http://www.dhammadownload.com



ဓမ္မရတနာစဉ် (၁၄)

ရတနာသုံးပါး

ရင်ထဲက
အရဟံ

http://www.dhammadownload.com



ရဟန္တာ ၆၂ပါး

ရင်ထဲက အရဟံ

အရဟံဝုဏ်တော်ကို လက်တွေ့ကျင့်ကြံပွားများ
အားထုတ်လို့ရအောင် မြန်မာစကားပြေသက်သက်ဖြင့်
ရေးပြထားပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com



ရင်ထဲကအရပ်ဟ်

ရဝေနွယ်(အင်းမ)

www.yawainwe.com

ဖြန့်ချိရေး

ဒေနလစာပေ

အမှတ်(၁၉၂)၊ပထမထပ်၊၃၁လမ်း(ထက်)၊ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ရန်ကုန်မြို့။ ဖုန်း-၀၉၇၁၀၈၅၈၁

ပင်ရင်း

New Day

အမှတ်(၁၄၁)၊လမ်း၅၀(ထက်)၊ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း-၀၉၇၃၀၂၆၆၇၄၊၀၉၇၃၁၀၃၆၃၄

http://www.dhammadownload.com

ထုတ်ဝေသူ ⌟ ဦးဉာဏ်အောင်
(အလင်းသစ်စာအုပ်တိုက်)
အမှတ် (၁၇)၊ အခန်း (၆၀၁)၊
၅၂ လမ်း (အောက်)၊
ဗိုလ်တထောင်။

ပုံနှိပ်သူ ⌟ ကိုဇော်မြင့်ဝင်း
ကာလာဇုံပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ် – ၁၈၄၊ လမ်း (၃၁)၊
ပန်းဘဲတန်း၊ ရန်ကုန်။

စာအုပ်ချုပ် ⌟ **ကိုတင်အေး**

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ ⌟ ဗဂျီလင်းဝဏ္ဏ

ဖလင် ⌟ Eagle

ပထမအကြိမ် ⌟ **မတ်လ၊ ၂၀၁၃ ခုနှစ်**

အုပ်ရေ ⌟ ၃၀၀၀၀

တန်ဖိုး ⌟ ၂၅၀ ကျပ်

၂၉၄.၃

ရဝေနွယ် (အင်းမ)

ရင်ထဲက အရဟံ/ ရဝေနွယ် (အင်းမ)။ –ရန်ကုန်၊
အလင်းသစ်စာပေ၊ ၂၀၁၃။
၅၆–စာ၊ ၁၀.၄၁ × ၁၇.၁၅ စင်တီ
(၁) ရင်ထဲက အရဟံ

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

၁။	စာရေးသူရဲ့ အမှာ	၅
၂။	ရင်ထဲက အရဟံ	၉
၃။	ဦးဆင်နှင့် အရဟံ	၁၁
၄။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိနှင့် နိဗ္ဗာန်	၁၆
၅။	စိတ်ချမ်းသာချင်ရင်ဂုဏ်တော်ပွားပါ	၂၀
၆။	ရုပ်လှချင်ရင်ဂုဏ်တော်ပွားပါ	၂၃
၇။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိနှင့် ကြံရည်	၂၇
၈။	ပုံတော်နှင့် ဂုဏ်တော်	၃၀
၉။	ဂုဏ်တော်မပွားခင် ပရိကမ်	၃၇
၁၀။	ကိုယ့်ကိုလာကန်တော့ရင် အရဟံပွားနေလိုက်ပါ	၄၃
၁၁။	ဂုဏ်တော်မှ ဝိပဿနာသို့	၄၆
၁၂။	မျက်နှာသစ်ရင်း ကုသိုလ်(၅)မျိုး ယူမယ် ကျမ်းကိုး	၄၉ ၅၆

http://www.dhammadownload.com

ဆုတောင်း

"ဤ ရတနာက အရပ်" မမွေစာပေ ရေးသားပူဇော်ခဲ့သော
ကုသိုလ်ကောင်းမှုအဖိုးဆာကသည် နိဗ္ဗာန်၏အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါစေး
နိဗ္ဗာန်ရမှီခိုခဲ့ ပါရမီဖြည့်စင်ကာလေအထွင်း
အကုသိုလ်ကို ကြောက်ထတ်သော, သီလ ဩဇာမီ ပညာနှင့် ပြည့်စုံသော,
ရာဂ ထက္ကာ မဖောက်ပြန်သော, လူသားမစ္ဆရိယ မရှိသော, ဒေါသ မရှိသော,
မာနမရှိသော, ဝိုးဝိုမိသောက မရှိသော,
အေးဘေးခွေမြဲခွေမြဲ ထရားအားထုတ်ခဲ့ဝံသော
ရဟန်းတစ်ပါးသာ ဖြစ်ပေါ်ပါစေ၏
အကုသိုလ်ဖြစ်စရာ အာရုံတို့ကိုဖယ်ပြီး
မမြင်ရ မကြားရပါလိုစေးဘုရား"

သရဏဂါမိန့် (ရတနာပါ - ဘဒ်ဒါမ)

http://www.dhammadownload.com

စာရေးသူရဲ့ အမှာ

စာရေးသူ စိတ်ထဲမှာ စာအုပ်သေးသေးလေး တစ်အုပ်လောက် ရေးချင်တဲ့စိတ်ဖြစ်နေပါတယ်။ ဘာရေးမလဲ စဉ်းစားလိုက်တော့ အရဟံဂုဏ်တော်အကြောင်းကို ရေးမယ်လို့ စိတ်ကူးလိုက်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီတစ်ခေါက် အမေရိကားခရီးစဉ်မှာတော့ "ရင်ထဲက အရဟံ" ဆိုတဲ့ စာအုပ်သေးသေးလေးကို ရေးဖြစ်လိုက်ပါတယ်။

"ရင်ထဲက အရဟံ"ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်နဲ့ ၂၀၀၇ ခုနှစ်က ဗိုလ်တထောင်တိုးချဲ့စေတီရင်ပြင်မှာ တရားတစ်ပုဒ် အနေနဲ့ ဟောခဲ့ဖူးပါတယ်။

စာရေးမယ်လုပ်တော့ ဗိုလ်တထောင်စေတီမှာ ဟောခဲ့တဲ့ "ရင်ထဲက အရဟံ"တရားကို အခြေခံပြီး ပြန်ရေးဖြစ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

စာရေးသူရဲ့လက်ရေးစာမူကြမ်းကို ခမ္မရဝတောရရဲ့ ကျောင်းအမကြီးဒေါ်မြသိန်းက အချောကူးပေးပြီး ကွန်ပျူတာ စာစီတာကိုတော့ ဘုန်းကြီးဦးသိရိန္ဒ(U.S.A)က စာစီခမ္မဒါန ကုသိုလ် ပါရမီယူပေးပါတယ်။

စာရေးသူရဲ့ "ရင်ထဲက အရဟံ"ကိုဖတ်ပြီး စိတ် အေးချမ်းမှုရယ်၊ တရားအသိသစ်တစ်ခုရယ် စာဖတ်သူ ရင်ထဲ ရောက်သွားရင် ကျေနပ်ပါပြီ။

လောကမှာ စိတ်အေးချမ်းဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါ တယ်။ စိတ်အေးချမ်းရာ အေးချမ်းကြောင်းတွေ ရေးပြရတာ ကကို ပျော်စရာတစ်ခုလို့ နှလုံးသွင်းထားပါတယ်။ ကိုယ် လည်း စိတ်ချမ်းသာ၊ စာဖတ်သူလည်း စိတ်ချမ်းသာ နှစ်ဦး နှစ်ဖက် အကျိုးရှိတဲ့စာလေးတွေ ရေးရတာ စိတ်ထဲမှာလည်း ကျေကျေနပ်နပ် ဖြစ်မိပါတယ်။

စာအုပ်ကသေးပေမယ့် စာဖတ်သူမှာတော့ ကျေနပ်မှု တစ်ခုခုရလိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်မိပါတယ်။

သံသရာအတွက် ပါရမီကျင့်စဉ်တစ်ခုအနေနဲ့ ကျင့် ဖြစ်ကြတယ်ဆိုရင် ဒီစာရေးရကျိုးနပ်ပါပြီ။

လူဘဝရောက်လာတာ ပါရမီဖြည့်ဖို့ပါပဲ။ ပါရမီရှင် တွေလို အမြင့်ကြီးတွေ မဖြည့်ကျင့်နိုင်ပေမယ့် ကိုယ်စွမ်းနိုင် သလောက်လေး ဖြည့်ကျင့်နိုင်တယ်ဆိုရင်ပဲ ရေးသူ ဖတ်သူ သံသရာနိဗ္ဗာန်လမ်းအတွက် ပါရမီတွေအတူ ဖြည့်ကျင့်လိုက်

http://www.dhammadownload.com

တဲ့သဘောပါပဲ။

ဒီစမ္မစာမူလေးကို The Voice ဂျာနယ်ကို ပို့ပေးဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ စာမူတွေထည့်ပေးတဲ့ The Voice ဂျာနယ် အယ်ဒီတာချုပ် ကိုကျော်မင်းဆွေကိုလည်း အထူးကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

စာရေးသူရဲ့ ရင်ထဲက အရဟံဖတ်ပြီး စိတ်အေးချမ်းမှု တစ်ခုခုရပါစေလို့ပဲ ဆုတောင်းလိုက်ရပါတော့တယ်။

စာဖတ်ပရိသတ်အားလုံး စိတ်ကော ရုပ်ကော ချမ်းသာကြပါစေ။

ရဝေန္တယ် (အင်းမ)
ဓမ္မရဝေတောရ
၁၃ . ၁ . ၂၀၁၃

http://www.dhammadownload.com

ရဝေနွယ် (အင်းစ) ၏ထုတ်ဝေပြီးစာအုပ်စာရင်း

၁။ ဘဝတိုင်း ဆုံတွေ့ချင်ပါသလား။
၂။ ရွှေစကားတို့ရဲ့မြစ်ဖျား
၃။ သံသရာခရီးဖော်
၄။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် တွေးမယ်
၅။ မင်္ဂလာအတွေးများ
၆။ မေတ္တာအတွေးများ
၇။ အမြဲစီးဆင်းနေသော မြစ်တစ်စင်းအကြောင်း
၈။ အတွေးများနှင့် မိတ်ဖွဲ့ခြင်း
၉။ အချစ်နဲ့ ဝိပဿနာ
၁၀။ မြင့်မြတ်သူတို့ရဲ့အလုပ်
၁၁။ ဖြစ်ပြီးတဲ့အကုသိုလ်ကို ဘယ်လိုပယ်မလဲ
၁၂။ စိတ်ညစ်ရင် ရေချိုးပါ
၁၃။ ရဝေနွယ်အသစ်

ယခု
ရင်ထဲက အရဟံ

http://www.dhammadownload.com

ရင်ထဲက အရဟံ

သမထ ဘာဝနာ(၄၀)ထဲမှာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဂုဏ်တော်ဟာ အမြတ်ဆုံးပါတဲ့။ ဂုဏ်တော်တွေထဲမှာလည်း အရဟံ ဂုဏ်တော်က အဓိကပဓာန အကျဆုံးပါတဲ့။

ဒါကြောင့် အရဟံဂုဏ်တော်နဲ့ပတ်သက်လို့ လေ့လာထားသလောက်ကလေး "တရားအလှူ" ပြုသွားရအောင်ပါ။

အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့အနက်ကို (၃)နည်း၊ (၅)နည်း စသည်ဖြင့် ပေးထားကြပါတယ်။ ဒီမှာတော့ အားလုံးရဖူးတဲ့ အရဟံ အနက်(၃)နည်းနဲ့ပဲ ကြည်ညိုပူဇော်သွားရအောင်ပါ။

အရဟံ = ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ = ကိလေသာ ကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

http://www.dhammadownload.com

အရဟံ = ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့အကျိုးတွေကို ရှေးဆရာတော် ဘုရားကြီးတွေက ဆောင်ပုဒ်ဆန်ဆန် စာစီပေးထားကြပါတယ်။

* အရဟံဂုဏ် ပွားများထုံ ချမ်းသာအကုန် ရပါသည်။
* အရဟံဂုဏ် ပွားများထုံ ဘေးရန်အကုန် လုံပါသည်။
* အရဟံဂုဏ် ပွားများထုံ နိဗ္ဗာန်အကုန် ရပါသည်။

