲဒီ ဒုက္ခပေးတဲ့ သဘောကို “ဝိဟိသာ” (Cruelty) ပေါ့။ မြန်မာလိုတော့ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုလို့ ခေါ်တယ်။ ကရုဏာ တရား ကင်းမဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ နှလုံးသားဟာ မာကြောကြမ်းကြုတ် ရက်စက်တယ်။ ကရုဏာ ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ နှလုံးသားက ပျော့ပြောင်းပြီး ဒုက္ခရောက်သူရဲ့ ဒုက္ခကို ကူညီဖြေရှင်းပေးလိုတယ်။ ရက်စက်မှု ကင်းတယ်ပေါ့။

အဲဒီတော့ ကရုဏာ မှာ ရန်သူ(၂)မျိုးရှိတယ်။ ကရုဏာ ရဲ့ ရန်သူဆိုတာ ကရုဏာ မှာ ဆန့်ကျင်ဘက်တရား(၂)ခုရှိတာကို ပြောတာ။ ဆန့်ကျင်ဘက် တရား(၂)ခုဆိုတာ အနီးကပ် ဆန့်ကျင်ဘက် တရားက

(၁)ခု၊ အဝေး ဆန့်ကျင်ဘက်တရားက (၁)ခု၊ ဒီလို  
(၂)ခုရှိတယ်။

### အနီးရန်သူ

အနီးကပ် ဆန့်ကျင်တဲ့ သဘောတရားက ကရုဏာ နဲ့ ဆင်ဆင်တူပြီးတော့ ကရုဏာ ယောင်ဆောင်နိုင်တယ်။ အဲဒီတရားဟာ အနီးကပ် ဆန့်ကျင်တဲ့ သဘာဝတရားဖြစ်တယ်။ အဲဒါကို သိပ်သတိထားရတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေမှာ အနီးရန်သူနဲ့ အဝေးရန်သူဆိုရင် အနီးရန်သူကို သိပ်ပြီးသတိထားရတယ်။ အနီးရန်သူက ဒုက္ခ ကောင်းကောင်းပေးနိုင်တယ်။ အဝေးရန်သူက ဒုက္ခပေးနိုင်ပေမယ့် အနီးကပ်ရန်သူလို မဟုတ်ဘူး။ ဒုက္ခပေးဖို့ အချိန်ယူရမယ်။

အနီးရန်သူဆိုတာ သဘာဝချင်း ဆင်ဆင်တူတဲ့ သောက ဖြစ်တယ်။ ကရုဏာ နဲ့ သောက ဟာ အလွန်နီးစပ်တယ်တဲ့။ ကရုဏာ ဆိုတာဟာ တစ်ဖက်သားကို ကြည့်ပြီး စိတ်ရဲ့ကြင်နာမှုကို ခေါ်တယ်။ သောက

၆ ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ဆိုတာက ဒေါသနဲ့ယှဉ်ပြီး စိုးရိမ်မှု ခံစားချက်တစ်ခု ဖြစ်တယ်။

ကရုဏာ ဆိုတဲ့ ဘောင်ကိုကျော်ပြီး သောက ဖြစ်သွားရင် ကုသိုလ်လိုလိုနဲ့ အကုသိုလ် ဖြစ်သွားရော။ သောက ဆိုတာက ဒေါသနဲ့ယှဉ်တဲ့ ခံစားချက် ဖြစ်တယ်။ “ဒေါမနဿ ဝေဒနာ” လို့ ခေါ်တယ်။ “ဒေါမနဿ ဝေဒနာ” ဆိုတာ စိတ်ရဲ့ အရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်တဲ့ ခံစားမှုမျိုးဖြစ်တယ်။ အဲဒီခံစားမှုမျိုးကို သောက လို့ခေါ်တယ်။ ကရုဏာ ဟာ အဲဒီလို သောက မျိုး မဟုတ်ဘူး။ သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်နေတာကို မနေစိမ့်တာ၊ ငြိမ်ပြီးမနေနိုင်တာ၊ ကူညီ ဖြေရှင်း ပေးချင်တဲ့စိတ်တွေ တဖွားဖွား ဖြစ်ပြီးနေတာမျိုး ဖြစ်တယ်။ သဘာဝချင်း ဆင်ဆင်တူတဲ့ အနီးကပ် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ သောက ကို သတိထားရမယ်။

သောက က ကရုဏာ ယောင်ဆောင်ပြီးတော့ ဝင်လာတတ်တယ်။ အဲဒါဟာ ကရုဏာ အစစ် မဟုတ် ဘူးတဲ့။ အကုသိုလ် ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ကရုဏာ စစ်စစ် ဆိုတာ အင်မတန်မှ မွန်မြတ်သန့်စင်တဲ့တရား။

ကရုဏာ တရားကို မိမိသန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားစေ  
 ချင်ရင် ဘယ်လိုဖြစ်ပွားစေရမလဲ။ “ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တု”  
 အခက်အခဲတွေမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ၊ ဒီလို အကျပ်  
 အတည်းကြီးမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ။ ဒုက္ခတွေမှ  
 လွတ်မြောက်ကြပါစေဆိုတဲ့ ဒီလိုစိတ်ဓာတ်မျိုးတွေ  
 ဖြစ်ပွားစေရမယ်။

သောက ဆိုတာဟာ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ ဖြစ်ရ  
 လေခြင်းဆိုပြီး ဝမ်းနည်းတဲ့သဘောဖြစ်တယ်။ ဒီ(၂)ခု  
 ဟာ ဆင်ဆင်တူသည့်အတွက်ကြောင့် သောက သည်  
 ကရုဏာ ရဲ့ အနီးကပ်ရန်သူလို စာပေကျမ်းဂန်တွေ  
 မှာဆိုတယ်။ အဲဒီတော့ အနီးကပ်ရန်သူ၊ အနီးကပ်  
 သဘာဝတရားကို သတိထားပြီး မဖြစ်လာအောင်  
 စောင့်ရှောက်ဖို့ လိုအပ်တယ်။

### အဝေးရန်သူ

နောက်တစ်ခုက အဝေးရန်သူ ဖြစ်တယ်။ အဝေး  
 ရန်သူဆိုတာ သိသာမြင်သာလို့ အဝေးရန်သူ လို့

ခေါ်တာ။ ကရုဏာ နဲ့ သဘာဝချင်း မတူတဲ့ ရက်စက်မှု  
 ‘ဝိဟိသာ’ တရားဖြစ်တယ်။ ကရုဏာ က ကြင်နာတယ်။  
 ဝိဟိသာ က ရက်စက်တယ်။ ရက်စက်မှုနှင့် ကြင်နာမှု  
 ဆိုတာဟာ သဘာဝချင်း တူရဲ့လား၊ မတူဘူးနော်။  
 သဘာဝချင်း မတူဘဲ ကွဲပြားခြားနားသည့် အတွက်  
 ကြောင့် အဲဒါကို ကရုဏာ ရဲ့ အဝေးရန်သူ (သို့)  
 အဝေးဆန့်ကျင်ဘက်တရားလို့ ပြောရမယ်။

အေး၊ ဒါကြောင့်မို့ ကရုဏာ ပွားပြီဆိုရင်  
 အနီးကပ်ရန်သူကို သတိထားပြီး အဝေးရန်သူဖြစ်တဲ့  
 ဝိဟိသာ တရားကို ပျောက်ကွယ်အောင် လုပ်ရမယ်။  
 ဒါမှ သန့်စင်တဲ့၊ မွန်မြတ်တဲ့၊ သဘာဝတရားဖြစ်တဲ့  
 ကရုဏာ ဖြစ်လာနိုင်မယ်။ မြတ်စွာဘုရားသခင်  
 ကိုယ်တော်မြတ်က သတ္တဝါတွေကို ကြည့်လိုက်တဲ့  
 အခါမှာ သနားကြင်နာတဲ့ ကရုဏာ တရားတွေ  
 မြောက်များစွာဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ကရုဏာ ဖြစ်ပုံနဲ့  
 ပတ်သက်ပြီး တစ်ခုလောက် ပြောရမယ်ဆိုရင် လောက  
 လူသားတွေဟာ ဗျာဓိ လို့ဆိုတဲ့ ရောဂါဝေဒနာတွေ  
 နှိပ်စက်ပြီးနေတယ်။ ဒါ တစ်ဦးတစ်ယောက်ထဲကို

ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ

ကြည့်လို့မရဘူး။ လူသားတွေအတွက် ကြည့်မယ်ဆိုရင် ဒီကနေ့ခေတ်မှာ လူဦးရေဟာ သန်းပေါင်း (၆၀၀၀) လောက်ရှိမယ်။ အဲဒီ သန်းပေါင်း(၆၀၀၀)လောက် ရှိတဲ့ လူသားတွေထဲမှာ ရောဂါဝေဒနာဖြစ်နေတဲ့ လူသားတွေဟာ အများကြီးရှိတယ်နော်။ အဲဒီလို ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မြတ်စွာဘုရားကကြည့်ပြီး “ဗျာဓိနာ အဘိဘူတော လောကသန္နိဝါသော” လောကမှာရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ ဗျာဓိ တရားရဲ့ လွှမ်းမိုးမှုကို ခံနေကြရတယ် မြင်ရတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သန္တာန်မှာ အကြင်နာတရားတွေ တဖွားဖွား ပေါ်လာတယ်၊ ‘မဟာကရုဏာ’တွေ ဖြစ်လာတယ်။

ထို့အတူပဲ မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်က ဒီဗုဒ္ဓစက္ခု ဉာဏ်တော်ကြီးနဲ့ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် စက္ကန့်နှင့်အမျှ သတ္တဝါတွေဟာ သေဆုံးနေကြတာကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒီလို သေဆုံးနေကြတာကို တွေ့ရတဲ့အခါ ‘မရဏေန အပ္ပာဟတော လောကသန္နိဝါသော’ အေး . . . သေခြင်းတရားဟာ သတ္တဝါတွေကို လွှမ်းမိုး နှိပ်စက်နေပါလားလို့ သတ္တဝါတွေကို အင်မတန်မှ

