http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာစုခေါ်စေသော်

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

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၄၈)

ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်

(အာသီဝိသောပမသုတ် အနှစ်ချုပ်)

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

http://www.dhammadownload.com

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်

http://www.dhammadownload.com

ကွန်ပျူတာစာစီ
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ထုတ်ဝေသူ
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဘဟိန်း
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၄၃၇၂/၂၀၁၁)က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

တရားစာအုပ်များကို
ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာရှင်များသို့

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များက ရေးကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီး ကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလှူဒါန်းထားသော ဓမ္မစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြုလျက် စာအုပ်ငယ်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် ဓမ္မဒါနပြုလုပ် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ဖော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၏ ထုတ်ဝေပြီး ဓမ္မစာအုပ်များ

- အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ(ပထမတွဲ)
- 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။ မိတ်ကော ်းဆွေကောင်း
၁၄။ မေတ္တာနှလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရုဏာ
၁၈။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပါယ်
၁၉။ ဓမ္မမှတ်ကျောက်
၂၀။-ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်
၂၁။ နှစ်ဦးကာလ ဓမ္မလက်ဆောင်
၂၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ

http://www.dhammadownload.com

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။ န စ သော၊ န 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
၄၃။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် သတိဆောင်
၄၄။ ခန္ဓသုတ်အနှစ်ချုပ်(အန္တရာယ်ကာကွယ်ခြင်း)
၄၅။ တရားသိလျက် အကျင့်ခက်
၄၆။ ဣန္ဒြိယဘာဝနာ မြတ်ဒေသနာ
၄၇။ သံသရာခရီးသွား အမှားမလုပ်မိစေနှင့်
၄၈။ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်

http://www.dhammadownload.com

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၂ ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၀ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်ကျော် (၁)ရက်၊ မန္တလေးမြို့ အိမ်တော်ရာဘုရား ရတနာဃရ ၁၄ ခမ်း၊ ဓမ္မဗိမာန်တော်အတွင်းဝယ် ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သည့် ကျောင်းလွှတ်ပူဇော် အောင်ပွဲ ဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားဝယ် မန္တလေးမြို့၊ ၈၅ လမ်း၊ ဝါးတန်းရပ်နေ၊ ဦးမျိုးမြင့်(ခ)ဦးမြင့်+ဒေါ်သိန်းသိန်း၊ သမီးမချိုချို(ခ)မညိုရင်၊ မစိုးစိုးမြင့် ကျောင်းဒကာ၊ ကျောင်းအမ မိသားစုတို့၏ အမတဒါနဓမ္မဒါန အဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားတော်မူအပ်သော **"ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်"** တရားဒေသနာတော်။

http://www.dhammadownload.com

ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်

"ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်"လို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက **အာသီဝိသောပမ** သုတ္တန်မှာ ဟောကြားခဲ့တယ်။ **အာသီဝိသောပမ** သုတ္တန်လာ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကို ဒီကနေ့ ဘုန်းကြီးတို့က "ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်" လို့ နာမည်ပေးထားခြင်းဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကိုယ်တော်တိုင် ထိုသုတ္တန်မှာ ပေးထားတဲ့ ပါဠိစကားလုံးကို မြန်မာလိုပြန်ဆိုပြီး နာမည်ပေးတာပါ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက **ပါရိမံတီရံခေမံ** ဆိုတဲ့စကားလုံးလေးကို သုံးခဲ့တယ်။ **ပါရိမံတီရံ**– ဟိုဘက်ကမ်းဟာ၊ **ခေမံ**– ငြိမ်းချမ်းတယ်။ အဲဒီတော့ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်း

http://www.dhammadownload.com

တယ်ဆိုရင် ဒီဘက်ကမ်းက မငြိမ်းချမ်းဘူးဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ် အလိုလိုပြီးသွားတယ်။ "ဟိုဘက်ကမ်းနဲ့ ဒီဘက်ကမ်း" ဆိုတာ ဘာကိုရည်ညွှန်းတာတုန်းဆိုရင် "သံသရာနဲ့ နိဗ္ဗာန်" ကို ရည်ညွှန်းတာ။ ဒီဘက်ကမ်း ဆိုတာ သံသရာ၊ ဟိုဘက်ကမ်းဆိုတာနိဗ္ဗာန်။ အဲဒီတော့ နိဗ္ဗာန်က ဘေးကင်းတယ်၊ ငြိမ်းချမ်းတယ်လို့ ဒီလို မြတ်စွာဘုရားက ဟောလိုခြင်းဖြစ်တယ်။

အဲဒီတော့ ဒီသုတ္တန်လေးဟာ ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ကို ကျင့်နေကြတဲ့ ရဟန်းတော်တွေကို ဟောကြားတဲ့ သုတ္တန်ဖြစ်တယ်။ ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ကျင့်တဲ့နေရာမှာ မမြဲတဲ့သဘောကို ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ကျင့်တာရှိသလို ဆင်းရဲတဲ့သဘောတွေကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး ကျင့်နေ တာရှိတယ်။ ကိုယ်မပိုင်တဲ့သဘောတွေကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားပြီး ကျင့်နေတာရှိတယ်။ ဒီသုတ္တန်က ဘဝနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကျေနပ်စရာ မကောင်းဘူးဆိုတဲ့ ဒုက္ခအဓိပ္ပါယ်ကို ပေါ်လွင်အောင် မြတ်စွာဘုရားက ဟောခြင်းဖြစ်တယ်။ သုတ္တန်ရဲ့အမည်က "**အာသီဝိ–**

http://www.dhammadownload.com

သောပမ” သုတ်တဲ့။ **အာသီဝိသ** ဆိုတာ အဆိပ်ပြင်းတဲ့ မြွေကို ခေါ်တာဖြစ်တယ်။ ဥပမာနဲ့ နှိုင်းခိုင်းပြီးတော့ ဟောတာ။

မြတ်စွာဘုရားက တရားဓမ္မကို နားလည်ဖို့ အတွက် ဥပမာနဲ့ နှိုင်းခိုင်းပြီး ဟောလေ့ရှိတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ဥပမာ အသုံးပြုရသလဲဆိုရင် ဥပမာသည် အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖော်ပြနိုင်တယ်။ အဲဒီတော့ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ် ဆိုတော့ ဒီဘက်ကမ်းက မငြိမ်းချမ်းဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ ဒီဘက်ကမ်း မှာ မငြိမ်းချမ်းရသလဲ။ ဘဝတစ်ခု ရရှိထားသူတိုင်း ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို အာရုံစိုက်ပြီးကြည့်ကြ။ တို့ ရ,ထား တဲ့ဘဝဟာ ဒီဘက်ကမ်းမှာရှိတယ်။ ဒီဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းရဲ့လား၊ မငြိမ်းချမ်းဘူးလားဆိုတာ အားလုံး ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး ကြည့်ရမယ်။ အဲဒီလို ဆင်ခြင်စဉ်းစားကြည့်မှ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ် ဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ် ပိုပေါ်လာမှာ ဖြစ်တယ်။ ကဲ ဒီဘက်

http://www.dhammadownload.com

ကမ်းက ဘာဖြစ်လို့ မငြိမ်းချမ်းတုန်းဆိုတော့ အန္တရာယ် တွေများလို့ မငြိမ်းချမ်းတာတဲ့။

ဘာအန္တရာယ်တွေရှိတုန်းဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက ဥပမာပေးထားတယ်။ ဒီဘက်ထဲမှာ အန္တရာယ်တွေ ဘယ်လောက်များသလဲဆိုရင် ဘဝဆိုတာ ဓာတ်ကြီး လေးပါးနဲ့ တည်ဆောက်ထားရတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဘဝကို အကျဉ်းချုပ် ကြည့်လိုက်။ ပထဝီ အာပေါ တေဇော ဝါယော ဆိုတဲ့ ဓါတ်ကြီးလေးပါး။ စာပေသံနဲ့ ပြောရင် ပထဝီ အာပေါ တေဇော ဝါယော ပေ့ါ။ ကဲ အရပ်စကားနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အကြမ်းဖျင်းခွဲကြည့်လိုက်။ မာတဲ့အရိုးတွေနဲ့ ပျော့တဲ့ အသားတွေ အတုံး အခဲတွေ မပါဘူးလား။ အဲဒါက တစ်ခု။ အရည်ဓါတ်တွေရောမပါဘူးလား။ ဒါက တစ်ခု။ အပူဓါတ်တွေ၊ အအေးဓါတ်တွေဆိုတာ မပါဘူးလား။ နောက်ပြီးတော့ လေဓါတ်တွေရော မပါဘူးလား။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အပုံလိုက် ပုံကြည့်လိုက်မယ် ဆိုလို့ ရှိရင် မာမာအတုံးအခဲက တစ်ပုံ၊ အရည်တွေက တစ်ပုံ၊

http://www.dhammadownload.com

အပူဓါတ်တွေက တစ်ပုံ၊ လေက တစ်ပုံ။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး တည်ဆောက်ထားတာ ဒီလေးမျိုးနဲ့ တည်ဆောက် ထားတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ခန္ဓာကို အာရုံစိုက်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်ရင် တွေ့နိုင်မယ်။

မြွေဆိုးကြီး(၄)ကောင်

မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဓာတ်လေးပါးနဲ့ တည်ဆောက်ထားရတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး၊ ဒီခန္ဓာကိုယ် ကြီးဟာ အန္တရာယ်တွေ သိပ်ပြီးများလို့ ဒီဘက်ကမ်းဟာ မငြိမ်းချမ်းဘူးတဲ့။ ခန္ဓာနဲ့ တည်ဆောက်ထားရလို့ သက္ကာယလို့ခေါ်တဲ့ သံသရာဒီဘက်ကမ်းဟာ မငြိမ်း ချမ်းဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ မငြိမ်းချမ်းသလဲ၊ အန္တရာယ်တွေ များလို့ မငြိမ်းချမ်းတာတဲ့။ ဒါဖြင့် အန္တရာယ်တွေက ဘာတွေရှိတုန်းဆို မြတ်စွာဘုရားက သဘာဝတရား ပေါ်လွင်အောင် မိန့်ကြားထားတာရှိတယ်။ ဒီဘက် ကမ်းမှာ မြွေဆိုးကြီးလေးကောင် ရှိတယ်တဲ့။ ကဲ တရား ချစ်ခင် သူတော်စင်ပရိသတ်တို့ မြွေဆိုးကြီးတွေနဲ့

http://www.dhammadownload.com

အတူတူနေရပါ့မလား။ မြွေဆိုးကြီးလေးကောင်ဆိုတာ **အာသီဝိသ** အလွန်လျင်မြန်တဲ့အဆိပ်၊ ပြင်းထန်တဲ့ အဆိပ်၊ **ဃောရဝိသ** အလွန်ကြမ်းတမ်း ပြင်းထန်တဲ့ အဆိပ်တွေရှိတယ်။ အဲဒီ မြွေဆိုးကြီးလေးကောင်က ဒီဘက်ကမ်းမှာရှိတယ်။ မြွေဆိုးကြီးလေးကောင်ရဲ့ရန်မှ လွတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် မရှိဘူး။ မြွေဆိုးကြီးလေးကောင်ရဲ့ အန္တရာယ်တွေ ရှိနေတဲ့အတွက် ဒီဘက်ကမ်းဟာ မငြိမ်းချမ်းဘူး။

လူသတ်သမား(၅)ယောက်

မြွေဆိုးကြီး လေးကောင်တင် မကသေးဘူး လူသတ်သမား ငါးယောက်ကလည်း ဒီဘက်ကမ်းမှာ ကြီးစိုးနေတယ်။ လူသတ်သမား ငါးယောက်ရှိတယ်။ လူသတ်သမားငါးယောက်တင်မကဘူး အနီးကပ်နေပြီး ကိုယ့်ရဲ့အတွင်းရန်သူလို့ခေါ်ရတဲ့ ရန်သူတစ်ယောက် ကလည်း ရှိနေတယ်။ ဒီဘက်ကမ်းမှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဟာ လူသတ်သမား ငါးယောက်ရဲ့ ရန်ကိုလည်း

http://www.dhammadownload.com

ကြောက်နေကြရတယ်။ အတွင်းရန်ကိုလည်း ကြောက်နေကြရတယ်။

ခြောက်အိမ်စုရွာ

နောက် ဒီဘက်ကမ်းမှာ ဘာတွေရှိနေသလဲဆိုရင် ခြောက်အိမ်စုရွာကလေးလည်း ရှိနေတယ်။ အဲဒီရွာထဲ ဝင်ကြည့်ရင် ဘာမှမရှိဘူး။ အဲဒီ ခြောက်အိမ်စု ရွာကလေးမှာ ဓားပြခြောက်ယောက်က အမြဲတမ်း ဝင်ဝင်ပြီး ရှာဖွေတိုက်ခိုက်နေသည့် အတွက်ကြောင့် ဘာမှမရှိတဲ့ ရွာကလေးကိုပဲ ဒုက္ခပေးနေတာ။

ဘုန်းကြီးတို့ တရားချစ်ခင် သူတော်စင်ပရိသတ်တို့ လောကကြီး တစ်ခုလုံးမှာ ကိုယ်နေတဲ့ မြို့ရွာတွေ မငြိမ်းချမ်းဘူးဆိုရင် လူတွေဟာ အိပ်ကောင်းခြင်း မအိပ်ရဘူး၊ စားကောင်းခြင်း မစားရဘူး၊ ကြောက်ကြောက် လန့်လန့် နေကြရတယ်၊ ထိတ်ထိတ်ပြာပြာနဲ့ နေကြရတယ်။ အခုလည်းပဲ သက္ကာယလို့ဆိုတဲ့ ခန္ဓာနဲ့ တည်ဆောက်ထားတဲ့ ဒီဘက်ကမ်းမှာ မြွေဆိုးကြီး

http://www.dhammadownload.com

လေးကောင်က သောင်းကျန်းနေတယ်၊ ရန်သူ ငါးယောက်ကလည်း အန္တရာယ် ပေးနေတယ်၊ အတွင်းလူ တစ်ယောက်ကလည်း ကိုယ့်ကို ချောင်းမြောင်း လုပ်ကြံဖို့ ရှိနေတယ်။ ခြောက်အိမ်စုရွာမှာလည်း ဘာမှမရှိဘူး။ လုံခြုံမှု မရှိဘူး။ ဓားပြ ခြောက်ယောက်ကလည်း အဲဒီရွာကို ခဏခဏ ဝင်ရောက် လုယက်နေတယ်။

