http://www.dhammadownload.com

ကမ္ဘာ့အလင်း ...
သာသနာ့အလင်းဆိုတာ ?

ပဏ္ဍိတာရာမ
ရွှေတောင်ကုန်းသာသနာ့ရိပ်သာ
ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

ပဏ္ဍိတာရာမ
ရွှေတောင်ကုန်းသာသနာ့ရိပ်သာ
ဆရာတော်

၏

ကမ္ဘာအလင်း .....
သာသနာ့အလင်းဆိုတာ ?

သာသနာနှစ်	မြန်မာနှစ်	ခရစ်နှစ်
၂၅၅၂	၁၃၇၀	၂၀၀၈

http://www.dhammadownload.com

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် : ၃၂၀၆၂၇၁၁၀၈

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် : ၃၂၀၉၉၈၁၂၀၈

ပုံနှိပ်သူ : ဒေါ်ခင်အေးမော် (၀၆၀၂၄)
ဂုဏ်သီရိပုံနှိပ်တိုက်
၇၈၊ ပတ္တမြားလမ်းသွယ်(၁)၊
ရတနာအိမ်ရာ၊ သာကေတ။
ဖုန်း - ၀၉၅၀၀၂၅၇၅

ထုတ်ဝေသူ : ဦးကျော်ဟင်း
ယုံကြည်ချက်စာပေ
အမှတ် (၁၁၁)၊ ၃၃လမ်း၊
ကျောက်တံတား၊ ရန်ကုန်မြို့။

အုပ်ရေ : ၃၀၀၀

တန်ဖိုး : ဓမ္မဒါန

အကြိမ် : ပထမအကြိမ်
၂၀၀၈ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

၁။	မျက်နှာမငယ်ဖို့ရာ	၂
၂။	ပါရမီမြောက်သည့် ဒါနကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့ရာ	၅
၃။	ကိုယ့်စေတနာ ကိုယ်ပြန်အကျိုးပေး	၇
၄။	တနာညာတာပြီး မကောင်းမှုတွေရှောင်ကြဉ်ပါ	၈
၅။	ကိုယ်နှုတ်ပဲ ယဉ်ကျေးပါသေးတယ်	၉
၆။	လုံးချာလည်နေတဲ့စိတ်	၁၀
၇။	လုံးချာမလည်ဖို့ရာ (စိတ်ကိုထိန်းချုပ်နိုင်ဖို့ရာ)	၁၁
၈။	လူကြီးလူကောင်းဆန်တဲ့စိတ်	၁၂
၉။	တည်ငြိမ်ပြီး ကြည်လာတဲ့အခါ	၁၃
၁၀။	ပေါ်ပျောက်-ဆင်းရဲ	၁၃
၁၁။	ဆိုးကွက်တွေချည်း မြင်နေသောအခါ	၁၄
၁၂။	သေချာတဲ့ ဘဝအလှ	၁၆
၁၃။	သုံးငါ့ခွဲက မနယ်ဖို့ရာ	၁၇
၁၄။	သိမ်ကိုအရေးကြီးတဲ့ ကမ္ဘာသကတာသမှာဒိဋ္ဌ	၁၈
၁၅။	ဖြစ်ပြီးပျက်သွားတဲ့ဟာ ဘယ်လိုအကျိုးပေးမှာလဲ	၂၀
၁၆။	အရှိန်နဲ့သတ္တိ	၂၀
၁၇။	သတ္တိနစ်ကို မြှုပ်နှံထားခဲ့	၂၃
၁၈။	ကမ္ဘာ့အလင်းတတ်ကြီး	၂၅
၁၉။	အပါယ်နဲ့ လမ်းခွဲလိုက်တာပါ	၂၆
၂၀။	ကံလမ်းဆိုတာ	၂၇
၂၀။	ဈာန်လမ်းဆိုတာ	၂၈

http://www.dhammadownload.com

၂၂။ ဉာဏ်လမ်းကို လိုက်ကြရမယ် ၂၉
၂၃။ ကမ္ဘာ့လူဦးရေနှင့် ရုပ်နာမ်သိတဲ့လူဦးရေ ၃၀
၂၄။ အရင်းမရှုံးစေနှင့် ၃၁
၂၅။ အရင်းပဲပြန်ရမယ်ဆိုရင် ၃၂
၂၆။ အစွဲပြုတ်ဂန့် လိုက်ရမည့်လမ်း ၃၃
၂၇။ တရားအားမထုတ်သေးဘူးဆိုရင် ၃၄
၂၈။ ရုပ်နှင့်နာမ် ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်ပုံ ၃၅
၂၉။ မဆိုင်တဲ့အကြောင်းက မဆိုင်တဲ့အကျိုးကိုမပေးနိုင် ၃၇
၃၀။ ပထမသာသနာ့အလင်းမှသည်
စတုတ္ထသာသနာ့အလင်းသို့ ၃၈
၃၁။ ကမ္ဘာ့အလင်းကွယ်ပျောက်လေသော် ၄၁
၃၂။ ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့် မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ဖို့ရာ ၄၄
၃၃။ သတိပဋ္ဌာန်အကျိုး (၇) မျိုး ၄၆
၃၄။ ဒီဘဝမှာ တရားထူးရဖို့ရာ ၄၇
၃၅။ နတ်ထက် လူကသာ ၄၈
၃၆။ လူ့လောကဟာ **Junction** ကြီး ၄၉
၃၇။ နတ်တို့၏မှာတမ်းတော် သုံးခွန်း ၅၀
၃၈။ ပါရမီဖြည့်ဖို့ရာ လူ့ဘဝဟာအကောင်းဆုံး ၅၁
၃၉။ ဘယ်လောက်များ ရဲရင့်ကြပါသတုံး ၅၂
၄၀။ သဒ္ဓါ ပညာ ရှိရမှာ ၅၄
၄၁။ ဉာဏ်အစစ်ဖြစ်မှ သဒ္ဓါအစစ်ဖြစ် ၅၅
၄၂။ ခန်းခြောက်သော်လည်း မပျက်တော့သည့်သဒ္ဓါ ၅၇
၄၃။ သဒ္ဓါခိုင်တာ အရိယာမှ ၅၉
၄၄။ ဘေးဆိုးကြီးများ လက်မဦးမီ ၆၀

http://www.dhammadownload.com

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

"မျက်နှာမငယ်ရန်၊ ချမ်းသာ မကွယ်ရန်၊ လုံးချာမလည်ရန်၊ သုံးငါးစွဲကမနှယ်ရန်" ခေါင်းစဉ်လေးနဲ့ ဆရာမြတ်တို့ရဲ့ညွှန်ကြားချက်အရ တရားနည်းနည်းပြောပါမယ်။

ဘုန်းကြီးများ လူရယ်လို့ဖြစ်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် လူ့ဘဝက အစ အစဉ်ချောမွေ့ဖို့ အဆင်တန်ဆာသဖွယ် အပြစ်ကင်း ကောင်းကျိုးရ ကုသိုလ်တရားတွေကို အမျိုးမျိုး ပြုကြတယ်။ အဲဒီကုသိုလ်တရားတွေဟာ ဒါနကုသိုလ်လည်း ရှိတယ်။ သီလကုသိုလ်လည်း ရှိတယ်။ သမထဘာဝနာကုသိုလ်လည်း ရှိတယ်။ ဝိပဿနာဘာဝနာကုသိုလ်လည်း ရှိတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မျက်နှာမငယ်ဖို့ရာ

အဲဒီကုသိုလ်လေးမျိုးထဲက ဒါနကုသိုလ်ဆိုတာ ပစ္စည်းလိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ကိုယ်ကဖြည့်ပေးလိုက်ရတော့ သူတို့မှာ ပြည့်စုံသွားတယ်။ ပြည့်စုံစေချင်တဲ့ မချို့ငဲ့စေချင်တဲ့ မေတ္တာ, ကရုဏာထားပြီး စေတနာနဲ့ လှူဒါန်းတော့ တစ်ဖက်သားပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပြည့်စုံသွားရင် ကိုယ်ချမ်းသာ စိတ်ချမ်းသာရှိတယ်။ အဲဒီဟာကို ကိုယ်ကလည်းပဲ ကျေနပ်တယ်။

အဲဒီလို မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ အခြေခံတည်တဲ့ ဒါနကုသိုလ်မျိုးဖြစ်ဖို့ရာအတွက် လှုံ့ဆော်တိုက်တွန်းပေးတဲ့ စေတနာလေးတွေ ပါသွားတယ်။ အဲဒီစေတနာလေးတွေနဲ့အတူ တစ်ခြားတစ်ခြား စေတသိက်တရားတွေလည်း ပါသွားတယ်။ လောဘရဲ့ဆန့်ကျင်ဘက် အလောဘ၊ ဒေါသရဲ့ဆန့်ကျင်ဘက် အဒေါသ၊ ဉာဏ်ယှဉ်ပြီးတော့ အလုပ်လုပ်တော့ မောဟရဲ့ဆန့်ကျင်ဘက် အမောဟတွေ ပါသွားတယ်။ ကျိုးနွံတဲ့စိတ်သဘောက ကြီးနေတော့ မာနလည်း ကင်းသွားတယ်။ သူပြည့်စုံတဲ့ဟာ ကိုယ်လိုပြည့်စုံစေချင်တဲ့ သဘောမျိုးကို ကိုယ်ကကျေနပ်တော့ ဝမ်းသာတဲ့မုဒိတာတရားတွေလည်း ပါသွားတယ်။ ဒီလိုလုပ်တဲ့အလုပ်ဟာ ကောင်း

http://www.dhammadownload.com

မြတ်တဲ့အလုပ်ပဲလို့ အယူအဆကလည်း မှန်နေတာဖြစ်တော့ အယူအသလွဲတာတွေလည်း ကင်းသွားတယ်။

ဒီနည်းနဲ့ပဲ မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ ဗြဟ္မစိုရ်တရားအရင်းခံပြီးတော့ ပြုရတဲ့ကုသိုလ်ဟာ လောဘဒေါသအစရှိတဲ့ အညစ်အကြေးတွေ ကင်းဝေးစင်ကြယ်ပြီးတော့ သန့်ရှင်းတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ "စေ့ဆော်သန့်ရှင်း၊ အပြစ်ကင်း၍၊ ကောင်းမြင်းသုခ၊ ကျိုးပေးက၊ ကုသလမင်္ဂလာ" လို့ ဆိုရိုးပြုပါတယ်။ အဲဒီကုသိုလ်ဟာ သူတစ်ထူးပြည့်စုံစေချင်တဲ့ မေတ္တာ၊ မရှိုငဲ့စေချင်တဲ့ ကရုဏာ အရင်းထားပြီးတော့ ဆောင်ရွက်လို့ပြည့်စုံတဲ့ဟာကို ဝမ်းသာတတ်တဲ့စိတ်ထားလေး သူတော်ကောင်း စိတ်ထားလေး အဲဒါလေးလည်းပဲ ထိုက်တန်သလောက် ဖြစ်သွားပါတယ်။ အဲဒီ စိတ်ထားလေးနဲ့ယှဉ်တွဲပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့စေတနာလေး၊ အဲဒါလေးက တစ်ဖွားဖွားဖြစ်တယ်။ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီစေတနာလေးက နောက်နောက်ဘဝ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝတွေမှာ ဘောဂသမ္ပတ္တိခေါ်တဲ့ စားဝတ်နေရေးပြေလည်မှု အဲဒါတွေရတယ်။ မိမိနဲ့ မိမိအမှီပြုနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ စားဝတ်နေရေး ပြေလည်တယ်ဆိုရင် မျက်နှာမငယ်ရဘူးပေါ့။ စားဝတ်နေရေး မပြေလည်လို့ရှိရင် လူ့လောကမှာ သိပ်မျက်နှာ

http://www.dhammadownload.com

ငယ်ရတာ။

ဒီတော့ လူထဲက လူတွေဆိုတော့ လူမှုရေးအကူအညီပေးဖို့ရာ တာဝန်ရှိကြတာပဲ။ လူမှုရေးအကူအညီပေးဖို့ရန် အခွင့်ကြုံလာတဲ့အခါ ကိုယ်က မပေးနိုင်ဘူး။ မပေးနိုင်လို့ရှိရင် မျက်နှာငယ်ရတယ်။ ဘာသာရေး သာသနာရေးနဲ့ပတ်သက်လာတဲ့အခါ တတ်နိုင်သမျှ အကူအညီပေးဖို့ရာ အခွင့်ကြုံလာလို့ရှိရင်လည်း ကိုယ်က မပေးနိုင်တဲ့အခါမှာ ဒါလည်း မျက်နှာငယ်ရတာပဲ။ အဲဒီမျက်နှာငယ်ရတာဟာ အခြေခံဘဝမပြည့်စုံမှု, ဘဝမလှပမှု ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုမျက်နှာမငယ်ရအောင် ဒါနကုသိုလ်က ဖန်တီးပေးတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ လူဟာ ဘဝတိုင်းဘဝတိုင်း စားဝတ်နေရေး ပြေလည်ပြီးတော့ မျက်နှာမငယ်ရဖို့, လူမှုရေးအကူအညီပေးနိုင်ပြီး မျက်နှာမငယ်ရဖို့, ပြီးတော့ ဘာသာရေး သာသနာရေးမှာ ကိုယ့်အတိုင်းအတာနဲ့ကိုယ် အကူအညီပေးပြီးတော့ မျက်နှာမငယ်ရဖို့ရာ ဒါနကုသိုလ်ဆိုတာ ပြုရပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ပါရမီမြောက်သည့် ဒါနကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့ရာ

အဲဒီ ဒါနကုသိုလ်ပြုတဲ့အခါမှာ ပါရမီမြောက် ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ပါရမီမြောက်ဆိုတာက ကိုယ်ကျိုးနဲ့နဲ့မှမငဲ့ဘဲနဲ့ အများချမ်းသာစေဖို့ရန်၊ တကယ်လို့ ကိုယ်ကျိုးငဲ့တောင်မှ ဘဝဆင်းရဲမှလွတ် မြောက်ရေး ဒါပဲ မျှော်ရှုထားရပါတယ်။ အများအကျိုး ရှိဖို့နဲ့ ဘဝလွတ်မြောက်ရေးရည်မျှော်ပြီးတော့ ပြုလုပ်တဲ့ အမှုအရာကလေးကို ကြည့်ပြီးတော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တော်ပါပေတယ်လို့ သိရတာမို့လို့ မြင့်မြတ်သောပုဂ္ဂိုလ် ရဲ့အဖြစ်လို့ ဒီလိုပါရမီဆိုတဲ့ပုဒ်ကို အမိပ္ပါယ်ဖေါ်ထား ပါတယ်။ ညံ့တဲ့, သိပ်မရင့်ကျက်သေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များ ကတော့ ကုသိုလ်ကိုတောင်မှ ကိုယ်ကျိုးရှိမှ ပြုလုပ် ချင်ကြတယ်။ ဘဝလွတ်မြောက်ရေးထက် လောကီ ကောင်းကျိုးချမ်းသာနဲ့ နာမည်ကြီးဖို့ကိုသာ အလေး ထားကြတာ။ ဒီတော့ ပါရမီမြောက်ပြုလုပ်ရတဲ့ကုသိုလ် ဆိုတာ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့အရာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ ထင်ရှားတယ်။

ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့အရာလည်းဆိုတော့ ဘဝတွေပေါ်မှာ ငြီးငွေ့ပြီးတော့ အများပေါ်မှာပြည့်စုံ စေချင်တဲ့ မေတ္တာ၊ မချို့ငဲ့စေချင်တဲ့ ကရုဏာ၊ တစ်နည်း

http://www.dhammadownload.com

ချို့ငဲ့မှုကို ပယ်ရှားလိုတဲ့ကရုဏာ ထားပြီးတော့ ဆောင်ရွက်ကြတဲ့ သူတော်သူမြတ်တို့ရဲ့အလုပ်၊ သူတော်သူမြတ်တို့ရဲ့အရာလို့ ဒီလိုလဲပဲ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုတယ်။ အဲဒီ ဒါနပါရမီမြောက်, အဲဒီ ဒါနကုသိုလ်ဟာ ပါရမီမြောက် ဖြစ်ရမယ်။ အဲဒီလို ပါရမီမြောက်ဖြစ်တဲ့ ဒါနကုသိုလ်မျိုးဆိုရင် အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ရောက်တဲ့ အထိ အကျိုးရတတ်ပါတယ်။ သာပြီးတော့ မျက်နှာမငယ်ဖို့ ရန်လည်းပဲ လေးနက်ပြီးတော့ ပိုပြီးတော့ ခိုင်မာသွားတတ်ပါတယ်။ ဒီဘဝရရှိထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အဖို့ အခြေခံဘဝ အဆင်တန်ဆာတစ်ခုပါပဲ။

