

100



୧୯୭୦-ခု ඩීමෙනිංලයා න-ඛැන්දේ
චුම්පු උඩ්වී ප්‍රජාතාන්ත්‍රික රාජ්‍ය
ඒස්සෑ ගුණාත්මක ලාභීත්‍ය
පෙනාග්‍රියා තෙවා

ලෙ:ඣු:තා:මර සිංහද්‍රූ

ඡාග්‍රා:ඡොර්

ගොඩ:මූ

(අංශියාග්‍රීම්)

လေးမျိုးတားမရ သီသင့်လူ

ယနေ့ ၁၃၅၁-ခု၊ ဝါခေါင်လဆုတ် (၈)ရက်နေ့၌
ဟောကြားရမည့် တရားတော်မှာ “လေးမျိုးတားမရ
သီသင့်လူ” တရားတော် ဖြစ်ပေသည်။

အသိဉာဏ် ပြည့်ဝကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း မိမိတို့မှာ
ကျရောက်လာမည့် ဘေးရန် အန္တရာယ်တို့ကို မကျရောက်
လာမီ ကြိုတင်ကာကွယ် ကြရပေသည်။ မရှောင်သာ၍
ကျရောက်လာသည့်အခါမှာလည်း မိမိတို့၏ ကိုယ်အား
ဉာဏ်အား စည်းစိမ် ဥစ္စာအားတိုဖြင့် အစွမ်းကုန်ကာကွယ်
ကြရပေသည်။ ကိုယ်တိုင် မကာကွယ်နိုင်သော အခါမှာ
လည်း ကာကွယ်ပေးနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ အကူအညီ
တောင်းကြရပေသည်။

ဤကဲ့သို့ စွမ်းအား ရှိသလောက် ကာကွယ်ကြရာ
တွင် အချို့ အချို့သော ဘေးရန် အန္တရာယ်တို့ကို ကာကွယ်
လို့ ရကြပေသည်။ အချို့ အချို့သော ဘေးရန် အန္တရာယ်
တို့ကိုမူ ကာကွယ်လို့ မရနိုင်ဘဲ ဖြစ်ကြရပေသည်။ စိုးရိမ်
ပူးဆွဲးရခြင်း-သောက၊ ငိုကြွေးရခြင်း-ပရီဒေဝတို့ ဖြစ်ကြရ
ပေသည်။ ကာကွယ် တားဆီးလို့ မရကောင်းသော ဘေးရန်
အန္တရာယ်တို့ကို ကြိုတင်၍ သီထားမှုသာ တရားဖြင့် မဖြ

(၂)

ဖျောက်နိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ တရားဖြင့် ကာကွယ်
လွတ်မြောက်နိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

မည်သူမျှ တာဝန်ယူ၍ ကာကွယ်တားဆီးလို့ မရ
ကောင်းသော တရားများမှာ -

(၁) ဇရာဓမ္မ - အိုရခြင်းဘေး သဘော
တရား၊

(၂) ဓာတ်ဓမ္မ - နာရခြင်းဘေး သဘော
တရား၊

(၃) မရဏဓမ္မ - သေရခြင်းဘေး သဘော
တရား၊

(၄) ပါပကမ္မဝိပါက - မကောင်းမှု ကံ၏ ဘေး
အကျိုးပေး

ဟူ၍ လေးမျိုးရှိပေသည်။ (အ - ၁၊ ၄၉၁)

လောကထဲ၌ ရှိနေကြသော ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါတို့
သည် အိုရခြင်း၊ နာရခြင်း၊ သေရခြင်း၊ မကောင်းမှုကံ၏
အကျိုးပေးကို ခံရခြင်း ဟူသော ဤဘေးဆီးကြီး (၄)မျိုးကို
ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မှ မတွေ့လိုကြပေ။ ဘယ်နည်းနှင့်မှုလည်း
ရွှေ့ကွင်း၍ မရနိုင်ကြပေ။ မုချေကန်တွေ့ကြရမည်သာ
ဖြစ်ပေသည်။

(၃)

ဤဘေးဆိုးကြီး (၄)မျိုးကို လက္ခာဗွာသို့ ရောက်အောင် သွားနိုင်ရန် စီစဉ်ပေးကြသော သိပ္ပံ့ပညာရှင်တို့ကလည်း သိပ္ပံ့နည်းဖြင့် ကာကွယ် တားဆိုးပေးလို့ မရနိုင်ကြပေ။ ဝိဇ္ဇာ မန္တန် ပညာရှင်တို့ကလည်း ဝိဇ္ဇာ မန္တန်နည်းဖြင့် ကာကွယ် တားဆိုးပေးလို့ မရနိုင်ကြပေ။ တန်ခိုးအဘိညာဉ်ရှင် တို့ကလည်း တန်ခိုးအဘိညာဉ်တို့ဖြင့် ကာကွယ် တားဆိုးပေးလို့ မရနိုင်ကြပေ။ ဘုရားရှင်တို့သော်မှ ကာကွယ် တားဆိုးပေးလို့ မရနိုင်ကြသော ဘေးဆိုးကြီး (၄)မျိုး ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ အိုနာ သေမျိုး၊ မတောင်းကံကျိုး၊
လေးမျိုး၊ တားမရ။

လောကထဲ၌ ရှိနေကြသော ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါတို့သည် အလွန် အဆိပ်ပြင်းထန်သော မြွှေဆိုးကြီးများ ရှိရာသို့ သွားနေရသကဲ့သို့ အို၊ နာ၊ သေ ဟူသော ဘေးဆိုးကြီးများ ဆိသို့ အမြှေသွားနေကြရပေသည်။ အလွန်အဆိပ်ပြင်းထန်သော မြွှေဆိုးကြီးများရှိရာ လမ်းခရီးသို့ သွားကြရသော သူတို့သည် မြွှေဆိုးကြီးများကို ဖယ်ရှား၍ ချမ်းသာရာသို့ သွားနိုင်ဖို့ရန် တုတ်၊ လုံတံများကို ရှာဖွေ ကိုင်ဆောင်၍ သွားကြရပေသည်။

