www.dhammadownload.com




ဓမ္မအသိဗြဲ့ အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၇၆)

# အစွမ်းတန်ခိုးများ နှင့် သာသနာ

အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

www.dhammadownload.com

# ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်



နတ်လူသာဓုခေါ်စေသော်

ဓမ္မာဝင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃

www.dhammadownload.com

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

# အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ



www.dhammadownload.com

ကွန်ပျူတာစာစီ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ထုတ်ဝေသူ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဘဟိန်း

မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၄၃၇၂/၂၀၁၁)က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

တရားစာအုပ်များကို
ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

www.dhammadownload.com

# အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၂ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော် (၅)ရက်၊ ရန်ကုန်တိုင်း၊ ကမာရွတ် မြို့နယ်၊ အမှတ် (၁)ရပ်ကွက်၊ ဒုတိယအကြိမ် ဝိသုဒ္ဓိသံဃဒါနဆွမ်းလောင်းအသင်း၊ အထူးဓမ္မပူဇော ဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားဝယ် ဟောကြားအပ်သော **"အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ"** တရားဒေသနာတော်။

မိမိတို့ကြည်ညိုကိုးကွယ်မြတ်နိုးရာ ဘာသာတရား ထွန်းကားဖို့ရန်အတွက် ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ဘာသာတရား တွေမှာ ယုံကြည်မြတ်နိုးကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အသီးသီးဟာ သူတို့ ဘာသာ သာသနာ ကြီးပွားတိုးတက်ရေး အတွက် အစွမ်းတန်ခိုးနဲ့ သာသနာပြုဖို့ စိတ်ကူးကြ တယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သာသနာတော်မှာလည်း ထို့

www.dhammadownload.com



အတူပဲ။ အချို့အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ စိတ်ထဲမှာ အစွမ်းတန်ခိုးပြပြီး သာသနာပြုရင် ကမ္ဘာလောကမှာ ရှိတဲ့ လူသားတွေအားလုံးကို စည်းရုံးနိုင်လိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်ကောင်း ယုံကြည်ကြလိမ့်မယ်။ ဒါ ရိုးသားတဲ့ ယုံကြည်မှုတစ်ခုပေါ့နော်။

သို့သော် အဲဒီ အစွမ်းတန်ခိုးနဲ့ သာသနာပြုလို့ တကယ် ရနိုင်သလား။ အစွမ်းတန်ခိုးဆိုတာ ဘာကို ခေါ်တာလဲ၊ လူတွေ ထင်မြင်ယူဆထားတဲ့ တန်ခိုး အာဏာ ပါဝါတွေကို အစွမ်းတန်ခိုး ခေါ်တာလား ဆိုတာကို ဘုန်းကြီးတို့ဒီနေ့ည ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိကြ ရအောင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ အာဘော်ကျ ဒီဃနိကာယ် **ကေဝဋ္ဋသုတ်** လာတဲ့အတိုင်း ဟောကြားမှာဖြစ်ပါတယ်။

**တရားဓမ္မာသူများ သတိထားစရာ**

အားလုံးသော တရားဓမ္မဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားထားတဲ့ တရားဓမ္မဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားထားတဲ့ ထိုတရားဓမ္မကိုပဲ လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့

www.dhammadownload.com



ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည်အောင် ဘုန်းကြီးတို့က ထပ်ဆင့် ဟောပြောကြရတယ်။ တစ်ခါတရံမှာ ကိုယ့်ရဲ့ အာဘော်နဲ့ ဝုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ တရားတော်ကို ညစ်နွမ်း မသွားစေဖို့ သိပ်သတိထားရပါတယ်။

လောကကြီးမှာ pollution (ညစ်ညမ်းခြင်း) ဆိုတာ ရှိတယ်မဟုတ်လား။ air pollution ဆိုတာ လေထု ညစ်ညမ်းခြင်းပေါ့။ ရေညစ်ညမ်းခြင်းကို water pollution လို့ခေါ်တယ်။ အခုခေတ်တော့ pollution တွေ ထပ်တိုးလာတယ်။ အသံတွေ ဆူညံတာကို noise pollution လို့ခေါ်တယ်။ အခုတစ်ခါ ကမ္ဘာမှာ pollution တစ်ခု ထပ်တိုးနေတယ်၊ light pollution တဲ့။ လျှပ်စစ်မီးတွေ သိပ်ပြီးအသုံးပြုတဲ့အခါ တစ်ချို့နိုင်ငံတွေမှာ နေ့တွေ ညတွေ မကွဲတော့ဘူး။ အဲဒါကို light pollution လို့ခေါ်ကြတယ်။ အဲဒီ pollution တွေက ဆိုပါစို့ air pollution တို့ water pollution တို့ light pollution တို့ဟာ လူတွေရဲ့ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေတယ်။

www.dhammadownload.com



view pollution ဆိုတာကျတော့ ဘာသာတရား နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကိုယ့်ရဲ့အထင်အမြင် အယူအဆ တွေ idea တွေထည့်လိုက်သည့်အတွက် တကယ့်အစစ် အမှန်တရားတွေဟာ ညစ်နွမ်းသွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် တရားဟောတယ်ဆိုတာ အလွန်သတိထားရတယ်။

ပုဒ္ဓမြတ်စွာ လက်ထက်တော်အခါ ကာလတုန်း က ရာဇဂြိုဟ်မြို့နဲ့ မလှမ်းမကမ်းမှာ နာလန္ဒာ ဆိုတဲ့ မြို့ကလေးတစ်မြို့ရှိတယ်။ နာလန္ဒာကို တက္ကသိုလ် အနေနဲ့ပဲသိကြတယ်။ နာလန္ဒာမြို့နားမှာ ကြီးကြီး မားမား တက္ကသိုလ်ကြီးတစ်ခု တည်ထောင်ထားလို့ အခုထိ နာလန္ဒာတက္ကသိုလ်လို့ ခေါ်နေကြတယ်။

အဲဒီ နာလန္ဒာဆိုတဲ့မြို့ကလေးမှာ မြတ်စွာဘုရား နဲ့ ခေတ်ပြိုင် နိဂဏ္ဌဝါဒ ဆိုတာရှိတယ်။ ဒီကနေ့ ခေတ်တော့ ဂျိမ်းဝါဒလို့ခေါ်တယ်။ အိန္ဒိယမှာ ပုဒ္ဓဝါဒ နဲ့ခေတ်ပြိုင် ပေါ်ထွန်းခဲ့တဲ့ ဝါဒတွေအနက် ယခုထိ အိန္ဒိယမှာ ထွန်းကားနေဆဲ ဝါဒသည် ဂျိန်းဝါဒပဲ ဖြစ်တယ်။ ပါဠိစာပေအရ နိဂဏ္ဌနာဋပုတ္တ၊ သူတို့စာပေ

www.dhammadownload.com



အရ မဟာဝိရလို့ခေါ်တဲ့ နိဂဏ္ဌဘုရား (ဂျိန်းဘုရား) က နာလန္ဒာမှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ သီတင်းသုံးနေထိုင်ခဲ့တယ်။ နာလန္ဒာဟာသူအတွက် အားအကိုးရဆုံး မြို့တစ်မြို့ ဖြစ်ခဲ့တယ်။

သို့သော်လည်း နောက်ပိုင်းမှာ နိဂဏ္ဌဘာသာဝင် (ဂျိန်း ဘာသာဝင်) နာလန္ဒာရဲ့သူဌေးကြီး ဥပါလိဟာ ဗုဒ္ဓကို ဝါဒပြိုင်ဖို့သွားရင်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ကူးပြောင်းသွားတယ်။ ဥပါလိသူကြွယ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ကူးပြောင်းသွားတဲ့အခါ အဲဒီ မဟာဝိရလို့ခေါ်တဲ့ နိဂဏ္ဌ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင် ဂျိန်းဘုရားဟာ စိတ်ဓာတ်တွေကျပြီး ပါဝါမြို့ကို ပြောင်းရွှေ့သွားတယ်။ စိတ်ဆင်းရဲတော့ ရောဂါဝေဒနာတွေရပြီး မကြာခင် ပါဝါမှာပဲ ကွယ်လွန်အနိစ္စရောက်သွားခဲ့တယ်။

ဥပါလိသူကြွယ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်တဲ့ အချိန်ကနေစပြီး နလန္ဒာတစ်မြို့လုံးနီးနီး ဂျိန်းဘာသာကိုးကွယ်ရာက ဗုဒ္ဓဘာသာအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကိုလည်းပဲ အလွန်ကြည်ညိုကြ

www.dhammadownload.com



တယ်။ အဲဒီအထဲမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ အတော်ကြွယ်ဝတဲ့ သူဌေးသားတစ်ယောက် ရှိခဲ့တယ်။ သူ့ရဲ့အမည်က ကေသဝဋ္ဌပုတ္တလို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ သူဌေးသားကလည်း ဗုဒ္ဓဘာသာကို အလွန်ကြည်ညိုတယ်။ ဘာသာရေးကို အလွန်စိတ်ဝင်စားတော့ နာလန္ဒာမြို့ တစ်မြို့လုံး ဗုဒ္ဓဘာသာဘက်ကို ပိုပြီး စိတ်ဝင်စားစေချင်တယ်။ ဒါဟာ သူရဲ့ဆန္ဒပဲ။

**သာသနာပြုတဲ့အခါမှာ သဒ္ဓါတရားတစ်ခုတည်းနဲ့ မပြစ်ဘူး**။ သူရဲ့သဒ္ဓါက သိပ်အားကောင်းသည့်အတွက် သူ့အတွေးတွေ ဘယ်လိုဝင်လာသလဲဆိုရင် "ဒီကနေ့ နာလန္ဒာမှာရှိတဲ့ ကိုယ်တော်တွေထဲက တစ်ပါးပါးက အစွမ်းတန်ခိုးတွေများ ပြမယ်ဆိုရင် ဟောဒီ နာလန္ဒာမြို့သူမြို့သားတွေ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ပိုပြီးတော့ကြည်ညိုကြမယ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ ပိုပြီးတော့ ခိုင်မြဲစွာဖြစ်လိမ့်မယ်"၊ ဒါ သူ့အတွေး။

ဒီကနေ့ခေတ်မှာလည်း ဒီလိုအတွေးမျိုး ရှိကောင်း ရှိလိမ့်မယ်။ တစ်ခါတုန်းက ဒကာကြီးတစ်ယောက်က

www.dhammadownload.com



ပြောဖူးတယ်၊ ဘုန်းကြီးတွေ ကောင်းကင်မှာ စျာန်ပျံပြ နိုင်မယ်ဆိုရင် တစ်ကမ္ဘာလုံး ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်သွားမှာပဲ လို့ အဲဒီဒကာကြီးက ပြောဖူးတယ်။ ဒီအတွေးမျိုးက အခုမှပေါ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ လက်ထက်တော် အခါကာလတုန်းက ကေဝဋ္ဋပုတ္တဆိုတဲ့ သူဌေး သားလေးက ဒီစိတ်ကူးမျိုး ရလာတယ်။

သူက စိတ်ကူးရရုံတင်မဟုတ်ဘူး၊ မြတ်စွာဘုရား ကို သွားလျှောက်တယ်။ "အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော် သာသနာတော် ကြီးပွားထွန်းကားရေးအတွက် အကြံ တစ်ခု လျှောက်ထားချင်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက တန်ခိုးကျွတ်ပါဒနဲ့ပြည့်စုံတဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးကို ဟောဒီ နာလန္ဒာအနှံ့ တန်ခိုးပြဖို့ ခန့်ထားပါဘုရား" တဲ့။ အဲဒီလို ခန့်ထားမယ်၊ ဒီကိုယ်တော် တန်ခိုးပြမယ်ဆိုရင် နာလန္ဒာမြို့သူမြို့သားတွေက အတိုင်းထက်အလွန် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကြည်ညိုလာကြပါလိမ့်မယ်။ ဒါ သူ့ အတွေး။

www.dhammadownload.com



မြတ်စွာဘုရားကဘာအမိန့်ရှိတုန်းဆိုရင် "ကောဝဠ၊ ငါ ဒီလိုတရားမျိုးကို မဟောဘူး၊ ရဟန်းတို့လာကြ၊ လူတွေကို တန်ခိုးပြကြဆိုတဲ့ ဆုံးမဩဝါဒမျိုး ငါဘယ်တော့မှ မပေးဘူး" တဲ့။ ဘုရားက အဲဒီလိုမိန့်တဲ့အခါမှာ သူက ဘာပြန်လျှောက်တုန်းဆိုတော့ "အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်က စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းနဲ့ ပြောတာပါ။ အရှင်ဘုရားကို နစ်နာဆုံးရှုံးစေလို၍၊ အရှင်ဘုရားရဲ့ စည်းကမ်းချက်တွေကို ထိခိုက်စေလို၍ လျှောက်တာ မဟုတ်ပါဘူး"။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားက ရာဇဂြိုဟ်ပြည်မှာ ဝိနည်းစည်းကမ်းတစ်ခု ချထားတာရှိတယ်။ တန်ခိုးမပြရဘူးဆိုတဲ့ ဝိနည်းစည်းကမ်း ချမှတ်ထားခဲ့တယ်။

## တန်ခိုးမပြရ ဝိနည်းစည်းကမ်း ချမှတ်ရပုံ

ဘယ်တုန်းကစပြီး တန်ခိုးမပြရဘူး ဆိုတာကို ချမှတ်ခဲ့သလဲဆိုရင် ဘယ်ဘာသာဝင်မှ မဟုတ်တဲ့ non-religious beliver ရာဇဂြိုလ်ကသူဌေးတစ်ယောက်

www.dhammadownload.com



က စန္ဒကူးနှစ်ကို သပိတ်လုပ်ပြီး အတောင်(၆၀)ရှိတဲ့ ဝါးလုံးမှာဆွဲထားပြီး "ဘာသာအမျိုးမျိုး ထွန်းကားနေတယ်၊ ကဲ၊ ဘာသာရေးသမားတွေ တန်ခိုးရှိကြတယ်၊ အစွမ်းသတ္တိတွေ ရှိကြတယ်ဆိုရင် ဘယ်ဘာသာဝင်ပဲဖြစ်ဖြစ် ကောင်းကင်မှာချိတ်ဆွဲထားတဲ့ ဟောဒီ စန္ဒကူးသပိတ်ကိုယူပါ။ ယူနိုင်မယ်ဆိုရင် သားရော၊ မယားရော သူ့မှာရှိတဲ့ စည်းစိမ်တွေကိုပါ ပုံအပ်ပြီး အဲဒီဘာသာဝင်အဖြစ်ခံယူမယ်" လို့ ကြေငြာလိုက်တယ်။ သူကလည်း တန်ခိုးပြတာ စိတ်ဝင်စားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပဲနော်။

