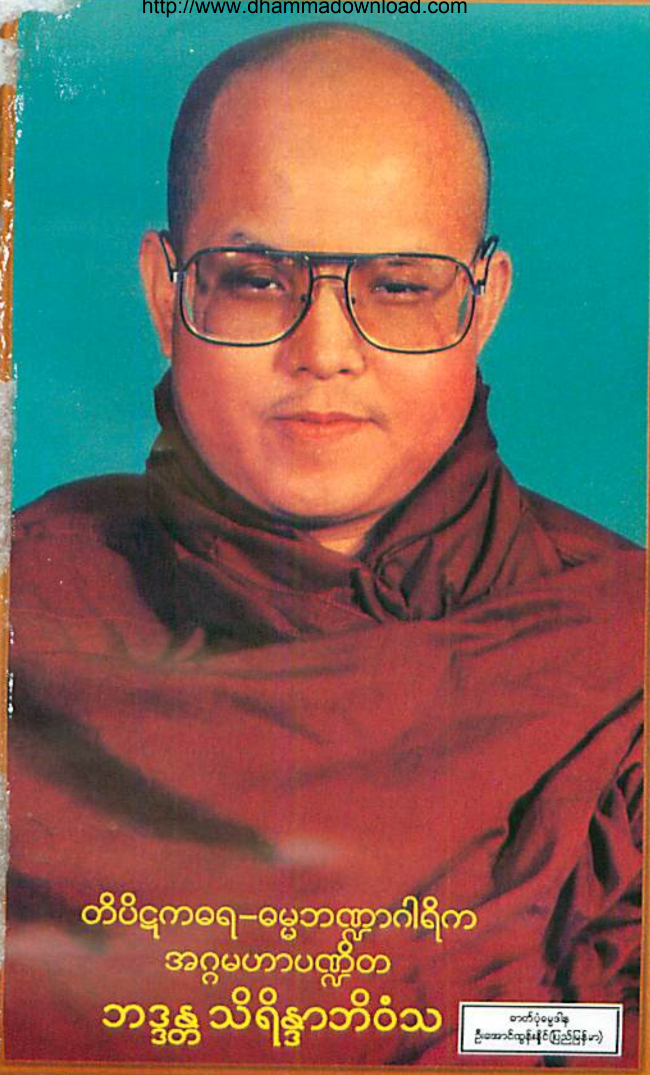
http://www.dhammadownload.com
အသိမှန်ကန် အဖိုးတန်
တိပိဋကဓရ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်
အသိမှန်ကန် အဖိုးတန် □ တိပိဋကဓရ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက (ယော) ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com



တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ဘဒ္ဒန္တ သီရိန္ဒာဘိဝံသ

ဓာတ်ပုံဓမ္မဒါန
ဦးအောင်ထွန်းနိုင်(ပြည်မြန်မာ)

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

"အသိမှန်ကန် အမိုးတန်"

တိပိဋကဓရ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
(ယော)ဆရာတော်

1 A

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

◆ စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်

၁၅၂/၉၉ (၄)

◆ မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်

၁၈၅/၉၉ (၄)

◆ ထုတ်ဝေခြင်း

ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ-၁၀၀၀

တန်ဖိုး ၆၀၀-ကျပ်

◆ ထုတ်ဝေသည့်ကာလ

၁၉၉၉ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ

◆ အတွင်းသားပုံနှိပ်

မတင်စိန် (၀၅၅၂၉)၊ ဇော်ဦးပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်(၂)၊ ချွန်း(၁)လမ်း၊ ပုသိမ်ညွန့်၊ ရန်ကုန်မြို့။

◆ မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်

ဦးကျော်စိန် (၀၂၉၀၉)၊ ကျောက်စိမ်းပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်(၁၇၁)၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

◆ ထုတ်ဝေသူ

ဦးကျော်ဆန်း (၀၉၃၂)၊ (ရဲဘော်ကျော်ဆန်း)

