

# ဆရာတော် ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၏ ဓမ္မစာပေများမှ အတွေးနှင့်အရေး

ကြည်ပြာဦး\*

စာတမ်းအကျဉ်း

ဤစာတမ်းတွင် ဆရာတော်ရဝေန္တယ်(အင်းမ)သည် ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်များအပေါ် လူတိုင်းနားလည် ခံစားနိုင်စေရန် ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှု၊ ဗုဒ္ဓအတွေးအခေါ်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးလိုစိတ်များ ပွားများလာစေရန် မည်ကဲ့သို့ တွေးခေါ်တင်ပြထား သည်၊ ရေးဖွဲ့ထားသည်တို့ကို ဆန်းစစ် လေ့လာတင်ပြထားသော စာတမ်း ဖြစ်ပါသည်။ အခန်း (၁) တွင် ဆရာတော် ရဝေန္တယ် (အင်းမ)၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိ အကျဉ်း၊ အခန်း (၂) တွင် တရားဓမ္မသဘောပါသော ဆုံးမစာများ၊ အခန်း (၃) တွင် ဆရာတော် ရဝေန္တယ် (အင်းမ)၏ ဓမ္မစာပေများမှ အတွေးနှင့်အရေးတို့ ပါဝင် ပါသည်။

**သော့ချက်ဝေါဟာရများ** - ဆုံးမစာသဘော၊ အတွေးနှင့် အရေး၊ ဓမ္မစာပေ၊ ဟန်ချက်ညီဝါကျ

## နိဒါန်း

မြန်မာတို့သည် ပုဂံခေတ်ကပင် ဗုဒ္ဓတရားတော်များနှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင် သက်ဝင်ယုံကြည်ခဲ့ကြသည်။ အင်းဝခေတ်သို့ ရောက်သောအခါတွင်လည်း ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များကို မှီ၍ လူ့လောကတွင် သူတော်ကောင်း တရားနှင့်အညီ ရှင်သန် တတ်စေရန် ရည်ရွယ်ရေးသားသော ဆုံးမစာများ ပေါ်ထွန်းလာခဲ့ပါသည်။ ခေတ် အဆက်ဆက်၌ လူပုဂ္ဂိုလ်၊ ရဟန်းပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မြန်မာလူငယ်များ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ စေရန် အတွက် ဆုံးမစာများ ရေးသား ပြုစုခဲ့ကြသည်။ မျက်မှောက်ခေတ်တွင် ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ ဆရာတော် အရှင်ဆန္ဒာဓိက၊ ဆရာတော် ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၊ တိုက်ကြီးကုန်းဆရာတော် ဦးဝိမလ စသည့် ရဟန်းတော် များက လူငယ်များ ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များနှင့်နီးစပ်ပြီးလျှင် ယဉ်ကျေးလိမ္မာသောစိတ်ဓာတ်များ ကိန်းအောင်း လာစေရန် ဗုဒ္ဓဓမ္မစာပေများကို ပြုစုခဲ့ကြသည်။

ဆရာတော် ရဝေန္တယ်(အင်းမ)သည် လူကြီး လူငယ်မရွေး သိသင့်သိထိုက် သော ဗုဒ္ဓတရားတော်လာ အဆုံးအမများ၊ အတွေးအသိများကို မဂ္ဂဇင်း၊ ဂျာနယ်များ၌ ဆောင်းပါးများအဖြစ်နှင့် ရေးသားခဲ့ရုံသာမက လုံးချင်းစာအုပ်များလည်း အများ အပြား ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ ဆရာတော် ထုတ်ဝေခဲ့သော စာအုပ်များမှာ-

\* ကထိက၊ မြန်မာစာဌာန၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်

- ရွှေစကားတို့၏ မြစ်ဖျား
- ဘဝတိုင်း ဆုံတွေ့ချင်ပါသလား
- သံသရာခရီးဖော်
- ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်တွေးမယ်
- မင်္ဂလာအတွေးများ
- အမြဲစီးဆင်းနေသော မြစ်တစ်စင်းအကြောင်း
- အတွေးများနှင့်မိတ်ဖွဲ့ခြင်း
- အချစ်နှင့် ဝိပဿနာ
- ဖြစ်ပြီးတဲ့အကုသိုလ်ကို ဘယ်လိုပယ်မလဲ
- စိတ်ညစ်လျှင် ရေချိုးပါ
- ရဝေန္တယ်အသစ်
- ဆုတောင်းတွေပြည့်ဖို့
- ရင်ထဲက အရဟံ

စသည့် စာအုပ်များ ဖြစ်ပါသည်။

ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၏ ဓမ္မစာပေများသည် လူကြီး လူငယ်မရွေး အလွယ်တကူ ဖတ်ရှုနိုင်သည်။ ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်တွင်ပါသော ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်စိတ်များ အပေါ် အခြေခံ၍ ကောင်းမှုကိုပြုပြီး၊ မကောင်းမှု ကိုရှောင်ကြဉ်တတ်ရန်၊ ရခဲလှသောလူ့ဘဝ တွင် လူကောင်းတစ်ယောက်အဖြစ် ရှင်သန်နေထိုင်သွားတတ်စေရန်၊ တမလွန်ဘဝ၌ လည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာများကိုရရှိစေရန် ဆရာတော်က လမ်းညွှန်ထားပါသည်။ ထိုသို့လမ်းညွှန်ရာတွင် ဆရာတော်၏အတွေးများသည် နက်နဲသိမ်မွေ့သည်။ ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ တရားတော်များကို နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ဆည်းပူးလေ့လာသူတစ်ယောက် ဖြစ်သည့်အပြင် လူ့လောက၊ လူ့သဘာဝအမျိုးမျိုး အပေါ်တွင် အလေးအနက်ထား တွေးတောနိုင်ခဲ့သူ ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာတော်၏ ဆုံးမလမ်းညွှန်သည့်စာ များတွင် တင်ပြပုံထူးခြားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဆရာတော်သည် ဓမ္မစာပေများကို ရင်းနှီး ကျွမ်းဝင်သည့် အလျောက် ဘုရားဟောတရားတော်များမှ သိသင့်သိထိုက်သည့် အရာများကို အခိုင်အမာ ရှင်းပြသည်။ ထိုအချက်များကိုမရှင်းမီ လောကီလူ့ဘောင်မှ အဖြစ်အပျက်များ၊ ဘဝပြဿနာများကို လေ့လာဆန်းစစ်ပြီး ဘုရားဟောတရားတော် များမှ အဆုံးအမများနှင့် ဆက်စပ်ယူထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဆရာတော် ရဝေန္တယ်(အင်းမ)သည် အတွေးကောင်းသည်နှင့်အမျှ အရေးကောင်းသူ ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာတော်သည် လူတိုင်းကြားဖူးနားဝရှိပြီးသော တရားစကား၊ အဆုံးအမများကိုပင် စာဖတ်သူတို့နားဝင်လာအောင် ပုံပြင်ဝတ္ထုလေးများအသွင် ဖွဲ့စည်းတင်ပြလေ့ရှိသည်။ ရေးဖွဲ့တင်ပြပုံကို ကြည့်လျှင်လည်း အပြောစကားပြေ ကိုသုံးထားပြီး ညင်သာ သိမ်မွေ့သောလေသံဖြင့် စာဖတ်သူတို့နားလည်လွယ်ပြီး ယုံကြည်လက်ခံလာအောင် ရေးဖွဲ့တင်ပြ လေ့ရှိပါသည်။ အကြောင်းအရာမှာ သိမ်မွေ့နက်နဲသည်။ သို့ရာတွင် အရေးအဖွဲ့မှာ ပေါ့ပါး သွက်လက်ကာ နာချင်စဖွယ်ဖြစ်သည်။ သုတစာပေသဘော တွင် ရသနော၍ ရေးသားတင်ပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဆရာတော်သည် တရားဟောရသည်ထက် စာရေးရသည်ကို ပို၍ နှစ်ခြိုက်သူလည်း ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် စာပေဖြင့် တရားဟောပြောပြသဟန်မှာ တရားပွဲ၌ တရားဟော သည်ထက် ပို၍ နာချင် စဖွယ်ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဤစာတမ်းတွင် ဆရာတော် ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၏ အတွေးနှင့်အရေး တို့ကို လေ့လာတင်ပြသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ လေ့လာတင်ပြရာတွင် စာမျက်နှာကိုငဲ့၍ ‘စိတ်ညစ်လျှင် ရေချိုး ပါ’၊ ‘ဆုတောင်းတွေပြည့်ဖို့’၊ ‘အချစ်နှင့်ဝိပဿနာ’ စာအုပ်များကိုသာ ရွေးချယ် တင်ပြသွားပါမည်။

**၁။ ဆရာတော်ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၏အတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း**

ဆရာတော် ရဝေန္တယ်(အင်းမ)ကို ပဲခူးတိုင်း၊ သဲကုန်းမြို့နယ်၊ အင်းမမြို့တွင် အဘ ဦးသိန်းနီစိန်၊ အမိ ဒေါ်ကျင်နု တို့က ၁၉၆၉ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ (၁၈)ရက် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် ဖွားမြင်သည်။ ၁၉၇၉ ခုနှစ်တွင် ပထမအကြိမ် ရှင်သာမဏေပြုသည်။ ၁၉၈၀ ခုနှစ်တွင် ဒုတိယအကြိမ် ရှင်သာမဏေပြုသည်။ ဘွဲ့အမည်မှာ ရှင်ရာဇိန္ဒ ဖြစ်သည်။ ၁၉၈၉ ခုနှစ်တွင် ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်သည်။

ရန်ကုန်မြို့၊ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်၊ ရွှေကျင်ကျောင်းတိုက်တွင် ပညာ သင်ကြားခဲ့ပြီး ၁၉၉၀ ခုနှစ် တွင် ပထမကြီးတန်း၊ ၂၀၀၀ ခုနှစ်တွင် သာသနဓဇ ဓမ္မာစရိယဘွဲ့ကို ရရှိခဲ့သည်။ (ဓမ္မာစရိယတန်း၌ ၁၀ နှစ်တိတိ ကြန့်ကြာခဲ့သည်။)

၁၉၈၅ ခုနှစ်တွင် ပန်မဂ္ဂဇင်းသို့ စာမူ စတင်ပို့သည်။ ၁၉၈၅၊ ၁၉၈၆၊ ၁၉၈၈၊ ၁၉၈၉ ခုနှစ်အတွင်း ပေးပို့ခဲ့သောစာမူအားလုံး အပယ်ခံရသည်။ ၁၉၉၀ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်တွင် ဓမ္မဆောင်းပါး ပထမဆုံး စတင်ဖော်ပြခံရသည်။ မြတ်မင်္ဂလာ၊ သီလဝ၊ သစ္စာ၊ အပ္ပမာဒ၊ ဓမ္မဗျူဟာ၊ မြတ်သတိဝါဒီ၊ သူရဇ္ဇ၊ ရုပ်ရှင် တေးကဗျာ၊ FASHION၊ IMAGE၊ FACES (မုခ)၊ FUTURE LIGHT၊ ပေါ်ပြူလာ၊

အလင်းတန်း၊ အင်တာဗျူး၊ ရွှေပြည်တန် စသည်တို့၌ ကဗျာ၊ ဝတ္ထု၊ ဆောင်းပါးများ၊ ရေးသား ခဲ့သည်။

၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ပညာရွှေတောင်စာအုပ်တိုက်မှ ‘ဘဝတိုင်း ဆုံတွေ့ချင်ပါသလား’ ဘာသာရေးလုံးချင်းစာအုပ်ကို စတင်ထုတ်ဝေခဲ့သည်။

၂၀၀၁ ခုနှစ်တွင် ‘ရွှေစကားတို့၏မြစ်ဖျား’

၂၀၀၂ ခုနှစ်တွင် ‘သံသရာခရီးဖော်’