အတောင်(၆၀)ရှိတဲ့ ဝါးလုံးထိပ်မှာ ချိတ်ဆွဲထားတဲ့ သပိတ်ကို ကောင်းကင်ပျံပြီး ယူနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဘာသာကို သူက ဆည်းကပ်မယ်လို့ ကြောငြာတာနော်။ ဒီလိုကြေငြာတဲ့အခါ တခြား ဘာသာဝင် ခေါင်းဆောင်တွေကသွားပြီးစည်းရုံးကြတယ်။ ဒီသပိတ်ကလေးအတွက်နဲ့ တန်ခိုးပြဖို့ မတောင်းဆိုပါနဲ့။ ဒို့မှာ တန်ခိုးပါဝါတွေရှိနေတာ မှန်တယ်။ ဒို့နဲ့ပဲ ထိုက်တန်ပါတယ်။ မင်းရဲ့သပိတ်ကို ဒို့ကိုလှူပါ" လို့ သွားပြော

www.dhammadownload.com



တယ်။ သူဌေးက ခေါင်းမာမာပဲ။ အားလုံးကိုလျှုတယ်။ ဒီအတိုင်းတော့ ဘယ်သူမှ မပေးနိုင်ဘူး၊ ယူတဲ့သူက ကောင်းကင်ကိုပျံပြီးမှသာ ယူရမယ်တဲ့။

နောက်ဆုံး ဘယ်သူတက်ပြီး ယူလိုက်တုန်းဆို ရှင်ပိဏ္ဍောလဘာရဒွါဇပဲ။ ပြဟ္မဏအမျိုးကနေ ရဟန်းဝတ်လာတဲ့ ရှင်ပိဏ္ဍောလဘာရဒွါဇ ဆိုတဲ့ ရဟန္တာ တစ်ပါးက ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်နဲ့အတူ ဆွမ်းခံဝင်လာရင်း သတင်းကြားတယ်။ လမ်းမှာ လူတွေကပြောကြတယ်ပေါ့။ "သူဌေးက ကြေငြာထားတာ (၇)ရက် ရောက်ပြီ၊ ဒီသပိတ်ကိုယူမယ့်သူ မရှိဘူး။ လောကမှာ သူကလည်း ရဟန္တာ၊ ငါကလည်းရဟန္တာနဲ့၊ သူကလည်း တန်ခိုးရှင်၊ ငါကလည်း တန်ခိုးရှင်နဲ့ ပြောနေကြတာ အလကားပါ။ လောကမှာ တကယ်စွမ်းတဲ့ တန်ခိုးရှင် မရှိပါဘူး" လို့ ပြောနေကြတယ်။ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်က ဒီစကား ကြားသွားတယ်။ ကြားသွားတော့ ရှင်ပိဏ္ဍောလကို တိုက်တွန်းတယ်။ ငါ့ရှင် ပိဏ္ဍောလ ကြားလား၊ ငါ့ရှင်တတ်နိုင်ပါတယ်။ အစွမ်းတန်ခိုးပြပြီးတော့

www.dhammadownload.com



ဒီသပိတ်ကို တက်ယူပါလို့ဆိုတော့ ရှင်မောဂ္ဂလာန်ရဲ့ တိုက်တွန်းချက်အရ ရှင်ပိဏ္ဍောလက အဲဒီ စန္ဒကူး သပိတ်ကို ကောင်းကင်ကကြွပြီး ရယူသွားခဲ့တယ်။ အဲဒီ ဇာတ်လမ်းကလေး ရှိတယ်။

ကောင်းကင်ပျံပြီးတော့ စန္ဒကူးသပိတ်ကို ယူတဲ့ အချိန်မှာ အုန်းအုန်းကျွတ်ကျွတ်ပေါ့။ အလုပ်ကိစ္စနဲ့ ခရီးသွားနေလို့ မကြည့်လိုက်ရတဲ့လူတွေ၊ တခြား ရောက်နေလို့ မကြည့်လိုက်ရတဲ့လူတွေက ရှင်ပိဏ္ဍောလ နောက်က လိုက်လာပြီး မမြင်လိုက်ရလို့ ပြပါဦး၊ ပြပါဦး နဲ့ တကောက်ကောက် လိုက်လာကြတယ်။ ကျောင်းထိ အောင် လိုက်လာတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဆူဆူညံညံ လုပ်တာဆိုရင် လုံးဝကို မကြိုက်ဘူး။ တိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်မှုကို မြတ်စွာဘုရားက အလွန်နှစ်သက်တယ်။

ရှင်ပိဏ္ဍောလနောက်က လူအုပ်ကြီးက တအုန်း အုန်းနဲ့ လိုက်လာတာ ကျောင်းတော်ထိအောင် ဆူဆူ ညံညံ ဖြစ်နေတော့ မြတ်စွာဘုရားကမေးတယ်။ မေးလို့ ဒီသတင်းကြားတော့ ရှင်ပိဏ္ဍောလကို ခေါ်ပြီးတော့

www.dhammadownload.com



မြတ်စွာဘုရားက မှတ်လောက်သားလောက်အောင် ဆုံးမတယ်။ ဘာမှတန်ဖိုးမရှိတဲ့ ဒီသပိတ်ကလေး အတွက်နဲ့ တန်ခိုးပြရမလားလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမပြီးတော့ "ဒီကနေ့ကနေစပြီး ရဟန်းတွေ တန်ခိုးမပြရဘူး" လို့ ပညတ်ခဲ့ဖူးတယ်နော်။

ဒါကြောင့် ဒီ ကေဝဋ္ဋက ဘုရားကို လျှောက်တဲ့အခါ "အရှင်ဘုရားရဲ့ စည်းကမ်းဥပဒေတွေကို ဖျက်လို့ ၍ တပည့်တော်က လျှောက်တာမဟုတ်ပါဘူးဘုရား။ ဟောဒီ နာလန္ဒာ မြို့သူမြို့သားတွေ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ပိုပြီးတော့ စိတ်ဝင်စားလာအောင်၊ အရှင်ဘုရား သာသနာနဲ့ အရှင်ဘုရားအပေါ် ပိုပြီးတော့ ကြည်ညိုမှုတွေဖြစ်စေချင်လို့ တပည့်တော် လျှောက်တာပါ" တဲ့။ အဲဒီလို လျှောက်သော်လည်း မြတ်စွာဘုရားက "ငါဘယ်တော့မှ ရဟန်းတွေကို တန်ခိုးပြဖို့မတိုက်တွန်းဘူး" လို့ ပြန်ပြီးမိန့်ကြားတယ်။

www.dhammadownload.com



**အစွမ်းတန်ခိုး(၃)မျိုး**

အဲဒီလိုမိန့်ကြားတဲ့အခါမှာ (၃)ကြိမ်တိုင်အောင် ထပ်ပြီး တောင်းပန်လျှောက်ထားတော့ မြတ်စွာဘုရား က မိန့်တယ်။ "ကဲ ကေဝဋ္ဋ ငါပြောမယ်။ လောကမှာ အစွမ်းတန်ခိုး(၃)မျိုးရှိတယ်။ အစွမ်းတန်ခိုး(၃)မျိုးက ဘာတုန်းဆိုရင် နံပါတ် (၁)က **ကုဒ္ဓိပါဋိဟာရိယ**၊ နံပါတ်(၂)က **အာဒေသနာပါဋိဟာရိယ**၊ နံပါတ် (၃)က **အနုသာသနီပါဋိဟာရိယ**။ **ကုဒ္ဓိပါဋိဟာရိယ** ဆိုတာက ပုံစံအမျိုးမျိုး ဖန်ဆင်းပြနိုင်တယ်။ **အာဒေသနာပါဋိ-ဟာရိယ** ဆိုတာ လူတစ်ယောက်ရဲ့စိတ်ကို အတတ် ဟောတာ။ **အနုသာသနီပါဋိဟာရိယ** ဆိုတာ ဘယ်လို နေ၊ ဘယ်လိုထိုင်၊ ဘယ်တရားကိုကျင့်၊ ဘယ်လို လိုက်နာရမလဲ ဆိုပြီးတော့ သွန်သင်ဆုံးမတာတဲ့။ အစွမ်းတန်ခိုး(၃)မျိုးတဲ့။

www.dhammadownload.com



**ဆုံးမတာလည်း တန်ခိုးပဲ**

လောကလူတွေက အမျိုးမျိုးလုပ်ပြ ဖန်ဆင်းပြမှ တန်ခိုးလို့ ထင်နေတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမတာလည်း တန်ခိုးပဲတဲ့။ ဆုံးမသြဝါဒပေးတာဟာ အစွမ်းတန်ခိုးလို့ မှတ်ထားရမယ်။ ဒီအစွမ်းတန်ခိုးတွေကို ပါဠိလို **ပါဋိဟာရိယ** မြန်မာလိုကျတော့ **ပြာဋိဟာလို့** သုံးလေ့ရှိတယ်။ **ပြာဋိဟာ** ဆိုတဲ့စကားလုံးနဲ့ **ပါဋိ-ဟာရိယ** ဆိုတာဟာ အတူတူပဲ။ မြန်မာလိုက ပါဠိ နောက်လိုက်ပြီးတော့ **ပြာဋိဟာ ပြာဋိဟာ** နဲ့ ဒီလိုခေါ်တယ်။ အဓိပ္ပာယ်က ဆန့်ကျင်ဘက်တွေကို တွန်းလှန်ဖယ်ရှားနိုင်တဲ့ အစွမ်းသတ္တိလို့ပြောတာနော်။ ဆန့်ကျင်လာတဲ့အရာတွေကို တွန်းလှန်ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးကို **ပါဋိဟာရိယ** လို့ ခေါ်တယ်။ မြန်မာလို အစွမ်းတန်ခိုးလို့ပဲမှတ်ထားပေါ့။ စကားလုံးရဲ့အဓိပ္ပာယ်ရင်းက ဆန့်ကျင်ဘက်ကို တွန်းလှန်ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ အစွမ်းသတ္တိကို အစွမ်းတန်ခိုးလို့ ခေါ်ပါတယ်။

www.dhammadownload.com



အဲဒီလိုအစွမ်းတန်ခိုးဟာ (၃)မျိုးရှိတယ်။ နံပါတ် (၁)က **ကမ္မဒ္ဓိပါဋိဟာရိယ**၊ ခုခေတ်လည်း ပြောကြတယ် မဟုတ်လား၊ ကမ္မဒ္ဓိတို့ မဟိဒ္ဓိတို့ဆိုတာလေ၊ အစွမ်းတန်ခိုးတွေပေါ့။ ကမ္မဒ္ဓိ တန်ခိုးဟာ မရှိဘူးမဟုတ်ဘူးရှိတယ်။ ဘယ်လိုလုပ်ရတုန်းဆိုရင် သမထကျင့်စဉ် တစ်ခုကို ပေါက်ပေါက်ရောက်ရောက် ကျင့်လိုက်လို့ ဈာန်(၄)ဆင့်(သို့)ဈာန်(၅)ဆင့် ရောက်တဲ့အခါမှာ ဖန်ဆင်းနိုင်တဲ့ ပညာရပ်တစ်ခုကို ကမ္မဒ္ဓိလို့ခေါ်တယ်။ ပါဠိစာပေအရ အဘိညာလို့ခေါ်တယ်။ ထူးခြားတဲ့ **ကမ္မဒ္ဓိဝိဓ အဘိညာ**။

**ဝိဓ** ဆိုတာ အမျိုးမျိုး ရှိတယ်တဲ့။ ဆိုပါစို့ တစ်ယောက်တည်းကနေပြီး တစ်ရာ တစ်ထောင် ဖြစ်အောင် ဖန်ဆင်းလို့ရတယ်။ ရှင်စူဠပန်မထေရ်မြတ်က တစ်ပါးထဲကနေပြီး ရဟန်းတစ်ထောင်ဖြစ်အောင် ဖန်ဆင်းထားတယ်။ ဒီ အစွမ်းတန်ခိုးနဲ့နော်။ မရှိမဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်။ မရ မဟုတ်ဘူး၊ လုပ်လို့ရတယ်။ ရှင်စူဠပန်က သူရဲ့ကိုယ်ပွားတွေ တစ်ထောင် ဖန်ဆင်း

www.dhammadownload.com



ပြထားတယ်။ ဘယ်ကိုယ်တော်ကိုပဲ မေးလိုက်မေးလိုက် အကုန်လုံး စူဠပန်ချည်းပဲ။ တစ်ပါးနဲ့တစ်ပါး မတူအောင် လည်း ဖန်ဆင်းထားတယ်။ တစ်ပါးက ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်နေတယ်။ တစ်ပါးက တံမြက်စည်းလှည်းနေတယ်။ တစ်ပါးက ရေခပ်နေတယ်။ မေးလိုက်ရင်တော့ အကုန်လုံး စူဠပန်ချည်းပဲ။

