



# မဟာဗောဓိမြိုင် ဆရာတော် ဝနဝါသီဥပ္ပု ဓမ္မသာမိထေရ်

## မသိရာမှ သိရာသို့

အ လှ ဝ် ဝေ ပ ၊ တ ရ ဝ ၊ စ ရ



၄

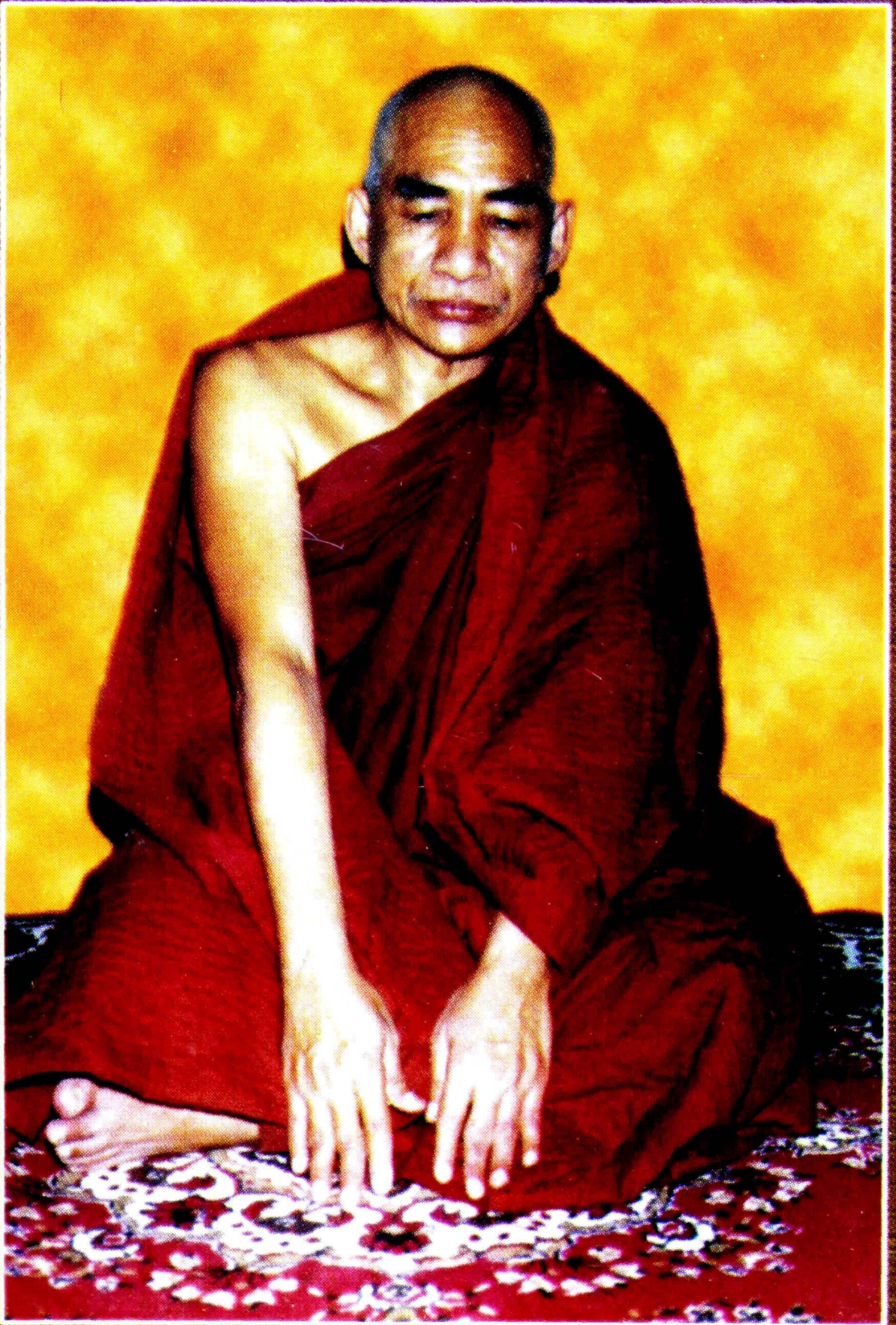
### မောင်သွေးချွန်

စု စ ည် ၊ ပူ ဝေ ဝ် သ ည်









ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိမြိုင် ဆရာတော်  
ဝနဝါသီ ဧည့်လျှစ်ဗ္ဗသာမိထေရ်



\* ပထမအကြိမ်ရိုက်နှိပ်ခြင်း

၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ

အုပ်ရေ - ၃၀၀၀

တန်ဖိုး - ကျပ် ၂၀၀၀/-ကျပ်

\* အပုံးအနုပညာ

ကျော်မင်းမောင်

\* အပုံးကာလာခွဲ

LUCKY COLOUR SEPARATION

\* ကွန်ပျူတာစာစီ

“စံ” ၊ ၃၄ လမ်း။

\* စာအုပ်ချုပ်

ကိုတင်အေး

၁၉၊ ၁၀၁ လမ်း။

\* အပုံးရိုက်

ဦးကျော်စိန် (၀၂၉၀၉)

ကျောက်စိမ်းအောင်ဆက်

၁၇၁၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

\* အတွင်းရိုက်

ဒေါ်မြမြ (၀၂၄၄၃)

၂၂၀၊ ကျုံးကြီးလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

\* ထုတ်ဝေသူ

ရန်ကုန်မြို့၊ ကုန်သည်လမ်း၊ အမှတ် (၅၂၉/၅၃၁)

စာပေဗိမာန်အဖွဲ့၊ စာတည်းမှူးချုပ် ဦးဝင်းဖေ

မှတ်ပုံတင်အမှတ် - ၂၈၅ (ယာယီ)

ဒို့တာဝန် အရေးသုံးပါး

ပြည်ထောင်စုမပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး  
တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး  
အချုပ်အခြာအာဏာတည်တံ့ခိုင်မြဲရေး ဒို့အရေး

စည်းကမ်းလိုက်နာ ဘေးကင်းကွာ  
စည်းကမ်းရှိမှတိုးတက်မည်  
စည်းကမ်းကိုက်ညီ ဘေးကင်းသည်

နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေပေါ်ပေါက်ရေးသည်  
ပြည်ထောင်စုသားအားလုံး၏  
ပဓာနကျသောတာဝန်ဖြစ်သည်။

ပြည်သူ့သဘောထား

- \* ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- \* နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော် တိုးတက်ရေးကို နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- \* နိုင်ငံတော်၏ ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ပက် နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- \* ပြည်တွင်းပြည်ပအဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ။

၂၄၁၅၃

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်  
ဝနဝါသီဥေယျ ဓမ္မသာမိထေရ်

# မာဏိရာမ သီရာသို့

အလှူပံပေးတာရားစု



မောင်သွေးချွန်  
စုစည်းပူဇော်သည်။

# မာတိကာ

- \* အမှာစာ . . . . . ၇
- \* အရိုင်းမှအယဉ်သို့ . . . . . ၁၃
- \* သတိလက်မဲ့မှသတိလက်ရှိသို့ . . . ၂၃
- \* မသိရာမှသိရာသို့ . . . . . ၆၄
- \* ဒုက္ခမှသုခသို့ . . . . . ၉၁
- \* မှတ်ဉာဏ်မှအသိဉာဏ်သို့ . . . . . ၁၁၂

# နမောတေ ဗုဒ္ဓဝိရတ္တု

## အမာခာ

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ သာသနာပြုရည်မှန်းချက်မှာ တပည့် ဒကာ ဝေနေယျအပေါင်းတို့အား **ငါ့စွဲဒိဋ္ဌိပြုတ်ရေးနှင့် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မှု မှန်ကန်ရေးသည်** အဓိက ရည်မှန်းချက်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ရဲ့ ပထမ ခြေလှမ်း ဒါနခန်းကစပြီး ငါ့စွဲ၊ ဝတ္ထုစွဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲကင်း ကင်းနဲ့ ပါရမီမြောက် ဒါနပြုတတ်အောင် ဆုံးမညွှန်ပြတော်မူလေ့ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒီလို ရှေးဦး သိမှတ်ဖွယ် အခြေခံ တရားသဘောများကို ဆောင်းပါးအတော်များများဖြင့် ရေးသားပူဇော်ဖြန့်ဝေခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါတယ်။

‘ကိလေသာတောင်တန်းကြီး’ ‘ဘာကြောင့်’ စတဲ့ ကျွန်တော်ရဲ့ ဓမ္မပူဇာ စာအုပ်များကို ဖတ်ရသူ မိတ်ဆွေများအပေါင်းတို့က ‘အဲဒီ အခြေခံတရား



သဘောတွေအပေါ်မှာ လက်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ် လိုပါတယ်။ အားထုတ်နည်းများလည်း ရေးသားပါဦး' ဟူ၍ တိုက်တွန်း တောင်းဆိုလာကြပါတော့တယ်။ အမှန်စင်စစ်တော့ ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ လက်ဦး ကျမ်းစာဖြစ်သော 'ဓမ္မောဝါဒကထာ' မှသည် 'ပဋိ ဘာနညဏဒဿနကထာ' ကျမ်းကြီးအထိ ကျမ်းတိုင်း လိုလိုမှာပင် 'ကျင့်ပုံကျင့်နည်း' တို့ကို အဓိက ဇောင်း ပေးရေးသားတော်မူခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

နယသင်္ခေပကထာ၊ ပဋိပက္ခဉဒ္ဒေသကကထာ၊ စရိယဒါသကထာ၊ ကမ္မဋ္ဌာနပဋိသံယုတ္တကထာနှင့် ပဋိဘာနညဏဒဿနကထာ၏ ဘာဝနာပိုင်းတို့ သည် **ကျင့်နည်းသက်သက်ကိုချည်း** ပြည်ပြည့်ဝဝ ကြီး ဖော်ပြလမ်းညွှန်ထားတဲ့ **ကျမ်းကောင်းကျမ်းမြတ် စာကောင်းစာမြတ်များ** ဖြစ်ကြပါတယ်။ သမ္မဇညာ ကာရကထာကဲ့သို့သော အိမ်လုံးပန်းတို့အတွက် အိမ် သုံးကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်း စာအုပ်မျိုးကိုလည်း ရေးသား ချီးမြှင့်တော် မူခဲ့ပြီးဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ကျမ်းစာအုပ်အသီးသီးသည် အကျင့်မှလွတ်သော ကျမ်းဟူ၍ မရှိပြီ။ မြေကြီးလက် ခတ်တာ လွဲချင်လွဲမည်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏



# မောင်သွေးချွန်

တရားတော်များကတော့ အကျင့်မြတ်လမ်းစဉ်တော်မှ တစ်ဆံ့ခြည်မလွဲပြီ။

အဲဒီလို ဆရာတော်ဘုရားကြီး ရေးသားညွှန်ပြ တော်မူခဲ့ရာ ကျမ်းစာအုပ်အသီးသီးကို ကိုးကား၍ စာ တစ်အုပ်ရေးဖို့ ရှေးဦးမဆွကပင် ကျွန်တော် စိတ်ကူး ရပါတယ်။ သို့သော် ဒါနု သီလ စတဲ့ အခြေခံ အုတ် မြစ်ပိုင်းကို ခိုင်ခိုင်မာမာ တည်ဆောက်စေလိုသော စေတနာပြဋ္ဌာန်း၍ အခြေခံပိုင်းများကိုချည်း စုစည်း ပူဇော်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ယခုသော်... တကယ်အား ထုတ်လိုသော ပရိသတ်တို့က အကြိမ်ကြိမ် တောင်း ဆိုလာကြပြီဖြစ်ရာ ကျွန်တော့်ဘက်ကလည်း လေး လေးစားစား တုံ့ပြန်ပေးဝေရတော့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ တရား တော်များကို ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ အသံတော် အတိုင်း တိုက်ရိုက် ကြားနာနိုင်ကြပါစေရန် ဆရာ တော်ဘုရားကြီး တရားဟောတရားပြစဉ်က အသံဖမ်း ယူခဲ့သော တိတ်ခွေများမှတစ်ဆင့် မူရင်းအတိုင်း ရေး ကူးစုစည်း ပူဇော်လိုက်ပါတယ်။ စာအကျအပေါက် နှင့် အဓိပ္ပာယ် တိမ်းယိမ်းချွတ်ချော်ခဲ့ပါမူ ကျွန်တော် တစ်ဦးတည်းမှာသာ တာဝန်ရှိတယ်လို့ မှတ်ယူစေလို

အောင်ဇော်စာပေ



ပါတယ်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင် ဆရာတော် ဘုရားကြီးဟာ ၁၉၉၉ ခုနှစ် နှစ်ဦးပိုင်းအထိ ကန့်ဘလူမြို့နယ်၊ နတ်တလူတောရတွင် သုံးနှစ် သုံးဝါ သီတင်းသုံး သာသနာပြုခဲ့ရာမှာ ၂ လ တရား စခန်းများ ၄-ကြိမ် ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်မှာ ပူဇော်ထားတဲ့...

သတိလက်မဲ့မှသတိလက်ရှိသို့

မသိရာမှသိရာသို့

ဒုက္ခမှသုခသို့

မှတ်ဉာဏ်မှအသိဉာဏ်သို့... ဆိုတဲ့ တရား တော်လေးပုဒ်ဟာ ၁၉၉၉ နှစ်ရဲ့ တရားစခန်း အပတ် စဉ် (၄)မှာ ဆရာတော်ဘုရား ဟောကြားညွှန်ပြခဲ့တဲ့ တရားတော်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ မှတ်တမ်းမှတ်ရာဖြစ် အောင် တရားတစ်ပုဒ်ဆုံးတိုင်း နေ့စွဲအညွှန်းများ ထည့်ပေးထားပါတယ်။

**အရိုင်းမှအယဉ်သို့...ကတော့ ၁၉၉၇ (၁၃၅၉ ဝါဆိုလပြည့်) က တရားစခန်းအဖွင့် သြဝါဒ ဖြစ်ပါ တယ်။ ဘာကြောင့်တရားအားထုတ် သင့်သလဲဆိုတာ ပိုပြီး ပေါ်လွင်အောင် ထည့်သွင်း ဖော်ပြလိုက်တာ**

အောင်ဇော်စာပေ



ဖြစ်ပါတယ်။

အမှန်စင်စစ်တော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ မူ အရ တရားစခန်းတစ်ခုရဲ့ ကာလဟာ နှစ်လ ကြာမြင့် ပါတယ်။ ရက်ပေါင်း ခြောက်ဆယ်လုံးလုံး ဆရာ တော်ဘုရားကြီးဟာ တရားဟော၊ တရားပြ၊ တရား စစ်ပေးတော် မူခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီရက်ပေါင်းခြောက် ဆယ် သြဝါဒများကို စာတစ်အုပ်တည်းဖြင့် ကုန်စင် အောင် မဖော်ပြနိုင်တဲ့ အခက်အခဲကိုတော့ နားလည် ခွင့်လွှတ်ကြစေလိုပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ဟာ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ဘာလဲ။ ဘယ်လိုအားထုတ်ရသလဲဆိုတာကို အဓိက ဖော်ပြတဲ့ စာအုပ်ဖြစ်တဲ့အတွက် ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း၊ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်း နှင့် အထွေထွေအမူအရာ အပိုင်းတို့ ကိုသာ အလေးပေး စုစည်းပေးလိုက်ပါတယ်။ အား ထုတ်ခြင်းဆိုင်ရာ အခြားသိမှတ်ဖွယ်ရာများကိုလည်း အလျဉ်းသင့်သလို ကြိုးစားပူဇော်သွားမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။

ဒီနေရာမှာ ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ အသံတော်ကို ဖမ်းယူခဲ့တဲ့ နတ်တလူ သာသနာပြု အသင်းကြီးရဲ့ ကျေးဇူးတရားကိုပါ အထူးလေးနက်



စွာ မှတ်တမ်းတင်လိုက်ပါတယ်။

တရားရှာသူ ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်း သူတော်  
ကောင်းတို့အတွက်

အယူအမြင်စင်ကြယ်ရေး၊ အကျင့်စင်ကြယ်  
ရေး၊ စိတ်စင်ကြယ်ရေးတို့ကို ဒီစာအုပ်ကလေးက  
ထောက်ကူပေးစွမ်း နိုင်စွမ်းရှိသည်ဆိုပါလျှင်... ကြိုး  
စား ပူဇော်ကျိုးနပ်ပြီဟု ယူဆပါကြောင်း...။

လေးစားစွာဖြင့်...

မောင်သွေးချွန်

၁၃၆၁ခု နတ်တော်လဆန်း ၅ ရက်

၁၉၉၉ခု ဒီဇင်ဘာလ ၁၂ ရက်

၇၄၊ သာယာအေးလမ်း၊ ၃ ရပ်ကွက်

သမိုင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။

ဖုန်း - ၆၆၀၆၇၀



### အရိုင်းမှအယဉ်သို့

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်တယ်ဆိုတာ တို့စိတ်ကလေးကို ‘အနုသယဘူမိ’ မှ ပညာဘူမိသို့ ပြောင်းပေးနေတာ။ တို့စိတ်က အနုသယဘူမိလို့ခေါ်တဲ့ ကိလေသာနယ်ပယ်ထဲမှာ ရှိနေတယ်။ အာရုံစားကျက်ထဲမှာပဲ တို့စိတ်ကလေး ရှိနေတယ်။ အဲဒီ အာရုံငါးပါးပဲ ကျက်စားနေတဲ့ စိတ်ကလေးကို ခန္ဓာ ဖြစ်ပျက် ဘဝဖြစ်ပျက် မြင်အောင်ရှုခိုင်းတာကိုပဲ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုရပါတယ်။ ကိလေသာနယ်ပယ် အာရုံစားကျက်ထဲမှာ ရိုင်းနေတဲ့စိတ်ကလေးကို ယဉ်ပါးလာအောင် သတိနဲ့ဆုံးမပြီးမှ ပညာဘူမိ ပို့ရ

အောင်ဇော်စာပေ ၊



မှာ။ ပြီးတော့ ပူလို့ ပျံ့လွင့် ထွက်ပြေးနေတဲ့ စိတ်  
ကလေးကို သတိကလေးနဲ့ အေးအောင် ငြိမ်းအောင်  
ရှုမှတ် ချွေးသိပ်ပြီး သူ့ခန္ဓာ သူ ကပ်ခိုင်းရမှာ မဟုတ်  
ဘူးလား။

‘မှန်ပါ့ဘုရား’

အဲဒီတော့ တို့စိတ်ကလေး ရိုင်းနေတယ်ဆို  
တာ မနေ့ကမှ ရိုင်းတာလား။

‘မဟုတ်ပါဘုရား...’

ဘယ်လောက် ကြာခဲ့ပြီလဲ။

‘တစ်သံသရာလုံးရိုင်းလာခဲ့တာပါဘုရား...’

ဒီလိုဆို လွယ်လွယ်နဲ့ ဆုံးမလို့ ရပါ့မလား။

‘မရပါဘုရား...’

မြွေပွေးကိုင်သလို ထိထိမိမိ ကိုင်ရလိမ့်မယ်။  
မကိုင်တတ်ရင် ကိုယ့်ပြန်အပေါက် ခံရလိမ့်မယ်နော်။  
ဒီတော့ အနုသယဘူမိက ပညာဘူမိပြောင်းရမှာဆို  
တော့ သာမန်နဲ့တော့ ပြောင်းလို့မရဘူးနော်။ တွေး  
စိတ်လည်း လုံးလုံးမရှိပါမှ၊ ပြေးစိတ်လည်း လုံးလုံး  
မရှိပါမှ၊ စပ်နေအောင် မှတ်နိုင်ပါမှ ဒီ အပ္ပမာဒ သတိ  
ကလေး စတင်ပျိုးထောင်ရာမှာ ယောဂီတို့ရဲ့ စိတ်  
ကလေး ကိုယ့်လက်ထဲကို ပြန်မရောက်သေးသမျှ



ကိုယ့်စိတ်နဲ့ ကိုယ့်ကို မကပ်သေးသမျှ ပညာဘူမိရဲ့  
ဖြစ်ပျက်မြင်အောင် ရှုမှတ်လို့ မရနိုင်သေးဘူး။

ပူလွန်းလို့၊ ကြောက်လွန်းလို့ လွင့်နေတဲ့၊ ပျံ  
နေတဲ့၊ ပြေးနေတဲ့ စိတ်ကလေးကို အာရုံနောက် လိုက်  
နေတဲ့ စိတ်ကလေးကို တို့စိတ် တို့ကိုယ်မှာ ပြန်ကပ်  
အောင် အရင်ကြိုးစားရလိမ့်ဦးမယ်။ ရိုင်းနေတဲ့စိတ်  
ကလေး ယဉ်ပါးအောင်လည်း တော်တော်ကြိုးစား  
ရလိမ့်ဦးမယ်။ ဒီအရိုင်းစိတ်ကလေးဟာညဉ်နဲ့လည်း  
တွဲနေတတ်သေးတယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ညဉ်  
ကလေးတွေ ပါမလာကြဘူးလား။

‘ပါလာပါတယ်ဘုရား...’

အဲဒီညဉ်မှာ စရိုက်ဆိုတာလည်း ရှိနေသေး  
တယ်။ အဲဒီ စရိုက်အတိုင်း စိုက်လိုက်မတ်တတ်  
လိုက်နေတဲ့ ဝါသနာလည်း ရှိသေးတယ်။ အဲဒီညဉ်၊  
စရိုက်၊ ဝါသနာ စိတ်နောက်မှာ အမြဲပါတယ်။ အဲဒီ  
ညဉ်၊ စရိုက်တွေ ဘယ်မှာ ရှိသလဲဆိုတော့ ‘အစွဲသိ’  
မှာ ရှိတယ်။ အဲဒီ အစွဲသိကိုပဲ ‘သညာသိ’ လို့ ခေါ်  
ပါတယ်။ ဒါက ကြက်၊ ဒါကဝက်၊ ဒါက ဘယ်သူ၊  
ဒါက အဖြူ...စတဲ့ ယောဂီတို့ တစ်သက်လုံး သိလာ  
တဲ့ အသိတွေကို ‘သညာသိ’ လို့သာ မှတ်လိုက်ပါ။



ဒီလိုဆို စာဖတ်လို့သိတာရော...။

‘သညာသိပါဘုရား...’

တွေ့လို့ သိတာလည်း သညာသိအဆင့်ပဲ ရှိသေးတယ်။ အဲဒီ သညာသိ၊ အစွဲသိဟာ အနုသယ ဘူမိလို့ခေါ်တဲ့ ပညတ်နယ်မြေမှာပဲ ရှိသေးတယ်။ သူ့ကို ဆုံးမမယ့် သတိကလေးကိုတော့ ‘မှတ်စိတ်’ လို့ ခေါ်တယ်။ မှတ်လို့သိတဲ့စိတ်မို့ မှတ်စိတ်ခေါ်ရတယ်။ အဲဒီ မှတ်စိတ်ရဲ့ နောက်မှာရှိတဲ့ အသိကိုသာ ‘ပညာသိ’ လို့ ခေါ်ရတယ်။ သတိနောက်မှာ ရှိနေတဲ့ အသိမှန် သမျှ ပညာသိ၊ ဝိဇ္ဇာသိ၊ ပညတ်သိလို့ ခေါ်ရတယ်။ မှတ်တဲ့ဘက်က သိတဲ့အသိကိုသာ ‘ကိုယ်ပိုင်အသိ’ လို့ ဆိုရပါတယ်။ နှာသီးဝမှာ ဝင်ရင်အေးတယ်၊ ထွက်ရင်နွေးတယ်ဆိုတာ စာထဲကအသိလား ကိုယ်ပိုင်အသိလား။

‘ကိုယ်ပိုင်အသိပါဘုရား...’

အေးတယ်၊ နွေးတယ်ဆိုတာ တေဇောရဲ့ သဘောသတ္တိ ပရမတ်အစစ် မဟုတ်ဘူးလား။

‘ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား...’

တစ်ခါ အေးလှုပ်လှုပ်၊ နွေးလှုပ်လှုပ်ဆိုတာ ကော ဝါယောရဲ့ သဘောသတ္တိ ပရမတ်မဟုတ်ဘူး



လား။

‘ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား...’

ပြီးတော့ နှာသီးဝက အတင်း၊ အလျော့တွေ က အာပေါရဲ့သတ္တိ ပရမတ် မဟုတ်ဘူးလား။ အဲဒါ ပညာဘူမိမှာရှိတဲ့ ပရမတ်နယ်မြေ...။ ဒီနေ့ အဲဒီ မှတ် စိတ်နဲ့အစွဲ နယ်လုလိမ့်မယ်။ ဒီနေရာမှာ ကြားလူ မခံ နိုင်ဘူးနော်။ အစွဲသိစိတ်က လွတ်လပ်တာ အလွန် ကြိုက်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲ ဘယ်သူမှမှ သူ့ကို အစိုး မရဘဲ။ စိတ်နဲ့ကျူးလွန်နေတဲ့ ပြစ်မှုတွေ အရေးယူ လို့ရသလား။

‘မရပါဘုရား...’

ဒီတော့ ဒီနေ့မှ သူ့အပေါ် သတိတင်မယ်ဆို တော့ သူက အတင်ခံပါ့မလား။

‘မခံပါဘုရား...’

ခါချမှာပဲ။ မြင်းရိုင်းနဲ့တူတဲ့စိတ်ရိုင်းက ခါချ မှာပဲ။ နယ်လုနေတဲ့အချိန်မှာ မရဲဘဲ ကျွဲပြဲမစီးပါနဲ့။ တကယ်လုပ်ချင်ရမယ်၊ တကယ်လိုချင်ရမယ်၊ ဇွဲရှိရ မယ်၊ သည်းခံနိုင်ရမယ်။ ဒီနေရာမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခင်မင်မှုအားကြီးတဲ့သူ အထိနာမယ်။ သူတစ်ပါးပေါ် ခင်မင်မှုအားကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် အထိနာမယ်။ မှတ်တဲ့အခါ



အားဖြင့် တစ်နေ့ ခုနစ်ကြိမ်ဆိုတော့ စုစုပေါင်း (၂၁) ကြိမ်။ တစ်ကြိမ်ကို ဝင်လေထွက်လေနဲ့ တွက်ကြည့် ကြပါစို့ကွယ်။ ဝင်လေတစ်ချက်ရဲ့ ခရီးစဉ်ကို လေး စက္ကန့်နှုန်းနဲ့တွက်၊ ထွက်လေတစ်ချက်ရဲ့ ခရီးစဉ်ကို လေးစက္ကန့်နှုန်းနဲ့တွက်။ တစ်နာရီမှာ စက္ကန့်ပေါင်း (၃၆၀၀) ရှိတယ်။ ဒီတော့ တစ်နာရီမှာ ဝင်လေ(၉၀၀) ထွက်လေ (၉၀၀)။ တစ်နေ့ ခုနစ်ကြိမ်၊ ခုနစ်နာရီ ထိုင်တာဆိုတော့ ဝင်လေနဲ့တွက်ရင် တစ်နေ့ ၆၃၀၀ (ခြောက်ထောင်သုံးရာ) သုံးရက်ဆိုတော့ (တစ် သောင်းရှစ်ထောင်ကိုးရာ)။ နှာသီးဝမှာ ဝင်လေပေါင်း ဒီလောက် တစ်သောင်းရှစ်ထောင်ကိုးရာတိုးဝင်နေတာ မသိဘူးဆိုတော့ ဆရာက ငေါက်လိမ့်မယ်။

စိတ်ပါရင် သိရမယ်။ မသိဘူးဆိုရင် စိတ်မပါ ဘူးလို့ ယူဆစရာ ဖြစ်လာပြီနော်။

စွဲစိတ်သည် ပါးစပ်မလုံရင် ပါးစပ်ကထွက် မယ်။ မျက်စိမလုံရင် မျက်စိကထွက်မယ်။ နားမလုံ နားကထွက်မယ်။ စိတ်မလုံ စိတ်ကထွက်မယ်။ ခြင်း ကြားကြီးနဲ့ ရေသယ်သလိုဖြစ်လိမ့်မယ်။ လုပ်မော ကြီး ဖြစ်လိမ့်မယ်။ ဒီတော့ မှတ်စိတ်ဘက်က အား သန်လာအောင် သတိကြီးကြီးထားကြစမ်းပါ။ သတိ



ကို ပျိုးထောင်နေချိန်မှာ 'စေ့စပ်အား' ကို တွင်တွင် သုံးစမ်းပါ။ ဒါဟာ ယောဂီတို့ အာမာန္တေ ခံထားတဲ့ 'အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ' ကို အကောင်အထည် ဖော် ခိုင်းနေတာပါ။ ထိုင်ပြီး မှတ်တဲ့အချိန် ခုနစ်ကြိမ် ခုနစ် နာရီနဲ့ စကြိန်လျှောက်ပြီး မှတ်တဲ့အချိန် ခုနစ်ကြိမ် ခုနာရီ ပေါင်း (၁၄) နာရီသည် 'တိုက်စစ်' ဆင်နေ တယ်လို့ သဘောထားပါ။ ကျန်တဲ့ လေးနာရီ မျက် နှာသစ်၊ ရေချိုး၊ အိမ်သာတက်၊ ဆွမ်းစား စတဲ့ အထွေ ထွေ အမှုအရာပိုင်းသည် 'ခံစစ်' လို့ သဘောထားပါ။ ခံစစ် မလုံရင်လည်း ကိလေသာက ဝင်သိမ်းပိုက်ထား လိမ့်မယ်နော်။

ဒီနေရာမှာ ရွာထဲသိ၊ ရွာထဲအကျင့်တွေ ပြောင်းပြန်လှန်ပစ်ရမယ်။ ရွာထဲမှာ သိခဲ့တာမှန်သမျှ ပညတ်သိ၊ သညာသိ၊ အစွဲသိ ကျင့်ခဲ့တာမှန်သမျှ လောဘ၊ ဒေါသ၊ သောကစတဲ့ ကိလေသာ ခိုင်းတာ သာ ကျင့်ခဲ့တာ။ ရွာထဲမှာ စီးပွားရှာတာက လောဘ၊ သောကတွေနဲ့ ရုန်းရင်းဆန်ခတ်ဖြစ်အောင် လုပ်ပေး နိုင်ပါမှ ကိလေသာ ခိုင်းလို့ရတယ်။ ဒီမှာတော့ ဘာ လောဘ၊ ဘာသောကမှ မရှိဘဲ စိတ်ငြိမ်ပါမှ မှတ်လို့ ရမယ်။ မှတ်အားကောင်းမှ မှတ်ဉာဏ်တက်မယ်။

အောင်ဇော်စာပေ



အမှတ်ချင်း စပ်နေမှမှတ်ဉာဏ်တက်မယ်။ မှတ်ဉာဏ် ရင့်ကျက်မှ အသိဉာဏ်ပွင့်ပေါ်လာမယ်။ အသိဉာဏ် ကသာလျှင် 'ပညာသိ'ကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါတယ်။

ဒီတော့ ပညာသိကို လိုချင်ရင် မှတ်စိတ်သတိ ကလေးကို စိတ်ရှည်လက်ရှည် ပျိုးထောင်ပေးကြစမ်း ပါ။

**အချွန်:** - ၁၃၅၉ ခု ဝါဆိုလပြည့်နေ့၊  
နတ်တလူတောရ အလုပ်ပေးတရားမှ  
ကောက်နှုတ်ဖော်ပြပါတယ်။



စခန်းဖွင့်မိန့်ခွန်းတော်

သတိလက်မဲ့မှသတိလက်ရှိသို့

ဒီအချိန်ကစပြီး...ဒီစခန်းက မထွက်မချင်း သီလရှိနေတယ်လို့ မှတ်ပါ။

ဘာဖြစ်လို့တုန်း။ သမာဓိစခန်း၊ ပညာစခန်း ထိတက်လှမ်းချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် သီလအခြေခံမပါဘဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ တစ်ဘက်ကလည်း ပါရမီဆယ်ပါး ထဲမှာ အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီဆိုတာ အထင်ကရ ပါနေပါတယ်။ ဒီတော့ တရားစခန်းဝင်ချိန်မှာ အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီလည်း ဆောက်တည်ကြဖို့ လိုပါတယ်။ မိမိအာရုံပြု



ရည်ရွယ်ထားတဲ့အတိုင်း နေ့ရက် အချိန်ကာလ ပြီးစီး  
အောင်မြင်အောင် လုပ်ဆောင်ကြဖို့ လိုပါတယ်။  
သိက္ခာစဉ် တက်ဖို့အတွက် သီလယူတာကစပြီး  
အဓိဋ္ဌာန်နဲ့ ယူကြပါ။

တို့... ရပ်ထဲ ရွာထဲမှာ ဒါနပြုတဲ့အခါ ဒါန  
အကျိုးပေးဖြစ်တဲ့ လူ့ဘုံ နတ်ဘုံတွေ သွားရောက်  
ခံစားတဲ့အခါ အနှောင့်အတားမရှိ သန့်သန့်ပြန့်ပြန့်  
ခံစားနိုင်အောင် ရည်ရွယ်ပြီး၊ သီလယူပြီးမှ ဒါနပြု  
လေ့ရှိပါတယ်။ ကမ္မကုသိုလ်နဲ့ ကာမဘုံလောကကို  
သာ ရည်ရွယ်တဲ့အတွက် ရပ်ထဲရွာထဲ ထိမ်းသိမ်း  
ဆောက်တည်တဲ့ ‘ငါးပါးသီလ’ ကို ‘ကာမသီလ’ လို့  
ခေါ်ပါတယ်။ ကာမနဲ့ဒါန ပေါင်းပြီး လုပ်နေရတာ  
ဆိုတော့ ပြည့်ပြည့်ဝဝကြီး မြင့်မြတ်ပါ့မလား။

‘မမြင့်မြတ်ပါဘုရား...’

