# THE VIHARA
## *Dhamma Newsletter*
## ဓမ္မတောင်

**December 2006** **Issue (12)**


# ဓမ္မစကြာ တရားတော်

မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီး

**(1324-cEp awmo vi;vu ,ae ziya[mum;on/)**

ယခင်လ မှအဆက်

pwu pwjzi Eyw 'u&p&,m

**'Oyrm o;c ay:vmly;waemu ww, Oyrm xrm 2-en; ½wteuu yXren;jzi jyi;jyi; xexe tm;xw vwtwu 'v tBujzpvmyg w,w/**

**t[-igon? 'aEb-atmuom;wjzi? 'E-txu om;u? tm"m,-yiaqmixm;í? Og-tom;Buwí? ZOg,-vmjzi? wmv tm[p-vm\txu tm apmu t&yu xpyí? apwom-pwjzi? pw tv vjzpaeaom pwu? tb e*aP,s tbeyaV,s tboEmay,s Ey& Buw& yavmiap&ygr? ,Ee aumi;vrrn xion-v tButpn jzpygow/**

**'ae&mrm jyxm;w ygVtom;el OwuoPme owrm jyxm;w ygVtom;[m xywy jzpaeyg w,?'gayr OwuoPmeowrm jyxm;w pw pwcsi; Eyyuawm b&m;jzpawmrly;r a[mawm rw usien;jzpwtwu otvv jzpay:vmw uavompwu owy|me ygVawm ponrm jyxm;wen;t&bm0empwjzi ½oly; y,b&myg y/ ,c 'rm jyxm;w pwu Eyyuawm rZlry#y'g tv,vr;tusiuro&ao;ruusicw en;jzpw twu t'owy|me en;vr;reawm r[way b;/ 'gayr t|uxmrmzijyxm;yuawm tu ov pwu uovpwjzi Eyon-v qygw,? t'twi;[w,i owy|me owponrm a[m xm;w en;rey jzpayvrr,? t'we;u en; rejzi pwu Eywm [w,i t'en;rejziyi b&m;tjzpo a&muz,½ygw,? 'gayr t'en; jzi b&m;tjzpo ra&mucwjyi yiye;½rtus; oua&muon taejzi jyqxm;ygw,? t'u aemuv en;rm;aw usiaeyawu 'ae&mrm qu ly;jyxm;ygw,/**

**'galumi A'bmom0i trncw tcs *P; *Pawrm usiaew pwu azmuzsuypw en;rs;jzpz,½w, vlaw;xi&ygw,? be;Bu;w *syeu omoemyom;we;u ausmi;wuBu;wcrm ur|me;xiaeluwmu awc&ygw,? owen;u jzpay:or pwu azmuyp&w,v qygw,? t'vazmuypv bmpwr ray:vmwtcg on (bmr|r½woabm)qw w&m;vr;q; a&muw,v qygw,?owtm;xwy tptp0 uawm-w&m; tm;xwrn r[m,me &[e;i,awu tp0twi; wiyvi acly;xiae luw,? 6-yg;avmu ½ygw,? q&m&[e;wyg;u xiaew &[e;rsm; tm; ½urn 'wuvujyw,? awmawmlumawm ur|me;q&m &[e;u xiaewoaw&Uausmu 'we wcsupvuly;½uw,? t'v t½uc& curm pwaw tueaysmuly; on quom;wmv ½www,? 'galumi vuly;½u&w,v qyg w,? x;qe;ww&m;y? t'g[m jzpay:vmor pw awu zEyly; azmuzsuypww&m;tm;xwen;y? b&m;tavmi;awm [we;u pw pwcsi; vuly; zEyw tm;xwy[mt'tm;xwye waumi; w vrr,v ,q&ygw,? b&m;tavmi;awm[m t'we;u tom;Buwly;awmpw pwcsi; twi; vuly; zEyae&wm[m tveyiye;ygow? yi ye;vlcsi;lum;uacl;awawmi ,xuvmuygow? 'gayr t'v yiye;atmi tm;xwwtwu ÓPx; w&m;x;uawm r&cao;ygb;w/**

½L½uavu xe;csyí tygPu pme0ijci;

**pw pwcsi;Eyw en;jzi ÓPx; w&m;x; u r&ao;wtwu b&m;tavmi;awmu ]]½L½u avu xe;csly; ½L½uavui;w tygPupmeu 0i&,i aumi;rmy}}v Bupnrw,? t'v Bupn ly;awm yg;pyua&m Emacgi;ua&m tou½Lav**

rxuEiatmi atmicsyxm;ygow? t' tcg em; aygurtwi;w;ly; xuwavaw&U to[m ye;y zu avovy jrnaeygow? 'gaumi u,v tve yyeyiye;ygow? 'gayrl b&m;tavmi; awmu tav{mray;b|;? yg;pyaygu Ei Emacgi; aygura&m t' em;aygura&m rxuEiatmi avawuywly; xe;csyxm;vyjyeygow? t'tcg tvejyi;xew avawuO;acgi;xyu wuly; w;aqmiluw,? 'gaumi tm;Bu;wvu vu½u jzi acgi;u ½uovy emusiygow/ aemuly; awm tm;Bu;wvu acgi;u om;a&Bul;e twi; &pywovv emusiygow/ aemuly;Or;Aux rmv avawu twi;w;luwm[m om;v;"m;e v;ovy tveemusiygow/ aemuly;awm wu,v;rm avawu w;aO we;ueaewtwu r;us;wi; r;us;ye tuic&ovy wu,v;rm tvejyi;pm yavmiaeygow? t'v yavmiyi ye;wtwu b&m;tavmi;awm[m vusly; rvy r,uEiatmi jzpaew,? t'v jzpaeyu jri&vl tcsl ewawu ]]&[e;a*gwr aoom;ly}} vl ajymluow/tcslewawu ]]raoao;b|;? aov e; jzpaely}}vlajymluow/ tcslewawuawm ]]ao wmv r[wb|;?aove; jzpaewmv r[wb|;? 'v rvyr,u jzpaewm[m &[Emy*(vjrw&U (O [m&) aejci;y}} vlajymluow/ 'gayrl t'v tyi ye;cly;tm;xwwtwu ÓPx;w&m;x;uawm r&cao;b|;/

tpmrpm;w 'u&p&,mtusi

'gaumi b&m;tavmi;awmu ]]tpmtm[m& u v;0jzwly; usi,iaumi;rmy}}vl Bupnrw,? t' pwtBuu owewawu ]]t½ia*gwr tpm tm[m&uawm v;0rjzwvuyge? jzwvu,i uEywu t½i\u,rm ar;ni;aygursm;r ew loZmu xnoi;ay;lu&ygvrr,? t' ewloZm jzit½ia*gwr[m r{wae&ygvrr,}}vl ajymlu ow/ t'awm b&m;tavmi;awmu 'v qijci rw,? ]]iguv;0rpm;b|;vlv Oecaer,? ew awu ar;ni;aygur xnay;w ewloZmev r{w aer,q,i v;0rpm;b|;w igOeccsu[m vr&m a&muvrr,}}vl qijcily;awm ]]ewloZmxnay; wmu tvr½b|;}}vl t'ewawu jrpy,vu ygw,/

t'v jrpy,vuly;awm b&m;tavmi;awm [m tpmtm[m&u av{mly; o;aqmiawmrygw,? b,avmutx av{movq,i yiyw&n wvu qe;r{txav{mly; o;aqmiawmrygw,? vuEp zupyly;c,wmuwvucyac:w,? vuOg;wzu wn; c,wmuawm wvuqe;ac:w,? av;ig; ajcmuZe; pmavmu½rmayg/ w&u w&urm t' wvuqe;pm yiyw&navmue r{wly; aeygow/ t'v yiyw&n wvuqe;pmavmue r{waeawm b&m;tavmi;awm\ ½yum, u,awm[m tom; tao;aw avsmyg;ly; yecsl;usom;w,? ta& talum t½;r{om useawmw,? ausmqp½;aw[m ervujrivue tztqp txptxpaw ay:ae w,? e½;awv us;w;uswe rnrñw jzply; xiay:aew,?'u&p&,m½yyawm ye;csum;u jrib|;lurmayg? t' ytwi;ygy? rsuv;rsm;uv csily;Oiaew,?a&wi;xu a&u awjriovyg yw? O;acgi;ta&uv A;o;EE c;ly; aeve;xm;vl weusaeovyygyw/ u,rm yeaeyuawm Or; Auu vue pr;oyiun,i ausm½;u aw&yg ow? ausmu pr;oy,ivOr;a&u aw&ygow? t'v tveyecsl; usom;wm[m tpmtm[m& eyg; jci;aluniygy/usiBu;usii,pe&etm;xwwtcg rmv tveyiye;ly; armuvsu vus&yg ow/

t'v tvetve yecsl;usaewtwu wcsl vawu ]]t½ia*gwr[m tom;ta&mi rn;eu w,}}vl ajymluow? wcsluawm ]]tom;ta&mi ñw,}}vl ajymluow? wcsluawm ]]ig;ctqi;vl ñjyma&mi½w,}}vl ajymluow/ t'g[m tpmtm [m&eyg;wtwu yuwu OgOi;ly; tveoe½i; w ta&tqi;ygysuom;wmygy/

rm&ewu jzm;a,mi;ajymqjci;

t'v tpmtm[m&eyg;ly; u,yiye;atmi tvetul tm;xwaewtcgrm rm&ewu vmly;jzm;a,mi;ajymqyEi b&m;tavmi;awmu jyelum;yuav;rsm;uv 'ae&mrm xnoi;ly; ajym&O;r,/oem;u½Pmjzpwtaee rm&ewu 'v ajymlum;w,/

**uaom wro 'AaPm? oEau r&P wO/**
**o[ ó bma*g r&P ó? {uaom wO ZOw/**
**ZO abm ZOw ao,sm? ZO ynme um[mo-w**

စာမျက်နှာ ၁၆ သို့ဆက်ရန်–

# မေတ္တာဟူသည်

မုဒုံဆရာတော်

ယခင်လမှအဆက်

**၂ ။ ၃ ။ဖြောင့်မတ်သူ၊ အလွန်ဖြောင့်မတ်သူ။ သို့မဟုတ် ရိုးဖြောင့်သူ ၊ အလွန်ရိုးဖြောင့်သူ**

ဥဇူ နှင့် သုဟုဇူ ။ ဥဇူ –ဆိုတာ ကိုယ်နှုတ်နှစ်ပါး ဖြောင့်မတ်ခြင်းကိုပြဆိုပါတယ် ၊ သုဟုဇူ – ဆိုတာ စိတ်၏ဖြောင့်မတ်ခြင်းကိုပြဆိုပါတယ်။ကိုယ့်မှာမရှိပါဘဲလျှက် အရှိလုပ်ပြီး မရှိတဲ့ဂုဏ်ကို ပြရင် ကောက်ကျစ်မှု ရှိရင် မဖြောင့်မတ်ဘူး ၊ ဥဇူ မဖြစ်ဘူး။ လိမ်လည်လှည့်ပတ်ထားတဲ့ မရှိဂုဏ်ကို ကြည်ညိုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ လာဘ်လာဘကို လက်ခံသိမ်းပိုက်ရင် သုဟုဇူ မဖြစ်ဘူး ။

မိမိမှာ အပြစ်ရှိပါလျှက် ဖုံးကွယ်ထားရင် ဥဇူ မဖြစ်ဘူး၊ မဖြောင့်မတ်ဘူး ။ မိမိ၏ အပြစ်ကိုဖုံးကွယ်ထားပြီးနောက် အပြစ်ကင်းယောင် ဟန်ဆောင်ပြီး လှည့် စားနေရင် သုဟုဇူ မဖြစ်ပြန်ပါဘူး။ ကောက်ကျစ်မှု (သာဌေယျ) ရှိနေရင် ဥဇူ မဖြစ်သလို ၊ လှည့်ပတ်မှု (မာယာ) ရှိနေရင် သုဟုဇူ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး ။

အဲဒီတော့ ဥဇူ – သုဟုဇူ ဖြစ်ဖို့က မာယာ နဲ့ သာဌေယျ ကင်းဖို့လိုအပ်ပါတယ် ။ ဖြောင့်မတ်သူ အလွန်ဖြောင့်မတ်သူ ဖြစ်ဖို့က သူတပါးအပေါ် ကောက်ကျစ်မှုနဲ့ လိမ်လည်လှည့်ပတ်မှု မရှိအောင်နေသွားကြဖို့ပါဘဲ ။

လောကဥ္စ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲခြင်း လှည့်ပတ်ခြင်းရှိသူများကား သူတပါးအပေါ် မေတ္တာထားလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ ၊ မေတ္တာသာမဟုတ် ထိုကဲ့သို့ မရိုးဖြောင့်သူများ၌ အခြားသော အကျင့်ကောင်း တရားကောင်းများ ဖြစ်ပွားရန်မှာလည်း မလွယ်ကူကြပေ။ စင်ကြယ်သော ပိတ်ကားချပ်ပေါ်မှာသာ ပန်းချီဆေးတောက်ပပေါ်လွင်စွာ ထင်ရှားနိုင်၍ ညစ်ပေနေသော ပိတ်ကားချပ်ပေါ်တွင်ကား ဆေးရောင် မပေါ်လွင် မထင်ရှားနိုင်သကဲ့သို့ ကောင်းမြတ်သော အကျင့်တရားများကား ရိုးသားသန့်ရှင်းသော ဖြူစင်မြင့်မြတ်သော စိတ်ဓာတ်ရှိသူများ၌သာ စွဲမြဲစွာတည်နိုင်၍ စိတ်ဓာတ် မသန့်ရှင်း ကောက်ကျစ်ခြင်းရှိသူတို့၌ တည်နိုင်ခွင့်မရှိ ၊ ထို့ကြောင့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုသည် မေတ္တာပွားရာ၌ အလွန်အရေးပါသောကြောင့် ဥဇူ – သုဟုဇူ ဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

