http://www.dhammadownload.com

(ဒဂဟိုဝေဟာရဆရာတော်)
ဓမ္မရတနာစာစဉ်(၁၃)

ဂုဏ်ရည်ကြီးသော ရတနာသုံးပါး



ဒေါက်တာ ဒဂဟိုဝေဟာရဆရာတော်
ဂုဏ်ရည်ကြီးသော ရတနာသုံးပါး

http://www.dhammadownload.com



အရှင်ဆန္ဒာဓိက (ဇရပါရမီတောရ) ရဲ့
'အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်' အမှာစာ...
လွန်းထားထား (သေးတက္ကသိုလ်) ရဲ့
'လွန်းထားထားအသစ်' အမှာစာများနှင့် အတူ...

"ဘဝမှာ...
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မကြည်ညိုဘူးဆိုရင်...
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားမရဘူးဆိုရင်...
ဘာမှ အားမငယ်ပါနဲ့
အသစ် ပြန်တည်ဆောက်လိုက်ပါ။"

ရှေ့နေ့အသစ် ရှေ့နေ့ပါးပါ

http://www.dhammadownload.com



ရဝေနွယ်အသစ်

ရဝေနွယ် (အင်းမ)

www.yawainwe.com

ဖြန့်ချိရေး
ဓနလစာပေ
အမှတ် (၁၉၂)၊ ပထမထပ်၊ ခုခ - လမ်း(ထက်)၊ ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉၅၁၁၀၈၅၁၁၀

ပင်ရင်း
New Day
အမှတ် (၁၄၁)၊ လမ်း - ၅၁(ထက်)၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့၊
ဖုန်း - ၀၉၇၃၃၀၂၆၆၇၄၊ ၀၉၇၃၁၁၁၀၃၆၃၄

http://www.dhammadownload.com



စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်	။	၆၀၀၀၇၅၀၁၂
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်	။	၆၀၀၁၃၅၂၁၂
ထုတ်ဝေသည့်အကြိမ်	။	ပထမအကြိမ် ၂၀၁၂ခုနှစ်၊ မတ်လ။
အုပ်ရေ	။	၃၀၀၀၀
မျက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်းပန်းချီ	။	ဝဂျီလင်းဝက္ကာ
ကွန်ပြူတာစာစီအလှူ	။	အရှင်သိရိန္ဒ (USA) (www.ashinsirinda.com)
အတွင်းအပြင်အဆင်	။	အလင်းအိမ် (ဝဠုဂုဉာ ဒုဒ်ငှဂ္)
အဖုံးနှင့် အတွင်းဖလင်	။	Eagle
ထုတ်ဝေသူ	။	ဦးဉာဏ်အောင် အလင်းသစ်စာအုပ်တိုက်၊
မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်	။	ကိုဇော်မြင့်ဝင်း Colour Zone Press မဝင်းကလျာ Hnit Thit Oo Printing House
စာအုပ်ချုပ်	။	ကိုတင်အေး
တန်ဖိုး	။	၁၅၀၀ကျပ်

၈၀၈.၈၄

ရဝေန္ဓယ်(အင်းမ)

ရဝေန္ဓယ်အာသစ်၊ ရဝေန္ဓယ်(အင်းမ)

ရန်ကုန်။

အလင်းသစ်စာပေ၊ ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၁၂။

၁၈၀ - စာ၊ ၁၃ × ၂၀.၅ စင်တီ

(၁) ရဝေန္ဓယ်အာသစ်

http://www.dhammadownload.com

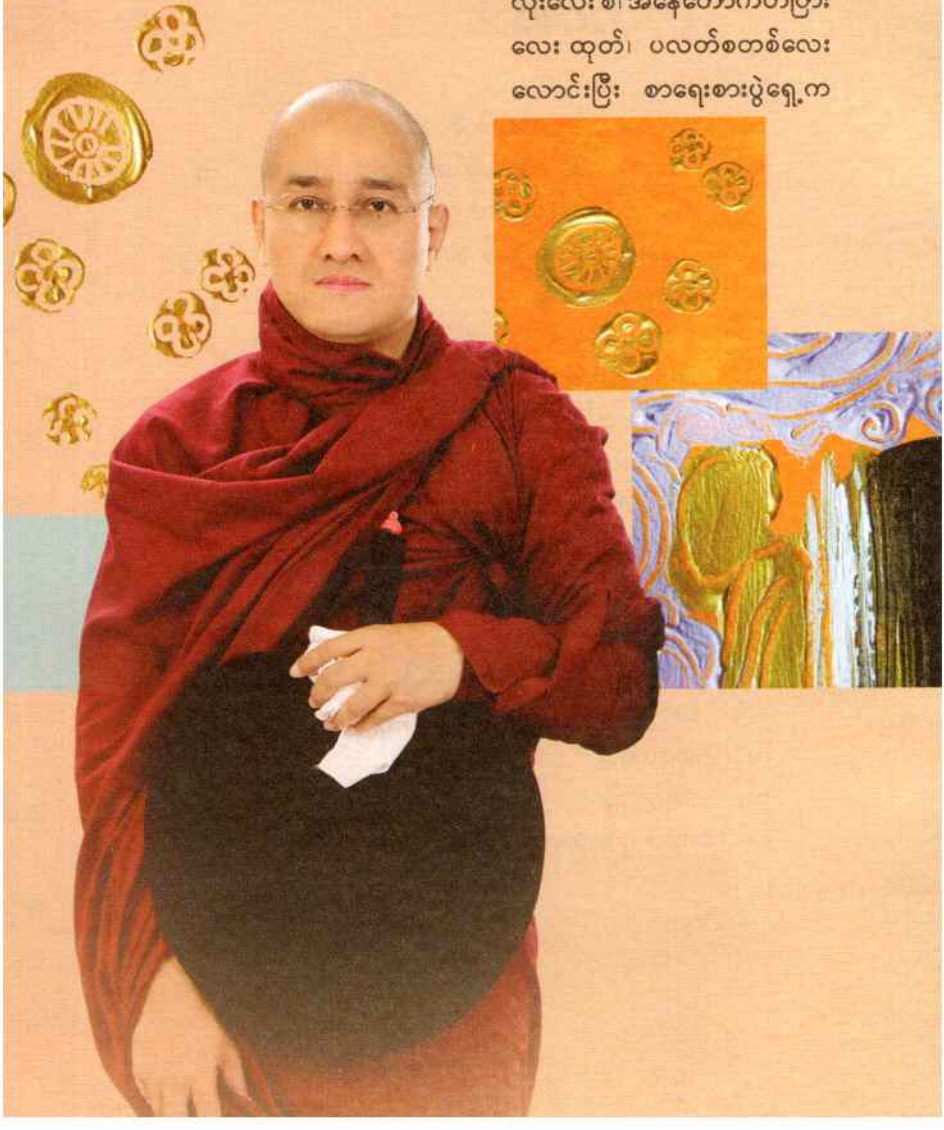
မာတိကာ

က။	အရှင်ဆန္ဒာဓိက (ရွှေပါရမီတောရ)ရဲ့ "အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်" အမှာစာ	၄
ခ။	လွန်းထားထား(ဆေးတက္ကသိုလ်)ရဲ့ "လွန်းထားထားအသစ်" အမှာစာ	၁၈
ဂ။	စာရေးသူရဲ့ အမှာ	၂၂
ဃ။	ရဝေနွယ်အသစ်	၂၆
၂။	ချစ်သူကို တရားဟောပါ	၆၂
၃။	စွန့်ခြင်းနှင့်နောင်ဖွဲ့ခြင်း	၇၆
၄။	ပေါ့စတစ်အတွေးနှင့်စိတ်ချမ်းသာမှု	၈၆
၅။	ထမင်းစားရင်း ပါရမီဖြည့်မယ်	၁၀၀
၆။	ဘုရားဟောသောပိန်နည်း	၁၁၄
၇။	ဖမ်းခြင်းနှင့်လွှတ်ခြင်း	၁၂၄
၈။	ကျေးဇူးပြု၍ အမျှဝေပါ	၁၃၂
၉။	သစ်ပင်စိုက်ပြီးရင် ရေလောင်းပါ	၁၄၂
၁၀။	အကုသိုလ်နှင့် ပန်းတိုင်	၁၅၆
ဂ။	ဆုတောင်း	၁၆၆
ဃ။	အတ္ထုပ္ပတ္တိ	၁၆၇
ငါး	စာအုပ်ဓမ္မဒါနအလှူရှင်စာရင်း	၁၆၈

http://www.dhammadownload.com

[၁]

'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့
စကားလုံးလေးကို ကွန်ပျူတာစာ
လုံးလေး စီ၊ အနေတော်ကတ်ပြား
လေး ထုတ်၊ ပလတ်စတစ်လေး
လောင်းပြီး စာရေးစားပွဲရှေ့က



http://www.dhammadownload.com

အရှင်ဆန္ဒာဓိက (ရွှေပါရမီတောရ)ရဲ့
'အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်'
အမှာစာ

ကျောင်းတိုင်မကြီးရဲ့ နံရံကပ်ပစ္စည်းတင် စင်လေးပေါ်မှာ မြင်သာထင်သာ ထောင်ထားရရင် ကောင်းမလားလို့ ခုတစ်လော မကြာခဏ တွေးနေမိပါတယ်။

လုပ်ချင်တဲ့ အလုပ်တွေ အများကြီးထဲက အလုပ်သင့်ဆုံး အလုပ်ကိုပဲ အဓိကဦးစားပေး လုပ်ဖြစ်သွားဖို့နဲ့ လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်တွေ အများကြီးထဲက အလုပ်ချင်ဆုံး အလုပ်ကိုပဲ ဇောက်ချလုပ်ဖြစ်နေဖို့ အတွက်ပါ။

တိကျပြတ်သားတဲ့ စိတ်ဓာတ်နဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ အဓိကအလုပ်ကို ထိထိရောက်ရောက် တွင်တွင်ကျယ်ကျယ် လုပ်ဖြစ်နေချင်လို့ 'အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ် ဘယ်တော့များ ဖြစ်လာမလဲ' လို့ တွေးတွေးနေမိတာနေ့စဉ် နေ့တိုင်းပါပဲ။

[၂]

'အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို ၂၀၀၂ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ (၂)ရက်နေ့က စ, ပြောဖြစ်ခဲ့တာပါ။ ၂-၂-၂၀၀၂ ဆိုတော့ (၂)လေးလုံးနေ့ကပေါ့။

အဲဒီနေ့က နီပေါနိုင်ငံ၊ ခတ္တမန္ဒုလေဆိပ်ကနေ လုမ္ဗိနီလေဆိပ်ကို ဦးတည်ပျံသန်းလာတဲ့ စာရေးသူတို့ရဲ့ တွင်အော်တာ အမျိုးအစား လေယာဉ်ငယ်လေးကို ပြင်းအားများတဲ့မိုးကြိုး ထိမှန်ခဲ့ပါတယ်။

လေယာဉ်ကို မိုးကြိုးပစ်ပြီလို့ သိလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် လေယာဉ်ပေါ်က ရွှေပါရမီအဖွဲ့သားတွေ လက်အုပ်ကိုယ်စီချီပြီး ဘုရားစာရွတ်လိုက်၊ ဘုရားဂုဏ်တော်မွှားလိုက်နဲ့ အားလုံး သတိအနေအထား ဖြစ်သွားပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

လေယာဉ်ဘယ်အချိန် မီးလောင်ပြီး ပျက်ကျမလဲ ဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့ အားလုံးပဲ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်စွာ ...။ တစ်ယောက်မျက်နှာတောင် တစ်ယောက် မကြည့်မိကြ ...။ ကိုယ့်တရားအာရုံလေးနဲ့ကိုယ်၊ ကိုယ့်ကုသိုလ် အာရုံလေးနဲ့ ကိုယ် သေဖို့ အသင့်အနေအထား ပြင်ဆင်ခဲ့ကြပါတယ်။

နဂိုကတည်းက တလှုပ်လှုပ် တခါခါ ဖြစ်နေတဲ့ ခရီးသည် (၁၈) ယောက်ပဲ ဆုံတဲ့ တွင်အော်တာလေယာဉ် အသေးစားလေးဟာ ဆိုးရွားလှတဲ့ လေထု၊ တိမ်ထုကြားမှာ တယိမ်းယိမ်း တထိုးထိုးနဲ့ လောကဓံကို အန်တုနေရရှာပါတယ်။ ရှေ့ဆက်သွားရမယ့် လေယာဉ်လမ်းကြောင်းကို လုံးဝ မမြင်တွေ့ရတော့တဲ့အတွက် နောက်ကြောင်း ပြန်လှည့်ခဲ့ရတဲ့ ဗုဒ္ဓအဲလိုင်းက လေယာဉ်ငယ်လေးဟာ ဟိမဝန္တာတောင်နံရံနဲ့လည်း အချိန်မရွေး တိုက်မိပျက်ကျနိုင်ပါသေးတယ်။ (မနေ့တစ်နေ့ကမှ အဲဒီလို တစ်စီး ဖြစ်ခဲ့ဖူးသေးတယ်လေ)

ကံကောင်းထောက်မစွာ ... ခတ္တမန္ဒုလေဆိပ်ကို လေယာဉ် ပြန်လည်ဆင်းသက်နိုင်ချိန်မှာတော့ ... လေယာဉ်ပေါ်က ဆင်းဆင်းချင်း ...

'ဦးဇင်းတော့ အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ် ဖြစ်သွားပြီ'

လို့ ပြောလိုက်မိပါတော့တယ်။ ရွှေပါရမီ ကျောင်းဒကာ၊ ကျောင်းအမကလည်း အားကျမခံ ပြန်ပြောပါတယ်။

'တပည့်တော်လည်း ရှိန်ဝင်းအသစ် ဖြစ်သွားပြီ'

'တပည့်တော်လည်း ခင်ချိဦးအသစ် ဖြစ်သွားပြီ'

ခမည်းတော်ကြီးကတော့ နှုတ်က ဘာမှထုတ်မပြောဘဲ ပြုံးပြုံးကြီးလုပ်နေလို့ အဲဒီအပြုံးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို အပြေးအလွှား ဖွင့်ဆိုကြည့်လိုက်တော့ 'တပည့်တော်လည်း စိန်ဝင်းအသစ်ပါ' ... တဲ့။

နောက်တစ်နေ့မနက်ထွက်တဲ့ ဟိန္နုသတင်းစာ တစ်စောင်မှာ 'မြန်မာသံအမတ်ကြီး စီးနင်းလိုက်ပါလာတဲ့ လေယာဉ် လွန်စွာ အင်အားပြင်းထန်သော မိုးကြိုးပစ်ခံရ' ဆိုတဲ့ သတင်းပါလာပါတယ်။ စာရေးသူတို့ရဲ့ သီးသန့် ဗုဒ္ဓဂယာဘုရားဖူးခရီးစဉ်ကို ဦးဆောင်သူက နီပေါဆိုင်ရာ မြန်မာသံအမတ်ကြီး ဦးနေဝင်းနဲ့ ဇနီး ဒေါက်တာနွယ်နွယ်လှိုင်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

သေရွာပြန်လို့ ဆိုနိုင်တဲ့ 'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ ခံစားမှုက တစ်နှစ်ကို နှစ်အုပ်နှုန်းပဲ စာရေးမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားတဲ့ စာရေးသူကို ဟောတရားတွေ မြန်မြန်ကုန်အောင် ရေးဖို့ တွန်းအားဖြစ်စေခဲ့ပါတယ်။

'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ မောင်းနှင်အားကြောင့် အသက် (၄၀)မှာ အုပ်ရေ(၄၀)ပြည့်အောင် စာရေးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ အသက် (၃၀)က စ, ရေးခဲ့တာမို့ စာရေးသက် (၁၀)နှစ်ပြည့် အမှတ်တရပါ။ တစ်နှစ် နှစ်အုပ်နှုန်း မှန်းထားရာက တစ်နှစ် လေးအုပ်နှုန်း ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတော့ လုပ်ငန်းစွမ်းဆောင်ရည် နှစ်ဆတိုးသွားခဲ့တာပေါ့။

သေခြင်းတရားဟာ တွန်းအားအပြင်းထန်ဆုံး သူငယ်ချင်းချစ်သူလေးပါလား ...။

ကျေးဇူးပါပဲ တွင်အော်တာလေးရယ် ...။

[၃]

'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို 'နောင်တ ရစရာမလိုအောင် အလုပ်လုပ်ထားသူ' ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်နဲ့ တစ်သားတည်း ဖြစ်နေစေချင်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အရှင်ဆန္နာဓိကအဟောင်းက အလုပ်နဲ့ ပတ်သက်ရင် တစ်ခါတစ်ရံမှာ နောင်တတရားနဲ့လည်း ပတ်သက်နေရတတ်လို့ပါ။

စာရေးသူရဲ့ မနက်ပိုင်းအချိန်ကို စိတ်ကျေနပ်မှု ရှိမရှိ ရေချိုးချိန်မှာ သိနိုင်ပါတယ်။ နေ့ဆွမ်းမစားမီ ၁၁ နာရီဝန်းကျင် ရေချိုးချိန်ဟာ စာရေးသူရဲ့ မနက်ပိုင်းကာလ အချိန် စီမံခန့်ခွဲမှုအပေါ် ကျေနပ်အားရမှု ရှိ မရှိ အဆုံး အဖြတ်ပေးတဲ့ အချိန်ပါ။

မနက်ပိုင်းအချိန်ကို 'စာရေးချိန်' လို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့အတွက် သတ်မှတ်ထားတဲ့အတိုင်း စာ တကယ်ရေးဖြစ်တယ်ဆိုရင် စာရေးချိန် ပြည့်သွားလို့ ရေချိုးနေတဲ့အချိန်မှာ အင်မတန် စိတ်ကျေနပ်မှု ဖြစ်ရပါတယ်။ 'သူ့ အချိန်နဲ့သူ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်ကို တိတိကျကျ လုပ်ဖြစ်သွားပြီ' ဆိုတဲ့ အတွေးကြောင့် ဖြစ်ရတဲ့ပီတိက ဘာနဲ့မှ မလဲနိုင်ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ပိုဒ်ပဲ ရေးဖြစ် ရေးဖြစ်၊ တစ်မျက်နှာပဲ ရေးဖြစ် ရေးဖြစ် ... စာရေးဖြစ်တယ်ဆိုရင်ကိုပဲ 'ဒီနေ့ မနက်တော့ စာရေးဖြစ်သွားပြီ' ဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့ ပီတိတွေ တသိမ့်သိမ့် ဖြစ်ရပါတယ်။ စာရေးဖြစ်တဲ့နေ့ဆို ရေချိုးရတာ အရသာ ရှိမှရှိ ...။ ရေချိုးတဲ့အလုပ် လုပ်နေရတာကိုက အဓိပ္ပာယ်လေးနက်နေသလိုလို ...။ ရေချိုးနေရင်း မေတ္တာပို့လိုက်လည်းကောင်း၊ ဂုဏ်တော်ပွားလိုက်လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာရှုလိုက်လည်းကောင်း၊ အားလုံး အားလုံးကောင်းမှကောင်း...။ အဲမယ် ... ကြေးတွန်းရတာတောင် အရသာ ရှိနေသေး ...။

ဟိုစာအုပ်လေး ဆွဲဖတ်လိုက်၊ ဒီစာစောင်လေး ကောက်လှန်လိုက်နဲ့ စာပဲဖတ်ဖြစ်ပြီး စာ လုံးဝ မရေးဖြစ်တဲ့နေ့ဆို ရေချိုးရတာ လုံးဝ အရသာမရှိတော့ပါဘူး။ အချိန်ကျလို့သာ ရေချိုးခန်း ဝင်လိုက်ရတယ် ... ခြေလှမ်းတွေက လေးကန်လို့ ...။ 'ဒီနေ့ စာ လုံးဝမရေးဖြစ်လိုက်ဘူး' ဆိုတဲ့ အတွေးကကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မကျေမနပ် ဖြစ်စေပါတယ်။ တစ်မနက်လုံး ဖတ်ထားတဲ့စာတွေက အချက်အလက် ဘယ်လောက်ပဲကောင်းကောင်း ... ရေချိုးချိန်မှာ စိတ်ကျေနပ်မှု လုံးဝ မပေးနိုင်တော့ပါဘူး။

မနက်ပိုင်းအချိန်ပဲ ကိုယ့်စိတ်နဲ့ ကိုယ့်ဦးနှောက်က စာရေးလို့ကောင်းတာဆိုတော့ နေ့လယ်ပိုင်းမှာ ပြန်အစားထိုးဖို့ကလည်း မဖြစ်နိုင်တော့ဘူးလေ။ မနက်ပိုင်း စာ မရေးဖြစ်ရင် အဲဒီနေ့အတွက် စာရေးခွင့် ကုန်ဆုံးသွားပါပြီ။

သူ့အချိန်နဲ့သူ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်ကို တိတိကျကျ မလုပ်ဖြစ်သမျှတော့ စိတ်ကျေနပ်မှုလည်း မရနိုင်သလို အလုပ်လည်း မတွင်ကျယ်နိုင်ပါဘူး။ အလုပ်ကို တန်ဖိုးထားသူတိုင်း သူ့အချိန်နဲ့ သူ့အလုပ် အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်အောင် စီမံခန့်ခွဲတတ်ဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။

ခြွင်းချက်တချို့မှအပ သူ့အချိန်နဲ့သူ ကိုယ်သတ်မှတ်ထားတဲ့အလုပ်ကို တိကျပြတ်သားစွာ စိတ်နိုင် ကိုယ်နိုင် လုပ်ဖြစ်နေရင် စိတ်ကျေနပ်မှုလည်း၊ အလုပ်လည်း ကိုယ်မျှော်မှန်းထားတာထက် အများကြီး ပိုပြီးမြောက်ပါတယ်။ 'စိတ်ကို နိုင်နင်းသူ၊ အလုပ်ကို နိုင်နင်းသူ' ဆိုတဲ့ ဂုဏ်ပုဒ် (သဘာဝတရားက လျှို့ဝှက်စွာ ပေးအပ်တဲ့ လူမသိ ရှင်မကြား ဂုဏ်ပုဒ်) ကြောင့်

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြည်ညိုလေးစားစိတ် လေးနက်စွာ ဖြစ်ထွန်းစေနိုင်ပါတယ်။ စိတ်မနိုင်၊ အလုပ်မနိုင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ရမယ့် နောင်တတရားတွေနဲ့လည်း မပူလောင်၊ မနောက်ကျရတော့ပါဘူး။

ဘယ်အလုပ်ပဲ လုပ်လုပ်၊ လုပ်နေဆဲကာလမှာ အရသာရှိနေရုံနဲ့ မပြီးသေးပါဘူး၊ လုပ်ပြီးကာလမှာလည်း အရသာ ရှိနေဖို့ လိုပါတယ်။ သူ့အချိန်နဲ့သူ၊ သူ့အလုပ်နဲ့သူ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်နေရင် လုပ်နေဆဲမှာလည်း အရသာရှိ၊ လုပ်ပြီးချိန်မှာလည်း အရသာရှိတဲ့အတွက် ဘယ်အလုပ်ကြောင့်မှ နောင်တ မရရတော့ပါဘူး။

စာရေးသူ မကြာခဏ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ဖြစ်တဲ့ ဂါထာနှစ်ပုဒ်ရှိပါတယ်။ ဆန့်ကျင်ဘက်အဓိပ္ပာယ်ကို ပြဆိုထားတဲ့ အတွဲလိုက်ဂါထာပါ။ စာရေးသူအကြိုက်ဆုံး ဂါထာတွေထဲက ထိပ်တန်းနှစ်ပုဒ်ပါပဲ။

တစ်ပုဒ်က ...

နံ တံ် ကမ္မံ ကတံ် သာဓု၊ ယံ် ကတ္တာ အနုတပ္ပတိ။
ယဿ အဿုမုခေါ ရောဒံ်၊ ဝိပါကံ် ပဋိသေဝတိ။

[ခမ္မပဒဂါထာ – ၆၇]

အဓိပ္ပာယ်ကတော့ ...

'အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်လိုက်လို့ လုပ်ပြီးတဲ့နောက်ပိုင်းမှာ သတိရတိုင်း သတိရတိုင်း နောင်တတရားတွေနဲ့ ပူလောင်ပင်ပန်းရတယ်ဆိုရင် အဲဒီ အလုပ်မျိုးကို လုံးဝ မလုပ်တာဘဲ ကောင်းပါတယ်။ အလုပ်တစ်ခုရဲ့ အကျိုးတရားကို မျက်ရည်ရွဲမျက်နှာနဲ့ ငိုငိုကြွေးကြွေး ဆွေးဆွေးလျဲလျဲ ဆင်းရဲစွာ ခံစားရတယ်ဆိုရင် အဲဒီ အလုပ်မျိုးဟာ လုံးဝ မလုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်ပါပဲ'... တဲ့။

နောက်တစ်ပုဒ်ကတော့ ...

တဉ္စ ကမ္မံ ကတံ် သာဓု၊ ယံ် ကတ္တာ နာနုတပ္ပတိ။
ယဿ ပတီတော သုမနော၊ ဝိပါကံ် ပဋိသေဝတိ။

[ခမ္မပဒဂါထာ – ၆၈]

အဓိပ္ပာယ်ကတော့ ...

http://www.dhammadownload.com

'အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်လိုက်လို့ လုပ်ပြီးတဲ့နောက်ပိုင်းမှာ သတိရတိုင်း သတိရတိုင်း နောင်တတရားတွေနဲ့ ပူလောင်ပင်ပန်းရခြင်း လုံးဝမရှိဘူးဆိုရင် အဲဒီအလုပ်မျိုးကို လုပ်တာဟာ သိပ်ကောင်းပါတယ်။ အလုပ်တစ်ခုရဲ့ အကျိုးတရားကို နှစ်သက်ရွှင်လန်းစွာ၊ ဝမ်းမြောက်ကြည်နူးစွာ ချမ်းချမ်းသာသာ ခံစားရတယ်ဆိုရင် အဲဒီအလုပ်မျိုးဟာ မလုပ်မဖြစ် လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ပါပဲ'... တဲ့။

သူ့အချိန်နဲ့သူ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ကို တိတိကျကျ လုပ်ဖြစ်တဲ့နေ့ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် 'အရှင်ဆန္ဒာဓိက အသစ်'လို့ သတ်မှတ်ပါမယ်။ မလုပ်ဖြစ်တဲ့နေ့ဆိုရင်တော့ အရှင်ဆန္ဒာဓိက အဟောင်းပေါ့။

မနက်ပိုင်းအချိန်မှာ စာရေးဖြစ်တဲ့နေ့ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် 'အရှင်ဆန္ဒာဓိက အသစ်'လို့ သတ်မှတ်ပါမယ်။ မရေးဖြစ်တဲ့နေ့ဆိုရင်တော့ အရှင်ဆန္ဒာဓိက အဟောင်းပေါ့။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်
နေ့တိုင်းဖြစ်ဖို့
အားသစ်ရွှင်လန်း
ကြိုးစားစမ်းပါ
ဝမ်းသာပါရစေ အရှင်ဆန္ဒာဓိကရေ...။

[၄]

'အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်'ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို သေခြင်းတရားနဲ့ ဆက်စပ်ပြီး ဒုတိယအကြိမ် ပြောဖြစ်တာက ၂၀၀၉ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ (၄) ရက်နေ့ ညကပါ။

အဲဒီနေ့က ... ညနေ ၅နာရီခွဲမှာ မုံရွာ၊ ဗောဓိတစ်ထောင်၊ ကမ္ဘာအကြီးဆုံး ရပ်တော်မူဘုရားကြီးရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်တော်အတွင်းပိုင်း အဆောက်အအုံထဲက စာရေးသူတို့ စီးနင်းလိုက်ပါလာတဲ့ လုပ်ငန်းခွင်သုံး ဝန်ချီစက်မတော်တဆ ပြုတ်ကျခဲ့ပါတယ်။ စီးဖော်စီးဖက် (၈)ဦးလုံး ခါးနဲ့ခြေထောက် အသီးသီး ထိခိုက်ဒဏ်ရာရကြတဲ့နေရာမှာ စာရေးသူလည်း ခါးနာ၊ ခြေကျိုး ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။ ဒူးပြဲတာကတော့ အဆစ်ပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

မုံရွာ၊ ပြည်သူ့ဆေးရုံနဲ့ မြင့်မြတ်ဆေးခန်းမှာ အကြမ်းဖျင်း ဆေးကုသမှု ခံယူပြီးတာနဲ့ မန္တလေး၊ အရိုးအထူးကု ဆေးရုံကြီးဆီကို စစ်ကိုင်းတိုင်းမှူးစီစဉ်ပေးတဲ့ ယာဉ်တန်းရှည်ကြီးနဲ့ ညတွင်းချင်း တဖြည်းဖြည်း မောင်းလာလိုက်တာ ည (၁၂)နာရီကျော်မှပဲ မန္တလေးကို ရောက်ပါတော့တယ်။ အားလုံး ကျိုးပဲ့ပျက်စီးနေကြလို့ ဖြည်းဖြည်း လိမ့်လိမ့်ပဲ မောင်းရတာပါ။

မန္တလေးရောက်ရောက်ချင်း စိုးရိမ်တကြီးမျက်နှာတွေနဲ့ အသင့်စောင့်ကြိုနေကြတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေက 'အံမယ်လေး ... ကံကောင်းလိုက်တာ အရှင်ဘုရားရယ် ...၊ တကယ်ဆို သေရမှာ' လို့ ဆီးပြီး အားပေးကြပါတယ်။ 'တကယ်ဆို သေရမှာ' လို့ ဝိုင်းပြီး အားပေးလိုက်ကြတော့ စာရေးသူလည်း တော်တော် အားရှိသွားတာပေါ့။

ဟုတ်တယ်လေ ... ၊ ဘုရားကြီးရဲ့ ကိုယ်ထည် အတွင်းပိုင်း (၃၁) ထပ်မှာ (၂၇)ထပ်ကနေ (၁၈)ထပ်ထိ တပ်ဆင်ထားတဲ့ ဝန်ချီစက်နဲ့ ပြန်အဆင်း၊ (၂၅)ထပ်လောက်အရောက်ကနေ (၁၈)ထပ် သမဲတလင်းအထိ ၂စက္ကန့်၊ ၃စက္ကန့်အချိန်လောက်နဲ့ တစ်ရှိန်ထိုး ပြုတ်ကျ၊ သမဲတလင်းပေါ်မှာ ဘာရာဘာအခဲမျှ မရှိ၊ သမဲတလင်းနဲ့ လူတွေရဲ့အကြား ပျဉ်ချပ်တစ်ချပ်ပဲခြား၊ ဝန်ချီစက်ပတ်ပတ်လည်မှာလည်း ဘာအကာအရံမှ မရှိ၊ အထပ်တိုင်းမှာလည်း လေးဖက်လေးတန် ကွန်ကရစ်ဘောင်တွေ၊ တစ်ထပ်ကို အမြင့် (၁၂)ပေ၊ (၇)ထပ်စာ ပြုတ်ကျတာဆိုတော့ အမြင့် (၈၄)ပေ၊ ဒီတော့ 'တကယ်ဆို သေရမှာ' ဆိုတဲ့ သူတို့ အားပေးစကားက ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ (ပြုတ်ကျတာ မဟုတ်ဘဲ ပြတ်ကျတာဆိုရင်တော့ ဖြစ်ဖို့များပါတယ်။ အခုကတော့ ကြိုးရစ်ဘီးမှာ မူလီပြုတ်ထွက်သွားလို့ ကြိုးမထိန်းနိုင်ဘဲ ပြုတ်ကျခဲ့ရုံမို့ပါ)

ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ... သူတို့ အားပေးသလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် 'သေရွာပြန်' လို့ပဲ သဘောထားလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ည (၁၂) နာရီခွဲကျော်ကျော် ခွဲစိတ်ခန်းထဲ ဝင်ခါနီးလေးမှာ တစ်ခဲနက် လာရောက်အားပေးကြတဲ့ ရွှေမန်းပရိသတ်ကို 'ဦးဇင်းတော့ အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်သွားပြီ' လို့ ပြုံးပြုံးကြီး နှုတ်ဆက်ရင်း ခွဲစိတ်ခန်းထဲ ဝင်ခဲ့လိုက်ပါတော့တယ်။

ည (၂)နာရီခွဲကျော်ကျော်လောက် ခွဲစိတ်ခန်းထဲက ထွက်လာတဲ့ အချိန်မှာတော့ တကယ်ကို အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ် ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဘယ်ခြေရော၊ ညာခြေရော၊ ခြေထောက်နှစ်ဖက်လုံး ကျောက်ပတ်တီး အဖွေးသား နဲ့၊ ညာဘက်လက်မှာ ဆေးသွင်းပိုက်တန်းလန်းနဲ့ ပုလင်းကြီး ချိတ်လို့၊ လကမ္ဘာပေါ်တက်တဲ့ အာကာသယာဉ်မှူးပုံစံ၊ ဒီဇိုင်းက လန်းမှ လန်း ...။ နာကျင်မှု၊ လေးလံမှုတွေကြောင့် လူပ်လည်း မရ၊ စောင်းလည်း မရ၊ အိုင်စီယူ (အထူးကြပ်မတ်ကုသခန်း)ထဲက လူနာခုတင်ပေါ်မှာ ပက်လက်ကလေး ... ။ ဒါမှ အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ် ...။

ခြေထောက်ကျိုးပြီးနောက်ပိုင်း ကိုယ်နဲ့ သေခြင်းတရားနဲ့ အရမ်းနီးကပ်နေသလို ပိုခံစားရတဲ့အတွက် မသေခင်အချိန်ပိုင်းလေးမှာ အများအကျိုးကို သယ်ပိုးနိုင်သလောက် သယ်ပိုးသွားချင်တာရယ်၊ နည်းလမ်းပေါင်းစုံနဲ့ အားပေးစောင့်ရှောက်ခဲ့ကြတဲ့ စာဖတ်ပရိသတ်နဲ့ တိုင်းသူပြည်သားတွေရဲ့ မေတ္တာတရားကို အကောင်းဆုံး တုံ့ပြန်ချင်တာရယ်ကြောင့် ခြေထောက် ဒဏ်ရာနဲ့ နာကျင်ကိုက်ခဲ ဆင်းရဲပင်ပန်းနေတဲ့ကြားကပဲ စာအုပ်နှစ်အုပ် ရေးဖြစ်သွားပါတယ်။

ခြေထောက်နှစ်ဖက်လုံး မလျှောက်နိုင်သေးတဲ့အချိန် (အောက်ခြေလွတ်နေတဲ့အချိန်)တွေမှာ လူနာခုတင်ပေါ်ထိုင်ရင်း ရေးဖြစ်ခဲ့တဲ့ စာအုပ်က 'တို့လည်း လိုက်မယ် ချန်မထားနဲ့' စာအုပ် ...။ ခြေထောက် တစ်ဖက်တည်း လျှောက်နိုင်သေးတဲ့အချိန် (ခြေတစ်ပေါင်ကျိုးပြီး ပွဲဝင်နေတဲ့အချိန်)တွေမှာ စာရေးကုလားထိုင်ပေါ် ခြေထောက်တစ်ဖက် တန်းတန်းကြီး တင်ထားရင်း ရေးဖြစ်ခဲ့တဲ့စာအုပ်က 'တစ်ပွင့်ပန်လည်း လှပါတယ်' စာအုပ် ...။

စနေအစ စနေအဆုံး စာအုပ်နှစ်အုပ် ...။ အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်ရဲ့ သက်တန့်စခု ...။

တစ်ဘဝလုံးအတွက် အမှတ်တရဖြစ်ခဲ့လို့ ... ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျေနပ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

[၅]

'အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို ခေါင်းစဉ်တင်ပြီး 'ပြုတ်ကျဘဝရဲ့ ဒုက္ခအလှ' အတွေ့အကြုံလေးတွေကို ဆောင်းပါးရှည် စာအုပ်တစ်အုပ် မှတ်တမ်းတင်ရေးသားဖို့ စိတ်ကူးမိပေမယ့် အကြောင်းမညီညွတ်လို့ မရေးဖြစ်တော့ပါဘူး။ ပြုတ်ကျဖော် ပြုတ်ကျဖက်၊ ကျိုးဖော် ကျိုးဖက် ဆရာတော် ရဝေန္တယ်ကတော့ 'ရဝေန္တယ်အသစ်' ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်လေးနဲ့ ဆောင်းပါးရှည် ရေးဖြစ်သွားပါတယ်။

'တပည့်တော်က အရှင်ဘုရား ခြေထောက်ကျိုးတဲ့ အတွေ့အကြုံလေးတွေ ပါမယ်မှတ်နေတာ ... ၊ 'ရဝေန္တယ် အသစ်' ဆိုတော့ ရဝေန္တယ်ရဲ့ ဘဝဇာတ်ကြောင်းလေးတွေ၊ ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက်လေးတွေ၊ ရင်တွင်းခံစားချက် လေးတွေ ပါမယ် အောက်မေ့လို့ ... ၊ ပါမလာဘူးနော်'

လို့ စာရေးသူက ပြောတော့ ဆရာတော်ရဝေန္တယ်က ...

'တပည့်တော် ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် မရေးရဲလို့ပါ'...တဲ့။

ရိုးသားလိုက်တဲ့အဖြေ ... ၊ ကြည်ညိုပါတယ် ဘုရား ...။

မရေးရဲလို့ မရေးဖြစ်ပေမယ့် ဘာသာတွေးပြီး ဘာသာဆုံးဖြတ်ထားတဲ့ ရင်တွင်းဖြစ်လေးတွေ တသီတတန်းကြီး ရှိလိမ့်မယ်လို့တော့ မှန်းဆရပါတယ်။ 'ဘယ်သူမြင် ဘယ်သူသိမှာလဲ၊ သူရှိတယ် ကိုယ့်ရင်ထဲ၊ အမြင်ငြိတွယ်'ပေါ့နော ...။ 'သူ'ဆိုတာ အဖြစ်အပျက်တွေ၊ ခံစားချက်တွေ၊ သင်ခန်းစာတွေ၊ သုံးသပ်ဆုံးဖြတ်မှုတွေကို ပြောတာပါ။

စာဖတ်သူတိုင်းကတော့ စာရေးသူတွေရဲ့ ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက် ခံစားချက်တွေကို ဖတ်ချင်ကြတာ ဓမ္မတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ သဘောတရား သက်သက် ဖတ်ရရင်လည်း ကိုယ်တွေ့နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ခံစားသုံးသပ်နိုင်တဲ့အတွက် ကျေနပ်ပါတယ်။ စာရေးသူရဲ့ 'အတွေးအကြံ' ကို စာဖတ်သူရဲ့ 'အတွေ့အကြုံ' နဲ့ ပေါင်းစပ်ပြီး လက်တွေ့ဘဝထဲမှာ အံဝင်ခွင်ကျ အသုံးချဖြစ်ဖို့က စာဖတ်သူတိုင်းရဲ့ တာဝန်ပဲ မဟုတ်ပါလား ...။

'ရဝေန္တယ်အသစ်' ထဲမှာပါတဲ့ သဘောတရားတွေဟာ ရဝေန္တယ်အသစ်ဖြစ်အောင် ထုဆစ် ပုံဖော်မယ့် ကိရိယာတန်ဆာပလာတွေပါ။ အဲဒီ

http://www.dhammadownload.com

ကိရိယာတန်ဆာပလာတွေအတိုင်း စာဖတ်သူက စာဖတ်သူရဲ့ဘဝကို ထုဆစ်ပုံဖော်ရင် စာဖတ်သူလည်း 'စာဖတ်သူအသစ်' ဖြစ်သွားမှာပေါ့။

[၆]

'အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို 'စိတ်ဓာတ်အသစ်၊ လုပ်ရပ်အသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးနဲ့ တွဲပြီး မြင်ပါတယ်။

စိတ်ဓာတ်နဲ့လုပ်ရပ် ဟောင်းနေရင် လူအဟောင်း၊ စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ရပ်သစ်နေရင် လူအသစ် ...။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ (အတိုချုပ်ပြောတော့ လော ဒေါ မော) ဆိုတာ သံသရာတစ်လျှောက်လုံး အမြဲတမ်း ပေါင်းသင်းခဲ့တဲ့ အဟောင်းတရား ...။ စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ရပ်မှာ လော ဒေါ မော တွဲနေရင် စိတ်ဓာတ် အဟောင်း၊ လုပ်ရပ်အဟောင်း ...၊ လူလည်း အဟောင်း။ စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ရပ်မှာ လော ဒေါ မော တွဲမနေရင် စိတ်ဓာတ် အသစ်၊ လုပ်ရပ် အသစ် ...၊ လူလည်း အသစ်။

'အဟောင်းပျောက်လို့ အသစ်ရောက်' တဲ့ 'လူ အသစ်' ဖြစ်ချင်ရင် လောဘ ခေါင်းပါးရမယ်၊ ဒေါသ လျော့ပါးရမယ်၊ မောဟ လွင့်ပါးရမယ်။ 'ပါးသုံးပါး' ပေါ့ ...။ ခေါင်းပါး၊ လျော့ပါး၊ လွင့်ပါး ...။

သာသနာတွင်း သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဆိုတာ သာသနာနဲ့ ကြုံမှ ဖြည့်ကျင့်ခွင့်ရတဲ့ အသစ်တရား ...။ စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ရပ်မှာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ တွဲနေရင် စိတ်ဓာတ် အသစ်၊ လုပ်ရပ် အသစ် ...၊ လူလည်း အသစ်။ စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ရပ်မှာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ တွဲမနေရင် စိတ်ဓာတ် အဟောင်း၊ လုပ်ရပ် အဟောင်း ...၊ လူလည်း အဟောင်း။

'အသစ်ရောက်လို့ အဟောင်းပျောက်' တဲ့ 'လူအသစ်' ဖြစ်ချင်ရင် သီလ ဖြောင့်မတ်ရမယ်၊ သမာဓိ ခိုင်မတ်ရမယ်၊ ပညာ မြင့်မတ်ရမယ်။ 'မတ် သုံးမတ်' ပေါ့ ...။ ဖြောင့်မတ်၊ ခိုင်မတ်၊ မြင့်မတ် ..။

အဟောင်းပျောက်လို့ အသစ်ရောက်ရင်လည်း အသစ်၊ အသစ်ရောက်လို့ အဟောင်းပျောက်ရင်လည်း အသစ် ...။ အဟောင်းပေါ်လာတိုင်း

http://www.dhammadownload.com

ဖျောက်ဖျက်ပစ်သွားမယ်ဆိုရင်လည်း အသစ်ဖြစ်၊ အသစ်ပေါ်လာတိုင်း ဖြည့်ဆည်းဖြစ်သွားမယ်ဆိုရင်လည်း အသစ်ဖြစ် ... ။

အသစ်ဖြစ်ချင်ရင် အဟောင်းတွေ ကုန်အောင်ထုတ်။

အသစ်ဖြစ်ချင်ရင် အသစ်တွေ ပြည့်အောင်ဖြည့်။

အဟောင်း လုံးဝကုန်ရင် လုံးဝအသစ်ဖြစ်ပြီ၊ အသစ်လုံးဝပြည့်ရင် လုံးဝ အသစ်ဖြစ်ပြီ ...။ အဟောင်းကုန်မှတော့ အသစ်ဖြစ်ပြီပေါ့၊ အသစ်ပြည့်နေမှတော့ အဟောင်းအတွက် နေရာ ဘယ်ရှိပါတော့မလဲ ...။

အဟောင်းကုန်ဖို့ အဓိကလား၊ အသစ်ပြည့်ဖို့ အဓိကလား ...။

အဟောင်းကုန်မှ အသစ်ပြည့်မယ်၊ အသစ်ပြည့်မှ အဟောင်းကုန်မယ် ...။

အမှောင်ပျောက်ရင်လည်း အလင်းရောက်ပါတယ်၊ အလင်းရောက်ရင်လည်း အမှောင်ပျောက်ပါတယ်။ တစ်ပြိုင်တည်းပါပဲ။

'သွေးသားတွေ ပြောင်းပြီး လှလာလိုက်တာ' ဆိုတဲ့ နေရာမှာ သွေးသားအဟောင်းတွေ ပျောက်သွားလို့လည်း သွေးသားအသစ်တွေ ရောက်လာတာပါ။ သွေးသား အသစ်တွေ ရောက်လာလို့လည်း သွေးသားအဟောင်းတွေ ပျောက်သွားတာပါ။ တစ်ပြိုင်တည်းပါပဲ။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အဟောင်းအဟောင်းတွေ ပျောက်သွားရင်လည်း သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အသစ်အသစ်တွေ ရောက်လာပါလိမ့်မယ်။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အသစ်အသစ်တွေ ရောက်လာရင်လည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အဟောင်းအဟောင်းတွေ ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ကင်းစင်လေ ... သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ပြည့်စုံလေ၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ပြည့်စုံလေ ... လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ကင်းစင်လေ။ တစ်ပြိုင်တည်းပါပဲ။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကအဟောင်း ပျောက်သွားရင် အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ် ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်၊ အရှင်ဆန္ဒာဓိက အသစ် ဖြစ်လာရင် အရှင် ဆန္ဒာဓိက အဟောင်း ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ တစ်ပြိုင်တည်းပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

[၇]

'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို စာရေးတဲ့ အလုပ်နဲ့ တွဲတွဲပြီး သတိရတတ်ပါတယ်။

လိုအပ်ချက်နဲ့ စေတနာအရ တခြားပရဟိတ အလုပ်တွေကို မလွဲမရှောင်သာ လုပ်နေရပေမယ့် ကိုယ့်ရဲ့ အဓိက ပရဟိတအလုပ်က စာရေးတဲ့ အလုပ်ဆိုတာကို ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါဘူး။ တခြား ဘာ ပရဟိတ အလုပ်ပဲ လုပ်နေလုပ်နေ 'ဒါ ငါ့ရဲ့ အဓိကအလုပ် မဟုတ်ဘူး၊ ပရဟိတနဲ့ ပတ်သက်ရင် ငါ့ရဲ့ အဓိကအလုပ်က စာရေးတဲ့ အလုပ်ပဲ' လို့ အမြဲနှလုံးသွင်းပါတယ်။ 'တခြားအလုပ်တွေကြောင့် အဓိကအလုပ် မထိခိုက်ပါစေနဲ့' လို့လည်း အမြဲ သတိပေးနေပါတယ်။

ပရဟိတနဲ့ ပတ်သက်ပြီး စာရေးတဲ့အလုပ် တစ်ခုတည်းကိုပဲ ဇောက်ချလုပ်ဖြစ်သွားတဲ့ တစ်နေ့ဟာ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် တကယ်ကျေနပ် အားရတဲ့ 'အရှင်ဆန္နာဓိက အသစ်' ဖြစ်လာတဲ့နေ့ပါပဲ။

[၈]

'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို ခရီးသွားစရာ ကိစ္စ ကြုံလာတိုင်း အားမလိုအားမရ ရေရွတ်နေမိတတ်ပါတယ်။

အခြေအနေ၊ အချိန်အခါအရ မလွဲမရှောင်သာ ခရီးတွေ သွားသွားနေရပေမယ့် ပြည်တွင်းခရီးလည်း ဘယ်ကိုမှ မသွားချင်တော့ပါဘူး၊ ပြည်ပခရီးလည်း ဘယ်ကိုမှ မသွားချင်တော့ပါဘူး။ ကိုယ့်တောရကျောင်း မှာပဲ အမြဲနေချင်လှပါပြီ။

တောရကျောင်းမှာ နေချိန်များလေ၊ စာလည်း ပိုရေးဖြစ်လေပါ။

စာရေးတဲ့အလုပ်ကို ရည်ရွယ်ပြီး 'မင်း အခု ဘာလုပ်နေလဲ' လို့ အမြဲ မေးဖြစ်သလို... ခရီးသွားတဲ့ကိစ္စကို ရည်ရွယ်ပြီး 'မင်း အခု ဘယ်ရောက်နေလဲ' လို့လည်း အမြဲ မေးဖြစ်ပါတယ်။ ဒီမေးခွန်းနှစ်ခုက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အမြဲ မေးဖြစ်နေတဲ့ မေးခွန်းနှစ်ခုပါ။ စိတ်တိုင်းကျတဲ့ အဖြေကတော့ မရတစ်ချက် ရတစ်ချက် ဖြစ်နေဆဲပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

[၉]

'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို စာရွက်ပေါ်မှာနဲ့ နှုတ်ခမ်းဖျားမှာပဲ ကပ်ငြိ မနေစေချင်ပါဘူး။ နှလုံးသားပေါ်မှာနဲ့ လက်တွေ့ဘဝထဲမှာပါ စွဲထင်နေစေချင်ပါတယ်။ အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားလျက်ပါ။ တဖြည်းဖြည်းတော့ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

[၁၀]

'အရှင်ဆန္နာဓိကအသစ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို .....

.....

.....။

ထာဝရအေးချမ်းကြပါစေ ...။

မေတ္တာဖြင့်

အရှင်ဆန္နာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)

http://www.dhammadownload.com

လွန်းထားထား(ဆေးတက္ကသိုလ်)ရဲ့

'လွန်းထားထားအသစ်' အမှာစာ

'အသစ်' ဆိုတဲ့အရာကို လူတိုင်းမက်မော သဘောကျတတ်ကြတာ သဘာဝပါ။ နှစ်ဟောင်းတစ်နှစ် ကုန်ဆုံးလို့ 'နှစ်သစ်' တစ်နှစ် စတင်ပြီဆိုတိုင်း လူတိုင်း ရင်ထဲမှာ တူညီတဲ့ စိတ်ခံစားမှုတစ်မျိုးက မတိုင်ပင်ရပါပဲ အလိုအလျောက် ကိန်းဝပ်လာတတ်စမြဲပါ။ အဲဒီခံစားမှုက နှစ်သစ်မှာ လူအသစ် စိတ်အသစ်နဲ့ ဘဝအသစ်တစ်ခု ပြန်စမယ်ရယ်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကတိကဝတ်အသစ်တွေ ပေးနေမိတာပါပဲ။

ကျွန်မ ကိုယ်တိုင်လည်း 'အသစ်... အသစ်' ဆိုတဲ့ အရာတွေကို မက်မော တန်ဖိုးထားတတ်ပါတယ်။ ပိုက်ဆံကလေးတွေ ကိုင်ရင်တောင်မှ အသစ်ကျပ်ချုတ်ကလေးတွေဆိုရင် စိတ်ကလေး ချမ်းသာ၊







http://www.dhammadownload.com

ပီတိကလေး ဖြာလို့ပါ။ အဝတ်အစား အသစ်ကလေးတွေ၊ အသုံးအဆောင် အသစ်ကလေးတွေ ဆိုလည်း တယု တယနဲ့ တန်ဖိုးထား တွယ်တာမြတ်နိုး လိုက်ရတာ အမောပါ။ စာရေးရင်လည်း စာရွက်အသစ် ဖြူဖြူစင်စင် ကလေးနဲ့ရေးရမှ စိတ်ချမ်းသာ ကျေနပ်တတ်သူပါ။

အဲဒီလို အသစ်မှ မက်မော တန်ဖိုးထားမိတတ်တဲ့ ကျွန်မက ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်ကလေးကိုရော နေတိုင်းအသစ်ဖြစ်နေအောင် တတ်နိုင်သရွေ့ ကြိုးစား အားထုတ်နေမိတတ် ပြန်ပါတယ်။ စိတ်ကလေး အမြဲသစ်နေဖို့ သတိကလေးတော့ အမြဲမပြတ် ရှိနေရပါတယ်။ သတိကလေး လွတ်သွားမိပြီဆိုတာနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ ဖြူစင်ကြည်လင်နေတဲ့ စိတ်အသစ်ကလေးဆီမှာ မာန အရောင်၊ လောဘ အရောင်၊ ဒေါသ အစွန်း၊ မောဟ အညစ်တွေ ချက်ချင်း ကပ်ငြိတာခံရပြီး စိတ်အသစ်ကလေးက ချက်ချင်းပဲ ဟောင်းနွမ်း ညစ်ထေး သွားတတ်ပါတယ်။ သတိရတိုင်း သတိကလေးနဲ့ ပြန်ဆေးကြော သန့်စင်ဖို့ ကြိုးစားရပါတယ်။ သန့်စင်သွားတဲ့အခါလည်းရှိသလို အမှေမှေ အလျော့လျော့နဲ့ ညစ်နွမ်းညှိုးလျော့သွားခဲ့သမျှကို အချိန်လွန်မှ ပြန်ဆင်ခြင် သတိထားမိတာလည်း ရှိခဲ့ပါတယ်။

* * *

မှတ်မှတ်ရရ ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ ဆရာတော် အရှင်ဆန္ဒာဓိကနဲ့ ဆရာတော် ရဝေနွယ် (အင်းမ) တို့ရဲ့ ဓမ္မစာပေများက ကျွန်မကို ဘဝ နေနည်းများစွာ သင်ကြားညွှန်ပြပေးခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မရဲ့ စိတ်ကလေးတွေ ညစ်နွမ်းဟောင်းနွမ်း သွားတော့မယ်ကြံတိုင်း ဆရာတော်တို့ရဲ့ ဆုံးမ သတိပေး စာကလေးတွေနဲ့ ကျွန်မရဲ့ စိတ်ကလေးကို အသစ်ပြန်ဖြစ်အောင် ပြန်လည် ဆေးကြောသန့်စင်ရစမြဲပါ။

ပြီးတော့ ကျွန်မရဲ့ ဘဝ နေနည်းက တစ်ရက်ချင်းပဲ နေထိုင်ကြည့်တဲ့ နည်းပါ။ ဒီနေ့အတွက် မျက်လုံးနှစ်လုံးပွင့်လို့ အိပ်ရာကနေ နိုးထပြီ ဆိုတာနဲ့ ဒီနေ့အတွက် လွန်းထားထားအသစ် မွေးဖွားခဲ့ပြီလို့ ခံယူလိုက်ပါတယ်။ မနေ့က လွန်းထားထားက ဟောင်းနွမ်းသွားခဲ့ပြီ၊ သေဆုံးသွားခဲ့ပြီ။ ဒါကြောင့် မနေ့က ညစ်နွမ်းခဲ့တာတွေကို ပြန်

http://www.dhammadownload.com

မတွေးမိအောင် တတ်နိုင်သရွေ့ သတိကလေးနဲ့ ဆင်ခြင်ပြီး မေ့ပစ်ဖို့ ကြိုးစား ရပါတယ်။ ဒီနေ့ အသစ် မွေးဖွားလိုက်တဲ့ လွန်းထားထား အသစ်ကလေး ဟာ ဖြူဖြူစင်စင် အသစ် ကျပ်ချွတ်ကလေးပါ။ အဲဒီ အသစ်စက်စက်ကလေး မှာ ဒါနရယ်၊ သီလရယ်၊ ဘာဝနာရယ် ဝိပဿနာကလေးတွေ တတ်နိုင်သရွေ့ ဖြည့်စွက် တည်ဆောက်ရင်း တစ်နေ့တာကို အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ ရှင်သန်ဖို့ ကြိုးစား တတ်ပါတယ်။ စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စရာ ကိလေသာ အညစ်ကလေး တွေ မစွန်းပေသေးသရွေ့ လွန်းထားထား အသစ်ကလေးပေါ့။ ဒါပေမဲ့ လည်း တစ်ယောက်တည်း နေထိုင်ရတာ မဟုတ်တဲ့ လူဘဝ အရှုပ်အထွေး တွေ ကြားထဲမှာ နေနေရသရွေ့တော့ စွန်းထင်းစရာ၊ ပေကျံစရာ၊ ညစ်ပေစရာ မာန ဒေါသ လောဘ စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေက သတိ တစ်ချက် ကင်းလွတ်သွားတာနဲ့ ဖြန်းခနဲ ပက်လိုက်ဖို့... နေရာပေါင်းစုံ... ထောင့်ပေါင်းစုံကနေ ပုံသဏ္ဌာန်မျိုးစုံနဲ့ကို စောင့်ဆိုင်းနေကြတာပါ။ အဲဒီ ကိလေသာတွေနဲ့ အပက်ခံလိုက်ရပြီဆိုတာနဲ့ စိတ်ကလေးက ချက်ချင်း ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် ညစ်နွမ်းသွားတော့မှာပါ။ သတိကလေးနဲ့ ပြန်ဆေးကြော နိုင်ရင်တော့ သတိ အင်အားကောင်းရင် ကောင်းသလို ချက်ချင်း ပြန် ဆေးကြော သန့်စင်နိုင်ရင်တော့ စိတ်အသစ်ကျပ်ချွတ် ဖြူဖြူစင်စင်ကလေး မညစ်နွမ်းနိုင်တော့ဘူးပေါ့နော်။ ဒီလိုနဲ့ပဲ တစ်နေ့တာ ကုန်ဆုံးသွားတဲ့အခါ အိပ်စက်ခြင်းနဲ့အတူ လွန်းထားထား အဟောင်းကလေးလည်း တစ်နေ့တာ စာအတွက် ချုပ်ငြိမ်း သေဆုံးသွားခဲ့ပြီလို့ မှတ်ယူလိုက်ပါတယ်။ မနက်ဖြန် မွေးဖွားလာမယ့် လွန်းထားထား အသစ်ကလေးကို ဒီနေ့ထက် ပိုပြီး စိတ် ချမ်းသာအောင် ထားမယ်လို့လည်း တစ်ခါတစ်ရံ တွေးမိလိုက်ပါသေးတယ်။

* * *

ဆရာတော် ရဝေန္တယ်ဆီက စာအုပ်အသစ်ရဲ့ နာမည်ကလေး "ရဝေန္တယ်အသစ်" ဆိုတဲ့ နာမည်ကလေးကို ကြားကြားချင်းပဲ စိတ်ထဲမှာ အလွန် နှစ်သက် ဘဝင်ခိုက်သွားခဲ့မိတာပါ။ လူငယ်စကားနဲ့ ပြောရရင် တကယ်ကို ဟာ့(ထ်)ထိသွားခဲ့တာပါ။ အသစ်ကို နှစ်သက်မြတ်နိုးတတ်သူ

http://www.dhammadownload.com

မို့ ဆရာတော်ရဲ့ "ရဝေန္ဒယ်အသစ်" က ကျွန်မအတွက် စွဲဆောင်မှု ရှိလွန်းလှပါတယ်။ အထဲက စာသားတွေကို ဖတ်မိပြီးချိန်မှာတော့ ကျွန်မ ရင်ထဲမှာ တကယ့်ကို အသည်းခိုက် နှစ်သက်သွားခဲ့မိတာပါ။ လူတစ်ယောက်အတွက် အသစ်ပြုပြင် တည်ဆောက်ဖို့ နည်းလမ်းတွေကို ဆရာတော်က ရိုးရိုးရှင်းရှင်းနဲ့ လိုက်နာရလည်း လွယ်ကူအောင် ညွှန်ပြ သွန်သင်ထားခဲ့တာမို့ အသစ်ကြိုက်သူ ကျွန်မအတွက် မကြာခဏ ညစ်ပေပေါင်းနွမ်းသွားတတ်တဲ့ လွန်းထားထား အဟောင်းကို လွန်းထားထား အသစ်ဖြစ်အောင် ဘယ်လိုပြန်ပြီး အသစ်တည်ဆောက်ရမယ်ဆိုတဲ့ ဘဝနေနည်းတစ်ခုကို ရှင်းရှင်းထင်းထင်း သိခွင့်ရလိုက်ပြန်ပါတယ်။ အဲဒီအတွက် ဆရာတော်ကို ဆတက်ထမ်းပိုး ပိုလို့ ကျေးဇူးတင် ကြည်ညိုသဒ္ဓါမွှားရပြန်ပါတယ်။

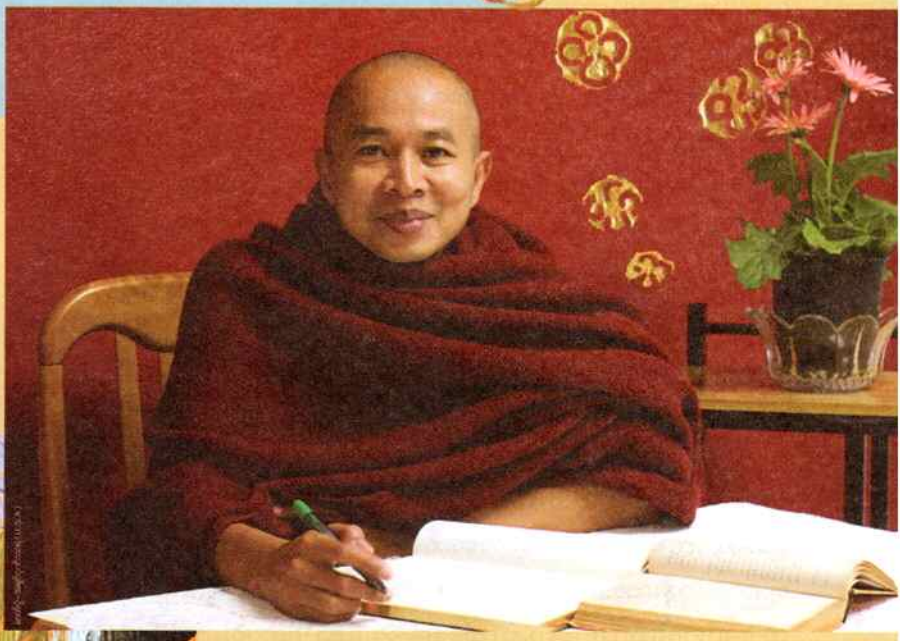
ဆရာတော်ရဲ့ စာကို ဖတ်ပြီးချိန်ကစပြီး ကိုယ့်စိတ်ကလေးကို သတိကလေးနဲ့ စောင့်ကြည့်လာမိပါတယ်။ တစ်နေ့တာ အသစ်စလို့ နိုးထလာရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လွန်းထားထား အသစ်ကလေးအဖြစ် မိတ်ဆက်မိတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဝင်လာတတ်တဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေကြောင့် လွန်းထားထားကလေး ဟောင်းညစ်မယ်ကြံရင် ချက်ချင်း သတိထားမိလာပါတယ်။ အကုသိုလ်ဖြစ်ကြော မရှည်တော့ပါဘူး။ ဒီအတိုင်း ကလေးပဲ သတိကလေးနဲ့ အမြဲထိန်းသိမ်းနေသွားမယ်ဆိုရင် လွန်းထားထား အသစ်ကလေး အမြဲသစ်လွင် ငြိမ်းချမ်းနေတော့မှာပါ။

ဆရာတော် ရဝေန္ဒယ်အသစ်နဲ့တကွ စာဖတ်ပရိသတ်အသစ်တွေ အားလုံး အမြဲထာဝရ စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ကျန်းမာစွာနဲ့ သစ်လွင် ငြိမ်းချမ်းနိုင်ကြပါစေ။

ဆရာတော်အား ရိုသေ လေးမြတ်စွာ ပူဇော်ရှိခိုးလျက် ...