(၄)

ထိုအတူ ဘို့ နာ၊ သေ ဟူသော ဘေးဆိုကြီးများ ဆီ
သို့ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ သွားနေကြရသော မိမိတို့နှင့်တကွ
အားလုံးသော ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါတို့သည် ဘေးဆိုကြီးများ
မရောက်လာမဲ့၊ ဘေးဆိုကြီးများနှင့် မတွေ့ကြရသေးမဲ့
တုတ် လုတ်နှင့် တူသော ဘေးဆိုကြီးတို့မှ လွတ်မြောက်
ကြောင်း တရားဓမ္မတိကို ရှာမှုး ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

“အိုရခြင်းဘေးကို ဆင်ခြင်၍ တရားရှာရပုံ”

လူဘဝမှာ သက်တမ်းပြည့်နေရလျှင် သူတစ်ပါး
တို့ အကူအညီဖြင့် နေရလောက်အောင် ကိုယ့်ခန္ဓာ ကိုယ့်
ကိစ္စကို ကိုယ်မဆောင်ရွက်နိုင်လောက်အောင် အိုရလိမ့်မည်
ဟု အိုရခြင်းဘေးကို နီးကပ်စွာ ညာက်ထဲမှာ ထင်မြင်လာ
အောင် နှုလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဆင်ခြင်
နိုင်ပါက အချယ်ကောင်းခြင်းကိုမှုံ၍ ဖြစ်နေသော မာန်၊
မာနများ ကျဆင်းသွားနိုင်ကြပေသည်။ သို့မှာသာ အိုရမည့်
ဘေး မရောက်လာမဲ့ တရားရှာဖို့ရာ သတိရလာကြမည်
ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ အိုရမည့်ဘေး၊ မရောက်သေး
မျှော်တွေး ဆင်ခြင်ပါ။

(၅)

အိုခြင်းသည် ရုပ်ကအိုခြင်း၊ နာမ်က အိုခြင်း ဟူ၍
၂-မျိုး ရှိပေသည်၊ အသက်အရွယ် အိုမင်းလာသောအခါ
ခန္ဓာကိုယ်က လေးလံထိုင်းမို့င်းပြီး သွားရတာ ပင်ပန်း၊
ထိုင်ရတာ ပင်ပန်း၊ ထရတာ ပင်ပန်းနေခြင်းတို့သည် ရုပ်က
အိုခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ပြဖွယ်ကိစ္စများကို မေ့၊ မေ့နေ
ခြင်းသည် နာမ်က အိုခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ မအိုသေးခင်
ခန္ဓာကိုယ် ပေါ့ပါးသွာက်လက် ခိုင်ခံနေခိုက်၊ သတိကောင်း
နေခိုက် ငယ်ချွယ်စဉ်မှာ ဝိပသုနာတရား ဝင်ရောက်
အားထုတ်ပါက တရား မြန်မြန်တွေ့၊ တရားမြန်မြန်ရဲ့
အဆင်ပြေလှပါပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ မအိုသေးခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်
ပြေလှသည်။

အသက်အရွယ်ငယ်စဉ် ဝိပသုနာတရား
အားထုတ်သူ နှင့် အသက်အရွယ်ကြီးမှ ဝိပသုနာတရား
အားထုတ်ကြသူတို့သည် တရားရပုံချင်း ကွာခြားကြပေ
သည်။ အသက် ၂၀-ဝန်းကျင်ခန့်မှ အသက်-၄၀ အတွင်း
နည်းမှန်လမ်းမှန်ဖြင့် ဝိပသုနာတရား အားထုတ်ကြသော
သူတို့သည် တစ်လအတွင်း တစ်လခန့်မှာ ပြည့်စုံသွားကြသူ

(၆)

များကြပေသည်။ အသက် ၅၀-ကျော် ၆၀-၁န်းကျင်မှ
ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသောသူတို့သည် နှစ်လခန့်
အားထုတ်မှ ပြည့်စုကြသူ များကြပေသည်။

ငယ်စွဲယ်စဉ်အခါက သမာဓိဉာဏ် အခြေခံ မရှိခဲ့
ပါဘဲ အသက် -၇၀ကျော် ၈၀-ခန့်ရှိ၍ အိုသောအခါကျမှ
ရိပ်သာဝင်၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသောသူတို့
သည် ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း မဆိုင်ခဲ့၍ ကြောကြာမထိုင်နိုင်၊
သတိကလည်း လစ်လစ်နော်၍ ပေါ်ရာ ပေါ်ရာအာရုံများ
ကို စီအောင် မမှတ်နိုင်သောကြောင့် သမာဓိမဖြစ်၊ သမာဓိ
မဖြစ်လျှင် ဝိပဿနာဉာဏ်လည်း မဖြစ်သဖြင့် ကိုယ်ပင်ပန်း
စိတ်ပင်ပန်းသည်ကသာ များနေကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ကမ္မာန်းဆရာများထံ တရားအစစ်ခံရာတွင်
တရား မတွေ့သဖြင့် တရားတွေ့ပုံများကို လျှောက်ထား
စရာမရှိ၍လည်း အဆင်မပြု ဖြစ်ရပေသည်။ ကမ္မာန်း
ဆရာများကလည်း ဒကာကြီး ဒကာမကြီးတို့ တရားကို
ရှိရှိသေသေ ရှိမှတ်ပုံမရ အမှတ်တွေ ကျွန်ုပ် ရသည်
စသည်ဖြင့် အပြစ်တင်ခံရ၍လည်း အဆင်မပြု ဖြစ်ကြရ
ပေါ်သည်။ တရားမတွေ့ တရားမရပါဘဲ အိမ်ပြန်ရမှာ
လည်း ခက်နေသဖြင့် အဆင်မပြု ဖြစ်ကြရပေသည်။
သို့ဖြစ်၍ အိုသောအခါကျမှ တရားဝင်ရောက် အားထုတ်
ကြသူများသည် အဆင်မပြု ဖြစ်ကြရပေသည်။

