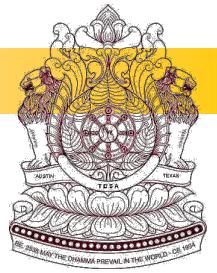


# SITAGU BUDDHA VIHARA



February 23, 2014



Photo & Design: Aung Moe

သီတရိဆရာတော်ဘရားကြီး၏  
၇၇နှစ်ပြည့် မွေးနေ့  
အထိမ်းအမှတ် တောင်



# Table of Contents

❖ Sitagu Shwezigon Pagoda & Grand Dhamma Hall .....	3
❖ ရှေးဖြစ်ဟောင်း အောက်မြော်ယု	6
❖ Alms Round in America? .....	10
❖ Arrival of Theravada Dhamma in Myanmar (How the Swans Came to the Lake) .....	12
❖ Here and Now .....	13
❖ Our Journey .....	16
❖ Clarifying a Key Pali Sutta Term .....	18
❖ Be Happy.....	18
❖ Visakha Group .....	21
❖ Becoming Fully Buddhist .....	22
❖ How to Build Your Own White House .....	23
❖ မြတ်ဆရာသို့ ခြေတော်ဦးနိုက် ကန်တော့ပန်း .....	24
❖ အော်စတင်မှာ သာတွဲလ .....	30
❖ မေတ္တာပေါင်းကူး တံတား .....	32
❖ အတုမဲ့ မေတ္တာ .....	34
❖ သာယာကြည်နဲ့ဖွယ်ရာ တို့ကျောင်းတော်မဟာ .....	37
❖ ကိုယ်တစ်ယောက်အကြောင်း .....	39
❖ ကိုလေသာ .....	41
❖ သီတဂ္ဂဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အထွေးပွဲတို့ .....	42
❖ A Brief Biography of Sitagu Sayadaw .....	44
❖ Sitagu Vihara Ongoing Support Fund Donors .....	46
❖ Daily Food Donors .....	47

# Sitagu Shwezigon Pagoda & Grand Dhamma Hall

Dr. Ashin Nyanissara,

Under the auspices of Venerable Sayadaw Dr. Ashin Nyanissara (Sitagu Sayadaw) of Sitagu International Buddhist Academy in Myanmar, the construction of Sitagu Shwezigon Pagoda and Dhamma Cultural Center Buildings was possible in Austin, Texas, USA, with the financial generosity and benevolence of many devoted donors from Burma, America and all over the world.

Theravada Dhamma Society of America (TDSA) was founded in 1994 and Sitagu Buddha Vihara was established in 1996.

Today, at the heart of TDSA and Sitagu Vihara stand a majestic Sitagu Shwezigon Pagoda, Grand Dhamma Hall, Dhamma library, sangha lodges, yogi cottages, stand-alone meditation cottages, and dining hall with full public amenities. Sitagu Shwezigon Pagoda is an exact replica of the magnificent and majestic original Shwezigon Pagoda, established by the Burmese King Anuruddha in the ancient city of Bagan, enshrined with Buddha relics and consecrated as a worship center and a seed for the many future generations of Theravada Buddhism to come.

Burma is well-known as a land of pagodas, many of which are world-renowned. Sitagu Sayadaw chose to build a replica of the Shwezigon Pagoda, rather than of the best-known Shwedagon Pagoda of Yangon (Rangoon). The reasons have to do with the historic significance of the Shwezigon:

1. Shwezigon Pagoda was an historic milestone in the propagation of Theravada Buddhism initiated by the Burmese King Anuruddha.

2. Shwezigon Pagoda is an emblem of the perpetual advancement of Theravada Buddhism and an everlasting edifice of great architectural grandeur.

3. The integrity of the original construction has been meticulously preserved and maintained over the passage time and through multiple restorations, nearly



1,000 years, through the Bagan, Pinya, Ava and Konbaung periods to the present time.

4. Shwezigon Pagoda is one of the wonders of the 11th Century Bagan Civilization from the era of King Anuruddha and of his son King Kyansitthar that exhibits an amazing interior brickwork foundation, and an exquisite exterior décor of Tuyin Mountain sandstone.

Sitagu Shwezigon Pagoda is a one-third-scaled replica of the original Shwezigon Pagoda in Bagan – with dimensions of 56 feet wide and 54 feet high to the lotus bud finial, and 65 feet high to the diamond top of the metal umbrella. Whereas the original Shwezigon Pagoda is a closed solid dome, Sitagu Shwezigon Pagoda maintains the original exterior look but it has a hollow dome so that pilgrims can take refuge in the tranquility of its interior. There are also four decorated grand entrances which replace the stone-stepped stairs leading up to the third terrace of the original. At the non-functional east grand entrance resides a white marble statue.

The top of the 4-foot-thick and 81-foot-square foundation slab is reached by means of four entry stairs with handrails each headed by a mango-shaped ornament

(Continued on page 4)

*(Continued from page 3)*

reproduced from the Bagan era. All around the apron, are 3.5-foot-high handrails, depicting the birth, enlightenment, first discourse, and final passing into Nibbana, that is, the four great events of Buddha's life, together with its Bagan style floral designs.

At the very top of the junctions of the entry stairs and leaf-shaped handrails sit natural-looking Asoka-style lions. In the same manner, there will be an 18-foot-high Asoka stone column at each of the four corners, each capped by lotus flowers on top of which sit four lions facing in the cardinal directions, surmounted by a Dhamma Wheel.

In the interior walls, are niches in which 28 Buddha statues (each two-foot high) are sanctified, each carrying a name within the lineage of Buddhas beginning with Dipinkara and ending with Sakyamuni. Twenty-four of these are placed on the south, west and north walls. The main statue, five-feet high and carved out of pure white marble, is positioned on the east wall and flanked on one side by Kakusandha Buddha and Konagamana Buddha and on the other by Kassapa Buddha and Gotama Buddha, completing the set of 28 small Buddha statues with the four Buddhas enlightened in the present Bhadda eon. Most of the marble statues and lacquer statues on the east wall were brought from Burma, but the remaining 24 statues were carefully hand-crafted at the Sitagu Vihara under the close supervision of Burmese Traditional Architect Tampawaddy U Win Maung and his team.

The 24 different statues of Buddha also represent the different countries and different eras in which Buddhism has taken root and flourished. The earliest statue dates back to the 1st century B.C. Mathura civilization in the Northern India and the latest Padumacivara statue to the 18th century A.D. Amarapura civilization in Burma – literally spanning over 2,000 years of civilization encompassing India, Sri Lanka, Nepal, Tibet, Afghanistan, Pakistan, Bangladesh, China, Korea, Japan, Burma, Thailand, Cambodia, Laos, Indonesia and Vietnam. No statue is like any other and each embodies its respective era. The entire collection of these rare statues can all be admired in one place, making Sitagu

Vihara effectively a museum of ancient Buddhist civilization.

Before the most ancient Mathura statue, including the period from the time of the Buddha's (Sixth Century BC) to the time of Asoka (Second Century BC) there were no statues of the Buddha. Instead, the images of lotus, bodhi tree, Dhamma Wheel, and stupa, representing the four great events of the Buddha's life, were as prominent and commanding as statuary in contemporaneous traditions such as those of the Romans and Greeks, the Hindus and the Jains. These original Mathura statues were excavated from the Kitra site and are displayed in the Mathura Archeological Museum in India. The statue also elaborates the other detailed artwork depicting the lion-guarded throne flanked by two bodhisattas, Arimettaya and Avalokitesvara, with a bodhi tree backdrop.

Adjoining Sitagu Shwezigon stands tall the Grand Dhamma Hall, with its traditional Burmese three-stepped Zetawun roof. The traditional height of the layered roof has been scaled down so as not to obstruct the panoramic vista of, and thereby not to compete with the elegance of, the adjacent Sitagu Shwezigon Pagoda. Along with the roof canopy over the entry way to the Pagoda, the three-stepped-roofed Zetawun architectural design can be admired from the west terrace of the Pagoda.

At the southern top of the Grand Dhamma Hall, the customary multi-tiered-roofed pavilion pleases discerning eyes and inquisitive minds. On the very top of the pavilion, the gold-plated umbrella replica from the Bagan era will be topped by the auspicious vessel, rather than the more common ornament with fascia artwork from the Ava and Kungbaung eras.

Especially striking, the exterior and interior decor for Sitagu Shwezigon and Grand Dhamma Hall is furnished with many early Bagan-era paintings, carvings, hollowed lacquer wares, jewelry, banisters, masonry arts, detailed cultural artworks from eras spanning from the father-to-son succession of kings Anuruddha – Kyansitthar - Alaung Sithu - Narapati Sithu.

The floor of the Grand Dhamma Hall has three levels:

*(Continued on page 5)*



*(Continued from page 4)*

the highest for the Buddha Statues, the middle for seating the Sangha and the lower for seating the laity. This Buddha statue sanctified on the highest level is very rare selected for replication from over 4,000 temples in Bagan. This well-known pure-gold and hollowed lacquer-adorned statue depicts the Buddha in sitting position during the rains retreat (Waso) in Palilayaka Forest. The throne, backdrop, corner decorations, headpiece, columns and surrounding diamond-shaped woodwork is hand-crafted according to Bagan-era style and carved out of Burmese teak.

Of particular interest, above the windows of the three walls are many paintings and wall murals, depicting a series of encounters between the the Bodhisatta and the eons of past buddhas, beginning with Dipinkara Buddha predicting future buddhahood for the hermit Sumedha, and ending with Sakyamuni's passing into Nibbana and the distribution of his relics. Similarly, on the ceiling images depict the four great events of the Buddha's life, Bagan-era lotus flowers, lotus artwork, hamsa and,

karavika birds, fowl, devas and brahmas in an original Bagan mural style.

At the very peak of the Pagoda stand the gold umbrella, jewel-crowned-bird vane, and crystal diamond, all of which were meticulously hand-crafted in Burma and until completion of the pagoda are elegantly displayed in the Sitagu Vihara's Reception Hall for all of us to admire and worship.

In anticipation of future natural disasters, deterioration, and neglect, it is important to preserve evidence of the ancient Bagan Buddhist civilization for future generations at more than one location. Therefore, with foresight, our ever-visionary Sitagu Sayadaw has undertaken to bring Burmese history, culture and Bagan Buddhist civilization to this distant land where ethic Burmese and friends of Burma alike can admire and gain understanding of Burmese culture and civilization in the serene monastic setting of Sitagu Vihara.

*-Sitagu Sayadaw-*



# ရေးဖြစ်ဟောင်း အောက်မြေသွယ်

အရှင်အရှင်မြေသွယ်

၁၁



ရေးသွယ်အရှင်သည် ၂၀၀၃ ခု၊  
စက်တင်ဘာလ ၈ ရက် နေ့တွင်  
မြောက်အမေရိကတိက် မြေပေါ်သို့ ခြေခဲ့သည်ဖြစ်ရှိ  
ယခုစာရေးရှင် ၂၀၀၄ ခု ဖေဖော်ဝါရီလ ၇ ရက် နေ့၏ ၁၀နာရီ ပင်  
၅၈ စွန်းခဲ့ ပေပြီ။ ရောက်ခါစအတွေ့ အကြံ အသစ်အဆန်းများကို  
ရက် ၄၀ ကြာ အမေရိကန်မှာ । ကိုးပြည့် ထောင်ကို ဖြတ်ကျော်ခြင်း၊  
ကံကြိုင် ပြန်စုံကြအုံမယ် စသည့် ခရီးသွား ဆောင်းပါးများ၏  
ရေးခြေား ဖြစ်၍ ပြန်ရှာရှုသာ ဖတ်ကြပါဟုသာ  
ထွန်းလိုက်ပါတော့မည်။

မိမိနှင့် သီတရု ၏ ရေစက်ဆုံးသောပုံရိပ်များမှာ ငွေရတုကာလ  
တရာ့တိုင် ကြာမြင့်ခဲ့ပြီဖြစ်ဖြစ်သော်လည်း စိတ်ကြေးမျှပြင်၍  
ကြည့်ကြည့်လင်လင် အရိပ်တင်နေနေပါ။ ၁၉၈၇ - ၁၉၉၁ အမရပူရ  
မဟာဂန္ဓာရှိ ကျောင်းတိုက်၌ နေခဲ့ရစဉ်ကာလများ၏ သီတရု  
ဆရာတော်ဘုရား၏ ညာတရားပွဲများကို အမရပူရ၊ မန္တလေး  
ကြားရာနေရာ လိုက်၍တရားနာခဲ့ပုံ၊ ဆရာတော်က ကားထဲမှနေ၍  
လက်ပြန်တ်ဆက်သည့် အခါ စမ်းသာရာက်ယူ၍မဆုံးပုံ၊  
ယင်းကာလများ၏ တနေ့ ကျေရင် ယခုကဲ့သို့ အတွင်းသား  
တပည့်တစ်ညိုး ဖြစ်လာမည်ကို အိပ်မက်မျှပင်မမက်ခဲ့ရပုံ တို့ ကို  
အမှတ်ရနေမိပါသည်။

၁၉၉၁ ခုနှစ် ကျောင်းရုံးခန်းတာဝန်ခံ တာဝန် ၁နှစ်ထပ်းဆောင်ပြီး  
ယင်းနှစ်က မိမိ၏ အချိန်ပေး အားထဲတိနိုင်မှု မပြည့်စုံ၍  
ပထမကြီးတန်းအောင်တရာင်း၏ မပါလာသည့်နောက်  
ဦးပုံကြောသာသာ ဦး စိန္တိတ တို့ ရှိရာ စစ်ကိုင်းတောင်ရှိုး  
ရွှေဟာသာတိုက်သစ်၊ သက်တော်ရှည် ရွှေကျော်သာသနာပိုင်  
ရွှေဟာသာဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ခြေတော်ရင်းသို့  
ဝင်စင်းနိုလုံရောက်ရှု၍ ၁၉၉၃ ခုနှစ် ပထမကြီး တန်း အောင်တရာင်း၏  
ပါလာခဲ့ပုံတို့ ကို အမှတ်ရနေမိပါသည်။

ထူးထူးပြားမြေားမှတ်မိန်သည်မှာ ဘုန်းကြီးကံ့ဟု  
သံယာအများကရုစ်စန်းအခေါ် ခံရသော အမရပူရ  
မဟာဂန္ဓာရှိကျောင်းတိုက်ကြီး၏  
နာယကတီးပါးထဲ၌အငယ်ဆုံးဖြစ်သော်လည်းနာယကချုပ်  
ဆရာတော် တာဝန်ယူတော်မူထားရသော လွန်တော်မူခဲ့ပြီ ဖြစ်သည့်  
ဆရာတော် အရှင်ကုဏ်လာသိတဲ့သော် ၏ မိမိကို  
မိန့်မှုံးခဲ့သောစကားတွန်း ဖြစ်ပါသည်။ မောင်အရှင်မြေား ဆင်တွေ  
လိုဘဲ ရေးခြေတော်မူမြေားမြှုပ်နှံမှု နောက်ခြေတော်မူကို ရှုတ်ရတယ်၊  
မင်းလည်း ရွှေဟာသာတိုက်သစ်ကို ပြောင်းတော့မယ်ဆိုလို့  
ဟိုသာက်ကသော်မြော်ပြီလား၊ အေး နှို့ မဟာဂန္ဓာရှိကျောင်းတိုက်  
ကတော့ မင်းအတွက်အမြှတ်တံ့ခါး ဖွင့်ထား ပါတယ် အချိန်မရွေး မင်း  
ပြန်လာနိုင်ပါတယ် ဆရာတော်စကားအဆုံး၌ မျက်ရည်ဝဲလျှက်  
ပြန်လျောက်မိသည်။ မှန်ပါအရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော် စာကျက်နို့  
သွားမှုပါဘုရား၊ အကြီးတန်းပြီးရင် ပြန်လာဖြစ်မှုပါဘုရား၊ မင်း  
ပြန်မလာတော့ပါဘုံး ဟုသိနေသကဲ့သို့ ဆရာတော် ခေါင်းသိတ်ရင်း  
ကျုန်နေခဲ့ပုံကို ယနေ့ထက်တိုင် အမှတ်ရနေမိပါသည်။ အော် -  
မိမိလည်း မိခင်ကျောင်းတိုက်ကြီး ၏ ရင်ခွင်းသို့  
အမြှန်သားတယောက်အဖြစ် ပြန်မရောက်ဖြစ်တော့ပါ။

၁၉၉၅ ခုနှစ်သည် မိမိဘဝိုင်ထူးမြေားသောနှစ်တန်းဖြစ်ပါသည်။  
နိကာယ်တမေးပွဲ ဝိနယ်ပို့ အောင်မြင်၍ ကိုရင်များကို စာချုပ်း  
စာချုပ်းတရာ့များတက်ရင်း တဖက်က ဦးပုံကြောနှင့်အတူ ဖြေး  
ထဲက ခါမင်းပဲတော်ဘုန်းကြီးနှင့် ဆရာတော်ဦးထံမှာ  
အင်းလိပ်စကားပြောသင်တန်းတွေ သွားတက် ကြတာ၊ အဲဒီနောက်  
သီတရုဆရာတော်၏ မွေးပွဲ ကို အင်းလိပ်လိုပို့ ရှုသော သင်တန်းကို  
သီတရု အရေး ချောင်မှာ သွားတက်ကြတာတွေ စိတ်မျက်စိမှာ  
မြင်ယောင်နေပါသည်။ ထို့နောက် ဆရာတော် သင်တန်းများ  
အာယုဒါနေးရုံး ပြောင်းလာ၍ ရွှေဟာသာတိုက်သစ်မှာ နေရင်း  
နေ့ စဉ်သွားတက်ကြ ပါသည်။

ဆရာတော်က သင်တန်းသားများ၏ ကိုယ်ရေးအထူးပုံတို့တို့ကို  
တောင်းယူ၍အားလုံးထဲမှ ၉ ပါးကို ရွေးချယ်လိုက်ပါသည်။ ၉၅၉၉ ၉  
ပါးမှာ မှတ်မိပါသမျှ ၁၁။ ဦးကောဝို့ (ယခု မိုးကုတ်၊ သီတရု)  
၂။ ဦးသွေးသာရာ သာရ (ယခု သီတရုဝေအယွန်း၊ ဘော်လုံတို့း)  
၃။ အရှင်အရှင်မြေား (ယခု သီတရုပုံးပွဲရှိဟာရ၊ အော်စတင်)  
၄။ ဦးပုံကြောသာသာ (ယခု ဒေါက်တာမြှုတ်သွား စစ်ကိုင်း)

(Continued on page 7)

(Continued from page 6)

နိုင်ငံခြားခရီးသည် အထူး ရင်မှန်ရတော့ပါ။  
အောက်မြန်မာပြည်သိတရာကိုယကာရကာညတ္ထုကြီး  
ဦးမောင်မောင်ညွှန် အိမ်၌ မိမိတို့ အား ပူဇော် နှုတ်ဆက်ပွဲလုပ်ကြရာ  
မွောစရိယဉ်းငြေးလိုင်၊ ငွေ့ဖော်ပေါင်းစသော စာရေးဆရာတိုးများနှင့်  
တွေ့ရပုံ၊ နိုင်ငံကျော်အဆိုတော်ကြီး၊ ဒေါ်မာမာအေးအိမ်သို့  
သူကိုယ်တိုင် မောင်းသောကားလေးနှင့် ကြွေ့ရပုံ၊  
အကာမကြီးကမိမိတို့ ထက်တရက်တော်၌နှိုင်ငံခြားထွက်ရပုံ၊  
ဆွဲတော်မျိုးတော်များ မဂ်လာအုံလေဆိပ် လိုက်ပို့ ကြပုံတွေ စိတ်၌  
ရပ်ရှင်ပြသလို ပြန်မြင်ယောင်နေမိပါသည်။

အိန္ဒိယရောက်ရောက်ခြင်း ဦးသွေ့သမတို့ ရှိရာ  
မြေနှင့်တွေ့ဝေနေသော လုပသည့် တောင်စန်း၌၊ လေး ဒါဂိုလ်  
သို့ ဦးစွာသွားခဲ့ ကြပါသည်။ ဒါရို့လင် မှာ တပါတ်ကျော်နေပြီးမှ  
ဦးပညာကောတက ဗာရာကာသီသို့ သွား၍ မိမိနှင့် ဦးပုဂ္ဂိုလ်တို့ က  
ဘုံသော (မွန်ဘိုင်း)သို့ ခရီးဆက်ကြရပါသည်။ ဘုံသော မြေ၊  
တောမယကောလိပ်၌တည်း၍  
ဘုံသောတဗ္ဗသိုလ်ဝင်ခွင့်ရရန်ကြီးစားကြရပါ သည်။ B.Sc မှ M.A  
(Philosophy) သို့တက်ရောက်လိုသည်ဖြစ်၍ B.A အဆင့်  
အသုန်ကတော်မေးလွှဲအောင်မြင်နှင့်ရရန် ဆရာမကြီးတုံးထံ၌  
ကျူရင်ယူ၍ အောင်မြင်ကာ မဟာဝိဇ္ဇာတန်း တက်ရောက်ခွင့်  
ရရွှေ့ပုံတွေ အမှတ်ရနေမိပါသည်။ ဦးရွှေအောင်နှင့် ဦးအုံမောင်တို့  
တက်ရောက်ခဲ့ရာ ဘုံသောတဗ္ဗသိုလ်၏ မော်ကွန်းထိန်း ပြောခဲ့သော  
“နိုင်ငံခြားမှ B.Sc ဓာတ်သာသာဘုန်းကြီး တပါး ကို M.A  
(Philosophy) သို့ ဝင်ခွင့်ပေး ခြင်းသည် ပထမဆုံးဖြစ်ကြောင်း”  
စကားကို ကြားယောင်နေမိပါသည်။ ကာလီနာ ကင်းပတ်စိုး  
၌အဆောင်မရမိ ကားတတန် ရထားတတန် ကားတတန် ဦးရသော  
ဌာနေမြို့ ရှိ ဘင်္ဂလားဒေါ်ရှိ ဘုန်းကြီးကျောင်း ၌ ပြုလက်နေ၍  
ဘုံသောတဗ္ဗသိုလ်ကျောင်းတက်ခဲ့ရပုံတွေ ဆင်းခဲ့သောနိယို  
ဓာတ်သာသာဝင်အိမ်များသို့ စနေ့တန်းနောင်းပိတ်ရက်များ၌  
ဆွမ်းစားကြ တရားဟောခဲ့ရပုံတွေ M.A Course အပြင်  
ဘုံသောတဗ္ဗသိုလ်၌ ပထမဆုံးပေးသော ဓာတ်သာသာ ဒီပလိုမာ  
သင်တန်းအတွက် ဘုံသောမှုရန်ရှိကျော်ဝေးသောအိုက်ပူရီမြို့ ရှိ  
ဂိုအင်ကာကြီး၏ ဝိပသနာစင်တာ၌လက်တွေ ပြောမြို့မြို့  
အားထုတ်ခဲ့ရပုံတွေ ပြန်မြင်ယောင်နေပါသည်။

၂၀၀၉နှစ် မေလတွင် မဟာဝိဇ္ဇာတန်းအောင်မြင်ပြီးပြီးခြင်း  
ဆရာတော်အမြန်ပြန်ခေါ်၍ ပါရဂုတန်း အတွက် လိုအပ်သည့်များ

(Continued from page 7)

ပြင်ဆင်ခဲ့ပြီး ပါဆိုအသိစစ်ကိုင်းပြန်ရပုံ၊ မော်ကွန်းထိန်းဆရာတော်အရှင်ပလ္လာတာဝါယံ၏ လက်ထောက်အဖြစ် တာဝန်ပေးခြင်းခံရ၍ တန်ခိုးနှင့်ပေါင့်ရှိ မော်ကွန်းထိန်းကျောင်းဆောင်းနေ၍ တာချေတာဝန်၊ မော်ကွန်းထိန်းတာဝန်များကို ပုံနှစ်တာထမ်းဆောင်ရပုံ၊ ၂၀၀၂ ခုနှစ်တွင် ပါဘေးကွဲချုပ်ဆရာတော်အရှင်နှစ်မှာလာသိဝံသ၏ လက်ထောက် အဖြစ်ပြောင်းလဲတာဝန်ထမ်းဆောင်ရ၍ စနေထောင့်ရှိ ပါဘေးကွဲချုပ်ကျောင်းဆောင်း၍ ၂၀၀၃ခု ဂျုလိုင်းလအတိနေခဲ့ရပုံတွေ တရေးရေးပြန်မြင် ယောင်နေပါသည်။

၂၀၀၃၍ ပါဆိုပြီးတွင်  
ရန်ကုန်ဖြူ၏လူပုံတော်ပတ္တော်မြားခြုံကျောင်း၌ဖော်၍  
အမေရိကန်ပြည်ဝင်ခွင့် ပိုကာရရှိရန် ဒကာကြီးပိုးဟန်၊  
ဒေါက်တာဝင်းပိုလ်တို့ ပုံကြောကြီးစားမှုရရှိ၍  
စက်တင်ဘာလရရက်နေ့ တွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု  
လော့အိမ်ဂျလိုစ် သို့ စတင်ရောက်ရှိခဲ့ပုံ၊ အရှေ့ကျောင်း၏ ခုတိယ  
အကြိမ်မြောက်ပဲဌာန်းပွဲ၌ပါဝင်ခဲ့ပုံ၊ တက်ဆက်ပြည်နယ်  
အော်စတင်ဖြူ၍ သီတရာ့ဖွံ့ဖြိုးရသို့ စတင် ရောက်ရှိ၍  
ဆရာတော်၌ဦးကာဝါသာရ (ဝေလယ်နွာဆရာတော်)၊  
ဦးပုံကျော်ဘာသတို့ နှင့် တလခွဲခန်း အတူ သီတင်းသုံးပြီးနောက်  
၂၀၀၃၍ နိုဝင်ဘာလ ၃ ရက်၌ ဖလော်ရိုဒါပြည်နယ်၊ မိရမာမြို့၏ရှိ  
ရေနံချောင်းဆရာတော် ဦးအနိတ် တည်ထောင်သော  
ဓမ္မာလောကကျောင်းတိုက်သို့စတင်ရောက်ရှိ နေထိုင်ခဲ့ရပုံတွေ  
ရပ်ရှင်ပြသလို မြင်ယောင်လာပါသည်။

