

ဓမ္မဒိနတုဝိဇ္ဇာ



မင်္ဂလာရွှေစကား

ဂုဏ်ထူး  
အင်းမ

စာမူခွင့်ပြုချက် - ၃၂၀၀၈၃၀၆၀၂  
အဖုံးခွင့်ပြုချက် - ၃၂၀၁၅၅၀၆၀၃  
မျက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်း - New Day Colour Separation

ပထမအကြိမ်

၂၀၀၆ ခုနှစ် ၊ မတ်လ  
အုပ်စု - ၃၀၀၀

မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်

ဦးကျော်စန်းလင်း(ယာယီ - ၈၆၉)အဲဗားဂရင်းအော့ဆက်  
အမှတ် (၁၉၉)၊ လမ်း (၅၀) ၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ထုတ်ဝေသူ

ဦးကျော်ဟင်း

ယုံကြည်ချက်စာပေ

အမှတ် (၁၁၁)၊ (၃၃)လမ်း၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဤလက်ကမ်း  
စာအုပ်ငယ်များကို  
**မွေဒါန**

ပြုလုပ်လိုပါက  
**New Day**

**Graphic Design & Colour Separation**

အမှတ် - ၁၄၈၊ လမ်း ၅၀၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၂၀၁၄၃၇၊ ၂၉၈၆၄၂

သို့

ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

## ကံကိုပြင်လိုက်ပါ

သီဟိုဠ်ရာဇဝင်မှာ ဝသဘမင်းဆိုတာ ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ မင်းမဖြစ်ခင် သာမန်လူတစ်ယောက် ဘဝတုန်းက ဦးရီးတော် စစ်သူကြီးဆီမှာနေ နေရပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့ တစ်နေ့မှာ ဟူးရားပညာရှိ တွေက ဝသဘအမည်ရှိတဲ့သူဟာ မင်းဖြစ်လိမ့်မယ်လို့ ဟောပြောလာကြပါတယ်။ ဒီစကားကြားရတော့ လက်ရှိမင်းလုပ်နေတဲ့ ယသဠာလကမင်းက သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ဝသဘအမည် ရတဲ့သူ အားလုံးကို သတ်စေလို့ မိန့်ပါတယ်။ ဒီတော့ စစ်သူကြီးက သူ့ဆီမှာနေတဲ့ ဝသဘကို မင်းဆီအပ် ဖို့ မယားလုပ်သူကို ပြောပြပါတယ်။

## ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

ရာထူးတိုးချင် တာလည်း ပါမှာပါ။ နံနက် စောစော ရောက်တာ့ စစ်သူကြီးက ဝသဘကို အသံ ခေါ်ပြီး မင်းနန်းတော်ကို ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ ဝသဘကို သတ်ဖို့ ခေါ်သွားပြီဆို တာသိထားတဲ့ စစ်သူကြီးရဲ့ မယားက ကွမ်းအလွန် ကြိုက်တဲ့ စစ်သူကြီးအတွက် ထုံးမပါတဲ့ ကွမ်းကို ထည့်ပေးလိုက်ပါတယ်။

စစ်သူကြီး မင်းနန်းတော်တံခါးဝရောက်လို့ ကွမ်းစားမယ်လည်း လုပ်ရော ထုံးမပါတာတွေ့တာနဲ့ ဝသဘကို အိမ်ပြန်ထုံးယူစေပါတယ်။ ဝသဘက အိမ်ရောက်တော့ စစ်သူကြီးရဲ့ မယားက သူကြီးစည်တဲ့ အတိုင်းဖြစ်လာလို့ ဝမ်းသာအားရနဲ့ပဲ “ဝသဘ သင့်ဦးကြီးက သင့်ကို မင်းကြီးဆီအပ်ပြီးသတ်မှာ၊ ရော့ ... အသပြာတစ်ထောင်ယူပြီး လွတ်ရာကို ပြေးပေတော့” ဆိုပြီး ပြေးခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ ဝသဘလည်း မင်းနဲ့ ဝေးတဲ့ ဘုန်းကြီးကျောင်းတစ် ကျောင်းမှာ ပုန်းနေပါ တယ်။ ရဟန်းတော်တွေက

## ကံကိုပြင်လိုက်ပါ

လည်း သူ့ကို ကြည့်ရှုထားကြပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့နေရင်း တစ်နေ့မှာ ပညာရှိ လူနုတစ်ယောက်က ဝသဘရဲ့ဇာတာကိုကြည့်ပြီး “သင်မင်းဖြစ်လိမ့်မယ်”လို့ ဟောလိုက်ပါတယ်။ ဒီစကားကြားရတော့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ပဲ သတ္တိရှိတဲ့ယောက်ျား တွေ စုရုံးပါတယ်။ အတော်အတန်စုမိတော့ “မုန့်သည် မသားသည် မုန့်အနားကစ၍ စားရသည်”ဆိုတဲ့ ရှေး ထုံးကို နှလုံးမူပြီး၊ မြို့စွန်ရွာစွန်ကစပြီး သိမ်းပါတယ်။ လိုရင်းပြောရရင်တော့ နောက်ဆုံး ဝသဘ မင်းဖြစ်သွားတယ်ပဲ ဆိုပါတော့။

ဝသဘ မင်းဖြစ်လာတော့ ဟူးရားပညာရှိတွေကို ဆိတ်ကွယ်ရာခေါ်ပြီး သူဘယ်နှစ်နှစ်လောက် မင်းပြုရမလဲဆိုတာတွက်ခိုင်းပါတယ်။ ဟူးရားပညာရှိတွေက တွက်ချက်ပြီး “(၁၂)နှစ် မင်းပြုရမယ်”လို့ ဟောလိုက်ပါတယ်။ ဝသဘမင်းက ဟူးရားပညာရှိတွေကို အသပြာတစ်ထောင်ပေးပြီး ဒီအကြောင်း

## ရဝေန္ဒယံ (အင်းမ)

ဘယ်သူ့မှမပြောနဲ့ဆိုပြီး ပြန်လွှတ်လိုက်ပါတယ်။  
အဲဒီနောက် ရဟန်း၊ သံဃာတွေဆီကပ်ပြီး “အရှင်  
ဘုရားတို့ မင်းသက်ရှည်ရာရှည်ကြောင်း ကုသိုလ်  
ကောင်းမှု မရှိ ဘူးလားဘုရား”လို့ လျှောက်ပါတယ်။

ဒီတော့ သံဃာတွေက -

“ဝသဘမင်းမြတ် ... ရေစစ်လှူပါ။ နာမကျန်း  
ဖြစ်နေတဲ့ ရဟန်းတွေကို ဆေးလှူပါ။ ဟောင်းနွမ်းဆွေး  
မြေ့နေတဲ့ ကျောင်းဟောင်း စေတီဟောင်းတွေကို ပြုပြင်  
ပါ။ ငါးပါးသီလကို နေ့စဉ်စောင့်ထိန်းပါ။ ရှစ်ရက်  
ဥပုသ်၊ ဆယ့်ငါးရက် ဥပုသ်နေ့တွေမှာ ရှစ်ပါးသီလ၊  
ကိုးပါးသီလကို စောင့်ထိန်းပါ။ ဒါဆို မင်းသက်ရှည်  
လိမ့်မယ်”လို့ မိန့်လိုက်ပါတယ်။