အဋ္ဌကထာဆရာ အလိုအားဖြင့် တကြိမ်တခါ သို့မဟုတ် ငယ်ရွယ်စဉ်အခါ ဖြောင့်မတ်မှုကို ဥဇူ ဆို၍ အသက်ထက်ဆုံး ဖြောင့်မတ်မှုကို သုဟုဇူ ဟု ဆိုပါသည် ။ ကိုယ်နှုတ် ကောက်ကျစ်မှုကို ပယ်ခြင်းဖြင့် ဥဇူ ဖြစ်အောင် , စိတ်ထား ကောက်ကျစ်မှုကို ပယ်ခြင်းဖြင့် သုဟုဇူ ဖြစ်အောင် ပြုကြရပါမည် ။ တနည်း ဆိုရသော် အဓိသီလ အဓိစိတ္တ သိက္ခာဖြင့် ဥဇူ ဖြစ်ရန် အတွက်၎င်း၊ အဓိပညာသိက္ခာဖြင့် သုဟုဇူ ဖြစ်ရန် အတွက်၎င်း၊ ကြိုးစားရမည် စသည်ဖြင့် ဖွင့်ပြတော်မူကြပါသည် ။

အကျင့်တရားကို ကြိုးစားခြင်းဖြင့် အရဟတ္တမဂ်ကို ရကာ ၊ ကိလေသာကုန်စင်မှ အပြည့်အစုံ ဥဇူ နှင့် သု– ဟုဇူ ဖြစ်သည်ဟု နားလည်ရပေမည် ။ထိုအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် မိမိစိတ်ဓာတ်ကို ဝိပဿနာ ပွားများခြင်း ပဋိပတ်အလုပ်ဖြင့် အမြဲတစေ ဖြောင့်မတ် ပေးနေကြရမည့်အဖြစ်ကို ညွှန်းပြတော်မူကြပါသည် ။

**၄ ။ သုဝစော (ဆုံးမလွယ်သူ )**

အဆို အဆုံးမခက်သူကို – ဒုဗ္ဗစ ပုဂ္ဂိုလ်ခေါ်ပါတယ် ။ ထို ဒုဗ္ဗစ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အကျိုးလိုလို့ စေတနာကောင်းနဲ့ ပြောကြားတာကို မခံချင်ဘဲ ကပ်ဖဲ့ရပ်ဖဲ့ လုပ်နေတတ်ပါတယ် ၊ သင် မြင်သလား ကြားသလား ဘယ်သူပြောသလဲ စသည်ဖြင့် လက်မခံဘဲ ဆန့်ကျင်ဘက် စကားတွေကိုသာ ပြောနေတတ်ပါတယ် ၊ သူ့

အပေါ်မှာ ဆရာလုပ်နေတယ်လို့လဲ ထင်မြင်ယူဆ နေတတ်ပါတယ် ၊ မိဘ ဆရာသမားများက မေးမြန်းပြောဆိုတဲ့ အခါမှာလဲ ဝန်ခံစကား မပြောကြားဘဲ တိတ်တိတ်နေခြင်းဖြင့် ညှင်းဆဲနေတတ်ပါတယ်။ အမှားကို ဝန်မခံဘဲ မတော်တာကို ပြုမြဲပြု ပြောမြဲပြော လုပ်မြဲလုပ်နေတတ်ပါတယ်။ ဤသူမျိုးကား တရားထူး ရဖို့ အရေး အလှမ်းဝေးနေတတ်ပါတယ် ။

ဆိုဆုံးမလွယ်သူ –သုဝစ –ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကား တစုံတယောက်က ဆုံးမလာသော် အလွန်အားရဝမ်းသာ လက်ခံတတ်၏ ၊ ကျေးဇူးတင်တတ်၏ ၊ နောင် အခါမှာလဲ ဆုံးမပါရန် ပန်ကြား ပြောဆိုတတ်၏ ။ ဆုံးမသည့်အတိုင်း ကျင့်ဆောင်ပြုလုပ်တတ်၏ ။ ဆရာလုပ်သည်ဟု မထင် ၊ အလွန်ပင် ကျေးဇူးတင်တတ်၏ ။ထိုသူမျိုးကား တရားထူးရဖို့ နီးကပ်လျှက် ရှိသူများပင် ဖြစ်ပေသည်။

အဆုံးမခက်သူ –ဒုဗ္ဗစ – ပုဂ္ဂိုလ်မှာကား – ဤသူ သည် ငါ့၏ အကျိုးစီးပွား လိုလားသူပါတကား ဟူ၍ နား မလည်တတ်၊ ဆရာလုပ်သည် ထင်လျှက် မနှစ်သက်တတ် ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှာ ဆုံးမသူအပေါ် စိတ်ဆိုးနေတာနဲ့ မေတ္တာမပွားနိုင်ဘဲ ဒေါသတွေ ပွားနေတတ်ပါတယ် ။ ဒါကြောင့် မေတ္တာပွားနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဆိုဆုံးမလွယ်သူ ဖြစ်ဖို့ရာမှာ အလွန်ပင်အရေးကြီးလှပါတယ် ။

ဒီနေရာမှာ သေချာစွာ စဉ်းစားကြည့်ရင် ပြောဆိုဆုံးမတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အကျိုးဘဲ၊ ဥပမာအားဖြင့် မျက်နှာမှာ အိုးမဲတွေ လူးပေနေပါလျှက် အခမ်းအနားပွဲလမ်းသဘင် သွားရင် မြင်တဲ့သူတွေက ရယ်ကြလိမ့်မယ် ၊ အဲဒီလို သွားခါနီးမှာ မြင်ရတဲ့သူက ပြောပြပေးလို့ ဆေးကြောသုတ်သင်ပြီး သွားရင်တော့ ၊ သူများရယ်ဘွယ် ကဲ့ရဲ့ဘွယ်ကင်းသွားတယ် ။ ဒါ့ကြောင့် မိမိ မျက်နှာပေါ်က အပြစ်ကို ပြောပြတဲ့သူ အပေါ်မှာ ကျေးဇူးတင်စရာပါဘဲ ။

အဲဒါလိုပင် မိမိမှာ ချွတ်ယွင်းနေတာကို သူတပါးက ပြောဆိုလို့ရှိရင် ပြောတဲ့သူကို ကျေးဇူးတင် စရာကောင်းပါတယ် ။ ဒါ့ကြောင့် ဆရာကဖြစ်စေ အတူနေပုဂ္ဂိုလ်က ဖြစ်စေ , မိဘ ညီအကို မောင်နှမ တို့ကဖြစ်စေ, မိမိ၏ ချွတ်ယွင်းချက်ကို ပြောပြရင် အဲဒီ ပြောဆိုတာကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ လက်ခံပြီး ပြုပြင်သွားဖို့ လိုအပ်ပါတယ် ။ ( ၇ ) နှစ်အရွယ် ဖြစ်တဲ့ အရှင်ရာဟုလာဟာ နံနက်တိုင်း သဲကိုပုံပြီး အဲဒီ သဲပုံထဲက သဲလုံးတွေနဲ့ အမျှ ငါ့အား မြတ်စွာဘုရားရှင်နှင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာ အရှင်အာနန္ဒာ စသော ဆရာသမားများ၏ အဆုံးအမကို ရပါစေ လို့ ဆုတောင်းပါတယ် တဲ့ ။

ဒါ့ကြောင့် မေတ္တာဘာဝနာကိုဖြစ်စေ အခြားသော ဘာဝနာ တခုခုကိုဖြစ်စေ အားထုတ်နေတဲ့သူဟာ ဆိုဆုံးမလွယ်တဲ့ – သုဝစ–ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ဖို့ အလွန်အရေးကြီးလှပါတယ် ။

## ၅ ။ မုဒု ( နူးညံ့သိမ်မွေ့သူ )

မုဒု =နူးညံ့သိမ်မွေ့သူ ဟုသည်မှာ ၊ ဖရုသ=ကြမ်းထမ်းခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက် နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်း ဆိုသော နူးညံ့ခြင်းမျိုးမဟုတ်၊ ထဒ္ဓ = ခက်ထန်ခြင်း , တင်းမာခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဖက် နူးညံ့ပြော့ပြောင်းခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာ နူးညံ့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှာ သိမ်မွေ့ပြေပြစ်၍ ချစ်မြတ်နိုးဘွယ်ရာ ဆိပ်ကမ်းကောင်းပမာ အများအလွယ်တကူ သက်ရောက်ခိုဝင်ရာ ဖြစ်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှာ မျက်မှောင်မကြုတ် ပေါ်လွင်ရွှင်ပျသော မျက်နှာရှိခြင်း ၊ ချိုမြသာယာ နားချမ်းသာသော စကားရှိခြင်း ၊ ပွင့်လန်းသော မျက်နှာဖြင့် ပဋိသန္ထာရ ပြုတတ်ခြင်း စသော ဂုဏ်များကြောင့်ပင် မေတ္တာ၏ သဘာဝများ ရှိနေပြီးဖြစ်ရာ မေတ္တာဘာဝနာ ဖြစ်ရန် အလွန်လွယ်ကူလျှက် ရှိပေတော့သည် ။

# တိုးတွယ်ရာ

မောင်သလ္လာ

u;u ,rlçqn;uyrl jylu&mü ar[mvi csu trsl;rsl; xm;½luav\? tcsUaomy*lv rsm; on ,c avmavmq , qi;&aeaomt jzpr csr;omvmatmiç toitwicsr;omrl½ aomolrsm;uvn; yly;csr;om vmatmiç ab; awUaeaomolrsm;uvn; ab;'ur vwui;atmiç alumuveU aeaomol rsm; uvn; alumu ½Ujci;rui;a0;atmiç tcsUaomolrsm;uvn; oo&m0#qi;& r vwajrmuatmipw &n ½,csu trsl;rsl;awEi u;u ,qn;uyluav on]]Zmw o&P awm b,}} wu;u ,qn; uy&mrv rrvtyaomtusl;r&½b raumi; wtusl;aw raumi; wab;aw tjypaw&½ cpm;&wwavon/

tZmwowri;Bu;onyi u;u ,qn; uy rlrm;vojzi aus;Z;½ibciBu;uowrly; ,cb0rm yi pwqi;&rlaweU Bul&um oo&m rmv raumi; wbb0oU a&muU&½mavon? u;u , qn;uyrl reueojzi csr;omppcsr; omre&½om;luy om"u jy&v{i t*wi; r*"wi;Eiu½wi;[aom wi;Bu; o;wi;wU \ tv,ü½aom awmtyBu;twi;ü t*'wtrn½aom &aoBu;wyg;aexiav\? x &aoBu;um; &aorOwr vUb0aepOrmyi om0w jyn½i b&ir[maumovri;Bu;\q&m ya&m[w yPm;jzpc\? r[maumovri;Bu; ew½mpaomtcg x;ee;uqucaom om;awm yaoe'aumovri; uvn; ri;q&mtjzp quvuwiajrmuc\? oU aomvn; t*'wum; touBu;&ivmlyjzpí ya&m [wtjzp quvuraqmi½uvojzi awmxuum &ao0wcjci;jzpayon/

ri;q&mwqvycojzpí t*'w&aoBu; on bewec;Bu;vay\?oUuUtm;us;í&aoU 0wo rsm; wa,mul y;wa,mu ay:xuuvmc&m wyn y&owaygi; waomi;ausm½vm\?wi; Bu;o;wi;ü aexiaomvwUon x&aowaomi;wUtm; wv v{iwBur yaZmyBu;usi;yav ½\? t*'w&aoBu; um; &aowaomi;wUtm; q&mvyí wi;oIyn om;wU\ yaZmrluc,ae aomvn; rnonw&m; x|; 0aoourl{ r&½ay? xUalumirru u;u , qn;uyaeoIrsm;tm; vn; reueaomnelum; q;rrlu ray;EiacsS? xitcseuvwUon trsm; tm;jzi awmapmiew awmiapmiew ½up;pon wUu u;u ,&m[í rw,aelu\ yaZmyoaelu\? t*'w&aoU Bu;u ,wivn; xitwi;yi ,lun vsu vwUtm; tm;ay; tm;ajrmujylaeavon/

xitcse0, A'½iawmjrwon om0wjyn oU ‹ua&muvmí t*'w&aoUBu;talumi; oawm ravon waeUaomtcg A'½iawmb&m;on t½i r[marm*vmerax&uac:í]]cspom; arm*vme vit aygi;tm; vr;rm;oUa&muatmi ylaqmiaeon t* 'w&aoUu oiom;íq;r acsavm}}[ reUum; awmr\]]t½ib&m; t*'wum; wyny&ow rsm; jym;vygon wynawm wyg;wn; om;&e oirn rxiyg}} cspom; arm*vme oirp;&rvi igb&m; vn; aemuuvu vmcrn}} xaeUae0ir;cslycsewi t½ir[marm*vmeon &aowUae&m awmtyqoU xuc av\? xitcsewi r;on;xepm ½moe;vsu ½&m&aorsm;on rrwUausmi;ocr;twi;üom qw lirpm aexivsu½lu\? t½ir[marm*vmeon t*'w&aoBu;\ ausmi;ocr;wcg;0ü &yí ]] t* 'w}}[ac:vu\? &aoBu;um; rrtm;emrnwyí yip;yiei; ac:onurBulu xUalumi]]ulEyu ac: wm b,olv}}[ cyqwqwjyear;\/

