http://www.dhammadownload.com

ပဏ္ဍိတာရာမ ရွှေတောင်ကုန်း
ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

မော်ဘီမြို့ မဟာဝိဟာရကျောင်းတိုက်၌
ချီးမြှင့်တော်မူသော

ကူညီအားပေး မေတ္တာရှေ့ထား စကားလေး

မြန်မာသက္ကရာဇ်-၁၃၇၇ သာသနာနှစ်-၂၅၅၉ ခရစ်သက္ကရာဇ်-၂၀၁၅

http://www.dhammadownload.com

ပဏ္ဍိတာရာမ

ရွှေတောင်ကုန်း ဆရာတော်ဘုရားကြီး

မော်ဘီမြို့ မဟာဝိဟာရကျောင်းတိုက်၌

ချီးမြှင့်တော်မူသော

ကူညီအားပေးမေတ္တာရှေ့ထား
စကားလေး

၁၃၇၇-ခု၊ ပထမဝါဆိုလဆန်း(၈)ရက်၊
၂၄-၆-၂၀၁၅၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့

http://www.dhammadownload.com

နာမည်နှင့်လိုက်သော မဟာဝိဟာရ

အမည်နာမအားဖြင့် မဟာဝိဟာရကျောင်းတိုက်ဆိုတာနဲ့ ကျောင်းတိုက်လည်းကျယ်ဝန်းပြီးတော့ ရှင်ရဟန်းပရိသတ်တွေကလည်းများတော့ ကျောင်းတိုက်အမည်နဲ့ ပရိသတ်ရှိနေမှုဟာ ခွင်ကျဖြစ်သွားတာပဲ။ "မဟန္တော စ သော ဝိဟာရော စာတိ မဟာဝိဟာရော" မြစ်ရင်းအချက်အရ ဆိုတာပေါ့လေ။ မဟန္တော စ- အတိုင်းအတာအားဖြင့် ကျယ်ဝန်း, "ပရိယတ်မကင်းသော ပဋိပတ်၊ ပဋိပတ်မကင်းသော ပရိယတ်" အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရားအလိုတော်ကျ မြင့်မြတ်သည်လည်းဟုတ်၏။ သော စ ဝိဟာရော- ထိုဟာ လက်ရှိကျောင်းတိုက်ကြီးလည်းဟုတ်၏။ ဣတိ- ထိုသို့သော သတ္တိကြောင့်၊ မဟာဝိဟာရော- မဟာဝိဟာရမည်၏။ လက်ရှိအမည် ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ကျောင်းတိုက်နဲ့ လက်ရှိဖြစ်ရပ်နဲ့ကတော့ လိုက်ဖက်နေတယ်လို့ ဆိုရမှာပါပဲ။ ဒါက အပြင်ပေါ့လေ။

လေ့လာကြည့်လိုက်ရာ အပြင်ပိုင်းအနေအားဖြင့် လိုက်ဖက်သလို အတွင်းပိုင်းမှာလည်း လိုက်ဖက်ပါလိမ့်မယ်။ အတွင်းပိုင်းဆိုတာက သာသနာ့ဝန်ထမ်းတဲ့ ရှင်ရဟန်းတွေဆိုလို့ရှိရင် သီလအကျင့်သိက္ခာ ပထမဆုံး အရေးကြီးတာပဲ။ နောက် ဝတ္တရား။ မြတ်စွာဘုရားက ဒီဟာတွေမလုပ်နဲ့ဆို မပြောနဲ့ဆို မလုပ်မပြောပဲနေပြီးတော့

http://www.dhammadownload.com

ဒီလိုနည်းနဲ့ ရှောင်ဖွယ်ရာတွေ ရှောင်တိမ်းကြလို့ရှိရင် အကျင့်သိက္ခာကို စောင့်ရှောက်တယ်လို့ ဆိုရတော့တာ ပါပဲ။

ကိုယ့်စည်းနဲ့နေ ကိုယ့်ဝန်ကျေ

တစ်ခါတစ်ရံ ကြားကာလမှာ အပြစ်ရှိတယ်ဆိုရင်လည်းပဲ ရိုးသားတဲ့ဂုဏ်အရင်းခံပြီးတော့ ကိုယ့်အပြစ်ရှိတာကို တစ်ပါးထံမှာဖြစ်ဖြစ်၊ လေးပါးအများထံမှာ ဖြစ်ဖြစ်၊ အပါးနှစ်ဆယ်ထံမှာဖြစ်ဖြစ် ဝန်ခံရတာပဲ။ ဒါကတော့ ဝတ္တရားရှိပါတယ်။ ကိုယ်စည်းနဲ့နေ ကိုယ့်ဝန်ကျေ ဆိုရိုးအတိုင်းပါပဲ။ အဲဒီဘက်မှာ စိတ်နေစိတ်ထားဖြောင့်ပြီဆိုလို့ရှိရင်တော့ ဒီသာသနာဟာ ပရိယတ်မကောင်းတဲ့ ပဋိပတ်သာသနာ၊ ပဋိပတ်မကောင်းတဲ့ ပရိယတ်သာသနာ၊ ကိုယ်က ဘာမှလုပ်နေဖို့ မလိုပါဘူး။ အများက နားလည်လာမှာပါပဲ။ သမ္မာဒေဝနတ်တွေကလည်း မနေပါဘူး။ သူတို့ကလည်း ဝိုင်းပြီးတော့ စောင့်ရှောက်ကြတာပါပဲ။ အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင် ခေါင်းဆောင်ဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်းပဲ ဦးဆောင်ရတာလည်း လွယ်ကူလှပြီးတော့ နောက်လိုက်တွေကလည်းပဲ ဖြောင့်ဖြောင့်လိုက်တော့တာပဲ။ "ရှေ့ဆောင်နွားလား၊ ဖြောင့်ဖြောင့်သွားက၊ နောက်နွားတစ်သိုက်၊ ဖြောင့်ဖြောင့်လိုက်၏"လို့ ဆိုမိန့်ချက်နဲ့ ကိုက်ညီတာပဲ။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ် အခမ္မိကသုတ်မှာ

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရား အချုပ်ဟောထားတဲ့ဟာလေးပါ။ ခုလည်းပဲ ရှေ့ဆောင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တကယ့်သာသနာ့စိတ် ရှိပြီးတော့ ပေါ့လေ၊ ပရိယတ္တိ ပဋိပတ္တိ စွယ်စုံသာသနာတော်ကို ရိုးသား စွာနဲ့ ဆောင်ရွက်လို့ ဒီလောက်အချိုးကျတဲ့ ပရိသတ်တွေ ဖြစ်နေတာ, မြင်ရတာ အင်မတန် ဝမ်းသာစရာကောင်းပါ တယ်။

စည်းကမ်းနဲ့တာဝန်တဲ့။ တပည့်တော်တို့ ဗုဒ္ဓ သာသနာမှာ သိပ်ကိုအရေးကြီးပါတယ်။ ဒီနယ်ထဲ ရောက် လာလို့ရှိရင် ဒီတာဝန်ယူနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အဲဒီနယ်ထဲမှာ သတ်မှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းနဲ့တာဝန်ကို ကိုယ်က မလိုက်နာ ချင်လည်း လိုက်နာရတော့မှာပဲ။ စည်းကမ်းလိုက်နာသလို တာဝန်တွေဆိုတာ ရှိပါတယ်။ စုဒ္ဒသခန္ဓကဝဂ်မှာ ဟောထား တဲ့အတိုင်း တာဝန်တွေလည်းပဲ ကျေပြီဆိုလို့ရှိရင် ရွှေပေါ် မြတင် ဆိုတာမျိုးပေါ့၊ ကောင်းသထက် ကောင်းလာမှာပဲ။