၂၀၀၃ ခုနှစ်တွင် ‘ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်တွေးမယ်’

၂၀၀၅ ခုနှစ်တွင် ‘မေတ္တာအတွေးများ’

၂၀၀၅ ခုနှစ်တွင် ‘အမြဲစီးဆင်းနေသော မြစ်တစ်စင်းအကြောင်း’

၂၀၀၆ ခုနှစ်တွင် ‘အတွေးများနှင့်မိတ်ဖွဲ့ခြင်း’

၂၀၀၆ ခုနှစ်တွင် ‘အချစ်နှင့် ဝိပဿနာ’ စာအုပ်များကို ထုတ်ဝေခဲ့သည်။

၂၀၀၄ ခုနှစ်အတွက် ‘မင်္ဂလာအတွေးများ’ စာအုပ်ဖြင့် စာပေဗိမာန် စာပေပထမဆုနှင့် ဆန်းလွင်စာပေ ပထမဆုကို ရရှိခဲ့ပါသည်။

ယခုအခါ ရန်ကုန်မြို့၊ သင်္ဃန်းကျွန်းကြီးကျေးရွာရှိ ဓမ္မရဝေကျောင်းတိုက်တွင် သီတင်းသုံးလျက် ရှိပါသည်။

၂။ တရားဓမ္မသဘောပါဝင်သော ဆုံးမစာများ

မြန်မာတို့သည် သားသမီးများ၊ တပည့်များ၊ လူငယ်များအား ယဉ်ကျေးလိမ္မာ စေရန်အတွက် ရှေးအစဉ်အလာ ကပင် ဆုံးမစာများ ပြုစုခဲ့ကြပါသည်။ ပုံစံအားဖြင့် လောကသာရပျို့ဆုံးမစာတွင် ဆန္ဒာ ဒေါသ ဘယာ မောဟ လေးပါးနှင့် မကင်းနိုင် လျှင် အပါယ်သို့ရောက်မည်။ ထိုလေးပါးကင်းစင်၍ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်အောင် ကျင့်ကြံ သင့်သည်ဟု ကန်တော်မင်းကျောင်းဆရာတော်က ဆုံးမပုံကို -

“ဆန္ဒာ ဒေါသ၊ ဘယာ မောဟ၊ အပါယ်ကျသား၊ ဓမ္မလေးမည်၊  
ကတိတည်၍၊ လူ့ပြည်နတ်ရွာ၊ ချမ်းသာကောင်းမွန်၊ စံစုန်ဆန်  
လျက်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း၊ ကျင့်ကောင်းသီလ၊ လှူဒါနနှင့်၊  
ပုညလယ်မြေ၊ စိုက်ကြံတွေဖြင့်၊ ပျိုးခြေခပင်း စည်စေမင်း”

° ကန်တော်မင်းကျောင်းဆရာတော်၊ ၁၉၆၀၊ ၂။

ဟု ဆုံးမလမ်းညွှန်ထားသည်။ ငါးပါးသီလစောင့်ထိန်းမှုနှင့် ပတ်သက်၍ ‘လောက သာရပျို့’ တွင် -

“ပါဏာတိပါတံ၊ မသတ်သူသက်၊ ခိုးဝှက်မမှု၊ မယူသေစာ၊  
အိမ်ရာမမှား၊ မုသားမဆို၊ ကိုယ်ကိုနှိမ့်ချ၊ စောင့်သီလနှင့်၊ ဒါန  
လှူဝတ်၊ ရက်မချွတ်လျှင်၊ မပြတ်ဆောက်တည်၊ ဆုကြီးရည်၍၊  
မကြည့်ခိုက်ရန်၊ သူကျူးလွန်လည်း၊ စောင်မာန်မပြင်း သိမ်းစေ  
မင်း”<sup>၁</sup>

ဟု ဆုံးမလမ်းညွှန်ထားပါသည်။ ‘လောကသာရဆုံးမစာ’ တွင် ကိုယ်ကျင့်တရား စောင့်ထိန်းရင်း မေတ္တာပွားများရန်၊ လုံ့လဝီရိယရှိရန် စသည်ဖြင့် သူတော်ကောင်း တစ်ယောက်အနေနှင့် လိုက်နာသင့်သောအချက် များကို စေ့စေ့စပ်စပ် လမ်းညွှန်ထား သည်ကို တွေ့ရသည်။

အင်းဝခေတ်စာဆို ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရသည် ‘သံဝရပျို့’ ၌ မင်းတို့၏ ကျင့်ဝတ် များကို သံဝရ မင်းသားအား ဆရာအမတ်ကြီးက လမ်းညွှန်ဟန်ဖြင့် ဆုံးမထားပါ သည်။ ထိုသို့ ဆုံးမရာ၌ -

“နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း၊ အလှိုင်းတကြီး၊ အဖြီးအခိုင်၊ မပေးနိုင် လည်း၊  
ကိုယ်တိုင် ဖူးတွေ့၊ နှုတ်ဆက်လေ့ကျက်၊ မမေ့ မကျန်၊ ပန်းမာလ်  
သစ်သီး၊ ယဉ်မှီးစေပါ၊ ချစ်ပျူငှာဖြင့်၊ အီသာစူးစမ်း၊ ရောပြွမ်း  
ဆံလုံ၊ မေတ္တာကျ၍”<sup>၂</sup>

ဟု ရေးဖွဲ့ဆုံးမထားသည်။ ပြည်သူတို့အပေါ်တွင် ချစ်ခင်ကြင်နာစွာ ဆက်ဆံခြင်းဖြင့် ပြည်သူတို့၏ ချစ်ခင် နှစ်သက်မှုကို ရယူသင့်သည်ဟု ဆုံးမထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဆားတုံဆရာတော် ရေးသားခဲ့သည့် ‘ပုတ္တောဝါဒပျို့’ တွင်လည်း မိဘ၊ ဆရာ၊ ညီအစ်ကို၊ မောင်နှမ စသည်ဖြင့် ရှုထောင့်အထွေထွေမှ လိမ္မာယဉ်ကျေးလာအောင် ဆုံးမဟန် ရေးဖွဲ့ထားသည်။ မြန်မာတို့သည် ကျေးဇူးတရားကို အလေးထားသူများ ဖြစ်သည်။ လူ့ဘောင်လောက၌ လူကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ရန် ကျေးဇူး သိတတ်မှုသည် လည်း အရေးပါသည်။ ဆရာ့ကျေးဇူးသိရန် အစ်ကိုကြီးက ညီငယ်အားဆုံးမသည့် အခန်း၌-

<sup>၁</sup> -ယင်း-။  
<sup>၂</sup> ရဋ္ဌသာရ၊ ရှင်မဟာ၊ ၁၉၆၃၊ ၂၁။

“ဤသို့ဖြစ်၍၊ ချစ်လည်းချစ်စွာ၊ သာလည်းသာချို၊ လင်္ကာဆို၍၊  
ချိုလည်းချိုမြွက်၊ လေးလေးနက်သား၊ ခက်လည်းခက်စွာ၊  
ဥပမာဖြင့်၊ နာလည်းနာဘွယ်၊ ထုံးနည်းသွယ်၍၊ မကျယ်မကျဉ်း၊  
စိုးတမျဉ်းမျှ၊ ဆိုလိုက်ပြသား၊ ငါ့စကားကို၊ မှတ်သားကုန်ပါ”<sup>၁</sup>

ဟု ဆုံးမထားပါသည်။

ဆရာတော် ဦးဗုဒ္ဓ၏ ‘ဂီဟိဝိနယဆုံးမစာ’ တွင်လည်း ဥစ္စာပျက်စီးကြောင်း  
(၆)ပါး၊ ခင်ပွန်းတု (၄)ပါး၊ ခင်ပွန်းစစ် (၄)ပါး၊ အရပ် (၆)ပါး စသည်ဖြင့် ခွဲခြား၍  
ဆုံးမထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ သင်္ဂဇာဆရာတော်၏ ‘သိင်္ဂီလောဝါဒဆုံးမစာ’  
တွင်မူ -

“ကျေးမွေးမပျက်၊ ဆောင်ရွက်စီမံ၊ မွေခံထိုက်စေ၊ လှူမျှဝေ၍၊  
စောင့်လေမျိုးနွယ်၊ ဝတ်ငါးသွယ်၊ ကျင့်ဖွယ် သားတို့တာ”<sup>၂</sup>

ဟူသော သားသမီးဝတ္တရား (၅)ပါးနှင့်အတူ မိဘဝတ္တရား၊ ဆရာဝတ္တရား၊  
တပည့်ဝတ္တရား၊ လင့်ဝတ္တရား၊ မယားဝတ္တရား စသည်ဖြင့် လူမှုရေးကျင့်ဝတ်များကို  
ဆုံးမလမ်းညွှန်ထားပါသည်။

သီပေါမင်းလက်ထက် ဖိုးသူတော်ဦးနု၏ လောကီပညာမှတ်ပုံကျမ်းတွင်မူ -

“အယုတ်တရားကို အလိုမရှိနှင့်၊ မဟုတ်စကားကို မဆိုဘိနှင့်။  
အယုတ် တရားကိုအလိုရှိက ဘဂဝါ၏စကားကို ပယ်ရာကျချေ  
သည်၊ မဟုတ် စကားကိုဆိုဘိက သမာဓိတရားတို့ ကွယ်ပရလေ  
သည်”<sup>၃</sup>

ဟုလည်းကောင်း၊

“အမျိုးယုတ်သူ အဆင်းလှလျှင် သတိထား၊ တန်ခိုးနတ်သူ ထမင်း  
ဝလျှင် မကျီစားနှင့်။ အမျိုးယုတ်သူ အဆင်းလှက စာဂ  
တန်တတ်သည်။ တန်ခိုးနတ်သူ ထမင်းဝက မာနထန်တတ်သည်”<sup>၄</sup>

ဟုလည်းကောင်း ဖွဲ့ဆိုထားသည်။ ထိုဆုံးမစာတွင် လင်္ကာသွားမျိုးနှင့်မဟုတ်ဘဲ  
နဘေထပ်စကားပြေသဘောနှင့် ရေးဖွဲ့ထားသည်ကို တွေ့ရသည်။ လယ်တီဆရာတော်

<sup>၁</sup> ဆားတုံဆရာတော်၊ ၁၉၅၁၊ ၃၂။  
<sup>၂</sup> သင်္ဂဇာဆရာတော်၊ ၂၀၀၆၊ ၂၇။  
<sup>၃</sup> နု၊ ဦး၊ (ဖိုးသူတော်-)၊ ၂၀၀၆၊ ၃၀။  
<sup>၄</sup> -ယင်း-၊ ၃၀။

ဘုရားကြီး၊ မန်လည်ဆရာတော်ဘုရားတို့ သည်လည်း ဓမ္မစာပေများနှင့် ဆုံးမလမ်းပြခဲ့ကြပါသည်။ ဆရာတော် ဦးဝိစိတ္တသာရဘိဝံသ၏ ဓမ္မစာပေများမှာလည်း လေးနက်လှပါသည်။ မျက်မှောက်ခေတ်တွင်လည်း မြန်မာလူမျိုးတို့၏ အစဉ်အလာအတိုင်း လူငယ်များကို ဗုဒ္ဓတရားတော်များနှင့်အညီနေထိုင်တတ်စေရန် ဆုံးမလမ်းညွှန်သော ဓမ္မစာပေများ ထွန်းကားခဲ့ပါသည်။ ထိုရေးဖွဲ့သူများထဲတွင် ဆရာတော် ရဝေန္တယ် (အင်းမ)၏ ဓမ္မစာပေများမှာ တစ်မူထူးခြားသည်ဟု ထင်မြင်မိပါသည်။ အစဉ်အလာ ဆုံးမစာများကဲ့သို့ပင် ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်များကို အခြေခံသည်။ ရှေးဆုံးကဲ့သို့ လင်္ကာများနှင့်မရေးဘဲ အပြောစကားပြေနှင့်ရေးသည်။ (၅၅၀)ဇာတ် နိပါတ်လာ ပုံပြင်များ၊ ပါဠိအဋ္ဌကထာများကို အခြေပြု၍ လူ့လောကတွင် တွေ့ကြုံနေရသော အဖြစ်အပျက်များနှင့်ဆက်စပ်ကာ ရေးသားလေ့ရှိပါသည်။ စာဖတ်သူတို့၏စိတ်တွင် ငြီးငွေ့ခြင်းမရှိဘဲ အလွယ်တကူလိုက်နာကျင့်သုံးလို စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်နိုင်စေသည်ဟု ထင်မြင်မိပါသည်။