ကာမနဲ့ပေါင်းထားတဲ့ ကာမသီလကရော မြင့်  
မြတ်တယ်ဆိုနိုင်ပါ့မလား။

‘မဆိုနိုင်ပါဘုရား...’

ကာမ သီလယူပြီး ဒါနလုပ်ကြတော့ ကိုယ်  
တစ်ယောက်တည်း လုပ်လို့ရသလား။

‘မရပါဘုရား...’

အောင်ဇော်စာပေ



အများနှင့်ပေါင်းပြီးလုပ်ရတာ ဒါကြောင့် အကျိုးပေးခံစားရတော့လည်း အများနဲ့ခွဲဝေပြီး စပ်တူ ခံစားကြရတယ်။ လုပ်ကတည်းက မြင့်မြတ်တာမလုပ် ခဲ့တော့ အကျိုးပေးခံစားတော့လည်း သူတစ်ပါးနဲ့ တွဲ ပြီး မမြတ်တာတွေ ခံစားရလိမ့်ဦးမယ်ဗျာ။

ဒါကြောင့်မို့ 'ဥပုသ်နေ့' ရောက်ပြီဆိုတော့ မြတ်သောအကျင့်လို့ဆိုတဲ့ 'ဗြဟ္မာသီလ' ရှစ်ပါး၊ ကိုးပါး ယူရပါတယ်။ အခု 'တရားစခန်း' ကို ရောက် လာကြတော့ ဗြဟ္မာသီလမျှ မကတော့ဘူး။ အရိယာ နွယ်ဝင်ကနေ အရိယာဇာတ်ထဲရောက်အောင် ကျင့် ရမယ့် စခန်းဖြစ်တဲ့အတွက် 'အရိယာသီလ' လို့ခေါ်တဲ့ 'ဆယ်ပါးသီလ' ပေးမှာနော်။

တရားစခန်းဝင်လို့ တရားရှုမှတ်နေတယ်ဆို တာ 'အရိယာဇာတ်သား' တို့ရဲ့အလုပ်မျိုးပဲ။

ဒီလို ရှုမှတ်နေရင် ကိလေသာနဲ့စပ်ဆိုင်ရာ တွေအပေါ် မတွေးသာတော့ဘူး။ စိတ်သည် အာရုံ တစ်ပါးဆီ ပြေးလည်း မပြေးသာတော့ဘူး။ သတိနဲ့ တစ်ချက်မှတ်ရင် ကိလေသာ တစ်ချက်သေတာပဲ။ ဒီလို ရှုမှတ်နေရင် အရိယာသာ မဖြစ်သေးတာ 'အရိ ယာအနွယ်ဝင်' တော့ ဖြစ်နေပြီ။ ဒီထက်များ သဒ္ဓါ၊



ဆန္ဒ၊ ဝီရိယတွေတိုးပြီး ကြိုးစားရင် မိမိတို့ရှိတဲ့ အစွဲ  
တွေကို ဖြတ်တောက်နိုင်ရင်တော့ အရိယာဇာတ်ထဲ  
အထိ ရောက်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလောက်ထိ ဦးတည်  
တဲ့အတွက် ‘ဆယ်ပါးသီလ’ ဆောက်တည်ကြရမယ်။

### ဆယ်ပါးသီလပေးခြင်း

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေနသဟ ဒဿဂဟဋ္ဌသီလံ  
ဓမ္မယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံတက္ကာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။  
(ဒုတိယမ္ပိ၊ တတိယမ္ပိ ဆက်ဆို)

‘နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော  
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ’ (သုံးကြိမ်)

‘ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ  
သရဏံ ဂစ္ဆာမိ’ (ဒုတိယမ္ပိ၊ တတိယမ္ပိ ဆက်ဆို)

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ  
သမာဒိယာမိ။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၃။ အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ

အောင်ဇော်စာပေ



# မောင်သွေးချွန်

- သမာဒိယာမိ။
- ၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၅။ သုရာမေရိယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာ  
ပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၆။ ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ  
သမာဒိယာမိ။
- ၇။ နစ္စ၊ ဂီတ၊ ဝါဒိတ၊ ဝိသုက ဒဿန  
ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၈။ မာလာ ဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန  
ဝိဘူသနဋ္ဌာန ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံသမာဒိယာမိ။
- ၉။ ဥစ္စာ သယန မဟာသယနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ  
သမာဒိယာမိ။
- ၁၀။ ဇာတရူပ ရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဂတာ ဝေရာမဏိ  
သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

‘အာမဘန္တေပါဘုရား’

သီလယူပြီးတော့ အလုပ်လုပ်ကြရလိမ့်မယ်။  
အလုပ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့အတွက် ‘အလုပ်ပေး  
တရား’ လို့ ဆိုရတယ်။ အပျင်းပြေနားထောင်တဲ့  
‘အပျင်းပြေတရား’ မဟုတ်ဘူးလို့ ဆိုလိုတယ်။ အလုပ်



ပေးတရားဆိုတာ တိုက်ပွဲဝင်စစ်ဆင်ရေးလုပ်တော့  
မယ့် စစ်သည်တော်တွေကို ညွှန်ကြားတဲ့ ‘တပ်ထွက်  
မိန့်ခွန်း’ နဲ့တူတယ်။ တပ်ထွက်မိန့်ခွန်းဆိုတာ တိုက်  
ရတော့မယ့် တိုက်ပွဲရဲ့အရိပ်အငွေ့ သဘောလက္ခဏာ  
တွေကို ဖော်ပြပြီး ယုံကြည်ရဲရင့်တဲ့စိတ် ဖြစ်ပေါ် လာ  
နိုင်အောင် နှိုးဆော်ပေးတယ်။ တို့လည်းစစ်တိုက်ရ  
တော့မယ်။

တို့ တိုက်ရမယ့် စစ်ပွဲကတော့ ကိလေသာစစ်။  
ကိလေသာစစ်ဆိုတာ ကိုယ် တစ်ယောက်  
တည်း ဖြစ်နေတာ။ ကိုယ့်ခန္ဓာထဲမှာတင် တိုက်ရမှာ။  
အိမ်တွင်းသားချင်း တိုက်ရမှာဆိုတော့ စားစား သွား  
သွား နားနား နေနေ အိပ်တာတောင် သတိချလို့မရ  
ဘူး။ ဒီတော့ ပေါ့ပေါ့ဆဆနေရင် တိုက်တိုင်းအောင်  
မဖြစ်ဘဲ ‘သုံ့ပန်း’ တောင် ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။ ဘယ်  
သူ့ရဲ့သုံ့ပန်းလဲဗျာ။

‘ကိလေသာရဲ့ သုံ့ပန်းပါဘုရား...’

ရပ်ထဲရွာထဲက ပါလာတဲ့အစွဲတွေက ဟိုဟာ  
စားချင်၊ ဒီဟာသောက်ချင်နဲ့ ‘ချင်ကလေးတွေ မွေး  
ထားတယ်’ နော်။ ငါ စခန်းကထွက်မှ ဘာတွေစားပစ်  
မယ်ဆိုပြီး စိတ်ထဲကြုံးဝါးနေရင် ကိလေသာရဲ့သုံ့ပန်း

အောင်ဇော်စာပေ



# မောင်သွေးချွန်

ဖြစ်သွားပြီ။ ဒါ အစားကိစ္စနဲ့ ပြောတာ၊ တခြားကိစ္စ  
တွေလည်း ဒီလိုပဲ။ သုံးပန်းဖြစ်မှာပဲ ကာမကို မလွတ်  
သရွေ့ ဓမ္မ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

ဘုရားလက်ထက်တုန်းကပေါ့ဗျာ...

သန်းခေါင်ကျော် ညဉ့် ၂ နာရီနဲ့ ၄ နာရီအချိန်  
ဟာ အထက်က အရိယာဗြဟ္မာတွေ ဆင်းလာပြီး  
ဘုရားကို ဖူးတဲ့အခါလည်း ဖူးသဗျာ။ သူတို့ မသိတာ  
မေးတဲ့အခါလည်း မေးသဗျာ။ ဒါကြောင့် ၂ နာရီနဲ့  
၄ နာရီကြားအချိန်ကို 'အရိယာအချိန်' လို့ သုံးရသ  
ဗျာ။ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေ အားထုတ်တဲ့အချိန်လည်း  
ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်နေ့တော့... ဘုရားရှင်တစ်ပါးတည်း  
သီတင်းသုံးနေတုန်း ဗြဟ္မာတစ်ပါးဝင်လာပြီး ဒီလို  
လျှောက်သတဲ့။

မြတ်စွာဘုရား... မြတ်စွာဘုရား...

အရှင်ဘုရားရဲ့ တပည့်သားတွေဟာ ရင်ဝမှာ  
စူးနေတဲ့လှံကို အဆောတလျှင် ဆွဲနှုတ်ပစ်ရသကဲ့သို့  
ခေါင်းမှာ မီးလောင်နေရင် မီးတောက်ကို လျှင်  
မြန်စွာ ငြိမ်းသတ်ပစ်ရသကဲ့သို့

ကာမရာဂလို့ခေါ်တဲ့ ကြိုက်စိတ်နဲ့ ကြိုက်စွဲကို  
မြန်မြန်ကြီး ငြိမ်းသတ်ပယ်သတ်ပါစေဘုရားတဲ့။



ဒီဗြဟ္မာက ဘုရားရှင်တော်ကို လာပြီး ဆရာ လုပ်တာ ထင်တယ်ဟေ့။

‘မှန်ပါဘုရား...’

ဒီတော့ ဘုရားရှင်တော်က ‘မဟုတ်သေးဘူး ကွာ’ တဲ့။ ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ ငါ့ဥစ္စာလို့ဆိုတဲ့ အစွဲနှင့် တကွ ‘အမြင်မှားခြင်းဒိဋ္ဌိ’ ကို အရင်ဆုံး ပယ်သတ်ရ မှာတဲ့။ ဗြဟ္မာလျှောက်တာက ကြိုက်စိတ်နဲ့ကြိုက်စွဲ ကို မြန်မြန်ကြီး ပယ်သတ်ဖို့ လျှောက်တာနော်။ ဘုရားရှင် ပြုပြင်ပေးတော်မူတာက ‘ငါ့စွဲ’ကို အရင်ဆုံး မြန်မြန်ကြီး ပယ်သတ်ရမှာ။ ဘာဖြစ်လို့တုန်း။ ငါ့စွဲမှ မနှုတ်ပယ်ဘဲ ကြိုက်စွဲကို ဘယ်လိုလုပ် နှုတ်ပယ်မှာ လဲ။ ငါ့စွဲရှိရင် သူ့စွဲဝင်မှာပဲ။ သူတောင်မှ ‘တစ်သူ’ မကပါဘူးဗျာ။ သူတွေ... သူတွေဆိုတာက များလိုက် ပါဘိခြင်း။ ရှိနေတဲ့ ‘ရုပ်-နာမ်’ ကို ငါလို့ အစွဲထား လိုက်တာနဲ့ ကျန်တာတွေ သူဖြစ်မသွားပေဘူးလား။

‘ဖြစ်သွားပါတယ် ဘုရား...’

ဒီလိုဆို သူနဲ့ငါနဲ့ ယှဉ်လိုက်လို့ရှိရင် ငါ အနိုင် ရစေချင်သလား။ သူ အနိုင်ရစေချင်သလား။

‘ငါ အနိုင်ရစေချင်ပါတယ် ဘုရား...’

ငါ ကောင်းစားရေး ဦးစားပေးမလား။ သူ



ကောင်းမလား။

‘ငါ ကောင်းစားရေး ဦးစားပေးမှာပါဘုရား’

ဒီလို ငါ့စွဲရှိနေသမျှ ဒီ ကြိုက်စွဲကြီး ဘယ်လို လုပ် ပယ်လို့ရမှာတုန်း။ ဒါကြောင့် ဘုရားရှင်တော် အမိန့်ရှိတာ ကြိုက်စွဲထက် ငါ့စွဲကြီး အရင်ပယ်ပါလို့ ဟုတ်ပြီလား။

‘တင်ပါ့ဘုရား...’

ဒါဖြင့် တို့ယောဂီတွေ အခု စခန်းလာဝင်တာ ဘာပယ်ချင်လို့ လာဝင်တာလဲ။

‘ငါ့စွဲ ပယ်ချင်လို့ပါ ဘုရား...’

အင်း။ ရွှေကျောင်းကုန်းတောင်မှာတုန်းကလို ဖြစ်နေဦးမယ်။ ယောဂီတစ်ဦးက သူ့ငါ့စွဲဖြုတ်ပြီလို့ ကြွေးကြော်တယ်။ ဘယ်လိုဖြုတ်တာတုန်းဆိုတော့ ငါ ငါ့လို မပြောတော့ဘူး။ ကျွန်တော်... ကျွန်တော်လို့ ပြောနေပြီတဲ့။ အဲဒီတော့ ဘယ်နည်းနဲ့ ငါ့စွဲဖြုတ်မှာ လဲ။ ကျွန်တော် အစားထိုးတဲ့နည်းနဲ့ ဖြုတ်မှာလား။

‘... ..’

သတိနဲ့ ရှုမှတ်ပြီး ငါ့စွဲဖြုတ်ရမှာ။

သတိနဲ့ရှုမှတ်တယ်ဆိုတာ မရှိတာကို မရှိတဲ့ အတိုင်း သိအောင်လုပ်တာ၊ ရှိတာကိုလည်း ရှိတဲ့



အတိုင်း သိအောင်လုပ်တာ။ မှေးလိုက်နေလို့ ငါ့စွဲ  
ပြုတ်မလား။

‘မပြုတ်ပါ ဘုရား...’

အရှိတရားက သစ္စာလေးပါး။ မရှိတရားက...  
သူတွေ၊ ငါတွေ၊ ရုပ်နာမ်တွေ။ ဒါအစွဲကြောင့် ပေါ်  
နေတာတွေ၊ လူစွဲစွဲတော့ လူရုပ်နဲ့လူနာမ်၊ နတ်စွဲစွဲ  
တော့ နတ်ရုပ်နဲ့နတ်နာမ်၊ ခွေးစွဲ စွဲတော့ ခွေးရုပ်နဲ့  
ခွေးနာမ်။ ဒီလို ရခဲကြတာတွေပါ။ သေခါနီးရဲ့ နောက်  
ဆုံးစိတ်သည် ပထမဘဝ (စွဲရာဘဝ) သွားမှာပဲ။  
မကောင်းစိတ်ကလေးက လက်ဦးသွားရင် သွားကြ  
ဦးစို့ အောက်ပြည်၊ အပါယ်ဘုံ။ ကောင်းစိတ်ကလေး  
က လက်ဦးသွားရင် တက်ကြဦးစို့ အထက်ဘုံ။ အဲဒီ  
တော့ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးရဲ့ အလုပ်သည် မရှိရာက အရှိ  
လုပ်တယ်ထင်တယ်ဗျ။

‘တင်ပါဘုရား...’

ဒီတော့ ငါ့စွဲဖြုတ်ချင်ရင် မရှိတာကို မရှိတဲ့  
အတိုင်း သိဖို့ လိုလာပါပြီ။ သိရုံနဲ့လည်း မပြီးသေး။  
ပယ်လည်း ပယ်ရဦးမည်ထင်တယ်။ ပယ်တော့လည်း  
သတိနဲ့ ပယ်ရမှာ။ တို့ ပယ်လို့မရဘူး။ မိမိတို့ရဲ့  
ဆရာသည် သတိလို့ မှတ်ထားစမ်းပါ။ တို့ကတော့



(တို့...တို့...ဆိုသည်မှာ ဆရာတော်၏ နာမ်စား၊ ဆရာတော်ဘုရားကို ဆိုလိုသည်) အကြံပေး ဉာဏ်ပေး လောက်ပဲ တတ်နိုင်တာ...။ တို့က ကလျာဏမိတ္တ သတိသာလျှင် မိတ်ဆွေအစစ်...။ ယောဂီတို့ရဲ့ ကိလေသာကို တို့က ကြားက ဝင်သတ်ပေးလို့မရဘူး... သတိက ဝင်သတ်ပေးမှာ။ မသိတာကို သိအောင် လုပ်ပေးမှာလည်း ဒီ သတိပါပဲ။ ကိုယ့်စိတ်ကို မနိုင်တာကိုလည်း နိုင်အောင် ကိုင်ပေးမှာ ဒီသတိပဲဗျာ။ ဒါဖြင့် ဒီ သတိက အလုပ်သုံးမျိုး လုပ်လိမ့်မယ် ထင်တယ်ဟေ့။

၁။ တို့ကြောက်နေတဲ့ ကိလေသာလည်း ပယ်ပေးလိမ့်မယ်။

၂။ သိစိတ်လည်းဖော်ထုတ်ပေးလိမ့်မယ်။

၃။ ကိုယ့်စိတ်ကို ပိုင်အောင်လည်း သူပဲ ကျုံးသွင်းပေးလိမ့်မယ်။

အဲဒီတော့ မရှိတာကို မရှိဘူးလို့ သိရုံနဲ့ မပြီးသေးဘူး။ ပယ်စရာရှိတာလည်း ပယ်ရလိမ့်ဦးမယ်။ ပယ်တော့ပယ်တယ်။ အမြစ်မပြုတ်ရင်ကော ရမလား။

‘မရပါဘုရား...’

ဒီတော့ အမြစ်ပြုတ်ထိ အဆုံးထိစိုက်ဖို့လည်း

**အောင်ဇော်စာပေ**



လိုသေး ထင်တယ်ဗျ။ ပယ်တော့ ပယ်ပါရဲ့။ တစ်ရက် ပယ်၊ တစ်ပတ်ပယ်၊ တစ်လပယ်နဲ့ အဆုံးထိ မပယ်ရင် အပင်ပြန်ပေါက်လိမ့်မယ်နော်။ ကျူပင်ခုတ် ကျူငှတ်မကျန်စေနဲ့ဆိုတာ တို့ယောဂီတွေအတွက် ပြောခဲ့တာ နေမှာပါဗျာ။ စွဲစိတ်ကုန်မှ ဆုံးမှာဗျ။

သတိနဲ့မှတ်ရမယ်ဆိုတော့ ဘယ်လောက်မှတ်ရမှာတုန်းဆိုတော့ နေရာ လေးဌာနရှိတဲ့အတွက် လေးဌာန လိုက်မှတ်ရမှာ။ စွဲစိတ်ကလေးက တစ်ခါတလေ ကိုယ်ကို မှီပြီး နှောင့်ယှက်တာလည်းရှိတယ်။ ဥပမာ ဗျာ...နာတာနဲ့ပဲ ပြောကြပါစို့။ တစ်ခါတလေ တင်ပါးမှာ စိတ်ရောက်နေတတ်တယ် ထင်တယ်ဟေ့။ ဒီတော့ တင်ပါးကို သတိလေးနဲ့ မှတ်လိုက်ရုံပါပဲ။ ဒါကို... ကာယနုပဿနာ၊ ကိုယ်ပေါ်မှာ အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်ခြင်းလို့ ဆိုပါတယ်။

သတိကို ဆရာတင်ထားတာ၊ သူ့ မျက်ခြည်ပြတ်သွားရင် လမ်းပြမရှိတော့ လမ်းပျောက်သွားမှာပေါ့။ မသွားဖူးတဲ့လမ်းသွားရင် လမ်းသိတဲ့ လမ်းပြလိုတယ်။ လမ်းပြသတိကို မျက်ခြည်ပြတ်သွားရင် လမ်းပျောက်နိုင်တယ်။ လမ်းမှားနိုင်တယ်။ တို့... မဂ်လမ်း၊ ဖိုလ်လမ်း ဘယ်သူ သွားဖူးသလဲ။



“မသွားဖူးပါ ဘုရား...”

မသွားဖူးရင် သတိကို ဆရာတင် လမ်းပြခိုင်း ပြီး သွားရလိမ့်မယ်။ သတိကို မျက်ခြည်မပြတ်ရင် အဆက်မပြတ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်လည်း ပါဝင်သွားပြီ။ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ တင်ပါး (ကာယ) ကို အာရုံ မပြုဘဲ နင့်ခနဲ နင့်ခနဲ ဖြစ်နေတာလေး အာရုံပြုနေ တတ်တယ်။ အဲဒါ ‘ဝေဒနာ’ မှာ စိတ်ရောက်နေတာ။ စိတ်ရောက်နေရာ နင့်ခနဲ...နင့်ခနဲ နေရာကလေးကို အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်တာကို ‘ဝေဒနာနုပဿနာ’ လို့ ဆိုပါတယ်။ ဝေဒနာဆိုတာ ခံစားမှု။ ဒီမှာတော့ မခံ သာတဲ့ ခံစားမှု။ ဒုက္ခဝေဒနာလို့ သုံးလိုက်ကြပါစို့။ အားထုတ်ကာစ ယောဂီသည်... ကောင်းတဲ့သူခ ဝေဒနာ ကတော့ စကတည်းက မျှော်နေတဲ့အတွက် တွေ့လိုက်ရင် မေ့သွားမှာပျ။ သတိက အခုမှ ပျိုး ထောင်ရတုန်းကိုးပျ။ ဒီနေရာမှာ ဝိပဿနာ မဆိုထား နဲ့။ ဒီအမှတ်ကလေး ပျိုးထောင်နေတဲ့ သမထ ထူ ထောင်ရာမှာ ဒုက္ခဝေဒနာဟာ အကောင်းဆုံးပဲ။ သူ သည် အထင်ရှားဆုံးဖြစ်တဲ့အတွက် ဝေဒနာနုပဿနာ အဖြစ်နဲ့ ရှုရမယ်ပျ။ တစ်ခါတလေကျတော့ ကိုယ် ပေါ်မှာလည်း အာရုံညောင်း၊ ဆန္ဒညောင်းလို့ စိတ်



မရှိဘူး။ ဝေဒနာကလည်း မပေါ်ဘူးဆိုရင်... သက်  
သာခွင့်ရတုန်း စိတ်ကလေးက ဟိုပြေးဒီပြေး ပြေး  
တတ်တယ်။

‘စိတ်ဆိုတာ အဆန်းကြိုက်၊ အဆန်းကြိုက်တဲ့  
စိတ်ဟာ တစ်ခါလာလည်း ‘ဝင်တယ်-ထွက်တယ်’  
မဲပြာပုဆိုးဆိုတော့ ကြာကြာ မမှတ်ချင်တော့ဘူး။ ထူး  
မလားလို့ မှတ်နေတာ မထူးတော့ စိတ်က မဝင်စား  
တော့ဘူး။ မှတ်တဲ့ထဲ စိတ်မဝင်စားတော့ စိတ်က ပြေး  
မိပြေးရာ ပြေးကရော။ စိတ်ဘယ်ကိုပြေးသလဲ။ အနာ  
ဂတ်ကို ပြေးချင်ပြေးမယ်။ တရားစခန်းကထွက်ရင်  
ဘယ်လို ဘယ်လို ဆိုပြီး...ဟုတ်ရဲ့လား။

‘တင်ပါ့ဘုရား...’

အတိတ်က ကိုယ်ခံစားခဲ့ဖူးရာ ကြိုက်အာရုံ၊  
မကြိုက်အာရုံတွေဆီလည်း ပြန်ပြီး စမြုံ့ပြန်နေလိမ့်  
မယ်။ အဲဒီ အခါကျရင် စွဲစိတ်ရှိတဲ့နေရာ မှတ်စိတ်  
လိုက်ရုံပဲထင်တယ်။ စွဲစိတ်ဆိုတာ အကောင်အထည်  
အလုံးအရပ် ရှိမရှိ ကြည့်နေရုံပဲ။ အဲဒါလေးသိအောင်  
တွေးရင် တွေးတာလေးသိအောင် ရှုမှတ်ပေးနေတာ  
‘စိတ္တ နုပဿနာ’ သတိပျိုးထောင် သမထထူထောင်  
နေချိန်မှာ ဒီအတွေးကိုပဲ စိတ္တနုပဿနာနဲ့ ရှုရမှာ။

အောင်ဇော်စာပေ



ဒီအတွေးဆိုတဲ့ ကြံသိမှုပေါ်ရာသို့ အနု အစဉ်မပြတ်၊  
ပဿနာ ရှုမှတ်လိုက်ပါတဲ့။ ဟုတ်ရဲ့လားဗျ။

‘တင်ပါ့ဘုရား...’

ကျန်လို့သိနေတဲ့ ကြံသိနော်၊ မကျန်ရင် မသိ  
ဘူး။ ဒါလေးမှတ်လိုက်ဗျာ။

ပြီးတော့ တို့ ဒီ သတိပျိုးထောင်နေတဲ့ ကိလေ  
သာကို ငြိမ်သက်အောင် လုပ်နေရတဲ့ အခြေခံပထမ  
ပိုင်းမှာတော့ ‘ဓမ္မာနုပဿနာ’ ဘာတွေ ရှုရမတုန်း ဆို  
တော့ အာရုံငါးပါးထဲမှာ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု ဒီသုံးခုက  
အတွေ့တိုက်လား၊ အငွေ့တိုက်လားဗျာ။

‘အငွေ့တိုက်ပါ ဘုရား...’

ဟုတ်ပြီဗျ။ မြင်တာလည်း အရိပ်အယောင်ပဲ။  
လူကိုယ်တိုင် မျက်လုံးထဲ ဝင်လာသလားဗျာ၊ မှန်ပေါ်  
မှာ အရိပ်ပေါ်သလိုပဲ။ မျက်ကြည်ဓာတ်ပေါ် အရိပ်  
ပေါ်တာ။ အငွေ့ပဲ၊ ကြားတာကောဗျာ။

‘အငွေ့ပါ့ဘုရား...’

နံတာကောဗျာ။

‘အငွေ့ပါ့ဘုရား...’

အတွေ့မဟုတ်၊ အငွေ့မျှသာဖြစ်လို့ မြင်မှု၊  
ကြားမှု၊ နံမှုတွေကို ဓမ္မာနုပဿနာနဲ့ ရှုရလိမ့်မယ်။



သဘောပေါက်ရဲ့လားဗျာ။

‘ပေါက်ပါတယ်ဘုရား...’

စားတာ၊ သောက်တာ၊ ကိုင်တွယ် ထိတွေ့တာ တွေက ဖောဋ္ဌဗ္ဗဖြစ်လို့ ‘ကာယ’ထဲ ထည့်ထားတယ်။ အခု ယောဂီတို့ ထိုင်နေတာတောင် တင်ပါးနဲ့ပျဉ်ပြား ထိနေလို့ ကာယထဲမှာပဲပါတယ်။ သွားတော့လည်း ဖဝါးနဲ့မြေကြီး ထိနေတော့ ဒါလည်း ကာယပဲ။ ဒီ တော့ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံ့မှုသာလျှင် ဓမ္မာနုပဿနာ... အားထုတ်စမှာပြောတာ။ အားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာ မျက်စိမှိတ်ထားလို့ မြင်မှုတော့ မရှိပေမယ့် နားက မှိတ်ထားလို့ မရတော့ ကားဝင်လာလည်း ကြားမယ်၊ ခွေးဟောင်သံလည်း ကြားမယ်၊ စကားပြောသံလည်း ကြားမယ်။ ဒီတော့ သူ့ဝင်ရာ တံခါးပေါက်က စောင့် ပြီး ကြား...ကြားတယ်ပေါ့။ မှတ်ချလိုက်။ ဒါ ဓမ္မပဲ။ ပြီးတော့ နှာခေါင်းပိတ်ထားလည်း မရဘူး။ ဘာနဲ့ ရရ မှတ်သာချ။ မှတ်ရမှာပဲ။

ဒီတော့ သတိနဲ့ ကျက်စားရာသည်ဒီလေးဌာန ပဲ။ ကျက်စားရာ လေးမျိုးရှိလို့သာ လေးဌာန ခွဲထား ရတာပါ။ သတိကတော့ သတိပါပဲ။ ဒီတော့ အလုပ် ခွဲတမ်း ချကြဦးစို့။ ယောဂီတို့...တစ်နေ့လုံး...ထိုင်

အောင်ဇော်စာပေ



နေပါဆိုရင် ထိုင်နိုင်ပါ့မလားဗျာ။ နံနက် ၃ နာရီက  
ည ၉ နာရီ... (၁၈)နာရီလုံး ထိုင်နိုင်ပါ့မလား။

‘မထိုင်နိုင်ပါဘူးဘုရား...’

အားထုတ်ကာစ ယောဂီဟာ တစ်နာရီထက်ပို  
ပြီး အားထုတ်နိုင်လေ့ မရှိဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲ။ ရုပ်  
ကလည်း အထိုင်မကျသေး။ စိတ်ကလည်း အထိုင်  
မကျသေး။ အာရုံမှန်လည်း မရသေးဘူး။ အထိုင်မကျ  
သေးရင် ရုပ်လည်း ညောင်းလာမယ်။ ဆန္ဒလည်း  
ညောင်းလာမယ်။ အာရုံလည်း ညောင်းလာမယ်။  
ဇွတ်...ပေပြီး ထိုင်နေရင် အတ္တကိလာမထ မဖြစ်နိုင်  
ဘူးလား။

‘ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

စိတ်မပါရင် ကိုယ်ကို သက်သက်ညှင်းဆဲ  
သလို ဖြစ်တော့မယ်။ ဒီတော့ အထိုင်ညောင်းတော့  
စင်္ကြန် ကမ္မဋ္ဌာန်းပြောင်းပြီး တစ်လှည့်မှတ်ကြည့်ရင်  
ကိုယ်သက်သာပြီး ဆန္ဒလည်း ပြန်တက်လာနိုင်မယ်  
ထင်တယ်နော်။

‘မှန်ပါ့ ဘုရား...’

သတိကတော့ သတိပဲနော်။ ထိုင်ထိုင် ထထ  
သွားသွား သတိကတော့ ချလို့ လွတ်လို့ မရပါဘူး။



စကြိန်လျှောက်နေရင်းလည်း ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊  
ထိတယ် မှတ်မနေဘူးလား။ အေးတယ်၊ နွေးတယ်  
ဝေဒနာ ပေါ်မနေဘူးလား။ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု တစ်  
ခုခု ရှိမနေပေဘူးလား။ ဒီလိုဆို စကြိန်မှာလည်း အနု  
ပဿနာ လေးချက်က လွတ်နိုင်သေးရဲ့လား။

‘မလွတ်နိုင်ပါ ဘုရား...’

စကြိန်လည်း တစ်နာရီထက် မပိုပါဘူးဗျ။  
အဆန်းကြိုက်တဲ့စိတ်က တစ်နာရီလောက်ကြာတော့  
ရိုးသွားရော စိတ်ညောင်းကိုယ်ညောင်း ဖြစ်ချင်လာ  
တော့ တစ်ခါပြန်ပြီး ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ မှတ်လိုက်ကြ  
ဦးစို့။ ဣရိယာပုတ်သာ ပြောင်းတယ်။ သတိမလွတ်  
စေရဘူး။ ဒါကို မှတ်ထားကြပါ။ အထိုင်နဲ့အထသ  
ပြောင်းတယ်။ သတိမပြောင်းဘူး။ ယောဂီတို့ကိုဘာမှ  
မလုပ်ခိုင်းဘူး။ သတိလေးနဲ့ မှတ်ခိုင်းနေတာ။ ရုပ်  
နာမ်ကိုမြင်အောင် ကြည့်ခဲ့လို့ ပါသလားဗျ။

‘မပါ,ပါ ဘုရား...’

အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ မြင်အောင်ကြည့်လို့ကော  
ပါသလား။

‘မပါ,ပါ ဘုရား...’

