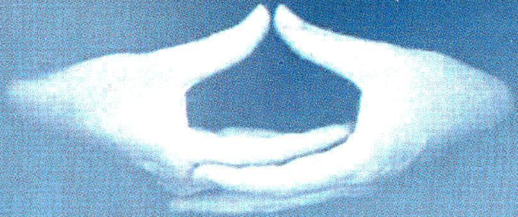
http://www.dhammadownload.com

လောကဓမ်ကို ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ စွမ်းအားများ



သာမဏေကျော်

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

အဖုံးနှင့် ● ဒေါင်သုခ

အတွင်း ပုံနှိပ်၊ စာအုပ်ချုပ်၊
Riso၊ မိတ္တူနှင့်
စက္ကူရောင်းဝယ်ရေးလုပ်ငန်း။

အုပ်ရေ ● ၂၀၀၀

တန်ဖိုး ● ၁၅၀ ကျပ်

ထုတ်ဝေသူ ● ဦးလှဝင်း(၁၃၈၂)
သာမဏေကျော်စာပေ

ဖြန့်ချိရေး

သာမဏေကျော်စာပေ
သာမဏေကျော်မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်
(လော်ကားဥယျာဉ်အနီး)မှော်ဘီမြို့နယ်၊
ရန်ကုန်တိုင်း။ ဖုန်း၀၁-၇၀၉၆၈၀၊ ၀၉-၇၃၀၈၂၃၆၉

http://www.dhammadownload.com

တော၏ ဘုရင်

ယုန်ကလေးကို နိုင်ရုံမျှဖြင့် ခြင်္သေ့ကို တော၏ ဘုရင်ဟု ဆိုချင်ကြမည် မဟုတ်။ ဆင်, ကျား တို့လို အကောင်ကြီးကြီးတို့ကို နိုင်အောင် လုပ်နိုင်မှ တော၏ ဘုရင်ဟု သမုတ်ချင်ကြပေမည်။

အသေးအမွှားလောကဓမ်တို့ကို ခံနိုင်ရည် ရှိရုံမျှဖြင့် အာဇာနည်ဟု ချီးမွမ်းကြမည် မဟုတ်။ ကြီးကြီးမားမား အပြင်းစားလောကဓမ်တို့ကို ခံနိုင်မှသာ အာဇာနည်ဟု ကောင်းချီးသြဘာ ပေးကြပေလိမ့်မည်။

တိုး၍ တိုး၍

တိုး၍ တိုး၍ ဆိုးလာသော လောကဓမ်တို့ကို သတ္တိတွေ တိုး၍ တိုး၍ ရင်ဆိုင်ပါ။ လျော့၍ လျော့၍ ပျော့၍ ပျော့၍ ရင်မဆိုင်ပါနှင့်။

http://www.dhammadownload.com

အာဇာနည်

အုံ့ညြဖွယ်ကောင်းလောက်အောင် တစ်မျိုးပြီး တစ်မျိုး တိုး၍ တိုး၍ ဆိုးလာသော လောကဓံ တို့ကြောင့် သင်သည် ကျရှုံးမှုတို့ကို ရယူမည် လော။ အောင်မြင်မှုတို့ကို ရယူမည်လော။ အာဇာနည်တို့သည် အောင်မြင်မှုကို ရယူကြမြဲ ဖြစ်၏။

အဆိုးဆုံး

အဆိုးလောကဓံကို အဆိုးဆုံး ခံဖူးမှသာ အ ရင့်ကျက်ဆုံး အရည်အသွေးကောင်းကို ရနိုင် သည်။

မယိုင်လဲက

လောကဓံအတွန်းအတိုက်တွေ မုန်တိုင်းထန် ချင်သလောက် ထန်နေပါစေ။ စိတ်ဓာတ် မယိုင်လဲပါက အောင်ပွဲခံရမည်သာ။

http://www.dhammadownload.com

အောင့်မှ

အောင့်သင့်တဲ့နေရာမှာ အောင့်မှပဲ ကောင်းကျိုးရစမြဲ။

ပုတ်ပါစေ၊ လုပ်ပါလေ

လောကဓမ်လှိုင်းတွေ ဘယ်လောက်ပဲ ပုတ်ပုတ်, ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်ဖို့ပါပဲ။

ဘောလုံး

'ငါ့ဘဝက ဘောလုံးလိုပဲ၊ ပုတ်လေ မြင့်လေ' တဲ့။ အမရပူရမြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီးက မိန့်တော်မူခဲ့၏။ ကျေနပ်စရာ ကောင်းလိုက်တာ။ အားကျစရာ ကောင်းလိုက်တာ။