ဒါမျိုးကို **ကုဒ္ဒိပါဠိဇာတိယ** ကုဒ္ဒိအစွမ်းတန်ခိုးလို့ ခေါ်တယ်။ ဒါက အဘိညာန်တန်ခိုးနဲ့မှ ဖန်ဆင်းလို့ ရတာ ဖြစ်တယ်။ တစ်ပါးထဲကနေ ရာထောင်ထိအောင် ဖန်ဆင်းလို့ရသလို ရာထောင်ကို တစ်ဦးတည်း ဖြစ် အောင် ချုံ့ပြီးတော့ယူလို့ရတယ်။ ဘွားခနဲပေါ်လာ အောင်လည်း ဖန်ဆင်းလို့ရတယ်။ ဖျတ်ခနဲ ပျောက် သွားအောင်လို့လည်း ဖန်ဆင်းလို့ရတယ်။ ကိုယ့်မျက်စိ အောက်မှာ ဘွားခနဲပေါ်လာနိုင်သလို ဖျတ်ခနဲလည်း ပျောက်သွားနိုင်တယ်။ ဟိုဘက်နံရံ၊ ဒီဘက်နံရံကို (တရုတ်ပြည်က မဟာတံတိုင်းကြီး ဖောက်ထွက်သွား သလိုမျိုး) လည်းပဲ ဖောက်ထွက်သွားနိုင်အောင် အစွမ်း

www.dhammadownload.com



တန်ခိုးတွေ ဖန်ဆင်းလို့ရတယ်။ ဒါတင်မကဘူး ရေပေါ်မှာ လမ်းလျှောက်ပြတာ၊ ကောင်းကင်ပေါ်မှာ ငှက်လိုပျံပြတာ တန်ခိုးအမျိုးမျိုး၊ မြေထဲမှာ လျှိုးပြတာ ကောင်းကင်ပေါ်မှာ ထိုင်ပြတယ် တက်ပြတယ်၊ အမျိုးစုံပေါ့။ ဒါတွေက အစွမ်းတန်ခိုးလို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီအစွမ်းတန်ခိုးတွေ ဖန်ဆင်းတဲ့အခါမှာလည်း သဘာဝကို ဆန့်ကျင်ပြီး လုပ်လို့မရဘူး။ စနစ်တကျ သဘာဝအတိုင်း လုပ်ရတယ်၊ သဘာဝနဲ့ဆန့်ကျင်လို့ ရှိရင် မအောင်မြင်ဘူး။ အစွမ်းတန်ခိုး ဆိုပေမယ့်လို့ လုပ်ချင်တာ လုပ်လို့မရဘူးနော်။ ဒါကြောင့် super natural power (သဘာဝလွန်စွမ်းအား) မဟုတ်ဘူး၊ super natural power (ပုံမှန်ထက်သာသောစွမ်းအား) (သာမန်ထက်သာသောစွမ်းအား)ဖြစ်တယ်၊ nature (သဘာဝ)ကိုတော့ ကျော်လွန်လို့ မရဘူး။ nature ကို ကျော်လို့ မရဘူးဆိုတာကြည့်၊ မြေလျှိုးချင်တယ်ဆိုရင် မြေဆိုတာ အပေါက်ရှိမှ လျှိုးလို့ရတယ် မဟုတ်လား၊ အပေါက်မရှိရင် လျှိုးလို့မရဘူးလေ၊ အဲဒီတော့ မြေလျှိုး

www.dhammadownload.com



ချင်တယ်ဆိုရင် ပထမဆုံး ကိုယ်သွားမယ့်မြေကြီးမှာ လမ်းကြောင်းတစ်ခု ဖန်တီးရမယ်၊ သဘောက လိုဏ်ဂူကြီးဖြစ်အောင် အရင်ဖန်တီးရမယ်၊ ပြီးမှသွားလို့ရမယ်။

ကောင်းကင်မှာ လမ်းလျှောက်သွားချင်တယ်ဆိုရင် သဘာဝက လေဟာပြင်မှာ လမ်းလျှောက်လို့ မရဘူး၊ အဲဒီတော့ လမ်းလျှောက်လို့ရအောင် အရင်ဆုံး လမ်းကို ဖန်ဆင်းရတယ်။ ဖန်ဆင်းပြီးတဲ့အခါမှ ကောင်းကင်မှာ လမ်းလျှောက်လို့ရမယ်။ သဘာဝကို ဆန့်ကျင်ပြီးလုပ်ရင် တန်ခိုးက မအောင်မြင်ဘူး။ ဆိုပါစို့ ဒီဗွစက္ခုအဘိညာဉ်နဲ့ တံတိုင်းကြီးခြားနေတဲ့ ဟိုဘက်ကို လှမ်းကြည့်ချင်တယ်၊ ဒါမှမဟုတ် မြေကြီးထဲကို လှမ်းကြည့်ချင်တယ်။ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။ ပကတိမျက်စိရဲ့ သဘောက မှောင်နေရင်မမြင်ရဘူး၊ ထို့အတူပဲ ဒီဗွစက္ခုကလည်း မှောင်နေတာ ကြည့်လို့မရဘူး၊ ဒါကြောင့် ကိုယ်ကြည့်ချင်တဲ့နေရာကို အာလောကသိုဏ်းဆိုတဲ့ အလင်းရောင် ကသိုဏ်းကို အရင်ဝင်စားရတယ်၊ ဝင်စားပြီးတော့ ကိုယ်ကြည့်မယ့်နေရာကို မီးထိုး

www.dhammadownload.com



သလိုပဲ အလင်းရောင်နဲ့ အရင်ထိုးပေးရတယ်။ အဲဒီ အလင်းရောင် ဖြန့်ကျက်ထားတဲ့နေရာကိုသာ ကြည့်လို့ ရတယ်တဲ့၊ ဖြန့်ကျက်ထားတဲ့ ဧရိယာအတိုင်းအတာ တစ်ခုသာ မြင်နိုင်တယ်။ အလင်းရောင်မရောက်တဲ့ နေရာကို ကြည့်လို့မရဘူး၊ ညမှောင်ထဲ ခရီးသွားတဲ့အခါ ဓာတ်မီးလေးနဲ့ ထိုးသွားကြတယ်မဟုတ်လား၊ ဒီဗွစက္ခု ကလည်း အဲဒီသဘောပဲဖြစ်တယ်။

ရှေးတုန်းက ရှင်သံဃရက္ခိတဆိုတဲ့ ကိုရင်လေး တစ်ပါး သမထကျင့်စဉ်တွေကျင့်လို့ တန်ခိုးအာဘိညာဉ်တွေ ရတယ်၊ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်တွေကျင့်လို့ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်၊ ခုနစ်နှစ်သား ကိုရင်လေးက သာသနာတော်ရဲ့ အစွမ်းအစကို စနစ်တကျ မဟုတ်ဘဲနဲ့ သွားလုပ်ပြတာ သိကြားမင်းကြီးရဲ့ ဝေဇယန္တာ နန်းပြဿဒ်ဆောင်ကြီးကို လှုပ်ခါအောင်လုပ်တယ်၊ လုံးဝ လှုပ်လို့မရဘူး၊ တန်ခိုးတော့ရှိတယ် လှုပ်လို့မရဘူး၊ လှုပ်မရတော့မှ အရှက်ကွဲပြီးပြန်လာတာ။ သူရဲ့ဆရာထံ ပြန်လာမေးတဲ့အခါ သူ့ဆရာက ဥပမာနဲ့ပြောလိုက်

www.dhammadownload.com



တယ်၊ သူ သဘောပေါက်သွားပြီး တစ်ခါပြန်သွားပြီး လှူပ်ဖို့ကြိုးစားတယ်။

အဲဒီလောက်ကြီးမားတဲ့ အရာဝတ္ထုတစ်ခုလုံးကို လှူပ်ဖို့ဆိုရင် ပထမ သူ့ရဲ့ foundation (အောက်ခြေ)ကြီး တစ်ခုလုံးကို ရေအဖြစ် ဖန်ဆင်းရဦးမယ်တဲ့၊ ရေပြင်ပေါ် ရောက်နေတဲ့အရာက လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ လှူပ်လို့ရတယ်၊ ဒါလည်းဟုတ်တာပဲ၊ ရေပြင်ပေါ်မှာ ရှိနေမယ်ဆိုရင် ဘယ်လောက်ကြီးမားတဲ့ သင်္ဘောကြီးပဲဖြစ်ဖြစ် လှူပ်လို့ရတာပဲ၊ ကုန်းပေါ်မှာဆို လှူပ်လို့မရဘူးလေ။ ဒါကြောင့် အာပေါကသိုဏ်း ဝင်စားပြီးတော့ သိကြားမင်းကြီးရဲ့ ဝေဇယန္တာ နန်းပြဿဒ်ဆောင်ကြီးရဲ့ အောက်ခြေကို ရေအဖြစ် ဖန်ဆင်းလိုက်တာ၊ အဲဒီ ကျတော့မှ လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ လှူပ်လို့ရတယ်။ ဒါဘာပြောတာလဲဆိုရင် ဘာလုပ်လုပ် စနစ်တကျလုပ်ရမှာကို ပြောတာ။ တန်ခိုးဆိုပေမယ့်လို့ စနစ်တကျမလုပ်ရင် မအောင်မြင်ဘူးပေါ့။ ဒီလိုပြတဲ့ တန်ခိုးမှန်သမျှကို **ကမ္မဋ္ဌိပါဋိဟာရိယ** လို့ ခေါ်ပါတယ်တဲ့။ အဲဒီ အစွမ်း

www.dhammadownload.com



တန်ခိုးဟာ မရှိမဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်၊ အဲဒီနည်းနဲ့ သာသနာပြုမယ်ဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားက အေး၊ ကောင်းပြီ၊ ရဟန်းတစ်ပါးက အခုလို မြေလျှိုးမိုးပျံ တန်ခိုးစွာန်တွေနဲ့ လုပ်ပြနေမယ်ဆိုရင် လူတိုင်းက ယုံမလား၊ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါစွမ်းအားကြီးတဲ့ သူတွေ ကတော့ လက်ခံတာပေါ့တဲ့၊ တန်ခိုးကြီးလိုက်တာ တန်ခိုးကြီးလိုက်တာ ဆိုပြီးတော့ သိပ်တအံ့တသြ ဖြစ်ကြမှာပဲ။

အခုခေတ်မှာလည်း ရှိတာပဲလေ၊ အစွမ်းတန်ခိုး လေးတစ်ခု လုပ်ပြလိုက်လို့ရှိရင် အကုန်လုံးက အထင် ကြီးကြတာပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ငယ်ငယ်တုန်းက မြင်ဖူး တယ်၊ ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးက ရေကပ်စမ်းဟေ့ ဆိုတော့ ဖန်ခွက်ကလေးနဲ့ ရေကပ်လိုက်တဲ့အခါ အဲဒီရေဖန်ခွက်ထဲမှာ ဓာတ်လုံးလေးတွေ၊ လက်ဖွဲ့ကလေးတွေ ဘယ်ကရောက်လာမှန်း မသိဘူး။ "ဟာ ဓာတ်လုံးလေးတွေ၊ လက်ဖွဲ့ကလေးတွေ ဘယ်က ရောက်လာမှန်းမသိဘူး" ဆိုပြီး လူတွေက သိပ်

www.dhammadownload.com



အထင်ကြီးသွားတာပေါ့။ ကန်တော့ပွဲ ထိုးထားတဲ့အထဲ ဓာတ်လုံးလေးတွေရောက်တာ တွေ့တော့လည်း သိပ် အထင်ကြီးတာပဲ။ ဘယ်ကရောက်လာမှန်းမသိဘူး။ အဲဒီလိုဟာမျိုးလေးတွေက သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို စည်းရုံးလို့ရတယ်တဲ့။ ယုံကြည်မှုမရှိတဲ့လူတွေကျတော့ စည်းရုံးလို့မရပြန်ဘူးနော်။

## တန်ခိုးရှိတိုင်း လုပ်ဖေးလို့မရ

အဲဒီတော့ ဒီအစွမ်းတန်ခိုးတွေပြပြီး သာသနာပြုနည်းစနစ်ဟာ မမှန်ဘူး။ အဲဒီ အစွမ်းတန်ခိုးပြတဲ့ ဆရာတော်ကြီးဟာ အင်မတန်မှ ရိုးသားဖြောင့်မတ်တဲ့ ဆရာတော်ကြီးဆိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့နဲ့လည်း ရင်းနှီးပါတယ်။ အဲဒီ ဆရာတော်ကြီးက အမိန့်ရှိတယ်။ "ကိုယ်တော်၊ တပည့်တော်က ဒါလေးပြပြီး လူစုရတာပါ။ ဒါမှ ဘုရားတည်လို့ရတာ၊ လူက ဒီလိုစုမှလာတာ၊ နို့မို့ဆိုမလာဘူး"တဲ့။ သူ့အစွမ်းတန်ခိုးက ဒါပဲလေ။ ဒီလိုဟာလေးပြလိုက်ရင် ကျန်တဲ့လူတွေက အကုန်လုံး

www.dhammadownload.com



ပြီးတယ်ထင်ပြီး ဒီတန်ခိုးအာဏာ ပါဝါနောက် တကောက်ကောက်လိုက်တယ်။ ဒီလိုဟာမျိုးတွေ အများကြီးရှိတယ်နော်။

ဒါပေမယ့် ဒီထက်ပိုပြီး ဘာလုပ်ပေးနိုင်တုန်း ဆိုတော့ ဘာမှလုပ်မပေးနိုင်ဘူး။ တန်ခိုးက မရှိမဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်။ ရှိတိုင်းလည်း လုပ်ပေးလို့ရတာ မဟုတ်ဘူး။ သို့သော် လူတွေက အဲဒီတန်ခိုးအာဏာ၊ ပါဝါနောက်ကိုပဲ လိုက်ကြတယ်။ အစွမ်းတန်ခိုးကြီးတယ်၊ ဒီကနေ့ပဲ ဘာဖြစ်တော့မယ်။ မနက်ဖြန်ပဲ ဘာဖြစ်တော့မယ်ဆိုတဲ့ အထင်တွေ ဖြစ်လာတတ်တယ်တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီနည်းနဲ့ သာသနာပြုမယ်ဆိုရင် မမှန်ကန်ဘူးတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အဲဒီ တန်ခိုးအာဏာ ပါဝါတွေကိုပြပြီး စည်းရုံးမယ်ဆိုရင် ယုံကြည်တဲ့လူစုက နောက်က လိုက်လာပြီး မယုံကြည်တဲ့လူစုက ဒါတွေက မျက်လှည့်တွေပါလို့ ပြောမှာပဲ။

**ဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာ** ဆိုတဲ့ အတတ်ပညာတစ်ခုရှိတယ်။ ဂန္ဓာရတိုင်းကလာတဲ့ ပညာပဲ၊ သို့မဟုတ် ဂန္ဓာရဆိုတဲ့

www.dhammadownload.com



ရသေ့က သူကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံအားထုတ်ရင်းကနေပြီး မန္တရား အတတ်ပညာတစ်ခု၊ ဝိဇ္ဇာအတတ်ပညာတစ်ခု တတ်သွားတယ်။ အဲဒီ အတတ်ပညာတစ်ခုက တော်တော်လေး စွမ်းဆောင်နိုင်မှု၊ အံ့သြသွားအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်မှုတွေရှိတယ်။ အဲဒီ အတတ်ပညာကို **"ဂန္ဓာရီ"** လို့ခေါ်တယ်။ မြန်မာပြည်မှာလည်း "ဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာလိုင်း" လိုက်နေတဲ့သူတွေ ရှိပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါ ကာလတုန်းက ပိလိန္ဒဝစ္ဆ ဆိုတဲ့ မထေရ်ကြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မဖြစ်ခင်က သူက "စူဠဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာကြီး"၊ အခုခေတ်အခေါ်နဲ့ ခေါ်ရင် ဘိုးတော်ပေါ့နော်။ သူတစ်ပါးစိတ်ကိုသိတယ်၊ ကောင်းကင်ပျံနိုင်တယ်၊ သူက အကုန်လက်တွေ့ပြနိုင်တယ်။ မြတ်စွာဘုရား ကြွလာတဲ့အခါကျတော့ သူ့အတတ်ပညာတွေ ဘာမှလုပ်လို့မရတော့ဘူး။ သူထက်အစွမ်းတန်ခိုးထက်တဲ့ မဟာဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာ ရောက်လာလို့ သူ့ရဲ့တန်ခိုးတွေ မစွမ်းတော့ဘူးလို့ထင်တာ၊ ဘုရားကို ဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာ လို့ ယုံမှတ်ပြီး ဝိဇ္ဇာအကျင့်ကို နည်းခံဖို့

www.dhammadownload.com



ဘုရားထံကို ရောက်လာတာဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ကမ္ဘာ့ဉာန်းပေးလိုက်တဲ့အခါမှာ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ ရဟန္တာဖြစ်တဲ့အခါမှာ ဒီ ဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာ အတတ်တွေဟာ ဘာမှမဟုတ်ဘူးဆိုတာ သိသွားတယ်နော်။

ဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာ အတတ်တွေကို တတ်ပေမယ့် ကိုယ့်စိတ်လေးကို ဖြူစင်အောင် မထားနိုင်ရင် လောဘ၊ ဒေါသတွေဖြစ်မယ်။ သေရင် သံသရာထဲမှာ လည်ဦးမယ်၊ ဒုက္ခ၊ သုက္ခတွေ ရောက်ဦးမယ်။ မန္တာန်တန်ခိုး၊ အစွမ်းတန်ခိုးကိုမှီပြီး မဟုတ်တာလုပ်ရင် ငရဲကျဦးမယ်။ ဒါကြောင့် ဂန္ဓာရီဝိဇ္ဇာ ဆိုတဲ့ အတတ်ပညာတွေ ရှိပါတယ်။ သို့သော် ဒီအတတ်ပညာတွေကို မယုံကြည်တဲ့သူက လောကီ အတတ်ပညာ၊ မျက်လှည့် အတတ်ပညာတွေပါဆိုပြီး ဘယ်လိုပဲ စည်းရုံးစည်းရုံး၊ စည်းရုံးလို့ရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဣဒ္ဓိဆိုတဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးပြပြီးတော့ သာသနာပြုတာ မမှန်ဘူးလို့ ဒီလိုပြောတာ။ မြတ်စွာဘုရားက ဒါကြောင့် ခွင့်မပြုတာ။

www.dhammadownload.com



တချို့က တန်ခိုးအမျိုးမျိုးလုပ်ပြရင်တော့ အကုန်လုံး ဗုဒ္ဓဘာသာတွေဖြစ်သွားလိမ့်မယ်လို့ ထင်လိမ့်မယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဒါဟာ မဖြစ်နိုင်ဘူးတဲ့။ လူရဲ့သန္တာန်မှာ သဒ္ဓါတရား အစစ်ဆိုတာ ဖြစ်မလာနိုင်ဘူး၊ ကံကံရဲ့အကျိုးကို ယုံကြည်လာတဲ့ သဒ္ဓါတရား မဖြစ်ဘူး၊ ထိုသူအပေါ်မှာ ယုံကြည်လာတဲ့သဒ္ဓါတော့ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်မယ်ပေါ့။ တန်ခိုးအာဏာ ပါဝါကို ယုံကြည်လာတာမျိုးတော့ ဖြစ်မယ်ပေါ့။ ကံကံရဲ့ အကျိုးကို တကယ်ယုံကြည်ပြီး တကယ့်အနှစ်သာရကိုရအောင် အားထုတ်လိုတဲ့စိတ်ရှိမှာမဟုတ်ဘူး။ ထိုတန်ခိုးကိုအမှီပြုပြီးတော့ အသုံးချချင်တဲ့စိတ်တွေတောင် ပေါ်ကောင်း ပေါ်လာနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် **ကုဒ္ဒိပါဋိဟာရိယ**လို့ခေါ်တဲ့ အဲဒီအစွမ်းတန်ခိုးနဲ့ သာသနာပြုတဲ့နည်းက မမှန်ဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောခဲ့တာဖြစ်တယ်။

(၂) နောက်တစ်ခုက **အာဒေသနာ ပါဋိဟာရိယ**။ **အာဒေသနာ** ဆိုတာ လူတစ်ယောက်ရဲ့အတွေးကို သိနိုင်တာ။ အခုခေတ်မှာလည်းရှိပါတယ်။ အံ့သြစရာ

www.dhammadownload.com



တွေပေါ့။ တချို့ ဝိဇ္ဇာလိုင်းလိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက "မင်း အခု ဘာကိစ္စနဲ့ ငါ့ဆီကိုလာတာ မဟုတ်လား" ဆိုပြီး တော့ ကြုံပြောနိုင်ကြတယ်၊ ကြုံပြီးတော့ သိနေကြ တယ်၊ ကြားရသူက သိပ်အံ့သြသွားတယ်။ တကယ် တော့ ကြိုသိတာပဲရှိတယ်။ သူ ဘာလုပ်ပေးနိုင်သလဲ ဆိုတော့ ဘာမှတော့ လုပ်မပေးနိုင်ပါဘူး။ သို့သော် လူတွေက ထင်တယ်လေ၊ ဒီလို အကုန်ကြိုပြော နေတယ်ဆိုရင် အကုန်လုပ်ပေးနိုင်လိမ့်မယ်လို့ လူ တွေက ယုံသွားကြပြန်ရော၊ တန်ခိုး အာဏာပါဝါဟာ နော်၊ ဘာမှလုပ်ပေးနိုင်တာ မရှိဘူး။

**သီတာတစ်ခုပါပဲ ဘာမှမတတ်နိုင်ပါဘူး**

လူဟာ ကိုယ့်ကံကြမ္မာနဲ့ ကိုယ်ပဲ၊ ဒါတွေကို အကုန်လုံး လုပ်ပေးလို့ရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ကံ,ကံ၏အကျိုးကို မယုံကြည်တော့ဘူး၊ တန်ခိုးအာဏာ ပါဝါကိုပဲ ယုံကြည်တော့တယ်၊ **အာဒေသနာပါဋိဟာရိယ** ဆိုတာ "မင်းဘာတွေ တွေးနေတာ မဟုတ်လား၊ ငါ့ဆီ

www.dhammadownload.com



လာတာ မင်းဘာကိစ္စနဲ့လာတာ မဟုတ်လား၊ မင်းလမ်းမှာ ဘယ်သူနဲ့တွေ့ခဲ့တယ်၊ မင်းလမ်းမှာ ဘာတွေစိတ်ကူးခဲ့တယ်" ဒါတွေပဲ ပြောနိုင်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ စစ်ကိုင်းမှာပဲ ဘိုးတော်တစ်ယောက် ရှိတယ်၊ သူ့ဆီလာရင် သူက ကြုံတင်ပြီး စာရွက်ကလေးတစ်ခု ရေးလိုက်တယ်၊ ဒီလူကို တစ်ခါမှ မတွေ့ဘူးပေမယ့်လို့ ဘယ်ခုနှစ်၊ ဘယ်ရက်၊ ဘယ်လမှာ မွေးတာမဟုတ်လားဆိုပြီး Date of Birth အဲဒီလူရဲ့ မွေးလ၊ မွေးရက်၊ မွေးနှစ်ကို သူကပြောပြနိုင်တယ်။ ဒါသူ့ရဲ့အစွမ်း။ မရှိဘူးမဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်၊ ဒါပဲ၊ ဒီထက်ပိုပြီး မသိဘူး၊ အဲဒီလို သိတာကိုပဲ အထင်ကြီးပြီး နောက်ဆုံးကျတော့ စိန်လက်စွပ်တွေပါသွား၊ ရွှေတွေပါသွား ဘာတွေပါသွားနဲ့ ပါသွားကြတာ အများကြီးပဲ။ လူတွေက အပေါ်ယံလေးလောက်ပဲ ယုံကြည်ကြတာ များတာကိုး၊ အတွင်းအနှစ်သာရကို မသိကြဘူး။

**အာဒေသနာ ပါဋိဟာရိယနဲ့** လူ့ရဲ့စိတ်ကို သူတို့သိနိုင်တယ်၊ သိတယ်ဆိုတာ တကယ်ထူးခြားတဲ့

www.dhammadownload.com



စေတောပရိယ အဘိညာဉ်မျိုးနဲ့ သိတာမဟုတ်ဘူး၊ တချို့ကျတော့ ဘာနဲ့သိသလဲဆိုရင် သူတို့မွေးထားတဲ့ မမြင်ရတဲ့ သတ္တဝါတွေအကူအညီနဲ့ တဆင့် ပြောနေတာဖြစ်တယ်၊ တစ်ခါပြောသံကြားဖူးတယ်၊ ဓာတ်လုံးပေးတာတို့ လက်ဖွဲ့ပေးတာတို့ဆိုတာ၊ ဓာတ်လုံးတွေ လက်ဖွဲ့တွေကို တစ်နေရာရာမှာ ကြိုတင်စုထားရတာ၊ မရှိတဲ့နေရာက ပေးလို့မရဘူး၊ ရှိတဲ့ဆီကနေ ယူပေးတာ၊ ယူတဲ့သူက ကိုယ်မမြင်ရတဲ့သူ ဖြစ်နေတယ်၊ ဒါပေမယ့်လို့ လက်ထဲရောက်တဲ့အခါကျမှ ဒီဓာတ်လုံးကိုမြင်ရတာ၊ ဒီဓာတ်လုံးကို ဆောင်ထားရင် ဘာဖြစ်လဲဆိုတော့ ဘာမှမဖြစ်ဘူး၊ သို့သော်လူစိတ်မှာတော့ တကယ်ကိုအစွမ်းသတ္တိရှိတယ်လို့ သူကထင်သွားရော။ ထင်သွားတဲ့အခါ ဒါလေးအားကိုးပြီး နေတဲ့အခါကျတော့ ကျန်တဲ့ အစွမ်းအစတွေ လူမှာမရှိတော့ဘူး၊ ကိုယ်လုပ်ရမယ့် ကုသိုလ်တွေ မေ့သွားတယ်။ ကိုယ်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေ၊ အစွမ်းသတ္တိတွေ အကုန်အသုံးမချတော့ဘူး၊ လူဟာ ဘာဖြစ်သွားသလဲဆိုရင်

www.dhammadownload.com



ရုပ်သေးဖြစ်သွားတယ်။ အစွမ်းတန်ခိုးနောက်လိုက်တဲ့ ရုပ်သေးဖြစ်သွားတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ကိုယ်တိုင်ကိုပဲ အာရုံကြောရောဂါ စပြီးဖြစ်ခါစ အင်မတန် သဒ္ဓါတရားကောင်းတဲ့ ဒကာမကြီးတစ်ဦးက ရောဂါပျောက်စေချင်လို့ ဆရာတစ်ယောက်ကို ပင့်ပေးတယ်။ ဓာတ်နဲ့ကု နတ်နဲ့ကု ပေါ့လေ။ ဘုန်းကြီးတို့ကလည်း ယုံတာမယုံတာ အသာထား၊ ကဲ ကုချင်ရင်ကုပေါ့။ ကျောင်းခေါ်ကုရင် သူ့ကို တစ်သိန်းခွဲ ပေးရတယ်။ အဲဒီ ဒကာမကြီးကလည်း ရက်ရက်ရောရော တစ်သိန်းခွဲပေးပြီး ကျောင်းခေါ်ကုတယ်။

အဲဒီဆရာက စကားပီအောင် မပြောနိုင်ဘူး။ ဘိုးတော်ပေါ့လေ၊ သူမှာစကားပြန်ပါတယ်၊ သူဘာပြောချင်တယ်ဆိုတာ စကားပြန်တဲ့လူက သိတယ်၊ ဘာပြောပြတုန်းဆိုတော့ သူပြောတာကတော့ လည်ချောင်းထဲမှာ ပညာသည်က တစ်ခုခုထည့်ထားတယ်၊ အဲဒါကို ထုတ်လိုက်ရင် ပျောက်ပါတယ်ပေါ့။

www.dhammadownload.com



ကဲ ကောင်းပြီ၊ ထွေးခံလေးတစ်လုံးယူပြီး ပါးစပ်ဟ၊ အာခေါင်ကို တူကလေးနဲ့ကလိတယ်၊ အာခေါင်ကို ကလိတော့ အန်ချင်တာပေါ့၊ ဒါတော့သဘာဝပဲ၊ ဒါနဲ့ အန်ချင်စိတ် ပေါက်တဲ့အခါ အန်ချလိုက် အန်ချလိုက် ဆိုတော့ အန်ချလိုက်တာပဲ၊ ဘာထွက်လာသလဲ ဆိုတော့ ထွေးခံထဲမှာ ဝါးမျှင်ဖတ်ကြီးတွေ တွေ့တယ်၊ ဝါးအမျှင်အထွေးတွေပေါ့။

