www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတစာစဉ်

ဓမ္မဒူတ
ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရ

B.A (Myanmar), M.A (SriLanka), Ph.D (India)

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဇောတိပါလဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဟိတဂဏဝါစကဓမ္မာစရိယ
ဓမ္မကထိက ဗဟုဇနဟိတရေ၊ မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

ဘာအရေးကြီးဆုံးလဲ

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတ

ဒေါက်တာအရှင်ပညီဿရ

B.A (Myanmar), M.A (SriLanka), Ph.D (India)

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဇောတိပါလဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဟိတဂဏဝါစကဓမ္မာစရိယ

ဓမ္မကထိက ဗဟုဇနဟိတဓရ၊ မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

ဘာအရေးကြီးဆုံးလဲ

ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညီဿရ ဘာအရေးကြီးဆုံးလဲ

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတ
ဒေါက်တာအရှင်ပညာဿမိ

B.A(Myanmar), M.A (Srilanka), Ph.D (India)
သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဇောတိပါလဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဟိတဂဏဝါစက ဓမ္မာစရိယ
ဓမ္မကထိက ဗဟုဇနဟိတရေး မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

ဘာအရေးကြီးဆုံးလဲ

ဖြန့်ချိရေး
ဆုပြည့်စုံထွန်းစာပေ
အမှတ် – ၅၀၈/၅၁၂၊ (၂–ခ)၊ ပထမထပ်၊ (သရဖီကွန်ဒို)၊
ကုန်သည်လမ်း(ဆိပ်ကမ်းသာလမ်းထောင့်)၊
ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း – ၃၈၃၆၆၄၊ ၃၈၆၈၃၃။

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတ တရားတမန်

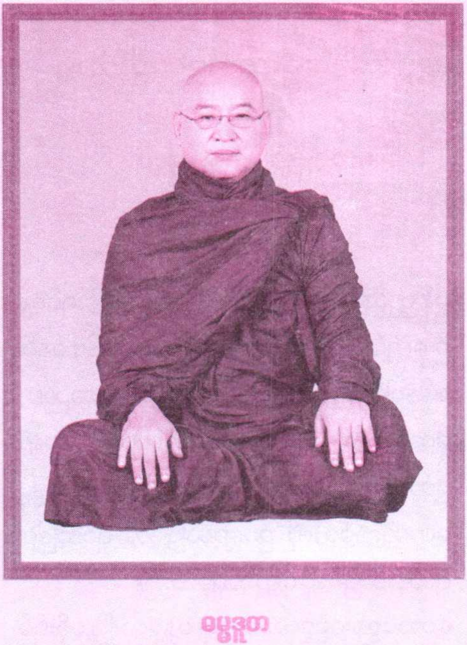
ဓမ္မဒူတ စာပို့ချ သင်ကြ ကျင့်ကြစေ။

ဓမ္မဒူတ စာရေးပြ ဖတ်ကြ ကျင့်ကြစေ။

ဓမ္မဒူတ ဟောဖော်ပြ နာကြ ကျင့်ကြစေ။

ဓမ္မဒူတ တရားပြ ကျင့်ကြ ကျိုးရစေ။

www.dhammadownload.com



ဓမ္မဒူတ

ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရ

B.A (Myanmar), M.A (SriLanka), Ph.D (India)

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဇောတိပါလဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဟိတဂဏဝါစကဓမ္မာစရိယ

ဓမ္မကထိက ဗဟုဇနဟိတဓရ၊ မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရ
၏
ထေရုပ္ပတ္တိအကျဉ်းချုပ်

- မွန်ပြည်နယ်၊ သထုံမြို့ ညောင်ဝိုင်းရပ်နေ ဦးကျော်လှိုင် + ဒေါ်မြင့်ကြည်တို့မှ ၁၉၆၄ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၂၃) ရက်နေ့တွင် ဖွားမြင်သည်။
- တောင်စွန်း ဓမ္မဒူတတောရကျောင်း ဆရာတော်ကြီးဘဒ္ဒန္တပညာဇောတ (အဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ)ကို ဥပဇ္ဈာယ်ပြုကာ ရှင်အဖြစ်၊ ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့သည်။
- တောင်စွန်းဓမ္မဒူတတောရ၊ မန္တလေးမြို့မစိုးရိမ်တိုက်ဟောင်း၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်၊ ပခုက္ကူမြို့ မဟာဝိသုတာရာမကျောင်းတိုက်၊ စစ်ကိုင်း

www.dhammadownload.com

တောင်ရိုး သဒ္ဓမ္မသီတဂူချောင် တို့တွင်လည်း ကောင်း၊ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံနှင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံတို့ တွင်လည်းကောင်း ပညာသင်ယူခဲ့ပါသည်။

- သာသနဓဇ ဓမ္မာစရိယဘွဲ့၊
- သာသနဇောတိပါလ ဓမ္မာစရိယဘွဲ့၊
- သာသနဟိတ ဂဏဝါစက ဓမ္မာစရိယဘွဲ့၊
- B.A (Myanmar), M.A (SriLanka), Ph.D (India) ဘွဲ့တို့ကို ရရှိခဲ့သည်။
- ၂၀၀၆ ခုနှစ်တွင် နိုင်ငံတော်မှ ဆက်ကပ်သော မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ ဘွဲ့တော်ကို ရရှိခဲ့သည်။
- ၂၀၁၀ ပြည့်နှစ်တွင် သထုံမြို့ သုဝဏ္ဏဘူမိ ပရိယတ္တိ သာသနဟိတ အသင်းကြီးမှ ဆက်ကပ်သော အဘိဝံသဘွဲ့တော်ကို ရရှိခဲ့သည်။
- ၂၀၁၀ ပြည့်နှစ်တွင် နိုင်ငံတော်မှ ဆက်ကပ်သော ဓမ္မကထိကဗဟုဇနဟိတဓရဘွဲ့တော်ကို ရရှိခဲ့သည်။
- ဓမ္မဒူတဆရာတော်ကြီး လွန်တော်မူသည့် ၁၉၉၇ခုနှစ်မှ ၂၀၀၅ခုနှစ်ထိတောင်စွန်းဓမ္မဒူတ

www.dhammadownload.com

တောရကျောင်းတိုက် နာယကဆရာတော် အဖြစ် တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။

- ၂၀၀၄ ခုနှစ်မှစတင်၍သထုံမြို့နယ်၊ ကျိုက်ကော် ကျေးရွာတွင် ဓမ္မဒူတသုခိတာရုံကျောင်းတိုက် ကို တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်ကာ ပဓာနနာယက ဆရာတော်အဖြစ်တာဝန်ယူဆောင်ရွက်သည်။
- ၂၀၀၅ ခုနှစ်မှ စတင်၍ ပဲခူးမြို့ ဆယ်မိုင်ကုန်း တွင် ဓမ္မဒူတတောရ သာသနာ့ရိပ်သာကို တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်သည်။
- ၂၀၁၃ ခုနှစ်မှစတင်၍ ကျိုက်ထိုမြို့တွင် ဓမ္မဒူတ တောရသာသနာ့ရိပ်သာကိုတည်ထောင်ဖွင့် လှစ်သည်။
- ဓမ္မဒူတတောရ သာသနာ့ရိပ်သာများ၏ ပဓာနနာယကဆရာတော်အဖြစ်ဆောင်ရွက် ပြီး စာရေးစာချ၊ တရားဟော၊ တရားပြကာ သာသနာ့တာဝန်များကို ထမ်းဆောင်လျက် ရှိပါသည်။

www.dhammadownload.com

ဘာအရေးကြီးဆုံးလဲ

၁၃၆၈ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လဆန်း (၁၀) ရက်၊ ၂၀၀၆ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ (၃) ရက်နေ့ ညတွင် ပဲခူးမြို့ ဓမ္မဒူတ တောရ သာသနာ့ရိပ်သာတွင် ကျင်းပအပ်သော ဓမ္မာ နုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် (၇) ရက် တရားကျင့်သုံးကြရာ၌ ဟောကြားအပ်သော ဘာအရေးကြီးဆုံးလဲ တရား တော်။

www.dhammadownload.com

သူများအရေးနဲ့ ကိုယ့်အရေး

လောကမှာ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ လူ့အရေး လူ့ကိစ္စတွေနဲ့ရှုပ်ထွေးနေကြတော့ဒီလောကထဲမှာရှိနေတဲ့ အရေးကိစ္စတွေကိုနှစ်မျိုးနှစ်စားခွဲခြားပြီးတော့ကြည့်ရင် ကိုယ့်အရေးနဲ့ သူများအရေးလို့ အရေးနှစ်မျိုး တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

တစ်နေ့တစ်နေ့ ကိစ္စတွေများတယ်။ အလုပ်တွေများကြတယ်။ ရှုပ်နေလုပ်နေကြတဲ့ အရေးကိစ္စတွေအားလုံး ချုံ့ကြည့်လိုက်ရင် သူများအရေးနဲ့ ကိုယ့်အရေး နှစ်မျိုးပါပဲ။

အကျယ်အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင် သားရေး သမီးရေး၊ စီးပွားရေး၊ ကြီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ကျန်းမာရေး၊

www.dhammadownload.com

ပညာရေးလို့ အမျိုးအမည်ခေါင်းစဉ်တွေ များပေမဲ့လို့ တူရာပေါင်းလိုက်ရင် နှစ်မျိုးသာ ရှိပါတယ်။

အရေးကြီးတာ လုပ်ပါ

တစ်နေ့တစ်နေ့ လုပ်နေကြတာတွေဟာ အရေးကြီးတာ လုပ်နေတာလား၊ အရေးမကြီးတာ လုပ်နေတာလားလို့ ခွဲခြားတတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ အရေးကြီးတာ လုပ်တာပါလို့ ပြောပေမဲ့ အရေးကြီးတာလုပ်မိဖို့ လိုပါတယ်။

အလုပ်တွေများ အလုပ်တွေ ရှုပ်နေတာ ဘယ်သူ့အလုပ်တွေလဲ။ သူများအလုပ်လား၊ ကိုယ့်အလုပ်လားဆိုရင် သူများအလုပ်တွေနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်နေတာ များပါတယ်။

မိုးလင်းက မိုးချုပ် လုပ်နေတဲ့အလုပ်တွေ တွက်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်အလုပ်ဟာ အင်မတန်မှ နည်းပါတယ်။ သူများအလုပ်တွေသာ များပါတယ်။

ဘုရားရှင် သတိပေး

အဲဒါကြောင့် ဘုရားရှင်က သတိပေးတယ်။

သကိစ္စ မနုယုဉ္ဇထ။ သကိစ္စံ - မိမိ ပြုသင့်ပြုထိုက်တဲ့ ကိစ္စကို၊ အနုယုဉ္ဇထ ကြိုးစားအားထုတ်ကြပါကုန်လော့။

www.dhammadownload.com

"ကိုယ်လုပ်ရမယ့်အလုပ်၊ ကိုယ့်ရဲ့အရေး၊ ကိုယ့်ရဲ့ ကိစ္စကို ဦးစားပေးပြီးတော့ လုပ်ပါ"လို့ ဘုရားရှင်က အတန်တန် သတိပေးပါတယ်။

သကိစ္စံ - ပြုသင့်ပြုထိုက်တဲ့ ကိုယ့်ကိစ္စ မှန်သမျှ ကို၊ သကိစ္စံ - မိမိကိုယ်တိုင်ပြုရမယ့် ကိုယ့်ကိစ္စ၊ တရား ကိစ္စကို၊ အနုယုဉ္ဇထ - အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ကြိုးစား အားထုတ်ကြပါကုန်လော့။

ကိုယ့်ကိစ္စ ကိုယ့်အရေး

အဲဒီတော့ ကိုယ့်အလုပ်ဆိုတာ ကိုယ့်ကိစ္စဆိုတာ ဘာလဲလို့ကြည့်ရင် တရားကိစ္စသည် ကိုယ့်ကိစ္စပါ။ အခု တရားကျင့်သူတို့ လုပ်နေတဲ့အလုပ်၊ တရားအလုပ် သည် ကိုယ့်အလုပ်ပါ။