ရဲအောင်စာပေ၊ အမှတ်(၂)၊ ချွန်း(၁)လမ်း၊

ပုသိမ်ညွန့်၊ ရန်ကုန်မြို့။

သီရိစီစဉ်သည်

F I B

http://www.dhammadownload.com

ပြည်လုံးကျွတ်ဖြန့်ချိရေး

ရွှေစန္ဒာကွန်းစာပေ

အမှတ်-၉၆၊ (မြေညီ)၊ ၃၈ လမ်း၊
ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊
ရန်ကုန်မြို့။
☎ ၀၁-၂၄၃၈၇၀

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

အသိမှန်ကန် အမိုးတန်

ပရိတ်ရွတ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော	
ဩဝါဒကထာ ...	၁
မေတ္တာပရိတ်ရွတ်ဆိုကြားနာခြင်း ...	၅
ရတနာတွေအဆင်သင့် ...	၈
ပညာနှင့်လူစွမ်းကောင်းပြသည့်နေရာ ...	၁၁
ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိဖို့ အရေး	
အကြီးဆုံး ...	၁၂
ဘုရားရတနာ ...	၁၄
ပညာမျက်လုံး ...	၁၆
တရားမျက်လုံး ...	၁၇
ဉာဏ်နဲ့ကြည့်လို့ ...	၁၉
စက်ကြီးတစ်လုံးတည်လိုက်ပြီ ...	၂၂
မြန်မာ့ထွက်ကုန်ပစ္စည်း ...	၂၃
ရေမှုတ်တစ်ဖက်,မီးစတစ်ဖက် ...	၂၅
ချမ်းသာအောင်မနေတတ်ကြဘူး ...	၂၇
စိတ်သန့်ရှင်းမှချမ်းသာမည် ...	၂၉

http://www.dhammadownload.com

ဆင်းရဲတယ်မထင်နဲ့ ... ၃၂
မြန်မာနိုင်ငံမှ စိတ်သန့်စင်သောစကာ် ... ၃၄
အလုပ်လုပ်ဖို့ထမင်းစားတာ ... ၃၅
အလုပ်ဆိုသည်မှာ ... ၃၇
ထမင်းစားဖို့အလုပ်လုပ်တာဆိုရင် ... ၄၀
အသိမှန်ကန်အဖိုးတန်သူများ ... ၄၂
ကုသိုလ်လုပ်ရင် ... ၄၆
ဉာဏ်ကောင်းချင်ရင် ... ၄၈
စိတ်ကောင်းချင်ရင် ... ၅၀
အငှားစိတ်တွေ ... ၅၂
စာဖတ်ပြီးမှ မှတ်မိစေချင်ရင် ... ၅၄
စိတ်သန့်ရှင်းမှုသည်ပဓာန ... ၅၆
စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုရှိရင် ... ၅၈
စာမေးပွဲဖြေတဲ့အချိန် ... ၅၉
အောင်မှတ်လောက်တော့ ... ၆၁
စိတ်ဓာတ်ဆိုထည့်တာ ... ၆၃
ဘုရားကိုးကွယ်ခြင်းအကျိုး(၄)မျိုး ... ၆၅
ပညာသည် လူ့ရဲ့ရတနာ ... ၆၈
လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ... ၇၀

http://www.dhammadownload.com

ရတနာကောင်းဖော်ထုတ်တဲ့နေရာ ... ၇၂
စာဖြေစဉ်မှာလိုအပ်တာက ... ၇၄
ပစ္စုပ္ပန်ကံထူထောင်ရမယ် ... ၇၆

ကုသိုလ်ထုံမွမ်းလူ့အစွမ်း

လူ(၃)မျိုး ... ၈၀
လူ့တန်ခိုး ... ၈၃
ရွှေအိုး(၄)လုံး ... ၈၄
သဒ္ဓါတရား ... ၈၆
ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ရှင်း ... ၈၇
ကိုယ်ပိုင်စိတ် ... ၈၈
ကုသိုလ်ဆိုတာ ... ၈၉
သဒ္ဓါတရားရှိရင် ... ၉၀
စိတ်ကြည်လင်ရင် ... ၉၁
တရားရှိသူ၏ခန္ဓာ ... ၉၄
အရိပ်ပေးနိုင်တယ် ... ၉၇
ကုသိုလ်ထုံမွှမ်းဖားအစွမ်း ... ၉၈
အောက်ခြေမလွတ်ဖူး ... ၁၀၃
ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း နတ်အစွမ်း ... ၁၀၅
မြွေတစ်ကောင်တရားနာတယ် ... ၁၀၆

