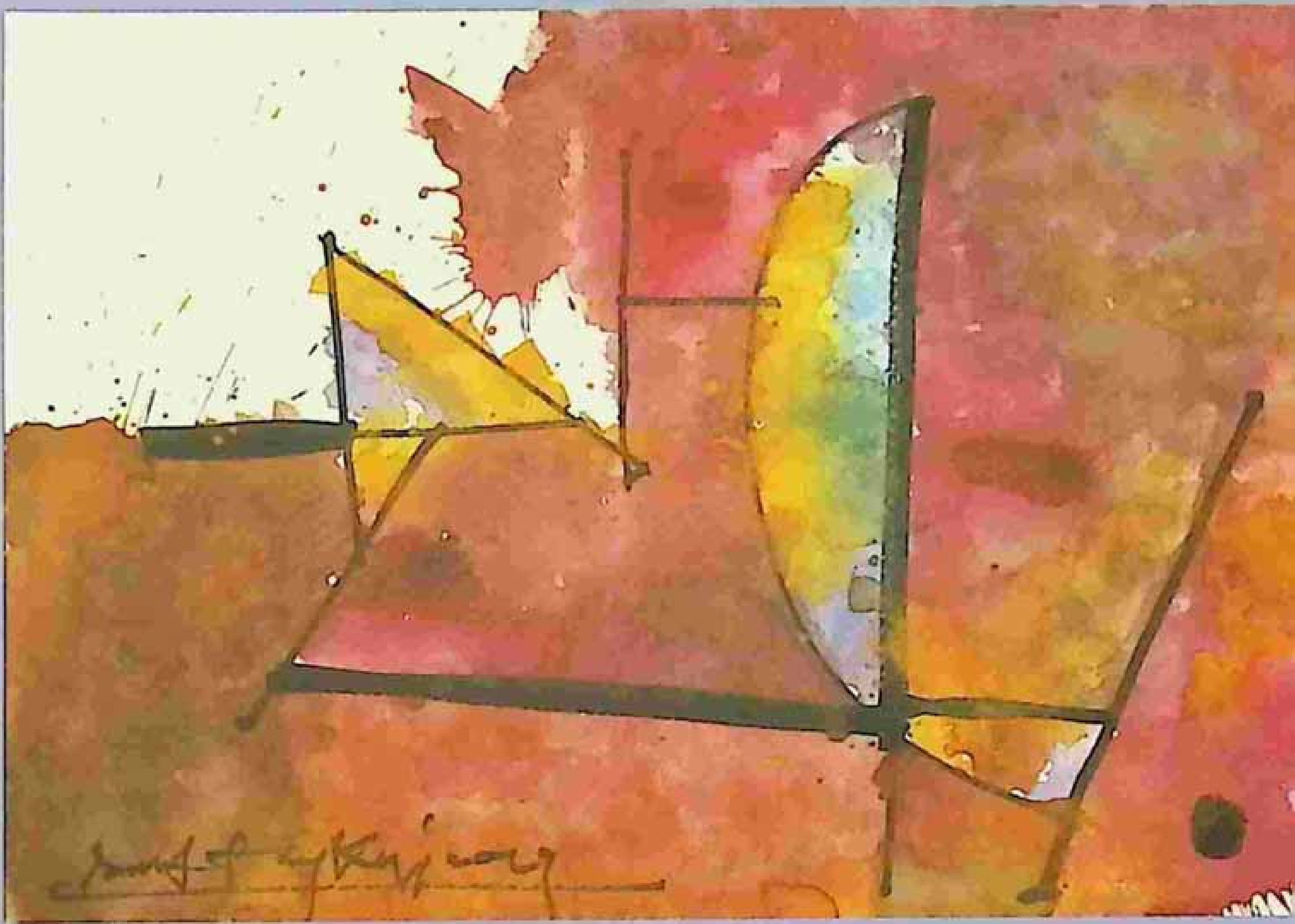
mgyoe.com



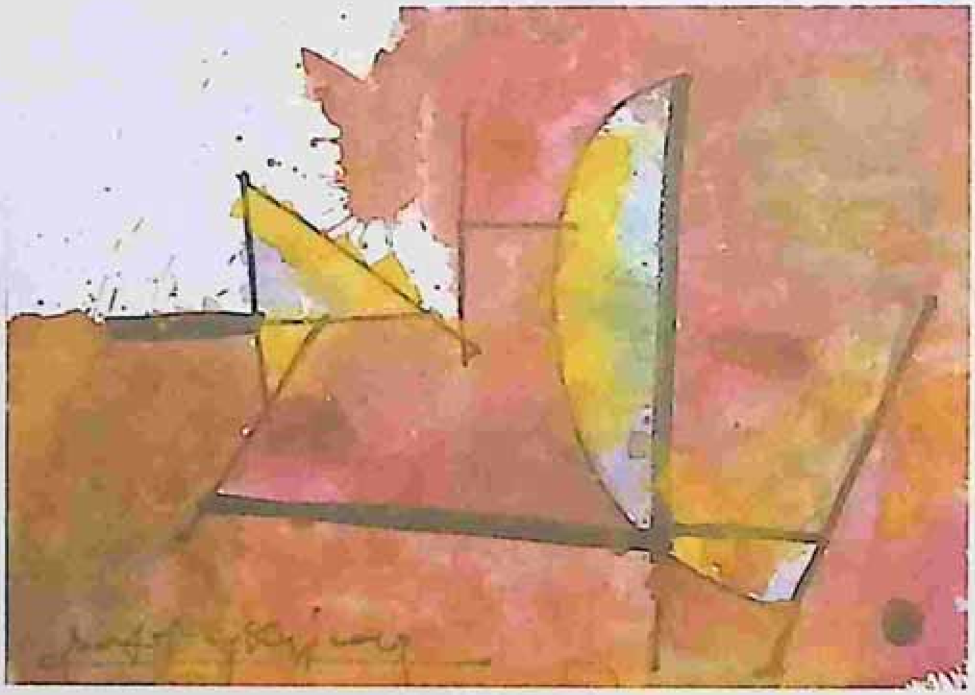
သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေးနှင့် ဘလက်ကော်ဖီ