(၃)

ဆောင်ပုဒ်။ ။ အိုသောခါတွင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်
မပြုပြီ။

အိုသောအခါမှ တရား လက်ဆုပ် လက်ကိုင် မရ
ထားကြသူတို့သည် သတိက အလွန်မေ့သည်ဖြစ်၍ စားပြီး
သော်လည်း မစားရသေးဟု ထင်နေခြင်း၊ ပြောပြီးသော်
လည်း မပြောရသေးဟု ထင်နေခြင်း စသည်ဖြင့် အမှား
မှားအယွင်းယွင်း ဖြစ်ကြရပေသည်။ ကလေးသူငယ်များ၏
စိတ်မျိုးဖြစ်လာတတ်ကြရပေသည်။ သူငယ်ပြန်တတ်ကြပေ
သည်။ သိုဖြစ်၍ မအိုသေးခင် တရားရှာကြရမည် ဖြစ်ပေ
သည်။ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ အိုသောခါမှ၊ တရားမရ၊ မှားကြ
ပါလိမ့်မည်။

“နာရမခြင်းဘေးကို ဆင်ခြင်၍ တရားရှာရပုံ”

နာရမည့်ဘေးကိုလည်း နီးကပ်စွာ ဉာဏ်ထမှာ
ထင်မြင်လာအောင် ဆင်ခြင်ကြရပေမည်။ များစွာသော

ရောဂါဝေဒနာတိန္ဒုင့် ဆက်ဆံနေသော ဉြှခန္ဓာကိုယ်သည်
တစ်နှုန်းအခါ ကိုယ့်ခြေ၊ ကိုယ့်လက်ကိုမှ မလူပိနိုင်
မသယ်နိုင်လောက်အောင် နာရခြင်းဘေးနှင့် မူချွဲကန်
တွောရမည်ဟု နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်နိုင်ပါက ကျွန်းမာခြင်းကို
မြှုပ် ဖြစ်နေသော မာန်မာနများ ကျဆင်း သွားနိုင်ကြ
ပေသည်။ သို့မှာသာ နာရမည့်ဘေး မရောက်လာမီ ကြိုတင်၍
၍ တရားကို ရှာဖို့ရာ၊ တရားအားထုတ်ဖို့ရာ သတိရကြမည်
ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ နာရမည့်ဘေး၊ မရောက်သေး၊
မျှော်တွေး ဆင်ခြင်ပါ။

နာရမည့်ဘေး မရောက်လာမီ ကျွန်းမာရေး ပြည့်
စုနေခိုက်မှာ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ပါက ခန္ဓာကိုယ်
ခဲ့ကျွန်းမာသည်နှင့်အမျှ စိတ်တည်ပြီမှု သမာဓိ
ဖြစ်လာပေသည်။ သမာဓိ အားကောင်းသည်နှင့်အမျှ
ဝိပဿနာဉာဏ်များ ဖြစ်လာပေသည်။ ဝိပဿနာဉာဏ်
ပြည့်စုသွားသောအခါ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ဖြစ်လာ၍၍
နိုဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်သွားကြရပေသည်။ သို့ဖြစ်၍၍
နာရမည့်ဘေးမရောက်လာမီ ကြိုတင်၍၍ တရားဝင်ရောက်
တရားအားထုတ်ကြရခြင်းသည် အဆင်ပြုလှပေသည်။

(၉)

အောင်ပိဋ္ဌး မနာသေးခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်
ပြုလှသည်။

အလျှန်ပြင်းထုန်သော သေလောက်သည့် ရောဂါ
ဝေဒနာများ ပြစ်လာသောအခါကျမှ တရားအားထုတ်သော
သူတို့သည် ရောဂါဝေဒနာက စိတ်ကို လွှမ်းမိုးထားသော
ကြောင့် စိတ်ဆင်းခဲ့ခြင်းဖြစ်တာများ၏ စိတ်တွေ တုန်လှပ်
နေတတ်ကြပေသည်။ စိတ်တုန်လှပ်နေပါက သမာဓိမဖြစ်။
သမာဓိမဖြစ်ပါက ဂိပသုနာဉာဏ်လည်းမဖြစ်။ ဂိပသုနာ
ဉာဏ်မဖြစ်ပါက မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်လည်း မဖြစ်နိုင်။
မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်မဖြစ်ပါက နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဆို မရောက်
နိုင်။ သို့ဖြစ်၍ နာသောအခါမှ နာရခြင်းသေး ရောက်လာမှ
တရားအားထုတ်ကြသောသူတို့သည် အဆင်မပြု ဖြစ်ကြ
ရပေသည်။

အောင်ပိဋ္ဌး နာသောခါတွင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်
မပြုပြီး
နာသောခါမှ၊ တရားမရ၊ မှားကြ
ပါလိမ့်မည်။

မနာသေးခင်၊ နာရမည့်ဘေး မရောက်လာမိ
ကြိုတင်၍ နက္ခဝေဒနာကို လွှမ်းမိုးနိုင်အောင် တရားအား

ထုတ်ထားကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် “ကိုယ်သာနာ၍
စိတ်မနာ” ဖြစ်ကြရပေသည်။

တစ်ချိန်သောအခါ နကုလပီတာ သူငွေးကြီးသည်
အသက်အချွယ် အလွန်အိုမင်း၍ ရောဂါဝေဒနာက ဖို့
လာသဖြင့် အသက်ရှင်နေခိုက်မှာ လိုက်နာ ကျင့်ကြုံဖို့ရန်
မြတ်စွာဘုရားထံ သွား၍ တရားတောင်းလေ၏။ မြတ်စွာ
ဘုရားက “သူငွေးကြီး . . . ကိုယ်သာနာပါစေ၊ စိတ်မနာ
စေနဲ့ စိတ်မနာအောင်ကျင့်ရမည်” ဟု ဟောကြားတော်မူ
လိုက်လေ၏။