ဝသဘမင်းလည်း ရဟန်းသံဃာတော်တွေ  
လမ်းညွှန်တဲ့အတိုင်း ပြုပါတယ်။ စာထဲမှာတော့  
ဝသဘ မင်းပြုခဲ့တဲ့ ကောင်းမှုတွေ အများကြီး ပြထား  
ပါတယ်။ စာရှည်နေမှာစိုးလို့ ရေးမပြတော့ပါဘူး။

## ကံကိုပြင်လိုက်ပါ

လိုရင်းပြောရရင်တော့ ဝသဘမင်းဟာ (၄၄)နှစ် နန်းစံခဲ့ရပါတယ်။

ဒီဝတ္ထုမှာ အဓိကပြောချင်တာက ဝသဘမင်းဟာ အတိတ်ကံအရ (၁၂)နှစ်ပဲ နန်းစံရမှာပါ။ ဒါပေမယ့် အတိတ်ကံကို ပစ္စုပ္ပန်ကံနဲ့ ပြုပြင်ယူလိုက်တော့ (၄၄)နှစ်တောင် နန်းစံခဲ့ရပါတယ်။ အပိုကြေးအနေနဲ့ (၃၂)နှစ် ပိုနန်းစံခဲ့ရပါတယ်။

ဝသဘမင်းပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ် (၆)မျိုးက အသက်ရှည်ကြောင်း ကုသိုလ်တွေပါ။ သူ့အနေနဲ့တော့ နန်းသက်ရှည်ကြောင်း သီးခြားကုသိုလ်တွေပေါ့။ ဒီကုသိုလ် (၆)မျိုးကို အောက်ပါလင်္ကာလေးနဲ့ တွဲမှတ်ထားလိုက်ပါဦး။ ဗဟုသုတအဖြစ်ပေါ့။

ရေစစ်၊ ဆေး ကျောင်း အဟောင်းပြုပြင်၊  
ပွင့်အဋ္ဌ သီလဖြူစင်  
သက်ရှည်ကြောင်းစု  
ကောင်းမှုခြောက်အင်၊

## ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

အခွင့်စိုက် ပြုလိုက်တာဝစဉ်။

ဝသဘမင်းကတော့ သူနဲ့အသုံးတည့်မယ့်  
သက်ရှည်ကြောင်း ကုသိုလ်တွေကို ရွေးပြုပြီး ပြုပြင်  
သွားတာပါ။

အခု စာဖတ်သူတွေကတော့ တခြားဘဝလို  
အပ်ချက်တွေ တခြားအဆင်မပြေမှုတွေလည်း ရှိနေကြ  
မှာပါ။

လူမှုရေးနဲ့ပတ်သက်လို့ ကံဆိုးချင် ဆိုးနေ  
မယ်။ စီးပွားရေးနဲ့ပတ်သက်လို့ ကံဆိုးချင် ဆိုးနေ  
မယ်။ ကျန်းမာရေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ကံဆိုးချင် ဆိုးနေ  
မယ်။ ပညာရေးနဲ့ပတ်သက်လို့ ကံဆိုးချင် ဆိုးနေ  
မယ်။ ရာထူးဌာနန္တရနဲ့ပတ်သက်လို့ ကံဆိုးချင်ဆိုးနေ  
မယ်။ နိုင်ငံခြားခရီးနဲ့ပတ်သက်လို့ ကံဆိုးချင် ဆိုးနေ  
မယ်။ ကြိုက်သလောက်ဆိုးနေပါစေ။ နောက်ဆုံး  
သေချင်လောက်အောင်အထိ ဆိုးနေစမ်းပါစေ။  
ဝသဘမင်းဝတ္ထုကို အာရုံပြုပြီး ဆိုးနေတဲ့ကံကို စိတ်ကြိုက်



ပြုပြင်ယူ လို့ရတယ်ဆိုတဲ့ အသိလေးကိုပဲ အာရုံပြု  
ပစ်လိုက်စမ်းပါ။

ဒီတော့ ဘယ်လိုပြုပြင်ယူမလဲ ..... ?

အဲဒီအမြင့်ဆုံး သေချင်လောက်အောင်အထိ  
ဆိုးနေတဲ့ကံကို ကုသိုလ် (၅)မျိုးနဲ့ ပြုပြင်ယူလို့ရပါ  
တယ်။ တိုက်တွန်းစကားအနေနဲ့ ပြောရရင်တော့ သေ  
ချင်လောက်အောင် ဆိုးနေတဲ့ကံကို ကုသိုလ် (၅)မျိုးနဲ့  
နေ့စဉ်ပြုပြင်ပစ်လိုက်စမ်းပါ။ ဆိုးနေတဲ့ကံ “နင်နေ  
ငါသွား” ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

ကုသိုလ် (၅)မျိုးက ဒါနရယ်၊ သီလရယ်၊ ဂုဏ်  
တော်ရယ်၊ မေတ္တာရယ်၊ ဝိပဿနာရယ်ပါ။

အဲဒီကုသိုလ် (၅)မျိုးကို နေ့စဉ်ဖြစ်စေရ  
မယ်လို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြီး နေ့စဉ်ပြုလုပ်သွားဖို့ပါပဲ။

ကုသိုလ် (၅)မျိုးထဲက ဒါနဆိုတဲ့နေရာမှာ ရှင်  
တစ်သောင်းတွေပြုမှ၊ ကျောင်းကြီးတွေဆောက်လှူမှ  
ဒါနမဟုတ်ပါဘူး။ အိမ်မှာရှိတဲ့ ဘုရားကို ရေချမ်းကပ်

## ရဝေဠယံ (အင်းမ)

လိုက်မယ်ဆိုရင်လည်း ဒါနဖြစ်သွားတာပါပဲ။ နောက်  
ကိုယ်ထမင်းချက်မယ့် ဆန်ထဲက လက်တစ်ဆုပ်စာ  
လောက်လေးနှိုက်ပြီး အိမ်ရှေ့မှာ စာကလေးတွေ၊  
ခိုကလေးတွေကို ပစ်ကျွေးလိုက်မယ်ဆိုရင်လည်း ဒါန  
ဖြစ်သွားတာပါပဲ။ ဆန်လက်တစ်ဆုပ်စာလောက်တော့  
မိသားစုထမင်းဝိုင်းအတွက် သိပ်ပြီးလည်း မထိခိုက်  
လောက်ပါဘူး။ နေ့စဉ် ဆန်လက်တစ်ဆုပ်စာ ငှက်  
ကလေးတွေကို ကျွေးနေမယ်ဆိုရင်လည်း ကိုယ့်ဝန်  
ကိုယ့်အားနဲ့ညီမျှတဲ့ ဒါနဖြစ်နေတာပါ။

ဒုတိယက သီလပါ။

သီလမှာလည်း လောကီထဲမှာနေတဲ့ လူတစ်  
ယောက်အတွက် ငါးပါးသီလလောက်ကို လုံလုံခြုံခြုံ  
လေးစောင့်ထိန်းနိုင်လိုက်တယ်ဆိုရင်ပဲ တော်တော်  
လုံလောက်သွားပါပြီ။ တစ်ဆင့်တက်ပြီး ဥပုသ်နေ့  
တွေမှာ ရှစ်ပါးသီလ၊ ကိုးပါးသီလကို စောင့်ထိန်း  
နိုင်တယ်ဆိုရင်တော့ အကောင်းဆုံးပေါ့။ သီလကို