သနားတဲ့ ကရုဏာ ပေါ်လာတယ်။ ဒီသေခြင်းတရားက လွတ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ၊ ရောဂါဝေဒနာတွေက လွတ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ ဆိုတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို စဉ်းစားလှုံ့ဆော်စေတတ်တဲ့ နှလုံးသားထဲမှာ ငြိမ်မနေဘဲနဲ့ ရောဂါဝေဒနာတွေက လွတ်မြောက်အောင်၊ သေခြင်းတရားက လွတ်မြောက်အောင် ဘယ်လိုစွမ်းဆောင်ပေးရမလဲဆိုတဲ့ ရှုမြင်တဲ့ဉာဏ်နဲ့ ယှဉ်တဲ့ ‘မဟာကရုဏာတော်’ ဟာ ပေါ်လာတယ်။ ဒါ မြတ်စွာဘုရားရဲ့သန္တာန်မှာ ဒီ(၂)ချက်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကရုဏာ ဖြစ်ပုံပဲ။

### ဗြဟ္မဝိဟာရ

သတ္တဝါတွေ ခံစားနေရတဲ့ ဒုက္ခတွေကို ဖယ်ရှားချင်တယ်။ လူတွေမှာ တွေ့နေရတဲ့ ဒုက္ခတွေကို ဖယ်ရှားပေးချင်တယ်။ ဒါ ‘မဟာကရုဏာ’ ပါပဲ။ အေး . . . ကရုဏာ တရားဟာ အင်မတန်မှ မွန်မြတ်သန့်စင်တဲ့ တရားဖြစ်လို့ ဗြဟ္မဝိဟာရတရား လို့ခေါ်တယ်။



မြင့်မြတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့နေထိုင်မှု ဖြစ်တယ်။ သတ္တဝါ  
 တွေ အားလုံး၊ အခက်အခဲ ရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ  
 အခက်အခဲမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ၊ ဒီလိုစိတ်ထား  
 မျိုးဟာ အင်မတန် မွန်မြတ်သန့်စင်တဲ့ တရားဖြစ်လို့  
 ဗြဟ္မဝိဟာရတရား လို့ခေါ်တာ။

ဗြဟ္မဝိဟာရတရား လို့ ပါဠိလို ခေါ်သော်လည်း  
 မြန်မာလိုပြန်တော့ ဗြဟ္မစိုရ်တရား လို့ ခေါ်ကြတယ်။  
 အမှန်တကယ်ကတော့ ဗြဟ္မဝိဟာရတရား ပေါ့နော်။  
 ဗြဟ္မစိုရ်တရား ဆိုတာ ဗြဟ္မစရိယ နဲ့ဆိုင်တယ်။ ဗြဟ္မ  
 စရိယ ဆိုတာ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးခြင်းလို့  
 ဆိုလိုတယ်။ ဗြဟ္မဝိဟာရ ဆိုတာကတော့ မြင့်မြတ်တဲ့  
 နေထိုင်မှု ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ English လို့  
 ပြန်တဲ့အခါမှာ Nobel abroad လို့ ပြန်တာဖြစ်တယ်။  
 ဒီစိတ်ဓာတ်တွေနဲ့နေလို့ရှိရင် မြင့်မြတ်တယ်။ စိတ်ဓာတ်  
 က မြင့်မြတ်သည့် အတွက်ကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်ဟာလည်း  
 မြင့်မြတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဗြဟ္မ  
 ဝိဟာရတရား လေးပါး ကို ကျင့်သုံးကြရမယ်။

အပ္ပမညာ

မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ လို့ ဆိုတဲ့ ဗြဟ္မဝိဟာရတရားလေးပါး ကို တစ်နည်းအားဖြင့် “အပ္ပမညာ” လို့လည်း ခေါ်သေးတယ်။ အတိုင်းအတာ၊ အကန့်အသတ် မထားရမယ့်တရားလို့ အဓိပ္ပာယ်မှတ်ရမယ်။ သတ္တဝါတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အေး . . . ဒီလူ့ကို တော့ သနားတယ်၊ ဟိုလူ့ကိုတော့ မသနားဘူးဆိုပြီး အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်မျိုး မထားရဘူး။ အဲဒီလို အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ် ထားလို့ရှိရင် ဒါဟာ “အပ္ပမညာ” မဟုတ်တော့ဘူး။

သတ္တဝါမှန်သမျှအပေါ်မှာ တညီတည်း ထားနိုင်ရမယ်။ အားလုံးအပေါ်မှာ မေတ္တာ ပွားရင်လည်း တညီတည်းထားနိုင်ရမယ်။ ကရုဏာ ပွားရင်လည်း ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတွေ အားလုံးအပေါ်မှာ ထားနိုင်ရမယ်။ မုဒိတာ ထားရင်လည်းပဲ အောင်မြင်ကြီးပွားနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အားလုံးအပေါ်မှာ တညီတည်း ထားနိုင်တာမျိုး ဖြစ်ရမယ်။ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘဲနဲ့

ကိုယ်နဲ့တည့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်မှာ တစ်မျိုး၊ မတည့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်မှာတစ်မျိုး၊ အဲဒီလိုထားမယ်ဆိုရင် ဒါဟာ ဗြဟ္မဝိဟာရတရား လို့ မခေါ်ဘူး။

အေး. . . ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒီတရားတွေဟာ အကန့်အသတ် မထားဘဲနဲ့ Limitless ပွားများ ရမယ့် တရား ဖြစ်တယ်။ အာရုံကို ကန့်သတ်မထားရဘူး။ အေး. . . ကောင်းပြီ၊ ဒီ ကရုဏာတရားဟာ လူတိုင်းမှာ ရှိသင့်တဲ့တရား ဖြစ်သော်လည်းပဲ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ မရှိကြဘူး၊ လူတိုင်းမှာ မရှိကြဘူး။

အဲဒါကြောင့်မို့ ရှိဖို့ ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ လေ့ကျင့်ယူရ မယ်ပေါ့။ သို့သော်လည်း တချို့ တချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မှာ နှလုံးသားက သန့်စင်မွန်မြတ်သည့်အတွက်ကြောင့် ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအပေါ်မှာ ထိုဒုက္ခအခက် အခဲကနေ လွတ်မြောက်အောင် ကူညီပေးချင်တဲ့ စိတ်မျိုး မွေးရာပါအနေမျိုး ပါရှိတယ်။ ဒါလည်း အကြောင်းမဲ့မဟုတ်ဘူး။ ဘဝါဘဝက လေ့ကျင့်လာခဲ့ လို့သာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာကျတော့ Cruel Heart ရက်စက်တဲ့ နှလုံးသားမျိုး ရှိတယ်ပေါ့။

အဲဒီလို ရက်စက်တဲ့ နှလုံးသားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကရုဏာ နဲ့ အလှမ်းဝေးနေတယ်။ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေ လောကမှာ အများကြီးပဲရှိတယ်။ အေး. . . ကောင်းပြီ၊ ဘဝဆည်းဆာ ဆိုတာကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုကြရအောင်။

### ဘဝဆည်းဆာ

ဆည်းဆာ ဆိုတာ နေဝင်ချိန် ကာလလေးကို ခေါ်တာဖြစ်တယ်။ အရှေ့လောကဓာတ်က ထွက်ပေါ်လာတဲ့ နေမင်းကြီးဟာ အချိန်တန်တဲ့အခါ အတ္တတောင်စွန်းသို့ ဝင်ရောက်ပျောက်ကွယ်ရစမြဲ ဖြစ်တယ်။ လူတွေရဲ့ဘဝ (တနည်း)ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အားလုံးတို့ရဲ့ ဘဝမှာလည်းပဲ ဘဝဆည်းဆာ နေဝင်ချိန် (သို့) နောက်ဆုံးနေ့ ဆိုတာရှိတယ်နော်။ အဲဒီ ဘဝဆည်းဆာ အချိန်ရောက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ နေဝင်တော့မယ့်ဆဲဆဲ မသိတဲ့ ခရီးတစ်ခုကို သွားရမှာမို့လို့ စိုးရိမ်သောက ရောက်နေရတယ်။

နေဝင်သွားပြီဆိုရင် အမှောင်ထုကြီး သန်းတော့  
မယ်။ လမ်းခရီးမှာ အန္တရာယ်တွေကလည်း အလွန်  
များတယ်။ အဲဒီလို အန္တရာယ်များတဲ့ လမ်းခရီးကို  
လျှောက်လှမ်းတဲ့ အချိန်ဟာ နေဝင်လို့ အလင်းရောင်  
ကင်းမဲ့တဲ့အချိန်ဖြစ်တယ်။ အခက်အခဲတွေ အများကြီး  
ကြုံတွေ့ရမယ်။

ထို့အတူပဲ ဘဝဆည်းဆာ ဆိုတဲ့ နေဝင်ချိန်နား  
ကပ်လာပြီဆိုရင်တော့ လူတွေဟာ ဒုက္ခရောက်ကြ  
ရတော့တာပါပဲ။ အာဏာရှိတဲ့သူရော၊ အာဏာမဲ့တဲ့  
သူပါ။ ချမ်းသာတဲ့သူရော၊ ဆင်းရဲတဲ့သူပါ အတူတူပဲ။  
ဘဝဆည်းဆာ ရောက်လာပြီဆိုရင်တော့ ကယ်မယ့်သူ  
နဲ့ အလှမ်းဝေးလာပြီ။

“အတာဏော လောကော အနဘိဿရော” တဲ့။  
မြတ်စွာဘုရားက လောကကြီးဟာ အကာအကွယ်  
မဲ့နေတယ်။ ဘဝဆည်းဆာ ရောက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်  
တစ်ယောက်ကို ဘယ်သူကမှ ကာကွယ်ပေးလို့ မရပါ  
ဘူး။ ဘဝတစ်ခုဟာ အမှောင်ကျတော့မယ်။ သေခြင်း

တရားနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတော့မယ်ဆိုတဲ့ အချိန်ဟာ သနား  
စရာ အကောင်းဆုံး အချိန်ပါပဲ။

သူသူ ကိုယ်ကိုယ် ဘဝဆည်းဆာ ရောက်လာပြီ  
ဆိုရင်တော့ ဘဝတစ်ခုကို အဆုံးသတ်ရတော့မှာပါပဲ။  
အဲဒီ အဆုံးသတ်ရခါနီးအချိန် ရောက်လာပြီဆိုရင်  
သနားစရာအကောင်းဆုံးအချိန် ရောက်လာပြီ။