သူငွေးကြီးသည် သဘောကျ၍ မြတ်စွာဘုရားကို
ရှိခိုးကန်တော့ပြီး လက်အုပ်ချိကာ ထွက်လာခဲ့ပြီးလျှင်
အရှင်သာရိပုတ္တရာထံ သွားရောက်၍ ရှိခိုးညီးချွဲလေ၏။
အရှင်သာရိပုတ္တရာက “သူငွေးကြီး၊ မျက်နှာအရည်အဆင်း
တွေ တယ်ကြည်လင်ပါလား၊ မြတ်စွာဘုရားက တရားဟော
လိုက်ပါရဲလား”ဟု မေးတော်မူ၏။ သူငွေးကြီးက “ဟော
လိုက်ပါသည်ဘုရား၊ ကိုယ်သာ နာပါစေ၊ စိတ်မနာပါစေနဲ့၊
စိတ်မနာအောင်ကျင့်ဟု ဟောတော်မူလိုက်ပါသည်ဘုရား”
ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

အရှင်သာရိပုတ္တရာက “ကိုယ်လည်းနာ စိတ်
လည်းနာ ဖြစ်ပုံအစိပ္ပာယ်ကို မြတ်စွာဘုရားထံမှာ
လျှောက်ထားခဲ့ပါရဲလား”ဟု မေးတော်မူရာ “မလျှောက်

ထားခဲ့ပါ” “ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာဖြစ်ပုံ အဓိပ္ပာယ်ကို
လည်း လျှောက်ခဲ့ပါရဲ့လား”ဟု မေးတော်မူပြန်ရာ “မ
လျှောက်ထားခဲ့ပါဘူးရား”ဟု သူငွေးကြီးက ပြန်လျှောက်
ထားလေ၏။ လျှောက်ထားပြီးသောအခါ “ကိုယ်လည်းနာ
စိတ်လည်းနာ၊ ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာတရားကို အရှင်
ဘူးဟောကြားမှ တပည့်တော် နာရပါတော့မည်ဘူးရား”
ဟု ဟောကြားတော်မူပါရန် လျှောက်ထားလေ၏။

အရှင်သာရိပုတ္တရာက ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်း
နာ ဆိုသည်မှာ ရုပ်နှင့်နာမကွဲပါဘဲ ရုပ်ကိုယ်နှင့် စိတ်နာမ်
ကို တစ်ပေါင်းတည်း သီမြှင်ကာ (၈)ဟု ထင်မြှင်နေသူ
များမှာ ကိုယ်လည်းနာ စိတ်လည်းနာ ဖြစ်ကြရပေသည်။
ရုပ်ကိုယ်က နာတာနှင့်အမျှ စိတ်ကလည်း ဆင်းရဲကြရ
ပေသည်ဟုဆိုကာ (အတ္ထဒီဋီ ၂၀)ကို ဟောကြားတော်
မူပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ရုပ် + နာမ်ကိုပင်၊ ငါကောင်ထင်၊
ခွဲလျှင် ကိုယ် + စိတ် နာ။

ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာဆိုသည်မှာ ရုပ်နာနှင့်
ဖြစ်ပေါ်ဆဲခက္ခာ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ကွဲပြားအောင် ရွှေမှတ်ကြရ

(၁၂)

ပေသည်။ ရုပ်နှင့်နာမ် ကဲပြားအောင် ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ
ရုပ်ကိုယ်ကြီးက နာကျင်ကိုက်ခဲ့နေပါသော်လည်း စိတ်က
မဆင်းရဲတော့ပါဘဲ ရှုမှတ်မြတိုင်း ရှုမှတ်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့
သည် ကိုယ်ကသာနာ၍ စိတ်က မနာသူများ ဖြစ်ကြရပေ
သည်။ သို့ဖြစ်၍ ကိုယ်ကသာနာ၍ စိတ်က မနာသူများ
ဖြစ်ကြရပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာဖြစ်ရ^၁
အောင် ကျန်းမာနေခိုက်မှာ နာရခြင်းဘေး မရောက်လာမိ
ကြိုတင်၍ သတိပဋိနှင့် ဝိပသာနာတရားကို အားထုတ်
ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ၁ ရုပ် နာမ် ပေါ်ဆဲ၊ ရှုမှတ် ခွဲ၊
ကိုယ်ပဲ နာပါ စိတ်မနာ။

“သေရခြင်းဘေးကို ဆင်ခြင်၍ တရားရှာရပုံ”

ပိမိ၏အသက်ရှင်နေခြင်းသည် မမြှု၊ သေရခြင်း
ကသာ မြှုပေသည်။ ပိမိ၏ အသက်အပိုင်းအခြားကို
မိမိကိုယ်တိုင် မသိနိုင်ပေ။ သေရမည့် ရောဂါကိုလည်း
မသိနိုင်ပေ။ သေရမည့် အချိန်ကာလကိုလည်း မသိနိုင်ပေ။
သေရမည့် အရပ်ဒေသကိုလည်း မသိနိုင်ပေ။ သေရမှာ
တော့ မူချွေကန် ဖြစ်ပေသည်။

