www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတစာစဉ်

ဓမ္မဒူတ
ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရ
B.A (Myanmar), M.A (Srilanka), Ph.D (India)
သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဇောတိပါလဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဟိတဂဏဝါစကာစရိယ

လိုအင်ဆန္ဒတွေပြည့်ပါစေ

www.dhammadownload.com

www.dhammadownload.com

“ဓမ္မစကား၊ နေ့တိုင်းကြား က၊
စိတ်ထားဖွေးလက်၊ သိဉာဏ်ထက်၏”

.... သို့

အမှတ်တရဓမ္မလက်ဆောင်

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည်
အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်	၃၂၀၃၅၃၀၈၀၈
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်	၃၂၀၂၆၂၀၅၀၈
ထုတ်ဝေသည့်ကာလ	၂၀၀၈ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ (ပထမအကြိမ်)
မျက်နှာဖုံးပန်းချီ	နေဝင်းအောင်
ပုံနှိပ်သူ	မြန်မာ့ဒီပုံနှိပ်တိုက်
ထုတ်ဝေသူ	ရဲအောင်စာပေ
အုပ်ရေ	၅၀၀၀
တန်ဖိုး	ဓမ္မဒါန

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတ

ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရ

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

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဇောတိပါလဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဟိတဂဏဝါစကာစရိယ

မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

လိုအင်ဆန္ဒပြည့်ကြပါစေ

ဖြန့်ချိရေး

ဆုပြည့်စုံထွန်းစာပေ

အမှတ် ၅၀၈/၅၁၂၊၂(ခ)၊ ပထမထပ်၊ သရဖီကွန်ဒို၊ ကုန်သည်လမ်း

(ဆိပ်ကမ်းသာလမ်းထောင့်)၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

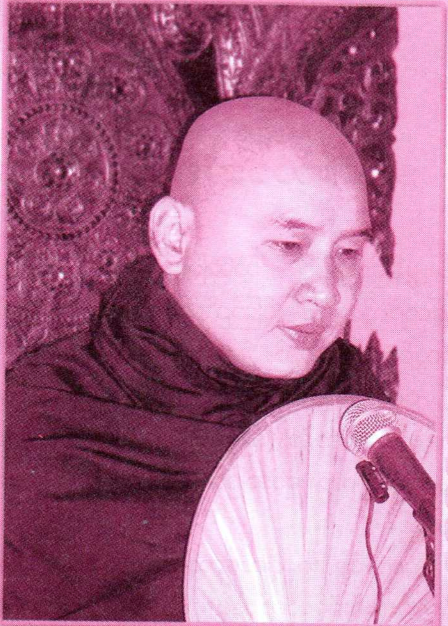
ဖုန်း – ၃၈၃၆၆၄၊ ၃၈၆၈၃၃။

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)

သာသနဇေဓမ္မာစရိယ၊ သာသနဇောတိပါလဓမ္မာစရိယ၊ သာသနပဟိတဂဏဝါစကာစရိယ

မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

www.dhammadownload.com

ဒေါက်တာ ဘဒ္ဒန္တ ဓမ္မဒူတအရှင်ပညာသီရိ

မွန်ပြည်နယ်၊ သထုံမြို့ ညောင်ပိုင်း ရပ်နေ ဦးကျော်လှိုင် - ဒေါ်မြင့်ကြည်တို့မှ ၁၉၆၄ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ဖွားမြင်သည်။

တောင်စွန်း ဓမ္မဒူတတောရကျောင်း ဆရာတော်ကြီး ဘဒ္ဒန္တပညာဇောတ (အဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မ ဇောတိကဓဇ)ကို ဥပဇ္ဈာယ်ပြုကာ ရှင်အဖြစ်၊ ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့သည်။

တောင်စွန်းဓမ္မဒူတတောရ၊ မန္တလေးမြို့မစိုးရိမ်တိုက်ဟောင်း၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်၊ ပခုက္ကူမြို့မဟာဝိသုတာရာမကျောင်းတိုက်၊ စစ်ကိုင်းတောင်ရိုး သဒ္ဓမ္မသီတဂူချောင်တို့တွင်လည်းကောင်း၊ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံနှင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံတို့တွင်လည်းကောင်း ပညာ သင်ယူခဲ့ပါသည်။

www.dhammadownload.com

သာသနဓဇ ဓမ္မာစရိယဘွဲ့၊
သာသနဇောတိပါလ ဓမ္မာစရိယဘွဲ့၊
သာသနဟိတ ဂဏဝါစက အာစရိယဘွဲ့၊
B.A (Myanmar), M.A (Srilanka), Ph.D (India) ဘွဲ့တို့ကို ရရှိခဲ့သည်။

၂၀၀၆ ခုနှစ်တွင် နိုင်ငံတော်မှ ဆက်ကပ်သော မဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ ဘွဲ့တော်ကို ရရှိခဲ့သည်။

ဓမ္မဒူတဆရာတော်ကြီး လွှန်တော်မူသည့် ၁၉၉၇ ခုနှစ်မှ ၂၀၀၅ ခုနှစ်ထိ တောင်စွန်းဓမ္မဒူတတောရကျောင်းတိုက် နာယကဆရာတော်အဖြစ် တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။

၂၀၀၅ ခုနှစ်မှ စတင်၍ ပဲခူးမြို့ ဆယ်မိုင်ကုန်းတွင် ဓမ္မဒူတတောရ သာသနာ့ရိပ်သာကို တည်ထောင် ဖွင့်လှစ်ကာ ပဓာန နာယကဆရာတော်အဖြစ် စာရေး၊ စာချ၊ တရားဟော၊ တရားပြကာ သာသနာ့ တာဝန်များကို ထမ်းဆောင်လျက် ရှိပါသည်။

www.dhammadownload.com

www.dhammadownload.com

လိုအင်ဆန္ဒပြည့်ကြပါစေ

မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားတဲ့တရား ဒေသနာတွေကို နှစ်မျိုးနှစ်စား ခွဲကြည့်လိုက်ရင် တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ရည်ရွယ်ပြီးတော့ ဟောတဲ့တရားနဲ့ အများကိုရည်ရွယ်ပြီးတော့ ဟောတဲ့တရားလို့ ခွဲခြားလို့ ရနိုင်ပါတယ်။

တချို့တချို့ တရားဒေသနာများက တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန် ရည်ရွယ်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားလိုက်လို့ရှိရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်၊ ဒီတရားဓမ္မ

www.dhammadownload.com

နာကြားရရင် တရားရမယ်၊ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ဖြစ်ပါမယ်။ အဲဒီလို တစ်စုံတစ်ယောက်သောပုဂ္ဂိုလ်ကို ရည်ရွယ်ပြီး တော့ ဟောတဲ့တရားမျိုးကို ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

နောက်တစ်မျိုးကျတော့ တစ်ဦး တစ်ယောက်ကို ရည် ရွယ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ အများကို မြတ်စွာဘုရားက ရည်ရွယ် တာပါ။ ဝေနေယျသတ္တဝါတွေ အားလုံးကို ခြုံငုံပြီးတော့ အားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့တရား၊ အများနဲ့ဆိုင်တဲ့ တရားကို ဓမ္မ ဓိဋ္ဌာန်လို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

အများနဲ့ဆိုင်တဲ့ တရားပွဲမျိုးဆိုတာက ပရိသတ် တွေ အများကြီး။ တစ်ရာ၊ နှစ်ရာ၊ သုံးရာ၊ လေးရာရှိတော့ တစ်ဦးချင်း၊ တစ်ယောက်ချင်းကို ရည်မှန်းပြီးတော့ ဟောလို့ မဖြစ်ပါဘူး။ အများနဲ့ဆိုင်တဲ့ တရားမျိုး၊ အများနဲ့ဆက်စပ်တဲ့ တရားမျိုးကို ရွေးချယ် ကြည့်ရပါတယ်။

ဘာတွေလဲဆိုတော့ ဒီကမ္ဘာလောကပေါ်မှာ ရှိတဲ့ လူသားတိုင်း၊ လူသားတိုင်းရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒတွေ ပြည့်စေတဲ့ တရားတစ်ပုဒ်ကို တွေ့မိလိုက်ပါတယ်။ တစ်ယောက်တည်းနဲ့

www.dhammadownload.com

ဆိုင်တဲ့တရားမဟုတ်ပါဘူး။ လူတိုင်း လူတိုင်းနဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ တရားတစ်ပုဒ်ပါ။ ကမ္ဘာပေါ်မှာရှိနေသမျှ လူသားအားလုံးကို မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်နဲ့ ခြုံငုံကြည့်ပြီးတော့မှ လူသားတွေရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒတွေကို စစ်တမ်းထုတ်ပြီးတော့ ဟောတဲ့ တရားတစ်ပုဒ်ပါ။

အခုကမ္ဘာပေါ်မှာ လူဦးရေသန်းပေါင်း ၅၀၀၀ ကျော်ရှိတော့အဲဒီလူတွေအားလုံးရဲ့လိုအင်ဆန္ဒဘာရှိသလဲ။လူတွေရဲ့ လိုအပ်ချက်၊ လိုလားချက် ဘာတွေများရှိသလဲလို့ မြတ်စွာဘုရားက သဗ္ဗညုတဉာဏ်နဲ့ ကြည့်ပါတယ်။ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ဆိုတာ အလုံးစုံကို အကုန်သိတဲ့ဉာဏ်၊ ဘာတစ်ခုမျှမကျန် အကုန်လုံးသိတဲ့ ဉာဏ်တော်ပါ။