သာသနာသုံးမျိုး

အဲဒီလိုအသက်ပါတဲ့ သာသနာမျိုး ခုမြန်မာပြည် မှာ သိပ်လိုအပ်ပါတယ်။ လစေ့လို့ ဗိုက်ထဲက ကလေးလေး မိခင်ဗိုက်က ထွက်လာတော့ အသက်ကလေး ပါလာတာ။ ရှင်ရဟန်းဖြစ်ပြီဆိုလို့ရှိရင် ရှင်အဖြစ်ရောက်တာနဲ့ပဲ အသက် နဲ့တူတဲ့ သိက္ခာပုဒ်က တစ်ခါတည်း ကပ်ပါလာတာပဲ။ ဘယ်သူ

http://www.dhammadownload.com

ကမှ ထည့်ပေးတာ မဟုတ်ဘူး။ အလိုလို ကပ်ပါလာတာပဲ။ အဲဒါ အသက်ပါတဲ့သာသနာ ဆိုတာပေါ့လေ။ မိခင်ဗိုက်က ထွက်လို့ ပါလာတဲ့အသက်ကလေးကို အပြင်ရောက်တဲ့ အခါမှာ ရှင်သန်ဖို့ရန်အတွက်လည်း အရေးကြီးတာပဲ။ ရှင်သန်ဖို့ဆိုတာက မိခင်က နို့ချို လုံလုံလောက်လောက် တိုက်ရမှာပေါ့။ ဝါးဖတ်ခေါ်တဲ့ ကလေးစာကျွေးတဲ့အချိန် ရောက်လို့ရှိရင်လည်း အဲဒီကလေးစာ ကျွေးရမှာပဲ။ အာဟာရ ပြည့်တင်း ဩဇာဓာတ်နဲ့ ပြည့်စုံတဲ့အစာ ကျွေးရမှာပဲ။ တစ်ခြားတစ်ခြားလည်းပဲ အပူအအေးတွေ မှျတအောင်၊ သန့်သန့်ရှင်းရှင်းဖြစ်အောင် အချိန်မှန်မှန် အနားယူစေရပါတယ်။ ဒါလည်းပဲ လိုအပ်တဲ့ဟာတွေအကုန်လုံး မိခင်က ပြုလုပ်စောင့်ရှောက်ရမှာပဲ။

အဲဒီ လိုအပ်သလို စောင့်ရှောက်ပြီဆိုလို့ရှိရင် မိခင်ဗိုက်ကကျွတ်တဲ့ အသက်ကလေးဟာ မိခင်ကောင်းရဲ့ အမြော်အမြင်ကြီးစွာနဲ့၊ သားလေးအပေါ်မှာ မေတ္တာ၊ ကရုဏာကြီးစွာထားပြီး ဆောင်ရွက်တဲ့အခါကျတော့ သားလေးအသက်ဟာ ရှင်သန်နေတာပဲ။ ရှင်လည်းရှင်တယ်၊ သန်လည်းသန်တယ်ပေါ့လေ။ ခြောက်လကနေပြီးတော့ နောက် ကလေးစာလည်းပဲ လုံလောက်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီကလေးလေးဟာ နို့ချိုအာဟာရလုံလောက်တော့ သိသိသာသာကြီး အရပ်အမောင်းလည်း တက်၊ အလုံးအထည်လည်း ထွက်လာတာပဲ။ ကိုယ်ခံအားကလည်းကောင်းတော့

http://www.dhammadownload.com

ကျန်းမာရေးတွေလည်း ကောင်းလာတာပါပဲ။ အဲဒီ ဥပမာလေးတွေ တပည့်တော်များ စဉ်းစားမိနေတာကြာပါပြီ။ တပည့်တော်တို့ သာသနာလည်းပဲ အဲဒီအတိုင်း ဖြစ်ရရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲလို့ တောင့်တမိပါတယ်။

ရှင်ရဟန်းများ ထားရမည့် ရည်ရွယ်ချက်

ခု ဒီမှာကတော့ ပရိသတ်ငြိမ်ပုံ ထောက်လို့ရှိရင် သာသနာ့ဘောင် ရောက်စထဲကိုက "**ကိုယ့်စည်းနဲ့နေ, ကိုယ့်ဝန်ကျေ၍, စိတ်နေဖြောင့်မတ်, နေတတ်ကြဟု**"ညွှန်ချက်အရ ကိုယ့်စည်းကမ်းနဲ့ကိုယ်ရှိပြီးတော့တာဝန်တွေကျေနေကြပါလိမ့်မယ်။ ဆရာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရှေ့ကနေ ဦးဆောင်ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓအလိုကျ ဦးဆောင်နိုင်ပြီဆိုလို့ရှိရင် နောက်လိုက်တွေလည်းပဲ ဖြောင့်ဖြောင့်လိုက်နိုင်တော့တာပါပဲ။ တကယ့်ပရိသတ်ကောင်းတွေ ဖြစ်နိုင်တာပါပဲ။ အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင် ရှင်ဖြစ်စက ဆရာတွေထံမှာ ဆရာတွေဆိုပေးတဲ့ဟာ, သို့မဟုတ် ကိုယ်တိုင်နှုတ်တက်ရတဲ့ဟာ, သံသာရဝဋ္ဋဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ ပဗ္ဗဇ္ဇံ ယာစာမိ ဆိုတာပေါ့။ ရုပ်နာမ်တရားတွေ ဆက်စပ်ပြီးတော့ ဖြစ်နေတာ သံသာရ။ ဘဝဖြစ်စဉ်ကြီးဟာ ရေစီးကြောင်းကြီးလို သွားနေတာ။ "ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ဆက်စပ်ကာ၊ ဖြစ်တာသံသာရ" ဆိုတဲ့အတိုင်း သံသရာကြီးထဲမှာ "ကြောင်းကျိုးနှစ်ဖြာ၊ လည်ပတ်ကာ၊ ဖြစ်တာဝဋ္ဋမှတ်" ဆိုတာပေါ့ အကြောင်းနဲ့အကျိုး ဆက်စပ်

http://www.dhammadownload.com

ပြီးတော့ဖြစ်တာ, ကိလေသဝဋ္ဋ, ကမ္မဝဋ္ဋ, ဝိပါကဝဋ္ဋ ဆိုတာပေါ့။ တကယ့်အမှန်တရားတွေ မသိတာ၊ သိမှားတာ၊ 'အဝိဇ္ဇာ' သိမှားတော့ မရသေးတဲ့အာရုံတွေကို တောင့်တတာပေါ့။ ကောင်းတာတွေ မြင်ချင်, ကြားချင်, နံချင်, စားချင်, ထိချင်တာပေါ့။ ဘဝကောင်းတွေလည်းပဲ မျှော်လင့်တောင့်တတာပေါ့။ ဒါကတော့ အပြစ်မမြင်ဘူးဆိုလို့ရှိရင် အကောင်းထင်ပြီးတော့ သူသူကိုယ်ကိုယ် တောင့်တမှာချည်းပါပဲ။

