http://www.dhammadownload.com

ဘဝပါရမီစာစဉ်(၃)

အရှင်ဆန္ဒာဓိက

ရွှေပါရမီတောရ

မသေခင်ဘာလုပ်ကြမလဲ



သတ္တမအကြိမ်

http://www.dhammadownload.com



မိမိကိုယ်တိုင်က
သေခြင်းသဘော
ပျက်ခြင်းသဘောရှိပေမယ့်
မသေမယ့်သဘော
မပျက်မယ့်သဘောကို
ရှာဖွေနိုင်ခဲ့မယ်ဆိုရင်
အဲဒီရှာဖွေခြင်းဟာ
မြင့်မြတ်သောရှာဖွေခြင်းပါပဲ ။



MAY WINN AUNG

http://www.dhammadownload.com

မမ္မစကား၊ နေ့တိုင်းကြားကာ၊ စိတ်ထားဖွေးလက်၊ သီဉာဏ်ထက်၏။

ဘာဝနာဓိကာ

ရွှေပါရမီတော်ရ

မသေခင်ဘာလုပ်ကြမလဲ



ရွှေပါရမီစာစဉ်(၃)

http://www.dhammadownload.com

ရွှေပါရမီ ၁၉၉၉ အမှတ်(၁)

စာမူခွင့်ပြုချက်

ဉ၂၀၄၂၀၅၀၆

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်

ဉ၂၀၃၄၀၅၀၆

၂၀၀၅ ခုနှစ် ● ဇွန်လ ● သတ္တမအကြိမ် ● အုပ်ရေ ၂၀၀၀၀

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ

နေဝင်းအောင်

စာအုပ်ချုပ်

ကိုကော်ဝမ်း

မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်သူ

ဦးတိုးဝင်း (ဝ၂၄၃၁)၊ နေလရောင်ပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ် ၉၆၊ ၁၁ လမ်း၊ လမ်းမတော်မြို့နယ်။

အတွင်းပုံနှိပ်သူ

ဦးကြင်ရွှေ (ဝ၃၁၀၅)၊ မိသားစုပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ် ၉၀–အေ၊ အောက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်း၊ အလုံမြို့နယ်။

ထုတ်ဝေသူ

တက်လမ်း ဦးရှိန်ဝင်း (ဝ၃၉၆၄)၊ ရွှေပါရမီစမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့

အမှတ် (၁၉–အေ/၂)၊ မိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်။

ဖြန့်ချိရေး

ရွှေပါရမီစမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးဘဏ္ဍာ

အမှတ် (၁၉ အေ/၂)၊ မိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်။

(☎ ၂၄၉၅၅၃၃၊ ၂၈၁၆၆၃၊ (၀၉၉၉)၂၁၁၉၈)

တန်ဖိုး ၄၅၀ ကျပ်

http://www.dhammadownload.com

24/1/2009
end reading.

အရှင်ဆန္ဒာဓိက (ရွှေပါရမီတော်ရာ)

- ၁၉၆၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ(၉)ရက်၊ အင်္ဂါနေ့တွင် ရေနံချောင်းမြို့ သူဌေးကုန်းရပ်ကွက်၌ ခမည်းတော် ဦးစိန်ဝင်း၊ မယ်တော် ဒေါ်သိန်းသိန်းတို့မှ ဖွားမြင်သည်။
- ၁၉၇၄ ခုနှစ်တွင် ဆယ်တန်းစာမေးပွဲကို ရေနံချောင်းမြို့ အထက(၁)မှ ခြောက်ဘာသာ (ဘာသာစုံ) ဂုဏ်ထူးဖြင့် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံး ဒုတိယရလျက် အောင်မြင်သည်။ သုံးထပ်ကွမ်းလူရည်ချွန်အဖြစ် ဂတန်း၊ ဓတန်း၊ ၁၀တန်းတို့၌ သုံးနှစ်ဆက်တိုက် ရွှေးချယ်ခံခဲ့ရသည်။
- ၁၉၇၄ ခုနှစ်၊ဆယ်တန်းအောင်မြင်ပြီးနောက် သာသနာ့ဘောင်သို့ဝင်ရောက်ခဲ့ပြီး အမရပူရမြို့ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်တွင် ပရိယတ္တိစာပေများ လေ့လာဆည်းပူးခဲ့သည်။
- ၁၉၉၂ ခုနှစ်တွင် ပထမကျော်ဘွဲ့ နှင့် ၁၉၉၅ ခုနှစ်တွင် ဓမ္မာစရိယဘွဲ့တို့ကို ရရှိခဲ့သည်။
- ၁၉၉၈ ခုနှစ်တွင် အသက်(၃၀)ပြည့် ပုလဲရတုမွေးနေ့ အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် တစ်ယောက်တည်းနေ တစ်စိတ်တည်းထား စာအုပ်ကို စတင်ထုတ်ဝေခဲ့သည်။
- ယခုအခါ သထုံမြို့ ကေလာသတောင်၊ ရွှေပါရမီတောရကျောင်း၌ တစ်ပါးတည်း ကေစာရီတောရဆောက်တည်လျက် ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်အလုပ် အားထုတ်လျက် ရှိသည်။ ။

http://www.dhammadownload.com

■ သေခြင်းတရားအကြောင်း
ပြောဆိုတာလောက်မင်္ဂလာရှိတာ
လောကမှာမရှိတော့ပါဘူး။
သေခြင်းတရားအကြောင်း
တွေးတောခြင်းဟာလည်း
လောကမှာကျက်သရေအရှိဆုံးပါပဲ။
ဘာလို့လဲဆိုတော့သေခြင်းတရားကို
အမှတ်ထင်ထင်သတိရနေမှသာ
မသေခင်အခိုက်အတန့်ကာလလေးကို
လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်
အလုပ်သင့်အလုပ်ထိုက်ဆုံးအလုပ်တွေနဲ့
တန်ဖိုးရှိရှိအသုံးချသွားနိုင်မှာဖြစ်လို့ပါပဲ။

■ အလုပ်ပိုတွေ
အကာအလုပ်တွေကို
အတတ်နိုင်ဆုံးရှောင်ရှားပြီး
အလုပ်လိုတွေ
အနှစ်အလုပ်တွေကို
အစွမ်းနိုင်ဆုံးဆောင်ပွားနိုင်ဖို့
သေခြင်းတရားကို
မဖြစ်မနေသတိရသင့်ပါတယ်။

■ သေခြင်းတရားကိုသတိရအောက်မေ့တာ
သေခြင်းတရားကိုဆင်ခြင်ပွားများတာဟာ
စိတ်ညစ်ဖို့၊ စိတ်ဓာတ်ကျဖို့မဟုတ်ပါဘူး။
စိတ်ခိုင်ဖို့၊ စိတ်ဓာတ်မြင့်ဖို့ပါ။

http://www.dhammadownload.com

မသေခင်ဘာလုပ်ကြမလဲ

လူသားတွေရဲ့ ဘဝမှာ စိတ်ဝင်စားစရာ အကောင်းဆုံးအရာ ဟာ သေခြင်းတရားဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရား ဟာ လူသားအားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်နေလို့ပါပဲ။

လူသားတစ်ဦးချင်းမှာ သူ့ဘဝနဲ့သူ စိတ်ဝင်စားစရာအကောင်း ဆုံးအရာတွေ အသီးသီးရှိကြပါလိမ့်မယ်။ သူ့ရဲ့ လက်ရှိဘဝ၊ လက်ရှိ အနေအထားနဲ့ လက်ရှိခံစားချက်အပေါ် မူတည်ပြီး စိတ်ဝင်စားကြမှာ မို့ လူသားတစ်ဦးနဲ့တစ်ဦးရဲ့ စိတ်အဝင်စားဆုံးအရာတွေဟာလည်း မတူ ထူးခြား ကွဲပြားနေကြမှာ မလွဲပါဘူး။

ကုန်သည်တစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်အဝင်စားဆုံး ကုန်ပစ္စည်းတစ် ခုဟာ ဆေးပညာရှင်တစ်ယောက်အတွက်တော့ စိတ်ဝင်စားစရာ ဖြစ် ချင်မှ ဖြစ်ပါမယ်။ ဆေးပညာရှင် တစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်အဝင်စားဆုံး

http://www.dhammadownload.com

ဆေးကုထုံးတစ်ခုဟာလည်း ကုန်သည်တစ်ယောက်အတွက်တော့ စိတ်ဝင်စားစရာ ဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကုန်သည်တစ်ယောက် စိတ်အဝင်စားဆုံး အရာဟာ ဆရာဝန်တစ်ယောက်နဲ့ ဘာမှ မသက်ဆိုင်သလို ဆရာဝန်တစ်ယောက် စိတ်အဝင်စားဆုံးအရာဟာလည်း ကုန်သည်တစ်ယောက်နဲ့ ဘာမှ မသက်ဆိုင်လို့ပါပဲ။

ကိုယ်နဲ့ မသက်ဆိုင်တဲ့အရာကို စိတ်မဝင်စားတာ၊ တကယ်လို့ စိတ်ဝင်စားခဲ့ရင်တောင်မှ စိတ်အဝင်စားဆုံး မဟုတ်တာဟာ လူ့သဘာဝတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ လူသားမှန်ရင် ကိုယ့်ဘဝရဲ့ တိုးတက်မှုကို လိုလားရစမြဲမို့ ကိုယ်နဲ့ မသက်ဆိုင်တာကို စိတ်ဝင်စားနေရင် ကိုယ့်ဘဝ ဘယ်တိုးတက်နိုင်ပါတော့မလဲ။ ဒီတော့ ကိုယ့်ဘဝ တိုးတက်မှုနဲ့ မသက်ဆိုင်တာတွေကို စိတ်မဝင်စားတာ၊ တကယ်လို့ စိတ်ဝင်စားခဲ့ရင်တောင်မှ အဝင်စားဆုံးအရာ မဟုတ်တာဟာ သဘာဝကျပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ သေခြင်းတရားကျတော့ လူသားအားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်နေပါတယ်။ ဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး၊ ဂုဏ်ရှိဂုဏ်မဲ့မရွေး၊ ဉာဏ်နဉာဏ်ရင့်မရွေး၊ လူသားအားလုံးနဲ့ တပြေးညီ သက်ဆိုင်နေပါတယ်။ အသက်ကြီးသူတွေနဲ့သာမကပဲ အသက်ရွယ်သူတွေ၊ အသက်ငယ်သူတွေနဲ့ပါ သက်ဆိုင်နေတာဟာ ဘယ်လိုမှ ငြင်းလို့ မရပါဘူး။

အသက်အရွယ်မရွေး၊ အဆင့်အတန်းမရွေး လူသားအားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်နေတဲ့အတွက် သေခြင်းတရားဟာ လောကမှာ စိတ်ဝင်စား

http://www.dhammadownload.com

စရာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့က သေခြင်းတရားကို သိသိသာသာ စိတ်ဝင်စားကြပါတယ်။ တချို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကို သေခြင်းတရားကို စိတ်ဝင်စားလို့ ဝင်စားနေမှန်းမသိဘဲ (လုံးဝ စိတ်မဝင်စားဘူးလို့တောင် အထင်ရောက်နေရက်နဲ့) စိတ်ဝင်စားနေကြပါတယ်။ ကိုယ်ကသာ စိတ်ဝင်စားနေမှန်းမသိတာ၊ ကိုယ့်စိတ်ကတော့ မသိမသာ စိတ်ဝင်စားနေပါတယ်။

လောကီအလုပ်တွေကို အရှိန်အဟုန်နဲ့ အပင်ပန်းခံလုပ်နေတာဟာ မသေခင် ခံစား စံစားဖို့၊ လောကုတ္တရာအလုပ်တွေကို အရှိန်အဟုန်နဲ့ အပင်ပန်းခံ လုပ်နေတာဟာ သေပြီးနောက် ခံစား စံစားဖို့၊ ဒါမှမဟုတ် သေခြင်းတရားက လွတ်မြောက်ဖို့။ သေခြင်းတရားကိုပဲ စံထားပြီး လူသားတွေ အလုပ်လုပ်နေကြတာပါ။

“ မသေခင် ” ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်ကလေးနဲ့ လူသားတွေ အလုပ်လုပ်နေကြတာပါ။

တချို့က သေခြင်းတရားအကြောင်းပြောတာ မင်္ဂလာ မရှိဘူးလို့ ယူဆကြတယ်။ တကတကစင်မှားတဲ့ အယူအဆပါပဲ။

သေခြင်းတရားအကြောင်း ပြောဆိုတာလောက် မင်္ဂလာရှိတာ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ သေခြင်းတရားအကြောင်း တွေးတောခြင်း ဟာလည်း လောကမှာ ကျက်သရေအရှိဆုံးပါပဲ။

ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရားကို အမှတ်ထင်ထင်သတိရနေမှသာ မသေခင် အခိုက်အတန့်ကာလလေးကို လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်၊ အလုပ်သင့်အလုပ်ထိုက်ဆုံး အလုပ်တွေနဲ့ တန်ဖိုးရှိရှိ အသုံးချ

http://www.dhammadownload.com

သွားနိုင်မှာ ဖြစ်လို့ပါပဲ။

လူသားတိုင်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကြာခဏ မေးသင့်တဲ့ မေးခွန်းတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တူတဲ့ မေးခွန်းတွေလည်း ရှိသလို မတူတဲ့ မေးခွန်းတွေလည်း ရှိပါလိမ့်မယ်။

"မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ"ဆိုတဲ့မေးခွန်းကတော့ လူသားအားလုံးရဲ့ တူညီတဲ့ မေးခွန်းတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ လူသားအားလုံးရဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကြာခဏမေးသင့်တဲ့ မေးခွန်းတွေထဲမှာ အရေးအကြီးဆုံး ဘဝမေးခွန်းကတော့ "မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ"ဆိုတဲ့ မေးခွန်းပါပဲ။

တိုးတက်ချင်တဲ့သူဆိုတာ မေးခွန်းတွေကို ချစ်မြတ်နိုးတတ်ရပါတယ်။ မေးခွန်းတွေကို ကြောက်ရင် မတိုးတက်နိုင်ပါဘူး။ စာမေးပွဲဆိုတာ မေးခွန်းတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားတာပါ။

ပညာရည်တိုးတက်လိုတဲ့သူဟာ စာမေးပွဲမှာ မေးထားတဲ့ မေးခွန်းတွေကို ပျော်ပျော်ကြီး ဖြေဆိုရပါတယ်။ မေးခွန်းတွေကို မှန်မှန်ကန်ကန် တိတိကျကျ ဖြေဆိုနိုင်တာနဲ့အမျှ ကိုယ့်ရဲ့ပညာအရည်အချင်းဟာလည်း တိုးတက်မြင့်မားလာရပါတယ်။ စာမေးပွဲတစ်ခု အောင်ပြီးတိုင်း ပညာရည်တစ်ဆင့် မြင့်လာတာဟာ မျက်မြင်ထင်ရှားတဲ့ သဘာဝတရားကြီးပါ။

ဘဝအရည်အသွေးမြင့်မားလိုသူတိုင်း ဘဝစာမေးပွဲရဲ့ မေးခွန်းတွေကို ပျော်ပျော်ကြီး ရင်ဆိုင်နိုင်ရပါမယ်။ မှန်မှန်ကြီး ဖြေဆိုနိုင်ရပါမယ်။

ဘဝအရည်အသွေးကို ထိပ်တန်းအကျဆုံး မြှင့်တင်ပေးမယ့်

http://www.dhammadownload.com

ဘဝမေးခွန်းတွေထဲမှာ အချက်အချာအကျဆုံး မေးခွန်းကတော့ "မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ" ဆိုတဲ့ မဟာမေးခွန်းကြီးပါပဲ။

မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ ဆိုတဲ့မေးခွန်းထဲမှာ အပိုင်းနှစ်ပိုင်း ပါပါတယ်။ တစ်ပိုင်းက "မသေခင်" ဆိုတဲ့အပိုင်းပါ။ တစ်ပိုင်းက "ဘာလုပ်ကြမလဲ" ဆိုတဲ့ အပိုင်းပါ။

"မသေခင်" ဆိုတဲ့ အပိုင်းနဲ့ သေခြင်းတရားကို သတိရအောက်မေ့ဖို့၊ ကိုယ့်ဆီ မလွဲမသွေ ရောက်လာမယ့် သေခြင်းတရားကို ဧည့်သည်ကောင်းပမာ ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံဖို့၊ ကိုယ် တကယ် ပိုင်ဆိုင်တဲ့ ဘဝဟာ အချိန်ကာလအားဖြင့် ခဏတာလေးမျှသာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ နားလည်သဘောပေါက်ဖို့ ရည်ညွှန်းပါတယ်။

"ဘာလုပ်ကြမလဲ" ဆိုတဲ့ အပိုင်းနဲ့ ကိုယ် တကယ်ပိုင်ဆိုင်တဲ့ မသေခင် တစ်ခဏ ဘဝတိုလျလျလေးကို တလေးတစား တန်ဖိုးထားတတ်ဖို့၊ အလုပ်ပိုနဲ့ အလုပ်လို၊ အကာအလုပ်နဲ့ အနှစ်အလုပ်ကို ခွဲခြားသိမြင်ပြီး အလုပ်ပိုတွေ၊ အကာအလုပ်တွေကို အတတ်နိုင်ဆုံး ရှောင်ရှား၊ အလုပ်လိုတွေ၊ အနှစ်အလုပ်တွေကို အစွမ်းနိုင်ဆုံး ဆောင်ပွားဖို့၊ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်၊ အလုပ်သင့်အလုပ်ထိုက်ဆုံးအလုပ်တွေကို အရည်အသွေးပြည့်မီအောင်၊ အပြီးအဆုံး ပေါက်မြောက်အောင် အားထုတ်ဖို့ ရည်ညွှန်းပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို သတိရအောက်မေ့တာ၊ သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်ပွားများတာဟာ စိတ်ညစ်ဖို့၊ စိတ်ဓာတ်ကျဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ခိုင်ဖို့၊ စိတ်ဓာတ်မြင့်ဖို့ပါ။

http://www.dhammadownload.com

သခြင်းတရားကို နည်းမှန်လမ်းမှန် ပွားများတတ်ရင် စိတ်ညစ်တာ၊ စိတ်ဓာတ်ကျတာတွေ လုံးဝပျောက်ကင်းတဲ့အပြင် စိတ်ဓာတ်တွေ ခိုင်မာလာမယ်၊ စိတ်အရည်အသွေးတွေ မြင့်မားလာမယ်။ အသိဉာဏ် ရင့်ကျက်လာမယ်၊ ကိုယ်တကယ်လုပ်ရမယ့် အဓိကအလုပ်ဟာဘာလဲဆိုတာ ခွဲခြားတတ်လာမယ်။ ကိုယ်ရွေးချယ်ထားတဲ့အလုပ်ကို အကောင်းဆုံးနဲ့ အမြန်ဆုံး ပြီးစီးအောင်လုပ်တတ်လာမယ်။ ကောင်းကျိုးတရားတွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် များပြားလှပါတယ်။

သခြင်းတရားကို တွေးတဲ့စိတ်ဟာ အဖျက်စိတ်မဟုတ်ပါဘူး၊ အပြုစိတ်ပါ။ သခြင်းတရားကို သတိရတဲ့သဘောဟာ အဖျက်သဘောမဟုတ်ပါဘူး၊ အပြုသဘောပါ။

အပြုသဘောဆောင်တဲ့စိတ်ဓာတ်နဲ့ အပြုသဘောဆောင်တဲ့လုပ်ရပ်တွေကို အရှိန်အဟုန်ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ၊ စွမ်းရည်ပြည့်ပြည့် လုပ်ဆောင်နိုင်ဖို့အတွက် " မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ "ဆိုတဲ့တရားကို ဒီနေ့ ဟောရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

ဒီနေ့ (၂၇-၁၂-၉၇)ဟာ ၁၉၉၇ ခုနှစ်ကုန်ဖို့ လေးရက်ပဲလိုတော့တဲ့နေ့ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက် လေးရက်လွန်ရင် ၁၉၉၈ ခုနှစ်ကို ရောက်ပါတော့မယ်။

နှစ်ဟောင်းကုန်လို့ နှစ်သစ်ကူးခါနီးကာလ၊ နှစ်ဟောင်းကို စွန့်ခွာပြီး နှစ်သစ်မှာ ခြေမချခင် လမ်းဆုံမှာ ခြေစုံရပ်ပြီး ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရပါမယ်။

" နှစ်ဟောင်းကနေ နှစ်သစ်ကို ကူးပြောင်းခွင့်ရတာဟာ နှစ်

http://www.dhammadownload.com

ဟောင်းမှာ ငါမသေခဲ့လို့ပဲ၊ နှစ်ဟောင်းမှာ မသေခဲ့ပေမယ့် နှစ်သစ်ကို ရောက်တာနဲ့ ငါ့အသက်တစ်နှစ်ကြီးလာပြီ၊ သေဖို့တစ်နှစ်ပိုနီးလာပြီ။ နှစ်သစ်ရဲ့ရက်စွဲတစ်ခုခုမှာ ငါသေချင်သေသွားနိုင်တယ်။ နှစ်ဟောင်းမှာ သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်ခဲ့ပေမယ့် နှစ်သစ်မှာ လွန်မြောက်ချင်မှ လွန်မြောက်မယ်။"

အဲဒီလို သေခြင်းတရားနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့လည်း ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရပါမယ်။

"နှစ်ဟောင်းမှာ အလုပ်ပိုတွေ၊ အကာအလုပ်တွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းခဲ့လား၊ အလုပ်လိုတွေ၊ အနှစ်အလုပ်တွေနဲ့ အချိန်သုံးခဲ့လား။ အနှစ်အလုပ်တွေ လုပ်ခဲ့တယ်ဆိုရင်လည်း ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာအထိ လုပ်ခဲ့လည်း၊ ဘယ်လောက် အရည်အသွေးပြည့်မီအောင် လုပ်ခဲ့လဲ"။

"နှစ်သစ်မှာရော၊ အလုပ်ပိုတွေ၊ အကာအလုပ်တွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းမှာလား၊ အလုပ်လိုတွေ၊ အနှစ်အလုပ်တွေနဲ့ အချိန်သုံးမှာလား။ အနှစ်အလုပ်တွေ လုပ်မယ်ဆိုရင်လည်း ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာအထိ လုပ်မှာလဲ။ ဘယ်လောက် အရည်အသွေးပြည့်မီအောင် လုပ်မှာလဲ။"

အဲဒီလို မသေခင်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့လည်း ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရပါမယ်။

ကိုယ်လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်၊ ကိုယ်လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ဆိုတာ မသေခင် ကာလလေးမှာပဲ လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိပါတယ်။ သေပြီးရင် ဘာမှ လုပ်ပိုင်ခွင့် မရှိတော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ပိုင်ခွင့်ကာလဟာ မသေခင်အချိန်ပိုင်းလေးမျှသာ ဆိုတာကို အမြဲသတိရနေမှ ကိုယ်လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်၊ ကိုယ်လုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်တွေကို မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်လက်နဲ့ အချိန်မီ ပြီးစီးအောင်၊ အကောင်းဆုံး ပြည့်စုံအောင် လုပ်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခုလို နှစ်ဟောင်းကုန်ကျူး နှစ်သစ်ကူးတော့မယ့် အချိန်ကာလမှာ ကိုယ့်ရဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို ကန့်သတ်ထားတဲ့ သေခြင်းတရားကိုလည်း သတိရဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

မသေခင် လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိတဲ့ ကာလလေးမှာ ဘာအလုပ်တွေ လုပ်မယ်၊ ဘာအလုပ်တွေ ဦးစားပေးမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်စီမံကိန်း ချထားရပါမယ်။ တချို့အလုပ်တွေဆိုရင် မလုပ်မဖြစ် လုပ်မယ်လို့ကို အဓိဋ္ဌာန်ဆောက်တည်ထားရပါမယ်။

ဒါကြောင့် ဒီနေ့ တာမွေမြို့နယ်၊ ၁၃၃လမ်း၊ လူငယ်များနဲ့ လမ်းမိသားစုက ပထမအကြိမ် ဆင်ယင်ကျင်းပတဲ့ နှစ်သစ်ကူး အကြိုတရားပွဲမှာ အချိန်မရွေး ရောက်လာနိုင်တဲ့ သေခြင်းတရားကို အမြဲဆင်ခြင်သတိရဖို့နဲ့၊ မသေခင်အချိန်ပိုင်းလေးမှာ လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်တွေကို အမြန်ဆုံးနဲ့ အကောင်းဆုံး လုပ်သွားနိုင်ဖို့ " မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ " ဆိုတဲ့ တရားကို ဟောရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com

သေချိန်မသိတဲ့ဘဝပျော်နေလို့ဖြစ်ပါ့မလား

အချိန်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား ရာဇဂြိုဟ်မြို့၊ တပေါဒါရုံ ကျောင်းတိုက်မှာ သီတင်းသုံးတော်မူနေတဲ့အချိန်။

တပေါဒါရုံကျောင်းတိုက်ဆိုတာက တပေါဒါမြစ်ရဲ့ အနီး အနားမှာ တည်ထားတဲ့ ကျောင်းတိုက်ပါ။ အဲဒီ တပေါဒါမြစ်ရဲ့ ထူးခြား ချက်တစ်ခုက တပေါဒါမြစ်ရေတွေဟာ ပူပြီးတော့နေတယ်။

ဘာ့ကြောင့် တပေါဒါမြစ်ရေတွေ ပူနေရသလဲဆိုရင် ရာဇ ဂြိုဟ်မြို့ကို ဝန်းရံထားတဲ့ တောင်ကြီးငါးလုံးထဲမှာ တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်တဲ့ ဝေဘာရတောင်ရဲ့အောက်မှာ နဂါးပြည်ရှိတယ်။ အဲဒီ နဂါးပြည် က နဂါးတွေ မြူးထူးပျော်ပါးကစားကြတဲ့ ရေအိုင်ကြီးကနေ အဲဒီ တပေါဒါမြစ် စတင်ပြီးတော့ စီးဆင်းလာတယ်။ လမ်းခရီးမှာ လောဟ ကုမ္ဘီဝရဲကြီးနှစ်ခုရဲ့ ကြားကနေ ဖြတ်သန်းပြီးတော့ စီးဆင်းလာ တယ်။

http://www.dhammadownload.com

လောဟကုမ္ဘိဇရဲဆိုတာက အလျှံတပြောင်ပြောင် တောက်လောင်နေတဲ့ သံပူအိုးကြီးတွေထဲက ကျိုက်ကျိုက်ဆူနေတဲ့ သံရေပူတွေထဲမှာ ငရဲသူ၊ ငရဲသားများ မြုပ်လိုက် ပေါ်လိုက်၊ မြုပ်လိုက် ပေါ်လိုက်နဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခ ခံစားကြရတဲ့ ငရဲကြီးပါ။

အိုးရဲ့အဝကနေ အောက်ကို မြုပ်သွားလိုက်တာ အိုးရဲ့အောက်ခြေကြမ်းပြင်ကို ရောက်ဖို့အတွက် နှစ်ပေါင်းသုံးသောင်းကြာတယ်။ အိုးရဲ့အောက်ခြေကြမ်းပြင်ကနေ အိုးရဲ့အဝကို ပြန်ရောက်ဖို့ အပေါ်ပြန်တက်လာတာ နှစ်ပေါင်းသုံးသောင်းကြာတယ်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် နဂါးပြည်ရေအိုင်ကနေ မြစ်ဖျားခံပြီး လောဟကုမ္ဘိဇရဲကြီးနှစ်ခုရဲ့ ကြားကနေ ဖြတ်သန်းစီးဆင်းလာတဲ့အတွက်ကြောင့် တပေါဒါမြစ်ရေတွေဟာ ပူနေရခြင်းဖြစ်တယ်။

အဲဒီတပေါဒါမြစ်ရဲ့အနီးမှာ တည်ထားတဲ့ တပေါဒါရုံကျောင်းတိုက်မှာ မြတ်စွာဘုရား သီတင်းသုံးနေတော်မူတဲ့အချိန်။

တပေါဒါရုံကျောင်းတိုက်က "အရှင်သမိဒ္ဓိ" လို့ခေါ်တဲ့ ရဟန်းတော်လေးတစ်ပါးဟာ တစ်ခုသောမနက်မှာ အိပ်ရာက စောစောထပြီးတော့ စင်္ကြံကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုမှတ်ပွားများပြီးတော့နေတယ်။

အတောင်ခြောက်ဆယ်လောက်ရှိတဲ့ စင်္ကြံလမ်းမှာ ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် စင်္ကြံလျှောက်ပြီးတော့ နံနက်အရုဏ်တက်တဲ့ အချိန်လောက်မှာ တပေါဒါမြစ်ထဲ ဆင်းပြီးတော့ ရေချိုးတယ်။

ရေချိုးပြီးတော့ ကုန်းပေါ်ပြန်တက်လာတဲ့အခါမှာ သင်းပိုင်ကိုပဲ ဝတ်ပြီးတော့ ဧကသီကိုတော့ မဝတ်သေးဘဲ လက်တစ်ဖက်နဲ့ ကိုင်

http://www.dhammadownload.com

ထားတယ်။ အပေါ်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်မှာ စိုနေတဲ့ ရေတွေ ခြောက်သွားအောင်ဆိုတဲ့သဘောမျိုးနဲ့ မတ်တပ်ရပ် အခြောက်ခံနေတာပါ။

ခန္ဓာကိုယ်အစိုကြီးနဲ့ သင်္ကန်းဝတ်လိုက်မယ်၊ အဝတ်ဝတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီသင်္ကန်း၊ အဲဒီအဝတ်တွေဟာ အနံ့အသက်လည်း မကောင်းဘူး။ ညစ်လည်း ညစ်နွမ်းလွယ်တယ်။ ရဟန်းတစ်ပါးအနေနဲ့ ဝိနည်းအပြစ်လည်း သင့်တယ်။

ဒါကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အထက်ပိုင်းမှာ စိုနေတဲ့ရေတွေ ခြောက်သွားအောင် အခြောက်ခံတဲ့အနေနဲ့ ဧကသီကို မဝတ်သေးဘဲ လက်တစ်ဖက်က ကိုင်ပြီး မတ်တပ်ရပ်နေတယ်။ အဲဒီလို ရပ်နေတာကို နတ်သမီးတစ်ယောက်က မြင်တော့ အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့အပေါ်မှာ ချစ်ခင်နှစ်သက်တပ်မက်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်တယ်။

အရှင်သမိဒ္ဓိဆိုတာက ခန္ဓာကိုယ်အချိုးအစား ကျနပြီးတော့ ရုပ်ဆင်းဉပဓိ အင်မတန်ချောမောတင့်တယ်တဲ့ ရဟန်းတော် ဖြစ်တယ်။ ပင်ကိုက ချောမောတင့်တယ်ရတဲ့အထဲမှာ တရားရှုမှတ်ပွားများပြီးကာစလည်းဖြစ်တော့ တရားရဲ့အရှိန်အဝါနဲ့ ရုပ်အဆင်းက အထူးတောက်ပနေတယ်။ ရေချိုးပြီးခါစလည်းဖြစ်တော့ ခန္ဓာကိုယ်သန့်စင်ပြီး အထူးကြည်လင်နေတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်အထက်ပိုင်းကလည်း ဧကသီမကပ်ဘဲ ဗလာကျင်းထားတဲ့အတွက်ကြောင့် ယောကျ်ားတစ်ယောက်ရဲ့ ပင်ကိုအလှတွေဟာ ထင်ထင်ရှားရှား ပေါ်လွင်နေတယ်။

အဲဒီလို လှချင်တိုင်းလှ တောက်ပချင်တိုင်းတောက်ပနေတဲ့

http://www.dhammadownload.com

ကျက်သရေပိုင်ရှင် အရှင်သမိဒ္ဓိကို မြင်တော့ ချစ်ခင်နှစ်သက် တပ်မက်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်တယ်။

ရဟန်းတစ်ပါးကို မြင်မြင်ချင်းချစ်မိတဲ့ နတ်သမီးဟာ ရင်ထဲက အချစ်စိတ်ကို မျိုသိပ်မထားနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကောင်းကင်ကနေ မတ်တပ်ရပ်ပြီး အရှင်သမိဒ္ဓိကို စကားတစ်ခွန်း လှမ်းပြောလိုက်တယ်။

"အို .... ချစ်သောရဟန်း ....၊

"အသင်ဟာ အသက်အားဖြင့်လည်း အင်မတန် ငယ်ပါသေးတယ်။ အရွယ်အားဖြင့်လည်း အင်မတန် နုပျိုပါသေးတယ်။ ရုပ်ဆင်းဥပဓိအားဖြင့်လည်း အင်မတန် ချောမောတင့်တယ်လှပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်သွေးသား အင်အားတွေပြည့်ဝပြီး ကျန်းမာသန်စွမ်းနေပါတယ်"။

"ဒီလိုအချိန်မျိုးမှာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို မခံစားဘဲနဲ့ ဘာဖြစ်လို့ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်နေရတာလဲ။ အခုလို ငယ်တုန်းရွယ်တုန်း၊ သန်တုန်းမြန်တုန်းမှာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို မခံစားဘဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်မှ မပြုသင့်ပါဘူး"။

"လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ငယ်တုန်းရွယ်တုန်း ခံစားမှ ကောင်းတာ။ သင်ကမခံစားဘဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်နေတော့ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားရမယ့် အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်းကြီးကို သင်လက်လွတ်ဆုံးရှုံးသွားမှာပေါ့"။

"အခွင့်ကောင်းကိုတော့ လက်မလွတ်လိုက်စမ်းပါနဲ့။ ငယ်တုန်းရွယ်တုန်းမှာ လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို အားရပါးရ၊ ပြည့်

http://www.dhammadownload.com

ပြည့်ဝဝ ခံစားပြီးတော့ အသက်ကြီးတဲ့အချိန်ကျမှပဲ ရဟန်းတရား ပွား များအားထုတ်စမ်းပါ။

"တမလွန်ဘဝ ကောင်းရာကောင်းကြောင်းအတွက် ရဟန်း တရား ပွားများအားထုတ်တယ်ဆိုတာ အသက်ကြီးမှ အားထုတ်တာပဲ ကောင်းပါတယ်။ "

အဲဒီလို နတ်သမီးကပြောတော့ အရှင်သမိဒ္ဓိက ခုလို ပြန်ပြီး မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

ကာလဲ ဝေါဟံ နာဇာမိ၊
ဆန္နော ကာလော နာ ဒိဿတိ။
တသ္မာ အဘုတ္တာ ဘိက္ခာမိ၊
မာ မံ ကာလော ဥပစ္စဂါ။

"နတ်သမီး .... သင်က ငါ့ကို အသက်အားဖြင့် ငယ်သေးလို့၊ အရွယ်အားဖြင့် နုပျိုသေးလို့ ရဟန်းတရားပွားများအားထုတ်မှု မပြုပါ နဲ့ဦး၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို ခံစားပါဦးလို့ ပြော တယ်။ အသက်ကြီးမှပဲ ရဟန်းတရားကို ပွားများအားထုတ်ပါလို့ ပြော တယ်"။

"ဒါပေမဲ့ ငါကတော့ သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီးတော့ မသိပါဘူး။ အသက်ကြီးမှပဲ သေရမယ်။ အသက်ငယ်တုန်းတော့ မသေသေးဘူးလို့ ငါသေရမယ့်အချိန်ကို အဲဒီလိုခန့်မှန်းလို့မရပါဘူး"။

"အသက်ကြီးမှပဲ တရားအားထုတ်တော့မယ်၊ အသက်ငယ် တုန်းတော့ ကာမဂုဏ်အာရုံ ခံစားဦးမယ်လို့ ရည်မှန်းထားပေမယ့်

http://www.dhammadownload.com

အသက်ကြီးတဲ့အထိ ငါက အသက်မရှင်ရဘဲ အသက်ငယ်တုန်းများ သေသွားခဲ့ရင် ရဟန်းတရားပွားများအားထုတ်ရမယ့် အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်းကြီးကို ငါ လက်လွတ်ဆုံးရှုံးသွားမှာပေါ့"။

"အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်းကြီးတော့ ငါ လက်လွတ်ဆုံးရှုံးမခံနိုင်ဘူး၊ အချိန်ကောင်း၊ အခွင့်ကောင်းကို ငါ လုံးဝ လက်မလွတ်ဘူး ဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ ငါ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်မှု ပြုနေရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ လောကီအာရုံကာမဂုဏ် ချမ်းသာတွေကို မခံစားတော့ဘဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်နေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။"

အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ဖြေကြားချက်ကို ကောက်ချက်ချကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် .....

(၁) အရှင်သမိဒ္ဓိဟာ သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်နေတယ်။ သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ်သတိရနေတယ်။ အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့အသိ အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ နှလုံးသားထဲမှာ စွဲစွဲမြဲမြဲရှိနေတယ် .... ဆိုတာကို ကောက်ချက်ချလို့ရတယ်။

(၂) သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်ပွားများမှုဟာ ရဟန်းတရားပွားများအားထုတ်မှုကို အင်အားကြီးမားစွာနဲ့ အထောက်အကူပြုတယ် .... ဆိုတာကို ကောက်ချက်ချလို့ရတယ်။

ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်တယ်ဆိုတာကတော့ အဓိကအားဖြင့် ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်ခြင်းပါပဲ။

သီလ၊ သမာဓိကို အခြေခံပြီးတော့ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်တာကိုပဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်တယ် လို့ ခေါ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

တစ်နေ့ကျရင်သေရမှာပဲ

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်အောက်မေ့မှုဟာ ဝိပဿနာ အလုပ် အားထုတ်မှုကို အင်အားကြီးမားစွာနဲ့ အထောက်အကူပြုတယ်။

သေခြင်းတရားကို မဆင်ခြင်မိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အကာအလုပ်တွေနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်နေတတ်တယ်။ အနှစ်သာရရှိတဲ့ အလုပ်တွေကို မေ့လျော့ပြီး နေတတ်ကြတယ်။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို ခံစားနေတယ်၊ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်တွေကို ပြုလုပ်နေတယ် ဆိုတာကတော့ အကာအလုပ်တွေလုပ်နေတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပြီးသားပါ။

အဲဒီ အကာအလုပ်တွေ မလုပ်ပါဘူး၊ ကုသိုလ်အလုပ်တွေပဲ လုပ်နေတယ်လို့ ဆိုပြန်တော့လည်း ကုသိုလ်အမည်ခံထားတဲ့ အပေါ်ယံ ဂုဏ်ပကာသန၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှု၊ လာဘ်လာဘ အစရှိတဲ့ အကျိုးတွေအတွက်ပဲ အချိန်ကုန်နေတတ်ကြတယ်။ အဲဒီအလုပ်တွေ လုပ်နေ

http://www.dhammadownload.com

တာလည်း အကာအလုပ်တွေနဲ့. အချိန်ကုန်နေခြင်းပါပဲ။

အဲဒီ အကာကိစ္စတွေလည်း မလုပ်ပါဘူး၊ အနှစ်စစ် အနှစ်မှန်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာအလုပ်ကိုပဲ အားထုတ်တယ်လို့ ဆိုပြန်တော့လည်း အဲဒီ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အေးအေးဆေးဆေး ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့နဲ့. ဖြည်းဖြည်းလေးလေး အားထုတ်နေတတ်ကြတယ်။ သေခြင်းတရားကို မဆင်ခြင်မိဘူးဆိုရင်ပေါ့။

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်မိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အရှိန်အဟုန်ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ၊ စွမ်းရည်ပြည့်ပြည့်နဲ့. လုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါနအလုပ်၊ သီလအလုပ်၊ သမထအလုပ်တွေကိုလည်း အကွက်စေ့စေ့၊ အနှစ်ပါပါ၊ စံချိန်များများနဲ့ တင်းတင်းရင်းရင်း လုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် အပေါ်ယံအကာအလုပ်တွေနဲ့. အချိန်မကုန်ကြစေဘဲနဲ့. အနှစ်စစ် အနှစ်မှန်ဖြစ်တဲ့ အလုပ်တွေကို ဦးစားပေးပြီး လုပ်နိုင်ဖို့အတွက် သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ကြရမယ်။

(၁) "တစ်နေ့ကျရင်သေရမှာပဲ" ဆိုတဲ့အသိ၊

(၂) "အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်" ဆိုတဲ့အသိ၊

နှလုံးသားထဲမှာ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှိနေအောင် ကြိုးစားကြရမယ်။

"တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ"ဆိုတဲ့ အသိကတော့ သေခြင်းတရားကို အဝေးမှာထားပြီး ဆင်ခြင်တဲ့သဘော သက်ရောက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း အဲဒီဆင်ခြင်မှုက လိုအပ်တဲ့ဆင်ခြင်မှုပါပဲ။

တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲလို့. ဆင်ခြင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ

http://www.dhammadownload.com

လောကခံတရားတွေနဲ့ ကြုံတွေ့လာတဲ့အခါမှာ ခံနိုင်ရည်ရှိပါတယ်။

လူရယ်လို့ဖြစ်လာရင်တော့ လောကခံဆိုတာ တစ်ပါးပါး၊ သို့မဟုတ် တစ်ပါးထက်များစွာကို ကြုံတွေ့နေရတာချည်းပါပဲ။

လာဘော၊ အလာဘော။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ပြည့်စုံပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ချို့တဲ့တယ်။ ယသော၊ အယသော။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ အခြေအရံတွေပေါများပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ အခြေအရံတွေ ကင်းမဲ့တယ်။ နိန္ဒာ၊ ပသံသာ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကဲ့ရဲ့ခံရပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ချီးမွမ်းခံရတယ်။ သုခ ၊ ဒုက္ခ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ဆင်းရဲတယ်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် လောကခံရှစ်ပါး တစ်ပါးပါး၊ သို့မဟုတ် တစ်ပါးထက်များတဲ့ လောကခံတွေနဲ့ လူသားတွေဟာ အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်း တွေ့ကြုံနေကြရတာပါပဲ။

အဲဒီလိုလောကခံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံလာတဲ့အခါမှာ "တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ" လို့ ဆင်ခြင်လိုက်မယ်ဆိုရင် ကြုံလာတဲ့ လောကခံကို ခံနိုင်ရည် ရှိသွားပါတယ်။

ကြုံတွေ့လာခါမှ ကောက်ကာငင်ကာ ဆင်ခြင်မယ်ဆိုရင်တော့ သိပ်စိတ်မချရဘူး။ လောကခံတွေနဲ့ မကြုံတွေ့သေးခင် ကြိုတင်ပြီး ဆင်ခြင်ထားနိုင်မှ စိတ်ချရမယ်။

မကြုံတွေ့သေးခင်ဆိုတာကတော့ .....