**၃။ ဆရာတော် ရဝေန္တယ် (အင်းမ)၏ ဓမ္မစာပေများမှ အတွေးနှင့်အရေး**

ဆရာတော်၏ ဓမ္မဆောင်းပါးများသည် လူ့စိတ်သဘောထားကို အများဆုံး ဦးတည်၍ ပြုပြင်ရေးဖွဲ့ထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဆရာတော်၏ဆောင်းပါးများ ထူးခြားချက်မှာ လူ့လောကရှိ နေ့စဉ် ရင်ဆိုင်နေရသော ပြဿနာများအပေါ်တွင် အခြေခံပြီး တရားသဘောနှင့် ဆက်စပ် ပြခြင်းဖြစ်သည်။ ဆရာတော် တင်ပြသော အကြောင်းအရာများသည် လူတိုင်းနှင့် ပတ်သက်သည့်အတွက် ဖတ်ရှုလိုက်ရသူတိုင်း ပေါ့ပါးသက်သာသွားစေသည်။ တရားဓမ္မနှင့်မွေ့လျော်နေထိုင်ရခြင်း၊ သူတော်ကောင်းတရားနှင့်အညီ နေထိုင်ရခြင်းကို ခက်ခဲသည်ဟုမထင်၊ စိတ်လက် ပေါ့ပါး သက်သာစွာဖြင့် လက်ခံ ကျင့်သုံးလိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာအောင် တွေးပြ၊ ရေးပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

**၃။ ၁။ “စိတ်ညစ်လျှင်ရေချိုးပါ” ဆောင်းပါးမှ ဆရာတော်၏ အတွေးနှင့်အရေး**

‘စိတ်ညစ်လျှင်ရေချိုးပါ’ ဆောင်းပါးသည် ၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် ထုတ်ဝေသည့် အလင်းတန်းဂျာနယ်တွင် ဖော်ပြ ခဲ့သော ဆောင်းပါးဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၁၀ ခုနှစ်တွင် ‘စိတ်ညစ်လျှင်ရေချိုးပါ’ အမည်ဖြင့် အခြားဆောင်းပါးများ နှင့်အတူ စာအုပ်အဖြစ် ထုတ်ဝေခဲ့သည်။ ထိုစာအုပ်ထဲမှ ‘စိတ်ညစ်လျှင်ရေချိုးပါ’ ဆောင်းပါး၏အတွေးနှင့် အရေးကို လေ့လာတင်ပြပါမည်။

ထိုဆောင်းပါး၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ လူသားတိုင်း စိတ်ညစ်ရသည့် အတွေ့အကြုံများ ရှိကြသည်။ စိတ်ညစ်သည့်အတွက် စိတ်ထွက်ပေါက်အဖြစ်နှင့် အကုသိုလ်ကိုမပြုဘဲ စိတ်ညစ်နေသော အချိန်ကာလအတွင်း၌ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် လေ့ကျင့်နေထိုင်သွားတတ်စေရန် လမ်းညွှန်ထားသည်။ ထိုကဲ့သို့ လေ့ကျင့်နေထိုင်ခြင်းဖြင့် ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် နေထိုင်သွားတတ်သွားသည့်အကျင့် စွဲမြဲသွားစေနိုင်သည်ဟု တွေးပြထားသည်။ ထိုအတွေးကို တင်ပြရာ၌ ရှေးဦးစွာ ဆရာတော်က (၅၅၀)ဇာတ်နိပါတ်လာ ပါနီယဇာတ်ဖြင့် အစပျိုး တင်ပြထားပါသည်။ ထိုဇာတ်တွင် ‘သားအဖနှစ်ယောက်သည် ခရီးအတူထွက်ခဲ့ကြသည်။ ခိုးသူများသည် သားအဖနှစ်ယောက်အတူလာသည့်အခါ သားလာလျှင် သားကိုဖမ်းပြီး အဖကိုအိမ်သို့ ငွေပြန်ယူစေသည်။ ဆရာတပည့်လာလျှင် ဆရာကိုဖမ်းပြီး တပည့်ကို အိမ်သို့ ငွေပြန်ယူစေသည်။ ထိုတောအရပ်ထဲရှိ ဓားပြ၊ ခိုးသူတို့အကြောင်းသိနေသော ဖခင်ဖြစ်သူက ဓားပြများနှင့် တွေ့လျှင် သားအဖတော်ကြောင်းမပြောရန် ကြိုတင်မှာထားခဲ့သည်။ ဓားပြများက သားအဖနှစ်ယောက်ကိုဖမ်းပြီး မည်သို့တော်စပ်သနည်း ဟုမေးရာ မတော်စပ်ကြောင်း ပြန်ဖြေကြသည်။ သားအဖနှစ်ယောက် ထွက်ခွာခွင့်ရပြီး ရှေ့သို့ ခရီးဆက်ခဲ့ကြသည်။ နားနေသည့်နေရာသို့ ရောက်လျှင် နားနေကြပြီး ညနေ၌ ရေချိုးကြသည်။ ရေချိုးပြီးသောအခါ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကြည်လင်နေသည်။ ထိုအချိန်တွင် သားဖြစ်သူက မိမိ၏ တစ်နေ့တာသီလကို ပြန်ဆင်ခြင်သောအခါ မနက်က မုသားပြောခဲ့သည်ကို ပြန်၍ သတိရလာသည်။ ထိတ်လန့်သံဝေဂရပြီး ဒီအကုသိုလ်ဟာ အပါယ်ကျတော့မှာပဲဟု ဆိုပြီး ဝိပဿနာပွားလိုက်သောအခါ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါအရှင်မြတ် ဖြစ်သွားပါသည်။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်သွားသောအခါ ဖခင်ကိုတရားဟောပြီး နန္ဒမူလှိုဏ်ဂူသို့ ကြွသွားပါသည်’ ဟူ၍ ပုံပြင်လေးနှင့် အစပျိုးတင်ပြထားပါသည်။ ပုံပြင်ပါအကြောင်းအရာကို ဆက်စပ်၍ ဆရာတော်က ရေချိုးလိုက်သည့်အတွက် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကြည်လင်လာသည်။ ထိုသို့ ကြည်လင်နေသည့်အတွက် တရားအားထုတ်ရာ၌ပို၍ စိတ်ကြည်လင်လန်းဆန်းစေပါသည်။ တရားထူး တရားမြတ်ရခြင်းမှာ အတိတ်ပါရမီကြောင့် ဖြစ်သည်။ ရေချိုးလိုက်ခြင်းဖြင့် တရားထူးရရန်အတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေသည်ဟု ပုံပြင်လေးနှင့် အတွေးကို ဆက်စပ် တင်ပြထားပါသည်။

**“စိတ်ညစ်လျှင်ရေချိုးပါ” ဆောင်းပါးမှ ဆရာတော်၏အရေး**

ဆရာတော်သည် စာဖတ်သူတို့နာချင်စဖွယ်ဖြစ်အောင် ပုံပြင်လေးနှင့် စည်းရုံးတင်ပြပြီးနောက် တရားသဘော ကိုခိုင်မာအောင် ဝိဘင်းအဋ္ဌကထာ ပညာပွားကြောင်း (၇)ပါး ရှိကြောင်း တင်ပြခဲ့သည်။ ထိုအင်္ဂါ (၇)ပါး အနက် ဒုတိယအင်္ဂါမှာ ဉာဏ်ပညာပွားများရန် ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ နှစ်ဌာနကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် လုပ်ပေးပုံ



ကိုလည်း အကျယ် ရှင်းပြထားပါသည်။ ဆရာတော်သည် ထိုကဲ့သို့ခိုင်မာအောင် ဝိဘင်းအဋ္ဌကထာ ကိုတင်ပြပြီးနောက် ထိုသဘောကို စာဖတ်သူတို့ နေ့စဉ်အဖြစ် အပျက်များနှင့် ဆက်စပ်နားလည်လာစေရန် အတွက် ဆံပင်၊ ခြေသည်း၊ လက်သည်း များ ရှည်နေမည်။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ၌ အပူအပုပ်တွေ၊ လေဆိုးတွေ ရှိနေလျှင် အတွင်း ဝတ္ထု မသန့်ရှင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ မိမိအဝတ်အစား၊ အိပ်ရာ၊ ခြင်ထောင်၊ စောင်၊ ခေါင်းအုံးများ ဟောင်းနွမ်းနေလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ အခန်းထဲ၌ ပစ္စည်းများ ဖယိုဖရဲဖြစ်နေလျှင်သော် လည်းကောင်း အပြင်ဝတ္ထုမသန့်ရှင်းပါဟု ရှင်းပြခဲ့သည်။ ထိုသို့ ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ မသန့်ရှင်းလျှင် စိတ်ရှုပ်လာပါမည်။ စိတ်ရှုပ်လာလျှင် ဉာဏ်အမြင်မကြည်လင်တော့ပါဟု ဆိုထားပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ သန့်ရှင်းအောင် ဆောင်ရွက်ရမည်။ တရားထိုင်သည့်အခါ ရေချိုးပြီးမှတရားထိုင်လျှင် ပို၍ စိတ်ကြည်လင်ပြီး ဉာဏ်ပိုပြီး သက်ဝင်စေပါသည်ဟု စိတ်ရှည်လက်ရှည် ရှင်းလင်း တင်ပြထားပါသည်။ စိတ်ညစ်သည့် အခါတိုင်း ရေချိုးခြင်း၊ ဂုဏ်တော် ပွားခြင်း၊ မေတ္တာပွားခြင်း ပြုပေးလျှင် မိမိ၏အထုံ စွဲသွားမည်။ ထိုကဲ့သို့ ကောင်းမှုပြု တတ်သည့်ခလေးများသည် နောင်ဘဝအထိ ပါသွားနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ညစ် လျှင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြု၍ နေထိုင်ပါဟု အကြံပေးထားပါသည်။ ထိုအကြောင်း အရာကို တင်ပြရာ၌ ဆရာတော်သည် တရားဟောပြောပြသနေသည့်ဟန်အတိုင်း အပြောစကားပြေဖြင့် တင်ပြထားပါသည်။ ဇာတ်လမ်း ပုံပြင် ပါသည့်အတွက် ဇာတ်လမ်းပြောဟန်ကို -

“တစ်ခါတုန်းက သားအဖနှစ်ယောက် ရှိပါတယ်။ တစ်နေ့တော့ သားအဖ နှစ်ယောက် ခရီးတစ်ခုထွက်ဖို့ ပြင်ကြပါတယ်။ သူတို့ထွက်မယ့် ခရီးစဉ်မှာ တောအုပ်တစ်ခုကို ဖြတ်သန်းသွားရ မှာပါ။ အဲဒီတောအုပ်ထဲမှာ ဓားပြ သူခိုးတွေကလည်း ရှိနေပါ တယ်”<sup>၁</sup>