ဒီကမ္ဘာလောကမှာ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် လူတွေက အမျိုးမျိုးပါ။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မတူကြပါဘူး။ လူမျိုးလည်း ကွဲပြားတယ်။ လူမျိုးပေါင်း စုံလင်ပါတယ်။ နေရာဒေသ တိုင်းပြည်နိုင်ငံတွေလည်း ကွဲပြားပါတယ်။ အယူဝါဒ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ဘာသာစကား၊ ဓလေ့ထုံးစံတွေလည်း ကွဲပြားပါတယ်။

www.dhammadownload.com

အဲဒီလို ကွဲပြားခြားနားတဲ့ လူတွေအားလုံးကို မြတ်စွာဘုရားက ခြုံငုံပြီး ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ လူတွေ အားလုံး တူညီတဲ့ လိုအင်ဆန္ဒလေးမျိုးပဲရှိတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား မြင်တော်မူပါတယ်။

တစ်ဦးစီတစ်ယောက်စီရဲ့ အလိုဆန္ဒတွေကို စာရင်း ကောက်ကြည့်မယ်ဆိုရင် မကုန်နိုင်ပါဘူး။ လူတွေ သန်းငါး ထောင်ဆိုရင် တစ်ယောက်တစ်ယောက် လိုအင်ဆန္ဒလေးငါး မျိုးဆိုရင်ပဲ သန်းပေါင်းများစွာ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ တူရာ တူရာပေါင်းပြီးတော့ကြည့်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ဘယ်နှစ်မျိုး ဖြစ်လာသလဲဆိုရင် လိုအင်ဆန္ဒလေးမျိုး တွေ့ရပါတယ်။

အဲဒီထဲမှာ ဒီကလူတွေ လိုချင်နေတာတွေလည်း ပါမှာ ပါပဲ။ အခြားအရပ်ဒေသ၊ တိုင်းတစ်ပါးမှာနေကြတဲ့ လူတွေရဲ့ ဆန္ဒတွေလည်းပါမှာပါပဲ။ ဓလေ့ထုံးစံတွေ ကွဲပြားပါစေ၊ ဘာသာစကား အယူဝါဒတွေ ဘယ်လိုပဲ ခြားနားပါစေ၊ အားလုံးနဲ့ဆိုင်တဲ့ အားလုံး လိုချင်နေကြတဲ့ လိုအင်ဆန္ဒ လေးချက်ပဲရှိပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ပစ္စည်းဥစ္စာ လိုချင်

တစ်ချက်က ဘာလိုချင်ကြသလဲဆိုရင် ပစ္စည်းဥစ္စာကိုလိုချင်တယ်။ မလိုချင်တဲ့သူ မရှိပါဘူး။ လူတိုင်းလိုချင်ပါတယ်။ အားလုံး လိုချင်ကြပါတယ်။ ဒီကလူတွေ လိုချင်သလို တခြားတခြားသူတွေလည်း လိုချင်ပါတယ်။ တခြားတခြားနိုင်ငံက လူတွေလည်းလိုချင်ကြတယ်။ ဘယ်သူမဆို လိုချင်ကြပါတယ်။

ပစ္စည်းဥစ္စာကိုလိုချင်တယ်ဆိုတဲ့ဒီတစ်ချက် လူသားအားလုံးမှာ တူညီနေကြ ပါတယ်။

www.dhammadownload.com

တချို့က နေစရာအိုးအိမ်တိုက်တာ လိုချင်တယ်။ တချို့စားစရာ အစားအသောက်တွေ လိုချင်တယ်။ တချို့က ဝတ်စရာ အဝတ်အစားမျိုးစုံ လိုချင်တယ်။ တချို့က အလှအပဆင်ပြင်စရာတွေ လိုချင်တယ်။ တချို့က စီးစရာ ကားမျိုးစုံ လိုချင်တယ်။ တချို့က အသုံးပြုစရာ လူသုံးကုန် အိမ်သုံးကုန်လိုချင်တယ်။ တချို့ကလည်း စိန်၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ကျောက်သံ ပတ္တမြားတွေ လိုချင်တယ်။

လိုချင်တာအားလုံး ပေါင်းကြည့်လိုက်ရင် ပစ္စည်းဥစ္စာကို လိုချင်တယ် ဆိုတဲ့အထဲ အကုန်ပါသွားပါတယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စကားတော်ပါ။ ဘုရားရှင် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်နဲ့ ကြည့်လိုက်တဲ့ အချိန်အခါမှာ သိတော်မူ၊ မြင်တော်မူပါတယ်။ လောကမှာ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာပစ္စည်းဥစ္စာကို လိုချင်နေကြတယ်။ လိုလားတောင့်တနေကြတယ်။ အဲဒါ လိုအပ်ချက်တစ်ခု၊ လိုအင်ဆန္ဒ တစ်ခုပါ။

ဘုရားရှင်က ဒီလောကထဲမှာနေတဲ့သူတွေ လိုချင်

www.dhammadownload.com

နေကြတဲ့ဆန္ဒတစ်ခု ဖော်ထုတ်ပြီးတော့ ပြလိုက်တာပါ။ လူတိုင်း၊ လူတိုင်းဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာကို လိုချင်နေ ကြတယ်။ ဥစ္စာပစ္စည်းကြွယ်ဝမှု၊ ချမ်းသာမှုကို လိုလား တောင့်တ နေကြတယ်။

အသက်ကြီးတဲ့သူတွေလည်း လိုချင်တာပဲ။ ငယ်တဲ့ သူတွေလည်း လိုချင်တာပါပဲ။ ယောကျ်ားအမျိုးသား တွေလည်း လိုချင်တာပဲ။ မိန်းကလေးတွေလည်း လိုချင် တာပါပဲ။ ချမ်းသာတဲ့သူတွေလည်း လိုချင်သေးတာပဲ။ ဆင်းရဲတဲ့သူတွေလည်း လိုချင်နေကြတာပါပဲ။ လူတိုင်း လူတိုင်း လိုချင်နေကြတဲ့ဆန္ဒတစ်ခုဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာရယူ ပိုင်ဆိုင်လိုမှုလို့ မှတ်သားလိုက်ပါ။

www.dhammadownload.com

အပေါင်းအဖော် လိုချင်

နောက်တစ်ချက် ဘာလိုချင်သလဲ ဆိုတာကြည့်ရင် စားဝတ်နေရေး အဆင်ပြေပြီ၊ ဥစ္စာပစ္စည်းတွေနဲ့ ပြည့်စုံပြီဆိုတဲ့ အချိန်အခါ၊ သိန်းပေါင်းများစွာ ချမ်းသာပြီထားပါ။ ဒေါ်လာတွေအများကြီး၊ မီလျံနာပေါ့၊ ချမ်းသာနေပြီ။ အိမ်တွေ၊ စိန်တွေ၊ တိုက်တွေ၊ ကားတွေ၊ ဂုဏ်သရေတွေ အများကြီးရှိနေပြီ။

ဒီလောက်နဲ့တင် လိုအင်ဆန္ဒတွေ ပြည့်စုံပြီလား ဆိုရင် မပြည့်စုံသေးပါဘူး။

www.dhammadownload.com

နောက်ထပ် ရချင်တဲ့လိုအင်ဆန္ဒက ဘာများပါလိမ့် ဆိုတော့ ချစ်တဲ့ခင်တဲ့မိသားစုနဲ့ သိုက်သိုက်ဝန်းဝန်း နေချင်တာပါ။ အပေါင်းအဖော်တွေနဲ့ ပျော်ချင်တယ်။ လူဆိုတာတစ်ယောက်တည်း နေလို့မရပါဘူး။ နေချင် ကြပါဘူး။ အသိုက်အဝန်းနဲ့ နေချင်တယ်။ မိသားစုနဲ့ နေချင်ကြပါတယ်။ ဆွေမျိုးသားချင်း ညီအစ်ကို မောင် နှမ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတွေနဲ့ နေချင်ကြပါတယ်။ လူ တိုင်းလူတိုင်းမှာ ဆက်ဆံကျင်လည်နေရတဲ့ လူမှု ဝန်းကျင်ရှိပါတယ်။

လူမှုဝန်းကျင်ထဲမှာပဲ နေလိုကြပါတယ်။ တစ်ဦး တည်း တစ်ယောက်တည်း သီးခြား မနေနိုင်ပါဘူး။ လောကထဲမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ ပြည့်စုံတယ်ဆိုရင် ဘယ် သူမျှ တစ်ယောက်တည်း မနေချင်ပါဘူး။ မျှဝေ ခံစား သုံးစွဲကြဖို့ အပေါင်းအသင်း အပေါင်းအဖော် လိုချင် ကြပါတယ်။ တစ်ယောက်တည်းနေ၊ စွည်းဥစ္စာတွေ အားလုံးရှိတယ်။ အကုန်ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့လို့ကိုယ့်နား

www.dhammadownload.com

ဘယ်သူမျှ မရှိဘူးဆိုရင် လောကမှာ နေရတာ ပျော်စရာ လို့ မမြင်နိုင်တော့ပါဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက သိမြင်တော်မူပါတယ်။ ဒီလော ကမှာ ရှိသမျှ လူအားလုံး တို့သည် အသိုက်အဝန်းနဲ့ နေချင်တယ်။ "ဥမကွဲ၊ သိုက်မပျက်" ဆိုတဲ့ မြန်မာ စကားပုံ တစ်ခုရှိပါတယ်။ ဥ, လည်းမကွဲချင်ပါဘူး၊ သိုက် လည်း မပျက်ချင်ပါဘူး။ ဒီမိသားစုနဲ့ ဒီသား, ဒီသမီးနဲ့၊ ဒီခင်ပွန်း, ဇနီးနဲ့၊ ဒီဆွေမျိုးသားချင်းနဲ့ မကွဲမကွာ နေချင်ကြပါတယ်။ ဒါက လိုအင်ဆန္ဒတစ်ခုပါ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့တရားဒေသနာတွေကိုသေသေ ချာချာ စဉ်းစားကြည့်လို့ရှိရင် အင်မတန်မှ ကြည်ညိုဖို့ ကောင်းပါတယ်။