မေတ္တာအားဖြင့် ...
လွန်းထားထား
(၂၅-၁-၂၀၁၂)

http://www.dhammadownload.com



စာရေးသူရဲ့ အမှာစာ

'စိတ်ညစ်ရင် ရေချိုးပါ' ထွက်ပြီးစမှာပဲ ဦးဇင်း အရှင်ဆန္ဒာဓိက က "နောက် ဘာခေါင်းစဉ်နဲ့ ရေးမလဲ" လို့ မေးလာပါတယ်။ စာရေးသူက ချက်ချင်းပါပဲ "ရဝေနွယ်(အင်းမ)အသစ်"လို့ ဖြေလိုက်ပါတယ်။ ရေးမယ့် အကြောင်းအရာကိုလည်း ပြောပြလိုက်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဦးဇင်းအရှင်ဆန္ဒာဓိက က "အင်းမ ကို ဖြုတ်လိုက်ပါလား၊ 'ရဝေနွယ်အသစ်'ဆို ပိုမကောင်းဘူးလား"

http://www.dhammadownload.com

လို့ အကြံပြုပေးပါတယ်။ ဒါကြောင့် "ရဝေနွယ်အသစ်" လို့ပဲ အမည်ပေးလိုက်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့လည်း နှစ်နှစ်သာ ကျော်သွားတယ်၊ စာတစ်ကြောင်းတောင် မရေးနိုင်ခဲ့ပါဘူး။ ကျောင်းတိုက်တည်ထောင်စရဲ့ အလုပ်တွေဖြစ်တဲ့ အဆောက်အအုံ, လမ်း, သစ်ပင်, ရေမြောင်း စသည်တွေကို မကျွမ်းကျင်ဘဲနဲ့ ကိုယ်တိုင် စီမံနေရလို့ပါ။

၂၉.၆.၂၀၁၁ နေ့မှာတော့ ဓမ္မရဝေတောရရဲ့ ကျောင်းဒကာမကြီးလည်းဖြစ်, စာရေးသူရဲ့ ရဟန်းဒကာမကြီးလည်းဖြစ်တဲ့ ဒကာမကြီးဒေါ်မြသိန်းက အမေရိကားကို ဆေးပြဖို့ ပင်သွားပါတယ်။ ရောက်စတစ်လခွဲလောက်မှာတော့ ဆေးပြနေရလို့ စာမရေးဖြစ်ပါဘူး။ တစ်လခွဲ နောက်ပိုင်းမှပဲ နေမကောင်းတဲ့ကြားက ရေးဖြစ်သွားပါတယ်။ တကယ် ချရေးလိုက်တော့လည်း စာတွေက ဝေါကနဲ ဝေါကနဲနဲ့ မထင်မှတ်ဘဲ ထွက်လာခဲ့ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ခက်တာက စာရေးသူရဲ့ လက်ရေးတွေက တော်တော်ဆိုးပါတယ်။ လူတိုင်း မဖတ်နိုင်ပါဘူး။ မြန်မာပြည်မှာဆို ဗဂျီလင်းဝတ္ထုရဲ့ ညီအငယ်လေးကတော့ ဖတ်နေကျမို့ စာမူပေးလိုက်တာနဲ့ ကောင်းကောင်း စီပေးနိုင်ပါတယ်။ ပထမစိတ်ကူးက အမေရိကားမှာ ရေးခဲ့ပြီး မြန်မာပြည် ပြန်ရောက်မှပဲ အငယ်လေးကို စာစီခိုင်းတော့မယ်လို့ စိတ်ကူးထားတာပါ။

ဒါကို အမေရိကားမှာရှိတဲ့ ဘုန်းကြီးဦးသိရိန္ဒ (www.ashin-sirinda.com) က သိသွားပြီး သူ့မှာဒါန ပါရမီဖြည့်ချင်ပါတယ်လို့ အမိန့်ရှိလာပါတယ်။ စာရေးသူရဲ့ လက်ရေးကို ဖတ်လို့မရမှန်းသိတော့ အသံသွင်းပြီး ဘုန်းကြီးဦးသိရိန္ဒ သီတင်းသုံးရာ ပေါ့တလန်မြို့ကို အင်တာနက်ကပဲ လှမ်းပို့လိုက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သတ်ပုံတို့၊ မျက်တောင်အဖွင့်အပိတ်တို့၊ ကော်မာတို့၊ ပုဒ်ထီး ပုဒ်မတို့၊ စာပိုဒ်ခွဲတာတို့ကျတော့ ခက်နေပြန်ရော။

နောက်ဆုံးတော့ ဓမ္မရဝေတောရရဲ့ ကျောင်းအမကြီး ဒကာမကြီးဒေါ်မြသိန်းက သူ လက်ရေးနဲ့ အချောကူးမယ်လို့ ဆိုလာပါတယ်။ ဒီတော့ စာရေးသူအတွက် အတော်ပေးအဆင်ပြေသွားပါတယ်။ ကျောင်း ဒကာမကြီး အချောကူးပြီးတဲ့ စာမူတွေကို Email နဲ့ Scan ဖတ်ပြီး ဘုန်းကြီး ဦးသိရိန္ဒဆီ ပို့လိုက်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးဦးသိရိန္ဒကလည်း ဘယ်လောက်မြန်သလဲဆို

http://www.dhammadownload.com

စာမူတစ်ပုဒ်ကို တစ်နာရီပါပဲ။

စာမူအမှားအမှန်ကိုတော့ ဖုန်းကို စပီကာဖွင့်ပြီး ပြင်ကြပါတယ်။ ဖုန်းကလည်း အင်တာနက်နဲ့တွဲထားတာဆိုတော့ ၁ လမှ ကြိုက်သလောက် ပြော ၂ ကျပ် ၉၉ ပြားရယ်ပါ။ Gtalk နဲ့ဆိုရင် ဟိုက ဒီက ဝင်လာရင် Hi လုပ်နေရမှာစိုးလို့ပါတဲ့။ အလုပ်လည်း မတွင်ကျယ်တော့ပါဘူး။

အားလုံးချောပြီဆိုမှ Email နဲ့ မြန်မာပြည်မှာရှိတဲ့ ဂျာနယ်တိုက်ကို ပို့လိုက်တာပါ။ ဂျာနယ်တွေကလည်း အင်တာနက်ကနေ ဖတ်လို့ရနေတာဆိုတော့ အဆင်ကိုပြေနေတာပါပဲ။

ဓမ္မရဝေတောရကျောင်းအမကြီး ဒကာမကြီး ဒေါ်မြသိန်းကတော့ ဒီတစ်ခေါက် အမေရိကားပင့်ရတာ "ရဝေန္တယ်အသစ်" ရေးဖြစ်တာရယ်၊ တစ်အုပ်လုံး စာကူးပေးရတဲ့ကုသိုလ်ရယ်ကို အမြတ်နိုးဆုံး၊ အကျေနပ်ဆုံးလို့ ဆိုပါတယ်။ တစ်အုပ်လုံး စာကူးပေးတဲ့ပါရမီကို ဖြည့်ပေးခဲ့တဲ့ ကျောင်းဒကာမကြီးကိုလည်း ကျေးဇူးတင်လို့ မဆုံးပါဘူး။

ဒီလိုပါပဲ။ တစ်အုပ်လုံး စာစီကုသိုလ် ပါရမီဖြည့်ပေးခဲ့တဲ့ နောင်တော်ကြီး ဘုန်းကြီးဦးသိရိန်ကိုလည်း ရင်ထဲမှာ ကျေးဇူးကမ္ဘည်းထိုးပါတယ်။

တကယ်လို့သာ ဓမ္မရဝေတောရကျောင်းအမကြီးက စာမူချောကူးမပေးနိုင်ခဲ့ရင်၊ ဘုန်းကြီးဦးသိရိန်ကသာ စာစီမပေးနိုင်ခဲ့ရင် မြန်မာပြည်ပြန်ရောက်မှပဲ 'ရဝေန္တယ်အသစ်'ကို စာဖတ်သူတွေဆီ ပို့နိုင်တော့မှာပါ။ ဒါပေမဲ့ အမေရိကားမှာရှိစဉ်အတွင်းမှာပဲ မြန်မာပြည်မှာရှိတဲ့ ပရိသတ်တွေ စောစောစီးစီး ဖတ်ခွင့်ရအောင် စာစီပေးခဲ့တဲ့ ဘုန်းကြီးဦးသိရိန်နဲ့ ကျောင်းဒကာမကြီးကို ထပ်မံကျေးဇူးစကားဆိုပါရစေ။

အမေရိကားမှာရှိနေစဉ်အတွင်း အေးအေးချမ်းချမ်း စာရေးနိုင်အောင် ကျောင်းဒကာမကြီးနဲ့ လက်တွဲပြီး ဆွမ်းကွမ်းဝေယျာဝစ္စ ချက်ပြုတ်ပေးခဲ့တဲ့ ကျောင်းဒကာမကြီးရဲ့ညီမ မကြီး (နာမည်ကျော်ပဲကုလားဟင်း) ကိုလည်း ထပ်တူထပ်မျှ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

စာမူထည့်ပေးတဲ့ဂျာနယ်များကိုလည်း ကျေးဇူး အထူးတင်ပါတယ်။

"အရှင်ဆန္ဒာဓိကအသစ်" အမှာစာ ကို ရေးပေးရုံမက "တရားတွေ

http://www.dhammadownload.com

သိပ်မဟောနဲ့၊ စာပဲ ဖိရေးပါ"လို့ တိုက်တွန်းရင်း ဖုန်းပြောပြီးတဲ့အခါ "စာတွေ အများကြီးရေးနိုင်သော" စသည်ဖြင့် ဆုတွေ တစ်လေကြီးပေးတတ်တဲ့ ဦးဇင်း အရှင်ဆန္ဒာဓိကကိုတော့ အထူး ပြောစရာ မလိုတော့ပါဘူး။

တရားက မဟောချင်ပါဘူး။ စာပဲ ရေးချင်တာပါ။ တရားပွဲ လက်ခံထားရင် စိတ်သိပ်ဖိစီးတာပါ။ တစ်ခါတလေဆို ဦးဇင်း အရှင်ဆန္ဒာဓိက က "တရားမဟောဘဲနေနိုင်သော" ဆိုပြီး မေတ္တာပို့ပေးတတ်ပါတယ်။ ဘဝမှာ ဘယ်လိုမွန်းကြပ်မှုမျိုးတွေ ရှိနေရှိနေ စာရေးနေရရင် ပျော်နေတာပါ။

ဒီလိုပါပဲ။ အင်္ဂလန်ကနေ Email နဲ့ အမှာစာရေးပေးရင်း ဦးဇင်း အရှင်ဆန္ဒာဓိက ဆုပေးအတိုင်း "စာတွေ အများကြီးရေးနိုင်သော" မေတ္တာပို့ပေးတဲ့ ဆရာမလွန်းထားထား (ဆေးတက္ကသိုလ်) ကိုလည်း ကျေးဇူးမှတ်တမ်းတင်ပါတယ်။

တစ်နေ့သောအခါမှာတော့ "တရားမဟောဘဲနေနိုင်သော စာကို အေးအေးချမ်းချမ်းရေးနိုင်ရပါလို၏" လို့ပဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုတောင်းလိုက်ရပါတော့တယ်။

ဘဝမှာ ဘယ်လို မွန်းကြပ်မှုမျိုးတွေ ရှိနေရှိနေ စာရေးနေရရင် ပျော်နေတာပါ။



မေတ္တာဖြင့် . . . .
အရှင်ရာဓိန္ဒ (ရဝေနွယ်-အင်းမ)
ဓမ္မရဝေတောရ
၁၄ . ၁ . ၂၀၁၂
yawainwe18@gmail.com

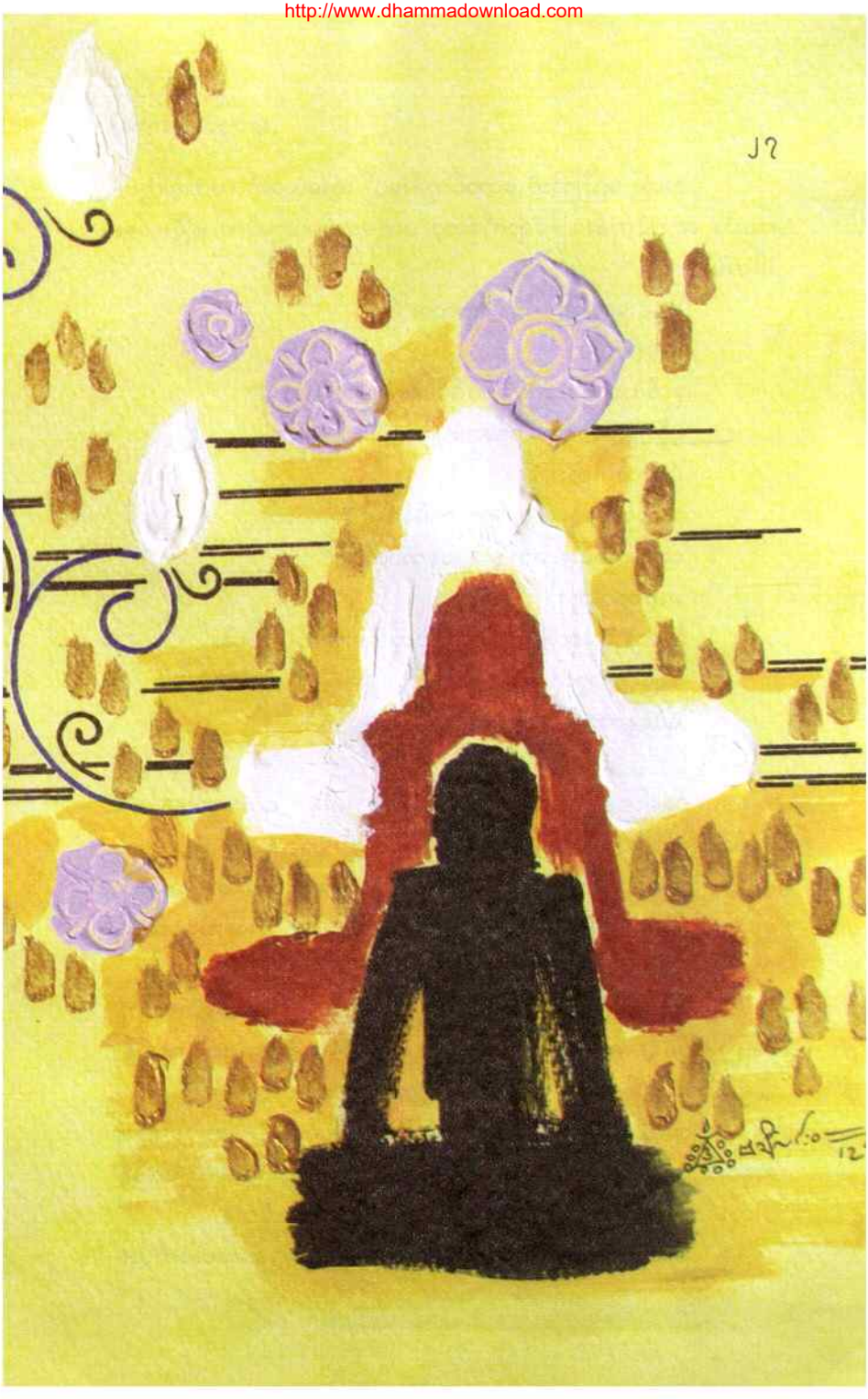
http://www.dhammadownload.com

ရဂေါနွယ်အာသစ်

တစ်ခါတုန်းက လူသုံးယောက် လမ်းလျှောက်လာရင်း တောင်ကုန်းထိပ်မှာ မိတ်ဆွေတစ်ယောက် ရပ်နေတာကို လှမ်းမြင်ရပါတယ်။ ဒီတော့ သုံးယောက်ထဲကတစ်ယောက်က 'သူ ရှေ့ခင်းတွေ ကြည့်နေတာ ထင်တယ်'လို့ ပြောလိုက်ပါတယ်။

ဒုတိယတစ်ယောက်က 'မဟုတ်ပါဘူး၊ တို့ကို စောင့်နေတာ ထင်တယ်' လို့ ပြောလိုက်ပါတယ်။ တတိယတစ်ယောက်က 'မဟုတ်ဘူး၊ လေကောင်းလေသန့် ရှူနေတာ ထင်တယ်'လို့ ပြောလိုက်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

အဖြေ မညီကြဘဲ တောင်ကုန်းပေါ် သုံးယောက် တက်ခဲ့ကြပါတယ်။ တောင်ကုန်းပေါ်ရောက်တော့ ပထမတစ်ယောက်က စပြီး မေးပါတယ်။

'ရှုခင်းတွေ ကြည့်နေတာလား?'
'မဟုတ်ပါဘူး'
ဒုတိယတစ်ယောက် ထပ်မေးပြန်ပါတယ်။
'တို့ကို စောင့်နေတာလား?'
'မဟုတ်ပါဘူး'
တတိယတစ်ယောက်က ထပ်မေးပြန်ပါတယ်။
'လေကောင်းလေသန့် ရှူနေတာလား?'
'မဟုတ်ပါဘူး'
ဒီတော့ သုံးယောက်သား ပြုံင်တူ မေးလိုက်ပါတယ်။
'ဒါဖြင့် ဘာလုပ်နေတာလဲ?'
'ရပ်နေတာပါ'

(ဇင်ပုံဝတ္ထု)

သူပြောတဲ့စကားလေးက ရိုးရိုးလေးပါပဲ၊ 'ရပ်နေတာပါ'တဲ့။ ဖြတ်သွားဖြတ်လာသူ လူအမျိုးမျိုး တွေ့ကြရင်လည်း ပုံဝတ္ထုထဲက သုံးယောက်နည်းတူ ထင်မြင်ချက်မျိုးစုံ ပေးနေကြဦးမှာပါ။ ရပ်နေတာကို သိသူက နည်းနည်းရယ်ပါ။ ရပ်နေတာကို သိလိုက်သူဟာ နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်နေသလိုလက်ရှိမှာလည်း အကုသိုလ်ကင်းနေတာပါ။

မြတ်စွာဘုရားက ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်မှာ 'အတိတ်ဟောင်းကိုလည်း မပြန်နဲ့၊ အနာဂတ်သစ်ကိုလည်း မကြဲနဲ့၊ ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ် ပစ္စုပ္ပန်အမှန်မလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပါ'လို့ ဟောတော်မူထားပါတယ်။

အတိတ်ဆိုတာ ပြီးခဲ့ပြီးပါပြီ၊ ဘာမှ လုပ်လို့ မရတော့ပါဘူး။ အနာဂတ်ဆိုတာလည်း ရောက်မလာသေးတဲ့အတွက် အသုံးချလို့ မရပြန်ပါဘူး။ တကယ် အလုပ်လုပ်ရမှာက ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ပါ။

စာရေးသူရဲ့အသိ မိသားစုထဲက ချွေးမလေးတစ်ယောက်ဟာ

http://www.dhammadownload.com

စိတ်နေစိတ်ထားလည်း ကောင်း၊ ယောကျ်ားမ တွေအပေါ်မှာလည်း ကောင်း၊ လုပ်ရည်ကိုင်ရည်လည်း ရှိ၊ ဒါပေမဲ့ အလုပ်တွေ မှားပြီး အထဲကို ဝင်သွားရပါတယ်။ သမီးတစ်ယောက်လို ချစ်ရတဲ့ချွေးမ အထဲကို ဝင်သွားရတော့ အားလုံးက စိတ်မကောင်းကြပါဘူး။

အထူးသဖြင့် ထမင်းစားဝိုင်းမှာ တစ်ယောက်လိုနေတော့ ပိုသတိရကြပါတယ်။ တစ်ယောက်မျက်နှာ တစ်ယောက်ကြည့်ပြီး ထမင်းကိုလည်း ဆက်မစားနိုင်ကြတော့ပါဘူး။ တစ်ရက်လည်းမဟုတ်၊ နှစ်ရက်လည်းမဟုတ် ရက်ဆက်တွေများလာတော့ တူတစ်ယောက်လုပ်တဲ့သူက 'ဘုရား ဟောအတိုင်း ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုစားကြတာပေါ့'လို့ ထပြောပါသတဲ့။ နောက်ရက်တွေမှာလည်း ထမင်းဝိုင်း ထိုင်လိုက်တာနဲ့ 'ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်' လို့ သတိပေး စားကြပါသတဲ့။

တကယ်လည်း ဟုတ်ပါတယ်။ အတိတ်၊ အနာဂတ်က ဘာမှ လက်တွေ့လုပ်လို့ မရပါဘူး။ လောလောဆယ် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာ ထမင်းစားနေတာဆိုတော့ ထမင်းစားနေတဲ့အချိန်ဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။

မနက်အိပ်ရာထနိုးရင် နိုးတဲ့အချိန်ဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါ။ မျက်နှာသစ်ရင် မျက်နှာသစ်ချိန်ဟာ အရေးကြီးဆုံးပါ၊ သွားတိုက်ရင် သွားတိုက်ချိန်ဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါ။ ရေအိမ်ဝင်ရင် ရေအိမ်ဝင်ချိန်ဟာ အရေး

မနက်အိပ်ရာထ နိုးရင် နိုးတဲ့အချိန်ဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါ။ မျက်နှာသစ်ရင် မျက်နှာသစ်ချိန်ဟာ အရေးကြီးဆုံးပါ။



http://www.dhammadownload.com



အကြီးဆုံးပါပဲ။ သတိကို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာပဲ ထားတဲ့အတွက် အကုသိုလ် ကိလေသာစိတ်တွေ ကင်းနေသလို ဘာသောကမှလည်း ဝင်မလာတော့ပါဘူး။ ဝိပဿနာမှာတော့ သမ္မဇညအမှတ် = အထွေထွေအမှတ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ တရားအားထုတ်ဖူးသူတိုင်း သိပါတယ်။ ဒီလိုပါပဲ ရနိုင်သလောက် လေ့ကျင့်ယူရမှာပါပဲ။

ဒါကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ကို လက်ကိုင်ယူထားရပါမယ်။ ဒါပေမဲ့ အတိတ်အတွေးတွေကတော့ ဝင်နေမှာပါပဲ။ အတိတ်အတွေးတွေထဲမှာ ပုထုဇဉ်အားလျော်စွာ မှားခဲ့တဲ့ အမှားတွေလည်း ပါမှာပါ။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဝိပဿနာရှုနည်း ပထမတွဲ စာမျက်နှာ ၃၂ မှာ--

'လူတို့၏ ရှေ့အဖို့က သီလပျက်မှုသည် ပဋ္ဌာနန္တရိယက်၊ ဘိက္ခုနီ ဒုသနက်၊ အရိယူပဝါဒက်များ မဟုတ်လျှင် မဂ်ဖိုလ်ကို တားမြစ်တတ်သော အန္တရာယ် မဖြစ်သည်သာတည်း။ ပဋ္ဌာနန္တရိယက်၊ ဘိက္ခုနီဒူသနက်၊ အရိယူပဝါဒက် ဖြစ်လျှင်ကား လူဖြစ်စေ၊ ရဟန်းဖြစ်စေ၊ ဤဘဝ၌ မဂ်ဖိုလ်ကို မရနိုင်တော့ပြီ'လို့ မိန့်မှာထားပါတယ်။

မြန်မာလို ရှင်းရှင်းပြောရရင်တော့ လူတစ်ယောက်အနေနဲ့ ရှေ့ပိုင်းမှာ သီလမစင်ကြယ်ခဲ့ပေမယ့် ပဋ္ဌာနန္တရိယက် ငါးပါးရယ်၊ ဘိက္ခုနီဒူသနက်ရယ် (ဘိက္ခုနီဒူသနက် ဆိုတာ ဘိက္ခုနီမ

http://www.dhammadownload.com

ကို ဖျက်ဆီးတာပါ။ ဒီခေတ်မှာတော့ ဘိက္ခုနီဆိုတာ မရှိတော့ပါဘူး၊ အဆက်ပြတ်သွားပါပြီ) အရိယူပဝါဒက်ရယ် (အရိယူပဝါဒက်ဆိုတာ အရိယာကို ပြစ်မှားတဲ့ကံပါ) ဒီကံ(၇)မျိုးကို မကျူးလွန်ရသေးဘူးဆိုရင် မင်္ဂလာရဲ့အန္တရာယ်ကို မပြုပါဘူးတဲ့။

ဒါကို ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ပိုပြီး ခိုင်မာသွားအောင် ဝတ္ထုငါးပုဒ်နဲ့ ယောဂီတွေကို အားပေးထားပါတယ်။ အားလုံး ကြားဖူးတဲ့ ဝတ္ထုတွေပါ။ အာရုံနှိုးတဲ့အနေနဲ့ ခပ်ကျဉ်းကျဉ်း ပြန်ပြောပြရအောင်ပါ။

၁။ သန္တတိအမတ်ကြီး စစ်ပွဲနိုင်လို့ ပသေနဒီ ကောသလမင်းကြီးက ခုနစ်ရက် မင်းစည်းစိမ်ပေးထားပါတယ်။ ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး မူးပေတေနေပါတယ်။ သူ သိပ်ချစ်ရတဲ့မိန်းကလေး ဖျော်ဖြေရင်း ရုတ်တရက် သေသွားတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားဆီက ဂါထာတစ်ပုဒ်နာကြားပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတယ်။ သန္တတိအမတ်ကြီးလည်း ရှေ့အဖို့မှာ သီလ မစင်ကြယ်ခဲ့ပါဘူး။

ဒီနေရာမှာ တစ်ခု သတိထားရမှာက ဂါထာတစ်ပုဒ် နာကြားပြီး ရဟန္တာဖြစ်တယ်ဆိုပေမယ့် ရုပ်နာမ်တွေကို မရှုမှတ်ဘဲ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးကို မရှုမှတ်ဘဲ မင်္ဂလာရသွားတာတော့မဟုတ်ပါဘူး။ တရားနာစဉ်မှာပဲ ရုပ် နာမ်တွေကို ရှုမှတ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့် ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတာကို ဆရာတော်ဘုရားကြီးက သေချာမှာထားပါတယ်။ ဆိုလိုတာက ရှုမှတ်မှုမပါဘဲနဲ့ တရားထူးရသွားကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှုမှတ်ပြီးမှ တရားထူးရသွားကြတာပါ။

၂။ အရိယဆိုတဲ့ ဒကာတစ်ယောက်ဟာ ငါးမျှားနေပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ကြွလာတာမြင်တော့ ငါးမျှားတံလေး ချထားလိုက်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက 'သင့် နာမည် ဘယ်လိုခေါ်သလဲ'လို့ မေးတော့ 'အရိယ'လို့ ခေါ်ပါတယ်'လို့ ပြန်လျှောက်ပါတယ်။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက 'သင့်လို သူတစ်ပါးညှဉ်းဆဲတဲ့သူကို အရိယလို့ မခေါ်ဘူး၊ အရိယာဆိုတာ သူတစ်ပါးကို မညှဉ်းဆဲဘူး'လို့ ဟောပြီး ဂါထာလေးတစ်ပုဒ် ဟောပြပါ

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ ဂါထာကို နာကြားပြီး သောတာပန် တည်သွားပါတယ်။ အရိယ လည်း ရှေ့အဖို့မှာ သီလမစင်ကြယ်ခဲ့ပါဘူး။

၃။ တစ်နေ့မှာ မြတ်စွာဘုရားက ဇေတဝန်ကျောင်းတော်မှာ တရားဟောနေပါတယ်။ ပရိသတ်ထဲမှာ ခါးပိုက်နှိုက် နှစ်ယောက်လည်း ပါပါတယ်။ တစ်ယောက်က တရားကို ရိုရိုသေသေနာပြီး သောတာပန် တည်သွားပါတယ်။ တစ်ယောက်ကတော့ တရားနာ ပရိသတ်ဆီက ခါးပိုက်နှိုက်လိုက်ပါတယ်။ သောတာပန်တည်သူ ခါးပိုက်နှိုက်လည်း ရှေ့ အဖို့မှာ သီလမစင်ကြယ်ခဲ့ပါဘူး။

၄။ သရဏာနိဉသကာလည်း မူးပေတေနေပါတယ်။ သူလည်း မြတ်စွာဘုရား တရားနာကြားပြီး သောတာပန် တည်သွားပါတယ်။

၅။ အားလုံးသိတဲ့ လူသတ်ဗိုလ်ကြီး တမ္ဗဒါဋ္ဌိက ၅၅-နှစ်ပတ်လုံး ဘုရင့်အတွက် သတ်မိန့်ကျတဲ့သူတွေကို သတ်ပေးခဲ့ရပါတယ်။ သူလည်း အရှင်သာရိပုတ္တရာဆီက တရားနာကြားပြီး အနုလောမိကခန္တီ ခေါ် သခ်ါရပေက္ခာဉာဏ်အထိ ရောက်သွားပါတယ်။ နောက် ဘီလူးမက နွားမ ယောင်ဆောင်ခတ်လို့ သေပြီး တုသိတာနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ရပါတယ်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒီဝတ္ထုငါးပုဒ်ကို သာဓကပြပြီး လူတွေ အနေနဲ့ စောစောက ကဲ(၇)မျိုးကို မကျူးလွန်ရသေးဘူးဆိုရင် မင်္ဂိုလ်ရဲ့ အန္တရာယ်ကို မပြုပါဘူးတဲ့။

တရားအားထုတ်ရင် သီလဖြူစင်ဖို့ အဓိက လိုအပ်ပါတယ်။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက လူတွေအနေနဲ့ ငါးပါးသီလပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလပဲဖြစ်ဖြစ် ဆောက်တည်လိုက်ရင် သီလဝိသုဒ္ဓိ = သီလ ဖြူစင်သူ ဖြစ်သွားပါတယ်တဲ့။ အာဇီဝဋ္ဌမက သီလထဲမှာ ဝိကာလဘောဇန = ညစာရှောင်ရတာမပါပါဘူး။ ကျန်းမာရေးအရ ညစာ မစားဘဲ မနေနိုင် သူတွေအတွက် အထူးအားတက် အာရုံပြုစရာပါ။ ဆိုလိုတာက ညစာစား ပြီးလည်း သီလဝိသုဒ္ဓိ = သီလဖြူစင်အောင် လုပ်လို့ ရပါတယ်။ တရား အားထုတ်လို့လည်း ရပါတယ်။

နောက်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပြထားတာ ရှိပါသေးတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အထက်က ဝတ္ထုငါးပုဒ်နဲ့စပ်ပြီး 'ဒီလို မကောင်းမှု မျိုးတွေ နောင် ဘယ်တော့မှ မပြုတော့ပါဘူး' လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ရင်လည်း သီလဖြူစင်သူ ဖြစ်သွားပါတယ်တဲ့။

'ကဲ . . . လူတစ်ယောက် သီလ ဖြူစင်ဖို့အတွက် ဘယ်လောက် လွယ်သလဲ'

နောက်ဆုံး 'ဒီလို မကောင်းမှုမျိုးတွေ နောင် ဘယ်တော့မှ မလုပ်တော့ပါဘူး'လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တာနဲ့ သီလ ဖြူစင်သူ ဖြစ်သွားပါပြီ။

ရဟန်းတော်တွေကျတော့ အဲဒီလို မရပါဘူး။ အပြစ်အာပတ်သင့်ရင် ဒေသနာကြားစရာရှိရင်ကြား၊ ပစ္စည်းစွန့်စရာရှိရင်စွန့်၊ ဝတ်ဆောက်တည်စရာရှိရင် ဆောက်တည်စသည်ဖြင့် အဆင့်ဆင့်ပြုလုပ်မှ သီလစင်ကြယ်တာပါ။

ဒါတင် မကပါဘူး။ ရဟန်းတွေ အနေနဲ့ သာမန်အပြစ် အာပတ်ကလေးကပင် စွာန်မဂ်ဖိုလ်ရဲ့ အန္တရာယ်ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ရဟန်းသီလနဲ့ လူသီလ သိပ်ကွာပါတယ်။ 'လူသီလ'က ပြောခဲ့တဲ့ (၇)မျိုးကို မကျူးလွန်ရသေးဘူးဆိုရင် မဂ်ဖိုလ်ရဲ့ အန္တရာယ်ကို မပြုနိုင်ပါဘူး။

နောက်ဆုံးလူတွေအနေနဲ့ သီလယူချိန် မရရင်တောင် 'ဒီလို အကုသိုလ်မျိုးတွေ နောင် ဘယ်တော့မှ မပြုတော့ပါဘူး'လို့ ဆင်ခြင်လိုက်တာနဲ့ သီလဖြူစင်သူ ဖြစ်သွားပြီဆိုတော့

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသစ်တည်ဆောက်နေတဲ့ကာလမှာ အကုသိုလ်တွေကတော့ အာရုံတွေတွေ့တိုင်း တွေ့တိုင်း ဝင်လာနေမှာပါ။ ဝင်လာသမျှ အကုသိုလ်ကို ပယ်လို့ရတဲ့ နည်းတွေနဲ့ ပယ်သွားရမှာပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com



လူတွေအနေနဲ့ သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ဖို့ သိပ်လွယ်ပါတယ်။

တကယ်လို့များ 'ဖွ. . . လွဲပါစေ၊ ဖယ်ပါစေ' ခုတင်ပေါ်မှာ သေရတော့မယ်ဆိုရင် 'ဒီလို အကုသိုလ်မျိုးတွေ နောင် ဘယ်တော့မှ မပြုတော့ပါဘူး'လို့ ဆင်ခြင်လိုက်တာနဲ့ သီလဖြူစင်သူ ဖြစ်သွားပါပြီ။ အဲဒီ သီလဖြူစင်မှုကိုအခြေခံပြီး ကိုယ်ပွားများ အားထုတ်နေကျ ကမ္မဋ္ဌာန်းလေးကို ပွားရင်း သေသွားရင် ကောင်းရာသုဂတိကို ရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကလည်း အားထုတ်တဲ့ အလေ့အကျင့်က နဂိုကတည်းက ရှိထားမှပါ။

ရဟန်းကျတော့ 'ဒီလို အကုသိုလ်မျိုးတွေ နောင် ဘယ်တော့မှ မလုပ်တော့ပါဘူး'လို့ ဆင်ခြင်ရုံနဲ့ သီလ ဖြူစင်သူ မဖြစ်ပါဘူး။ ရဟန်း တစ်ပါးပါးနဲ့ ဒေသနာကြားပါမှ ပျောက်မှာပါ။ ဆိုလိုတာက အာပတ်သင့်ရင် တစ်ပါးတည်း သီလဖြူစင်သူဖြစ်အောင် လုပ်လို့ မရပါဘူး။ အနည်းဆုံး ရဟန်းတစ်ပါးပါးကို အကူအညီယူပြီး ဒေသနာကြားပါမှ သီလဖြူစင်သူ ဖြစ်မှာပါ။ လူနဲ့ ရဟန်းက အဲဒီလို ကွာတာပါ။

သီလဖြူစင်အောင်လုပ်ဖို့ လူနဲ့ ရဟန်းမှာ လူက ပိုလွယ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် တစ်ယောက်တည်း လုပ်လို့ရသလို နောက်ဆုံး သေခါနီး ခုတင်ပေါ်မှာ သီလယူချိန် မရရင်တောင် 'ဒီလို အကုသိုလ်မျိုးတွေ နောင်

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်တော့မှ မလုပ်တော့ပါဘူး'လို့ စိတ်အဓိဋ္ဌာန် ဆုံးဖြတ်လိုက်ရုံပါ။ သီလဖြူစင်သူ ဖြစ်သွားတာနဲ့ ကိုယ် အားထုတ်နေကျ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ဆက်အားထုတ် သွားရုံပါပဲ။

ဒါတွေကိုထောက်ပြီး ဘာမှ အားငယ်စိတ်ဓာတ်ကျနေစရာ မလိုပါဘူး။ သီလဖြူစင်အောင်လုပ်ပြီး ဆက်အားထုတ်သွားရုံပါပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသစ်တည်ဆောက်နေတဲ့ကာလမှာ အကုသိုလ်တွေကတော့ အာရုံတွေတွေ့တိုင်း တွေးတိုင်း ဝင်လာနေမှာပါ။ ဝင်လာသမျှ အကုသိုလ်ကို ပယ်လို့ရတဲ့ နည်းတွေနဲ့ ပယ်သွားရမှာပါပဲ။

အကုသိုလ်ပယ်တဲ့ နေရာမှာတော့ ဆင်ခြင်ပြီး ပယ်တာရယ်၊ ပွားများပြီး ပယ်တာရယ်ကတော့ အထင်ရှားဆုံးပါပဲ။ အဲဒီနှစ်နည်းကို ရှေ့စာအုပ်တွေထဲမှာလည်း အသင့်အတင့် ရေးခဲ့ပြီးပါပြီ။ ဒီမှာတော့ ခပ်ကျဉ်းကျဉ်းပဲ ရေးပြရအောင်ပါ။

အကုသိုလ်စိတ် ရင်ထဲဝင်လာတဲ့အခါ 'ဒီအကုသိုလ်တွေဟာ အပြစ်နှင့်တကွ မကောင်းကျိုးကိုပေးခြင်း လက္ခဏာရှိတယ်။ အပါယ်ဝရဲကိုလည်း ကျစေတယ်၊ ဘဝကိုလည်း ကမောက်ကမ ဖြစ်စေတယ်' စသည်ဖြင့် စိတ်ထဲကပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အသံထွက်ပြီးပဲဖြစ်ဖြစ် ဆင်ခြင်လိုက်ရင် ပျောက်သွားတာများပါတယ်။ ဒါက ဆင်ခြင်ပြီး ပယ်တာပါ။

အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်လာရင် သတိနဲ့ သိလိုက်ဖို့ပါ။ ဥပမာ – ကျွဿာမစ္ဆရိယစိတ်ဖြစ်ရင် အဲဒီကျွဿာမစ္ဆရိယ စိတ်ကလေးကို တည့်တည့်စိုက်ကြည့်ပြီး 'ကျွဿာမစ္ဆရိယ စိတ်ကလေးက ဘယ်လိုလေးလဲ၊ ဘယ်လို သဘောလေး ဖြစ်နေတာလဲ' စသည်ဖြင့် သဘောလေးအထိ သိအောင် သတိကပ်ပြီး 'ကျွဿာမစ္ဆရိယစိတ် ဖြစ်တယ် ဖြစ်တယ်' ဆိုပြီး ရွှမ့တ်ပစ်ရမှာပါ။

ဒီလိုပါပဲ မကောင်းတဲ့အတွေး၊ အကုသိုလ်ဖြစ်စေတဲ့ အတွေးကို တွေးမိပြန်ရင်လည်း တွေးတာကို ချက်ချင်း သိပြီး 'တွေးတယ် တွေးတယ် တွေးတယ် တွေးတယ်'လို့ ရွှမ့တ်ပစ်ရမှာပါ။ မနက်ဖြန် အားမှပဲ မှတ်မယ်လို့ လုပ်လို့ မရပါဘူး။ ချက်ချင်းသိ ချက်ချင်းမှတ်တဲ့ အလေ့လေးကို စွဲနေအောင် လေ့ကျင့်ထုံထားရပါမယ်။ ထုံထားရင် စွဲသွားတာ များပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကို ရှုတာဆိုတော့ စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်နေတာပါ။ ဒါကို ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက 'စိတ်အမှုအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်' လို့ လိုရင်းအဓိပ္ပါယ်ထိထိမိမိနဲ့ လင်္ကာစီပေးထားပါတယ်။ စိတ်အမှုအရာ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း သိသိနေပါတဲ့။

ကျေးဇူးတော်ရှင် ယောဆရာတော်ဘုရားကတော့ 'ရှေ့စိတ်ဖြစ်ဘိ၊ နောက်စိတ်သိ၊ သိတိုင်း အပူစင်' လို့ မကြာခဏ မိန့်ကြားလေ့ ရှိပါတယ်။ ရှေ့စိတ်ဖြစ်နေတာလေးကို နောက်စိတ်က လိုက်လိုက်သိနေပါတဲ့။ အဲဒီလို သိသိနေရင် အပူတွေကင်းစင်ပြီး အေးချမ်းနေပါလိမ့်မယ်လို့ ဟောပြထားပါတယ်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးကတော့ 'အသေစိတ်ကို အရှင်စိတ်နဲ့ လိုက်မှတ်တာ' လို့ မိန့်ပေးပါတယ်။ ရှေ့ဖြစ်လိုက်တဲ့ အကုသိုလ်စိတ်က ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ သေသွားပါပြီ၊ နောက်က လိုက်မှတ်တဲ့ စိတ်က အရှင်စိတ် ဖြစ်သွားပါပြီ။ ဖြစ်တဲ့အကုသိုလ်စိတ်နဲ့ မှတ်သိစိတ် တစ်ပြိုင်နက် မှတ်လို့မရတော့ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အသေစိတ် အရှင်စိတ်ဆိုပြီး ခွဲပြပေးထားပါတယ်။

ပဋ္ဌာန်းသဘောအရဆိုရင် ခုလို မှတ်လိုက်တာဟာ အကုသိုလ်ကနေ ကုသိုလ်ဖြစ်သွားတာပါ။ ဖြစ်တုန်းက အကုသိုလ်ပါ၊ မှတ်လိုက်တော့ ဘာဝနာကုသိုလ် ဖြစ်သွားပါတယ်။

ရှုမှတ်လိုက်လို့ အကုသိုလ်စိတ်က ဆက်ဖြစ်ချင်လည်း ဖြစ်မယ်၊ ရပ်ချင်လည်း ရပ်သွားမယ်။ ဆက်ဖြစ်တာ မဖြစ်တာ သူ့အလုပ်၊ မှတ်ရမှာကတော့ ကိုယ့်အလုပ်ပါ။ သူ့အလုပ်၊ ကိုယ့်အလုပ် ခွဲထားရမှာပါ။

ရေးပြရတာသာလွယ်တာ ကျင့်သုံးဖို့ကျတော့ ခက်နေပြန်ရော။ ခက်တာကို ခက်တဲ့အတိုင်းထားရင်တော့ ခက်ပြီးရင်း ခက်နေတော့မှာပါပဲ။ ဒီလိုပါပဲ လေ့ကျင့်ရင်းနဲ့ ခက်တာကို လွယ်အောင် လုပ်ယူရမှာပါပဲ။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရားကတော့ 'ရေများရေနိုင် မီးများမီးနိုင်' လို့ မိန့်ထားပါတယ်။ ရှုမှတ်စိတ်က အားကောင်းရင် ရှုမှတ်စိတ်က နိုင်သွားမှာပါ။ အကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ စိတ်က အားကောင်းရင် အကုသိုလ်စိတ်က

http://www.dhammadownload.com

နိုင်သွားမှာပါပဲ။ ဖြစ်တဲ့အကုသိုလ်စိတ်ကို မရှာဘဲ ဒီအတိုင်းထားရင် အကုသိုလ်စိတ်ကပဲ အမြဲ နိုင်နေတော့မှာပါ။

ဒီနေရာမှာ လူနှစ်ယောက်ကို ခွဲခြားပစ်ရမှာပါ။ ပထမတစ်ယောက်က ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ် အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်တာကို ဖြစ်မှန်းမသိဘဲ ဖြစ်ကြောရှည်ပြီး ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်နေတဲ့သူပါ။ ဒုတိယတစ်ယောက်ကတော့ ပုထုဇဉ်အားလျော်စွာ မနှစ်သက်တဲ့အာရုံကိုတွေ့ပြီး အကုသိုလ်တော့ ဖြစ်လိုက်တာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဖတ်ဖူးထားတဲ့အတိုင်း၊ နာကြားဖူးထားတဲ့အတိုင်း ဖြစ်တဲ့အကုသိုလ်ကို ဖြစ်တဲ့အတိုင်း ချက်ချင်းသိပြီး ရှုမှတ်ပစ်တဲ့သူပါ။

ဒီတော့ ဒီလူနှစ်ယောက်မှာ ကိုယ်ဟာ ဘယ်ထဲပါမလဲဆိုတာ ကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်ရမှာပါပဲ။ လောလောဆယ် အကျိုးကတော့ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ပြီဆိုရင် ဖြစ်တဲ့သူက အရင်စိတ်ဆင်းရဲရတော့တာပါ။ ဒါတင်မကပါဘူး။ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်တဲ့သူနဲ့ ဆက်နွယ်နေတဲ့ မိဘ ညီအစ်ကို မောင်နှမ မိတ်ဆွေ ဆရာသမား ရဟန်း စသည်တွေပါ အကုန် စိတ်ဆင်းရဲရတော့တာပါ။ ဖြစ်သူတစ်ယောက်တည်းတင် စိတ်ဆင်းရဲရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဆက်စပ်သူ မှန်သမျှ အကုန်လိုက်လောင်တော့တာပါပဲ။

ဒါကြောင့် ပုထုဇဉ်အားလျော်စွာ ဖြစ်ဦးတော့ ဖြစ်တာနဲ့ ချက်ချင်းသိပြီး ရှုမှတ်ပစ်တဲ့သူထဲမှာ ပါအောင် ကြိုးစားရမှာပါ။

တကယ်လို့များ 'ဖွ . . လွဲပါစေ၊ ဖယ်ပါစေ' ခုတင် ပေါ်မှာ သေရတော့မယ်ဆိုရင် 'ဒီလို အကုသိုလ်မျိုးတွေ နောင် ဘယ်တော့မှ မပြုတော့ပါဘူး'လို့ ဆင်ခြင်လိုက်တာနဲ့ သီလဖြစ်သွားပါပြီ။



http://www.dhammadownload.com



တစ်ခါတလေ စာရေးသူက ယောဆရာတော် ဘုရားဆီ အဖော်မခေါ်ဘဲ တစ်ပါးတည်း သွားတတ်ပါတယ်။ တစ်ပါးတည်း သွားတယ်ဆိုတာက ဆရာတော်ကို ကိုယ်မေးချင်တာ မေးလို့ရသလို ကိုယ့်မှာ အားနည်းချက်ရှိလို့ ဆရာတော်ဆုံးမရင်လည်း ဘေးလူမသိစေချင်လို့ပါ။

တစ်ခါမှာတော့ နောက်မှာလည်း လူရှိမရှိကြည့်ပြီး လူမရှိတာ သေချာပြီဆိုမှ 'ဆရာတော်ဘုရား. . . တပည့်တော်မှာ တစ်ခါတလေ ကိုယ်မလိုချင်တဲ့ အကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်မိပါတယ်ဘုရား။ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်တော့ စိတ်ဆင်းရဲရပါတယ်ဘုရား။ ဘယ်လိုပယ်ရပါမလဲ'လို့ မေးတော့ ဆရာတော်ဘုရားက. . .

' ဖြစ်တဲ့အကုသိုလ်ကို ရှုမှတ်ပစ်ပေါ့၊ သာသနာမှာ အကုသိုလ် ကိလေသာရှိလို့ အလုပ်လုပ်စရာရှိနေတာ၊ အကုသိုလ်ကိလေသာစိတ်မရှိရင် ရဟန်းတစ်ပါးအနေနဲ့ သာသနာမှာ ဘာမှလုပ်စရာ အလုပ်မရှိတော့ဘူး။ ရဟန်းအလုပ်က ကိလေသာပယ်ဖို့ပဲ၊ သာသနာမှာ ဆရာတော်ကြီးတွေ တော်တယ်တော်တယ်ဆိုတာ အကုသိုလ် ကိလေသာကို ပယ်နိုင်လို့ တော်တာ။ အဲဒီမှာ သတိပါနေဖို့ပဲ။ သတိပါနေရင် ကိလေသာ ဆယ်ချက်ဖြစ်ရမှာ နှစ်ချက် သုံးချက်နဲ့ ရပ်သွားတယ်။ ပြောလိုက်ပေါ့ 'အကုသိုလ်ရယ်၊ ပုထုဇဉ်ပဲ ဖြစ်ပါ၊ မဖြစ်ရဘူးလို့ မဆိုလိုပါဘူး၊ ဖြစ်ပါ၊ ဒါပေမဲ့

http://www.dhammadownload.com

နှစ်ချက် သုံးချက် ဖြစ်ရရင် တော်ရောပေါ့ကွာ'လို့ ပြောလိုက်ပေါ့' လို့ မိန့်ပြပါတယ်။

ဆရာတော်ဘုရားက အကုသိုလ်ဖြစ်တာ စိတ်ညစ်စရာ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ အကုသိုလ်ကို ကိုယ့်ရဲ့ပြိုင်ဘက်လို့ သဘောထားရပါမယ်တဲ့။ ဆရာတော်ဘုရားက ဥပမာနဲ့ မိန့်ပြပါတယ်။

လက်ဝှေ့ထိုးတဲ့အခါ စင်ပေါ်မှာ တစ်ယောက်တည်း ထိုးနေရင် ကြည့်လို့ မကောင်းဘူးတဲ့။ အားပေးမယ့်သူလည်း မရှိပါဘူး။ တစ်ယောက်တည်း ထိုးနေရင် အရှုး ဖြစ်နေမှာပေါ့။ ပြိုင်ဘက်နဲ့ နှစ်ယောက်ထိုးမှ အောက်က ပရိသတ်က လက်ခုပ်တီးပြီး အားပေးတော့တာပါ။ ဒါမှလည်း လက်ဝှေ့ပွဲကို ကြည့်လို့ကောင်းတာပါတဲ့။ ဒီလိုပါပဲ ဆရာတော်ရဲ့ဩဝါဒအရဆိုရင် အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်လာတဲ့အခါ ဘာမှစိတ်ညစ်မနေပါနဲ့၊ အကုသိုလ်စိတ်ကို ပြိုင်ဘက်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ရှုမှတ်ပစ်ရမှာပါပဲ။ အကုသိုလ်စိတ်ရယ်၊ ရှုမှတ်စိတ်ရယ် ပြိုင်ရတော့မှာပါ။

ဒီတော့ ဆရာတော်ဩဝါဒအတိုင်း အကုသိုလ်စိတ် ဝင်လာရင် 'ကဲ.. ကိုရွှေအကုသိုလ်ရေ.. မင်းနဲ့ငါ ပြိုင်ရအောင်၊ မင်းကပဲ နိုင်မလား၊ ငါကပဲ နိုင်မလား ပြိုင်ကြတာပေါ့'ဆိုပြီး တစ်ယောက်ချင်းပြိုင်ရမှာပါ။

တကယ်လည်း တစ်ယောက်ချင်းပါပဲ။ ရာဂ ဒေါသ မောဟ ကျဿာမစ္ဆရိယစတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေဟာ နှစ်စိတ်သုံးစိတ် ပြိုင်ဖြစ်လို့ မရပါဘူး။ တစ်စိတ်စီပဲ ဖြစ်ကြရတာပါ။ တစ်ယောက်ချင်းချင်း သူနိုင် ကိုယ်နိုင် ပျော်စရာကြီးပါ။

ပြိုင်ပြီ ဆိုကတည်းက အနိုင်၊ အရှုံး၊ သရေ ဆိုတာ ရှိမှာပါ။ အမြဲတမ်းတော့ နိုင်မနေနိုင်ပါဘူး။ နိုင်တဲ့အခါ ရှိသလို ရှုံးတဲ့အခါလည်း ရှိမှာပါပဲ။ ရှုံးလည်း ဆက်ပြိုင်နေရမှာပါ။ တကယ်တော့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်ကို ရှုမှတ်ပစ်တာဟာ ပါရမီဖြည့်နေတာပါပဲ။ ဒီတော့ အကုသိုလ်စိတ်တွေဟာ ကိုယ့်အတွက် ပါရမီဖြည့်ဖို့တွေပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဘယ်လို အကုသိုလ်ပဲဖြစ်ဖြစ် 'လာစမ်း အကုသိုလ်၊ ပါရမီ ဖြည့်ပစ်မယ်' ဆိုပြီး စိန်ခေါ်ရမှာပါ။ ကျဿာမစ္ဆရိယစိတ် ဖြစ်လည်း ဘာဖြစ်လဲ 'လာစမ်း

http://www.dhammadownload.com

ကျသာမစ္ဆရိယ. . . ပါရမီ ဖြည့်ပစ်မယ်' ဆိုပြီး ရှုမှတ်ပစ်ရုံပါပဲ။

ဒါကတော့ အကုသိုလ်ကို ပွားများပြီး ပယ်ပုံ အကျဉ်းပါပဲ။

ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကုသိုလ်ကို ပယ်ပစ်ဖို့က သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတဲ့ မူလပဏ္ဏာသ ပါဠိတော် ဝိတက္ကသဏ္ဌာနသုတ်က လာတဲ့ အကုသိုလ်ပယ်နည်း ငါးနည်းကို အဓိကထား ပြောသွားရအောင်ပါ။

ဝိတက္ကသဏ္ဌာနသုတ်ဆိုတာ ကိုယ့်ရင်ထဲကို အကုသိုလ်တရားတွေ ဝင်လာရင် အကြောင်းငါးပါးနဲ့ ပယ်ပုံကို ဟောပြထားတဲ့သုတ်ပါ။ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ကျသာ၊ မစ္ဆရိယ စတဲ့ အကုသိုလ်အညစ်အကြေးတွေ ဝင်လာရင် အကြောင်းတရားငါးပါးကို နှလုံးသွင်းပြီး ပယ်ဖျောက်ပစ်ရမှာပါ။

အဲဒီအကြောင်းငါးပါးနဲ့ ပယ်ပုံကို ရေးပြသွားရအောင်ပါ။

၁။ ကုသိုလ်တရားကို ဆင်ခြင်ပါ။

၁။ ရာဂ ဒေါသ မောဟနဲ့ စပ်ယှဉ်တဲ့ အကုသိုလ်တွေ ဝင်လာတဲ့အခါ ကုသိုလ်နဲ့ စပ်ယှဉ်တာတွေ ပြောင်းပြီး နှလုံးသွင်းလိုက်ပါတဲ့။

ပါဠိတော်မှာတော့ ကုသိုလ်နဲ့ စပ်ယှဉ်တာတွေ ပြောင်းပြီး ဖျောက်ပါလို့ပဲ ဆိုထားပါတယ်။ ဘယ်လို ကုသိုလ်တွေ ဆိုတာတော့ ပြမထားပါဘူး။ ဒါကို အဋ္ဌကထာက ကုသိုလ်နဲ့ စပ်ယှဉ်တာတွေကို ဖွင့်ပြပေးပါတယ်။

ရာဂဖြစ်လာရင် အသုဘဘာဝနာ နှလုံးသွင်းပြီး ဖျောက်ပါတဲ့။ ဒေါသဖြစ်လာရင်မေတ္တာပွားပြီးဖျောက်ပါတဲ့။ ဒီကဏ္ဍမှာပဲ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက 'ဘယ် ကိလေသာမဆို ဖြစ်ပေါ်လာရင် သမထတစ်ခုခုကို နှလုံးသွင်းပြီး ဖျောက်ရပါမယ်'လို့ မိန့်ထားပါတယ်။ ပယ်လည်း ပယ်နိုင်တယ်လို့ ထပ်မိန့်ပါတယ်။

ဒီတော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်မှာတာကို အာရုံပြုပြီး အကုသိုလ် ကိလေသာစိတ်တစ်ခုခု ဝင်လာတဲ့အခါ ကိုယ်အားသန်ရာ သမထ ကုသိုလ်တစ်ခုခုကို ပွားပြီး ပယ်လိုက်လို့လည်း ရပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဥပမာ– အကုသိုလ်စိတ်တစ်ခုခု ဝင်လာတာနဲ့ အရဟံဂုဏ်တော်လေးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ပွားနေလိုက်ရင်လည်း ပျောက်သွားတာများပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ် 'ငါသည် မုချဇကန် သေရမည်။ ငါ၏ ရှင်ခြင်းသည် မဖြစ်၊ ငါ၏ သေခြင်းသည် မြဲ၏'လို့ မရဏာနုဿတိကို ထပ်ကာ ထပ်ကာ ပွားနေလိုက်လို့လည်း ရပါတယ်။ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် သေခြင်းတရားအကြောင်းကို တွေးလိုက်ရင် အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်ချင်စရာ မရှိတော့ပါဘူး။

၂။ အပြစ်ကို ဆင်ခြင်ပါ။

၂။ ကုသိုလ်တရားတွေ နှလုံးသွင်းလို့မှ မပျောက်ရင် အကုသိုလ်ရဲ့ အပြစ်ကို ဆင်ခြင်ပြီး ဖျောက်ပါတဲ့။

ရင်ထဲမှာ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်လာရင် 'ဒီအကုသိုလ်တွေဟာ အပါယ်လေးပါးကို ကျသွားနိုင်တယ်၊ စားရမဲ့ သောက်ရမဲ့ ပြဿနာလည်း ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။ သုဂတိဘဝကိုလည်း မရောက်နိုင်ဘူး။ သံသရာခရီး တစ်လျှောက် ဘဝကို ကမောက်ကမ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်' စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး ဖျောက်ရပါမယ်။

လူတွေဟာ အကုသိုလ်လုပ်ရမှာသာ မကြောက်တာ၊ အကုသိုလ်ရဲ့အပြစ်ခံရမှာတော့ လူတိုင်း ကြောက်ကြပါတယ်။

အသိတစ်ယောက်ကတော့ ဘုရားရှိခိုးပြီးတိုင်း 'ငရဲနှင့် ဆင်းရဲ ကင်းလွတ်ရပါလို၏'လို့ အမြဲဆုတောင်းပါသတဲ့။ ရင်းနှီး

အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်လာတဲ့အခါ ဘာမှစိတ်ညစ်မနေပါနဲ့ အကုသိုလ်စိတ်ကို ပြုပြင်ဖို့ နှလုံးသွင်းပြီး ရွှမ်းတမ်းရမှာပါပဲ။ အကုသိုလ်စိတ်ရယ်၊ ရွှမ်းတိုးစိတ်ရယ် ပြုပြင်ရတော့မှာပါ။



http://www.dhammadownload.com



နေတာနဲ့ စာရေးသူက ပြန်ပြောလိုက်ပါတယ်။ 'ညညကျတော့ ခြင်ရိုက်တဲ့ လျှပ်စစ်ဘက်တံကြီးနဲ့ ခြင်တွေ သတ်သတ်နေပြီးတော့ လွတ်ပါလိမ့်မယ် ငရဲနဲ့ ဆင်းရဲ'လို့ ပြောမိပါတယ်။

ငရဲနဲ့ ဆင်းရဲကိုတော့ လူတိုင်း ကြောက်ကြပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ငရဲကိုတော့ ပိုလို့တောင် ကြောက်ကြပါသေးတယ်။ ဒါကြောင့် အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်လာရင် ငရဲကို ဆင်ခြင်လိုက်လို့လည်း ရပါတယ်။

ငရဲကို ဆင်ခြင်၊ သံဝေဂဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာရှုမှတ်လိုက်တာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတဲ့ သီဟိုဠ်ဧကတ်လမ်းလေးတစ်ပုဒ်ကို ပြောပြချင်ပါသေးတယ်။

တစ်ခါတုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ မိလက္ခဆိုတဲ့ မုဆိုးကြီးတစ်ယောက်ရှိပါတယ်။ သူက မိသားစုအတွက် မုဆိုးလုပ်ပြီး ကျွေးပါတယ်။ ဒါတင်မကပါဘူး။ တောထဲသွားတဲ့ အခါ တောထဲမှာပဲ ရတဲ့သားကောင်တွေကို ဖုတ်ကင် စားသောက်လေ့ရှိပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ သားကောင်တွေ ဖုတ်ကင် စားသောက်ပြီး ရေဆာလို့ အနီးမှာရှိတဲ့ ဘုန်းကြီးကျောင်းကို ဝင်ပါတယ်။ ရေအိုးကိုဖွင့်လိုက်တော့ ရေက တစ်စက်မှ မရှိပါဘူးတဲ့။ ဒီတော့ မုဆိုးကြီးက ဘာပြောလိုက်သလဲဆိုတော့ 'ရဟန်းတွေက ခရီးသွားတွေအတွက် ရေလေးတောင် ထည့်မထားကြဘူး။ ပျင်းလိုက်ကြတာ၊ ဒကာ ဒကာမ လာကြတာ စားပြီး အိပ်

http://www.dhammadownload.com

နေကြတာပဲ'လို့ အသံထွက် ကဲ့ရဲ့လိုက်ပါတယ်။ ဒါကို ကျောင်းထိုင်မထေရ်က ကြားပြီး ရေအိုးကို ဖွင့်ကြည့်လိုက်တော့ ရေအိုးထဲမှာ ရေတွေ အပြည့် ရှိနေပါသတဲ့။ မထေရ်က 'အင်း.. လူစင်စစ်က ပြိတ္တာ ဖြစ်နေပြီ' ဆိုပြီး ရေကို ကိုယ်တိုင် တိုက်ပေးပါတယ်။

အကုသိုလ်ကံတွေဟာ သိပ်ကြောက်ဖို့ ကောင်းပါတယ်။ တစ်ဆင့် ကြားဖူးတာပါ။ တစ်ခါတုန်းက အင်းသူကြီးတစ်ယောက် ရုန်ကုန်မြို့ကို လာရင်း ရွှေတိဂုံစေတီကို တက်ဖူးပါသတဲ့။ ဒါပေမဲ့ ရင်ပြင်ပေါ်ရောက်တော့ ရွှေတိဂုံကို မမြင်ရပါဘူးတဲ့။ ဒီတော့ အင်းသူကြီးက နယ်ပြန်ရောက်တဲ့ အခါ ချောင်းထဲက သူ့အင်းတိုင်တွေကို 'ဒီ အင်းတိုင်တွေက ငါတို့ မိသားစု ကို ထမင်းကျွေးတာပဲ'ဆိုပြီး အင်းတိုင်တွေကို ရွှေချထားပါသတဲ့။

အကုသိုလ်ကံတွေ သိပ်များလာရင် သဘာဝတရားတွေက ပုံမှန် အတိုင်းဖြစ်နေပေမယ့် သူတို့အတွက်တော့ ပြောင်းပြန် ဖြစ်ချင်ဖြစ်နေတတ် ပါတယ်။

