http://www.dhammadownload.com

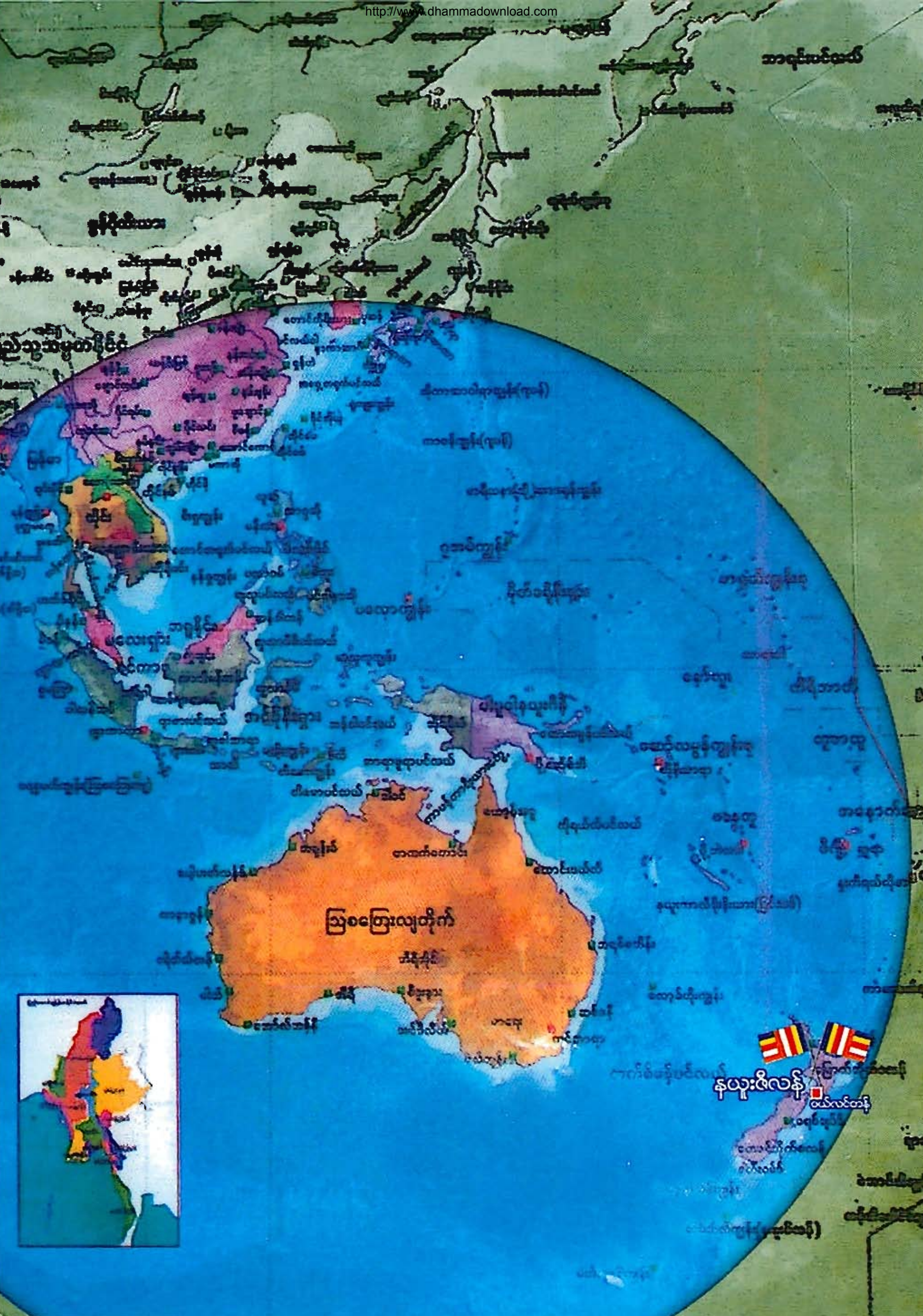
နယူးဇီလန်နိုင်ငံ ဝယ်လင်တန်မြို့

မဟာဗောဓိစေတီ ထီးတော်တင်မင်္ဂလာပွဲ

၌

ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိတထောင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသောတရားတော်

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

အမှာစာ

ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိတထောင် ဆရာတော် ဘုရားကြီး သည် ၂၂-၁၁-၁၉၉၉ ခုနှစ်တွင် နယူးဇီလန်နိုင်ငံ၊ ဝယ်လင်တန်မြို့သို့ ကြွရောက်ခဲ့ပြီး ဗောဓိဉာဏာရာမကျောင်းတိုက် ပရဝုဏ်အတွင်းရှိ တောင်ထွဋ်၌ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ပုံတူ မဟာဗောဓိစေတီတော်ကို ထီးတော်တင်လှူပူဇော်ခဲ့ပါသည်။ ထိုထီးတော်တင်လှူ ပူဇော်ပွဲ မင်္ဂလာ၌ ဟောကြားချီးမြှင့်ခဲ့သော ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရားတော်ကို စာအုပ်အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲ၍ ဓမ္မဒါနထုတ်ဝေ လိုက်ပါသည်။

နယူးဇီလန်နိုင်ငံတွင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟောကြားခဲ့သော တရားတော်များ စာအုပ်အဖြစ်ထွက်ပေါ်လာနိုင်ရေးအတွက် အကူ အညီအထောက်အပံ့ပြုခဲ့ကြသော အောက် ဖော်ပြပါ ရဟန်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ လူပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ကျေးဇူး ဥပကာရတင်ရှိကြောင်း မှတ်တမ်း တင်အပ်ပါသည်။

၁။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟောကြားသော တရားတော်ကို စာအုပ်အဖြစ် ဓမ္မဒါနထုတ်ဝေခွင့်ပြု ချီးမြှင့်တော်မူ သော မဟာဗောဓိတထောင် ကျောင်းတိုက်ကြီး၏ နာယက ဆရာတော်များ ဖြစ်ကြသည့် ဦးသောဘိတ၊ ဦးကဝိန္ဒ၊ ဦးဩဘာသ၊ ဦးဝိစိတ္တ၊ ဦးဣန္ဒောဘာသနှင့် သံဃာ တော်အရှင်မြတ်များ

http://www.dhammadownload.com

၂။ မဟာဗောဓိစေတီတော်ကို တည်ဆောက်ခဲ့သော
ပန်းပုပညာရှင် ဦးအုန်းတင်နှင့် အဖွဲ့
၃။ ထီးတော်တင် မင်္ဂလာအလှူပွဲသို့တက်ရောက်လှူဒါန်း
ကြည်ညိုဖူးမြော်ခွင့်ရအောင် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးသော
ဦးဒင်းနစ်ဝင်းသိန်း၊ ဒေါ်သန်းသန်းအုန်း၊ သမီး
မာလာဝင်းသိန်း၊ သား ဇေယျာဝင်းသိန်း မိသား တစ်စု
၄။ စာသားအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲရာ၌ စိတ်ရှည်လက်ရှည်
ဆောင်ရွက်ပေးသော ဦးတင်အုန်း၊ ဦးဇော်ဝင်း၊
(အကြီးတန်းသတင်းထောက်၊ ကြေးမုံ)

ဦးသက်တင်+ဒေါ်ခင်နွဲ့နွဲ့
မယ်တော် ဒေါ်နန္ဒာဝင်း
ဒေါ်နွဲ့နွဲ့အုန်း
ဒေါ်အေးမြင့် ၊ သားမောင်ဇေယျ
(ရွှေပင်ငွေပင်ပရိဘောဂ)

ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရားတော်များကို ကိုယ်တိုင်နာယူလိုပါက
ကက်ဆက်ခွေ၊ စီဒီတို့ဖြင့် ထပ်ဆင့်ကူးယူနိုင်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

နယူးဇီလန်နိုင်ငံ ဝယ်လင်တန်မြို့ မဟာဗောဓိစေတီ ထီးတော်တင် မင်္ဂလာပွဲ၌ ကျေးဇူးရှင် မဟာဗောဓိတထောင်ဆရာတော် ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသော တရားတော်

တွေ့ခဲလှစွာသော ရတနာ

တွေ့ခဲလှစွာသော ဘုရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ တရားတည်း ဟူသော ရတနာ၊ သံဃာတည်း ဟူသော ရတနာ၊

အသံမျှကြားခြင်းငှာ ခဲယဉ်းလှစွာသော ရတနာ

ကမ္ဘာများစွာ ဘဝများစွာ သံသရာအဆက်ဆက် ကျော်လွန်၍ပင် လာခဲ့ရပါသော်လည်း အသံမျှကြားရခြင်းငှာ ခဲယဉ်းလှစွာသော ဘုရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ တရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ သံဃာတည်းဟူသော ရတနာ၊

ထူးကဲလွန်မြတ်လှစွာသော ရတနာ

လောကီ ကျောက်၊ သံ၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ပတ္တမြားရတနာတို့ထက် အဆအရာ၊ အဆအထောင်မက ထူးကဲလွန်မြတ်လှစွာသော ဘုရားတည်း ဟူသော ရတနာ၊ တရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ သံဃာတည်းဟူသော ရတနာ၊

စိတ်နှလုံးကို အေးမြကြည်လင်စေတတ်သော ရတနာ

စကြာမင်း၏ ပတ္တမြားရတနာသည် နောက်ကျိလှသော ရေပြင် ဝယ်ချ၍ ထားသည်ရှိသော် ထိုခဏမှ အေးမြကြည်လင်ဘိသကဲ့သို့ ကြည်ညိုသူ၊ ကိုးကွယ်သူ ယုံကြည်သူတို့၏ စိတ်နှလုံးကို အေးမြ

http://www.dhammadownload.com

ကြည်လင်စေတတ်သော ဘုရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ တရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ သံဃာတည်းဟူသော ရတနာ၊

ကေသရာဇာခြင်္သေ့ဆီနှင့်တူသောရတနာ

ကေသရာဇာ ခြင်္သေ့ဆီသည် ရတနာသိဂီရွှေခွက်၌သာ တည်နိုင်ဘိ၊ နားနိုင်ဘိသကဲ့သို့ သိဂီရွှေခွက်နှင့်တူသော လူနတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ သန္တာန်၌သာလျှင် တည်နိုင် နားနိုင်ပေထသော ဘုရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ တရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ သံဃာတည်းဟူသော ရတနာ၊

ကရဝိက်ငှက်မင်း၊ ကြိုးကြာငှက်မင်းနှင့်တူသော ရတနာ

ကရဝိက်ငှက်မင်း၊ ကြိုးကြာငှက်မင်းတို့သည် အနှစ်မရှိသော ကြက်ဆူတော၊ လက်ပံတော စသည်တို့၌ မနားကြမူ၍ အနှစ်သာရရှိသော စန္ဒကူးတော၌သာလျှင် နားနိုင်ဘိသကဲ့သို့ ကြည်ညိုသူ၊ ကိုးကွယ်သူ၊ ယုံကြည်သူတို့၏ စိတ်နှလုံး၌သာလျှင် တည်နိုင် နားနိုင်ပေထသော ဘုရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ တရားတည်းဟူသော ရတနာ၊ သံဃာတည်းဟူသော ရတနာ၊

နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ကိုလျှင်မြန်စွာ ရလွယ်၊ ရောက်လွယ်နိုင်ကြစေ။

ဤကဲ့သို့ အဆုံးအစ မရှိသော ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်တော်များကို လက်စုံမိုး၍ ယနေ့ယခုရှိခိုးကြရ၊ ပူဇော်ကြရ၊ မာန်လျှော့ကြရ၊ ကန်တော့ကြရသော ကောင်းမှုကံ စေတနာအပေါင်းတို့ကြောင့် ယခုနေ့ ယခုနာရီ ယခုအချိန် အခါမှစ၍ ဘေးခပ်သိမ်း၊ ရန်ခပ်သိမ်း၊ ကြောင့်ကြ ခပ်သိမ်း၊ အန္တရာယ်ခပ်သိမ်းတို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်

http://www.dhammadownload.com

ငြိမ်းကြကုန်လျက် သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ၊ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ တည်းဟူသော သူတော်ကောင်းဥစ္စာ ခုနစ်ဖြာတို့နှင့်တကွ ပြည့်ပြည့် စုံစုံလုံလုံလောက်လောက် ကြွယ်ကြွယ်ဝဝရှိကြကုန်သည်ဖြစ်၍ သောတာ ပတ္တိမဂ်ဉာဏ်၊ သဒ္ဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ်၊ အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ်၊ အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်၊ သောတာပတ္တိဖိုလ်ဉာဏ်၊ သဒ္ဒါဂါမိဖိုလ်ဉာဏ်၊ အနာဂါမိဖိုလ် ဉာဏ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ဉာဏ် ဟုဆိုအပ်သော မဂ်လေးဉာဏ်၊ ဖိုလ်လေး ဉာဏ်နှင့်တကွ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရလွယ်၊ ရောက် လွယ်နိုင်ကြသည်ဖြစ်စေ။ ပေးတဲ့ ဆုနဲ့ပြည့်ပါစေဘုရား။

အဟံဘန္တေ တိသရဏေနသဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံကတွာ သီလံဒေထ မေ ဘန္တေ။ ဒုတိယမ္ပိ အဟံဘန္တေ တိသရဏေနသဟ၊ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံကတွာ သီလံဒေထ မေ ဘန္တေ။ တတိယမ္ပိ အဟံဘန္တေ တိသရဏေနသဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလဒေထ မေ ဘန္တေ။ ယမဟံဝဒါမိ တံဝဒေထ၊ အာမဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

နမောတဿဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ (သုံးကြိမ်)၊

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ ဓမ္မံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဗုဒ္ဓံ မြတ်စွာဘုရားကို သရဏံ ကိုးကွယ်အားထားရာဟူ၍ ပါဏာပေတံ အသက်ထက်ဆုံး၊ ဂစ္ဆာမိ၊ မှီဝဲဆည်းကပ်ပါ၏၊ ဘုရား၊ ဓမ္မံတရားတော် မြတ်ကို သရဏံ ကိုးကွယ်အားထားရာဟူ၍ နိဗ္ဗာနကာလံ နိဗ္ဗာန်ရသည့်

http://www.dhammadownload.com

တိုင်အောင် **ဂစ္ဆာမိ** မှီဝဲဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား၊ **သံဃံ** သံဃာတော်မြတ်ကို **သရဏံ** ကိုးကွယ်အားထားရာဟူ၍ **ဓိဝိတပရိယန္တံ** အသက်ဆုံးသည့်တိုင်အောင် **ဂစ္ဆာမိ**၊ မှီဝဲဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား၊ တိသရဏ ဂမန် မဟာပရိပုဏ္ဏံ။ အာမဘန္တေပါအရှင်ဘုရား။

ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ၊ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ၊ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏီသိက္ခာမဒံ သမာဒိယာမိ၊ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ၊ သုရာမေရယမဇ္ဇ ပမာဒဋ္ဌာနံ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ၊ ဣဒံမေပုည် အာသဝက္ခယံ ဝဟံဟောတု။

မေ၊ ခန္ဓာငါးဝ၊ အပေါင်းမျှကို ငါဟုသမုတ် အကျွန်ုပ်၏။

ဣဒံ ပုည်၊ ဤယနေ့ယခု လှူဒါန်းရသော ဒါနကုသိုလ်၊ ဆောက်တည်ရသော သီလကုသိုလ်၊ ပွားများရသော ဘာဝနာကုသိုလ် စေတနာသည်၊ **အာသဝက္ခယံ**၊ ကာမဂုဏ်၌ တပ်နှစ်သက်တတ်သော **ကာမာသဝ**၊ ဘုံသုံးပါး၌ မွေ့လျော်တတ်သော **ဘဝါသဝ**၊ ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ ငါ့ဥစ္စာဟု စွဲလမ်းတတ်သော **ဒိဋ္ဌာသဝ**၊ သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် မသိမမြင်အောင် ဖုံးလွှမ်းတတ်သော **အဝိဇ္ဇာသဝ** တည်းဟူသော အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ ကင်းရာ ကုန်ရာ ငြိမ်းရာ ချုပ်ရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ **ဝဟံဝဟန္တော** ဘဝမကြာ ချမ်းသာ လွယ်ကူစွာ ရှက်ဆောင်နိုင်သည် **ဟောတု** ဖြစ်ပါစေသတည်း။ သာဓုကံ ကတွာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။ အာမဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

တရားတိုတိုနဲ့ နာယူရအောင်နော်။

http://www.dhammadownload.com

ထိခြင်းငါးပါးနဲ့ ဝတ်ချ

ဝတ်ချတာထိခြင်းငါးပါးနဲ့ ဝတ်ချတာ ပိုကောင်းတယ်နော်။ ခြေ၊ လက်၊ နဖူး၊ တံထောင်၊ ဒူး၊ အဲဒီတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာက ဘာကစတုန်း။ ဝတ်ချတာကစတယ်။ ဝတ်ချတဲ့အခါကျတော့ သမထနဲ့ ဝတ်ချနည်း၊ ဝိပဿနာနဲ့ဝတ်ချနည်း နှစ်မျိုးစလုံးဝတ်ချကြည့်ရအောင်။

သမထနဲ့ဝတ်ချနည်း

သမထနဲ့ ဝတ်ချ နည်းကတော့ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ၊ ဗုဒ္ဓံ မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇေမိ၊ ပူဇော်ပါ၏ဘုရား(တစ်ကြိမ်)၊ ဓမ္မံပူဇေမိ၊ ဓမ္မံ တရားတော်မြတ်ကို ပူဇေမိ ပူဇော်ပါ၏ဘုရား(တစ်ကြိမ်)၊ သံဃံပူဇေမိ၊ သံဃာ သံဃာတော်မြတ်ကို ပူဇေမိ ပူဇော်ပါ၏ဘုရား (တစ်ကြိမ်) သမထနဲ့ ဝတ်ချနည်း၊

ဝိပဿနာနဲ့ဝတ်ချနည်း

ဝိပဿနာနဲ့ဝတ်ချနည်းကတော့ ဝဋ်ကြီးသုံးပါးက ထွက်မြောက်ရာ၊ နိဗ္ဗာန်ရပါလို၏ဘုရား။ အဲဒီလိုဆိုလဲရပါတယ်။ ကာမဝဋ်၊ ကိလေသာဝဋ်၊ ဝိပါကဝဋ်၊ အဲဒီဝဋ်ကြီးသုံးပါးမှ ထွက်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ရပါလို၏ဘုရား။ အဲဒါ ဝဋ်မှထွက်မြောက်ရာ ဝတ်ချနည်း၊

လူတစ်သိန်းကျွေးရတာနဲ့ ညီမျှတဲ့ ဝတ်ချနည်း

နောက်တစ်နည်းက တစ်ကြိမ် ဝတ်ချလို့ရှိရင် လူတစ်သိန်းကျွေးရတာနဲ့ ညီမျှတဲ့ ကုသိုလ်ရတဲ့ ဝတ်ချနည်းရှိသေးတယ်။ ဘယ်လိုဝတ်ချမလဲဆိုတော့ မမြဲသော မိမိ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို မမြဲတဲ့အကြောင်း ဆင်ခြင်ရမယ်။ အဲဒီ မမြဲသော ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဘာလုပ်မှာလဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဆင်ခြင်ရမယ်။ အဲဒါဝိပဿနာ။ အဲဒီမမြဲတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဘာလုပ်မလဲ။ ကိလေသာမရှိတဲ့ ဘုရားဆိုတာ ဂုဏ်တော်သမထ။ ကိလေသာကင်းကြောင်းဖြစ်တဲ့တရား၊ ကိလေသာကင်းပြီးတဲ့ သံဃာတွေလို့ အာရုံပြုတာ သမထ။ လှူဒါန်းပါ၏ဆိုတာ ဒါန။ ဒါနရော၊ သမထရော။ ဝိပဿနာရောပါသွားတဲ့ အဲဒီဝတ်ချနည်း ဝတ်ချကြရအောင်။ ဘုန်းကြီးချပေးမယ်။ လိုက်ဆိုကြ။

မမြဲသော၊ ဆင်းရဲသော၊ အစိုးမရသော ခန္ဓာကိုယ်

မမြဲသော ဤခန္ဓာကိုယ်ကို ကိလေသာအပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူပြီးသော ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအား လှူဒါန်းပါ၏ ဘုရား။ (တစ်ကြိမ်ဝတ်ချလိုက်)

ဆင်းရဲသော ဤခန္ဓာကိုယ်ကို ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူပြီးသော ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအား လှူဒါန်းပါ၏ ဘုရား။ (တစ်ကြိမ်ဝတ်ချလိုက်)

အစိုးမရသော ဤခန္ဓာကိုယ်ကို ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူပြီးသော ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအားလှူဒါန်းပါ၏ ဘုရား (တစ်ကြိမ်ဝတ်ချ)။

ဖူးမြော်မာန်လျှော့ကန်တော့ကြ

ဘဝများစွာ သံသရာကစပြီး ယခုအချိန်အထိ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာရဲ့အပေါ် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ အပြစ်၊ အဲဒီအပြစ်တွေ ပျောက်အောင် ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ ကန်တော့ကြရတယ်။ ဒီအပြစ်တွေ ပျောက်အောင် တပည့်တော်တို့ ဘယ်လိုကန်တော့ကြရမလဲဘုရားဆိုတော့ ဖူးမြော်မာန်လျှော့၊ ဖူးက သက်တော်ထင်ရှားဘုရားကို အာရုံပြု၍ ဖူးလိုက်၊ သက်တော်ထင်ရှား ဘုရားကို အာရုံပြု၍ ဖူးစဉ် မာန်မာနကို လျှော့၍ ကန်တော့လို့ရှိရင် ဘဝများစွာ သံသရာက တင်လာတဲ့

http://www.dhammadownload.com

ကာယကံ အပြစ်၊ ဝစီကံ အပြစ်၊ မနောကံ အပြစ်တွေ ပျောက်ပါစေ။ ပါးစပ်ကဆိုရုံနဲ့ မပျောက်ဘူး။ အဲဒီ မာန်လျှော့ဖို့ အရေးကြီးတယ်။ ဘုရားတပည့်တော်တို့ ကန်တော့ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီ မာန်တော့ မလျှော့ကြဘူးနော်။

မာန်လျှော့ကန်တော့ရင် အပြစ်တွေပျောက်

ဘုရားကန်တော့။ တရားကန်တော့၊ သံဃာကန်တော့ မိဘကန်တော့၊ ဆရာသမား ကန်တော့၊ မာန်ကို လျှော့လို့ ကန်တော့ပါတဲ့။ မာန်လျှော့ပြီးတော့ ကန်တော့လို့ရှိရင် ဘဝများစွာ သံသရာက တင်လာတဲ့ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ အပြစ်တွေ ပျောက်ပါတယ်တဲ့။

ကန်တော့ရသောအကျိုး

ကန်တော့တာက ဘာနဲ့တူသလဲဆိုတော့ ရေချိုးတာနဲ့တူတယ်။ ဂျိုးချွတ်ပြီးတော့ ရေချိုးရသလိုပါပဲ။ ဒါနဲ့အရှင်ဘုရား… ကန်တော့ ရခြင်းဟာ ဘာတွေများ အကျိုးရှိသလဲဆိုရင် အသက်ရှည်ခြင်း၊ အဆင်းလှခြင်း၊ ချမ်းသာကြီးခြင်း၊ ခွန်အားကြီးခြင်းဆိုတဲ့ ဆေးလည်း စားပြီးသား ရပါတယ်။

ကန်တော့တာက ရေချိုးခြင်းနဲ့ တူတယ်။ ငါးပါးသီလက အဝတ်နဲ့ တူတယ်။ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့က ဝတ်ထားတဲ့ အဝတ်တွေက ကြည့်ကောင်းအောင် ကျန်းမာရေးအရ ဝတ်ရတဲ့အဝတ်၊ နောက်တစ်ခုက မြတ်စွာဘုရားကြိုက်တဲ့အဝတ်က မနောနဲ့ ဝတ်ရတဲ့အဝတ်။ အဲဒီ အဝတ်လုံအောင်ဝတ်ရင် ကောင်းတယ်။ လုံအောင်ဝတ်ရင် ဘာ အကျိုးရှိသလဲဆိုရင် ငါးပါးသီလလုံသော ပုဂ္ဂိုလ်က သောတာပန်နဲ့ တူတယ်၊ ဘာတူတုန်းတဲ့။ သေရင်အပါယ် မကျဘူး။ ကဲ ဘုရားကြိုက်တဲ့

.၃၈

http://www.dhammadownload.com

အဝတ်လဲ ဝတ်ရမယ်နော်။ အဲဒီ အဝတ် ဝတ်တဲ့အခါမှာ ဘေးမဲ့သီလဝတ် နိုင်ဖို့ ပိုကောင်းတယ်။

အဘယဒါနသီလ

ငါသည်သူများ အသက်မသတ်ဘူး။ ငါသည် သူများ အသက် မသတ်သည့်အတွက် ငါကြောင့် သတ္တဝါတွေ စိတ်မဆင်းရဲစေရဘူး။

ငါသည် သူများ ဥစ္စာမခိုးဘူး။ ငါသည် သူများ ဥစ္စာမခိုးသည့် အတွက် ငါကြောင့် သတ္တဝါတွေ စိတ်မဆင်းရဲစေရဘူး။

ငါသည် သူများ အိမ်ရာမမှားဘူး။ ငါသည် သူများ အိမ်ရာ မမှားသည့်အတွက် ငါကြောင့် သတ္တဝါတွေ စိတ်မဆင်းရဲစေရဘူး။

ငါသည် လိမ်မပြောဘူး။ ငါသည် လိမ်မပြောသည့်အတွက် ငါကြောင့် သတ္တဝါတွေ စိတ်မဆင်းရဲစေရဘူး။

ငါသည် သေရည်သေရက်မသောက်ဘူး။ ငါသည် သေရည် သေရက်မသောက်သည့်အတွက် ငါကြောင့် သတ္တဝါတွေ စိတ်မဆင်းရဲ ပါစေနဲ့ဆိုတော့ အဘယဒါနသီလဆောက်တည်နိုင်ရင် ပိုကောင်းတယ်။ အဲဒါ အဝတ်ပဲ။

နိဗ္ဗာန်ထိအောင်ပို့မယ့်ရတနာ

ကန်တော့တာက ရေချိုးတာနဲ့ တူတယ်၊ သီလဟာ အဝတ်နဲ့ တူတယ်၊ အဝတ်လဲဝတ်ပြီးကြပြီ၊ အဝတ်ဟာ အရေးကြီးတယ်နော်။ အဝတ် ဝတ်ပြီးတဲ့နောက် ရတနာဆင်ရမယ်တဲ့။ ရွှေ၊ ငွေ၊ ကျောက်သံ ပတ္တမြားတွေဟာ ဘဝပေါင်းများစွာ သံသရာက ဆင်လာတဲ့ ရတနာ တွေပါပဲ။ ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာက တစ်ခါတစ်ရံမှ

http://www.dhammadownload.com

တွေ့ခဲ့တယ်။ အင်မတန် တွေ့ဖို့ခဲယဉ်းတယ်။ တွေ့ခဲ့တဲ့အခါ ဒီရတနာက နိဗ္ဗာန်ထိအောင်ပို့မယ့် ရတနာ။ တန်ဖိုးဖြတ်လို့မရတဲ့ ရတနာ။ ဒီရတနာ ဆင်ရအောင်။