မိုးဝေးစီစဉ်သည်။

9 789997 118189

mgyoe.com

mgyoe.com



ISBN 9789997118189
POEM71
9 789997 118189
1,500.00KS

mgyoe.com

သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေးနှင့်ဘာလက်ကော်ဖီ၊ ပန်ဒိုရာ
မျက်နှာဖုံးပန်းချီ - ဘငွေးကြည်
စာမျက်နှာ ၆၃ မျက်နှာ၊ ၁၄ · ၅ စင်တီ× ၂၀ ·၇ စင်တီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကုန်။
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း၊
၂၀၁၉၊ ဇူလိုင်လ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀၊

ရောင်းဈေး ၁၅၀၀ ကျပ်

email: skccph@gmail.com ; P.O.Box: 705
www.facebook.com/SKCCmyanmarbook
www.skccmyanmarbook.com

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်

သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေးနှင့် ဘလက်ကော်ဖီ

ပန်ဒိုရာ

ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၁၃

mgyoe.com

mgyoe.com

ကဗျာစာသားများကို
ကဗျာရေးသူ၏ အာဘော်မထိခိုက်နိုင်သော
သတ်ပုံပြင်ဆင်ခြင်းမှလွဲ၍
အခြားသတ်ပုံများနှင့် အထားအသိုများအတွက်
ကဗျာဆရာ၏ ပိုင်ခွင့်အဖြစ်သတ်မှတ်လျက်
ပြုပြင်ထားခြင်းမရှိပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