ခေါင်းထုပြီးမှ

ဘုန်းကြီးကို ခေါင်းထုပြီးမှ နောင်တရခြင်းထက် မထုခင်က ရှုဆင်ခြင်နိုင်မှုသာ မြတ်နိုးစရာ ဖြစ်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ရန်သူ

ပြင်ပရန်သူတွေထက် ကိုယ့်အတွင်းက လောဘစသော ရန်သူတွေကို ပိုပြီး ကြောက်ရမယ်။ ပြင်ပရန်သူကို ဂရုမစိုက်ဘဲ အတွင်းရန်သူကို ဂရုစိုက်ရမယ်။ အတွင်းရန်သူက ပိုပြီး ဒုက္ခပေးတတ်လို့ပါပဲ။

ဘဝဗိသုကာ

အေးချမ်းသော စိတ်ကလေးတွေသည် အေးချမ်းသော ဘဝကို တည်ဆောက်ပေးသည်။

မုန်တိုင်း

ပြင်းထန်စွာ တိုက်ခိုက်လာသော လောကဓမ်၏ မုန်တိုင်းတို့သည် တည်ငြိမ်အေးချမ်းသော စိတ်ထားပိုင်ရှင်ကို မတုန်လှုပ်စေနိုင်ကုန်။

ဗုဒ္ဓ

အကောင်းဆုံး စိတ်ထားအားလုံးကို ပိုင်ဆိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို 'ဗုဒ္ဓ = ဘုရား' ဟု ခေါ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

အေးအေးချမ်းချမ်း

ကိုယ့်စိတ်လေးကို တရားရှုမှတ်မှု သတိပဋ္ဌာန်ဖြင့်ဖြစ်စေ, ဘုရားဂုဏ်တော်တွေကို အာရုံပြုမှု ဗုဒ္ဓါနုဿတိဖြင့်ဖြစ်စေ, မေတ္တာပွားမှုဖြင့်ဖြစ်စေ,မရဏဿတိ စသော ဘာဝနာတစ်ခုခုဖြင့်ဖြစ်စေ, အေးချမ်းတည်ငြိမ်နေအောင် အထပ်ထပ် လေ့ကျင့်, လေ့ကျင့်ပေးရင် အရာရာကို အေးအေးချမ်းချမ်း, တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်, ချမ်းချမ်းသာသာ, ရွှင်ရွှင်ပျပျနဲ့ ရင်ဆိုင်နိုင်သွားပါလိမ့်မယ်။

မာရ်နတ်

ဘုရားရှင်တိုင်း ဘုရားဖြစ်ခါနီးမှာ မာရ်နတ်နှောက်ယှက်ခံရတာဟာ ဓမ္မတာပါပဲ။

နှောက်ယှက်ခံရလေလေ အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်နဲ့နီးလေလေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အာရုံပြု ကြည်ညို

ဘုရားရှင်သည် အကောင်းဆုံးစိတ်ထားပိုင်ရှင် ဖြစ်ပါ၏။ ဘုရားရှင်၏ စိတ်ထားတို့ကို အာရုံပြု ကြည်ညိုကာ အတုယူကျင့်သုံးပါလျှင် စိတ်ထားကောင်းသူ ဖြစ်လာမှာ သေချာပါ၏။

စိတ်ကောင်းလေး

ဘယ်လောက်ပဲ ဂုဏ်ဒြပ်တွေ ကြီးကျယ်ကြီးကျယ်, ဘယ်လောက်ပဲ အရှိန်အဝါတွေ ကြီးကျယ်ကြီးကျယ် စိတ်ကောင်းလေး မရှိရင်တော့ အချည်းနှီးပါပဲ။

အကူအညီ

စိတ်ကောင်းလေးသည် မိဘ, ဆွေမျိုးတွေ အကူအညီပေးနိုင်တာထက် ပိုလွန်ကာ အကူအညီ ပေးတတ်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

မွေးမြူရမယ့် စိတ်ထား

'စိတ်ကောင်းမရှိသူတွေထဲမှာ ငါဟာ
စိတ်ကောင်းရှိသူ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားမည်။
စိတ်ကောင်းနဲ့ အဆင့်မြင့်နေရာသို့
တက်လှမ်းမည်။'
ဤသို့သော စိတ်ထားကို မွေးမြူရပါ၏။

ပန်း + မစင်

စိတ်ကောင်းရှိသူကို လူတွေက မွှေးကြိုင်
သည့် ပန်းလေးပမာ ချစ်ခင်ကြ၏။
စိတ်ထားမကောင်းသူကို လူတွေက မစင်ပမာ
ရွံမုန်းကြပါ၏။
**ပန်းလေးလို မြတ်နိုးစရာ စိတ်ကောင်းပိုင်ရှင်
ဖြစ်သင့်ပါ၏။**
မစင်လို စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ် စိတ်ညံ့ပိုင်ရှင် မ
ဖြစ်သင့်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