သေခြင်းတရားနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ  
လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ သေခြင်းတရားကို ရင်ဆိုင်ရတာ  
မဟုတ်ဘူး။ ခက်ခက်ခဲခဲနဲ့ သေခြင်းတရားကို ရင်ဆိုင်  
ရတာဖြစ်တယ်။ လောကမှာ နေမင်းကြီး ဝင်သွားပြီ  
ဆိုရင် ရှေ့လျှောက်လှမ်းရမယ့်ခရီးဟာ မမြင်ရတော့  
သလိုပါပဲ။ ဘဝမှာ ဆည်းဆာချိန် ကို ရောက်လာပြီ။  
ဒီနေရာမှာ မသိနိုင်တဲ့အရာတွေဟာ ၅-မျိုးရှိတယ်။

မသိနိုင်တာ ၅-မျိုး

ဘာတွေလဲဆိုရင် ဇီဝိတံ = အသက်ရှင်လျက် ဘယ်လောက်နေရဦးမယ်ဆိုတာ မသိဘူးတဲ့။ လောကကြီးမှာ ဘယ်လောက်ကြာကြာ အသက်ရှင် နေထိုင်ရဦးမလဲဆိုတာကို မသိနိုင်ဘူးတဲ့။ အေး ဘယ်လောက်ပဲ ကျန်းမာပါတယ်ဆိုဆို ရုတ်တရက် Accident ဆိုတာ မျိုးနဲ့ ကြုံရလို့လဲ သေဆုံးသွားနိုင်တယ်။ အခု မာမာကြီး၊ တော်တော်ကြာ မရှိတော့ဘူး ဆိုတာမျိုးကိုလည်း ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ လွန်ခဲ့တဲ့ ခြောက်နှစ်လောက်က မေမြို့ တက်သွားကြတယ်။ ဘုန်းကြီးတစ်ပါးနဲ့ပေါ့။ အေး . . . အဲဒီဘုန်းကြီးရဲ့ မိတ်ဆွေဒကာ တစ်ယောက်က ရန်ကုန်ကနေပြီး ဖုန်းဆက်တယ်။ ဖုန်းထဲမှာ စကားပြောကြတယ်ပေါ့။ သိပ်မကြာပါဘူး။ မေမြို့က ပြန်ဆင်းလာတဲ့အခါမှာ ဖုန်းတစ်Call ဝင်လာတယ်။ ခုနက ဖုန်းဆက်တဲ့ဒကာ ဆုံးလို့တဲ့။

ဟော . . . မယုံနိုင်လောက်အောင်ဖြစ်ရတဲ့ အဖြစ် အပျက်မျိုးတွေပေါ့။

ဒါကြောင့်မို့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ သက်တမ်းဟာ ဘယ်လောက်နေရမယ်၊ ဘယ်ရွှေ့ဘယ်မျှ အသက်ရှင် နေထိုင်ရမယ်ဆိုတာ မသိနိုင်ပါဘူး။

နောက်တစ်ခါ မသိနိုင်တာကဘာလဲဆိုရင် ဗျာဓိ-  
ဘဝခရီးကို လျှောက်လှမ်းရတဲ့အခါမှာ ဘာရောဂါနဲ့  
သေမယ်ဆိုတာကိုလည်း မသိနိုင်ပါဘူး။ အေး ဆီးချို  
ရောဂါရှိပေမယ့်လို့ သွေးတိုးနဲ့ သေချင်သေမယ်။  
သွေးတိုးရောဂါ ရှိပေမယ့်လို့ တခြားရောဂါနဲ့ သေချင်  
သေမယ်။ လုံးဝမျှော်မှန်းကြည့်လို့ မရနိုင်ဘူး။ ရောဂါ  
ဝေဒနာနဲ့ ပတ်သက်လို့ရှိရင်လည်း လုံးဝသေချာပေါက်  
မပြောနိုင်ဘူး။ တချို့မှာ စွဲနေတဲ့ ရောဂါဝေဒနာက  
တစ်မျိုး၊ သေတဲ့အခါကျတော့ တခြားရောဂါနဲ့  
သေသွားတယ်ပေါ့။ ဒါမျိုးတွေလည်းရှိတယ်။ ဒါကြောင့်  
မို့ ဗျာဓိ ဆိုတာဟာလည်း ကြိုတင်ပြောလို့မရဘူးတဲ့။  
ကြိုတင်ပြောလို့မရတာ တစ်ခုပါပဲ။



နောက်တစ်ခု ကာလော = ကာလဆိုတာ လူ တစ်ယောက်ဟာ ဘဝခရီး အဆုံးသတ်မယ့်အချိန်ဟာ ဘယ်အချိန်လဲ? မနက်လား၊ နေ့လည်လား၊ ညလား ပြောလို့မရဘူးတဲ့။ ပြောလို့မရလို့လဲပဲ ကိုယ့်ရှေ့မှာ ဘဝနိဂုံးချုပ်သွားကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီး ရှိကြ ပါတယ်။ အမှတ်တမဲ့နေရင်တော့မသိဘူးပေါ့။ အမှတ်နဲ့ နေမယ်ဆိုရင်တော့ အကုန်သိနေမှာပါပဲ။ မမျှော်လင့်ဘဲနဲ့ ဖြစ်နေကြတာတွေချည်းပါပဲ။

နောက်တစ်ခု ဒေဟနိက္ခေပနံ = ကိုယ့်ရဲ့ ရုပ် အလောင်းကို ဘယ်နေရာမှာသင်္ဂြိုဟ်မယ်၊ ဘယ်နေရာ မှာ မြှုပ်နှံမယ်ဆိုတာကိုလည်း မသိကြဘူးတဲ့။ တချို့ ဟာ ကောင်းကင်ယံမှာ အနိစ္စ ရောက်သွားတာလည်း ရှိတယ်။ တချို့ဟာ ပင်လယ်ထဲ ခရီးသွားရင်း အနိစ္စ ရောက်သွားတာလည်းရှိတယ်။ အမျိုးမျိုး ရှိကြတယ် လေ။ အဲဒီတော့ ကိုယ့်ရဲ့အလောင်းကို ဘယ်နေရာမှာ မြှုပ်နှံမယ်၊ ဘယ်နေရာမှာ သင်္ဂြိုဟ်မလဲ ဆိုတာကို လည်း မသိနိုင်ပါဘူးတဲ့။

နောက်မသိနိုင်တာတစ်ခုက ဘာလဲဆိုရင် ဂတိ= လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ ဘဝလမ်းကြောင်းကြီး ငါးခု ရှိတယ်။ ဂတိငါးပါးလို့ ခေါ်တာပေါ့။ destination ခရီးလမ်းဆုံး ငါးဌာနရှိတယ်။ အဲဒီငါးဌာနကဘာတွေလဲ ဆိုရင် (၁) နတ်ပြည်။ ကုသိုလ်ကံတွေ အကျိုးပေး လို့ ရောက်သွားနိုင်တဲ့ နတ်ပြည်ပေါ့နော်။ နောက် တစ်ခုက (၂)လူ့ပြည်ပဲ။ အကုသိုလ်ကံတွေ အကျိုး ပေးလို့ ရောက်သွားနိုင်တာက (၃)ဗြိတ္တာ၊ (၄)တိရစ္ဆာန်၊ (၅) ငရဲ အားလုံး ငါးမျိုးရှိတယ်။

အဲဒီတော့ ပုထုဇဉ်တစ်ယောက်အနေနဲ့ ဘဝနိဂုံး အဆုံးသတ်သွားပြီးတဲ့အခါမှာ ဘယ်ဘဝမှာ ပြန်လည် မွေးဖွားမလဲဆိုတာကို ပြောလို့မရဘူးတဲ့။ သေဆုံးတဲ့ အချိန်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အခြေအနေတွေအပေါ်မှာ မူတည်သွားတယ်တဲ့။ သောတာပန် မဖြစ်သေးသမျှ နိယတဂတိ=ကိုယ်သတ်မှတ်ထားတဲ့ နေရာတစ်ခုကို သွားလို့မရသေးဘူးတဲ့။ ဘုရားအလောင်းကြီးတောင်မှ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်တဲ့အခါ ဖြစ်တယ်။ ငရဲကျတဲ့အခါ ကျသွား တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သေခါနီးအချိန်မှာ

ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ

ဘာတွေနဲ့ကြုံပြီး ဘာစိတ်နဲ့ သေမယ်ဆိုတာကို ပြောလို့ မရလို့ပေါ့နော်။ ဘဝခရီးကို လျှောက်လှမ်းပြီးဆိုရင် လူတိုင်းဟာ ဒီအချက်ကို ကြိုတင်မပြောနိုင်ကြပါဘူး တဲ့။

အဲဒီတော့ ဘဝဆည်းဆာ ရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းကို ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီအချိန် မှာ အလွန်သနားစရာကောင်းပါတယ်။ သေအံ့မှူးမှူး အချိန် ရောက်နေပြီဆိုရင် ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း ကိုယ့်ကို ကယ်တင်မပေးနိုင်တော့ဘူး။ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ်။

“န သန္တိ ပုတ္တာ တာဏာယ” လောကမှာ သေခြင်းတရားနဲ့ ရင်ဆိုင်ရပြီဆိုရင် အကာအကွယ် ပေးနိုင်မယ့် သားသမီးဆိုတာ မရှိဘူးတဲ့။ မိဘတွေ အဖို့နော်။ သားသမီးတွေအတွက်လည်းပဲ ကယ်တင် ပေးနိုင်တဲ့ မိဘဆိုတာမရှိဘူး။ ဆွေတွေမျိုးတွေထဲမှာ လည်း ဒီလို ဘဝဆည်းဆာအချိန် ရောက်နေပြီ ဆိုရင် တော့ ကယ်တင်ပေးနိုင်တဲ့သူ တစ်ယောက်မှမရှိဘူး။ ဒီလိုပြောတာ။

“ပဋာစာရီ” နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား ဒီတရားကို ဟောခဲ့တာဖြစ်တယ်။ အမြဲတမ်း နှလုံးသွင်း ရမယ့် တရားလည်း ဖြစ်တယ်ပေါ့။ “န ပိတာ နာပိ ဗန္ဓဝါ” သေခြင်းတရား ရောက်ရှိလာပြီး ဘဝဆည်းဆာ အချိန်၊ သေအံ့မှူးမှူးအချိန် ရောက်လာပြီဆိုရင် ဘယ်သူ့ ဘယ်သူမှ အကာအကွယ်မပေးနိုင်ပါဘူးတဲ့။ အဲဒီလို အခြေအနေမျိုးမှာ ကြုံတွေ့နေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ တကယ့်ကို ဒုက္ခိတ လို့ခေါ်ရမယ့် အခြေအနေမျိုးပါပဲ။ ဘဝဆည်းဆာ ရောက်နေပြီဆိုရင် အင်မတန်မှ သနား ရမယ့်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်နေပြီ။ ဒီအချိန်မှာမှ ကရုဏာ မထား နိုင်ဘူးဆိုရင် ကရုဏာ မထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရက်စက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ ဖြစ်မှာပေါ့။