ကိုယ်တွင်းက ၉၆-ပါးသော ရောဂါဝေဒနာနှင့်
ကိုယ်ပက စား၊ လျှော့ လက်နက်၊ အဆိပ် စသည်များစွာသော
သေကြောင်း စစ်သည်များ ရှိနေကြပေသည်။ ထိုစစ်သည်
အများအပြား ရှိနေသည့် သေခြင်းသဘောတရားဟူသော
သေမင်းနှင့် တံ့ထိုးလက်ဆောင်ပေး၍ ချိန်းချက်ထားလို့
လည်း မရနိုင်ပေး။ မိတ်ဆွဲဖွံ့ဖြိုး၍ ချိန်းချက်ထားလို့လည်း
မရနိုင်ပေး။ သေမင်းကို အနိုင်တိုက်ယူဖို့ရာ စစ်သည်ဟိုလိုပါ
များ စုဆောင်းထားလို့လည်း မရနိုင်ပေး။ သို့ဖြစ်၍ ‘ယနေ့
အသက်ရှုင်နေသော်လည်း နက်ဖြန်ခါ ရှုင်ချင်မှ ရှုင်တော့
မည်’ဟု သေခြင်းဘေးကို နီးကပ်စွာ နှလုံးသွင်း၍
ဉာဏ်ထဲမှာ သက်ဝင်အောင် ဆင်ခြင်ကြရမည် ဖြစ်ပေ
သည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ စစ်သည် များပြား၊ သေမင်းအား၊
ချိန်းထားလက်ဆောင် မရှိပါ။
တွေ့န်းလှန်နိုင်ကြောင်း၊ ဟိုလိုပါပေါင်း၊
စုဆောင်းထားခြင်း မရှိပါ။
ဒါကြောင့် တို့မှာ၊ နက်ဖြန်ခါ
ရှုင်မှာ ဇကန်မသိပါ။
ဒါကြောင့် နောက်နေ့၊ ရက်မရွှေ့၊
ယနေ့ပင်လျှင် အားထုတ်ပါ။

(၁၄)

ဟူသော ဘဒ္ဒကရတ္ထသုတ္တန် ဒေသနာတော်လာ သေရ^၁
မည်ဘေးကို ဆင်ခြင်နိုင်ပါက အသက်ရှင်နေခြင်းကို
ဖို့၍ဖြစ်နေသော မာန်မာန်များ ကျဆင်းသွားနိုင်ကြ
ပေမည်။ သို့မှသာ သေရမည်ဘေး မရောက်မီ ကြိုတင်၍
တရားအားထုတ်ဖို့ရာ သတိရကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သေရမည်ဘေး၊ မရောက်သေး၊
မျှော်တွေးဆင်ခြင်ပါ။

မသေသေးခင် ယခုအချိန်အခါသည် လူလည်းဖြစ်
နေရသည့်အခိုက်၊ အသက်လည်း ရှင်နေရသည့်အခိုက်၊
သူတော်ကောင်းတရားတို့ကိုလည်း နာကြားနေရသည့်
အခိုက်၊ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်ကြီးနှင့် လည်း
တွေ့ကြုံနေရသည့်အခိုက်ဖြစ်၍ အကောင်းမြတ်ဆုံးအချိန်
အခါဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကောင်းမြတ်ဆုံးအချိန်အခါ
ကို ရရှိထားခိုက်မှာ နည်းမျှန်လမ်းမျှန် သတိပွဲဘန်
ဂိပသုနာတရားကို အားထုတ်ပါက သေရခြင်းဘေး မရှိရာ
နိုဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်သွားနိုင်ကြမည်ဖြစ်၍ အဆင်ပြု
လုပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ မသေသေးခင်၊ တရားဝင်၊
အဆင်ပြုလုပေ။

(၁၅)

သေရခြင်းဘေးကို နှလုံးမသွင်း မဆင်ခြင်
သောသူတို့သည် လောကီအာရုံများနှင့် မွှေ့လျှော်နေကြ
သည်ဖြစ်၍ ကုသိုလ်ကောင်းမှုများ ပြုလုပ်ဖို့ရာ မေ့နေတတ်
ကြပေသည်။ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ဖို့ရာလည်း မေ့
နေတတ်ကြပေသည်။ ကြိကဲ့သို့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကာလည်း
နည်းပါး၊ ဝိပဿနာတရားကိုလည်း အားထုတ်ခြင်းမရှိကြ
သောသူတို့သည် သေခါနီးတွင် မကောင်းသော နိမိတ်များ
ထင်၍ တွေ့တွေ့ဝေဝေ ထိတ်ထိတ်လန့်လန့် နှင့် အဆင်
မပြော သေကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သေခါနီးတွင်၊ တွေ့ဝေလျှင်၊
အဆင်မပြောပြီ။

မကောင်းသော နိမိတ်များထင်၍ တွေ့တွေ့
ဝေဝေသေကြရသောသူတို့သည် ဆင်းရဲ့ခုက္ခက္ခများလှသည်
ငရဲ့ တိရစ္ဆာန်၊ ပြီတ္ထာ၊ အသူရကာယ်ဟူသော ယုတ်နိမ့်သည်
အပါယ်ဘုံဘဝများသို့ ရောက်သွားကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။
ဘဝသံသရာတစ်လုံးမှာ ဆင်းရဲ့ခုက္ခက္ခများကာ
အများမှားအယွင်းယွင်း ဖြစ်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

(၁၆)

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သေသေခါမှာ၊ တရားမရာ
မှားကြပါလိမ့်မည်။

ဉှုကဲ့သို့ အိုရခြင်းဘေး၊ နာရခြင်းဘေး၊ သေရ^၁
ခြင်းဘေးတို့ကို ဉာဏ်ထဲမှာ သက်ဝင် ထင်မြှင်လာအောင်
ဆင်ခြင်၍ သတိပဋိနှစ် ဝိပဿနာတရားတို့ကို အားထုတ်
ကြမှသာ အိုဘေး နာဘေး သေဘေးတို့မှ လွှတ်မြောက်ရာ
နိုဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းသောာတို့တွင် အိုခြင်း
သောာသည် လူဖြစ်လာပြီး မွေးဖွားသည်မှစ၍ အိုနေပေ
သည်။ နုပ္ပါသာ ရုပ်နာမ်တို့က အားကောင်းနေ၍ ပယ်
စွယ်စဉ်မှာ မထင်ရှားသေးခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ နေ့စဉ်နှင့်
အမျှ အိုနေကြပေသည်။