နေရာတကာမှာ

စိတ်ကောင်းလေး, စိတ်မြတ်လေးတွေကို နေရာတကာမှာ မွေးမြူမွေးမြူကြည့်ပါ။

စိတ်ကောင်းလေးတွေမှ

သိစရာအားလုံးကို သိနိုင်သော အရည်အသွေးသည် အကောင်းဆုံး, အဆင့်အမြင့်ဆုံး စိတ်အရည်အသွေး ဖြစ်ပါ၏။

သူတစ်ပါးစိတ်ကို သိနိုင်သော စွမ်းရည်, မြေလျှိုး မိုးပျံနိုင်သော စွမ်းရည်, ရေပေါ် လမ်းလျှောက်သွားနိုင်သော စွမ်းရည်, အတိတ်ဘဝတွေကို ပြန်အောက်မေ့နိုင်သော စွမ်းရည်, အနာဂတ်ဘဝတွေကို လှမ်းအောက်မေ့နိုင်သော စွမ်းရည် စသော စိတ်စွမ်းရည် အထူးတို့သည် စိတ်ကောင်းလေးတွေများစွာမှ ပေါက်ဖွားလာခြင်း ဖြစ်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

မလုပ်ချင်တာ လုပ်မှ

သူတစ်ပါး မလုပ်ချင်သော အလုပ်ကောင်းကို လုပ်နိုင်မှ သူတစ်ပါး မရနိုင်သော ကောင်းကျိုးတို့ကို ရနိုင်သည်။

ငါဟာ ပဋမ

အများစုပေါင်းပြီး အလုပ်လုပ်ရာ၌ 'အဟံ ပဋမံ, အဟံ ပဋမံ = ငါဟာ ပဋမ၊ ငါဟာ ပဋမ' လို့ နှလုံးသွင်းကာ ဦးစွာ ပြုလုပ်သူသည် အကျိုးရရာ၌လည်း ပဋမတန်းစား အကျိုးကို ရရှိပါပေ၏။

အကြောင်းကြောင့် အကျိုး

သူများ မထားနိုင်တဲ့ စိတ်ကောင်းလေးကို ထားရှိနိုင်ပါလျှင် သူများ မရရှိနိုင်သော ကောင်းကျိုးတွေကို ရရှိပါလိမ့်မည်။

http://www.dhammadownload.com

အုတ်

အုတ်တိုက်တစ်လုံးကို အုတ်ခဲပေါင်းများစွာဖြင့် တည်ဆောက်ရ၏။

အောင်မြင်မှုတစ်ခုကို ဇွဲပေါင်းများစွာဖြင့် တည်ဆောက်ရ၏။

ဇွဲ

အခက်အခဲသည် ဇွဲကို အကဲစမ်းသောအရာ ဖြစ်၏။

တကယ့်ဇွဲကို အခက်အခဲမှန်သမျှ ဆလံတင်ကြရ၏။

တီထွင်မှု

တီထွင်မှုတစ်ခုသည် မအောင်မြင်ခင် လူအများအမြင်တွင် အမှိုက်အသွင်တည်း၊ တန်ဖိုးမဲ့နေတတ်၏။

အောင်မြင်သွားသောအခါ ရွှေထက်မက တန်ဖိုးကြီးမားသွားလေတော့၏။

http://www.dhammadownload.com

မြေကြီးနဲ့ မိုးပေါ်မှာ

တီထွင်မှုတစ်ခုသည် မအောင်မြင်ခင် မြေကြီးမှာ ပြားနေအောင် ဝပ်နေရရှာ၏။ အောင်မြင်သွားသောအခါ မိုးပေါ်မှာ အလံတလူလူ ထူနေပါတော့သည်။

ဖျာ

စနစ်သစ်, စနစ်ကောင်းတစ်ခုသည် အောင်မြင်မှု သရဖူ မဆောင်းနိုင်သေးသမျှ အထုအထောင်း, အတွန်းအထိုး, အကန်အကြောက်, အရှုံ့အမဲ့ တို့ကို ခံယူရပေဦးမည်။ သရဖူဆောင်းနိုင်လျှင်မူကား ဖျာလိုလိပ်၍ ထိပ်ပေါ်တင်ထားကြပေလိမ့်မည်။