လူ့ဘဝချမ်းသာ မပျောက်ကွယ်ဖို့, မျက်နှာမငယ်ဖို့လိုအပ်သလို ထို့အတူပဲ ချမ်းသာမကွယ်ဖို့လည်းပဲ လိုအပ်ပါတယ်။ အဲဒီချမ်းသာမကွယ်ဖို့ဆိုတာက ခုလူ့ဘဝချမ်းသာပေါ့လေ။ လူ့ဘဝချမ်းသာဟာ တိရစ္ဆာန်လိုဘဝမျိုးထောက်လို့ရှိရင် အင်မတန်ကို ချမ်းသာတာပါပဲ။ အသိရှိတဲ့ ဆင်ခြင်တုံမြော်မြင်တုံနဲ့ပြည့်စုံတဲ့ဘဝမျိုးပါ။ အင်မတန်ကောင်းတာ။ လူလူချင်းတောင်မှ တူတာမှမဟုတ်ပဲ။ အင်မတန်ကောင်းတဲ့ လူ့ဘဝချမ်းသာ။ လူ့ဘဝချမ်းသာမပျောက်ကွယ်ဖို့ ဆိုတာ သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ ပိုးကောင်မွှားကောင်လေးတွေကအစ စာနာစိတ်အပြည့်အဝထားပြီးတော့ ညှာညှာ

http://www.dhammadownload.com

တာတာနဲ့ ညှင်းဆဲမှုသတ်ဖြတ်မှုတွေကို ရှောင်ကြဉ် ရတာ။

စာနာစိတ်ဆိုတာက တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ညှဉ်းဆဲဖို့, သတ်ဖြတ်ဖို့ အခွင့်ကြုံလာလို့ရှိရင် အဲဒီ အညှဉ်းဆဲ အသတ်ဖြတ်ခံပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့နေရာမှာ မိမိနေ ကြည့်လို့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်မခံနိုင်ဘူးဆိုလို့ရှိရင်တော့ အဲဒါ မတရားဘူး၊ မတရားဘူးမှန်းသိသွားတယ်။ မတရားဘူးမှန်းသိသွားတော့ စာနာစိတ်ရှိတယ်။ ငါ ကိုယ်တိုင်ခံရရင် ဒီလိုဟာမျိုး ဒီလိုအဖြစ်ဆိုးမျိုးနဲ့ ကြုံ ရလို့ရှိရင် မခံနိုင်ဘူးဆိုတာကို အဲဒီစာနာစိတ် အပြည့် အဝထားပြီးတော့ ရှောင်ကြဉ်ရတာဟာ တရားပဲ။

ကိုယ့်စေတနာ ကိုယ့်ပြန်အကျိုးပေး

သူတစ်ပါးပစ္စည်း မတရားယူတာ, ကိုယ်မပိုင် တဲ့ကာမကိစ္စတွေ မှောက်မှားတာ, လိမ်ညာတာ, စသည် ပေါ့လေ။ ဒီလိုမတရားမှုတွေ စာနာစိတ်ထားပြီးတော့ မရှောင်ကြဉ်လိုက်လို့ရှိရင် ဒီလို မရှောင်ကြဉ်တဲ့အတွက် စာနာစိတ်ကင်းမဲ့ပြီးတော့ မရှောင်ကြဉ်ခြင်းကြောင့် ခုန ကာယကံ, ဝစီကံတွေ တစ်ဖက်စွန်းရောက်ပြီးတော့ လွန်လွန်ကျူးကျူးတွေ ဖြစ်သွားတယ်။ တစ်ဖက်သား တွေမှာ အများကြီး ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲကြတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့

http://www.dhammadownload.com

ဆိုးဝါးတဲ့အပြုအမူကြောင့် တစ်ဖက်သားပုဂ္ဂိုလ် ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲဖြစ်သွားတာဟာ သူ့ချမ်းသာ ပျောက် ကွယ်သွားတာ။ နဂိုရှိရင်းစွဲချမ်းသာ ပျောက်ကွယ်သွားတာ။ ဘယ်သူက လုပ်ပစ်လိုက်တာလဲ ---

သူ့ရဲ့ဆိုးဝါးတဲ့အပြုအမူက လုပ်ပစ်လိုက်တာ။ အဲဒီလို သူတစ်ထူး ချမ်းသာပျောက်ကွယ်ရန်လုပ်တော့ ကိုယ့်ရဲ့စေတနာက ကိုယ့်ကို ပြန်ပြီးတော့ အကျိုးပေးတယ်။ လက်ငင်းလဲပဲ အကျိုးပေးနိုင်တယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပြန်ပြီးတော့ စဉ်းစားမိတဲ့အခါမှာ လူကောင်းတစ်ယောက်အနေနဲ့ မမြင်ဘူး။ လူဆိုးတစ်ယောက်အနေနဲ့ မြင်တယ်။ လူဆိုးတစ်ယောက်အနေနဲ့မြင်သမျှ ဘယ်တော့မှ စိတ်ချမ်းသာမှု မရဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကျေနပ်ဘူးဖြစ်တာပဲ။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေရဲ့ အထင်အမြင်သေးခံရတယ်။ ဒါလဲမသက်သာဘူး။

စာနာညာတာပြီး
မကောင်းမှုတွေ ရှောင်ကြဉ်ပါ

လောကဥပဒေက ခွင့်မပြုတဲ့ဟာတွေ သွားပြီး ကျူးလွန်မိလို့ရှိရင် မင်းမှုမင်းဒဏ်ခံရတာပေါ့။ အစိုးရအပြစ်ဒဏ်ခံရတာပေါ့။ ကောင်းရင်စံ ဆိုးရင်ခံရမှာပဲ ဆိုတဲ့ ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ လက်ကိုင်မရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်

http://www.dhammadownload.com

ဟာ မတည့်တာစားတော့ ဆိုး၀ါးတာတွေဖြစ်သလိုပေါ့။ ဆိုး၀ါးတဲ့အပြစ်တွေရဖို့ ဒါကတော့ သေချာတယ်။ အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင် သူ့မှာ အသက်ရှင်နေတဲ့ကာလမှာရော နောင်တမလွန်မှာရော အခုရရှိထားတဲ့ အင်မတန်တန်ဖိုးကြီးတဲ့လူ့ဘ၀ ပျောက်ဆုံးသွားတယ်။ ပျောက်ကွယ်သွားတယ်။ အဲဒီလို လူ့ဘ၀မပျောက်ကွယ်ဖို့ရန် အတွက် စာနာစိတ်အပြည့်အ၀ထားပြီးတော့ ညှာညှာတာတာနဲ့ မတရားမှုတွေကို လူသားပီပီ ရှောင်ကြဉ်လို့ရှိရင် လူ့ချမ်းသာမကွယ်ဘူး။ လူ့ချမ်းသာမကွယ်တာ ကိုယ့်အတွက် ဘ၀အဆင်တန်ဆာ၊ တကယ်လိုအပ်တဲ့ ဘ၀အဆင်တန်ဆာပဲ၊ ဒါဟာအင်မတန်ကောင်းတယ်။ ဒါနက မျက်နှာမငယ်ရအောင်, သီလက ချမ်းသာ မကွယ်ရအောင် ဖန်တီးပေးတယ်။ ဒါတွေဟာ ကိုယ့်အတွက် သိပ်ကောင်းတယ်။

ကိုယ်နဲ့နှုတ်ပဲ ယဉ်ကျေးပါသေးတယ်

ဒါနဲ့ ပြီးပြီလားဆိုတော့ မပြီးသေးပါဘူး။ သီလကတော့ မလုပ်ကောင်း မပြောကောင်းတဲ့ မတရားမှုတွေက စာနာစိတ်ထားပြီးတော့ လူသားပီပီ ရှောင်ကြဉ်လို့ ကိုယ်,နှုတ် ဒီနှစ်မျိုးပဲ စင်ကြယ်သွားသေးတယ်။ ကိုယ်,နှုတ် ဒီနှစ်မျိုးပဲ ယဉ်ကျေးပါသေး

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ ကိုယ်အမူအရာကောင်း၊ နှုတ်အပြောအဆို ကောင်း ဒါလောက်ပဲ ရပါသေးတယ်။ ဒါပေမယ်လို့ အခါအားလျော်စွာ လောဘဖြစ်စရာ၊ ဒေါသဖြစ်စရာ တွေနဲ့ကြုံကြိုက်ရင် ကာယကံမြောက် ဝစီကံမြောက် မဖြစ်တောင်မှ စိတ်ထဲကတော့ လောဘတွေ အတိုင်း အဆမရှိ ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒေါသတွေလည်း အတိုင်း အဆမရှိ ဖြစ်နိုင်တယ်။ မိုက်မဲမှုတွေလည်း အတိုင်း အဆမရှိ ဖြစ်နိုင်တယ်။ နောက်ပြီးတော့ မာန်မာန ကြီးတာ၊ သူများကောင်းစားတာ မနာလိုတာ၊ ကိုယ်လို မကောင်းစားစေချင်တာ၊ အယူအဆတွေလွဲတာ၊ စသည်ပေါ့လေ။ အဲဒီလို လောဘအစရှိတဲ့ တရားဆိုး တွေ စိတ်အစဉ်ဝင်နေရင် အဲဒီစိတ်ဟာ အထက်တန်း ကျတဲ့ စိတ်မဟုတ်ဘူး။ အထက်တန်းကျတဲ့ မြင့်မြတ်တဲ့ စိတ်မဟုတ်ဘူး။ ယုတ်ညံ့တဲ့စိတ်ပဲ။ သန့်ရှင်းတဲ့စိတ် မဟုတ်ဘူး။ မသန့်ရှင်းတဲ့စိတ် ဖြစ်တယ်။

လုံးချာလည်နေတဲ့စိတ်

အဲဒီလို စိတ်ညစ်ထေးအောင် နိမ့်ကျအောင် မသန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်တတ်တဲ့ သဘောတရားတွေ ကင်းကွာသွားဖို့ရန် လိုအပ်ပါတယ်။ သူတို့ရှိနေသေး သရွေ့တော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့စိတ်ဟာ ကိုယ်လိုတဲ့ဆီမှာ

http://www.dhammadownload.com

ထိန်းချုပ်ကွပ်ကဲမှု မရှိဘဲနဲ့နေရတော့ ရောက်ချင်ရာ ရောက် သွားချင်ရာသွား တေချင်တိုင်းတေ လေချင်တိုင်း လေ ပွေချင်တိုင်းပွေတာပဲ။ လောဘအလိုလိုက်ပြီးတော့ တေတာ, လေတာ၊ ဒေါသအလိုလိုက်ပြီးတော့ လေ တာ, တေတာ စသည်ဖြစ်နိုင်တယ်။ အထက်ပိုင်း ကုန်း စောင်းနိမ့်လျှောက ဘောလုံးကို လိမ့်ချလိုက်သလို စိတ်ဟာ လုံးချာလည်နေတာပဲ။ စိတ်လုံးချာလည်လို့ ရှိရင် နောင်ကျူးလွန်စရာအကြောင်းနဲ့ ကြုံကြိုက်ရင် စိတ်မထိန်းနိုင်တော့ ကာယကံမြောက် ဝစီကံမြောက် တစ်ဖက်စွန်းရောက်လေတော့ လွန်လွန်ကျူးကျူးလည်း ဖြစ်တတ်တယ်။

လုံးချာမလည်ဖို့ရာ (စိတ်ကိုထိန်းချုပ်နိုင်ဖို့ရာ)

ဒီတော့ ကာယကံမြောက် ဝစီကံမြောက် လွန် လွန်ကျူးကျူးမဖြစ်ဖို့ ပိုပြီးတော့ လေးနက်ဖို့ရန် အတွက် စိတ်ကို ထိန်းချုပ်ပေးဖို့ နည်းတစ်ခု ဒီမှာ လို လာတယ်။ အဲဒါကတော့ သမာဓိဘာဝနာခေါ်တယ်။ သမာဓိဘာဝနာကတော့ ဘုရား,တရား,သံဃာ ရတနာ မြတ်သုံးပါး ဂုဏ်တော်တွေကို အာရုံပြုတာ၊ မေတ္တာ ပွားတာ၊ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီမှာကတော့ သတိပဋ္ဌာန် ဘာဝနာ အရင်းတည်ပြီးတော့ ပြပါတယ်။ ကိုယ်ထဲမှာ

http://www.dhammadownload.com

စိတ်စိုက်၊ လက်ငင်းပေါ်တဲ့အာရုံနဲ့ ကိုက်အောင်လို့ စိတ်အားစိုက် ချိန်သားကိုက်ပြီးတော့ အမြဲမပြတ် စွဲမြဲစွာ ရှုမှတ်ပြီးနေရပါတယ်။ ရှုမှတ်ရတဲ့အာရုံပေါ်မှာ စိတ်ကလေးဟာ စိုက်ကျနေတယ်။ နောက်နောက် အသစ်ပေါ်တဲ့အာရုံလေးတွေလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။ အထူး ကြောင့်ကြထားပြီးတော့ စွဲမြဲစွာ ရှုတော့ ရှုမိတဲ့ အာရုံမှာ စိတ်ကလေး စိုက်ကျနေတယ်။

လူကြီးလူကောင်းဆန်တဲ့စိတ်

စိုက်ကျတိုင်း စိုက်ကျတိုင်း အဲဒီစိတ်ကလေးမှာ လိုချင်တဲ့လောဘမပါဘူး။ ဟိုဟာလိုချင် ဒီဟာလိုချင်, ဟိုဟာမြင်ချင် ဒီဟာမြင်ချင် လောဘမပါဘူး။ လောဘ ကင်းသွားတယ်။ လောဘကင်းသွားတယ်ဆိုတာ သန့် ရှင်းတဲ့ စိတ်ကလေးပဲ။ မြင့်မြတ်တဲ့ စိတ်ကလေး ဖြစ်သွားတယ်။ လူကြီးလူကောင်းဆန်တဲ့ စိတ်ကလေး ဖြစ်သွားတယ်။ လောဘမပါသလို ဒေါသလည်း မပါ ဘူး။ မာန်မာန ဣဿာ မစ္ဆရိယ ဒါတွေလည်း မပါဘူး။ ဒီလိုလုပ်ရတာ ကောင်းမြတ်တဲ့အလုပ်ပဲဆိုတာ အယူ အဆကလည်းပဲမှန်နေတော့ လွဲမှားတဲ့အယူအဆလည်း ပဲ မရှိဘူး။ အဲဒီလို အညစ်အကြေးတွေ ကင်းပြီးတော့ သန့်ရှင်းတဲ့စိတ်ကလေး ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီစိတ်

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းလေး တိုးတက်လာတာ၊ အဲဒီ စိတ်ကောင်းလေး တွေတိုးတက်အောင်လို့ ဆောင်ရွက်နိုင်လို့ စိတ်ကောင်း လေးတွေဟာ အရှိန်ရပြီးတော့ စွမ်းအားပြည့်လာလို့ ရှိရင် မိမိရဲ့စိတ်ကလေးဟာ လုံးချာမလည်တော့ပဲနဲ့ တည်ငြိမ်တဲ့အနေမျိုး ရောက်သွားတယ်။ ဒါလည်းဘဲ ဘဝအဆင်တန်ဆာတစ်ခုပါပဲ။

တည်ပြီး ကြည်လာတဲ့အခါ

တည်ပြီးတော့ ငြိမ်လာလို့ရှိရင် စိတ်ဟာ ထူး ထူးခြားခြား ကြည်လာတယ်။ ကြည်လာတဲ့အခါကျ တော့ ရုပ်နာမ်သဘောတရားတွေကို အခြေခံကစပြီး တော့ သိလာတယ်၊ အကြောင်းအကျိုး သဘောမှန်တွေ သိလာတယ်။ သူတို့ရဲ့မမြဲပုံလေးတွေ ပေါ်ပေါ်ပြီးတော့ ပျောက်ပျောက်သွားပုံလေးတွေ ဒါလေးတွေ သိလာ တယ်။

ပေါ် - ပျောက် - ဆင်းရဲ

ပေါ်ပြီးတော့ ပျောက်သွားပုံကလေးတွေကို သိနေတော့ ခဏပေါ်ပြီးတော့ ခဏချင်းပဲ သေသေ သွားတာလေး တွေ့နေရတယ်။ နဂိုက အဲဒီလိုအဖြစ် မသိရလို့ မသိခဲ့ရတဲ့အတွက် မာန်မာနတွေ ထူးထူး

http://www.dhammadownload.com

ခြားခြားဖြစ်တတ်တယ်။ အဲဒါလေးတွေ တွေ့တွေ့နေရတော့ ရုတ်တရက်ပေါ် ရုတ်တရက်ပျောက်ပျောက်သွားတာ တွေ့နေရတော့ မာန်မာနတွေ ကျသွားတယ်။ မာန်မာနတွေ ကင်းသွားတယ်။ မာန်မာနတွေ အစွဲတွေ ဖိစီးနှိပ်စက်မှုက လွတ်သွားတယ်။ သိပ်ကောင်းတယ်။

ပြီးတော့ ပေါ်ပြီးပျောက်သွားတဲ့ ဒီပျောက်သွားတဲ့တရားလေးတွေဟာလည်းပဲ ပျောက်ပြီးတော့ နောက်ထပ်ပေါ်မလာလို့ရှိရင်တော့ ပြတ်ပြီ ရပ်ပြီပေါ့။ ဒါပေမဲ့လို့ နောက်ထပ်လည်း ပေါ်ပေါ်နေတာပဲ။ အကြောင်းအားလျော်စွာ ပေါ်ပေါ်နေတာပဲ။ ကိုယ်အလိုမရှိတဲ့ဟာလည်းပဲ ပေါ်နေတာပဲ။ ကိုယ်အလိုရှိတဲ့အတိုင်းလည်းပဲ ပေါ်ချင်မှပေါ်မှာ၊ ကိုယ်အလိုမရှိပေမယ့်လို့လည်း ပေါ်ချင်ပေါ်နေတာပဲ။ ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက်နဲ့ ဆင်းရဲတဲ့သဘောလေးတွေ ဒါလေးတွေ သိလာတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့်တော့ ကိုယ်ထဲမှာ အတွေ့ဆိုးတာ, အခံဆိုးတာ, အနေခက်တာလေးတွေ သိလာတယ်။