တောင့်တလို့ ရပြီဆိုလို့ရှိရင် အဲဒါကို မလွှတ်တော့ပဲ ဆုပ်ကိုင်ထားတာ။ သာယာပြီးတော့ ဆုပ်ကိုင်ထားတာ။ ငါကောင်လေးဆိုတဲ့ အနေနဲ့လည်း ဆုပ်ကိုင်ထားတာရှိတာပဲ။ မြွေကဖားကိုတွေ့တဲ့ အခါကျတော့ ဖားနောက်ကလိုက်။ ဖားကလဲ ရှေ့ကပြေး။ မမိသေးခင်တော့ ဒီအတိုင်းမိအောင် လိုက်နေတာပဲ။ မိပြီဟေ့ဆိုလို့ရှိရင်တော့ ကိုက်ထားတာ မလွှတ်တော့ဘူး။ ဘဝရဲ့အပြစ်တွေ မမြင်ဘူးဆိုလို့ရှိရင်တော့ အဟုတ်ထင်ပြီးတော့ အဲဒါတွေ လိုက်နေတာပဲ။ သာယာတောင့်တပြီးတော့ လိုက်နေတာပဲ။ ဒါတွေ ပြည့်သထက် ပြည့်စုံအောင်ဆိုပြီးတော့ လိုက်နေတာပဲ။ အဲဒါတွေ လိုက်နေလို့ရှိရင်၊ စိတ်ကလေးက ချော်သွားလို့ရှိရင် မကောင်းမှုတွေပေါ့၊ ဆိုးယုတ်တဲ့ အပြုအမူတွေ ပေါ်သွားတော့တာပေါ့။ စိတ်ထားလေးဖြောင့်လို့ရှိရင်တော့ ကောင်းတဲ့အမှုလေးတွေ ဖြစ်တော့တာပေါ့။ ဒါနကုသိုလ်လေးတွေ,

http://www.dhammadownload.com

သီလကုသိုလ်လေးတွေ, ဘာဝနာကုသိုလ်လေးတွေပေါ့လေ။ ဒါတွေ ဖြစ်ကြမှာပါ။ အများအားဖြင့်တော့ ကုသိုလ်ဖက်ဆို ဒါနကုသိုလ် သီလကုသိုလ်လောက်၊ ဒါလောက်ပါပဲ။

အဲဒီက ကံတွေမြောက်သွားပြီဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီကံကမှ တစ်ခါ ဝိပါကဝဋ္ဋဆိုတာပေါ့လေ၊ ဒါတွေအကျိုးကတော့ ပဋိသန္ဓေအကျိုး၊ နောက်အကျိုးဆက်ဆိုတာကတော့ ခု ရိုးရိုး မြင်, ကြား, နံ, စား, ထိတွေ့နေတာတွေပေါ့။ ဝိပါက်စိတ်တွေပေါ့။ အဟိတ်ဝိပါက်စိတ်နဲ့ ကာမာဝစရဝိပါက်စိတ်တွေပေါ့လေ၊ ဖြစ်နေတာ။ အဲဒီကမှတစ်ခါ တကယ်ဆင်းရဲတဲ့ တရားတွေ မသိပြန်ဘူးဆိုလို့ရှိရင်လည်းပဲ မသိမှု အဝိဇ္ဇာ၊ သိမှားမှု အဝိဇ္ဇာတွေ ထပ်ဖြစ်ပြန်ရော၊ ဒီကမှတစ်ခါ ကိလေသာတွေ ဖြစ်ပြန်ရော။ တဏှာ, ဥပါဒါန်တွေ ဖြစ်ပြန်ရော၊ အဲဒီကမှတစ်ခါ ကံတွေမြောက်ပြန်၊ ကံကမှတစ်ခါ ဘဝတွေ သွားပြန်၊ ဒီလိုနည်းနဲ့ပဲ ချာလပတ်လည်နေတာပေါ့လေ။

ကိလေသဝဋ္ဋကြောင့် ကံတွေပြုတာပေါ့။ ကံကမှ တစ်ဖန် ဘဝတွေတဲ့။ ဒီလိုသွားနေတာ။ အဲဒါတွေကို ဆရာတွေက ပြောပြတဲ့အခါ ကိုယ်ကနားလည်ပြီးတော့ပေါ့၊ အဲဒီ ဆင်းရဲတွေက လွတ်မြောက်ဖို့ဆိုတဲ့ ဉာဏ်တည်ချက်ကတော့ သဒ္ဓါတရား စေတနာပါပဲ။ ဉာဏ်တည်ချက်နဲ့ သာသနာ့ဘောင် ရောက်လာတယ်ဆိုတည်းကိုက ပထမဆုံးစည်းကမ်း၊ နောက် တာဝန်ပေါ့၊ ဒါတွေ စ,ရတော့မှာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဉုးတည်ချက် ကောင်းရင် ဉုးတည်ချက် မှန်ရင် တစ်ကယ့် ဉုးတည်ချက်ပါပြီ ဆိုလို့ရှိရင်တော့ နောက်ပိုင်းကဒါတွေပါ တော့တာပါပဲ။ အဲဒီဉုးတည်ချက်နဲ့ လုပ်ရတယ် ဆိုတာလည်း သဘောပေါက်ပြီးတော့လည်း ဆောင်ရွက်ရတာပါပဲ။

အဲဒီအတိုင်း ဆောင်ရွက်ပြီဆိုလို့ရှိရင် ဝဋ္ဋဂါမီ ကုသိုလ်ထက် ဝိဝဋ္ဋဂါမီကုသိုလ်တွေဖြစ်တာပါပဲ။ ဝိဝဋ္ဋ ဂါမီကုသိုလ်တွေ အများဆုံးဖြစ်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် **မောစန-** ဆိုတဲ့ အမိပ္ပါယ်လဲ ပေါ်လာတော့တာပါပဲ။ အဲဒါဟာ ရှင် ရဟန်းအဖြစ် ခံယူခြင်းရဲ့ ဉုးတည်ချက်ပါပဲ။ ခုငြိမ်သက်ပုံ ထောက်လို့ရှိရင် ဆရာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်းပဲ ရှင် ရဟန်းအဖြစ်ခံယူဖို့, ခံယူတဲ့အခါမှာ ဉုးတည်ချက်မှန် အောင်လို့ သွန်သင်ပြသပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီအချက်တွေဟာ ဝမ်းသာစရာပါပဲ။ သိပ်ဝမ်းသာစရာ ကောင်းပါတယ်။ ခုလို နေရာ တစ်နေရာကနေပြီးတော့ နေရာပေါင်းများစွာ မြန်မာ ပြည်မှာ ဖြစ်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် လူဉုးရေ သန်းပေါင်း ၅၀-ကျော် ရှိနေရာ သန်းပေါင်း ၅၀-ကျော်ကို ၄-ပုံ ပုံလိုက်လို့ရှိရင် ကလိယုဂခေါ်တဲ့ တစ်ပုံကောင်းခေတ်ကြီးထဲမှာ အဲဒီ တစ်ပုံ ကောင်းလေးဟာ ကျစ်ကျစ်လစ်လစ် သိပ်သိပ်သည်းသည်း ဆို သိပ်ကောင်းမှာပဲ။ ဒီကျစ်လစ်သိပ်သည်းပြီးတော့ ကောင်း နေတဲ့ဟာတွေမျိုးက ကောင်းပြီဆိုလို့ရှိရင် နောက်မျိုးဆက် သစ်တွေ ထပ်ဖြစ်ဖို့ရာအတွက် အဆင်သင့်ဖြစ်သွားပြီ။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ဆုပ်ကြဲ တစ်လှည်းရ