ဂုဏ်တော်တစ်ခု အာရုံပြု

အဲဒီတော့ ခုနက နမောတဿ ဘဂဝတော၊ အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿထဲမှာ **အရဟံဂုဏ်တော်**ရယ်၊ **သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ** ဂုဏ်တော်ရယ်၊ **ဘဂဝါဂုဏ်တော်** ရယ်ပါတယ်။ အဲဒီဂုဏ်တော် သုံးပါးထဲက တစ်ဂုဏ် ဂုဏ်ကိုအာရုံပြုရအောင်။ ဘုန်းကြီးဆိုတာ လိုက်ဆိုကြ။

အရ ဟံ၊ ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ **အရ ဟံ** ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်း မှ ကင်းငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ **အရ ဟံ** ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ အဲ့ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ကိုးကွယ်တဲ့ ဘုရားက ဘယ်လိုဘုရားတုန်း။ အပူမရှိတဲ့ဘုရား။

စိတ်နဲ့ဘုရားနဲ့တွေ့ပါစေ

ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ထက်ဘာသာတုန်း။ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့က သားအတွက်၊ သမီးအတွက်၊ စီးပွားရေးအတွက် ဟိုအတွက်၊ သည်အတွက် အားရင်ပူနေရတာပဲ။ ကျုပ်တို့ ဘုရားက ဘာအပူမှမရှိဘူး၊ သြော် ငါတို့ဘုရားက ငါတို့လို အပူမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါ လား၊ အပူကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားလို့ စိတ်နဲ့ ဘုရားနဲ့တွေ့ပါ စေ၊ နှလုံးသားထဲ ဘုရားရောက်ပါစေ။ အဲဒီတော့ သက်တော်ထင်ရှား သော ဘုရားဆိုတာ ပိုက်ဆံပေးပြီးဝယ်လို့ မရတဲ့ဘုရား။ **မနောဘုရား**၊ **ပရမတ်ဘုရား**၊ **ဓမ္မစိဋ္ဌာန်ဘုရား**။ အဲဒီ ဘုရားဆီ စိတ်က ရောက်သွားလို့ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ အပူကင်းတာပဲ။ ဒီရတနာ ဆင်ပါတဲ့၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်အောင် ပို့ပါလိမ့်မယ်တဲ့။

http://www.dhammadownload.com

မကောင်းမှုမပြုသူ

အ ရဟံကျတော့ ဆိတ်ကွယ်ရာ ရရ မရရ၊ မကောင်းမှုကို ပြုလေ့မရှိသောမြတ်စွာဘုရား၊ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့က ဆိတ်ကွယ်ရာ ရသည်ဖြစ်စေ၊ မရသည်ဖြစ်စေ၊ မကောင်းမှုပြုတယ်။ ကျုပ်တို့ဘုရားက ဘုရားဖြစ်သည်ကစ ပရိနိဗ္ဗာန်စံသည်အထိ မကောင်းမှုမပြုဘူး၊ မကောင်းမှုမပြုသူ ပုဂ္ဂိုလ်က ဘယ်သူလဲဆိုတော့၊ ဘုရား။ အပူမရှိသော ပုဂ္ဂိုလ် က ဘယ်သူတုန်း၊ ဘုရား။

သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာအရှိဆုံး

အရဟံ ကျတော့ ဗုဒ္ဓ ဘာသာတွေက ဆွမ်း၊ ပန်း၊ ရေချမ်း၊ ဆီမီး၊ အမွှေးတိုင်နဲ့ ဘုရားလှူကြတယ်။ ငါတို့ ဒီဘုရားကို ဘာကြောင့် လှူကြသလဲ။ ပြန်စဉ်းစားပါ။ သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ် တို့ကြောင့် လှူကြသည်။ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားတုန်းက ဘယ်သူမှ မလှူဘူး၊ သီလအရှိဆုံးဘုရား၊ သမာဓိအရှိဆုံးဘုရား၊ ပညာအရှိဆုံးဘုရား။

ဂုဏ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ နာမည်တွေပဲ

မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှားက ဗောဓိညောင်ပင်အောက်မှာ ပွင့်နေတုန်း လူတွေ၊ နတ်တွေ၊ ဗြဟ္မာတွေက ပူဇော်နေတဲ့ပုံကို အာရုံပြုပြီး တော့ အရဟံ၊ သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်တို့ကြောင့် လူတွေ၊ နတ်တွေ၊ ဗြဟ္မာတွေ့ရဲ့ ပူဇော်အထူးကို ခံယူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရားလို့ စိတ်နဲ့ ဘုရားနဲ့တွေ့ပါစေ။ အဲဒီလိုတွေဖို့ အရေးကြီး တယ်။ အဲဒါ ဂုဏ်တော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ နာမည်တွေပါပဲ။

ဂုဏ်ဆိုတာက အရည်အချင်း၊ အရည်အသွေး၊ သတ္တိထူးကို ဂုဏ်ခေါ်တယ်။ ပကတိမျက်စိနဲ့ မြင်ရတာက ပုံ။ မနောနဲ့ အာရုံပြုတာက

http://www.dhammadownload.com

ဂုဏ်၊ အဲဒီတော့ ငါတို့ဘုရားက ဘယ်လိုဘုရားတုန်း၊ အပူမရှိတဲ့ ဘုရား။ မကောင်းမှု မပြုတဲ့ဘုရား။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ဘုရား၊

ဂုဏ်တော်ကိုးပါး

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိကာရ၊ လက္ခဏာ၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပညတ် ညွှေယျခံတရားငါးပါးသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဘယ်သူတုန်း၊ ဘုရား။ ကျုပ်တို့ က မသိဘူး။ သူက သိတယ်။

ဝိဇ္ဇာစရဏ သမ္ပန္နော၊ ဝိဇ္ဇာဆိုတာ အသိ **စရဏ**ဆိုတာ အကျင့် **သမ္ပန္နော**ဆိုတာ ပြည့်စုံတယ်။ လောကကြီးမှာ အသိတရား အကျင့်တရား နဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်သူတုန်း၊ ဘုရားပဲ၊ ဘုရားရဲ့နာမည်ပဲ။

သုဂတော၊ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ ကောင်းတာလည်းပြောတယ်။ မကောင်းတာလည်းပြောတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဘုရား ဖြစ်စဉ်မှစပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်စံသည်အထိ ကောင်းတာပြောတယ်။ ကောင်းတဲ့ တရားဟော တယ်။ ကောင်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်တယ်။ ဘယ်သူတုန်း၊ ဘုရားပဲ။

လောကဝိဒူ သတ္တလောက၊ သင်္ခါရလောက၊ ဩကာသ လောက၊ လောကသုံးပါးသိသူ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်သူတုန်း၊ ဘုရားပဲ။

အနုတ္တရောပူရိသ ဒမ္မသာရထိ၊ မယဉ်ကျေးတဲ့ လူယောကျ်ား၊ နတ်ယောကျ်ား၊ တိရစ္ဆာန်ယောကျ်ားတို့ကို ယဉ်ကျေးအောင် အဆုံးမနိုင် ဆုံးဟာ ဘယ်သူတုန်း။ ဘုရားပဲ။

သတ္ထာဒေဝ မနုဿာနံ လူနတ်၊ ဗြဟ္မာတွေရဲ့ ဆရာ။ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာတွေရဲ့ ဆရာဟာ ဘယ်သူတုန်း၊ ဘုရားပဲ။

ဗုဒ္ဓေါ သိစရာရှိသမျှ အကုန်သိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်သူတုန်း ဘုရားပဲ။ကျုပ်တို့က မသိဘူး။ သူကသိတယ်။ **သဗ္ဗညုတ** သိစရာရှိသမျှ

http://www.dhammadownload.com

အကြွင်းအကျန်မရှိ အကုန်လုံးသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်သူတုန်း၊ ဘုရားပဲ။ ဘုရားကလွဲလို့ ဘယ်သူမှ မသိဘူး။

ပညတ်ဘုရား၊ ပရမတ်ဘုရား

ဂုဏ်ဆိုတာက သိစရာတွေရှိသမျှ အကုန်လုံး သိတယ် ဆိုတာ ဂုဏ်၊ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ မြင်တဲ့ဥစ္စာက ပုံ၊ **ရုပ်ဘုရား**၊ **နာမ်ဘုရား** ဆိုတာက ဘာလဲ။ ခင်ဗျားတို့ကျုပ်တို့ မြင်တဲ့ဥစ္စာက ရုပ်ဘုရား၊ သိစရာရှိတာ အကုန်သိတာက နာမ်ဘုရား၊ အခုမြင်တဲ့ ဥစ္စာက **ပညတ်ဘုရား**၊ သိစရာရှိသမျှ အကြွင်းအကျန်မရှိ အကုန်သိတဲ့ သဗ္ဗညုတ ရွှေဉာဏ်သည် ပရမတ်ဘုရား၊ အဲဒါအရေးကြီးတယ်။

ဂုဏ်တော်နဲ့ ပုံတော်

ဂုဏ်နဲ့ ဂုဏေး၊ သိစရာရှိသမျှ အကုန်သိတယ်ဆိုတာ ဂုဏ်၊ မြင်တဲ့ဥစ္စာက ဂုဏေးနော်၊ အခုဆရာတော် ဒွိပိဋကာ၊ နိုင်ငံတော်သြဝါဒါစရိယ၊ အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတဆိုတာ ဂုဏ်၊ သူ့ခန္ဓာ ကိုယ်ကြီးကပုံ၊ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ မြင်တဲ့ဥစ္စာက ပုံမြင်တယ်၊ ဂုဏ် မမြင်ဘူး၊ မဟုတ်လား။ ဂုဏ်က ပကတိမျက်စိနဲ့ မြင်လို့မရဘူး၊ မနောနဲ့ အာရုံဉာဏ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ဥစ္စာကဂုဏ်၊ ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ဥစ္စာက ပုံ၊ ဂုဏ်နဲ့ ပုံနဲ့နော်။ ဂုဏ်တော်ဆိုတာက အဲဒီကျမှ အရည်အချင်းဖြစ်တယ်။

အရဟံ ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားလို့ စိတ်နဲ့ ဘုရားနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ ဒါဘာလဲ၊ အရည်အချင်း၊ အရည်အချင်းက ခက်တယ် မဟုတ်လားနော်။ ပကတိ မျက်စိနဲ့ မြင်လို့မရဘူး၊ မနောနဲ့ အာရုံပြုတာနော်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီတော့ ချက်ကျောက်၊ တွင်းထွက်ကျောက်ဆိုလို့ရှိရင် ပကတိ မျက်စိနဲ့မြင်လို့ မရဘူး။ အရဟံ၊ အရဟံ ဆိုတာ ချက်ကျောက်နဲ့တူတယ်။ အရဟံ ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာ ဘုရား။ စိတ်နဲ့ဘုရားနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ၊ အဲဒါတွင်းထွက်ကျောက်။ မနောနဲ့ အာရုံပြုရတယ် မဟုတ်လား။ တနည်းအားဖြင့် တရားအားထုတ်တယ်။ အားထုတ်တယ်နဲ့ အားထုတ်ဖြစ်တယ်ဆိုတာရှိတယ်။ အရဟံ အရဟံဆို တာ အားထုတ်ဖြစ်တယ်၊ လေထုတ်လိုက်တာ။ ဟိုဟာက စိတ်နဲ့၊ ဘုရားနဲ့၊ မနော တွေ့လိုက်တယ်။ ရင်ချိုင့်ထဲမှာ သက်တော်ထင်ရှားဘုရား ဆိုရောက်ပြီးတော့ "ငါတို့ ကိုးကွယ်သည့်ဘုရား၊ ငါတို့လို အပူမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါလား။ အပူကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ သက်တော် ထင်ရှားဘုရားလို့" အောက်မေ့တယ်။

နှလုံးသားမှာဘုရားတည်

အဲဒီအချိန်အခါမှာ "ဗုဒ္ဓဂုဏာ၊ ပွားသူမှာ၊ ခန္ဓာစေတီထိုက်၊" ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ခန္ဓာကိုယ် ဘယ်အချိန် စေတီထိုက်တုန်း၊ စိတ်နဲ့ ဘုရားနဲ့တွေ့တဲ့အချိန်မှာ စေတီထိုက်တယ်။ နှလုံးသားမှာ ဘုရား တည်တယ်နော်။ အဲဒါအရေးကြီးတယ်နော်။ ဗုဒ္ဓဂုဏာ၊ ပွားသူမှာ၊ ခန္ဓာစေတီထိုက်၊ အဲဒါပြောတာ။

အစရှင်လို့ဖြစ်လာတယ်

စေတီထိုက်ချင်ရင် စိတ်နဲ့ဘုရားနဲ့တွေ့ပါစေ၊ ဂုဏ်တော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရား၊ အာရုံပြုတဲ့အခါမှာ တစ်ခုတည်းသော သမာဓိရတာ ပိုကောင်းတယ်။ ကျုပ်အာရုံပြုတဲ့အခါ ကြည်ညိုတဲ့ဘုရား တစ်ဆူ၊ ကျုပ် ကတော့ ဗောဓိညောင်ပင်နဲ့ ရွှေပလ္လင်အောင်မြင်တဲ့ဘုရားကို အာရုံပြု

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ စိတ်က မျက်စိ မမှိတ် မဖွင့်၊ စကလေး စိုက်ပြီးတော့ မျက်တောင် မခတ်ဘဲ ကြည့်လို့ရှိရင် စိတ်ဘယ်မှမရောက်ရင် အရှင်လို ဖြစ်လာတယ်။ ပထဝီကသိုဏ်းများလိုပဲ၊ အဲဒီကျမှ ဂုဏ်တင်လိုက်မယ်။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ

သက်တော်ထင်ရှား ဘုရားလို့ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ "ဩော်မြတ်စွာဘုရား။ သိစရာရှိရင် အကုန်သိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါလား။" အဲဒီလိုရှာရတယ်။ သိစရာရှိတာ အကုန်သိတာက ဂုဏ်၊ မြင်တဲ့ဥစ္စာက ပုံ၊ အဲဒီလိုကပ်ကြည့်လို့ရတယ်။ အဲဒီဂုဏ်တော် အာရုံပြုလို့ရှိရင် ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ လိုအင်ဆန္ဒ အကုန်လုံး ပြည့်စုံနိုင်တယ်။

ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းလေးဆယ်တို့တွင် အတုမရှိ အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ငါဘုရား၏ ဂုဏ်တော်ကို ဘာဝနာပွားများကြကုန်လော့။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများသောကြောင့် သင်သည် မိမိ၏ လိုအင်ဆန္ဒ ကိစ္စအဝဝတွေကို မုချပြည့်စုံပါလိမ့်မည်တဲ့။ လူချမ်းသာရော နတ်ချမ်းသာရော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရော အကျိုးထူးသုံးပါး ပြည့်တယ်နော်။

လောကီအကျိုးဆိုလို့ရှိရင် "ကျက်သရေ၊ တက်နေလှစေဖို့ ထက်ပေစွ အရဟံ၊" စီးပွားတက်ချင်ရင် အရဟံကိုသာ စိပ်ပါတဲ့။

"ကောင်းမြတ်သည့်၊ ကံကလျာဏ်၊ ဉာဏ်သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ" ဉာဏ် ကောင်းချင်ရင် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါကို စိပ်။

စာမေးပွဲသမားတွေ၊ လောကီမှာ အကြံအစည်တွေ အောင်မြင်ချင်ရင် ဝိဇ္ဇာစရဏ သမ္ပန္နောကို စိပ်။

"ပြောသမျှ မုသာအောင် သုဂတါရုပ်ဟောတဲ့" ပြောသမျှ အောင်မြင်ချင်ရင် သုဂတောကိုသာ စိပ်တဲ့။

http://www.dhammadownload.com

"ကျက်သရေ လွန်ပြန့်ပြောစေဖို့" လောကဝိဒူ

"စွဲမှတ်လို့ အနုတ္တရောရယ်၊ နှုတ်ပြောတဲ့ ပီယဝါဆို"

စကားပြောစရာရှိရင် အနုတ္တရောပူရိသ ဒမ္မသာရထိ စိပ်တဲ့နော်။

သတ္ထာဒေဝ စကားကြူလျှင် တစ်ပါးသူ သယ်ယူသွားနိုင်ငဲ့။ သူတစ်ပါးကို ကယ်ချင်လို့ရှိရင် သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ စိပ်။

ဗုဒ္ဓေါပရစိတ္တံ သိရအမှန်၊ သူတစ်ပါးစိတ် သိချင်လို့ရှိရင် ဗုဒ္ဓေါ စိပ်ပါ။

ဘဂဝါ ဂုဏ်တော်အလျှံမှာ ပုန်မကန်၊ ရှာစရာတွေ့ရင် အောက်လူတွေပုန်ကန်မှာ ကြောက်ရင် ဘဂဝါဂုဏ်တော်စိပ်ပါ။

လောကီအကျိုးပေါ့နော်။

ကျုပ်တို့ ဟိုဟာ တွေ့ရှိသေးတယ်။ ဂုဏ်တော်ပွားထုံ စေ့လို့စုံပြီး ဂုဏ်တော်ပွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်စိတ်မှ အလိုရှိတဲ့အခါ လောကီချမ်းသာ တရား ထိအောင်ရနိုင်တယ်။ စိတ်လိုရာကို ပြည့်စုံနိုင်တယ်။ ဂုဏ်တော်ပွားထုံ၊ စေ့လိုစုံပြီး၊ နတ်ဘုံကမ္ဘာ၊ သုံးသောင်းသာတည်း၊ ကမ္ဘာသုံးသောင်း အပါယ်မလားတော့ပါဘူး။ သိကြားမှာ ရှစ်ဆယ်၊ စကြာကတစ်ထောင် တဲ့။ အခေါင်ပဒေသရာဇ်ကြီးဖြစ်တဲ့။ မကျအပါယ်။ ဘုရားဂုဏ်တော်ပွား များတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အပါယ်မကျဘူးတဲ့။ မလျော့ဥစ္စာ။ စည်းစိမ်က တစ်ထောင်၊ လျော့ရင်တစ်ထောင် ပြန်ပြည့်တယ်။ ဈာန်အဘိညာဏ် လည်းရတယ်၊ ဂုဏ်ထူးနှင့်ပင်၊ နိဗ္ဗာန်ဝင်သည် သုဂတိမထေရ် ဂုဏ်တော်ပွားစေဖို့ အကျိုးတည်းတဲ့၊ နာရဒရသေ့ဘဝ ကတည်းက အားထုတ်ခဲ့တာ။

နောက်တစ်ခုက စေတီအတူတဲ့။ ဘုရားအာရုံပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က စေတီထိုက်နေတယ်၊ စေတီနဲ့တူတယ်တဲ့။ ဘုရားနဲ့စိတ်နဲ့ တွေ့လို့ရှိရင် စိတ်မူတည်ကြည်တဲ့။ စိတ်လည်းကြည်ပါတယ်၊ ဘုရားအာရုံပြုလို့ရှိရင်

http://www.dhammadownload.com

ရောက်မည် နတ်ရွာ၊ အပါယ်မကျဘူးတဲ့၊ တွေ့ခါ သိလွယ်၊ မြတ်နွယ်အမျိုး၊ ရိုကျိုးခယ၊ ပြည့်ဝအင်္ဂါ၊ ဆင်းလှစွာနှင့်၊ ကာယခံတွင်း၊ ကြိုင်သင်းမွှေးကြူ၊ ကြီးမှူးပညာ၊ လျင်မြန်ခံ့ညားကြွယ်၊ ကောင်းကြွယ်စကား၊ ဆိုနိုင်ပြားသည်၊ ဘုရားဂုဏ်တော်အကျိုးတည်း။

ဘုရားဂုဏ်တော် အနန္တပါ။ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ် လုပ်ဖို့သာ အရေးကြီးတယ်။ အဲတော့ လက်နှစ်ဖက်၊ လက်နှစ်ဖက်သည့်အတိုင်းထားရင် မပြည့်ဘူး၊ ဒီလိုတီးမှ ပြည့်မှာ၊ နည်းနည်းတီးရင် နည်းနည်းမြည်မယ်၊ များများတီးရင် များများမြည်မယ်၊ အလကားနေရင် အလကား၊ လက်တစ်ဖက်က အတီတီ၊ ကျန်တစ်ဖက်က ပစ္စုပ္ပန်၊ လောကီပဲ ဖြစ်ဖြစ် လောကုတ္တရာပဲဖြစ်ဖြစ် အလကားနေရင် အလကား၊ နည်းနည်းလုပ်ရင် နည်းနည်းရတယ်။ များများလုပ်ရင် များများရတယ်။ လုပ်ဖို့က ကိုယ့်တာဝန်၊ အကျိုးပေးဖို့က တရားတာဝန်၊ သူ့ဟာသူ အကျိုးပေးမှာ။ လခစားလိုပဲ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်၊ သူ့ဟာသူရမှာပဲ။ ဘုရားတရား လုပ်ဖို့ပါ။

ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့က ၂၄ နာရီ ရှိတဲ့အထဲ စားဝတ်နေရေးအတွက်က ၂၃ နာရီထား၊ တစ်နေ့တစ်နာရီလောက်ရအောင် လုပ်နိုင်ရင် ပိုကောင်းတယ်နော်။

ကိုယ်လေ့မှ ကိုယ်လာတာ

ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ အလုပ်တစ်ခုက၊ ဘုရားအကြိုက်နဲ့ဆိုရင်တော့ အားလုံးသော ပုဂ္ဂိုလ် ၃၁ ဘုံသားတွေဟာတဲ့၊ အလုပ်နှစ်ခုတည်း ရှိပါတယ်တဲ့၊ မျက်စိကမြင်တဲ့အခါ ကုသိုလ်ဖြစ်ရင်ဖြစ်၊ မဖြစ်ရင်တော့ အကုသိုလ်ပဲ၊ စားတဲ့အခါ ကုသိုလ် ဖြစ်ရင်ဖြစ်၊ မဖြစ်ရင်တော့ အကုသိုလ်၊ နံတဲ့အခါ ကုသိုလ်ဖြစ်ရင်ဖြစ် မဖြစ်ရင်အကုသိုလ်၊

http://www.dhammadownload.com

ထိတဲ့အခါ ကုသိုလ်ဖြစ်ရင်ဖြစ် မဖြစ်ရင်အကုသိုလ်၊ ကြံတဲ့အခါ ကုသိုလ်ဖြစ်ရင်ဖြစ်၊ မဖြစ်ရင်အကုသိုလ်၊ နှစ်လုပ်တည်းရှိတာ၊ ခင်ဗျားတို့ တစ်နေ့တည်း တစ်ခုတော့ရအောင်။ လေ့လာရမယ်နော်။ ကိုယ်လေ့မှ ကိုယ်သိတာ။

သား၊ သမီး၊ မယားအတွက် မျက်စိမှိတ်လို့ မဖွင့်ပဲ အာရုံပြုလို့ ရတယ် မဟုတ်လား။ လာနေတာမဟုတ်ဘူး၊ အမြဲတန်းလာနေတာ၊ တစ်ခါ တစ်လေ ဖုန်းဆက်လို့ရှိရင် အသံတင်မကဘူး၊ ရုပ်ပါမြင်လာတာ မဟုတ်လား။ ဘုရား တရားကျတော့ စူးစိုက်လို့ မရဘူးနော်။ ဟိုရောက် ဒီရောက် ဟိုရောက် ဒီရောက်နဲ့၊ အကျိုးပေးချင်ရင် စူးစိုက်ရမယ်။

"က" သုံးလုံး

ကျုပ်တို့ဘုရားကျတော့ "က" သုံးလုံးခေါ်တယ်။ 'က' သုံးလုံး ဆိုတာ ကာယကံ ကောင်းကောင်း၊ ဝစီကံကောင်းကောင်း၊ မနောကံ ကောင်းကောင်း မဟုတ်လား။ "က" သုံးလုံး၊ ကာယကံကောင်းရင် လည်း အပြစ်မရှိရင်အကျိုးပေးတာပဲ၊ ဝစီကံကောင်းကောင်း၊ မနောကံ ကောင်းကောင်း။

ဝစီကံကောင်းဖို့ကောင်း

မြတ်စွာဘုရား ရာဟုလာ ဟောစဉ်မှာ၊ (၇)နှစ်သားအရွယ် မဟုတ်လား။ ညနေစောင်း မြတ်စွာဘုရားကြွအလာ ရာဟုလာက နေရာဖယ်ပေးတော့ "ငါ၏ချစ်သား မင်းစကားပြောမယ်ကြံလို့ရှိရင် ငါပြောမယ့်စကားဟာ တစ်ဖက်သား ထိခိုက်မှာလား၊ ဒီလိုမှမဟုတ် မိမိကို ပြန်ထိခိုက်မလား၊ ဒါမှမဟုတ် နှစ်ဦးစလုံး ထိခိုက်မလား စဉ်းစားပါ။ အဲဒီလိုထိခိုက်မယ့် စကားမျိုးဆိုရင် အခုအချိန်ကစပြီး တစ်သက်လုံးမပြောပါနဲ့"၊ ဝစီကံ ကောင်းကောင်းနော်။

http://www.dhammadownload.com

ကာယကံကောင်းကောင်း

ကာယကံကျတော့ ''မင်းအလုပ်လုပ်မယ်ကြံလို့ရှိရင် ငါလုပ်မယ့် အလုပ်ဟာ တစ်ဖက်သားထိခိုက်မှာလား၊ ဒီလိုမှမဟုတ် မိမိများ ထိခိုက်မလား၊ ဒီလိုမှမဟုတ် နှစ်ဦးစလုံးထိခိုက်မလား၊ အဲသလို ထိခိုက်မယ့်အလုပ်မျိုးကို ယခုချိန်ကစ တစ်သက်လုံး မလုပ်ပါနဲ့။'' ဒါက ဘာလဲ၊ ကာယကံကောင်းကောင်း။

မနောကံကောင်းကောင်း

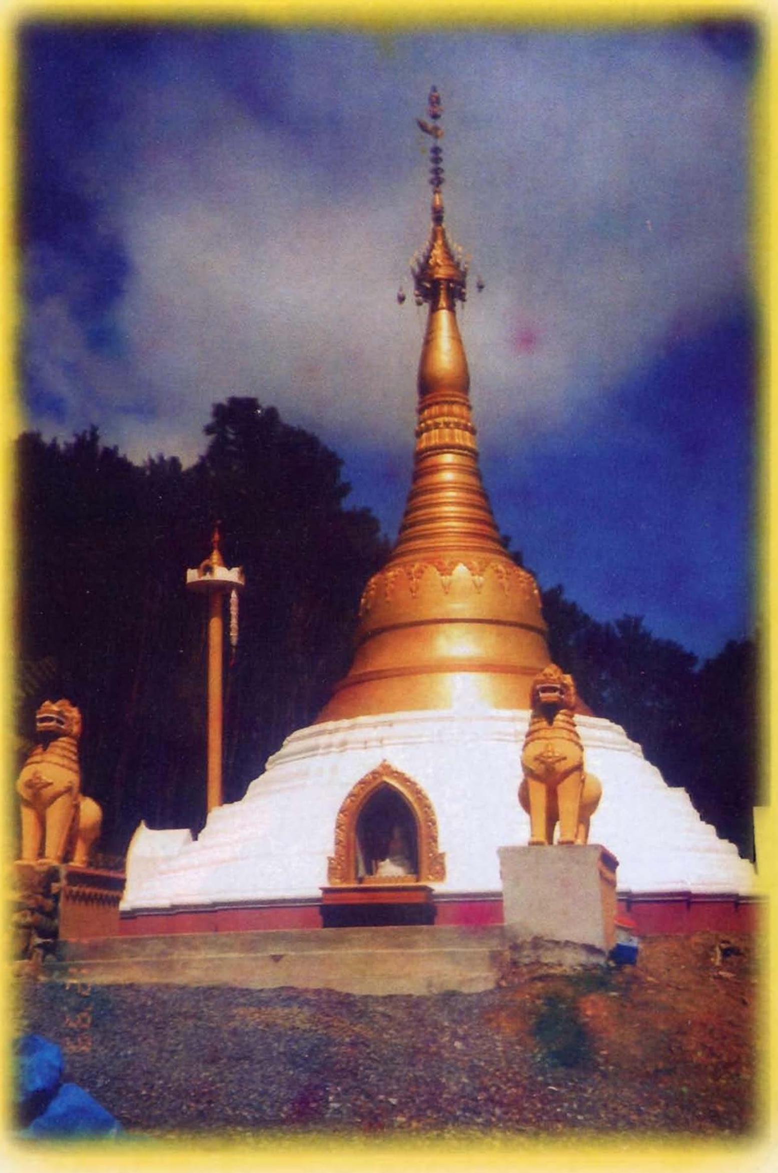
''အားတဲ့အခါ စိတ်ကူးတွေးတော ကြံစည်တယ်။ တွေးတော ကြံစည်တဲ့ ငါ့အကြံအစည်ဟာ တစ်ဖက်သားကို ထိခိုက်မလား၊ မိမိကို ထိခိုက်မှာလား၊ ဒီလိုမှ မဟုတ် နှစ်ဦးစလုံး ထိခိုက်မယ့် အတွေးအခေါ် အကြံအစည်မျိုးကိုလည်း တစ်သက်လုံး မတွေးခေါ် မကြံစည်ပါနဲ့။ '' ဒါက မနောကံ ကောင်းကောင်း မဟုတ်လား။