အရဟံဂုဏ်တော်ပွားများရင် ချမ်းသာလည်း ရပါတယ်။ ဘေးရန်လည်း လုံပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်လည်း ရပါတယ်။ အကျိုး(၃)မျိုး ရပါတယ်တဲ့။

အကျိုး(၃)မျိုးလုံးက လူတိုင်းလိုချင်နေကြတဲ့ အကျိုးတွေချည်းပါပဲ။ နံပါတ်(၁)အကျိုးက "အရဟံဂုဏ်၊ ပွားများထုံ ချမ်းသာအကုန် ရပါသည်..." အရဟံဂုဏ်တော် ပွားများရင် ချမ်းသာအကုန် ရပါတယ်တဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ဦးဆင်နှင့် အရဟံ

ပထမဆုံး ဘာကို သွားသတိရလဲဆိုရင်တော့ မစိုးရိမ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနဲ့ အရဟံ ဦးဆင်အကြောင်းပါ။

မန္တလေးမြို့ မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်မှာ ဝါဆိုကထိန် အလှူလုပ်ပြီဆိုရင် မတ္တရာဘက်က "မောင်ဆင်"ဆိုတဲ့ တပည့်လေးတစ်ယောက် ရောက်ရောက်လာပါတယ်။ မောင်ဆင်က အလုပ်ကြမ်းတွေဖြစ်တဲ့ ထင်းခွဲတာ၊ ရေခပ်တာ၊ ပန်းကန်ဆေးတာစတဲ့ ဝေယျာဝစ္စတွေကို အကျိုချိုင်းပြတ်နဲ့ လုပ်ပေးပါတယ်။ မောင်ဆင်က ငွေရေးကြေးရေးအရလည်း အတော်ဆင်းရဲပါတယ်။ မစိုးရိမ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆင်းရဲပြီးအလုပ်ကြမ်းတွေလုပ်နေရတဲ့ မောင်ဆင်ကို သနားပြီးတော့ "မောင်ဆင်ရယ်... မင်း အရဟံဂုဏ်တော်ကို ပုတီးစိပ်စမ်းပါ၊ ပွားစမ်းပါ"လို့ မိန့်ပါတယ်။ မောင်ဆင်ကလည်း

http://www.dhammadownload.com

"မှန်ပါ့ဘုရား။ ဆရာတော် မိန့်မှာတဲ့အတိုင်း စိပ်ပါမယ်၊ ပွားပါမယ်"လို့ ပြန်လျှောက်ပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကလည်း အရဟံဂုဏ်တော်ကို ပွားပုံ၊ စိပ်ပုံ သေချာသင်ပေး လိုက်ပါတယ်။

မောင်ဆင်လည်း ရွာပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာ တချိန် လုံး အရဟံဂုဏ်တော်ကို ပွားနေပါတယ်။ ဒီအတိုင်းထိုင်ပြီး ပွားရုံတင်မကပါဘူး။ ထင်းခွဲတဲ့အခါ၊ ရေခပ်တဲ့အခါ၊ လွှဆွဲ တဲ့အခါတွေမှာလည်း အလုပ်လုပ်ရင်း ပွားနေပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ နောက်နှစ်ကထိန်ပွဲရောက်တော့ မောင်ဆင် မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်ကို ပြန်ရောက်လာပြန်ပါတယ်။ လုပ်နေ ကျအတိုင်း အကျီချိုင်းပြတ်နဲ့ ထင်းခွဲတာ၊ ရေခပ်တာ၊ ပန်းကန်ဆေးတာစတဲ့ ဝေယျာဝစ္စတွေကို လုပ်ပေးပြန်ပါ တယ်။ ဒီတော့ မစိုးရိမ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက "မောင် ဆင်... ဒီကိုလာပါဦး၊ မင်းအရဟံဂုဏ်တော်ပွားရဲ့လား"လို့ မေးပါတယ်။ မောင်ဆင်ကလည်း "ပွားပါတယ်ဘုရား"လို့ ပြန်လျှောက်ပါတယ်။ "ကဲ... ရှေ့တိုးစမ်း" ဆိုပြီး မောင် ဆင်ရဲ့ကျောကို ဖြန်းခနဲ ရိုက်ချလိုက်ပါတယ်။ မောင်ဆင်က "အောင်မလေးဗျ" ဆိုပြီး ထအော်ပါသတဲ့။ ဒါနဲ့ ဆရာတော် ဘုရားကြီးက "အေးအေး... အရဟံဂုဏ်တော်ကို ဆက်ပွား ဦး"လို့ မိန့်ပါတယ်။ အလှူပွဲပြီးတော့ မောင်ဆင်လည်း ရွာ ပြန်သွားပါတယ်။ ရွာရောက်တော့ ဆရာတော်မိန့်တဲ့အတိုင်း

http://www.dhammadownload.com

အရဟံ ဂုဏ်တော်ကို သွားရင်း၊ လာရင်း၊ အလုပ်လုပ်ရင်းမှာ ဆက်ပွားနေပါတယ်။

နောက်နှစ် ကထိန်အလှူရောက်တော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက "မောင်ဆင်... မင်း အရဟံဂုဏ်တော် ပွားရဲ့လား" လို့ ထပ်မေးပါတယ်။ "ပွားပါတယ်"လို့ ပြန်လျှောက်ပါတယ်။ "ကဲ... ရှေ့တိုးစမ်း"ဆိုပြီး ကျောကို ဖြန်းခနဲ ရိုက်ချလိုက်ပြန်ပါတယ်။ မောင်ဆင်ကလည်း "အောင်မလေးဗျ" လို့ ထအော်လိုက်ပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက "ကဲ... မင်း အရဟံဂုဏ်တော်ကို ဆက်ပွားဦး" လို့ မိန့်ပါတယ်။

တတိယနှစ်ရောက်လာတော့ မောင်ဆင် ရောက်လာပြန်ပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်း ထုံးစံအတိုင်း မောင်ဆင့်ကျောကို ဖြန်းခနဲ ရိုက်ပြန်ပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာတော့ မောင်ဆင်က "အရဟံ၊ အရဟံ"ဆိုပြီး ထအော်ပါသတဲ့။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်း "ကဲ ဆက်ပွားပေတော့၊ မင်း အကျိုးပေးတော့မယ်"လို့ မိန့်ကြားလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ အိန္ဒိယလူမျိုးတွေ အိန္ဒိယနိုင်ငံကို ပြန်နေတဲ့အချိန်ပါ။ မတ္တရာမြို့မှာရှိတဲ့ ဆန်စက်ပိုင်ရှင် အိန္ဒိယ အမျိုးသားတစ်ယောက်က ဆင်းရဲပြီး ရိုးသားတဲ့ မောင်ဆင်ကို ဆန်စက်ကြီးကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ထားဖို့ ခဏအပ်ခဲ့ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီလိုနဲ့ အချိန်တစ်ခုကြာတော့ အိန္ဒိယက စာတစ်စောင် ရောက်လာပါတယ်။ စာထဲမှာ "မောင်ဆင်ရေ... ကျွန်တော်တော့ မြန်မာပြည်ကို ပြန်မလာနိုင်တော့ပါဘူး။ အဲဒါကြောင့် ဆန်စက်ကြီးကို မောင်ဆင်ပဲ ယူလိုက်ပါတော့"လို့ ပေးလိုက်ပါတော့တယ်။

နေ့ချင်းညချင်း ဆန်စက်ပိုင်ရှင်ဖြစ်သွားတဲ့ မောင်ဆင်ကို မတ္တရာတဝိုက်မှာ အရပ်ဘဲ့ဆင်လို့ ခေါ်ကြပါသတဲ့။ ဆရာသမားတွေပြောခဲ့တဲ့ ပါးစပ်သမိုင်းတခုပါ။

ဒီသာဓကလေးကိုထောက်ပြီး ဘာကို သိနိုင်မလဲဆိုတော့ "ခုပျိုးကြဲ ခုဆန်ဖြစ်" ဆိုတဲ့ပုံစံမျိုးတော့ ဖြစ်မလာနိုင်ဘူး ဆိုတာကိုပါ။ ကိုယ်ပွားမယ့် ဘဝနာတစ်ခုကို အရပ်ဘဲ့ဆင်လို "အရပ်"လို့ အော်ပြီးယောင်ရလောက်အောင် ထုံထားရမှာပါ။ ဒီနေရာမှာ အရပ်ဘဲ့ဆင် ဆန်စက်ကြီး ရသွားတာထက် မစိုးရိမ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကျောပုတ်လိုက်တဲ့အခါ အရပ်လို့ ထယောင်လိုက်တာက ပိုပြီး စိတ်ဝင်စားဖို့ ကောင်းသလို အတုယူဖို့လည်း ကောင်းတာပါ။

ပဋ္ဌာန်းအာသေဝနပစ္စည်းအရ ထုံထားရင် စွဲနေတတ်ပါတယ်။ နည်းနည်းထုံရင် နည်းနည်းစွဲပါတယ်။ များများ ထုံထားရင် များများစွဲနေတတ်ပါတယ်။ ဒီဘဝထုံထားရင် နောက်ဘဝတွေလည်း ဆက်ထုံနေဦးမှာပါ။ နောက်ဘဝ

http://www.dhammadownload.com

တွေ ဆက်ထုံနေရင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေလည်း နောက်ဘဝအထိ ဆက်ဖြစ်နေဦးမှာပါ။

နံပါတ်(၂)အကျိုးကတော့ "အရဟံဂုဏ်တော် ပွားများထုံ ဘေးရန်အကုန်လုံပါသည်"တဲ့။

ဘေးရန်လုံတဲ့ဈာတ်ဝတ္ထုတွေကတော့ အများကြီး ရှိနေတဲ့အတွက် ဒီမှာရေးမပြတော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ပုဒ္ဓါနုဿတိ နှင့် နိဗ္ဗာန်

နောက်ဆုံးအကျိုးက "အရဟံဂုဏ်ပွားများထုံ နိဗ္ဗာန်အကုန်ရပါသည်"တဲ့။

ဒါပေမဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို တိုက်ရိုက်တော့ မရနိုင်ပါဘူး။ နည်းနည်း ရှင်းအောင်ပြောရရင် စျာန်လည်းမရနိုင်ပါဘူး။ မဂ်လည်း မရနိုင်ပါဘူး။ ဖိုလ်လည်း မရနိုင်ပါဘူး။ ဂုဏ်တော်ပွားရင် စျာန်ရဲ့အနီးအနား ဥပစာရစျာန်အထိပဲ ရပါတယ်။ အပွနာစျာန်အထိတောင် မရနိုင်ပါဘူး။

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဂုဏ်တော်တွေရဲ့ ကျယ်ပြောခြင်း၊ ဂုဏ်တော်တစ်ခုစီတိုင်း အစမမြင်အောင် နက်ရှိုင်းခြင်း၊ ဂုဏ်တော်တစ်ခုနဲ့ပင် အားရတင်းတိမ်မနေနိုင်ဘဲ ပင်လယ်ပြင် လက်ပစ်ကူးရသလို တစ်ခုပြီးတစ်ခု လွှဲပြောင်းကြည့်ညို့နေရလို့ ဂုဏ်တော်သမာဓိဟာ အပွနာစျာန်အထိ မရောက်နိုင်ပါဘူး။ ဥပစာရစျာန်အထိပဲ ရနိုင်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဈာန်နဲ့ပြောရင် ကိုယ်နဲ့ဝေးသလိုထင်နေမှာစိုးလို့ သမာဓိ(၃)မျိုးနဲ့ ပြောင်းပြောလို့လည်းရပါတယ်။

သမာဓိမှာ ခဏိကသမာဓိ၊ ဥပစာရသမာဓိ၊ အပ္ပနာသမာဓိဆိုပြီး သမာဓိ(၃)မျိုး ရှိပါတယ်။

ခဏိကသမာဓိဆိုတာ အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ အချိန်အနည်းငယ်မျှ (အချိန်ခဏလေး) စိတ်တည်ငြိမ်မှုရနေတဲ့ သမာဓိဟာ ခဏိကသမာဓိပါ။