ထိုအိုခြင်းက နာခြင်းဆီသို့ ပို့ဆောင်ပေးနေပေ
သည်။ နာခြင်းက သေခြင်းဆီသို့ ပို့ဆောင်ပေးနေပေသည်။
စွားကျောင်းသားသည် စွားများကို စွားစားကျေက်သို့ တုတ်
နှင်တံဖြင့် ရိုက်၍ ရိုက်၍ မောင်းနှင်နေသကဲ့သို့ အိုခြင်း၊
နာခြင်းတို့က သေခြင်းဆီသို့ရောက်အောင် အမြှုပို့ဆောင်
မောင်းနှင်နေကြပေသည်။ တရားရှုမှတ် တရားအားလုတ်
ကြမှသာ အိုရခြင်းဘေးဒုက္ခ၊ နာရခြင်း ဘေးဒုက္ခ၊ သေရ^၂
ခြင်း ဘေးဒုက္ခတို့မှ လွှတ်မြောက်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ မဖြစ်ပေါ်လာဆဲ၊ အိုခြင်းလဲ၊
 အမြဲလိုက်ပါသည်။
 အိုခြင်းဆောင်ပို့၊ နာခြင်းသို့၊
 ရောက်ဖို့နီးလာပြီ။
 နာခြင်းဆောင်ပို့၊ သေခြင်းသို့၊
 ရောက်ဖို့နီးလာပြီ။
 အို နာ သေရေး၊ ဒုက္ခဘေး၊
 ငွေပေး မလွတ်ပြီ။
 တရားရွှေမှု၊ ယင်းဒုက္ခ၊ မူချလွတ်
 ရမည်။

အကြံ့သူတစ်ယောက်သည် မိမိကို နှိပ်စက်
 ကြမည့် ရန်သူတို့၏ ဂိုင်းထားခြင်းကို ခံနေရ၏။ ထိုသူ
 အတွက် ရန်သူတို့မှ လွတ်ကင်းရာ နေရာငြာနာလည်း ရှိပေ
 ၏။ ထွက်ပြီးဖို့ရာလမ်းလည်း ရှိပေ၏။ ဤကဲ့သို့ ရှိနေပါ
 လျက် ထွက်၍မပြီးသော ထိုသူသည် အလွန်ပင် မသိမိက်
 မရာ ကျပေသည်။ အသိအလိမ္မာ ရှိသူတို့သည် အလျင်
 အမြန် ထွက်ပြီးကြမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

ထိုအတွက် အိုဘေး၊ နာဘေး၊ သေဘေးတို့နှင့် တွေ့
 ကြုနေရသော မိမိတို့သည် ထိုဘေးတို့မှ လွတ်မြောက်ရာ
 နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာလည်း ရှိနေ၏။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့သွားရာ

မရှင်လမ်းလည်း ရှိနေ၏။ ဤကဲ့သို့ ရှိနေပါလျက် မရှင်လမ်း
သို့လည်း မသွား၊ မရှင်တရားများ မပွားများပါက အလွန်
အသိမိက်မရာ ကျကြပေမည်။ အလျင်အမြန် မရှင်တရား
ပွားများကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။ သတိပြာန် ဝိပဿနာ
တရား အားထုတ်ခြင်းဖြင့် မရှင်တရားကို ပွားများကြရ
မည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ အိုဘေး နာဘေး၊ သေဘေးနှင့် ဆိုင်
သမီးနှင့်သား၊ ကုစားမနိုင်၊
အမိ အဘ၊ ရှိက လက်မှိုင်၊
မရှင်ပွား၊ တရား သူကနိုင်။

အိုဘေး၊ နာဘေး၊ သေဘေးတို့နှင့် စပ်၍
တရားယဉ်ဖွံ့ဖြိုးများမှာ ဤမျှနှင့်ပင် အသင့်အတင့် ပြည့်စုံ
သွားပါပြီ။ မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးကို ဆက်လက်၍
ဟောကြားပါမည်။

လောကထဲ၌ ရှိနေကြသော ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ
တို့သည် အိုရခြင်းဘေး၊ နာရခြင်းဘေး၊ သေရခြင်းဘေး
တို့ကို ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မှ မတွေ့လိုကြပေ။ ဘယ်လိုနည်းနှင့်မှ
လည်း ရှောင်ကွင်း၍ မရနိုင်ကြပေ။ မူချမကန် တွေကြရ
မည်သာ ဖြစ်သကဲ့သို့ ထိုအတူ မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေး

ကိုလည်း ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မှ မတွေ့လိုကြပေ။ ဘယ်လိုနည်းနှင့်
မှုလည်း ရှောင်ကွင်း၍ မရနိုင်ကြပေ။ မုချေဓကနဲ့ တွေ့ကြ
ရမည်၊ ခံကြရမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။ သောတာပန်ဖြစ်ကြ
သော်လည်း မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးကို ရှောင်ကွင်း
၍ မရကြပေ၊ ခံကြရမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။ ရဟန္တပုဂ္ဂိုလ်
တို့သော်မှုလည်း မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးကို ရှောင်
ကွင်း၍ မရကြပေ၊ ခံကြရမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

သာမာဝတီနှင့်အပေါင်းအဖော် အမျိုးသမီး
၅၀၀-တို့သည် ပါရမိန့်စဉ်ဘဝက ဗာရာဏသီပြည် ပြဟ္မဒတ်
မင်း၏ နန်းတွင်းသူ အမျိုးသမီးများ ဖြစ်ကြပေသည်။
တစ်နေ့သို့ မြစ်ဆိပ်သို့သွားရောက်ကာ ရေချိုး ကစားကြ
ပြီး ကမ်းပေါ်သို့ တက်လာသောအခါ ချမ်း၍ မြက်ချုံ
သစ်ချုံကို မီးရှို့ကာ မီးလုံကြလေ၏။