မာတိကာ

အပိုင်း ၁

※ သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေး

– အမှာစာ – ခင်အောင်အေး ၃

၁။ သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေး ၁၀

အပိုင်း ၂

※ ဘလက်ကော်ဖီ

၁။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၁ . . . . ၄၄

၂။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၂ . . . . ၄၅

၃။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၃ . . . . ၄၆

၄။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၄ . . . . ၄၇

၅။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၅ . . . . ၄၈

၆။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၆ . . . . ၄၉

၇။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၇ . . . . ၅၀

၈။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၈ . . . . ၅၁

၉။ ဘလက်ကော်ဖီ – ၉ . . . . ၅၂

mgyoe.com

mgyoe.com

၁၀။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၀ .... ၅၃

၁၁။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၁ .... ၅၄

၁၂။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၂ .... ၅၅

၁၃။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၃ .... ၅၆

၁၄။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၄ .... ၅၇

၁၅။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၅ .... ၅၈

၁၆။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၆ .... ၅၉

၁၇။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၇ .... ၆၀

၁၈။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၈ .... ၆၁

၁၉။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၁၉ .... ၆၂

၂၀။ ဘလက်ကော်ဖီ - ၂၀ .... ၆၃

❐

mgyoe.com

mgyoe.com

သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေး

mgyoe.com

mgyoe.com
mgyoe.com

mgyoe.com

အမှာစာ

ကဗျာ

ရှည်လျားလှတဲ့ မြန်မာကဗျာသမိုင်းကြီးတစ်ခုလုံးရဲ့ ထိပ်ဖျားပိုင်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့် နောက်ဆုံးရောက်ရှိနေတဲ့ မြန်မာကဗျာဆိုတာရဲ့ အနေအထား အချွန်ပိုင်းကလေးဟာ ခေတ်ပြိုင်ကဗျာလို့ အများစု ခေါ်ဝေါ်အသုံးပြုတဲ့ ကဗျာအမျိုးအစားများနဲ့ စည်ဝေနေတဲ့ ရွှေ့နေဆဲ ဖြစ်စဉ်တစ်ခုလို့ ပြောရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ထိပ်ချွန်ရဲ့ နောက်နားကပ်ရက်မှာတော့ ခေတ်ပေါ်ကဗျာဆိုတဲ့ နှစ်ပေါင်း ၄၀ လောက် ထုရှိတဲ့၊ (ခေတ်ပြိုင်ကဗျာ ရုန်းကန်ထွက်လာခဲ့တဲ့) အုံကျင်းတစ်ခုရှိခဲ့တာပေါ့။ သူတို့တွေရဲ့ နောက်နောက်ကိုထပ်ပြီး တဖြည်းဖြည်း ဆုတ်ကြည့်ရင်တော့ မိုးဝေကဗျာခေတ် စာပေသစ်ခေတ် ခေတ်စမ်းစာပေခေတ်နဲ့ သူတို့ရဲ့ အဦးအရင်ဖြစ်တဲ့ ဂန္ထဝင်ကဗျာခေတ်ဆိုတာကြီးကို တစ်နံတစ်လျား ရှုမောမဆုံး တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ခေတ်ပေါ်ကဗျာ မျောအီလာတဲ့ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်ကအစပြုလို့၊ ၂၀၀၅ လောက်မှာ အရည်တည်လာခဲ့တဲ့ အဲဒီကဗျာတွေကို ခေတ်ပြိုင်ကဗျာလို့ အပ်ကျမတ်ကျ သုံးစွဲခဲ့တာမဟုတ်ဘဲ ခေတ်ပေါ်လွန်၊ ပို့စ်မော်ဒန်၊ လင်းငွေ့ချပိုယက်ထရီ အစရှိ

mgyoe.com

mgyoe.com

သဖြင့် သင့်နိုးရာ မြေစမ်းခရမ်းပျိုး ခေါ်တွင်ဆဲကာလ ဖြစ်ပါတယ်။ ကဗျာရေးသူတွေဟာ ၃၀ ကျော်ပိုင်းတွေ များပါတယ်။ ကိုယ့်အောက် အနှစ် ၂၀ လောက် ငယ်ရွယ်ကြသူတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ကိုယ့်အတွက်တော့ အရာရာဟာ ဆန်းကြယ်နေတော့တာပဲ။ (ပြည်ပမှာ နေထိုင်ကတည်းက မြန်မာစာအုပ်တွေနဲ့ အဆက်ပြတ်သွားတာကိုး) အင်တာနက်ပေါ်မှာ မြန်မာစာလုံးတွေ မြင်ရတာကအစ၊ မြန်မာလို စာရိုက်လို့ရတာ၊ ကိုယ်ပိုင်ဘလော့ဂ်တစ်ခုဖွင့်ပြီး ကိုယ်ရေးချင်တာတွေ ကိုယ်ပြချင်တာတွေကို မိနစ်မဆိုင်း ပို့စ်တင်လိုက်လို့ရတာ ပြီးတော့ ဇေယျာလင်း မိတ်ဆက်ပေးတဲ့ လင်းငွေ့ချိုပိုယက်ထရီဆိုတာကို နောက်ကလိုက်ပြီး စမ်းသပ်ရေးသားနေကြတဲ့ လူငယ်တွေရဲ့ မျက်စိထဲရော အာရုံထဲရော ဘယ်လိုမှ ချက်ချင်း စုပ်ယူခံစားလို့မရတဲ့ ကဗျာတွေ။

၂၀၀၅ လောက်ကနေ တဝုန်းဝုန်း ဆူညံပွက်လောထလာခဲ့တဲ့ ခေတ်ပြိုင်ကဗျာဟာ ၂၀၁၀ လောက်မှာ လှိုင်းထမ်းပိုးအရှိန် လျော့ကျသွားတယ်။ တည်ငြိမ်မှုရစပြုလာပြီး အခြေခိုင်လာခဲ့ပြီ။ ကဗျာရေးသူတွေ အများကြီးထဲကနေ တစ်ယောက်စနှစ်ယောက်စဟာ ထိုးထွက်လာခဲ့ပြီး၊ အချင်းချင်း အသိအမှတ်ပြုရ စောင့်ဖတ်ရတဲ့ အနေအထားကို ရောက်လာခဲ့တယ်။ ၂၀၁၀ မှာတော့ ခေတ်ပြိုင်ကဗျာဟာ အုံနဲ့ကျင်းနဲ့ဖြစ်လာပြီး အင်တာနက်ပေါ်က အွန်လိုင်းကဗျာဆိုတဲ့ အဆင့်မှာတင် ရပ်မနေတော့ဘဲ မဂ္ဂဇင်းစာမျက်နှာတွေကို ကုတ်တွယ်တက်လာကြပြီ။ အွန်လိုင်းကဗျာ၊ ပုံနှိပ်ကဗျာလို့ ခွဲခြားပြောဆို သုံးစွဲမှုတွေ တိုးတိမ်သွားပြီး ကဗျာဟာ ကဗျာပဲ ဖြစ်လာခဲ့ပါပြီ။ နာမည်အမျိုးမျိုး စမ်းသပ်ခေါ်ငင် သုံးစွဲနေခဲ့ရာက **ခေတ်ပြိုင်ကဗျာလို့** အများစုက သတ်မှတ်အတည်ပြုပြီးသလိုဖြစ်ခဲ့ပြီ။ ကိုယ်တိုင်လည်း အဲဒီ ကဗျာအမျိုးအစားနဲ့ အသားကျလာပြီး ကဗျာတွေ

mgyoe.com

mgyoe.com

ရေးသားဖန်တီးထုတ်လုပ်နေပြီ။ ဟိုဘက်ခေတ်တုန်းက ၁၀ နှစ် ၁၅ နှစ်လောက်ကြာမှ ရွှေ့နိုင်တဲ့ အရွှေ့တစ်ခုဟာ ဒီဘက်မှာ ၅ နှစ်လောက်နဲ့ ကိစ္စပြီးနေပြီ။ အရာရာဟာ မြန်နှုန်းမြင့်လာ သလို ကဗျာကိုယ်တိုင်လည်း မြန်နှုန်းမြင့်ခဲ့ပြီပေ့ါ။