မှတ်ရုံသာမှတ်ခိုင်းနေတာပါ။ အထိုင်နဲ့စကြိန်

အောင်ဇော်စာပေ



ဒီနှစ်ခုနဲ့ မှတ်ခိုင်းနေတာပါ။ သို့သော် စားရေး၊  
သောက်ရေးကလည်း ရှိသေးတယ်။ ပြီးတော့ ရေချိုး၊  
အဝတ်လျှော်၊ အိမ်သာတက် ဆိုတာတွေ ရှိသေး  
တယ်။ ကင်းလို့ရသလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ကျန်တာတွေ ကင်းလို့ရချင်ရမယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်  
ကို ကင်းလို့မရဘူး။ သားမယား ပစ်ထားခဲ့လို့ရတယ်။  
ကိုယ့်ကိုယ်ကြီး ပစ်ထားခဲ့လို့ မရသေးဘူး။ ဒီ ကိုယ်  
ကောင်ကြီးကိစ္စ ပြုပြင်ပေးရဦးမယ်။ ဆာရင် ကျွေးရ  
မယ်။ ပူရင် ရေချိုးပေးရဦးမယ်။ ဗိုက်နာရင် နောက်  
ဖေးတည်ပေးရလိမ့်ဦးမယ်။ ဒီကိုယ်ကြီးကို ချစ်နေ  
သမျှ သူတောင်းတာအကုန်ရှာ၊ သူခိုင်းတာ အကုန်  
လုပ်ပေးနေရဦးမယ်။ ဒါတွေကိုကျတော့ ‘အထွေထွေ  
အမှုအရာပိုင်း’ လို့ ခေါ်ပါသလား။

ထိုင်တာရယ်၊ စကြိန်လျှောက်တာရယ်၊  
အထွေထွေအမှုအရာရယ် သုံးပိုင်းလုံးမှာ အနုပဿနာ  
လေးချက်နဲ့ လှည့်ပြီး ရှုမှတ်နေရမှာပဲ။ အထွေထွေ  
အမှုအရာမှာ အိပ်ရာနိုးတာကစပြီး မှတ်ရမှာ။ အိပ်  
ရာသိမ်း၊ နောက်ဖေးသွား၊ မျက်နှာသစ် စတဲ့ မကင်း  
လို့ လုပ်နေရတဲ့ အလုပ်တွေမှာတောင်မှ သတိမလစ်



ပါစေနဲ့။ ထိုင်တာ စကြံန့်လျှောက်တာ အထွေထွေ အမှုအရာ ဒီသုံးပိုင်းလုံးမှာ သတိမလွတ်ဘဲ လိုချင်ပါတယ်။ တရားရယ်လို့ သီးခြားကြီး လိုက်ရှာနေစရာ မလိုပါဘူး။ တရားကမ္မေးစမှ သေသည်အထိ ပြနေပြီးသားပါ။ မသိလို့ မတွေ့ခဲ့ကြတာပါ။

ယောဂီတို့တာဝန် သတိကလေးနဲ့ မှတ်ဖို့ ဒီတစ်ခုပဲ အလုပ်ပေးထားပါတယ်။

အထိုင်၊ စကြံန့်၊ အထွေထွေမှုရာ ဒီသုံးပိုင်းထဲမှာ အရေးအကြီးဆုံးသည် ထိုင်တဲ့ကမ္မဋ္ဌာန်း... ဘာဖြစ်လို့တုန်း။ သမာဓိဉာဏ် မရင့်သန်သေးရင် ထိုင်တဲ့နေရာကစရတယ်။ ရုပ်ကြီးလှုပ်နေသမျှ စိတ်ကလည်း မငြိမ်တတ်သေးဘူး။ ပြေးနေတဲ့စိတ်၊ ပျံ့နေတဲ့စိတ်၊ ဆော့နေတဲ့စိတ် ငြိမ်စေချင်ရင် သူမိုနေတဲ့ကိုယ် ငြိမ်အောင် အရင်လုပ်ရလိမ့်ဦးမယ်။ ဒီလို ငြိမ်အောင် ထိုင်ပြီး... ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မ... ဒီလေးချက်နဲ့ မှတ်ရ သွားရလိမ့်မယ်။

ကာယအတွက် ဘယ်ဟာကိုယူမတုန်း...။ နှာသီးဝယူမယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်း...။ သူက အမြဲရှိတဲ့ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်နေလို့။ ဝင်ပြီးထွက် ထွက်ပြီးဝင် ယောဂီတို့သာအိပ်မယ် သူ မအိပ်ဘူး။ လောကီဥပမာနဲ့

အောင်ဇော်စာပေ



ပေးရရင်တော့ ကုန်ကြမ်းမပြတ်သော စက်ရုံကြီးနဲ့ တူပါတယ်။ နာတာ အမြဲတမ်းမနာဘူး။ တွေးတာ အမြဲတမ်း မတွေးဘူး။ မြင်ကြားနဲ့ အမြဲတမ်း မရှိဘူး။ ဒီတော့ တစ်ပါးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတွေက ‘ဧည့်သည့် ကမ္မဋ္ဌာန်း’ နဲ့တူပြီး နှာသီးဝကမ္မဋ္ဌာန်းကတော့ အမြဲ ရှိနေလို့ ‘အိမ်ရှင်ကမ္မဋ္ဌာန်း’ မှတ်လိုက်ဗျာ။

နှာသီးဝသည် ကာယ ဓာတ်လေပါး ပေါင်းစု ပြီး ပြုပြင်ထားတာ။ ပြီးတော့ အနံ့အသက်တို့ကို သိ အောင်ဖမ်းပြီး ကြည့်တဲ့အတွက် ‘ပသာဒ’ လည်းဖြစ် တယ်။ ကာယ...ပသာဒ လို့ သုံးတယ်။ ဒီနေရာလေး ကကြည့်ရင် ဝင်သက်ထွက်သက်လို့ခေါ်တဲ့ လေ ကလေး တိုးနေပုံ မသိနိုင်ဘူးလား။

‘သိနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒါကြောင့် အနုပဿနာလေးချက်မှာ နှာသီးဝ သည် အဓိက။

နှာသီးဝကနေ မှတ်တဲ့နေရာမှာ အသက်ရှူ တာကို လုပ်မရှူပါနဲ့။ တမင် လုပ်မရှူပါနဲ့။ လုပ်ရှူ ရင် မောမယ်သာမှတ်တော့။ ဆန္ဒမလွန်နဲ့။ ဆန္ဒလွန် ရင် ဝီရိယလွန်ပြီး ပျံ့ထွက်သွားမယ်။ သူ့အလိုက်သင့် ကလေးသာ မှတ်ပေးစမ်းပါ။ အိပ်နေတုန်း တမင်



လုပ်ပြီး အသက်ရှူပေးနေရသေးသလား။

‘မရှူပေးရပါဘုရား...’

ဒါဖြင့် ဝင်လေ ထွက်လေသည် တို့လုပ်လို့ ဖြစ်တာလား။ သူ့ဟာသူဖြစ်တာလား။

‘သူ့ဟာသူ ဖြစ်တာပါဘုရား...’

သူ့ဟာသူ ဝင်နေပုံ၊ ထွက်နေပုံကလေး မှတ်ပေးရာမှာ ဝင်ရင်ဝင်တယ်လို့ မှတ်ပေးလိုက်ရုံပါပဲ။ တရားသူကြီးဆိုတာ တရားခံဖြောင့်ချက် ပေးတဲ့ အတိုင်းသာ မှတ်နေရုံပဲ။ တရားခံက ‘ဒီလို’ ဆိုရင် တရားသူကြီးက ‘ဒီလို’ လို့ပဲ မှတ်ချက်ရေးလေ့ရှိပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ သတိသည် တရားသူကြီးပဲ။ ထွက်တော့လည်းထွက်တယ်လို့ပဲ အစွဲသိက မှတ်ပေးလိုက်ရုံပါပဲ။ ခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင်ကျကျထားပြီး ဝင်လာမှန်းသိရင် ဝင်တယ်လို့ မှတ်လိုက်ရုံပဲ။ ထွက်သွားတော့လည်း ထွက်တယ် မှတ်လိုက်ရုံပဲ။ သူတို့... တို့သလိုမှတ်... ရှည်... ရှည်သလိုမှတ်... တို့တာကို ရှည်အောင် မလုပ်ပါနဲ့။ ရှည်တာကို တို့အောင်မလုပ်ပါနဲ့။ လုပ်ရင် ပင်ပန်းလိမ့်မယ်။

ခေါင်းလည်းမအေးဘူး။ စိတ်လည်း အထိုင်မကျသေးဘူးဆိုရင် ဘဝင်လေအောက်က ပင့်တင်

အောင်ဇော်စာပေ



ထားရင် တိုတိုပဲ ဝင်မှာပဲ။ ခေါင်းအေးပြီး စိတ်အထိုင် ကျသွားရင် သူ့အလိုလို ရှည်လာပါလိမ့်မယ်။ ရှည်ရင် ရှည်တယ် မှတ်ပေးရုံပဲ။ ဒီတော့ နှာသီးဝသည်ကာယ၊ ဒီမှာ ဝင်လေထွက်လေကလေး လာတိုက်မှာထင် တယ်။ ဝင်လေ ထွက်လေက အပြင်ကလာတဲ့အတွက် ဧည့်သည်။ တို့နှာသီးဝက အိမ်ရှင်။ ဒီတော့ အိမ်ရှင် နေရာက ထိုင်မှတ်နေရင် ဧည့်သည်နောက်လိုက်ဖို့ လိုသေးလား။ သူ့အလိုက်သင့်လေး မှတ်ပေးနေရုံပဲ။ အဲဒီတော့ နှာသီးဝနဲ့လေနဲ့ တိုက်တာလေးကို ‘မပြီး မချင်း’ မှတ်ပေးစမ်းပါ။ မပြီးမချင်းဆိုတာနဲ့ ‘အစ အလယ် အဆုံး’ ဆိုတာ အတူတူပါပဲ။ တစ်နည်းအား ဖြင့် ဝင်စမှ ဝင်ဆုံးအထိ အဆက်မပြတ် တရစပ် မှတ် ပေးပါလို့ ဆိုလိုတာ။ ကုလားမကြေးတွန်းသလို မှတ် ပါ။ ဘယ်နားမှ ချန်မထားနဲ့။ အလစ်အလပ် မရှိပါ စေနဲ့။ အဲဒါကို ‘အနု’ လို့ခေါ်တယ်။ အဆက်မပြတ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဝင်စလေးတော့ မှတ်ပါရဲ့။ အလယ် မမှတ် အဆုံးမမှတ် ပေါ့တော့တော့ လုပ်နေမှာစိုးလို့ ညွှန်ကြားထားတာ။

ပြီးတော့ ခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင်ကျကျ ထားပေးစမ်းပါ။



ပွဲကြည့်သူတစ်ဦးက လင်သေပြီးစ မယားသေ  
ပြီးစ ပွဲကြည့်နိုင်သလား။

‘မကြည့်နိုင်ပါ ဘုရား...’

ကုန်ရှုံးတဲ့အချိန်ရော။

‘မကြည့်နိုင်ပါ ဘုရား...’

အမှုဖြစ်နေတဲ့အချိန်ရော။

‘မကြည့်နိုင်ပါ ဘုရား...’

ခေါင်းအေးပြီး စိတ်ကြည်သာချိန် ပွဲကြည့်ကြ  
တာပါဗျာ။ ဒါမှ ပွဲအရသာ တွေ့တတ်တာပါ။ ဒီလိုပဲ  
သောကကင်းကင်းနဲ့ ပွဲကြည့်သလို ဒီမှာလည်း ငါဆို  
တာကြီး ဝင်မရှုပ်ဘဲ သတိကလေး တစ်လုံးနဲ့ ကြည့်  
နေစမ်းပါ။ ခေါင်းမအေး စိတ်အထိုင်မကျရင် ဘဝင်  
လေမငြိမ်ဘူး။ ဘဝင်လေမှ ပုံမှန်မဖြစ်ရင် ဝင်လေ  
ထွက်လေလည်း ပုံမှန်မဖြစ်ဘူး။ လေနဲ့နှာသီးဝ တိုက်  
အားမကောင်းနိုင်တော့ဘူး။ တိုက်အားမကောင်းရင်  
မှတ်အားလည်း မကောင်းတော့ဘူး။

ပြီးတော့ ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံးကလေး ဂရုစိုက်  
ပေးစမ်းပါ။

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံးမှာ  
လေက အားပျော့သွားတဲ့အတွက် သတိက ထွက်စရာ



# မောင်သွေးချွန်

ရှိ အဲဒီက ထွက်မှာ။ ခွေးတိုးပေါက်ရှိတဲ့နေရာ ဖာရ  
ကာရ ပိတ်ဆို့ရသလို သတိပိုစိုက်ရပါလိမ့်မယ်။ ဒီ  
တော့... အနှစ်ချုပ် (၃)ချက်ကတော့...

၁။ နှာသီးဝနဲ့ လေနဲ့တိုက်တာကို အဆက်  
မပြတ် မှတ်ပေးပါ။

၂။ ခေါင်းအေးအေးစိတ်အထိုင်ကျကျ ထား  
ပေးပါ။

၃။ ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံးကလေးကို ဂရုစိုက် မှတ်  
ပေးစမ်းပါ။

ဒီလိုဆို နှာသီးဝကာယနုပဿနာ လုံလောက်  
ပါတယ်။ ဒါ... မသေမချင်း မှတ်ထားကြစမ်းပါ။  
ဝင်တယ် ထွက်တယ် သတိမှတ်ပါစို့။ စိတ်ကိုပါ ချုပ်  
ထားတာမျိုးလည်း မလုပ်ပါနဲ့။ စက်ဘီးအစီးသင်  
ကာစ ဘရိတ်ကိုပါ ချုပ်ထားသလို ဖြစ်နေမယ်။ စိတ်  
ချုပ်တော့ ရုပ်နာမယ်။ ပြီးတော့...တို့ ရုပ်ကြီး ခိုင်း  
စားလာတာ ဘယ်လောက်ကြာပြီလဲ။ ဒီတော့ ဒီရုပ်  
ကြီးရဲ့ ရိုးတွင်းခြင်ဆီအထိ အပြင်ပူတွေက ခိုအောင်း  
နေခဲ့တာ။ အတွင်းကကော ရွာထဲလုပ်တာ တွေမှန်  
သမျှ သောကနဲ့လောဘနဲ့ အပေးအယူလုပ်လာကြ  
တာဆိုတော့ အတွင်းပူလည်း အားကြီးပြီးသား။ ဆို

အောင်ဇော်စာပေ



လိုတာက ကိလေသာမာန် ရှိနေတဲ့အတွက် ခန္ဓာမာန်  
ကလည်း တော်တော်နဲ့ကျပါ့မလား။

‘မကျပါဘုရား...’

စိတ်ချုပ်လို့ ရုပ်နာတာရယ်။ ခန္ဓာမာန် ခံနေ  
တာရယ်ကြောင့် ဆယ်မိနစ်လောက် ထိုင်ကာရှိသေး  
နာကျင်ကိုက်ခဲမှု ပေါ်လာမှာပဲ။ ဒီတော့ စွဲစိတ်  
ကလည်း နှာသီးဝကနေ နာတဲ့ဘက်သွားတာ များ  
လာမယ်။ အဲဒီမှာ သတိ တရားသူကြီးက နာတဲ့ဘက်  
သွားပြီး ရုံးထိုင်ပေးပါ။ ဒီလိုမှ မှတ်မပေးရင် ‘ငါနာ  
တယ် ငါနာတယ်’ ဆိုတဲ့ ငါစွဲကပဲ အနိုင်ယူသွားလိမ့်  
မယ်။ ဒီတော့ ဝေဒနာနုပဿနာ ရှုပေးပါလို့ ဆိုပေ  
မယ့် တကယ်ကတော့ ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုနေတာနော်။  
အားထုတ်ကာစ ယောဂီတစ်ယောက်ဟာ ဒုက္ခနဲ့ပဲ  
ရင်းရတာပါ။ နာပြီဆိုရင် ခြေမျက်စိဖြစ်စေ၊ တင်ပဆုံ  
ဖြစ်စေ အောက်ပိုင်းကပဲ အနာပိုများပါတယ်။ အပေါ်  
ပိုင်း တစ်ခုလုံးကို ထမ်းထားရတာကိုး။ နာရင် နာ  
တယ်။ ကျင်ရင်ကျင်တယ်။ ကိုက်ရင်ကိုက်တယ်။  
အခဲကြီးဆို အခဲကြီး။ အစွဲသိက ဒီလိုမှတ်ပေးနေပါ။  
နာတာနဲ့ သိတာ တရားလို တရားခံ နှစ်ယောက်က  
တွေ့နေပြီ။ ကြားထဲက သတိဆိုတဲ့ တရားသူကြီးက



လာဘ်စားပြီး ဘက်လိုက်လို့ ရပါ့မလား။

နာရင် နာတာသာ မှတ်နေလိုက်ရင် ငါဆိုတာ လည်း မဝင်တော့ဘူး။ ခြေသလုံးကြီးရယ်၊ တင်ပါး ကြီးရယ်လို့လည်း ပညတ်တွေ မဝင်သာတော့ဘူး။ ဒီလိုဆို နာတာနဲ့သိတာ ဒီနှစ်ခု အလုပ်လုပ်နေပုံ မြင် တော့မယ်ထင်တယ်။ ဒီလို နာနေတာကို ဣရိယာပုဒ် ပြောင်းပြီး ကုစားမယ့်အစား အမှတ်ကလေးနဲ့ ကုစား လိုက်ရင်ကော ချမ်းချမ်းသာသာ မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။

‘ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

တကယ်လို့ ယောဂီတို့အာရုံ မထားတတ်လို့ ဘက်လိုက်နေလို့ရှိရင် နာတာမှတ်လေ နာလေပဲ။ နာ တယ်မှတ်လေ သူ့အနာ ဖော်ပေးသလို ဖြစ်နေတတ် တယ်။ သူ့နာတာ ငါနဲ့မဆိုင်ဘူးဆိုတဲ့ တရားသူကြီး နေရာက မှတ်ပုံမျိုး မှတ်တတ်ရမယ်။ အာရုံထားတတ် ရင် သူ့အနာ သူ့ဟာသူ မာန်ကျသွားပြီး ပျောက်သွား ပါလိမ့်မယ်။ ပျောက်ဖို့ထက် သိဖို့လည်း လိုပါသေး တယ်။ ပျောက်ပြီးရော မလုပ်ပါနဲ့။ နာတာလေးရဲ့ အဆင့်ဆင့် ပျောက်သွားတယ်ဆိုတာ တက်လာရင် လည်း ဘယ်လိုအနာတက်လာတယ်ဆိုတာ မှတ်ရင်း က သိနေပါစေ။



အောက်ပိုင်းကတက်ရင် ခြေမျက်စိကတက်  
 တက်၊ ခြေသလုံးကတက်တက် တင်ပဆုံမှာ ဆုံးသွား  
 ပါလိမ့်မယ်။ တင်ပဆုံသည် သူ့ရဲ့စုရပ်ပဲ။ တကယ်  
 လို့ နောက်ကတက်ရင် ခါးဆစ်ရိုးကတက်ရင် လက်  
 ပြင်ညွန့်မှာဆုံးမယ်။ ဒီထက်အားကောင်းရင် ပခုံးအိုး  
 မှာ ဆုံးမယ်။ ဒါပဲ သူ့ရဲ့အတက်အကျ အပြင်း အပျော့  
 ဒါကိုမြင်အောင် ခေါင်းအေးအေးနဲ့ မှတ်ပေးစမ်းပါ။  
 စိတ်အထိုင်မကျလို့ အထက်ပိုင်းကတက်လို့ရှိရင်  
 လကျာဘက် ဆီးစပ်အောက်က ထောင့်တန်းတက်  
 တတ်ပါတယ်။ ဘယ်လိုတက်တက်ခေါင်းအေးအေးနဲ့  
 သာ မှတ်နေစမ်းပါ။ တရားသူကြီးတစ်ယောက် ဘာ  
 အမှုလာလာ ပျာယာမခတ်ပါဘူး။ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်  
 နဲ့ စစ်ချက်ယူနေတာပဲ မဟုတ်လား။

နှာသီးဝကာယမှာ သတိ အထိုင်ချထားခြင်း  
 သည် အဓိကပင်တိုင်...။

ဒါပြီး...ဒုတိယဦးစားပေးက ဝေဒနာ...၊ ဘာ  
 ဖြစ်လို့တုန်း...ကိုယ်တွေ့မို့လို့ ပြီးတော့ ဒီနှစ်ခုသည်  
 တရားလို တရားခံ ဆုံနေလို့...။ တရားလို တရားခံ  
 စုံမှ အမှုပေါ်နိုင်ပါသဗျာ။ ပေါ်စရာရှိရင် ဒီနှစ်ခုက  
 ပေါ်မှာပါဗျာ။ စိတ္တာနုပဿနာဆိုတဲ့ ဖြစ်တည်ခဲ့တဲ့

အောင်ဇော်စာပေ



# မောင်သွေးချွန်

အတိုင်းဆို တွေးမှု၊ တောမှု၊ ကြံသိမှု ဆိုတာက  
တရားခံပြေး လိုက်ဖမ်းတာ၊ အတိတ်ကို စိတ်သာ  
သွားနိုင်တာ။ ရုပ်လိုက်နိုင်သလား အနာဂတ်ကို စိတ်  
သာသွားနေတာ၊ ရုပ်လိုက်နိုင်သလား။ ဒီလိုဆို...စိတ္တာ  
နုပဿနာမှာ တရားလို တရားခံ စုံရဲ့လားဟေ့။

‘မစုံပါ ဘုရား...’

ဒီလိုဆို သူ့ဦးစားပေးပြီး မှတ်လို့ဖြစ်ပါ့မလား။

‘မဖြစ်ပါ ဘုရား...’

သို့သော်... သူမမှတ်လို့ရှိရင် သူ့ဆီကလည်း  
ကိလေသာ မဝင်နိုင်ဘူးလားဟေ့။

‘ဝင်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒီတော့ စိတ္တာနုပဿနာ မှတ်တာဟာ ဝင်လာ  
မယ့် ကိလေသာကိုလည်း ကာဆီးပြီးသား၊ ရှုကွက်  
ထဲက ထွက်ပြေးတဲ့ တရားခံလည်း ဖမ်းပြီးသား၊ ဖြစ်  
နိုင်တယ်နော်။ ပြီးတော့ တရားခံပြေး ပြေးတယ်ဆို  
တာ အာရုံတွေဆီ ပြေးတာဆိုတော့ အာရုံတွေလည်း  
ဖျက်ဆီးပြီးသား။ ဒါဖြင့်... စိတ္တာနုပဿနာကလည်း  
အကျိုးသုံးချက် မရနိုင်ပေဘူးလား။

‘ရနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒီလိုဆိုရင်... တွေးနေ ကြံနေလို့ တရားပျက်



တယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါဦးမလား။ အဲဒီ တွေးတာ ကြံတာ သည်ပင် ကုန်ကြမ်းပစ္စည်း မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။ သူ့ မှတ်ပြီး အမှတ်တက်အောင် လုပ်ရမှာ။ ဒီတော့...နာ သီးဝက မှတ်မှတ်၊ နာတာကျင်တာ မှတ်မှတ်၊ တွေး တာ ကြံတာ မှတ်မှတ်... ခွေးကိုက်လို့ ရရ၊ တုတ်ပစ် လို့ရရ...။ ရတာ လိုရင်းပဲ အမှတ်မလွတ်ရင် ကျေနပ် ပြီ။ ဒီတော့ တရားရှာခိုင်းနေတာလား။ အမှတ်ခိုင်းနေ တာလား။

‘အမှတ်ခိုင်းနေတာပါ ဘုရား...’

လွယ်ပါသဗျာ။ သတိကလမ်းပြ ကိုယ်က နောက်လိုက်၊ သတိနဲ့ကိုယ် ရင်းနှီးအောင်သာ လုပ် ပါ။ ရင်းနှီးလာပြီဆိုရင်တော့ သတိဘက်ကလည်း သံယောဇဉ်ရှိလာနိုင်ကောင်းပါရဲ့။ ဒီလိုဆို...စောင့် ခေါ်တန် ခေါ်ကောင်းပါရဲ့။

ဒီတော့ ထိုင်ပြီး မှတ်နေတုန်းများဆို...မျက်စိ က ပိတ်ထားတော့ ကြားတာနဲ့ နံတာ တစ်ခုခုတော့ ရှိနေမှာပဲ။ ဝင်တယ်ထွက်တယ်လည်း မှတ်နေရတော့ ကြားရတဲ့အထဲလည်း စိတ်ဝင်စားစရာတွေက ပြော သွားတော့... ဘယ်နှယ့်လဲ နာသီးဝမှာပဲ မှတ်ရမ လား။ ကြားတာကိုပဲ မှတ်ရမလား။

အောင်ဇော်စာပေ



‘ကြားတာကိုပဲ မှတ်ရမှာပါဘုရား...’

ဟုတ်ရဲ့လား။ ဒါ... သတိလေးတစ်လုံးနဲ့ အလုပ်ဖြစ်ပုံကို ပြောနေတာ။ နှာသီးဝတစ်ချက်တည်း မှတ်တာကတော့ ဝေဘူဆရာတော် ဘုရားကြီးတို့လို ဝီရိယဗိုလ်နဲ့ သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သာ ရနိုင်တာ။ တို့က... ဝီရိယဗိုလ်တွင် မတတ်နိုင်လို့ ဆေးစက်ကျရာ အရပ် ထင်ရမှာ ထင်တယ်။ စိတ်သွားရာ သတိကလေးက လိုက်မှတ်ပေးနေရာမှာ ဗိုလ်ငါးပါးထဲမှာ တို့က သတိ ဗိုလ်နဲ့ သွားရမှာ။ ဒါ...အလွယ်ဆုံးနည်း၊ ဘုရားရှင် လက်ထက်တုန်းက သာဝတ္ထိ ရွာသူရွာသားတွေ သုံး တဲ့ ‘ရွာသုံးကမ္မဋ္ဌာန်း’ ပါ။ အဲဒီတုန်းက ၁၂ နှစ်၊ ၁၃ နှစ်သား သမီးလေးတွေတောင် သောတာပန် တည် ကြတာ။ ဝိသာခါတို့ဆို ခုနစ်နှစ်သမီးနဲ့ သောတာပန် ဖြစ်ခဲ့တာ။

ရွာထဲမှာလည်း ဒီကမ္မဋ္ဌာန်း အသုံးတည့်လှပါ သဗျာ။ ဘာလုပ်လုပ်...အလုပ်ပေါ် သတိတင်ထား၊ အလုပ်လည်း ပြီးတယ်။ မှတ်ပြီးသားလည်း ဖြစ် တယ်။ နှာသီးဝ တစ်ချက်တည်းဆို မရမှာစိုးလို့... သတိနဲ့ လိုက်မှတ်တဲ့နည်း ပေးထားတာပါဗျ။ အသံ လေးကြားလိုက်လို့မှ သတိနဲ့ မမှတ်နိုင်ရင် ဒီနေရာက

ကိလေသာ ဝင်တော့မယ်။ ဒီတော့ ကြားရင် ကြား  
တယ်၊ နားထိပ်က မှတ်ချလိုက်။ ကြားတဲ့နောက်  
ကိုယ့်စိတ်ကလေး ပါမသွားရင် တော်ပြီ။ ဒါ...ဖြစ်  
ပျက်မြင်အောင် ခိုင်းနေတာ မဟုတ်သေးဘူး။ မြင်  
ဖို့ရာကော လွယ်ပါ့မလား။

‘မလွယ်ပါ...ဘုရား...’

ဘာဖြစ်လို့တုန်း...။ အငွေ့တိုက်ဖြစ်လို့ နူးညံ့  
လွန်းလို့ အထက်ဉာဏ်ကျမှ အသံတစ်ချက် ဒက်ခနဲ  
တိုက်ရင် နားမွေးနှင့်တကွ သိမ့်သိမ့်တုန် ဗြဲနဲခနဲ  
ကွဲသွားတာ မြင်နိုင်တယ်။ အောက်ဉာဏ်မှာတော့  
‘အမှတ်ရ’ တော်ပြီ။ ဒီတော့ နားထိပ်ကနေ ကြားတယ်  
ကြားတယ် မှတ်နေရင်...တို့စိတ်အာရုံ နောက်ပါဦး  
မလား။ အာရုံနောက်က ကိလေသာရော တို့စိတ် ဝင်  
ကပ်နိုင်ပါ့ဦးမလား။

ဒီ နုပဿနာလေးချက်နဲ့ သူပေါ်ရာ...ပေါ်ရာ...  
လိုက်မှတ်နေရမှာ၊ စာကတော့ ပင့်ကူကြီးနဲ့ ဥပမာ  
ပေးသဗျာ။ ပင့်ကူကြီးက ကွန်ယက်ကြီးနဲ့သားကောင်  
ဖမ်းဖို့ ဆင်ထားတယ်။ သူက အလယ်ဗဟိုမှာ အမြဲ  
ထိုင်နေတယ်။ သားကောင်က အပေါ်မှာ ငြိရင် အပေါ်  
တက်စားတယ်။ ပြီးရင် ဗဟို ပြန်ထိုင်တယ်။ အောက်



မှာ မိနေရင် အောက်ဆင်းစားတယ်။ စားပြီးတော့ သူ့  
 နေရာသူ ပြန်နေတယ်။ ဝဲဘက်ယာဘက် ဘယ်မှာ  
 မိမိ မိရာသွားစားပြီး နဂိုနေရာပြန်ထိုင်တာပဲ။ ဒီမှာ  
 လည်း နှာသီးဝကို ဗဟိုထားပြီး နာရင် နာတဲ့နေရာမှာ  
 လိုက်မှတ် ပြီးရင် နှာသီးဝ ပြန်မှတ်။ အတွေးအကြံ  
 ပေါ်ရင် ပေါ်ရာလိုက်မှတ် ပြီးရင်...နှာသီးဝ ပြန်မှတ်  
 ကြားတာနဲ့ ပေါ်ချင်ရာပေါ် ပေါ်ရာမှတ်။ ပြီးရင်...  
 နှာသီးဝ ပြန်မှတ်။ ဒီလိုဆို သတိလွတ်ပါဦးမလား။  
 ‘မလွတ်တော့ပါဘုရား...’

သတိမလွတ်လို့ မှတ်အားတက်ရင် မှတ်ဉာဏ်  
 တက်လာလိမ့်မယ်။ မှတ်ဉာဏ်တက်လာရင် အသိ  
 ဉာဏ်က သူ့ဟာသူ ပွင့်ရတာ။ ဒီနေရာမှာ ကလေး  
 ပွဲကြည့်မဖြစ်ဘဲနဲ့ လူကြီးပွဲကြည့် ဖြစ်အောင်လုပ်ပါ။  
 ကလေးပွဲကြည့်တော့ ဘာဖြစ်လဲ။ လူကြီးနဲ့အတူတူ  
 ကြည့်တာပဲ။ ဒီဇာတ်ခုံပဲ၊ လူကြီးပွဲကြည့်ကတော့  
 ဇာတ်ရည်လည်အောင် ကြည့်တတ်တယ်။ ယောဂီ  
 တို့လည်း ကလေးပွဲကြည့်သလို ကြည့်နေလို့ကတော့  
 မှတ်သာ မှတ်နေတယ် ဘာမှ သိမှာမဟုတ်ဘူး။

ဝင်တယ်... ဘယ်လိုဝင်တာလဲ။ ဆင်ခြင်စိတ်  
 ကလေး ကပ်ပေးရတယ်။

ထွက်တယ်... ထွက်တာလေး ဘယ်လိုနေသလဲ၊ ကပ် သုံးသပ်ပေးရမယ်။

မစားဘူးတဲ့ အစားအစာကလေး စားတဲ့အခါ ဘယ်လိုလဲဆိုတာ သိရအောင် ဆင်ခြင်စိတ်နဲ့ စားသလို ဝင်ရင်ဝင်တဲ့အကြောင်း၊ ထွက်ရင်ထွက်တဲ့အကြောင်း ဆင်ခြင်စိတ်ကလေး ပါပေးပါ။ ဒါ... အရေးကြီးပါတယ်။ လောကမှာ အပြောကွဲနေတာ မှန်သမျှ သဘောကွဲနေလို့...၊ ဝင်တယ်တဲ့၊ ထွက်တယ်တဲ့။ အပြောကွဲနေပြီဆိုတော့ သဘောချင်းလည်း ကွဲနေမှာပဲ။ ထန်းလျက်တဲ့... ကြံသကာတဲ့... ဗျ။ ဘာသဘောရှိသလဲဗျ။

‘ချိုတဲ့သဘော ရှိပါတယ် ဘုရား...’

အေးဗျ။ ဒီမှာလည်း ဝင်လေက ဒီအတိုင်း ဝင်လာတာ မဟုတ်ဘူး။ နှာသီးဝကို ထိပြီးမှဝင်လာတာ။ ထွက်လေကလည်း လွတ်လွတ်ကျွတ်ကျွတ် ထွက်သွားတာ မဟုတ်ဘူး။ နှာသီးဝကို ထိပြီးတော့မှ ထွက်သွားတာ။ ဒီနေရာမှာ ထိဝင် ထိထွက် ထိတာက ချိုတဲ့သဘော။ သို့သော် ထန်းလျက်နဲ့ ကြံသကာ ချိုပုံချင်း တူသလား။

‘မတူပါဘုရား...’