ဒီကနေ့ စစ်ကိုင်း မြို့သူမြို့သားတွေ စုပေါင်းပြီး “သုခကာရီအသင်း” ထူထောင်တာ ဖြစ်တယ်။ လူတွေ ဟာ မကျန်းမမာ ဖြစ်လာပြီဆိုရင် အသက်အန္တရာယ် ဟာ အင်မတန်မှ နီးတယ်ပေါ့။ ဘာကြောင့်နီးသလဲ ဆိုရင် အချိန်မီ ဆေးရုံရောက်ရင်ရောက်၊ မရောက်ရင်

ဘဝစည်းစာ ကရုဏာ

သေနိုင်တဲ့အတွက်ဖြစ်တယ်။ အသက်အန္တရာယ်နှင့် အလွန်နီးတယ်။

အချိန်မီ ရောက်သွားလို့ရှိရင် အသက်ကို ကယ်တင်နိုင်တာမျိုးတွေ ရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒီ အခက်အခဲ တွေကို ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းချင်တယ်ဆိုတာဟာ ကရုဏာ ပါပဲ။ အဲဒီလို အခက်အခဲကြုံနေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တွေ အသက်ကိုလုနေရတဲ့ အချိန်ကလေးမှာ လိုအပ်တဲ့ အကူအညီလေးကို ပေးလိုက်လို့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အသက်ကို ကယ်တင်လိုက်နိုင်ပြီဆိုရင်လည်း အလွန်ဝမ်းသာစရာ ကောင်းတဲ့ ကျန်းမာမှုအကူအညီတစ်ခုပါပဲ။ ကုသိုလ် ကြီး တစ်ခုပါပဲ။

အေး. . ကောင်းပြီ။ ဘဝရလာပြီဆိုရင် လူတိုင်း လူတိုင်းရဲ့ အဆုံးသတ်ဟာ သေခြင်းတရားပဲ။ အဲဒီ သေခြင်းတရားနဲ့ အဆုံးသတ်ပြီ၊ ဘဝနိဂုံးချုပ်သွား ပြန်ပြီဆိုရင် သေဆုံးသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ဘဝမှာ ဘာမှမသိနိုင်တော့ဘူး။

ဘဝအသစ်တစ်ခုကို အစပြုနေပြီ။ ဘဝတစ်ခု အဆုံးသတ်ခြင်းသည် ဘဝအသစ်တစ်ခုကို နိဒါန်း

ပျိုးခြင်းပဲ ဖြစ်တယ်။ ဘဝတစ်ခု အစပြုပြီးဖြစ်တဲ့ သူ့အတွက်ကတော့ သနားခြင်းဖြစ်စရာ မရှိတော့ဘူး ပေါ့။ သနားခြင်းရဲ့ဟိုဘက် ရောက်သွားပြီ။ ဘာဖြစ် လို့တုန်းဆိုတော့ သနားတယ်ဆိုတာဟာ အသက်ရှိမှ သနားရတာကိုး။ သေသွားပြီးမှတော့ သနားစရာ မလို တော့ဘူး။ အဲဒီအချိန်မှာ ဘယ်သူ့ကို သနားရမှာလဲ ဆိုရင် လူတွေဆိုတာပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ နေကြတာဆိုတော့ မိသားစုရှိတယ်။ ကျန်ရစ်တဲ့ မိသားစုတွေက ထိုအချိန် မှာ သောကဖိစီးပြီး ဒုက္ခရောက်နေကြတယ်။ စိတ် အလွန် ဆင်းရဲနေသည့်အတွက် သူတို့ရဲ့ ဒုက္ခကို ဝိုင်းဝန်းပြီး ကူညီဖြေရှင်းပေးသင့်တယ်။

ကျန်းမာရေး ကူညီစောင့်ရှောက်တယ်ဆိုတာ ဘဝ ခရီးကို အဆုံးသတ်တော့မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ကျန်းမာရေးကို (သို့) ဗျာဓိတရားရဲ့ လွှမ်းမိုးမှုကို ခံနေရလို့ ဒုက္ခရောက် နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အခက်အခဲကို ကူညီဖြေရှင်းပေးတာ။ ဒါက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်တာ ဖြစ်တယ်။

လူမှုကူညီရေး ဆိုတာကျတော့ ခုနတုန်းက မိသားစုထဲက တစ်ဦးတစ်ယောက် ဘဝနိဂုံး ချုပ်သွား

ပြီ ဆိုတဲ့အခါမှာ ကျန်ရစ်တဲ့သူတွေဟာ ခြေမကိုင်မိ၊ လက်မကိုင်မိနဲ့ သောကရဲ့ဖိစီးမှုကို ခံကြရလို့ ဘာလုပ်ရမှန်း ဘာကိုင်ရမှန်း မသိရအောင် ဖြစ်နေကြရတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သနားစရာ အကောင်းဆုံး၊ အကူအညီ အလိုအပ်ဆုံးအချိန် ဖြစ်နေပါတယ်။

ထိုသောကကို ပြောရာပြောကြောင်း ကူညီတာတို့၊ ဝိုင်းဝန်းပြီးတော့ ဖြေရှင်းတာတို့ဟာ လိုအပ်တယ်။ ဒီအချိန်မှာ အကြင်နာတရား ထားရမယ့်အချိန် ဖြစ်တယ်ပေါ့။ အဲဒါက ကျန်ရစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် အကြင်နာတရား ထားတာကိုပဲ လူမှုကူညီရေးလို့ ပြောတာဖြစ်တယ်။

အဲဒီလို မွန်မြတ်တဲ့အချိန်မှာ တကယ့် အလိုအပ်ဆုံးအချိန်(၂)ခုအတွက် ‘သုခကာရီ အသင်းကြီး’ ပေါ်လာခဲ့တယ်။ ‘သုခ’ ဆိုတဲ့ ချမ်းသာအောင်၊ အဆင်ပြေအောင်၊ ‘ကာရီ’ ဆိုတာက လုပ်ပေးတာဖြစ်တယ်။ စိတ်ချမ်းသာစေရမယ်။ အားလုံး အဆင်ပြေအောင် ဆောင်ရွက်ပေးတာကို “သုခကာရီ” လို့ပြောတာ ဖြစ်တယ်။ အေး . . . ကျန်းမာရေးနဲ့ လူမှုရေးဆိုတာ

၂၆

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အင်မတန်မှ အရေးပါတဲ့ အရေး(၂)ခုဖြစ်တယ်။ ဒုက္ခ  
ရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ကူညီဖြေရှင်းပေးနေတဲ့  
ကရုဏာ တရားဟာ အင်မတန်မှ မွန်မြတ်သန့်စင်  
တယ်။

ဒီအလုပ်ကို မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်  
မြတ်ကိုယ်တိုင် လုပ်ခဲ့တယ်ဆိုတာ ပိဋကတ်စာပေထဲမှာ  
သက်သေ အထောက်အထားနှင့်တကွ ရှိပါတယ်။  
အားလုံးလည်း ကြားဖူးကြတဲ့ ဝတ္ထုတစ်ခုပါပဲ။ ဗုဒ္ဓ  
မြတ်စွာရဲ့ တပည့်သာဝက ရဟန်းတော်တွေထဲမှာ  
တိဿကိုယ်တော်ဆိုတာ ရှိခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီကိုယ်တော်  
ဟာ ကံမကောင်း အကြောင်းမလှတဲ့ တစ်ခုသော  
ဘဝက အကုသိုလ်တွေ လုပ်ခဲ့သည့် အတွက်ကြောင့်  
တစ်ကိုယ်လုံး အနာတွေပေါက်နေတယ်။

ပထမပေါက်စက သေးသေးလေး။ နောက်တော့  
တဖြည်းဖြည်းကြီးလာပြီး ပေါက်ကွဲကုန်တယ်။ အဲဒီ  
အခါမှာ တစ်ကိုယ်လုံး ပြည်တစ်စုံစုံ ဖြစ်နေတယ်။ ခန္ဓာ  
ကိုယ် တစ်ခုလုံးဟာ ဇာပေါက်လို ဖြစ်သွားတယ်။ အနာ  
တွေဟာ တစ်ကိုယ်လုံးအနှံ့ပေါက်တာ ဖြစ်နိုင်တယ်။



ကြောက်ဖို့အလွန်ကောင်းတယ်။ ကျောက်ပေါက်သလို  
 မျိုး ပေါက်တာနော်။ ကျောက်က ခပ်သေးသေးရယ်၊  
 ဒီကိုယ်တော်ပေါက်တဲ့ အနာဟာ အကြီးကြီးပဲ။  
 တစ်ကိုယ်လုံး ပြည်တစိုစိုနဲ့။ အနာဝက အကြီးကြီးပဲ။

ဒါတင်မကဘူး၊ အဲဒီအနာက ဘယ်အထိရောက်  
 အောင် ကူးစက်ပြန့်ပွားသွားသလဲဆိုရင် အရိုးထိ  
 ရောက်အောင် ကူးစက်ပျံ့နှံ့သွားပြီး ရိုးတွင်းခြင်ဆီ  
 ထိအောင် ရောက်သွားတယ်။ အခုခေတ် ဆိုရင်တော့  
 နာမည်တပ်ကောင်းတပ်လိမ့်မယ်။

အဲဒီကိုယ်တော် ဦးတိဿရဲ့ ရောဂါက အင်မတန်  
 ဆိုးတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ အရိုးတွေပါ အက်ကွဲ  
 လာပြီးတော့ ကျိုးတဲ့နေရာကကျိုး၊ မလှုပ်နိုင် မယှက်နိုင်  
 ဖြစ်လာတယ်။ ပြုစုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း ကြာတော့  
 မပြုစုနိုင်တော့ဘူး။ ပြည်တစိုစိုနဲ့ တစ်ကိုယ်လုံး  
 ညစ်ပတ်ပြီး မတတ်နိုင်တော့တဲ့အခါမှာ သူ့ကို  
 ဒီအတိုင်းပဲ ပစ်ထားလိုက်ကြတယ်။ သေမယ့်အချိန်  
 ကိုပဲ စောင့်နေရသလို ဖြစ်နေတယ်။