## ကံကိုပြင်လိုက်ပါ

စောင့်ရှောက်တဲ့အတွက် သီလကလည်း ကိုယ့်ကို  
သူ့သတ္တိအားလျော်စွာ ပြန်စောင့်ရှောက်ပါလိမ့်မယ်။  
တတိယက ဂုဏ်တော်ပါ။

ဂုဏ်တော် (၉)ပါးထဲက ကိုယ်နှစ်သက်ရာ  
တစ်ခုခုကို ပွားလို့ရပါတယ်။

အရဟံဂုဏ်တော်ကိုပဲ အရဟံ - ပူဇော်အထူး  
ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား၊ အရဟံ-  
ကိလေသာ ကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊  
အရဟံ-ကိလေသာ ကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာ  
ဘုရား၊ အရဟံ - ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်း  
မှု ကို ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရားလို့ ပွားလို့ရပါ  
တယ်။

အရဟံဆိုတဲ့ ပါဠိလေးရယ်၊ အရဟံရဲ့ အနက်  
သုံးမျိုးရယ်က ပွားလို့ ဆင်ခြင်လို့ သိပ်ကောင်းတဲ့  
ပါဠိနဲ့ အနက်ကလေးပါ။

ဂုဏ်တော်ပွားတဲ့အတွက် ဂုဏ်တော်က

ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

သူ့သတ္တိအားလျော်၍ ပြန်စောင့်ရှောက်နေ ပါလိမ့်မယ်။

စတုတ္ထက မေတ္တာပါ

မေတ္တာပွားတဲ့နေရာမှာ ပွားနည်းတွေကတော့ သီးသန့်အကျယ်ကို ရှိပါတယ်။ စားရေးသူရဲ့ “မေတ္တာ အတွေးများ စာအုပ်”မှာလည်း ပွားပုံ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ရေးပြထားပါတယ်။

မေတ္တာပွားတဲ့နေရာမှာ အဓိက အကြံပေးချင် တာတော့ ပထမ ကိုယ့်အပေါ် ကျေးဇူးရှိတဲ့ ကျေးဇူး များတဲ့ လူပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးကို တစ်ယောက်ချင်း ကုန်အောင်ပွားပါ။ ပြီးရင် နတ်ကောင်း နတ်မြတ်တွေ ကို ကိုယ်စောင့်နတ် အိမ်စောင့်နတ်ကစပြီး လမ်း၊ မြို့နယ်၊ မြို့၊ နိုင်ငံကို စောင့်ရှောက်နေကြတဲ့ နတ် ကောင်း နတ်မြတ်တွေကို အဆင့်ဆင့်ပွားပါ။ “ငါ၏ အိမ်ကို စောင့်ရှောက်နေကြသော နတ်ကောင်းနတ် မြတ် အားလုံး ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းပါစေ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းပါ စေ၊ အစစအရာရာ အဆင်ပြေပါစေ”

# ကံကိုဖြင့်လိုက်ပါ

စသည်ဖြင့်ပေါ့။

ပဉ္စမက ဝိပဿနာပါ

ဝိပဿနာကတော့ ကိုယ်အားထုတ်ဖူးတဲ့နည်း

အတိုင်း မှတ်လိုရပါတယ်။

ကဲ့ . . . စာဖတ်သူ စိတ်ကူးနဲ့ပဲ ကုသိုလ်

(၅)မျိုး စမ်းကြည့်ရအောင်ပါ။

မနက်အိပ်ရာကထတာနဲ့ ကိုယ်လက်သန့်စင်  
ပြီး မိသားစုကိစ္စတွေကို ဘာမှ မလုပ်ပါနဲ့ဦး၊ ဘုရား  
ခန်းကိုအရင်သွားပါ။ ဘုရားသောက်တော်ရေကို  
အရင် ကပ်လိုက်ပါ။ ကပ်ပြီးရင် ငါးပါးသီလ ခံယူ  
လိုက်ပါ။ အဲဒီနှစ်မျိုးပြီးတော့မှ ဂုဏ်တော်ကို ငါးမိနစ်၊  
မေတ္တာ ကို ငါးမိနစ်၊ ဝိပဿနာကို ငါးမိနစ်ပွားပါ။  
ဆယ့်ငါး မိနစ်လောက်တော့ အားလုံးလုပ်နိုင်လောက်  
မယ်ထင်ပါ တယ်။

ဘဝတစ်နေ့တာရဲ့အစကို ကုသိုလ်(၅)မျိုးနဲ့  
စလိုက်တာ ဘယ်လောက်ကျက်သရေ ရှိသွားသလဲ။

## ရဝေန္ဒယံ (အင်းမ)

မနက်အိပ်ရာထမှာပဲ ကုသိုလ်ငါးမျိုးက ရနေပါပြီ။

အဲဒီလို ကုသိုလ် (၅)မျိုးပြုပြီးမှ မိသားစုရဲ့  
ဝေယျာဝစ္စတွေကိုပြုပါ။

အဲလိုနဲ့ မနက်စာစားပြီးသွားတဲ့အခါ  
ဆန်လက် တစ်ဆုပ်ယူပြီး ခြံရှေ့မှာ ငှက်ကလေးတွေ  
အတွက်ပက် ကျွေးလိုက်ပါဦး။

ကျွေးပြီးသွားရင် အဆစ်အနေနဲ့ “ဒီနေ့မနက်  
ပြုတဲ့ ကုသိုလ် (၅)မျိုးကို နတ်ကောင်းနတ်မြတ်  
အားလုံးကိုလည်း အမျှဝေပေးပါတယ် အမျှ အမျှ  
အမျှ ယူတော်မူကြပါ။ သာဓု သာဓု သာဓု”ဆိုပြီး  
နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တွေကိုလည်း အမျှဝေပေးလိုက်  
ပါဦး။

တတ်နိုင်တယ်။ အချိန်ရတယ်ဆိုရင် ညပိုင်း  
ကိုးရီးယားဇာတ်ကားမလာခင်၊ ဒါမှမဟုတ် ကိုးရီးယား  
ဇာတ်ကားပြီးသွားတဲ့အခါ ကုသိုလ် (၅)မျိုးကို  
ထပ်လုပ် လိုက်ပါဦး။

# ကံကိုပြင်လိုက်ပါ

ဒီအတိုင်းသာ နေ့စဉ်ပြုသွားစမ်းပါ။ ဆိုးနေတဲ့ ကံဟာ တောင်းပန်ပြီးထွက်သွားဦးမှာပါ။

ဒါပေမယ့် ဒီနေ့လုပ် မနက်ဖြန်ဖြစ်ဆိုတဲ့ ပုံစံ မျိုးတော့ ဘယ်ဖြစ်မှာလဲ၊ တစ်လတန်သည်၊ နှစ်လ တန် သည်၊ တစ်နှစ်တန်သည်တော့ စွဲလုပ်ရပါမယ်။ အကုသိုလ်ဆိုတဲ့ ရန်သူက အင်အားကြီးနေတော့ ချက်ချင်းတော့ တောင့်တင်းလာရင် ရန်သူကံဆိုး လည်း ပြန်တောင်တိုက်နေမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး၊ ကုသိုလ် အင်အားကိုကြည့်ပြီး လန့်ပြေးတော့မှာပါ။