အောင်ဇော်စာပေ



ဒီမှာကော... ဝင်တော့ဖိတွန်းဗျ၊ ထွက်တော့ လှန်တွန်းဗျ။ ခံရတာချင်း မတူဘူး။ ဘာတွေ မတူ သလဲ။ အပူအအေးချင်း မတူတာ၊ အနွေးအမြန် အလေးအပေါ့ချင်း မတူတာ။ အတိုအရှည်ချင်း မတူ တာ။ လူကြီးပွဲကြည့်ဖြစ်ခဲ့ရင် တစ်ခုခုတော့ တွေ့ရ မယ်။ အဝင်အထွက် မတူတာ တစ်ခုခုတော့ တွေ့ရ မယ်။ ‘အေးသည်... နွေးသည်’ ဆိုတာတော့ တွေ့ တတ်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်း... အတိုက်ဘက်က အားကောင်းတာကိုး။ လေဘက်က ဝါယောနဲ့တေ ဇော မဟုတ်ဘူးလား။ အခံဘက်က...တို့ဘက်က ပထဝီနဲ့ အာပေါ မဟုတ်ဘူးလား။ အဲဒီတော့ အတိုက် ဘက်က ခေါင်းဆောင်သည် တေဇောဖြစ်တဲ့အတွက် ‘အေးမှု၊ နွေးမှု’ ပထမဆုံး တွေ့တတ်ပါတယ်။ ဆင် ခြင်စိတ်ကလေး ကပ်ပါနေရင် သိနိုင်တာကလေး ပြောပြတာပါ။

ကဲ...စကြိုန် ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာရောဗျ။

ထိုင်ရာက ထတော့မယ် ဆိုပါစို့။ ဘယ်သူက အရင်လာသလဲ။ တော်ချင်စိတ် (ဣရိယာပုဒ် ပြောင်း ချင်စိတ်) က အရင်လာတယ်။ ပြောင်းချင်ရင်... ပြောင်းချင်တယ်... ပြောင်းချင်တယ် မှတ်ပေးနေ...

သူ ဘာလုပ်မလဲ ကြည့်သာနေ...။ အဲဒီကနေ လက်  
 ပြင်ချင်စိတ် ဖြစ်လာမယ်။ ဖြစ်လာတော့ ပြင်ချင်တယ်  
 ပြင်ချင်တယ်၊ မှတ်ဗျ။ ပြီးတော့ တင်ပလွင်ခွေကြီးထ  
 ပြီးတော့ ဖျက်ခိုင်းလိမ့်မယ်။ စိတ်ကလေ... ထမယ်  
 ဆိုတော့ ဘုရားဦးတိုက် ရလိမ့်ဦးမယ်။ ဘုရားဦး  
 တိုက်တာတောင် မော့လိုက်ဦးကွ... ချလိုက်ဦးကွ...  
 ချလိုက်ဦးကွနဲ့ ဘယ်နှခါခိုင်းသတုန်း။

‘သုံးခါ ခိုင်းပါတယ် ဘုရား...’

ဒါပြီးမှ ထချင်စိတ်က ခိုင်းမှ ထရတာဗျ။ ထ  
 ပြီးတော့ ဘယ်သွားသလဲ၊ ထတဲ့အတိုင်းသာ ဆက်  
 သွားရင်တော့ ရှေ့က ဘုရားရုပ်ပွားတော်ကြီးနဲ့ တိုက်  
 မိတော့မှာပဲ။ အဲတော့... လှည့်ချင်စိတ်လာမယ်။ အဲ  
 ဒီမှာ ပြဿနာပေါ်ပြီ။ အဲဒီမှာ ဘယ်နဲ့ ညာ လုကြ  
 တော့မယ်။ ဘယ်နဲ့ညာ သူသွားချင်သလို သွားမရ  
 ဘူး။ စိတ်က ရောက်ရာ...စိတ်ခိုင်းရာက သွားရတာ၊  
 ဒီကိုယ်ကြီးကို စိတ်က အဆင့်ဆင့် ဘယ်လို ခိုင်း  
 သွားသလဲဆိုတာ မြင်အောင်ကြည့်... ဒါ တရားပဲ  
 မဟုတ်လား။

အဲဒီကနေမှ... ဘယ်လှမ်းသည် ညာလှမ်း  
 သည်နဲ့ နွားနှစ်ကောင် ကြိမ်တို့ပြီး ခိုင်းနေသလို စိတ်



က ရုပ်ကို ခိုင်းနေတာ။ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာလည်း ဒီလိုပဲ။ လမ်းဆုံးတာနဲ့ ‘ရုပ်တော့’ဆို သွားနိုင်သေးလား။ သစ်ငုတ်တိုကြီးလိုပဲ ဒီတော့လည်း... ‘ရုပ်တယ်... ရုပ်တယ်’ နဲ့ သူရှိနေတဲ့အတိုင်းသာ မှတ်ပေးနေပါ။ ပြီးတော့ ပြန်လှည့် ဘယ်နဲ့ညာနဲ့ လာလိမ့်ဦးမယ်။ စိတ်ခိုင်းရာ ကိုယ် အလုပ်လုပ်နေပုံကို သတိက မှတ်ချက် ယူပေးစမ်းပါ။

ထိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ သွေးလေ အသွားအလာ မမှန်တာတွေ၊ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ မှန်လာလိမ့်မယ်။ အာရုံအငြီးပြေပြီး ဆန္ဒအားလည်း တစ်ဖန် ပြန်တက်လာလိမ့်မယ်။ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်း အောင်လေလေ... ထိုင်တဲ့နေရာမှာ သက်သာလေပဲ။ စင်္ကြန် ကမ္မဋ္ဌာန်း ပျင်းလေလေ ထိုင်တဲ့နေရာမှာ ဒဏ်ပိလေလေပဲ။ ဒါကြောင့် ထိုင်ပြီး စင်္ကြန်၊ စင်္ကြန်ပြီး ထိုင် အမြဲလုပ်နေရမှာ။ အထွေထွေ အမှုအရာပိုင်းကတော့ မလွဲသာလို့ လုပ်နေရတာ။ နိုးချိန်က အိပ်ချိန်အထိ အဲဒီမှာလည်း သေသေချာချာကြည့်ဗျ။ စိတ်က အရင်နိုးတာ မျက်လုံးမဖွင့်သေးဘူး။ ဖွင့်ချင်တယ်... ဖွင့်ချင်တယ်... ဒီလိုလာတာ ဖွင့်ပြီး... အပေါ်ပိုင်းကိုယ်ကြီး တစ်ခုလုံး ထောင်ခိုင်းလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့... အောက်

ပိုင်းကိုယ်ကြီး ပင့်တင်ပေးမယ်။ ဒါပြီးမှ သွားစရာ ရှိတာ သွား။ သူ လုပ်နေပုံကို မှတ်ချက်ယူပေးစမ်း။ စိတ် ဘယ်လိုခိုင်းနေလဲ။ ကိုယ် ဘယ်လိုလုပ်နေ သလဲ။ ဒါသိစေချင်တာ။

အပေါ့ အခင်းသွားလည်း ထင်ရှားရာ မှတ်နေ ရမယ်။ စားတော့လည်း ဒီအတိုင်းပဲ။ အထိုင် အထ အကိုင်အတွယ် အကုန်မှတ်နေရမယ်။ အထိုင်နဲ့အထ အပြောချင်းတူသလားဗျ။

‘မတူပါ ဘုရား...’

မတူရင် သဘောချင်းလည်း မတူဘူး။ မြင် အောင် ကြည့်ပေးစမ်းပါ။

ရေချိုးတော့ကော ခွက်ကိုင်ခိုင်း၊ ခပ်ခိုင်း၊ မြှောက်ခိုင်း၊ လောင်းခိုင်း... တစ်ခွက်ထပ်ခပ်၊ သူ အားမရမချင်း ခိုင်းနေလိမ့်မယ်။ သူအားရလို့ တော် ပြီဆိုတော့ ထပ်ခပ်သေးလား။

‘မခပ်တော့ပါဘူး ဘုရား...’

ဘာမှ မတတ်နိုင်ဘူး။ ဒီတော့ ဘယ်မတုန်းဗျ ငါပိုင်တယ်ဆိုတာ မြင်အောင်ကြည့်ကြစမ်းပါ။ ဒီ တော့ ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းက လွဲလို့ အထွေထွေ အမူအရာတွေကို ပိုက်စိပ်တိုက်ပြီး မှတ်



# မောင်သွေးချွန်

ပေးစမ်းပါ။ အိပ်တာတောင် မလွဲသာလို့ ယောဂီတို့ အနားပေးတာ။

ဘုရားလက်ထက်တုန်းက... ပုထုဇဉ်ယောဂီ များဆိုရင် လေးနာရီ နားနေချိန်ပေးသတဲ့။ အိပ်ချိန် လို့ မသုံးဘူးကွဲ့။ ထိနမိန္ဒက ကိလေသာဖြစ်တဲ့ အတွက်လေ... ကိလေသာ အားပေးရာကျမှာစိုးလို့ နားချိန်လို့ သုံးပါတယ်။ တို့ယောဂီများအတွက်တော့ ဒီမှာ ခြောက်နာရီ (၆)နာရီ ပေးထားတယ်။ ည ကိုး နာရီက မနက် သုံးနာရီအထိ... နားချိန်ဆိုပြီး စိတ်ကို လွတ်မပစ်လိုက်ပါနဲ့...။ အိပ်တာတောင် အိပ်ချင် တယ်... အိပ်ချင်တယ် မှတ်ပေးစမ်းပါ။ မှတ်ရင်း မှတ် လျက်က မျက်လုံးလေးများ ကျယ်သွားရင် ဆက်မှတ် စမ်းပါဦး။

အဲဒီမှာ စွဲစိတ်က ‘အဖျက်ဝင်လိမ့်မယ်’။ ယောဂီတို့ မနက်ကျ စောစောထရမှာ အိပ်ရေးပျက် နေမှဖြင့်နဲ့... သူပြောတိုင်း မယုံနဲ့။ မှတ်စရာရှိတာ ဆက်မှတ်ပေးပါ။ ရှေ့တန်းရောက်နေတဲ့ ရဲဘော် ဟာ အိပ်တာတောင် လက်နက်ကလေးပိုက်အိပ်သလို သတိကလေးပိုက်ပြီး အိပ်ကြစမ်းပါ။ ဒီလိုသာ မှတ် လျက်အိပ်သွားရင် နိုးတော့လည်း မှတ်လျက်က နိုး

လာပါလိမ့်မယ်။ မှတ်အားမရှိရင် နိုးတာနဲ့ အသစ်ပြန်  
ဖြစ်နေမယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်း... အိပ်တယ်ဆိုတာ သေ  
သွားတာ။ ဒီတော့ နောက်နေ့မနက်ကျတော့ ဘဝသစ်  
ပြောင်းပြီး နံပါတ်တစ်က ပြန်စကြဦးစို့။

အိပ်ခါနီး ဂနနည်း (အရေအတွက်နည်း) နဲ့  
မှတ်တယ်ဆိုပါစို့။ ဝင်တယ် ထွက်တယ်... တစ်...၊  
ဝင်တယ်... ထွက်တယ်...နှစ်...၊ ဒီလို မှတ်လာတာ  
'ဝင်တယ် ထွက်တယ် တစ်ရာ' မှာ အိပ်ပျော်သွား  
တယ်ဆိုပါစို့။ နိုးလာတော့ 'ဝင်တယ် ထွက်တယ်  
တစ်ရာတစ်' လို့ မှတ်လျက်ကနေ နိုးလာတယ်။ ဒီလို  
ဆို... အမှတ်ချင်း ဆက်မနေပေဘူးလား။ ဒီလိုဆက်  
နေမှ မသေဘူးလို့ ဆိုရတာ၊ နိုးတာနဲ့ အိပ်မှုန်စုံမွှား  
ကျိုးတီးကြောင်တောင်ဆိုရင်... ဒါ သေရာက ထလာ  
တာ။ အခုရော ဘယ့်နှယ်လဲဟေ့... သေကြမှာလား  
ရှင်ကြမှာလား။

‘ရှင်ကြမှာပါ ဘုရား...’

အဲသည့်လောက် မှတ်ပေးစမ်းပါ။ မှတ်အား  
ကောင်းလို့ အိပ်ရေးပျက်တယ် အလုပ်ပျက်တယ် မရှိ  
ပါဘူး။ ဝေဘူဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ သြဝါဒအတိုင်း  
ဆို (၂၄) နာရီတောင် တရစပ် မှတ်စေချင်တာပါ။



အမှတ်မှ အမှတ်သို့ ဆက်နေမှ ရှင်ကြမှာ။ ယောဂီ  
 ဆိုတာ သတိဖြင့်နေလေ့ရှိသူလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။  
 တို့ရဟန်းတွေကျတော့ ဘိက္ခုလို့ ဆိုကြတယ်။ ဘိက္ခု  
 ဆိုတာ ကိလေသာကိုသတ်လျက်ရှိသောသူ၊ ဘိက္ခု  
 ဆိုတာက ရန်သူကိလေသာကို လက်ညှိုးထိုးပြီး ပြော  
 ထားတာ။ ယောဂီဆိုတာက သတိဆိုတဲ့လက်နက်ကို  
 လက်ညှိုးထိုးပြီး ပြောထားတာ...။

ဒီတော့ သတိမရှိတဲ့အချိန် ယောဂီသက်ကြွ  
 ပြီ။ ယောဂီအသက်သေပြီ။

ဒါကြောင့် အိပ်တာတောင် (နားတာတောင်)  
 သတိနဲ့ အိပ်ကြ နားကြစမ်းပါ။ အိပ်လျက်နားလျက်  
 ကပဲ ယောဂီတို့ရဲ့ ရှင်သန်မှုကို ပြကြပါ။ တစ်  
 သံသရာလုံး အိပ်လာခဲ့တာ ဒီနေ့ကစပြီး နိုးနိုးကြား  
 ကြား နေကြစမ်းပါ။ ဒါမှသာ ယောဂီဘဝရဲ့ အနှစ်  
 သာရ တရားစခန်းရဲ့ အဓိပ္ပာယ် ပေါ်လွင်ပါလိမ့်မယ်။

**အညွှန်း** - ၆-၃-၉၉ နတ်တလူတောရတရားစခန်း  
 အပတ်စဉ်(၄) စခန်းဖွင့်မိန့်ခွန်းတော်။

# မသိရာမှ သိရာသို့

တစ်နေ့တာရဲ့ ပြုကျင့်ရမယ့် အလုပ်သုံးပိုင်း (ထိုင်၊ စကြိန်၊ အထွေထွေအမှုရာပိုင်း) ကနေ ထိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်းအကြောင်း ပြောတဲ့အခါ ထိုင်ပုံထိုင်နည်းလို့ ပြောရင် မှတ်ပုံမှတ်နည်းလည်း ပါသွားပြီထင်တယ်။ မှတ်နည်းမှာ နှာသီးက မှတ်နည်းသည် အဓိကပဲ။ ကျန်တာတွေက အရေးကြုံရင် သုံးလို့ရအောင် သုံး တတ်အောင် မှတ်ကျင့်လုပ်ပေးနေတာ ဖြစ်နိုင်လို့ ယောဂီတို့ သတ္တိရှိရင် နှာခေါင်းတစ်ချက်တည်းကို ခွေးနာခဲ သာခဲမှတ်ပါ။ ပိုတောင်ကောင်းသေး။ သတိ ဘယ်မှ မထွက်တော့ဘူး။ ဟိုဟာက မိမိစိတ်ကို မနိုင်

အောင် ဇော်စာပေ



လို့။ ဝီရိယလို့ခေါ်တဲ့ ရဲစွမ်းသတ္တိနည်းလို့သာ စိတ်  
မထွက် တော်ပြီ သို့မဟုတ် သတိမြဲတော်ပြီဆိုပြီး  
တော့ သွားရာသွားရာ လိုက်မှတ်ပေးရတာလေ။  
ဝေဒနာရယ်၊ စိတ္တရယ်၊ ဓမ္မရာယ်က...။

အဲဒီတော့ ယောဂီတို့ တရားဘယ်က ရမလဲ  
ဆိုရင် နှာခေါင်းထိပ်က ရမယ်လို့ မှတ်ထား။ ပြီးတော့  
နှာခေါင်းထိပ် နိဗ္ဗာန်ထိ ရှိတယ်လို့ ဒီလိုလည်း မှတ်  
ထား။ အဲဒီတော့ နှာသီးဝနဲ့လေနဲ့တိုက်တာ မှတ်တဲ့  
ယောဂီ ဘာတွေ့မှာတုန်း။ လေနဲ့ နှာခေါင်းနဲ့တိုက်တဲ့  
အကြောင်းပဲတွေ့မယ်။ ခု...ယောဂီတို့ ဘာတွေ့နေ  
တုန်း၊ ဝင် ဘယ်လိုနေတုန်း။ ထွက်...ဘယ်လိုနေ  
တုန်း ဒီလိုမှတ်ရင်းသွားရမှာ။ နှာသီးဝမှာ တိုးနေတဲ့  
လေဟာ မွေးစက သေအထိ ရှိနေတယ်။ တိုက်လေက  
အေးရင် ဒီနှာခေါင်းအေးမယ်၊ တိုက်လေက နွေးရင်  
ဒီ နှာခေါင်းနွေးမယ်။ အဲဒါ သဲလွန်စ။ ဘာမှ လိုက်ရှာ  
မနေနဲ့။ သူ့ကိုသာ ခေါင်းအေးအေးစိတ် အထိုင်  
ကျကျနဲ့ မှတ်နေရမှာ...။

တရားမတွေ့ဘူး ပြောဖို့လိုသေးလား၊ အဲဒါ  
တရားပဲ။

တိုက်လေကလေးက အေးရင် အသိက ဘယ်

လိုနေမလဲ။

‘အေးတယ်လို့ပဲ သိပါတယ်ဘုရား...’

အေးတာသိတော့ ‘အေးသိ’။ ဒီလိုဆို အပြင် အာရုံ တိုက်ခိုက်တဲ့အတိုင်း နှာခေါင်းလှုပ်ရှား ဖောက် ပြန်နေတယ်။ နှာခေါင်းလှုပ်ရှား ဖောက်ပြန်မှုအတိုင်း အသိကလည်း သိပေးနေရတယ်ဆိုတာ။ ဒါ သဘော ပေါက်စရာ လိုလာပြီ။ တစ်ခါ တိုက်လေက နွေးတော့ နှာခေါင်းကြီး ဘယ်လိုဖြစ်တုန်း။

‘နွေးပါတယ်ဘုရား...’

သိတာကရောဗျ။

‘နွေးတယ်လို့ သိပါတယ်ဘုရား...’

အေးသိလေး ပြောင်းသိလို့မရဘူးလား။

‘မရပါဘုရား...’

ဘာဖြစ်လို့တုန်းဗျ။ ကိုယ်သိချင်တိုင်း သိလို့ မရဘူးလား။

‘မရပါဘုရား...’

အတိုက်ဘက်ကလို့ခေါ်တဲ့ အာရုံဘက်က နွေး နွေးတိုက်ရင် နှာခေါင်းက ဖောက်ပြန်တာလည်း နွေး နွေးပဲ ဖောက်ပြန်မှာဗျာ။ အဲဒီတော့ နှာခေါင်းမှီပြီး သိတာလည်း ကာယဝိညာဉ်လည်း နွေးတယ်လို့ပဲ သိ



# မောင်သွေးချွန်

မှာဗျ။ ဒီလိုဆို တိုက်ခိုက်မှုအတိုင်း ရုပ်ဖောက်ပြန်  
 နေပြီး ရုပ်ဖောက်ပြန်မှုအတိုင်း နာမ်လိုက် သိနေရ  
 တယ်။ ဒါ ဘယ်လိုက်ရှာစရာ လိုသေးတုန်း။ သူများ  
 မေးဦးမလား။ တောက်တဲ့လို့ အော်နေတာ ဘာကောင်  
 လဲ မေးစရာလိုသေးလား။

အာရုံလေးရဲ့ တိုက်ခိုက်မှုအတိုင်း နှာသီးဝ  
 သတိကပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဝင်လေထွက်လေနဲ့ နှာသီးဝနဲ့  
 တိုက်ခိုက်နေတာလေးကို သတိကပ်ပြီး မပြီးမချင်း  
 မှတ်ပေးပါ။ ပထမနေ့က ဒီလို ပြောခဲ့ပါတယ်။ ဘာ  
 လို့ မပြီးမချင်း မှတ်ရမှာတုန်း။ ဝင်လေနဲ့ ထွက်လေနဲ့  
 နှာသီးဝတိုက်တဲ့ အကြောင်းလေးကို စုံစုံစေ့စေ့ သိချင်  
 လို့။

ဝင်လေဝင်စမှာ အားကောင်းတဲ့ အတွက်  
 အတိုက် မကြမ်းဘူးလား။ အတိုက်ကြမ်းတော့အအေး  
 ရော မကြမ်းဘူးလား။ ဝင်လေက ကြမ်းလို့ တစ်ဝက်  
 လောက်ရောက်တော့ အားပျော့သွားချိန်မှာ နှာခေါင်း  
 ခံရတာ ဘယ်လိုနေတုန်း။ ခံရပုံလည်း အကြမ်းစား  
 ကြီး မဟုတ်တော့ဘူး။ သိတာလေးကရော သူခံရ  
 သလောက်သာ သိမှာပဲ။ ဝင်လေကလေး ဆုံးသွား  
 တော့ မရှိတော့သလောက် နူးနူးညံ့ညံ့ကလေး...

သိတော့ကောဗျ။

‘နူးနူးညံ့ညံ့ကလေးပဲ သိပါတော့တယ်  
ဘုရား...’

ဒီလိုဆို...ဝင်လေတစ်ခုတည်းအပေါ်မှာတောင်  
အကြမ်း၊ အလတ်၊ အနုအားဖြင့် သိပုံချင်း တူသလား  
ဗျာ။

‘မတူပါ ဘုရား...’

အဲဒါလေးကို အပိုင်းလိုက်... အပိုင်းလိုက် သိ  
စေချင်လို့။ ထွက်လေလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။

ပြီးတော့... ခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင်ကျကျ  
ထားပေးပါ။ ဒီ ဥပဒေလည်း ထုတ်ခဲ့တယ် ထင်တယ်  
နော်။ အဲဒီတော့ ဘာကြောင့် စိတ်အထိုင်ကျရမလဲ။  
ခေါင်းအေးရမလဲ။ ခေါင်းအေး စိတ်အထိုင်ကျမှ ဝင်  
လေထွက်လေရဲ့ လှုပ်ရှားမှုကို ပီပီပြင်ပြင်မြင်ရတယ်။  
ခေါင်းမအေး စိတ်အထိုင်မကျရင် ဝင်လည်းဒီလေ၊  
ထွက်လည်း ဒီလေ ဖြစ်နေတတ်တယ်။ ဒီလိုဆို ဝင်  
လေနဲ့ထွက်လေ ကွဲပါဦးမလား။

‘မကွဲပါဘုရား...’

ဒီထက်များ ခေါင်းမအေး စိတ်အထိုင်မကျရင်  
ဝင်မှန်းမသိ။ ထွက်မှန်းမသိ ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။



ပြီးတော့ ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံးကလေးတွေ သိ... သိပေးစမ်းပါ။ ဒီလိုလည်းဥပဒေ ထုတ်ပေးခဲ့တယ် ထင်တယ်။

‘မှန်ပါ့ ဘုရား...’

ဘာဖြစ်လို့တုန်း။ ဒီ သတိထွက်တတ်တာဟာ အဆုံးက ထွက်သွားတတ်တာ။ အစက ဘယ်တော့မှ မထွက်ဘူး။ အစမှာ အလုပ်ရှိတုန်းကိုးဗျ။ အလုပ်ကြီးတန်းလန်းနဲ့ သူ အယ်ထွက်နိုင်လိမ့်မတုန်း။ အလုပ်အားမှ ထွက်တတ်တဲ့ အမျိုးကိုဗျ။ အလယ်လောက်မှာ လည်းပဲ အလုပ်က မပြီးတစ်ဝက် ပြီးတစ်ဝက် ထင်တယ်။ မပြီးသေးဘူးဗျာ၊ သူ မှတ်စရာလေး ရှိသေးထင်တယ်။ ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံးကျတော့ သူက တိုက်တဲ့ လေကလေးက နူးညံ့တော့ အားမကောင်းသေးတဲ့ သတိသည် မှတ်စရာ မရှိတော့ဘူး။ ထွက်စရာရှိ အဲဒီက ထွက်တာ။ သဘောပေါက်ပလား။

‘ပေါက်ပါပြီ ဘုရား...’

ဒီ စည်းကမ်းလေးတွေ သဘောပေါက်ထားမှ ကိုယ်ပိုင် စေတနာပေါ်မှာမို့ပါ။ ခိုင်းလို့ လုပ်ရတာ မဖြစ်စေနဲ့။ သေသေချာချာ သဘောပေါက်ပြီး စေတနာပါပါ လုပ်စမ်းပါ။ တို့ဘက်ကတော့ ပြောရုံပဲ

ပြောနိုင်တယ်။ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင်က ညည်း  
တော်မူတယ်ဗျ။ (အမိန့်ရှိတော်မူတယ်)

သင်တို့ကိစ္စ သင်တို့ဟာသင်တို့ ကြောင့်ကြ  
စိုက်လုပ်စမ်းပါတဲ့။ ငါတို့ ဘုရားရှင်ဆိုတာ ပြောရုံပဲ  
တတ်နိုင်တယ်တဲ့။

အဲဒီတော့ ယောဂီတို့ ကြောင့်ကြစိုက်ကြပါ။  
အဲဒီတော့ ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံးလေးနှစ်ခု သိထားရင်  
မိမိတို့သတိ အပြင်မထွက်တော့ဘူး။ ဝင်ဆုံးလေး သိ  
လိုက်တာနဲ့ ‘ထွက်စ’ အလိုလို သိပြီးသား၊ ထွက်ဆုံး  
ကလေး သိလိုက်တာနဲ့ ‘ဝင်စ’ အလိုလိုပေါ်ပြီးသား။  
ရက်ကန်းထဲက လွန်းအိမ်ကလေးလို ဒီကရိုက်ထုတ်  
တော့ ဟိုသွား၊ ဟိုက ရိုက်ထုတ်တော့ ဒီသွားနဲ့။ ဒီ  
အတိုင်းပဲ။ အဲဒါ သတိမထွက်အောင် ဖမ်းနည်းခေါ်  
တယ်။ ငါ့သတိသည် ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံး ဘယ်နေရာ  
က အထွက်များသလဲ သိလာရင် အဲဒီနေရာ ဂရုစိုက်  
လိုက်ရင် ဒီသတိ ထွက်နိုင်ပါဦးမလား... ။

‘မထွက်နိုင်တော့ပါဘုရား...’

ဒီလောက်ဆို ထိုင်တာနဲ့ ပတ်သက်လို့ လုံ  
လောက်ပြီ ထင်ပါတယ်။

ခန္ဓာကိုယ် အပြောင်းအလဲ လုပ်လို့ရတာ



‘လျောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွား’ ဣရိယာပုတ် လေးပါးပဲ ရှိပါတယ်။ ဒီ လေးခုထဲမှာ လျောင်းတဲ့ ဣရိယာပုတ် ကို ယောဂီတို့ ဦးစားမပေးပါနဲ့။ အားထုတ်စကို ပြော တာ။

အပြင်မှာ စီးပွားရှာတုန်းက နေပူမရှောင် မိုး ရွာမရှောင် လုပ်ခဲ့ရတဲ့ အပြင်မီးဆိုတာ ရှိခဲ့တယ်နော်။

‘ရှိပါတယ်ဘုရား...’

အတွင်းကရော လောဘနှိုးလို့ သောကနှိုးလို့ ထကြွနှိုးကြားပြီး လုပ်ရတဲ့ ‘အတွင်းမီး’ လည်း ရှိ တယ်။ ရွာထဲမှာ မီးနှစ်မီးနဲ့ လုပ်ရတာ၊ ရန်ကုန်ဘီးမုန့် လို အထက်မီး အောက်မီးနဲ့ လုပ်ရဖတ်ရတာ။ အဲဒါ တွေက ရိုးတွင်းခြင်ဆီအထိ အောင်းနေတာ။ သူ မထွက်မချင်း နာကျင်ကိုက်ခဲမှုလည်းများမယ်။ ဟိုမှာ စိတ်လိုက်မာန်ပါ ဒေါသတကြီးနဲ့ လုပ်ခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဒီမှာ ခံရပြီသာမှတ်ပေတော့။ သူ့ ရိုးတွင်းခြင်ဆီထဲမှာ အောင်းနေတဲ့အပူ နည်းတာမှတ်လို့။ ပြီးတော့ စိတ် ကလည်း အာရုံမှန် မရသေးခင် ဝေဒနာကိုရော သူ ဆက်ဆံတတ်ပါ့မလား။ ဝေဒနာရဲ့ သဘောကို သူ မသိသေးရင် ဆက်ဆံတတ်ပါ့မလား။ လူ့ခွစာ၊ လူ့ကန့်လန့် သူ့အကြောင်းမသိသေးရင် သူ့ ဆက်ဆံ

လို့ရပါ့မလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ဝေဒနာကလည်း လူ့ခွစာ၊ လူ့ကန့်လန့်ဗျ။ သို့သော် ခွစာနဲ့ကန့်လန့်ဟာ ပေါင်းတတ်ရင် အမှန် ဆုံးကိုသာ ပြောလေ့ပြောထရှိတယ်။ ဝေဒနာကလည်း ဟုတ်တိုင်းမှန်ရာကိုပဲ ပြတ်ပြတ်ကြီး ပြောလိမ့်မယ်။ ခင်ဗျားမှာ ဟောဒီဒုက္ခတွေ ရှိနေပါတယ်ဆိုတာ။ မဆက်ဆံတတ်ရင် ဒီဝေဒနာကိုပဲ ရန်သူ ထင်မိလိမ့် မယ်။ ဆက်ဆံတတ်ရင်တော့ မိတ်ဆွေကောင်း၊ နာ နေတုန်းမှာ ဘယ်နှယ့်တုန်း... စိတ်ကူး ယဉ်နိုင်သေး သလား။

‘မယဉ်နိုင်ပါ ဘုရား...’

အပြင်ကိုရော တပိုတပါး ခရီးလှည့်နိုင်သေး သလား။

‘မလှည့်နိုင်ပါ ဘုရား...’

နာနေတုန်း သတိရော လွတ်သေးသလားဗျ။

‘မလွတ်ပါ ဘုရား...’

ဒီလိုဆို နာတာကိုမှတ်ရင် ပိုတောင် အမှတ်ရ သေး ထင်တယ်ဗျ။ ဝင်လေ ထွက်လေကမှ တစ်ခါ တလေ ရှူကောင်း ရှိုက်ကောင်း ဘိန်းစားလို မှန်းပြီး



လိုက်နေဦးမယ်။ နာတာမှေးလိုက်လို့ ရသလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

သူ့သဘောသာ သိပစေဗျာ။ လွယ်လွယ်လေး ခွစာကို ခွမတိုက်နဲ့ ချောခိုင်း။ အလိုက်သင့်လေး ဆက်ဆံပြီး အာရုံမှန်သွားရင် မိတ်ဆွေ ဖြစ်သွားပါ လိမ့်မယ်။ သူ့ဖြစ်စဉ်ကလေးကို စိတ်ဝင်စားသွားလို့ အလိုက်သင့် ဆက်ဆံတတ်သွားရင် ကောင်းသွားပါ လိမ့်မယ်။

အဲဒီတော့ လျောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွားဆိုတဲ့ ဣရိယာပုတ် လေးပါးမှာ ကိလေသာ အပူမကုန်သေး တဲ့ ယောဂီ၊ စိတ်အထိုင်မကျသေးတဲ့ ယောဂီ။ လဲလျောင်းတဲ့ ဣရိယာပုတ်ကလေးနဲ့ ပက်လက်လှန် ပြီး မှတ်ကြည့်ပါလား။ ကလေးကျောပုတ် သိပ်ရ သလို မှတ်တာနဲ့ အိပ်ပျော်တာ တစ်ထပ်တည်းဗျာ။ အဲတော့... လဲလျောင်းတဲ့ ဣရိယာပုတ်သည် တို့ နား ချိန်လို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ၉ နာရီ က ၃ နာရီအတွင်း သာ သုံးပေးပါ။ ဒီ အပူအပုပ်တွေလည်း ကင်းစင်သွား ပြီဆိုရင် ခန္ဓာမာန်လည်း ကျသွားပြီ ထင်တယ်။ စိတ် ကလည်း နူးညံ့သွားလို့ ကိလေသာမာန်လည်း ကျ သွားတဲ့အချိန် မိမိစိတ် မကလက်တော့အချိန်ကျတော့

ပက်လက်လှန်မှတ်လေ ပိုကောင်းလေ၊ ဝင်လေထွက်လေ တစ်ဖြောင့်တည်းကိုးကွယ်။ ခုလို တစ်ဆစ်ချိုးမှတ်ရတာထက် ပိုတောင် ကောင်းသေးတယ်။

ဒီတော့ ထိုင်တာရယ်၊ ရပ်တာရယ်၊ စကြံနီရယ် ဒီသုံးခုကို ဦးစားပေးပါ။

ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင်က ဘယ်လို မိန့်မှာတော်မူခဲ့သလဲဆိုတော့...