အပြင်မှာ ဘယ်လောက်ပဲအေးနေအေးနေ သူတို့အတွက် ပူချင် ပူနေတာပါ။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတွေက တရားစကားတွေနဲ့ ဘယ် လောက်ပဲ ဖေးမဖေးမ၊ မတရား စကားလို့ပဲ ထင်နေတော့တာပါ။ ဘယ်သူ့ ကိုမှလည်း အကောင်း မမြင်တော့ပါဘူး။ ကိုယ့်မှာတရားနဲ့ ဖေးမ, ပေးတဲ့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းလည်း သိပ်လိုအပ်ပါတယ်။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း ဆိုတာ ငွေထက် တန်ဖိုးရှိပါတယ်။ အချိန်မီသိပြီး အချိန်မီ ကုစားနိုင်ဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ အကုသိုလ်နွံနစ်သွားရင် ကယ်ဖို့ ခက်သွားပါပြီ။ ဘေးကနေ ဒီအတိုင်း ထိုင်ကြည့်နေရတော့တာပါ။

ကျောင်းထိုင်မထေရ်က မုဆိုးကြီးကို ရေတိုက်ပြီး 'ဒကာရေ သင် လုပ်ထားတဲ့ အကုသိုလ်ကြီးက ကြောက်စရာကြီး၊ သင် လူစင်စစ်က ပြိတ္တာ ဖြစ်နေပြီ၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စဉ်းစားပေတော့'လို့ မိန့်ပါတယ်။

မုဆိုးကြီးလည်း ကြောက်လန့်သွားပြီး တောထဲမှာ ထောင်ထားတဲ့ ကျော့ကွင်းတွေကို ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်ပါတယ်။ အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာ လည်း မိထား၊ လှောင်ထားတဲ့ သားကောင်တွေကို ပြန်လွှတ်ပေးလိုက်ပါ

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ ပြီးတော့ မိသားစုထဲ ရဟန်းဝတ်ဖို့ ခွင့်ပန်ပါတယ်။

ခွင့်ပြုချက်ရတာနဲ့ တရားဟောလိုက်တဲ့ မထေရ်ဆီ ပြန်လာပြီး ရဟန်းဝတ်လိုက်ပါတယ်။ ရဟန်းဝတ်ပြီး ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တရားထိုင်တဲ့အခါ မုဆိုးဘဝက သတ်ခဲ့ဖြတ်ခဲ့တာတွေ အကုန်ပြန်ပေါ်နေလို့ တရားကို ဘယ်လိုမှ အားထုတ်လို့ မရဘူးဖြစ်နေပါတယ်။

နောက်ဆုံး စိတ်ဓာတ်ကျပြီး လူထွက်တာပဲ ကောင်းပါတယ် ဆိုပြီး မထေရ်ထံ လူပြန်ထွက်ပေးဖို့ ခွင့်တောင်းပါတယ်။ ဒီတော့ မထေရ်က မုဆိုးဦးဇင်းကြီးကို ငရဲအကြောင်း ဟောပြပါတယ်။ ပြီးတော့ 'သင် လူထွက်ရင် အဲဒီငရဲမှာ ခံရလိမ့်မယ်'လို့ ဟောလိုက်ပါတယ်။

မုဆိုးဦးဇင်းကြီးကလည်း 'အဲဒီငရဲကို ကြည့်လို့မရဘူးလား'လို့ လျှောက်ပါတယ်။ ကျောင်းထိုင်မထေရ်က 'ငရဲတော့ ကြည့်လို့မရဘူး၊ တခြားတစ်နည်းနဲ့ ပြတာပေါ့'ဆိုပြီး ကိုရင်တွေကို သစ်သားထင်းအစိုတွေ အများကြီး ရှာခိုင်းပြီး ကျောက်ဖျာပေါ်မှာ ပုံခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ တန်ခိုးနဲ့ ငရဲကနေ မီးပွားလေးတစ်ခုယူပြီး ထင်းအစိုပုံကြီးပေါ် ပစ်ချလိုက်တာ တစ်ခါတည်း ထင်းအစိုပုံကြီး ပြာဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒါကို မြင်လိုက်ရတော့ မုဆိုးဦးဇင်းကြီး ငရဲကို ပိုကြောက်သွားပါတယ်။ လူမထွက်တော့ဘူးဆိုပြီး တရားကို ကြိုးကြိုးစားစား ပြန်အားထုတ်ပါတော့တယ်။

ညပိုင်းမှာ သိပ်အိပ်ငိုက်လာရင် ကောက်ရိုး ကရွတ်ခွေကြီး လုပ်ပြီး အဲဒီ ကောက်ရိုးကရွတ်ခွေကြီးကို ရေစိမ်၊ ရေတွေ တစက်စက် ကျနေတဲ့ ကရွတ်ခွေကြီးကို ခေါင်းပေါ်တင်ထားလိုက်ပါတယ်။ ဒီတော့ အိပ်ချင်စိတ်တွေ ပျောက်သွားပါတယ်။ ဆက်လက်ပြီး အားထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

ငရဲကို ဆင်ခြင်လိုက်လို့ ရဟန္တာဖြစ်သွားတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ 'ဝိပဿနာအစ သံဝေဂက'ဆိုတဲ့အတိုင်း ငရဲကို ဆင်ခြင်၊ ဆင်ခြင်မှုက တစ်ဆင့် သံဝေဂဖြစ်။ သံဝေဂကို အခြေခံပြီး ဝိပဿနာရှုမှတ်လိုက်တာ တရားထူး ရသွားတဲ့ သာဓကတစ်ခုပါ။

http://www.dhammadownload.com

ငရဲကို ဆင်ခြင်လိုက်တာနဲ့ သံဝေဂဖြစ်၊ ရဟန္တာတောင် ဖြစ်သွားသေးတာဆိုတော့ အကုသိုလ်စိတ်ပျောက်ဖို့လောက်တော့ ကောင်းကောင်းကြီး အကူအညီပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီသာဓကကို ထောက်ပြီး အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်လာရင် ငရဲကို ဆင်ခြင်ပြီး ဖျောက်လို့လည်း ရပါတယ်။

၃။ နှလုံးမသွင်းပါနဲ့။

နံပါတ်(၃)က အကုသိုလ်အပြစ်ကို ဆင်ခြင်လို့မှ မပျောက်ရင် အဲဒီအကုသိုလ်စိတ်ကို နှလုံးမသွင်းပါနဲ့တဲ့။

နှလုံးမသွင်းပါနဲ့ရဲ့ နောက်မှာ အဋ္ဌကထာက တခြားအာရုံကို ဖြစ်စေလိုက်ပါတဲ့။ တချို့အတွေးတွေဟာ တွေးလိုက်ရင် ကုသိုလ်ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့အတွေးတွေကျတော့ တွေးလိုက်ရင် အကုသိုလ်ဖြစ်ပါတယ်။ အကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ အတွေးကို မှတ်ထားပြီး မတွေးမိအောင် နေရမှာပါ။

နှလုံးမသွင်းပါနဲ့၊ မတွေးပါနဲ့ ဆိုပေမယ့် တွေးချင် တွေးနေမှာပါ။ စိတ်ကိုထိန်းချုပ်ဖို့ သိပ်ခက်ပါတယ်။ ဒီတော့ အကုသိုလ်အတွေးကို တခြား အာရုံတစ်ခုနဲ့ အစားထိုးပေးရမှာပါ။

တချို့ကျတော့လည်း မကျေနပ်တဲ့ အာရုံကို သေချာပုံဖော်၊ သေချာ နှလုံးသွင်းပြီး အကုသိုလ်ဖြစ်နေတာပါ။ နှလုံးသွင်းလေ အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်လေပါပဲ။ နှလုံးမသွင်းရင် အကုသိုလ်စိတ် မဖြစ်ပါဘူး။ ဒီနှလုံးမသွင်း

အကုသိုလ်ကံတွေ သိပ်များလာရင် သဘာဝတရားတွေက ပုံမှန်အတိုင်း ဖြစ်နေပေမယ့် သူတို့အတွက်တော့ ပြောင်းပြန် ဖြစ်ချင် ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com



ပါနဲ့ ကဏ္ဍကို အဋ္ဌကထာမှာ အဆင့်ဆင့် အကျယ်ဖွင့်ပြထားတာ အကုသိုလ်စိတ် ပယ်ချင်သူတွေအတွက် သိပ်စိတ်ဝင်စားဖို့ ကောင်းတာပါ။

နှလုံးမသွင်းပါနဲ့တဲ့။ အဲဒီလိုမှ မပျောက်ရင် ကမ္မဋ္ဌာန်းအပေါ် ကျေးဇူးများတဲ့ ပါဠိကို အသံခပ်ကျယ်ကျယ်နဲ့ ရွတ်ပစ်လိုက်ပါတဲ့။ ခပ်တိုးတိုးတောင် မဟုတ်ပါဘူး။ အသံကျယ်ကျယ်နဲ့ ရွတ်ရမှာပါ။

ဒါကိုထောက်ပြီး အကုသိုလ်စိတ်ဝင်လာရင် ရထားတဲ့ ပါဠိကို လမ်းကိုရှေ့နောက် အပြန်အပြန် လျှောက်ပြီး ရွတ်နေလိုက်ရုံပါပဲ။

ဥပမာ ဒိဝါတပတိဂါထာ ရွတ်နေကျ ဆိုရင်လည်း လမ်းလျှောက်ရင်း အခေါက်တစ်ရာလောက် ရွတ်ပစ်လိုက်ပေါ့။ စာမှာ ပြထားတဲ့အတိုင်း အသံကျယ်ကျယ်နဲ့ ရွတ်ပေးရမှာပါ။ အခေါက် တစ်ရာပြည့်သွားတဲ့ အခါ အကုသိုလ်လည်း ပျောက်၊ ကုသိုလ်လည်း ရောက်ပါပဲ။ အကျိုးနှစ်ခု ရတော့တာပါ။

အဲဒီလိုမှ မပျောက်ရင် ဘုရားဂုဏ်၊ တရားဂုဏ် အကြောင်းတွေ ရေးထားတဲ့ စာအုပ်တွေ ဖတ်လိုက်ပါတဲ့။ ဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသရဲ့ 'ရတနာဂုဏ်ရည်'၊ 'ကိုယ်ကျင့်အဘိဓမ္မာ'၊ ဦးဇင်းအရှင်ဆန္ဒာဓိကရဲ့ 'လိုတရ နှလုံးသား' စသည်ဖြင့် အများကြီးပါပဲ။ စိတ်က စာထဲ ရောက်သွားတာနဲ့

http://www.dhammadownload.com

အကုသိုလ်က ပျောက်သွားတာပါပဲ။ တချို့ဆို စာအုပ်တစ်အုပ်ဖတ်ပြီး ဘဝတစ်ခုလုံးတောင် ပြောင်းသွားသေးတာဆိုတော့ အကုသိုလ်စိတ် ပျောက်ဖို့လောက်တော့ မခက်ပါဘူး။ ဒီတော့ အကုသိုလ်ဝင်လာရင် စာဖတ်လိုက်ပါ။

ဒီနေရာမှာ အဋ္ဌကထာဆရာက အကုသိုလ်စိတ် ဝင်လာတဲ့အခါ ဝေယျာဝစ္စတစ်ခုခုကို ထလုပ်လိုက်လို့ အကုသိုလ်စိတ် ပျောက်သွားပုံလေးကို သီဟိုဠ်ဝတ္ထုလေး တစ်ပုဒ်နဲ့ သာဓကပြထားပါသေးတယ်။

အဲဒီ ဝတ္ထုလေးက စာရေးသူရဲ့ 'ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် တွေးမယ်' စာအုပ်ထဲမှာ ပါပြီးသားဆိုတော့ ခပ်ကျဉ်းကျဉ်းပဲ ရေးပြရအောင်ပါ။

တစ်ခါတုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ကိုရင်တိဿ ဆိုတဲ့ ကိုရင်တစ်ပါး ရှိပါတယ်။ တစ်နေ့တော့ ကိုရင်တိဿဟာ အကုသိုလ် ကာမဝိတက်တွေ ဝင်လာပြီး လူထွက်ချင်စိတ် ပေါက်လာပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာဥပဇ္ဈာယ်ကို လူထွက်ချင်ကြောင်း သွားလျှောက်ပါတယ်။ ဆရာက 'ကိုရင်တိဿရယ် သင် လူထွက်လိုက ထွက်ပါ။ တို့ မတားပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ တို့နေတဲ့အရပ်ဟာ ချိုးရေရှားတယ်။ ရေပေါတဲ့ စိတ္တရတောင်ဘက်ကို ပို့ပေးပါဦး'လို့ မိန့်ပါတယ်။

ကိုရင်တိဿလည်း ရေပေါတဲ့ စိတ္တရတောင်ဘက်ကို ပို့ပေးပါတယ်။

စိတ္တရတောင်ရောက်တော့ ဆရာက တစ်ခါ 'ဒီစိတ္တရတောင်မှာ ရှိတဲ့ ကျောင်းတွေဟာ အများပိုင်ကျောင်းတွေ၊ သံဃိကကျောင်းတွေဆိုတော့ အစစအရာရာ ဆင်ခြင်နေရတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ကျောင်းလေးတစ်ကျောင်းတော့ လိုချင်တယ်။ လူမထွက်ခင် ဆောက်ပေးခဲ့ပါဦး'လို့ ထပ်မိန့်တော့ ကိုရင်တိဿလည်း ဆရာကို နောက်ဆုံး ကျေးဇူးဆပ်ခြင်းဆိုပြီး ကျောင်းငယ်လေးကို ကိုယ်တိုင်ဆောက်ပေးပါတယ်။

ကျောင်းဆောက်ရင်း တောဇောကသိဏ်းလည်း ပွား၊ သံယုတ္တနိကာယ်ကိုလည်း ရွတ်ဖတ်နေပါတယ်။ ကျောင်းပြီးတော့ ဆရာကို ခေါ်ပြပါတယ်။ ဆရာက 'ကိုရင်တိဿရယ်၊ သင့်ကျောင်းလေးက သိပ်ကောင်းတာပဲ၊ ဒီ တစ်ညတော့ သင်ဆောက်တဲ့ကျောင်းလေးမှာ သင်ပဲ

http://www.dhammadownload.com

အိပ်လိုက်ပါဦး၊ ပြီးတော့ လူမထွက်ခင် ဝိပဿနာတရားကိုလည်း ကျောင်းလေးထဲမှာ ပွားများလိုက်ပါဦး'လို့ မိန့်ပါတယ်။ ကိုရင်တိသဿလည်း တရားတွေ ပွားများလိုက်တာ နောက်ဆုံး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

အဋ္ဌကထာဆရာက အကုသိုလ်ဝိတက်တွေ ဝင်လာတဲ့အခါ ဝေယျာဝစ္စ ကျောင်းဆောက်မှုကို လုပ်လိုက်တာ အကုသိုလ်ဝိတက်တွေ ပျောက်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားပုံကို ပြထားတာပါ။

ကိုယ်က ဒီသာဓကလေးကို ထောက်ပြီး အကုသိုလ်စိတ် ဝင်လာတဲ့အခါ ဝေယျာဝစ္စ တစ်ခုခုကို ထလုပ်လိုက်ဖို့ပါ။ အဝတ်လျှော်တာ၊ တံမြက်စည်းလှည်းတာ၊ ဘုရားပန်းအိုးလဲတာ စသည်ဖြင့်ပေါ့။

မန္တလေးက ဒကာမတစ်ယောက်ကတော့ စိတ်ဆိုး ဒေါသထွက်လာရင် ဗီရိုထဲမှာ ခေါက်ထားတဲ့ အဝတ်တွေကို အကုန်ဆွဲချလိုက်ပါသတဲ့။ ပြီးတော့ ဖွပစ်လိုက်ပါသတဲ့။ ပြီးမှ တစ်ထည်ချင်း ပြန်ခေါက်ပါသတဲ့။ ဗီရိုတစ်လုံးစာ ခေါက်ပြီးသွားရင် စိတ်ဆိုးဒေါသတွေ ပြေသွားပါသတဲ့။ သူရဲ့ အကုသိုလ်ပယ်နည်းကလည်း မှတ်သားစရာပါပဲ။ အဓိကကတော့ ဝင်လာတဲ့အကုသိုလ် ပျောက်သွားဖို့ပါပဲ။ ကိုယ်ကြိုက်ရာ နှစ်သက်ရာ အလုပ်တစ်ခုကို ထလုပ်လိုက်ဖို့ပါ။ အကုသိုလ်အာရုံနေရာမှာ တခြားအာရုံ တစ်ခုနဲ့ အစားထိုးလိုက်တဲ့သဘောပါ။

ဒီနလုံးမသွင်းပါနဲ့ဆိုတဲ့ကဏ္ဍမှာပဲ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ရှုမှတ်မှုကို ခဏရပ်ထားပြီး နှစ်နာရီ သုံးနာရီလောက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နေ့ဝက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်နေ့ပဲဖြစ်ဖြစ် မေ့မေ့ပျောက်ပျောက် အတူတူနေပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ အလွတ်စကားပြောနေလိုက်ပါတဲ့။

ဒီတော့ အကုသိုလ်ဝင်လာရင် မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ယောက်ဆီဖုန်းဆက်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သွားလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် အလွတ်စကားတွေ အေးအေးဆေးဆေး ပြောနေလိုက်ပေါ့။ စိတ်က စကားထဲမှာပဲ ရောက်နေတဲ့အတွက် ဖြစ်နေတဲ့ အကုသိုလ်ကို အာရုံမရောက်တော့ပါဘူး။

ဒါမှမဟုတ်ရင်လည်း စေတီကို သွားဖူးလိုက်ပါတဲ့။ ဒီတော့ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်လာရင် ရွှေတိဂုံစေတီပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆူးလေစေတီပဲဖြစ်ဖြစ်၊

http://www.dhammadownload.com

မဟာမြတ်မုနိပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်မြို့မှာရှိတဲ့ စေတီတစ်ဆူဆူပဲဖြစ်ဖြစ် သွားဖူးလိုက်ဖို့ပါ။

နောက် ဆရာတော်ကြီးက ရေချိုးပါ၊ အဝတ်လျှော်ပါတဲ့။ နောက်ဆုံး အိပ်လိုက်မရှုမှတ်တော့ဘဲ အိပ်ပစ်လိုက်ပါတဲ့။

ဆရာတော်တုရားကြီးက အကုသိုလ်ကို ရှုမှတ်မှုနဲ့ မပယ်နိုင်ရင်တောင် တခြားရတဲ့နည်းတစ်ခုခုနဲ့ ပယ်ပစ်နိုင်ဖို့ မိန့်ပြထားတာပါ။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ မေတ္တာကရုဏာတော်ပါပဲ။ အကုသိုလ် ဖြစ်လာရင်တော့ ဘယ်နည်းနဲ့ဖြစ်ဖြစ် ရတဲ့နည်းနဲ့ ပယ်ပစ်နိုင်ဖို့ပါပဲ။

အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ပုံချင်းကတော့ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မတူညီနိုင်ပါဘူး။ အကုသိုလ်ပယ်နည်းတွေ အများကြီးရှိပေမယ့် ပယ်တဲ့နေရာမှာလည်း တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် သပ္ပါယသင့်ပုံချင်း မတူနိုင်ပါဘူး။ ဘယ်လို ပုံစံနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် အရကောက်လိုက်တော့ အကုသိုလ်ကတော့ အကုသိုလ်ပါပဲ။

အကုသိုလ်စိတ်တစ်ခု ဝင်လာရင် တချို့ကျတော့ ဂါထာရွတ်လိုက်ရင် ပျောက်သွားပါတယ်။ တချို့ကျတော့ ဝေယျာဝစ္စတစ်ခုခု လုပ်လိုက်ရင် ပျောက်သွားပါတယ်။ တချို့ကျတော့ ဘုရားစေတီ သွားဖူးလိုက်ရင် ပျောက်သွားပါတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် သပ္ပါယ သင့်ပုံချင်း မတူတော့

အကုသိုလ် စိတ်ဝင်လာတဲ့အခါ ဝေယျာဝစ္စတစ်ခုခုကို ထလုပ်လိုက်ဖို့။ အဝတ်လျှော်တာ၊ တံမြက်စည်းလှည်းတာ၊ ဘုရားပန်းအိုးလဲတာ စသည်ဖြင့်ပေါ့။



http://www.dhammadownload.com



ကိုယ်နဲ့သပ္ပါယသင့်တဲ့နည်းနဲ့ ပယ်ရမှာပါ။ ဒီတော့ ကိုယ်နဲ့ သပ္ပါယသင့်တဲ့နည်းကို သိထားဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ အကုသိုလ် စိတ်ဝင်လာတဲ့အခါ နည်းမျိုးစုံနဲ့ စမ်းကြည့်ပေါ့။ ကိုယ်နဲ့ အဆင်ပြေတဲ့နည်းကို မှတ်ထားလိုက်ဖို့ပါ။

နှလုံးမသွင်းပါနဲ့ဆိုတဲ့ ကဏ္ဍမှာတော့ အဋ္ဌကထာမှာကော မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီးကကော အကျယ် ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ ဒီမှာတော့ လူနဲ့ဆိုင်တာတွေလောက်ပဲ ခပ်သင့်သင့် ရေးပြလိုက်ပါတယ်။

၄။ အကြောင်းကို ရှာပါ။

၄။ နှလုံးမသွင်းဘဲနေလို့မှ မပျောက်ရင် အကုသိုလ် ဖြစ်ရခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်းကို ရှာပြီး ဖျောက်ပါတဲ့။

အဋ္ဌကထာက အကြောင်းရင်းရှာပုံ ကို ဇာတ်ဝတ္ထုလေးနဲ့ ပြထားပါတယ်။ အားလုံးကြားဖူးတဲ့ ဝတ္ထုလေးပါ။ ထန်းပင်တွေနဲ့ ရောနေတဲ့ ဥဿုစ်ပင်အောက်မှာ ယုန်တစ်ကောင် ဝပ်နေတုန်း ဥဿုစ်သီး ကြွေကျတာကို မြေပြိုပါပြီဆိုပြီး ထွက်ပြေးကြတဲ့ ဝတ္ထုပါ။ သတ္တဝါတွေ အဆင့်ဆင့် ပြေးရင်း နောက်ဆုံး ဘုရားအလောင်း ခြင်္သေ့မင်းက ဥဿုစ်သီးကိုပြပြီး မြေပြိုတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဥဿုစ်သီး ကြွေကျတာလို့ ပြောပြတဲ့ ဝတ္ထုလေးပါ။

အဋ္ဌကထာဆရာက ဘုရားအလောင်း

http://www.dhammadownload.com

ဟာ အကြောင်းရင်း ရှာပြလိုက်တဲ့အတွက် သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာသွားရသလို အကုသိုလ်ဖြစ်လာရင် အကြောင်းရင်းရှာ ဖျောက်ပါလို့ ဥပမာသာဓကနဲ့ ရှင်းပြထားပါတယ်။

တစ်ခါတလေ အကုသိုလ်ဖြစ်ရခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်းက သေးသေးလေးပါ။ ကိုယ်က ပုံကြီးချဲ့တွေးပြီး ခံစားနေလို့ အကုသိုလ်က ကြီးသထက်ကြီးနေတာပါ။ အကြောင်းရင်း သိရတဲ့အခါ ခပ်ပါးပါးလေးရယ်ပါ။ ခွင့်လွှတ်မယ်ဆိုရင် ခွင့်လွှတ်လို့ရတဲ့ အရာလေးပါ။ တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ကိုယ့်စိတ်ကူးနဲ့ကိုယ် အထင်မှားနေတာလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။ တကယ်တမ်းကျတော့ ကိုယ်ထင်သလို မဟုတ်ပါဘူး။ အကြောင်းရင်းကို သိလိုက်ရတော့ ဘာမှလည်း မဟုတ်တော့ပါဘူး။ အကုသိုလ်ဖြစ်တာပဲ အဖတ်တင်ပါတယ်။

၅။ သွားအံ့ကိုကြိတ်ပါ။

၅-က အကြောင်းရင်းရှာလို့မှ မပျောက်ရင် သွားတွေ အံ့တွေကြိတ်ပြီး ဖျောက်ပါတဲ့။ လျှာနဲ့ အာခေါင်ကို ထောက်ပြီး ဖျောက်ပါတဲ့။

ဒါတွေကတော့ ဝိတက္ကသဏ္ဌာနသုတ်ကလာတဲ့ အကုသိုလ်ပယ်နည်းတွေပါပဲ။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် သပ္ပါယသင့်ပုံချင်း မတူတော့ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့နည်းနဲ့ ပယ်ရုံပါပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသစ်ပြန်တည်ဆောက်တဲ့သူဟာ အလုပ်နှစ်ခုကို လုပ်ရပါမယ်။ တစ်ဖက်က ဝင်လာတဲ့ အကုသိုလ်တွေကို ပယ်ပစ်ရမှာဖြစ်သလို တစ်ဖက်ကလည်း ပိုက်ဆံမကုန်တဲ့ သိက္ခာသုံးပါးကို ပွားများအားထုတ်ရမှာပါ။

အသစ်တည်ဆောက်ဖို့ မိနစ်နှစ်ဆယ် စောထပါ။

အထူးသဖြင့် သိက္ခာသုံးပါးကို ဖြည့်ကျင့်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသစ်ပြန်တည်ဆောက်ရမှာပါ။

သိက္ခာသုံးပါး တည်ဆောက်တဲ့နေရာမှာ မနက် အိပ်ရာထကိုယ်လက်သန့်စင်ပြီးတဲ့အခါ တည်ဆောက်တာက အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ မနက် အိပ်ရာထစဆိုတော့ ဘာအာရုံမှမတွေ့သေး

http://www.dhammadownload.com

ပါဘူး။ ဒီတော့ အာရုံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ အကုသိုလ်မဝင်သေးပါဘူး။ အကုသိုလ် ဝင်မလာသေးတဲ့အတွက် စိတ်ကလည်း ကြည်လင်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ်လက်သန့်စင်ပြီးရင် ဘုရားခန်းထဲ တန်းဝင်လိုက်ပါ။

ဒါပေမဲ့ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ အလုပ်ကိုယ်စီ ရှိကြတဲ့အတွက် မအားကြပါဘူး။ မအားတဲ့ကြားထဲက အချိန်ယူဖို့ ဆိုတာလည်း မလွယ် လှပါဘူး။ ဒါကြောင့် အချိန်ပိုတစ်ခုရဖို့အတွက် မနက်ကို မိနစ်နှစ်ဆယ် စောထလိုက်ပါ။ မိနစ် နှစ်ဆယ်လောက်တော့ ကိုယ့်အတွက် အိပ်ချိန် ထူးပြီး မထိခိုက်ပါဘူး။ အိပ်ချိန် မထိခိုက်သလို မိသားစုအလုပ်၊ ကိုယ်ပိုင် အလုပ်ကိုလည်း မထိခိုက်တော့ပါဘူး၊ ဒါမှမဟုတ် မိနစ်နှစ်ဆယ် စော အိပ်ရာဝင်လိုက်ပါ။

ဒီတော့ ကိုယ်လက်သန့်စင်ပြီးတာနဲ့ ဘုရားခန်းထဲ တန်းသွား လိုက်ပါ။ ပြီးတော့ ဘုရားကို ဦးသုံးကြိမ်ချပြီး ငါးပါးသီလ ယူလိုက်ပါ။ ဦးချတာ သီလယူတာက သုံးမိနစ်လောက် ရှိပါလိမ့်မယ်။ ဒါဆို သီလ သိက္ခာတည်သွားသလို သီလဝိသုဒ္ဓိ= သီလဖြူစင်သူလည်း ဖြစ်သွားပါပြီ။

နောက် – ဂုဏ်တော်ကို ငါးမိနစ်၊ မေတ္တာကို ငါးမိနစ်၊ မရဏာနုဿတိကို နှစ်မိနစ်၊ ဝိပဿနာကို ငါးမိနစ် ပွားလိုက်ပါ။ ဒါဆို အားလုံးပေါင်း မိနစ် နှစ်ဆယ် ရှိပါလိမ့်မယ်။

မိနစ်နှစ်ဆယ်အချိန်ပေးလိုက်တာနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသစ် တည်ဆောက်ပြီးသား ဖြစ်သွားသလို သီလဖြူစင်သူလည်းဖြစ်၊ သိက္ခာ သုံးပါးတည်သူလည်း ဖြစ်သွားတော့တာပါ။

ဒီလိုပါပဲ။ မနက်မိနစ်နှစ်ဆယ်စောထပြီး သိက္ခာသုံးပါး ဆောက် တည်တာလေးကို စွဲနေအောင်လုပ်ထားလိုက်ပါ။ စွဲသွားရင် စွဲသွားတော့ တာပါပဲ။

ဘဝရဲ့ တစ်နေ့တာကို သိက္ခာသုံးပါးနဲ့ ဖွင့်လိုက်ရတာဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သိပ်ကြည်ညိုဖို့ ကောင်းတာပါ။ ကိုယ့်ဘဝ အသစ်ပြန် တည်ဆောက်ဖို့ မိနစ်နှစ်ဆယ်လေးတော့ အချိန်ပေးသင့်ပါတယ်။

သိက္ခာသုံးပါးတည်ပြီး တစ်နေ့တာနောက်ပိုင်း မနှစ်သက်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

အာရုံကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တွေးလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် အကုသိုလ်စိတ်လေးတွေ ဝင်လာရင်လည်း အထက်က အကုသိုလ်ပယ်နည်းတွေထဲက ကိုယ်နဲ့အဆင်ပြေမယ့်နည်းကို ယူပြီး ပယ်ပယ်သွားရမှာပါ။ လူငယ်စကားနဲ့ ပြောရရင်တော့ ကိုယ်နဲ့အိုကေမယ့်နည်းကိုယူပြီး ပယ်သွားဖို့ပါ။

တချို့အကုသိုလ်တွေကျတော့ ဖြစ်ချင်လွန်းလို့ မဟုတ်ဘဲ မထင်မှတ်ဘဲ ဖြစ်သွားရတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဖြစ်ပြီးခါမှ 'သြော် ဒီအကုသိုလ်တွေ ငါ ဖြစ်သွားပါလား' ဆိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တအံ့တသြ ဖြစ်ရတာပါ။ ဒါတွေဟာ အတိတ်တိတ်က ပါလာတဲ့ အကုသိုလ် အထုံဓာတ်တွေနဲ့လည်း ဆိုင်ပါတယ်။

ကိုယ်က ဒီဘဝမှာ တရားမျိုးစုံနာ၊ တရားစာအုပ် မျိုးစုံဖတ်၊ တရားတွေ အခါအားလျော်စွာ ထိုင်နေပေမယ့် အတိတ် အထုံဓာတ်ဆိုးတွေကြောင့် မထင်မှတ်ဘဲ ဖြစ်သွားရတာတွေပါ။ အတိတ်အထုံဓာတ်ဆိုးတွေဟာ သိပ်ကြောက်ဖို့ ကောင်းပါတယ်။ သူ့ရဲ့လျှပ်တစ်ပြက် ရိုက်ချက်ကြောင့် ပုံကနဲလဲကျသွားတတ်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ လဲကျသွားရင် စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ ပြန်ထနိုင်ဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ ပြန်ထတဲ့အခါ သိက္ခာသုံးပါးကို ကိုင်ပြီး ထရမှာပါ။ သိက္ခာသုံးပါးကလည်း ကိုယ့်ကို အဆင်သင့် လက်ကမ်းထားပြီးသားပါ။

တစ်ဖက်က ဝင်လာတဲ့ အကုသိုလ်တွေကို ပယ်ပစ်ရမှာ ဖြစ်သလို တစ်ဖက်ကလည်း ပိုက်ဆံမကုန်တဲ့ သိက္ခာသုံးပါးကို ပွားများအားထုတ်ရမှာပါ။



http://www.dhammadownload.com



ကိုယ်က သူကမ်းတဲ့လက်ကို ဆွဲယူလိုက်ရမှာပါ။

တကယ်တော့ ကိုယ်လဲကျရင် ကိုယ့်ကို ပြန်ထူပေးမယ့် သိက္ခာသုံးပါးက ရှိပြီးသားပါ။ ဒါကို ကိုယ်က သိထားဖို့ပါ။ ဒီတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတိနဲ့ နေနိုင်မှ တော်ကာကျတာပါ။

ကျန်တဲ့ အချိန်လေးတွေမှာလည်း တတ်နိုင်သမျှ အမှတ်သတိလေးတွေနဲ့ နေနေရမှာပါ။ အထူးသဖြင့် တစ်ယောက်တည်း လုပ်ရတဲ့ အလုပ်လေးတွေမှာ အမှတ်သတိလေးတွေ ပါနေဖို့ပါ။

ဥပမာ – ရေသောက်တယ်ဆိုတာ တစ်ယောက်တည်း သောက်ရတာဖြစ်လို့ အမှတ်သတိလေးနဲ့ ခွက်ကို လှမ်းယူတာ၊ ကိုင်တာ၊ ရေထည့်တာ၊ ပြန်ယူတာ၊ ခွက်နဲ့ နှုတ်ခမ်းနဲ့ထိတာ၊ သောက်တာစသည်တွေကို အမှတ်သတိလေးတွေပါအောင် ကြိုးစားရမှာပါပဲ။

ဒီလိုပါပဲ အိမ်သာတက်တဲ့ နေရာမှာလည်း တစ်ယောက်တည်းဆိုတော့ အမှတ်သတိပါအောင် ကြိုးစားရမှာပါပဲ။ တံခါးဖွင့်တာ၊ ပြန်ပိတ်တာ၊ လုံချည်ပင့်တာ၊ ထိုင်တာ၊ စွန့်ချင်စိတ်ကိုမှတ်တာ၊ စွန့်တာကို မှတ်တာစသည်ဖြင့် အမှတ်သတိနဲ့ မှတ်သွားရုံပါ။ ဒီတော့ အိမ်သာထဲမှာတင် ဘာဝနာကုသိုလ်တွေ ဖြစ်နေတော့တာပါ။ ကုသိုလ်က ယူမယ်

http://www.dhammadownload.com

ဆိုရင် အိမ်သာထဲမှာတောင် သတိရှိရင် ယူလို့ရတာပါပဲ။ အကျိုးရလဒ်ကတော့ တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက် ကုသိုလ်ရသလို တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက် အကုသိုလ်ကို ပယ်လိုက်တာပါပဲ။

အများနဲ့ လုပ်ရတဲ့အလုပ်တွေမှာတော့ လိုက်မှတ်ဖို့ မလွယ်လှပါဘူး။ တစ်ယောက်တည်း လုပ်ရတဲ့ အလုပ်တွေမှာတော့ တတ်နိုင်သမျှ အမှတ်သတိလေးတွေပါအောင် ကြိုးစားရပါမယ်။

ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ငါတရားအားထုတ်ဖို့ အဓိက

အမှန်ပြောရရင် စာရေးသူက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သိပ်မကြည်ညိုလှပါဘူး။ ဒါ တကယ်ပြောတာပါ။ တစ်ခါတစ်ခါ ကိုယ့်ရင်ထဲ ကိုယ်မလိုချင်တဲ့ ကိုယ်သိပ်မုန်းတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်တွေ ဝင်လာရင် သိပ်စိတ်ဆင်းရဲရပါတယ်။

ရဟန်းလည်းဖြစ် ဒါတင်မက ပရိသတ် အသိအမှတ်ပြုတဲ့ စာရေးဆရာ ရဟန်းတစ်ပါးလည်းဖြစ်ပြီး 'ဒီအကုသိုလ်မျိုးတွေ ဝင်လာရပါ့မလား' ဆိုပြီး တွေးရင်း တွေးရင်း စိတ်ဆင်းရဲရတော့တာပါ။ ဒါကြောင့် အကုသိုလ်ပယ်နည်းတွေကို ရနိုင်သမျှ စုထားတာပါ။ နောင်လည်း ဆက်စုနေဦးမှာပါ။ စုလို့ရသမျှ ပယ်နည်းတွေကိုလည်း ချစ်တဲ့ စာဖတ်သူတွေဆီကို ရေးပို့နေဦးမှာပါ။

အဲဒီလို အကုသိုလ်စိတ်ဝင်လာလို့ စိတ်ဆင်းရဲရပြီဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တရားပြန်ဟောတဲ့ တရားလေးတစ်ပုဒ် ရှိပါတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ 'ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ငါ တရားအားထုတ်ဖို့အဓိက' ဆိုတဲ့ စကားလေးပါ။ အဲဒီ စကားလေးကို ထပ်ကာ ထပ်ကာ ရွတ်နေလိုက်ရင် စိတ်က သက်သာသွားတာ များပါတယ်။

အခုတစ်လော တရားပွဲတွေမှာဆို တရားဆုံးခါနီးမှာ ဒါကိုပဲ ထပ်ကာထပ်ကာ ဟောနေလိုက်တာပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ဟောပြီးသားဖြစ်၊ တရားနာ ပရိသတ်ကိုလည်း ဟောပြီးသားဖြစ်နဲ့ သိပ်သဘောကျတာပါ။

ဒါကိုပဲ ထပ်ကာ ထပ်ကာ ဟောနေတော့ စာရေးသူရဲ့ ကပ္ပိယ

http://www.dhammadownload.com

တစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့ ကွန်ပျူတာပညာရှင်တစ်ယောက်လည်း ဖြစ်တဲ့ ကိုအောင်သိန်းက သူ့ရဲ့မွေးနေ့မှာ ဒီ 'ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ငါ တရား အားထုတ်ဖို့ အဓိက' ဆိုတဲ့ စာသားလေးကို ဆိုင်းဘုတ်ကလေးလုပ်ပြီး လာလှူပါတယ်။ ယောဂီတွေ တရားထိုင်တဲ့ နေရာမှာပဲ ချိတ်ပေးထားလိုက်ပါတယ်။

'ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ငါ တရားအားထုတ်ဖို့ အဓိက' ဆိုတဲ့ နေရာမှာ ဘာပဲဖြစ်နေ ဖြစ်နေမှာ နှစ်ပိုင်း ရှိပါတယ်။ ကိုယ်ဘာပဲ ဖြစ်နေဖြစ်နေ ကိုယ်တရားအားထုတ်ဖို့ အဓိက၊ သူများ ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ကိုယ် တရားအားထုတ်ဖို့ အဓိကပါ။

ကိုယ်ဘာပဲဖြစ်နေ ဖြစ်နေမှာ ကိုယ့်ဘဝမှာ ငွေကြေး အဆင်ပြေတာလည်း ရှိမယ်၊ မပြေတာလည်း ရှိမယ်။ အိမ်ထောင်ရေး အဆင်ပြေတာလည်း ရှိမယ်၊ မပြေတာလည်း ရှိမယ်။ လူမှုရေး အဆင်ပြေတာလည်း ရှိမယ်၊ မပြေတာလည်း ရှိမယ်၊ အလုပ်အဆင်ပြေတာလည်း ရှိမယ်၊ မပြေတာလည်း ရှိမယ်။ ရာထူးဌာနန္တရ အဆင်ပြေတာလည်း ရှိမယ်၊ မပြေတာလည်း ရှိမယ်။ ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ကိုယ်တရားအားထုတ်ဖို့ အဓိကပါပဲ။ တချို့ကိစ္စတွေက ကဲနဲ့လည်း ဆိုင်ပါတယ်။ သူ့ဟာသူ ကဲဆိုးချင်ဆိုးနေပါစေ ကိုယ်တရားအားထုတ်ဖို့က အဓိကပါပဲ။

နောက်တစ်ပိုင်းက သူများ ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ကိုယ်တရားအားထုတ်ဖို့က အဓိကပါ။ သူများတွေ ဘယ်လို အခြေအနေ အနေအထားတွေပဲ ရောက်နေရောက်နေ၊ ဥက္ကဋ္ဌတွေ အတွင်းရေးမှူးတွေပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ကိုယ် တရားအားထုတ်ဖို့ အဓိကပါပဲ။

ဒီနေရာမှာ သူများဘာပဲဖြစ်နေ ဖြစ်နေ ကိုယ် တရားအားထုတ်ဖို့ အဓိက ဆိုတော့ 'နည်းနည်းများ အတွဆန်မနေဘူးလား' လို့ မေးစရာ ရှိပါတယ်။

' ဒါနအရာ ဝမ်းမြောက်တာ မှန်စွာ အဓိက ဖြစ်ပေသည်။ ဝိပဿနာအရာ ဥပေက္ခာ မှန်စွာ အဓိက ဖြစ်ပေသည်' ဆိုတဲ့အတိုင်း ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တဲ့ နေရာမှာတော့ ဥပေက္ခာက အဓိကပါ။

http://www.dhammadownload.com

တရားအားထုတ်နေစဉ်ကာလမှာ အားလုံးကို ဥပေက္ခာပြုထားရမှာပါ။ ဒီတော့ ကိုယ်တရား အားထုတ်နေစဉ် ကာလမှာ ကိုယ့် ခင်ပွန်းကိုလည်း ဥပေက္ခာ ပြုထားရမှာပါ၊ ကိုယ့်ဇနီးကိုလည်း ဥပေက္ခာ ပြုထားရမှာပါ။ ကိုယ့်သားသမီးကိုလည်း ဥပေက္ခာပြုထား ရမှာပါ။ ကိုယ့် ချစ်သူကိုလည်း ဥပေက္ခာပြုထား ရမှာပါ။ အားလုံး အားလုံးကို ဥပေက္ခာ ပြုထား ရမှာပါပဲ။

ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ တရား အား ထုတ်နေရင် ဘဝက အဓိပ္ပါယ် ရှိနေတာပါပဲ။ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် မကြည်ညိုလို့ အသစ်ပြန် တည်ဆောက်တဲ့နေရာမှာ သီလကို အခြေခံ ပြီး ဝိပဿနာတရားတွေ အားထုတ်ရင်းနဲ့ ပြန်တည်ဆောက်ရမှာပါပဲ။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တဲ့ နေရာမှာ တချို့က အားထုတ်လို့ ကောင်းတာ လည်း ရှိမယ်၊ အားထုတ်လို့ မကောင်းတာ လည်း ရှိမယ်။ ဒါနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပုဂ္ဂိုလ် လေးမျိုး ရှိပါတယ်။

(၁) တရားရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ ငြိုငြို ငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်းလည်း ရှုမှတ်ရတယ်၊ တရားလည်း အတွေ့နေးတယ်၊ ဒါက တစ် ယောက်ပါ။ သူ့ကို ဒုက္ခပဋိပဒါဒန္ဓာဘိညာ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

(၂) တရားရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ ငြိုငြို ငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်း ရှုမှတ်ရတယ်။ ဒါပေမဲ့

ဘဝမှာ မှားခဲ့လို့ ကိုယ့် ကိုယ်ကိုယ် မကြည်ညို ဘူးဆိုရင် အသစ် ပြန်တည် ဆောက်ရုံပါပဲ။ အထူးသဖြင့် ဝိပဿနာတရားနဲ့ ပြန်တည် ဆောက်တာ အကောင်း ဆုံးပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com



တရားကျတော့ အတွေ့မြန်တယ်။ ဒါက တစ်ယောက်ပါ။ သူ့ကို ဒုက္ခပဋိပဒါခိပ္ပါဘိညာလို့ခေါ်ပါတယ်။

(၃) တရားရှုမှတ်တဲ့အခါမှာတော့ ချမ်းချမ်းသာသာ လွယ်လွယ်ကူကူတော့ ရှုမှတ်ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တရားကတော့ အတွေ့နှေးနေပါတယ်။ ဒါက တစ်ယောက်ပါ။ သူ့ကို သုခါပဋိပဒါ ဒန္ဓာဘိညာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

(၄) တရားရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ ချမ်းချမ်းသာသာ လွယ်လွယ်ကူကူလည်း ရှုမှတ်ရတယ်။ တရားလည်း မြန်မြန်တွေ့တယ်။ ဒါက တစ်ယောက်ပါ။ သူ့ကိုကျတော့ သုခါပဋိပဒါခိပ္ပါဘိညာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

တရားရှုမှတ်တဲ့နေရာမှာ အဲဒီလိုလေးမျိုး ဘာဖြစ်လို့ ကွဲနေရတာလဲဆိုတော့ အတိတ်အတိတ် ဘဝတွေနဲ့ ဆိုင်နေပါတယ်။

၁။ အတိတ်တိတ်ဘဝတွေက သမထလည်း အားမထုတ်ခဲ့ဖူးဘူး။ ဝိပဿနာလည်း အားမထုတ်ခဲ့ဖူးဘူးဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တရားရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ ငြိုငြိုငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်းလည်း ရှုမှတ်ရတယ်။ တရားလည်း အတွေ့နှေးပါတယ်။

၂။ အတိတ်တိတ်ဘဝတွေက ဝိပဿနာတရားတော့ အားထုတ်ဖူးတယ်၊ သမထကိုတော့ အားမထုတ်ခဲ့ဖူးဘူးဆိုရင် တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ ငြိုငြိုငြင်ငြင် ပင်ပင်

http://www.dhammadownload.com

ပန်းပန်းတော့ ရှုမှတ်ရတယ်၊ တရားတွေတော့ အတွေ့မြန်ပါတယ်။

၃။ အတိတ်တိတ်ဘဝတွေက သမထကိုတော့ အားထုတ်ခဲ့ဖူးတယ်။ ဝိပဿနာတရားကိုတော့ အားမထုတ်ခဲ့ဖူးဘူးဆိုရင် တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ ချမ်းချမ်းသာသာ လွယ်လွယ်ကူကူတော့ ရှုမှတ်ရတယ်။ တရားကျတော့ အတွေ့နှေးတတ်ပါတယ်။

၄။ အတိတ်တိတ် ဘဝတွေက သမထလည်း အားထုတ်ခဲ့ဖူးတယ်။ ဝိပဿနာလည်း အားထုတ်ခဲ့ဖူးတယ် ဆိုရင်တော့ တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ ချမ်းချမ်းသာသာ လွယ်လွယ်ကူကူလည်း ရှုမှတ်ရတယ် တရားလည်း အတွေ့ မြန်ပါတယ်။

ဒီသဘောတွေသိထားတော့ တရားအားထုတ်တဲ့အခါ အခက်အခဲ တွေ့ရပေမယ့် ဘာမှ စိတ်ပျက် အားငယ်စရာ မလိုတော့ပါဘူး။ ဒီဘဝမှာ တရားထူးရအောင် အားမထုတ်နိုင်ရင်တော့ နောက်ဘဝ နောက်ဘဝတွေမှာ ချမ်းချမ်းသာသာ လွယ်လွယ်ကူကူ အားထုတ်ဖို့ တရားတွေ အတွေ့မြန်ဖို့ အထောက်အပံ့ကောင်းတွေ ရသွားတော့တာပါ။

တချို့ကျတော့ သမထတရားကို သိပ်အားထုတ်တာပါ။ ဘုရားတွေ၊ စေတီတွေ၊ တောင်တွေမှာ လိုက်ပြီး နာရီပေါင်းများစွာ ရက်ပေါင်းများစွာ ဝီရိယရှိရှိနဲ့ အားထုတ်ကြတာပါ။ သူမတူအောင် ဝီရိယရှိကြတဲ့သူတွေပါ။

ပြောရရင် သမထနဲ့ပဲလမ်းဆုံးနေတာပါ။ အဲဒီ ဝီရိယတွေနဲ့ သမထကတစ်ဆင့် ဝိပဿနာဘက် ကူးသွားနိုင်ရင် သိပ်ကောင်းတာပါ။ ဝီရိယကရှိပြီးသားဆိုတော့ ဝိပဿနာတရားမှာလည်း အခက်အခဲ မရှိလောက်တော့ပါဘူး။ အဓိက သမထနဲ့ပဲ လမ်းဆုံးမနေဖို့ပါ။

ဒီလိုပါပဲ 'တို့ကတော့ ဝိပဿနာလိုင်းပဲ' ဆိုပြီး သမထကို လျှော့ချ မထားရပါဘူး။ တရားအားထုတ်တဲ့အခါ ဝိပဿနာတရားကိုပဲ ဆက်ကာ ဆက်ကာ အားထုတ်နေရမယ်လို့ မဆိုပါဘူး။ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ အမြဲတမ်းတော့ ကောင်းမနေနိုင်ပါဘူး။ တစ်ခါတလေလည်း တရားအားထုတ်ရင်းနဲ့ စိတ်ပင်ပန်းငြီးငွေ့မှုတွေ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ဒွေဓဝိတက္က

http://www.dhammadownload.com

သုတ် အဋ္ဌကထာမှာ အဲဒီလိုအခါမျိုးမှာ ဝိပဿနာတရားကို ခဏရပ်ထားပြီး သမထတရားကို ပြန်အားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ စာမှာ ဥပမာပေးထား တာကတော့ စစ်သားတစ်ယောက်ဟာ စစ်တိုက်လို့ မောပန်းလာတဲ့အခါ ကတုတ်ကျင်းထဲပြန်ဝင်၊ အမောဖြေ၊ အစာရေစာစား၊ ကျည်ဆန်ဖြည့်၊ အမော ပြေတဲ့အခါ အားအင်တွေ ပြည့်တဲ့အခါ ကတုတ်ကျင်းထဲက ပြန်ထွက်ပြီး စစ်ပြန်တိုက်ရသလို တရားအားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီဟာလည်း ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်လို့ စိတ်ပင်ပန်းငြီးငွေ့လာရင် စစ်သားဟာ ကတုတ်ကျင်း ထဲ ပြန်ဝင်ပြီး အမောဖြေ အနားယူရသလို ဝိပဿနာ တရားကို ခဏရပ်ပြီး သမထကို ပြန်အားထုတ်ပါတဲ့။ သမထအားထုတ်လို့ စိတ်ပြန် ကြည်လင် လာပြီဆိုမှ ဝိပဿနာတရားကို ပြန်အားထုတ်ပါတဲ့။

ဒီအဋ္ဌကထာအဖွင့်လေးကို မှတ်ထားပြီး ဝိပဿနာ အားထုတ်လို့ စိတ်ပင်ပန်း ငြီးငွေ့လာရင် ဝိပဿနာကို ခဏရပ်ထားပြီး သမထကို ပြန် အားထုတ်ဖို့ပါ။ ဂုဏ်တော်ပဲ ပွားပွား၊ မေတ္တာပဲပွားပွား၊ ကိုယ်နှစ်သက်ရာ သမထ တစ်ခုခုကို ပွားလိုက်ဖို့ပါ။ ဂုဏ်တော်ပွားလိုက်ရင် စိတ်က ပြန် ကြည်လင်လာတာပါပဲ။ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကြည်ညိုတာလည်း ရှိမယ်။ မကြည်ညိုတာလည်းရှိမယ်။ ကြည်ညိုခြင်း မကြည်ညိုခြင်းတွေဟာ အတိတ်ကာလက ပြုခဲ့ ပြောခဲ့တာတွေနဲ့လည်း ဆိုင်နေပါတယ်။ အကုသိုလ် ကိုတွေးရင် အကုသိုလ်ပါ။ ကုသိုလ်ကိုတွေးရင် ကုသိုလ်ပါ။ အကုသိုလ် ကိုတွေးရင် အကုသိုလ်ဆိုတော့ ဘာပြုလို့ ပြုခဲ့ ပြောခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်တွေ ပြန်တွေးနေတော့မှာလဲ။ တွေးချင်ရင် ပြုခဲ့ ပြောခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကိုပဲ တွေးတော့ မှာပေါ့။

ဘဝမှာ မှားခဲ့လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မကြည်ညိုဘူးဆိုရင် အသစ် ပြန်တည်ဆောက်ရုံပါပဲ။ အထူးသဖြင့် ဝိပဿနာတရားနဲ့ ပြန်တည်ဆောက် တာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ လောကမှာ ဝိပဿနာထက်ကောင်းတာ ဘာမှ မရှိတော့ပါဘူး။ ဝိပဿနာအားထုတ်ရင် သီလကလည်း တွဲပါနေတာပါပဲ။ အကုသိုလ်ပယ်နည်းတွေလည်း တော်တော်များများ သိထားပြီဆိုတော့ ဝင်လာတဲ့အကုသိုလ်ကိုလည်း ကိုယ်နဲ့ အဆင်ပြေမယ့် ပယ်နည်း တစ်ခုခုနဲ့

http://www.dhammadownload.com

ပယ်ပစ်ရုံပါပဲ။

ကဲ.. စာဖတ်သူကော ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြည်ညိုရဲ့လား ? မကြည်ညိုဘူးဆိုရင် အသစ်ပြန်တည်ဆောက်လိုက်ပါ။ ဒါဆိုရင် အသစ်ပြန်ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ စာဖတ်သူရယ် ' ငါ တရား အားထုတ်ဖို့ အဓိက'ဆိုတဲ့အတိုင်း တရားသာ အားထုတ်လိုက်ပါတော့။ ဒါကိုတော့ ရင်ထဲက ပြောတာပါ။

ဒါဆိုရင် စာရေးသူသိပ်ကြိုက်တဲ့ စကားလေးနဲ့ပဲ နိဂုံးချုပ်လိုက်ကြပါစို့။

'ဘာပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ငါ တရားအားထုတ်ဖို့ အဓိကပါပဲ '

အလင်းတန်းဂျာနယ်
၅ အောက်တိုဘာ ၂၀၁၁။
၁၂ အောက်တိုဘာ ၂၀၁၁။
၁၉ အောက်တိုဘာ ၂၀၁၁။
၂၆ အောက်တိုဘာ ၂၀၁၁။

http://www.dhammadownload.com

ချစ်သူကို တရားဟောပါ

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က သား အမိ နှစ်ယောက် ရှိပါတယ်။ သမီးရဲ့နာမည်က ကေသကာရီလို့ ခေါ်ပါတယ်။

တစ်နေ့ အိမ်တံခါးဝမှာထိုင်ပြီး သမီးက အမေ့ရဲ့ ဦးခေါင်းမှာ သန်းရှာပေးနေ ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ ရဟန်းတော် တွေ အများကြီး အိမ်ရှေ့က



http://www.dhammadownload.com

ဆွမ်းခံကြွသွားတာကို မြင်လိုက်ရပါတယ်။ ဒီဆော့ သမီးကောသကာရီက အမေလုပ်သူကို မေးပါတယ်။

'အမေ.. ဒီရဟန်းတွေဟာ ပထမအရွယ်ရုပ်ရည်အဆင်း လှလှပပ ရှိပါလျက်နဲ့ ဘာမှလည်း မပျက်စီးသေးဘဲနဲ့ ဘာဖြစ်လို့ ရဟန်းပြုကြတာလဲ'

ဒီတော့ အမေလုပ်သူက ပြန်ပြောပြပါတယ်။

'သမီး မြတ်စွာဘုရား ပွင့်နေတယ်။



http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရား တရား နာကြားပြီး ရဟန်းပြုကြတာ'

သားအမိနှစ်ယောက် သန်းရှာရင်း စကားပြောနေတုန်းမှာပဲ သောတာပန်ဒကာတစ်ယောက် အိမ်တံခါးဝ ရောက်လာပါတယ်။ သား အမိနှစ်ယောက်ပြောတဲ့စကားကိုလည်း ကြားသွားပါတယ်။

အမေလုပ်သူက အိမ်ရှေ့ရောက်လာတဲ့ သောတာပန် ဒကာကို 'ဥပသကာကြီးရယ်၊ တစ်ခုမသိလို့ မေးပါရစေ။ အမျိုးကောင်းသားတွေ စည်းစိမ်တွေစွန့်၊ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေတွေ စွန့်ပြီး မြတ်စွာဘုရားထံမှာ ရဟန်းပြုကြတယ်။ ဘာအကျိုးကိုမြင်လို့ ရဟန်းပြုကြတာလဲ'လို့ ထပ်ဆင့်မေးကြည့်ပါတယ်။

သောတာပန်ဒကာကလည်း 'ကာမဂုဏ်ရဲ့အပြစ်ကို မြင်လို့ ရဟန်းပြုကြတာပါ'လို့ ပြောပြပါတယ်။ သောတာပန်ဒကာကဆက်ပြီး သရဏဂုံနဲ့ ငါးပါးသီလ အကြောင်းကို ပြောပြပေးပြီး ကျင့်သုံးရင်ရမယ့် အကျိုးရလဒ်တွေကိုပါ ပြောပြပါတယ်။

သောတာပန်ဒကာရဲ့စကားကြားရတော့ ကေသကာရီက စိတ်ဝင်စားသွားပြီး 'သရဏဂုံနဲ့ ငါးပါးသီလကို ကျွန်မတို့ မိန်းမသားတွေ ကျင့်သုံးရင်ကော သင်ပြောပြတဲ့ မျက်မှောက်တမလွန် အကျိုးတွေ ရနိုင်သလား'လို့ မေးလိုက်ပါတယ်။ သောတာပန်ဒကာကလည်း 'သမီးရယ် ဒီတရားတွေဟာ လူသားအားလုံးနဲ့ဆိုင်ပါတယ်။ လူသားအားလုံး ကျင့်ဖို့ ဟောထားတာပါ'လို့ ပြန်ပြောပြပါတယ်။

နောက်သောတာပန်ဒကာက ကေသကာရီကို သရဏဂုံနဲ့ ငါးပါးသီလကို ကိုယ်တိုင် တိုင်ပေးပါတယ်။

ကေသကာရီက ငါးပါးသီလကို ခံယူပြီးတော့ 'ဥပါသကာကြီးရယ် သရဏဂုံ ငါးပါးသီလထက် မြင့်တဲ့တရားရှိသေးလား'လို့ ဆက်မေးလာပြန်ပါတယ်။

ဒီအခါမှာတော့ သောတာပန်ဒကာက ကေသကာရီ တရားကို တော်တော်စိတ်ဝင်စားနေပြီ ဆိုတာသိရသလို တရားပါရမီရှိသူဆိုတာလည်း သိလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် တရားကို ဆက်ဟောပြပေးပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

'ရိုတာပေါ့၊ ချစ်သမီး သေချာ နားထောင်ပါ။ ဆံပင်၊ မွေးညင်း၊ ခြေသည်း၊ လက်သည်း၊ သွား၊ အရေ၊ အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီ၊ အညှို့၊ နှလုံး၊ အသည်း၊ အမြှေး၊ အဖျဉ်း၊ အဆုတ်၊ အူမ၊ အူသိမ်၊ အစာသစ်၊ အစာဟောင်း၊ ဦးနှောက်၊ သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ ပြည်၊ သွေး၊ ချွေး၊ အဆီခဲ၊ မျက်ရည်၊ ဆီကြည်၊ နှပ်၊ တံတွေး၊ အစေး၊ ကျင်ငယ်၊ အဲဒီ သုံးဆယ့်နှစ်ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အပြန်ပြန်အလှန်လှန် စီးဖြန်းပါ။ ဒီကနေ တစ်ဆင့်တက်ပြီး အဆင်းဖြစ်ပျက်၊ အသံဖြစ်ပျက်၊ အနံ့ဖြစ်ပျက်၊ အရသာ ဖြစ်ပျက်၊ ကြမ်းချောဖြစ်ပျက်၊ တွန်းတိုးဖြစ်ပျက်၊ ပူအေး ဖြစ်ပျက်၊ မြင်ဖြစ်ပျက်၊ ကြားဖြစ်ပျက်၊ နံဖြစ်ပျက်၊ လျက် ဖြစ်ပျက်၊ တွေ့ထိ ဖြစ်ပျက်၊ ဖြစ်ပျက်ဖြစ်ပျက် အဲဒီလို နှလုံးသွင်းပါ'လို့ သုံးဆယ့်နှစ်ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ဖြစ်ပျက် ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သေချာ ဟောပြပေးပြီး ပြန်သွားပါတယ်။

ကေသကာရီလည်း သောတာပန် ဒကာ ဟောပြပေးခဲ့တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နေ့စဉ် ပွားများအားထုတ်လိုက်တာ မကြာမီကာလမှာပဲ သောတာပန် တည်သွားပါတယ်။

လူပြည်မှာ သက်တမ်းစေ့နေပြီး ကွယ်လွန်တော့ တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာ နတ်သမီး အခြံအရံ တစ်သိန်းနဲ့ သိကြားမင်းရဲ့ မိဖုရားငယ် ဖြစ်သွားရပါတယ်။

(ဝိမာနဝတ္ထုအဋ္ဌကထာ၊ ကေသကာရီဝတ္ထု)

'သရဏာဂုံနဲ့ ငါးပါးသီလကို ကျွန်မတို့ မိန်းမသားတွေ ကျင့်သုံးရင်ကော သင် မြေပြတဲ့ မျက်မှောက်တမလွန် အကျိုးတွေ ရနိုင်သလား'လို့ မေးလိုက်ပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com



တရားဟောတယ်လို့ပြောလိုက်ရင် ရဟန်းက လူကို ဟောတာကိုပဲ ပြေးပြေးမြင်လေ့ ရှိပါတယ်။ ဒီဝတ္ထုလေးမှာတော့ လူအချင်းချင်းပဲ ဟောလိုက်လို့ ကောသကာရီ သောတာပန်တည်သွားတာပါ။ လူထောင်သောင်း ပရိသတ်ကို ဟောမှရယ် မဟုတ်ပါဘူး၊ တစ်နာရီ နှစ်နာရီ ဟောမှရယ်လည်း မဟုတ်ပါဘူး။ လူအချင်းချင်း တစ်ယောက်တည်းကို ဟောလည်း တရားက တရားပါပဲ။ အလှူတက္ကအလှူတွေထဲမှာ တရားအလှူဟာ အမြတ်ဆုံးဆိုတာ အားလုံး သိပါတယ်။

တရားအလှူ ပေးလှူလိုက်တာဟာ အမတဒါန = နိဗ္ဗာန်အလှူကို ပေးလှူလိုက်တာပါ။ ဒီတော့ ကိုယ့် မိတ်ဆွေကို ဆယ်မိနစ်၊ ဆယ့်ငါးမိနစ် ကိုယ့်သိသလောက်လေး ပြောပြပေးလိုက်ရင်လည်း အမတဒါန = နိဗ္ဗာန်အလှူကို ပေးလှူလိုက်တာပါပဲ။

တရားဟောပြီးတဲ့အခါ 'ဘုရား တပည့်တော် ဟောပြောပေးရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု အဖို့ဘာဂသည် နိဗ္ဗာန်၏အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေ။ ဘုရားတပည့်တော် ဟောပြတဲ့ တရားလေးကို နာကြားပြီး တရား အသိလေးတွေ ရသွားကြပါစေ။ ရသည့်အားလျော်စွာ ကျင့်နိုင်ကြပါစေ၊ ကျင့်နိုင်သည့် အားလျော်စွာ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက်အပံ့ကောင်းတွေ ရသွားကြပါစေ'လို့ မေတ္တာပို့ပေးလိုက်ရမှာပါ။ အထူးသဖြင့် တရားဟော

http://www.dhammadownload.com

ပြီးတိုင်း နိဗ္ဗာန်ကို ဆုတောင်းတဲ့ အလေ့လေးကို ထုံထားရမှာပါ။ ဒါဆို ကိုယ်ဟောတဲ့တရားကို ပိုပြီးတန်ဖိုးထားသွားမှာပါ။ 'ငါပြုတဲ့ကုသိုလ်ဟာ ပေါ့ပေါ့တန်တန်မဟုတ်ဘူး။ နိဗ္ဗာန်အထိ ဦးတည်နေတယ်' ဆိုပြီး ကိုယ့်ကုသိုလ်အပေါ် အားရကျေနပ်နေတော့မှာပါ။