ဆိုးကွက်တွေချည်း မြင်နေသောအခါ

သိလာတော့ တစ်ကိုယ်လုံး တစ်ကောင်လုံးဟာ ကောင်းကွက်မမြင်တော့ဘူး။ အဆိုးတွေချည်းပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

ဆိုးကွက်တွေချည်းပဲ မြင်နေတာ။ ကောင်းကွက်တွေ မြင်နေလို့ရှိရင် ကောင်းတာလို့ ထင်မှတ်ပြီးတော့ သာယာမက်မောမှုက မဆုံးဘူး။ ဆိုးကွက်တွေချည်း မြင်နေတော့ ကောင်းကွက်မြင်မှုဖြစ်နိုင်တဲ့ သာယာမှု တဏှာဟာ စွဲလမ်းမှုဥပါဒါန်ဟာ အဲဒီမှာ တစ်ခါတည်း ကင်းသွားတယ်။ တဏှာစွဲကင်းသွားတယ်။ အဲဒီ အစွဲ အလမ်းတွေ ကင်းနေတော့ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ဖြစ်ရ တာ သိပ်ကောင်းတယ်။

ပြီးတော့ ဒါလေးတွေ ကိုယ်က အလိုရှိလို့ ဖြစ် နေတာမဟုတ်၊ သူ့သဘောအတိုင်း သူဖြစ်နေတာ၊ သူ့ ဟာသူပေါ်, သူ့ဟာသူပျောက်နေတာ။ အပြင်လောက မှာ လေတွေမိုးတွေဟာ အချိန်အခါကျလာတော့ တိုက် ချင်တိုက်, ရွာချင်ရွာ, စိုစွတ်ချင်စိုစွတ်, ခြောက် သွေ့ချင်ခြောက်သွေ့ ဖြစ်နေတာပဲ။ တစ်စုံတစ်ယောက် ရဲ့စေခိုင်းချက်အရ ဖြစ်ရတာမဟုတ်ဘူး။ တစ်စုံ တစ် ယောက်ရဲ့အာဏာအရ ဖြစ်ရတာမဟုတ်ဘူး။ သူ့ သဘာဝအတိုင်း သူသွားနေတာ။ ကိုယ်ထဲမှာလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။ ဘယ်သူရဲ့စေခိုင်းချက်မှ မပါဘူး။ စေခိုင်း တတ်တဲ့ အတ္တဆိုတာလည်း မရှိဘူး။ အသက်ကောင် ဆိုတာလည်း မရှိဘူး။ သူ့အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လို့ သူ့ ဟာသူဖြစ်နေတဲ့ သဘောတရားလေးတွေဆိုတာ ရှင်း

http://www.dhammadownload.com

ရှင်းလင်းလင်း သိလာတယ်။ သိလာတဲ့အခါကျတော့ စေခိုင်းတတ်တဲ့အကောင်ကြီးဆိုတာ မရှိဘူး။ စေခိုင်းတတ်တဲ့အကောင်ကြီးရဲ့ လက်အောက်ခံ အသက်ကောင်ဆိုတာလည်း မရှိဘူး။ သဘောသက်သက်ပဲဆိုတာ ဒီလိုနားလည်လာတော့ အတ္တအစွဲတွေ ဖိစီးနှိပ်စက်မှု လွတ်သွားတယ်။ လွတ်လပ်ရေးရသွားတယ်။

သေချာတဲ့ ဘဝအလှ

ဒီနည်းနဲ့ပဲ မမြဲတာမြင်ရင် မာနစွဲ၊ ဆင်းရဲတာမြင်ရင် တဏှာစွဲ၊ သူ့သဘောအတိုင်းသူဖြစ်တာ မြင်လို့ရှိရင် အတ္တစွဲ၊ ဒီအစွဲသုံးပါးရဲ့ အဖိစီး အနှိပ်စက်က လွတ်တာပဲ။ အဲဒါ ပိုပြီးတော့လေးနက်တယ်၊ ပိုပြီးတော့ အေးချမ်းတယ်၊ အဲဒါကတော့ ဉာဏ်ပညာပိုင်းဆိုင်ရာရောက်မှပဲ သိတယ်။ အဲဒီလို အေးချမ်းမှုမျိုးရတတ်ပါတယ်။ နောက်တရားက တစ်ဆင့်တက်ပြီး မဂ်အခြေ ဖိုလ်အခြေ ဆိုက်သွားလို့ရှိရင်တော့ ဒါ အထူးပြောစရာမရှိဘူး။ အနည်းဆုံး တစ်မဂ် တစ်ဖိုလ် လောက်ရသွားလို့ရှိရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘဝတစ်လျှောက် အားလုံးသော သံသရာတွေက မလွတ်သည့်တိုင်အောင် တောင်မှ အပါယ်သံသရာက လွတ်ပြီးတော့ ဘဝကောင်း ဘဝမြတ်တွေနဲ့ပဲ ဘဝအလှတွေနဲ့ပဲ သွားရ

http://www.dhammadownload.com

တော့မှာပဲ။ ဘယ်တော့မှ နိမ့်ကျတဲ့အနေမျိုး မဖြစ်တော့ဘူး။ အဲဒါကတော့ သေချာတဲ့ ဘဝအလှပဲ။

သုံးငါစွဲက မနယ်ဖို့ရာ

သုံးငါစွဲက မနယ်ဖို့ရန်, အနိုပ်စက်မခံဖို့ရန် အတွက် အဲဒါက သာပြီးတော့ကောင်းတယ်။ မျက်နှာမငယ်ဖို့ ဒါနကုသိုလ်, ချမ်းသာမကွယ်ဖို့ သီလကုသိုလ်, လုံးချာမလည်ဖို့ သမာဓိ ဘာဝနာကုသိုလ်နဲ့ ခုန တဏှာ, မာန, ဒိဋ္ဌိ အစွဲသုံးမျိုးက လွတ်ပြီးတော့ အေးချမ်းမှုရဖို့ရန် သုံးငါစွဲက မနယ်ဖို့ရန်အတွက် ဘဝရဲ့အဆင်တန်ဆာတွေ ပြုလုပ်ရတယ်ဆိုတာ ဘုန်းကြီးက ပြောခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီ ဘဝအဆင်တန်ဆာရဖို့ဆိုတာ သူ့ရဲ့မြစ်ဖျားခံရာကို လိုက်ကြည့်ရမယ်။ ဘာလို့ ဒါတွေရနေလဲ... ဘယ်သူ့အကြောင်းပြုပြီးတော့ ရနေသလဲ.. ဒါလိုက်ရမယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်တွေမှာ ကုသိုလ်ကံ, အကုသိုလ်ကံတွေ တွေ့ရသဖြင့် ကောင်းရင်စံရမယ်, ဆိုးရင်ခံရမယ်ဆိုတဲ့ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာရှိတယ်။ ပြုထားတဲ့ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိတယ်တဲ့။ ဆိုးရင် ခံရမှာချည်းပဲ၊ ကောင်းရင်စံရမှာချည်းပဲဆိုတဲ့ ခံယူချက်နဲ့ အသိအလိမ္မာလေးရှိတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီအစာ မိမိနဲ့မတည့်ဘူးဆိုလို့ရှိရင် ရှောင်လိုက်တော့ အကျိုးမဲ့ကင်း သက်သာတယ်။ ဒီအစာ မိမိနဲ့တည့်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် အတိုင်းအတာနဲ့စားလို့ရှိရင် ကိုယ့်မှာကောင်းကျိုးရတယ်။ ဒီသဘောမျိုးပဲ။ ဒီလိုအပြုအမူဟာ သူများဒုက္ခပေးတဲ့အပြုအမူပဲ။ မကောင်းတဲ့ အပြုအမူပဲ။ မကောင်းတဲ့ အပြုအမူ ပြုလို့ရှိရင် ငါခံရမှာပဲ။ ဒီလို အပြုအမူဟာ သူများအကျိုးပြုတဲ့ အပြုအမူ, သန့်ရှင်းတဲ့အပြုအမူ, တရားတဲ့အပြုအမူ ဒီလိုအပြုအမူမျိုးရှိရင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာရမှာပဲဆိုတာပေါ့လေ။ ခုန တည့်မတည့်အစာပေါ်မှာ အဲ..ကောင်းကျိုး ဆိုးပြစ်သိရသလို သန့်ရှင်းတဲ့ ကိုယ်-နှုတ်-စိတ်-အပြုအမူ၊ မသန့်ရှင်းတဲ့ ကိုယ်-နှုတ်-စိတ်-အပြုအမူ နှစ်ခုက ကောင်းကျိုးဆိုးပြစ်ရနိုင်တယ်ဆိုတာ အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာပဲ၊ အဲဒီက မြစ်ဖျားခံသွားတာ၊ အဲဒီက ခွဲတာပဲ။

သိပ်ကိုအရေးကြီးတဲ့ ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ

အဲဒီကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိဟာ ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓသာသနာနယ်ပယ်ထဲမှာ သိပ်အရေးကြီးတယ်။ အဲဒါကစပြီးတော့ မရှိဘူးဆိုလို့ရှိရင်တော့ အကုန်လုံး ဘဝတူးဖြိုပစ်လိုက်တာပဲ။ ဘဝတူးဖြိုပစ်လိုက်လို့ရှိရင်

http://www.dhammadownload.com

ခုနက မျက်နှာမငယ်စေတတ်တဲ့ ဒါနကုသိုလ်လည်း မလုပ်ဖြစ်တော့ဘူး။ ချမ်းသာမကွယ်စေတတ်တဲ့ သီလ လည်းပဲ မမြဲတော့ ကိုယ်ကျင့်သီလလည်း ပျက်တယ်။ လုံးချာမလည်စေတတ်တဲ့ သမထဘာဝနာမျိုးလည်းပဲ မလုပ်တော့ဘူး။ အစွဲသုံးပါး လွတ်ကင်းစေနိုင်တဲ့ ခုန ဝိပဿနာပညာဘာဝနာမျိုးလည်း မလုပ်တော့ဘူး။ မလုပ်တော့ဘူးဆိုလို့ရှိရင်တော့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်အဖို့ရာ ဆင်းရဲတွေရဖို့ဆိုတာ ကြုံရတော့မှာ။ မျက်နှာငယ်ဖို့၊ ချမ်းသာတွေ ကွယ်သွားဖို့၊ လုံးချာလည်ဖို့ အစွဲသုံးပါး တဏှာစွဲ၊ မာနစွဲ၊ ဒိဋ္ဌိစွဲ = တဏှာသမားကြီး၊ မာန သမားကြီး၊ ဒိဋ္ဌိသမားကြီးနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်သွားတာ၊ အဲဒီ အတိုင်းဖြစ်မှာပဲ။ အဲဒီတော့ ကောက်ချက်ချလိုက်လို့ ရှိရင် ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓသာသနာနယ်ပယ်ထဲမှာ ကမ္မ ဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိဟာ သိပ်ကိုအရေးကြီးတယ်ဆိုတာ သိပ်ထင်ရှားတယ်။ တစ်ချို့ကတော့ "ကံဆိုတာ မရှိပါ ဘူး၊ ကံရဲ့အကျိုးပေးဆိုတာလည်း မရှိပါဘူး၊ ကံဆိုတာ လုပ်တာပါပဲ၊ ပြီးပြီးပျောက်ပျောက်ပါပဲ"။ ဒီလိုပဲ တွက် ကြတယ်။ ကောင်းတာလုပ်လဲ ကောင်းကျိုးမရပါဘူး။ ဆိုးတာပြု ဆိုးတာလုပ်လဲ ဆိုးကျိုးမရပါဘူး။ သေရင် ပြီးတာပါပဲ။ ပြတ်တာပဲ။ ဒီလိုလည်းပဲ ယူဆတယ်။ အမှန်ကတော့ ဒီကံဆိုတဲ့သဘောကို မစဉ်းစားလို့ရှိရင်

http://www.dhammadownload.com

တော့ ယုံကြည်ဖွယ်ရာ မရှိဘူး။ တကယ် လေးလေး နက်နက်စဉ်းစားလို့ရှိရင် တကယ့်ကို ကျေနပ်ထိုက် ယုံကြည်ထိုက်တယ်။

ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတဲ့ဟာ ဘယ်လိုအကျိုး ပေးမှာလဲ

ကံအကြောင်းကို ဘုန်းကြီးတို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတဲ့အချက်လေးတွေနဲ့ ပြောဦးမယ်။ အဲဒီကံဟာ စေတနာပါပဲ။ အဲဒီစေတနာက ကုသိုလ် အကုသိုလ်တွေ ဖြစ်တုန်းမှာ တွဲပြီးပါနေတဲ့ စေတနာ တစ်မျိုး ရှိတယ်။ အဲဒါသဟဇာတစေတနာ ခေါ်တယ်။ သူရဲ့အရှိန် နောင်တစ်ချိန်မှာ အကျိုးပေးဖို့ရန်အတွက် သတ္တိနှစ်အနေနဲ့ ကိန်းနေတဲ့စေတနာမျိုးလည်း ရှိတယ်။ အဲဒီစေတနာမျိုးကို နာနာက္ခဏိကကမ္မစေတနာလို့ ခေါ်တယ်။ သတ္တဝါတစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ သန္တာန်မှာ ခုနက ကောင်းတာဖြစ်ဖြစ် ဆိုးတာဖြစ်ဖြစ် စေတနာ ဟာ တစ်ဖွားဖွား ဖြစ်နေတယ်။ သတ်တဲ့ဖြတ်တဲ့အခါ, သူတစ်ပါးပစ္စည်း မတရားယူတဲ့အခါ, ဒါနကုသိုလ် တွေ ပြုတဲ့အခါ, သီလတွေ ဆောက်တည်စောင့်ထိန်း တဲ့အခါစသည်မှာ ဆိုးကောင်းစေတနာတွေ တစ်ဖွား ဖွား ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီတရားတွေဟာ ဖြစ်ပြီး ပျက်

http://www.dhammadownload.com

သွား, ပေါ်ပြီးတော့ ပျောက်သွားတာပဲ။ သင်္ခါရ ထုံးစံ အရဖြစ်ပြီးတော့ ပျက်သွားတာပဲ မဟုတ်လား။ ပျက်သွားတဲ့ဟာ ဘယ်လို အကျိုးပေးနိုင်မှာလဲ....ဒီလို စဉ်းစားပြီးတော့ သူတို့က မယုံမကြည်ဖြစ်တတ်တယ်။ မရှိဘူးလို့လည်းပဲ ယူဆတတ်တယ်။

အရှိန်နဲ့သတ္တိ

ဘုန်းကြီးတို့ လောကီဥပမာပြောရလို့ရှိရင် အရှိန်အဝါကြီးမားတဲ့မိဘများ ဖခင်တစ်ဦးပဲ ဆိုကြပါစို့။ သူအသက်ရှင်စဉ်ကာလကလည်းပဲ လူမှုရေးကိစ္စတွေမှာ ထက်ထက်မြက်မြက်နဲ့ သူဆောင်ရွက်တယ်။ အဲဒီ အသက်ရှင်ဆဲမှာလည်းပဲ အရှိန်အဝါရှိတယ်။ သူ့ဆောင်ရွက်ချက်တွေကလည်းပဲ သိပ်အရာရောက်တယ်။ အများကလည်းကျေနပ်တယ်။ မိသားစုကတော့ အထူးပြောစရာမရှိဘူး။ တစ်ချိန်မှာ အဲဒီလိုအရှိန်ကြီးတဲ့ လူကြီး ကွယ်လွန်သွားတယ်။ ကွယ်လွန်သွားတော့ လူသာ ပျောက်သွားပေမယ့်လို့ သူ့ရဲ့အရှိန်က မိသားစု အပါအဝင် အားလုံးအပေါ်မှာ ကျန်နေတယ်။ နောက် မိသားစုနဲ့ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် သားပဲဖြစ်ဖြစ် သမီးပဲ ဖြစ်ဖြစ် ထက်မြက်ထင်ရှား တစ်ခုခုထူးချွန်လာရင် သူက တော်မှာပေါ့... ဘယ်သူ့သားကိုး၊ သူ့ဖခင်က

