http://www.dhammadownload.com

မိတ်ဆွေသုံးဦး တရားတော်

- နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော တစ်ဖက်ကမ်းကို အရောက်သွားနိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းကို ပါရမီလို့ခေါ်ပါတယ်။
- ပါရမီမြောက်တဲ့ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာက လောကသင်္ဂဟ၊ အများအတွက် ဦးစားပေးတယ်၊ ငါ့အတွက်ဦးစားမပေးဘူး။
- ကိုယ်ကောင်းစားဖို့လှူရင်ပါရမီ မမြောက်တဲ့ ဒါန။ သူတစ်ပါးကောင်းစားဖို့လှူရင် ပါရမီမြောက်တဲ့ ဒါန။
- ကုသိုလ်လုပ်တဲ့ အခါမှာ ပါရမီမြောက်အောင် ပြုဖို့လိုတယ်။ ဒုက္ခသစ္စာ ကိုမြင်အောင် နှလုံးသွင်းပါ။
- ဒါနပြုတယ်ဆိုတာ ခံစား, စံစားဖို့ လှူတာမဟုတ်ဘူး။ ဒုက္ခမှလွတ်မြောက်ဖို့ လှူပါတယ်လို့စိတ်ထဲမှာထားရမယ်။
- "မိတ်ဆွေသုံးဦး" ဆိုတာ- သီလရယ်, သမာဓိရယ်, ပညာရယ်။ အဲဒီ သီလ, သမာဓိ, ပညာဟာ ဝိပဿနာရှုမှတ်တဲ့အခါ အကုန်ပါတယ်။
- အို, နာ, သေ ကို မင်္ဂဏ်, ဖိုလ်ဌာ်ကမှတားနိုင်တာ၊ မင်္ဂဏ်, ဖိုလ်ဌာ်ရဖို့ ဝိပဿနာ တရားအားထုတ်ရမယ်။
- စူးစိုက်တာက "သမ္မာသတိ"၊ ကြောင့်ကြစိုက်တာက "သမ္မာဝါယမ"။ တဒင်္ဂ, တဒင်္ဂစိတ်ကလေးတည်သွားတာက "သမ္မာ သမာဓိ"။
- မှတ်စိတ်တွေအားကောင်းလာတဲ့ အခါကျတော့ မှတ်တဲ့ စိတ်ဆီကို မှတ်စရာအာရုံတွေက ပြေးလာတယ်။

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်

GRAPHIC NAYWINAUNG 0973108398

ဌာနေးပဝေးဘုံ၊ဝိုင်ပင်ဦးဘုရား ▲ ၆၈၈ခေါ်ယား

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်

အရှင်ကေနယျ

ဟောကြားအပ်သော

မိတ်ဆွေသုံးဦးတရားတော်

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည်
အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏

.....

.....

..... သို့

.....

.....

www.myaseintaung.net

..... ၏

အမှတ်တရဓမ္မဒါန

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်

အရှင်ဇာနေယျ

(လိမ္မော်ခြုံ-တိုက်ကြီး)

ဟောကြားအပ်သော

မိတ်ဆွေသုံးဦးတရားတော်

www.myaseintaung.com

သာသနာနှစ် ၂၅၅၅၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၃-ခု၊ နယုန်လ

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူ ခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၆၀၀၅၈၉၀၇၁
မျက်နှာဖုံး ခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၆၀၀၅၇၂၀၈၁
ထုတ်ဝေသည့် ခုနှစ် - ၂၀၁၂-ခုနှစ်၊ သြဂုတ်လ

✡

အကြိမ် ပထမအကြိမ်

✡

အုပ်ရေ ၂၀၀၀

✡

တန်ဖိုး ၆၀၀ ကျပ်

✡

ဦးဝင်းပုံနှိပ်တိုက်

✡

မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်

ဒေါ်အေးအေးကြူ (၀၅၆၄၄)၊ ဦးဝင်းပုံနှိပ်တိုက်၊
အမှတ် ၂၂၊ သိမ်ကြီးလမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်။

✡

ထုတ်ဝေသူ

ဦးစိုးတင့်၊ ၆/၁၀ ရပ်ကွက်၊ချင်းတွင်းလမ်း၊ မန္တလေးကျောင်းတိုက်၊ ရွှေပြည်သာ

၂၉၄-၃

အရှင်စာနေယျ
မိတ်ဆွေသုံးဦးတရားတော် / အရှင်စာနေယျ။ - ရန်ကုန်
ရွှေပြည်သာစာပေ၊ ၂၀၁၂။
၉၈ - စာ၊ ၁၃.၅ × ၁၉ စင်တီ။
(၁) မိတ်ဆွေသုံးဦးတရားတော်

http://www.dhammadownload.com

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျ
ဟောကြားတော်မူသော

မိတ်ဆွေသုံးဦးတရားစတော်

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	သိက္ခာသုံးပါးမှာ ပညာသိက္ခာဟာ အရေးကြီးတယ်	... ၁
၂။	မိတ်ဆွေသုံးဦး	... ၃
၃။	ပါရမီမြောက်တဲ့ကုသိုလ်	... ၅
၄။	ဒိဋ္ဌိ, တဏှာဦးစီးပြီး မလျှပါနဲ့	... ၁၂
၅။	ခုက္ခသစ္စာကိုသိတဲ့ ဉာဏ်ပညာမျိုးရှိဖို့လိုတယ်	... ၁၉
၆။	သခ်ါရခုက္ခကို သိဖို့လိုရင်းပဲ	... ၂၄
၇။	မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရဖို့အတွက် ဝိပဿနာတရား	... ၃၁
	အားထုတ်ရမယ်	
၈။	လမ်းစဉ်မှန်မှ နိဗ္ဗာန်ရောက်မယ်	... ၃၆
၉။	သီလကိုမှီပြီးတော့မှ သတိပဋ္ဌာန်ပွားရမှာ	... ၄၃
၁၀။	မိတ်ဆွေသုံးဦးညီညွတ် ဘေးရန်လွတ်	... ၄၈
၁၁။	သီလ, သမာဓိ, ပညာဆိုတဲ့ မိတ်ဆွေသုံးဦး	... ၅၂
၁၂။	မှတ်တဲ့စိတ်ဆိုကို အာရုံတွေက ပြေးလာတယ်	... ၆၁
၁၃။	ညီညွတ်မှ ဘေးရန်လွတ်မယ်	... ၆၅
၁၄။	ပေါ်လာသမျှအာရုံတွေကို သတိ,ပညာနဲ့ စောင့်ပြီးရှုမှတ်ပါ	... ၆၉
၁၅။	လက်တွေ့အလုပ်ပေးတရား ရှုမှတ်ပွား	... ၇၂

http://www.dhammadownload.com

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	...	[illegible]
[illegible]	...	[illegible]
[illegible]	...	[illegible]

http://www.dhammadownload.com

အမှာစာ

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျ ဟောကြားသော ဤ "**မိတ်ဆွေသုံးဦး တရားတော်**"သည် ဆရာတော် ဟောကြားထားသော တရားတော်အပုဒ်ပေါင်း များစွာရှိသည့်အနက် "**စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ**" ဆိုသည့်အတိုင်း စာပေချစ် ပရိသတ်များဖြစ်သော ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်း သူတော်ကောင်းများအတွက် ကုသိုလ်တရားတိုးပွားစေခြင်းငှာ မေတ္တာတရား ရှေ့ထား၍ ရေးသားထုတ်ဝေလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤတရားတော်စာအုပ်သည် ဟောတရားမှ စာသားအဖြစ် ကူးယူပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရခြင်းဖြစ်ပါ၍ စာလုံးပေါင်းသတ်ပုံအမှားအယွင်းများ ပါရှိခဲ့ပါက ကျွန်တော်များ၏ အားနည်းချက်သာဖြစ်ပြီး၊ စာရှုသူများ အနေနှင့် ကျွန်တော်များကို ကရုဏာရှေ့ထား၍ ခွင့်လွှတ်ပေးကြပါရန် တောင်းပန်လိုပါသည်။

"**မိတ်ဆွေသုံးဦးတရားတော်**"သည် မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူသော '**ကုရုဂ်မိဂ**' ဇာတ်တော်ကို အခြေခံ၍ ဘုရားလောင်း သမင်ရယ်, လိပ်ရယ်, ခေါက်ရှာငှက်ရယ် သူငယ်ချင်းသုံးဦး ညီညီညွတ်ညွတ် စုပေါင်း လုပ်ဆောင်ကြသောကြောင့် **မုဆိုးဘေးရန်မှ**

http://www.dhammadownload.com

လွတ်ကင်းပုံကို ဥပမာပေး၍ ဆင်းရဲဒုက္ခ ဘေးရန်အန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်စေရန်–သီလ, သမာဓိ, ပညာတည်းဟူသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ပါက **ကိလေသာ** ဘေးရန်က လွတ်မြောက်ပုံကို ရည်ရွယ်၍ ဟောကြားထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

သီလ, သမာဓိ, ပညာ မိတ်ဆွေသုံးဦးလို့ ဆိုသော်လည်း '**ဒါန**'မှာ '**သီလ**'ထဲ၌ ပါဝင်သွားကြောင်း ဆရာတော်က ဆိုထားပါသည်။

ထို့အပြင် နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော တစ်ဖက်ကမ်းကို အရောက်သွားနိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းကို '**ပါရမီ**'လို့ ခေါ်ကြောင်း၊ သာသနာတွင်းမှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေကို နာကြားပြီး သစ္စာသိအောင် နှလုံးသွင်းပြီးတော့ ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီးလှုတဲ့**ဒါန**၊ ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီး စောင့်တဲ့ **သီလ**၊ ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီး ပွားများတဲ့ **ဘာဝနာ**တွေဟာ ရိုးရိုး ဒါန, သီလ, ဘာဝနာမဟုတ်တော့ဘူး။ **ပါရမီ**မြောက်တဲ့ **ဒါန, သီလ, ဘာဝနာ**တွေ ဖြစ်သွားကြောင်း ဆရာတော်က ရှင်းပြထားပါသည်။

ဒါနပြုတယ်ဆိုတာ **ခံစား, စံစားဖို့** လှူတာမဟုတ်ဘူး၊ **ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ဖို့** လှူပါတယ်–လို့ စိတ်မှာထားရမယ်။ ဒိဋ္ဌနဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာကို မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ မပယ်သတ်နိုင်သေးသော်လည်း၊ သုတမယဉာဏ်, စိန္တာမယဉာဏ်တို့နဲ့ ပယ်သတ်နိုင်ဖို့အတွက် "**ငါ**" ကို ဘယ်တော့မှ ရှေ့တန်းမတင်နဲ့ဟု ဤတရားတော်တွင် ဆရာတော်က ဟောကြားပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်ပြုရာတွင် ဒုက္ခသစ္စာကို ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင် ကြည့်ပြီး တော့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ ဒုက္ခမှန်းသိရင် မလိုချင်တော့ဘူး။ ကုသိုလ် ပြုစဉ်မှာ ဉာဏ်ပညာပါသွားတဲ့အတွက်– ဉာဏ်ယှဉ်တဲ့ကုသိုလ် ဖြစ်သွားကြောင်း ဟောကြားထားပါသည်။

ထို့အပြင် ကုသိုလ်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆရာတော်က ဆက်လက် ဟောကြားထားသည်မှာ– ကုသိုလ်လိုချင်ရုံနဲ့တော့ နိဗ္ဗာန်ဘယ်တော့မှ မရောက်ဘူး။ ကုသိုလ်, အကုသိုလ် ပယ်ရမယ်ဆိုတော့– ကုသိုလ် မလုပ်ရဘူးလို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ ကုသိုလ်လုပ်ရမယ်၊ ကုသိုလ် ကြောင့်ရလာမယ့် ဘဝချမ်းသာကို မမက်မောရဘူး–ဟု ဆိုပါသည်။

ငါတို့ မိသားစုလုပ်တယ်ဆိုရင်– ဒိဋ္ဌိပဲ။ ရလာမယ့်အကျိုးတွေကို လှမ်းပြီး သာယာနေတာက– တဏှာ, ဒိဋ္ဌိ, တဏှာဦးစီးတဲ့ ကုသိုလ်ဟာ ပါရမီမမြောက်ဘူး၊ ရိုးရိုးကုသိုလ်ပဲ ရတယ်။ အကျိုးပေးတဲ့အခါ ကျတော့ ကုသိုလ်ကြောင့် သူဌေးကြီးဖြစ်ပေမယ့် ဒိဋ္ဌိအားကြီးတဲ့ သူဌေးကြီးဖြစ်မယ်။ တဏှာအားကြီးတဲ့ သူဌေးကြီးဖြစ်မယ်။ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ဒိဋ္ဌိ, တဏှာတွေအားကြီးလို့ရှိရင် အကုသိုလ်တွေ ပြန်လုပ်နိုင်တယ်။ ကုသိုလ်အပေါ်မှာ ဒိဋ္ဌိ, တဏှာဦးစီးလို့ရှိရင် အဲဒီ ကုသိုလ်ဟာကြောက်ဖို့ကောင်းတယ်ဟု ဆရာတော်က ဤတရားတော် တွင် ညွှန်ပြထားပါသည်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုတဲ့အခါမှာ ပါရမီမြောက်အောင် ပြုဖို့လို တယ်။ ဒုက္ခသစ္စာကို မြင်အောင်နှလုံးသွင်းပါ၊ သံသရာရဲ့ဘေးကို

http://www.dhammadownload.com

မြင်အောင် နှလုံးသွင်းပါ။ အဲဒီလို ဘေးရန်အန္တရာယ်တွေကို မြင်အောင် ဆင်ခြင်တာဟာ 'ပညာသီက္ခာ'ပဲ။ မိတ်ဆွေသုံးဦးက– သီလရယ်, သမာဓိရယ်, ပညာရယ် အတူတူကျေးဇူးပြုနေကြတယ်ဟု ဆရာတော်က ဟောကြားဆုံးမထားပါသည်။

ဒါနကို ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီး လှူလို့ရှိရင် မဂ္ဂသစ္စာထဲပါသွားတယ်။ မဂ္ဂသစ္စာထဲဝင်သွားတော့ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာလည်း ကျေးဇူးပြုတယ်။ ဉာဏ်ပညာပါတဲ့အတွက် ကာမဂုဏ်လွန်ချမ်းသာကိုလည်း ကျေးဇူးပြု တယ်။ ကာမဂုဏ်လွန်ချမ်းသာဆိုတာ– ဝိပဿနာဉာဏ်တွေကနေ မဂ်တွေ, ဖိုလ်တွေရမယ်။ ဒါနကလည်း နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်ပဲ ဟူ၍လည်းကောင်း၊

အို, နာ, သေကို မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ကမှ တားနိုင်တာ၊ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရဖို့အတွက်ကျတော့ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရမယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒါနလည်း မပယ်နဲ့၊ သီလလည်း မပယ်နဲ့၊ ပုတီးစိပ်တဲ့သမထလည်း မပယ်နဲ့။ ဝိပဿနာကိုတော့ ဦးစား ပေးပြီးလုပ်ပါဟု ဆရာတော်က ဆိုပါသည်။

အိုဘေးကြီးကမဦးမိ တရားရအောင် ကြိုးစားကြပါ၊ နာဘေး ကြီးက မဦးမီ တရားရအောင် ကြိုးစားကြပါ၊ အိပ်ရာ ဖျာကပ်မဖြစ်ခင် မြန်မြန်ဆန်ဆန် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရအောင် ကြိုးစားကြပါ။ တရားတွေ နာပါ၊ သင်တန်းတွေ တက်ပါ။ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေ, အာယတနဓာတ်တွေ သိအောင်လေ့လာပါ။ သတိပဋ္ဌာန်နည်းတွေ

http://www.dhammadownload.com

သိအောင်လေ့လာပါ။ အဲဒီလိုတွေသိပြီးတော့မှ လက်တွေ့ကျင့်ရ အုံးမယ်။ ကိုယ်တွေ့သိဖို့ဆိုတာ **နည်းလမ်းမှန်ကျင့်ဖို့** အရေးကြီး ကြောင်း မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျက ဤ''**မိတ်ဆွေ သုံးဦး တရားတော်**''တွင် ပြည့်စုံစွာ ရှင်းပြပြီး၊ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ပုံများကိုလည်း ထည့်သွင်းထားပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဤတရားတော်စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရသူအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အနေဖြင့် မိတ်ဆွေသုံးဦးဖြစ်တဲ့ '**သီလ, သမာဓိ, ပညာ**'ကို ညီညီညာညာနဲ့ကြိုးစားပြီး– **ငရဲဘေးကလွတ်အောင်၊ ကိုလေသာဘေးကလွတ်အောင်၊ သံသရာဘေးကလွတ်အောင်** အားထုတ်ရှက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေကြောင်း ဆုမွန်ကောင်းတောင်းကာ စေတနာမှန်ဖြင့် ဆန္ဒပြုလိုက်ပါသည်။

တပည့်

(ယောဂီတစ်ဦး)

www.myaseintaung.net

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

www.myaseintaung.net

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၁-ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၆၉-ခုနှစ်၊
ပြာသိုလဆန်း (၉)ရက်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့။ (၁၆-၁-၂၀၀၈)

အလုံမြို့နယ်၊ စောရန်ပိုင်အနောက်ရပ်ကွက်၊ နွယ်သာကီလမ်းမိသားစု၊
ဝါတွင်းအရှေ့ဆွမ်းလောင်းအသင်းမှ ကျင်းပသော ဝါတွင်းဆွမ်းလောင်း
အောင်ပွဲတွင် ဟောကြားအပ်သော

မိတ်ဆွေသုံးဦးတရားတော်

သိက္ခာသုံးပါးမှာ ပညာသိက္ခာဟာ အရေးကြီးပါတယ်

မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတော်ဆိုတာက ကုန်နိုင်တယ်လို့ မရှိဘူး။ ဒါနနဲ့ပတ်သက်တဲ့ တရားတော်တွေ, သီလနဲ့ပတ်သက်တဲ့ တရားတော်တွေ, သမထနဲ့ပတ်သက်တဲ့ တရားတော်တွေ, ဝိပဿနာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ တရားတော်တွေကို တစ်ကမ္ဘာလုံးကြားအောင် ဟောကြားသော်လည်း ကုန်နိုင်ဖွယ်မရှိဘူး။

http://www.dhammadownload.com

တရားတော်တွေဟာ အင်မတန်လဲ များတယ်၊ အင်မတန်လဲ အဖိုးတန်တယ်။ အဲဒီတရားတော်တွေအားလုံးရဲ့ဂုဏ်ကို ခြုံကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ထုတ်ဆောင်ကယ်တင်ပေးတဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိရှိတယ်။

သူတော်ကောင်းတို့ပြုနေကြတဲ့ 'ဒါန'တို့၊ စောင့်ထိန်းနေကြတဲ့ 'သီလ'တို့၊ 'သမထ'လုပ်ငန်းတွေ၊'ပညာ'လုပ်ငန်းတွေ–သီလ, သမာဓိ, ပညာပေါ့။

အဲဒါကို သိက္ခာနဲ့ပြောရင် ... သီလသိက္ခာ, သမာဓိသိက္ခာ, ပညာသိက္ခာ။

'ဒါန'ကတော့ 'သီလ'ထဲ ပါသွားတာပေါ့။

ဒီနေရာမှာ သူ့ဆိုင်ရာ, ဆိုင်ရာစွမ်းအင်တွေရှိတယ်။ ဒါနကုသိုလ်ကလဲပဲ ဆင်းရဲတဲ့ဘေး, မွဲမယ့်ဘေးမှ ထုတ်ဆောင်ကယ်တင်နိုင်တယ်။

သီလကုသိုလ်ကောင်းမှုက်စေတနာက ဒုဂ္ဂတိရောက်မယ့်ဘေးမှ ကယ်တင်နိုင်တယ်။ အနာရောဂါများတဲ့ဘေးမှလဲ ထုတ်ဆောင်ကယ်တင်နိုင်တယ်။

သမာဓိကုသိုလ်က စိတ်ဆင်းရဲတဲ့ဘေး, စိတ်မတည်ငြိမ်တဲ့ဘေး, စိတ်ညစ်ညူးတဲ့ဘေးတွေက ထုတ်ဆောင်ကယ်တင်နိုင်တယ်။

ပညာကတော့ အကုန်လုံးထဲမှာ အကောင်းဆုံးပဲ။ ပညာမှာ အကုန်ပါသွားတာပဲ။

ပညာကြောင့် – ဒါနပြုနိုင်တယ်။
ပညာကြောင့် – သီလဆောက်တည်နိုင်တယ်။
ပညာကြောင့် – သမာဓိဘာဝနာ ပွားများနိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ပညာရှိရင် လောကီချမ်းသာတွေလဲ ရအောင် ယူနိုင်တယ်။ သံသရာချမ်းသာလဲ ရအောင်ကြိုးစားတတ်တယ်။

ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်ဖြစ်တဲ့ (၃၁)ဘုံမှ လွတ်တဲ့အပြင် ကာမချမ်းသာ, ဈာနချမ်းသာတွေထက်လွန်ကဲတဲ့–'**သန္တိသုခချမ်းသာ**'ခေါ် '**နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ**'ကို ရောက်အောင်, ရအောင် ထုတ်ဆောင်ကယ်တင်နိုင်တယ်။

မိတ်ဆွေသုံးဦး

ဒီကနေ့တော့ ... ၅၅၀–မှာ လာတဲ့ 'ကုရုဂ်မိဂ' ဇာတ်ဆိုတာ–မြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော် သမင်ဖြစ်စဉ်အခါတုန်းက သူငယ်ချင်းဖြစ်တဲ့ ခေါက်ရှာဌက်ရယ်, လိပ်ကြီးရယ် ပေါင်းလိုက်တော့ သုံးယောက်ပေါ့။

အဲဒီ မိတ်ဆွေသုံးဦး ဘေးရန်အန္တရာယ်က လွတ်မြောက်ပုံကို အခြေခံပြီး ပြောဖို့ပါပဲ။

ဆင်းရဲဒုက္ခဘေးရန်အန္တရာယ်အလုံးစုံက လွတ်မြောက်ဖို့ကျတော့ မြတ်စွာဘုရားတရားတော်တွေရဲ့ အဓိကအချက်ကတော့–**သီလရယ်, သမာဓိရယ်, ပညာရယ်**။ အဲဒါမိတ်ဆွေသုံးဦးပါပဲ။

သီလသိက္ခာရယ်, သမာဓိသိက္ခာရယ်, ပညာသိက္ခာရယ်။

ဒါကိုချဲ့လိုက်ရင် ပိဋကတ်သုံးပုံဖြစ်သွားတာပဲ။ **သီလက ဝိနည်းငါးကျမ်းနဲ့ ဆိုင်တယ်။ သမာဓိသိက္ခာက သုတ်သုံးကျမ်းနဲ့ ဆိုင်တယ်။ ပညာသိက္ခာက အဘိဓမ္မာခုနစ်ကျမ်းနဲ့ ဆိုင်တယ်။**

http://www.dhammadownload.com

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းဆိုရင် - သီလ, သမာဓိ, ပညာဟာ မဂ္ဂင်၅စ်ပါးပဲ။

သီလမဂ္ဂင်က = သမ္မာဝါစာ, သမ္မာကမ္မန္တ, သမ္မာအာဇီဝ။

သမာဓိမဂ္ဂင်က= သမ္မာဝါယာမ, သမ္မာသတိ, သမ္မာသမာဓိ။

ပညာမဂ္ဂင်က = သမ္မာဒိဋ္ဌိ, သမ္မာသင်္ကပ္ပ။

ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အန္တရာယ်ခပ်သိမ်း၊ ဆင်းရဲခပ်သိမ်းက လွတ်မြောက်လိုတဲ့ သူတော်ကောင်းတွေဟာ အဲဒီမိတ်ဆွေသုံးဦးနဲ့ ပေါင်းရမယ်။

မိတ်ဆွေသုံးဦးဆိုတော့ 'ဒါန'က ဘယ်ရောက်သွားသလဲဆိုတော့ 'သီလသိက္ခာ'ထဲ ပါသွားတယ်။

သီလ, သမာဓိ, ပညာလို့ ပြောလိုက်ရင် 'ဒါန'လဲ ပါပြီးသားလို့ ယူရမယ်။

သီလသိက္ခာ, သမာဓိသိက္ခာ, ပညာသိက္ခာ။

သီလအကျင့်၊ သမာဓိအကျင့်, ပညာအကျင့်။

သာသနာပ,မှာ သီလတွေ ရှိတယ်, သမာဓိတွေ ရှိတယ်, လောကီပိုင်းဆိုင်ရာ ပညာတွေလဲရှိတယ်။ သာသနာပ,မှာ ဒါနလဲ ရှိတာပဲ။

သို့သော်လည်းပဲ သာသနာပ,မှာပြုတဲ့ဒါန, သီလ, သမာဓိတွေ ဟာ ရိုးရိုးဒါနကုသိုလ်, ရိုးရိုးသီလကုသိုလ်, ရိုးရိုးသမာဓိကုသိုလ်, ဒါပဲရတယ်။ **မဂ္ဂင်မထိုက်ဘူး။**

http://www.dhammadownload.com

ပါရမီမြောက်တဲ့ကုသိုလ်

သာသနာတွင်းမှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတော်တွေကို နာကြားပြီးတော့ သစ္စာသိအောင် နှလုံးသွင်းပြီးတော့ ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီး လှူတဲ့ဒါန၊ ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီး စောင့်တဲ့သီလ၊ ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီးတော့ ပွားများတဲ့ ဘာဝနာတွေဟာ ရိုးရိုး ဒါန, သီလ, ဘာဝနာ မဟုတ်တော့ဘူး။ **ပါရမီမြောက်တဲ့ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာတွေ ဖြစ်သွားတယ်။**

တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင်-

ရိုးရိုးသီလလည်းပဲ မည်တယ်၊ **အဓိသီလလည်းပဲ** မည်တယ်။

ရိုးရိုးသမာဓိလည်းပဲ မည်တယ်၊ **အဓိစိတ္တ** သဘောမျိုးလည်း ယူလို့ရတယ်။

ရိုးရိုးပညာတင်မဟုတ်ဘူး၊ **အဓိပညာ** ဖြစ်သွားတယ်။

အဓိသီလ, အဓိစိတ္တ, အဓိပညာဆိုတာ တကယ့်မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရတဲ့အခါမှာ ဖြစ်တဲ့ သီလ, သမာဓိ, ပညာတွေကိုပြောတာ။ သို့သော်လည်းပဲ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရရာရောက်ကြောင်း ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီးတော့ ပါရမီမြောက်အောင် စောင့်တဲ့သီလ၊ ပွားများတဲ့ သမထ၊ ပွားများတဲ့ ဝိပဿနာတွေဟာ အဓိသီလ, အဓိစိတ္တ, အဓိပညာမှာ ထည့်ပြီး ယူရတယ်။

ဒကာကြီးဦးရွှေအောင်ရဲ့ 'ဘာဝအမြင်သစ်'စာအုပ်မှာ ပါပါတယ်။

အဓိသီလ, အဓိစိတ္တ, အဓိပညာ။ အဲဒီ အဓိတတ်နိုင်တာ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့- ပါရမီမြောက်တဲ့ ကုသိုလ်တွေဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်လို့။

http://www.dhammadownload.com

ပါရမီမြောက်တဲ့ ကုသိုလ်ဆိုတာ သူတော်သူမြတ်တွေလုပ်တဲ့ လုပ်ငန်းတွေကိုခေါ်တာ။ လူညံ့တွေ၊ လူယုတ်တွေလုပ်တဲ့ လုပ်ငန်းမျိုး မဟုတ်ဘူး။

နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော တစ်ဖက်ကမ်းကို အရောက်သွားနိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းကို ပါရမီလို့ ခေါ်ပါတယ်။

နောက်တစ်ခါ ပါရမီကို ဘယ်လိုဖွင့်သလဲဆိုတော့– ပါရမီဟာ လုပ်ငန်းချင်းတူပေမယ်လို့ ဦးတည်ချက်ချင်းမတူဘူး။ ဦးတည်ချက်ချင်း မတူဘူးဆိုတာဟာ ကရုဏာ၊ ပညာချင်းမတူလို့ ...