သို့သော် ဘုန်းကြီးက သတိထားနေတာဆိုတော့ "ပါးစပ်ထဲကထွက်တာ မဟုတ်ဘူး" လို့သိတယ်။ အန်ထုတ်လိုက်ဆိုပေမယ့် လွယ်လွယ်ကူကူပဲ ထွေးခံထဲ ရောက်သွားတယ်၊ ဘယ်ကရောက်လာတာလဲ ဆိုတာတော့ မသိလိုက်ဘူး၊ သို့သော် ကိုယ်က ယုံကြည်စိတ် သိပ်ရှိတာမဟုတ်ဘူး၊ ထွေးခံထဲမှာတော့ တွေ့တယ်၊ လည်ချောင်းထဲက ထွက်သွားတာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သေချာတယ်၊ အဲဒီဆရာက ဝါးဖတ်လေးကိုကြည့်ပြီး ဒါက အသည်းကို စူးသွားနိုင်တယ်၊ စူးသွားရင် ကုလို့

www.dhammadownload.com



မရတော့ဘူး၊ ဒါတွေက သူတို့ရဲ့စကားတွေပေါ့။ ဒါဟာ ကိုယ်တွေ့။

နောက် ဓာတ်လုံးလေးတစ်လုံး ပေးသွားတယ်။ ဘုရားစင်မှာတော့ တင်ထားလိုက်ပါတယ်။ အခုတော့ ရှိသေးလား မသိတော့ဘူး၊ အဲဒီတုန်းက သေတ္တာထဲမှာ ပိုးချည်ထွေးတစ်ခု ပါလာတယ်။ အဲဒီချည်ခင်ကို တစ်ပတ်လျှိုလေးထုံးပြီး ခါလိုက်တဲ့အခါမှာ လက်ဖွဲ့တွေဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကတော့ တကယ့်မျက်လှည့်ပေါ့။ ရှင်းရှင်းလင်းလင်းပဲပြသွားတယ်။ နောက်တစ်ခါ ထပ်ခါလိုက်တဲ့အခါကျတော့ လက်ဖွဲ့တွေက အရောင်ပြောင်းသွားတယ်။ အဝါရောင်လေး၊ အဲဒီ အဝါရောင် လက်ဖွဲ့က အစိတ်၊ ဘုန်းကြီးအတွက် စပါယ်ရှယ်ပေးတာ၊ တစ်ခါမှလည်း မသုံးဖြစ်ပါဘူး။

ကျန်တဲ့လူတွေကိုတော့ လက်ဖွဲ့ တစ်ကုံး တစ်ကုံးကို ငွေအစိတ်စီနဲ့ ရောင်းသွားတယ်။ တော်တော်လေး ရောင်းကောင်းလိုက်တာ၊ လက်ဖွဲ့ရတဲ့သူတွေ ဘာအကျိုးရသွားသလဲတော့ မသိဘူး၊ ဘုန်းကြီးတော့

www.dhammadownload.com



ဘာမှမရပါဘူး။ ရောဂါကလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။ အစွမ်းအစတစ်ခုလေးပဲပြနိုင်တာ၊ မပြနိုင်တာ မဟုတ်ပါဘူး ပြနိုင်တယ်။ အဲဒီ အစွမ်းအစတစ်ခုပေါ်မှာ ယုံကြည်လိုက်လို့ရှိရင် ကျန်တာတွေ အကုန်လုံးကို ကိုယ်ကယုံကြည်သွားရော။ လူတွေမှာအဲဒီလိုဖြစ်တယ်။

**ကိုယ့်သတ္တိမဟုတ်ဘူး သူ့သတ္တိ**

အဲဒီ ကွန္ဒိပါဠိဟာရိယတို့ အာဒေသနာပါဋိဟာရိယတို့နောက် လိုက်နေမယ်ဆိုရင် ဘာဖြစ်မှာတုန်းဆိုတော့ ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ ဒါက သေချာတယ်။ ဒါဖြင့် စွမ်းရည်သတ္တိမရှိဘူး ဆိုတော့ ရှိပါတယ်။ သူတို့မှာ ရှိသင့်သလောက် ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်သတ္တိ မဟုတ်ဘူး။ သူ့သတ္တိလေ။ ကိုယ်ဒီလိုသတ္တိမျိုး ရချင်ရင် ကိုယ့်ဘာသာကျင့်ရမယ်။ ဒါကို လူတွေက မေ့နေကြတယ်။ မေ့တာမှ ဘယ်လောက်ထိအောင် မေ့လည်းဆိုရင် ဘုန်းကြီးတို့ကိုတွေ့တဲ့အခါ ဒကာ၊ ဒကာမတွေက ဘာလျှောက်တုန်းဆိုတော့ "အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်ကို

www.dhammadownload.com



မေတ္တာပို့ပေးပါဘုရား"။ ဘုန်းကြီးတို့ စာထဲမှာ ပါတာက "မေတ္တာဆိုတာ ကိုယ်တိုင်ပွားမှ မေတ္တာရဲ့အကျိုးကို ခံစားရတယ်။ သူများကပို့ပေးတဲ့မေတ္တာနဲ့ အကျိုး ခံစား ရတယ်လို့ မကြားဖူးဘူး"။

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတာက မေတ္တာ အကျိုး (၁၁)မျိုးဆိုတာ ကိုယ်တိုင် ပွားများအားထုတ် ထားပြီး ကိုယ့်နှလုံးသားထဲ မေတ္တာရောက်မှ အဲဒီ မေတ္တာက အကျိုးပြုတာဖြစ်တယ်။ သူများကပို့ပေးတဲ့ မေတ္တာက အကျိုးပြုတယ်လို့ မဟောပါဘူး။ အကျိုး မရှိဘူးလို့ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ရှိသင့်သလောက်တော့ ရှိပါတယ်။ သူများဆီက တောင်းယူတာကျတော့ နည်းနည်းပဲရမှာပေါ့။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ပွားရမှာကို မေ့နေပြီး "အရှင်ဘုရား မေတ္တာလေး ပို့ပေးပါဦး" ဆိုတော့ ဘယ်လောက်ရမှာတုန်း။ ဘယ်လောက်မှ မရဘူးနော်။

မေတ္တာက တော်တော်ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ပို့ပေး ရင်တောင်မှပဲ ကိုယ့်ရဲ့နှလုံးသားထဲက ပူနေရင် ပူနေ

www.dhammadownload.com



မှာပဲ။ အဲဒီလူဟာ မေတ္တာဘယ်ရမလဲ။ မေတ္တာပို့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အရှိန်အဝါကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင် ရိုက်ခတ်မှု မရှိဘူးလား ဆိုတော့ ရှိပါတယ်။ ဥပမာ- တောထဲမှာ နေရင်း မေတ္တာဘာဝနာ ပွားနေမယ်ဆိုရင် တိရစ္ဆာန်တွေဟာ တစ်ကောင်နဲ့တစ်ကောင် မည့်ငြးဆဲကြဘူး၊ အေးအေးချမ်းချမ်း ဖြစ်သွားကြတယ်၊ အနိုင်မကျင့်ကြဘူး၊ ဒီလို အကျိုးသက်ရောက်မှုလေးတော့ ဖြစ်တယ်၊ ဒါက ဥပနိဿယ ပစ္စည်းလို့ ခေါ်တယ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ အကျိုးပြုမှုလို့ခေါ်တယ်။

ဥပမာ ဘုန်းကြီးကျောင်းတစ်ကျောင်း ရောက်သွားတယ်၊ ကျောင်းကလည်း သာသာယာယာ၊ သံယာတွေ အများကြီး မြင်ရတဲ့အခါ စိတ်ထဲမှာ ကြည်နူးသွားတယ်၊ ဒါမျိုး သာယာလှပတဲ့ နေရာရောက်ရင် လူ့စိတ်က တစ်မျိုးလေ၊ ရှုပ်ထွေး ပွေလိမ်နေတဲ့နေရာရောက်သွားရင် လူ့စိတ်က တစ်မျိုး၊ ဒါက ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ အကျိုးပြုမှုလို့ခေါ်တာ။ ဥပနိဿယ ပစ္စည်းပဲ။

www.dhammadownload.com



အစွမ်းတန်ခိုးဆိုတာ မရှိဘူးလို့ ပြောလိုတာ မဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်၊ အဲဒီအစွမ်းတန်ခိုးက ကိုယ်နဲ့ ဆိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်အတွက် အကျိုးဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်မယ်၊ အပေါ်ယံလေးလောက်ပဲ အကျိုးဖြစ်တယ်၊ ဘယ်အရာပဲဖြစ်ဖြစ် အစွမ်းသတ္တိက မရှိမဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်၊ ဝမ်းလျှောတတ်တဲ့အရွက် သွားစား ဝမ်းလျှောမှာပဲ၊ ဒါက အဲဒီအရွက်ရဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးပဲလေ၊ အဆိပ်ဖြစ်တဲ့အစာ သွားစားရင် အဆိပ်သင့်မှာပဲ။ ဒါက organism, non-organism တွေတောင်မှပဲ အစွမ်းတန်ခိုးက ရှိတာပဲလေ။ သို့သော် အစွမ်းတန်ခိုးတွေဟာ သံသရာကလွတ်ဖို့အတွက် ဘာအသုံးကျသလဲဆိုတော့ ဘာမှအသုံးမကျဘူး၊ ဒါတွေကို ယုံကြည်ပြီး လိုက်ကြည့်ရင် အသုံးကျတာကို မတွေ့ရဘူးတဲ့။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက **အာဒေသနာပါဋိဟာရိယ** "မင်းဘာတွေတွေးနေတာ မဟုတ်လား" ဆိုပြီးတော့ ဒီအစွမ်းတန်ခိုးတွေကို အသုံးချပြီး သာသနာပြုတာဟာလည်း မအောင်မြင်ပါဘူးတဲ့၊

www.dhammadownload.com



ဘာဖြစ်လို့လည်းဆိုရင် ယုံတဲ့သူရှိတယ် မယုံတဲ့သူ ရှိတယ်၊ မယုံတဲ့သူကို သွားစည်းရုံးလို့ မရဘူးတဲ့။ မဏိကာဝိဇ္ဇာ လူရဲ့စိတ်ကို သိတာဟာ သိတာက သိတာပဲလေ၊ သူဘာမှလုပ်လို့ မရဘူးလေ၊ ဒီထက် ပိုပြီးတော့ အစွမ်းသတ္တိ မရှိပါဘူး။

ဒီလို အစွမ်းတန်ခိုးထက်တဲ့ ဘိုးတော်လို ဆရာ တော်ကြီး တစ်ပါးနဲ့အတူ ဘုန်းကြီးတို့ နောင်တော် တစ်ပါး လိုက်သွားဖူးတာ ရှိတယ်၊ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ ဝေယျာဝစ္စလုပ်ပေးဖို့ လိုက်သွားရင်း ဘုန်းကြီး နောင်တော်က ပြန်ပြောပြတယ်၊ "ဆရာတော်ကြီးက ထူးထူးဆန်းဆန်းတွေ လုပ်ပြတယ်တဲ့၊ ဥပမာ ဖန်ခွက် ထဲ ဓာတ်လုံးရောက်နေတာတို့၊ လက်ဖွဲ့ရောက်နေ တာတို့၊ မမြင်ရဘဲ ဖျတ်ခနဲပေါ်လာတာတို့၊ ဒါတွေကို ကြည့်ပြီး ဘုန်းကြီးရဲ့ နောင်တော်က စဉ်းစားတယ်၊ "ဆရာတော်ကြီး မျက်လှည့်တွေ လုပ်ပြနေတာ ထင်ပါ ရဲ့"။

www.dhammadownload.com



အဲဒီလိုတွေးနေတာကို ဆရာတော်ကြီးက စိတ်အကြံ သိသွားတယ်၊ ဘာပြောတုန်းဆိုရင် "ဘုန်းကြီးလေး၊ ဘုန်းကြီးလေး၊ မယုံမရှိနဲ့ဗျ၊ လောကီဟာ အကုန်လုပ်လို့ရတယ်" လို့ ပြောတယ်၊ ဒါလောကီနဲ့လုပ်တာ။ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောတတ်တဲ့ အဲဒီဆရာတော်ကြီးက "ကျုပ်ဗျာ ဒီနည်းနဲ့ လူစုရတာပါတဲ့၊ ခင်ဗျားတို့ရဲ့ ပရိယတ် ပဋိပတ်အလုပ်တွေကမှ တကယ့် သာသနာပြုတာပါ" လို့ အမိန့်ရှိတယ်၊ ဒါကလည်း အင်မတန်ရိုးသားတဲ့ ဆရာတော်ကြီးနော်၊ "ကျုပ်တို့က ဘုရားတည်ချင်တာကိုးဗျတဲ့။ ဘုရားတည်ချင်တာ အဲဒီလိုမှ လုပ်မပြရင် လူမလာဘူးတဲ့။ ဒါဟာ လူလာအောင် လုပ်ရတာ"တဲ့၊ ဒါ အမှန်ပဲလေ။

အဲဒီတော့ ဒီအလုပ်လုပ်လို့ ကုသိုလ်မရဘူးလားဆိုတော့ ရတယ်၊ လှူကြတန်းကြတော့ ကုသိုလ် ရပါတယ်။ သို့သော် လောဘနဲ့ လှူရင်တော့ ကုသိုလ်က ညံ့သွားနိုင်တယ်။ စည်းစိမ် ဥစ္စာတွေ တိုးမယ်၊ ငါဒီလို လှူလိုက်သည့်အတွက်ကြောင့် ငါ့ကို 'မ'လိမ့်မယ်၊

www.dhammadownload.com



ငါစီးပွားဥစ္စာတွေ တိုးပွားအောင် လုပ်ပေးလိမ့်မယ်လို့ အဲဒီလိုယုံကြည်နေရင်တော့ ဒါဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်မှာပေါ့။ အတိတ်ကံရှိရင်တော့ ဖြစ်နိုင်တာပဲ။

**ကံပါမှဖြစ်တာ**

ဆိုပါစို့၊ သင်္ကန်း သပိတ် ပရိက္ခရာ လှူခဲ့ပြီး ဟောဘိကွ၊ ရဟန်းအဖြစ်နဲ့ ကျွတ်တန်းဝင်လိုပါတယ်လို့ ဆုပန်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကို မြတ်စွာဘုရားသခင်ကိုယ်တော်မြတ်က လက်ယာလက်တော် ဆန့်တန်းပြီးတော့ **ဟောဘိကွ၊** ခေါ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် လူအသွင်ပျောက်ပြီး ရဟန်းအသွင် ရောက်သွားတယ် ဆိုတာရှိတယ်။ ဒါဖြင့် မြတ်စွာဘုရားက လူတိုင်းကို အဲဒီလို ခေါ်ပေးလို့ရသလားဆိုတော့၊ မရဘူး။ ဆုပန်ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ ခေါ်လို့ရတယ်။ ဆုမပန်ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို **ဟောဘိကွ၊** ခေါ်မပေးနိုင်ဘူး။ ခေါ်မပေးဘူးဆိုတာ မရနိုင်လို့။ ဆိုလိုတာက သူ့ကံကို ပွင့်သွားအောင်ပဲ မြတ်စွာဘုရားက လုပ်ပေးတာရှိတယ်၊

www.dhammadownload.com



သာမန်အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင် ဘုရားက တန်ခိုးနဲ့ ဖန်ဆင်းပေးတယ်လို့ ထင်ကောင်းထင်ကြမယ်၊ အမှန်ကတော့ မဟုတ်ဘူး။ ကံအကျိုးပေးခွင့်ရအောင် မြတ်စွာဘုရားကဖွင့်ပေးတာပဲရှိတယ်။ အကျိုးပေးလိုက်တာက ဘယ်သူက ပေးသလဲဆိုရင် သူ့ကံက ပေးတာနော်။ သူ့မှာ ကံမပါဘူးဆိုရင် ဘာမှလုပ်ပေးလို့မရဘူး။