အဲဒီအချိန် မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်က ကျောင်းတော်ကြီးကနေပြီး လောကတစ်ခွင်ကို ရှုစားလိုက်တဲ့အခါမှာ မိမိရဲ့ အနီးကပ် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ထဲမှာပဲ ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ ကိုယ်တော်ကို သွားမြင်တယ်။ မြင်တာနဲ့ ဘုရားကိုယ်တိုင် ကြွသွားတယ်။ ကရုဏာ ဆိုတာဟာ မနေစိမ့်ဘူး။ အဲဒီ ကိုယ်တော်ရှိနေတဲ့နေရာ အနီးအနားက မီးတင်းကုတ် မီးဖိုချောင်မှာ မြတ်စွာဘုရားက ရေနွေးတည်တယ်။ ဘယ်သူ့ကိုခိုင်းတယ်လို့ မပါဘူး။ ဘုရားက ကိုယ်တိုင် ရေနွေးတည်တဲ့ သဘောပဲ။ မြတ်စွာဘုရား ကြွသွားတာကို အားလုံးက ကြည့်နေကြတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ရေနွေးတည်ပြီး ဘယ်ကို ကြွသွားသလဲဆိုတာကို ရဟန်းတွေ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ အားလုံးက စွန့်ပစ်ထားကြတဲ့ တညည်းညည်း တညုညုနဲ့ ပြည်ပုပ်တွေနဲ့ ညစ်ပတ်နံ့စော်နေတဲ့ ကိုယ်တော်အနား ကြွသွားတာကို မြင်ကြတယ်။ အဲဒီအခါမှာ အားလုံးက သဘောပေါက်သွားပြီး ဝိုင်းလာကြတယ်။ စောစောကတော့ ဘယ်သူမှ အနားမှာမနေဘူး။

ဘဝဆည်းစာ ကရုဏာ

မြတ်စွာ ဘုရားကြွသွားပြီး အဲဒီရဟန်းအိပ်တဲ့ ခုတင်ကို မြတ်စွာဘုရားက မ,တော့မယ်ဆိုမှ ရဟန်းတွေက 'အရှင်ဘုရား မ,မပါနဲ့၊ တပည့်တော်တို့ ဝိုင်းမပျံ့မယ်' ဆိုပြီး ဂိလာနပုဂ္ဂိုလ်ကို မီးတင်းကုတ်ဘက်ကို မ,ရွှေ့ သွားကြတယ်။