သူလည်းပဲ ငွေကုန်ခံပြီး ဒါနပြုတာပဲ၊ ကိုယ်လည်းပဲ အတူတူ အကုန်ခံပြီး ဒါနပြုတာပဲ။ ဉာဏ်ပညာမပါတဲ့ ဒါန, သီလဟာ ရိုးရိုး ဒါန, သီလပဲဖြစ်မယ်၊ ပါရမီမြောက်တဲ့ ဒါန၊ ပါရမီမြောက်တဲ့ သီလ မဖြစ်ဘူး။

ပါရမီမြောက်တဲ့ဒါန၊ ပါရမီမြောက်တဲ့သီလက ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့– လောကသင်္ဂဟလို့ခေါ်တယ်။

သင်္ဂဟနှစ်မျိုးပေါ့။ လောကသင်္ဂဟရယ်၊ အတ္တသင်္ဂဟရယ် နှစ်မျိုးရှိတယ်။

လောကသင်္ဂဟဆိုတာ လောကသားတွေအတွက်၊ အများ အတွက် ရည်ရွယ်ပြီးပြုတဲ့ ကုသိုလ်။

အတ္တသင်္ဂဟက ငါ့အတွက်။ တဏှာ, မာန, ဒိဋ္ဌပေါ့လေ။ တဏှာ–ငါ၊ မာန–ငါ၊ ဒိဋ္ဌ–ငါ။ ငါ့အတွက်၊ ငါ့မိသားစုအတွက်။ သည့်ပြင်လူတွေအတွက် မဟုတ်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်သူတွေ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ငါကောင်းစားဖို့ပဲ၊ ငါ့အတွက်ပဲ ကြည့်တယ်။ အများအတွက် မကြည့်ဘူး။

ကုသိုလ်ချင်းတော့ အတူတူပဲ။ ဒါနပြုတာချင်း၊ သီလစောင့်တာချင်း၊ ဘာဝနာပွားများတာချင်း၊ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းချင်းကတော့ တူပါတယ်။ ဦးတည်ချက်ချင်းမတူဘူး။

ပါရမီမြောက်တဲ့ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာက **လောကသင်္ဂီဟ**။ အများအတွက် ဦးစားပေးတယ်၊ ငါ့အတွက်ကို ဦးစားမပေးဘူး။ အများကောင်းစားချမ်းသာဖို့၊ အများ ဆင်းရဲကလွတ်ဖို့။ အဲဒါကရုဏာပဲ။

အများအတွက် ဆောင်ရွက်လို့ရလာတဲ့ အကျိုးတရားတွေကို မမက်မောအောင် ဖြတ်တောက်နိုင်တာက ပညာ။

ကရုဏာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က အများအကျိုးဆောင်တယ်။ အနစ်နာခံတယ်ပေါ့။ ဉာဏ်ပညာကြီးကျယ်တော့ အများအကျိုးကို ပိုဆောင်ရွက်နိုင်တယ်။

ကရုဏာလို့ပြောလိုက်ရင်– မေတ္တာလဲပါတယ်၊ မုဒိတာလဲပါတယ်၊ ဥပေက္ခာလဲပါတယ်။ ဗြဟ္မစိုရ်တရားထဲမှာ ပါတယ်။

ကရုဏာရှိပြီး အများကိုသနားတတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အများအကျိုးကို ဆောင်ရွက်လိုတဲ့ မေတ္တာရှိတယ်။ ကိုယ့်ထက်ကြီးပွားချမ်းသာတဲ့သူကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်တဲ့ မုဒိတာရှိတယ်။ နောက်တစ်ခါ ကံ,ကံရဲ့အကျိုးပဲလို့ နှလုံးသွင်းပြီးတော့ အများအတွက် ဥပေက္ခာလဲရှိနိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလိုကရုဏာရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှ၊ မေတ္တာရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှ အနစ်နာခံနိုင်တယ်။ အများအတွက်, လောကအတွက် အနစ်နာခံနိုင်တယ်။

အဓိကပြောမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်မိသားစုအတွက်၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်အတွက်၊ ကိုယ့်နိုင်ငံအတွက် အနစ်နာခံနိုင်တယ်။

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ မေတ္တာ, ကရုဏာရှိလို့။

မေတ္တာ, ကရုဏာဟာ အနစ်နာခံနိုင်တဲ့အတွက် ဒုစရိုက်တွေကို ရှောင်တယ်။ မေတ္တာ, ကရုဏာရဲ့စွမ်းအားဟာ ဒုစရိုက်တွေကို ရှောင်ကြဉ်တဲ့သဘောရှိတယ်။

ပညာက အများအကျိုးကို စွမ်းစွမ်းတမံ ဆောင်ရွက်တယ်။ မိမိအနစ်နာခံပြီး အများအကျိုးဆောင်လို့ ရလာတဲ့အကျိုးတွေကို ဉာဏ်ပညာက ဖြတ်တောက်ပေးတဲ့အတွက် မမက်မောတော့ဘူး။ အဲဒီလိုဖြတ်တောက်နိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ဉာဏ်ပညာဦးစီးတဲ့ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာတွေကမှ ပါရမီမြောက်တဲ့ လုပ်ငန်းတွေပဲ။

အခုဆွမ်းလောင်းနေကြတဲ့ သူတော်ကောင်းတွေ၊ အများအကျိုးပြုလုပ်နေတဲ့သူတော်ကောင်းတွေဟာ သူတော်သူမြတ်တို့ရဲ့စိတ်ဓာတ်မွေးမြူတာပဲ။ သူတော်စင်တို့ရဲ့ စိတ်ဓာတ်ဆိုတာ အများအတွက်၊ ငါ့အတွက်ကို ဦးစားမပေးဘူး။

ငါ့အတွက်ဆိုကတည်းက လောဘပါလာပြီ။

ဥပမာ – ဆွမ်းလောင်းတယ်ဆိုရင် သံဃာတော်အရှင်မြတ်တွေ ပရိယတ်, ပဋိပတ် သာသနာပြုနိုင်ပါစေလို့ ရည်ရွယ်ပြီး လောင်းလှူ

http://www.dhammadownload.com

ရမယ်။ ဆွမ်းအာဟာရကြောင့် မပင်ပန်းကြပါစေနဲ့၊ ပရိယတ္တိ, ပဋိပတ္တိ သာသနာတွေ ပြုလုပ်နိုင်ပြီးတော့ တစ်ကမ္ဘာလုံး သာသနာတော်ကြီး ထွန်းကားနိုင်ပါစေလို့ ရည်မှန်းရမယ်။

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ ရကြပါစေဆိုတဲ့ အများကောင်းစား ချမ်းသာဖို့အတွက် လှူရမယ်။

ဒီအလှူကိုလှူလိုက်လို့ရှိရင် ငါတို့မိသားစု နတ်ပြည်မှာ ချမ်းသာ သုခတွေခံစားရမှာပဲဆိုတဲ့ စိတ်မျိုးနဲ့ မလှူရဘူး။ **အဲဒီလို ခံစား, စံစား ချင်တဲ့ တဏှာလောဘကို ဉာဏ်ပညာနဲ့ ပယ်သတ်နိုင်ရမယ်။**

အဲဒီလိုခံစားချင်တဲ့, စံစားချင်တဲ့စိတ်မျိုးနဲ့လှူရင်– ကုသိုလ်တော့ မြောက်တယ်၊ ပါရမီမမြောက်ဘူး။

– ကိုယ်ကောင်းစားဖို့လှူရင် ပါရမီမမြောက်တဲ့ဒါန။

– သူတစ်ပါးကောင်းစားဖို့လှူရင် ပါရမီမြောက်တဲ့ဒါန။

ဒါနပြုတယ်ဆိုတာ ခံစား, စံစားဖို့ လှူတာမဟုတ်ဘူး၊ ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ဖို့ လှူပါတယ်လို့ စိတ်မှာထားရမယ်။

ဒုက္ခမှလွတ်ဖို့ဆိုရင် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရတဲ့သူတော်ကောင်းမှ သာလျှင် ဒုက္ခမှ လွတ်မယ်။ ပုထုဇဉ်ဘဝကတော့ ဒုက္ခက မလွတ်နိုင်ဘူး။

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရတဲ့ သူတော်ကောင်းတွေ– ဆိုတာ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ရှိမှ ရတာ။ ယုတ်မာတဲ့စိတ်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဘယ်တော့မှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်မရဘူး။ ရစရာအကြောင်းလည်း မရှိဘူး။

http://www.dhammadownload.com

အများအကျိုးကို ဦးစားပေးတာဟာ စိတ်ထားမြတ်တာပဲ။ ငါ့အတွက်ကို ဦးစားမပေးဘူး၊ အများချမ်းသာဖို့ဆိုတဲ့ လောကသင်္ဂဟ ဖြစ်ရမယ်။

ဦးရွှေအောင်ရဲ့ 'အန္ဓိုင်းမဲ့ဗုဒ္ဓ' စာအုပ်မှာ ရေးထားတာ သိပ်ကောင်းတာပဲ။ အများအတွက်ကို ဦးစားပေးနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်ထားဟာ ပါရမီမြောက်တဲ့ စိတ်ဓာတ်ပဲ။

ဒါနပဲပြုပြု၊ သီလပဲစောင့်စောင့် အများအတွက်လို့ ရည်ရွယ်လိုက်တဲ့စိတ်ကြောင့် ငါ့အတွက်လို့ သိမ်းပိုက်ချင်တဲ့စိတ် လျှော့သွားတယ်။

လောဘလျှော့တာဟာ နိဗ္ဗာန်နဲ့နီးတာပဲ။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ မြို့ကြီးပြကြီးမဟုတ်ပါဘူး၊ ဘုံတွေ, နန်းတွေ, ပြာသာဒ်တွေ မဟုတ်ပါဘူး။

တဏှာကုန်တာ နိဗ္ဗာန်ပဲ။

ဘုံတွေ, နန်းတွေ, ပြာသာဒ်တွေဆိုတာ ၃၁-ဘုံထဲမှာပဲ ရှိပါတယ်။ ဒါတွေဟာ ဆင်းရဲမကင်းသေးပါဘူး။ ပုထုဇဉ်အဖြစ်နဲ့ နတ်ပြည်ရောက်သွားပြီး နောက်တော့ အပါယ်ကျနိုင်သေးတယ်။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဘုံ, နန်း, ပြာသာဒ်မရှိဘူး။ ဘုံ, နန်း, ပြာသာဒ်လို့ ယူလို့ရှိရင် သဿတဒိဋ္ဌိပဲ။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဘာမှမရှိဘူးလို့ယူရင် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိပဲ။

နိဗ္ဗာန်ဟာ အရှိတရား။

စိတ်, စေတသိက်, ရူပ်, နိဗ္ဗာန် – ပရမတ္ထတရားလေးပါး။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်, စေတသိက်, ရုပ်တွေ အခုရှိနေသလို၊ နိဗ္ဗာန်ဟာလဲ အရှိတရား။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ–ကာလဝိမုတ်, ဒေသဝိမုတ်။ တဏှာက လွတ်တယ်၊ ဒေသက လွတ်တယ်။

တဏှာနည်းနည်းပါးရင် နိဗ္ဗာန်နဲ့ နည်းနည်းနီးတယ်။ တဏှာများများကုန်ရင် နိဗ္ဗာန်နဲ့ များများနီးတယ်။

တဏှာ အကုန်လုံး ကုန်သွားရင် ရဟန္တာဖြစ်ပြီ။ တဏှာကုန်သွားရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်တော့မယ်။ ဒီဟာ နောက်ဆုံးဘဝပဲ။

အဲဒီ တဏှာကုန်ဖို့အတွက် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် မရသေးသော်လည်း သူတော်ကောင်းတရားတွေနာပါ။ တရားနာရင်းနဲ့ ဉာတပရိညာနဲ့ ဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

ဒိဋ္ဌိနဲ့ဝိစိကိစ္ဆာဟာ သံသရာရဲ့အောက်ဆွဲတရားပဲ။ အမြင်မှားတာရယ်၊ သံသယရယ်။

အမြင်မှားတယ်ဆိုတာ အမှားကို အမှန်ထင်တာ။ နောက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားတွေအပေါ်မှာ သံသယဖြစ်တယ်။

အမြင်မှားတာက– ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ရှိတယ်၊ အလယ်အလတ် ရှိတယ်၊ အနုစားရှိတယ်။ သံသယကလည်း အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ အဲဒီသံသယနဲ့ အမြင်မှားတာဟာ သံသရာအောက်ဆွဲတရားပဲ။ အောက်သံသရာကို ဆွဲချမယ့်တရား။

အောက်သံသရာဆိုတာ အပါယ်လေးပါးကိုပြောတာ။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒါကြောင့် ကုသိုလ်ပြုစဉ်အခါမှာ ဒိဋ္ဌနဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာကို ဉာတပရိညာခေါ်တဲ့အသိနဲ့ ပယ်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။ ဒိဋ္ဌနဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာကို ဉာတပရိညာနဲ့ပယ်နိုင်ရင် တဏှာဟာ အလိုလိုပါးသွားတယ်။

ဒိဋ္ဌနည်းသွားရင် တဏှာနည်းသွားတယ်။ ဒါကြောင့် မို့-

သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရတဲ့ သောတာပန်ဟာ တဏှာ လေးပုံတစ်ပုံ ကုန်သွားတယ်။

သကဒါဂါမ်ဆိုရင် လေးပုံနှစ်ပုံပေါ့၊ အနာဂါမ်ဆိုရင် လေးပုံ သုံးပုံပေါ့။ အရဟတ္တမဂ်, အရဟတ္တဖိုလ်ရတဲ့ ရဟန္တာဆိုရင်တော့ တဏှာအားလုံး ကုန်သွားတယ်။

ဒိဋ္ဌနဲ့ဝိစိကိစ္ဆာကို မဂ်နဲ့ဖိုလ်နဲ့မပယ်သတ်နိုင်သေးသော်လည်းပဲ သုတမယဉာဏ်, စိန္တာမယဉာဏ်တို့နဲ့ ပယ်သတ်နိုင်ဖို့အတွက် 'ငါ' ကို ဘယ်တော့မှ ရှေ့တန်းမတင်နဲ့။

ဒိဋ္ဌ, တဏှာ ဦးစီးပြီး မလှုပ်နဲ့

ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်တဲ့အခါမှာ ရှေ့ဆုံးက လှုမယ်။ သို့သော်လည်း အကျိုးတရားကို မမျှော်လင့်နဲ့။ အကျိုးတရားကို သိအောင်တော့ ကြိုးစားရမယ်။ ဒါပေမဲ့ မသာယာရဘူး။

သိသင့်သိထိုက်တဲ့အကျိုးတရားကို မသိရင်လည်း အဝိဇ္ဇာပဲ။ ဆွမ်းလောင်းကြတယ်ဆိုရင် ဆွမ်းအကျိုးတော့ သိရမယ်။ အသက်ရှည်ခြင်း၊ အဆင်းလှခြင်း၊ ချမ်းသာကြီးခြင်း၊ ဉာဏ်ပညာကြီးခြင်း၊ အဲဒါတွေကို ဘဝပေါင်းအသချေ်ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလို အကျိုးတရားကိုသိတော့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်တယ်။ အဲဒီအကျိုးတရားကို မက်မောပြီး ဘဝထပ်ကာထပ်ကာ ခံစားချင်တဲ့ စိတ်မျိုးတော့ မဖြစ်စေနဲ့။

ဘဝရရင် ဒုက္ခသစ္စာပဲ။

အကျိုးတရားတွေကို သိအောင်တော့ စာအုပ်တွေဖတ်ရမယ်။ တရားတွေနာရမယ်။ တရားတော်တွေကို လေ့လာရမယ်။ အဲဒီ အကျိုးတရားတွေကိုတော့ မသာယာနဲ့။

သာယာရင် တဏှာပဲ။

ဘဝတွေကိုသာယာရင် ဘဝတဏှာသဘောမျိုး။ ကာမဂုဏ်တွေ ကို သာယာတဲ့အခါမှာ ကာမတဏှာသဘောမျိုး။

တဏှာဟာ သမုဒယသစ္စာပဲ။

အခုလည်းပဲ ပစ္စည်းတွေ, လူတွေကို သာယာတယ်၊ ကုသိုလ် ကောင်းမှု လုပ်ပြီးတော့လည်းပဲ နောင်လာလတ္တံ့ချမ်းသာကို လှမ်းပြီး တော့ သာယာတယ်။

အဲဒီလိုသာယာမှုတွေ မျှားနေလို့ရှိရင်၊ သာယာမှုဦးဆောင်နေလို့ ရှိရင် ဒီကုသိုလ်ဟာ– **ဒီဌိနဲ့တဏှာဦးစီးတဲ့ ကုသိုလ်ဖြစ်သွားတယ်။**

ဒါနဖြစ်ဖြစ်, သီလဖြစ်ဖြစ်, ဘာဝနာဖြစ်ဖြစ် – **ဒီဌိနဲ့တဏှာ ဦးစီးတဲ့ ကုသိုလ်တွေဟာ ပါရမီမမြောက်ဘူး။**

ဘယ်လောက်ပဲလှူလှူ၊ သိန်းတစ်ထောင်ပဲလှူလှူ၊ သိန်းပေါင်း များစွာ မရေမတွက်နိုင်အောင်ပဲလှူလှူ ပါရမီမမြောက်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ပါရမီမြောက်တဲ့ ကုသိုလ်ဆိုတာ ဉာဏ်ပညာ ဦးစီးပြီးတော့ ဒုက္ခသစ္စာကို ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်ကြည့်ပြီးတော့ ဒုက္ခသစ္စာပဲဟော-လို့ ဆင်ခြင်ရမယ်။

ဒီလူတဲ့သူတွေအားလုံးဟာ သခါရတရားတွေ၊ ဒုက္ခသစ္စာတွေ။ ဆွမ်းအလှူခံတဲ့ သံဃာတော်တွေဟာလည်း ဒုက္ခသစ္စာတွေ။ တရားဟောတာလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ တရားနာတာလည်း ဒုက္ခသစ္စာ။

အားလုံးဒုက္ခသစ္စာတွေပဲလို့ ဉာဏ်နဲ့ အစွမ်းကုန်မြင်အောင် နှလုံးသွင်းရမယ်။

အစွမ်းကုန်မြင်တော့ ဘာဖြစ်သလဲဆိုတော့ နောင်လာလတ္တံ့ဘဝကို မလိုချင်တော့ဘူး။

ဒုက္ခမှန်းသိရင် မလိုချင်တော့ဘူး။

အရဟတ္တမဂ်, အရဟတ္တဖိုလ်မရသေးရင်တော့ ဘဝရအုံးမှာပဲ။ နိဗ္ဗာန်ရပါစေသတည်း-ဆိုလို့ နိဗ္ဗာန်ကို တန်းမရောက်ဘူး၊ ဘဝတော့ ကျင်လည်ရအုံးမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုစဉ်မှာ ဉာဏ်ပညာ ပါသွားတဲ့အတွက်-ဉာဏ်ယှဉ်တဲ့ကုသိုလ်ဖြစ်သွားတယ်။

နောင်ဘဝမှာ သူဌေးကြီးတွေ၊ အထက်တန်းကျတဲ့ပါမောက္ခကြီးတွေ၊ အရာရှိကြီးတွေဖြစ်တဲ့အခါ ဉာဏ်ပညာပါ, ပါသွားတယ်။ ဘာဉာဏ်ပညာလဲဆိုတော့-သံသရာကို ဘေးလို့မြင်တဲ့ဉာဏ်ပညာ။

ဒို့သူငါတွေဟာ သံသရာတစ်လျှောက်လုံးမှာ သံသရာကိုဘေးလို့ မမြင်ခဲ့ဘူး။ သံသရာကို ပျော်စရာလို့ အောက်မေ့ခဲ့ကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သံသရာကို ပျော်စရာလို့အောက်မေ့တော့ သံသရာထဲက မထွက်နိုင်ဘူး။ ထွက်ချင်စိတ်လည်း ရှိကိုမရှိဘူး။ ကုသိုလ်လိုချင်တဲ့စိတ်ပဲ ရှိတယ်။ ဖြတ်တောက်ချင်တဲ့စိတ် မရှိဘူး။

ကုသိုလ်လိုချင်ရုံနဲ့တော့ နိဗ္ဗာန် ဘယ်တော့မှ မရောက်ဘူး။

ကုသိုလ်, အကုသိုလ် နှစ်မျိုးစလုံး ဖြတ်တောက်နိုင်တဲ့ ဉာဏ်မျိုးကို လိုလားရမယ်။

ကုသိုလ်, အကုသိုလ် ပယ်ရမယ်ဆိုတော့– ကုသိုလ်မလုပ်ရဘူးလို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ **ကုသိုလ်လုပ်ရမယ်၊ ကုသိုလ်ကြောင့် ရလာမယ့် ဘဝချမ်းသာကို မမက်မောရဘူး။**

နေရာတကာမှာ မက်မောနေတဲ့အခါကျတော့ တဏှာတွေက တိုးပြီးလာတယ်။ လျော့မသွားဘူး။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်လည်းပဲ **နောင်ဘဝချမ်းသာဖို့လုပ်တဲ့ ကုသိုလ်မျိုးတွေပဲ များတယ်။**

နောင်ဘဝချမ်းသာဖို့၊ နောင်ဘဝခံစားဖို့၊ နောင်ဘဝစံစားဖို့။

ပစ္စည်းစွန့်လှူတာကတော့ တဏှာလျော့သွားတယ်။ ပစ္စည်းကို တွယ်တာတဲ့တဏှာ လျော့သွားပြီး နောင်ဘဝကို လှမ်းပြီးတော့ တွယ်တာတဲ့တဏှာက အဆတစ်သိန်းလောက် ဝင်လာတယ်။

ပစ္စည်းပေါ်မှာ တွယ်တာတဲ့တဏှာက နည်းနည်းပဲရှိတယ်။ **အဲဒီရှိတာလေးကိုစွန့်ပြီး နောင်လာမယ့်ဘဝကို မက်မောတဲ့တဏှာက အသချေ်အနန္တ။ အဲဒါကြောင့် တဏှာကုန်တာက နည်းနည်း၊ ထပ်တိုးတာက များများ။**

http://www.dhammadownload.com

ဟိုး ကိုလိုနီခေတ်က ချစ်တီးတွေဆီမှာ အကြွေးတွေယူသလို အတိုးနဲ့ အရင်းနဲ့ ထပ်ပေါင်းနေတော့ နောက်ကျတော့ ကိုယ့်ရှိတာ အကုန်လုံး ပေးလိုက်ရတာတောင်မှ အကြွေးက မကျေဘူး။ ပုထုဇဉ်တွေမှာလည်း အဲဒီလိုဖြစ်နေတယ်။

ကုသိုလ်တော့ လုပ်တာပဲ၊ ဘဝချမ်းသာကို မက်မောတဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်နေတော့ လျှော့သွားတဲ့လောဘက နည်းနည်း၊ တိုးတဲ့လောဘက များများဖြစ်နေတယ်။

ကိလေသာဆိုတာဝဋ္ဋကြွေးပဲ။ မျက်စိကန်းမှ ဝဋ္ဋကြွေး မဟုတ်ဘူး။

ကိလေသဝဋ္ဋ, ကမ္မဝဋ္ဋ, ဝိပါကဝဋ္ဋ – အားလုံးဝဋ္ဋကြွေးတွေပဲ။

လောဘတွေ, ဒေါသတွေ, မောဟတွေဆိုတာ ကိလေသဝဋ္ဋတွေပဲ။

အဲဒီဝဋ္ဋတွေက ချာလည်ပတ်လည်လည်နေတာပဲ။ အဲဒါဟာ ဝဋ္ဋလည်တာပဲ။

အခုလည်းပဲ သူတော်ကောင်းတို့ ကိလေသာတွေခံစား, စံစားရင်းကြွေးဆပ်နေတာပဲ။ ကိလေသာကြွေးတွေကို ဆပ်နေရတာပဲ။

နောက်တစ်ခါ ကမ္မကြွေးဆိုတာလည်း ရှိသေးတယ်။ မသိခင် အချိန်တွေတုန်းက အမျိုးမျိုးလုပ်ခဲ့ကြတယ်။ အကုသိုလ်ကံတွေလည်း လုပ်ခဲ့တယ်။ ကုသိုလ်ကံတွေလည်း လုပ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီကံတွေကြောင့် **ကမ္မဘဝပစ္စယာ ဇာတိ** ဆိုတော့ အခုကံကြွေးဆပ်ရတာပဲ။