ဓမ္မာလောကကျောင်းတိုက်၌နေထိုင်စဉ် ဓမ္မာလောကစာစောင်များ၊  
ဝတ်ရွှေတ်စဉ်၊ ပရိတ်ကြီး၊ ဓမ္မာကြား၊ အနတ္တလက္ခဏာသတ်၊  
မဟာသတိပဲဌာနသတ်၊ အမှတ်တရရဆောင်းပါးများ၊ ပြက္ခိန်များကို  
ကိုယ်တိုင်စာစိစာရှိကိုထုတ်ဝေခဲ့ပုံ၊ ဂလကျော်ကြား သီတင်းသုံးပြီး  
နောက် အနိုင်ယူ သုံးသောသို့ ပြန်သွား၍ ၃လခန်း  
စောမယကောလိပ်အဆောင်၌နေပြီး ပါရဂူဘွဲ့ အတွက် တတမ်း  
တင်ခဲ့ပြီး နောက် ၂၀၀၄၉ သိဂုတ်လ ၂၈ရက်၌ ဖလော်ရိုဒါ  
ကျောင်းသို့ ပြန်ရောက်ခဲ့ပုံ၊ သီတရာ့ဆရာတော်သုရားအမိန့် အရ  
အော်စတင်ဖြူ၍ သီတရာ့ဖွံ့ဖြိုးရသို့ ၂၀၀၄ ခု ဒီဇင်ဘာလ ၁၂ ရက်  
(TDSA ၏ ၁၀နှစ်မြောက်နေ့) ၌၌ ပြန်လည်ရောက်ရှိခဲ့ပုံ တွေ စိတ်၌  
ထင်ထင် ပြန်မြင်နေပါသည်။



၂၀၀၅ ခုနှစ်၊ သီတုရူပုဒ်ပို့ပာရ အကြောင်းအရာမှာ မိုဘိုင်းဟမ်းခေါ် ရွှေ လျားအိမ် ပြောင်၊ ကော့တော်၏ ၏ ကျောင်းဆောင်လေး၊ င့်ဆောင်၊ မီးစိုးဆောင်၊ ကွပ်ပြစ်ထဲ တရာ့၊ ထရန်စဖော်မှာ တလုံး၊ ကားတစိုး၊ မြေအောက်ရေတွင်း တတွင်း နှင့် ၁၆၆၈ မြေကွက်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

၂၀၀၇ ခုနှစ်မေလတွင် မြေကိုမ ပိုက်လိုင်း ဖြင့် ပေ ၁၀၀၀  
ကျော်သွယ်တန်း၍ မြှုံးတော်ရေပေးရေး စနစ်ဖြင့်ဆက်သွယ်သည့်  
ဒေါ်လာတသိန်းပါးသောင်းကျော်ကုန်ကျသည့်  
ရေစီမံကိန်းပြုစီးအောင်မြင် ခဲ့ပဲ ।

၂၀၈ ခုနှစ်တွင် ဒေါ်လာ ကိုးသောင်းခန်းကုန်ကျသည့် အများသုံး သန့်စင်ခန်း စီမံကိန်းပြီးစီး အောင်မြင်ခဲ့ပဲ။

၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် ရုံးခန်း၊ မီးလိုင်းများ၊ ကမ္မာဌာန်းကျောင်းဆောင်များ  
စီမံပကိုန်းပြီးစီးအောင်မြင်ခဲ့ပုံ ပုံပိုပ်များမှာ တွေ့မိတိုင်း  
ဝမ်းဇာုက်ဖွယ်ရာများပင်ဖြစ်ပါတော့သည်။

၂၀၀၉ ခ ရ၍ လုပ်ငန်း၏ ရက်၌  
သိတရုရွှေစည်းခုံစေတီတော်မြတ်ကြီး၏ ရတနာအုတ်မြစ်စီ  
အခါးအနားကို သိတရုဆရာတော် နှင့် ဆရာတော်၏ဦးမဟောသစ  
တို့ ဦးကျင်းပခဲ့ပုံ။

(Continued from page 8)

ပင်ဖြစ်နေပါတော့သည်။

ယခု ၂၀၁၄ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ၌ သီတုဂုဏ္ဍာရ အခြေအနေမှာ ဥက္ကတော် ၅၄ပေ မြင့်သော တင့်တယ်သပ္ပါယ်လှသည့် သီတုဂုဏ္ဍာစည်းခုံစေတိတော်မြတ်ကြီးး

ပုဂံခေတ်နံရံဆေးရေးပန်းချီတို့ ဖြင့် တန်ဆေဆင်ထားသည့် ဓမ္မရုံကြီးး အင်လိပ်မြန်မာ စာအုပ်ပေါင်း ၅၀၀၀ ကျော်ရှိသည့် စာကြည့်တိုက်ကြီးး သီတုဂုဏ္ဍာတော် ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်နှင့် သံယာတော်များ သီတင်းသုံး သည့် သံယာဆောင် ရဆောင် အမျိုးသား ယောက်များအတွက် အီမံသာရေချိုးခန်းပါ ၅ဆောင်နှင့် စုစုပေါင်း ၁၄ ဆောင် အမျိုးသုံး ယောက်များအတွက် အီမံသာရေချိုးခန်းပါ ၅ဆောင်နှင့် စုစုပေါင်း ၁၄ ဆောင် နိုဝင်ရှင်းခေါ် ရွှေလျားအိမ် ၁ဆောင် ကွပ်ပြစ်ကြီး ၄၉ သစ်ပင်အိမ် ၁လုံး၊ ထရန်စဖော်မာ ၂လုံး၊ ကား ၅၌ီး၊ မြေအောက်ရေတွင်း တတွင်း နှင့် ၁၆ ကေ မြေကွက်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

ရှေ့ ကာလ၌ ပြီးသီးအောင်မြင်ရန် ကျေနှစ်ရှိနေသေးသော စီမံကိန်းများမှာ မီးလုံခြုံရေးစနစ်၊ ကားလမ်းနှင့် ကားရပ်ရန်နေရာများ၊ ၁၀ ခန်း ပါ အိုးအိုး ၁၃၂ဆောင် ရေထိန်းကာန် ၂၉၊ အဝင်ဂါတ်၊ မြေပြင်အလှဆင်ခြင်း တို့ ဖြစ်ပါသည်။ ထို စီမံကိန်းများ၏လည်း ပါရမီကုသိုလ်များ ပါဝင်နှစ်ကြုပါသေးသည်။ သီတုဂုဏ္ဍာစမွိပ်ဟာရ (မင်နှစ်ဆိတ်)၊ သီတုဂုဏ္ဍာသံယာပိုပ်ဟာရ(ဖလော်ရီဒါ)၊ ဓမ္မဘာသာမြန်မာကျောင်း (ကနေဒါ) တို့တည်ထောင်ရှု၍ တတ်စွမ်းသမျှပါဝင်ခဲ့ရပုံတွေမှာလည်း တွေးမိတိုင်းဝမ်းမြောက်စရာ ချည်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

ရဟန်းခံ၊ ရှင်ပြု၊ သီလရှင်၊ ဖိုးသူတော်ဝတ်ပွဲများ၊ လစဉ်မြန်မှုရှိုးရာ ရာသီပွဲတော်များ၊ သီတုဂုဏ္ဍာသံယာတော်ကြီးမွေးနေ့ပွဲ၊ ကတိန့်ပွဲ၊ ပါဆိုပွဲ၊ သကြံန့်ပွဲ၊ ထမန့်ပွဲ၊ တက်ဆက်ပြည်နယ်လုံးဆိုင်ရာ သံယာပိုရောက်ပွဲတော်များ ကျွန်းပန့်ရပုံတွေမှာလည်း ပြန်စဉ်းစားတိုင်း ပျော်ရွင် ဝမ်းမြောက် စရာများပင် ဖြစ်ပါသည်။

ယဉ်နှစ်ဦးတို့ အော့ တက်ဆက် (အော်စတင်) ၌ အကြိမ်များစွာ ဟောပြောခဲ့ရပုံတွေ၊ အင်ဒီဆင် အထက်တန်းကျောင်း၊ လူသာရင်ခရစ်ယာန်ကျောင်းတို့၌ ဟောပြောခဲ့ရပုံတွေ၊ အပါတ်စဉ်

တရားထိုင်း၊ အသိဓမ္မာ၊ ဝိသုဒ္ဓမာရိုး၊ ဓမ္မပဒါနာ၊ မြန်မာဘာ ဓမ္မဘာသာယဉ်ကျေးမှုသင်တန်းများ နှင့် ရှိုးရှည် ကမ္မာဌာန်းအားထုတ်ပွဲများ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ပုံများမှာလည်း ပြန်သတိရတိုင်း ဝမ်းမြောက် စရာများပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ရှေးဖြစ်ဟောင်း အောက်မေ့တွယ်တို့ ကို ပြန်လည်သတိရ ဝမ်းမြောက်၌ သာရုအနမောအနာ ခေါ်ဆိုနိုင်ကြပါရန် ရည်စိတ်သနနှင့် ဤဆောင်းပါးလေးကို အကျဉ်းများ ရေးသားလိုက်ရပါသတည်း။

သီတုဂုဏ္ဍာလပ်မာ ချမ်းမြေသာယာ ရှိုးတော်မှုကြပါစေ -

-အရှင်အရိယာဓမ္မ-



## Alms Round in America?

Ashin Cintita

When the Buddha returned to visit his princely home after his alms-financed Awakening, he continued his rounds in the streets of Kapilavatthu, much to the distress of his aristocratic father. The alms round was for the Buddha a key feature of the monastic life. Even when food was close at hand, the alms round was not to be disregarded. For the alms round was not simply a way to feed the monks and nuns but also to give layfolks the opportunity to make merit and learn Dhamma as the the Sangha, dignified and mindful, passes silently from house to house to receive offerings, and also to promote the growth of the Sāsana.

Ashin Dr. Paññāsīha of the Sitagu center in Yangon takes this ancient obligation quite seriously and I used to join him in this remarkable practice, crossing over Bailey Bridge, down some stairs, past a small Burmese version of a strip mall (about five tiny abutting shops), across another busy road and into a small neighborhood of many closely packed dwellings and muddy alleys trafficked by bicycles, pedestrians and chickens and beslobbered by lazy pooches.

Once, as my departure from the Land of Pagodas neared, U Paññāsīha admonished me, "When you go back to America you should continue alms rounds."

"I don't think you can do alms rounds in the States," I replied, "Nobody will know what I am doing."

"I did," he responded.

Indeed, he had lived in America for one and a half years, where he had attended Vanderbilt University in Nashville. He explained how he had been determined to walk for alms no matter where he lived, how he had printed up fliers and distributed them through his neighborhood in anticipation of people's head-scratching, and how he ended up with many American students eager to learn Buddhism.

"In a lot of places in America, including Austin," I objected, "I could be arrested for 'begging'!"

"I wouldn't have minded getting arrested," he retorted, "I would teach Buddhism in jail."

Whew, this venerable argued an awfully strong case.

Within thirteen days of my arrival back in Austin, I found myself living for seven months at the Sitagu

Dhamma Vihara near St. Paul, Minnesota, a northern land peopled primarily by tall lumbering Vikings under baseball caps, fair of skin, hair and eyes, just like me (for I am also of tall lumbering nordic descent), but without the robes. Although my old alms bowl stood on my shelf to remind me of Ashin Paññāsīha's alms admonition, I had trouble picturing myself seeking alms on County Road C, walking along the edge of the road, dumbfounding the occupants of cars as they flashed past, gaining little notice from the neighbors, all of whose houses stood well back from the roadway. What I pictured seemed hardly promising of alms, nor even of significant human contact.

That is, unless I just happened to pass the right house at the right moment: Once, while on my long daily walk, a swift bicycle passed me from behind then screeched to a halt, ejecting a dark-haired woman who, with a sideways toss of the bike, dropped to the ground and bowed at my feet. She was, as she explained, from Laos and was now married to an American. As she had been washing dishes in her kitchen, she happened to glance up to see the very last thing walk by that she had ever expected in rural Minnesota. She dashed out the door, jumped on her daughter's bicycle and hastened after me. Had I instead been walking by with alms bowl in hand, I would certainly have attained to left-over waffles, bear mush or even better!

But no, I had by this time fastened on an alms plan that would leave little to chance. This was inspired by an American nun (named Ayya Thanasanti, and now a bhikkhuni), who, according to my sources, had started collecting alms in Colorado. Brilliantly, she performed her alms round at a farmer's market! A farmer's market provides the ideal set of circumstances under which even Nordic inhibition might be set aside in favor of an ancient rite that is over twice as old as Viking plunder: a wide variety of amiable people in a relaxed and interactive frame of mind, and food close at hand, available for purchase on a whim. I phoned the director of the nearest farmers' market and easily obtained permission to walk barefoot, bowl in hand, robes formally adjusted over both shoulders, along the bustling row of booths.

I also invited the four monks from the local Karen monastery in St. Paul to join me, and a few members of our community to bring some food to offer, to prime the pump that would then suck up broader participation. The Karen monks, never having expected to go for alms

(Continued on page 11)

(Continued from page 10)

in America, a bit apprehensive about the response they might invoke, and of less than Nordic stature, suggested we forgo the normal monastic custom of queuing up according to ordination date (for mine would be most recent) and, much like novices or ducklings, line up according to height ... tallest first.

We had a number of glitches at first. The Burmese recruited to set an example were, as I should have anticipated, far too generous to provide a reasonable model for emulation, for they handed us what appeared to be entire grocery bags of food, which gave the row of monks the appearance of a kind of human shopping cart, already brimming and hardly in need of still further alms. Luckily, in subsequent weeks, with decreasing numbers of the Burmese community showing up, brim became less of an issue, although many of the shoppers must still have wondered why grown bald men in dresses were playing

choo-choo in the middle of their shopping experience. Week after week more shoppers and vendors caught on. Once an apparent immigrant from Southwest Asia, who presumably had not seen an alms round in many years, was thrilled to be able to explain to her lanky grandson how to drop an offering into each of our bowls. Once a vendor gave each of us a little bottle of honey. Our alms practice finally ended with the end of the farmers' market season as the chill of the northern winter approached.

Back in Austin, a small group of Burmese families has been considering purchasing and subdividing a lot adjacent to the monastery to build five houses. This would constitute a small village into which the Sitagu Sangha might venture, barefoot, bowls in hand, robes formally adjusted over both shoulders, along a short row of houses, to attain to rice, curry and more.

-Ashin Cintita-



## Arrival of Theravada Dhamma in Myanmar (How the Swans Came to the Lake)

Dr. Thane Kyaw

**A**t the end of the Third Great Synod (one of the historical councils to purify the Sasana), Emperor Asoka sent missionaries to the nine different parts of the then known world, in BC 315, including Suvannabhumi, which is presumably the south-eastern peninsula of Asia that stretches from Tenasserim (Tanintharyi of present-day Myanmar) to islands of Indonesia. It has been recorded that Mahatheras Uttara and Sona were assigned to the responsibility of that region.

After the bloody conquest of Kalinga in southeast India (about three hundred thousand people perished in that campaign) the Emperor realized that perpetual peace cannot be attained by military might. He had already tasted the truth of the Dhamma earlier and decided that the desired long-lasting peace of his empire can be achieved only through the peaceful means of the Dhamma and thus began his great effort of spreading it.

The arrival of the Theravada Dhamma in Myanmar is therefore not accidental or casual as suggested by Western scholarship. It was a purposeful achievement of a great visionary ruler. But Dhamma did not become widespread until another visionary ruler, Emperor Anawyahta (AD 1044-1077), adopted it as a basis of strong



solid ideology to give a distinct national character to his Myanmar people. This he accomplished with the gracious and benevolent assistance of Shin Arahan

(Mahathera Dhammadarsi) of Suvannabhumi. The rooting of the faith is so strong that it endures the waxing and waning throughout the history of the country but has never weakened to the extent of extinction. This is because of the tripod support of successive rulers, the Order of the Sangha and the hard-core lay devotees of the land.

Many centuries later, non-Buddhist groups underestimated the strength of that tripod, as the American missionary Adoniram Judson attempted to destroy that faith (1813-1845) but to his dismay was able to convert only a handful of Myanmar and Mon people, who were otherwise deeply rooted in Dhamma. Success was possible only with remote hill tribes with less access to Buddhist teachings, and even that was achieved only through trickery (distortion of a legend of these people) and the promise of

better opportunities of employment in the new British administration (commercial firms, government departments such as police, military, etc.)

-Dr. Thane Kyaw

# Here and Now

Dr. Tin Nyunt

**H**t has been claimed (and practiced) by many that when one is mindful of the present and breathes fully, anxiety/ anger is significantly diminished. Good contact is being mindful of current reality. Orientation and action occur in an actual present situation and can only be supported here and now. Even when talking about the past, an act of remembering and feeling happen in the present. Similarly, in thinking about the future, an act of anticipating and feeling happens in the present. (pointed out by Laura Posner Perls (1992) in gestalt therapy.) One's current contact is compromised when brooding with past or panicky with the floating fears.

## Appana samadhi

Gestalt therapy also emphasizes moment to moment awareness, but because it does not cultivate the mental factor of concentration, deeply quieting and focusing the mind (appana samadhi) its awareness does not have the penetrating depth that meditation cultivates. "Without cultivating concentration and tranquility," Jack Kornfield (1993) notes, "the mind power is limited and the range of understanding that is available is rather small in scope." Transpersonal psychotherapy, mindfulness associated stress reduction (MASR), etc. are also base on the same principle.

## Wounded by an arrow

"Suppose Malunkyaputta, a man were wounded by an arrow thickly smeared with poison, and his friends and companion, his kinsman and relatives, brought a surgeon to treat him. Then the man would say: 'I will not let the surgeon pull out this arrow until I know the man who wounded me was a noble or a Brahman or a merchant or a worker....'

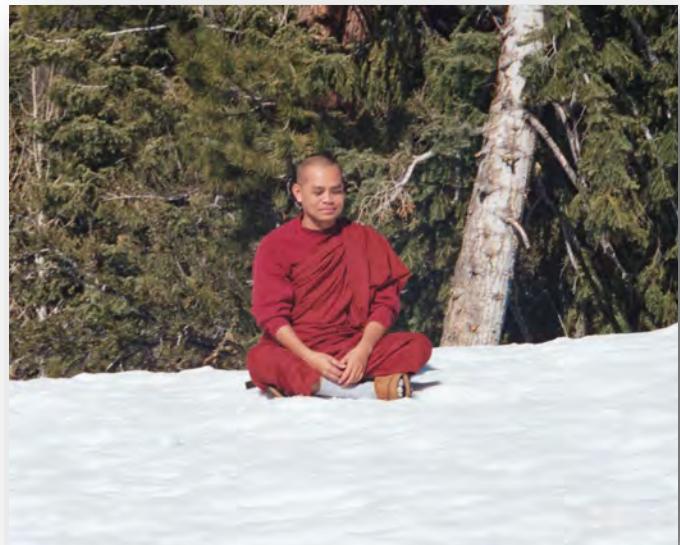
"All this would still not be known to that man and meanwhile he would die. So too Malunkyaputta, if anyone would say thus, 'I will not lead the holy life under the blessed one until the blessed one declares to me, 'the world is eternal..." (Culamalunkyaputta MN 63-5-6)

"What do you think Malunkyaputta, do you have any desire, lust or affection for those from cognizable by the eye that you have not seen and never saw before, that you do not see and would not think might be

seen?"

"No venerable sir."

"When Malunkyaputta, regarding things seen, heard, sensed and cognized by you, in the seen there would be merely the seen, ....you will not be 'by that'. When, Malunkyaputta, you are not 'by that' then you will not be 'there in'. When, Malunkyaputta, you are not 'there in' then you will be neither here nor beyond nor in between the two. This is itself is the end of suffering." (SN iv,72,73)



## Come and see

It cannot be denied that you get what you did. You reap what you sow, not in the "after-life" but in the "present." You don't need eschatological verification. Life nowadays is full of overwhelming stresses and deadlines. One hardly has the time to talk to an old friend for a couple of minutes when met unexpectedly. Just "see you later, give your phone number"! What a pity! You need to slow down a little bit, relax and live in the present moment. Some two and half millennia ago, Buddha taught the way to live in peace, rather than churned up in anxiety, sadness, fear or anger. the teaching of the Buddha is qualified as ehi-passika, inviting to "come and see," but not to come and believe.

## Type A Behavior

You might have heard of those guys who, very active, gathering and earning a lot within a short period of time and suddenly ended up with acute heart attack and disabled or dead. These are called type A Behavior Patterns (namely, competitive, hard driving, impatient, time pres-

(Continued on page 14)

(Continued from page 13)

sured, aggressive, and hostile). Your productivity, beyond a certain point of anxiety, will be more and more down-sloping. The more you hurry, the slower you go! De-condition yourself to relax, and to be more productive, to avoid rushing and accidents. Are there any ways and means to de-condition ourselves to be more autonomous and to get the most out of the present moment? Let us take a look at condition, classical and operant.

### Operant conditioning

Pavlovian classical conditioning was later extended to help extinct previous cognition and behavior (instrumental conditioning), to mould a desired behavior. This is how animals, not exempting human beings, were nurtured and evolved (de-conditioned). As a hard drive can be programmed as you wish to, so can human behavior. Of course, it will take some time. Behavioral changes and cognition go hand in hand and reinforced each other.

“But, Brahmin, if one were to omit one of those two points, could you truthfully declare: I am a Brahman?”

“No. Gotama. For wisdom is purified by morality and morality is purified by wisdom...as one hand washes the other or the foot the other, so wisdom is purified by morality and this combination is called the highest thing in the world...” (Digha Nikaya 4.21)

### Neurologic basis of conditioning

The core sub-territory of the accumbens and amygdaloid nuclei (certain parts of the brain responsible for motion, emotion, motivation and memory and homeostasis) is, in particular, gate transition between motivation and action initiation, such as found in conditioned orientation to appetitive stimuli, Pavlovian approach and instrumental response. The accumbens shell, in contrast, appears to modulate the vigor of behavioral responses. Indeed much evidence indicates that approach (or its absence) is controlled by the accumbens (and amygdala), apparently by mechanisms largely involving disinhibition.

### Conditioned Genesis

“Is suffering wrought by oneself good Gotama?”

“No, Kassapa.”

“then by another?”

“No.”

“Then by both oneself and another?”

“No, Kassapa.”

“well then....”

“Avoiding both these dead-ends, Kasspa, the Tathagata taught Dhamma by the mean. Conditioned by ignorance are karma formations, conditioned by karma formations is consciousness, conditioned by consciousness is mind-and-body [mentality and materiality]. Conditioned by mentality and materiality are six sense-fields, conditioned by six sense-fields is impression, conditioned by impression is feeling, conditioned by feeling is craving, conditioned by craving is grasping, conditioned by grasping is becoming, conditioned by becoming is birth, and conditioned by birth come into being aging, dying, grief, sorrows, suffering, lamentation, and despair. This is the origin of this whole mass of suffering. There is no being [the I], but becoming, and suffering. But from the stopping of ignorance is the stopping of the kamma formations...This is the stopping of this whole mass of suffering.” (Samyutta Nikaya..ii.19-21)

### The Unconditioned

“These two, sire, in the world are born not of kamma, not of cause, not of nature. Which two?”

“Ether, sire, and Nibbanna.”

“Do not, reverend Nagasena, corrupt the conqueror’s words and answer the question ignorantly.” ...

“What did you say, sire, that you speak this to me?”

“That ether is born not of kamma nor of cause nor of nature, is right. But with many hundreds of reasons did the Lord, revered Nagasena, point out to disciples the ways to the realization of Nibbanna. And then you speak thus: ‘Nibbanna is born of no cause’.”

“It is true, sire, that with many a hundred reasons did the Lord point out to disciples the way [The Noble Eight-fold path] to the realization of Nibbanna, but he did not point out the cause for the production of Nibbanna. It is unborn, unbecome, uncreated and unconditioned....”

“Very good, revered Nagasena, well shown is the simile, well seen the reason; thus it is said and I accept it as you say; there is Nibbanna ...” (Milindapanna 268-71)

(Continued on page 15)

(Continued from page 14)

### Pre-mortem Attainment

"That which concerns ultimately an experience, not a person nor principle, needs to be expressed in symbolic language, because language is only capable of conveying meaning based on shared experience. If I have experienced a toothache myself, I will have difficulty in understanding what is meant by it; a difficulty which is multiplied manifold if I have not experienced pain of any kind. Symbolism is an effort to indicate the unknown in terms of the known. It was mentioned earlier that the summum bonum of Buddhism is represented by Nibbana." (Arvind Sharma 1997)

The teaching of Buddhism is qualified as ehi-passika, inviting to come and see, but not to come and believe.

"Who sees Conditioned Genesis see Dhamma; who sees Dhamma sees Conditioned Genesis." (Majjima Nikaya i, 190-191)

### The Sixes

"Now, bhikkhus, this is the way leading to the origination of personality [I-ness]. One regards the eye thus: This is mine, this I am, this myself. One regards forms thus... one regards eyes consciousness thus... one regards eye contact thus... one regard feeling thus.... one regard craving thus: This is mine, this I am, this is myself. One regards the ear thus... Now, bhikkhus, this is the way leading to the cessation of personality: One regards the eye thus....this is not mine, this I am not, this is not myself... One regards the forms thus... One regards eye consciousness thus: ... this is not myself... One regards feeling thus.... One regards craving thus: This is not mine, this I am not, this not myself," (Majjima Nikaya 148-16-27)

Reflecting on these "sixes" and meditation is called vipassana. Observing the sensation, feeling... without reacting, neither liking nor disliking...i.e., undoing the conditioning since birth!

### Deconditioning

"The truth of suffering", the Buddha said, "must be explored to its end".

When he probed to experience the real nature of suffering, he found that attachment to the five aggregates is suffering. How do we detach from these aggregates? It has been pointed out that the cause of suffering is samkhara. The blind reaction of the mind is called samkhara,

but the result of that action, its fruit, is also known as samkhara; like a seed, like a fruit due to conditioning since birth. While practicing vipassana-bhavana, the entire effort is to learn how not to react (undoing conditioning), how not produce a new samkhara. As sensation appears, liking or disliking begins: We are conditioned by the principle of pain and pleasure since birth. This fleeting moment, if we are unaware of it, is repeated and intensified into craving and aversion. We create misery for ourselves, suffering now and in the future, because of one moment of blind reaction. This Vipassana meditation was considered by Guru SN Goenka as "The Art of living."