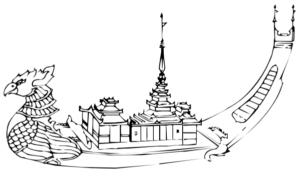
]]tulEyt½iarm*vmeyg}}bmupeU ulEyu ac:ygov]]'aeUn'rmwn;ccsivUyg&aoU Bu;}} ulEy wUqrm oiwn;czUae&m r½ygb;? ausmi;wi;rm &aowyg;p ½aeluygw,? ]]'v q [buoyBu; em;u opyiatmurm ulEyom;aeygr,}} t' em;rm tveBur;Bulwq;½m;w e*g;waumi ½aeygw, oiutE&m,jylvrr,}}e*g;twuawm upr½yg oicijylzlytaa&; Bu;ygw,}}'vqv oioabmygy}} þoUjzi &aoBu;on rvomra½mioomontq;ü t½ir[marm*vmetm; rrausmi;y&0Ptwi;ü wn;cciay;vu&awm\? t½ir[marm*vmeon oyte;½ opyiatmuoIkuí £ajE&pmyi o wi; o;aeavon/

&aoBu; ajymvuuontwi;yi xopyi te;ü t[qwrnaom e*g;waumi½\? x e*g;on t½ir[marm*vmeujrivÇi a'gotrsu ajcmi; ajcmi;xuvsu rru,rtc;aiUrsm; uxwvwavon? xtcg t½ir[marm*vme uvn; psmetbnmOwec;jzi yrjyi;xeaom tc; tairsm;u wejyexwvwav\? EpO;v;u xw vwon tc;taiUrsm;on t½ir[m arm*vme tm; rnoUrÇ tE&m,rjyly e*g;uom ni;ye;Ey puav\?e*g;on tc;taiUrsm;t lum;ü epre; vrww½ae&mr yía'goxuvmojzi r;awmur; vÇwUu vwjye\? t½ir[marm*vmeuvn; aw aZmuoP;u0ipm;vsu yíjyi;xeaom r;awmu r;vÇwUu vwjye&m oypte;0, r;[e;[e; awmuavmiaeouUoU½awm\? t*'w&aoEi w ynrsm;on xr; awmur;vÇwUujrivÇi ]]igwU pum;u em;raxmion &[e;Bu;um; e*g;vu csuelysup;½mavly}}[ aOzeajymqaelu\? owU u,wiuvn; e*g;ualumuojzi tem;oUruy Olluacs/

t½ir[marm*vmeu vwvuuon r; awmu r;vÇrsm;alumi e*g;wu,v;rmcsucsi; avmiuRr;om;awmrww½av\? aemuq;wi e*g; onquvuccjci;rjylEiawmy t½ir[marm*vme tm; t½l;ay;vu&awm\?t½ir[marm*vmeon t[qwe*g;tm; q;ríxop yiatmuüyi wn v;owi;o;ae\? e*g;on rax&\u,ay: r;a&rsm;rusatmi yg;ysO;jzi r;um;íay;avon? eeuvi;aomtcg t*'w&aoBu;Ei wynrsm;on t½ir[marm*vme owi;o;aomae&moU vma&mu lun½lu\? ]]&[e;Bu;awm e*g;vucsueU ao½m lyxiyg&U}} [aomtaw;jzi vma&mulujci;jzp\? olaomv oyte;ola&muaomtcg opyiatmuü £ajEryouxiaeaom t½ir[marm*vmeu awU jri&aomalumi tveyitloom;luavon? x alumi]]&[e;Bu; oiue*g;u bmrrvyb;vm;}} [ar;lu&m t½ir[marm*vmeu]]oiwU&U e*g; Bu;u iguyg;ysO;eU r;umay;aewm oiwUtjriygy}} [ajzlum;avon/

&aowUon rrwUtvetxiBu;aecaom e*g;tm; q;rEionu awU&aomalumi t½ir[m arm*vmeu tveluunnlav;pm;vmluly; te;t em;rm lc&íxiaelu\? xtcsewi A'½iawmjrw ‹ua&muvm&m t½ir[marm*vme ae&mrxí c&;Bulq t½taoay;jci;rsm;jyl vyavon? &ao wUtm;vn;]]þy*lvum; ig\q&m A'½iawmjrw yiwn;}}[xwaz: reU lum;avon &aorsm;um; t½ir[marm*vme\ wec;tmelabmu rsu0g;xi xiawUjriaelu &lyjzp&m o\q&m jzponqaom A'½iawmjrwtm;vn; tveav;pm;lunnlpmjzi t½taoay;luav\? A'½iawmjrwon ae&mü xiawmrly;aemu t*'w&aoBu;tm; þoUreU lum;awmr\]]t*'w oion&aowaomi;Eiwu wi;Bu;o;wi;üaeaom vwU\ q&mjzp alumi; iglum;&\ oion xwynomOuwUtm; rnoU aom q;rlo0g'rsm;jzi oeoiq;r av½oen;}} ]]w ynawmon rr\wynomOursm;tm; þawmu u;u,qn;uyavm? þ awmiu u;u,qn;uy avm?þopyiuu;u,qn;uyavm ,i;oUu; u,qn;uyvÇi qi;&'utrsl;rsl;r vwajrmuvr rn ponjzi oeoiq;rav½ygonb&m;}}[ t* 'wu avÇmuxm;aomtcg A'½iawmjrwu ]]awm awmi opyiwUu u;u,qn;uyjci;? b;awm bm;awmwUu u;u,qn;uyjci;? "mwq&m ewq&mwUu u;u,qn;uyjci;jzi qi;& 'urrvwEi? b&m;w&m;oCmwUu u;u, qn;uyí opmav;yg; trew&m;wUu ojrio rsm;omvÇi 'utaygi;r vwajrmuEialumi;}}a[m lum;awmrav\/ w&m;tq;ü &aoajcmu aomi; v;&[EmtjzpoU qua&muí {[buI&[e;tjzp &½om;luavon/

xlalumi u;u,qn;uyrljyl&mrm ab;'u jzp&wmrsl; rjzpapbUuawm tx;owjyl bUvyg on/ olrsm;ajymwi;,ly; tqiijciOmPacgi;yg; O;w;Og;wm; u;u,rlrsl;uawm ]]ez;uleU ';lycum u;u,ygvl q&mvlu i&tyg,l tjrpw,l 0#E,l ½nlvsm;&m}}wU O;awtBurBurwuvU ez;aw ';aw ulyayr, nejywq&mví tvtrm; awjzpr,q&i tyg,i&usa&muEi oo&m½n apEiwtalumi; v,wq&mawmb&m;Bu;u reU- lum;q;rxm; ygon/ ✡



# ဗောဓိဆု နှင့် ဗောဓိဉာဏ်

အရှင်တောသန (မန်းတက္ကသိုလ်)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင် အပေါင်းတို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာဓလေ့ ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ ကုသိုလ် ကောင်းမှု တစ်ခုခု ပြုလုပ်ပြီးတိုင်း၊ သီလဆောက်တည်ပြီးတိုင်း 'ဣဒံ မေ ပုညံ ဗောဓိဉာဏာဿ ပစ္စယော ဟောတု' ဤသို့ပြုလုပ်ရသော ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံသည်၊ ဆောက်တည်ရသော သီလကုသိုလ်ကံသည် ဗောဓိဉာဏ်၏ အကြောင်းအထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေသား အရှင်မြတ်ဘုရား–ဟူ၍ ဗောဓိဆု၊ ဗောဓိဉာဏ်ကို ဆုတောင်းလေ့ ရှိကြပေသည်။ ဤနေရာ၌ ဗောဓိဆု၊ ဗောဓိဉာဏ်နှင့်ပတ်သက်၍ သိမှတ်ဖွယ်ရာ မှတ်သားဖွယ်ရာများကို မကျဉ်းမကျယ် ရှင်းလင်းတင်ပြပေးသွား မည်ဖြစ်ပါသည်။

ဗောဓိဆုဆိုတာ သမ္မာသမ္ဗောဓိဆု၊ ပစ္စေက ဗောဓိဆု၊ သာဝကဗောဓိဆု ဟူ၍သုံးမျိုးရှိပေသည်။ သမ္မာသမ္ဗောဓိ ဉာဏ်ဟူသည် ဘုရားရှင်တို့ ရရှိ ပန်ဆင်အပ်သော သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးကိုသမ္မာသမ္ဗောဓိဉာဏ်ဟုခေါ်၍၊ ထိုသဗ္ဗညုတဉာဏ်အတွက် ပန်ဆင်အပ်သောဆုကို သမ္မာသမ္ဗောဓိဆုခေါ်သည်။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါများ၏ သစ္စာလေးပါးကို သိသောဉာဏ်ကို ပစ္စေကဗောဓိဉာဏ်ဟုခေါ်သည်။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါဖြစ်လိုသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဒီပစ္စေကဗောဓိဆုကို ပန်ဆင်ရမည်ဖြစ်သည်။ သာဝကဗောဓိ ဟူသည် ရဟန္တာ ထေရာ၊ ထေရီ၊ ရဟန္တာယောက်ျား ရဟန္တာမိန်းမ စသော ထိုရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့၏ သစ္စာလေးပါးကို သိသောဉာဏ်ကို သာဝကဗောဓိဉာဏ်ခေါ်၍၊ ထိုသာဝကဗောဓိကို ပန်ဆင်သောဆုကို သာဝကဗောဓိဆု–ဟုခေါ်ပေသည်။ ဤသို့လျှင် ဗောဓိဉာဏ် သုံးမျိုးရှိခြင်းကြောင့် ထိုဗောဓိဉာဏ်ရဘို့ရန် ပန်ဆင်သော ဆုသည်လည်း သုံးမျိုးရှိခြင်းကြောင့် ဗောဓိဉာဏ် ဗောဓိဆုသုံးပါးရှိသည်ဟုဆိုနိုင်ပေသည်။

သမ္မာသမ္ဗောဓိဆိုတဲ့ ဘုရားဆုပန်တော့မည်ဆိုလျှင် ပါရမီတော်ဆယ်မျိုးလို့ဆိုအပ်သော ကောင်းမှုကြီးဆယ်ပါးကို ဆုပန်ထားသောပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြည့်ကျင့်ရမည်။ ထိုကဲ့သို့ ပါရမီများကို ဖြည့်ကျင့်တဲ့ နေရာမှာ အဆင့်သုံးဆင့်ခွဲပြီးတော့ ဖြည့်ကျင့်ရပေမည်။ ဥပမာ ဒါနကောင်းမှုတစ်ခုပြုလုပ်ရာတွင် ဘုရားအလောင်းတော်ကြီးများပြုသောဒါနသည် ပါရမီရယ်၊ ဥပပါရမီရယ်၊ ပရမတ္ထပါရမီရယ် ဟူ၍ သုံးမျိုးသုံးစားရှိပေသည်။ ပါရမီ တစ်ပါး တစ်ပါးလျှင် ရိုးရိုးပါရမီကတစ်ခု၊ အလတ်တန်းစားဖြစ်တဲ့ ဥပပါရမီကတစ်ခု၊ အထက်တန်းစားဖြစ်တဲ့ ပရမတ္ထပါရမီကတစ်ခု ဟူ၍ ဒါနပါရမီ တစ်ခုမှာပင်လျှင် သုံးဆင့်ခွဲပြီးတော့ ဖြည့်ကျင့်ရပေ မည်။

ဒါနပါရမီတွင် မိမိ၏ ခန္ဓာအပြင်ဘက်က အပြင်အပစ္စည်းတွေဖြစ်တဲ့ စိန်၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ကျောက်တန် ပတ္တမြား အစရှိသော ပစ္စည်း အစုစုကို လှူဒါန်းနေကြတာဟာ ရိုးရိုးဒါနပါရမီဖြစ်ပေသည်။ ဒီလို ပစ္စည်းထုတ်လှူဒါန်းရရုံနဲ့ အားမရတော့ဘူး၊ တချို့ကျတော့ မျက်လုံး ဖောက်ပြီးတော့ လှူဒါန်းခြင်း၊ သွားချွတ်ပြီးတော့ လှူဒါန်းခြင်း၊ ဆံပင်ပြတ်ပြီးတော့ လှူဒါန်းခြင်း စသည်ဖြင့် မျက်စိ နား နှာ လျှာ စသော အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းကို ထုတ်ပြီးတော့ လှူဒါန်းလျှင် ဒီဒါနမျိုးသည် ဒါနဥပပါရမီဖြစ်ပေသည်။ ဒီလောက် အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းတွေကို ထုတ်ပြီးတော့ လှူဒါန်းရရုံနဲ့ အားမရ မတင်းတိမ်ဘူး။ တချို့ ဒါနကောင်းမှု လှူဒါန်းတဲ့နေရာမှ အသက် အသေခံပြီးတော့ လှူဒါန်းကြတယ်။ ရင်ခွဲပြီးတော့ အသဲနှလုံး ထုတ်ပေးဆိုလျှင်လဲ ပေးလိုက်မယ်။ သင်၏ ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံး လိုချင်တယ်ဆိုလျှင်လဲ ပေးလိုက်မယ်။ အဲဒီလို ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံး အသက်ပါ အသေခံပြီး လှူဒါန်းသည့် ဒါနမျိုးသည် ဒါနပရမတ္ထပါရမီဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့လျှင်ဒါနပါရမီသည် ဒါနပါရမီ၊ ဒါနဥပပါရမီ၊ ဒါနပရမတ္ထပါရမီ ဟူ၍ သုံးမျိုးစီရှိသလို အခြားပါရမီများသည်လည်း ထိုနည်းတူစွာ သုံးပါးစီပြားသွားရပေသည်။