ဒီလိုပါပဲ။ ကိုယ့်ခင်ပွန်းကိုလည်း ဟောပြပေးရမှာပါ။ ကိုယ့်ဇနီးကိုလည်း ဟောပြပေးရမှာပါ။ ကိုယ့် သားသမီးကိုလည်း ဟောပြပေးရမှာပါ။ ကိုယ့်မိဘကိုလည်း ဟောပြပေးရမှာပါ။ ကိုယ့်ချစ်သူကိုလည်း ကိုယ်သိသလောက် ဟောပြပေးရမှာပါ။ ချစ်သူသဘာဝ သံယောဇဉ်အကြောင်း၊ မေတ္တာအကြောင်း၊ သီချင်းလေးတွေအကြောင်း၊ အိပ်မက်အကြောင်း၊ ပန်းလေးတွေအကြောင်း၊ ပစ္စည်းလေးတွေအကြောင်း စသည်ဖြင့် ပြောပြရမှာပါပဲ။ ဒီသံယောဇဉ်အကြောင်းတွေအပြင် တစ်ခါတလေ ကိုယ်သိသလောက်၊ ကိုယ်လေ့လာထားသလောက် တရားစကားလေးတွေလည်း ပြောပြပေးရမှာပါ။ ဒါနအကြောင်း၊ သီလအကြောင်းတွေအပြင် ဒီကတစ်ဆင့်တက်ပြီး ဝိပဿနာရှုပုံအကြောင်းလေးတွေလည်း ပြောပြပေးရမှာပါ။ အဲဒီလိုပြောပြပေးနေရင် ကိုယ့်ချစ်သူကို တရားအလှူ ပေးလှူနေတာပါပဲ။

မွေးနေ့နီးလာလို့ ကိုယ့်ချစ်သူက ကိုယ့်ကို 'ဘာ လိုချင်သလဲ'လို့ မေးလာရင် 'သောကြာ, စနေ, တနင်္ဂနွေ နှစ်ညအိပ် သုံးရက်တရားစခန်းဝင်ပေးပါ'လို့ တောင်းလိုက်ရုံပါ။ ဒါဆို သူ့အတွက်ရော၊ ကိုယ့်အတွက်ရော အမြတ်ဆုံး ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်သွားတာပါ။

သုံးရက်ဆိုတော့ တရားစခန်းဝင်ပေးရမယ့် ကိုယ့်ချစ်သူအတွက် မခက်သလို သောကြာ စနေ တနင်္ဂနွေဆိုတော့ သောကြာညနေ ရုံးကအပြန် တရားစခန်းဝင်၊ တနင်္ဂနွေ နေ့ခင်းပြန်ထွက်၊ ပြီးရင် ဘုရားကို အတူတူသွား၊ ဘယ်လောက် ပျော်ဖို့ကောင်းသလဲ။

ဘုရားမှာ အတူတူပန်းကပ်၊ ပြီးတော့ ဘုရားပေါ်မှာ တရားစခန်းက ပြန်ထွက်လာတဲ့ချစ်သူက ကိုယ်နာခဲ့တဲ့ တရားလေးတွေ၊ အားထုတ်ခဲ့ရတဲ့ တရားသဘောလေးတွေ ပြန်ပြောပြပေးပြီး ကိုယ်ဆောက်တည်ခဲ့ရတဲ့ သီလကုသိုလ်၊ ကိုယ်ပွားများအားထုတ်ခဲ့ရတဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာ ကုသိုလ်

http://www.dhammadownload.com

တွေကိုလည်း ကိုယ့်ချစ်သူကို အမျှပေးဝေလိုက်မယ်ဆိုရင်လည်း ချစ်သူရဲ့ သာခုခေါ်သံဟာ ကိုယ့်အတွက်တော့ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အသာယာဆုံး အသံတစ်ခုဖြစ်နေတော့မှာပါ။ ဒါတင်မကပါဘူး။ အမျှဝေသံ၊ သာခုခေါ်သံတွေဟာ စည်းချက်ညီ 'ပါရမီသံစဉ်' တစ်ခုအဖြစ် ဘဝအဆက်ဆက် တည်တံ့ပျံ့လွင့်နေတော့မှာပါ။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အတူတူပြုခဲ့ရင် ဘဝအဆက်ဆက် ဆုံတွေ့ဦးမှာပါပဲ။ ဘဝအဆက်ဆက် ဆုံတွေ့တဲ့အခါ ကိုယ်လည်း တရားရှိဖို့ လိုသလို ကိုယ့်ချစ်သူလည်း တရားရှိဖို့လိုပါတယ်။ နောက်ဘဝတွေမှာ ပြန်တော့ ဆုံပါရဲ့။ ကိုယ်ကတော့ တရားရှိပြီး ကိုယ့်ချစ်သူက တရားမရှိရင်၊ မရှိခဲ့ရင် အဆင်မပြေလှပါဘူး။ ဥပမာ – ကိုယ့်ချစ်သူက 'ဒေါသမီးလျှံ၊ အကျည်းတန်၊ သည်းခံလုပသည်'ဆိုတဲ့ အတိုင်း ဒေါသကြီးခဲ့လို့ ဒေါသကြီးနေလို့ ရုပ်ဆိုးအကျည်းတန်နေမယ်။

နောက်– 'ညှဉ်းဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနား ကျန်းမာသည်' ဆိုတဲ့အတိုင်း ကိုယ့်ချစ်သူက သူတစ်ပါး, သူတစ်ပါးတွေကို ညှဉ်းဆဲခဲ့လို့ အနာရောဂါ ထူပြောနေမယ်ဆိုရင် ကိုယ်ပဲ ဆေးကုပေးနေရမှာပါ။ အကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးကို ကိုယ်ကမခံရပေမယ့် ကိုယ့်ချစ်သူကိုကြည့်ပြီး ကိုယ်ပါ စိတ်ဆင်းရဲနေရတော့မှာပါ။ ဒီတော့ ကိုယ်လည်း တရားရှိဖို့ လိုသလို သူလည်း တရားရှိဖို့ လိုပြန်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်ချစ်သူလည်း တရားရှိဖို့ ကိုယ်က ကိုယ့်ချစ်သူကို တရားဟောပေးရမှာပါ။ တော်နေကြာ နောက်ဘဝမှာ လေဖြတ်တဲ့ချစ်သူနဲ့ ပြန်ဆုံနေရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ဒီလိုပြန်ဆုံမယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် တွေးသာကြည့်ပါတော့။ အမျှဝေသံ, သာခုခေါ်သံလေးတွေဟာ သံယောဇဉ်တွေကြားမှာ အခါအားလျော်စွာ ကြားနေမှ နောက်ဘဝပါ စိတ်အေးစိတ်ချရမှာပါ။ သတိထားပါ၊ လေဖြတ်တဲ့ချစ်သူနဲ့ ပြန်ဆုံနေမှာကို။

ဒီနေရာမှာ အမျှဝေတာနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြောပြချင်ပါသေးတယ်။

အမျှဝေတဲ့နေရာမှာ ၁။ ဒါနပြုပြီး အမျှဝေတာရယ်၊ ၂။ သီလဆောက်တည်ပြီး အမျှဝေတာရယ်၊ ၃။ သမထ ဝိပဿနာပွားများပြီး

http://www.dhammadownload.com

အမျှဝေ တာရယ်ဆိုပြီး သုံးမျိုးရှိပါတယ်။

၁။ ဒါနပြုပြီး အမျှဝေရင် အမျှဝေတဲ့သူဟာ ဒါနကုသိုလ်ကို ထပ်မံရရှိပါတယ်။ လူတစ်ရာ သာဓုခေါ်ရင် ဒါနကုသိုလ်တစ်ရာ ထပ်မံ ရရှိပါတယ်။ လူတစ်ထောင် သာဓုခေါ်ရင် ဒါနကုသိုလ် တစ်ထောင် ထပ်မံ ရရှိပါတယ်။ သာဓုခေါ်ကြတဲ့ လူတစ်ရာ၊ လူတစ်ထောင်တွေလည်း ဒါန ကုသိုလ်ကို ရကြပါတယ်။

၂။ သီလဆောက်တည်ပြီး သီလ ကုသိုလ်ကို အမျှဝေရင် သီလ ကုသိုလ်ကို ထပ်မရတော့ပါဘူး။ ဒါနကုသိုလ်ကိုပဲ ရရှိပါတယ်။ သာဓု ခေါ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ သီလကုသိုလ် မရကြပါဘူး။ ဒါနကုသိုလ်ကိုပဲ ရကြပါတယ်။

၃။ သမထ ဝိပဿနာပွားများပြီး အမျှဝေရင် သမထ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကို ထပ်မရတော့ပါဘူး။ ဒါနကုသိုလ်ကိုပဲ ရပါတယ်။ သာဓု ခေါ်တဲ့သူတွေလည်း သမထ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကိုတော့ မရပါဘူး၊ ဒါန ကုသိုလ်ကိုပဲ ရရှိပါတယ်။

အမျှဝေတာနဲ့ သာဓုခေါ်တာဟာ ဒါနထဲမှာ ပါပါတယ်။ ဒီသုံးမျိုးကို သဒ္ဓမ္မရံသီ ဆရာတော်ကြီးက မှတ်ရလွယ်အောင် ဆောင်ပုဒ်လေး စီပေးထားပါတယ်။

၁။ ဒါနဝေလျှင်၊ ဒါနပင်၊ အမှန်ပင် ရရှိသည်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အတူတူပြုခဲ့ရင် ဘဝ အဆက်ဆက် ဆုံတွေ့ဦးမှာပါပဲ။ ဘဝအဆက်ဆက် ဆုံတွေ့တဲ့အခါ ကိုယ်လည်း တရားရှိဖို့ လိုသလို ကိုယ့် ချစ်သူလည်း တရားရှိဖို့ လိုပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com



၂။ သီလဝေလျှင်၊ ဒါနပင်၊ အမှုန်ပင် ရရှိသည်။

၃။ ဘာဝနာဝေလျှင်၊ ဒါနပင်၊ အမှုန်ပင် ရရှိသည်။

စိတ်ထဲမှာ ရှင်းကြရဲ့လား မသိပါဘူး။ မရှင်းသေးဘူးဆိုရင် ပုညကြိယ ဝတ္ထု(၁၀)ပါးကို အာရုံပြုကြည့်လိုက်ပါ။

ပုညကြိယဝတ္ထု(၁၀)ပါး

၁။ ဒါန = ပေးကမ်းလှူဒါန်းမှု၊ ၂။ သီလ = ၅-ပါး၊ ၈-ပါး၊ ၁၀-ပါးစသော သီလဆောက်တည်မှု၊ ၃။ ဘာဝနာ – ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းမှု၊ ၄။ အပစာယန = အသက်သိက္ခာကြီးသူအား အရိုအသေပြုမှု၊ ၅။ ဝေယျာဝစ္စ = သူများကုသိုလ်ကိစ္စ၌ ကူညီဆောင်ရွက်မှု၊ ၆။ ပတ္တိဒါန = မိမိရသော ကုသိုလ်အဖို့ကို အမျှဝေမှု၊ ၇။ ပတ္တာနုမောဒန = မိမိသို့ ရောက်လာသော ကုသိုလ်အဖို့ကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သာဓုခေါ်မှု၊ ၈။ ဓမ္မသဝန = တရားနာမှု၊ ၉။ ဓမ္မဒေသနာ = လာဘ်လာဘကို မငဲ့ဘဲ တရားဟောမှု၊ ၁၀။ ဒိဋ္ဌုကမ္မ = အယူကို ဖြောင့်မတ်စွာပြုမှု။

ဒီ(၁၀)ပါးကို ဒါန – သီလ – ဘာဝနာထဲ ပြန်သွင်းပုံ လက််ာလေးကို အရင်ကျက်ထားလိုက်ရအောင်ပါ။

ဒါန၊ သီလာ၊ ဘာဝနာ သုံးဖြာစဉ်၍ခင်း။

http://www.dhammadownload.com

စနှစ်ကိုလယ်၊ လယ်နှစ်ကိုစ၊ နောက်မှ နောက်ချင်းသွင်း။

ကဲ.. ရပြီလား။ လက်ံကို ရှင်းပြရအောင်ပါ။ ပုညကြိယဝတ္ထု (၁၀)ပါးကို သေချာပြန်ကြည့်ထားလိုက်ပါ။ တတ်နိုင်ရင် ခဲတံလေးနဲ့ လိုက်တို့လိုက်ပါ။

ဒါန–သီလ–ဘာဝနာကို အစဉ်အတိုင်းထားလိုက်ပါတဲ့၊ အစဖြစ်တဲ့ အပစာယန၊ ဝေယျာဝစ္စ (၂)ပါးကို အလယ်ဖြစ်တဲ့ သီလထဲမှာ သွင်းလိုက်ပါတဲ့။

အလယ်ဖြစ်တဲ့ ပတ္တိဒါန၊ ပတ္တာနုမောဒန(၂)ပါး ကို အစဖြစ်တဲ့ ဒါနထဲမှာ သွင်းလိုက်ပါတဲ့။

နောက်ဖြစ်တဲ့ ဓမ္မဿဝန၊ ဓမ္မဒေသနာ၊ ဒိဋ္ဌုကမ္မ (၃)ပါးကို ဘာဝနာထဲမှာ သွင်းလိုက်ပါတဲ့။

ဒီခွဲပြပုံလေးကိုအာရုံပြုလိုက်ရင် ဘာတွေဟာ ဘယ်ထဲမှာ ပါတယ်ဆိုတာ ခွဲခြားသိလို့ ရပါပြီ။

အမျှဝေတာ၊ သာဓုခေါ်တာဟာ ဒါနထဲမှာပါတဲ့အတွက် ဒါန ကုသိုလ်ပဲရတာပါ။

တရားနာတာ၊ တရားဟောတာကတော့ ဘာဝနာထဲမှာ ပါနေပါတယ်။

ဒါကိုထောက်ပြီး ကိုယ့်ချစ်သူကို တရားဟောတာ၊ ကိုယ့်ချစ်သူဟောတဲ့တရားကို နာတာတွေဟာ ဘာဝနာထဲမှာ ပါနေပါတယ်။

အရိုအသေပေးတာ၊ ဝေယျာဝစ္စလုပ်တာတွေကတော့ သီလထဲမှာ ပါပါတယ်။

လိုရင်းကတော့ ကိုယ့်ချစ်သူ၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့သူကို တရားဟောတာဟာ အမတဒါန = နိဗ္ဗာန်အလှူ၊ အမြတ်ဆုံး အလှူကြီးကို ပေးလှူလိုက်တာပါပဲ။

အမေကို ချစ်တယ်၊ အဖေကို ချစ်တယ်၊ သား သမီးကို ချစ်တယ်၊ သူငယ်ချင်းကို ချစ်တယ်၊ မိတ်ဆွေကို ချစ်တယ်၊ ချစ်သူကို ချစ်တယ်ဆိုရင် တရားဟောရမှာပါ၊ တရားဟောရင်း အမြတ်ဆုံး ကုသိုလ်တွေယူရမှာပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က ဝမုမာတာထေရီ ဆိုတာရှိပါတယ်။ သူလူ့ဘဝတုန်းက သူ့ရဲ့သားလေးရဲ့ နာမည်က ဝမုပါ။ ဝမုဆိုတာ တိုးပွားခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ သားနာမည်ကို အစွဲပြုပြီး 'ဝမုမာတာ = တိုးပွားအမေ'လို့ ခေါ်ကြတာပါ။

ယောကျ်ားဆုံးပြီးကာလတစ်ခုကြာတော့ ဘိက္ခုနီမ ဝတ်ပါတယ်၊ ဘိက္ခုနီမဝတ်တော့လည်း ဝမုမာတာထေရီရယ်လို့ ခေါ်ဝေါ်ထင်ရှားသွားပြန်ပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ကြိုးစားအားထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတယ်။

နောက်လူ့ဘဝမှာ ကျန်ခဲ့တဲ့သား 'မောင်တိုးပွား' ကို ခေါ်ပြီး ကိုရင်ဝတ်ပေးပါတယ်။ သားကိုရင် အသက် နှစ်ဆယ်ပြည့်ပြန်တော့လည်း ရဟန်းဘောင်ကို ပို့ဆောင်ပေးပြန်ပါတယ်။ သားရဟန်း ဝမုထေရ်ဟာ စာသင်ရင်း ပိဋကတ်သုံးပုံကို ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်သွားပါတယ်။ သားရဟန်းက တရားဟောပြန်တော့လည်း နာမည်ကျော် ဓမ္မကထိကတစ်ပါး ဖြစ်သွားပြန်ပါတယ်။ နာမည်ကျော် စာတတ် ဓမ္မကထိကဖြစ်လာတော့ ကြည်ညိုသူတွေပေါပြီး လာဘ်လာဘတွေ ပေါချင်တိုင်းပေါနေပါတော့တယ်။ တရားဟောတာနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်နေတဲ့အတွက် ဝိပဿနာတရားအားထုတ်မှုကို မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကို မိခင်ထေရီမက မနှစ်သက်ပါဘူး။

တစ်နေ့မှာတော့ ဓမ္မကထိကသားရဟန်းဟာ မိခင် ဘိက္ခုနီမကျောင်းကို သင်္ကန်းမရဲ့ကြွလာပါတယ်။ ကျောင်းထဲရောက်တော့ မိခင်ထေရီမက တုတ်ကို ကိုင်ပြီး 'အို သားရဟန်း ဘာဖြစ်လို့ သင်္ကန်းမရဲ့ဘဲ ဘိက္ခုနီမကျောင်းကို လာရတာလဲ သင့်အမူအရာကို ပြန်ကြည့်ပါဦး၊ တရားဟောတာ၊ ဂန္ထဓုရလုပ်တာနဲ့ပဲ အချိန်ပုပ်နေတယ်။ မာန်မာနကလည်း တက်ကြွနေသေးတယ်။

ရဟန်းတစ်ပါး တကယ်လုပ်ရမယ့် ဝိပဿနာ ဘာဝနာအလုပ်ကို သာ လုပ်ပါ။ ကိုယ်ဟန်ကြော့ကြော့မော့မော့နဲ့ အမူအရာကိုပြင်ပါ'လို့ ဆိုပြီး ခပ်တင်းတင်းလေး ပြောလိုက်ပါတော့တယ်။

သားရဟန်းလည်း မိခင်ထေရီမ ပြောစကားကြားရတော့ ချက်ချင်း

http://www.dhammadownload.com

သတိရပြီး 'မိခင်.. ကျွန်ုပ်မှားပါပြီ၊ နောင် ဒီလိုအမူအရာတွေနဲ့ မနေတော့ပါဘူး'လို့ ဝန်ခံကတိပေးလိုက်ပါတယ်။

သားရဟန်း သတိဝင်သွားတော့ မိခင်ထေရီမကြီးက သားရဟန်းကို ဂါထာလေးတွေနဲ့ ထပ်မံဟောပြပေးပြန်ပါတယ်။

သားရဟန်းဟာ မိခင်ကျောင်းကပြန်ခဲ့ပြီး တရားဟောမှုတွေကို လုံးဝရပ်လိုက်ပါတယ်။ မိခင် ဖြစ်စေချင်တဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာပွားများမှုကိုပဲ ကြိုးစားအားထုတ်ပါတော့တယ်။ ပါရမီပါပြီးသားဆိုတော့ မကြာမီ ကာလမှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

ဇာတ်သိမ်းတော့ သားရဟန်းရော မိခင်ထေရီမကြီးရော အရဟတ္တဖိုလ် ကိုယ်စီရပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားကြပါတယ်။

ဇာတ်သိမ်းပိုင်းလေးက သိပ်လှတာပါ။ ဘယ်အချိန် ပြန်ဖတ်ဖတ် လှနေတာပါပဲ။ နောက်ဆုံးတော့ အားလုံး အားလုံးဟာ ဒီအတိုင်းပဲ ဇာတ်သိမ်းကြဖို့ လိုရင်းပါ။ သံသရာဘယ်လောက်ရှည်ကြရဦးမယ် မသိပါဘူး။

ဒီဝတ္ထုလေးမှာလည်း မိခင်က သားကို တရားဟောတာပါ။ တရားဟောတဲ့နေရာမှာလည်း ရိုးရိုးကွန်ဖြေရရ ထိုင်ပြီး ဟောတာတောင် မဟုတ်ပါဘူး။ တုတ်ကို ကိုင်ပြီး ခပ်တင်းတင်းလေး ဟောလိုက်တာပါ။

ဒီသဘကလေးတွေ ထောက်ပြီး

အားလုံးအားလုံးဟာ ဒီအတိုင်းပဲ ဇာတ်သိမ်းကြဖို့ လိုရင်းပါ။ သံသရာဘယ်လောက်ရှည်ကြရဦးမယ် မသိပါဘူး။



http://www.dhammadownload.com



သားအမိချင်း၊ ဇနီးမောင်နှံချင်း၊ ညီအစ်ကို မောင်နှမချင်း၊ မိတ်ဆွေချင်း၊ ချစ်သူချင်း ကိုယ်သိထားတဲ့ တရားလေးတွေကို ဟောပေးရမှာပါပဲ။ ဟောပေးရင် ကုသိုလ်တွေရနေတာပါပဲ။

ဒီလိုပါပဲ။ ရဟန်းအချင်းချင်းလည်း ဟောရမှာပါပဲ။ ကိုယ်ချစ်တဲ့ ရဟန်း၊ ကိုယ်သံယောဇဉ်ရှိတဲ့ရဟန်းကို ဟောရမှာပါပဲ။ စာတွေ အခြေခံ ရှိပြီးသားဆိုတော့ ဟောသူရော နာသူရောပိုလို့တောင် သဘောပေါက်လွယ်ဦးမှာပါ။ ချစ်တဲ့ ရဟန်းအချင်းချင်း ဟောမှလည်း ပိုပြီး လက်ခံတာပါ။

လိုရင်းကတော့ တရားဟောပြီးတိုင်း 'ဘုရား တပည့်တော် တရားဟောပြောရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု အဖို့ဘာဂသည် နိဗ္ဗာန်၏ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေ။ ဘုရား တပည့်တော် ဟောတဲ့တရားလေးကို နာကြားပြီး ကို.. ဘယ်သူ၊ မ.. ဘယ်သူတရားအသိလေးတွေ ရသွားပါစေ။ ရသည့်အားလျော်စွာ ကျင့်နိုင်ပါစေ။ ကျင့်နိုင်သည့် အားလျော်စွာ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက်အပံ့ကောင်းတွေ ရသွားပါစေ' လို့ နိဗ္ဗာန်ကို ဆုတောင်းတာရယ်၊ မေတ္တာပို့တာရယ်ကို အလေ့အကျင့် အထုံလေး လုပ်ထားရမှာပါ။ ကိုယ့်ရဲ့ တရားဟောပြောမှုဟာ နိဗ္ဗာန်ရဲ့အထောက်အပံ့ကောင်းတွေ ဆိုတာကိုလည်း အထူးအာရုံပြုထားရမှာပါ။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ချစ်တဲ့မိဘ၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့သားသမီး၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့ဇနီး၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့ခင်ပွန်း၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့မိတ်ဆွေ၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့သူငယ်ချင်း၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့ချစ်သူကို ကိုယ်သိတဲ့ တရားလေးတွေကို သိသလောက်ဟောလိုက်ဖို့ပါပဲ။

ဘဝမှာ ဘယ်သူကိုပဲချစ်ချစ်၊ ချစ်တဲ့သူကို တရား ဟောလိုက်ဖို့ပါပဲ။ တရားဟောလိုက်ရင် အမြတ်ဆုံး ကုသိုလ်တွေဖြစ်သွားတာပါပဲလေ။

ကျမ်းကိုး

၁။ ဝိမာနဝတ္ထုတော်ကြီး ။ မြို့မိဆရာတော်
၂။ အခြေပြုသင်္ကြိုဟ်။ အရှင်ဇနကာဘိဝံသ
၃။ သိကောင်းစရာဓမ္မပဒေသာ (တတိယတွဲ)
သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော်
၄။ ထေရီအပဒါန်ဝတ္ထုတော်ကြီး။ အရှင်ဓမ္မဿာမိဘိဝံသ။

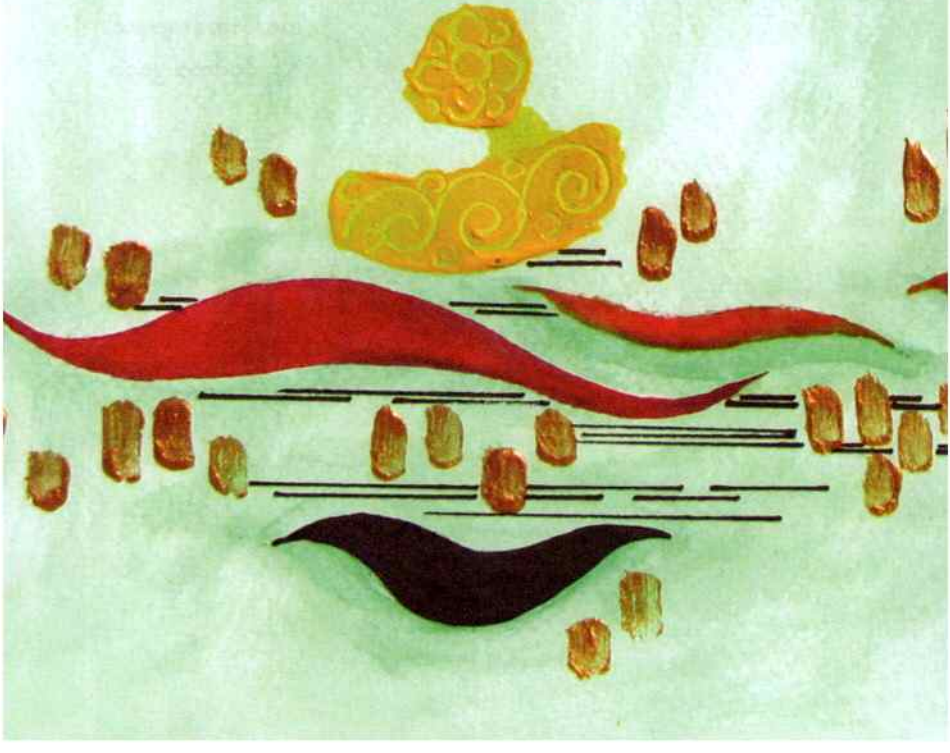
အလင်းတန်းဂျာနယ်
၁၄ နိုဝင်ဘာ ၂၀၁၁

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခါတုန်းက ဗာရာဏသီပြည်မှာ ဘုရင်တစ်ပါးဟာ တရား အားထုတ်ရင်း ပထမစျာန်ကို ရထားပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ သူဟာ 'ရဟန်းတရားက မြတ်သလား၊ မင်းအဖြစ်ကပဲ မြတ်သလား'လို့ ဆင်ခြင်မိပါတယ်။ သေချာဆင်ခြင်တော့ 'မင်းအဖြစ်ထက်

စွန့်ခြင်းနှင့် နှောင်ဖွဲ့ခြင်း



http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

ရဟန်းတရားက မြတ်တယ်'ဆိုတာ သိရပါတယ်။

ဒါကြောင့် တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ်ရေးကို အမတ်တွေနဲ့ လွှဲထားပြီး တရားကိုပဲ အားထုတ်နေပါတယ်။ အမတ်တွေကိုလည်း တရားနဲ့အညီ စီရင်ဖို့ တစ်ခါတည်း မိန့်မှာထားပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ အမတ်တွေက လာဘ်ပေးလာဘ်ယူမှုတွေ လုပ်ပြီး တရား စီရင်နေကြပါတယ်။ အမှုဖြစ်ရင် လာဘ်ပေးတဲ့သူကပဲ အနိုင်ရလေ့ရှိပါတယ်။

အမှုတစ်ခုမှာတော့ ဘုရင်နဲ့ အလွန်ရင်းနှီးတဲ့သူ တစ်ယောက် မှန်ပါလျက်နဲ့ တရားရှုံးသွားပါတယ်။ အဲဒီ တရားရှုံးသွားတဲ့ ဘုရင့်မိတ်ဆွေက ဘုရင့်ဆီ ပွဲတော်အုပ် လာဆက်ကပ်ပါတယ်။ ဆက်ကပ်ပြီး အမတ်တွေ တရားစီရင်တာ ငွေပေးနိုင်တဲ့သူကို အနိုင်ပေးနေတဲ့အကြောင်း လျှောက်ပြ လိုက်ပါတယ်။

နောက်တစ်နေ့ကျတော့ ဘုရင်လည်း အမတ်တွေ တရားစီရင်တဲ့ နေရာကို သွားကြည့်ပါတယ်။ ဘုရင်ကို မြင်လိုက်တာနဲ့ ပြည်သူပြည်သား တွေက ငွေပေးတဲ့သူကို အနိုင်ပေးပြီး အမှုတွေကို မတရားသဖြင့် စီရင် နေတဲ့အကြောင်းကို ဝိုင်းတိုင်ကြပါတော့တယ်။

ဘုရင်လည်း တရားစီရင်တဲ့နေရာကနေ ပြန်လာပြီး ပြာသာဒ် ထက်မှာ တရားရှုဖို့ ထိုင်လိုက်ပါတယ်။ ထိုင်လိုက်တာနဲ့ ပြည်သူတွေရဲ့ မကျေနပ်တဲ့အသံတွေက ကျယ်ကျယ်လောင်လောင်နဲ့ ပေါ်လာပြန်ပါ တယ်။ ဒါကြောင့် တရားကို ဆက်ရှုမှတ်လို့ မရတော့ပါဘူး။

ဒီတော့ ဘုရင်လုပ်သူက သံဝေဂ တော်တော်ဖြစ်သွားပါတယ်။ နောက် သံဝေဂနဲ့အတူ 'ငါဘုရင်လုပ်နေလို့ ဘာအကျိုးမှမရှိဘူး။ ရဟန်း တရားကပဲ မြတ်တယ်'လို့ သေချာသဘောပေါက်ပြီး မင်းအဖြစ်ကို စွန့်ပစ် လိုက်ပါတယ်။ ဆက်လက်ပြီး ဝိပဿနာရှုမှတ်လိုက်တာ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

(သုတ္တနိပါတ်အဋ္ဌကထာ၊ ခဂ္ဂဝိသာဏသုတ်)

မင်းနဲ့ စာဖတ်သူ၊ စာဖတ်သူနဲ့ မင်း။ မင်းနဲ့ စာရေးသူ၊ စာရေးသူနဲ့ မင်း တရားသဘောအရဆိုရင် ဘာမှ မဆိုင်ပါဘူး။ ကိုယ့်တရားနဲ့ကိုယ်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

သူ့တရားနဲ့သူပါပဲ။ ကောင်းတဲ့ တရားကို အားထုတ်ရင် ကောင်းတဲ့တရားကို ခံစားရမှာပါ။ မကောင်းတဲ့တရားကို အားထုတ်ရင် မကောင်းတဲ့ တရားကို ခံစားရမှာပါ။ ကိုယ်စွန့်မှ ကိုယ်ရမှာပါ။

ဒါပေမဲ့ ဘဝမှာ တစ်ခါတလေ စွန့်ဖို့ ခက်နေတာလေးတွေ ရှိနေတတ်ပါတယ်။ မိသားစု သံယောဇဉ်၊ တစ်သက်လုံး ရှာခဲ့ရတဲ့အရာတွေ တွေးမိပြန်ရင် ခက်သွားတတ်ပါတယ်။

တရားနဲ့ယှဉ်လာရင်တော့ စွန့်သင့်တဲ့အချိန်မှာ စွန့်သင့်တဲ့အရာတွေကို စွန့်ပစ်ရမှာပါပဲ။ အဲဒီအခါမျိုးမှာတော့ စွန့်ဖို့ခက်နေရင် 'သြော်.. ဘုရင်ဖြစ်သူတောင် တရားနဲ့ ယှဉ်လာရင် မင်းအဖြစ်ကို စွန့်သေးတာပဲ၊ ငါစွန့်ရမယ့်အရာက ဘာမှမဟုတ်ပါဘူးလေ'လို့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး အားယူလို့ ရပါတယ်။ တရားနဲ့ယှဉ်လာရင်တော့ စွန့်ရမှာပါပဲ။

တရားစခန်းဝင်ဖို့တောင် မိသားစုသံယောဇဉ်ကြောင့် အိမ်ကို တစ်ပတ်ဆယ်ရက် စွန့်ဖို့ ခက်နေတတ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် 'ငါမရှိရင် ဖြစ်ပါ့မလား'ဆိုတဲ့ အတွေးကြောင့်ပါ။

အပဒါန်အဋ္ဌကထာမှာ အကျိုးယုတ်စေတဲ့ နှောင်ဖွဲ့ခြင်းနှစ်မျိုးကို ပြထားပါတယ်။

၁။ 'သူဟာ ငါ့ရဲ့ အားကိုးရာပဲ၊ သူမရှိရင် ငါ့မှာ အားကိုးရာ မရှိဘူး။ သူရှိမှ ဖြစ်မယ်'ဆိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နိမ့်ရာက ထား

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နိမ့်ရာကပဲထားထား၊ မြင့်ရာကပဲထားထား နှောင်ဖွဲ့ခြင်းနှစ်မျိုးလုံးကတော့ မကောင်းတာ အမှန်ပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com



ပြီး နှောင်ဖွဲ့ထားခြင်း တစ်မျိုး။

၂။ 'သူတို့ဟာ ငါနဲ့ကင်းပြီး နေလို့ မရဘူး။ ငါဟာ သူတို့ရဲ့ အားကိုးရာပဲ'ဆိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မြင့်ရာက ထားပြီး နှောင်ဖွဲ့ခြင်းတစ်မျိုး။

ဒီနှောင်ဖွဲ့ခြင်းနှစ်မျိုးဟာ အကျိုးယုတ်စေတဲ့ နှောင်ဖွဲ့ခြင်းတွေပဲလို့ ဆိုပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နိမ့်ရာကပဲ ထားထား၊ မြင့်ရာကပဲထားထား နှောင်ဖွဲ့ခြင်း နှစ်မျိုးလုံးကတော့ မကောင်းတာ အမှန်ပါပဲ။

နှောင်ဖွဲ့ခြင်းနှစ်မျိုးမှာ ကိုယ်က ဘယ်ထဲမှာ ပါနေသလဲဆိုတာ ပြန်စိစစ်ကြည့်ရမှာပါ။ နိမ့်ရာကပဲ ပါနေသလား၊ မြင့်ရာကပဲ ပါနေသလား၊ ဘယ်ထဲမှာပဲ ပါပါ နှစ်မျိုးလုံးကတော့ တစ်ခုမှ မကောင်းပါဘူး။ ဒီနှောင်ဖွဲ့ခြင်းတွေကြောင့်ပဲ တစ်ပတ် ဆယ်ရက်တောင် တရားစခန်းဝင်ဖို့ ခက်နေတော့တာပါ။

တကယ်သေချာစဉ်းစားရင် ကိုယ်သေသွားရင်တောင် သူဟာနဲ့သူ ဖြစ်နေမှာပဲ။ သေလည်း သေရဦးမှာပါ။

နောက်တစ်ခုက လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ရိုးရိုးအားမကိုးဘဲ နှောင်ဖွဲ့ပြီး အားကိုးတာပါ။ အားကိုးတာကတော့ အားကိုးရမှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ နှောင်ဖွဲ့မှု မပါဖို့ပါ။

တကယ်တော့ အားကိုးပြီး တရားရအောင် အားထုတ်ရမှာပါ။ ဒါမှလည်း

http://www.dhammadownload.com

အားကိုးရတာ တန်တာပါ။ အားကိုးခံရသူလည်း တန်တာပါ။ နှောင်ဖွဲ့မှု ပါနေရင် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုးမရှိပါဘူး။ သူလည်း တရားနဲ့ ဝေး၊ ကိုယ် လည်း တရားနဲ့ ဝေးရတဲ့ဘဝပါ။ ကိုယ့်ဝန်းကျင်မှာ တရားတွေ ရှိနေပါလျက် နဲ့ တရားတွေနဲ့ ဝေးနေရတာတော့ အဓိပ္ပါယ်မရှိလှပါဘူး။ ကိုယ့်ဝန်းကျင် မှာ တရားတွေ မရှိလို့ တရားနဲ့ ဝေးရတာဆို တစ်မျိုးပါ။

တချို့ကျတော့ တရားအတွက်ဆိုပြီး စွန့်ချပစ်လိုက်ကြပါတယ်။ တကယ်တမ်း တရားနယ်ပယ်ထဲ ရောက်သွားရော အဆင်မပြေဖြစ်ပြီး မူရင်းဌာနေကိုပဲ ပြန်ရောက်လာသူတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါက အတိတ် တိတ်ဖြည့်ခဲ့တဲ့ ပါရမီတွေနဲ့လည်းဆိုင်ပါတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ပါရမီချင်း မတူပါဘူး။ ပါရမီရှင်တွေလို ယတိပြတ် မစွန့်နိုင်ပေမယ့် နည်းနည်း ချင်းတော့ စွန့်သွားရမှာပါ။

တရားနဲ့ယှဉ်ရင် စွန့်ရမယ်ဆိုပေမယ့် ကလေးမွေးပြီးပြီးချင်း ကလေး ကို စွန့်ထားခဲ့ပြီး သီလရှင် ဝတ်သွားတာမျိုးကျတော့လည်း အဆင်မပြေလှ ပါဘူး။ နို့တိုက်ဖို့ တာဝန်က ရှိပါသေးတယ်။ စွန့်တယ်ဆိုတာ နှောင်ဖွဲ့ခြင်း တွေကို စွန့်ရမှာပါ။ ရာထူးဌာနန္တရ ငွေကြေးဥစ္စာ ဇနီး ခင်ပွန်း သားသမီး စသည်တွေ အပေါ်မှာ နှောင်ဖွဲ့ထားတဲ့ နှောင်ဖွဲ့မှုတွေပါ။

ကျေးဇူးတော်ရှင် ယောဆရာတော်ဘုရား အမြဲ ဟောတာ ရှိပါ တယ်။ ကလေးငိုတာလည်း တရားပါပဲ၊ ကလေးထိန်းတာလည်း တရား ပါပဲတဲ့။ ကိုယ်က မေတ္တာဓာတ်နဲ့ သတိလေးတွေပါနေရင် တရားဖြစ်နေ တာပါပဲ။

အားလုံး ကြားဖူးတဲ့ ထေရိကာဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးလေး တရား ရသွားတယ်ဆိုတာ မီးဖိုချောင်ထဲကပဲ တရားရသွားတာပါ။ ဒီတော့ သတိ ပါနေရင် ထမင်းချက်တာလည်း တရားပါပဲ၊ ဟင်းချက်တာလည်း တရား ပါပဲ၊ ကော်ဖီဖျော်တာလည်း တရားပါပဲ။

ကိုယ့်ဝန်းကျင်မှာ အားကျအတုယူရမယ့်သူတွေ အများကြီးရယ် ပါ။ ရဟန်းထဲမှာရော လူထဲမှာရော အများကြီးမှ အများကြီးပါ။ ကိုယ်က သတိမပြုမိလို့ပါ။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခါက ဦးဇင်းလေးတစ်ပါး နယ်က ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးကို သွားဖူးပါသတဲ့။ ဆရာတော်ကြီးကို ဖူးတဲ့အချိန်မှာ ဆရာတော်ကြီးက ယောဂီတွေကို တရားစစ်ပေးနေတဲ့ အချိန်ပါ။

ဆရာတော်ကြီးမိန့်တဲ့အထဲမှာ ထူးဆန်းတာတွေ ပါနေပါသတဲ့။ ဒီတော့ ဦးဇင်းလေးက 'ဒါတွေဟာ ဘုရားလက်ထက်တုန်းကပဲ ရနိုင်ရှိနိုင်တာ၊ ဒီခေတ်မှာ မရှိနိုင်တော့ပါဘူး၊ ဆရာတော်ကြီး လျှောက်ပြောနေတာ' လို့ စိတ်ထဲက တွေးလိုက်ပါသတဲ့။

ဆရာတော်ကြီးက ချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ ဦးဇင်းလေးဘက်လှည့်ပြီး 'ဦးဇင်းလေးရဲ့ ကိုယ်မရတာနဲ့ မရနိုင်ဘူး၊ မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ မတွေးရဘူး။ မသိဘဲနဲ့ ပြစ်မှားမိရင် အပြစ်ဖြစ်တတ်တယ်'လို့ မိန့်လိုက်ပါသတဲ့။

ဦးဇင်းလေးလည်း တော်တော်လေး ထိတ်လန့်သွားပြီး ဆရာတော်ကြီးကို တောင်းပန်ပြီး ပြန်ခဲ့ပါသတဲ့။

အဲဒီဆရာတော်ကြီးဟာ စာရေးသူ ငယ်သူငယ်ချင်းရဲ့ဆရာတော်ကြီးပါ။ သူငယ်ချင်း ဦးဇင်းကို ဆရာတော်ကြီးဆီက 'နည်းနာနိဿယ ယူထားလိုက်သလား'လို့ မေးကြည့်တော့ 'အဲဒီတုန်းက တပည့်တော်တို့က ကိုရင်ငယ်ငယ်ပဲ ရှိသေးတယ်။ ကိုယ်နဲ့မဆိုင်ဘူး၊ ဒါဆရာတော်ကြီးတွေရဲ့ အလုပ်လို့ ထင်ခဲ့တာ။ ဆရာတော်ကြီး သက်တော်ကြီးလာမှ ဆရာတော်ကြီး တရားအဆင့်တစ်ခုတော့ ရနေလောက်ပြီလို့ ခန့်မှန်းမိတာ' လို့ ပြန်ပြောပြပါတယ်။

ဒီခေတ်မှာ တကယ် ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်နေတဲ့သူတွေ အများကြီးရှိနေတာဆိုတော့ မပြစ်မှားမိအောင်နေတာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ပြစ်မှားမိလို့ ကိုယ်ပြစ်မှားမိတဲ့သူက အရိယာဖြစ်နေရင် အရိယူပဝါဒက် ထိုက်သွားပါလိမ့်မယ်။ မစားရမသောက်ရ ကြီးမားလှတဲ့အကုသိုလ်ကံကြီးကို ကျူးလွန်မိသွားတာပါ။ ပြစ်မှားတာကတော့ အရိယာကို ပြစ်မှားမှသာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်ထက် သီလ သမာဓိကြီးသူကို ပြစ်မှားလည်း အပြစ်ပါပဲ။

စွန့်တဲ့သူတွေကတော့ စွန့်ပြီး အားထုတ်နေကြတာပါ။ ကိုယ်ပဲ

http://www.dhammadownload.com

မစွန့်နိုင် ဖြစ်နေတာပါ။ စွန့်ခြင်းရဲ့ အကျိုးရလဒ်ကို မသိလို့ မစွန့်နိုင်ကြတာပါ။ ရလဒ်ကိုသိတဲ့သူတွေကတော့ စွန့်နေကြတာပါပဲ။

လောကမှာ စွန့်တဲ့သူတွေကစွန့်ပြီး နှောင်ဖွဲ့တဲ့သူတွေက နှောင်ဖွဲ့နေကြတာပါ။ ဒီရာထူး ဌာနန္တရ ငွေကြေး ဥစ္စာ ဇနီးခင်ပွန်း သားသမီး သက်ရှိသက်မဲ့တွေကိုပဲ နှောင်ဖွဲ့ထားကြပါတယ်။ နှောင်ဖွဲ့တော့ မစွန့်လွှတ်နိုင်ဘဲ ဖြစ်နေကြတာပါ။ ဒီတော့ တရားနဲ့ ဝေးသထက် ဝေးနေတော့တာပါ။ တရားနဲ့ ဝေးနေတော့ အမှားအမှန်လည်း မသိတော့ပါဘူး။

တချို့ နှောင်ဖွဲ့မှုတွေကျတော့ နှောင်ဖွဲ့သူတင် နစ်နာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ နှောင်ဖွဲ့သူနဲ့ ဆက်စပ်သူ မှန်သမျှပါ ထိခိုက်နစ်နာရတော့တာပါ။

စာရေးသူရော စာဖတ်သူရော စွန့်ချိန်တန်ရင် စွန့်ရမှာပါပဲ။ ဒီလိုပါပဲ စွန့်သင့်တာကို စွန့်ရမှာပါပဲ။ အထူးသဖြင့် တရားနဲ့ ယှဉ်လာရင်တော့ အားလုံးအားလုံးကို စွန့်ရမှာပါပဲ။ မစွန့်နိုင်သေးရင်တောင် စွန့်နိုင်အောင် ကြိုးစားယူရမှာပါ။

တစ်ခါတလေ ပုထုဇဉ် အားလျော်စွာ စွန့်ဖို့ခက်နေရင် ဘုရားအလောင်း စွန့်ခဲ့တာလေးတွေ၊ အထက်က ပစ္စေကဗုဒ္ဓါလောင်း မင်းစည်းစိမ်ကို စွန့်ခဲ့တာလေးတွေကို အာရုံပြုပြီး 'သြော်.. အလောင်းတော်တွေ ပါရမီ

စွန့်တဲ့သူတွေကတော့ စွန့်ပြီး အားထုတ်နေကြတာပါ။ ကိုယ်ပဲ မစွန့်နိုင် ဖြစ်နေတာပါ။ စွန့်ခြင်းရဲ့ အကျိုးရလဒ်ကို မသိလို့ မစွန့်နိုင်ကြတာပါ။



http://www.dhammadownload.com



ရှင်တွေဟာ တရားနဲ့ယှဉ်လာရင် မင်းစည်းစိမ်တောင် စွန့်ကြသေးတာပဲ၊ ငါစွန့်ရမယ့်အရာကသူတို့လောက် မကြီးမားပါဘူး'လို့ အားကျအတုယူလို့ ရပါတယ်။

မိတ်ဆွေလေးမျိုးရှိတဲ့ အထဲမှာ အတွင်္ကာယီ မိတ်ဆွေဆိုတာ ရှိပါတယ်။ မြန်မာလိုပြောရရင်တော့ အကျိုးရှိအောင် ပြောပြတတ်တဲ့ မိတ်ဆွေလို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီမိတ်ဆွေဖြစ်ဖို့ အင်္ဂါလေးပါးနဲ့ ပြည့်စုံရပါတယ်။ အင်္ဂါလေးပါး ဆိုတာက–

၁။ မကောင်းမှု အကုသိုလ် လုပ်နေရင် တားမြစ် ပြောပြပေးရပါတယ်။

၂။ ကောင်းမှုကုသိုလ် လုပ်အောင် တိုက်တွန်း ပြောပြပေးရပါတယ်။

၃။ မကြားဖူးတဲ့ တရားစကားကို ပြောပြပေးရပါတယ်။

၄။ ချမ်းသာရောက်ကြောင်း ဖြစ်တဲ့ နတ်ပြည်လမ်း၊ မင် ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်လမ်းကို ညွှန်ကြားပြောပြပေးရပါတယ်။ ဒီ လေးမျိုးပါ။

ကိုယ်က ဒီအင်္ဂါလေးချက်ကို အာရုံပြုပြီး ကိုယ်ချစ်တဲ့ မိတ်ဆွေတွေကို တားသင့်တာကိုတားပြီး တိုက်တွန်းသင့်တာကို တိုက်တွန်းရမှာပါ။ တရားစကားတွေကို ပြောပြ

http://www.dhammadownload.com

ပေးရမှာဖြစ်သလို နတ်ပြည် မင်္ဂဖိုလ်ရကြောင်းတွေကိုလည်း ညွှန်ကြားပြောပြပေးရမှာပါပဲ။

ကိုယ်တားတာ တိုက်တွန်းတာတွေကို သူမကြိုက်ပေမယ့် ကိုယ်ချစ်တဲ့သူ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ ဆိုးကျိုးမဖြစ်ဖို့ သူကြိုက်ကြိုက် မကြိုက်ကြိုက် တားရ၊ တိုက်တွန်းရမှာပါ။ ဒါမှ အတ္ထကာမီမိတ်ဆွေ ဝိသမှာပါ။

စာရေးသူ စာရေးတဲ့အခါ နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ရံ့မကပါဘူး၊ ဒီသဘောလေးတွေကိုလည်း အာရုံပြုပြီး ရေးပို့နေပါတယ်။ တကယ်တော့ စာရေးသူကချည်း ရေးပြ ဟောပြနေရပါတယ်။ စာဖတ်သူက ရေးပြ ဟောပြတာလေးတွေကိုလည်း တစ်လှည့် နာချင်ပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့် ဖုန်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် Emailနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် ဟောပြပေးပါဦး။ စာဖတ်သူတွေ ဟောပြတာလည်း နာချင်လို့ပါ။ ဒါမှလည်း အပြန်အလှန် ညီမျှမှာပေါ့။ ပြီးတော့ စာဖတ်သူတွေက ဆရာတော်မျိုးစုံဆီက နာထား၊ ဖတ်ထားတာရယ်၊ ကိုယ်တွေ့ဘဝအတွေ့အကြုံတွေရယ်ကြောင့် ပိုလို့တောင် နာလို့ ကောင်းဦးမှာပါ။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် တရားနဲ့ယှဉ်လာရင်တော့ စွန့်လိုက်တာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

ကျမ်းကိုး

ထေရအပဒါန်ဝတ္ထုတော်ကြီး၊
အရှင်ဓမ္မသာမိဘိဝံသ

အလင်းတန်းဂျာနယ်
၅ ဒီဇင်ဘာ ၂၀၁၁

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က ဒန္တီကာ ဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးလေး တစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဒန္တီကာ အရွယ်ရောက်တဲ့အခါမှာပဲ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့ ဇေတဝန်ကျောင်း ရေစက်ချ အလှူပွဲကြီးနဲ့ ကြုံလိုက်ရပါတယ်။ အဲဒီ ကျောင်း ရေစက်ချပွဲကြီးကို ကြည့်ဖြီး သာသနာ့



ပေါ့စတစ်အတွေးနှင့် စိတ်ချမ်းသာမှု

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

ဘောင်ကို ဝင်ချင်တဲ့စိတ် စဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ချက်ချင်း မဝင်နိုင်ခဲ့ပါဘူး။

ဒန္တိကာဟာ ဇေတဝန်ကျောင်းရေစက်ချပြီး နောက်ပိုင်း သာသနာ့ဘောင်ကို မဝင်နိုင်သေးပေမယ့် သရဏဂုံနဲ့ ငါးပါးသီလကို အမြဲ ဆောက်တည်နေခဲ့ပါတယ်။

ကာလတစ်ခုကြာလာတဲ့အခါမှာတော့ ဒန္တိကာဟာ မိဘတွေကို ခွင့်တောင်းပြီး မိထွေးတော် ဂေါတမီဆီမှာ ဘိက္ခုနီမ ဝတ်လိုက်ပါတယ်။ ဘိက္ခုနီမဝတ်လိုက်တော့ ဒန္တိကာထေရီရယ်လို့ အမည်တွင်သွားပါတယ်။

ဒန္တိကာထေရီဟာ ဘိက္ခုနီမဝတ်ပြီးတာနဲ့ ဆရာဥပဇ္ဈာယ် မိထွေးတော် ဂေါတမီရဲ့ အဆုံးအမ တရားစကားကို နာကြားပြီး ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်နေပါတော့တယ်။ ဒါပေမဲ့ စိတ်မတည်ငြိမ်လို့ သမာဓိမရဘဲ ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒီတော့ တရားအားထုတ်ရတာ အဆင်မပြေတော့ပါဘူး။

တစ်နေ့မှာတော့ ဒန္တိကာထေရီဟာ ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်ပေါ်ကို တစ်ပါးတည်း တက်ခဲ့ပါတယ်။ တောင်ပေါ်ရောက်တော့ အရှေ့အနောက် တောင်မြောက် ဝဲယာကြည့်ရင်း ဆင်တစ်ကောင်နဲ့ ဆင်ဆရာကို တွေ့ရပါတယ်။ ကြည့်လက်စနဲ့ ဆက်ပြီး ကြည့်နေမိပါတယ်။

ဆင်ဆရာက ဆွန်းကိုကိုင်ပြီး 'ခြေထောက်ဆန့်ပေးစမ်း'လို့ ပြောလိုက်ပါတယ်။ ဆင်ကြီးကလည်း ခြေထောက်ဆန့်ပေးပါတယ်။ ဒီတော့ ဆင်ထိန်းက ဆင်ပေါ်ကို လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ တက်သွားပါတယ်။

ဆင်နဲ့ ဆင်ဆရာရဲ့မြင်ကွင်းကိုကြည့်ပြီး ဒန္တိကာထေရီဟာ 'ဆင်ဆရာ ဆွန်းကိုကိုင်ပြီး ရှေ့ပိုင်းမှာ မယဉ်ကျေးတဲ့ ဆင်ရိုင်းကို လူတွေအလိုလိုက်အောင် ဆုံးမသလို ပျံ့လွင့်နေတဲ့ ငါရဲ့စိတ်ကို ဆုံးမရင် ရနိုင်တယ်။ ဝီရိယဆွန်းနဲ့ ငါရဲ့ ပျံ့လွင့်နေတဲ့စိတ်ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမမယ်'ဆိုပြီး အတွေးသံဝေဂ အဖြေရသွားပါတယ်။

ဒန္တိကာထေရီဟာ ဆင်ရိုင်းနဲ့ဆင်ဆရာကို ဥပမာယူပြီး ဝီရိယဆွန်းနဲ့ စိတ်ကိုဆုံးမရင်း စိတ်တွေ ကြည်လင်လာပါတယ်။ စိတ်တွေ

http://www.dhammadownload.com

ကြည်လင်လာတော့ သမာဓိပါ ရလာပါတယ်။ သမာဓိ ရလာတာနဲ့အမျှ ဝိပဿနာတရားကို ဆက်အားထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

(ထေရီအင်္ဂကထာ-ဒန္တီကာထေရီဝတ္ထု)

တကယ်ဆို ကိုယ် အားထုတ်နေတဲ့ ဝိပဿနာတရားနဲ့ ဆင်နဲ့ ဆင်ဆရာရဲ့ အပြုအမူနဲ့ ဘာမှမဆိုင်ဘူးလို့ ထင်စရာ ရှိပါတယ်။ ဘေးက ကြည့်ရင်လည်း 'ဒီ ဘိက္ခုနီမ ဆင်စီးတာကိုပဲ ကြည့်နေရတယ်လို့ ကိုယ့်တရား ကိုယ် အားထုတ်တာမဟုတ်ဘူး'ဆိုပြီး ဝေဖန်ချင်စရာပါ။ ဒန္တီကာထေရီအတွက်တော့ ဆင်နဲ့ ဆင်ဆရာရဲ့ မြင်ကွင်းလေးကိုပဲ ကိုယ့်ဘဝ ဖြစ်စဉ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ကိုယ့်အတွက် အသုံးချ သွားခဲ့တဲ့ တကယ့် သာဓကလေးတစ်ခုပါပဲ။

တစ်ခါတလေ တချို့ မြင်ကွင်းတွေဟာ ကိုယ်နဲ့ မဆိုင်ဘူးလို့ ထင်ရပေမယ့် ဒန္တီကာ ထေရီတို့လို ယူတတ်ရင် ကိုယ့်အတွက်တော့ တရားအားလေးတွေပါပဲ။

မြင်ကွင်းကို ရိုးရိုး မကြည့်ဘဲ ကိုယ့်အလုပ်နဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ကြည့်သွားတာပါ။ အထူးသဖြင့် တရားနဲ့ ယှဉ်ပြီး ကြည့်သွားတာပါ။ ဒီတော့ မြင်ကွင်းအားလုံးဟာ ကြည့်တတ်ရင် တရားတွေချည်းပါပဲ။ မကြည့်တတ်ရင်တော့ ဒေါသ



မြင်ကွင်းအားလုံးဟာ ကြည့်တတ်ရင် တရားတွေချည်းပါပဲ။ မကြည့်တတ်ရင်တော့ ဒေါသတွေ၊ အာဃာတတွေ၊ အမုန်းတွေ၊ ဣဿာမစ္ဆရိယတွေ၊ တဏှာရာဂတွေချည်း ဖြစ်နေမှာပါ။

http://www.dhammadownload.com



တွေ၊ အာဃာတတွေ၊ အမုန်းတွေ၊ ကျသာမစ္ဆရိယတွေ၊ တဏှာ ရာဂတွေ ချည်း ဖြစ်နေမှာပါ။

ဒန္တိကာထေရီတို့လို တရားထူး မရပေမယ့် မြင်ကွင်းတွေကို တရားနဲ့ ယှဉ် ကြည့်တတ်တာလေးကိုတော့ ကိုယ်က အတုယူရမှာပါ။

တရားနဲ့ကြည့်ရင် စိတ်ချမ်းသာ ပြီး မတရားနဲ့ ကြည့်ရင် စိတ်ဆင်းရဲရ တော့တာပါ။ ဒါက တကယ့် လက်တွေ့ ပါ။

တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရင် ပေါ့စတစ်အတွေးနဲ့ နဂ္ဂတစ်အတွေးပါ။ ပါရမီပါခဲ့သူတွေဟာ ကြုံလာတဲ့ အာရုံ တစ်ခုကို ပေါ့စတစ်အတွေးနဲ့တွေးပြီး စိတ်အေးချမ်းမှုကို ယူသွားကြတာပါ။ အထူးသဖြင့် နဂ္ဂတစ်အတွေးနဲ့ တွေးရင် စိတ်ဆင်းရဲရတယ်ဆိုတာ သေချာ သိ ထားရလို့ပါ။

ဘဝရဲ့တစ်နေ့တာမှာ အာရုံ မျိုးစုံနဲ့ ကြုံနေရမှာပါ။ ကြိုက်တဲ့အာရုံ ရော မကြိုက်တဲ့ အာရုံရော ပါနေမှာပါ။ နဂ္ဂတစ်အတွေးရဲ့ ဆိုးကျိုးဆိုးပြစ်ကို သိထားပြီး ပေါ့စတစ်အတွေးနဲ့ တွေး တတ်တာလေးကို လေ့ကျင့်ထားရမှာပါ။

နဂ္ဂတစ်နဲ့ ကြည့်မိရင် ဒေါသ၊ အာဃာတ စသည်တွေ ဝင်လာတတ်ပါ

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ ဒီတရားတွေ ဝင်လာပြီဆိုရင်တော့ နောက်ဆုံး ရလဒ်က စိတ်ဆင်းရဲရတော့တာပါ။

လူဟာ တစ်ခုခုကို လုပ်ပါများရင် စွဲနေတတ်ပါတယ်။ နဂ္ဂတစ်နဲ့ ကြည့်တတ်တာ အကျင့်ဖြစ်နေရင် ဘယ် မြင်ကွင်းပဲကြည့်ကြည့် နဂ္ဂတစ်နဲ့ပဲ ကြည့်နေတော့တာပါ။ စွဲနေတဲ့အစွဲကို ဖျောက်ဖို့ သိပ်ခက်ပါတယ်။ နဂ္ဂတစ်နဲ့ ကြည့်မိလိုက်လို့ စိတ်ဆင်းရဲရတယ် ဆိုတာလည်း မသိတော့ပါဘူး။ အဲဒီ မသိတာက ပိုခက်နေတော့တာပါ။

နဂ္ဂတစ်နဲ့ ကြည့်တတ်တာစွဲနေရင် ကောင်းတဲ့ မြင်ကွင်း၊ ကုသိုလ်ဖြစ်စေတဲ့ မြင်ကွင်းကို မြင်ဦးတော့ နဂ္ဂတစ်နဲ့ပဲ ကြည့်နေတော့တာပါ။

ဒီနေရာမှာ ကိုယ့်ကိုဖေးမပြောပြပေးမယ့် မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်း သိပ်လိုပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်ကလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နဂ္ဂတစ်သဘောဖြစ်နေတယ်ဆိုတာသိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါမှ ဖေးမပေးရတဲ့သူလည်း လွယ်တာပါ။ ကိုယ့်ကို ချစ်တဲ့သူကပဲ ဖေးမမှာပါ။ မုန်းတဲ့သူကတော့ တကူးတကလာပြီး မဖေးမပါဘူး။ ဒီသဘောလေးတွေကို အာရုံပြုလိုက်ရင်လည်း ဖေးမလာသူကို တန်ဖိုးထားလာနိုင်ပါတယ်။ အဓိက ကိုယ်က ပြုပြင်ပြောင်းလဲချင်စိတ်ရှိဖို့ပါ။ ဆိုလိုတာက ကိုယ်က အဓိကပါ။

မြင်ကွင်းတစ်ခုကို ကြည့်တဲ့အခါ ပေါ့စတစ်နဲ့ ကြည့်တတ်တာ၊ နဂ္ဂတစ်နဲ့ကြည့်တတ်တာတွေဟာ အတိတ်ပါရမီတွေနဲ့လည်း ဆိုင်နေပါတယ်။

ပါရမီပါခဲ့တဲ့သူကတော့ ပေါ့စတစ်နဲ့ကြည့်ပြီး ပါရမီမပါခဲ့တဲ့သူကတော့ နဂ္ဂတစ်နဲ့ ကြည့်တော့တာပါ။ ကိုယ်က နဂ္ဂတစ်နဲ့ ကြည့်တတ်သူဆိုရင်လည်း ပြန်လေ့ကျင့်ယူရမှာပါ။ ပါရမီပါသူနဲ့ မပါသူဟာ နေရာတိုင်းမှာ သိပ်ကွာပါတယ်။

တစ်ခါက ဦးဇင်းအရှင်ဆန္ဒာဓိကနဲ့ တစ်နေရာကို ဆွမ်းစားကြွဖြစ်ပါတယ်။ ဆွမ်းစားပြီးလို့ ပြန်ထတော့ ဦးဇင်းအရှင်ဆန္ဒာဓိကက လက်အုပ်လေးချီပြီး 'အရှင်ဘုရားကို နေရာထိုင်ခင်း လှူပါတယ်။ ဤထိုင်ခင်း လှူရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် ဗောဓိညာဏ်၏ အထောက်အပံ့