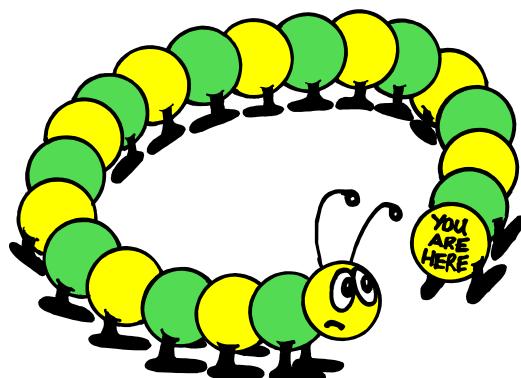
### Awareness and Equanimity

But if we are aware at the point where the process of reaction begins, that is, if we are aware of the sensation, we can choose not to allow any reaction to occur or to intensify: We observe the sensation without reaction, neither liking or disliking, very hard to achieve! With patience, repeated continuous practice, those few moments of equanimity will increase, and the moment of reaction will decrease. Gradually, the mental habit of reaction will be broken and the old conditioning eradicated, until the time comes when the mind is freed from all reactions past and present, liberated from all suffering. Nibbanna is not just a state one goes after death; it is something to be experienced within oneself here and now! So?

### Conclusion.

This article is compiled as a complementary to "Live and Peace" in newsletter, TDSA, Oct 1998 (typing by kind help of Dr Ma Zin). The writer is responsible for any error regarding the interpolated views on this article and demystifying the concept of I-ness. With application of cybernetics the process of conditioning and de-conditioning (un-doing the conditioning since birth) might be unravelled in the future.

-Dr. Tin Nyunt-



# Our Journey

Win Bo

We are on a journey. Who are we? We are the Austinites, the Houstonians, the Texans, the traditional Theravada Buddhists, immigrants from Myanmar who long for cultural traditions, spiritual explorers who wish to learn more about Buddhism, and most importantly, our guides on the journey: the Theravada Buddhist monks. We started on a journey to build a community, a place to worship, and an organization where we can together learn and practice traditional Theravada Buddhism. Headed by Sitagu Sayadaw Ashin Nyanissara, supported by several Buddhist monks, we started on our journey almost twenty-two years ago when Sayadaw founded the Theravada Dhamma Society of America (TDSA).



From the very beginning, our journey has no lack of challenges or obstacles to overcome. The first was in obtaining federal and state tax exempt religious organization status. It was a challenge because no one knew the process. We eventually got the tax exempt status two years later after consulting with accountants and lawyers, preparing required documents and applying to Internal Revenue Service. The next challenge was to find a place for the monastery. The place had to be right - not too far from the supporters yet secluded, safe, affordable and livable. After many trips on weekends over several months to several locations such as Bastrop, Lockhart, Dripping Springs, and other places, we settled on the sixteen acre lot on Honeycomb Drive in Austin, Texas. Funding was difficult at first, and we had to take a loan from the previous owners. However, Sayadaw promptly paid off the loan within a year. The place consisted of a worn down mobile home, a carport, and a well, but it was not livable. So, many Austinites got together and

worked every weekend for three months to fix up the place.

Over the years that followed, a second mobile home was added, and the wooden deck extended to accommodate more people. Even though the place was now livable and could accommodate more people, the basic utilities failed quite often. Sometimes the water pump failed and there were no water for a day or two. Living in the monastery without water was an unpleasant experience, as most can imagine. The well water was quite hard, and even with a water softener system, it was impossible to drink from it. So donors had to bring drinking water from outside. At one time the water line broke in the middle of the winter, soaking the floors of the mobile home. The temperature dropped and the resident monk had to live in devastatingly cold place where the soaked floor was now covered with ice. Also there were times when the limited restroom facilities caused the septic tank to overflowed during a ceremonial gathering and the tank had to be flushed. We ended up renting portable lavatories on subsequent ceremonial occasions. And in this way, many monks who lived at the monastery endured and overcame the difficulties of just running a basic monastery for many years.

The problems were not just with the facilities. There were also bureaucratic hurdles. We applied for property tax exemption for sixteen acres, but were granted only fifty percent due to lack of documentation of the full use of the sixteen acres for religious purposes. It took us another ten years before we were able to get a hundred percent property tax exemption.

One of the biggest challenges was and still is the construction. Construction of the monastery started with the site plan design in early 2000. Just getting a site plan permit was no easy task. It took several procedures to complete the design. Many different kinds of surveys, such as terrain surveys, tree surveys, and geotechnical surveys, were done. An endangered species report was completed. The site plan had to meet the environmental and waste water requirements set by the city of Austin. A septic design has to meet the requirements set by the county. The fire marshal discovered insufficient water pressure to ensure the fire safety. Finally, we received the site plan permit in 2004. In addition, we had to get a construction permit to extend the water line to get service water. Thus, a second construction permit had to be applied for the water line, and we received the permit shortly.

One at a time, whenever there were enough funds, we

(Continued on page 17)

(Continued from page 16)



built the three thousand foot service water line, the septic system, the common rest rooms, the visitor center and the detention ponds. Selection of the most appropriate contractor and over-seeing the construction from start to finish was done by the supporters and resident monks. Among the construction projects, the most difficult is the construction of the Pagoda. We had to find a US engineering firm to review and sign off the structural design originally drafted in Burma. Aside from the complex architecture, getting the resources for the construction had also been a challenge. Although many key peo-

ple were able to attain the US visas, some of the skilled people were not able to get visas inspite of several attempts in submitting applications. We were in luck when Crystal Creek Developers LLC agreed to undertake the difficult task of the construction of the pagoda. Many people are already fully aware of a full year of dedicated work by a team of best artists and experts from Burma in close co-operation of the US contractors to build the pagoda. The completed pagoda standing tall in the middle of the monastery ground marked the most formidable challenge that we have overcome on our journey.

There were many other more minor obstacles and difficulties to overcome over the years to numerous to mentioned here. And there are still a few more down the road yet to overcome.

As the saying goes, it is not the destination, but the journey that is most important. The journey has given us many experiences, united us in our common effort to overcome problems, and sharpened our skills in handling difficult and adversarial situations. It is the journey that will lead us to the destination. Looking back at the obstacles and hardships that we had overcome, there is no doubt we will be able to overcome the current and future obstacles. Our journey is not yet over but the end is in sight. This is our last lap to complete the journey, and now is the time to charge ahead. Certainly, we shall prevail.

-Win Bo-



## Clarifying a Key Pali Sutta Term

*Kenneth Elder*

If one is practicing vipassana mindfulness meditation for spiritual Liberation then there is the need for an understanding of Buddhist philosophy. It is important to understand the definition of key terms in the Sutta and Abidhamma of the Theravada Pali texts. The German Bhikkhu Analayo in his excellent book "Satipatthana The Direct Path to Realization" has clarified a number of terms that are important in reference to vipassana practice.

The introduction of the Satipatthana Sutta introduces the four satipattanas as the ekayano maggo:

"Monks, this is the ekayano maggo for the purification of beings, the surmounting of sorrow;K., for acquiring of the true method, for the realization of Nibbana, namely the four satipathanas."

The terms ekayano maggo literally means eka, "one", ayana, "going", and magga, "path". The commentary includes five alternate explanations; as a direct path leading straight to a goal; as a path to be traveled by oneself alone; a path taught by the "One" (Buddha); as a path that is found "only" in Buddhism; or as a path that leads

to "one" goal, namely Nibbana. Bhikkhu Analayo uses the first definition listed in the commentary translating, "Monks this is the direct Path for the purification of beings;K." He says several times in other several other Sutta Buddha uses the term ekayano to mean direct. Ven. Analayo translates satipatthana as "attending with mindfulness." It sounds less dogmatic to say about the four satipatthana that they are the direct path rather than saying that they are the only path.

Ven. Analayo says that in a different Sutta Buddha referred to the Eightfold Path as the "only way." Other religions do aspects of the Eightfold Path having the virtue and concentration leading to jhana and the goal of intentions of compassion, loving-kindness and renunciation. But they do not have the clarity of right view as in Buddhism nor the depth of mindful awareness of our hidden negative intentions that vipassana gives. Thus not learning non-attachment to samadhi higher consciousness they fail to attain Nibbana by the direct path of vipassana.

-Kenneth Elder-

## Be Happy

*Wendy Bixby*

"Be Happy, not excited," Sitagu Sayadaw responded with his deep confident voice.

I had just said, "I am so excited to meet you, Sayadaw".

This was my first face to face lesson with Sitagu Sayadaw, who is very learned and has great depth in everything he says and does. He has a lifetime of offerings like drinking water to all the Monks and Nuns in Sagaing Hills, hospitals, schools and Pagodas all over Myanmar and now in the USA.

"Be Happy, not excited" repeats itself in my mind from 1999 until now 2014 and has become my practice. Hap-



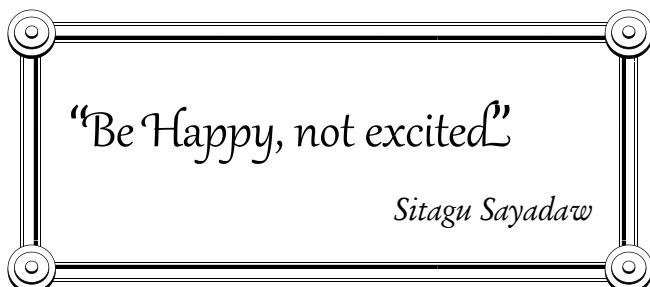
piness is defined as a state of well being and pleasurable satisfaction according to Webster's Dictionary. Happy is defined as content, joyous and pleased and is synonymous with being joyful, cheerful, jovial, delighted and light-hearted. Whereas excited is defined as stirring up emotions.

I would much rather be light-hearted and content than swirling in emotions.

*(Continued on page 19)*

(Continued from page 18)

Lifetimes of beings and conditionings have nourished the seed of this wholesome place where Sitagu Buddha Vihara houses the precious Dhamma (Buddha's teachings) and Sangha (Monks) all the way from Burma to the USA. Five minutes of meditation in a small mobile home bedroom developed into one hour of meditation in a full sized Bagan style Pagoda gifted to us by our generous Sitagu Sayadaw. A vihara equipped with PhD scholars and the tools needed to spread the Buddha's teachings. Our Sangha is very knowledgeable and has the skills necessary to teach. The Sangha has made remarkable efforts in learning the Dhamma and to teach it not only in their native tongue in their familiar country with traditional tools, but also in English in countries world-wide along with learning the modern technologies. The Sangha has learned much more than just a huge vocabulary. The Sangha also learned how to understand different learning



styles, cultures and tools in order to explain these deep concepts in ways that all can learn if they choose to learn. We are blessed to have this opportunity so close to us.

The campus has museum-like features and I believe it has much more to offer, like when the ladies offered their very precious jewels to the pagoda as a symbol of renouncing worldly pleasures to become free from greed. I think of the campus of being more like a laboratory, with fabulous teachers, for developing patience.

Just visually I am already happy when I see the replicas of history, cultural traditions and by knowing everything has been influenced by the teachings of the Buddha. Sitagu Buddha Vihara is a refuge of generosity and wisdom where our offerings multiply because they are understood by like-minded people.

Our Sangha here in Austin could not stay long without

the support of our Sitagu Buddha Vihara community. Each one of the community members has his or her own story of sacrifice and letting go, such as leaving loved ones as far as Burma to plant the seed to bear fruit of their new life in the USA. Hour upon hour, day after day, week after week, the supporters renounce many familiar comforts to attend to the Sangha and the campus. The supporter's in turn support the sharing of the Buddha's teachings. The generosity of time, effort and care is outstanding. Families may stay up late at night and get up early in the mornings to provide meals for the monks. They may drive for miles to assist in the repair and maintenance of the facilities. They may spend hours to teach and help find the most efficient ways to assist in spreading the teaching and to inform people of occasions to hear the Buddha's teachings. The loving-kindness and generosity of this community is lovely. They welcome all persons without hesitation to join in sharing the space and the nutriments involved in Dhamma. I am pleased to remember all the many faces I have seen gathered here at the Sitagu Buddha Vihara whether it was for work or for play!

This patience-developing laboratory is where we practice generosity, renunciation and mindfulness. We experience all the perfections of the noble ones to whatever degree that we are capable of, like doing good and doing for others rather than for ourselves.

“Do happily or don't do it at all,” Sayadaw Mahosada Pandita, who also speaks with depth supported by Dhamma, advised me when I choose to clean the mobile homes and kitchen.

It was my best offering because I don't know how to cook. I came to love cleaning because I found that peaceful place of mindfulness.

Thoughts of the “Be Happy” pendulum arise. Being Happy is the pillar holding the swinging pendulum. The pendulum swings from fearful excitement to pleasureful excitement (never satisfied, always wanting more). Developing patience is crucial for continuing the journey of life's momentum of continuous change. The goal is being happy in the middle with a very subtle movement, rather than fiercely swinging back and forth from aversion of pain to the clinging of pleasure.

(Continued on page 20)

(Continued from page 19)

A duty I am very happy to have acquired around 2003, is providing the public 5-gallon bottles of purified drinking water that are used in the dispensers around the campus. I feel happy knowing I may satisfy a moment of thirst for someone who is on the land sharing the Dhamma.

Like the depth of the spoken words of Sitagu Sayadaw and Sayadaw Mahosada Pandita, the Buddha's teachings can be seen as metaphors everywhere. Offering water symbolizes the Buddha's teaching of clarity, calmness and purifying the mind which leads to teachings of mindfulness meditation, sharing loving kindness and sharing our merits. What a wonderful way to be happy!

Near the Buddha statues you may see offerings of fruit which represent the teachings about our actions bearing results..."good actions grow into good results," the children's class would say when they offered fruit to the Buddha statue before noon. The children would offer incense next, which symbolizes morality, reflecting that like the smoke and fragrance spreading so to do our good actions spread.

We all can imagine offering the flowers and knowing that these fresh, fragrant, beautiful flowers will soon become wilted, scentless and discolored. "Impermanence!" the kids would shout, claiming full heartedly that "nothing lasts forever!"

Delight arises in me when I come to the vihara at sundown and see all the sparkling colorful lights everywhere! All your donations of light (a candle, a flashlight, electricity pole, safety light and a light bulb) remind us of the Buddha's teachings on wisdom. The metaphor is that the light drives away darkness like wisdom dispels the darkness of ignorance. Even the tiers of the Shwe Zi Gone Pagoda may represent the Noble Eight Fold Path that leads us to the cessation of suffering, Nibbana.

So come to Sitagu Buddha Vihara to practice the Dhamma including respect with gratitude for the Bud-



## Be Happy

ha, the Dhamma and the Sangha as well as for our parents and teachers. A lesson of my teacher Erik Tan happened over ten years ago in the kids Dhamma class and it still percolates in my mind. Erik said "So you mean we train, we die, we train, we die, we train until we become a Buddha?" I love his brilliant ability to simplify.

Maybe we will be happy in attaining Nibbana long before we become a Buddha. Who knows! Nibbana is the dissolution of craving. The closest we can get to Nibbana right now in this moment is to be happy.

As Sitagu Sayadaw says...

"May all smile joyfully from their hearts filled with loving kindness,...May we be free from worries and combat our pride,...May all smile when their hearts are continuously filled with patience that will spread peace throughout the world."

Suki Hotu!!!

-Wendy Bixby-



# Visakha Group

War War Myint

The first time I heard about Visakha, the foremost female benefactress of the Buddha, I was intrigued and aspired to be like her. But unlike Visakha, I am not independently wealthy and so I do not have the means to construct a monastery, give alms and requisites to monks daily, and do many other meritorious deeds as she did with her five hundred ladies-in-waiting and servants. Like many other female householders living a busy life in the United States, I must do my daily duties as a mother, wife, and caregiver without any servants and still find time to do meritorious deeds. As a female householder, I am consumed with doing my daily duties and handling the stresses of life. I wondered how could I aspire to be like Visakha and be a benefactress to the Buddha and the Sangha?

The answer to this question came in the form of Visakha group. When Sayadaw Ariyadhamma first mentioned the forming of a group to help clean the Sitagu monastery every month, I was not pleased. I thought, How can Sayadaw ask us householders to devote what little precious time we had in our busy lives to help clean the monastery? Did we not already do enough as householders in our daily life by cleaning, looking after our families, and sometimes doing merit-gaining activities at the monastery? Sayadaw Ariyadhamma reminded that this

Visakha group was voluntary and in no way a required duty. Sayadaw said it was another way of gaining merits to fulfill our paramis. And so as a devoted Buddhist householder, I went along in fulfilling my duty as Sayadaw wished to help clean the Sitagu monastery once a month.

Now that I have had the chance to do the monthly cleanings and sometimes to offer lunch to the Sangha at the monastery, I've come to realize I am doing what Visakha had done for the Buddha and the Sangha. It may not be in the grand scale as what Visakha done but I feel that my actions benefit the Sangha, the monastery to be maintained, and in turn fulfill my parami.

And so as a householder, I march on with my busy daily life, knowing that I have an opportunity to do a meritorious deed in being part of the Visakha group. My meritorious deed may not be as great as Visakha, but I will slowly built my merits so as to fulfill my paramis and attain Nibbana.

May all beings be happy,

May all beings be free from mental and physical sufferings,

May all beings be able to attain Nibbana.

-War War Myint-



# Becoming Fully Buddhist

Mar Lar

Born in China, I grew up in Burma, studied in Singapore, and am currently working and living in America. This has given me the opportunity to meet people of different ethnicities and to experience many cultures and customs.

I finally found in Austin a place to call home. I take pride in living here for many reasons. I raised a perfect family here, which has a business that can support itself well. Our kids have a perfect school, environment and community here. On top of these, Sitagu Buddha Vihara, known as Tharavada Dhamma Society of America (TDSA), is located in Austin.

I came to Buddhism because my parents and ancestors were Buddhists. However, when I was young I did not understand why we needed to go to the Monastery, why we needed to offer food to the monks, nor why we need to practice the five precepts. I did these things because I saw grownups do them, but nobody explained to me why they did them. However, after I began to visit the Sitagu Buddha Vihara, I came to understand Buddhism more clearly and why we do things what we do. I practice in much meaningful way and now realize that embracing Buddhism is one of the best decisions I've ever made in my life. At this point of time, I have almost

everything an ordinary person could ask for in life. Now it's the time to practice for the sake of my next life and beyond.

At the Sitagu Buddha Vihara we gain not only knowledge of mediation, but also the full meaning of Dharma. I was honored to be asked to serve as treasurer of TDSA, along with my friend Nora Wah Wah Myint. Being able to help around the Monastery gives me an exceptional opportunity to give back to society as well as to the Buddha. I try to find time to help in the monthly Visakha group temple cleaning and a weekly food donation to our monks and to the temple.

Of course the things that I do for Sitagu Buddha Vihara are not comparable to what Buddha has done for humanity, nor to what our founder, Sitagu Sayadaw Ven. Dr. Ashin Nyanissara, our abbot Sayadaw Dr. Ashin Ariyadhamma and our residing monks have done. However, if every one of us can share his or her spare time to take part, we can together make our founder's dream come true, to establish and maintain this temple according to the principles the Buddha taught.

-Mar Lar-



# How to Build Your Own White House

*Ashin Ariyadhamma, as translated by Gant Gaw*



**M**ost people, among other life long achievements, dream of living in a big, nice house with their loving family. No doubt the President of the United States' White House with a nice garden is the grandest of them all.

The following is the sermon given by Dr. Ashin Ariyadhamma on 2/15/2014, which I love very much and would like to share it with all my dhamma friends.

Sayadaw said, if given the opportunity there is nobody who would not want to spend a night at the White House or in any grand mansion. As a matter of fact, we can try to build our own White House, where we can live happily, and forever after. In order to achieve that we will need some tools, some guidelines, to be successful.

Sayadaw continued that the Buddha had taught how the above can be accomplished. The White House was the analogy the Buddha used in envisioning the peaceful feeling that one gets when stepping inside his or her home sweet home, which give the needed shade and comfort. There are 5 kinds of shades that were mentioned, in ascending order of importance and of the scope affected.

1. The shade that trees provide,
2. The shade our parents provide,
3. The shade our teachers provide,
4. The shade our government provides,
5. The shade of Dhamma.

Not too much explanation is needed since everyone knows how trees provide a natural cooling effect on a hot and humid day. Parents provide everything for their children, from birth until whenever (for some, forever), with immeasurable Metta (loving kindness). The shades of our teachers and government give protection and have more influence for our comfort and well-being for all the students in their classes and people in the country, respectively, with bigger areas of coverage. The qualities of Ariyas (exalted ones) are limitless: contentment, morality, wisdom, energy, endurance, mindfulness, etc. which all summarize results of the Noble Eightfold Path: Right Understanding, Right Thoughts, Right Speech, Right Effort, Right Bodily Actions, Right Livelihood, Right Awareness and Right Concentration.

The best shade is the shade of the Dhamma because it can provide peace and harmony in the whole world. This White House is called the Dwelling of the Ariyas. Under the guidance and shades of the Ariyas, every person can build his or her own little white house and achieve eternal peace called Nibbana. You are homeless when the heart is not filled with Dhamma even while living in a big house.

May all be successful in their quest to build their own white house and to find peace and harmony very soon.

-Ashin Ariyadhamma, as translated by Gant Gaw-

## မြတ်ဆရာသို့ ခြေတော်ဦးစိုက် ကန်တော့ပန်း

အရှင်အဂ္ဂမ္မာ- အောင်စတင်

# ကျိုးရဲ့

ကြီးလှသော  
ဆရာမြတ်တို့သည်  
တပည့်တို့အပေါ်  
အမြှမပြတ်

ကောင်းကျိုးကို လိုလား၍ ပြောဆိုဆုံးမတတ်ကြပေသည်။  
ကျေးဇူးတော်ရှင် သီတုရှု အမိပတိ ဆရာတော်သည်လည်း  
တပည့်တကာတကာမ ပရိသတ်များကို ဆိုဆုံးမရာတွင်  
ကြီးမြတ်လှသော ဆရာတော်မြတ်များထဲက ဆရာတော်မြတ်  
တပါးပင်။

စိတ်ရှည် စွဲသန် သည်းသည်းခံ ပြရန်သာသနာဟူသော  
ဆောင်ပုဒ်လေးကို လက်ကိုင်ထားကာ သာသနာရေး  
သာသာရေး လူမှုရေးများမှာ နောက်သို့ ပြန်မဆုတ်မိအောင်  
တက်ကြ ထက်မြက်နေအောင် တွန်းအားပေးတဲ့  
ဒီဆောင်ပုဒ်လေးကို အမြှေးပြ ဆုံးမလေ့ရှိသည်  
ဆရာတော်သည် ဆုံးမလေ့ရှိသည့်အတိုင်း  
အများကောင်းကျိုးနှင့် သာသနာ အရှည်ခန့် တည်တန်းရန်  
သာသနာ၏ အရသာကို ခံစားခွင့် မရရှိသေးသော  
ဝေးလန်ခေါင်းပါး၍ သွားလာရောက်သော ဒေသများနေ  
မြန်မာပြည်သူ ပြည်သားများနှင့် နိုင်ငံရပ်ဗြား  
တိုင်းတပါးမှာနေသော ပြည်သူပြည်သားများအတွက်  
စိတ်ရှည်ခြင်း ကြီးမားသော စွဲလုံးလ သည်းခံမှ အားကြီးခြင်း  
အမြှေးအမြှေးမြင်ကြီးခြင်းတို့ဖြင့် သာသနာရေး သာသာရေးကို  
နေ့မအား ညာမအား အားထုတ်နေခြင်း တို့သည်ကား  
သာသနာပြခြင်သူတို့အဖွဲ့ အတုယ့်စရာများပင် ဖြစ်ပေသည်။  
မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ငါးဂုဏ်ပုဒ်များနှင့် လျှော့ညီအောင်  
ကြီးစားသည် တပည့် ဒကာ ဒကာမများကိုလည်း  
ငါးဂုဏ်ပုဒ်များနှင့် လျှော့ညီအောင် ကြီးစားဘို့ရန် အမြှတန်း  
တိုက်တွန်း ပြောကြားဆုံးမသည် စီမံကိန်းအသစ်  
ပြလုပ်ရာမှာဖြစ်စေ အဆောက်အအိုးအသစ် ပြလုပ်ရာမှာ

ဖြစ်စေ အလုပ်အောင်မြင်ဘို့ရန် စိတ်ရှည်ရည်ထားကာ  
ထထဲကြ နိုင်းကြားကြား စွဲလုံးလကြီးနှင့် သည်းခံကာ  
လုပ်ဆောင်တတ်ပြီး သတ်မှတ်ထားသော အချိန်မတိုင်ခင်  
စေပြီး ပြီးနေတတ်သည် စိတ်ရှည်ခြင်း လုံးလဝိရိယထားခြင်း  
သည်းခံခြင်း ပြလုပ်ခြင်စိတ် အားကြီးခြင်း၏  
အကျိုးဆက်များသာ ဖြစ်ပေမည်။ ဉာဏ်အတဲ့  
ထည့်သွင်းမိန့်ကြားလေ့ရှိ၏-

“ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ဖြစ်ခြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်  
ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ကြံ့ပြီး ပြလုပ်ရမည်လို့”  
မိန့်တော်မူလေ့ရှိပါသည်။

စိတ်မရည်သောသူများကို စိတ်ရှည်တတ်အောင် စွဲလုံးလ  
မကြီးသူများကိုလဲ စွဲလုံးလကြီးမှား လာအောင်  
သည်းမခံတတ်သူများကို သည်းခံတတ်လာအောင်  
ပြပြင်ပြောင်းလဲ ပြင်ဆင်ပေးတတ် ဆုံးမပေးတတ်သည်  
အကျိုးမရှိသော စကားပြောခြင်းဖြင့် အချိန်ကုန်  
ခံခြင်းကိုလည်း သဘောမကျ အိပ်ခြင်းဖြင့်  
အချိန်ဖြန်းတည်းခြင်းကိုလည်း နှစ်သက်တော်မမူ ဉာဏ်အား  
ထည့်ပြောလေ့ရှိသည်ကား-