ဥပစာရသမာဓိဆိုတာက အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ အချိန်တော်တော်ကြာကြာ စိတ်တည်ငြိမ်မှုရနေတဲ့ သမာဓိဟာ ဥပစာရသမာဓိပါ။ ဒီသမာဓိက ဈာန်မရပေမဲ့ ဈာန်ရလုနီးပါး အလယ်အလတ် အားကောင်းတဲ့ သမာဓိပါ။

အပ္ပနာသမာဓိဆိုတာကတော့ ဈာန်ရတဲ့အထိ အလွန်အားကောင်းတဲ့သမာဓိကို ပြောတာပါ။ ဂုဏ်တော်ပွားရင် အလယ်အလတ် ဥပစာရသမာဓိပဲ ရနိုင်ပါတယ်၊ အလွန်အားကောင်းတဲ့ အပ္ပနာသမာဓိအထိ မရနိုင်ပါဘူး။

ဒါပေမဲ့ အဲဒီအလယ်အလတ် ဥပစာရသမာဓိကိုပဲ အခြေခံပြီး ဝိပဿနာ ဆက်ကူးသွားရင် နိဗ္ဗာန်ကို ရသွားနိုင်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရပုံနဲ့ပတ်သက်လို့ အားလုံးကြားဖူးတဲ့ ဝတ္ထုလေးတစ်ပုဒ် ရှိပါတယ်။

တစ်ခါတုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ဖုဿဒေဝမထေရ်ဆိုတာ ရှိပါတယ်။ ဖုဿဒေဝမထေရ်က ဗုဒ္ဓါနုဿတိ

http://www.dhammadownload.com

ဘာဝနာကို အမြဲပွားနေပါတယ်။ စေတီရင်ပြင်မှာ တံမြက်လှည်းရင်းလည်း ပွားပါတယ်။ တစ်နေ့တော့ တံမြက်လှဲထားတဲ့ စေတီရင်ပြင် ညီညာပြန့်ပြူးနေတာကိုကြည့်ပြီး ကျေနပ်အားရနေပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ မျောက်ညိုကြီး တစ်ကောင်ရောက်လာပြီး နွားချေးခြောက်တွေ စေတီရင်ပြင်ပေါ်ကို ဖြန့်ကြဲချလိုက်ပါတယ်။ ဒီတော့ မထေရ်က တံမြက်စည်း ပြန်လှဲရပါတယ်။

ဒုတိယနေ့ရောက်လာတော့ နွားအိုကြီးတစ်ကောင် ရောက်လာပြီး စေတီရင်ပြင်မှာ နွားချေးတွေ စွန့်ချလိုက်ပြန်ပါတယ်။ မထေရ်က တံမြက်စည်း ပြန်လှည်းရပြန်ပါတယ်။ တတိယနေ့ ရောက်လာတော့ ခြေခွင်နေတဲ့လူတစ်ယောက် ရောက်လာပြီး ညီညာပြန့်ပြူးနေတဲ့သဲတွေကို မညီမညာ ဖြစ်အောင် ခြေတရွတ်တိုက် ဆွဲနေပါတယ်။

ဒီတော့ မထေရ်က "ငါ့ ဂေါစရဂါမ် (ဝန်းကျင်) အတွင်းမှာ ဒီလောက် ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် ရုပ်ဆိုးတဲ့သူ တစ်ယောက်မှ မရှိဘူး။ မဟုတ်မှလွဲရော မာရ်နတ်ဖြစ်လေမလား" လို့ သံသယဝင်တာနဲ့ "သင်မာရ်နတ် မဟုတ်လား" လို့ မေးလိုက်ပါတယ်။ မာရ်နတ်ကလည်း "မှန်ပါ့ဘုရား" ဟု ဝန်ခံလိုက်ပါတယ်။ ဒီတော့ မထေရ်က "မာရ်နတ်ဆိုတာ အလွန်တန်ခိုးကြီးတယ်၊ ဘုရားနဲ့တူအောင် ဖန်ဆင်းပြစမ်းပါ" ဟု တောင်းပန်လိုက်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မာရ်နတ်ကလည်း "တပည့်တော် ဘုရားရှင်နဲ့ ထပ်တူ တူအောင်တော့ မဖန်ဆင်းနိုင်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အသင့် အတင့် တူအောင်တော့ ဖန်ဆင်းပြလို့ရပါတယ်"လို့ လျှောက်ပြီး မိမိကိုယ်ကို ဘုရားအသွင် ဖန်ဆင်းပြလိုက်ပါတယ်။ ဖုဿဒေဝ မထေရ်လည်း မာရ်နတ်ဖန်ဆင်းပြတဲ့ ရုပ်ပုံတော်ကိုကြည့်ပြီး "သြော်.... ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟရှိနေတဲ့ မာရ်နတ်တောင် ဒီလောက် တင့်တယ်သပ္ပာယ်သေးရင် အမြဲရာဂ ဒေါသ မောဟကင်းနေတဲ့ ဘုရားရှင်ဆိုရင် ဒီထက် တင့်တယ်သပ္ပာယ်မှာပဲ"ဆိုပြီး ပီတိတွေ တဖွားဖွား ဖြစ်လာပါတယ်။

ဖုဿဒေဝမထေရ်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ပီတိကိုပဲ "ပီတိရဲ့သဘောလေးဟာ ဘယ်လိုလေးလဲ၊ ဘယ်လို သဘောလေးဖြစ်နေတာလဲ"ဆိုပြီး ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ပီတိကို ဝိပဿနာပြန်ရှုပါတယ်။ ရှုရင်းနဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာတွေထင်လို့ ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ပြီး အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ် ရသွားပါတော့တယ်။ အားလုံးကြားဖူးနေတဲ့ သီဟိုဠ်ဝတ္ထုလေးပါ။

ဒါက ဂုဏ်တော်ပွားပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်သွားတာပါ။ တိုက်ရိုက်ကြီးရောက်သွားတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဂုဏ်တော်သမာဓိကို အခြေခံပြီး နိဗ္ဗာန်ရသွားရတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ချမ်းသာချင်ရင်ဂုဏ်တော်ပွားပါ

အဂ်ိုတ္တိရ် အဋ္ဌကထာမှာ ဂုဏ်တော်ပွားရင် စိတ်ချမ်းသာခြင်း၊ ဝိပဿနာအခြေခံသမာဓိရခြင်း ဆိုတဲ့ သိပ်စိတ်ဝင်စားဖို့ကောင်းတဲ့ အကျိုးကိုလည်း ပြထားပါတယ်။

ရှင်းအောင်ပြောရရင်တော့ ဂုဏ်တော်ပွားရင် စိတ်ချမ်းသာမယ်၊ ဝိပဿနာ အခြေခံသမာဓိ ရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ လူတိုင်းလူတိုင်း စိတ်ချမ်းသာချင်ကြသလို တရားအားထုတ်သူတိုင်း တရားအားထုတ်သူတိုင်းလည်း ဝိပဿနာအခြေခံ သမာဓိ ရချင်ကြတာချည်းပါပဲ။ ဒီတော့ စိတ်ချမ်းသာချင်ရင်လည်း ဂုဏ်တော်ပွားရပါမယ်။ ဝိပဿနာအတွက် အခြေခံ သမာဓိ ရချင်ရင်လည်း ဂုဏ်တော်ပွားရပါမယ်။ ဂုဏ်တော်ပွားပြီးမှ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရင်ပိုကောင်းပါတယ်။

* စိတ်ချမ်းသာလို၊ ဂုဏ်တော်ကို ပွားကိုပွားရမယ်

http://www.dhammadownload.com

* ဝိပဿနာသမာဓိရလို၊ ဂုဏ်တော်ကို ပွားကို ပွားရမယ်

လောကမှာ ပိုက်ဆံချမ်းသာတိုင်းလည်း စိတ်မချမ်းသာကြပါဘူး။ ပိုက်ဆံချမ်းသာပြီး စိတ်ဆင်းရဲနေတဲ့သူတွေ အများကြီးပါ။ ပိုက်ဆံမချမ်းသာပေမဲ့ စိတ်ချမ်းသာနေတဲ့လူတွေလည်း အများကြီးပါ။ တချို့ဆို သာမန် တိုက်ခန်းနဲ့ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ မိသားစုကြည့်လိုက်ရင် အပူအပင်ကင်းကင်းနဲ့ စိတ်ချမ်းသာနေကြပါတယ်။ မျက်နှာတွေကြည့်လိုက်ရင်လည်း ပြုံးရွှင်နေကြတာပါပဲ။ အချိန်တန်ရင် တရားလေးဝင်လိုက်၊ ဝေယျာဝစ္စလေး ပြေးလုပ်လိုက်နဲ့ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်နေကြတာပါ။

တချို့ကျ ပိုက်ဆံသိပ်ချမ်းသာကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မိသားစုကြည့်လိုက်ရင် ပူညံပူညံနဲ့ ရှုပ်ယှက်ခတ် ဝုန်းဒိုင်းကိုကြဲနေတော့တာပါ။ ဘေးကကြည့် ရတဲ့သူတွေတောင် သိပ်ပူလောင်တာပါ။ ကာယရှင်တွေဆို ဘယ်လိုနေကြမယ် မသိပါဘူး။ နေ့တိုင်းပူနေတော့ အပူကို ယဉ်ပါးပြီး ဆေးမတိုးတော့တာလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ကြောက်ဖို့ကောင်းတာက ဒီဘဝ အပူတွေဟာ နောက်ဘဝအထိပါသွားမှာကိုပါ။ အထုံဆိုတာ နောက်ဘဝအထိပါတတ်တာဆိုတော့ ပူတာကို ပူမှန်းသိရပါမယ်။ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်အနေနဲ့လည်း မိတ်ဆွေကောင်းအနေနဲ့ ဖြေဆည်နည်း တရားသဘောကို

http://www.dhammadownload.com

ပြောပြပေးရပါမယ်။ ပြုပေးနိုင်ခဲ့တာကို ပြုပေးမှ မိတ်ဆွေ စစ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပြောပြပေးရပါမယ်။

တရားသဘောအရ စိတ်ဆင်းရဲရတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ရင်ထဲမှာ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ အစရှိတဲ့ အကုသိုလ်တစ်ခုခု ကိန်းနေလို့ပါ။ ဂုဏ်တော်ပွားနေတဲ့ အခိုက်အတန့်လေးမှာ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အစရှိတဲ့ အကုသိုလ်တွေ ကင်းနေတာပါ။ အဲဒီ အခိုက်အတန့်လေးဟာ စိတ်ချမ်းသာနေတဲ့ အချိန်လေးပါ။ အချိန်နည်းနည်းပွားရင် အချိန်နည်းနည်း စိတ်ချမ်းသာပါတယ်။ အချိန်များများပွားရင် အချိန်များများ စိတ်ချမ်းသာပါတယ်။ ဒါတကယ့်လက်တွေ့ပါ။ ဂုဏ်တော်ပွားနေတဲ့ အချိန် အခိုက်အတန့်လေးမှာ စိတ်ဆင်းရဲရတယ်ဆိုတာ လုံးဝကို မရှိတာပါ။ ဒါကြောင့် ဂုဏ်တော်ပွားရင် စိတ်ချမ်းသာတယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ ဒီတော့ စိတ်ချမ်းသာချင်ရင်လည်း ဂုဏ်တော်ကို ပွားရပါမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်လှုချင်ရင်ဂုဏ်တော်ပွားပါ

တကယ်တော့ ဂုဏ်တော်ပွားရင် စိတ်ချမ်းသာရုံ တင်မကပါဘူး။ ရုပ်ကိုလည်း လှစေတာပါ။ ဂုဏ်တော်ကို နေ့စဉ် ပွားနေရင် စိတ်သဘောထားတွေ မွန်မြတ်လာမယ်။ စိတ်သဘောထားတွေ မွန်မြတ်လာရင် စိတ်သဘောထား တွေ ပြောင်းလဲ ကြည်လင်လာမယ်။ စိတ်သဘောထားတွေ ပြောင်းလဲကြည်လင်လာရင် သွေးသားတွေပါ ပြောင်းလဲ ကြည်လင်လာတော့တာပါ။ သွေးသားတွေ ပြောင်းလဲ ကြည်လင်လာတဲ့အတွက် မျက်နှာရုပ်အဆင်းပါ ပြောင်းလဲ ကြည်လင်လာတော့တာပါ။