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်ပါစေ'လို့ ပြောလာတော့ အောက်ကို ငုံ့ကြည့်မိလိုက်ပါတယ်။ အောက်မှာ မိမိထိုင်ထားတာက ဦးဇင်းအရှင်ဆန္ဒာဓိကရဲ့ ထိုင်ခင်းပါ။ ဦးဇင်းအရှင်ဆန္ဒာဓိကကလည်း မိမိရဲ့ ထိုင်ခင်းပေါ် ထိုင်ထားပါတယ်။ ထိုင်ခင်းမှားထိုင်မိကြတာပါ။

ဒီတော့ မိမိကလည်း 'ဘုန်းကြီးကိုလည်း ထိုင်ခင်းလှူပါတယ်၊ ဤကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေ'လို့ ကောက်ကာငင်ကာ အမြန်ဆုတောင်းလိုက်ရပါတယ်။ 'ဩော်.. အရှင်ဘုရား ရယ် ကုသိုလ်ယူတတ်လိုက်တာ'လို့ စိတ်ထဲက လေးစားကြည်ညိုလိုက်မိပါတယ်။

တရားနဲ့တွေးတတ်တာဟာ အတိတ်ပါရမီ, အလေ့အကျင့်တွေနဲ့လည်း ဆိုင်နေတာဆိုတော့ ပါရမီဆိုတာလည်း အလေ့အကျင့်ကြောင့် ဖြစ်လာရတာပါ။ ဒီတော့ ကိုယ်က အထုံဖြစ်အောင်လေ့ကျင့်ယူရမှာပါပဲ။

ပါရမီပါခဲ့သူကတော့ သစ်ရွက်ကြွေတာလည်း တရားနဲ့ ကြည့်မှာပါပဲ။ မီးပျက်တာလည်း တရားနဲ့ကြည့်မှာပါပဲ။ ခွေးချင်းကိုက်တာလည်း တရားနဲ့ကြည့်မှာပါပဲ။ သစ်ရွက်လေးတွေကြွေတာ ကြည့်ပြီး 'ဩော်.. သက်မဲ့ဖြစ်တဲ့ သစ်ရွက်ကလေးတွေ မမြဲသလို ငါရဲ့ ရုပ် နာမ်လည်း မမြဲဘူး။ မသေခင် ကုသိုလ်တရားတွေ ကြိုးစားအားထုတ်ထားမှ တော်ကာကျမယ်'လို့ ဆင်ခြင်မိသလို ခွေးချင်း ကိုက်တာကြည့်ပြီးလည်း 'ဩော်.. ဒေါသဆိုတာ တိရစ္ဆာန်တွေမှာလည်း ရှိတာပဲ။ ငါလည်း ဒေါသ မဖြစ်အောင် နေမှ တော်ကာကျမယ်'လို့ တရားသဘောနဲ့ကြည့်တော့တာပါ။

ဒီတော့ သစ်ရွက်ကြွေတာ၊ မီးပျက်တာ၊ ခွေးချင်း ကိုက်တာတွေဟာလည်း တရားနဲ့ ကြည့်တတ်သူအတွက်တော့ တရားတွေ ဖြစ်နေပါတော့တယ်။

ပါရမီမပါသေးရင်လည်း ဘာမှ စိတ်ပျက်စရာ မလိုပါဘူး။ ရနိုင်သမျှ ဖြည့်ဖြည့်ယူသွားရမှာပါပဲ။ သံသရာ အများကြီး ကျင်လည်ခဲ့တာဆိုတော့ ပါရမီလုံးဝမပါတဲ့သူတော့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ပါရမီရှင်တွေနဲ့ ယှဉ်လိုက်ရင် ကိုယ်က နည်းနေတာပဲဖြစ်မှာပါ။ ပါရမီနည်းနေရင် ပိုဖြည့်ရုံပဲ

http://www.dhammadownload.com

ရှိတော့တာပါ။

ဒီနေရာမှာ ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးကို အာရုံပြုကြည့်ရအောင်ပါ။

ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုး –

၁။ ဥဂ္ဃဋိတညူပုဂ္ဂိုလ် = အကျဉ်းဟောလိုက်တာနဲ့ မဂ်ဖိုလ် ရနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်။

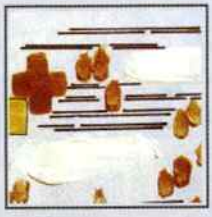
၂။ ဝိပဉ္စိတညူပုဂ္ဂိုလ် = အကျယ်ဟောပြမှ မဂ်ဖိုလ် ရနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။

၃။ နေယျပုဂ္ဂိုလ် = အကျဉ်း အကျယ်ဟောရုံမက ကျက်သင့် ကျက်ထိုက်တာကျက်၊ ဆောင်သင့် ဆောင်ထိုက်တာ ဆောင်၊ ဆရာသမားကလည်း ဂရုစိုက်ပေး၊ ကိုယ်တိုင်လည်း နှစ် လ ရက် ရှည် ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ပါမှ မဂ်ဖိုလ်ရနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။

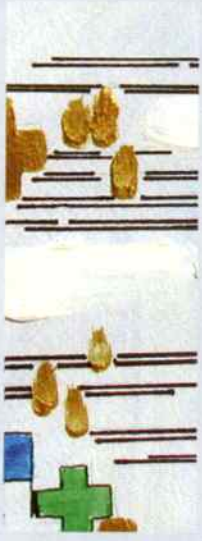
၄။ ပဒပရမ ပုဂ္ဂိုလ် = ဒီဘဝ ဘယ်လောက်ပဲ အားထုတ် အားထုတ် မဂ်ဖိုလ် မရနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်။

ဒါပေမဲ့ လယ်တီဆရာတော် ဘုရားကြီးက ဒီဘဝမရနိုင်ပေမယ့် နောက်ဘဝ ဤ ဘုရားသာသနာမှာ ကျွတ်နိုင်သလို နောက်နောက် ဘုရားသာသနာတွေမှာလည်း ကျွတ်နိုင်တဲ့အကြောင်း ဆတ္တမာဏဝ လုလင်, ဖားနတ်သား ဝတ္ထု, သစ္စကပရိဗိုဇ်တို့ကို သာဓကပြပြီး အားပေးထားပါတယ်။

ပါရမီပါခဲ့သူကတော့ သစ်ရွက်ကြွေတာလည်း တရားနဲ့ ကြည့်မှာပါပဲ။ ငီးပျက်တာလည်း တရားနဲ့ ကြည့်မှာပါပဲ။ ခွေးချင်းကိုက်တာလည်း တရားနဲ့ ကြည့်မှာပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com



ပိုပြီး ရှင်းသွားအောင် ဆတ္တမာဏဝလုလင်၊ ဖားနတ်သားအကြောင်းတို့ကို နည်းနည်းလောက် ပြောပြရအောင်ပါ။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က ဆတ္တမာဏဝဆိုတဲ့ လုလင်တစ်ယောက် ရှိပါတယ်။ အရွယ်ရောက်လာတော့ အဖေလုပ်သူက ပေါက္ခရသာတိပုဏ္ဏားကြီးဆီမှာ ပညာ သင်ခိုင်းပါတယ်။ ပညာသင်မှ ပြီးဆုံးတော့ ဆရာက ပညာသင်ခ အသပြာ တစ်ထောင် တောင်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆတ္တမာဏဝ လုလင်ဟာ အိမ်ပြန်ပြီး အဖေဆီမှာ ငွေပြန်တောင်းပါတယ်။ ဒီသတင်းကို သူခိုးတွေ သိသွားပြီး လမ်းက စောင့်နေပါတယ်။

ဒါကို မြတ်စွာဘုရားရှင် သိတော်မူလို့ သူခိုးတွေထက် ဦးအောင် လမ်းက ကြိုစောင့်ပြီး သရဏဂုံနဲ့ ငါးပါး သီလပေးပါတယ်။ သေဖို့ကံ ပါလာရင် မြတ်စွာဘုရားလည်း တားလို့ မရပါဘူး။ ဆတ္တမာဏဝ လုလင်ဟာ သရဏဂုံ သုံးပါးကို နှလုံးသွင်းပြီး လမ်းခရီးကို ဆက်ခဲ့ပါတယ်။ ခရီးတစ်ဝက်မှာ သူခိုးတစ်ယောက်ရဲ့ မြားချက်နဲ့ သေသွားရပါတယ်။ သေလွန်တော့ တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ရပါတယ်။

လူ့ပြည်မှာ ကျန်ခဲ့တဲ့ ဆတ္တ

http://www.dhammadownload.com

မာဏာဝ လုလင်ရဲ့ အလောင်းကို မိဘ ဆရာသမား မိတ်ဆွေတွေက မီးသင်္ဂြိုဟ်ပေးပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဈာပနနဲ့ မနီးမဝေး သစ်ပင်ရိပ်မှာကြွပြီး သီတင်းသုံးနေလိုက်ပါတယ်။

ဆတ္တမာဏာဝလုလင်ဟာ နတ်သားအဖြစ်နဲ့ လာပြီး မြတ်စွာဘုရားကို ကန်တော့ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား တရားနာပြီး ဆတ္တမာဏာဝ နတ်သားရော မိဘတွေရော သောတာပန် တည်သွားပါတယ်။

ဆတ္တမာဏာဝလုလင်ဟာ ပထမ ဘဝမှာ တရားထူး မရပေမယ့် ဒုတိယဘဝမှာတော့ တရားထူး ရသွားခဲ့ပါတယ်။

ဖားနတ်သားဝတ္ထုမှာလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရား တရားဟောနေစဉ် ရေကန်တစ်ကန်က ဖားလေးတစ်ကောင်တက်လာပြီး 'ဒါ တရားပဲ' ဆိုတဲ့ အမှတ်နဲ့ အဓိပ္ပါယ်မသိပေမယ့် တရားဆိုတဲ့ အမှတ်နဲ့ ဝပ်နေပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ နွားကျောင်းသားတစ်ယောက်ကလည်း တရားနာဖို့ တုတ်တစ်ချောင်းနဲ့ထောက်ပြီး ရပ်နေလိုက်တာ ဖားခေါင်းပေါ် တုတ်ထောက်မိလျက်သားဖြစ်သွားပြီး ဖားငယ်သေသွားပါတော့တယ်။ တရားအမှတ်နဲ့ သေသွားတဲ့အတွက် နတ်ပြည်မှာဖြစ်ပြီး နတ်သားဘဝနဲ့ တရားပြန်နာရလို့ သောတာပန်တည်သွားရပါတယ်။

ဒီဘဝမှာမရနိုင်ပေမယ့် ဒုတိယ တတိယဘဝ စသည်တွေမှာ ရနိုင်တယ်ဆိုတာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အားပေးထားတာပါ။

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဗောဓိပက္ခိယဒီပနီ စာမျက်နှာ ၁၃ မှာ--

'ပဋိသန္ဓိဒါပတ္တရဟန္တာခေတ် အနှစ်တစ်ထောင်မှ နောက်ကာလ၌ ဤသာသနာတော်သည် နေယျပုဂ္ဂိုလ်၊ ပဒပရမပုဂ္ဂိုလ်နှစ်မျိုးတို့၏ ခေတ်သမယသာ ဖြစ်၏။ ယခုအခါ၌ သာသနာတွင်းမှာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်နှစ်မျိုးသာ ရှိကြတော့သည်'လို့ ရေးပြထားပါတယ်။ ဆိုလိုရင်းက သာသနာနှစ်တစ်ထောင် နောက်ပိုင်း အခုခေတ်မှာ နေယျပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ပဒပရမ ပုဂ္ဂိုလ်နှစ်ဦးပဲ ရနိုင်ပါတော့တယ်တဲ့။ အပြန်အားဖြင့် ပြောရင် ဥဂ္ဃဋိတညူပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ဝိပဉ္စိတညူပုဂ္ဂိုလ်နှစ်ဦး မရနိုင်တော့ပါဘူးတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့စကားကိုထောက်ပြီး သန္တတိအမတ်ကြီးတို့လို ဂါထာတစ်ပုဒ်ကို အကျဉ်းနာကြားပြီး တရားထူးရနိုင်တဲ့ခေတ်ကို ကျော်လွန်ခဲ့ပြီဆိုတော့ ကြိုးကြိုးစားစားအားထုတ်နိုင်မှ တရားရနိုင်တဲ့ခေတ်ပါ။ နေယျပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ အကျဉ်း အကျယ်ဟောရုံမက ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်မှ တရားရနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပါ။

လူငယ်စကားနဲ့ပြောရင် အပြတ်အားထုတ်မှ တရားရနိုင်မှာပါ။ ဒါပေမဲ့ မပြတ်တပြတ် အားထုတ်နေတဲ့သူတွေအတွက်လည်း တရားထူးမရနိုင်ပေမယ့် ကိုယ်အားထုတ်နေတဲ့ တရားတွေကတော့ နောက်ဘဝနောက်ဘဝတွေအတွက် ပါရမီတွေ ဖြစ်နေတော့တာပါ။

သံသရာခရီးရှည်ကြီး ဆက်ရဦးမယ်ဆိုရင်တော့ ဝိပဿနာတစ်ခုတည်းနဲ့တော့ မလုံလောက်ပါဘူး။ ဒီဘဝ တရားတွေ အားထုတ်ခဲ့တဲ့ အထုံဓာတ်ကြောင့် နောက်ဘဝမှာလည်း ဆက်တော့ အားထုတ်နေပါရဲ့၊ ဒါနမပြုခဲ့လို့ နောက်ဘဝမှာမွဲနေရင် ရိပ်သာသွားတဲ့အခါ မျက်နှာငယ်နေရမှာပါ။

ကိုယ့်မှာ ပိုက်ဆံရှိရင် ရိပ်သာသွားရင်တောင် သူများထက် ပိဉီးစားပေးခံရပါတယ်။ 'လာပါ လာပါ'ဆိုပြီး ရိုရိုသေသေ လေးလေးစားစား ဆက်ဆံခံရတယ်။ အခန်းကောင်းကောင်းရတယ်။ ရိပ်သာမှာလည်း ကိုယ်လှူချင်တာ ကြိုက်သလောက်လှူလို့ရတယ် စသည်ဖြင့် အခွင့်အရေးတွေက အများကြီးရယ်ပါ။

ဒါကြောင့် ပါရမီဖြည့်တဲ့နေရာမှာ စုံအောင် ဖြည့်ရပါမယ်။ နောက်ဘဝ ဉာဏ်ကောင်းအောင်ဆိုပြီး ဉာဏ်ကောင်းကြောင်းကုသိုလ်တွေပြုခဲ့ပါရဲ့၊ ဒါနတော့ မပြုခဲ့ဘူးဆိုရင် နောက်ဘဝ ဆယ်တန်းမှာ ဘာသာစုံဂုဏ်ထူးနဲ့ အောင်ပြီး ဆေးတက္ကသိုလ်တော့ တက်ခွင့်ရပါရဲ့ ဆေးတက္ကသိုလ်တက်ဖို့ ပိုက်ဆံမရှိဘူးဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ဒါကြောင့် နောက်ဘဝ ဘာသာစုံဂုဏ်ထူးနဲ့ အောင်ပြီး ပိုက်ဆံအတွက် ပူစရာမလိုဘဲ လင့်ခရူဇာ ကားစီးပြီး ကျောင်းတက်နိုင်အောင် ဒါနပါရမီလေးတွေပါ တွဲဖြည့်သွားရပါမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါနဆိုလို့ ကျောင်းတွေ သိမ်တွေ ဆောက်လှူမှု၊ ရှင်တစ်ထောင် ရှင်တစ်သောင်း တွေပြုပေးမှု မဟုတ်ပါဘူး၊ ကိုရင်သေးသေးလေးကို ဆပ်ပြာတစ်ခဲလှူလိုက်လည်း ဒါနပါပဲ။ စာသင်သားဘဝမှာ ဆင်းရဲကြတာများတော့ ရသွားတဲ့ ကိုရင်လေးမှာလည်း ပျော်သွားမှာပါ။

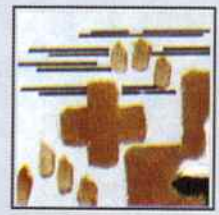
ဆပ်ပြာတစ်ခဲ ဘယ်လောက်တန်ဖိုးရှိလို့လဲ။ ဆပ်ပြာ၊ သွားတိုက်ဆေး၊ ဘောပင်၊ ဗလာစာအုပ် စသည်တွေဟာ စာသင်သား ကိုရင်ပေါက်စတွေ အတွက် သိပ်တန်ဖိုးရှိတဲ့ ပစ္စည်းတွေပါ။

ဒီလိုပါပဲ၊ အိမ်မှာရှိတဲ့ဘုရားမှာ ရေချမ်းကပ်တာ၊ ပန်းကပ်တာ၊ ဆွမ်းကပ်တာ၊ ဌက်ကလေးတွေ အစာကျွေးတာ၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေကို ကော်ဖီတိုက်တာ စသည်တွေဟာ ဒါနတွေချည်းပါပဲ။

တရားသဘောလေးတွေ အာရုံပြုနေရင်တော့ တရားသဘောတွေ ဖြစ်နေလို့ ကုသိုလ်ပြုရတာလည်း ပျော်ပျော်ကြီးပါပဲ။

မတရားသဘောတွေ အာရုံပြုနေရင်တော့ မတရား သဘောတွေချည်း ဖြစ်နေလို့ စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေပဲ ဖြစ်နေတော့မှာပါ။ တရားသဘောပဲ အာရုံပြုပြု၊ မတရားသဘောပဲ အာရုံပြုပြု တကယ်တော့ စိတ်ပါပဲ။ တကယ်လို့ မတရားသဘော အာရုံပြုမိလို့ သိလိုက်တာနဲ့ 'သြော်

ကျောင်းတွေ သိမ်တွေ ဆောက်လှူမှု၊ ရှင်တစ်ထောင် ရှင်တစ်သောင်း တွေပြုပေးမှု မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုရင်သေးသေးလေးကို ဆပ်ပြာတစ်ခဲလှူလိုက်လည်း ဒါနပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com



မတရား သဘောတွေပါလား'လို့ ဆင်ခြင်လိုက်ရင် တရားသဘောတွေ ပြန်ဖြစ်သွားတာပါ။ အဲဒီလို သိလိုက်နိုင်တာကိုက တော်တော်လေး တော်နေပါပြီ။ ဒီလိုပါပဲ စိတ်ကို လေ့ကျင့်ယူရမှာပါပဲ။

လူ့ဘဝမှာ စိတ်ချမ်းသာဖို့လည်း သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ ချမ်းသာပြီး စိတ်ဆင်းရဲနေပြန်ရင်လည်း နေရာမကျပါဘူး။ မတရား သဘောတွေ နှလုံးသွင်းနေလို့က တော့ စိတ်ဆင်းရဲနေတော့မှာပါ။

တချို့ တအား ချမ်းသာကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ စိတ်မချမ်းသာကြပါဘူး။ တော်တော်များများက ကုသိုလ်ပြုကြရင် ပစ္စည်း ဥစ္စာ ချမ်းသာဖို့ပဲ ဆုတောင်းကြတာပါ။ စိတ်ချမ်းသာဖို့ကျတော့ ဆုတောင်းသူ နည်းကြပါတယ်။ သူတစ်ပါးကို စိတ်ဆင်းရဲအောင် လုပ်ရင်၊ လူအများကို စိတ်ဆင်းရဲအောင်လုပ်ရင် ကိုယ်လည်း စိတ်ဆင်းရဲရတတ်ပါတယ်။

စိတ်မချမ်းသာရင် တရား အားထုတ်တာကအစ အဆင်မပြေပါဘူး။ စိတ်ချမ်းသာမှ တရားအားထုတ်ရတာလည်း အဆင်ပြေတာပါ။ ဒါကြောင့် စိတ်ချမ်းသာဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။

ဘာပဲပြောပြော မြင်ကွင်းတစ်ခုကို ကြည့်တဲ့အခါ ပေါ့စတစ်နဲ့ ကြည့်တတ်တဲ့ အလေ့လေးကို လေ့ကျင့်ထားဖို့ပါပဲ။ ပေါ့

http://www.dhammadownload.com

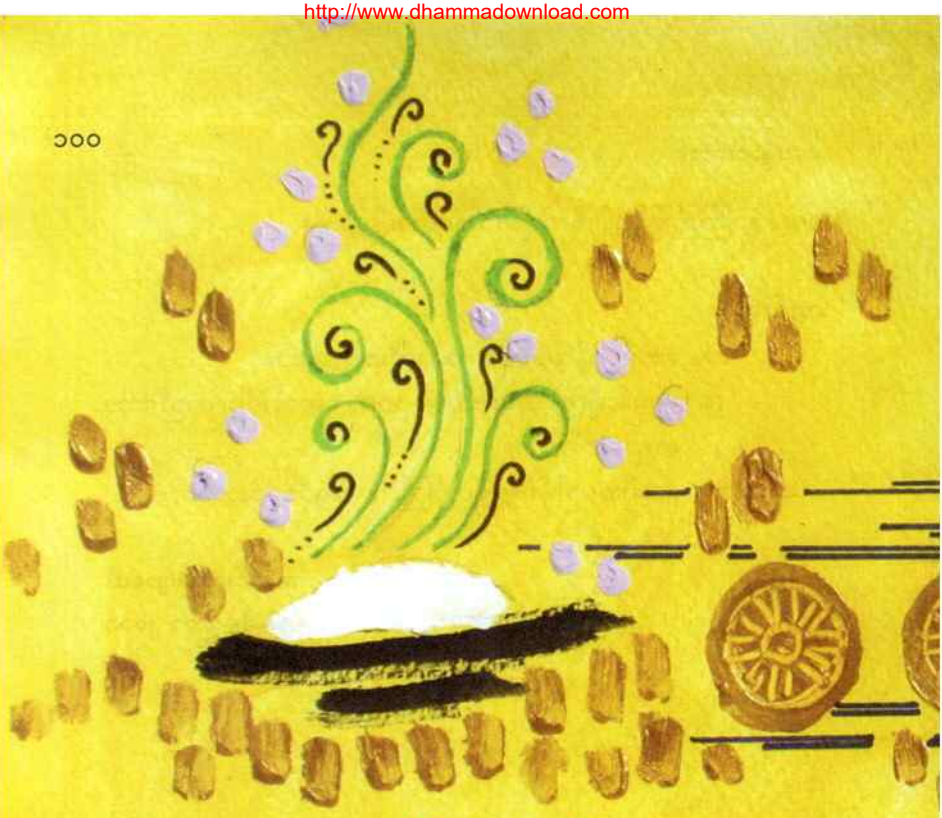
စတစ်နဲ့ ကြည့်ဖြစ်ရင် စိတ်ချမ်းသာရတာပါပဲလေ။

ကျမ်းကိုး

၁။ ဗောဓိပက္ခိယဒီပနီ။ လယ်တီဆရာတော်။
၂။ ဓမ္မပန်းချီ(၅) သုံးမျိုးသူနာ ဥပမာ ဆောင်းပါး၊ တည်တော ဆရာတော်။
၃။ ထေရီအပဒါန်ဝတ္ထုတော်ကြီး ။ အရှင်ဓမ္မသာမိဘိဝံသ။

အလင်းတန်းဂျာနယ်
၂၆ ဒီဇင်ဘာ ၂၀၁၁

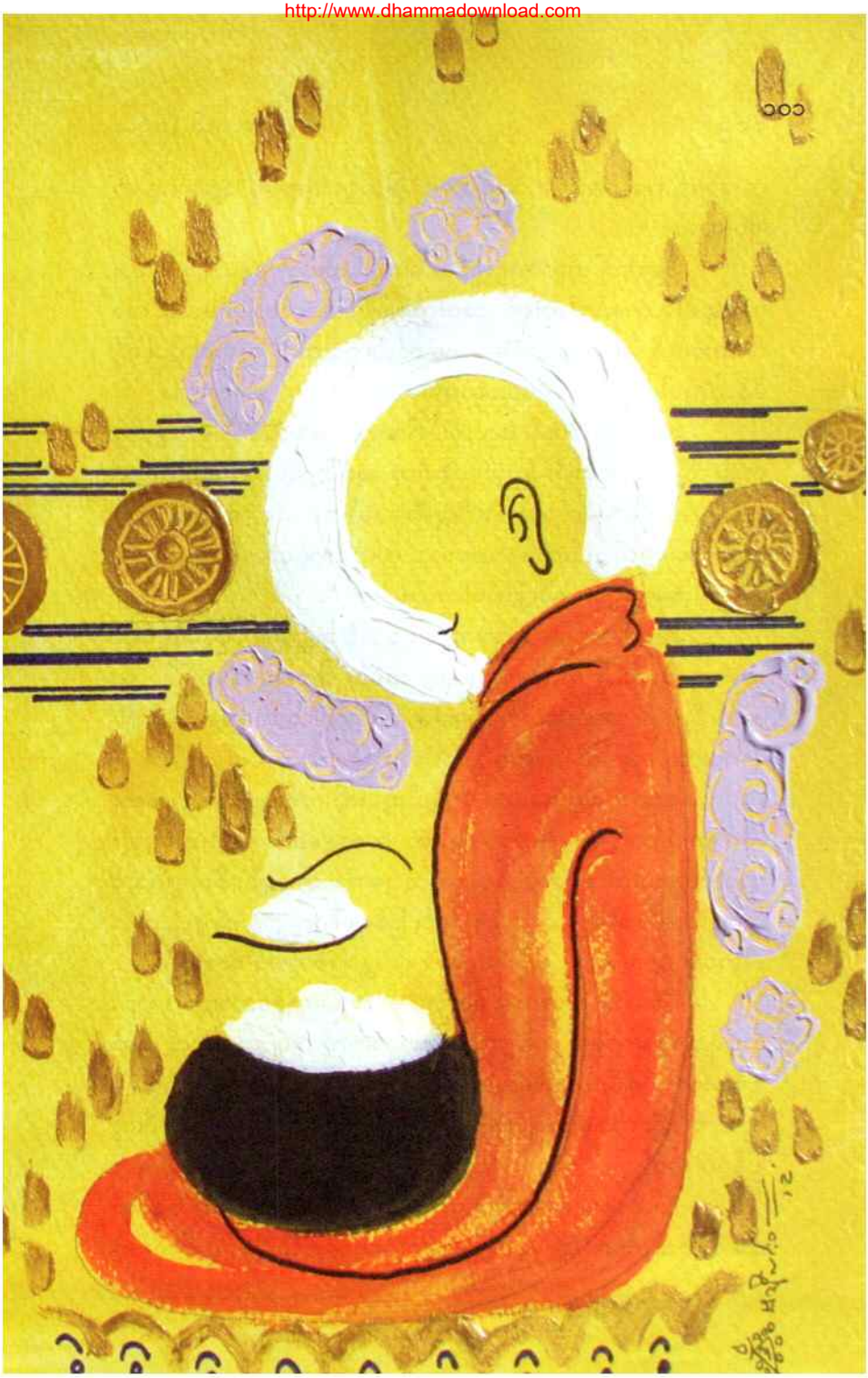
http://www.dhammadownload.com



ထမင်းစားရင်း ပါရမီဖြည့်မယ်

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က မထင်ရှားတဲ့ ရဟန်းငယ်လေးတစ်ပါး ရှိပါတယ်။ အညတရ ရဟန်းလေးလို့ပဲ ဆိုပါတော့၊ အဲဒီ အညတရ ရဟန်းလေးဟာ ဖြစ်ပျက်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ကြိုးစားအားထုတ်နေပါတယ်။ တရားအားထုတ်နေတုန်းမှာပဲ နားကိုက်ဝေဒနာ ဖြစ်လာပါတယ်။ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်လို့ မရတော့ပါဘူး။ နားကိုက်ဝေဒနာကို ဆေးဆရာတွေပြပြီး ကုပေမယ့် မပျောက်ပါဘူး။ နောက်ဆုံးတော့ အညတရ ရဟန်းငယ်

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

က နားကိုက်ဝေဒနာ ခံစားနေရတာကို မြတ်စွာဘုရားကို သွားလျှောက်ပြပါတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ရဟန်းငယ်ဟာ ပုစွန်ဆီနဲ့ချက်ထားတဲ့ ဆွမ်းဘောဇဉ်ကိုစားရင် သပ္ပါယဖြစ်ပြီး ဓာတ်စာဖြစ်မယ်ဆိုတာ သိတော်မူလို့ 'ချစ်သား.. သင် မာဂဓ လယ်ကွင်းထဲကို ဆွမ်းခံကြွပါ'လို့ မိန့်လိုက်ပါတယ်။ လယ်တောထဲဆိုတော့ ပုစွန်လုံးပဲ ပေါတာပါ။

အညတရ ရဟန်းကလည်း 'ငါ့အတွက် ကောင်းကျိုးမြင်လို့ မိန့်တာပဲ'လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ကြွပါမယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်း ဝန်ခံခဲ့ပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့သပိတ်သင်္ကန်းကိုယူပြီး လယ်ကွင်းထဲကို ဆွမ်းခံထွက်ခဲ့ပါတယ်။ လယ်ကွင်းထဲရောက်တော့ လယ်စောင့်တဲတစ်ခုတွေ့တာနဲ့ တဲတံခါးဝမှာ ဆွမ်းခံရပ်လိုက်ပါတယ်။

လယ်စောင့်ယောကျ်ားကလည်း အဲဒီ အချိန်မှာ ပုစွန်ဆီနဲ့စီရင်ထားတဲ့ ထမင်းကို ချက်ထားပြီးစပါ။ ဆွမ်းခံ ရဟန်းတော်ကိုမြင်တော့ တဲထဲကိုပင့်ပြီး အခင်းလေးတစ်ခုပေါ်မှာ ထိုင်စေပါတယ်။ ပြီးမှ ကိုယ်တိုင်ချက်ထားတဲ့ ပုစွန်ဆီ ထမင်းကို သပိတ်ထဲလောင်းလိုက်ပါတယ်။

အညတရ ရဟန်းဟာ ပုစွန်ဆီဆွမ်းကို တစ်လုတ် နှစ်လုတ်စားလိုက်တာနဲ့တင် နားကိုက်ဝေဒနာဟာ အစာနဲ့ဆေး သပ္ပါယသင့်ပြီး ပျောက်သွားပါတယ်။ ဝေဒနာပျောက်သွားတော့ ချက်ချင်း စိတ်ချမ်းသာသွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆွမ်းစားရင်း ဖြစ်ပျက်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းပါတယ်။ ဆွမ်းစားလို့ မပြီးခင်မှာဘဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

ဒီတော့.. အညတရ ရဟန်းဟာ လယ်စောင့်ဒကာကို 'ဒကာ.. သင့်ရဲ့ဆွမ်းဘောဇဉ်နဲ့ ငါ့ရဲ့ရောဂါဝေဒနာလည်း ပျောက်သွားလို့ စိတ်ချမ်းသာကိုယ်ချမ်းသာဖြစ်ရတယ်။ သင်လည်း ဒီကုသိုလ်ကြောင့် ဆင်းရဲမှလွတ်ကင်းပြီး ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာဖြစ်လိမ့်မယ်'လို့ ပြောပြီး မိမိ ကျောင်းကို ပြန်ခဲ့ပါတယ်။

လယ်စောင့်ယောကျ်ားလည်း သူလောင်းလှူလိုက်တဲ့ ပုစွန်ဆီထမင်းကုသိုလ်လေးကို နေ့တိုင်း အောက်မေ့နေပါတယ်။ ကွယ်လွန်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

အခါမှာတော့ တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာ နတ်သား သွားဖြစ်ရပါတယ်။

ထူးခြားတာက နတ်သားရဲ့ ဗိမာန်တံခါးဝမှာ ကုသိုလ်သင်္ကေတ ဖြစ်တဲ့ ရွှေပုစွန်လုံးရုပ်ကြီးပါ တွဲလျားချ ပေါ်နေပါတော့တယ်။ ထူးထူးခြားခြား ရွှေပုစွန်ရုပ်ကြီး ပေါ်နေတဲ့အတွက် အားလုံးက 'ရွှေပုစွန်နတ်သား' လို့ပဲ ခေါ်ကြပါတော့သတဲ့။

(ဗိမာနဝတ္ထုအဋ္ဌကထာ၊
ကဏ္ဍဋ္ဌကရသဒါယကဝတ္ထု)

လှူသူလည်းအကျိုးရှိ အလှူခံသူလည်း အကျိုးရှိနဲ့ ဖတ်ရတာ ကြည်နူးဖို့ကောင်းတဲ့ဝတ္ထုလေးပါ။ လူတွေ ပြောပြောနေကြတဲ့ 'မစားတတ်တော့ တဏှာ၊ စားတတ်တော့ ဘဝနာ'ဆိုတဲ့ စကားလေးကို သာဓကပြသွားတဲ့ အညတရ ရဟန်းလေးရဲ့ ဘဝဖြစ်စဉ်လေးပါပဲ။

အညတရ ရဟန်းလေးဟာ လူလို ပြောရင်တော့ ထမင်းစားရင်းပဲ တရားအားထုတ်သွားတာပါ။ ထမင်းစားရင်းပဲ တရားထူးတရားမြတ် ရသွားတာပါ။ ဒါကို ထောက်ပြီး ထမင်းစားရင်းလည်း အားထုတ်လို့ ရတယ် ဆိုတာပါပဲ။

ဒီနေရာမှာ တစ်ခုသတိထားရမှာက နားကိုက်တော့ စိတ်မချမ်းသာ, စိတ်မချမ်းသာတော့ တရားအားထုတ်လို့ မရ ဆိုတဲ့

ထမင်းစားရင်း ပါရမီဖြည့်တယ်ပဲ ပြောပြော၊ ထမင်းစားရင်း တရားအားထုတ်တယ်ပဲပြောပြော စကားလေးကတော့ သိပ်ကြည့်ညှိဖို့ ကောင်းတာပါ။ ဘဝမှာ တရားလေးတွေနဲ့ မျော်တာပဲ ကောင်းပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com



ဆိုးကျိုး အဆင့်ဆင့်လေးကို အာရုံပြုထား ရပါမယ်။ စိတ်မချမ်းသာဘူးဆိုရင် တရား အားထုတ်ရတာလည်း အဆင်မပြေတော့ ပါဘူး။

တရားအားမထုတ်ခင် စိတ်ဆင်းရဲ စရာတွေ ရှိနေရင် ကြိုရှင်းထားလိုက်တာ အကောင်းဆုံးပါ။ တရားအားထုတ်နေတုန်း ဒီစိတ်ဆင်းရဲစရာကိုပဲ တွေးနေမိရင် အား ထုတ်ရတာ အဆင်မပြေဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။

အညတရ ရဟန်းလေးဟာ တရား အားထုတ်တာကို အနှောင့်အယှက်ပေး နေတဲ့ နားကိုက်ဝေဒနာကို အရင် ကုပစ် လိုက်တာပါ။ ရောဂါ ပျောက်ကင်းသွား တာနဲ့ တရားအားထုတ်ရတာလည်း အဆင် ပြေသွားတော့တာပါ။ ဆွမ်းစားရင်း တရား ရသွားတာလေးကလည်း အတုယူစရာလေး ပါပဲ။ လိုရင်းကတော့ ထမင်းစားရင်းလည်း တရားအားထုတ်လို့ ရတယ် ဆိုတာပါပဲ။

သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ဘုရားကြီး က ရိပ်သာမှာ စားခြင်းသုံးမျိုးကို မကြာခဏ ဟောပြလေ့ ရှိပါတယ်။

စားခြင်းသုံးမျိုးကတော့..

၁။ သီလနဲ့စားခြင်း

၂။ သမထနဲ့စားခြင်း

၃။ ဝိပဿနာနဲ့စားခြင်းပါ။

ဆွမ်းစားခါနီးမှာ 'ဒီဆွမ်းဘောဇဉ် တွေကို မြူးထူး ပျော်ပါးဖို့၊ အသားအရေ

http://www.dhammadownload.com

လုပတင့်တယ်ဖို့ စားတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ကာယ အရှည် တည်တံ့ဖို့၊ မဂ်ဖိုလ်အကျင့်ကို ကျင့်နိုင်ဖို့၊ ဝိပဿနာတရားကို ကျင့်နိုင်ဖို့ စားတာ'လို့ ဆင်ခြင်လိုက်ရင် ပစ္စယသန္နိဿိတသီလ ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒါဆို သီလနဲ့ စားလိုက်တာပါ၊ သီလကုသိုလ်တွေ ရသွားတာပါ။

ရိပ်သာမှာတော့ 'ဤသည့်စားဖွယ် အမည်မည်ကို' ဆိုပြီး စားကြတာပါ။ လိုရင်းကတော့ ဆင်ခြင်ပြီး စားရင် သီလနဲ့စားတာပါ။ ဆင်ခြင်လိုက်တာလည်း ဘာမှ မခက်ပါဘူး။ မိနစ်ပိုင်းလေးပဲ ရှိပါတယ်။

ရိပ်သာမှာ ဆွမ်းစားခါနီး ဆွမ်းအလှူရှင်တွေ၊ ဝေယျာဝစ္စကုသိုလ်ရှင်တွေကို မေတ္တာပို့ပြီးမှ စားကြပါတယ်။ မေတ္တာပွားတာဟာ သမထထဲမှာပါတဲ့အတွက် သမထနဲ့ စားလိုက်တာပါ။

အိမ်မှာတော့ ထမင်းဝိုင်းကို ကြည့်ပြီး 'ဒီထမင်း ဟင်းတွေ ရှာပေးတဲ့အဖေ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းပါစေ၊ အစစအရာရာ အဆင်ပြေပါစေ၊ ဒီထမင်း ဟင်းတွေ ချက်ပေးတဲ့အမေ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းပါစေ၊ အစစအရာရာ အဆင်ပြေပါစေ'လို့ မေတ္တာပို့ပြီး စားလိုက်ရင် မေတ္တာကုသိုလ်တွေ ဖြစ်သွားတော့တာပါ။ မေတ္တာပွားပြီးစားတာဟာ သမထနဲ့ စားလိုက်တာပါ။

မေတ္တာပို့ပြီးစားရင် မိသားစု စားဝတ်နေရေးကို ရှာပေးနေတဲ့ မိဘတွေ အပေါ်မှာလည်း ပိုပြီး တန်ဖိုးထားတတ်သွားပါတယ်။ ထမင်းဟင်းတွေဖြစ်ဖို့ရှာရတဲ့ ကိစ္စဟာ လွယ်ကူလှတဲ့ကိစ္စမဟုတ်ပါဘူး။ နေ့တိုင်း စားနေရတော့ တန်ဖိုးလည်း မထားမိတော့ပါဘူး။

မေတ္တာပို့ပြီးစားတာ ဘာမှလည်း ခက်လှတာ မဟုတ်ပါဘူး။ တကယ့်လွယ်လွယ်လေးပါပဲ။ ကြားရတဲ့ မိဘတွေမှာလည်း စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်လည်း ကုသိုလ်ရ၊ မုန့်ဖိုးတောင်းရတာလည်း အဆင်ပြေ အကုန်လုံး အဆင်ပြေမှုတွေချည်းပါပဲ။

ကိုယ်က လုပ်ငန်းရှင်ဆိုရင်လည်း 'ဒီထမင်းဟင်းတွေ ဖြစ်အောင် ကျေးဇူးပြုသူ အားလုံး ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ' စသည်ဖြင့် မေတ္တာပို့ရုံပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဒီထမင်းဟင်းတွေဖြစ်ဖို့ ကိုယ့်ကို ကျေးဇူးပြုနေတဲ့သူတွေကို ကိုယ်ပဲ အသိဆုံးပါ။ ဒီတော့ ကျေးဇူးပြုသူတွေကို မေတ္တာပို့ စားရမှာပါပဲ။

တတိယက ဝိပဿနာနဲ့ စားတာပါ။ ဒါကတော့ မြတ်စွာဘုရား သဘောအကျဆုံး စားနည်းပါပဲ။

ထမင်းစားပွဲထိုင်လိုက်တာနဲ့ ဟင်းခွက်ကို ကြည့်တော့ 'ကြည့်တယ်'၊ မြင်တော့ 'မြင်တယ်'၊ လှမ်းတော့ 'လှမ်းတယ်'၊ ခပ်တော့ 'ခပ်တယ်'၊ ယူတော့ 'ယူတယ်'၊ ပါးစပ် ဟတော့ 'ဟတယ်'၊ ခွဲတော့ 'ခွဲတယ်'။ ဝါးတော့ 'ဝါးတယ်' မျိုတော့ 'မျိုတယ်' စသည်ဖြင့် လိုက်မှတ်တာပါ။ အဲဒီလို အမှတ်နဲ့စားတာဟာ ဝိပဿနာနဲ့ စားတာပါပဲ။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ထမင်းစားလို့ ဝါးတဲ့နေရာမှာ အထက်မေးနဲ့ အောက်မေးနှစ်ခုမှာ ဘယ်မေးက လှုပ်နေတာလဲလို့ မေးပါတယ်။ ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်တဲ့ ယောဂီတွေကတော့ အောက်မေးက လှုပ်နေတာဆိုတာ သိရပါတယ်။ အဲဒီ အောက်မေးလှုပ်နေတာလေးကိုပဲ မြန်မာဝေါဟာရအားဖြင့် 'ဝါးတယ်၊ ဝါးတယ်'လို့ ရှုမှတ်ရတာပါ။

တစ်နပ်စာ အကုန်လိုက်မှတ်ဖို့ကတော့ မလွယ်ကူဘူး ထင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ထမင်းအလုတ်သုံးဆယ် စားမယ်ဆိုရင် သုံးလုတ်လောက်တော့ မှတ်လိုက်နိုင်မယ်ဆိုရင် မဆိုးပါဘူး။ တစ်မှတ်ကို ကုသိုလ် တစ်ချက်နဲ့ တွက်ရင်လည်း မနည်းပါဘူး။

ဇည့်ခံပွဲတွေ၊ ညစာစားပွဲတွေမှာလည်း နှစ်လုတ် သုံးလုတ်လောက်တော့ ရသလောက်မှတ်ကြည့်ရမှာပါပဲ။ ကိုယ်က ဝိပဿနာနဲ့ စားနေတာကို ဘေးကလူလည်း မသိပါဘူး။ ထမင်းဝိုင်းမှာ အချင်းချင်း စကားပြောသံတွေ ကြားတော့လည်း 'ကြားတယ်' 'ကြားတယ်'လို့ မှတ်ရုံပါပဲ။

အညတရ ရဟန်းလေးဟာ ဆွမ်းစားရင်းနဲ့ပဲ တရားအားထုတ်ပြီး တရားထူးတရားမြတ်ရသွားတာပါ။ ကိုယ်က ဒါကို အာရုံပြုထားရပါမယ်။ နှစ်လုတ်သုံးလုတ်လောက် အမှတ်နဲ့ စားတာကို နောက်ဘဝတွေအတွက် အထုံဓာတ်ပါသွားအောင် ပါရမီဖြည့်နေတယ်လို့ နှလုံးသွင်းထားလို့လည်း

http://www.dhammadownload.com

ရပါမယ်။ ကောင်းတဲ့အထုံဓာတ်တွေဟာ တရားထူးရဖို့ အတွက်လည်း အများကြီး အထောက်အပံ့ပေးတာပါ။ ထမင်းစားရင်း ပါရမီဖြည့်တယ်ပဲ ပြောပြော၊ ထမင်းစားရင်း တရားအားထုတ်တယ်ပဲပြောပြော စကား လေးကတော့ သိပ်ကြည်ညိုဖို့ ကောင်း တာပါ။ ဘဝမှာ တရားလေးတွေနဲ့ ပျော် တာပဲ ကောင်းပါတယ်။

ဒီစားခြင်းသုံးမျိုးကို သဒ္ဓမ္မရံသီ ဆရာတော်ကြီးက မှတ်ရလွယ်အောင် ဆောင်ပုဒ်ကလေးတွေ စီပေးထားပါတယ်။

၁။ ကျင့်နိုင်ဖို့ရာ၊ ဆင်ခြင်ကာ၊ စားတာ သီလမည်။

၂။ မေတ္တာပွားကာ၊ စားသုံးတာ၊ မှန်စွာ သမထမည်။

၃။ စားသုံးမှုရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ စား တာ ဝိပဿနာမည်။

ဒီနေရာမှာ ဦးဇင်းအရှင်ဆန္ဒာဓိက က စာရေးသူကို သင်ပေးထားတဲ့ ဆွမ်းစား နည်းလေးကိုလည်း ဓမ္မဒါန ပြန်မျှပါရစေဦး။

ဆွမ်းမစားခင် ဆွမ်းဝိုင်းတစ်ဝိုင်း လုံးကို 'မြတ်စွာဘုရား... ဤ ဆွမ်းဘောဇဉ် အချိုပွဲများကို ကပ်လှူပူဇော်ပါ၏၊ ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော်ကို သနားချီးမြှောက် သောအားဖြင့် ဘုဉ်းပေးသုံးဆောင်တော်မူပါ ဘုရား' လို့ ဆိုပြီး မြတ်စွာဘုရားကို ကပ် လိုက်ပါတဲ့။ စိတ်ထဲမှာလည်း မြတ်စွာဘုရား

ဘာပဲပြောပြော မြတ်စွာ ဘုရားကို ဆွမ်းကပ်ပြီးမှ စားရင် ဒါနကုသိုလ် ဖြစ် သွားတာတော့ အမှန်ပါပဲ။ ဒါဆိုရင် ဒါနနဲ့ စားလိုက် တာပါပဲ။



http://www.dhammadownload.com



တကယ်ကြွလာပြီး ဘုဉ်းပေးနေတယ်လို့ အာရုံပြုထားပါတဲ့။

မြတ်စွာဘုရား ဘုဉ်းပေးနေတုန်းမှာ နမောတဿ၊ သရဏံဂုံ၊ ဒိဝါတပတိ၊ အဋ္ဌာနမေတံ၊ ဟေတုပစ္စယော၊ ဘုရားဂုဏ်တော်၊ မေတ္တာသုတ်(၇)မျိုးရအောင် ရွတ်နေလိုက်ပါတဲ့။ ပြီးမှ 'မြတ်စွာဘုရား ဘုဉ်းပေးပြီးပြီဖြစ်တဲ့အတွက် ဘုရားတပည့်တော်ကို ဆေးအဖြစ် ပြန်စွန့်တော်မူပါဘုရား' လို့ ဆိုပြီး စွန့်ပြီး စားလိုက်ပါတဲ့။ ဒါဆို ကိုယ့်အတွက် ဆွမ်းဒါန ဖြစ်သွားပါတယ်တဲ့။

ဒီနည်းလေးကိုယူပြီး ဆွမ်းမစားခင် မြတ်စွာဘုရားကို ကပ်ပြီး စားလိုက်ဖို့ပါ။ (၇)မျိုး မရွတ်နိုင်ရင်တောင် နမောတဿ၊ သရဏံဂုံ၊ ဒိဝါတပတိ၊ အဋ္ဌာနမေတံ (ဒါမှမဟုတ်) နမောတဿ၊ သရဏံဂုံ၊ ဟေတုပစ္စယော ရွတ်နေလိုက်လည်း ရပါတယ်။ တစ်ခုသတိထားရမှာက မွန်းတည့် ဆယ့်နှစ်နာရီနောက်ပိုင်းမှာတော့ ဘုရားကိုကပ်လို့ မရတော့ပါဘူး။ ကပ်ချင်ရင် ဆယ့်နှစ်နာရီ ရှေ့ပိုင်းပဲ ကပ်ရမှာပါ။

ရှေးခေတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေ ထေရုပ္ပတ္တိတွေဖတ်ရင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေဟာ ဆွမ်းခံပြန်လာရင် သပိတ်လိုက် အဖုံးဖွင့်ပြီး မြတ်စွာဘုရားကို ကပ်ထားလိုက်တာပါ။ ဆွမ်းစားချိန်ကျမှ စွန့်ပြီးစားကြတာပါ။ ဒီခေတ်မှာ ဦးဇင်းတချို့

http://www.dhammadownload.com

ဆိုလည်း ဘုရားမှာ သပိတ်လိုက် ကပ်ပြီးမှ ဘုဉ်းပေးကြတာပါ။ မန္တလေးက ဆရာတော်၊ ဦးဇင်း၊ ကိုရင်တချို့ ဆိုလည်း မဟာမြတ်မုနိဘုရားကြီးကို သပိတ်လိုက်ကပ်ပြီးမှ ဘုဉ်းပေးတယ်လို့ တစ်ဆင့် ကြားဖူးပါတယ်။ မဟာမြတ်မုနိဘုရားကြီးကို သပိတ်လိုက် ကပ်လိုက်ရတာဆိုတော့ အာရုံပြုရတာ ပိုလို့တောင် ကောင်းဦးမှာပါ။ စံပယ်ပန်းလေး ကပ်ရတာတောင် ကြည်နူးလို့မဆုံး ဖြစ်ရတာပါ။

ဘာပဲပြောပြော မြတ်စွာဘုရားကို ဆွမ်းကပ်ပြီးမှ စားရင် ဒါန ကုသိုလ်ဖြစ်သွားတာတော့အမှန်ပါပဲ။ ဒါဆိုရင် ဒါနနဲ့စားလိုက်တာပါပဲ။

သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ကြီးရဲ့ ဆောင်ပုဒ်အတိုင်း မှီးဆိုရရင်တော့..

'ဆွမ်းတော်ကပ်ကာ၊ စားသုံးတာ၊ စားတာဒါနမည်'လို့ ဆိုရပါလိမ့်ပါမယ်။

ဒါဆို ထမင်းစားတာ ၁။ ဒါနနဲ့စားခြင်း၊ ၂။ သီလနဲ့စားခြင်း၊ ၃။ သမထနဲ့စားခြင်း၊ ၄။ ဝိပဿနာနဲ့စားခြင်း ဆိုပြီး စားခြင်းလေးမျိုး ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

ထမင်းစားတိုင်းစားတိုင်း စားခြင်းလေးမျိုးပါအောင် နေ့တိုင်းစား နိုင်ရင်တော့ ကိုယ့်အတွက် ကုသိုလ်(၄) မျိုး ရနေတော့တာပါ။ ဒါတင်မက ပါဘူး၊ နောက်ဘဝတွေအတွက်လည်း ပါရမီအထုံဓာတ်တွေ ပါသွားဦးမှာပါ။ နောက်ဘဝကို ပါရမီအထုံဓာတ်တွေ များများပါသွားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

လယ်စောင့်ဒကာလေးက အညတရ ရဟန်းလေးကို ဆွမ်းတစ်နပ် ကပ်ပြီး နတ်ပြည်ရောက်သွားရတာပါ။ ကိုယ်က စားခြင်းလေးမျိုးနဲ့ နေ့စဉ် စားနေမယ်ဆိုရင် ပါရမီအထုံဓာတ်တွေသာမက သုဂတိဘုံဘဝအတွက်လည်း အထောက်အပံ့ပေးနေမှာပါ။

မြန်မာ့ရာဇဝင်မှာ နရသီဟပတေ့မင်းဟာ ဟင်းခွက်ပေါင်း သုံးရာပွဲတော်တည်ပါသတဲ့။ တရုတ်နဲ့ စစ်ဖြစ်လို့ ပြေးလွှားနေရတဲ့ကာလမှာ ဟင်းခွက်တစ်ရာ့ငါးဆယ်ပဲ သုံးဆောင်ရလို့ 'ငါဆင်းရဲလိုက်တာ'လို့ ငိုညည်းပါသတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

နရသီဟပတ္တေမင်းကြီးမှာ သားတော် ဥဇနာ၊ ကျော်စွာ၊ သီဟသူ၊ သမီးတော် မိစောဦးတို့ ရှိပါတယ်။ အမေချင်းတွေတော့ မတူကြပါဘူး။

နရသီဟပတ္တေမင်း ပွဲတော်တည်တဲ့အခါ ဥဇနာနဲ့ ကျော်စွာကို ဝက်လက်ပေးပြီး သီဟသူကို ဝက်ပေါင်ပေးပါတယ်။ မကြာခဏ ပေးပါများလာတော့ သီဟသူရဲ့အမေ ရှင်မောက်က 'သူများသားတွေကျတော့ ဝက်လက်ပေးတယ်၊ ငါ့သားကျတော့ ဝက်ပေါင်ပေးတယ်'ဆိုပြီး မကျေနပ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သီဟသူအမေ ရှင်မောက်က စားတော်ကဲကို ငွေသုံးဆယ်ပေးပြီး ကျော်စွာကို ဝက်ပေါင်ပေးဖို့၊ သူ့သား သီဟသူကို ဝက်လက်ပေးဖို့ လာဘ်ထိုးပါတယ်။

ဒါကို ကျော်စွာ့အမေ ရှင်ပါးသိတော့ မင်းကြီးကို သွားတိုင်ပါတယ်။ နရသီဟပတ္တေမင်းဟာ လူဘုံအလယ်မှာ မိဖုရားရှင်မောက်ကို 'ဝက်လက်ခိုးမ'လို့ ဆဲပြီး သား သီဟသူကိုလည်း 'ဝက်လက်ခိုးမသား'လို့ ဆဲလိုက်ပါတယ်။ နရသီဟပတ္တေမင်းဟာ သီဟသူကို စိတ်အလိုမကျတိုင်း 'ဝက်လက်ခိုးမသား'လို့ မကြာခဏ ဆဲရေးတတ်ပါတယ်တဲ့။ ဒီတော့ သားတော်သီဟသူက အဖေအပေါ်စိတ်နာပြီး အငြိုးအတေး ထားလိုက်ပါတယ်။

တရုတ်နဲ့စစ်ဖြစ်လို့ စစ်ပြေးရင်း ပြည်ကိုရောက်တဲ့အခါ သားတော် သီဟသူက ရှေ့ဆက်မသွားဖို့ တားထားလိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ အဆိပ်ခတ်ထားတဲ့ ပွဲတော်အုပ်ကိုပေးပြီး 'စားတော်ခေါ်ပါ'လို့ ဆက်သပါတယ်။ နရသီဟပတ္တေမင်းဟာ အဆိပ်ပါမှန်းသိလို့ မစားပါဘူး။ ဒီတော့ သားတော် သီဟသူက ရဲမက်သုံးရာလွှတ်ပြီး ဓားဖွေးဖွေးတွေနဲ့ မင်းကြီးဖောင်တော်ကို ဝိုင်းထားလိုက်ပါတယ်။

နရသီဟပတ္တေမင်းဟာ မိဖုရားဖွားစောကို 'ဘာလုပ်ရမလဲ'လို့ မေးပါတယ်။ မိဖုရားဖွားစောက 'အရှင်မင်းကြီး.. ဓား လုံ့ လက်နက်တွေနဲ့ သွေးသံတရဲရဲ သေရတာထက် အဆိပ်စားပြီး သေရတာက မြတ်ပါသေးတယ်' လို့ အကြံပေးပါတယ်။

နရသီဟပတ္တေမင်းလည်း 'ငါသည် နိဗ္ဗာန်မရသေးသရွေ့ သံသရာ

http://www.dhammadownload.com

ကျင်လည်ရသမျှ ဘဝတိုင်း သားယောကျ်ားကို မရရပါလို၏'လို့ ဆုတောင်း သစ္စာပြု၊ ဝတ်ထားတဲ့ လက်စွပ်တော်ကို ရေစက်ချပြီး မိဖုရားဖွားစောကို ပေးပါတယ်။ ပြီးမှ အဆိပ်ခတ်ထားတဲ့ ပွဲတော်အုပ်ကိုစားပြီး သေသွားပါတယ်။ သေချိန်မှာ သက်တော် ခြောက်ဆယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဒီသမိုင်းဖတ်ပြီး 'သြော်'လို့ပဲ တလိုက်မိပါတော့တယ်။ ဝက်ပေါင်၊ ဝက်လက် အစားတစ်ခုကို အကြောင်းပြုပြီး သားက အဖေကို သတ်ရတဲ့အထိ ဖြစ်သွားရပါတယ်။

စိတ်ထဲမှာလည်း တွေးစရာတွေ အများကြီးပါပဲ။ ဝက်ပေါင်နဲ့ ဝက်လက် ဘာများထူးလို့လဲ မသိပါဘူး။ ဘာမှလည်း ထူးမယ်မထင်ပါဘူး။ ပြီးတော့ အဖေလုပ်သူက သားသမီးတွေအပေါ် ပေးကမ်းတာ ဘာဖြစ်လို့ မညီမျှရတာလဲ၊ ညီညီမျှမျှ ဝက်ပေါင်တစ်လှည့်၊ ဝက်လက် တစ်လှည့်စီ ပေးလိုက်ရင်လည်း ဒီပြဿနာ ဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်မှာပါ။ မိဘဖြစ်သူတွေအတွက် သတိထားစရာပါပဲ။

မိဘတွေအနေနဲ့ ဘယ်ပစ္စည်းပဲ ပေးပေး သားသမီးတွေကို ညီညီမျှမျှ ပေးတာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဒါတင်မကပါဘူး 'ဝက်လက်ခိုးမသား' ဆိုတဲ့ စကားတစ်ခွန်းကြောင့်ပဲ သားလုပ်သူရဲ့အသတ်ကို ခံသွားရတယ်

ပြောမယ်စကား တစ်ခွန်း အတွက်လည်း သတိထားစရာပါပဲ။ ပြောတဲ့သူက မှတ်မထားပေမယ့် အပြောခံရတဲ့သူကတော့ မမေ့အောင်မှတ်ထားတော့တာပါ။



http://www.dhammadownload.com



လို့လည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ပြောမယ့်စကား တစ်ခွန်းအတွက်လည်း သတိထားစရာပါပဲ။ ပြောတဲ့သူက မှတ်မထားပေမယ့် အပြောခံရတဲ့သူကတော့ မမေ့အောင်မှတ်ထားတော့တာပါ။

အမေလုပ်သူကလည်း မချစ်တတ်တဲ့အချစ်နဲ့ ချစ်မိလိုက်တာပါ။ မချစ်တတ်တာကလည်း ခက်တာပါပဲ။ ချစ်တော့ ချစ်တာပါပဲ၊ မချစ်တတ်တဲ့ အချစ်နဲ့ ချစ်လိုက်တဲ့အတွက် သားဖြစ်သူကို ပဋ္ဌာနန္တရိယက်ကြီးကို ကျူးလွန်ခိုင်းသလို ဖြစ်သွားရပါတယ်။ ဘယ်ဘက်ကကြည့်ကြည့် သံဝေဂ ယူစရာတွေချည်းပါပဲ။

တကယ်လို့များ စာဖတ်သူတို့လို စားခြင်းလေးမျိုးနဲ့သာ စားကြမယ်ဆိုရင် ဒီလို အဖြစ်ဆိုးကြီးကို ကြုံကြရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

သူများကိုသာ ပြောနေရတာပါ။ သံသရာမှာ ကိုယ်လည်း အမှားတွေ ကျူးလွန်ခဲ့ချင် ကျူးလွန်ခဲ့မှာပါ။ မသိနိုင်လို့သာပါ။ တွေးရင် လန့်စရာကြီးပါ။

သတ္တဝါတွေဟာ အစာအာဟာရကို မှီပြီး အသက်ရှင်နေကြရတာပါ။ မစားလို့လည်း မရပါဘူး။ သတိကပ်ပြီး အစားကို တရားဖြစ်အောင် စားကြရမှာပါ။ ဒါဆိုရင် ထမင်းစားရင်း ပါရမီဖြည့်နေတာပါပဲ။

ဘာပဲပြောပြော တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ်

http://www.dhammadownload.com

သုံးကြိမ် စားနေကြရတာဆိုတော့ စားခြင်းလေးမျိုး ပါနိုင်သမျှ ပါအောင် ကြိုးစားပြီး စားကြည့်ဖို့ပါပဲလေ။

ကျမ်းကိုး

၁။ သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏တရားစာအုပ်များ ။

၂။ ဝိမာနဝတ္ထုတော်ကြီး၊ မြို့မိဆရာတော်။

၃။ ဦးကုလားမဟာရာဇဝင်ကြီး (ပထမအုပ်)
စာမျက်နှာ ၂၄၂-မှ ၂၅၁) ။

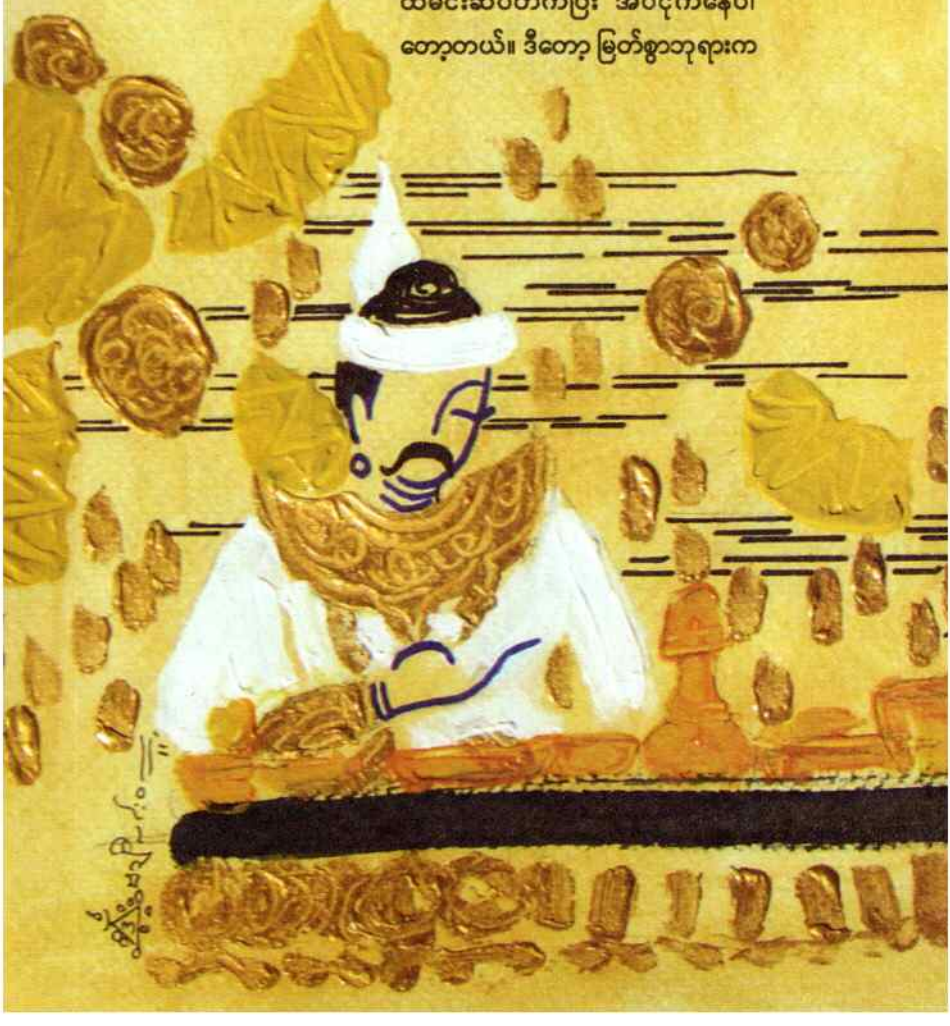
၄။ လောကကြေးမုံ(လေးမြိုင်) ။

အလင်းတန်းကျောနယ်

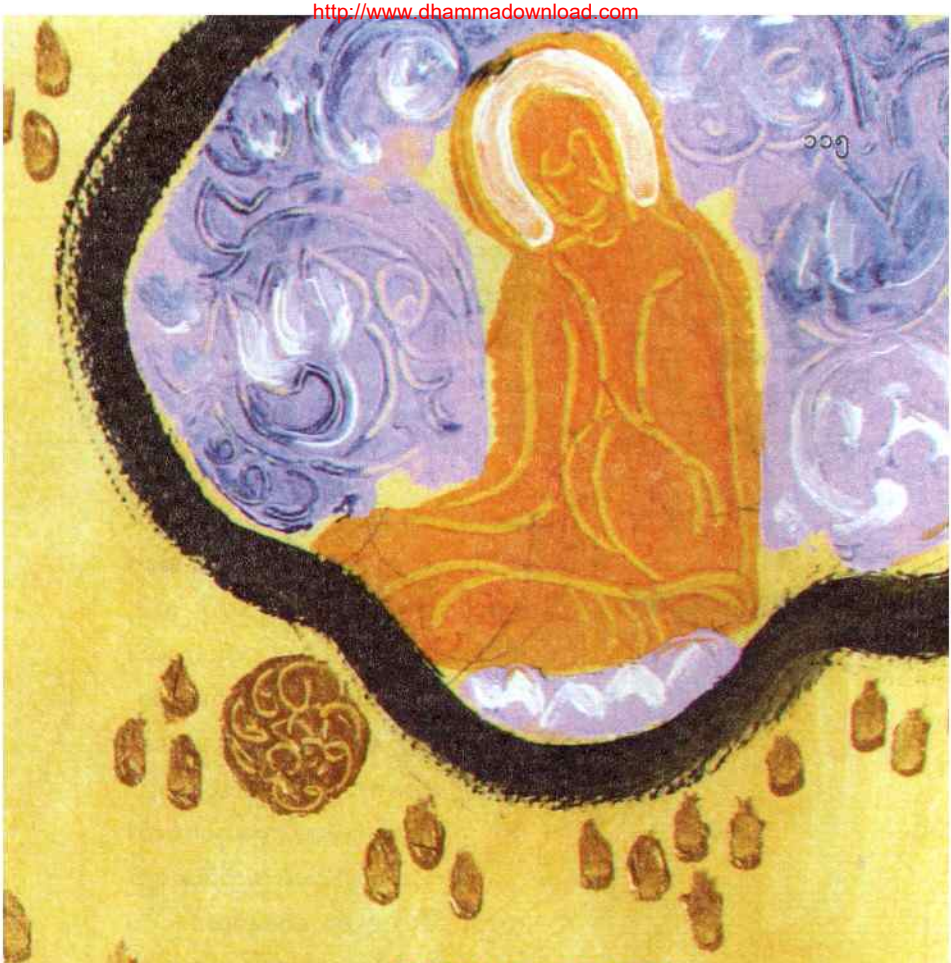
၂ ဧနံနဝါရီလ ၂၀၁၂

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က ပသေနဒီ
ကောသလမင်းကြီးဟာ ဆန်တစ်စိတ်(လေးပြည်)ချက်
ထမင်းကို ကုန်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဟင်းကိုလည်း
ဆန်တစ်စိတ်ချက်နဲ့ညီမျှအောင် စီစဉ်ပေးရပါတယ်တဲ့။
တစ်နေ့မှာတော့ ထမင်းစားပြီးပြီးချင်း မြတ်စွာ
ဘုရားဆီ ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဆီရောက်တော့
ဦးချပြီး ထိုင်နေလိုက်ပါတယ်။ သိပ်မကြာခင်မှာပဲ
ထမင်းဆိပ်တက်ပြီး အိပ်ငိုက်နေပါ
တော့တယ်။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက



http://www.dhammadownload.com



ဘုရားဟောသော ပိန်နှည်း

'မင်းကြီး.. ထမင်းစားပြီး အပန်းလေး မဖြေခဲ့ဘူးလား'လို့ မေးတော်မူပါတယ်။

ပသေနဒီကောသလ မင်းကြီး ကလည်း 'မှန်ပါဘုရား၊ အပန်းမဖြေခဲ့ပါ ဘူးဘုရား၊ တပည့်တော်မှာ ထမင်းစားပြီး

http://www.dhammadownload.com



တိုင်း ဒီလို ဒုက္ခကြုံရပါတယ်ဘုရား'လို့ ပြန်လျှောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက လည်း 'ဟုတ်တယ် မင်းကြီး၊ အစားကြီးရင် ဒီလိုပဲ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ကြရတယ်။ အစားကြူးတဲ့သူဟာ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တရားတွေကို နှလုံးမသွင်းနိုင်ဘူး၊ နှလုံးမသွင်းနိုင်ရင် အိုလို့မဆုံး၊ နာလို့မဆုံး၊ သေလို့မဆုံး ဖြစ်ရတယ်'လို့ ဟောပြပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဆက်ပြီး အစားတဲ့အခါ အတိုင်းအရှည်ကို သိဖို့ ဂါထာလေးတစ်ပုဒ် ဟောပြပေးပါတယ်။

မနုဇဿ သဒါ သတိမတော၊
မတ္တံ ဘာနတော လဒ္ဓဘောဇနေ။
တနုကဿ ဘဝန္တိ ဝေဒနာ၊
သဏိကံ ဇီရတိ အာယုပါလယံ။

(သတိလည်းရှိ အတိုင်းအရှည်လည်း သိတဲ့သူဟာ ဝေဒနာကင်းခြင်း၊ ဖြည်းဖြည်းအိုခြင်း၊ အသက်ရှည်ခြင်း အကျိုးသုံးပါးကို ရပါတယ်။)

ဒါပေမဲ့ ပသေနဒီကောသလ မင်းကြီးဟာ အိပ်ချင်စိတ် များနေတဲ့အတွက် မမှတ်နိုင်ပါဘူး။ တူဖြစ်သူ သုဒဿနကိုပဲ ဂါထာကို ရအောင် ကျက်ခဲ့ဖို့ မှာခဲ့ပါတယ်။

တူဖြစ်သူ သုဒဿနက မြတ်စွာဘုရားကို 'ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ'လို့ မေးပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက 'မင်းကြီး ထမင်း

http://www.dhammadownload.com

သုံးဆောင်လို့ နောက်ဆုံး ထမင်းလုတ် စားခါနီးမှာ ဒီဂါထာကို ရွတ်ပေးပါ'လို့ မှာကြားပြီး 'မင်းကြီးက ဂါထာကို ကြားလို့ နောက်ဆုံး ထမင်းလုတ်ကို ဆက်မစားတော့ဘူးဆိုရင် တစ်လုတ်စာလျှော့ချက်ပါ' လို့ မိန့်မှာလိုက်ပါတယ်။

တူဖြစ်သူလည်း မြတ်စွာဘုရားမှာတဲ့အတိုင်း မင်းကြီး ပွဲတော်တည်တဲ့အခါ အနားမှာထိုင်ပြီး နောက်ဆုံးအလုတ်စားခါနီးမှာ ဂါထာလေးကို ရွတ်ရွတ်ပေးပါတယ်။ ဒီတော့ မင်းကြီးကလည်း စားမယ်ဟန်ပြင်ထားတဲ့ နောက်ဆုံး ထမင်းလုတ်ကို မစားတော့ပါဘူး။ ဒီလိုနဲ့ ထမင်းတစ်လုတ် တစ်လုတ် လျှော့လာလိုက်တာ ခန္ဓာကိုယ် ဝဖိုင့်နေရာကနေ ပိန်ပိန်လာပါတော့တယ်။ ခန္ဓာကိုယ် ပိန်ကျသွားတော့ မင်းကြီးလည်း တော်တော်စိတ်ချမ်းသာသွားပါတယ်။ အားရဝမ်းသာနဲ့ မြတ်စွာဘုရားဆီသွားပြီး 'မြတ်စွာဘုရား၊ တပည့်တော် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ့ပေါ့ပါးပါးနဲ့ ချမ်းချမ်းသာသာ ဖြစ်သွားပါပြီဘုရား၊ တောကစားထွက်ပြီး သမင်တွေကိုတောင် လိုက်ဖမ်းနိုင်ပါပြီဘုရား' လို့ လျှောက်ပြလိုက်ပါတယ်။

(ဓမ္မပဒ၊ ပဿေနဒီကောသလမင်းဝတ္ထု)

မြတ်စွာဘုရားဟောပြတဲ့ ဂါထာလေးကို မြန်မာလို ပြန်ပြောရင်–

သတိလည်းရှိမယ်၊ စားမယ့်အစားကို အတိုင်းအရှည်လည်း သိမယ်၊ ဒီအင်္ဂါနှစ်ချက်နဲ့ပြည့်စုံတဲ့သူဟာ...