ဟု ရေးသားထားသည်။ ထိုအရေးအဖွဲ့သည် ပုံပြင်ပြောသည့်ဟန် သက်ဝင်သည်။ အလွန်ရိုးရှင်းသည့် ပြောဟန်ဝါကျတို့များကို သုံးထားသည်။ ဝါကျတစ်ကြောင်းနှင့် တစ်ကြောင်းသည် အကြောင်းအရာ အချိတ်အဆက်မိသည်။ ပြောဟန်မှာ တည်ငြိမ် အေးဆေးပြီး ဖြစ်စဉ်ပြ အရေးအသားကိုသုံး၍ ရိုးရိုးရှင်းရှင်း တင်ပြထားပါသည်။

---

<sup>၁</sup> ရဝေနွယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၀၊ ၂၀-၂၁။

ဖွင့်ဆိုရှင်းပြအရေးအသားကိုလည်း ထည့်သွင်းရေးသားထားပါသည်။ ထိုအရေးအသားကို အပြောဟန်ဖြင့် -

“စာနဲ့ကိုင်ပြောမယ်ဆိုရင်လည်း ဝိဘင်းအဋ္ဌကထာမှာ ပညာပွားကြောင်း (၇)ပါးကို ပြထားပါတယ်။ အင်္ဂါ (၇)ပါးမှာ ဒုတိယအင်္ဂါက ဉာဏ်ပညာပွားဖို့အတွက် ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ နှစ်ဌာနကို သန့်ရှင်း စင်ကြယ်အောင် လုပ်ပေးပါတဲ့”<sup>၁</sup>

ဟု တင်ပြထားသည်။ ဆရာတော်၏ ဖွင့်ဆိုရှင်းပြအရေးအသားမှာ တရားသဘော ဖြစ်သော်လည်း ရှင်းလင်းသည်။ ဝါကျတိုများကိုသုံး၍ အလွယ်ကူဆုံးနှင့် အရိုးရှင်းဆုံးဖြစ်အောင် ရေးသားထားသည်။ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ကြည်လင် သန့်ရှင်းအောင် ပြုသင့်ကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ -

“ဆံပင်တွေ ရှည်နေမယ်၊ ခြေသည်းလက်သည်းတွေ ရှည်နေမယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ချွေးတွေ ဂျိုးကပ်နေမယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အပူအပုပ်တွေ လေဆိုးတွေ ရှိနေမယ်၊ ဒါဟာ အတွင်းဝတ္ထု မသန့်ရှင်းတာပါ”<sup>၂</sup>

ဟု တင်ပြထားပါသည်။ ထိုအရေးအသားတွင် ပုံစံတူဟန်ချက်ညီဝါကျရေးဟန်ကို တွေ့ရသည်။ ‘နေမယ်’

ဆိုသည့် စကားလုံးကို ဝါကျ၏အဆုံး၌ ထပ်ကာ ထပ်ကာ အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဝါကျများသည် ပုံစံတူ ဟန်ချက်ညီနေသည်။ ဤသို့ဖြင့် စာဖတ်သူတို့ကို ပွင့်လင်းမြင်သာအောင် တစ်ခုပြီးတစ်ခု စိတ်ရှည်လက်ရှည် ရှင်းပြနေသည့်လေသံ ပေါ်လွင်စေပါသည်။ အပြင်ဝတ္ထု မသန့်ရှင်းပုံကို တင်ပြရာ၌လည်း -

“နောက် ကိုယ့်ရဲ့အဝတ်အစားတွေ ဟောင်းနွမ်းနေမယ်၊ အိပ်ရာ၊ ခြင်ထောင်၊ စောင်၊ ခေါင်းအုံးတွေ ဟောင်းနွမ်းနေမယ်၊ ကိုယ်နေတဲ့ အခန်းထဲမှာ ပစ္စည်းတွေ ဖရိုဖရဲ ဖွာလန်ကြနေမယ်၊ ပင့်ကူမျှင်တွေ ငြိတွယ်ကပ်နေမယ်၊ စာအုပ်တွေ ပြန့်ကျနေမယ်၊ အမှိုက်တွေ ရှိနေမယ်၊ ဒါဟာ အပြင်ဝတ္ထု မသန့်ရှင်းတာပါ”<sup>၃</sup>

<sup>၁</sup> -ယင်း-။  
<sup>၂</sup> -ယင်း-။  
<sup>၃</sup> ရဝေန္ဓယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၀၊ ၂၃။

ဟု ဖွင့်ဆိုရှင်းပြထားသည်။ ဆရာတော်သည် တရားသဘောကိုရှင်းရာ၌ လောကဝန်းကျင်နှင့်ယှဉ်၍ အလွယ်တကူမြင်သာအောင် အပြောစကားပြေကိုသုံး၍ သရုပ်ဖော်ထားပါသည်။ ဝါကျတိုများကြောင့် ငြီးငွေ့ဖွယ်မဖြစ်ဘဲ အကြောင်းအရာများသည် လျင်မြန်စွာ ရွေ့လျားနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် ဆရာတော်သည် ကြောင်းကျိုးပြရေးနည်းကိုသုံးကာ တရားပြ၊ နားချခဲ့ပါသည်။ စိတ်ရောရုပ်ပါ ကြည်လင် သန့်ရှင်းအောင် ဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်ကို ဖော်ပြရာ၌ -

“ဒါကြောင့် ဆံပင်တွေ ရှည်နေမယ်၊ ရှုပ်ထွေးညစ်ပတ်နေမယ် ဆိုရင် ညှပ်စရာရှိတာညှပ်၊ လျှော်စရာရှိတာ လျှော်ပေးရပါမယ်။ ခန္ဓာကြောင့်လည်း လက်သည်းတွေ ရှည်နေရင် ညှပ်ပေးရပါမယ်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ချွေးတွေ၊ ဂျီးတွေရှိနေရင် ရေချိုးပေးရပါမယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ လေဆိုးတွေ အပူအပုပ်တွေရှိနေရင် နားလည်တဲ့ ဆရာဝန်နဲ့ပြသပြီး ဝမ်းသက်စေတဲ့ဆေး စသည် စားပြီး ခန္ဓာကိုယ် ပေါ့ပါးအောင် လုပ်ပေးရပါမယ်”<sup>၁</sup>

ဟု တင်ပြထားပါသည်။ ထိုအရေးအသားတွင် ပုံစံတူ ဟန်ချက်ညီ ဝါကျရေးဟန်ကို တွေ့ရသည်။ စကား အသုံးအနှုန်းအရကြည့်လျှင် အချို့နေရာများ၌ ‘ရှည်၊ ညှပ်၊ လျှော်၊’ စသည့် လုံးချင်းကြိယာကိုသုံး၍ ကျစ်ကျစ်လျစ်လျစ် ရေးထားသည်။ အချို့နေရာများ၌ ‘ရှုပ်ထွေးညစ်ပတ်’ ဆိုသည့် ကြိယာလုံးတွဲများကို သုံး၍ ရေးဖွဲ့ထားသောကြောင့် အနက်ထင်ရှား ပြည့်စုံပေါ်လွင်စေသည်။ ဆရာတော်သည် အချို့နေရာများ၌ အမေးဝါကျများကိုသုံး၍လည်း စာဖတ်သူတို့ မိမိကိုယ်ကို ပြန်၍ တွေးကြည့်မိစေရန်နှင့် ဆင်ခြင်မိစေရန် ရေးသားထားသည်။ ပုံစံအားဖြင့် -

“ဥပမာ ရေချိုးပြီး တရားထိုင်တာနဲ့ ရေမချိုးဘဲ ချွေးသံတရွဲရွဲနဲ့ တရားထိုင်တာ ဘယ်ဟာက ပိုပြီး ထိုင်လို့ကောင်းမလဲ?။ ခေါင်းလျှော်ပြီး တရားထိုင်တာနဲ့ ခေါင်းမလျှော်ဘဲ ဆံပင်ဖွာလန်ကြဲနဲ့ တရားထိုင်တာ ဘယ်ဟာက ပိုပြီး စိတ်ကြည်လင်မလဲ?”<sup>၂</sup>

ဟူ၍ ရေးဖွဲ့ထားသည်။ ဆရာတော်သည် ဆိုလိုသည့် အကြောင်းအရာနောက်သို့ စာဖတ်သူကို တဖြည်းဖြည်း လိုက်ပါလာအောင် ပုံပြောသည့်နည်း၊ လက်တွေ့လိုက်နာရန် လမ်းညွှန်သည့် နည်းတို့ဖြင့် ရေးသားထားသည်။ စာဖတ်သူကိုလည်း

<sup>1</sup> -ယင်း-၊ ၂၅။  
<sup>2</sup> ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၀၊ ၂၅။

မိမိနှင့်တစ်ကွ မိမိဝန်းကျင်ကို သန့်ရှင်းစေပြီးနောက် တရားထိုင် ခြင်းဖြင့် ကုသိုလ်ရအောင်ပြုနိုင်သည်အထိ အဆင့်ဆင့် စည်းရုံး ခေါ်ဆောင်လာခဲ့ သည်။ နောက်ဆုံးတွင် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ သန့်ရှင်းစွာဖြင့် တရားထိုင်မည့် အနေ အထားကို ဆရာတော်က -

“တကယ်လို့ စိတ်ညစ်လာပြီဆိုရင် ကိုယ်နေတဲ့ အခန်းကို သန့်ရှင်းရေး လုပ်လိုက်ပါ။ အိပ်ရာ၊ ခြင်ထောင်၊ ခေါင်းအုံး တွေကို လျှော်ဖွပ်ပြီး အသစ်နဲ့ လဲလိုက်ပါ။ ပြီးတော့ ရေချိုး လိုက်ပါ။ ရေချိုးပြီးရင် ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့ လျှော်ဖွပ်ပြီးသား အဝတ်လေးကို ဝတ်လိုက်ပါ။ အားလုံးပြီးတာနဲ့ အသစ်လဲပြီးသား အိပ်ရာပေါ်မှာ ကိုယ်နဲ့သပ္ပာယ်ဖြစ်သလို ထိုင်ပြီး ခါးကို ဖြောင့်ဖြောင့် ထား၊ မျက်လုံးလေးမှိတ်၊ လက်အုပ်ကလေးချီပြီး၊ ငါးပါး သီလကိုယူလိုက်ပါ။ တစ်ဆက်တည်းပဲ ‘မြတ်စွာဘုရား၊ ဘုရား တပည့်တော် ခန္ဓာကိုယ်ထဲကို သီတင်းသုံးတော်မူပါဘုရား’ လို့ ပင့်လိုက်ပါ။ ကိုယ်က အမျိုးသမီးဖြစ်နေလို့ ပင့်ရမှာ အားနာ နေရင်လည်း ဦးခေါင်းထက်ကို ပင့်လိုက်ပါ။ စိတ်ထဲမှာလည်း မြတ်စွာဘုရား ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ထဲ၊ ကိုယ့်ဦးခေါင်းထက်မှာ ရှိနေ တယ်လို့ နှလုံးသွင်းထားပါ။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ ပရိနိဗ္ဗာန်စံ ပြီးပြီဆိုတော့ တကယ်တော့ ဘယ်ကြွလာမှာလဲ။ စိတ်ဓာတ် အင်အားကိုယူတာပါ”<sup>၁</sup>

ဟု ရေးဖွဲ့တင်ပြထားသည်။ ထိုအရေးအဖွဲ့ကိုကြည့်လျှင် ဆရာတော် ရဝေန္တယ် (အင်းမ)သည် စာဖတ်သူကို လိုက်နာကျင့်သုံးရန် တစ်ခုပြီးတစ်ခု လမ်းညွှန်သည့် လေသံမှ တိတိကျကျလိုက်နာ ဆောင်ရွက်ရန် ဆွေးနွေး တင်ပြသည့်လေသံ၊ ထိုမှ တစ်ဆင့် လမ်းညွှန်သည့်လေသံသို့ ပြောင်းသွားသည်။ ‘သန့်ရှင်းရေး လုပ်လိုက်ပါ။ အသစ်နဲ့လဲလိုက်ပါ’ ဆိုသည့် အရေးအသားများတွင် အမှန်တကယ်လိုက်နာရန် ညွှန်ကြားသည့် လေသံ ပေါ်လွင်နေပါသည်။ ထို့အပြင် စိတ်ညစ်တာကို အမှီပြုပြီး ကုသိုလ်အမြတ်ထွက်ရန် လုပ်ဆောင်ရန်ကိုလည်း-