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်စေတနာကိုယ့်အကျိုးပေးမယ် ...၁၀၉

လုံခြုံရေးတာဝန် ...၁၁၁

အတိုးအာမခံစိတ်ချရတယ် ...၁၁၄

မျက်မှန်တပ်မှအဆင်ပြေမယ် ...၁၂၃

လူ့အသိ(၃)မျိုး ...၁၂၅

အဝေးကြည့်မျက်မှန် ...၁၂၈

အနီးကြည့်မျက်မှန် ...၁၃၂

ဥစ္စာဟူသည်မျက်လှည့်မျိုး ...၁၃၈

ရတနာသုံးပါးသာအားကိုးစရာ ...၁၄၃

မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံး ...၁၄၅

http://www.dhammadownload.com

အခြေခံပညာကျောင်းတွေဆိုတာ

ပညာနဲ့လူ့စွမ်းကောင်းပြနေကြတဲ့နေရာ

ပညာနဲ့လူ့စွမ်းကောင်းပြနိုင်ဖို့

လေ့ကျင့်တဲ့နေရာ

ဘုရားဟောတဲ့ဒေသနာမှာလဲ

ပညာသည်

လူ့ရဲ့မြတ်နိုးစရာအကောင်းဆုံး

ရတနာပါတဲ့

အဲဒီပညာရှိမှလဲ

လူဟာ အဖိုးတန်တယ်

တိပိဋကဓရ (ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

အသိမှန်ကန် အဖိုးတန်

တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ(ယော)ဆရာတော်

(၁၉၉၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၉)ရက်နေ့တွင် အထက(၁) ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့၌ ၁၉၉၈ ခု၊ မတ်လ၊ အခြေခံပညာအထက်တန်းဖြေဆိုမည့် ကျောင်းသား ကျောင်းသူတို့အား ဟောကြားသောတရားဖြစ်သည်)

ပရိတ်ရွတ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော သြဝါဒကထာ

ဒီနေ့ ဗဟန်းအထက(၁) ကျောင်းအုပ် ဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်နွဲ့နွဲ့နှင့် ဆရာ၊ ဆရာမများ

http://www.dhammadownload.com

အမှူးထား၍ ၁၉၉၈ ခုနှစ် အခြေခံပညာအထက်တန်း ဖြေဆိုကြမယ့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ ပေါင်းစု၍ ကောင်းမှုလုပ်ကြတဲ့အခါ အလှူဒါနလဲ အရှိန်အဝါကြီးသွားအောင်၊ ဘေးရန်မျိုးစုံကင်း၍ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ကျက်သရေမင်္ဂလာများလဲ ကြီးပွားတိုးတက်ရရှိအောင်၊ ရတနာစွမ်းအားကို အာရုံပြု၍ ပရိတ်တရား နာကြရအောင်၊

ပရိတ်ဆိုတာ မြန်မာလိုတော့ အကာအကွယ် အရံအတား၊ အစောင့်အရှောက်လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ ရောက်ရှိလာနိုင်တဲ့ ဘေးရန်အန္တရာယ် အနှောင့်အယှက်မျိုးစုံ ကင်းစင်သွားအောင် ပယ်ရှားသုတ်သင်ပေးနိုင်သော အင်အားရှိတယ်။

ဘေးကဝင်ရောက်လာမယ့် ဘေးရန်အနှောင့်အယှက်မျိုးစုံကိုလဲ ဝင်ရောက်မလာနိုင်အောင် ကာကွယ်ပိတ်ဆို့ တားဆီးပေးနိုင်တယ်။