အမှန်ကတော့ ....လောကခံဆိုတာကတော့ အချိန်တိုင်း

http://www.dhammadownload.com

ကြံတွေ့နေတာချည်းပါပဲ။ သို့သော်လည်း သိသိသာသာ ဆိုးတဲ့ လောကဓံ၊ သိသိသာသာ ကောင်းတဲ့ လောကဓံကိုမှ လူအများက လောကဓံလို့ သတ်မှတ်ကြတော့၊ အဲဒီလို သိသာထင်ရှားတဲ့ လောကဓံတွေနဲ့ မကြုံတွေ့ခင်ကတည်းက " တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ" လို့ ထပ်ကာထပ်ကာ ဆင်ခြင်ထားနိုင်မယ်၊ အင်အားပါအောင် ဆင်ခြင်ထားနိုင်မယ် ဆိုရင် တကယ်တမ်း သိသာထင်ရှားတဲ့ လောကဓံကြုံလာတဲ့အခါမှာ "တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ"လို့ ဆင်ခြင်လိုက်ရုံနဲ့ လောကဓံကို အလိုအလျောက် ခံနိုင်ရည်ရှိသွားပါတယ်။

ကောင်းတဲ့လောကဓံပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုးတဲ့လောကဓံပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လောကဓံမှန်သမျှ ဘယ်လောကဓံမှ မတည်မြဲပါဘူး။ အကောင်းပြီးရင် အဆိုးလာနိုင်သလို အဆိုးပြီးရင်လည်း အကောင်းလာနိုင်တာပါပဲ။

နေမင်းကြီးဟာ အမြဲတမ်း ထွက်ပေါ်ထွန်းပမနေပါဘူး။အချိန်တန်ရင် ချုပ်ကွယ်မှောင်မိုက်ရပါတယ်။ လမင်းကြီးဟာလည်း အမြဲတမ်း ဆန်းတက်ပြည့်ဖြိုးမနေပါဘူး။ အချိန်တန်ရင် ဆုတ်ကျ ကွယ်ပရပါတယ်။ လပြည့်ရက်ရှိရင် လကွယ်ရက်ရှိသလို လဆန်းရက်ရှိရင် လဆုတ်ရက်လည်း ရှိရတာပါပဲ။

လောကဓံတရားတွေဟာ နေမင်း၊ လမင်းကြီးတွေနဲ့ သဘောချင်း တူပါတယ်။ လောကဓံကောင်းဆိုး အမျိုးမျိုးနဲ့ တွေ့ကြုံလာတိုင်း ဆင်ခြင်ပွားများ ခံနိုင်အားရှိဖို့အတွက် မဃဒေဝလင်္ကာလေးတစ်ခု လက်ဆောင်ပေးလိုက်ပါရစေ။

"နေကိုပုံပြ၊ လကိုပုံထား၊ မှတ်တုံးကြားလော့၊ နေကားထွက်ဝင်၊

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်ချူပ်ထင်၏၊ လပြည့်လကွယ်၊ ကြီးရှင်ငယ်ခဲ့၊ ထို့နှယ်မလွဲ၊ လူခပဲတို့၊ အမြဲချမ်းသာ၊ မရှိစွာရှင့်။"

သခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်မှုရဲ့ အစွမ်းသတ္တိဟာ အင်မတန် အံ့သြစရာကောင်းပါတယ်။ လောကမဲ့ခံနိုင်တဲ့ စိတ်စွမ်းအားကို သခြင်းတရားပွားများမှုက ဖန်တီးပေးနိုင်ပါတယ်။

တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲလို့ ဆင်ခြင်မှုဟာ ဘဝမှာ လိုအင်ဆန္ဒတွေ မများဖို့အတွက်ကိုလည်း အထောက်အကူပြုတယ်။

လူသားတွေဟာ အများအားဖြင့် ဘဝမှာလိုအင်ဆန္ဒတွေ သိပ်များနေတတ်ကြတယ်။ ဟိုဟာလည်း ဖြစ်ချင်၊ ဒီဟာလည်း ဖြစ်ချင်၊ ဟိုဟာလည်း လုပ်ချင်၊ ဒီဟာလည်း လုပ်ချင်၊ ဟိုဟာလည်း ရယူချင်၊ ဒီဟာလည်း ရယူချင်နဲ့ လိုအင်ဆန္ဒတွေ များနေတတ်ကြတယ်။

တချို့ကျတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က လိုအင်ဆန္ဒ များရုံတင် မကဘူး၊ ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်ပါ လိုအင်ဆန္ဒ များနေတတ်ကြတယ်။ ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ဟိုဟာလည်း ဖြစ်စေချင်၊ ဒီဟာလည်း ဖြစ်စေချင်၊ ဟိုဟာလည်း လုပ်စေချင်၊ ဒီဟာလည်း လုပ်စေချင်၊ ဟိုဂုဏ်လေးလည်း ယူစေချင်၊ ဒီဂုဏ်လေးလည်း ယူစေချင် စသည်အားဖြင့် လိုအင်ဆန္ဒတွေ များနေတတ်ကြတယ်။

အဲဒီ လိုအင်ဆန္ဒက ဘဝအေးချမ်းမှုကို ဖြစ်စေတဲ့ လိုအင်ဆန္ဒ ဆိုရင်တော့ တော်ပါသေးရဲ့၊ ဘဝအေးချမ်းမှုကို ပျက်စီးစေတဲ့ လိုအင်ဆန္ဒဆိုရင်တော့၊ ဥပမာ၊ ဂုဏ်ပကာသနတို့၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှုတို့ အဲဒီလို လိုအင်ဆန္ဒမျိုးဆိုရင်တော့ ....

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ လိုအင်ဆန္ဒကို အကောင်အထည်ဖော်နေတဲ့အချိန်မှာလည်း လောဘစိတ်၊ လောဘအပူနဲ့ ပင်ပန်းဆင်းရဲရပါတယ်။ အကောင်အထည်ပေါ်လာလို့ မိမိလိုချင်တဲ့ ဂုဏ်ပကာသန၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှု ရပြန်တော့လည်း သောကစိတ်၊ သောကအပူနဲ့ ပင်ပန်းဆင်းရဲရပါတယ်။ ဂုဏ်ကြီးလေ အပူကြီးလေ၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားလေ ပင်ပန်းဆင်းရဲလေပါပဲ။

တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲလို့ ဆင်ခြင်ထားနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲဆိုတဲ့ ခံစားချက် ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ မိမိအတွက်လည်း လိုအင်ဆန္ဒ မများတော့တဲ့အတွက်ကြောင့် စိတ်အေးချမ်းပါတယ်။

မိမိနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်လည်း လိုအင်ဆန္ဒ မများတော့တဲ့အတွက် မိမိနဲ့ပတ်သက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က မိမိရဲ့လိုအင်ဆန္ဒကို ဖြည့်မပေးတဲ့အခါမှာ စိတ်ပင်ပန်းဆင်းရဲခြင်း မဖြစ်တော့တဲ့အတွက် စိတ်အေးချမ်းရပါတယ်။ တိုတောင်းလုတဲ့ ဘဝလေးမှာ စိတ်အေးချမ်းစွာ နေသွားရဖို့က အဓိကပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com

အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်

နောက်တစ်ခုက " အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ် "ဆိုတဲ့ ဆင်ခြင်မှု၊ တစ်နည်းအားဖြင့် "ခဏနေ သေရင် သေသွားနိုင်တယ်" ဆိုတဲ့ ဆင်ခြင်မှု၊ ဒီဆင်ခြင်မှုကတော့ အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။

အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ် လို့ ဆင်ခြင်ထားနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဟာ မိမိရဲ့နှလုံးသားမှာ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညစ်တွေကို လက်ခံထား၊ မွေးမြူထားမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ စိတ်ကောင်း၊ စိတ်မြတ်၊ စိတ်သန့်ကလေးတွေကိုပဲ လက်ခံထား၊ မွေးမြူထားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညစ်တွေဆိုတာ ကိလေသာတွေကို ပြောတာပါ။

'ကိလေသာ၊ ကိလေသာ' နဲ့ ပြောပြောနေကြတယ်၊ ကိလေသာဆိုတာ ဘာလဲ။ ကိလေသာဆိုတာ စိတ်ကို ပူလောင်စေတတ်၊ ညစ်နွမ်းစေတတ်တဲ့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညစ်တွေပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကိလေသာမှန်သမျှ ဘယ်ကိလေသာမှ ကောင်းတာ၊ မြတ်တာ၊ သန့်စင်တာ မရှိပါဘူး။ လောဘကိလေသာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒေါသကိလေသာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မာနကိလေသာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိလေသာအားလုံး ဘယ်ကိလေသာမဆို ဆိုးတာ၊ ပုပ်တာ၊ ယုတ်ညံ့တာချည်းပါပဲ။

ဝိပဿနာနယ်ပယ်၊ လောကုတ္တရာနယ်ပယ်မှာတော့ သိမ်မွေ့နူးညံ့တဲ့ အသေးစားကိလေသာလေးတွေကိုတောင် ဆိုးတယ်၊ ပုပ်တယ်၊ ယုတ်ညံ့တယ်လို့ သတ်မှတ်ပြီး ရှုမှတ်–ပယ်ကြရပါတယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ အသားအရေ ပြည့်ဖြိုးစိုပြေနေတာကို ကြည့်ပြီး သဘောကျကျေနပ်သွားရင်တောင် "လောဘကိလေသာဟဲ့၊ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေဟဲ့" လို့ နှလုံးသွင်းပြီး အဲဒီသဘောကျကျေနပ်နေတဲ့ စိတ်ကလေးကို သတိပဋ္ဌာန်နည်းကျ ရှုမှတ်ပွားများပြီး ပယ်သတ်ကြရပါတယ်။

နေပူလွန်း၊ မိုးရွာလွန်း၊ ဆောင်းအေးလွန်းလို့ မကျေမနပ်ဖြစ်သွားရင်တောင် "ဒေါသကိလေသာဟဲ့၊ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေဟဲ့"လို့ နှလုံးသွင်းပြီး အဲဒီ မကျေမနပ်ဖြစ်နေတဲ့ စိတ်ကလေးကို သတိပဋ္ဌာန်နည်းကျ ရှုမှတ်ပွားများပြီး ပယ်သတ်ကြရပါတယ်။ ဒါက ဝိပဿနာနယ်ပယ်၊ လောကုတ္တရာနယ်ပယ်မှာပါ။

လောကီနယ်ပယ်၊ လက်တွေ့ဘဝနယ်ပယ်မှာတော့ ပုထုဇဉ်သဘာဝ၊ ပုံမှန်ဖြစ်နေကျ လောဘ၊ ပုံမှန်ဖြစ်နေကျ ဒေါသ၊ ပုံမှန်ဖြစ်နေကျ မာနလေးတွေကို စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေလို့ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းက မသတ်မှတ်ကြပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ပုံမှန်ထက် လွန်ကဲလာတဲ့ လောဘ၊ ပုံမှန်ထက် လွန်ကဲလာတဲ့ ဒေါသ၊ ပုံမှန်ထက် လွန်ကဲလာတဲ့ မာနတွေကိုတော့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေလို့ လူအသိုင်းအဝိုင်းက သတ်မှတ်ကြပါတယ်။

ဥပမာ၊ သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို မတော်မတရားလိုချင်တဲ့ လောဘ၊ အကြောင်းမလုံလောက်ဘဲ ပေါက်ကွဲပြင်းထန်တဲ့ ဒေါသ၊ မပြောပလောက်တဲ့ ပြည့်စုံမှုလေးအပေါ်မှာ ဝင့်ဝါထောင်လွှားပြီး " ငါသာတကယ့်အကောင်၊ ကျန်တဲ့လူတွေ အလကားအကောင် " လို့ ထင်မြင်ယူဆတဲ့ မာန၊ ဒါတွေကတော့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေပါ။

တစ်နည်းပြောရရင်တော့ သူတစ်ပါးအကျိုး ပျက်စီးရာ၊ ပျက်စီးကြောင်းနဲ့ တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ၊ ဆက်စပ် ပတ်သက်နေတဲ့ ကိလေသာမျိုးကို စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေလို့ ခေါ်ဆိုနိုင်ပါတယ်။

အဆိုးဆုံးကတော့ ကျဿာ၊ မစ္ဆရိယ လို့ခေါ်တဲ့ ကိလေသာပါပဲ။ ကျဿာ၊ မစ္ဆရိယဆိုတဲ့ ကိလေသာကတော့ ပုံမှန်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပုံမှန်ထက် လွန်လွန်ကဲကဲပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေလို့ပဲ ခေါ်ဆိုရပါတယ်။ ဘယ်အတိုင်းအတာ၊ ဘယ်ပမာဏမှာ မဆို ကျဿာ၊ မစ္ဆရိယဆိုတဲ့ ကိလေသာဟာ ဆိုး၊ ယုတ်၊ ပုပ်၊ ညံ့နေပါတယ်။

လောကအသိုင်းအဝိုင်းကရော၊ ဓမ္မအသိုင်းအဝိုင်းကပါ ရွံရှာ

http://www.dhammadownload.com

စက်ဆုပ်လွန်းလှတဲ့အတွက် ကျသာ၊ မစ္ဆရိယ နည်းနည်းရှိသူကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ များများရှိသူကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့သူလို့ တစ်လောကလုံးက တစ်ခဲနက် ရွာတ်ချကြပါတယ်။

ကျသာဆိုတာ သူတစ်ပါးရဲ့ ပြည့်စုံမှုကို မကျေနပ်တဲ့ သဘောပါ။ သူတစ်ပါးရဲ့ ကြီးပွားတိုးတက်မှု၊ အဆင်ပြေမှု၊ စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကို ကြည့်ပြီး မခံမရပ်နိုင် ဖြစ်နေတဲ့သဘော၊ မနာလို မရှုဆိတ် ဖြစ်နေတဲ့သဘောကို ကျသာလို့ ခေါ်ပါတယ်။ မစားရ၊ မသောက်ရဘဲ အခြောက်တိုက်လောင်တဲ့ ကိလေသာမီးပါ။

မစ္ဆရိယဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ ပြည့်စုံမှုမျိုး သူတစ်ပါး ရသွားမှာ စိုးရိမ်တဲ့သဘောပါ။ ကိုယ်လို သူတစ်ပါး ကြီးပွားတိုးတက်သွားမှာ၊ ကိုယ်လို သူတစ်ပါး စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်သွားမှာကို မလိုလား၊ မနှစ်မြို့တဲ့သဘော၊ ဝန်တိုကုတ်ကတ်တဲ့သဘောကို မစ္ဆရိယလို့ခေါ်ပါတယ်။ မစားရ၊ မသောက်ရဘဲ အခြောက်တိုက်လောင်တဲ့ ကိလေသာမီးပါ။

ကျသာနဲ့ မစ္ဆရိယ ကိလေသာနှစ်ပါးဟာ ကိုယ့်မှာလည်း ကောင်းကျိုးဖြစ်မလာ၊ သူ့မှာလည်း ဆိုးကျိုးဖြစ်မသွားဘဲ အလကား အခြောက်တိုက် စိတ်ကို လောင်ကျွမ်းတဲ့ အပေါစားမီးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ လူယုတ်မာတွေကို လောင်တဲ့မီး၊ လူနုံလူချာတွေကို စွဲတဲ့မီးလို့ဆိုရင် မမှားပါဘူး။ စိတ်စွမ်းရည်ကင်းမဲ့တဲ့ လူခပ်ညံ့ညံ့တွေဟာ ကျသာ၊ မစ္ဆရိယ မီးနှစ်ပါးရဲ့ လောင်မြိုက်ဝါးမျိုမှုကို အချိန်တိုင်းလိုလို ခံနေကြရပါတယ်။

ကျသာ၊ မစ္ဆရိယ အစရှိတဲ့ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ညံ့တွေ ဖြစ်ခွင့်ရနေတာဟာ သေခြင်းတရားကို မေ့နေလို့ပါပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ဘယ်တော့မှ မသေတော့မယ့်ပုံ၊ သူတစ်ပါးတွေကိုလည်း ဘယ်တော့မှ မသေတော့မယ့်ပုံ၊ စိတ်အာရုံမှာ ထင်မြင်ယူဆနေလို့သာ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ လက်ခံထားနေမိတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်လည်း အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်၊ သူတစ်ပါးတွေလည်း အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ် ဆိုတဲ့ အသိတရားလေးသာ ထင်ထင်ရှားရှား နိုးကြားနေမယ်ဆိုရင် စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့တွေကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ လက်ခံမွေးမြူထားမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။

သတိလစ်သွားလို့ ဝင်လာခဲ့ရင်တောင်မှ "အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်ဆို"တဲ့ အသိလေး ပေးလိုက်တာနဲ့ ချက်ချင်း ပျက်ပြယ်သွားနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ်မုန်းတီးနေတဲ့သူက နောက်တစ်မိနစ်အကြာမှာ အသက်ထွက်တော့မယ်ဆိုတာ သေချာနေခဲ့ရင် အဲဒီလူအပေါ် မုန်းတီးစိတ် ဖြစ်နိုင်ပါဦးမလား။

နောက်တစ်မိနစ်အကြာမှာ ကိုယ်အသက်ထွက်တော့မယ်ဆိုတာ သေချာပေါက်သိနေခဲ့ရင် ကိုယ်မုန်းတီးနေတဲ့လူကို မုန်းတီးစိတ်နဲ့ သတိရနိုင်ပါဦးမလား။ အသိဉာဏ်ရှိသူ ဖြစ်ခဲ့ရင်ပေါ့။

သေခြင်းတရားကို မကြာခဏ သတိရဆင်ခြင်တဲ့ အလုပ်ကို ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ လုပ်ကြည့်ပါ။ အံ့သြဖွယ်ကောင်းတဲ့ စိတ်စွမ်းရည်၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်တန်ခိုးတွေ ကိန်းဝပ်လာပါလိမ့်မယ်။

ကိန်းဝပ်လာတဲ့ စိတ်စွမ်းရည်၊ စိတ်တန်ခိုးတွေက စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်၊ စိတ်ညံ့မှန်သမျှကို ကျေနပ်အားရဖွယ်ကောင်း လောက်အောင် မောင်းနှင်တိုက်ထုတ်ပေးပါလိမ့်မယ်။

အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အသိရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဝိပဿနာစိတ်ကလေး အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေအောင်လည်း ကြိုးစားအားထုတ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာစိတ်ကလေး တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေဖို့ကတော့ အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။ မိမိတို့မျက်မှောက်ပြုချင်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာက မဂ်စိတ်ဖြစ်မှ မျက်မှောက်ပြုနိုင်တာ။ မဂ်စိတ်ဆိုတာကလည်း နေရင်းထိုင်ရင်းနဲ့ အလိုအလျောက် ဖြစ်လာတာမဟုတ်ဘူး၊ မဂ်စိတ်ရဲ့ရှေ့မှာ ဝိပဿနာစိတ်ရှိရတယ်။

ရှိတယ်လို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာလည်း သာမန်ကာလျှံကာလေး ရှိရုံမှာ မဟုတ်ဘူး။ အင်အားရှိတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်၊ ရင့်ကျက်တဲ့ ဝိပဿနာစိတ် ရှိနေရမယ်။ အင်အားရှိတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်၊ ရင့်ကျက်တဲ့ ဝိပဿနာစိတ်ဖြစ်ဖို့ဆိုတာကလည်း ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့လေး အားထုတ်ရုံနဲ့တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေမှသာ အားရှိတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်၊ ရင့်ကျက်တဲ့ ဝိပဿနာစိတ် ဖြစ်နိုင်တယ်။

ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ်ဖို့ဆိုတာထိုင်တဲ့အချိန်မှာ မှတ်ရုံ၊ စင်္ကြံချိန်မှာ မှတ်ရုံလေးနဲ့ ဝိပဿနာစိတ်

http://www.dhammadownload.com

တစ်စိတ်တည်း အမြဲတမ်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အထွေထွေပြဖွယ်ကိစ္စလေးတွေ ဆောင်ရွက်နေတဲ့အချိန်မှာလည်း အထွေထွေအသေးစိတ်အမှတ်က လေးတွေကို အထူး တန်ဖိုးထားပြီးတော့ လေးလေးစားစား ရှုမှတ်မှသာလျှင် မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေမယ်။

အဲဒီလို ဝိပဿနာစိတ် တစ်စိတ်တည်း အဆက်မပြတ် ထပ်ကာထပ်ကာ ဖြစ်ပါများတော့မှ ဝိပဿနာစိတ်က အားရှိလာ၊ ရင့်ကျက်လာပြီးတော့ အားရှိတဲ့၊ ရင့်ကျက်တဲ့ ဝိပဿနာစိတ်ရဲ့ အခြားမဲ့မှာ မဂ်စိတ်ဖြစ်ပြီး မိမိတို့လိုလားတောင့်တတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြမှာ ဖြစ်တယ်။

ဒီတော့ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ အရေးကြီးဆုံးတာဝန်ဟာ မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဝိပဿနာစိတ်ကလေး အဆက်မပြတ်ဖြစ်နေအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ဖို့ပါပဲ။

အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အသိရှိနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အချိန်တိုင်း၊ အချိန်တိုင်း ဝိပဿနာစိတ်ကလေး ဖြစ်နေအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာစိတ် ဖြစ်မနေတဲ့သူ၊ အမှတ်သတိ လွတ်နေတဲ့သူဟာ သေခြင်းတရားကို သတိရလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဝိပဿနာစိတ် ဖြစ်သွားပါတယ်။ အမှတ်သတိ ကပ်သွားပါတယ်။

သွားရင်း လာရင်း၊ လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်းနဲ့ လက်ရှိထင်ရှားရာ အာရုံတစ်ခုခုမှာ အမှတ်သတိ မကပ်မိတဲ့သူဟာ "အချိန်မရွေး သေ

http://www.dhammadownload.com

သွားနိုင်တယ်"၊ သို့မဟုတ် "ခဏနေ သေရင် သေသွားနိုင်တယ်"လို့ ဆင်ခြင်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် လက်ရှိထင်ရှားရာ အာရုံတစ်ခုခု၊ ရုပ်အာရုံထင်ရှားရင် ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံထင်ရှားရင် နာမ်အာရုံမှာ ချက်ချင်း အမှတ်သတိ ကပ်သွားပါတယ်။

အနည်းဆုံး ဝင်လေထွက်လေထိရာအရပ် နှာသီးဝမှာတော့ သတိကပ်ဖြစ်သွားမှာ သေချာပါတယ်။ ဝင်လေထွက်လေမှာ သတိကပ်ဖို့ ခက်ခဲတဲ့ အခြေအနေမျိုးမှာဆိုရင်လည်း လက်ရှိပြုမူလှုပ်ရှားနေတဲ့ အမူအရာ၊ သို့မဟုတ် လက်ရှိအပြုအမူ ပြုနေစဉ်မှာ ဖြစ်နေတဲ့စိတ်ရဲ့ အနေအထားမှာ သတိကပ်ဖြစ်သွားမှာပါပဲ။

နောက်တစ်မိနစ်ကျရင် သေရတော့မယ်လို့ သေချာပေါက် သိထားတဲ့သူဟာ အသိဉာဏ်ရှိသူသာ ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် သူ့စိတ်သူ ဘယ်လိုစိတ်မျိုးဖြစ်အောင် ဖန်တီးတည်ဆောက်မလဲ၊ ဘယ်လိုစိတ်မျိုးနဲ့ သူနေမလဲ။ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေ အာရုံပြုပြီး ကာမဂုဏ်စိတ်နဲ့ နေမလား၊ ဒုစရိုက်အာရုံတွေ အာရုံပြုပြီး ဒုစရိုက်စိတ်နဲ့ နေမလား၊ ဝိပဿနာအာရုံတွေ (ရုပ်နာမ်သဘောတွေ) အာရုံပြုပြီး ဝိပဿနာစိတ်နဲ့ နေမလား။ အဖြေက ရှင်းရှင်းလေးပါ။

အချိန်ပိုင်းအတွင်း သေရတော့မယ်လို့ သေချာပေါက် သိနေတဲ့ သူဟာ အသိဉာဏ်ရှိသူ၊ အသိဉာဏ်ရင့်ကျက်သူသာ ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် သူ့စိတ်သူ ဝိပဿနာစိတ်ဖြစ်အောင် ဖန်တီးတည်ဆောက်မှာ သေချာပါတယ်။

လောကီစိတ်တွေထဲမှာ အဆင့်အမြင့်ဆုံးစိတ်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿ

http://www.dhammadownload.com

နာစိတ်နဲ့ ကိုယ့်ဘဝအရည်အသွေးကို အချိန်တိုင်း မြှင့်တင်ချင်တယ်ဆိုရင်တော့ သေခြင်းတရားကို မကြာခဏ သတိရဖို့ လိုအပ်ပါလိမ့်မယ်။

လောကဓံခံနိုင်ရည်ရှိဖို့နဲ့ ဘဝမှာ လိုအင်ဆန္ဒတွေ မများဖို့ အတွက် "တစ်နေ့ကျရင် သေရမှာပဲ"လို့ သေခြင်းတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆင်ခြင်ကြရပါမယ်။

စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းရှိဖို့နဲ့ ဝိပဿနာစိတ်ကလေး အဆက်မပြတ် ဖြစ်ဖို့အတွက် "အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်၊ သို့မဟုတ် ခဏနေ သေရင် သေသွားနိုင်တယ်"လို့ သေခြင်းတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဆင်ခြင်ကြရပါမယ်။

သေခြင်းတရားကို အမြဲသတိရနေတဲ့သူဟာ ကိုယ်အမှန်တကယ် လုပ်ရမယ့် အလုပ်ကိုလည်း မမေ့ဘူး။ ကိုယ်အမှန်တကယ် ပြောရမယ့် စကားကိုလည်း မမေ့ဘူး။ ကိုယ်အမှန်တကယ် စိတ်ကူးရမယ့် အတွေးကိုလည်း မမေ့ဘူး။ မမေ့တာကို အပွမာဒလို့ ခေါ်တယ်။

အပွမာဒတရားနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူဟာ လောကဓံကိုလည်း ခံနိုင်ရည် ရှိတယ်။ ဘဝရဲ့ အဆုံးသတ်မဲ့လိုအင်ဆန္ဒတွေကိုလည်း ထိန်းချုပ်နိုင်တယ်။ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ယုတ်တွေ ပယ်ရှားပြီး စိတ်ကောင်း၊ စိတ်မြတ်တွေလည်း မွေးမြူနိုင်တယ်။ ဝိပဿနာစိတ် အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေအောင်လည်း စွမ်းဆောင်နိုင်တယ်။

သေခြင်းတရားကို အမြဲ သတိရှိတော့ နေခြင်းတရားမှာလည်း အမြဲ သတိလွမ်းမိုးနေတော့တာပေါ့။ အသေမမေ့ရင် အနေမမေ့တာ သဘာဝပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

မရဏာသတိ အနုယုတ္တော ဘိက္ခု
သတတံ အပ္ပမတ္တော ဟောတိ ။

သေခြင်းတရားကို မပြတ်ပွားများနေတဲ့သူဟာ အမြဲတမ်း သတိရှိနေပါတယ်။ ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါဘူး။

သေခြင်းတရားကို အမှတ်ရနေတာကို "မရဏာသတိ"လို့ခေါ်ပါတယ်။ မမေ့တာ၊ မမေ့တဲ့ သတိနဲ့ ပဓာနအလုပ် အားထုတ်တာကို "အပ္ပမာဒ"လို့ခေါ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို မသေရာအရပ်ဖြစ်လို့ "အမတ"လို့ခေါ်ပါတယ်။

မရဏာသတိပွားတဲ့သူဟာ အပ္ပမာဒတရားနဲ့ ပြည့်စုံပါတယ်။ အပ္ပမာဒတရားနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူဟာ အမတကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါတယ်။ အပ္ပမာဒဟာ အမတကိုရခြင်းရဲ့ တစ်ခုတည်းသောအကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အမတကို ဆိုက်ရောက်လိုသူတို့ရဲ့ တစ်ခုတည်းသော သွားရာလမ်းဟာ အပ္ပမာဒပါပဲ။

အပ္ပမာဒနဲ့ ပြည့်စုံဖို့အတွက် မရဏာသတိကို ထပ်ကာထပ်ကာ ပွားများကြရပါမယ်။



http://www.dhammadownload.com

မမျှော်လင့်ဘဲ၊ဖြုန်းခန့်၊သေပွဲဝင်နိုင်သည်

"ကာလံ ဝေါဟံ နာ ဇာနာမိ = သေရမယ့်အချိန်ကို မသိနိုင်ဘူး" ဆိုတဲ့စကားရပ်မှာ သေရမယ့်အချိန်ကို မသိနိုင်ဘူးဆိုတာ အတိအကျ မသိနိုင်တာကို ပြောတာပါ။ ခန့်မှန်းခြေအားဖြင့်တော့ သိကြတာများပါတယ်။ ခန့်မှန်းထားတဲ့အတိုင်းလည်းပဲ အထိုက်အလျောက်တော့ မှန်ကြတာ များပါတယ်။

ကျန်းမာရေးကလည်း ကောင်းနေမယ်၊ အစာအာဟာရကလည်း ပြည့်စုံနေမယ် စသည်အားဖြင့် အကြောင်းတရားတွေ ညီညွတ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ တစ်ပတ်အတွင်း၊ တစ်လအတွင်း၊ တစ်နှစ်အတွင်း စသည်အားဖြင့် အသက်ဘယ်လောက်အတွင်းမှာတော့ မသေသေးဘူးလို့ ခန့်မှန်းကြတာ များပါတယ်။

ခန့်မှန်းတဲ့အတိုင်းလည်း အထိုက်အလျောက် အသက်ရှင်ကြတာတော့ များပါတယ်။ သို့သော်လည်း အတိအကျတော့ မသိနိုင်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

မသေသေးဘူးလို့ ခန့်မှန်းထားတဲ့ ကာလလေးအတွင်းမှာပဲ မမျှော်လင့်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ ကြုံတွေ့ပြီးတော့ သေဆုံးသွားကြရတာလည်း ရှိတယ်။

သေရမယ်လို့ သေချာပေါက်သိထားတဲ့ ရောဂါရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တောင်မှ၊ တစ်လတော့ခံဦးမယ်၊ တစ်နှစ်တော့ခံဦးမယ်၊ တစ်လအတွင်း၊ တစ်နှစ်အတွင်းတော့ မသေသေးဘူးလို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တောင်မှ သေမယ်လို့ မထင်တဲ့ ကာလလေးအတွင်းမှာ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားတာလည်း ရှိတတ်တယ်။

တခြား ကားတိုက်တာတို့၊ ကားမှောက်တာတို့၊ သင်္ဘောမြုပ်တာတို့၊ လေယာဉ်ပျက်ကျတာတို့၊ မီးလောင်တာတို့အစရှိတဲ့ အကြောင်းအရာတွေနဲ့ ကြုံတွေ့သွားတဲ့အခါမှာလည်း ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားရတာပဲ။

အဲဒီလို သေဆုံးသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သေလိမ့်မယ်လို့ ခန့်မှန်းမထားတဲ့ ကာလအတွင်းမှာ သေဆုံးသွားကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေချည်းပါပဲ။

ဟိုတစ်လောလေးကပဲ မြို့နယ်တစ်ခုက ကျေးရွာတစ်ရွာမှာ ဖယောင်းတိုင်မီးကို အစပြုပြီး လယ်တဲလေးတစ်လုံး (လယ်ကွင်းထဲက လယ်တဲကလေးတစ်လုံး) မီးလောင်သွားခဲ့တယ်။ လယ်တဲထဲမှာ အိပ်ပျော်နေကြတဲ့ လူငါးယောက် မီးထဲပါပြီးတော့ မီးလောင်သေဆုံးသွားကြတယ်။

အဲဒီ မီးလောင်ပြီး သေဆုံးသွားကြတဲ့ လူငါးယောက်ဟာ ဒီ

http://www.dhammadownload.com

ကနေ့ညတော့ တို့သေရမှာပဲလို့ ကြိုပြီးတော့ မသိကြပါဘူး။ သေလိမ့်မယ်လို့ ကြိုတင်ခန့်မှန်းမထားဘဲ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားကြတာပါ။

မကြာခင်လေးကပဲ နိုင်ငံတစ်ခုက ဘောလုံးပွဲတစ်ခုမှာ လက်မှတ်အတု ရောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကြောင့် အဲဒီဘောလုံးကွင်းအတွင်းမှာ ဆုံတဲ့လူဦးရေထက် အဆပေါင်းများစွာ ပြည့်လျှံသွားတဲ့အတွက်ကြောင့် လူတွေ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တိုးမိ၊ တိုက်မိ၊ နင်းမိကြပြီး လူပေါင်းရှစ်ဆယ်ကျော် သေဆုံးသွားကြတယ်။

အဲဒီ သေဆုံးသွားတဲ့လူတွေဟာလည်း သူတို့ကိုယ်သူတို့ သေလိမ့်မယ်လို့ ကြိုပြီး မသိကြပါဘူး၊ သေမယ်ဆိုတာသာ ကြိုပြီးတော့သိရင် သူတို့ ဒီဘောလုံးပွဲကို လာကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဘောလုံးပွဲမှာ ပျော်ရွှင်မယ်၊ ပျော်ပျော်ပါးပါး အားပေးလိုက်မယ်၊ ကြည့်ရှုလိုက်မယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ လာကြတဲ့သူချည်းပါပဲ။ သို့သော်လည်း မမျှော်လင့်တဲ့အကြောင်းတရားနဲ့ ကြုံတွေ့ပြီးတော့ သေဆုံးသွားခဲ့ရပါတယ်။

မကြာခင်လေးကပဲ နိုင်ငံတစ်ခုမှာ ၁၈ နှစ်အရွယ် လူငယ်လေးတစ်ယောက် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီး ကာရာအိုကေ သီချင်းဆိုမယ်ဆိုပြီး စက်ပြင်၊ မိုက်ပြင်နေရင်း ဓာတ်လိုက်သေဆုံးသွားခဲ့ပါတယ်။

သီချင်းဆိုရင်း ပျော်မယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ရည်ရွယ်ချက်ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် သေခြင်းတရားဆီကို တွန်းပို့လိုက်တာဟာ အလွန် သံဝေဂရစရာကောင်းလှပါတယ်။

မကြာခင်လေးကပဲ "အင်္ဂလန်ရဲ့ပန်းနှင်းဆီ"လို့တင်စားရတဲ့

http://www.dhammadownload.com

ကမ္ဘာကျော် ဒိုင်ယာနာမင်းသမီး ဟိုတယ်တစ်ခုမှာ ညစာစားပြီး ညအိပ်တည်းခိုမယ့် အိမ်တော်ကိုအပြန် အလိုက်ကန်းဆိုးမသိတဲ့ စည်းကမ်းမဲ့သတင်းမုဆိုးတွေရဲ့ ကားနောက်ကနေ အတင်းအဓမ္မ လိုက်လာမှုကြောင့် ဥမင်လိုဏ်ခေါင်းထဲမှာ ကားကို တရကြမ်း မောင်းရာက ကားမှောက်ပြီး သေဆုံးသွားခဲ့ပါတယ်။

"လေပြင်းထဲက ဖယောင်းတိုင်"လို့ ကင်ပွန်းတပ်ခံရတဲ့ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ် မင်းသမီးဟာ မမျှော်လင့်တဲ့ လေပြင်းဆိုးကြောင့် ရုတ်တရက် မီးငြိမ်းသွားခဲ့ရပါတယ်။

သေခြင်းတရားဟာ အသက်ငယ်ရွယ်တာကိုလည်း ဂရုမစိုက်၊ ရုပ်ရည်ချောမောတာကိုလည်း မငဲ့ညှာ၊ လွန်စွာ ရက်စက်လှပါတယ်။ သတ္တဝါတွေဖြစ်ချင်တာကို လုံးဝထည့်မတွက်ဘဲ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာကိုသာ အမြဲကြည့်၊ အမြဲလုပ်နေတဲ့ သေမင်းဟာ အကြီးမားဆုံးရန်သူ၊ အဆိုးဝါးဆုံးအန္တရာယ်ကောင်အဖြစ်နဲ့ သတ္တဝါတိုင်းရဲ့ အနီးအပါးမှာ တရစ်ဝဲဝဲ ပူးကပ်လှည့်လည်နေပါတယ်။

မကြာခင်ရက်ပိုင်းကပဲ မြို့တစ်မြို့က ယောဂီမလေးတစ်ယောက် (အသက်တစ်ဆယ့်ခုနစ်နှစ်ပဲရှိသေးတဲ့ ယောဂီမလေးတစ်ယောက်) သူတို့မြို့မှာ တရားစခန်းဖွင့်တော့ တရားစခန်းမှာ ဝင်ပြီး တရားအားထုတ်ချင်တဲ့အကြောင်း သူ့ဖခင်ဆီ ခွင့်တောင်းတယ်။

သူ့ရဲ့ဖခင်က "သမီး .... သမီးအသက်က ငယ်ပါသေးတယ်။ အသက်ကြီးမှပဲ အားထုတ်ပါ။ သမီးအတွက် တရားအားထုတ်ဖို့ အချိန်တွေ အများကြီး ကျန်ပါသေးတယ်။ တရားအားမထုတ်ပါနဲ့ဦး"

http://www.dhammadownload.com

လို့ တားတယ်။

ဒီတော့ သမီးက ပြန်ပြောတယ်။

"အဖေ .... အသက်ကြီးမှပဲ သေလိမ့်မယ်၊ အသက်ငယ်တုန်းတော့ မသေဘူးလို့ ဘယ်ရှိပါ့မလဲ။ သေခြင်းတရားဟာ အသက်ကြီးတဲ့လူဆီကိုလည်း သွားသလို အသက်ငယ်တဲ့လူဆီကိုလည်း ရောက်လာတာပါပဲ။ အသက်ကြီးတဲ့အထိ မနေရဘဲ အသက်ငယ်တုန်းများ သမီး သေသွားခဲ့ရင် တရားအားထုတ်ခွင့် ရမှာမဟုတ်တော့ဘူး၊ ဒါ့ကြောင့် တရားအားထုတ်ခွင့်ပြုပါ" လို့ အတန်တန် တောင်းပန်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဖခင်က ခွင့်ပြုလိုက်တယ်။

ယောဂီမလေးက တရားစခန်းအတွင်းမှာလည်း အချိန်ပြည့် ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်တယ်။ တရားစခန်းပြီးသွားလို့ အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာလည်း တရားကို လွတ်မထားဘဲ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတိုင်း၊ စိတ်နေစိတ်ထားမှုတိုင်းကို သတိမပြတ် တရစပ် ရှုမှတ်နေတယ်။

တရားစခန်းပြီးသွားလို့ တစ်ဆယ့်တစ်ရက် ကြာတဲ့အချိန်မှာ နေ့လည်ဘက် ရေချိုးရင်း အဖျားဝင်ပြီးတော့ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားတယ်။ သူသေဆုံးပုံက ညာဘက်စောင်းပြီး ပြုံးပြုံးလေး သေဆုံးနေတယ်။ ညာဘက်လည်း စောင်းတယ်၊ ပြုံးလည်း ပြုံးနေတယ်ဆိုတော့ ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်သွားတယ်ဆိုတာ သေချာတဲ့သဘောပါပဲ။

အဲဒီယောဂီမလေးဟာ သူ့ကိုယ်သူ တရားစခန်းပြီးလို့ ဆယ့်တစ်ရက်ကြာတဲ့အခါမှာ သေလိမ့်မယ်လို့ကြိုပြီး မသိခဲ့ပါဘူး။ သူ့ရဲ့ ဖခင်ကလည်း ငယ်သေးတယ်ဆိုတော့ ဒီဆယ့်ခုနစ်နှစ်အရွယ် သမီး

http://www.dhammadownload.com

ငယ်လေးအတွက် သေခြင်းတရားဆိုတာ ဘယ်လိုမှ မျှော်လင့်မထား တဲ့အရာတစ်ခုပါ။ ဒါပေမဲ့ မမျှော်လင့်ဘဲ ကျရောက်လာခဲ့ပါတယ်။

ဖခင်ရဲ့စကားကိုသာ နားထောင်ပြီး တရားစခန်း မဝင်လိုက် ဘူးဆိုရင်တော့ သူ့ရဲ့ဘဝ၊ သူ့ရဲ့တမလွန်ခရီးဟာ အင်မတန် ရင်လေး စရာ ကောင်းလှပါတယ်။ အခုတော့ ငယ်တုန်း၊ ရွယ်တုန်း၊ စိတ်ဆန္ဒ ရှိတုန်း တရားအားထုတ်လိုက်လို့ အနေလည်း ကောင်း၊ အသေလည်း ကောင်း သွားခဲ့ပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် အသက်ကြီးမှပဲ တရားအားထုတ်မယ်၊ အသက် ငယ်တုန်းတော့ အားမထုတ်သေးဘူး၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်း သာတွေနဲ့ပဲ ပျော်ပျော်ပါးပါးကြီး နေလိုက်ဦးမယ်ဆိုတဲ့ အယူအဆရှိသူ တွေဟာ အသက်ကြီးတဲ့အထိ မိမိက မနေရဘဲ အသက်ငယ်တုန်းများ သေဆုံးသွားကြမယ်ဆိုရင် ကိုယ်ကျိုးနည်းကြလိမ့်မယ်။

တကယ်တော့ တရားအလုပ်အားထုတ်တယ်ဆိုတာ အသက် ငယ်တုန်းမှ ပိုပြီးအားထုတ်လို့ကောင်းတာပါ။ အသက်ကြီးသွားပြီဆို ရင် ကိုယ်အား၊ ဉာဏ်အား၊ စိတ်စွမ်းအားတွေ ကုန်ခန်းသွားပြီ ဖြစ် တဲ့အတွက်ကြောင့် ထင်သလောက်၊ စိတ်ရှိသလောက် တရားအားထုတ် လို့ မဖြစ်တော့ပါဘူး။