“တကယ်တော့လည်း တရားသဘောအရ ဘယ်အရာမှ မမြဲပါဘူး။ စိတ်ညစ်တာလည်း အမြဲတည်မနေနိုင်ပါဘူး။ ကာလတစ်ခု ပါပဲ။ ကိုယ်က မမြဲတဲ့သဘောတရားလေးကို သေချာသဘော

<sup>၁</sup> -ယင်း-၊ ၂၅-၂၆။

ပေါက်ပြီး စိတ်ညစ်တာကိုအကြောင်းပြုပြီး ထွက်ပေါက်အနေနဲ့ အကုသိုလ် မပြုလိုက်မိဖို့ပါ။ စိတ်ညစ်နေတဲ့ ကာလတိုလေးမှာ ကုသိုလ်တွေကို လုပ်ချင် သည်ဖြစ်စေ၊ မလုပ်ချင်သည်ဖြစ်စေ ပေတေလုပ်နေလိုက်ပါ။ ရေမချိုးခင်မှာပဲ ဘုရားပန်းအိုးလဲတာ၊ ဘုရားသောက်တော်ရေလဲတာ၊ ကိုယ်ကြိုက် တဲ့အစားအစာတွေကို မြတ်စွာဘုရားကို ကပ်တာ စသည်ဖြင့် လုပ်လို့လည်း ရပါ သေးတယ်။ စိတ်ညစ်တာကို အမှီပြုပြီး ကုသိုလ် အမြတ် ထွက် အောင် လုပ်ပစ်ရမှာပါ”<sup>၁</sup>

ဟူ၍ ရေးသား လမ်းညွှန်ထားပါသည်။ ‘ရေမချိုးခင်မှာပဲ ဘုရားပန်းအိုးလဲတာ၊ ဘုရားသောက်တော်ရေ လဲတာ၊ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ အစားအစာတွေကို မြတ်စွာဘုရားကို ကပ်တာ’ ဟူသော အရေးအသားသည် စာဖတ်သူတို့၌ အလွယ်တကူ နေ့စဉ် လုပ်ကိုင်ရင်း ကုသိုလ်ရနိုင်သော အကြောင်းအရာများဖြစ်၍ စိတ်ဝင်စားလာစေသည်။ လိုက်နာကျင့်သုံးလိုစိတ်များ ဖြစ်လာအောင် ဆရာတော်က ညင်သာပျော့ပြောင်းသော လေသံဖြင့် လမ်းညွှန်ပေးနေသည်။ ဆရာတော်၏ အပြောစကားပြေသည် ဆရာတော် ရင်တွင်းရှိ တရားဓမ္မကို အများသူငါကို ဖြန့်ဝေလိုသော စေတနာအရိပ် ထင်ဟပ်နေ သည်။ ထိုစေတနာကြောင့် ရေးဟန်သည် အသက် ဝင်နေသည်၊ သွက်လက်နေသည်။ စာဖတ်သူတို့၏စိတ်ကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် လိုက်နာလိုစိတ်ဖြစ်ပေါ် လာအောင် စည်းရုံးခေါ်ဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိသည်။ ညင်သာပျော့ပြောင်းသော လေသံဖြင့်လည်း အကျိုးသင့် အကြောင်းသင့် တင်ပြထားသည်ကိုလည်း တွေ့ရပါသည်။ နောက်ဆုံး တွင် ဆရာတော်က -

“ဘာပဲပြောပြော စိတ်ညစ်ရင် ရေချိုးလိုက်ပါ။ ဒါဆိုရင် စိတ်ချမ်းသာလာ ပါလိမ့်မယ်”<sup>၂</sup>

ဟု လမ်းညွှန်ဆုံးမထားပါသည်။ ဆရာတော်၏ ‘စိတ်ညစ်လျှင်ရေချိုးပါ’ ဓမ္မဆောင်း ပါး၏ အတွေးသည် နက်နဲသည်။ ထိုသို့ နက်နဲသောသဘောများကို လူ့လောက၌ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ကြုံတွေ့နေရသောဖြစ်ရပ်များနှင့် ဆက်စပ်ကာ ပေါ့ပေါ့ ပါးပါးနှင့် စာဖတ်သူများ အလွယ်တကူနားလည်နိုင်ပြီး သန္တရသ၊ ဓမ္မဝီရရသများ ခံစားစေနိုင် စွမ်း ရှိပါသည်။

<sup>၁</sup> ရဝေနွယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၅၊ ၂၈။

<sup>၂</sup> -ယင်း-၊ ၂၉။

၃။ “ဆုတောင်းတွေပြည့်ဖို့” ဆောင်းပါးမှ ဆရာတော်၏အတွေးနှင့်အရေး

‘ဆုတောင်းတွေပြည့်ဖို့’ ဆောင်းပါးကို ဆရာတော် ရဝေနွယ်(အင်းမ)သည် ၂၀၁၄ ခုနှစ်၌ ထုတ်ဝေသည့် (new - watch) စောင့်ကြည့်ဂျာနယ်တွင် ရေးသားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဆောင်းပါးအပါအဝင် ဆောင်းပါး (၁၂)ပုဒ်ကို စုစည်း၍ ၂၀၁၅ ခုနှစ်တွင် ‘ဆုတောင်းတွေပြည့်စေဖို့’ စာအုပ် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ ထိုဆောင်းပါး၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရယူလိုသောဆုတောင်းများ ပြည့်စေရန်အတွက် ဆောင်ရွက်နည်းကိုမပြောမီ ဆုတောင်း ပြည့်မှု၊ မပြည့်မှုသဘောကို ရှေးဦးစွာ တင်ပြထားပါသည်။ ထိုသို့တင်ပြရာတွင် မြန်မာစာပေသမိုင်းတွင် ထင်ရှားခဲ့သော တောင်ငူခေတ်စာဆိုဝန်ကြီးဗညားဒလ၏ ‘ရာဇာဓိရာဇ်အရေးတော်ပုံကျမ်း’ ပါ အကြောင်းအရာ များကို တင်ပြ ထားပါသည်။ ရာဇာဓိရာဇ်တွင် တလမည်ဒေါ ဆိုသော မိဖုရားရှိသည်။ တလမည်ဒေါနှင့် ရာဇာဓိရာဇ်သည် အဖေတူ အမေကွဲ မောင်နှမများဖြစ်ကြသည်။ ရာဇာဓိရာဇ်သည် မိဖုရား တလမည်ဒေါကို အမျက်ရှူပြီး အဆောင်အယောင်များကို သိမ်းခဲ့သည်။ နောက်ဆုံးတွင် ဆံထုံးထဲ၌ ဝှက်ထားသောလက်စွပ်များကိုပါ သိမ်းယူစေပြီး တခြားမိဖုရားဖြစ်သည့် ပီယရာဇဒေဝီကို ပေးလိုက်သည်။ တလမည်ဒေါလည်း ရင်ကွဲနာကျပြီး အဆိပ်သောက်သေသည်။ ရာဇာဓိရာဇ်နှင့် တလမည်ဒေါ၏သား ဗောလောကျန်းတော အရွယ်ရောက်လာသောအခါ ဆင်စီး၊ မြင်းစီးကို လေ့ကျင့်သည်။ ရာဇာဓိရာဇ်သိလျှင် မိမိကိုပုန်ကန် လာမည်စိုး၍ ကွပ်မျက်ခိုင်းသည်။ ဗောလောကျန်းတောက မိမိသည် မင်းသားတစ်ယောက်အနေနှင့် တတ်အပ်သည်ကို လေ့ကျင့်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဖခင်ကိုပြစ်မှားဖို့မဟုတ်။ မိခင်ဖြစ်သူအား မလှမပသေဆုံးစေခဲ့ပြီး မိမိအားလည်း သေအောင်ပြုမည်ဟုဆိုကာ မိမိလက်ဝတ်ရတနာများကို ရွှေမော်စောဘုရားတွင်လှူပြီး နောက်ဘဝတွင် မြန်မာမင်း၏သားအဖြစ် ခမည်းတော်ရာဇာဓိရာဇ်နှင့် စစ်ထိုးရပါလို၏ဟု ဆုတောင်းခဲ့သည်။ ဗောလောကျန်းတော အသတ်ခံရပြီး သားဖြစ်သူ၏ဆုတောင်းကို ကြားရသောအခါ ရာဇာဓိရာဇ်သည်လည်း အားကျမခံ ရွှေမော်စောဘုရားပေါ်တက်ကာ မကိုဋ်တော်ကို ဘုရားမှာလှူပြီး သားတော်နှင့် စစ်ထိုးသောအခါ ဘုရားတပည့်တော်က နိုင်ရပါလို၏ဟု ဆုတောင်းခဲ့ပြန်သည်။ မကြာမီအင်းဝဘုရင် မင်းခေါင်၏မိဖုရား ရှင်မိနောက်၏ဝမ်း၌ မင်းရဲကျော်စွာဖြစ်လာမည့် မင်းသား ကိုယ်ဝန်ရလာသည်။ ကိုယ်ဝန် ရှိနေစဉ်အတွင်း မိဖုရားရှင်မိနောက်က ရာဇာဓိရာဇ်နယ်မြေမှအစားအစာကို ချဉ်ခြင်းတပ်လာသည့်သတင်းကို ရာဇာဓိရာဇ် ကြားသော် သူ၏သား ဗောလောကျန်းတော ဝင်စားသည်ကို ရိပ်မိခဲ့သည်။ မင်းရဲကျော်စွာနှင့် ရာဇာဓိရာဇ် စစ်ထိုးကြရာ မင်းရဲကျော်စွာကို ဒဏ်ရာနှင့် အရှင်ဖမ်းမိခဲ့သည်။ ရာဇာဓိရာဇ်က အတိတ်ဘဝက သားဆိုသည့် သံယောဇဉ်နှင့် ဆေးကုသပေး

မည်။ ရောဂါပျောက်မှ အင်းဝပြန်ချင်လျှင်လည်း လိုက်ပို့ပေးမည်။ ဟံသာဝတီမှာ နေမည်ဆိုလျှင်လည်း အိမ်ရှေ့မင်းအဖြစ်ထားမည်ဟု ပြောဆိုသော်လည်း မင်းရဲ ကျော်စွာက သူ့ကျွန်ဖြစ်ခြင်းထက် သေခြင်းကမြတ်သည်ဟု ဆိုကာ အသက် အသေခံသွားခဲ့သည်။

ဤဇာတ်လမ်းကို တင်ပြပြီးနောက် ဆရာတော်သည် ရာဇာဓိရာဇ်နှင့် ဗောလောကျန်းတောတို့သည် ဆုတောင်းကိုယ်စီပြုကြသော်လည်း မည်သူမျှ မပျော် နိုင်ခဲ့ကြောင်း ကြေကွဲဖွယ်နှင့်သာ အဆုံးသတ်ရကြောင်းကို တင်ပြထားသည်။ ထိုကဲ့ သို့ ရာဇဝင်ကို ပုံပြင်ပမာ ဇာတ်ကြောင်းပြောတင်ပြပြီး ဆုတောင်းတိုင်း ပြည့်ရန် အတွက် လိုက်နာရမည့်အချက်များကို ဗဟုသုတအဖြစ် အသိပေး တင်ပြထားသည်။ ထို့နောက် မြတ်စွာဘုရားရှင်က သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ အင်္ဂါ (၅)ချက်နဲ့ ပြည့်စုံရင် ဆုတောင်းပြည့်သည်ဟု ‘ဥပရပဏ္ဏာသပါဠိတော် သင်္ခါရပပတ္တိသုတ်’ မှာ ဟောပြောခဲ့ပုံကို ဖော်ပြခဲ့သည်။