ဒီဘက်ကမ်းမှာ ငြိမ်းချမ်းတယ်ဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိဘူး။ မငြိမ်းချမ်းလို့ရှိရင် ငြိမ်းချမ်းတဲ့ဟိုဘက်ကမ်းကို သွားကြမယ် ဆိုပြန်တော့ မြစ်ပင်လယ်ကြီးတစ်ခုက ခြားနေတယ်တဲ့။ အဲဒီ မြစ်ပင်လယ်ကြီးမှာ တံတား ထိုးထားတာလည်း မရှိဘူး။ ဟိုဘက်ကူးဖို့ လှေတို့ သင်္ဘောတို့ မရှိဘူး။ အဲဒီလိုအခြေအနေမှာ ငြိမ်းချမ်းတဲ့ ဟိုဘက်ကမ်းကိုကူးဖို့ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား။ သိပ်ကို ခဲယဉ်းတယ်။ အန္တရာယ်များတဲ့ ဒီဘက်ကမ်းကနေပြီး အလွတ်ရုန်းချင်ရင် ဘာလုပ်ရမလဲဆိုတော့ လှေမရှိ၊ တံတား မရှိဘူးဆိုရင် ကိုယ့်ဘာသာ ဖောင်ဖွဲ့ပြီး ကိုယ့်အား

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ကိုးနဲ့ ဟိုဘက်ကမ်းကို မကူးရဘူးလား။ ကူးလို့ ဟိုဘက်ကမ်း ရောက်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် လုံးဝ အန္တရာယ်တွေကင်းသွားလို့ ငြိမ်းချမ်းတဲ့နယ်မြေတစ်ခု ရောက်သွားနိုင်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဥပမာနှင့် ဒီသုတ္တန်မှာ ဟောထားတာ။ ဥပမာဆိုတာ အနက် အဓိပ္ပါယ် နားလည်ဖို့ဟောတာ။

ကိုယ့် ခန္ဓာကိုယ်ကို ကိုယ်ပြန်ကြည့်လိုက်၊ ဘုန်းကြီးတို့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ မဟာဘုတ်လေးပါးဆိုတဲ့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးနဲ့ တည်ဆောက်ထားတယ်။ ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါ၊ ဝါယော ဆိုတဲ့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးနဲ့ တည်ဆောက်ထားတယ်။ ဒီ ဓာတ်ကြီးလေးပါးဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု သဘာဝခြင်းကလည်း မတူကြဘူး။ ပထဝီက အတုံးအခဲ သဘောတွေရှိတယ်။ အာပေါက အရည်ပျော်တယ်၊ ဖွဲ့စည်းတဲ့သဘောရှိတယ်။ တေဇော က ပူတဲ့ အေးတဲ့ သဘောရှိတယ်၊ ရင့်ကျက်စေတဲ့ သဘောရှိတယ်။ ဝါယောက တွန်းကန်ပြီးတော့ လှုပ်ရှားစေတဲ့ သဘောရှိတယ်။ ဓာတ်ကြီးလေးပါးဟာ

http://www.dhammadownload.com

လူ့ခန္ဓာကိုယ်မှာ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မတူဘူး။ မျှမျှတတ ရှိနေရင်၊ အချိုးအစား ညီနေရင် လူတွေက ကျန်းမာတယ်လို့ ပြောကြတယ်။ မညီဘူးဆိုတာနဲ့ ပထဝီဓါတ် လွန်ကဲလာရင် ဘာဖြစ်လည်းဆိုတော့ ကြုံဖူးကြပါလိမ့်မယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး တောင့်တင်းနေတယ်။ ကျောကြီးကို တောင့်နေတာပဲ။ ခါးကြီးက တောင့်နေတာပဲ။ မလှုပ်နိုင်ဘူးလို့ ဒီလို မပြောကြဘူးလား။

အဲဒါ ပထဝီဓာတ်လို့ဆိုတဲ့ မြေဆိုးကြီးရဲ့ အကိုက်ခံရတာလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတယ်။ ပထဝီဆိုတဲ့ မြွေဆိုးကြီး ဖောက်ပြန်လာပြီဆိုရင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီး တစ်ခုလုံးဟာ တောင့်တင်းပြီးတော့ ဖြစ်သွားတယ်၊ မလှုပ်နိုင် မယှက်နိုင်ဖြစ်တယ်။ အချိုးအစား ညီရင်ညီ၊ မညီရင် ဒုက္ခပေးလိမ့်မယ်။

တစ်ခါ အာပေါဓာတ် လွန်ကဲတဲ့အခါ ဘာဖြစ်သလဲဆိုရင် လူ့ခန္ဓာကိုယ်မှာ ပိန္နဲသီးမှည့် အတွင်းကနေ ပုပ်သွားသလိုပဲ အရည်တွေ ထွက်မလာဘူးလား။ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာလည်း ပြည်တွေဖြစ်ပြီး အတုံးအခဲတွေ

http://www.dhammadownload.com

လည်း အရည်ပျော်သွားတယ်။ အာပေါဓာတ် ပျက်စီးသွားပြီဆိုရင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ အရည်ပျော်သွားတယ်။ ဒါက ဒုတိယမြွေဆိုးကြီးရဲ့ အနှိပ်အစက်ခံရတာပဲ။ ပထဝီနဲ့ အာပေါဟာ အချိုးအစား ညီရင်ညီ၊ မညီဘဲ ပထဝီလွန်ကဲလာလျှင် ပထဝီဆိုတဲ့ မြွေဆိုးကြီးရဲ့ အဆိပ် တက်တာပဲ။ အာပေါတွေ လွန်ကဲလာလျှင် အာပေါလို့ခေါ်တဲ့ ဒုတိယမြွေဆိုးကြီးရဲ့ အဆိပ်တွေ တက်လာတယ်။

တေဇောကျတော့ လူတွေမှာ အပူအအေး လွန်ကဲစေတယ်၊ တစ်ခါတရံ ဖျားတဲ့အခါ ခန္ဓာကိုယ် မပူဘူးလား။ ဖျားလို့ရှိရင် ကိုယ်တွေပူနေပါလား။ အဖျားတက်နေပါလားလို့ ပြောကြတယ်။ အဲဒါ တေဇောလို့ခေါ်တဲ့ မြွေဆိုးကြီးရဲ့ အဆိပ်တက်တာ။ အပူက ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ လေးမျိုးရှိတယ်။ **သန္တပ္ပန**၊ ဖျားတဲ့အခါ ကိုယ်ပူတဲ့အခါ အဲဒါ **သန္တပ္ပန တေဇော**။ ခုခေတ်ဆို ဆရာဝန်တွေ တိုင်းတာ (၁၀၁၊ ၁၀၂၊ ၁၀၃၊ ၁၀၄)တဲ့။ အဖျားကြီးတယ်ဆိုပြီး ပြောကြတယ်။ နောက်

http://www.dhammadownload.com

အပူတစ်မျိုးက ဘာလဲဆိုရင် **ဇီရဏ တေဇော**။ ဒီ **ဇီရဏ တေဇော** ဟာ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ တငွေ့ငွေ့ လောင်နေတယ်။ ဒါကြောင့်လူတွေဟာ အသက်ကြီးပြီး တဖြည်းဖြည်း အိုလာတာဟာ ဒီအဆိပ်တွေကြောင့်မို့ ဖြစ်တာ။ မျက်စိမှုန်၊ နားလေး၊ ခါးကိုင်း၊ ပါးရေတွန့်လာ၊ ခေါင်းဖြူ ပါးစပ်ထဲက သွားတွေကျွတ်ထွက်လာတယ်။ တဖြည်းဖြည်း အိုလာတာဟာ သူ့ဟာသူ အိုလာတာ မဟုတ်ဘူး။ **ဇီရဏ တေဇော** လို့ဆိုတဲ့ မြွေဆိုးကြီးရဲ့ အဆိပ်တက်လာတာ။ ဒီမြွေဆိုးကြီးရဲ့ အနှိပ်စက်ကို ခံရတာ။ ရပ်ထားချင်လို့ရပါ့မလား၊ မရဘူး။ လူတွေဟာ တဖြည်းဖြည်း အသက် ကြီးကြီးလာတယ်၊ အိုလာ တယ်။ လူတွင်လားလို့ဆို မဟုတ်ပါဘူး။ ပန်းပွင့်လေး တွေလည်း ပထမတော့ အဖူးအငုံကနေ ပွင့်လာတယ်၊ ကားလာတယ်။ တဖြည်းဖြည်း တစ်ရက် နှစ်ရက် ကြာလာတော့ ရင့်ရော်ပြီး ကြွေကျသွားတယ်။ သစ်သီး တွေလည်း ပထမတော့ နုနုထွတ်ထွတ်လေး၊ တဖြည်း ဖြည်း စိမ်းပြီး ရင့်လာတယ်။ နောက်ဆုံးကျတော့

http://www.dhammadownload.com

ဝါပြီးကြွေသွားတယ်။ အဲဒါ **ဇီရဏ တေဇောပဲ**။ လူတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။ ဒီတေဇောကြောင့် တဖြည်းဖြည်း ရင့်ရင့် အိုအိုပြီးတော့ ပါးရေတွေ တွန့်တာတို့၊ ခါးတွေကိုင်းတာတို့၊ နားတွေ ထိုင်းတာတို့ အကုန်လုံးဖြစ်တယ်။ ဒီမြွေဆိပ် တက်နေတာတဲ့။ တေဇောဆိုတဲ့ မြွေကြီးရဲ့အဆိပ်တွေ တက်တာ။

နောက်တစ်ခုကျတော့ **ဝါယော**။ လူတွေမှာ ဝါယောက (၆)မျိုးရှိတယ်။ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြန်ပြီး တော့ကြည့်။ (၆)မျိုးဆိုတာ ဝမ်းဗိုက်ထဲမှာ တည်တဲ့လေ ရှိတယ်။ တစ်ခါတရံ ဗိုက်ထဲက အသံမကြားရဘူးလား။ ဗိုက်ထဲမှာ တစ်ခါတစ်ခါ ဂွတ်ဂွတ်မြည်တာဟာ အဲဒီ လေပဲ။ နောက် အဲဒီကနေ ကြို့ထိုးတယ်။ လူတွေ ထမင်းစားပြီး လေတက်တာရော မရှိဘူးလား။ ရှိပါ တယ်။ အဲဒါက အပေါ်တက်တဲ့လေ။ နောက် အောက် စုန်တဲ့လေက ရှိသေးတယ်။ အောက်စုန်တဲ့ လေ၊ အပေါ်တက်တဲ့ လေ၊ အူတွေထဲမှာ အစာတွေကို တရွေ့ရွေ့နဲ့ သယ်ဆောင်သွားတဲ့လေက တစ်မျိုး၊

http://www.dhammadownload.com

နောက်ပြီး ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ် အပိုင်းတွေ လှုပ်ရှားလို့ရအောင် လည်ပတ်နေတဲ့ လေက တစ်မျိုး။ လူတွေ ပြောကြတယ်မို့လား။ မသွား နိုင်၊ မထနိုင်တော့ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လည်းဆိုတော့ လေဖြတ်သွားလို့။ ဝါယော ဆိုတာလည်း မြွေဆိုးကြီး လိုပဲ ဒုက္ခပေးတယ်။ ၂၄ နာရီလုံးလုံး ရပ်မရအောင် အမြဲတမ်းရှူရှိုက်နေရတဲ့ ထွက်လေ ဝင်လေ အားလုံး ပေါင်းလိုက်တော့ လေ(၆)မျိုးရှိတယ်။ လူ့ရဲ့ ခန္ဓာ ကိုယ်မှာ။ အဲဒီ လေ(၆)မျိုးတို့ဟာ ဝါယောဓာတ်ပဲ။ ဒီလေ(၆)မျိုးလုံးဟာ ဒုက္ခပေးတာချည့်ပဲ။ တစ်နေ့ကျလို့ ရှိရင် ဒီလေ(၆)မျိုးနဲ့ သူတွေဟာ အဆိပ်တက်ပြီးတော့ ဒုက္ခရောက်သွားကြတာ။

ပထဝီဓာတ်ကို စာပေထဲမှာ ဘယ်လိုခေါ်လည်း ဆိုရင် **ကဋ္ဌမုခမြွေ** လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီလိုမြွေမျိုးက ကိုက်လိုက်လို့ရှိရင် အဆိပ်ဟာ တစ်ကိုယ်လုံး သံချောင်းကြီးသွင်းထားသလို တောင့်တင်းသွားတယ်။ ကွေးလို့မရဘူး။ ညွတ်လို့မရတော့ဘူး။ လူတွေရဲ့

http://www.dhammadownload.com

သန္တာန်မှာ ပထဝီလွန်ကဲပြီး ပထဝီဓာတ် ပျက်သွားပြီ ဆိုလို့ရှိရင် တစ်ကိုယ်လုံး တောင့်သွားတယ်။