တရားအရေးမှတစ်ပါး အခြားအရေးသည် သူ များအရေးပါ။ မိသားစုအရေးသည်လည်း သူများအရေး ပါ။ လူမှုရေးဆိုတာသည်လည်း သူများအရေးပါ။တခြား တခြား ဘာသာရေးတို့၊ စီးပွားရေးတို့၊ ပညာရေးတို့ ဆိုတာတွေလည်း သူများအရေးပါပဲ။

www.dhammadownload.com

ကိုယ့်အရေး အကြီးဆုံး

ကိုယ့်အရေးသည် လောကမှာ အကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ အရေးပါ။ အရေးကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တဲ့အရေးကို ဦးစားပေးရပါမယ်။ အရင်ဆုံး ဘယ်သူ့ကယ်ရမှာလဲဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရပါမယ်။ ကယ်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အရင်ကယ်ပါ။ ကူညီမယ်ဆိုရင်လည်း သူများထက်အရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကူညီပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဦးစားပေးပြီး ကူညီတဲ့။ စောင့်ရှောက်မယ်ဆိုရင်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဦးစားပေးကာ စောင့်ရှောက်ပါ။ ကိုယ့်အရေး ကိုယ့်ကိစ္စသည် လောကမှာ အရေးကြီးဆုံးမို့ပါ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တဲ့အလုပ်မလုပ်ဘဲနဲ့ တခြားအလုပ်တွေ ဘယ်လောက်ပဲ လုပ်နေလုပ်နေ၊

www.dhammadownload.com

ဘယ်လောက်ပဲ ရှုပ်နေရှုပ်နေ၊ ဘယ်လောက်ပဲ များနေ များနေပါ၊ဒီလူသည်အရေးကြီးတာကိုမလုပ်ဘဲနဲ့အရေး မကြီးတာတွေ၊ အရေးမပါတာတွေ လုပ်နေတဲ့သူလို့ ပြောရပါမယ်။ အဲဒီတော့ အရေးကြီးတာက ဘာလဲ ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တဲ့အရေးပါ။

ဒုက္ခရောက်နေတာချင်း တူတူ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရမယ်။ ကိုယ်လည်း ဒုက္ခ ရောက်နေတယ်။ သူလည်း ဒုက္ခရောက်နေတယ်ဆိုရင် သူ့ဒုက္ခကို ကယ်မလား၊ ကိုယ့်ဒုက္ခကို ကယ်မလား။

ကိုယ့်ဒုက္ခကိုတော့ဖြင့် ကိုယ်က ဂရုမစိုက် ထည့် မတွက်ဘဲနဲ့ သူများဒုက္ခရောက်နေတာကို သနားတယ်၊ ကယ်မယ်ဆိုရင် နည်းလမ်းမကျပါဘူး၊ မမှန်သေးပါဘူး။

ကိုယ့်အရေးသည် လောကမှာ အရေးကြီးဆုံး ဖြစ် ပါတယ်။ ဦးစွာ ကိုယ့်ကို ကယ်ဖို့ ကြိုးစားရပါမယ်၊

ဘာလို့ ကယ်ဖို့လို

သာမန်တရားမသိ မမြင်သေးတဲ့သူတွေ၊ သာမန် ပုထုဇဉ်တွေမှာ အပယ်ဘေးဆိုတာလည်း ရှိတယ်၊ ငရဲ ဘေးဆိုတာလည်း ရှိပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်မယ့် ဘေး တွေလည်း ရှိပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ဒီအရေးတွေသည် ကြောက်စရာပါ။ ဒီအရေးတွေကို သတိထားပြီးတော့ ဒါ အရေးကြီးတယ်။ ငါ သတိထားပြီးတော့ ငါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရမယ်။ ငါ တိရစ္ဆာန်မဖြစ်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရမယ်။ ငါ ဆင်းရဲဒုက္ခ မရောက်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရမယ်လို့ အမြဲမပြတ် သတိရနေပါမယ်။

www.dhammadownload.com

အပါယ်လေးရွာ၊ မရောက်ဖို့

အပယ်လေးပါးဘေးက ကင်းလွတ်ရာရအောင် ဦးစွာ ကိုယ့်ကို ကယ်ရပါမယ်။ကြောက်စရာဘေးတွေ ရှိကြတယ်။ ကြောက်စရာ အပါယ်ဘေးဆိုတာ ကိုယ့်မှာ ပါရှိပါတယ်။

တစ်နေ့တစ်နေ့ သူများအရေး သူများကိစ္စနဲ့ အလုပ်တွေ ရှုပ်နေတယ်ဆိုရင် အပါယ်ကျတဲ့အချိန်မှာ သူများတွေက ကိုယ့်ကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။ သူများတွေက ကိုယ့်ကို မကယ်နိုင်တဲ့ဘေးဖြစ်တဲ့ အပါယ်ဘေးကနေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကယ်ရမယ်။

မိဘနဲ့ သားသမီး သိပ်ကို ချစ်ကြ၊ ခင်ကြတယ်။ အပါယ်ကျမယ့်ဘေးကို မိဘကလည်း သားသမီးကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။ သားသမီးကလည်း မိဘကို မကယ် နိုင်ပါဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်သာ ကယ်ရပါမယ်။

www.dhammadownload.com

အိုဘေး၊ နာဘေး၊ သေဘေးဆိုတာတွေလည်း ကိုယ့်မှာရှိနေတယ်။ အိုနာသေဘေးတွေ တွေ့ကြုံတဲ့ အခါမှာ မိဘကလည်း သားသမီးကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။ သားသမီးကလည်း မိဘကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။

အခုကြုံနေရတာတွေ

ကိုယ့်ရှေ့မှာ မြင်နေရတဲ့ဘေး၊ အခု လောလော ဆယ်ဆယ် ကြုံနေ၊ တွေ့နေတဲ့ဘေးတွေကို တွက် ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အိုဘေး ရှိတယ်၊ နာဘေးရှိတယ်၊ သေဘေးရှိတယ်။

တစ်နေ့တစ်နေ့ အိုတဲ့ဘက်ကို သွားနေတယ်။ အိုလာကြတယ်။ နာခြင်းတရားဆိုတာလည်း ကျိန်းသေ ပေါက် တွေ့ရဦးမယ်၊ ကြုံဦးမယ်။ သေခြင်းဆိုတာက လည်း ကျိန်းသေပေါက် စောင့်ဆိုင်းနေပါတယ်။

www.dhammadownload.com

သိပ်ချစ်ကြပေမဲ့ မကယ်နိုင်

အိုဘေးကြုံတဲ့အချိန်မှာလည်း သိပ်ချစ်ကြပေမဲ့ မကယ်နိုင်ကြပါဘူး။ မိဘနဲ့ သားသမီး အင်မတန်မှ ချစ်ကြခင်ကြတယ်၊ မိဘက သားသမီးချစ်တယ်၊ သားသမီးကလည်း မိဘချစ်တယ်။ ဇနီးခင်ပွန်းတွေ ဇနီးကလည်း ခင်ပွန်းချစ်တယ်။ ခင်ပွန်းကလည်း ဇနီးကိုချစ်တယ်။

ညီအစ်ကိုမောင်နှမတွေ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ချစ်ကြခင်ကြတယ်၊ ဆွေမျိုးသားချင်း မိတ်ဆွေသင်္ဂဟတွေ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ချစ်ခင်တယ်။ ဒါပေမဲ့လို့ ဒီလိုအိုဘေး ကြုံတဲ့အခါမှာ ဘယ်သူကမျှ ဘယ်သူ့ကို မကယ်နိုင်ဘူး။ မအိုပါစေနဲ့ ပြောလို့မရပါဘူး။ တားပေးလို့လည်း မရပါဘူး။ ကယ်လို့လည်း မရပါဘူး။

www.dhammadownload.com

ဒီတိုင်းပါပဲ။ ဘဝမှာ နာဘေးဆိုတာလည်း ရှိပါတယ်။ ခုနေခါမှာတော့ သွားနိုင်သေးတယ်၊ စားနိုင်သောက်နိုင်သေးတယ်၊ ကျန်းမာသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့လို့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ဒီကျန်းမာရေးတွေ ချို့ယွင်းပြီးတော့ အနာရောဂါတွေ ဝင်ရောက်လာကြပါတယ်။။ ရောက်လာကြမှာပါပဲ။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အနာရောဂါတွေ ဝင်ရောက်တဲ့အချိန် ကြုံကြတွေ့ကြမှာပါပဲ။ အဲဒီအခါမှာ ဘာဘေးကြုံသလဲဆိုရင် နာဘေးကြုံပါတယ်။

နာဘေးတွေ့ကြုံတဲ့အချိန်မှာ နာဘေးခံစားနေရချိန်မှာ ဘယ်သူကမျှ ဘယ်သူ့ကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။ "သူ့မှာ ခံစားနေရတဲ့ အနာရောဂါတွေ ကြီးမားလွန်းလို့၊ ပြင်းထန်လွန်းလို့ သနားစရာကောင်းလိုက်တာ၊ ငါပဲ ဒီရောဂါတွေ ခံစားလိုက်ချင်တယ်၊ ငါပဲ ဒီဒုက္ခတွေကို ယူလိုက်ချင်တယ်"ဆိုလို့ ခံလို့၊ ယူလို့မရပါဘူး။ နာဘေးကြုံချိန်မှာလည်း ဘယ်သူကမျှ ဘယ်သူ့ကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။

သေဘေးနဲ့ တွေ့ကြုံလာတဲ့အချိန်ခါမှာလည်း တူတူပါပဲ။ တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ကျိန်းသေကေန် လူတိုင်းလူတိုင်း သေရမှာပါ။ မသေရတဲ့သူ၊ မသေဘဲနဲ့ လောကမှာ ကျန်တဲ့သူဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ဘယ်သူမဆို သေခြင်းတရားနဲ့ တွေ့ကြုံရပါမယ်။ ဒါလည်းပဲ ဒုက္ခတစ်ခုပါပဲ။

www.dhammadownload.com

သေဘောကြုံတဲ့အချိန်မှာ သားသမီးကလည်း မိဘကို မကယ်နိုင်၊ မိဘကလည်း သားသမီးကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။ ခင်ပွန်းကလည်း ဇနီးကို မကယ်နိုင်၊ ဇနီးကလည်း ခင်ပွန်းကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။ ဆွေမျိုးသားချင်းညီအစ်ကို မောင်နှမတွေကလည်း တစ်ဦးကတစ်ဦးကို မကယ်နိုင်ပါဘူး။ အဲဒီတော့ ဒီလိုဘေးဒုက္ခတွေ ရှိနေတဲ့ အချိန်မှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တင်ဖို့သည် အရေးကြီးဆုံးပါ။

www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်မှရ

အိုဘေးကလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရဦးမယ်။ ဒီဘဝလည်းပဲအို၊ နောက်ဘဝရပြန်တော့လည်း အိုခြင်းတရားဆိုတာ ရှိဦးမှာပဲ။ နောက်တစ်ဘဝ ရောက်တော့လည်း နာဦးမှာပဲ။ နောက်တစ်ဘဝ ရောက်တော့လည်း သေဦးမှာပဲ။ ဘဝတွေ ဆက်ကာဆက်ကာနဲ့ ရနေသမျှ ဘဝတိုင်းဘဝတိုင်းမှာ အိုခြင်းတရားတွေ မကင်းပါဘူး။ နာခြင်းတရား သေခြင်းတရားတွေ မကင်းနိုင်ပါဘူး။

ဒီတော့ အိုနာသေတရားတွေ မကင်းတဲ့သူတွေ အချင်းချင်း ကယ်မယ်ဆိုရင် သူများကို ကယ်ရမှာလား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရမှာလား၊ စဉ်းစားပါ။

www.dhammadownload.com

ကိုယ့်အရေးနဲ့ သူများအရေးမှာ ဘယ်အရေးကို ဦးစားပေးရမလဲ။ ကိုယ့်အရေး ဦးစားပေးဖို့လိုပါတယ်။

အခုဖြစ်နေကြပုံက ကိုယ့်အရေး ဦးစားမပေးဘဲ သူများအရေးကို ဦးစားပေးနေတယ်။ ကိုယ့်အရေး ကိုယ့်ကိစ္စ၊ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်ရပါမယ်။ အိုဘေး နာဘေး သေဘေးတွေက လွတ်မြောက်အောင်၊ အပါယ်ဘေးက လွတ်မြောက်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တင်မယ်ဆိုတဲ့ ကိစ္စကြီး ရှိနေပါတယ်။