ထိုမှတစ်ဆင့် ဆရာတော်က အင်္ဂါ (၅)ချက်နဲ့ ပြည့်စုံသည့်တိုင်အောင် ဆုတောင်းမှုမရှိလျှင်လည်း ဆန္ဒမပြည့်နိုင်ဟု ဆိုထားပါသည်။ ဆုတောင်းရာ၌လည်း လိုချင်သောဆုကိုတောင်းသကဲ့သို့ မိမိကြောင့် တစ်ဖက်လူတွင် အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် လည်း စောင့်ထိန်းပေးသင့်သည်ဟု လမ်းညွှန်ထားပါသည်။ အထက် ဖော်ပြပါ အကြောင်းအရာများကိုကြည့်လျှင် ဆရာတော်၏ စာပေကျမ်းဂန်လေ့လာမှု၊ နက်နက် နံနံ ခံစားတွေးတောမှုများကို တွေ့ရပါသည်။ ဆရာတော်၏အတွေးများမှာ ဆုတောင်း ပြည့်တိုင်း ပျော်ရွှင်မှုမရနိုင်၊ သံသရာတွင် ကျင်လည်နေသူများအနေနှင့် ဖြစ်ရပ်စုံများ နှင့် နာကျည်းစာရာများလည်း ရှိသည်။ နာကျည်းသည့်အလျောက် လက်စားချေလို သည့်သဘောလည်း ရှိကြသည်။ ထို့ကြောင့် ဆုတောင်းတိုင်း မပျော်ရွှင် နိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်ဟု တွေးပြထားသည်။ ဆုတောင်းပြည့်ရန်အတွက် နေ့စဉ်ပြုနေကျ ကုသိုလ်များကို ပြုရင်း ဆုတောင်းပြည့်သည်ဟု ယုံကြည်လာအောင် တင်ပြထား ပါသည်။ ဆရာတော်၏အတွေးများသည် နက်နံသိမ်မွေ့လှသည်။ ထိုအတွေးများကို အလွယ်တကူဖြည့်ဆည်းရန် လူ့ဘဝပတ်ဝန်းကျင်တွင် နေ့စဉ် ပြုနေကျအမှုကိစ္စ များဖြင့် ဆက်စပ်တင်ပြထားပါသည်။

**“ဆုတောင်းတွေပြည့်ဖို့” ဆောင်းပါးမှ ဆရာတော်၏အရေး**

ဤဆောင်းပါးတွင် ဆရာတော်သည် သူ၏ဇာတ်လမ်းကို တင်ပြမှုဟန်အတိုင်း

-

“တစ်ခါတုန်းက မြန်မာသမိုင်းရာဇဝင်မှာ မေ့လို့မရတဲ့ သမိုင်း ဖြစ်စဉ်လေး တစ်ခု ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ မဝေးသေးတဲ့ကာလ တစ်ခု ဆီက သက်ရှိလူသား တွေဖြစ်ခဲ့ကြတဲ့ ရာဇာဓိရာဇ်၊ တလမည် ဒေါ၊ ဗောလောကျန်းတောတို့ မိသားစုရဲ့ အတ္တဆုတောင်း၊ သမိုင်းပုံရိပ်လေးတစ်ခုပါ”<sup>၁</sup>

ဟု အစပျိုး တင်ပြထားသည်။ ဆရာတော်၏ အစပျိုးရေးသားမှုသည် ရာဇဝင်သမိုင်း ကိုပင် ပုံပြင်လေးတစ်ခုပမာ လွမ်းစရာကောင်းအောင် တင်ပြထားသည်။ ဆရာတော် သည် ‘ရာဇာဓိရာဇ်အရေးတော်ပုံကျမ်း’ မှ အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည် ရေးသား တင်ပြရာ၌ -

“မင်းရဲကျော်စွာတစ်ဖြစ်လဲ ဗောလောကျန်းတောလည်း ဆုတောင်း အတိုင်း ခမည်းတော်နဲ့ စစ်ထိုးခဲ့ရသလို ရာဇာဓိရာဇ်လည်း သူ့ဆုတောင်းအတိုင်း သားတော်နဲ့ စစ်ထိုးတဲ့အခါ သူက အနိုင်ရ ခဲ့ပါတယ်။ ဆုတောင်းတွေကိုယ်စီ ပြည့်ခဲ့ကြပေမဲ့ တစ်ယောက်မှ မပျော်နိုင်ခဲ့ပါဘူး၊ ကြေကွဲမှုတွေနဲ့ပဲအဆုံးသတ်ခဲ့ကြရပါတယ်”<sup>၂</sup>

ဟု ရေးသားတင်ပြထားသည်။ မင်းရဲကျော်စွာနှင့် ရာဇာဓိရာဇ်တို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို ဖြစ်စဉ်ပြရေးနည်း

သုံး၍ တင်ပြထားသည်။ အကြောင်းအရာ၏အဆုံးသတ်တွင် စာရေးသူ၏အမြင်ကို ထည့်သွင်းထားသည်။ ရာဇဝင်ကြောင်းကို တင်ပြသော်လည်း ဆရာတော်က မိမိ၏ ခံစားမှုအတွေးများဖြင့် ဖြည့်စွက်၍ စာဖတ်သူ၏ရင်ထဲ၌ ရွှေမော်ဓောဘုရားသို့ ရောက်တိုင်း အမှတ်ရဖွယ်ဖြစ်အောင် တင်ပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဆုတောင်း ပြည့်ရန်အတွက် လိုအပ်သည့်အချက်များကို တင်ပြရာ၌ -

“မြတ်စွာဘုရားက သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ အင်္ဂါငါးချက်နဲ့ ပြည့်စုံရင် နောက်ဘဝ သူဌေးဖြစ်ရပါလို့၏။ နောက်ဘဝ ဘုရင်ဖြစ် ရပါလို့၏။ နောက်ဘဝ သမ္မတဖြစ်ရပါ လို့၏။ နောက်ဘဝ နတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ရပါလို့၏ စသည်ဖြင့် ဆုတောင်းရင် တောင်းတဲ့ဆု ပြည့်ပါတယ်”<sup>၃</sup>

---

<sup>၁</sup> ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၅၊ ၁၀။  
<sup>၂</sup> -ယင်း-၊ ၁၃။  
<sup>၃</sup> ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၅၊ ၁၃။



ဟု ရေးသားတင်ပြထားပါသည်။ ‘သူဌေး၊ ဘုရင်၊ သမ္မတ’ ဖြစ်စေရန် ဆုတောင်း များကို ပုံစံတူ ဟန်ချက်ညီ ဝါကျများဖြင့် ရေးသားထားသည်မှာ နှစ်သက်ဖွယ် ဖြစ် သည်။ ရိုးရှင်းလွယ်ကူသော သုတစကားပြေ ရေးဟန်ကို သုံးထားသည်။ ဆရာတော် သည် စာဖတ်သူတို့အနေနှင့် ဆုတောင်းပြည့်စေမည့် အင်္ဂါ(၅)ရပ်ကို အလွယ်တကူ နားလည်ပြီး ဆောင်ရွက်စေရန်အတွက် -

“တစ်ခါတလေများ အင်္ဂါငါးချက်က တကူးတကလုပ်တာ မဟုတ်ပေမဲ့ သူ့အလိုလို အင်္ဂါငါးချက်ပြည့်နေတတ်တာလည်း ရှိပါတယ်။ ဥပမာ အိမ်မှာ ဆွမ်းကပ်တယ် ဆိုပါစို့။ ဆွမ်းကပ် တာက စာဂ -ဒါနပါ။ ကြွလာတဲ့ဆရာတော်တွေကလည်း မဖြစ် မနေ ငါးပါးသီလတော့ ပေးမှာပါ။ ဒါဆို သီလဖြစ်သွားပါပြီ။ သဒ္ဓါ၊ သုတ၊ ပညာ သုံးချက်က အစ ကတည်းက ရှိပြီးသား ဆိုတော့ ဆွမ်းကပ်ရင် အင်္ဂါငါးချက် အလိုလို ပြည့်စုံနေပြီး သားပါ။ အဲဒီအချိန်တောင်းတဲ့ဆုကလည်း ပြည့်မှာပါပဲ”<sup>၁</sup>

ဟု ရေးသားတင်ပြထားပါသည်။ ဆရာတော်၏ အပြောစကားပြေသည် ရိုးရှင်းပြီး သိနားလည်နိုင်ရန် လွယ်ကူသည်။ နေ့စဉ်ပြုနေကျကုသိုလ်အမှုကိုပင် အကျိုးတရား နှင့်ယှဉ်၍ တင်ပြထားသည်။ ဆရာတော်၏ ဆောင်းပါးများတွင် ဦးတည်ချက်တစ်ခု က အမြဲပါရှိသည့်အပြင် စာဖတ်သူတို့အနေနှင့် သိသင့်သိထိုက်သည်ဟု ယူဆသော အချက်များကိုလည်း ထည့်သွင်း ရှင်းလင်းလေ့ရှိပါသည်။ ဆရာတော်သည် သုတ အကြောင်းအရာကို တင်ပြရာ၌လည်း စာဖတ်သူတို့ ပွင့်လင်းမြင်သာအောင် ရှင်းပြ သည်။ မိမိအနေနှင့် မကောင်းသောဘုံဘဝသို့ မရောက်စေရန် ဆုတောင်းလိုသည့် အကြောင်း ထင်ရှားအောင်ပြပြီးနောက် ဆုတောင်းပြည့်ရန် အင်္ဂါငါးရပ်နှင့် ပတ်သက် ၍ ဆွေးနွေးတင်ပြရာ၌ -

“တကယ်လို့များ မြတ်စွာဘုရား၊ ရုပ်ပွားတော်၊ ဆင်းတုတော် မရှိတဲ့ ခရီးဝေးတစ်နေရာ ရောက်နေဦးတော့၊ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုမှန်းပြီး ရေချမ်း၊ ပန်း ကပ်လို့လည်း ရတာပါပဲ။ အဆင်ပြေ မယ်ဆိုရင် အနီးအနားမှာရှိတဲ့ ငှက်ကလေးတွေ၊ ခွေးကလေးတွေ ကို အစာကျွေးလိုက်မယ်၊ တောင်းရမ်းမှု ပြုနေတဲ့သူတွေကို ငွေကြေး စွန့်ကြဲလိုက်မယ် ဆိုရင်လည်း ဒါနဖြစ်သွားတာပါပဲ။ ပြီးမှ ငါးပါးသီလ ယူလိုက်ပါ။ ကျန်တဲ့သုံးချက်ကတော့ ရှိပြီး သားပါ။ အင်္ဂါငါးချက်ပြည့်စုံပြီဆိုမှ ကိုယ့် လိုအပ်ရာဆုကို

<sup>၁</sup> -ယင်း-၊ ၁၆။

တောင်းရုံပါပဲ။ ဒီသဘောလေးတွေ သိလိုက်ရတော့ ဆုတောင်း  
ရတာလည်း လွယ်သွားပါတယ်”<sup>၁</sup>

ဟု ရေးသားတင်ပြထားပါသည်။ ဆရာတော်၏ အပြောစကားပြေရေးဟန်သည်  
ညင်သာစွာ ရှင်းပြနေ သည့်လေသံ ပေါ်လွင်သည်။ အပြောစကားပြေဝါကျရှည်များကို  
ဝါကျတိုများနှင့်ပေါင်းစပ်၍ အသွင်ကွဲ ဝါကျဟန်ဖြင့် တင်ပြထားသည်။ အကြောင်း  
အရာနှင့်လိုက်ဖက်သည့် လေသံသဘော ပေါ်လွင်အောင် ဝါကျများကို အပြောင်းအလဲ  
ပြု၍ သုံးထားသည်။ ဆုတောင်းနှင့်ပတ်သက်သည့် သိမှတ်ဖွယ် မှန်သမျှကိုလည်း  
စုစည်း တင်ပြထားပါသည်။ လိုချင်သောဆုကို တောင်းသကဲ့သို့၊ မလိုချင်သော  
ဆုကိုလည်း တောင်းသင့်သည် ဟူ၍လည်း ကဏ္ဍာရသေ့၏ဆုတောင်းကို ဖော်ပြရာ -