သိကြားမင်းကတောင် 'မ' လို့ မရဘူးလေ။ အတိတ် ဘဝတုန်းက သူ့သား ဆိုးတေနေလိုက်တာ အရက်အိုး။ အရက်သောက် မွဲတေပြီးတော့ ရှိသမျှ ပစ္စည်းတွေကုန်ပြီ၊ သူ့သား ဆင်းရဲနေတော့ သိကြားဘဝ ရောက်ပေမဲ့လို့ မကြည့်ရက်နိုင်ဘူး၊ သူ့သားကို သိကြားမင်းကချစ်တော့ 'မ' 'စ' ချင်တယ်။ ဒါနဲ့ အိုးလေးတစ်လုံး လာပေးထားပြီးတော့ "မင်း ဂရုစိုက်နော်၊ မင်း ဒီအိုးလေးရှိနေရင် စားစရာလည်း ရှိနေမှာပဲ၊ နေစရာတွေလည်း ရှိနေမှာပဲ၊ အိုးကွဲသွားရင်တော့ ငါမတတ်နိုင်ဘူး" ဆိုပြီး ဣစ္ဆာသယအိုးလေး ပေးထားတယ်၊ သူ့သားက အရက်မူးပြီးတော့ မြောက်မြောက်ပြီး

www.dhammadownload.com



ကစားလိုက်တာ အိုးက ကျကွဲသွားရော။ သိကြားမင်းတောင် လက်မြောက်ရတယ်၊ 'မ' ချင်ပေမယ့်လို့ အကုန်လုံးကို 'မ'လို့ မရဘူးဆိုတဲ့သဘော။

အများစုကတော့ ဒီလိုအစွမ်းတန်ခိုး ရှိလာပြီဆိုရင် အကုန်လုံးလုပ်လို့ ရတယ်ထင်ပြီး ပိုယုံကြတယ်။ ဒါဟာ သတိထားစရာပဲပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားက **ကောဇ္ဇ** သုတ်မှာ ဒါကို ဟောထားတာ။ သာသနာပြုပြီဆိုရင် အစွမ်းတန်ခိုးပြပြီး သာသနာပြုလို့ ရာခိုင်နှုန်းပြည့် မအောင်မြင်ဘူးတဲ့။

(၃) နောက် အစွမ်းတန်ခိုးတစ်ခုက **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** ဆုံးမသြဝါဒပေးတာ၊ ဘယ်လိုနေရတယ် ဘယ်လိုထိုင်ရတယ်၊ ဘယ်လိုတွေးရတယ် မတွေးရဘူး ဆိုပြီးတော့ နေပုံထိုင်ပုံ သင်ပေးတာပေါ့။ တရား အားထုတ်နည်း သင်ပေးတယ်၊ လှူနည်းတန်းနည်း သင်ပေးတယ် စသဖြင့် သင်ပေးတယ်၊ သင်ပေးလို့ အသိဉာဏ်တွေ ရလာပြီးတော့ လက်တွေ့ခံစားရတဲ့

www.dhammadownload.com



အခါမှာ ဒါကတော့ တကယ့်ပါဝါပဲ၊ တကယ့် အစွမ်း တန်ခိုးပဲ။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဣဒ္ဓိဆိုတဲ့ အစွမ်း တန်ခိုးကိုလည်း အသုံးမပြုနဲ့တဲ့၊ **အာဒေသနာ** ဆိုတဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးကိုလည်း အသုံးမပြုနဲ့တဲ့။ တကယ့် အနှစ် သာရကတော့ **အနုသာသနီ** ဆုံးမ ဩဝါဒပေးတာ အကောင်းဆုံးပါပဲတဲ့။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရား ဒေသနာတော်တွေ မှန်သမျှကို **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** လို့ ခေါ်တယ်။

**ဆုံးမဩဝါဒကြောင့် အရှုးဘဝမှ ရဟန္တာပြစ်**

လောကကြီးမှာ ဆုံးရှုံးမှုတွေအားလုံးနဲ့ ကြုံရလို့ (ယောကျ်ားလည်း ဆုံးတယ်၊ သားသမီးတွေလည်း ဆုံးကုန်တယ်၊ မိဘ ဆွေမျိုးတွေ အားလုံးလည်း ဆုံးကုန်တယ်) အရှုးမဘဝ ရောက်သွားတဲ့ ပဋာစာရီ၊ အရှုးဘဝကနေ ကယ်တင်ပြီးတော့ ရဟန္တာဘဝ ရောက်သွားအောင် ဆုံးမဩဝါဒ ပေးလိုက်တာ။ တန်ခိုး

www.dhammadownload.com



ပါဝါနဲ့လုပ်တာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ စဉ်းစားလို့ရအောင် မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာ၊ တရားပြလိုက်တဲ့အခါ လုံးဝစိတ်ငြိမ်းချမ်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဘဝ ရောက်သွားခဲ့တယ်၊ ဒါ **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** ပဲ၊ ဒီထက် အစွမ်းထက်တာ ဘယ်ရှိမလဲ၊ ဒီလိုပဲ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်မှာ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ စိတ်ချမ်းသာမှု အပြည့်အဝ ရသွားကြတာဟာ **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** ကြောင့်ပဲ။

အေး မြတ်စွာဘုရား တန်ခိုးမပြဘူးလားဆိုတော့ ပြတယ်၊ ဘာအတွက်ပြလည်းဆိုရင် စည်းရုံးဖို့ ပြတာ မဟုတ်ဘူး၊ တို့သန္တာန်မှာ ဒီလိုအစွမ်းသတ္တိတွေရှိတယ်၊ တို့သာသနာဟာ၊ တို့တရားဟာ မှန်ကန်တယ် ဆိုတာ ပြတာ၊ အဓိက,ကတော့ တရားကျင့်ဖို့ရာအတွက်ပဲ၊ မြတ်စွာဘုရား တန်ခိုးပြတယ်ဆိုတာ ဒါကြောင့်ပါ။

ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ဟာ တန်ခိုးအရာမှာ ဧတဒဂ် ရတယ်ဆိုပေမယ့် အားလုံးသိကြတဲ့အတိုင်း**ကာဠသီလာ** ဆိုတဲ့ ကျောက်နက်တောင်ပေါ်မှာ သူခိုး ဓားပြတွေ

www.dhammadownload.com



ဝိုင်းရိုက်လို့ ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားရတာပဲ၊ တန်ခိုးနဲ့ ကာကွယ်ဟန့်တားခြင်း မလုပ်ဘူး။ လုပ်ရင် မလွတ်ဘူးလား ဆိုတော့ နှစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် လွတ်ခဲ့တယ်၊ သုံးကြိမ်မြောက်မှာ ဘာကြောင့် ကွင်းလုံးကျွတ် မလွတ်သလဲ ဆိုတော့ ကံကြမ္မာ ဖိစီးလာပြီဆိုရင်တော့ တန်ခိုးကလည်း ကံကြမ္မာကို မလွန်ဆန်နိုင်လို့ လက်လျော့လိုက်ရတာပဲ၊ အစွမ်းတန်ခိုးဆိုတာ ကံကြမ္မာကို မကျော်လွှားနိုင်ဘူး။ အဲဒီတော့ ကံရဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးသာလျှင် ကိုယ့်ရဲ့တကယ့်အစွမ်းတန်ခိုးပဲ၊ ကံကောင်းအောင် လုပ်ဖို့သာလျှင် အရေးကြီးတယ်၊ အခုနက **အနုသာသနီပါဠိဟာရိယ** ဆုံးမသြဝါဒကို နားလည်ပြီး ကျင့်သုံးလိုက်နာရင် ကံကောင်းနိုင်တယ်။

ဒီကနေ့ ကမ္ဘာမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဦးရေဟာ တဖြည်းဖြည်း တိုးလာတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ နှစ်စဉ် နှစ်တိုင်း ဂျာမနီတို့ နယ်သာလန်တို့ စသည့်နိုင်ငံတွေ သွားပြီး အဘိဓမ္မာသင်တန်းတွေ ပို့ချတဲ့အခါ ဗုဒ္ဓဘာသာဦးရေ တိုးလာတာကို တွေ့ရတယ်။ ဘာဖြစ်

www.dhammadownload.com



လို့လဲဆိုတော့ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ တော်တော်များလာတဲ့ အခါ ထိုစိတ်ဖိစီးမှုတွေကို psycho therapist (စိတ်ကုထုံး ပညာရှင်)တို့၊ psychiatrist (စိတ်ရောဂါအထူးကု)တို့၊ psychology (စိတ်ပညာ)နည်းတွေနဲ့ ကုစားလို့မရတော့ဘူး။

မရတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာကဟောတဲ့ meditation ဆိုတာ ကောင်းမလားဆိုပြီး တရားထိုင်ကြည့်ကြတယ်၊ တရားထိုင်ကြည့်တဲ့အခါမှာ အထိုက်အလျောက် သူတို့ရဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုတွေဟာ ပျောက်လာတယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ သွန်သင်ဆုံးမတဲ့အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးပြီး တရားအားထုတ်လိုက်တဲ့အခါ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ ပျောက်ပြီး စိတ်ချမ်းသာမှုတွေ ရကြတယ်ပေါ့။ စိတ်ချမ်းသာမှု ရလာသည့်အတွက်ကြောင့် မိရိုးဖလာ ဘာသာတစ်ခုကို စွန့်ပယ်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ခံယူလာကြတယ်။ ဒါ **အနုသာသနီပါဋိဟာရိယ**ရဲ့ အစွမ်းပါပဲ။ လူက တန်ခိုးပြတာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ တရားက တန်ခိုးပြတာလို့ ပြောချင်ပြောပေါ့။

www.dhammadownload.com



**လမ်းမှန်ဖို့ အရေးကြီးတယ်**

မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့တရားဟာ လုံးဝမှန်တယ်၊ **သွာက္ခာတော** တကယ့်အမှန်အတိုင်း ဟောထားတာ။ တကယ်လုပ်ရင် အဟုတ်ဖြစ်တယ်။ လုပ်သူတိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာကို ယုံကြည်သည်ဖြစ်စေ၊ မယုံကြည်သည်ဖြစ်စေ ဒီလမ်းကြောင်းအတိုင်းလျှောက်ရင် ဒီလမ်းရောက်တာပဲ၊ ဆိုပါစို့၊ ဒီလမ်းကသွားရင် ရွှေတိုဂုံဘုရားရောက်တယ်လို့ သိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိသည်ဖြစ်စေ၊ ယုံသည်ဖြစ်စေ၊ မယုံသည်ဖြစ်စေ ရွှေတိုဂုံဘုရားကို ဦးတည်ပြီးဖောက်ထားတဲ့ လမ်းကြီးအတိုင်းလျှောက်ရင် ရွှေတိုဂုံဘုရားကို ကျိန်းသေရောက်မှာပဲ။ ဆိုလိုတာက "လမ်းမှန်ဖို့ အရေးကြီးတယ်" လို့ ပြောတာနော်။

ဘုရား ကိုယ်တော်တိုင်က ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကူးပြောင်းပါလို့ မတိုက်တွန်းပါဘူး။ **ဥဒုမ္ဗရိကသုတ်**မှာ မြတ်စွာဘုရား အတိအလင်း ဟောထားတာရှိတယ်။ ပရိဗိုဇ်တွေကို တရားဟောရင်း မြတ်စွာဘုရားက "ငါပြောတဲ့အတိုင်း လုပ်ကြည့်၊ အသင်တို့က ထင်လိမ့်မယ်

www.dhammadownload.com



ငါ တရားဟောနေတာ ငါ့ဘာသာဘက်ဝင်အောင် စည်းရုံးတယ်လို့၊ ငါတပည့်ရှာတယ်လို့ ထင်နေလိမ့်မယ်၊ မင်းတို့ရဲ့ ဘာသာတရားအတိုင်းထား၊ မင်းတို့ဆရာနဲ့ မင်းတို့တပည့် အတိုင်းထား၊ ပြောင်းစရာ မလိုဘူး၊ သို့သော် ငါပြောတာလေးကို မင်းတို့ (၇)ရက်လောက် စမ်းကြည့်"။ ဒီနေရာမှာ မြတ်စွာဘုရားက တရားကိုသာ စမ်းပြီးအားထုတ်ခိုင်းတာ၊ ဘာသာ မပြောင်းခိုင်းဘူး။ ဥဒုမ္ဗရိကသုတ်မှာရှိတယ်။

အမှန်တရားဆိုတာ စည်းရုံးစရာ သိပ်မလိုဘူး၊ အသိဉာဏ်ရှိရင် သူဟာသူလက်ခံတယ်။ အခု နိုင်ငံခြားသားတွေ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဖြစ်လာတယ်ဆိုတာ သူ့ဟာသူ လက်ခံလာတာ၊ ဘယ်သူကမှ သွားစည်းရုံးပြီး လှုံ့ဆော်နေကြတာ မဟုတ်ဘူး။ သူတို့ကိုယ်တိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်ရင်း ဗုဒ္ဓဘာသာကို စိတ်ဝင်စားလာကြတာ။ စိတ်ဝင်စားရာကနေပြီး တကယ့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်လာတာ။

www.dhammadownload.com



ဘုန်းကြီးတို့ထံ အကြိမ်ကြိမ် အဘိဓမ္မာသင်တန်း လာတက်တဲ့ ဂျာမန်အမျိုးသမီးကြီးတစ်ယောက်ဆိုရင် သင်တန်းတက်ရင်း ဗုဒ္ဓဘာသာကို စိတ်ဝင်စားလာတယ်။ သူကိုယ်တိုင် တရားအားထုတ်တယ်။ တရားအားထုတ်တော့ တရားရဲ့အရသာတွေကိုသိလာတယ်။ သိလာတဲ့အခါ ဗမာပြည်မှာ ရောက်နေခိုက် သီလရှင်ဝတ်တယ်။ ဟိုပြန်သွားတဲ့အခါ လူဝတ်ပြန်လဲတယ်။ သို့သော် ရှစ်ပါးသီလကို မချဘူး။ အဲဒီတုန်းက ဘုန်းကြီးဆီ စာရေးတာ "သူဟာ ကနေ့အထိ ရှစ်ပါးသီလ စောင့်တုန်းပါ" တဲ့။