တရားတွေအများကြီး နာဖူးကြပါလိမ့်မယ်။ နာကြား ပြီးတဲ့ တရားဓမ္မတွေ သေသေချာချာ ပြန်ပြီးတော့ လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်ရင် တရားစကား တစ်လုံးဖြစ်စေ၊ တစ်ဝါကျဖြစ်စေ၊ မြတ်စွာဘုရားရှင်

www.dhammadownload.com

ရဲ့စကားဟာ သိပ်ကိုအရသာရှိပါတယ်။ သိပ်ကို တန်ဖိုးရှိပါတယ်။ ဘယ်လောက်မှန်သလဲဆိုတာ လွယ်လွယ်လေးနဲ့ သိနိုင်ပါတယ်။ လူတိုင်း လူတိုင်း လိုချင်တာတွေကို ထုတ်ပြလိုက်တာ ငြင်းလို့ကို မရနိုင်ပါဘူး။

www.dhammadownload.com

ကျန်းမာ သက်ရှည်ချင်

တတိယအချက် လူတိုင်းလူတိုင်းရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒ၊ လူတိုင်းလိုချင်နေကြတာက အသက်ရှည်ခြင်းပါ။ ရောဂါကင်းကွာကျန်းမာသက်ရှည်ချင်ကြတာလူတိုင်းရဲ့လိုအင်ဆန္ဒပါ။

ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ ပြည့်စုံပြီးတော့ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေ အမြောက်အမြားရှိတဲ့ အချိန်မှာ ဒီပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ထားပြီးတော့ ဘဝတစ်ပါးကို မသွားချင် ကြပါဘူး။

မသွားချင်တော့ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ၊ အသက်ရှည်

www.dhammadownload.com

ရမယ်။ ကျန်းမာရမယ်။ ချစ်သူခင်သူတွေနဲ့ ကြင်ကြင်နာနာ ယုယုယယ နေကြရတဲ့အချိန်မှာ ကိုယ့်အသိုင်းအဝန်းကို ထားရစ်ခဲ့ပြီးတော့ ဘဝတစ်ပါးကို တစ်ယောက်တည်း ထွက်မသွားချင်ကြပါဘူး။ ကျန်းကျန်း မာမာနဲ့ အသက်ရာထောင်ရှည်ပြီး နေချင်ကြ ပါတယ်။ မခွဲမခွာ နေချင်ကြပါတယ်။ တတိယလိုအပ်ချက်၊ လိုအင်ဆန္ဒ တစ်ခုက အသက် ရှည်ဖို့၊ ကျန်းမာဖို့ပါ။

ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေ အမြောက်အမြား တော့ရှိတယ်၊ ကျန်းမာရေး မကောင်းဘူးဆိုရင်လည်း ဒီဥစ္စာပစ္စည်းတွေဟာ သူ့အတွက် ဘာမှအသုံးမကျပါဘူး၊ အသုံးမဝင်ပါဘူး။ အိပ်ရာထဲလဲပြီးတော့ ပက်လက်နေရ တယ်ဆိုရင် ပိုင်ဆိုင်မှုတွေက သုံးလို့မရပါဘူး။ အသုံး မကျပါဘူး။

တချို့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေရှာပြီးတော့ ချမ်းသာတယ်။ ချမ်းသာပြီးတဲ့ အချိန်အခါမှာ ဒီပစ္စည်းဥစ္စာခံစားမယ် တောင်မရှိသေးဘူး။ လူ့ဘဝကနေ ဘဝတစ်ပါး ပြောင်း

www.dhammadownload.com

သွားပြန်ပြီ။ သေကျေပျက်စီးပြန်ပြီဆိုတော့ ဘာ အဓိပ္ပာယ်မျှ မရှိတော့ပါဘူး။ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ အသက်ရှင်ချင်ကြတယ်။ အသက်ရှည်ချင်ကြ ပါတယ်။

ဒီလောကမှာ ရှိသမျှ လူအားလုံးတို့ဟာ အသက်ရှည်ခြင်းကို လိုလားတယ်။ လိုချင်တယ်။ အသက်ရှည်ချင်ပါတယ်။

"ငါသေချင်လိုက်တာ၊ ငါသေချင်လိုက်တာ" လို့ ဘယ်လောက်ပဲ ပြောနေ, ပြောနေ တကယ်မသေချင်ပါဘူး။ သေချင်တဲ့ လူတွေ မဟုတ်ကြပါဘူး။ လူတိုင်းလူတိုင်း အသက် ရှည်ချင်ကြပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ်ပါ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာလူမျိုးတွေလည်း အသက်ရှည်ချင်တာပဲ။ တခြား ဘာသာဝင်တွေလည်း ဒီသဘော၊ ဒီဆန္ဒ ထပ်တူရှိကြတာပါပဲ။ တခြား လူမျိုးတွေလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။ လူ ရယ်လို့ ဖြစ်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် ဘဝတစ်ခုပိုင်ဆိုင်ရရှိလာတဲ့ အချိန်အခါမှာ ဒီဘဝမှာ အသက်ရှည်ရှည်နေချင်

www.dhammadownload.com

တယ်။ ကျန်းကျန်းမာမာ နေချင်တယ်။ အဲဒါသည် လိုအင်ဆန္ဒတစ်ချက်ပါ။

တစ်အချက်က ဥစ္စာပစ္စည်း ပြည့်စုံချင်တယ်။ နှစ်အချက်က ချစ်သူခင်သူတွေနဲ့ အတူနေချင်တယ်။ သုံးအချက်က ကျန်းမာချင်တယ်။ အသက်ရှည်ချင်တယ်။ ပြည့်စုံပြီလားဆိုရင် မပြည့်စုံသေးပါဘူး။ ဘာလိုချင်သေးလဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်မေးကြည့်လိုက်ပါ။ ပစ္စည်းဥစ္စာလည်း ပြည့်စုံနေပြီ၊ ချစ်ခင်သူတွေနဲ့အတူနေရပြီ၊ အသက်လည်းရှည်နေပြီ၊တော်ရောပေါ့။ မတော်နိုင်သေးဘူး။ အဲဒီလောက်နဲ့ မကျေနပ်သေးဘူး။ လူသားတွေမှာ လိုအင်ဆန္ဒတွေ ရှိပါသေးတယ်။

အခုကြည့်လိုက်ပါ၊ လူသားတွေရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒသည် တစ်ယောက်စီ၊ တစ်ယောက်စီ ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီလိုအင်ဆန္ဒတွေ ပြောလို့ မကုန်နိုင်ပါဘူး။

ဒါကို မြတ်စွာဘုရားက ခြုံငုံပြီးတော့ ပြောလိုက်တယ်။ အခုလိုအင်ဆန္ဒသုံးချက် ထွက်လာတယ်။

www.dhammadownload.com

အပိုအလို မရှိဘူး။ တိတိကျကျပါ။ ပိုသွားတယ်ဆိုတာလည်း မရှိဘူး။ လိုနေသေးတယ် ဆိုတာလည်း မရှိပါဘူး။

ဥစ္စာပစ္စည်းတွေ လိုချင်တယ်။ အသိုက်အဝန်းကို လိုချင်တယ်။ အသက်ရှည်ခြင်း လိုချင်ပါတယ်။ ပြည့်စုံပြီလားဆိုရင် မပြည့်စုံသေးပါဘူး။ လိုချင်နေကြပါသေးတယ်။ လိုနေကြပါသေးတယ်။

ဒါပေမဲ့လို့ တစ်ခါတလေ ဘာလိုချင်မှန်း မသိတာက ခက်ပါတယ်။ အဲဒီတော့ ဘုရား မြတ်စွာက ထုတ်ဖော်ပြီးတော့ပြောတယ်။ ဒီသုတ္တန် တရားဒေသနာမှာထုတ်ဖော်ပြီးတော့ ပြပါတယ်။

www.dhammadownload.com

သုဂတိဘဝ လိုချင်

နောက်တစ်ချက်အနေနဲ့လိုအင်ဆန္ဒကဒီဘဝကနေ နောက်ဘဝ ကူးပြောင်းတဲ့ အချိန် အခါမှာ သုဂတိဘဝကို လိုချင်ပါတယ်။ သုဂတိဘဝကို လိုချင်ကြပါတယ်။

ဒီဘဝကနေ သေဆုံးကွယ်လွန်ပြီးတဲ့ အချိန်အခါမှာ၊ နောင်ဘဝ,နောင်တမလွန်ဘဝမှာလိုလားတောင့်တတာသည် သုဂတိဘဝကို လိုချင်ကြပါတယ်။ သုဂတိဘဝ ဆိုတာ ကောင်းတဲ့ဘဝပါ။ "ဒုဂ္ဂတိ" ဆိုတာက မကောင်းတဲ့ဘဝပါ။ ကောင်းတာနဲ့ မကောင်းတာ ဘယ်ဟာလိုချင်လဲဆိုပြန်ရင် ကောင်းတာ လိုချင်ပါတယ်။ သေလွန်

www.dhammadownload.com

ပြီးတဲ့ အချိန်အခါမှာလည်း လူတိုင်းလူတိုင်းသည် သုဂတိဘဝကို လိုချင်တယ်။ ဘဝကူးကောင်းချင်တယ်။ ကောင်းတဲ့ဘဝမှာ နေချင်ကြတယ်။ လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ သုဂတိဘဝကို လိုလားတောင့်တ ကြပါတယ်။