“စိတ်မဆိုးတတ်သူ ဖြစ်ရပါလို၏  
မပြစ်မှားတတ်သူ ဖြစ်ရပါလို၏  
လောဘမရှိသူ ဖြစ်ရပါလို၏  
မချစ်တတ်သူ ဖြစ်ရပါလို၏”<sup>၂</sup>

ဟူ၍ ဆုတောင်းခဲ့သည်ဟု တင်ပြထားသည်။ ဆရာတော်၏ အပြိုင်ဝါကျများက  
ဆုတောင်း၏ အံ့ဩဖွယ် ကောင်းပုံကို ပို၍ ပေါ်ပေါ်လွင်လွင်ရှိလာစေပါသည်။  
ထိုမှတစ်ဆင့် ဆရာတော်က အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းသင့်သည့်သဘောကို  
အသိပေးထားပါသည်။ ထိုသို့ အသိပေးရာ၌ -

“ကိုယ့်ကြောင့် တစ်ဖက်သား အကုသိုလ် မဖြစ်အောင်လည်း  
အထူး စောင့်ထိန်းရပါမယ်။ တစ်ခါတလေ ကိုယ့်ရဲ့ကံသုံးပါး  
အမှုအရာတွေကြောင့် တစ်ဖက်လူမှာ အကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ဖြစ်  
နေတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်က ဒါကို သတိမထားမိပါဘူး။ ကိုယ်က  
သာ သတိမထားမိတာ တစ်ဖက်လူမှာတော့ ကိုယ့်အပြုအမူ  
ကြောင့် အကုသိုလ်တွေဖြစ်ပြီး စိတ်တွေ ဆင်းရဲနေရတာပါ။  
တကယ်တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် စောင့်ထိန်း  
ရုံနဲ့ မလုံလောက်သေးပါဘူး။ ကိုယ့်ကြောင့် တစ်ဖက်လူ  
အကုသိုလ် မဖြစ်အောင်လည်း ပူးတွဲစောင့်ထိန်းရပါမယ်”<sup>၃</sup>

<sup>၁</sup> ရဝေနွယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၅၊ ၁၈။  
<sup>၂</sup> -ယင်း-။  
<sup>၃</sup> ရဝေနွယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၁၅၊ ၂၀-၂၁။

ဟူ၍ ရေးဖွဲ့ထားသည်။ ‘ကိုယ်’ ဆိုသည့်စကားကို ထပ်တလဲလဲ တင်ပြထားခြင်းဖြင့် လူသားတို့၏ မိမိကိုယ်ကို ဗဟိုပြုကာ အတ္တစိတ်ကြီးမားလာဟန်ကို ပေါ်လွင်စေသည်။

ဤဆောင်းပါး၏အကြောင်းအရာမှာ လူတိုင်း စိတ်ဝင်စားဖွယ် ဖြစ်သည်။ လူသားတိုင်းတွင် ဆန္ဒရှိကြသည်။ ဆုတောင်းများ ရှိကြသည်။ ဆရာတော်က ဆုတောင်းမမှားစေရန်နှင့် ဆုတောင်းပြည့်စေရန် ဗဟုသုတနှင့် အတွေးအမြင်များ ပေါင်းစပ်ကာ သုတရသစာပေအသွင်ဖြင့် တင်ပြထားပါသည်။ ဆရာတော်၏ အပြောစကားပြေတွင် ဆရာတော်၏စေတနာလေသံ ထင်ဟပ်နေပါသည်။ မေတ္တာလေသံများ ထင်ဟပ်နေပါသည်။ လေသံအမျိုးမျိုး အပြောင်းအလဲပြုကာ ရေးသားပုံမှာ နှစ်သက်ဖွယ် ဖြစ်ပါသည်။

**၃၊ ၃။ “အချစ်နှင့်ဝိပဿနာ” ဆောင်းပါးမှ ဆရာတော်၏အတွေးနှင့်အရေး**

‘အချစ်နှင့်ဝိပဿနာ’ စာအုပ်ကို ၂၀၀၆ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလတွင် ပထမအကြိမ် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ ဆရာတော်သည် ရဟန်းဘောင်၌နေ၍ လောကုတ္တရာစာပေများကို ကျွမ်းကျင်နုံ့စပ်သူဖြစ်သည့်အပြင် လူ့ဘောင် လောကရီ လူတို့၏ ဖြစ်ပျက်ခံစားမှုများ၊ သုခ၊ ဒုက္ခများ၊ သံယောဇဉ်များ အကြောင်းကိုလည်း အလေးအနက် ထား၍ ရှုမြင်သုံးသပ်သူ ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာတော်သည် သံသရာ၌ ကျင်လည်နေသော လူသားတို့အနေနှင့် အချစ်နှင့်မကင်းနိုင်ပေ။ အချစ်ကြောင့် သောကဖြစ်ကြရသည်။ ဘေးဖြစ်ကြရသည်။ အချစ်မှကင်းလွတ်ခဲ့လျှင် သောကကင်းဝေးမည်။ သမုဒယမကင်းသော လူ့ဘောင်လောကသားတို့အပေါ်တွင် ကရုဏာထား၍ ချစ်ဒုက္ခနှင့်ကြုံလာသည့် အခါတွင် ထွက်ပေါက်ရှာရင်း နိဗ္ဗာန်လမ်းကြောင်းသို့ ရောက်စေမည့်နည်းကို အကျိုးသင့် အကြောင်းသင့် လမ်းညွှန်ထားပါသည်။

ယခုတင်ပြမည့် ‘အချစ်နှင့်ဝိပဿနာ (၁)’ ဆောင်းပါး၏အမည်မှာ ‘ထွက်ပေါက်မှန်ပါစေ’ ဖြစ်သည်။ ဇာတ်လမ်းမှာ မြို့လေးတစ်မြို့၌ အသက် ၄၅နှစ် လောက်ရှိသည့် အမျိုးသမီးကြီးတစ်ဦးရှိသည်။ သူ့တွင် လင်ယောက်ျားနှင့် သား ၃ ယောက်ရှိသည်။ အိမ်၏စီးပွားရေးကို အမျိုးသမီးကြီးက ဦးဆောင်လုပ်ကျွေး နေခဲ့သည်။ ထိုအမျိုးသမီးကြီးယောက်ျားသည် အမျိုးသမီးငယ်ငယ်တစ်ဦးနှင့် နောက်အိမ်ထောင်ပြုသွားခဲ့သည်။ အမျိုးသမီးကြီးသည် အချစ်ကြောင့် မအိပ်နိုင်၊ မစားနိုင်၊ အလုပ် မလုပ်နိုင် ဖြစ်ရသည်။ ကလေးများကိုလည်း ကျောင်းမပို့နိုင်တော့ပေ။ နောက်အိမ်ထောင်အမျိုးသမီး၌ ကိုယ်ဝန်ရသည်ကိုသိသောအခါ သောက ပိုပွားလာပြီး အမျိုးသမီးငယ်လာသည့် တံတားမှစောင့်ပြီး ရေရွေးပူများနှင့်လောင်းချခဲ့သည်။ ကလေးပျက်စီး

သွားပြီး မိခင်မှာမူ အသက်မသေခဲ့ပေ။ အမျိုးသမီးကြီးသာ ဥပဒေအရ အရေးယူခံရပြီး ထောင်ကျသွားခဲ့သည်။

လောကဝန်းကျင်တွင် ကြုံတွေ့ခဲ့ရသော အချစ်ကြောင့် ထွက်ပေါက်ရှာရင်း ဘေးဒုက္ခရောက်ရသော ဇာတ်လမ်းနှင့်ယှဉ်၍ ဘုရားရှင်လက်ထက်က အချစ်ကြောင့် သောကရောက်ရသော အမျိုးသမီးငယ် တစ်ဦး၏ဇာတ်လမ်းကို တင်ပြခဲ့သည်။ ထို အမျိုးသမီးကို ခင်ပွန်းသည်က မချစ်ပေ။ ဖောက်ပြန်ခဲ့သည်။ အမျိုးသမီးငယ်လေး သည် မိမိကိုမချစ်သော်လည်း စိတ်မညစ်ပေ။ တရားကိုသာ အဓိကထား ကျင့်ကြံ သည်။ ရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလန်တို့ကို ဆွမ်းကပ် တရားနာယူပြီး ဝိပဿနာရှုလိုက်သောအခါမှာပင် သောတာပန်တည်သွားသည်။ ထို့နောက် ဘိက္ခုနီမ ပြုပြီး ဆက်လက် တရားအားထုတ်ရင်း ရဟန္တာမ ဖြစ်သွားပါသည်။ ထိုဇာတ်လမ်း နှစ်ခုကို နှိုင်းယှဉ်ပြပြီး ပြဿနာကြုံလာတိုင်း တရားသဘောနှင့် ဖြေရှင်းနိုင်အောင် ကြိုးစားခြင်းဖြင့် စိတ်ချမ်းသာနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း လမ်းညွှန်ထားပါသည်။

**“အချစ်နှင့်ဝိပဿနာ” ဆောင်းပါးမှ ဆရာတော်၏အရေး**

ဆောင်းပါး၏အစတွင် -

“အချစ်ကြောင့် သောကဖြစ်ရပါတယ်  
အချစ်ကြောင့် ဘေးဖြစ်ရပါတယ်  
အချစ်မရှိရင် အချစ်မှကင်းလွတ်ရင် သောကမဖြစ်  
ဘူး၊ ဘေးလည်း မဖြစ်တော့ပါဘူး။”

ဟူ၍ ရေးသားထားသည်။ အချစ်ကြောင့် ဟူသည့်စကားကို ထပ်ကာထပ်ကာ သုံးထား သည့်အတွက် အချစ်ကြောင့်ဖြစ်ရသော သောက၊ ဘေးဒုက္ခတို့သည် စာဖတ်သူတို့ နားတွင် အဖန်တလဲလဲ ကြားရပြီး လေးနက်လာစေပါသည်။ ဆရာတော်သည် သရုပ်ဖော် အရေးအသားများကိုလည်းသုံး၍ တင်ပြတတ်သည်။ ထိုသဘောကို -

“ပြဿနာတစ်ခုဖြစ်လာပြီဆိုရင် ခုတင်ပေါ်မှာလှဲ နဖူးပေါ်လက် တင်၊ စိတ်ကော ရုပ်ကော လျော့ထားပြီး ငါ တရားသဘောနဲ့ ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားမယ် ဆိုတဲ့အသိကို ထပ်ကာထပ်ကာ ဆင်ခြင်နေလိုက်ပါ။ ရင်ထဲ ကိုယ်ဆင်ခြင်တဲ့ ‘အသိ’ ရောက်လာပြီဆိုရင် သင့်တော်ရာ တရားသဘောတစ်ခုခုနဲ့ ဖြေရှင်းရမှာပါ”<sup>၂</sup>

<sup>၁</sup> ရဝေနွယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၀၉၊ ၁၃။

<sup>၂</sup> -ယင်း-၊ ၁၉။

ဟူ၍ သရုပ်ဖော်အရေးအဖွဲ့ကို ဝါကျရှည်တစ်ကြောင်းတည်းနှင့် ကျစ်ကျစ်လျစ်လျစ် တင်ပြခဲ့သည်။ စာဖတ်ပရိသတ်ကို စိတ်ရှည်လက်ရှည် အကျိုးသင့်အကြောင်းသင့် ရှင်းလင်းတင်ပြနေသည့် ဆရာတော်၏လေသံ ပေါ်လွင်သည်။ ချစ်ဒုက္ခ၊ ယုတ်သောက နှင့် ကြုံလာလျှင် ထွက်ပေါက်အဖြစ် ရိပ်သာဝင်ပြီး တရား အားထုတ်ပါဟု အကြံပြု ရေးဖွဲ့ထားပုံမှာ -