'စ'သုံးလုံး

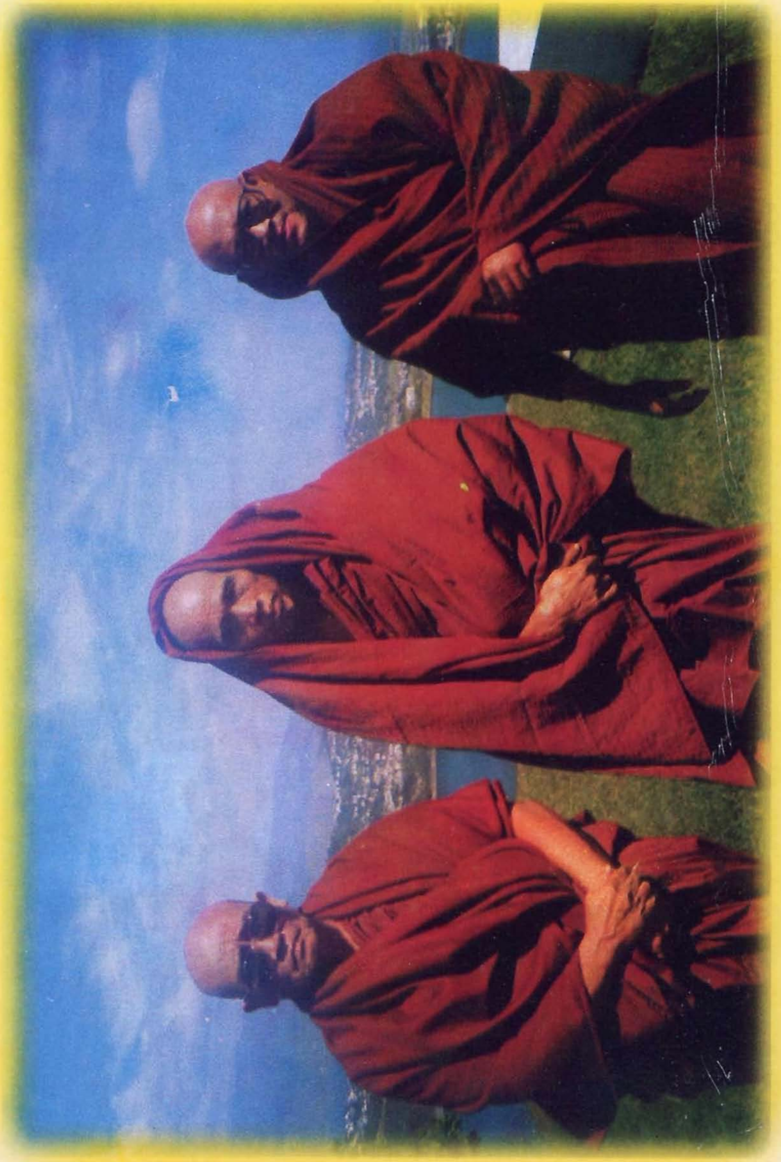
အဲဒီလို ''က''သုံးလုံးပြီးတဲ့နောက်မှာ 'စ'သုံးလုံးဆိုတာ လောကီရော၊ လောကုတ္တရာပါ အကျိုးပေးတယ်။ ''စဉ်းစဉ်းစားစား၊ စေ့စေ့စပ်စပ်၊ စူးစူးစိုက်စိုက်။ 'စ'သုံးလုံးက ဘာတုံး။ စဉ်းစဉ်းစားစား၊ စေ့စေ့စပ်စပ်၊ စူးစူးစိုက်စိုက်။ လောကီရော လောကုတ္တရာရော အလုပ်တစ်ခု လုပ်မယ်ကြံရင် စဉ်းစားရမယ်၊ လုပ်တော့မယ် ဆုံးဖြတ်ပြီးရင် ဒီအလုပ်အပေါ် စေ့စပ်ပါ။ မဟာစေနဲ့။ စေ့စပ်ရုံမကသေးဘူး။ ဒီအလုပ်အပေါ် စူးစိုက်တဲ့၊ အကျိုးပေးပါတယ်တဲ့။

ဘုရားဂုဏ်တော်ဆိုလို့ရှိရင်လည်း တို့ဘုရားက ဘယ်လို

http://www.dhammadownload.com

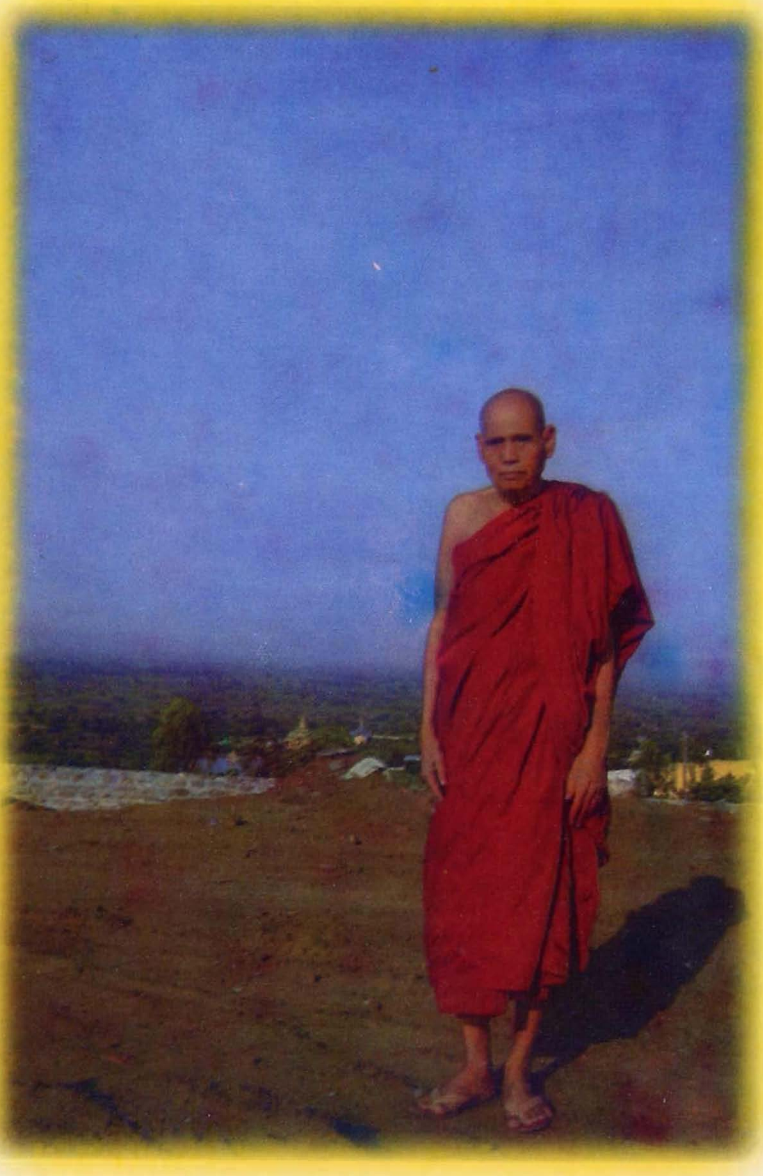


http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

ဘုရားတဲ့။ စဉ်းစားမယ်နော်။ စဉ်းစားလို့ရှိရင် ဩော်-တို့လို အပူအပင် မရှိတဲ့ ဘုရား။ စဉ်းစားပါ။ စေ့စပ်ပါ။ ဒီပြင် အာရုံမရောက်စေနဲ့။ ဘုရားပေါ် အာရုံရောက်နေပါစေ။

"အ"သုံးလုံး

'အ'သုံးလုံးရှိသေးတယ်။ အမှောင်ထဲကို လင်းအောင်နေရမယ် တဲ့။ အရှုပ်ထဲကို ရှင်းအောင်နေရမယ်၊ အပူထဲကို အေးအောင်နေရမယ်။

အမှောင်ထဲမှာ လင်းအောင်နေ

အမှောင်ထဲဆိုတာက ဒီအတိုင်း အမှတ်တမဲ့နေကြရင် လောကီ အာရုံ ကာမဂုဏ်ဆိုတာ **အဝိဇ္ဇာ** မဟုတ်လား။ ဘုရားကို အာရုံယူတဲ့အခါ ကျတော့ ငါတို့ဘုရားဟာ **အရဟံ** ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်း တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားလို့ စိတ်က ဘုရားဆီ ရောက်ပြီးတော့ "ဩော်-ငါတို့ ဘုရားဟာ တို့လို့ အပူမရှိပါလား။ အပူကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား" စိတ်နဲ့ဘုရားတွေ့တဲ့အခါ **ဝိဇ္ဇာ**မဖြစ်ဘူးလား၊ ဝိဇ္ဇာ ဖြစ်တော့ အလင်းဝင်တာပေါ့။

လောကီအာရုံ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟက အဝိဇ္ဇာ၊ ဘုရားနဲ့တွေ့တော့ ဝိဇ္ဇာ၊ အလင်းဝင်တာ မဟုတ်ဘူးလား။ အမှောင်ထဲမှာ လင်းအောင်နေ၊ ဝိပဿနာရှုရင်လဲ ဝင်လေသိ ထွက်လေသိ၊ ဒါအလင်း ဝင်တာပေါ့၊ ကျုပ်တို့က ဝင်လေလဲ မသိဘူး၊ ထွက်လေလဲမသိဘူး၊ မသိတာက ဘာလဲ၊ အဝိဇ္ဇာ၊ ဝင်မှန်းသိတာက ဝိဇ္ဇာ၊ အမှောင်ထဲ လင်းအောင်နေတဲ့နည်း။

http://www.dhammadownload.com

အရှုပ်ထဲရှင်းအောင်နေ

အရှုပ်ထဲ ရှင်းအောင်နေတဲ့ နည်း။ အရှုပ်တွေက အများကြီး၊ ဟိုရောက် သည်ရောက်၊ ဘာအတွက် ညာအတွက် အရှုပ်တွေအများကြီး။ အဲဒီ အရှုပ်တွေ ရှင်းချင်ရင် ဘုရားဟောတဲ့ တရားတစ်ခုကို နှလုံးသွင်း လိုက်ပါတဲ့။ ဘုရားဟောတဲ့ တရားက အကုန်လုံး ကောင်းတာချည်းပဲ။ ဂုဏ်တော် ဝါသနာပါရင် ဂုဏ်တော်ပေါ့၊ ထွက်လေ ဝင်လေကြိုက်လဲ ထွက်လေ ဝင်လေပေါ့။ ကိုယ်ကြိုက်ရာ ကိုယ်ပေါ့၊ အရေးကြီးတာက အပူတွေမရှိရင် ငြိမ်းနေတာဘဲ။

ခုနက အရဟံ ကိလေသာ အပူခပ်သိမ်းမှ ကင်းငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားလို့ စိတ်က ဘုရား ဆိုရောက်နေရင် အပူကင်းတာပေါ့။ အပူထဲ အေးအောင်နေတဲ့ နည်း။

ဝိဇ္ဇာနဲ့အဝိဇ္ဇာ

ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့က အမှတ်တမဲ့ နေရင် သားအတွက် သမီးအတွက်၊ စီးပွားအတွက် ပူရတယ် မဟုတ်လား။ ဒီအပူတွေအေးဖို့ ကို ဘုရားဟောတဲ့ တရားတစ်ခုကို နှလုံးသွင်းလိုက်ပါ။ မအေးဘူးလား။ ဝိဇ္ဇာနဲ့ အဝိဇ္ဇာ နှစ်ခု၊ တစ်ခုခု ဖြစ်မှာပဲ။

ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်

တစ်နေကုန် ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ နိုးသည်မှ အိပ်ရာဝင်အောင် ကုသိုလ် ဘဏ်တိုက်ထဲရော အကုသိုလ် ဘဏ်တိုက်ထဲရော ထည့်ကျတာပဲ။ ညနေကျတော့ ချိန်ခွင်နဲ့ ချိန်ကြည့်ရအောင်။ အကုသိုလ်က အောက်ကိုဆွဲတယ်။ ကုသိုလ်က အထက်ကို ဆောင်တယ်။ အကုသိုလ်က

နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း ဆိုးကျိုးပေးတယ်။ ကုသိုလ်ကကနိဗ္ဗာန်မရောက် မချင်း ကောင်းကျိုးပေးမှာပဲ။