“မင်းတို့နေ့သာက်မှာ ပုံမှန် စာသင်စာချလုပ်ပြီး ညာသုံးယာမ်မှာ  
တယာမ်ပဲ အိပ်ရတယ်ကွဲ”

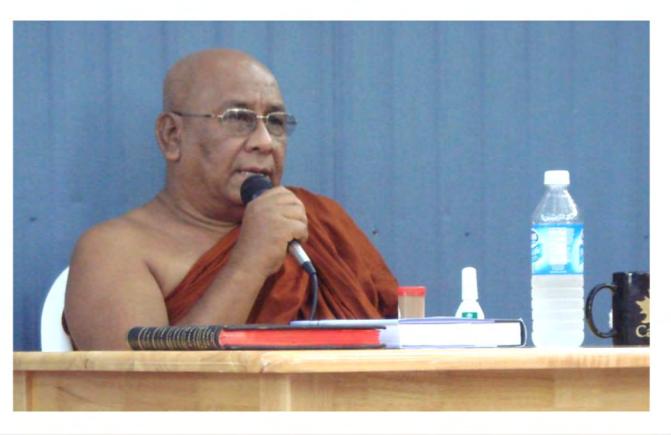
ဟု လုံးလ စီရိယထားခြင်းကို ဦးတည်ပြီး  
ပြောဆိုဆုံးမလေ့ရှိသည်။ အပြောသာမဟုတ်ဘဲ လက်တွေ  
မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ကျင့်သုံး တပည့်များကိုလည်း လုပ်စေ၏  
မြန်မာပြည်သာမက ပြည်ပသို့ အခွင့်အခါသင့်လျှင်သင့်သလို  
ညတိုင်း ညတိုင်း တရားပော်ခြင်းဖြင့်ငါး ကျိုး ပရဟိတ  
အလုပ်များဖြင့်ငါး အချိန်ကုန်လွန်စေကာ စိတ်ရှည် စွဲသန်  
သည်းခံခြင်းများကို အလုပ်နဲ့ သက်သော ပြတတ်၏ အမြှတမ်း  
စိတ်ထဲမှာ တစိုက်မတ်မတ် ထားပြီး မပြီးမခြင်း ပြလုပ်ခြင်းကို

(Continued on page 25)

(Continued from page 24)

ဆရာတော်၏ ဒကာ ဒကာမများ သိထားသည့် အားလုံးစွာ ဆရာတော်၏ ဆန္ဒအား ကို ဖြည့်ဆည်း ပေးနေကြသည့် ဒကာ ဒကာမများနှင့် အများပြည်သူ လုအများသည် ပါရမီဖြည့်ခွင့် ရကြပေသည် ကံကောင်း ကြပေသည် အရတော်ကြပေသည် ဟု ဆိုရပေလိမ့်မည်။ အများအကျိုးထဲမှာ မိမိအကျိုးလည်း ပါနေပြီးသား ဖြစ်ပေလိမ့်မည် မိတ်ဆွေကောင်းများမှာ နေလျှင် မိမိသည်လည်း မိတ်ဆွေကောင်းဖြစ်ဘို့ ရာခိုင်နှုန်းတစ်ရာ ရှိလေသည်။ မကောင်းသောမိတ်ဆွေ သည်လည်း အတူတူပင် ဒီနေရာ၌ မိတ်ဆွေကောင်းဟူသည့် ဆရာနှင့် တပည့် မိဘနှင့် သားသမီးများ ပါဝင်ပါသည်။ မိမိတို့၏ မိတ်ဆွေများကို ဘာသာရေး အသိဉာဏ် ကုသိုလ်ရဲ့အကျိုး အကုသိုလ်ရဲ့အပြစ် အသိဉာဏ်များကို ပေးနိုင်သော မိတ်ဆွေကောင်းများသည် အကောင်းဆုံး မိတ်ဆွေများ ဖြစ်သည့်အားလုံးစွာ ကောင်းသည်များကို ညွှန်ကြားတတ်သော မိတ်ဆွေကောင်းများ၏ အနီးမှာ နေရသူများသည် ရှုံးသဝက ကုသိုလ်ကံ ရှိသူများ ဖြစ်ကြသည် (ပုံဖွဲ့စ ကတုပုလု မ်းလာ) ကံလည်း အထူးကောင်းကြပေသည်။ မိမိတို့ရဲ့ သားသမီးများ မိမိတို့ရဲ့ မိမိတို့ရဲ့ တပည့်များ မိမိတို့ရဲ့ ဆရာများကို ကောင်းမွန်သော ဘာသာရေးအသိဉာဏ် ပေးနိုင်ခြင်းဖြင့် အတ္ထမကြီးခြင်းဖြင့် လောကရဲ့ အလုကို ဆင်နိုင်ကြပါစေ။ ဆရာတော်သည် ဘာသာရေး သာသနရေး လူမှုရေးအတွက်ဆုံး မိမိရဲ့ ကျိုးမာရေးကိုပင် အဓိကမထား တခါတပါ ကျိုးမာရေး မကောင်းသည့် အခါမျိုးမှာပင် မိမိလုပ်ငန်းများ နောင့်နေးမည် စိုးသဖြင့် အတိုင်းအတာ တရာ့အထိ ထိရောက်အောင်မြင်ရန်နှင့် အများသူ၏ အကျိုးရစေရန် စွမ်းအားရှိသောက် မိမိရဲ့ တပည့်သားများနှင့် သိုက်သိုက်ဝန်းဝန်း လုပ်နေသည်မှာ သတိထားသူများအား အကျယ်တင်ပြစာရာ လိုမည်မထင် အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့်-

သိတူရ ရေအလှုံးတော်စီမံကိန်း အောင်မြင်ခဲ့ပြီး။ သိတူ အာယုဒါန ဆေးရုံးစီမံကိန်း အောင်မြင်ခဲ့ပြီး။ သိတူ ကွမ္မာ့ပုံစံတတ္ထသိုလ်များ (စစ်ကိုင်း။ ရန်ကုန်။ မန္တလေး) အောင်မြင်ခဲ့ပြီး။ ပြည်နယ်နှင့် တိုင်းများမှာ ဆေးရုံးစီမံကိန်းများ၊ ရေရာဝတီတိုင်း နာဂါတ်မှန်တိုင်း သင့်စဉ်က ပျက်စီးသွားသော ဘုန်းကြီးကောင်းများ ပျက်စီးသွားသော မူလတန်း အလယ်တန်း စာသင်ကောင်းများနှင့် လူမှုရေးလုပ်ငန်းများ။ အမေရိကန်စသော ပြည်ပနိုင်ငံများ၏ သာသန ပြန်ဘွားရေးများ စွမ်းနိုင်သောက် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ရာ၌ ဆရာတော် မိန့်နေကြ သွေပါဒ ရှိပါသည်။



ထိုသွေပါဒ စကားတော်များမှာ-

၁ / သူတပါး အကျိုးစီးပွားရေးကို ပြုလုပ်ခြင်စိတ်များရှိရမည် = Mind Power

ပြုလုပ်ခြင်စိတ် ထက်သနရာမှာလဲ ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးခွဲပါလျှင် မိမိအကျိုးစီးပွားရေး သူတပါးအကျိုးစီးပွားရေး နှစ်ခုလုံး ပြုလုပ်ခြင်စိတ် ရှိသည့်အတိုင်း ပြုမှုသာ ပြည့်စုံလုံးလောက် သွားပါမည် လူတိုင်းလူတိုင်း မိမိတို့ အတိုင်းအတာအရ ကုသိုလ်ပြုဘို့ အခွင့်ရသူချည်း များသာတည်း။

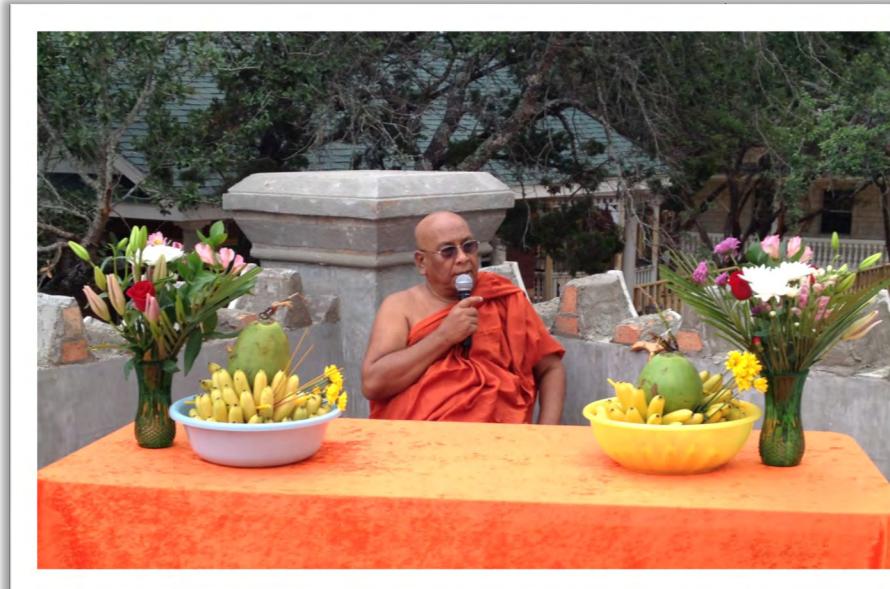
(Continued on page 26)

(Continued from page 25)

ပြုလုပ်နိုင်စွမ်း ရှိပါလျက် မိမိအကျိုးသာ ပြုလုပ်ပြီး  
သူတပါးအကျိုး မပြုလုပ်လျှင် တစ်ကိုသာကောင်းပေမည်။  
ထိုအတူ သူတပါးအကျိုးသာ ပြုလုပ်ပြီး မိမိအကျိုး  
မပြုလုပ်လျှင်လဲ တစ်ကိုသာကောင်းပေမည် မိမိအကျိုးလည်း  
မပြု သူတပါးအကျိုးလည်း မပြုစိရင်တော့ အဆိုးဆုံး  
ဖြစ်သွားလိမ့်မည်။ ပြုလုပ်ခြင်းတိရှိသူအဘို့ မိမိတို့နှင့်  
အနီးဆုံး ဘုရားများ ကောင်းများ လူမှုရေး နေရာဌာနများသို့  
ဝိရိယထားပြီး လာရောက်ကာ တတ်နိုင်သလောက် မိမိတို့  
အတိုင်းအတာအရ ကုသိုလ်နယ်ပယ် အတွင်းမှာ  
လူပိရှားနေသော ကိုယ် နှုတ် စိတ် သုံးပါလုံးသည် မိမိတို့ကို  
အကျိုးပေးမည် ကာယကံကုသိုလ် ဝစ်ကံကုသိုလ်၊  
မနောကံကုသိုလ်တွေသာ ဖြစ်ပေသည်။ ထိုအတူ  
သာသာရေးနှင့် အသိပညာ နည်းသေးသည် မိမိရဲ့  
မိတ်ဆွဲသွင်ယ်ချင်းများ သားယော သမီးယော များကိုလည်း  
တိုက်တွန်းဘို့ရန် အထူးလိုအပ်လုသည် သို့မှာသာ  
သူ့ယော ချင်းကောင်း မိဘကောင်းဖြစ်လိမ့်မည်၊ အလုပ်ပိန္ဒြု  
ပညာရေးကို အချိန်ပေးနေရဲ့ဟု အကြောင်းပြကာ မိမိတို့ရဲ့  
သူ့ယော ချင်းများ သားသမီးများကို သာသာရေး အသိပညာ  
မပေးနိုင်ပါက ထိုသူတို့အတွက် အနာဂတ်သည်  
ထင်သလောက် မတိုးတက်နိုင်ဘဲ သာသာရေးနှင့်  
ဝေးကွာကာ ကံ ကံ၏အကျိုးလောက်ကိုမှ  
မယုံကြည်ကြသူများ ဖြစ်သွားနိုင်သည်။  
ထိုကြောင့် သာသာရေးမှ ပေးသော အသိပညာဖြင့် မိမိတို့  
ပတ်ဝန်းကျင် သာယာလှပအောင် အကျိုးဆောင်ခြင်းတိကို  
မွေးမြှုနိုင်ရမည်။ သို့မှာသာ မိမိအကျိုး သူတပါးအကျိုး  
နှစ်မျိုးလုံးကို ပြုရောက်ပြီး သာသာရေး အသိပညာဖြင့်  
မိမိတို့နှင့် မကင်းရာ မကင်းကြောင်း ပတ်ဝန်းကျင်ကို  
အလုဆင်ခြင်း ညီညွတ်မှုရှိခြင်းဖြင့် မနာလို ဝန်တိမှုမှ နဲ့ခြင်း  
ကောင်းကျိုးများလိုလားခြင်းဖြင့် မိတ်ဆွဲများ၏ တိုးတက်မှုကို  
အားထုတ်ရင်း အနောက်တရာ့လောက် အလွန်ဆုံး  
အသက်ရှင်နေနိုင်မည့် ယခုခေတ် သက်တမ်း အတွင်းမှာ

ဆရာတော်တိုး လမ်းပြထားသည့်အတိုင်း  
လုပ်ဆောင်နိုင်အောင် ကြိုးစားနိုင်မှ တော်ရုံကျပေမည်။  
ပြုလုပ်ခြင်းတိ ထက်သနနေမှုသာ ပြုလုပ်ဖြစ်သို့ ရာခိုင်နှင့်  
များမည်ဖြစ်သည် ထက်သနနေသည့် အားလျှော်စွာ  
ပြုကြပေလိမ့်မည် သွှေ့အား ဝိရိယအား သတိအား  
သမာဓိအား ပညာအားများကို ပြုလုပ်ခြင်းတိ ထက်သနမှ  
ဆန္ဒစေတသိတော်လေးက ဦးဆောင်နေပါသည်။ ပြုလုပ်ခြင်းတိ  
မထက်သနလျင် နေရွှေ့ ညရွှေ့နှင့် အကြောင်းအမျိုးမျိုး  
ပြကာ ပြကာဖြင့် လုံးပါးပါးပြီး မပြုလုပ်ဖြစ်သို့ တဖြေးဖြေး  
ရာခိုင်နှင့်များလာမည် ပြုလုပ်ဖြစ်သို့ အခွင့်အရေး  
နည်းသွားပေလိမ့်မည် မထက်သနခြင်း၏ အကျိုးဆက်များ  
သာတည်း။  
ဝိရိယအား သွှေ့အား စွဲလုံးလကြိုးသော ဆရာတော်သည်  
ပရဟိတအတွက် ပြုလုပ်ခြင်းများမှာ အားရသည်မရှိ  
လွန်ခဲ့သည့် နှစ် နှစ်ဆယ်ကော်ခန့်က မိန့်ဘူးသည်  
စကားတော်ကို အမှတ်ရမိသည်။  
“ဝါအသက်ခြောက်ဆယ်ပြည့်ရှင် တရားဟော အလုပ်တွေ  
ရပ်ပြီး အခြား သိပ်အားမထုတ်ရတဲ့ သာသနာပြု လုပ်ငန်းပဲ  
အေးအေးဆေးဆေး လုပ်မယ်ဟု မိန့်တော်မှ ဘူးသည်”။  
ဒါပေမဲ့ ဆရာတော်ရဲ့ စေတနာအား သွှေ့အား ဝိရိယအား  
ပညာအားတွေက တိုက်တွန်းနှီးဆော်နေလို့ ဒီလောက်လေးနဲ့  
အားမရသေးဘူး ရပ်နေရဲ့ မဖြစ်သေးဘူးဟု ဆုံးဖြတ်ကာ  
ဆက်ကာဆက်ကာ လုပ်နေတာ အင်တိုက်အားတို့က်နဲ့  
ပြုလုပ်တာ ယနေ့ထက်တိုင် ကြည်ညိုနိုင်ကြပါသည်  
ပြည်တွင်းနေ ပြည်သူပြည်သား အားလုံးအတွက်နှင့်  
နိုင်ငံဌားရောက် မြန်မာများအတွက် ဆက်ကာဆက်ကာ  
လုပ်နေသည်။ မေတ္တာ စေတနာ ကြိုးမားခြင်းကာ  
အုံသြေစာတွေ ကျေးဇူးတင်စရာများတွေသာ ဖြစ်နေခဲ့ပြီး  
ဖြစ်နေဆဲ ဖြစ်နေလိမ့်ဌီးမည် အာစရိယရှုကော်  
အနန္တာပါပေ။  
တစိုက်မတ်မတ်လည်းပြုလုပ်သည် နောက်လိုက်

(Continued on page 27)



(Continued from page 26)

ပရိသတ်များ ကိုလည်း ပြုလုပ်သို့ရာ အထပ်ထပ်အခါခါ  
တိုက်တွန်းသည် ထက္ခနိုင်းကြားစေသည် ကပ္ပါယကာရက  
အဖွဲ့ဝင်များကို ကုသိုလ်ကောင်းမှုရဲ့ အကျိုးများကို ပြောပြခါ  
မိမိအကျိုး သူတပါးအကျိုး ဆောင်ရွက်ခြင်းရဲ့  
အကျိုးကိုပြောပြခါ ဆုံးမလေ့ရှိသည်။

စစ်ကိုင်း သိတရု အာယုဒါန ဆေးရုတော်တွင် လတိုင်းလတိုင်း  
ဥက္ကဋ္ဌ အတွင်းရေးမှု။ ဦးဆောင်သော အထက်မြန်မာပြည်  
ကပ္ပါယကာရကများနှင့် တွေ့ဆုံးနေ့နေ့ခြင်း။  
အခါအားလျှော့စွာ အောက်မြန်မာပြည် ဥက္ကဋ္ဌ အတွင်းရေးမှု  
ကပ္ပါယ တကာ တကာမများနှင့် ရန်ကုန် သိတရု  
ဗုဒ္ဓတ္ထဘုလ်၌ တွေ့ဆုံးနေ့နေ့ခြင်းများ ကိုမောင်မောင်  
ဦးဆောင်သော မြောက်ဒရု ကပ္ပါယကာရကအဖွဲ့။ ဦးတင်လှိုင်  
ဦးဆောင်သော သီရိမာ်လာ ရေးသူရေးသားများအဖွဲ့။  
ကိုမြင့်အောင် ဦးဆောင်သော ပိုလ်စိန်မှန်  
ကပ္ပါယကာရကအဖွဲ့နှင့် ကိုဝင်းထွန်း ဦးဆောင်သော ဆရာတဲ့  
ကပ္ပါယကာရကအဖွဲ့များနှင့် ရင်းနှီးကြမ်းဝင် သူများသည်  
ဆရာတော် ဖြစ်ခြင်သည် အများအကျိုးပြု လုပ်ငန်းများကို  
တက်တက်ကြုံကြ ဝိုင်းဝန်းကျည်းပြုလုပ်နေကြရင်း  
တဘက်ကလည်း မိမိတို့ စီးပွားရေးလည်း  
မလစ်ဟင်းရအောင် ရှာဖွေရင်း နှစ်ဖက်လုံးအတွက်

အကျိုးရှိသော အလုပ်များဖြင့်  
အချိန်ကုန်ရကျိုးနှင်လျှက်  
ဝမ်းသာအားရဖြစ်ရသည်က  
အဖိုးမဖြတ်နိုင်သည့် ဖြစ်တောင့်ဖြစ်လ  
ပိတိဟု ဆိုရပေလိမ့်မည်။ အရတော်လေစွာဟု  
ဆိုခြင်သည်။

“ଆଶ୍ରଦ୍ଧିଗୋଟିଏବୁନ୍ଦି ଯଥିବାରେ ପ୍ରତିବନ୍ଦିତ ହୁଏବାରେ  
ଗ୍ରୀବାନ୍ଦିଗୋଟିଏବୁନ୍ଦି କିମ୍ବା ଲାଗିବାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏବାରେ”  
ବାରାତରେକା ଆମ୍ବାମପ୍ରତି ଏହିମାତ୍ରାବୁନ୍ଦି  
ଆଶ୍ରଦ୍ଧିକାରୀଙ୍କ ଆମ୍ବାମପ୍ରତି ଏହିମାତ୍ରାବୁନ୍ଦି  
ବାରାତରେକା ଆମ୍ବାମପ୍ରତି ଏହିମାତ୍ରାବୁନ୍ଦି  
ବାରାତରେକା ଆମ୍ବାମପ୍ରତି ଏହିମାତ୍ରାବୁନ୍ଦି

## မည်သည့်နေရာတွေမှ ပြလုပ်လျှင်

လူများအတွက် မည်မျှ အဆင်ပြနိုင်သည် အထောက်အကူ  
မည်မျှရနိုင်သည်ဟု ဝေဘန်ပိုင်းခြား စဉ်းစားပြီး  
ပြလုပ်လေ့ရှိသည် ဤမျှ စိတ်ရည်ပြီး အပင်ပန်းခံကာ  
ပြလုပ်ခြင်စိတ်က အမြတ်များ လွှမ်းမိုးထားသော  
ဆရာတော်သည် ဤမျှလောက် ပရတိတလုပ်ခြင်းနှင့်  
အားမရသေးသော တိုင်းသူပြည်သားများအပေါ် မေတ္တာ  
ကရှုကာအင်အား ကြီးမားလှသည့် ဂုဏ်ပုဒ်ပေါင်းများစွာ  
ပိုင်ထားသည့် ဆရာတော်ပါပေါ်။

## ဒုတိယအချက်အနေအားဖြင့်-

ຢ/ ဆုံးဖြတ်ချက် ချလိုက်သည့်အတိုင်း လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသော  
အဖွဲ့ဝင်များဖြင့် အဖွဲ့အစည်း တောင့်တင်းနိုင်မာရမည် = Men  
Power

မှန်ပေါသည် အဖွဲ့အစည်း မတောင့်တင်းလျှင် လုပ်မည်ဟု  
သတ်မှတ်ထားသော အလုပ်များ အချိန်ပိုင်း အတိုင်းအတာ  
အတွင်းမှာ မပြီးပြတ်နိုင်ပဲ ရှိနေတတ်သည် အခက်အခဲကို  
လွယ်လွယ် ကျော်ဖြတ်နိုင်လိမ့်မည်ဟု ထင်ထားသော်လည်း  
လိုသည်ထက်ပို၍ အချိန်ပေးနေရသည် ထိုသို့သော အခါမျိုး၌  
နောက်ဆုတ်ရမလား ရှုံးတိုးရမလားဟု ဖြစ်နေသည့်အခါ  
လုပ်စွမ်းနိုင်သည့် အဖွဲ့ဝင်များဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါလျှင်

(Continued on page 28)

(Continued from page 27)

အားလုံးဆွဲနွေးတိုင်ပင် အဖြော်ရှာလျက် လုပ်လိုက်လျှင်  
အတိုင်းအတာ တရာတော့ ရောက်ရှိသွားလိမ့်မည်ဟု  
ယုံကြည်ပါသည် ဆရာတော်သည် ထိုသို့ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်  
မိမိ၏ လုပ်ငန်းများကို အကောင်အထည်ဖော် ပြုလုပ်သည်။  
ဆရာတော်သည် ထိုသို့သောအခါမျိုး၌ အလုပ်ကြေမြှုမြှု ကျင်မှု  
အတွေအကြံတွေ များနေပြီးဖြစ်သည့် အားလျှော်စွာ  
လွယ်လွယ်ကူကူနှင့် ကျော်ဖြတ်သည်ကို  
များစွာတွေခဲ့ဘူးသည် တွေ့ခဲ့ဘူးသည့်အလျောက်  
လူများရဲ့အား (men power) အချို့ကို လက်တွေ့。  
ကြည်ညီခဲ့မိပါသည် တရာ့၏အဖွဲ့ဝင်များသည် စေတနာ သုဒ္ဓ  
ရှိသော်လည်း တကယ် အလုပ်လုပ်ရမည့် အချိန်၌ မိမိတို့  
ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ပိနေ၍ မအားကြသောအခါ လူလဲလှယ်၍  
လုပ်ရသည့်အခါလည်း များစွာရှိသည် သို့မှာသာ အခက်အခဲကို  
အလွယ်တကူ ကျော်ဖြတ်နိုင်သည် ဘယ်သူမရှိလို  
လုပ်လိုမဖြစ်ဘူးဟု ပြောစရာလည်း မရှိတော့ပြီး  
အများနှင့်လုပ်သောအလုပ်များ အခက်အခဲ တွေ့သောအခါ  
တိုင်ပင်ဆုံးဖြတ်ကာ သည်ခံရသည့်အခါရှိသလို  
ပျော်ရွင်စရာအခါ အတွေအကြံသို့တွေ့ ရတဲ့အခါတွေ့လည်း  
များစွာရှိသည်။

အဖွဲ့ဝင် လူများညီညွတ်နေလျှင် ငယ်သော အလုပ်များသည်  
လွယ်လွယ်ကူကူ ပြီးမြောက်အောင်မြင်ခြင်း  
ကြီးသောအလုပ်များ လူအားဖြင့် လုပ်ရမည့်  
အလုပ်များကိုလည်း ထင်သလောက် မခက်ခြင်းစသော  
အကျိုးများရနေသည် ကြီးကြီးကျပ်ကျယ် အခက်အခဲများ  
ငယ်သွားခြင်း ငယ်သော အခက်အခဲများ ပျောက်သွားခြင်း  
စသောအကျိုးတို့ကို လက်တွေ့ကြပေလိမည်  
တက်ညီလက်ညီ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အလုပ်လုပ်ရာ၌  
စိတ်ဝင်စားမှု ပိုလာခြင်း အချိန်ကုန်သွားသော်လည်း  
ကုန်သွားမှန်းမသိခြင်း ရွှေ့လန်းပျော်ရွှေ့တက်ကြစွာ  
ပြုလုပ်ခြင်းတို့သည် ခေါင်းဆောင်ကောင်းတို့၏  
စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ကျေမှုကျင်မှုမှ ရရှိသော အကျိုးရလာသံများ