သီလဆောက်တည်ရာမှာလဲ ဗဟိဒ္ဓပစ္စည်းတွေ ကုန်ချင်ကုန်သွားပါစေ၊ သီလဆောက်တည်နေလို့ မိမိ စီးပွားရေးချို့ယွင်းသွားမယ်ဆိုလျှင် ချို့ယွင်းသွားပါစေ၊ သီလဆောက်တည်နေလို့ မျက်စိကမ်းသွားမယ်၊ နားပင်းသွားမယ် စသည်ဖြင့် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် သီလဆောက်တည်ပြီးတော့နေလိုက်မယ်။ သီလဆောက်တည်ထားလို့ အသက်သေချင် သေသွားလိမ့်မယ် သေချင်သေပါစေ စသည်ဖြင့် ပစ္စည်းတွေ အကုန်ခံဆောက်တည်သော သီလသည် ရိုးရိုးသီလပါရမီ၊ မိမိရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်း ကျန်းမာရေး ပျက်စီးမှု မရေမတွက်ပဲနဲ့ သီလဆောက်တည်မှုသည် သီလဥပပါရမီ၊ အသက်နှင့်ခန္ဓာကိုယ်ပါ အသေခံကျင့်သုံးသည့် သီလမျိုးသည် သီလပရမတ္ထပါရမီဖြစ်ပေသည်။

ဤသို့လျှင် ပါရမီ တစ်ပါးတစ်ပါးလျှင် သုံးပါစီ သုံးပါးစီပြားသဖြင့် ပါရမီဆယ်ပါး အကျယ်ပွားတော့ ပါရမီဆယ်ပါး အပြားသုံးဆယ်ဆိုတာ ဒါကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပေသည်။

ဗောဓိဆုသုံးမျိုးတို့တွင် သာဝကဗောဓီလို့ဆိုအပ်တဲ့ ဘုရားရှင်၏ တပည့်သား သာဝက ရဟန္တာယောက်ျား ရဟန္တာမိန်းမအဖြစ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ဝင်လိုတယ်ဆိုရင်သာဝကဗောဓိဆုကိုပန်ရမယ်။ ထိုသာဝကဗောဓိဆိုမှာလဲပဲ ပကတိသာဝက၊ မဟာသာဝက၊ အဂ္ဂသာဝက ဆိုပြီးတော့ အတန်းအစား သုံးမျိုးကွဲပြားလာပါတယ်။ ပကတိသာဝကဆိုတာက ဘာဘွဲ့ထူး ဂုဏ်ထူးမှမရ

ပဲနဲ့ ရိုးရိုးကလေး နိဗ္ဗာန်ဝင်သွားကြတဲ့ ရဟန္တာယောက်ျား ရဟန္တာမိန်းမများဖြစ်ပါသည်။ မဟာသာမကဆိုတာကတော့ တောဒဂ်ဘွဲ့တွေ အသီးသီးရပြီးတော့ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ လက်ဝဲဘက်မှာနေရာပေးရတဲ့ရဟန္တာအရှင်မြတ်လေးဆယ်၊ လက်ျာဘက်မှာ နေရာပေးရတဲ့အရှင်မြတ်လေးဆယ်၊ လက်ဝဲ လက်ျာပေါင်းလိုက်တော့ ရှစ်ဆယ်၊ ၎င်းတို့ကို အသီတိ မဟာသာဝကလို့ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မဟာသာဝက ဆိုတာကတစ်မျိုး။ ဒီထက်ပိုမြင့်ပြီးသွားတာကျတော့ အဂ္ဂသာဝက လက်ဝဲဘက်ကပ်ပြီးတော့နေရာပေးရတဲ့ ကိုယ်တော် အရှင်မြတ်ကြီး အရှင်မောဂ္ဂလာန်၊ လက်ျာဘက်မှာ ကပ်ပြီးတော်နေရာပေးရတဲ့ ကိုယ်တော် အရှင်မြတ်ကြီး အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ကျောင်းဆောက်တဲ့အခါမှာလဲ ဒီအစီအစဉ် အတိုင်း မြတ်စွာဘုရားရဲ့ လက်ဝဲ လက်ျာမှာ တစ်ဆောင်စီထား ပြီးတော့ ဒီမထေရ် မြတ်ကြီး နှစ်ပါးအတွက်ဧ ဆောက်ပေးရ ပါတယ်။ အဲဒီ မထေရ်ကြီးနှစ်ပါးဟာ အဂ္ဂသာဝကကြီးနှစ်ပါး ဖြစ်ပါတယ်။ ဤသို့လျှင် သာဝကဗောဓိ အဆင့်သည်လည်း သုံးဆင့်ရှိပေသည်။

ကုသိုလ်တစ်ခု ပြုလုပ်ပြီးသောအခါ 'ဘုရားတပည့်တော် တပည့်တော်မတိုသည် ဒီကနေ့ပြုလုပ်လှူဒါန်းရသော ကုသိုလ် ကောင်းမှုသည် ဤဗောဓိဉာဏ်တို့ရဲ့ အကြောင်းအထောက် အပံ့သည် ဖြစ်ပါစေဘုရား' ဆိုပြီးတော့ ကြိုက် တဲ့ ဗောဓိဆု–ကိုတောင်းနိုင်ပါတယ်။ ဗောဓိဆုဆိုတာ သမ္မာသမ္ဗောဓိ ဉာဏ်ဟုဆိုအပ်သော ဘုရားဆုတစ်ခုတည်းကိုသာ ဆိုလို ခြင်းမဟုတ်ပါ၊ အခြားဗောဓိဆု များကိုလဲ ရနိုင်ပါသည်။

နိဗ္ဗာန်ကို အတိုဆုံးလမ်းကသွားချင်လျှင် ပကတိ သာဝကဆုသာတောင်းပေတော့ ရိုးရိုး ရဟန္တာအဖြစ်နဲ့နိဗ္ဗာန်ဝင် အဲဒါလမ်းအတိုးဆုံးဖြစ်ပေသည်။ ပါရမီဖြည့်တဲ့နေရာမှာ ကာလအပိုင်းမရှိပါ။ မဟာသာဝက ရှစ်ဆယ်ထဲပါချင်ပြီးဆိုရင် တော့ ကမ္ဘာတစ်သိန်းအောက်လျော့ပြီး ပါရမီဖြည့်လို့ မရဘူး။ ကမ္ဘာတစ်သိန်းအလုပ်လုပ်မှ မဟာသာဝကဗောဓိဆုကိုရနိုင်ပါ တယ်။ အဂ္ဂသာဝကဖြစ်ချင်ပြီဆိုလျှင် တသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာ တစ်သိန်းပါရမီ ဖြည့်ရမည်။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါဖြစ်လိုကြပြီ ဆိုရင်တော့ နှစ်သင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ပါရမီဖြည့်ရမည်။ သမ္မာသမ္ဗောဓိ ဆုပန် ဘုရားဖြစ်လိုပါပြီဆိုရင်တော့ အနည်းဆုံး လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းပါရမီတွေကို ဖြည့်ကျင့်ကြရပေမည်။ တချို့ဘုရားတွေ ရှစ်သင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း၊ တချို့ဘုရားတွေ တစ်ဆယ်ခြောက်သင်္ချေနဲ့ကမ္ဘာတစ်သိန်း စသည်ဖြင့် ပါရမီဆယ် ပါးကို ဖြည့်ကျင့်ကြရပေသည်။

သမ္မာသမ္ဗောဓိ ဘုရားဆုကို ပန်ပြီဆိုရင်တော့ အနည်းဆုံး လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ပါရမီဆယ်ပါးကို သုံးဆင့် ဖြည့်ကျင့်ရပေမည်။ ပစ္စေကဗောဓိဆုပန်လိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တွေမှာတော့ ပါရမီတော် ဆယ်မျိုးတို့ကို နှစ်သင်္ချေ နှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ဖြည့်ကျင့်ရမယ်။ အဂ္ဂသာဝကဆိုရင် တစ်သင်္ချေ နှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း၊ မဟာသာဝကဆိုရင် ကမ္ဘာတစ်သိန်း၊ ရိုးရိုး ပကတိသာဝကဆိုရင်ဖြင့် အကန့်အသတ် မရှိ၊ ခုနစ်ရက်ဖြင့်လည်း ရရှိနိုင်ပါတယ်။ ခုနစ်ရက် စခန်းဆိုရင် ပကတိ သာဝကလမ်း ဖြစ်ပါတယ်။

ယခုလို ကာလအားဖြင့် သတ်မှတ် မှတ်သားပြီးနောက် ပါရမီရယ်၊ ဥပပါရမီရယ်၊ ပရမတ္ထပါရမီရယ် သုံးခုကို ဘယ်နှစ်ခုခွဲ ထားလဲဆိုတော့ သမ္မာသမ္ဗောဓိ ဘုရားဆု ရလိုသော ပုဂ္ဂိုလ် များသည် ပါရမီ ဆယ်ပါးကိုလဲ ဖြည့်ကျင့်ရမည်။ ဥပပါရမီ ဆယ် ပါးကိုလဲ ဖြည့်ကျင့်ရမည်။ ပရမတ္ထပါရမီ ဆယ်ပါးကိုလဲ ဖြည့်ကျင့် ရမည်။ ပါရမီ အဆင့်တွေကို ကုန်အောင်ဖြည့်ကျင့်ရပေမည်။

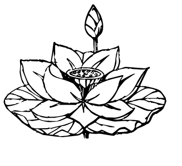
ပစ္စေကဗောဓိ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်လိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ပရမတ္ထပါရမီ ဖြည့်ကျင့်စရာ မလိုတော့ပေ။ ပါရမီတော် ဆယ်ပါး ရယ်၊ ဥပပါရမီတော် ဆယ်ပါးရယ်ကိုသာ ဖြည့်ကျင့်ရပေမည်။

သာဝကဗောဓိဆု ပန်လိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပကတိ သာဝကပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မဟာသာဝကပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အဂ္ဂသာဝကပဲ ဖြစ် ဖြစ်၊ ရိုးရိုး သာဝကပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အလတ်စား သာဝကပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အ မြတ်စား သာဝကပဲဖြစ်ဖြစ် သာဝကဗောဓိဆု ရဟန္တာယောက်ျား ရဟန္တာမိန်းမအဖြစ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ဝင်လိုကြတယ်ဆိုရင် ပါရမီ ရိုးရိုး ဆယ်မျိုးပဲ ဖြည့်ကျင့်ရပေမည်။

'ဣဒံ မေ ပုညံ ဗောဓိ ဉာဏဿ ပစ္စယော ဟောတု' မေ–ဘုရား တပည့်တော် တပည့်တော်မတို့ရဲ့၊ ဣဒံ ပုညံ– ဤယနေ့ ပြုလုပ်လှူဒါန်း တဲ့ကောင်းမှုသည်၊ ဗောဓိဉာဏဿ – အဲဒီ ဗောဓိဉာဏ်အသီးသီးတို့အတွက်၊ ပစ္စယော–အကြောင်း အထောက်အပံ့သည်၊ ဟောတု–ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ဤကဲ့သို့ ဆုပန်လိုက်လျှင် ဤကောင်းမှုမျိုးသည် ဝိဝဋ္ဋနိဿိတ သံသရာဝဋ်မှ လွတ်တယ်ဆိုတဲ့ ကောင်းမှုမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်တောင်းတတဲ့ဆုက သစ္စာလေးပါးကို သိတဲ့ ဗောဓိဆုကို တောင်းတတာ၊ သမ္မာသမ္ဗောဓိဆုကိုပဲ တောင်းတ တောင်းတ၊ ပစ္စေကဗောဓိဆကိုပဲ တောင်းတောင်း၊ သာဝက ဗောဓိဆုကိုပဲ တောင်းတောင်း ဒီဗောဓိဆုတွေကို ရည်သန် တောင်းတ ကောင်းမှုပြုရင် ထိုကောင်းမှုမျိုးသည် ဝိဝဋ္ဋနိဿိတ သံသရာဝဋ်မှ လွတ်ရာ လွတ်ကြောင်းကို အမှီပြုပြီးတော့ လုပ်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုဖြစ်ပါတယ်။

ထို့ကြောင့် ကောင်းမှု ကုသိုလ် ပြုလုပ်ပြီးတိုင်း ဗောဓိဆု၊ ဗောဓိဉာဏ်များကို ရည်သန် တောင်းတလျက် သံသရာဝဋ်မှ လွတ် မြောက်ကြောင်း ကောင်းမှုမျိုးဖြစ်အောင် ကြိုးစား အား ထုတ်ကြပါလို့ တိုက်တွန်းလိုက်ရပါပေသည်။ ✡



# ဗုဒ္ဓ ပေးတဲ့ ရုပ်လှဆေး

ဦးစန္ဒောဘာသ

လူနတ်ပြဟ္မာ သတ္တဝါ အားလုံးတို့ မျှော်လင့် တောင့်တလိုလားကြသော ဆုထူးဆုမြတ် တခုမှာ ရုပ် ရေအဆင်း တင့်တယ် လှပခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ရုပ်ဆင်း အင်္ဂါ ပြည့်စုံသူတို့မှာ ရောက်လေရာ ဌာနတိုင်းတွင် လူ ချစ်လူခင် ပေါများပြီး ခေါ်ချင် ပြော ချင် ချစ်ကျွမ်းဝင်ချင်ကြသည်။ လူ့လောက နယ်တဝှမ်းတွင် မျက်နှာပန်းပွင့်ကာ အများပြည်သူ၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို ခံယူ ကြရသည်။ မွေးလာခါစ ကလေးဘဝ၌ပင်လျှင် ရုပ်ရေအဆင်း လှပတင့်တယ်သူတို့မှာ ချီချင် ပွေ့ချင် မွေးမွေးပေး ချင်သူတွေ ပေါများလှသည်။ ရုပ်အဆင်း ပြည့်စုံသူတို့မှာ အစစအရာရာ ဦးစားပေးခံတတ်ကြရပြီး၊ အရည်အချင်းတူလာလျှင် ရုပ်အဆင်းလှပသူတို့ ဦးစားပေးခံရသည်တို့ကို နေ့စဉ် အလုပ်ကြော်ငြာများနှင့် အလုပ်ဌာနများကို လေ့လာကြည့်ခြင်း အားဖြင့်လည်း လွယ်လင့်တကူသိရှိနိုင်ပေသည်။ ရှင်တော်ဘုရား၏ တရားတော်တခုဖြင့် ထိုစကားကို ထင်ရှားစေရလျှင်– သတ္တဝါ အားလုံးတို့တွင် ကုသိုလ် အကုသိုလ် တရားနှစ်ပါးမှာ အနဲအများဆိုသလို တူယှဉ်တွဲပြီး ရှိနေကြသော်ငြားလည်း အကုသိုလ်တရားတို့ အကျိုးပေးခွင့်မသာဘဲ၊ ကုသိုလ်တရားတို့ အကျိုးပေးခွင့်သာရာ အခါကို ပြဆိုတဲ့ သမ္ပတ္တိလေးမျိုးတို့တွင် ဥပဓိသမ္ပတ္တိ( ရုပ်ရေအဆင်း ပြည့်စုံလှပခြင်း) သည်လည်း တပါးအပါအဝင်ဖြစ်သည်။ ရုပ်ရေအဆင်း ပြည့်စုံလှပနေချိန်မှာ အကုသိုလ်တရားတို့ ထိုက်သင့်သလောက် အကျိုးပေးခွင့်မသာဘဲ၊ ကုသိုလ်တရားတွေကသာ ဦးဆောင်ပြီး အကျိုးပေးနေတတ်သည်မှာလည်း ရုပ်လှခြင်းရဲ့ အကျိုးတပါးပင်ဖြစ်သည်။