မအားသေးတာ သူများအလုပ်

"မအားသေးဘူး၊ မလုပ်နိုင်သေးဘူး၊ ဟိုအလုပ် ရှိသေးတယ်၊ ဒီအလုပ်ရှိသေးတယ်၊ ဟိုကိစ္စ ဒီကိစ္စ တွေ ရှိသေးတယ်၊ ဟိုအရေး ဒီအရေးတွေ ရှိသေး တယ်ဆိုပြီးတော့ ကိုယ့်အရေးကိုတော့ နောက်တန်း ပို့တယ်။ သူများအရေးတွေကိုတော့ ရှေ့တန်းတင်နေ တယ်။

ကိုယ့်လုပ်ရပ် ကိုယ်မှန်လား မှားလား ကြည့်ရင် မှားနေပါတယ်။မှားယွင်းတဲ့လုပ်ရပ်ကိုသိမြင်လို့မြတ်စွာ ဘုရားက "သကိစ္စ မနယုဉ္ဇထ" တဲ့။ ကိုယ့်ကိစ္စကို ကိုယ် လုပ်၊ ကိုယ့်အလုပ်ကို ကိုယ်လုပ်လို့ ပြောနေတာပါ။

www.dhammadownload.com

အပါယ်ဘေးက ကယ်

အပါယ်မကျအောင် ဘယ်သူက ကယ်မလဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရမယ်။ တခြားတခြား တန်ခိုးရှိတဲ့သူတွေကလည်း မကယ်နိုင်ပါဘူး။

နတ်သိကြားတွေကလည်း မကယ်နိုင်ပါဘူး။ ဘုရားသခင်ကလည်း မကယ်နိုင်ပါဘူး။ အပါယ်ကျမယ့် ဘေးကလွတ်အောင် အပါယ်မကျအောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ပဲ ကယ်လို့ရပါမယ်။

ပုထုဇဉ်တွေမှာ ကြောက်စရာအကောင်းဆုံး ဘေးပြောပါဆိုရင် ဒီဘဝကနေ နောင်ဘဝ ကူးပြောင်းတဲ့အချိန်မှာ အပါယ်ဘေးဆိုတာ အသေချာ အထင်ရှားကို ရှိနေပါတယ်။ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာဘဝတွေပါ။

www.dhammadownload.com

ငရဲဘဝဆိုတာလည်း ရှိတယ်၊ တိရစ္ဆာန်ဘဝ၊ ပြိတ္တာဘဝဆိုတာလည်း ရှိတယ်။ သာမန်လူသား တစ်ယောက်၊ တရားမသိမမြင် တရားမရသေးတဲ့ လူ တစ်ယောက်ဟာ ငရဲလည်း ကျနိုင်တယ်။ တိရစ္ဆာန် လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ပြိတ္တာဘဝလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီအပါယ်လေးဘုံ မရောက်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သာ ကယ်လို့ရပါမယ်။

www.dhammadownload.com

လောဘနှင့်သာ ခင်မင်ကာ

လောဘနဲ့သေရင် ဘာဖြစ်မလဲဆိုတော့ လောဘနဲ့သေရင် ပြိတ္တာဖြစ်မယ်။ လောဘဆိုတာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် တဏှာပါပဲ။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာမှာ လောဘကို တဏှာဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ ဘုရားရှင်က သုံးတယ်။ တဏှာလောဘဆိုတာ ခင်မင်တာပါ။

ခင်မင်တာလည်း တဏှာလောဘ၊ တပ်မက်တာလိုချင်တာလည်း တဏှာလောဘ၊ စွဲလမ်းတယ်ဆိုတာလည်းပဲ တဏှာလောဘပါ။ ကိုယ့်မှာ ပြန်တွက်ကြည့်လိုက်ရင် ခင်မင်မှုဆိုတာလည်း ရှိပါတယ်။ တပ်မက်မှု၊ လိုချင်မှုတွေလည်း ရှိပါတယ်။ စွဲလမ်းမှုတွေလည်း ရှိပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ရှိနေတော့ အဲဒီလောဘစိတ်နဲ့ သေသွားရင် ဘယ်ရောက်မှာလဲ။ ပြိတ္တာဖြစ်ပါမယ်။

သေက ပြိတ္တာဖြစ်

ပြိတ္တာဘဝဆိုတာ အင်မတန်ဆင်းရဲတဲ့ဘဝပါ။ မစားရ၊ မသောက်ရ ငတ်ပြတ်တဲ့ ဘဝပါ။ ထမင်းတစ်လုံး ရဖို့အရေး၊ ရေတစ်ပေါက် ရဖို့အရေး အကြီးအကျယ် ဒုက္ခခံရတဲ့ဘဝပါ။ တစ်သက်လုံး တစ်ဘဝလုံး နှစ်ပေါင်းများစွာ နှစ်တွေ ထောင်သောင်း သိန်းသန်းချီ ပြီးတော့ အငတ်ငတ်အပြတ်ပြတ်နဲ့ နေရတဲ့ဘဝဟာ ညှိုးနွမ်းကာ ဆင်းရဲနိမ့်ကျနေတဲ့ ပြိတ္တာဘဝပါ။

အဲဒီလို ဘဝမျိုးကို ဘယ်သူမှ မရောက်ချင်ပါဘူး၊ ဘယ်သူမှ မသွားချင်ပါဘူး။

ပြိတ္တာဆိုတာ ကြောက်စရာ၊ လန့်စရာပါ။ သာမန်လူတစ်ယောက်ရဲ့အမြင်နဲ့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် ရုပ်ဆိုးပန်းဆိုးနဲ့ ပိန်ချုံးခြောက်ကပ်ပြီးတော့ မည်းသည်းပြီးတော့ နေတဲ့အတွက် သူ့ကို မြင်လိုက်တာနဲ့ ကြောက်ကြ၊ လန့်ကြတဲ့ ဘဝဆိုးမျိုးပါ။ အဲဒီဘဝမျိုးကို ရောက်ချင်တဲ့သူ မရှိဘူး။ မရောက်ချင်ပါဘူး။

ဒါပေမဲ့လို့ ပြိတ္တာဘုံဘဝမှာတဲ့ မြောက်မြားစွာသော သူတွေရှိတယ်။ ပြိတ္တာတွေလည်း မရေနိုင်

www.dhammadownload.com

မတွက်နိုင်အောင် အများကြီးရှိပါတယ်။ လူ့လောကမှာ လူတွေ အများအပြားရှိသလို၊ မြို့တွေ ရွာတွေနဲ့ နေကြသလိုပါပဲ။ ပြိတ္တာတွေလည်းပဲ ထောင်သောင်းသိန်းသန်း ချီပြီးတော့ ရှိနေကြပါတယ်။

ဘာကြောင့် အဲဒီပြိတ္တာ ဘုံဘဝရောက်သလဲလို့ ဘုရားရှင် အဖြေရှာပေးတယ်။ လောဘကြောင့် ပြိတ္တာ ဖြစ်ရတယ်။

ခင်မင်တွယ်တာတဲ့ တဏှာလောဘကို မပယ်နိုင်ရင် ခင်မင်မှု၊ တွယ်တာမှု၊ စွဲလမ်းမှုနဲ့သာ သေဆုံးမယ်ဆိုရင် ပြိတ္တာဖြစ်မှာသေချာတယ်။ ခင်မင်မှုတွေနဲ့ သေရင် တပ်မက်မှုတွေနဲ့ သေရင် ပြိတ္တာဖြစ်မယ်။ စွဲလမ်းမှုနဲ့ သေရင် ပြိတ္တာဖြစ်မယ်။ အဲဒီတော့ ကိုယ့်မှာ ခင်မင်မှုတွေလည်း အများကြီးရှိတယ်။ တပ်မက်မှုတွေလည်းရှိတယ်။ စွဲလမ်းမှုတွေလည်း ရှိတယ်။

အားထုတ်ကြည့်တဲ့ အခါသိ

ငြင်းလို့မရဘူး။ ကိုယ့်မှာ ခင်မင်တွယ်တာ တပ်မက်တဲ့စိတ် ဘယ်လောက်များသလဲဆိုတာ တရားအားထုတ်ကြည့်တဲ့အခါမှာ သိတယ်။ တရားအားထုတ်ပြီ၊ တရားနလုံးသွင်းပြီဆိုရင် ဟိုသတိရ၊ ဒီသတိရ၊ အိမ်ကို စိတ်က ပြန်ရောက်သွားလိုက်၊ လုပ်ငန်းထဲ

www.dhammadownload.com

ပြန်ရောက်သွားလိုက်၊ ပစ္စည်းအာရုံတွေပေါ် ရောက်သွားလိုက်၊ သားသမီးအာရုံတွေပေါ် ရောက်သွားလိုက်နဲ့ ရောက်ရောက်သွားတယ်။

ခင်လို့ပါ။ စွဲလို့ပါ။ စွဲနေကြတယ်။ အဲဒီမှာ သေသေချာချာ ပေါ်လာတယ်။ တရားအားထုတ်ကြည့်လိုက်ရင် လောဘဘယ်လောက်များတယ်၊ ခင်မင်တွယ်တာတတ်တဲ့ တဏှာလောဘ ဘယ်လောက်အားကြီးတယ်၊ အားကောင်းတယ်ဆိုတာ ပေါ်လာတယ်။

လောဘစိတ်နဲ့သာ သေသွားရင် ဘာဖြစ်မှာလဲ၊ ပြိတ္တာဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ခင်မင်မှုနဲ့ သေမယ်ဆိုရင် ပြိတ္တာဖြစ်မှာ သေချာတယ်။ ဒီတော့ ပြိတ္တာဖြစ်မယ့်အရေးကိုယ့်မှာ သေသေချာချာ ရှိနေတယ်။ ရှိနေတဲ့ ဒီအရေးက သူများအရေးမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်အရေးပါ။

"ငါ ပြိတ္တာမဖြစ်အောင်လို့ အားထုတ်ဦးမှပဲ။ သေတဲ့အချိန်အခါ ပြိတ္တာဘဝကို ငါရောက်ရင် ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။ အပါယ်ဒုက္ခက လွတ်မြောက်အောင် ငါကြိုးစားအားထုတ်မှ တော်မယ်"

www.dhammadownload.com

အပါယ်ဘေးက စိတ်ချရအောင်

တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ပြိတ္တာဘ၀က လွတ်အောင်ပါ။ အပါယ်လေးဘုံက ဘယ်သူတွေ လွတ်ကြသလဲဆိုရင် အနိမ့်ဆုံး တရားမမွကျင့်ကြံအားထုတ်လို့ တစ်မဂ်တစ်ဖိုလ်လောက်ရသွားပြီဆိုတဲ့ သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်အဆင့်လောက်ရောက်မှ အပါယ်ဘေးက စိတ်ချရတယ်။

သောတာပန်အရိယာဟာ "စတူဟာ ပါယေဟိစ ဝိပ္ပမုတ္တော"တဲ့။ အပါယ်လေးဘုံကနေ လွတ်သွားတယ်။ သာမန်ပုထုဇဉ်တွေမှာ အပါယ်လေးပါး မလွတ်သေးဘူး။ အပါယ်တံခါး ဟင်းလင်းပွင့်နေတယ်။ လောဘစိတ်နဲ့သာ သေဆုံးကွယ်လွန်မယ်ဆိုရင် အပါယ်ဘုံကို ရောက်သွားနိုင်တယ်၊ ကျရောက်နိုင်တယ်။

www.dhammadownload.com

တစ်နေ့တစ်နေ့ ကိုယ့်မှာလည်း ခင်မင်တွယ်တာ တပ်မက်တဲ့ လောဘစိတ်တွေ အကြိမ်ပေါင်း များစွာ ဖြစ်နေတယ်။ တစ်နေ့တစ်နေ့ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဖြစ်နေတယ်။ တစ်ကြိမ်တည်း မဟုတ်ဘူး။ ပြန်တွက်ကြည့်လိုက်ရင် ခင်မင်တဲ့စိတ် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ၊ တပ်မက်တဲ့စိတ်၊ စွဲလမ်းတွယ်တာနေတဲ့ စိတ်တွေ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဖြစ်နေကျတော့ လောဘစိတ် တန်းလန်းနဲ့သာ သေသွားခဲ့ရင် ပြိတ္တာဘုံဘဝကို ရောက်ပါမယ်။ ပြိတ္တာဖြစ်မယ့်အရေးက လွတ်မြောက်အောင် ကယ်တဲ့အလုပ်၊ ကယ်တဲ့အရေးသည် ကိုယ့်အရေးပါ။

ပြိတ္တာမဖြစ်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တင်ဖို့ အရေးက အရေးကြီးပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ဒေါသနဲ့သာ စိတ်ဆိုးကာ