သာတည်း။

တတိယမြောက်သွေ့ပါဒကား

၃/ စနစ်တကျ ရှာဖွေမှုအလိုက် သုံးစွဲဘို့ရာ  
ငွေအေားရှိရမည် = Money Power

ငွေအားသည် ပရဟိတ လုပ်ရာ ၌ အရေးကြီးသည့် အခန်း၌  
ပါဝင်သည် လုပ်ခြင်းထိ ရှိသော်လည်း လူအားတွေ့  
အများကြီးရှိသော်လည်း ငွေအေားနည်းလျှင် နည်းနည်းပဲ  
လုပ်နိုင်ပါလိမ့်မည် ငွေများလျှင် များများလုပ်နိုင်မည်။

ရှာဖွေသည့်ကဏ္ဍက အရေးကြီးသလို

သုံးစွဲသည့်ကဏ္ဍတို့သည် လည်း အရေးကြီးနေပြန်သည်  
ညီမျှခြင်းရှိလျှင် ရေရှည်လုပ်နိုင်မည်။ အဖွဲ့ဝင်များသည့်  
အားလျှော်စွာ တရားသောနည်းလမ်းဖြင့် ငွေရှာရှု၌

သွေ့ကြီးမာသော ပုဂ္ဂိုလ်များ စေတနာဖြင့် လူဗျိုန်းနိုင်သည်  
ပုဂ္ဂိုလ်များ တရာ့၏ ငွေအားမရှိသော်လည်း

စေတနာသန့်သန့်ဖြင့် မည်သည့်အကျိုးကိုမျှ

ပျော်လင့်ခြင်းမရှိဘဲ ကိုယ်အားဖြင့် စိုင်းဝန်းကျည်း

လုပ်စွမ်းနိုင်သူများကို များစွာလိုအပ်သည် သို့မှာသာလျှင်

ရေရှည်တည်တန် စိုင်မာသော အသင်းကြီး ဖြစ်လာ၍

လုပ်ရကျိုးနှပ်ခြင်း အကျိုးများကို ကောင်းကောင်းကြီး

ခံစားနိုင်ကြပေမည် သိတဲ့ ဆရာတော်သည် ထိုသို့ တပည့်

(Continued on page 29)

(Continued from page 28)

ပရိသတ်ကောင်း များစွာကို ဖွဲ့စည်းထားခြင်း စသော  
အကြောင်းများကြောင့် နှစ်ပေါင်းအရာ အထောင်  
များစွာတည်တန် ခြင်းအကျိုး ရရှိမည်ဟု  
ယုံကြည်နေမိပါသည်။

ယခုလဲ တရားလိုလားတဲ့ ရှင်ရဟန်း အမျိုးကောင်းသား  
အမျိုးကောင်းသမီးများအတွက် စစ်ကိုင်း သီတရု  
ကွဲမှုဗုဒ္ဓတ္ထတ္ထသိုလ် မြောက်ဖက် သုံးမိုင်ခန်းအကွား  
တောင်စီလာတောင်တန်း ဘုရားလေးနှင့် ပန်ရလုသည်။  
တောင်စီလာတောင်လေး၏ တောင်ဘက် အောက်နားမှာ  
ရှုစင်းသိပ်ကောင်းသည့် နေရာလေး  
နတ်တို့ဖန်ဆင်းနေသည့်နယ် သီတရု တရားရိပ်သာကို  
တည်ဆောက်နေခဲ့ပြီးဖြစ်၍ တိတောင်းလှသည့်  
အခါန်ပိုင်းလေး အတွင်းမှာ ဆရာတော်နှင့် တပည့်များ၏  
လုံးလိုပိုယာအား မည်မှုကြီးမားသည်ကို  
သက်သေပြနေဖော်လေပြီး ကြည်ညိုနိုင်ကြလေပြီး။

တဝက်ကျော်လောက် ပြီးမြောက်ခဲ့ပြီးဖြစ်လေသည်။ သို့သော်  
ကျိုနိုနေသေးသော မပြီးသေးသော တည်ဆောက်ရေးများကို  
ဆက်လက်တည်ဆောက်နေဆဲ ဖြစ်၍ ကုသိုလ်တရား  
လိုလားတဲ့ အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီးများကို  
နောက်မကျသေးကြောင်း ကုသိုလ်အကွားကောင်းကို

ရှာဖွေနေသည့် အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီးများ  
အတွက် ကုသိုလ်ပြုလုပ်ရန် နေရာလပ်တွေ  
ကျိုနိုနေသေးကြောင်းကို ဤဆရာတော်၏ မွေးနှေ့တော်  
စာတောင်မှ သတ်းကောင်းပါးရင်း အလေးအနက်  
တိုက်တွန်းခြင်ပါသည် အခွင့်ကောင်းသည်ယခုပင်ဖြစ်သည်။

ဤမျှသော စကားအစဉ်ဖြင့် မေတ္တာ ကရာကာ ကြီးမားခြင်း  
လုံးလိုပိုယာ ကြီးမားခြင်း စသော ရှုက်တိုနှင့် ပြည့်စုံသော  
ကွဲမှုဗုဒ္ဓတ္ထသာသနာပြုအကျော် သီတရုဆရာတော်၏ သာသနာပြု  
လုပ်ငန်းစဉ်အချို့ကို သိရှိခါဖြင့် ကြည်ညိုနိုင်ကြပါစေ  
ဆထက်ထမ်းပိုးလည်း ပါရမီဖြည့်ကြရင်း မဆုံးသေးသော  
သံသရာ လမ်းခရီးမှာ ပျော်ရွင်စွာ လျှောက်လှမ်းနိုင်ကြပါစေ။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးလည်း သက်တော်ရာကျော် ရည်ဗြို့  
အားရမှုရသည့်အထိ မိမိခဲ့အကျိုး သူတပါးရဲ့အကျိုးများကို  
သိုက်သိုက်ဝန်းဝန်း ဆထက်ထမ်းပိုး ရည်ကြာစွာ  
ပြနိုင်ပါစေလို့ ဆုတောင်းရင်း ခြေတော်ဦးခိုက် လက်အုပ်ချိမိုး  
ရှိနိုင်းရင်း နိုင်းချုပ်လိုက်ပါသည်။

-အရှင်အဂ္ဂမ္မ. အော်စတင်-



### သီတရု ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ကွဲမှုဗုဒ္ဓတ္ထသာသနာပြု သိတ်ဆောင်

၁ / သူတပါးအကျိုးစီးပွားကို ပြုလုပ်ခြင်စိတ်များရှိရမည် = Mind Power

၂/ ဆုံးဖြတ်ချက် ချလိုက်သည့်အတိုင်း လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသော အဖွဲ့အစည်း  
တောင့်တင်းနိုင်မာရမည် = Men Power

၃/ စနစ်တကျ ရှာဖွေမှုအလိုက် သုံးစွဲသို့ရာ ငွေအင်အားရှိရမည် = Money Power

## အောင်စတင်မှာ သာတဲ့လ

တိသစ် (သီတဂ္ဂ)



လပြည့်ည၏  
ဂိုင်းစက်နေသော

လမင်းကား တက်ဆက်ပြည်နယ်  
အောင်စတင်မြို့၏ ကောင်းကင်ယံတွင်  
ထွန်းလင်းလျှက်နေပေပြီ။

ကွဲဗြီးရဲ့ အရှေ့ဘက်ခြမ်းတွင်  
သာနေသောလ ကား ယခုအခါ  
ကွဲဗြီးရဲ့ အနောက်ဘက်ခြမ်းသို့လည်း  
အရှုန်အဟုန်ဖြင့် ရွှေလာနေပြီးစီးသည်။  
အောင်စတင်မြို့၊ သီတဂ္ဂုံးရိုး  
ရွှေစည်းခုံးစွဲတော်ရှေ့က  
စတိတ်စင်လေးပေါ်တွင်  
တယောက်တည်းထိုင်ရင်း တွေးတော့နေမိသည်။  
မီးပျက်သည်ဟူသော စကားကို မကြားဖူးသောအရပ်တွင်  
ထိန်ထိန်သာနေသော လရောင်ကို အရသာခံ  
ငေးကြည့်သူတွေ ရို့မှုရို့မလားမသိ။ ကွဲဗြီးရဲ့  
အနောက်ခြမ်းမှာ နေထိုင်ရသော်လည်း အမိမြန်မာပြည်မှာ  
နေထိုင်ရသာကဲ့သို့ပဲ ခံစားနေမိသည်။ ၁၆-  
ကေကျယ်လန်းသော သီတဂ္ဂုံးရိုးဟာရသည်ကား  
အမေရိကန်တွင် အခမ်းနားဆုံး အကြီးကျယ်ဆုံး  
ကျောင်းတိုက်ကြီးပော်ဖြစ်သည်။ ကမ္မားနှင့်တရား  
အားထုတ်လိုသူတို့အတွက် အကောင်းဆုံးနေရာ။ သံသရာ  
ရိုက္ခာယူလိုသူတို့အတွက် အကောင်းဆုံးသော နားခိုရာ  
တော့ရောင်သာတစ်ခု။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပါရမိအစုစုတို့ကို  
စိုက်ပိုးကြီးချို့ဖြစ်အတွက် လယ်ယာမြေကောင်းတစ်ကွက်။  
စိတ်ဖိစီးမှုများသော အနောက်တိုင်းသူ အနောက်တိုင်းသားတို့  
အတွက် ဖြေဆည်ရာ နေရာတစ်ခု။ လူသားတို့အတွက်သာ  
မှုနှုန်အားထားရာ မဟုတ်သေး။ သမင်၊ ဒရယ်၊ ကြက်ဆင်၊ ယုန်  
စသော ကျေးဇူးတော်သာရကာတို့အတွက် လုံခြုံစိတ်ချွာ  
ကွန်းခိုရာ သေးမွဲတော့တစ်ခုလည်း မှန်ပါသည်။  
သီတဂ္ဂုံးရိုး ၁၉၉၆-ခုနှစ်ကတော်သည်းက သီတဂ္ဂ



Photo & Design: Aung Moe

ဆရာတော်ဘုရားကိုယ်တိုင် စတင်တည်ထောင် ခဲ့ပါသည်။  
အမေရိကရောက် မြန်မာပြည်သူများနှင့် ထေရာဂါဒကို  
စိတ်ပေါ်စားသော အနောက်တိုင်းသားတို့အတွက် လက်တွေ့  
လေ့လာ ကျင့်ကြံရာ ဌာနကြီးတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။  
သီတဂ္ဂုံးရိုးဟာရကို ရွှေစည်းခုံးစွဲတော်၊ ဓမ္မာရုံး၊ ထေရာဂါသ၊  
ကထိက၊ သတင်းနှင့် ပြန်ကြားရေး၊ ထမင်းစားခန်း၊  
စာကြည့်တိုက်၊ ကမ္မားနှင့်ဆောင် စသည်ဖြင့် အဆောင်ပေါင်း  
၄၀ ကျော်တို့ကို မြန်မာ့အလု မြန်မာ့အနပ်ညာလက်ရာများဖြင့်  
လှလှပပ တန်ဆာဆင်ထားလျှက်ရှိရာ မြန်မာ့  
အနပ်ညာများတည်ရှိရာ ပြတိက်ကြီးတစ်ခုဟုလည်း  
တင်စားခံ့ပေါ်ကြပါသည်။ သူလူ ကိုယ့်လူ အဖြုံးအမည်း  
မခွဲစြား။ ကွဲဗြီးသူ ကွဲဗြီးသားအားလုံးအတွက်  
သီတဂ္ဂုံးရိုးဟာရကို တည်ထောင်ထားခြင်းဖြစ်ကြောင်း  
သီတဂ္ဂုံးရိုးတော်ကြီးက မိန့်တော်မှုပါသည်။  
ရွှေစည်းခုံးစွဲတော်ကို အလယ်ပုံစံထား၍ စေတိတော်၏  
လက်ယာဘက်တွင် သံယာတော်များအတွက်  
အဆောင်ပေါင်း ၈-ဆောင်၊ စေတိတော်၏ လက်ပဲဘက်တွက်  
အမျိုးသမီးဆောင် ၁၄-ဆောင်၊ စေတိတော်၏  
နောက်ကျော်ဘက်တွင် အမျိုးသားဆောင် ၁၄-ဆောင်နှင့်

(Continued on page 31)

(Continued from page 30)

အများသုံးရေချိုးခန်း အိမ်သာ သတင်းနှင့်  
ပြန်ကြားရေးဆောင် ဓမ္မသဘာဆောင် စသည်ဖြင့်  
အဆောင်ပေါင်း ၄၀-ကျော်တိုကို စနစ်တကျ  
တည်ဆောက်ထားလျက်ရှိရာ ရောက်များသူတိုင်းက  
ဆရာတော်၏ စနစ်တကျပိုမ်းခန့်ခွဲ ကျမ်းကျင်မျက်ကို တာအုံတွေ  
ဖြစ်သွားကြသည်ချည်းပင်ဖြစ်သည်။ ကျောင်းဆောင်များကို  
နာမည်ပေးရာတွင် သာသနတော်၌ ထင်ရှားကျော်ကြားသော  
ကျောင်းတိုက်များကို ရှုက်ပြု ပူဇော်သောအားဖြင့်  
သံယာဆောင်များကို မိဂုဒ္ဓပုဒ်ဆောင်၊ ပေါ်လှုန်ဆောင်၊  
ဇေတ်လန်ဆောင် စသည်ဖြင့် အမည်ပေးထားပါသည်။  
တော်၏ ရဟန်အရှင်မြတ်များကို ပူဇော်သောအားဖြင့်  
အရှင်မဟာကသုပဆောင်၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာဆောင်၊  
အရှင်မေတ္တလာန်ဆောင် စသည်ဖြင့် အမျိုးသားဆောင်များကို  
အမည်ပေးထားပြီး သာသနာ အာဏာနည် အမျိုးသမီးများကို  
ရှုက်ပြုသောအားဖြင့် ခေါ်ဆောင်၊ ပဋိဌာတရီဆောင်  
ဥပ္ပလက်ဆောင်စသည်ဖြင့် အမျိုးသမီးဆောင်များကို  
အမည်ပေးထားပါသည်။

ယခုအခါ သီတရုပ္ပါးရိပ္ပကရတွင် ဥပ္ပက်တော်အမြင့် ၅၄-ပေရီ  
ရွှေစည်းခုံစေတီတော်အပါအဝင် ကျောင်းဆောင်များအားလုံး  
ပြီးစီးသွားပြုဖြစ်ပါသည်။

ရွှေစည်းခုံ စေတီတော် ဖွင့်ပွဲကို ၂၀၁၃-ခုနှစ်တွင်  
ကျင်းပမည်ဟု ဆရာတော်ဘုရားကိုယ်တိုင်  
မီမံဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ကဗျားတစ်ပါမ်းကပြည်သူများ အော်စတင်  
ရွှေစည်းခုံ စေတီတော် ဖွင့်ပွဲသို့ အရောက်လာ ကြဖို့ အားခဲ့  
ထားကြသည်ကို တွေ့မြင် ကြားသိရပါသည်။  
ကြညာချက်အတိုင်း မဆောင်ရွက်နိုင်တာကိုလည်း  
နားလည်ပေးနိုင်လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်မိပါသည်။  
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မီးသတိဌာန ကြောင့်ဟုပြင်  
ဆိုရပါမည်။ တက်ဆက် ပြည်နယ်သည် မြန်မာပြည်  
အညာပိုင်းဒေသကဲ့သို့ ပူပြုး ခြောက်သွေ့သော  
ဒေသတစ်ခုပင်ဖြစ်ပါသည်။ မီးသေား အွန်ရှာယ်ကို  
ကာကွယ်သည့်အနေဖြင့် အဆောက်အိုးတိုင်းတွင် Sprin-  
kler System ခေါ် မီးလောင်ခဲ့လျှင် အလိုအလျောက်  
ဌ်မီးသတ်သည့် မီးသတ်စနစ်ကို ထည့်သွင်းတပ်ဆင်

ကြရပါသည်။ အစကန်း၌ တပ်ဆင်ရမည်ဟု အတိအကျ  
မပါသောကြောင့် ဖွင့်ပွဲရက်ကို သတ်မှတ်ခဲ့ကြပါသည်။  
သို့သော် စေတီတော် ဖွင့်ပွဲရက်ကြညာပြီးမှ မဖြစ်မနေ  
မီးသတ်စနစ် ထည့်ရမည်ဟု ဆိုလာသောကြောင့်  
လုပ်ငန်းများ နောင့်နေးကြားခဲ့ရပါတော့သည်။ ယခုအခါ  
အဆိုပါ မီးသတ်စနစ်များ စတင်တပ်ဆင်နေပြီဖြစ်ပြီး  
မီးသတ်ဌာနမှ လာရောက်ကြည့်ရှစ်ဆေးပြီးလျှင်  
အားလုံးပြီးစီးပြီးဟု ဆိုရပါပဲသည်။ မီးသတ်စနစ်အတွက် ဂါလို  
18000 ဆန့် ရောကန်ကြီးကိုလည်း ယခုအခါ  
တည်ဆောက်ပြီးသွားပါပြီ။ တာဝန်ခံဆရာတော်  
ဒေါက်တာအရှင်အရိယဓမ္မကတော့ ကျောင်းတိုက်အတွင်း  
ကဗျာရာလမ်းများ အားလုံး အပြည့်စုံပြီးမှ စေတီတော်  
ဖွင့်ပွဲကို ကျင်းပစ္စာ သီတရုပ္ပရာတော် ဘုရားကြီးကို  
လျောာက်ထားမည်ဟု အမိန့်ရှိပါသည်။ ကျောင်းတိုက်တာခုလုံး  
ကဗျာရာအပြည့်စုံစီးဖို့ အမေရိကန်ဒေါ်လာ တစ်သိန်းခန့်  
ကုန်ကျေမည်ဟု အမိန့်ရှိရာ အခွင့်အရေးကို  
လက်မလွှတ်လိုသော သူတော်ကောင်းတို့ အတွက်  
ရရှိလာသော အခွင့်အရေးကို မိမိရရအသုံးချဖို့  
အကောင်းဆုံးအချိန်ဟုပင် ဆိုချင်ပါတော့သည်။ မကြာမိ  
အချိန်အနည်းငယ်အတွင်း မီးသတ်စနစ်လည်း ပြီးမည်။  
ကဗျာရာလမ်းလည်း အမြန်ဆုံးခင်းနိုင်မည်ဆိုပါက ၂၀၁၄-  
ခုနှစ် မေလလောက်တွင် အားလုံးမျှော်လင့်စောင့်စား  
နေကြသည့် ရွှေစည်းခုံ စေတီတော် ဖွင့်ပွဲကြီးကို  
ကျင်းပနိုင်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ရပါသည်။ ကျင်းပနိုင်ရေး  
အတွက် လည်း အရှိန်အဟုန် ကောင်းကောင်းဖြင့်  
အပြင်းအထန်ကြီးစား နေကြပြီးဖြစ်ပါသည်။ အော်စတင်မြို့၏  
ကောင်းက်ယံတွင် ထွန်းလင်းနေသော လမင်းထက်  
အော်စတင် သီတရုပ္ပရိပ္ပက်ရုံးရှင် သီတရု  
ဆရာတော်ဘုရားထွန်းညီထားသော သွေ့မှာသုံးဖြာ  
သာသနရောင်ဂါသည်ကား အနောက်တိုင်းတွင်  
ပကတိလရောင်ထက် ပို၍ထွန်းလင်းတော်က်ပ နေပြီ  
ဖြစ်ပါသည်။ အော်စတင်မှာသာတဲ့ သာသနာ  
လမင်းကြီးသည်ကား အော်စတင်မှာသည် ကဗျာတစ္ဆေးသို့  
ထွန်းလင်းနေပြီ။  
-ကိုသစ် (သီတရု)-

## မေတ္တာပေါင်းကူး တံတား

ဒေါ်စန္ဒပါဘ (စန္ဒာစည်)

### မောင်တို့။

အခ အဘက္ဍ  
ဘာလုပ်ကြမလိုလဲ။  
အသက်အားဖြင့်

ဝေခန်းရှိ လူကြီးတစ်ယောက်က လူရွယ်ပါးယောက်အား  
မေးနေခြင်းပါ။ နေရာကား ဂုတ်ထိပ်တံတားပေါ်မှာ။  
လွန်ခဲ့သော ငါးနှစ်ခန်းက ရွှေလီ နှစ်းခေမဲ့ မူဆယ် နယ်စပ်တွင်  
လီဆူး အမျိုးသားလေးတစ်ယောက်သည်  
ကျောက်တူးသမားအဖြစ် အသက်မွေးနေထိုင်ရာမှ သူ၏  
ရိုးသားကြီးစားမှုကြောင့် ကျောက်တူးသမားဘဝမှ  
တွင်းစားသမားဖြစ်လာ၏။ ထိုအချိန်တွင်လည်း မိုးကုတ်မြို့၌  
မိုးကုတ် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညစဉ်တရားဟောနေရာ  
ကျောက်တူးသမား လီဆူး အမျိုးသားသည်  
ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဒီဇူးဖြစ်တရားတော်များ  
နာကြားရပြီး မူလခရစ်ယာန်ဘာသာမှ ဗုဒ္ဓဘာသာသို့  
ကူးပြောင်းလာပြီး ရတာနာသုံးပါးကို ယုံကြည်  
ကိုးကွယ်လာသည်။ ကျောက်တွင်းပိုင် တွင်းစားဘဝတွင်  
အဘိုးတန်ကျောက်ကြီးများကို တူးဖော်ရရှိသူဖြင့်  
မိုးကုတ်မြို့၌ တွင် ထင်ရှားသော သူငြေားတစ်ဦးဖြစ်လာ၏။  
ဤသို့ချမ်းသာလာချိန်တွင် သူမွေးရပ်ပြည့် အလှုံးကြီး  
ပေးလှုရန် ငွေ့ဝါးသိန်းနှင့် လှုံးခွွှေ့ပစ္စည်းများပါ  
ယူဆောင်လာပြီး ဒေါ်ဂျုစ်နှင့် လာရာ အထက်ပါ  
ဂုတ်ထိပ်တံတားအရောက်တွင် လူဆိုးငါးဦးက သေနတ်နှင့်  
ချိန်ပြီး မောက်ခိုင်းနေသည်ကို စားပြေတိုက်မှန်းသိရက်နှင့်  
သူငြေားကြီးက အေးအေးဆေးဆေး မေးနေခြင်းပါ။  
ဘာလုပ်တယ် ထင်သလဲ၊ ဒီမှာ လက်နက်ပြု  
မောက်ခိုင်းနေတာ စားပြေတိုက်တာပေါ့။ နေပါး  
အဘေးပြောမယ့် မင်းတို့ ဒုမေတိုက်တယ်ပြောရင်  
ပုလိပ်ရောက်လာရင် ဖမ်းဆီးခံရမယ်။ အဘတို့ ဟိုမှာ လှုံး  
ငွေ့ဝါးသိန်းပါလာတာ မင်းတို့ကို တစ်ယောက်တစ်သိန်းစီ  
ခွဲပေးမယ်။ ပုလိပ်လာရင်လည်း စားပြေတိုက်တယ် မပြောဘူး။

မင်းတို့ ဒီငွေ့နဲ့ ရင်းနှီးလုပ်ကိုင်စားကြပါ။ ဒီအကုသိုလ်အလုပ်  
ဆက်မလုပ်ကြပါနဲ့ နောက်လည်း လိုအပ်တဲ့အခါ အဘဆိုမှာ  
အချိန်မရွေး လာယူ။ မိုးကုတ်မှာ ဦးပါဆိုရင် လူတိုင်းသိတယ်  
ပြောပြီး တစ်သိန်းပါပေး ပါလာတဲ့

စားကောင်းသောက်ဖွယ်တွေ ကျွေးး ဒီတော့ ဟိုလူတွေက  
လက်နက်နဲ့ တောင်းပါဦးမလား။ အားလုံးလက်အုပ်ချို့  
ထိုင်ကန်တော့ပြီး ကျေနောက်တို့ မှားပါတယ် အဘရယ်  
အပြစ်တွေကို ခွင့်လွှတ်ပါ။ မင်းတို့ကို အဘခွင့်လွှတ်ပြီးသားပါ။  
ဟိုရောက်မှ လှုံးရမယ့်ဟာ အခုတော်ပြီး မင်းတို့ကို လှုံးရလို့  
အဘဝမဲ့သာနေတာ။ မင်းတို့က အလှုံးခံတွေပဲ နေဦးကွဲ့  
အဘမင်းတို့ကို ထပ်ပေးချင်သေးတယ်။ တော်ပါပြီး အဘရယ်။  
ဒီငွေ့နဲ့ ကျေနောက်တို့ လုပ်ကိုင်စားလောက်ပါပြီး အဘကျွေးဇူး  
ကျေနောက်တို့ မမေ့ပါဘူး။ အရေးကိုစွဲရှိရင် ကျေနောက်တို့ အသက်နဲ့  
လဲပြီး ကာကွယ်ပါမယ် အဘရယ်တဲ့

မြတ်ဗုဒ္ဓအဆုံးအမက ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အခြေအနေကို  
အတတ်နိုင်ဆုံး ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် ယောနိသောမန်သိကာရ  
နှလုံးသွေးစို့ပါပဲ့။ ဒီအတိုင်း လိုက်နာကျွေးမှုးနိုင်တာရို့  
ရန်သူကို မိတ်ဆွေမက တပည့်တွေပါ ဖြစ်ကြရတယ်.  
မင်းတို့ကို အဘထပ်ပေါ်ဦးမယ်ဆိုပြီး ငါးပါးသိလပါ  
ပေးလိုက်ပါတော့တယ်။

ငွေ့ဝါးသိန်းအကြောင်းရေးရင်း ဘဏ်ပုဂ္ဂန် မေလ ၂၂  
ရက်နေ့ထုတ် သတင်းစာတွေမှာ ငွေ့ဝါးသိန်းနှင့်  
ပြန်ပေးဆွဲခြင်းဆိုတဲ့ သတင်းပါလာပြီး မမေ့ပျောက်ကောင်းတဲ့  
သတင်းတစ်ပုဒ် ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။ လွတ်လပ်ရေး  
ရပြီးစားချိန်တုန်းက လှုပြန်ပေးဆွဲတဲ့ အကော့ဆိုး ဒေတိယ  
ကွားစစ်ကြီးရဲ့ အမွှာအဖြစ် ကျွန်းရစ်ခဲ့ပါတယ်။ ပင်စင်စား  
အရေးပိုင် ဦးဘိုးစသည် ရန်ကုန်မြို့၊ အင်းလျားအနီး၌ နေစဉ်  
ရတာနာသုံးပါးအာရုံဖြင့် အေးဆေးစွာနေပြီး ဗော့ ပြည်သူ့ဘက်