၁။ ဝေဒနာကင်းခြင်းအကျိုး၊

၂။ ဖြည်းဖြည်းအိုခြင်း အရွယ်တင်ခြင်းအကျိုး၊

၃။ အသက်ရှည်ခြင်းအကျိုး သုံးမျိုးကို ရနိုင်ပါတယ်တဲ့။

ဒီဂါထာလေးရဲ့အဓိပ္ပါယ်ကို မှတ်သားရလွယ်အောင် သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆောင်ပုဒ်ကလေး စီပေးထားပါတယ်။

တိုင်းရှည်သိကာ၊ သုံးဆောင်တာ၊ သုံးဖြာအကျိုးရသတည်း။
ဝေဒနာကင်း၊ ရွယ်တင်ခြင်း၊ မယွင်းသက်ရှည်သည်။

သတိလည်းရှိဖို့လိုသလို စားမယ့်အစားအစာကို အတိုင်းအရှည် သိပြီး စားဖို့လည်း လိုပါတယ်။ သတိကတော့ ဝိပဿနာအားထုတ်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

နေရာမှာတင် မဟုတ်ပါဘူး။ နေရာတိုင်းမှာ သတိကတော့ လိုနေတာပါပဲ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် သတိရှိနေရင် အမှားနည်းသလို သတိရှိနေတဲ့သူဟာ ကိုယ်စားမယ့်အစားအစာကို အတိုင်းအရှည်သိပြီးလည်း ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။

အတိုင်းအရှည်ကိုသိတာက သူများသိပေးတာထက် ကိုယ့်ဟာကိုယ် သိတာပဲ အကောင်းဆုံးပါ။ ကိုယ့်အတိုင်းအရှည်ကို ကိုယ်ပဲ အသိဆုံးမို့ပါ။ စားချင်တိုင်း စွတ်စားနေရင် ဝဝနေတော့မှာပါ၊ အဓိကကတော့ သတိရှိနေဖို့ပါပဲ။ အကျိုးတွေကတော့ လူတိုင်းလိုချင်နေတဲ့ အကျိုးတွေချည်းပါပဲ။

ဝေဒနာကင်းရင် ဘာပဲလုပ်လုပ် စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ လုပ်ရပါတယ်။ အရွယ်တင်တာကလည်း အထူးပြောနေစရာ မလိုပါဘူး။ အရွယ်တင်ချင်လွန်းလို့ တချို့ဆို ဆေးရုံတွေ သွားပြီးတောင် ပြုပြင်နေကြသေးတာပါ။ အသက်ရှည်တာကလည်း လူတိုင်း လိုချင်ကြတာပါပဲ။

စာရေးသူကတော့ ပိန်နေလို့ ဝအောင်, ပေါင်တိုးအောင် ကြိုးစားနေရတာဆိုတော့ ဝခြင်းရဲ့ဒုက္ခကို ကိုယ်တိုင် မခံစားရပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်မျက်စိရှေ့မှာ ဝသူတွေရဲ့ ဒုက္ခကို အမြဲတွေ့နေရတာပါ။ တချို့ဆို တစ်ယောက်ယောက်က တွဲပေးမှ ထိုင်နိုင်တာ၊ တစ်ယောက်ယောက်က ထူပေးမှ ထနိုင်တာ၊ ဝခြင်းရဲ့ဆိုးကျိုးတွေကို ဆေးဆောင်းပါးတွေ ဖတ်ပြီးလည်း သိနေရတာပါ။ ခွဲစိတ်ပြီးတောင် ပိန်အောင်လုပ်ကြရတာကိုလည်း ကြားသိရပါတယ်။ ပိန်နည်းမျိုးစုံကို ဆရာဝန်တွေ၊ ကျွမ်းကျင်သူတွေကလည်း ရေးပြနေကြတာပါပဲ။

ဒီတော့ စာရေးသူလည်း ကိုယ်စွမ်းနိုင်သလောက်လေး မြတ်စွာဘုရားဟောပြထားတဲ့ ပိန်နည်းလေးကို ဓမ္မဒါန မျှဝေတာပါ။

ပသေနဒီကောသလမင်းကြီးဟာ သူစားတဲ့ စားနှုန်းအရဆိုရင် တော်တော်ဝတဲ့ပုံပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားစကား နားထောင်ပြီး လေ့ကျင့်လိုက်တော့ တောကစားတောင် ထွက်နိုင်တဲ့အထိ ကိုယ်ရည်စစ်သွားပါတယ်။

ပသေနဒီကောသလမင်းကြီးကျတော့ တစ်လုတ် တစ်လုတ် လျှော့စားသလို ချက်တဲ့အခါမှာလည်း တစ်လုတ်စာ တစ်လုတ်စာ လျှော့လျှော့

http://www.dhammadownload.com

ချက်သွားတာပါ။ လျှော့စားရုံသက်သက်ဆိုရင် ပိုတဲ့အလုတ်က ဘာလုပ်ရမှန်းမသိပါဘူး။ လျှော့ချက်တော့ ကုန်ကျစရိတ်လည်း သက်သာသွားပါတယ်။ ထမင်းလုတ်ဆိုပေမယ့် ထမင်းနဲ့ညီမျှတဲ့ဟင်းကိုပါ တွဲလျှော့ရမှာပါ။ ကုသိုလ်ဘက်က ကြည့်ရင်တော့ ပိုတာလေးတွေကို ငှက်ကလေးတွေ ကျွေးပေးလို့လည်း ရပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က လျှော့တဲ့နေရာမှာ တစ်ခါတည်း အများကြီးမလျှော့ခိုင်းပါဘူး၊ တစ်လုတ်စာပဲ လျှော့ခိုင်းတာပါ။ အများကြီးဆို လျှော့ရ ခက်နေမှာ စိုးလို့ပါ။ ပသေနဒီကောသလ မင်းကြီးစားလို့ တစ်လုတ်ပဲ ကျန်တော့ရင် သူ့ တူတော်မောင်က မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ ဂါထာလေးကို ဆိုပေးလိုက်တာပါ။ ဒီတော့ ကိုယ်ကလည်း တစ်လုတ် အကျန်ကျရင် ကိုယ်တိုင်ဆိုနိုင်ရင်ဆို မဆိုနိုင်ရင် ပသေနဒီကောသလ မင်းကြီးလို ကိုယ်တိုင် မကျက်ဘဲ ကိုယ့်ခင်ပွန်းကို ကျက်ခိုင်းပြီး သူ့ကို ဆိုခိုင်းပေါ့။ ဒါဆို ခင်ပွန်းမှာ ဂါထာဆိုရတဲ့ ကုသိုလ် နေ့တိုင်း ရနေပါတယ်၊ ကိုယ့်ခင်ပွန်းကို ကုသိုလ်ပေးရာလည်း ရောက်ပါတယ်။

'ကိုကိုရေ.. ကုသိုလ်ပေးတာပါနော်၊ ဒီကုသိုလ်လေးကို အမြဲယူပါနော်'

အတိုင်းအရည်ကိုသိတာက သူများသိပေးတာထက် ကိုယ့်ဟာကိုယ် သိတာပဲ အကောင်းဆုံးပါ။ ကိုယ့် အတိုင်းအရည်ကို ကိုယ်ပဲ အသိဆုံးပို့ပါ။



http://www.dhammadownload.com



လို့ ပြောထားလိုက်ရုံပါ။

ဂါထာမကျက်နိုင်ရင် လက်ံာလေး ဆိုခိုင်းထားလည်း ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဂါထာက တစ်ပုဒ်တည်းဆိုတော့ ကျက်ရတာလည်း မခက်ပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်တဲ့အနေနဲ့ ကျက်ထားလိုက်တာ ကောင်းပါတယ်။ ဝန်ေတဲ့ဇနီး ထမင်းစားလို့ နောက်ဆုံးအလုတ် ရောက်တဲ့အခါ ခင်ပွန်းက ဂါထာနဲ့ လက်ံာလေးကို ဆိုဆိုပေးဖို့ပါပဲ။ ဝန်ေတဲ့ဇနီး ပိန် မပိန်တော့ မသိပါဘူး။ ခင်ပွန်းမှာတော့ ဂါထာရွတ်ပေးတဲ့ကုသိုလ်၊ လက်ံာရွတ်ပေးတဲ့ကုသိုလ် နှေ့တိုင်းရနေတာတော့ အမှန်ပါပဲ။ ကိုယ့်ဇနီးကို တရားဟောပေးနေတယ်လို့လည်း ပြောလို့ရပါတယ်။

ဒါက ရွတ်ပေးမယ့်သူ ရှိတဲ့သူအတွက်ပါ။ မရှိတဲ့သူကတော့ နောက်ဆုံးအလုတ်မှာ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ရွတ်ပြီး လျှောသွားရုံပါပဲ။ ကိုယ်တိုင် ရွတ်ရင် ကိုယ်တိုင် ကုသိုလ်ရမှာပါ။ ပိန်လည်းပိန်၊ ကုသိုလ်လည်းရတာပါ။ လျှော့ရင်း လျှော့ရင်းနဲ့ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ် ရတဲ့အခါမှာတော့ အလျှော့ကို ရပ်လိုက်ရုံပါ။

အစားအသောက်ကို သိပ်တပ်မက်လွန်းတာလည်း မကောင်းပါဘူး။ တစ်ခါတလေ မစားဖူးလို့စားတာပဲ ကောင်းပါတယ်။ သက်တော်ရှည် ဆရာတော်ဘုရား

http://www.dhammadownload.com

ကြီးတွေကို ကြည့်ရင် အစားအစာကို အတိုင်းအရှည် သိတာလည်း တစ်ခုပါပါတယ်။ တစ်နေ့ကို ဆွမ်းတစ်ထပ်ပဲ ဘုဉ်းနေတဲ့ ဆရာတော်တွေလည်း အများကြီးရယ်ပါ။

ဒီနေရာမှာ အစားနဲ့ပတ်သက်လို့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ ဟောပြထားတဲ့ ဂါထာလေးကိုလည်း အာရုံပြုထားရအောင်ပါ။

စတ္တာရော ပဉ္စအာလောပေ၊
အဘုတ္တာ ဥဒကံ ပိဝေ။
အလံ ဖာသုဝိဟာရာယ၊
ပဟိတတ္တဿ ဘိက္ခုနော။

အဓိပ္ပါယ်ကတော့ တရားအားထုတ်နေတဲ့ယောဂီဟာ ထမင်းစားတဲ့အခါ လေးလုတ်ငါးလုတ်လျှော့ပြီး စားပါတဲ့။ လျှော့တဲ့အစား, ရေကို သောက်လိုက်ပါတဲ့။ ဒါဆို တရားအားထုတ်ရတာ ခန္ဓာကိုယ် ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ အဆင်ပြေပါတယ်တဲ့။

ဒီဂါထာလေးကိုလည်း သဒ္ဓမ္မရံသီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆောင်ပုဒ်လေး စီပေးထားပါတယ်။

စားနိုင်သည်မှ၊ ငါးလုတ်မျှ၊ လျှော့ချသုံးဆောင်ရာ။
လျှော့သည့်အစား၊ ရေကိုကား၊ သောက်ထား မျှတစွာ။
ဣရိယာပထ၊ များသုခ၊ မုချရမည်သာ။

ဂါထာလေးက တရားအားထုတ်နေတဲ့ယောဂီတွေကို ဟောပြပေးထားတာပါ။ တရားအားထုတ်နေတဲ့အခါ အစားများရင် နေ့လယ်(၁၂)နာရီ တရားမှတ်တဲ့အခါကျတော့ အိပ်ငိုက်နေတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ထမင်းစားတဲ့အခါ လေးလုတ် ငါးလုတ်လျှော့စားပြီး ရေသောက်ဖို့ မိန့်မှာထားတာပါ။ ဒါပေမဲ့ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က လူတွေကတော့ ခန္ဓာကိုယ်သန်မာထွားကျိုင်းလို့ ပြဿနာမရှိပေမယ့် ဒီခေတ်မှာတော့ ယောဂီတစ်ယောက်အနေနဲ့ လေးလုတ် ငါးလုတ် လျှော့စားဖို့ မလွယ်လှပါဘူး။ အစားနည်းတဲ့ယောဂီဆို ပိုတောင်မလွယ်ပါသေးတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ်နဲ့သင့်တော်သလောက်ပဲလျှော့ပြီး လျှော့တဲ့အစား ရေသောက်လိုက်လို့လည်း

http://www.dhammadownload.com

ရပါတယ်။ အများကြီးလျှော့စားပြီး ညကျ ဗိုက်ဆာနေပြန်ရင်လည်း အဆင်မပြေပါဘူး။

တရားအားထုတ်တဲ့နေရာမှာတော့ ဗိုက်တင်းနေရင်လည်း အဆင်မပြေသလို ဗိုက်လျော့နေရင်လည်း အဆင် မပြေပါဘူး။ ယောဂီမှာတော့ အမှတ်သတိက ရှိပြီးသားဆိုတော့ အတိုင်းအရှည်က ကိုယ့်ဟာကိုယ် သိနေကြတာ များပါတယ်။ နောက် ဆုံးကျတော့ သတိပါပဲလေ။ သတိရှိနေရင် ဘယ်အရာမှ အလွန်အကျွံ မဖြစ်တော့ပါဘူး။

ဒီလိုပါပဲ သတိပါနေအောင် လေ့ကျင့်ယူရမှာပါပဲ။ နေရာတိုင်းမှာ သတိပါဖို့ကျတော့ မလွယ်လှပါဘူး၊ အချိန်ပြည့် တရားအားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီတောင် သတိက လွတ်သေးတာဆိုတော့ အပြင်မှာ နေရတဲ့သူတွေ အဖို့တော့ သတိလွတ်နေတဲ့ အချိန်က များနေမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ တတ်နိုင်သမျှလေးတော့ သတိပါနေအောင် ကြိုးစားရမှာပါ။

ရိပ်သာဝင်တဲ့အခါ အထွေထွေ အမှတ်ကို ဖိအားထုတ်ထားရင် အပြင်ပြန်ရောက်တဲ့အခါ အများကြီး အထောက်အပံ့ ပေးတာပါ။ အပြင်မှာ သတိနဲ့ နေတတ်သွားတဲ့ သဘောလေးပါ။ သတိရှိနေရင် အမှား နည်းနေတော့တာပါ။ တစ်ခါတလေ တချို့ အမှားတွေဟာ သတိလွတ်သွားလို့ မှားကြတာပါ။ သတိပြန်ရတဲ့အချိန်မှာ အမှားက ကျူးလွန်ပြီးသား ဖြစ်နေပါပြီ၊ အဲဒီအခါကျမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယူကျုံးမရ ဖြစ်ရတော့တာပါ။ ဒါကြောင့် သတိဟာ လူတိုင်းအတွက် သိပ်လိုအပ်ပါတယ်။

ယောဂီတွေက တရားဝင်တဲ့အခါ ထိုင်မှတ်နဲ့ စင်္ကြံမှတ်ကိုပဲ ဦးစားပေးမှတ်ကြတာ များပါတယ်၊ အထွေထွေ အမှတ်ကိုတော့ လျှော့ထားကြပါတယ်။ တကယ်တော့ အထွေထွေ အမှတ်ဟာ ထိုင်မှတ်နဲ့ စင်္ကြံမှတ်ကို အများကြီး အထောက်အပံ့ပေးသလို အပြင်ပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာလည်း သတိနဲ့ နေတတ်အောင် လေ့ကျင့် သင်ကြားပေးလိုက်တာပါ။ လက်တွေ့ဘဝထဲမှာ သတိနဲ့ နေတတ်ဖို့က သိပ်အရေးကြီးတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဘာပဲပြောပြော သတိရှိနေရင် အတိုင်းအရှည်ကို သိပြီး ဖြစ်နေမှာပါ။ ဒီတော့ သတိရှိနေရင် စားချင်တိုင်း မစားတော့ပါဘူးလေ။ မှားချင်တိုင်းလည်း မမှားတော့ပါဘူးလေ။

ကျမ်းကိုး

ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းကိုးပါးတရားတော်
သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော်။

ပေါ်ပြူလာဂျာနယ်
၃ ဒီဇင်ဘာ ၂၀၁၁

အထွေထွေ အမှတ်ဟာ ထိုင်မှတ်နဲ့ စင်္ကြံမှတ်ကို အများကြီး အထောက် အပံ့ပေးသလို အပြင်ပြန် ရောက်တဲ့ အခါမှာလည်း သတိနဲ့ နေတတ်အောင် လေ့ကျင့် သင်ကြားပေး လိုက်တာပါ။



http://www.dhammadownload.com



မြတ်စွာဘုရား သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းမှာ သီတင်းသုံးနေစဉ်အခါက ဒကာဒကာမတွေဟာ ဥပုသ်နေ့ ရောက်ပြီဆိုရင် မနက်ပိုင်းမှာ အဝတ်ဖြူလေးတွေ ဝတ်ပြီး ဘုရားကျောင်းကို သွားလေ့ရှိပါတယ်။ ကျောင်းရောက်တဲ့အခါ ကိုယ်တတ်နိုင်သလောက် ဆွမ်းဒါနပြုပြီး နေ့လယ်ပိုင်းမှာတော့ ကိုယ်နဲ့အကျွမ်းဝင်ရာ၊ ကိုယ်ကြည်ညိုရာ ရဟန်းတွေဆီ သွားပြီး ဆည်းကပ်ကြပါတယ်။

ညနေချမ်း ရောက်လာရင်တော့ တရားပွဲ ကျင်းပလေ့ ရှိကြပါတယ်။ အလှည့်ကျ ရဟန်းတော်တွေက တရားဟောကြပါတယ်။ တရားဟောချိန် ရောက်ပြီဆိုရင်တော့ တရားပွဲ

ဖမ်းခြင်းနှင့် လွှတ်ခြင်း

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

ရှိရာကို သွားနာကြပါတယ်။

တစ်နေ့ညနေမှာတော့ တရားဟောနေရင်းနဲ့ မှောင်သွားပါတယ်။ မှောင်သွားတာကို သတိထားမိတဲ့ အမျိုးသမီးလေးတစ်ယောက်က 'ဒီအချိန်မှာ ဆီမီးထွန်းရမယ့်အချိန်ပဲ' လို့ တွေးလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အိမ်က ဆီမီးကိုယူပြီး တရားဟောပလ္လင်ရှေ့မှာ ထွန်းပေးထားလိုက်ပါတယ်။ အမျိုးသမီးလေးက လှူထားတဲ့ ဆီမီးလေးကိုကြည့်ပြီး ဝမ်းမြောက်လို့မဆုံးဖြစ်နေပါတယ်။ တရားဆုံးတဲ့အခါမှာတော့ ဝမ်းသာကျေနပ်စိတ်နဲ့ပဲ အိမ်ကို ပြန်ခဲ့ပါတယ်။ အမျိုးသမီးလေးက သူလှူလိုက်ရတဲ့ ဆီမီးအလှူလေးကို မေ့လို့ မရတော့ပါဘူး။

တစ်နေ့မှာတော့ ရောဂါတစ်ခုနဲ့ပဲ ပြုခဲ့တဲ့ဆီမီး ကုသိုလ်လေးကို အာရုံပြုပြီး သေလွန်သွားပါတယ်။ သေလွန်သွားတော့ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ ဇောတိရသ နတ်သမီးရယ်လို့ သွားဖြစ်ပါတယ်။ ဇောတိရသနတ်သမီးလေးရဲ့ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါဟာ ဆီမီးလှူရတဲ့ကုသိုလ်ကြောင့် တခြားနတ်တွေထက် ပိုတောက်ပနေတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

တစ်ရက်မှာ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန် တာဝတိံသာ နတ်ပြည်ကို ကြွလာပါတယ်။ အရောင်အဝါတောက်ပမှု သူများထက်သာလွန်နေတဲ့ ဇောတိရသနတ်သမီးလေးကို တွေ့ရတော့ 'ဘယ်ကုသိုလ်ကြောင့် အရောင်အဝါတွေ တင့်တယ်တောက်ပနေတာလဲ' လို့မေးပါတယ်။ ဇောတိရသနတ်သမီးလေးက 'တရားပွဲတစ်ခုမှာ ဆီမီးလှူရတဲ့ ကုသိုလ်ကြောင့် တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာဖြစ်ပြီး အရောင်အဝါ တောက်ပနေရတာပါ' လို့ ပြန်လျှောက်ပြပါတယ်။

အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်က ဇောတိရသနတ်သမီးလေးရဲ့ အဖြေစကားဆုံးတော့ ဒါနအကြောင်းကစပြီး တရားဟောပြပေးပါတယ်။ ဟောရင်းနဲ့ နတ်သမီးလေး ကြည်လင်ခိုင်ခဲ့တဲ့စိတ် ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာတော့ သစ္စာလေးပါးကို ဆက်ဟောပြပေးပါတယ်။ တရားအဆုံးမှာတော့ ဇောတိရသနတ်သမီးလေးနဲ့အတူ အခြံအရံ အားလုံး သောတာပတ္တိဖိုလ် တည်သွားခဲ့ပါတယ်။

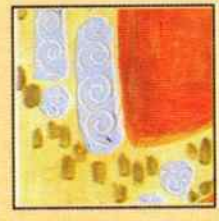
(ဝိမာနဝတ္ထုအဋ္ဌကထာ– စာမျက်နှာ–၄၄)

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခါတလေ ကုသိုလ်တွေက မျှော်လင့်မထားဘဲ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ဇောတိရသနတ်သမီးရဲ့ ကုသိုလ်လေးက မမျှော်လင့်ဘဲ ရလိုက်တဲ့ ကုသိုလ်လေးပါ။ တကူးတက ဆီမီးလှူဖို့သွားတာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ လိုအပ်နေတဲ့အချိန်လေးမှာ လိုအပ်နေတဲ့အရာလေးကို ပေးလှူလိုက်တာပါ။ ပြီးတော့ ကုသိုလ်လေးက အကြီးကြီးလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ သေးသေးလေးပါ။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်လုပ်တဲ့ ကုသိုလ်လေးကို မြတ်မြတ်နိုးနိုးနဲ့ တန်ဖိုးထား လုပ်သွားတာပါ။

အခြေခံလူတန်းစား တစ်ယောက်အနေနဲ့ ကုသိုလ်တွေ စုံအောင်လုပ်ဖို့, ကုသိုလ်အကြီးကြီးတွေ လုပ်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ပါဘူး။ မလွယ်ပေမယ့် ကိုယ်လုပ်တဲ့ ကုသိုလ်လေးတွေကို တန်ဖိုးထားပြီး လုပ်ဖို့ပါပဲ။ ကိုယ့်ကုသိုလ်အပေါ် တန်ဖိုးထားတယ် ပြောလိုက်ရင် လေးစားတာ, ရိုသေတာ, မြတ်နိုးတာ, ဝမ်းမြောက်တာ, ကျေနပ်တာ စသည်တွေလည်း ပါနေပါတယ်။ ဒါတွေကို ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပဲ သိပါတယ်။ သူများ မသိပါဘူး၊ သူများသိဖို့က အဓိကလည်း မကျပါဘူး။ သူများသိဖို့ဘက်ကို စိတ်ညွတ်လိုက်ရင် ကိုယ့်ကုသိုလ်အပေါ် စိတ်ညွတ်မှုက လျော့သွားနိုင်ပါတယ်။

အခြေခံလူတန်းစား တစ်ယောက်အနေနဲ့ ကုသိုလ်တွေစုံအောင် လုပ်ဖို့, ကုသိုလ် အကြီးကြီးတွေ လုပ်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ပါဘူး။ မလွယ်ပေမယ့် ကိုယ်လုပ်တဲ့ ကုသိုလ်လေးတွေကို တန်ဖိုးထားပြီး လုပ်ဖို့ပါပဲ။



ကုသိုလ်ရဲ့သဘောက ပြန်ပြန်တွေး

http://www.dhammadownload.com



တိုင်း ထပ်ထပ်ကုသိုလ်ရနေတာပါ။ စာလို ပြောရင်တော့ စာဂါနုဿတိ ကုသိုလ်ပါ။ ဒီတော့ ကိုယ်လုပ်တဲ့ ကုသိုလ်လေးကို ကျေကျေနပ်နပ်နဲ့ မြတ်မြတ်နိုးနိုးလေး လုပ်ထားလိုက်ရင် သတိရတိုင်း ကုသိုလ်တွေ ထပ်ပွားနေတော့မှာ။

တစ်နေ့တစ်နေ့ ကိုယ့်ရှေ့မှာ ကုသိုလ်လေးတွေက ပုံစံမျိုးစုံနဲ့ ရောက်ရောက်နေမှာပါ။ ရောက်လာတဲ့ ကုသိုလ်လေးတွေကို ကိုယ်က မိသလောက် ဖမ်းထားလိုက်ဖို့ပါပဲ။

ဒီလိုပါပဲ၊ အကုသိုလ်လေးတွေက လည်း ကိုယ့်ရှေ့ကို ပုံစံမျိုးစုံနဲ့ ရောက်ရောက်လာနေမှာပါ။ ကိုယ်က အဲဒီ အကုသိုလ်တွေကို မဖမ်းမိဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ ပုထုဇဉ် အားလျော်စွာ အကုသိုလ်တွေကို ဖမ်းမိခဲ့ရင် လည်း ချက်ချင်း ပြန်လွှတ်ပစ်ရမှာပါ။

ဒါဆို လူ့ဘဝမှာ ဖမ်းခြင်းနှစ်မျိုး ရှိနေပါလိမ့်မယ်။ ကုသိုလ် ဖမ်းတာရယ်၊ အကုသိုလ်ဖမ်းတာရယ်ပါ။ ကုသိုလ်တွေက တော့ ရသလောက် ဖမ်းထားရမှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်မှာတော့ ကုသိုလ် ဖမ်းဖို့ထက် အကုသိုလ်မဖမ်းမိဖို့က ပိုအရေးကြီးပါတယ်။ ကုသိုလ် မဖမ်းရင် ကုသိုလ် မဖြစ်ရုံဘဲ ရှိပါတယ်။ အကုသိုလ်တွေ ဖမ်းမိရင်တော့ အကုသိုလ်ရဲ့ အကျိုးအပြစ်ကို ခံရတော့မှာပါ။ တကယ်လို့ အကုသိုလ်တွေ ဖမ်းမိရင်လည်း ချက်ချင်း ပြန်လွှတ်နိုင်ရပါမယ်။ သတိရှိတဲ့

http://www.dhammadownload.com

လူတွေကျတော့ အကုသိုလ်တွေ ဖမ်းမိရင် ချက်ချင်းပြန်လွှတ်လေ့ရှိပါတယ်။ အကြာကြီး ဖမ်းမထားပါဘူး။ အကြာကြီးဖမ်းထားရင် သံသရာမှာ အတိုးနဲ့ ပြန်ဆပ်နေရမှာပါ။

နေ့စဉ် ကိုယ့်ရှေ့မှာ ကုသိုလ်လေးတွေရော၊ အကုသိုလ်လေးတွေရော လာလာရပ်နေမှာပါပဲ။ ရပ်ရုံတင် မကပါဘူး၊ ကုသိုလ်လေးတွေက 'ကျွန်တော့်ကို ဖမ်းပါနော်၊ ကျွန်တော့်ကိုဖမ်းပါနော်' ပြောနေမှာပါ။ ဉာဏ်နားနဲ့ နားထောင်ရင် သူတို့ပြောတဲ့အသံကို ကြားရပါတယ်။ အကုသိုလ်လေးတွေကလည်း အားကျမခံ 'ကျွန်တော့်ကိုဖမ်းပါနော်၊ ကျွန်တော့်ကို ဖမ်းပါနော်'လို့ ပြောပြောနေပါတယ်။

သတိရှိတဲ့သူကတော့ ကုသိုလ်ကိုဖမ်းပြီး သတိမရှိတဲ့သူကတော့ အကုသိုလ်ကို ဖမ်းတော့တာပါ။ အကုသိုလ်ဖမ်းမိလို့ အပါယ်လေးပါးရောက်သွားရင် လူ့ဘဝ တော်တော်နဲ့ ပြန်မရောက်နိုင်တော့ပါဘူး။ အပါယ်လေးပါးက လွတ်ပြီး လူ့ဘဝကို ပြန်ရောက်ဦးတော့ အကုသိုလ်အကြွေး မကုန်သေးရင် ထပ်ဆပ်နေရဦးမှာပါ။

တချို့က ကုသိုလ်ဖမ်းရတာ ဝါသနာပါတယ်။ မြင်သမျှ တွေ့သမျှ ကုသိုလ်ဖမ်းတော့တာပါ။ တချို့ကျတော့ အကုသိုလ်ဖမ်းရတာ ဝါသနာပါပါတယ်။ ဝါသနာစွဲသွားရင် နောက်ဘဝအထိ အထုံလိုက်သွားတတ်ပါတယ်။

ဝါသနာဒုပ္ပမုဉ္စဝေ၊ အလေ့အကျင့်ဝါသနာကို ဖြေဖြေတ်ဖို့ ခဲယဉ်း လှပါတယ်တဲ့။

ဘဝါဘဝံနဂစ္ဆရေ၊ ဘဝအဆက်ဆက် ဘဝကြီး ဘဝငယ်ကို လည်း အစဉ်လိုက်တတ်ပါတယ်တဲ့။

ဒီတော့ ဝါသနာတစ်ခုဟာ စွဲနေရင် ဖြတ်တောက်ဖို့ ခဲယဉ်းပါတယ်။ ဒါတင်မကပါဘူး၊ အဲဒီ ဝါသနာဟာ နောက်ဘဝတွေအထိ လိုက်တော့တာပါ။

ကုသိုလ်ဖမ်းတဲ့ ဝါသနာလေးတွေစွဲနေရင် ကုသိုလ် မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း ဖမ်းဖမ်းနေတော့မှာပါ။ ဒီလိုပါပဲ၊ အကုသိုလ်ဖမ်းတာလေးတွေ

http://www.dhammadownload.com

စွဲနေရင်လည်း အကုသိုလ်မြင်တိုင်း ဖမ်းဖမ်းနေတော့မှာပါ။ ဝါသနာရဲ့ အစွဲလေးတွေကို အာရုံပြုပြီး ကုသိုလ်ဖမ်းတဲ့ဝါသနာလေးတွေ စွဲနေအောင် လုပ်ထားဖို့ပါ။

တတိယရွှေကျင်သာသနာပိုင် ဒီပဲယင်းဆရာတော်ဘုရားကြီး မိမိ ဒီပဲယင်းအရပ်ကို ကြွရောက်တဲ့အခါ လူကြီးတွေက 'အရှင်ဘုရား... ခေတ်ကြီး အခါကြီး ဘယ်တော့များ ကောင်းပါဦးမလဲ'လို့ လျှောက်ကြတော့ ဒီပဲယင်း ဆရာတော်ဘုရားကြီးက 'ဗုဒ္ဓဗေဒင်အရဆိုရင် ယခုအချိန် ယခုအခါဟာ အကောင်းဆုံးပဲ ဒကာတို့၊ ဒါတောင်မှ ငါတို့ထိုင်နေတဲ့ အခိုက်အတန့် ကာလဟာ သာပြီးအကောင်းဆုံးပဲ' လို့ မိန့်ပြပါတယ်။ ဒီပဲယင်းဆရာတော် ကြီးခေတ်ဟာ အင်္ဂလိပ်ခေတ်ပါ။

အခုလည်း ကုသိုလ်ဖမ်းဖို့အတွက်, အကုသိုလ် လွှတ်ဖို့အတွက် ဘယ်အချိန် အကောင်းဆုံးလဲဆိုရင် အခုအချိန်ဟာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ကုသိုလ်ဆိုတာ မသေခင်လေး လုပ်ကြရတာပါ။ သေသွားရင် လုပ်လို့ မရတော့ပါဘူး။

ဒီပဲယင်း ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်တဲ့အတိုင်း အခုထိုင်နေတဲ့ အချိန်လေးဟာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဥပမာ ရုံးမှာထိုင်နေရင်လည်း ဝင်လေ ထွက်လေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်ပဲဖြစ်ဖြစ် မှတ်နေလို့ရသလို တင်ပါးနဲ့ ထိုင်ခုံနဲ့ ထိနေတဲ့ သဘောလေးကို အာရုံပြုပြီး 'ထိတယ် ထိတယ်' လို့ မှတ်နေလို့ ရတာပါပဲ။ ဒါမှမဟုတ် အရဟံ ဂုဏ်တော်လေး ပွားနေလို့လည်း ရတာပါပဲ။ ဒါမှမဟုတ် ရုံးသူရုံးသားတွေကို မေတ္တာပွား နေလို့လည်း ရတာပါပဲ။ နောက်ဆုံး အိမ်သာဝင်တဲ့အခါမှာလည်း ဖမ်းရမှာ ပါပဲ။ 'စွန့်ချင်တယ်၊ စွန့်တယ်' စသည်ဖြင့် မှတ်ရမှာပါ။ ဒါလည်း ထိုင်နေတဲ့ အချိန်ကောင်းလေးမှာ ကုသိုလ်လေးတွေ ဖမ်းနေလိုက်တာပါ။

ကုသိုလ်ဖမ်းမိရင် လက်ငင်းအကျိုးက စိတ်ချမ်းသာရတာ ပါပဲ။ ဒါလည်း ကိုယ်တွေ့သိနေကြတာပါပဲ။ ကုသိုလ်ဖမ်းလို့ စိတ်ဆင်းရဲ ရတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ အကုသိုလ်ဖမ်းလို့ပဲ စိတ်ဆင်းရဲကြရတာပါ။

သတိရှိနေရင် ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်ကို ခွဲခွဲပြီး သိနေတာများ

http://www.dhammadownload.com

ပါတယ်။ ဒီတော့ သတိရှိနေတဲ့သူက ကုသိုလ်တွေပဲ ဖမ်းဖမ်းနေတော့တာပါ။ သတိလွတ်ပြီး အကုသိုလ်ကို ဖမ်းမိဦးတော့ ချက်ချင်း ပြန်လွှတ်ပစ်ပါတယ်။

ဧာတိရသနတ်သမီးကတော့ ကုသိုလ်လေးတစ်ခု ဖမ်းပြီး နတ်ပြည်လည်းရောက် သောတာပတ္တိဖိုလ်လည်း ရသွားတာပါ။ တကယ့် ချစ်စရာကောင်းတဲ့ ဧာတ်လမ်းလေးပါပဲ။ ပြုလိုက်တဲ့ကုသိုလ်လေးတွေက လောကီကောင်းကျိုးတင် မကပါဘူး၊ လောကုတ္တရာကောင်းကျိုးအထိ ပေးသွားတာပါ။

ဒါလေးတွေကိုထောက်ပြီး ကိုယ်ပြုတဲ့ကုသိုလ်တွေဟာ လောကီကောင်းကျိုးတင်မကဘဲ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်အထိ အထောက်အပံ့တွေ ပေးနေတာပါ။ လိုရင်းကတော့ ကိုယ်ပြုတဲ့ကုသိုလ်အပေါ် ကြီးကြီး, ငယ်ငယ် တန်ဖိုးထားပြီး မြတ်မြတ်နိုးနိုးနဲ့ လုပ်ဖို့ပါပဲ။

တကယ်တော့ လူဘဝဆိုတာ တကယ့်ခဏလေးပါပဲ။ ခဏလေးအခိုက်မှာ သာသနာနဲ့ ကြုံနေရတာပါ။ သာသနာနဲ့ကြုံခိုက်မှာ သာသနာရဲ့ အနှစ်ဖြစ်တဲ့ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးပါးကို ရအောင်ယူထားရမှာပါ။ ဒါတောင် ဘာမှမသိတဲ့ ကလေးဘဝ၊ အိပ်ချိန်၊ စားချိန်၊ သောက်ချိန်၊ လိုင်းကားစောင့်ချိန်၊ လူကြီးစောင့်ချိန်တွေ နှုတ်လိုက်ရင် ဘာမှမကျန်တော့ပါဘူး။

ဘာပဲပြောပြော အခု ပစ္စုပ္ပန်အခိုက်အတန့်လေးမှာ ကိုယ့်ရှေ့ရောက်လာတဲ့ ကုသိုလ်လေးတွေကို ရသလောက်, မိသလောက်လေး ဖမ်းထားလိုက်ဖို့ပါပဲလေ။

ကျမ်းကိုး

ဝိမာနဝတ္ထုတော်ကြီး၊
မြို့မိဆရာတော်။

The Voice Journal
၇ နိုဝင်ဘာ ၂၀၁၁

http://www.dhammadownload.com

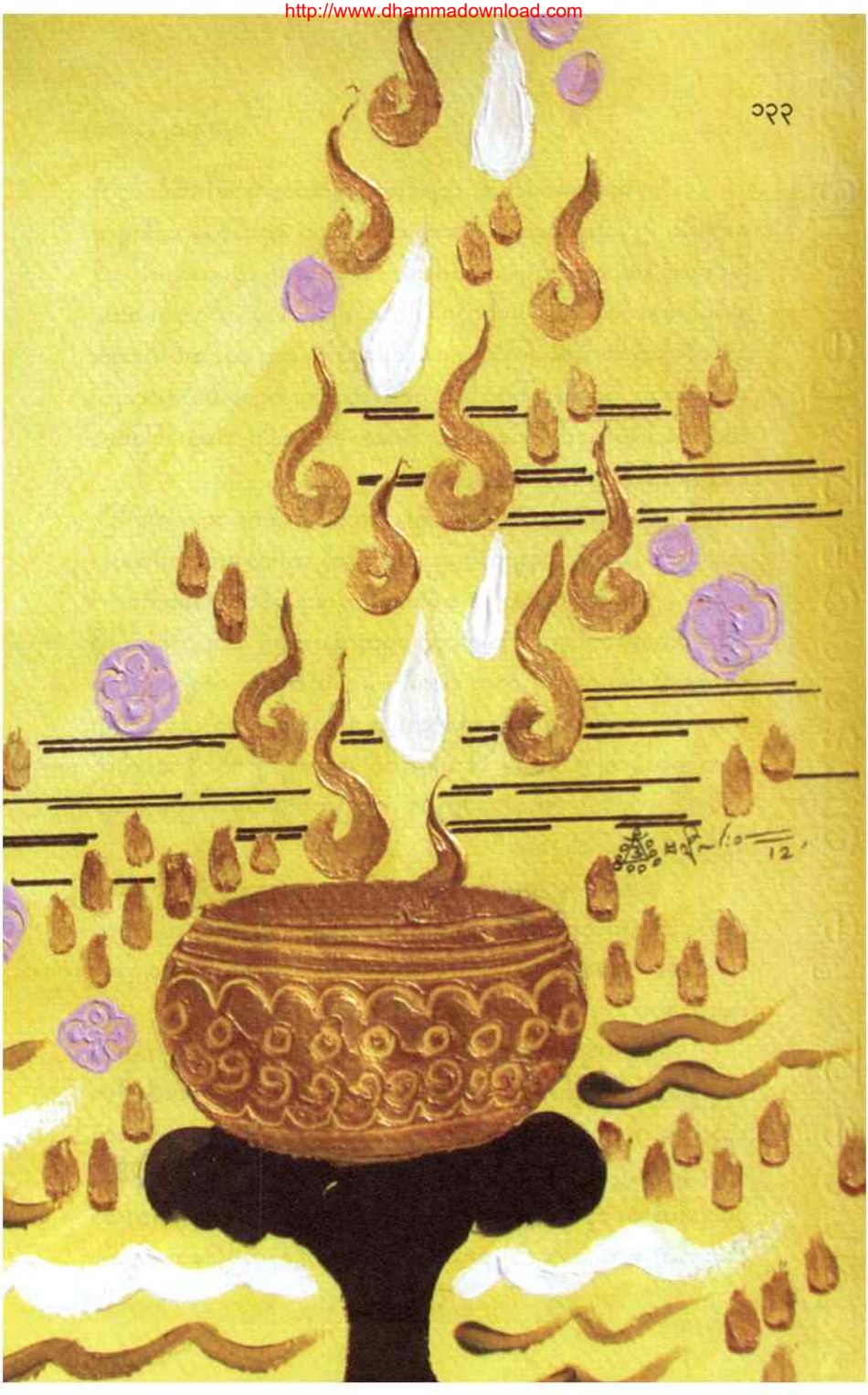
ကျေးဇူးပြုချိန် အမျှဝေပါ

တစ်ခါတုန်းက ဘုရားအလောင်းဟာ သူဌေးမျိုးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းမှာ ညီတစ်ယောက်လည်း ရှိပါတယ်။ မိဘတွေ ကွယ်လွန်တော့ ညီအစ်ကို နှစ်ယောက် စီးပွားရေးကို အတူတူလုပ်ကြပါတယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ ညီအစ်ကိုနှစ်ယောက် ကုန်ရောင်းကုန်ဝယ် လုပ်ဖို့ ရေလမ်းခရီးနဲ့ ခရီး ထွက်ခဲ့ရင်း အပြန်မှာတော့ ငွေတစ်ထောင် အမြတ် ရခဲ့ပါတယ်။ မြစ်ဆိပ်တစ်ခုရောက်တော့ လှေကို ခဏဆိုက်ပြီး ထမင်းအတူတူ စားကြပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

ဘုရားအလောင်းက ထမင်းစားကြွင်းတွေကို ငါးလိပ်တွေကို ကျွေးပြီး 'ဤငါးလိပ်တွေကို အစာကျွေးရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို မြစ်စောင့်နတ်အား အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ အမျှ ယူတော်မူပါ' လို့ မြစ်စောင့်နတ်ကို အမျှပေးဝေလိုက်ပါတယ်။ မြစ်စောင့်နတ်လည်း သာခု ခေါ်လိုက်တဲ့ ကုသိုလ်ကြောင့် ချက်ချင်း စည်းစိမ်တွေ တစ်ဆင့်တိုးသွား ပါတယ်။ သာခုခေါ်မှုကြောင့် ဒီစည်းစိမ်တွေ တိုးလာရတယ်ဆိုတာလည်း သိလိုက်ရပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းကတော့ အမျှဝေပြီး သဲသောင်ပြင်မှာ ပုဆိုးခင်းအိပ်နေလိုက်ပါတယ်။

ညီကတော့ မအိပ်နိုင်ပါဘူး။ ကောက်ကျစ်တဲ့ အကြံကိုကြံပြီး အသပြာထုပ်နဲ့ ပုံစံတူ ကျောက်ခဲထုပ်တစ်ထုပ်ကို ထုပ်ထားလိုက်ပါတယ်။

ညီအစ်ကိုနှစ်ယောက် ခရီးဆက်ကြရင်း မြစ်လယ်ရောက်တော့ ညီက လှေအစောင်းမှာ အသပြာထုပ် ရေထဲကျတဲ့ပုံစံနဲ့ ကျောက်ခဲထုပ်ကို ရေထဲချလိုက်ပါတယ်။ တကယ်တမ်းချမိလိုက်တာက ကျောက်ခဲထုပ် မဟုတ်ဘဲ အသပြာထုပ် ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒါကို ညီက မသိပါဘူး။ ပြီးတော့ အလန့်တကြားဟန်နဲ့ 'အသပြာထုပ် ရေထဲကျသွားပြီ'လို့ အစ်ကိုကို လှမ်းပြောလိုက်ပါတယ်။ အစ်ကိုက 'ဘယ်တတ်နိုင်မလဲ ညီလေးရာ' ဆိုပြီး ညီကို ဖြေသိမ့်ပေးပါတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ ငါးကြီးတစ်ကောင်က အသပြာထုပ်ကို မျိုလိုက်ပါ တယ်။ ညီလုပ်သူက အိမ်ရောက်တဲ့အခါ အားရဝမ်းသာနဲ့ အထုပ်ကို ဖြေလိုက်တာ အသပြာမတွေ့ဘဲ ကျောက်ခဲတွေ တွေ့လိုက်ရတော့ နှလုံး ချောက်ချားပြီး ခုတင်ပေါ်မှာ ခွေအိပ်နေပါတော့တယ်။

တံငါသည်တွေက ကွန်ပစ်တော့ အသပြာထုပ်ကို မျိုထားတဲ့ ငါးကြီးကို မိပါတယ်။ မြစ်စောင့်နတ်က 'အစ်ကိုလုပ်သူ အမျှဝေလို့ ငါ့မှာ စည်းစိမ်တွေ တိုးရတယ်။ ငါ ပြန်စောင့်ရှောက်မှပဲ' ဆိုပြီး ငါးရောင်းတဲ့ တံငါသည်တွေကို ဘုရားအလောင်း အိမ်ရှေ့ရောက်အောင် နတ်တန်ခိုးနဲ့ ပို့ပေးပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းက ငါးကိုဝယ်ပြီး မယားကို ပေးပါတယ်။ ငါးဗိုက်ကို ခွဲလိုက်တဲ့အခါ အသပြာထုပ်ကို တွေ့လိုက်ရပါတော့တယ်။

http://www.dhammadownload.com

မြစ်စောင့်နတ်ကလည်း ကိုယ်ထင်ရှားပြပြီး 'သင် အမျှဝေလို့ ငါက ပြန်စောင့်ရှောက်တာပါ၊ သင်ပဲ ယူပါ၊ ညီကို မပေးပါနဲ့' လို့ လာပြောပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ဘုရားအလောင်းကတော့ တစ်ထောင်ထဲက ငါးရာကို ခွဲပြီး ညီငယ်ဆီကို သွားပေးခိုင်းလိုက်ပါတယ်။

(ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ မဒ္ဒုဒ္ဒါနဇာတ်)

အားလုံးကြားဖူးတဲ့ ဝတ္ထုလေးပါပဲ။ ဘုရားအလောင်းက စားကြွင်းတွေကို ဒီအတိုင်း စွန့်မပစ်ဘဲ ငါး လိပ်တွေကို ကျွေးပြီး မြစ်စောင့်နတ်ကို အမျှဝေလိုက်တာလေးက တကယ့်ကို အတုခိုးစရာလေးပါပဲ။ ဘုရားအလောင်းက ငါးလိပ်တွေ ကျွေးတဲ့ ဒါနကုသိုလ်ရော၊ မြစ်စောင့်နတ်ကို အမျှဝေတဲ့ ပတ္တိဒါနကုသိုလ်ရော ကုသိုလ်နှစ်ခုကို အေးအေးဆေးဆေးနဲ့ ယူသွားတာပါ။

သာခုခေါ်လိုက်ရတဲ့ မြစ်စောင့်နတ်မှာလည်း လက်ရှိစည်းစိမ်ထက် တစ်ဆင့်တိုးသွားတာလေးကလည်း မှတ်သားစရာလေးပါပဲ။ ကိုယ်က မမြင်ရလို့သာပါ။

ဘုရားအလောင်းရဲ့ အမျှဝေပုံလေးကို အတုယူပြီး နတ်တွေကို အမျှဝေတဲ့ အကျင့်လေးကို ထုံထားရမှာပါ။ ကိုယ့်ရဲ့အမျှပေးဝေမှုကြောင့် နတ်တွေမှာ စည်းစိမ်တွေ တိုးတိုးနေမှာပါ။ စည်းစိမ်တွေ တိုးတိုးနေတဲ့ နတ်တွေကလည်း သူတို့ စည်းစိမ်တိုးတာ လေ့ကျင့်ရင်းထုံ၊ ထုံရင်း လေ့ကျင့်သွားရမှာပါပဲ။ ထုံလို့စွဲသွားပြီ ဆိုရင်တော့ နောက်ပိုင်းမှာ အထူးကြောင့်ကြစိုက်စရာ မလိုတော့ပါဘူး။



http://www.dhammadownload.com



တွေကို သေချာမှတ်ထားမှာပါ။ အခွင့်သင့်တဲ့အခါတွေမှာ မထင်မှတ်တဲ့အနေနဲ့ ကူညီသွားမှာပါ။

တစ်ခါတလေ ဘဝမှာ မထင်မှတ်တဲ့ ကောင်းကျိုးတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း 'ငါ ကံကောင်းလိုက်တာ'လို့ တွေးမိချင် တွေးမိကြမှာပါ။ အမျှရထားတဲ့ နတ်တွေက ကိုယ့်ကို ကူညီလိုက်တာတွေလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ မထင်မှတ်တဲ့ ဘေးရန်တွေကို တားဆီးပေးလိုက်တာတွေ၊ အောင်မြင်ကျော်ကြားအောင် ကူညီလိုက်တာတွေ၊ ဂုဏ်သိက္ခာ မထိခိုက်အောင် ကူညီလိုက်တာတွေ စသည်ဖြင့် အများကြီးရှိမှာပါ။ ကိုယ်က မသိနိုင်လို့ပါ။

ရှေးရှေးသူတော်ကောင်းတွေရဲ့ အလေ့အကျင့်တွေ၊ လက်ရှိ မျက်မှောက်သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ အလေ့အကျင့်တွေကို လေ့လာပြီး အတုခိုး ကျင့်ရမှာပါပဲ။ တချို့အရာတွေက ခက်ပေမယ့် တချို့အရာတွေက တော့ မခက်ပါဘူး။ သူလိုငါလိုလုပ်နိုင်တဲ့ ကျင့်စဉ်လေးတွေပါ။

စားပြီးပိုတဲ့စားကြွင်းကို ဒီအတိုင်းစွန့်မပစ်ဘဲ ငါးလိပ်တွေကို ကျွေးလိုက်တာလေးရယ်၊ ကျွေးရုံတင်မကဘဲ မြစ်စောင့်နတ်ကို အမျှပေးဝေလိုက်တာလေးရယ်က အတုခိုးချင်သူတွေအတွက် တကယ့်အတုခိုးစရာလေးပါ။ ကြောင်းကျိုးမြင်အောင် အနီစွ

http://www.dhammadownload.com

ဒုက္ခအနတ္တမြင်အောင် ကျင့်ရတာတွေသာ ခက်ချင်ခက်မှာပါ။ အမျှပေး ဝေလိုက်တာလေးကတော့ လူတိုင်းကိုယ်စီ လုပ်နိုင်တဲ့ ကျင့်စဉ်လေးပါ။

လေ့ကျင့်ရင်းထုံ၊ ထုံရင်း လေ့ကျင့်သွားရမှာပါပဲ။ ထုံလို့ စွဲသွားပြီ ဆိုရင်တော့ နောက်ပိုင်းမှာ အထူးကြောင့်ကြစိုက်စရာ မလိုတော့ပါဘူး။ ကုသိုလ်တစ်ခုပြုပြီးတာနဲ့ နတ်တွေကို အမျှပေးဝေပြီးသား ဖြစ်နေပါ လိမ့်မယ်။

ဘုရားအလောင်းရဲ့ ကုသိုလ်လေးက တကူးတက ပြုယူရတဲ့ ကုသိုလ်လေးမဟုတ်ပါဘူး။ ခရီးသွားရင်း ကြုံလာတဲ့ အရာလေးကို ကြုံလာတဲ့အတိုင်း အေးအေးဆေးဆေး ယူသွားတာပါ။ ကျောင်းတွေ သိမ်တွေ ဆောက်ပြီး အမျှပေးဝေတာတောင် မဟုတ်ပါဘူး။ ပြောရရင် လူတန်းစားအားလုံး အလွယ်တကူပြုနိုင်တဲ့ ကုသိုလ်လေးပါ။ ကုသိုလ် လေးက တစ်ခုတောင် မဟုတ်ပါဘူး။ နှစ်ခုတောင်ပါ။ ခရီးကတော့ လူတိုင်းသွားနေကြတာပါပဲ။ ကြုံလာရင် ကြုံလာတဲ့အတိုင်း ယူတတ်ဖို့ပါ။ လှေပေါ်မှရယ် မဟုတ်ပါဘူး။ လေယာဉ်ပေါ်မှာလည်း ကိုယ့်လာပေးတဲ့ စားစရာကို ဘုရားကပ်ပြီး အမျှပေးဝေလို့လည်း ရတာပါပဲ။ တောလမ်းပဲ သွားသွား၊ ကုန်းလမ်းပဲသွားသွား၊ ရေလမ်းပဲသွားသွား ကြုံလာတဲ့ခရီးမှာ ကြုံလာတဲ့ကုသိုလ်လေးတွေကို ကြုံသလို ယူတတ်ဖို့ပါ။

ကုသိုလ်ပြုပြီးလို့ အမျှဝေတဲ့အခါ မတ်တတ်ရပ် လက်အုပ်ကလေး ချီပြီး 'ဤငါးလိပ်တွေ ကျွေးရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ကိုယ်စောင့်နတ်၊ တောစောင့်နတ်၊ တောင်စောင့်နတ်၊ မြို့စောင့်နတ်၊ သစ်ပင်စောင့်နတ်တို့ အား အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ အမျှ ယူတော်မူပါ၏' လို့ သေချာ ပေးဝေ ရမှာပါ။ လက်အုပ်ချီတာက နတ်တွေကိုချီတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်ပြုတဲ့ ကုသိုလ်လေးကို ချီတာပါ။ အမျှဝေတာကတော့ ကိုယ်ရောက်နေတဲ့ ဒေသကို ကြည့်ပြီး အဆင်ပြေသလို ဝေရမှာပါပဲ။ တောထဲရောက်နေရင် တောစောင့်နတ်၊ တောင်ပေါ်ရောက်နေရင် တောင်စောင့်နတ်၊ သစ်ပင် အောက်ရောက်နေရင် သစ်ပင်စောင့်နတ်ပေါ့။

ဒါက မမြင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အမျှဝေတာပါ။ ဒီလိုပါပဲ မြင်ရတဲ့