အာပေါဓာတ်ကိုတော့ **ပူတိမုခ** လို့ခေါ်တဲ့မြွေ။ အာပေါဓာတ် လွန်ကဲရင် ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ပုပ်ပွ ရင့်ရော် လာတယ်။ အသီးတစ်လုံး ပုပ်ပွသွားရင် အရည်တွေ ထွက်မလာဘူးလား။ ငှက်ပျောသီး၊ ပိန္နဲသီးတွေ ဘယ် အသီးပဲဖြစ်ဖြစ် ပုပ်ပြီဆိုရင် အရည်ထွက်တာပဲ။ အဲဒီလို ပုပ်သွားပြီဆိုရင် **ပူတိမုခ** လို့ဆိုတဲ့ မြွေကိုက်ခံရတာ။ အာပေါဓာတ်ပျက်စီးလို့ ဒုက္ခရောက်တာ။တေဇော ဓာတ် ကျတော့ အင်မတန်ပြင်းထန်တဲ့ ပူလောင်တဲ့မြွေ။ **အဂ္ဂိမုခ**၊ မီးနဲ့အလားတူတဲ့ နှုတ်သီးရှိတဲ့မြွေ။ အဲဒီမြွေ ကိုက်ရင် တစ်ကိုယ်လုံးပူလောင်လှတယ်ပြီး နောက်ဆုံး မှာ ပြာလိုဖြစ်သွားတယ်။ ဖွဲပြာလို ကျသွားတယ်။ တေဇောဓာတ် ပျက်လို့ရှိရင်လည်း လူဟာ ဒုက္ခ ရောက်တတ်တယ်။ ပူလောင်ပြီးနောက် **သတ္ထမုခ** ဆိုတဲ့ မြွေကိုက်လိုက်လျှင် လူ့ရဲ့သန္တာန်ဟာ အဆစ်တွေ ဘာတွေ အကုန်လုံးပြုတ်ပြီး တစ်ချို့ကျတော့

http://www.dhammadownload.com

လေသင်တုံးတို့၊ လေဖြတ်တာတို့ ဖြစ်သွားတယ်။ လေဖြတ်လို့ရှိရင် လမ်းမလျှောက်နိုင်ဘူး၊ ခြေမလှုပ်နိုင်ဘူး၊ စကားမပြောနိုင်ဘူး။ ဒီလိုဖြစ်သွားတယ်။

လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ဟောဒီ မြွေကြီးလေးကောင်ကို ရင်ဝယ်ပိုက်ထားရတာနဲ့ မတူဘူးလား။ ဘဝဆိုတာ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါ၊ ဝါယော ဆိုတာတွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားသည့် အတွက်ကြောင့် တို့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထဲမှာ မြွေကြီးလေးကောင် ရှိနေပါလားလို့ မြတ်စွာဘုရားက **(စတုဓာတု ဝဝတ္ထာန)** ဓာတ်လေးပါးကို ရှုပြီးတော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းပွားဖို့အတွက် မြွေကြီးလေးကောင်နဲ့ တင်စားပြီး ဟောတာ။

မြွေကြီးလေးကောင်က တစ်ခါတစ်ရံ သဘောကောင်းတယ်။ သဘောကောင်းတယ်ဆိုတာ ဓာတ်ကြီးလေးပါး ညီညွတ်နေရင် ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ လူတွေက အန္တရာယ်မရှိဘူးလို့ ထင်လာကြတယ်၊ သူတို့နဲ့ပဲ ပျော်ပျော်ပါးပါး နေနေကြတယ်။ သို့သော် ဒီမြွေလေးကောင်ဟာ တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် အကြိုက်

http://www.dhammadownload.com

ချင်း မတူညီသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ကောင်ကောင်က စိတ်ဆိုးပြီး ကိုက်လိုက်လို့ရှိရင် သေဖို့ပဲရှိတယ်။ ဒါကြောင့် လူ့လောကလူတွေ သေသေသွားကြတာက မြွေကြီးလေးကောင်ထဲက တစ်ကောင်ကောင်ကိုက်လို့ သေတာချည်းပဲ။ ဒါပေမယ့် လူတွေက မြွေမှန်း မသိကြဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ မသိလည်းဆိုရင် မဆင်ခြင်လို့ မသိတာ။

အဲဒီတော့ လူ့လောကဟာ အန္တရာယ်ကင်းသလား၊ မကင်းဘူးလားဆိုတာ ဆင်ခြင်ကြည့်တော့ မကင်းဘူး။ ဘယ်လိုပဲ ပြုစုပြုစု ဟောဒီ မြွေကြီးလေးကောင်နဲ့ နေတဲ့သူဟာ တစ်နေ့ အဆိပ်တက်မှာပဲ။ မြွေကြီးလေးကောင်က လွတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရှိသလား၊ မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ဘုန်းကြီးတို့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အန္တရာယ်ပေးနေတဲ့ မြွေကြီးလေးကောင်နဲ့ နေရတယ်ဆိုပြီး ပထဝီဓာတ်ရဲ့ သဘောတွေ၊ တေဇောဓာတ်ရဲ့ သဘောတွေ၊ အာပေါဓာတ်ရဲ့ သဘောတွေ၊ ဝါယောဓာတ်ရဲ့ သဘောတွေကိုဆင်ခြင်ပြီး ဒီ ပထဝီ၊ တေဇော၊

http://www.dhammadownload.com

ဝါယော၊ အာပေါ လို့ဆိုတဲ့ မြေကြီးလေးကောင်မှ လွတ်မြောက်တဲ့ ငြိမ်းချမ်းတဲ့နယ်မြေဟာ ဟိုဘက်ကမ်းလို့ဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ပဲ။ နိဗ္ဗာန်မရောက်မခြင်း ဒီဘက်ကမ်းမှာ နေနေရင်တော့ ဘယ်သူမှ လွတ်အောင် မရုန်းနိုင်ဘူးလို့ ပြောတယ်။

နောက်ပြီး ရန်သူငါးယောက်ရှိတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ တစ်တွေ ဘဝထဲမှာနေတဲ့အခါ မိတ်ဆွေတွေနဲ့နေရတာ မဟုတ်ဘူး။ ရန်သူတွေနဲ့ နေရတာ။ ရန်သူတွေက ဘယ်သူတွေလည်းဆိုရင် ရူပက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၊ သညာက္ခန္ဓာ၊ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၊ ဉပါဒါန-က္ခန္ဓာ လို့ခေါ်တဲ့ ခန္ဓာ(၅)ပါးပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက ခန္ဓာ (၅)ပါးဟာ ရန်သူတဲ့။ ရန်သူဆိုတာ ကိုယ့်အကျိုးစီးပွား ကို မလိုလားသူကို ရန်သူလို့ ခေါ်တယ်။ ကိုယ် ကောင်းစားတာကို မလိုလားသူကို ရန်သူလို့ခေါ်တယ်။ ရန်သူလို့ခေါ်တာတင် မကဘူး။ မြတ်စွာဘုရားက လူသတ်သမား(၅)ယောက်လို့ နာမည်ပေးထားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

လောကမှာ ဝေါဟာရအားဖြင့် ပြောကြတယ်။ ဘယ်သူဖြင့် သေသွားပြီ၊ ဘယ်သူဖြင့် ဆုံးသွားပြီတဲ့။ ဘယ်သူကသတ်တာလဲဆိုရင် ခန္ဓာ(၅)ပါးကသတ်တာ။ ဘယ်သူကမှ လာမသတ်ဘူး။ ဒီ ခန္ဓာ (၅)ပါးကိုက သေတတ်တဲ့ သဘောရှိတယ်။ ခန္ဓာ (၅)ပါးဟာ ရန်သူလား မိတ်ဆွေလား စဉ်းစားကြည့်ရအောင်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရ,ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ဘာဖြစ်လဲ။ ငယ်ရွယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုရင် အမြဲတမ်း လှလို့၊ ဝလို့၊ အမြဲတမ်း ကျန်းမာလို့ မနေချင်ဘူးလား။ အဲဒီ ရုပ်ခန္ဓာက ကိုယ်ဖြစ်ချင်တိုင်းဖြစ်ရဲ့လား။ မဖြစ်ပါဘူး။ မိတ်ဆွေဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့အလိုကျ လိုက်လျောတယ်။ ရန်သူဆိုတာ ကိုယ်နဲ့ဆန့်ကျင်ဘက် လုပ်တယ်။ ရုပ်တရားဟာ ကိုယ်နဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်လုပ်လား၊ လိုက်လျောလား။ ရုပ်တရားတွေက ဆန့်ကျင်ဘက် လုပ်နေတာ။ မျက်စိမမှုန်ချင်ဘူး၊ မှုန်တာပဲ။ နားမထိုင်းချင်ဘူး ထိုင်းတာပဲ။ ဆံပင်မဖြူချင်ဘူး ဖြူလာမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ပါးရေ မတွန့်ချင်ဘူး၊ တွန့်လာမယ်။ ကိုယ်ပြောတာ တစ်ခုမှ နားမထောင်ဘူး။ ဆန့်ကျင်ဘက်လုပ်တယ်။

နောက်ဆုံး ဒီခန္ဓာဟာ ထာဝရမမြဲတဲ့အရာ ဖြစ်သောကြောင့် အကြောင်း တစ်ခုခုကြောင့် အကြောင်းမညီညွတ်တော့ဘူးဆိုရင် ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဟာ သူ့ရဲ့သဘာဝ ရပ်စဲလိုက်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် လူဟာ သေရတာပဲ မဟုတ်လား။ လူမသေခင်ပဲ မျက်စိ ကွယ်သွားတယ်၊ နားကန်းသွားတယ်၊ လူမသေခင်ကပဲ တစ်ချို့ရုပ်တွေ ပျက်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာ ဘုရားက **ဝဓကံ ရူပံ**– ရုပ်တရားဆိုတာ၊ **ဝဓက**– လူသတ်သမားပဲ။ သူပဲ လူတွေကိုသတ်တာ။ ဒီ့ပြင်လူက သတ်တာမဟုတ်ဘူး။ အတွင်းလူသတ်သမားပဲ။

ထို့အတူ ဝေဒနာ ဆိုတဲ့ ခံစားချက်ကိုကြည့်။ လူတွေက ခံစားချက်နဲ့ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် ခံစားချက် က အနည်းဆုံးသုံးမျိုးရှိတယ်။ သုခရယ်၊ ဒုက္ခရယ်၊ အဒုက္ခမသုခရယ်။ သုခဆိုတာ ကိုယ်ချမ်းသာ စိတ် ချမ်းသာ။ ဒုက္ခ ဆိုတာ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ။

http://www.dhammadownload.com

အဒုက္ခမသုခဆိုတာ ချမ်းသာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ဆင်းရဲတာလည်း မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့ ခံစားချက်။ အာရုံပေါ်မှာ ဒီလို ခံစားချက်သုံးမျိုးဟာ တခါတခါ လှည့်ပြီး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ခံစားချက်သုံးမျိုးသည် တည်မြဲနေတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။

ကဲ တရားချစ်ခင် သူတော်စင်ပရိသတ်တို့ စဉ်းစားကြည့်။ အစဉ်ထာဝရ ဝမ်းနည်းနေတာ မရှိသလို အစဉ်ထာဝရ ဝမ်းသာနေတာရော ရှိရဲ့လား။ ဝမ်းနည်းတာလည်း တစ်ခဏပဲ၊ ဝမ်းသာတာလည်း တစ်ခဏပဲ။ လောကမှာလူတွေ ဝမ်းနည်းစရာရှိရင် ဝမ်းနည်းပြီး အခု ငို၊ တော်လေးကြာ ရယ်နေကြတာ တွေ့ရပြန်တယ်။ အခု ရယ်၊ တော်လေးကြာ ငိုတာ တွေ့ရပြန်တယ်။ မတွေ့ရဘူးလား။ ဘယ်ဟာမှ မတည်မြဲဘူးတဲ့။ ဝေဒနာဟာလည်း သူ့သက်တမ်းအရ သေသေသွားတာ ဖြစ်သောကြောင့် သူသေရင်လည်း ကျန်တာတွေ သေရတာဖြစ်လို့ သူ့ကို လူသတ်သမား၊ ရန်သူတဲ့။ ကိုယ်က ဝမ်းသာချင်တယ်၊ သူက ဝမ်းနည်းတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဝမ်းသာတာကို ဝမ်းနည်းတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အလိုကို လိုက်တာလား၊ ဆန့်ကျင်တာလား။ ဆန့်ကျင်တာပါ။ ဆန့်ကျင်တဲ့အတွက်ကြောင့် သူ့ကို ရန်သူလို့ သတ်မှတ်တာ။

ထို့အတူပဲ **သညာ**၊ **သညာ** ဆိုတာ အာရုံတစ်ခုခုကို တွေ့လိုက်တဲ့အခါမှာ စိတ်ထဲမှာ မှတ်တမ်းတင်လိုက်တာ၊ မှတ်လိုက်တယ်။ ဆိုပါစို့ အဖြူ အဝါ၊ အနီ၊ အစိမ်း အရောင်ကိုကြည့်ပြီးတော့ မှတ်လိုက်တယ်။ နောက်တစ်ခါတွေ့ရင် အရင်တစ်ခါ မှတ်ထားတဲ့ အတိုင်းပဲ ဒါက အဖြူ ဒါက အနီ၊ ဒါက အစိမ်း၊ ဒါက အဝါ မသိဘူးလား။ အဲဒါ **သညာ** ကြောင့် သိတာ။ လူဆိုရင်လည်း မှတ်လိုက်တယ်လေ။ ပထမ စတွေ့တဲ့ ဒီလူကို အရပ်ရှည်ရှည် (သို့) အရပ်ပုပု။ ပိန်ပိန် (သို့) ဝဝ။ အသားအရောင် ဖြူတယ်၊ ညိုတယ် တစ်ခါတည်း မှတ်လိုက်တာ။ အဲဒီမှတ်ထားတဲ့အတိုင်း နောက်တစ်ခါ ပြန်တွေ့တော့ မသိဘူးလား။ အဲဒါ **သညာ**ရဲ့ သဘောတွေတဲ့။ အဲဒီလို **သညာ**ကမှတ်ထားတဲ့ **သညာ**ဟာ

http://www.dhammadownload.com

လည်း တည်မြဲတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ သူလည်း တစ်ခဏပဲ ဖြစ်ပြီးတော့ တစ်ခဏပဲပျက်သွားတာ ဖြစ်သည့်အတွက် ကြောင့် ရန်သူပဲ။ ကိုယ်မှတ်ချင်တဲ့အတိုင်း မှတ်လို့ မရဘူး။ **သညာ** ပျောက်သွားတာတွေ အများကြီး ရှိတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ လွဲမှားစွာ ပြောတာတွေရှိတယ်။ ဒါကြောင့် **သညာ**ဟာလဲ ကိုယ့်ဆန္ဒအတိုင်းမဖြစ်ဘူး ဆန့်ကျင်တတ်လို့ ရန်သူလို့ ဒီလိုသတ်မှတ်တယ်။