ဓမ္မ

လွန်ခဲ့တဲ့ အနှစ် ၂၀ လောက်က ဘဝအနေထားပျက်ပြီး၊ သူငယ်ချင်း တာဝန်ထမ်းဆောင်နေရာ တောင်ကြီးတက္ကသိုလ် ကိုရောက်သွားတယ်။ သူ့ဆီက အကူအညီသွားတောင်းတာပါ။ ဘယ်လိုကဘယ်လို မျက်စိလည်လမ်းမှားတယ်မသိ၊ ရဟန်း ဘောင်ကို ရောက်သွားတယ်။ နောက်ဘဝနဲ့ သံသရာကို မယုံ ကြည်သူက သံသရာမှ လွတ်ရာလမ်းကို ဟောညွှန်ပြတဲ့ ဗုဒ္ဓရဲ့ သံဃာအဖွဲ့အစည်းထဲ ရဟန်းတစ်ပါးအဖြစ် ခံယူဖို့ဆိုတာ အင်မတန်ခက်ခဲတဲ့ ကိစ္စတစ်ခုပါ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအချိန်က ကယ် ကူရာမဲ့နေတဲ့အချိန်၊ ကောက်ရိုးတစ်မျှင်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဆွဲမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်မျိုးဖြစ်နေချိန်၊ ထူးဆန်းတဲ့ တိုက်ဆိုင်မှုတွေ အဖြစ်အပျက် တွေက အဲဒီလို ရဟန်းဘောင်ထဲရောက်တဲ့အထိ ဆွဲယူသွားတာ ကို မရုန်းနိုင်ဘဲ အလိုက်သင့်ပါသွားခဲ့တယ်။ (ဒီအကြောင်း နောင်မှ အရှည်ရေးပါဦးမယ်) ဒါပေမဲ့ ဖြစ်ချင်တော့ ကိုယ်လို ပဲ ဒုလ္လဘရဟန်း လာခံတဲ့ ကိုယ်တော်တစ်ပါးဆီက မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ 'ကိုယ်ကျင့် အဘိဓမ္မာ' ဆိုတဲ့ စာအုပ် ကိုဖတ်မိပြီး အကျွတ်တရားရခဲ့တယ်။ ဓမ္မကို စာတွေ့သိသွား တယ်ဆိုပါတော့။ ချက်ချင်းကြီး အဲဒီတစ်အုပ်တည်းနဲ့တော့ ဘယ် ဟုတ်ပါ့မလဲ။ အကျွတ်တရားရတာနဲ့ ကိုယ်မယုံကြည်ခဲ့တာတွေ ငြင်းပယ်ခဲ့တာတွေနဲ့ ပတ်သက်တာတွေကို ခြေခြေမြစ်မြစ် သိအောင် စာအုပ်ပေါင်းများစွာ ရှာဖွေပြီး ဖတ်ဖြစ်ခဲ့တယ်။ ဒဿနိကဗေဒဌာနမှာ ကထိကဖြစ်နေပြီဖြစ်တဲ့ သူငယ်ချင်းနဲ့

mgyoe.com

mgyoe.com

လည်း အပြင်းအထန် ဆွေးနွေးမှုတွေ လုပ်ခဲ့တာပေါ့လေ။

ကိုယ်ကျင့်အဘိဓမ္မာ ပြီးတော့ ဆက်ဖတ်ဖြစ်တာက ဆရာတော်ရဲ့ 'အခြေပြုပဋ္ဌာန်း' ပါပဲ။ ဒီလိုနဲ့ ဓမ္မနဲ့ပတ်သက်လို့ အမြင်ရှင်းသွားတယ်။ သံသရာထွက်မြောက်ရာအထိ မလုပ်နိုင်ခဲ့ပေမဲ့ လူ့ဘဝ ဖြတ်သန်းနေထိုင်ရေးမှာတော့ အကောင်းဆုံးဆေးတစ်ခွက်အဖြစ် အသုံးချနိုင်ခဲ့တယ်။ ဗုဒ္ဓဝါဒဟာ လက်တွေ့အသုံးချပညာတစ်ခုလည်းဖြစ်တယ်လို့ ခံယူမိတယ်။ ပါဠိပါဌ်သားတွေနဲ့ ထုံမွှန်းထားတဲ့ ဘုရားဂုဏ်တော်ဘွဲ့တွေထက် ဗုဒ္ဓက ဘယ်လိုဆုံးမခဲ့သလဲ။ ဘယ်ဟာက ငါ့ဘဝအတွက် ကိုက်ညီအသုံးတည့်သလဲ။ ဒါကိုပဲ ကွက်ပြီး ယူခဲ့ပါတယ်။ ဘဝမှာ သူသူငါငါ ကြုံစမြဲလောကစံနဲ့ တိုးရတိုင်း အဲဒီ ၁၉၉၆ ခုနှစ် ရဟန်းတစ်ဝါဆိုခဲ့တဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို ရေးထားတဲ့ ဒိုင်ယာရီလေး ပြန်ဖတ်ပြီး အားယူကာ ဆက်လက်မောင်းနှင်ခဲ့ရပါတယ်။