ဒေါသစိတ်နဲ့သာ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြနဲ့သာ သေဆုံးကွယ်လွန်မယ်ဆိုရင် ငရဲပြည်ရောက်ပါမယ်။ ဒေါသနဲ့ သေရင် ငရဲပြည်သွားရပါမယ်။

ဘုရားရှင်က သေသေချာချာ တွက်ချက်ပြပြီးသားပါ။ သတ္တဝါတွေ သွားရောက်ရမည့် လမ်းကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားရှင် ပြထားပြီးပါပြီ။ လောဘအားကြီးတဲ့သူတွေ၊ လောဘအားကောင်းတဲ့သူတွေ၊ လောဘအဖြစ်များတဲ့ သူတွေ၊ လောဘစိတ်နဲ့သာ သေမယ်ဆိုရင် ပြိတ္တာပြည်ကို သွားလိမ့်မယ်။ ပြိတ္တာဘဝကို ရောက်လိမ့်မယ်။ ဒေါသအားကြီးမယ်၊ ဒေါသအားကောင်းမယ်၊ ဒေါသနဲ့သာ စိုးရိမ်ကာ သေဆုံးကွယ်လွန်မယ်ဆိုရင် ငရဲကျလိမ့်မယ်။

www.dhammadownload.com

ငရဲကျတယ်ဆိုတာဒေါသစိတ်နဲ့ သေသူတွေပါ။ ငရဲသူ ငရဲသားဘဝဆိုတာ အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်း နှိပ်စက်ခံနေရတဲ့ ဘဝပါ။ မိနစ်နဲ့အမျှ စက္ကန့်နဲ့အမျှ အဲဒီငရဲဘဝက မလွတ်မချင်း၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခတွေ သက်သာခွင့်ဆိုတာ နည်းနည်းမျှ မရှိပါဘူး။

အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်းမှာ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ခံစားနေရတယ်။ နှိပ်စက်ခံနေရတယ်။ နည်းလမ်းမျိုးစုံနဲ့ ပင်ပန်းဆင်းရဲနေရတဲ့ ဘဝသည် ငရဲဘဝပါ။

လူတွေထဲမှာ ငရဲကျချင်တဲ့သူ မပါကြဘူး။ ငရဲကျချင်တဲ့သူ မရှိဘူး။ မရှိပေမဲ့လည်း ငရဲပြည်မှာ ငရဲသားတွေက ပြည့်လို့ပါ။ ငရဲသားတွေ ငရဲသူတွေ အပြည့်ပဲတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့ အဲဒီလောက် မြောက်မြားစွာသော လူတွေ ငရဲကျနေတာလဲဆိုရင် ဒေါသနဲ့ သေသွားကြလို့ပါ။

ဒေါသနဲ့ သေသွားတဲ့အတွက်ကြောင့် သူ သွားရမယ့်လမ်းကြောင်း၊ သူ့ရှေ့မှာ တန်းနေပြီ။ တန်းတန်းမတ်မတ်ကြီး သွားပြီ။ ဒေါသနဲ့သေရင် ငရဲပြည် သွားမယ်။ ဒေါသဆိုတာကြောက်လန့်တာ၊ စိုးရိမ်တာလည်း အကျုံးဝင်ပါတယ်။ တချို့ကုသိုလ် ကောင်းမှုမရှိတဲ့သူတွေ သေခါနီး အချိန်ကျရင် သိပ်ကို ကြောက်ကြ၊ လန့်ကြပါတယ်။ သေရတော့မယ်လို့ သိတဲ့အချိန်မှာ ခြေ

www.dhammadownload.com

မကိုင်မိ၊ လက်မကိုင်မိ၊ ဘာမျှလည်း အာရုံမပြုနိုင်၊ ကုသိုလ်တရားလည်းနလုံးမသွင်းနိုင်တော့ဘူး။ "ငါသေတော့မယ်၊ ငါ သေတော့မယ်"လို့ ကြောက်လန့်ပြီး သေသွားတဲ့သူတွေလည်း ဒေါသနဲ့ သေတာပါ။

ဒေါသကြီးတဲ့သူတွေ ဒေါသအဖြစ်များတဲ့သူတွေ၊ သေမယ်ဆိုရင် သူသည်လည်း ဒေါသစိတ်နဲ့ သေဖို့များပါတယ်။ တစ်ချိန်လုံးလိုလို ဒေါသဖြစ်နေတဲ့သူ သေရင်လည်း ဖြစ်နေကျဒေါသစိတ်နဲ့ပဲ သေဖို့ များပါတယ်။

www.dhammadownload.com

အဖြစ်များတာနဲ့ သေတတ်

ကိုယ့်မှာ လောဘတွေ အားကြီးနေမယ်၊ လောဘ အဖြစ်များမယ်၊ တစ်ချိန်လုံး လောဘစိတ်တွေနဲ့ပဲ နေတယ်။ မိုးလင်းလည်း လောဘနဲ့၊ နေ့ခင်းဘက် လည်း လောဘနဲ့၊ အိပ်ရာဝင်တဲ့ အချိန်လည်း လောဘ နဲ့။ တစ်နေ့လုံး လောဘချည်းပဲ ဖြစ်နေတဲ့သူ သေချိန် ကျရင်လည်း လောစိတ်နဲ့ပဲ သေဖို့ များပါတယ်။ ပြိတ္တာ ဘဝရောက်ဖို့များပါတယ်။

ဒေါသကြီးတဲ့သူတွေ၊ ဒေါသအားကောင်းတဲ့သူ တွေ၊ ဒေါသနဲ့သာ နေ၊ ဒေါသနဲ့သေမယ်ဆိုရင် ငရဲကျဖို့ များပါတယ်။

အဲဒီကျတော့မှ ငရဲမသွားချင်ဘူး။ အင်မတန် ဆင်းရဲနှိမ့်ကျတဲ့ ငရဲဘဝကို ကြောက်ပါတယ်၊ လန့်ပါ

www.dhammadownload.com

တယ်၊ မရောက်ချင်ဘူးဆိုလို့ မရပါဘူး။ ကိုယ့်ဒေါသက ကိုယ့်ကို ငရဲပို့ပါမယ်။

ခုန ပြိတ္တာဘဝကို ပို့လိုက်တာလည်း သူများက ပို့တာမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်လောဘက ပို့တာပါ။

ကိုယ့်ဒေါသက ကိုယ့်ကို ငရဲပို့တယ်၊ ကိုယ့်လောဘက ကိုယ့်ကို ပြိတ္တာပြည် ပို့တယ်ဆိုတော့ အပါယ်ငရဲကနေပြီးတော့ ကယ်ဖို့ဆိုတာ ကိုယ့်အရေးပါ။ အရေးကြီးဆုံး အရေးပါ။

မသိနိုင်လို့ ကြိုတင်ပြင်

သေခြင်းတရားဆိုတာ အချိန်မရွေး ရှိနေပါတယ်။ ဘယ်အချိန် ဘယ်ကာလ သေရမယ်ဆိုတာလည်း မသိဘူး။ ဘယ်နေရာ သေမယ်ဆိုတာလည်း မသိနိုင်ဘူး။ ဘယ်ပုံဘယ်လမ်း ဘယ်နည်းလမ်းနဲ့ သေရမယ်ဆိုတာလည်း မသိနိုင်ပါဘူး။

အဲဒီတော့ သေရမယ့် အချိန်ခါကာလမှာ နှလုံးသွင်းကောင်းစေဖို့၊ အခုထဲက တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ထားရပါမယ်။ အခု တရားနဲ့ နေတယ်ဆိုတာ ကုသိုလ်စိတ်နဲ့နေတဲ့ အလေ့အကျင့်လေး လုပ်ပေးနေတာပါ။ တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့ အားထုတ်နေရတယ်၊ လေ့ကျင့်နေရပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်စိတ်စွဲမြဲရင် ကုသိုလ်များတဲ့သူက ကုသိုလ်နဲ့ သေပါတယ်။ အကုသိုလ်များတဲ့ သူကတော့ အကုသိုလ်နဲ့သာ သေပါလိမ့်မယ်။ ဘယ်အချိန်သေမယ် ဆိုတာ တွက်ထားလို့မရတော့ သေမည့်သူစိတ်ထဲမှာ ဘာဖြစ်နေတယ် ဆိုတာ မသိရပါဘူး။

လောဘကြီးတဲ့သူကတော့ လောဘဖြစ်ဖို့ များတယ်လို့တော့ မှန်းဆလို့ရပါတယ်။ ဒေါသကြီးတဲ့သူက ဒေါသဖြစ်ဖို့များတယ်လို့တော့ မှန်းဆလို့ ရပါတယ်။

www.dhammadownload.com

မောဟနဲ့သာ၊ တွေဝေကာ

တချို့ကျတော့ လောဘလည်း မကြီးပါဘူး။ဒေါသလည်း မများပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ မောဟများတဲ့သူတွေ ရှိပါသေးတယ်။ မောဟကြောင့် တိရစ္ဆာန်ဘဝမှာ ဖြစ်ရပါတယ်။

လောဘ၊ဒေါသမောဟ စိတ်သုံးမျိုးက အကုသိုလ်တွေပါ။ လောဘကလည်း အကုသိုလ်မကောင်းမှု၊ ဒေါသကလည်း မကောင်းမှု အကုသိုလ်၊ မောဟကလည်း အကုသိုလ် မကောင်းမှုပါ။ အကုသိုလ်ဆိုတာ မကောင်းကျိုးပေးပါတယ်။

လက်တွေ့ပြနေပြီ။ မကောင်းကျိုးတွေ ပေးနေပြီ။ လောဘက မကောင်းမှုအကုသိုလ်ကြောင့် လောဘနဲ့ သေရင် ပြိတ္တာဖြစ်မယ်။ ဒေါသနဲ့ သေရင် ငရဲကျမယ်။

www.dhammadownload.com

မောဟာနဲ့သေဆုံး ကွယ်လွန်မယ်ဆိုရင် တိရစ္ဆာန် ဖြစ်ပါမယ်။

ဆိုးဝါးနိမ့်ကျ တိရစ္ဆာန်ဘဝ

တိရစ္ဆာန်ဘဝကို ကြည့်လိုက်ပါ။ ကြီးနိုင်ငယ်ညှဉ်း၊ နိုင်ရာစားတဲ့လောကမှာ အသက်ရှင်နေရတာပါ။ တစ်ကောင်နဲ့ တစ်ကောင် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်း၊ တစ်ကောင်နဲ့ တစ်ကောင် ဖမ်းဆီးစားသောက်ပြီး ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ ဘဝဆိုးပါ။ အသိဉာဏ်ဆိုတာလည်း ဘာမျှမရှိတဲ့ ဘဝပါ။

သူတို့မှာ ထူးမြတ်တဲ့ ဘာအသိမျှ မရှိပါဘူး။ အိပ်မယ်၊ စားမယ်၊ ပျော်ချိန်မှာ ပျော်လိုက်မယ်။ အိပ်ဖို့ စားဖို့ ပျော်ဖို့ကိုသာသိတဲ့ တိရစ္ဆာန်ဘဝသည် အောက်တန်းကျတဲ့ဘဝပါ။ အသိဉာဏ်အဆင့်အတန်းတွေ နိမ့်ကျတဲ့ဘဝပါ။ ဘယ်သူမျှ ဒီဘဝမျိုးမရောက်ချင်ပါဘူး။

မရောက်ချင်ပေမဲ့လို့ တိရစ္ဆာန်တွေ သက်ရှိလောကမှာအများကြီးပါ။ ပိုးမွှားတိရစ္ဆာန် အရေအတွက်က လူ့အရေအတွက်ထက် များပါတယ်။ ကမ္ဘာလောကကြီးတစ်ခုလုံးမှာရှိတဲ့ လူဦးရေနဲ့ တိရစ္ဆာန်အရေအတွက် ယှဉ်ကြည့်ရင် တိရစ္ဆာန်က များပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ခြလေးတွေ၊ ပုရွက်ဆိတ်လေးတွေ၊ ခြင်တွေ၊ ယင်တွေ မရေနိုင်မတွက်နိုင်ပါဘူး။ ဒီဘဝမျိုး ဘာကြောင့်ရောက်သလဲဆိုရင် မောဟကြောင့် ရောက်တာပါ။