ဒုဂ္ဂတိဘဝဆိုတာကငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်၊ ဆင်းရဲနိမ့်ကျတဲ့ဘဝ မလိုချင်ဘူး။ အဲဒီ ဘဝမျိုး မရောက်ချင်ဘူး။ မရောက်ချင်တဲ့အတွက်ကြောင့်မို့ အခုဘဝမှာ တတ်နိုင်တဲ့ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလည်း ပြုနေကြတယ်။

ဒါနကောင်းမှုတွေလည်း ပြုနေကြတယ်။ သီလကောင်းမှုတွေလည်း ဆောက်တည်နေကြတယ်။ တရားဘာဝနာတွေ များများအားထုတ်ကြပါတယ်။ ရည်ရွယ်တာက သုဂတိဘဝကိုလိုချင်လို့ပါ။

သုဂတိဘဝ ဆိုတဲ့အထဲမှာ အဆင့်မြင့်ဆုံး ထပ်ထည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် နိဗ္ဗာန်ဆိုတာလည်း ပါ.ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်အထိကို ရည်မှန်းထားတယ်။ ရည်ရွယ်ထားတယ်။

www.dhammadownload.com

ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်စုံချင်တယ်။ ကိုယ့်အသိုက်အဝန်း၊ ဆွေမျိုးသားချင်း၊ ညီအစ်ကိုမောင်နှမ၊ ဆရာတပည့် ဆိုတဲ့လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာအဆင်ပြေပြေနဲ့နေချင်တယ်။ ချစ်ချစ်ခင်ခင် ကြင်ကြင်နာနာနေချင်တယ်။ အသက် ရှည်ချင်တယ်။ ပေါဒီဘဝ လူ့သက်တမ်းကုန်လို့ နောင် ဘဝကူးမယ်၊ ပြောင်းမယ်၊ နောင်ဘဝရောက်မယ်ဆိုတဲ့ အချိန်အခါမှာ သုဂတိကို ရောက်ချင်တယ်။ ဒါလည်း လိုအင်ဆန္ဒ တစ်ချက်ပါ။

လိုအင်ဆန္ဒတွေတော့ သိပါပြီ။ လိုအင် ဆန္ဒတွေ သိပြီးတော့၊ ဒီလိုအင်ဆန္ဒတွေပြည့်အောင် ဘယ်လိုများ ဖြည့်ရမလဲ စဉ်းစားကြ ရမယ်။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဒီတရားဒေသနာက သိပ်ပြီးတော့ စနစ်ကျပါတယ်။ ပထမဦးဆုံးအချက် လိုအင်ဆန္ဒတွေ တစ်ခုစီ ထုတ်ပြသွားတယ်။ လိုချင်ဆန္ဒလေးချက် ဖော်ပြပြီးတဲ့နောက်မှာ ဒီလိုအင်ဆန္ဒတွေ ပြည့်စုံအောင် ဘယ်နည်းဘယ်ပုံဖြည့်၊ ဘယ်လိုကျင့် ဆိုပြီးတော့

www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားက ညွှန်ကြားပါတယ်။ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ကျင့်ရမှာက ကိုယ့်ရဲ့တာဝန်ပါ။

လိုချင်ဆန္ဒတွေ ပြည့်ချင်ပါတယ်ဆိုရင် ဒီအတိုင်း နေလို့မရပါဘူး။ ဖြည့်ရမယ်။ ပြည့်ချင်လို့ရှိရင် ဖြည့်ရပါမယ်။ ပြည့်တော့ ပြည့်ချင်ပါတယ်။ ပြည့်ချင်ရုံနဲ့ မပြည့်နိုင်ဘူး။ ဖြည့်မှ ပြည့်မယ်။ ပြည့်အောင် ဖြည့်ရပါမယ်။

ဖြည့်ရမယ့်၊ ကျင့်ရမယ့် အချက်လည်း ဘုရားရှင်က ညွှန်ကြားပါတယ်။ ဒါလည်းမများပါဘူး။ လေးချက်တည်းပါ။

ပြည့်စုံရမှာက

၁။ သဒ္ဓါသမ္ပဒါ - သဒ္ဓါတရားနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။

၂။ သီလသမ္ပဒါ - ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။

၃။ စာဂသမ္ပဒါ - ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှုနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။

www.dhammadownload.com

၄။ ပညာသမ္ပဒါ - ဆင်ခြင်ဉာဏ်နဲ့
ပြည့်စုံရမယ်။

လိုအင်ဆန္ဒတွေက အကျဉ်းအားဖြင့်သာ လေးချက်လို့ပြောရတယ်။ အကျယ်ချဲ့လိုက်ရင် အများကြီးဖြစ်လာပါတယ်။ အရောင်းအဝယ် ကောင်းချင်တာလည်း ပါတယ်။ ရာထူးတိုးချင်တာလည်းပါတယ်။ စာမေးပွဲအောင်ချင်တာလည်းပါတယ်။ ကြီးပွားတိုးတက်ချင်တာလည်းပါတယ်။ အကုန်ပါသွားပါပြီ။ လူတိုင်းလူတိုင်းနဲ့ဆိုင်တဲ့ သဘောတရားပါ။ လူကြီးတွေချည်းပဲမဟုတ်ဘူး။ လူငယ်တွေချည်းပဲ မဟုတ်ပါဘူး။အများနဲ့ဆိုင်တဲ့ ဒေသနာပါ။

အခုပြောခဲ့တဲ့ လိုအပ်တဲ့ဆန္ဒ လေးချက်၊ လိုအင်ဆန္ဒလေးခုဆိုတာ လူတိုင်းမှာ ရှိနေပါတယ်။ လိုချင်တာတွေ ရဖို့ဆိုရင် ဒီဒေသနာမှာ ကျင့်ရမည့် အချက်လေးခုကိုလည်း ကျင့်နိုင်မှရမှာပါ။

လိုချင်တယ် ဆိုပြီး ဒီအတိုင်း အောက်နေလို့ မရပါဘူး။ ဆုတောင်းလို့လည်း မရပါဘူး။ ကျင့်မှရပါမယ်။ ဒါကြောင့်

www.dhammadownload.com

တချို့ပြောကြတယ်။ "လိုတရ၊ လိုတရ" ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို သုံးကြပါတယ်။

လိုချင်လို့ တ - လိုက်ရင် ရသွားလား ဆိုတော့ မရပါဘူး။ ပြောသာပြောကြတယ်။ လိုတရ ဆိုတာမရှိပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရား ဒေသနာတော်မှာ လိုတရမဟုတ်ပါဘူး။ "လိုကျင့်ရ" ပါ။ လိုချင်ရင်ကျင့်ရပါမယ်။ ကျင့်ရမယ့် ပြည့်စုံရမယ့် အရည်အချင်း လေးချက်ပါ။

သဒ္ဓါ, သီလ, စာဂ, ပညာ

ဤလေးဖြာ

လိုအင်ဆန္ဒ ပြည့်ကြောင်းတည်း။

လိုအင်ဆန္ဒလေးမျိုး ပြည့်စုံဖို့ လိုအင်ဆန္ဒ ပြည့်ကြောင်း လေးချက်ရှိပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါ

သဒ္ဓါသမ္ပဒါ – သဒ္ဓါတရားနဲ့ ပြည့်စုံရပါမယ်။ သဒ္ဓါ– သဒ္ဓါဆိုတာက ယုံကြည်တာ၊ ကြည်ညိုတာလို့လည်း ပြောချင်ပြောနိုင်ပါတယ်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာ သုံးပါးကို ယုံကြည်တယ်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာရတနာ သုံးပါးကို ယုံကြည်တယ်ဆိုတာသည် သဒ္ဓါတရားပါ။

သဒ္ဓါတရားကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တော့ – –

သဒ္ဓါဟူငြား၊ ဤတရားကား၊
လမ်းသွားသံသရာ၊ သတ္တဝါ၏၊

www.dhammadownload.com

လူ့ရွာနတ်ထံ၊ နိဗ္ဗာန်ထုတ်ချောက်
ခရီးပေါက်အောင်၊ ချီးမြှောက်ဥပ
နိဿယဖြင့်၊ စင်စစ်မကွာ
လိုက်၍သာလျှင်၊ ကလျာဏစစ်
ခင်ပွန်းချစ်သို့၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ
ဘဝထိုထို၊ ရတိုင်းကိုယ်၌၊
အလိုရှိရာ၊ ပေးတတ်စွာ၏။

အလိုရှိရာပေးနိုင်တာဟာ သဒ္ဓါတရား၊ လိုချင်တာတွေကို အကုန်ပေးမှာက သဒ္ဓါတရားပါ။ ကြည်ညိုမှု၊ ယုံကြည်မှုရှိဖို့ လိုပါတယ်။ ယုံကြည်မှု၊ ယုံကြည်ချက် ရှိရပါမယ်။