ဒါတွေက ကံဆိုးနေတဲ့သူအတွက် ပြောတာ ပါ။

ကံကောင်းနေတဲ့သူတွေအတွက်လည်း အမြဲ တမ်းကံကောင်းနေအောင် ကုသိုလ် (၅) မျိုးကို နေ့စဉ် ပြုနေသင့်ပါတယ်။

ဒီဘဝကုသိုလ် (၅)မျိုးနဲ့ ကံကောင်းအောင် လုပ် နေတဲ့အတွက် ဒုတိယဘဝ၊ တတိယဘဝ

## ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

စသည်တွေမှာလည်း ဆက်ပြီး ကံကောင်းနေဦး မှာပါ။

ကုသိုလ် (၅)မျိုးကို ကံကောင်းခြင်း၊ ကံဆိုးခြင်းကြောင့်မဟုတ်ဘဲ နေ့စဉ်ဝတ်တစ်ခုအနေနဲ့ ပြုနေမယ်။ အဲဒီလို ပြုနေစဉ်အတွင်းမှာပဲ ဘဝအခက်အခဲတစ်ခုနဲ့ ကြုံလာမယ်၊ ဒါဆို ကိုယ်ပြုနေတဲ့ ကုသိုလ် (၅)မျိုးကို နေ့စဉ် အမျှပေးဝေနေတဲ့ နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တွေကို တိုင်တည်ပြီး သစ္စာဆိုလို့လည်း ရပါတယ်။ “ကျွန်ုပ်သည် ကုသိုလ် (၅)မျိုးကို နေ့စဉ်ပြုပြီး နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တို့ကိုလည်း နေ့စဉ် အမျှပေးဝေခဲ့ပါတယ်။ ဤသစ္စာစကား မှန်ကန်ပါက ယခုတွေ့ ကြုံနေရသော အခက်အခဲပြေပျောက်ပါစေသတည်း။ နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တို့ကလည်း ကူညီမစတော်မူပါ စသည်ဖြင့်ပေါ့။

ကုသိုလ် (၅)မျိုးထဲမှာ ဝိပဿနာလည်း ပါနေတာဆိုတော့ တရားမှတ်ရင်း ပါရမီပါခဲ့ရင် အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ဆိုတဲ့ တရားထူး တရား



# ကံကိုပြင်လိုက်ပါ

မြတ်တွေရသွားပြီး သံသရာဝဋ်ကတောင် ကျွတ်သွား  
ဦးမှာပါ။

ကုသိုလ် (၅)မျိုးကို ဘယ်အဆင့်အထိ  
ပြုရမလဲ ဆိုရင် ညအိပ်ရာဝင်လို့မှ ဒီနေ့တစ်နေ့တာ  
ကုသိုလ် (၅)မျိုးကို မပြုဖြစ်လိုက်ရင်  
အိပ်လို့မပျော်တဲ့အဆင့်အထိ ပြုရပါမယ်။

ကဲ . . . ဗာဖတ်သူ ကံနဲ့ပတ်သက်လို့  
“သေချင်လောက်အောင်ဆိုးနေပါစေ” ကုသိုလ် (၅)မျိုး  
နဲ့သာ နေ့စဉ်ပြုပြင်လိုက်စမ်းပါ။ မကြာခင်  
ကံကောင်း လာပါလိမ့်မယ်။

## ကျမ်းကိုး

- မဟာဝင် ဝတ္ထု
- ကျိုးသဲ လေးထပ် ဆရာတော်။

## မင်္ဂလာအတွေးများ (၂၇)

ခန္တီစတံမင်္ဂလမုတ္တမံ။

သည်းခံခြင်းသည် မြတ်သောမင်္ဂလာမည်၏။

ဝတ်စားနေထိုင် ရန်ခပ်သိမ်း။

စိတ်ကိုချုပ်ထိန်း သည်းခံလေ။

တစ်ခါတုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ဒီဃဘာဏ  
ကအာယမထေရ်ဟာ ညတရားပွဲ ဟောနေပါတယ်။  
မထေရ်က သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ထင်ရှားတဲ့ ဓမ္မကထိက  
တစ်ပါးပါ။ မထေရ်ဟောနေတဲ့တရားက ပစ္စည်းဝတ္ထု  
တွေကို ရှောင်ရဲပြီး ဝိပဿနာတရားမှာ စွဲမြဲစွာနေဖို့  
ဟောတဲ့ တရားပါ။

မင်္ဂလာအတွေးများ (၂၇)

တရားနာပရိသတ်တွေထဲမှာ လူပရိသတ်  
သာမက ရဟန်းပရိသတ်တွေလည်း ပါပါတယ်။  
ရဟန်းပရိသတ်ထဲမှာတော့ ဒီဃဘာဏက အဘယ  
မထေရ်အပေါ် မနာလိုတဲ့ မထေရ်ကြီးတစ်ပါးလည်း  
ပါနေပြန်ပါတယ်။

တရားသံနဲ့အတူ မနာလိုဖြစ်နေတဲ့ မထေရ်  
ကြီးရဲ့ဆီက စကားသံထွက်လာပါတယ်။

“ အလကားပါကွာ၊ အောင်မြင်မှုအားကိုးနဲ့  
ဟောနေတာပါ။ အနှစ်သာရ မရှိပါဘူး။

အသံကြားတော့ ခမ္မကထိကမထေရ်ရဲ့  
တပည့်တချို့က ငဲ့ကြည့်ကြပါတယ်။ မနာလိုဖြစ်နေတဲ့  
မထေရ်ကြီးကတော့ ဘယ်သူမှ ဂရုမစိုက်ပါဘူး။  
ဒီဃဘာဏကအဘယမထေရ်ဟောတဲ့ တရားတစ်ပိုဒ်  
ချင်းအပေါ်ကို သူက ဝေဖန် ဝေဖန်ပြနေပါတယ်။  
တစ်ခါတလေ ဆဲရေးလိုက်တာတွေတောင် ပါလိုက်ပါ  
သေးတယ်။

## ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

ပရိသတ်ကတော့ တရားသံကော ဝေဖန်ဆဲ  
ရေးသံကော နာနေကြရပါတယ်။

သတ်မှတ်ထားချိန်ရောက်တော့ ဒီဃဘာဏ  
ကအဘယမထေရ်က တရားကို အဆုံးသတ်လိုက်ပါ  
တယ်။

တိုက်ဆိုင်ချင်တော့ ကိုယ့်ကျောင်းကိုယ်ပြန်ရ  
တဲ့အခါမှာလည်း လမ်းက တစ်လမ်းတည်းဖြစ်နေ  
ပြန်ပါတယ်။

မနာလိုဖြစ်နေတဲ့ မထေရ်ကြီးက ရှေ့ကကြွရင်း  
နောက်မှာ ကပ်ပါလာတဲ့ ဒီဃဘာဏကအဘယ  
မထေရ်ကို တစ်လမ်းလုံး ဝေဖန်ဆဲရေးနေပြန်ပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ ကိုယ့်ကျောင်းကိုယ်သွားရမယ့် လမ်းခွဲ  
ရောက်လာတော့ ဒီဃဘာဏကအဘယမထေရ်က  
“အရှင်ဘုရား. . . ဒီဘက်လမ်းက အရှင်ဘုရားကြွရမယ့်  
လမ်းပါဘုရား ” လို့ လျှောက်လိုက်ပါတယ်။