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်လိုကိုးဆိုတာ ပြောကြတယ်။ ဒါအရှိန်စကား ပြောတာ။ ဒါပေမယ့် ဒီအရှိန်ပြစမ်းပါဆိုရင်တော့ ပြလို့ မရဘူး။ မရှိဘူးလို့လဲ ငြင်းလို့တော့ မရဘူး။ ဖခင်တော့ ကွယ်လွန်သွားပြီ။ ဒါပေမယ့်လို့ သူ့အရှိန် ကျန်နေတယ်။ အဲဒီလိုသဘောမျိုးပါပဲ။ တစ်နည်း အားဖြင့်လည်းပဲ သစ်သီးများသီးပြီးတော့ တဖြည်း ဖြည်း နုရာကနေရင့်, ရင့်ရာကနေမှည့်ပြီးတော့ ကြွေကျသွားတယ်။ ပြီးပြီးပျောက်ပျောက်မဟုတ်ဘူး။ နောက်မျိုး ဆက်ဖို့ရန်အတွက် သူ့အစေ့ထဲမှာ အမျိုး ဓာတ်ကလေး သတ္တိလေးချထားခဲ့တယ်။ သို့သော် ဒီသတ္တိလေးကို ပြစမ်းပါဆိုရင် ပြလို့တော့ မရဘူး။ နောက်အပင်လေး ဖြစ်စေတတ်တဲ့ဓာတ်ဟာ ဒါပါပဲ ဆိုပြီးတော့ ခွဲခွဲကြည့်ရင်တော့ တွေ့ကောင်း တွေ့ မလားတော့ မသိဘူး။

အစေ့ကို မြေကြီးထဲမှာ ချပြီးတော့စိုက်၊ ရေ လည်း လောင်းပေး၊ မြေကြီးထဲက အညွန့်အညှောက် လေးတွေ အပင်လေးတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဒီတော့ အညှောက်ကလေးကစ အပင်ဖြစ်လာပုံထောက်လို့ ရှိရင် ဒီအစေ့ထဲမှာ အပင်ဖြစ်စေတတ်တဲ့ ဓာတ်သတ္တိ တစ်မျိုးတော့ ပါနေပြီဆိုတာ ထင်ရှားတယ်။ သို့သော် ဓာတ်သတ္တိကိုတော့ မမြင်ဘူး၊ အရှိန်ပဲ။ သစ်သီးက

http://www.dhammadownload.com

တော့ မှည့်ပြီးတော့ ကြွေသွားတာပဲ။ ပြီးပြီးပျောက် ပျောက်မဟုတ်ဘူး။ နောက်အပင် မျိုးဆက်ဖို့ရန်အတွက် အစေ့ထဲမှာ သူ့သတ္တိအနှစ်ကလေး မြှုပ်နှံထားခဲ့ပြီးတော့ ပျက်စီးသွားသလို ထို့အတူပဲ ကုသိုလ်ပဲလုပ်လုပ် အကုသိုလ်ပဲလုပ်လုပ် စေတနာပေါင်းများစွာ တဖွားဖွား ဖြစ်တယ်။ တစ်စက္ကန့်အတွင်းမှာဆိုလို့ရှိရင် အများကြီး ဖြစ်နိုင်တာပဲ။ ပြီးပြီးပျောက်ပျောက် မဟုတ်ဘူး။ အရှိန် သတ္တိအနှစ်ကလေးချန်ထားပြီးတော့ သွားတယ်။ လူလို့ ဆိုရတဲ့ ကိုယ်ထည်ကြီးကတော့ ချုပ်ပျက်သွားတယ်။ ဒီလိုအဆိုရှိတယ်။

သတ္တိနှစ်ကို မြှုပ်နှံထားခဲ့

သန္တာနေတံ ကမ္မံ နာမ၊ န နိရုဇ္ဈတိ သဗ္ဗသော။
သဝိသေသံ နိဓေတွာ ဟိ၊ သမယမှိ ဝိပစ္စိတုံ။

သန္တာနေ–သတ္တဝါတို့၏သန္တာန်၌၊ သတ္တဝါတို့ရဲ့သန္တာန်ဆိုတာ ရုပ်နာမ်ဖြစ်စဉ်ကြီးကို ပြောတာ။ မြင်လိုက်ကြားလိုက် နံလိုက်စားလိုက် ထိလိုက်သိလိုက် ကွေးလိုက်ဆန့်လိုက် စောင်းလိုက်ငဲ့လိုက်ဆိုတာ သန္တာန။ မြန်မာလိုတော့ သန္တာန်။ မြန်မာမှုသက်သက် ဆိုရင်တော့ ရုပ်နာမ်ဖြစ်စဉ်ကြီး။ အဲဒီရုပ်နာမ်ဖြစ် စဉ်ကြီးဟာ။

http://www.dhammadownload.com

ဇတံ ကမ္မံ နာမ–ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး အမျိုးမျိုး အဖန်ဖန် ကံဟုခေါ်ရိုး ဤစေတနာမျိုးသည်၊ နိရုဇ္ဈမာနံ–အကြောင်းအားလျော်စွာ ပျောက်ရသည်ရှိသော်၊ ဒါလေးတွေက သင်္ခါရထုံးစံအရ ဖြစ်ပြီးတော့ ပျက်သည်ရှိသော်၊ သဗ္ဗသော–ကြွင်းမဲ့ ဥဿုံ အရှိန် ကုန်အောင် လုံးစုံခပင်း မချန်ခြွင်းပဲ၊ ဘာမှမကျန်ရ အောင်၊ န နိရုဇ္ဈတိ– ပြီးပြီးပျောက်ပျောက် အနေ ရောက်အောင် ချုပ်ပျောက်ပျက်စီး၍ အချည်းနှီး ဖြစ်ရိုး မရှိပေ။ သမယမှိ– အကြောင်းသင့်၍ အခွင့်သင့်ရာ အချိန်အခါ၌၊ နောင်အကြောင်းသင့် အခွင့်သင့်တဲ့ အခါ၌၊ ဝိပစ္စိတုံ– ဆိုင်ရာကောင်းကျိုးဆိုးကျိုးကို ပေးဖို့ ရန်၊ သဝိသေသံ– မိမိတွက်တာ မပျက်သာအောင် ထက်စွာကျစ်လျစ် သတ္တိနှစ်ကို၊ သူကတော့ ပေါ်ပြီး ပျောက်သွားတာပါပဲ၊ ဒါပေမယ်လို့ သူ့သတ္တိလေး အရှိန်လေး ချန်ထားခဲ့တယ်၊ အရှိန်သတ္တိ ချန်ထားခဲ့ ပါတယ်။ နိဓေတွာ ဟိ–မကင်းအမှန် အရင်းခံဖို့၊ သွင်းနှံမြှုပ်ထားပြီး၍သာလျှင် မကင်းစကောင်းတဲ့ နောက်ဘဝအရင်းခံအနေနဲ့ အဲဒါလေးကို မြှုပ်ထားခဲ့ပါ တယ်တဲ့။ မြှုပ်ထားခဲ့တဲ့ နောက်၊ နိရုဇ္ဈတိ –ဥပါဒ် ဌီ ဘင် အစဉ်စေ့ရောက် ချုပ်ပျောက်ပျက်စီးသွား ပါတယ်တဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ကမ္ဘာ့အလင်းဓာတ်ကြီး

အဲဒီကံ–ကံရဲ့အကျိုးကိုရှိတယ်လို့ အယုံအကြည်ပါတဲ့ အသိဉာဏ် ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ မိမိတို့ဗုဒ္ဓသာသနာမှာ အဲဒါ သိပ်အရေးကြီးတယ်။ အဲဒီကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ ကံနဲ့ကံရဲ့အကျိုးကို လက်ခံတဲ့ အသိဉာဏ် အသိအလိမ္မာဟာ ဗုဒ္ဓသာသနာကလွဲရင် ဟိန္ဒူအယူဝါဒမှာပဲ ရှိတယ်။ တစ်ခြားမှာမရှိဘူး။ ဟိန္ဒူက သူက ဖန်ဆင်းရှင်ဗြဟ္မာလည်း လက်ခံတယ်။ ကံလည်း သူကလက်ခံတယ်။ တစ်ခြားဘာသာတွေကတော့ ဖန်ဆင်းရှင် သက်သက်ပဲ လက်ခံတယ်။ ကမ္ဘာလောကကြီးနဲ့တကွ သက်ရှိသက်မဲ့ သတ္တဝါအရာဝတ္ထုတွေ ဖြစ်နေရတာဟာ သူတို့ ဖန်ဆင်းရှင်က ဖန်ဆင်းထားတယ်လို့ ယူစွဲထားတယ်။ ဒီလို ဖန်ဆင်းရှင် လက်ခံထားတယ်။

ဟိန္ဒူက ဖန်ဆင်းရှင်လည်း လက်ခံတယ်။ ကံလည်း လက်ခံတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ဗုဒ္ဓသာသနာက ကံပဲ လက်ခံတယ်။ ကံနဲ့ကံ၏အကျိုးပဲ လက်ခံတယ်။ အဲဒါက သိပ်အရေးကြီးတယ်။ အဲဒီအသိဉာဏ်က သာသနာကွယ်သွားပေမယ့်လို့(ဒီကမ္ဘာမှာ ကွယ်သွားပေမယ့်လို့) နောက်ကမ္ဘာမှာ သာသနာပတဲ့အခါမျိုးမှာ

http://www.dhammadownload.com

လည်းပဲ ရှိနေတယ်။ ဗုဒ္ဓသာသနာမှာ ကွယ်သွားပေမယ့်လို့ ဟိန္ဒူဘာသာမှာ ရှိနိုင်တယ်။ ကမ္ဘာမှ ကွယ်ပျောက်သွားတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီတော့ ရုပ် နာမ်သံသရာတွေ လည်ပတ်ဖို့အတွက်လည်းပဲ ဒီဟာက အခြေခံသိပ်အရေးကြီးတယ်။ ဒါကြောင့် သူ့ကို "ကမ္ဘာ့အလင်းခတ်ကြီး" လို့ခေါ်တယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် "သံသရာ့အလင်းခတ်ကြီး" လို့ခေါ်တယ်။

အပါယ်နဲ့ လမ်းခွဲလိုက်တာပါ

အဲဒီတော့ ကမ္ဘာ့အလင်းခတ်ကြီး ဘုန်းကြီးတို့မှာရနေတယ်။ ရနေတဲ့အတွက် ဘာကျေးဇူးရှိသလဲ.. အဲဒီကမ္ဘာ့အလင်းခတ်ကြီးက ဖြာပြီးတော့ ဒီမှာထွက်လိုက်တာ ကံလမ်း ဈာန်လမ်း ဉာဏ်လမ်း ဖြာထွက်လာတယ်။

ကောင်းတာပြုရင် ကောင်းကျိုးရတယ်ဆိုတဲ့ အသိစိတ်ကလေး အလိမ္မာလေး ရှိနေပြီ။ ဆိုးတာပြုရင် ဆိုးပြစ်ရတယ်ဆိုတဲ့ အသိအလိမ္မာလေး ရှိနေပြီ။ ရှိထား တော့ ဒီအစာမတည့်ဘူးဆိုရင် ရှောင်လိုက်တော့ဘေး မဖြစ်ဘူး။ ဒီအစာ မိမိနဲ့သင့်မြတ်တယ်ဆိုရင် အတိုင်းအတာနဲ့စားတယ်။ ကိုယ့်မှာအကျိုးရှိတယ်။ အဆာပြေတယ်။ ကျန်းမာရေးလည်းရတယ်၊ ဝဖြိုး

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား ...ဒါပဲ... ဒီအကျိုးတွေပဲပေါ့။ ဒီတော့ ဒီကမ္မသကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ ရှိထားတော့ အဆိုးတွေ ရှုံ့မုန်းစက်ဆုပ်တဲ့သဘော ပေါ်လာတယ်။ မတော်တဲ့ ကိုယ်,နှုတ်,စိတ်အပြုအမူတွေ ရှောင်ရှားလိုက်တော့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အပါယ်ဘဝနဲ့ ကင်းဝေးသွားတယ်။ လုံးဝတော့ ကင်းဝေးခြင်း မရှိသေးဘူးပေါ့။ မတည့်တာရှောင်လိုက်တော့ ဘေးမဖြစ်ဘူးပေါ့။ မတော်တဲ့ကိုယ်, နှုတ်,စိတ် အပြုအမူတွေဟာ မကောင်းကျိုးတွေ ဖြစ်ရတတ်တာပါပဲဆိုတဲ့ အသိရှိထားတော့ ရှောင်လိုက်တယ်။ ရှောင်လိုက်တော့ မကောင်းတဲ့ကိုယ်,နှုတ်,စိတ်, အပြုအမူ ဖြစ်ပါ့မလား။ မဖြစ်တော့ဘူး။ အပါယ်နဲ့ လမ်းခွဲပစ်လိုက်တာပဲ၊ လမ်းခွဲပေးလိုက်တယ်။ သို့သော် အဲဒီအပါယ်လမ်းကို ပြန်မရောက်ဘူးလို့ ဒီလိုတော့ အာမ,မခံသေးဘူး။

ကံလမ်းဆိုတာ

သူက လမ်းခွဲပြီးတော့ ကမ္ဘာ့အလင်းကြီးခေါ်တဲ့ သံသရာ့အလင်းကြီးဟာ ဒီမှာ ကံလမ်းရယ်, ဈာန်လမ်းရယ်, ဉာဏ်လမ်းရယ်, ဒီလမ်းသုံးခုပဲ။ ဟိုလမ်းကိုတော့ (ဒုစရိုက်လမ်း၊ အကုသိုလ်လမ်းစဉ်ကိုတော့) သူက ပယ်ခဲ့တယ်။ အဲဒါတွေက မကောင်းတာ

http://www.dhammadownload.com

တွေ မကောင်းကျိုးရတာပဲဆိုတော့ အဲဒီလမ်းကို သူက မလျှောက်ဘူး။ မလျှောက်တော့ ဘယ်လမ်းလျှောက်သလဲဆိုတော့ ကံလမ်း၊ ကံလမ်းဆိုတာ ခုန ဒါနပြုရင် မျက်နှာမငယ်ရဘူး၊ သီလပြည့်စုံလို့ရှိရင် ချမ်းသာမကွယ်ဘူး၊ ဒါတွေ နားလည်လာမယ်။ နားလည်လာတော့ ကိုယ့်အတိုင်းအတာနဲ့ကိုယ် ဒါနကုသိုလ်လေးတွေ လုပ်တယ်။ သီလ တွေ မြဲတယ်။ ဒါနကုသိုလ်လုပ်တော့ မျက်နှာမငယ်တဲ့ ကုသိုလ်အကျိုးတွေ ရပါတယ်။ သီလပြည့်စုံတော့ ချမ်းသာမကွယ်တဲ့ အကျိုးတွေ... လူ့ဘဝ၊နတ်ဘဝ၊ လူ့ချမ်းသာ၊နတ်ချမ်းသာကို ရတယ်။ ဟုတ်တယ်နော်။ ကံလမ်းက ဒီမှာ ခွဲလိုက်တာ။ ဒီတော့ စောစောပိုင်းက ပြောခဲ့တဲ့ ပါရမီမြောက်ကုသိုလ်ပြုတတ်လို့ရှိရင် လူ့ချမ်းသာ၊နတ်ချမ်းသာ ရပြီးတော့ သန့်ရှင်းတဲ့ အေးချမ်းတဲ့နယ်မြေကိုလည်း သူက ရှေးရှုနေတယ်။ ခုနပြုသမျှ ဒါနကုသိုလ်တွေ သီလကုသိုလ် တွေ အဲဒီဆီ ရှေးရှုနေဘယ်။ အဲဒီဆီ တည့်ပေးနေ တယ်။

ဈာန်လမ်းဆိုတာ

ပြီးတော့ ဒီလမ်းက တစ်ဆင့်တက်ပြီးတော့ ဈာန်လမ်းဆိုတာ ရှိပါတယ်။ ဈာန်လမ်းဆိုတာ ဈာန်တွေရအောင် အားထုတ်ရတာပဲ။ ဈာန်တွေရအောင်

http://www.dhammadownload.com

အားထုတ်လို့ ရူပဈာန်, အရူပဈာန်တွေ ရသွားလို့ရှိရင် ဆိုင်ရာဘုံဘဝတွေမှာ ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီးတော့ သက်တမ်း ရှည်ရှည်နေနိုင်တဲ့ ယောဂီကြီး, ယောဂီဘဝမျိုး ရောက်သွားတယ်။ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေ မရှိဘူး။ သူတို့ မှာ ဒေါသမရှိဘူး။ ပုထုဇဉ်ဖြစ်ပေမဲ့လို့ ကာမအာရုံ မသာယာဘူး။ တရားရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီကြီးလို့ အဲဒီယောဂီအနေနဲ့ နေနိုင်တဲ့ဘဝမျိုး၊ ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီး တော့ သက်တမ်းရှည်ရှည်နေရတဲ့ဘဝမျိုး ရောက်သွား တယ်။ သို့သော် ရုပ်နာမ်မသိသေးတဲ့ ဘဝမျိုး, ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုး မသိသေးတဲ့ဘဝမျိုး, ရုပ်နာမ်ရဲ့အဖြစ် အပျက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တအချက် မသိသေးတဲ့ ဘဝမျိုး ဆိုတော့ သူ့မှာ အစွဲအလမ်းတွေမကင်းသေးဘူး။ မာနစွဲ တွေ ရှိနေသေးတယ်။ မာနသမား ဖြစ်နေသေးတယ်၊ မာနစွဲက မကင်းသေးတော့ မာနသမားကြီးပဲလေ။ ပြီးတော့ ဒီဈာန်တွေပေါ်မှာ သာယာတဲ့ တဏှာသမား လည်း ဖြစ်တယ်။