ခန္ဓာရနေတယ်ဆိုတာ ကံကြောင့် အခု ဇာတိရတာ။ **ဇာတိ**ရတော့ **ဇရာ, မရဏ, ဒုက္ခတွေနဲ့ တွေ့**ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အရင်းစစ်တော့ အမြစ်မြေက ဆိုတာလို ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဲဒီကိလေသာတွေဟာ ပါးတော့မလိုလိုနဲ့ ထပ်တိုးနေလို့ပဲ။

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောတာရှိတယ်။ များသော အားဖြင့် လူတွေဟာ ခွေးဖြူနဲ့ခွေးမည်းနှစ်ကောင်မှာ ခွေးမည်းကိုက်မှာ ကြောက်တယ်၊ ခွေးဖြူကိုက်လည်း ပေါက်တာပဲ။

ဆိုလိုတာက လူတွေဟာ– **အကုသိုလ်တော့ ကြောက်ကြတယ်၊ ကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးပေးကျတော့ မကြောက်ကြဘူး။**

အကုသိုလ်ကအပါယ်လေးပါးရောက်မှာဆိုတော့ ကြောက်ရမယ်။ ကုသိုလ်မလုပ်ရင်တော့ **အပါယ်ကျမှာပဲ။**

ကုသိုလ်ကို ရှောင်ဖို့မဟုတ်ဘူး၊ ကုသိုလ်မလုပ်နဲ့လို့ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ **ကုသိုလ်လုပ်တဲ့အခါမှာ မက်မောတဲ့တဏှာကြီးနဲ့ မလုပ်ပါနဲ့လို့ ပြောတာ။**

ငါတို့မိသားစုလုပ်တယ်ဆိုရင် ဒိဋ္ဌပဲ။

ငါတို့ မိသားစုတွေလို့ ပြောတာကတော့ အပြစ်မရှိပါဘူး။ ပြောတာကတော့ သမုတိသစ္စာအနေနဲ့အမှန်ပဲ၊ ပြောရမှာပဲ။ ပြောတဲ့ အတိုင်း ရင်ထဲမှာ–ငါပဲ, သူပဲ, ယောကျ်ားပဲ, မိန်းမပဲလို့ အသေစွဲ ထားရင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဖြစ်တယ်။ ဒိဋ္ဌိဆိုတာ စက်ဝိုင်းကြီးပေါ်မှာမှ ဒိဋ္ဌိမဟုတ်ဘူး။

ရလာမယ့် အကျိုးတရားတွေကို လှမ်းပြီးတော့ သာယာနေတာက **တဏှာ**။ **အဲဒီတော့ ကုသိုလ်အပေါ်မှာ ဒိဋ္ဌိနဲ့တဏှာဦးစီးတာက** များနေတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒိဋ္ဌိ, တဏှာဦးစီးတဲ့ ကုသိုလ်ဟာ ပါရမီမမြောက်ဘူး၊ ရိုးရိုး ကုသိုလ်ပဲ ရတယ်။

ကုသိုလ်ကတော့ အကျိုးပေးမှာပဲ။ ရေဆိုရင် ရေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကျိုး၊ ဆွမ်းဆိုရင် ဆွမ်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကျိုး၊ သင်္ကန်းဆိုရင် သင်္ကန်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကျိုးပေးမယ်။

သို့သော်လည်းပဲ ဒိဋ္ဌိ, တဏှာတွေ ဦးစီးပြီးပြုလုပ်တဲ့ ကုသိုလ် ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဒိဋ္ဌိ, တဏှာကလည်းမနေဘူး၊ အကြောင်း အကျိုးတွေမှာ သတ္တိအနေနဲ့ ကျေးဇူးပြုတယ်။ အကြောင်းအကျိုး တွေက ဆက်နေတယ်။

သတ္တိတွေအနေနဲ့အကျိုးပေးနေတဲ့အခါကျတော့ ကုသိုလ်ကြောင့် သူဌေးကြီးဖြစ်ပေမယ့် **ဒိဋ္ဌိအားကြီးတဲ့ သူဌေးကြီးဖြစ်မယ်၊ တဏှာ အားကြီးတဲ့ သူဌေးကြီးဖြစ်မယ်။**

အဲဒါ ကုသိုလ်လုပ်စဉ်အခါတုန်းက ဒိဋ္ဌိ, တဏှာ ဦးစီးခဲ့လို့၊ အကျိုးပေးတဲ့အခါမှာ အကြောင်းတွေက လိုက်လာတယ်။

ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ဒိဋ္ဌိ, တဏှာတွေ အားကြီးလို့ရှိရင် အကုသိုလ် တွေ ပြန်လုပ်နိုင်တယ်။ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရမှမရသေးတာကိုး။

ဒု, သ, နှ, သော – ဆိုတဲ့ သူဌေးသားလေးယောက်အကြောင်းကို သူတော်ကောင်းတို့ အားလုံးသိကြတာပဲမဟုတ်လား။ အဲဒီသူဌေးသား လေးယောက်ဟာ ဟိုတုန်းက ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေပြုခဲ့လို့ သူဌေးသား ဖြစ်တာ။ သူဌေးသားဖြစ်ပြီးတော့ သူတို့ရလာတဲ့ စည်းစိမ်ချမ်းသာကို အသုံးမချတတ်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဒိဋ္ဌိ, တဏှာက ဦးစီး ထားတာ။

http://www.dhammadownload.com

ဒီဌ, တဏှာတွေများနေတော့ ခံစားမယ်, စံစားမယ်ဆိုပြီး သူများ သားမယားတွေကို ငွေနဲ့ပြစ်မှားတော့ နောက်ဆုံး ငရဲရောက်ရတယ် မဟုတ်လား။ ငရဲမှာ အကြီးအကျယ် ဒုက္ခတွေရောက်နေကြရပြီ။

ကုသိုလ်အပေါ်မှာ ဒီဌ, တဏှာ ဦးစီးလို့ရှိရင် အဲဒီကုသိုလ် ဟာ ကြောက်ဖို့ကောင်းတယ်။ တောင်အမြင့်ကြီးကို တက်ပြီး ခုန်ချတာနဲ့ အတူတူပဲ။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် အဆင့်တော့ တက်သွားမှာပဲ။ သူဌေးလည်းဖြစ်မယ်၊ အရာရှိကြီးလည်းဖြစ်မယ်။ သည်ထက်မြင့်တဲ့ ရဟန်းသံဃာတွေလဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အထက်တန်းကျကျတွေ ဖြစ်ပြီး တော့မှ ဒီဌ,တဏှာတွေအားကြီးလို့ရှိရင် အကုသိုလ်တွေပြန်လုပ်တယ်။ အမြင့်ကနေပစ်ကျတော့ ပိုနာတယ်။

ဒုက္ခသစ္စာကိုသိတဲ့ ဉာဏ်ပညာမျိုး ရှိဖို့လိုတယ်

ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်တဲ့အခါမှာ ပါရမီမြောက်အောင် ဉာဏ်ပညာ ဦးစီးစေရမယ်။ **အဓိကအားဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာကို သိတဲ့ ဉာဏ်ပညာမျိုး ရှိဖို့လိုတယ်။**

ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ၊ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေပဲ၊ သင်္ခါရတရားတွေပဲ-လို့ ဆင်ခြင်ဖို့လိုတယ်။ ဖြစ်, ပျက်နေတာတွေဟာ ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲလို့ ကျကျနန, နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ဆင်ခြင်လိုက်လို့ရှိရင် အခုလည်းပဲ ဒုက္ခသစ္စာ၊ နောင်ခန္ဓာရရင်လည်း ဒုက္ခပဲလို့ မြင်လာပြီး နောင်ခန္ဓာ မလိုချင်တော့ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

မလိုချင်ရင် အလောဘဖြစ်သွားတာပဲ။ လိုချင်တာက လောဘ၊ မလိုချင်တာက အလောဘ။

ဒီလိုသိလာတဲ့အခါကျတော့ ဘာစည်းစိမ်မှ မလိုချင်တော့ဘူး။ ဆွမ်းပဲလောင်းရ, လောင်းရ၊ ကျောင်းဆောက်ပြီးပဲ လှူရ, လှူရ၊ နောက်ထပ်ခန္ဓာတွေ မလိုချင်တော့ဘူး။ မိမိရဲ့ စိတ်တွေဟာလည်း လောကကြီးကို မပျော်မွေ့တော့ဘူး။

လောကကြီးရဲ့ အပြစ်တွေကို မြင်လာတယ်၊ ကာမဂုဏ်တွေရဲ့ အပြစ်ကိုမြင်တယ်။

အဲဒီလို အပြစ်တွေကို မြင်ပြီးတော့ ဥဏ္ဍပညာဦးစီးပြီး လှူလိုက်တော့ ... **သူဌေးကြီးလည်းဖြစ်တယ်၊ ဒုက္ခသစ္စာကို ကျကျနန မြင်တဲ့ သူတော်ကောင်းကြီးလည်းဖြစ်တယ်။**

ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ဒုက္ခသစ္စာကိုမြင်ပြီဆိုရင် သမုဒယတွေကို အလိုလိုပယ်ပြီးသား ဖြစ်သွားတယ်။ သမုဒယတိုးပွားအောင် မလုပ်ချင်ဘူး။

ဒုက္ခသစ္စာကိုမြင်တယ်ဆိုတာ မဂ္ဂသစ္စာကြောင့် မြင်တာ။

မဂ္ဂသစ္စာကို ထပ်ကာထပ်ကာပွားချင်တဲ့ စိတ်တွေပဲဖြစ်တယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း ပွားတယ်၊ သူတစ်ပါးတွေကိုလည်း ပွားစေချင်တယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတဲ့အခါမှာ ပါရမီမြောက်အောင် ပြုဖို့ လိုတယ်။ ဒုက္ခသစ္စာကိုမြင်အောင် နှလုံးသွင်းပါ၊ သံသရာရဲ့ ဘေးကိုမြင်အောင် နှလုံးသွင်းပါ။

http://www.dhammadownload.com

သံသရာဟာ ပင်လယ်ကြီးလိုပဲ၊ သံသရာဟာသဲကန္တာရကြီးလိုပဲ၊ ကျားတွေ, ကျားသစ်တွေပေါတဲ့ တောကြီးလိုပဲ။ ဘေးရန်အန္တရာယ်တွေ အများကြီးပဲ။ **အိုရတဲ့ ဘေးတွေ၊ နာရတဲ့ ဘေးတွေ၊ သေရတဲ့ဘေး တွေ**။

အဲဒီလို ဘေးရန်အန္တရာယ်တွေကို မြင်အောင် ဆင်ခြင်တာဟာ ပညာသိက္ခာပဲ။ မိတ်ဆွေသုံးဦး ပြောမလို့နော် သူတော်ကောင်းတို့။

မိတ်ဆွေသုံးဦးက – သီလရယ်, သမာဓိရယ်, ပညာရယ်။

အတူတူကျေးဇူးပြုနေကြရတယ်။

မြတ်စွာဘုရား မပွင့်ခင်တုန်းကလည်း လူတွေမှာ အထိုက် အလျောက် ပညာရှိကြတယ်။ သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ဒုက္ခကို ကြောက်ကြတယ်၊ ဒုက္ခကလွတ်ချင်ကြတယ်။ ဒုက္ခက လွတ်ဖို့ နည်းလမ်းတွေ ရှာကြတယ်။

ဘုရားမပွင့်မီအချိန်တုန်းကပေါ်ခဲ့တဲ့ ပညာရှိကြီးတွေဟာ ဒုက္ခမှ လွတ်ဖို့ အမျိုးစုံအောင် စဉ်းစားတွေးခေါ်ခဲ့ကြတယ်။ ဒုက္ခက လွတ်အောင် ကြံစည်စဉ်းစားပြီး အယူအဆအမျိုးမျိုးတွေ ချမှတ် ခဲ့တယ်။

သူတို့မြင်တဲ့ဒုက္ခက ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ **အဖွဲတွေကဒုက္ခ**။ အိုရတဲ့ ဒုက္ခ, နာရတဲ့ ဒုက္ခ, သေရတဲ့ဒုက္ခ။

ဒါကို ဘုရားမပွင့်ခင်ကတည်းက အမြော်အမြင်ရှိတဲ့လောကသား တွေ မြင်ကြတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဒုက္ခတွေလည်း ထပ်ပြီးမြင်ကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားကလည်း သူတို့သိတဲ့ ဒုက္ခမျိုးတွေကို တရားဦးဓမ္မစက္ကြာထဲမှာ ထည့်ဟောပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ဘုရားက ဒါတွေ ထည့်ဟောရသလဲဆိုတော့ ... လူသားတွေအနေနဲ့ လွယ်ရာကနေ ခက်ရာကို သိစေချင်လို့။

ဇာတိပိဒုက္ခာ, ဇရာပိဒုက္ခာ, ဗျာဓိပိဒုက္ခော, မရဏမ္ပိဒုက္ခံ, အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော, ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။

မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောခဲ့တာပဲ။

လွယ်ရာကနေ ခက်ရာကိုဆိုတာ **စောင်းတန်းလှေကားတက်တဲ့** နည်းလို့ ခေါ်တယ်။ နိမ့်ရာကနေမြင့်ရာကို တဖြည်းဖြည်းတက်သွားရတာ။

အများသိတဲ့ဒုက္ခကို ဘုရားမပယ်ဘူး။

အများသိတဲ့ပညတ်ဒုက္ခကို အရင်ရှင်းပြပြီးမှ အများမသိတဲ့ ပရမတ်ဒုက္ခကို နောက်မှ ပြတယ်။

ပရမတ်ဒုက္ခကို အရင်ပြလို့ရှိရင် မလိုက်နိုင်ဘူး။ လူတွေမှာက ကိလေသာက မြင်းမိုရ်တောင်လောက်ရှိပြီး၊ ဉာဏ်ပညာက နှမ်းစေ့လောက်ပဲရှိတယ်။ မြင်းမိုရ်တောင်နဲ့ နှမ်းစေ့ကို အုပ်ထားသလိုဖြစ်နေတယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ သတ္တဝါတွေရဲ့သဘောကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူတဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ စောင်းတန်းလှေကားတက်တဲ့နည်းနဲ့ အများသိတဲ့ဒုက္ခတွေကို အရင်ဆုံးရှင်းပြတယ်။ ဒီဒုက္ခတွေဟာ တကယ်ဟုတ်နေတော့ ဘယ်သူမှ မငြင်းဆန်နိုင်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

အိုရတာ ဒုက္ခ, နာရတာ ဒုက္ခ, သေရတာ ဒုက္ခ။

ဒီဒုက္ခတွေကို ပညာရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ သိပြီးသားပဲဆိုတော့ လက်ခံတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုရားက အိုတာ, နာတာ, သေတာဟာ ဒုက္ခပဲလို့ ထည့်ဟောတယ်။

မချစ်ခင်မနှစ်သက်တဲ့သူတွေနဲ့ ပေါင်းရတာလဲ ဒုက္ခ။

ချစ်ခင်နှစ်သက်တဲ့သူတွေနဲ့ ကွေကွင်းရတာလဲ ဒုက္ခပဲ။

အဲဒီလိုဆင်းရဲတဲ့ဒုက္ခတွေကိုလည်း မြတ်စွာဘုရားက ထည့်ဟောတယ်။ ခန္ဓာမှာဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခ၊ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဒုက္ခ။

နောက်တစ်ခါ လိုချင်တာ မရဘူးတဲ့။ ရတာကိုလည်း မလိုချင်ဘူး တဲ့။ အဲဒါကို ဒဿနအနေနဲ့ ဝေဒယိတဒုက္ခလို့ ခေါ်ပါတယ်။ လိုချင်တာမရတာဟာ ကံကြမ္မာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဒုက္ခ။

ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ဝတ်ချင်တယ်၊ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်စားချင်တယ်၊ တိုက်နဲ့နေချင်တယ်၊ ကားနဲ့နေချင်တယ်။ အဲဒီလိုကိုယ်လိုချင်တာတွေ မရဘူးတဲ့။ ကိုယ်ထိုက်သလောက်ပဲ ရတယ်။

အမျှတ္တိကဒုက္ခရယ်၊ ဘူဒိကဒုက္ခရယ်၊ ဝေဒယိတဒုက္ခရယ် သုံးမျိုးကို ဘုရားမပွင့်ခင်ကတည်းက အမြော်အမြင်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အထိုက်အလျောက်သိကြတယ်။ ပြောလည်းပြောကြတယ်။ ဒုက္ခဟာ ဒီလောက်နဲ့မပြီးသေးဘူး၊ စတုတ္ထဒုက္ခကျန်သေးတယ်။ အဲဒီ **စတုတ္ထ ဒုက္ခသည်သာလျှင် ဒုက္ခသစ္စာ** ထိုက်တယ်။ ကျန်တာတွေက ဒုက္ခသစ္စာရဲ့ ရှေ့ပြေးအပါအဝင်တွေ ဖြစ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

သခ်ၸိရဒုက္ခကိုသိမ့်လိုရင်းပဲ

တကယ်ဒုက္ခသစ္စာထိုက်တာက–သခ်ၸိရဒုက္ခ။

သခ်ၸိရဒုက္ခကျတော့ ဘုရားပွင့်မှ သိခွင့်ရတယ်။ ဘုရားမပွင့်ခင်မှာ ဘယ်သူမှမသိဘူး။

ဘာဖြစ်လို့မသိသလဲဆိုတော့– သခ်ၸိရဒုက္ခဟာ ဆင်ခြင်တုံတရားနဲ့ သိရတဲ့ဒုက္ခ မဟုတ်ဘူး။

သခ်ၸိရဒုက္ခလို့ခေါ်တဲ့ ရူပ်, နာမ်ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခဟာ ဆင်ခြင်တုံတရားနဲ့ တွေးပြီးတော့၊ ကြံစည်ပြီးတော့ သိအပ်တဲ့ တရားမျိုးမဟုတ်ဘူး။

လမ်းစဉ်အတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ပြီးတော့မှ ထိုးထွင်းပြီးတော့ သိရတဲ့ တရား။

ဒါကြောင့်မို့လို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားဟာ အတ္တကဝါဒရော–ကြံစည်ရုံနဲ့ရအပ်တဲ့ တရားမျိုးမဟုတ်ဘူး။

'ဖြစ်, ပျက်' မြင်တဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဆိုပါတော့။ အဲဒါကိုသူတော်ကောင်းတို့ အခု စိတ်ကူးပြီးတော့ 'ဖြစ်, ပျက်' မြင်ပြီဟော့–လို့ လုပ်ယူလို့မရဘူး။

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ဆိုတာ ရူပ်, နာမ်တွေ ချုပ်သွားတယ်လို့ စာအုပ်ထဲမှာ ပါတာပဲ၊ တရားတွေထဲမှာလည်း နာဖူးတာပဲ။ **ငါတို့ ရူပ်, နာမ် ချုပ်လိုက်မယ်ဟော့လို့ စိတ်ကူးပြီးတော့ ချုပ်ကြည့်လို့ ရပါ့မလား။**

မြတ်စွာဘုရားတရားတော်တွေဟာ စိတ်ကူးရုံနဲ့ မရဘူး။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒါကို ယောဂီတို့ အထူးသတိထားကြပါ။ ရွှေအတုတွေ ပေါ်လာရင် ရွှေအစစ်တွေ တဖြည်းဖြည်း မြေကြီးထဲမြုပ်သွားလိမ့်မယ်။

ရှင်မဟာကဿပမထေရ်ကြီးက မြတ်စွာဘုရားကို မေးလျှောက်ထားတာ ရှိပါတယ်။ ရှေးယခင်တုန်းက ရဟန်းတော်တွေကလည်း နည်းတယ်၊ ပညတ်ချက်တွေကလည်းနည်းတယ်၊ ဝိနည်းတွေကလည်း နည်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရဟန္တာတွေ အများကြီး ပေါ်ထွန်းတယ်။ နောက်ပိုင်း ရဟန်းတွေလည်းများလာတယ်၊ ပညတ်ချက်တွေကလည်း များလာတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရဟန္တာတွေနည်းသွားတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ပါလဲ ဘုရား–လို့ မေးတယ်။

တရားတုတွေ တဖြည်းဖြည်းပေါ်လာတယ်၊ တရားတုတွေ ပေါ်လာတော့ တရားအစစ်တွေမရကြတော့ဘူး။ ရွှေအစစ်နဲ့ရွှေအတု လိုပေါ့။ ရွှေအစစ်က တန်ဖိုးကြီးတော့ လူတိုင်းရဖို့ မလွယ်ဘူး။ ရွှေအတုက တန်ဖိုးနည်းပြီး ကြွားလို့ရတယ်။

တရားအစစ်ကလည်းပဲ – စွန့်လွှတ်ရတယ်၊ စွန့်စားရတယ်၊ သည်းညည်းခံရတယ်၊ အပင်ပန်းခံရတယ်၊ ကြိုးစားမှုရတယ်၊ အချောင်မရဘူး။

တရားတုကတော့ အချောင်ရပါတယ်။ အသာကလေး သိနေလိုက်ရင် ပြီးတာပဲဆိုရင် အဲဒါ တရားတုလို့ခေါ်တယ်။

သိနေရုံနဲ့ ဘယ်တော့မှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်မရဘူး။

သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးကို အစဉ်အတိုင်း ရှုမှတ်ပွားများမှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အခုနေအခါမှာ အသိကလေးကပ်ထားရုံနဲ့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရမယ်လို့ အောက်မေ့နေကြတယ်။ **အဲဒီလို အသိကလေး ကပ်ထား**တယ်ဆိုတာ ဆင်ခြင်တုံ့အဆင့်ပဲရှိတယ်။ ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အဆင့် မဟုတ်ဘူး။

ရှုမှတ်ပွားများပြီးရတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်တို့, ဘင်ဉာဏ်တို့, ဘယဉာဏ်တို့ဆိုတာ စိတ်ကူးယဉ်ပြီးရတဲ့ ဉာဏ်မျိုးမဟုတ်ဘူး။

ဉာဏ်စဉ်တွေမှာ မှတ်ကျောက်တွေရှိတယ်။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ရလို့ရှိရင်– ဝီတိ, ပဿဒ္ဓိတွေ ဖြစ်တယ်၊ သြဘာသတွေ ဖြစ်တယ်။ ထူးထူးခြားခြား လူသာမန်, နတ်သာမန်တွေ မသိနိုင်တဲ့ ချမ်းသာမှုမျိုးတွေ ခံစားရတယ်။

ဘင်ဉာဏ်ဆိုရင် – သမာဓိအားကောင်းတော့ အပျက်တွေ မြင်တယ်။

ပုဂတိမျက်စိလို့ခေါ်တဲ့ ဒီတဏှာမျက်စိက ဒါတွေကို ဘယ်လို လုပ် မြင်မလဲ။ လူဆိုရင် လူပဲမြင်မယ်။

သမာဓိနဲ့ယှဉ်လာတဲ့ 'ဉာဏ်မျက်စိ'က အပျက်တွေမြင်တယ်။

အဲဒါကြောင့် တရားတုတွေများလာလို့ရှိရင် တရားစစ်တွေက တဖြည်းဖြည်း ကွယ်သွားရလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ သဘာဝပဲ။ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားရဲ့သာသနာ ကွယ်ပြီးနောက်မှာမှ အရိမေတ္တေယျဘုရားရဲ့ သာသနာ ထွန်းကားရမှာ။ နောက်ပိုင်းမှာ သာသနာ တဖြည်းဖြည်း ကွယ်မှာပဲ။ နောက်ဆိုရင် သင်္ကန်းမဝတ်တော့ဘဲ လည်ပင်းမှာ သင်္ကန်းလေးချိတာ, လက်မှာသင်္ကန်းလေးချိတာလောက် ဖြစ်လာမှာ။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီအခါကျတော့ ဒီမင်္ဂလာတရား, ဖိုလ်တရားတွေ မရနိုင်တော့ဘူး။ နောက်ဆိုရင် သီ,ပြီးရောဆိုတဲ့ တရားတုတွေ လွှမ်းမိုးလိမ့်မယ်။ ဘာမှ အလုပ်မလုပ်ဘဲ အချောင်လိုချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လွှမ်းမိုးလာလိမ့်မယ်။

သီ,ပြီးရောဆိုရုံနဲ့ ဘယ်တော့မှ မပြီးဘူး။

ဥပမာ – ပုတီးစိပ်တယ် ဆိုပါတော့၊ ပုတီးကို သေသေချာချာ, ကျကျနန့်မစိပ်ဘဲ ပုတီးကလေးကိုင်ထားရုံနဲ့ ပုတီးရဲ့အကျိုးတွေ ရနိုင်ပါ့မလား။ ပုတီးကို အဖန်ဖန်အထပ်ထပ်စိပ်ပါမှ သူနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကျိုးတရားတွေရနိုင်တာ။ တစ်နေ့မှာ ပုတီးတစ်ပတ်ပြည့်အောင် တောင် မစိပ်ဘဲနဲ့ သူနဲ့ဆိုင်တဲ့ အကြားအမြင်ရတာတို့၊ သမထ အောင်တာတို့၊ သိဒ္ဓိပေါက်တာတို့ဆိုတဲ့ အကျိုးတွေမရနိုင်ဘူး။ သိရုံနဲ့ မရဘူး၊ ပျင်းတဲ့သူ မရဘူး၊ အချောင်သမား မရဘူး။

သမထလည်း အထင်မသေးပါနဲ့၊ သမထဆိုတာ ကြိုးစားမှ ရတာ။

ဝိပဿနာက သမထထက် အဖိုးတန်တယ်။ ဝိပဿနာဆိုတာ အထွတ်အထိပ်။ အချောင်သမား ဘယ်တော့မှ မရဘူး။ အချောင်လမ်းက လိုက်ရင် မင်္ဂဏ်, ဖိုလ်ဥဏ် ဘယ်တော့မှ မရဘူး။