“သိပ်စိတ်ဆင်းရဲနေပြီဆိုရင် ရိပ်သာဝင်ပြီး (၁၀)ရက်လောက် တရား အားထုတ်ပစ်လိုက်ပါတော့။ အချစ်ဆိုတာ အနာဂါမ် ရောက်မှ ပယ်လို့ရမှာပါ။ အနာဂါမ်မဖြစ်သရွေ့တော့ အချစ်ဆို တာ ရှိနေဦးမှာပါ။ အချစ် ရှိနေသေးသရွေ့တော့ အချစ်နဲ့ယှဉ်တဲ့ နောက်ဆက်တွဲပြဿနာတွေ နဲ့လည်း ရင်ဆိုင်နေရဦးမှာပါ”<sup>၁</sup>

ဟူ၍ ရေးသားတင်ပြခဲ့ပါသည်။ ထိုအပိုဒ်တွင်ပါဝင်သော ဝါကျမှာလည်း တစ်ကြောင်း နှင့် တစ်ကြောင်း ဆက်စပ်မိသည်။ ဆရာတော်သည် တွေ့မြင်နေကျ၊ ကြားနေကျ ဖြစ်ရပ်များကို တရားသဘောနှင့်ဆင်ခြင်၍ လိုက်နာသင့်သည့်အချက်များကို တင်ပြ ရာတွင် အရေးဆန်းသလောက် အတွေးမှာလည်း ရိုးရိုးဖြင့် နှစ်သက် ဖွယ်ဖြစ်အောင် ရေးသားနိုင်သည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဆောင်းပါးအဆုံးတွင် -

“ဘယ်လိုပြဿနာမျိုးပဲကြုံကြုံ တရားသဘောနဲ့ ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်အောင် ကြိုးစားလိုက်စမ်းပါ။ ဒါဆိုရင် စိတ်ချမ်းသာ ပါလိမ့်မယ်”<sup>၂</sup>

ဟု ဖော်ပြထားသည်။ အချစ်ဆိုသည့် တွယ်ငြိတတ်သောသဘောနှင့် ဝိပဿနာဆို သည့် လွတ်မြောက်စေ တတ်သောသဘောနှစ်ခုကို ဆက်စပ်၍ အတွေးဆန်းဆန်းနှင့် တင်ပြသကဲ့သို့ အရေးမှာလည်း သုတစာပေကို ရသမြောက်အောင် ရေးဖွဲ့ထားသော ရေးဟန်ကို တွေ့ရသည်။

<sup>၁</sup> ရဝေန္တယ်(အင်းမ)၊ ၂၀၀၉၊ ၂၀။

<sup>၂</sup> -ယင်း-။

### ခြုံငုံသုံးသပ်ချက်

ပုဂံခေတ်မှစ၍ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဗုဒ္ဓသာသနာ ထွန်းကားခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များသည် ထိုအချိန်မှ စ၍ မြန်မာလူမျိုးတို့၏အသိတရားတွင် စွဲမြဲခိုင်မာခဲ့သည်။ မြန်မာတို့၏ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသော၊ ရဲရင့် တက်ကြွသော၊ မေတ္တာတရားပွားများနိုင်သော၊ အများအကျိုးဆောင်တတ်သော စိတ်ဓာတ်အားလုံးသည် တရားတော်များမှ ရရှိခဲ့သည်ဟု ဆိုရပါမည်။ ခေတ်အဆက်ဆက်တွင် ရဟန်းစာဆိုများကလည်း ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို အခြေခံကာ ဆုံးမစာများ ရေးဖွဲ့ကြသည်။

ဆရာတော် ရှင်ရာဇိန္ဒခေါ် ရဝေန္ဒယ(အင်းမ)သည် ငယ်စဉ်ကပင် စာပေဝါသနာပါခဲ့သည်။ ရဟန်း ဘဝ၌လည်း စာပေများကိုလေ့လာကာ ဓမ္မစာပေများကို ရေးသားခဲ့သည်။ ဆရာတော်၏စာပေများ ထဲတွင် လောကီနှင့် လောကုတ္တရာကို ဆက်စပ်၍ တရားပြဆုံးမပုံမှာ နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်သည်။ စာဖတ်သူတို့အနေနှင့် မိမိတို့ကျင်လည်နေသော လောကီလူ့ဘုံ၌ သုခ၊ ဒုက္ခ အပြစ်များကို ပြန်၍ မြင်ယောင်မိစေသည်။ လောကီ လူ့ဘုံ၌ သုခ၊ ဒုက္ခ မျိုးစုံကို နားလည်ဆင်ခြင်နိုင်ရန်သာမက မြင့်မြတ်သော နိဗ္ဗာန်လမ်းသို့ လွတ်မြောက်စေရန် ဆရာတော်၏ဓမ္မစာပေများက ကောင်းစွာ အကျိုးပြုထားပါသည်။

‘စိတ်ညစ်လျှင်ရေချိုးပါ’ ဆောင်းပါးတွင် စိတ်ကိုအခြေပြု၍ ရေးသားတင်ပြထားသည်။ စိတ်ညစ် သည့်အခါ အကုသိုလ်မပြုဘဲ ကုသိုလ်ပြုခြင်းဖြင့် စိတ်ကြည်လင်မှုရပြီး ကုသိုလ်တရားများနှင့်နေထိုင် တတ်အောင် သိမ်မွေ့နက်နဲညင်သာစွာ စည်းရုံးတင်ပြထားပါသည်။ ‘ဆုတောင်းတွေပြည့်စေဖို့’ ဆောင်းပါး သည် လူ့ဘောင်လောက၌ ဆန္ဒများရှိသည့်အလျောက် ဆုတောင်းများ ပြုလေ့ရှိသည်။ လူတိုင်းဆုတောင်းနှင့် မကင်းနိုင်ကြပါ။ ဆုတောင်းများ ပြည့်လိုကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆုတောင်းများပြည့်စေရန် လိုက်နာ ကျင့်ကြံရမည့်အချက်များကို ပေါ်လွင်အောင် တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ညွှန်ကြားပြသဆုံးမထားသည့်ဟန်ဖြင့် ရေးဖွဲ့ခဲ့သည်ကို တွေ့ရသည်။ ‘အချစ်နှင့်ဝိပဿနာ (၁)မှ ထွက်ပေါက်မှန်ပါစေ’ ဆောင်းပါးမှာမူ လူဆိုတာ အချစ်နှင့်မကင်းနိုင်ပါ။ ထိုသို့ အချစ်ကြောင့် သောကရောက်ကာ ခံစားနေရာမှ ထွက်ပေါက်ရှာနည်းကို လမ်းညွှန်ပြထားသည်။ အချစ်ကြောင့် သောကရောက်ရသည့်အခါတိုင်း တရားဓမ္မဘက်သို့ စိတ်ကိုစုစည်း ခြင်းဖြင့် စိတ်၏ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် အခြားသော မြင့်မြတ်သည့်အကျိုးတရားများ ရရှိနိုင်ကြောင်း လမ်းညွှန် ပြသခဲ့ပါသည်။

ဆရာတော်ရဝေန္ဒယ (အင်းမ)၏အတွေးများသည် လူ့လောကတွင် ကြုံတွေ့နေရသော ဘဝပြဿနာများကို ဖြေရှင်းခြင်းဖြင့် လမ်းမှန်သို့ရောက်အောင် သွားသင့်

သည့်အချက်များကို လမ်းညွှန်ခဲ့သည်။ ထိုသို့ လမ်းညွှန်ရာတွင် စာဖတ်သူတို့လိုက်နာ ချင်စဖွယ်ဖြစ်အောင် ဇာတ်ဝတ္ထု ပုံပြင်များ၊ ရာဇဝင်သမိုင်းကြောင်းများ၊ ဖြစ်ရပ်မှန် များကို သာဓကပြကာ အပြောစကားပြေဖြင့် တရားပြနားချထားပုံမှာ နှစ်သက်ဖွယ် ဖြစ်ပါသည်။ စာဖတ်သူတို့၏ ဘဝအမောများကို ပြေစေနိုင်သည့် ဓမ္မစာပေကောင်း များဟု ထင်မြင်မိပါသည်။

**နိဂုံး**

လူဟူ၍ဖြစ်လာလျှင် လူပီသစွာ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့်အညီ ကျင့်သုံးနေထိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ လောကတွင် အရာရာကို လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာနတရားများ ဖြင့် တုံ့ပြန်ဖြေရှင်း၍ မရနိုင်ပါ။ တရားဓမ္မကိုမှီ၍ တရားသဘောအမြင်နှင့် ရှုမြင် သုံးသပ်ဖြေရှင်းမှသာ သောကမီးတို့ ငြိမ်းနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ မျက်မှောက် ခေတ် ရဟန်းစာဆိုများသည် တရားဓမ္မစာပေများကိုအခြေခံ၍ သာမန်လူများ၊ လူငယ်လူကြီး များပါမကျန် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ဖြစ်စေရန်နှင့် လက်ခံကျင့်သုံးလိုစိတ်များ ဖြစ်ပေါ် လာအောင် ရေးသားတင်ပြနိုင်ကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် လောက အကျိုးပြုသည် ဓမ္မစာပေရေးဖွဲ့သူများ၏ စာပေများကို ဆက်လက်၍ လေ့လာ သင့်သည်ဟု ထင်မြင်မိပါသည်။

**ကျမ်းကိုးစာရင်း**

- ကန်တော်မင်းကျောင်းဆရာတော်။ (၁၉၆၀)။ *လောကသာရပျို့*။ ရန်ကုန်၊ အောင်မိတ်ဆက် စာပုံနှိပ်တိုက်။
- ဆားတုံဆရာတော်။ (၁၉၅၁)။ *ပုတ္တောဝါဒပျို့ဆုံးမစာ*။ ရန်ကုန်၊ ပြည်ကြီးမဏ္ဍိုင် ပိဋကတ် ပုံနှိပ်တိုက်။
- နု၊ ဦး(ဖိုးသူတော်-)။ (၂၀၀၆)။ *ဖိုးသူတော်ဦးနု၏စကားပုံ*။ ရန်ကုန်၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် ပုံနှိပ်တိုက်။
- ရဋ္ဌသာရ၊ ရှင်မဟာ။ (၁၉၆၃)။ *သံဝရပျို့*။ ရန်ကုန်၊ ဟံသာဝတီပုံနှိပ်တိုက်။
- ရဝေန္တယ်(အင်းမ)။ (၂၀၀၆)။ *အချစ်နှင့်ဝိပဿနာ*။ ရန်ကုန်၊ newday စာအုပ်တိုက်။
- ရဝေန္တယ်(အင်းမ)။ (၂၀၁၀)။ *စိတ်ညစ်လျှင်ရေးချိုးပါ*။ ရန်ကုန်၊ နေလစာပေ။
- ရဝေန္တယ်(အင်းမ)။ (၂၀၁၅)။ *ဆုတောင်းတွေပြည့်ဖို့*။ ရန်ကုန်၊ စာနဒီစာအုပ်တိုက်။
- သင်္ဂဇာဆရာတော်။ (၂၀၀၆)။ *သင်္ဂဇာလောဝါဒဆုံးမစာ*။ ရန်ကုန်၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ပုံနှိပ်တိုက်။
- ဦးဗုဓ်ဆရာတော်။ (၂၀၀၆)။ *ဂီဟိဝိနယဆုံးမစာ*။ ရန်ကုန်၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ပုံနှိပ်တိုက်။