တပည့်တော်တို့ လယ်ဉာဏ်ကြီးတွေ ယာဉာဏ်ကြီးတွေ ဆိုလို့ရှိရင် လယ်ထဲ, ယာထဲမှာ စပါးတို့ ပဲတို့ နှမ်းတို့ စိုက်တော့မယ်ဆိုလို့ရှိရင် နဂိုတည်းကိုက မျိုးကောင်း ရှာထားရပါတယ်။ မျိုးရပြီးရော ဆိုပြီးတော့ ဖြစ်ကတတ်ဆန်းကြဲလို့ မရပါဘူး။ ယာဉာဏ်ကြီးဆိုလို့ရှိရင်လည်း ပဲမျိုးကောင်း နှမ်းမျိုးကောင်း ကြိုရှာထားရတယ်။ ကြိုပြီးတော့ ရှာထားတဲ့မျိုးတွေကို ထွန်ယက်ထားတဲ့မိမိရဲ့လယ်ယာမှာ ချပြီးတော့ ပျိုးလိုက်လို့ နောက်ပိုင်းမှာလည်းပဲ အစောင့်အရှောက် ကောင်းပြီ ဆိုလို့ရှိရင်တော့ "တစ်ဆုပ်ကြဲ တစ်လှည်းရ" ဆိုတာဖြစ်တော့တာပဲ။ စွန့်လိုက်ရတာက တစ်ဆုပ်စာပေါ့လေ။ ဒါပေမဲ့လို့ မျိုးကလည်းကောင်း၊ နေရာမြေကလည်းပဲ ကောင်း၊ အပြုအပြင်ကလည်း ကောင်းပြီဆိုလို့ရှိရင်တော့ ဒီမှာစပါးတွေ အများကြီးထွက်တာပဲ၊ ပဲတွေနှမ်းတွေလည်း ထွက်လာတာပဲ၊ ဝမ်းသာစရာပဲ။

အဲဒီလို လယ်ဉာဏ်ကြီးကောင်း, ယာဉာဏ်ကြီးကောင်း များလိုပေါ့လေ၊ စောင့်ရှောက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များက ကောင်းပြီဆိုလို့ရှိရင် သာသနာ့ဝန်ထမ်းရဟန်းတော်တွေကလည်းပဲ တကယ့်ကို သမားရိုးကျလွန်သာသနာ့ဝန်ထမ်းတွေဖြစ်မှာပဲ။ အဲဒီသာသနာ့ဝန်ထမ်းတွေအား ဒကာ, ဒကာမတွေက ကြည်ညိုပြီးတော့ လိုအပ်တဲ့ ဆွမ်း, သင်္ကန်း, ကျောင်း, ဆေး

http://www.dhammadownload.com

ပစ္စည်းလေးပါး၊ ခေတ်အားလျော်စွာ အခြားအခြား လိုအပ်တဲ့ဟာတွေ လှူဒါန်းခွင့်ရပြီဆိုလို့ရှိရင် သူတို့လည်းပဲ အတိုင်းထက်အလွန် ကုသိုလ်တွေ အများကြီး ဖြစ်သွားမှာပါပဲ။

အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင် အလုပ်လုပ်ရတာလည်း တော်တော်လေးဖြောင့်သွားပြီ။ အစွမ်းကုန်လုပ်သလောက်၊ သို့မဟုတ် စွမ်းနိုင်သလောက် လုပ်သလောက် အဖက်ဖက်က အောင်မြင်လာပြီ ဆိုလို့ရှိရင်တော့ ဦးတည်ချက်နဲ့လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဦးဆောင်မှုကစပြီးတော့ ဝမ်းသာကြမှာပါပဲ။

သို့သော် ရှေးက သာသနာပြုပုံလေးတွေမှာ **လိုတာဖြည့် သင့်တာစွက်** အဆိုအရ လိုသင့်တာလေးတွေ ဖြည့်စွက်လိုက်လို့ရှိရင် အတိုင်းထက်အလွန် သိပ်ကောင်းမှာပါပဲ။ ဝမ်းသာတဲ့အပေါ်မှာ ငါတို့လုပ်လိုက်သဟေ့ ဆိုတာ ပေ့ါလေ ဟစ်ကြွေးမဲ့အစား၊ တစ်နည်းအားဖြင့် တိုက်ရိုက်ပြောရမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ကြွားမဲ့အစား ဟာကွက်, လိုကွက်, လွဲကွက်ကလေးတွေ ကြည့်တတ်ဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။

တပည့်တော်တို့တစ်တွေဟာ ဗုဒ္ဓအလိုကျ အစွမ်းနိုင်ဆုံး လုပ်တဲ့အခါမျိုးမှာ ဘယ်တော့မှ ပြည့်ဝတယ်လို့မရှိပါဘူး။ ဟာတဲ့နေရာမှာတော့ ဟာနေသေးတာပါပဲ။ အဲဒီဟာတဲ့နေရာလေးတွေ ကြည့်တတ်ဖို့ သိပ်အရေးကြီးတာ။

http://www.dhammadownload.com

ဟာတဲ့ နေရာလေးတွေ့တော့ အဲဒီဟာတဲ့နေရာလေးမှာ စွက်လိုက်တဲ့အခါကျတော့တိုးတက်သွားတာပဲ။ လိုတဲ့နေရာ လဲရှိမှာပါပဲ။ ကြည့်လို့ လိုတာလေးတွေတွေ့ပြီဆိုလို့ရှိရင် လိုတာကို ဖြည့်လိုက်တော့ ပြည့်သွားမှာပဲ။ အထူးသဖြင့် အလွဲအချော်ဆိုတာ မျိုးကလည်းပဲ မကင်းပါဘူး။ ဘုရားပဲ အလွဲအချော်ကင်းတာပဲ။ အာဝေဏိကဂုဏ်တော်ထဲမှာ "နတ္ထိ ဒဝါ၊ နတ္ထိ ရဝါ" ဆိုတာပေါ့လေ။ ဘုရားနီးနီး ဉာဏ်ကြီး တဲ့ ရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်ကြီးတောင်မှ သူ့တပည့် ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးလွဲလို့ ဘုရားဆီရောက်တဲ့အခါကျမှပဲ အဆင်ပြေသွားပါတယ်။ ဘုရားနီးနီး ဉာဏ်ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး တောင်မှ လိုတယ်လွဲတယ်ဆိုတာ ရှိလို့ရှိရင် တပည့်တော်တို့ တစ်တွေတော့ အထူးပြောစရာ မရှိပါဘူး။ လွဲတာလည်းပဲ ရှိမှာပါပဲ။ လွဲတာကို အထူးကြည့်တတ်လို့ ကောင်းကောင်း ကြီး မြင်ပြီဆိုလို့ရှိရင် လွဲတာကိုတည့်လိုက်တော့ ဖြောင့် သွားမှာပါပဲ။ ဒါဟာ ရှေးရှေးက သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ လက်ကိုင်ဥပဒေပါပဲ။ လက်ကိုင်ထုံးပါပဲ။ အင်မတန် ကောင်းပါတယ်။