မနာလိုဖြစ်နေတဲ့ မထေရ်ကြီးက မကြားချင်

## မင်္ဂလာအတွေးများ (၂၇)

ယောင်ဆောင်ပြီး သူ့ကျောင်းရှိရာလမ်းကို  
ခွဲထွက်သွားပါတယ်။

ဒီယဘာဏကအဘယမထေရ် ကျောင်းပြန်  
ရောက်တော့ တပည့်ဖြစ်သူ ရဟန်းငယ်က သူ့ဆရာကို  
မေးခွန်းတစ်ခု မေးပါတယ်။

“ဆရာတော်ဘုရား ..... ဆရာတော်ဘုရားကို  
ဟိုမထေရ်ကြီးက တစ်လမ်းလုံး ဝေဖန်ဆဲရေးလာ  
တာကို ဘာဖြစ်လို့ တစ်ခွန်းမှ ပြန်မပြောတာလဲ  
ဘုရား။

“ ငါ့တပည့် . . . . . ဝေဖန်ဆဲရေးတာက  
သူ့တာဝန်၊ သည်းခံရမှာက ငါတို့တာဝန်မဟုတ်လား၊  
ပြီးတော့ ငါ့မှာ ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်း ကမ္မဋ္ဌာန်း  
အမှတ်နဲ့ သွားနေတာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း အမှတ်နဲ့ကင်းတဲ့  
ခြေလှမ်းရယ်လို့ တစ်လှမ်းမှ မရှိခဲ့ပါဘူး၊ ကိုယ့်  
ကမ္မဋ္ဌာန်း အမှတ်နဲ့ကိုယ်ဆိုတော့လည်း အလိုလို  
သည်းခံပြီးသား ဖြစ်နေတယ်လေ ”

## ရဝေဗ္ဗယ် (အင်းမ)

ဆရာ မထေရ်ရဲ့ ခန္တီနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားရ  
ကြည်ညိုလွန်းလို့ တပည့်ဖြစ်သူက နေရာမှာတင် ဦးချ  
ကန်တော့လိုက်ပါတယ်။

(မူလ ပဏ္ဍာသအဋ္ဌကထာ၊ ပထမတွဲ  
စာမျက်နှာ-၈၂)

သည်းခံတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မဟာစည်ဆရာ  
တော်ဘုရားကြီးရဲ့ သြဝါဒလေးကိုပဲ အရင်ရေးပြရ  
အောင်ပါ။ ဝိပဿနာရှုနည်း ပထမတွဲစာအုပ်ထဲက  
ပါ။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက - “ သူမသိရှာလို့ ကဲ့ရဲ့  
လေသည်။ ထင်တိုင်းပြောဆိုတတ်ခြင်းမှာ မစောင့်  
စည်းသော သူတို့၏ ဓမ္မတာပင်တည်း။ အကယ်  
၍သာ အမှန်အတိုင်း သိသွားပါက ကဲ့ရဲ့မိတဲ့  
အတွက် သူ့မှာ အများကြီး စိတ်မကောင်း ဖြစ်ရှာ  
လိမ့်မည်။ ငါ ယခု အကဲ့ရဲ့ခံရသည်မှာလည်း  
အပြစ်မရှိတဲ့သူကို ကဲ့ရဲ့ခဲ့ဖူးလို့ ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။  
ဝဋ်ကြွေးရှိတဲ့အတွက် ခံရသည်မှာ စိတ်နာဘွယ်

မရှိပေ” လို့သည်းခံရင်း နှလုံးသွင်း တတ်ဖို့ လမ်းညွှန်  
ဩဝါဒ ပေးထားခဲ့ပါတယ်။

အာရုံတစ်ခုခုနဲ့တွေ့ကြုံလာတဲ့အခါ ကိုယ့်မှာ  
နှလုံးသွင်းစရာ ဒါမှမဟုတ် အားကိုးစရာ လက်ကိုင်  
တစ်ခုခုတော့ ရှိနေမှပါ။ မရှိရင် ဣန္ဒြေမရဖြစ်သွား  
တတ်ပါတယ်။

တချို့ မနှစ်မြို့ဘွယ်အာရုံတွေကို တာဝန်တစ်  
ခုလို၊ ဝတ္တရား တစ်ခုလို၊ အလုပ်တစ်ခုလိုကို သဘော  
ထားပြီး သည်းခံရပါတယ်။ တစ်ဖက်က မနှစ်မြို့  
ဘွယ် အာရုံကို ဖန်တီးနေတဲ့သူရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေ  
တာက ဓာတ်ဆိုးဓာတ်ညံ့တွေပါ။ အဲဒီဓာတ်ညံ့  
တွေကိုပဲ သန္ဓေတည်ပြီး မနှစ်မြို့ဘွယ်အာရုံတွေကို  
မွေးဖွားပြနေ တာပါ။

ဓာတ်ဆိုးတာက ကူးဆက်တက်တဲ့သဘောရှိ  
ပါတယ်။ တစ်ဖက်မှာဖြစ်နေတဲ့  
ဓာတ်ဆိုးဓာတ်ညံ့ တွေ ကိုယ့်ဆီကူးမလာဖို့  
အထူးသတိထားရပါမယ်။ ဒါ

## ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

အပြင် ကိုယ်က မဖိတ်ခေါ်လိုက်မိဖို့နဲ့ ကိုယ့်ဆီ ကူးစက်  
လာခွင့်မရအောင်လည်း ကာကွယ်ရပါမယ်။

အကောင်းဆုံးကာကွယ်နည်းကတော့ အသံ  
တစ်ခုအနေနဲ့ အနှောင့်အယှက်ပေးလာရင် ကြားနေတဲ့  
အသံလေးကို အာရုံပြုပြီး “ကြားတယ် ကြားတယ်” လို့  
ဝိပဿနာရှုမှတ်နေလိုက်ပါ။

“ကြားတယ် ကြားတယ် ” လို့ ရှုမှတ်တဲ့နေ  
ရာမှာ တစ်ဖက်က အသံဖြစ်ရာ အသံလာရာ သဒ္ဒါရုံ  
ရယ်၊ ကြားတတ်တဲ့နားအကြည့်ဓာတ်ခေါ်တဲ့ သော  
တပသာဒရယ်၊ ကြားတာကို သိနေတဲ့ ကြားသိ  
စိတ်ခေါ်တဲ့ သောတဝိညာဏ်ရယ် အဲဒီသုံးခု ထဲက  
တစ်ခုခုကို သတိကပ်ပြီး ရှုမှတ်ရပါမယ်။

မြန်မာလိုပြောရရင်တော့ အသံရယ်၊ နားရယ်၊  
ကြားသိစိတ်ရယ်ပါ။ အဲဒီသုံးခုထဲက ကိုယ်နှစ်သက်  
ရာ တစ်ခုခုကို သတိကပ်ပြီး “ကြားတယ် ကြားတယ်”  
လို့ရှုမှတ်ရပါတယ်။ သုံးခုလုံးကို အာရုံမပြုရပါဘူး။