ရွှေ့ပြီး ရေနှွေးလေးနဲ့ ဖန်ဆေးပေးတယ်။ သူ့ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ပြည်တွေနဲ့ ပေနေတဲ့အတွက် ပထမ ဧကသီလေးကို မြတ်စွာဘုရားက ရေနှွေးလေးနဲ့ ချွတ်ပြီး လျော်ခိုင်းတယ်။ လျော်ပြီးတဲ့အခါမှာ ညှစ်ပြီး လှမ်းထားခိုင်းတယ်။ လှမ်းထားချိန်မှာ သင်းပိုင်ကလေး ပတ်ထားပြီး တစ်ကိုယ်လုံးညစ်ပေနေတဲ့ ပြည်ပုပ်တွေ ကင်းစင်သွားအောင် ရေနှွေးလေးနဲ့ သုတ်သင် ပေးတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ ခုနကလှမ်းထားတဲ့ ဧကသီ သင်္ကန်း လေးဟာ ခြောက်လာတယ်။ ခြောက်လာတော့ အဲဒီ ဧကသီသင်္ကန်းလေးကို အပေါ်က လှမ်းထားပြီး ခုနက သင်းပိုင်ကိုချွတ်ပြီး ဖွပ်လျော်တယ်။ ပြီးတော့ လှမ်းထား လိုက်တယ်။ တစ်ကိုယ်လုံး ဆေးကြောပြီးတော့ ဟို

~~~~~ လှုပ်သွားလှုပ်သွား လှုပ်သွားဟာ လှုပ်နှောမှုမှာဖြစ်တယ်။

ရောဂါသက်သာအောင် ပြုစုခြင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်း၊  
 ဟောပြောခြင်းတွေ တစ်ခုမှ မလုပ်ခဲ့ဘူးဆိုရင် စိတ်  
 ဆင်းရဲပြီး သေသွားရှာမယ်။ ဒါဆိုရင် သံသရာထဲမှ  
 နစ်မွန်းနေဦးမှာပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက ကူညီသင့်တာ  
 ကို ကူညီပေးသည့် အတွက်ကြောင့် ကာယိကဒုက္ခ  
 သက်သာသွားတယ်။ စေတသိက ဒုက္ခလည်း သက်သာ  
 သွားတယ်ပေါ့။ သက်သာရုံတင် မကဘူး၊ စိတ်ဟာ  
 ဖြူစင်မြင့်မြတ်သွားပြီး အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို  
 ရသွားပြီး ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်သွား  
 ရတယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ လူမှုကူညီရေးပါပဲ။  
 ဒါတွေဟာ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင် လုပ်ခဲ့တာ  
 ဖြစ်တယ်။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် ပျံလွန်တော်မူသွားတဲ့အခါ  
 မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းတွေကို သုဿန်ပို့စေပြီး  
 သင်္ကြိုဟ်ခိုင်းတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ကျန်းမာရေးကို  
 စောင့်ရှောက်တာ ဒီဝတ္ထုအရ အင်မတန်မှ ထင်ရှားပါ  
 တယ်။ ဒီမထေရ်ကို စာပေထဲမှာ “ပူတိဂတ္ထတိဿ”

ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ

ဆိုတာက ပုပ်နေတာဖြစ်တယ်။ “ပူတီဂတ္တ” ဆိုတော့ ပုပ်နေတဲ့ခန္ဓာကိုယ်ရှိတဲ့ တိဿကိုယ်တော်လို့ ဒီလို ပြောတာဖြစ်တယ်နော်။ အဲဒီလို ရောဂါဝေဒနာ ပြင်းပြ နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကျန်းမာရေး ကူညီစောင့်ရှောက်တဲ့ သဘော ဖြစ်တယ်။ ဒါ ဘဝဆည်းဆာ အချိန်မှာ ဒီလို ကူညီလိုက်တာ တစ်ခုနော်။

အေး . . . နောက် သက်သေသာဓကတစ်ခု အနေနဲ့က ကဿပမြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်တော် အခါက တောင်ထိပ်ပေါ် တက်ပြီးတော့ သူငယ်ချင်း ရဟန်းတော်(၇)ပါး တရားအားထုတ်ကြတယ်။ အဲဒီလို အားထုတ်တဲ့အထဲမယ် တစ်ပါးက ရဟန္တာ ဖြစ်သွား တယ်။ နောက်တစ်ပါးက အနာဂါမ် ဖြစ်သွားတယ်။ ကျန်တဲ့ ရဟန်း(၅)ပါးကတော့ ပုထုဇဉ်အဖြစ်နဲ့ပဲ ပျံလွန်တော်မူသွားကြတယ်။ အဲဒီ(၅)ပါးဟာ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက် ပြန်ပေါ်လာကြတယ်။ တောင်ထိပ်တက်ပြီး အားထုတ်တယ်ဆိုတာ တောင် ဆိုတာဟာ ခုခေတ် ဘယ်တောင်နဲ့တူသလဲဆိုရင် ပုပ္ဖိုး တောင်ကလပ်နဲ့တူတယ်။

လှေကားထောင်ပြီး တက်ရတာ၊ တောင်ပေါ်  
 ရောက်ပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အဲဒီလှေကားကို တွန်းချ  
 လိုက်တာ၊ ပြန်ဆင်းလို့ မရတော့ဘူး။ အသက်စွန့်ပြီး  
 တော့ တရားအားထုတ်ကြတာ။ အဲဒီ အထဲက  
 အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီး ဗြဟ္မာ့ပြည်ကို ရောက်နေတဲ့သူက  
 လိုက်ပြီးစောင့်ရှောက်ပေးတယ်။ အဲဒီ (၅)ဦးထဲမှာ  
 တစ်ဦးအပါအဝင်ဖြစ်တဲ့ ဗာဟိယ ဒါရူစီရိယ တဲ့။  
 ပျဉ်ချပ်တွေကိုစပ်ပြီး အဝတ်ဝတ်တဲ့သူ (သစ်သားစ  
 လေးတွေကို တွဲစပ်ပြီး အဲဒီအဝတ်ကိုပဲ ဝတ်တဲ့သူ)။  
 သူ့အဝတ်ကိုက အဲဒါလေးတွေပဲနော်။ လူတွေက  
 သူ့ကို အထူးအဆန်းဆိုပြီး ဝိုင်းကြည့်ကြတယ်။

လောကမှာလူတွေဟာ သူ့ကိုယ်သူဘာမှမဟုတ်  
 မှန်း သိသော်လည်း ဘေးကလူတွေက ဝိုင်းမြှောက်ရင်  
 သူ့ကိုယ်သူ အဟုတ်ထင်တတ်တယ်။ အဲဒီလိုပဲ ပျဉ်ချပ်  
 တွေဝတ်ထားတဲ့သူ့ကို လူတွေက ရဟန္တာဆိုပြီး  
 ဝိုင်းမြှောက်တဲ့အခါ သူကလည်း သူ့ကိုယ်သူ ရဟန္တာလို့  
 ထင်သွားတယ်။ တကယ်တော့ တစ်ပြားသားမှ ရဟန္တာ  
 ဖြစ်စရာ မရှိဘူး။ ခုခေတ်မှာလည်း ဒါမျိုးတွေရှိတယ်

ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ

နော်။ ဘေးကနေ ဝိုင်းမြှောက်တာနဲ့ အဟုတ်ထင်သွား  
တယ်။ တကယ်ကတော့ ဘာမှရှိတာ မဟုတ်ဘူး။  
ဘေးကလူတွေ ဝိုင်းမြှောက်လိုက်ရင် ဒုက္ခရောက်တတ်  
တယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ ဗာဟိယဒါရူစီရိယ ကလည်း ဝတ်စရာ  
မရှိလို့ သစ်တုံးလေးတွေကို ကောက်ယူတွဲစပ်ပြီး ဝတ်ရ  
တာဖြစ်တယ်။ သူ့ကို ရဟန္တာဆိုပြီး လူတွေက ဝိုင်းပြီး  
သမုတ်လိုက်တာနဲ့ သူကလည်း သူ့ကိုယ်သူ တကယ့်  
ရဟန္တာလို့ ထင်နေတယ်။ အဲဒါနဲ့ ခုနက သူငယ်ချင်း  
ဟောင်း ဗြဟ္မာကြီးကလာပြီး သတိပေးတယ်။ ကိုယ့်လူ၊  
မင်းဟာ ရဟန္တာလည်းမဟုတ်ဘူး၊ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်တဲ့  
အကျင့်လည်း မရှိဘူးဆိုတော့ သူက ဒါဆိုရင် ရဟန္တာ  
ဘယ်မှာရှိတာတုန်း မေးတယ်။ သူဟာ စိတ်ကောင်း  
နှလုံးကောင်းတော့ ရှိတယ်။ ဒါနဲ့ ဗြဟ္မာကြီးက အေး၊  
ရဟန္တာဆိုတာ ဟို မြောက်အရပ်၊ သာဝတ္ထိပြည်၊  
ဇေတဝန်ကျောင်းတော်မှာ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား  
ဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒီကိုသွား၊ သွားလို့ရှိရင် ရဟန္တာ  
ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေ မင်းကိုပေးလိမ့်မယ်လို့

ပြောတယ်။

ယူဇနာ(၁၂၀)လောက်ရှိတဲ့ ခရီးကို အားချင်း သွားလိုက်တာ လမ်းမှာ တစ်ညပဲ အိပ်တယ်တဲ့။ မိုင်ပေါင်းများစွာ ဝေးကွာတဲ့ခရီးကို သူဟာ ကြားတဲ့ အချိန်ကနေပြီးတော့ သွားလိုက်တာ မြတ်စွာဘုရားကို တွေ့ချင်လွန်းလို့ လမ်းမှာ တစ်ညပဲအိပ်ပြီးတော့ သွားတာဖြစ်တယ်။

ဟိုရောက်တော့ မနက်ပိုင်း ဆွမ်းခံကြွတဲ့အချိန် ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒါနဲ့ ရောက်တဲ့အခါမှာ “ဘုရား ဘယ်သွားသလဲ” လို့ မေးတော့ “ဆွမ်းခံကြွသွားတယ်၊ ဘယ်ကလာတာလဲ” လို့ဆိုတော့ “ဟို သုပ္ပါရက(အိန္ဒိယ တောင်ပိုင်းပေါ့) သင်္ဘောဆိပ်ကလာတယ်” လို့ဆိုတော့ “အိုး. . အဝေးကြီးပေါ့၊ ဘယ်နေ့က ထွက်လာတာလဲ” ဆိုတော့ “မနေ့ကပဲ ထွက်လာခဲ့တာဖြစ်တယ်” “ဒီလောက်အဝေးကြီးခရီးဟာ အမြန်လာလို့ ရောက်နိုင် ဖို့ရာ မရှိဘူး၊ အဲဒါကြောင့် ခဏနားပါဦး၊ မြတ်စွာဘုရား ဆွမ်းခံကြွပြီးရင် ပြန်လာပါလိမ့်မယ်” “ဟာ . . မစောင့်



နိုင်ပါဘူး” ဆိုပြီးတော့ ဘုရား ဆွမ်းခံကြွသွားတဲ့ သာဝတ္ထိမြို့ထဲအထိ လိုက်သွားတယ်။

ဟိုရောက်လို့ မြတ်စွာဘုရားလည်းတွေ့ရော သူဟာ ခန္ဓာကိုယ်လေး ကိုင်းညွတ်ပြီးတော့ တုန်းကုန်းနဲ့ သွားပြီး ဘုရားရှင်ရဲ့ ခြေဖမိုးလေးကို ရှိခိုးဦးချကာ “တပည့်တော်ကို တရားဟောပါဘုရား၊ တပည့်တော်ကို တရားဟောပါ ဘုရား” ဆိုပြီး အတင်းပြောတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ပြန်ပြောတယ်။ “အေး၊ ဆွမ်းခံကြွနေ တုန်းရှိသေးတယ်၊ ဒီအချိန်ဟာ တရားဟောရမယ့် အချိန် မဟုတ်ဘူး” လို့ ပြောတာကို သူက ဘာပြန်ပြော သလဲဆိုတော့ “အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်ဟာ ဘယ်တော့သေမလဲဆိုတာကို မသိနိုင်ပါဘူး၊ အရှင် ဘုရားအသက်လည်းမသိနိုင်ဘူး၊ တပည့်တော်အသက် လည်း မသိနိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့် ဟောပါဘုရား၊ တပည့်တော် တရားမနာလိုက်ရဘဲ သေသွားရင် ဘယ်လိုလုပ်မတုန်း” တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက “မဟုတ် ပါဘူး၊ အခု ဆွမ်းခံဝင်နေတုန်း” ဆိုတော့ သူက

၄၀ ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

“မဟုတ်ပါဘူး၊ ဟောပါဘုရား၊ ဟောပါဘုရား” ဆိုပြီး အတင်းဟောခိုင်းတာ။

(၂) ကြိမ်လောက် ငြင်းပယ်ပြီးတဲ့ အခါကျတော့ မြတ်စွာဘုရားက တရားကို အတိုချုပ်ဟောလိုက်တယ်။ “မင်း မြင်တာကို မြင်တဲ့အဆင့်မှာပဲ ရပ်လိုက်ပါ။ ရှေ့ဆက်ပြီး မစဉ်းစားပါနဲ့။ လူတွေဟာ မြင်တာကို ရှေ့ဆက်စဉ်းစားလိုက်တဲ့အခါမှာ လောဘတွေ၊ ဒေါသတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ကြိုက်ရင် လောဘ၊ မကြိုက်ရင် ဒေါသ၊ ကြားတဲ့ အသံကိုလည်း ကြားရုံနဲ့ပဲ ရပ်ထားလိုက်ပါ။ ရှေ့ဆက်ပြီး မစဉ်းစားနဲ့။ နှာခေါင်းက အနံ့ကိုလည်း အနံ့ရတဲ့အပေါ်မှာ ရပ်ထား၊ လျှာကိုလည်းပဲ အရသာခံတဲ့အပေါ်မှာပဲ စဉ်းစား၊ ရှေ့ဆက်ပြီး မစဉ်းစားပါနဲ့လို့ “ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ” ဆိုတဲ့ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်လေးကို ဟောပြလိုက်တာ သူ့သိပ်ပြီး သဘော ကျသွားတယ်။