အခုဒီဌာနကလည်းပဲ အဲဒါမျိုး ကျင့်သုံးပုံပေါ်ပါ တယ်။ ဝမ်းသာစရာပေါ့လေ။ ဒီနည်းအတိုင်း ဆက်သွားတယ် ဆိုလို့ရှိရင် သာသနာ့ဝန်ထမ်းရဟန်းတော်များဟာ ကိုယ်က ဘုရားစကားအဆုံးအမကို ခံယူနိုင်သလောက် ကိုယ်နှုတ် စိတ်ထားသုံးပါးလုံး ယဉ်ကျေးမှုဆိုတာ ရှိကြမှာပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်တိုင်ယဉ်ကျေးပြီးမှ ဆုံးမသည်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကိုယ်တိုင်က ပါရမီတွေကို နှစ်ပေါင်းများစွာ ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီးဖြည့်ဆည်းခဲ့ပြီး နောက်ဆုံး တရားတွေအားထုတ်တဲ့အခါမှာ ဘဝအဆက်ဆက်ကပါလာတဲ့ ဒီအဆိပ်တုံးကြီးနဲ့တူတဲ့ ကိလေသာ အဆိပ်တွေပေါ့လေ။ အဲဒါတွေကို တစ်ခါတည်း အပြီးတိုင် သုတ်သင်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားဟာ ကိလေသာအဆိပ်ကင်းသူဖြစ်အောင် ပထမဆုံးကြိုးစားပါတယ်။ ကိလေသာအဆိပ်တွေ ကင်းသွားပြီဆိုလို့ရှိရင် ငြိမ်နေတာပါပဲ။ သူတစ်ပါးက စော်ကားသော်လည်း ဘာမှတုံ့ပြန်တာ မရှိဘူး။ လောဘဖြစ်စရာနဲ့ ကြုံလည်း လောဘတွေ မဖြစ်ဘူး။ ဒေါသဖြစ်စရာနဲ့ကြုံလည်း ဒေါသတွေ မဖြစ်ဘူး။ အငွေ့အသက်ပါမကျန်ပေါ့လေ။ တစ်ခါတည်း အဲဒါတွေ ကိလေသာအဆိပ်တွေ ကင်းနေတော့တာပဲ။ အဲဒါကို စာထဲမှာဆိုထားတာတော့ ဒန္တ-လို့ဆိုထားပါတယ်။ ဒန္တကို ကျမ်းဂန်များကဖွင့်ထားတာ ငြိမ်းအေးပြီးသော ကိလေသာအဆိပ်ရှိသူ-ဒီလိုဖွင့်ထားပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ အကောင်းဆုံးပဲ။

လောဘ, ဒေါသ, မောဟ အဆိပ်မကင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အဆိပ်ကင်းသူ ယဉ်ကျေးသူဖြစ်အောင်လို့ ရှေ့တန်းကနေပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ကျင့်ပြပါတယ်။ကျင့်ပြတယ်ဆိုတာ ဟန်ပြမဟုတ်ဘူး။ စံပြပါပဲ။ စံပြကျင့်ပြတာ။

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ကျေနပ်ပြီးမှ မှီခိုနေတဲ့ လူတွေ, နတ်တွေ, ဗြဟ္မာတွေကို အဲဒီလို အဆိပ်ကင်းအောင်ပေါ့လေ နည်းလမ်းတွေ ဟောထားတာပဲ။ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ အဆိပ်ကင်းသူ ယဉ်ကျေးသူ ဖြစ်ပြီးမှ လူနတ်ဗြဟ္မာသတ္တဝါတွေကို အဆိပ်တွေကင်းဖို့ရာ အတွက် အဆိပ်ကင်းကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းတွေ ပေးတော်မူခဲ့တယ်။ ကျမ်းဂန်များမှာပြထားတဲ့ ဟာလေးတွေပါ။ ဒါလေးတွေ့ပြီးတော့ သာမန်အနက်ပေးသွားလို့ရှိရင် ဘာမှတန်ဖိုးရှိလှတယ်လို့တော့ မထင်မိဘူး။ ဒီလိုပါပဲ လျော့လျော့ပဲ အောက်မေ့တာပါပဲ။ လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်တဲ့အခါကျမှ တပည့်တော်တို့ခေတ်မှာ ကိလေသာအဆိပ်တွေ တက်ပြီးတော့ အရိုင်းတွေများတဲ့ အခါမျိုးမှာ မြတ်စွာဘုရားအလိုတော်ကျ အရိုင်းတွေကို ပယ်ရှားတဲ့နည်းတွေကို တကယ့်ကလျာဏမိတ္တခေါ်တဲ့ ဆရာတွေထံမှာ ချဉ်းကပ်ပြီးတော့ စာတွေ့လက်တွေ့ တော်တော်လေး ကျေနပ်လောက်အောင် လေ့လာပြီဆိုလို့ရှိရင် ဘုရားရဲ့ဂုဏ်တော်ဟာ ပေါ်လာတာပါပဲ။

ဒန္တော သော ဘဂဝါ ဒမထာယ ဓမ္မံ ဒေသေတိ။

သော ဘဂဝါ၊ အကျွန်ုပ်တို့အများ၏ အားထားကိုးကွယ်ရာ အစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်။ ဒန္တော၊ မြင်ကြားတွေ့ရာ ကြံသိရာမှ ကိလေသာအညစ်အကြေး ကင်းစင်ဝေးလျက် ယဉ်ကျေးတော်မူပြီးသည်ဖြစ်၍၊ ရာဂ,

http://www.dhammadownload.com

ဒေါသ, မောဟ ကိလေသာအဆိပ်တောက် ကင်းသည်ဖြစ်၍၊ အဆိပ်ကင်း ယဉ်ကျေးသူဖြစ်၍။ ဒါကတော့ ဆရာများရဲ့ ပေးရိုးပေးစဉ် အတိုင်းပါပဲ၊ ကောင်းတာ သိလွယ်တာက တော့ ကိလေသာအညစ်အကြေး ကင်းဝေးစင်ကြယ်ပြီးမှ ဆိုတာပေါ့။ ရာဂ ကိလေသာအဆိပ်တွေ မတက်ရအောင် ရာဂဖြစ်စရာတွေကြုံလို့ရှိရင်လည်း ကိလေသာအဆိပ်တွေ မတက်ရအောင်၊ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး မုန်းငြိုးစရာတွေ ကြုံလို့ ရှိရင်လည်း စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုးမှု အဆိပ်မတက်ရအောင် တွေဝေစရာနဲ့ ကြုံပြီဆိုလို့ရှိရင် တွေဝေတာ မပြတ်သားတာ အသိမှားတာ မရှိရအောင် မြတ်စွာဘုရားက အကုန်လုံး ရှင်းနေတာပဲ။ အငွေ့အသက်ပါမကျန် အကုန်လုံးရှင်းနေ တာပဲ။

မြတ်စွာဘုရားမှာ ဒန္တ-ယဉ်ကျေးတော်မူပြီးမှ၊ ကိလေသာအညစ်ကြေး ကင်းဝေးစင်ကြယ်တော်မူပြီးမှ၊ 'မှ' ဆိုတဲ့စကားက အခြားအခြေနေတစ်ရပ် ဖြစ်ဖို့ရန် အတွက် နောက်အခြေနေတစ်မျိုးမှာ ရပ်တည်နေတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ် ပြပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် 'သူလာမှ ငါသွားမယ်' ဆိုတာပေါ့။ သူလာမှ ငါသွားမယ်၊ ငါသွားဖို့ရန် သူလာတဲ့ အပေါ်မှာ တည်နေတယ်။ သူလာတဲ့အကြောင်း ပေါ်လာ လို့ရှိရင် ငါသွားမှု အကျိုးပေါ်မယ်။ ဒါပေါ့။ အဲ့ဒီ 'မှ' ဆိုတဲ့ စကားကအကြောင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ဖို့ပေါ့၊ သေချာပြီးမှနောက် ထပ်အကျိုးပေါ်တယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ်ပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက

http://www.dhammadownload.com

ကိလေသာအဆိပ်အတောက်မကင်း၊ ရှိုင်းစိုင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမတော်မူမယ်ဆိုတော့ မိမိကိုယ်တိုင်က ဒန္တ-ကိလေသာအညစ်အကြေး ကင်းစင်ဝေးပြီးတော့ ကိလေသာအဆိပ်တောက်ကင်းသူ ဖြစ်ပြီးမှတဲ့၊ ဒီစကားလေးက သိပ်ကောင်းတာပဲ၊ ဆရာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆို သိပ်အရေးကြီးတာပေါ့။ မူလပဏ္ဏာသမှာလည်း ဒါဟောထားပါတယ်။ ဒီဃနိကာယ်မှာလည်း ဟောထားပါတယ်။ ဒါတွေရှိပါတယ်။ ရိုးရိုးလေးနဲ့ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။ သော ဘဂဝါ- အကျွန်ုပ်တို့အများ၏ အားထားကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဒန္တော- ကိလေသာအညစ်ကြေး ကင်းစင်ဝေးလျက်၊ ယဉ်ကျေးပြီးမှ-တဲ့။