(Continued on page 33)

(Continued from page 32)

၌ မန်နေဂျင်းဒါရိက်တာအဖြစ် တာဝန်ယူလျက် ရှိ၏။  
 မေလ ၂၁ ရက်နေ့ နံနက်တွင် ထုံးစံအတိုင်း ဦးသိုးစသည်  
 လမ်းလျောက်ပြီး ပြန်လာ၏။ အိမ်မှထွက်သည်မှ  
 ပြန်လာသည်အထိ ရတနာသုံးပါးရက်တော်များ၊ ၂၄  
 ဗျာည်းစသည် ကို ရွတ်ဆို၍ အထူးသဖြင့်  
 မေတ္တာသာဝနာပွဲးရင်း နေ့စဉ် လမ်းလျောက်သူ ဖြစ်သည်။  
 ဦးသိုးစ လမ်းလျောက်ပြန်လာသော ထိနေက မိမိတိုက်အနီး  
 လမ်းတော်၌ လူသုံးဦး ဂျိုကားပျက်၍ ပြင်နေသည်ကို  
 တွေ့ရ၏။ ဦးသိုးစသည် ထိလူရွယ်တစ်စုကို မြင်လျှင်  
 အနီးသို့သွားပြီး မောင်တို့ကို ဦးသာယ်လို  
 အကူအညီပေးရမလဲဟု မေတ္တာစိတ်ဖြင့်  
 စိတ်မန်လိုက်သည်ကို မှဟုတ်ကဲ့- ကျေနော်တို့ လိုချင်တဲ့  
 အကူအညီကတော့ ကားပေါ်တစိတ်တက်ပြီး  
 ဦးလိုက်ခဲ့သူ့ပါပဲ” ဟုဆိုကာ မြောက်လုံးပြီးနှင့်တွေ့ပြီးတော့  
 ကားပေါ်တက်နိုင်းပါတော့သည်။  
 ဦးသိုးစအား ကားပေါ်၌ ညုပ်ထိုင်ကာ ကမာရွတ်သက်သို့  
 မောင်းထွက်လာစဉ် အမေရိကန်သံရုံးမှ အရာရှိတစ်ဦး  
 မောင်းလာသော ကားနှင့် ဆုံးမြို့ရာ မသက်ဘွဲ့ယ်  
 ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက်ဖြစ်နေသည်ကို အကဲခတ်မိသော  
 သံရုံးအရာရှိက လူဆိုးများ ဂုဏ်ကားနောက် အမိလိုက်ပြီး  
 ကမာရွတ်ပါတ်ကိုလည်း ဝင်တိုင်တန်းခဲ့လေသည်။  
 ရဲကားများ ဗိုင်းဝန်းဖမ်းသည်နှင့်  
 လူဆိုးများကားကိုပင် တည့်မတ်အောင် မမောင်းနိုင်ပဲ  
 ဒယီးအယိုင်ဖြစ်၍ အမူအရာပျက်နောက်စဉ်  
 တံတားကလေးမှ မီးကင်းသမားများကလည်း  
 သံချောင်းများခေါက်၍ ဂုဏ်ကားနောက်သို့  
 ဂိုင်းအုံလိုက်သွားကြသည်။  
 ဂုဏ်ကားမှ ဝမ့်းရိပ်ချောင်းသက် ဦးတည်၍  
 လယ်ကွင်းထဲ ဖြတ်မောင်းသွားရာ လိုက်ခံဖမ်းသီးသော  
 ကားများမှာ လမ်းကြမ်းလု၍ ဂုဏ်ကားကို မမိနိုင်ပဲ ရှိရာ  
 ငါးရိပ်ချောင်းရောက်လျှင် ကားဆက်သွား၍ မရသဖြင့်

လူဆိုးသုံးဦးမှာ ဦးသိုးစကို ကားပေါ်မှ ဆွဲချကြသည်။  
 ချောင်းကို ဖြတ်ကူးရန် ခရာတောက် ဖြတ်၍  
 ရုံးနံပြင်သို့အဆင်း ရေထဲ၌ မြောက်ကြီးတစ်ကောင် ရေ့မှ  
 ဆီးကြီးနေသည်ကို တွေ့ရပြန်သဖြင့် အုံအားသင့်ကာ  
 ဆုတ်ဆိုင်းဆိုင်းဖြစ်နေကြစဉ် ဗိုင်းဖမ်းသူများ မိလာ၍  
 လူဆိုးများ ဖမ်းဆီးခြင်း ခံကြရလေသည်။ သံရုံးအရာရှိက  
 ငြင်း၏ကားဖြင့် ဦးသိုးစအား တင်၏ခဲ့ခဲ့လေသည်။  
 ဒီသံရုံးအရာရှိက ကိုယ့်နဲ့မဆိုင် ဝင်မပါဘူးသဘောမထားနိုင်ပဲ  
 ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ သူတစ်ဦးကို အတတ်နိုင်ဆုံး  
 ကူညီမယ်ဆိုတဲ့ မေတ္တာစိတ်ဓာတ်ကို ချီးကျူးမိပါရဲ့။  
 စာရူသူများ ဘယ်လို ထင်ပါသလဲ။ စာရေးသူကတော့  
 တကယ်မြောမဟုတ်။ “သူတော်ကောင်း နတ်ကောင်းမ”  
 ဆိုစကားအရ မနေသာသောသမ္မာအေဝနတ်များက  
 ဖန်ဆင်းလိုက်တဲ့ မြောက်ပါပဲ။ မေတ္တာ၏  
 စွမ်းအင်သတိုကား လက်ငင်းအကျိုးပြုပါသည်။  
 ရှင်တော်မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များကား သန္တိန္တကရာဇ်၊  
 အကာလိကရာဇ်တိနှင့် ပြည့်စုံပါပေသည်။ ဘုရားတရား၊  
 သံယာ ရတနာမြတ်သုံးပါးအား ထာဝစဉ် ဦးတိပ်ပန်ဆင်လျှင်  
 သီတရုဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သက်တော် ရရှိနှစ်  
 မွေးနေ့မဂ်လာကို ကြုံဆောင်းပါးဖြင့်  
 ပူဇော်ကန်တော့လိုက်ပါ၏။



## အတူမဲ့ မေတ္တာ

ဒေါ်အေးကြံး

2014 January 25 ရက်နောက ကျောင်းထိုင်ဆရာတော် Dr. အရှင်အရိယမွေရဲ့ မဟာသဒ္ဓမ္မကေတိကမဇ္ဈားထူး ထူးချွဲ့မြှုပ်ခဲ့ခြင်းကို မွေးရုံကြီးထဲမှာ အဆမ်းအနား ကျင်းပတဲ့နေရာမှာ ခင်ပွါးသည် ဆရာဝန်ကြီး (အငြိမ်းစား) Dr. ဦးတင်ညွှန်က ဆရာတော်က ကြောက်လာကြတဲ့ ယောဂါးသူတော်စင်တွေအတွက် စာအုပ်များ တရားတိတ်ခွဲများကို မွေးဖြစ်ဖြစ် မေတ္တာရှေးရှိုး လျှို့ဝှက်းထားထာတွေအနက်က အိမ်အတွက်ယူလာတဲ့ ကျောက်ကွင်းဝါဒပြုံး (အရှင်ဥက္ကဋ္ဌ) ရေး ဘဝမှတ်တိုင်နှင့် သာသနာပြုမှတ်တိုင်တစ်ခု (စီစဉ်သူ ကိုသက် (ရွှေနံသာ) စာအုပ် အဖွဲ့အဝါလေးနဲ့ ယူလာပါတယ်။ ပြုံးဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးက ကျေမကို ခွဲဆောင်သွားပါတယ်။ ထောက်ကာလ အပြေးပြုံး၊ ကြောက်တောင်ရှိက်ပြုံး၊ ပြုံးဟူသူမျှ အစဉ်တစိုက် မတ်မတ် ကြိုက်နှစ်သက်ခဲ့သူမျိုး ဖော်ကြီးက "အေးကြိုင် နင် ခွဲးနှစ်ကောင် တစ်ကောင်နဲ့ တစ်ကောင် ကိုက်တဲ့ပဲလည်း ကြည့်ချင်တာပဲ" ဆိုပြီး အဆုံးခဲ့ရတဲ့အထိပဲ။ ဒါနဲ့ပဲ ဘုန်းကြီးကျောင်း အဆမ်းအနား ပြီးလို့ ညာနေအိမ်ပြန်ရင်ဘဲ ကျောက်ကွင်းဝါဒပြုံး၊ စာအုပ်ကော်များကို ဖတ်ရှုတော့တာ ပါပဲ။ အေးကြိုင်းအရေးတော်ပဲဆိုတာ ပြည်ခရိုင် ပြည်မြို့နယ် ကံကြီးကျေးရွာအုပ်စု ကျောက်ကွင်းရွာ ညောင်ပင်သာရွာတွေမှာ နေထိုင်ကြတဲ့ ချင်းလူမျိုးများမှ စတင်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ကျောက်ကွင်းရွာမှာ သေးငယ်သော်လည်း သူကြီးဦးလောင်မှာ ပုံချွဲသာသာဝင် ဖြစ်၍ နှိန်မှာ ခရစ်ယန်သာသာဝင် ချင်းအမျိုးသမီး ဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော် ဘာသာရေး နှစ်ခုဖြစ်နေသာဖြင့် သူဘက်ကိုယ့်ဘက်မှ မိတ်ခွေးပုဂ္ဂိုလ်များကို ဖော်ခြင်း ကျေးမွေးစရိတ်များကြီးလေးလာလေရာ ကြောသော် စီးပွားရေးထိခိုက်လာသာဖြင့် ဘာသာ တစ်ခုတည်းကို ကိုးကွယ်ရန် နှစ်ဦးသော့တူဆုံးဖြတ်ရောမှ ပုံချွဲသာသာနှင့် ခရစ်ယန် ဘာသာဝါဒပြုံး ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် စတင်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ (ဆရာတော် မွေးဖြစ်ပြုသော စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုပါက အကျယ်သိရပါမည်။ )

ဒီစာအုပ်ကလေးကို ဖတ်ရှုပေးစား စာမျက်နှာ ၁၃ အောက်ဆုံး အပိုင်းမှာ ဆရာတော် ဦးကုဏ္ဏလ၏ သဘာပတ် မိန့်ခွန်းမှာ ပြောတဲ့စာသားလေးကို ပြန်လည် ဖော်ပြလိုက်ပြီး ပုံချွဲတွေသူရားရဲ့ မဟာ ကရုဏာတော်ကြီး

သတ္တာရေးရဲ့ မဟာ ကရုဏာတော်ကြီး ပရိနိဗ္ဗာနသုတေသန ဒါန္ဒာနသုတေသန အလုပ်အမျိုးမျိုးကို ပော်သာန် ဟောကြားခြင်း၊ သုတေသနတစ်ခုမှ မြတ်စွာသူရားရဲ့ ဟောကြားထားတဲ့ တရား ဗဟိုသုတေသန များကို ဒီဆောင်းပါးလေးမှာ ထည့်သွင်းဖော်ပြပါရတော်ကြီး

ဒီကျောက်ကွင်းဝါဒပြုံး ဆရာတော်ဦးကုဏ္ဏလက ဦးရေးတို့ရဲ့ ပုံချွဲမြတ်စွာ ဘုရား ဟာ မိမိကို ကိုးကွယ်သည်ဖြစ်စေ မိမိညွှန်ပြော ပြောသော တရားဒေသနာကို လိုက်နာကျင့်သုံးသည်ဖြစ်စေ၊ မကျင့်သုံးသည် ဖြစ်စေ လူမျိုးမရွေး ဆူကြီးနိမ့်ပြင့်မရွေး အားလုံးသော သတ္တာရေးရဲ့ မဟာကရုဏာ တော်ကို ထားတော်မူပါတယ်။

အားလုံးကို သားတော်အာရင်းရာဟုလာနဲ့မခြား တတန်းတာစားတည်းထားကာ တပြေးညီ သဘောထားပြီး ခုက္ခာမှ လွှတ်ပြောက်ရာ လွှတ်ပြောက်ကြောင်းတရား ဒေသနာများကို ဟောဖော်ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ကိုယ်တော်တိုင်လည်း မြင့်မြတ် စင်ကြယ်တဲ့ အကျင့် စာရိတ္ထရိုပြီးတော့ သတ္တာရေးရဲ့လည်း မြင့်မြတ်ကြီးမားသော မေတ္တာတရား ထား တော်မူခဲ့ပါတယ်။ ကိုယ်တော်တိုင် သည်းခံတော်မူတယ်။ ခွဲ့ပေါ်ရမဲ့ တပေါ်တို့ တိက္ခာ အစရိုသည်အားဖြင့် သည်းခံခြင်းဟာ အလွန်မြင့်မြတ်တဲ့ အကျင့်ဖြစ် ကြောင်း ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ မြော့စိုရိတ်တရားလေးပါးမှာ မေတ္တာကို အေးထားပြီး ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ပုံချွဲရဲ့ တပည့်သားဖြစ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သည်းခံတ်ရမယ်။ မေတ္တာထားတ်ရမယ်။ မိတ်သဘောထားနဲ့သိမ်းမြော့စိုရိတ်တရား လေးပါ့နဲ့ အညီ ခွင့်လွှတ်တတ်ရမယ်။ ခုနက ဆရာဦးရွှေမှန် ဖတ်ရှုပါက အကျယ်သိရပါမည်။

(Continued on page 35)

(Continued from page 34)

ပြောသလိုပေါ့လေ။ ယုံးပြိုင်ဟော ပြောပွဲဆိုတော့ မိမိရဲ့ ဘာသာအယူဝါဒကောင်းမွန်မှန်ကန်ကြောင်း  
အမွန်းတင်ပြီးတော့ သူတပါး ဘာသာရဲ့ ချို့ယွင်းချက်တွေကို ပော်ကြော်မှို့ နစ်ဘက် စလုံးက ဟောပြောတာကို သေသေချာချာနားထောင်ပြီးတော့ ယူသင့်ယူထိက်တာယူ့ ပယ်သင့်ပယ်ထိက်တာတွေကို မိမိရဲ့ ကိုယ်ပိုင် အသိဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ပြီးမှ မိမိနှစ်သက်ရာကို ယူကြပါရန် လေးအနက် မေတ္တာရပ်ခံလိုပါတယ် ဒကာဒကာမ အပေါင်းတို့..စသည်ဖြင့် မြတ်ကြားတော်မူပါတယ်။  
အဲဒီလို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ မဟာကရကာနဲ့ ကျူးမှုရင့်အစပြုပြီး ပြုပွဲကို စတင်မိန့်ကြား လေတော့ ကျေမအနေနဲ့လည်း မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဟောကြားထားတဲ့ မဟာပရိန္ဓာနသုတော် အကိုက်ဂိုဏ်ဘာ်သုတေသနတွေထဲက အနှစ်သာရတဲ့ သတိရသွားပြီး ဆောင်းပါးထဲ ထဲရေးချင်စိတ်ကလေး ပေါ်လာပါတယ်။ မဟာပရိန္ဓာနသုတေသနမှာ "အခါတပါး မြတ်စွာ ဘုရားသည် ရာဇ်ပြုလုပ်ပြည်တွင် ဂိုဏ်ဂုဏ်တောင်း၌ နေတော်မူ၏။ ထိုအခါ ငေဒေါ်ဟီ မိဖုရား၏ သား မဂ်ဝတိုင်းရှင် အကေတသတ်မင်းသည် ဝန္တိမင်းတို့ကို နိမ်နှင့်ရန်သွားလို၍ ဝသာကာရပုဏ်းအား မြတ်စွာဘုရားထံသို့ စေလွှတ်လိုက်၏။ မဂ်ဝတိုင်း အမတ်ကြီးဖြစ်သော ဝသာကာရပုဏ်းသည် ကောင်းမြတ်သော ယဉ်တို့ကို က စေ၍ ဂိုဏ်ဂုဏ်တောင်သို့ သွားပြီး မြတ်စွာဘုရားအား လျောက်ကြား၏။ "အရှင်ဂေါမာ အကေတသတ်မင်းသည် အရှင်၏ ခြေတော်တို့ကို ဦးခိုက်လိုက်ပါ၏။ အနာရောဂါက်းကြောင်း ကျွန်းမာချမ်းသာစွာနေရကြောင်းများ မေးလိုက်ပါ၏။ အရှင် ဂေါတမ သူသည် ဝန္တိမင်းတို့ကို နိမ်နှင့်ရန် သွားလိုပါ၏။ ပုဏ်းအား အခါတပါး၌ ဝန္တိမင်းတို့အား ပြုးပြီးရန်သာရှိပါ၏။ ဆုတ်ယုတ်ရန်ကား မရှိပါ။ ခုနှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံမှုကား အသာယ်မှာ ဆိုဘွယ်ရာ ရှိအုံနည်း။ အကေတသတ်မင်းသည် ဖြားယောင်းမှုကိုဖြစ်စေ မပြု၍၏။ စစ်ထိုးကာမှုဖြင့် ဝန္တိမင်းတို့ကို သိမ်းပိုက်နိုင်ဖွယ် မရှိပါ။ အရှင်ဂေါတမ ယခုအခါ အကျွန်းပို့သည် သွားပါကုန်အဲ အကျွန်းပို့သည် များသောကိစ္စ များသောပြုဖွယ်ရှိပါကုန်၏။ ပုဏ်းအား ယုနားဆိုနားရန်အခါန်ကို သင်သိသင့်၏။ အကိုက်ဂိုဏ်ဘာ်သုတေသန အလှုံးအမျိုးမျိုးကို ဂော်နှင့်ဟောကြားခြင်းအနက်မှ အခါ့့ကို ဖော်ပြုပါ။

၁။ သင်တို့သည် မကြာ့မကြာ့ စဉ်းလေးလျှက် အကြော်များစွာ စဉ်းလေးနေသမျှ ကာလပတ်လုံး အညီအညွတ်ဆောင်ရွက်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး

၂။ မပည့်သောအရာကို မပည့်သောအရာကို မပယ်ဖျက်သောများကြောင်းအကျင့်တို့ကို လိုက်နာ၍ ကျင့်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး  
၃။ အသက်ကြီးသူတို့ကို အရိအသေ အလေးအမြတ်ပြုလျက် သူတို့၏ စကားကိုလည်း နာယူသင့်သည်ထင်မှတ်၍ နေသမျာ့ကာလပတ်လုံး  
၄။ အမျိုးသမီးတို့ကို အတင်းဆွဲငင်၍ အနိုင်အထက် မသိမ်းပိုက်ကြားသမျာ့ကာလပတ်လုံး  
၅။ နတ်ကွန်းတို့ကို အရိအသေ အလေးအမြတ် ပူဇော်လျက် အစဉ်အလာတိုင်း ဗလိနတ်စာကို မဆုတ်ယုတ်စေသမျှ ကာလပတ်လုံး  
၆။ မရောက်လာသေးသော ရဟန္တာတို့ ရောက်လာစေရန် ရောက်လာပြီး ရဟန္တာတို့လည်း ခမ်းသာစွာနေရန် တရားနှင့်အညီ စောင့်ရောက်လျက် လုံခြုံမှုကို ပေးနေသမျာ့ကာလပတ်လုံး သင်တို့အား ကြီးပွဲးရန်သာရှိ၏။ ဆုတ်ယုတ်ရန် မရှိပေ။  
ပုဏ်းကြော်လုပ်ယုတ်ကြောင်း တရားနှစ်ပါးတို့သည် ဝန္တိမင်းတို့၌ တည်၍ ကောင်းစွာကျင့်သုံးနေသမျာ့ကာလပတ်လုံး သူတို့အား ကြီးပွဲးရန်သာရှိ၏။ ဆုတ်ယုတ်ရန် မရှိပေ။  
အရှင်ဂေါတမ ကြုံတရားတပါးနှင့် ပြည့်စုံလျှင်ပင် ဝန္တိမင်းတို့အား ကြီးပွဲးရန်သာရှိပါ၏။ ဆုတ်ယုတ်ရန်ကား မရှိပါ။ ခုနှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံမှုကား အသာယ်မှာ ဆိုဘွယ်ရာ ရှိအုံနည်း။ အကေတသတ်မင်းသည် ဖြားယောင်းမှုကိုဖြစ်စေ မပြု၍၏။ စစ်ထိုးကာမှုဖြင့် ဝန္တိမင်းတို့ကို သိမ်းပိုက်နိုင်ဖွယ် မရှိပါ။ အရှင်ဂေါတမ ယခုအခါ အကျွန်းပို့သည် သွားပါကုန်အဲ အကျွန်းပို့သည် များသောကိစ္စ များသောပြုဖွယ်ရှိပါကုန်၏။  
ကပိုလေန်ပြည် နိုင်ရာရုံကောင်း၌ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သိတင်းသုံးတော်မူစဉ် မိတေသုံးတော် ဂော်မူစိသည် ဗုဒ္ဓအား ရည်ရွှေး၍ ဝတ်စုံတစ်စုံကို လုံခြုံနိုင်းလေသည်။ ထိုအခါ

(Continued on page 36)

(Continued from page 35)

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ကိုယ်တော်တိုင် အလူခံခြင်း မပြုဘဲ ဂေါတမိ  
ကြိုဂတ်စုံကို သံယာအား လျှိုဒ်နှီးလော့၊  
သံယာအားလျှိုဒ်နှီးသော် ငါ့ကိုလည်းကောင်း  
သံယာကိုလည်းကောင်း ပုဇွန်ရာ ရောက်လိမ့်မည်ဟု  
မိန့်တော်မူပါသည်။ ဂေါတမိက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို  
ကိုယ်တိုင်အလူခံရန် သုံးကြိုင်တိတိ တောင်းပန်သော်လည်း  
ဗုဒ္ဓက အထက်ပါနည်း အတိုင်းပင် ထပ်မံမာန်ကြားတော်မူ  
ပါသည်။ ရှင်အာနန္ဒာကလည်း မြတ်စွာဘုရားအား မိတွေးတော်  
ဂေါတမိ၏ ငတ်စုံကို အလူခံရန် ကြားပင်တောင်း ပန်ပြန်၏။  
ထိအခါ မြတ်စွာဘုရားက ကောင်းသော ကျေးဇူးတုံးပြန်ခြင်း၊  
ပုဂ္ဂလိကအလူ။ တစ်ဆယ့်လေးပါး၊ သံယိကအလူ။ ခနှစ်ပါး။၏။  
အလူခြင်ကြယ်ခြင်း လေးပါးဟူသော ခေါင်းစဉ်လေးခုဖြင့်  
ဟောကြားတော်မူ ထားသည့်အနက်မှာ သံယိကအလူ။  
ခနှစ်ပါးခေါင်းစဉ်ဖြင့် ဟော ကြား ထား တာကကို  
တရီးထုတ်နှုတ်လိုက်ပါတယ်။

### သံယိက အလူ။ ခနှစ်ပါး

အာနန္ဒာ၊ သံယာအားလျှိုခြင်းတို့သည် ဘုရားအမျှားရှိသော  
ဘိက္ခနီသံယာနစ်ပါးစုံအား လျှိုဒ်နှီးခြင်း၊  
ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးသော ဘိက္ခု၊ ဘိက္ခနီသံယာအားသာ  
လျှိုဒ်နှီးခြင်း၊ ဘိက္ခုသံယာအားသာ လျှိုဒ်နှီးခြင်း၊  
ဘိက္ခနီသံယာအားသာ လျှိုဒ်နှီးခြင်း၊ နစ်ပါးစုံအား  
လျှိုဒ်နှီးခြင်း၊ သံယာမှ အချို့သော ဘိက္ခု/ဘိက္ခနီတို့ကိုသာ  
ရည်မုန်း၍ လျှိုဒ်နှီးခြင်း ဟူ၍ ခနှစ်ပါးရှိ၏။  
အာနန္ဒာ၊ နောင်အနာဂတ်ကာလည် သက်နှီးကို လည့်  
စွဲပုံထား၍ ရဟန်းဟူသော အန္ယယ့်မျှကိုသာ ဆောင်းပြီး  
ယုတ်မာသောအကျင့်သီလရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များ  
ဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်။ အာနန္ဒာ၊ ထိအခါသော်လည့်  
သံယာအားလျှိုခြင်းကို မရောဘွှဲ် မနှိုင်းယူညီနိုင်သော  
အကျိုးရှိ၏ဟု ပါရို၏။ အာနန္ဒာ၊ ပါသည် မည်သည့်  
နည်းပရိယာယ်နှင့်မျှ သံယိကဒါနထက် ပုဂ္ဂလိကဒါနက  
သာလွှန်အကိုးဗျား၏ဟု မဆိုပေါ်

ဤသုတ်နစ်ခုအနက်မှ အနည်းငယ်မျှကိုသာ  
ဖော်ပြီးသော်တောင်မှ မြတ်စွာဘုရား၏ မေတ္တာတော်  
အာသယ်မျှလောက်ကြီးမားကြား သိသာထင်ရှားလုပ်သည်။

ကျေမတို့ရဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဟောဖော်ညွှန်ပြ  
ဆံးမတော်မူတတ်ပါပေတတ်သော လူနတ်ပြဟာ  
သတ္တာဂါအပေါင်းတို့၏ မိန့်အားထားရာ ပူဇော်အထူးကို  
ခံယူတော်မူထိုက်ပါပေ ထသော ထိုမြတ်စွာဘုရားအား  
တပည့်တော်မသည် ရိုသောမြတ်နီးလက်စုံမှုး၍ ရိုခိုးကန်တော့  
ပါ၏ဘုရား။  
အထင်သေးခြင်းအချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။  
-အော်အေးကြိုင်-



## သာယာကြည်နားဖွယ်ရာ တို့ကျောင်းတော်မဟာ

မေတ္တာယျာဗျာ (ကျောက်တံ့သီး)