ဆက်ပြီး တရားနာယူပြီး လက်ခံကျင့်သုံး လိုက်တာ ဉာဏ်ကလည်းထက်၊ အတိတ်ဘဝတုန်းက

လည်း တောင်ထိပ်တက်ပြီး တရားဓမ္မကို အားထုတ် ခဲ့တာဆိုတော့ သူ့အတွက် မခက်ခဲဘူး။

အဲဒီမှာတင် ဗာဟိယဒါရူစီရိယ ကြီးဟာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။ တစ်ခဏလေး ဆွမ်းခံကြွတဲ့အချိန် ကလေးမှာပဲ တရားဟောလိုက်တာဖြစ်တယ်။ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတဲ့အခါမှာ သူ သင်္ကန်းဝတ်ပါရစေ ဆိုပြီး မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက အေး... မင်း သင်္ကန်း၊ သပိတ်တွေ ရှိပြီလားဆိုတော့ မရှိသေးပါဘူး၊ အေး၊ မရှိရင်ရှာဦး ဆိုပြီးတော့ မြတ်စွာ ဘုရားက ဆွမ်းခံထွက်သွားတယ်။

ဒါနဲ့ သူလည်း သင်္ကန်း၊ သပိတ်တွေရှာဖို့ ထွက် အလာမှာ ကံမကောင်း အကြောင်းမလှလို့ အတိတ်က ရန်ညှိုးရှိတဲ့ ဘီလူးတစ်ကောင်က နွားယောင်ဆောင်ပြီး ခွေသတ်လိုက်တာ အမှိုက်ပုံထဲ ကားယားကျပြီး ဝမ်းလျားမှောက်လျက် ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ဆွမ်းခံကြွပြီးအပြန် အဲဒီ နေရာက ဖြတ်သွားတဲ့အခါ သေဆုံးနေတဲ့ ဗာဟိယ ကြီးကို တွေ့ရလို့ သူ့ရဲ့ အလောင်းကို ရဟန်းတွေကို

ကောက်ခိုင်းတယ်။ ညောင်စောင်းပေါ်မှာ တင်ပြီးတော့  
 (ကြည့်နော်၊ လူမှုကူညီရေးဆိုတာ အဲဒီအတိုင်း  
 ပစ်မထားဘူးတဲ့။) သူ့အလောင်းကို သုဿန်သွားပြီး  
 သဂြိုဟ်ခိုင်းတယ်။ အရိုးကိုယူကာ ဂူတည်ပေးတယ်  
 ပေါ့နော်။

အဲဒီအခါမှာ ရဟန်းတွေက ဟာ၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ် အခုပဲ  
 မြတ်စွာဘုရားနဲ့တွေ့ပြီး အခု ဘာဖြစ်သွားတာလဲ  
 ဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားက မဟုတ်ဘူး၊ သူ့အခု ရဟန္တာ  
 ဖြစ်သွားပြီ။ အရှင်ဘုရား၊ မြန်လှချည်လား ဆိုတော့  
 အေး... မြန်တယ်မပြောနဲ့၊ ငါဘုရားပြောတဲ့ စကား  
 ဟာ တစ်လုံးပေမယ့်လို့ အဲဒီတစ်လုံးဟာ ပေါက်ရောက်  
 သွားတာပါပဲ။ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာနော်၊  
 စကားလုံးတွေ ထောင်သောင်းမက ပြောနေပေမယ့်  
 လည်း အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ မသိဘူးတဲ့။  
 တရားထူးရမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်က ဂါထာလေးတစ်ပုဒ်နဲ့လည်း  
 တရားထူးရနိုင်တာပဲ ဖြစ်တယ်။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး  
 ဉာဏ်ပွင့်တာချင်း မတူဘူးနော်။ ကဲ အဲဒီဝတ္ထုကို  
 ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းတော်

များကို လူမှုရေးအရ ကူညီတာကိုလည်း တွေ့ရမယ်  
နော်။ လူမှုရေးကိစ္စတွေကို မမေ့ကြဖို့ လိုပါတယ်။

အေး . . . အားလုံးသိကြလိမ့်မယ်။ ယသ  
သူဌေးသားရဲ့ အတိတ်ဘဝက ကံအကြောင်းကို  
အားလုံး သိကြမယ်ထင်တယ်။ ယသ ဆိုတာ  
ဗာရာဏသီပြည်က ဖြစ်တယ်။ ပဉ္စဝဂ္ဂိုငါးပါးကို  
ဓမ္မစကြာတရား ဟောပြီးတဲ့နောက်မှာ ခြောက်ပါး  
မြောက် ရဟန္တာဖြစ်တာက ယသ သတို့သား  
ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ယသ သတို့သားဟာ ဗာရာဏသီ  
ပြည်မှာ အလွန်ချမ်းသာတဲ့ သူဌေးသားတစ်ယောက်  
ဖြစ်တယ်။

အဲဒီ သူဌေးသားဟာ တစ်ညလုံး ကပြဖျော်ဖြေ  
နေတဲ့ ကပွဲပြုလုပ်ရာ အခန်းထဲမှာ အိပ်ပျော်သွားတာ  
ပေါ့။

ညသန်းခေါင်ကျော် နိုးလာတဲ့အခါမှာ သူဌေးသား  
ရဲ့စိတ်ထဲမှာ အိပ်နေသူတွေကြည့်ပြီး သုသာန်ထဲ  
ရောက်နေတယ်လို့ ထင်သွားတယ်။ ထင်သွားပြီးတော့  
မိုးမလင်းခင်မှာပဲ သုသာန်ဘက်ကို ထွက်ခွာသွားခဲ့

၄၄ ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက သုသာန်ဘက်မှာ သီတင်းသုံး  
နေတယ်။ ဘုရားဆီကို ရောက်သွားတယ်။

လောကကြီးဟာ နှိပ်စက်ခံနေရတယ် ဆိုပြီး  
အိမ်မှာမပျော်တော့လို့ ထွက်သွားတာနော်။ ဘုရားနဲ့  
တွေ့တဲ့အခါကျတော့ ဘုရားက အေး . . . နှိပ်စက်  
မခံချင်ရင်၊ ငြိမ်းချမ်းမှုကို လိုလားရင် ထိုင်ပါ။ ငါ  
နည်းလမ်းပေးမယ် ဆိုပြီးတော့ တရားဟောလိုက်တာ  
သူလည်းပဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်ပေါ့။

အဲဒီ သူ့ရဲ့ရှေးကောင်းမှုလေးက ဘာလဲဆိုတော့  
အခု သုခကာရီအသင်း တို့လိုမျိုး လူမှုကူညီရေးအသင်း  
တွေ ရှေးကရှိတယ်။ သင်္ဂြိုဟ်စရိတ်မရှိလို့ အခက်အခဲ  
တွေနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို စေတနာ့ဝန်ထမ်း သင်္ဂြိုဟ်  
ပေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တယ်။ အဖွဲ့အစည်းဖွဲ့ပြီးတော့  
သင်္ဂြိုဟ်ပေးကြတယ်။ အဲဒီ လုပ်ငန်းဟာ ကရုဏာကို  
အခြေခံတဲ့ ကူညီမှုတစ်မျိုးပဲ ဖြစ်တယ်။ ကရုဏာကို  
အခြေခံတဲ့ ဝေယျာဝစ္စကုသိုလ်တစ်မျိုးပဲ ဖြစ်တယ်။

ဒါပေမယ့် တစ်ခုသိထားရမှာက ယသသတို့သား  
ရဟန္တာဖြစ်သွားတာက အဲဒီကုသိုလ်ကြောင့်တင် မက

ဘူး။ တစ်နေ့တော့ အလောင်း တစ်လောင်းကို သူ  
 သဂြိုဟ်တယ်။ သဂြိုဟ်ရင်းနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဘာသွားပြီး  
 ဖြစ်လဲဆိုတော့ အလောင်းရဲ့ ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် ဖြစ်နေ  
 တာကို ကြည့်ပြီး အေး . . . ငါ့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး  
 ဟာလည်းပဲ မတင့်တယ်ဘူးဆိုတဲ့ အတွေး၊ ငါလည်း  
 တစ်နေ့ကျရင် ဒီလိုဖြစ်ရဦးမှာပဲဆိုတဲ့အတွေးနဲ့ ရှုမြင်  
 သုံးသပ်တဲ့ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး သူ့သန္တာန်မှာ  
 ဖြစ်လာတယ်။ အသိဉာဏ်လေး ဝင်လာတယ်ပေါ့။  
 အဲဒီကုသိုလ်ဟာ အဓိကဖြစ်တယ်။

အဲဒီတော့ လူမှုကူညီရေးလုပ်နေတဲ့ အချိန်မှာ  
 သာမန် ဝေယျာဝစ္စ ကုသိုလ်မျှမက အသုဘသညာ  
 ပွားမိဖို့ အရေးကြီးတယ်နော်။ အခုခေတ်မှာ အသုဘ  
 လိုက်ပို့ကြတယ်၊ အချင်းချင်း စကားလေးပြော၊  
 ယပ်တောင်လေးခပ်ပြီးတော့ ပြန်လာကြတာပါပဲ။  
 ရယ်ရယ်မောမောပဲနော်။ ဪ . . ဒီလူတော့ ခန္ဓာကို  
 စွန့်သွားရပြီ၊ ငါ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာလည်း ဒီလိုပဲ ဖြစ်ရ  
 မှာပါလား၊ ငါ့ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သူ့ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ အတူတူ  
 ပါပဲလား။ ဒီလို နှိုင်းယှဉ်ပြီးတော့ သံဝေဂတရား

ဖြစ်ပွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အလွန်နည်းပါးလိမ့်မယ်။ အဲဒီ ကုသိုလ်မျိုးကိုလည်းပဲ အမှတ်တမဲ့ မနေရဘူးတဲ့။ ယသ သတို့သားဟာ အလောင်းကောင်ကြီးကို သင်္ဂြိုဟ်ရင်းကနေပြီးတော့ အသုဘသညာ ပွားခဲ့မိတာ ကတစ်ခု၊ နောက်တစ်ခုက သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားမိတာကတစ်ခု၊ ဒီ(၂)ခုကြောင့် ရဟန္တာ ဖြစ်သွား ရတယ်။

အဲဒီတော့ လူမှုကူညီရေးအသင်း လုပ်နေတဲ့ အချိန်မှာ ဒီ(၂)ခုကို ဘာဝနာတရားအနေနဲ့ ပွားနေ ရမယ်။ မရဏသသတိ နဲ့ အသုဘသညာ ကို ဘယ်လို ပွားမလဲဆိုတော့ “မရဏဓမ္မောမှီ မရဏံအနတိတော” အေး . . . ဒီပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်တော့ ဆုံးသွားပြီ၊ ငါလည်းပဲ သေခြင်းတရားကို ကျော်လွှားပြီး မသွားနိုင် ဘူး။ သေခြင်းသဘောဟာ ငါ့မှာလည်း ရှိတယ်၊ တို့လည်း တစ်နေ့ကျရင် သေရဦးမှာပဲဆိုတဲ့ သံဝေဂ စိတ်ကလေးဖြစ်ပါစေ။ အဲဒါက ဘာဝနာကုသိုလ်၊ ပါရမီ ကုသိုလ်တွေဖြစ်ပြီး သံသရာက ကျွတ်ဖို့ရာ အထောက် အကူ ဖြစ်သွားတယ်။



အဲဒီလိုမဟုတ်ဘဲနဲ့ ဝေယျာဝစ္စကုသိုလ်လောက်ပဲ ယူမယ်ဆိုရင် အဲဒီအတွေးမျိုးမပေါက်ဘဲနဲ့ သာမန် ကုသိုလ်လောက်ပဲ ရမယ်ပေါ့။ အဲဒီအတွေးဟာ အရေးကြီးတယ်။ နာရေးကိစ္စကို ကူညီပြီဆိုကတည်းက “မရဏခမ္ဘောမိ မရဏံအနတီတော” ငါလည်း တစ်နေ့ ကျရင် သေရဦးမှာပဲ၊ သေခြင်းတရားကနေ မလွတ် မြောက်နိုင်ဘူး။ ဒါက မရဏနုဿတိ ဘာဝနာကုသိုလ် ရတယ်။

တစ်ဖန် ရုပ်အလောင်းကိုကြည့်ပြီး ငါ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ် ဟာ သေဆုံးပြီး (၃)ရက်ကျော် (၄)ရက်ရောက်လာတဲ့ အခါမှာ ပုပ်ပွခြင်းဆိုတဲ့ ဒီသဘောကို မကျော်လွှား နိုင်ဘူးဆိုတဲ့ အသုဘသညာ ကို ပွားဖြစ်အောင် ပွားရ မယ်တဲ့။ အဲဒီလို ပွားလိုက်လို့ရှိရင် မရဏနုဿတိ တို့၊ အသုဘသညာ တို့ တစ်ကြိမ်တစ်ခါ ရင်ထဲနှလုံးထဲ ရောက်လာပြီဆိုရင် ပါရမီကုသိုလ် ရသွားပြီ။ (ခုခေတ် စကားနဲ့ ပြောရရင် Online ပေါ့)။ ကြည့်လေ ယသ သတို့သား အလောင်းအလျာဟာ တစ်ဘဝတုန်းက