* ရုပ်ကိုလှလို၊ ဂုဏ်တော်ကို၊ ပွားကိုပွားရမယ်။

ဆိုလိုတာက ဂုဏ်တော်နဲ့ ကိုယ့်ရုပ်ကို ပြောင်းလဲ ယူလို့ရပါတယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော် အရှင်ဇနကာ ဘိဝံသက တပည့်တွေကို ပြောပြထားတာ ရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာတော်ဘုရားက သူ့ဘဝမှာ တစ်ဘဝတည်းနဲ့ ရုပ်(၃)မျိုး ထွက်နေပါတယ်တဲ့။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ပထမအရွယ် ဆရာတော်ဘုရား ရဟန်းငယ်ငယ်ဘဝ အသက်(၂၀)အရွယ်အထိ မျက်နှာက ကြည်ပြိုးချို့နေပါတယ်တဲ့။ ဒီလိုနဲ့ နေလာရင်း နေလာရင်း အသက်(၂၀)ကျော် ဘဝမှာ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ မိဘတွေက စီးပွားရေးတွေ လျှောကျဆုံးရှုံးကုန်ပါတယ်။ အဲဒီတော့ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ မိဘတွေကို ပတ်ဝန်းကျင်က ခပ်တင်းတင်း၊ ခပ်ထန်ထန် ဆက်ဆံလာပါတယ်။ မိဘတွေကို ဆက်ဆံရုံတင်မကပါဘူး။ ဆရာတော်ဘုရားကိုပါ ခပ်တင်းတင်း ဆက်ဆံလာပါတယ်။

တစ်ဆင့်တက်ပြီး သီတင်းသုံးဖော်တွေကပါ ဆရာတော်ဘုရားကို စီးစီးပိုးပိုး ဆက်ဆံလာတယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာတော်ဘုရားကလည်း မခံချင်စိတ်နဲ့ မျက်နှာကို ခပ်ထန်ထန် တည်ထား၊ တင်းထားလိုက်ပါတယ်တဲ့။ ဒီတော့ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့မျက်နှာက အမြဲတမ်း တင်းနေပါတော့တယ်။

ဒီလိုနဲ့ နေလာရင်း နေလာရင်း အသက်အရွယ် ကလေးလည်းရလာတော့ ဆရာတော်ဘုရားက သူ့မျက်နှာကလေးကို ပြန်ကြည့်ပြီး "ဟယ်... ငါ့မျက်နှာက တင်းနေတာပဲ။ မဖြစ်သေးပါဘူး။ ငါ့ရဲ့ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာဖြစ်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

စစ်ကိုင်းဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားက ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာတွေ ပွားများပြီးတော့မှ မျက်နှာကြည်လင်အောင် လုပ်ခဲ့တယ်။ ငါလည်းပဲ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားပြီးတော့မှ မျက်နှာကြည်လင်အောင် ပြန်လုပ်ဦးမှပဲ"လို့ ဆိုပြီး ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို ပွားလည်းပွားရော မျက်နှာက ပြန်ကြည်ပြီး ဝင်းလာခဲ့တယ်။

ဘဝတစ်ခုထဲမှာ ပထမအရွယ်မှာ မျက်နှာက ချိုနေတယ်။ ဒုတိယအရွယ်မှာ မျက်နှာက တင်းလာတယ်။ တတိယအရွယ်မှာ မျက်နှာက ပြန်ချိုလာတယ်။ ပြန်ပြီးတော့ ကြည်လာတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားက ကိုယ်တိုင်ပြောပြထားတာပါ။ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ဓာတ်ပုံတွေကို သတိထားကြည့်ရင် သိသာပါတယ်။ သက်တော်ငယ်ငယ်ကပုံဆိုရင် မျက်နှာက ချိုနေပါတယ်။ သက်တော် အလယ်အလတ်ဆိုရင် မျက်နှာက တင်းနေပါတယ်။ သက်ကြီးပိုင်းရောက်လာတော့ ဆရာတော့် မျက်နှာက ချိုပြီးတော့မှ ကြည်လင်နေပါတယ်။ မျက်နှာတော်မြင်လိုက်ရတာနဲ့ စိတ်ကို အေးချမ်းသွားတော့တာပါ။ ညောင်ပင်အောက်မှာ တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ပြီး ရိုက်ထားတဲ့ဓာတ်ပုံဆို မြင်ရသူတိုင်း စိတ်အေးချမ်းသွားကြတာပါ။ ဆရာတော်ဘုရားက ဂုဏ်တော်ပွားပြီး မျက်နှာကို ပြောင်းလဲခဲ့ပါတယ်။ ဂုဏ်တော်ပွားရင် ရုပ်လှစေတယ်ဆိုတာ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ ကိုယ်တွေ့သာဓကတစ်ခုပါ။ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ မျက်နှာကို ကြည့်ရင်

http://www.dhammadownload.com

သိနိုင်ပါတယ်။

နောက် ဝိပဿနာအခြေခံသမာဓိ ရစေတယ်ဆို တာက ဂုဏ်တော်ပွားရင် ဥပစာရသမာဓိအထိ ရပါတယ်။ ခဏိကသမာဓိရရင်ပဲ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်လို့ ရပြီဆိုတော့ ဥပစာရသမာဓိဆို အထူးပြောစရာမလိုတော့ ပါဘူး။ ပိုလို့တောင်ကောင်းပါသေးတယ်။ ဝိပဿနာ တရားအားထုတ်သူတွေအတွက်လည်းပဲ အလိုအပ်ဆုံး ဝိပဿနာအခြေခံ သမာဓိကို ရသွားတော့တာပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ နှင့် ကြံရည်

တရားအားထုတ်တဲ့နေရာမှာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို လွှတ်လို့မရပါဘူး။

မဟာဝဂ္ဂသံယုတ် အဋ္ဌကထာ (သံ . ၅ ၃ . ၂၃၉) မှာ –

ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို တရားအားထုတ်သူတွေအတွက် ကြံရည်နဲ့ ဥပမာပေး တိုက်တွန်းထားပါတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ ကြံရည်ကြိတ်ဖို့ ကြံချောင်းတွေထမ်းပြီး နွေခေါင်ခေါင်မှာ လျှောက်လာပါတယ်။ ကြံချောင်းတွေထမ်းရင်း မောပန်းလာတော့ သစ်ပင်ရိပ်အောက်မှာ ကြံချောင်းတွေ ခဏချပြီး နားပါတယ်။ နားရင်းနဲ့ ထမ်းလာတဲ့ကြံကိုစုပ်ပြီး အမောဖြေပါတယ်။ ကြံစုပ်လို့ အမောပြေတော့ လိုရာခရီးကို ဆက်သွားသလို –

တရားအားထုတ်တဲ့ ယောဂီဟာလည်း တရား

http://www.dhammadownload.com

အားထုတ်လို့ ကိုယ်ပင်ပန်း စိတ်ပင်ပန်းဖြစ်လာတဲ့အခါ၊ စိတ်တွေ ငြီးငွေ့လာတဲ့အခါ အားထုတ်နေတဲ့ ဝိပဿနာတရားကို ခေတ္တရပ်ပြီး ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကြဲရည်ကို သောက်ပေးရပါတယ်။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကြဲရည်သောက်လို့ စိတ်ပင်ပန်းငြီးငွေ့မှု ပျောက်သွားတဲ့အခါ ကြဲထမ်းသမား လိုရာခရီးကို ဆက်သွားသလိုပဲ မူလအားထုတ်နေဆဲ ဝိပဿနာတရားကို ဆက်အားထုတ်သွားရမှာပါ။

ဒါလည်း မှတ်သားလောက်စရာ ဗဟုသုတတစ်ခုပါပဲ။ တရားအားထုတ်သူတိုင်း တွေ့ကြုံရတဲ့ ဖြစ်စဉ်လေးတစ်ခုမို့ပါ။

တချို့ကျတော့လည်း တရားအားထုတ်လို့ စိတ်ပင်ပန်းငြီးငွေ့လာရင် "ဟင်း..." ဆိုပြီး သက်ပြင်းကြီးကိုချပြီး မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို မမှတ်တော့ဘဲ ငုတ်တုတ်ကြီး ဒီအတိုင်း ထိုင်နေလိုက်တော့တာပါ။ ကိုယ်ချလိုက်တဲ့ သက်ပြင်းကြီးကို ဘေးကထိုင်နေတဲ့သူတွေတောင် ကြားလိုက်ရပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် သက်ပြင်းချလို့ နားလို့အားရပြီဆိုမှ "ဟယ်... မဖြစ်သေးပါဘူးလေ" ဆိုပြီး မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပြန်အားထုတ်ကြတာပါ။

စာထဲကအတိုင်းဆိုရင် သက်ပြင်းကြီးချပြီး စိတ်လွတ်ကိုယ်လွတ် နားရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အားထုတ်လို့ စိတ်ပင်ပန်းငြီးငွေ့လာရင် ဗုဒ္ဓါနုဿတိကြဲရည်ကိုသောက်ပြီး

http://www.dhammadownload.com

အမောဖြေရမှာပါ။ အမောပြေမှ မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပြန်အားထုတ်ရမှာပါ။

ဒါတွေကတော့ ဂုဏ်တော်ပွားရင် စိတ်ချမ်းသာခြင်းနဲ့ ဝိပဿနာအခြေခံသမာဓိရခြင်း အကြောင်းတရားလေးတွေပါ။

http://www.dhammadownload.com

ပုံတော်နှင့် ဂုဏ်တော်

ဂုဏ်တော်ပွားတဲ့နေရာမှာ ပုံတော်ထက် ဂုဏ်တော်က အဓိကလို့ ပြောတတ်ကြပါတယ်။ ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသကတော့ ဘုရားရှင်ရဲ့ပုံတော်သပ္ပာယ်ပုံဟာ ဘဂဝါဂုဏ်တော်မှာပါတဲ့ "သိရီ"ဘုန်းတော်ပါပဲတဲ့။

ဆရာတော်ဘုရားက တိလောကဝိဇယမင်းကြီးရဲ့ ဝတ္ထုကို နမူနာသာဓက ပြထားပါတယ်။

တစ်ခါတုန်းက ဘုရားလောင်းတော်ဟာ တိလောကဝိဇယမင်းကြီး ဖြစ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ တိလောကဝိဇယမင်းကြီးဟာ ဘုရားအမျူးရှိတဲ့ သံဃာတော်တွေကို စိတ်ကူးနဲ့ပုံဖော်ပြီး ရှိခိုးပါတယ်။ နောက် ဝေဇယန္တာဆိုတဲ့ အထပ်ပေါင်းများစွာရှိတဲ့ ကျောင်းတော်ကြီးကို စိတ်ကူးနဲ့ ဆောက်လိုက်ပါတယ်။ ကျောင်းဆောင်ကြီးထဲမှာ မြတ်စွာဘုရားထိုင်ဖို့ ရွှေပလ္လင်၊ သံဃာတော်တွေ ထိုင်ဖို့ အခင်းတွေ၊ ရေအိုးတွေ၊ အခန်းတွေ

http://www.dhammadownload.com

စသဖြင့် ကျောင်းတစ်ခုမှာလိုအပ်တာတွေ အကုန်ပံ့ဖော်လိုက်ပါတယ်။

ပြီးမှ ဘုရားအမှူးရှိတဲ့ သံဃာတော်တွေကို စိတ်ကူးနဲ့ပင့်ပြီး စိတ်ကူးနဲ့ဆွမ်းကပ်ပါတယ်။ ဆွမ်းကပ်ရုံတင်မကပါဘူး၊ တစ်ပါးကို တိစီဝရိတ် သင်္ကန်း(၃)ထည်စီကိုလည်း စိတ်ကူးနဲ့ လှူလိုက်ပါသေးတယ်။ ဆွမ်းစားပြီးတဲ့အခါကိုယ့်အခန်းကို ကိုယ်ဝင်ပြီးနားစေပါတယ်။ ဈာန်ဝင်စားစေပါတယ်။ ကျောင်းဆောင်ရဲ့ အရပ်(၄)မျက်နှာမှာ ကြာမျိုးငါးပါးနဲ့ တင့်တယ်တဲ့ ရေကန်ကြီး(၄)ခုကိုလည်း စိတ်ကူးနဲ့ တည်ဆောက်လိုက်ပါတယ်။ ဘေးမှာ ပန်းဥယျာဉ်တွေကိုလည်း စိတ်ကူးနဲ့ ပုံဖော်လိုက်ပါတယ်။ မင်းကြီးရဲ့ ဆွမ်းကျွေးပွဲကိုရောက်လာတဲ့ လူနတ်ဗြဟ္မာ အားလုံးကိုလည်း စိတ်ကူးနဲ့ မိမိပြုတဲ့ကုသိုလ်အဖို့ကို အမျှပေးဝေလိုက်ပါသေးတယ်။