နောက်တော့ ရှစ်ပါးသီလ မချရုံတင်မကဘူး ဘယ်သူတွေက ထူးဆန်းတဲ့မျက်လုံးတွေနဲ့ကြည့်ကြည့် ဘယ်သူကြည့်တာပဲဖြစ်ဖြစ် သူက ဂရုမစိုက်တော့ဘူး၊ သီလရှင်ဝတ်နဲ့ပဲ နေတော့တာ။ ယုံကြည်သွားပြီလေ။ လက်ခံသွားပြီ။ ယုံကြည်တယ်ဆိုတာ သဒ္ဓါစွမ်းအား တစ်ခုထဲနဲ့ မဟုတ်ဘူး။ သူကိုယ်တိုင် အသိဉာဏ်နဲ့ ယုံကြည်တာ။ သဒ္ဓါတစ်မျိုးထဲ စိတ်မချရဘူး။ အသိ

www.dhammadownload.com



ပညာပါမှ။ ဒါကြောင့် "ပညာမဲ့သဒ္ဓါ" ဆိုတာ အန္တရာယ် အလွန်များတယ်။ ပညာမပါဘဲနဲ့သဒ္ဓါတရားသက်သက် ဆိုရင် မှန်ကန်ဖို့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

ခုနက အစွမ်းတန်ခိုးတွေပြလို့ လက်ခံတယ် ဆိုတာ ပညာမဲ့သဒ္ဓါမျိုးနဲ့သာ ဖြစ်နိုင်တယ်တဲ့။ ပညာ အပြည့်အဝရှိတဲ့ သဒ္ဓါတရားမျိုး လိုအပ်တယ်။ **အဝေဓပသာဒ** ဆိုတာ အသိဉာဏ်နဲ့ ကြည်ညိုတာ။ ဘုရား တရား သံဃာကို အသိဉာဏ်နဲ့ ကြည်ညိုတာ။ ဒီကနေ့ ဗုဒ္ဓဘာသာအဖြစ် ကူးပြောင်းလာကြတဲ့ နိုင်ငံခြားသားတွေဟာ ဘုရား တရား သံဃာကို ကြည်ညိုတာ သူတို့ကိုယ်တိုင် လေ့လာအားထုတ်ပြီးမှ ကြည်ညိုလာကြတာများတယ်။

၂၀၀၃-ခုနှစ်က ဂျာမနီနိုင်ငံ ဘာလင်မြို့မှာ Buddhism House ဆိုတဲ့ သီဟိုဠ်ဂျာမန် ဓမ္မဒူတ ကျောင်းမှာ (၃)ပတ် အာဘိဓမ္မာသင်တန်း ပို့ချတယ်။ နောက်ဆုံးနေ့မှာ သူတို့ရဲ့ (Feed bad) တွေကို တင်ပြ ကြတယ်။ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်က "ဒီသင်တန်း

www.dhammadownload.com



တက်လိုက်ရတာ သူ့ဘဝ လုံးဝပြောင်းလဲသွားပါတယ်” လို့ လျှောက်တယ်။ နောက်အမျိုးသမီးတစ်ယောက်က “သူ ဒီနေ့ကစပြီး တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်ကနေ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ကူးပြောင်းလိုက်ပါပြီ” လို့ လျှောက်တယ်။ ဒါဟာ ထူးခြားချက်တွေပေါ့။

ကျန်တဲ့သူတွေကတော့ အထူးအထွေ မလျှောက်ကြဘူး။ မလျှောက်ကြပေမယ့်လို့ တရားကိုရှင်းပြပြီး သူတို့တရားကို သိလိုက်ရတဲ့အချိန်မှာ ကျေနပ်မှုတွေ အများကြီးရတယ်ဆိုတာ သိရတယ်။ ဒါတွေက **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** ပဲ။ တန်ခိုးပြပြီး စည်းရုံးတာ မဟုတ်ဘူး၊ အမှန်တရားကို ထုတ်ဖော်ပြပြီး ဗုဒ္ဓသာသနာ ပြန့်ပွားအောင်လုပ်တာ။ ဒါကို **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** လို့ခေါ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ကုဋ္ဌိခေါ်တဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးတွေ ပြပြီး စည်းရုံးတာမျိုးတို့၊ **အာဒေသနာ** ဆိုတဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့စိတ်ကို ရည်ညွှန်းပြောဆိုတဲ့ အတတ်ဟောတာမျိုးတွေ ဟောပြီးတော့ စည်းရုံးတာမျိုးတို့

www.dhammadownload.com



တကယ် မအောင်မြင်နိုင်ဘူးတဲ့။ **အနုသာသနီ** လို့ ခေါ်တဲ့ တကယ့်အစစ်အမှန် ဆုံးမသြဝါဒပေးခြင်း၊ တကယ့် တရားဓမ္မကို သင်ပြပေးခြင်းကသာလျှင် သာသနာပြုတာ စည်းရုံးတာဖြစ်တယ်။

ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် ဒီလို ဟောပြောဆုံးမတာကြောင့် ပညာရသွားတယ်လေ။ ခုနကလိုဟာမျိုးတွေက သဒ္ဓါလောက်ပဲ ရနိုင်တယ်။ ပညာမရဘူး။ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်တွေကို ဟောပြောဆုံးမပေးတဲ့ အခါကျတော့ သူ့ဟာသူ စဉ်းစားတတ်လာတယ်။ သူ့ဟာသူ စဉ်းစားတတ်လာတဲ့အခါမှာ ယုံကြည်မှုခိုင်မာလာတယ်၊ ပညာမပါတဲ့ ယုံကြည်မှုသည် မခိုင်မာဘူးတဲ့။

ခိုင်မာတဲ့ယုံကြည်မှုရဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရားက "အေး **ကောဝဋ္ဋ၊ ဣဒ္ဓိဝိဓ** လို့ခေါ်တဲ့နည်းနဲ့ သာသနာပြုလည်းပဲ မအောင်မြင်နိုင်ဘူး။ ငါခွင့်ပြုတာက **အနုသာသနီ** တစ်ခုထဲပဲ။ တို့လည်းပဲ အခုတန်ခိုးပြနေတာပဲ" လို့ မိန့်တော်မူတယ်။ နာလန္ဒာမြို့မှာ

www.dhammadownload.com



မြေလျှိုးမိုးပျံဆိုတဲ့ တန်ခိုးတွေ လုပ်မပြပေမယ့်လို့ ဘယ်လိုနေရတယ် ဘယ်လိုထိုင်ရတယ်ဆိုတာ တရားဓမ္မတွေ ဟောနေတာဟာ အစွမ်းတန်ခိုးတွေ ပြနေတာပဲလို့ ပြောတာနော်။ ဒါကြောင့် ဒီလိုတရားဓမ္မတွေ ဟောပြီး အစွမ်းတန်ခိုးပြခြင်းကသာလျှင် အလွန်ခိုင်မြဲတဲ့ စည်းရုံးမှုဖြစ်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် တစ်ဖက်သားကို အသိဉာဏ်တွေပေးပြီးသား ဖြစ်သွားလို့ပါပဲတဲ့။

**တန်ခိုးရှိ‌ပေမယ့် အသိဉာဏ်နည်းရင်ဘဲခွေဖြစ်**

အဲဒီလို အသိဉာဏ်မပေးဘူးဆိုရင် ဘာဖြစ်နိုင်တုန်း။ အသိဉာဏ်မပါတဲ့ ယုံကြည်မှု ပညာမဲ့သဒ္ဓါဆိုတာ အရာရာယုံကြည်ပြီးလမ်းမှားသွားတတ်တယ်။ လမ်းမှားကို ရောက်သွားနိုင်တယ်။ အဲဒီသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရားက ဆက်ဟောထားသေးတယ်။ တန်ခိုးအာဘိညာဉ်တွေ ဘယ်လောက်ရှိရှိ အသိဉာဏ်အားနည်းရင် ပုဏ္ဏာတစ်ခုရဲ့ အဖြေမှန်ကိုမထုတ်နိုင်ဘူး။ တန်ခိုးရှင် ရဟန်း

www.dhammadownload.com



တစ်ပါးဟာ ဓာတ်ကြီးလေးပါး ဘယ်မှာ ချုပ်ငြိမ်းသလဲ ဆိုတဲ့ မေးခွန်းရဲ့အဖြေကို သိချင်လို့ နတ်တွေကို လိုက်မေးသတဲ့။

နတ်တွေက "တပည့်တော်တို့ မသိဘူး၊ ဒီဟာ တပည့်တော်တို့ထက် တန်ခိုးကြီးတဲ့ နတ်မင်းကြီး (၄)ယောက်ကို မေးကြည့်ပါ။ အဲဒါနဲ့ နတ်မင်းကြီး (၄)ယောက်ဆီသွားတယ်။ ဓာတ်ကြီး (၄)ပါး ဘယ်မှာ ချုပ်သလဲ မေးတယ်။ နတ်မင်းကြီး (၄)ယောက် ကလည်း မဖြေနိုင်ဘူး၊ "တပည့်တော်တို့ ဘယ်သိမလဲ၊ တပည့်တော်တို့ထက် တန်ခိုးကြီးတဲ့ ဘဝတိသာ နတ်တွေဆိုတာ ရှိတယ်။ အဲဒီ သွားမေးပါ" တဲ့။ လွှဲချလိုက်ကြတယ်။

တစ်ဖန် ဘဝတိသာသွားရောက်ပြီး နတ်တွေကို မေးတယ်၊ ဘဝတိသာနတ်တွေက "တပည့်တော်တို့လည်း မသိဘူး၊ တပည့်တော်တို့ထက် တန်ခိုးကြီးတဲ့ သိကြားမင်း ရှိတယ်။ သူ့မေးကြည့်ပါ" ဆိုတော့ သွားမေးတယ်။ သိကြားမင်းကလည်း ဒီအဖြေ သူ

www.dhammadownload.com



မသိပါဘူးတဲ့။ အဲဒီလိုနဲ့ပဲ အထက်ကို တက်သွားလိုက်တာ တာဝတိံသာကနေ **ယာမာ တုသိတာ နိမ္မာနရတိ ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တိ** နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်ကုန်ရော၊ သူ့ရဲ့ မေးခွန်းဟာ အဖြေမထွက်ဘူး။

အဲဒီကနေ တစ်ခါထပ်ပြီး ပြဟ္မာပြည်ရောက်သွားတော့ ပြဟ္မာတွေကလည်း အဲဒီအဖြေ သူတို့မသိဘူးတဲ့။ ဒါပေမယ့် သူတို့ထက် တန်ခိုးကြီးတဲ့ ပြဟ္မာမင်းကြီးဆိုတာ ရှိတယ်တဲ့။ အဲဒါနဲ့ အဲဒီကိုယ်တော်က နေပါဦး၊ အဲဒီ ပြဟ္မာမင်းကြီးက ဘယ်မှာနေတာတုန်းဆိုတော့ ပြဟ္မာမင်းကြီး ဘယ်နေတယ်ဆိုတာ သူတို့မသိပါဘူး။ ဘယ်တော့လာမှာလဲ ဆိုတော့လည်း သူတို့မသိပါဘူးတဲ့။ "အလင်းရောင်ကြီးတွေ ပေါ်လာရင်တော့ မကြာခင်မှာ သူပေါ်လာတတ်တယ်"လို့ ပြောကြတယ်။

အဲဒီလို ပြောနေတုန်း မကြာခင်မှာပဲ အလင်းရောင်ကြီးတွေ ပေါ်လာတယ်။ ပြဟ္မာမင်းကြီးက ဘွားခနဲ ပေါ်လာတယ်၊ ဟန်ကျပြီ ဆိုပြီးတော့ အဲဒီကိုယ်တော်က ပြဟ္မာမင်းကြီးဆီ ချဉ်းကပ်ပြီးတော့

www.dhammadownload.com



မေးတယ်။ "ဓာတ်ကြီး(၄)ပါး ဘယ်မှာချုပ်လဲ" ဗြဟ္မာ မင်းကြီးက ဒီမေးခွန်းကိုမဖြေဘဲနဲ့ မကြားချင်ယောင် ဆောင်ပြီး "ကိုယ်တော်၊ တပည့်တော်က လောကကြီးကို ဖန်ဆင်းတဲ့ ဗြဟ္မာမင်းကြီးပါ။ အရာခပ်သိမ်းကို သိတယ်၊ အားလုံးကိုမြင်တယ်၊ အားလုံးကို လွှမ်းမိုးနိုင်တယ်"လို့ ပြောတယ်။ အဲဒီကိုယ်တော်က "ဗြဟ္မာမင်းကြီး၊ ကျုပ်က ခင်ဗျားရဲ့ အစွမ်းတန်ခိုး၊ အစွမ်းသတ္တိတွေကိုမေးတာ မဟုတ်ဘူး။ ကျုပ်သိချင်တာက ဓာတ်ကြီး(၄)ပါး ဘယ်မှာချုပ်သလဲဆိုတာ သိချင်တာ"

ဗြဟ္မာမင်းကြီးက မဖြေနိုင်ဘူး၊ သူက ဗြဟ္မာမင်းကြီးဖြစ်တဲ့ အကြောင်းကိုပဲ ထပ်ထပ်ပြောတယ်။ (၃)ခါတိတိ မေးတယ်။ အလိုက်မသိဘဲ ထပ်မေးနေတော့ ဗြဟ္မာမင်းကြီးက သူ့ကို လက်မောင်းဆွဲခေါ်သွားတယ်။ ဗြဟ္မာတွေကြားထဲမှာ သူ့ကို အထင်သေးမှာကြောက်တယ်။ အဲဒီကိုယ်တော်ကို အဝေးကို ခေါ်သွားပြီး "ကိုယ်တော်၊ ဒီပုစ္ဆာရဲ့အဖြေကို တပည့်တော်လည်း မသိဘူး။ ဒါပေမဲ့လို့ ဒီနားရှိတဲ့ဗြဟ္မာပရိသတ်တွေဟာ

www.dhammadownload.com



တပည့်တော်ကို တန်ခိုးအကြီးဆုံး၊ မသိတာ မရှိဘူးလို့ သူတို့ကထင်တာ၊ ဒါကြောင့် သူတို့ရှေ့မှာ မသိဘူးလို့ မပြောတာ" တဲ့။