၄၈ ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

Online ဖြစ်သွားတာ။ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်ရောက်လို့ သူဌေးသား ဖြစ်သွားတဲ့အခါ အင်မတန်မှ သာယာတဲ့ ပြသဒ်ထဲမှာ နေရသော် လည်း သုသာန်ထဲမှာ ရောက်နေတယ်လို့ ခံစားရတာ ဟာ အဲဒီတုန်းကအတွေးတွေ ပြန်ရောက်လာတာ ဖြစ်တယ်။ တစ်ချိန် တစ်ခါတုန်းက တွေးထားတဲ့ အတွေးတွေ ပြန်ရောက်လာတာနော်။

အဲဒီလောက်တောင်မှ အင်အားမရှိတဲ့ အတွေး ကလေးတစ်ခုက အကျွတ်တရားရသွားစေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦးကိုလည်း သတိထားမိကြလိမ့်မယ်။ စူဠပန်လို့ ခေါ်တဲ့ ရဟန်းဟာ အတိတ်ဘဝတုန်းက ဘုရင်ဖြစ်ခဲ့ဖူး တယ်။ နေပူကျဲကျဲ ပူလောင်တဲ့အချိန်မှာ တိုင်းခန်း လှည့်လည်ရင်း နဖူးကချွေးကို ပုဝါဖြူနဲ့သုတ်လိုက်တဲ့ အခါမှာ ခန္ဓာကိုယ်က ချေးညော်တွေဟာ ပုဝါကိုစွဲသွား တယ်။ အဲဒီပုဝါလေး ညစ်ပတ်နေတာကို ကြည့်ပြီး တော့ ဪ၊ ခန္ဓာကိုအကြောင်းပြုပြီးတော့ ဖြူနေတဲ့ ပုဝါလေး ညစ်ပေသွားရပါလားဆိုတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့

အပြစ်ကလေးကို မြင်လိုက်တာနော်။ အဲဒီအတွေးလေးဟာ သူ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်သွားတယ်။ Online ဖြစ်သွားတယ်။

ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက် ရောက်တဲ့ အခါမှာ အင်မတန်ညဏ်ထိုင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ပေမယ့်လို့ မြတ်စွာဘုရားပေးတဲ့ ဖွေးဆွတ်နေတဲ့ လက်ကိုင်ပုဝါလေးကိုရှုရင်း တရားထူးရသွားတယ်။ အဲဒါ အတိတ်ဘဝနဲ့ ပြန်ပြီးဆက်စပ်ပေးတာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအတွေးလေး ပြန်ရအောင် လုပ်ပေးတာ။ အဲဒီတုန်းက တွေးထားတဲ့ အတွေးလေးကို အခြေခံပြီးတော့ ဝိပဿနာညဏ်တက်ပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။

အဲဒါကြောင့်မို့ ကုသိုလ်ကံကို အသေးအဖွဲ့လေးလို့ မအောက်မေ့လေနဲ့။ အဲဒီ အတွေးလေးတွေကိုလည်းပဲ အသေးအဖွဲ့လေးတွေလို့ မအောက်မေ့နဲ့။ ကြံကြိုက်တဲ့ အခါတိုင်းပဲ ဪ... သေခြင်းတရားဟာ ငါ့မှာလည်းပဲ ရှိနေတယ်၊ ငါလည်း သေခြင်းတရားကို မလွန်နိုင်သေးဘူးဆိုတဲ့ အတွေးလေးဟာ အချိန်တိုင်း

၅၈ ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

တွေ့နေရမယ့် အတွေ့လေးပဲဖြစ်တယ်။ ရုပ် အလောင်းကောင် ကြည့်ပြီးတော့ အေး . . . ဒီ ရုပ် အလောင်းကောင်ကြီး မတင့်မတယ်၊ ရွံရှာဖွယ် ဖြစ်သလို ငါ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာလည်း ဒီအတိုင်းပဲ၊ ဘာမှမထူးဘူးလို့ အသုဘသညာလေး ပွားရမယ်တဲ့။ အဲဒီ(၂)ခုကို ပွားခြင်းဖြင့် သံသရာဝဋ်က လွတ်ရာ လွတ်ကြောင်း တရား(၂)ခုကို ဆည်းပူး အားထုတ် ပြီးသား ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

ဒါကြောင့်မို့ လူမှုကူညီရေးအလုပ် လုပ်တဲ့အခါမှာ ဒီကုသိုလ် (၂)ခုကို ရအောင်ယူပါ။ ဒီကုသိုလ်(၂)ခုကို မရဘူးဆိုရင် သာမန်ကုသိုလ်တစ်ခုမျှသာ ဖြစ်သွား လိမ့်မယ်။

ကရုဏာကို အခြေခံပြီးတော့ လုပ်တဲ့ကုသိုလ် တွေ မွန်မြတ်တယ်။ ဆိုပါစို့၊ ကားလှူထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကားလှူရင် ယာဉ်အလှူ ကုသိုလ်တော့ရပြီ၊ သို့သော် ခုနကပြောတဲ့ ကုသိုလ်တွေကိုလည်းပဲ ရအောင်ယူဖို့ လိုအပ်တယ်။

အေး . . . ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုကူညီရေးဆိုတဲ့ ဒီအရေး(၂)ရောဟာ ကရုဏာကို အခြေခံပြီးတော့ လုပ်တဲ့အရေးတွေဖြစ်လို့ ဘဝဆည်းဆာမှာ အင်မတန် မှ အရေးပါတဲ့ ကရုဏာတရား ဖြစ်တယ်။ မြင့်မြတ်တဲ့ နှလုံးသားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ ထို ကရုဏာ တရား ထားလို့ အများရဲ့ဒုက္ခကို ဝိုင်းဝန်းကူညီ ဖြည့်စွမ်း ပေးတယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ မွန်မြတ်လှပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာဆိုတဲ့ ဒီတရား ဟာ အလွန်မွန်မြတ်တယ်။

ဘုရား ကိုယ်တော်တိုင်သည်ပင်လျှင် ဒီကိစ္စကို ဆောင်ရွက်တယ်။ တို့လည်းပဲ မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကို ကြည်ညိုလေးမြတ်သောအား ဖြင့် ဒီအလုပ်မျိုးကို လုပ်ရတယ်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားပေးပြီး အားတက်သရောဖြစ်ကာ မရဏသထီ ဘာဝနာ ကို ပွားများခြင်း၊ အသုဘဘာဝနာ ကို ပွားများခြင်း၊ အဆင့်မြင့်တဲ့ ဘာဝနာကို ပွားများခြင်း ဖြင့် ဒီထက် အဆင့်မြင့်တဲ့ တရားဓမ္မတွေကိုရအောင် ကြိုးစားအားထုတ် ကြမယ်လို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ စိတ်ထဲမှာ

၅၂ ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အဓိဋ္ဌာန်ထားပြီး ကရုဏာ အခြေခံတဲ့ မြင့်မြတ်တဲ့  
လုပ်ငန်းကို ဝိုင်းဝန်းကြိုးပမ်းနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ



### ဓမ္မမိတ်တွေများသို့

ပါပောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ  
 ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များက  
 ရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီး  
 ကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ပေးသော စာမူများကို  
 ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြုလျက်  
 စာအုပ်ငယ်များ ဖိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်း  
 လိုပါက ဖော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

### ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

၁။ အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်  
 အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊  
 ရန်ကုန်မြို့။  
 ဖုန်း ၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်  
 အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီ)ရုံ၊  
 မြေအောက်ထပ်။  
 ဖုန်း ၂၉၀၆၀၀(လှိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄

၃။ ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့  
 လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း  
 ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
 ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀



### ဓမ္မစာပေပြန်ပွားရေး

#### သာသနာ့ဓမ္မစာပေ အလှူရှင်များ

- ၁။ မိဘများနှင့် ဦးတင်မိုးတို့ကိုရည်စူး၍ ဒေါ်ခင်လှမိသားစု။  
(ကိုကျော်သင်းသေးဆိုင်)ပင်လှာစေ့။ ၃၉,၀၀,၀၀၀
- ၂။ ဦးအုန်းကျော်+ဒေါ်ခင်မမ မိသားစု။ ၃၅,၀၀,၀၀၀
- ၃။ ဦးခင်ရွှေ+ဒေါ်မေလှိုင် မိသားစု။ ၃,၀၀,၀၀၀
- ၄။ ဦးချစ်မွှေး+ဒေါ်မြင့်မြင့်စို ၃,၀၀,၀၀၀
- ၅။ ဦးသောင်းငွေ+ဒေါ်ခင်စောဝင်း ၃,၀၀,၀၀၀
- ၆။ Singapore မှ ဓမ္မစိတ်ဆွေများ ၃,၀၀,၀၀၀
- ၇။ ဦးစံသာ+ဒေါ်မေဦးခင်၊ သမီး - စံသာရတနာ  
သား - မောင်စံသာသူခ မိသားစု။ ၁,၅၀,၀၀၀
- ၈။ ဦးမြဟန်+ဒေါ်သီတာစိ မိသားစု။ ၁,၀၀,၀၀၀
- ၉။ ရွှေပြည်ဟိန်းဆရာတော်၏မယ်တော်ကြီး ဒေါ်အမာ။ ၁,၀၀,၀၀၀
- ၁၀။ ကိုထွန်းလင်း+ပဒုယံနွယ်စန်း ၁,၀၀,၀၀၀
- ၁၁။ ကိုကျော်ဆန်းလွင်+ဒေါ်မြင့်မြင့် ၁,၀၀,၀၀၀
- ၁၂။ ဖခင်ကြီးဦးသိန်းကြည်အား ရည်စူး၍၊ မိခင်ကြီး  
ဒေါ်သန်းကြည်အား အများထားလျက်  
ဒေါ်ပြုပြုသိန်းနှင့် မောင်နမတစ်ခု(ရန်ကင်း) ၁,၀၀,၀၀၀
- ၁၃။ မသန်းသန်းဝင်း မပေသက်ဝေ ၅၀,၀၀၀
- ၁၄။ မိဘများ ခင်ပွန်း ဦးတင်အောင်နှင့် သမီးငယ်  
မိမိအောင်တို့အား ရည်စူး၍ ဒေါ်တင်တင်ဝင်းမိသားစု။ ၃၀,၀၀၀

|     |                                                                                             |         |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| ၁၅။ | ဦးမြင့်သိန်း+ဒေါ်ဆွေဆွေ သမီး ဒေါက်တာသီရိရွှေစင်<br>သား-မောင်ဘုန်းပြည့်အောင်မိသားစု(ရန်ကင်း) | ၃,၀၀,၀၀ |
| ၁၆။ | ဒေါ်ဝေပွဒိန္တာ B.A.B Student                                                                | ၁,၀၀,၀၀ |
| ၁၇။ | ဦးကံညွန့်+ဒေါ်ဝင်းကြည် မိသားစု(ရန်ကင်း)                                                     | ၁,၀၀,၀၀ |
| ၁၈။ | မောင်မင်းမင်းသိုက်+မနှင်းခက်မော် မိသားစု                                                    | ၁,၀၀,၀၀ |
| ၁၉။ | ဦးဝင်းဗေသန်း+ဒေါ်ခင်မြတ်နွယ်<br>သား-မောင်ဝေဖြိုးသန်း မိသားစု(ရန်ကင်း)                       | ၁,၀၀,၀၀ |
| ၂၀။ | မကြေးပုံဝင်းထွဋ် မောင်ရဲဟန်ဝင်းထွဋ် မောင်နှမ                                                | ၅၀,၀၀   |