ထို့အတူ သင်္ခါရဆိုတာ အတွေးတွေ၊ အကြံတွေ၊ လိုချင်တာတွေ၊ မုန်းတီးတာတွေ စသည်ဖြင့် လူရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့၊ ကျန်တဲ့ သဘောတရားတွေ ဟာလည်းပဲ တည်မြဲတယ်ဆိုတာ တစ်ခုမှ မရှိဘူး။ ဒို့ပြင်ဟာ မကြည့်နဲ့ စိတ်ဆိုးတာပဲကြည့်။ စိတ်ဆိုးတယ် ဆိုတာ အမြဲတမ်း ဆိုးတာလား၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဆိုးတာ လား။ တစ်ခါတစ်ရံ ဆိုးတာဟာ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့ အနိဋ္ဌာရုံနှင့်တွေ့လို့ ကိုယ်မကြိုက်တာဖြစ်ရင် စိတ်ဆိုး တယ်။ ဣဋ္ဌာရုံနဲ့တွေ့ရင် မဆိုးပြန်ဘူး။ ဖြစ်လာပြီးတော့ လည်း တည်နေတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တိုင်း

http://www.dhammadownload.com

မဖြစ်ဘူး။ ဆိုင်ရာ အာရုံပေါ်မှာ ကြည့်ပြီးဖြစ်တဲ့အတွက် ကြောင့် ကိုယ့်ဆန္ဒပေါ်မှာ မလိုက်လျောလို့ ရန်သူလို့ သတ်မှတ်တယ်။ သူလည်းပဲ သူ့ရဲ့ သက်တမ်း အားလျော်စွာ တစ်ခဏလေးဖြစ်ပြီး တခဏလေး ပျက်သွားတယ်။ သူလည်း လူသတ်သမားတဲ့။

နောက်ဆုံးတော့ ဝိညာဏ်ဆိုတဲ့ အသိစိတ်လေး ကလည်း ဘယ်လောက် လျှင်မြန်စွာ အာရုံတွေပေါ်မှာ ပြေးလွှားနေတယ်ဆိုတာ သာမန်နေရင် မသိဘူး။ မျက်စိကမြင်လိုက်ရင် မြင်လိုက်တဲ့အာရုံကို ရောက်သွား တယ်။ နားက အသံကြားရင် ကြားတဲ့အသံကို ရောက် သွားတယ်။ နှာခေါင်းက အနံ့ရရင် အနံ့ရတဲ့ဆီ ရောက် သွားတယ်။ တစ်နေရာတည်းမှာ ရပ်တည်ပြီး မနေဘူး။ စိတ်ကို မြတ်စွာဘုရားက မျောက်နှင့် ဥပမာပေးထား တယ်။ မျောက်ဆိုတဲ့ အကောင်က တောထဲမှာ သစ်ပင် ပေါ် နေလို့ရှိရင် ဒီသစ်ကိုင်း ဆွဲလိုက်၊ ဟိုသစ်ကိုင်း ဆွဲလိုက်၊ ဟိုဘက်ကူးလိုက်၊ ဒီဘက်ကူးလိုက် ငြိမ်နေတဲ့ အခါဆိုတာ မရှိဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ထို့အတူပဲ အသိစိတ်လေးဟာ မျက်စိနှင့် မြင်တဲ့ အာရုံ၊ နားနှင့်ကြားတဲ့ အာရုံ၊ နှာခေါင်းက နံတဲ့ အာရုံ မျိုးစုံရောက်တယ်။ အိမ်မှာနေရင်းနဲ့ မျက်စိကမြင်ရင် မြင်တဲ့ဘက် စိတ်ကရောက်သွားပြန်ရော။ တစ်နေရာက ဒေါက်ကနဲ အသံကြားရင် ကြားတဲ့ဆီ ရောက်သွား တယ်။ အနံ့ကလေး နံလာရင် ဘာနံ့လည်းလို့ စိတ်က ရောက်သွားပြန်တယ်။ တရားအားထုတ်ပြီး ထွက်လေ၊ ဝင်လေကို မှတ်ပြီးကြည့်လိုက် ဘယ်လောက်ကြာ အောင် မှတ်နိုင်သလဲလို့ အကျင့်ရအောင် လုပ်ရတယ်။ အကျင့်မရရင် ဒီအာရုံလေးမှာ တားလို့ကိုမရဘူး၊ ပြေးနေတယ်။ ပြေးနေတဲ့ သဘာဝတရားသည် ကိုယ် ဖြစ်ချင်တာကို မဖြစ်ဘူး။ ဖြစ်စေချင်တိုင်း မဖြစ်သည့် အတွက် ဒီစိတ်ကလေးဟာ မိတ်ဆွေမဟုတ်ဘူး။ ရန်သူဖြစ်နေတယ်တဲ့။

တစ်ခဏလေးအတွင်းမှာ ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတဲ့ အတွက်ကြောင့် သူလည်း လူသတ်သမားပဲ။ လူ့ရဲ့ သန္တာန်မှာ အသိစိတ်လေးဆုံးသွားရင် ကျန်တဲ့ သဘာဝ

http://www.dhammadownload.com

တရားတွေလည်း အကုန်ပျက်စီးသွားတယ်။ ခန္ဓာငါးပါး ရထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ မသေရဘူးလား။ ဘာဖြစ်လို့ သေရတုန်းဆိုတော့ ဆိုင်ရာ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်လာတာ။ ဆိုင်ရာအကြောင်း ပျက်စီးသွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် သူတို့လည်း ပျက်စီးသွားတာပဲ။ စောင်းကလေးကို တစ်ချက်တီးလိုက်ရင် အသံမထွက်ဘူးလား။ မတီးဘဲထားလိုက်ရင် အဲဒီအသံဟာ ပျောက်သွားသလား။ တီးတဲ့အချိန်လေး ပေါ်လာတာ။ မတီးလို့ ရပ်လိုက်တာနဲ့ အသံ ပေါ်ထွက်မလာတော့ဘူး။ အကြောင်းရှိတဲ့ အချိန်မှ ပေါ်လာတာ။ အကြောင်းမရှိတဲ့အချိန် မပေါ်ဘူးဆိုတာ ထင်ရှားတယ်။

ဟေတုံ ပဋိစ္စ သမ္ဘူတာ၊ ဟေတုဘင်္ဂါ နိရုဇ္ဈရေ– အကြောင်းရှိရင် ပေါ်လာပြီးတော့ အကြောင်းပျက်သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဒါတွေဟာ ပျောက်သွားတယ်။ မတည်မြဲတဲ့ သဘောလေးကို ပြောတာ။ ဒီဘဝ ဒီဘက်မှာရှိတဲ့ ဘဝသံသရာထဲမှာနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သူတို့ ရထားတာ ခန္ဓာငါးပါးဖြစ်တယ်။ ခန္ဓာငါးပါးသည်

http://www.dhammadownload.com

သေတတ်တဲ့ သဘောရှိလို့ မြတ်စွာဘုရားက ခန္ဓာ (၅)ပါးကို သူသတ်သမားလို့ ဟောထားတယ်။ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း မဖြစ်လို့ ရန်သူလို့ ဟောထားတာ။ အဲဒီတော့ ခန္ဓာငါးပါး ရ,ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ ငြိမ်းချမ်းတာ ဟုတ်ရဲ့လား။ တကယ်တော့ လုံးဝ မငြိမ်းချမ်းဘူး။ ဟိုကဖြစ်လိုက် ဒီကဖြစ်လိုက်နဲ့ လူတွေ ဒုက္ခရောက်နေကြတယ်။ ခဏတဖြုတ် ထိုင်နေရင် တရားနာရင်းနဲ့တောင် ဟိုနားက နာလိုက်၊ ဒီနားက နာလိုက်နဲ့ ညောင်းလာတာတွေ တွေ့ရတတ်တယ်။ အမြဲတမ်းဖြစ်နေတာ။ ဒါကြောင့် အန္တရာယ်ကင်းပြီး ငြိမ်းချမ်းတဲ့နေရာ မဟုတ်ဘူး။ ဘဝဆိုတာ ပြဿနာတွေနဲ့ချည်းပဲ။

နောက်တစ်ခုက အတွင်းရန်သူဆိုတာ ဘယ်သူ့ပြောတာလဲဆိုတော့ **နန္ဒီရာဂ** ဆိုတဲ့ တပ်မက်တဲ့တဏှာ။ အဲဒီ တပ်မက်တဲ့ တဏှာကလည်းပဲ လူတကာကို ဒုက္ခပေးလို့ အတွင်းကရန်သူလို့ ခေါ်တယ်။ သူနဲ့တွေ့လို့ လူတိုင်း ဒုက္ခရောက်နေတာ။ အခု ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ

http://www.dhammadownload.com

ဘဝတစ်ခုရနေတဲ့ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းဆိုတဲ့ ဆင်းရဲကအစ ပြဿနာမျိုးစုံ တွေ့ကြုံနေရတာ ဘယ်သူ့ကြောင့်လဲဆိုရင် **နန္ဒီရာဂ** ဆိုတဲ့ တဏှာကြောင့်ပဲ။

အဲဒီ လိုချင်တပ်မက်တဲ့တဏှာ ရှိခဲ့သည့်အတွက်ကြောင့် ဘဝတစ်ခုကိုရတယ်။ ဘဝတစ်ခု ရလာလို့ ဒုက္ခမျိုးစုံ တွေ့နေရတယ်ဆိုတော့ **နန္ဒီရာဂ** လို့ဆိုတဲ့ တဏှာသည် ဒုက္ခပေးတတ်သောကြောင့် ရန်သူတဲ့။ လောကမှာ လူတွေက ပြောကြတယ် "ဒီကောင်တော်တော် ဒုက္ခပေးတယ်၊ တို့ရဲ့ရန်သူပဲ" လို့ ဒီလိုသတ်မှတ်ကြတယ်။ ဒုက္ခပေးနေတာကို ရန်သူလို့ သတ်မှတ်မယ်ဆိုရင် ဘဝမှာ ဒုက္ခအပေးဆုံးက ဘယ်သူလဲဆိုတော့ **နန္ဒီရာဂ** လို့ဆိုတဲ့ အာရုံပေါ်မှာ တွယ်တာပြီး နှစ်သက်တဲ့ သဘာဝတရားပဲ။ ဒီပြင်လူကို လက်ညှိုးမထိုးနဲ့။ တကယ့် ရန်သူအစစ်က ဒါပဲ။ တို့တစ်တွေဟာ တဖြည်းဖြည်း အိုအိုလာရတာ သူ့ကြောင့်ပဲ။ သူလုပ်လိုက်တာတွေဟာ ပြဿနာချည်းပဲ။ သူဖန်တီးလိုက်တဲ့အတွက်ကြောင့် တဖြည်း

http://www.dhammadownload.com

ဖြည်း အိုလာရတယ်၊ နာလာရတယ်၊ နောက်ဆုံး သေသွားပြန်ပြီ၊ သေသွားပြီး လွတ်သွားလား၊ မလွတ်ဘူး။ နောက်ဘဝတစ်ခါ ဆက်ပြန်တယ်။ အိုလိုက်၊ နာလိုက်၊ သေလိုက်နဲ့ ဒီလိုသွားတာ။ ဒါကြောင့် **နန္ဒီရာဂ** ကို "အတွင်းရန်သူ" လို့ ဒီလိုပြောတာ။

အဲဒီ **နန္ဒီရာဂ** ဆိုတဲ့ အတွင်းရန်သူကိုလည်း ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ရှုမြင်နိုင်အောင် ရှုမြင်ရမယ်။ သူ့ရဲ့ ဒုက္ခပေးပုံကိုလည်း နားလည်ရမယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မစကြာမှာလည်း ဟောထားတယ်။ **'ယာယံ တဏှာ နန္ဒီရာဂသဟဂတာ တတြတတြာဘိနန္ဒိနီ'** ဒုက္ခသမုဒယ၊ ဒုက္ခဖြစ်စေတတ်တဲ့ တရားလို့ ဒီလို ဟောထားခဲ့တာ။ အဲဒီတော့ ဒုက္ခပေးလို့ရှိရင် ရန်သူ ခေါ်မလား မိတ်ဆွေခေါ်မလား၊ ရန်သူပဲခေါ်ရမယ်။ သူပေးလိုက်တာတွေက ကိုယ့်မှာ ဒုက္ခတွေကြီးပဲ။ အဲဒီတော့ ဒီကောင်က တို့ကို သိပ်ဒုက္ခပေးတာပဲလို့ ဆိုပြီးတော့ လူတွေက မုန်းတီးကြတယ်။ အဲဒီလူ ဒုက္ခပေးတာထက် ပိုဒုက္ခပေးနိုင်တာက ကိုယ့်ရဲ့

http://www.dhammadownload.com

အတွင်းထဲမှာဖြစ်တဲ့ အာရုံတွေပေါ် တပ်မက်တဲ့ တဏှာရာဂ က ပိုဒုက္ခပေးတယ်လို့ ဒီလိုသတ်မှတ်ရမယ်။

အေး၊ **နန္ဒီရာဂ** ဆိုတဲ့ရန်သူ ရှိနေသည့်အတွက်ကြောင့် ဒီဘက်ကမ်းဟာ မငြိမ်းချမ်းဘူး။ ဘယ်လိုမှ ငြိမ်းချမ်းအောင် တည်ဆောက်လို့ မရဘူး။

ဒါဖြင့် ကောင်းပြီ၊ တစ်ခြား ဘာပြဿနာတွေ ရှိသေးတုန်းဆိုတော့ ခြောက်အိမ်စုရွာဆိုတာ ဒီဘက်ကမ်းမှာ ရှိသေးတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ တစ်တွေဟာ ခြောက်အိမ်စုရွာကလေးမှာနေကြတယ်။ ခြောက်အိမ်စုရွာ ဆိုတာ တစ်ခြားကိုပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ စက္ခု၊ သောတ၊ ဃာန၊ ဇိဝှါ၊ ကာယ၊ မန လို့ဆိုတဲ့ **အဇ္ဈတ္တိကာယတန** ခြောက်ပါးကို ပြောတာတဲ့။ ဘုန်းကြီးတို့ တစ်တွေမှာ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ် ရှိတယ်၊ မျက်စိပါတယ်။ မျက်စိပါသည့်အတွက်ကြောင့် မြင်စရာအာရုံတွေကို မြင်ရတယ်။ နားပါသည့်အတွက်ကြောင့် အသံတွေကိုကြားရတယ်။ နှာခေါင်းပါသည့် အတွက်ကြောင့် အနံ့တွေကို ရတယ်။ လျှာပါသည့်

http://www.dhammadownload.com

အတွက်ကြောင့် အရသာသိရတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ပါသည့် အတွက်ကြောင့် အထိအတွေ့။ စိတ်ပါသည့်အတွက် ကြောင့် စိတ်ကူးစိတ်သန်း အာရုံတွေကို ရယူနိုင်တယ် တဲ့။ အဲဒီ ခြောက်မျိုးက တစ်ခုနဲ့တစ်ခုမတူဘူး။