စိတ်ရှိသလောက်လို့ဆိုရပေမယ့် စိတ်လည်းမရှိတော့ပါဘူး။ တရားအားထုတ်ချင်တဲ့ စိတ်တော့ ရှိတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာက မလိုက်နိုင်လို့ သိပ်အားမထုတ်နိုင်တော့ဘူးလို့ ပြောတတ်ကြတယ်။ စကားအရသာ ပြောတာပါ။ အလကားပြောတာပါ။ လူကြားကောင်း

http://www.dhammadownload.com

အောင် ပြောတာပါ။ တကယ်တော့ စိတ်ကို မရှိတော့တာပါ။

အသက်ငယ်တုန်းရွယ်တုန်းမှာ တရားအားထုတ်တာဟာ ကိုယ်အား၊ ဉာဏ်အား၊ စိတ်စွမ်းအားတွေ ထက်မြက်နေတဲ့အတွက် ကြောင့် အသက်ကြီးမှ အားထုတ်တာထက် ပိုပြီးကောင်းတယ်။ တရား ထူး၊ တရားမြတ်ရဖို့အတွက် ပိုပြီး စိတ်ချရတယ်။

အသက်နှစ်ဆယ်နဲ့ လေးဆယ်ကြားအရွယ်ဟာ အကောင်း ဆုံးပဲ။ လျှောလျှောပေါ့ပေါ့ ဆယ်နှစ်ထပ်တိုး၊ အသက်ငါးဆယ်အတွင်း အရွယ်ဟာ တရားအားထုတ်လို့ အကောင်းဆုံးပဲ။ ငါးဆယ်ထက်ကျော် သွားရင်တော့ သွားပြီ။ သိပ်မဟုတ်တော့ဘူး။ စိတ်ထင်သလို ဖြစ်လာဖို့ မလွယ်တော့ဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ကိုယ်ပို့လိုရာအာရုံမှာ အခိုင်အမာ ထားနိုင်လောက်တဲ့ အင်အားမရှိတော့ဘူး။

ဒါကြောင့် ကြဲကြိုက်ခဲတဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကြီးနဲ့ တွေ့ ကြုံနေတဲ့အခိုက်မှာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကိုချည်း မက်မက်မောမော ဆုပ်ကိုင်ပြီးတော့ ထားကြမယ်၊ တရား အားထုတ်တဲ့ အလုပ်ကို နောက်ပို့ထားကြမယ်ဆိုရင် မိမိတို့ဟာ အသိဉာဏ်နည်းရာ ရောက်သွားလိမ့်မယ်။

အသက်ကြီးမှပဲ အားထုတ်မယ်၊ အသက်ငယ်တုန်း အားမ ထုတ်ဘူးလို့ ရည်မှန်းထားပေမယ့် ငယ်တုန်းမှာ ရုတ်တရက် သေဆုံး သွားခဲ့ရင် မိမိအတွက် အားကိုးရာ ဘာမှ ရှိမှာမဟုတ်တော့ဘူး။ ကြိုတင် ပြင်ဆင်မထားသူအတွက် သေပေါက်သေဝကျမှ ရတဲ့ နောင်တဟာ ဘာမှ သုံးလို့မရတော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ဒါ့ကြောင့် နောင်တ နောင်မှမရစေဖို့အတွက် အားထုတ်နည်း သိတဲ့အချိန်ကစပြီး တရားအလုပ်ကို လောကီအလုပ်တွေ လုပ်ဆောင်နေရင်းနဲ့ ပူးတွဲအားထုတ်သွားဖို့ လိုအပ်လှပါတယ်။ အားထုတ်နည်း သိအောင်လည်း ကြိုးစားလေ့လာရမှာပါပဲ။

သေရမယ့်အချိန်ကိုတော့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ ကြိုပြီး မသိနိုင်တာ အမှန်ပါ။ အချိန်ကိုသာ မသိနိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး။ သေခြင်းတရားနဲ့ပတ်သက်ပြီး မသိနိုင်တဲ့အချက် ငါးချက် ရှိပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com

မသိခြင်းငါးပါးနဲ့အသက်ရှင်နေရတဲ့ဘဝ

(၁) ဧဝံတာ၊ ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ သေမယ်ဆိုတာလည်း မသိနိုင်ကြဘူး။

သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်အသက်အရွယ်ထိပဲ နေရတယ်၊ ဘယ်အသက်အရွယ်ရောက်လို့ ရှိရင် အားလုံး သေကြရတယ်လို့ သတ်မှတ်ချက် မရှိပါဘူး။

အဓိဝမ်းအတွင်းမှာလည်း ကလလရေကြည်အခိုက်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ရေမြှုပ်ဖြစ်နေတဲ့အခိုက်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အသားတစ်ဖြစ်နေတဲ့အခိုက်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စသည်အားဖြင့် အဓိဝမ်းအတွင်းမှာလည်း အချိန်အမျိုးမျိုးမှာ သေဆုံးသွားနိုင်တာပဲ။

အဓိဝမ်းကထွက်လာပြန်တော့လည်း တစ်နာရီ၊ နှစ်နာရီ စတဲ့ နာရီပိုင်းအတွင်း၊ တစ်ရက်၊ နှစ်ရက်စတဲ့ ရက်ပိုင်းအတွင်း၊ တစ်ပတ်၊ နှစ်ပတ်စတဲ့ အပတ်ပိုင်းအတွင်း၊ တစ်နှစ်၊ နှစ်နှစ် စတဲ့ နှစ်ပိုင်းအတွင်း

http://www.dhammadownload.com

စသည်အားဖြင့် ဘယ်အသက်အရွယ်မှာမဆို သေဆုံးသွားနိုင်တာပဲ။

ဘယ်အသက်အရွယ်မှာမဆို သေဆုံးသွားနိုင်တဲ့အတွက် ကြောင့် လူသားအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ သေရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီးတော့ မသိနိုင်ကြဘူး။

(၂) ဗျာဓိ၊ ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ သေဆုံးရမယ်ဆိုတာကိုလည်း မသိနိုင်ဘူး။

သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ပဲ သေဆုံးကြတယ်ဆိုတဲ့ အတိအကျ သတ်မှတ်ချက်မရှိဘူး။ မျက်စိနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါနဲ့လည်း သေနိုင်သလို၊ နားနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ နှာခေါင်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ လျှာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ၊ စိတ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အနာရောဂါ စသည်အားဖြင့် ဘယ်အနာရောဂါမျိုးနဲ့မဆို သေဆုံးသွားနိုင်တယ်။

အနာရောဂါ တစ်ခုတည်းသာမကဘဲ တစ်ခုထက်များတဲ့ အနာရောဂါတွေနဲ့လည်း သေဆုံးသွားနိုင်တာပဲ။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် သေဆုံးရမယ့် အနာရောဂါတွေကလည်း မတူကြဘူး။

ဘယ်အနာရောဂါမျိုးနဲ့မဆို သေဆုံးသွားနိုင်တဲ့အတွက် လူသားအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ သေဆုံးရမယ်၊ မိမိသေလွန်တဲ့အချိန်မှာ ဘယ်အနာရောဂါဖြစ်မယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီးတော့ မသိနိုင်ကြဘူး။

(၃) ကာလ၊ သေရမယ့် အချိန်ကိုလည်းမသိနိုင်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

သတ္တဝါတွေဟာ မနက်ပိုင်းအချိန်မှာပဲ သေကြတယ်၊ ကျန်တဲ့ အချိန်တွေမှာ မသေကြဘူးလို့ ဒီလိုသတ်မှတ်ချက် မရှိပါဘူး။

မနက်ပိုင်းအချိန်မှာလည်း သေနိုင်သလို နေ့လယ်ပိုင်းအချိန်မှာလည်း သေနိုင်တယ်၊ ညနေပိုင်းအချိန်မှာလည်း သေနိုင်တယ်၊ ညပိုင်းအချိန်မှာလည်း သေနိုင်တယ်။ ထမင်းစားရင်းလည်း သေနိုင်သလို ရေသောက်ရင်းလည်း သေသွားနိုင်တယ်။ ဘုရားရှိခိုးရင်းနဲ့လည်း သေဆုံးသွားနိုင်သလို သတင်းစာဖတ်ရင်းတန်းလန်းနဲ့လည်း သေချင် သေသွားနိုင်တာပါပဲ။

ဘယ်အချိန်မှာမဆို သေဆုံးသွားနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူသားအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်အချိန်မှာ သေဆုံးရမယ်ဆိုတာ ကြိုတင်ပြီး မသိနိုင်ကြဘူး။

(၄) ဒေဟနိက္ခေပန၊ သေပြီးတဲ့နောက် မိမိရဲ့အလောင်းကောင်ကို ဘယ်နေရာမှာ ပစ်ချခံရမလဲ ဆိုတာကိုလည်း မသိနိုင်ဘူး။

သတ္တဝါတွေဟာ သေဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ နေရာတစ်နေရာတည်းမှာပဲ အလောင်းကောင်ပစ်ချခံရတယ်လို့ အတိအကျ သတ်မှတ်ချက် မရှိဘူး။ ရေထဲမှာ မွေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ကုန်းပေါ်မှာ အလောင်းပစ်ချခံချင် ခံရမယ်။ ကုန်းပေါ်မှာ မွေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ရေထဲမှာ အလောင်းပစ်ချခံချင်ခံရမယ်။ ရွာမှာ မွေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က မြို့မှာ အလောင်းပစ်ချခံချင်ခံရမယ်။ မြို့မှာ မွေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က တောမှာ အလောင်းပစ်ချခံချင်ခံရမယ်၊ စသည်အားဖြင့် ဘယ်နေရာမှာမဆို မိမိရဲ့ အလောင်းကောင်က ပစ်ချခံရနိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အရင်တုန်းကဆို ရန်ကုန်မှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ငါသေရင် ငါ့အလောင်းကို ကြံတောသုသာန်မှာ ပစ်ချခံရမှာ သေချာတယ်လို့ အတပ်ပြောချင်ပြောကြလိမ့်မယ်။ အခုတော့ ကြံတောသုသာန်လည်း မရှိတော့တဲ့အတွက် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ တွေးဆပြောဆိုချက်ဟာ ဘယ်နည်းနဲ့မှ မမှန်နိုင်တော့ဘူးနော်။

ဘယ်နေရာမှာမဆို၊ ဘယ်သုသာန်မှာမဆို အလောင်းကောင်ကို ပစ်ချခံရနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ငါသေရင် ငါ့အလောင်းကောင်ကို ဘယ်နေရာမှာ ပစ်ချခံရမယ်၊ စွန့်ပစ်ခံရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီး မသိနိုင်ကြပါဘူး။

(၅) ဂတိ၊ သေလွန်ပြီးတဲ့နောက် ဘယ်ဘဝကို လားရောက်ရမယ်၊ ဘယ်ဂတိကို သွားရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုပြီးတော့ မသိနိုင်ဘူး။

သတ္တဝါတွေဟာ သေဆုံးပြီးသွားရင် ဘယ်ဂတိတစ်ခုကိုပဲ သွားရတယ်လို့ အတိအကျ ပုံသေကန့်သတ်ချက် မရှိပါဘူး။

ဥပမာဆိုပါတော့၊ လူတွေ သေသွားလို့ရှိရင် လူပဲ ပြန်ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလို အတိအကျ ကန့်သတ်ချက် မရှိပါဘူး။ လူသေလို့ရှိရင် လူလည်း ပြန်ဖြစ်နိုင်သလို နတ်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ငရဲလည်း ကျသွားနိုင်တယ်၊ တိရစ္ဆာန်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ပြိတ္တာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဂတိငါးမျိုးမှာ တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်တယ်။

နတ်တွေသေသွားလို့ရှိရင် နတ်ပဲပြန်ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလို အတိအကျ ကန့်သတ်ချက်လည်း မရှိဘူး။ နတ်တွေ သေလွန်ပြီးတော့ နတ်ပြန်ဖြစ်တဲ့သူလည်း ရှိမယ်၊ လူဖြစ်တဲ့သူလည်း ရှိမယ်၊ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊

http://www.dhammadownload.com

ပြိတ္တာ ဖြစ်တဲ့သူလည်း ရှိမယ် စသည်အားဖြင့်ပေါ့။ ဂတိငါးမျိုးမှာ တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်တယ်။

အသူရကာယ်ကို ပြိတ္တာမှာ သွင်း၊ ဗြဟ္မာကို နတ်မှာ သွင်းပြီး ဂတိငါးမျိုး (လားရာဘဝငါးမျိုး) ရှိပါတယ်။

ရဟန္တာမှအပ သတ္တဝါတွေ သေဆုံးပြီးတဲ့အခါမှာ (၁) ငရဲ (၂) တိရစ္ဆာန် (၃) ပြိတ္တာ (၄) လူ (၅) နတ် လို့ခေါ်တဲ့ ဂတိငါးပါးမှာ တစ်ပါးပါးသို့ လားရောက်ရမှာဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူအပါအဝင် သတ္တဝါတွေဟာ သေဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်ဘဝ၊ ဘယ်ဂတိကို လားရောက်ရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ကြိုတင်ပြီးတော့ မသိနိုင်ကြပါဘူး။

လူသားအားလုံး၊ လူသားအပါအဝင် သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံးဟာ မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေကြရတဲ့ သနားစရာ သတ္တဝါတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

(၁) ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ သေမလဲ။

(၂) ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ သေမလဲ။

(၃) ဘယ်အချိန်မှာ သေမလဲ။

(၄) အသေကောင်ကို ဘယ်သုသာန်မှာ စွန့်ပစ်ခံရမလဲ။

(၅) သေပြီးရင် ဘယ်ဘဝရောက်မလဲ။

ဒီငါးပါးကိုလူသားတွေ၊ လူသားအပါအဝင်သတ္တဝါတွေ မသိနိုင်ကြပါဘူး။ ဒီမသိခြင်းငါးပါးက လူသားအားလုံး၊ သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံးကို လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်နေပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

လူသားအားလုံးဆိုတာက ယေဘုယျအနေနဲ့ အများစုကို ခြုံငုံပြောတာပါ။ အနည်းစုအနေနဲ့ တရားတန်ခိုးရှိသူ၊ တရားစွမ်းအားကြီးမားသူ သူတော်ကောင်းပုဂ္ဂိုလ် တချို့ကတော့ သိနိုင်ကြပါတယ်။

အထူးသဖြင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို အောင်မြင်ပေါက်မြောက်အောင် အားထုတ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ မိမိသေရမယ့် အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီးတော့ အတိအကျ သိနိုင်ကြပါတယ်။ အချိန်ကို သိသလို ကျန်တဲ့ အချက်လေးချက်ကိုလည်း ကျွဲကူးရေပါ သိနိုင်ကြပါတယ်။

အနည်းဆုံး သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ "ငါသေလွန်ပြီးရင် အပါယ်လေးပါး မလားရောက်ရတော့ဘူး။ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာကောင်းရာသုဂတိကိုသာ လားရောက်ရတော့မယ်" လို့ သေချာပေါက်ပြောနိုင်ကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကောင်းရာသုဂတိဘုံတွေက အများကြီးရှိတာမို့ ဘယ်ဘုံကို ရောက်ရမယ်ဆိုတာကိုတော့ အတိအကျ သိဖို့မလွယ်ပါဘူး။

ဒါ့ကြောင့် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မပြောပလောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် အနည်းစုကသာ သိနိုင်ကြ၊ သိပြန်တော့လည်း တစ်စိတ်တစ်ဒေသလောက်သာ သိနိုင်ကြတာမို့ တစ်စိတ်တစ်ဒေသလောက်သာ သိနိုင်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် အနည်းစုကို စကားထဲ ထည့်ပြောမနေတော့ဘဲ ခွင်းချက်အနေနဲ့ ချန်လှပ်ထားခဲ့ပြီး ....

လူသားအားလုံး၊ သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံး မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေကြရတယ် လို့ဆိုလိုက်ရင် စကားကတ်ချင်သူများစောဒကတက်နေဖို့ လိုမယ်မထင်တော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိလှပြီ၊ တတ်လှပြီလို့ အထင်ရောက်၊ ဘဝင်မောက်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေရတဲ့ ဘဝလို့ နားလည်သဘောပေါက်ခဲ့မယ်ဆိုရင် အခြောက်တိုက် မာန်မာနတက်နေစရာ မလိုတော့ဘူး ထင်ပါတယ်။

မသိခြင်းငါးပါးကိုသာ လူသားအားလုံး သတိရကြမယ်ဆိုရင် ဒီကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုတွေ၊ ကိလေသာသောင်းကျန်းမှုတွေ နည်းပါးသွားမှာ သေချာပါတယ်။

ဇီဝိတံ ဗျာဓိ ကာလော စ၊
ဒေဟနိက္ခေပနံ ဂတိ။
ပဋ္ဌေတေ ဇီဝလောကသ္မိံ၊
အနိမိတ္တာ နု နာယရေ။



http://www.dhammadownload.com

- အသက်ငယ်ရွယ်တုန်းကာမဂုဏ်ခံစားပြီး
အသက်ကြီးရင့်မှတရားအားထုတ်မယ်လို့
နှလုံးသွင်းထားသူတွေအတွက်
တကယ်လို့များငယ်တုန်းရွယ်တုန်း
သေဆုံးသွားခဲ့ရင်တရားအားထုတ်ဖို့
အချိန်ကောင်းအခွင့်ကောင်းတွေ
လက်လွတ်ဆုံးရှုံးသွားပါလိမ့်မယ်။

- လောကဓံခံနိုင်ရည်ရှိဖို့နဲ့
ဘဝမှာလိုအင်ဆန္ဒတွေမများဖို့အတွက်
"တစ်နေ့ကျရင်သေရမှာပဲ" လို့
သေခြင်းတရားနဲ့ပတ်သက်ပြီး
ဆင်ခြင်ကြရပါမယ်။
စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းရှိဖို့နဲ့
ဝိပဿနာစိတ်ကလေး
အဆက်မပြတ်ဖြစ်ဖို့အတွက်
"အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တယ်"
"ခဏနေသေရင်သေသွားနိုင်တယ်" လို့
သေခြင်းတရားနဲ့ပတ်သက်ပြီး
ဆင်ခြင်ကြရပါမယ်။

- သေခြင်းတရားကိုအမြဲသတိရှိတော့
နေခြင်းတရားမှာလည်း
အမြဲသတိလွှမ်းမိုးနေတော့တာပေါ့။
အသေမမေ့ရင်အနေမမေ့တာသဘာဝပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အချိန်မဆိုင်းဘဲချက်ချင်းအကျိုးရသောချမ်းသာ

အရှင်သမိဒ္ဓိက "သေရမယ့်အချိန်ကို ငါမသိနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို မခံစားတော့ဘဲ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်နေရပါတယ်" လို့ဆိုထားတယ်။

ဒါပေမဲ့ သေရမယ့်အချိန်ကို မသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၊ ရဟန်းတရား ပွားများအားထုတ်ဖြစ်ကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ လူတွေရဲ့ဓာတ်ခံပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ခံယူချက်တွေ ကွဲပြားသွားကြလို့ပါပဲ။

အကြောင်းအရာတစ်ခုကို လူနှစ်ယောက် သိပုံ၊ မြင်ပုံချင်း တူပေမယ့် ဓာတ်ခံမတူရင် နှလုံးသွင်းပုံချင်းလည်း မတူပါဘူး။ နှလုံးသွင်းပုံမတူရင် ခံယူချက်ချင်းလည်း မတူပါဘူး။ ခံယူချက်မတူရင် ဦးတည်ချက်ချင်းလည်း မတူပါဘူး။ ဦးတည်ချက်မတူရင် အလုပ်ချင်းလည်း မတူတော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကို နတ်သမီးရဲ့ခံယူချက်နဲ့ အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ ခံယူချက်ကို နှိုင်းယှဉ်ပြီးတော့ ကြည့်ရင် သိနိုင်တယ်။

နတ်သမီးရဲ့ခံယူချက်ကတော့ "မသေခင်အချိန်ကာလလေးအတွင်းမှာ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်ဟာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာခံစားတဲ့အလုပ်" လို့ ခံယူထားပါတယ်။

အရှင်သမိဒ္ဓိရဲ့ ခံယူချက်ကတော့ " မသေခင် အချိန်ကာလလေးအတွင်းမှာ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်ဟာ ဝိပဿနာအားထုတ်တဲ့အလုပ်" လို့ ခံယူထားပါတယ်။ ခံယူချက်ချင်း မတူညီကြပါဘူး။

တစ်နေ့ကျရင် သေကြရမှာပဲ ဆိုတာကိုတော့ လူသားအားလုံး သိကြပါတယ်။ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ် ဆိုတာကိုလည်း လူသားအားလုံး သိကြပါတယ်။ သိတာချင်း တူပေမယ့် ဓာတ်ခံချင်း မတူတော့ နှလုံးသွင်းပုံနဲ့ ခံယူချက်တွေ ကွာသွားကြတယ်။ နှလုံးသွင်းပုံနဲ့ ခံယူချက် မတူတော့ ဦးတည်ချက်နဲ့ အလုပ်တွေလည်း ကွာသွားကြတယ်။

ကာမဓာတ်ခံ၊ ကိလေသာဓာတ်ခံ အားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ " မသေခင် အချိန်ကာလလေးမှာ လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာခံစားမှုဟာ ဘဝရဲ့အနှစ်သာရပဲ၊ ကာမဂုဏ် ခံစားရေးအတွက် လုပ်တဲ့အလုပ်ဟာ ဘဝရဲ့ အဓိကအလုပ်ပဲ" လို့ ခံယူထားကြတယ်။

နေက္ခမ္မဓာတ်ခံ ၊ ပါရမီဓာတ်ခံ အားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ "မသေခင် အချိန်ကာလလေးမှာ တရားဓမ္မချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ ခံစားမှုဟာ ဘဝရဲ့ အနှစ်သာရ၊ တရားဓမ္မချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရရှိရေးအတွက် ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ပါရမီ

http://www.dhammadownload.com

တရား ပွားများအားထုတ်ရတဲ့ အလုပ်ဟာ ဘဝရဲ့ အဓိကအလုပ်ပဲ"လို့ ခံယူထားကြပါတယ်။

နတ်သမီးရဲ့ခံယူချက်မျိုးရှိတဲ့ လူသားတွေကတော့ လောကမှာ အများကြီးပါပဲ။ အများကြီးဆိုတာထက် အများဆုံးလို့ပြောရင် ပိုမှန်ပါမယ်။

တစ်ခါတုန်းက ဦးဇင်းရဲ့ လူ့ဘဝတုန်းက သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်ကို တရားအားထုတ်ဖို့ တိုက်တွန်းဖူးတယ်။

" တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ရိပ်သာမှာဝင်ပြီး အားထုတ်မှ၊ အိမ်မှာလည်း အချိန်ပေးပြီးတော့ သီးသန့်ထိုင်မှ မဟုတ်ပါဘူး။ သွားရင်း လာရင်း၊ လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်း၊ နေရင်း ထိုင်ရင်း၊ ပြောရင်း ဆိုရင်းနဲ့လည်း သတိပညာ ထည့်ပြီးတော့ အလုပ်လုပ်သွားရင် တရားအားထုတ်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့ အလုပ်မပျက်ဘဲ တရားအားထုတ်လို့ ဖြစ်ပါတယ်" ဆိုတဲ့အကြောင်းကို အားထုတ်ပုံအားထုတ်နည်းနဲ့တကွ သူ့ကို ပြောပြတယ်။

အဲဒီလို ပြောပြတော့ သူငယ်ချင်းဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဘာပြန်ပြောလဲဆိုရင်....

"ဦးဇင်းဘုရား ... တပည့်တော် တရားအားမထုတ်ပါရစေနဲ့ဦး"

"ဘာဖြစ်လို့လဲ"

"တပည့်တော် တရားအားထုတ်လိုက်ရင် လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေ ခံစားချင်တဲ့စိတ် ပျောက်သွားလိမ့်မယ်။ တပည့်တော်က အခုမှ အသက်ငယ်ငယ်လေးရှိသေးတာ၊ လောကီအာရုံ

http://www.dhammadownload.com

ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားချင်တဲ့စိတ်တွေ ပျောက်လို့ မဖြစ်သေးဘူး ဘုရား။ ရခဲတဲ့ လူ့ဘဝလေး ရတဲ့အချိန်မှာ မိန်းမလေးတစ်ယောက် တော့ အနည်းဆုံး ယူသွားပါရစေဦး" တဲ့။

သူက ပြန်ပြောတယ်။ တစ်ယောက်တော့ အနည်းဆုံးယူ သွားပါရစေဦး .... ဆိုတော့ သူ့ကြည့်ရတာ တစ်ယောက်မက ယူချင် ပုံပေါ်တယ် .... နော်။

ဒီတော့ နတ်သမီးကဲ့သို့ ခံယူချက်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ လောက မှာ အများဆုံးပါပဲ။ အရှင်သမိဒ္ဓိလို ခံယူချက်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ခံယူ ချက်ရှိတဲ့အတိုင်းလည်း လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ပြီး အလုပ် လုပ်ဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ အင်မတန်ကို နည်းပါးလှပါတယ်။

နတ်သမီးကဲ့သို့ ခံယူချက်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များက "ရဟန်းတရားပွား များအားထုတ်တယ်၊ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်တယ်၊ ကုသိုလ် ကောင်းမှုတွေပြုတယ်ဆိုတာ နောင်တမလွန်ဘဝကျမှ အကျိုးခံစားရ တဲ့အလုပ်၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားတဲ့အလုပ်ကမှ ဒီ ဘဝမှာ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးခံစားရတဲ့အလုပ်" လို့ ခံယူထား ကြပါတယ်။

အဲဒီအထင်၊ အဲဒီအယူအဆ မှားယွင်းတဲ့အကြောင်းကို အရှင် သမိဒ္ဓိက နတ်သမီးကို ပြန်ပြောတဲ့အချက်ကို အခြေခံပြီးတော့ အနည်း ငယ် အာရုံပြုကြည့်ရအောင်။

ကာလိကာ ကာမာ၊ ဗဟုဒုက္ခာ ဗဟုပါယာသာ၊
အာဒီနဝေါ ဧတ္ထ ဘိယျော။

http://www.dhammadownload.com

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်တရားတွေဟာ အချိန်ယူ ပြုပြင်မှ အကျိုးရတဲ့အတွက်၊ အကျိုးရဖို့ အချိန်ဆိုင်းရတဲ့အတွက် ကာလိက တရားတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆင်းရဲခြင်းတွေ၊ ပင်ပန်းခြင်းတွေကသာ များပြားလှပါတယ်။ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေမှာ အပြစ်တွေက အလွန်တရာ များပြားလွန်းလှပါတယ်။

အကာလိကော အယံ ဓမ္မော။

လောကုတ္တရာတရားကမှ အချိန်မဆိုင်းဘဲ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးရတဲ့အတွက်ကြောင့် အကာလိကတရားစင်စစ် ဖြစ်ပါတယ်။

ကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ကာလိကချမ်းသာဖြစ်လို့ ကာမ ဂုဏ်ချမ်းသာအတွက် လုပ်တဲ့အလုပ်တွေဟာ ကာလိကအလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ လောကုတ္တရာချမ်းသာဆိုတာ အကာလိကချမ်းသာဖြစ် လို့ လောကုတ္တရာချမ်းသာအတွက် လုပ်တဲ့အလုပ်တွေဟာ အကာလိက အလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဆိုတာက ကာလိက တရားတွေပါ။ လောကုတ္တရာတရားကမှ အကာလိကတရားပါ။

တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါးထဲမှာ "အကာလိကော" ဆိုတဲ့ ဂုဏ်တော်လေးတစ်ခု ပါတယ်။ အကာလိကော ဆိုတာ အချိန်မဆိုင်း ဘဲနဲ့ အကျိုးရတဲ့တရားလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ လောကုတ္တရာတရား တွေဆိုတာက အချိန်မဆိုင်းဘဲနဲ့ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးရတဲ့တရား ပါ။ အဓိကအားဖြင့်တော့ မဂ်တရားပါ။

မဂ်စိတ် မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပြီဆိုရင် မဂ်စိတ်ရဲ့ အခြားမဲ့

http://www.dhammadownload.com

မှာ ဖိုလ်စိတ် ချက်ချင်းဖြစ်တယ်။ မဂ်စိတ်နဲ့ ဖိုလ်စိတ်ရဲ့ကြားမှာ တခြားစိတ်တွေ ခြားနေတယ်၊ အချိန်ဆိုင်းနေတယ်၊ တခြားစိတ်တွေ တစ်ခု၊ နှစ်ခု စသည် ဖြစ်ပြီးတော့ အချိန်ခြားနေတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ မဂ်စိတ်ဖြစ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဖိုလ်စိတ် ချက်ချင်းဖြစ်တယ်။ မဂ်စိတ်ဟာ ဖိုလ်စိတ်တည်းဟူသောအကျိုးကို ချက်ချင်းပေးတယ်။

ဖိုလ်စိတ်တည်းဟူသောအကျိုးကို ရတော့ ဘာဖြစ်သလဲ။ ဖိုလ်စိတ်ကိုရတော့ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးနိုင်တဲ့ချမ်းသာ၊ ချမ်းသာတကာ့ချမ်းသာထဲမှာ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ချမ်းသာ၊ အတုမရှိတဲ့ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားကြရမှာပေါ့။

မဂ်တရားက အချိန်မဆိုင်းဘဲ အကျိုးရတဲ့ အကာလိကတရားလို့ဆိုပေမယ့် အဲဒီမဂ်စိတ်ဆိုတာဟာလည်း နေရင်းထိုင်ရင်းနဲ့ အလိုအလျောက် ရတာမဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာစိတ်ရဲ့အခြားမဲ့မှာ ဖြစ်ပြီးတော့ ရတာ။ ဝိပဿနာစိတ်မရှိဘဲ မဂ်စိတ်ဟာ ဘယ်နည်းနဲ့မှ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ မဂ်စိတ်ကိုရဖို့ တကယ်တမ်း အလုပ်လုပ်ရမှာက ဝိပဿနာအလုပ်ကို လုပ်ရမှာပဲ။

အချိန်မဆိုင်းဘဲ အကျိုးပေးတဲ့ မဂ်စိတ်ကို ဖြစ်စေနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဝိပဿနာတရားဟာလည်း အကာလိကတရားပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်နေခြင်းဟာလည်း အကာလိကအလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အချိန်မဆိုင်း အကျိုးရမယ့်အလုပ်၊ ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးရမယ့် အလုပ်ကို လုပ်နေကြတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာစိတ် အားကောင်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သတိမေ့လျော့နေလို့ အမှတ်တွေ လွတ်ထားတယ်ပဲထားဦး။ ဝိပဿနာချမ်းသာကို ခံစားချင်တယ်ဆိုရင် မိမိရဲ့ စိတ်ကလေးကို ခန္ဓာမှာ ပို့လိုက်တာနဲ့ ချက်ချင်း ဝိပဿနာချမ်းသာဟာ ထင်ရှားလာတယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာကလည်း ချမ်းသာတစ်မျိုးပါပဲ။ လူအများက လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်တွေသာလျှင် ချမ်းသာလို့ ထင်နေကြတယ်။ အာရုံကာမဂုဏ်တွေသာလျှင် ချမ်းသာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဝိပဿနာဟာလည်း ချမ်းသာတစ်မျိုးပါပဲ။

လောကကြီးမှာ ရှိရှိသမျှ ချမ်းသာတွေကို တူရာတူရာစုလိုက်ရင် တစ်လောကလုံးမှာ ချမ်းသာ(၇)မျိုးပဲရှိတယ်။ (၁) လူ့ကာမဂုဏ် ချမ်းသာ (၂) နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ (၃) ဈာန်ချမ်းသာ (၄) ဝိပဿနာချမ်းသာ (၅) မဂ်ချမ်းသာ (၆) ဖိုလ်ချမ်းသာ (၇) နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာလို့ ချမ်းသာခုနစ်မျိုးရှိတယ်။

အဲဒီချမ်းသာခုနစ်မျိုးမှာ လူ့ကာမဂုဏ်ချမ်းသာထက် နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာက ပိုပြီးတော့ အဆင့်မြင့်တယ်၊ ပိုပြီးတော့ ချမ်းသာတယ်။ နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာထက် ဈာန်ချမ်းသာက၊ ဈာန်ချမ်းသာထက် ဝိပဿနာချမ်းသာက၊ ဝိပဿနာချမ်းသာထက် မဂ်ချမ်းသာက၊ မဂ်ချမ်းသာထက် ဖိုလ်ချမ်းသာက၊ ဖိုလ်ချမ်းသာထက် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာက ပိုပြီးတော့ အဆင့်မြင့်တယ်၊ ပိုပြီးတော့ချမ်းသာတယ်။ နောက်နောက် ချမ်းသာက ရှေ့ရှေ့ချမ်းသာထက် ပိုပြီးတော့ အဆင့်မြင့်တယ်၊ ပိုပြီးတော့ ချမ်းသာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီချမ်းသာခုနစ်မျိုးထဲမှာ ဝိပဿနာချမ်းသာဟာ ဈာန်ချမ်းသာထက်လည်း မြတ်တယ်၊ နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာထက်လည်း မြတ်တယ်။ ဒီတော့ ဝိပဿနာချမ်းသာဟာ ဈာန်ချမ်းသာ၊ နတ်ကာမဂုဏ် ချမ်းသာထက်တောင်မှ အဆင့်မြင့်သေးတယ်၊ သာလွန်သေးတယ် ဆိုရင် လူ့ရဲ့ကာမဂုဏ်ချမ်းသာထက်ဆိုရင်တော့ အဆပေါင်းများစွာ သာလွန်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအလုပ်ကို တကယ်တမ်း ပေါက်ပေါက်ရောက်ရောက် အားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဝိပဿနာစိတ်ကလေး၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ကလေး မိမိရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေရတာ ဘယ်လောက် ချမ်းသာတယ်၊ ဘယ်လောက် အရသာရှိတယ်ဆိုတာကို ကိုယ်တိုင် သိကြပါတယ်။

ဒီတော့ ဝိပဿနာချမ်းသာကို ရယူခွင့်ရရှိနေတဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကြီးနဲ့ တွေ့ကြုံနေပါလျက်နဲ့ နတ်ကာမဂုဏ်ချမ်းသာနဲ့ပဲ နှိုင်းယှဉ်နှိုင်းယှဉ်၊ ဈာန်ချမ်းသာနဲ့ပဲ နှိုင်းယှဉ် နှိုင်းယှဉ်၊ ဘယ်ချမ်းသာနဲ့ပဲ နှိုင်းယှဉ်နှိုင်းယှဉ်၊ အောက်ဆုံးချမ်းသာ၊ အညံ့ဆုံးချမ်းသာဖြစ်နေတဲ့ ဘာမဟုတ်တဲ့ လောကီလူ့ကာမဂုဏ်ချမ်းသာလေးကိုပဲ အထင်ကြီးပြီးတော့ အာသာငမ်းငမ်း စွဲလမ်းနေမယ်၊ မလွတ်နိုင်၊ မစွန့်နိုင်ဘဲ ဆုပ်ကိုင်ထားကြမယ်ဆိုရင်တော့ အသိဉာဏ်နည်းရာ ရောက်သွားလိမ့်မယ်။

ဒါ့ကြောင့် ဝိပဿနာချမ်းသာဆိုတာ အခုခံစားချင်ရင် အခုခံစားလို့ရတဲ့ ချမ်းသာ၊ အကာလိကချမ်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာချမ်းသာ ခံစားနိုင်ဖို့အတွက် သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ

http://www.dhammadownload.com

ရှုမှတ်ပွားများရတဲ့ အလုပ်ဟာလည်း အကာလိကအလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေအရံဖြစ်တဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထအလုပ်တွေဟာလည်း အကာလိကအလုပ်တွေပါပဲ။

ဒါနအလုပ်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဖူးတဲ့သူဟာ အယုတ်၊ အလတ်၊ အမြတ်မရွေး ဘယ်သူ့ကိုပဲ လှူလှူ၊ လှူတိုင်းလှူတိုင်း စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု ချက်ချင်း ရပါတယ်။ ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိ အားကောင်းတာနဲ့အမျှ ဒါနရဲ့အကျိုးကိုလည်း ဒီဘဝမှာပဲ ချက်ချင်း လက်ငင်း ခံစားရပါတယ်။

သီလအလုပ်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဖူးတဲ့သူဟာလည်း ကိုယ့်သီလကိုယ် ဆင်ခြင်တိုင်း၊ ဆင်ခြင်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု ချက်ချင်းရပါတယ်။ သီလတစ်ခု လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းပြီးတိုင်း ပီတိတစ်ခု ချက်ချင်းတိုးပွားရပါတယ်။

ဥပမာ၊ ဥပုသ်သီလ စောင့်ထိန်းထားတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ညနေပိုင်းမှာ ဗိုက်ဆာလို့ဆိုပြီး ဥပုသ်ချိုး၊ ထမင်းစားလိုက်မယ်ဆိုရင် ဗိုက်တော့ပြည့်သွားမယ်၊ ပီတိတော့ ဖြစ်မလာနိုင်တော့ပါဘူး။

ဗိုက်ဆာတာ၊ ထမင်းစားချင်တာကို သည်းခံစောင့်ထိန်းပြီး ဥပုသ်မချိုးတဲ့သူကတော့ ဗိုက်တော့ ဆာချင်ဆာနေမယ်၊ ပီတိကတော့ အကြီးအကျယ်ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်သီလကိုယ် ကျေနပ်အားရတဲ့ ပီတိတွေ အားကြီးပြည့်သိပ်လာရင် ဆာလောင်တာတွေလည်း ပျောက်သွားတာပါပဲ။

သမထအလုပ်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဖူးတဲ့သူဟာ

http://www.dhammadownload.com

လည်း ကိုယ်ယူနေကျ သမထအာရုံကို ယူလိုက်တာနဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု ချက်ချင်းရပါတယ်။

ဥပမာ၊ ဂုဏ်တော်ပွားနေကျ လူတစ်ယောက်ဟာ အလုပ်တွေ ဘယ်လောက် ပင်ပန်းနေ ပင်ပန်းနေ၊ "အရဟံ၊ ကိလေသာကင်းစင် တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား"လို့ သတိရပွားများလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပင်ပန်းမှုတွေ ပြေပျောက်ပြီး ချက်ချင်းလက်ငင်း ကိုယ်ရောစိတ်ပါ သက်သာရာရသွားပါတယ်။ ငြိမ်းအေးချမ်းသာသွားပါတယ်။

မေတ္တာပွားနေကျ လူတစ်ယောက်ဟာ စိတ်တွေဘယ်လောက် ပူလောင်နေ ပူလောင်နေ၊ "သတ္တဝါအားလုံး ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ"လို့ သတိရပွားများလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပူလောင်မှုတွေ ပြေပျောက်ပြီး ချက်ချင်းလက်ငင်း ကိုယ်ရောစိတ်ပါ အေးချမ်းသွားပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် ဒါနအလုပ်၊ သီလအလုပ်၊ သမထအလုပ်၊ ဝိပဿနာအလုပ်၊ အလုပ်လေးမျိုးလုံးဟာ အချိန်မဆိုင်းဘဲ ချက်ချင်း လက်ငင်းအကျိုးရတဲ့ အကာလိကအလုပ်တွေချည်းပါပဲ။

ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ်၊ ပါရမီဖြစ်အောင်လုပ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ လူမှုစီးပွားမျှော်လင့်ချက်နဲ့ တမလွန်ကောင်းကျိုးတောင့်တ ချက်တွေကို ဘေးချိတ်ချောင်ထိုးထားလိုက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမျှော်လင့် ချက်နဲ့ အများကောင်းကျိုးတောင့်တချက်တွေကို ရှေ့တန်းတင်ဦးညွှတ် ထားလိုက်ရင် လုပ်သမျှ ပါရမီဖြစ်ပါပြီ။ ပါရမီမြောက်တဲ့ အလုပ်တိုင်း ဟာ လက်ငင်းချမ်းသာတဲ့ အကာလိကအလုပ်တွေပါပဲ။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဆိုတာကတော့ ကာလိ

http://www.dhammadownload.com

ကချမ်းသာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ အကာလိကချမ်းသာက အချိန်မဆိုင်းဘဲ အကျိုးရတာဆိုတော့ ကာလိကချမ်းသာကျတော့ အချိန်ဆိုင်းမှ အကျိုးရတာ။ အချိန်စောင့်မှ အကျိုးရတာ။

ဟုတ်တာပေါ့။ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေ အခုခံစားချင်ရင် အခုချက်ချင်း ခံစားလို့ရတယ်မှမရှိဘဲ။ ခံစားချင်တဲ့စိတ်ဖြစ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း အလိုအလျောက် ခံစားရတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ ဆိုပါတော့၊ အခုထိုင်နေရင်းနဲ့ သီချင်းလေးတစ်ပုဒ် နားထောင်ချင်တယ်ဆိုပါတော့၊ ကိုယ်က သီချင်းနားထောင်ချင်လိုက်တာလို့ သီချင်းနားထောင်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးဖြစ်တာနဲ့ သီချင်းသံက နားထဲမှာ အလိုအလျောက် ကြားမလာပါဘူး။

ကက်ဆက်ရှိရာကို သွားရဦးမယ်၊ မီးကြိုးကိုတပ်ရဦးမယ်၊ ကက်ဆက်ခွေကို ထည့်ပြီးတော့ ဖွင့်ရဦးမယ်၊ အဲဒီနား ကိုယ်နားထောင်ချင်တဲ့ အခွေကလည်း အဆင့်သင့်ရှိဦးမှ၊ မရှိရင် အဲဒီအခွေ သွားပြီးတော့ ဝယ်ရဦးမယ်၊ ဝယ်ဖို့အတွက်လည်း ပိုက်ဆံရှိရဦးမယ် စသည်အားဖြင့်....