ပရိတ်တရားဆိုတာ သူလိုကိုယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖန်တီးထားတဲ့ ဂါထာမန္တန် အကြံအဖန်တရားတွေ မဟုတ်ပါ၊ တရားလုံးစုံ အကုန်သိမြင်တော်မူတဲ့ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင် နှုတ်တော်ဖြင့် ဟောမြွက်ထားတဲ့၊ အလုံးတိုင်း၊ အပုဒ်တိုင်း၊

http://www.dhammadownload.com

အကျွရာတိုင်းမှာ၊ မေတ္တာဓာတ်တွေ၊ ကရုဏာဓာတ်တွေ၊ စွမ်းအားဓာတ်တွေ၊ အရှိန်အဝါဓာတ်တွေ၊ သာသနာမကွယ်သမျှ တည်ရှိနေတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ နှုတ်တော်ထွက် စကားလုံးများဖြစ်တယ်။

အဲဒီတရားစကားများကို သံဃာတော်များက၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာအင်အားကို အခြေခံ၍ စင်ကြယ်သော မေတ္တာစေတနာနဲ့၊ ဂုဏ်ပကာသန၊ ဘာလာဘ်လာဘမှ မမျှော်လင့်ဘဲ ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီးနဲ့တကွ ဆရာ၊ ဆရာမတွေ၊ ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေအားလုံး၊ ဘေးရန်ကင်းလို့၊ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေဆိုတဲ့ စင်ကြယ်တဲ့ မေတ္တာစေတနာနဲ့ ရွတ်ပေးကြမှာပါ။

နာယူကြတဲ့ ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေကလဲ တကယ့် စင်ကြယ်မြင့်မြတ်တဲ့ သဒ္ဓါတရားနဲ့ စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြုပြီး နာယူကြရမှာပါ။

ပရိတ်ဆိုတာ ဘုန်းကြီးတွေရွတ်ရင် ပြီးတာပဲလို့ သဘောထားရင် ပရိတ်စွမ်းအားဟာ တစ်ဝက်မက လျော့သွားတယ်၊ ဟောသူရွတ်သူက စစ်မှန်စင်ကြယ်တဲ့ မေတ္တာစေတနာနဲ့ ရွတ်တာဖြစ်လို့

http://www.dhammadownload.com

နာသူတွေကလဲ တကယ်ကို စင်ကြယ်တဲ့ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရား၊ ပညာတရား၊ သမာဓိနဲ့ စူးစိုက်ပြီး နာကြားကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိတို့နားတွေ ရတနာနားတွေဖြစ်၊ မိမိတို့စိတ်တွေ ရတနာစိတ်တွေဖြစ်၊ မိမိတို့ရဲ့နေရာ ရတနာနေရာဖြစ်၊ ရတနာစွမ်းအားတွေ ရသွားအောင် ရတနာအင်အားတွေနဲ့ လွှမ်းခြုံပြီး မွှမ်းထုံပေးတာ၊ ဒါကြောင့် ရတနာစွမ်းအားကို အာရုံပြုပြီး ပရိတ်တရား နာကြရအောင်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာသုတ်ပရိတ်
ရွတ်ဆိုနာကြားခြင်းအကျိုး

မေတ္တာ(၁၁)နည်းပွားများပုံ၊ မေတ္တာ (၂၁) ကြိမ်ပွားများပုံ၊ မေတ္တာသမာဓိမှ ဝိပဿနာ၊ ဝိပဿနာမှ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်အထိ၊ အပြည့် အစုံ ဖော်ပြထားတဲ့ ဘယ်ခေတ်, ဘယ်အခါ, ဘယ်နေရာ, ဘယ်ဒေသ, ဘယ်လူမျိုး, ဘယ်ဘာသာ, ဘယ်လုပ်ငန်းကိစ္စမှာမှ ဘယ်တော့မှ ရှုံးသွားတယ်မရှိ၊ ဘယ်တော့မှ ဟောင်းသွားတယ်လဲ မရှိ၊ ဘယ်တော့မှ ခေတ်နောက်ကျသွားတယ် ရယ်လဲမရှိ။

http://www.dhammadownload.com

ခေတ်ကြီး ဘယ်လိုပင် တိုးတက်နေပါပြီ ပြောပြော၊ မေတ္တာက နောက်ကျကျန်ခဲ့ပြီလို့ မရှိပါဘူး၊ သူကတော့ ရှေ့ကချည်းပါ။