အဲဒီ အဇ္ဈတ္တိက အာယတန(၆)ပါး ခြောက် အိမ်စုရွာကလေးကို လေ့လာကြည့်လိုက်မယ်၊ အနှစ် သာရ လိုက်ရှာကြည့်လိုက်မယ် ဆိုရင် ဘာမှမရှိဘူး။ မျက်စိထဲမှာ အနှစ်သာရရှာကြည့်စမ်း ဘာမှမရှိဘူး။ ခိုင်မာတာလည်း တစ်ခုမှမရှိဘူး။ မြဲတာလည်း တစ်ခုမှ မရှိဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ စက္ခုကလာပဆိုတာ ရုပ်(၁၀)မျိုးနဲ့ ဖွဲ့ထားတာ။ ဘာနဲ့ဖွဲ့တာတုန်းဆို ခုနက မြေကြီးလေးကောင်လို့ခေါ်တဲ့ ဓာတ်ကြီးလေးပါး ပါတယ်။ အဆိပ်ပြင်းတဲ့ မြွေကြီးလေးကောင် ပါတယ်။ နောက် အဆင်းဆိုတဲ့ အာရုံ တစ်ခုပါတယ်၊ အနံ့ဆိုတာ ပါတယ်၊ အရသာဆိုတာ ပါတယ်၊ ဩဇာဓာတ်ဆိုတာ ပါတယ်။ အဲဒီ ရှစ်ခုမှာ စောင့်ရှောက်တတ်တဲ့ ဇီဝဓာတ် ဆိုတာ ပါတယ်။ အဲဒီထဲမှာ စက္ခုပသာဒ အရိပ်လာထင်

http://www.dhammadownload.com

တဲ့ မျက်လုံးအကြည်ကလေးဆိုတာ ပါတယ်။ အဲဒီ မျက်လုံးအကြည်လေးနဲ့ ကျန်တဲ့ ရုပ်ကိုးခုပေါင်းပြီး တော့မှ မျက်လုံးဆိုတာလေးကို သတ်မှတ်ထားတာ။

အဲဒီ စက္ခုပသာဒရုပ်လေးဟာ ကံကြောင့် ဖြစ် တယ်။ သူနဲ့ ယှဉ်တွဲတာလည်း ကံကြောင့် ဖြစ်တာ။ ကံတရားကြောင့် ဖြစ်လာပေမယ့် ဥတုက ထောက်ပံ့ ပေးထားရတယ်၊ အာဟာရက ထောက်ပံ့ပေးထား ရတယ်၊ စိတ်ဓာတ်က ပံ့ပိုးပေးရတယ်။ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရဆိုတဲ့ အကြောင်း(၄)ပါးက ထောက်ပံ့ ပေးထားလို့ ရုပ်တည်နိုင်တာ။ အကြောင်း(၄)ပါး ပြိုကွဲ သွားတာနဲ့ သူလည်းပြိုကွဲသွားမှာပဲ။ အထဲထဲ ဝင်ရှာ ကြည့်လို့ရှိရင် မျက်စိထဲမှာ အနှစ်သာရ ခိုင်မာတယ် ဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှမရှိဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့်မို့ ခြောက် အိမ်စု ရွာကလေးထဲမှာ ဘာမှမရှိဘူး။ အိမ်တွေက အခေါင်းကြီးပဲလို့ ဒီလိုပြောတာ။ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ် ဆိုတဲ့ ခြောက်အိမ်စုရွာ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေမှာ မရှိဘူးလား၊ ရှိနေတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီ ခြောက်အိမ်စုရွာကို ဝင်ဝင်ပြီးတော့ မကြာခဏ ဒုက္ခပေးနေတဲ့ ဓားပြ (၆)ယောက်က ရှိသေးတယ်။ အဲဒီ ဓားပြ(၆)ယောက်ဆိုတာ ဘာတွေလဲဆိုရင်, ရူပါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊ ဓမ္မာရုံ လို့ဆိုတဲ့ အာရုံ(၆)ပါးပဲ။ မျက်စိကနေပြီး ရူပါရုံက ဝင်မလာဘူးလား။ မျက်စိဖွင့်လိုက်တာနဲ့ မြင်စရာအာရုံကိုမြင်တယ်။ နှစ်သက်စရာအာရုံဆိုရင် လောဘ ဖြစ်လိုက်တယ်။ မနှစ်သက်စရာ အာရုံဆိုရင် ဒေါသ ဖြစ်လိုက်တယ်။ မျက်စိထဲမှာ လောဘ ဖြစ်လိုက်၊ ဒေါသ ဖြစ်လိုက် ဆိုတော့ အသိပညာလို့ဆိုတဲ့ ရတနာတွေကို လုယက်တိုက်ခိုက်တာနဲ့ အဓိပ္ပာယ် မတူဘူးလား။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိကြတဲ့ မျက်စိ။ မျက်စိကနေ လှတဲ့အာရုံကို မြင်ပြီးတော့ လိုချင်တဲ့ စိတ်တွေဖြစ်ရင် လောဘ ဖြစ်သွားတယ်။ လောဘ ဖြစ်တယ်ဆိုရင် အသိပညာကို ဖျက်စီးပစ်တာပဲ။ တန်ဖိုးရှိတဲ့ ကုသိုလ်တွေ အလုအယက် ခံနေရတာ။ ဘယ်သူက လုတာတုန်းဆိုရင်

http://www.dhammadownload.com

ရူပါရုံနဲ့တွေ့လို့ ရူပါရုံကိုတပ်မက်တဲ့လောဘက လာလု သွားတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပဲ။

လူတွေရဲ့ စိတ်ဆိုတာ အာရုံနောက် လိုက်တာ မဟုတ်လား။ အာရုံနောက် လိုက်သည့်အတွက် လှပတဲ့ အာရုံနောက်လိုက်တော့ လောဘ ဖြစ်သွားသည့် အတွက်ကြောင့် ထိုအာရုံရဲ့ သဘာဝကို သိသေးရဲ့ လား။ ထိုအာရုံရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို မသိလိုက်တာဟာ ပညာဆုံးရှုံးသွားတာလို့ ခေါ်တယ်။ ထိုအာရုံလေး ပေါ်မှာ စိတ်တည်ကြည်အောင် မလုပ်နိုင်တာ၊ သဘာဝ ကို သိအောင် သတိလေးနဲ့ စူးစိုက်မထားနိုင်တာကို သတိဆုံးရှုံးသွားတယ်လို့ ခေါ်တယ်။ လောဘဖြစ်လိုက် တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ထိုအာရုံရဲ့ တိုက်ခိုက်မှုကို ခံလိုက် ရပြီ။ ဒေါသဖြစ်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ထိုအာရုံရဲ့ တိုက်ခိုက်မှုကို ခံရပြီ။

အကြမ်းဖျင်း ပြောရလို့ရှိရင် ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ မျက်လုံးလေးဖွင့်လိုက်တာနဲ့ မြင်စရာအာရုံကို မမြင်ဘူး လား။ မြင်လိုက်တဲ့အခါမှာ နှစ်သက်စရာအာရုံဆိုရင်

http://www.dhammadownload.com

လိုချင်တဲ့စိတ် မပေါ်ဘူးလား။ အဲဒါ လူဆိုးဓားပြ အတိုက်ခံရတာလို့ ခေါ်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် ကိုယ့်သန္တာန်မှာ အင်မတန်တန်ဖိုးရှိတဲ့ အချိန်ပိုင်းလေးတွေဟာ လောဘဖြစ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ ကုသိုလ်တွေ လုံးဝပျက်စီးသွားတယ်။ ကုသိုလ်တွေ မဖြစ်နိုင်ဘဲနဲ့ အကုသိုလ်တွေ ဖြစ်သွားတယ်။ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့ အနိဋ္ဌာရုံလေးကို ကြည့်ပြီးတော့ ဒေါသဖြစ်မသွားဘူးလား။ ဖြစ်သွားလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ကိုယ့်သန္တာန်ထဲမှာ ဘာတွေပျက်စီးသွားတုန်းဆို အသိဉာဏ်တွေ ပျက်စီးသွားပြီ၊ သတိတွေ ပျက်စီးသွားပြီ။ တန်ဖိုးရှိတာတွေ။ အာရုံကို အမှန်အတိုင်း သိရမယ့်အစား လောဘက ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒေါသက ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတော့ ပစ္စည်းကို လုယူသွားတာနဲ့ မတူဘူးလား။ တူတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဓားပြ(၆)ယောက်ကလည်း ဒီရွာထဲကို ခဏခဏ ဝင်ပြီးတော့ မွှေနေတယ်လို့ ပြောတာ။

http://www.dhammadownload.com

သာယာတဲ့အသံကလေး နားက ဝင်လာတော့ လောဘဖြစ်လိုက်တယ်၊ မကြိုက်ရင် ဒေါသ ဖြစ်လိုက်တယ်။ မွှေးကြိုင်တဲ့ အနံ့ကလေး လောဘဖြစ်လိုက်တယ်။ နံစော်တဲ့အနံ့ကျတော့ ဒေါသဖြစ်လိုက်တယ်။ ကောင်းတဲ့ အရသာဆိုရင် လောဘ ဖြစ်လိုက်တယ်။ မကောင်းတဲ့ အရသာကျတော့ ဒေါသဖြစ်လိုက်တယ်။ လူတွေရဲ့ သန္တာန်မှာကြည့်၊ လောဘဖြစ်လိုက်တိုင်း၊ ဒေါသ ဖြစ်လိုက်တိုင်း သဒ္ဓါတို့၊ ဝီရိယတို့၊ သတိတို့၊ ပညာတို့ ဆုံးရှုံးမသွားဘူးလား။ အဲဒါ ဓားပြဝင်တိုက်တာနဲ့ အတူတူပဲပေါ့။ မသိ မသာဆိုရင် အခုခေတ်က အနုကြမ်းစီးတယ်လို့ ခေါ်တာမဟုတ်လား။ နုလည်းနု၊ ကြမ်းလည်း ကြမ်းတယ်ပေါ့။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ရှိတာတွေ အကုန် ပါပါပြီးတော့ သွားတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီဘက်ကမ်းက ခြောက်အိမ်စုရွာကလေးမှာ အမြဲတမ်း ဓားပြ (၆)ယောက်ရဲ့ အမွှေခံနေရသည့် အတွက်ကြောင့် ငြိမ်းချမ်းမှု မရှိဘူးတဲ့။ ဒီဘက်ကမ်းမှာ မြွေကြီး (၄)ကောင်ကလည်း ဒုက္ခပေးတယ်။ လူသတ်သမား

http://www.dhammadownload.com

(၅)ယောက်ကလည်း ဒုက္ခပေးတယ်။ အတွင်းလူ တစ်ယောက်ကလည်း အန္တရာယ်ပြုနေတယ်။ ခြောက် အိမ်စု ရွာကလည်း မလုံခြုံဘူး။ ဓားပြ(၆)ယောက်က အမြဲတမ်း ဒုက္ခပေးနေတယ်။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထဲမှာ ငြိမ်းချမ်းပြီး အနှစ်သာရ ရှိတာ ရှာလို့တွေ့ပါဦးမလား၊ မတွေ့ပါဘူး။ လူတွေက ကြိုက်နေကြတဲ့ ဘဝဆိုတာ အဲဒါပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရား က ဒုက္ခလက္ခဏာထင်အောင် ဒီသုတ်ကိုဟောတာ။ အဆိုးထဲမှာ အကောင်းတွေ နည်းနည်းလေးရှိပေမယ့် အဆိုးတွေချည်းပဲ မြတ်စွာဘုရားက ရှာပြထားတာ။ လူတွေက အဆိုးကို မတွေးချင်ဘူး။ အကောင်းလေးပဲ တွေးချင်တယ်။ အဆိုးဆို မစဉ်းစားချင်ဘူး၊ မသိချင် ဘူး။ မသိကျိုးကျွံပြုတဲ့ အလေ့အထရှိတယ်။

အဆိုးကို အဆိုးလို့ မြင်ရမယ်။ အကောင်းကို အကောင်းလို့ မြင်ရမယ်။ ဟုတ်ရဲ့လား။ အမှန်အတိုင်း မြင်တာကို **"ယထာဘူတ ဒဿန"** လို့ခေါ်တယ်။ အမှန်တိုင်း သိတယ်၊ အမှန်အတိုင်း မြင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ယထာဘူတဉာဏ ဒဿန" ရှိဖို့ သိပ်အရေးကြီးတာပဲ။ အဲဒီလို မမြင်နိုင်တော့ဘူးလို့ဆိုလို့ရှိရင် ခုနက အလု အယက် ခံလိုက်ရတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။

ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာကိုယ်၊ ဒီသံသရာကြီးထဲမှာ အခုလို အခြေအနေဆိုးတွေနဲ့ ကြုံတွေ့နေသည့် အတွက် ကြောင့် ဒီဘက်ကမ်းကတော့ မငြိမ်းချမ်းဘူး။ ဟိုဘက် ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်ဆိုတဲ့ ဟိုဘက်ကမ်းကို တို့သွား ကြမယ်။ ဘယ်လိုလုပ်သွားကြမလဲ။ လှေလည်းမရှိဘူး၊ တက်လည်းမရှိဘူး၊ ရထား၊ တံတားလည်း မရှိဘူး။ ဟိုဘက်ကမ်းနဲ့ ဒီဘက်ကမ်း ကြားထဲမှာ ရေပြင် အကျယ်ကြီး ခြားထားတယ်။