ပန်ဒိုရာနဲ့ သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေး

ပန်ဒိုရာကို ခေတ်ပြိုင်ကဗျာတွေ စတင်ပေါက်ပွား သန္ဓေတည်စ ကာလ ၂၀၁၀ ဝန်းကျင်လောက်ကတည်းက အွန်လိုင်းပေါ်မှာ စတင်သတိပြုမိခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ သူ့လိုပဲ ဘလော့ဂ်တွေ လှိုင်လှိုင်ရေးနေကြတဲ့ တခြားသော ကဗျာဆရာ၊ ဆရာမတွေကြားထဲမှာ မှတ်မှတ်သိသိ သတိထားမိခဲ့ပါတယ်။ ပြောရရင်တော့ ပုံနှိပ်မီဒီယာထဲမှာ သိပ်မတွေ့ရတဲ့ (ကိုယ်တိုင်ကလည်း အဲဒီတုန်းက ပုံနှိပ်ရော၊ အွန်လိုင်းရောဆိုပါတော့ ကဗျာတွေနဲ့ ၁၀ နှစ်လောက်အဆက်ပြတ်နေခဲ့တယ်) ကလောင်နာမည်အသစ်မျိုးစုံကို အဲဒီတုန်းကမှ အွန်လိုင်းပေါ်မှာ ဘွားခနဲ တွေ့လိုက်ရတာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီထဲကမှ လက်ချိုးရေတွက်လို့ရသလောက် ကဗျာဆရာအနည်းငယ်တို့ကို ခိုင်မာအား

mgyoe.com

mgyoe.com

ကောင်းတဲ့ ကဗျာဆရာတွေအဖြစ်နဲ့ ဒီကနေ့ တွေ့မြင်နေကြရပြီဖြစ်ပါတယ်။

သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေး ကဗျာရှည်ဟာ ပုံသဏ္ဍာန်ပိုင်းမှာ အထူးအားထုတ်ထားတဲ့ကဗျာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓအလိုအရ သက်ရှိလောကမှာ မတူညီတဲ့ ဘုံပေါင်း ၃၁ ဘုံရှိပါတယ်။ ဘုံ နဲ့ ပုံ ကို သူက အသံကစားလိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓစာပေမှာ ခန္ဓာဆိုတာ အစုအဝေး (အစုအပုံ) ကို ပြောတာပါ။ ခန္ဓာကြီးရနေလို့ ဘဝသံသရာတွေ လည်နေရတာလို့ နားလည်ထားပါတယ်။ အနန္တစကြဝဠာလို့ ဟောထားတာလည်း ရှိပါတယ်။ ခန္ဓာတစ်ခု (အစုအပုံ၊ အစုအဝေး) ဟာ စကြဝဠာတစ်ခုဆိုလည်း မမှားပါဘူး။ ၃၁ ဘုံမှာ ကျင်လည်ကုန်သော ပုပုရွရွသက်ရှိမှန်သမျှဟာလည်း ကိုယ့်စကြဝဠာနဲ့ကိုယ် သူ့ပြင်ပကစကြဝဠာအထပ်ထပ်ထဲမှာ ဖြစ်-ပျက် သံသရာ လည်နေကြရပါတယ်။ ဒီတော့ ဒီကဗျာခေါင်းစဉ်မှာတင် ၃၁ ဘုံနဲ့ စကြဝဠာသဘောတရားကို ခြုံငုံပြီး အာရုံခံစားလို့ ရသွားပါတယ်။ ကဗျာထဲမှာလည်း ဗုဒ္ဓဓမ္မနဲ့ပတ်သက်တဲ့ စကားလုံးတွေကို သေသေချာချာ စနစ်တကျ ချိန်ဆသုံးစွဲထားတာတွေ့ရတယ်။ ကဗျာဖွဲ့တဲ့အခါကျတော့ ကွန်တင်ပိုရာရီ ကဗျာတွေမှာ တွေ့ရတတ်တဲ့ ဘာသာစကားကို ကိုင်တွယ်ပြီး လုပ်ချက်ကလေးတွေ လုပ်ပြသွားတာမျိုးလည်း တွေ့ရတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် စိတ္တဇနဲ့စိတ်တစ၊ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ပုပ်ကိုယ် စကားလုံးလှယ်ပြီး ကစားသွားတာလေးတွေ တော်တော်လှတယ်။ အားရကျေနပ်မိတဲ့ စာသားအဖွဲ့အစပ်တချို့ကို စာရင်းတို့ပြရရင်. . .