ဉာဏ်လမ်းကို လိုက်ကြရမယ်

တစ်ချို့ပြဟ္မာတွေဆိုရင် အတ္တစွဲ ပိုတောင် သန် တယ်။ သူတို့ရထားတဲ့ဘဝဟာ အမြဲတမ်း တည်နေ တယ်လို့ နောက်ဆုံးအဆင့်ပဲလို့ ဒီလိုယူနေတာ။

http://www.dhammadownload.com

အတ္တအစွဲအလမ်း သိပ်သန်တယ်။ ဒီတော့ ကမ္မဿက တာသမ္မာဒိဋ္ဌိက ဖြာထွက်ပြီးတော့ ဈာန်လမ်းလိုက်တဲ့ အခါမှာ ဗြဟ္မာပြည်မှာ အသက်ရှည်ရှည်နေရပေမဲ့လို့ ဒီ တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိ အစွဲတွေပြုတ်အောင် မဖြုတ် နိုင်သရွေ့ ဒါလဲပဲ သူတို့သံသရာက မလွတ်နိုင်သေး ဘူး။ ဈာန်အရှိန်ကုန်တဲ့အခါမှာ မကောင်းတဲ့ဘဝတွေ ပြန်ရောက်နိုင်သေးတာပဲ။ ဒီတော့ အစွဲတွေဖြုတ်နိုင်ရေး အတွက် ဉာဏ်လမ်းလိုက်ဖို့လည်း အရေးကြီးတယ်။ ဉာဏ်လမ်းလိုက်ရမယ်။ ဉာဏ်လမ်းစဉ်လိုက်တယ်ဆို တာ အခု သတိပဋ္ဌာန်ဘာဝနာလမ်းစဉ်ပဲ။ အခု လေ့ လာ စိစစ်ကြည့်ရတာ ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်ဖြစ် တဲ့မြန်မာလူမျိုးတွေဟာ အစဉ်အလာအရ ကမ္မဿက တာသမ္မာဒိဋ္ဌိရှိတော့ရှိတယ်။ သို့သော် လက်တွေ့ ဒုစရိုက်တရားတွေ ရှောင်ကြဉ်ရေးကျတော့ တယ်ပြီး တော့ မပြည့်စုံလှဘူး။

ကမ္ဘာ့လူဦးရေနှင့် ရုပ်နာမ်သိတဲ့လူဦးရေ

ဒီတော့ အပြစ်ကင်း ကောင်းကျိုးရ ကုသိုလ် တရားတွေကျတော့ ဒါနမှုလေးလောက်နဲ့, သီလ လောက်နဲ့, မတောက်တစ်ခေါက် ဘာဝနာမှုလေး လောက်နဲ့ ပြီးသွားတယ်။ ပြီးသွားတော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ

http://www.dhammadownload.com

ရှေးရှေး ဘုန်းကြီးတို့ ဘိုးတွေဘွားတွေမှာ စစ်ကြည့် လိုက်လို့ရှိရင် တစ်ထောင်မှာ တစ်ယောက်ကျတောင်မှ ရုပ်နာမ်ကွဲပြီးတော့သိတာ ရှိချင်မှရှိမှာ၊ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား။ ခုထိလည်း တွက်ကြည့်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် လည်းပဲ အများကြီးပဲ။ ကမ္ဘာ့လူဦးရေနဲ့ တွက်မယ်ဆို လို့ရှိရင် ရုပ်နာမ် သိတဲ့ဦးရေဟာ အစိတ်အပိုင်းလေး၊ တော်တော်စိတ်ရမှာ။ မြန်မာပြည်လူဦးရေနဲ့ တွက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင်လည်း တွက်ကြည့်ပါ။

အရင်းမရှုံးစေနှင့်

အခု ကမ္ဘာ့အလင်းလေးနဲ့ပဲ ဘုန်းကြီးတို့ တစ် တွေ ပြီးသွားကြရတာ။ ဘုန်းကြီးတို့ ဘိုးဘွားတစ်တွေ ဟာ ဒီအတိုင်းပဲ ဒါနမှုတွေ သီလမှုတွေလောက်နဲ့ ပြီး သွားကြရတာ။ ဒီတော့ ဒီသံသရာထဲမှာ “ကမ္ဘာ့ အလင်းခ‌ောတ်” ပဲ သူရတာပဲ။ သံသရာ့အလင်းခ‌ောတ် လောက်ပဲ သူရတာပဲ။ သံသရာ့အလင်းခ‌ောတ်ပဲ ရ တယ်ဆိုရင် ရုပ်နာမ်ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ဘဝ ဒါပဲ ရတော့တာပဲ။ ဒီကြားထဲမှာ အကြောင်းမညီညွတ် ဘူးဆိုလို့ရှိရင် ဥပမာ... မိကောင်းဖကောင်း၊ ဆရာ ကောင်း သမားကောင်းမရဘူးဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ် တွေထဲက သူ့ရဲ့အယူအဆတွေ မတော်တဲ့ အယူအဆ

http://www.dhammadownload.com

တွေ ဝင်ဝင်ပြီးတော့ ဘာဖြစ်တုန်းဆိုတော့ မတော်တဲ့ စိတ်နေစိတ်ထား, မတော်တဲ့ကိုယ်,နှုတ်,စိတ် အပြုအမူ တွေ ပြုပြီးတော့ ရရှိထားတဲ့ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ အင်မတန်တန်ဖိုးကြီးတဲ့လူ့ဘဝဟာ အရင်းရှုံးသွားတာပဲ။

အရင်းပဲပြန်ရမယ်ဆိုရင်

အရောင်းအဝယ်လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မြတ်ချင်လို့ အရောင်းအဝယ်လုပ်ပါတယ်။ အရင်းပဲပြန်ရတယ် ဆိုလို့ရှိရင် ဒါလည်းမနိပ်လှဘူး။ အရင်းပဲဆိုတော့ တစ်ဖက်ကလည်းပဲ စားဝတ်နေရေးက ရှိနေတော့ ဒီအရင်းထဲက နှိုက်စားလို့ရှိရင် ကြာတော့ အရင်းငုပ်သွားမယ်။ အရင်းပြုတ်သွားမယ်။ တစ်ခါတစ်ခါလည်းပဲ အကြောင်းမညီညွတ်ဘူးဆိုလို့ရှိရင် လုံးဝကို တစ်ခါတည်း တစ်ချီတည်းနဲ့ အရင်းပြုတ်ပြီးတော့ နောက်ဒီစီးပွားရေးက နာလန်မထူတော့ဘူး။ ဒီတော့ ကမ္ဘာ့အလင်းခေါ်တဲ့ သံသရာ့အလင်း ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိသက်သက်နဲ့ ဘုန်းကြီးတို့တတွေဟာ ကံလမ်းစဉ်လိုက်ပြီးတော့ ဒါနမှု, သီလမှု, မျက်နှာမငယ်ဖို့နဲ့ ချမ်းသာမကွယ်ဖို့လောက်နဲ့ပဲ ကျေနပ်တင်းတိမ်နေပြီးတော့ အရင်းပဲပြန်ရတဲ့ ဘဝမျိုးနဲ့ပဲ သွားနေရတော့မယ်။ အရောင်းအဝယ်လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အရင်းပဲပြန်ရ

http://www.dhammadownload.com

မယ်ဆိုရင် ဘာဖြစ်တုန်း... ဘယ်လိုနေမလဲ... အရင်းပဲ ပြန်ရမယ်ဆိုရင် မနိုပ်လှဘူး။

အစွဲပြုတ်ရန် လိုက်ရမည့်လမ်း

ဒီတော့ အရင်းကြီးတဲ့လူ့ဘဝကို အမှီပြုပြီးတော့ အရင်းတည်ပြီးတော့ ဘုန်းကြီးတို့ အမြတ်ထုတ်ရမယ်။ အမြတ်ထုတ်ရမှာဖြစ်တော့ ဈာန်လမ်းလိုက်လို့ရှိရင်လည်း ရှည်မယ်။ သို့သော် ဝိပဿနာမှာ အထောက်အကူအနေနဲ့ လိုက်လို့ရှိရင်တော့ နည်းနည်းတော်ပါတယ်။ အဲဒီဘဝမျိုးမှာ သွားပြီးတော့ ပုထုဇဉ်ကိလေသာထူပြောတဲ့ ဘဝမျိုးနဲ့ နေရမယ်ဆိုရင် အသက်ရှည်တာ ရှည်တာပဲ၊ ခုနအစွဲတွေ မပြုတ်သေးဘူး။ အစွဲတွေ မပြုတ်သေးသမျှတော့ ဘယ်တော့မှ အေးချမ်းမှု မရဘူး။ အဲဒီ အစွဲတွေပြုတ်ရေးအတွက် ဉာဏ်လမ်းစဉ်လိုက်ရမယ်။ အဲဒီ ဉာဏ်လမ်းစဉ် လိုက်လို့ ရုပ်နာမ်ပိုင်းခြားသိ၊ ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုးသိ၊ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်ပျက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အချက်အလက်သိလို့ကတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်ရင့်ကျက်ပြီးတော့ကာ အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ကို ရရှိသွားပါမယ်။ အဲဒီလို အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန် ထားပါတော့၊ ရုပ်နာမ်ကိုတောင်မှ ကျကျနန ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ အသိ

http://www.dhammadownload.com

အလင်းခေတ်မရတဲ့ဦးရေက ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ ဗုဒ္ဓ သာသနာ နယ်ပယ်ထဲမှာ အများကြီးရှိပါတယ်။

တရားအားမထုတ်သေးဘူးဆိုရင်

ဒီတော့အကျဉ်းချုံးပြီးတော့ ပြောလို့ရှိရင် ကမ္ဘာ့အလင်းလေးလောက်နဲ့ ပြီးပြီးတော့ သာသနာ့ အလင်း မမြင်ဘူး။ သာသနာသက်ဝင်ယုံကြည်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်ပါလျက် သာသနာ့အလင်း မလင်းဘူး။ အဲဒီလိုဖြစ်နေတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲ... ဗုဒ္ဓသာသနာ ထွန်းကားတဲ့အခါမျိုးကျမှ ယခုလို ရုပ်နာမ် သရုပ်မှန် သဘောမှန် အရှိသဘောတွေကို သိရတာ, အချင်းချင်း ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်ပုံလေးတွေကို သိရတာ, သူတို့ရဲ့ မမြဲဆင်းရဲသဘောပဲ ခေါ်တဲ့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်လာတာ။ ဒီကမှ တစ်ဆင့်ဆက်ပြီးတော့ အငြိမ်းခေတ်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရတာ။

ဒါ သာသနာရှိတုန်းမှာ, သာသနာပွင့်လင်းနေ တုန်းမှာ သာသနာကို သက်ဝင်ယုံကြည်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် အမည်ခံထားပါလျက် ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်ဖြစ်ပါလျက် ရှင်အဖြစ် ရဟန်းအဖြစ် ဥပါသကာ–ဥပါသိကာအဖြစ် ခံထားပါလျက် ဒီလိုတရားမျိုး အားမထုတ်သေးဘူးဆို ရင် အခြေခံရုပ်နာမ်ကအစ ပိုင်းခြားပြီးတော့ ဘုန်းကြီး

http://www.dhammadownload.com

တို့တစ်တွေ မသိသေးဘူး။ မသိသေးရင် သာသနာ့အလင်းဟာ ဘာဖြစ်တုန်း … မရောက်သေးဘူး။ သာသနာ့အစ အလင်းကြီးတောင်မှ မရောက်သေးဘူး။

ရုပ်နှင့်နာမ် ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်ပုံ

ဒီတော့ ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိကနေပြီးတော့ ကမ္မာ့အလင်းကြီးကနေပြီးတော့ ဉာဏ်လမ်းစဉ်လိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရုပ်နာမ်ရဲ့ အခြေခံသဘောမှန် ရုပ်သဘော နာမ်သဘောတွေကို သိဖို့လိုတယ်။ သူတို့ရဲ့ ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်ပုံကလေးကိုလည်း သိဖို့ အရေးကြီးတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် တန်းထားတဲ့လက် ကွေးတော့မယ်အပြုမှာ ပထမဆုံး ဘာဖြစ်မတုံး …. ကွေးချင်စိတ်ဖြစ်တယ်။ ကွေးချင်လို့ ကွေးလိုက်တယ်။ အကြောင်းနဲ့အကျိုး၊ ကွေးချင်တာကနာမ်အကြောင်း ကွေးတာကရုပ်၊ တောင့်တင်းပြီးတော့ ကွေးတာက ရုပ်အကျိုး။ ကွေးထားတဲ့လက် ဆန့်တော့မယ်အပြုမှာ ဆန့်ချင်စိတ်မပေါ်ဘဲနဲ့တော့ ဆန့်ရုပ် မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဆန့်ချင်မှဆန့်တာ။ နာမ်အကြောင်းခံပြီးတော့ ရုပ်အကျိုးဖြစ်တယ်။

မျက်စိနဲ့အဆင်းရှိလို့ မြင်သိစိတ်ဖြစ်ရတာ၊ နားနဲ့အသံရှိလို့ ကြားသိစိတ်ဖြစ်ရတာ စသည်ပေါ့

http://www.dhammadownload.com

လေ၊ ရုပ်အကြောင်းခံပြီးတော့ နာမ်အကျိုးတရားဖြစ်ပုံတွေ၊ နှလုံးသွင်း မနသိကာရ အကြောင်းခံပြီး မြင်သိစိတ်အစဉ် ကြားသိစိတ်အစဉ်ဖြစ်ရတာ ဘယ်လောက်ပဲပတ်ဝန်းကျင်က အသံတွေရှိနေပေမဲ့လို့ အဲဒီဆီ စိတ်မြားဦးမလှည့်ဘူးဆိုရင် ကြောင်တောင်မမြင်, ကြောင်တောင်မကြားဘဲ ဖြစ်နေမယ်။ နာမ်အကြောင်းခံပြီး နာမ်အကျိုးတရားဖြစ်ပုံ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လားနော်။ အဲဒါလေးတွေ သိရမယ်။ ရုပ်အကြောင်းခံပြီးတော့ ရုပ်အကျိုးတရားဖြစ်ပုံတွေ၊ ယခုလက်ငင်းပဲ အရှေ့မြောက်ရာသီလေကလာတော့ ဘာဖြစ်တုံး... ကိုယ်ထဲ အေးရုပ်အစဉ်တွေရောက်ပြီးတော့ တစ်မျိုးတစ်မည် နွေးရုပ်အစဉ် ဆုတ်ယုတ်သွားတယ်။ နေပွင့်တဲ့အခါကျတော့ ချွေးတွေထွက်ပြီး ပေါ့ပါးသွားတယ်။ ဒါ ပူအေးဥတုကြောင့် ကိုယ်ထဲမှာ ပူရုပ်အစဉ် အေးရုပ်အစဉ် ပြောင်းလဲပုံ အကြောင်းအကျိုး ဆက်ပုံတွေပဲ။

ဆာနေလို့ရှိရင် အစာအာဟာရလိုနေလို့ရှိရင် ရုပ်က ချည့်နဲ့ပြီး တစ်မျိုးဖြစ်သွားတယ်။ အာဟာရပြည့်စုံသွားတဲ့အခါ ရုပ်က တောင့်တောင့်တင်းတင်းပဲ။ အကြောင်းနဲ့အကျိုးပဲ။ ကိုယ်ထဲမှာ အတွေ့ဆိုး အခံဆိုး အနေခက်တဲ့ စသည် သူ့အကြောင်းနဲ့သူ့အကျိုး ဆက်နွယ်ပြီးတော့ ဖြစ်ပုံလေးတွေ လိုက်သိရတယ်။ ဒါက

http://www.dhammadownload.com

သူတို့ဖြစ်ပုံတွေ လိုက်ပြီးရှုတာ။ ဒီလိုမျိုး လိုက်ပြီးတော့ ရှုလို့ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ပုံလေးတွေ ရှင်းသွားလို့ရှိရင် ဒီအကျိုးတရားတွေ အကြောင်းမဲ့ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။ အကြောင်းနဲ့ပဲဆိုတာ သိလာတယ်။