လူတွေမှာမဟုတ်ဘူး၊ ဗြဟ္မာတွေလည်း အထင်သေးခံရမှာ ကြောက်ကြတယ်။ အဲဒီဗြဟ္မာကြီးက ဘာပြောလဲဆိုတော့ အဲဒါကိုယ်တော့်အမှားပဲ၊ ဒီပဋ္ဌာရဲ့ အဖြေက ဘုရားကလွဲပြီး ဘယ်သူမှမဖြေနိုင်ဘူးတဲ့။ ကိုယ်တော်က ဘုရားကို မမေးဘဲနဲ့ ဒီအထိ ရောက်လာတာဟာ ကိုယ်တော့်အမှားပဲတဲ့။ သူက "ဘုရားကို မေးပါ" လို့ လမ်းညွှန်လိုက်တာ။ ဘုရားရှင်ဆီကို အဲဒီကိုယ်တော် ရောက်သွားပြီးတော့ "အရှင်ဘုရား ဓာတ်ကြီး (၄)ပါး ဘယ်နေရာမှာ အကြွင်းမဲ့ချုပ်ပါသလဲ"လို့မေးတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက "ရဟန်း၊ မင်းမေးတဲ့ပဋ္ဌာ မှားနေတယ်"၊ ဓာတ်ကြီး (၄)ပါးဆိုတာ မပြည့်စုံဘူး၊ သူက organism, non-organism မခွဲဘူး၊ သက်ရှိသက်မဲ့ မခွဲဘဲနဲ့ ဓာတ်ကြီး (၄)ပါး ဘယ်မှာချုပ်သလဲမေးတာ၊

www.dhammadownload.com



သူ့မေးခွန်းက သိပ်ကျယ်ပြန့်လွန်းအားကြီးနေတယ်၊ သက်မဲ့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးတွေပါ မေးရာရောက်နေတယ်၊ သူ့မေးခွန်းက မှားနေတယ်၊ မေးရမှာက သက်ရှိသတ္တဝါတွေရဲ့ သန္တာန်မှာဖြစ်နေတဲ့ ဓာတ်ကြီး (၄)ပါး ဘယ်နေရာမှာချုပ်လဲဆိုတာ မေးရမှာ ဖြစ်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီမေးခွန်းကို ပြင်ပေးလိုက်တယ်။

မေးခွန်းက မှားနေလို့ မြတ်စွာဘုရားက "ရဟန်း အဲဒီလို မေးရမှာ မဟုတ်ဘူး၊ ဓာတ်ကြီး (၄)ပါးနဲ့ ဓာတ်ကြီး(၄)ပါးကို အမှီပြုပြီးဖြစ်နေတဲ့ ဒီဥပါဒါရုပ်တွေ အရှည်အတို အဆင်း လှမလှဆိုတဲ့ ဥပါဒါရုပ်တွေ နာမ်တွေ ဘယ်မှာချုပ်ငြိမ်းသလဲ" လို့ မေးရမှာတဲ့။ မေးခွန်းကို ပြင်ပေးပြီးတော့ "အဖြေက ဒီလို" ဆိုပြီး မြတ်စွာဘုရားက ဟောတယ်။

**"ဝိညာဏံ အနိဒဿနံ အနန္တံ သပ္ပတောပဘံ"** ဆိုတာ ထူးခြားသော အသိဉာဏ်နဲ့သာ သိနိုင်သော နိဗ္ဗာန်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ထူးခြားတဲ့အသိဉာဏ်နဲ့ သိလို့

www.dhammadownload.com



မရဘူးတဲ့။ **အနိဒဿန** = နိဗ္ဗာန် ဆိုတာဟာ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်နဲ့ ဖော်ပြလို့မရဘူးတဲ့။ **အနန္တံ** = နိဗ္ဗာန်မှာ ဖြစ်တဲ့အစဆိုတာမရှိဘူး၊ ချုပ်တဲ့အစွန်းဆိုတာ မရှိဘူး၊ အဆုံးအစ မရှိဘူးတဲ့။ **အန္တ** လို့ခေါ်တဲ့ ဖြစ်တဲ့အစ ချုပ်တဲ့အစွန်း ထိုအစွန်း (၂)ခုရဲ့ အလယ်စပ်ကြား မရှိဘူးတဲ့။ **သမ္မတော ဟဲ** = နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဘယ်လမ်း ကနေဝင်ဝင် ကမ္မဋ္ဌာန်း-၄၀ (သို့) ၃၈ ပါးဆိုတဲ့ ဘယ်လမ်းကနေ လျှောက်လျှောက် နိဗ္ဗာန် ရောက်တာချည်းပဲ။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ တရားမှာသာလျှင် ဟောဒီ ဓာတ်ကြီး(၄)ပါးရော၊ ဓာတ်ကြီး(၄)ပါးကို မှီပြီးဖြစ်တဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေ အားလုံးချုပ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတယ်။

ကဲ ဒီကိုယ်တော် တန်ခိုးတော့ရှိပါရဲ့၊ တရားဓမ္မကို စေ့စေ့ငုငု မသိသည့်အတွက်ကြောင့် ဟောဒီ ပုစ္ဆာရဲ့ အဖြေကို မရှာရမယ့်နေရာ လိုက်ရှာတယ်။ မရှာရမယ့် နေရာ လိုက်ရှာလို့ သူ့ရဲ့အစွမ်းတန်ခိုးသည် လမ်းဆုံးကို မပို့နိုင်ဘူးဆိုတာ ဒါကိုပြောတာနော်။ အစွမ်းတန်ခိုး

www.dhammadownload.com



ခုနကပြောတဲ့ တန်ခိုးကြွွဒိပါဒ်တွေဟာ တကယ့်အစစ် အမှန် အသိညာဏ်ကို ဘာမှမပေးနိုင်ဘူး၊ အဆုံးအဖြတ် မပေးနိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် တန်ခိုးဆိုတာ အားကိုးစရာ မဟုတ်ဘူး၊ ယုံကြည်စရာမဟုတ်ဘူး။ တကယ့် အစွမ်း တန်ခိုး အစစ်သည် တရားဓမ္မကို မှန်ကန်စွာ သိခြင်း သာလျှင်ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက **အနုသာသနီ ပါဋိဟာရိယ** ဆိုတဲ့ အစွမ်းတန်ခိုးနဲ့သာ လျှင် သာသနာပြုတာ အကောင်းဆုံးတဲ့နော်။

မြေလျှိုးမိုးပျံဆိုတဲ့ တန်ခိုးတွေနဲ့ သာသနာပြုနေ ရင်လည်း မအောင်မြင်နိုင်ဘူးတဲ့။ သူတစ်ပါးရဲ့စိတ်တွေ အတွေးအကြံတွေကိုသိပြီး ရည်ညွှန်းပြောရုံနဲ့ လူ အထင်ကြီးအောင်လုပ်ပြီး သာသနာပြုလို့လည်း မအောင်မြင်နိုင်ဘူးတဲ့။ သာသနာပြုတယ်ဆိုတာ စစ်မှန် တဲ့တရားဓမ္မတွေကို ဟောပြောပြသပြီး ထိုစစ်မှန်တဲ့ တရားတွေကို လူတွေနားလည်အောင် အသိညာဏ် ပေးပြီး သာသနာပြုမှ တကယ့်အစစ်အမှန်ပါ။ လူတွေ ဟာ အသိညာဏ်ရသွားပြီးတော့ ပညာပါတဲ့ သဒ္ဓါ

www.dhammadownload.com



စွမ်းအားတွေနဲ့မှ အမှန်တရားကို တွေ့ရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါ တယ်။

ဒါကြောင့် တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်တို့ သည် "**အစွမ်းတန်ခိုးများနဲ့ သာသနာ**" ဆိုတဲ့စကားမှာ တကယ့် အစွမ်းတန်ခိုးဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံး အမ တရားတွေကို လေ့လာသင်ယူခြင်းပဲဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ တရားတော်တွေကို ကိုယ်တိုင် သိရှိအောင် လေ့လာခြင်း၊ ဖတ်ရှုခြင်း၊ ကျင့်သုံးခြင်း၊ နာယူခြင်းကသာလျှင် တကယ့် အစွမ်း တန်ခိုး၊ တန်ခိုးပါဝါ၊ တကယ့်ကြီးမားတဲ့ အစွမ်းတန်ခိုး၊ နိဗ္ဗာန်ထိအောင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်တဲ့ အစွမ်းရှိတဲ့ တန်ခိုးအစစ် ဖြစ်တယ်ဆိုတာ **ကောဇ္ဇသုတ်** အရ ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး ဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေကို သိရှိ အောင် လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

www.dhammadownload.com

## ဓမ္မမိတ်ဆွေများသို့

ပါဠိဟောကျမ်းဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ တအမြဲ စေတနာရှင်များကလေးကူကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီး ထံ ပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ် ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလျှောဒိန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြု လျက် စာအုပ်ငယ်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ပြန်ဝေလျှောဒိန်းလိုပါက ကော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

~ ~ ~ ~

### ရရှိနိုင်စသော ဌာနမျာား

၁။ အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ ဦးဘမိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်
အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးစေ့း(ဒီ)ရုံ၊မြေအောက်ထပ်။
ဖုန်း ၀၁-၂၄၀၆၀၀(လိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄

၃။ ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀

၄။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်
ကမ္ဘာအေးစေတီဝင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း ၀၁-၆၅၅၇၅၆၊ ၀၁-၆၅၁၇၆၉

၅။ ပုရပိုက်ဓမ္မဖြန့်ချိရေး
တိုက်(N.3)၊ အခန်း(၁၀၂)၊ လေးထောင့်ကန်လမ်းမကြီး၊
တာမွေမြို့နယ်။ (ILBC တာမွေ အနီး)
ဖုန်း ၀၁-၅၄၇၇၂၇၊ ၀၉-၇၃၉၀၃၉၇၀

www.dhammadownload.com

# အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၏ ထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

- အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ(ပ+ဒု တွဲ)
- နိယျာနိကသာသနာနှင့် မြတ်ဒေသနာများ

၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
၂။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အနှစ်ချုပ်
၃။ ဘဝအသွင်ကို ဓမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
၇။ ဓမ္မကြေးမုံ
၈။ တောင်ပို့ထဲက ရတနာ
၉။ မြတ်သောဥစ္စာ စုဆောင်းပါ
၁၀။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ
၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
၁၂။ ရှစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်
၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
၁၄။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရဏာ
၁၈။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပါယ်
၁၉။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်

www.dhammadownload.com

၂၀။ ဓမ္မအသိပြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်
၂၁။ နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
၂၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
၂၃။ ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖြန်ကမ္ဘာ
၂၄။ မင်္ဂလသုတ်အနှစ်ချုပ်
၂၅။ သာရဏီယတရား
၂၆။ ရသတဏှာ
၂၇။ ဓမ္မဗျူဟာသင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုခြင်း
၂၈။ သေချာသောလမ်းမှ လျှောက်လှမ်းပါ
၂၉။ မဟာဒါန
၃၀။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ
၃၁။ ဖြစ်နိုင်တာနှင့် မဖြစ်နိုင်တာ
၃၂။ အရှင်အာနန္ဒ၏ ဝိပဿနာ
၃၃။ နံ စ သော၊ နံ စ အညော
၃၄။ လူတိုင်းကျင့်ရန် သတိပဋ္ဌာန်
၃၅။ စိတ်၏အတွေးများ
၃၆။ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ
၃၇။ သတိမကွာ အသိပညာဖြင့် နေထိုင်ခြင်း
၃၈။ အတ္တာဟိအတ္တနောနာထော
၃၉။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၄၀။ ဟောသူ နာသူ စိတ်ထားဖြူ
၄၁။ ၁၂-နှစ်ကြာ အဖြေရှာခဲ့ရသော မေးခွန်းများ
၄၂။ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်

www.dhammadownload.com

၄၃။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် သတိဆောင်
၄၄။ ခန္ဓသုတ်အနှစ်ချုပ်(အန္ဓရာယ်ကာကွယ်ခြင်း)
၄၅။ တရားသိလျက် အကျင့်ခက်
၄၆။ ကျင်္ဂြိယဘာဝနာ မြတ်ဒေသနာ
၄၇။ သံသရာခရီးသွား အများမလုပ်မိစေနှင့်
၄၈။ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်
၄၉။ ရတနသုတ်အနှစ်ချုပ်
၅၀။ လောကဓံမှန်တိုင်းများနှင့် ကြုံခိုင်သည့်စိတ်ထား
၅၁။ ဘုရားသော်မှပေးဆပ်ရသည့် ကံကြမ္မာဝဋ်ကြွေးများ
၅၂။ အထင်မှား အမြင်မှား
၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၄။ ယုဉ်ပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး
၅၅။ နန္ဒိ ဒုက္ခဿ မူလံ
၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း
၅၇။ အားပေးစကား
၅၈။ ပဗ္ဗဇ္ဇာသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၉။ ဘေသဇ္ဇဂုဏ်
၆၀။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သွားနေသူ
၆၁။ ဘဝ၏ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ
၆၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်ပွား နလုံးသွင်းတရား
၆၃။ နိဂ်ဿနှင့်ရုံးသူ
၆၄။ အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

www.dhammadownload.com

၆၅။ မှတ်ဉာဏ်ကောင်းအောင်ကျင့်ဆောင်ခြင်း
၆၆။ တရားထူးရနိုင်သူ
၆၇။ ကျေးဂူးသိခြင်း
၆၈။ ဘာသာတရားလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်
၆၉။ ကာလာမသုတ် အနှစ်ချုပ်
၇၀။ ခုခံစွမ်းအား
၇၁။ အလေးထား၍ စဉ်းစားဆင်ခြင် ကောင်းအောင်ပြင်
၇၂။ အခွင့်ကောင်းကို ရအောင်ယူ
၇၃။ ရှာဖွေခြင်းနှင့် ရရှိခြင်း
၇၄။ ကုသိုလ်တစ်ပဲ ငရဲတစ်ဝိဿာ
၇၅။ မေ့ကိုအဖော်ပြုမှ ထာဝရချမ်းသာမည်
၇၆။ အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ

www.dhammadownload.com