ဖူးဖူး မှုတ်

မအောင်မြင်ခင် ကဲ့ရဲ့ရှုံ့ချအပြစ်တင်တတ်ကြသော်လည်း အောင်မြင်လာသောအခါ၌မူ ထိုသူတို့ကပင် ဖူးဖူးမှုတ်ကြပြန်လေ၏။ ဩော်--လောက။ လောက။

http://www.dhammadownload.com

အရေးကြီး, မကြီး

လောကကြီးက မိုးမွှန်အောင်, မောအောင် အပြစ်တွေ ပြောနေကြပါစေ၊ အရေးမကြီးပါ၊ ဂရုစိုက်စရာ မလိုပါ။ အရေးကြီးတာက ကိုယ့်မှာ အပြစ်ကင်းအောင် နေဖို့ပါပဲ။

ကျေးဇူးရှင်

အပြစ်မြင်ပြီး အပြစ်တင်နေကြသူတို့ကြောင့် သင့်ကြိုးစားမှုတွေ ပိုမို တိုးပွားကာ အောင်ပွဲတွေခံနေရလျှင် ထိုသူတို့ကို ကျေးဇူးရှင်တွေဟု ရှုမြင်သင့်သည်။

အလင်းတန်းလေး

ကိုယ့်အပေါ် မကောင်းမြင်, အပြစ်ပြောပြီး နေကြသူတွေထဲမှာ အကောင်းမြင်ပြီး အပြစ်မတင်သူကား အမှောင်ထုကြီးထဲက အလင်းတန်းလေးသဖွယ် ဖြစ်နေပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

သရဖူ

သင့်ဘဝ ပျက်စီးရာပျက်စီးကြောင်းတွေကို **အမျိုးမျိုးအဖုံဖုံ နည်းမျိုးစုံအောင် လုပ်ဆောင်** နေကြသူတွေကို သူတော်ကောင်းသတ္တိဖြင့် အနိုင်ယူစမ်းပါ။ အောင်မြင်မှု သရဖူကို ဆောင်းရပါလိမ့်မည်။

မွှေးကြိုင်

မလိုလားသူတွေက အပုပ်ချနေကြသော်လည်း ကိုယ့်အလုပ်ကို စွဲမြဲစွာ မှန်မှန် လုပ်နေသူသည် သင်းပျံ့မွှေးကြိုင် ရနံ့ လှိုင်နေပါသည်။

မှန်ပါစေ

သင့်လုပ်ရပ်သာ မှန်ပါစေ၊ သင့်အပေါ် အပြောများ, အမြင်များတို့သည် အမြန်ပဲ အမှန်ပဲ ငုတ်လျှိုးချုပ်ကွယ် သွားကြပါလိမ့်မည်။

http://www.dhammadownload.com

ကြက်ပျောက် ငှက်ပျောက်

လုပ်ရပ် မှန်၍ သတ္တိရှိသူကို အတိုက်အခိုက် တို့သည် ကြာကြာ ရင်မဆိုင်ရဲကြပါ။
မကြာခင်ပင် ကြက်ပျောက် ငှက်ပျောက် ပျောက်ကွယ်သွားကြပါလေ၏။

အနိစ္စ

ကဲ့ရဲ့တာလဲ အနိစ္စ၊ ချီးမွမ်းတာလဲ အနိစ္စ၊ ဆိုးတာလဲ အနိစ္စ၊ ကောင်းတာလဲ အနိစ္စ၊ အားလုံး အားလုံး အနိစ္စ။

မဆိုင်

မဆိုင်သလို နေရင် မဆိုင်ဘဲ ဖြစ်သွားတတ်သည်။

အကဲစမ်း

လောကဓမ်တို့သည် သင့်ရဲ့ အစွမ်းသတ္တိကို အကဲစမ်းတတ်ကြပါ၏။
အစွမ်းသတ္တိရှိသူတို့ကား လောကဓမ်ကို စိန်ခေါ်ရဲကြပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ကျီစားတတ်

သင့်သတ္တိ ညံ့လေမလားလို့ လောကဓံတွေက စမ်းသပ်ကာ ပြောင်လှောင်ကျီစားတတ်ကြပါ၏။ မျက်လုံး ပြူးပြဲပြီးလည်း ခြောက်လှန့်တတ်ကြပါ၏။ သင် သတ္တိကောင်းလျှင် ဟား မပြောင်လှောင်, မကျီစားရဲကြတော့၊ မခြောက်လှန့်ရဲကြတော့ပါ။

အထု အထောင်း

လောကဓံရဲ့ အထုအထောင်းကို ကောင်းကောင်းကြီး ခံနိုင်သူသည် လောကအောင်ပွဲ အလီလီကို ဆင်နွှဲရမည် ဖြစ်၏။

လေပြေ

မုန်တိုင်းထန်ပြီးလျှင် လေပြေလေညှင်း လာသလို အဆိုးလောကဓံတွေ လာပြီးလျှင် အကောင်းလောကဓံတွေလည်း လာကြစမြဲပင်။