# ကျော

အမေရိကကို သွားနေဖို့  
ဆုံးဖြတ်လိုက်တဲ့အခါမှာတော့  
ကျေမရင်ထဲမှာ စိုးရိမ်စိတ်တွေ  
ဝင်လာပါတော့တယ်။ ကျေမနေရမယ့်မြို့မှာ  
ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းမှ ရှုံးရဲ့လားလို့ပေါ့။ စေတီပုထိုး  
ဆိတ္တာမျိုးကို တွေးတော်မတွေးခဲ့ပါဘူး။ ငါတော့ ဘုရား၊  
တရား၊ သံယာနဲ့ ဝေးပါပေါ့လား၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး အရပ်မှာ  
ရောက်နေမလားဆုံးတဲ့ အတွေးတွော်ဟာ ခေါင်းထဲမှာ  
အမြဲလိုလိုသဲ ဝင်နေပါတော့တယ်။  
ကလေးတွေရဲ့ရှေ့ရေးကြောင့်သာ ခင်ပွန်းသည်ရဲ့၊  
ဆုံးဖြတ်ချက်ကို လက်ခံလိုက်ရပါတယ် ယခုဆို  
ဆယ်နှစ်တော် ပြည့်တော့မှာပါ။  
မှတ်မိပါသေးတယ်၊ ပထမတစ်ခေါက် သမီးဆီ  
အလည်လာတုန်းကဆို ဘာတရားစာအုပ်မှုလည်း  
ယူမလာခဲ့မိဘူးလော့၊ ဒီကျေတော့ ပျင်းလို့တော်  
ဖတ်စရာမရှိဘူး ဖြစ်နေတာပေါ့။ အင်္ဂလာရိစာကလည်း  
မကျော်းတော့ မျက်ကန်းကြီးလိုပါသဲ ဘာမှဖတ်စရာ  
မရှိဖြစ်နေတော့တာပါပဲ၊ စိတ်ညှစ်မိပါရဲ့။  
ဒီတစ်ခေါက်တော့ ရဘူးသောသခံန်းစာအသိနဲ့ တရား  
စာအုပ်တွေ တရားခွေတွေကို သယ်နိုင်သလောက်  
သယ်လာပါတယ်။ အမိမှုလည်း ပါလာတဲ့ ရွှေတိဂုံပြုကွဲဖို့  
ပုံတော်လေးနဲ့ ဘုရားစင်လုပ်ပြီး ဆွမ်း ဆီမီး ရေချမ်း တို့ကို  
ကပ်လှုပါတယ်။ ကျေမတို့နေတဲ့ မြို့ကလေးမှာ  
ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်း မရှိပါဘူး။ နှစ်နှစ်လောက်ကြာတော့မှာ

အော်စတင်မြို့မှာ မြန်မာ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းရှိတယ်လို့  
သိရပါတယ်၊ ကျေမမှာ ဖော်ပြန်လောက်အောင်ပဲ ဝမ်းသာမိ  
ပါတော့တယ် ကျေမတို့ဆီကနေဆိုရင် သုံးနာရီ  
မိနစ်သုံးဆယ်လောက် မောင်းရပါတယ် ဘုန်းတော်ကြီး  
များကို သွားရောက်ဖူးမြော်ရတုံးကဆိုရင် ကျေမမှာပျော်လို့မဆုံး  
ဝမ်းသာလို့မဆုံး ဖြစ်နေမိပါတယ်။ နောက်မကြာခင်မှာသဲ  
သိတရုံ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အော်စတင်ကျောင်းမှာ  
ရွှေစည်းခုံစေတီ တော်မြော်ကြီး တည်မယ်လို့သိပြန်တော့  
ကျေမမှာဝမ်းသာလို့ကိုတာ အိပ်လို့တော်မပျော်ဖြစ်ခဲ့  
ရပါတယ်။ မကြာခင်မှာရွှေစည်းခုံစေတီတော်ကြီးကို  
ဖူးမြော်ရတော့မှာပါလားဆုံးတဲ့ အတွေးနဲ့ပေါ့လေ။  
ယခုဆိုရင် သိတရုံဆရာတော်ကြီးရဲ့ ကျေးဇူးတော်ကြာင့်  
ကျေမတို့တွေဟာ ဆွဲလည်းသံတည်ညံ့  
ရွှေရောင်တာဝင်းဝင်းနဲ့ ရွှေစည်းခုံစေတီမြော်ကြီးကို  
အားပါးတရုံ ဖူးမြော်စွမ်းရကြပါပြီ။ ကျေမကိုကျေမ မြန်မာပြည်  
ပြန်ရောက်သွားသလို ခံစားလိုက်မိပါတော့တယ်။  
သိတရုံဆရာတော်ဘုရားကြီးကို အမျှေးထားပြီး ကျောင်းထိုင်  
ဆရာတော် အရှင်အရိယခုံ ဆရာတော် ဘုရားရဲ့  
စီမံကျပ်ကဲလုပ်ဆောင်မှုကြာင့် ယခုဆိုရင် ၁၆ ကေ  
ကျပ်ဝန်းသော မြေပေရုံက် အတွင်းမှာ ရွှေစည်းခုံ  
စေတီတော်မြော်ကြီးနဲ့တာကွု ဓမ္မရှုံး၊ စာကြည့်တို့ကို၊  
သံယာဆောင် ၈ ဆောင်နဲ့တာကွု ကမ္မာဌာန်းကျောင်းဆောင်များ

(Continued on page 38)



(Continued from page 37)

စရိတ်မြတ် အဆောက်အအီး ရှု ခန့်  
 နှုပြီး ကျောင်းနေသံယာ လေးပါး  
 သီတင်းသုံးနေထိုင်လျှက်  
 စည်ကားသိုက်မြို့က်စွာ  
 တည်ရှိနေပါတော့တယ်။  
 ကျမဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းကို  
 မကြာခကာဆိုသလိုသွားပါတယ်။  
 ကျောင်းကိုရောက်သွားတယ် ဆိုရင်ပဲ  
 တစ်ခြားကွဲမှာလေးတစ်ခုထဲကို  
 ရောက်သွားတယ်လို့ ခံစားမိပါတယ် ဒါမိန္ဒာပတ်သက်တဲ့  
 လူမှာရေး ကိစ္စအဝဝတွေကို သတိမရတော့ပါဘူး  
 ကျောင်းဝင်းထဲဝင်လိုက်တာနဲ့တပြီ့က်နက် ရင်ထဲမှာ  
 အေးချမ်းသွား တော့တာပါပဲ။ ဘုန်းတန်ခိုးကြီးမားလှသော  
 မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အနိပ်အောက်မှာ နိုင်ပေတဲ့ ကျမဟာ  
 ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ရွှေ့လန်းအေးချမ်းလို့နေပါတော့တယ်  
 ဆွဲလည်းသံတည်းသံ ရွှေ့ရောင်တာဝင်းဝင်နဲ့ လွန်စွာသင့်တယ်  
 သပိုလ်တော်မူလှသော ရွှေစည်းခုံစေတီတော်မြတ်ကြီးကို  
 ဖူးမြော့ရတာကိုပဲ ဖူးလို့မဝအောင်ဖြစ်နေပါတော့တယ်။  
 သံယာတော်များဆွမ်းဘုန်းရာမှာအဆင်ပြေစေနဲ့  
 တတ်နိုင်သလောက် စီမံပြုလုပ်ပြီးဆက်ကပ်ပါတယ်။  
 ကျောင်းရဲ့လိုအပ်တဲ့ ထောက်စွဲလုပ်ငန်းများကိုလည်း  
 တတ်နိုင်သရွှေ့လုပ်ဆောင်ပါတယ်။ ကျမမှာ ပင်ပန်းတယ်လို့  
 မထင်ပဲ ပျော်လို့တောင်နေမိပါတယ်။  
 အားတဲ့အချိန်ကလေးတွေမှာတော့ ဘုရားရှိခိုး  
 တရားထိုင်တာတွေ လုပ်ပါတယ်။ ဉာဘက်မှာ အချိန်မှန်မှန်  
 ဘုရားဝတ်တက်ရတာလည်း တမျိုးကြည်နားစရာ  
 ကောင်းလုပ်ပါတယ်။  
 သီတရုဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ကျေးဇူးဟာ ကျမတို့အပေါ်မှာ  
 ကြီးမားလုပ်ပါတယ်။ ကျမတို့တာတွေမှာ ရွှေ့ရောင်တာဝင်းဝင်နဲ့  
 တင့်တယ်သပိုလ်တော်မူသော ရွှေစည်းခုံ စေတီတော်မြတ်ကြီး  
 ကိုလည်း အားပါးတရ ဖူးမြော့ရပါတယ်။ ဒါနဲ့ သီလာ ဘာဝနာ



ဆိုတဲ့ ကောင်းမှုကုသိုလ်မျိုးရွှေ့တွေကိုလည်း စိုက်ပျိုးခွင့် ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျမဟာဆရာတော်ကြာလာတဲ့အခါ ဆွမ်းကိစ္စအဆင်ပြေစေနဲ့ တွေးမွှေ့စိတ်ခွွေများနဲ့ ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာပါပေါ့။ သက်တော်ရာကျော်ရည်ပါပေါ့။ သာသနာပြုလုပ်ငန်းများကို စိတ်တိုင်းကျ လုပ်ဆောင်နိုင်ပါစေလို့ နောက် ဘုရားဝတ်ပြုတိုင်း ဆုတောင်း မေတ္တာပို့ပေးနေပါတယ်။

ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ စီမံအုပ်ချုပ်မှုကလည်း ကောင်းလုပ်ပေတယ်။ ကျောင်းနေ သံယာတော်များအားလုံး နေစဉ် နံနက် ရွှေ့ခွာ ကနေ ၆:၃၀ ထိ ဘုရားဝတ်တက်ခြင်း တရားထိုင်ခြင်းများ ပြုလုပ်ရပြီး ၈:၀၀မှ ၉:၀၀ အထိ ကျောင်းဝင်းသန့်ရှင်းရေး ဉာစ်ပုံမှန် ရေးဝေ မှာ ကျောင်းနေ သံယာအားလုံး နှင့်တာကွ ကျောင်းလာအညွှေ့သည်များပါ ဘုရားဝတ်တက် ရပါတယ်။ ကျောင်းမှာ ဆန်းဒေး စကူးများ ပုံမှန် ဖွှင့်လှစ်ပြီး အသိစွာ့မှာ စိသုဒ္ဓမာရ် မြန်မာစာ ပုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုများ သင်ကြားပေးပါတယ်။ တန်ံနွေ့နေ့ အပတ်တိုင်း ဉာန် ရွှေ့ခွာ နာရီ မှ ရေးဝေ နာရီထိ တရားထိုင်ကြရပါတယ်။ ကျောင်းမှာလစဉ် မြန်မာရီးရာ ရာသီပွဲများ လတိုင်းလတိုင်းမှာ မွေးနေရှင်များ စုပေါင်းချွဲ မွေးနေဆွမ်းကပ်ပွဲများ၊ သာရေးနာရေး၊ လူမှာရေးပွဲများ၊

(Continued on page 39)



(Continued from page 38)

ရဟန်းခံရင်ပြု သီလရင်ဖီးသူတော်ဝတ်ပွဲများကိုလည်း  
ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်ပေးပါတယ်။  
ထို့အပြင်ဝိသာခါအဖွဲ့များ ဖွဲ့စည်းပြီး အပတ်စဉ်  
တန်ခိုးနေ့တိုင်း ဘုရားကျောင်းဝင်းအတွင်း သန့်ရှင်းရေးများ  
ပြုလုပ်ပေါ်တယ်။

ရပ်ဝေးရပ်နီးမှ သံယာတော်များနှင့် အော်သည်တော်များ  
မကြောခက် ရွှေစည်းခုံစေတိတော်မြတ်ကြီးကို လာရောက်  
ဖူးမြော်ကြုံတဲ့အတွက် ကျောင်းတော်ကြီးမှာလည်း  
စည်ကားနေပါတော့တယ်။ ဘုရားဖူးလာကြတဲ့  
သံယာတော်များနဲ့ အော်သည်တော်များခဲ့ နေထိုင်ရေး  
စားသောက်ရေးများ အဆင်ပြုစေဖို့ ဆရာတော်ကိုယ်တိုင်

စီမံဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ ဒကာဒကာမများ အပေါ်မှာလည်း  
ကျောသားရှင်သားမဆွဲခြားပဲ ဆက်ဆံပါတယ်။ လိုတဲ့ အကူ  
အညီလည်း ပေးပါတယ်။

ဆွဲလည်းသံ တည်ညံ ရွှေရောင်တဝ်းဝင်းနဲ့  
တင့်တယ်သပ္ပါယ်လှသော ကြည်ညိုဖွှေ့ယ်ကောင်းလှသော  
သာယာကြည်နဲ့ဖွှေ့ယ်ကောင်းလှသော ရွှေစည်းခုံ  
စေတိတော်မြတ်ကြီးကို မဖူးဘူးသေးတဲ့ အနုယ်နယ်အရပ်ရပ်မှ  
ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့အား အော်စတ်မြို့ရိုးကြည်နဲ့ဖွှေ့ယ်ရာ  
ကျေမတို့ရဲ့ ကျောင်းတော်မဟာသို့ တစ်ခါ တစ်ခါခေါက်  
လောက်တော့ လာရောက်လို့သာ ဖူးလွှဲကြစမ်းပါလို့  
နိုဗ္ဗာန်အကျိုးမြော်ကိုးလို့ ဖိတ်ခေါ်လိုက်ပါတယ်ရင်။

- မေတ္တာယျွောက် (ကျောက်တံ့ခါး)-

## ကိုယ်တစ်ယောက်အကြောင်း

ကိုရင်

**ကျေနော်** သည် သားသမီး လေးယောက်  
တို့တွင် တတိယောက် သား  
ဖြစ်ပါသည်။ ကျေနော်ငယ်စဉ်က  
ကျေနော်ဝါသနာပါသော အလုပ်မှာ ကျောင်းပြေးခြင်းပင်  
ဖြစ်သည်။ ထိုကြောင့် လေးတန်းရောက်သော နှစ်တွင်  
ကျောင်းဆက်မတက်ဖြစ်တော့ပဲ ဘုန်းကြီးကျောင်းသားအဖြစ်  
ဘုန်းကြီးကျောင်းသို့ ရောက်သွားလေတော့သည်။  
ဤသည်ကား ကိုယ် တစ်ယောက်ဖြစ်ခြင်း၏  
နိဒါန်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ ရွှေမှတွက်လာကြီး နောက်  
မြေတို့မြော်သား တစ်ယောက်ဖြစ်ခြင်း၏

ကျောင်းသား လေး အဖြစ် ၁၀ နှစ်တိုင်တိုင် နေထိုင်ခဲ့ပါသည်  
ကျေနော်သာဝကား ဘုန်းကြီးကျောင်းနှင့် ရေစက်ဆုံးပုံ ပါသည်  
တော်ကျောင်းဆရာတော်ကို ပြုစုလုပ်ကျေးရင်း ထိုသို့ ၁၀  
နှစ်တိုင်တိုင်ကြာ သွားရခြင်းဖြစ် ပါသည်။  
ငယ်စဉ်ကလေးသာဝကတည်းက ဘုန်းကြီး ကျောင်းမှာ  
နေထိုင်ရသည်ကို အလွန်ပင် ပျော်ရွင်နေမိပါသည်။  
ကျေနော်ကား ဘုန်းကြီးနှင့် စိမ်းသူမဟုတ်ပါ။ ကျေနော်  
ဖစ်ကြီးသည် ရဟန်း ၆ ပါရမှ လူထွက်ခဲ့သော  
လူပြန်တော်တစ်ဦးပင်ဖြစ်ပါသည် အဖောကဲ့သို့

(Continued on page 40)

(Continued from page 39)

သာသန္တဘာဝင်ကို မဝင်ရောက်ခဲ့ သော်လည်း  
ကျနော်ဘဝအချိန် တော်တော်များများသည်ကား  
ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင်ပင် ကုန်ဆုံးခဲ့ ပါသည်။  
တော်ရကျောင်း၌ ၁၁ နှစ်နောက် ကြေချော်ကျောင်းသို့  
ရောက်ရှိသွားပြန် သည်။ ကြေချော်ကျောင်း၌ ၅ နှစ်ကျော်  
နေထိုင်ခဲ့ပြီးနောက် ဘုန်းကြီး ကျောင်းမှတ်ကိုခါ လူလောက  
ထဲတွင် ဘဝမျိုးစုံဖြင့် ကျင်လည်ခဲ့ပြန်ပါတော့သည်။  
ကျနော်လူလားမြောက် သောအရွယ်တွင် ကိုယ်ကိုကိုယ်  
ပြန်လည်သုံးသပ်မိသောအခါ  
မြန်မာထိုင်းနှစ်စပ်တစ်လျောက်တွင် ကုန်လွန်ခဲ့ရသော  
ကျနော်ငယ်ဘဝ အဆျိန်များကို နမောမိပါတော့သည်။  
လူငယ်တို့သာဝ စိတ်လေ၍ကောင်းသော အချိန်တွင်  
ကျနော်သည် ယောင်လည်လည်ဖြင့် ၅ နှစ်ကျော်ကြော  
ဘာမှုမယ်မယ်ရှုမရှုဘဲ အချိန်တွေ ကုန်သွားခဲ့ပါသည်။  
ထို့နောက်ကျနော်သည် ယောင်ချာချာဖြင့်ပင် ထိုင်းနိုင်ငံသို့  
ရောက်ရှိသွားပြန်ပါသည်။ မြဝှတီ၊ မဲဆောက်၊ မယ်တော်၊  
ဗာဗုံး ကွဲပွဲးကလေးစသောနယ်မြေများတွင်  
ကူးချည်သန်းချည်ဖြင့် ကျနော်ဘဝ မောသွားခဲ့ပြန်ပါသည်။  
ကျနော်သည်ထိုနယ်မြေများတွင် ကျင်လည်ပြီးနောက် မယ်လ  
ခုကွဲ သည်စန်းသို့ ရောက်ရှိသွားပြန်ပါသည်။ ၂၀၁၃ မှစ၍၂၀၁၅  
၂၀၁၇ထိ ခုကွဲသည် တစ်ယောက်အဖြစ်  
ကျင်လည်ခဲ့ပြန်ပါသည်။ မယ်လခုကွဲသည်စန်း အုန်းဖြန်  
ခုကွဲသည် စန်းတို့သည်ကား တရီးနှင့်ကျနော်ဘဝ၏  
နားခိုရာ နေရာများပင်ဖြစ်ပါသည်။ ခုကွဲသည် စန်းများတွင်  
ခါးသီးသော ဘဝ၏ ပုံရိပ်များကို တွေ့ဖြေခံစားခဲ့သူးပါသည်။  
ဘဝဆိုသည်မှာ လွှင့်မောခြင်းဟုပင် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချင်ပါ  
တော့သည်။ ဘဝဆိုသည်မှာ ကျနော်အတွက်  
မသေချာမရေရာသည့် မူးဝါးဝါးပန်းချို့ကား တစ်ချပ်ကြီးပင်  
ဖြစ်ပါတော့သည်။ ကျနော်သည် ဘုန်းကြီးကျောင်းသား၊  
စစ်သား၊ သူရင်းငှားစသည့် ဘဝမျိုးစုံ၌  
ကျင်လည်ခဲ့သူးပါသည်။ ထို့အပြင် ကျနော်သည်  
နှစ်ခြင်းလည်းခဲ့သူးသူ တစ်ယောက် ပတ်ဖြစ်ပါသည်။  
အုန်းဖြန်ခုကွဲသည်စန်းတွင် ကျနော်၏ မွေးဘားအမော်  
ခရစ်ယာန်ဖြစ်သောကြောင့် ကျနော်ကိုလည်း  
နှစ်ခြင်းခံရမည်ဟု ပြောပါသည်။ နှစ်ခြင်း ခံလိုပိတ်

မရှိသော်လည်း စူးစမ်းလိုသော ကြောင့်  
နှစ်ခြင်းခံဖြစ်သွားပါသည်။ တစ်နှစ်မျှ ကြောပြီးနောက်  
ကျနော်မွေးဘားအမော်ကိုရော ခရစ်ယာန် ဘာသာကိုပါ လမ်းခွဲ  
လိုက်ပါသည်။ ကျနော်ဘဝကား အပြောင်းအလဲ  
များလွန်းလှပါသည်။ ခုကွဲသည် စန်းများတွင်နေလိုက်  
ဘန်ကောက်သွားအလုပ်လုပ်လိုက်နဲ့ ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ၉  
နှစ်နီးပါး ကျင်လည် ခဲ့ပြီးနောက် ၂၀၁၇ နှစ်တွင် UN  
အစီစဉ်ဖြင့် အဖော်ကုန်ပြည်ထောင်စုသို့  
ရောက်လာခဲ့ပါသည်။ တက်ဆက်ပြည်နယ် အော်စတင်မြို့၊ ရှိ  
UN မှတ်စဉ်ပေးသော တိုက်ခန်းတွင် ၃လ ကြာ နေထိုင်ခဲ့ပါ  
သည်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းအပေါ် သံယောဇုံကြီး လူသော  
ကျနော်သည် အမောက်နှင့်သို့ ရောက်စက ပင် အော်စတင်၌  
ဘုန်းကြီးကျောင်း ရှုပါရှုစတင်စုစုစုံပါတော့သည်။  
သူငယ်ချင်းဖြစ်သွားကိုကို၏ ဆက်သွယ်ပေးမှုကြောင့်  
အော်စတင်မြို့၊ တွင် ဘုန်းကြီးကျောင်းရှုသည်ဟု  
သိရသောအခါ ကျနော် အရမ်းဝမ်းသာ သွားပါသည်။  
ထိုနောက် ကျောင်းထိုင်ဆရာတော် ဘုန်းကြီးဦးအရှိယစွဲကို  
လျောက်ထားသောအခါ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင် ကွိုယ်အဖြစ်  
နေခွင့်ရှုပါသည်။ ကျနော်သိတူရှုံးပါဘုရား  
ရောက်ခါစတုန်းက ဘုရားလည်း မတည်ရသေးပါ။  
ကျောင်းဆောင်လေးဆောင်နှင့် မိဘိုင်းဟျမ်း  
တစ်ဆောင်သာရှုပါသည်။ ကျနော်သည် သီတရူ  
ဗုဒ္ဓဘာရတွင် ၂၀၁၇ ခုနှစ်မှစ၍ သတ်တမ်းအရည်ဆုံး  
ကွိုယ်တစ်ယောက် အဖြစ် နေထိုင်ခဲ့သည်မှာ  
ယနေ့အချိန်ထိပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျနော်သည် ကျန်းမာရေး  
မကောင်းသောကြောင့် သည်းခြေထုတ်ပစ်ခဲ့ရပါသည်။  
ထိုကြောင့် ကျနော်ကို ဆရာတော်က "ဒီကောင်  
အမှတ်သည်းခြေ မရှိဘူး"ဟု မကြာခါက မိန့်ပါသည်။  
သည်းခြေထုတ်ထားခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးမှာ မကြာခါက  
မေ့တတ်ခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ မေ့တတ်သောကြောင့်ပင်  
တစ်ချို့မိတ်ဆွေများ၏ အထင်လွှဲခြင်းကိုလည်း  
အကြိမ်ကြိမ်ခဲ့ရ ဘူးပါသည်။ ကျနော်သည် တခါတရံ  
လုပ်စရာရှိသည်များကို မေ့သွားတတ်သလို ကျနော်အား  
အထင်လွှဲ၍ စိတ်ဆုံးသူများကိုလည်း မေ့သွား  
တတ်ပြန်ပါသည်။ ကျနော်မှာ သည်းခြေမရှိခြင်းကြောင့်  
မေ့တတ်ခြင်းဖြစ်ကြောင့် နားလည်သွားကြသောအခါ

(Continued on page 41)

(Continued from page 40)

ကျေနော်အား အားလုံးက သည်းခံ ခွင့်လွှတ်ကြပါသည်။  
 ကျေနော်ကား ရဟန်းသံယာများနှင့် ဘုန်းကြီးကျောင်းအပေါ်  
 သံယောဇူးလွန်းသည်ဟု ကျေနော်ထင်ပါသည်။  
 ကျေနော်သည် ဘင်ခရီးကြမ်းကို ပုစ်အမျိုးမျိုးဖြင့်  
 လျောက်လှမ်းခဲ့ ဘူးသည်ဖြစ်ရာ အရာရာအားလုံးသည်  
 ကျေနော်အတွက် အထိမ်း သက်သက် မဟုတ်တော့။  
 ပူလောင်စရာတွေများသော လူလောကကြီးတွင် ကျေနော်  
 သည် ဘုရားရိပ် တရားရိပ် သံယာတော် အရှင်မြတ်တို့၏  
 အေးချမ်းလှသော မေတ္တာရိပ်အောက်တွင် ကျေနော်ဘင်ကို  
 အေးချမ်းစွာ မြှုပ်နှံထား ပါသည်။ ကျေနော်သည် ကုပ္ပါယ်  
 တစ်ယောက် အနေဖြင့် သီတရာ့ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊  
 မစိုးရိမ် ဆရာတော်၊ ပန်းမော်ဆရာတော်၊ တိပိဋကဓရ  
 ဆရာတော်များ၊ စသည်ဖြင့် သီတရာ့ဗုဒ္ဓဘာရာ၏  
 ကြေရောက်လာသော ဆရာတော်များစွာကို ဖူးမြော်  
 လုပ်ကျွေးခွင့်ရန်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျေနော် သံယောဇူး  
 ကြီးလှသော ကုပ္ပါယာဘင်ကို အလွန်ကျော်နိုင်  
 နေဖိပါတော့သည်။ ဤကားသီတရာ့ ဗုဒ္ဓဘာရာ၏  
 ကုပ္ပါယာတစ်ယောက် အကြောင်းပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။  
 -ကိုရင်-