မောဟတွေ ရှိနေကြလို့

မသိနားမလည်တဲ့မောဟ၊ တွေဝေတဲ့မောဟ၊ မိုက်မဲတဲ့မောဟပါ။ မောဟကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် မောဟဆိုတာသည် အဝိဇ္ဇာပါ။ မသိနားမလည်ဘူး၊ သစ္စာလေးပါးတရားကို မသိလို့ပါ။ သစ္စာလေးပါးတရားကို မသိတဲ့သူမှန်သမျှ၊ သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်ခြင်း မရှိတဲ့သူ မှန်သမျှဟာ မောဟဆိုတာ ရှိနေပါတယ်။

မကောင်းတာ အကုန်ရှိပါတယ်။ မောဟလည်း ရှိတယ်။ လောဘလည်းရှိတယ်။ ဒေါသလည်းရှိပါတယ်။ ဒီတော့ မောဟနဲ့ သေမလား၊ ဒေါသနဲ့ သေမလား၊ လောဘနဲ့ သေမလား၊ ဘယ်ဟာနဲ့ သေမယ်လို့ ပြောလို့ မရပါဘူး။

လောဘနဲ့လည်း သေနိုင်တယ်၊ ဒေါသနဲ့လည်း သေနိုင်တယ်၊ မောဟနဲ့လည်း သေနိုင်ပါတယ်။

ဘယ်ဟာမျှ မကောင်းပါဘူး။ အကုသိုလ် လောဘ ဒေါသ မောဟတွေ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ မရှိအောင် အား

www.dhammadownload.com

ထုတ်မှ ဖြစ်ပါမယ်။ လောဘတွေ ကြီးချင်တိုင်း ကြီးနေတယ်၊ ပြိတ္တာတော့ မဖြစ်ချင်ဘူးလို့မရပါဘူး။

ဒေါသစိတ်တွေဖြစ်တဲ့အခါမှာ ထိန်းလို့သိမ်းလို့ မရဘူး။ ထစ်ခနဲဆိုလို့ရှိရင် ဆူပူဖို့၊ သောင်းကျန်းမယ်။ ဆဲဆို ဆူပူကြိမ်းမောင်းရိုက်နက်မယ်။ ဒေါသစိတ်တွေ သိပ်များတဲ့သူ၊ ငရဲကျဖို့ဆိုတာ တော်တော်ကြီးကို သေချာနေပါပြီ။

မသိနားမလည်တဲ့ မောဟတရားတွေ အားကြီးနေတဲ့သူ၊ အားကောင်းနေကဲ့သူဟာ သစ္စာလေးပါး တရားသိဖို့ အလုပ်မလုပ်ပါဘူး။ ဘာတရားမျှ နလုံးမသွင်းပါဘူး။ တရားအသိဉာဏ်တွေ ရအောင်လို့ ရှာဖွေကြိုးစားရကောင်းတောင် မသိတဲ့သူဟာ မောဟကြီးတဲ့သူပါ၊

မောဟကြီးတဲ့သူ တရားမမြင်ဘူး။ မောဟများတဲ့သူ တရားနဲ့ဝေးပါတယ်။ အိပ်ချင် ငိုက်မြည်းနေတာ မောဟတရားပါ။ တချို့က တရားနာရင် အိပ်ငိုက်တယ်၊ တရားထိုင်ရင် အိပ်ငိုက်တယ်၊ ဘုရားရှိခိုးပျင်းတယ် ဆိုတာ မောဟ များတာပါ။

မောဟများပြီး မောဟနဲ့သေရင် တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ပါမယ်။ သတိထားစရာပါ။

www.dhammadownload.com

စိုးရိမ်စရာတွေ ရှိလို့နေ

တိရစ္ဆာန်ဖြစ်မယ့် အရေးလည်း ကိုယ့်မှာရှိတယ်၊ တိရစ္ဆာန်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ပြိတ္တာဘဝကိုရောက်နိုင်တဲ့ အခြေအနေလည်း ကိုယ့်မှာရှိနေတယ်။ ငရဲကျနိုင်တဲ့ အခြေအနေ အခွင့်အရေးတွေလည်း ကိုယ့်မှာရှိကိုရှိနေတယ်။ ဒီအရေးတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကယ်ရမယ့်အရေးတွေပါ။

သူများသွားကယ်ရမှာလား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကယ်ရမှာလားရွေးချယ်ရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ရမှာပါ။ သူများကို သနားရမှာလား၊ ကိုယ့်ကိုယ့်ကိုယ်သနားရမှာလားဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သနားရမှာပါ။

သနားစရာပါ။ လောဘတွေ များနေတာလည်း သနားစရာပါ။ ဒေါသတွေ မလျော့နိုင်တာလည်း သနား

www.dhammadownload.com

စရာပါ။ မောဟတွေ ဖိစီးခံနေတာလည်း သနားဖို့ ကောင်းပါတယ်။ ငရဲရောက် အပါယ်ကျတိရစ္ဆာန်ဖြစ်ဖို့ သေချာနေလို့ပါ။

ကယ်တင်ရမယ့်အရေးသည် ကိုယ့်အရေးပါ။ ကုသိုလ်ပြုရမယ့်အရေးသည် ကိုယ့်အရေးပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ဆယ်တဲ့အရေးသည် ကုသိုလ်အရေးသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘဝမှာ ဒီအတိုင်း စားကာသောက်ကာ နေကာနဲ့ နေသွားမယ်၊ ဘဝတစ်ခု ဒီတိုင်းပဲ ကုန်သွားမယ်။ စားလိုက်သောက်လိုက်၊ အလုပ်လုပ်လိုက်၊ သားသမီးတွေနဲ့နေလိုက်၊ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ပျော်လိုက်၊ စီးပွားရှာလိုက်နဲ့သာ နေသွားရင် အပါယ်လေးရွာ ရောက်ဖို့က သေချာပါတယ်။

သိပ်ကိုသေချာတယ်။ လောဘတွေကြီး၊ ဒေါသတွေလည်း ကြီး၊ မောဟတွေလည်း မပယ်နိုင်ဘဲနဲ့သာ သေသွားမယ်ဆိုရင် အပါယ်လေးဘုံ တစ်ဘုံဘုံကို သွားရမှာ ကျိန်းသေဧကန်ပါ။

သူများအရေးတွေနဲ့ ရှုပ်ထွေးပြီး "သားရေး ရှိသေးတယ်၊ သမီးရေးရှိသေးတယ်၊ စီးပွားရေးကြီးပွားရေးတွေက အရေးကြီးတယ်၊ လူမှုရေးတွေကလည်း များတယ်"လို့ ဒီအရေးတွေနဲ့သာ ရှုပ်ထွေးနေမယ်

www.dhammadownload.com

ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်အရေးကို မေ့ထားတဲ့သူဟာ အပါယ်ကျမယ့်အရေး ရှိနေပါတယ်။ အပါယ်ကျဖို့ ကျိန်းသေကေန် ဖြစ်နေတဲ့ဘဝ၊ ဒီဘဝကနေ ကယ်တင်ဖို့ လိုပါတယ်။

www.dhammadownload.com

အပါယ်က လွတ်နေပေမဲ့

ဒီတော့ ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာဘဝတွေက လွတ်ပြီ ဆိုရင်တောင် ဘယ်ဘဝတွေရှိသေးလဲ ပြန်တွက်ကြည့်ပါ။ လူ့ဘဝကို ရခြင်းရှိပါတယ်။ လူ့ဘဝဆိုတာ သုဂတိဘဝလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကောင်းတဲ့ဘဝ သတ်မှတ်ပါတယ်။ ငရဲတိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာဆိုတာက ဒုဂ္ဂတိဘဝ မကောင်းတဲ့ဘဝလို့ ပြောရပါမယ်။

လူ့ဘဝရတယ်ဆိုတာ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ အတော်အတန် ကင်းလွတ်နေတာပါ။ သက်သာနေတာပါ။ လူတစ်ယောက် ဘယ်လောက်ဆင်းရဲတယ်ပြောပြော၊ ဘယ်လောက် ဒုက္ခရောက်နေတယ်ပြောပြော၊ ငရဲကျတာလောက်တော့ မဆိုးသေးဘူး၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်နေရတာလောက် မဆိုးသေးပါဘူး၊ ပြိတ္တာဖြစ်တာလောက်

www.dhammadownload.com

တော့ မဆိုးသေးဘူးဆိုတော့ လူ့ဘဝသည် သုဂတိဘဝကောင်းပါ။

လူ့ဘဝဆိုတာ ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ လုပ်မယ်ဆိုလည်း အားကြိုးမာန်တက် လုပ်နိုင်တယ်။ ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ယူချင်ရင် ယူနိုင်သလောက်ကို ယူလို့ရတယ်။ ဘာကောင်းမှုလုပ်မလဲ။ ဒါနကောင်းမှုတွေ လုပ်လို့ရတယ်။ သီလကောင်းမှုတွေ ပြုခွင့်ရှိတယ်။ တရားဘာဝနာတွေ အားထုတ်လို့ တရားအလုပ်လုပ်မယ်ဆိုရင်လည်း စိတ်တိုင်းကျ အားထုတ်နိုင်ပါတယ်။ လူ့ဘဝက ဘဝကောင်းပါ။ ကောင်းတဲ့ဘဝကနေ မကောင်းတဲ့ဘဝကို ရောက်သွားတယ်ဆိုတာ ရှုံးတာပါ။

လူတစ်ယောက်သေလို့ ငရဲကျတယ်ဆိုရင် ရှုံးတာပါ။ လူသေပြီးလို့ ပြိတ္တာဖြစ်သွားတယ်ဆိုရင်လည်း ရှုံးတာပါပဲ။ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ရတာလည်း ရှုံးတာပါပဲ။

ငရဲလည်း မကျပါဘူး၊ တိရစ္ဆာန်လည်း မဖြစ်ပါဘူး၊ ပြိတ္တာဘဝကလည်း လွတ်ပါတယ်၊ လူ့ဘဝကို ပြန်ရတယ်ဆိုရင်တောင် အရင်းပဲ ရှိသေးတယ်။။ (၁၀၀)နဲ့ ဝယ်ထားတဲ့ပစ္စည်း ပြန်ရောင်း (၁၀၀) ရတယ်ဆိုရင် အရင်းပါ။ လူ့ဘဝကနေ သေသွား လူပြန်ဖြစ်တယ်ဆိုရင် အရင်းပဲ ရှိသေးတယ်။

www.dhammadownload.com

သုဂတိမှ သုဂတိက အရင်း

သုဂတိဘဝဆိုတာ လူနတ်ဗြဟ္မာဘဝတွေပါ။ ကောင်းတဲ့ဘဝတွေပါ။ ဆိုးတဲ့ဘဝတွေက လေးမျိုး၊ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်ပါ။ ဒုဂ္ဂတိဘဝ၊ မကောင်းတဲ့ ဘဝဆိုးတွေပါ။ အဲဒါကြောင့် မကောင်း ဆိုးဝါးလို့ ပြောကြတာပါ။

လူဖြစ်ရတာ ကောင်းတဲ့ဘုံဘဝ၊ နတ်ဗြဟ္မာ ဖြစ်ရတာ ကောင်းတဲ့ဘဝပါ။ ဒီတော့ လူတစ်ယောက် သေပြီးလို့ လူပြန်ဖြစ်ရင် တွက်ကြည့်ပြီးပြီ။ အရင်းပဲ ရှိသေးတယ်။အမြတ် မရသေးဘူး။

လူတစ်ယောက် သေပြီးသွားလို့ နတ်ပြည်ရောက် သွားရင် မြတ်တယ်မထင်ပါနဲ့။ နတ်ဘဝဆိုတာလည်း သုဂတိဘဝ၊ လူ့ဘဝဆိုတာလည်း သုဂတိဘဝ။ အရင်း

www.dhammadownload.com

ပါပဲ။ နတ်ဖြစ်လည်း မမြတ်သေးဘူး၊ အရင်းပဲ ရှိသေးတယ်၊ ဗြဟ္မာဘဝရောက်ရင်လည်း မမြတ်ပါဘူး။ အရင်းပဲ ရှိပါသေးတယ်။