မဆိုင်တဲ့အကြောင်းက မဆိုင်တဲ့အကျိုးကိုမပေးနိုင်

ဒီလိုအကြောင်းနဲ့ ဖြစ်တဲ့နေရာမှာလည်းပဲ မဆိုင်တဲ့အကြောင်းက မဆိုင်တဲ့အကျိုးဝင်ပြီး ဖြစ်ရိုးမရှိ။ ဥပမာအားဖြင့် ဆန့်ထားတဲ့လက် ကွေးတော့မယ်ပြုရင် ကွေးချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် ကွေးရုပ်သာဖြစ်မယ်၊ ဆန့်ရုပ်မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ကွေးထားတဲ့လက် ဆန့်တော့မယ်ပြုရင် ဆန့်ချင်တဲ့ စိတ်ကြောင့် ဆန့်ရုပ်ဖြစ်မယ်၊ ကွေးရုပ်မဖြစ်နိုင်ဘူး။ သူ့အကြောင်းနဲ့သူ့အကျိုး၊ သူ့အကြောင်းနဲ့သူ့အကျိုး ကွင်းဆက်ကလေးတွေ ရှင်းနေတော့ ဟိုသင့်တော်တဲ့ အကြောင်းကို မမြင်တတ်တော့...မြင်အောင်မကြည့်တတ်တော့ ဘာဖြစ်တုံး ... ဖန်ဆင်းရှင်ထည့်ရောပြီးတော့ ဖန်ဆင်းရှင်က ဖန်ဆင်းလို့၊ ဖန်ဆင်းရှင်တစ်ယောက်ယောက် ရှိမှာပဲဆိုတာ အကြောင်းမဟုတ်တဲ့ဟာ အကြောင်းလုပ်ယူတဲ့ အယူဝါဒဆိုးကြီး (အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ အယူ

http://www.dhammadownload.com

ဝါဒဆိုးကြီးလည်း ရှိပါသေးတယ်) ဖြစ်တတ်တယ်။

အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်တယ်လို့ လက်ခံပေမယ့်လို့ သူ့အကြောင်းနဲ့သူ့အကျိုး သင့်လျော်သလို သွားမယူဆတတ်လို့ရှိရင် ဖန်ဆင်းရှင်ကို အကြောင်းလုပ်ထည့်တော့တာပါပဲ။ ဒါ ဝိသမဟေတုကဒိဋ္ဌိ ဖြစ်တယ်။ အသိမှားတော့ ယုံမှားသံသယအမျိုးမျိုးတွေလည်းပဲ ဖြစ်တယ်။ အကြောင်းနဲ့အကျိုး ရှင်းပြီဆိုလို့ရှိရင် အကြောင်းမဲ့ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ အယူဝါဒဆိုး၊ ထာဝရဘုရားက ဖန်ဆင်းလို့ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ အယူဝါဒဆိုး၊ အဲဒါတွေ ကင်းပြီးတော့ သံသယတွေလည်း မဖြစ်တော့ဘူးပေါ့။ ဒါ သာသနာ့အလင်းတစ်မျိုးပဲ။

ပထမသာသနာ့အလင်းမှသည် စတုတ္ထသာသနာ့အလင်းသို့

ရုပ်နာမ်ပိုင်းခြားသိတာက "ပထမဆုံး သာသနာ့ အလင်း"၊ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးသိတာ "ဒုတိယ သာသနာ့အလင်း"။

သို့သော် ဆက်ပြီးတော့ မလေ့လာသေးလို့ရှိရင် ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်ပြီးတော့ ဖြစ်နေတဲ့ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့ရဲ့ ဖြစ်ပေါ်ပြီးတော့ တစ်ခဏချင်းပျောက်ကွယ်သွားပုံ မမြဲပုံ အခြင်းအရာကို မသိ

http://www.dhammadownload.com

သေးဘူး။ ဆင်းရဲပုံအခြင်းအရာ မသိသေးဘူး။ သူ့သဘောအတိုင်း သူဖြစ်တဲ့အခြင်းအရာ မသိသေးဘူး။ မသိသေးတော့ ဆက်ပြီးတော့လေ့လာတဲ့အခါ သူ့သဘောအတိုင်း ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်ပြီးတော့ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်ပြီးတော့ တစ်ခဏချင်း ပျောက်ကွယ်သွားတာ။ ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက်နဲ့ မမြဲ, ဆင်းရဲ, သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပုံလေးတွေ ရှင်းရှင်း သိလာတယ်။ ဒါ "တတိယသာသနာ့အလင်းပဲ"။ အဆင့်ဆင့်ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ရင့်သန်သွားတယ်။

သူက အခြေခံကစပြီးတော့ ရုပ်နာမ်တရားတွေ မမြဲဆင်းရဲသဘောပဲလို့ သိမှုကစပြီးတော့ တဖြည်းဖြည်း ဖြစ်ပျက်တွေ မြင်သွားတယ်။ ခပ်သွက်သွက်ကလေး ဖြစ်ပျက်နေကြတယ်။ အပျက်သဘော ချည်းမြင်သွားတော့ ကြောက်ဖွယ်လို့ထင်လာတယ်။ ဒီအပေါ်မှာ မသတီစရာတွေလို့ မြင်လာတာတွေ, ရွံမုန်းစက်ဆုပ်စရာကောင်းတဲ့ရုပ်နာမ်က လွတ်ချင်လာတာတွေ, လွတ်ရန်နည်းလမ်းရှာဖွေလာတာတွေ, ရှာဖွေတဲ့အတိုင်း အခြားတော့မရှိဘူး။ ဒီရှုမှတ်တဲ့နည်းတွေသာ ရှိတာပဲဆိုတာ မှန်ကန်တဲ့လမ်းစဉ်ကို လေးလေးနက်နက် ပိုသိပြီးတော့ ဆက်လက်အားထုတ်တဲ့အခါမှာ အခက်အခဲလေးတွေ ကျော်လွန်ပြီးတော့ သက်တောင့်

http://www.dhammadownload.com

သက်သာနဲ့ ရှုကောင်းသွားတာလေးတွေ, ရှုကောင်းရာ ကနေပြီးတော့ နောက် သွက်သွက်နဲ့ အရှိန်နဲ့ တက်ကာ သွားတော့၊ နောက်ဆုံးဝိပဿနာဉာဏ်, မဂ်ကို ဂဟေ ဆက်ပေးတဲ့ အနုလောမဉာဏ်, အဲဒီအနုလောမဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ပြီးတော့ ရှုစရာအာရုံလေးရော ရှုသိတဲ့စိတ် ကလေးရော ယူပစ်သလိုကုန်သွားတာ အငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်ပဲ။ အဲဒါ မျက်မှောက်တွေ့သိသွားတာ။

ဒီတော့ အခြေခံရုပ်နာမ်ပိုင်းခြားသိမှုက "ပထမသာသနာ့အလင်း"၊ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်ပြီး တော့သိမှုက "ဒုတိယသာသနာ့အလင်း"၊ သူတို့ရဲ့ မမြဲ ဆင်းရဲသဘောပဲလို့ ရှင်းရှင်းသိမြင်တဲ့ဝိပဿနာ ဉာဏ် အဆင့်ဆင့်အလင်း၊ ဒါ "တတိယသာသနာ့အလင်း"၊ နောက်ဆုံးအငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ကို ပွင့်လင်းသိမြင်မှုက "စတုတ္ထသာသနာ့အလင်း"။

ဒီတော့ အခြေခံသာသနာ့အလင်းကစပြီး တော့ နောက်ဆုံး နိဗ္ဗာန်ကိုသိမြင်တဲ့ သာသနာ့အလင်း အထိ ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ ရှေးရှေးက ဘိုးတွေဘွားတွေ ကောင်းကောင်းတွေ့မသွားရှာဘူး။ ခုန ကမ္ဘာ့အလင်း ကြီးနဲ့ပဲ ပြီးသွားတာ။ ဒါလေးလောက်နဲ့ပဲ ကျေနပ် သွားကြတယ်။ တကယ်စိတ်ချရတဲ့ ဒီ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာရနိုင်လောက်တဲ့အထိ ဉာဏ်လမ်းစဉ်ကို

http://www.dhammadownload.com

လိုက်ရင် ရုပ်နာမ်အခြေခံကစပြီးတော့ ပိုင်းခြားသိတဲ့ ပထမသာသနာ့အလင်း, ဒုတိယသာသနာ့အလင်း, တတိယသာသနာ့အလင်း, နောက်ဆုံး စတုတ္ထ သာသနာ့အလင်းအထိ လင်းသွားမယ်။

အဲဒီအလင်းကြီးရလို့ရှိရင်တော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်တော့မှ အဆိုးဝါးဆုံး အမှောင်မကျတော့ဘူး။ အမြဲတမ်းလင်းနေတယ်။ ပိုပြီးတော့ကို နက်နက်ရှိုင်း ရှိုင်း လင်းလာတယ်။ ဒီဘဝမှာ ပိုလေးနက်လာတယ်။ ဒီက ပညာလမ်းစဉ်, ဉာဏ်လမ်းစဉ်လိုက်တာ နောက် ဘဝမှာလည်း အလင်းမပျောက်ကွယ်တော့ဘူး။ အဲဒီ အထိ သွားကြဖို့လိုပါတယ်။

ကမ္ဘာ့အလင်း ကွယ်ပျောက်လေသော်

ဒီတော့ အားလုံးကောက်ချက်ချလိုက်လို့ရှိရင် ဒီ အမိုက်ငါးသင်း အလင်းငါးချက်ဆိုတာ အမိုက်ငါး သင်းက ကံ-ကံရဲ့အကျိုးကိုမသိတာ, ကမ္ဘာ့အလင်း ကြီးကွယ်ပျောက်သွားတာ။ တစ်ချို့ ကမ္ဘာ့အလင်းကြီး ကွယ်ပျောက်နေတယ်။ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံရယ် လို့ အလေးမထားတော့ဘူး။ ကောင်းတာလုပ်လည်း ကောင်းကျိုးမရဘူး။ ဆိုးတာလုပ်လည်း ဆိုးကျိုး မရ ဘူး။ သေရင်ပြီးရောဆိုတာမျိုးပဲ....... ကမ္ဘာ့အလင်း

http://www.dhammadownload.com

ကွယ်နေကြတယ်။ အဲဒါ ဘုန်းကြီးတို့ ဘယ်လိုလုပ်ကြမှာလဲ.....လူ့ကျင့်ဝတ်တွေလည်း ပျောက်သွားတယ်။ ဒီတော့အကျိုးထူးမယ်ဆိုရင် သူတို့တစ်စုကောင်းစားချမ်းသာမယ်ဆိုရင် ကျေးဇူးရှင် မိဘဆရာသမားတွေ သတ်ဖို့လည်း ဘာမှဝန်မလေးတော့ဘူး။ သေရင်ပြီးရောလို့ ယူဆထားကြတယ်။ သေရင်ပြီးရောဆိုတော့ ကောင်းတာလုပ်လည်း ကောင်းကျိုး သူက ရမှမရတော့ပဲ။ ဆိုးတာလုပ်လည်း အပြစ်က ရှိမှမရှိတော့ပဲ ..သူတို့က ယူဆထားတာ။ ဒီတော့ အသက်ရှင်ဆဲကာလ လောက်ပဲ သူတို့အလေးထားတော့တယ်။ ကမ္ဘာ့အလင်း ကွယ်ပျောက်သွားတာ။ သာသနာ့အလင်းဆိုတာ ဝေးရော။

ကမ္ဘာ့အလင်းတော့ မကွယ်ပျောက်သေးဘူး။ ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိလည်း ရှိသေးတယ်။ ခုနက မျက်နှာမငယ်စေတတ်တဲ့ ချမ်းသာမကွယ်စေတတ်တဲ့ ဒါနကုသိုလ်, သီလကုသိုလ်တွေတော့ လုပ်တယ်။ ဒါပေမယ့် သူ့ထက်အဆင့်မြင့်တဲ့ လုံးချာမလည်စေတတ်တဲ့ သမထဘာဝနာကုသိုလ်နဲ့ ခုနအစွဲတွေ ကျွတ်စေနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာကုသိုလ်လည်း မရှိတော့ ဒီလိုပဲ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေဟာ လုံးချာလည်လျက်ပဲ။ ဒီလိုပဲ တဏှာသမားကြီး, မာန

http://www.dhammadownload.com

သမားကြီး, ဒိဋ္ဌိသမားကြီး, ဒီအစွဲတွေနဲ့ ကြီးပြင်း, အစွဲတွေ တန်းလန်းရှိနေတယ်။ အစွဲတွေတန်းလန်း ရှိနေတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဘယ်ချမ်းသာလိမ့်မလဲ, ဘယ် အေးချမ်းမှု ရနိုင်ပါ့မလဲ။ ဒီအစွဲတွေ ကျွတ်ဖို့ လိုတယ်။ ဒီအစွဲတွေကျွတ်ဖို့ဟာက ဉာဏ်လမ်းစဉ် လိုက်ရမယ်။ ခုန ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ ကမ္မာ့အလင်းကနေ ဖြာ ပြီးတော့ ထွက်လာတဲ့ဉာဏ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်၊ ဒါပဲ။

ဒီဘဝမှာ ဉာဏ်လမ်းစဉ်လိုက်လို့ရှိရင် ဖြစ်နိုင် သေးသလားလို့, ဖြစ်နိုင်ပါ့မလားလို့, ပညာရော ပြည့်စုံ နိုင်ပါဦးမလားလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ ဒါကတော့ ဟို တစ်ပတ်က ဘုန်းကြီး မလေးရှားယောဂီတွေကို ဟော ပြီးပြီ။ သာသနာကို ထက်ထက်သန်သန် ကြည်ညိုတာ ထားပေါ့လေ။ သူရှိရင်တော့ ပိုကောင်းတာပေါ့။ အစဉ်အလာ သဒ္ဓါတရားရှိတဲ့ မိရိုးဖလာ ဗုဒ္ဓသာသနာ ဝင်တစ်ယောက်ပဲ။ သို့သော်လည်း ဒီဘဝမှာ ဉာဏ် လမ်းစဉ်လိုက်လို့ရှိရင် တရားထူး တရားမြတ် ရနိုင်တဲ့ အခြေအနေရှိတယ်။ အခြေအနေကောင်းပါတယ်။ အဲဒီအခြေအနေမျိုးမှာ ရပ်တည်နေတယ်။ ဘာမှ ဝမ်း နည်းစရာမရှိဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့် မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ဖို့ရာ

ဘုန်းကြီးတို့ ကျမ်းဂန်များမှာ ဒီဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ရေးဟာ အကြောင်းနှစ်ချက်ပြထားတယ်။ အဲဒီအကြောင်းနှစ်ချက်က–

(၁) ပရတောဃောသနဲ့

(၂) ယောနိသော မနသိကာရ။

ပရတောဃောသ– သင့်တော်တဲ့တရားကို ကြားနာတာ၊ ကျင့်နည်းမှန်ကို လေ့လာတာ။ သင့်တော်တဲ့တရားကြားနာတော့ သဒ္ဓါတရားဖြစ်စရာ ကြားနာရင် သဒ္ဓါတရားတွေနိုးကြားလာမယ်။ သံဝေဂဖြစ်စရာ အချက်တွေ ကြားနာရရင် သံဝေဂဉာဏ်တွေဖြစ်ပြီ။ ဒီတော့ သဒ္ဓါတရားပေါ်ပြီဆိုရင် ဝိပဿနာဉာဏ်, မဂ်ဉာဏ် အကျိုးရရှိရေးအတွက် ကြိုးပမ်းတော့မှာပဲ။ သံဝေဂဖြစ်ပြီဆိုလို့ရှိရင် အို နာ သေရေး ဒုက္ခဘေးတွေနဲ့မကင်းတဲ့ အစွဲသုံးပါးရဲ့ အဖိစီး အနှိပ်စက်ခံရတဲ့ ဘဝမျိုးက လွတ်မြောက်လိုတဲ့ဆန္ဒတွေ ပြင်းပြလာမယ်။ ဆန္ဒတွေပြင်းပြလာလို့ရှိရင် လမ်းမှန်ကိုရှာတာပဲ။ ဒါဟာ ပရတောဃောသပဲ။ နည်းလမ်းရှာရာ နည်းလမ်းက တစ်ခြားမဟုတ်ဘူး၊ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ပဲ။

သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ဆိုတာ မိမိသန္တာန်မှာ

http://www.dhammadownload.com

ကာယ, ဝေဒနာ, စိတ်, သဘောထွေရာ ရှုကွင်းကျယ် ထဲမှ အသစ်ပေါ်ရာပေါ်ရာ ရှုကွက်အာရုံနဲ့ ရှုမှတ်တဲ့ စိတ် ထိပ်တိုက်ထားပြီးတော့ ရှုမှတ်တာပဲ။ ယောနိသော မနသိကာရအရ စိတ်အားစိုက် ချိန်သားကိုက်ပြီးတော့ စွဲစွဲမြဲမြဲရှုမှတ်၊ ဘာပေါ်ပေါ် စိတ်အားစိုက် ချိန်သား ကိုက်တယ်ဆိုရင် စွဲစွဲမြဲမြဲ မှတ်မိတော့တာပဲ။ ဒီပေါ်မှာ စိတ်ကလေး စိုက်ကျနေ၊ စိုက်ကျနေတော့ အဲဒီ အခိုက်အတန့်မှာ လောဘကင်းတယ်။ ဒေါသကင်း တယ်။ မောဟကင်းတယ်။ စိတ်ကလေးသန့်တယ်။ စိတ်ကလေးသန့်ရာကနေပြီးနောက်တော့ ရုပ်နာမ် ပိုင်းခြားသိ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးတွေသိ၊ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အချက်တွေသိ၊ ဒါပဲ။ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်လို့ ရင့် ကျက်ပြည့်စုံသွားလို့ရှိရင် အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ကို မျက် မှောက်ပြုတဲ့ မဂ်ဉာဏ်ဆိုတာတွေ ဖြစ်ပေါ်လာပါတော့ တယ်။

ဒီတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ဖို့ရာ ဖြစ်ပေါ်လာရေးမှာ အာရုံနဲ့မှတ်စိတ်တည့်အောင် အာရုံ ဆီရောက်အောင်မှတ်ဖို့ပဲ လိုတယ်။ တည့်အောင်မှတ် တဲ့နည်းတွေ သိထားလေ့လာထားပါ။ ဒီနှစ်ချက်ပဲ။ ဒီနှစ်ချက်ပြည့်စုံလို့ရှိရင် ဒီဘဝမှာ ဝိပဿနာဉာဏ်

http://www.dhammadownload.com

ပြည့်စုံပြီး ဒီကမ္ဘာတစ်ဆင့် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ပြည့်စုံနိုင်မယ်။ အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရား ရှင်းရှင်းလေး ဟောထားတယ်။