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ခံစားချင်တဲ့ စိတ်ဖြစ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းခံစားရတဲ့ ချမ်းသာမျိုးမဟုတ်ပါဘူး၊ အချိန်ယူရတဲ့ချမ်းသာ၊ အချိန်ဆိုင်းရတဲ့ချမ်းသာပါ။

ဆိုပါတော့၊ ခပ်ရိုင်းရိုင်းလေး ဥပမာပေးရရင် ကလေးငယ်တစ်ယောက်က အိမ်ထောင်ပြုပြီးတော့ အိမ်ထောင်ရေးချမ်းသာ ခံစားချင်တယ်ဆိုလို့ အဲဒီစိတ်ကလေးဖြစ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းခံစားလို့မှ မရဘဲ။ အသက်အရွယ်အားဖြင့်လည်း ပြည့်စုံအောင်၊ ငွေကြေးဥစ္စာ၊

http://www.dhammadownload.com

အလုပ်အကိုင် စသည်အားဖြင့်လည်း ပြည့်စုံတဲ့အချိန်ထိရောက်အောင် အချိန်တွေ စောင့်ရတယ်။

ကလေးဆိုတာ အသာထားလိုက်ပါဦး၊ အရွယ်ရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပင်ဖြစ်စေကာမူ အချိန်စောင့်ရပါတယ်။ အိမ်ထောင်ကလည်း ပြုချင်တယ်၊ ပြုရမယ့်အရွယ်ကလည်း ရောက်နေပြီ၊ ရောက်ရုံမကဘူး၊ လွန်နေပြီ၊ မိမိအိမ်ထောင်ပြုရမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း ရှိနေတယ်၊ နှစ်ဘက်မိဘကလည်း သဘောတူပြီးသား။ ဒါပေမဲ့လို့ အိမ်ထောင်ပြုလို့ မဖြစ်သေးဘူး၊ အချိန်တွေ စောင့်လိုက်ရတာ။

အိမ်ထောင်တစ်ခုထူထောင်နိုင်တဲ့ ငွေကြေးပမာဏ၊ အလုပ်အကိုင်စတဲ့ အနေအထားတွေနဲ့ ပြည့်စုံအောင် အချိန်တွေ စောင့်လိုက်ရတာ။ တချို့ဆို ပြည်တွင်းမှာ အလုပ်လုပ်ရုံနဲ့တင် မပြီးဘဲ ပြည်ပမှာသွားပြီးတော့ ပင်ပင်ပန်းပန်း အလုပ်လုပ်ရင်း မိမိခံစားချင်တဲ့ ချမ်းသာအတွက် အချိန်စောင့်ရပါတယ်။

ဒီတော့ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ အချိန်တွေနဲ့ အများကြီးရင်းနှီးပြီးတော့မှ၊ အချိန်ဆိုင်းပြီးမှ ရတဲ့ချမ်းသာမို့ ဘာမှ မက်မောလောက်စရာ မရှိပါဘူး။

အခုထမင်းစားချင်တယ်ဆိုလို့ ပါးစပ်ထဲ ထမင်းက အလိုအလျောက် ရောက်မလာဘူး၊ ထမင်းစားချင်တဲ့စိတ်ဖြစ်ဖြစ်ချင်း ထမင်းက ရောက်မလာဘူး။ ချက်ပြီးပြုတ်ပြီးသားပင်ဖြစ်စေကာမူ ခူးရ၊ ခပ်ရဦးမယ်။ ခူးပြီးခပ်ပြီးတော့လည်း လက်ဆေးရဦးမယ်၊ ဇွန်းခက်ရင်းတွေ ဆေးကြောရဦးမယ်၊ ပြီးတော့ ထမင်းလုပ်တွေ ပြင်ရဦးမယ်၊ ယူရ

http://www.dhammadownload.com

ဦးမယ်၊ ခွဲ.ရဦးမယ် စသည်ဖြင့် အချိန်တွေ အများကြီး စောင့်ရတယ်။

ခူးပြီး၊ ခပ်ပြီးသားတောင်မှ အချိန်စောင့်ရတယ်၊ ခူးပြီး၊ ခပ်ပြီး၊ အသင့်ချက်ပြီး၊ ပြုတ်ပြီး အဆင့်ရောက်ဖို့.ဆိုတာကလည်း ဆန်တို့၊ ဟင်းချက်စရာတို့ ဝယ်ရဦးမယ်၊ အဲဒီလို ဝယ်နိုင်ဖို့.အတွက်ကလည်း ပိုက်ဆံရှိရမယ်၊ ပိုက်ဆံရှိဖို့ ပိုက်ဆံရှာရဦးမယ်။

ထမင်းလုတ်လေးတစ်လုပ် စားဖို့အတွက်....

ဒီထမင်းစားတယ်ဆိုတာလည်း သာယာတဲ့စိတ်နဲ့ စားရင် ဒါဟာ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ခံစားတာပါပဲ။

ကာမဂုဏ်ဆိုတာ (၁) အဆင်း (၂) အသံ (၃) အနံ့ (၄) အရသာ (၅) အထိအတွေ့.လို့ ငါးမျိုးရှိပါတယ်။ အများစုကတော့ "ကာမဂုဏ်"လို့ဆိုလိုက်ရင် ဟိုတစ်ခုကိုပဲ သွားပြီးမြင်တတ်ကြတယ်။

ဒီတော့ ထမင်းတည်းဟူသော ကာမဂုဏ်လေးခံစားဖို့အတွက်ကို အချိန်တွေ အများကြီး ယူရတယ်။ အချိန်တွေ အများကြီး စောင့်ရတယ်။ တခြားတခြားသော ခံစားစရာ ကာမဂုဏ်တွေကိုလည်း ခဲ့ထွင်ပြီး သိကြပါတော့။

ဒီတော့ လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဆိုတာ အချိန်စောင့်မှ အကျိုးရတဲ့အတွက်ကြောင့် ကာလိကတရားတွေပါ၊ ဘာမှ အနှစ်သာရမရှိပါဘူး။ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာအတွက် အလုပ်လုပ်နေတာ ဟာလည်း ချက်ချင်းအကျိုးမရ၊ အချိန်ဆိုင်းမှ အကျိုးရမယ့်အလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းပါပဲ။ ချက်ချင်းအကျိုးမရတဲ့ အလုပ်ကို လုပ်နေရတော့ အလုပ်လုပ်ရတာ ပင်ပန်းတာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်အသက်အရွယ်မှာသေမလဲ
ဘယ်အနာရောဂါနဲ့သေမလဲ
ဘယ်အချိန်မှာသေမလဲ
အသေကောင်ကိုဘယ်သုသာန်မှာ
စွန့်ပစ်ခံရမလဲ
သေပြီးရင်ဘယ်ဘဝရောက်မလဲ
ဒီငါးပါးကိုလူသားတွေမသိနိုင်ကြပါဘူး။
ဒီမသိခြင်းငါးပါးကလူသားအားလုံးကို
လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်နေပါတယ်။

ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ်
ပါရမီဖြစ်အောင်လုပ်ဖို့အရေးကြီးပါတယ်။
လူမှုစီးပွားမျှော်လင့်ချက်နဲ့
တမလွန်ကောင်းကျိုးတောင့်တချက်တွေကို
ဘေးချိတ်ချောင်ထိုးထားလိုက်ပြီး
နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမျှော်လင့်ချက်နဲ့
အများကောင်းကျိုးတောင့်တချက်တွေကို
ရှေ့တန်းတင်ဦးညွှတ်ထားလိုက်ရင်
လုပ်သမျှပါရမီဖြစ်ပါပြီ။
ပါရမီမြောက်တဲ့အလုပ်တိုင်းဟာ
လက်ငင်းချမ်းသာတဲ့အကာလိကအလုပ်တွေပါပဲ။

လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ
ခံစားချင်တဲ့စိတ်ဖြစ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက်
ချက်ချင်းခံစားရတဲ့ချမ်းသာမျိုးမဟုတ်ပါဘူး။
အချိန်ယူရတဲ့ချမ်းသာ၊ အချိန်ဆိုင်းရတဲ့ချမ်းသာပါ။

http://www.dhammadownload.com

အသေလွတ်သောချမ်းသာ၊ မကုန်ပျက်သောချမ်းသာ

တစ်နည်းအားဖြင့် ကာလိက၊ အကာလိကအခွဲကတော့ "သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်နိုင်တဲ့ချမ်းသာကို အကာလိကချမ်းသာ၊ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့ချမ်းသာကို ကာလိကချမ်းသာ" လို့ ခေါ်ပါတယ်။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဟာ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့ချမ်းသာတွေပဲ။

ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာမပါဘဲ ကာမဂုဏ်အာရုံခံစားမှုသက်သက်နဲ့ သေခြင်းတရားက လွန်မြောက်သွားတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်တယ်ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတာကို ပြောတာပါ။

အာရုံကာမဂုဏ်ခံစားမှုနဲ့ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့အပြင် အာရုံကာမဂုဏ်တွေအပေါ်မှာ စွဲလမ်းတဲ့စိတ်နဲ့ သေသွားမယ်

http://www.dhammadownload.com

ဆိုရင် အပါယ်လေးပါးကိုတောင်မှ ကျရောက်နိုင်ပါသေးတယ်။

အာရုံကာမဂုဏ်တွေကို ရှာဖွေတဲ့နေရာမှာ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်တွေ ပြုလုပ်ခဲ့မယ်၊ မတရားတဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်ခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီအမှုတွေအတွက် အပါယ်လေးပါးမှာ ဒုက္ခအကြွေးတွေ ဆပ်ကြရမှာပါပဲ။

အာရုံကာမဂုဏ်ခံစားမှုဟာ သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့ချမ်းသာပါ။ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေအတွက် လုပ်နေတဲ့အလုပ်အားလုံးဟာလည်း သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်တဲ့အလုပ်၊ အသေမလွတ်နိုင်တဲ့အလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာဆိုတာကတော့ သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်နိုင်တဲ့ ချမ်းသာပါ။

အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရပြီးတော့ ရဟန္တာဖြစ်သွားပြီဆိုရင်တော့ ဒီဘဝပဲ သေရတော့မယ်။ နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာတွေ အသစ်ထပ်ပြီး မဖြစ်တော့တဲ့အတွက်ကြောင့် သေခြင်းတရားကနေ အပြီးတိုင် လွန်မြောက်သွားပြီ၊ ဘယ်တော့မှ မသေရတော့ဘူး။

သေတယ်ဆိုတာ ဘဝခန္ဓာရှိလို့ သေရတာပါ။ ဘဝခန္ဓာဆိုတဲ့ အပင်ပေါက်ရတာကလည်း ကုသိုလ်ကံ၊ အကုသိုလ်ကံ ဆိုတဲ့ စေတနာမျိုးစေ့မှာ တဏှာဆိုတဲ့ အစိုဓာတ်၊ အစေးဓာတ်ရှိနေလို့ ပေါက်ရတာပါ။

စေတနာမျိုးစေ့မှာ ပူးကပ်နေတဲ့ တဏှာအစိုအစေးကို အရဟတ္တမဂ်မီးနဲ့ ခြောက်သွေ့ကျွမ်းမြေသွားအောင် ရှိမြှိုက်လိုက်နိုင်ပြီဆိုရင် စေတနာမျိုးစေ့ဟာ ဘဝခန္ဓာအပင်ကို မပေါက်စေနိုင်တော့ပါဘူး။ ဘဝ

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓာအပင်မပေါက်ရင် သေခြင်းတရားနဲ့လည်း ဆုံဆည်းစရာ အကြောင်း မရှိတော့ဘူးပေါ့။

သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်အစရှိတဲ့ အောက်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုရင်တော့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ပင်ဖြစ်စေကာမူ ဘဝအသစ်တွေ ထပ်ဖြစ်ဦးမှာမို့လို့ သူတို့လည်း သေခြင်းတရားကို မလွန်မြောက်နိုင်ကြသေးဘူး။ ဒါပေမဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်တော့ သေရမယ့် ဘဝအပိုင်းအခြား၊ အကန့်အသတ် ရှိသွားပြီဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် သူတို့ကို မသေတော့မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်တွေလို့ပဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ဒီတော့ မဂ်စိတ်ဖြစ်မှ သေခြင်းတရားက လွန်မြောက်နိုင်မှာဆိုတော့၊ မဂ်စိတ်ဆိုတာကလည်း ဝိပဿနာစိတ်ရှိမှ ဖြစ်နိုင်တာဆိုတော့ ဝိပဿနာအလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းဟာ သေခြင်းတရားကို လွန်မြောက်နိုင်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းပါ။

ဝိပဿနာချမ်းသာဟာလည်း အကာလိကချမ်းသာပါပဲ။

ဝိပဿနာအလုပ်ဟာ အသေလွတ်တဲ့အလုပ်ဖြစ်သလို ဝိပဿနာရဲ့အခြေအရံဖြစ်တဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ အလုပ်တွေဟာလည်း နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ခဲ့ရင် အသေလွတ်တဲ့အလုပ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်တစ်နည်းအားဖြင့်လည်း သေခြင်းဆိုတာ ပျက်စီးခြင်းပါပဲ။ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေဆိုတာက ပျက်စီးသွားမယ့်ချမ်းသာတွေပါ။ လောကုတ္တရာချမ်းသာကတော့ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးနိုင်တဲ့ ချမ်းသာပါ။

တစ်ခါရုဏ်းတဲ့ အာရုံကာမဂုဏ်ဟာ အမြဲတမ်း တည်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

ပြီးတော့ ထာဝရ တည်မြဲနေတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ တစ်ခါခံစားပြီးတော့ ကုန်သွားတယ်၊ ကုန်သွားတဲ့အတွက်ကြောင့် နောက်ထပ် ခံစားဖို့အတွက် ရှာဖွေရတယ်။ တစ်ခါရှာလို့ရထားတဲ့ ပိုက်ဆံ တစ်သက်လုံး သုံးမကုန်တော့တဲ့အတွက် နောက်ထပ်ရှာစရာ မလိုတော့ဘဲ အေးအေးဆေးဆေး ငြိမ်နေရတယ်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။

ရှာလို့ရရင်း၊ ရလို့သုံးရင်း၊ သုံးလို့ကုန်ရင်း၊ ကုန်လို့ရှာရင်းနဲ့ အရှာသံသရာလည်လို့ မဆုံးတော့ပါဘူး။ ရှာလို့ရသမျှ သုံးလို့ကုန်သွားတဲ့အတွက် ရှာပြီးရင်းရှာရင်း ဖြစ်နေရပါတယ်။

ကုန်ပျက်သွားမယ့် ကာမဂုဏ်ချမ်းသာအတွက် လုပ်နေရတဲ့ အလုပ်ဟာလည်း ကုန်ပျက်သွားမယ့်အလုပ်ပါပဲ။ ကုန်ပျောက်ပျက်စီးသွားမယ့် ချမ်းသာတွေအတွက် ကုန်ပျောက်ပျက်စီးမယ့် အလုပ်တွေ လုပ်နေရတာ တကယ်တွေးကြည့်ရင် ဝမ်းနည်းစရာ အလွန်ကောင်းပါတယ်။

မင်္ဂလာစိတ်ကတော့ တစ်ကြိမ်ဖြစ်ပြီးသွားရင် မတည်မြဲဘဲ ကုန်ပျောက်ပျက်စီးသွားတယ်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က သောတာပန်အဖြစ်ကနေ လျှောကျသွားလို့ သောတာပတ္တိမင်္ဂလာ ဖြစ်အောင် ထပ်ကျင့်ရတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။

မင်္ဂလာတရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားများဟာ ဘယ်တော့မှ မကုန်ပျက်နိုင်တဲ့တရားပဲ။ မင်္ဂလာချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာများဟာ ဘယ်တော့မှ မကုန်ပျက်နိုင်တဲ့ ချမ်းသာပဲ။

မင်္ဂလာတရား၊ ဖိုလ်တရားတွေက နာမ်တရားတွေဖြစ်လို့ ကုန်

http://www.dhammadownload.com

ပျက်တတ်တဲ့ ရုပ်နာမ်သခါရတွေရဲ့ သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်နဲ့ ကုန်ပျက်နေတာပါပဲ။ မင်ပိုင်ရှင်၊ ဖိုလ်ပိုင်ရှင် သေလွန်သွားတဲ့အခါမှာလည်း ကုန်ပျက်သွားမှာပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ စွာန်ရသူတွေ စွာန်လျှောသလို မင်္ဂဖိုလ်ရသူတွေ မင်္ဂဖိုလ်လျှောသွားတယ်ဆိုတာမျိုး မရှိဘာရယ်၊ ဘယ်တော့မှကုန်ပျောက်ပျက်စီးမသွားနိုင်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက်မှောက်ပြု သိမြင်ခံစားနိုင်တာရယ်ကြောင့် မင်္ဂတရား၊ ဖိုလ်တရား၊ မင်္ဂချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာတွေကို အကာလိကချမ်းသာလို့ပဲ ခေါ်ရပါတယ်။

တကယ်တမ်း ဘယ်တော့မှ မကုန်ပျက်နိုင်တဲ့ ချမ်းသာကတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာပါ။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဟာ ဘယ်တော့ဆိုဘယ်တော့မှ ကုန်ပျောက်ပျက်စီးခြင်းမရှိ၊ အစဉ်ထာဝရ တည်မြဲနေတယ်ဆိုတာကို အသေအချာ အလေးအနက် တွေးကြည့်ရင် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာလောက် လိုချင်စရာ ကောင်းတဲ့ချမ်းသာ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို အနှိုင်းမဲ့ချမ်းသာလို့ တင်စားရပါတယ်။

ဘယ်တော့မှ ကုန်ပျောက်ပျက်စီးခြင်းမရှိတဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအတွက် လုပ်နေရတဲ့ ဝိပဿနာအလုပ်ဟာ အကာလိကအလုပ်ပါပဲ။ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေအရံဖြစ်တဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထအလုပ်တွေဟာလည်း နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်မယ်ဆိုရင် အကာလိကအလုပ်တွေပါပဲ။

ကုန်ပျက်သွားမယ့် ချမ်းသာတွေအတွက် အလုပ်လုပ်နေရတာဟာ ဘာမှအနှစ်သာရမရှိဘူး၊ မကုန်ပျက်မယ့် ချမ်းသာအတွက် အလုပ်လုပ်နေရတာသာ အနှစ်သာရပဲလို့ အဲဒီလိုသဘောပေါက်ကြ

http://www.dhammadownload.com

မယ်ဆိုရင် "မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ" ဆိုတဲ့ မေးခွန်းအတွက် အဖြေ ထွက်လာနိုင်တာပါပဲ။

မိမိကိုယ်တိုင်က သေရခြင်းသဘောရှိပါလျက်၊ ကုန်ပျက်ရခြင်းသဘောရှိပါလျက် သေမယ့်သဘော၊ ကုန်ပျက်မယ့်သဘောကိုသာ ရှာမှီးနေခဲ့မယ်ဆိုရင် အဲဒီရှာမှီးခြင်းဟာ မမြတ်သော ရှာမှီးခြင်း၊ နိမ့်ကျ ညံ့ဖျင်းသော ရှာမှီးခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရားက မလွတ်မြောက်နိုင်လို့ပါပဲ။

မိမိကိုယ်တိုင်က သေရခြင်းသဘောရှိပေမယ့်၊ ကုန်ပျက်ရခြင်း သဘောရှိပေမယ့် သေခြင်းကင်းတဲ့သဘော၊ ကုန်ပျက်ခြင်းကင်းတဲ့ သဘောကို ရှာမှီးနေခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီရှာမှီးခြင်းကို မြတ်သော ရှာမှီးခြင်း၊ အထက်တန်းကျ အဆင့်မြင့်သော ရှာမှီးခြင်းလို့ ခေါ်ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သေခြင်းတရားက လွတ်မြောက်နိုင်လို့ပါပဲ၊



http://www.dhammadownload.com

မသေချင်ရင်အသက်ရှူပါ

လောကမှာ သေချင်တဲ့လူရယ်လို့ တစ်ယောက်မှ ရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ "ငါသေသွားရင် ကောင်းမှာပဲ"၊ "ငါမြန်မြန်သေသွားရင် အေးမယ်" စသည်အားဖြင့် ပြောတတ်ကြပေမယ့် ပြောတဲ့သူကိုယ်တိုင် တကယ်တော့ မသေချင်ပါဘူး။ စကားအရသာ ပြောနေတာပါ။ ဘယ်တော့မှ မသေနိုင်တဲ့အဖြစ်မျိုး ရှိမယ်ဆိုရင် အဲဒီ အဖြစ်မျိုးကို လူတိုင်း လိုချင်ကြမှာပါ။

သေမှာကြောက်တဲ့လူသားများအတွက် ဘယ်တော့မှ မသေနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းလေးတစ်ခု ပေးချင်ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ "မသေချင်ရင် အသက်ရှူပါ" ဆိုတဲ့ နည်းလမ်းပါပဲ။

"မသေချင်ရင် အသက်ရှူပါ" ဆိုလိုက်တော့ ....

"လူတိုင်း အသက်ရှူနေလို့ မသေတာပဲ မဟုတ်လား၊ အသက်ရှူနေမှတော့ သေပါဦးမလား၊ အသက်ရှူရင် မသေဘူးဆိုတာ

http://www.dhammadownload.com

ဦးဇင်းပြောမှလား၊ မသေဖို့အတွက် တမင်လုပ်ပြီး အသက်ရှူဖို့ လိုသေးလို့လား၊ သူ့အလိုလို အသက်က ရှူနေတာပဲမဟုတ်လား"လို့ မေးစရာရှိပါတယ်။

ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာ မသေဖို့အတွက် အသက်ရှူခိုင်းတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာကတော့ ခန္ဓာရဲ့ သဘာဝအတိုင်း သေရမှာပါပဲ။ နောင်ဘယ်တော့မှ မသေဖို့၊ သေတတ်တဲ့ သဘောတရားတွေ ဘယ်တော့မှ မရဖို့၊ သေခြင်းတရားကနေ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်သွားဖို့ အသက်ရှူခိုင်းတာပါ။

ဘယ်တော့မှ မသေနိုင်တဲ့ နေရာဟာ နိဗ္ဗာန်ပါ။ နိဗ္ဗာန်ကို ခန္ဓာအကြွင်းမဲ့မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပြီဆိုရင် ဘယ်တော့မှ မသေတော့ပါဘူး။ သေတယ်ဆိုတာ ဘဝခန္ဓာရှိလို့ သေရတာပါ။ နိဗ္ဗာန်မှာ ဘဝခန္ဓာလုံးဝမရှိ၊ ချုပ်ငြိမ်းနေတဲ့အတွက် သေစရာအကြောင်း လုံးဝ မရှိတော့ပါဘူး။

သေခြင်းကင်းတဲ့ ချမ်းသာလောက် ချမ်းသာတာ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် သေခြင်းကင်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လောကလွန်ချမ်းသာလို့ ခေါ်ရပါတယ်။ ချမ်းသာအားလုံးတို့ရဲ့ အထွတ်အထိပ် အတုမဲ့ချမ်းသာကြီး ဖြစ်ပါတယ်။

ဘဝခန္ဓာမရှိရင် ချမ်းသာသုခလဲ ဘယ်ရှိပါ့မလဲလို့ ဉာဏ်မမီသူတွေ ထင်မြင်နေကြပေမယ့် ခန္ဓာရှိချမ်းသာထက် ခန္ဓာမဲ့ချမ်းသာက အဆပေါင်းများစွာ မနှိုင်းယှဉ်သာအောင် အဆင့်မြင့်မားလွန်းလှပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဟာ ဆင်းရဲတဲ့၊ ဆင်းရဲခဲ့အစုမျှသာဖြစ်တယ်ဆိုတာရယ်၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာအားလုံးရဲ့ လမ်းဆုံးပန်းတိုင်ဟာ သေခြင်းတရားဖြစ်တယ်ဆိုတာရယ်ကို အလေးအနက် သဘောပေါက်နားလည်လာရင် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရဲ့ အသေလွတ်ချမ်းသာကို တန်ဖိုးထားတတ်လာမှာပါ။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အသေလွတ်ချမ်းသာကို လိုချင်ရင်၊ အဖြောင့်ပြောတော့ .... မသေချင်ရင်...အသက်ရှူရပါမယ်။

" အသက်ရှူရမယ် " လို့ ဆိုလိုက်တော့ အသက်ရှင်နေတဲ့ လူတိုင်း အသက်ရှူနေတာပဲ မဟုတ်လား လို့ မေးစရာရှိပါတယ်။

ပုံမှန်ရှူနေတဲ့ အသက်ရှူခြင်း၊ ကိုယ့်ရဲ့ကြောင့်ကြအားထုတ်မှုမပါဘဲ သူ့အလိုအလျောက် သဘာဝအတိုင်းရှူနေတဲ့ အသက်ရှူခြင်းကို ဆိုလိုတာမဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်အာရုံကူးစိုက်ပြီး သတိတရားပါပါ၊ အသိတရားသာသာနဲ့ ရှူတဲ့ အသက်ရှူခြင်း၊ ကိုယ့်ရဲ့အားထုတ်မှုပါတဲ့ အသက်ရှူခြင်းကို ဆိုလိုတာပါ။

"အသက်ရှူရမယ်" ဆိုတာ "သတိပညာသွင်းပြီး ရှူရမယ်" လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ တစ်နည်းပြောရရင်တော့ "အမှတ်သတိနဲ့ အသက်ရှူရမယ်" လို့ဆိုလိုပါတယ်။ အလွယ်ကူဆုံးနဲ့ အရှင်းဆုံးပြောရရင်တော့ "သတိထားပြီး အသက်ရှူရမယ်" လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

သတိထားပြီး ဘယ်လို အသက်ရှူမလဲ။

အသက်ရှူသွင်း၊ ရှူထုတ် လုပ်လိုက်လို့ နှာသီး၀၊ သို့မဟုတ် အထက်နှုတ်ခမ်းဖျား လေထိသွားတဲ့နေရာမှာ စိတ်ကို၊ သတိကို

http://www.dhammadownload.com

ကပ်ထားပြီး လေဝင်ရင် 'ဝင်တယ်'၊ လေထွက်ရင် 'ထွက်တယ်' လို့ ရွှမ့တ်ပြီး အသက်ရှူရပါမယ်။

လေဝင်သွားတဲ့အခါ နှာသီးဝကို ထိပြီး ဝင်သွားပါတယ်။ ထိတဲ့နေရာလေးမှာ စိတ်ကို၊ သတိကို ကပ်ထားပြီး 'ဝင်တယ်'လို့ ရွှမ့တ်ရပါမယ်။ အတွင်းဝင်သွားတဲ့ လေကြောင်းနောက် စိတ်မလိုက်ရပါဘူး။ လိုက်ရင် အတွင်းပျံ့လွင့်မှု ဖြစ်ပါတယ်။

လေထွက်သွားတဲ့အခါ နှာသီးဝကို ထိပြီးထွက်သွားပါတယ်။ ထိတဲ့နေရာလေးမှာ စိတ်ကို၊ သတိကို ကပ်ထားပြီး 'ထွက်တယ်'လို့ ရွှမ့တ်ရပါမယ်။ အပြင်ထွက်သွားတဲ့ လေကြောင်းနောက် စိတ်မလိုက်ရပါဘူး။ လိုက်ရင် အပြင်ပျံ့လွင့်မှု ဖြစ်ပါတယ်။

လေဝင်တဲ့အခါမှာရော၊ လေထွက်တဲ့အခါမှာရော နှာသီးဝ လေထိတဲ့နေရာ တစ်နေရာတည်းမှာပဲ စိတ်ကို ကပ်ထားရပါမယ်။ လေသွားရာ လမ်းကြောင်းတစ်လျှောက် စိတ်မလိုက်ရပါဘူး။

အတွင်းဆိုရင် ဝမ်းဗိုက်အထိ၊ အပြင်ဆိုရင် လေဟာနယ်အထိ အဲဒီလို နေရာတွေ လိုက်ရှေ့ပြီး မရွှမ့တ်ရပါဘူး။ နှာသီးဝ အပ်ဖျားတစ်ထောက်စာ လေထိတဲ့နေရာလေးတစ်ခုတည်းမှာပဲ စိတ်ကို ကပ်ထားပြီး ရွှမ့တ်ရပါမယ်။ ဒါဟာ နည်းမှန်လမ်းမှန် ရွှမ့တ်နည်းပါပဲ။

"ဝင်လေဝင်တိုင်းထိ၊ ထိတိုင်းသိ၊ ထွက်လေထွက်တိုင်းထိ၊ ထိတိုင်းသိ"၊ ဒါဟာ ရွှမ့တ်နည်းအကျဉ်းချုပ်ပါပဲ။

သတိထားပြီး အသက်ရှူတာကိုပဲ အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများတယ်၊ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်တယ် လို့ ဆိုရ

http://www.dhammadownload.com

ပါတယ်။ အာနဆိုတာ ဝင်လေ၊ အပါနဆိုတာ ထွက်လေ၊ ဝင်လေထွက်လေကို သတိထားပြီး အသက်ရှူတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း၊ ဒီလို ခေါ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေဟာ ထိုင်နေတဲ့အချိန်မှာသာ ရှိတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ သွားနေ၊ ရပ်နေ၊ လျောင်းနေတဲ့အချိန်တွေမှာလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ထိုင်ရင်းနဲ့လည်း ရှုမှတ်လို့ရသလို သွားရင်း၊ ရပ်ရင်း၊ လျောင်းရင်းနဲ့လည်း ရှုမှတ်လို့ရပါတယ်။

သီးသန့်အချိန်ယူပြီး ထိုင်မှတ်၊ သွားမှတ်၊ ရပ်မှတ်၊ လျောင်းမှတ်ရင်တော့ ဝင်–ဝင်တယ်၊ ထွက်–ထွက်တယ်လို့ မှတ်ရပါမယ်။ သွားရင်းလာရင်း၊ လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း၊ ပြောရင်းဆိုရင်း၊ စားရင်းသောက်ရင်း၊ ရှုမှတ်ရင်တော့ ဝင်တယ်၊ ထွက်တယ် ဆိုတာတွေ ထည့်မှတ်မနေတော့ဘဲ ဝင်ထိ၊ ထွက်ထိ သဘောလေးကို သိနေရင် လုံလောက်ပါတယ်။

အမြဲရှိနေတဲ့ ဝင်လေ၊ ထွက်လေကို အမြဲသိနေအောင်ကြိုးစားကြဖို့ တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။ အလေ့အကျင့်လည်း လုပ်ထားမယ်၊ သတိလည်း ထားမယ်ဆိုရင် နောက်တော့ အခက်အခဲမရှိပါဘူး၊ အလွယ်တကူနဲ့ ဖြစ်သွားမှာပါ။

အသက်ရှင်နေတဲ့လူတိုင်း အသက်ရှူနေတာမို့ အသက်ရှူတိုင်း သတိ၊ ပညာသွင်းပြီး ရှုမယ်ဆိုရင် အသက်ရှင်နေစဉ်မှာလည်း စိတ်ချမ်းသာငြိမ်းအေးမှု အထူးအဆင့်မြင့်စွာ ရရှိနိုင်သလို တရားထူးတရားမြတ်ရသွားရင်လည်း သေခြင်းတရားမှ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် တိုက်တွန်းချင်တာက.....

http://www.dhammadownload.com

မသေချင်ရင် အသက်ရှူပါ။ စိတ်ချမ်းသာချင်ရင် အသက်ရှူပါ။ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်မှုရချင်ရင် အသက်ရှူပါ။ လောကချမ်းသာကို အပြည့်ဝဆုံး ခံစားချင်ရင် အသက်ရှူပါ။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အနှိုင်းမဲ့ချမ်းသာကို ဒီဘဝမှာတင် အမြန်ဆုံး မျက်မှောက်ပြုချင်ရင် အသက်ရှူပါ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို မသိနားမလည်သူတွေက သမထကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ ထင်မှတ်စွပ်စွဲကြပါတယ်။ သူတို့ ထင်မှတ်စွပ်စွဲသလို မဟုတ်ပါဘူး။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ သမထ၊ ဝိပဿနာ စွယ်စုံရတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကြီးပါ။ သမထလို ရှုရင် သမထဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာလို ရှုရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေ လေကြောင်းနောက်ကို လိုက်ပြီး ပုံသဏ္ဌာန်မိတ်၊ အရိပ်အယောင်တွေကို ရှုနေရင် သမထဖြစ်ပါတယ်။ လေနောက်ကို မလိုက်ဘဲ နှာသီးဝ လေထိရာ တစ်နေရာတည်းကနေ ထိမှုသဘော၊ လှုပ်ရှားတွန်းကန်မှုသဘောကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလက္ခဏာရေးသုံးပါး ထင်ရှားလာအောင် ရှုနေရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

အာနာပါနဿတိသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က "အာနာပါနကို ရှုပွားရင် သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးလုံး ရှုပွားပြီးသား ဖြစ်တယ်။ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးရှုပွားရင် ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါးကိုလည်း ပွားများပြီးသား ဖြစ်တယ်။ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါးကို ပွားများရင် အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ဆိုက်ရောက်နိုင်တယ်" လို့ မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ရဟန္တာအထိဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သုတ္တန်တစ်ခုမှာဆိုရင် အာနာပါနရှုပွားတဲ့သူဟာ တစ်ထိုင်တည်းနဲ့တောင် ရဟန္တာဖြစ်နိုင်တယ်လို့ မိန့်ကြားတော်မူထားပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့ ဖြတ်လမ်း၊ နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့လမ်းတို့ လို့ ရှေးသူတော်ကောင်းတွေ မိန့်ဆိုတော်မူကြပါတယ်။ ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးကဆို အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို "သက်ဦးဆံပိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း" လို့တောင် တခမ်းတနား ချီးမွမ်းဂုဏ်တင်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်တိုင်းရဲ့ လက်သုံးကမ္မဋ္ဌာန်းကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားရှင်တိုင်း၊ ဘုရားရှင်တိုင်းဟာ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပဲ ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ် ရှုပွားရင်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်တော်မူကြပါတယ်။ တခြားကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်တဲ့ ဘုရားရယ်လို့ တစ်ဆူမှ မရှိပါဘူး။ ရှေးကလည်း ဘယ်တုန်းကမှ မရှိခဲ့ပါဘူး။ အခုလည်း လုံးဝ မရှိပါဘူး၊ နောင်လည်း ဘယ်တော့မှ ရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဒီအချက်ကိုက အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ဘယ်လောက် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်တယ်၊ ဘယ်လောက် ထိပ်တန်းအကျဆုံးဖြစ်တယ်ဆိုတာကို ဖော်ပြနေပါတယ်။

ဝင်လေပြန်မထွက်တော့တဲ့အချိန်၊ ထွက်လေပြန်မဝင်တော့တဲ့အချိန်ဟာ သေတဲ့အချိန်ပါပဲ။ ဒါ့ကြောင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အဆက်မပြတ် ရှင်သန်နေမှုမှာ ဝင်လေထွက်လေက အဓိက ပဓာနကျပါတယ်။

ဝင်သက် ထွက်သက် ဆိုတဲ့အတိုင်း ဘဝတစ်ခုရဲ့အသက်ဟာ ဝင်လေထွက်လေဖြစ်လို့ ဝင်လေ၊ ထွက်လေကို သတိကပ် ရှုမှတ်ရတဲ့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာလည်း ဝိပဿနာယောဂီတိုင်းရဲ့ "အသက်

http://www.dhammadownload.com

သွေးကြောကမ္မဋ္ဌာန်းကြီး" ဖြစ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ရုပ်နာမ်ရဲ့ သဘောသဘာဝတွေကို ပိုင်နိုင်သွားရင် ကျန်တဲ့ရုပ်နာမ်အားလုံးရဲ့ သဘောသဘာဝတွေကိုပါ ပိုင်နိုင်သွားတာမို့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို "အညာကိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်း" လို့လည်း ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

အိပ်ချိန်၊ နိုးချိန်၊ အချိန်တိုင်းမှာ ထင်ရှားနေတဲ့အတွက် ရှုမှတ်ရတာလည်းလွယ်ကူ၊ မရပ်မနားလည်း အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်နိုင်တာကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး အားထုတ်တာဟာ လူအများစုအတွက် အသင့်တော်ဆုံးပါပဲ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှာသီးဝ လေထိရာအရပ် သတိကပ်ရှုမှတ်တဲ့ ဝိပဿနာနည်းလမ်းနဲ့ အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် အားထုတ်နိုင်ပြီဆိုရင်တော့ သေခြင်းတရားမှ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်ပါပြီ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ရဟန္တာအထိ အမြန်ဆုံးဖြစ်စေနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းစစ်စစ်ဖြစ်တယ် ဆိုတာကို အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ပြီး ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ကြဖို့ အထူးတိုက်တွန်းလိုက်ပါရစေ။

နေ့စဉ်ဘဝရဲ့ လူမှုကိစ္စ၊ အိမ်မှုကိစ္စတွေကို လုပ်နေရင်းနဲ့လည်း အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်လို့ရပါတယ်။ အလုပ်လုပ်နေရင်းနဲ့ တစ်စက္ကန့်ရရင် တစ်စက္ကန့်၊ တစ်မိနစ်ရရင် တစ်မိနစ်၊ ငါးမိနစ်ရရင် ငါးမိနစ် ကြိုးကြားကြိုးကြား အားထုတ်သွားမယ်ဆိုရင် အလုပ်လုပ်ရတာလည်း မပင်ပန်း၊ စိတ်ချမ်းသာ၊ သမာဓိ ဉာဏ် ရင့်သွားတဲ့အခါမှာလည်း တရားထူးရနဲ့ အင်မတန် ဟန်ကျလှပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အချိန်လည်း မကုန်၊ လူလည်း မပန်း၊ ငွေလည်း မထွက်၊ အင်မတန် တွက်ခြေကိုက်တဲ့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းပါပဲ။ တစ်ချိန်တည်း အလုပ်နှစ်ခုပြီးပါတယ်။ ဝိပဿနာကုသိုလ်ကို အလွယ်တကူ ရယူနိုင်ပြီး မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို အလွယ်တကူ ဆိုက်ရောက်စေနိုင်တာဟာ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com

- နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဟာဘယ်တော့ဆိုဘယ်တော့မှ
ကုန်ပျောက်ပျက်စီးခြင်းမရှိ
အစဉ်ထာဝရတည်မြဲနေတယ်ဆိုတာကို
အသေအချာအလေးအနက်တွေးကြည့်ရင်
နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာလောက်လိုချင်စရာကောင်းတဲ့
ချမ်းသာလောကမှာမရှိတော့ပါဘူး။

- မိမိကိုယ်တိုင်ကသေရခြင်းသဘောရှိပါလျက်
ကုန်ပျက်ရခြင်းသဘောရှိပါလျက်
သေမယ့်သဘော၊ ကုန်ပျက်မယ့်သဘောကိုသာ
ရှာမိုးနေခဲ့မယ်ဆိုရင်အဲဒီရှာမိုးခြင်းဟာ
မမြတ်သောရှာမိုးခြင်း
နိမ့်ကျညံ့ဖျင်းသောရှာမိုးခြင်းဖြစ်ပါတယ်။
ဘာလို့လဲဆိုတော့
သေခြင်းတရားကမလွတ်မြောက်နိုင်လို့ပါပဲ။

- မိမိကိုယ်တိုင်ကသေရခြင်းသဘောရှိပေမယ့်
ကုန်ပျက်ရခြင်းသဘောရှိပေမယ့်
သေခြင်းကင်းတဲ့သဘော
ကုန်ပျက်ခြင်းကင်းတဲ့သဘောကို
ရှာမိုးနေခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့
အဲဒီရှာမိုးခြင်းကိုမြတ်သောရှာမိုးခြင်း
အထက်တန်းကျအဆင့်မြင့်သော
ရှာမိုးခြင်းလို့ခေါ်ဆိုနိုင်ပါတယ်။
ဘာလို့လဲဆိုတော့
သေခြင်းတရားကလွတ်မြောက်နိုင်လို့ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

မမှတ်ရင်မနေနိုင်တာကလွဲလို့

မသေခင်မှာ စိတ်ချမ်းသာစွာ နေသွားချင်တာဟာ လူသားတိုင်းရဲ့ ဆန္ဒပါ။ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့၊ တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် ပိုပိုပြီး စိတ်ချမ်းသာလာတဲ့ ဘဝမျိုးကို လူသားတိုင်း ပိုင်ဆိုင်ချင်ကြပါတယ်။

စိတ်ဆင်းရဲစရာမှန်သမျှ၊ စိတ်ပူလောင်စရာမှန်သမျှ လုံးဝကင်းရှင်းပြီး စိတ်ချမ်းသာမှု၊ စိတ်ငြိမ်းအေးမှု အတိုင်းတဲ့ဘဝမျိုးကို ဖန်တီးတည်ဆောက်ပေးနိုင်တဲ့နည်းလမ်း ရှိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ သတိပဋ္ဌာန်တရားနဲ့ ဘဝနေနည်းပါပဲ။

သတိပဋ္ဌာန်တရားနဲ့ နေရတာလောက် စိတ်ချမ်းသာစရာကောင်းတာ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ တခြားနည်းနဲ့ စိတ်ချမ်းသာရတာက အပြည့်အဝစိတ်ချမ်းသာမှု မရပါဘူး။ သတိပဋ္ဌာန်နည်းနဲ့ စိတ်ချမ်းသာရတာက အပြည့်အဝ စိတ်ချမ်းသာမှု ရပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သတိပဋ္ဌာန်တရားကြောင့်ရတဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုက ပူလောင်တင်း

http://www.dhammadownload.com

ကျပ်တဲ့ ငါအစွဲနဲ့ ငါ့ဥစ္စာအစွဲတွေ ကင်းရှင်းလွတ်မြောက်နေလို့ပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဝိပဿနာလမ်းစဉ်ဟာ သတိပြဋ္ဌာန်းပြီး၊ သတိဦးဆောင်ပြီး လုပ်ရတဲ့ အလုပ်ဖြစ်လို့ သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်တရားဟာ အလုပ်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ ကွရိယာပုထ်မရွေး၊ အချိန်မရွေး ကျင့်ကြံအားထုတ်လို့ ရပါတယ်။

ဝိပဿနာ ရှုရမယ့်တရား၊ ရှုပုံရှုနည်းနဲ့ ရှုရမယ့်အချိန်၊ နေရာတွေကို အတိုဆုံးနဲ့ အပြည့်စုံဆုံး ဖော်ပြနိုင်အောင် ခုလို ဆောင်ပုဒ်နှစ်ခု စီထားပါတယ်။

ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်၊ ဖြစ်တိုင်းဟန်၊ ဇကန်မှတ်သိမှု။
အလုပ်နေရာ၊ ကွရိယာ၊ ချိန်ခါမရွေးရှု။

"ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်" ဆိုတဲ့ စကားနဲ့ ဝိပဿနာရှုရမယ့် တရားကို ဖော်ပြပါတယ်။ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရား (ကိုယ်အမှုအရာနဲ့ စိတ်အမှုအရာ)ကို ဝိပဿနာရှုကြရပါမယ်။ ရုပ်ထင်ရှားရင် ရုပ်၊ နာမ်ထင်ရှားရင် နာမ်၊ အထင်ရှားဆုံးတစ်ခုကို ရှုကြရပါမယ်။