သဒ္ဓါဆိုတာ မိတ်ဆွေကောင်းနဲ့ တူပါတယ်။ ခရီးတစ်ခုသွားတဲ့အချိန်မှာ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းပါရင် သွားရတဲ့ခရီးဟာ လုံခြုံပါတယ်၊ စိတ်ချရပါတယ်။ တစ်ယောက်တည်း သွားရတာနဲ့ အပေါင်းအဖော်နဲ့ သွားရတာနဲ့မတူပါဘူး။ တစ်ယောက်တည်းသွားလို့ရှိရင်အရေး

www.dhammadownload.com

အကြောင်းကြုံတဲ့အခါမှာကိုယ့်နားမှာဘယ်သူမှမရှိဘူး။ ကူမယ့် ကယ်မယ့်သူမရှိပါဘူး။

မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းနဲ့သွားတဲ့ အချိန်အခါကျ တော့လမ်းခရီးမှာ ကြုံလာတဲ့ အန္တရာယ်ကိုလည်း သူက ကူညီတယ်၊ ဝိုင်းဝန်း ဖြေရှင်းပေးပါတယ်။ အခက်အခဲ တွေ တွေ့လာရင်လည်းပဲ လက်တွဲပြီးတော့ ရင်ဆိုင် ဖြေရှင်းပေးပါမယ်။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းပါရင် ခရီး သွားရတာ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ချမ်းသာပါတယ်။

တစ်ခါတလေ ခရီးရှည်များသွားတဲ့အခါ စိတ်တူ သဘောတူ မိတ်ကောင်း၊ ဆွေကောင်းနဲ့ သွားရလို့ရှိရင် စိတ်ချမ်းသာပါတယ်။ အဆင်မပြေတဲ့သူနဲ့ သွားတဲ့ အခါမှာ စိတ်မချမ်းသာပါဘူး။

ရှည်လျားတဲ့သံသရာခရီးသွားတဲ့အချိန်မှာမိတ်ဆွေ ကောင်းဟာ သဒ္ဓါတရားပါ။

အခုရတနာမြတ်သုံးပါးကို ယုံကြည် သက်ဝင်တယ် ဆိုတဲ့ သဒ္ဓါရှိကြပါတယ်။ ဘုရားကိုလည်း ယုံကြည်တယ်။

www.dhammadownload.com

တရားကိုလည်း ယုံကြည်တယ်။ သံဃာတော်အရှင်မြတ်တွေကိုလည်း ကြည်ညိုတယ်ဆိုတဲ့ သဒ္ဓါတရားရှိတဲ့အတွက်ကြောင့်မို့ သဒ္ဓါတရားကို အခြေခံကာ၊ ဒါနကောင်းမှုကိုလည်း ပြုပါတယ်။ သီလဆောက်တည်မှုတွေလည်း ကျင့်နေ ပါတယ်။ ဘာဝနာတရားတွေလည်း ပွားများ နေကြပါတယ်။

ယုံကြည်မှု ကြည်ညိုမှုဆိုတဲ့ သဒ္ဓါတရားဟာ ကုသိုလ်အားလုံးရဲ့ အခြေခံပါ။ တရားလာနာဖို့ ဒီနေရာ ရောက်ဖို့ သဒ္ဓါမပါလို့ မရပါဘူး။ သဒ္ဓါမပါဘဲနဲ့ မရောက်နိုင်ပါဘူး။မိုးရာသီကာလမိုးတွေကလည်းရွာလို့၊လေတွေကလည်း တိုက်လို့၊ ခက်ခက်ခဲခဲနဲ့ ဒီနေရာ ရောက်လာရတယ်။ ပင်ပန်းဆင်းရဲခံပြီး ရောက်လာရတယ်ဆိုတာ သဒ္ဓါကပို့လိုက်တာပါ။ သဒ္ဓါက တွန်းအားပေးလိုက်တဲ့ အချိန်မှာ မရောက်ရောက်အောင် လာပါတယ်။ တစ်ခါတစ်လေကျရင် အကြောင်းကိစ္စတစ်ခုခုကြောင့် သဒ္ဓါပျက်သွားပြီဆိုတဲ့ အချိန်အခါမျိုးမှာ တွန့်ဆုတ်ပြီးတော့

www.dhammadownload.com

သွားပါတယ်။ ကုသိုလ်အလုပ်မှာ နောက်ဆုတ်သွားပါတယ်။

ကုသိုလ်အလုပ်မှာ နောက်ဆုတ် မသွားအောင်၊ တွန့်ဆုတ်မသွားအောင် သဒ္ဓါက တွန်းအားပေးပါတယ်။

အဲဒါကြောင့်မို့ သဒ္ဓါကောင်းတဲ့သူဟာ ဒါနကောင်းမှုကိုလည်းပြုနိုင်ပါတယ်။ သီလဆောက်တည်မှုတွေလည်း ပြုကြပါတယ်။ ဥပုသ်သီတင်းဆောက်တည်မှုပြုကြပါတယ်။ သဒ္ဓါမရှိဘဲနဲ့ ဥပုသ်လည်း မစောင့်ဖြစ်ပါဘူး။ တရားလည်း မနာဖြစ်ပါဘူး။ တရားလည်း မထိုင်ဖြစ်ပါဘူး။

အဲဒီတော့ သဒ္ဓါဆိုတာ ကိုယ့်အတွက် လိုအပ်တဲ့ မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်းပါ။ သဒ္ဓါရှိသူဟာ ကောင်းကျိုးလိုရာမှန်သမျှ ပြည့်စုံပါတယ်။ ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေပြုနေတာမို့ ကောင်းကျိုးလိုအင်တွေ ပြည့်စုံရပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ကိုယ်ကျင့်သီလ

သီလသမ္ပဒါ- ကိုယ်ကျင့်သီလနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလ၊ ရှင်သာမဏေ တွေအတွက် ဆယ်ပါးသီလ၊ ရဟန်းတော် တွေအတွက် နှစ်ရာနှစ်ဆယ့်ခုနစ်သွယ်သော သီလတွေနဲ့ အသီးသီး စောင့်ထိန်းရမယ့် ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ရှိပါတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ဖောက်ပြန်နေတဲ့သူ၊ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ မကောင်းတဲ့သူမှာ ပြည့်စုံမှု၊ ကြီးပွားမှု၊ ချမ်းသာမှု ဆိုတာမလာပါဘူး။

ဥစ္စာပစ္စည်းနဲ့ ပြည့်စုံတယ်ဆိုတဲ့ အချက်မှာပဲ ကြည့်ပါ။ သီလနဲ့ ဆိုင်မဆိုင် ပြန်ပြီးတော့စစ်ကြည့်ပါ။တချို့

www.dhammadownload.com

တချို့အရင်းအနှီးမရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ရိုးသားတယ်၊ ဖြောင့်မတ်တယ်၊ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းရှိတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့ ဝိုင်းဝန်းပြီးတော့ ထောက်ပံ့မယ့်သူတွေ၊ ကူညီမယ့်သူတွေ ရောက်လာပါတယ်။ အဲဒီလူကြီးပွားချမ်းသာသွားပါတယ်။ သီလကြောင့် ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းတဲ့ အတွက် ကြောင့်ပါ။

တစ်ခါဆက်ဆံလိုက်ရုံနဲ့ ပေါင်းသင်းလိုက်ရုံနဲ့ "ဒီလူကတော့ အကျင့်မကောင်းဘူးဟေ့၊ ဟောဒီလူ သီလမရှိဘူး။ လိမ်တတ် ညာတတ်တယ်" ဆိုရင် အဲဒီလူနဲ့ဆက်ပြီးတော့မပေါင်းသင်းချင်တော့ပါဘူး။အကျင့်သီလမရှိတဲ့သူ၊ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ မတည်မြဲတဲ့သူသည် ဥစ္စာပစ္စည်းလည်း ရဖို့မလွယ်ပါဘူး။ အဲဒီတော့ သီလကလည်းပဲ ဥစ္စာပစ္စည်းနဲ့ ပြည့်စုံအောင် ကူညီပေးပါတယ်။

နောက်တစ်ချက်ကြည့်လိုက်ပါ။ သီလသည် အသက်ရှည်စေပါတယ်။ သီလရှိတဲ့သူ အသက်ရှည်ပါတယ်။ ကျန်းမာနေတဲ့သူသည် သီလရှိလို့ပါ။

www.dhammadownload.com

သီလမရှိတဲ့သူက အသက်တိုတယ်။ မကျန်းမာပါဘူး။ ချူချာတယ်။ တချို့ ငယ်ငယ်လေး ရှိသေးတယ်၊ ရောဂါပေါင်းစုံတွေ နှိပ်စက်ပြီးတော့ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းနဲ့ မပြတ် သွားနေရတယ်။ တစ်နေ့လုံး ဆေးဝါးဓာတ်စာတွေ မှီဝဲပြီးတော့ နေရတယ်။

"ငါနေမကောင်းဘူး၊ နေမကောင်းဘူး" လို့ တစ်ချိန်လုံးပြောနေရတဲ့သူတွေသည် သီလအားနည်းလို့ပါ။ အရင်က သီလအားနည်းခဲ့တယ်ပဲထားပါ။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ သီလစင်ကြယ်ရင် ကျန်းမာပါတယ်။ အသက်ရှည်ပါတယ်။ ဒီတော့ သီလကလည်း အသက်ရှည်ခြင်းနဲ့ ဆိုင်ပါတယ်။