သတိပဋ္ဌာန် အကျိုး (၇) မျိုး

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ စိစစ်ကြည့်ရင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတော်တွေကို နည်းလမ်းမှန်စွာ နာကြားရတာ, ဆွေးနွေးရတာ, ပြီးတော့ စာအုပ်စာတမ်းတွေ ဖတ်ရတာ, ပရတောဃောသပစ္စည်းလို့ ခေါ်တယ်။ နည်းမှန်လမ်းမှန်လေးတွေ သိထားတော့ အထူးအားဖြင့် သတိပဋ္ဌာန်ဘာဝနာတရားအားထုတ်တော့ စိတ်စင်ကြယ်တယ်။ သောကပရိဒေဝတွေလည်း ငြိမ်းတယ်။ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲလည်းပဲ ချုပ်ငြိမ်းသွားစေနိုင်တယ်။ အရိယမဂ်လည်း ရတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုလည်း မျက်မှောက်ပြုနိုင်တယ်ဆိုတော့ အကျိုး(၇)မျိုးတောင် ရတယ်။ အကျိုး(၇)မျိုး သိနားလည်တော့ သဒ္ဓါတရားတွေ နိုးကြားလာတယ်။ ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရား အားမထုတ်ဘူးဆိုလို့ရှိရင် စိတ်မစင်ကြယ်ဘူး။ စိတ်မစင်ကြယ်တော့ စိတ်ညစ်ပတ်တယ်။ စိတ်ထားနိမ့်ကျတယ်။ စိတ်ထား အောက်တန်းကျမယ်။ ဒါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဒီဘဝမှာ တရားထူးရဖို့ရာ

စိတ်ထားအောက်တန်းကျလို့ရှိရင် ဘဝလည်းပဲ အောက်တန်းကျမယ်။ အပါယ်ဘဝသို့ သွားမယ်။ သံဝေဂတွေဖြစ်ရင်တော့ ဒီသတိပဋ္ဌာန် တရား လိုက်စားမယ်။ ရှုမှတ်လာမယ်။ မှတ်လာတော့ ဒီမှာ ဒုတိယ အကြောင်းပြည့်စုံသွားမယ်။ သတိပဋ္ဌာန်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ တရားတွေ ကြားနာရတယ်။ နည်းလမ်းတွေ ရတယ်။ အားထုတ်တဲ့နည်းမှန်တွေ ရတယ်။ အားထုတ်တယ်။ အားထုတ်တော့ ဒီမှာ အကျိုးပေးဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဉာဏ်ရင့်သွားတဲ့အခါကျတော့ နောက်ဆုံး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်လာတယ်။ ဒီတော့ ဒီဘဝမှာ တရားထူးရခြင်းရဲ့အကြောင်း, ဉာဏ်ထူးရခြင်းရဲ့ အကြောင်း နှစ်ချက်၊ ဒါ ဘုန်းကြီးတို့ယောဂီတွေမှာ ပြည့်စုံတယ်။ ဘာမှအားငယ်စရာမရှိဘူး။ ပြီးတော့ ဒုလ္လဘတရားနဲ့ စိစစ်လိုက်လို့ရှိရင်လည်း ဘုန်းကြီးတို့ ယောဂီတွေမှာ ပြည့်စုံနေတယ်။ ဘုရားသာသနာ ရှိတယ်၊ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လား။ ဒီတော့ ကံ-ကံ၏အကျိုးကို လက်ခံတဲ့ လူ့ဘဝ, မြင့်မြတ်တဲ့ဘဝ ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

နတ်ထက် လူကသာ

တစ်ချို့က လူ့ဘဝ ရလွယ်တာပဲလို့ ပြောကြတယ်။ သာမန်လူ့ဘဝတော့ လွယ်ပါလိမ့်မယ်။ ဒီလို အသိဉာဏ်နဲ့ပြည့်စုံတဲ့ လူ့ဘဝမျိုးကမှ ရဖို့ခက်တာ။ မနုဿဆိုတဲ့လူမှာ ထက်သန်တဲ့ စိတ်ထားရှိတယ်။ လူတွေဟာ 'သတိ' ထက်သန်တယ်၊ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား။ ရဲရင့်တယ်၊ ပြီးတော့ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးရေးမှာ ဘုန်းကြီးတို့ လူ့ဘဝဟာ အကောင်းဆုံးဘဝပဲ။ အဲဒီအချက်သုံးချက်အရ နတ်လောကထက် ဘုန်းကြီးတို့လူသားတွေက သာနေတယ်။

နတ်လောက,က ချမ်းသာချည်းပဲဆိုတော့ သူတို့က အင်း ... ဘာခေါ်မလဲဆိုတော့ သတိတွေ သိပ်ပြီးတော့ မဲ့တယ်၊ သတိမရှိဘူး၊ ကုသိုလ်ရေးမှာ သူတို့ မေ့သလိုဖြစ်နေတာ၊ အပါယ်ဘဝမျိုးက သူတို့က ဆင်းရဲချည်းပဲဆိုတော့ ကုသိုလ်ရေး သတိမရနိုင်ဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့လူ့လောကကတော့ ချမ်းသာဆင်းရဲ မျှနေတယ်။ ချမ်းသာဆင်းရဲမျှနေတော့ ဆင်းရဲကြောက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ပိုသတိထားတယ်။ အကုသိုလ်ကြောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ပိုသတိထားတယ်။ သတိထားတော့ အကုသိုလ်မဖြစ်ဘူး။ ကုသိုလ်ဘက် အလေးထား

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ သတိဟာ ဘုန်းကြီးတို့ လူသားတွေက ပိုကောင်းတယ်။ ရဲရင့်မှုကလည်းပဲ ပိုရဲရင့်တယ်။ မြတ်သောအကျင့် အခုလို မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် မြတ်သောအကျင့် ကျင့်သုံးရေးမှာလည်း ဘုန်းကြီးတို့ လူ့ဘဝဟာ အကောင်းဆုံးပဲ။

လူ့လောကဟာ Junction ကြီး

စာထဲဆိုထားတာက နတ်တွေဟာ သူတို့ဆီမှာ ကာမဂုဏ်က ပေါတော့ ဆိတ်ငြိမ်မှုကလည်း မရှိတော့ တရားထိုင်ဖို့ အခွင့်မသာဘူး။ ဒါကြောင့်နတ်လောကက တန်ခိုးကြီးတဲ့နတ်တွေ သူတို့ဆီမှာ ဥပုသ်စောင့်လို့ရှိရင် နတ်သမီးတွေ ပွတ်သီးပွတ်သပ်လုပ်တာနဲ့ ဥပုသ်ခဏခဏကျိုးလို့ လူ့ပြည် လာလာဆင်းစောင့်ရတယ်။ ဒီလိုအဆိုရှိပါတယ်။

ဘယ်လောက်ကောင်းသတုံး၊ ဘုန်းကြီးတို့ လူ့လောကဟာ အဆုံကြီးပဲပေါ့။ Junction ကြီးပဲ မဟုတ်ဘူးလား၊ Junction ကြီးပဲ။ ဒီ Junction ကြီးကနေ ဘယ်သွားမလဲ....။ ရန်ကုန်ဘူတာကြီးဆို ပြည်ဘက် သွားမလား, မန္တလေးဘက်သွားမလား, မော်လမြိုင်ဘက်သွားမလား...Junction ကြီးပဲ သိပ်

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းတယ်။ လူ့ဘဝဟာ သိပ်ကောင်းတဲ့အခွင့်အရေး တွေ သိပ်သာတယ်။

နတ်တို့၏မှာတမ်းတော် သုံးခွန်း

ဘုရားလောင်းများ သက်တမ်းရှည်တဲ့နတ် လောကထဲရောက်နေခိုက် ပါရမီဆက်လက်ပြီးတော့ ဖြည့်ဖို့ရန် အဲဒီလောကက အခွင့်မသာတဲ့အတွက် သက်တမ်းမကုန်ခင် အဓိမုတ္တိကာလံကိရိယဆိုတဲ့ စိတ်ညွတ်ပြီးတော့ သေချလိုက်တာပဲ။ အဲဒီ ဖြစ်ရပ် ကိုသာ ကြည့်ပေတော့၊ လူ့ဘဝဟာ အင်မတန်မြတ်နိုး စရာ ကောင်းတယ်။ သိပ်မြတ်နိုးစရာ ကောင်းတယ်။ အဲ–ဘယ်လောက်ထိ မြတ်နိုးစရာကောင်းသလဲဆိုရင် နတ်လောကက နတ်သားတစ်ဦးဦး စုတေတော့မယ်ဆို ရင် သူတို့ပန်ထားတဲ့ပန်းတွေ ညှိုးတယ်။ သူတို့ဝတ်ဆင် ထားတဲ့အဝတ်လည်း ညစ်တယ်။ ခန္ဓာကိုယ်က, ချိုင်းက ချွေးတွေ ယိုထွက်တယ်။ ကိုယ်အရောင် အဆင်းလည်းပဲ ပျက်တယ်။ ပြီးတော့ နတ်လောက မှာလည်း သူ မပျော်ပိုက်ဘူး။ အဲဒီ အကြောင်းနိမိတ် ငါးမျိုးထင်လာတယ်။ တခြားနတ်တွေက တိုက်တွန်း အားဖြည့်မှာတမ်း ၃–ခွန်းနဲ့ မှာကြားကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

(၁) 'အဆွေနတ်၊ ဒီနတ်လောကကနေပြီးတော့ သုဂတိဘဝသွားပါ'။

(၂) 'သုဂတိ ဘဝသွားပြီးတော့ လာဘ်ထူးကြီးရပါစေ'။

(၃) 'အဲဒီလာဘ်ထူးကြီးကိုလည်း ခိုင်မြဲအောင် လုပ်ခဲ့ပါ'။ မှာတမ်းတော်သုံးခွန်း။

ပါရမီဖြည့်ဖို့ရာ လူ့ဘဝဟာအကောင်းဆုံး

ဒီတော့ နတ်လောကအနေနဲ့ဆိုလို့ရှိရင် သူတို့ရဲ့သုဂတိဘဝက ဘာလဲ....သူတို့ထက် အဆင့်မြင့်တဲ့ဟာလား....ဒီလို မေးစရာရှိတယ်။ သူတို့မှာတဲ့ဟာကလည်း ပဟေဠိဆန်ဆန်ဆိုတော့ ငပ်တယ်။ အဓိပ္ပါယ်မပေါ်ဘူး။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားကို ရဟန်းတော်တစ်ပါးက မေးလျှောက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက နတ်လောကအနေနဲ့ သုဂတိကောင်းသောဘဝဆိုတာ တစ်ခြားမဟုတ်ဘူး။ လူ့ဘဝပဲတဲ့။ စုံလွန်းလို့တဲ့။ လူ့ဘဝက ကုသိုလ်တွေစုံလွန်းလို့တဲ့။ မျက်နှာမငယ်ရအောင်, ချမ်းသာမကွယ်ရအောင်, လုံးချာမလည်ရအောင်, အစွဲတွေကျွတ်အောင် ဒီလိုစုံတယ်။ နောက်ဆုံးဘုရားဖြစ်ရေးအတွက် ဒါနအစရှိတဲ့ပါရမီတွေ ဖြည့်ဆည်းဖို့ရန် တစ်ခြားလောကမှာမလွယ်ဘူး။ လူ့

http://www.dhammadownload.com

လောကဟာ အကောင်းဆုံးပဲ။ ကုသိုလ်ပါရမီ ဖြည့်ဆည်းပူးရန် အသင့်ဆုံးပဲ။

ဘယ်လောက်များ ရဲရင့်ကြပါသတုံး

ကောင်းတဲ့ဘက်မှာဆိုလို့ရှိရင် အမြင့်ဆုံးဘုရားဖြစ်နိုင်ခွင့်၊ ဆိုးတဲ့ဘက်မှာဆိုလို့ရှိရင် တစ်ခါတည်းကို ဆယ်လို့မရနိုင်အောင် ဆိုးသွင်းခွင့်ရှိတယ်၊ ထက်သန်တဲ့စိတ်ထားဆိုတာ ဒါပဲ။ ဒီတော့ထက်သန်တဲ့ စိတ်ထားဆိုတာ မကောင်းဘက်ထက်သန်တဲ့ဟာတွေကို ရုပ်သိမ်းပြီးတော့ ကောင်းတဲ့ဘက် ထက်သန်တယ်။ ဘုန်းကြီးတို့လူသားတွေက လူပီသတယ်။ လူ့သဘာဝ အကျင့်ဆိုးဟူသမျှကို ထက်ထက်သန်သန်ရှောင်ဖယ်ရဲ၍ အကျင့်ကောင်း အကျင့်မြတ်မှန်သမျှကို ထက်သန်စွာ လုပ်ဆောင်ရဲရင် အဲဒီလို လူပီသတဲ့ကောင်းမှုစုံတဲ့ လူ့ဘဝကို နတ်လောကက အထင်ကြီးတယ်။ သိပ်အထင်ကြီးတယ်။ အားကြီးအထင်ကြီးတယ်။ ဒီတော့ သူတို့ အထင်ကြီးတဲ့ဘဝ ဘုန်းကြီးတို့ရနေတာ၊ ရနေတော့လည်းပဲ သတိ သူတို့ထက်ပိုကောင်းတယ်။ ရဲရင့်မှုက ပိုကောင်းတယ်။ ခုလို မဂ်ရောက်ဖိုလ်ရောက် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် ကျင့်သုံးရေးမှာလည်း ဒီက လူ့လောက က

http://www.dhammadownload.com

အခွင့်အသာဆုံးပဲ။ သူတို့ထက် အချက်သုံးချက် သာနေတယ်။ တော်တော်ကောင်းတယ်။ သာနေတော့ ဘုန်းကြီးတို့ လူသားတွေက ဘယ်လောက်များသတိ ထားနိုင်ကြပါသတုံး ... ဘယ်လောက်များရဲရင့်ပါသတုံး.....မကောင်းတဲ့ဘက်က ရဲရင့်မှုတွေ ရုပ်သိမ်း ပြီးတော့ ကောင်းတဲ့ဘက်မှာ ဘယ်လောက် ရဲရင့်ကြပါသတုံး...ဘယ်လောက်ညာတာလုပြီး ရဲရင့်ပြီးတော့ ဘယ်လောက်များ သီလတွေလုံခြုံအောင် ရဲရဲရင့်ရင့် ဆောက်တည်နိုင်ကြတုံး... ဘယ်လောက်များ ကိုယ် စိတ်ဆင်းရဲခံပြီးတော့ အနစ်နာခံပြီးတော့ စိတ်ကောင်း တိုးတက်အောင်, အသိဉာဏ်တိုးတက်အောင် ဘယ် လောက်များ ရဲရဲရင့်ရင့် လုပ်နိုင်ပါသတုံး... သာတယ် လို့သာ ဆိုတယ်။ အဲဒီရဲရင့်မှုတွေ ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာအထိ အသုံးပြုကြပါသတုံး.. မြတ်သော အကျင့်ဟာ ဒီလူ့ဘုံမှာ အခွင့်အသာဆုံးလို့ ဆိုထား တာ၊ ဒီအခွင့်အရေးကို ဘုန်းကြီးတို့ လူသားတွေအနေ နဲ့က ဘယ်လောက်များအသုံးချပါ သတုံး .....အသုံးချ တာ အတော်နည်းပါတယ်။ ဒုစရိုက် ရှောင်ရဲတဲ့သတ္တိ၊ သုစရိုက်ဆောင်ရဲတဲ့သတ္တိ ခေါင်းပါးသွားနေပြီ။ အမှား လုပ်ရဲ ပြောရဲ ကြံစည်ရဲတဲ့ သူရဲ ဘောကြောင်တာတွေ များလာပြီ။

http://www.dhammadownload.com

သဒ္ဓါ ပညာ ရှိရမှာ

ဒီလောက်အခွင့်အရေးကောင်းတဲ့ လူ့ဘဝ၊ နတ်တွေကတောင် တောင့်တတဲ့လူ့ဘဝကို ဘုန်းကြီးတို့ ရရှိနေတာ။ ရရှိနေတော့ လူဖြစ်ရုံမျှကတော့ ဘာမှ အဓိပ္ပါယ်မရှိဘူး။ ဒီတော့ ဒုတိယတစ်ဆင့် သူတို့မှာ တဲ့အတိုင်း လာဘ်ထူးရအောင် လုပ်ရမယ်။ လာဘ်ထူး ဆိုတာဟာ အခြားမဟုတ်ဘူး။ ဗုဒ္ဓသာသနာသက်ဝင် ယုံကြည်တဲ့ "သဒ္ဓါ"တရား။ ဘုရား,တရား,သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးကို သက်ဝင်ယုံကြည်တာ သဒ္ဓါ၊ ခုန ကံ–ကံ၏အကျိုးကို သက်ဝင်ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါ တရား။ ကောင်းရင်စံရမယ်, ဆိုးရင်ခံရမယ်ဆိုတဲ့ ယုံကြည်ချက်၊ ခံယူချက် သဒ္ဓါတရားပဲ။ အဲဒါရှိဖို့ အရေးကြီးတယ်။