ရုပ်သက်သက်ပဲ ရှုမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ရုပ်ကိုချည်း မရှုရပါဘူး။ နာမ်သက်သက်ပဲ ရှုမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး နာမ်ကိုချည်း မရှုရပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ရုပ်သက်သက်ရှုရုံ၊ နာမ်သက်သက်ရှုရုံနဲ့ တရားမရနိုင်၊ မဂ်မကျနိုင်လို့ပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ ရုပ်နှစ်ခုသုံးခု၊ နာမ်နှစ်ခုသုံးခု စသည်တို့ကို တစ်ပြိုင်နက်၊ တစ်ပေါင်းတည်း ရှုဖို့တော့ မလိုပါဘူး။ ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်နာမ် တစ်ခုခုကို ရှုမှတ်ပြီးသိရင် တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို ရှုခြင်း

http://www.dhammadownload.com

ကိစ္စ၊ သိခြင်းကိစ္စလည်း အလိုလို ပြီးစီးသွားပါတယ်။

ရှုတဲ့ရုပ်နာမ်ကလည်း ဖြစ်ပြီးတဲ့ အတိတ်ရုပ်နာမ်၊ မဖြစ်သေးတဲ့ အနာဂတ်ရုပ်နာမ် မဟုတ်ရပါဘူး။ "ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်" ဆိုတဲ့အတိုင်း လောလောဆယ်ဖြစ်နေဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ်ကိုသာ ရှုရပါမယ်။

အတိတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း ဖြစ်ပြီးသွားလို့ မရှိတော့ပါဘူး။ အနာဂတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း မဖြစ်သေးလို့ မရှိသေးပါဘူး။ မရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်ကို ရှုနေလို့ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

"ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ" ဆိုတဲ့အတိုင်း လောလောဆယ် ထင်ရှားရှိနေဆဲ ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ်ကို ရှုမှသာ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

"ဖြစ်တိုင်းဟန်" ဆိုတဲ့စကားနဲ့ ဝိပဿနာရှုပုံရှုနည်းကို ဖော်ပြပါတယ်။

ဝိပဿနာ ရှုတယ်ဆိုတာ ပါဠိစကားလုံးတွေ၊ အဘိဓမ္မာစကားလုံးတွေ၊ စိတ်စေတသိက်သရုပ်တွေကို အထူးအထွေ ကျက်မှတ်ပြီး အဲဒီအတိုင်း လိုက်ရှုနေရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို ကျက်မှတ်ပြီး ရှုနေရင် သုတမယဉာဏ် (တစ်ဆင့်ကြားအသိ)၊ စိန္တာမယဉာဏ် (ကြံတွေးအသိ)ပဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဘာဝနာမယဉာဏ် (ကိုယ်တွေ့အသိ၊ မျက်မှောက်အသိ) မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

လောလောဆယ် ဖြစ်နေတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ(ရုပ်)၊ စိတ်အမူအရာ (နာမ်)ကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်းလေး ရိုးရိုးရှင်းရှင်း ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဥပမာ၊ ကိုယ်အမူအရာ(ရုပ်)အနေနဲ့ သွားရင် 'သွားတယ်'၊

http://www.dhammadownload.com

ရပ်ရင် 'ရပ်တယ်'၊ ထိုင်ရင် 'ထိုင်တယ်'၊ လျောင်းရင် 'လျောင်းတယ်' ကွေးရင် 'ကွေးတယ်၊ ဆန့်ရင် 'ဆန့်တယ်'လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ "ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိ" စသည်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား တိုက်ရိုက် ဟောကြားထားတဲ့ ရှုမှတ်နည်းပါပဲ။

စိတ်အမှုအရာ(နာမ်)အနေနဲ့ လိုချင်ရင် 'လိုချင်တယ်'၊ တပ်မက်ရင် 'တပ်မက်တယ်'၊ စိတ်ဆိုးရင် 'စိတ်ဆိုးတယ်'၊ တွေးရင် 'တွေးတယ်'၊ ပျင်းရင် 'ပျင်းတယ်' လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ "သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ " စသည်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား တိုက်ရိုက်ဟောကြားထားတဲ့ ရှုမှတ်နည်းပါပဲ။

နေ့စဉ်သုံးစွဲနေကျ၊ အမြဲခေါ်ဝေါ်နေကျ စကားလုံးအတိုင်း ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဆောင်ပုဒ်ထဲမှာပါတဲ့ "အလုပ်"ဆိုတာ အလုပ်မရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားဟာ အလုပ်မရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်အလုပ်လုပ်နေရလို့ ဝိပဿနာ မရှုနိုင် ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

ချက်ပြုတ်တဲ့ စားသောက်တဲ့အလုပ်၊ ဖွပ်လျှော်တဲ့ ဝတ်ဆင်တဲ့ အလုပ်၊ ပြောဆိုတဲ့ နားထောင်တဲ့အလုပ်၊ ဈေးရောင်းတဲ့ ကားမောင်း တဲ့အလုပ်၊ ကိုင်တွယ်တဲ့ ထုနှက်တဲ့အလုပ်၊ ဘာအလုပ်ပဲ လုပ်လုပ် သတိထည့်ပြီးလုပ်ရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

သတိထည့်ပုံကလည်း မခက်ပါဘူး။ "ဖြစ်တိုင်းဟန်"ဆိုတဲ့ အတိုင်း ကိုယ်လုပ်နေတဲ့ အလုပ်ကို လုပ်နေတဲ့အတိုင်းလေး မှတ်လိုက်၊

http://www.dhammadownload.com

သိလိုက်ဖို့ပါပဲ။ ဥပမာ – ထမင်းလုတ်ဝါးရင် 'ဝါးတယ်'၊ ရေသောက်ရင် 'သောက်တယ်'၊ လုံချည်ပြင်ဝတ်ရင် 'ဝတ်တယ်' စသည်ဖြင့်ပေါ့။

"နေရာ" ဆိုတာက နေရာမရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာတရားဟာ နေရာမရွေး ရှုမှတ်လို့ ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်နေရာရောက်နေလို့ ဝိပဿနာမရှုနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

ဘတ်စ်ကားပေါ်မှာ၊ လမ်းဘေးပလက်ဖောင်းပေါ်မှာ၊ ရုံးခန်းထဲမှာ၊ ဈေးထဲမှာ၊ ဧည့်ခံပွဲပရိသတ်ထဲမှာ၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာ၊ ရေချိုးခန်းထဲမှာ၊ နောက်ဆုံး အိမ်သာထဲမှာ ဘယ်နေရာမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် သတိထည့်ပြီးနေရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားဆိုတာ ဘုရားခန်းလို တင့်တယ်တဲ့နေရာမျိုးမှာမှ ရှုမှတ်လို့ ရတာမဟုတ်ပါဘူး။ အိမ်သာလို မတင့်တယ်တဲ့၊ ညစ်ပတ်နံစော်တဲ့နေရာမျိုးမှာလည်း ရှုမှတ်လို့ ရပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင် " ဥစ္စာရပဿာဝကမ္မေ သမ္မာနကာရီ ဟောတိ = ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရင်းလည်း သတိ၊ ပညာနဲ့ စွန့်ပါ" လို့ တိုက်ရိုက်ဟောတော်မူထားပြီးသားပါ။

အိမ်သာတက်တတ်ရင် အိမ်သာတက်ရင်း ကုသိုလ်ရပါတယ်။ စွန့်ချင်ရင် 'စွန့်ချင်တယ်'၊ စွန့်ရင် 'စွန့်တယ်'၊ နံရင် 'နံတယ်'၊ ဗိုက်နာရင် 'နာတယ်' လို့ မှတ်နေ၊ သိနေရုံပါပဲ။

လွယ်သလောက်ခရီးရောက်တာ သတိပဋ္ဌာန်ပါ။ ယူတတ်ရင် ကုသိုလ်က နေရာတိုင်းမှာ ရနိုင်ပါတယ်။ အိမ်သာတက်ရင်းနဲ့တောင်

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာကုသိုလ်ယူနိုင်တယ်ဆိုမှတော့ တခြားနေရာဆို မပြောနဲ့တော့။

"ကြရိယာ"ဆိုတာက ကြရိယာပုထိုမရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားဟာ ကြရိယာပုထိုမရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်ကြရိယာပုထိုဖြစ်နေလို့ ဝိပဿနာ မရှုနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်းလို့ ကြရိယာပုထိုလေးပါးရှိတယ်ဆိုတော့ သွားရင်'သွားတယ်'၊ ရပ်ရင်'ရပ်တယ်'၊ ထိုင်ရင်'ထိုင်တယ်'၊ လျောင်းရင်'လျောင်းတယ်'လို့ ရှုမှတ်နေရုံပါပဲ။ လွယ်လိုက်တာမပြောပါနဲ့တော့။ ခွဲပေးတဲ့ ထမင်းလုတ် ဝါးရတာလောက်တောင် မခက်ပါဘူး။

"ချိန်ခါမရွေးရှု" ဆိုတာကတော့ ရှင်းပါတယ်။ အချိန်မရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာတရားဟာ အချိန်မရွေး ရှုမှတ်လို့ ရတဲ့တရားပါ။ ဘယ်အချိန်ဖြစ်နေလို့ ဝိပဿနာ မရှုနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။ မနက်အိပ်ရာနိုးတဲ့ အချိန်ကစပြီး ည အိပ်ရာဝင် အိပ်ပျော်သွားတဲ့အထိ အချိန်တိုင်းမှာ သတိကပ်ထားရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

အိပ်ရာနိုးတဲ့အချိန်မှာ 'နိုးတယ်'လို့ ရှုမှတ်ပြီး တစ်နေ့တာ အချိန်ကို စတင်လိုက်ပါ။

အဲဒီနောက်....တစ်နေ့တာလုံး မြင်တဲ့အချိန်မှာ'မြင်တယ်'၊ ကြားတဲ့အချိန်မှာ 'ကြားတယ်'၊ နံတဲ့အချိန်မှာ 'နံတယ်'၊ မွှေးတဲ့အချိန်မှာ'မွှေးတယ်'၊ စားတဲ့အချိန်မှာ'စားတယ်'၊ ထိတဲ့အချိန်မှာ 'ထိတယ်'၊

http://www.dhammadownload.com

သိတဲ့အချိန်မှာ 'သိတယ်' လို့ ရှုမှတ်ပြီး တစ်နေ့တာအချိန်တွေကို ဖြတ်သန်းလွန်မြောက်ပါ။

ညအိပ်ရာဝင်တဲ့အချိန်ကျတော့ 'အိပ်တယ်'လို့ ရှုမှတ်ရင်း တစ်နေ့တာအချိန်ကို အဆုံးသတ်လိုက်ပါ။

ဘဝတစ်နေ့တာ အချိန်လေးတွေမှာ ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ်၊ အမှတ်ကလေးနဲ့ လုပ်နေရတာ အင်မတန် စိတ်ချမ်းသာပါတယ်။

"အမှတ်"ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကိုယ်အမူအရာတွေကို မှတ်တာရော၊ စိတ်အခြေအနေတွေကို မှတ်တာရော ပါဝင်ပါတယ်။

အမှတ်မပါဘဲ လုပ်နေရင် လူက အလုပ်ကို လုပ်နေပေမယ့် စိတ်က အတိတ်၊ အနာဂတ်ကို ပုံ့လွင့်ပြေးလွှားနေတတ်ပါတယ်။ အတိတ်အကြောင်း၊ အနာဂတ်အကြောင်းတွေ တွေးတောရင်း အလုပ်လုပ်နေရတာ အင်မတန် စိတ်ပင်ပန်းပါတယ်။ အလုပ်လဲ မသေသပ်၊ မတွင်ကျယ်ပါဘူး။

နောက်ပြီးတော့ အမှတ်မပါဘဲ အလုပ်လုပ်နေရင် လုပ်နေသူကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း "ငါ" လို့ စွဲနေတတ်ပါတယ်။ လုပ်နေတဲ့အလုပ်၊ အလုပ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့အာရုံ၊ အလုပ်လုပ်နေရင်း ကြုံတွေ့တဲ့ အာရုံတွေကိုလဲ "ငါ့ဥစ္စာ"လို့ စွဲနေတတ်ပါတယ်။

ငါအစွဲနဲ့၊ ငါ့ဥစ္စာအစွဲဟာ လူ့စိတ်ကို ပင်ပန်းနွမ်းနယ်စေပါတယ်။ ပူလောင်ဆင်းရဲစေပါတယ်။ ငြိမ်းအေးချမ်းသာမှုနဲ့ ဝေးသထက်ဝေးစေပါတယ်။

ဘာပဲလုပ်လုပ် အမှတ်ကလေးနဲ့ လုပ်နေရင်တော့ စိတ်ဟာ

http://www.dhammadownload.com

ပစ္စုပ္ပန်တည့်သွားပြီး ငါဆိုတဲ့အစွဲလည်း ကင်း၊ ငါ့ဥစ္စာဆိုတဲ့အစွဲလည်း ကင်းသွားပါတယ်။ သဘောသက်သက်မျှသာ ရှိပါလား၊ လုပ်ချင်တဲ့စိတ်နဲ့ လုပ်နေတဲ့အမူအရာမျှသာ ရှိပါလား၊ သိစရာသဘောနဲ့ သိတတ်တဲ့ သဘောမျှသာ ရှိပါလား ....ဆိုတဲ့အသိနဲ့ အင်မတန် စိတ်ချမ်းသာရပါတယ်။ အင်မတန် စိတ်အေးချမ်းရပါတယ်။ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှု၊ ပူလောင်ဆင်းရဲမှု ဆိုတာလည်း မရှိတော့ပါဘူး။

တချို့က မှတ်နေစရာမလိုဘူး၊ သိနေရင်ပြီးတာပဲလို့ ပြောကြပါတယ်။ အဲဒီစကားဟာ မလုပ်ချင်လို့ပြောတဲ့စကား၊ လူပျင်းတွေရဲ့ ဆင်ခြေစကားမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

မမှတ်ဘဲ သိနေတဲ့အသိဟာ သာမန်လူတွေရဲ့အသိ၊ တိရစ္ဆာန်အပါအဝင် သတ္တဝါအားလုံးရဲ့အသိပါ။ တရားအားထုတ်နေသူရဲ့အသိ၊ ဝိပဿနာယောဂီရဲ့အသိ မဟုတ်ပါဘူး။

အားထုတ်မှု ရင့်ကျက်သွားရင်တော့ အမှတ်ကိုလွတ်ထားပြီး သိနေရုံနဲ့ ပြီးနိုင်ပါတယ်။ ဒါတောင် တစ်ချက်တစ်ချက် ကြိုးကြား ကြိုးကြား အမှတ်လိုက်ပေးရပါသေးတယ်။ အမှတ်နဲ့ထိန်းပေးထားမှ အသိက ခိုင်မြဲပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် လိုရင်းပြောချင်တာကတော့ အချိန်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာချင်ရင် အချိန်တိုင်း အမှတ်နဲ့နေပါ။ အလုပ်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာချင်ရင် အလုပ်တိုင်း အမှတ်နဲ့လုပ်ပါ။

အမှတ်နဲ့နေရခြင်း၊ အမှတ်နဲ့လုပ်ရခြင်းရဲ့ အရသာကို ကိုယ်တွေ့မျက်မှောက် သိသွားပြီဆိုရင် မမှတ်ဘဲ နေနိုင်မှာ မဟုတ်တော့ပါ

http://www.dhammadownload.com

ဘူး။ မမှတ်ဘဲ လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ "မမှတ်ရင် မနေနိုင်တာကလွဲလို့" ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

လူတစ်ယောက်ဟာ "မမှတ်ရင် မနေနိုင်တာကလွဲလို့" လို့ အချိန်မရွေး ပြောနိုင်တဲ့အဆင့်အထိ အမှတ်သတိရဲ့အရသာကို ခံစားရပြီဆိုရင် အဲဒီလူရဲ့ဘဝကို လူဖြစ်ကျိုးနပ်တဲ့ဘဝလို့ ကျိန်းသေ ပြောနိုင်ပါပြီ။ မမှတ်ရင်မနေနိုင်သူတွေ ဖြစ်ကြပါစေ။ အမှတ်သတိနဲ့ အမြဲနေနိုင်ကြပါစေ။



http://www.dhammadownload.com

- အာနာပါန္ရပ္ကြားတဲ့သူဟာ
  တစ်ထိုင်တည်းနဲ့တောင်
  ရဟန္တာဖြစ်နိုင်တယ်လို့
  မိန့်ကြားတော်မူထားပါတယ်။
  ဒါ့ကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို
  နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့ဖြတ်လမ်း
  နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့လမ်းတိုလို့
  ရှေးသူဟောင်းတွေမိန့်ဆိုတော်မူကြပါတယ်။

- ဝင်သက်ထွက်သက်ဆိုတဲ့အတိုင်း
  ဘဝတစ်ခုရဲ့အသက်ဟာ
  ဝင်လေထွက်လေဖြစ်လို့
  ဝင်လေထွက်လေကိုသတိကပ်ရှုမှတ်ရတဲ့
  အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာလည်း
  ဝိပဿနာယောဂီတိုင်းရဲ့
  အသက်သွေးကြောကမ္မဋ္ဌာန်းကြီးဖြစ်ပါတယ်။

- အိပ်ချိန်၊ နိုးချိန်၊ အချိန်တိုင်းမှာ
  ထင်ရှားနေတဲ့အတွက်
  ရှုမှတ်ရတာလည်းလွယ်ကူ
  မရပ်မနားလည်းအဆက်မပြတ်
  ရှုမှတ်နိုင်တာကြောင့်
  အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို
  ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ်
  သတ်မှတ်ပြီးအားထုတ်တာဟာ
  လူအများစုအတွက်အသင့်တော်ဆုံးပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဘဝဆိုတာဆီးနှင်းတစ်ပေါက်

အပ္ပမာယု မနုဿာနံ၊
ဟီဠေယျ နံ သုပေါဂိသော။
စရေယျာဒိတ္တသီသော၀၊
နတ္ထိ မစ္စုဿ နာဂမော။

လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန်တိုတောင်းတယ်။ လူသားတွေရဲ့အသက် တိုတောင်းတဲ့အကြောင်းကို ပိုပြီးတော့ လေးနက်အောင်ဆိုပြီး မြတ်စွာဘုရားက "အရက" ဆရာကြီးရဲ့ အဆုံးအမကို နမူနာပြပြီးတော့ ဆုံးမခဲ့တယ်။

တစ်ခါတုန်းက အရကလို့ခေါ်တဲ့ ဆရာကြီးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ သူက မိမိရဲ့ တပည့် ရာပေါင်းများစွာကို မကြာခဏ အခုလို ဆုံးမလေ့ရှိတယ်။

"တပည့်တို့၊ လူတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန် တိုတောင်း

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ အသက်ရှင်သန်နေရပြန်တော့လည်း အင်မတန် ပင်ပန်းဆင်းရဲတယ်။ ဒါကို ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ မသေခင်အချိန်ကာလလေး အတွင်းမှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကိုပြုပါ၊ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်ပါ" လို့ အဲဒီလို မကြာခဏ ဆုံးမလေ့ရှိပါတယ်။

လူ့သက်တမ်းတိုတဲ့အကြောင်းကိုလည်း ဥပမာခုနစ်မျိုးနဲ့ ဆုံးမလေ့ရှိတယ်။ (၁) ဆီးနှင်း (၂) ရေပွက် (၃) ရေပေါ်မျဉ်း (၄) တောင်ကျမြစ် (၅) တံတွေး (၆) အသားတစ် (၇) သားသတ်နွား၊ အဲဒီ ဥပမာခုနစ်မျိုးနဲ့ လူ့သက်တမ်း တိုတောင်းလှတဲ့အကြောင်းကို ပေါ်လွင်အောင် ရှင်းပြလေ့ရှိတယ်။

လူသားတွေရဲ့ အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ ဆီးနှင်းပေါက်နဲ့ တူတယ်။

မြက်ဖျားပေါ်မှာတင်နေတဲ့ ဆီးနှင်းပေါက်လေးတစ်ခုဟာ ကြာရှည်စွာ တည်တဲ့ခြင်းမရှိဘူး၊ နေရောင်ခြည် ထွက်ပေါ်လာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

ဆီးနှင်းတစ်ပေါက်ရဲ့ သက်တမ်း၊ ဆီးနှင်းတစ်ပေါက်ရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ ဆီးနှင်းတစ်ပေါက်ရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့ အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ ရေပွက်ကလေးနဲ့လည်း တူတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မြေပြင်ပေါ်မှာ မိုးရွာချလိုက်တဲ့အခါ မြေပြင်ပေါ်က အောက်ခံမိုးရေပြင်ပေါ်မှာ မိုးရေထိမှန်တဲ့နေရာတိုင်း ရေပွက်ကလေးတွေထလာတယ်။ အဲဒီရေပွက်ကလေးတွေဟာ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်းမရှိဘူး။ မိုးရေထိမှန်လို့ ရေပွက်ထပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

ရေပွက်တစ်ခုရဲ့ သက်တမ်း၊ ရေပွက်တစ်ခုရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန်တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာ အင်မတန်တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ ရေပွက်တစ်ခုရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ ရေပေါ်မှာ တုတ်နဲ့ရေးထားတဲ့ အရေးအကြောင်း၊ မျဉ်းကြောင်းနဲ့လည်းတူတယ်။

ရေပေါ်မှာ တုတ်ချောင်းလေးတစ်ချောင်းနဲ့ မျဉ်းကြောင်းလေးတစ်ခု ရေးလိုက်မယ်၊ ဒါမှမဟုတ်၊ စာလုံးလေးတစ်လုံး ရေးလိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီမျဉ်းကြောင်း၊ အဲဒီစာလုံးဟာ ကြာမြင့်စွာ တည်တံ့ခြင်းမရှိဘူး။ ရှေ့ကရေး နောက်ကပျောက်၊ ရှေ့ကရေး နောက်ကပျောက်နဲ့ ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

ရေပေါ်မျဉ်းတစ်ကြောင်းရဲ့ သက်တမ်း၊ ရေပေါ်မျဉ်းတစ်ကြောင်းရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန်တိုတောင်းတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့ အသက်ဟာလည်း အင်မတန်တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး၊ ရေပေါ်မျဉ်းတစ်ကြောင်းရဲ့သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ တောင်ပေါ်က စီးဆင်းလာတဲ့ မြစ်ရေနဲ့လည်း တူတယ်။

တောင်ပေါ်ကနေ အရှိန်အဟုန်ပြင်းစွာနဲ့စီးဆင်းလာတဲ့ ရေဟာ နောက်ကို ဘယ်တော့မှ မပြန်ဘဲ ရှေ့ကိုသာ တောက်လျှောက် စီးဆင်းသွားတယ်။

တောင်ပေါ်ကနေ အရှိန်အဟုန်ပြင်းပြင်းနဲ့ စီးဆင်းလာရတဲ့ အတွက်ကြောင့် တောင်ကျမြစ်ရေဟာ နေရာတစ်နေရာမှာ အချိန်ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်းမရှိဘူး။ မြစ်ရေ ထိုဖြတ်ပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ စီးဆင်းကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

တောင်ကျမြစ်ရေရဲ့သက်တမ်း၊ တောင်ကျမြစ်ရေရဲ့ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန်တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့ အသက်ဟာလည်း အင်မတန်တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ တောင်ကျမြစ်တစ်စင်းရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ တံတွေးပေါက်နဲ့လည်း တူတယ်။

လူတစ်ယောက် တံတွေးထွေးတော့မယ်ဆိုရင် ခံတွင်းထဲမှာရှိတဲ့ တံတွေးတွေကို လျှာဖျားမှာ အရင် စုလိုက်တယ်။ စုပြီးတော့မှ

http://www.dhammadownload.com

ထွေးလိုက်တယ်။ တံတွေးတွေကို လျှာဖျားမှာ စုလိုက်တဲ့အချိန်၊ လျှာဖျားမှာ စုပြီးသားတံတွေးကို ထွေးလိုက်တဲ့အချိန်ဟာ ဘာမှ မကြာဘူး။

ထွေးဖို့ရည်ရွယ်ပြီး လျှာဖျားမှာ စုထားလိုက်တဲ့ တံတွေးဟာ အပြင်ဖက်ကို မထွေးစွန့်ခင် လျှာဖျားပေါ်မှာ ကြာရှည်စွာ တည်တဲ့ခြင်းမရှိဘူး။ ပျစ်ခနဲ ထွေးလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

လျှာဖျားပေါ်က တံတွေးပေါက်ရဲ့ သက်တမ်း၊ လျှာဖျားပေါ်က တံတွေးပေါက်ရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာလည်း အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ တံတွေးတစ်ပေါက်ရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့ အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ အသားတစ်နဲ့လည်း တူတယ်။

တစ်နေ့လုံး အပူပေးထားတဲ့ သံအိုးကင်းကြီးထဲကို အသားတုံးလေးတစ်တုံး ပစ်ချလိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီအသားတုံးကလေးဟာ ရှဲကနဲ မြည်ပြီးတော့ ချက်ချင်းပဲ လောင်ကျွမ်းကြေမွသွားရတယ်။

သံပူအိုးကင်းထဲ ထည့်လိုက်တဲ့ အသားတုံးဟာ သံပူအိုးထဲမှာ ကြာရှည်စွာ တည်တဲ့ခြင်းမရှိဘူး။ ထည့်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ လောင်ကျွမ်းတူးခြစ်ပြီးတော့ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သံပူအိုးကင်းထဲက အသားတစ်တစ်ခုရဲ့ သက်တမ်း၊ သံပူအိုးကင်းထဲက အသားတစ်တစ်ခုရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာလည်း အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှ မကြာပါဘူး။ သံပူအိုးကင်းထဲက သားတစ်တစ်ခုရဲ့ သက်တမ်းလို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

လူသားတွေရဲ့အသက်၊ လူသားတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ အသတ်ခံရမယ့် နွားနဲ့လည်း တူတယ်။

သားသတ်ရုံမှာ သတ်ဖို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ နွားတစ်ကောင်ကို သားသတ်ရုံရှိရာ ခေါ်သွားမယ်ဆိုရင် အဲဒီနွားရဲ့ခြေလှမ်းတိုင်း၊ ခြေလှမ်းတိုင်းဟာ သားသတ်ရုံနဲ့ နီးလာတယ်။ သေခြင်းတရားနဲ့ နီးလာတယ်။ အသတ်ခံရဖို့၊ သေရဖို့နဲ့ နီးနီးလာတယ်။

သားသတ်ရုံဘက် ဦးတည်လျှောက်လှမ်းနေတဲ့ နွားဟာ နွားဘဝမှာ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်း မရှိဘူး။ သားသတ်ရုံရောက်လို့ အသတ်ခံရတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ချက်ချင်းပဲ ကွယ်ပျောက်သွားရတယ်။

သားသတ်ရုံ သွားနေတဲ့ နွားတစ်ကောင်ရဲ့ သက်တမ်း၊ သားသတ်ရုံ သွားနေတဲ့ နွားတစ်ကောင်ရဲ့ ဖြစ်တည်ရှင်သန်ခွင့်ဟာ အချိန်ကာလ အင်မတန် တိုတောင်းတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာလည်း အင်မတန် တိုတောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှမကြာပါဘူး။ သားသတ်ရုံသွားနေ

http://www.dhammadownload.com

တဲ့ နွားတစ်ကောင်လို ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

အဲဒီလို ဥပမာခုနစ်မျိုးနဲ့ လူ့သက်တမ်းတိုတောင်းတဲ့ အကြောင်း ပြောပြီးတော့ "တပည့်တို့ ....၊ အဲဒီလို လူသက်တမ်းတိုတဲ့ အကြောင်းကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုကြပါ၊ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်ကြပါ"လို့ အရဂကဆရာကြီးက ဆုံးမတယ်။

အမှန်ကတော့ အဲဒီအဆုံးအမကို မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဆုံးမချင်တာပါပဲ။ သို့သော်လည်း တိုက်ရိုက်မဆုံးမဘဲ အရဂကဆရာကြီး ဆုံးမခဲ့တာကို နမူနာပေးပြီး ဆုံးမတာဟာ ဘာရည်ရွယ်ချက်လဲဆိုရင် မိမိရဲ့အဆုံးအမကို ပိုပြီး လေးနက်စေချင်လို့ပါ။

ဘယ်လိုလေးနက်သွားသလဲဆိုတော့ ....

လူ့သက်တမ်းတိုလှပါတယ်လို့ ဆုံးမခဲ့တဲ့ အရဂကဆရာကြီးတို့ ခေတ်တုန်းက လူ့သက်တမ်းဟာ ဘယ်လောက်ရှည်သလဲဆိုရင် အနှစ်ခြောက်သောင်းရှည်တယ်။ ဒီကနေ့ခေတ် သက်တမ်းနဲ့ ကြည့်လိုက်ရင်တော့ အနှစ်ခြောက်သောင်းဆိုတာ အသက်တမ်းရှည်လိုက်တာ၊ ကုန်ခဲလိုက်တာလို့ ထင်စရာကြီးပါ။

အဲဒီလောက်သက်တမ်းရှည်တဲ့ခေတ်မှာတောင်မှ လူ့သက်တမ်းဟာ တိုလိုက်တာလို့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းများ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုခဲ့ကြသေးတယ်ဆိုရင် ....

ချစ်သားတို့ ချစ်သမီးတို့၊ ဒီကနေ့ခေတ် လူ့သက်တမ်းမှာ လူ့သက်တမ်းတိုလိုက်တာလို့ ပိုပြီးတော့ ဆင်ခြင်သင့်တာပေါ့၊ ဆင်ခြင်

http://www.dhammadownload.com

ပြီးတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပိုပြီးတော့ ပြုသင့်တာပေါ့။

အသက်ရှင်နေရပြန်တော့လည်း ချမ်းချမ်းသာသာ သက်သက်သာသာနဲ့ ရှင်ရသလားဆိုတော့ ဗဟုဒုက္ခ ဗဟုပါယာသံ၊ ဆင်းရဲခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်းကသာ များတယ်။

"လူသက်တမ်းက တိုလိုက်တာ။ အသက်ရှင်နေရပြန်တော့လည်း ဆင်းရဲခြင်းတွေကသာ များလိုက်တာ၊ ပင်ပန်းခြင်းတွေကသာ များလိုက်တာ" လို့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းများ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခဲ့ကြပါတယ်။

အသက်ရှင်ရတာ ပင်ပန်းဆင်းရဲလိုက်တာလို့ ပြောခဲ့တဲ့ အရကဆရာကြီးတို့ရဲ့ ခေတ်တုန်းက အနာရောဂါဆိုလို့ ဘာပဲရှိသလဲ ဆိုရင် ဆဋ္ဌေဝ အာဗာဓာ အဟေသုံ။ ရောဂါခြောက်မျိုးပဲရှိတယ်။

သီတံ၊ ဥဏှံ၊ ဇိဃစ္ဆာ၊ ပိပါသာ၊ ဥစ္စာရော၊ ပဿာဝေါ။

(၁) သီတံ – အေးတာ ရောဂါ၊ (၂) ဥဏှံ – ပူတာ ရောဂါ၊ (၃) ဇိဃစ္ဆာ – ထမင်းဆာတာ ရောဂါ၊ (၄) ပိပါသာ – ရေငတ်တာ ရောဂါ၊ (၅) ဥစ္စာရော – ကျင်ကြီးစွန့်ချင်တာ ရောဂါ၊ (၆) ပဿာဝေါ – ကျင်ငယ်စွန့်ချင်တာ ရောဂါ။

ဒီကနေ့ခေတ်အနေနဲ့ ကြည့်လိုက်ရင်တော့ အဲဒီရောဂါခြောက်မျိုးဟာ ရောဂါလို့တောင် သတ်မှတ်စရာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာမှ မပြောပလောက်တဲ့ သဘောတရား ခြောက်မျိုးကိုတောင်မှ အနာရောဂါလို့ သတ်မှတ်ပြီးတော့ အသက်ရှင်ရတာ ပင်ပန်းဆင်းရဲလိုက်တာလို့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခဲ့သေးတယ်ဆိုရင် ....

http://www.dhammadownload.com

ဒီကနေ့ခေတ် အနာရောဂါတွေ ထူပြောလှတဲ့ခေတ်၊ စားဝတ်နေရေး ကျန်းမာရေးအတွက် ပင်ပင်ပန်းပန်း ရုန်းကန်လှုပ်ရှားရတဲ့ခေတ်မှာ အသက်ရှင်သန်နေရတာ ပင်ပန်းဆင်းရဲလိုက်တာလို့ ပိုပြီးတော့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းသင့်ကြတာပေါ့။

အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာရှိတဲ့ သူ့ောက်ကောင်း ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အသက်ကို ကဲ့ရဲ့ရွံတ်ချကြရပါမယ်။ "အသက်ကို ကဲ့ရဲ့ရွံတ်ချရမယ်" ဆိုတာ "လူ့သက်တမ်းဟာ တိုတောင်းလိုက်တာ၊ အင်မတန် ကုန်လွယ်လိုက်တာ လို့ ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ရမယ်" လို့ဆိုလိုတာပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com

သတိပဋ္ဌာန်တရားနဲ့နေရတာလောက်
စိတ်ချမ်းသာစရာကောင်းတာ
လောကမှာမရှိတော့ပါဘူး။
တခြားနည်းနဲ့စိတ်ချမ်းသာရတာက
အပြည့်အဝစိတ်ချမ်းသာမှုမရပါဘူး။
သတိပဋ္ဌာန်နည်းနဲ့စိတ်ချမ်းသာရတာက
အပြည့်အဝစိတ်ချမ်းသာမှုရပါတယ်။
ဘာလို့လဲဆိုတော့
သတိပဋ္ဌာန်တရားကြောင့်ရတဲ့စိတ်ချမ်းသာမှုက
ပူလောင်တင်းကျပ်တဲ့ငါအစွဲနဲ့ငဲ့ဥစ္စာအစွဲတွေ
ကင်းရှင်းလွတ်မြောက်နေလို့ပါပဲ။

ရုပ်သက်သက်ပဲရှုမယ်လို့နှလုံးသွင်းပြီး
ရုပ်ကိုချည်းမရှုရပါဘူး။
နာမ်သက်သက်ပဲရှုမယ်လို့နှလုံးသွင်းပြီး
နာမ်ကိုချည်းမရှုရပါဘူး။
ဘာလို့လဲဆိုတော့
ရုပ်သက်သက်ရှုရုံ၊ နာမ်သက်သက်ရှုရုံနဲ့
တရားမရနိုင်၊ မဂ်မကျနိုင်လို့ပါပဲ။
ဒါပေမဲ့ရုပ်နှစ်ခုသုံးခု၊ နာမ်နှစ်ခုသုံးခု
စသည်တို့ကိုတစ်ပြိုင်နက်တစ်ပေါင်းတည်း
ရှုဖို့တော့မလိုပါဘူး။ ထင်ရှားတဲ့
ရုပ်နာမ်တစ်ခုခုကိုရှုမှတ်ပြီးသိရင်
တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ်တဲ့ရုပ်နာမ်တွေကို
ရှုခြင်းကိစ္စ၊ သိခြင်းကိစ္စလည်း
အလိုလိုပြီးစီးသွားပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘဝဆိုတာမျိုပွင့်တစ်ခု

မွေးဖွားလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ရဲ့ မသေရခြင်းဆိုတာ မရှိပါဘူး။ မွေးဖွားလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်ရင်တော့ မုချသေရမှာပဲ၊ မသေဘူးဆိုတာ မရှိဘူး။

သေခြင်းတရား ရောက်မလာမယ့်အချိန်ဆိုတာ မရှိဘူး။အချိန်မရွေး သေခြင်းတရားက ရောက်လာနိုင်တယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ အချိန်မရွေး သေဆုံးသွားနိုင်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ လူ့ရဲ့ခန္ဓာမှာ သေခြင်းတရားက အမြဲတမ်း ကပ်ပြီးတော့ လိုက်ပါလာလို့ပါပဲ။

လူသားတွေ မွေးဖွားလာတဲ့အခါမှာ လက်ချည်းဗလာပဲ၊ ဘာမှ အဖော်မပါဘူးလို့ ဆိုကြပေမယ့် မျက်စိနဲ့ မြင်ရတဲ့အဖော်သာ မပါတာပါ၊ မျက်စိနဲ့ မမြင်ရတဲ့ "သေခြင်းတရား" တည်းဟူသော အဖော်ကတော့ လူတိုင်းမှာ ပါလာကြတယ်။

အဲဒီအဖော်ကလည်း အဖော်ကောင်းမဟုတ်ဘူး၊ အဖော်ဆိုး။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ကို ဘယ်အချိန် သတ်ဖြတ်ရမလဲလို့ အမြဲတမ်း အကွက်ချောင်းနေတဲ့ အဖော်ဆိုးပဲ။

လက်ထဲမှာ သံလျက်ကိုင်ထားတဲ့ လူသတ်သမားဟာ မိမိသတ်ရမယ့်လူရဲ့ လည်ပင်းပေါ်မှာ သံလျက်ကြီး ဝဲပြီးတော့ အမြဲတမ်းနောက်ကနေ ထက်ကြပ်မကွာ လိုက်ပါလာသလို လူသားတိုင်းရဲ့ ခန္ဓာမှာလည်း သေခြင်းတရားဟာ ထက်ကြပ်မကွာ ကပ်ပြီးတော့ လိုက်ပါလာတယ်။

တရားနာပရိသတ်များ၊ မိုးတွင်းကာလ မှိုတွေ ထွက်လာတာ ကြည့်လိုက်ကြပေါ့။

မြေကြီးထဲကနေ မှိုတွေထွက်လာတာ ထွက်လာသမျှသော မှိုတွေရဲ့ ဦးထိပ်မှာ မြေမှုံကလေးတွေ၊ သဲမှုံကလေးတွေ ကပ်ပြီးတော့ ပါလာတယ်။ မြေမှုံကပ်ပါမလာတဲ့ မှိုဆိုတာ မရှိဘူး။ မြေကြီးထဲက ထွက်လာတဲ့ မှိုမှန်သမျှရဲ့ ထိပ်မှာ မြေမှုံလေးတွေ ကပ်ပါလာတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ အမိဝမ်းခေါင်းတည်းဟူသော မြေကြီးထဲကနေ ထွက်လာတဲ့ လူသားတည်းဟူသော မှိုကလေးတွေရဲ့အပေါ်မှာလည်း သေခြင်းတရားဘည်းဟူသော မြေမှုံကလေးတွေဟာ ကပ်ပြီးတော့ ပါလာတယ်။

ပကတိမှိုမှာ ကပ်နေတဲ့ မြေမှုံကလေးတွေ၊ သဲမှုံကလေးတွေက ရေနဲ့ ထပ်ကာထပ်ကာ ဆေးကြောသုတ်သင်လိုက်မယ်ဆိုရင် ပြောင်စင်သွားနိုင်သေးတယ်။

လူသားတွေရဲ့ခန္ဓာမှာ ကပ်ပါလာတဲ့ သေခြင်းတရားဆိုတဲ့

http://www.dhammadownload.com

မြူမှုံ၊ မြေမှုံ၊ သဲမှုံကလေးတွေကတော့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ ဆေးကြော သုတ်သင်ဖယ်ရှားပစ်လို့ မရဘူး။ ခန္ဓာရယ်လို့ရှိရင် သေခြင်းတရား ဆိုတာ ရှိနေတော့မှာပဲ။

နေလုံးကြီးထွက်လာတာကြည့်လိုက်ပါ။ ထွက်လာတဲ့ နေလုံးကြီး တရွေ့ရွေ့နဲ့သွားနေတာ ဘာအတွက် သွားနေတာလဲဆိုရင် ချုပ်ပျောက်ဖို့၊ ကွယ်ဝင်ဖို့အတွက်ကိုပဲ သွားနေတာ။

ထွက်လာတဲ့ နေလုံးကြီး ရွေ့လျားသွားနေတာဟာ ကွယ်ပျောက်မယ့်ဘက်ကို ရွေ့လျားပြီး သွားနေသလို မွေးဖွားလာတဲ့ သတ္တဝါတိုင်း၊ သတ္တဝါတိုင်းဟာလည်း သေခြင်းတရားဆီကိုပဲ ဦးတည်ပြီးတော့ သွားနေကြရတာပဲ။

လူသားတိုင်း၊ လူသားတိုင်းဟာ သေမယ့်နေ့၊ သေမယ့် အချိန်ကို စောင့်ပြီးတော့ နေကြရတာပါပဲ။ သေမယ့်နေ့၊ သေမယ့် အချိန်ကို စောင့်ရင်းနဲ့ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေကြရတာပါပဲ။

သေမယ့်နေ့ကို ထမင်းစားရင်း စောင့်နေရတယ် ဆိုတဲ့ စကားထက် သေမယ့်နေ့ကို ဆင်းရဲဒုက္ခမျိုးစုံ ခံစားရင်း စောင့်နေရတယ် ဆိုတဲ့စကားက လူသားတွေအတွက် ပိုပြီး မှန်ပါတယ်။

နေထွက်လာတာ ဝင်ဖို့ပဲ မဟုတ်လား။ မွေးဖွားလာတာ သေဆုံးဖို့ပဲ မဟုတ်လား။ နေထွက်ခြင်းဟာ နေဝင်ခြင်းမှာ အဆုံးသတ်သလို မွေးဖွားခြင်းဟာလည်း သေဆုံးခြင်းမှာ နိဂုံးချုပ်ရတာပဲ မဟုတ်လား။

မသေခင် လုပ်ရမယ့်အလုပ်က နှစ်ခုပါ။

http://www.dhammadownload.com

(၁) ကတ္တာဗ္ဗံ ကုသလံ။
ကုသိလ်ကောင်းမှု ပြုရမယ်။
(၂) စရိတဗ္ဗံ ဗြဟ္မစရိယံ။
မြတ်သောအကျင့် ကျင့်ရမယ်။

"ကုသိလ်ကောင်းမှု ပြုရမယ်" ဆိုတာက ဒါနကောင်းမှု၊ သီလကောင်းမှု၊ သမထကောင်းမှုလို့ခေါ်တဲ့ ကုသိလ်ကောင်းမှု သုံးမျိုးကို ပြုလုပ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

"မြတ်သောအကျင့် ကျင့်ရမယ်" ဆိုတာက သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်သွားစေနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာအကျင့်ကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အနှစ်ချုပ်ကတော့ ဒါနအလုပ်၊ သီလအလုပ်၊ သမထအလုပ်၊ ဝိပဿနာအလုပ်၊ အလုပ်လေးမျိုးကို မဖြစ်မနေ လုပ်ကြရပါမယ်။ လုပ်တဲ့နေရာမှာလည်း ခေါင်းမီးလောင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို နမူနာထားပြီးတော့ မြန်မြန်ထက်ထက်၊ သွက်သွက်လက်လက် လုပ်ကြရပါမယ်။

ခေါင်းမှာ မီးလောင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ တစ်နေရာကနေ မီးစလေးတစ်ခုနဲ့ ပစ်လိုက်လို့ ခေါင်းမှာ မီးလောင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒီမီး ဘယ်သူ ပစ်လိုက်တာလဲ၊ ဘယ်အရပ်မျက်နှာက လာတာလဲ၊ မီးကရော ဘာမီးလဲ၊ ရှားမီးလား၊ ဖယောင်းတိုင်မီးလား၊ ရေနံဆီမီးလား စသည်အားဖြင့် မီးလာတဲ့ အရပ်ကိုလည်း ကြည့်နေစရာ၊ ရှာနေစရာ မလိုဘူး။ ဘာမီးလဲ ဆိုတာကိုလည်း စူးစမ်းနေစရာ မလိုဘူး။

လောင်နေတဲ့မီးကို ငြိမ်းအောင် ငြိမ်းဖို့ပဲ လိုတယ်။ မီးငြိမ်းတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အလုပ်ဟာ မီးလောင်နေသူတစ်ယောက်အတွက် အရေးကြီးဆုံး အလုပ်ပဲ။

အဲဒီလောင်နေတဲ့မီး ငြိမ်းအောင်ငြိမ်းတဲ့နေရာမှာလည်း အေး အေးဆေးဆေးလေး ငြိမ်းနေလို့မဖြစ်ဘူး။ လျင်လျင်မြန်မြန်၊ သွက်သွက် လက်လက်၊ ခပ်သုတ်သုတ်ကလေး ငြိမ်းနိုင်မှဖြစ်မယ်။

အမြန်ဆုံး၊ အသွက်ဆုံး ငြိမ်းနိုင်မှ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်မြောက် နိုင်တယ်။ ခေါင်းမီးကနေတစ်ဆင့် တစ်ကိုယ်လုံး မီးလောင်တဲ့ဘေး၊ သေရမယ့်ဘေးက လွတ်မြောက်နိုင်တယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ ဒါန၊ သီလ၊ သမထနဲ့တကွ ဝိပဿနာအလုပ် ကို အားထုတ်တဲ့နေရာမှာလည်း အေးအေးဆေးဆေး အားထုတ်နေရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဖြေးဖြေးနှေးနှေး အားထုတ်နေရမှာမဟုတ်ဘူး။ လျင်လျင် မြန်မြန် အားထုတ်ရမှာ။ သွက်သွက်လက်လက် အားထုတ်ရမှာ။ ခပ် သုတ်သုတ် အားထုတ်ရမှာ။

http://www.dhammadownload.com

■ အတိတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း
ဖြစ်ပြီးသွားလို့မရှိတော့ပါဘူး။
အနာဂတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း
မဖြစ်သေးလို့မရှိသေးပါဘူး။
မရှိတဲ့ရုပ်နာမ်ကိုရှုနေလို့
ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ်မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။
"ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ" ဆိုတဲ့အတိုင်း
လောလောဆယ်ထင်ရှားရှိနေဆဲ
ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ်ကို
ရှုမှသာဝိပဿနာဉာဏ်အစစ်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

■ တရားအားထုတ်ခါစပုဂ္ဂိုလ်ဟာ
အထင်ရှားဆုံးအာရုံတစ်ခုကို
နေ့စဉ်သုံးစွဲနေကျ၊ အမြဲခေါ်ဝေါ်နေကျ
စကားလုံးအတိုင်းရှုမှတ်ရပါမယ်။
ပထမပိုင်းမှာပညတ်နဲ့ရောနေပေမယ့်
သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်အားကောင်းလာတာနဲ့အမျှ
ပညတ်တွေကွာကျပြီး
ဖောက်ပြန်သဘော၊သိသဘောဆိုတဲ့
ရုပ်နာမ်ပရမတ်သဘောတွေကို
ကွဲကွဲပြားပြားသိလာပါလိမ့်မယ်။
ဉာဏ်ရင့်သထက်ရင့်လာရင်
ဖြစ်ပျက်သဘောတွေ
မမြဲ၊ မကောင်း၊ မပိုင်သဘောတွေပါ
ထင်ရှားသထက်ထင်ရှားလာပါလိမ့်မယ်။

http://www.dhammadownload.com

သေမယ်ဆိုတာအစကကြိုသိခဲ့ရင်

သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ အဝေးကြီးလို့ သဘောထားရင် သတိသံဝေဂ အားနည်းသွားတတ်ပါတယ်။ သတိသံဝေဂ အားနည်းရင် လူသားတိုင်း မလုပ်မဖြစ် လုပ်ရမယ့် အပွမာဒလုပ်ငန်းတွေမှာ ခြေလှမ်းကျဲနေတတ်ပါတယ်။

အပွမာဒလုပ်ငန်းဆိုတာ အမြဲမမေ့သင့်တဲ့လုပ်ငန်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ သတိရမှ လုပ်ရမယ့်လုပ်ငန်း မဟုတ်ပါဘူး။ အမြဲသတိတရ လုပ်နေရမယ့်လုပ်ငန်းပါ။

အပွမာဒလုပ်ငန်းက လေးမျိုးရှိပါတယ်။ ဒါနအပွမာဒ၊ သီလအပွမာဒ၊ သမထအပွမာဒနဲ့ ဝိပဿနာအပွမာဒ တို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါနအပွမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ်ရမယ့် ပေးကမ်းမှု၊ စွန့်ကြဲမှု၊ လှူဒါန်းမှုလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါတယ်။

သီလအပွမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ်ရမယ့်

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်နှုတ်စောင့်ထိန်းမှု၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းမွန်စေမှုလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါတယ်။

သမထအပွမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ်ရမယ့် စိတ်တည်ငြိမ်မှု၊ စိတ်စူးစိုက်မှုလုပ်ငန်းဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအပွမာဒဆိုတာ အမြဲသတိတရ မမေ့တမ်း ပြုလုပ်ရမယ့် ခန္ဓာဖြစ်စဉ် ဉာဏ်သက်ဝင်မှု၊ သဘာဝအမှန်တရားကို ပိုင်းခြားသိမြင်မှုလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါတယ်။

မှတ်သားရလွယ်ကူအောင် တစ်နည်းပြောရရင်တော့ ....