ဒီလိုနဲ့ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း စိတ်ကူးနဲ့ပုံဖော်ပြီး လှူနေလိုက်တာ သက်တမ်းနဲ့အမျှပါပဲ။ တိလောကဝိဇယမင်းကြီး သေလွန်တဲ့အခါ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ရပါတယ်တဲ့။ ပုံတော်ကို အာရုံပြုပြီး ကောင်းကျိုးရသွားတာပါ။

တိလောကဝိဇယမင်းကြီးရဲ့ဝတ္ထုဟာ တကယ်မှတ်သားစရာပါပဲ။ စိတ်ကူးနဲ့ ကျောင်းဆောက်၊ စိတ်ကူးနဲ့ ဆွမ်းကျွေး၊ စိတ်ကူးနဲ့ သင်္ကန်းလှူ၊ စိတ်ကူးနဲ့ ရေစက်ချ၊

http://www.dhammadownload.com

လူနတ်ဗြဟ္မာတွေကို နေ့တိုင်းအမျှဝေ၊ သေလွန်တဲ့အခါ နတ်ပြည်ရောက် သွားရတာဆိုတော့ အားနေတဲ့အခါလေးတွေမှာ တောင် တောင်တွေး မြောက်တွေး တွေးမနေဘဲ တိလောက ဝိဇယမင်းကြီးလို စိတ်ကူးနဲ့လှုံ့နေလို့လည်း ရပါတယ်။

ရုပ်ပွားတော်တွေကတော့ မြန်မာပြည်သူတွေအတွက် တကယ့်အားကိုးအားထားရာပါ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ရုပ်ပွားတော်ကို ဦးချလိုက်ရရင်ပဲ စိတ်ထဲက ကျေနပ်မှုတစ်ခုခုကို ရသွားကြတာပါ။ ရုပ်ပွားတော်တွေကလည်း အရွယ်အစားမျိုးစုံပါ။ စပါးစေ့အရွယ်သေးသေးလေးက နေပြီး အတောင်(၅၀)ကျော်အရွယ် ကြီးကြီးမားမားအထိ ရှိကြပါတယ်။

အဲဒီလို ရုပ်ပွားတော်အသေးအကြီးတွေ ဖူးတွေ့ရတဲ့အခါ ဘဂဝါဂုဏ်တော်မှာပါတဲ့ အဏိမာဘုန်းတော်နဲ့ မဟိမာဘုန်းတော်ကို အာရုံပြုထားရပါမယ်။

အဏိမာဘုန်းတော်ဆိုတာက မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ အနုမြူမှုန်မျှ အလွန်သေးငယ်အောင် ဖန်ဆင်းပြီး ပရိက္ခရာရှစ်ပါးလွယ် မုံညင်းစေ့အတွင်းမှာ စက်ကြွတော်မူနိုင်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က ဗကဗြဟ္မာကြီးကို ကိုယ်ရောင်ဖျောက်ပြတဲ့ ဘုန်းတော်မျိုးပါ။

တကယ်လို့ ရုပ်ပွားတော်သေးသေးလေးတွေ ဖူးတွေ့ရတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အဏိမာဘုန်းတော်ကို

http://www.dhammadownload.com

အာရုံပြုပြီး "သြော်... မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ အနုမြူလောက် ဖန်ဆင်းပြီး မုံညင်းစေ့ထဲမှာတောင် စက်ဆုံးကြွနိုင်တယ်" လို့ ဆင်ခြင်ပြီး ပူဇော်ရပါမယ်။ အဲဒီလိုမှမဟုတ်ဘဲ "ဟယ်... ဘုရားလေးက သေးသေးလေးပဲ" ဆိုပြီး လက်အုပ်ချီရုံ လောက်ပဲ မလုပ်ရပါဘူး။ အဏိမာဘုန်းတော်ကို အာရုံပြုပြီး ပူဇော်ရမှာပါ။

* ပုံတော်သေးလျှင်၊ အဏိမာပင်၊ တွေးလျှင်ပူဇော်ပါ။

မဟိမာဘုန်းတော်ဆိုတာက ကိုယ်တော်ကို ပကတိ အနေအထားထက် ကြီးမားအောင် ဖန်ဆင်းနိုင်တာပါ။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က ရာဟုလို့ခေါ်တဲ့ အသူရိန်နတ်မင်းကြီးဟာ ခန္ဓာကိုယ် အလွန်ကြီးမားပါ သတဲ့။ အသူရိန်နတ်မင်းကြီးက မြတ်စွာဘုရားဂုဏ်သတင်း ကြားပြီး သိပ်ဖူးချင်နေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူက ဘယ်လို အတွေးရှိသလဲ ဆိုတော့ "လူသားဖြစ်တဲ့ဘုရားကို ငါသွား ဖူးရင် ငါကငုံ့ပြီး ကြည့်နေရလိမ့်မယ်" လို့ တွေးထင်ထား တဲ့အတွက် မသွားဖြစ်ပါဘူး။

မြတ်စွာဘုရားဂုဏ်သတင်း ကြီးမားသထက် ကြီးမားလာတော့ " အင်း... အဆင်ပြေသလို ဖူးတာပေါ့ လေ"ဆိုပြီး မြတ်စွာဘုရားဆီ ရောက်လာပါတယ်။ မြတ်စွာ ဘုရားရှင်က မဟိမာဘုန်းတော်နဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမားအောင် ဖန်ဆင်းပြီး လဲလျောင်းအဖူးခံတာတောင် အသူရိန်နတ်

http://www.dhammadownload.com

မင်းကြီးက မော်ဖူးပေမဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အထက်ပိုင်းကို မမြင်နိုင်ပါဘူးတဲ့။

ဒါကြောင့် အတောင်(၅၀)ကျော် ရုပ်ပွားတော်ကြီးတွေ ဖူးတွေ့ရတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ မဟိမာဘုန်းတော်ကို အာရုံပြုပြီး "သြော်... မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ အသူရိန်နတ်မင်းကြီးကို သူ့ခန္ဓာကိုယ်ထက်ကြီးမားအောင် ဖန်ဆင်းပြီး အဖူးခံခဲ့တာပဲလေ" လို့ ဆင်ခြင်ပြီး ဖူးမြော်ရပါမယ်။

* ပုံတော်ကြီးလျှင် မဟိမာပင် တွေးလျှင်ပူဇော်ပါ။

တကယ်လို့ ကိုယ့်အိမ်မှာရှိတဲ့ ရုပ်ပွားတော်ဟာ (၁၀)လက်မလောက်ပဲ ရှိတယ်ဆိုရင်လည်း "သြော် မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ငါ့အိမ်နဲ့ သပ္ပာယသင့်အောင် ဖန်ဆင်းပြီး သီတင်းသုံးနေတယ်"လို့ ဆင်ခြင်ပြီးပူဇော်ရပါမယ်။

လူတွေရဲ့စိတ်က ခက်တော့ခက်သားပါ။ စပါးစေ့လောက် ရုပ်ပွားတော်လေး ဖူးတွေ့ရတဲ့အခါ လက်အုပ်ချီရုံ၊ ဦးချရုံလောက်ပဲ ဖူးကြပါတယ်။ ဘုရားရုပ်ပွားတော် အကြီးကြီးတွေတဲ့အခါမှာတော့ ပုတီးစိပ်၊ ပရိတ်ရွတ်၊ အဓိဋ္ဌာန်ဝင်စသဖြင့် အကြာကြီးဖူးလေ့ရှိကြပါတယ်။ တကယ်တော့ ရုပ်ပွားတော်တွေ ဖူးတွေ့ရတဲ့အခါ ကြီးကြီး၊ ငယ်ငယ် သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားနဲ့ တစ်စိတ်တည်းထားနိုင်အောင် ကြိုးစားရမှာပါ။

တစ်ခါတုန်းက ရွာတစ်ရွာမှာ အမျိုးသမီးတစ်စု

http://www.dhammadownload.com

ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ဘုရားကို "ဘုရားတပည့်တော်တို့ အထက် မြန်မာပြည်ဘုရားဖူး သွားမလို့ပါ"လို့ လျှောက်ပါသတဲ့။ ခရီးဝေးသွားရင် ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ကို လျှောက်သွားကြတာ ရွာရဲ့ဓလေ့တစ်ခုပါ။ ဒီတော့ ဆရာတော်ဘုရားက "တိုးတိုးပြောကြပါဟာ။ နင်တို့အိမ်မှာရှိတဲ့ဘုရားအားနာစရာကြီး"လို့ ပြန်မိန့်ပါသတဲ့။

ဆရာတော်ဘုရားစကားက တွေးရင် တွေးသလောက် တာသွားတာပါ။ ဆရာတော်ဘုရားက မြတ်စွာဘုရား ဝိမနဝတ္ထုပါဠိတော်မှာ ဟောထားတဲ့ဂါထာကို အခြေပြုပြီး မိန့်ပုံရပါတယ်။

တိဋ္ဌန္တေ နိဗ္ဗုတေစာပိ၊
သမေစိတ္တော သမံဖလံ။
စေတောပဏိဓိဟေတုဟိ။
သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ သုဂ္ဂတိ ။

သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားရယ်၊ ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ကိုယ်စားရုပ်ပွားတော်ရယ်ကို တစ်စိတ်တည်းထားနိုင်ရင် လူ၊ နတ်၊ နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောဂတိအကျိုးကို ရပါတယ်။ အဲဒီလိုစိတ်ထားနိုင်ခြင်းကြောင့် သေလွန်တဲ့အခါ သုဂတိဘဝကို ဧကန်ရောက်ပါလိမ့်မယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားဟောပြထားပါတယ်။

ဒီသဘောလေးတွေကို အာရုံပြုပြီး ဘယ်ရုပ်ပွား

http://www.dhammadownload.com

တော်ပဲဖူးဖူး သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားအထိ အာရုံ ပြုနိုင်အောင် စိတ်ညွှတ်နိုင်ရပါမယ်။ ဒီလောက်ဆို ဂုဏ်တော် ပွားဖို့အတွက် အသင့်ဖြစ်နေလောက်ပါပြီ။

http://www.dhammadownload.com

ဂုဏ်တော်မပွားခင် ပရိကမ်

ဂုဏ်တော်ပွားပုံအဆင့်ဆင့်လေးကို ဓိနာလင်္ကာရ ဋီကာကျမ်းက ပြတဲ့အတိုင်းလေး ရေးပြသွားရအောင်ပါ။

တခြားကျမ်းတွေက ပွားပုံအစဉ်လေးတွေ ရေးပြထားတာတွေလည်း ရှိပါသေးတယ်။

* နိဗ္ဗာန်တောင့်တ၊ ဖြတ်ကိစ္စ၊ သီလယူစေပါ။
* ဆိတ်ငြိမ်ရာရှာ၊ ကျရိယာ၊ ရွေးပါ ကျမ်းမိန့်တာ။
* သေဘေးဆင်ခြင်၊ ဤခြောက်အင်၊ ပြီးလျှင် ပွားများပါ။

(၁) ဂုဏ်တော်ပွားတဲ့သူဟာ ပထမဦးဆုံး "ဤဂုဏ်တော်ပွားရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု အဖို့ဘာဂသည် နိဗ္ဗာန်၏အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါစေ" လို့ နိဗ္ဗာန်ကို ဦးစွာဆုတောင်းရပါမယ်။

ဘယ်လမ်းကြောင်းပဲလျှောက်လျှောက် ပန်းတိုင်ရှိဖို့

http://www.dhammadownload.com

လိုပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကတော့ အဓိကပန်းတိုင်ပါ။ လောကီကျိုး တွေကတော့ ဆုမတောင်းလည်း ပြည့်မှာပါပဲ။