အဲဒါကြောင့်မို့လို့ အတုတွေပေါ်လာပြီး အစစ်တွေ မြေကြီးထဲ ရောက်ကြရတော့မယ်။ ရွှေအတုတွေ ပေါ်လာတော့ ရွှေအစစ်က မြေကြီးထဲရောက်သွားရတယ်။ အစစ်က တန်ဖိုးကြီးတော့ မဝယ်နိုင်ဘူး။ အတုတွေက တန်ဖိုးနည်းနည်းပေးပြီးရတယ်။ အတုတွေက လူတကာကြားထဲမှာ ပြောင်ပြောင်ပြောင်ပြောင်နဲ့ ကြွားလို့ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါန, သီလ, ဘာဝနာမှာလည်းပဲ အတုတွေရှိတယ်၊ အစစ်တွေ ရှိတယ်။ ပကာသနတွေ မက်ပြီးတော့ ဘာမှဉာဏ်ပညာမပါရင် အတုထဲပါသွားလိမ့်မယ်။ ပကာသနက အဓိကမဟုတ်ဘူး။ **အဓိက, က တကယ့်ကို ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ဖို့အတွက် ဖြစ်ရမယ်။**

တရားနာတာကအစ ကုသိုလ်ရရုံကလေး မနာနဲ့။ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရအောင် ဘယ်လိုနည်းတွေနဲ့ လုပ်ရမလဲလို့ ဒုက္ခမှ လွတ်ကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းတွေရအောင် လေ့လာတဲ့အနေနဲ့ တရားနာရမယ်။

ဒါနပြုတာလည်း နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းပဲ။ ဒါနကို အထင် မသေးနဲ့။ **ဒါနကို ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီး လူလို့ရှိရင် မဂ္ဂသစ္စာထဲ ပါသွားတယ်။**

မဂ္ဂသစ္စာထဲဝင်သွားတော့ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာလည်း ကျေးဇူး ပြုတယ်၊ ဉာဏ်ပညာပါတဲ့အတွက် ကာမဂုဏ်လွန် ချမ်းသာကိုလည်း ကျေးဇူးပြုတယ်။

ကာမဂုဏ်လွန် ချမ်းသာဆိုတာ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေကနေ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်တွေရမယ်။ **ဒါနကလည်း နိဗ္ဗာန်ရောက် ကြောင်း အကျင့်ပဲ။**

ဒါနကို ဉာဏ်ယှဉ်ပြီးတော့ပြုရမယ်၊ ဒုက္ခသစ္စာကို မြင်အောင် နှလုံးသွင်းပြီးတော့ ပြုရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ လှူတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေ, သခါရတရားတွေ၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ တရားတွေ၊ အဲဒီလို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းရမယ်။

၃၁-ဘုံ ကျင်လည်ရရင် ဒုက္ခရောက်ကြရမယ့် ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ။ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် သံသရာကလွတ်မယ့် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် တရားတွေ မြန်မြန်ရပါစေ၊ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရရာ ရောက်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ အကျင့်ကောင်းတွေကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ပါစေလို့ ရည်ရွယ်ပြီး လှူမှုကောင်းတယ်။

ဝိပဿနာတရားတွေကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် အားထုတ်နိုင်မှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ကို မြန်မြန်ရမှာ။

များသောအားဖြင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်ထားတာ တစ်နေ့တော့ရမှာပဲဆိုပြီး ဝိပဿနာတရားတွေကို အားထုတ်နိုင်ပါ လျက်နဲ့ မလုပ်ဘူး၊ ကုသိုလ်တွေလုပ်ထားတာပဲဆိုပြီး ပေါ့နေတတ်တယ်။ ကိုယ် တကယ်ရနိုင်တာက အဖိုးတန်တဲ့ပတ္တမြားရ, ရမှာကို ကြေးပြားနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်သွားအုံးမယ်။

သူတော်ကောင်းတို့အနေနဲ့ သာသနာတော်ကြီးနဲ့ တွေ့ရတယ်ဆိုတာ အင်မတန် ရခဲတယ်။ နှစ်တွေ အသချေ်, အသချ်ာလောက် ကြာပြီးမှ သာသနာတော်ကြီးနဲ့ ကြုံရတာ။

သာသနာတွင်းမှာ လူဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်၊ သာသနာ ထွန်းကားရာ အရပ်မှာ နေရဖို့လည်း ခဲယဉ်းတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သာသနာ မထွန်းကားတဲ့နေရာတွေ အများကြီးပဲ၊ မြန်မာနိုင်ငံတွင်းမှာတောင် သာသနာမရောက်တဲ့နေရာတွေ ရှိသေးတယ်။

သစ္စာတရား ဟောကြားပေးမယ့် ဆရာသမားတွေနဲ့ တွေ့ရကြုံရဖို့ ခဲယဉ်းတယ်။ သစ္စာတရားကို နားထောင်နိုင်တဲ့ ဉာဏ်ပညာရှိဖို့လည်း ခဲယဉ်းတယ်။

မျက်စိ, နား, နှာ, လျှာ, ကိုယ်, စိတ်ဆိုတဲ့ အတွင်းအဖျတ္တိကတွေလည်း ပြည့်စုံကောင်းမွန်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်။

သူတော်ကောင်းတို့မှာ အဲဒီခဲယဉ်းတရားတွေ ရနေကြပြီဆိုတော့ အရာရာ အကုန်လုံး ပြည့်စုံနေကြပြီ။ အဲဒီလို ခဲယဉ်းတဲ့ တရားတွေ အစစအရာရာ ပြည့်စုံနေပါလျက်နဲ့ 'ဒါန'ကလေးလောက် ပြုပြီး ကျေနပ်နေကြမယ်ဆိုရင် ကိုယ်ရသင့်ရထိုက်တဲ့အခွင့်အရေးတွေ မဆုံးရှုံးသွားဘူးလား။

ဒါနလည်း မပယ်နဲ့၊ ဒါနလည်း ကြိုးစားပါ။
ဒါနပြုရင်ပြီးတာပဲ ဆိုပြီး သီလလည်း မပျက်နဲ့။
သီလစောင့်ရုံနဲ့ မပြီးသေးဘူး၊ ပုတီးလဲစိပ်။
သမထကိုလည်း အထင်မသေးနဲ့။

ဝိပဿနာကို ပါးစပ်နဲ့တင်ပြောပြီး တကယ်လက်တွေ့မလုပ်တဲ့ သူထက်စာရင် သမထလုပ်တဲ့သူက သာတယ်။ သမထလုပ်တော့ လောကမှာ ရှိကြတဲ့ ဘေးရန်အန္တရာယ် အနှောင့်အယှက်တွေကို ကာကွယ်နိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရဖို့အတွက် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရမယ်

လောကမှာ ... လူတွေက ဝိပဿနာတရားလို ကောင်းတာတွေတော့ မလိုက်စားချင်ကြဘူး၊ မကောင်းတာတွေကိုတော့ နည်းမျိုးစုံအောင် လိုက်စားချင်ကြတယ်။ ဘေးတွေ, ရန်တွေ, အန္တရာယ်တွေ ဖြစ်တဲ့အခါကျတော့ ကိုယ့်မှာ ပုတီးတောင်စိပ်မထားတော့ ကြုံတွေ့လာတဲ့ အန္တရာယ်ကို တွန်းလှန်နိုင်တဲ့ အင်အားမရှိဘူး။ အန္တရာယ်ကာကွယ်နိုင်တဲ့အစွမ်းမရှိတော့ သူတစ်ပါးက မကောင်းတာနဲ့လုပ်ရင် ခံရတော့တာပဲ။ ကိုယ်တင်မကဘူး၊ မိသားစုပါ အကုန်လုံး ဒုက္ခရောက်တတ်တယ်။ အဲဒီတော့ ပုတီးစိပ်ဖို့လည်း အရေးကြီးတယ်။

ပုတီးနဲ့တင်တော့ မပြီးသေးဘူး။ သူများမပြုစားနိုင်သော်လည်း မိမိရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ အိုပြီး, နာပြီး, သေအုံးမှာ။ ပုတီးဘယ်လောက်ပဲစိပ်စိပ်၊ ကုသိုလ်တွေ ဘယ်လောက်ပဲလုပ်လုပ် ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကတော့–အို, နာ, သေပဲ။ နောက်တစ်ခါ ခန္ဓာရရင်လည်း–အို, နာ, သေပဲ။

အို, နာ, သေကို မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ကမှ တားနိုင်တာ။

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရဖို့အတွက်ကျတော့ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရမယ်။

ပုတီးစိပ်နေရုံနဲ့ မပြီးဘူး၊ ပုတီးချည်းပဲစိပ်နေရင် နောက်တော့ မာနကြီးတတ်တယ်နော်။ မာနတွေကြီးပြီးတော့ မပြစ်မှားထိုက်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

သူတွေကို သွားပြီးပြစ်မှားမိတတ်တယ်။ မာန်, မာနတွေ ကြီးပြီး သူတစ်ပါးကို မတရားလုပ်မိမယ်ဆိုရင် ပြန်ပြီး အပါယ်ကျသွားနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒါနလည်း မပယ်နဲ့၊ သီလလည်း မပယ်နဲ့၊ ပုတီးစိပ်တဲ့သမထလည်း မပယ်နဲ့။ အကုန်လုံးပါအောင်လုပ်ရမှာပဲ။

ဝိပဿနာကိုတော့ ဦးစားပေးပြီး လုပ်ပါ။

သူတော်ကောင်းတို့ လမ်းသွားတဲ့အခါမှာ မျက်စိကလည်း မကြည့်ဘူးလား၊ ခြေထောက်ကလည်း မသွားရဘူးလား၊ ပြောစရာရှိရင် ပါးစပ်ကလည်း မပြောရဘူးလား၊ ဖယ်စရာရှိတော့ လက်ကလည်း မလုပ်ရဘူးလား။ အဲဒါမှ ကိုယ်သွားချင်တဲ့လမ်း ရောက်မှာ။

အဲဒီလိုပဲ၊ နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့အခါ ကုသိုလ်အကုန်ပါရတာပဲ။

မျက်စိက ဝိပဿနာနဲ့ တူတယ်။ ခြေတွေ, လက်တွေက ဒါန, သီလ, သမထနဲ့တူတယ်။ ခြေတွေ, လက်တွေလည်း ကောင်းမှ၊ မျက်စိကလည်း ကောင်းမှ ကိုယ်လိုရာကို သွားလို့ရမယ်။

လောကမှာ ကျင်လည်တဲ့အခါ ခြေတွေ, လက်တွေကောင်းနေရုံနဲ့ မပြီးဘူးနော်။ အခု ဒါနတွေ, သီလတွေ လုပ်နေတာပဲ၊ ဝိပဿနာက ဖြည်းဖြည်းပေါ့လို့ဆိုရင် အခွင့်အရေးက နှစ်ခါမရဘူး။ လောကီ အခွင့်အရေးတွေကို အမိကပြောနေတာမဟုတ်ဘူး၊ ဝိပဿနာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အခွင့်အရေးကို ပြောတာ။

ဝိပဿနာအားထုတ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အိုမယ့်ဘေး, နာမယ့်ဘေးတွေကို စောင့်မနေပါနဲ့။

http://www.dhammadownload.com

အိုတဲ့ဘေးကြီးရောက်လာမှ တရားအားထုတ်ရင် ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ် အားထုတ်တာနဲ့ တူနိုင်ပါ့မလား။ ရောဂါတွေက များနေပြီ၊ နေ့ဆေး, ညဆေး, သန်းခေါင်ဆေးတွေ အမြဲတမ်းသောက်နေရတော့ တရားအားထုတ်တာ ဖြောင့်ဖြောင့်အားမထုတ်နိုင်တော့ဘူး။

အိုဘေးကြီးက မဦးမီ တရားရအောင် ကြိုးစားကြပါ၊ သေဘေးကြီးက မဦးမီ တရားရအောင် ကြိုးစားကြပါ။

အိုလာပြီဆိုရင် နောက်ဆုတ်မနေပါနဲ့တော့၊ ပစ္စုပ္ပန်အချိန်ကိုပဲ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားဖို့ပဲလိုတယ်။

အိပ်ရာဖျာကပ် မဖြစ်ခင် မြန်မြန်ဆန်ဆန် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရအောင် ကြိုးစားကြ။

အိပ်ရာဖျာကပ်ဖြစ်တဲ့အခါကျတော့ ဆေးခွက်တွေက ဘေးပတ်လည်မှာ ဝိုင်းနေပြီ၊ ပိုက်တွေက နှာခေါင်းထဲ ထည့်ထားပြီ။ အဲဒီအချိန်ကျမှ တရားအားထုတ်လို့ လွယ်ပါ့တော့မလား။

ဒါနပြုရုံနဲ့ပေါ့သွားမှာစိုးလို့ပြောနေတာနော် သူတော်ကောင်းတို့။ ဒါကြောင့်မပေါ့ကြပါနဲ့၊ ပေါ့လို့ နောက်တစ်ခါလူပြန်ဖြစ်ရင်တောင် **တရားစစ်တရားမှန်တွေက ကုန်တော့မယ်။**

အခုနေအခါမှာ လူငယ်တွေက ကိလေသာလိုက်စားကြတာ များတယ်။ လူကြီးတွေလို တရားလိုက်စားတဲ့လူငယ်တွေက ခပ်နည်းနည်း။

အဲဒီလို ကိလေသာလိုက်စားနေတဲ့ ဗရုတ်သုတ်ခတွေရဲ့ ဗိုက်ထဲ ပြန်ရောက်ရင် တရားတွေ ဘာမှသိမှာမဟုတ်တော့ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

မိဘတွေကအစ ဗရုတ်သုတ်ခဖြစ်နေမှတော့ အဲဒီမိဘက မွေးလာမယ့်, ဘုစုခရုတွေကလည်း ဗရုတ်သုတ်ခတွေပဲဖြစ်လာမှာပဲ။ သူတို့ကမွေးတဲ့သားသမီးတွေက ဘယ်လိုလုပ်ပြီး တရားရနိုင်ပါတော့မလဲ။

ဒါကြောင့်မို့လို့ မြန်မြန်ဆန်ဆန် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရဖို့ အရေးကြီးတယ်။ ဒါန, သီလတွေလည်း လုပ်ကြပါ၊ အဲဒါတွေကိုလည်း မပယ်ပါနဲ့။ တရားတွေကို နာလည်းနာကြ၊ ကြိုးစားပြီးလည်း အားထုတ်ကြ။

ပဋ္ဌိစ္စသမုပ္ပါဒ် သင်တန်းတက်ပြီးတော့လည်း ရှုမှတ်ကြ၊ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးပေးတဲ့ နည်းတွေနဲ့လည်း ရှုမှတ်ကြ။ အကုန်လုံးသိအောင်လုပ်ပြီး ကြိုးစားအားထုတ်ရင် ပိုမကောင်းဘူးလား။ ကြိုးစားပွားများအားထုတ်ဖို့ပဲ အရေးကြီးတယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အများကြီး လုပ်ထားတာပဲဆိုပြီး ပေါ့သွားမှာစိုးလို့ ပြောနေရတာ။ ပေါ့ကြလို့လည်း အခုထက်ထိ ဒုက္ခရောက်နေကြရတာ မဟုတ်လား။ ဂဂ်ါဝါ၌ သဲစုမက ဘုရားတွေ အများကြီးပွင့်နေကြတယ်၊ တစ်ဆူနဲ့မှ ကျွတ်တန်းဝင်ဖို့မပါလာခဲ့ဘူး။ ဒါကြောင့် ... အခုထက်ထိ ဒုက္ခရောက်နေကြတာ။ အဲဒါ သံသရာအဆက်ဆက် ဝိပဿနာမလုပ်ဘဲ ရှောင်ခဲ့ကြလို့ပဲ။

ဒါကြောင့် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ပြောတယ်။ အခုလူတွေဟာ ဧတဒဂ်ရတယ် တဲ့။ ဘာဧတဒဂ်လည်းဆိုတော့– ဘုရား, တရား, သံဃာကို ရှောင်တဲ့နေရာမှာ နံပါတ်တစ်ပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုရင် ကြီဖန်ရှောင်ကြတယ်။ ဗီဒီယိုကျတော့ ရှောင်ရဲ့လား။ ဒါကြောင့် အခုပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရှောင်တဲ့နေရာမှာ ဧတဒဂ်ရတယ်။ အဲဒါကြောင့် အခုထက်ထိ ဘာမှ မရတာ။

တရားတွေကလည်း ပေါ့ပေါ့ဆဆလုပ်တာတွေ ထွန်းကားနေပြီး ကိုယ်ကလည်း ခပ်ပေါ့ပေါ့ဆိုတော့ ရေစုန်မျောမသွားဘူးလား။

ရေစုန်မျောပြီးတော့ သာသနာကြီးနဲ့ ကျော်သွားလိမ့်မယ်။ သစ္စာတရားလွန်သွားမှာ စိုးရိမ်ရတယ်နော် သူတော်ကောင်းတို့။

ဥပမာ – ရထားကြီးဘူတာဆိုက်သလို မြန်မြန်တက်ရင်တက်၊ မတက်ရင် ရထားကြီးထွက်သွားလိမ့်မယ်။ ရထားကြီးဆိုက်နေတုန်းမှာ မြန်မြန်မတက်ဘဲ ရထားကြီးလွန်သွားမှ ပြေးလိုက်လို့မရနိုင်တော့ဘူး။

သစ္စာတရားကလည်း ဒီလိုပဲ။ အခု သူတော်ကောင်းတို့ တရားအားထုတ်ဖို့အချိန်တွေ တန်နေကြပြီ။ တရားအားထုတ်ဖို့ အချိန်တွေ တန်နေသော်လည်းပဲ သူတော်ကောင်းတို့က တရားပွဲတွေ လျှောက်ပြီး နာနေကြတယ်။

တရားတွေပဲနာနေပြီး တရားကျတော့ အားမထုတ်ဘူးဆိုလို့ရှိရင် နောက်ကျတော့ ကျန်းမာရေးတွေ မကောင်းလို့ တရားအားထုတ်ဖို့ အခြေအနေမပေးတော့ဘူး။ လူမှုရေးတွေကလည်း အမျိုးမျိုး အခြေ အနေမပေးတော့ဘူးဆိုရင် ... ခုနက ရထားကြီးထွက်သွားသလို သစ္စာတရားတွေကလည်းပဲ လွန်ထွက်သွားရော။

http://www.dhammadownload.com

ရှုမှတ်ပါများတော့ 'သတိ'အားကောင်းတယ်၊ သတိအားကောင်းတော့ 'သမာဓိ'ကောင်းတယ်၊ သမာဓိကောင်းတော့ 'ပညာ'ရတယ်။

အဲဒီအစစ်အမှန်တရားတွေရှိနေတုန်းကို တရားစစ် တရားမှန်တွေရအောင် မြန်မြန်ကြိုးစားကြ။ နောက်ကျရင် အစစ်အမှန်တရားတွေ တဖြည်းဖြည်း ကွယ်လိမ့်မယ်။

ဘာဖြစ်လို့ကွယ်မှာလည်းဆိုတော့– အစစ်အမှန်တရားတွေရဖို့က ပင်ပန်းတယ်၊ အတုက မပင်ပန်းဘူး။

တရားအတုတွေက မှေးလိုက်သွားလို့ရတော့ မပင်ပန်းဘူး။ လူဆိုတာက မပင်ပန်းတာကို ပိုပြီး သဘောကျတာပဲ။

အလွယ်လိုက်တော့ အလွဲရောက်သွားတာပေါ့။

လမ်းစဉ်မှန်မှ နိဗ္ဗာန်ရောက်မယ်

ဒါန, သီလက လွဲစရာ သိမ်မရှိဘူး။ **ဝိပဿနာကျတော့ လွဲမှားတတ်တယ်။**

ဝိပဿနာမှာ– လမ်းစဉ်ရယ်၊ ပန်းတိုင်ရယ် ရှိတယ်။

ဒါဟာပညာသိက္ခာကိုချဲ့ပြီးပြောနေတာနော်။ **ပန်းတိုင်ကတော့ နိဗ္ဗာန်ကို ရည်ရွယ်ရတာပဲ။**

တိတ္ထိတွေလည်း နိဗ္ဗာန်ကိုရည်ရွယ်ပြီး တုံးခုံ, ဖယ်ခတ် လုပ်ကြတာပဲ။ တချို့ဆိုရင် သုံး, လေးရက်ကြာမှ ထမင်း တစ်ခါစားတာ။ ဘယ်လောက်အထိ ကျင့်သလဲဆိုရင် – ခွေးလိုကျင့်တယ်၊ နွားလိုကျင့်တယ်၊ လေးဘက်ထောက်သွားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

နိဗ္ဗာန်ကို ရည်ရွယ်ပြီးကျင့်ပေမယ့် လမ်းစဉ်မှားနေတော့ နိဗ္ဗာန်ကိုမရောက်ဘူး။ လမ်းလွဲကြီးတွေလိုက်တော့ နောက်ဆုံး အပါယ်ကျရတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုညဉ်းဆဲတဲ့အစွန်းတွေပေါ်ရောက်ပြီး ပင်လည်း ပင်ပန်းတယ်၊ အပါယ်လည်း ကျတယ်ဆိုတော့ မနာဘူးလား။ အတ္တကိလမထာနုယောဂ အစွန်း။

တချို့ကျပြန်တော့လည်း ကာမဂုဏ်တွေ အစွမ်းကုန် လိုက်စားပါတဲ့။ ကာမဂုဏ်တွေ လိုက်စားပါများလို့ရှိရင် ကြာတော့ဝသွားလိမ့်မယ်လို့ယူဆပြီး ကျင့်ကြတာလည်း ရှိတယ်။ ကာမဂုဏ်ဆိုတာ ဝတယ်လို့ရှိပါ့မလား။ အဲဒီလို ကာမဂုဏ်လိုက်စားတာလည်းအစွန်းပဲ။ ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ အစွန်း။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုနှိပ်စက်တဲ့ **အတ္တကိလမထာနုယောဂ** အစွန်းနဲ့၊ ကာမဂုဏ်ကို အစွမ်းကုန်ခံစားတဲ့ **ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ** အစွန်း ဆိုပြီး အစွန်းနှစ်ပါးနဲ့ကျင့်တာဟာ မြတ်စွာဘုရားမပွင့်ခင်ကတည်းက ရှိတယ်။ ဘုရားပွင့်ပြီးတော့လည်း အဲဒီအစွန်းနှစ်ပါး ရှိနေတာပဲ။

ဘုရားစကားနားထောင်တဲ့သူမှသာ အလယ်အလတ်လို့ခေါ်တဲ့ **မဇ္ဈိမပဋိပဒါ**လမ်းကိုရောက်တာ။

ဘုရားစကား နားမထောင်တဲ့သူတွေကတော့ ခုနစ်ရက်, ရှစ်ရက် အစာမစားဘဲ ရေသောက်ပြီးကျင့်လိုကျင့်၊ သဲဆွမ်းစားပြီး ကျင့်လို ကျင့်နဲ့ ရှုပ်နေတာပဲ။ အဲဒီလို ညဉ်းဆဲပြီး ကျင့်တဲ့သူတွေကလည်း တစ်မျိုး။

http://www.dhammadownload.com

သိ,ပြီးရောဆိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုညွှာပြီး နှပ်နေတဲ့သူတွေကလည်း တစ်မျိုး။

အဲဒီလိုဟိုဘက်အစွန်းရောက်လိုက်၊ ဒီဘက်အစွန်းရောက်လိုက်နဲ့ ဆိုတော့ အလယ်ရောက်ဖို့မလွယ်ဘူး။

အလယ်လမ်းဖြစ်တဲ့ မဇ္ဈိမပဋိပဒါဆိုတာ သိရုံနဲ့မရဘူး။

အသိကိုလည်း မပယ်ဘူး။ မြတ်စွာဘုရားတရားတော်ဆိုတာ ဉာတပရိညာလည်း လိုတယ်။ တရားတွေနာပါ၊ သင်တန်းတွေတက်ပါ။

ရုပ်တွေ, နာမ်တွေ၊ အာယတနဓာတ်တွေသိအောင် လေ့လာပါ။ သတိပဋ္ဌာန်နည်းတွေသိအောင် လေ့လာပါ။

အဲဒီလိုတွေသိပြီးတော့မှ လက်တွေ့ကျင့်သုံးရမယ်။ **စာတွေ့နဲ့ သိတာက ဉာတပရိညာအဆင့်ပဲ ရှိတယ်။**

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက–အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တဆိုတာ တရားနာဖူးတဲ့ သူတွေ အကုန်လုံးသိတယ်။ အဲဒီလိုသိရုံနဲ့ ရဟန္တာဖြစ်ပါ့မလား။

စာသိနဲ့ သိတာလောက်နဲ့တော့ ရဟန္တာအဖြစ်မရနိုင်ပါဘူး။ **စာသိနဲ့ တစ်မက်, တစ်ဖိုလ်တောင် မရဘူး။ ရဟန္တာကတော့ ဝေးရော။**

အဲဒီလို အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတရားတွေပဲလို့ စာသိလောက်နဲ့ ဆင်ခြင်နေပြီး မှိန်းနေလို့ မရဘူးနော်။

အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တကို ကိုယ်တွေ့သိအောင် ရှုမှတ်ပြီး အားထုတ်ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနည်းနဲ့-စိပ်နေအောင်မှတ်ရင် ခန္ဓာမှာ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ကို သိတယ်။

သိနိုင်လို့ပြောတာ၊ မသိနိုင်ဘဲနဲ့မပြောဘူး။ ကျိန်းသေ သိနိုင်လို့၊ ကျိန်းသေတဲ့ တရားပြောတာ။ ယောင်တောင်ပေါင်တောင် တရား မဟုတ်ဘူး။ ပေါ့ပေါ့ဆဆတရား မဟုတ်ဘူး။

တကယ်ကြိုးစားပြီး၊ တကယ်မှတ်ရင်၊ တကယ် အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတရားတွေသိတယ်။ ရုပ်, နာမ်ချုပ်တဲ့နေရာကို တကယ် ရောက်တယ်။

ဘာဖြစ်လို့ ဒါတွေပြောရသလဲဆိုတော့ ဘယ်သူ့ကိုမှ တိုက်ခိုက်ချင်လို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူးနော်။ **သတ္တဝါတွေဟာ သဒ္ဓါတရား ရှိပါ လျက်သားနဲ့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့လွဲနေကြတာတွေ များတယ်။** သဒ္ဓါမရှိလို့လွဲတဲ့သူကတော့ သူ့ဟာသူလွဲပေါ့ဗျာ၊ ဘယ်လောက်လွဲလွဲ မတတ်နိုင်ဘူး။