ဒါနအပွမာဒဆိုတာ..... စွန့်လွှတ်မှုလုပ်ငန်း၊

သီလအပွမာဒဆိုတာ..... စောင့်ထိန်းမှုလုပ်ငန်း၊

သမထအပွမာဒဆိုတာ..... စူးစိုက်မှုလုပ်ငန်း၊

ဝိပဿနာအပွမာဒဆိုတာ.... စစ်ဆေးမှုလုပ်ငန်း၊

အပွမာဒလုပ်ငန်းဆိုတာ ဒီ(စ)လေးလုံးလုပ်ငန်းပါပဲ။

ဒါနဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်ဆိုင်တဲ့ ပစ္စည်း၊ ကိုယ်ပိုင်နိုင်တဲ့ အခွင့်အရေးကို ငြိတွယ်မှုကင်းစွာ အာလယပြတ် စွန့်လွှတ်ရတဲ့ အလုပ်ဖြစ်လို့ ဒါနလုပ်ငန်းကို "စွန့်လွှတ်မှုလုပ်ငန်း" လို့ခေါ်ပါတယ်။

သီလဆိုတာ ကိုယ်လွန်ကျူးမှု၊ နှုတ်လွန်ကျူးမှုနှစ်ပါး မဖြစ်ပွားအောင် ကိုယ်နဲ့နှုတ် (ကာယကံနဲ့ ဝစီကံ) ကို စောင့်ထိန်းရတဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ သီလလုပ်ငန်းကို "စောင့်ထိန်းမှုလုပ်ငန်း" လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သမထဆိုတာ ဂုဏ်တော်အာရုံ၊ မေတ္တာအာရုံ၊ ကသိုဏ်းအာရုံစတဲ့ အလိုရှိရာ အာရုံတစ်ခုခုမှာ ငြိမ်ဝပ်တည်နေအောင် စူးစိုက်

http://www.dhammadownload.com

ရတဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ သမထလုပ်ငန်းကို "စူးစိုက်မှုလုပ်ငန်း" လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ အမှန်တကယ် မရှိတဲ့ ပညတ်အပေါ်ယံ အသိတွေကို ခွာချထွင်းဖောက်ပြီး အမှန်တကယ်ရှိတဲ့ ပရမတ်သဘော၊ ရုပ်ခန္ဓာ၊ နာမ်ခန္ဓာသဘောတွေကို အရှိမှန်၊ အဖြစ်မှန်အတိုင်း အတိအကျ သိအောင် စစ်ဆေးရတဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ ဝိပဿနာလုပ်ငန်းကို "စစ်ဆေးမှုလုပ်ငန်း" လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီ အပွမာဒလုပ်ငန်း(စ–လေးလုံးလုပ်ငန်း)ဟာ လူသားတိုင်း မလုပ်မဖြစ် အမြဲလုပ်ရမယ့် လုပ်ငန်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ လူသားတိုင်းရဲ့ "မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်း" တွေပါ။

သံသရာက လွတ်မြောက်ချင်သူတွေအတွက်လည်း ဒီလုပ်ငန်းလေးမျိုးဟာ မလုပ်မဖြစ်တဲ့ မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ သံသရာက လုံးဝ မလွတ်မြောက်ချင်၊ သံသရာထဲမှာပဲ အဆုံးမရှိပျော်မွေ့ချင်တဲ့သူတွေအတွက်လည်း ဒီလုပ်ငန်းလေးမျိုးဟာ မလုပ်မဖြစ်တဲ့ မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းလေးမျိုးကို အမြဲမမေ့လုပ်နေမှသာ သံသရာက လွတ်မြောက်ချင်သူကလည်း အမြန်ဆုံး လွတ်မြောက်ခွင့် ရပါလိမ့်မယ်။ သံသရာမှာ ပျော်မွေ့ချင်သူကလည်း သံသရာမှာ အထက်တန်းကျကျ၊ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့်၊ အပူအပင်ကင်းကင်း ပျော်မွေ့ခွင့် ရပါလိမ့်မယ်။

ဒါ့ကြောင့် ဒီအပွမာဒလုပ်ငန်း၊ စ–လေးလုံး လုပ်ငန်းဟာ

http://www.dhammadownload.com

သံသရာမှ လွတ်ချင်သူ၊ မလွတ်ချင်သူ အားလုံးရဲ့ မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းတွေဖြစ်ပါတယ်။

မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်းတွေကို မေ့ပစ်နေကြတာ၊ လုံးဝ မေ့မပစ်တောင် တစ်ရံတစ်ခါမှ သတိရနေကြတာဟာ သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ ဘာမှမသက်ဆိုင်သလို သဘောထားနေကြလို့ပါပဲ။ သေခြင်းတရားနဲ့ ကိုယ်နဲ့ တစ်ကမ္ဘာစီ ခြားနေတယ်၊ အဝေးကြီးပဲလို့ အထင်ရောက်နေကြလို့ပါပဲ။

ငါသေဖို့ အဝေးကြီးလိုပါသေးတယ်၊ ငါမသေနိုင်သေးပါဘူး၊ ငါဘယ်တော့မှ သေမှာမဟုတ်ပါဘူးလို့ ထင်မြင်ယူဆနေတဲ့သူဟာ အပွမာဒလုပ်ငန်းတွေနဲ့ ရှောင်ခွာရှောင်ခွာလုပ်နေမှာ သေချာပါတယ်။ သေခြင်းတရားနဲ့ ဝေးနေတဲ့သူဟာ မသေခြင်းတရားနဲ့လည်း ဝေးနေဦးမှာပါပဲ။

လောကမှာ ကိုယ်က မသွားဘဲ သူ့အလိုလို နီးလာတဲ့အရာဟာ သေခြင်းတရား ဖြစ်ပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ အနီးဆုံးလို့ သဘောထားမယ်ဆိုရင် သတိသံဝေဂ အားကောင်းလာတတ်ပါတယ်။ သတိသံဝေဂ အားကောင်းလာရင် လူသားတိုင်း မလုပ်မဖြစ် လုပ်ရမယ့် အပွမာဒလုပ်ငန်း (မေ့မဖြစ်လုပ်ငန်း) တွေမှာ ခြေလှမ်းစိပ်၊ ခြေလှမ်းသွက်လာရစမြဲပါပဲ။

သေခြင်းတရားကို ကိုယ့်ရဲ့ အနီးကပ်ဆုံးမိတ်ဆွေအဖြစ် လက်ခံလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ကိုယ့်စိတ်၊ ကိုယ့်ဘဝဟာ အလုပ်

http://www.dhammadownload.com

ကောင်း၊ အလုပ်မှန်တွေနဲ့ တစ်သားတည်း ဖြစ်သွားပါတယ်။

အချိန်ပိုင်းအတွင်း သေရတော့မယ်လို့ သေချာပေါက် သိနေတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ကောင်းရာကောင်းကြောင်း အလုပ်တွေမှာပဲ စိတ်ညွှတ်ထားတော့မှာပါ။

တကယ်သေရတော့မယ့် အခြေအနေမျိုးကျမှ (သေပေါက်သေဝကျမှ) သေခြင်းတရားကို လက်ခံမိရင်တော့ အလုပ်ကောင်း၊ အလုပ်မှန်တွေလုပ်ဖို့ အချိန်နှောင်းသွားပါပြီ။ အချိန်နည်းသွားပါပြီ။

တကယ်မသေရသေးခင် ဟိုအဝေးကြီးကတည်းက သေခြင်းတရားကို လက်ခံထားမယ်ဆိုရင်တော့ အလုပ်ကောင်း၊ အလုပ်မှန်တွေလုပ်ဖို့ အချိန်တွေ အများကြီးရပါတယ်။ အလုပ်တွေလည်း အများကြီး ပြီးနိုင်ပါတယ်။ လမ်းဆုံးပန်းတိုင်ထိလည်း ရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို ကိုယ့်အနီးအနားမှာ လက်သပ်မွေးမြူထားခြင်းဟာ ကိုယ့်ဘဝရဲ့ လောကီ၊ လောကုတ္တရာ တိုးတက်ကြီးပွားခြင်းအကြောင်းပါပဲ။ သေခြင်းတရားနဲ့ နီးတဲ့သူဟာ မသေခြင်းတရားနဲ့လည်း နီးနေပါပြီ။

မြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်တုန်းက သာဝတ္ထိမြို့အနီး မြစ်တစ်ဖက်ကမ်းမှာ ကုန်သည်ကြီးတစ်ယောက် နောက်ပါလှည်း ငါးရာနဲ့အတူ လှည်းဝိုင်းဖွဲ့ပြီး စတည်းချနေထိုင်ခဲ့ဖူးပါတယ်။

သာဝတ္ထိမြို့နဲ့ မိုင်ပေါင်းများစွာဝေးကွာတဲ့ ဗာရာဏသီမြို့ကနေ လှည်းငါးရာအပြည့် အထည်အလိပ်တွေ တင်ပြီး သာဝတ္ထိမြို့ရဲ့ခုနစ်ရက်ကြာကျင်းပတဲ့ နက္ခတ်သဘင်ပွဲမှာ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားဖို့

http://www.dhammadownload.com

ထွက်လာခဲ့တာပါ။

သာဝတ္ထိမြို့ရောက်လုနီး မြစ်တစ်ခုနား အရောက်မှာတော့ မနက်ဖြန်မှ သာဝတ္ထိဘက် ကူးမယ်ဆိုပြီး မြစ်ကမ်းအနီးမှာ လှည်းတွေ ချွတ်၊ လှည်းဝိုင်းဖွဲ့ပြီး တစ်ညတာ စခန်းချ နားနေခဲ့ပါတယ်။

ညရောက်တော့ မမျှော်လင့်ဘဲ မိုးကြီးသည်းထွန်စွာ ရွာသွန်းလိုက်တဲ့အတွက် မြစ်ရေ တရကြမ်း စီးဆင်းပြီး မြစ်ရေကြီး၊ မြစ်ရေ လျှံသွားခဲ့ပါတယ်။

ခုနစ်ရက်လုံးလုံး ရေမကျတဲ့အတွက် သာဝတ္ထိဘက် ကူးလို့မရ ဖြစ်သွားပါတယ်။ ခုနစ်ရက်လွန်လို့ မြစ်ရေလည်း ကူးလို့ရရော၊ သာဝတ္ထိ မြို့က နက္ခတ်သဘင်ပွဲလည်း ပြီးရောဆိုတော့ ကုန်သည်ကြီးမှာ အခက် တွေ့ရပါတော့တယ်။

ထွက်လာခဲ့တဲ့ ခရီးက ဝေးလံလွန်းလှတဲ့အတွက် အထည် အလိပ်တွေ ပြန်သယ်သွားရင် အပြန်ခရီးမှာအချိန်လည်းကြာ၊ လူလည်း ပန်း၊ စရိတ်လည်းထောင်းမှာမို့ ဗာရာဏသီ မပြန်တော့ဘဲ ဒီလှည်းဝိုင်း မှာပဲ စခန်းချနေထိုင်ရင်း အထည်တွေ တဖြည်းဖြည်း ကုန်အောင်ရောင်း တော့မယ်၊ နွေရော၊ မိုးရော၊ ဆောင်းရော ဒီနေရာမှာပဲ နေတော့မယ်၊ တစ်နှစ်လုံး ဒီမှာနေ၊ ဒီမှာ စီးပွားရေးလုပ်ပြီးမှ ဗာရာဏသီပြန်တော့ မယ်လို့ ကုန်သည်ကြီးက ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။

အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က သာဝတ္ထိမြို့တွင်းမှာ ဆွမ်းခံကြွနေပါတယ်။

ကုန်သည်ကြီးရဲ့စိတ်အကြံကို သိတော်မူတဲ့အတွက် မြတ်စွာ

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားရှင်က ပြီးတော်မူပါတယ်။ နောက်ထပ်ခုနစ်ရက်သာ အသက်ရှင်ရတော့မယ်သူက တစ်နှစ်လုံး သာဝတ္ထိမှာနေဖို့ ကြံစည်နေပါလား ဆိုတဲ့ အသိနဲ့ ပြီးတော်မူခြင်းပါပဲ။

ပြီးရခြင်းအကြောင်း အရှင်အာနန္ဒာကို ပြောပြတော့ အရှင်အာနန္ဒာက မြတ်စွာဘုရားထံ ခွင့်ပန်ပြီး ကုန်သည်ကြီးရှိရာ လှည်းဝိုင်းကို ဆွမ်းခံကြွတော်မူပါတယ်။

ဆွမ်းလောင်းလာတဲ့ကုန်သည်ကြီးကို "အသက်ရဲ့အန္တရာယ်ဆိုတာ သိဖို့မလွယ်ကြောင်း၊ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေးမှာ အရွယ်မရွေး သေသွားနိုင်တဲ့အတွက် မသေခင် ကိုယ်ပိုင်တဲ့ လောလောလတ်လတ် အချိန်ပိုင်းကလေးမှာ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာဆိုတဲ့ အပွမာဒ လုပ်ငန်းကြီးလေးရပ်ကို မမေ့မလျော့ ပြုသင့်ကြောင်း" အရှင်အာနန္ဒာက မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

"နောက်ခုနစ်ရက်ပြည့်ရင် ဘဝတစ်ပါး ပြောင်းသွားရတော့မယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားမိန့်တော်မူကြောင်း" ကိုပါ ပြောပြလိုက်တဲ့အတွက် ကုန်သည်ကြီးခမျာ သတိသံဝေဂ အကြီးအကျယ် ရသွားပါတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ သေခြင်းတရားကို ကိုယ့်ရဲ့ အနီးအနားမှာ တွေ့မြင်လိုက်ရတော့ သတိသံဝေဂ အားကောင်းသွားတာပေါ့။

သေခြင်းတရားကြောင့် အင်အားကြီးမားစွာ ဖြစ်ထွန်းလာတဲ့ သတိသံဝေဂကို အခြေခံပြီး ကုန်သည်ကြီးဟာ အပွမာဒလုပ်ငန်းကြီးလေးရပ်ကို ခြေလှမ်းသွက်သွက် အရှိန်ပြင်းပြင်း ပြုလုပ်အားထုတ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားအမျှုးရှိတဲ့ သံဃာတော်တွေကို ခုနစ်ရက်တိုင်တိုင် ဆွမ်းအလှူတွေပေး၊ သီလတွေ ဆောက်တည်ကျင့်သုံး၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာတရားတွေပွားများနဲ့ အပွမာဒလုပ်ငန်းကြီး လေးရပ်ကို ဇယ်ဆက်သလို အကွက်စေ့စေ့ အားထုတ်လိုက်တာ ခုနစ်ရက်ပြည့်တဲ့နေ့မှာ သောတာပန် အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။

"အသိဉာဏ်ကင်းမဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေးမှာ အရွယ်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အသက်ရဲ့အန္တရာယ်ကို မသိမမြင် မဆင်ခြင်နိုင်တဲ့အတွက် .....

ဒီနေရာမှာပဲ မိုးလေးလပတ်လုံး နေမယ်။ ဒီနေရာမှာပဲ ဆောင်းလေးလပတ်လုံး နေမယ်။ ဒီနေရာမှာပဲ နွေလေးလပတ်လုံး နေမယ်။ ဒီနေရာမှာပဲ တစ်နှစ်ပတ်လုံး နေမယ်လို့ လွဲမှားစွာ ကြံစည်ဆုံးဖြတ်တတ်ကြပါတယ်။"

အဲဒီ မြတ်စွာဘုရားတရားကို နာကြားရင်း သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရား ပွားများအားထုတ်လိုက်လို့ သောတာပန်ဖြစ်သွားခဲ့တာပါ။

တရားအဆုံး သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတဲ့နောက် မြတ်စွာဘုရားနဲ့ သံဃာတော်တွေကို လိုက်ပို့ပြီး လှည်းဝိုင်း ကိုယ့်နေရာကိုယ်ပြန်အရောက် ခေါင်းမူးတယ်ဆိုပြီး အိပ်ရာပေါ် လဲအိပ်လိုက်တာ လဲအိပ်နေရင်းနဲ့ပဲ ဘဝတစ်ပါး ပြောင်းသွားခဲ့ပါတယ်။

အပွမာဒလုပ်ငန်းတွေကို ပြည့်စုံပြီးမြောက်အောင် အားထုတ်လုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့တဲ့အတွက် သေလွန်တဲ့အခါ တုသိတာနတ်ပြည်ကို

http://www.dhammadownload.com

လားရောက်ခဲ့ရပါတယ်။

တုသိတာနတ်ပြည်ရောက်ရတဲ့ လောကီအကျိုး၊ သောတာပန်ဖြစ်ရတဲ့ လောကုတ္တရာအကျိုးတွေဟာ သေခြင်းတရားကို အနီးကပ် သတိရလိုက်မိခြင်းရဲ့ အကျိုးတရားတွေပါပဲ။

ခုနစ်ရက်ပြည့်ရင် သေရမယ်ဆိုတာသာ အစကကြိုမသိခဲ့ရင်၊ ကြိုသိပေမယ့်လည်း မသေခင်လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို မှန်မှန်ကန်ကန် မဆုံးဖြတ်တတ်ခဲ့ရင်၊ ဆုံးဖြတ်တတ်ပေမယ့်လည်း တကယ်လက်တွေ့ အလုပ် မလုပ်ဖြစ်ခဲ့ရင် အခုလို လောကီ၊ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုးတွေ ရလာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

လူတိုင်းလူတိုင်း ကုန်သည်ကြီးလို သေခြင်းတရားကို ကိုယ်နဲ့ အနီးကပ်ဆုံးနေရာမှာ ထားပြီး ရှုမြင်ဆင်ခြင်နိုင်ခဲ့မယ်ဆိုရင် အံ့သြဖွယ် ကောင်းလောက်အောင် လောကီ၊ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုးတွေရလာမှာ သေချာပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို ကြိုတွေးခြင်း၊ ကြိုသိခြင်းဟာ လောကီ၊ လောကုတ္တရာ အဖိုးတန်ရတနာသိုက်တွေကို အမြန်ဆုံး တူးဖော်ပေးမယ့် အကောင်းဆုံးလက်နက်ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

မြက်ဖျားပေါ်မှာတင်နေတဲ့
ဆီးနှင်းပေါက်လေးတစ်ခုဟာ
ကြာရှည်စွာတည်တဲ့ခြင်းမရှိပါဘူး။
နေရောင်ခြည်ထွက်ပေါ်လာတာနဲ့
တစ်ပြိုင်နက်တည်းချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ
ကွယ်ပျောက်သွားရပါတယ်။
အဲဒီလိုပါပဲ၊ လူသားတွေရဲ့အသက်ဟာ
အင်မတန်တိုတောင်းလှပါတယ်။
ဘယ်လောက်မှမကြာပါဘူး။
ဆီးနှင်းတစ်ပေါက်ရဲ့သက်တမ်းလို
ပျောက်ပျက်လွယ်ပါတယ်။

မြေကြီးထဲကထွက်လာသမျှမှိုပွင့်တွေရဲ့
ထိပ်မှာမြေမှုံသဲမှုံလေးတွေကပ်ပါလာသလို
မွေးဖွားလာသမျှလူသားတွေရဲ့
ခန္ဓာအစဉ်မှာလည်း
သေခြင်းတရားကပ်ပါလာပါတယ်။
မှိုပွင့်ပေါ်ကမြေမှုံသဲမှုံတွေကို
ဆေးကြောပစ်လို့ရချင်ရပါလိမ့်မယ်။
လူသားခန္ဓာကသေခြင်းတရားကိုတော့
လုံးဝဆေးကြောပစ်လို့မရပါဘူး။

သေခြင်းတရားကိုကြိုတွေးခြင်း
ကြိုသိခြင်းဟာလောကီလောကုတ္တရာ
အဖိုးတန်ရတနာသိုက်တွေကိုအမြန်ဆုံး
တူးဖော်ပေးမယ့်အကောင်းဆုံးလက်နက်ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

သေချိန်ကိုကြိုသိစေနိုင်သောအာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်

ကိုယ်သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီး အတိအကျ သိရခြင်းဟာ ကိုယ့်အတွက် လောကီဘက်မှာရော၊ လောကုတ္တရာဘက်မှာပါ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်ပါဘူး။

မလွဲမသွေ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရမယ့် အခက်အခဲတစ်ခုအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခွင့်ရမယ်၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားနိုင်မယ်ဆိုရင် အဲဒီ အခက်အခဲကို အလွယ်တကူနဲ့ သက်သက်သာသာ ကျော်လွှားနိုင်မှာပါ။ သေမှာကို ကြိုသိရင် သေဖို့အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်နိုင်တာပေါ့။ အကောင်းဆုံးသေခြင်းနဲ့ သေခွင့်ရအောင် လေ့ကျင့်ထားနိုင်တာပေါ့။

"သေခြင်းတရား ဘယ်အချိန်မှာ လာမလဲ၊ ကိုယ့်ဘက်ကတော့ သေဖို့ အဆင်သင့်ပဲ" လို့ ကြွေးကြော်နိုင်ဖို့အတွက် သေခြင်းတရားကို ကြိုတင်လက်ခံထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ သေခြင်းတရားကို ကြိုတင်လက်ခံထားပြီးတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် သေဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်

http://www.dhammadownload.com

စေမယ့် အလုပ်တွေကို မမေ့မလျော့ ပြုလုပ်အားထုတ်ရပါမယ်။

သေခြင်းတရားက အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်စေမယ့်အလုပ်၊ အသေလွတ်ကြောင်းအလုပ်တွေကို လုပ်ထားနိုင်ရင်တော့အကောင်းဆုံးပါပဲ။

အသေလွတ်ကြောင်းအလုပ်ကို ဆုံးခန်းတိုင်ရောက် ကိစ္စပြီးမြောက်အောင် လုပ်ထားနိုင်သူအတွက်တော့ သေခြင်းတရားဟာ ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်စရာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပြီးပျော်ကြည်နူးစရာပါ။

မသိခြင်းငါးပါးနဲ့ အသက်ရှင်နေရတဲ့ လူသားတွေအတွက် ကိုယ်သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီး အတိအကျ သိဖို့ဆိုတာ အင်မတန် ခက်ခဲတဲ့ ကိစ္စရပ်ကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ အခက်ခဲဆုံးကိစ္စကို အလွယ်တကူ သိနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းရှိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ခြင်းပါပဲ။

အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်လို့ ရဟန်းကိစ္စပြီးမြောက်သွားတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မြတ်များဟာ မိမိတို့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရမယ့် အချိန်အခါကို မိနစ်၊ စက္ကန့်မလွဲ အတိအကျ ကြိုတင်သိမြင်နိုင်ကြပါတယ်။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းမှတစ်ပါးသော တခြားကမ္မဋ္ဌာန်းတွေနဲ့ ပေါက်မြောက်သွားတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရမယ့် အချိန်ကို ကြိုသိဖို့ မသေချာပါဘူး။ သိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရှိသလို မသိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရှိပါတယ်။ မသိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ပိုများပါတယ်။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းပိုင်ရှင်ကတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ သေချာပေါက် သိကို

http://www.dhammadownload.com

သိပါတယ်။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ အသာထားလိုက်ပါဦး။ အာနာပါန သတိပဋ္ဌာန်ကို အထိုက်အလျောက် ပေါက်မြောက်အောင် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် အားထုတ်ထားတဲ့ ပုထုဇဉ်ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တွေတောင်မှ ကိုယ်သေရမယ့် အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီး အတိအကျ သိနိုင်ကြပါတယ်။ တချို့လည်း အနီးစပ်ဆုံး သိနိုင်ကြပါတယ်။

ကြိုတင်သိကြတဲ့အတွက် ကိုယ့်အလောင်းကိုယ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်သွားသူတွေ၊ ကြိုတင်စီမံပြောကြားသွားသူတွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် ရှိပါတယ်။ သေခါနီးမှာ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ရေမိုးချိုး၊ အဝတ်အစားအသစ်လဲ၊ အသုဘမှာ လှူဖို့ မှာကြားပြီး ပြုံးပြုံးလေး သေသွားသူတွေ အများကြီးပါပဲ။

တစ်ခါတုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်း၊ စိတ္တလတောင်မှာ သီတင်းသုံးတဲ့ မထေရ်ကြီးတစ်ပါး လပြည့်ဥပုသ်နေ့တစ်ခုမှာ သံဃဥပုသ်ပြုအပြီး ကိုယ့်ကျောင်းမှာကိုယ် သံဃာအများနဲ့ ခြံရံသီတင်းသုံးနေပါတယ်။

ကောင်းကင်ထက်က လရောင်ကို မော်ကြည့်ရင်း မိမိရဲ့ သက်တမ်းအကြွင်းအပိုင်းအခြားကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းနေရာက တပည့်သံဃာများဘက် ပြန်လှည့်ပြီးတော့ ခုလို မိန့်ကြားတော်မူလိုက်ပါတယ်။

"ငါ့ရှင်တို့ ...၊ သင်တို့ ဘယ်လိုပုံစံမျိုးနဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို မြင်ဖူးကြသလဲ"

ဒီလိုမေးလိုက်တော့ တချို့တပည့်တွေက "နေရာမှာထိုင်လျက် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို မြင်ဖူးပါတယ်ဘုရား"၊ တချို့တပည့်တွေက....

http://www.dhammadownload.com

"ကောင်းကင်မှာ တင်ပျဉ်ခွေလျက် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို မြင်ဖူးပါတယ် ဘုရား" စသည်အားဖြင့် ကိုယ်မြင်တွေ့ဖူးတဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုံတွေကို အသီးအသီး လျှောက်ထားကြပါတယ်။

"စကြဲလျှောက်လျက်နဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကိုရော မြင်ဖူးကြသလား" လို့မေးတော့ .... လုံးဝ မမြင်ဖူးသေးကြောင်း တပည့်သံဃာအားလုံးက လျှောက်ထားကြပါတယ်။

"ကောင်းပြီ ငါ့ရှင်တို့ ....၊ ဒါဖြင့် သင်တို့ကို စကြဲလျှောက်ရင်း ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတာကို ငါအခုပြမယ်" ....

လို့မိန့်ကြားတော်မူပြီး စကြဲလျှောက်တဲ့လမ်း(စကြဲလမ်း)ရဲ့ တစ်နေရာမှာ မျဉ်းကြောင်းတစ်ခု သားလိုက်ပါတယ်။

"ငါ့ရှင်တို့၊ ကြည့်ကြနော်၊ ငါ စကြဲလမ်းရဲ့ ဒီဘက်ထိပ်ကနေ ဟိုဘက်ထိပ်အရောက် ကြွပြီး ပြန်လှည့်လာမယ်၊ ဟောဒီ မျဉ်းသားထားတဲ့နေရာ ရောက်ရင် ရောက်ရောက်ချင်း ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုမယ်"

အဲဒီလို မိန့်ကြားတော်မူပြီး တပည့်သံဃာများရဲ့ ရှေ့မှောက်မှာ စကြဲကြွပြတော်မူပါတယ်။ တပည့်သံဃာများက စကြဲအစအဆုံး တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ကြွလှမ်းနေတဲ့ မထေရ်ကြီးကို မျက်တောင်မခတ် ကြည့်ရှုကြည်ညိုနေကြပါတယ်။

မထေရ်ကြီး မိန့်တော်မူတဲ့အတိုင်းပဲ စကြဲတစ်ဖက်စွန်းကနေ ပြန်လှည့်အလာ၊ မျဉ်းသားထားတဲ့နေရာမှာ ခြေတော်တစ်ဖက်ပဲ နင်းချရုံရှိသေး၊ မတ်တပ်ရပ်ရက်နဲ့ အဲဒီစကြဲမျဉ်းနေရာမှာပဲ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတော်မူခဲ့ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီမထေရ်ကြီးနည်းတူ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုမယ့်အချိန် (သေမယ့်အချိန်)ကို ကြိုသိပြီး စနစ်တကျ ကြိုတင်ပြင်ဆင် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသွားခဲ့တဲ့ အရှင်မြတ်တွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် များပြားလှပါတယ်။

သေမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိပြီး စနစ်တကျ ပြင်ဆင်သေသွားနိုင်တာဟာ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း၊ အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်ရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးပါပဲ။

သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိခြင်းဟာ မင်္ဂလာတစ်ပါးပါ။ ကျန်းမာစွာ အသက်ရှင်ရခြင်းဟာ လာဘ်ကြီးတစ်ပါး ဖြစ်သလို ချမ်းသာစွာ သေဆုံးရခြင်းဟာလည်း လာဘ်ကြီးတစ်ပါးဖြစ်ပါတယ်။

ဘဝပြတ်အောင် အားမထုတ်နိုင်သေးသူအတွက် သေခါနီးမှာ တမလွန်ဘဝကူးကောင်းဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိရင် ဘဝကူးကောင်းဖို့အတွက် စိတ်တိုင်းကျ ကြိုတင်ပြင်ဆင်နိုင်ပါတယ်။

သေရမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိချင်တယ်ဆိုရင်တော့ အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်တရားကို လေးလေးစားစား ပွားများအားထုတ်ကြရုံပါပဲ။ သေချိန်ကိုကြိုသိခြင်းရဲ့ အသေချာဆုံးအကြောင်းဖြစ်တဲ့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ အားထုတ်ကြဖို့ တိုက်တွန်းပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘဝပြတ်အောင်အားမထုတ်နိုင်သေးသူအတွက်
သေခါနီးမှာတမလွန်ဘဝကူးကောင်းဖို့
အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။
သေရမယ့်အချိန်ကိုကြိုသိရင်
ဘဝကူးကောင်းဖို့အတွက်
စိတ်တိုင်းကျကြိုတင်ပြင်ဆင်နိုင်ပါတယ်။
သေရမယ့်အချိန်ကိုကြိုသိချင်တယ်ဆိုရင်တော့
အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်တရားကို
လေးလေးစားစားပွားများအားထုတ်ကြရုံပါပဲ။

မနုဿောအိပ်စက်ခြင်းနဲ့အိပ်စက်ခါနီးအချိန်မှာ
အကောင်းဆုံးအနေအထားဖြစ်နေဖို့အတွက်
နိုးသောအိပ်စက်ခြင်းနဲ့အိပ်စက်ခါနီးအချိန်ကို
အကောင်းဆုံးအနေအထားဖြစ်အောင်
လေ့ကျင့်ထားဖို့လိုအပ်ပါတယ်။
အသေကြီးနဲ့သေခါနီးအချိန်မှာအာရုံကောင်း
နိမိတ်ကောင်းတွေထင်မြင်နေဖို့အတွက်
အသေလေးနဲ့သေခါနီးအချိန်ကို
အာရုံကောင်း၊ နိမိတ်ကောင်းတွေနဲ့
ထုံမွှမ်းပေးထားရပါမယ်။

နေမင်းကြီးဟာမကွယ်ခင်မှာကိုယ်တိုင်လည်း
တောက်ပ၊ လောကကိုလည်းအလှဆင်သလို
လူဟာလည်းမသေခင်မှာ
ကိုယ့်အကျိုးလည်းဆောင်ရွက်
သူတစ်ပါးအကျိုးလည်းသယ်ပိုးကြရပါမယ်။

http://www.dhammadownload.com

တကယ်မသေခင်အစမ်းသေကြည့်ကြရအောင်

ဒီဘဝဒီခန္ဓာနဲ့ သံသရာဝဋ်ဇာတ် အမြစ်ပြတ်အောင် အားမထုတ်နိုင်သေးဘူးဆိုရင်တော့ သေလွန်ပြီးတဲ့နောက် ကောင်းရာသုဂတိရောက်ဖို့ကိစ္စကို အရေးတကြီး ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပါဦးမယ်။

သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ ကောင်းရာသုဂတိရောက်ဖို့ သေချာပြီးသားပါ။ အောက်ဆုံးအရိယာဖြစ်တဲ့ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားပြီဆိုရင်ပဲ အပါယ်လေးပါးဆိုတဲ့ မကောင်းရာဒုဂ္ဂတိကို လုံးဝ မရောက်နိုင်တော့ပါဘူး။

သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် သေလွန်ခါနီးမှာ အပါယ်လေးပါးကျ ရောက်သွားစေနိုင်တဲ့ အာရုံဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးတွေ ထင်မြင်မလာနိုင်တော့ပါဘူး။

သောတာပန်မှ မဖြစ်သေးဘူးဆိုရင်တော့ ဘယ်လောက် ကောင်းတဲ့ ပုထုဇဉ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်လောက် အဆင့်မြင့်တဲ့ သူတော်စင်

http://www.dhammadownload.com

ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အကြောင်းမတော်ရင် အာရုံဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးတွေ ထင်မြင်လာပြီး အပါယ်လေးပါး ကျရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။

တကယ်သေလွန်ခါနီးအချိန်မှာ အာရုံဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးတွေ ထင်မြင်မလာဖို့အတွက် မသေခင်ကတည်းက ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အသေကြီးကို ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့အတွက် အသေလေးနဲ့ လေ့ကျင့်ထားရပါမယ်။

"အသေကြီး"ဆိုတာ ဘဝတစ်ခုလုံးရဲ့ နောက်ဆုံးအပြီးအပြတ် သေလွန်ခြင်းကို ပြောတာပါ။ တကယ်သေသွားတာကို ပြောတာပါ။ "အသေလေး"ဆိုတာကတော့ ဘဝတစ်နေ့တာရဲ့ နောက်ဆုံး အိပ်စက်ခြင်းကိုပြောတာပါ။ တဒင်္ဂ၊ တစ်ခဏ သေသလိုဖြစ်သွားတာကို ပြောတာပါ။ အသေကြီးဆိုတာ မနိုးသောအိပ်စက်ခြင်းဖြစ်ပြီး အသေလေးဆိုတာ နိုးသောအိပ်စက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

မနိုးသောအိပ်စက်ခြင်းနဲ့ အိပ်စက်ခါနီးအချိန်မှာ အကောင်းဆုံး အနေအထားဖြစ်နေဖို့အတွက် နိုးသောအိပ်စက်ခြင်းနဲ့ အိပ်စက်ခါနီးအချိန်ကို အကောင်းဆုံးအနေအထားဖြစ်အောင် လေ့ကျင့်ထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

အသေကြီးနဲ့ သေခါနီးအချိန်မှာ အာရုံကောင်း၊ နိမိတ်ကောင်းတွေ ထင်မြင်နေဖို့အတွက် အသေလေးနဲ့ သေခါနီးအချိန်ကို အာရုံကောင်း၊ နိမိတ်ကောင်းတွေနဲ့ ထုံမွှမ်းပေးထားရပါမယ်။

ညအိပ်စက်တာဟာ အသေလေးနဲ့ သေတာပါ။ ညအိပ်တော့မယ်လို့ မျက်စိမှိတ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အာရုံကောင်းတွေ၊

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်အာရုံတွေပဲ ထင်မြင်နေစေရပါမယ်။

ကုသိုလ်အာရုံက ဒါနအာရုံ၊ သီလအာရုံ၊ သမထအာရုံ၊ ဝိပဿနာအာရုံလို့ လေးမျိုးရှိပါတယ်။

တကယ်သေခါနီးအချိန်မှာ ဘယ်ကုသိုလ်အာရုံထင်လာမယ်၊ ဘယ်ကုသိုလ်ကို အာရုံယူလို့ရမယ် ဆိုတာ ကြိုတင်မသိနိုင်တဲ့အတွက် အိပ်ခါနီးအချိန်မှာ ကုသိုလ်အာရုံလေးမျိုးလုံးကို ယူထားရပါမယ်။

စနစ်တကျ ကြိုတင်လေ့ကျင့်ထားတာတောင်မှ တကယ့် တကယ်သေခါနီးကျတော့ ဘယ်ကုသိုလ်ကို အာရုံယူရမှန်းမသိ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ တကယ်လို့ သိခဲ့ရင်တောင်မှ အင်အားကြီးမားတဲ့ အစွဲအလမ်းအာရုံတွေ၊ အတွယ်အတာအာရုံတွေရဲ့ လွှမ်းမိုးမှုကြောင့် ကုသိုလ်အာရုံကို အာရုံယူဖို့ ခက်ခဲနေတတ်ပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် ညအိပ်ခါနီးအချိန်ကို တကယ်သေခါနီးအချိန်လို့ သဘောထားပြီး ကုသိုလ်အာရုံ စွဲမြဲအောင် အလေးအနက်ထား ကြိုးစားကြရပါမယ်။

ဒါနအာရုံအနေနဲ့ ဒီနေ့ဒီအချိန်အထိ ဘဝတစ်သက်တာမှာ ပြုခဲ့တဲ့ ဒါနကောင်းမှုတွေထဲက ကိုယ်အနှစ်သက်ဆုံး၊ ကိုယ်ပိတိအဖြစ်ဆုံး ဒါနကောင်းမှုတစ်ခုခုကို အာရုံပြုရပါမယ်။