မီးပြိုမ်းသွားသောအခါ ပြာပုံထဲတွင် မင်းနန်းတော်
၌ ကြေရောက်၍ ဆွမ်းဘုံးပေးသော ပစ္စကပ္ပါဒကို တွေ့
မြင်ကြလေ၏။ မင်းကြီးသိ၍ အပြစ်ဒဏ်ပေးမည်ကို ထိတ်
လန်ကြသောကြောင့် ပစ္စကပ္ပါဒ၏ ကိုယ်ကို မီးလောင်
ကျမ်းစေပြီး ပျောက်ကွယ်သွားရအောင် ပစ္စကပ္ပါဒ၏
ကိုယ်ပေါ်၌ ထင်းများ စုပ်မံမီးရှို့ကြလေ၏။

ကြုံကဲသို့ နောက်ထပ် ထင်းများဖြင့် မီးရှို့ခဲ့ကြ
သော မကောင်းမှုကံများကြောင့် အနှစ်တစ်သိန်းကျော် ငဲ့

(၂၀)

သို့ ကျေရောက်ကာ မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးကို ခံခဲ့ကြရပေသည်။ ငရဲမှ လွတ်လာပြီးသော အခါမှာလည်း ဘဝတစ်ရာမက အိမ်မီးလောင်ရာတွင် ပါဝင်၍ မီးလောင် သေဆုံးခဲ့ကြရပေသည်။ မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးကို ခံခဲ့ကြရပေသည်။

ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်သို့ရောက်လာသောအခါ ခုဏ္ဏဘာထံမှ တစ်ဆင့် မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်တိုကို နာကြား ကြရသောကြာ့င့်သောတာပန် ဖြစ်သွားကြရပေသည်။ အပါယ်ဆင်းရဲမှ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်သွားကြရပေသည်။ သို့ပါသော လည်း အရှင်ပစ္စကပူဒ္ဓကို မီးရှုံးခဲ့ကြသော မကောင်းမှုကံများ၏ အကျိုးပေးများမှတော့ မလွတ်မြောက်နိုင်ကြပေးခံကြရသည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

တစ်နေ့သို့ အပြိုင်ဖြစ်သူ ရန်သူ မာဂဏ္ဍား၏ ညွှန်ကြားချက်ဖြင့် မာဂဏ္ဍား၏ ဦးလေးပုဏ္ဏားကြီးသည် သာမှ ဝတီနှင့် အမျိုးသမီး အပေါင်းအဖော် ၅၀၀-တို့ နေရာအိမ်(ပြာသာ၏)ကို လောင်စာဆီများဖြင့် လာ၍ သုတ်လေ၏။ သာမှာဝတီနှင့် အပေါင်းအဖော်တို့က မေးကြရာတွင် 'မင်းကြီးက အိမ်(ပြာသာ၏)များ ခိုင်ခံစေရန် အတွက်စေခိုင်း၍' သုတ်ပေးရခြင်း ဖြစ်ပေသည်' ဟု ပြောဆိုလေ

၏။ လောင်စာဆီများ သုတေပြီးသောအခါ သာမာဝတီနှင့် အပေါင်းအဖော် အမျိုးသမီး ၅၀၀-တို့ နေထိုင်ကြသည် တိုက်ခန်းကို သော့ခတ်ကာ အလုပ်ပိတ်ပြီး မီးရှိလိုက်လေ၏။ သာမာဝတီနှင့် အပေါင်းအဖော် အမျိုးသမီး ငါးရာတို့သည် မီးလောင်ကျမ်း၍ သေဆုံးသွားကြရပေသည်။ အရှင် ပစ္စကပုဒ္ဓကို မီးရှိခဲ့ကြသော မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံ များ၏ အကျိုးပေးကို ရှောင်ကွဲ့၍ မရ၊ ခံကြရပေသည်။

“ရဟန္တာလည်း မကောင်းကံကျိုး ခံရမြဲ”

အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်သည် ပါရမီနိုဝင်ဘာဝက ဇနီးမယားဆုံး၏ စကားကြောင့် မျက်မမြင် မိဘနှစ်ပါးကို ဆွဲမျိုးများထံ သွားမည်ဟု လှည်းပေါ်တင်၍ ခေါ်ဆောင် သွားလေ၏။ တော့အုပ်ထဲ ရောက်သွားသောအခါ ခိုးသား ဓားပြဟန်ဆောင်၍ မျက်မမြင် မိဘနှစ်ပါးကို ကိုယ်တိုင် ရိုက်နှက် သတ်ဖြတ်ခဲ့လေသည်။ ဤကဲ့သို့ မိဘနှစ်ပါးကို သတ်ခဲ့သော မကောင်းမှုကံများကြောင့် အနှစ် တစ်သိန်း ကျော် ငရဲ့၌ ကျူရောက်၍ မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးကို ခံခဲ့ရပေသည်။

ငရဲမှ လွတ်လာပြီးသောအခါ မျက်မမြင်မိဘ နှစ်ပါးကို သတ်ခဲ့သည့် ကြီးလေးသော မကောင်းမှုကံများ ၏ အကျိုးပေးကို ခံရပြန်ပေသည်။ ဘဝတစ်ရာမက သူ တစ်ပါးတို့ ညက်ညက်ကြေအောင် ရိုက်နှက်ခြင်းခံရ၍ သေဆုံးခဲ့ရပေသည်။ တန်ခိုးအရာများ အမြတ်ဆုံး ဓတေသဂ် ရ ရဟန္တဖြစ်သည့် နောက်ဆုံးဘဝ၌ပင် မျက်မမြင် မိဘ နှစ်ပါးကို သတ်ခဲ့သည့် ကြီးလေးသော မကောင်းမှုကံများ ၏ အကျိုးပေးကို ရှောင်ကွင်း၍မရ၊ ခံရပေသည်။