(၂) ပလိဗောဓ = ကိစ္စကြီးငယ်ကို ဖြတ်ထားရပါမယ်။

ဥပမာ – မိသားစုအတွက် ထမင်းချက်စရာ၊ ဟင်းချက်စရာ၊ ကော်ဖီဖျော်စရာရှိရင် ကြိုတင်လုပ်ထားရပါမယ်။ မှာစရာရှိတာ၊ ပြောစရာရှိတာ ကြိုတင်မှာထား ပြောထားရပါမယ်။ ကိုယ်ဂုဏ်တော် ပွားနေတုန်း "သေ့ ဘယ်နားထားလဲ" စသဖြင့် လာမေးရင် အဆင်မပြေပါဘူး။

ကိုယ့်အတွက်လည်း ဆေးသောက်စရာရှိရင် သောက်ထားရပါမယ်။ အောက်ထစ်ဆုံး ခြေသည်း လက်သည်း ညှပ်စရာရှိရင် ညှပ်ထားရပါမယ်။ ခေါင်းလျှော်စရာရှိလျှင် ခေါင်းလျှော်ထားရပါမယ်။ ဂုဏ်တော်ပွားနေတုန်း ခေါင်းယားလို့ ကုတ်နေရပြန်ရင်လည်း အဆင်မပြေပြန်ပါဘူး။

(၃) ငါးပါးသီလ ယူရပါမယ်။

"သီလရှိတော့ စိတ်ကြည်"ဆိုတဲ့အတိုင်း သီလယူလိုက်ရင် စိတ်က ကြည်သွားပါတယ်။ ဒါတင်မကပါဘူး။ သီလယူလိုက်ရင် သီလဖြူစင်သူလည်း ဖြစ်သွားပါတယ်။

(၄) ဝိဓေက – တိတ်ဆိတ်ခြင်း၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်ကို

http://www.dhammadownload.com

ရွေးချယ်ရပါမယ်။

ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဆိတ်ငြိမ်ရာအချိန်နဲ့ ဆိတ်ငြိမ်တဲ့နေရာ ဆိုလိုတာပါ။ ကိုယ့်အတွက် ဆိတ်ငြိမ်တဲ့ အချိန်နဲ့ ဆိတ်ငြိမ်တဲ့နေရာ ဖြစ်ရပါမယ်။

စာထဲကအတိုင်းဆိုရင်တော့ တောအရပ်၊ တောင်အရပ်၊ ညဉ့်နက်သန်းခေါင်အချိန်ကို ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အိမ်မှာနေရတဲ့လူတွေအတွက်တော့ တောအရပ်၊ တောင်အရပ်၊ ညဉ့်နက်အချိန် မဟုတ်ပေမဲ့လည်း ကိုယ့်အတွက် ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်နဲ့ ဆိတ်ငြိမ်ရာအချိန်ဖြစ်ရင် ပြီးတာပါပဲ။

မနက်စောစောအိပ်ရာထဆိုရင် ဆိတ်ငြိမ်မှုနှစ်ခုကို ရနေတာများပါတယ်။ ဆိတ်ငြိမ်ရုံတင်မကပါဘူး၊ မနက်အိပ်ရာထဆို စိတ်ကလေးတွေက ကြည်လင်နေတတ်ပါတယ်။ ဘယ်အာရုံနဲ့မှမတွေ့ရသေးတဲ့အတွက် စိတ်က ကြည်နေတာပါ။

အာရုံသစ်တွေ မတွေ့သေးတဲ့ မနက်ပိုင်းမှာဆို အကုသိုလ်က မဝင်သေးပါဘူး။ အကုသိုလ်မဝင်သေးတဲ့ အချိန်၊ အာရုံတွေ မတွေ့သေးတဲ့အချိန် ဂုဏ်တော်ပွားရတာ အဆင်ပြေမယ်လို့ထင်ပါတယ်။ မနက်ပိုင်းဆို ဖုန်းလာတာ စည်းသည်လာတာတွေလည်း မရှိပါဘူး။

ဘုရားခန်းပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်အိပ်ခန်းပဲဖြစ်ဖြစ် ပွားများလို့ရပါတယ်။ တချို့အိမ်တွေဆို အသံလုံစနစ်နှင့်

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားခန်းကို ဆိတ်ငြိမ်အောင်လုပ်ထားပါတယ်။ ဒီလိုနေရာမျိုးကတော့ တရားအားထုတ်သူတွေအတွက် တော်တော်အဆင်ပြေတဲ့ နေရာပါပဲ။

ဥပမာ – ကိုယ်ဂုဏ်တော်ပွားနေတဲ့အချိန် မိသားစုက တီဗွီဖွင့်နေမယ်၊ သီချင်းဖွင့်နေမယ်ဆိုရင် အဆင်မပြေပါဘူး။ အဓိကကတော့ ကိုယ့်အတွက် ဆိတ်ငြိမ်ဖို့ပါပဲ။

(၅) ကိုယ့်အတွက် ကြာရှည်ထိုင်နိုင်မယ့် ကျရိယာပုထ်ကို ရွေးချယ်ရပါမယ်။

တင်ပလ္လင်ခွေပဲထိုင်ထိုင်၊ ကျုံ့ကျုံ့ပဲထိုင်ထိုင်၊ ကိုယ်နဲ့ သပ္ပာယသင့်ရင် ပြီးတာပါပဲ။ ထိုင်ပုံကျရိယာပုထ်ကတော့ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး သပ္ပါယသင့်ပုံချင်း တူမှာမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်နဲ့ သပ္ပါယသင့်တဲ့ ကျရိယာပုထ်ကို ရွေးချယ်ရမှာပါ။ တချို့ အမျိုးသမီးယောဂီတွေဆို တင်ပလ္လင်ချိတ်ထိုင်တာ သုံးနာရီတောင် ထိုင်မှတ်နိုင်ပါသတဲ့။ ဒီတော့ ကိုယ်နဲ့ အဆင်ပြေမယ့် ကျရိယာပုထ်ကို ရွေးထိုင်ရုံပါပဲ။ ခါးကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်ထားပါ၊ ခါးမညွတ်ရပါဘူး။ ခါးညွတ်ရင် ဝေဒနာတွေ တက်ပြီး ကြာရှည်မထိုင်နိုင်ပါဘူး။ မျက်လုံးကို မှိတ်ထားရပါမယ်။

ဒီနေရာမှာ စစ်ကိုင်းပထမဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားက **"နာဘေးကြီး၊ သေဘေးကြီး မဉီးခင် တရားက အလျင်ဦးအောင် ကြိုးစား၍အားထုတ်။ ကြိုးစား**

http://www.dhammadownload.com

၍ အားထုတ်။" လို့ (၃)ခေါက်ဆိုပြီး ပွားများဖို့ မိန့်မှာထားပါတယ်။

ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ ဩဝါဒလေးက ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ် သတိပေးဆုံးမတဲ့ စကားလေးပါ။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိနဲ့ နာမည်ကြီးခဲ့တဲ့ ဆရာတော်ဘုရားဩဝါဒအတိုင်း မပွားခင် သုံးခေါက်ဆိုလိုက်ဖို့ပါ။ တတ်နိုင်ရင် ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ ဩဝါဒလေးကို ရေးပြီး ကိုယ့်အိမ်က မြင်သာတဲ့နေရာမှာ ချိတ်ထားနိုင်ရင်လည်း ကောင်းနေတာပါပဲ။

ဒါဆိုရင် အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့ အနက်(၃)နက်နဲ့ ဆက်ပွားလို့ရပါပြီ။

အရဟံ = ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား

အရဟံ = ကိလေသာ ကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား

အရဟံ = ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား

အဲဒီလိုပွားလိုက်တာနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ကလေးက ဂုဏ်တော်ရဲ့သဘောလေးဆီမှာ ရှိနေရပါမယ်။ ဂုဏ်တော်ရဲ့ သဘောလေးဆီမှာ စိတ်က ကပ်ကပ်ရပ်ရပ်လေးကို ရှိနေရပါမယ်။ စိတ်ကို ဂုဏ်တော်ရဲ့သဘောလေးဆီမှာ သေချာမထားနိုင်ရင် စိတ်က အပြင်ထွက်သွားတတ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာရဲ့အလုပ်ဟာ မနောက်ရဲ့ အလုပ်ပါ။ ဝစီကံရဲ့အလုပ် နှုတ်ရဲ့အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်သက်သက်နဲ့ပဲ ပွားရမှာပါ။

စစ်ကိုင်းပထမဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားက "ထမင်းကို မှန်မှန်စားသလို ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလည်း မှန်မှန်ထိုင်ရမယ်။ ထမင်းစားတိုင်း ကောင်းချင်မှကောင်းမယ်။ စားရင်းစားရင်းနဲ့ ကောင်းလာသလို တရားအားထုတ်တိုင်း အမြဲ ကောင်းမနေနိုင်ပါဘူး။

အားထုတ်ရင်းအားထုတ်ရင်းနဲ့ ပီတိတွေဖြစ်လာအောင် အာရုံထင်တတ်ပါတယ်"တဲ့။ ဆရာတော့် ဩဝါဒလေးကို အာရုံပြုပြီး ဂုဏ်တော်ပွားတိုင်းတော့ အမြဲကောင်းမနေနိုင်ပါဘူး၊ ကောင်းတဲ့အခါကောင်းမယ် မကောင်းတဲ့အခါ မကောင်းပါဘူး။ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ မကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ပွားချင်သည်ဖြစ်စေ၊ မပွားချင်သည်ဖြစ်စေ မှန်မှန်ပွားရမှာပါပဲ။ ပွားရင်းပွားရင်းနဲ့ ကောင်းလာပါလိမ့်မယ်။

ဂုဏ်တော်ပွားလို့ ရရှိလာတဲ့ပီတိဟာ "ဇဗ္ဗုထိပ်ကျွန်းမှာဖြစ်တဲ့ မင်းအဖြစ်နဲ့တောင် မလဲနိုင်ပါဘူး" တဲ့။ ဂုဏ်တော် ပွားရင်းပွားရင်းနဲ့ ဂုဏ်တော်ရဲ့အရသာကို တွေ့သွားမှာပါ။ ဂုဏ်တော်ပွားဖူးမှလည်း ဂုဏ်တော်ရဲ့အရသာကို သိသွားမှာပါ။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ကိုလာကန်တော့ရင်
အရဟံပွားနေလိုက်ပါ

ရှေ့ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေက ဩဝါဒပေးလေ့ရှိပါတယ်။

"ကိုယ့်ကို ဒကာ၊ ဒကာမတွေက လာဦးချရင် အရဟံဂုဏ်တော် ပွားနေလိုက်ရတယ်။ တကယ်လို့ ကိုယ့်မှာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အားနည်းနေရင် ဖြေသာတယ်။ ကန်တော့တဲ့ လူတွေအတွက်လည်း အကျိုးရှိတယ်။ ကန်တော့ခံတဲ့သူ အတွက်လည်း အကျိုးရှိတယ်။"

ငယ်ငယ်တုန်းက ကြားခဲ့တဲ့ ဩဝါဒလေးက ဒီနေ့ အထိ ရင်ထဲမှာ စွဲနေခဲ့ပါတယ်။ ဒီလိုပါပဲ။ ကိုယ်က လူဆိုရင်လည်းပဲ ကိုယ့်ထက်ငယ်တဲ့သူက ကိုယ့်ကို လာကန်တော့ခဲ့ရင် မိန့်မိန့်ကြီး ထိုင်နေရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အရဟံဂုဏ်တော်လေးကို ပွားနေလိုက်ရမှာပါ။ ဒါဆိုရင် ကိုယ့်အတွက်လည်း အကျိုးရှိ၊ ကန်တော့တဲ့သူအတွက်လည်း

http://www.dhammadownload.com

အကျိုးရှိပါပဲ။ တတ်နိုင်ရင် လက်အုပ်ကလေးချီထားရင်ပိုတောင်ကောင်းပါသေးတယ်။ ကန်တော့တဲ့သူကိုချီတာမဟုတ်ပါဘူး။ ဂုဏ်တော်ပွားနေတဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်ချီလိုက်တာပါ။

ဒါကဘာကို အကိုးသာဓက ယူထားသလဲဆိုတော့ ဂုဏ်တော်ပွားရင် ခန္ဓာစေတီထိုက်တယ်။ မိမိရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ စေတီအိမ်လိုဖြစ်ပြီး လူနတ်ဗြဟ္မာတွေအပူဇော်ခံထိုက်ပါတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် အရဟံဂုဏ်တော်ပွားနေလိုက်ရင် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ဟာ စေတီထိုက်နေတဲ့အတွက် ဦးချကန်တော့ခံထိုက်ပါတယ်။