အဲဒီတော့ ရေပြင်ကြီးဆိုတာ ဘယ်သူ့ကိုပြောတာ လဲဆိုရင် **ဩဃလေးပါး**ကို ပြောတာ။ **ဩဃ** ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်က တောင်ကျရေတွေလို လွှမ်းမိုးနှစ်မြှုပ် တတ်တဲ့ ရေအလျဉ်ကို ဆိုလိုတယ်။ မကြာခင်တုန်းက ဖြစ်တဲ့ မုန်တိုင်းတိုက်ပြီး ရေလုံးကြီးတွေ၊ လှိုင်းလုံးကြီး တွေ တက်လာတာတို့။ ဟိုးလွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်တုန်းက ဆူနာမီ

http://www.dhammadownload.com

ဆိုတာ ကြားဖူးလိုက်ကြလိမ့်မယ်နော်။ ဒီလှိုင်းကြီးတွေ တက်လာတာတို့။ အဲဒီလို အလွန်ပြင်းထန်ပြီး စီးအား ပြင်းတဲ့ အကုန်လုံးလွှမ်းမိုးပြီး သွားနိုင်တဲ့ရေကို **ဩဃ** လို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီ **ဩဃ** လိုပဲ လူ့ရဲ့စိတ်ကို လွှမ်းမိုးနေတာ လေးမျိုး ရှိတယ်။ ရေပြင်ကြီးလိုပဲ ဟိုဘက်ကို ဖြတ်ကျော်ဖို့ အလွန်ခက်တယ်။ အဲဒီ လေးမျိုးက ဘာတုန်းဆိုရင် နံပါတ်(၁) **ကာမောဃ**။ လူတွေမှာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ဘာတွေ စိတ်ဝင်စားတုန်းဆိုတော့ မျက်စိကမြင်ရတဲ့ အဆင်းအာရုံကို စိတ်ဝင်စားတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ကောင်းတာလေး မြင်ချင်တယ်။ ကောင်း တာ ကြည့်ချင်တယ်။ ဟုတ်ကဲ့လား။ အဲဒီအပေါ်မှာ စိတ်တွေပျော်နေကြတယ်။ ဒါကိုဖြတ်ကျော်ဖို့ အတော် ခက်တယ်။ မျက်စိကမြင်လို့ သာယာဖွယ်အာရုံတွေကို မကြည့်ဘဲ မနေနိုင်ဘူးဆိုတာ ဒါ မဖြတ်နိုင်တာကို ပြောတာ။ ဖြတ်ကျော်ဖို့ ခက်တယ်။ မျက်စိကမြင်တာကို မြင်တယ်ဆိုတဲ့ လှိုင်းလုံးကြီးတွေ၊ နားကကြားတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အသံဆိုတဲ့ လှိုင်းလုံးကြီးတွေ၊ နှာခေါင်းက နံ့ရှူရတဲ့ အနံ့ဆိုတဲ့ လှိုင်းလုံးကြီးတွေ၊ လျှာက ထိတွေ့ရတဲ့ အရသာဆိုတဲ့ လှိုင်းလုံးကြီးတွေ အဲဒီ လှိုင်းလုံးကြီးတွေ ဖြတ်ကျော်ပြီးတော့ ဘယ်သူမှ မသွားနိုင်ဘူး။ ဖယ်ရှား ပစ်ဖို့ရာ ခက်နေတယ်ပေါ့။ ဒီဟာတွေ ပေါ်မှာပဲ တပ်မက်ပြီးတော့ လူတွေက နေကြတယ်။ အဲဒါကို **ကာမောဃ(ကာမဩဃ)** လို့ခေါ်တယ်။

ဘဝေါဃ ဆိုတာဘာလဲ၊ အခုလို နှစ်သက်စရာ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေပေါ်မှာ ကျော်ဖြတ်ပြီး ဈာန်တရား ကြိုးစားအားထုတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက "ကာမဘုံ၊ ကာမဘဝက အောက်တန်းကျတယ်။ ကာမကို ဖြတ်ကျော်ပြီးတော့ ဈာန်ချမ်းသာနဲ့နေတဲ့ ပြဟ္မာဘုံကို သွားမယ်" လို့ တရားထူး တရားမြတ် ဈာန်တရားတွေ ရသွားကြတယ်။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကိုတော့ ဘယ်သူက လွှမ်းမိုး နေပြန်တုန်းဆိုတော့ **ဘဝေါဃ** ဆိုတဲ့ တဏှာ တစ်မျိုးက လွှမ်းမိုးပြန်တယ်။ သူတို့ဘဝဟာ အကောင်း ဆုံးပဲလို့ ဒီလိုထင်ပြီးတော့ အဲဒီဘဝကို တစ်ခါ

http://www.dhammadownload.com

မဖြတ်ကျော်နိုင်ပြန်ဘူး။ ဟုတ်ကဲ့လား။ ဒါလည်း လှိုင်းလုံးကြီးတစ်ခုပဲ။

နောက်တစ်ခါ **ဒိဋ္ဌောဃ** တဲ့။ **ဒိဋ္ဌောဃ** ဆိုတာ အယူဝါဒ မှားယွင်းမှု။ ဒါကလည်း ကြည့်လေ၊ သူ့အမြင် ကိုယ့်အမြင် လူတွေက စွန့်နိုင်ခဲတယ်။ ဘာသာတရားနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ ရှိရင်လည်း ဒီ ဘာသာတရားက မှန်တယ်။ ဟိုဘာသာတရားက မှန်တယ် စသဖြင့် အယူဝါဒရေးရာနှင့် ပတ်သက်လာလို့ ရှိရင်လည်း လူတွေမှာ လှိုင်းလုံးကြီး အဖိခံနေရတယ်။ ဖြတ်ကျော်ဖို့ တော်တော်ခက်တယ်။ အဲဒါကို **ဒိဋ္ဌောဃ** လို့ခေါ်တယ်။

အဝိဇ္ဇောဃ ဆိုတာလဲ ဘာလုပ်သင့်တယ်၊ ဘာ မလုပ်သင့်ဘူးဆိုတာကို မမြင်နိုင်တာ။ မမြင်နိုင်အောင် အမှောင်ကြီး ကျနေတာ။ အဲဒီလို အမှောင်ကြီး ကျအောင် ဖုံးထားတဲ့ **အဝိဇ္ဇောဃ** ဆိုတဲ့ လှိုင်းလုံးကြီး။

ဒီလှိုင်းကြီးတွေဟာ ဖြတ်ကျော်ဖို့ အလွန်ခက် တယ်။ ရေပြင်ထဲမှာ ရေစီးသန်တဲ့ ဒီလှိုင်းကြီးတွေလိုပဲ။ ခုပြောခဲ့တဲ့ တဏှာဆိုတဲ့ ဒီလှိုင်းကြီးရယ်၊ အယူဝါဒ

http://www.dhammadownload.com

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ ဒီလှိုင်းကြီးရယ်၊ မောဟ အဝိဇ္ဇာလို့ဆိုတဲ့ ဒီလှိုင်းကြီးတွေ အဲဒါကြီးက တကယ့်ရေပြင်ကြီးပဲတဲ့။ သံသရာနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ခြားကွယ်ထားတာ။ နိဗ္ဗာန်ကူးချင်ရင် ဒါတွေကို မကျော်ဖြတ်နိုင်ဘဲ ဘယ်သူမှ မရဘူး။ တပည့်တော်တို့ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရရပါလို၏လို့ ဆိုရုံနဲ့ မရဘူး။ ဟုတ်ကဲ့လား။ ဒီ ဒီလှိုင်းကြီးတွေကို မဖြတ်ကျော်နိုင်ရင် ငြိမ်းချမ်းတဲ့ ဟိုဘက်ကမ်းကို မရောက်ဘူး။

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟိုဘက်ကမ်းကူးချင်ရင် ဒီ လှိုင်းကြီးတွေကို ဖြတ်ကျော်နိုင်ရမယ်။ တို့ နိဗ္ဗာန်ကို ရချင်တယ်ဆိုရင် အာရုံတွေအပေါ်မှာ အတွယ်အတာ ဖြတ်ဖို့လိုတယ်။ မှန်ကန်တဲ့ အယူအဆတစ်ရပ်ကိုသာ ယူဆဖို့လိုတယ်။ ဘာလုပ်သင့်တယ်၊ ဘာမလုပ်သင့်ဘူးဆိုတာကို သိတဲ့ အသိဉာဏ်ရှိဖို့လိုတယ်။ အဲဒါမှ မရှိဘူးဆိုလို့ရှိရင် ဟိုဘက်ကမ်းကို မရောက်နိုင်ဘူး။ ဒါပြောတာနော်။

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းပြီ ဒီရေပြင်ကြီးကို ဖြတ်ကြမယ်။ ဘာနဲ့ ဖြတ်မတုန်း။ လှေ မရှိဘူးတဲ့။ ဖောင် မရှိဘူး။ သင်္ဘော မရှိဘူး။ တံတား မရှိဘူးတဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ့် သန္တာန်မှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဆိုတဲ့ အကျင့်တရားကို ထူထောင်ရမယ်။ ပထမ ကိုယ်ကျင့်တရား သုံးမျိုးကို တည်ဆောက်။ **သမ္မာဝါစာ**။ ပြောမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ဘယ်တော့မှ လိမ်မပြောနဲ့၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ကုန်းမတိုက်နဲ့။ နောက်ပြီးတော့ ဆဲရေးတိုင်းထွာတဲ့ စကားမျိုးတွေ မပြောနဲ့။ အကျိုးမရှိတဲ့ စကားတွေကို မပြောနဲ့။ အဲဒီလေးခု လုံလို့ရှိရင် မှန်တာကိုပဲ ပြောတယ်၊ အကျိုးရှိတာကိုပဲ ပြောတယ်၊ ချိုသာတဲ့ စကားကိုပဲ ပြောတယ်၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တည့်အောင် စေ့စပ်ပေးတယ်ဆိုရင် **သမ္မာဝါစာ** ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ကိုယ်ကျင့်တရားကို အရင်ထူထောင် ရမယ်တဲ့။

ဒါတွေဟာ လွယ်သလား၊ ခက်သလား စဉ်းစား ကြည့်နော်။ လောကလူတွေဟာ မှန်ကန်သောစကား

http://www.dhammadownload.com

တွေပြောတဲ့ **သမ္ဖပ္ပလာပ** နဲ့ပြည့်စုံသလား (သို့မဟုတ်) လိမ်ပြောတတ်သလား၊ ဆဲတတ်သလား၊ ကုန်းတိုက်တတ်သလား၊ အကျိုးမရှိတဲ့ စကားတွေ ပြောသလား စဉ်းစားကြည့်။ လိမ်ပြောတဲ့သူကလည်း များတယ်။ ဆဲတဲ့သူကလည်း များတယ်။ ကုန်းတိုက်တဲ့သူကလည်း များတယ်။ အကျိုးမရှိတဲ့စကားတွေကို ထိုင်ပြောနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ များတယ်ဆိုတော့ ဒီလေးခုကို ရှောင်ပြီးတော့ မှန်တာတွေချည်းပဲ ပြောမယ်။ အကျိုးရှိတာတွေချည်းပဲ ပြောမယ်။ ဆဲရေးတိုင်းထွာတာ မလုပ်ဘူး။ နူးညံ့သိမ်မွေ့တဲ့ စကားကိုပဲပြောမယ်။ ကုန်းမတိုက်ဘူး။ ဒီလုပ်ရပ်တွေဟာ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ချမ်းသာမယ်၊ ကိုယ့်ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်လည်း ချမ်းသာမယ်။ လိမ်ပြောတဲ့သူတစ်ယောက် ပါလာလို့ရှိရင် တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မတည့်တာတွေ ဖြစ်မလာဘူးလား။ ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ ဆဲရေးတိုင်းထွာတဲ့သူ ပေါ်လာရင် နားထောင်တဲ့သူက စိတ်ချမ်းသာလား၊ စိတ်ဆင်းရဲလား၊ စိတ်ဆင်းရဲတယ်။ ဒီ **သမ္ဖပ္ပလာပ** မဖြစ်ဘူးဆိုတာနဲ့

http://www.dhammadownload.com

တစ်ပြိုင်နက် ကိုယ်နဲ့ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ဟာ မငြိမ်းချမ်းဘူး။ ကိုယ်နဲ့ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို ပထမ ငြိမ်းချမ်းအောင်မှ မတည်ဆောက်နိုင်ဘူးဆိုလို့ရှိရင် ငြိမ်းချမ်းတဲ့ နယ်မြေဆိုတာ ရောက်နိုင်ပါ့မလား။ မရောက်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ကိုယ့်ကျင့်သီလမှာ ပထမဆုံး နှုတ်ကို စောင့်စည်းဖို့ဆိုတာ ဒါ အရေးကြီးတယ်။

နောက်ပြီးတဲ့အခါ **သမ္မာကမ္မန္တ** မှန်ကန်တဲ့ လုပ်ရပ်ကို လုပ်ပါ။ လုပ်ဆိုတာ သူများအသတ်ကို မသတ်ဘူး။ သူများဥစ္စာ မခိုးဘူး။ သူတစ်ပါး သားမယား မစော်ကားဘူး။ သူများအသက် သတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိနေလို့ရှိရင် ငြိမ်းချမ်းသလား၊ မငြိမ်းချမ်းဘူး။ လူတွေကြောက်ရွံ့ပြီးတော့နေရတယ်။ သူများဥစ္စာ ခိုးနေတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှိနေလို့ရှိရင် လူတွေဟာ စိတ်ချမ်းသာသလား၊ စိတ်ဆင်းရဲလား။ စိတ်ဆင်းရဲရတယ်။ သူတစ်ပါး သားမယား စော်ကားနေတယ်ဆိုရင် စိတ်ဆင်းရဲသလား၊ စိတ်ချမ်းသာမလား။ ဒီလို စိတ်ဆင်းရဲရတဲ့ အလုပ်မျိုးတွေကနေ ရှောင်ပြီးတော့ သူများ

http://www.dhammadownload.com

အသက်ကို မသတ်ဘူး။ မသတ်ရုံတင်မကဘူး မေတ္တာထားတယ်၊ ကရုဏာထားတယ်။ တစ်ဦးတစ်ဦး ကူညီတယ်။ ငြိမ်းချမ်းသွားတယ်။ ကိုယ်လည်း ငြိမ်းချမ်း၊ ကိုယ့်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်လည်း ငြိမ်းချမ်းတယ်။