နှစ်ကာလတွေ မည်မျှပင် ပြောင်းလဲလာစေကာမူ ပုထုဇဉ်သားတို့၏ စိတ်အစဉ်ဝယ် မပြောင်းမလဲ အမြဲတည်ရှိလာသော တရားတခုမှာ အလှအပ မြတ်နိုးမှုပင်ဖြစ်သည်။ ဖြစ်လေရာ ဘဝတိုင်းဘဝတိုင်းတွင် လှပချင်ကြသည်။ အများသူငါ၏ ကြည်ညိုချစ်ခင် လေးစားမှုကို ရယူချင်ကြသည်။ အထက်တန်းကျကျ မျက်နှာပန်းလှလှနဲ့ အများပြည်သူ၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို ခံယူချင်ကြသည်။ ထိုအလှအပ မက်မောသူတို့တွင် စာပေသဘောအားဖြင့် အမျိုးသမီးများမှာ အမျိုးသားများထက် သာလွန်နေပေသည်။ ထိုအထဲတွင် မလ္လိကာ မိဖုရားကြီးမှာလည်း တယောက်အပါအဝင် ဖြစ်လေရာ – အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် မလ္လိကာ မိဖုရားသည် မြတ်စွာဘုရားထံ ချဉ်းကပ်ပြီး အရှင်ဘုရား ဤလောက၌ အချို့သော အမျိုးသမီးတို့မှာ ရုပ်ရေအဆင်း တင့်တယ်လှပပါ၏၊ သို့သော်လည်း ဆင်းရဲနွမ်းပါးပါသည်၊ တံခိုးအရှိန်အစော်မရှိ။ အချို့အမျိုးသမီးတို့မှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်စုံကြွယ်ဝကြပါသည်၊ တံခိုးအရှိန်အစော်နဲ့လည်း ပြည့်စုံကြပါသည်၊ အဆင်းရုပကား မလှပပါ။ အချို့ အမျိုးသမီးတို့မှာ ရုပ်ရေအဆင်းနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၊ တံခိုးပါဝါနဲ့လည်း ပြည့်စုံပေမဲ့၊ ဆင်းရဲနွမ်းပါးကြပါသည်။ အချို့ အမျိုးသမီးများမှာ ရုပ်ရေအဆင်းအားဖြင့်လည်း အလွန်ပင် တင့်တယ်ချောမော လှပပြီး၊ အသုံးအဆောင် ပစ္စည်းဥစ္စာတွေနဲ့လည်းပြည့်စုံ၊ တံခိုးအရှိန် အဝါတွေနဲ့လည်း ပြည့်စုံပါတယ်ဘုရား။ အဘယ့်ကြောင့် ယင်းသို့ ကွဲပြားရပါသလဲဘုရား ဟု မေးလျှောက်လေသည်။

မလ္လိကာ ဤလောက၌ အချို့သော အမျိုးသမီးတို့သည် အမျက်ဒေါသကြီးပြီး၊ စိတ်တိုလွယ်၏၊ ရန်ငြိုးထားတတ်၏။ စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းမှုတို့၌ ပြုလေ့မရှိ။ သူတပါးတို့၏ ပြည့်စုံမှုတို့၌ မနာလို ငြူစူတတ်၏။ ထိုအမျိုးသမီးတို့သည် ဤဘဝမှ စုတေ ကွယ်လွန်လျှင် ဖြစ်လေရာ ဘဝါဘဝတို့၌ ရုပ်ဆိုးအကျည်းတန်၏။ ပစ္စည်းဥစ္စာ ဆင်းရဲ၏။ တံခိုးအရှိန်အစော် နဲပါး၏။ အချို့သော အမျိုးသမီးတို့သည် အမျက်ဒေါသကြီးပြီး၊ စိတ်တိုလွယ်၏၊ ရန်ငြိုးထားတတ်၏။ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ လှူဒါန်းတတ်၏။ သူတပါးတို့၏ ပြည့်စုံ ကြွယ်ဝမှုတို့၌ မနာလို ဝန်တိုမှုမရှိ။ ထိုအမျိုးသမီးတို့သည် ဖြစ်လေရာ ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်းတို့၌ ရုပ်ဆိုးအကျည်းတန်၏။ ပစ္စည်းဥစ္စာတို့နှင့် ပြည့်စုံကြွယ်ဝ၏။ တန်ခိုးအရှိန်အစော် ကြီးမား၏။ အချို့သော အမျိုးသမီးတို့သည် အမျက်ဒေါသမကြီး သည်းခံတတ် ခွင့်လွှတ်တတ်၏။ စွန့်ကြဲပေးကမ်းမှုတို့ကိုကား ပြုလေ့မရှိ။ သူတပါးတို့၏ ပြည့်စုံကြွယ်ဝမှုတို့၌ ငြူစူတတ်၏။ ထိုအမျိုးသမီးတို့သည် ဤဘဝမှ သေလွန်၍ တခြားသောဘဝတို့၌ ဖြစ်ရသည်ရှိသော် ရုပ်ရေအဆင်း တင့်တယ်လှပ၏။ ဆင်းရဲနွမ်းပါး၏။ တံခိုးအရှိန်အစော်နဲ

၏။ အချို့သော အမျိုးသမီးတို့သည် အမျက်ဒေါသလည်းမကြီး၊ စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းတတ်တဲ့အလေ့လည်းရှိ၏။ သူတပါးတို့၏ ပြည့်စုံ ကြွယ်ဝမှုတို့၌ မနာလို ဝန်တိုမှု မရှိ။ ထိုအမျိုးသမီးတို့သည် ဖြစ်လေရာ ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်းတို့၌ ရုပ်ရေအဆင်း တင့်တယ်လှပပြီး၊ အသုံးအဆောင် ပစ္စည်းဥစ္စာတို့နှင့်လည်း ပြည့်စုံ၏၊ တံခိုး အရှိန်အစော်နဲ့လည်း ပြည့်စုံ၏ဟု မိန့်တော်မူပေသည်။

ဤသို့မိန့်တော်မူလတ်သော် မလ္လိကာမိဖုရားက အရှင်ဘုရား အကျွန်ုပ်သည် တပါးသောဘဝ၌ အမျက်ကြီးပြီး၊ ဒေါသ ထွက်တတ်ခဲ့လေယောင်တကား ထိုအကျွန်ုပ်သည် ယခုဘဝ၌ အဆင်းမလှ ရုပ်ချင်စဖွယ် မကောင်းပါ။ အကျွန်ုပ်သည် တပါးသောဘဝ၌ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အလှူဝတ္ထုတို့ကို လှူဘူးခဲ့လေယောင်တကား ဤယခုဘဝ၌ ကြွယ်ဝ ချမ်းသာပြီး အသုံးအဆောင် ပေါများပါ၏။ အကျွန်ုပ်သည် တပါးသောဘဝ၌ ငြူစူစိတ် မနာလိုစိတ် မရှိခဲ့ လေယောင်တကား ဤဘဝ၌ တံခိုးအရှိန်အစော် ကြီးမားပါ၏။ အရှင်ဘုရား အကျွန်ုပ်သည် ယနေ့မှစ၍ အမျက်မကြီးတော့ပါအံ့။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တို့အား လှူဘွယ်ပစ္စည်းတို့ကို ပေးလှူပါတော့အံ့။ ငြူစူစိတ် မဖြစ်တော့ပါအံ့။ အရှင်ဘုရား၏ တရားတော်မှာ အလွန်ပင်ကြည်ညို နှစ်သက်ဘွယ် ကောင်းလှပါ၏။ ယနေ့မှစ၍ ဘုရားတပည့်တော်ကို အသက်ထက်ဆုံး ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်သူ တယောက် အဖြစ်ဖြင့် အသိအမှတ်ပြုတော်မူပါဘုရားဟု လျှောက်ထား လေသည်။

အလားတူပင် မြတ်စွာဘုရားသည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် သုဘလုလင်သည် ဘုရားရှင်ထံ ချဉ်းကပ်ပြီး အရှင်ဘုရား (လူ့ပြည်ပေါက်ဖွါးလူ့အစာစားတဲ့ )လူသားချင်း အတူတူ ဖြစ်ပါလျက်နဲ့ အဘယ့်ကြောင့် အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာရုပ်လှပြီး၊ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်ရပါသလဲဘုရားဟု မေးလျှောက်လေသည်။ သုဘလုလင် အမျက်ဒေါသ ကြီးသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဤဘဝမှ စုတေ သေလွန်၍ တမလွန်ဘဝတို့၌ ဖြစ်ရသည်ရှိသော် ဖြစ်လေရာ ဘဝတိုင်းတို့၌ ရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်ပါသည်။ ဒေါသ၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော မေတ္တာတရားနှင့် (သည်းခံမှု ခွင့်လွှတ်မှု ကိုယ်ချင်းစာမှုစသော စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်းနှင့် ) ပြည့်စုံသူတို့မှာ ဖြစ်လေရာ ဘဝတို့၌ ရုပ်ရေအဆင်းတင့်တယ်လှပပါသည်စသည်ဖြင့်အကျယ်အားဖြင့် ဖြေကြားတော်မူပါသည်။ ဘုရားရှင်၏ ၎င်းအဖြေများကိုပင် မှတ်သားလွယ်ကူ စေခြင်းအကျိုးငှာ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆောင်ပုဒ်လင်္ကာ သီကုံးပြီး – ဒေါသမီးလျှံ အကျည်းတန်၊ သီးခံလှပသည်။ ဟု စပ်ဆိုတော်မူထားခဲ့သည်။ ဒေါသကြီးပြီးဒေါသမီး တောက်လောင် နေသူတို့မှာ ချက်ချင်းဆိုသလိုပင် မိမိကိုရော တပါးသူတို့ကိုပါ လောင်ကျွမ်းစေပြီး ထိုအခိုက်မှာပင် မြင်ရသူတို့အဘို့ မနှစ်သက်ဘွယ် အသွင်ကို ဆောင်နေမည်မှာ မုချဧကန်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ ယခုဘဝ၌ပင် နှစ်သက်ဘွယ် မရှိပါက တမလွန် ဘဝတို့၌ အဘယ်သို့လျှင် ရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်မှုကို မဖြစ်စေဘဲ ရှိပါအံ့နည်း။

ယင်းသို့ဆိုလျှင် ဘုရားရှင်လက်ထက် နာမည်ကျော်အလှမယ် အချို့မှာ စားဖွယ်သောက်ဖွယ် လှူဒါန်းခြင်း၊ အဝတ် သင်္ကန်း, ပန်း အမွှေးနံ့သာ စသည်လှူဒါန်းခြင်းကြောင့်ရုပ်လှသည်ဟုဟောပြောရေးသားကြသော စာပေစကားများနှင့် ပတ်သက်ပြီး ပါဠိစာပေ နုနယ်သူတို့အဘို့ မေးခွန်းမေးစရာ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။ ယခုဘဝမှာပင် ဗုဒ္ဓ သာသနာ တော်ကြီးနှင့် တွေ့ကြုံ ဆုံဆည်းခွင့် မရနိုင်ရှာကြတဲ့ သာသနာ အပြင်ဘက်က ဘာသာ လူမျိုးတို့တွင်လည်း ရုပ်အဆင်း ချောမောလှပသူတို့မှာ အများအပြားပင် တွေ့နိုင် မြင်နိုင်ပေရာ ယင်းတို့အဘို့ ရတနာသုံးပါးနဲ့ စပ်၍ အဝတ်သင်္ကန်း စသည် လှူဒါန်းမှုတို့မှာ စဉ်းစားစရာပင်။ စားဘွယ် သောက်ဘွယ် အမွှေးနံ့သာ အဝတ်တံဆာများ လှူဒါန်းခြင်းမှာ ရုပ်ရေလှပခြင်းအတွက် အားကြီးသော အထောက်အပံ့ ဖြစ်သည်မှန်သော်လည်း အလှူတခု၏ အကျိုးရမှု ပမာဏမှာ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်၏ မွန်မြတ်မှု၊ အလှူပေး ပုဂ္ဂိုလ်၏ သီလစင်ကြယ်မှု၊ အလှူပစ္စည်း ဝတ္ထု၏ တရားသဖြင့် ရှာဖွေရရှိမှု ဤသုံးပါးကို အခြေခံ ထားပြီးတော့မှ အလှူပေးပုဂ္ဂိုလ်၏ မလှူခင်, လှူဆဲ, လှူပြီး ကာလ သုံးပါး၌ စေတနာ အားကောင်းလျှင် အားကောင်း သလို အကျိုးရမှု ပမာဏမှာ ကြီးမားပေသည်။