ပြုလို့လည်းမရပါဘူး။

ဥပမာ-သောတပသာဒမှာ သတိကပ်ပြီးမှတ်  
မယ်ဆိုရင် နားထဲမှာကြားတတ်တဲ့ နားအကြည်ဓာတ်  
ကလေးရှိပါတယ်။ အဲဒီနားအကြည်ဓာတ်ကလေးကို  
သတိကပ်ပြီး “ကြားတယ် ကြားတယ်” လို့ ရှုမှတ်ရပါ  
တယ်။

တချို့ကတော့ ပြောကြပါတယ်။ ဒီဘက်နား  
ကကြားရင် ဟိုဘက်နားကထုတ်ပစ်လိုက်ပါတဲ့။ ဒါ-  
စကားလုံးအရသာ ပြောလို့ရတာပါ။ တကယ်  
ထုတ်ပစ် နိုင်ဖို့မလွယ်ပါဘူး။ အကောင်းဆုံးကတော့  
ကြုံလာတဲ့ အာရုံကို ဝိပဿနာရှုမှတ်ပစ်လိုက်တာ  
အကောင်းဆုံး ပါပဲ။

တကယ်ရှုမှတ်ပစ်နိုင်တယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်  
ကို ဝိပဿနာရှုဖြစ်အောင် ဖန်တီးပေးတဲ့သူကိုတောင်  
“ဪ... သူဖန်တီးပေးလို့ ငါဝိပဿနာရှုဖြစ်သွား တာ”  
လို့ ကျေးဇူးတောင်တင်ဖြစ်သွားဦးမှာပါ။

## ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ဝိပဿနာရှု  
ပစ်နိုင်လောက်အောင်ပါရမီနည်းနေလို့ အခြေအနေမ  
ပေးတတ်တာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ အဲဒီအခါမျိုးမှာ  
တော့ ကိုယ့်ရဲ့ဘဝရှေ့ရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ထားရှိတဲ့  
ရည်မှန်းချက်တွေကို အာရုံပြုပစ်လိုက်ရပါတယ်။  
“ငါက နိုင်ငံခြားထွက်ပြီးပညာသင်မှာ၊ ငါက ပရဟိတ  
တွေလုပ်မှာ သူတို့ထက်မြင့်မြတ်တဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေ  
ရှိပြီးသား၊ ငါလျှောက်ရမယ့်လမ်းခရီးမှာ ပန်းတိုင်မ  
ရောက်ခင် အခိုက်အတန့်တွေ့ရမယ့် အာရုံတွေပဲ၊  
ကာလ တစ်ခု လွန်တဲ့အခါ သူ့အလိုလိုပြီးသွားမှာပဲ၊  
ငါ့ရဲ့မြင့်မြတ်တဲ့ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ရောက်ဖို့ သာ  
အဓိက” အဲဒီလို ကိုယ့်ရဲ့ မြင့်မြင့်မားမားရည်မှန်း  
ချက်တွေကို အာရုံပြု လိုက်ရင်လည်းအလိုလို သည်းခံ  
ပြီးသား ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။

တစ်ခုတော့ရှိပါတယ်။ နေရာတကာမှားမှား  
မှန် ခေါင်းကြီး ငုံ့ပြီးသည်ခံနေရမှာတော့ မဟုတ်ပါ

## မင်္ဂလာအတွေးများ (၂၇)

ဘူး။

ကိုယ့်ရဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ နဲ့ပတ်သက်ပြီး မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုလာရင်တော့ သည်းခံနေရင်း ဝန်ခံရာရောက်မှာဖြစ်လို့ မဟုတ် မမှန်ရင် မဟုတ်မမှန်ကြောင်း ချေဖျက်ပေးရမယ်လို့ စာမှာဆိုထားပါတယ်။

အဓမ္မနဲ့ယှဉ်ပြီး ဝင်လာတဲ့ကိစ္စတွေကိုတော့ ကာကွယ်ရမှာပါ။ ဆရာကြီးဦးရွှေအောင်ကတော့ ဒီလောကမှာ အဓမ္မ မထွန်းကားအောင်ဆောင်ရွက်ဖို့ လူသားတိုင်းမှာ တာဝန်ရှိတယ်လို့ ဆိုထားပါတယ်။

ရှေ့မှာပြခဲ့တာတွေကတော့ သူတစ်ပါးခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အာရုံတွေကို သည်းခံရတာတွေပါ။

နောက်သည်းခံရမယ့် အာရုံတွေကတော့ သူတစ်ပါးခန္ဓာကိုယ်နဲ့ မဆက်စပ်ဘဲ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ပဲ ဆက်စပ်နေတဲ့ အာရုံတွေပါ။ အဲဒါတွေ

## ရဝေန္ဒယံ (အင်းမ)

ကတော့ မစားဘဲနေလို့ရရင် မစားဘဲနေလိုက်တာ၊  
မဝတ်ဘဲနေလို့ရရင် မဝတ်ဘဲနေလိုက်တာ၊ မကြည့်ဘဲ  
နေလို့ရရင် မကြည့်ဘဲနေလိုက်တာ၊ မသွားဘဲနေလို့  
ရရင် မသွားဘဲနေလိုက်တာ စသည်ဖြင့်ပေါ့၊ မပြုဘဲ  
နေလို့ရတာလေးတွေကို မပြုဘဲနေပြီး သည်းခံလိုက်  
တာတွေပါပဲ။ ဘဝမှာမပြုဘဲ နေလို့ရတဲ့ ကိစ္စလေးတွေ  
တော်တော်များများ ရှိတတ်ပါတယ်။ အဲဒါလေးတွေကို  
ကိုယ်က သတိကပ်ပြီး သည်းခံပေးလိုက်ဖို့ပါ။

တကယ်တော့လည်း အာရုံတစ်ခုဟာ ကာလ  
ကြာကြာအထိ တည်တံ့မနေနိုင်ပါဘူး။ ကာလ  
တစ်ခုကြာတဲ့အခါ သူ့အလိုလို ပြီးသွားတာပါ။ အာရုံ  
နဲ့ တွေ့နေစဉ်ကာလလေးမှာ ကိုယ်စိတ်ကလေး  
ကိုသတိ ကပ်ပြီးထိန်းချုပ်လိုက်နိုင်ဖို့ပါပဲလေ။

အလင်းတန်းဂျာနယ်

၅-၄-၂၀၀၄

## ရွှေစကားတို့ရဲ့မြစ်ဖျား (၁)

ဗုဒ္ဓဝင်ကို ဇာတ်လမ်းတွဲရှည် ရုပ်ရှင်ကားကြီး  
သာ ရိုက်ဖြစ်ကြမယ်ဆိုရင် ကဒ်တော်တော်များများမှာ  
အရှင်သာရိပုတ္တရာနဲ့ အရှင်မောဂ္ဂလာန်တို့ရဲ့ လှုပ်ရှားမှု  
ပုံရိပ်တွေကို အားပါးတရ ဖူးတွေ့ကြရမှာပါ။ အဲဒီလို  
ဖူးတွေ့တဲ့နေရာမှာလည်း အရှင်သာရိပုတ္တရာနဲ့ အရှင်  
မောဂ္ဂလာန်ကို တစ်ပါးစီ လှုပ်ရှားမှုပုံရိပ်ထက် တပူး  
တွဲတွဲပုံရိပ်တွေကို စုပြီးဖူးတွေ့ကြရမှာ ထင်ပါတယ်။  
ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဗုဒ္ဓဝင်စာမျက်နှာတွေကို လှန်  
ကြည့်လိုက်ရင် လူငတ်ကြောင်ဘဝနဲ့ တပူးတွဲတွဲ