ဣရိယာပုတ် တစ်ခုနဲ့တစ်ခုကြားမှာလည်း... တဲ့၊ ရပ်ရာက နေထိုင်မယ်ဆိုပါစို့။ ရပ်တာလည်း မဟုတ်။ ထိုင်တာလည်း မဖြစ်သေးတဲ့ကြားက အကုန်း အကော့ စတဲ့ ကြားဣရိယာပုတ်ကလေးတွေ တောင် အမှတ်ပါပါစေလို့ ဆိုပါသဗျ။ အထိုင်က အထမှာလည်း ဒီလိုပဲ။ အထိုင်လည်းပျက်သွားပြီ။ ထတာလည်း မဟုတ်သေးဘူးဆိုတဲ့ ဣရိယာပုတ် ပျက်ကလေး ရှိသေးထင်တယ်။ အဲဒီအချိန်ကလေးလည်း အဲဒီအတိုင်းကလေးပဲ သိ... သိပေးစမ်းပါတဲ့။ တစ်ခါတလေ... ရပ်တော့ ရပ်ပြီးပြီ။ မသွားရသေးတဲ့ ကာလ။ သွားမယ်ဟန်ပြင်နေတဲ့ ကြားခုလတ်ကလေးတွေလည်း သူတည်နေတဲ့အတိုင်း သိအောင်လုပ်ပေးစမ်းပါတဲ့။ ဒါ... ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် မိန့်မှာ

အောင်ဇော်စာပေ



လမ်းညွှန်တော် မူခဲ့တာပါ။

သွားခဲ့လို့ရှိရင်လည်း သွားနေတဲ့အကြောင်း ကလေးကို သိအောင် လုပ်ပေးပါ။

ဒီမှာ သွားနေတာပဲ သွားတဲ့အကြောင်း သိတာ ပေါ့လို့ ပြောစရာမရှိပြန်ဘူးလား။

‘ရှိပါတယ်ဘုရား...’

ဒီလိုသိနေပုံက လှုပ်ရှားတာပဲသိနေတာ။ သွားတာမှ မသိသေးဘဲကိုး။ ဒီမှာ ဘာကိုသိစေချင်တာလဲ။ အတွင်း အကြောင်းခံကို သိစေချင်တာ။ သွားတာရဲ့ အကြောင်းခံ ရှိသေးတယ်။ သွားသူရဲ့ပိုင်ရှင်လည်း ရှိသေးတယ်။ သွားသူလည်း ရှိနေသေးတယ်။ ရိုးရိုး သွားတာကတော့ ခွေးလည်းသိ၊ ဝက်လည်းသိ... အတွင်းအကြောင်းကို သိစေချင်တယ်။ စာလိုကတော့ ဒီလို မေးခွန်း ထုတ်ထားပါတယ်။

- ဘယ်သူသွားတာလဲ။
- သွားသူရဲ့ပိုင်ရှင်က ဘယ်သူလဲ။
- ဘာကြောင့်သွားသလဲ။

သွားရင်း မတ်တပ်က ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဒီအမှုကို စစ်ရမှာ။ သွားမှုကြီးကို စစ်ပေးစမ်းပါ။ ဒါမှ အတွင်းအကြောင်း သိလာမယ်။ အတွင်းအကြောင်း

သိချင်ရင် အတွင်းမျက်စိ ရှိရလိမ့်ဦးမယ်။ ဒီ သုံးချက်ကို သိစေချင်လို့ သွားတာကို မှတ်ခိုင်းတာပါ။ ရပ်တာ၊ ထိုင်တာ၊ လဲလျောင်းတာလည်း ဒီသုံးချက်နဲ့ပါပဲ။ ဘာလုပ်လုပ်... လုပ်ချင်တာလုပ်... ယောဂီတို့ လုပ်တာမှန်သမျှ ဒီသုံးချက် ပေါ်အောင်စစ်ပေးရမှာ။

သာမန် အသိနဲ့ဆိုရင်တော့ ဘယ်သူသွားသလဲဆိုရင် ငါသွားတယ် ဖြေမှာပေါ့။ သွားသူရဲ့ ပိုင်ရှင် ဘယ်သူလဲဆိုရင် ငါသွားတာပဲ။ ငါပိုင်တာပေါ့ကွ... ။ ဒီလိုပဲ ဖြေလိမ့်မယ်။ ဘာလို့သွားတာလဲဆိုရင် ဈေးဝယ်မလို့... ဈေးရောင်းမလို့... ရုံးတက်မလို့... ကျောင်းတက်မလို့... လယ်ထွန်သွားမလို့... ဒါပဲ ပြောမယ်ထင်တယ်။ ကောက်စိုက်သွား၊ ပျိုးနှုတ်သွား ဒီလို သွားနေတာတွေက အပြင်ကြောင်းနဲ့ သွားနေတာ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်ခန္ဓာတွင်းက အရှိကို အရှိအတိုင်း စစ်ဆေးပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သယ်သွားတာဟာ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး မပါဘဲနဲ့ရမလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

စိတ်ချည်းပဲ သွားလို့ရမလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ရုပ်ချည်းပဲ သွားလို့ရမလား။

အောင်ဇော်စာပေ



‘မရပါ ဘုရား...’

စိတ်ချည်းပဲလည်းမရသလို၊ ရုပ်ချည်းပဲလည်း မရနိုင်ဘူး။ လှည်းဦးစီးနဲ့ နွားလှည်းလိုပဲ။ လှည်းဦးစီး ချည်းပဲလည်း နွားလှည်းမပါဘဲ လှည်းခရီးမတွင်ဘူး။ နွားလှည်းချည်းပဲလည်း ဦးစီးမပါဘဲ ခရီးမတွင်ဘူး။ ဘယ်သူသွားသလဲဆိုရင် ကိုယ်နဲ့စိတ်နှစ်ခုပေါင်းပြီးမှ သွားလို့ရတာ။

သွားသူရဲ့ပိုင်ရှင် ဘယ်သူလဲ။

‘...’

သွားလိုတဲ့ဆန္ဒကမှ မနှိုးဆော်ရင် ဘယ်သူ သွားမလဲ။ ဝီရိယမှ မနှိုးဆော်ဘဲ မသွားနိုင်ဘူး။ ဒါက ကိလေသာ ပယ်သတ်ပြီးတဲ့ သူတော်ကောင်းတွေ နေရာကပြောတာ။

ရပ်ထဲ ရွာထဲမှာတော့ လောဘခိုင်းလို့ သွားနေ ရတာ။ လယ်ထဲသွားတာ ဘယ်သူခိုင်းလို့ သွားတာ လဲ။

‘လောဘ ခိုင်းလို့ပါဘုရား...’

ဈေးရောင်းသွားတာရော။

‘လောဘ ခိုင်းလို့ပါဘုရား...’

ရုံးသွားတာရော။

‘လောဘ ခိုင်းလို့ပါဘုရား...’

ပိုင်ရှင်ဘယ်သူတုန်း။

‘လောဘပါဘုရား...’

လောဘနဲ့သောက သူတို့နှစ်ခုခိုင်းတာပဲ လုပ်  
နေရတာဆိုတော့ တဏှာကျွန်တွေ ထင်တယ်ဟေ့။  
တဏှာကျွန်ဆိုရင် တဏှာသည် ပိုင်ရှင်ဖြစ်ရမှာပေါ့။  
တို့ ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးသည် တဏှာကို အပေါင်ခံနဲ့  
ရောင်းစားထားတာ ထင်တယ်နော်။ အပေါင်ခံတောင်  
ပြန်ရွေးလို့မရတဲ့ အပေါင်ခံထင်တယ်။ အပေါင်ဆုံး  
များ ဖြစ်ကုန်ပြီလား မသိဘူး။ ပြန်ရွေးလို့ ရကြသေး  
ရဲ့လား။

‘မရတော့ပါ ဘုရား...’

ဒီတော့ တဏှာကျွန်တွေ တဏှာခိုင်းတာ လုပ်  
နေရတယ်။

ဒီတော့ ဘာကြောင့် သွားသလဲမေးလို့ရှိရင်  
‘တဏှာရိက္ခာ သွားပို့မလို့...’ ။

စာရင်းငှားသည် ကိုယ့်ပစ္စည်း ကိုယ်စုတာ  
လား၊ လယ်ရှင်ပစ္စည်းစုတာလား။

‘လယ်ရှင်ပစ္စည်း စုတာပါ...’

တို့ကတော့... ။ ဘာကြောင့် သွားသတုန်းဆို။



ခန္ဓာတွင်းရဲ့ဖြစ်ပျက်ကိုသိ၊ သိရုံတွင်မဟုတ်  
 ပယ်၊ ပယ်ရုံတွင်မကဘူး... လမ်းဆုံးတစ်ခုကို ဆိုက်  
 ပြီးတဲ့သူဟာ ခန္ဓာဝန်အတွက် သွားတာဖြစ်တယ်။ တို့  
 ယောဂီတွေ မပယ်ရသေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုရင် ဘယ်  
 နှယ်တုန်း၊ တဏှာခိုင်းတာ၊ တဏှာအတွက်၊ ပိုင်ရှင်  
 အတွက် အငှားလုပ်ပေးနေရတာ။

ဒီတော့ သွားမှုလေးကိုစစ်ချင်ရင်အဓိကရှုမှတ်  
 ရမယ့်နေရာသည် ဖဝါးမှာ၊ ဝန်ဆောင်သည် ဖဝါး။  
 ထိုင်နေတဲ့အခါ ဝန်ဆောင် နှာဖျား၊ မှတ်တာတော့ဖြင့်  
 သတိပြုစု ပျိုးထောင်နေချိန်မှာ သတိမလွတ်တော်ပြီ။  
 တစ်ချက်မှတ်ကလေး မှတ်ပေးကြစမ်းပါ။

ဘယ်လှမ်းသည်... ညာလှမ်းသည်... ။

အလှမ်းနဲ့အမှတ်ကလေး ကိုက်ရင် တော်  
 လောက်ပြီ။ ရှုကွက်နဲ့ မှတ်စိတ် တည့်ရုံလေးခိုင်းနေ  
 တာ။ သိအောင်ခိုင်းတာ မဟုတ်သေးဘူး။ တည့်  
 အောင် ခိုင်းနေတာ။ **အညွန့်.ကွန့်.ပြီး ရှေ့.တက်လွတ်  
 မနေနဲ့ဦး။**

ဟို... ကြွတယ်... ချတယ်... နှစ်ချက်မှတ်တို့  
 ကြွတယ်... ချတယ်... လှမ်းတယ်... သုံးချက်  
 မှတ်တို့ လုပ်မနေနဲ့ဦး။

အဲဒါက သိအောင်လုပ်မှ ခုဟာက ရှုကွက်နဲ့ မှတ်စိတ် တည့်အောင်ခိုင်းနေတာ။ ပထမနေ့က ပြောခဲ့သလိုပဲ အမှတ်ကလေးသည် မိမိမိတ်ဆွေ။ သတိသည် မိမိဆရာ။ သတိသည် မိမိလမ်းပြ။ ဒီတော့ အမှတ်က တစ်ဆင့်သိဖို့ ကြိုးစားတဲ့အခါကျမှ နှစ်ချက်မှတ်၊ သုံးချက်မှတ်တွေနဲ့ မှတ်ယူပါ။ တစ်ချက်မှတ်နဲ့ မရတတ်သေးဘဲ စိတ်က ပေါ့ပျက်ပျက် ဖြစ်နေရင် နှစ်ချက်မှတ်၊ သုံးချက်မှတ် ဒီလို စိတ်မထွက်သာအောင် မှတ်ပေးနေတာပါ။

လောလောဆယ်တော့ တစ်လှမ်းလျှင် တစ်ချက်မှတ်။

ဘယ်လှမ်းသည်ဆိုရင် လှမ်းတာလေးနဲ့ မှတ်တာလေး တွဲနေအောင် မှတ်ပေးပါ။ နောင်အမှတ်ကောင်းလာရင် လှမ်းတာနဲ့မှတ်ပြီး ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။ ဒီလို မှတ်ရင်းနဲ့ပဲ ဘယ်သူသွားတာလဲ၊ သွားသူရဲ့ပိုင်ရှင်က ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့် သွားသလဲဆိုတဲ့ ပုစ္ဆာတွေ ဖြေပြီးဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ သတိက သူ့ဟာသူ ဖြေသွားလိမ့်မယ်။

ယောဂီတို့ စကြံနိ ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းတဲ့အခါ ဘယ်နား ဘယ်နားလောက်ဆိုရင် စကြံနိ ကမ္မဋ္ဌာန်းရဲ့



# မောင်သွေးချွန်

လမ်းထိပ်ဆိုတာ သတ်မှတ်ချက်ရှိသလား။

‘ရှိပါတယ် ဘုရား...’

အဲဒီလမ်းထိပ်ကို ဖဝါး သိသလား၊ စိတ်သိ  
သလား။

‘စိတ်က သိပါတယ်ဘုရား...’

စိတ်ကသိတော့ သူက ရပ်ချင်တယ်ပြောတော့  
တိုးစမ်းဖဝါးကြီး၊ တိုးလို့ရသလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ဘာဖြစ်လို့တုန်း။

‘စိတ်က မတိုးလို့ပါဘုရား...’

အဲဒီမှာ စိတ်ကအားမရမချင်း ရပ်နေလိမ့်မယ်။  
စိတ်က လှည့်ချင်စိတ် မပေါ်မချင်း လှည့်လို့ကို မရ  
ဘူး။ လှည့်တဲ့နေရာမှာတောင် စိတ်က ဘယ်ညွှတ်မှ  
ဘယ်၊ ညာကိုညွှတ်မှ ညာ ခြေလှည့်ရတာ။ ယောဂီတို့  
လုပ်ချင်တိုင်း လုပ်လို့ရသလား။

‘မရပါဘုရား...’

ကိုယ့်ဖဝါးကိုယ် ပိုင်တာပဲလို့ ပြောကြည့်စမ်း  
ပါဦးဗျ။

‘ပြောမရပါ ဘုရား...’

အဲဒီမှာ သေသေချာချာ ကြည့်။ ဒီကိုယ်ကြီးကို

ဘယ်လို လှည့်ခေါ်သွားသလဲဆိုတာ။ အဲဒါ ဣရိယာ ပုတ်ကြားကာလကို ပြောတာ။ အဲဒီ လှည့်နေတဲ့အချိန် ဟာ ရပ်တာလည်းမဟုတ်၊ သွားတာလည်းမဟုတ်။ အဲဒါ... ဣရိယာပုတ်ပျက် ခေါ်တယ်။

ကိုယ့်ရဲ့ တည်နေပုံအတိုင်းကလေးကို မှတ်ပေးစမ်းပါလို့ဆိုတာ အဲဒါပဲ။ အဲဒီမှာ ဒီစိတ်ကနေ ဒီကိုယ်ကြီးကို လာရာလမ်း ပြန်ရောက်အောင် ဘယ်လို ဆွဲခေါ်သွားသလဲ။ ရှုကြည့်စမ်းပါ။ အဲဒီမှာ ‘ပိုင်ရှင်’ ကို သဘောပေါက်လာပါလိမ့် မယ်။ ဒီလိုနဲ့ လာရာလမ်းဆုံးပြန်တော့ ကိုယ်ထွက်ချင်တိုင်း ထွက်လို့ရသလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

အဲဒီမှာ ရပ်သွားပြန်တော့ ‘ရပ်တယ် ရပ်တယ်’ မှတ်ပေးလိုက်ပါ။ သူ့ အရှိအတိုင်းသာ မှတ်ချက် ယူပေးနေရုံပါပဲ။ ဒီလို မှတ်နေရင်း စိတ်က ဘယ်သို့ မဟုတ် ညာကို ပြေးကပ်မှ ဘယ်လှမ်းတယ်။ ညာလှမ်းတယ်ဆိုတာ ဖြစ်လာပြန်တော့ အဲဒီ ဖြစ်လာတဲ့ အတိုင်း မှတ်ပေးလိုက်ရုံပါပဲ။ ခက်သလားဗျာ။

‘မခက်ပါ ဘုရား...’

တစ်ခါ ဟိုဖက်ထိပ်ပြန်ရောက် ဒီအတိုင်းပဲ

အောင်ဇော်စာပေ



စိတ်ရှည်လက်ရှည် မှတ်ပေးစမ်းပါ။ အဲဒီလို မှတ်တဲ့ အချိန်မှာ တစ်ဖဝါးလျှင် တစ်ချက်ကျ။ သို့သော် အဲဒီ တစ်ချက်မှာပဲ လေးချက်လောက် ပြန်ခွဲလို့ရသေး ထင် ပါတယ်။ စာကတော့ ခြောက်ချက်လို့ ဆိုတယ်။ ဒီ နေရာမှာ လေးချက်လောက်မိရင်ပဲ ကျေနပ်စရာ ကောင်းပါတယ်။

ကြွ... လိုက်တဲ့ ကိုယ်အမှုအရာက တစ်ချက်။  
လှမ်း... တော့မယ်ဆိုပြီး ရှေ့ကိုထိုးပို့လိုက် တာက ကိုယ်အမှုအရာတစ်ချက်။

ချ... သူလိုတဲ့နေရာရောက်တော့ ဖဝါးချလိုက် တဲ့ အမှုအရာက တစ်ချက်။

ထိ... ဖဝါးချလိုက်တော့ ကြမ်းပြင်နဲ့ထိလိုက် တာက အမှုအရာတစ်ချက်။

အဲဒီ လေးချက် တူပါ့မလား။

‘မတူပါ ဘုရား...’

ဖဝါးပြင်မှာ သတိကပ်ထားလိုက်ရုံနဲ့ ဒီလေး ချက် အလုပ်လုပ်ပုံ မသိနိုင်ဘူးလား။

‘သိနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့်သွားတာကိုး။ လေးချက် စုံ အကုန်သွားတာမှ မဟုတ်ဘဲနဲ့။ ဒီမှာ ကြွနေတဲ့

အချိန်ကလေး မိမိဖဝါး ခံစားရတာတစ်မျိုး ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ထိုးလွှတ်လိုက်တဲ့အချိန် (လှမ်းနေချိန်) ခံစားရတာ တစ်မျိုးဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ လွှတ်ချလိုက်တဲ့အချိန် ခံစားရတာတစ်မျိုး ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ ကြမ်းပြင်နဲ့ပြန်ပြီး တိုက်ခိုက်လိုက်တဲ့အချိန် ခံစားရတာ တစ်မျိုး ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီ ဝေဒနာလေးချက် တူပါ့မလား။

‘မတူပါ ဘုရား...’

မတူနိုင်ဘူး။ အဲဒါလေးကိုလည်း ခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင်ကျကျ မှတ်သွားနိုင်ပါစေ။ ခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင်ကျကျကတော့ ယုတ်စွအဆုံး အိမ်သာတက်တာကအစ ပါသွားပါစေ။ အိုဗျာ... ဒီခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင်ကျကျကတော့ မသေမချင်း ပါသွားပါစေ။ ရွာထဲ ပြန်ရောက်တော့လည်း သောကနေရာမှာ ဝီရိယအစားထိုးလိုက်ပါ။ သောကရှိမှ လောဘရှိမှ ရတာမဟုတ်ဘူး။ ဝီရိယရှိမှ ရတာပါ။ ကံရှိမှ ရတာပါ။ ကံမရှိ လုပ်တိုင်းဖြစ်လို့လား။ ဉာဏ်ရှိမှရတာပါ။ ဉာဏ်မရှိ သက်သာနိုင်ပါ့မလား။

ဒီတော့ သောက၊ လောဘ၊ မာန ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယ အစားထိုး လုပ်ရမှာ။ ဒါဆို



ကိုယ်ပိုင်အလုပ် မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။

‘ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒီလို စင်္ကြန်လျှောက်ရင်း ရှုမှတ်ရာမှာ ဖဝါး  
ပြင်မှာ စိတ်ရောက်နေရင် ကာယကော မဖြစ်နိုင်ဘူး  
လား။

‘ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဖဝါးပြင်မှာ ပေါ်လာတဲ့ ခံစားမှုလေးပေါ် စိတ်  
ရောက်နေရင် ဝေဒနာကော မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။

‘ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ယောဂီတို့စိတ်က အားနည်းတော့စိတ်ကလေး  
ထွက်သွားပုံ မှတ်နေရင် စိတ္တကော မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။

‘ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

စင်္ကြန်လျှောက်နေရပေမယ့် ကားသံ နွားသံ  
တွေကြားလို့ ကြားတာမှတ်နေရင် ဓမ္မကော မဖြစ်နိုင်  
ဘူးလား။

‘ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒါကြောင့် စင်္ကြန် ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာလည်း အနု  
ပဿနာ လေးချက်ပါပြီးသား၊ ဘယ်နေရာက သွား  
သွား... စိတ်သည် ဒီလေးဌာနက လွဲပြီး ဘယ်မှမသွား  
နိုင်ဘူး။ စိတ်က ဒီလေးဌာန သွားနေရင် သတိကရော

‘ဒီ လေးဌာနပဲ လိုက်ရမှာပါ ဘုရား... ’

နွားက ဟိုစားကျက် သွားနေရင် နွားကျောင်း သားကလည်း ဟိုစားကျက် လိုက်ရမှာပဲ။ စိတ်သွား ရာ သတိပါနေရမှာပဲ။ တကယ်လို့ ယောဂီတို့ အဲဒီ ကြွတာ၊ လှမ်းတာ၊ ချတာ၊ ထိတာမှာ သတိမပါခဲ့ရင် ၁၅ မိနစ်လောက်ဆို ကြွက်သားကြီး တောင့်လာတတ် ပါတယ်။ လမ်းလျှောက်ရမှာ ပျင်းတော့ ထိုင်ကျော ပေးမှီနေရော။ စင်္ကြန်ပျက်ဖြစ်သွားပြီ။ ဆန္ဒအားလည်း ကျသွားပြီ။ ဒါကြောင့် ခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင် ကျမှ ရှုကွက်နဲ့မှတ်စိတ် တည့်ပြီး ထင်ထင်ရှားရှား မြင်ရမှာ။ သိရမှာ။ အဲဒါလေးပေါ်လာလို့ လှုပ်ရှားမှု မြင်ရင် စိတ်ဝင်စားသွားပြီး စိတ်ဝင်စားသွားရင် ခန္ဓာ မာန်က ‘တောင့်တင်းကြီး’ ဖြစ်နိုင်ပါဦးမလား။

‘မဖြစ်နိုင်ပါ ဘုရား... ’

ကိလေသာမာန်ကော ဝင်ဦးမလား။

‘မဝင်တော့ပါ ဘုရား... ’

ဒီလို စိတ်ဝင်တစား ရှိလာပြီဆိုရင် အလုပ် သမား လုပ်အားခရသလို ပြုံးပြုံး ပြုံးပြုံးနဲ့ ဖြစ်လာ လိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် စင်္ကြန် ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလည်း ရိုရို သေသေ လုပ်ပေးစမ်းပါ။ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ ‘ဘယ်



# မောင်သွေးချွန်

လှမ်းသည်’ ရှုကွက်နဲ့မှတ်စိတ်၊ လှမ်းတာလေးနဲ့ မှတ်  
 တာလေး တွဲမိပါစေ။ ‘ညာလှမ်းသည်’ လှမ်းတယ်ဆို  
 တဲ့ ရှုကွက်ကလေးနဲ့ လှမ်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်တဲ့  
 မှတ်စိတ်ကလေး တွဲသွားအောင် မှတ်လိုက်ပါ။ ဒီမှာ  
 သူ့လှုပ်ရှားမှု မြင်သွားရင် ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းတုန်းက ဖိ  
 ထိုင်ထားလို့ သွေးကြော လေကြောတွေ အပူအောင်း  
 နေတာတွေ၊ အသွားအလာ မမှန်တာတွေ မပြေနိုင်  
 ဘူးလား။

‘ပြေနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဖြစ်ပျက်မြင်မှ ဖြေနိုင်တာ၊ ဖြစ်ပျက် မမြင်ရင်  
 ပိုပြီး တောင့်လာမယ်။ ဒီလို စင်္ကြန် ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ဖြစ်  
 ပျက်လှုပ်ရှားမှုမြင်ရင် နောက်တစ်ကြိမ် ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း  
 အတွက် စက်နှိုးပြီးသား မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။ ပြီးတော့  
 စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ခေါင်းအေးအေး စိတ်အထိုင်ကျ  
 ကျ မှတ်နိုင်ရန် ရှေ့ထိုင်ချိန်ရဲ့အားသည် နောက်က  
 ထိုင်ချိန်ရဲ့အားကို လာပြီး ပေါင်းမပေးနိုင်ဘူးလား။

‘ပေါင်းပေးနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ပထမအထိုင်နဲ့ ဒုတိယအထိုင်ကြားက အား  
 နှစ်ခုကို စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ တံတားထိုးပေးထားတာ  
 လေ။ ဒီလို ရှေ့အားနဲ့ နောက်အား ဆက်သွားရင်

မှတ်အားလည်း ပိုပြီး ကောင်းမလာနိုင်ဘူးလား။

‘ကောင်းလာနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

အဲဒါအတွက်ကိုလည်း ရည်ရွယ်ပါတယ်။ အပျင်းပြေခိုင်းတာ မဟုတ်ပါဘူး။ စကြွန်ကမ္မဋ္ဌာန်း ကျေညက်ရင် ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း ကြောက်စရာ မလိုတော့ဘူး။ စကြွန်ကမ္မဋ္ဌာန်း ရေသာခိုရင် ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ အခက်တွေ့မယ်။ ဒါကြောင့် စကြွန် ကမ္မဋ္ဌာန်း အရေးကြီးပါတယ်။ ယောဂီတို့ တစ်နေ့တာမှာ နံနက် လေးနာရီမှာ စထိုင်ရတယ်။ နံနက် သုံးနာရီကစပြီး ဘာဖြစ်လို့ ကြိုနှိုးထားသလဲ။

‘စကြွန်လျှောက်ဖို့ပါ ဘုရား...’

ဒါမှ ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အထောက်အကူ ပေးနိုင်ပါမယ်။ ဒါကြောင့် ကြိုနှိုးထားတာ ဓာတ်နှိုးထားတာ။ ဒါမှ ထိုင်တဲ့အချိန် ကိုယ်မှတ်လိုတဲ့နေရာ ဖြစ်ပျက် မြင်ရမှာပေါ့။ အရေးကြီးလို့ ထိပ်ဆုံးက ပေးထားတာ။ အိပ်ရာက ထ... ထချင်းသာ ထိုင်ခိုင်းရင် ထိုင်းနေမှာပေါ့။ ဘယ်လိုနေမလဲ။

‘ငိုက်နေမှာပါ ဘုရား...’

ဟုတ်ပြီ။ ပုတ်သင်ညို ကမ္မဋ္ဌာန်း ဖြစ်သွားမယ်။ ဒါကြောင့် သေချာအောင် နှိုးပေးထားတာ သွေး



# မောင်သွေးချွန်

လေ လှုပ်ရှားအားကောင်း လည်ပတ်နေမှ ထိုင်တဲ့  
 အခါ ဖြစ်ပျက် မြင်နိုင်တယ်။ တစ်ခါထိုင်လိုက်လို့  
 ငြိမ်သွားပြန်တော့ ငါးနာရီနဲ့ ခြောက်နာရီကြား နှိုး  
 လိုက်ကြပြန်ဦးစို့လား။ ကားပျက်ကြီး ထိုးရပ်သွား  
 တိုင်း ဆင်း... ဆင်း... ကိုင်ရသလိုပေါ့။ တစ်ထိုင်...  
 ထိုင်လိုက်လို့ သွေးထိုင်းသွားတာလေးကို သွေးလေ  
 မညီညွတ်တာလေးကို စကြော်နံ ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ပြန်... ပြန်  
 နှိုးပေးနေရတာ ညခုနစ်နာရီထိအောင် ထင်တယ်။ ည  
 ရှစ်နာရီအတွက်ကို ခုနစ်နာရီကတည်းက လှုပ်ပြီး  
 တော့ ကိုးနာရီထိအောင် ဒီအတိုင်း ယူသွားမယ်။ တစ်  
 ရက်အတွက်ကို နံနက် သုံးနာရီက ည ကိုးနာရီအထိ  
 အရှိန်မပျက် ဆက်ပါသွားအောင်လို့ ဒီလို လှုပ်ပေး  
 တာ။ ဒီလိုဆို စကြော်နံ ကမ္မဋ္ဌာန်းအကြောင်း သိပြီလား။  
 ‘သိပါပြီဘုရား...’

ဣရိယာပုတ် လေးပါးထဲမှာ လိုရင်းသည်  
 စကြော်နံကမ္မဋ္ဌာန်း။ သူ့မှာ အရပ်ရော အသွားရော  
 တစ်ခါတည်း ပါသွားတာ မဟုတ်ဘူးလား။ ရပ်တစ်  
 လှည့်၊ စကြော်နံတစ်လှည့် မဟုတ်ဘူးလား။ ဟိုဖက်  
 ထိပ်ရောက်... ရပ်၊ ဒီဘက်ထိပ်ရောက်... ရပ်၊ ရပ်...  
 စကြော်နံ... ၊ စကြော်နံ... ရပ်... ဒီလိုနှစ်ခုပါမသွားဘူးလား။

‘ပါသွားပါတယ် ဘုရား... ’

ဒီစခန်းမှာ ဣရိယာပုတ် လေးပါးမဟုတ်ပါဘူး။ ရွာထဲမှာလည်း ဒီလေးပါး ပါပဲ။ အပိုများ ရှိသေးသလား။

‘မရှိပါ ဘုရား... ’

ဒီတော့ ဒီကသာ မှတ်ကျင့်လေးပါသွားရင် ရွာထဲမှာ သွားနေရလို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းပျက်တယ်ကွာဆိုတာ ရှိနိုင်သေးသလား။

‘မရှိနိုင်ပါဘုရား... ’

ဒီနည်းဟာ ဘုရားရှင် ရွှေလက်ထက်တော်က သာဝတ္ထိပြည်သူပြည်သားတွေ သုံးလာတာ။ အိမ်ထောင်သားမွေး အလုပ်လုပ်ရင်းနဲ့ ဒီလိုမှတ်ပြီးတော့ သောတာပန်တွေ ဖြစ်သွားတာ။ ဒီမှာ စခန်းဝင် လေ့ကျင့်နေတယ်ဆိုတာ ရွာထဲမှာ သွားရင်း စားရင်း ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်တတ်အောင် သင်တန်းပေးလိုက်တာပါ။ ဘယ်နှယ်လဲ။ သင်တန်းဆင်းတော့ အောင်လက်မှတ် ရအောင် ယူနိုင်ကြပါ့မလား။

‘ရအောင် ကြိုးစားကြပါမည် ဘုရား... ’

**အဇ္ဈနိ:** - ၈-၃-၉၉ နတ်တလူတောရ အလုပ်ပေး  
တရား  
အောင်ဇော်စာပေ



### ဒုက္ခမသုခသို့

စခန်းဝင် ခွင်ကျကျနဲ့ အားမထုတ်တတ်သေး  
 တဲ့ ယောဂီသည် စခန်းဝင်စမှာ တော်တော် ပင်ပန်း  
 ပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ပင်ပန်းပါလိမ့်မယ်။  
 ယောဂီ တစ်ဦးတစ်ယောက်မှ မဟုတ်ဘူး။ ယောဂီ  
 တိုင်း ဒီလို ကြုံတွေ့ ခံစားခဲ့ရတာပါ။ ဒါလည်း...  
 တို့ခေတ်မှ မဟုတ်ပါဘူးဗျ။ နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ လုံး  
 ဒီလိုပဲ ဖြတ်သန်းလာရတာပါ။ ဘုရားဖြစ်မယ့် ပုဂ္ဂိုလ်  
 ဆိုပြီးတော့ရော ရုပ်အပို ပါသလားဗျာ။

‘မပါပါ ဘုရား...’

အလောင်းတော်လည်း ဒီရုပ်နဲ့ဒီနာမ်နဲ့ ကျင့်

သွားတာပဲ။ ဒုက္ခစရိယာ ခြောက်နှစ် ကျင့်ရတာ တောင် ပိုပါသေးတယ်။ လူသာမန်တို့ ကျင့်နိုင်ခဲ့တဲ့ အကျင့်နဲ့ ပွင့်ခဲ့တာ။ ပြီးတော့ ရဟန္တာ ဖြစ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ် လည်း ရုပ်အပို နာမ်အပို မပါပါဘူးဗျာ။ ဒီရုပ်နဲ့ဒီနာမ် ဒီလိုပဲ ဒုက္ခခံပြီး ကျင့်သွားတာပါ။ ဒီတော့ တရားရှု တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဘယ်မှာ ရှုရသလဲဆိုရင် ဒုက္ခပေါ် ထိုင်ရပါ။

ဒုက္ခကို ဒုက္ခမှန်းမသိလို့ တို့ သံသရာ လည် နေတာ။ ပြီးတော့ ဒုက္ခကို သုခထင်နေလို့ သံသရာ လည်နေတာ။ တို့... ရွာထဲပြောကတော့ ကြိုက်တာကို သုခ၊ မကြိုက်တာကို ဒုက္ခလို့ ထင်နေတာကိုးဗျ။

‘တင်ပါ! ဘုရား...’

ကြိုက်တော့လည်း ကြိုက်လို့ ခံရတာပဲ။ မကြိုက်တော့လည်း မကြိုက်လို့ ခံရတာချည်းပဲ။ ခံရ တာတော့ ခံရတာချည်းပဲ။ ခံရပြီဆိုမှတော့ သုခရယ် လို့ ရှိသေးလားဗျာ။

‘မရှိပါ ဘုရား...’