အဆင်းနဲ့ အတက်

အချိန်က အချိန်ပဲ။ ကုသိုလ်က ခိုင်းရင် ကုသိုလ် လုပ်မှာပဲ။ အကုသိုလ်က ခိုင်းရင် အကုသိုလ် လုပ်မှာပဲ။ အကုသိုလ်က အဆင်းနဲ့တူ တယ်။ ကုသိုလ်က အတက်နဲ့ တူတယ်။ အဆင်းက လွယ်တယ်၊ အတက်က ခက်တယ်၊ ကုသိုလ်က အားထုတ်ရတယ်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ရေစုန်နဲ့ ရေဆန်လိုပဲ။ အကုသိုလ်ကြ ရေစုန်နဲ့တူတယ်။ အမှတ်တမဲ့ မျောသွားတာပဲ မဟုတ်လား။ ကုသိုလ်က ရေဆန်၊ အားထုတ်မှရတယ်နော်။ ကုသိုလ်များများ ရပါစေ။ နေ့သတ္တဝါ ဒီနှစ်ခုပဲပါမှာ။ နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း ခင်ဗျားတို့စီးပွားနည်းမှာ ကြောက် တယ်၊ ကုသိုလ်နည်းမှာ မကြောက်ကြဘူး၊ ဟုတ်တယ်။ အားလုံးပဲ အဲဒီလိုကများပါတယ်။ ကုသိုလ်တွေ များများရဖို့ သာသနာကြီးနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ။ တွေ့ဖို့က သိပ်မလွယ်ဘူးဗျာ။

လူ့ဘဝက တကယ့်ခဏလေး၊ မြတ်စွာဘုရားက မယ်တော်မိ နတ်သားကို တရားဟောတယ်ဆိုတာ ဝါတွင်းသုံးလ မဟုတ်လား။ တာဝတိံသာနတ်ပြည်နဲ့ တွက်လို့ရှိရင် ၅ မိနစ်နဲ့ ၆ စက္ကန့် သာသာလေးပဲရှိတယ်။ ဘာမှမကြာဘူး။

အခု မြတ်စွာဘုရား ဟို နိဗ္ဗာန်စံတာ နှစ်ပေါင်း ၂၅၄၃ မဟုတ်လား။ တာဝတိံသာနတ်သက်နဲ့ တွက်ရင် ခြောက်ရက်နဲ့ တစ်မနက်၊ ရက်တောင်မစေ့သေးဘူး။ လူ့ပြည်က ဒကာမကြီး အသက် ၈၀ ဆိုရင် ဟိုက ၇ နာရီကျော်ပဲရှိတယ်။ မိနစ်ပိုင်းပဲရှိတယ်။ လူ့ပြည်က တကယ့်ခဏလေး၊ ရတဲ့ဘဝလေးကို လူဖြစ်ရွှေအောင် နေတော့ မှုလည်း

http://www.dhammadownload.com

မဖြစ်သေးဘူး။ ဒေါသ၊ လောဘ၊ မောဟနဲ့ လူးနေတာ များတယ်။ လူဖြစ်အောင် ကြိုးစားပြီးတော့ သတိထားရမယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထမဟုတ်လား။

ကုသိုလ်ရဖို့မမေ့ကြနဲ့။ ခင်ဗျားတို့ က မမေ့မလျော့ သတိထား တော့နေတယ်။ သားရေး၊ သမီးရေး၊ စီးပွားရေးတွေ မမေ့ဘူး။ ဘုရား တရားကျတော့ မေ့တယ်။ ပြောင်းပြန်ဖြစ်နေတယ်။ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား။ အဲဒါ ဘုရားက မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို မမေ့မလျော့နေကြတဲ့။ ဘာကုသိုလ် ရရ ကုသိုလ်မှန်သမျှ ရအောင်ယူ၊ ကောင်းတာချည်းပဲနော်။

မညှိုးပန်း

ရတနာဆင်ပြီးကြပြီနော်။ ရတနာဆင်ပြီးတဲ့သကာလ ပန်းပန်ရ အောင်။ ခင်ဗျားတို့ ပန်သမျှ ပန်းညှိုးတယ်ဗျာ။ မညှိုးတဲ့ပန်းဆိုတာ ရှိသေးတယ်။ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ သရဏဂုံဟာပန်း။ တိပိဋကဆရာတော်ကြီး ရွှေတိဂုံ ဘုရား တောင်ပေါ်တက်တဲ့အခါ လှျပ်တစ်ပြက်၊ စစ်တွက်ခနေ အပေါင်းအရေ ကုဋေသုံးခုနဲ့ တွက်တဲ့အခါ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ ရှစ်လုံး မဟုတ်လား။

သွားရင်း၊ လာရင်း၊ အိပ်ရင်း ကုသိုလ်

ကုဋေပေါင်းခြောက်သိန်းနဲ့ ငါးသောင်း ကုသိုလ်ရတယ်တဲ့။ ဘယ်လောက်ရတုန်း။ ကုဋေပေါင်းခြောက်သိန်းနဲ့ ငါးသောင်းကုသိုလ်ရ တယ်။ ပိုက်ဆံကုန်သေးလား။ သွားရင်းလာရင်းရွတ်ရင် ကုသိုလ်ရတာ ပဲ။ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ ဘယ်လောက်ရတုန်း၊ ကုဋေပေါင်း

http://www.dhammadownload.com

ခြောက်သိန်းနဲ့ ငါးသောင်း၊ နေရင်း အိပ်ရင်းရွတ်တယ်ဆိုရင်၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ကုဋေပေါင်း ခြောက်သိန်းနဲ့ ငါးသောင်းမဟုတ်လား။ ကုသိုလ်က ယူတတ်ရင်ရတာဘဲ သွားရင်းလာရင်း ရွတ်ဖတ်ရင်း အန္တရာယ်လဲ ကင်းဝေးတယ်။ ဒါ သရဏဂုံခေါ်တယ်။

ဝစီသရဏဂုံ၊ မနောသရဏဂုံ

အဲဒီ သရဏဂုံမှာ ဝစီသရဏဂုံရယ်၊ မနောသရဏဂုံရယ် နှစ်မျိုး ရှိတယ်။ ဗုဒ္ဓံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒါဝစီသရဏဂုံမဟုတ်လား။ ကျရောက်မယ့် အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်နိုင်တယ်။ ကားနဲ့သွားသွား၊ ရထားနဲ့ သွားသွား၊ လေယာဉ်နဲ့ သွားသွား ရွတ်ဖတ်သွားရင် အန္တရာယ်ကင်းပါ တယ်တဲ့။ ဒါပေမယ့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ၁၅၀၀ ကိလေသာ ကာကွယ်နိုင်ရဲ့လားဆိုတော့ မကာကွယ်နိုင်ဘူးတဲ့။

အဲဒါအပြင် မနော သရဏဂုံဆိုတာ ရှိသေးတယ်။ မနော သရဏဂုံဆိုတာက ဗုဒ္ဓံ။ ဗုဒ္ဓံ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားကို။ ဘယ်ဘုရားတုံး၊ သက်တော်ထင်ရှားမြတ်စွာဘုရားကို လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ လာသေးလား။ မလာဘူး။ အဲဒီ သရဏဂုံကောင်းတယ်နော်။ မြတ်စွာဘုရားက လူတွေ နတ်တွေ ရဟန်းတွေကို ဩဝါဒပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ အာရုံပြုပြီးတော့ ဗုဒ္ဓံ၊ ဗုဒ္ဓံသက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို သရဏံ - ကိုးကွယ်ပါ၏။ ဂစ္ဆာမိ-ဆည်းကပ်ပါ၏ဘုရား။ ဘုရားကို အားကိုး နေတဲ့အခါ အကုသိုလ်တွေ ကွယ်ပါတယ်တဲ့။ မနောနဲ့ စိတ်နဲ့ ဘုရားနဲ့ တွေ့တဲ့အခါနော်။ ဘုရားအာရုံလေးစေ့လိုက်ပါတဲ့။ ဘုရား အာရုံကပ် လာမယ်။ ဒီအတိုင်းဆိုရင် ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့က လောကီ အာရုံ ကာမဂုဏ်တွေများတယ်။ လက်ရှိ ဟိုအာရုံတွေ အဲဒီအာရုံတွေ ဖြတ်ပြီးတော့ ဘုရားအာရုံယူလိုက်တဲ့အခါ ဟိုအာရုံတွေပျောက်ပြီးတော့

http://www.dhammadownload.com

ဒီအာရုံရောက်တယ်။ ဘုရားကို အားကိုးလို့ အကုသိုလ်ကံက ကွယ်တာ၊ အဲဒီ သရဏဂုံကောင်းတယ်နော်။

တတ်နိုင်ရင် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ အကုန်ပါအောင် ရဟန်းတွေရော၊ လူတွေရော ဩဝါဒပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို အာရုံပြုရင် အကုန်ပါတယ်။ အဲဒါ မနောသရဏဂုံခေါ်တယ်။ သရဏဂုံပန်းလုံလို့ရှိရင် ဘာဖြစ်သလဲဆိုရင် သရဏာဂမဏော။ အပါယဝိနိမုတ္တော၊ သရဏဂုံတည်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အပါယ်ဘေးမှ လွတ်တယ်တဲ့။ အပါယ်မကျဘူးတဲ့။ ဘယ်လောက်ကျေးဇူးများသလဲ။ သရဏဂုံပန်း၊ ပန်းပန်ပြီးပြီလား။ တွေ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့အပေါ်မှာ ချမ်းသာသော စိတ်ကလေး မွေးမြူရမှာပါပဲ။ အဲဒီတော့ မေတ္တာပို့ရအောင် ဘုန်းကြီးဆိုတဲ့ မေတ္တာသုတ်ကို လိုက်ဆိုကြပေတော့။ ။

နေကသိုဏ်း

ဘုရားရှင် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်၊ တရားတော် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်၊ သံဃာတော် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်တို့ကြောင့် ဤနေရောင်ခြည်မိသမျှ၊ သတ္တဝါအားလုံး ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ၍ ချမ်းသာကြပါစေ။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာဆိုတာ ကိုယ်အတွက်လည်း ကျန်းမာ၊ စိတ်အတွက်လည်း ချမ်းသာဆိုတာနော်။ အဲဒါ နေကသိုဏ်းလို့ခေါ်တယ်။ စူးစိုက်လို့ရှိရင် အကျိုးပေးသွားတာ၊ နေဟာအလင်းပေးသလို ဒီအလင်းရောင်ထိသမျှ သတ္တဝါတွေ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ၊ ဒါမနက်ပိုင်းအလုပ်။

နေ့ပိုင်းကျတော့ မြေပေါ်မြေအောက်ရှိ သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာကြပါစေ။ အဲဒါ ၃၁ ဘုံ အကုန်ပါတယ်။ နေ့ပိုင်းလုပ်ရမယ့် အလုပ်လေး။ ဆိုကြည့်စမ်းပါဦး။

http://www.dhammadownload.com

မြေကသိုဏ်း

ဘုရားရှင် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော်၊ ကျေးဇူးတော်၊ တရားတော် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော်ကျေးဇူးတော်၊ သံဃာတော် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်တို့ကြောင့် ဤ မြေပေါ်၌ရှိသော သတ္တဝါအားလုံး ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ၍ ချမ်းသာကြပါစေ။ ဒါနေ့ပိုင်း လုပ်ရမယ့်အလုပ်၊ မြေကသိုဏ်းလို့ခေါ်တယ်။

ဘယ်လောက်ကျေးဇူးများသလဲဆိုရင် မြတ်စွာဘုရား နွား တစ်ညှစ်စာလောက် ပို့လို့ရှိရင် မနက်ကို အိုးတစ်ရာချက် ထမင်းကျွေး၊ နေ့လယ်ဆိုရင် အိုးတစ်ရာချက် ထမင်းကျွေး၊ ည အိုးသုံးရာချက် ကျွေးရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ထက်မြတ်သေးတယ်တဲ့။ အကယ်၍ ၁၀ မိနစ်၊ ၁၅ မိနစ် ပြုလို့ရှိရင် စတုဒိသာ သံဃိက ကျောင်းလှူရတာ ထက်မြတ်တယ်။

"တစ်နေ့သုံးခါ၊ အိုးတစ်ရာပြည့်
ချက်ကာ ထမင်း၊ ကျွေးမွေးခြင်းထက်
မယွင်းစင်စစ်၊ နို့တညှစ်သည်
တစ်နေ့သုံးခါ မေတ္တာတရား
ကျိုးကြီးမားသည်၊ ဘုရားမြတ်စွာ မိန့်ခွန်းတည်း။"

ပိုက်ဆံလည်းမကုန်ဘူး၊ ခင်ဗျားတို့ လုပ်ရတဲ့အလုပ်ကလေး ငါး မိနစ်လောက်တန်ရင် ငါးမိနစ်၊ မြေကသိုဏ်းလို့ခေါ်တယ်။ စူးစိုက်၊ မြေပေါ်၌ရှိသော သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာကြပါစေ၊ အကုန်ပါတယ်။

လကသိုဏ်း

ညပိုင်းကျတော့ လကသိုဏ်းဆိုတာရှိတယ်။ လထွက်ရင် လထဲ ဘုရားထည့်ပြီးတော့ လဟာအမိုက်မှာ အလင်းပေးသလို ကျုပ်တို့ ခေတ္တခဏတွေ့တာ။ အပြစ်ရှိရင်ခွင့်လွှတ်၊ မေတ္တာဆိုတာကျေနပ်စရာ

http://www.dhammadownload.com

ရွေးချယ် လိုက်တာပါပဲ။ အပြစ်ရှိရင် ခွင့်လွှတ်နိုင်တာ မေတ္တာ၊ ကောင်းကွက်ကိုရှာ မေတ္တာ၊ ကျေနပ်စရာ၊ ရွေးချယ်စရာ၊ ရွေးချယ်လိုက်တာ မေတ္တာ၊ ခုခါတော့ ကောင်းကွက်ရှာ မကောင်းကွက်ရှာမလား။ ဟိုတုန်းက လေးငါးဆယ်ခါကောင်းသူ တစ်ခုတည်း မကောင်းတာနဲ့ နောက်ကဟာတွေ ပျက်ရော၊ ပုထုဇဉ်မှန်သမျှ အပြစ်မရှိသော ပုဂ္ဂိုလ် မရှိဘူး။ မရှိတော့၊ ဩော် ဟိုတုန်းက သူငါ့ပေါ်ကောင်းခဲ့တာပါပဲ။ ခွင့်လွှတ်ရမှာပါ၊ ခွင့်လွှတ်နိုင်တဲ့စိတ် ရှိရတယ်။