ပစ္စည်းတစ်ခု ဝယ်ထားပြီးရင် အမြတ်နဲ့သာ ရောင်းကြပါလိမ့်မယ်။ ဘဝတစ်ခု ရထားပြီးတော့ အရင်းယူမလား၊ အမြတ်ယူမလားဆိုရင် အမြတ်ယူကိုသာ ယူသင့်ပါတယ်။ သုဂတိကနေ သုဂတိရရုံလေးနဲ့တော့ မကျေနပ်ပါနဲ့ဦး။ လူပြန်ဖြစ်ရုံလောက်၊ နတ်ပြည်ဌာန နတ်လောကရရုံလောက်၊ ဗြဟ္မာပြည် ရရုံလောက်နဲ့တော့ မကျေနပ်ပါနဲ့။ အမြတ်ရအောင်ယူဖို့ အရေးသည် ကိုယ့်အရေးပါ။

မြတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီဘဝ ရထားပြီးတော့မှ ရှုံးသွားမယ်ဆိုရင်လည်း ဟန်မကျသေးဘူး။ အရင်းရရင်လည်း မကိုက်သေးပါဘူး။

www.dhammadownload.com

အိုနာသေတွေ ရှိနေလို့

သုဂတိဘဝမှာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ၊ ဗြဟ္မာဘဝသည် ကောင်းတဲ့ဘဝဖြစ်ပေမဲ့ အိုနာသေတွေ ရှိနေပါတယ်။ တစ်ချိန်ချိန်မှာတော့ အိုနာသေရမှာပါ။ ဘဝပြောင်းရမှာပါဆိုတော့ သိပ်ဟန်မကျသေးပါဘူး။သုဂတိဘုံဘဝမှာလည်း သေသေချာချာ စာရင်းစစ်ကြည့်ရင် အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းသာ ရှိတယ်။

လူ့ဘဝ ကောင်းတယ် ကောင်းတယ် ပြောသော်လည်း အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတရားတွေ ရှိနေလို့ တကယ်မကောင်းသေးပါဘူး။ အိုတဲ့ ဒုက္ခတွေ ရှိနေလို့၊ နာရမယ့်ဒုက္ခတွေ ရှိနေလို့၊ သေတဲ့ဒုက္ခတွေ ခံရဦးမှာမို့ စင်းလုံးချော ကောင်းတယ်လို့ ပြောလို့မရပါဘူး။

www.dhammadownload.com

ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်ဆိုတဲ့ ဆင်းရဲတဲ့ ဘဝဒုက္ခဆိုးတွေက လွတ်နေလို့သာ ကောင်းတယ်လို့ ပြောရတာပါ။ အမှန်က အိုနာသေမကင်းတဲ့ ဘဝမှန်သမျှ မကောင်းတဲ့ဘဝပါ။

လူချမ်းသာဖြစ်လည်း အိုနာသေ၊ နတ်ချမ်းသာရလည်း အိုနာသေ၊ ဗြဟ္မာချမ်းသာ ဖြစ်ရလည်း အိုနာသေ ဘယ်ဘဝရောက်ရောက်၊ ဘယ်ကမ္ဘာမှာ သွားပြီးတော့ပဲနေနေ၊ ဘယ်မှာသွားပြီးတော့ ဘာကြီးဖြစ်နေနေ အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတရားတွေ မကင်းသေးရင် မကောင်းတဲ့ဘဝပါ။ မကောင်းတဲ့ ဘဝအခြေအနေကနေ ကယ်ဖို့အရေးသည် ကိုယ့်အရေးပါ။ အရေးကြီးပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်ဖို့သည် အရေးကြီးဆုံးပါ။

www.dhammadownload.com

ဘဝရှုံးမသွားအောင်

မြင့်ရာဘဝကနေ နိမ့်ရာဘဝကို ရောက်သွားတာဟာ ဘဝရှုံးသွားတာပါ။ သုဂတိဘဝက ဒုဂ္ဂတိဘဝ ရောက်ရတာဟာ ရှုံးသွားတာပါ။

ကံကောင်းထောက်မလို့ ရောက်လာကြတဲ့ လူ့ဘဝမှာ လူဖြစ်မရှုံးဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ကံကောင်းတွေက ပို့လိုက်လို့ ကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်နေရာက ကုသိုလ်ကောင်းမှု မပါသွားလို့ ဘဝနိမ့်ကျသွားရင် လူဖြစ်ရှုံးပါတယ်။ ဘဝရှုံးပါတယ်။

နောက်တစ်ခါ နောက်တစ်ခေါက် လူပြည်ကို ပြန်ရောက်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ပါဘူး။ အပါယ်လေးဘုံ ရောက်သွားပြီးရင် လူပြန်ဖြစ်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ပါဘူး။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို အခွင့်အရေးရရင် ရသလို ပြုလုပ်ပါမှ ဒီဘဝမှာ ရင်းစားပြန်ရနိုင်ပါတယ်။

www.dhammadownload.com

အရင်းရအောင်တောင် တော်တော်ကြီး ကြိုးစားကုသိုလ်ပြုနိုင်မှ ဖြစ်ပါမယ်။ မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့ပေါ့ဆဆနဲ့ ကိုယ့်အရေးကို မတွေးဘဲ သူများအရေးတွေနဲ့သာ အချိန်ကုန်ရင် အရင်းတောင်ရဖို့ ခက်ပါတယ်။ လူ့ဘဝက သေပြီး လူပြန်ဖြစ်ဖို့တောင် ခက်ခဲပါတယ်။

www.dhammadownload.com

မျက်ရည်မကျချင်

အချို့သူများက ကိုယ့်အရေး ကြိုမတွေးဘဲ သားရေး၊ သမီးရေး၊ စီးပွားရေးဆိုပြီး သူများအရေးတွေကိုသာ အရေးလုပ်ကြတဲ့အတွက် သေခါနီးအချိန်မှာ မျက်ရည်စက်လက် ဖြစ်ကြရပါတယ်။

တကယ့်အရေး တကယ့်ဘေးနဲ့ ကြုံတဲ့အချိန်မှာ အားကိုးမဲ့လို့ ဘဝနစ်မွန်းသွားကြရပါတယ်။

တခြားအလုပ်တွေလုပ်ရင်းနဲ့ ကိုယ်လုပ်ရမယ့် အလုပ် ကိုယ့်အလုပ်ကိုလည်း မေ့မသွားပါစေနဲ့။ ကိုယ်လုပ်မှသာ ကိုယ်ရမယ့် ကုသိုလ်အလုပ်၊ ကိုယ့်ကို စောင့်ရှောက်ကယ်တင်မဲ့ ကိုယ့်ကုသိုလ်အလုပ်ကိုလည်း အရေးထားဖို့ လိုပါတယ်။ ကိုယ့်အရေးကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က လေးစားဖို့ လိုပါတယ်။

www.dhammadownload.com

အချိန်လွန်မှ နောင်တမရအောင် ကိုယ့်ကုသိုလ် အရေး ကိုယ့်အရေး၊ ကိုယ့်တရားရရေး ကိုယ့်အရေးလို့ အမြဲတွေးနိုင်ပါမှ စိတ်ချရပါမယ်။ အမြဲ သတိရှိနေမှ သက်သာနိုင်ပါတယ်။

www.dhammadownload.com

အိုနာသေ လွတ်ရာ

အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတရားတွေ လွတ်ကင်းတဲ့နေရာက နိဗ္ဗာန်ပဲရှိတယ်။ မအို၊ မနာ၊ မသေတဲ့နေရာသည် နိဗ္ဗာန်သာရှိတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်မှ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်မှ မြတ်တဲ့အခြေအနေကို ရပါမယ်။ တရားအားထုတ်နေတယ်ဆိုတာ အမှန်က အမြတ်ရှာနေကြတာပါ။

အိပ်ကာစားကာပျော်ကာနဲ့ နေတာက အရှုံးယူနေကြတာပါ၊ လောဘနဲ့နေတာ၊ ဒေါသနဲ့နေတာ၊ မောဟနဲ့နေတာ ရှုံးပါတယ်။ တရားအားထုတ်နေတာသည် မြတ်တာပါ။

မအို မနာ မသေရာ၊ အိုခြင်း နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားတွေ ကင်းတဲ့နေရာရောက်ဖို့အတွက်ကို တရား

www.dhammadownload.com

အလုပ်ကို အားထုတ်နေရပါတယ်။ ကိုယ့်အတွက်ကိုယ် ကျင့်ကြံအားထုတ် ပွားများနေတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အရေး၊ ကိုယ့်ကိစ္စပါ။ တရားအလုပ်အားထုတ်ဖို့က ကိုယ့်အရေး ကိုယ့်ကိစ္စပါ။

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကျင့်မှရမယ်၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အားထုတ်မှရမယ်။ အဲဒီအရေးသည် ကိုယ့်အရေးပါ။ အရေးကြီးပါတယ်။

နေ့တိုင်း အချိန်ကုန်

မသိလိုက် မသိဘာသာနဲ့ သာမန်အတိုင်းသာ နေမယ်ဆိုရင် နေ့တိုင်းနေ့တိုင်းမှာ ဖြစ်နေကြတာ လောဘတစ်လှည့်၊ ဒေါသတစ်လှည့်၊ မောဟတစ်လှည့်ပါ။ တစ်နေ့တစ်နေ့ အကုသိုလ်နဲ့ပဲ အချိန်ကုန်ပါတယ်။

ရောင်းရေးဝယ်တာတွေ လုပ်နေလည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟနဲ့ပါ။ အိမ်မှာ နေတော့လည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟနဲ့ပါ။ မိုးလင်းပိုင်းလည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟနဲ့ပါ။ နေ့ခင်းပိုင်းလည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟနဲ့ပါ။ ညမိုးချုပ်တော့လည်း လောဘမကင်း၊ ဒေါသမကင်း၊ မောဟမကင်းဘဲနဲ့ နေတယ်ဆိုတဲ့ ဘဝသည် ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ အခြေအနေပါ။

www.dhammadownload.com

ဒီအခြေအနေကနေ လွတ်မြောက်အောင်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တင်ရမယ်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားတွေ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်နေတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်နေတာပါ။ တရားကျင့်နေသူတွေ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်နေကြတယ်။ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အတွက်ပါ။

ကိုယ့်အမြတ်အစွန်း ကိုယ်ယူနေတာပါ။ ကိုယ့်အမြတ်အစွန်း ကိုယ်ရှာနေတာဆိုတော့ ပျင်းနေလို့ မတော်ပါဘူး။ ပျင်းနေလို့လည်း မဖြစ်ပါဘူး။ ငိုက်နေလို့လည်း မဖြစ်ဘူး၊ ကြိုးစားမကျင့်ဘဲ စကားတွေ ပြောနေလို့လည်း မဖြစ်ဘူး၊ ဘာလုပ်ရမလဲ၊ ကြိုးစားပြီးတော့ ကယ်နေမှဖြစ်ပါမယ်။

www.dhammadownload.com

နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ဝိပဿနာပွား

နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ ဝိပဿနာတရားတွေ ရှုပွားနေရမယ်၊ အားထုတ်ကျင့်ကြံနေရမယ်။ ရုပ်ရုပ် နာမ်နာမ်လို့ ရှုနေတာသည် ဝိပဿနာပွားနေတာပါ။ ဝိပဿနာ၏ အာရုံသည် ရုပ်နဲ့နာမ်ပါ။ ဝိပဿနာရှုတဲ့ ယောဂီ၊ ဝိပဿနာတရား ကျင့်တဲ့သူသည် ရုပ်နာမ်အာရုံပြုရပါမယ်။

ရုပ်တရား နာမ်တရားကို အာရုံပြုနေတဲ့ သူဟာ ရုပ်တရားကို ရုပ်လို့ရှုမယ်၊ နာမ်တရားတွေ တွေ့လာရင် နာမ်လို့ ရှုမယ်ဆိုတဲ့သူသည် ရှုနေတဲ့ အခိုက်အတန့်လေးမှာ လောဘ မလာပါဘူး။ ဒီရုပ် ငါ လိုချင်လိုက်တာ၊ ဒီနာမ် ငါလိုချင်လိုက်တာလို့ မရှိပါဘူး။ ဒီအချိန်မှာ လောဘကင်းနေပါတယ်။ ရုပ်နာမ်မြင်နေတဲ့ အချိန်ခါမှာ လောဘတွေ ကင်းနေတယ်။

www.dhammadownload.com

ရုပ်တရားနာမ်တရားကို သေသေချာချာ ရှုမှတ်ပွား များအားထုတ်နေတဲ့ သူရဲ့သန္တာန်မှာ ဒေါသလည်းကင်း တယ်။ ရှုနေတဲ့အချိန်မှာ ဒေါသကင်းပါတယ်။