## ရဝေန္ဒယံ (အင်းမ)

တရားရှာခဲ့ကြပုံ၊ ရဟန်းဘဝနဲ့ တပူးတွဲတွဲ သာသနာ ပြုခဲ့ကြပုံ စတဲ့ပုံရိပ်တွေက တစ်ပါးစီ လှုပ်ရှားမှု ပုံရိပ်တွေထက် ပိုပြီးရုပ်လုံးကြွနေသလားလို့ပါ။ ဒီရုပ်လုံးကြွ ပုံရိပ်တွေကို ဒါရိုက်တာတွေကကလည်း အလွတ်ပေးမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကအနုပညာ ရှုထောင့်က တွေးကြည့်မိတာပါ။

အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ စကားတော် မြစ်ဖျား ခံရာ လိုက်ကြည့်လိုက်တော့ အရှင်မောဂ္ဂလာန်ကိုပါ ဇာတ် ဆောင်တစ်ပါးအနေနဲ့ ပူးတွဲတွေ့ရပါတယ်။

အခါတစ်ပါးမှာ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ် မြတ်ဟာ အရှင်မောဂ္ဂလာန်မထေရ်နဲ့အတူ တစ်ခုသော တောအုပ်မှာ အရဟတ္တဖိုလ်သမာပတ်ကို ပွားများပြီး သီတင်းသုံးနေတော်မူပါတယ်။ အဲဒီလိုနေရင်း တစ်နေ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မှာ လေနာရောဂါတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ ရောဂါဖြစ်လာတော့ ရောဂါရဲ့ ဒဏ်ကို အနည်းနဲ့အများ ခံစားရစမြဲပေါ့။ အရှင်သာရိ

ရွှေစကားတို့ရဲ့မြစ်ဖျား (၁)

ပုတ္တရာမထေရ်လည်း ရောဂါရဲ့ ဒဏ်ကသက်သာလို သက်သာငြား လဲလျောင်းနေတော်မူပါတယ်။ အဲဒီ အချိန်မှာပဲ အရှင်မောဂ္ဂလာန်က အရှင်သာရိပုတ္တရာကို ခစားဖို့ ရောက်လာပါတယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာပြုမူ နေပုံ အနေအထားကိုကြည့်ပြီး ရောဂါတစ်ခုခု ခံစား နေရတာပဲလို့ သိလိုက်ပါတယ်။

“ငါ့ရှင် ဘာရောဂါ ခံစားနေရပါသလဲ”

“တပည့်တော် လေနာရောဂါ ခံစားနေရ ပါတယ်”

“ငါ့ရှင် ရှေးတုန်းက ဘာဆေးနဲ့ ပျောက်ဖူး သလဲ”

“အို ငါ့ရှင် လူ့ဘောင်မှာ နေစဉ်အခါတုန်းက ဒီလေနာရောဂါဖြစ်ပြီဆိုရင် ငါ့ရဲ့မယ်တော်က ထောပတ် ပျားသကာတွေနဲ့ ရောနှောပြီး ရေမရောတဲ့ နို့ရည်နဲ့ချက်တဲ့ ‘ဃနာနို့ထမင်း’ကိုကျွေးပါတယ်။ အဲဒီ ‘ဃနာနို့ထမင်း’နဲ့ ပျောက်ပါတယ်”

## ရဝေန္တယ် (အင်းမ)

“ငါ့ရှင်သာရိပုတ္တရာ သင့်ရဲ့ဘုန်းကံ ငါ့ရဲ့ဘုန်းကံ တကယ်လို့ရှိမယ်ဆိုရင် မနက်ဖြန်ခါ သင်ပြောတဲ့ “ဃနာနိထမင်း” ကို ရကောင်းပါရဲ့။”

မထေရ်နှစ်ပါး အပြန်အလှန် ပြောဆို နေတာကို သစ်ပင်စောင့်နတ်က ကြားသွားပါတယ်။ ဒီသစ်ပင်စောင့်နတ်က အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်ကို ကြည်ညိုရင်းစွဲရှိသူပါ။ သူလည်း အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ ရောဂါကို တစ်ဖက်တစ်လမ်းက ကူညီချင်ဟန် တူပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ ဒါယကာအိမ်သွားပြီး အဲဒီအိမ်က သားကြီးကို ဝင်ပူးပါတယ်။ ဝင်ပူးပြီးတော့ “မနက်ဖြန် အရှင် သာရိပုတ္တရာအတွက် နို့ဃနာဆွမ်းလောင်းရင် သားကြီးကို လွှတ်ပေးမယ်” လို့ ပြောဆို ပါတယ်။ ဒီတော့ အိမ်ရှင်တွေက “သင်မပြောလဲ အရှင်သာရိ ပုတ္တရာကို ငါတို့ လောင်းလှူနေကျပဲ” လို့ ပြန် ပြောလိုက်ပါတယ်။

တိုတိုပြောရရင်တော့ နောက်တစ်နေ့ နံနက်



ရွှေစကားတို့ရဲ့မြစ်ဖျား (၁)

အရှင်မောဂ္ဂလာန်ဆွမ်းခံကြွ၊ အရှင်မောဂ္ဂလာန်ကို အိမ်မှာ ဘုဉ်းပေးသုံးဆောင်စေ၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာ အတွက် “နို့ဃနာဆွမ်း” သပိတ်ထဲအပြည့်လောင်း လှူ။ အရှင်မောဂ္ဂလာန် ကျောင်းပြန်ပြီး အရှင်သာရိပုတ္တရာ ကို ဆွမ်းကပ်ပေါ့။

အရှင်သာရိပုတ္တရာက အရှင်မောဂ္ဂလာန်ကပ် တဲ့ ‘နို့ဃနာဆွမ်း’ကို ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်တော့ “ပယောဂ” ပါနေတယ်ဆိုတာ သိလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် “ငါ့ရှင်မောဂ္ဂလာန်၊ သုံးဆောင်ခြင်းငှာ မထိုက်၊ သင့်လျော်ရာ တစ်နေရာမှာ သွန်ပစ်လိုက်ပါ” လို့မိန့်ဆိုပါတယ်။ အရှင်မောဂ္ဂလာန်ကလည်း “ငါကဲ့သို့သောသူ ယူဆောင်လာသောဆွမ်းကို မသုံးဆောင်လေ တကား” လို့ စိတ်ထဲစနိုးစနှောင့်မဖြစ် ဘဲ သင့်လျော်ရာမှာ သွန်ပစ်လိုက်ပါတယ်။ နို့ဃ နာဆွမ်း မြေပေါ်မှာရောက်တာနဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ ရဲ့ လေနာရောဂါလဲ တစ်ခါတည်း ပျောက်သွားပါ

## ရဝေန္ဒယံ (အင်းမ)

သတဲ။ ပြီးတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်က အောက်ပါနိဒါန်းစကားကို ကျူးရင့်လိုက်ပါတယ်။