စာမျက်နှာ ၁၂ သို့ဆက်ရန်–

# သုံးဆယ်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာ

## ပူဇာစ ပူဇနေယျာနံ

### ဧတံမင်္ဂလ မုတ္တမံ ။

### ပူဇော်ထိုက်သူ ပူဇော်မှု မှတ်ယူမင်္ဂလာ

## To honour those-worthy of honour.

ပူဇော်သင့် ပူဇော်ထိုက်သူကို ပူဇော်ရခြင်းသည် မင်္ဂလာ မည်၏။ ထိုပူဇော်ထိုက်သူများကား ဘုရား တရား သံဃာ ၊ မိဘ, ဆရာ, အကို, အမ, ဦးကြီး, ဦးလေး, အဒေါ် စသော အမျိုး၌ အသက်ကြီးသူများ , ယောက္ခမ ,လင်ယောက်ျား စသည်တို့ ဖြစ်ကြ၏ ။ ရတနာ သုံးပါး၌ ကိလေသာ ကင်းဝေးစင်ကြယ်ခြင်း စသော ပူဇော်ထိုက်သော ဂုဏ်များရှိသကဲ့သို့ ၊ မိဘ ဆရာသမား စသည်တို့၌လည်း အရွယ်ကြီးရင့်သော ဂုဏ် , ကျေးဇူးဂုဏ်များ ရှိကြ၏ ။ မိဘ၏ကျေးဇူးကား အထူးပြောဘွယ်ရာမရှိ၊ အလွန်ကြီးမားလှဘိ၏ ။ အခြားသော အကို အမ , စသည်တို့၌လည်း မိမိကို ယုယစောင့်ရှောက်ကြ , ပေးကမ်း ကျွေးမွေးကြ , သင်ပြ ဆုံးမကြသည့် ကျေးဇူးရှင်များပင် ဖြစ်ကြပေသည် ။

## “ ပူဇော်ရခြင်းအကျိုး ”

ပူဇော်ထိုက်သူများကို ပူဇော်ရခြင်းကြောင့် မျက်မှောက်ဘဝ၌ အသက်ရှည်ခြင်း, ရုပ်ရည်ချောမောလှပခြင်း, ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာခြင်း, ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ကြီးပွားခြင်း ဆိုတဲ့ အကျိုးတရားများ၊ တမလွန်၌ သုဂတိဘဝရောက်ရခြင်း အကျိုးများကိုရနိုင်၏ ။ စက္ကဝတ္တိသုတ်၌ မိဘကို လုပ်ကျွေးသူ, အမျိုး၌ကြီးသူတို့ကို ပူဇော် ရိုသေလေးစား သူတို့အား အသက်, အဆင်း, ခွန်အား, သုခ, ပညာ ဤငါးပါး တိုးပွားကြောင်း ဟောတော်မူ၏ ။

ပူဇော်တိုက်သူတို့ကို ပူဇော်ရာ ခေတ်အခါ၌ လူငယ်တို့၏ စေတနာ မေတ္တာ, လူကြီးတို့၏ မေတ္တာ ကရုဏာ ဓာတ်များ အရှိန်တက်လျှက်ရှိ၏ ။ ထိုဓာတ်များကား ဗဟိဒ္ဓကိုလည်း ဓာတ်ခိုက်မြဲဖြစ်ရာ –ရာသီဥတု ညီမျှ မိုးလေဝသမှန်၍ အသီးအနှံ ကောင်းပြီး အစာအဟာရတို့မှာ အဆီသြဇာ ပြည့်လျှက် ရှိရ၏။ ထို့ကြောင့် ထိုခေတ် လူများ၌ ကျန်းမာခြင်းကြောင့် အသက်ရှည်ကြ၏ ၊ အဆင်းလှကြ၏ ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာကြ၏ ၊ ခွန်အားဗလ ပြည့်စုံကြ၏ ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ကျန်းမာချမ်းသာ အားရှိသောကြောင့် ပညာဉာဏ်လည်း တိုးကြ၏။ ထို့ကြောင့် ပူဇော်ထိုက်သူကို ပူဇော်ရခြင်းမှာ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားတို့၏ တိုးတက်ကြီးပွားကြောင်း ကောင်းမှုတရပ်ဖြစ်၍ မင်္ဂလာဟုဆိုရပေတော့သည် ။

## “ ပူဇော်စရာ ဤနှစ်ဖြာ ”

အာမိသပူဇာ ( ပစ္စည်းဝတ္ထု ဖြင့် ပူဇော်ခြင်း ) ပဋိပတ္တိပူဇာ ခေါ်သော ‘ဓမ္မပူဇာ˜ ( အကျင့်မြတ်ဖြင့် ပူဇော်ခြင်း ) ဟု နှစ်မျိုးရှိ၏ ။ ပူဇော်ထိုက်သူများကို ဆွမ်း, ခဲဘွယ်, ပန်း, ရေချမ်း, ဆီမီး, အဝတ် အထည်, နေထိုင်စရာ စသော အာမိသဖြင့် ပူဇော်ခြင်းတမျိုး ၊ အဆုံးအမ အတိုင်း လိုက်နာ၍ ၊ ညွှန်ကြားပြသ ထား သည့်အတိုင်း အကျင့်ပဋိပတ်ကို ကျင့်သုံးနေခြင်းတမျိုး၊ ထိုနှစ်မျိုးလုံးမှာ ကောင်းစွာပြုခြင်း အလေးအမြတ်ပြုခြင်း မြတ်နိုးခြင်းများ ပင်ဖြစ်၍၊ ပူဇော်ထိုက်သော ဘုရား တရား သံဃာ မိဘ ဆရာသမား ဂုဏ်ကြီးသူများကို ပူဇော်စရာ နှစ်မျိုးပင်ဖြစ်ပေသည် ။

# " ကောင်းမြတ်သော ပူဇော်ခြင်း"

ပရိနိဗ္ဗာန်စံရာ ညောင်စောင်းထက်၌ စံနေသော ဗုဒ္ဓရှင်တော်သည် ထိုအချိန် နတ်ဗြဟ္မာတို့၏ လွန်လွန်ကဲကဲ ပူဇော်ကြပုံတွေ မြင်ရသောအခါ အရှင်အာနန္ဒာအား "အာနန္ဒာ ငါဘုရားကို ဤမျှလောက် ပူဇော်ခြင်းဖြင့် ပူဇော်သည် မမည်သေး ၊ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးရကြောင်း တရားကောင်းကို ကျင့်ခြင်းဖြင့် ပူဇော်မှသာ အကောင်းဆုံး ပူဇော်ခြင်းမည်ကြောင်း " ဟော တော်မူခဲ့၏ ။

မြတ်စွာဘုရား နောက်လေးလ အကြာတွင် ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော့မည်ဟု သိရသောအခါ ရဟန်းတော်အများမှာ သောက ပရိဒေဝ ဖြစ်ကြ၏ ။ အဘယ်သို့ပြုရမည်နည်းဟု ကြံစီဆွေးနွေးကာ ဘုရားအနားမှ မခွာနိုင် ဖြစ်ကြရ၏ ။ အတ္တဒတ္ထ, တိဿ, ဓမ္မာရာမ, အမည် ရှိသော ရဟန်းတော် သုံးပါးမှာကား " ဘုရားရှင် ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော့မည် ၊ ငါတို့မှာကား ကိလေသာ မကုန်သေး ၊ ဘုရားရှင် မကွယ်မီ အာသဝကိလေသာ ကုန်အောင် ကြိုးစားရတော့မည် " ဟု တပါးစီ ခွဲကာ တရားသာအားထုတ်နေကြ၏ ။ အခြားသော ရဟန်းများက ထိုရဟန်း သုံးပါးသည် ဘုရားရှင်ကို အရေးမစိုက်ကြောင်း လျှောက်ကြသောအခါ ဘုရားရှင်က ထိုရဟန်းတို့ကို ခေါ်တော်မူ၍ မေး၏၊ အကြောင်းစုံ သိရသဖြင့် သာဓုခေါ် ချီးမွမ်းတော်မူခဲ့၏ ။ "ငါဘုရားကို အာမိသ ပူဇာဖြင့် ပူဇော်ရုံမျှနှင့် ငါဘုရား အပေါ်မှာ ချစ်ရာမရောက် ၊ ဓမ္မပူဇာဖြင့် ပူဇော်မှသာ ငါဘုရားအပေါ်မှာ ချစ်ရာရောက်သည် " ဟု မိန့်တော် မူကြောင်းကို ဓမ္မပဒ ၌ ဟောတော်မူခဲ့ပေသည် ။

ထို့ကြောင့် ပူဇော်သင့် ပူဇော်ထိုက်သူကို ပူဇော်ကြရာ၌ ပူဇော်စရာ နှစ်မျိုးရှိသည်ကိုသိ၍ အဘယ်အရာဖြင့် ပူဇော်က ပို၍ အကျိုးရှိသည်ကို နားလည်သိမြင် နိုင်ကြပြီး ပူဇော်နိုင်ကြပါစေရန် ရည်ရွယ်၍ ရေးသားတင်ပြလိုက်ရပါသည် ။

နောက်တပတ် **"ပဋိရူပ ဒေသဝါသောစ တော်မင်္ဂလမုတ္တမံ "**

ကျော်မြင့်ထွန်း

စာမျက်နှာ ၁၀ မှအဆက်–

အဝတ်တံဆာ ပန်းနံ့သာ စသည်တို့မှာ ပင်ကိုယ်သဘော အားဖြင့် နှစ်သက် စွဲမက်စရာဖြစ်ပြီး ထိုပစ္စည်းဝတ္ထုများ ကို လှူဒါန်းနေဆဲ ပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်အစဉ်မှာ ၎င်းအလှူ ပစ္စည်းများ၏ ရောင်ပြန်ဟပ်မှု၊ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် အပေါ်မှာ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ထက်သန်မှုတို့မှာ ခါတိုင်းထက်ပင် ကြည် လင်လှပ ဆွဆွဖြူနေမည်မှာ မလွဲဧကန်ပင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းဆွဆွဖြူနေသော စိတ်စေတနာကလေးကသာ အလှတရားကို အဓိက အားဖြင့် တိုးပွါး စေပါသည်။ တနည်းအားဖြင့် ဥပမာ ဆောင်ရလျှင် မေတ္တာတရား ရေးသွားပြုပြီး အတွင်းစိတ်စေတနာ၏ ကောင်းမွန်သန့် ရှင်း အစဉ် ဖြူဖွေးနေခြင်းမှာ ပင်ကိုယ်ချော ပင်ကိုယ်လှ (အတွင်းချောအတွင်းလှ) နဲ့တူပါသည်။ စားဖွယ်သောက် ဖွယ် အဝတ်တံဆာ ပန်းနံ့သာ စသည်တို့မှာ အရှေ့တိုင်း အနောက်တိုင်း ပြည်တွင်းပြည်ပမှလာသော အလှကုန် ပစ္စည်းများနဲ့သာ တူပါသည်။ ပင်ကိုယ်ချော ပင်ကိုယ်လှ ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ခေတ်မီ အလှကုန် ပစ္စည်းများနဲ့ မွမ်းမံချယ်သလိုက်လျှင် အတိုင်းထက် အလွန်ပင် ရှုမဝ မရောင့်ရဲနိုင်တဲ့ အလှပိုင်ရှင်များ ဖြစ်လာကြပေမည်။ ပစ္စုပ္ပန် အလှအတွက် မှန်ကို အသုံးပြုရသလို တမလွန် ဘဝအတွက်လည်း မှန်ကို အသုံးချတတ်စေဘို့ ''မှန်ကို မြင်ဘိ, သင်ကြည့်သောအခါ, သင့်ပုံဟန်ဘဲ, မှန်ထဲပေါ် လာ, သံသရာကြီး ဤနည်းမျှော်ပါ'' စသည်ဖြင့် ရှေး ပညာရှင်တို့၏ အဆုံးအမများကို လိုက်နာသောအားဖြင့် မိမိ၏ အပြုအမူ အပြောအဆို အကြံအစည်တို့မှာ မျက် မှောက်လူသားများကို လိမ်ညာလှည့်စား၍ ရပင်ရသော် ငြားလည်း တမလွန်တည်းဟူသော မှန်ပြင်ကြီးထဲမှာမူ အထင်သား ကျန်နေရစ်မည်မှာ မလွဲဧကန်ပင် ဖြစ်ပေ သည်။ အစွန်းအကွက် အမဲစက်များ မကျန်ရစ်ကြရလေ အောင် ရုပ်ဆိုးအကျည်းတန်မှုကို တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေနိုင် ပြီး အကျိုး မများတဲ့ ဒေါသတရားကို အလျှင်းရှောင် ရှား နိုင်ကြပြီးလျှင် ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်တန်ဘဝလှသ ထက် လှဘို့ ပြုံးပန်းဝေဖြာ စေတနာရေးသွား မေတ္တာ ကိုယ် စီ ထားနိုင်ကြလျက် ကမ္ဘာတလွှား ထင်ရှားပေါ် လွင် အလှပိုင်ရှင်လေးများ ဖြစ်နိုင် ကြပါစေကုန်သ တည်း။