ရှုစိတ်လွတ်နေတဲ့ အချိန်မှာတော့ မကျေနပ်တဲ့ ဒေါသတွေ ဖြစ်ချင်ဖြစ်နေမယ်၊ လိုချင်တဲ့ လောဘတွေ ဖြစ်ချင်ဖြစ်နေပါမယ်။ ရှုစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ရှုဉာဏ်နဲ့ ရှုမှတ်နေတဲ့သူ၊ မပြတ်မလပ် သတိကပ်ကာ ရှုမှတ်နေတဲ့သူမှာ လောဘကင်းတယ်၊ ဒေါသကင်းပါ တယ်။

"ဒါက ရုပ်၊ ဒါက နာမ်၊ ရုပ်ရဲ့ သဘာဝက ဒီလို၊ နာမ်ရဲ့ သဘာဝက ဒီပုံ"လို့ သိနားလည်နေတဲ့သူမှာ မောဟလည်း ကင်းပါတယ်။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟကင်းဖို့အတွက် လောဘ မဝင်အောင် ဒေါသစိတ်တွေ မဖြစ်အောင် မောဟစိတ် တွေ ကင်းရှင်းနေအောင် အားထုတ်တဲ့အလုပ်က ဝိပဿနာတရားအလုပ်ပါ။

အားမထုတ်ရင် မကင်း

ဒီတရားကိုမှ အားမထုတ်ဘဲနဲ့ အလွတ်နေတဲ့ အချိန်၊ မရှုမှတ် မပွားများ အားမထုတ်ဘဲနေတဲ့အချိန်မှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟမကင်းပါဘူး။ တစ်ခုမဟုတ်

www.dhammadownload.com

တစ်ခုတော့ ဖြစ်နေမှာပဲ။ တစ်မျိုးမဟုတ် တစ်မျိုးတော့ ဖြစ်မှာပဲ။

လိုချင်တဲ့စိတ်ဖြစ်ချင်ဖြစ်၊ လိုချင်တဲ့စိတ်မဖြစ်ရင် မကျေနပ်တဲ့စိတ်ဖြစ်၊ မကျေနပ်တဲ့စိတ် မဖြစ်ရင်လည်း ဘာရယ်ညာရယ် မဟုတ်ဘူးဆိုရင် ဘာမှမသိတဲ့ မောဟဖြစ်ပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ရှုမှတ်နေရင် ကင်းစင်

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟနဲ့ တစ်နေ့တစ်နေ့ ဒီသုံးမျိုးစလုံးနဲ့ လှည့်နေတဲ့ ဘဝကနေ ဝိပဿနာ ရှုလိုက်တော့ ဒါရုပ် ဒါနာမ်လို့ သိလိုက်တာနဲ့ အဲဒီ အချိန် လောဘတွေ မလာတော့ဘူး၊ ရှုနေခိုက်မှာ လောဘကင်းတယ်၊ ရှုမှတ်တဲ့ စိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်ချိန်မှာ ဒေါသကင်းတယ်၊ ရှုမှတ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို သိနားလည်နေတဲ့အချိန်မှာ မောဟတွေကင်းပါတယ်။ အဲဒီအချိန်သည် အပါယ်တံခါး ပိတ်နေတဲ့အချိန်ပါပဲ။

ရှုစိတ်နဲ့သာ သေသွားရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ် အပါယ်မကျပါဘူး။

သုဂတိဘဝ ကျိန်းသေပါတယ်။ သေသေချာချာ ရှုမှတ်ပြီးတော့ ရှုစိတ်လေးနဲ့သာ ဘဝတစ်ခု နိဂုံးချုပ်

www.dhammadownload.com

သွားရင် အနည်းဆုံး လူ နတ် ပြဟ္မာ တစ်ခုခုတော့ ဖြစ်မှာ ကျိန်းသေပါတယ်။ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာဘဝ ရောက်ကို မရောက်ပါဘူး။

သေသေချာချာ ရှုမှတ်ပွားများလို့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ ပေါ်လာမယ်၊ သောတာပတ္တိမဂ် အစရှိတဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ ပေါ်လာတဲ့သူကျတော့ ဒီဘဝ နိဂုံးချုပ်သွားရင် နိဗ္ဗာန်ကို သွားပါမယ်။

အားမထုတ်ဘဲ မရ

နိဗ္ဗာန်သွားဖို့အရေးမှာ ဝိပဿနာမပါလို့ မဖြစ်ပါဘူး။ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားတွေ အကုန်ရှင်းဖို့ အရေးမှာ ဝိပဿနာတရား မကျင့်လို့ မဖြစ်ပါဘူး။ အမြတ်အစွန်းရအောင် ဒီဘဝကနေ အမြတ်ထွက် အောင် ပြုလုပ်ချင်သူမှန်သမျှ တရားအားမထုတ်လို့ မရပါဘူး။

တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ အမြတ်ထွက် အောင် ယူနေတာပါ။ မကျင့်ပဲနေတဲ့သူတွေက အရှုံးခံ နေတာနဲ့ တူတူပါပဲ။ အမှတ်တမဲ့နေတဲ့သူဟာ အမြတ် မယူဘဲ သက်သက်အရှုံးခံ နေတဲ့သူပါပဲ။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာတရားကို ကျင့်ဖို့အရေးသည် ကိုယ့်အရေးပါ။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့အရေးကလည်း ကိုယ့်

www.dhammadownload.com

အရေးပါ။ အပါယ်ဘေးက လွတ်ဖို့အရေးကလည်း ကိုယ့်အရေးပါ။

ကိုယ့်အရေး ကိုယ့်ကိစ္စသည် အရေးအကြီးဆုံး ပဲလို့ နားလည် သဘောပေါက်ပြီး ကျင့်ကြံပွားများ အား ထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ လွယ်ကူစွာနဲ့ ရနိုင်ရောက်နိုင် မျက်မှောက် ပြုနိုင်ကြပါစေ ။

ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရ

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရာဘိဝံသ၏
ဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေး ထာဝရငွေပဒေသာပင်
ဓမ္မဒါန အလှူရှင်များ

ကျပ် ဆယ့်ငါးသိန်းနှင့် အထက်အလှူရှင်

၁။ (ဦးကံစိန်) ဒေါ်သိန်းနှင့် သမီး မနုရီစိန်၊
သား ကိုနိုင်အောင်၊
သိန်းမင်းသက်န်းတိုက်၊ ကျုံပျော်မြို့။

၂။ ဦးထွန်းကြိုင်+ဒေါ်ကျင်မိသားစု၊ ၁၃၄၊ မင်းလမ်း၊
မုဒုံမြို့။

ကျပ် ဆယ့်တစ်သိန်းနှင့် အထက်အလှူရှင်

၁။ (ဒေါ်ခင်နှင်းရီ)အား ရည်စူး၍ဦးသန်းလွင်၊
သမီးမခင်ခင်စု၊ နှင်းစာပေရတနာ၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကျပ်ဆယ်သိန်းအလှူရှင်

၁။ နှစ်ဖက်သောမိဘများအားအမှူးထား၍
ဦးမြင့်ထွန်း+ဒေါ်ခင်မာရွှေ၊
သမီးဆုပြည့်စုံထွန်းမိသားစု၊
ဆုပြည့်စုံထွန်းစာပေ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂။ ဦးအောင်ဇော်+ဒေါ်သန်းစိန်မိသားစု
အမှတ် (၂၆၆)၊ (၃၃) လမ်း၊ ပဲခူးမြို့။

www.dhammadownload.com

ကျပ် ရှစ်သိန်းနှင့်အထက် အလှူရှင်

၁။ ဒေါ်ခင်နုနှင့် ဦးမြညွန့် + ဒေါ်ခင်မော်မိသားစု၊
သိန်းတစ်ရာ - ဆီစက်နှင့်ပွဲရုံ၊ ရေနံမြို့။

ကျပ် ခုနစ်သိန်းနှင့်အထက် အလှူရှင်များ

၁။ ဦးငွေအောင် + ဒေါ်ခင်သီတာ၊
သမီးအေးငွေအောင်၊ သားအောင်ငွေဟိန်း
မိသားစု၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကျပ် ခြောက်သိန်းနှင့်အထက် အလှူရှင်များ

၁။ ဦးဝင်းသန်း + ဒေါ်မြင့်မြင့်အုန်း၊ မင်းလမ်း၊ သထုံမြို့။
၂။ ဦးတင်အောင် + ဒေါ်ငြိမ်းငြိမ်း
မိုး - ချိုချည်မိသားစု၊ ညောင်လေးပင်မြို့။
၃။ မသင်းသင်းမြတ်၊ ကျိုက်ကော်။
၄။ ဒေါ်ကျင်နုမိသားစု၊ ဟိန်းထက်စတိုး
ဗိုလ်ချုပ်ဈေး၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကျပ် ငါးသိန်းနှင့်အထက်အလှူရှင်များ

၁။ (ဦးကျော်ဝင်း) ဒေါ်မော်မော်ဦးမိသားစု
အမှတ် (၈၄)၊ လသာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂။ ဦးတင့်လွင် + ဒေါ်လှိုင်းယဉ်မိသားစု၊ ဟသ်ာတမြို့။
၃။ ဦးတင်ဝင်း + ဒေါ်ညွန့်ညွန့်ခိုင်မိသားစု၊
ရွှေရတနာလမ်း၊ ရှစ်မိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၄။ ဦးသန်းလွင် + ဒေါ်ရီရီမြင့်မိသားစု၊
ဆစ်ဒနီမြို့ ဩစတြေးလျနိုင်ငံ။

၅။ ခမည်းတော်ဦးကျော်လှိုင် +
မယ်တော်ဒေါ်မြင့်ကြည်၊
ကြံတိုင်းမြင့်ရွှေဆိုင်၊ သထုံမြို့။

၆။ လှိုင် – ကမာရွတ်ဆရာ/ဆရာမများနှင့်
စေတနာရှင်များ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၇။ ဦးသိန်းဇော် + ဒေါ်ခင်လှ၊ သမီးမသွယ်သွယ်ထက်၊
သိန်းဇော်ဆန်ရောင်းဝယ်ရေး၊ ၈၆ လမ်း၊
မန္တလေးမြို့။

၈။ ဒေါ်ကင်း၊ ဒေါ်အေးအေး၊
ဒေါ်ထွေးထွေး၊ ဒေါ်ဘေဘီဝင်း၊
တပင်ရွှေထီးလမ်း၊ တောင်ငူမြို့။

၉။ ဦးသိန်း + ဒေါ်ခင်အုံး၊
အမှတ် ၁၀၇၊ ဝေဇယန္တာလမ်း၊
(၃) ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာ၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကျပ် ငါးသိန်း အလှူရှင်များ

၁။ (ဦးခင်မောင်လွင်) + ဒေါ်စန်းစန်းမြင့်မိသားစု၊
စမ်းချောင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂။ ဦးမင်းလွင် + ဒေါ်ခင်သန်းမြင့်၊ သမီးရည်ဝင်းထက်
(ဆရာကြီးရွှေဆိုင်)၊ တောင်ငူမြို့။

www.dhammadownload.com

၃။ ဖခင် ဦးကြွက်နှင့် မိခင်ကြီး ဒေါ်ကျင်ယုံတို့အား ရည်စူး၍ သမီး မသီတာဝင်း၊ သောင်ကြီးကျေးရွာ၊ ကျုံပျော်မြို့။

၄။ ကိုသိန်း+မခင်အုန်း(သမီး) သဲအိအိဝါ၊ ပြည့်ပြည့်ဖြိုးမိသားစု (ရွှေပြည့်စုံသက်န်းတိုက်) တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကျပ် သုံးသိန်းနှင့်အထက် အလှူရှင်များ

၁။ ဒေါက်တာအိမ်ဟိုး+ဒေါက်တာခင်သန်းကြွယ် ဆစ်ဒနီမြို့ ဩစတြေးလျနိုင်ငံ။

၂။ ဦးအောင်ဇော်+ဒေါ်နန်းကျော့၊ ဆစ်ဒနီမြို့ ဩစတြေးလျနိုင်ငံ။

၃။ ဦးမြင့်သိန်း+ဒေါ်သန်းသန်းဝင်း၊ သမီးယုလဲ့မြင့်၊ သားညဏ်လင်းမြင့်၊ စပါယ်ရုံလမ်း၊ ရွာမ၊ အင်းစိန်။