စိတ်အပဲ့လေး ကွေးညွတ်လိုက်ပုံ/ မာခဲအနှစ်ဟာ ဆင်ခြင်ခြင်း ဥခွံပျော့ကို ဖောက်မထွက်ခဲ့ဘူး/ စေးပျစ်ပျစ်နိုင်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ပါပဲ/ ကိုယ့်သင်္ချိုင်းကိုတောင် ချစ်စနိုး/ ကုတ်ခြစ်ကိုက်ခဲထားတဲ့ အာရုံဝင်စားမှုများ/ အညစ်အကြေးတွေ တရစပ်

mgyoe.com

mgyoe.com

လည်ပတ်နေတဲ့ ပုပ်ကိုယ်/ ပျောင်းလွယ်ပြင်လွယ်အရေပြား/ ထစ်ငေါ့ခက်ခဲ ဖတ်ရှုနေရတဲ့ ဖွဲ့ဖွဲ့နွဲ့နွဲ့ ပါးစပ်/ မြူလိုဆိုင်းနေတဲ့ ဖြစ်တည်ရာ အရည်တည်နူနူ/ ဝမ်းအိမ်ငယ်ရေပေါလော မျော ထွက်လာမှ

ကဗျာက လူ့သဘာဝနဲ့ အတွင်းစိတ်၊ ဗုဒ္ဓတရားတော်လာ အယူအဆနဲ့ ကဗျာဖွဲ့စပ်/ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံတွေအပေါ် အသားပေးထားတာမို့ ဖတ်ရတာ သွေ့ခြောက်မာခက်နေတယ် လို့ ထင်ရရာက ဒီကဗျာပိုဒ်ရဲ့ ကဗျာဓာတ်စီးဆင်းအား မြင့်မား မှုက စိတ်ကျေနပ်မှု ရစေခဲ့ပါတယ်။

တိမ်တောင်နဲ့ မိုးသားကြား နူးညံ့ရောင်
မြေဇာမြက်ပင်နဲ့ နှင်းရည်ဥကြား အေးချမ်းရောင်
လေညင်းနဲ့ ပြတင်းပေါက်ကြား လန်းဆန်းရောင်
ရေလှိုင်းနဲ့ သဲသောင်ပြင်ကြား စိုပြည်ရောင်
နာကျင်မှုနဲ့ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြား ကြည်နူးရောင်။

ကဗျာရှည်ကို စနစ်ကျတဲ့ ဖွဲ့စည်းနေရာချမှုတွေနဲ့ သေချာပြုလုပ်ထားတယ်။ ပြုလုပ်ချက်တွေထဲမှာမှ ကဗျာဆရာ ရဲ့ ကဗျာရေးဖွဲ့ခြင်းအလုပ်ကို နိုင်နင်းမှုရော၊ ကဗျာဓာတ်ပါရှိ မှု၊ ဘဝနဲ့ ဘဝတဏှာငြိကပ်မှုအပေါ် လေးလေးနက်နက် ကိုင်တွယ်ထားတာတွေကို အထပ်ထပ်အခါခါဖတ်ရင်းနဲ့ တွေ့ရ တယ်။

'ကဗျာတစ်ပုဒ်ရဲ့ ဖွဲ့စည်းမှုနည်းစနစ် ဘယ်ကလာသလဲ။ ကဗျာဆရာရဲ့ အကြိမ်ကြိမ်လေ့ကျင့်သင်ယူတတ်မြောက်မှုက လာတာရှိသလို ဒီအကြိမ်ကြိမ်လေ့ကျင့်မှုနဲ့ မတော်တဆ ဖြစ် ပျက်မှုတစ်ခုခု ပေါင်းစပ်သဟဇာတဖြစ်ပြီး နည်းစနစ်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်သွားတာလည်း ရှိတာပေါ့'

(ကဗျာဘဝရှာတော်ပုံ၊ ဇေယျာလင်း။ စာ-၁၄၃)

mgyoe.com

mgyoe.com

ပန်ဒိုရာရဲ့ ဒီကဗျာရှည်ဟာ ဖွဲ့စည်းမှုနည်းစနစ်ကို သေသေချာချာ အားစိုက်ထုတ်ထားတာလို့ ပြောချင်ပါတယ်။ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာမှုအားကောင်းတဲ့ ကဗျာဗေဒသမား တစ်ယောက်ကသာ သူ့ကဗျာရှည်ကို သေသေချာချာ ချဉ်းကပ် စာတစ်ပုဒ်လောက် ရေးမယ်ဆိုရင် ကဗျာလောကအတွက် တော်တော်အကျိုးရှိမယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