အဲဒီဒါနကောင်းမှုဟာ ငွေကြေးအကုန်အကျအနေနဲ့ နည်းချင်လည်းနည်းမယ်၊ များချင်လည်းများမယ်၊ လုံးဝမကုန်ကျဘဲရင်လည်း ရှိမယ်။ အကုန်အကျအနည်းအများက အဓိက မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်တကယ် နှစ်သက်ကျေနပ်ဖို့၊ ကိုယ်တကယ် ဝမ်းမြောက်ပီတိဖြစ်ဖို့က

http://www.dhammadownload.com

အဓိကပါ။

အကုန်အကျများတိုင်း အကျိုးပေးထက်သန်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပိတိအားကောင်းမှ အကျိုးပေးထက်သန်တာပါ။

ကိုယ်ပိတိအဖြစ်ဆုံး ဒါနကောင်းမှုကို ခုလောလောဆယ် လူနေရသလို အာရုံထင်မြင်ပြီး ဝမ်းမြောက်ပိတိ ဖြစ်နေရပါမယ်။

ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးတိုင်း ဘုရားသောက်တော်ရေ အသစ်လဲတဲ့အကျင့် စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်ပေးပါ။ အိပ်ခါနီး (အသေလေးနဲ့ သေခါနီး) ရဲ့ အနီးကပ်ဆုံးဒါနကုသိုလ်ဖြစ်လို့ အာရုံယူရတာ အလွန်လွယ်ကူပါတယ်။ အေးချမ်းမှုနဲ့ တစ်နေ့တာကို အဆုံးသတ်လိုက်ရတဲ့အတွက် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး အစစအရာရာ အဆင်ပြေပြီး အေးချမ်းရပါလိမ့်မယ်။

သီလကုသိုလ်အနေနဲ့ အောက်ထစ်ဆုံး ငါးပါးသီလ၊ လူဝတ်ကြောင်တိုင်း မစောင့်မဖြစ် စောင့်ရမယ့် ငါးပါးသီလကို ဆင်ခြင်ရပါမယ်။ ဆင်ခြင်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ ငါးပါးသီလလုံခြုံသူ ဖြစ်နေဖို့အတွက် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးတိုင်း ငါးပါးသီလကို အသစ် ခံယူဆောက်တည်ပါ။ ဆောက်တည်ပြီးတဲ့အချိန်ကစပြီး မကျိုးပေါက်ပါစေနဲ့။ အိပ်တော့မယ်ဆိုတော့လည်း ကျိုးပေါက်စရာမရှိတော့ပါဘူး။ ဒါဆိုရင် "ငါ အခုနောက်ဆုံး ငါးပါးသီလယူပြီးတဲ့အချိန်ကစပြီး ငါးပါးသီလ လုံခြုံနေပြီ" လို့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ရှစ်ပါးသီလ၊ သာမဏေသီလ၊ ရဟန်းသီလ ကျင့်သုံးနေသူတွေကလည်း ကိုယ့်သီလကိုယ် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်နေရပါမယ်။ ကုစားသင့်တာရှိရင် မအိပ်ခင်က ကြိုတင်ကုစား

http://www.dhammadownload.com

ထားရပါမယ်။

သမထကုသိုလ်အနေနဲ့ ကိုယ်အနှစ်သက်ဆုံး၊ ကိုယ်အကြည်ညိုဆုံး ဘုရားဂုဏ်တော် တစ်ခုခုကို ပွားများပါ။

ဥပမာ၊ အရဟံဂုဏ်တော်ကို အနှစ်သက်၊ အကြည်ညိုဆုံးဆိုရင် "အရဟံ-ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ အရဟံ-ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား၊ အရဟံ-ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား" လို့ အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့အဓိပ္ပါယ်ကို အာရုံထင်မြင်အောင် စိတ်ထဲကနေ နှလုံးသွင်းပွားများရပါမယ်။

ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါးလုံးကို အဓိပ္ပါယ်သိသိ ပွားနိုင်ဖို့ အတွက် မြန်မာလို အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်တွေကို လေ့လာထားရပါမယ်။ ကျက်သင့်တာတွေကိုလည်း ကျက်ထားရပါမယ်။

နောက်တစ်ခု သမထအနေနဲ့ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများနေရပါမယ်။ အနည်းဆုံး "သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ"လို့ သုံးခေါက်လောက် ပွားများရပါမယ်။ ကိုယ်နှစ်သက်ရာ၊ ကိုယ်အားသန်ရာ မေတ္တာပွားနည်းတွေနဲ့လည်း မေတ္တာပွားနိုင်ပါတယ်။

ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ သမထကုသိုလ်တွေကို အစဉ်အတိုင်း အာရုံပြု ဝမ်းမြောက်ပြီးပြီဆိုရင် နောက်ဆုံး ဝိပဿနာကုသိုလ်နဲ့ အိပ်လိုက်ပါတော့။

နာသီးဝ လေထိရာအရပ်မှာ သတိကပ်ထားပြီး လေဝင်ရင် 'ဝင်တယ်'၊ လေထွက်ရင် 'ထွက်တယ်' ရွှမှတ်ပြီးနေပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဝင်တိုင်း၊ ထွက်တိုင်းသာ တစ်ဆက်တည်းသိနေမယ်ဆိုရင် လေးငါးချက်ထက် ပိုမမှတ်ရပါဘူး။ ချက်ချင်းအိပ်ပျော်သွားပါလိမ့်မယ်။ ဝင်လေထွက်လေ ရှုမှတ်ခြင်းဟာ အကောင်းဆုံးအိပ်ဆေးပါပဲ။

လေဝင်၊ လေထွက်တိုင်း၊ ထိတွေ့ တွန်းကန်မှုတွေကို သိနေမယ်ဆိုရင် လောဘ၊ ဒေါသစတဲ့ ကိလေသာတွေလည်း ဖြစ်ခွင့်မရတော့ပါဘူး။ သမာဓိ၊ ဉာဏ်ရင့်သန်ပြီးသားပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် အိပ်ရာဝင်မှာ လေဝင်လေထွက် မှတ်ရင်းနဲ့ မဂ်စိတ်ကျပြီး နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားနိုင်ပါတယ်။

ညအိပ်တိုင်း ဒါနအာရုံ၊ သီလအာရုံ၊ သမထအာရုံ၊ ဝိပဿနာအာရုံနဲ့ အိပ်စက်သွားမယ်ဆိုရင် သေလွန်ခါနီးမှာလည်း အဲဒီ အာရုံလေးမျိုး တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ သေလွန်ရမှာ သေချာပါတယ်။ ကုသိုလ်အာရုံနဲ့ သေလွန်သွားသူကို ကောင်းရာသုဂတိဘုံတွေက သူဦးကိုယ်ဦး လက်ကမ်းကြို ဆိုနေကြမှာပါ။

ဒါကြောင့် ညအိပ်ရာဝင်၊ ခေါင်းအုံးပေါ်ခေါင်းချ၊ ကျောဆန့်ပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် "ငါ ခဏသေလိုက်ဦးမယ်"လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်ထဲကပြောပြီး သေနည်းလေ့ကျင့်ကြဖို့ အထူးတိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။ မသေခင်လုပ်ရမယ့်အလုပ်တွေထဲမှာ သေနည်းလေ့ကျင့်တဲ့ အလုပ်ကိုလည်း ထိပ်ဆုံးနေရာက ထည့်သွင်းထားရပါမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်အကျိုးမထိခိုက်သောသူတစ်ပါးအကျိုး သူတစ်ပါးအကျိုးမထိခိုက်သောကိုယ့်အကျိုး

ဘဝဆိုတာ အလုပ်လုပ်ခြင်းဖြစ်လို့ လူမှန်ရင် အလုပ်လုပ်ရပါတယ်။ အကြောင်းတရားဖြစ်တဲ့ အလုပ်တွေကို လုပ်နေကြတာဟာ အကျိုးတရားတွေအတွက်ပါ။ အကျိုးတရားက ကိုယ့်အကျိုးနဲ့ သူတစ်ပါးအကျိုးလို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

တချို့လူတွေက ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ပဲ အလုပ်လုပ်ကြပြီး တချို့လူတွေကတော့ သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ပဲ အလုပ်လုပ်ကြပါတယ်။ မြင့်မြတ်တဲ့လူတွေကတော့ ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ရော၊ သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ရော အလုပ်လုပ်ကြပါတယ်။

တကယ်တော့ ကိုယ့်အကျိုးအတွက် သက်သက်လုပ်နေရုံနဲ့လည်း စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝ မရနိုင်သလို၊ သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက် သက်သက်လုပ်ရုံနဲ့လည်း စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝ မရနိုင်ပါဘူး။ ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ရော သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ပါ မျှမျှတတ၊

http://www.dhammadownload.com

ဟန်ချက်ညီညီ လုပ်နိုင်ပါမှ စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝ ရနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်မှု အပြည့်အဝရခြင်းဆိုတဲ့ ဆုလာဘ်ဟာ ကိုယ့်အကျိုးအတွက်ရော၊ သူတစ်ပါးအကျိုးအတွက်ပါ အလုပ်လုပ်သူတွေအတွက် သဘာဝတရားကြီးက ပေးအပ်ထားတဲ့ သီးသန့်အခွင့်အရေးတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

မြင့်မြတ်တဲ့လူမှန်ရင် မသေခင်မှာ ကိုယ့်အကျိုးမထိခိုက်တဲ့ သူတစ်ပါးအကျိုး၊ သူတစ်ပါးအကျိုးမထိခိုက်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုး၊ အကျိုးနှစ်မျိုးလုံးကို သယ်ပိုးထမ်းရွက်ရပါမယ်။

"ကိုယ့်အကျိုးမထိခိုက်တဲ့ သူတစ်ပါးအကျိုး သယ်ပိုးရမယ်" ဆိုတာက "အကုသိုလ်အလုပ် မလုပ်ဖို့" ပြောတာပါ။ "သူတစ်ပါးအကျိုးမထိခိုက်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုး သယ်ပိုးရမယ်" ဆိုတာက "ကုသိုလ်အလုပ်လုပ်ဖို့" ပြောတာပါ။

အများအကျိုး သယ်ပိုးတာဟာ ချီးမွမ်းစရာကောင်းလှပေမယ့် အဲဒီသယ်ပိုးမှုမှာ မကောင်းမှုလုပ်ရပ်တွေ၊ အကုသိုလ်စိတ်ထားတွေ ရောယှက်ပါလာပြီဆိုရင်တော့ သန့်စင်မွန်မြတ်တဲ့ အများအကျိုးသယ်ပိုးမှု မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။

တချို့က ကောင်းတဲ့အလုပ်၊ ကုသိုလ်အလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မကောင်းတဲ့အလုပ်၊ အကုသိုလ်အလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် လောကလူသားအကျိုးအတွက်၊ အများအကျိုးအတွက် လုပ်တာဆိုရင် မြင့်မြတ်တယ်၊ ပါရမီဖြစ်တယ်လို့ ယူဆပြောဆိုနေကြပါတယ်။

အင်မတန် လွဲမှားပြီး အင်မတန်ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ အယူ

http://www.dhammadownload.com

အဆပါပဲ။ အဲဒီအယူအဆကို သဘောကျဆုပ်ကိုင်ပြီး အများအကျိုး ဖြစ်ရင်ပြီးရော၊ လုပ်ချင်ရာလုပ်မယ်ဆိုတဲ့သူတွေ လောကမှာ ပေါများလာရင်တော့ လောကလူသားတွေဟာ ပါရမီဖြည့်တဲ့ လူသားတွေ မဖြစ်ဘဲ ပါရမီဖျက်တဲ့ လူသားတွေ ဖြစ်လာတော့မှာ သေချာပါတယ်။

ပါရမီဆိုတာ မြင့်မြတ်သူတွေရဲ့ အလုပ်ပါ။ မြင့်မြတ်သူတွေ လုပ်တဲ့အလုပ်ကို ပါရမီ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ပါရမီဆိုတာ မြင့်မြတ်သူဖြစ်ကြောင်း အလုပ်ပါ။ လူတစ်ယောက်ကို မြင့်မြတ်သူဖြစ်လာအောင် စွမ်းဆောင်ဖန်တီးပေးတဲ့အလုပ်ကို ပါရမီ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

မကောင်းတဲ့အလုပ်၊ အကုသိုလ်အလုပ်ဟာ မြင့်မြတ်သူတွေ လုပ်တဲ့အလုပ်လား၊ မကောင်းတဲ့အလုပ်၊ အကုသိုလ်အလုပ် လုပ်ခြင်းကြောင့် လူတစ်ယောက်ဟာ မြင့်မြတ်သူ ဖြစ်လာနိုင်သလား၊ ဉာဏ်သွင်းပြီး စဉ်းစားကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်။

"ငါ့အတွက်မပါ၊ လောကအတွက် လုပ်တာမှန်သမျှ ပါရမီဖြစ်တယ်"၊ "လောကအကျိုးအတွက် မိမိဘဝကို အနစ်နာခံ စတေးပြီး အလုပ်လုပ်ရင် ပါရမီဖြစ်တယ်" ဆိုတဲ့ မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆကို လုံးဝဖယ်ရှားပြီး ကိုယ့်အကျိုးမထိခိုက်တဲ့ သူတပါးအကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေကို သန့်စင်မွန်မြတ်စွာ ပါရမီမြောက်အောင် သယ်ပိုးရွက်ဆောင်ကြရပါမယ်။

သူတပါးအကျိုးပြုလုပ်ငန်းမှာ အကုသိုလ်ပါလာတာကိုပဲ ကိုယ့်အကျိုးထိခိုက်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"အနစ်နာခံစိတ်နဲ့ လုပ်မှ ပါရမီဖြစ်တယ်" လို့ တချို့က အယူမှားနေကြပါတယ်။ အနစ်နာခံတယ် ဆိုကတည်းက "ငါနစ်နာသွားပြီ" ဆိုတဲ့အတွေး ပါနေပါပြီ။ ငါနစ်နာသွားပြီဆိုတဲ့ အတွေးဟာ ဒေါသဦးစီးတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်ပါ။ ဝမ်းနည်းမှုအရိပ်အငွေ့တွေ လွှမ်းခြုံနေပါတယ်။

ပါရမီစစ်စစ်ဖြစ်ချင်ရင် အကုသိုလ်စိတ် ကင်းစေရပါမယ်။ "အနစ်နာခံတယ်"လို့ မတွေးဘဲ "အကူညီပေးတယ်"လို့ တွေးပြီး ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ တက်တက်ကြွကြွ ဖြစ်နေရပါမယ်။

အကူအညီပေးတဲ့ လုပ်ရပ်တွေမှာ စွန့်လွှတ်ခြင်းတွေ အနည်းနဲ့အများ၊ အပေါ့နဲ့အလေး၊ အပါးနဲ့အထူ ပါဝင်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ စွန့်လွှတ်ခြင်းဟာ အနစ်နာခံခြင်း မဟုတ်သလို အနစ်နာခံခြင်းဟာလည်း ပါရမီဖြည့်ခြင်း မဟုတ်ပါဘူး။

ဒီသဘောတွေကို နောင်အလျှဉ်းသင့်တဲ့ တရားတော်တွေကျမှပဲ အကျယ်တဝင့် ပြောပါတော့မယ်။ အခုတော့ ဒီလောက်ပဲ အကျဉ်းချုပ်မှတ်ထားပါ။

ကိုယ့်အကျိုးအတွက် အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာလည်း သူတစ်ပါးအကျိုး မထိခိုက်အောင် ဂရုစိုက်ဖို့ လိုပါတယ်။ စစ်မှန်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုးဆိုတာ ကုသိုလ်အလုပ်၊ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို ပြောတာပါ။

ကုသိုလ်အလုပ်၊ တရားဘာဝနာအလုပ်တွေဟာ အများအကျိုး၊ သူတစ်ပါးအကျိုးနဲ့ တိုက်ရိုက် မသက်ဆိုင်ပေမယ့် အများကို၊ သူတစ်ပါးကို မထိခိုက်တဲ့အတွက် ချီးမွမ်းဖွယ်ကောင်းတဲ့ အလုပ်၊ မြင့်မြတ်တဲ့ အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့အလုပ်

http://www.dhammadownload.com

မဟုတ်ပါဘူး။

ဒါပေမဲ့ ကုသိုလ်အလုပ်၊ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို သူတစ်ပါးထိခိုက်အောင်၊ ပတ်ဝန်းကျင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်အောင် လုပ်ရင်တော့ သန့်စင်မွန်မြတ်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုးသယ်ပိုးမှု မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။ ဥပမာ၊ အသံကျယ်ကြီးနဲ့ ဘုရား အော်ရိုးတာမျိုး၊ အသံချဲ့စက်ကြီးတွေနဲ့ တစ်နေ့လုံး၊ တစ်ညလုံး အဆက်မပြတ် တရားစာ အော်ရွတ်နေတာမျိုးတွေပေါ့။

အဲဒီလို "ငါကုသိုလ်ရရင်ပြီးရော၊ ပတ်ဝန်းကျင်ဘာဖြစ်ဖြစ်"၊ "ငါကောင်းတာလုပ်တာပဲ၊ သူတို့မကြိုက်လဲ မတတ်နိုင်ဘူး" ဆိုတဲ့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန် အယူအဆအမှားတွေကို လုံးဝဖယ်ရှားပြီး သူတစ်ပါးအကျိုး မထိခိုက်တဲ့ ကိုယ့်အကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေကို သန့်စင်မွန်မြတ်စွာ ပါရမီမြောက်အောင် သယ်ပိုးရွက်ဆောင်ကြရပါမယ်။

နေမင်းကြီးဟာ မကွယ်ခင်မှာ ကိုယ်တိုင်လည်း တောက်ပ၊ လောကကိုလည်း အလှဆင်သလို လူဟာလည်း မသေခင်မှာ ကိုယ့်အကျိုးလည်း ဆောင်ရွက်၊ သူတစ်ပါးအကျိုးလည်း သယ်ပိုးကြရပါမယ်။



http://www.dhammadownload.com

■ ပြီးဆုံးခဲ့တဲ့အတိတ်အကြောင်း
ဖြစ်မလာသေးတဲ့အနာဂတ်အကြောင်းတွေကို
မလိုအပ်ဘဲတွေးတောနေပြီး
စိတ်ပင်ပန်းမနေသင့်ပါဘူး။
မသေခင်ကိုယ်တကယ်ပိုင်တဲ့
ပစ္စုပ္ပန်တစ်ခဏလေးမှာပဲ
စိတ်ကိုတည့်တည့်ချထားပြီး
လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာကို
အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်လုပ်ရပါမယ်။

■ ကိလေသာဖြစ်မယ့်ကိစ္စ
အကုသိုလ်ဖြစ်မယ့်ကိစ္စတွေမှာ
တွန့်ဆုတ်တဲ့သူဖြစ်ရပါမယ်။
ကိလေသာစိတ်မဖြစ်ရဲ၊ အကုသိုလ်အလုပ်
မလုပ်ရဲတဲ့သူဟာသူရဲကောင်းအစစ်ပါ။

■ "တစ်လောကလုံးမှာကိုယ်ပိုင်တာ
ဘာမှမရှိပါလား" ဆိုတဲ့အသိစွဲစွဲမြဲမြဲ
ရှိနေရပါမယ်။ အဲဒီအသိစွဲစွဲမြဲမြဲရှိနေပြီဆိုရင်
ရှိချင်တာမရှိလို့လည်းမပူပန်တော့ပါဘူး။
ရှိပြီးတာမရှိလို့လည်းမဆူညံတော့ပါဘူး။

■ မသေခင်လုပ်ရမယ့်အလုပ်တွေထဲမှာ
အရေးအကြီးဆုံး၊ ပဓာနအကျဆုံးကတော့
ကိလေသာခေါင်းပါးရေးအလုပ်
ကိလေသာအမြစ်ပြတ်ရေးအလုပ်ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

မသေခင်ဖြည့်ဆည်းရမည့်ဘဝအရည်အသွေးများ

မြတ်စွာဘုရားရှင်က "မသေခင်သုတ္တန်"လို့ အဓိပ္ပါယ်ရတဲ့ "ပုရာဘေဒသုတ္တန်"မှာ မသေခင်ဖြည့်ဆည်းရမယ့် ဘဝအရည်အသွေးတွေကို တစ်စုတစ်ဝေးတည်း ဟောကြားထားပါတယ်။

မြင့်မြတ်တဲ့လူသားတိုင်းနဲ့ မြင့်မြတ်လိုတဲ့လူသားတိုင်း မဖြည့်မဖြစ် ဖြည့်ဆည်းရမယ့် စိတ်ဓာတ်အရည်အသွေး၊ ဘဝအရည်အသွေးတွေဖြစ်လို့ အကျဉ်းဆုံးချုပ်ပြီး ပြောပြချင်ပါတယ်။

မသေခင်မှာ တဏှာကင်းအောင် ကြိုးစားရပါမယ်။ လုံးဝမကင်းတောင် နည်းနိုင်သမျှ နည်းရပါမယ်။ အစွန်းထွက်တဲ့ တဏှာမျိုး၊ လွန်ကဲဖောက်ပြန်တဲ့ တဏှာမျိုး လုံးဝမဖြစ်အောင် သတိနဲ့ ထိန်းသိမ်းနိုင်ရပါမယ်။

ပြီးဆုံးခဲ့တဲ့အတိတ်အကြောင်း၊ ဖြစ်မလာသေးတဲ့ အနာဂတ်အကြောင်းတွေကို မလိုအပ်ဘဲ တွေးတောနေပြီး စိတ်ပင်ပန်းမနေသင့်

http://www.dhammadownload.com

ပါဘူး။ မသေခင် ကိုယ်တကယ်ပိုင်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်တစ်ခဏလေးမှာပဲ စိတ်ကို တည့်တည့်ချထားပြီး လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ရပါမယ်။

မသေခင်မှာ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ဒေါသမီး မလောင်မြိုက်အောင် တိမ်းရှောင်နိုင်ရပါမယ်။ ထစ်ကနဲရှိဒေါသထွက်တာမျိုး၊ ကိုယ်မကျေနပ်တဲ့လူကို ရန်ငြိုးဖွဲ့. ကလဲ့စားချေဖို့ ကြိုးစားတာမျိုး မလုပ်သင့်ပါဘူး။ သူလည်း တစ်နေ့သေ၊ ကိုယ်လည်း တစ်နေ့သေမယ့် ကိစ္စ၊ ဘာလို့ ဒေါသထွက်နေဦးမှာလဲ။

နေရာတကာမှာ စိတ်ပူပန်တတ်တဲ့သူလည်း မဖြစ်သင့်ပါဘူး။ တိုတောင်းလှတဲ့ ဘဝလေးကို စိတ်ပူလောင်မှုတွေနဲ့ ဘာလို့ အချိန်ဖြုန်းပစ်မှာလဲ။ စိတ်အေးအေး၊ ခေါင်းအေးအေးနဲ့ အရာရာကို ယောနိသောမနသိကာရ ထားတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ရှိတဲ့ဂုဏ်နဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မရှိတဲ့ဂုဏ်နဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် ကြွားတတ်ဝါတတ်၊ ဂုဏ်ပြိုင်တတ်တာမျိုးလည်း ရှောင်ကြဉ်ရပါမယ်။ ကိုယ်လုပ်တာ၊ ကိုယ်ပိုင်တာ လူတကာလှည့်ကြွားနေရတဲ့ အရသာက သေရင် ကိုယ့်အတွက် ဘာများ အကျိုးပြုနိုင်မှာမို့လဲ။

လုပ်သင့်တာ မလုပ်ခဲ့မိလေခြင်း၊ မလုပ်သင့်တာ လုပ်ခဲ့မိလေခြင်းလို့ နောင်တရ စိတ်ပူပန်နေတာမျိုးလည်း မဖြစ်သင့်ပါဘူး။ အသိမှန်၊ သတိမှန်ရတဲ့အချိန်ကစပြီး လုပ်သင့်တာ လုပ်၊ မလုပ်သင့်တာ မလုပ်ဘဲနေရင် မသေခင် ကိုယ့်တဝဟာ ကျေနပ်စရာ ကောင်းနေပါပြီ။

နွှတ်စောင့်စည်းသူ၊ စကားကို ဉာဏ်နဲ့ ချင့်ချိန်ပြောသူလည်း

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်ရပါမယ်။ အပိုစကားတွေ၊ အကျိုးမဲ့စကားတွေကို စိတ်ထင်တိုင်း လျှောက်ပြောနေလို့ ကိုယ့်ပါးစပ်လည်း ကျက်သရေရှိမလာနိုင်သလို၊ မသေခင် ကိုယ့်ဘဝလည်း ကျက်သရေ ရှိမလာနိုင်ပါဘူး။

မသေခင်ကာလလေးက တိုတိုလေးမို့ စိတ်ပျံ့လွင့်တွေးတောပြီးလည်း အချိန်မဖြုန်းသင့်ပါဘူး။ ကုန်သွားတဲ့အချိန်က ပြန်မရနိုင်တဲ့အတွက် လက်ထဲရောက်လာသမျှ အချိန်တိုင်းကို စိတ်တည်ငြိမ်မှုအပြည့်နဲ့ အကျိုးရှိရှိ အသုံးချတတ်ရပါမယ်။

ကိုယ့်ရဲ့လက်ရှိဘဝကို မကျေနပ်ဘဲ မရေရာ မသေချာတဲ့ အနာဂတ်ဘဝကို ပုံဖော်တပ်မက်နေတာမျိုးလည်း လုံးဝမဖြစ်စေသင့်ပါဘူး။ ကိုယ်နဲ့ ထိုက်တန်လို့ ရလာတဲ့ ကိုယ့်ဘဝကို ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံပြီး နေတတ်အောင် နေရပါမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝကို ဖန်တီးပေးလိုက်တဲ့ အတိတ်ကံရဲ့ ဖြစ်တည်ရာ ဘဝတွေကိုလည်း စိတ်နာနေလို့ အပိုပါပဲ။

ကံ၊ ကံရဲ့အကျိုးမရှိ၊ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝမရှိ အစရှိတဲ့ အယူမှား မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိတွေလည်း ကင်းရှင်းနေရပါမယ်။ အယူမှားရင် အလုပ်မှားမယ်၊ အလုပ်မှားရင် အကျိုးတရားလည်း မှားပြီး ပစ္စုပ္ပန်မှာရော၊ သံသရာမှာပါ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ပင်လယ်ဝေရပါလိမ့်မယ်။

ကိလေသာဖြစ်မယ့်ကိစ္စ၊ အကုသိုလ်ဖြစ်မယ့်ကိစ္စတွေမှာ တွန့်ဆုတ်တဲ့သူ ဖြစ်ရပါမယ်။ ကိလေသာစိတ် မဖြစ်ရဲ၊ အကုသိုလ် အလုပ် မလုပ်ရဲတဲ့သူဟာ သူရဲကောင်းအစစ်ပါ။

ကိုယ့်ကို သူတပါးတွေ အထင်ကြီးအောင် မဟုတ်မမှန် လုပ်ကြံ

http://www.dhammadownload.com

လှဲ့ဆော်တာမျိုး လုံးဝမပြုလုပ်ရပါဘူး။ အဲ့ဖွယ်ထူးဆန်းတွေ လိမ်ညာ ဖန်တီးပြပြီး နာမည်ကြီး၊ လာဘ်ပေါ၊ ပရိသတ်များအောင် လုပ်ခြင်းဟာ ကိုယ့်ရဲ့မသေခင်ဘဝကို အမည်းရောင်ဆိုးနေတာပါပဲ။

လူသားတွေရဲ့ မသေခင်ဘဝကို အရုပ်ဆိုးအကျည်းတန်စေတဲ့ မနာလို၊ ဝန်တိုမှု (ကျဿာ၊ မစ္ဆရိယ) ကိုလည်း တွန်းလှန်နိုင်ရပါမယ်။ ကိုယ့်ထက်သာ မနာလိုတဲ့စိတ်၊ ကိုယ့်လိုပြည့်စုံမှာ ဝန်တိုတဲ့စိတ် လွှမ်းမိုးနေတဲ့သူဟာ မသေခင်က ပုပ်နေတဲ့ သက်ရှိအလောင်းကောင်ပါပဲ။

ကိုယ်အပြုအမူကြမ်းတမ်းသူ၊ နှုတ်အပြောအဆို ကြမ်းတမ်းသူ၊ စိတ်နေသဘောထား ကြမ်းတမ်းသူ မဖြစ်စေရပါဘူး။

ကိုယ်ကျင့်တရား မကောင်းသူ (သီလမရှိသူ) ကို ပတ်ဝန်းကျင်က ရွံရှာစက်ဆုပ်ကြပါတယ်။ မသေခင်မှာ ပတ်ဝန်းကျင်က ရွံရှာစက်ဆုပ်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားပျက်သူ မဖြစ်ပါစေနဲ့။

ချစ်ခင်နေသူအချင်းချင်း၊ အဆင်ပြေနေသူအချင်းချင်း ကွဲပြားအောင် လှဲ့ဆော်သူ၊ ကုန်းတိုက်သူ မဖြစ်ပါစေနဲ့။ သူ့ရေစက်နဲ့သူ၊ သူ့အကြောင်းဆက်နဲ့သူ ချစ်ကြ၊ ခင်ကြ၊ အဆင်ပြေနေကြတာကို မနာလိုဝန်တိုဖြစ်ပြီး ကွဲပြားအောင် ကုန်းတိုက်တဲ့သူလောက် ကျက်သရေယုတ်တဲ့သူ လောကမှာ မရှိတော့ပါဘူး။

မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်လို့ ခေါ်တဲ့ တံခါးခြောက်ပေါက်ကနေ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အထိအတွေ့၊ သဘောတရားလို့ခေါ်တဲ့ အာရုံခြောက်ပါးဆီကို တဏှာလောဘ အစရှိတဲ့ ကိလေသာရေအလျဉ်တွေ စီးဆင်းမသွားအောင် စောင့်ရှောက်နိုင်ရပါ

http://www.dhammadownload.com

မယ်။ မြင်–မြင်ကာမျှ၊ ကြား–ကြားကာမျှနဲ့ ပြီးအောင် သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားများနိုင်ရင် ကိလေသာရေ စီးဆင်းမှု ရပ်တန့်သွားမှာပါ။

မာနလွန်ကဲပြီး အောက်ခြေလွတ် ဘဝင်မြင့်နေတဲ့သူလည်း မဖြစ်စေရပါဘူး။ မာနကြီးတယ်ဆိုတာ အထင်ကြီးတာပါ။ ပစ္စည်း၊ ရုပ်ရည်၊ ပညာ၊ အာဏာ၊ သူများထက်သာတယ်လို့ထင်နေတဲ့ "အထင်" ကြီးနေတာပါ။ အထင်ဟာ အထင်ပါပဲ။ တကယ်မဟုတ်ပါဘူး။

မသေခင်မှာ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ဉာဏ်ပညာကြီးမားသူဖြစ်အောင် ကြိုးစားနေရပါမယ်။ လောကီဉာဏ်သာမက လောကုတ္တရာဉာဏ်ပါရမှ လူ့ဘဝ ဖြစ်ရကျိုးနပ်ပါတယ်။

ဘယ်အရာမျိုးကိုမဆို ကိုယ်တွေ့အသိမပါဘဲ သူတစ်ပါးအပြောနဲ့ ယုံတတ်တဲ့သူလည်း မဖြစ်စေရပါဘူး။ သိသင့်သိထိုက်တာမှန်သမျှ သူတစ်ပါးပါးစပ်မှာ လမ်းဆုံး၊ သူတစ်ပါးပြောတာ ယုံနေရုံလောက်နဲ့ မပြီးဘဲ ကိုယ်တိုင်သိ၊ ကိုယ်တိုင်မြင်အောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ရပါမယ်။

ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်တဲ့အခါမှာလည်း လာဘ်မျှော်တဲ့စိတ်နဲ့ မပြုလုပ်ရပါဘူး။ လူမှုရေး လာဘ်လာဘလို့ခေါ်တဲ့ ထင်ပေါ်ကျော်စောမှု၊ စီးပွားရာထူးတိုးတက်မှု၊ သံသရာကောင်းစားမှုတွေကို လုံးဝမမျှော်ကိုးဘဲ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်လိုတဲ့စိတ်၊ သတ္တဝါအများ ကောင်းစားစေလိုတဲ့စိတ်နဲ့ ပြုလုပ်ကြရပါမယ်။

အကောင်း၊ အဆိုး လောကဓံအမျိုးမျိုးနဲ့ တွေ့ကြုံလာတဲ့အခါ

http://www.dhammadownload.com

မှာလည်း စိတ်မတက်၊ စိတ်မပျက်ဘဲ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ ခံနိုင်ရည်ရှိရပါမယ်။

သက်ရှိ၊ သက်မဲ့တစ်ခုခုအပေါ် တပ်မက်စွဲလမ်းတဲ့ တဏှာကို အကြောင်းပြုပြီး ဘယ်သူနဲ့မှ ဆန့်ကျင်ဘက် မဖြစ်စေရပါဘူး။ တဏှာတစ်ခုခုရဲ့နောက်မှာ ဆင့်ပွားအကုသိုလ်စိတ်တွေ၊ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်တွေ တွဲပါမလာအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်ခြင်းဟာ အဆင့်မြင့်ပုထုဇဉ်တွေရဲ့ အရည်အချင်းတစ်ခုပါပဲ။

အစားအသောက်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့လည်း ဒါ မစားရ မနေနိုင်၊ ဒါ မသောက်ရ မနေနိုင် တမ်းတမ်းစွဲ မက်မောမှု ကင်းရှင်းရပါမယ်။ ရသတဏှာကို ထိန်းချုပ်စောင့်စည်းနိုင်ရပါမယ်။

ကိုယ်အပြုအမူဖြစ်သမျှ၊ စိတ်အနေအထားဖြစ်သမျှကို အမြဲသတိကပ် ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကြံလာသမျှ အာရုံကောင်းဆိုးအမျိုးမျိုးကို မချစ်၊ မမုန်းဘဲ ဥပေက္ခာပြု အညီအမျှ ရှုနိုင်တဲ့သူ ဖြစ်ရပါမယ်။

ကိုယ့်အထက်လူနဲ့ နှိုင်းယှဉ်တဲ့မာန၊ ကိုယ့်တန်းတူလူနဲ့ နှိုင်းယှဉ်တဲ့မာန၊ ကိုယ့်အောက်တန်းလူနဲ့ နှိုင်းယှဉ်တဲ့မာန၊ မာန သုံးမျိုးလုံးလည်း ကင်းရှင်းရပါမယ်။

သေပြီးရင် အသက်ကောင်၊ ဝိညာဉ်ကောင်လေး နောက်ဘဝလိုက်တယ်ဆိုတဲ့ သဿတဒိဋ္ဌိ၊ သေပြီးပြတ်တယ်၊ ဘာမှ မဖြစ်တော့ဘူးဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ၊ ဒီ ဒိဋ္ဌိနှစ်ပါးလည်း ကင်းရှင်းရပါမယ်။ ဒီ ဒိဋ္ဌိနှစ်ပါးရှိနေရင် မသေခင်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေ ကမောက်ကမဖြစ်ပြီး

http://www.dhammadownload.com

သံသရာမှာ ချောက်ကျရပါလိမ့်မယ်။

ကိုယ်နဲ့ ပတ်သက်ဆက်စပ်နေတဲ့ သားသမီးစတဲ့ သက်ရှိပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အိမ်၊ မြေစတဲ့ သက်မဲ့အရာဝတ္ထုတွေကို ငါ့သား၊ ငါ့သမီး၊ ငါ့အိမ်၊ ငါ့မြေဆိုပြီး ငါစွဲကြီးကြီး၊ ငါဥစ္စာအစွဲကြီးကြီးနဲ့ သိမ်းပိုက်ထားတဲ့စိတ်မျိုး ကင်းရှင်းရပါမယ်။

ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ် ကိလေသာကို ရှေ့တန်းတင်တဲ့ အလုပ်၊ ကိလေသာကို ဆရာတင်တဲ့အလုပ်မျိုး မဖြစ်အောင် သတိထားရပါမယ်။

ကိလေသာအရင်းမခံဘဲ အလုပ်လုပ်နေပါရက်နဲ့ သူတစ်ပါးတို့က ကိလေသာအရင်းခံတယ်လို့ ထင်မှားစွပ်စွဲလာရင်လည်း မတုန်မလှုပ် သည်းခံနိုင်ရပါမယ်။

"တစ်လောကလုံးမှာ ကိုယ်ပိုင်တာ ဘာမှမရှိပါလား" ဆိုတဲ့ အသိ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှိနေရပါမယ်။ အဲဒီအသိ စွဲစွဲမြဲမြဲရှိနေပြီဆိုရင် ရှိချင်တာ မရှိလို့လည်း မပူပန်တော့ပါဘူး။ ရှိပြီးတာ မရှိလို့လည်း မဆူညံတော့ပါဘူး။

ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းစတဲ့ ကိလေသာကို အရင်းခံပြီး မလုပ်သင့် မလုပ်ထိုက်တာ လုပ်တဲ့ အဂတိလိုက်စားမှုလည်း ကင်းရှင်းရပါမယ်။ အဂတိရဲ့ လားရာဟာ ဒုဂ္ဂတိပါ။

လောကမှာ လူသားတွေ မလုပ်သင့် မလုပ်ထိုက်တာလုပ်၊ လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်တာမလုပ် ဖြစ်နေကြတာဟာ အရင်းခံကတော့ ကိလေသာပါပဲ။ ကိလေသာခေါင်းပါးလာတာနဲ့အမျှ မလုပ်သင့် မလုပ်ထိုက်တာတွေလည်း ရှောင်ကြဉ်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။ လုပ်သင့်လုပ်

http://www.dhammadownload.com

ထိုက်တာတွေလည်း ဆောင်ငင်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။

မလုပ်သင့်တာအားလုံး အကြွင်းမဲ့ ရှောင်နိုင်ပြီး လုပ်သင့်တာအားလုံး အကြွင်းမဲ့ဆောင်နိုင်ပြီဆိုရင်တော့ အကြွင်းမဲ့ ဘဝလွတ်မြောက်မှုကို ရပါပြီ။ သေခြင်းတရားက အပြီးတိုင် လွတ်မြောက်ပါပြီ။ ထပ်တလဲလဲ တစ်သေတည်း သေနေရတဲ့အဖြစ်ဆိုး၊ ဒုက္ခဆိုးတွေက ထာဝရ လွတ်မြောက်ပါပြီ။ အနှိုင်းမဲ့နိဗ္ဗာန်မှာ အကြွင်းမဲ့ ပျော်စံနိုင်ပါပြီ။

ဒါ့ကြောင့် မသေခင်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေထဲမှာ အရေးအကြီးဆုံး၊ ပဓာနအကျဆုံးကတော့ ကိလေသာခေါင်းပါးရေးအလုပ်၊ ကိလေသာအမြစ်ပြတ်ရေးအလုပ်ပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com

အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ

မိမိကို လူတစ်ယောက်က ကြဲခြောင်းတစ်ချောင်း ပေးလာခဲ့မယ်ဆိုပါတော့။ အဲဒီကြဲကို အရင်းကစပြီးတော့ စုပ်မလား၊ အဖျားကစပြီးတော့ စုပ်မလား။

သေခြင်းတရားကို မဆင်ခြင်မိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အဖျားပိုင်းကနေ စပြီးတော့ စုပ်မယ်။ သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်မိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အရင်းပိုင်းကနေ စပြီးတော့ စုပ်မယ်။

အဖျားပိုင်းကနေ စပြီးစုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ ကြဲရဲ့ အကောင်းဆုံးအရသာဟာ အရင်းပိုင်းမှာ ရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် အရသာကို တဖြည်းဖြည်း တိုးပြီးခံစားမယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ပါ။

ဒါပေမဲ့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အဖျားပိုင်းကို စုပ်နေရင်းတန်းလန်း

http://www.dhammadownload.com

နဲ့ သေဆုံးသွားခဲ့မယ်ဆိုရင် အရင်းပိုင်းမှာရှိတဲ့ အကောင်းဆုံးအရသာကို ခံစားခွင့် ရလိုက်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က အရင်းပိုင်းကနေ စပြီးစုပ်တော့ အဖျားပိုင်းကို မရောက်ခင်မှာ သေသွားခဲ့မယ်ဆိုရင်လည်း အကောင်းဆုံးအရသာကို ခံစားပြီးပြီဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် သူ့အတွက် သေရကျိုးနပ်ပါတယ်။

လောကီအာရုံကာမဂုဏ်ချမ်းသာဆိုတာ ကြဲရဲ့ အဖျားပိုင်းအရသာနဲ့တူပါတယ်။ ဝိပဿနာချမ်းသာနဲ့တကွ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ ဆိုတာကတော့ ကြဲရဲ့ အရင်းပိုင်းအရသာနဲ့ တူပါတယ်။

ရခဲတဲ့ လူ့ဘဝ ရတဲ့အခိုက် အဖျားပိုင်းချမ်းသာနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်ပြီးတော့ မိမိရဲ့ဘဝတန်ဖိုးကို နှိမ့်ချပစ်လိုက်မလား၊ ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာလို့ ခေါ်တဲ့ အရင်းပိုင်းချမ်းသာကို ခံစားပြီးတော့ပဲ မိမိရဲ့ဘဝတန်ဖိုးကို မြှင့်တင်မလား ဆိုတာကတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ကြရမှာပါပဲ။

ပါရမီဓာတ်ခံလည်း အားကောင်း၊ အသိဉာဏ်လည်း ရင့်သန်တဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းဆိုရင်တော့ အဖျားပိုင်းချမ်းသာထက် အရင်းပိုင်းချမ်းသာကို ပိုပြီး တန်ဖိုးထားမှာ သေချာပါတယ်။

သံသရာနဲ့ ချီပြီးတော့ ကြဲတွေ့ခဲ့လှတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်ကြီးနဲ့ တွေ့ကြဲတဲ့အခိုက်မှာ မသေခင် အချိန်ကာလလေးအတွင်း အလုပ်သင့် အလုပ်ထိုက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အရှိန်အဟုန်

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ ၊ စွမ်းရည်ပြည့်ပြည့်နဲ့ လုပ်နိုင်ဖို့အတွက် သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်နိုင်ကြပါစေ ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ဟောကြားတဲ့ "မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ" ဆိုတဲ့ ဦးဇင်းတို့ရဲ့ တရားကို ဒီနေရာမှာပဲ နိဂုံးချုပ်ပါတယ်။