တကယ်ရှိနေတာ ဒုက္ခ၊ ဒီတော့ ဒုက္ခပေါ်ထိုင် ရပါ။ ဒုက္ခတွေ့မှ တရားလမ်းစ တွေ့ပါလိမ့်မယ်။



တရားတွေချင်ရင် ဒုက္ခကို မကြောက်ပါနဲ့။ ကိုယ်နဲ့ စိတ်နဲ့ ရှိရာမှာ လောလောဆယ်တော့ ကိုယ်ပေါ်မှာ ထိုင်ရုံရမှာ။ ဘာဖြစ်လို့တုန်း... ကိုယ်သည် ထင်ရှား ရှိတာက တစ်ကြောင်း။ ဒုက္ခပေါင်းစုံတို့ရဲ့ စုဝေးရာ ဖြစ်တာက တစ်ကြောင်းကြောင့် ကိုယ်ပေါ်မှာ ထိုင်ရုံ တာ နှာသီးဝမှာ ထိတာလေးနဲ့ သိတာလေး နှစ်ခု ရှိ တယ်။ ဒီမှာ ရှုနေတာ ကိုယ်ပေါ်မှာ ထိုင်ရုံနေတာပဲ။ ဒီ ကံက ဖျက်တော့လည်း ဒီကိုယ်ကြီးမှာပဲ၊ စိတ်က ဖျက်တော့ရော...

‘သူ့ဆီမှာပါပဲ ဘုရား...’

ဥတုက ဖျက်တော့ရော။

‘ဒီ ကိုယ်ကြီးကိုပါပဲ ဘုရား...’

အာဟာရက ဖျက်တော့ရော...

‘သူ့ဆီမှာပါ ဘုရား...’

ဒီ ကိုယ်ကြီးက လေးမျိုးလုံး အဖျက်ခံနေရ တာ။ စိတ်က ထင်ရှားရှိတာ မဟုတ်တဲ့အတွက် အား ထုတ်ခါစ ယောဂီသည် ရှုလို့ မလွယ်ဘူး။ ဒီတော့ တို့ ကိုယ်ကြီးက ပြစရာရှိတဲ့ ဒုက္ခတွေ ပြပါလိမ့်မယ်။ ကောင်းရဲ့လား။

‘မကောင်းပါ ဘုရား...’

ရွာထဲတုန်းကတော့ ကောင်းလိုက်တာဆိုဗျ။  
ဘာဖြစ်လို့လဲ။ ရွာထဲတုန်းက ဒီကိုယ်ကြီးပေါ်မှာမှ  
စိတ်မရောက်ဘဲ။ စိတ်နဲ့ကိုယ်မှ မကပ်ဘဲ။ စိတ်က  
သူများဆီ အချိန်ပြည့်ရောက်နေတာ။ ဖဲရိုက်နေတုန်း  
ကတော့ ဒီကိုယ်ကြီး မနာဘူးလား။

‘နာပါတယ် ဘုရား...’

အတင်းထိုင်ပြောတုန်းကရော ဒီကိုယ်ကြီး  
မညောင်းဘူးလား။

‘ညောင်းပါတယ် ဘုရား...’

ရန်ဖြစ်တော့လည်း ဒီကိုယ်ကြီးနာမှာပဲ။  
အတင်းထိုင်ပြောတုန်းကဆို ဒီမှာ တရားထိုင်တာ  
ထက် ပိုကြာမှာပါ။ ဒါပေမယ့် ညောင်းရမှန်း နာရမှန်း  
သိရဲ့လား။

‘မသိပါ ဘုရား...’

ဘာဖြစ်လို့တုန်း။ ကိုယ့်ကိုယ်ပေါ်မှာ စိတ် မရှိ  
လို့။ ကိုယ့်စိတ်က သူများဆီ ရောက်နေလို့။ ဒီကနေ  
ကိုယ့်ကိုယ်ပေါ် စိတ်ရောက်နေပြီဆိုရင်ဒီကိုယ်ကြီး  
ညောင်းရမှန်း နာရမှန်းသိပြီ။ သိစေချင်လို့ တရား



ထိုင်ခိုင်းနေတာ။ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် သိစေချင်  
တာပါ။ တစ်သက်လုံး သူများအကြောင်းတွေပဲ သိ  
လာတာ။ ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်သိတဲ့လူ ဘယ်နှ  
ယောက်ပါတုန်း။

‘မပါ ပါဘုရား...’

မျက်လုံးနှစ်လုံး ပါလာတာ တစ်လုံးလောက်  
တော့ ကိုယ့်ဘက်ကို လှည့်တပ်ထားသင့်တာပေါ့ဗျာ။  
မျက်လုံးနှစ်လုံးနှစ်လုံးလုံး သူ့ဘက်ချည်း လှည့်တပ်  
ထားတာ။ ဒီတော့ မွေးကတည်းက သူများကိုချည်း  
ကြည့်လာခဲ့တာ။ သူများအကြောင်းချည်းသိလာခဲ့တာ  
ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကြည့်ခဲ့တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မသိ  
ခဲ့ကြဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီမှာ တတိယမျက်လုံး လို့  
ခေါ်တဲ့ ဉာဏ်မျက်လုံးတစ်ခု တပ်ပေးနေရတာ။

အားထုတ်ခါစ ယောဂီသည် အာရုံမှန် မထား  
တတ်တာကလည်း တစ်ကြောင်း။ တစ်သက်လုံး သွား  
ချင်ရာသွားနေတဲ့စိတ်ကို အခုမှ သတိနဲ့ ထိန်းမယ်  
ဆိုတော့ စိတ်က မခံမရပ်နိုင် ဖြစ်နေတာက တစ်  
ကြောင်းကြောင့် ကသိကအောက်တော့ ဖြစ်မှာပဲ။  
ပေါက်လွတ်ပဲစား၊ စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ လွတ်လွတ်လပ်လပ်

ကြီး နေလာတဲ့စိတ်အပေါ်မှာ ခုမှ သတိတင်ပြီး ရှုမှတ်  
 မယ်ဆိုတော့ ဆင်ရိုင်းမြင်းရိုင်းကြီးများ ယဉ်ပါး  
 အောင် ကျင့်ရသလိုပဲ။ မြင်းရိုင်းကြီးများ တက်စီးမယ်  
 မကြံနဲ့။ ခါထုတ်ပစ်လိုက်တာပဲ။ ဒီမှာလည်း စိတ်က  
 သတိကို ခါထုတ်ပစ်မှာပဲ။ မြင်းစီးကျွမ်းကျင်တဲ့သူ  
 ဟာ မြင်းပေါ် ချက်ချင်းမတက်သေးဘဲ မြင်းနဲ့ကပ်  
 ယှဉ်ပြီး ပြေးလိုက်ပြီးမှ မြင်းအခံရခက်တဲ့လည်ဆံမွေး  
 ဖမ်းဆွဲပြီး တက်စီးတာ။ လည်ဆံမွေးကို မြဲမြဲဆုပ်ကိုင်  
 ထားရင် မြင်းခါချလို့ ရသေးသလား။

‘မရတော့ပါ ဘုရား...’

စိတ်ကို ကိုင်တဲ့နေရာမှာ မြင်းရိုင်းကျင့်တာ  
 ထက် ပိုပြီးအကင်းပါးရတယ်။ ဘယ့်နှယ်လဲ မြင်းရိုင်း  
 ကို နိုင်ပြီလား။ မြင်းကန်ခံနေရသလား။

‘မြင်းကန် ခံနေရပါတယ်ဘုရား...’

အဲဒီတော့ ဒီနေရာမှာ တို့ယုံကြည်ရမှာသည်  
 ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်က သူ့သားသမီးတွေအပေါ် မေတ္တာ၊  
 ကရုဏာ ကြီးမားလွန်းလို့ ဒီနည်း (ကျင့်နည်း) ကို  
 ပေးခဲ့တာ။ ဒုက္ခရောက်စေချင်လို့ နည်းပေးခဲ့တာ  
 မဟုတ်ပါဘူး။ ဒုက္ခက လွတ်မြောက်စေချင်လို့ ကျင့်



# မောင်သွေးချွန်

နည်းကောင်း ပေးသနားခဲ့တာပါ။ အာရုံနောက်ကို စုန်လိုက်မျှောလိုက် ခဲ့ရာက ဒီကနေ့ ကန့်လန့် ဖြတ် ကူးရမှာဆိုတော့ နည်းနည်းတော့ ပင်ပန်းမှာပေါ့။

စုန်လိုက်တာက လက်ယာလမ်း၊ ဆန်တက် တာက လက်ဝဲလမ်း။

ကန့်လန့် ဖြတ်ကူးတယ်ဆိုတာကမှ မဇ္ဈိမပဋိ ပဋ္ဌာ။

စိတ်ကို လွှတ်ပေးတာ လက်ယာလမ်း၊ စိတ်ကို ချုပ်ထားတာ လက်ဝဲလမ်း။

ဒီတော့ ဝဲစွန်း ယာစွန်းရှောင်ပြီး သတိကလေး နဲ့ သွားရမှာ။ ဒီလို အမှတ်ကလေးနဲ့ သွားရာမှာ အား ထုတ်ကာစ ယောဂီသည် ရွာထဲက ပါလာတဲ့ စွဲစိတ်နဲ့ ဒီကမှတ်စိတ် မျဉ်းပြိုင် ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။ ဒီ ခန္ဓာကြီး ကလည်း စွဲစိတ်ခိုင်းထားလို့ နာလှပြီ။ ဒီနာနေတဲ့ ဒုက္ခဘောင်ကြီးကို ဒီဘက်က တစ်ချက်မှတ်ရင် ကိလေသာ တစ်ချက်မသေပေဘူးလား။

‘သေပါတယ် ဘုရား...’

ကိလေသာ တစ်ချက်သေရင် တစ်ချက်အေး သွားတာပဲ။

မှတ်နေတဲ့အချိန်မှာ တွေးလည်းမတွေးသာ  
 ဘူး။ အာရုံနောက်လည်း မလိုက်သာဘူး။ ဒီဘက်က  
 တစ်ချက်မှတ်လို့ တစ်ချက်အေးသလိုပဲ ဟိုဘက်က  
 လောဘသွေးတစ်ချက် ပွက်လိုက်ရင်လည်း စွဲစိတ်  
 တစ်ချက်နောက်လိုက်ရင်လည်း တစ်ချက်ဆို ဆို  
 သလောက် ပင်ပန်းတယ်။ ရွာထဲမှာ ဘယ်လောက်  
 ပင်ပန်းခဲ့သလဲ။

‘တစ်သက်လုံး ပင်ပန်းခဲ့ပါတယ်ဘုရား...’

ဒီကနေ့ အပူထူထည်ကြီးကြားအအေးကလေး  
 တိုးဝင်နေရတာဆိုတော့ အပူဘက်က လျှော့ပေးပါ  
 မလား။

‘မလျှော့ပါ ဘုရား...’

မလျှော့ဘူးဗျ။ သူက စွဲစိတ် အပူတွေက  
 တစ်သက်လုံးမကဘူး။ တစ်သံသရာလုံး အနိုင်ယူလာ  
 တာ။ မှတ်စိတ်က အခုမှ အစမ်းလေ့ကျင့်တဲ့ အဆင့်ပဲ  
 ရှိသေးတာ။ ယုံယုံကြည်ကြည် ရဲရဲရင့်ရင့် လုပ်နေတာ  
 မဟုတ်သေးဘူး။ ဒီတော့ စွဲစိတ်က အသာတကြည်  
 ဖယ်ပေးလိမ့်မယ်မထင်ပါနဲ့။ ဒါကြောင့် ဒီမှာ တစ်နေ့  
 ကျင့်ချိန် ၁၈ နာရီနှုန်းနဲ့ အလုံးနဲ့အရင်းနဲ့ တိုက်နေ



တာ။ အမှတ်ပေါ် အမှတ်ဆင့်လို့ ရှေ့အားပေါ် နောက်  
 အားဆင့်လို့ မှတ်စိတ်မြဲအောင် လေ့ကျင့်နေတာ။  
 ပထမရက်ကအမှတ် ဒုတိယရက်ပါလာအောင် အိပ်  
 တာတောင် အမှတ်ကလေးနဲ့အိပ်ပါ ပြောနေတာ။  
 မှတ်အားကောင်းလာရင် နိုးလိုက်တာနဲ့ မှတ်ပြီးသား  
 ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ဒုက္ခက လွတ်ချင်ရင် ဒုက္ခက  
 ကျော်ရမှာပဲ။ မီးဝိုင်းအိမ်ကြီးထဲက လွတ်ချင်ရင် မီး  
 ကြားက တိုးထွက်ရမှာပဲ။ မီးပူမှာ ကြောက်လို့ ငုတ်  
 တုတ် ငြိမ်ခံနေရင် ပြာကျသွားမယ်သာမှတ်။ ဒီတော့  
 မီးလွတ်အောင် ဖောက်ထွက်ရမှာပဲ။

ဒီနေရာမှာ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားကိုးကြ  
 စမ်းပါ။ ဝင်လေထွက်လေ မှတ်ရတာ အခက်အခဲ  
 ရှိချင် ရှိပါလိမ့်မယ်။ စင်္ကြန်မှာ ဘယ်လှမ်းတယ်၊  
 ညာလှမ်းတယ်၊ မနေးမမြန် မှတ်ပေးနေရတာ  
 အခက်အခဲ မရှိနိုင်ပါဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ မနေးမမြန်  
 မှတ်ပေးနေရတာတုန်း ဆိုတော့ ရုပ်က အနေးကြိုက်၊  
 စိတ်က အမြန်ကြိုက်၊ မတည့် အတူနေတွေ။ စိတ်သွား  
 သလောက် ရုပ် မလိုက်နိုင်ဘူး။ တို့ စာထဲအတိုင်းဆို  
 ရုပ်တစ်ချက်မှာ စိတ်က ၁၇ ချက်နှုန်း မြန်တယ်လေ။

ဒါကြောင့် ဝင်လေမှတ်တဲ့အချိန် စိတ်ကဝင်လေမှာ အမြဲမရှိတာ။ ဒါကြောင့် မနှေးမမြန်၊ ရုပ်နဲ့စိတ်ညှိပြီး လိုသလိုရ အောင် မှတ်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ ကြွ... လှမ်း... ချ... ထိ... ဒီလေးချက်သာသိနေရင် ဖြစ်ပျက်မြင်လာနိုင်ရုံမက အကြောအခြင်တွေပါ လျော့လာပါလိမ့်မယ်။ အသိမပါဘဲ ပေလျှောက်နေလို့ ကတော့ ကြွက်တက်ရုံပဲ ရှိမယ်။

ဒီတော့ ဒုက္ခက ထုနဲ့ထည်နဲ့ရှိသလို သုခကို ဆောင်လာတဲ့ မှတ်စိတ်ကလည်း အလုံးအရင်းနဲ့ သွားရမယ်။ နံနက် ၃ နာရီကစပြီး ည ကိုးနာရီ မနား မချင်း၊ သူ့အချိန်နဲ့သူ မှတ်နေရမယ်။ စင်္ကြန်မှာ ကိုယ် ပိုင်တဲ့ အချိန်ဆိုပြီး ခိုကပ်ခွေအိပ်မနေနဲ့။ ထိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ ဒုက္ခများသွားမယ်။ သူ့အချိန်နဲ့သူမှန်မှန် လုပ်သွားမှ ဒုက္ခဝန်က ပေါ့သွားနိုင်တယ်။ စွဲစိတ်နဲ့ မှတ်စိတ် 'နယ်လုနေချိန်' မှာ ကြားထဲက ယောဂီသည် မချီမဆန့်ခံရမှာပဲ။ ပထမဆယ်ရက် အတွင်း အပြင်း အထန်တွေ့မယ်။ ဒီရုပ်နဲ့ ဒီနာမ် ဒုက္ခခံပြီး ကျင့်ရမှာ ပဲ။ ထိပေါက်သလို ကောက်ရသလိုတော့ တရား မရနိုင်ဘူး။



ဘယ်လောက်ပဲ မချိုမဆန့် ခံစားရပါစေ။  
 တရားနဲ့ကုရမှာပဲ။ တရားနဲ့တူသောဆေးသည်မရှိတဲ့။  
 သတိသမ္မောဇ္ဈင်လို့ဆိုတယ်။ ရိုးတွင်းခြင်ဆီထိအောင်  
 အောင်းနေတဲ့ အပူတွေကို တို့ရဲ့မှတ်စိတ် သတိ  
 ကလေးက အကုန်မွှေးနှောက်ပြီး ဖယ်ထုတ်ပစ်မှာ။  
 ဘာနဲ့တူသတုန်းဆိုတော့ သောက်ရေအိုးများ ရေလဲ  
 တဲ့အခါ ရေကျန်တွေကို မွှေးနှောက်ဆေးကြောပြီး သွန်  
 ပစ်သလိုပဲ။

ဒီတော့ ဝင်လေကလေး ရှုလိုက်တော့ဘယ်လို  
 နေတုန်း။

‘အေးပါတယ် ဘုရား...’

ထွက်လေကလေး ရှုိုက်ထုတ်လိုက်တော့  
 ကော...

‘နွေးပါတယ် ဘုရား...’

ဒါပဲလားဗျ... ။

အဲဒီ အေးတာ နွေးတာကလေးကို မျက်ခြေ  
 မပြတ် မှတ်ကြည့်စမ်းပါ။ အေးလှုပ်လှုပ်... နွေးလှုပ်  
 လှုပ်နဲ့ လှုပ်ရှားမှုကလေးပါ မြင်လာပါလိမ့်မယ်။ အေး  
 တာက အပြင်ကလာတဲ့လေ ဖြစ်လို့၊ နွေးတာက

အတွင်းကလာတဲ့ လေဖြစ်လို့။ ခန္ဓာကိုယ်ကိုများ စူးစိုက်ပြီး ကြည့်လိုက်ရင် မွေးညင်းပေါက်တွေက ပြတင်းတံခါးချပ်တွေ ဖွင့်လိုက်သလို ပွင့်သွားတာ၊ ထွက်တာနဲ့ ပြန်ပိတ်ကုန်ရော၊ အဲဒီတော့ အတိုက်က 'အေးသည်၊ နွေးသည်' အဲဒါ 'တေဇော'ရဲ့သဘော၊ အဲဒါ တရားပဲလေ။ သူက ခေါင်းဆောင်၊ အထင်ရှားဆုံးကို အရင်တွေ့ရတာပဲလေ။ နောင်လည်း စိတ်ရှည်ရှည်နဲ့ သူ့ပဲကြည့်ရမှာ။ ဒါ သဲလွန်စပဲ။ တရားသူကြီးဆိုတာ တရားခံ ထွက်ဆိုသမျှ မှတ်တမ်းယူရင်း ယူရင်းနဲ့ပဲ အမှုက ပေါ်သွားတာ မဟုတ်ဘူးလား။ တို့ ဒီမှာလည်း မှတ်အားနဲ့ မှတ်ချက်ယူရင်း အမှုပေါ်အောင် စစ်ရမှာ။ နောင် မှတ်အားကောင်းလာရင် အေးတာလေးက အေးရုံသက်သက် မဟုတ်တော့ဘဲ လှုပ်လှုပ် လှုပ်လှုပ်နဲ့ အေးလှုပ်လှုပ်ဆိုတာ ပြုလာလိမ့်မယ်။ နွေးတာလည်း ဒီလိုပဲ။ ဒီမှာ အတိုက်ဘက်က ဒုတိယခေါင်းဆောင်ကို မြင်လာရပြီ။ အဲဒီ တလှုပ်လှုပ် လှုပ်ပြနေတာ 'ဝါယော' မဟုတ်ဘူးလား။ အဲဒါလေရဲ့ သတ္တိပြနေတာပဲ။ သူ့ဘက်က တွေ့ခြင်း၊ အတိုက်ဘက်က တွေ့ခြင်း။

အောင်ဇော်စာပေ



အခံဘက်ကဆိုရင် အေးရင် အေးတဲ့အတိုင်း  
တင်းမှု၊ လျော့မှု မရှိနိုင်ဘူးလား။

‘ရှိပါတယ် ဘုရား...’

တင်းရင် မမာနိုင်ဘူးလား။

‘မာနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

လျော့ရင် မပျော့နိုင်ဘူးလား။

‘ပျော့နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

အဲဒီမှာ အေးရုံ နွေးရုံ မဟုတ်တော့ဘူး။ အေး  
တင်း၊ အေးလျော့၊ နွေးတင်း၊ နွေးလျော့ တွေ့လာရ  
ပြီ။ သူ့ဘက်က တွေ့တွေ့... ကိုယ်ဘက်ကတွေ့  
တွေ့... တွေ့တာ လိုရင်းပဲ။ ကိုယ်နှာသီးဝမှာ ကိုယ့်  
ဘက်က သတိအချကောင်းရင် ကိုယ့်ဘက်က တွေ့  
ရမှာပဲ။ များသောအားဖြင့် လူတစ်ရာ နှစ်ရာမှာ တစ်  
ယောက် နှစ်ယောက်လောက်ပဲ ကိုယ့်ဘက်က တွေ့  
တာ များပါတယ်။ အတိုက်ဘက်က ပိုပြီး ထင်ရှား  
သကိုးဗျ။ ဒီတော့ ဟိုဘက်က အတိုက်ဘက်က တွေ့  
တာ ပိုများတတ်ပါတယ်။ တွေ့ချင်တာတွေ မှတ်သာ  
မှတ်နေပါ။ မှားသလား မှန်သလား ယောဂီတို့ မစဉ်း  
စားနဲ့။ မှားတာလည်းအမှတ်က ‘ဖယ်ထုတ်’ သွားလိမ့်  
မယ်။ မှန်တာလည်း အမှတ်က ‘ဖော်ထုတ်’ သွားလိမ့်

မယ်။

အေးသိ... နွေးသိကနေ...

အေးလှုပ်လှုပ်သိ... နွေးလှုပ်လှုပ်သိ... ဆို  
တော့ အသိတိုးလာသလား လျော့သွားသလား။

‘အသိ တိုးလာပါတယ်ဘုရား...’

အသိတိုးတာသည်ပင်လျှင် ဉာဏ်တက်တာပဲ။  
ဉာဏ်စဉ်တက်တယ်ဆိုတာ လှေကားထောင်  
တက်တာ မဟုတ်ဘူး။

တွေတာကို မျက်ခြေမပြတ် မှတ်ပေးနေရုံပဲ။  
မှတ်အားကောင်းတော့ သိရုံတွင်မဟုတ်ပါဘူး။ မြင်  
တောင် မြင်လာတတ်ပါတယ်။ စိတ်ကြည်-ကြည်  
သလို၊ ဘဝင်ငြိမ် ငြိမ်သလို မနောအကြည်ဓာတ်မှာ  
အေးလှုပ်လှုပ်၊ နွေးလှုပ်လှုပ်ကလေးရဲ့ တက်ပုံ၊ ကျပုံ၊  
သူ့အရောင် သူ့အဆင်း၊ သူ့နိမိတ်၊ သူ့သဏ္ဍာန် လာ  
တွေ့ရမယ်။ ဒီလောက်ထိ သုခဆိုတဲ့ မှတ်အားဘက်  
ကကောင်းလာရင် ဟိုဘက်က ဒုက္ခ ခံနိုင်ပါဦးမလား။

‘မခံနိုင်တော့ပါ ဘုရား...’

တဖြည်းဖြည်း နောက်ဆုတ်သွားလိမ့်မယ်။ ဟဲ့  
ဒုက္ခကြီး နင်ထွက်လို့ ပြောဖို့လိုသေးလား။

‘မလိုတော့ပါ ဘုရား...’



# မောင်သွေးချွန်

သို့သော်... တဲ့ဗျ။ သူလည်း ဒုက္ခဆိုတာ  
 ပြောက်ကျား၊ ချောင်းတော့ ချောင်းတတ်သေးသဗျာ။  
 ဉာဏ်စဉ်တက်တာ... တက်တာပဲ။ နာတာကလည်း  
 နာမှာပဲ။ နာရင်းတက်ရင်း တက်ရင်းနာရင်းနဲ့ပဲ  
 အောက်ပိုင်းဉာဏ်က တက်သွားရမှာ။ စိတ်ဆိုတာက  
 လည်း ခု စာကလေးကြော်၊ ခု ဆီထမင်းဗျ။ ငြိမ်ပါပြီ  
 ဆို ကြည့်နေရင်းက ခုန်ထွက်ချင် ထွက်သွားတတ်  
 တာဗျ။ စိတ်ဖောက်ပြန်သလို ရုပ်လည်း ဖောက်ပြန်နေ  
 ဦးမယ်ဗျ။ အောက်ဉာဏ်တွေကတော့ နာတာ ကျင်  
 တာနဲ့ နပမ်းလုံးပြီးမှ ရတတ်တာ၊ နာတာ ကျင်တာ  
 ဝေဒနာပေါ်လည်း အမှတ်နဲ့သာ ကျော်ပေးစမ်းပါ။  
 အေးလှုပ်လှုပ်... နွေးလှုပ်လှုပ်ဆိုတာ စာလိုတော့ ဓမ္မ  
 ဝိဇယလိုခေါ်တယ်။ တရားရဲ့ သဘာဝပြနေပြီလေ။  
 ဖြစ်ပျက်ဆိုတာနဲ့ လှုပ်လှုပ်ဆိုတာ အတူတူပဲ။ ဒီလို  
 သတိ သမ္မောဇ္ဈင်နဲ့ တက်သွားရမှာ။ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ဆင့်  
 ဒီဘက်ကအောင်တော့ ဟိုဘက်က ဝေဒနာ ထွက်ပြေး  
 လိမ့်မယ်။ ဗောဇ္ဈင်ဆိုတာ ဆေးမဟုတ်ဘူးလားဗျ။  
 ဆေး ခုနစ်မျိုး၊ ဗောဇ္ဈင် ခုနစ်ဆင့်အောင်ရင် ရောဂါ  
 ဝေဒနာ အကုန်ပျောက်ကရောဗျ။

အထက်ပိုင်း ဉာဏ်ကျတော့ ဘယ်နှစ်ကြိမ်

အောင်ဇော်စာပေ

ထိုင်ထိုင်၊ ဘယ်နှစ်ရက်ထိုင်ထိုင် စိတ်က မပြောင်း  
တော့တဲ့အတွက် ပေါ်နေတဲ့ သဏ္ဍာန် နိမိတ်ကလည်း  
မပြောင်းတော့ဘူး။ ဝက်သားစားရပါများလို့ အီလာ  
တော့ ငရုတ်သီးလေး မျှော်မိလိမ့်ဦးမယ်။ အဲဒီအချိန်  
နာပါဆိုလို့လည်း မနာတော့ဘူးဗျ။

အဲဒီတော့ အောက်ပိုင်းညဏ်ကလေးမှာ ဟို  
ဖက်က စွဲစိတ်၊ ဒီဘက်က မှတ်စိတ် နယ်လုနေတာ၊  
စွဲစိတ်က ဒုက္ခနယ်ထဲကနေ ခုခံနေတယ်။ တို့ရဲ့ မှတ်  
စိတ်က သုခနယ်ထဲကနေ ထိုးစစ်ဆင်နေတယ်။ ကြား  
လူ ပင်ပန်းမှာပဲ။ ဒါ သဘာဝပဲ။ ဒီမှာ ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း  
နဲ့ ပတ်သက်ပြီး နည်းနည်း ဖြည့်ပြောချင်ပါသေး  
တယ်။

ရပ်လျက်က ထိုင်ကာနီးဆဲဆဲမှာ ဣရိယာပုတ်  
ပျက်ကလေးရှိတယ်။ ထိုင်ရာက ပြန်ရပ်ချင်တော့  
လည်း ရပ်အံ့ဆဲဆဲမှာ ဣရိယာပုတ်ပြောင်းကလေးရှိ  
သေးတယ်။ အဲဒီ နေရာလေးတွေ သေသေချာချာ  
ကြည့်ပေးစမ်းပါ။ ထိုင်တဲ့အချိန်မှာ အပေါ်က လေ  
ဖိအား၊ အောက်က ကန်အားနဲ့ထိုင်ရတာ။ အဲဒီတော့  
ရပ်နေတဲ့တင်ပါးကြီးကို ကြမ်းပေါ်ရောက်အောင်  
ဘယ်လို ရှေ့နောက် ဖိချနေသလဲ။ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်



ဆင့် ခေါင်းအေးအေးနဲ့ ကြည့်စမ်းပါ။ ထိုင်ရာက ပြန်  
ထတော့ ကန်အားနဲ့ ဘယ်နှစ်ဆင့်လောက် တွန်းတင်  
ပေးရသလဲ။ ဣရိယာပုတ်တစ်ခုနဲ့တစ်ခု အပြောင်း  
ကလေးကြားမှာလည်း ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အရှိအတိုင်း  
နေမြဲအတိုင်း လေ့လာပေးပါ။

- အထွေထွေ အမှုအရာပိုင်းကတော့

ထိုင် ခုနစ်ကြိမ်၊ စကြိမ် ရှစ်ကြိမ် တစ်ဆယ့်  
ငါးကြိမ်ဆိုတော့ ၁၈ နာရီမှာ ကျန်တဲ့ သုံးနာရီသည်  
အထွေထွေ အမှုအရာပိုင်းဖြစ်ပါတယ်။ မျက်စိနှစ်လုံး  
ပွင့်ချိန်ကနေ ပိတ်ချိန်အထိ ထိုင်တာနဲ့ စကြိမ်ကလွဲ  
လို့ သပ္ပနပေါင်းစုံ အကုန်မှတ်ရမှာ။ ရှေ့တိုးတိုး...  
နောက်ဆုတ်ဆုတ် ကိုယ်လုပ်တဲ့အကြောင်းကို အကုန်  
သိအောင် လုပ်ရမှာ။ ရှေ့တည့်တည့်ပဲ ကြည့်ကြည့်  
စောင်းငဲ့လို့ပဲ ကြည့်ကြည့်... ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲ  
ပြားပြားသိအောင် လုပ်ရမှာ။ ပြီးတော့... ကွေးတဲ့အခါ  
ဖြစ်ဖြစ်၊ ဆန့်တဲ့အခါဖြစ်ဖြစ်... ကောင်းကောင်းကွဲကွဲ  
ပြားပြားသိအောင် လုပ်ပါတဲ့။ ကွေးတဲ့အချိန်နဲ့ဆန့်တဲ့  
အချိန် အတွင်းကြော၊ အပြင်ကြောတွေ အလုပ်လုပ်ပုံ  
တူနိုင်ပါ့မလား။

‘မတူနိုင်ပါ ဘုရား...’

အောင်ဇော်စာပေ

အဲဒီ မတူတာတွေ သိစေချင်တာ၊ ဘယ်သူ  
 ကွေးသလဲ။ ကွေးသူရဲ့ပိုင်ရှင် ဘယ်သူလဲ။ ဘာ  
 ကြောင့် ကွေးသလဲ။ ဒီမေးခွန်းတွေ လိုက်မေးနေရတာ  
 က ကိုယ်နဲ့စိတ် အလုပ်လုပ်ပုံ သိစေချင်လို့... ။ဘာ  
 ဖြစ်လို့တုန်း။ တို့က ငါလုပ်တယ်၊ ငါလုပ်ချင်လို့ လုပ်  
 တယ်ဆိုတဲ့ ငါ... ငါ... ငါနဲ့ ငါနေတာကြီးကို ငါ ရှိ  
 မရှိ တကယ်သိစေချင်လို့... ။ ဒီတော့ ကွေးတာနဲ့  
 မှတ်တာကြား ငါပါမပါ ငါ ရှိမရှိမြင်အောင် ကြည့်...  
 သိအောင် လုပ်ပေးစမ်းပါ။ စောင်၊ ခြင်ထောင်၊  
 အဝတ်အထည်၊ ပန်းကန်ခွက်ယောက် ဘာမဆို ကိုင်  
 တွယ် သုံးသပ်ရင်လည်း ကောင်းကောင်းကွဲကွဲပြား  
 ပြား သိအောင် လုပ်ပေးစမ်းပါတဲ့။ ဘာကျန်သေးလဲ။

‘မကျန်တော့ပါ ဘုရား...’

ဒါကြောင့် ဒါပတ်စာခွာ ဖျာသိမ်း ကမ္မဋ္ဌာန်း။  
 ဘယ်ဟာ မမှတ်ရဘူးလို့ ပါသလား။

‘မပါပါ ဘုရား...’

ပြီးတော့ အစာခွံ့ လိုက်တဲ့ကာလဖြစ်ဖြစ်၊ ဟင်း  
 ရည်လေးသောက်လိုက်တဲ့ ကာလဖြစ်ဖြစ်။ အဲဒါတွေ  
 လုံးထွေးပြီး ဝါးလိုက်တဲ့ ကာလဖြစ်ဖြစ်၊ လျှာကလေး  
 နဲ့ လျက်ကာ လျက်ကာ လုပ်နေတဲ့ ကာလဖြစ်ဖြစ်



သိအောင် လုပ်စမ်းပါ။ ဘယ်သူသည်စားသလဲ၊ စား  
 သူရဲ့ ပိုင်ရှင် ဘယ်သူတုန်း၊ ဘာကြောင့် စားသတုန်း။  
 ဒါ သိစေချင်တယ်လေ။ စားကောင်း ကျွေးကောင်း  
 တွေ စားရင်း မတ်တပ်က ဝါးဖတ်ကြီး ထွက်အန်ကျ  
 တယ်ဆိုပါစို့။ အဲဒါကြီး ပြန်ကောက်ပြီး စားသေး  
 လား။

‘မစားတော့ပါ ဘုရား...’  
 ဘာဖြစ်လို့တုန်း။ \*  
 ‘ရွံ့လို့ပါ ဘုရား...’