အဒိန္နာဒါန သူများဥစ္စာ မခိုးဘူးဆိုရင် လုံခြုံတယ်။ စိတ်ချရတယ်။ ဘယ်သူမှ သော့ခတ်ပြီး သိမ်းစရာ မလိုဘူး။ သူများဥစ္စာဆိုရင်ဘယ်တော့မှမခိုးဘူး၊ စင်စင်ကြယ်ကြယ်နေကြတယ်။ လောကကြီး မငြိမ်းချမ်းဘူးလား။ အဲဒီ ငြိမ်းချမ်းမှုကို အခြေခံပြီး တည်ဆောက်နိုင်မှ ကျန်တဲ့ အဆင့်မြင့်တဲ့ တရားတွေဆိုတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ မငြိမ်းချမ်းဘဲနဲ့ တထိတ်တလန့်လန့် နေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဘဝမှာ ဘယ်လိုလုပ် တရားထူး တရားမြတ် ရနိုင်မတုန်း။ မရနိုင်ဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့်မို့ **သမ္မာကမ္မန္တ** မှန်ကန်တဲ့ လုပ်ရပ်ရှိရမယ်။

သမ္မာအာဇီဝ – လူတွေဟာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လုပ်နေရတယ်။ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လုပ်တဲ့အခါမှာ သူများအသတ်ကို

http://www.dhammadownload.com

သတ်ပြီး အသက်မမွေးရဘူး။ သူများဥစ္စာကို ခိုးပြီး အသက်မမွေးရဘူး။ သူတစ်ပါးသားမယား ပြစ်မှားပြီး အသက်မမွေးရဘူး။ အသက်မွေးမှုနဲ့ ပတ်သက်လာရင် **မိစ္ဆာအာဇီဝ** ဖြစ်တယ်။ သူများပစ္စည်းခိုးတယ်။ မုန်းလို့ ခိုးတယ်။ ဒုစရိုက်ပဲဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်အတွက် သုံးချင်လို့ ခိုးတယ်၊ အသက်မွေးမှုကြောင့် ခိုးတာ။ ဒါက **မိစ္ဆာအာဇီဝ** ဖြစ်တယ်။

သူတစ်ပါး သားမယား ပြစ်မှားတာလည်းပဲ ကိုယ့်စိတ်ဆန္ဒအရ ပြစ်မှားလို့ရှိရင် ဒုစရိုက်ပဲ ဖြစ်တယ်။ တစ်ယောက်ယောက်ကနေ ပိုက်ဆံပေးပြီးတော့ ဘယ်သူ့ကို စော်ကားပါ။ ပြစ်မှားပါ။ ပိုက်ဆံပေးလို့ သွားလုပ်တာ ဆိုလို့ရှိရင် **မိစ္ဆာအာဇီဝ** ဖြစ်တယ်။ ထို့အတူပဲ လိမ်တာတို့၊ ဆဲတာတို့၊ ပိုက်ဆံပေးပြီး မင်း ဘယ်သူ့ သွားဆဲလိုက်စမ်းလို့ဆဲရင် **မိစ္ဆာအာဇီဝ**။ ဟုတ်ကဲ့လား။ ဘယ်သူတွေ နှစ်ယောက်မတည့်အောင် သွားလုပ်စမ်း ပိုက်ဆံပေးခိုင်းလိုက်လို့ ကုန်းတိုက်ရင် **မိစ္ဆာအာဇီဝ**။ အကျိုးမရှိတဲ့ စကားတွေ ပြောပြီးတော့

http://www.dhammadownload.com

အကျိုးမဲ့ဖြစ်စေတယ်၊ **မိစ္ဆာအာဇီဝ**။ ဝစီဒုစရိုက်လေးပါး နဲ့ ကာယဒုစရိုက် သုံးပါးကို အသက်မွေးမှုအတွက် အသုံးချမယ်ဆိုရင် **မိစ္ဆာအာဇီဝ** ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်။

လူ့လောကကြီးမှာ ဟောဒီ ကိုယ်ကျင့်တရားသုံးခု။ အပြောလည်း မှန်ကန်တဲ့အပြောကိုပြောမယ်။ လုပ်ရပ် ကလည်း မှန်ကန်တယ်။ အသက်မွေးမှုလည်း မှန်ကန် တယ် ဆိုတာနဲ့တင်ပဲ လူ့လောကကြီးက အတော် ငြိမ်းချမ်းမသွားဘူးလား။ မြတ်စွာဘုရား ငြိမ်းချမ်းတဲ့ နယ်မြေကို ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းတယ်ဆိုလို့ ဟိုဘက် ကမ်းကို ကူးချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီဘက်ကမ်းမှာ တည်ဆောက်ရမှာက ဒီဟာတွေပါတဲ့။ ကိုယ်ကျင့် တရားကို စပြီးတော့လုပ်ပါ။

နောက်တစ်ခု ဆက်ရမှာက ဘာတုန်းဆို **သမ္မာဒိဋ္ဌိ** အမှန်အတိုင်း မြင်ရမယ်။ သဘာဝကို အရှိကို အရှိ အတိုင်း၊ တကယ့်အဖြစ်ကို အဖြစ်အတိုင်း မြင်ရမယ်။ **သမ္မာသင်္ကပ္ပ** အတွေးမှန်ရမယ်။ **သမ္မာဝါယာမ**

http://www.dhammadownload.com

မှန်ကန်သော ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုရှိရမယ်။ **သမ္မာသတိ** မှန်ကန်သော စိတ်စိုက်မှုရှိရမယ်။ **သမ္မာသမာဓိ** မှန်ကန်သော စိတ်တည်ငြိမ်မှု ရှိရမယ်ဆိုတဲ့ မဂ္ဂင်ငါးပါးနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ တစ်ခုခုပေါ်မှာ ရှုမှတ်ပွားများ။ ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ သီလရယ်၊ သမာဓိရယ်၊ ပညာရယ်၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မဖြစ်ဘူးလား။

တရားအားထုတ်တဲ့အခါမှာ မဂ္ဂင်ငါးပါးက အလုပ်လုပ်တာ။ ခုနက သီလမဂ္ဂင်ဆိုတဲ့ **သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ** တို့က ရှေ့ပိုင်းကနေပြီးတော့ ကြိုတင်ပြီး သန့်ရှင်းအောင်လုပ်လိုက်တာ။ သစ်ပင်များ စိုက်တော့မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ပေါင်းမြက် အရင်မရှင်းရဘူးလား။ မြေကို အရင်သန့်ပြီးတော့မှ မျိုးစေ့ကို ကျဲသလိုပဲ။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားတော့မယ်ဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီ သုံးပါးနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သီလဆောက်တည်ပြီးတော့ သန့်ရှင်းအောင် အရင်လုပ်။ လုပ်ပြီးပြီဆိုတဲ့အခါ **သမ္မာဒိဋ္ဌိ** ကို တည်ဆောက်ရမယ်။ **သမ္မာဒိဋ္ဌိ**ဆိုတာ ဘာပြောတာလဲ။ ဆင်းရဲတာကို ဆင်းရဲတယ်လို့ မြင်ရမယ်။ မကောင်း

http://www.dhammadownload.com

တာကို မကောင်းဘူးလို့ မြင်ရမယ်။ ဒီမကောင်းတာ ဘာကြောင့်ဖြစ်သလဲ အကြောင်းကို မြင်ရမယ်။ မကောင်းတာကို ဘယ်လို ဖယ်ရှားရမယ် ဆိုတာကို သိရမယ်။ မကောင်းတာ ချုပ်ငြိမ်းသွားတာကို သိရမယ်။ စာလိုပြောရင် သစ္စာလေးပါးသိတာကိုပြောတာ။ အမှန်အတိုင်းမြင်ရင် **သမ္မာဒိဋ္ဌိ**။ အဲဒီလို အမှန်အတိုင်း မြင်ဖို့ ဘယ်သူကနေ အကူအညီပေးတုန်းဆိုရင် မှန်မှန်ကန်ကန် တွေးတောတာက အကူအညီပေးတယ်။ တွေးတောတာက မှားနေလို့ရှိရင် အမှန်အတိုင်း မြင်နိုင်ပါ့မလား။ မမြင်နိုင်ဘူး။ **သမ္မာသင်္ကပ္ပ** မဖြစ်လို့ရှိရင် **သမ္မာဒိဋ္ဌိ** ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ **သမ္မာဒိဋ္ဌိ** နဲ့ **သမ္မာသင်္ကပ္ပ** ဒီနှစ်ခုကို မြတ်စွာဘုရားက တွဲဟောထားတာ။ သူတို့က အလုပ်လုပ်တဲ့ခါ တွဲလုပ်တာ။

နောက်တစ်ခု **သမ္မာဝါယာမ** ကြိုးစားမှုလေးမျိုး ရှိတယ်။ ကြိုးစားမှုလေးမျိုးဆိုတာ ဘာလဲ။ နံပါတ်(၁) အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် ဆို့ပိတ်ရမယ်။ အကယ်၍ ဖြစ်လာလို့ရှိရင် ချက်ခြင်း ပယ်ရှားပစ်နိုင်ဖို့ ကြိုးစား

http://www.dhammadownload.com

ရမယ်။ အကုသိုလ်နဲ့ပတ်သက်လို့ရှိရင် နံပါတ်(၁)က ဆို့ပိတ်ရမယ်။ နံပါတ်(၂)က ဖယ်ရှားပစ်ရမယ်။ သူတော်စင်ပရိတ်သတ်တို့ ကိုယ့်ကို ခြင်ကိုက်မခံရအောင် ဘာလုပ်ကြတုန်း။ ခြင်ထောင် ထောင်ထားကြတယ် မဟုတ်လား။ ခြင်တွေမဝင်အောင် ဆို့ပိတ်ထားတာပဲ။ ဆို့ပိတ်ဖို့ ကြိုးစားတာ။ မတော်တဆ ခြင်တစ်ကောင်က ခြင်ထောင်ထဲ ရောက်လာရင် ပြန်ပြီး မောင်းထုတ်ကြတယ်၊ ဒီလို မလုပ်ရဘူးလား။ ကိုယ့်အိမ်ကို လုံခြုံမှုရှိအောင်၊ သူခိုးတွေဘာတွေ မဝင်အောင် ဘာလုပ်ကြတုန်း၊ တံခါးမှာ သော့မခတ်ကြဘူးလား။ အတွင်းထဲက မင်းတုန်းထိုးတယ်၊ သော့ခတ်တယ်။ ဒါဘာလုပ်တုန်းဆိုရင် ရန်သူတွေ၊ သူခိုးဓားပြတွေ မဝင်အောင်လို့ ဆို့ပိတ်တာတဲ့။ ဝင်လာလို့ရှိရင်တော့ တယ်လီဖုန်းဆက် ရဲခေါ်ပေါ့၊ မောင်းထုတ်တာ။

အဲဒါလိုပဲ ဆိုပါစို့၊ စိတ်ခဏခဏ ဆိုးတတ်ရင် ပထမ စိတ်မဆိုးအောင် လုပ်မယ်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆို့ပိတ်ရမယ်။ စိတ်ဓါတ်စွမ်းအားနဲ့ ဆို့ပိတ်ထားရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်မဆိုးစေရဘူး။ မတော်တဆ သတိလက်လွတ် စိတ်ဆိုးသွားလို့ရှိရင်လည်း ဒီဒေါသကို ဖယ်ထုတ် ပစ်ရမယ်။ ဟုတ်ကဲ့လား။ **သမ္မာဝါယာမ** ဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာနော်။ တို့လုပ်ရမယ့်အလုပ်က စိတ်မဆိုးသေး လို့ရှိရင် မဆိုးအောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိန်းမယ်။ စိတ်ဆိုးမိသွားလို့ရှိရင် ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ရန် ကြိုးစားရမယ်။ ဒါ **သမ္မာဝါယာမ** လို့ခေါ်တယ်။ ဒါ မကောင်းတဲ့ဘက်က။ ကောင်းတဲ့ဘက်က ဘာတုန်းဆိုရင် ကိုယ့်သန္တာန်မှာ မေတ္တာမတည်ဆောက်ရသေးဘူး၊ ကိုယ့်ရဲ့နှလုံးသား ထဲမှာ သတ္တဝါတွေရဲ့ အကျိုးကို လိုလားတဲ့စိတ်ကလေး မရှိသေးဘူးဆိုလို့ရှိရင် ရှိအောင်လုပ်၊ ရှိအောင်ကြိုးစား။ ရှိလာပြီးလို့ရှိရင် တိုးပွါးအောင်လုပ်။ ဒါက ကောင်းတဲ့ ဘက်က နှစ်မျိုး။ အားလုံးပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ **သမ္မပ္ပဓာန်** လေးမျိုးလို့ ခေါ်တယ်တဲ့။ ကြိုးစားမှုဟာ လေးဘက် လေးတန်က ကြိုးစားရမယ်။ တစ်မျိုးတည်း ကြိုးစားတာ မဟုတ်ဘူး။ မှန်ကန်သော ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုဆိုတာ အကုသိုလ်နဲ့ ပတ်သက်လာရင် ဆို့ပိတ်ရမယ်။ ဖယ်ရှား

http://www.dhammadownload.com

ပစ်ရမယ်။ ကုသိုလ်နဲ့ပတ်သက်လာရင် တည်ဆောက်ရမယ်။ တိုးပွားအောင် လုပ်ရမယ်နော်။ ဒီလေးမျိုးတဲ့။