၄။ မသန်းသန်းစိုး၊ မမြင့်မြင့်ဦး၊ သန်းစိုးစတိုး၊ ပတ္တမြားလမ်း၊ ကျိုက်ထိုမြို့။

၅။ ဦးသာထွန်း+ဒေါ်အုံးခင်၊ သမီးခိုင်ခိုင်ထွန်းဖြူ၊ လှိုင်လှိုင်ထွန်းဖြူ၊ ဗိုလ်ချုပ်လမ်း၊ ငါးသိုင်းချောင်းမြို့။

၆။ ပါမောက္ခဒေါက်တာရဲမြင့်ကျော်+ဒေါ်ခင်ရည်မွန် မိသားစု၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၇။ ဦးအောင်မြင့်သိန်း + ဒေါ်ခင်မိုးရွှေ၊
သား မင်းသူဟိန်း၊
မှော်ကန် (၈) လမ်း၊ ပဲခူးမြို့။

၈။ ဒေါက်တာဝါဝါ၊ သချာဌာန၊ ပုသိမ်တက္ကသိုလ်။

ကျပ် သုံးသိန်းအလှူရှင်များ

၁။ ဒေါ်အေးအေးဝင်း၊ ညီမ ဒေါ်သဲသဲ၊
တူ ကိုအောင်လှိုင်၊ ကျုံပျော်မြို့။

ကျပ် နှစ်သိန်းနှင့်အထက် အလှူရှင်များ

၁။ ဒေါ်တင့်မာမိသားစု၊ ၃၃၊ ကုသိနာရုံလမ်း၊ ပုသိမ်မြို့

၂။ ဦးသန်းဦး + ဒေါ်စန်းစန်းမော်၊ သမီးမေသဲဦး၊
ဝင်းလွဲ့လွဲ့အောင်၊ ၂၁ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃။ ဒေါ်ခင်တိုးရီ၊ ဒေါ်ခင်နုရီ၊
လော့စ်အိန်ဂျယ်လိစ်၊ အမေရိကန်။

၄။ (ဦးခင်အောင်) ဒေါ်ပို့ပို့မိသားစု၊ ဗိုလ်ချုပ်လမ်း၊
ပုဇွန်တောင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၅။ ကိုသန့်ဇင် + မဝင်းဝင်းဖြိုးမိသားစု၊
တော်ဝင်ထွန်းသစ်စက်နှင့် ရေသန့်၊ ရေနီမြို့။

၆။ ဦးဘထက် + ဒေါ်အေးမြင့်မိသားစု
မြင့်ရတနာရွှေဆိုင်၊ အင်းစိန်ဈေးကြီး၊ ရန်ကုန်မြို့။

၇။ (ဦးငွေသိန်း) ဒေါ်ခင်မေ၊ ရွှေဆိုင်၊ ကျိုက်ထိုမြို့။

www.dhammadownload.com

၈။ ဒုပိုလ်မှူးကြီးဌေးလွင်(ငြိမ်း) + ဒေါ်အေးအေးမြင့်၊
ရွှေဟင်္သာစတိုး၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၉။ ဒေါ်ခင်ရီမွေးနေ့အလှူ၊
မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်လမ်း၊ ကန်တော်လေး၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၀။ ဦးဘုန်းမော်ရွှေ + ဒေါ်စန်းစန်းမြင့်၊
သမီး စုနှင်းရွှေမိသားစု၊ မကွေးမြို့။

၁၁။ ဒေါ်အေးအေးမြင့်၊ ဒေါ်ခင်ခင်လေး၊
ကြည့်မြင်တိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၂။ ဦးသော်ဇင် + ဒေါ်တင်တင်နွဲ့၊
အစ်မ ဒေါ်တင်တင်အေး၊
သုမင်္ဂလာအိမ်ရာ၊ သဃ်န်းကျွန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကျပ် တစ်သိန်းနှင့်အထက် အလှူရှင်များ

၁။ ဦးကိုကို + ဒေါ်လေးငယ်နှင့်
ကိုဇော်မင်း + မဇင်မာမိသားစု၊ တောင်ငူမြို့။

၂။ ဦးဘသီး + ဒေါ်ခင်ခင်လှ၊ မြသပိတ်လမ်း၊ သထုံမြို့။

၃။ ဦးမြတ်ထွန်း၊ မလေးရှား။

၄။ ဦးထွန်းထွန်းဦး + ဒေါ်သိန်းသိန်းဌေးမိသားစု
၁၀-အေ (၁) လမ်း၊ လှိုင်ရတနာမွန်အိမ်ရာ၊
ရန်ကုန်မြို့။

၅။ ဦးကိုကို + ဒေါ်ခင်နွဲ့နွဲ့၊ ရွှေရတနာလမ်း (၈) မိုင်၊
ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၆။ ဦးဒယ်ရစ်တင်လေး၊ အမှတ် (၄၆၇)၊
ဗဟိုလမ်း၊ မြောက်ဥက္ကလာပ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၇။ ဦးမောင်စိန်၊ သမီး မမြင့်မြင့်အေး၊ အာရှမိတ္တူ၊
အမှတ် (၈၄)၊ လသာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၈။ ဦးကျင်ဝေ + ဒေါ်ကျင်နု၊ သမီး ဒေါ်တူပို့၊
မြို့မ၊ တောင်စွန်း။

၉။ မောင်ထင်ကျော် + မမြရတနာဖြိုး၊ ရေနီမြို့။

၁၀။ (ဒေါ်သန်း) ညီမ ဒေါ်သန်းညွန့်၊ တူမ မအေးမြင့်၊
ပြည်သတိုက်ရွာ၊ တွံတေးမြို့နယ်။

၁၁။ ဦးမိုးနိုင် + ဒေါ်ငြိမ့်ငြိမ့်ကျော်၊ သမီး အိမ့်ဖူးဖူး
ခတ္တာလမ်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၂။ ဒေါက်တာဦးစံကျော် + ဒေါ်ညိုညို၊
သမီးမမေဖြူစံကျော်၊
ပန်းသီဆေးခန်း၊ အင်းစိန်လမ်းမကြီး၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃။ ဟိန်းထက်ပညာရေး၊ လှုဥယျာဉ်၊ ဥက္ကံမြို့။

၁၄။ မောင်ဟိန်းသန့်ဇော်၊ မောင်သူဟန်စိုး၊
သီရိရွှေစင်ရွှေဆိုင်၊ မန္တလေးမြို့။

၁၅။ သူငယ်ချင်း (၁၂) ယောက်၊ ပဲခူးမြို့။

၁၆။ ဦးလှမြင့် + ဒေါ်စောပုမိသားစု၊ မြောက်ဥက္ကလာပ၊
ရန်ကုန်မြို့။

၁၇။ ဦးအောင်ဇော်မိုး + ဒေါက်တာနီနီကျော်၊
(မျက်စိအထူးကု)၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၁၈။ ဒေါ်ဌေးဌေးဝင်း (ဗဟိုတရားရုံးချုပ်ရှေ့နေ)၊
လိပ်ပြာကန်အိမ်ရာ၊ ပဲခူးမြို့။
၁၉။ ဦးအောင်သိန်း + ဒေါ်ရွှတင်မိသားစု၊
ဖူဂျီဓာတ်ပုံတိုက်၊ ပဲခူးမြို့။
၂၀။ ဦးသိန်းဝင်း + ဒေါ်သန်းသန်းအေး
နှင်းဆီမွှေးစတိုး၊ ကေတုမတီ၊ တောင်ငူမြို့။
၂၁။ ဒေါ်ခင်စန်းမြင့် + ဒေါ်တင်အေးဆင့်၊
မြေးမင်းထူးမွန်၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၂။ ဒေါက်တာမျိုးသိုက်၊ ကလေးဆေးရုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၃။ ဗိုလ်ချုပ်ခင်မောင်ထွန်း +
ဗိုလ်ကြီးဒေါ်တင်တင်အေးမိသားစု၊
နေပြည်တော်။
၂၄။ ဦးစိုးသိန်း + ဒေါ်ခင်(သမီး) ဒေါ်သန်းသန်းဌေး၊
ဦးသန်းစိုး + ဒေါ်ဌေးဌေးရီ၊ မကွေးမြို့။
၂၅။ ဒေါက်တာဝင်းအောင် + ဒေါက်တာဝင်းဝင်း
သမီး နှင်းသီတာအောင်၊ သား ဉာဏ်လင်းအောင်

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရာဘိဝံသ
၏

ရေးသားထုတ်ဝေပြီး စာအုပ်များ

၁။ တရားနှင့်နေပါ ဒု-ကြိမ်
၂။ တရားမရခြင်းအကြောင်းရင်း ဒု-ကြိမ်
၃။ အပါယ်တံခါးပိတ်ထားကြစို့ ပ-ကြိမ်
၄။ လမ်းညွှန်တရားဆောင်ပုဒ်များ ဒု-ကြိမ်
၅။ မငိုကြသောမိသားစု ပ-ကြိမ်
၆။ လိုရင်းတိုရှင်းဝိပဿနာ ဒု-ကြိမ်
၇။ တရားဘယ်လိုကျင့်ရမလဲ ပ-ကြိမ်
၈။ How To Pratise Meditation ပ-ကြိမ်
၉။ လိုအင်ဆန္ဒတွေပြည့်ပါစေ ပ-ကြိမ်
၁၀။ ဘာသာမဲ့သူလေး ပ-ကြိမ်
၁၁။ သေဘေးဆင်ခြင် ကြိုတင်ကာပြင် ပ-ကြိမ်
၁၂။ တရားချစ်တဲ့သူ ပ-ကြိမ်
၁၃။ တစ်နေ့ကုန်သွားရင် ပ-ကြိမ်
၁၄။ တရားကျင့်သူနှင့် မကျင့်သူ ပ-ကြိမ်
၁၅။ နမောတဿ ဘုရားရှိခိုး ပ-ကြိမ်
၁၆။ ဘဝစစ်တမ်း ပ-ကြိမ်
၁၇။ ပေါင်းစုတူယှဉ်နိဗ္ဗာန်ဝင် ပ-ကြိမ်
၁၈။ ပေးဆပ်ရမည့်အကြွေး ပ-ကြိမ်
၁၉။ တရားဘာကြောင့် ကျင့်ရတာလဲ ပ-ကြိမ်

www.dhammadownload.com

၂၀။	တရားကျင့်ဖို့ ကောင်းတဲ့အချိန်	ပ - ကြိမ်
၂၁။	တရားရနိုင် မရနိုင်	ပ - ကြိမ်
၂၂။	တရားကျောင်းက ခေါင်းလောင်းသံ	ပ - ကြိမ်
၂၄။	နီးလျက်နှင့်ဝေး	ပ - ကြိမ်
၂၅။	အရှုံးထဲအမြတ်	ပ - ကြိမ်
၂၆။	အမှတ်တမဲ့အမှား	ပ - ကြိမ်
၂၇။	ဘာဝနာဆိုသည်မှာ	ပ - ကြိမ်
၂၈။	တရားကပေးတဲ့ချမ်းသာ	ပ - ကြိမ်
၂၉။	ဓမ္မလမ်းပေါ်မှာ	ပ - ကြိမ်
၃၀။	နှောင်ဖွဲ့မမြင်သံယောဇဉ်	ပ - ကြိမ်
၃၁။	ဥပုသ်စောင့်တဲ့ရည်ရွယ်ချက်	ပ - ကြိမ်
၃၂။	ကျေးဇူးသိတတ် ကျေးဇူးဆပ်	ပ - ကြိမ်
၃၃။	ဘာအရေးကြီးဆုံးလဲ	ပ - ကြိမ်
၃၄။	ကိုယ့်ရဲ့ကယ်တင်ရှင်	ပ - ကြိမ်
၃၅။	မနက်ဖြန်ဆိုတာ မသေချာ	ပ - ကြိမ်
၃၆။	ကြည့်ရင်းကြည့်ရင်း ပျက်ယိုယွင်း	ပ - ကြိမ်
၃၇။	ဘဝထဲမှာ တရားရှာ	ပ - ကြိမ်
၃၈။	ဆုံးမလွယ်သူ ဖြစ်ပါစေ	ပ - ကြိမ်
၃၉။	မကျန်းမမာဖြစ်လာလျှင်	ပ - ကြိမ်
၄၀။	အဆုံးအမတရားတော်	ပ - ကြိမ်
၄၁။	နိဗ္ဗာန်လမ်းဆီသို့	ပ - ကြိမ်
၄၂။	ကုသိုလ်အစု မျှဝေပြု	ပ - ကြိမ်