ခင်အောင်အေး

၂၀၊ မတ်၊ ၂၀၁၇ ဗဟုပရာဒင်နီ၊

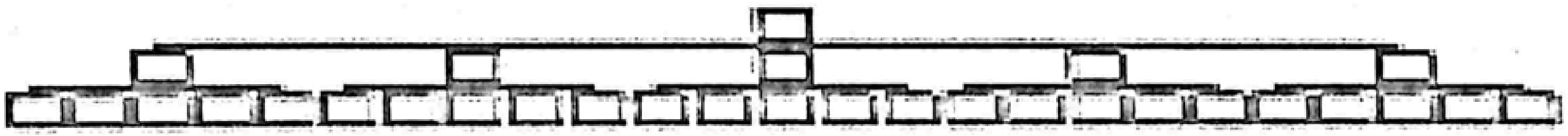
ဘန်ကောက် ၁၆း၀၉ နာရီ။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com

သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေး



mgyoe.com

mgyoe.com

သုံးဆယ့်တစ်ပုံအစုအဝေး

အတ္တအဆာကို ခြေရာမခံနိုင်တဲ့ ရက်စွဲများ
လွင့်ကြွေသွားတဲ့ စိတ်တစ်စကို ပြန်မကောက်တော့ဘူး
ခန္ဓာဟာခန္ဓာမက သဏ္ဍာန်ဟာသဏ္ဍာန်မပြ
မှန်ရှေ့ရုပ်ရုံနဲ့ ကိုယ့်ရုပ်ပုံကိုယ် မဖော်နိုင်တော့
ပျော်ရွှင်ခြင်းကို အနက်သစ်ဖွင့်လိုက်ပြီးနောက်။

mgyoe.com

mgyoe.com

အတ္တအဆာကို ခြေရာမခံနိုင်တဲ့ ရက်စွဲများ
မိမိအသွေးအသားဟာ တစ်စုံတစ်ဦးအတွက် သက်စောင့်ဓာတ်ဖြစ်လာတဲ့အခါ
ကတ္တားနေရာမှာ 'ငါ' ပျောက်ပြီး 'ငို' ရောက်လာတယ်
တူသလိုလိုနဲ့ အတောမသတ်ကွဲပြားတဲ့ စီးနင်းမောင်းနှင်မှု
ပင့်ပက္ခတို့ အခြေချရာ စေးပျစ်ပျစ်နိုင်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ပါပဲ
ငါအိပ်မက်တံခါးမှာ ဒေါက်ဒေါက်သံကြားတိုင်း ဒရောသောပါးနားပိတ် မျက်စိမှိတ်ထားခဲ့။

mgyoe.com

mgyoe.com

လွင့်ကြွေသွားတဲ့ စိတ်တစ်စကို ပြန်မကောက်တော့ဘူး
လေတစ်ချက်ဆွတ်ရုံနဲ့ စိတ်အပွဲလေး ကွေးညွတ်လိုက်ပုံ
ခဲရာခဲဆစ် ဝင်သက်ထွက်သက်တွေကြား ပြုံးရယ်ဖြစ်ခဲ့ပုံ
ဝေးဝေးကိုမမျှော်တော့ဘူး ကိုယ့်စိတ်ကူးထဲကိုယ်သာယာသွားပုံ
စံပယ်ကုံးနုနုလေး လေတိုးတိုင်းမွှေးနေတယ်
ရေစင်ချိုအေးဟာ အငွေ့ထွေးဆုံးဆိုရင်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ခန္ဓာဟာခန္ဓာမက သဏ္ဍာန်ဟာသဏ္ဍာန်မပြ
တရားခမျာ ကိုယ်ထဲပူးကပ် အကြိမ်ကြိမ်ခြောက်လှန့်တယ်
မာခဲအနှစ်ဟာ ဆင်ခြင်ခြင်းဥခွံပျော့ကို ဖောက်မထွက်ခဲ့ဘူး
သံသရာသားရေကွင်းကို တဝကြီး ဆွဲဆန့်ပစ်လိုက်တာ
ဟဲလို အသင်လောက လောဘကလေးဟာ ချစ်စရာကောင်းလှ
ဘယ်သူဟာ ဘယ်ဝါဖြစ်ပြီး ဘယ်ပြာ ဘယ်နီ ဘယ်စိမ်းအထိ ဆက်ကူးသွားတော့။

mgyoe.com

mgyoe.com

မှန်ရှေ့ရုပ်ရုံနဲ့ ကိုယ့်ရုပ်ပုံကိုယ် မဖော်နိုင်တော့
ကိုယ်ပိုင်အမှတ်အသားနှစ်ခုကို တစ်သားတည်းဖြစ်အောင် ပေါင်းစည်းဖို့
ပုဂ္ဂိုလ်ခင်သူရဲ့ ကိုယ်နှစ်ပုဒ်ညီညွတ်ရေးညီလာခံ
ချုံ့ရှင်းချဲ့ရှင်း မိတ္တူမှန်မှာ ချန်ခဲ့တဲ့ အသိဉာဏ်လေး
ငါ့ကိုယ်ငါ ဝေးဝေးက ပြန်ကြည့်မှ တရေးရေးပေါ်လာ
ခေါင်းမမြင်ရတဲ့ မှန်နဲ့ မှန်မမြင်ရတဲ့ခေါင်း ဟုတ်နေကြတာပါပဲ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ပျော်ရွှင်ခြင်းကို အနက်သစ်ဖွင့်လိုက်ပြီးနောက်
စိတ်ကူးရှင်အိပ်မက်
ပီတိပလိန်းတစ်ခွက်
လက်နောက်နှလုံးပါ
ရောင်စဉ်စုံပျံကြွ
အေးမြမီးတောက်ငယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