"မသေခင် ဘာလုပ်ကြမလဲ" တရားကို နာကြားကြရတဲ့ တရားနာပရိသတ်များ သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ်၊ မကြာခဏ သတိရ ဆင်ခြင်နိုင်ကြပါစေ။

သေခြင်းတရားကို သတိရ ဆင်ခြင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ထူးခြားထက်မြက်သော စိတ်စွမ်းအားနဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုများကို အရှိန်အဟုန်ကောင်းကောင်း၊ အင်အားပါပါ၊ စွမ်းရည်ပြည့်ပြည့် ပြုလုပ်အားထုတ်နိုင်ကြပါစေ။

ပြုလုပ်အားထုတ်နိုင်ကြတဲ့အတိုင်းလည်းပဲ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့်တက်၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့်တက်ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာ နောက်ဆုံးအဖြစ်နဲ့ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေလို့ ဆုတောင်းရင်း ဦးဇင်းတို့ရဲ့တရားကို ဒီနေရာမှာပဲ နိဂုံးချုပ်ပါတော့မယ်။

တရားနာပရိသတ်များအားလုံး လက်အုပ်ချီထားကြပါ။

အရေးကြီးဆုံးစကားတစ်ခွန်းနဲ့ တရားနိဂုံးချုပ်ပါတော့မယ်။

အပွမာဒေန သမ္မာဒေထ။

အပွမာဒေန၊ မမေ့မလျော့၊ မပေါ့မဆ၊ ပြင်းပြထက်သန်မှန်ကန်သော သတိတရားဖြင့်။

http://www.dhammadownload.com

သမ္မာဒေထ၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဟုဆိုအပ်သော သိက္ခာသုံးပါးတို့ကို ကိုယ်စီကိုယ်င ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ။

သာဓု .... သာဓု .... သာဓုပါဘုရား....။



၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ (၂၇)ရက်နေ့၊ ရန်ကုန်မြို့၊ တာမွေမြို့နယ်
၁၃၃လမ်း၌ ဟောကြားအပ်သောတရားတော်ကို
မြုပြင်ဖြည့်စွက်ရေးသားထားပါသည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)

http://www.dhammadownload.com

တရားသိမ်းမေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌ရှိကြသော
နတ်လူသတ္တဝါအားလုံးတို့သည်
ဘေးရန်ရောဂါကင်းစင်ကွာ၍
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။



http://www.dhammadownload.com

■ လူဖြစ်စဉ်ထဲကဘဝတွေအားလုံးထဲမှာ
ရဟန်းဘဝဟာအမြင့်ဆုံးအမြတ်ဆုံးဆိုတာ
သိနေပါလျက်နဲ့ရဟန်းဘဝကို
မခံယူဘူးဆိုရင်ကိုယ့်လောက်ညံ့ဖျင်းတဲ့လူ
ကိုယ့်လောက်မိုက်မဲတဲ့လူလောကမှာ
မရှိတော့ဘူးလို့ယူဆမိပါတယ်။
ရဟန်းဘဝမှတစ်ပါးသောဘဝတွေနဲ့
ကိုယ့်ဘဝဖြစ်တည်ရမှာကိုလည်း
ရွက်လာမိပါတယ်။

■ ဘဝဆိုတာအလုပ်လုပ်ခြင်း
ဘဝဆိုတာသေဆုံးခြင်းလို့ပဲ
ဘဝကိုအဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချင်ပါတယ်။
လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ်
မလုပ်ချင်တဲ့အလုပ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ်
လုပ်နေရတာဟာဘဝပါပဲ။
မနေ့ကဘဝသေဆုံးပြီးမှဒီနေ့ဘဝ
ပြီးခဲ့တဲ့နာရီ၊ မိနစ်၊ စက္ကန့်ဘဝသေဆုံးပြီးမှ
အခုနာရီ၊ မိနစ်၊ စက္ကန့်ဘဝဖြစ်ရတဲ့အတွက်
အချိန်တိုင်းသေဆုံးနေရခြင်းဟာဘဝပါပဲ။

■ အရေးကိစ္စကြုံတိုင်းကြုံတိုင်း
ကိုယ်အားထုတ်ထားခဲ့တဲ့ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ
အပြုသဘောဆောင်တဲ့လုပ်ရပ်တွေကို
သစ္စာဆိုပြီးဆုတောင်းပါ။
လိုအင်ဆန္ဒအားလုံးပြည့်ဝပါလိမ့်မယ်။

http://www.dhammadownload.com

အရှင်ဆန္ဒာဓိကအတ္ထုပ္ပတ္တိ

၂၃-၂-၉၇ နေ့က ကျွန်တော် ရန်ကုန်မြို့၊ ရှစ်မိုင်၊ သဒ္ဓမ္မရံသီ ရိပ်သာသို့ရောက်ရှိခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော် သိကျွမ်းခင်မင်ကြည်ညိုခဲ့ရသော ပထမကျော် အရှင်ဆန္ဒာဓိကအား ဖူးမြော်ရန် သွားရောက်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဖူးမြော်ခွင့်ရရုံသာမက အရှင်နှင့်ကျွန်တော် တရားဓမ္မများကို သုံးနာရီကျော်ခန့်ပင် ဆွေးနွေးခဲ့ရပါသည်။ အရှင်၏ထူးခြားသော ကိုယ်ရေးရာဇဝင်နှင့် မြင့်မြတ်သော အတွေးအခေါ်တို့ကို တိကျသေချာစွာ ကြားနာမှတ်သားခဲ့ရပါသည်။

ထိုအကြောင်းအရာများကို စာရှုသူများ ဖတ်မှတ်သိရှိကြည်ညိုခွင့်ရရန် ကျွန်တော် ရေးသားတင်ပြလိုပါသည်။

ပထမကျော် အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် မြန်မာနိုင်ငံ သာသနာ့သမိုင်း၌ ထူးခြားသော သာသနာ့အာဇာနည်တစ်ပါးဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

၁၉၆၈–ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ (၉)ရက်၊ အင်္ဂါနေ့တွင် ရေနံချောင်းမြို့၊ သူဌေးကုန်းရပ်ကွက်၌ မွေးဖွားခဲ့ပါသည်။ မိဘနှစ်ပါးမှာ ဦးစိန်ဝင်း (အင်းစိန် G.T.I နည်းပြ၊ အငြိမ်းစား)နှင့် ဒေါ်သိန်းသိန်း (အထက်တန်းပြ၊ အငြိမ်းစား)ဖြစ်ပါသည်။ ယခုအခါ ရန်ကုန်မြို့၊ စမ်းချောင်း၊ မြေနီကုန်း၌ နေထိုင်လျက်ရှိပါသည်။

လူအမည်မှာ မောင်ဇော်သိန်းဖြစ်၍ မွေးချင်းညီအစ်ကို(၄) ယောက်တွင် ဒုတိယမြောက်သားဖြစ်ပါသည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် လောကီအတန်းကျောင်းသားဘဝတွင် သူငယ်တန်းမှ ဒသမတန်းထိ ပထမဆုများဖြင့် အောင်မြင်ခဲ့သည်။

၁၉၈၄–ခုနှစ်၊ အခြေခံပညာအထက်တန်း(ဒသမတန်း) စာမေးပွဲတွင် ရေနံချောင်းမြို့၊ အမှတ်(၁) အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်းမှ (၆)ဘာသာဂုဏ်ထူးဖြင့် ထူးချွန်စွာအောင်မြင်ခဲ့၍ ဘာသာစုံအမှတ်ပေါင်း(၅၁၀)မှတ်ဖြင့် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးတွင် ဒုတိယဆုရရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ အောင်မြင်မှုများ၌ ထူးခြားချက်တစ်ခုမှာ ကျူရှင်လုံးဝမယူခဲ့ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

ထို့အပြင် အဋ္ဌမတန်း၊ နဝမတန်း၊ ဒသမတန်းတို့တွင် လူရည်ချွန်ဆုများ ဆက်တိုက်ရရှိခဲ့သဖြင့် သုံးထပ်ကွမ်းလူရည်ချွန်တစ်ဦးလည်းဖြစ်ခဲ့သည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက၏ ကျန်ညီအစ်ကိုများမှာလည်း ထူးချွန်ကြပါသည်။ နောင်တော်ဖြစ်သူမှာ လေးထပ်ကွမ်းလူရည်ချွန် ကိုဌေးဝင်း B.E (Mechanical)ဖြစ်သည်။ ညီနှစ်ယောက်မှာ မောင်ညိုဝင်း

http://www.dhammadownload.com

B.E(Electronic) နှင့် နှစ်ထပ်ကွမ်းလူရည်ချွန် ဒေါက်တာ မောင်နိုင်ဝင်း M.B.B.S(Ygn) တို့ ဖြစ်ကြသည်။

ညီအစ်ကိုလေးယောက်တွင် အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် အထူးချွန်ဆုံး၊ အထူးခြားဆုံးဖြစ်သည်။ လောကီကျောင်းသားဘဝအောင်မြင်မှုများကို စွန့်လွှတ်ကာ သာသနာ့ဘောင်သို့ အပြီးတိုင်ဝင်ရောက် ခိုလှုံခဲ့သောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် ဒသမတန်းစာမေးပွဲ အောင်စာရင်းထွက်ပြီးမကြာမီ (၁၉၈၄)ခုနှစ်၊ ဇွန်လ(၂၄)ရက်၌ အမရပူရမြို့၊ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်တွင် သာသနာ့ဘောင်သို့ ဝင်ရောက်ခဲ့သည်။ ထိုကျောင်းတိုက်မှာပင် ပရိယတ္တိစာပေများကို သင်ယူလေ့လာခဲ့သည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် ထူးချွန်သူပီပီ သာသနာ့ဘောင်တွင်လည်း ပရိယတ္တိစာမေးပွဲများကို ထိပ်တန်းကပင် အောင်မြင်ခဲ့ပါသည်။

(၁၉၈၆)ခုနှစ်၊ အခြေပြုမူလတန်းတွင် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးပထမဆု၊ (၁၉၈၉)ခုနှစ်၊ ပထမငယ်တန်းတွင် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးပထမဆု၊ (၁၉၉၂)ခုနှစ်၊ ပထမကြီးတန်းတွင် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးပထမဆု(ပထမကျော်)ဘွဲ့၊ (၁၉၉၅)ခုနှစ်တွင် သာသနာ့ဓဇဓမ္မာစရိယဘွဲ့များကို ရရှိခဲ့ပါသည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် ပရိယတ္တိသင်ယူစဉ်ကာလ အတွင်း၌လည်း ပဋိပတ္တိကို အချိန်ရသလောက်ယူကာ အားထုတ်ခဲ့ပါသည်။

အရှင်သည် မော်လမြိုင်၊ ဖားအောက်တောရတွင် တစ်ဝါတရားအားထုတ်ခဲ့ပါသည်။တောင်စွန်း၊ စည်တော်ကုန်းတောင်ပေါ်တွင်

http://www.dhammadownload.com

လည်း တစ်ပါးတည်း ဧကစာရီ တောရဆောက်တည်၍ တစ်ဝါ တရား အားထုတ်ခဲ့ပါသည်။ ယခုနှစ်တွင်မူ ရန်ကုန်မြို့၊ ရှစ်မိုင်၊ သဒ္ဓမ္မရံသီ ရိပ်သာတွင် သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်ကာ ဝိပဿနာခုရ တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်လျက်ရှိပါသည်။

ကျွန်တော်သည် အရှင်ဆန္ဒာဓိက၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိကို မေးမြန်း လျှောက်ထားပြီးနောက် အရှင်၏ ထူးခြားသော အတွေးအခေါ်တို့ကို လည်း သိလိုသောကြောင့် သိလိုသည်များကို ဆက်လက်လျှောက်ထား ကာ မှတ်သားခဲ့ရပါသည်။

"အရှင်ဘုရား၊ လောကီကျောင်းသားဘဝ အောင်မြင်မှုတွေ ကို စွန့်လွှတ်ပြီးတော့ သာသနာ့ဘောင်ကို ဘယ်လိုအတွေးအခေါ်တွေနဲ့ အပြီးတိုင် ဝင်ရောက်ခိုလှုံခဲ့တာလဲဘုရား"

"ဦးဇင်း နဝမတန်းမှာ မင်းကွန်း မိုးမိတ်ကုန်းမြေ၊ တိပိဋကဓရ ကာယ သာသနာပြု ပထမသုံးနှစ်ခရီး စာအုပ်ကို အမှတ်မထင် ဖတ်ခဲ့ ရတယ်။ ဖတ်ပြီးပြီးချင်း ရဟန်းဝတ်နဲ့ ပိဋကတ်တော်တွေကို ကျက်မှတ် ချင်တဲ့စိတ်တွေ တဖွားဖွား ပေါ်လာတယ်။

ရခဲလှတဲ့လူဘဝကို ရတဲ့အခိုက်မှာ ကြုံခဲတဲ့သာသနာတော် ကြီးနဲ့ တွေ့ကြုံနေပါလျက် ရဟန်း ဘဝကိုမခံယူလိုက်ရဘူး၊ ပိဋကတ် သုံးပုံကို အာဂုံမဆောင်လိုက်ရဘူးဆိုရင် ငါဟာလူဖြစ်ရကျိုး မနပ်ဘူး လို့ ဆင်ခြင်မိတယ်။

ပြီးတော့ ဦးပဉ္စင်းရဲ့စိတ်ထားက စာမေးပွဲဖြေရင် အဆင့် အမြင့်ဆုံး ပထမနေရာကိုပဲ ရချင်တယ်။ အဲဒီစာမေးပွဲကိစ္စမှာ ထားရှိတဲ့

http://www.dhammadownload.com

သဘောထားကို ဘဝကိစ္စမှာ အသုံးချလိုက်တယ်။

လူဖြစ်စဉ်မှာ ဘဝအမျိုးမျိုးရှိတဲ့အထဲက အဆင့်အမြင့်ဆုံးဘဝကိုပဲ ကိုယ်ပိုင်ချင်တယ်။ လူဖြစ်စဉ်မှာ ဆရာဝန်ဘဝ၊အင်ဂျင်နီယာဘဝ၊ ကုန်သည်ဘဝ၊ စသည်ဖြင့် ဘဝတွေ အမျိုးမျိုးရှိတဲ့အထဲမှာ ရဟန်းဘဝဟာအဆင့်အမြင့်ဆုံး၊ အမြတ်ဆုံးဆိုတာ လှိုက်လှိုက်လဲလဲ သိလာတော့ ရဟန်းဘဝကိုပဲ ကိုယ့်ဘဝအဖြစ် တည်ဆောက်ချင်လာတယ်။

လူဖြစ်စဉ်ထဲက ဘဝတွေအားလုံးထဲမှာ ရဟန်းဘဝဟာ အမြင့်ဆုံး၊ အမြတ်ဆုံးဆိုတာ သိနေပါရက်နဲ့ ရဟန်းဘဝကို မခံယူဘူးဆိုရင် ကိုယ့်လောက်ညံ့ဖျင်းတဲ့လူ၊ ကိုယ့်လောက်မိုက်မဲတဲ့လူ လောကမှာ မရှိတော့ဘူးလို့ ယူဆတယ်။

ရဟန်းဘဝမှ တစ်ပါးသော ဘဝတွေနဲ့ ကိုယ့်ဘဝဖြစ်တည်ရမှာကို ရွက်လာတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ဆရာဝန်ဘွဲ့ရပြီးရင် ရဟန်းပြုပြီး တိပိဋကဓရဘွဲ့ ရအောင်ကြိုးစားမယ် လို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့တယ်။

နောက်တော့ အမရပူရ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဓမ္မစကြာတရားတော်စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရတယ်။ အဲဒီစာအုပ် ဖတ်ပြီးတဲ့အခါမှာတော့ ဆရာဝန်ဖြစ်ပြီးမှ ရဟန်းဝတ်မယ်ဆိုတဲ့ဆုံးဖြတ်ချက်လုံးဝ ပျက်သွားတယ်။ မိဘက အခုခွင့်ပြုရင် အခုချက်ချင်းပဲ သင်္ကန်းဝတ်တော့မယ်။ အဲဒီလောက်ထိ ဆန္ဒပြင်းပြလာတယ်။

တိပိဋကဓရဖြစ်ချင်တဲ့ စိတ်လည်းမရှိတော့ဘူး။ ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာနောက်ဆုံးဖြစ်စေရမယ်။ နောက်ဘဝအသစ်ထပ်မဖြစ်စေရဘူး။ ရဟန်းဖြစ်တာနဲ့ တောထွက်ပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပဲ စောက်ချ အားထုတ်တော့

http://www.dhammadownload.com

မယ်။ အဲဒီလို အခိုင်အမာဆုံးဖြတ်ခဲ့တယ်။

ဦးဇင်းကို ရဟန်းဘဝ အမြန်ဆုံးရောက်အောင်ပို့ပေးလိုက်တဲ့ တွန်းအားကတော့ အဲဒီ ဓမ္မစကြာတရားတော်ထဲက မာဂဏ္ဍိယသုတ္တန် ပါပဲ။ အဲဒီသုတ္တန်မှာ ကိလေသာတွေဟာ နူနာရောဂါနဲ့တူတယ်။ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေဟာ မီးပုံကြီးနဲ့တူတယ်။ ပုထုဇဉ်တွေကတော့ နူနာရောဂါသည်နဲ့တူတယ်။ ကာမဂုဏ်ခံစားနေတာဟာ နူနာရောဂါထလာလို့ ယားလွန်းတဲ့အတွက် မီးကင်ပြီး အယားဖျောက်တာနဲ့တူတယ်လို့ ဟောထားတယ်။

အဲဒီတရားက စိတ်ထဲမှာစွဲပြီး ဘာလုပ်လုပ် အမြဲတမ်း ဆင်ခြင်မိရက်သားဖြစ်နေတယ်။ သီချင်းနားထောင်လည်း အော် ငါ မီးကင်နေတာ။ ထမင်းစားလည်း အော် ငါ မီးကင်နေတာ။ စာကျက်ရင်လည်း အော် ငါ မီးကင်နေတာ။ ကိုယ်ဘာပဲလုပ်လုပ် 'မီးကင်နေတာ၊ အယားဖျောက်နေတာ'လို့ ဆင်ခြင်မိသလို သူတစ်ပါးတွေ ပျော်နေ၊ ပါးနေ၊ လုပ်နေ၊ ကိုင်နေတာတွေကို တွေ့တိုင်းလည်း မီးကင်နေတာ၊ အယားဖျောက်နေတာလို့ပဲ ဆင်ခြင်နေမိတယ်။

ကြာလာတော့ မီးကင်နေရ၊ အယားဖျောက်နေရတဲ့ နူနာသည်ဘဝကို ရွံရှာလာတယ်။ ဒီဘဝက လွတ်မြောက်ချင်လာတယ်။ လူဝတ်ကြောင်ဘဝမှာ ဘယ်လိုမှကို ပျော်လို့မရတော့အောင် ငြီးငွေ့နေမိတယ်။

မိဘကို ခွင့်တောင်းတော့ မိဘစိတ်ချမ်းသာအောင် ဆယ်တန်းလေးတော့ဖြေပါဦးလို့ ငိုယိုဖျောင်းဖျ နားချတာနဲ့ လောကီ အတန်းစာတွေကို ကျက်ချင်စိတ်လုံးဝမရှိဘဲ ကြိတ်မှိတ်ကျက်ခဲ့ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဆယ်တန်းအောင်စာရင်းထွက်တော့မှပဲ ကြည်ကြည်ဖြူဖြူနဲ့ ခွင့်ပြုလို့ အမရပူရ၊ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်မှာ သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။

ဦးဇင်းသက်နိုးဝတ်ရခြင်းရဲ့အကြောင်းကို အတိုချုပ်ပြောရ ရင်တော့....

(၁) လောကမှာ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာနဲ့ တရားဓမ္မချမ်းသာလို့ ချမ်းသာနှစ်မျိုးရှိတဲ့အထဲက တရားဓမ္မချမ်းသာနဲ့ပဲပျော် မွေ့ချင်လို့။

(၂) လူဘဝထက် ရဟန်းဘဝက အများအကျိုးကို ကျယ် ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖြူဖြူစင်စင် ဆောင်ရွက်နိုင်လို့။

(၃) မိဘကျေးဇူးကို အမြတ်ဆုံးနည်းနဲ့ဆပ်ချင်လို့။ ဒါပါပဲ"

"အရှင်ဘုရား၊ ရဟန်းပြုပြီးတော့ ပရိယတ္တိစာပေတွေကို လေ့လာသင်ယူတဲ့အခါမှာရော ဘယ်လိုတွေ့ကြုံခံစားရပါသလဲဘုရား"

"ဘုရားဟောပါဠိတော်တွေ သင်ရတာ စိတ်ထဲမှာ အရမ်း ကြည်နူးတယ်။ အရမ်းပီတိဖြစ်မိတယ်။ဘယ်စာဖတ်ရတာနဲ့မှ မတူတဲ့ ငြိမ်းအေးချမ်းသာခြင်းမျိုးကို ရရှိတဲ့အတွက် လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပြီလို့လည်း ယုံကြည်မိတယ်။

စာတတ်ရုံလေ့လာသင်ယူပြီးရင် တောထွက် တရားအားထုတ် ဖို့ပဲ စိတ်က အားသန်နေတော့ စာမေးပွဲဖြေချင်စိတ် လုံးဝမရှိဘူး။ ဒါပေ မဲ့ မော်လမြိုင် ကျောက်လေးကျော် တောင်လေးလုံးဆရာတော်ဘုရားကြီး က မျက်ရည်တွေကျပြီး ဓမ္မာစရိယဘွဲ့တော့ အနည်းဆုံးရအောင်

http://www.dhammadownload.com

ဖြေပါလို့ တိုက်တွန်းလို့ စာမေးပွဲတွေ ဖြေဖြစ်သွားတာပါ။

စာမေးပွဲအတွက် စာလုပ်တော့လည်း စာမေးပွဲဖြေဖို့၊ စာမေးပွဲအောင်ချင်လို့ စာကျက်တဲ့သဘောမျိုး စိတ်ထဲကမထားဘဲ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုပူဇော်တဲ့သဘောမျိုး၊ တရားနာယူလိုကြတဲ့ နတ်တွေကို တရားဟောတဲ့သဘောမျိုး စိတ်ထဲထားပြီး စာကျက်ပါတယ်”

“အရှင်ဘုရား၊ အခု အင်္ဂလိပ်စာရော လေ့လာနေပါသလား ဘုရား”

“ဘုရားဟောပိဋကတ် ပါဠိစာပေတွေ လေ့လာလို့မကုန်နိုင်သေးတဲ့အတွက်၊ လေ့လာလို့အားမရနိုင်သေးတဲ့အတွက်၊ အင်္ဂလိပ်စာလေ့လာဖို့ အချိန်မပေးနိုင်သေးပါဘူး။

ပါဠိစာလုပ်နေရတာနဲ့ အင်္ဂလိပ်စာလုပ်နေရတာ အရသာချင်းလည်း တခြားစီပါပဲ။ ပါဠိစာပေကြည့်နေတဲ့ အချိန်ထဲက အင်္ဂလိပ်စာအတွက် အချိန်ပေးရမှာကို အရမ်း နှမြောနေမိတယ်။

မင်းကွန်း တိပိဋကဓရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်သလို ရွှေလင်္ကာကောက်ဝတ်နေရမှတော့ ကြေးလင်္ကာကောက်မဝတ်ချင်တော့ဘူးလေ။ ဘုရားဟောပိဋကတ်စာပေတွေက ရိုးရိုးရွှေလင်္ကာကောက်တောင်မဟုတ်ပါဘူး။ စိန်အပြည့်စီထားတဲ့ရွှေလင်္ကာကောက်ပါ။”

“ဒါဆိုရင် နိုင်ငံခြားမှာ သာသနာပြုဖို့အတွက်ကရော ဘုရား”

“လောလောဆယ်မှာတော့ ဗဟိဒ္ဓသာသနာပြုဖို့ထက် အဇ္ဈတ္တသာသနာပြုဖို့က ပိုအရေးကြီးနေပါတယ်။ ကိုယ့်အတွင်းသန္တာန်မှာ သာသနာမပြည့်စုံသေးဘဲနဲ့ သူတစ်ပါးကို သာသနာပြုရမှာ သဘာ

http://www.dhammadownload.com

ဝမကျဘူးလေ။ ဒါပေမဲ့လည်း အခြေအနေအားလျော်စွာ အဇ္ဈတ္တသာသနာပြုရင်းနဲ့ပဲ ဗဟိဒ္ဓသာသနာကိုလည်း တတ်စွမ်းသမျှ ပြုနေရတာပါပဲ။

အင်္ဂလိပ်စကားလုံးတွေရွတ်ဆိုပြီး သာသနာပြုရတာထက် ပါဠိစကားလုံးတွေ၊ မြန်မာစကားလုံးတွေရွတ်ဆိုပြီး သာသနာပြုရတာကို ပိုပြီးစိတ်ဝင်စားပါတယ်။ ပိုပြီးလည်း ပီတိဖြစ်ရပါတယ်။"

"အရှင်ဘုရားရဲ့ ဘဝအမြင်လေးလည်း သိပါရစေဘုရား"

"ဘဝဆိုတာ အလုပ်လုပ်ခြင်း၊ ဘဝဆိုတာ သေဆုံးခြင်းလို့ပဲ ဘဝကို အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချင်ပါတယ်။ လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မလုပ်ချင်တဲ့အလုပ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လုပ်နေရတာဟာ ဘဝပါပဲ။

အလုပ်ဆိုတဲ့စကားထဲမှာ အကျိုးခံစားတဲ့အလုပ်ရော၊ အကြောင်းဖန်တီးတဲ့အလုပ်ရော ပါဝင်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ တကယ်တန်းကျတော့ ဘဝဆိုတာ အကျိုးခံစားတဲ့အလုပ် လုပ်နေရတဲ့အချိန်ထက် အကြောင်းဖန်တီးတဲ့အလုပ်ကို ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာလုပ်ရင်း ပေးဆပ်နေရတဲ့အချိန်က ပိုများပါတယ်။

ပြီးတော့ သေဆုံးခြင်းဟာ ဘဝပါပဲ။ လူ့ဘဝရဲ့နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ဟာ သေဆုံးခြင်းလို့ ပြောကြပေမယ့် တကယ်တော့ အသက်ရှင်နေတဲ့အချိန်တိုင်း၊ အချိန်တိုင်းမှာလည်း ဘဝဟာ သေဆုံးနေပါတယ်။ ဘဝတစ်ခုသေဆုံးပြီးမှ ဘဝတစ်ခုဖြစ်နေကြရတာပါ။

ဥပမာ၊ ကျောင်းသားဘဝသေဆုံးပြီးမှ ဆရာဝန်ဘဝ၊ ဆရာဝန်ဘဝသေဆုံးပြီးမှတရားသမားဘဝ စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ၊ကျောင်းသား

http://www.dhammadownload.com

ဘဝမှာလည်း မူလတန်းကျောင်းသားဘဝသေဆုံးပြီးမှ အလယ်တန်းကျောင်းသားဘဝ၊အလယ်တန်းကျောင်းသားဘဝ သေဆုံးပြီးမှ အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝ စသည်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် သေဆုံးခဲ့ရတာပါပဲ။

ဒါအကြမ်းအားဖြင့်ပြောတာပါ။ ဒီလောက်ဖြေရင် ဒီထက်အသေးစိတ်ပြီး ဆင်ခြင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

မနေ့ကဘဝ သေဆုံးပြီးမှ ဒီနေ့ဘဝ၊ ပြီးခဲ့တဲ့ နာရီ၊ မိနစ်၊ စက္ကန့်ဘဝ သေဆုံးပြီးမှ အခုနာရီ၊ မိနစ်၊ စက္ကန့်ဘဝ ဖြစ်ရတာပါ။

လူတစ်ယောက်ဟာ အချိန်မရွေးသေဆုံးသွားနိုင်တဲ့အတွက်၊ အသက်ရှင်သန်မှုဟာ သေခြင်းတရားနဲ့ အမြဲဆက်ဆံနေတဲ့အတွက် ဘဝသည်ပင်လျှင် သေဆုံးခြင်းပါပဲ။

ဘဝဆိုတာအလုပ်လုပ်ခြင်းနဲ့ ဘဝဆိုတာသေဆုံးခြင်းဆိုတဲ့ စကားနှစ်ရပ်ကို ဆက်စပ်ကြည့်လိုက်ရင် သေခြင်းတရားက လွတ်မြောက်နိုင်တဲ့အလုပ်ကိုလုပ်နေတာဟာ အဓိပ္ပါယ်ရှိတဲ့ဘဝကို တည်ဆောက်နေတာပါ။"

"လူငယ်တွေရဲ့ကြီးပွားတိုးတက်မှုအတွက် အရှင်ဘုရားရဲ့ ဘာသာရေးလမ်းညွှန်ချက်ကို ခံယူပါရစေဘုရား။"

"လူငယ်တွေရော၊ လူကြီးတွေပါ ရေလိုက်လွဲနေကြတဲ့ အချက်က ဘဝရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရေးအတွက် ဗေဒင်၊ ယတြာ၊ ဓာတ်ရိုက်၊ ဓာတ်ဆင်တွေ၊ ဂါထာမန္တန်၊ အဆောင်လက်ဖွဲ့တွေကို စွဲလမ်းစွာ လိုက်စားမှုမှားနေခြင်းပါပဲ။

ကိုယ့်ဘဝရဲ့တိုးတက်မှု၊ ဆုတ်ယုတ်မှုဟာ ကိုယ့်ရဲ့အတိတ်

http://www.dhammadownload.com

ပစ္စုပ္ပန်၊ ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယကြောင့်ဆိုတာကို သဘောမပေါက်နိုင်ဘဲ ဗေဒင်၊ ယတြာ၊ ဓာတ်ရိုက်ဓာတ်ဆင်ကသာ ကိုယ့်ဘဝကို အဆုံးအဖြတ် ပေးနိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်နေတာဟာ အယူလွဲမှားစွာ ရူးသွပ်နေခြင်း ကလွဲလို့ တခြားဘာမှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

မြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော်ကိုတောင် ပုဏ္ဏားတွေ ဗေဒင် ဟောခဲ့သေးတာပဲလို့ပြောလာခဲ့ရင် ဟောခဲ့တာတော့ဟုတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ ဗေဒင်ဆရာတွေက ဘာဖြစ်မယ်၊ ဘာမဖြစ်ဘူးဆိုတာကို သာ ကြိုတင်ဟောကိန်းထုတ်နိုင်ခဲ့တာပါ။ ဖြစ်မယ့်ဟာကို မဖြစ်အောင်၊ မဖြစ်မယ့်ဟာကို ဖြစ်အောင် သူတို့ပညာနဲ့ ဘာမှ စွမ်းဆောင်ဖန်တီး မပေးနိုင်ခဲ့ပါဘူး။

အသိဉာဏ်နည်းသူတွေရဲ့လုပ်ရပ်ဖြစ်တဲ့ ဗေဒင်၊ ယတြာ၊ ဓာတ်ရိုက်ဓာတ်ဆင်၊ အဆောင်လက်ဖွဲ့တွေကို လုံးဝ စိတ်မဝင်စားဘဲ ရတနာသုံးပါးနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ အတွင်းစွမ်းအား တွေကိုပဲ ယုံကြည်အားကိုးစေချင်ပါတယ်။

အဆောင်ဓာတ်ထက် အအောင်ဓာတ်က ပိုပြီးစိတ်ချရ၊ ပိုပြီး အားကိုးရပါတယ်။ အအောင်ဓာတ်ဆိုတာ ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ပါရမီကုသိုလ်အလုပ်တွေကို အောင်မြင်ပြည့်စုံအောင်၊ အစမ်းသပ်ခံနိုင် တဲ့အဆင့်အထိပြီးစီးအောင် လုပ်ယူ စုဆောင်းထားတာကို ပြောတာပါ။

ဂါထာမန္တာန်နဲ့ပတ်သက်လို့ကတော့ ဘုရားဟောပရိတ်တော် ဂါထာတော်တွေကို ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ ရွတ်ဆိုတာဟာ အပြစ်မရှိ ပေမယ့် အရွတ်ဘက်မှာချည်းပဲ အားသန်လွန်းသွားရင်တော့မကောင်းပါ

http://www.dhammadownload.com

ဘူး။ အရွတ်ဟာ အသားလောက်အရသာမရှိ၊ အနှစ်မပြည့်တဲ့အတွက် အရွတ်မှာပဲ လမ်းဆုံးနေတာမျိုးကိုတော့ ရှောင်ရှားစေချင်ပါတယ်။

ဘုရားဟောတရားတော်တွေကို ကြည်ညိုလွန်းလို့ အမြဲမပြတ် ရွတ်ဆိုနေတာ ကောင်းပါတယ်လေလို့ ပြောနိုင်ပေမယ့် ဘုရားဟော မဟုတ်တဲ့ ဥုံခံ၊ သြောင်းခံ သာသနာပဂါထာမန္တာန်တွေ၊ ပါဠိပျက်ဂါထာ မန္တာန်တွေကိုတော့ လုံးဝမရွတ်ဆိုသင့်ပါဘူး။ ဘုရားဟောဂါထာတွေ ရွတ်တာနဲ့ ဥုံသြောင်းဂါထာတွေ ရွတ်တာ အကျိုးပေးခြင်းလည်း လုံးဝ ကွာခြားလွန်းလှပါတယ်။

ရွတ်လို့မကုန်နိုင်တဲ့ ဘုရားဟောပါဠိတော်၊ ဂါထာတော်တွေ အများကြီးရှိပါလျက်နဲ့ အမေကျော်ဒွေးတော်လွမ်းပြီး၊ ဂါထာမန္တာန် အသစ်အဆန်းတွေနောက် တကောက်ကောက်လိုက်နေတာကို ရပ်တန့် သင့်ပြီလို့ထင်ပါတယ်။ ရွတ်တာ၊ ဖတ်တာ ဝါသနာပါတယ်ဆိုရင် ဘုရားဟောစစ်စစ် သုတ်တော်၊ ဂါထာတော်တွေကိုပဲ ရွတ်ပါ။

ဘဂန္ဓာရီ၊ ညာဂန္ဓာရီ၊ ဘာဝိဇ္ဇာ၊ ညာဝိဇ္ဇာဆိုပြီး မဆုံးနိုင်တဲ့ ဂါထာမန္တာန်တွေ၊ မဆုံးနိုင်တဲ့ အဓိဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်တွေနောက် လိုက်မနေဘဲ ဘာသာရေးကြောင့် လောကီရေးမှာ ကြီးပွားတိုးတက်ချင်တယ်ဆိုရင် မေတ္တာများများပွားပါ။ သစ္စာများများဆိုပါလို့ပဲ တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။

တရားထိုင်သလို ထိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သွားရင်း၊ လာရင်း၊ လုပ်ရင်း၊ ကိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ထဲက " သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ" လို့မေတ္တာဘာဝနာပွားများသလို လက်တွေ့လည်း ကိုယ်နဲ့၊

http://www.dhammadownload.com

နှုတ်နဲ့ မေတ္တာထားပါ။ သူတစ်ပါး စိတ်ချမ်းသာမယ်၊ ကောင်းကျိုး ဖြစ်မယ့် အပြုအမူ၊ အပြောအဆိုကိုပဲ ပြုမူပြောဆိုပါ။

"ပွားမေတ္တာ"လို့ခေါ်တဲ့ မနောက်မေတ္တာနဲ့ "ထားမေတ္တာ"လို့ ခေါ်တဲ့ ကာယကံမေတ္တာ၊ ဝစီကံမေတ္တာတို့ကိုလက်ကိုင်ထားမယ်ဆိုရင် ဘဝမှာ အစစအရာရာ အဆင်ပြေလာမှာပါ။

ပြီးတော့အရေးကိစ္စကြုံတိုင်း ကိုယ်အားထုတ်ထားခဲ့တဲ့ ကုသိုလ် ကောင်းမှုတွေ၊ အပြုသဘောဆောင်တဲ့လုပ်ရပ်တွေကို သစ္စာဆိုပြီး ဆုတောင်းပါ။ လိုအင်ဆန္ဒအားလုံး ပြည့်ဝပါလိမ့်မယ်။

ထေရဝါဒနဲ့ဆန့်ကျင်တဲ့ မက်လုံးပေးကျင့်စဉ်တွေကို နားမ ယောင်ပါနဲ့လို့ ပြောပါရစေ။"

"မြတ်မင်္ဂလာစာဖတ်ပရိသတ်အတွက် စကားလက်ဆောင် လေးတစ်ခု ချီးမြှင့်ပေးစေချင်ပါတယ်ဘုရား"

"အမြဲမပြတ် တရားရှုမှတ်နေဖို့ပဲ တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။ မြက်ခင်းကျယ်ကြီးထဲက မိခင်နွားမကြီးဟာ ကိုယ်စားရမယ့်မြက်ကို အဆက်မပြတ်စားနေရင်းနဲ့ ခပ်လှမ်းလှမ်းမှာ မြက်စားနေတဲ့နွားသား ငယ်လေးကိုလည်း မကြာမကြာလှမ်းကြည့်ပြီး စောင့်ရှောက်နေသလို၊ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာလည်း မိမိတို့ရဲ့ပြဖွယ်ကိစ္စတွေကို ပြုလုပ်ဆောင်ရွက် နေရင်းနဲ့ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို တွဲပြီးလုပ်သွားဖို့ တိုက်တွန်းချင် ပါတယ်။ အလေ့အကျင့်လည်း လုပ်သွားမယ်၊ သတိလည်း ထားမယ် ဆိုရင် လုပ်လို့ဖြစ်ပါတယ်။

ကွမ်းကြိုက်တဲ့လူဟာ ကွမ်းစားရင်းအလုပ်လုပ်၊ အလုပ်လုပ်

http://www.dhammadownload.com

ရင်းကွမ်းစား၊ မအားတဲ့ကြားထဲက၊ အလုပ်များတဲ့ကြားထဲက ကွမ်းစား မပျက်သလို၊ တရားကြိုက်တဲ့ သူတော်ကောင်းဟာလည်း အလုပ်လုပ်ရင်း တရားရှု၊ တရားရှုရင်း အလုပ်လုပ်သွားမယ်ဆိုရင် လောလောဆယ် မှာလည်း စိတ်အေးချမ်းသာမှုနဲ့ ပြည့်စုံနိုင်သလို ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကိုလည်း အမြန်ဆုံး ဆိုက်ရောက်သွားမှာပါ။"

"အရှင်ဘုရား၊ အခုအချိန်မှာ အချိန်ကို ဘယ်လိုအသုံးချနေပါသလဲဘုရား။"

"ခုချိန်မှာ ဦးပဉ္စင်း သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ သြဝါဒကို ခံယူပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်လည်း တရားအားထုတ်နေပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက တာဝန်ပေးရင်ပေးသလို တရားပြလည်း လုပ်နေပါတယ်။ အထူးသဖြင့်တော့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ 'နေ့ပရိယတ်၊ ည ပဋိပတ်' ဆိုတဲ့ လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်းနေ့ပိုင်းမှာ ပိဋကတ်စာပေများဖတ်ရှုလေ့လာမှုကို အဓိကထားဆောင်ရွက်ပါတယ်။ ညပိုင်းမှာတော့ ဝိပဿနာတရားကို အဓိကထား အားထုတ်ပါတယ်။

ဝင်လေတစ်ရှူ၊ ထွက်လေတစ်ရှိုက် အတွင်းမှာ အချိန်မရွေးသေသွားနိုင်တာမို့ ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ် အမြဲသတိကပ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်ပါနိုင်အောင် အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားနေပါတယ်။"

ကျွန်တော် သိလိုသောအချက်များကို အရှင်ဆန္ဒာဓိကအား အချိန်အတော်ကြာ မေးမြန်းလျှောက်ထားရာ အရှင်ကလည်း စိတ်ရှည်လက်ရှည် အချိန်ပေး ဖြေဆိုပါသည်။ ကျွန်တော့်အတွက် မိမိ၏ ပဓာန အလုပ်မှ အချိန်ဖဲ့ပေးလိုက်ရသော အရှင့်ကို ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ရိုသေစွာ

http://www.dhammadownload.com

ရှိရှိုးကန်တော့ပြီးနောက် သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာမှ ကျွန်တော် ပြန်လည် ထွက်ခွာလာခဲ့ပါသည်။

အပြန်လမ်းတလျှောက်လုံး "ပထမကျော် အရှင်ဆန္ဒာဓိက ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာပါစေ၊ သက်တော်ရာကျော်ရှည်ပြီး မိမိအကျိုး၊ သူတပါးအကျိုး၊ လောကအကျိုး၊ သာသနာအကျိုးကို စွမ်းစွမ်းတမံ ထိထိရောက်ရောက် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါစေ" ဟု ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သနေမိပါသည်။ ။

(မှတ်ချက်။ ။ အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ၌ (၂)နှစ် သီတင်းသုံးပြီးနောက် ယခုအခါ မွန်ပြည်နယ်၊ သထုံမြို့၊ ကေလာသတောင်ပေါ်ရှိ ရွှေပါရမီတောရကျောင်း၌ တစ်ပါးတည်း တောရဆောက်တည်လျက် ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်အလုပ် အားထုတ်လျက် ရှိပါသည်။ **စီစဉ်သူ**။)

မောင်ကျော်သန်း(ရွှေတောင်အင်း)



[၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ မေလ၊ ဒွန်လ၊ မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။]

http://www.dhammadownload.com

အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)၏
ထွက်ရှိပြီးစာအုပ်များ

၁။ တစ်ယောက်တည်းနေ တစ်စိတ်တည်းထား
၂။ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်စစ်
၃။ မသေခင်ဘာလုပ်ကြမလဲ
၄။ ရဲရင့်သူတို့၏နေရာ
၅။ ငြိမ်းအေးသောဘဝပိုင်ရှင်
၆။ လောကဥ်အကောင်းဆုံးသောအရာ
၇။ ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ
၈။ အိုဘယ့်အလှူရှင်
၉။ အနှိုင်းမဲ့ချမ်းသာ
၁၀။ ရဟန်းဘာကြောင့်ပြုရတယ်
၁၁။ ဆေးပေါင်းခတဲ့မျက်ရည်
၁၂။ မြင့်မြတ်သူတို့၏စံအိမ်
၁၃။ လမ်းခွဲတာဝမ်းနည်းစရာလား
၁၄။ အလင်းစေတမန်
၁၅။ အချစ်ကံခေပေမယ့်အနှစ်ကျန်စေရမယ်
၁၆။ ငါ့ကိုမချစ်ပါနဲ့