စကားလေး

ပညာမဲ့သူတွေရဲ့ စကားခွန်းပေါင်း တစ်သိန်း၊ တစ်သန်းထက် ပညာရှိသူတော်ကောင်းရဲ့ စကားလေးတစ်ခွန်းက အဆပေါင်း တစ်သိန်း၊ တစ်သန်းမက သာလွန်မြင့်မြတ်လှပါ၏။

တစ်ခွန်း၏ စွမ်းအား

စကားလေးတစ်ခွန်းကြောင့် ဘဝခရီးလမ်း ဖြောင့်တန်းပြီး ပန်းတိုင် ရောက်သွားသည်လည်း ရှိ၏။

စကားလေးတစ်ခွန်းကြောင့် ဘဝခရီးလမ်း တိမ်းစောင်းသွားပြီး ပန်းတိုင် ပျောက်သွားသည်လည်း ရှိ၏။

စကားလေးတစ်ခွန်း၏ စွမ်းအားကား ကြီးမားလှပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ပန်းတိုင်

ကိုယ့်ကို လက်မြှောက်, ဒူးထောက်အောင် ဝိုင်း၍ လောကကြီးက လုပ်ကြသော်လည်း လက် မမြှောက်, ဒူး မထောက်ဘဲ ရဲစွမ်း သတ္တိအပြည့်နဲ့ ခရီးလမ်း ဆက်လက်လျှောက် လှမ်းပါမှ ကိုယ့်ကို ပန်းတိုင်က လှိုက်လှဲစွာ ကြိုဆိုနေမည်သာ။

လမ်းသစ်

လမ်းသစ်သည် တို၍ လိုရာကို လျင်မြန်စွာ ရောက်စေနိုင်သည် မှန်သော်လည်း အခက် အခဲ, အတားအဆီး, အပိတ်အဆို့တို့ ဝိုင်းရံ ခ၍ နေတတ်ပါ၏။ လမ်းသစ်၏ တန်ဖိုး, အ ကျိုးကို သိမြင်နားလည်သူတို့ တစ်စတစ်စ တိုးလာကာ လမ်းသစ်ပေါ်မှာ လူတွေ ကြိတ် ကြိတ်တိုးကာ အလုအယက် လျှောက်လှမ်း လာကြပါလိမ့်မည်။ ထိုအချိန်ကာလသည် မ ဝေးတော့ပါ။

http://www.dhammadownload.com

နှစ်ကျပ်

'ဘုန်းကြီးတို့ကို တစ်ကျပ်ဖိုး လှူရင် ဘုန်းကြီးတို့က နှစ်ကျပ်ဖိုး အလုပ်လုပ်ရမယ်' တဲ့။ အမရပူရမြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီးက မိန့်တော်မူခဲ့၏။ ဘယ်လောက် ကောင်းလိုက်ပါသလဲ။

နောက်တန်း

လိုချင်မက်မောမှုကို ရှေ့တန်းတင်သူတို့သည် ကျေးဇူးရှင်တို့၏ ကျေးဇူးတို့ကို ရှေ့ တန်းမထားနိုင်ကြဘဲ နောက်တန်းသို့ ပို့ထားကြပါလေ၏။

မိဘမေတ္တာ

သားသမီးက မိဘကို စိတ်ဆင်းရဲအောင် ဘယ်လောက်ပဲ လုပ်လုပ်၊ မိဘကတော့ သားသမီးကို စိတ်ချမ်းသာစေချင်နေတာပဲ။ အံ့သြစရာ မိဘမေတ္တာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကြိုးပွားမှု

ကြောင့်ကြမှ ကြီးပွားသည်။

ရဲရင့်သူ

ဝီရိယရှိမှ ဝီရ ဖြစ်တယ်။ ဝီရဆိုတာ ရဲရင့်သူပဲ။ ကြိုးစားမှု, လုံ့လ, ဝီရိယရှိမှ ရဲရင့်တယ်။ မရှိရင် ရွံ့တယ်။