တချို့က ဘုရား, တရား, သံဃာကို ယုံကြည်တယ်၊ ကာမဂုဏ်တွေ စွန့်ပြီးတော့ ဥပုသ်တွေလည်း ရက်ရှည်စောင့်တယ်၊ တရားစခန်းတွေလည်း လနဲ့, နှစ်နဲ့ချီပြီးဝင်ကြတယ်။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မေးကြည့်တော့ ကျကျနန ဘာမှမရဘူး။

ကိုယ်သင်တန်းတက်လို့ရထားတဲ့ စကားလုံးတွေ လျှောက်ပြောနေတယ်။ စကားလုံးတွေ လျှောက်ပြောတာလောက်တော့ စာအုပ်ဖတ်ပြီးပြောရင် ရတာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်တွေ့သိဖို့ဆိုတာ နည်းမှန်လမ်းမှန်ကျင့်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။

အခု ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ နည်းလမ်းတွေပြနေတယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် ရွှေတောင်ကုန်းဆရာတော်တို့၊ သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်တို့၊ ဒီဆရာတော်တွေထံမှာ နည်းနာခံပြီး တကယ်ကြိုးစားရင် တကယ်ရပါတယ်။

အဲဒါကြောင့် အလွယ်မလိုက်ပါနဲ့။ အလွယ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ ရသင့်ရထိုက်ပါလျက်သားနဲ့ လွဲရတာ အလွန်နာတယ်။

သဒ္ဓါတရားလည်း ရှိတယ်၊ ဒါနတွေလည်း ပြုတယ်၊ သီလတွေလည်း စောင့်တယ်၊ သမထတွေလည်း လုပ်တယ်၊ ဝိပဿနာသင်တန်းတွေ တက်တယ်။ တချို့ဆိုရင် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်သင်တန်းတောင် တက်တယ်။

ကိုယ်တွေ့ကျတော့ ဘာမှမရဘူး။

ကိုယ်တွေ့ကျတော့ ဘယ်ရမလဲ၊ နည်းလမ်းတွေက လွဲနေတာ မဟုတ်လား။ ကိုယ် ကျက်မှတ်ပြီး တတ်ထားတာတွေကို ကိုယ်တွေ့ ရထားတယ် အောက်မေ့နေတာ။ အဲဒါ အင့ားဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။

စာအုပ်ဖတ်လို့သိတာ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်မဟုတ်ဘူး၊ အင့ားဉာဏ်။ ဘုရား, ရဟန္တာတွေသိတဲ့ဉာဏ်ကိုဖတ်ပြီးတော့ ကိုယ်ကတဆင့်သိတာ၊ ကိုယ့်ဉာဏ်မဟုတ်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ရူပ် ၂၈-ပါးတို့၊ နာမ် ၅၃-ပါးတို့ဆိုတာ ဘုရားဟောထားတာ။ ကိုယ်တိုင်သိတာမဟုတ်ဘူး။ ဘုရားဟောတဲ့ဟာကိုဖတ်ပြီး သိရတာ။

အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ... ကိုယ်တိုင်သိအောင် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနည်းနဲ့ ရှုမှတ်ကြည့်ပါ။ ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ရှုမှတ်ပါ။ အဲဒါဆိုလို့ရှိရင် **အနီစွတွေလည်း မြင်လိမ့်မယ်၊ ဒုက္ခတွေလည်းမြင်လိမ့်မယ်၊ အနတ္တတွေလည်း မြင်လိမ့်မယ်။ သံသရာကြီးကို ငြီးငွေ့တဲ့စိတ်တွေလည်း ပေါ်လိမ့်မယ်။**

ငြီးငွေ့တဲ့ စိတ်တွေကနေ ရူပ်, နာမ်ချုပ်တဲ့အထိကို ရောက်သွားလိမ့်မယ်။ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ဆိုတာ ဒီလိုပါလားလို့ ကိုယ်တိုင်သိလာမယ်။ ဖလသမာပတ်လည်း ဝင်စားလို့ရနိုင်မယ်။

အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ... သဒ္ဓါတရားရှိတဲ့ သူတော်ကောင်းများ ဉာဏ်ပညာနဲ့ တကယ်သိပြီး လမ်းမှန်ကိုရောက်ကြဖို့ အခုနေအခါ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေ သက်တော်ထင်ရှားရှိတုန်း ကြိုးစားအားထုတ်ကြစေချင်တယ်။ ဒီဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေ ပျံ့လွန်တော်မူသွားရင် အစားထိုးဖို့မလွယ်ဘူး။ အစားထိုးနိုင်ဖို့ဆိုတာ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှာလို့ကိုမတွေ့ဘူး။ ဒီဆရာတော်ကြီးတွေနေရာမှာ ဘယ်သူနဲ့မှ အစားထိုးလို့ မရဘူး။

အဲဒီလို တကယ်အစစ်အမှန်တရားတွေကို ပြနေတဲ့ ရွှေတောင်ကုန်း ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၊ ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၊ သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၊ ပျဉ်းမနားဆရာတော်ဘုရားတို့၊

http://www.dhammadownload.com

မဟာစည် ရိပ်သာကြီးမှာရှိတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားတွေ နေရာမှာ ဘယ်သူမှ အစားထိုးလို့မရဘူး။ ဘာတွေ ဘယ်လောက်တတ်တတ်၊ ဒီဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေကို မမီဘူး။ အဲဒီလို အစစ်အမှန် ဆရာတော်ကြီးတွေရှိတုန်း မြန်မြန်ကြိုးစားရင် မကောင်းဘူးလား။

အဲဒါပညာပဲ။ မိတ်ဆွေသုံးဦးကို ပြောနေတာနော်။

ဒီပညာတွေနဲ့ **ဆင်ခြင်သင့်တဲ့နေရာမှာ ဆင်ခြင်ပါ၊ တကယ်ရှုမှတ်သင့်တဲ့နေရာမှာ တကယ်ရှုမှတ်ပါ။**

လုပ်ငန်းတွေလုပ်ကိုင်နေတဲ့အခါမျိုးကျတော့ ဆင်ခြင်ရတယ်။ ရှုမှတ်လို့မရဘူး။ အဲဒီလို သွားလိုက်လာလိုက်နဲ့ ဝေယျာဝစ္စတွေ လုပ်နေတဲ့အခါမျိုးမှာ – အိုရအုံးမယ်, သေရအုံးမယ်, အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တလို့ဆင်ခြင်ပါ။

အေးအေးဆေးဆေးထိုင်တဲ့အခါကျတော့ **ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုမှတ်ပါ။**

တရားထိုင်တဲ့အခါမှာ အတိတ်တို့, အနာဂတ်တို့ကို **မဆင်ခြင်ပါနဲ့**။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာ ပေါ်လာတဲ့ ဖောင်းရင်-ဖောင်းတယ်, ပိန်ရင်–ပိန်တယ်ရှုမှတ်ပါ။ နာတာ, ကျဉ်တာ, ကိုက်တာ, ခဲတာကို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုမှတ်ပါ။

ဆင်ခြင်တာကလည်း ရှုမှတ်တာကို အားပေးတယ်။ ရှုမှတ်တာ တွေကလည်း ဆင်ခြင်မှုပြုတဲ့အခါမှာ ပိုပြီး ထိရောက်စေတယ်။ ဒီနှစ်မျိုးက အပြန်အလှန်ကျေးဇူးပြုတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလို သံသရာရဲ့ဘေးကို မြင်လာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သီလ စောင့်ချင်တဲ့စိတ်တွေ ပိုပေါ်လာတယ်။ တရားအားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သံသရာရဲ့ဘေးကို ဉာဏ်နဲ့မြင်တယ်။

တန်ခိုးအဘိညာဉ်တွေရပြီး ငရဲတို့ပြိတ္တာတို့ကို သမထတန်ခိုးနဲ့ မြင်တာမဟုတ်ဘူးနော်။ ရုပ်, နာမ်ဖြစ်ပျက်တွေကို ဉာဏ်နဲ့မြင်လာရတဲ့ အခါကျတော့ လူ့ဘုံလူ့လောကသုဂတိမှာ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်နေရ သော်လည်းပဲ တစ်ချိန်လုံး ပျက်နေပါလားလို့ မြင်လာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လူ့ဘဝမှာတောင် မဖြစ်နိုင်ကြတဲ့ ငရဲ, တိရစ္ဆာန်, ပြိတ္တာတွေဟာ အလွန် အင်မတန်မှကို ဆင်းရဲတော့မယ် ဆိုတာကို ခန့်မှန်းလို့ရတယ်။

သီလကိုမှီပြီးတော့မှ သတိပဋ္ဌာန်ပွားရမှာ

ခန္ဓာဒုက္ခနဲ့ သံသရာဒုက္ခတွေ မြင်လာတဲ့အခါ သီလကို ခါးဝတ် ပုဆိုးကဲ့သို့ စောင့်ချင်လာတယ်။ စောင့်နိုင်အောင်လည်းကြိုးစားတယ်။ သူများပြောမှာစိုးလို့၊ သူများကဲ့ရဲ့မှာစိုးလို့ ဟန်ဆောင်စောင့်ရတဲ့ သီလမျိုး မဟုတ်တော့ဘူး။ **ဉာဏ်ပညာနဲ့စောင့်တဲ့သီလမျိုး ဖြစ်သွားတယ်။**

ရုပ်, နာမ် ဖြစ်ပျက်တွေ၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတွေ ကျကျနန မြင်လာပြီဆိုတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ သံသရာရဲ့ဘေးတွေ, ရန်တွေ, အန္တရာယ်တွေကိုမြင်လာတယ်။ လူတကာသိသိ, မသိသိ သူတစ်ပါး အသက်သတ်ခြင်းမှ ရှောင်တယ်၊ သူ့ဥစ္စာခိုးခြင်းမှ ရှောင်တယ်၊

http://www.dhammadownload.com

သူတစ်ပါးသားမယား ပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်တယ်၊ လိမ်ညာပြောခြင်းမှ ရှောင်တယ်၊ အရက်သေစာသောက်စားခြင်းမှ ရှောင်တယ်။

အဲဒီလို ရှောင်ကြဉ်မှုတွေဟာ – **သီလလည်း ဖြစ်တယ်၊ ဒါနလည်း ဖြစ်တယ်။**

ဉာဏ်ပညာအမြော်အမြင်ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုရင် အဲဒါတွေကို စောင့်ထိန်းတာပဲ။ သီလကိုမှီပြီးတော့မှ ဝိပဿနာသတိပဋ္ဌာန်တရားတွေ ပွားရမှာ။

သီလနဲ့ပညာဟာ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုတယ်။ သီလကလည်း ပညာကို ကျေးဇူးပြုတယ်၊ ပညာကလည်း သီလကို ပိုပြီးစင်ကြယ်စေတယ်။ ဘယ်လက်နဲ့ညာလက်လိုပဲ။ ဝိပဿနာအားထုတ်တာပဲ သီလကို ဂရုစိုက်စရာမလိုဘူးဆိုရင် အမှားနော်။

သီလကိုဂရုစိုက်ရမယ် ဆိုပေမယ့်လည်း အတိတ်တုန်းက ပျက်ခဲ့တဲ့ သီလကို ပြန်ပြီး ကုက္ကုစ္စဖြစ်နေရင် အမှားနော်။ **ကုက္ကုစ္စဖြစ်လာရင် ပယ်ရှားပစ်လိုက်ပါ။**

သတိရရင်–သတိရတယ်၊ ပူပန်ရင်–ပူပန်တယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပစ်ရမှာ။

ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် အဝိဇ္ဇာမကင်းသေးရင် အမှားမကင်းသေးဘူး။ ရဟန္တာမှ မဖြစ်သေးတာဘဲ၊ မှားတဲ့အခါ မှားခဲ့မှာပဲ။ ဟိုတုန်းက သတ်ခဲ့တာတွေ၊ ခိုးခဲ့တာတွေတော့ ရှိမှာပဲ။

အဲဒီလို ဟိုတုန်းက မှားခဲ့တာကို အခုပြန်ပြီး ကုက္ကုစ္စဖြစ်မနေနဲ့၊ ပူလောင်မနေနဲ့၊ ပူပန်မနေနဲ့။ အခုကောင်းအောင်သာကြိုးစားလိုက်။

http://www.dhammadownload.com

သီလမစင်ကြယ်ရင် သမာဓိမရဘူး၊ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်မရဘူး ဆိုပေမယ့် ဟိုအရင်အချိန်တုန်းကဟာတွေကို ပြန်စဉ်းစားရင် သီလက ဘယ်လိုလုပ် စင်ကြယ်မလဲ။ အဲဒီလိုသာဆိုရင် အကုန်လုံး ငရဲကျဖို့ပဲ ရှိတော့တယ်။

ဟိုအရင်တုန်းက သီလမစင်ကြယ်တာတွေကို ထားလိုက်တော့။ **အခုဝိပဿနာတရားအားထုတ်တော့မယ်ဆိုရင် အခုအချိန်ကစပြီး** **သီလစင်ကြယ်အောင်ကြိုးစားပါ။** အတိတ်တုန်းက မှားခဲ့တာတွေကို ခန္ဓာနဲ့တော့ ပြန်ဆပ်ရမှာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားတောင် အတိတ်က ဝဋ်ကြွေးတွေ ဆပ်ရသေးတာပဲ။ ဝဋ်ကြွေးတွေ ဆပ်ချင်လည်း ဆပ်ရ ပါစေ။ ဒီဘဝမှာ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရသွားရင် အပါယ်တော့မကျ တော့ဘူး။

ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်လည်း အတိတ်ဝဋ်ကြွေးတွေ ဆပ်သွားရ တာပဲ။

ပညာအားကောင်းလာရင် သီလစောင့်ချင်တဲ့စိတ်တွေ တဖွားဖွား ပေါ်လာတယ်။ ဉာဏ်ပညာဦးဆောင်တယ်။ တရားများများနာပြီး၊ တရားများများအားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သီလ အလိုလိုလုံသွားတယ်။ အသီးတစ်ရာ အညာတစ်ခုပဲ။

ဉာဏ်ပညာရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သီလစောင့်ချင်တယ်။ ပညာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သမာဓိလည်းပွားချင်တယ်။ ဉာဏ်ပညာကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဝိပဿနာလည်းပွားတယ်။ မပွားဘဲကို မနေနိုင်ဘူး။

အားကိုးရာဟာ **သီလ, သမာဓိ, ပညာ**ပဲရှိတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ရှေးယခင်ပုဂ္ဂိုလ်တွေမြင်တာက– အိုဒုက္ခ, နာဒုက္ခ, သေဒုက္ခ၊ ချစ်ရတဲ့သူတွေနဲ့ ကွေကွင်းရတဲ့ ဒုက္ခ၊ မချစ်မနှစ်သက်တဲ့ သူတွေနဲ့ ပေါင်းသင်းရတဲ့ ဒုက္ခ၊ ရတာမလို, လိုတာမရတဲ့ ဒုက္ခ။ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဒုက္ခ, ကံကြမ္မာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဒုက္ခ။

အဲဒီဒုက္ခတွေကို မြင်တဲ့အခါကျတော့ ... ပထမ ကိုယ်တိုင် လွတ်မြောက်အောင်ကြိုးစားကြည့်တယ်။ နည်းလမ်းမှမသိဘဲ ဘယ်ရမလဲ။ မရတဲ့အခါကျတော့ ပြင်ပကို အားကိုးကြတယ်။

မမြင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ, နတ်တွေကို အားကိုးကြတယ်။ ရှေးယခင်က လူတွေသိကြတာက အိုဒုက္ခ, နာဒုက္ခ, သေဒုက္ခလောက်ပဲ သိတာ။ အဲဒီတော့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ, နတ်တွေကို အားကိုးကြတယ်။

မြတ်စွာဘုရားပွင့်တော့မှ သိလာရတာက–**သခ်ါရဒုက္ခ**။

သခ်ါရဒုက္ခကိုသိဖို့ဆိုတာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို အားကိုးလို့မရဘူး။ **အတ္တာဟိအတ္တနော နာထော**– ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားရမယ်။

ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားမှရတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်း မေတ္တာပို့၊ အမျှဝေရတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုတော့ မလေးမစားမလုပ်ရဘူး။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအားကိုးရမယ်ဆိုတာ– **ကိုယ့်ရဲ့သဒ္ဓါတွေ, ဝီရိယတွေ, သတိတွေ, သမာဓိတွေ, ပညာတွေကို အားကိုးဖို့ပြောတာ**။

အားကိုးရမှာက ... ကိုယ့်ရင်ထဲက သဒ္ဓါ၊ သဒ္ဓါကြောင့် သူတော်ကောင်းတို့ လူကြီးတန်းကြတာ။

သဒ္ဓါတို့, ဝီရိယတို့, သတိတို့, သမာဓိတို့, ပညာတို့– ဗိုလ်ငါးပါး၊ ဣန္ဒြေငါးပါး၊ ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇–ပါး။ အဲဒီတရားတွေ

http://www.dhammadownload.com

အားကိုးရမှာ။ အဲဒီတရားတွေကမှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရကြောင်း တရားတွေ။

ကိုယ့်သမာဓိ, ကိုယ့်ပညာကို အားကိုးရမှာ။

တရားအားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်မြင်လာတယ်။ အဲဒီအခါကျတော့ သီလဟာ မိတ်ဆွေပဲ၊ သီလပျက်တာဟာ ရန်သူပဲလို့ သဘောပေါက်လာတယ်။

သီလပျက်ရင် အပါယ်ကျမယ်။ ဖြစ်လေရာဘဝမှာ ဘေးရန်များမယ်လို့ သီလာပြီး သီလကို ပိုပြီးစောင့်ရှောက်လာတယ်။

သမာဓိကို မိတ်ဆွေမှန်း မြင်လာတယ်။

သမာဓိရှိမှ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိတာ၊ သမာဓိမရှိရင် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ မသိနိုင်ဘူး။ အဲဒီတော့ ပညာရှိတဲ့သူဟာ သမာဓိကိုလည်း လက်မလွတ်ဘူး။ သမာဓိအားကောင်းအောင် သမထပွားတာတွေလည်း လုပ်ပေးရမယ်။

ဝိပဿနာပညာကတော့ အကြီးဆုံးမိတ်ဆွေပဲ။

ဝိပဿနာပညာပွားမှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရမှာ။ သီလ, သမာဓိ လောက်နဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မရဘူးနော်။

ဝိပဿနာ ပွားရမယ်လို့ သိတဲ့အခါကျတော့ ... ဝိပဿနာ သင်တန်းတွေ တက်တယ်၊ ဝိပဿနာတရားလည်း ရသလောက် ကြိုးစားပြီး အားထုတ်တယ်။

ထိုင်မှတ်တာတစ်ခုတည်း မဟုတ်ဘူး။ ရပ်ပြီး မှတ်မှတ်၊ စင်္ကြံလျှောက်ပြီး မှတ်မှတ်။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ရတဲ့အချိန်မှာ ရသလို

http://www.dhammadownload.com

မှတ်တယ်။ အဲဒီလိုရှုမှတ်မှ ဉာဏ်ပညာတွေ အဆင့်ဆင့် တိုးလာတာ။ သီလလည်း ပိုလုံလာတယ်။ သမာဓိလည်း ပိုအားကောင်းလာတယ်။

အဲဒီလို မိတ်ဆွေသုံးဦးညီညွတ်မယ်ဆိုရင် ကိလေသာလူဆိုးကြီး လက်က လွတ်မယ်။ ဒါကတော့ သီလ, သမာဓိ, ပညာကို အကြမ်းစားပြောတာ။

မိတ်ဆွေသုံးဦးညီညွတ် ဘားရန်လွတ်

ကုရုဂံမိဂဇာတ်ကိုသွားရအောင်–

မြတ်စွာဘုရား ရာဇဂြိုဟ်မြို့၊ ဝေဠုဝန်ကျောင်းမှာ သီတင်းသုံးစဉ် အခါမှာ ဒေဝဒတ်က မြတ်စွာဘုရားကို အမျိုးမျိုးသေကြောင်းကြံတယ်။

မြားတွေနဲ့ပစ်ခိုင်းတာတို့၊ ဆင်ကြီးကို အရက်မူးအောင်တိုက်ပြီး နင်းခိုင်းတာတို့၊ ကျောက်တုံးကြီးနဲ့လှိမ့်ချတာတို့ အမျိုးမျိုးလုပ်တယ်။ သို့သော်လည်းပဲ သူလုပ်တာ ဘာမှမရဘူး။ အဲဒီအခါ မြတ်စွာဘုရားက အခုမှလုပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဟိုးတုန်းကလည်း လုပ်ဖူးတာပဲဆိုပြီး ဒေဝဒတ်ကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ကုရုဂံမိဂဇာတ်ကို ပြန်ပြီးတော့ ဟောကြားတယ်။

အတိတ်တုန်းက ဗာရာဏသီပြည်မှာ ဗြဟ္မဒတ်မင်း စိုးစံစဉ် မြတ်စွာဘုရားက ကုရုဂံသမင်ဖြစ်ခဲ့တယ်။ သူနဲ့ မိတ်ဆွေနှစ်ယောက်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်တဲ့ ခေါက်ရှာဌက်နဲ့လိပ်ကြီးလည်းရှိကြတယ်။ သူတို့မိတ်ဆွေသုံးဦး ဟာ မကြာခဏတွေ့ဆုံကြပြီး ချစ်ချစ်ခင်ခင်နေကြတယ်။

တစ်နေ့ကျတော့ သမင်က အစာရှာသွားရင်း ကျော့ကွင်းမှာ မိသွားတယ်။ ရှန်းကန်ရင်းနဲ့ တဖြည်းဖြည်းအသားတွေပြတ်ထွက်ပြီး ကျော့ကွင်းက လွတ်အောင် ရှန်းလို့မရတော့တဲ့အတွက် သမင်က အော်တယ်။

ခေါက်ရှာဌက်က ကြားတော့ ... ဒီအော်သံဟာ ငါတို့မိတ်ဆွေ သမင်ရဲ့ အော်သံပဲဆိုပြီး မိတ်ဆွေခေါက်ရှာဌက်က သမင်ရှိတဲ့နေရာကို လိပ်ကြီးပါခေါ်ပြီးလာကြတယ်။ အဲဒီအခါကျတော့ သမင်ကျော့ကွင်း မှာ မိနေတာကို တွေ့ကြတယ်။ ဒီအတိုင်းဆိုရင် တော်တော်ကြာ မုဆိုး လာတဲ့အခါ ငါတို့မိတ်ဆွေသမင်တော့သေတော့မှာပဲ၊ ဘယ်လိုလုပ်ရင် ကောင်းပါလိမ့်မလဲလို့ စဉ်းစားပြီး ခေါက်ရှာဌက်က အကြံပေးတယ်။

အဆွေလိပ်မှာ သွားရှိတယ်၊ သွားရှိတော့ အဆွေလိပ်က ဒီကြိုး တွေကို ကိုက်ပါ။ ကျွန်ုပ်က မုဆိုးမလာနိုင်အောင် မုဆိုးလာမယ့်လမ်းက စောင့်မယ်။ မုဆိုးချက်ချင်း ရောက်မလာနိုင်အောင် ကျွန်ုပ်က တားပေး မယ်။

အဲဒါနဲ့ လိပ်ကြီးက သားရေကြိုးကိုကိုက်တယ်။ ကျော့ကွင်းရဲ့ သားရေကြိုးက သုံးလွန်းတင်ဆိုတော့ လိပ်ကြီးဟာ တော်တော်ကြီးကို ကိုက်ရတယ်။ ခေါက်ရှာဌက်က မုဆိုးလာမယ့်လမ်းရဲ့ သစ်ပင်ပေါ်က နေ စောင့်နေတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဝေလီဝေလင်းမှာ မုဆိုးက လှံကြီးထမ်းပြီး ထလာတယ်။ ခေါက်ရှာဌက်က မုဆိုးရဲ့မျက်နှာကို အတောင်နဲ့ပိတ်ရိုက်လိုက်တော့ မုဆိုးက နိမိတ်မကောင်းဘူးဆိုပြီး အိမ်ကို လှည့်ပြန်သွားတယ်။

မုဆိုးက သူများကိုတော့ သတ်ဖို့လုပ်တယ်။ သူ့ကျတော့ နိမိတ်မကောင်းဘူးဆိုပြီး သေမှာကြောက်လို့ပြန်အိပ်တယ်။ နောက်တစ်ခါ ထထွက်အလာမှာ ခေါက်ရှာဌက်က မျက်နှာကို ရိုက်လိုက်ပြန်တော့ နိမိတ်မကောင်းဘူးဆိုပြီး ပြန်အိပ်ပြန်တယ်။ ဒီလိုတားထားမှ ဟိုမှာ ကြိုးကိုကိုက်ဖြတ်ဖို့ အချိန်ရမှာ မဟုတ်လား။

မိုးလင်းတော့မှ မုဆိုးက နောက်ထပ်ထွက်လာတယ်။ မိုးလင်းသွားပြီ ဆိုတော့ ခေါက်ရှာဌက်က တောထဲကို ပြန်ပြီးဝင်သွားတယ်။ သမင်ကျော့ကွင်းမိထားတဲ့နေရာရောက်တော့ ... မုဆိုးလာနေတဲ့ အကြောင်းပြောပြီး လိပ်ကိုမြန်မြန်ကိုက်ခိုင်းတယ်။ သားရေကြိုးက ခိုင်တော့ လိပ်ကြိုးမှာ သွားတွေတောင် ကျွတ်ထွက်မတတ် ကိုက်ရတယ်။

မုဆိုးနီးလာတဲ့အခါကျတော့ ကြိုးက တစ်လွန်းပဲ ကျန်တော့တယ်။ တစ်လွန်းတည်းဆိုတော့ သမင်က ရုန်းထွက်လိုက်တာ ကြိုးပြတ်သွားတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သမင်က လွတ်သွားပြီး လိပ်က မပြေးနိုင်တော့ဘူး။ လိပ်ကမောပြီး မပြေးနိုင်တဲ့အခါကျတော့ သမင်မရလည်း လိပ်တော့ရတာပေါ့ဆိုပြီး လိပ်ကို လွယ်အိတ်ထဲ ဖမ်းထည့်သွားပြီး သစ်ပင်မှာ ချိတ်ထားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သမင်ကနောက်ကိုပြန်လှည့်ကြည့်တော့ မုဆိုးက သူ့သူငယ်ချင်း လိပ်ကြီးကို လွယ်အိတ်နဲ့ထည့်ထားတာကိုတွေ့တယ်။ အဲဒီအခါမှာ သမင်က လိပ်ကိုပြန်ကယ်အုံးမှပဲဆိုပြီးတော့ မပြေးနိုင်တဲ့ ပုံစံမျိုးနဲ့ မုဆိုးမြင်အောင် ထော့နဲ့, ထော့နဲ့ သွားပြတယ်။