မိမိအသွေးအသားဟာ တစ်စုံတစ်ဦးအတွက် သက်စောင့်ဓာတ်ဖြစ်လာတဲ့အခါ
မျှဝေမှုမှာ ညွတ်ပျောင်းတတ်ခဲ့ ဟုတ်ခနဲငြိမ်းသွားတဲ့ မီးတောင်
ပင့်ကူအိမ်စွဲ ဆုတောင်းစကားတွေတောင် အသက်ပြန်ဝင်လို့
ဝမ်းဗိုက်ပြင်မှာတော့ ခြေဖဝါးလေးတစ်စုံရဲ့ အသားတံဆိပ်
စွမ်းအင်ပြည့်နဲ့ ခုတ်မောင်းနေတာ အင်ဂျင်နှစ်လုံးစာ
သွားနေတဲ့ခရီးက ဘယ်တော့မှ မခန်းခြောက်တဲ့ သမုဒ္ဒရာ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကတ္တားနေရာမှာ ‘ငါ’ ပျောက်ပြီး ‘ငါ့’ ရောက်လာတယ်
ဆိုတော့ ဘယ်လူဟာ ဘယ်လူ့ကို ဘယ်လောက်ပိုင်ဆိုင်နိုင်လို့လဲ
ချစ်ခြင်းမုန်းခြင်း ခြေကန်ငြင်းရင်း နစ်မြုပ်ချင်လိုက်တာ
မပီမပြင်ရယ်သံလေးတစ်ခုမှာ ဩဇာတိက္ကမတွေ လက်နက်စွန့်ချလိုက်ပါတယ်
အိမ်အပြန်ခေါ်သံကိုတောင် မကြားနိုင်မမြင်နိုင်တော့သည်အထိ
မြေညစ်နွံအိုင်မှာ အရသာတွေ့ မွေ့လျော်နေတဲ့အသိ။

mgyoe.com

mgyoe.com

တူသလိုလိုနဲ့ အတောမသတ်ကွဲပြားတဲ့ စီးနင်းမောင်းနှင်မှု
ဒီအားဟာ မာစတာကီး တံခါးတွေဖွင့်ပိတ် ခလုတ်တွေနှိပ်နိုင်ခဲ့
ဒီအားကိုယူပြီး ပိတ်ဖြူတစ်စကိုအတင်းဆွဲ ပန်းတွေကြဲလိုက်တယ်
ကျိန်စာသင့်အဏုမြူကိုမှ ပွတ်သီးပွတ်သတ်
ဦးလှည့်ရွေးချယ်မှုကြောင့် သတ်ကွင်းတွေကျော်ဖြတ်
ကိုယ့်ခြေဗလာကိုယ်စိုင်းစကြဝဠာတံတိုင်းရောက်ရောက် သွားတော့မယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ပင္ရွိပက္ခတို့ အခြေချရာ စေးပျစ်ပျစ်နိုင်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ပါပဲ
ရှေ့တိုးနောက်ငင်လုပ်မရ လှုပ်မကြွတဲ့ နေရာ
လူတကာရဲ့ခြေနင်းဖတ်အောင်မြေကွက်လပ်
စစ်တစ်ပွဲတိုက်ဖို့မကြိုးစားဖူးသူဟာ လူညံ့
စစ်ပွဲတိုင်းနိုင်ခဲ့တယ်ဆိုသူဟာ လူရူး
စိတ်နဲ့စိတ်ရဲ့တိုက်ပွဲမှာ ဆွတ်ပျံ့ဖွယ် အာရုံလေးကို ဦးစားပေးခဲ့တယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ငါအိပ်မက်တံခါးမှာ ဒေါက်ဒေါက်သံကြားတိုင်း ဒရောသောပါး နားပိတ် မျက်စိမှိတ်ထားခဲ့
ဖွေးဖွေးဖြူဦးနှောက်စ နီရဲစိုရွှဲနှလုံးအိမ် တွန့်လိမ်တွားသွားအူသိမ်အူမများ
အော်ဂလီဆန်စရာ နေရာတကာမှာ ငါကိုလိုက်ရှာမနေတော့ဘူး
တစတစပြိုပျက်လာတဲ့ငါကို ရေကြည်တစ်ပေါက်နဲ့ ပြန်ထွန်းတောက်စေခဲ့တယ်
မရပ်တမ်းလည်နေသော ထိုစက်ဝိုင်းသည် ချို၏ မွှေး၏ အေး၏ နူးညံ့၏
လင်းလွန်းလို့မမြင် ဆူညံလွန်းလို့မကြားတာကိုလည်း အမှောင်ခေါ်၏။

mgyoe.com