နောက်တစ်ခါ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းနဲ့ ကိုယ့်လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကိုယ့်စကား သူများကနေ လေးစားပြီးတော့၊ လေးစားခံရသူတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာလိုအပ်ပါတယ်။ ဟောဒီလူကတော့ဖြင့် အရက်သောက်တယ်။ဒီလူကတော့သူခိုးပဲ။အဲဒီလိုလူကို မပေါင်းချင်ကြပါဘူး။ မပေါင်းသင်းတော့ပါဘူး။

www.dhammadownload.com

သူကတော့ သိပ်ကိုရိုးသားတာပဲ။ အကျင့်ကောင်းတယ်။ စာရိတ္တကောင်းတယ်။ ဖြောင့်မတ်တယ်ဆိုရင် ယုံကြည်စိတ်ချစွာနဲ့ ပေါင်းကြပါတယ်။ ဆက်ဆံကြပါတယ်။ အပေါင်းအသင်း ပြည့်စုံဖို့ဆိုတဲ့ အချက်မှာလည်း ကိုယ်ကျင့်ကောင်းဖို့ လိုပါတယ်။

နောက်ဘဝမှာ ကောင်းရာသုဂတိကို ရောက်ချင်ရင်လည်းပဲ သီလရှိရပါမယ်။ သီလဆိုတာ ကုသိုလ်တစ်မျိုး၊ ကောင်းမှု တစ်မျိုးပါ။မြတ်စွာဘုရားရှင် မိန့်ကြားတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ပြန်ကြည့်ပါ။ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ သုံးမျိုးပါ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ဆိုတာသည် ပြုကျင့်ရမှာပါ။ ပြုရမည့်ကုသိုလ် သီလရှိနေတဲ့သူသည် ဒီဘဝမှာလည်းပဲ ကောင်းကျိုး ချမ်းသာတွေကို ရပါမယ်။ နောင်သံသရာ၊ နောင်ဘဝမှာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင်လည်းပဲ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ရပါလိမ့်မယ်။

www.dhammadownload.com

ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှု စာဂ

စာဂသမ္ပဒါ – ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှုနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။

ပစ္စည်းဥစ္စာကိုလိုချင်တယ်။ သက်ရှည်ခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်းကိုလိုချင်တယ်။ ပေါင်းအသင်းမိတ်ဆွေ၊ သူငယ်ချင်းတွေ လိုချင်တယ်။ သေလွန်ပြီးတဲ့အခါမှာ သုဂတိဘဝကို လိုချင်တယ်။

ဖြည့်ရမယ့်တရားက သဒ္ဓါရယ်၊ သီလရယ်၊ စာဂရယ်၊ ပညာရယ် ဒီလေးမျိုး ဖြည့်ကျင့်လိုက်မယ်ဆိုရင် တောင်းတဲ့လိုအင်ဆန္ဒတွေအားလုံးပြည့်စုံပါလိမ့်မယ်။တောင့်တနေရုံနဲ့ မရပါဘူး။ ဟိုလူဒီလူဆီမှာ တောင်းယူလို့မရပါဘူး။ ဟိုပုဂ္ဂိုလ် ဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဆီကရော မရပါဘူး။ ဘာလုပ်

www.dhammadownload.com

ယူရမလဲဆိုရင် ကျင့်ယူရပါမယ်။

ကိုယ့်မှာသဒ္ဓါတရားရှိသလား၊ရှိသလားလို့ကြည့်ပါ။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးရဲ့ အပေါ်မှာလည်း ကြည်ညိုမှု၊ ယုံကြည်သက်ဝင်မှုသည် ဘယ်လောက်များတယ်၊ နည်းတယ်ဆိုတာကို ကိုယ်တိုင်သိနိုင်ပါတယ်။

တစ်နေ့ တစ်နေ့ ဘုရားဘယ်နှစ်ခါ ရှိခိုးလဲ ဆိုတာကြည့်ရင်သဒ္ဓါရှိ မရှိသိပါတယ်။ တချို့တစ်နေ့လုံးနေလို့မှ တစ်ခါမျှ ဘုရား မရှိခိုးတဲ့သူတွေ မရှိဘူးလားဆိုရင် ရှိပါတယ်။

မနက်စောစောဟာ အိပ်ရာကထပြီးတော့ ဘုရားရှိခိုးဖို့ကောင်းတဲ့အချိန်ပါ။ စောစော မိုးလင်းတာနဲ့ မျက်နှာသစ်၊ ကိုယ်လက်သုတ်သင်၊ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ဂုဏ်တော်တွေ အာရုံပြုပြီးတော့ ဘုရားရှိခိုးရတဲ့ အရသာဟာ အင်မတန်မှကြည်ညိုဖို့ကောင်းတယ်။ကြည်နူးဖို့ကောင်းပါတယ်။

www.dhammadownload.com

အဲဒီလိုအရသာမျိုးယူရပါမယ်။ညတီဗီတွေဘာတွေကြည့်၊ ညဉ့်နက်သန်းခေါင်အထိ ဘောပွဲတွေကြည့်၊ မနက်ကျတော့ (၈)နာရီ (၉)နာရီမှထ၊ ပြီးတော့ ကမန်းကတန်း အလုပ်သွား၊ ဘုရားမေ့ တရားမေ့နဲ့ ဘာမျှသတိမရနိုင်တော့တာ သဒ္ဓါနည်း လို့ပါ။

သဒ္ဓါတရား ကောင်းတဲ့သူဟာ စောစောထပြီး ဘုရားရှိခိုးတယ်။ ညအိပ်ရာဝင်ရင် ဘုရားရှိခိုးပါတယ်။ တရားပွဲတွေ ကျင်းပနေတယ်။ ရန်ကုန်မြို့ထဲအနှံ့ ဟိုနေရာ၊ ဒီနေရာ တရားပွဲတွေရှိပါတယ်။ ဘယ်နှစ်ခေါက်ရောက်လဲကြည့်ပါ။ ရောက်တဲ့အခါမှ ရောက်ပါတယ်။

တစ်နှစ်မှာ (၃၆၅)ရက် ရှိပါတယ်။ နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း တရားပွဲတွေ ရှိပါတယ်။ တစ်နှစ်မှာ ဘယ်နှစ်ရက်လောက်တရားနာဖြစ်ပါသလဲ။လက်ကောခြေကောချိုးကြည့်ပါ။ ဒါတောင် ပြည့်ချင်မှ ပြည့်ပါမယ်။ တစ်နှစ်မှာ (၃၆၅)ရက်၊ (၆၅) ကြိမ် တရားမနာဖြစ်သေး ပါဘူး။ သဒ္ဓါနည်းတာကြောင့် အစွန်းထွက်လေးတောင်မှ မရ

www.dhammadownload.com

သေးတာပါ။ (၅) ကြိမ်လောက်တော့ ရရမယ်။ တစ်နှစ်တစ်နှစ် ပြန်တွက်ကြည့်ပါ။ တစ်နှစ်လုံးသာ တစ်နှစ်အချိန်ကုန်သွားတယ်။ တစ်နှစ်လုံးမှာ ငါးဘယ်နှစ်ကြိမ်တရားနာဖြစ်လဲ ကြည့် လိုက်လို့ရှိရင် ကိုယ့်မှာ သဒ္ဓါတရားကောင်း တယ်၊ မကောင်းဘူး ပေါ်လာပါတယ်။

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးအပေါ်မှာ ဒီလို ယုံကြည်သက်ဝင်ပြီးတော့ နေတဲ့သူ၊ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါမှုတွေ အားကောင်းနေတဲ့သူဟာ လိုအင်ဆန္ဒတွေပြည့်စုံလိမ့်မယ်နော်။

ကိုယ်ကျင့်သီလလည်းချိန်ဆကြည့်လိုက်ပါ။ တခြားမပြောပါနဲ့။ ကိုယ့်မှာ ငါးပါးသီလပဲ ကြည့်ပါ။ လူ့ဘောင် လူ့လောကမှာနေတဲ့သူသည် ခါးဝတ်ပုဆိုး မြဲသလို မြဲရမှာတဲ့။ ခါးမှာဝတ်ထားတဲ့ ပုဆိုးလိုမြဲရပါမယ်။

သူများအသက် မသတ်ရဘူး။ သူများဥစ္စာ မခိုးရဘူး။ သူတစ်ပါးအိမ်ရာ မကျူးလွန်ရဘူး။ အရက်သေစာ မသောက်ရဘူး။ လိမ်ညာ စကား မပြောရဘူး။

www.dhammadownload.com

ကျင့်ဖို့ခက်တာမပါပါဘူး။ကလေးကစပြီးတော့ကျင့်နိုင်ပါတယ်။ ကျင့်တော့ ကျင့်နိုင်တယ်၊ ခြင်ကိုက်လို့ တဖတ်ဖတ်နဲ့ သူတို့ရိုက်တယ်။ ကြမ်းပိုးတွေလည်း ဖိလိုက်တယ်။ တချို့ ပြန်ပြီးတောင် နမ်းကြည့်သေးတယ်။ ဖြစ်ပုံက အဲဒီလိုဆိုတော့ "မှသားမပါ လက်ာမချော" ဆိုပြီးတော့ ပြောပစ်လိုက်တာပါပဲ။

သူများအထင်ကြီးသွားအောင် လိမ်တဲ့စကား၊ ညာတဲ့စကား၊ ဝါကြွားတဲ့ စကားဟာ မုသားထဲပါတယ်။ အဲဒီတော့ ကိုယ့်မှာရှိရမယ့်သီလ ဘုရားကြိုက်တဲ့အလုပ် လုပ်ကိုလုပ်ရပါမယ်။တခြား ဖြည့်သင့်တာတွေ အသာထားပါဦး။ အနိမ့်ဆုံး အောက်ထစ်ဖြစ်တဲ့ ငါးပါးသီလကို လုံဖို့ ကောင်းပါတယ်။