“ဝစီဝိညုတ် ပြန့်ခြင်းဟုဆိုအပ်သော နှုတ်မြတ်ပြောဆိုခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော ပျားသကာတို့နှင့် ရောနှောအပ်သော နို့ဃနာ ဆွမ်းကို ငါသည်အကယ်၍ စားမိသည် ဖြစ်အံ့။ ငါ၏အသက်မွေးခြင်းကို သူတော်ကောင်းတို့ ကဲ့ရဲ့အပ်သည်ဖြစ်ရာ၏။ ငါ၏အုဇွေ အုမတို့ သည် မိမိတည်ရာ ဝမ်းမိုက်အတွင်းမှထွက်၍ အပြင်၌အစာရှာစေကာမူ အသက်ကို စွန့်ရ စေကာမူ အသက်မွေးမှုကို စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ အာဇီဝသီလကို မဖျက်ပေအံ့။ ငါသည် မိမိ၏ စိတ်ကို နှစ်သက်စေအံ့၊ မလျှောက်ပတ်သော ရှာမှီးခြင်းကို ငါရှောင်ကြဉ်ပေအံ့။ ငါသည် မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်မြတ် စက်ဆုပ် ရွံရှာ တော်မူအပ်သော မသင့်သော ရှာမှီးခြင်းမျိုးကို

## ရွှေစကားတို့ရဲ့မြစ်ဖျား (၁)

အမြဲပင်မပြုဘဲ နေအံ့”

ဒီနေရာမှာ ရှင်းပြစရာတစ်ခုရှိပါတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ နို့ဃနာဆွမ်းကို သွန်ပစ်ရတဲ့အကြောင်းပါ။

မြဝင်္စာဘုရားရဲ့ တပည့်သား ရဟန်းတော်တွေဟာ ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ ကျောင်း၊ ဆေးဆိုတဲ့ ပစ္စည်းလေးပါးအတွက် ဒကာ၊ ဒကာမတွေကို အမှီပြုပြီး နေကြရတာပါ။ အမှီပြုပြီး နေရတယ်ဆိုပေမယ့် အလှူ ခံချင်တိုင်း ခံခွင့်မရှိပါဘူး။ စည်းတွေဘောင်တွေရှိပါတယ်။

စာထဲမှာ အလှူခံခြင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး နိမိတ်၊ ဩဘာသ၊ ပရိကထာ၊ ဝိညုတ်ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရလေးမျိုး ရှိပါတယ်။ နိမိတ်ဆိုတာက လိုချင်တဲ့ပစ္စည်းတစ်ခုကို အမှတ်နိမိတ်ပြုပြီး အလှူခံတာပါ။ ဩဘာသဆိုတာက အဖြောင့်တိုက်ရိုက်မဆိုဘဲ ရိပ်ခါဝဲခါနဲ့ ပြောဆိုပြီး အလှူခံတာပါ။ ပရိကထာဆိုတာက

## ရဝေခွယ် (အင်းမ)

ပရိယာယ်စကား ကို ပြောပြီး အလှူခံတာပါ။ ဝိညတ်  
ဆိုတာက “ကျောင်းလှူလော့” လို့ အဖြောင့်တိုက်ရိုက်  
အလှူခံတာပါ။

ရဟန်းတော်တွေဟာ ပစ္စည်းလေးပါးထဲက  
ဆွမ်းနဲ့ သင်္ကန်းကို အထက်ကပြောခဲ့တဲ့ နိမိတ်၊  
ဩဘာသ ပရိကထာဝိညတ်ဆိုတဲ့လေးမျိုးနဲ့ လုံးဝ  
အလှူမခံကောင်းပါဘူး။ ကျောင်းကို နိမိတ်၊ ဩဘာသ  
နှစ်မျိုးနဲ့ အလှူခံကောင်းပါတယ်။ ဆေးပစ္စည်း  
ကျတော့ နိမိတ်၊ ဩဘာသ၊ ပရိကထာ ဝိညတ်လေး  
မျိုးလုံးနဲ့ အလှူခံခွင့်ရှိပါတယ်။ ဒါက စာမှာလာတဲ့  
အဆုံး အဖြတ်ပါ။

အခု အရှင်မောဂ္ဂလာန်ရလာတဲ့ နို့ဃနာဆွမ်း  
ဟာ ကိုယ်တိုင် ပယောဂမပါပေမယ့် သစ်ပင်စောင့်  
နတ်ရဲ့ နှုတ်မြွတ်ခြင်းဆိုတဲ့ ဝိညတ်ပယောဂ ပါနေ  
ပါတယ်။ ဒါကိုကြည့်ပြီး အရှင်သာရိပုတ္တရာက  
သွန်ပစ်ခိုင်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။

## ရွှေစကားတို့ရဲ့မြစ်ဖျား (၁)

ဒီအပြုအမူကို သီလထဲမှာထည့်ရင် အာဇီဝပါရီ  
သုဒ္ဓိသီလပါ။ အာဇီဝပါရီသုဒ္ဓိသီလ ဆိုတာက ဗေဒင်  
ဟောလို့ ဆေးကုလို့ စသည်ဖြင့် မသင့်သော နည်း  
တွေနဲ့ ရှာမှီးလို့ရတဲ့ ပစ္စည်းလားလားဘာမှ ရှောင်ကြဉ်  
တာပါ။

အပြစ်မကင်းတဲ့ အပြုအမူတွေနဲ့ ကြုံတဲ့အခါ  
ကြိုက်မရှက်၊ ငိုက်မရှက် အစရှိတဲ့ လောကစကားပုံ  
တွေနဲ့ ကိုယ့်အပြစ်ကိုယ် ဖော့တွေးခဲ့ဖူးပါကယ်။  
အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ အပြုအမူကို ဖတ်ပြီး ကျောထဲ  
ချမ်းစိမ့် သွားတာတော့ အမှန်ပါပဲ။

ကျမ်းကိုး

- ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ပထမအုပ်  
(မြတ်သတိ ဇူလိုင် ၂၀၀၀)။

## Chlorophyll fluorescence

Chlorophyll fluorescence is a sensitive indicator of photosynthetic activity. It is the light emitted by chlorophyll molecules when they are excited by light. The fluorescence yield is a function of the efficiency of the photosynthetic electron transport chain. In a healthy plant, most of the energy absorbed by chlorophyll is used for photosynthesis, and only a small amount is emitted as fluorescence. However, when the plant is stressed, the efficiency of the electron transport chain is reduced, and more energy is emitted as fluorescence. This increase in fluorescence is known as non-photochemical quenching (NPQ) and is a common indicator of plant stress. NPQ can be caused by a variety of factors, including high light intensity, drought, and nutrient deficiency. By measuring chlorophyll fluorescence, researchers can assess the health of a plant and identify potential stressors.

## References

1. Genty, B., Stortsen, R., & Nielsen, E. (1989). Chlorophyll fluorescence as a tool to study photosynthesis in plants. *Journal of Experimental Botany*, 40, 205-232.
2. Schreiber, U., Schliwa, W., & Bilger, M. (1985). Simple method for the determination of quantum yields of chlorophyll *a* fluorescence in photosensitive plant tissues. *Journal of Experimental Botany*, 36, 85-92.