အဲဒါတွေ ရှိပါပြီ။ ဒုတိယမှာတမ်းနဲ့လည်း ဘုန်းကြီးတို့ ညီနေပြီ။ နောက်ဆုံးမှာတမ်းက ဒီလာဘ် ထူးကြီး ခိုင်မြဲပါစေ၊ ဘယ်တော့မှ ဘယ်သူက ဖျက် ဖျက် မပျက်အောင် ခိုင်မြဲရမယ်။ ပစ္စည်းပေးပြီးတော့ ဖျားယောင်းဖျက်လို့လည်း မပျက်။ ချိန်းခြောက်ပြီး တော့ ဖျက်လည်းမပျက်။ ကျောက်ရုပ်တောင်မှ ပြုံးလောက်အောင် အပြောကောင်း အဟောကောင်းတဲ့

http://www.dhammadownload.com

ပုဂ္ဂိုလ်က ပြောလည်းပဲ မပျက်။ ဘယ်လိုဖျက်ဖျက် မပျက်တဲ့ မပျက်နိုင်တဲ့ ခိုင်မြဲမှုမျိုးရဖို့၊ အဲဒီခိုင်မြဲမှု ကြီးမျိုးရဖို့ ဆိုတာက ဒါနလေးလောက်နဲ့လည်း မပြီး ပါဘူး။ ပုတီးလေးစိပ်ရုံမျှနဲ့ သမထသက်သက်နဲ့ မပြီး ပါဘူး။ ဝိပဿနာကုသိုလ်ဉာဏ် အဆင့်ရောက်ဖို့ သတိပဋ္ဌာန် ဘာဝနာတရားတွေ အားထုတ်ဖို့လိုတယ်။ နည်းလမ်းကျ အားထုတ်ရင် စိတ်စင်ကြယ်လာတယ်။ ရုပ်နာမ်သိလာတယ်။

ရုပ်နာမ် ကိုယ်တိုင်သိလာပြီဆိုရင် ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်ရလာတော့ ကိုယ်ပိုင်သဒ္ဓါတရားလေးတွေ ဖြစ် လာတယ်။ ဟာ ..ဟုတ်တယ်, ရုပ်နာမ်ရှိတယ်ဆိုတာ ဟုတ်တယ်။ ဘုရားဟောထားတာ ရုပ်နာမ်နှစ်မျိုးဆိုတာ ရှိတယ်။ ဒီမှာ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်နေပြီ။ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်တော့ ဒီကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ပဲ လက်ခံအတည်ပြုဆုံးဖြတ် လိုက်တာပဲ။ အဲဒါ သဒ္ဓါတရားပဲ။ ကိုယ်တိုင်တွေ့တာ က ပညာ၊ ဟုတ်တယ်လို့ လက်ခံလိုက်တာက သဒ္ဓါ၊ သဒ္ဓါနဲ့ပညာ, ပညာနဲ့သဒ္ဓါ တွဲသွားတာ။

ဉာဏ်အစစ်ဖြစ်မှ သဒ္ဓါအစစ်ဖြစ်

ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်အစစ်ဖြစ်မှ ကိုယ်ပိုင်ယုံကြည်မှု ဖြစ်တယ်။ နောက် အကြောင်းနဲ့အကျိုး၊ ဥပမာ ကွေး

http://www.dhammadownload.com

ချင်လို့ကွေးတာ ဆန့်ချင်လို့ဆန့်တာ အကြောင်းလေးတွေ အကျိုးလေးတွေနဲ့ ဆက်စပ်ပြီးတော့ နေတာ။ ကွေးမှု ဆန့်မှုလေးတွေဟာ သူ့အကြောင်းလေးတွေရှိနေလို့ ဒီလိုအကျိုးတွေ ဖြစ်လာတာ။ မျက်စိနဲ့အဆင်းရှိနေလို့ မြင်ရတာ၊ နားရှိလို့ ကြားရတာ၊ အသံရှိလို့ ကြားရတာ၊ ရုပ်အကြောင်းခံပြီးတော့ နာမ်အကျိုးဖြစ်ပုံတွေ၊ သူ့ဟာနဲ့သူ ဒီမှာကြောင်းကျိုးကွင်းဆက်ကလေးတွေ ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်ပုံကလေးတွေ ရှုနေရင်းက ရှင်းသိလာရင် ဟာ--ဟုတ်တယ်၊ ကြောင်းကျိုးဖြစ်စဉ်ကြီး ဒါဟုတ်တယ်၊ မှန်တယ်၊ မြတ်စွာဘုရားဟောထားတာ မှန်တယ်။ ဒါကိုယ်တွေ့ဖြစ်နေပြီဆိုတာ တစ်ခါတည်း ကိုယ်တွေ့နဲ့အတည်ပြုလက်ခံတော့တာပဲ။ ဉာဏ်အစစ်ဖြစ်တော့ သဒ္ဓါတရားအစစ်ဖြစ်တယ်။ ဒီကမှတစ်ဆင့် ဆက်ပြီးတော့ အားထုတ်တဲ့အခါ ခုပင်ဖြစ် ခုပင်ပျက်ပုံ, မမြဲပုံတွေ, သူ့သဘောအတိုင်းသူဖြစ်ပုံတွေ ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်ဖြစ်လာတယ်။ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြစ်လာတဲ့အခါ ဟိုဘက်က အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တဆိုတာ အဆိုပဲ၊ အထင်ပဲ။ တကယ် အမြင်မဟုတ်ဘူး။ အခုတော့မှ တကယ့်ကိုပေါ်ပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက်သွားတာတွေ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်နေပြီ။ သိပ်မှန်တယ်၊ ပေါ်ပြီးတော့

http://www.dhammadownload.com

ပျောက်သွားတယ်။ နောက် ထပ်ထပ်ပြီးတော့ မဖြစ်လို့ ရှိရင်တော့ ကောင်းသွားပဲ။ ဒါပေမဲ့ ထပ်ထပ်ဖြစ်နေ တယ်။ ဖြစ်မှုပျက်မှုတွေက နှိပ်စက်တယ်။ တစ်နည်း အားဖြင့် ကိုယ်ထဲမှာ အတွေ့ဆိုးတွေ, အခံဆိုးအနေ ခက်တာတွေ တွေ့လာတယ်။ တစ်ကိုယ်လုံး တစ် ကောင်လုံးဟာ ဆင်းရဲတုံးကြီးပဲဆိုတာ ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်မြင်ဖြစ်တာ။

ဒါအမှန်ပဲ။ ဆင်းရဲတုံးကြီးဆိုတာ ကိုယ့်အလို အတိုင်းမဖြစ်ဘူး။ သူ့သဘောအတိုင်း သူဖြစ်နေတယ် ဆိုတာက ကိုယ်တွေ့ဖြစ်လို့ မှန်တယ်ဆိုတာ လက်ခံ လာတယ်။ ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်မြင်နဲ့ တစ်ခါတည်း မခြဲ, ဆင်းရဲ သဘောပဲဆိုတာ အတည်ပြုတော့တာပဲ။ အတည် ပြုတာ သဒ္ဓါတရားပဲ။ ကိုယ်တိုင်မြင်သိတာက ပညာ။ အဲဒီလို သဒ္ဓါတရားကို လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ မြှင့်တင်ပေးတယ်။

ခန္ဓာ့ခြောက်သော်လည်း မပျက်တော့သည့်သဒ္ဓါ

မြှင့်တင်ပေးတဲ့အခါမှာ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်လာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ဒါ "ရုပ်နာမ်မဟုတ်ဘူး" ကြောင်းကျိုးမဟုတ် ဘူး။ သူဖြစ်ချင်သလို ဖြစ်နေတာပဲ။ အဲ..မြဲတယ်- ကောင်းစားချမ်းသာတယ်-ဘာမဆို ကိုယ့်အလိုအတိုင်း

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်တာပဲလေ။ ဘယ်သူက လာညာမတုံး .. လာညာစမ်းပါ၊ လက်ခံမှာလား..၊ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်နေတော့ မမှန်တာတွေ လက်မခံတော့ဘူး။ အဲ..နောက်ဆုံး အဆင့်ဆင့် အဆင့်တက်သွားလို့ ဖြစ်-ပျက်ဉာဏ်လောက်များ ရသွားပြီဆိုလို့ရှိရင် အို...ဖြစ်လိုက်တဲ့ သင်္ခါရတရားမှ အားကြီးဖြစ်တာပဲ၊ ဒီတရားသိပ်ဟုတ်တာ၊ အခုမှ တွေ့ရတာ အတွေ့နောက်ကျလိုက်လေခြင်းဆိုပြီး အဲဒီလိုဖြစ်လာတာ။ တစ်ခါတည်း အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်တော့မှ နောက်မဆုတ်တော့ဘူး။ ရှေ့ဆက်သွားတော့တာပဲ။ ဆက်သွားလို့ရှိရင် နောင်ဆုံးအဆင့်ဖြစ်တဲ့ စတုတ္ထသာသနာ့အလင်းခေါ်တဲ့ "အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်" တွေ့သွားတယ်။ အဲဒီ အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်တွေ့သွားတဲ့ အခိုက် ဘုရား, တရား, သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးကို မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်သွားဟာယ်။ သင်္ခါရတရား ခိုင်မြဲသွားတယ်။ ဘယ်ကဖျက်ဖျက် မပျက်တော့ဘူး။ ပစ္စည်းနဲ့ဖြားယောင်းဖျက်လည်း မပျက်တော့ဘူး။ သတ်ပစ်မယ်ဆိုပြီးချိန်းခြောက်လည်း မပျက်တော့ဘူး။

အဲဒီထူးခြားတဲ့အငြိမ်းဓာတ်ကို သိမြင်တဲ့ ဉာဏ်မျိုးရသွားလို့ရှိရင် ဘယ်တော့မှ ဘယ်နည်းနဲ့မှ ဒီခိုင်မြဲနေတဲ့ သင်္ခါရတရားဟာ မယိမ်းယိုင်ဘူး။ ကျောက်တိုင်ပဲဖြစ်ဖြစ်, သစ်သားတိုင်ပဲဖြစ်ဖြစ် မြေဝင်ကောင်း

http://www.dhammadownload.com

ရင် ကောင်းသလောက် မလဲဘူး။ ဘယ်လောက်ပဲ လေးဘက်လေးတန်က လေမုန်တိုင်းတွေဆင်ဆင် ဘယ်လောက်ပဲနဲ့နဲ့ မြေဝင်ကောင်းနေတော့ နဲ့လို့ မရဘူး။ ဉာဏ်နဲ့ ကိုယ်တွေ့သက်ဝင်ကောင်းနေတော့ ဉာဏ်ကောင်းသလောက် ဉာဏ်သက်ဝင်သလောက် ဖျက်လို့မရတော့ဘူး။ အဲဒီလို ဖြစ်ကုန်တယ်။ အဲဒါ ခိုင်မြဲတယ်ဆိုတာပဲ။

သဒ္ဓါခိုင်တာ အရိယာမှ

အဲဒီလို ခုန လာဘ်ထူးခေါ်တဲ့သဒ္ဓါတရားကြီးကို ပထမဆုံးရရှိပြီးတော့ အဲဒါကို အလုပ်နဲ့ခိုင်မြဲအောင် ကြိုးစားပါ။ ဆိုလိုတာကတော့ သဒ္ဓါခိုင်တယ်ဆိုတာ အရိယာမှ၊ အရိယာဖြစ်အောင် ကြိုးစားစေချင်တာ..ဒါပဲ။ အရိယာဖြစ်မှပဲ သက်သာရာရတာ အေးချမ်းမှုရတာ၊ အရိယာဖြစ်သွားပြီဆိုလို့ရှိရင်တော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်သန္တာန်မှာ ဘယ်နည်းနဲ့မှ သာသနာဟာ အလင်းပျောက်ကွယ်မသွားတော့ပါဘူး။ ဘယ်တော့မှ သာသနာ့အလင်း မပျောက်ကွယ်တော့ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ဘေးဆိုးကြီးများ လက်မဦးမီ

ဘုန်းကြီးတို့ ခုတရားလှေ့လာတယ်ဆိုတာ အမှန်ကတော့ ခုန ကမ္ဘာ့အလင်းခေါ်တဲ့ သံသရာ့ အလင်းကြီးကို အမှီပြုပြီးတော့ အဲဒီကနေပြီးတော့ ကံလမ်း, ဈာန်လမ်း, ဉာဏ်လမ်း – ဈာန်လမ်းဆိုတာ တော့ ထားပါတော့။ ကံလမ်းနဲ့ ဉာဏ်လမ်း၊ ကံလမ်း က ဒါနကုသိုလ်, သီလကုသိုလ်လုပ်တော့ မျက်နှာ မငယ်ဘူး၊ ချမ်းသာမကွယ်ဘူး။ ဉာဏ်လမ်းလိုက်တော့ မာနစွဲ, တဏှာစွဲ, ဒိဋ္ဌိစွဲ၊ ဒီအစွဲ ၃–မျိုးရဲ့ အနှယ်မခံရ၊ အဖိစီးမခံရဘူး။ အစွဲတွေကျွတ်တယ်၊ ငြိမ်းချမ်းတယ်။ ဒါကိုကြုံကြိုက်တဲ့အခါမျိုးမှာ အိုဘေးဆိုး, နာဘေးဆိုး, သေဘေးဆိုးကြီးက လက်မဦးခင် အချိန်အခါမျိုးလေး မှာ ဒီလို ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်တုန်း ဒါလေး အမှီပြုပြီးတော့ အချိန်မီဉာဏ်လမ်းစဉ် လိုက်ပြီးတော့ ရုပ်နာမ်ပိုင်းခြားသိတဲ့ ပထမသာသနာ့အလင်း၊ ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုးသိတဲ့ ဒုတိယသာသနာ့အလင်း၊ ရုပ်နာမ် အဖြစ်အပျက် အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ အချက်အလက်ကို သိ, ဆက်လက်ရင့်ကျက်တဲ့အထိ သိမြင်တဲ့ တတိယ သာသနာ့အလင်းကြီး၊ နောက်ဆုံး အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန် ကို သိမြင်တဲ့စတုတ္ထသာသနာ့ အလင်း၊ အဲဒီ အလင်း

http://www.dhammadownload.com

ရတဲ့အထိကြိုးစားလို့ သေချာသွားပြီဆိုလို့ရှိရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်နည်းနဲ့မှ အလင်းမကွယ်တော့ပါဘူး။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ သာသနာတော်ကြီးနဲ့ ကြုံကြိုက်ပြီးတော့ အခွင့်အရေး အပြည့်အစုံရှိပါလျက် မကြိုးစားလို့ရှိရင်တော့ ဘုန်းကြီးတို့အပြစ်ပဲ ဖြစ်တော့တာပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့တတွေရဲ့ အပြစ်ပဲ။ ဒီတော့ ကြိုးစားဖို့ပဲ ဘုန်းကြီးတို့ အများကြီး အခွင့်သာနေတယ်, အများကြီး အရေး သာနေတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီအတိုင်း ကြိုးစားနိုင်ကြပါစေဆိုတဲ့စေတနာနဲ့ ဘုန်းကြီးက အခြေခံထားခဲ့တာပါ။ ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိခေါ်တဲ့ ကမ္ဘာ့အလင်းကို အခြေခံတည်ပြီးတော့ အဲဒီကနေ ကံလမ်းစဉ်, ဈာန်လမ်းစဉ်, ဉာဏ်လမ်းစဉ်တွေကို ရှင်းလင်းပြီးတော့ ပြသွားခဲ့တယ်။

နာရှင်းကြတယ်နော်။

(နာရှင်းပါတယ်ဘုရား)။

ဒီအတိုင်း ရှင်းလင်းပြီးတော့ ကြိုးစားနိုင်ကြပြီး သာသနာ့အလင်းခေါ် ပထမ, ဒုတိယ, တတိယ သာသနာ့အလင်းကြီး ပြည့်ပြည့်ဝဝလင်းပြီးတော့ ဘယ်တော့မှ မပျောက်ကွယ်နိုင်လောက်တဲ့အနေနဲ့ ဘဝရဲ့အဆင်တန်ဆာ၊ ဘယ်တော့မှ ပြန်ပြီး မညှိုးမှိန်

http://www.dhammadownload.com

နိုင်တဲ့ ဘဝရဲ့အဆင်တန်ဆာ "စတုတ္ထသာသနာ့အလင်း"ကို ရရှိဖို့ ကြိုးစားနိုင်ကြပါစေလို့ ဘုန်းကြီး မျှော်လင့်ထားပါတယ်။

(သာဓု- သာဓု- သာဓု ပါဘုရား)

http://www.dhammadownload.com

နတ်ထက်လူကသာ

မနုဿဆိုတဲ့လူမှာ
ထက်သန်တဲ့စိတ်ထားရှိတယ်။
လူတွေဟာ "သတိ" ထက်သန်တယ်။ ရဲရင့်တယ်။
ပြီးတော့ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးရေးမှာ
လူ့ဘဝဟာ အကောင်းဆုံးဘဝပဲ။
အဲဒီ အချက်သုံးချက်အရ
နတ်လောကထက်
လူသားတွေက သာနေတယ်။