မေတ္တာပို့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တစ်နည်းအားဖြင့် မှော်ရှိတဲ့ ရေကန်မှာ ရေခပ်သလိုပဲ။ မှော်ပိတ်နေရင် ဖယ်ပြီးတော့ ခပ်ရတယ် မဟုတ်လား၊ ကောင်းကွက်ကလေးရှာရတယ်နော်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ရှေးကတော့ ပုံသကူသကိန်းကောက်တယ်ဆိုတာရှိတယ်။ အဝတ်စတွေ လျှောက်ကောက်၊ အဲဒီအဝတ်စတွေထဲက မကောင်းတာတွေကိုက်ပစ်၊ ကောင်းတာတွေ ယူပြီးချုပ်ရတယ်။ အဲဒီတော့ ကောင်းကွက်လေးရှာယူရတယ်။ ကျေနပ်စရာတွေ ရွေးချယ်ယူတာ မေတ္တာခေါ်တယ်။

အဲဒါ ညပိုင်းလုပ်ရမယ့် အလုပ်လေး။ ဆိုကြပါဦး။

ဘုရားရှင် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော်ကျေးဇူးတော်၊ တရားတော် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော်၊ ကျေးဇူးတော်၊ သံဃာတော် အနန္တတို့၏ ဂုဏ်တော်ကျေးဇူးတော်တို့ကြောင့် ဤလရောင်ခြည်မိသမျှ သတ္တဝါအားလုံး ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ၍ ချမ်းသာကြပါစေ။ မေတ္တာပို့နည်း ညပိုင်းလုပ်၊ အဲဒီအလုပ်လေးလုပ်ရ တယ်နော်၊ နေ့စဉ်၊ နေ့စဉ် အမှန်ကတော့ ကျုပ်တို့တစ်ယောက်တစ်ယောက်တွေ့သခိုက် ချမ်းသာသော စိတ်ကလေးမွေးမြူလိုက်တာ မေတ္တာပါပဲ။ အရေးပါတာ မနော၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက်တွေ့သခိုက် ချမ်းသာစိတ် ကလေးမွေးလိုက်တာ မေတ္တာအစစ်ပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အပြစ်ရှိရင်ခွင့်လွှတ်

တစ်ခါတစ်ခါ ကျုပ်တို့ဘဝဘဝက မတည့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ့တယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေ ကိုယ်မကြည့်ချင်ဘူး မဟုတ်လား။ ခေတ္တခဏတွေ့တဲ့အခါ အပြစ်ရှိရင် ခွင့်လွှတ်၊ ချမ်းသာသော စိတ်ကလေးသာ အရေးကြီးပါတယ်။ မေတ္တာ ဆိုတာ နှံ့သာပါ၊ မေတ္တာဟာ တစ်ကမ္ဘာလုံးခန်းခြောက်ကုန်ကြပြီ။ သူ့ကိုယ် မကြည့်ချင် ကိုယ့်သူ မကြည့်ချင် ဖြစ်ကုန်ကြပြီနော်။ ခေတ္တ ခဏတွေ့ကြတဲ့အခါ အပြစ်ရှိရင် ခွင့်လွှတ်၊ သတ္တဝါတွေချမ်းသာကြပါစေဆိုတဲ့ စိတ်မွေး၊ မေတ္တာဆိုတာ နှံ့သာပါ။

နှံ့သာလိမ်းပြီးတဲ့သကာလ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ရေချိုး၊ ကန်တော့တာက ရေချိုးတာနဲ့တူတယ်။ ငါးပါးသီလက အဝတ်နဲ့တူတယ်။ ဂုဏ်တော်က ရတနာနဲ့တူတယ်။ သရဏဂုံက ပန်းနဲ့တူတယ်။ မေတ္တာက နံ့သာနဲ့ တူတယ်။ နံ့သာလိမ်းပြီးကြပြီ။ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ မင်္ဂလာဆောင်၊ အလှူအတန်း ဘုရားပွဲတို့သွားမလို့ပေါ့။

နိဗ္ဗာန်သွားရအောင်

နိဗ္ဗာန် သွားကြရအောင်နော်။ အားလုံးပြည့်စုံသွားပြီ။ နိဗ္ဗာန်ကျတော့ ဒီအတိုင်းသွားလို့မရဘူး။ နိဗ္ဗာန်ကျတော့ အနိစ္စယာဉ်၊ ဒုက္ခယာဉ်၊ အနတ္တယာဉ်နဲ့သွားကြရအောင်နော်။

ဒီတော့ ခြေလျင်သွားကြည့်ရအောင်။ သွားချင် တယ်ဆိုက နာမ်တရား မဟုတ်လား။ သွားတာက ရုပ်တရား၊ တိုတိုဆိုရင် ခြေထောက်ကလေးချရင် ချမှန်းသိ ကြွရင်၊ ကြွရင် ကြွမှန်းသိ ၊ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ သွားနေတာ ချမှန်း ကြွမှန်းသိရဲ့လား၊ မသိတဲ့ ဥစ္စာက ဘာလဲ၊

http://www.dhammadownload.com

မသိတာက အဝိဇ္ဇာ ၊ ချမှန်းသိရင်၊ ကြွမှန်းသိရင် ဝိဇ္ဇာ၊ ဝိဇ္ဇာဖြစ်ချင်ရင် လွယ်လွယ်လေးပဲ။ အဲဒါ နိဗ္ဗာန်သွားရာ သွားနည်းခေါ်တယ်။

ချရင် ချမှန်းသိ၊ ကြွရင်ကြွမှန်းသိ၊ ကြွတယ် ချတယ်၊ ကြွတယ်၊ ချတယ်၊ အဲလိုမှတ်နော်၊ အဲဒီက ပြီးတဲ့နောက် မိလာပြီဆိုရင် ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်။ ချတယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ သုံးချက်နော်။ အဲဒီက မိသွားတဲ့အခါ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချိန်တယ်၊ ချတယ်။ စိပ်သွားပြီ။ ဒါနိဗ္ဗာန် သွားရာသွားနည်း။ တိုတိုဆိုလို့ရှိရင် ခြေထောက် ကလေးချရုံသာဖြစ်၊ ကြွတဲ့အခါရှိ သေးလား၊ မရှိတော့ဘူး။ ကြွတဲ့အခါ ဖြစ်၊ ချတဲ့အခါပျက်သွားပြီ။

ဖြစ်ဆိုတာ သမထ၊ ပျက်ဆိုတာ ဝိပဿနာ၊ ဖြစ်ကဘာတုန်း၊ (သမထ)၊ ပျက်က (ဝိပဿနာ)၊ အေး...ဟုတ်ပြီ ခြေထောက် ကလေးချတဲ့အခါရုပ်နာမ်ဖြစ်၊ ကြွတဲ့အခါရှိသေးလား၊ ခြေတစ်လှမ်း ကုဋေတစ်သန်းတောင်ရတဲ့ ကုသိုလ်တွေ၊ ပိုက်ဆံကုန်သေးလား၊ အဲဒါ နိဗ္ဗာန် သွားရာ သွားနည်း၊ သွားတတ်ပြီနော်။

ဝတ်နည်း

သွားတတ်လို့ရှိရင် နောက်ထပ် ဝတ်တတ်တဲ့နည်း ပြောဦးမယ်။ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့က အဝတ်ဝတ်တတ် သလားလို့ မေးရင် ဝတ်တတ် တယ်တဲ့။ ဘုရားက မဟုတ်ဘူးလေတဲ့၊ အဝတ်ရလို့ရှိရင် ရတဲ့အဝတ် ကလေးကို မြတ်စွာဘုရား ဂင်္ဂါဝါဠု သဲစုမက ပွင့်တော်မူသော ဘုရား များအား တပည့်တော် လှူဒါန်းပါတယ်။ တပည့်တော်ရဲ့ အဝတ်ကို လက်သုတ်ပါဘုရား၊ ခြေသုတ်ပါ ဘုရား၊ လှူပြီးမှ ဝတ်တဲ့။ ဝတ်တတ်ပြီ လား။ ဝတ်တတ်ပြီနော်။

စားတတ်ဖို့ လိုသေးတယ်။

http://www.dhammadownload.com

စားနည်း

စားတာက ဒါနနဲ့ စားနည်း၊ သီလနဲ့ စားနည်း၊ သမထနဲ့ စားနည်း၊ ဝိပဿနာနဲ့ စားနည်း (၄)မျိုးရှိတယ်။ ဒီအတိုင်းစားကြတာ သုသာန်သွားရာ စားနည်းခေါ်တယ်။

ဒါနနဲ့ စားနည်း

နိဗ္ဗာန်သွားရာ စားနည်းစားကြ ရအောင်နော်၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိတဲ့ ပိုးတွေကို စားကြပေ့ဆို ကုသိုလ်မရ ဘူးလား၊ မကျွေးကျွေးကျွေး စားမှာ မဟုတ်လား၊ တစ်ယောက် တစ်ယောက်ပုံ ကျွေးနေတာ၊ ဒါနနဲ့ စားနည်းခေါ်တယ်နော်။

သီလနဲ့ စားနည်း

သီလနဲ့ စားနည်းဆိုတာက ဒီက သာသနာပြုဖို့စားတာပါ။ သမထနဲ့ စားနည်းကျတော့ ကျုပ်တို့ ဆွမ်းဒကာ၊ ဆွမ်းအမတွေ ချမ်းသာကြပါစေဆိုပြီး မေတ္တာပို့ရတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတွေ မေတ္တာသုတ်ရွတ်ရတယ် မဟုတ်လား။ မြတ်သော အလှူကိုခံယူလို့ရှိရင် ဘယ်လောက်ကလေးဖြစ်ဖြစ် မေတ္တာပို့လိုက်ပါတဲ့။ အလှူကို ခံနိုင်ပါ တယ်တဲ့။ မေတ္တာနဲ့ ပို့စားရတယ်။ ဂုဏ်တော်နဲ့ စားနည်းလည်း ရတယ်။ အရဟံ၊ အရဟံ၊ အရဟံ စားလို့ရတယ်။ ဘုရား ဂုဏ်တော်တွေ ပွားများစားရတယ်။

ပညာသည် မလုပ်နိုင်တဲ့စားနည်း

နိုင်ငံတိုင်း နိုင်ငံတိုင်းမှာ ပညာသည်တွေရှိတယ်၊ ပညာသည် တွေ မလုပ်နိုင်တဲ့ စားနည်းဆိုတာ ရှိသေးတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ ဗုဒ္ဓံ"
"ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ ဓမ္မံ"
"သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ သံဃံ"

အဲသလိုဆိုစား၊ ဘယ်သူမှ လုပ်လို့မရဘူး။

ကျုပ်တို့ဆီမှာ မောက်ကတော်ဆိုတာ နည်းနည်း နာမည်ကြီးတယ်။ ကျုပ်ဒကာက ဦးသန်းရွှေတဲ့၊ သူက သွားဆဲတယ် မဟုတ်လား၊ "ဘုန်းကြီး သူက နာမည်ကြီးတယ်တဲ့၊" ဘာလုပ်ရမလဲတဲ့။ ဒါနဲ့ စိတ်ထဲ ရွတ်စားခိုင်းတယ်။ ဟိုကကျွေးတာ ငါးကြော်တဲ့၊ သူက ကိုင်ပြီးတော့ စိတ်ထဲ

"ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ ဗုဒ္ဓံ"
"ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ ဓမ္မံ"
"သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ သံဃံ"

အဲလိုဆိုတော့ ကြွက်ပုပ်ကြီးဖြစ်လာသတဲ့။ လွှင့်ပစ်တော့ မီးဖိုထဲက ဒကာမက လူးလိမ့်ပြီး "ဆရာရယ် ကျုပ်သတ်တာ ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။ (၇) ယောက်လောက်ရှိပြီတဲ့။ ဒီပညာလှူပါ့မယ်တဲ့။ ကျုပ်ကလည်း မတတ်ဘူးဗျာ။ ခုနအတိုင်းရွတ် လိုက်တာ ပြောဘယ်။ အဲသလောက် ကောင်းတယ်။

သူများတကာ ကျွေးထားလို့ အစာမကြေဘူးဆိုရင် အဲဒါ ရွတ်စား အစာကြေတယ်။ မနက် မနက် ဦးဆုံးစားတဲ့ အစာကို-

"ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ ဗုဒ္ဓံ"
"ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ ဓမ္မံ"
"သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" "ဂစ္ဆာမိ သရဏံ သံဃံ"

ရေသောက်သောက် ထမင်းစားစား အဲသလိုဆို စားကြနော်၊ ဒါသမထနဲ့ စားနည်းပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာနဲ့ စားနည်း

ဝိပဿနာနဲ့ စားနည်းဆိုတာက စားချင်တယ်ဆိုတာ နာမ်တရား မဟုတ်လား၊ စားတာက ရုပ်တရား၊ ဝါးရင်း မတ်တတ်ဖြစ်ပျက် ရှုနေရတယ်။ တိုတိုဆိုရင် စားတဲ့အခါဖြစ် မျိုတဲ့အခါပျက် အဲဒါ ဝိပဿနာစားနည်း။

မီးလွှတ်စားနည်း

တချို့ကပြောတယ်၊ မီးလွှတ်စားနည်း။ မီးလွှတ်စား နည်းဆိုတာ က ကျုပ်တို့က ကောင်းလို့ရှိရင် လောဘ ဖြစ်တတ်တယ်၊ မကောင်း လို့ရှိရင် ဒေါသဖြစ်တက်တယ်။ အမှတ်တမဲ့စားရင် မောဟဖြစ် တတ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားက အဲ့ဒီမီးတွေ မလောင်အောင်စားတဲ့၊ ခုနလို မေတ္တာပို့စား၊ ဖြစ်ပျက်ရှုစား။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ လာသေးလား၊ မီးဆိုတာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟကို ပြောတာ။ အပင်ကမှည့်တဲ့ဟာ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။