ကြိုးစားမှု

သင့်ရဲ့ ကြိုးစားမှုက သင်တစ်ဦးရဲ့ တစ်ဘဝတာအတွက် အားကိုးလောက်သလား၊ အခြားသူတစ်ဦးတစ်ယောက်အတွက်ပါ အားကိုးလောက်သလား၊ အခြားသူ (၁၀) (၁၀၀) စသည်အတွက်ပါ အားကိုးလောက်သလား၊ လူသားအားလုံးရဲ့ အားကိုးရာကော ဖြစ်လောက်ပါသလား၊ ဘယ်လောက်အားကိုးရတဲ့ ဝီရိယပါလဲ။

http://www.dhammadownload.com

အစွမ်း

မမြင်နိုင်သော စွမ်းအားတို့ကား လက်မခံ၍ မရလောက်အောင် အစွမ်းပြတတ်ကြပါ၏။

တစ်စတစ်စ

အစွမ်းအစကို တစ်စတစ်စ သိလာကြသူတို့သည် တစ်စတစ်စ တိုး၍ တိုး၍ အားကိုးလာကြ၏။ မြတ်နိုးလာကြ၏။ တန်ဖိုးထားလာကြ၏။ အလေးပြုလာကြ၏။

လေးစားမှု

အချိန်ကို မလေးစားရင် လောကလူအများရဲ့ လေးစားခြင်းကို မခံယူရ။
အချိန်ကို လေးစားမှ လောကလူအများရဲ့ လေးစားခြင်းကို ခံယူရသည်။

အတိုအစ

အချိန်အတိုအစလေးတွေကို အောင်မြင်ကျော်ကြားသူတို့က အကျိုးရှိအောင် အသုံးချတတ်ကြသည်။

http://www.dhammadownload.com

အအိပ်မက်လို့

အအိပ်မက်လို့ အောက်ကျခဲ့တာ များလှပါပြီ။

နှမြောမှု

အချိန်ကို မနှမြောရင် လောကလူသားတို့ရဲ့
နှမြောတသမှုကို မခံယူရ။
အချိန်ကို နှမြောမှ လောကလူသားတို့ရဲ့
နှမြောတသမှုကို ခံယူရသည်။

ရွှေ

ကိုယ့်အလုပ်၌ စိတ်ကို မမြှုပ်နှံနိုင်သူတို့သည် သူတစ်ပါးကို ကဲ့ရဲ့သဂြိုဟ် အပြစ်ဆိုခြင်း, အပြစ်ရှာခြင်းတို့ဖြင့် ရွှေပမာ အချိန်တို့ကို အမှိုက်ပမာ အလဟဿ ဖြုန်းတီးနေကြလေ၏။
ကိုယ့်အလုပ်၌ စိတ်ကို မြှုပ်နှံထားသူတို့ကား ကိုယ့်အလုပ်ပြီးမြောက်ရေးကိုသာ ဂရုစိုက်ကြလေ၏။ အချိန်ကို ရွှေပမာ တန်ဖိုးထားကြလေ၏။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ရှည်ပါ

စိတ်ရှည်ခြင်းသည် များသော ပြဿနာကို နည်းသွားစေ၏။ နည်းသော ပြဿနာကို ပျောက်သွားစေပါ၏။

တစ်ဝက်

စိတ်အေးအေးထား၍ ပြဿနာကို ဖြေရှင်းနိုင်ရင် မဖြေရှင်းခင်က တစ်ဝက် ပြေလည်သွားနှင့်လေ၏။

ရှင်းမှ ရှင်း

ပြဿနာတို့ကို စိတ်ရှုပ်ရှုပ်ဖြင့် ရှင်းလျှင် ပို၍ ရှုပ်လာတတ်ပါ၏။ စိတ်ရှင်းရှင်း, စိတ်ရှည်ရှည်, စိတ်အေးအေးဖြင့် ရှင်းလျှင် ရှင်းသွားကြပါ၏။ ရှင်းမှ ရှင်းပါ၏။

ရှည်မှ ရှင်း

စိတ်ရှုပ်စရာ တွေ့လျှင် စိတ်ရှည်မှ ရှင်းပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

အေးချမ်းစွာ

အပြစ်ပေါ်လာရင် အပြစ်ပြောမနေဘဲ ကြောင်းကျိုးပြကာ ပြောပြတတ်ပါလျှင် အေးချမ်းစွာ ပြေငြိမ်းပြီး ပျောက်သွားလေ၏။

အစွမ်းအစ

စာဖတ်တတ်ပါလျက် စာတွေကို မဖတ်သူသည် စာမဖတ်တတ်သူနှင့် တူသွားတော့၏။

နားကြားပါလျက် နားမထောင်တတ်သူသည် နားမကြားသူနှင့် တူသွားတော့၏။

မျက်စိမြင်ပါလျက် မကြည့်တတ်သူသည် မျက်ကန်းနှင့် တူသွားတော့၏။

အသိဉာဏ်ရှိပါလျက် မတွေးသူသည် ဉာဏ်မရှိသူနှင့် တူသွားတော့၏။

ရှိတဲ့ အစွမ်းအစကို အသုံးချမှသာ အသုံးကျသော အစွမ်းအစ ဖြစ်သွားရပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