# 1368-cEp veˈeO [m&ausmi; r [mbluxeoue; tvL½irsm;

1/ O;ciarmiOi;+a':jrjrOi; rom;p (awmii) oue;wpp
2/ O;O&m"u (a'guwmOi;atmi) oue;wpp
3/ a'guwmausmjriO;+a':oe;oe;a½; rom;p oue;wpp
4/ Epburbrsm;Ei O;oe;at;&np;í a':oe;oe;at;Eiom;rsm; oue;wpp
5/ a'guwmausmOi;+a':lunlun rom;p oue;Epp
6/ a'guwmatmioe;+a':oe;oe;oe; oue;wpp
7/ armiaZ,smx# (ar;aeUtvL) oue;wpp
8/ armiaZmOi;xe;+raEmi;xunK oue;wpp
9/ O;pexe;atmi+a':vv £ 100
10/ Rodney,Aye Aye,Charles, William oue;wpp
11/ u,veo zciBu; O;cleaygi;&np;í or;roe;oe;aX; oue;wpp
12/ a'guwmatmilunjri+a':aX;aX;& rom;p oue;wpp
13/ O;ri;(O;ri;oc) O;Oi;(O;Oi;atmi) oue;wpp
14/ a':&lci?O;xe;atmi½ewUtm;&np;í a':jroe; or;r,ri;O; oue;wpp
15/ a':te;jriat; &np;í nra':oe;eK oue;wpp
16/ Mr & Mrs D.G Fergusson-Kin oue;wpp
17/ O;ci&np;í a':at;jrci rom;p oue;wpp
18/ Mr.Leslie Gray a':cirK;oeU rom;p oue;wpp
19/ O;Oi;atmiEi Ze;rom;p oue;wpp
20/ O;oe;x;ciEi Ze;rom;p oue;wpp
21/ uOi;eKi+raE;aE;+rpEma½ausm oi,csi;wp oue;wpp
22/ upp[e;O;+rauo,O; oue;wpp
23/ rvelci+racsmp,O oue;wpp
24/ uri;oeU+roEmvi; or; e'rK; oue;wpp
25/ rxup+rat;at;atmi oue;wpp
26/ rarouatmi+ro&Oi; oue;wpp
27/ a':ouou+ro*vi; oue;wpp
28/ unn+rciowmaomi; rom;p oue;wpp
29/ a'guwmciav;oe; oue;wpp
30/ O;ciarmi+a':apmwixm; trL;xm;í a'guwmoe;aX;Ei nrsm; oue;Epp
31/ armiEir;vi+rcs,&p; oue;wpp
32/ Epburbrsm;trL;xm;í uo[Oi;+rlzl;eEmaO oue;wpp
33/ uausmOi;xe;+rat;jroi; oue;wpp
34/ uausmausmO;+rcipjEmz; oue;wpp
35/ Dr Min Tin Thaung Dr Cho Cho Khin Family **£ 1000**
36/ u,veo Mr Checho tm;&np;í a':oe;&i rom;p oue;wpp
37/ O;atmicsp+a':lunluncsp rom;p oue;wpp
38/ uaZmri;o+rat;Ei;o rom;p oue;wpp
39/ a':ciOi;jri+om;armiaOv rom;p oue;wpp
40/ uwe+ro*vi; rom;p oue;wpp
41/ uo[aemi+raX;aX;ci rom;p oue;wpp
42/ a'guwmlunxe;+a'guwmjrijrip; rom;p £ 200
43/ armijrx;+raomaomO; oue;wpp

| | |
|---|---|
| **44/ 0;a0v i oe; rom;p** | **oue;wpp** |
| **45/ uqe;x#+ro qa0** | **oue;wpp** |
| **46/ armiausmpm+rwiw;w;atmi** | £ 100 |
| **47/ 0;ciatmi+a':ciciat; rom;p** | **oue;wpp** |
| **48/ 0;rsd;atmi+a':&&atmi** | **oue;wpp** |
| **49/ a'guwmoe;jri+a':pvi;jri rom;p** | **oue;wpp** |
| **50/ uarmiarmi0;+rrUrUaeatmi** | **oue;wpp** |
| **51/ 0;xe;vi a':cio ,at; om;a'guwmrsd;jrwvi+r&&atmi** | **oue;Epp** |
| **52/** Dr Wk Choe & Mss S Lhoe | £ 100 |
| **53/ rppax;** | **oue;wpp** |
| **54/ 0;ausmausm** | **oue;wpp** |
| **55/ a'guwmausmo& rom;p** | **oue;Epp** |
| **56/ 0;lunneU+a'guwmwiwivi** | **oue;wpp** |
| **57/ uo&et e;jri+r ,0ri;o ,** | **oue;wpp** |
| **58/** Richard Gray **armi oe;xuatmi** | **oue;wpp** |
| **69/** Susan Gray **rcipe;&** | **oue;wpp** |
| **60/** Mr T.T Khin | **oue;wpp** |
| **61/ a':neU&** | **oue;Epp** |

## ကျောင်းပြုပြင်ရန်အတွက် နောက်ထပ် လှူဒါန်းသူများ စာရင်း

| | |
|---|---|
| **265/ 0;ausmjri+a':Ei;Ei;& rom;p** | £ 12 |
| **266/ a':&i&i (ar;aeUt vL)** | £ 10 |
| **267/ a½jzLvKi (ar;aeUt vL)** | £ 30 |
| **268/ 0;qire+a'guwmararci** | £ 1000 |
| **269/ 0;0&m"u (a'guwm0i;atmi)** | £ 75 |
| **270/ uaZ ,smx# (ar;aeUt vL)** | £ 50 |
| **271/ u ,veoa':zm;wi tm;&np;í or;a':ci0i;jri ajr;armia0v** | £ 20 |
| **272/ u0i;[e+rt tpe;oe;** | £ 100 |
| **273/** Mr&Mrs D.G Fergusson daughter Kin | £ 30 |
| **274/ armijrx;+raomaom0;** | £ 20 |
| **275/ 0;aZmjriatmi+a':cijripe;** | £ 20 |
| **276/ rci a':vneU(ar;aeU) 0;a0vioe; rom;p** | £ 50 |
| **277/** Mr Chee Lun & **rE ,E ,0;** | £ 200 |
| **278/ 0;oe;armi tm; &np;í tzm;a':wiUun trL;xm;í rjrijripe;** | £ 30 |
| **279/ rbEpyg;trL;xm;í rauorsd; (ar;aeUt vL)** | £ 50 |
| **280/ bci (2 )Epjyn &np;í a'guwmwiwiKu ,** | £ 30 |
| **281/ bci8u; 0;blun &np;í rcia':jrjr0i; or;ciacsmp0i;Ei rom;p** | £ 50 |
| **282/ uow+a'guwmE ,E ,0; rom;p** | £ 50 |
| **283/ uxe;vi;+rat;cr;o rom;p** | £ 20 |
| **284/ rci8u; a':wiat; &np;í om;or;rsm; aumi;rK** | £ 20 |
| ၂၈၅၊ **roÍmE ,** | £ 50 |

| | |
|---|---|
| 286/ a'guwm at;at;0; | £ 50 |
| 287/ a'guwm wiat;jri | £ 50 |
| 288/ a'guwm wicijri | £ 50 |
| 289/ rciowmaomi; &np;í unn rom;p aumi;rl | £ 15 |
| 290/ u ,veo rci&u;a':pe;&itm;&np;í or;rxuxu[e aumi;rl | £ 20 |
| 291/ bci&u; 0;citm;&np;í a':at;jrci rom;p | £ 50 |
| 292/ uvli bm;(ar;aeU)a'guwmjrwp0; om; William | £ 30 |
| 293/ a':ci0i;, | £ 10 |
| 294/ uatmir$;xe;+rE,E,0; or;oi;eEmoe; | £ 20 |
| 295/ uaZmxu+r,0,0ax; | £ 30 |
| 296/ 0;csppe a':½l,0 rxuxuatmiwUtm; &np;í or; ,0vlzl; | £ 110 |
| 297/ rci&u; a':at;jriluntm; &np;í or;rpEma½ | £ 30 |
| 298/ armiausmausmjri | £ 10 |
| 299/ ucsr;ri;+ree;a½pe | £ 10 |
| 300/ Mr Vajira | £ 20 |
| 301/ u ,veo rci&u;a':pe;&itm; &np;í or;rxuxu[e | £ 20 |
| 302/ bci&u; 0;citm;&np;í a':at;jrci rom;p | £ 30 |
| 303/ 0;jriat; a'guwmrmvm,0 om; armiri;at; rom;p | £ 50 |

## 1368-cEp(6.10.2006)owi;ulwvjynl
## tb"rmtcgawmaeUEil r[my0g&PmaeUwiluolvyg0ivL'ge;luorsm;

| | | |
|---|---|---|
| 1/ Mr.LeslieGray-a':cir$;oeU oCmawmrsm;aeUqr;Ei | oCm(2)yg; | £ 40 |
| 2/ 0;ciarmi0i; | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 3/ a':ouou | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 4/ or;av;cs,&vi; | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 5/ a':av;csl a':ouou | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 6/ rat;jrioatmi | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 7/ 0;pexe;atmi+a':vv | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 8/ armix;atmi½e+rZmZm0i; | oCm(3)yg; | £ 60 |
| 9/ a':oe;oe;at;Ei om;rsm; | oCm(3)yg; | £ 60 |
| 10/ Mr.B.D Cave, Daw Yu Yu Wai | oCm(2)yg; | £ 40 |
| 11/ a'guwmcio uarm | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 12/ a'guwmatmioe;+a':oe;oe;oe;rom;p | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 13/ 0;citm;&np;í a':at;jrci rom;p | oCm(5)yg; | £ 100 |
| 14/ u ,veo a':wiv tm;&np;í | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 15/ a':ci0i;jri om;armia0v | oCm(2)yg; | £ 40 |
| 16/ a'guwmr$;jrwvi+a':&&atmi | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 17/ a'guwmausmjri+a':,0,0jr | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 18/ a'guwmÓPvi;ausm+rwiwirm | oCm(1)yg; | £ 20 |

| | | |
|---|---|---|
| 19/ a':ciOpe | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 20/ a'guwmr;atmi&np;í a':oe;oe;rom;p | oCm(3)yg; | £ 60 |
| 21/ O;aumvi;+a':*rm; | oCm(3)yg; | £ 60 |
| 22/ a'guwmOiarm+rpr;qiqio , | oCm(3)yg; | £ 60 |
| 23/ uqe;x#armiarmilun+roqaO | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 24/ a'guwmwiwivi | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 25/ a'guwmuuvli+a':elelp | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 25/ a'guwmarmiarmivi+a'guwm&&lrli rom;p | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 26/ O;pa&Eirom;p | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 27/ Rodney, Aye Aye and son Charles&William Herd | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 28/ r,O,O | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 29/ O;armiarmioe;+a':oe;oe;jri rom;p | oCm(3)yg; | £ 60 |
| 30/ O;azoe;+a':cijrijri rom;p | oCm(1)yg; | £ 20 |
| 31/ O;[w&i+a':wiwiat; rom;p | | £ 10 |
| 32/ uo[aemi+ra|;a|;ci rom;p | | £ 10 |

ဓမ္မစာဆောင် **( Dhamma NewsLetter )** အတွက်သီးခြားအလှူရှင်

| | |
|---|---|
| ၁။ ဒေါက်တာဥာဏ်လင်းကျော်၊ မတင်တင်မာ မိသားစု | £ 10 |
| ၂။ Fabian Rodgers | £ 30 |
| ၃။ ဒေါက်တာအောင်ခင်၊ ဒေါ်အေးအေး | £ 30 |

စာမျက်နှာ ၂ မှအဆက်–

rm&o-t½i a*gwr? w-oion? uaom-tve yevsu? 'AaPm-½ytqi; ysujym;vsu tjriq; Og;aeon? to-jzpacs\? wO-oi\? r&P-ao jci;on? oEau-e;uyaeacsly? o[ó bma*gr& Pó-aobl&mu tywaxmi½aeacsly? wO-oi \? ZOw-tou½ia&;on? {uaom-wyom½ awmon/ (tou½i&e tywaxmir wyom ½awmw,vl qvygw,)/ abm-tt½ia*gwr? ZO-tou½iatmi Bul;pm;yg? ZOwao,sm-tou ½iwmu aowmxu aumi;jrwygon? ZO-t ou½iae,i? ynme-uovaumi;rwlu? um [o-ly&ygvrrn-w/

rm&ew &n½,ly;ajymw uovaumi;rq wmur*zveAmea&mualumi;'geovpaomaumi; rrl;v r[wbl;? Oyóemuov t&,r* uovv r[wbl;? b,vaumi;rawv qawm-p&awm p aw jA[p&,? t*[wO Z[awm/ y[w p,aw yn? u y"maee um[o/ jA[p&,-arxer luOa½mion tusijrwu? p& awm p-usionjzpí¤i;? t*[wO Z[awmy

aZmxuaomr;u yaZmonjzpí¤i;? aw-oitm;? y[w yn-rsm;pmaom aumi;ru? p,aw-qn;y; tyly; jzpygvrrn/ y"maee-yiye;atmi jyi;pm tm;xwjci; jzi? u um[o-b,tusl;u ly;ap Eiygtlen;-w/

rm&ew &n½,w uo,aumi;ru ar xer luOa½miwmel r;yaZmwmavmuom jzpw,? t'uovaumi;rjzi bOaumi; bOjrwawu &ly;csr;omw,vl'acwwe;u,lun ,qlu w,/b&m;tavmi;awmu t'vl bOcsr;omu tvr½bl;? 'galumi 'vl jyelum;vuygw,/

tPrawmy yane? tawm r,e OZw/

a,oO tawm yane? aw rma&m Owlr&[w/

r,-igtm;?yane-oirm&ewajymaomaumi;rjzi? tawm-tvon? tPrawmy-tPjrL rjaom vn;? e OZw-r½ay/ a,oO-tluiowl rmr? y ane tawm? oi rm&ewajymaom aumi; rjzi t v½\/aw-tv½aom xowlu? rma&m-rm& ew on? Owl t&[w-ajymq&e xuay\-w/ ✡