ကောင်းရင်လောဘ၊ မကောင်းရင် ဒေါသ

ကောင်းရင်လောဘဖြစ်တယ်၊ မကောင်းရင် ဒေါသဖြစ်တယ် မဟုတ်လားဗျ။ ခြိုးခြံသော အကျင့် ကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှ ဒေါသဖြစ် တတ်တယ်။ ခြိုးခြံသော အကျင့် မကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က လောဘဖြစ်တတ် တယ်။

အဝတ်ဝတ်တဲ့အခါ မိမိအဝတ်ကလေး ကောင်းရင် လောဘ ဖြစ်တတ်တယ်။ မကောင်းရင် ဒေါသဖြစ်တတ်တယ်။ မိမိအိမ်ကလေး

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းရင် လောဘဖြစ်တတ်တယ်။ မိမိအိမ်ကလေး မကောင်းရင် ဒေါသဖြစ်တတ်တယ်။

ခြိုးခြံသော အကျင့် ကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှ ဒေါသဖြစ်တတ်ရောတဲ့။ သက်သတ်လွတ်စားစရာ ဟင်းက မကောင်းဘူးဆိုရင် မဖြစ်ဖူးလား။ ဖြစ်တတ်တယ်၊ ဖြစ်တယ်။ ကျုပ်ကိုယ်တိုင်ဖြစ်ဘူးတယ်။

ကျုပ်က သက်သတ်လွတ်စားတော့၊ အလှူတစ်လှူ လိုက်သွားတော့ အစိမ်းကြော်တို့ ဘာတို့ညာတို့ပါတယ်။ ကျုပ်နဲ့ကျတော့ ဆွမ်းကလည်း မနပ်ဘူးဗျာ။ ရေပ်သီးတောင့်လုံးကြော်တို့၊ ပဲတီချဉ်တို့ပါတယ်။ ပဲတီချဉ်က ဆီမပါ ဆားမပါ၊ ရေပ်သီးတောင့်လုံးကြော်ကလည်း စားရင်မတည့်နဲ့ စားရင်း ဒေါသဖြစ်လာတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ဖြစ်ဖူးတယ်။

ခြိုးခြံသော အကျင့် ကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှ ဒေါသဖြစ်တတ်တယ်။ အဆောက်အအုံနဲ့ ပတ်သက်လို့လဲ ကျုပ်ဖြစ်ဖူးတယ်။

တောင်ပေါ်နေတော့ အဆောက်အအုံကမရှိ၊ သက်ကယ်ကလေး တဲထိုးပြီးနေတာ။ မိုးရွာတော့ မိုးယို၊ မိုးနဲ့ ရန်သူဖြစ်တာပေါ့ဗျာ၊ ခြိုးခြံသော အကျင့်ကျင့်သူမှန်သမျှ ဒေါသဖြစ်တတ်တယ်။

ခြိုးခြံသော အကျင့်မဟုတ်ရင် လောဘဖြစ်တတ်တယ်။ ဟင်းကောင်းရင် လောဘဖြစ်တတ်တယ်။ ဟင်းမကောင်းရင် ဒေါသဖြစ်တတ်တယ်။ အဲဒီ မီးမလောင်အောင်စားတဲ့၊ ဂုဏ်တော်ရင်လည်း ပွားများစား၊ မေတ္တာရင်လည်း ပို့သစား၊ မီးလွတ်အောင်စားတတ်ပြီလား။ စားနည်းသိသွားပြီနော်။

http://www.dhammadownload.com

အိပ်နည်း

အိပ်နည်းလိုသေးတယ်။ ဒီအတိုင်း အမှတ်တမဲ့ အိပ်တာက သုသာန်သွားသော အိပ်နည်းခေါ်တယ်။ နိဗ္ဗာန်သွားသော အိပ်နည်း ပြောမလို့။

နိဗ္ဗာန်သွားသောအိပ်နည်း

နိဗ္ဗာန်သွားသော အိပ်နည်းဆိုတာက ဝင်သက်လေကို ဝင်မှန်းသိ၊ ထွက်သက်လေကို ထွက်မှန်းသိ။ အဲလိုမှတ်ပေးရမယ်နော်။ ငါးမိနစ် လောက်တော့ နေ့စဉ်လေ့လာပေါ့။ အထုံပါရမီပါသွားတာပေါ့။ ဝင်သက် လေကို ဝင်မှန်းသိ၊ ထွက်သက်လေကို ထွက်မှန်းသိ၊ ဒါတစ်**နည်းပေါ့**။

နောက်တစ်နည်းက လေလေးဝင်သွားတယ်။ အဲဒီလေဟာ မြဲသလား၊ မမြဲဘူးလား။ ပြန်ထွက်လာမှာပဲ။ ထွက်သက်လေကော မြဲလား၊ မမြဲဘူး၊ ဝင်သက်လေလဲ အနိစ္စ၊ ထွက်သက်လေလဲ အနိစ္စ။ အဲသလို အိပ်လို့ရတယ်။ နှစ်နည်းပြီးသွားပြီနော်။

စိတ်ပူိရောက် ဒီရောက် အိပ်လို့မပျော်ဘူးဆိုရင် ဝင်သက်လေ ကို **အရဟံ**၊ ထွက်သက်လေကို ဗုဒ္ဓေါ။ အိပ်တတ်ပြီလား၊ ဒါ သမထနဲ့ အိပ်နည်း။ သုံးနည်းရှိသွားပြီ။

နောက်တစ်နည်းက လေက ဝင်သွားလို့ ရှိရင်ဖြစ်၊ ထွက်လာရင် ပျက်သွားပြီ၊ ဝင်သက်လေဖြစ်၊ ထွက်သက်လေ ပျက်၊ ဖြစ်က သမထ ပျက်က ဝိပဿနာ၊ အိပ်တတ်ပြီလား၊ နည်းသာပေးလိုက်ရတာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားထုတ်ရမှာနော်။ သွားနည်းလဲပေး လိုက်ပြီ။ ဝတ်နည်း လည်း ပေးလိုက်ပြီ။ စားနည်းလည်းပေးလိုက်ပြီးပြီ။ အိပ်နည်းလည်း ပေးပြီးပြီ။ ကျေပ်တာဝန်ကျေပြီ။

http://www.dhammadownload.com

သံသရာဘာကြောင့်လည်သလဲ

အဲတော့ ခင်ဗျားတို့ ကျုပ်တို့ ဘာကြောင့် မလုပ်ဖြစ်ကြတာလဲ၊ ဘုန်းကြီးရော လူတွေရော ခန္ဓာကိုယ်အလိုလိုက်ခဲ့တယ်။ သာသနာကြီးရဲ့ အခုအခြေအနေအထိ မိမိခန္ဓာကိုယ်လို့ ထင်တယ် မဟုတ်လား။ မြတ်စွာဘုရားက ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို မမြဲဘူးတဲ့။ ကျုပ်တို့က မြဲတယ်ထင်တယ် မဟုတ်လား။ မြတ်စွာဘုရားက ဆင်းရဲတယ်။ ကိုယ်က ချမ်းသာတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက အစိုးမရဘူး။ ဒီက ငါ့ကိုယ်ငါမထိနဲ့တဲ့။ မထင်ဘူးလား။ မြတ်စွာဘုရားက အသုဘ၊ ကိုယ်က သုဘထင်တယ်။

ငါတို့ဘာလို့ သံသရာလည် ရသလဲနော်။ ငါကြောင့် လည်သည်...ဘာကြောင့်လဲ... ငါ့ကြောင့်။ တချို့ က နင်တို့ကြောင့် ငါဆင်းရဲတယ် ပြောတယ် မဟုတ်လား... မဟုတ်ဘူး.... ကျုပ်ပြောမယ်လေ ငါမဟုတ်လို့ရှိရင် ''ခန္ဓာကိုယ်ကြီး၊ ငါ့ရုပ်ကြီး၊ မင်းကျေးမွေး သုတ်သင်ခဲ့တာ များလှပြီနော်။ တရားအား ထုတ်တဲ့အခါ မညောင်းနဲ့၊ မညောင်းနဲ့၊ မညောင်းနဲ့၊ မကိုက်နဲ့၊ မခဲနဲ့၊ မအိုနဲ့၊ မနာနဲ့ ရလား။''

မိမိ ရုပ်ဟုတ်ရဲ့လား.... မဟုတ်ဘူး၊ ရုပ်က ဖြစ်ပျက် နေတာတဲ့...။ ငါ့စိတ်က သူများစိတ်နဲ့ မတူဘူး။ ငါ့စိတ် မစမ်းကြနဲ့ ပြောတယ်။ အဲဒီစိတ်ကလေး မိမိစိတ်ကလေးဟုတ်ရင် တရား နှလုံးသွင်းမလို့၊ ဘယ်မှမရောက်နဲ့ ဘုရားတရားဆီမှာ နေပေ့စေ ဆိုရလား။ မရဘူး။

''တီဗွီကြည့်တာ ရသေးတယ်...'' သားရေး သမီးရေး ရသေးတယ်။ ဘုရား၊ တရားကျ မရဘူး။ ဟိုရောက်၊ ဒီရောက် ရောက်တယ်မဟုတ်လား၊ ဘဝင်တွေ ခြားလိုက်တာနော်၊ အဲဒီတော့

http://www.dhammadownload.com

မြင်တ်စွာဘုရားက မဟုတ်ဘူး။ မိမိရုပ်နာမ်မဟုတ်ဘူး။ တဖွားဖွားဖြစ်ပြီး တော့ ပျက်နေတာ။

သိပ်အလိုမလိုက်ရဘူး

အဲဒီ တဖွားဖွားဖြစ်ပြီးခဲ့တော့ ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို မိမိရုပ်နာမ်ထင်ပြီးတော့ အလိုလိုက်ခဲ့တာ၊ အခုအချိန်အထိ။ သိပ်အလို မလိုက်ရဘူး၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရား လူ့ဘဝရောက်တဲ့အခါ လုပ်ဟဲ့လို့ ကိုယ့်ဘာသာ တရားဟောရတယ်။ ကိုယ်ဘာသာ တရားဟောရတာ ပိုတောင်ခက်သေးတယ်။ အေးပါသေးတယ်လေ။ တစ်ခါတလေကျတော့ မိုးချုပ်သွားပါပြီလေ။

တော်ကြာ ညောင်းသွားပြီ။ တော်ကြာ ဆာသွားပြီ။ တော်ကြာ ဗိုက်ဝလို့ပါ၊ ဥပဒေတွေက အများကြီးပဲ။

ရတဲ့အချိန် အားထုတ်ကြ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမ။ "စောစောထ အလုပ်လုပ်၊ အားထုတ်" စသည်ဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမပြီးတော့ လူ့ဘဝရတဲ့အချိန် ကြိုးစားအားထုတ်ကြနော်။ ကြိုးစားအားထုတ်ရတဲ့ အကြောင်းကတော့ မြတ်စွာဘုရားက "မိမိခန္ဓာကိုယ်ထင်နေကြတာ" မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ရုပ်တရား နာမ်တရား၊ တဖွားဖွားဖြစ်ပြီးတော့ ပျက်နေတာပါ။ အဲဒီ တဖွားဖွား ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်ကို မိမိရုပ်နာမ်ထင်ပြီး အလိုလိုက်ခဲ့ တာ။ အခု အချိန်အထိနော်။ အလိုမလိုက်ရဘူး။ ကြိုးစားပြီး အားထုတ် ကြရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

သီလ၊ သမာဓိမရှိဘဲ အထက်တက်လို့ မရဘူး

ကုသိုလ်က ဘာကုသိုလ်ရနေနေ ကောင်းတယ်။

ဟို….အထက်ကြီးပဲ သိပ်မလှမ်းနဲ့၊ အောက်ကလုံဖို့ အရေးကြီးသေးတယ်။ ဝိပဿနာဆိုတာ ကျုပ်တို့အထက်က ဦးထုပ်နဲ့တူတာပါပဲ။

လုံချည် အင်္ကျီက သီလသမာဓိနဲ့တူတာပါ၊ သီလသမာဓိမရှိဘဲ အထက်တက်လို့ မရဘူး။

"သီးမှည့်ကိုမက်…အဖျားတက်က…လက်လွတ်ကျစွာ နာတတ်လှ" ဆိုတာလို အောက်ပိုင်းက အကုန်ဟာပြီးတော့ သေခါနီးကျရင် ငရဲထိတောင်ကျတတ်တယ်။

အခုအစဉ်လေးနဲ့ဟာက လမ်းမှန်တယ်။ အစဉ်အတိုင်းသွားရအောင်နော်။ ခါးဝတ်ပုဆိုးလို သီလမြဲရမယ်ဆို မြဲပါစေ၊ သီလမပါဘဲ၊ အောက်ပိုင်းက ဘာမှ မပါဘဲ ဦးထုပ်တို့၊ မောင့်ကျက်သရေကြီးတို့နဲ့ဆို သိပ်ကြည့်မကောင်းဘူး။ အောက်က အကုန်လုံမှရမှာ။ အစဉ်အတိုင်းသွားတဲ့ဟာ လမ်းမှန်တယ်နော်။ ကျော်တက်လို့ မကောင်းဘူး၊ လူ့ဘဝရတဲ့အခါ ကုသိုလ်များများရဖို့ အရေးကြီးတယ်နော်။ ဒီလောက်ဆိုတော်လောက်ပါပြီ။

ကိုင်း ဘုန်းကြီးဟောတဲ့ တရားကို မမေ့မလျော့သောသတိတရားနဲ့ ပြည့်စုံအောင် နေနိုင်ကြပါစေသတည်း။

* * * * *