ဟောဗျာ။ ဒါ ယောဂီတို့ စားထားတာ မဟုတ်  
 ဘူးလား။ ပန်းကန်ထဲက စားစရာတွေကျတော့ ရွံ  
 သလား။ ကိုယ့်ပါးစပ် ကိုယ့်ခံတွင်းထဲက ကျလာတဲ့  
 ကိုယ့်ထမင်းကိုယ် ရွံသလား။ ဒီတော့ မလွဲသာလို့  
 စားနေရပါတယ်ဆိုတာ ရသတဏှာကြောင့် စားနေ  
 ရပါတယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်ပြီလား။

‘ပေါက်ပါပြီဘုရား...’

ဒီလိုဆို စားရင်းသာ မှတ်သွားရင် စားရင်  
 ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်ရာ မရောက်ဘူးလား။ ဓမ္မာရုံထဲမှာ  
 ပျဉ်ပြားနဲ့တင်ပါး ကပ်ထိုင်နေတာကိုမှ တရားထိုင်  
 တယ်ပြောသလား။ ဘာလုပ်လုပ် အမှတ်ပါနေရင်

တရားထိုင်တယ် ပြောလို့ မရဘူးလား။

‘ရပါတယ် ဘုရား...’

တရားထိုင်တယ်ဆိုတာ ရုပ်ထိုင် ထိုင်တာ ထက် သတိထိုင် ထိုင်တာကို ပြောတာ၊ သဘော ပေါက်ပြီလား။

‘ပေါက်ပါပြီ ဘုရား...’

စားရင်းမှတ်နေတာ စားတဲ့ကိစ္စလည်းပြီး၊ မှတ် တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်လည်းပြီး။ တစ်ပြိုင်နက် အလုပ် နှစ်ခု ပြီးတယ်။ စားရင်းမှတ်တာ ‘အဝင်စာရင်း’ စစ် တာ။ စားထားတာတွေက ဝင်သွားပြီး သူ့ဟာသူ နေသလား။

‘မနေပါ ဘုရား...’

မနေဘူး။ ထွက်လိမ့်ဦးမယ်။ ဒီတော့ ‘အထွက် စာရင်း’ လည်း စစ်ရလိမ့်ဦးမယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်တဲ့အခါမှာလည်း မှတ်ရလိမ့်ဦးမယ်။ မနေ့ကတော့ အလှူရှင် ကျွေးလိုက်တာတွေ စားပြီး ပြုံးတုံ့ ပြုံးတုံ့နဲ့ ကောင်းလိုက်တာတဲ့။ အခုကောင်း သေးလား။

‘မကောင်းတော့ပါ ဘုရား...’

အထွက်စာရင်းစစ်လိုက်တော့ ကောင်းသေး

အောင်ဇော်စာပေ



လား။

‘မကောင်းတော့ပါ ဘုရား...’

အဲဒါတွေ စားပြီးနေရတဲ့ တို့တတွေကိုကော  
ကောင်းတယ်လို့ ဆိုနိုင်သေးသလား။

‘မဆိုနိုင်တော့ပါ ဘုရား...’

ဒါကြောင့် အထွေထွေ အမှုအရာပိုင်းကိုလည်း  
ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲပြားပြား သိအောင်မှတ်ခဲ့ပါ။

နမော်မဲ့ နမာမဲ့ မေ့မေ့ကြီးနဲ့ မနေပါနဲ့လို့  
သတိပေးချင်ပါတယ်။ ကဲ... နားကြဉ်းစို့။

‘သာဓု သာဓု သာဓု ပါဘုရား...’

**အချွန်:** - ၁၀-၃-၉၉ နတ်တလူတောရ  
အလုပ်ပေးတရား

# အထွေထွေအမှုအရာပိုင်း မှတ်ဉာဏ်မှအသိဉာဏ်သို့

ဒီအပိုင်းက နောက်ဆုံးအပိုင်း...။

နောက်ဆုံးအပိုင်းဆိုတာ ထိုင်ပြီးမှတ်ရတဲ့ အပိုင်း၊ စကြံနဲ့မှတ်ရတဲ့အပိုင်းက လွဲလို့ ဒီအပိုင်းမှာ ကျန်တာ အကုန်ပါ၊ပါလိမ့်မယ်။ ပတ်စာခွာ ဖျာသိမ်း အပိုင်းလို့ ပြောရမှာပေါ့။

မျက်စိနှစ်လုံးပွင့်ချိန်က မျက်စိနှစ်လုံး ပြန် ပိတ်ချိန်အထိ အကုန်မှတ်ရမှာ၊ စာလိုတော့ 'သမ္မဇညာ ကာရ' လို့ သုံးတယ်။ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ **ကောင်း**



**ကောင်း ကွဲကွဲပြားပြားသိအောင် လုပ်ရမယ့်အပိုင်း။**

တို့ ရွာထဲမှာတုန်းကလို အလုပ်တစ်ခုကို နမော်မဲ့ နမာမဲ့ ပြီးသွားတာမျိုး မဖြစ်စေရ။ ဘယ်အပိုင်းကို ကြည့်ကြည့် အရင်ဖြေဆိုခဲ့တဲ့ မေးခွန်းသုံးခု ဖြေချင်တာပဲ ထင်တယ်။ သမ္မုဇ္ဈာကာရဆိုတာ မိမိပြုလုပ်တဲ့ အလုပ်ကိုပဲ ဆိုလိုတာ။ ဒီတော့ မိမိပြုလုပ်တဲ့ အလုပ်...

- ဘယ်သူ လုပ်သနည်း
- လုပ်သူရဲ့ပိုင်ရှင် ဘယ်သူနည်း
- ဘာကြောင့် လုပ်သနည်း

ဒီ မေးခွန်းသုံးချက်ကတော့ ပါနေရမှာပဲ။ ဒါ သိချင်တာ၊ ဘယ် ကမ္မဋ္ဌာန်းစစ်စစ်၊ စစ်လိုက်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတိုင်းဟာ ဒီမေးခွန်း သုံးချက်ကို ဖြေချင်တာ။ **အဓိကရည်ရွယ်ချက်**က ဒါပဲ။ အိမ်သာသွားလည်း ဒီအမေးသုံးချက် ပါလိမ့်မယ်။ ချိုးရေ သုံးသပ်တော့လည်း ဒီမေးခွန်းသုံးခု ပါရမှာပဲ။ ဒီမေးခွန်း သုံးခုရဲ့အဖြေ သိချင်ရင် ကိုယ်လုပ်တဲ့အလုပ်ကို သိဖို့ လိုလိမ့်မယ်။ ကိုယ်လုပ်တဲ့ အလုပ်ဆိုတော့ အပြင်ကြောင်းအရတော့ ရေချိုး... ချိုးတယ် သိတာပေါ့။ သို့သော် အတွင်းကြောင်း... နောက်ခံကြောင်းကို

ထောက်ထောက်ကန်ကန် ထိထိမိမိ မသိကြသေးဘူး။  
ဆိုကြပါစို့။

ဓားပြမှုတစ်ခုကို စစ်တယ်ဆိုပါစို့။

အဲဒီ ဓားပြမှုက လွန်ခဲ့တဲ့ ခြောက်လ၊ တစ်နှစ်  
လောက်က ဖြစ်ခဲ့တဲ့အမှု ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်တယ်။  
သို့သော် ဒီအမှုကိုစစ်တော့ ရုံးရှေ့မှာရောက်နေတဲ့  
တရားခံကိုပဲ စစ်ရတာ။ အဲဒီ တရားခံက ရုံးရှေ့မှာ  
ဓားပြတိုက်သေးလား။

‘မတိုက်တော့ပါ ဘုရား...’

သူ့ကို ဖမ်းမိထားလို့ ရုံးရှေ့မှာမို့ မတိုက်တော့  
ပေမယ့် သူတိုက်ခဲ့တဲ့ ပြစ်မှုက ရှိနေတယ်။ အဲဒီပြစ်မှု  
ကျူးလွန်စဉ်က သူထားခဲ့တဲ့ စေတနာ... စတဲ့ ပြစ်မှု  
တစ်ခုရဲ့ နောက်ခံအကြောင်းကို ပေါ်လွင်အောင် စစ်  
ဆေးရသလိုပဲ ဒီမှာလည်း နောက်ခံကြောင်း (အတွင်း  
ကြောင်း) ကို သိချင်လို့ သတိနဲ့ရှုမှတ်စစ်ဆေးနေ  
တာ။

ရေဘာလို့ချိုးလဲဆိုရင် ပူလို့ အိုက်လို့ ဆိုတာ  
ကတော့ လူတိုင်းသိတဲ့အပြင်ကြောင်း... ၊ သို့သော်  
အတွင်းကြောင်း ရှိသေးသည်။ အဲဒါ သိစေချင်လို့  
အမှတ်ခိုင်းနေတာ။ သမ္မုဇ္ဈာကာရဆိုတာ မဟာစည်

# မောင်သွေးချွန်

မှာ သုံးတော့ ‘အထွေထွေမှုရာပိုင်း’ လို့ သုံးတယ်။  
 ထိုင်တာနဲ့ စကြိန်က လွဲလို့ ကျန်တဲ့ဟာတွေ အထွေ  
 ထွေမှုရာပိုင်းလို့ ခေါ်တယ်။ ရှေ့ကိုပဲ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး  
 တက်သွားသွား... နောက်ကိုပဲ ပြန်ဆုတ်လာလာ...  
 ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲပြားပြား သိအောင် လေ့ကျင့်  
 ပေးပါတဲ့။

‘အဘိက္ကန္တေ ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီဟောတိ’  
 တဲ့။

ရှေ့တက်တာဘယ်သူတက်သလဲ။ တက်သူရဲ့  
 ပိုင်ရှင် ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့်တက်သလဲ။ နောက်  
 ဆုတ်လည်း ဒီမေးခွန်း ပါမှာပဲ။ ပြီးတော့ ‘အာလော  
 ကိတေ၊ ဝိလောကိတေ၊ သမ္ပဇာနကာရီဟောတိ’ တဲ့။  
 တည့်တည့် ကြည့်ကြည့်၊ စောင်းငဲ့လို့ပဲကြည့်ကြည့်  
 ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲပြားပြားသိအောင် လုပ်ကြည့်  
 စမ်းပါတဲ့။ ဒီမှာလည်း ဒီမေးခွန်း သုံးချက်ပဲ ထင်ပါ  
 တယ်။ ပြီးတော့ ‘သမဉ္ဇိတေ ပဿရိတေ’ တဲ့။ ကွေး  
 ကွေး... ဆန့်ဆန့် ဒီနေရာလေးလည်း ကောင်းကောင်း  
 ကွဲကွဲပြားပြား သိအောင် လုပ်ပါတဲ့။ ဒီမှာလည်း  
 သိချင်တာက ဒီအချက်သုံးချက် (မေးခွန်းသုံးခု) ပါပဲ။  
 ပြီးတော့ တို့ရဟန်းများနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့လည်း



‘သင်္ဃာဉ္စိ ပတ္တိ စိဝရ ဓာရကော’ တဲ့။ သင်္ကန်းကိုင်တဲ့ အခါဖြစ်ဖြစ်၊ သပိတ်ကိုင်တဲ့အခါဖြစ်ဖြစ်၊ သင်းပိုင် ကိုယ်ရုံ ကိုင်တဲ့အခါဖြစ်ဖြစ် ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲ ပြားပြား သိအောင် လုပ်ပေးစမ်းပါတဲ့။ လူယောဂီများ နဲ့ ဘာသာပြန်ရင်တော့ ခြုံစောင်ကိုင်တဲ့အခါ ဖြစ် ဖြစ်၊ ပန်းကန်ခွက်ယောက် ကိုင် တဲ့ အခါဖြစ် ဖြစ်၊ လုံချည်အင်္ကျီ ကိုင်တဲ့အခါဖြစ်ဖြစ် ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲပြားပြားသိအောင် လုပ်ပေးစမ်းပါတဲ့။ ပြီးတော့ စားတဲ့နေရာကျတော့ ‘အသီတေ ပီတေခါယိတေ သာယိတေ သံမ္ဗု နကာရီဟောတိ’ တဲ့။ အစာကို ခွံ့ လိုက်တဲ့အခါဖြစ်ဖြစ်၊ အရည်ကို သောက်လိုက်တဲ့ အခါဖြစ်ဖြစ်၊ ဝါးလိုက်တဲ့ကာလဖြစ်ဖြစ်၊ လျက်ကာ လျက်ကာနဲ့မြို့လိုက်တဲ့ကာလဖြစ်ဖြစ် ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲပြားပြား ရှုမှတ်ပေးစမ်းပါတဲ့။

ဘယ်နေရာကဖြစ်ဖြစ် ခုနမေးခွန်း သုံးခုရဲ့ အဖြေ သိချင်တာ။ ပြီးတော့... ‘ဥစ္စာရ ပသဝကမ္မေ သမ္ဗဇာနကာရီ ဟောတိ’ တဲ့။ ကျင်ကြီးစွန့်စွန့် ကျင် ငယ်စွန့်စွန့် ဒီနေရာလည်း ကောင်းကောင်းကွဲကွဲပြား ပြားသိအောင် လုပ်ခဲ့စမ်းပါတဲ့။ သူ့မှာလည်း တို့ လုပ် ချင်တိုင်း လုပ်လို့ရသလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ဒီမှာလည်း အမေးသုံးချက်ကတော့ လိုက်နေပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီတော့ ဘာမမှတ်ကောင်းတာ ရှိသေးလဲ။

‘မရှိတော့ပါ ဘုရား...’

ချေးယိုသေးပေါက်ကအစ မှတ်ပါဆိုတော့ ကုန်ပြီထင်တယ်။ ယုတ်တာလုပ်လို့ မမှတ်ရလို့ ရှိသလား။

‘မရှိပါ ဘုရား...’

ယုတ်တာလုပ်တော့လည်း ယုတ်တဲ့အလုပ်လုပ်နေချိန် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး တစ်မျိုးထင်တယ်။ အပြင်မှာ ယုတ်တာ လုပ်နေရင် အတွင်းမှာလည်း ယုတ်တဲ့အကြောင်း ပေါ်နေမှာပဲ။ မြတ်တာလုပ်တော့လည်း မြတ်သောအလုပ်ရဲ့ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးအတွင်းမှာ ယုတ်တာလုပ်စဉ်က ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးနဲ့ မြတ်တာလုပ်ချိန် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး တူပါ့မလားဟေ့။

‘မတူပါ ဘုရား...’

အပြင်က အမူအရာ မတူရင် အတွင်းမှာ အကြောင်းပြောင်းနေတယ်။ ဒီတော့ ယုတ်တာဖြစ်ဖြစ် မြတ်တာဖြစ်ဖြစ် ကုလားမချေးတွန်း အကုန်မှတ်ပေး

ပါ။ ယုတ်တာလည်း ယုတ်ပုံယုတ်နည်း... သူ့အတွင်း ခံ အကြောင်းရှိနေသေးတယ်။ မြတ်တာလည်း မြတ် တယ်ဆိုပြီး ကျေနပ်မနေပါနဲ့။ မြတ်ပုံမြတ်နည်း အတွင်းကြောင်းသိဖို့ လိုပါသေးတယ်။ အဲဒီတော့ ယုတ်တာနဲ့ မြတ်တာ သေချာ စစ်ကြည့်လိုက်ရင် နေ ခြစ်ခြစ်တောက်ပူအောက် သွားရတာနဲ့ လရောင် အောက်သွားရတာလောက် ကွာပါလိမ့်မယ်။ တကယ် လို့ ဒါကြီးကတော့ ယုတ်တာပဲဆိုပြီး မမှတ်လို့ရှိရင် ဒီနေရာက အစွဲရော မဝင်နိုင်ဘူးလား။

‘ဝင်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ငါလည်းဝင်နိုင်တယ်။ သူလည်းဝင်နိုင်တယ်။ ငါ-သူ ဘက်ခွဲလိုက်ရင် ငါ ကောင်းစားချင်တယ်ဆို တဲ့ အတ္တဒိဋ္ဌိလည်း ဝင်လာမယ်။ သူ့အပေါ် ‘ကောင်း... မကောင်း’ လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တာနဲ့ ‘ကြိုက်...မကြိုက်’ ကလည်း နောက်ပိုးလိုက်နိုင်သေးတယ်။ ဒီလိုဆိုရင် ယုတ်တဲ့နေရာက ‘ယုတ်စွဲကြီး’ မပေါ်နိုင်ဘူးလား။

‘ပေါ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ယုတ်စွဲကြီးပေါ်ရင် အဲဒီအစွဲကြောင့် ယုတ်ညံ့ တဲ့ဘဝ ရောက်ရလိမ့်ဦးမယ်။ ယုတ်ညံ့တဲ့ဘဝကို ရောက်တာမှန်သမျှ ယုတ်တဲ့အကြောင်းကို အတွင်းသိ



သိအောင် မမှတ်ခဲ့လို့ မြတ်တဲ့အလုပ်ဆိုတဲ့ ဘုရား  
သွားကျောင်းတက်တွေ စွဲနေရင်လည်း သံသရာ  
မလည်နိုင်ဘူးလား။

‘လည်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒီတော့ မြတ်ပုံမြတ်နည်းကိုလည်း အတွင်းသိ  
သိအောင် မှတ်ခဲ့ပါ။ ဒီတော့ ဘယ်လောက်ထိ မှတ်  
ရမလဲဆိုရင် ‘ဂတေဋ္ဌိတေ နိဿိဇ္ဇေ သုတ္တေဇာရိတေ  
ဘာသိတေ တုံဏှိဘာဝေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ’  
တဲ့။

သွားနေတဲ့ကာလဖြစ်ဖြစ်တဲ့၊ ဒါစင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်း  
ကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ ရေချိုးသွား၊ အိမ်သာသွား၊  
ဒါမျိုးတွေ ပြောတာ၊ ရပ်နေတဲ့ ကာလဖြစ်ဖြစ်တဲ့...  
ဒါလည်း စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်း ရပ်တာကို မဆိုလိုဘူး။  
တခြား မတ်တတ်ကိစ္စတွေ ပြောတာ၊ ပြီးတော့ ထိုင်တဲ့  
အခါပဲဖြစ်ဖြစ်တဲ့... လျောင်းလို့ပဲနေနေ လျောင်းရာက  
အိပ်ပျော်သွားသော်မှ သိအောင် မှတ်နေပါတဲ့။ အိပ်  
ကာနီးမို့လို့များ နိုးလာတော့ ကြောင်စီစီ ကြောင်တက်  
တက် အစိမ်းသက်သက်ကြီး၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်း။ အိပ်  
နေချိန်မှာ သေသွားလို့ နိုးလာတော့ ဘဝသစ်ရလာ  
သလို ယောင်နနကြီး ဖြစ်နေတတ်တယ်။ ဒါကြောင့်

အိပ်တာတောင် အလကား မအိပ်လိုက်ပါနဲ့။ အမှတ်ကလေးနဲ့ အိပ်ကြစမ်းပါတဲ့။ ဒီလို ဆိုလိုပါတယ်။

မှတ်ရင်းနဲ့ အိပ်တဲ့နေရာမှာလည်း အပူခိုးပြယ်သွားလို့ မအိပ်ချင်ဘဲ မှတ်လို့ကောင်းနေရင် ဆက်ပြီးတော့သာ မှတ်လိုက်စမ်းပါ။ တစ်မှတ်ရရ နှစ်မှတ်ရရ မှတ်ကြစမ်းပါ။ တစ်မှတ်ရရင် မင်နားကို ခြေလှမ်း တစ်လှမ်းတိုးသွားတာပါပဲ။ မိတ္ထီလာကနေ နတ်တလူတောရကို လာတယ်ဆိုပါစို့။ ဝမ်းတွင်းလောက်ရောက်ရင်ပဲ မိတ္ထီလာနဲ့စာရင်တော့ နတ်တလူနဲ့ ပိုနီးလာပြီ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ နတ်တလူမရောက်သေးလို့ မထူးဘူး မထင်ပါနဲ့။ ခရီးတော့ တွင်လာပါပြီ။ ဆက်သွားလို့ ကျောက်ဆည်လောက် စစ်ကိုင်းလောက် ရောက်ရင်ပဲ နတ်တလူနဲ့နီးလာပါပြီ။ ရွှေဘိုရောက်တာနဲ့ မြောက်ဘက် ဆက်ထွက်ရင် နတ်တလူမရောက်နိုင်ပေဘူးလား။

‘ရောက်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒီတော့ အမှတ်တစ်မှတ် မှတ်လိုက်တာဟာ ကိလေသာတစ်ချက်သတ်လိုက်ပြီးတော့ရှေ့တစ်လှမ်း အစားဝင်ထိုးလိုက်တာပဲ။ ကိုယ့်မှတ်ချက်ကိုယ် ဒီလောက်ထိ အားကိုးကြစမ်းပါ။ ဒါကြောင့် အိပ်တာ

# မောင်သွေးချွန်

တောင် မှတ်ပြီးအိပ်ရင် အိပ်ပုံအိပ်နည်းလေးပါ သိ  
လာပါလိမ့်မယ်။ ဒီမှာလည်း ဘယ်သူအိပ်သလဲ။  
အိပ်သူရဲ့ပိုင်ရှင် ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့် အိပ်သလဲ။  
ဒီမေးခွန်းတွေ ပါလာပါလိမ့်မယ်။

တို့ယောဂီတွေထဲမှာ မအိပ်ဖူးတဲ့သူ ပါသလား  
ဟေ့။

‘မပါပါ ဘုရား...’

ဒါဖြင့် ဘာကြောင့် အိပ်ရသတုန်းမေးရင်  
ဘယ်လိုဖြေမှာပါလိမ့်။

‘... ..’

ရပ်ထဲ ရွာထဲမှာ နေ့ခင်းနေ့လည် တော်တော်  
အိပ်ခဲပါတယ်။ နေ့ နေ့ပြီး၊ ည ဘာလို့အိပ်တုန်း။  
အိပ်ခြင်းရဲ့အကြောင်းဟာ ‘အပူနဲ့အပုပ်’ လေ။ အပူနဲ့  
အပုပ်ဟာ သွေးကြောလေကြောထဲ ပါသွားရော။  
နေ့မှာ နေရဲ့အပူချိန်ရှိတဲ့အတွက် မွေးညှင်းပေါက် ပွင့်  
နေတယ်။ ဒီတော့ အပူအပုပ်သည် ဒီက ထွက်အား  
ရှိတယ်။ ဒီတော့ မအိပ်ချင်သေးဘူး။ ဟော... ညဦး  
ခြောက်နာရီလောက်ဆိုတော့ နေဝင်သွားပေမယ့် အပူ  
ချိန် ကျန်နေသေးတယ်။ မွေးညှင်းပေါက်ကလေးတွေ  
ပွင့်နေသေးတယ်။ ရှိတဲ့အပူအပုပ်က ထွက်သာသေး



တယ်။ ည ကိုးနာရီ ဆယ်နာရီဆိုတော့ နေနဲ့ တော်  
 တော် ဝေးသွားပြီထင်တယ်။ အအေးဓာတ်ကလေး  
 တော်တော်ရလာပြီဆိုတော့ မွေးညှင်းပေါက်တွေ ပိတ်  
 ကုန်ပြီ။ အပူအပုပ်က ဘယ့်မှထွက်စရာမရှိတော့  
 အစာအိတ်ထဲကနေ ခါးဆစ်ရိုးကနေဖောက်ပြီး နောက်  
 ကျောကို တက်ကရော။ ဘေးထွက်စရာ၊ ဖြန့်ထွက်  
 စရာမရှိတော့ အပေါ်ဖောက်မှာပဲလေ။ နောက်ကျော  
 တစ်ဆင့် အုတ်ဆက်ကြောထိုး...အဲဒီကမှ ငယ်ထိပ်  
 ကို သွားမှာ။ ဆယ်နာရီ ဆယ့်တစ်နာရီကျော်  
 က်ရောက်တော့ ပိုအေးလာပြီ ထင်တယ်ဟေ့...။

‘အေးလာပါပြီ ဘုရား...’

အဲဒီမှာ ရှိသမျှအပူအကုန်လုံး အလုံးအရင်းနဲ့  
 နောက်ကြောကထိုးတက်၊ ငယ်ထိပ်ကို သွားဖောက်  
 တော့ သွေးကျပြီး မျက်ခုံးကြီး လေးလာတယ်။ ပြီး  
 တော့ သမ်းလာတယ်။ နောက်တော့ ငိုက်လာတယ်။  
 ထိနမိနွှာကဝင်ပြီး အမိန့်ပေးကရော ‘ငါအိပ်မယ်’ တဲ့။  
 ကဲဗျာ... ။ နေ့တိုင်းအိပ်လာတာ၊ တစ်သက်လုံးအိပ်  
 လာတာ... ဒီနေ့တစ်ရက်တော့ မအိပ်ဘူးကွာ... လို့  
 ပြောရဲလား။

‘မပြောရဲပါ ဘုရား...’

အေး နော်စာပေ

အေး... ။ ဒီ ထိန်မိန္ဒ ကိလေသာကျတော့  
ဘုရားထက် ကြည်ညိုတယ်။

ဘုရားအာရုံပြုတာ ဘယ်လောက်ကြာတုန်း။

‘ခဏကလေးပါ ဘုရား...’

ထိန်မိန္ဒကျတော့ရော...

‘တစ်ညလုံးပါဘုရား...’

ဒါဆို ဘုရားနဲ့ ထိန်မိန္ဒ ဘယ်သူ့ဆည်းကပ်  
တာက ပိုနေတုန်း... ။

‘ထိန်မိန္ဒကို ဆည်းကပ်ပါတယ်  
ဘုရား...’

ဒါဖြင့် ခင်ဗျားတို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေလား၊  
ထိန်မိန္ဒ ဘာသာဝင်တွေလား။

‘... ..’

အိပ်လိုက်ကြတာ။ တကယ်လို့များ တို့ယောဂီ  
တွေ သောကကြီးကြီး၊ လောဘကြီးကြီးနဲ့တစ်နေ့ကုန်  
ဖုတ်လိုက်ဖုတ်လိုက် သွားနေသူဆိုရင် ညအိပ်ရင်  
အပူအပုပ် များလွန်းတော့ ဟောက်ပြီးတော့တောင်  
အိပ်တတ်ပါသဗျာ။ အပူအပုပ်က နှာခေါင်းကချည်း  
ထွက်လို့ မနိုင်တော့ဘူးလေ။ ရှူလေမှာ လောဘက်ကို  
တိုးယူတာ။ ရှိုက်လေမှာ အထဲထဲရှိတဲ့ အပူအပုပ်ကို

ထုတ်ပစ်တာ။ တို့ရန်ကုန်ပြော ပြောရရင်တော့ နေ့မှာ ကားတွေ လူတွေ ရှုပ်နေတဲ့အတွက် မြူနီစပယ် မဝင် သာဘူး။ ညကားတွေသိမ်းပြီးဆိုတော့မှ မြူနီစပယ် ဝင်ရသလိုပါပဲဗျာ။ နေပူမိုးရွာမရှောင် လောဘထန် ထန်၊ သောကထန်ထန်နဲ့ အတင်းသွားထားတဲ့ လူ တစ်ယောက်ဟာ အပူအပုပ် စုနေပြီ။ ညကျတော့ ဝင်လေကလေးက လေကောင်းလေသန့်ကလေး၊ အဲဒီ လေကောင်းလေသန့်ကလေးနဲ့ လေဆိုးလေပုပ် တွေကို ထွက်လေနဲ့ ထုတ်ပစ်ရတယ်။ အဲဒီ အချိန်မှာ အလွန်ပင်ပန်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် အပူအပုပ်ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ နှာခေါင်းနဲ့လေ မဆန့်တော့တဲ့အတွက် ပါးစပ်ကြီးပါ ဟောက်အိပ်သဗျာ။

အဲဒီမှာ အပူအပုပ် ကုန်တဲ့အချိန်ဟာ နိုးတဲ့ အချိန်ပဲ။ အအိပ်ကြီးတော့ အပူအပုပ်ကြီးလို့ စိတ် မကလက်တော့တဲ့ ရဟန္တာအရှင်သခင်ကြီးတွေကျ တော့ အိပ်ကို မအိပ်တော့ဘူး။ အရိယာအရှင်သခင် ကြီးများမှာ ကိလေသာအပူမှ မရှိတော့ဘဲ။ ပြီးတော့ လည်း တစ်နေကုန် ဝင်လေထွက်လေနဲ့ ရှူသွင်း ရှိုက်ထုတ်လုပ်နေတော့ အပူအပုပ် မအောင်းနိုင်တော့ ဘူး။ တို့ကျေးဇူးရှင် ဝေဘူဆရာတော် ဘုရားကြီးက

အောင်ဇော်စာပေ



ဘယ်လိုများ မှတ်လောက်သားလောက်အောင် အမိန့် ရှိသွားသလဲဆိုရင် ‘လူတစ်ယောက်ဟာ တစ်နေ့ သုံးမိနစ်အိပ်ရင်လုံလောက်ပါတယ်’ တဲ့။ ဒါကအရိယာ အမြင်။ အရိယာရှုထောင့်က မိန့်တာ။ အပူအပုပ်နည်း ရင် နည်းသလောက် အအိပ်နည်းတယ်။

အပူအပုပ်ကင်းတဲ့အချိန်ဟာ နိုးတဲ့အချိန်။ ဒါပေမယ့် နိုးသာနိုးတယ် မထသေးဘူး။ စိတ်က နိုးတာ မျက်လုံးမဖွင့်သေးဘူး။ နိုးချင်စိတ်နဲ့ ‘ဖွင့် တယ်...ဖွင့်တယ်’ အဆင့်ဆင့် သွားတာဗျ။ အပူအပုပ် ကင်းစင်ပြီး နိုးထလာမှသာ ကြည်ကြည်လင်လင် လန်းလန်းဆန်းဆန်း အဲဒါ အိပ်လို့ အားရှိတာလား။

‘... ..’

နေ့မှာထက် ညကျတော့ ဝင်လေထွက်လေက ပုံမှန် မဖြစ်ဘူးလား။

‘ဖြစ်ပါတယ် ဘုရား...’

အိပ်ပြီးဆိုတော့ သောကစတဲ့ အနှောင့်အယှက် တွေ မရှိတော့ဘူး။ ဝင်လေထွက်လေက နှာသီးနဲ့ ချက်တိုင်၊ ချက်တိုင်နဲ့နှာသီး ပုံမှန်ဗျ။ ပုံမှန်ဖြစ်တဲ့ အတွက် ချက်တိုင်ကနေ တန်းပြီးထွက်ရင် အပူအပုပ် တွေ အကုန်ပါသွားပြီ။ အဲဒီအပူအပုပ် ကုန်လို့ အားရှိ

တာ။ အိပ်လိုအားရှိတယ် မထင်ပါနဲ့။ တို့... နေ့မှာ လည်း ဒီလိုလေးသာ ပုံမှန်လေး ရှူနေ ရှိုက်နေရင် အပူအပုပ် အောင်းနိုင်ပါဦးမလားဗျ။

‘မအောင်းနိုင်တော့ပါ ဘုရား...’

ညအိပ်တဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ရှူရှိုက်နှုန်း မဖြစ်သေးလို့ အပူအပုပ်တွေ စုနေတာ။ ဘာလို့မဖြစ် တုန်း နိုးကတည်းက သောကနှိုးလို့ နိုးခဲ့တာက များ တာကိုး။ ဟောဗျာ... ငါ့နှယ် အိပ်ရာထ နောက်ကျ လိုက်တာ။ ဘာလုပ်ရဦးမှာ၊ ညာလုပ်ရဦးမှာ ပျာယီး ပျာယာနဲ့ အဲဒီကတည်းက ဝင်လေထွက်လေခမျာ ချက်တိုင်အထိ မရောက်တော့ဘဲ ရင်ညွန့်ကနေ ပြန် ထွက်ရတာ။ သူ့အောက်က ဘဝင်လေက ပင့်တင် ထားပြီလေ။ အိပ်နေချိန်ကျတော့ လောဘတွေ၊ သောကတွေ ခဏပျောက်နေတော့ ဘဝင်လေ အခု အခံ မရှိတော့ဘူး။ သူ့စိတ်နဲ့ သူ့ကိုယ် ကောင်းလိုက် တာဗျာ။ ဟော နိုးပါပြီဆိုတာနဲ့ သောကကတစ်ချက် ဆောင့်လိုက်မယ်၊ လောဘကတစ်ချက် ဆောင့်လိုက် မယ်။ ဆောင့်လိုက်တာနဲ့ ဝင်လေထွက်လေ ပုံမှန် မဖြစ်တော့ဘူး။ ရင်ညွန့်လောက်ကပဲ အဆင်းအတက် လုပ်နေရတယ်။ အဲဒီတော့ အပူအောင်းမနေပေဘူး

အောင်ဇော်စာပေ

လားဗျ။

‘အောင်းနေပါတယ် ဘုရား...’