ရှေ့လဆက်ဖတ်ရန်–

## လန်ဒန်ဝိဟာရကျောင်း ၂၀၀၆–ခု၊ အောက်တိုဘာလ
## နေ့စဉ်ဆွမ်းအလှူရှင်စာရင်း

| နေ့စွဲ | အလှူရှင်အမည် | ရည်မှန်းချက် | နေရာ | အချိန် |
|---|---|---|---|---|
| ၁၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မောင်ဇေယျာထွန်း | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | တိသရဏကျောင်း | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းပင့် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါ်ခင်ဝင်းမြင့် နှင့် မောင်နှမတစ်စု | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၃၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာစမ်းစမ်းအေး မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | ဒေါက်တာသီတာအောင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၄၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | Mr. Peter Wickman ဒေါ်အေးအေးဘအို မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၅၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မြမြလွင်၊ရွှေဖြူ၊လိုင်၊သီရိဝဏ္ဏ၊သီရိစန္ဒာ၊ကြည်၊အိအိခင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၆၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ကိုလင်းထွန်းကို | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | Mr. Leslie Gray ဒေါ်ခင်မျိုးသန့် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၇၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မောင်ထူးအောင်ရှိန်၊ မဇာဇာဝင်း | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | ဦးအုန်းလှရည်စူး၍ သမီး မနွယ်ဇဉ်ယု | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၈၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဘာမင်ဂန်ကျောင်းနှင့်တိသရဏကျောင်းကထိန် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၉၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာခင်လေးသိန်း | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၀၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာကြည်ထွန်း၊ ဒေါက်တာမြင့်မြင့်စိုး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၁၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ကိုတိုနီ၊ မသီဂီ မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၂၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာတင်တင်လွင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၃၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါ်အေးမြခင် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၄၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မစောယုညို၊ မနှောင်းထက်ညို | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၁၅၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာခင်လေးသိန်း | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | လန်ဒန်ဝိဟာရကျောင်း ကထိန် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၆၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | Mr. Leslie Gray ဒေါ်ခင်မျိုးသန့် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၇၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မယမင်းဦး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၈၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါ်သန်းသန်းအေး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၉၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ကိုရှမ်းလေး ၊ မလေး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၂၀၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မယမင်းကျော် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၂၁၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မနွယ်နွယ်ဦး | မင်္ဂလာဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၂၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ကိုလန်ဒေးကျောင်း ကထိန် | | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၃၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာခင်လေးသိန်း | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၄၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မယမင်းဦး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | ဒေါက်တာကြည်ထွန်း၊ ဒေါက်တာမြင့်မြင့်စိုး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၅၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မယမင်းဦး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | ကိုတိုနီ၊ မသီဂီ မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၆၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ကိုသီဟဝင်း၊ မဖြိုးနန္ဒာဝေ | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၇၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာမင်းဇော်အောင်၊ ဒေါက်တာအေးအေးရီ မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | အိမ်ပင့် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၈၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မမိမိစံ | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | ကိုကျော်ဦး | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၉၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာဝင်းအောင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၃၀၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မခင်သီတာသောင်း | ရက်လည်ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၃၁၊ ၁၀၊၂၀၀၆ | မကေသီမျိုးသန်း | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |

# လန်ဒန်ဝိဟာရကျောင်း ၂၀၀၆–ခု၊ နိုဝင်ဘာလ
# နေ့စဉ်ဆွမ်းအလှူရှင်စာရင်း

| *နေ့စွဲ* | *အလှူရှင်အမည်* | *ရည်မှန်းချက်* | *နေရာ* | *အချိန်* |
|---|---|---|---|---|
| ၁၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာမေမေခင် (မိခင် ရည်စူး) | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဖခင်ရည်စူး၍ မောင်မိုးဇော်မြင့် | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၃၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဦးဝင်း | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၄၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | မြမိုးသူ | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | ဒေါက်တာဥမ္မာမြင့်၊ ညီမ သဲနီလာ | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၅၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | မောင်မင်းမင်း၊ မဟေမာ | မင်္ဂလာဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၆၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာခင်လေးသိန်း | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၇၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာစမ်းစမ်းအေး မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | ဒေါက်တာကြည်ထွန်း၊ ဒေါက်တာမြင့်မြင့်စိုး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၈၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ကိုတိုနီ၊ မသီဂီ မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၉၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာတင်တင်လွင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၀၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ကိုအေးလွင်နှင့်ဇနီး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | ဒေါ်အေးမြခင် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၁၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဖခင်ရည်စူး၍ ဒေါက်တာတင်တင်ကြွယ် | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | Mr. Ganesh မခင်ကျော်ညို သား မောင်ပြည့်စုံ | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၂၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | မောင်ကျော်စွာ၊ မတိုးတိုး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | မောင်ခန့်ထွဋ်၊ တလပြည့် | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၃၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | Mr. Leslie Gray ဒေါ်ခင်မျိုးသန့် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၄၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာသီတာအောင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၅၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါ်သန်းသန်းအေးနှင့်သားများ | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၆၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | မြမြလွင်၊ရွှေဖြူလှိုင်၊သီရိဝဏ္ဏ၊သီရိစန္ဒာကြည်၊အိအိခင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၇၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ကိုရှမ်းလေး၊ မလေး၊ ကိုစည်သူ၊ မနေခြည် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | မောင်ကောင်းညွန့်စိုး၊ မမာလွင်အောင် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၈၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ကိုလှမျိုးသိန်း | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | မသီရိဟန် | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၉၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ကိုကျော်စွာ၊ မတိုးတိုး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | ဖခင်ရည်စူး၍ မခင်ချောစုဝင်း | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၀၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | မခင်သီတာသောင်း (တလပြည့်) | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၁၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာကြည်ထွန်း၊ ဒေါက်တာမြင့်မြင့်စိုး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၂၂၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ကိုတိုနီ၊ မသီဂီ မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၃၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဦးကြည်ညွန့်၊ ဒေါက်တာတင်တင်လွင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၂၄၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါ်အေးမြခင် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၅၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | မောင်ကျော်ဝင်းထွန်း၊ မအေးမြသင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ။ | မောင်ကျော်စွာ၊ မတိုးတိုး | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၆၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာအောင်ကြည်မြင့်၊ ဒေါက်တာငွေးငွေးရီ မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| | ဒေါ်သန်းသန်း မိသားစု | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၇၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | Mr. Leslie Gray ဒေါ်ခင်မျိုးသန့် မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၈၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာသီတာအောင် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၉၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | Mr. Peter Wickman ဒေါ်အေးအေးဘအို မိသားစု | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၃၀၊ ၁၁၊၂၀၀၆ | ဒေါ်ခင်ဥစိန် | သဒ္ဓါဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |

# လန်ဒန်ဝိဟာရကျောင်း ၂၀၀၆–ခု၊ ဒီဇင်ဘာလ
## နေ့စဉ်ဆွမ်းအလှူရှင်စာရင်း

| နေ့စွဲ | အလှူရှင်အမည် | ရည်မှန်းချက် | နေရာ | အချိန် |
|---|---|---|---|---|
| ၁၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာမေမေခင် (မိခင် ရည်စူး) | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုကျော်စွာ၊ မတိုးတိုး | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၃၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဆွမ်း နဝကမ္မ | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၄၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာခင်လေးသိန်း | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၅၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာစမ်းစမ်းအေး | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | ဒေါက်တာကြည်ထွန်း၊ ဒေါက်တာမြင့်မြင့်စိုး | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၆၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုတိုနီ၊ မသီဂီ မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၇၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဦးကြည်ညွန့်၊ ဒေါက်တာတင်တင်လွင် | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၈၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုသီဟနောင် မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | ဒေါ်အေးမြခင် မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၉၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာတင်တင်ကြွယ် | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | Mr. Ganesh မခင်ကျော်ညို သား မောင်ပြည့်စုံ | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၀၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါ်အေးမြခင် မိသားစု | ရည်စူးဆွမ်း | အိမ်ပင့် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၁၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | Mr. Leslie Gray ဒေါ်ခင်မျိုးသန့် မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၂၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာသီတာအောင် | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၃၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုမင်းသန့်၊ မသန္တာလင်း၊ သမီး နဒီမျိုး | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | ဒေါ်သန်းသန်းအေးနှင့်သားများ | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၄၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မမြလွင်၊ရွှေဖြူလိုင်၊သီရိဝဏ္ဏ၊သီရိစန္ဒာကြည်၊အိအိခင် | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၅၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုလှိုင်ဘွား | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | မောင်ကောင်းညွန့်စိုး၊ မမာလွင်အောင် မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၆၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုကျော်စွာ၊ မတိုးတိုး | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၇၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မောင်ထူးအောင်ရှိန်၊ မဇာဇာဝင်း (ဖခင် မွေးနေ့) | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | မအေးမြတ်ချစ် | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၈၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါက်တာခင်လေးသိန်း | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၁၉၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုဇော်မင်းထွန်း၊ ဒေါက်တာမြမွန်ရည် | မွေးနေ့ဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | ဒေါက်တာကြည်ထွန်း၊ ဒေါက်တာမြင့်မြင့်စိုး | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၀၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုတိုနီ၊ မသီဂီ မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၁၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မောင်ဇော်ထက်၊ မမီးမီး | မင်္ဂလာဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | ကိုမင်းသန့်၊ မသန္တာလင်း၊ သမီး နဒီမျိုး | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၂၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ဒေါ်အေးမြခင် မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၃၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မမြင့်မြင့်စန်း | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၂၄၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မမြင့်မြင့်စန်း | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၂၅၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မရီရီဌေးနှင့် သူငယ်ချင်း တစ်စု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၂၆၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မစန္ဒာရွှေ (မိခင်ရက်လည်) | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | မမွန်မွန် | ရည်စူးဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၇၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မမြင့်မြင့်စန်း | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | Mr. Peter Wickman ဒေါ်အေးအေးဘအို မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၈၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မခင်ဌေးဝင်း၊ မရွှေယုမွန်၊ မောင်ဆွေသက်မောင် | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၂၉၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | ကိုသူရိန်အုန်းမြင့်၊ မယဉ်မင်းသွယ် | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ် |
| ॥ | Mr. Abhaya Attanayalce & mamily | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | နေ့ဆွမ်း |
| ၃၀၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မောင်ထူးအောင်ရှိန်၊ မဇာဇာဝင်း | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |
| ၃၁၊ ၁၂၊၂၀၀၆ | မောင်ကောင်းညွန့်စိုး၊ မမာလွင်အောင် မိသားစု | သင်္ဃဒါနဆွမ်း | ကျောင်းကပ် | အရုဏ်၊နေ့ |

# ဤစာစောင်တွင်


❖ ဓမ္မစကြာ တရားတော် — မဟာစည်ဆရာတော် — ၁

❖ ချစ်ခြင်း မေတ္တာဟူသည် — မုဒုံ ဆရာတော် — ၃

❖ ကိုးကွယ်ရာ — မောင်သလ္လာ — ၅

❖ ဗောဓိဆုနှင့်ဗောဓိဉာဏ် — အရှင်တောသန (မန်းတက္ကသိုလ်) — ၇

❖ ဗုဒ္ဓပေးတဲ့ ရုပ်လှဆေး — ဦးစန္ဒောဘာသ — ၉

❖ သုံးဆယ်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာ — ကျော်ထွန်းမြင့် — ၁၁

❖ ကထိန်သင်္ကန်း အလှူရှင်များစာရင်း — ၁၃

❖ ကျောင်းပြုပြင်ရန် နောက်ထပ်အလှူရှင်စာရင်း — ၁၄

❖ အဘိဓမ္မာနေ့နှင့်ပဝါရဏာနေ့ အလှူရှင်စာရင်း — ၁၅

❖ လန်ဒန်ဝိဟာရနေ့စဉ်ဆွမ်းအလှူရှင်များစာရင်း (အောက်တိုဘာလ) — ၁၇

❖ လန်ဒန်ဝိဟာရနေ့စဉ်ဆွမ်းအလှူရှင်များစာရင်း (နိုဝင်ဘာလ) — ၁၈

❖ လန်ဒန်ဝိဟာရနေ့စဉ်ဆွမ်းအလှူရှင်များစာရင်း (ဒီဇင်ဘာလ) — ၁၉



**ဆက်သွယ်ရန်–**

**The Britain-Burma Buddhist Trust**
1, Old Church Lane, Kingsbury, London
NW9 8TG
Tel: 020 8200 6898, Charity No. 284619


## တိုက်တွန်းနှိုးဆော်လွှာ

ဤဓမ္မစာစောင်ကို (၃) လတစ်ကြိမ် ဖြင့် တစ်စောင်လျှင် 75p ခန့် (ပို့ခ အပါ အဝင်) အကုန် အကျခံ၍အုပ်ရေ ၂၀၀– ကျော် ပုံမှန် ထုတ်ဝေလျက် ရှိပါသည်။ စာစောင် ဖြစ်မြောက်ရေး အတွက် ဓမ္မဒါန ပြုလိုပါက အုပ်ရေ ၂၀၀–အပြည့်အဝသော်၎င်း၊ တစ်စိတ် တဒေသသော်၎င်း တတ်စွမ်းသမျှ ကုသိုလ်ပြုနိုင်ကြပြီ ဖြစ်ကြောင်း တိုက်တွန်းနှိုး ဆော်အပ်ပါသည်။ ဓမ္မဒါန ပြုလိုသူများသည် လန်ဒန် ဝိဟာရကျောင်း သို့ ဆက်သွယ် လှူဒါန်းနိုင်ပါသည်။

## ယခုအကြိမ် စာစောင် အလှူရှင်

အလိမ္မာ စာမှာရှိ–စာအုပ်စာပေ လှူဒါန်းခြင်းအားဖြင့် အလိမ္မာ တရားကို လှူရာရောက်၏။ လှူသူလည်း တူသော အကျိုးကို ရပါ၏။ (မုဒုံဆရာတော်)

ဒေါက်တာဝင့်မော်၊ မစမ်းဆင့်ဆင့်သွယ် တို့မှ လှူဒါန်းပါသည်။

**If undelivered please return to:**
**1, Old Church Lane**
**Kingsbury, London**
**NW9 8TG**