အခြားတစ်ဖက်အကျိုးအနေနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင်လည်းပဲ အရဟံဂုဏ်ပွားနေရင် ကိုယ့်ရင်ထဲမှာ အရဟံစေတီတည်လိုက်တာပါ။ အောက်ခြေပလ္လင်ကို သီလနဲ့တည်ပါမယ်။ အလယ်ပစ္စယ်၊ အထက်ပစ္စယ်ကို ဂုဏ်တော်ဘာဝနာနဲ့ တည်ပါမယ်။ ထီးတော်ကိုတော့ ဝိပဿနာနဲ့ တင်လိုက်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ရင်ထဲမှာ ကြည်နူးဖွယ်ရာ အရဟံစေတီတစ်ဆူ ရှိနေတော့တာပါ။

ကိုယ့်ရင်ထဲမှာ အရဟံစေတီတည်ထားရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ကြည်ညိုရသလို အများကလည်း ကြည်ညိုရတာ အကျိုးရှိပါတယ်။ အပြင်မှာလည်း ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့အတွက် စေတီတည်ရမှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အပြင်မှာ တည်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

စေတီက ပိုက်ဆံရယ်၊ လူအင်အားရယ်၊ မြေရယ်၊ အချိန်ရယ် အများကြီးပေးရပါတယ်။ ရင်ထဲက အရဟံစေတီကတော့ ဘုရားကို ကြည်ညိုစိတ်ရယ်၊ အချိန်တစ်ခုရယ်ပါပဲ။ အလုပ်လုပ်ရင်း တည်မယ်ဆိုရင် အချိန်တောင် သီးခြားမကုန်ပါဘူး။ အပြင်မှာ စေတီမတည်နိုင်လို့ ဘာမှအားငယ်စရာမလိုပါဘူး။ ရင်ထဲမှာ အရဟံစေတီတည်ပြီး ကုသိုလ်ယူလို့ရပါတယ်။

စေတီတည်ပြီးတဲ့အခါ ထီးတော်တင်ပွဲဆိုပြီး အိမ်မှာ ဘုန်းကြီးပင့်ဆွမ်းကပ်၊ လူဧည့်သည်တွေကို ဧည့်ခံလို့ရပါသေးတယ်။ ဧည့်သည်တွေက စေတီဘယ်မှာလဲဆိုရင် ရင်ထဲမှာလို့ ပြောလိုက်ရုံပါပဲ။ ဘယ်လိုတည်သလဲလို့ မေးလာရင် တည်ပုံတည်နည်းတွေကို ပြောပြလိုက်ရင် ဓမ္မဒါန ကုသိုလ်တောင် ထပ်ရပါသေးတယ်။

ဘာပဲပြောပြော ရင်ထဲမှာ အရဟံစေတီတည်ထားရင် စိတ်အေးချမ်းနေတာပါပဲ။ စိတ်ချမ်းသာချင်ရင် ရင်ထဲမှာ အရဟံစေတီ နေ့တိုင်းတည်နေဖို့ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဂုဏ်တော်မှ ဝိပဿနာသို့

ဂုဏ်တော်ပွားလို့ အချိန်တစ်ခုရောက်လာရင်တော့ ဝိပဿနာဘက်ကို ကူးသွားနိုင်ရပါမယ်။ ဆိုလိုတာက ဂုဏ်တော်ကနေ ဝိပဿနာကို ကူးသွားနိုင်ရပါမယ်။ ဂုဏ်တော်နဲ့တင် ရပ်မထားရပါဘူး။ ဂုဏ်တော်ပွားထားတဲ့ အတွက် စိတ်တည်ငြိမ်မှုသမာဓိလေးက အသင့်အတင့် ရနေပါပြီ။ အဲဒီဂုဏ်တော်ပွားလို့ရတဲ့သမာဓိကိုပဲ အခြေခံပြီး ဝိပဿနာဘက်ကို ကူးသွားရင် ပိုလွယ်သွားပါတယ်။

ဂုဏ်တော်ကနေ ဝိပဿနာဘက်ကို ဘယ်လို ကူးမလဲဆိုတော့ ဂုဏ်တော်ပွားတဲ့အခါ ကျေနပ်မှုပီတိလေး ဖြစ်နေ တတ်ပါတယ်။ အဲဒီပီတိကိုပဲ "ပီတိရဲ့သဘော လေးက ဘယ်လိုလေးလဲ၊ ဘယ်လိုသဘောလေး ဖြစ်နေ တာလဲ"ဆိုပြီး "ပီတိဖြစ်တယ်၊ ဖြစ်တယ်။ နှစ်သက်တယ်၊ နှစ်သက်တယ်"ဆိုပြီး ပီတိကို ပြန်ရှုရပါတယ်။ ဒါက

http://www.dhammadownload.com

တစ်နည်းပါ။

နောက်တစ်နည်းကတော့ ပီတိကို ခွာပြီး မူလအာဃာတထုတ်နေကျ မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပဲ ပြန်ရှုမှတ်တာပါ။ ဂုဏ်တော်ပွားနေတာကို လုံးဝရပ်ချလိုက်ပြီး မူလအာဃာတထုတ်နေကျ ဝင်လေထွက်လေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဖောင်းတယ်ပိန်တယ်ပဲဖြစ်ဖြစ် မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပြန်ရှုရမှာပါ။

နောက် ခန္ဓာငါးပါးဖွဲ့ပြီး၊ သစ္စာလေးပါးဖွဲ့ပြီး ဝိပဿနာဘက်ကိုကူးတဲ့နည်းတွေလည်း ရှိပါသေးတယ်။ ဒါက နည်းနည်းခက်လို့ ဒီနေရာမှာတော့ ရေးမပြတော့ပါဘူး။ မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပြန်ရှုတာကတော့ အလွယ်ဆုံးနည်းပါပဲ။

* ပီတိကိုမျှ၊ ပြန်ရှုရ၊ မှတ်ကြ ကျမ်းမှာပြ။
* မူလကမ္မဋ္ဌာန်း ပြန်စီးဖြန်း၊ သိစမ်း တစ်နည်းပြ။

ဒါဆို ဂုဏ်တော်ကနေ ဝိပဿနာကူးတာ ခက်သလားဆိုတော့ မခက်ပါဘူး။ တစ်ခုတော့ရှိပါတယ်။ ဝိပဿနာစစ်စစ်ဆိုတာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တမြင်မှ ဝိပဿနာစစ်စစ် ဖြစ်တာပါ။ ပါရမီအားလျော်စွာ မမြင်သေးပေမဲ့ ဝိပဿနာ လမ်းကြောင်းပေါ်တော့ ရောက်နေပါပြီ။ ဆက်ပြီးလျှောက်လှမ်းသွားဖို့ပါပဲ။ ဆက်ပြီးအားထုတ်သွားရင် ရုပ်နာမ်တွေ ကွဲလာမယ်။ ကြောင်းကျိုးတွေ မြင်လာမယ်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာတွေ မြင်လာပါ

http://www.dhammadownload.com

လိမ့်မယ်။

ဘဝမှာ ဝိပဿနာလေးနဲ့ နေသွားတာပဲ ကောင်းပါတယ်။ ကိုယ်မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားတဲ့ လောကီ ရာထူးဌာနန္တရ၊ ငွေကြေးဥစ္စာ၊ အာဏာပါဝါ၊ ကျော်ကြားမှုတွေဟာလည်းပဲ ခဏပါပဲ။ ပြီးတော့လည်း ပြီးသွားတာပါပဲ။ တကယ်တမ်း ကျတော့လည်း အဲဒီ မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားရတဲ့အရာတွေက ကိုယ့် ရဲ့စိတ်ချမ်းသာမှုကို မပေးနိုင်ပါဘူး။ အမြဲတမ်း ပူလောင်မှုကိုပဲ ပေးနေတာပါ။ တကယ်တမ်း စိတ်ချမ်းသာမှုကို ပေးနိုင်တာက ဝိပဿနာနဲ့ အခြဲအရံ ဂုဏ်တော်ပါပဲ။ ဂုဏ်တော်နဲ့ ဝိပဿနာပွားတာ ပိုက်ဆံလည်းမကုန်ပါဘူး။

ဂုဏ်တော်ပွားတဲ့အခါ ထိုင်ပွားမှလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ကျရိယာပုထ်လေးပါးလုံးနဲ့ ပွားလို့ရပါတယ်။ အလုပ်လုပ်ရင်းနဲ့လည်း ပွားလို့ရပါတယ်။ နောက်ဆုံး အိမ်သာတက်ရင်းလည်း ပွားလို့ရတာပါပဲ။

အရဟံဂုဏ်တော်စွဲနေဖို့ဆိုရင် အိပ်ရာကနိုးတာနဲ့ ချက်ချင်းမထသေးဘဲ လက်အုပ်ကလေးကို ရင်ဘတ်ပေါ်တင်ပြီး အရဟံဂုဏ်တော် သုံးလေးခေါက်လောက် ပွားလိုက်ဖို့ပါ။ အိပ်ရာထ၊ ကိုယ်လက်သန့်စင်ခန်း သွားတော့လည်း အရဟံပွားပြီး သွားဖို့ပါ။ ဒါဟာ ဘဝမနက်ခင်းလေးကို အရဟံနဲ့ ဖွင့်လိုက်တာပါ။ ဒါဟာ မနက်အိပ်ရာထမှာ အရဟံကိုစွဲနေအောင် လေ့ကျင့်တဲ့လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုပါ။

http://www.dhammadownload.com

မျက်နှာသစ်ရင်း ကုသိုလ်(၅)မျိုး ယူမယ်

မျက်နှာသစ်တဲ့အခါမှာတော့ ကုသိုလ်(၅)မျိုးကို ရအောင်ယူရပါမယ်။ မနက်အိပ်ရာထ မျက်နှာသစ်တော့မယ် ဆိုရင် ရေဖလားထဲကို ရေထည့်လိုက်ပါ။ မျက်စိနဲ့မြင်သာ မယ့် ရင်ခေါင်းလောက်မှာ ရေဖလားကို ကိုင်ထားပါ။ ရေဖလားကိုအပေါ်တော့ မမြှောက်လိုက်ပါနဲ့။ မေတ္တာပို့တဲ့ အခါ အဆင်မပြေမှာစိုးလို့ပါ။ လက်ကကိုင်ထားတဲ့ ရေ ဖလားနဲ့ "မြတ်စွာဘုရား မျက်နှာသစ်တော်ရေ ကပ်လှူ ပါ၏ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော်ကို သနားချီးမြှောက်သော အားဖြင့် မျက်နှာသစ်တော်မူပါဘုရား" လို့ဆိုပြီး ကပ်လိုက် ပါ။ ဒါဆို ဒါနကုသိုလ်ဖြစ်သွားပါပြီ။

မြတ်စွာဘုရား မျက်နှာသစ်တော်ရေ အသုံးပြုနေ တုန်းမှာ အရဟံကို အနက်(၃)ခုနဲ့ ပွားလိုက်ပါ။ ဒါဆို ဗုဒ္ဓါနုဿတိကုသိုလ် ဖြစ်သွားပါပြီ။

http://www.dhammadownload.com

ကြည်လင်နေတဲ့ရေကိုကြည့်ပြီး "ဤရေအေးမြသလို အဖေနဲ့အမေ စိတ်ကောရှပ်ကော အေးမြပါစေ"၊ "ဤရေအေးမြသလို ငါ့ရဲ့အလုပ်ရှင် စိတ်ကောရှပ်ကော အေးမြပါစေ"၊ "ဤရေအေးမြသလို ငါ့ရဲ့လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေ စိတ်ကော ရှပ်ကောအေးမြကြပါစေ"၊ "ဤရေအေးမြသလို သတ္တဝါအားလုံး စိတ်ကောရှပ်ကော အေးမြကြပါစေ"လို့ မေတ္တာပို့လိုက်ပါ။

ဒါဆို မေတ္တာကုသိုလ် ဖြစ်သွားပါပြီ။ ဒါကြောင့် ရေဖလားကို အပေါ်မမြှောက်ပါနဲ့လို့ ပြောတာပါ။ အပေါ်မြှောက်ထားရင် မေတ္တာပို့ရတာအဆင်မပြေပါဘူး။ ရေကိုမြင်တဲ့နေရာမှာ ရေဖလားကိုထားပြီး မေတ္တာပို့ရတာက ပိုအဆင်ပြေလို့ပါ။