ကိလေသာတွေ ဘယ်ကဖြစ်သနည်း

ဒီကိလေသာတွေက ဘယ်ကနေဖြစ်နေတာတုန်းဆိုတော့ မြင်ရာ, ကြားရာ, နံရာ, စားရာ, ထိရာ, သိရာ ဒီဒွါရ (၆)ပါးက ဖြစ်နေတာပဲ။ မြင်တဲ့အခိုက်အတန့်မှာ အခံခါတ် အတိုက်ခါတ် အပွင့်ခါတ် ရုပ်နာမ်တရားတွေ ဖြစ်နေတာပဲ။ အဲဒီအခိုက်အတန့်မှာရှိနေတဲ့ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတရားတွေ ဖြစ်တုန်းဖြစ်ဆဲလေး သတိပဋ္ဌာန်နည်းနဲ့ မရှုဘူးဆိုလို့ရှိရင်တော့ မသိဘူးပဲ။ ကြားတဲ့အခိုက်အတန့်လည်း

http://www.dhammadownload.com

ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ။ နံတဲ့အခိုက်အတန့်၊ စားတဲ့အခိုက်အတန့်၊ ထိတဲ့အခိုက်အတန့်၊ သိတဲ့အခိုက်အတန့်၊ မျက်တောင်ခတ်တာ၊ မျက်လုံးမှိတ်တာ၊ ဖွင့်တာက အစပေါ့လေ။ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေက တရစပ်ဖြစ်နေတာ။ အကြောင်းနဲ့အကျိုး ဆက်စပ်ပြီးတော့ ဒီဖြစ်တုန်းဖြစ်ဆဲလေးမှာ သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ ခုမွေးလာတော့မှ အမေမွေးလာတုန်းက အသက်ကလေး ပါလာတာလေးပေါ့၊ အဲဒီအသက်ကလေး ရှင်သန်ဖို့ရန်အတွက် မိခင်က နို့ချိုအာဟာရတိုက်ကျွေးတဲ့ သဘောလေး၊ အပူအအေးမျှတအောင် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ထားသလို၊ သိပ်သလိုပေါ့၊ အဲဒါတွေ ပြုစုရသလိုပေါ့။ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကြီးလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။

အမှတ်တမဲ့နဲ့နေလို့ ဖြစ်လေ့ရှိတဲ့ ကိလေသာတွေကို အမြဲတမ်း သတိကလေး အမှတ်ကလေးရှိပြီးတော့ သတိထားနေနိုင်တော့တာပဲ။ စိတ်အားစိုက် ချိန်သားကိုက်ပြီးတော့ ရှုကွက်အာရုံတိုင်းမှာ စိတ်ကို အမြဲတမ်း စုစည်းပြီးနေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ကိလေသာတွေ ဖြစ်ခွင့်မရဘူး။ ယုံကြည်မှုရှိရပါတယ်။ ထိုက်တန်တဲ့ ကြိုးစားမှုလည်း ရှိရပါတယ်။ သန့်ရှင်းလိုတဲ့ဆန္ဒလည်းရှိရတယ်။ ထိုက်တန်တဲ့ကြိုးစားမှုရှိလို့ စိတ်ဓာတ်တွေသန့်ရှင်းလာပြီဆိုလို့ရှိရင် သတိသမာဓိတွေလည်းဖြစ် ရုပ်နာမ်ပိုင်းခြားသိမှုကအစ အသိဉာဏ်တွေဖြစ်လာတာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အမေမွေးတုန်းက အသက်လေးဟာ နို့ချိုတိုက်ကျွေးတဲ့အခါကျတော့ တဖြည်းဖြည်းရှင်သန်လာသလိုပေါ့။ မူလ ကမ္မသကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်လေးဟာ အခုလို အလုပ်လုပ်ပေးတဲ့အခါကျတော့ တဖြည်းဖြည်းဆင့်ပွား ဉာဏ်တွေတိုးလာတာ၊ ရှင်သန်လာတာပဲ။ အဲသလိုပေါ့။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကိုယ်တိုင်က သတ္တဝါတွေကို ယဉ်ကျေးစေချင်တော့ ရှေးဦးစွာ ပါရမီတွေဖြည့်ပြီးတော့ ဘဝအဆက်ဆက်က ပါလာတဲ့အင်မတန်ပြင်းထန်တဲ့ အဆိပ်အတောက်နဲ့တူတဲ့ ကိလေသာအရိုင်းတွေကို သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်တရားနဲ့ တစ်ခါတည်းကို အကြွမ်းစား အလတ်စား အနုစားတွေ အကုန်လုံးမောင်းထုတ် ပစ်လိုက်တာပဲ။ ဘာမှ မရှိတော့ဘူး။ လုံးဝကိုယဉ်ကျေးသွားတာပဲ။ အဲသလိုယဉ်ကျေးပြီးမှ-တဲ့။

'မှ' ဆိုတဲ့ စကားလေးတစ်လုံး သုံးလိုက်တာနဲ့ပဲ၊ တပည့်တော်တို့တစ်တွေ သိပ်အတုယူစရာ ကောင်း ပါတယ်။ ယဉ်ကျေးပြီးမှ၊ ဒမထာယ- သတ္တဝါအများ အကျွန်ုပ်တို့အားလည်း အလားတူစွာ စိတ်အညစ်အကြေး ကင်းဝေးစင်ကြယ်ဖို့ရန်-တဲ့၊ ဒါအကျိုးတရားတွေ၊ မြတ်စွာဘုရားလည်း သူတစ်ပါးယဉ်ကျေးဖို့ရန် ပထမဆုံး ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယဉ်ကျေးအောင်လုပ်တာ။ ဓမ္မံ- ယဉ်ကျေးစေရန် တရားမှန်ကို၊ ဒေသေတိ-ဟောတော်မူ၏-တဲ့။ ဟောတော်မူတယ်ဆိုတာ ခုကာလအချို့ဓမ္မကထိကတွေလို နာမည်ကြီးချင်လို့ အသံကောင်း

http://www.dhammadownload.com

လို့၊ လာဘ်လာဘ ရချင်လို့ မဟုတ်ဘူး။ ကရုဏာရှေ့သွား၊ လူတွေရိုင်းနေလို့ရှိရင် ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ရောက်တော့မှာပဲ၊ အဲဒီအရိုင်းတွေ ကင်းပြီးတော့ ယဉ်ကျေးကြပါစေဆိုတာပေ့ါ၊ ယဉ်ကျေးပြီးတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခမှလွတ်မြောက်ကြပါစေ ဆိုတာပေ့ါ၊ အဲဒီလို မဟာကရုဏာတော်လည်း ရှိပါတယ်။ ပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်မသိပဲနဲ့လည်းပဲ စာတွေ့နဲ့ စိတ်ကူးနဲ့ ဟောတာလည်း မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်တိုင်သိပြီးသား တရားတွေလည်းဖြစ်တယ်။ ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့်တဲ့၊ မြတ်စွာဘုရားမှာ မသိတာတွေ ဘာမှမရှိတော့ဘူး။ စဉ်းစားလိုက်လို့ရှိရင် အကုန်လုံးသိတာပဲ။ အဲဒီအသိဉာဏ်နဲ့ ဟောတာပါ။ ကြင်နာမှုလည်း ပါတယ်၊ အသိဉာဏ်လည်း ပါတယ်။ အဲဒီလိုဟောပါတယ်တဲ့။