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ရဲ့ မိတ်ဆွေတွေကိုလည်း အမျှဝေရမှာပါ။ အမျှဝေလိုက်ရင် ကိုယ်လည်း ကုသိုလ်ထပ်ရ၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေလည်း ကုသိုလ်ရတော့တာပါ။

မြင်ရတဲ့သူတွေကို အမျှဝေတဲ့နေရာမှာတော့ လူတိုင်းကတော့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ ခေါ်ချင်မှခေါ်မှာပါ။ မဝမ်းမြောက်မဝမ်းသာနဲ့ ခေါ်တဲ့ လူတွေလည်း ရှိချင်ရှိမှာပါ။ သာခုခေါ်ရတဲ့အကျိုးကို သိထားတဲ့သူတွေကသာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ခေါ်မှာပါ။ ဘာပဲပြောပြော ကိုယ်က ကိုယ်ပြုတဲ့ကုသိုလ်ကို အမျှပေးဝေရင် ကိုယ်ကုသိုလ်ထပ်ရတာတော့ အမှန်ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကြွားတဲ့အနေနဲ့ အမျှမဝေမိဖို့တော့ အထူးသတိထားရပါမယ်။ ကိုယ်ကုသိုလ် ထပ်ရချင်တဲ့စိတ်၊ သူကုသိုလ်ရစေချင်တဲ့စိတ်နဲ့ ဝေရမှာပါ။ ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်ပြန်ကြည့်ရင် သိပါတယ်။

အကြွားကတော့ လူတိုင်းနဲ့ နီးစပ်နေသလိုပါပဲ။ သတိထားနိုင်မှ တော်ကာကျတာပါ။ တစ်ခါတလေ စကားပြောရင်းပြောရင်းနဲ့ ကိုယ့်စကား ကိုယ် ဘရိတ်မအုပ်နိုင်ဘဲ အကြွားဖြစ်သွားတာတွေလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါဆို အမျှဝေတာ မဟုတ်ဘဲ အကြွားဝေတာ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

တချို့ကျတော့လည်း ကြွားတာကို ဝါသနာတစ်ခုလို ဖြစ်နေတာပါ။ စကားပြောလိုက်တာနဲ့ အကြွားလေးက ပါလိုက်ရမှပါ။ ကြာလာတော့ နားထောင်ပေးရတဲ့သူက နားမထောင်ချင်တော့ပါဘူး။ စကားစလိုက်တာနဲ့ သူကြွားတော့မယ်ဆိုတာ ကြိုသိနေတော့တာပါ။ အကြွားစွဲနေတဲ့ သဘောလေးပါ။ အကြွားစွဲသွားရင်လည်း မကောင်းပြန်ပါဘူး။ စကားပြောတိုင်းပြောတိုင်း အကြွားက ပါနေတော့မှာပါ။ ဒါတင်မကပါဘူး။ အထုံဓာတ်ကြောင့် နောက်ဘဝအထိလည်း ပါသွားနိုင်ပါတယ်။ လူတွေက အမျှဝေတာကိုပဲ ယူချင်ကြတာပါ။ အကြွားဝေတာကိုတော့ မယူချင်ကြပါဘူး။

ပုထုဇဉ်တွေဆိုတော့ အကြွားနဲ့တော့ မကင်းကြပါဘူး။ စာရေးသူလည်း တစ်ခါတလေ အမျှမဝေဘဲ အကြွားဝေမိတတ်ပါတယ်။ တစ်ပတ်ဆယ်ရက်ကြာတဲ့အခါ ကိုယ် ဝေထားတဲ့အကြွားကို ပြန်စဉ်းစားလိုက်ရင် ဘာမှမဟုတ်တော့ပါဘူး။ ရက်ကြာလေ ဘာမှမဟုတ်လေပါဘဲ။ နောက်

http://www.dhammadownload.com

ဆုံးတော့ ကိုယ့်အကြောင်း သူများသိတာပဲ အဖတ်တင်ပါတယ်။

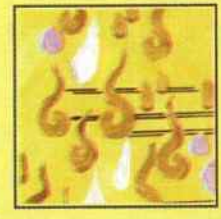
တကယ်လို့ အကြွားဝေတတ်တဲ့ အထုံစွဲနေရင်လည်း နောက်ဘဝအထိ ပါမသွားအောင် စကားပြောတိုင်း ပြောတိုင်း သတိကပ်ပြီး ပြန်လေ့ကျင့်ယူရပါမယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာတော်ကြီးတွေက– 'စကားပြောတဲ့အခါ အကြွားလည်း မပါစေနဲ့၊ အမှားလည်း မပါစေနဲ့'လို့ မိန့်တာပါ။ စကားများများပြောရင် အကြွားတွေလည်း ပါတတ်သလို အမှားတွေလည်း ပါတတ်ပါတယ်။ စကားတွေ တအားပြောနေရင် အမှားတွေ ပါတတ်တာ မဆန်းတော့ပါဘူး။

တစ်ခါတလေကျတော့လည်း အစမှာတော့ ဝမ်းသာစိတ်နဲ့ အမျှဝေတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ပြောရင်းပြောရင်းနဲ့ သတိလွတ်ပြီး အမျှဝေတာကနေ အကြွားဝေတာ ဖြစ်သွားရတာပါ။ ဘာမှ မစိုးရိမ်ပါနဲ့။ ပြန်လေ့ကျင့်ယူရင် ရတာပါပဲ။

အမျှဝေတာလည်း ကုသိုလ်ပါပဲ။ သာခုခေါ်တာလည်း ကုသိုလ်ပါပဲ။ ကိုယ်က ဒါလေးကို အာရုံပြုထားဖို့ပါ။ မင်းကွန်းတိပိဋကဆရာတော်ဘုရားကြီးက မဟာဗုဒ္ဓဝင်မှာ သီလဆောက်တည်ပြီးမှ ဒါနပြုရင် ပိုပြီး အကျိုးရနိုင်တယ်လို့ မိန့်မှာထားပါတယ်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ စကားလေးကို နှလုံးသွင်းပြီး သီလ ယူပြီးမှ ဒါနပြု

အကြွားကတော့ လူတိုင်းနဲ့ နီးစပ်နေသလိုပါပဲ။ သတိထားနိုင်မှ တော်ကာကျတာပါ။ တစ်ခါတလေ စကားပြောရင်းပြောရင်းနဲ့ ကိုယ့် စကား ကိုယ် ဘရိတ်မအုပ်နိုင်ဘဲ အကြွားဖြစ်သွားတာတွေလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com



ရင် ပိုကောင်းပါတယ်။ သံဃာတော် အရှင်သူမြတ်တွေရှိရင် သီလပေးမှာဖြစ်လို့ ကိစ္စမရှိပေမယ့် ကိုယ့်ဟာကိုယ် တစ်ယောက်တည်း ပြုရတဲ့ ဒါနတွေမှာတော့ ငါးပါးသီလလေးကို အရင်ယူပြီးမှ ဒါနလေးတွေ ပြုပြုသွားဖို့ပါ။ သီလယူလိုက်ရင်ပဲ စိတ်ဓာတ်က အလိုလို မြင့်သွားသလို ခံစားရပါတယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေပြုပြီး နတ်တွေကို အမျှပေးဝေရင် နတ်တွေက လူတွေကို ပြန်စောင့်ရှောက်တယ်ဆိုတာ မဟာပရိနိဗ္ဗာနသုတ်မှာလည်း မြတ်စွာဘုရားက ဂါထာလေးတွေနဲ့ သေချာဟောပြထားတာပါ။ နတ်တွေကို အမျှဝေရင် ကိုယ့်အတွက် ကောင်းကျိုးဖြစ်စေတာတော့ အမှန်ပါပဲ။ ကိုယ်က သူတို့ကို မမြင်ရမကြားရပေမယ့် နတ်တွေကတော့ ကိုယ်ပြုနေတာတွေ ကိုယ်ပြောနေတာတွေကို မြင်နေကြားနေတာပါ။

သေးသေးဖွဖွ ကုသိုလ်လေးတွေက အစ နတ်တွေကို အမျှ ပေးဝေရမှာပါပဲ။ ဘုရားအလောင်း ပေးဝေလိုက်တဲ့ ဒါနလေးက တကယ့် သေးသေးလေးပါ။ သေးပေမယ့် သာဓုခေါ်ရတဲ့ နတ်မှာတော့ ကောင်းကျိုးကြီးကြီး ကြီး ရသွားတော့တာပါ။ ကိုယ် အမျှပေးဝေလို့ စည်းစိမ်တိုးထားတဲ့နတ်တွေက ကိုယ့်ကို ပစ်မထားပါဘူး။ အခွင့်သင့်တဲ့ တစ်နေ့မှာ ပြန်ကူညီမှာပါ။

ဒီတော့ ဘယ်ကုသိုလ်ပဲပြုပြု နတ်

http://www.dhammadownload.com

တွေကို အမျှပေးဝေတာတော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဘုရားပန်းကပ်တာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ရေချမ်းကပ်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆီမီးပူဇော်တာပဲဖြစ်ဖြစ် အမျှဝေလို့ ရပါတယ်။ နောက်ဆုံး ကိုယ့်မိတ်ဆွေကို ကော်ဖီတိုက်တာလေးကိုလည်း အမျှဝေလို့ရတာပါပဲ။ ကုသိုလ်ပြုလို့လည်း ကောင်းကျိုးတွေဖြစ်၊ နတ်တွေကို အမျှဝေလို့လည်း ကောင်းကျိုးတွေဖြစ်နဲ့ ကောင်းကျိုးတွေ ဆင့်နေတော့တာပါ။

'ကုသိုလ်မပြတ်ဖြစ်ပါစေ'ဆိုတဲ့ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဩဝါဒအတိုင်း ကုသိုလ်တွေမပြတ် ဖြစ်နေရင် အကုသိုလ်ဖြစ်ခွင့်လည်း နည်းနေတော့တာပါ။ ကုသိုလ်ပြတ်ချိန်ကို အကုသိုလ်က ချောင်ထဲက ချောင်းနေတာပါ။ ကုသိုလ်ပြတ်မှ သူက ဝင်လို့ရမှာပါ။ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်မပြတ်ဖြစ်နေရင် အကုသိုလ်ကို တားထားရာလည်း ရောက်ပါတယ်။

ဘာပဲပြောပြော ကုသိုလ်တွေမပြတ်စေဘဲ ပြုတဲ့ကုသိုလ်တိုင်းကို နတ်တွေကို အမျှပေးဝေလိုက်ဖို့ပါပဲလေ။

ကျမ်းကိုး

ပကိဏ္ဏကဝိသဇ္ဇနာကျမ်း (ပထမတွဲ)၊
လုံးတော်ဆရာတော်။

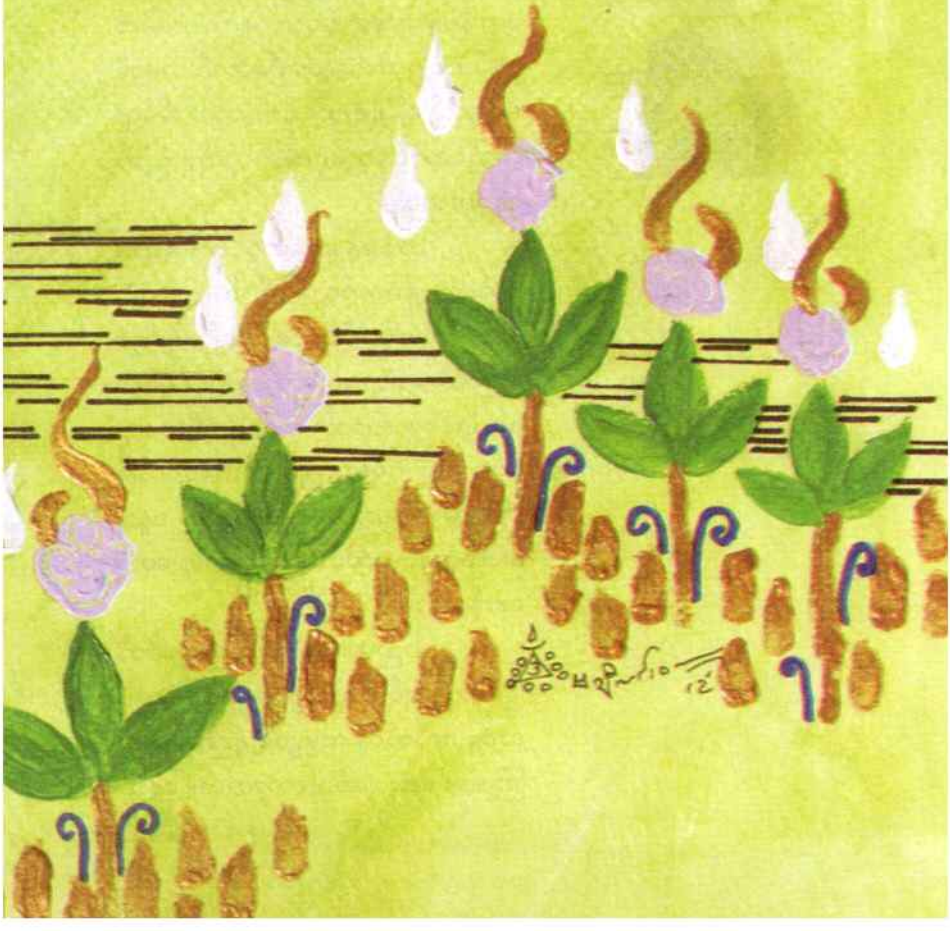
The Voice Journal
၁၄ နိုဝင်ဘာ ၂၀၁၁

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

သစ်ပင်စိုက်ပြီးရင် ရေလောင်းပါ

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က အညတရာ အမျိုးသမီးလေး တစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ အညတရာ ဆိုတာ မထင်ရှားတဲ့သူလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ သူက မိထွေးတော်ဂေါတမီဆီမှာ အလုပ်အကျွေး အပျိုတော်



http://www.dhammadownload.com



အဖြစ် အမှုထမ်းပါတယ်။

မိထွေးတော်ဂေါတမီ ရဟန်းပြုသွားတဲ့အခါမှာလည်း သူက သခင်မနဲ့ အတူလိုက်ပြီး ရဟန်းပြုခဲ့ပါတယ်။ ရဟန်းပြုတော့လည်း အညတရာထေရီလို့ပဲ နာမည် တွင်ခဲ့ပါတယ်။ သခင်မကို သံယောဇဉ်ရှိလို့ လိုက်ပြုတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် သာသနာမှာ မပျော်ခဲ့ပါဘူး။ နှစ်ဆယ့်ငါးနှစ်ပတ်လုံး ကာမရာဂစိတ်တွေ နှိပ်စက်နေတဲ့အတွက် မျက်စိတစ်မှိတ် လျှပ်တစ်ပြက်စာလောက်တောင် သမာဓိ မရဘူးလို့ ဆိုပါတယ်။ စိတ်တွေက အိမ်ရာတည်ထောင် ကာမဂုဏ်ဘက်ကိုပဲ ညွတ်နေခဲ့ပါတယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ ကာမရာဂစိတ်တွေ နှိပ်စက်လွန်းလို့ လက်မောင်းနှစ်ဖက်ကို မြှောက်ပြီး ငိုကြွေးရင်း ဓမ္မဒိန္နာထေရီဆီ ပြေးသွားပါတော့တယ်။ ဓမ္မဒိန္နာထေရီဆီရောက်တော့ ကာမရာဂစိတ်တွေ နှိပ်စက်လို့ ငိုရတဲ့အကြောင်း လျှောက်ပြပါတယ်။ ဒီတော့ ဓမ္မဒိန္နာထေရီက ခန္ဓာ, အာယတန, ဓာတ်တရားစကားတွေ ဟောပေးခဲ့ပါတယ်။

အညတရာထေရီလည်း ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်ကိုသွားပြီး ဓမ္မဒိန္နာ ထေရီသင်ပေးလိုက်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းအတိုင်း ကြိုးစား အားထုတ်ပါတော့တယ်။ နေ့ည

http://www.dhammadownload.com

မပြတ် ကြိုးစားအားထုတ်လိုက်တာ မကြာခင်ကာလမှာပဲ အာသဝေါ ကုန်ခန်းပြီး အဘိညာဏ် ခြောက်ပါးနဲ့တကွ ရဟန္တာမ ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။ ရဟန္တာမဖြစ်သွားတော့ သူ့ဘဝ ဇာတ်ကြောင်း ဖြစ်စဉ်တွေကို ဂါထာလေးတွေနဲ့ ပြန်ဟောပြပြီး မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ပါတယ်။

(ထေရီအဋ္ဌကထာ၊ စာမျက်နှာ ၇၈–၇၉)

နောက်ဆုံးကျတော့လည်း ဝိပဿနာကပဲ လက်ရှိဘဝပြဿနာကို ဖြေရှင်းပေးလိုက်တာပါပဲလေ။ ရှေးရှေးထေရီထေရာ အရှင်မြတ်တွေဟာ ဘဝပြဿနာ လောကဓံဆိုးတွေကို ဝိပဿနာနဲ့ပဲ ဖြေရှင်းသွားကြတာပါ။ ဝိပဿနာ လမ်းကြောင်းပေါ်လျှောက်လို့ ဆိုင်ရာမဂ်အဆင့်ဆင့်ကို ရသွားတဲ့အခါမှာတော့ ဘယ်သောအခါမှ နောက်ကြောင်း ပြန်မလှည့်တော့ပါဘူး။ အေးငြိမ်းတဲ့ဘဝကိုယ်စီ ရသွားကြပါပြီ။

အတိတ်အတိတ်ဘဝတွေက ပါလာတဲ့ အကုသိုလ် ဝါသနာစရိုက်ဆိုးတွေဟာ ဒီပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ လူကို ကမောက်ကမဖြစ်သွားအောင် သိပ်ဒုက္ခပေးတာပါ။ ကိလေသာရဲ့နှိပ်စက်မှုကို အလူးအလဲခံရတော့ လူက ဘာလုပ်လို့ ဘာကိုင်ရမှန်းတောင် မသိတော့ပါဘူး။

စရိုက်တွေကတော့ ပုံစံမျိုးစုံနဲ့ ပါလာကြတာပါ။ ရာဂစရိုက် ပါလာတဲ့လူက ဒေါသဖြစ်စရာ လောဘဖြစ်စရာ စသည်တွေ ဘယ်လောက်ပဲတွေ့တွေ့ ဘာမှ မဖြစ်ပါဘူး။ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့လည်း တပ်မက်စရာ အာရုံနဲ့ တွေ့ရတဲ့အခါမှာတော့ ပုံမှန်ထက် တုန်တုန်လှုပ်လှုပ် ဖြစ်သွားကြရပါတယ်။ ဒီလိုပါပဲ၊ ဒေါသစရိုက် ပါလာတဲ့သူကလည်း တပ်မက်စရာ အာရုံနဲ့ ကြုံလာရပေမယ့် ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး။ ဒေါသဖြစ်စရာ အာရုံနဲ့ ကြုံလာတဲ့အခါမှာတော့ စိတ်မထိန်းနိုင်ဘဲ ပေါက်ကွဲကြတော့တာပါ။

တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ပါလာတဲ့ အထုံစရိုက်ချင်းကတော့ တူကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ စရိုက်စုံ ဝါသနာစုံ ရှိနေကြမှာပါ။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တာ၊ သူတစ်ပါးကို ညှဉ်းဆဲတတ်တာ၊ သူတစ်ပါးကို အနိုင်ယူတာ၊ အရွဲ့တိုက်တာ၊ ရာထူးတပ်မက်တာ၊ ရတနာသုံးပါးကို ကြည်ညိုတာ၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီတတ်တာ၊ ကိုယ်ကျိုးစွန့် အနစ်နာခံ

http://www.dhammadownload.com

တတ်တာ၊ တရားပွဲကျင်းပချင်တာ စသဖြင့် စရိုက်မျိုးစုံ၊ ဝါသနာမျိုးစုံ ရှိနေကြတာပါ။

တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကုသိုလ် ကိလေသာကို မနိုင်လို့ မှားသွားကြရတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ အချိန် တစ်ခုကြာမှပဲ မှားသွားပြီဆိုတာ သိရတော့တာပါ။ သိတော့လည်း ပြန် တည်ဆောက်နိုင်ရမှာပါပဲ။ တချို့ကျတော့လည်း လူ့ဘဝရောက်လာတာနဲ့ ကာမဂုဏ် ခံစားချင်စိတ် မရှိဘဲ တောထွက်ဖို့၊ တရားအားထုတ်ဖို့ကိုပဲ စိတ်ညွတ်နေကြတာပါ။ ဥပမာ – ဝိပ္ပလိဇနီးမောင်နှံမျိုးပါ။ သူတို့ကတော့ ကိလေသာရဲ့ နှိပ်စက်မှုကို သိပ်မခံလိုက်ရပါဘူး။ သက်သက်သာသာနဲ့ပဲ တရားထူး တရားမြတ်တွေ ရသွားကြတာပါ။

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံဆရာတော်ကြီးက ရှေးအကြောင်းအားလျော်စွာ ဒီဘဝမှာ ထူပြောအားကြီးဖြစ်လာတဲ့ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ဝိတက်တွေကို နောက်ဘဝတွေမှာ ထူပြောအားကြီးစွာ မဖြစ်ရအောင် ကုသိုလ်ပြုတဲ့အခါ ဆုတောင်းဖို့ ရေးပြထားပါတယ်။

ဆုတောင်း

ကျွမိနာ မေ ရာဂါဒယော၊ တနူ ဟောန္တု ဘဝါဘဝေ။
ဟောမိ'ဟံ သီလဝါ သဒ္ဓေါ၊ ပညဝါ သုသမာဟိတော။

မေ၊ ငါ၏ ။ ကျွမိနာ၊ ဤကောင်းမှုကြောင့်။ မေ၊ ငါ့အား။ ဘဝါဘဝေ၊ ကြီးငယ်ဘဝ ဖြစ်သမျှ၌။ ရာဂါဒယော၊ ဒိဋ္ဌိ, မာန စသည် ဝန်းရွေ ရုံခွေနှင့်တကွ ဖြစ်ကုန်သော ရာဂ, ဒေါသ, မောဟ, ဝိတက် တရားပျက်တို့သည်။ တနူ၊ ယင်တောင် ပုစဉ်းတောင်အလား ခေါင်းပါး ကုန်သည်။ ဟောန္တု၊ ဖြစ်စေကုန်သတည်း။ အဟံ၊ ငါသည်။ ကျွမိနာ၊ ဤကောင်းမှုကြောင့်၊ သီလဝါ၊ ပကတူပ အထုံရ၍ သီလနှင့်ပြည့်စုံသည်။ ဟောမိ၊ ဖြစ်ရလို၏။ သဒ္ဓေါ၊ ရတနာသုံးတန် ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ခြင်းသဒ္ဓါရှိသည်။ ဟောမိ၊ ဖြစ်ရလို၏။ ပညဝါ၊ ဆုတ်ဆိုင်းမရှိ ဟုတ်တိုင်း သိသော ပညာနှင့် ပြည့်စုံသည်။ ဟောမိ၊ ဖြစ်ရလို၏။ သုသမာဟိတော၊ လွန်စွာကြံ့ခိုင် ယိမ်းယိုင်မရှိ တည်ကြည်ခြင်း သမာဓိ

http://www.dhammadownload.com

နှင့် ပြည့်စုံသည်။ ဟောမိ၊ ဖြစ်ရလိုး၏။
(ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီကျမ်း။ ဒုတိယတွဲ၊ စာမျက်နှာ ၁၆၀)

ဥပမာ – မြတ်စွာဘုရားကို သောက်တော်ရေကပ်ပြီး "ဤ သောက်တော်ရေ ကပ်လှူရသော ကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန်၏ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေ၊ နိဗ္ဗာန်ရဖို့ရန် ပါရမီဖြည့်စဉ်ကာလအတွင်း ဒေါသနည်းသူ ဖြစ်ရပါလို၏" စသည်ဖြင့် ကိုယ့်မှာရှိတဲ့ ဝါသနာစရိုက်ဆိုးကို 'နာမည်တပ်'ပြီး ကိုယ်နားလည်သဘော ပေါက်သလို ဆုတောင်းလို့လည်း ရပါတယ်။ စကားလုံး ကွဲပြားပေမယ့် သဘော သက်ရောက်မှုကတော့ အတူတူပါပဲ။ ဒါဆို တဖြည်းဖြည်း လျော့လျော့လာမှာပါ။

ဝါသနာစရိုက်ဆိုးတွေ ခေါင်းပါးအောင် လုပ်တဲ့နေရာမှာ ဆုတောင်းခြင်းကိုလည်း အားကိုးတစ်ခုအနေနဲ့ လုပ်ရမှာပါ။ ကိုယ်က အလွတ် ဆုတောင်းတာ မဟုတ်ဘဲ အလုပ်နဲ့တွဲပြီး ဆုတောင်းတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် အများကြီး အထောက်အပံ့ ပေးမှာပါ။ အလုပ်နဲ့ ဆုတောင်း အစဉ်သဖြင့် ရှိနေရင် အကုသိုလ် လုပ်ချင်စရာ တွေးဦး, တွေဦးတော့ ကိုယ် မြတ်မြတ်နိုးနိုး တောင်းနေတဲ့ ဆုတောင်းလေးကို သတိရပြီး

တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကုသိုလ်ကိလေသာကို မနိုင်လို့မှား သွားကြရတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။



http://www.dhammadownload.com



လုပ်ချင်စိတ် လျော့သွားမှာပါ။

သာသနာမှာ "စာတတ်ငါးခုန်၊ စာကုန်မနဂ်္ကညီးတော၊ စာပြော သဲအင်း" ဆိုပြီး သမိုင်းတင်ခဲ့ပါတယ်။ စာတတ်တဲ့ နေရာမှာ ငါးခုန် ဆရာတော်ဘုရား၊ စာကုန်တဲ့နေရာမှာ မန်ကျည်းတောဆရာတော်ဘုရား၊ စာပြောတဲ့နေရာမှာ သဲအင်းဆရာတော်ဘုရားရယ်လို့ ဆရာစဉ်ဆက် ပြောစမှတ်ပြုခဲ့ကြတာပါ။ အဲဒီအထဲက ငါးခုန်ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ စာတတ်ရုံတင်မကပါဘူး၊ ဘုရားဆုပန်ထားတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးပါ။ ဘုရားဆုပန်ထားတဲ့ ငါးခုန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ တစ်ခါတလေ ပုထုဇဉ်အားလျော်စွာ ရင်ထဲမှာ ဒေါသ စတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်လာရင် ဘုရားရှေ့ကိုသွားပြီး "မြတ်စွာဘုရား... တပည့်တော် ငါးခုန်ရဲ့ သန္တာန်မှာ ယုတ်မာဆိုးဝါးတဲ့ ဒေါသတွေ ဝင်ရောက်နှောင့်ယှက် ဖျက်ဆီးနေပါတယ်ဘုရား။ ဒေါသကင်းဝေးတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားအား အကြိမ်ကြိမ် ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏၊ ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော်ရဲ့ သန္တာန်မှာ စွဲလမ်း ကပ်ငြိနေတဲ့ ဆိုးဝါးလှတဲ့ ဒီဒေါသ ကိလေသာကို ကယ်မ ပယ်ချွတ်တော်မူပါဘုရား" လို့ လျှောက်ပြီး ဒေါသကို တဒင်္ဂအနေနဲ့ မငြိမ်းမချင်း ဘုရားရှင်ရှေ့မှာ ဝတ်ပြုနေလေ့ရှိတယ်လို့

http://www.dhammadownload.com

ဖတ်ရပါတယ်။

ကိုယ်ကလည်း ငါးခုန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးနည်းကို အတုယူပြီး အကုသိုလ် တစ်ခုခု ရင်ထဲဝင်လာရင် မြတ်စွာဘုရားရှေ့သွားပြီး လျှောက်ထား ဆုတောင်းလို့လည်း ရတာပါပဲ။ ဘယ်နည်းနဲ့ပဲပျောက်ပျောက် ပျောက်ဖို့က အဓိကပါ။ ဒါတွေဟာ တကယ့် မဖြစ်မနေ အတုခိုးရမယ့် နည်းကောင်းတွေပါပဲ။

စာရေးသူလည်း ကိုယ်မလိုချင်တဲ့ အကုသိုလ်တွေ ရင်ထဲရောက်လာရင် ငါးခုန်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနဲ့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှစ်ပါးရဲ့ နည်းအတိုင်း မြတ်စွာဘုရားရှေ့သွား၊ မြတ်စွာဘုရားကို သောက်တော်ရေကပ်ပြီး ကိုယ့်ရင်ထဲမှာ ဖြစ်နေတဲ့ အကုသိုလ်တွေကို သူများ မကြားအောင် ခပ်တိုးတိုးလျှောက်ပြ၊ ပြီးတော့ " ..... အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ရပါလို၏ဘုရား" လို့ သုံးကြိမ်လောက် ဆုတောင်းမိပါတယ်။ တစ်ခါတလေ ကိုယ်မလိုချင်တဲ့ အကုသိုလ်က နည်းနည်းကြီးနေမယ်၊ ဖြစ်ကြောရှည်နေမယ် ဆိုရင်တော့ ရေချမ်းအပြင် ပန်းပါကပ်ပြီး ဆုတောင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေကတော့ အရေးပေါ် ဆုတောင်းပြီး အကုသိုလ်ပယ်နည်းတစ်ခုပါပဲ။ ဆုတောင်းလိုက်ရင်ပဲ ဖြစ်နေတဲ့အကုသိုလ်က သက်သာသွားတာ များပါတယ်။

ရာဂ ဒေါသ မောဟ ကလေသာ မစ္ဆရိယ စတဲ့ အကုသိုလ်ကိလေသာတွေ နှိပ်စက်တဲ့အခါ ကိုယ့်ကို တရားစကား ပြောပြပေးမယ့် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတွေလည်း သိပ်လိုအပ်ပါတယ်။ အညတရာထေရီကိုတော့ ဓမ္မဒိန္နာထေရီက တရားစကား ပြောပေးခဲ့ပါတယ်။

ဓမ္မဒိန္နာဆိုတာ အနာဂါမ် ဝိသာခရဲ့ ဇနီးပါ။ ဘိက္ခုနီမ ဝတ်ပြီး တရားအားထုတ်လိုက်တာ ခင်ပွန်းထက် တစ်ဆင့်ကျော်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားတဲ့ ထေရီမပါ။ ဓမ္မဒိန္နာထေရီ တရားထူးရသွားတာလည်း ခင်ပွန်း ဝိသာခရဲ့ ကူညီပံ့ပိုးမှုတွေ အများကြီးပါခဲ့ပါတယ်။ သူတို့ဇနီးမောင်နှံလည်း ကိလေသာရဲ့နှိပ်စက်မှုကို သိပ်မခံရဘဲ တရားထူးတွေ ကိုယ်စီရသွားကြတဲ့ သူတွေပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်လို ကိလေသာတွေက ဘယ်လိုပုံစံနဲ့ပဲ နှိပ်စက်နှိပ်စက် တကယ်အားကိုးရာကတော့ ဝိပဿနာပါပဲ။ တရားထူး မရရင်တောင် တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက်ကိလေသာကို ပယ်နေတာဆိုတော့ တစ်မှတ်ချင်း မှာ စိတ်အေးချမ်းမှုကို ရနေတာပါ။ ကိလေသာနှိပ်စက်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လောကဓံဆိုးတွေ နှိပ်စက်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ် နောက်ဆုံးတော့ ဘာဖြစ်လဲ၊ တရားအားထုတ်နေလိုက်ရုံပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားက အဂ်ိုတ္တိရ်ပါဠိတော် အနုဂ္ဂဟိတသုတ်မှာ ချီးမြှောက်ခြင်း(၅)မျိုးနဲ့ ချီးမြှောက်ဖို့ ဟောကြားထားပါတယ်။ ချီးမြှောက်ခြင်း(၅)မျိုးက –

၁။ သီလနဲ့ ချီးမြှောက်ခြင်း

၂။ သုတနဲ့ ချီးမြှောက်ခြင်း

၃။ တရားဆွေးနွေးခြင်းနဲ့ ချီးမြှောက်ခြင်း

၄။ သမထနဲ့ ချီးမြှောက်ခြင်း

၅။ ဝိပဿနာနဲ့ ချီးမြှောက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကို အဋ္ဌကထာက ဥပမာလေးနဲ့ ပြထားပါတယ်။ သစ်ပင် စိုက်ထားရင် ကိုယ်စိုက်ထားတဲ့သစ်ပင်ကို ခြံလည်း ခတ်ထားရပါတယ်။ ရေလည်း လောင်းပေးရပါတယ်။ ပေါင်းလည်း သင်ပေးရပါတယ်။ သစ်ပင်မှာ ကျလာတဲ့ ပိုးကောင်လေးတွေကိုလည်း ဖယ်ရှားပေးရပါတယ်။ ပင့်ကူမျှင် နွယ်ပင်တွေကိုလည်း ဖယ်ရှားပေးရပါတယ်တဲ့။

အတွဲဥပမာလေးတွေက သီလက ခြံခတ်ထားတာနဲ့တူပါတယ်တဲ့။ သုတက ရေလောင်းတာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့။ ဆွေးနွေးတာက ပေါင်းသင်တာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့။ သမထက ပိုးကောင်လေးတွေကို ဖယ်ရှားပေးတာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့။ ဝိပဿနာက ပင့်ကူမျှင် နွယ်ပင်လေးတွေကို ဖယ်ရှားပေးတာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့။

သစ်ပင်တစ်ပင်စိုက်ရင် ဒီအစီအစဉ်လေးတွေကို လုပ်ပေးရပါတယ်။ လုပ်မပေးရင် ကိုယ်စိုက်ထားတဲ့ သစ်ပင်ဟာ ညှိုးနွမ်းပြီး သေသွားနိုင်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

စာရေးသူ လေးလကျော်ကျော် လောက် ခရီးတစ်ခု ထွက်ဖြစ်ပါတယ်။ ပြန်လာတဲ့အခါကျတော့ စိုက်ခဲ့တဲ့ သစ်ပင်တွေက အရွက်တွေ မရှိတော့သလောက် ခြောက်သွေ့နေပါတော့တယ်။ သက်မဲ့ဖြစ်တဲ့ သစ်ပင် နွမ်းနွမ်းခြောက်ခြောက်တွေကို မြင်ရတာ တကယ့်စိတ်မချမ်းသာစရာ မြင်ကွင်းတွေပါပဲ။

ရောက်ရောက်ချင်း စိုက်ခဲ့တဲ့ သစ်ပင်တွေကို ကြည့်ပြီး မပျော်တော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သစ်ပင် ကျွမ်းကျင်တဲ့သူတွေကို ဖုန်းဆက်ခေါ်ရပါတယ်။ သူတို့လည်း ချက်ချင်း ရောက်လာပြီး သစ်ပင်အပွေးတွေကို လက်သည်းနဲ့ ဆိတ်ကြည့်၊ အရွက်တွေကို ကိုင်ကြည့်နဲ့ ဆရာဝန် တစ်ယောက်က လူနာ တစ်ယောက်ကို ကြည့်သလိုပါပဲ။ ပြီးတော့ "ရေလောင်းရမယ်၊ အောက်ခြေ မြက်ရှင်းရမယ်၊ ပေါင်းသင်ရမယ်၊ မြေလုံးခွဲပြီး ရေနေအောင် ခွက်ကျင်း လုပ်ရမယ်၊ ဆေးကျွေးရမယ်၊ ပိုးသတ်ဆေး ဖျန်းရမယ်" လို့ ပြောပြီး ကိုယ်တိုင်ပဲ လုပ်ပေးကြပါတယ်။ အဲဒီအထဲက "ပိုးသတ်ဆေးတော့ မဖျန်းပါနဲ့" လို့ တောင်းပန်ရပါတယ်။ ပိုးကောင်လေးတွေ မသေစေချင်သလို သတ်လည်း မသတ်ချင်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့လည်း သုံးသိန်းတန် သစ်ပင်

သီလက ခြိုတ်ထားတာနဲ့တူပါတယ်တဲ့၊ သုတက ရေလောင်းတာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့၊ ဆွေးနွေးတာက ပေါင်းသင်တာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့။



http://www.dhammadownload.com



တချို့ အောက်ခြေ ပိုးကိုက်ပြီး သေသွားတော့လည်း နှမြောရပြန်ပါတယ်။ သုံးပတ်ကျော်ကျော်လောက် အကြာမှာတော့ ရွက်နုလေးတွေ ပြန်ထွက်လာခဲ့ပါတယ်။ စိမ်းစိုလာတဲ့ သစ်ပင်တွေ ပြန်မြင်ရတော့လည်း စိတ်က ပြန်ပျော်သွားရပြန်ပါတယ်။ သစ်ပင် ညှိုးနွမ်းနွမ်းတွေကို ကိုယ်တိုင်လည်း မမြင်ချင်သလို ရောက်လာတဲ့သူတွေကိုလည်း မမြင်စေချင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ရေလောင်းတာ ပုံမှန်ထက်ရွဲအောင် လူတိုးပြီး လောင်းရပါတော့တယ်။

ကိုယ်စိုက်ထားတဲ့ သစ်ပင်လေး ရေလောင်းလိုက်လို့ အညွှန့်တဝေဝေ အရွက်တဖားဖား စိမ်းစိမ်းစိုစို ဖြစ်လာတဲ့အခါ စိတ်ချမ်းသာရသလို ကိုယ်စိုက်ထားတဲ့ သစ်ပင် စိမ်းစိမ်းအောက်မှာ ထိုင်ရတာလည်း တကယ့်အရသာတစ်ခုပါပဲ။ ဒီလိုပါပဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်တော့ အေးချမ်းအောင် နေကြရမှာပါပဲ။

ဘဝကလည်း သစ်ပင်တစ်ပင်လိုပါပဲ။ ရေလောင်းပေါင်းသင် ဆေးကျွေးနေနိုင်မှ စိတ်ကလေးတွေက လန်းနေတာပါ။ ရေမလောင်းဖြစ်တာနဲ့ စိတ်က ညှိုးလာတာပါ။ ပုထုဇဉ်သစ်ပင်တစ်ပင်ဟာ စိမ်းစိုတစ်လှည့် ခြောက်သွေ့တစ်လှည့် ပါပဲ။ အမြဲတမ်းလည်း စိမ်းစိုမနေနိုင်

http://www.dhammadownload.com

သလို အမြဲတမ်းလည်း ခြောက်သွေ့မနေနိုင်ပါဘူး။ စိတ်ညှိုးနွမ်းလာတဲ့အခါ ချီးမြှောက်ခြင်း ငါးမျိုးနဲ့ ချီးမြှောက်ပေးရပါမယ်။ စိတ်ညှိုးနွမ်းရင် ဘဝက နေရတာလည်း မပျော်တော့ပါဘူး။ တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ကိုယ့်ရုပ်နဲ့ စိတ်ကို စောင့်ရှောက်နေတဲ့ ကြားကပဲ အာရုံတချို့ကြောင့် ညှိုးနွမ်းသွားရတာတွေလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒီတော့လည်း ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ် ရေပြန်လောင်းရုံပါပဲ။

ပုထုဇဉ်တစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝမှာ ကိုယ့်စိတ်ကလေးကို အထူး စောင့်ရှောက်ပေးနေမှ တော်ကာကျတာပါ။ ဒါတွေက အသက်ကြီးတာ ငယ်တာတွေနဲ့ မဆိုင်ပါဘူး။ အသက်ကြီးပေမယ့်လည်း ရင့်ကျက်ချင်မှ ရင့်ကျက်တာပါ။ အသက်ငယ်ပေမယ့်လည်း ရင့်ကျက်ချင် ရင့်ကျက်နေတာပါ။

အထူးသဖြင့် ရုပ်နာမ်တွေ ညှိုးနွမ်းလာရင် ဘုရားခန်းထဲသွားပြီး သီလယူ၊ သမထ ဝိပဿနာ ပွားနေလိုက်တာက အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဒါဆို ညှိုးနွမ်းနေတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေက ပြန်လန်းလာတာများပါတယ်။ ရုပ်နွမ်းစိတ်နွမ်းကို ဖြေဖျောက်စရာ အာရုံမျိုးစုံတော့ ရှိနေမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတဲ့ ရေလောင်းပေါင်းသင်မှုတွေနဲ့ ဖြေဖျောက်တာကတော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

ကိုယ့်ရုပ်နာမ်တွေ ကြည်လင်လာတဲ့အခါ ကိုယ်လည်း စိတ်ချမ်းသာရသလို ကိုယ့်ဝန်းကျင်တစ်ခုလုံးလည်း စိတ်ချမ်းသာရတော့တာပါ။ ကိုယ်စိတ်မချမ်းသာရင် ကိုယ်နဲ့ဆက်စပ်သမျှ ဝန်းကျင်အားလုံး စိတ်မချမ်းသာရပါဘူး။ အများနဲ့ ထိတွေ့ဆက်ဆံနေရတဲ့သူဆို ပိုလို့တောင် စိတ်ချမ်းသာအောင်နေရဦးမှာပါ။ ဒါမှ ကိုယ်နဲ့ထိတွေ့ဆက်ဆံရသူ အားလုံး ကိုယ့်ကို အမှီပြုပြီး စိတ်ချမ်းသာကြမှာပါ။

မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ ချီးမြှောက်ခြင်း(၅)မျိုးက လူတစ်ယောက်အတွက် မဖြစ်မနေလိုအပ်တဲ့ ချီးမြှောက်ခြင်းတွေပါ။ သူများကို ချီးမြှောက်ရတာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချီးမြှောက်ရတာဖြစ်တဲ့အတွက် ဘာမှ နှမြောစရာလည်း မလိုပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

၁။ သီလနဲ့ချီးမြှောက်ပါတဲ့။ သီလလျော့သွားရင် စိတ်ကပါ ညှိုးသွားတာ များပါတယ်။

၂။ သုတနဲ့လည်း ချီးမြှောက်ပါတဲ့။ သုတဆိုတာ စာဖတ်တာ၊ တရားနာတာပါ။ ဒီခေတ်ကတော့ တရားနာဖို့အတွက် မခက်တော့ပါဘူး။ တရား CD တွေ လမ်းဘေးနေရာတိုင်းမှာ လွယ်လွယ်ကူကူ ဝယ်လို့ ရနေတာပါ။ လွန်ခဲ့တဲ့ (၁၀)နှစ်လောက်ကဆို တရားခွေတစ်ခွေနာရဖို့ တရားတေးသံသွင်းဆိုင်ကြီးတွေကို တကူးတက သွားမှာရတာပါ။ ဒါတောင် ချက်ချင်းမရပါဘူး။ တိပ်ခွေကိုမှာခဲ့ပြီး ခိုနှိုးတဲ့ရက်ကျမှ သွားယူရတာပါ။ အခုတော့ ငွေ(၅၀၀)လောက်ဆို CD တစ်ချပ်နဲ့ တရားအပုဒ်ရေ သုံးရာ၊ ငါးရာလောက် ရနေတာပါ။ ထားရသိမ်းရတာလည်း သိပ်ဝန်ကျဉ်းတာပါ။

၃။ တရားဆွေးနွေးခြင်းနဲ့လည်း ချီးမြှောက်ပါတဲ့။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် သိတာချင်းတော့ မတူကြပါဘူး။ သူသိတာ ကိုယ်မသိ၊ သူမသိတာ ကိုယ်သိဆိုတော့ အချင်းချင်းလည်း ဆွေးနွေးရမှာပါ။ အထူးသဖြင့်တော့ ကိုယ်ထက်သာတဲ့သူနဲ့ ဆွေးနွေးရမှာပါ။

၄။ သမထနဲ့လည်း ချီးမြှောက်ပါတဲ့။ ကိုယ်နှစ်သက်ရာ သမထ တစ်ခုခု ပွားများနေရင် စိတ်က အေးချမ်းနေတာပါပဲ။

၅။ ဝိပဿနာနဲ့လည်း ချီးမြှောက်ပါတဲ့။ ဝိပဿနာကတော့ ကိုယ်အားထုတ်ဖူးထားတဲ့အတိုင်း ချီးမြှောက်ရုံပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားက တရားအားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီတွေ ကိုယ့်ရဲ့ ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ချီးမြှောက်ခြင်း ငါးမျိုးနဲ့ ချီးမြှောက်ဖို့ ဟောပြထားတာပါ။ ဒါပေမဲ့လည်း အပြင်မှာ နေနေကြတဲ့သူတွေအနေနဲ့ ကိုယ့် ကိုယ်ကိုယ် ချီးမြှောက်မှု(၅)မျိုးနဲ့ ချီးမြှောက်နေရင် စိတ်ချမ်းသာနေတော့တာပါ။ ပုထုဇဉ် တစ်ယောက်ရဲ့စိတ်ဟာ အမြဲတမ်း ကြည်မနေနိုင်ပါဘူး။ ကြည်တစ်လှည့်၊ နောက် တစ်လှည့်ပါပဲ။ စိတ်ကြည်လင်နေမှလည်း ကိုယ့်အတွက်, ကိုယ့်မိသားစုအတွက်, ကိုယ့်နိုင်ငံ ကိုယ့်လူမျိုးအတွက် အားတက်သရော လုပ်နိုင်မှာပါ။

ဘဝဆိုတာ သစ်ပင်လေးတစ်ပင်လိုပါပဲ၊ အမြဲရေလောင်းပေးနေမှ

http://www.dhammadownload.com

စိမ်းစိုနေမှာပါ။ အဲဒီလို ရေလောင်းပေး နေတာကကို မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက် အပံ့ကောင်းတွေ ဖြစ်နေတော့တာပါပဲလေ။

ကျမ်းကိုး

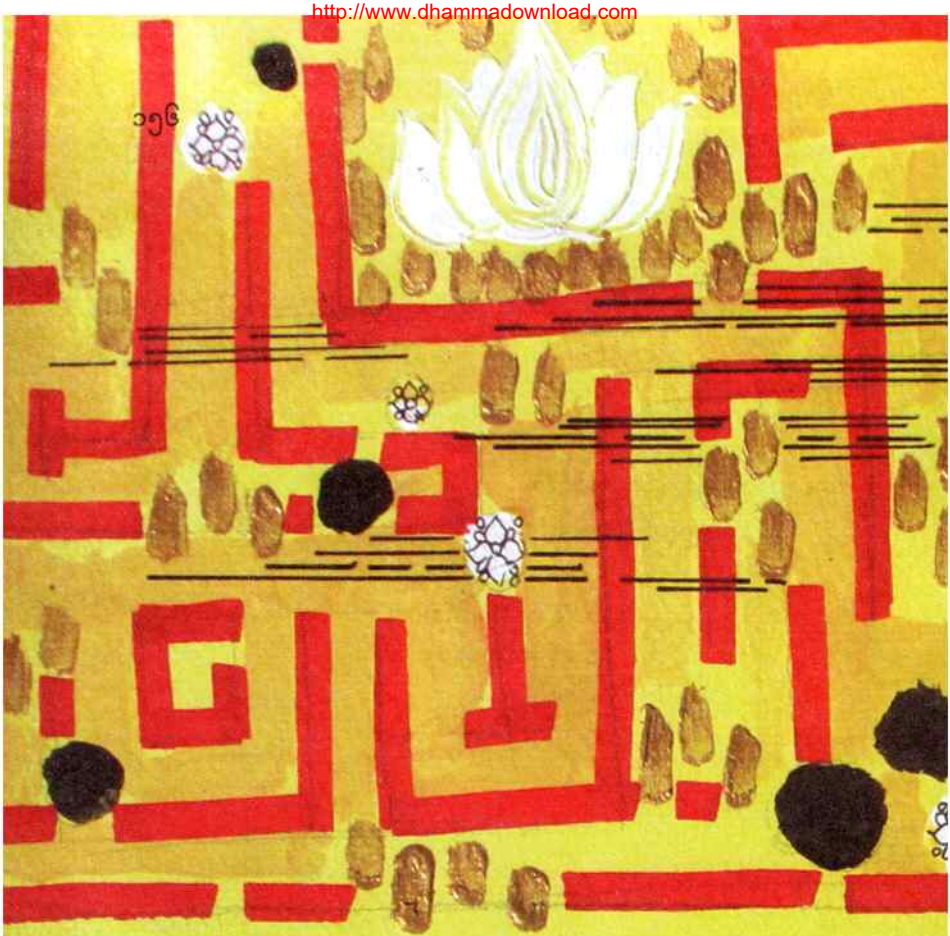
အနုဂ္ဂဟိတသုတ္တန်တရားတော်။
သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော်၊

The Voice Journal
၃၀ ဧန်နဝါရီ ၂၀၁၂

အသက်ကြီးတာ ငယ်တာတွေနဲ့ မဆိုင်ပါဘူး။ အသက်ကြီးပေမယ့်လည်း ရင့်ကျက်ချင်မှ ရင့်ကျက်တာပါ။ အသက်ငယ်ပေမယ့်လည်း ရင့်ကျက်ချင် ရင့်ကျက်နေတာပါ။



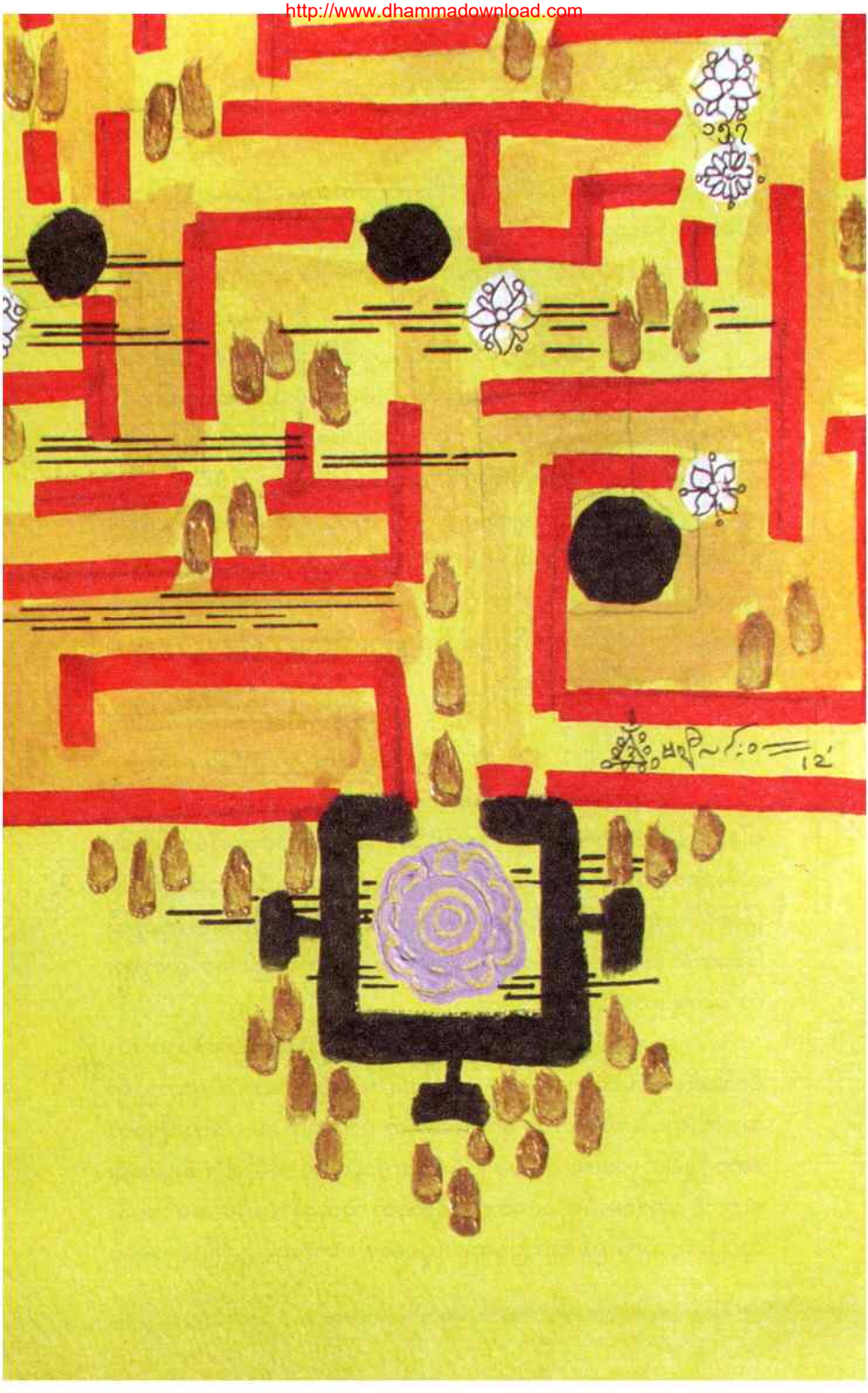
http://www.dhammadownload.com



တစ်ခါတုန်းက အလွန်လှတဲ့ ဗာရာဏသီ
မင်းတစ်ပါး ရှိပါတယ်။ သူ့ကို မြင်လိုက်ရတဲ့ သူတွေ
ဟာ ထပ်ကာထပ်ကာ ပြန်ကြည့်ချင်စိတ် ဖြစ်ကြရပါတယ်
တဲ့။ တစ်နေ့တော့ ဗာရာဏသီမင်းဟာ မြို့ထဲကို
လှည့်လည်ပါတယ်။ တစ်နေရာ အရောက်မှာတော့
သူဌေးတစ်ယောက်ရဲ့ မယားက လေသာပြတင်းပေါက်
ကနေ မင်းကို ရပ်ကြည့်နေပါတယ်။ မင်းလည်း

အကုသိုလ်နှင့် ပန်းတိုင်

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

ရပ်ကြည့်နေတဲ့ အမျိုးသမီးကို မြင်ပြီး တပ်မက်တဲ့ရာဂစိတ်တွေ ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒီတော့ အမတ်တစ်ယောက်ကိုခေါ်ပြီးအဲဒီမိန်းမမှာ ယောကျ်ားရှိ မရှိ စုံစမ်းခိုင်းပါတယ်။ အမတ်ကလည်း စုံစမ်းပြီး ယောကျ်ားရှိကြောင်း ပြန်လျှောက်ပြပါတယ်။

မင်းဟာ ဖြစ်နေတဲ့တပ်မက်စိတ်တွေကိုကြည့်ပြီး "ငါဟာ နတ်သမီးတွေလိုလှနေတဲ့ မောင်းမမိသဲ နှစ်သောင်းအလယ်မှာ တစ်ယောက်တည်း အလိုရှိသလို ပျော်မွေ့နေတယ်။ ဒီမိန်းမနှစ်သောင်းနဲ့ ရောင့်ရဲခြင်းမရှိဘဲ သူတစ်ပါး မယားအပေါ်မှာ ရာဂစိတ်တွေ ဖြစ်လိုက်သေးတယ်၊ ဒီတဏှာရာဂဟာ အပါယ်ကို ဆွဲချလိမ့်မယ်"လို့ တဏှာရာဂအပြစ်ကို ဉာဏ်နဲ့ကြည့်ပါတယ်။ ဗာရာဏသီမင်းက ဆက်ပြီး"ငါ ဒီတဏှာရာဂကို အခုပဲ ရှင်းပစ်မယ်"ဆိုပြီး မင်းအဖြစ်ကိုစွန့်ပြီး ရဟန်းပြုလိုက်ပါတယ်။ ရဟန်းဘဝနဲ့ပဲ ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်လိုက်တာ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

သုတ္တနိပါတ်အဋ္ဌကထာ၊ ပထမတွဲ
ခဂ္ဂဝိသာဏသုတ်၊ စာမျက်နှာ ၁၁၁၊၁၁၂။

ဗာရာဏသီမင်းဖြစ်လိုက်တဲ့ ရာဂစိတ်က တကယ်ဆို အကုသိုလ်ပါ။ ဒါပေမဲ့ ဗာရာဏသီမင်းကတော့ အဲဒီ အကုသိုလ်စိတ်ကိုပဲအမှီပြုပြီး လမ်းဆုံးပန်းတိုင်တစ်ခုဆီ အရောက်လှမ်းနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီတော့ အကုသိုလ်ဖြစ်တိုင်းလည်း ကြောက်စရာ မလိုပါဘူး။ အကုသိုလ်ကနေ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် ပြန်လုပ်ယူရမှာပါ။ ပြန်လုပ်ယူနည်းတွေလည်း မြတ်စွာဘုရားက ဟောပြထားတာပါ။

အကုသိုလ်ဖြစ်တိုင်း စိတ်ဆင်းရဲနေရမယ်ဆိုရင် တစ်သက်လုံး စိတ်ဆင်းရဲနေရတော့မှာပါ၊ သာသနာဟာ အားလုံးရဲ့ ထောက်ရာတည်ရာ အားကိုးရာပါ။ ကိလေသာ မကင်းသေးတဲ့ ပုထုဇဉ်ဘဝမှာ အကုသိုလ်ကတော့ ပြုမိကြမှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ပြုမိတဲ့အကုသိုလ်ကို အမှီပြုပြီး စီးပွားရေးစကားနဲ့ ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့ ဖြစ်လာတဲ့ အကုသိုလ်ကိုပဲ အရင်းအနှီးလုပ်ပြီး ကုသိုလ်ကုန်ချော ပြန်ထုတ်ယူရမှာပါ။ တစ်ဆင့် မြှင့်ပြီးပြောရရင်

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာ ကုန်ချောအထိဖြစ်အောင် ကြိုးစား ကြရမှာပါ။ ဗာရာဏသီမင်းဟာ ဖြစ်ပေါ်လာ တဲ့ အကုသိုလ်ကိုပဲ အရင်းအနှီးလုပ်ပြီး ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်သွားတာပါ။

မနက်အိပ်ရာကနိုးရင် မထသေးဘဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိုးတိုးလေး ပြန်မေးသင့်တဲ့ မေးခွန်းတစ်ခု ရှိပါတယ်။

လူ့ဘဝရောက်လာတာ ဘာလုပ်ဖို့လဲ?