လိုချင်တာကတော့ အကောင်းတွေ ချည်းပါ။ ဥစ္စာပစ္စည်းဆိုတာလည်း လိုချင်တယ်။ အသက်ရှည်ခြင်း ဆိုတာလည်းလိုချင်တယ်။ကျန်းမာတာလည်းလိုချင်တယ်။ လိုချင်တာတွေက များပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ကိုယ့်မှာဖြည့်ရမယ့်အချက်တွေ၊ ပြည့်ရမယ့်အချက်တွေ မရှိသေး မပြည့်စုံသေးလို့ လိုချင်တာတွေ မရသေးတာပါ။ သဒ္ဒါဘက်က ကြည့်လိုက်ပြန်တော့လည်း အားက နည်းသေးတယ်။ သီလဘက်က ကြည့်လိုက်ပြန်တော့လည်း ခပ်မှိန်မှိန်လေး ဖြစ်နေသေးတယ်။ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှုကလည်း မပြည့်စုံသေးဘူး။

ပေးကမ်းစွန့်ကြဲတယ်ဆိုတာ ဒါနပါ။ ဒါနကောင်းမှုပါတဲ့သူနဲ့ ဒါနကောင်းမှုမပါတဲ့သူ မတူပါဘူး။ စည်းစိမ်ချမ်းသာတွေနဲ့ ပြည့်စုံနေတဲ့သူတွေဟာ ဒါနကောင်းမှုတွေပါလာခဲ့လို့ပါ။

သုဘလုလင်က မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို မေးလျှောက်ပါတယ်။ သုဘလုလင်ဆိုတာ လူငယ်လေးပါ။ သူ သိချင်တဲ့အချက်တွေကို မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို တစ်ချက်စီတစ်ချက်စီကို မေးတာပါ။ စူဠကမ္မဝိဘင်္ဂ သုတ္တန်ဆိုပြီးတော့ သူ့မေးခွန်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အဖြေတွေကို မြတ်စွာဘုရားဖြေကြားတဲ့ သုတ္တန်ရှိပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ဒီလူငယ်လေးက ဘာမေးတုံးဆိုရင် -

"လောကမှာတဲ့ တချို့က ဆင်းရဲပါတယ်။ တစ်ချို့က ချမ်းသာတယ်။ လူတန်းစား ကွာဟမှုတွေဖြစ်နေတာ ဘာကြောင့်ပါလဲဘုရား"လို့မေးတာပါ။

ကွာခြားပါတယ်။ တချို့က ချမ်းသာလိုက်တာ။ ထား စရာတောင် မရှိဘူး။ တချို့ကျတော့ ဆင်းရဲတာ စားစရာ တောင်မရှိဘူး။ နေစရာလည်းပဲ မရှိပါဘူး။

ဘုန်းကြီးတို့ သွားမြင်ယောင်ပါသေးတယ်။ အိန္ဒိယ မှာပြီးခဲ့တဲ့လကမှ ဘုန်းကြီးရဲ့ဒေါက်တာဘွဲ့စာတမ်း တင် ပြီးတော့ပြန်လာပါတယ်။ ဟိုမှာ နှစ်လလောက် ကြာခဲ့ပါ တယ်။ အိမ်မရှိနေရာတကျ ရှိတဲ့ Homeless တွေ အများ ကြီးတွေ့ခဲ့ပါတယ်။ အရင်အခေါက်တွေ သွားတုန်းက တော့ အမှတ်တမဲ့ပါပဲ။ တွေ့တော့ တွေ့တယ်။ သတိ မထားမိပါဘူး။

ဒီတစ်ခေါက်တော့ ဘုံဘေမြို့မန်ဘိုင်း (MUMBAI) မြို့ရဲ့ လမ်းဘေးဝဲယာမှာ အတော်များများကို တွေ့ရတာ

www.dhammadownload.com

ပါ။ အိန္ဒိယမှာဆိုလို့ရှိရင် ဒီမြို့ဟာအသန့်ဆုံးပါ။ ဒါတောင်မှ အိုးမဲ့၊ အိမ်မဲ့ လမ်းဘေးပလက်ဖောင်းတွေ၊ ရထားလမ်းဘေးတွေမှာ အိမ်ရာမရှိဘဲနဲ့ နေတဲ့သူတွေ တစ်မြို့တည်းမှာတောင် တစ်သန်းလောက် ရှိတယ်တဲ့။

နေတော့လည်း ကားလမ်းဘေး ပလက်ဖောင်းတွေမှာ၊ ရထားလမ်းဘေးတွေမှာနေ၊ စားတော့လည်း ဒီမှာစား၊ ရေချိုးတော့လည်း ဒီမှာပဲ။ သူတို့ အိမ်ထောင်သားမွေးတော့လည်း ဒီမှာပဲ။ သိပ်ကို ဆင်းရဲကြပါတယ်။ ချမ်းသာတဲ့သူတွေ ကျတော့လည်း တိုက်တွေ၊ ကားတွေနဲ့ အများကြီး။ ဟယ်လီကော်ပတာတွေတောင် ပိုင်တဲ့သူဌေးတွေ ရှိပါတယ်။ စိုက်ခင်းတွေ၊ ကုမ္ပဏီတွေ အများကြီးပိုင်ကြပါတယ်။

ဒီလိုလူတန်းစားကွာဟမှုမျိုးတွေကို ဘုရားရှင်လက်ထက်ထဲက သုဘလုလင်မြင်တော့ မေးပါတယ်။ "ဘာကြောင့်ပါလဲ မြတ်စွာဘုရား ..." ဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားက "သုဘလုလင်၊ ဒါနကောင်းမှုပြုတဲ့သူ၊ ပေးကမ်း

www.dhammadownload.com

စွန့်ကြဲတဲ့သူသည် ချမ်းသာတယ်၊ မပေးမကမ်းဘဲနဲ့ နေရင် ဆင်းရဲတယ်" လို့ဖြေကြားပါတယ်။ သဘောပေါက်သွားအောင် ဥပမာလေး ပေးချင်ပါတယ်။ အခုလိုမိုးဦးကျလယ်ကွင်းထဲမှာ တောင်သူဦးကြီးတွေ စပါးစိုက်ပါတယ်။ စပါးစိုက်တော့ အိမ်မှာသိမ်းထားတဲ့ မျိုးစေ့တွေထုတ်ယူသွားပြီးတော့ လယ်ကွင်းထဲ ကြဲရပါတယ်။ ကြဲချလိုက်တော့ စပါးစေ့ကနေ အပင်ပေါက်ပြီးတော့၊ စပါးစေ့တစ်စေ့ကနေ စပါးပင်တစ်ပင် ပေါက်တယ်ထား၊ စပါးစေ့ပေါင်းများစွာ ပြန်ရပါတယ်။ ကြဲလိုက် စွန့်လိုက်တာများလာပါတယ်။

ဒီမျိုးစေ့နမြောလို့ဆိုပြီးအိမ်မှာ သိမ်းထားကြည့်ပါ။ တိုးမလာပါဘူး။ များမလာပါဘူး။ ချမ်းသာတယ်ဆိုတာ စွန့်ကြဲတဲ့သူတွေအတွက်သာ ဖြစ်ပါတယ်။

အသက်ရှည်ခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်းဟာလည်း စွန့်ကြဲပေးကမ်းမှု စာဂကောင်းလို့ မရပါဘူး။ ကုန်ကုန်ပြောရရင် ရောဂါဘယတွေဖြစ်နေတဲ့ချိန်မှာ ကိုယ့်ရှိတဲ့ ငွေကြေး

www.dhammadownload.com

ပိုက်ဆံကုန်မှာခန်းမှာစိုးလို့ မကုသဘဲ နေလို့ရှိရင် ရောဂါ မပျောက်ပါဘူး။ ပေးရမှာပါပဲ၊ ကုန်ကျမှာပါပဲ။ အဲဒီလို အကုန်အကျခံပြီးတော့ ကုသတော့မှ ကျန်းမာခြင်း၊ အသက်ရှည်ခြင်းကို ရပါတယ်။

အခြွေအရံ ပရိသတ်တွေနဲ့၊ အပေါင်းအသင်းနဲ့ ချစ်ချစ်ခင်ခင် နေချင်တယ်ဆိုရင်လည်း စွန့်ကြဲပေးကမ်း မျှဝေဖို့ လိုပါတယ်။ “ခြွေမှ ရံတယ်” တဲ့။ ခြွေမှရံပါတယ်။ မခြွေရင်မရံပါဘူး။ စာဂသမ္ပဒါ နေရာတကာမှာ လိုပါတယ်။ ဘယ်နေရာပဲ ဖြစ်ဖြစ် လိုချင်တာ ရှိရင် ပေးဖို့ လိုပါတယ်။ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှုနဲ့ ပြည့်စုံမယ်။ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှုသာရှိမယ်ဆိုရင် လိုချင်တာတွေ ရပါတယ်။

www.dhammadownload.com

ဆင်ခြင်ဉာဏ် ပညာ

ပညာသမ္ပဒါ- ဆင်ခြင်ဉာဏ်နဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ဆင်ခြင်စဉ်းစားတတ်တဲ့ ဉာဏ်ရှိဖို့လိုပါတယ်။

ဆင်ခြင်တတ်တဲ့ အသိဉာဏ်မျှ မရှိတဲ့သူဟာ ဥစ္စာပစ္စည်းတွေ ရှာဖွေလို့ရမှာ ဟုတ်ပါဘူး။ ရလာသမျှကိုလည်း ထိန်းသိမ်း စုဆောင်းထားဖို့ လွယ်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ တချို့ကပညာနည်းပါတယ်။ ပညာနည်းတဲ့အတွက်ကြောင့် မရှာတတ်ပါဘူး။

www.dhammadownload.com

ရှာလို့ရလာတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို စနစ်တကျ ထိန်းသိမ်းဖို့ စုဆောင်းထားဖို့လည်း ပညာလိုပါတယ်။