အဲဒါကို မုဆိုးမြင်သွားတော့ ... သမင်က မပြေးနိုင်တော့ဘူး၊ လိုက်မှပဲဆိုပြီး သမင်နောက်ကို လိုက်တယ်။ သမင်က မုဆိုးကို အဝေးကြီးမျှားခေါ်သွားပြီးမှ ပြန်ပြေးလာပြီး၊ သူ့သူငယ်ချင်းလိပ် ထည့်ထားတဲ့ လွယ်အိတ်ကို ဦးချိုနဲ့ချိတ်ပြီးတော့ လိပ်ကြီးကို ရေအိုင်ထဲ ထည့်ပေးလိုက်တယ်။

ခေါက်ရှာဌက်ရယ်, လိပ်ရယ်, သမင်ရယ် သူငယ်ချင်းသုံးယောက် ညီညီညွတ်ညွတ်နဲ့ ဆောင်ရွက်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ မုဆိုးလက်က လွတ်သွားတယ်။

အဲဒီဇာတ်ကို ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ... မုဆိုးက ဒေဝဒတ် အလောင်း၊ လိပ်ကြီးက ရှင်မဟာမောဂ္ဂလန်အလောင်း၊ ခေါက်ရှာ ဌက်က ရှင်သာရိပုတ္တရာအလောင်း၊ သမင်ကတော့ မြတ်စွာဘုရား အလောင်း။

ဇာတ်လမ်းကတော့ ဒါပါပဲ။

www.myaseintaung.net

http://www.dhammadownload.com

သီလ, သမာဓိ, ပညာဆိုတဲ့ မိတ်ဆွေသုံးဦး

ဇာတ်တော်ထဲက လာတဲ့အတိုင်း 'မိတ်ဆွေသုံးဦး' ညီညွတ်တဲ့ အခါမှာ မုဆိုးရန်က လွတ်ရသလို၊ ဒို့သူငါတွေလည်းပဲ သေမင်းရဲ့ ဘေး, ကိလေသာတွေ့ရဲ့ဘေးမှ လွတ်အောင် 'မိတ်ဆွေသုံးဦး' ညီညွတ်ရမယ်။

'မိတ်ဆွေသုံးဦး' ဆိုတာကတော့– **သီလရယ်, သမာဓိရယ်, ပညာရယ်**။

အဲဒီ သီလ, သမာဓိ, ပညာဟာ ဝိပဿနာရှုမှတ်ပွားများတဲ့အခါ အကုန်လုံးပါတယ်။

ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်ပဲမှတ်မှတ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ်ပဲ မှတ်မှတ်၊ နာတာ, ကျဉ်တာတွေပဲမှတ်မှတ်၊ မြင်တာ, ကြားတာတွေပဲ မှတ်မှတ်၊ အဲဒီလို မှတ်တိုင်း, မှတ်တိုင်း မှတ်ချက်တစ်ခုစီမှာ– **သီလလည်းပါတယ်, သမာဓိလည်းပါတယ်, ပညာလည်းပါတယ်**။

သတိပဋ္ဌာန်တရား ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အခါမှာ သီလ, သမာဓိ, ပညာ ပါပုံတွေကို သူတော်ကောင်းတို့ လေ့လာချင်တယ်ဆိုရင် သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ရေးထားတဲ့ သိကောင်းစရာ ဓမ္မပဒေသာ စာအုပ်ပေါင်း (၁၅)အုပ်လောက်ရှိတယ်။ အဲဒီစာအုပ်တွေကိုဝယ်ပြီး ဖတ်ကြ။ အဲဒီစာအုပ်တွေထဲမှာ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ အများကြီး ရေးထားတယ်။ ဆရာတော်ကြီးကို နိုင်ငံခြားသားတွေက မေးခွန်းတွေအမျိုးမျိုးမေးတယ်၊ အဲဒီအခါမှာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက

http://www.dhammadownload.com

ကြာရိုး၊ ကြာစွယ်ကို သန်လျက်နဲ့ အပိုင်းပိုင်းပြတ်အောင် ခုတ်သလို အကုန်လုံးပြန်ဖြေနိုင်တယ်။ ကြည်ညိုဖို့ မကောင်းဘူးလား။

ရွှေတောင်ကုန်း ဆရာတော်ဘုရားကြီးလည်း ဒီအတိုင်းပဲ၊ အင်မတန် ကြည်ညိုဖို့ ကောင်းတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေ ပြန်ဖြေထားတဲ့စာအုပ်တွေ ရိပ်သာတွေမှာ ရှိတယ်။

အဲဒါကြောင့် ဝိပဿနာစစ်စစ်ကို အားထုတ်လိုတဲ့ သူတော်ကောင်းများအနေနဲ့ ကျေးဇူးတော်ရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့, ရွှေတောင်ကုန်း ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့, သဒ္ဓမ္မရံသီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့, ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ရဲ့ အလုပ်ပေးတရားတွေအတိုင်း ကျင့်ကြံပွားများကြပါ။

နောက်ပြီး အဲဒီဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေ ဗဟုသုတအဖြစ် ရေးထားတဲ့ စာအုပ်တွေ အများကြီးရှိတယ်။ အဲဒါတွေကို ဖတ်မယ်ဆိုရင် ဝိပဿနာနည်းမှန်, လမ်းမှန်တွေကို သိနိုင်တယ်။ အဲဒါတွေကို ဝယ်ပြီးတော့ ဖတ်ကြပါ။

ဝိပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်တရား အားထုတ်တဲ့အခါ သီလ, သမာဓိ, ပညာ သုံးခုစလုံးပါပုံကလေး ကြည့်ရအောင်...

ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်လို့ မှတ်နေတဲ့အခါမှာ–မျက်စိကလည်း ဟိုကြည့်, သည်ကြည့်၊ နားကလည်း ဟိုဟာနားထောင်, သည်ဟာနားထောင်၊ လက်ကလည်း ဟိုဆော့, သည်ဆော့လုပ်တာတွေရှိသေးရဲ့လား။ ပါးစပ်ကလည်းဘာမှမပြောတော့ဘူး။ ကိုယ်နဲ့နှုတ်လွန်ကျူးမှ သီလက ပျက်တာမဟုတ်လား။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ကလည်းမလွန်ကျူးဘူး၊ နှုတ်ကလည်း မလွန်ကျူးဘူး ဆိုတော့ သီလတွေ လုံသွားတယ်။ အဲဒါရိုးရိုးသီလတောင် မဟုတ်ဘူး၊ အဓိသီလထဲမှာ ပါတယ်။

အဓိသီလအစစ်ကတော့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရမှပေါ့ဗျာ။ အခုကတော့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်မရသေးဘူး။ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် မရသေးပေမယ့် ဥပစာရသဘောအားဖြင့် အတွင်းဝင်သွားတယ်။

ဒါနတောင် ဝင်သေးတာပဲ။ ဒါနကို ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီး လှူတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီဒါနဟာ ရိုးရိုးဒါနမဟုတ်ဘူး။ **မဂ္ဂသစ္စာထဲဝင်သွားတယ်။** မဂ္ဂသစ္စာက အကြောင်း၊ နိရောဓသစ္စာက အကျိုး။ မဂ္ဂသစ္စာ ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းပဲ။ **ဒါနကလည်း နိဗ္ဗာန်ရောက်နိုင်တယ်ဆိုတာ အဲဒါကိုပြောတာ။**

ဒီဌိ, တဏှာဦးစီးပြီးလှူတဲ့ဒါနကတော့ နိဗ္ဗာန်မရောက်ဘူး။ သူဌေးကြီးဖြစ်မယ်၊ အရာရှိကြီးဖြစ်မယ်။

ဉာဏ်ပညာဦးစီးပြီးလှူတဲ့ဒါနကမှ ဉာဏ်ပညာထက်သန်စေတဲ့ အလှူဖြစ်သွားတယ်။ ဉာဏ်ပညာအားကောင်းမယ့်အလှူဖြစ်သွားတယ်။

အလှူကြောင့် ပစ္စည်းပေါမယ်။ ဆွမ်းဆိုရင် ဆွမ်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကျိုးတရားတွေ မရဘူးလား။ အဲဒီအကျိုးတရားတွေလည်းရတယ်။ နောက်ပြီး ဒုက္ခသစ္စာကိုမြင်အောင်ကြည့်ပြီး လှူတော့၊ တတ်နိုင်ရင် ရှုမှတ်ပြီးလှူတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေလည်း ပါသွားတယ်။

အဲဒါကြောင့် ဖြစ်လေရာဘဝမှာ သူဌေးကြီးလည်း ဖြစ်မယ်၊ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်လည်း မြန်မြန်ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးကို ကြည့်ပါလား။ သူဌေးကြီးလည်း ဖြစ်တယ်၊ အာရုံငါးပါး ကာမဂုဏ်တရားတွေလည်း ခံစားရတယ်၊ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်လည်း မြန်မြန်ရတယ်။ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာလည်း ရတယ်၊ ကာမဂုဏ်လွန်ချမ်းသာလည်းရတယ်။ နှစ်မျိုးစလုံးရတယ်။

သာသနာတွင်း လူဖြစ်ရတာ အဖိုးတန်တယ်ဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာ။

သာသနာပမှာလုပ်တဲ့ ကုသိုလ်တွေဟာ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ တစ်မျိုးပဲရတယ်။ ကာမဂုဏ်လွန်ချမ်းသာ မရဘူး။

ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတောင် အမြဲရတာမဟုတ်ဘူး၊ ခဏရပြီး အပါယ်သွားရတာ။

သာသနာတွင်းကုသိုလ်ကမှ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာလည်း ရတယ်၊ ကာမဂုဏ်လွန် ချမ်းသာဖြစ်တဲ့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် လည်း ရတယ်။

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရသွားရင် ဘယ်တော့မှ အောက်တန်းမကျ တော့ဘူး။ အနိမ့်ဆုံး သောတာပန်ဖြစ်ရင်တောင် ခုနစ်ဘဝပဲကျင်လည် ရတော့မယ်။ အဲဒီထက်လွန်ရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်ပြီ။ ရှစ်ဘဝဆိုတာမျိုး မရှိဘူး။ ခုနစ်ဘဝမှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်၊ ပရိနိဗ္ဗာန်စံ၊ ဟိုဘက်မှာ နိဗ္ဗာန် ရောက်။ ဒါကြောင့် သာသနာတွင်းလူဖြစ်ရတာ အဖိုးတန်တယ်။

သာသနာတွင်းကုသိုလ်တွေကို ဉာဏ်ယှဉ်ပြီး ပြုရတာလည်း ဝမ်းသာဖို့ကောင်းတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ် မှတ်တဲ့ အခါမှာ သီလ ပါသွားတယ်။ ကိုယ်နဲ့လည်း ဒုစရိုက်မလုပ်ဘူး၊ နှုတ်နဲ့လည်း မလုပ်ဘူး။ အဲဒီတော့ သီလတွေ ပါသွားပြီ။

သမ္မာဝါစာ, ကမ္မာကမ္မန္တ, သမ္မာအာဇီဝ ပေါ့ဗျာ။

ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ စိတ်အားစိုက်ပြီးမှတ်ရတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ အပေါ်ယံကလေး သိ,ပြီးရော လုပ်လို့မရဘူးလို့ ပြောတာ။

စိတ်အားစိုက်ပြီး ရှုမှတ်တာ **သမ္မာဝါယာမပဲ**။ သမ္မာဝါယာမ ဆိုတာ လုံ့လစိုက်တာ၊ ကြောင့်ကြစိုက်တာ။

ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်,ထိတယ်ပဲဖြစ်ဖြစ်။ ဝင်တယ်, ထွက်တယ်ပဲဖြစ်ဖြစ်။ ကိုယ်ကြိုက်တာ ကိုယ်မှတ်ပါ။ လုံ့လဝီရိယ မပါဘဲ ကျကျနန မှတ်လို့မရဘူး၊ စိတ်ကူးယဉ်လို့ မရဘူးနော်။

မြတ်စွာဘုရား တရားတော်ဟာ "**အတ္ထကဝါစရော**"တဲ့။ **ဆင်ခြင်တုံ့တရားနဲ့ သိနိုင်တဲ့တရားမျိုး မဟုတ်ဘူး။**

ဝိပဿနာဉာဏ်ဆိုတာ စိတ်ကူးပြီးသိတဲ့ တရားမဟုတ်ဘူး။ ရှုမှတ်ပြီးတော့မှ တကယ် ထိုးထွင်းသိတဲ့တရား။

အဲဒီတော့ ဖောင်းရင်-ဖောင်းတယ်၊ ပိန်ရင်-ပိန်တယ်၊ နာရင်-နာတယ်၊ ကိုက်ရင်-ကိုက်တယ်၊ မြင်ရင်-မြင်တယ်၊ ကြားရင်-ကြားတယ်၊ ဒီလိုမှတ်တဲ့အခါမှာ သမ္မာဝါယာမဆိုတဲ့ လုံ့လစိုက်မှုလည်း ပါတယ်။

အရှုခံပေါ်ကို ရှုမှတ်တဲ့စိတ်က စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်တာလည်း ပါတယ်။ စူးစိုက်တာက **သမ္မာသတိ**။

http://www.dhammadownload.com

ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး ကြိုးစားအားထုတ်တာက–သမ္မာဝါယာမ။

အဲဒီအပေါ်မှာ တဒင်္ဂ, တဒင်္ဂစိတ်ကလေး တည်မသွားဘူးလား။ စိတ်ကလေးတည်သွားတာက–သမ္မာသမာဓိ။

ဖောင်းစကနေ–ဖောင်းလယ်၊ ဖောင်းလယ်ကနေ–ဖောင်းဆုံး။ **အဲဒီအပေါ်မှာ** စိတ်ကလေးက ကပ်ပြီး တည်သွားတယ်။ **အသိစိတ်** ကလေး ကပ်ထားလို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး။

ဘာမှမမှတ်ဘဲနဲ့ ကပ်ထားလို့ မရဘူး။

ကော်မပါဘဲနဲ့ အုတ်နံရံမှာ သွားကပ်လို့မရသလို ရှုမှတ်မှုမပါဘဲ သွားကပ်ထားလို့မရဘူးနော်။ ရှုမှတ်မှုပါရတယ်။

အမှတ်သညာကို အထင်မသေးနဲ့။ တချို့က အမှတ်သညာဟာ ပညတ်ကြီးပဲလို့ပြောတယ်၊ **အဲဒီ ပညတ်ကနေ ပရမတ်ရောက် သွားတာကို** သူမှ နားမလည်ဘဲ။

မှတ်ပါများလို့ အမှတ်ခိုင်မြဲမှ– သတိအားကောင်းတယ်။

သတိအားကောင်းမှ– သမာဓိရတာ။

အဲဒါကြောင့်မို့လို့– စိတ်အဆိုကလေးနဲ့မှတ်ပါ။

သမထသမားကိုမေးကြည့်၊ သမထလုပ်တဲ့လူတွေ လောကမှာ မရှိဘူးလား။ **မိုန်းနေလို့ သမထမရဘူး။** အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ**ရှတ်ပြီး** သမထလုပ်တဲ့သူကလည်း– အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ၊ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ၊ ဒီလိုဆိုနေ ရတာမဟုတ်လား။ **မိုန်းနေရင်** သမထလည်း **မရဘူး**၊ ဘာမှလည်း ဖြစ်လာမှာမဟုတ်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

သူတော်ကောင်းတို့ ဆွမ်းလောင်းတဲ့အခါ ငါဆွမ်းလောင်းရမယ် ဆိုတဲ့ အသိကလေးကပ်ပြီး မှိန်းအိပ်နေလို့ ဆွမ်းတွေကျက်ပါ့မလား။ အစောကြီး ထချက်မှဖြစ်တာ မဟုတ်လား။ အခု တရားပွဲတွေ လုပ်တာလည်း လုံ့လဝီရိယနဲ့ မလုပ်ရဘူးလား။ မှိန်းပြီး စိတ်ကူး ယဉ်နေရုံနဲ့ ရပါ့မလား။ ဒါကြောင့်မို့လို့ မှိန်းနေလို့မရဘူး၊ မှိန်းတဲ့ အကျင့်ကို ဖျောက်ကြ။

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ **စိတ်အဆိုလေးနဲ့မှတ်ကြ**။ ဖောင်းရင်–ဖောင်းတယ်၊ ပိန်ရင်–ပိန်တယ်၊ ထိုင်ရင်–ထိုင်တယ်၊ ထိရင်–ထိတယ်၊ **စိတ်အဆိုလေးနဲ့မှတ်ကြ**။ **စိတ်အဆို** စကားလုံးလေးနဲ့ **မှတ်ကြ**။ **စိတ်အဆိုလေးနဲ့မှတ်တာကို** အထင်မသေးနဲ့။

စိတ်အဆိုလေးနဲ့ မှတ်ပါများလို့ရှိရင် ... နောက်ကျတော့ သမာဓိ အားကောင်းလာလိမ့်မယ်။

မယုံရင် လုပ်ကြည့်ပါ၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ တကယ်လုပ်ရင် တကယ်ရပါတယ်။ မလုပ်ဘဲနဲ့ အဖျက်စကားမျိုးတွေ မပြောနဲ့။ ကိုယ်တိုင်မှတ်ကြည့်ရင် သမာဓိတွေ အားကောင်းလာတာကို ကိုယ်တိုင်သိလာလိမ့်မယ်။ အဲဒါကို– **သမ္မာသမာဓိလို့ခေါ်တယ်**။

အရှုခံပေါ်မှာရှုတဲ့စိတ်ကလေးက တဒင်္ဂ,တဒင်္ဂ၊ **တည်,တည်** သွားတယ်။ **အဲဒါဟာ သမ္မာသမာဓိပဲ**။

အဲဒီတော့– သမ္မာဝါယာမ, သမ္မာသတိ, သမ္မာသမာဓိဆိုတဲ့ သမာဓိမဂ္ဂင်သုံးပါး ပြည့်စုံသွားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သီလလည်းပါတယ်၊ သမာဓိလည်းပါတယ်။ ရှုမှတ်ပါများတော့ သမာဓိအားကောင်းလာတဲ့အခါကျတော့ လုပ်မှတ်စရာမလိုတော့ဘူး။

ပထမတော့– ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်, ထိုင်တယ်, ထိတယ်ကို မချိမဆံ့ မနည်းလိုက်မှတ်နေရတယ်။ ဒါတောင် စိတ်က လွတ်သွားသေးတယ်။ နောက်ပိုင်းကျတော့ အထူးကြောင့်ကြစိုက်စရာ မလိုတော့ဘူး၊ မှတ်ရုံပဲ။

စက်ဘီးစီးတဲ့အခါ အရှိန်ရသွားရင် အထူးနင်းစရာမလိုတော့ဘူး၊ အသာကလေး လက်ကိုင်ကလေးကိုင်လိုက်သွားရုံပဲ မဟုတ်လား။ **အဲဒီလိုပဲ အသာကလေး မှတ်သွားရုံနဲ့ သီတဲ့သဘောလေးက သူ့ဟာသူ သီသွားတယ်**။ ကိုယ်ကတောင် လိုက်မှတ်စရာ မလိုတော့ဘူး။ အင်မတန် ရင့်ကျက်သွားတဲ့ အခါကျတော့ ... ကိုယ်တိုင် လိုက်မှတ်စရာမလိုတော့ဘဲ သိပြီးသားဖြစ်သွားတယ်။ သိနေရုံပဲဆိုတာ အဲဒီအဆင့်ကို တချို့က ကျော်ပြောတာ။

အဲဒီသိနေရုံအဆင့်က သခ်ါရုပေက္ခာဉာဏ်မျိုးမှရောက်တာ။

ဘာမှမရှုမမှတ်ဘဲနဲ့အသားလွတ်ကြီး အဲဒီကို တန်းရောက်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဝါတော် ၄၀, ၅၀ လောက်ရှိတဲ့ ရင့်ကျက်တဲ့ဆရာတော်ကြီးတွေလောက်မှ တရားတွေ အောင်မြင်ပြီးတော့မှ အသာလေး အသိကပ်ထားလို့ရတာ။ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေက တရစပ်ကြီး လုပ်လာခဲ့တာ မဟုတ်လား။

ဒါမှမဟုတ် ငယ်ငယ်ကတည်းက အကျင့်တွေတောက်လျှောက် ကျင့်လာတဲ့ ဆရာတော်တွေကျတော့ အကျင့်ကလည်း အင်မတန်ကောင်း၊ ဝိရိယကလည်းအင်မတန်ကောင်းပြီး သခ်ါရုပေက္ခာဉာဏ်တွေ

http://www.dhammadownload.com

ခဏ, ခဏရပြီး ရင့်ကျက်နေလို့ရှိရင် အဲဒီလိုအသိကလေး ကပ်ပြီး ကြည့်နေရုံနဲ့ရတယ်။

ဒို့သူငါတွေလို ကိုလေသာသောင်းကျန်းနေတဲ့ သူတွေက အသိကလေးကပ်ထားလို့ ရပါ့မလား။ ဝါတော် ၄၀, ၅၀ လောက်ရှိပြီး ရင့်ကျက်တဲ့ ဆရာတော်ကြီးတွေနဲ့ နှိုင်းယှဉ်လို့ရပါ့မလား။ ကိုယ်လည်းလူပဲ၊ သူလည်းလူပဲ ဆိုပြီး သွားတုလို့ရပါ့မလား။

ဝိဋ္ဌကတ်သုံးပုံဆောင်တဲ့ ဆရာတော်တွေဆိုရင် စာကလေးတစ်ပိုဒ်ကို ခဏကလေးကြည့်လိုက်ရုံနဲ့ ရတယ်။ ဝိဋ္ဌကတ်သုံးပုံဆောင်တဲ့ ဆရာတော်လည်းလူပဲ၊ ငါလည်းလူပဲဆိုပြီး သူ့လိုလိုက်လုပ်လို့ ရပါ့မလား။

လူချင်းတူပေမယ့် ဉာဏ်ပညာချင်း တခြားစီပဲ မဟုတ်လား။

အဲဒီလို ငယ်ငယ်ကတည်းက တောက်လျှောက်ကြိုးစားပြီး ရင့်ကျက်နေတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေကမှ အသိကပ်ထားလို့ ရတာ။ ဒီဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေဟာ အင်မတန်ရင့်ကျက်ပြီး ကိုလေသာလည်း အင်မတန် ပါးရှားတယ်။ ပရိယတ္တိဘက်ကလည်း ကျွမ်းကျင်တယ်၊ ပဋိပတ္တိဘက်ကလည်း ကျွမ်းကျင်တယ်။ **ရုပ်တွေ, နာမ်တွေမှာပဲ အမြဲတမ်းကျက်စားနေတယ်**။ အဲဒီလိုကြိုးစားခဲ့တဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေက အထူးတလည်လိုက်မှတ်နေစရာ မလိုတော့ဘူး။ **သီလ, သမာဓိတွေ ရင့်ကျက်နေပြီ**။

ဘာမှမရင့်ကျက်ဘဲနဲ့ မနေ့တစ်နေ့ကမှ ကိုလေသာတောထဲက ထွက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က အသာကလေးအသိကပ်ထားလို့ ရပါမလား။

http://www.dhammadownload.com

ကိလေသာသောင်းကျန်းနေတဲ့အထဲ အသိကပ်ထားရင်– ကိလေသာ အသိပဲရမယ်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်တော့ မရဘူး။ အဲဒါမျိုးသွားလုပ်လို့က တော့ရေစုန်မျောရော။ သဒ္ဓါရှိလျက်သားနဲ့ လွဲမှာစိုးလို့ပြောနေတာနော် ...။

သဒ္ဓါမရှိလို့ မလုပ်တဲ့လူတွေကတော့ သူ့ဟာသူနေပေါ့ဗျာ၊ ဘာမှ ထည့်ပြီး ပြောနေစရာမလိုပါဘူး။ သဒ္ဓါရှိလို့ လုပ်ပါလျက်နဲ့ နည်းလမ်းတွေလွဲနေလို့ ရသင့်ရထိုက်လျက်သားနဲ့ ဆုံးရှုံးသွားမှာစိုးလို့ ပြောနေရတာ။

မှတ်တဲ့စိတ်ဆိုကို အာရုံတွေက ပြေးလာတယ်

စိတ်အဆိုလေးနဲ့မှတ်နေရင်းက မှတ်စိတ်တွေအားကောင်းလာတဲ့ အခါကျတော့... **မှတ်တဲ့စိတ်ဆိုကို မှတ်စရာအာရုံတွေက ပြေးလာတယ်။**

ကားစီးတဲ့အခါမှာ ကားလမ်းမကြီးတွေက ကားဘီးအောက်ကို ပြေး, ပြေးလာသလို မြင်လာရတယ်။

အစတုန်းက စိတ်က အာရုံတွေကိုလိုက်မှတ်ရတယ်။ ဘယ်ဟာ မှတ်ရမှန်းတောင်မသိဘူး၊ လိုက်ရှာလိုက်ရတာကို မောလို့။ တကယ် မှတ်အားကောင်းလာတော့ မှတ်စရာအာရုံတွေက အများကြီးဖြစ်လာတယ်။ ဟိုဟာလည်း မှတ်စရာ၊ သည်ဟာလည်း မှတ်စရာ။

http://www.dhammadownload.com

မြင်တာတွေရော၊ ကြားတာတွေရော မှတ်စရာတွေက ကိုယ့်ဆီ ပြေးလာသလိုဖြစ်ပြီး၊ အထူးတလည် ကြောင့်ကြစိုက်စရာ မလိုတော့ ဘူး။ သိရုံ, သိရုံ, သိရုံကလေးတွေဖြစ်သွားပြီးတော့ သိတယ်, သိတယ်, သိတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။

အာရုံတွေကလည်းများတယ်၊ မှတ်စိတ်ကလည်း အင်မတန် မြန်နေတယ်။

တစ်ခါတည်း ရိတ်, ရိတ်, ရိတ်, ရိတ်နဲ့ ပျက်တယ်ဆိုတာ ဒီလိုကိုးလို့ အခုလို ဉာဏ်ထဲမှာ ရှင်းလာတာ။