## ကိုလေသာ

ခြောက်ဝင်းတံခါး ဖွင့်၍ထားက  
 တံခါးလာခေါက် ဧည့်သည်ရောက်လိမ့်။  
 ရောက်သည် ဧည့်သည် မိအကျယ်လျက်  
 နှယ်ငင်ဖွဲ့ရစ် ကြိုးလိမ့်ကျစ်လိမ့်။  
 ကြိုးကျစ်ရာမှာ အစဉ်ပါသော  
 ထဲလာပြင်ထွက် ဧည့်ချင်းယုက်ခါ  
 အိမ်ထက်ရှုပ်ပွဲ တင်းကြမ်းထလိမ့်။  
 သတိသမ္မဇာ် ညာက်ရှင်မြဲလျက်  
 ဧည့်ဝင်တံခါး ပိတ်၍ထားပါ။  
 ရူပွားကိုယ်တွင် ဖြစ်ပျက်မြင်အောင်  
 ဧည့်ဝင်အောင်ထုတ် စိတ်ကိုချုပ်၍  
 အရှုပ်ရှင်းလေ အိမ်ရှင်တွေ။  
 မကောင်းကံတား ကောင်းကံပွား  
 ဆောင်ထားစိတ်မွေး သမ္မဇာ်လေး။

-ယူဇာစ်-

## ကော်မူးတော်ရှင် သီတရာဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အထွေထွေတိန်း သာသနပြု လုပ်ငန်းများ

၁။ ၁၂၉၈-ခုတေလျိုင်းလပြည့်၊ ခရစ်နှစ် ၁၉၃၇-ဖေဖော်ဝါရီလ၂၂ရက်တွင် ပဲခူးတိုင်း၊ သဲကုန်းမြို့နယ်၊ ပုတော်ကုန်းမြို့တွင် မွေးဖွားခဲ့သည်။

၂။ ၁၃၀၅-ခု၊ ခရစ်နှစ် ၁၉၄၄-ခုနှစ်တွင် သဲကုန်းမြို့၊ တပ်ရွာအလယ်ကျောင်းတွင် ဘုန်းတော်ကြီး ကျောင်းပညာ အခြေခံများကို စတင်သင်ယူသည်။

၃။ ၁၃၁၃-ခု၊ ခရစ် ၁၉၅၂-ခုနှစ်တွင် ရှင်သာမကောပြုသည်။

၄။ ၁၃၁၈-ခု၊ ခရစ် ၁၉၅၇-ခုနှစ်တွင် ရဟန်းပြုသည်။ ရန်ကုန်း၊ မွန်လေးနှင့် စစ်ကိုင်းမြို့များ၏ ပညာသင်ကြားသည်။

၅။ ၁၃၂၂-ခု၊ ခရစ် ၁၉၆၁-ခုနှစ် တွင် ဓမ္မာစရိယတာချေတန်း အောင်မြှင့်သည်။ “သာသနစေရမှာစရိယဘွဲ့”ကို ရရှိသည်။

၆။ ၁၃၂၄-ခု၊ ၁၉၆၃-ခုနှစ်တွင် သံယတ္ထဘိလိုလို ပင်ရောက်သည်။

၇။ ၁၃၂၆-ခု၊ ၁၉၆၅-ခုနှစ်တွင် “ဗုဒ္ဓဒေသနာ ဒီပလိုမာဘွဲ့၊” ကို ရရှိသည်။

၈။ ၁၃၂၆-ခု၊ ၁၉၆၅-ခုနှစ်မှာပင် ရောဂတ်တိုင်း၊ လေးမျက်နှာမြို့၌ မြန်မာဗုဒ္ဓသာသနပြုကျောင်း (B.B.M. ကောလိပ်) တည်ထောင်သည်။

၉။ ၁၃၂၉-ခု၊ ၁၉၆၈-ခုနှစ်မှ စတင်ကာ မြန်မာပြည်အနဲ့ ဗုဒ္ဓဒေသနာများ စတင်ဟောကြားသည်။

၁၀။ ၁၃၃၄-ခု၊ ၁၉၇၂-ခုနှစ်တွင် သတုခရိုင်၊ ပေါင်မြို့နယ်၊ ကျောကွာ သပိတ်အိုင်တောရကျောင်း၏ ပဋိပတ်အလုပ် စတင်အားထုတ်ခဲ့သည်။

၁၁။ ၁၃၃၆-ခု၊ ၁၉၇၅-ခုနှစ်မှ စတင်ကာ မြန်မာပြည်အနဲ့ ဗုဒ္ဓဒေသနာများ စတင်ဟောကြားသည်။

၁၂။ ၁၃၃၈-ခု၊ ၁၉၇၇-ခုနှစ်တွင် စစ်ကိုင်းတောင်၌ (အရှေ့။) သွေ့မှုသီတရာရကျောင်းတိုက်ကို စတင်တည်ထောင်သည်။

၁၃။ ၁၃၄၁-ခု၊ ၁၉၇၉-ခုတွင် ကွဲမှုလှည့် သာသနပြုလုပ်ငန်းကို စတင်သည်။ ယနေ့အထိ နိုင်ငံပေါင်း (၅၀)ကျော် လုပ်ညွှန်ခဲ့ပြီး၊ အစည်းအဝေးပေါင်း (၃၀) ကျော် တက်ရောက်ခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။

၁၄။ ၁၃၄၂-ခု၊ ၁၉၈၀-ခုတွင် သီတရာသာသနပြုအဖွဲ့ ကို စတင်တည်ထောင်သည်။

၁၅။ ၁၃၄၂-ခု၊ ၁၉၈၀-ခု၊ ၁၉၈၂-ခု စစ်ကိုင်းတောင် သီတရာရေအလှုပ်တော် စီမံကိန်း တည်ဆောက်သည်။ ၁၆။ ၁၃၄၇-ခု၊ ၁၉၈၅-ခုတွင် သီတရာအာယုဒါနဆေးရုံတော်ကို စတင်တည်ဆောက်သည်။

၁၇။ ၁၃၅၁-ခု၊ ၁၉၈၁-ခုတွင် သီတရာအာယုဒါနဆေးရုံတော်ကို စတင်ဖွင့်လှစ်သည်။

၁၈။ ၁၃၅၄-ခု၊ ၁၉၈၂-ခုတွင် သီတရာကွဲမှုဗုဒ္ဓတ္ထဘိလိုလို စီမံကိန်းကို စတင်ချမှတ်ဆောင်ရွက်သည်။

၁၉။ ၁၃၅၆-ခု၊ ၁၉၈၄-ခုတွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု တ္ထာဆပ်ပြည်နယ် အော်စတင်မြို့တွင် အမေရိကတေရာဂါဒမွှာသင်း ကို စတင်ဖွဲ့စည်းသည်။

၂၀။ ၁၃၅၈-ခု၊ ၁၉၈၆-ခုတွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု တ္ထာဆပ်ပြည်နယ် အော်စတင်မြို့တွင် သီတရာဗုဒ္ဓဝိဟာရ ကျောင်းတိုက်ကို စတင်တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်သည်။

၂၁။ ၁၃၅၈-ခု၊ ၁၉၈၆-ခုနှစ်တွင် စစ်ကိုင်းတောင် သီတရာကွဲမှုဗုဒ္ဓတ္ထဘိလိုလို စီမံကိန်းလှစ်သည်။

၂၂။ ၁၃၆၈-ခု၊ ၂၀၀၆-ခုနှစ်တွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု မင်နှီးဆီးတားပြည်နယ် စိန့်ပေါ်မြို့တွင် သီတရာမွှာဟာရ ကျောင်းတိုက်ကို စတင်တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်သည်။

၂၃။ ၁၃၆၉-ခု၊ ၂၀၀၇-ခုနှစ်တွင် ရန်ကုန်း သီတရာအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာသာသနပြုစဉ်တာ ကို စတင်ဖွင့်လှစ်သည်။

၂၄။ ၁၃၇၀-ခု၊ ၂၀၀၉-ခုနှစ်တွင် မွန်လေးတောင် သီတရာဗုဒ္ဓတ္ထဘိလိုလို ကို စတင်ဖွင့်လှစ်သည်။

(Continued from page 42)

၂၅။ ၁၃၇၃-ခ ၂၀၁၀-ခန့်တွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ဖလော်ရိခိပြည်နယ် ၀၅၄(၅)ပန်းဘိခိမြို့တွင် သီတရာသံယိုဟာရ ကျောင်းတိုက်ကို စတင်တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်သည်။

၂၆။ ၁၃၇၃-ခု၊ ၂၀၁၂-ခုနှစ်တွင် စစ်ကိုင်းတောင် သီတရိပ်သုနာအကယ်ဒမ် ကို စတင်တည်ထောင်သည်။

ကျမ်းစာအုပ်များ...

ဆရာတော်သည် မြန်မာဘာသာဖြင့် စာအုပ်ပေါင်း (၈၀) ကျော်နှင့် အင်လိပ်ဘာသာဖြင့် စာအုပ်ပေါင်း (၂၀) ကျော်တို့ကို ထုတ်ပေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။

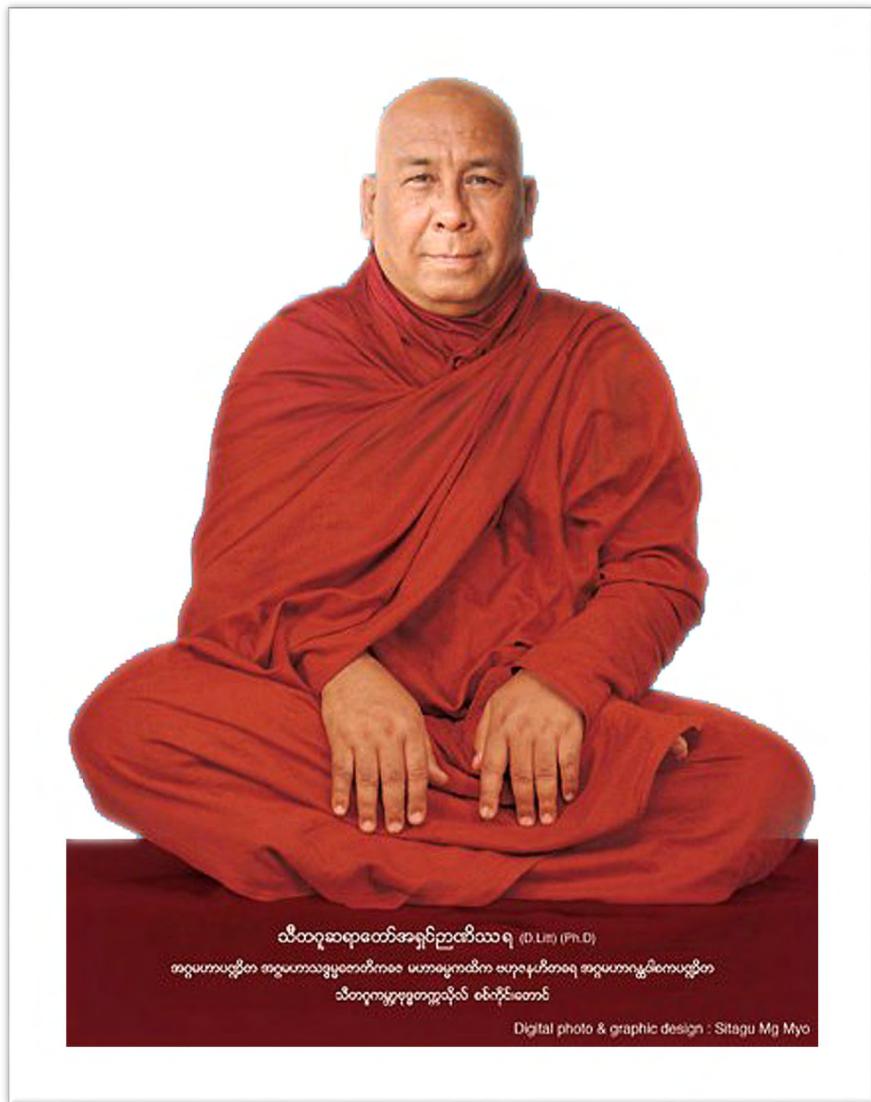
## သာသနပြသွေ့တံဆိပ်တော်များ

- ဆရာတော်အား ပြည့်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော် အစိုးရက မဟာဓမ္မကထိက ဗဟိုဇန်ဟိတ်စေရ ဘွဲ့တံဆိပ်တော် အဂ္ဂမဟာ သဒ္ဓမ္မ ကော်ကစာစ ဘွဲ့တံဆိပ်တော် အဂ္ဂမဟာဂွါးဂိုလ်က ဘွဲ့တံဆိပ်တော်များ အပြင် မြန်မာနှစ်(၁၃၅၈-၁၃၉၈) ခရစ်နှစ် (၁၉၉၇-၁၃၉၈)တွင် အဂ္ဂမဟာပရှိတာဘွဲ့ တံဆိပ်တော်ကို ဆပ်ကပ်ပူဇော်ခဲ့သည်။
- မြန်မာနှစ် (၁၃၅၈) ခု ခရစ်နှစ် ၂၀၁၃-ခုနှစ်က ဒီလစ် (D.litt) ဘွဲ့ကို ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်က အပ်နှင်းခဲ့သည်။
- မြန်မာနှစ် ၁၃၆၇-ခု ခရစ်နှစ် ၂၀၁၅-ခုတွင် ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ဘန်ကောက်မြို့၊ မဟာချိုလာလောင်ကွန် တက္ကသိုလ်မှ ပိအိပ်ချို့ (Ph.D) ဘွဲ့ကို အပ်နှင်းခဲ့သည်။
- မြန်မာနှစ် ၁၃၆၉-ခု ခရစ်နှစ် ၂၀၁၈-ခုနှစ်တွင် အီနိုယ်နိုင်ငံ နာလန္တတက္ကသိုလ်မှ ပိအိပ်ချို့ (Ph.D)ဘွဲ့ကို အပ်နှင်းခဲ့သည်။
- မြန်မာနှစ် ၁၃၇၀-ခု ခရစ်နှစ် ၂၀၁၉-ခုနှစ်တွင် ထိုင်းနိုင်ငံ မဟာမကုဋ္ဌတက္ကသိုလ်မှ ပိအိပ်ချို့ (Ph.D)ဘွဲ့ကို အပ်နှင်းခဲ့သည်။

ယခုအခါ ဆရာတော်သည် သက်တော် (ရရ)၊ ဝါတော် (ဤရ)၊ ရှိနေပြီ ဖြစ်သော်လည်း စစ်ကိုင်းတောင်ရှိး ပင်မ သိတရုက္ခာမှုပွဲတို့လို့ စာသင်သားများအား ပုံစံစာပေများကို ပိဋ္ဌ+ မြန်မာ+အင်္ဂလာ+လိုအားဖြင့် ပိုချုပ်၏ တဖက်မှုလည်း လုပ်းသာသာ သာသနပြု လုပ်ငန်းများ၊ လုပ်ငန်းများကို မနားမနေ အားထုတ်လှုက် ရှိပါသည်။

# A Brief Biography of Sitagu Sayadaw Dr. Ashin Nyanissara

1937	February 23 (Tuesday, full moon day), The Venerable Sayadaw Ashin Nyanissara was born in the town of Padagon, Thegon Township, Pegu Division, in central Myanmar (Burma).
1944	Began studies local monastery of general education and Buddhist scriptures.
1952	At the age of fifteen he was ordained as a samanera (novice)
1957	Ordination as a Buddhist monk at the age of twenty in Thegon.
1956, 1957, 1958	Passed his primary, middle and higher examinations respectively in Pali Buddhist scripture.
1961	Earned a master's degree in Buddhist Doctrine at Khin-ma-gan Pali University in Mandalay with the title Sasanadhaja-dhammacariya.
1963	Admitted to Sangha University in Yangon. He then completed a diploma course in 1965 in foreign language (English) at the Sangha University in Yangon, for the propagation of Buddhism. Buddhadesana diploma, 1965.
1965	Founded BBM College in the town of Lay-Myet-Hna in the delta region of Lower Myanmar, and worked as the headmaster and chief administrator of that institution until 1968.
1968	Moved to Sagaing Hills in Upper Myanmar and began to teach Buddhist scriptures to the monks, nuns and novices. Also continued his study of English, as well as training in Buddhist homiletics under the guidance of Venerable Ashin Pandita (Aggamahapandita) Anisakhan Saydaw for the purpose of preaching to lay Myanmar Buddhists.
1972	Lived in seclusion and practiced meditation at the forest monastery of Thabaik Aing Taw-ya in Thathon District, Paung Township, Kyaum Ka Village, Mon State Lower Myanmar.
1975	Began preaching the Buddhadhamma all over Myanmar.
1977	Established his own monastery, Sadhamma Sitagu Vihara on the east side of Sagaing Hills, and resumed teaching the Buddhist doctrine and scripture to the monks, nuns and novices of the surrounding region.
1979	First foreign missionary journey to six countries in South and Southeast Asia. Since then he has to more than fifty countries around the world. During his visits to the United States he has lectured at many universities, including Vanderbilt University, Fisk University, Indiana State University, and Tennessee State University.
1980	Founded the Sitagu Missionary Association, full moon day of May (Buddha Day).
1980-84	Construction of a water supply system that would eventually provide clean drinking water to over eight hundred monasteries and eight thousand residents of Sagaing Hills.
1985-90	Construction of a one hundred bed hospital for the monks, nuns, novices and poor of Sagaing. The hospital is fully equipped with surgical and X-ray units, an optical surgical unit, an inpatient ward and outpatient ward, and has a permanent staff of doctors, nurses and non-professional workers.
1992	Began the construction of the International Buddhist Academy. Its goal is to teach and train missionary student monks and nuns in the hopes of further spreading the Buddha's teachings.
1994	Theravada Dhamma Society of America incorporated as non-profit in Austin, TX USA as a center for propagating the Sasana in the West.
1996	Sitagu Buddha Vihara was established in Austin. SIBA opened in Sagaing Hills.
2006	Sitagu Dhamma Vihara established in St. Paul, Minnesota.
2007	Sitagu International Missionary Center in Yangon opened.
2009	Sitagu Buddhist University opened in Mandalay Hill.
2011	Sitagu Sangha Vihara opened in West Palm Beach, Florida USA.
2012	Sitagu Vipassana Academy founded in Sagaing Hills.
2013	Sitagu Shwezigon Pagoda finished in Austin, Texas.



Sitagu Sayadaw has published over eighty books and articles in the Myanmar language since 1979, on the subject of Buddhism. He has published more than twenty booklets in English and is currently working on several more manuscripts for English publication.

His Sasana titles are *Mahadhammadhikabahujanahitadhara*, *Aggamahasaddhammajotikadhaja*, *Aggamahaganthavacakapandita*, *Aggamahapandita*.

His academic titles are D. Litt. (2003, Yangon University), Ph.D. (2005, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Bangkok, Thailand), Ph.D. (2008, Nalanda University, India), Ph.D. (2009, Mahamakut University, Thailand).

Ashin Dr. Nyanissara practiced in the Thabaik Aing; that is why he is called Thabaik Aing Sayadaw. He was born in Thegon Township practiced in the Thabaik Aing; that is why he is called Thegon Sayadaw.

Because his Sitagu projects he is called Sitagu Sayadaw. He is 77 years old, has 57 vassa and still active in teaching in English, Pali and Burmese, missionary and social work worldwide.





## Sitagu Vihara Ongoing Support Fund Donors

{ \$300 /month }

- \* Dr. Mg Mg Oo + Ma Thanda Su Myint

{ \$100/Month }

- \* Ashin Ariyadhamma
- \* U Tun Sein + Daw Mya Kyi Family
- \* Dr. Tin Aung Hla + Dr. Win Wah Kyu
- \* Ko Selwyin + Dr. Moe Moe Win
- \* Dr. Myo Aung + Dr. Yu Yu Khin
- \* Maung H. Kyaw + Le Wai Thant, Tara Kyaw
- \* Dr. Aung Ba + Dr. Sandar Min Family
- \* Kate, Thit Thit + Rahul Vaid
- \* Dr. Myant Myant Mon
- \* Daw Daisy Lee Family
- \* Mimi H Law-Yone
- \* Sein Win / Khin Aye Aye Myint
- \* Dr. Cherry
- \* Dr. Win Bo + Daw Than Than Shwe

{ \$50/Month }

- ◊ Ashin Cintita
- ◊ Ashin Silacara
- ◊ Sayalay Nyanavadi
- ◊ Dr. Thein Kyaw + Daw San San
- ◊ Dr. Tin Nyunt + Daw Aye Kyaing
- ◊ U Edward + Daw Khin Thein Ye
- ◊ Daw Kyin May, Mya Mya Mu
- ◊ Dr. Chi Vo + Wah Wah Family
- ◊ Ko Zaw Tin + Ma Mar Lar, Ryan and Lauren
- ◊ Miss Wendy Bixby
- ◊ Dr. Aung Naing Lwin + Dr. Kyi Kyi Shwe
- ◊ Dr. Soe Myint Aung + Dr. Thu Zar
- ◊ Dr. Soe Win & Dr. Myint M Kyu
- ◊ Dr. Aye Ko Ko + Dr. Nwe Nwe Aye, Son, Dr. Htin Aung
- ◊ Dr. Myint Myint Aye / Victor Gaw
- ◊ Daw Khin Toe Yee
- ◊ Ma Khin Than Shwe
- ◊ Ko Htwe + Ma Yamin Aye
- ◊ Ma Htet Htet & Mg Wai Lu
- ◊ Ko Phone Myint
- ◊ Ms. Paulina Wheeler

- ◊ Nwe Nwe Ohn
- ◊ George Austin Brown
- ◊ Dr. Su Su Han Khin, Sein Kyaw, Julia Sein
- ◊ U Thu Gyi + Daw Khin Khin That
- ◊ Ko Tun Ni + Thin Thin + Niang Lin Zaw
- ◊ Ronald Lee Family
- ◊ U Myn Khine and Maravic Khine
- ◊ Dr. Zar Zar Aye Pe / Dr. Hlaing Tint
- ◊ Aye Aye Kyi
- ◊ Kin Khin Aung / Kendrick Aung
- ◊ Ko San Moe + Ma Han Su Moe, Shane and Jamie

{ \$30/Month }

- Ashin Aggadhamma
- Ashin Saccanyana
- U Aye Shwe + Daw Kyin Than
- Mr. Scott Conn
- Kyaw Zayar Win / Ma Ohnmar
- Kun Thiri / Win Win Cho
- Dr. Thida Aye (U Aye Maung + Daw San San Mae Family)
- Ko Ko Oo + Ma May Thu Oo
- Ko Mg Mg & Ma Phyu Phyu Win Family
- Ma Khaing Yu Thwe
- Ko Aung Khin Tun + Ma Mya Pan Yee
- Mg Kyaw San + Ma Phyu Phyu Win Maung
- Ko Win Bo + Ma Saw Lei Win, Yati Phu Pwint
- Daw Hla Kyawt Khin
- Ko Peter + Ma Shwe Shwe Khaing
- Ko Naing + Ma Let Let
- Koe Koe + Naw Aye and San Nay Won
- Lucas and Maggie Law
- Margan Min Soe / Wyne Wyne Tun
- Khin Mu Law / Kelvin and Khin Law
- Ko Than Soe / Ma Puok Pouk , Ye Htut and Allan
- Naing Aung Lwin / Khin Le Cho
- Daw Than Than
- Nan Thet Thet Nan
- Daniel Garcia
- Myint H Aung

*Sadhu, Sadhu, Sadhu...*

## Daily Food Donors

### **Sunday**

- ◆ Sayalay Daw Candapabha, Dr. Thelma Tan, Ko Melvin Tan + Dr. Tin Tin Wai, son - Eric Tan
- ◆ Ko Tun Ni + Ma Thin Thin Nwe, son -Naing Lin Zaw
- ◆ Ko Tin Htut + Ma Thet Thet War Family
- ◆ Ko Lay + Ma Win Family

### **Monday**

- ◆ Daw Elizabeth, Susan, Paul, Ma Nwe Ni, Kate family
- ◆ Naing Kya Shan + Ma Le Le Family
- ◆ Miss In Jore
- ◆ Dr. Myo Aung + Dr. Yu Yu Khin

### **Tuesday**

- ◆ Dr. Win Bo + Daw Than Than Shwe, Son - Kyaw Thu Bo family
- ◆ Ko Kyaw Wha + Nan Pa Oot
- ◆ Ko Win Kyai + Mi Nyo
- ◆ U Pho Lar + Daw Myint Razar

### **Wednesday**

- ◆ Dr. Soe Myint Aung + Dr. Ma Thu Zar
- ◆ Son - Shane Thu Aung family



### **Thursday**

- ◆ U Kyi Tin + Daw Than Than Win, Ko Zaw Tin+ Ma Mar Lar, Ko San Moe + Ma Han Su Yin family
- ◆ Daw Khin Khin Oo, Ko Too + Dr. Le Wai Thant, Tara
- ◆ Ko Aung Khin Tun + Ma Mya Pan Yee family
- ◆ Ko Myo Zin Oo + Ma Aye Cho family

### **Friday**

- ◆ Dr. Tin Aung Hla + Dr. Win Wah Kyu, Aye Chan Hla, Daw Khin Toe Yee
- ◆ Dr. U Thane Kyaw + Daw San San Myint family

### **Saturday**

- ◆ Dr. U Tin Nyunt + Daw Aye Kyaing family
- ◆ Ko Aung Chan Thit + Ma Khin Moe Myint family
- ◆ Ko Thein Tan + Ma Saw Le Win, Rati Phu Pwint
- ◆ Ko Kyaw Sun + Ma Phyu Phyu



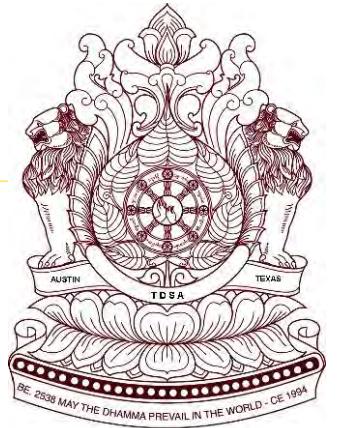
**Daily Drinking Water Donor: Miss Wendy Bixby**

# SITAGU BUDDHA VIHARA

## Theravada Dhamma Society of America

9001 Honeycomb Dr.  
Austin, TX 78737

(512) 301 3968  
[sitagu.tdsa@sitagu.org](mailto:sitagu.tdsa@sitagu.org)  
[www.sitagu.org](http://www.sitagu.org)



May all beings be happy and healthy