သင့်, မသင့်၊ တော်, မတော် ဆင်ခြင်ဉာဏ် လိုပါတယ်။ ဘယ်လိုရှာရမယ်၊ ဘယ်လိုသုံးရမယ်၊ ဘယ်လိုစုရမယ်။ ဘယ်လိုပစ္စည်း ဘယ်နေရာဝယ်၊ ဘယ်နေရာရောင်းရမယ်။ ဘယ်အချိန်ကာလ လှောင်ထားရမယ်။ ဘယ်အချိန်ကာလ သိမ်းထားရမယ်။ ဒီလို အသိဉာဏ်မရှိဘဲနဲ့ စီးပွားလုပ်လို့ မရပါဘူး။

ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ပြည့်စုံမှုဆိုတဲ့နေရာမှာလည်းပညာလိုအပ်ပါတယ်။ ဆင်ခြင်ဉာဏ် လိုပါတယ်။ အသက်ရှည်ဖို့ ကျန်းမာဖို့ဆိုတဲ့ နေရာမှာလည်း ဆင်ခြင်ဉာဏ်၊ ပညာဉာဏ် လိုအပ်ပြန်ပါတယ်။ "အသက်ကို ဉာဏ်စောင့်" လို့ ပြောကြပါတယ်။ ဉာဏ်မရှိတဲ့သူ အသက်တို ပါမယ်။

မစားသင့်တာတွေ စားတယ်။ မနေသင့်သလို နေတယ်။ အနေအထိုင် မဆင်ခြင်ဘူး။ အစားအသောက် မဆင်ခြင်ဘူး။ အသွားအလာမဆင်ခြင်ဘူး။ ဖြစ်သလိုနေ၊

www.dhammadownload.com

ဖြစ်သလို စားပြီးတော့ နေတဲ့သူ။ ဆင်ခြင်တုံတရား နည်းပါးတဲ့သူဟာ အသက်တိုပါလိမ့်မယ်။ ကျန်းမာရေး ချို့တဲ့လာလိမ့်မယ်။ ပညာနည်းလို့ ဖြစ်ရတာပါ။

တချို့ တွေ့ရပါတယ်။ အသက်က ငယ်ငယ်လေးရှိသေးတယ်။ အနေအထိုင်၊ အစားအသောက် မဆင်ခြင်တော့ ရောဂါအမျိုးအမည် တပ်ကြည့်လိုက်ရင် သူ့အသက်ထက်တောင် များနေသေးတယ်။ သွေးတိုးလည်း ရှိတာပဲ၊ ဆီးချိုလည်း ရှိတာပဲ၊ နလုံးလည်း ရှိတာပဲ၊ ကိုလက်စထရောလည်း များတာပဲ။ သူ့မှာ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ရောဂါတွေပေါင်းစုံ နေတယ်။

အစားအသောက်၊ အနေအထိုင် ဆင်ခြင်သလားဆိုတော့လည်း မဆင်ခြင်ဘူး။ သင့် မသင့်၊တော်မတော် ဆင်ခြင်တိုင်းထွာ စဉ်းစားတဲ့ ဉာဏ်နည်းတာပါ။ဆင်ခြင်ဉာဏ်ပညာနဲ့ ကျန်းမာရေးဟာ အများကြီး သက်ဆိုင်ပါတယ်။

နောက်တစ်ချက် လိုအပ်ချက်က ပေါင်းအသင်း

www.dhammadownload.com

မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း၊ ဆွေမျိုးသားချင်းတွေနဲ့ ရင်းရင်း နှီးနှီး၊ ချစ်ချစ်ခင်ခင် နေချင်ကြပါတယ်။ မကွဲမကွာ အတူ မကွာနေချင်ကြပါတယ်။ အဲဒီမှာလည်း ဆင်ခြင်တုံတရား လိုအပ်ပါတယ်။ ဆင်ခြင်ဉာဏ်လိုပါတယ်။

ဘယ်သူနဲ့ဘယ်လိုပေါင်းရမယ်။ ဘယ်လို ဆက်ဆံ ရမယ်။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတဲ့နေရာ သူကတင်းတဲ့အခါ မှာ ကိုယ်ကလျှော့ပေးရမယ်။ ကိုယ့်ဒေါသ တရားတွေ ထိန်းတဲ့အခါ ထိန်းထားရမယ်။ လောဘတွေ ချုပ်ထိန်းရ မယ်။ ဒီအချိန်အခါမှာ ဒီလိုစကားမျိုး ပြောသင့်တယ်။ ဒီလိုစကားမျိုးမပြောသင့်ဘူးဆိုတဲ့ပညာတွေလိုပါတယ်။

ပညာနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူ အပေါင်းအသင်းများပါတယ်။ ပညာနည်းတဲ့သူကို ဘယ်သူမှ မပေါင်းချင်ပါဘူး။ ဆင် ခြင်တုံတရား နည်းတဲ့သူကို ဘယ်သူမှ မပေါင်းချင်ပါ ဘူး။

နောက်ဆုံးတစ်ချက် နောင်ဘဝမှာ သုဂတိဘဝကို ရောက်ဖို့ဆိုတဲ့နေရာမှာလည်း ပညာပါဖို့ လိုအပ်တယ်။

www.dhammadownload.com

ဘဝရှေ့ရေးအတွက် ဘာလုပ်ရမယ်။ ဒါန ကောင်းမှု၊ သီလ ကောင်းမှု၊ ဘာဝနာ ကောင်းမှုတွေ ပြုရမယ်။ အကုသိုလ် တရားတွေ ရှောင်ရမယ်။ အဲဒီလို သိတဲ့ပညာ လိုပါတယ်။

ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ကံသုံးပါးကို ဘယ်လို စောင့်ထိန်းမယ်။ ဘယ်လိုကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်မယ် ဆိုတာ သိဖို့လိုပါတယ်။ မလိမ္မာ၊ မဆင်ခြင်တဲ့သူဟာ နောင်ဘဝမှာ သုဂတိဘဝကို မရောက်နိုင်ပါဘူး။

လိုအင်ဆန္ဒပြည့်ကြောင်း

(၁) သဒ္ဓါသမ္ပဒါ

(၂) သီလသမ္ပဒါ၊

(၃) စာဂသမ္ပဒါ၊

(၄) ပညာသမ္ပဒါ။

အဲဒီလေးမျိုး ဖြည့်လိုက်ရုံနဲ့ လိုချင်တဲ့ လိုအပ်ချက်တွေ အကုန်ပြည့်စုံပါတယ်။ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ခမ်းခမ်းနားနား စိတ်ကူးပြီးတော့ ဟိုဟာလေး လိုချင်လိုက်တာ၊ ဒီဟာလေး လိုချင်လိုက်တာ၊ ဟိုဟာလေး

www.dhammadownload.com

ရချင်လိုက်တာ၊ဒီဟာလေးရချင်လိုက်တာစိတ်ထဲပေါ်ကြပါတယ်။

ဘယ်လိုများ ငါရအောင်လုပ်ရမလဲ ဆိုပြီးတော့ တခြားလိုက်မရှာပါနဲ့။ ဟိုစာအုပ် ဒီစာအုပ်တွေ လိုက်ပြီးတော့မရှာပါနဲ့။ဟိုလူဒီလူတွေပြောတာနားမယောင်ပါနဲ့။ အခု မြတ်စွာဘုရားရှင် ပြောသွားတဲ့ အချက်လေးချက်ပဲ ဖြည့်ကျင့်လိုက်ပါ။

သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ စာဂ၊ ပညာ ခက်တာ မပါဘူး။ မပြည့်နိုင်စရာမပါပါဘူး။ မကျင့်နိုင်တာမပါပါဘူး။

ပြောရတာတောင်မှ ခက်ပါသေးတယ်။ ဒီလေးမျိုး သာစုံရင် ဥစ္စာပစ္စည်း ပြည့်စုံဖို့ရပါပြီ။ အသက်ရှည်ခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်းကို ရပါပြီ။ အခြွေအရံ၊ အသင်းအပင်း ပြည့်စုံခြင်း တွေရပါပြီ။ နောင်ဘဝမှာ သုဂတိရောက်ဖို့ လည်းသေချာပါပြီ။ဒါကြောင့် "လိုအင်ဆန္ဒပြည့်ကြပါစေ" ဆိုတဲ့ ဒီတရားကို ဓမ္မဒါနလက်ဆောင် ပေးပါတယ်။

ဒီတရားဓမ္မနာကြားပြီးတော့ကိုယ်တိုင်လည်းပဲကျင့်

www.dhammadownload.com

သုံး၊ ကျင့်ကြံ၊ ပွားများ အားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် လိုအင်ဆန္ဒတွေ အားလုံးပြည့်ပြီးတော့ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ၊ လွယ်ကူစွာနဲ့ရနိုင် ရောက်နိုင်မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေလို့ဆုတောင်းရင်းနဲ့တရားနိဂုံးချုပ်ကြပါစို့။

ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရ
ဓမ္မဒူတတောရသာသနာ့ရိပ်သာ
ဟံသာဝတီဂေါက်ကွင်းအနီး၊
ဆယ်မိုင်ကုန်း၊ ပဲခူးမြို့။
ဖုန်း - ၀၉ - ၈၆၅၁၀၉၉၊ ၀၉ - ၅၁၀၄၆၆၉