ဝတ်ရင်

အစာကို ဝတ်သလောက် စာကို ဝတ်ရင် စာ တတ်ကို တတ်ပါ၏။

စာ

မရ-မရဲ, ရမှ ရဲ, ရဲရန် ရရမည်။

မပြန်ရင် ပြန်သည်

စာကို ကိုယ်က မပြန်ရင် စာက ကိုယ့်ထံမှ ပြန်သွားသည်။

အံ့သြဖွယ်

ကိုယ့်ထံမှ အခွင့်အရေးကိုသာ ယူလိုကြပြီး ကိုယ့်ကို အကူအညီပေးဖို့မူ မသိချင်ယောင် ဆောင်တတ်သူတွေ လောကကြီးမှာ ရှိကြပါ လေ၏။ အံ့သြဖွယ်ပါပေ။

ခွေးလောက်မှ

ကိုယ့်မှာ အခက်အခဲကြုံလာတဲ့အခါ ကိုယ် မွေးထားတဲ့ ခွေးလောက်မှ အားကိုးမရတဲ့ လူ တွေကို ဘာကြောင့် အားကိုးရပါအံ့နည်း။

http://www.dhammadownload.com

ရဲရဲကြီး

ပညာမဲ့သူတွေ ရာထောင်မက မိုးမွှန်အောင် ချီးမွှမ်းနေကြပါစေ။ ပညာရှိတစ်ယောက် ကဲ့ရဲ့ခံရလျှင်ကား ထိုအမှုကို သတိပြု၍ ပြုပြင်ရမည်သာ။

ပညာမဲ့သူတွေ ရာထောင်မက ကဲ့ရဲ့နေကြပါစေ၊ ပညာရှိတစ်ယောက် ချီးမွှမ်းခံရလျှင်ကား ထိုအမှုကို ရဲရဲကြီး ဆက်လုပ်ရပါမည်။

စူးရှသူ

ပရိသတ် အခြေအရံတွေ များပြီး လူတွေ အထင်ကြီးသော ဂုဏ်တွေ ရရှိနေမှ လူအများက အောင်မြင်သည်ဟု ယူဆတတ်ကြသော်လည်း အမြင်စူးရှစွာ မြင်တတ်သူတို့ကား အရေအတွက်ထက် အရေအသွေးကိုသာ တန်ဖိုးထားတတ်ကြပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

အရည်အသွေး

အခက်အခဲတို့ကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရမှသာ အရည်အသွေးသည် ပေါ်လွင်ရစမြဲ ဖြစ်ပါ၏။

စွန့်လွှတ်

ကိုယ့်ကျိုးကို မစွန့်လွှတ်နိုင်သူကို ကောင်းကျိုးတို့က စွန့်လွှတ် ထွက်ခွာ သွားတတ်ကြလေသည်။

ဩဇာ

ဩဇာအာဏာသုံးလွန်းသူသည် ဩဇာဖြုန်းသဖြင့် ဩဇာ သုဉ်းသွားတတ်လေသည်။

ဆရာ

ဆရာမလုပ်တတ်သူတို့သည် ဆရာလုပ်လွန်းချင်တတ်ကြလေ၏။

http://www.dhammadownload.com

အထင်

မကောင်းဘူးဟု ထင်နေသော အရာသည် ကောင်းနေတတ်၏။ ကောင်းမည်ဟု ထင်ရသော အရာသည်လည်း မကောင်းဖြစ်နေတတ်၏။ အထင်သည် အထင်မျှသာ၊ အမှန်မဟုတ်ပါ။

မျက်ကန်း

အဖြစ်မှန်အတိုင်း မသိရသေးလျှင် မကောင်းကိုလည်း အကောင်းထင်တတ်၏။ အကောင်းကိုလည်း မကောင်းထင်တတ်သည်။ မျက်ကန်းပမာတည်း။

အမှောင် အလင်း

အမှန်ကို မသိမှု မောဟအမှောင် လွှမ်းနေသမျှ အမှန် သိမှု အလင်းရောင် ကွယ်ပျောက်နေရသည်သာ။

အမှောင် ရောက်ရင် အလင်းပျောက်ရစမြဲပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အမှန်အတိုင်း

မတည်မြဲသည့်အရာကို တည်မြဲသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆထားလျှင် မတည်မြဲမှုကို ကိုယ်တိုင်မြင်တွေ့လာရသောအခါ စိတ်မသက်မသာဖြစ်ရတတ်သည်။ မတည်မြဲဟု အမှန်အတိုင်းယူဆထားလျှင်ကား စိတ်သက်သာရာ ရပေသည်။