စိတ်ကူးယဉ်ပြီးတော့ ပျက်သွားပြီဟေ့လို့ ရှတ်နေတာ ... စိတ်ကူးအပျက်လို့ ခေါ်တယ်။

သေသေချာချာ ဉာဏ်နဲ့မြင်တာက– ရိတ်, ရိတ်, ရိတ်, ရိတ်နဲ့ ကို ပျက်နေတာ။

အဲဒီလို အပျက်တွေ မြင်လာတော့မှ ဘုရားဟောတာ တကယ် ဟုတ်တာပဲ၊ တရစပ်ကြီး ပျက်နေတာပဲလို့ ကိုယ်တိုင်မြင်ပြီးသိလာ တယ်။

အဲဒီလို ဉာဏ်တွေ အားကောင်းလာတော့– သီလရော, သမာဓိ ရော, ပညာရော အကုန်ပါလာတယ်။

ကိုယ်တွေ၊ နှုတ်တွေ စောင့်ရှောက်ထားတော့ သီလလည်းပါသွား တယ်။ သမာဓိကလည်း **ခဏိကသမာဓိ**သဘောမျိုး ပါတယ်။

ပေါ်ရာ, ပေါ်ရာ အာရုံတွေပေါ်မှာ– တဒင်္ဂ, တဒင်္ဂတည်နေ တယ်။

http://www.dhammadownload.com

နာတဲ့အာရုံလေးအပေါ်မှာ, ယားတဲ့အပေါ်မှာ, ကြားတဲ့အပေါ်မှာ, မြင်တဲ့အပေါ်မှာ- တဒင်္ဂ, တဒင်္ဂတည်ပြီးတော့ နေတယ်။

တဒင်္ဂဆိုတာ အကြာကြီးမဟုတ်ဘူး၊ အဲဒီလို **တဒင်္ဂ, တဒင်္ဂ**တည်တဲ့ **သမာဓိသီကျွာလည်းပါတယ်။** နောက်ကျတော့ **'သဘော'** တွေကို သေသေချာချာသိလာတယ်။

အစတုန်းက သူတစ်ပါး ပြောဟောနေကြတာတွေ၊ စာအုပ်ထဲမှာ တွေ့နေရတာတွေဖြစ်တဲ့ **ရူပ်တွေ, နာမ်တွေ**ဆိုတာ သူများပြောလို့သာ ရှိပ်တွေ, နာမ်တွေလုပ်နေရတာ၊ သေသေချာချာ သဘောမပေါက်ဘူး။ နောက်ကျတော့ 'သဘော' တွေကို သေသေချာချာ သိလာတယ်။ တရားအားထုတ်လို့တွေ့လာမှ သေသေချာချာ သဘောပေါက်တယ်။

ရူပ်တွေ, နာမ်တွေဆိုတာက စကားလုံးတွေ။ ရှုမှတ်တဲ့အခါကျတော့- 'သဘော'လေးတွေကို တွေ့ရတာ။

လူပ်ရှားတဲ့ သဘောလေးတွေ, **မာတဲ့** သဘောလေးတွေ, **ပျော့**တဲ့သဘောလေးတွေ, **နာ**တဲ့သဘောလေးတွေ, **ယား**တဲ့သဘောလေးတွေ, **ပူ**တဲ့သဘောလေးတွေ, **အေး**တဲ့သဘောလေးတွေကို တွေ့ရတယ်။

အဲဒီသဘောလေးတွေဟာ **'ရူပ်တွေ, နာမ်တွေ'**ပဲ။

ပူတဲ့သဘောတွေ, အေးတဲ့သဘောတွေက- **ရူပ်**။

အဲဒါကို သွားသွားမှတ်တာက- **နာမ်**။

ဖောင်းတာရယ်, မှတ်တာရယ်-

http://www.dhammadownload.com

ဖောင်းတာက လူပ်ရှားတဲ့သဘော၊ လူပ်ရှားတဲ့သဘောက-**ရူပ်တရား**၊ သွားမှတ်တာက-**နာမ်တရား**။ အဲဒီလိုကျကျနနသိလာတယ်။

ကိုယ်ခန္ဓာကြီးက နှစ်ကိုယ်ကွဲလာသလိုလို၊ တစ်ယောက်ကခိုင်းတာကို တစ်ယောက်ကလုပ်နေရသလိုလို။ ခိုင်းတဲ့သူကခိုင်းတယ်၊ လုပ်တဲ့သူကလည်း လုပ်နေရတယ်။ သမာဓိရှိရင် ရှိသလို အမျိုးမျိုးတွေ့လာရတယ်။ အမျိုးမျိုးသဘောပေါက်လာတယ်။

ရုပ်တွေ, နာမ်တွေပဲ၊ သဘောတွေပဲ၊ **အကြောင်းအကျိုးတွေပဲလို့** **အမျိုးမျိုးသဘောပေါက်**လာတယ်။ ဒီ**အကြောင်းကြောင့်** ဒီ**အကျိုး**ဖြစ်တယ်။

ဖောင်းတာ, ပိန်တာကို မှတ်တာပဲကြည့်ပေါ့-

ဖောင်းတဲ့သဘောလေး ပေါ်လို့ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ရတာ မဟုတ်လား။ ပိန်တဲ့သဘောလေးပေါ်လို့ ပိန်တယ်လို့ မှတ်ရတာ မဟုတ်လား။

ဖောင်းတဲ့သဘောလေးက- **အကြောင်း**၊ မှတ်တဲ့သဘောလေးက- **အကျိုး**။

ပိန်တဲ့သဘောလေးက- **အကြောင်း**၊ မှတ်တဲ့သဘောလေးက- **အကျိုး**။

အခုပဲကြည့်ပါအုံး။ သူတော်ကောင်းတို့ တရားနာချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် ဒီမှာတရားနာဖို့ ရောက်လာရတယ် မဟုတ်လား။ တရားနာချင်တဲ့စိတ်က- **အကြောင်း**၊ တရားနာတာက- **အကျိုး**။ **အကြောင်းတွေ** **အကျိုးတွေ**ပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဟိုမှာ မီးရထားက ဥသြဆွဲပြီး တတူတူနဲ့ အော်နေတာက–အကြောင်း၊ ဒီကကြားရတာက–အကျိုး။ အကြောင်းတွေ, အကျိုးတွေပဲ မဟုတ်လား။

အကြောင်းလည်းပဲ– ဖြစ်ပြီးတော့၊ ပျက်သွားတာပဲ။

အကျိုးလည်းပဲ– ဖြစ်ပြီးတော့၊ ပျက်သွားတာပဲ။

အကုန်လုံးက ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတာပဲဆိုတော့ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတွေ အကုန်လုံးပါသွားတာပဲ။ အဲဒါပညာတွေပဲ သူတော်ကောင်းတို့ ...။

အဲဒါကြောင့်မှတ်တိုင်း, မှတ်တိုင်းမှာ သီလရော, သမာဓိရော, ပညာရော အကုန်ပါသွားတယ်။

သီလ, သမာဓိ, ပညာတွေ ရင့်ကျက်လာပြီဆိုရင်– နောက်ကျတော့ ရုပ်, နာမ်တွေ မုန်းပြီး၊ နောက်ကျတော့ ဆုံးသွားရော။

ညီညွတ်မှ ဘေးရန်လွတ်မယ်

မိတ်ဆွေသုံးဦး ညီညွတ်တော့ မုဆိုးလက်က သမင်လွတ်မသွားဘူးလား။ မုဆိုးလက်ကလွတ်အောင် သုံးဦးစလုံး ညီညီညာညာ လုပ်ရတယ်နော်။ ၄က်ကလည်းပဲ မုဆိုးကို အတောင်နဲ့ ရိုက်ပြီးတော့ တားထားရတယ်၊ လိပ်ကလည်းပဲ ကျောကွင်းကြိုးကို ကိုက်ရတယ်၊ သမင်ကလည်းပဲ အားစိုက်ပြီး ရုန်းရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သီလကလည်းပဲ သူနဲ့ပတ်သက်တဲ့အလုပ် လုပ်ရတယ်။ ကိုယ်နဲ့, နှုတ်နဲ့, ဒုစရိုက် မဖြစ်အောင်၊ အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် သီလက စောင့်ရှောက်ရတယ်။ သီလလည်းအရေးကြီးတယ်။ သီလက ဝိတိက္ကမ ကိလေသာကို တားထားတယ်။ ဝိတိက္ကမကိလေသာဆိုတာ ကိုယ်တွေ, နှုတ်တွေနဲ့ လွန်ကျူးတဲ့ ကိလေသာတွေကို ပြောတာ။ ဆဲတာတို့, ဆိုတာတို့, သတ်တာတို့, ဖြတ်တာတို့၊ အဲဒီလို လွန်လွန်ကျူးကျူး လုပ်တာတွေကို သီလသိက္ခာက တားထားတယ်။

သီလစောင့်ရှောက်တော့–သူများအသက်မသတ်ဘူး၊ သူများ ဥစ္စာ မခိုးဘူး၊ သူများသားမယား မပြစ်မှားဘူး၊ လိမ်မပြောဘူး၊ အရက်မသောက်ဘူး၊ သီလသိက္ခာက အကြမ်းစားကိလေသာတွေကို တားထားတယ်။

သီလက ခေါက်ရှာင့်ကနဲ့ မတူဘူးလား။ ခေါက်ရှာင့်က မုဆိုးကြီး မလာအောင် သွားတားထားရတယ်။

လိပ်ကလည်းပဲ ကြိုးကို ကိုက်ရတယ်။ ကြိုးကိုကိုက်ဖြတ်ပေးမှ သမင်က ကျော့ကွင်းကလွတ်မှာ။ **ဒီလိုပဲ သမာဓိကလည်းပဲ ပညာကို အားပေးတယ်။**

ဒိဋ္ဌိနဲ့ဝိစိကိစ္ဆာကိုပယ်ဖို့ဆိုတာ ပညာရှိမှပယ်လို့ရတာ မဟုတ်လား။ အဲဒီပညာက အားကောင်းမှ ပယ်လို့ရတာ။ ဒိဋ္ဌိက တစ်သံသရာလုံး ပါလာတာမဟုတ်လား။ ဒိဋ္ဌိက ကြိုးလိုပဲ အင်မတန်ခိုင်တယ်။ အခု သမားရိုးကျသိနေတဲ့ပညာက ကြိုးတန်းလန်းနဲ့ သိနေတဲ့ပညာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကြိုးကြီးက တန်းလန်းနဲ့ဆိုတော့ သမင်က ရှန်းတော့ရှန်းတာပဲ၊ ရှန်းလို့ မရဘူး။

သူတော်ကောင်းတို့လည်း အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ မသိဘူးလား။ သိပေမယ့် ဒီတရားတွေက ရှန်းလို့ရရဲ့လား။ ကြိုးမပြတ်တော့ ရှန်းလို့ မရဘူးပေါ့။

(၅)ရက်၊ တစ်ပတ်လောက်ထူထောင်တဲ့ သမာဓိလောက်နဲ့တော့ ဒီကြိုးတွေက ရှန်းထွက်လို့မရဘူး။ သမာဓိကို တစ်နှစ်, နှစ်နှစ်လောက် ထူထောင်မှရမှာ။ **သမာဓိရမှ ဉာဏ်ပညာက ထက်တာ။**

ဒါကြောင့်မို့လို့ **သမာဓိရှိဖို့– ရှုကြပါ၊ မှတ်ကြပါ၊ အချောင်** **မလိုက်ကြပါနဲ့။** အသာကလေးမှိန်းမနေကြနဲ့၊ တင်းတင်းရင်းရင်း **မှတ်ကြ**။

ဖောင်း, ပိန် **မှတ်တယ်ဆိုတာ အရင်ဆုံး သမာဓိစရတာပဲ**။ ပုတီးစိပ်တာလည်း သမာဓိရတာပဲ။ သမာဓိကို စတုတ္ထစျာန်အထိ ရအောင် လုပ်ခိုင်းတာမဟုတ်ဘူး။ ရောကုန်မှာလည်း စိုးရသေးတယ်။ အခုပြောနေတာက–'**ခဏိကသမာဓိ**'ကို ပြောနေတာနော်။

အခုပုဂ္ဂိုလ်တွေက '**ခဏိကသမာဓိ**' တောင် မလုပ်ချင်တော့ဘူး။ အဲဒီလိုပျင်းနေရင် တရားက ရပါ့မလား။ လူပျင်းကတော့ ဘယ်တော့မှ တရားမရဘူး။

အခု ... သူတော်ကောင်းတို့ပြုနေတဲ့ ဒါနကုသိုလ်တောင် ပျင်းနေတဲ့သူ ရပါ့မလား။ ပျင်းတဲ့သူက မင်းတို့ပဲသွားလုပ်၊ ငါမလုပ်နိုင်ဘူးဆိုတော့ ဘာကုသိုလ်မှ မရနိုင်ဘူး။ ဆွမ်းလောင်းမယ်ဆိုရင်

http://www.dhammadownload.com

အေးတယ်, ချမ်းတယ်, အိပ်ရေးပျက်တယ်၊ ငါတို့မလုပ်နိုင်ဘူး။ ဗီဒီယိုကြည့်ဖို့ကျတော့ ရှေ့ဆုံးကပဲ။ ဒကာကြီးတွေဆိုရင် ဒကာမကြီးတွေကို ဆွမ်းလောင်းခိုင်းတယ် မဟုတ်လား။ သူတို့က ကုလားထိုင်ပေါ်မှာ ထိုင်နေပြီး ထမလုပ်ဘူး။ ပျင်းလို့ရှိရင် ဒါနကုသိုလ်တောင် မရဘူး။ ကုသိုလ်ဆိုတာ မပျင်းမှရတာ။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တယ်ဆိုတာလည်း အစမှာ မပျင်းမရိစိတ် အဆိုကလေးနဲ့ ရှုမှတ်ရတာ။ အဲဒီတော့မှ သမာဓိရတာ။ သမာဓိရလို့ စိတ်ကလေး ငြိမ်လာပြီဆိုရင် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိလာတယ်။

သမာဓိမရှိဘဲ ဒီမျက်စိကြီးနဲ့ကြည့်တော့ ယောက်ျား, မိန်းမပဲ မြင်မှာပေါ့။ **သမာဓိရှိတဲ့အခါကျတော့ ... စူးစိုက်လိုက်လို့ရှိရင် 'သဘောတရား'**လေးတွေကို မြင်တယ်။

ဖောင်းတာ, ပိန်တာ, နာတာ, ကျဉ်တာ, ကိုက်တာ, ခဲတာတွေကို တွေ့လာပြီး– ခေါင်း, ခါး, ခြေ, လက်ဆိုတဲ့ 'ပုံသဏ္ဌာန်'တွေကို မတွေ့တော့ဘူး။

'သဘောတရား' လေးတွေကို **'ပေါ်လိုက်, ပျောက်လိုက်'**နဲ့ တွေ့လာတယ်။

လိပ်ကြီးက ကြိုးကိုကိုက်တဲ့အခါကျတော့ သမင်က ရုန်းရတာ လွယ်သွားတယ်။

သမင်က **'ပညာ'**ပေါ့ဗျာ။ လိပ်ကြီးက **'သမာဓိ'**ပေါ့ဗျာ။ ခေါက်ရာ ၄ က်က **'သီလ'**ပေါ့။ မိတ်ဆွေသုံးဦးမဟုတ်လား သူတော်ကောင်းတို့။

http://www.dhammadownload.com

မိတ်ဆွေသုံးဦး ညီညီညာညာနဲ့ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်လိုက်တော့ ... မုဆိုးလက်က လွတ်မသွားဘူးလား။

သူတော်ကောင်းတို့လည်းပဲ – ငရဲဘေးက လွတ်အောင်၊ ကိလေသာဘေးက လွတ်အောင်၊ သံသရာဘေးက လွတ်အောင် မိတ်ဆွေသုံးဦးဖြစ်တဲ့ 'သီလ, သမာဓိ, ပညာ'ကို ညီညီညာညာနဲ့ ကြိုးစားမယ်ဆိုရင် လွတ်နိုင်တယ်။

ပေါ်လာသမျှ အာရုံတွေကို သတိ, ပညာနဲ့ စောင့်ပြီး ရှုမှတ်ပါ

ကိလေသာဘေး၊ သံသရာဘေးကလွတ်ဖို့အတွက် လက်ဝါးလေးဆိုကြည့်ရအောင်–

ဣန္ဒြေစောင့်ပါ၊ ဘောဇဉ်မှာ၊ တိုင်းထွာသိပါစေ။
အမြဲနိုးကြား၊ ရှုမှတ်ပွား၊ သုံးပါးဓမ္မ မြဲပါစေ။
သုံးပါးဓမ္မ မြဲလေက၊ အပဏ္ဏက ကျင့်သူပေ။
အာသဝေါကုန်ခန်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ စံမြန်းမည့်သူ အမှန်ပေ။

ဒီလက်ဝါဟာ ကျေးဇူးတော်ရှင် ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရားကြီး စပ်ဆိုထားတဲ့လက်ဝါပါ။ လက်ဝါကတော့ အရှည်ကြီးပဲ၊ ဦးဇင်းက အတိုလေးဖြတ်ပြီး ဆိုထားတာ။

http://www.dhammadownload.com

ဣန္ဒြေစောင့်ပါ၊ ဘောဇဉ်မှာ၊ တိုင်းထွာသိပါစေ- တဲ့။

မျက်စိ, နား, နှာ, လျှာ, ကိုယ်, စိတ်ဆိုတဲ့ တံခါးခြောက်ပေါက်မှာ ဣန္ဒြေစောင့်ထိန်းပါ-တဲ့။ **သတိ, ပညာနဲ့ စောင့်ပါ။**

သတိ, ပညာနဲ့စောင့်ပါ ဆိုတာ- မြင်ရင်, ကြားရင်, နံရင်, စားရင်, ထိရင်, သိရင် ပေါ်လာသမျှအမူအရာတွေကို အကုန်လုံး ရှုမှတ်နေလို့ရှိရင် ဣန္ဒြေစောင့်ပြီးသား ဖြစ်သွားတယ်။

အဲဒီလို သတိ,ပညာနဲ့စောင့်လို့ရှိရင် ကိလေသာတွေ တဖြည်း ဖြည်း နည်းသွားလိမ့်မယ်။ အဲဒါ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရကြောင်းပဲ။ အသာကလေးမှိန်းနေခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူးနော်။

မြင်ရင်- မြင်တယ်မှတ်၊ ကြားရင်- ကြားတယ်လို့မှတ်ရမယ်။ မှတ်ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။ မြင်တာ, ကြားတာကအစ 'ပေါ်ရာ, ပေါ်ရာ'ကို မှတ်ပါများရင် 'သမာဓိ'ရလာတယ်။ သမာဓိရတော့ နောက်က 'ပညာ' လိုက်လာတယ်။

အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဣန္ဒြေစောင့်တာဟာ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရကြောင်း၊ အာသဝေါကုန်ကြောင်းပဲ။

ဘောဇဉ်မှာ၊ တိုင်းထွာသိပါစေ-ဆိုတာက ကိုယ်စားတဲ့ အစား အစာကို အတိုင်းအထွာသိဖို့လိုတယ်။ မတည့်တာတွေကို မစားမိဖို့ လိုတယ်။ ကြေညက်လွယ်တဲ့အစာကို စားပါ။ ရှစ်ပါးသီလစောင့်ရင် အစားအစာနဲ့ပတ်သက်ပြီး အတိုင်းအဆကို ထိန်းပြီးသား ဖြစ်သွား တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလည်း ပြုလုပ်ပါ။ ဆွမ်းလှူပါ, ဆေးလှူပါ, ကျောင်းလှူပါ။ အဲဒါဆိုရင်အသက်ရှည်မယ်၊ ကျန်းမာမယ်။ ကျန်းမာပြီး အသက်ရှည်တော့ တရားအလုပ်ကို ပိုပြီးအားထုတ်နိုင်တာပေါ့။ အဲဒါတွေဟာ အကုန်လုံးအကောင်းချည်းပဲ၊ အမှန်ချည်းပဲ။

မတည့်တဲ့အစာစားမိရင် သွေးတိုးတာတို့, သွေးတက်တာတို့ ဖြစ်ရော။ အဲဒီလို ရောဂါတစ်ခုခုဖြစ်နေရင် တရားအားထုတ်လို့ ကောင်းပါတော့မလား။ ဒါကြောင့်မို့လို့ မတည့်မှန်းသိရင် ရှောင်ပါ။

ယောဂီတွေ ဉာဏ်ပညာရှိဖို့အတွက် မတည့်ဆုံးအရာကတော့– **ကာမဂုဏ်ငါးပါး**ပဲ။ မတည့်တာကို ရှောင်နိုင်ရင်အကောင်းဆုံးပဲ။

သွေးတက်တဲ့သူဟာ ဝက်သားဖိစားရင် ရောဂါတိုးဖို့ပဲရှိတယ်။ သူတော်ကောင်းတို့မှာလည်းပဲ ကိုယ်လေသာသွေးတက်တဲ့ ရောဂါရှိတာပဲ။ ကိုယ်လေသာသွေးတက်တဲ့ရောဂါရှိရင် အာရုံငါးပါး, ကာမဂုဏ် တရားတွေကို ရှောင်ရမယ်။ **အာရုံငါးပါး, ကာမဂုဏ်တရား မလိုက်စားမှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရမှာ**။ ဒီတော့ ရှောင်သင့်တဲ့အရာကို ရှောင်ပေါ့။

မတည့်တဲ့အစာကို မစားရသလို၊ တည့်တဲ့အစာကိုလည်း အတိုင်းအထွာသိပါ။ တည့်တာပဲဆိုပြီး အလွန်အကျွံစားရင်လည်း ရောဂါဖြစ်နိုင်တာပဲ။

အမြဲနိုးကြား၊ ရှုမှတ်ပွား၊ သုံးပါးဓမ္မ မြဲပါစေ–တဲ့။

အမြဲနိုးကြားတယ်ဆိုတာ ညသန်းခေါင်သန်းလွဲ လျှောက်သွားနေတာကိုပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ **အမြဲတမ်းရှုမှတ်နေတာကိုပြောတာ**။

http://www.dhammadownload.com

သွားရင်လည်း ရှုမှတ်ပါ၊ ရပ်ရင်လည်း ရှုမှတ်ပါ၊ ထိုင်ရင်လည်း ရှုမှတ်ပါ။ အကုန်လုံးကို အမြဲတမ်းရှုမှတ်နေရင် မကောင်းဘူးလား။

အဲဒီသုံးပါးဓမ္မမြဲလို့ရှိရင် မြန်မြန်ဆန်ဆန် **မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်** ရနိုင်တယ်။ **အာသဝေါ**တရားတွေလည်း ကုန်ခန်းသွားလိမ့်မယ်။ ဒီလက်ခံလေးဆိုပြီး သိမ်းကြရအောင်–

ဣန္ဒြေစောင့်ပါ၊ ဘောဇဉ်မှာ၊ တိုင်းထွာသိပါစေ။
အမြဲနိုးကြား၊ ရှုမှတ်ပွား၊ သုံးပါးဓမ္မ မြဲပါစေ။
သုံးပါးဓမ္မ မြဲလေက၊ အပဏ္ဏက ကျင့်သူပေ။
အာသဝေါကုန်ခန်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ စံမြန်းမည့်သူ အမှန်ပေ။

လက်တွေ့အလုပ်ပေးတရား ရှုမှတ်ပွား

ဦးဇင်းတို့ ငါးမိနစ်သာသာလောက် တရားထိုင်ကြရအောင်–

မိမိတို့ သင့်တော်တဲ့ ဣရိယာပုထ်နဲ့ထိုင်ပါ။ မျက်စိကလေး မှိတ်ထားပြီးတော့ ချက်တစ်ဝိုက်ဝမ်းဗိုက်ကို အာရုံပြုပါ။

ဖောင်းတက်လာရင်– ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ပါ၊ ပိန်ကျသွားရင် ပိန်တယ်လို့မှတ်ပါ။ မှိန်းပြီးတော့ ကြည့်မနေပါနဲ့။ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ် စိတ်အဆိုကလေးနဲ့ မှတ်ပါ။

စိတ်အဆိုဟာ သညာပဲ။ **အဲဒီ 'သညာ' က နောက်တော့ 'ပညာ' ဖြစ်လိမ့်မယ်။**

http://www.dhammadownload.com

ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းတာ, ပိန်တာ မထင်ရှားဘူးဆိုရင် ဝမ်းဗိုက်မှာ လက်ကလေးနဲ့ကပ်ထား။ ဝတ်ထားတာတွေ တင်းကျပ်နေရင်လည်း နည်းနည်းလျှော့လိုက်ဦး၊ ဝတ်ထားတာ တင်းကျပ်နေရင် ဖောင်းတာ, ပိန်တာ မထင်ရှားဘူး ဖြစ်လိမ့်အုံးမယ်။

ရှုတတ်, မှတ်တတ်ရင်တော့ ဗိုက်ကိုလက်နဲ့ကပ်ထားစရာ မလိုပါဘူး။ မရှုတတ်, မမှတ်တတ်လို့ ဝမ်းဗိုက်မှာ လက်ကလေးနဲ့ကပ်ထားလို့ရှိရင် ဖောင်းတာ, ပိန်တာတွေရဲ့ လူပ်ရှားတွန်းကန်တဲ့ 'သဘော' လေးတွေဟာ လက်ကို လာတိုးလိမ့်မယ်။

တင်းလာရင်– ဖောင်းတယ်၊ ပြန်လျှော့သွားရင်– ပိန်တယ်။ **စိတ်အဆိုကလေးနဲ့ ပထမ စရတယ်။**

လမ်းမသွားတတ်သေးတဲ့ လမ်းစလျှောက်ခါစ ကလေးကို ကိုင်ပေးရတယ်။ **အစမှာ သမာဓိ မရှိသေးရင် ဒီလိုပဲ စိတ်အဆို ကလေးနဲ့မှတ်ရတယ်။** သမာဓိအားကောင်းရင် အသာကလေး လိုက်ကြည့်နေလို့ရတယ်။ သမာဓိမရသေးဘဲနဲ့ သွားကြည့်မနေနဲ့၊ စိတ်တွေ လွင့်ကုန်လိမ့်မယ်။

ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်လို့ စိတ်အဆိုကလေးနဲ့ဆိုပေး။ **ဝေါဟာရ အပေါ်မှာတော့ တင်မနေစေနဲ့။** ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ် ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို မှတ်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။

ဖောင်းတယ်ဆိုတာ– လူပ်ရှားတဲ့သဘော၊ ပိန်တယ်ဆိုတာ– **လူပ်ရှားတဲ့သဘော။** **အဲဒီလူပ်ရှားတဲ့ သဘောကို သိအောင် မှတ်ခိုင်းတာ။**

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလို မှတ်နေတာဟာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ရကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းတွေပဲ။ **မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရဖို့ကို အဲဒီလို ရှုမှတ်မှုရတယ်။**

အဲဒီလို မှတ်နေရင်းနဲ့ စိတ်ကူးပေါ်လာရင်– စိတ်ကူးတယ်, စိတ်ကူးတယ်၊ ပြန်ချင်ရင်လည်း– ပြန်ချင်တယ်, ပြန်ချင်တယ်၊ ဝမ်းသာရင်လည်း– ဝမ်းသာတယ်, ဝမ်းသာတယ်၊ နာရင်လည်း– နာတယ်, နာတယ်။ ပေါ်တဲ့အတိုင်း **မှတ်ပေးပါ။**

ဒီလိုမှတ်နေတာဟာ ခန္ဓာရဲ့သဘောကို သိအောင်လို့ မှတ်နေရတာ။ ဒါဟာခန္ဓာသဘောကိုသိအောင်လုပ်နေတာပဲ။ **ခန္ဓာရဲ့သဘောတွေဟာ ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ။**

နာကျင်ကိုက်ခဲနေမှ မဟုတ်ဘူး။ မြင်တာလည်း–ဒုက္ခသစ္စာ၊ ကြားတာလည်း–ဒုက္ခသစ္စာ၊ နံတာလည်း–ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဖောင်းတာလည်း– ဒုက္ခသစ္စာ၊ ပိန်တာလည်း– ဒုက္ခသစ္စာ။

အဲဒါတွေကိုသွား, သွားမှတ်နေတဲ့ **မှတ်စိတ်က– မဂ္ဂသစ္စာ။**

ဖောင်းတာ, ပိန်တာကို မူတည်ပြီးတော့ ပေါ်ရာ, ပေါ်ရာ **မှတ်ပေး။** နာတာပေါ်ရင် နာတာလေးကိုမှတ်၊ နာတာလေးပျောက်သွားရင် ဖောင်းတာ, ပိန်တာကိုပြန်မှတ်။ ကြားတာ ထင်ရှားရင် ကြားတာလေးကိုမှတ်၊ ကြားတာပျောက်သွားရင် ဖောင်းတာ, ပိန်တာ ပြန်မှတ်။

ခန္ဓာကိုယ်တစ်နေရာမှာ ယားတာပေါ်လာရင်လည်း **သွားမကုတ်နဲ့။** ယားတယ်, ယားတယ်မှတ်၊ ယားတာလေးပျောက်သွားရင် ဖောင်းတာ, ပိန်တာကိုပြန်မှတ်။

http://www.dhammadownload.com

ရင့်ကျက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်, ထိုင်တယ်, ထိတယ်ကို ကြိုက်သလိုမှတ်ပေါ့။

ရင့်ကျက်ရင် ထိုင်တာ, ထိတာလည်းမှတ်နိုင်တယ်၊ မရင့်ကျက်သေးရင်တော့ ဖောင်းတာ, ပိန်တာကစမှတ်ပါ။ ဖောင်းတာ, ပိန်တာကို သေသေချာချာ မမှတ်ဖူးသေးပဲနဲ့ ထိုင်, ထိ မကူးနဲ့။ **ဖောင်း, ပိန်ကို ဦးစားပေးမှတ်။**

အိပ်မှတ်တဲ့အခါကျတော့ ဖောင်း, ပိန်က သိပ်မှတ်လို့ကောင်းတယ်။ ပင်ပန်းတဲ့အခါ ဖောင်း, ပိန်ကို တုံးလုံးလဲ့ရင်းလည်း မှတ်လို့ရတယ်။

ထိုင်, ထိသမားကလည်း ထိတဲ့နေရာကလေးကို အာရုံစိုက်ပြီး– ထိုင်တယ်, ထိတယ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ်လို့ တင်းတင်းရင်းရင်းမှတ်ကြ။ ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ မှိန်းနေတဲ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး။ **မှိန်းနေရင် ဘယ်တော့မှ တရားမရဘူး။ တင်းတင်းရင်းရင်းမှတ်ရင် နောင်သိလာလိမ့်မယ်။ သီသင့်သိထိုက်တဲ့တရားတွေကို ခန္ဓာက ပြောလာလိမ့်မယ်။**

အောင့်တယ်, နာတယ်, ကိုက်တယ်, စိတ်ကူးတယ်, စဉ်းစားတယ်– ခန္ဓာကြီးက အမျိုးမျိုးပြောနေတယ်။

ခန္ဓာကြီးက ဘာတွေပြောသလဲဆိုတော့– **ဒုက္ခသစ္စာတွေကို ပြောတယ်။** ကျွန်ုပ် ဒုက္ခရောက်နေပါတယ်လို့ ပြောနေတယ်။ **အဲဒါ ဒုက္ခသစ္စာကိုပြောနေတာပဲ။**

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓာမှာ ရှုမှတ်နေတဲ့အခါ တတ်နိုင်သလောက် စိတ်ကို အပြင်မရောက်စေနဲ့။ **စိတ်အပြင်ထွက်သွားရင်လည်း အဲဒီထွက်သွားတဲ့ စိတ်ကို လိုက်မှတ်ပေးပါ။** စိတ်ကူးရင်– **စိတ်ကူးတယ်၊ စဉ်းစားရင်– စဉ်းစားတယ်၊ မှတ်ပေး။**

ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဉာဏ်စိုက်ထား။

ပါရမီမရှိဘူးဆိုပြီး မညည်းပါနဲ့၊ ပါရမီက လုပ်ယူရင်ရတာပဲ။ ပျင်းရင်တော့ ပါရမီတောင် ရလာမှာမဟုတ်ဘူး။

ဒါနလည်း လုပ်ရင်ရတာပဲ၊ သီလလည်း လုပ်ချင်ရင်ရတာပဲ။ သာသနာတော်ကြီးနဲ့ ကြုံနေတာ အဲဒါ အခွင့်ကောင်းကြုံနေတာပဲ။

ထိုင်တယ်, ထိတယ် မှတ်တဲ့လူကမှတ်၊ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ် မှတ်တဲ့သူကမှတ်။ တစ်ချက်တည်းနဲ့မှတ်လို့မရဘူးဆိုရင်–ဖောင်းတယ်, ဖောင်းတယ်, ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်, ပိန်တယ်, ပိန်တယ် သုံးချက်လောက် ဆင့်မှတ်ပါ။

စိတ်အဆိုကလေးနဲ့ တင်းတင်းရင်းရင်းမှတ်ကြ။ **မှိန်းပြီးတော့ မကြည့်နဲ့။** **မှိန်းပြီးတော့ကြည့်ရင် မျောသွားလိမ့်မယ်။** သမာဓိ မရှိဘဲ သွားကြည့်နေရင် မျောကုန်ရော။ သိသယောင်ယောင်နဲ့ ဘာမှမသိဘဲဖြစ်နေတတ်တယ်။ **မှတ်တဲ့အခါမှာ တင်းတင်းရင်းရင်း မှတ်ပေး။**

'သညာ'ပွားမှ 'ပညာ'များတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မှတ်တာက သညာ၊ ပညာမဟုတ်သေးဘူး။ အဲဒီသညာပွားမှ နောက်တော့ ပညာများလာရော။ လှေကားများ အဆင့်ဆင့်တက်သလို အောက်ဆုံးအခြေခံက စတက်ရတယ်။ **ခုနကျော်ပြီး တက်လို့ မရဘူး။**

ထင်ရှားတဲ့ဟာကို ဦးစားပေးပြီးမှတ်။

နာတာထင်ရားရင် နာတာကို ဦးစားပေးမှတ်။ နာတယ်, နာတယ်, နာတယ် ဆက်တိုက်မှတ်ပေးပါ။

ဒါမှမဟုတ် နာတာကို ထိုင်တာ, ထိတာနဲ့တွဲပြီး – ထိုင်တယ်, ထိတယ်, နာတယ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ်, နာတယ်၊ တွဲပြီးမှတ်။

ဖောင်းတယ်, ဝိန်တယ်, နာတယ်၊ ဖောင်းတယ်, ဝိန်တယ်, နာတယ်လည်း တွဲမှတ်လို့ရတယ်။ **နာတာကိုမှတ်တဲ့အခါ ကြောက်လန့်ပြီး ပျာယာမခတ်နဲ့။**

တွဲမှတ်လို့မရဘူး၊ နာတာတစ်ခုတည်း မှတ်လို့ရရင်လည်း နာတာတစ်ခုတည်းမှတ်။ မှတ်ဖြစ်နေဖို့ အရေးကြီးတယ်။

မှတ်နေရင် မဂ္ဂသစ္စာပဲ။

ကာရကမဂ္ဂင်ငါးပါးရှိတယ်– သမ္မာဝါယာမ, သမ္မာသတိ, သမ္မာသမာဓိ, သမ္မာဒိဋ္ဌိ, သမ္မာသင်္ကပ္ပ။

ပေါ်ရာ, ပေါ်ရာ မှတ်နေရင် 'ကာရကမဂ္ဂင်ငါးပါး' အကုန်ပါတယ်။

ပုထုဇဉ်ရဲ့စိတ်ဆိုတာ မျောက်လိုပဲ လျှောက်ပြေးနေတာ။ စိတ်တွေဟာ ထွက်တတ်လို့ စိတ်အဆိုကလေးနဲ့ထိန်းပြီးမှတ်ပေးပါ။

http://www.dhammadownload.com

တရားရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ မကြောက်နဲ့။ ဘာမှကြောက်စရာ မလိုဘူး၊ ဘုရား, တရား, သံဃာဟာ ဦးခေါင်းပေါ်မှာ ရှိတယ်။ တရားထိုင်တဲ့အခါ ဘုရား, တရား, သံဃာကိုခန္ဓာလျှပြီးမှထိုင်တာ။ အခုလည်း ခဏထိုင်တာဆိုပေမယ့် သီလခံယူထားတာ ရှိတယ်။ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာမှတ်၊ စိတ်အေးအေးထားပြီး မှတ်။

အသံတွေကြားလို့ရှိရင်–ကြားတယ်, ကြားတယ် မှတ်လိုက်။ နောက်ပြီးတော့ ဖောင်းတယ်, ဝိန်တယ် ပြန်မှတ်။

မျက်စိထဲ တစ်ခုခုမြင်ရင်–မြင်တယ်, မြင်တယ်မှတ်။ ဘာတွေ ညာတွေ ကြည့်မနေနဲ့။ ကြားတာ, မြင်တာတွေမှတ်ပြီးရင် ထိုင်တယ်, ထိတယ် ပြန်မှတ်။ ဒါမှမဟုတ် ဖောင်းတယ်, ဝိန်တယ် ပြန်မှတ်။

အခု သူတော်ကောင်းတို့လက်တွေ့ရှုမှတ်တာ (၁၀)မိနစ်လောက် ရှိသွားပြီ။ ရှုနည်း မှတ်နည်းကို သေသေချာချာ မသိသေးရင်လည်း နောက်ကျတော့ မဟာစည်ရိပ်သာကြီးတွေကို သွားပါ။

ရွှေတောင်ကုန်းရိပ်သာတို့, သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ဘုရားကြီး ရိပ်သာတို့, ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရားကြီးရိပ်သာတို့ကို သွားပါ။ အဲဒီမှာ စာအုပ်တွေလည်းရှိတယ်၊ တိပ်ခွေတွေလည်း ရှိတယ်။ **အဲဒါ နီဗွာန်ရောက်ကြောင်း လမ်းမှန်တွေပဲ။**

တရားတွေကတော့ အကုန်လုံးနာရမှာပဲ၊ ဝိဋ္ဌကတ်သုံးပုံထဲပါတာ တွေဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတာတွေပဲ။ ဂိုဏ်းရွေးနေစရာ မလိုဘူး။ ဘုရားဟော တရားတွေဟာ အကုန်အမှန်ချည်းပဲ။ သစ္စာတရားတွေပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ရှုနည်းမှတ်နည်းကျတော့ အသေးစိပ်တယ်။ **ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ နည်းလမ်းမှန်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။**

ကဲ–သူတော်ကောင်းတို့တတွေ မေတ္တာပို့ပြီး တရားသိမ်းကြရအောင်...

လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ ရောင်ခွာတိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သမျှ၊ ဘေးမခ၊ အေးမြချမ်းသာရှိပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာရှိပါစေ။

www.myaseintaung.net

http://www.dhammadownload.com

မြစိမ်းခတောင်ဆရာခတော် အရှင်ဇာနေယျ

၏

ပဋိပတ္တိသာသနာတိုးတက်စေရန် ဟောကြားတော်မူသော
တရားတော်များကို ဓမ္မဒါန ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရန်

မ,ဏည်အလှူရှင်များ

စဉ်	အမည်	အလှူငွေ (ကျပ်)
၁။	ကိုဇော်လင်း + မသီသီလင်းထက် U.S.A	U.S $ 50
၂။	မြစိမ်းတောင်လစဉ်အလှူရှင်များကောင်းမှု	၅၀၀,၀၀၀
၃။	ဦးဝင်းဇော် + ဒေါ်စောယုမော် မိသားစု	၅၀၀,၀၀၀
၄။	ဦးသန်းမြင့် + ဒေါ်အိမ်ချမ်း မိသားစု ၁၅/(ခ)-(၁၃)ရပ်ကွက်၊ အင်းစိန်လမ်း၊ လှိုင်မြို့နယ်	၃၀၀,၀၀၀
၅။	ဦးစံတင် + ဒေါ်ရင်မေ ၇၁၂၊ ကုန်းဘောင် (၁)လမ်း၊ (၆)ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပ။	၂၀၀,၀၀၀
၆။	ဦးတူး + ဒေါ်ဝင်းတင် မိသားစု အမှတ် ၈၂၉၊ ကျော်သူ (၂၄)လမ်း၊ (၉)ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပ။	၂၀၀,၀၀၀
၇။	ဦးကျော်ဆင့် + ဒေါ်ခင်သန်း၊ သမီး-ဘေးဘေး လမ်းမတော်။	၁၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

စဉ်	အမည်	အလှူငွေ (ကျပ်)
၉။	ဦးယုံစိန် + ဒေါ်သန်းဝင်း၊ မနီလာ၊ ကိုသူရမိသားစု မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၁၀၀,၀၀၀
၁၀။	ရှေ့နေ ဦးအေးကို မိသားစု	၁၀၀,၀၀၀
၁၁။	ဦးမောင်မောင်သန့် + ဒေါ်ကြီးမေ မိသားစု အမှတ် ၈၆၇၊ ကျော်ဇေယျာလမ်း၊ စဉ်ဦးရပ်ကွက်၊ အင်းစိန်မြို့။	၁၀၀,၀၀၀
၁၂။	ဦးတင်မောင် + ဒေါ်ရီ တိုက် ၆၀-၆၂၊ အခန်း ၂၀၁-A၊ ဗျိုင်းရေအိုးစင်လမ်း၊ တာမွေ။	၇၀,၀၀၀
၁၃။	ဦးရော်စွမ် + ဒေါ်ကျင်အေး မိသားစု ဈေးတန်း၊ ဘားအံမြို့၊ ကရင်ပြည်နယ်။	၅၀,၀၀၀
၁၄။	ဦးသန့်ဇော်ဦး + ဒေါ်အေးအေးကြူ မိသားစု အမှတ် ၂၂၊ သိမ်ကြီးလမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်။	၄၀,၀၀၀
၁၅။	မသူဇာ (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၃၀,၀၀၀
၁၆။	ဗိုလ်မှူးမြတ်ဌေးလင်း + ဒေါ်စုစုကို မိသားစု လှည်းတန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၃၀,၀၀၀
၁၇။	ဦးတင်ထွန်း + ဒေါ်နီ၊ သမီး-မသင်းသင်းနိုင် (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၂၀,၀၀၀
၁၈။	ဦးပญ္ဍိ မြစိမ်းတောင်တောရ (၁)၊ တိုက်ကြီး။	၁၀,၀၀၀
၁၉။	ကိုမောင်မောင် + မအေးအေးသင်း၊ သား-စိုင်းသီဟ၊ စိုင်းမင်းခန့်မိသားစု၊ သာကေတ	၁၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

စဉ်	အမည်	အလှူငွေ (ကျပ်)
၂၀။	ကိုနိုင် + မမိုးမိုးဆွေ ပုလဲမြို့သစ်၊ ရွှေပြည်သာ၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀,၀၀၀
၂၁။	ဦးခင်ဇော် + ဒေါ်အေးသင်း၊ သမီး–ခိုင်မြတ်ဝေ၊ သား–အောင်မြတ်ကျော်၊ ပုလဲမြို့သစ်၊ ရွှေပြည်သာ၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀,၀၀၀
၂၂။	မကေသီဝင်း (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၁၀,၀၀၀
၂၃။	အန်တီ မမြသောင်း (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၁၀,၀၀၀
၂၄။	ကိုစိုးမြင့်ထွန်း၊ ဗောဓိကုန်းရပ်ကွက်၊ တိုက်ကြီးမြို့	၁၀,၀၀၀
၂၅။	ဦးဟန်ဦးမိုး + ဒေါ်သင်းသင်းဇင် မိသားစု၊ ၂၀/၂၊ ယုဇနအိမ်ရာ၊ ဗညားဒလလမ်း။	၁၀,၀၀၀
၂၆။	ဒေါ်စန်းစန်းမြင့်နှင့် စိုက်ပျိုးရေးသူငယ်ချင်းများ	၁၀,၀၀၀
၂၇။	ဒေါ်စန်းစန်းမြင့်နှင့် တူ, တူမများ	၁၀,၀၀၀
၂၈။	ဒေါ်အေးမြချို မိသားစု၊ ၁၃၊ စုပေါင်းအိမ်ရာ၊ မြင်တော်သာလမ်း၊ ၁ / ထူပါရုံရပ်ကွက်၊ သာကေတမြို့နယ်။	၁၀,၀၀၀
၂၉။	ဒေါ်မြမြမိုး နှင့် ဒေါက်တာသင်းသင်း ညီအစ်မ လသာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀,၀၀၀
၃၀။	ကိုအောင်ဝင်း + မထွေးထွေး၊ သမီး–ဆုပြည့်စုံဝင်း၊ သား–အောင်ဇင်သူ၊ ၈၂၉၊ ကျော်သူ (၂၄)လမ်း၊ တောင်ဥက္ကလာပ။	၁၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

စဉ်	အမည်	အလှူငွေ (ကျပ်)
၃၁။	မောင်စိုးမြင့်ထွန်း တိုက်ကြီး။	၁၀,၀၀၀
၃၂။	ဗိုလ်ကြီး ကျော်စွာလှိုင် + ဒေါ်အိမ်ဖြူစင်	၁၀,၀၀၀
၃၃။	ဦးမြင့်နိုင် + မမိုးမိုး မိသားစု တောင်ကြီးမြို့။	၁၀,၀၀၀
၃၄။	ပရဟိတလူငယ်အဖွဲ့ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၇,၂၀၀
၃၅။	ဒေါ်ခင်စီ (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၅,၀၀၀
၃၆။	ဦးသာထွန်းအောင် + ဒေါ်မိုးမိုးမြင့် ချော်ကုန်းကျေးရွာ၊ ဖူးကြီး၊ မော်ဘီ။ (အ.ထ.က–ခွဲ၊ ဖူးကြီး)။	၅,၀၀၀
၃၇။	ဦးဝင်းအောင် + ဒေါ်ပပစိန်၊ သား–တင်ရွှမ်း ဘုရင့်နောင်၊ ချောင်းဝ၊ လှိုင်မြို့နယ်။	၅,၀၀၀
၃၈။	ဒေါ်ညွှန့်ညွှန့်အေး (၃)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၅,၀၀၀
၃၉။	မမြင့်မြင့်မာ နှင်းဆီမြိုင်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၅,၀၀၀
၄၀။	ဦးစံရွှေ+ဒေါ်ရွှေရီ၊ သမီး–မနန္ဒာဝင်း၊ မခင်မြတ်နိုး (၃)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၅,၀၀၀
၄၁။	မချိုနွယ်ဦး (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၅,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

စဉ်	အမည်	အလှူငွေ (ကျပ်)
၄၂။	ဒေါ်ခင်ငြိမ်း (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၅,၀၀၀
၄၃။	ဦးတင်ညွန့် + ဒေါ်ခင်ဆွေနွဲ. (၁)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၅,၀၀၀
၄၄။	ဦးကျော်ဝင်း + ဒေါ်ယဉ်လှိုင် ရွှေဝါထွန်း၊ တိုက်ကြီး။	၅,၀၀၀
၄၅။	ဒေါ်ခင်စန်းရှင် မိသားစု ၁၂၁၆ / ကန်သာယာ (၁)လမ်း၊ (၃၅)ရပ်ကွက်၊ မြောက်ဒဂုံ။	၅,၀၀၀
၄၆။	မသီတာလွင်	၃,၀၀၀
	(၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	
၄၇။	ဦးမြင့်သိန်း + ဒေါ်ခင်ပို မိသားစု (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၃,၀၀၀
၄၈။	ကိုကျော်ဇော်ဦး + မခင်ပြုံးထိုက် အောင်ကျော်ဇောဓတ်ပုံဆိုင်။	၃,၀၀၀
၄၉။	ဦးထွန်းမင်း + ဒေါ်သီတာဝင်း၊ သား–ဝင်းထွန်းဦး (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၃,၀၀၀
၅၀။	ဒေါ်ညွန့်စိန် မိသားစု မြစိမ်းတောင်တောရ (၁)။	၃,၀၀၀
၅၁။	ကိုတင်မျိုးသက် + မနန်းနေဇင်ဦး၊ သား–စိုင်းအွန်ဖ မဟာနွယ်ဇင်(ဖြဲ့ဂ)၊ အလယ်ရပ်ကွက်၊ မန္တလေးမြို့။	၂,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

စဉ်	အမည်	အလှူငွေ (ကျပ်)
၅၂။	ကိုဝဏ္ဏလွင် + မဝင်းလဲ့လဲ့ဝိုင်၊ သမီး–ရည်မွန်သူ (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၂,၀၀၀
၅၃။	ဦးနေဝင်း + ဒေါ်စုစုလွင်၊ သမီး–ဆုမြတ်နိုး (၃)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၂,၀၀၀
၅၄။	ကိုကုလားကြီး မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၂,၀၀၀
၅၅။	မနန္ဒာ၊ မစန္ဒာ၊ မမာလာသိုဏ် မြစိမ်းတောင်တောရ (၁)။	၂,၀၀၀
၅၆။	ကိုမြတ်ကျော်သူ + မမြင့်မြင့်အေး၊ သား–မြတ်ပုညကျော်၊ သန့်သုခကျော်၊ (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၁,၀၀၀
၅၇။	ဦးကြည်လွင် + ဒေါ်အုံးကျင်၊ (၂)ရပ်ကွက်၊ မြောင်းတကာ၊ မော်ဘီ။	၁,၀၀၀
၅၈။	နန်းခိုင်မြတ်ဝါ ဝန်ထမ်းကွက်သစ်၊ (၁)မိုင်၊ တိုက်ကြီးမြို့	၁,၀၀၀
၅၉။	ကိုဝင်းကို + မပြည့်ပြည့် ချမ်းသာကြီးကွမ်းယာ၊ စက်မှုဇုန်။	၁,၀၀၀

www.myaseintaung.net

http://www.dhammadownload.com

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်စာနေယျ

၏

ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေပြီး စာအုပ်များ

(၁) လွတ်မြောက်မှုချမ်းသာကို ရှာဖွေခြင်း

(၂) စိတ်ကိုဆုံးမ ချမ်းသာရ

(၃) သောတာပန်ဆိုတာ ဒီလိုပါ

(၄) အနေတတ်၍ အသေမြတ်ရန်နည်းလမ်း

(၅) ဝေဒနာရှုနည်း

(၆) ကြောင်းကျိုးသိက ကျိုးများလှ နှင့်
စသုံးလုံးရှုမှတ်နည်း

(၇) သစ္စာဝါဒ၏ အနှစ်သာရ

(၈) မိတ်ဆွေသုံးဦး

http://www.dhammadownload.com

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျ
ဟောကြားတော်မူသော တရားတော်စာအုပ်များ
ရရှိနိုင်သော နေရာဌာနများ

(၁) ဦးတူး
အမှတ် ၈၂၉၊ ကျော်သူ (၂၄) လမ်း၊ (၉) ရပ်ကွက်၊
တောင်ဥက္ကလာပ။
ဖုန်း ၀၁-၈၅၀၀၁၉၀

(၂) ဦးမျိုးအောင်
၁၂၅၊ တတိယထပ်၊ ၁၈ လမ်း၊ လသာမြို့နယ်။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၈၇၁၉

(၃) ဦးခင်မောင်ငွေ
၆၁၊ အိမ်ကြီးလမ်း၊ ရေကျော်၊ ပုဇွန်တောင်
ဖုန်း ၀၁-၂၉၈၁၆၇

(၄) ကိုမျိုး
အလင်းတန်း တရားရွေးနှင့် စာပေဖြန့်ချိရေး၊
ဆိုင်အမှတ် I-9, ယုဇနပလာဇာ၊
ဖုန်း ၀၉-၅၀၅၃၂၃၄

(၅) ဦးသန့်ကော်ဦး
မိုးဝင်းပုံနှိပ်တိုက်၊ ၂၂၊ သိမ်ကြီးလမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်
ဖုန်း ၀၁-၇၃၀၆၅၅၂၇, ၀၉-၅၁၂၄၈၈၇

(၆) ရတနာ့ဝါဒီစာအုပ်ဆိုင်၊
၁၁၊ ရွှေတိုဝုံဘုရားတောင်ဘက် ဈေးတော်ရုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၈၀၇၂, ၀၉-၅၀၂၉၈၂၆

http://www.dhammadownload.com