ဒါ အိပ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းကို ပြောတာ။  
 ယောဂီတို့ကိုယ်တိုင် စစ်ကြည့်စမ်းပါ။ တို့ပြောတာ  
 တို့ပြောလိုဆိုပြီး မယုံပါနဲ့ဦး။ ဟုတ်မဟုတ် လက်  
 တွေ့ စမ်းကြည့်စမ်းပါ။ အဲဒီတော့ အိပ်တာလေးကို  
 ပင်လျှင် ကောင်းကောင်း ကွဲကွဲပြားပြား သိအောင်  
 လုပ်ခဲ့စမ်းပါတဲ့။ အဲဒီမှာ စိတ်ကလေးက အရင်နိုး  
 လာပါတယ်ဗျ။ ဒါပြီးမှ ကိုယ်ကို အထခိုင်းတာပါ။  
 စိတ်ရောက်တဲ့နေရာမှာ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ လေရဲ့  
 လှုပ်ရှားမှုကြောင့်ရုပ်လည်း အသက်ဝင်ရတာ။ အပေါ်  
 ပိုင်းကိုယ်မှာ စိတ်ရောက်လို့ရှိရင် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့  
 လေ ‘စိတ္တဇဝါယော’ ကြောင့် ထပြီး လှုပ်ရှားပေးရ  
 တာ။ ဒါ ပြီးတော့ အောက်ပိုင်း ကိုယ်ကြီးကို ထောင်  
 ချင်တော့ လက်ကလေးတောင် အထောက်ခိုင်းသေး  
 ထင်တယ်။ ဒီမှာလည်း လက်မှာ စိတ်ရောက်မှ လက်  
 မှာ စိတ္တဇဝါယော ပျံ့နှံ့ပြီးတော့ လှုပ်ရှားပြီး အသက်  
 ဝင်ပေးရပါတယ်။ ဒါ ပြီးမှ ကိုယ်ကြီးကို ထပေး  
 အောင် ထောင်ပေးရတာပါ။ ထောင်ပြီးတော့ ယောဂီ  
 တို့ အိပ်နေတာချည်းက တံခါးပေါက်နဲ့ တည့်ချင်မှ

အောင်ဇော်စာပေ



တည့်မှာပါ။ တံခါးပေါက်တည့်အောင် စိတ်ကပဲ တည့်ပေးရပြန်ပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်က ဒီကိုယ်ကြီး ကို အသက်သွင်းပြီး အဆင့်ဆင့် ခိုင်းလာပုံကိုမြင် အောင် ကြည့်ပေးစမ်းပါ။ ဒါကို ဇာဂရိတေ နိုးတဲ့ ကာလမှာလည်း သမ္မဇာနကာရီကောင်းကောင်း ကွဲကွဲ ပြားပြားသိအောင် လုပ်ပေးစမ်းပါတဲ့။

ဘယ်သူသည် ထသလဲ။ ဘာကြောင့် ထ သလဲ။

အဲဒီမှာ စိတ်နဲ့ကိုယ် နှစ်ဦးပေါင်းပြီးတော့ အတိုင်အဖောက် လုပ်ပြီးတော့ ထရတာလေးတွေ မြင် လာပါလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ ‘ဘာသိတေ’ တဲ့။ ပြောတဲ့ ဆိုတဲ့ ကာလမှာလည်း ပြောသူရဲ့ပိုင်ရှင်မြင်အောင် ကြည့်ပေးစမ်းပါ။ သို့သော် တို့အားထုတ်တဲ့ ရက် တွေမှာ အပြောမပါပါဘူး။ အလုပ်ချည်းပဲထင်ပါ တယ် မှတ်ရတာပဲ မဟုတ်လား။ ပြောတာက ပညတ် သာ ပြောနိုင်တာ။ ပရမတ် မပြောနိုင်ပါဘူး။ တို့ ဟောနေတာသည်ပင်လျှင် ပညတ်နဲ့ ဟောနေရတာ ပါ။ ယောဂီတို့ဘက်ကရော ထိုင်ပြီဆိုတော့ နာကျင် ကိုက်ခဲမှုတွေ မပေါ်ဘူးလား။

‘ပေါ်ပါတယ် ဘုရား...’

ညောင်းတာ နာတာ အဲဒါတွေ ပေါ်နေတာ သည် အတွင်းဓမ္မကထိက က ဟောနေတာ။ အဲဒါမှ တရား။ သူကမှ တိတိကျကျ ဟောတာ ဘယ်နှယ်လဲ။ နာမိ ကြားမိကြရဲ့လား။ အဲဒါ ပရမတ်အစစ်ဓာတ် အနှစ်တွေချည်းပဲ။ နာရုံ ကြားရုံနဲ့ မပြီးဘဲ အတွင်း သဘောစိုက်အောင် မှတ်သားကြစမ်းပါ။ ကိုယ့်ကိုယ် က တွေ့တဲ့ ‘ကိုယ်တွေ့တရား’ ဆိုတာ အဲဒါပဲ။ ယောဂီတို့ အချင်းချင်း ပြောနေတာတွေလည်း ပညတ် တွေပဲ။ အဲဒီမှာ ပြောစိတ်ကလေးနဲ့ ပြောရုပ်ကလေး အတိုင်အဖောက်ယူပြီး ငါ ဒါပြောပေးဆိုမှ ပြောရတာ ပါ။ ပြီးတော့ ‘တုံ့ဏှိဘာဝေ’ တဲ့ မပြောမဆို ဆိတ် ဆိတ်နေတဲ့ အချိန်ကလေးလည်း သမ္မဇာနကာရီ သိအောင် လုပ်ပေးပါတဲ့။ ဒါက အထွေထွေအမူအရာ ပိုင်းပါ။ သဘောပေါက်ပြီထင်တယ်။

‘ပေါက်ပါပြီ ဘုရား...’

ဒါဖြင့်တစ်ရက်တာအတွက်ကိုထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း စကြိန် ကမ္မဋ္ဌာန်းကလွဲလို့ ကျန်တာတွေအကုန်လုံး ဘယ်မှာပါသလဲ။

‘အထွေထွေ အမူအရာမှာ ပါပါတယ် ဘုရား...’

အိပ်ရာက နိုးချိန်က အိပ်ရာဝင်ချိန်အထိ ရေ  
ချိုးတာ၊ ဆွမ်းစားတာ၊ အိပ်သာတက်တာ အကုန်လုံး  
ပါသွားပြီ။ အဲဒီတော့ ဒီနေရာမှာ သိသာအောင်  
'စားတာလေးတစ်ခု' ဆွေးနွေးကြည့်စို့။

ယောဂီတို့ နံနက် ငါးနာရီဆို ဘောဇနဆောင်  
(ဆွမ်းစားကျောင်း) ကို ဒီကနေသွားပြီ။ နေ့ကျတော့  
ဆယ်နာရီဆို သွားပြီနော်။ သွားတော့ ဘာနဲ့ သွား  
သလဲဗျ။

'ဖဝါးနဲ့ သွားပါတယ် ဘုရား...'

ဖဝါးနဲ့သွားပြီး ဆွမ်းစားကျောင်းရောက်တော့  
ထိုင်ပါပြီတဲ့ ဘာနဲ့ထိုင်သတုန်းဗျ။

'တင်ပါးနဲ့ထိုင်ပါတယ်ဘုရား...'

ဖဝါးနဲ့သွားပြီး ဖဝါးနဲ့ထိုင်လို့ မရဘူးလားဗျ။

'မရပါ ဘုရား...'

တင်ပါးနဲ့ထိုင်ပြီး ထမင်းခွက် ဟင်းခွက်တွေ  
ကြည့်တော့ ဒီတင်ပါးကြီးနဲ့ ကြည့်သလားဗျ။

'မျက်လုံးနဲ့ ကြည့်ပါတယ် ဘုရား...'

မျက်လုံးနဲ့ကြည့်ပြီး ဒီထမင်း ဟင်းတွေနှိုက်  
တော့ မျက်လုံးနဲ့ နှိုက်သေးလား။

'လက်နဲ့ နှိုက်ပါတယ် ဘုရား...'



လက်နဲ့နှိုက်တာတောင်ပါချင်ရာပါဆိုပြီး နှိုက်  
သလား။ ကိုယ်ကြိုက်တာကလေး ရွေးနှိုက်သလား။

‘ကြိုက်တာ နှိုက်ပါတယ် ဘုရား...’

စိတ်ပူဆာတာ လက်က ယူပေးတာ ထင်တယ်  
ဟေ့။

‘တင်ပါ့ ဘုရား...’

စိတ်က ကလေးနဲ့တူတယ်။ လက်က မိခင်နဲ့  
တူတယ်။ နှိုက်ပြီးတော့ မ,ယူလာရပြန်ပြီ။ မ,ယူလာ  
တော့ လက်က တဖြည်းဖြည်း မြောက်တက်လာပြန်  
ရော။ မြောက်တက်လာပြီးတော့ ပန်းကန်နားရောက်  
အောင် ကွေးပေးရသေးတယ်။ ကွေးပြီး ပန်းကန်ထဲ  
ပုံ၊ ပြီးတော့ ဟင်းကော်တဲ့ဇွန်း ပြန်ထား။ ပြီးတော့  
ဟင်းနဲ့ထမင်း နယ်ပေးရပြန်သေးတယ်။ နယ်တော့  
ဘယ်သူက နယ်သတုန်း။

‘လက်က နယ်ပါတယ် ဘုရား...’

အိုဗျာ... ။ လက်ကနယ်တာပဲ လက်ကစားပေါ့  
ဗျ။ လက်က စားလို့ရသလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ဪ... အစားလေးတစ်ခု  
ဖဝါးကလည်း သွားပေးရသေး။ တင်ပါးက

လည်း ထိုင်ပေးရသေး။ လက်က ကော်ခပ်နယ်ဖတ်  
ပေးရသေး။ ဒါက ဘာဟင်း၊ ညာဟင်း ဒီလိုခွဲခြား  
သိတာ မျက်စိနဲ့ကြည့်ပြီး ခွဲသိတာ။ ဒီလိုဆို ဒီထမင်း  
တွေ မျက်လုံးထဲ ထည့်ကျွေးလိုက်ပါလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ဘယ်ထည့်တုန်း...

‘ပါးစပ်ထဲ ထည့်ပါတယ် ဘုရား...’

ပါးစပ်ထည့်ပြီး ပြီးရောပေါ့ဗျာ။ ပါးစပ်ကြီးက  
ပိတ်ပြီး ဒီလိုပဲ နေလိုက်ပါတော့လား။

‘နေလို့ မရပါဘုရား...’

အထက်အံသွားနဲ့ အောက်အံသွား ဝါးခိုင်းပြန်  
ပြီဗျာ။ ဝါးရုံနဲ့လည်း မပြီးသေးဘူး။ ပါးစပ်ထဲမှာ  
နယ်ခိုင်းသေးတယ်။ ဒီတော့ လျှာကလေးက လှုပ်  
လှုပ်ပေးရပြန်တယ်။ အစာလေးတစ်ခု စားဖို့ရာ လျှာ  
က အရသာလေးတစ်ခုသိဖို့ရာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး အငြိမ်  
မနေရ။ ဖဝါးက သွားရ။ တင်ပါးကထိုင်ရ၊ မျက်စိက  
ကြည့်ပေးရ၊ လက်က လှုပ်ပေးရ၊ သွားတွေက ဝါးပေး  
ရနဲ့ အရသာလေးတစ်ခု၊ သုခတစ်ခု ရဖို့ရာ ဒုက္ခတွေ  
ဘယ်လောက် များသလဲဗျာ။ ဒါတောင် ချက်ပြီးသား  
ထမင်း အဆင့်သင့်စားတာကိုပြောတာ။

ကိုယ် ကိုယ်တိုင်က ဆန်ဖြစ်အောင်များ လုပ်ရ  
ရင်... ဒါမြင်စေချင်တာပါ။

စားရင်း ဒီလိုမှတ်ခိုင်းတာ အပျင်းပြေ မှတ်  
ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါတွေ သိစေချင်တာ။

စိတ်ကံလေးသည် သူ့ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ၊ နိုင်ရာ  
နိုင်ရာ လျှောက်ခိုင်းသွားတာ ထင်တယ်။

ဆွမ်းစားကျောင်းကို တင်ပါးနဲ့ သွားလို့ရသ  
လား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ဖဝါးနဲ့သွားနိုင်တာ စိတ်ကသိတယ်။ ဒီတော့  
ဖဝါးကိုခိုင်းတယ်။ ဟိုကျတော့ ဖဝါးနဲ့ထိုင်လို့မရ။  
တင်ပါးနဲ့ထိုင်မှ ရတယ်ဆိုတာ သူ့ရုပ်ကြီး သူသိ  
တယ်။ ဒီလိုပဲ မျက်စိ၊ လက်၊ ပါးစပ်၊ သွား ဆိုင်ရာ  
ဆိုင်ရာ ခိုင်းသွားတယ်။ ဒီတော့...

ခိုင်းတာက ဘယ်သူတုန်း...

‘စိတ်ပါ ဘုရား...’

လုပ်ရတာက ဘယ်သူတုန်း...

‘ရုပ်ပါ ဘုရား...’

ခံစားသွားတာက ဘယ်သူတုန်း...

‘ဝေဒနာပါ ဘုရား...’

အောင်ဇော်စာပေ



ဝေဒနာ ဘယ်သူပါသတုန်း...

‘... ..’

ဝေဒနာမှာ တဏှာပါတယ်။ စားချင်တာက သူဗျ။ တဏှာဗျ။ ကြိုက်တာလေးက စိတ်နဲ့သွားပေါင်းပြီး ‘ကြိုက်စိတ်’ ရယ်လို့ စိတ်ကို စည်းရုံးလိုက်တယ်နော်။ ကြိုက်တာက သူ့ချည်းမှ မရဘဲ။ စိတ်ပါမှ ရတာ။ အဲဒီတော့ ဒီကိုယ်နဲ့ ဒီစိတ်မှာ ဘယ်သူက ဗိုလ်လည်းဆိုတာ မြင်အောင်ကြည့်။ စိတ်က ဗိုလ်၊ ကိုယ်ကတပည့် ဒီတော့ **ခိုင်းတာက စိတ်၊ လုပ်ရတာက ရုပ်။ ခံစားသွားတော့ တဏှာ။** ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ သတိမပါတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။ တဏှာဆီ သွားမယ်။

ဒီတော့ ဝေဒနာနောက်မှာ တဏှာမကပ်အောင် သတိလိုက်ပေးပါ။ ဝေဒနာပစ္စယာသတိ ဒီလို လုပ်ပါ။ ဒါမှ ခံစားပုံ ခံစားနည်း သိမယ်။ ဒီလိုသိမှ လူ့ဘဝရောက်လို့ ‘လူစာ’ စားနေရတယ်။ ဒါလေး မသိနိုင်ဘူးလား။

‘သိနိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

နတ်လည်း နတ်စာ၊ ခွေးလည်း ခွေးစာနဲ့ ဒီ ခန္ဓာကြီး ကျွေးမွေးထားရတဲ့ ဒုက္ခလည်း မြင်လာပါလိမ့်မယ်။ ခန္ဓာဒုက္ခ မြင်လာစေချင်လို့ ဝေဒနာပစ္စယာ

သတိ။ ဒီလို မှတ်ခိုင်းနေတာ။ အဲဒီတော့ အစာစား  
တယ်ဆိုတာ စားချင့်စဖွယ် ကိုယ့်အကြိုက်ဟင်း  
ကလေးတွေကလည်း ပြင်ဆင်ထားဆိုတော့ ကောင်း  
လို့စားတာလား မကောင်းလို့စားတာလား။

‘ကောင်းလို့ စားတာပါဘုရား...’

ဒါဖြင့် အတွင်းက အစာအိတ်ကလည်း အစာ  
မရှိလို့ တလှုပ်လှုပ်။ အူကလည်း တကြုတ်ကြုတ်နဲ့  
ဆာလောင်ပြင်းပြတဲ့ ဝေဒနာကြီး ခံစားနေရတာ။ ဒီလို  
ဆာလွန်းလွန်းလို့ သွားစားနေရတာ။ ကောင်းလို့  
စားတာလား မကောင်းလို့ စားတာလား။

‘မကောင်းလို့ စားတာပါ ဘုရား...’

ဟောဗျာ။ ခင်ဗျားတို့ပဲ ခုနက ကောင်းလို့ စား  
တာပါဆို... ။

ဆာတဲ့အချိန်နဲ့ အကြိုက်နဲ့ သွားတွေတဲ့အခါ  
သတိမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် တဏှာဝင်လာတာ မသိ  
လိုက်တဲ့အတွက် ‘ကောင်းတယ်’ ဖြစ်သွားရော။ မူရင်း  
ကတော့ ခန္ဓာဝန် ခန္ဓာဒုက္ခ... ။ ဒီအစာမှမရှိရင်  
ဒီခန္ဓာကြီး ဂီလာနက လွတ်ပါ့မလား။

‘မလွတ်ပါ ဘုရား...’

ဒီတော့ ဒီခန္ဓာကြီးမှီပြီး တို့အမြတ်ထုတ်ရမှာ

ထင်တယ်ဟဲ့။ ဒီခန္ဓာကြီးနဲ့ ကောင်းတာတွေ လုပ်ရ  
 မှာ။ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး ပြောတဲ့အတိုင်း  
 ငှားထားတဲ့ နွားကြီး ကိုယ့်လက်ထဲရောက်တုန်း  
 တန်ဖိုးရှိအောင် ခိုင်းရမတဲ့။ ခန္ဓာဝန်ကြီးမှာလည်း  
 အသက်အပိုင်းအခြား ဆိုတဲ့ ငှားကြေးရှိတယ်။ ဒီ  
 တော့ အမြတ်ထွက်အောင် ခိုင်းဖို့ ဒီအစာစားရတာ  
 ဗျ။

ဒီလိုပဲ ရေချိုးတာရော ကောင်းလို့ချိုးတာလား  
 မကောင်းလို့ချိုးတာလား။

‘မကောင်းလို့ ချိုးတာပါဘုရား...’

ဒီလောက် အိုက်နေတာချည်း ရေအေးအေး  
 လေးချိုးလိုက်ရတယ်။ အရသာရှိ တယ်ကောင်းဆိုဗျ။

‘မကောင်းတော့ပါ ဘုရား...’

ရိပ်မိသွားပြီ ထင်တယ်ဗျ။ ချိုးတုန်းကတော့  
 ပူလွန်းလို့၊ ဆင်းရဲလွန်းလို့၊ မခံနိုင်လို့ ချိုးလိုက်ရတာ  
 ဒီလို ရေချိုးတဲ့ အခါမှာလည်း သတိမပါတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်  
 တဏှာဘက် ကူးသွားတယ်။ ‘ကောင်းတယ်’ပြောမှာပဲ  
 တို့ခန္ဓာ့ ဖြစ်စဉ်ကို မူရင်းဒုက္ခကစပြီး အဲဒီဒုက္ခကို  
 ဖြေသိမ့်တဲ့ စားမှု၊ ချိုးရေသုံးသပ်မှု စတဲ့ သမ္ပဇေ  
 တွေကို ကောင်းလို့သုံးတာလား၊ မကောင်းလို့ သုံး



တာလားဆိုတာ ယောဂီတို့မြင်အောင် ကြည့်ပေးကြ စမ်းပါ။ ဒီမှာ စကားရည်လှပွဲ လုပ်မနေဘဲ ကိုယ်တွေ့ မြင်အောင် ကြည့်ကြပါ။ ခန္ဓာဝန် ခန္ဓာဒုက္ခကြီး ထမ်း ပိုးပြီး ဘဝဆိုတဲ့ ဖြစ်စဉ်ခရီး သွားနေရတာ ထင်တယ် တဲ့။

‘မှန်ပါ့ ဘုရား...’

လင်နဲ့မယား သဘောမကျ ကွာရှင်းလို့ရပါတယ်။ သားသမီးသော်မှ ဆုံးမလို့ မရတော့ရင် အမွေ ပြတ်စွန့်လိုက်တာတွေ ရှိပါတယ်။ ယောဂီတို့ ကိုယ့် ခန္ဓာကိုယ် ကွာကြည့်စမ်း ရသလား။

‘မရပါဘုရား...’

သေအထိပေါင်းရမှာ။ ထိုင်ရတာညောင်းတော့ ငါ ညောင်းပြီ။ ထပေးဆိုတော့ ဘယ်နှယ့်တုန်း...

‘ထပေးရပါတယ် ဘုရား...’

ကဲဗျာ။ ထရင်း သွားရင်း ညောင်းပြီး ပင်ပန်း ပြီဆိုတော့ လျောင်းပေးဆိုရင်ကော... ။

‘လျောင်းပေးရပါတယ် ဘုရား...’

ဒီလိုပဲ ပူရင် ရေချိုးပေးစမ်း၊ ဆာရင် စားပေး စမ်း။ တော်ကြာ နောက်ဖေးသွားချင်တယ် သွားပေး ရနဲ့ အထွေထွေ အမှုအရာပိုင်း အလုပ်တွေ ဘယ်

လောက်များသတုန်းဟေ့... ။

‘များပါတယ် ဘုရား...’

အဲဒါတွေ အကုန်မှတ်ပေးစမ်းပါ။ ခန္ဓာ ဒုက္ခ ကြီးကို မကွဲမကွာနိုင်သေးသရွေ့ သူ့အလို လိုက်ပြီး ပေါင်းနေရတာတွေလေ။ ထိုင်ရာက နာတော့ ယချင် တယ်ဆိုတော့ မထနဲ့လို့ ပြောရဲသလား။

‘မပြောရဲပါ ဘုရား...’

ခြေသလုံးကြီး နာလာတော့ မနာနဲ့ပြောလို့ ရသလား။

‘မရပါ ဘုရား...’

ဩ... ခန္ဓာကြီး ဒီလောက်တောင် ချစ်ကြ သကိုး။ အဲဒါကြီး တို့မပစ်နိုင်လို့ ဘဝသမုဒယကြီး တော့ ဘဝဒုက္ခတွေ ဘယ်လောက်များလိုက်သလဲ။ ဒီကြားထဲ သူ့ဆာလို့ ကျွေးပါ့မှ သတိမပါရင် ဝေဒနာ ပစ္စယာတဏှာ... ၊ ကာမသမုဒယလာတော့ ကာမ ဒုက္ခ ထပ်ပိုးလာဦးမယ်။ ဘယ်အာရုံခံစား ခံစား... သတိမပါရင် ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာဘက် ကူးသွား မယ်။ ဒီတော့ အတိုးနောက် အညွန့်တက်တော့မယ်။ အတိုးကျေအောင်တောင် မနည်းဆပ်နေရတာ အညွန့် ပါ ပါလာရင်တော့ ဆိုဖွယ်ရာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါတွေ

မြင်စေချင်လို့ ဒီ အထွေထွေ မူရာပိုင်းကလေးတွေ  
လည်း လုပ်ရင်းမတ်တတ်က မှတ်ကြည့်စမ်းပါ။ ဒီလို  
မှတ်နေရင် သူ့အပေါ် အထင်ကြီးဦးမလား။

‘မကြီးတော့ပါ ဘုရား...’

အထင်ကော သေးဦးမလား။

‘မသေးတော့ပါ ဘုရား...’

အထင်ကြီးခြင်း၊ အထင်သေးခြင်း မရှိဘူး။

အရှိကိုအရှိအတိုင်း တွေ့အောင် မြင်အောင် သိအောင်  
လို့ ဒီသမ္မုဇညာကာရ အပိုင်းကိုလည်း ဂရုစိုက်ပြီး  
မှတ်ပေးပါ။ ဒီအပိုင်းမှာ စားရင် စားတာလေး၊ ပထမ  
ပိုင်းမှာ ဝါးချင်တာလေးနဲ့ ဝါးတာ့ အရင်တွေ့မှာပါ။  
နောက်တော့ ဝါးချင်တာလေးနဲ့ ဝါးတာလေးနဲ့ မှတ်  
တာလေးနဲ့ ကိုက်နေပြီလေ။ ကဇီရည်ကလေးက ဒက်  
ခနဲ လျှာကို သွားတိုက်လိုက်။ အဲဒီမှာ အဲဒီမှာ ကဇီ  
ရည်လေးက မီးခြစ်ဆံခေါင်းလောက်ရှိတာ။ လျှာရဲ့  
အကြည်ဓာတ်က ဖြန့်ပေးလိုက်မှ ချိုတယ်ဟေ့ အီ  
တယ်ဟေ့ ဖြစ်တာ။ နည်းနည်းလေးရယ်။ အဲဒါ  
ဝေဒနာနောက်ပါသွားတာ။ အာရုံဆွဲဆောင်ရာနောက်  
ပါသွားတာ။ ဒါလေး စိတ်ရှည်ရှည် မှတ်လိုက်စမ်းပါ။  
မှတ်အားကောင်းရင် ယောဂီ အလိုလို မြင်လာပါလိမ့်

အောင်ဇော်စာပေ



မယ်။ အစာစားရင်လည်း သူ့အကြောင်းလေး သိ  
အောင် မှတ်ပေးရတယ်။ မှတ်နိုင်ပါ့မလား။

‘မှတ်နိုင်ပါတယ် ဘုရား...’

ဒီလို အထွေထွေ အမူအရာပိုင်းမှာ အသေး  
စိတ် မြင်လာပြီဆိုရင် ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ အများကြီး  
အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါတယ်။ အမှတ်ပိုစိတ်လာစေပါ  
တယ်။ ထိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းက ဝင်လေထွက်လေ မှတ်ရတာ  
ဆိုတော့ အသက်နဲ့လည်း နီးနေလေတော့ ကိုယ် လုပ်  
ချင်သလို လုပ်လို့မရဘူး။ အထွေထွေမှာ အသက်နဲ့  
ဝေးတဲ့အတွက် ကြိုက်သလို လုပ်လို့ရတော့ တွင်တွင်  
မှတ်ခဲ့စမ်းပါ။ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက်နေရာက တွင်တွင်  
ရှုခဲ့စမ်းပါ။ ဒီလိုဆို ထိုင်တဲ့နေရာမှာ စိတ်အထိုင်ကျ  
လာလိမ့်မယ်။ ဒီလို စိတ်အထိုင်ကျလာလို့ ဝင်ပုံဝင်  
နည်းလေး သိလာတဲ့ ယောဂီအဖို့ စင်္ကြန်ကမ္မဋ္ဌာန်းက  
ဆက်အားပေးလိမ့်မယ်။ ဖဝါးလေး ကြွပုံ၊ ချပုံ ဖြစ်  
ပျက်လေး မြင်လာလိမ့်မယ်။

အဲဒီ ဖြစ်ပျက်မြင်တာ စိတ်ဝင်စားသွားရင်  
စင်္ကြန် ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းရင်းကလည်း မှတ်ဉာဏ်  
တက်နိုင်တယ်။ အဲဒီကလည်း တရား ရနိုင်တယ်။  
စားရင်း မတ်တတ်ကလည်း ဖြစ်ပျက် မြင်လာရင်

ဒီကလည်း တရားတက်နိုင်ပါတယ်။ ဒီ ဓမ္မာရုံထဲ လာ  
 ထိုင်မှ ဉာဏ်တက်မယ်လို့ မထင်ပါနဲ့။ **ဒီဉာဏ်ကို  
 မြင်နိုင်လောက်တဲ့ အမှတ်ပြည့်တဲ့နေရာ ဉာဏ်ပွင့်  
 တာပဲ။** အိပ်သာတက်ရင်းလည်း ပွင့်ချင်ပွင့်မှာပဲ။  
 ရေချိုးရင်းလည်း ပွင့်ချင်ပွင့်မှာပဲ။ တို့ သီဟိုဠ်ခေတ်  
 မှာ ရဟန္တာမဖြစ်ဖူးတဲ့ ဆွမ်းစားကျောင်း မရှိဘူးတဲ့  
 ဗျ။ ဒါ... စားရင်းမှတ်ခဲ့လို့ စားရင်း ပွင့်ခဲ့တာတွေ။

အဲဒီတော့... အထွေထွေမူရာ၊ ထိုင်၊ စကြိုန့်...  
 ဒီသုံးခုသာ အကွက်လည်သွားရင် တစ်ဆင့်ပြီးတစ်  
 ဆင့် ကွင်းဆက်ကလေးနဲ့ အားပေးသွားရင် ပိုပြီးတော့  
 အမှတ်တွေ မတက်နိုင်ဘူးလား။

‘တက်နိုင်ပါတယ် ဘုရား’

**အညွှန်း - ၁၁-၃-၉၉**

နတ်တလူတောရ အလုပ်ပေးတရား။

မောင်သွေးချွန်

\* **မောင်မြင့်ကြည် (စာပေဗိမာန်)**

ထူးဆန်းသော အမွှာညှီနောင်နှင့်  
လက်ရွေးစင်ပုံပြင်များ

\* **မောင်မြင့်ကြည် (စာပေဗိမာန်)**

စကားလိမ္မာ လူချမ်းသာ

\* **ဇော်မှိုင်း**

မေတ္တာ၏ အကိုင်းအလက် (အချစ်ကဗျာစု)

\* **မောင်မြင့်ကြည် (စာပေဗိမာန်)**

ကောင်းမှုကုသိုလ်ဖြင့်ဘဝကိုတည်ဆောက်ခြင်း

\* **မောင်မြင့်ကြည် (စာပေဗိမာန်)**

ကြောက်တတ်သော သူရဲကောင်းနှင့်  
လက်ရွေးစင်ပုံပြင်များ

\* **ဆရာဦးမြင့်ဦး**

အလယ်တန်းသုံး အင်္ဂလိပ်စာစီစာကုံး  
(တစ်ပုဒ်ချင်း မြန်မာပြန်ထားသည်)

\* **မောင်သွေးချွန်**

မသိရာမှ သိရာသို့ (အလုပ်ပေးတရားစု)



### အောင်ဇော်စာပေမှ ထုတ်မည့်စာအုပ်များ

- \* နန္ဒာမိုးကြွယ်၊ ကြေကွဲရသော ပုံရိပ်များ။
- \* အောင်မြတ်ဦး၊ ဣတ္ထိယရေးရာ
- \* နန္ဒာမိုးကြွယ်၊ ရာဇဂြိုဟ်ရဲ့လမင်း
- \* အောင်မြတ်ဦး၊ အပျိုဘော်ဝင်စ(ဒုတိယအကြိမ်)
- \* ဦးမောင်မောင်ဌေးလွင်၏  
အထက်တန်းအသုံးချ မြန်မာစာစိစာကုံးများ

### လိုအပ်၍ဆက်သွယ်လိုလျှင်

- ၁။ အောင်ဇော်စာပေ  
အမှတ် (၁၆)၊ ရွှေနှင်းဆီလမ်း၊  
စမ်းချောင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂။ ခွန်အားစာပေ  
ပိုစတာပန်းခြံ (ရတနာပုံရိပ်ရှင်ရုံဘေး)၊  
မြေနီကုန်း၊ စမ်းချောင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
ဖုန်း - ၀၁-၅၃၁၂၄၆



# မဟာဗောဓိပြိုင် ဆရာတော် ဝနဝါသီဥပုဗ္ဗ ဓမ္မသာမိထေရ်

မ သိ ရ ဘ မှ သိ ရ ဘ သို့

အ လှ ဝိ ဝေ ပ ၊ တ ရ ဘ ၊ စ ရ

## မောင်သွေးချွန်

စု စည် ၊ ပူ ဇေ ဝ သည်

တရားထိုင်တယ် ဆိုတာ သတိ နဲ့ ကိလေသာ နယ်လုတာ။  
 စွဲစိတ် နဲ့ မှတ်စိတ် နယ်လုနေချိန်မှာ ကြားထဲက ယောဂီသည် ဒုက္ခဝေဒနာ  
 ခံစားရမှာပဲ။ တကယ်ရှိနေတာ ဒုက္ခ ၊ ဒီတော့ ဒုက္ခပေါ် ထိုင်ရူပါ။  
 ဒုက္ခတွေ့မှ တရားလမ်းစ တွေ့ ပါလိမ့်မယ်။  
 တရားတွေ့ ချင်ရင် ဒုက္ခကို မကြောက်ပါနဲ့။ ဒီရုပ် ဒီနာမ် ဒုက္ခခံပြီး ကျင့်ရမှာပဲ။  
 ဘုရားအလောင်းလည်း ရုပ်အပို နာမ်အပို မပါဘူး။ ရဟန္တာဖြစ်မယ် ပုဂ္ဂိုလ်သည်  
 ရုပ်အပို နာမ်အပို မပါဘူး။ ဒီရုပ် နဲ့ ဒီနာမ် ဒီလိုပဲ ဒုက္ခခံပြီး ကျင့်သွားတာပါ။  
 ထိပေါက်သလို ၊ ကောက်ရသလိုတော့ တရားမရနိုင်ဘူး။

နတ်တလူတောရတွင် ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိပြိုင် ဆရာတော် ဘုရားကြီး ကိုယ်တော်တိုင်  
 တရားဟော ၊ တရားပြခဲ့သမျှထဲမှ ထိရောက်လွယ်ကူသော နည်းကောင်း လမ်းမှန်များကို  
 စုစည်းဖော်ပြထားသည်။