အဖြေကတော့ လမ်းသုံးသွယ်ကို အာရုံပြုကြည့်ရမှာပါ။

လမ်းသုံးသွယ်ရှိပါတယ်။ ကံလမ်းရယ်၊ စျာန်လမ်းရယ်၊ ဉာဏ်လမ်းရယ်ပါ။ ဒါန သီလတွေပြုတာက ကံလမ်းက သွားတာပါ။ ကံလမ်းက သွားရင် လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည်ကို ရောက်ပါတယ်။ သမထတရားတွေ ပွားများ အားထုတ်တာက စျာန်လမ်းက သွားတာပါ။ စျာန်လမ်းက သွားရင် ဗြဟ္မာ့ပြည်ကို ရောက်ပါတယ်။ ဝိပဿနာတရားတွေ ပွားများ အားထုတ်တာက ဉာဏ်လမ်းက သွားတာပါ။ ဉာဏ်လမ်းကသွားရင် နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ယောက်ရဲ့ ပန်းတိုင်ဟာ နိဗ္ဗာန်ပါ။ နိဗ္ဗာန် ရောက်ဖို့အတွက် ဉာဏ်လမ်းက သွားရမှာပါ။ ဒီတော့ ကံလမ်း၊ စျာန်လမ်းလောက်နဲ့ တင်းတိမ်နေလို့ မရပါဘူး။ ဉာဏ်လမ်း ခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာတရားကိုလည်း အားထုတ်

ပြုမိတဲ့အကုသိုလ်ကို အမှီပြု၍ စိတ်ပျက်နေ စကားနဲ့ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့ ဖြစ်လာတဲ့ အကုသိုလ်ကိုပဲ အရင်းအနှီး လုပ်ပြီး ကုသိုလ်ကုန်ချော ပြန်ထုတ်ယူရမှာပါ။



http://www.dhammadownload.com



ရဦးမှာပါ။

ပြီးတော့ လမ်းသုံးသွယ်ကို အာရုံပြုလိုက်ရင်လည်း ရာထူး ဌာနန္တရ၊ ငွေကြေးဥစ္စာ၊ ခြွေရံသင်းပင်းဆိုတာတွေလည်း ဘာမှမဟုတ်တော့ပါဘူး။

လူဘဝတော့ရောက်လာပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့ လူဘဝရောက်လာပြီး ဒီဝိပဿနာတရားလေးမှ အားမထုတ်ရဘဲ သေသွားရတယ်ဆိုရင်တော့ လူဘဝ ရလာတာ မတန်ပါဘူး။ ဝိပဿနာတရားအားမထုတ်ရဘဲ သေသွားကြရတဲ့သူတွေလည်း အများကြီး ရှိမှာပါ။

ဉာဏ်လမ်းခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာတရားဟာ သာသနာတွင်းကာလမှာပဲ ရရှိတာပါ။ သာသနာပကာလမှာ မရပါဘူး။ သာသနာပကာလမှာ ကံလမ်းနဲ့ ဈာန်လမ်းပဲ ရှိတာပါ။ ဆိုလိုတာက ကံလမ်း၊ ဈာန်လမ်းလောက်နဲ့ စိတ်မချရသေးပါဘူး။ ဉာဏ်လမ်းခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ပြီး အနည်းဆုံး သောတာပန်ဖြစ်မှ ဘဝကစိတ်ချရတာပါ။ သောတာပန် ဖြစ်သွားရင်တော့ အပါယ်မကျတော့ပါဘူး။

သောတာပန်ဖြစ်အောင် အားမထုတ်နိုင်သေးရင်တောင် အငယ်စား သောတာပန်လို့ခေါ်တဲ့ စူဠသောတာပန် အဆင့်လောက်တော့ ရအောင်အားထုတ်ကြရမှာပါ။ စူဠသောတာပန်ဆိုတာ အကြောင်းနဲ့အကျိုးကို ခွဲခြားသိတဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်အထိရောက်

http://www.dhammadownload.com

တဲ့ ယောဂီကို စူဠသောတာပန်လို့ ခေါ်တာပါ။ စူဠသောတာပန်ဖြစ်ရင်လည်း သုဂတိဘဝ မြဲတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဉာဏ်စဉ်အတိုင်းပြောမယ်ဆိုရင်တော့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်က ဒုတိယဉာဏ်စဉ်ပါ။ ပထမဉာဏ်စဉ်က နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်စဉ်ပါ။

ဒီဉာဏ်စဉ်နှစ်ပါးကိုတော့ တရားကို ရှိရှိသေသေ ရှုမှတ်တဲ့ ယောဂီတိုင်း တွေ့ကြရတာ များပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း ဒီဉာဏ်စဉ်နှစ်ခုလောက်တော့ ရအောင် အားထုတ်ကြရမှာပါ။ တချို့ အလေ့အကျင့်များတဲ့ ယောဂီတွေဆို ကိုယ့်အိမ် ဘုရားခန်းထဲမှာ ထိုင်လိုက်တာနဲ့ ဒီဉာဏ်စဉ်နှစ်ခုကို ချက်ချင်းတွေ့ကြရတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဘဝမှာ ဝိပဿနာတရားထက် ပျော်စရာကောင်းတာ ဘာမှ မရှိပါဘူး။ ဝိပဿနာတရားတွေနဲ့ ပျော်တာပဲ ကောင်းပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဝိပဿနာပီတိသုခနဲ့ ပျော်မွေ့နေရတာဟာ လူသာမန်တွေ မဆိုထားနဲ့ နတ်သာမန်တွေတောင်မှ မပျော်မွေ့နိုင်တဲ့ ပျော်မွေ့ခြင်းကို ရရှိပါတယ်လို့ ဟောပြထားတာပါ။

ဘယ်နေရာမှာပဲ ရောက်နေရောက်နေ၊ ဘယ်လို အခြေအနေပဲ ရှိနေနေ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ချမ်းသာချမ်းသာ တကယ်လျှောက်ရမှာက ဉာဏ်လမ်းပါ။

ဒါတွေက ကိုယ့်ဟာကိုယ် တစ်ယောက်တည်း ရှိတဲ့အခါ လမ်းသုံးသွယ်ကို အာရုံပြုလိုက်ရင် တရားသဘောလေးတွေ ပေါ်လာတာ များပါတယ်။ အဲဒီအခါမျိုးမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အတွေးလေးနဲ့ တရားပြန်ဟောလို့လည်း ရတာပါပဲ။ တရားဟောသူလည်း ကိုယ်၊ တရားနာသူလည်း ကိုယ်ပါ။ တရားဆိုတာ သူများဟောမှတင် မဟုတ်ပါဘူး၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ပြန်ဟောရမှာပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တရားဟောတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်ထိန်းကျောင်းတာပါပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တရားဟောရင်း ကိုယ်ဘယ်လမ်း လျှောက်နေတယ်ဆိုတာ ပြန်ကြည့်ရမှာပါ။ ကံလမ်း၊ ဈာန်လမ်းလောက်ပဲ ရှိသေး

http://www.dhammadownload.com

တယ်ဆိုရင်တော့ ကျန်နေတဲ့ သက်တမ်းလေးမှာ ဉာဏ်လမ်းပေါ်ရောက်အောင် ရွှေ့ယူဖို့ပါပဲ။ ဉာဏ်လမ်းပေါ်ရောက်သွားရင် ကျန်တာတွေက ဘာမှမဟုတ်တော့ပါဘူး။

ဉာဏ်လမ်းပေါ်လျှောက်တဲ့အခါ စာအုပ်ဖတ်ပြီး လျှောက်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်လှပါဘူး။ ဒါက အတိတ် အတိတ်ဘဝက ပါရမီပါခဲ့တဲ့သူတွေအတွက်သာ အဆင်ပြေတာပါ။ ဒါကြောင့် ရိပ်သာတစ်ခုခုမှာ သွားပြီး နည်းသွားယူရမှာပါ။ ဆယ်ရက်, တစ်လ, ချက်ချင်းကြီး မဝင်နိုင်သေးရင် တောင် ပထမသုံးရက်ဝင်ကြည့်၊ အဆင်ပြေရင် နောက် ဒုတိယအကြိမ်ကျတော့ ငါးရက်ဝင်ကြည့်၊ နောက် တတိယအကြိမ်ကျတော့ ဆယ်ရက်၊ တစ်လ စသည်ဖြင့် တိုးတိုးသွားရုံပါ။

တော်တော်များများက (၆၀)ပြည့် ပင်စင်ယူမှပဲ အားထုတ်ဖို့ စိတ်ကူးကြတာပါ။ (၆၀) နောက်ပိုင်းဆို ရုပ်အို နာမ်အိုဖြစ်သွားတဲ့အတွက် လူငယ်တစ်ယောက်လို အားထုတ်လို့ မကောင်းတော့ပါဘူး။ ဒီကြားထဲ ကျန်းမာရေး မဖောက်ဘူးလို့လည်း မပြောနိုင်ပါဘူး။ ကျန်းမာရေး ဖောက်ပြီး ခုတင်ပေါ်ရောက်မှ တရားအားထုတ်နည်း သင်ပေးရတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာမှာလည်း စိတ်ရှိတိုင်း သင်မပေးနိုင်တော့ပါဘူး၊ ပင်စင်မယူခင် ငယ်တုန်း အားထုတ်ထားရမှာပါ။ ပင်စင်ယူပြီးတာနဲ့ အရှိန်မပျက် ဆက်အားထုတ်သွားရင် မခက်တော့ပါဘူး။

ဒီလိုပါပဲ၊ ပင်စင်မယူခင်လည်း ကဲလမ်း၊ စျာန်လမ်း၊ ဉာဏ်လမ်းပေါ်ရောက်အောင် ရွှေ့ရွှေ့ယူသွားရမှာပဲ။

ဥပမာ – ကိုယ့်ရုံးကို လူတစ်ယောက် စာရွက်တစ်ရွက်လာယူမယ်၊ တခြားကိစ္စတစ်ခုကြောင့် ချက်ချင်း မပေးနိုင်တာကို ရောက်လာသူက မကျေနပ်စကား ပြောလာမယ်၊ ဒါကို ကိုယ်က ပြုံးပြုံးလေးနဲ့ ဘာမှ ပြန်မပြောဘဲ ကာယကံနဲ့ ဝစီကံကို စောင့်ထိန်းလိုက်တာက သီလကုသိုလ် ဖြစ်သွားတာပါ။ စာရွက်လာယူတဲ့သူကို ကြည့်ပြီး ငါလုပ်ပေးလိုက်တဲ့အတွက် သူ့မိသားစု အစစအရာရာ အဆင်ပြေပါစေလို့ မေတ္တာပို့ပေးနေတာက သမထကုသိုလ် ဖြစ်သွားတာပါ။ ကိုယ်လုပ်ပေးလိုက်ရတဲ့အတွက်

http://www.dhammadownload.com

ကျေနပ်ဝမ်းမြောက်မှုဖြစ်မယ်။ ဒါဆို ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ပြန်ကြည့်ပြီး ဝမ်းသာတယ်၊ ဝမ်းသာတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်တာက ဘာဝနာကုသိုလ် ဖြစ်သွားတာပါ။

ဒါက အလုပ်လုပ်ရင်း ရုံးထဲမှာတင် မြတ်စွာဘုရား လျှောက်စေချင်တဲ့ ကံလမ်း၊ ဈာန်လမ်း၊ ဉာဏ်လမ်းပေါ် ရောက်အောင် ရွှေ့ယူလိုက်တာပါ။ ပိုက်ဆံလည်း မကုန်ပါဘူး။

ခန္ဓာရှိနေတဲ့အတွက်၊ မိသားစုရှိနေတဲ့အတွက် ရာထူးဌာနန္တရ၊ ငွေကြေးဥစ္စာတွေကတော့ လိုအပ်နေတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဒီရာထူးဌာနန္တရ၊ ငွေကြေးတွေကိုပဲ ဒါနသဘော၊ သီလသဘော၊ ဘာဝနာသဘောဖြစ်အောင် ပြောင်းယူရမှာပါ။

တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ဘဝတွေက ခက်တော့ အခက်သားပါပဲလေ။ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် စိတ်တိုင်းမကျတဲ့သူက များပါတယ်။ ဒီလိုပါပဲ၊ စိတ်တိုင်းကျခြင်း မကျခြင်းတွေနဲ့ပဲ ဘဝတွေက ဖြတ်သန်းနေကြရတာပါ။ နှစ်ဆယ့်တစ်ရာစု ရဟန်းတစ်ပါးရဲ့ ဘဝဟာလည်း မသက်သာလှပါဘူး။ ရဟန်းနဲ့ငွေ့, ငွေနဲ့ရဟန်း ဘာမှ မဆိုင်လှပေမယ့် ငွေမရှိပြန်ရင်လည်း အဲဒီရဟန်းတစ်ပါးအတွက် ခက်ခဲမှုတွေနဲ့ပါ။ လူတွေဆို အထူးပြောစရာမလိုတော့ပါဘူး။

ပုထုဇဉ် လူသားတစ်ယောက်ရဲ့

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် စိတ်တိုင်းမကျတဲ့သူက များပါတယ်။ ဒီလိုပါပဲ၊ စိတ်တိုင်းကျခြင်းမကျခြင်းတွေနဲ့ပဲ ဘဝတွေက ဖြတ်သန်းနေကြရတာပါ။



http://www.dhammadownload.com



ဘဝမှာ လောကီကျိုးတွေကတော့ လိုအပ်ချက် တစ်ခုအနေနဲ့ကို လိုအပ်နေတာပါ။ လောကီကျိုးတွေကို ငဲ့လွန်းနေပြန်ရင်လည်း တရားအားထုတ်ရတာ အနောင့်အယှက် ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ပြည့်စုံခြင်း၊ မပြည့်စုံခြင်းတွေကတော့ ရှိမြဲရှိနေမှာပါ။ အဲဒီအထဲကမှ တရားအားထုတ်ဖြစ်နေတယ်ဆိုရင်ပဲ ဘဝက ပြည့်စုံမှုတစ်ခုအနေနဲ့ ပြီးပြည့်စုံနေတော့တာပါ။ တရားမှတ်နေတဲ့အချိန်လေးဟာ လောကီကျိုးတွေကို မေ့နေတာကများပါတယ်။ တဒင်္ဂမေ့နေရင် တဒင်္ဂ စိတ်ချမ်းသာနေတာပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားက ပရိနိဗ္ဗာန်စံခါနီးမှာ မမေ့ကြနဲ့၊ မမေ့ကြနဲ့လို့ နောက်ဆုံးစကားအနေနဲ့ မှာခဲ့ပါတယ်။ မမေ့ကြနဲ့ဆိုတာ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ဖို့ မမေ့ကြနဲ့လို့ ဆိုလိုရင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေကိုထောက်ပြီး လူ့ဘဝရောက်လာတာ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ဖို့ပါပဲ။

ဗာရာဏသီမင်းဟာ ကိုယ်ဖြစ်တဲ့အကုသိုလ်လေးကို ကြည့်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ် ပြန်တရားဟောခဲ့တာပါ။ ဟောရုံတင်ရပ်မထားဘဲ ဝိပဿနာတရားကိုဆက်အားထုတ်ခဲ့တာပါ။ လမ်းသုံးသွယ်နဲ့ပြောရင် ဉာဏ်လမ်းပေါ် ရောက်အောင်လျှောက်ပြီး ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်သွားတာပါ။

ဘာပဲပြောပြော လူ့ဘဝရခိုက်လေး

http://www.dhammadownload.com

မှာ ကဲလမ်း, ဈာန်လမ်းလောက်နဲ့တင် တင်းတိမ်မနေဘဲ ဉာဏ်လမ်း ပေါ်ကိုလည်းရောက်အောင် လျှောက်ဖို့ပါပဲလေ။

ဩော်... နောက်ဆုံးကျတော့လည်း တရားအားထုတ်နေတာပဲ အကောင်းဆုံးပါပဲလေ။

ကျမ်းကိုး

သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရားတော်များ။

The Voice Journal
၂၈ နိုဝင်ဘာ ၂၀၁၁

http://www.dhammadownload.com

ဆုထောင်း

"ဤ" ရဝေန္တဟ်အသစ် "ဓမ္မစာပေကို ရေးသားပူဇော်ရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုအဖို့ဆာဂသည် နိဗ္ဗာန်၏ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေ။

နိဗ္ဗာန်ရဖို့ရန် ပါရမီဖြည့်စင်ကာလအတွင်း အကုသိုလ်ကို ကြောက်တတ်သော, သီလ သမာဓိ ပညာနှင့် ပြည့်စုံသော, ရာဂ ထက်သာ မဖောက်ပြန်သော, ကုသိုလ်မပ္ပရိယာ မရှိသော, ဒေါသ မရှိသော, မာနမရှိသော, စိုးရိမ်သောကမရှိသော, အေးအေးချမ်းချမ်း တရားအားထုတ်နိုင်သော ရဟန်းတစ်ပါးသာလျှင် ဖြစ်ပေါ်လိုပါ။

အကုသိုလ်ဖြစ်စရာ အာရုံတို့ကိုလည်း မမြင်ရ, မကြားရ, မသိပေါ်လိုပါ" ဘုရား"

ဘဒ္ဒန္တဇိန္ဒ (ရဝေန္တဟ်–အင်းမ)

၁၇.၁.၂၀၁၂

http://www.dhammadownload.com



ကိုယ်တိုင်ရေးရာဇဝင်

ပဲခူးတိုင်း၊ သဲကုန်းမြို့နယ်၊ အင်းမမြို့ အဖဦးသိန်းနိုစိန်၊ အမိဒေါ်ကျင်နတို့က ၁၉၆၉ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ (၁၈) ရက်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် ဖွားမြင်သည်။ ၁၉၇၉ ခုနှစ်တွင် ပထမအကြိမ် ရှင်သာမဏေ ပြုသည်။ ၁၉၈၀ ခုနှစ်တွင် ဒုတိယအကြိမ် ရှင်သာမဏေ ပြုသည်။ ဘွဲ့အမည်မှာ ရှင်ရာဇိန္ဒ ဖြစ်သည်။ ၁၉၈၉ ခုနှစ်တွင် ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်သည်။

ရန်ကုန်မြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ပါဠိတတ္တသိုလ် ကျောင်းတိုက်တွင် ပညာသင်ကြားခဲ့သည်။ ၂၀၀၀ ခုနှစ်တွင် သာသနဇေမွာစရိယဘွဲ့ကို ရရှိသည်။

၁၉၈၅ ခုနှစ်တွင် ပန်းမဂ္ဂဇင်းသို့ ဝတ္ထုတို စတင် ပို့သည်။ ၁၉၈၅၊ ၁၉၈၆၊ ၁၉၈၈၊ ၁၉၈၉ ခုနှစ်အတွင်း ပေးပို့ခဲ့သော စာမူအားလုံး အပယ်ခံရသည်။

၁၉၉၀ ခုနှစ် ဖြိုလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်တွင် မွေဆောင်းပါး ပထမဆုံး စတင် ဖော်ပြခံရသည်။ မြတ်မင်္ဂလာ၊ သီလဝ၊ သစ္စာ၊ မွေဗျူဟာ၊ မြတ်သတိဝါဒီ၊ သူရဇ္ဈ၊ ရုပ်ရှင်တေးကဗျာ၊ ပေါ်ပြူလာ၊ FASHION IMAGE၊ FACES (မုဝ)၊ FUTURE LIGHT၊ The Voice၊ အလင်းတန်း၊ အင်တာဗျူး၊ ရွှေပြည်တန် စသည် တို့၌ ကဗျာ၊ ဝတ္ထု၊ ဆောင်းပါး များ ရေးသားခဲ့သည်။

၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ပညာရွှေတောင်စာအုပ်တိုက်မှ "ဘဝတိုင်း ဆုံတွေ့ချင်ပါ သလား" ဘာသာရေး စာအုပ်ကို စတင် ထုတ်ဝေခဲ့သည်။

၂၀၀၂ ခုနှစ်မှ စတင်၍ မွေရဝေစာစဉ်အဖြစ် "ရွှေစကားတို့ရဲ့ မြစ်ဖျား"၊ "သံသရာခရီးဖော်"၊ "ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် တွေးမယ်"၊ "မင်္ဂလာအတွေးများ"၊ "မေတ္တာအတွေးများ"၊ "အမြဲစီးဆင်း နေသော မြစ်တစ်စင်းအကြောင်း"၊ "အတွေးများနှင့် မိတ်ဖွဲ့ခြင်း"၊ "အချစ်နဲ့ ဝိပဿနာ"၊ "မြင့်မြတ်သူတို့ရဲ့ အလုပ်"၊ "ဖြစ်ပြီးတဲ့အကုသိုလ်ကို ဘယ်လိုပယ်မလဲ"၊ "စိတ်ညစ်ရင်ရေချိုးပါ" ဘာသာရေး စာအုပ်များကို ထုတ်ဝေခဲ့သည်။ ယခုစာအုပ်မှာ "ရဝေနွယ်အသစ်" ဖြစ်သည်။

၂၀၀၄ ခုနှစ် အတွက် "မင်္ဂလာအတွေးများ" စာအုပ်ဖြင့် မွေဗီမာန်စာပေပထမဆုနှင့် ဆန်းလွင်စာပေပထမဆုကို ရရှိခဲ့သည်။

ယခုအခါ ရန်ကုန်မြို့ မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်၊ အမှတ်(၃)လမ်းမကြီး၊ သယ်နန်းကျွန်းကြီးမှတ်တိုင်၊ အောင်စည်းခုံစေတီလမ်း မွေရဝေတောရ၌ ပဓာနနာယကအဖြစ် သီတင်းသုံးလျက်ရှိသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မရတေ ဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးထာဝရပဒေသာပင်
ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များ

၁။	အရှင်ဆန္ဒာဓိက (ရွှေပါရမီတောရ)	၁,၆၀၀,၀၀၀
၂။	(ဦးဖူးကြည်)+ဒေါ်မြသိန်း၊ သမီး မကြာဥ၊ သားမောင်ရဲထွဋ်+မအိရူပါဝင်း	၃,၀၀၀,၀၀၀
၃။	ဦးရှိန်ဝင်း + ဒေါ်ခင်ချိုဦး။ (တက်လမ်းဆောက်လုပ်ရေး)	၁,၄၆၀,၀၀၀
၄။	Dr. အောင်နိုင် + Dr. ဖြူဖြူဝင်း	၁,၄၀၀,၀၀၀
၅။	ဦးထွန်းကြိုင် + ဒေါ်ကျင် မိသားစု (မုခဲ့)	၁,၁၂၄,၅၀၀
၆။	ဦးတင်ဝင်းသျှင်+အကယ်ဒမီဒေါ်ခင်လေးသိမ့် သမီးဒါရိုက်တာကြည်ဖြူသျှင် – နန္ဒေရည်	၁,၁၀၀,၀၀၀
၇။	ကိုဝင်းနိုင်+ဒေါက်တာလှိုင်လှိုင်မော် (မျက်ခြယ်ဗွီဒီယိုထုတ်လုပ်ရေး)	၁,၀၀၀,၀၀၀
၈။	ဦးမျိုးမြင့် + ဒေါ်မြင့်မြင့်သိန်း။ (စိန်မျှားဆေးပေါ့လိပ်)	၇၅၀,၀၀၀
၉။	ကိုချိုတူး + မပုံပုံ(မန္တလေး)	၇၀၀,၀၀၀
၁၀။	ကိုစိုးနိုင် + မစိမ့်ဟန်နီ။ (ဇီဝဖိုးပွဲရုံနှင့် စိမ့်ရတနာဆိုင်)	၆၄၀,၀၀၀
၁၁။	ဦးတင်မောင်သိန်း + ဒေါ်ခင်သိန်း "မိုးနတ်မယ်ရွှေဆိုင်" (ဘားအံ)	၆၀၀,၀၀၀
၁၂။	ဦးအောင်မြင့် + ဒေါ်သုခ။ (အောင်သုခမြန်မာထမင်းဆိုင်)	၆၀၀,၀၀၀
၁၃။	(ဦးဟုတ်ယုံ)+ဒေါ်ကျင်လှ၊ သား(Capt:)ကိုဌေးမြင့်။	၅၀၆,၀၀၀
၁၄။	မဝါဝါလင်းသော် (Infinity)	၅၀၅,၀၀၀
၁၅။	ဦးခင်မောင်အေး + ဒေါ်ခင်စောမူ။ (ပရင့်ဆက်ဟိုတယ်)	၅၀၀,၀၀၀
၁၆။	ဦးစိုးကြီး(ကွမ်းယာ)+ဒေါ်ညွန့်ရီ(မြိတ်မြို့)	၅၀၀,၀၀၀
၁၇။	ဦးဘချစ် + ဒေါ်မြတင် မိသားစု၊ ဒေါ်မြတင်ရတနာရွှေဆိုင် (ဘားအံ)	၅၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၁၈။	ဦးမင်းဟန်+ဒေါ်အေးအေး၊ Golden Hawks International Ltd. သား ကိုလှမင်း+ မယမင်းဝင်းသန့်၊ သမီးဒေါက်တာလှသိန်း၊ မစန္ဒာ၊ မမေဇင်အေး၊ မြေးမောင်လပြည့်သစ်၊ မောင်သက်လင်းထက် မိသားစု	၅၀၀,၀၀၀
၁၉။	ဦးဝင်းမြင့် + ဒေါ်ခင်သန်းလှ	၅၀၀,၀၀၀
၂၀။	ဦးအောင်ဇော် + ဒေါ်နန်းကျော့။ (သြစတြေးလျ)	၄၅၀,၀၀၀
၂၁။	ဗိုလ်မှူးသူရအား ရည်စူး၍ ဦးကိုကြီး+ဒေါ်မေသန်းမြင့်	၄၃၀,၀၀၀
၂၂။	ဦးမောင်မောင်စိုး + ဒေါ်မဥ္ဇူ၊ သား ခန့်ကြွယ်စိုး၊ သမီး စုလဲဖြူ	၄၀၀,၀၀၀
၂၃။	ဒေါ်တင်တင်မိုး၊ ဦးကိုကြီး+ဒေါ်ကြည်ကြည်မိုး သားမောင်သန့်စင်၊ သမီးမလင်းညီအေး(မုံရွာမြို့)	၄၀၀,၀၀၀
၂၄။	ဦးစစိန်သန်း + ဒေါ်နန့်ယဉ်ဘုန်း "ဒိုင်းမွန်း" ကရင်ရိုးရာအထည်ဆိုင်မိသားစု (ဘားအံ)	၄၀၀,၀၀၀
၂၅။	ဖခင်ကြီးဦးစံညွန့်+မိခင်ကြီးဒေါ်နှင်းရင်တို့အား ရည်စူး၍ ဦးမြင့်ထွန်း (ဒု-ညွှန်) (မီးသတ်ဦးစီးဌာန) ဦးမျိုးသန့်+ဒေါ်မြင့်မြင့်ကြည်၊ ဒေါ်ခင်ခင်ကြည်၊ ဒေါ်ထူးထူးကြည်	၄၀၀,၀၀၀
၂၆။	ဦးညွန့်ဝင်း + ဒေါ်ခင်နီလာမြင့် သားမောင်ရဲခေါင်ဦး၊ သမီးမတာရာမြတ်မိုရ် (စာပေလောက-၆)	၃၈၀,၀၀၀
၂၇။	ကိုအေးထွန်း+မချောစု၊သမီးထွန်းအိန္ဒြာစုံ (ခ)ဂုံဂုံ၊ သားဟိန်းမြတ်ထွန်း(ခ)ကောင်းချစ်(ဖျာပုံ)	၃၅၀,၀၀၀
၂၈။	ဘိုကလေးမြို့တရားနာအလှူရှင်များ	၃၅၀,၀၀၀
၂၉။	ကွယ်လွန်သူဦးဖေသက်အား ရည်စူး၍ ဒေါ်မြမြသန်း၊ သား ရဲပြည့်ဖြိုးကို။	၃၂၀,၀၀၀
၃၀။	ဒေါက်တာအုံထွန်းမောင်+ လွန်းထားထား (ဆေးတက္ကသိုလ်)	၃၁၁,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၃၁။	Dr. ထူးမောင်အုန်း+ဒေါ်ခင်မေအဲ့ကြီး၊ (U . S . A)	၃၀၀,၀၀၀
၃၂။	ကိုအောင်ထွန်းသိန်း + မလွင်မာအောင်	၃၀၀,၀၀၀
	သား မင်းသန့်ကျော် (မန္တလေး)	
၃၃။	ဦးသန့်ဇင်ဦး + ဒေါ်လဲ့လဲ့	၃၀၀,၀၀၀
၃၄။	ချိုလေးယိုစုံ မိသားစု။	၃၀၀,၀၀၀
၃၅။	ဒေါက်တာတင်မာထွန်း မိသားစု။ (U.S.A)	၃၀၀,၀၀၀
၃၆။	ဦးအောင်ကျော်ဝင်း+ဒေါ်နန်းအင်ခမ်း မိသားစု။	၃၀၀,၀၀၀
၃၇။	ကိုအောင်ကျော်ဆင့်+မနှင်းငွေရည်	၃၀၀,၀၀၀
	သမီး သော်တာငွေစင်၊ ငွေစံပယ်ဖြူ။ (မြကြာငံစာပေ)	
၃၈။	ဒေါ်အေးအေးငြိမ်း (မွေးနေ့အလှူ)	၃၀၀,၀၀၀
၃၉။	ကိုမျိုးထက်ညွန့် + မကြည်ကြည်စန်း၊	၃၀၀,၀၀၀
	သားမျိုးဆက်ပိုင်၊ ဇော်မျိုးဆက် (ဖျာပုံ)	
၄၀။	ဦးကျော်သောင်း+ဒေါ်မျိုးသိမ့်မိသားစု	၃၀၀,၀၀၀
၄၁။	ဦးဝင်းမော်+ဒေါ်ငြိမ်းသူ၊ သမီးမထားအိခင်၊	၃၀၀,၀၀၀
	သားမောင်ကောင်းကျော်စံ (ကိုမော်ကြီး ကျောက်စိမ်း/	
	မျက်ရောင်းဝယ်ရေး) မိသားစု။ မန္တလေး။	
၄၂။	ဗိုလ်မှူးစိုးနိုင်ထွန်း+ဒေါ်ခင်စန္ဒာမူ၊ သားဉာဏ်လင်းထွန်း	၃၀၀,၀၀၀
၄၃။	ကိုပြည့်ဖြိုးဝေ+မသန့်ရည်ဝင်းမြင့်၊	၂၈၀,၀၀၀
	Fort Wayne, USA.	
၄၄။	ဦးရဲမြင့်ဆွေ + ဒေါ်တင်တင်ဝင်းမိသားစု	၂၇၅,၀၀၀
၄၅။	စာအုပ်ချုပ် ဦးမြင့် + ဒေါ်လှလှအေး	၂၇၀,၀၀၀
၄၆။	ကိုရဲလင်းဦး + မမြတ်မွန်၊ သမီး သွန်းဆုဝတီလင်း	၂၇၀,၀၀၀
၄၇။	ဗိုလ်မှူးကြီးမင်းလှအောင် + ဒေါ်ကြူကြူမာ	၂၅၀,၀၀၀
၄၈။	Dr.Daw Khin Thi Thi Oo, Son John +	၂၄၀,၀၀၀
	Ma Thin Su Lin Jonathan + Colle He family.	
	မြေး Jaidon, mya, keim, Riverside USA.	
၄၉။	ဦးဃောသက(သုခပဋိပဒါ သဒ္ဓမ္မရံသီ)	၂၃၀,၀၀၀
၅၀။	ဦးကျော်လှ+ဒေါ်လှအောင် မိသားစု။	၂၂၀,၀၀၀
	မြေးကောင်းမြတ်ကျော်၊ ပေါင်မြို့နယ်၊ ဥက္ကံ။	

http://www.dhammadownload.com

၅၁။	ဒေါက်တာတင်ထွန်းအောင်+မိုမို (ဆေးတက္ကသိုလ်)	၂၁၄,၀၀၀
၅၂။	ဦးအောင်ကိုကို + ဒေါ်ခင်ခင်ဦး သမီးမမျိုးမြတ်လင်း (ဘိုကလေး)	၂၀၀,၀၀၀
၅၃။	ဦးကျော်စွီး+ဒေါ်မိမိခိုင် (မြိတ်မြို့)	၂၀၀,၀၀၀
၅၄။	ဗိုလ်ကြီးကျော်ရဲထွန်း+ဒေါ်ခိုင်ခိုင်ဝါ မင်္ဂလာဦးအလှူ (မြိတ်မြို့)	၂၀၀,၀၀၀
၅၅။	ဒေါ်ကြွေကြွေ+ဒေါ်အေးအေးမြင့်+ ဒေါ်စိမ်းစိမ်းရည် (မန္တလေး)	၂၀၀,၀၀၀
၅၆။	ဦးကျော်ခင် + ဒေါ်မွေးမွေးမိသားစု (Decoland Co.Ltd)	၂၀၀,၀၀၀
၅၇။	ဦးကျော်စိုး + ဒေါ်သန်းသန်းအေး၊ သားမောင်ရဲအောင်	၂၀၀,၀၀၀
၅၈။	ဗုဒ္ဓဝံသရက္ခိတအသင်း	၂၀၀,၀၀၀
၅၉။	ကိုကျော်ကျော်+မသန္တာဆွေ၊ သမီး သက်ထက်နိုင်၊ သား မင်းထက်နိုင်၊ ရွှေမင်းသားရောင်းဝယ်ရေး	၂၀၀,၀၀၀
၆၀။	ဦးတိုး+ဒေါ်ခင်စန်းမြင့်၊ သား Dr.သိန်းထွန်းအောင်၊ ကိုပြည့်ဖြိုးအောင်၊ ကိုပြည့်မျိုးအောင် (မုံရွာမြို့)	၂၀၀,၀၀၀
၆၁။	ကိုဇော်နိုင်ဦး+မပိုးတမာဝင်း၊ သမီးဇီဇဝါ၊ ဖြိုးသဇင်၊ ရွှေသမင်လုံချည်၊ အမရပူရ။	၂၀၀,၀၀၀
၆၂။	ဦးမြတ်စောရင်+ဒေါ်အေးအေးဝင်း၊ သားမြတ်ဇာနည်ရင် (၂၃) နှစ်မွေးနေ့။	၂၀၀,၀၀၀
၆၃။	ဦးဝိုင်းစိန် + ဒေါ်ထွေးသိန်း မိသားစု။ (ကျောက်တံခါးမြို့)	၂၀၀,၀၀၀
၆၄။	ဦးကျော်မြင့်သန်း+ဒေါ်လှကြည်၊ သားအေးဇော်မျိုး၊ ဓာတ်ပုံအေးဇော်မိုး (စက်မှု)၊ သမီးမဝင်းမင်းအေး မိသားစု (ဖြိုးမိုးသိန် (Photo-Video) Studio)	၂၀၀,၀၀၀
၆၅။	ကွယ်လွန်သူ မိခင်ဒေါ်နန်းပြုံးကြည်အား ရည်စူး၍ မိသားစု၊ ကောင်းမှု။	၂၀၀,၀၀၀
၆၆။	ဦးမောင်စိုး+ဒေါ်နွယ်နွယ်မျိုး၊ 'အောင်'စက်ပစ္စည်းဆိုင်။	၂၀၀,၀၀၀
၆၇။	ကိုအောင်တေဇအေး	၂၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၆၈။	ဦးခင် + ဒေါ်လှညွှန့် မိသားစု။	၂၀၀,၀၀၀
၆၉။	ဒေါက်တာကျော်ကျော်မိုး + မခင်မိုးဆမ်း	၂၀၀,၀၀၀
၇၀။	ဒေါက်တာသန့်ဇော်+ဒေါ်နုနုစီ၊ သားကျော်ထင်သန့်။	၂၀၀,၀၀၀
၇၁။	ကိုအောင်ကြည်သိန်း+မကေသီဦး၊ ကော့သောင်းမြို့။	၂၀၀,၀၀၀
၇၂။	ဦးအောင်မြင့်+ဒေါ်ခင်ခင်ဝင်း၊ သမီး မယုဝါ၊ မယုယုခင် မိသားစု။ L.A, USA.	၁၈၀,၀၀၀
၇၃။	ဦးတင့်လွင်+ဒေါ်ခင်အေးပြုံး၊ သား Kevin Wu သမီး Christine Wu, L.A, USA.	၁၈၀,၀၀၀
၇၄။	ကိုစောလွင်+မယဉ်ယဉ်ဝင်း၊ Fort Wayne, USA.	၁၆၀,၀၀၀
၇၅။	ဦးကျော်ဌေး+ဒေါ်နန်းသွယ်၊ Fort Wayne, USA.	၁၆၀,၀၀၀
၇၆။	ဦးကျင်သိန်းအား ရည်စူး၍ ဒေါ်ကျင်မြ၊ ကိုမျိုးဝင်းကျော်+မပပစန္ဒီ L.A, USA.	၁၆၀,၀၀၀
၇၇။	ဦးအောင်လွင်+ဒေါ်သင်းသင်းစော၊ သားကိုကိုလွင်၊ သမီး ခိုင်သဥ္ဇာအောင်၊ L.A, USA.	၁၆၀,၀၀၀
၇၈။	ကိုမွန်း+မအမ်း မိသားစု။ Kent, USA.	၁၆၀,၀၀၀
၇၉။	နှစ်ဖက်မိဘများကို အမှူးထား၍ ကိုကျော်သူ+ မမြကေခိုင်။ Sanjose, USA.	၁၆၀,၀၀၀
၈၀။	ကိုဟန်မြတ်ကြိုင်+မခင်ခင်ဝေ	၁၅၆,၀၀၀
၈၁။	ဦးမောင်မောင်+(ဒေါ်ရွှေ)မိသားစု၊ တောင်ငူမြို့။	၁၅၀,၀၀၀
၈၂။	ဒေါ်တင်ရီ(ပေါင်းတည်)	၁၅၀,၀၀၀
၈၃။	မယဉ်မျိုးမျိုးအေး	၁၅၀,၀၀၀
၈၄။	ဦးမြင့်ဝင်း+ဒေါ်မြင့်မြင့်တင် သားမောင်ပြည့်ဖြိုးချစ်၊ မုံရွာမြို့။	၁၅၀,၀၀၀
၈၅။	ဦးလှဟန်+ဒေါ်သီတာ၊ သားမောင်အောင်မင်းဟန်မိသားစု၊ မုံရွာ။	၁၅၀,၀၀၀
၈၆။	ဦးအောင်ကိုဦး(ဂျပန်)+ဒေါ်သန်းသန်းနုအောင်	၁၅၀,၀၀၀
၈၇။	ဦးကျင်တိတ် + ဒေါ်ကျင်ဖွမ် (မန္တလေး)	၁၅၀,၀၀၀
၈၈။	ဦးလေးမောင်အားရည်စူး၍ဇနီးဒေါ်ယဉ်မြင့်	၁၄၀,၀၀၀
၈၉။	လေးလေးမြင့်ဇော်အောင် (စကိ်ဘူ)	၁၄၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၉၀။	Dr.တင်အောင်မိုး+Dr.ကဉ္စနာထွန်း မိသားစု။	၁၃၀,၀၀၀
၉၁။	ကွယ်လွန်သူ ဒေါ်သန်းသန်း (စကော်ပူ)	၁၃၀,၀၀၀
၉၂။	ကိုမျိုးမြင့်အောင်+မဂန္ဓမာအောင်၊ သမီး ရူပါမျိုးမြင့်	၁၃၀,၀၀၀
၉၃။	ဒေါ်ခင်စောတင့်	၁၃၀,၀၀၀
၉၄။	ကိုသိန်းရွှေ+မအေးမြင့်စီ၊ သား ချစ်ဦးရွှေ၊ Fort Wayne, USA.	၁၂၈,၀၀၀
၉၅။	ဦးကျော်စိန် + ဒေါ်ခင်အေး၊ သမီး မမိုး (သစ်ခွဲခြံ)	၁၂၀,၀၀၀
၉၆။	Diary Queen မိသားစု	၁၁၂,၀၀၀
၉၇။	ဒေါက်တာစောဝင်းအေး၊ မမိုးစပါယ်အေး (U.S.A)	၁၁၀,၀၀၀
၉၈။	ဦးဝင်းသန်းသောင်း + ဒေါ်တင်တင်ရွှေ သားရန်မျိုးအောင်၊ သမီးထက်သဥ္ဇာအောင်	၁၁၀,၀၀၀
၉၉။	ဦးသောင်းလှ+ဒေါ်တင်ရွှေ၊ သမီးမမိုမို (ဖျာပုံ)	၁၁၀,၀၀၀
၁၀၀။	ဦးသန်းဇော် + ဒေါ်စန်းမြင့်	၁၁၀,၀၀၀
၁၀၁။	ဦးသိန်းအောင် + ဒေါ်ဝင်းစိန် (မန္တလေး)	၁၁၀,၀၀၀
၁၀၂။	မိခင်ဒေါ်ခင်မိုးလှိုင်အား ရည်စူး၍ ကိုဘိုဘိုသျှိန်း+မယဉ်ယဉ်ဆွေ၊ သားထွဋ်အောင်လျှံသျှိန်း	၁၁၀,၀၀၀
၁၀၃။	ဦးသိန်းအေး + ဒေါ်လဲ့လဲ့၊ သမီးယမင်းထက်	၁၀၀,၀၀၀
၁၀၄။	မဝင်းပပချယ်ရီထွေး(ခေတ္တာ–Japan)	၁၀၀,၀၀၀
၁၀၅။	ဦးအောင်သန်းဝင်း(ခေါ်)မိုးကြီး+ဒေါ်နီနီမာ	၁၀၀,၀၀၀
၁၀၆။	ဦးကျော်ခ + ဒေါ်စူး (တောင်ငူ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၀၇။	ဦးဇော်မောင်အုံးနှင့် (တူ)ထွန်းဝင်းလှ	၁၀၀,၀၀၀
၁၀၈။	ဒုဗိုလ်မှူးကြီးဇင်ဝေသိမ်း+ဒေါ်ခင်ခင်ဝင်း	၁၀၀,၀၀၀
၁၀၉။	ဗိုလ်မှူးဟန်တင် + ဒေါ်စန်းစန်းလေး သမီးဒေါက်တာနွယ်နီဟန်တင်	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၀။	ဦးထွန်းအောင် + ဒေါ်ခင်ရီ	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၁။	ဦးစိန်ဝင်း+ဒေါ်ဖြူဖြူအေး၊ သားကုဋ္ဌေအောင် ကုဋ္ဌေအောင်ဟိုတယ် (ပုဂံ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၂။	ပိုင်ဇေရဲထွန်း + သဲသဲ	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၃။	ရုပ်ရှင်သရုပ်ဆောင် နိုင်းနိုင်းမိသားစု	၁၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၁၁၄။	ဦးဝင်းခင်+ဒေါ်မြင့်မြင့်ကြည်၊ သား သရုပ်ဆောင်ကျော်ရှိန်း၊ ဗိုလ်ကြီးမျိုးဇော်ဝင်း၊ သမီးသဥ္ဇာဝင်းခင်၊ သရုပ်ဆောင်ပပဝင်းခင်	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၅။	ဦးသက်လွင် + ဒေါ်ကြည်ကြည်ဝင်း၊ မြသီရိ မိသားစု	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၆။	ဦးစိုးစိုး+ဒေါ်သိဂီဝင်း၊ သားမောင်ဇော်ထွန်း သမီး မစန္ဒီထွန်း	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၇။	ဗိုလ်မှူးကြီးမောင်အုံး(ငြိမ်း)+ဒေါ်ခင်စိုး	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၈။	ဦးစိုးနိုင် + ဒေါ်သီသီအောင်၊ သားမောင်ဘုန်းနိုင်မိသားစု	၁၀၀,၀၀၀
၁၁၉။	မောင်ကျော်ကျော်စိုး + မည်ညည်လွင်	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၀။	ဒေါ်မွေးမွေးကြည်၊ သားမောင်ကောင်းကျော် (U.S.A)	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၁။	ဦးဟုန် + ဒေါ်သန်းလှ၊ သမီးဒေါ်ခင်ခင်ဦး၊ သားမျိုးဇော်ဦး	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၂။	ဒေါက်တာနွယ်နွယ်ဦး (U.K)	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၃။	ဦးမင်းသန်းသောင်း+ဒေါ်ခင်ခင်ခ	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၄။	ဦးမြင့်စိုး+ဒေါ်မူမူစိုး၊ သမီးနေခြည်မြင့်စိုး၊ သော်တာမြင့်စိုး	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၅။	ဦးဟန်တင်+ဒေါ်ကြည်စိန်၊ သမီးခင်ခင်စိုး၊ (မိတ္ထီလာ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၆။	ဦးစိုး+ဒေါ်ခင်မေမိသားစု။ (အောင်စိုးမိုးဆန်စက်)ဝေါမြို့	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၇။	ဦးထွဋ်ထွဋ်၊ ဒေါ်ချိုချိုစန်း၊ သက်လင်းထွဋ်၊ ဇင်နွယ်ထွဋ်	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၈။	ကိုစိုးလွင် + မမိုးမိုးစိုး၊ သားစည်သူဝင်းထွဋ် (ဝေါ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၂၉။	ဒေါအေးအေးဝင်း	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၀။	မကေသီ (Yangon Air Way)	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၁။	ဦးမျိုးချစ်+ဒေါက်တာညီညီဝင်း၊ သားပြည်သိမ်းခိုင်မိသားစု	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၂။	ဦးသာတင့်+ဒေါ်သင်းသင်းဌေး (ခေတ္တာ – Australia)	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၃။	သောတုဇန ညီအမများ (၁၂) ပါး (မုံရွာမြို့)	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၄။	ဒေါစန်းစန်းညွန့်၊ ရှယ်မုန့်တိုက် (မော်လမြိုင်)	၁၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၁၃၅။	ဦးသန်း+ဒေါ်ခင်ကြည်၊ သမီးမသန်းသန်းဦး သားကိုကျော်မင်းသန်း (မုံရွာမြို့)	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၆။	ဒေါ်စိန်ခင်ဌေး၊ (တူ) နေလင်းဘို၊ ငြိမ်းချမ်းဘို၊ (တူမ) လမင်းစန္ဒာဘို၊ (သိဂ်ီရွှေစင်–ရွှေဆိုင်) (မုံရွာမြို့)	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၇။	ကိုသုတအောင်၊	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၈။	ညွန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဦးခင်မောင်ဌေး (MRTV)+ ဒေါ်နွဲ့.နွဲ့.(အ.လ.ပြ)(ငြိမ်း)မိသားစု	၁၀၀,၀၀၀
၁၃၉။	ကိုကိုစိုး+မအင်ကြင်းအောင်၊ သမီးခင်မြတ်နိုး (Japan)	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၀။	ဦးမြင့်ဆွေအားရည်စူး၍ ဇနီးဒေါ်ခင်အုံးမြင့်၊ သမီးမဆွေမြတ်မွန်၊ မမြတ်နိုးဆွေ (ရွှေနဂါးမိသားစု)၊ မိတ္ထီလာမြို့။	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၁။	ဒေါစုနှင့် သားကိုအောင်ကို+မကြင်မေ၊ (ရွှေပြည်ကျော်၊ လွန်းရာကျော်ချိတ်ယက္ကန်းလုပ်ငန်း၊ နန်းရှေ့၊ မန္တလေး)	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၂။	ကိုထွန်းထွန်းမိုး + မခင်နှင်းဦး၊ မန္တလေး။	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၃။	ကိုကျော်စွာဝင်း+မနန်းစန်းစန်းနွယ်။ (ဘားအံ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၄။	ဦးအောင်ကောင်း + ဒေါအေးအေးနွဲ့၊ သမီးမမိုးဟေမာကောင်း၊ မမိုးဝေဖြာကောင်း။	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၅။	ဦးစံလှိုင်+ဒေါ်ကောက်ပို့မိသားစု၊ သမီးမနွယ်နွယ်ဝင်း၊ ၅၀၉၊ မော်လမြိုင်မြို့။	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၆။	ဦးခမ်းအောင်+ဒေါ်ကေသွယ်၊ သမီးဆိုင်းခမ်း၊ သားခွန်ဆိုင်း၊ ခွန်နောင် မိသားစု	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၇။	ဦးထွန်းဝင်း+ဒေါ်နုနုလွင် (ဟေမာန်ထွန်းမိသားစု)၊ အင်းမ။	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၈။	ဦးမောင်မြင့်+ဒေါ်သန်းမျိုမိသားစု။ (ဘားအံ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၄၉။	ဦးထွန်းဝင်းအောင်+ဒေါ်ဥမ္မာယုခင်၊ ယုယသိမ်းထွန်း၊ ဆုစန္ဒာထွန်း မိသားစု (Los Angeles)	၁၀၀,၀၀၀
၁၅၀။	ဦးမြင့်စိုး+မမိုးမိုး၊ (U . S . A)	၁၀၀,၀၀၀
၁၅၁။	ဒေါက်တာဒေါ်ကြည်ကြည်အေး San Francisco (U.S.A)	၁၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၁၅၂။ မြဝတ်ရည်စိုး (U.S.A) ၁၀၀,၀၀၀
၁၅၃။ ဦးဝင်းကျော် (တကက-ငြိမ်း)+ဒေါ်မိုးသူဇာ ၁၀၀,၀၀၀
မူးယစ်အထူး (မူဆယ်)
၁၅၄။ ဦးအုန်းကျော်+ဒေါ်ခင်မမ (မချစ်)၊ ၁၀၀,၀၀၀
သားမြတ်မင်းဇင်ကျော်၊ ရဲမင်းသွင်ကျော်၊
သမီးကြည်လဲ့ရွှန်းကျော်
၁၅၅။ ဦးသန်းဝင်း+ဒေါ်မြမြဝင်း၊ ၁၀၀,၀၀၀
သားကိုမျိုးဆက်မောင်၊ စိမ်းလန်းမြေပွဲရုံ
၁၅၆။ ဦးတင့်လွင်+ဒေါ်အေးအေးနိုင် မိသားစု။ (တောင်ငူမြို့) ၁၀၀,၀၀၀
၁၅၇။ ဒေါ်တင်ဥ၊ ဒေါ်တင်တင်အေး မိသားစု။ (တောင်ငူမြို့) ၁၀၀,၀၀၀
၁၅၈။ ဦးအောင်စိုး+ဒေါ်တင်တင်ဝင်း။ (တောင်ငူမြို့) ၁၀၀,၀၀၀
၁၅၉။ နှင်းနှင်းလှိုင် ရောင်းဝယ်ရေး၊ ညောင်ပင်လေးပလာဇာ၊ ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၀။ မုံရွာမြို့၊ အလယ်ရပ်၊ ဓမ္မာရုံလမ်း အမကြီး ၁၀၀,၀၀၀
ဒေါ်ခင်စန်းအား အမှူးထား၍ ဦးသန်းဌေး+
ဒေါ်ခင်သန်း (ကြယ်လချမ်း)မိသားစု
၁၆၁။ ဦးခင်မောင်ဆွေ+ဒေါ်ကြူကြူ၊ အောင်သပြေ ၁၀၀,၀၀၀
တေးသံသွင်း၊ (ရေနံချောင်း)
၁၆၂။ ဦးဝင်းမိုး+ဒေါ်မြမြဝင်း မိသားစု။ ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၃။ ဒေါက်တာဒေါ်ဝင်းမြင့် မိသားစု။ ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၄။ ဒေါ်ခင်ခင်ဝင်း (ကလျာ – ဝိဇ္ဇာသိပ္ပံ) ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၅။ ဦးဇော်ဝင်းမင်း+ဒေါ်ဥမ္မာမေ ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၆။ လယ်သမားကြီးစတိုး၊ (သနပ်ပင်) ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၇။ မိဘနှစ်ပါး အမှူးထား၍ မသန်းသန်းနု (သနပ်ပင်) ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၈။ ရဲအုပ်ညီညီလွင်+ဒေါ်ကြွယ်ကြွယ်ဌေးလွင် ၁၀၀,၀၀၀
၁၆၉။ ဒေါက်တာမောင်မောင်နိုင်+ဒေါ်ခင်သန်းဝင်း ၁၀၀,၀၀၀
၁၇၀။ ဦးကျော်လွင်+ဒေါ်စန္ဒာဝင်း (U.S.A) ၁၀၀,၀၀၀
၁၇၁။ ဦးအောင်မင်း+ဒေါ်ခင်ဆွေသက်၊ သမီး မိုးမိုး၊ ၁၀၀,၀၀၀
ဖြိုးဖြိုး၊ wiley မိသားစု။
၁၇၂။ ဦးစိန်ဆွန်+ဒေါ်မြင့်ခင် (ဒေါ်သန်းရင် ပဒေသာ) ၁၀၀,၀၀၀
ချက်ထေး (တောင်ငူ)

http://www.dhammadownload.com

၁၇၃။	ဒေါ်အေးအေးမြင့် (တောင်ငူ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၇၄။	ဦးစိန်မော်ဦး+ဒေါ်စုစုသန်း မိသားစု။	၁၀၀,၀၀၀
၁၇၅။	ဗိုလ်မှူးဇော်ဝင်းနိုင်(ငြိမ်း)+ဒေါ်မြင့်ယဉ်ယဉ်စိုး	၁၀၀,၀၀၀
၁၇၆။	ဖခင်ဦးမျိုးရှိန်နှင့် မိခင်ဒေါ်သိန်းသိန်း (၄)နှစ်ပြည့် ရည်စူး၍ သမီးမာလာရှိန်၊ နီလာရှိန်၊ သီတာရှိန်	၁၀၀,၀၀၀
၁၇၇။	ကိုကျော်လှိုင်+မဝင့်သူမောင်၊ (စေတနာစာပေ)	၁၀၀,၀၀၀
၁၇၈။	ဒေါ်လှလှ မိသားစု။	၁၀၀,၀၀၀
၁၇၉။	အရှင်ဣသာရာလင်္ကာရ	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၀။	အရှင်ဩဘာသာလင်္ကာရ	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၁။	ဓမ္မရတနာသင်သားများ	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၂။	ဒေါ်စန်းမြင့် မိသားစု။	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၃။	အင်းမ ပျားစည်ရွာ၊ မူလတန်းကျောင်းဆရာမများ	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၄။	ဦးရဲကြည်မြင့်+ဒေါ်မီမီမြင့်၊ ပဲခူး	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၅။	ဦးမျိုးညွန့်လင်း+ဒေါ်ပြုံးပြုံးဟန်	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၆။	ဦးလွင်ဦး+ဒေါ်တင်တင်ခိုင်၊ သားမောင်လူဝင်းမော်	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၇။	မစန်းစုစုဇော်၊ မမြမာလာ	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၈။	ဦးထွန်းမြင့်+ဒေါ်ကြည်ကြည်လေး	၁၀၀,၀၀၀
၁၈၉။	ဦးမြင့်ထွန်း (ဒု–ညွှန်ကြားရေးမှူး) မီးသတ်ဦးစီးဌာန	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၀။	ဦးစံညွှန့် + ဒေါ်နှင်းရင်	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၁။	ဦးမျိုးသန့်+ဒေါ်မြင့်မြင့်ကြည်	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၂။	မဝင်းဝင်းခိုင်၊ ဒေါက်တာစိမ်းစိမ်းခိုင် (လမင်းဆေးလိပ်)	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၃။	ဦးတင်မောင်ရင် မိသားစု	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၄။	ကိုမောင်မောင်+မအေးအေးနွယ်၊ သားမောင်စည်သူမောင်မောင်၊ ရဲရင့်မောင်မောင်	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၅။	ဒေါ်စုလှိုင်၊ ဒေါ်ဝင်းဝင်းသိန်း။ Win Mart မိသားစု။	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၆။	ဘိုးဘွားများအား အမှူးထား၍ မောင်ကျော်ဝင်းထွန်း+မမီမီသက်၊ သားသားလေး မိသားစု။	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၇။	ဦးအေးကို+ဒေါ်မာလာဝင်း မိသားစု။	၁၀၀,၀၀၀
၁၉၈။	(မတင်ဇာနွယ်) ကောင်းမြန်မာဆောက်လုပ်ရေးအား ရည်စူး၍ (ဦးကျင်ရှိန်)+ဒေါ်ကြည်ဌေး မိသားစု၊ ပြည်မြို့။	၁၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၁၉၉။ ဦးမင်းမင်းဦး+ဒေါ်နွဲ့နွဲ့သွင်၊ သမီးနန်းစောခိုင်ဦး၊ ၁၀၀,၀၀၀
နန်းသဇင်ဦး မိသားစု။

၂၀၀။ ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီးသန်းဇော်ဦး၊ ဗိုလ်ကြီးဒေါ်ထက်ထက် ၁၀၀,၀၀၀

၂၀၁။ မပန်းနုရောင်(ခ)မပြုံးမြတ်ချို (၄)နှစ်ပြည့်မွေးနေ့အလှူ ၁၀၀,၀၀၀

၂၀၂။ ကိုဝဏ္ဏ+ဒေါက်တာမာလာကို၊ သမီးစုသျှရီပန် မိသားစု။ ၁၀၀,၀၀၀

၂၀၃။ ကိုမြတ်နိုးရင်+မယုဇနရင်၊ သမီးလေး'ယုယရင်' ၁၀၀,၀၀၀
Zuri ရက်တစ်ရာပြည့်မွေးနေ့။

၂၀၄။ ခမ္မပါရမီအသင်း (လုံးခင်း) ၁၀၀,၀၀၀

၂၀၅။ ကိုနေအောင်အောင်+မနှင်းယုစံ၊ သားဝေယံခန့်။ ၁၀၀,၀၀၀
(မြစ်ကြီးနားမြို့)

၂၀၆။ ဦးတိုင်းကျော်+ဒေါ်ခင်သူဝင်း၊ တိုင်းကျော်စက်သုံးဆီ ၁၀၀,၀၀၀
မိသားစု၊ မိုးကောင်းမြို့၊ ကချင်ပြည်နယ်။

၂၀၇။ ဦးအောင်စိုးမိုး+မလင်းလင်းမြင့်၊ သမီး မယွန်းမိုမိုအောင် ၁၀၀,၀၀၀
တိမ်ပင်လယ်စားသောက်ဆိုင်၊ ဈေးကုန်းရပ်၊ မိုးကောင်းမြို့။

၂၀၈။ ဦးခင်အောင်+ဒေါ်စန်းစန်းမြင့်မိသားစု။ (ရေကျော်) ၁၀၀,၀၀၀

၂၀၉။ ဦးစိုးမောင်+ဒေါ်ခင်သန်း၊ ရတနာသီရိ ပိုးထည်မိသားစု။ ၁၀၀,၀၀၀
(အိုးတော်၊ အမရပူရ)

၂၁၀။ ကိုကျော်ကျော်နိုင်+မမျိုးမင်းထွန်းလှကြင်၊ သမီးဇွန်ဖူးနိုင်၊ ၁၀၀,၀၀၀
ဝင်ဖူးနိုင်၊ ရွှေပြည်တန် ပိုးထည်တိုက်။

၂၁၁။ ဦးအေးသိန်း+ဒေါက်တာအေးအေးမူ၊ သမီးအေးမြစန္ဒာ၊ ၁၀၀,၀၀၀
လားရှိုးပြည်သူ့ဆေးရုံ။

၂၁၂။ ဦးဝင်းမြိုင်+ဒေါ်အေးပွင့်၊ သားကျော်ခိုင်ဝင်း၊ ၁၀၀,၀၀၀
ကျော်မြင့်ထွန်း၊ သမီးနန်းစိန်မြ၊ ငယ်ငယ်ရွှန်းလဲ့။
အော်တိုဖုန်း၊ လားရှိုး။

၂၁၃။ ဦးချစ်ဆွေနှင့်ဒေါ်ကျင်ရွှေ၊ မင်္ဂလာစတိုး မိသားစု။ ၁၀၀,၀၀၀

၂၁၄။ ကွယ်လွန်သူဦးမောင်လေးအား ရည်စူး၍ ဇနီးဒေါ်ရွှတီ ၁၀၀,၀၀၀
မိသားစု၊ သားကိုကြည်လင်း+မကြည်ကြည်မြင့် မိသားစု၊
ညောင်ပင်လေးဈေးပလာဇာ။

၂၁၅။ ဦးထွန်းတင်+ဒေါ်သီတာအောင် မိသားစု။ သံဈေး။ ၁၀၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၂၁၆။	မိဘများကို အမှူးထား၍ အောင်ဖြိုးဝေ+မယုယုမိုး မိသားစု။	၁၀၀,၀၀၀
၂၁၇။	ကိုနေလင်းထွန်း+မစန်းစန်းလွင်၊ သမီးလေးပြည့်ပြည့်။	၁၀၀,၀၀၀
၂၁၈။	စွဲ.မနော်လီ၊ စွဲ.မနေနီ၊ စွဲပတ္တမနော်လီ၊ (စွဲ.အထည်နှင့် ဖိနပ်ဆိုင်)၊ မိုးကောင်းမြို့။	၁၀၀,၀၀၀
၂၁၉။	ဒေါစန်းရင် (ကချင်လုံချည်) မိသားစု။ မြစ်ကြီးနား။	၁၀၀,၀၀၀
၂၂၀။	ဦးဇော်မင်း+ဒေါသက်နွယ် မိသားစု (ရွှေလက်ဆောင်အိမ်တွင်းအလှဆင်ပစ္စည်းလုပ်ငန်း)	၁၀၀,၀၀၀
၂၂၁။	ဗကျိလင်းဝဏ္ဏ+မရည်မွန်မျိုး၊ (သမီး)လင်းမြဘုန်းမိုရ်။	၁၀၀,၀၀၀
၂၂၂။	ဦးအောင်ရှိန်+ဒေါအေးသန်း၊ ဖိုးခွား၊ အထည်ဆိုင်။	၁၀၀,၀၀၀
၂၂၃။	ဓမ္မစကြာအဖွဲ့၊ (ဝမ်းတွင်း၊ ရွာသစ်)	၁၀၀,၀၀၀
၂၂၄။	ဒေါခင်သန်း (မုံရွာ)	၁၀၀,၀၀၀
၂၂၅။	ဦးပညာသီရိ (ယော)	၉၆,၀၀၀
၂၂၆။	ကိုနေလင်း၊ (ဗုဒ္ဓဝံသ)	၉၅,၀၀၀
၂၂၇။	ဦးရှောင်ဟီး+ဒေါကြူ(သမီး)မမိုးမိုး၊မရှုဝါ	၉၀,၀၀၀
၂၂၈။	ဦးကျော့ရှင်း + ဒေါခင်ခင်စော	၈၀,၀၀၀
၂၂၉။	မရတနာဖြိုး Golden Princess Fashion Yuzana Plaza	၈၀,၀၀၀
၂၃၀။	ဒေါက်တာအောင်ချို + ဒေါသီတာဦး၊ သမီး မခိုင်စံရီ မိသားစု။	၈၀,၀၀၀
၂၃၁။	ဒေါတင်တင်ဝင်း မိသားစု။ 619 W Monterey Rd. Corora CA 92882.	၈၀,၀၀၀
၂၃၂။	ဦးမြင့်လွင်+ဒေါရင်မေ၊ ညွှန့်ပုံနှိပ်တိုက်၊ (၃၂)၊ အောက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်း၊ အလုံ။	၈၀,၀၀၀
၂၃၃။	ကွယ်လွန်သူ မိဘများ ဦးအောင်ခန့်+ဒေါသန်းသန်းအား ရည်စူး၍ သမီး ဒေါမြင့်မြင့်သန်း	၈၀,၀၀၀
၂၃၄။	မောင်ဉာဏ်လင်း+မသိဂီ	၈၀,၀၀၀
၂၃၅။	ကိုလှထွန်း+မိကျရိုင်း မိသားစု။ Fort Wayne, USA.	၈၀,၀၀၀

http://www.dhammadownload.com

၂၃၆။	မင်္ဂလာကျောင်းသစ်၊ အိုးသည်ကုန်းမြို့။	၇၅,၀၀၀
၂၃၇။	ဦးမျိုးလွင်+ဒေါ်ရီရီမေ မိသားစု။	၇၅,၀၀၀
၂၃၈။	ကိုသန့်ဇော် + မနုနုအောင်(ဖျာပုံ)	၇၀,၀၀၀
၂၃၉။	ကိုခင်ဇော် + မမိုးသူ၊ သား ဟန်သုတ(လက်ပန်ကျေးရွာ)	၇၀,၀၀၀
၂၄၀။	ကိုတိုးလွင်+ မကေသီခိုင်၊ သားလွင်ကိုဦး	၇၀,၀၀၀
၂၄၁။	ဦးစံမင်း + ဒေါ်မာလာဝင်း (NEW DAY-ကာလာခွဲ)	၇၀,၀၀၀
၂၄၂။	ဒုရဲအုပ်အောင်သိန်းနှင့် ဦးတင်ထွန်းအောင်၊ အောင်သက်	၇၀,၀၀၀
၂၄၃။	ဦးခင်မောင်အေး+ဒေါ်လှလှအေးအား အမှူးထား၍ မောင်သက်ဇော်၊ မသဲဖြူအေး (U.S.A)	၇၀,၀၀၀
၂၄၄။	ဦးမောင်မောင်အုန်း+ဒေါ်ဝင်းမေ	၆၅,၀၀၀
၂၄၅။	ဒေါက်တာနေမျိုးအောင်+မခင်စိုးစိုးသင်း	၆၃,၀၀၀
၂၄၆။	ကိုကျော်သူ + မရွှေဇီးကွက်	၆၀,၀၀၀
၂၄၇။	ဦးမျိုးဇော်ဝင်း+မသီတာဝင်း၊ သားသားဇော်လင်းထက်(ပဲခူး)	၆၀,၀၀၀
၂၄၈။	ဦးဉာဏ်စိုး+ဒေါ်တင်မမ၊ သား မောင်တင်ကျော်စိုး	၆၀,၀၀၀
၂၄၉။	မချိုမာ၊ သား ဟိန်းထက်နိုင် (ဖျာပုံ)	၆၀,၀၀၀
၂၅၀။	ဦးသောင်းလှအား ရည်စူး၍ ဒေါ်တင်ရွှေ	၆၀,၀၀၀
၂၅၁။	ဒေါ်တင်တင်မိုး (ဦးချစ်မိုးပွဲရုံ) မုံရွာ။	၆၀,၀၀၀
၂၅၂။	ဒေါ်အေး (၅၆) နှစ်ပြည့်မွေးနေ့	၅၇,၀၀၀
၂၅၃။	ဦးသန်းမြင့် + ဒေါ်ခင်ကြွေ၊ (သမီး) မနုနုလှိုင်၊ မဝါဝါလှိုင်(အင်းမ)	၅၆,၀၀၀
၂၅၄။	ဦးမောင်မောင်လွင်+ဒေါ်မြမြသိန်း(ခ) မမော်မော်၊ သားမောင်ကျော်ဇင်ဟိန်း	၅၅,၀၀၀
၂၅၅။	ဖခင်ဦးလေးမောင်အားရည်စူး၍ မအေးစံပယ်၊ မယုဇန (ရန်ကင်း)	၅၅,၀၀၀
၂၅၆။	နှစ်ဖက်သောဘိုးဘွားများနှင့် မိခင်ဒေါ်ဆွေဆွေနှင်းတို့အားအမှူးထား၍ မဆုရည်ဝင်းမွေးနေ့အလှူ	၅၅,၀၀၀