တပည့်တော်တို့တစ်တွေ အဲဒီလို "ဒန္တော သောဘဂဝါ ဒမထာယ ဓမ္မံ ဒေသေတိ" ဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားမှာရှိတဲ့ဂုဏ်တော်တွေ စာတွေ့ကတစ်မျိုး၊ လက်တွေ့ကတစ်မျိုး ပေါင်းစပ်ပြီးတော့ ဘုရားကိုကြည်ညိုတတ်သွားပြီ ဆိုလို့ရှိရင်တော့ ဘုရားအလိုတော်ကျ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျလည်းပဲ ပထမဆုံး ယဉ်ကျေးအောင်လုပ်တော့မှာပဲ။ ကိလေသာအဆိပ်အတောက်တွေ ကင်းနိုင်သမျှကင်းအောင်ဆိုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားပြတဲ့အတိုင်း သီလအကျင့်၊ သမာဓိအကျင့်၊ မေတ္တာပွားတာ၊ ကရုဏာပွားတာပေ့ါ။

http://www.dhammadownload.com

အနာနှင့်ဆေး ကိုက်အောင်ပေး ပျောက်ရေးမခက်ပါ

အထူးသဖြင့် သတိပဋ္ဌာန်ဘာဝနာတရားတွေပွားလို့ ဝီရိယ, သတိ, သမာဓိတွေဖြစ်တာ၊ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာတွေဖြစ်ပေါ်ခွင့်မရကြတော့ ဒီက အမှတ်ကလေးရှိနေသ၍ သူတို့ကို ကာကွယ်ထားတာပေါ့။ တစ်ခါတစ်ခါ ဖြစ်လာလို့ရှိရင်လည်း ရှုမှတ်ကုစားပစ်တာ။ ဒီမှာ ကျန်းမာရေးက အရေးကြီးတော့ ကျန်းမာရေး ဂရုစိုက်ရတာပေါ့။ ရောဂါမဖြစ်အောင် မနာရအောင် ဂရုစိုက်ရတယ်။ ရောဂါတွေဖြစ်လာလို့ရှိရင် ချက်ချင်းကု။ အဲဒီ သဘောမျိုးပါပဲ။ ဒီလိုလုပ်ပေးတဲ့အခါကျတော့ ဘဝဖြစ်စဉ်လေးတွေ စိတ်နေစိတ်ထားလေးတွေ သိပ်သန့်လာတာ ရှင်းလာတာပေ့ါ။ အဲဒီအခါကျလို့ရှိရင် အာရုံနဲ့မှတ်စိတ်နဲ့ ခွင်ကျတည့်ပြီးတော့ သဘောမှန်လေးတွေသိလာတာ။ အသိပညာတွေ အခြေခံကစပြီးတော့ ဖြစ်လာတာပေ့ါ။ ပညာသိက္ခာတွေပေ့ါ။ အဲဒါတွေမြတ်စွာဘုရားဟောထားတာ။ "လွန်ကျူးဆူပွက်၊ မျိုးမပျက်၊ သုံးချက်ကိလေသာ"။ ဝီတိက္ကမကိလေသာ=လွန်ကျူးတဲ့ကိလေသာ။ ဆူပွက်တဲ့ ကိလေသာဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်လာတဲ့ ကိလေသာ။ မျိုးမပြတ်နိုင်တာ အနုသယကိလေသာပေ့ါလေ။ (၃) ဆင့်။ "သီလသမာ, ဓိပညာ, သတ်ရာသုံးသိက္ခာ"။ သီလ, သမာဓိ, ပညာ အကျင့်သိက္ခာ သုံးရပ်ပေ့ါ။ မြတ်စွာဘုရားက ဆေး

http://www.dhammadownload.com

(၃) လက်ပေးသွားတာ။ "အနာနှင့်ဆေး၊ ကိုက်အောင်ပေး၊ ပျောက်ရေး မခက်ပါ" တဲ့။ သူ့အနာနဲ့ သူ့ဆေးကိုက်အောင် သူကိုယ်၌လည်း ကျင့်တတ်ပြီ၊ ကျင့်လို့ ကိုယ်တိုင်လည်းပဲ သိက္ခာသုံးပါးရဲ့ အကျိုးတွေနားလည်ထားပြီဆိုရင် တရားရဲ့အရသာကိုသိစပြုလာတော့တာပဲ 'အရသာကောင်းလေးများ စားရပြီဆိုလို့ရှိရင် အချစ်ခင်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ကို သတိရ' ဆိုတာမျိုးပေါ့။ သတိရပြီးတော့ ဒီအစာလေးစားကြည့်စမ်းပါ ဆိုတာ တိုက်တွန်းတော့တာပဲ။ သူတစ်ဦးသိသွားပြီဆိုတော့ ဒီအစာဘယ်လိုအရသာရှိလဲဆိုတာ သူသိသွားပြီလေ။ အရမ်းတိုက်တွန်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီအစာရဲ့ အရသာရှိပုံ၊ သြဇာဓာတ်နဲ့ပြည့်စုံပုံ နားလည်သွားတော့ ရဲရဲတိုက်တွန်းတော့တာပဲ။ အမှန်ပြောတဲ့စေတနာနဲ့ တိုက်တွန်းချက်ကို သိရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကယုံကြည်ပြီးတော့ဒီအစာကိုစားလို့ရှိရင် သူတို့လည်းပဲ အလားတူပဲ အရသာရှိမှန်းသိမှာပဲ။ သြဇာဓာတ်နဲ့ပြည့်စုံတဲ့အစာတွေ ဆိုတော့ ဒါတွေစားလို့ရှိရင် သူတို့ကိုယ်ထဲမှာ သြဇာတွေရောက်သွားပြီဆိုတာ သိမှာပဲ။ အရသာ ရှိတဲ့အစာ၊ အပြစ်ကင်းတဲ့အစာကို စားကြည့်လို့ ကိုယ်တိုင် သိသွားပြီဆိုလို့ရှိရင် သူများကို ရဲရဲတင်းတင်း တိုက်တွန်းတော့တာပဲ။

အဲဒီလို ရဲရဲတင်းတင်း တိုက်တွန်းနိုင်ဖို့ရာအတွက် ကိုယ်က ကျေနပ်လောက်အောင် အားထုတ်ထားပြီဆိုလို့ ရှိရင်တော့ တစ်ဆင့် "အနာနှင့်ဆေး၊ ကိုက်အောင်ပေး၊

http://www.dhammadownload.com

ပျောက်ရေးမခက်ပါ" ဆိုတာ ဗုဒ္ဓနည်းတူပေါ့။ ဗုဒ္ဓလောက် ခွင်မကျပေမယ့်လို့ ဗုဒ္ဓနည်းယူပြီးတော့ သူ့အနာနဲ့သူ့ဆေး ကိုက်အောင် ပေးနိုင်မှာပဲ။ အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင် ပရိယတ္တိက ပြတဲ့ ပဋိပတ္တိခေါ်တဲ့ သီလ, သမာဓိ, ပညာ အကျင့်တရား တွေရှိနေတော့ ကျင့်ဆောင်ခွင့်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကိုယ် နှုတ်စိတ်ထား သုံးပါးလုံး အပြစ်အနာအဆာကင်းပြီးတော့ သန့်ရှင်းမှုတွေကတော့ ကမ္ဘာလောကကြီးမှာ ဆိတ်သုဉ်း သွားမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