မြွေပွေးနှင့် ရေမြွေ

ရေမြွေပွေးကို ရေမြွေထင်၍ သွားကိုင်လျှင်ဒုက္ခ အကြီးအကျယ် ရောက်ရလိမ့်မည်။ မြွေပွေးလိုလူကို ရေမြွေလိုလူ ထင်ကာ သွားပြုမူလျှင်လည်း ထိုနည်းတူပင်တည်း။

အချိန်အခါ

လောကကြီးမှာ မြွေပွေးလို ပြုမူရသည့်အချိန်အခါ ရှိသလို ရေမြွေလို ပြုမူရသည့်အချိန်အခါလည်း ရှိပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

မြှုပ်သွား

သူတစ်ပါးကို မြှုပ်သွားစေချင်သူဟာ သူတစ်ပါး မြှုပ်မသွားဘဲ ကိုယ်သာ မြှုပ်သွားတတ်လေ၏။

ဖောချင်း သောချင်း

သူ့ကို ညှိုးမှိန်သေးသိမ်သွားစေဖို့ ကြိုးစားကြသော်လည်း သူက မညှိုးမှိန်, မသေးသိမ်ဘဲ တောက်ပကြီးကျယ်လာသည့်အခါ ထိုကြိုးစားသူတို့မှာ အကုသိုလ်တွေကို ဖောချင်း သောချင်း ဝယ်ယူနေကြလေ၏။

စေတနာဆိုး

သူတစ်ပါးအား ဒုက္ခရောက်စေလိုသော စေတနာဆိုးသည် ကိုယ့်အား ဆိုးသွမ်းသော အကျိုးအမျိုးမျိုး ပြန်၍ ပေးတတ်သည်ကို လူတို့ သတိမမူဘဲ ရှိနေတတ်ကြ၏။

ကိုယ့်စေတနာသည် ကိုယ့်ထံ ပြန်လာတတ်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

အပူ, အပုတ်

ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အပူ, အပုတ်တွေများနေလျှင် ခန္ဓာကိုယ် မပေ့ါပါး မသွက်လက်။
စိတ်ထဲမှာ အပူ, အပူတွေ များနေလျှင်လည်း စိတ်မပေ့ါပါး မသွက်လက်။

စိတ်

ကောင်းသောအလုပ်၌ မြုပ်နှစ်နိုင်သော စိတ်သည် ကောင်းကျိုးအမျိုးမျိုးတို့ကို တနင့်တပိုး သယ်ပိုးလာလေ၏။
ကောင်းဆိုးလောကဓမ်တို့ကို မဖြုံပါပေ။ မမှုပါပေ။

ခွေး

ခွေးသည် ရှူးရှူးတိုက်ပေးတိုင်း ဟောင်တတ်, ကိုက်တတ်၏။ ပညာမဲ့သူသည်လည်း ရှူးရှူးတိုက်ပေးတိုင်း ဟောင်တတ်, ကိုက်တတ်လေ၏။

http://www.dhammadownload.com

အစီစီ အရီရီ

လူ့လောကကြီးအား ဒီနည်းနဲ့ ကျေးဇူးပြုလို့ မရသေးရင် ကျေးဇူးပြုလို့ ရသော အခြားနည်းလမ်းတွေ လောကကြီးမှာ ရှိနေကြပါသေးသည်။

ကျေးဇူးပြုလိုသော စိတ်ဓာတ် မပျောက်ကွယ်သေးသမျှ နည်းလမ်းတို့သည် အသစ်သစ် အစီစီ အရီရီ ထွက်ပေါ်လာကြမည်သာ။

အရောင်ဆိုးခြင်း

ပညာမရှိသူတို့၏ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါသည် ပတ်ဝန်းကျင်က ဆိုးပေးသော အရောင်အလိုက် လှုပခြင်း, အကျည်းတန်ခြင်းသို့ ရောက်သွားတတ်ပါ၏။

ပညာရှိသူတို့၏ သဒ္ဓါသည်ကား ပတ်ဝန်းကျင်က ဆိုးပေးသော အရောင်နောက် မလိုက်၊ ပင်ကိုယ်အတိုင်းပင် လှပတောက်ပနေသည်။

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်သေးရုပ်

အသိဉာဏ်ရှိသူသည် ကြိုးဆွဲတိုင်း ကတတ်သော ရုပ်သေးရုပ် မလုပ်။

အသိဉာဏ်မရှိသူ လူမိုက်တို့သည် ရုပ်သေးရုပ်လိုလူကို နှစ်ခြိုက်ကြည်ဖြူတတ်ကြလေ၏။

သာမဏေကျော်

သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်၊
လှော်ကားဥယျာဉ်အနီး၊
မှော်ဘီမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်တိုင်း။