အခါတစ်ပါး အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်သည် ရာ၉ ဤဟ်ပြည်အနီး ကြုသိဂိုလိတောင်၏ နံပါး ကာလမည်သော ကျောက်ဖျာကျောင်း၌ သိတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါ တိဋ္ဌဗိုလိုသည် လာသံလာဘ၌ ဝန်တိုကြ၍ ခိုးသားငါးရာ တို့ကို ငွောတစ်ထောင်ပေးကာ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ကို သတ်ခိုင်းကြေလေ၏။

ခိုးသားငါးရာတို့သည် အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ကို သတ်ဖို့ရာ ကျောင်းကို လာဝိုင်းထားကြကုန်၏။ အရှင် မဟာမောဂ္ဂလာန်သည် တန်ခိုးတော်ဖြင့် သော့ပေါက်မှ ထွက်၍ ကြွားတော်မူ၏။ ဒုတိယအကြိမ် လာဝိုင်းကြ ပြန်သောအခါ ခေါင်မိုးအထွက်ကထွက်၍ ကောင်းကင်မှ

ဇွဲသွားတော်မူ၏။ တတိယအကြိမ် လာဝိုင်းကြပြန်သော အခါ ပါရမီန့်စဉ်ဘဝက မျက်မမြင်မိဘနှစ်ပါးကို သတ်ခဲ့သည့် မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးမှ မလွှတ်နိုင်တော့ဖြူဟု သိတော်မူသောကြောင့် အမိခံလိုက်လေသည်။

ခိုးသားငါးရာတို့သည် မထောင်မြတ်၏ ခန္ဓာကိုယ် ၌ အရိုးတို့ကို ဆန်ကွဲကဲ့သို့ မှန်မှန်ညျက်ညျက် ကြေအောင် ရိုက်ထုသတ်ဖြတ်ကြေလေ၏။ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်သည် ပါရမီန့်စဉ်ဘဝက မျက်မမြင်မိဘနှစ်ပါးကို သတ်ခဲ့သည့် မကောင်းမှုအကုသိုလ်ကံများ၏ အကျိုးပေးကို ရှောင်လွှဲ၍ မရ။ ရဟန္တာဖြစ်သည့် နောက်ဆုံးဘဝမှာပင် ခိုးသား ငါးရာတို့၏ လက်ချက်ဖြင့် ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်တော်မူရလေ သည်။ မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးပေးကို ခံရပေသည်။ သို့ ဖြစ်၍ ဓာဒဘာသာဝင် အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်း သမီးတို့သည် ကြီးလေးသော မကောင်းမှုကံများ မပြုမီ အောင် အထူးသတိထား၍ ရှောင်ကြိုးကြော်ရပေသည်။

ဤကဲ့သို့ “လေးမျိုးတားမရ သိသင့်လှ” ဟူသော တရားတော်ကို နာကြားကြရသဖြင့် နာကြားရသောအတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြုံ ဗျားများအားထုတ်နိုင်ကြပြီးလျှင် အို့ နာသေမျိုး၊ မကောင်းကံကျိုး ဤလေးမျိုးတို့မှ လွှတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ လွယ်ကူသော အကျင့်ဖြင့် လျင်မြန်

(၂၄)

စွာ ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မောက်ပြနိုင်ကြပါစေကုန်
သတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု ... ။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော်

စာမူခွင့်ပြုချက်စာမှတ် - ၃၂၀၉၀၄၀၆၁၂၂
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် - ၃၂၀၀၁၆၀၁၀၇

ထုတ်ဝေသူ - ဂု-ပိုလ်မှုန်ပြီးတင်အောင် (မြိမ်း)
သဒ္ဓမ္မရံသီစာပေ (၀၃၃၆၆)
စာမှတ်-၃၊ ဇယားခေမာလမ်း။
ပရိုးကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်းမြို့။

စာဖုံးနှင့်စာတွင်းပုံနှိပ်သူ - ဦးသီန်းတွန်း (၀၄၈၂၂)
သီန်းတွန်းအော့ဖြင့်ဆက်
၅၀/၅၂-ဒရုံသီရိလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း။
တာမွေ၊ ရန်ကုန်း။

၂၀၀၇-ခုနှစ်၊ ၂၇နာရီရှိလ-၅တိယအကြံ့ပို့
ဘုပ်ရော - ၅၀၀၀၊ တန်ဖိုး ၂၀၀ ကျော်

သမဂ္ဂနတ်ပြည့်စုံရေး ရွှေခြင်း

နယ်မြေတော်လုပ်လုပ်မှု အကျဉ်းချုပ်

မြန်မာနိုင်ငံ၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ၁၉၇၅

နှစ်သားဖွဲ့၏ ဓမ္မခြင်ပုဒ်များ

အိန္ဒာသေးမျိုး မကောင်းကံကျိုး လောမျိုးတားမရှု

အိရဟန်ဘား မရောက်သေး မျှော်တွေးဆင်ခြင်ပါ။
မအိသေးခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်ပြုလှသည်။
အိသောခါတွေ်၊ တရားဝင်၊ အဆင်မပြုပြီ။
အိသောခါမှ၊ တရားမရှု မှားကြပါလိမ့်မည်။

အာရဟန်ဘား မရောက်ဘား မျှော်တွေးဆင်ခြင်ပါ။
မနာဘားခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်ပြုလှသည်။
အာသောခါတွေ်၊ တရားဝင်၊ အဆင်မပြုပြီ။
အာသောခါမှ၊ တရားမရှု မှားကြပါလိမ့်မည်။

အေရဟန်ဘား မရောက်ဘား မျှော်တွေးဆင်ခြင်ပါ။
မအေသေးခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်ပြုလှသည်။
အေခါနီးတွေ်၊ တွေးအေလျှင်၊ အဆင်မပြုပြီ။
အေသောခါမှ၊ တရားမရှု မှားကြပါလိမ့်မည်။