တစ်ခုတော့ရှိပါတယ်။ တပည့်တော် ကိုရင်ဘဝ တုန်းက မှားခဲ့တဲ့ဟာလေးတစ်ခု၊ ကျန်းမာရေးမပြည့်စုံတဲ့ ကိုရင်ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာကို တပည့်တော် အနီးကပ်ပြုစုရ တော့ ကျောင်းတစ်ကျောင်းမှာ သွားပြီးတော့ ဆေးကုရင်း တပည့်တော်နောက်ကလိုက်ရတာ။ တစ်ချိန်မှာ အားတော့ ရဟန်းတော်တွေစုပြီး စကားပြောတဲ့ဝိုင်းနား တပည့်တော် ရောက်သွားပါတယ်။ အဲဒီမှာ ရဟန်းတစ်ပါးက သူ့မှာနဂိုက ပိန်တယ်တဲ့၊ မအိပ်နိုင်ဘူး၊ မစားနိုင်ဘူးတဲ့၊ ဓာတ်လည်းမမှန် ဘူးတဲ့။ မုတ်ခါးဆေးတွေ မှန်မှန်စားကြည့်တဲ့အခါကျတော့ ဓာတ်လည်းပဲမှန်ပြီးတော့ အိပ်လို့လည်းပျော်၊ စားလို့လည်း အဆင်ပြေလာတယ်တဲ့။ သူ့ဝဖြိုးလာတယ်-တဲ့။ သူကလည်း အပြောကောင်းကောင်းပဲ။ ဒါ-ဟန်ကျတာပဲလို့၊ ငါ့ဆရာ ဘုန်းကြီးကလည်း ပိန်ပိန်ပဲလို့။ သူ့မှာလည်းပဲ ဆေးတွေ

http://www.dhammadownload.com

စားနေရတာ ဘာမှလည်းမထူးဘူး၊ ဆရာဘုန်းကြီးကို တိုက်တွန်းမှပဲဆိုပြီးတော့ မနက်အရုဏ်တက်ထပြီးတော့ ဆရာဘုန်းကြီးဆီသွား၊ ဝတ်ဖြည့်ပေး၊ ဘုန်းကြီးဘုရား မုတ်ခါးဆေးမှီဝဲပါ-လို့။ မုတ်ခါးဆေး သိပ်ကောင်းတယ်လို့။ နဂိုကပိန်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်းပဲ ဝလာတယ်။ အသား အရေခြောက်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်းပဲ အသားအရေ စိုပြေလာတယ်။ အိပ်လို့မပျော်တာလည်းပဲ အိပ်လို့ပျော်လာတယ်။ စားလို့သောက်လို့လည်း ကောင်းလာတယ်ဘုရားလို့၊ နား ကြားကို ကိုယ်တွေ့လိုလေသံနဲ့ပြောတော့ ဆရာလည်းပဲ သူ့ရဲ့လက်အောက်ကြီးလာတဲ့ တပည့်ဆိုတော့ သိတာပေါ့။ မောင်ပဏ္ဍိ---မင်းဒီဆေးစားဘူးလားကွ-တဲ့၊တပည့်တော် တော့ မစားဖူးသေးပါဘူးဘုရား၊ ဉီးဇင်းတွေ ပြောနေတဲ့ အသံကြားလို့ တစ်ဆင့်လျှောက်ထားတာပါ၊ ဆိုတော့--- ဟင်း - ဆိုပြီးတော့ ဘာမှဆက်မပြောတော့ဘူး၊ အဲဒီက တပည့်တော် သင်ခန်းစာရသွားတယ်။ နောက်များဆိုလို့ ရှိရင် သေးသေးဖွဲ့ဖွဲ့လေးတွေကအစ ကိုယ်တွေ့မသိရပဲနဲ့ ကိုယ်တွေ့လို သဘောထားပြီးတော့ မပြောတော့ဘူး ဆိုတာလည်း သန္နိဋ္ဌာန်ချလိုက်တယ်။

အဲဒီအကျိုးတွေက နောက်တဖြည်းဖြည်း ဝါကြီး လာတဲ့အခါကျတော့ တကယ့်ဆရာမြတ်များကို မှီခိုနေခိုက် အသုံးချသွားတဲ့အခါ သိပ်ကိုအသုံးဝင်တာပဲ။ ဒါ တပည့်တော် ကိုယ်တွေ့ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

တပည့်တော်တို့ သာသနာမှာလည်းပဲ ရိုးဂုဏ်ဟာ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ ရိုးဂုဏ်အမှီပြုပြီးတော့ တစ်ကိုယ်ရေ သာသနာ ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားပြီးတော့ လက်လှမ်းမီသာသနာကိုလည်း တဖြည်းဖြည်း ဆောင်ရွက်သွားမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဆုတ်ကပ်မှတက်ကပ်သို့ ဆိုတာနဲ့ အညီ၊ ၄-ပုံတစ်ပုံကောင်းလေးဟာ ၂-ပုံကောင်းလည်း ဖြစ်လာနိုင်တယ်၊ ၃-ပုံကောင်းလည်း ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ ၄-ပုံကောင်းလည်း ဖြစ်လာနိုင်တာပဲ။

ဘုရားသာသနာဟာ ခေါက်ရှာငှက် ပျံသလိုပဲ ခေါက်ရှာငှက်(သစ်တောက်ငှက်)ကပျံတဲ့အခါတစ်ခါတစ်ခါ အောက်စိုက်ပျံလိုက် အပေါ်ထိုးပျံလိုက်နဲ့၊ သာသနာ အောက်နိမ့်ကျတဲ့အခါ အဲဒီလိုသဘောမျိုး တပည့်တော်တို့ ရှိကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင်တော့ အပေါ်ထိုးတက်ဦးမှာပါပဲ။ အဲဒီ သဘောမျိုးတွေလည်း ဒီမှာအုပ်ချုပ်နေတဲ့ အရှင်ကိုယ်တိုင် လည်းသိပါလိမ့်မယ်။ တပည့်တော်ကတော့ သီတင်းသုံးဖော် အနေနဲ့ တပည့်တော်လုပ်ဆောင်ချက်လေးတွေ တင်ပြတဲ့ သဘောပါပဲ။ တပည့်တော်ကြုံရတာ ဒီလိုပဲကြုံရတယ် ဆိုတာပေါ့လေ။

အဲဒီတော့ နောက်ဆက်ရမယ့် သာသနာတော်ကြီး ကို အကျင့်သိက္ခာ ၃-ရပ်နဲ့ တာဝန်ပေါ့၊ ဒါတွေကို အမြဲမပြတ် ရှိနိုင်လောက်အောင် ရိုးရိုးသားသားနဲ့ တပည့်တော်တို့

http://www.dhammadownload.com

တစ်တွေ **"ပရိယတ်မကင်းတဲ့ ပဋိပတ်၊ ပဋိပတ်မကင်းတဲ့ ပရိယတ်"**၊ ကိုယ်က ပေးစရာလုံလောက်ထားလို့ရှိရင် ပေးမှု ကြုံတဲ့အခါမှာ လိုသလိုပေးနိုင်တာပဲ-ဆိုတဲ့ သုံးသပ်ချက်အရ ကြိုးစားကြပါစို့လို့ ကြုံတဲ့အခါလေး ကူညီအားပေးရင်းနဲ့ အကျိုးစီးပွားလိုလား မေတ္တာရှေ့ထားစကားလေး အဆုံးသတ်လိုက်ပါတယ်။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

http://www.dhammadownload.com