သမ္မာသတိ ဆိုတာ အာရုံပေါ်မှာ စိတ်စိုက်ထားဖို့လိုတယ်။ ဘယ်ပေါ်မှာ စိတ်စိုက်မတုန်း။ ကိုယ့်ရဲ့ကာယပေါ်မှာ စိတ်စိုက်မလား၊ ပျော်ရွှင်မှု၊ ဝမ်းနည်းမှု၊ ဝမ်းသာမှုဆိုတဲ့ ခံစားချက်ပေါ်မှာ စိတ်စိုက်မလား။ သို့မဟုတ် အသိစိတ်လေးပေါ်မှာ စိတ်စိုက်မလား သို့မဟုတ် ကျန်တဲ့ သဘာဝတရားတွေပေါ်မှာ စိတ်စိုက်မလား။ **ကာယာနုပဿနာ၊ ဝေဒနာနုပဿနာ၊ စိတ္တာ–နုပဿနာ၊ ဓမ္မာနုပဿနာ** ဆိုတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်တရားလေးပါးကို စိတ်စိုက်ဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရားကဟောထားတာ။ အဲဒါတွေကို အမြဲတမ်း သတိထားရမယ်လို့ ပြောတာ။ အဲဒီလို သတိထားပြီးတဲ့အခါစိတ်ကလေးကို ငြိမ်အောင်ထိန်း။ မငြိမ်ဘူး လှုပ်နေလို့ရှိရင် ကြည့်၊ ခတ်ပုံရိုက်တဲ့ခါ မငြိမ်ဘူး လှုပ်လိုက်ရင်ဝါးသွားမယ်ပေါ့ ဟုတ်ကဲ့လား။ ထို့အတူပဲ **သမာဓိ**–စိတ်ငြိမ်အောင်ထားခြင်း။ ဥပမာ ထင်ရှားအောင်

http://www.dhammadownload.com

ပြောရလို့ရှိရင် **သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ** ဆိုတဲ့ ဒီငါးခုဟာ ပူးပေါင်းပြီးတော့ အလုပ်လုပ်ကြရတာ။

ဆိုပါစို့ မြားပစ်တာတို့၊ သေနတ်ပစ်တာတို့ ပြိုင်ပွဲဝင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလေ၊ ရှေ့မှာ ပစ်မှတ်ဆိုတာရှိတယ်။ ပစ်မှတ်ကို မှန်အောင်ပစ်နိုင်ဖို့အတွက် သူ ဘာလုပ်ရတုန်းဆိုရင် ပထမ သေနတ်ကိုကိုင်ပြီး ကြိုးစားကာ တည့်အောင်ချိန်ရတယ်။ ဟုတ်ရဲ့လား။ တည့်အောင်ချိန်ပြီး ပစ်မှတ်ကလေးကိုပဲ စိတ်ကစိုက်ရတယ်။ စိတ်ကလေးကို တည်ငြိမ်အောင်ထားရတယ်။ ဘယ်လိုပစ်ရင် ကောင်းမလဲဆိုတာ စဉ်းစားရမယ်။ ပြီးတော့ ပစ်လိုက်တယ်။ ပစ်လိုက်တဲ့အခါ ပစ်မှတ်ကို ထိမှန်တယ်။ အဲဒီမှာ ကြိုးစားပြီးချိန်တာက **သမ္မာဝါယာမ**။ ပစ်မှတ်ကလေးကို သတိထားနေတာက **သမ္မာသတိ**။ စိတ်ကလေးကို ငြိမ်အောင်ထားတာက **သမ္မာသမာဓိ**။ ဘယ်နေရာ ပစ်ရမလဲ၊ ဘယ်လို ပစ်ရမလဲလို့ စဉ်းစား

http://www.dhammadownload.com

တာက **သမ္မာသင်္ကပ္ပ**။ ပစ်လိုက်လို့ ထိမှန်သွားတာက **သမ္မာဒိဋ္ဌိ** တဲ့။

မဂ္ဂင်ငါးပါးက အဲဒီလိုအလုပ်လုပ်တာ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်တဲ့အခါမှာ အဲဒီအတိုင်းပဲမှတ်။ ထွက်လေဝင်လေ မှတ်တယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ဟာကိုယ် ချိန်သားကိုက်ဖို့လိုတယ်။ ထွက်လေ ဝင်လေ ရှုတော့မယ် ဆိုလို့ရှိရင် ထွက်လေ ဝင်လေဆိုတဲ့ အာရုံလေးပေါ်မှာ စိတ်ကလေးကို မရောက်ရောက်အောင် ကြိုးစားပြီး တင်ပေးနေတာ ဒါ **သမ္မာဝါယာမ**။ လွတ်မသွားအောင် တင်ပေးနေတာ။ ထွက်လေ ဝင်လေလေးပေါ်မှာ အမြဲတမ်းစိတ်စိုက်နေတာက **သမ္မာသတိ**။ စိတ်ကလေး ငြိမ်သွားအောင် ထွက်လေ ဝင်လေကလွဲပြီး တစ်ခြားကို မသိတော့ဘဲ ငြိမ်သွားအောင်လုပ်တာက **သမ္မာသမာဓိ**။ ထွက်လေ ဝင်လေလေးရဲ့ သဘာဝကို စဉ်းစားမိတာက **သမ္မာသင်္ကပ္ပ** တဲ့။ ထွက်လေ ဝင်လေလေးရဲ့ သဘာဝ အမှန်ကို သိသွားတာက **သမ္မာဒိဋ္ဌိ**။ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် တရားအားထုတ်တဲ့အခါ အဲဒီ ငါးချက်ဟာ ဟန်ချက်

http://www.dhammadownload.com

ညီညီနဲ့ အာရုံတစ်ခုပေါ်မှာ အလုပ်မလုပ်နိုင်ဘူးဆိုရင် တရားထူး တရားမြတ် မရနိုင်ဘူး။ ဟန်ချက်ညီညီနဲ့ ဒီအာရုံတစ်ခုပေါ်မှာ ရပြီဆိုလို့ရှိရင် တရားထူး တရားမြတ် ရနိုင်သွားပြီ။

အဲဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို "ဖောင်"လို့ဟောတယ်။ ခုနက **ကာမောဃ၊ ဘဝေါဃ၊ ဒိဋ္ဌောဃ၊ အဝိဇ္ဇောဃ** ဆိုတဲ့ အင်မတန်မှကြီးတဲ့ ရေပြင်ကြီးတစ်ခုကို ဖြတ်ကျော်ဖို့အတွက် ဟောဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးနဲ့ ဖြတ်ရမယ်။ ပထမ **သီလ**။ **သီလ** ပြီးရင် **သမာဓိ** နဲ့ **ပညာ**။ အဲဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရား ဆိုတဲ့ ဖောင်ကိုစီးပြီးတော့ ပြင်းထန်စွာ စီးနေတဲ့ **ဩဃလေးဖြာ** သံသရာရေပြင်ကြီးကို ဖြတ်ကျော်ပါ။ ဖြတ်ကျော်ဖို့ 'ဖောင်'ဆိုတာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ပြောတာလို့ ဒီလိုဟောတယ်။ ကြိုးစားအားထုတ်မှုကတော့ **ဝီရိယ**။ အဲဒီလို ဖြတ်ကျော်လိုက်တဲ့အခါ ဟိုဘက်ကမ်းဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်သွားတယ်ပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အာသီဝိသောပမသုတ်

ဒီသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဥပမာ(၁၁)မျိုး ပေးထားတယ်။ (၁) မြွေကြီးလေးကောင်၊ (၂) လူသတ်သမားငါးယောက်၊ (၃) အတွင်းရန်သူ တစ်ယောက်၊ (၄) ခြောက်အိမ်စုရွာ၊ (၅) ဓားပြခြောက်ယောက်၊ (၆) ဒီဘက်ကမ်း (၇) ဟိုဘက်ကမ်း၊ (၈) ရေပြင်ကြီး၊ (၉) ဖြတ်ကူးစရာ ဖောင်၊ (၁၀) ဖြတ်ကူးဖို့ ကြိုးစားတာ၊ (၁၁) ဟိုဘက်ကမ်း ရောက်သွားတာ။ ဥပမာ (၁၁)မျိုးနဲ့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီ **အာသီဝိသောပမ** သုတ္တန်ကို ဟောတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ **အာသီဝိသောပမ** သုတ္တန်ဆိုတာ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကို ဦးတည်ပြီးဟောတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်တို့သည် မြွေကြီးလေးကောင်လို့ဆိုတဲ့ **ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော**ကို အာရုံစိုက်ပြီး တရားပွားလို့ရှိရင်လည်းပဲ **သြဃလေးဖြာ** သံသရာကို ကျော်ဖြတ်လို့ ရပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီနေရာမှာ ဖောင်စီးပြီး ဖြစ်ကျော်တယ်ဆိုတာ ဒါ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားနေတာကို ပြောတာ။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးနဲ့ ဟိုဘက်ကို ဖြတ်ကူးရမယ်။ ဖြတ်ကူးမှ ဘေးကင်း ရန်ကွာ ငြိမ်းချမ်းတဲ့မြေကို ရောက်မယ်။ မဟုတ်ရင် ဒီဘက်မှာ ဘေးရန်တွေနဲ့ နေရတယ်။ အဖန်တလဲလဲ နာကြရမယ်။ အဖန်တလဲလဲ အိုကြရမယ်။ အဖန် တလဲလဲသေကြရမယ်။ ဒီသံသရာထဲမှာဆိုရင် ပြဿနာ တွေက အမျိုးစုံပဲ။ လူ့ဘဝ ရောက်လိုက်၊ နတ်ဘဝ ရောက်လိုက်၊ တိရစ္ဆာန်ဘဝ ရောက်လိုက်၊ အပါယ်ဘုံ ရောက်လိုက်နဲ့ သံသရာထဲမှာ တဝဲလည်လည် ဆုံးစမရှိ အောင် အိုလိုက်၊ နာလိုက်၊ သေလိုက်၊ မွေးလိုက်နဲ့ ဒီလိုချည်းပဲ သွားနေမှာပဲ။ အဲဒီဒုက္ခတွေဟာ ဒီ နယ်မြေထဲမှာ နေလို့ရှိရင် ဒီအခြေအနေဆိုးက ဘယ်တော့မှ မလွတ်ဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီသဘော ကို ဟောတာ။

မြွေကြီးလေးကောင် ဆိုတဲ့ အဆိုးတရားတွေ ကိုလည်း မြင်ဖို့၊ ခန္ဓာငါးပါးဆိုတဲ့ သူသတ်သမားတွေ

http://www.dhammadownload.com

ကိုလည်းပဲ မြင်ဖို့၊ အတွင်းနေ လူသတ်သမားဆိုတဲ့ **နန္ဒီရာဂ** ဒုက္ခပေးပုံကိုလည်းပဲ မြင်ဖို့၊ ခြောက်အိမ်စုရွာ လို့ဆိုတဲ့ အနှစ်သာရမဲ့တဲ့ဟာကိုလည်းပဲ မြင်ဖို့၊ ခိုးပြ ခြောက်ယောက်လို့ဆိုတဲ့ အိမ်တွေကို ဝင်ဝင်ပြီး ဖျက်စီး နေတဲ့ ဗာဟိရာယတန(၆)ပါး ဆိုတာကိုလည်းပဲ မြင်တတ်ဖို့။ အဲဒါတွေက ဝိပဿနာရှုဖို့ အာရုံတွေပဲလို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတာ။

ဒီအာရုံတွေကိုရှုပြီးတော့ **ကာမောဃ၊ ဘဝေါဃ၊ ဒိဋ္ဌောဃ၊ အဝိဇ္ဇောဃ** ဆိုတဲ့ အင်မတန် ကျယ်ဝန်းတဲ့ မြစ်ပင်လယ်ကြီးကို ဖြတ်ကူးရမယ်။ ဘာနဲ့ဖြတ်ကူးရ မတုန်းဆိုရင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဆိုတဲ့ လှေဖောင်နဲ့ ဖြတ်ကူး ရမယ်တဲ့။ ဖြတ်ကူးတဲ့အခါမှာ ပေါ့ပေါ့တန်တန်နဲ့ ဖြတ်ကူးလို့မရဘူး။ လှေဖောင်ကို လက်ရော၊ ခြေရော တစ်ခါထဲ အားကုန်စိုက် ယက်ပြီးတော့ ဟိုဘက်ကို ရောက်အောင် သွားရသလိုပဲ လုံ့လ ဝီရိယနဲ့ ကြိုးပမ်း ပြီးတော့ ဒီရေပြင်ကြီးကို ဖြတ်ရမယ်တဲ့။ ဖြတ်လိုက်တဲ့ အခါ ဟိုဘက်ကမ်းခြေကို ရောက်လိုက်တာနဲ့

http://www.dhammadownload.com

တစ်ပြိုင်နက် ကုန်းပေါ်တက်ပြီးတော့ ခြေချမိသွားပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ခုနကပြောတဲ့ အန္တရာယ်တွေ မှန်သမျှ အကုန်လွတ်သွားမယ်။

ဒါကြောင့်မို့ **"ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်"** ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရည်ညွှန်းပြီး မြတ်စွာဘုရား ဟောတာဖြစ်ပါတယ်။ တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိတ်သတ်တို့သည် မငြိမ်းချမ်းတဲ့ ဒီဘက်ကမ်းရဲ့ ပြဿနာတွေကို မြင်အောင်ရှုပြီး ငြိမ်းချမ်းတဲ့ ဟိုဘက် ကမ်းကို တက်လှမ်းနိုင်ကြပါစေ။ ကိုယ်စီကိုယ်စီ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

❖❖❖❖❖

http://www.dhammadownload.com

ရရှိနိုင်သော ဌာနများ

၁။ အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊
ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ဝ၁-၃၈၄၁၉၃၊ ဝ၉၅၁-၄၆ဝ၉၅

၂။ ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်
အမှတ်(၄၆၇၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးဈေး(ဒီ)ရုံ၊
မြေအောက်ထပ်။
ဖုန်း ဝ၁-၂၄ဝ၆ဝဝ(လိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄

၃။ ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ဝ၁-၃၈ဝ၈၈ဝ

၄။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်
ကမ္ဘာအေးစေတီဝင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်
ဖုန်း ဝ၁-၆၅၅၇၅၆၊ ဝ၁-၆၅၁၇၆၉

http://www.dhammadownload.com