ပြီးရင် "ငါ ဒီတစ်ညတော့ အသက်ရှင်ခဲ့ပြီ။ ဝင်လေမဆုံးခင်၊ ထွက်လေမဆုံးခင် နံနက် နေ့ညအချိန်မရွေး သေသွားနိုင်သည်"လို့ မရဏာနုဿတိ ပွားလိုက်ပါ။ ဒါဆို မရဏာနုဿတိကုသိုလ် ဖြစ်သွားပါပြီ။

မျက်စိအတွင်းမှာရှိနေတဲ့ အညစ်အကြေးတွေ၊ နှာခေါင်းမှာရှိနေတဲ့ အညစ်အကြေးတွေ၊ ပါးစပ်မှာရှိနေတဲ့ အညစ် အကြေးတွေကိုအာရုံပြုပြီး "ငါ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ စက်ဆုတ်ရွံရှာဖွယ်ပါတကား" လို့ အသုဘဘာဝနာ ပွားလိုက်ပါ။ ဒါဆို အသုဘဘာဝနာကုသိုလ် ဖြစ်သွားပါပြီ။

http://www.dhammadownload.com

အသုဘဘာဝနာပွားရတာ အိပ်ရာထဆိုတော့ အသုဘရဲ့ လက္ခဏာတွေ ထင်ထင်ရှားရှားရှိနေတဲ့အတွက် ပွားရတာ ပိုတောင် ထင်သာမြင်သာရှိပါသေးတယ်။

အပြင်သွားခါနီး ဖြီးလိမ်းပြင်ဆင်ပြီးတဲ့အခါ၊ လှလှပပဝတ်ဆင်ထားတဲ့အခါ၊ အသုဘပွားရတာ အဆင်မပြေလှပါဘူး။ မိတ်ကပ်တွေ၊ အဝတ်တွေနဲ့ ဖုံးထားတဲ့အတွက် အသုဘလက္ခဏာတွေက မပေါ်ပါဘူး။ အသုဘပွားတာ မနက်စောစောက အဆင်ပြေဆုံးပါပဲ။

အားလုံးပြီးမှ "မြတ်စွာဘုရား မျက်နှာသစ်ပြီးပြီ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဆေးအဖြစ် ပြန်စွန့်တော်မူပါဘုရား"လို့ စွန့်ပြီး မျက်နှာသစ်လိုက်ပါ။ ဒါဆို မျက်နှာသစ်ရင်း ကုသိုလ်(၅)မျိုးရသွားပါပြီ။

ဒါပေမဲ့ ဆောင်းတွင်းဆိုရင်တော့ သိပ်အေးနေတဲ့အတွက် ကုသိုလ်(၅)မျိုးယူနိုင်ဖို့ နည်းနည်း ခက်ချင်ခက်ပါလိမ့်မယ်။ ကုသိုလ်(၅)မျိုးမရရင်တောင် မျက်နှာသစ်တော် ရေကပ်တာရယ်၊ မေတ္တာပို့တာရယ် ကုသိုလ်(၂)မျိုးလောက်တော့ ရအောင်ယူနိုင်ရပါမယ်။ မျက်နှာသစ်ရင်း ကုသိုလ်(၅)မျိုး ယူတာက ဘာမှကြာမယ်လည်း မထင်ပါဘူး။ ပိုက်ဆံလည်း မကုန်ပါဘူး။ ပိုက်ဆံမရှိလို့ ကုသိုလ်မလုပ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောပြောနေတဲ့သူတွေအတွက် တကယ့် ကျင့်သုံးစရာတွေပါ။ ဝတ်တစ်ခုလိုထားပြီး ပြုသွားရုံပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

မနက်အိပ်ရာထ ကုသိုလ်(၅)မျိုးယူပုံလေးကို ကိုယ့်သားသမီးလေးတွေကို ငယ်ငယ်လေးကတည်းက လေ့ကျင့်ပေးထားသင့်ပါတယ်။ ငယ်တုန်းမှာ မရဏာနုဿတိတွေ၊ အသုဘတွေ မသိသေးပေမဲ့အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါ သူ့အလိုလို သိသွားပါလိမ့်မယ်။ ငယ်တုန်းမှာ လေ့ကျင့်ပေးထားရင် ကြီးတဲ့အထိ စွဲသွားတာများပါတယ်။ အရွယ်ရောက်လာလို့ ကိုယ့်အထုံလေးကိုကြည့်ပြီး "ငါတို့မိဘတွေဟာ ကောင်းတဲ့အလေ့အကျင့်ကို သင်ပေးခဲ့ပါလား" ဆိုပြီး မိဘတွေကို ကျေးဇူးတတင်တင် တချစ်တခင်ရှိနေတော့မှာပါ။ သူတို့ကလည်း သူတို့သားသမီးတွေကို ဆက်ပြီး လက်ဆင့်ကမ်းတော့မှာပါ။

အဲဒီလို ဘာဝနာ(၄)ခုကို နေ့တိုင်းပွားနေရင် တစ်ဖက်က ကုသိုလ်တွေရနေသလို တစ်ဖက်ကလည်း အကုသိုလ်တွေ ကင်းစင်ပပျောက်နေပါတယ်။ ဘယ်လို ကင်းစင်ပပျောက်သလဲ ဆိုရင် –

(၁) ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားရင် ရတနာသုံးပါး၊ ကံ ကံရဲ့အကျိုးကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရား ရွှင်လန်းလာပါတယ်။ သဒ္ဓါတရား ရွှင်လန်းလာရင် ဒိဋ္ဌိကင်းစင်ပပျောက်ပါတယ်။

(၂) မေတ္တာပွားရင် အားလုံးသိကြတဲ့အတိုင်း ဒေါသ ကင်းစင်ပပျောက်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

(၃) မရဏာနုဿတိပွားရင် မာနကင်းစင်ပပျောက်ပါတယ်။ မာနကလည်း လူကို သိပ်ဒုက္ခပေးတာပါ။ မရှိတဲ့သူကလည်း မရှိတဲ့မာန၊ ရှိတဲ့သူကလည်း ရှိတဲ့မာန။ မာနကိုယ်စီနဲ့ပါ။ အဲဒီမာနကြောင့်ပဲ ဘဝနဲ့ယှဉ်တဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ မှားသွားတာ။ ဘဝနဲ့ယှဉ်တဲ့ အခွင့်အရေးတွေ ဆုံးရှုံးနစ်နာသွားတာတွေ အများကြီးပါ။ ဒါကြောင့် မာနမရှိဖို့လည်း သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။

(၄) အသုဘပွားရင် ရာဂကင်းစင်ပပျောက်ပါတယ်။ အဲဒီရာဂကလည်း လူကိုဒုက္ခပေးတာပါပဲ။ ရာဂကြောင့်ပဲ ခံစားရ၊ ကြေကွဲဝမ်းနည်းရ၊ အိပ်မရ၊ စားမရ၊ ဘဝပျက်ရ၊ ပညာရေးဆုံးရှုံးရ၊ စီးပွားရေးတွေ ဆုံးရှုံးရစသဖြင့် အများကြီးပါပဲ။

(၅) ဒီ ဒိဋ္ဌိ၊ ဒေါသ၊ မာန၊ ရာဂဆိုတဲ့ အကုသိုလ်ကြီး (၄)ခုက လူတိုင်း ပယ်ချင်နေကြတဲ့ အကုသိုလ်တွေပါ။ မလွဲသာ မရှောင်သာလို့သာ လက်ခံထားကြရတာပါ။ ဘယ်သူမှ ကြာရှည်လက်ခံမထားချင်ပါဘူး။ အမြစ်ပြတ်မပယ်နိုင်သေးရင်တောင် တဒင်္ဂ အခိုက်အတန့်အနေနဲ့ ပယ်နိုင်ရင်ပဲ တော်တော်ဟုတ်နေပါပြီ။

အကျိုးရလာဒ်ကတော့ ပါရမီတစ်ခုအနေနဲ့ နောက်ဘဝ နောက်ဘဝတွေအထိ အတူပါသွားတော့မှာပါ။

http://www.dhammadownload.com

* ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားလျှင် ဒိဋ္ဌိပင်၊ ကင်းစင်ပပျောက်သည်။
* မေတ္တာပွားလျှင် ဒေါသပင်၊ ကင်းစင်ပပျောက်သည်။
* မရဏာနုဿတိပွားလျှင် မာနပင်၊ ကင်းစင်ပပျောက်သည်
* အသုဘပွားလျှင် ရာဂပင်၊ ကင်းစင်ပပျောက်သည်။

ဘဝမှာ စွဲနေတဲ့ဘာဝနာတစ်ခုခုတော့ ကိုယ်စီရှိထားသင့်ပါတယ်။ သူများက မေးမလာရင်တောင်မှ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်မေးတဲ့အခါ ဖြေနိုင်အောင်လို့ပါ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ လောကခံတွေက အမြဲကြုံနေရလို့ပါ။ ကြုံလာရတဲ့အခါ ကိုယ် ထုံထားတဲ့ ဘာဝနာလေးနဲ့ ဖြေဆည်နိုင်အောင်ပါ။

ဘဝတစ်ခုကို အနုပညာတစ်ခုလိုပဲ ခံစားစေချင်ပါတယ်။ အနုပညာတစ်ခု ဖြစ်တဲ့အတွက် ကျေနပ်ခြင်း၊ မကျေနပ်ခြင်း ရသတွေကတော့ အစဉ်သဖြင့် ရှိနေမှာပါ။ အဲဒီ ကျေနပ်ခြင်း၊ မကျေနပ်ခြင်းရသတွေကိုပဲ ပါရမီအဖြစ် ပြောင်းယူရမှာပါ။

အရဟံဂုဏ်တော်ရယ်၊ ဝိပဿနာရယ်ကို ဝတ်တစ်ခုလိုထားပြီး ပွားဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် ဘဝက တော်တော်

http://www.dhammadownload.com

နေပျော်နေပါပြီ။

ဘာပဲပြောပြော ဂုဏ်တော်ရယ်၊ ဝိပဿနာရယ်ကို နှစ်စဉ်ပွားဖြစ်နေရင် တစ်ဖက်က စိတ်အေးချမ်းမှုကို ရနေသလို၊ တစ်ဖက်ကလည်း သံသရာအတွက် ပါရမီဖြည့်နေတာပါပဲလေ။

ရဝေနွယ် (အင်းမ)

၁၇ ဒီဇင်ဘာ ၂၀၁၂
၃၁ ဒီဇင်ဘာ ၂၀၁၂
၂၁ စန်နဝါရီလ ၂၀၁၃
The Voice ဂျာနယ်

http://www.dhammadownload.com

ကျမ်းကိုး

၁။ နိဗ္ဗာနမဂ္ဂဒီပနီ (စစ်ကိုင်းပထမဂန္ဓာရုံဆရာတော်)
၂။ ရတနာ၃ဂုဏ်ရည် (ဆရာတော်အရှင်ဇနကာဘိဝံသ)
၃။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ (ဆရာတော်အရှင်ဇနကာဘိဝံသ)
၄။ စတုရာရက္ခကျမ်း (သင်္ဂဇာဆရာတော်ဘုရားကြီး)
၅။ ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီကျမ်း (မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံဆရာတော်)
၆။ ဂုဏ်တော်အရသာ (ညောင်လေးပင်တောရဆရာတော်)
၇။ သပြေကန်ပရိတ်ကြီးနိဿယသစ် (အရှင်ဝါသေဋ္ဌာဘိဝံသ)
၈။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်ဓမ္မရတနာခန်း (မင်းကွန်းတိပိဋကဓရ ဆရာတော်)
၉။ သဗ္ဗမင်္ဂလာဓမ္မဒေသနာ (အရှင်ဝါသဝါဘိဝံသ)
၁၀။ မထေရ်မြတ်တို့စကားဝိုင်း (၄) (ဓမ္မဘေရီအရှင်ဝီရိယ – တောင်စွန်း)
၁၁။ ညောင်တုန်းပါဠိတက္ကသိုလ်ရွှေရတုမဂ္ဂင်း။
၁၂။ ရတနာသုံးပါးကျေးဇူး (ဓမ္မာစရိယဦးဌေးလှိုင်)
၁၃။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ (ဓမ္မာစရိယဦးအေးနိုင်)