ဘယ်တော့မှ ခေတ်နောက်ကျသွားပြီလို့ မရှိနိုင်တဲ့ ကမ္ဘာကြီး စ,တည်တဲ့နေ့ကစပြီး ကမ္ဘာကြီး ပျက်သုဉ်းတဲ့ နောက်ဆုံးနေ့ထိ အမြဲတမ်း လောကအတွင်းမှာ နေရာယူပြီး အလှဆင်ပေးတဲ့ ကမ္ဘာ့အရိုးခံ အလှစွမ်းအားကြီးလို့ ခေါ်ဆိုရတဲ့ မေတ္တာစွမ်းအားပါ။

အဲဒီ မေတ္တာစွမ်းအားကိုဖော်ပြတဲ့ မေတ္တသုတ် ပရိတ်တရားတော်လေးပြီးလို့ မေတ္တသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံလို့ဆိုရင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သဒ္ဓါပီတိ (ဘာရလို့ ဝမ်းသာတာနဲ့မှမတူ) ရတနာစိတ်တွေနဲ့ သာဓုသုံးကြိမ် ခေါ်ကြရမယ်။

ပြီးတော့မှ ဘေးရန်အနှောင်အယှက်မျိုးစုံ ကင်းစေနိုင်တဲ့ အဆိပ်ရှိတဲ့ ကင်းတွေ မြွေတွေ၊ သူခိုး လူဆိုး အန္တရာယ်မျိုးစုံတွေ၊ သက်ရှိသက်မဲ့ အန္တရာယ်မျိုးစုံ ကင်းစေနိုင်တဲ့ မေတ္တာစွမ်းအားနဲ့ ရတနာစွမ်းအားကို ဖော်ပြတဲ့ ခန္ဓသုတ်ပရိတ်တရား

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓသုတ်ပရိတ်တရား ရွတ်ပြီးလို့ ခန္ဓသုတ္တံနိဒ္ဒိတံဆိုရင်လဲ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ၊ သဒ္ဓါ ပီတိနဲ့ သာခုသုံးကြိမ် ခေါ်ပြီးတော့မှ ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်တော် စသည်တို့ကို အာရုံပြုပြီး နာယူကြ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ရတနာတွေအဆင်သင့်

ရတနာတွေက တူးပြီးသားတွေ ဖော်ပြီးသားတွေ၊ သွေးပြီးသားတွေ အဆင်သင့် သုံးရုံလေးသာ ရှိတယ်။

ရတနာတွေက အဆင်သင့်၊ ဒါကြောင့် ကိုယ်က စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါစွမ်းအားနဲ့ အသုံးချတတ်ရင် အသုံးချတတ်သလောက် ကိုယ့်မှာ ရတနာစွမ်းအားရလို့ ရတနာလူတစ်ယောက်လို အဆင့်မြင့်ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ရောက်ရပါတယ်။

ရတနာ(၃)ပါးနဲ့ ပတ်သက်လာရင်

* **နမောတဿတစ်လုံးထဲလဲ စွမ်းတာပဲ၊**
* **ဗုဒ္ဓံသရဏံဂစ္ဆာမိတစ်လုံးထဲလဲ စွမ်းတာပဲ၊**
* **အရဟံတစ်လုံးထဲလဲ စွမ်းတာပဲ၊**

http://www.dhammadownload.com

*** ကိုယ်ကယ့်ဖို့နဲ့ မှန်ကန်တဲ့အသိရှိဖို့ပဲ လိုပါတယ်...။**

ရတနာကတော့ ရတနာလို ဆည်းကပ်သူအတွက် ရတနာစွမ်းအားကို ပေးမှာချည်းပါပဲ၊ ဘယ်ရတနာကမှ လိမ်လည်လှည့်ဖြား ညာထားတာ တစ်ခုမှ မရှိပါဘူး။

တကယ်လက်တွေ့ကျင့်သုံးရင် လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ချက်ခြင်း စွမ်းအားကို ပေးနိုင်သလို၊ နောင်အတွက်လဲ အာမခံပေးနိုင်တဲ့၊ လောကမှာ အကောင်းဆုံးအင်အားကြီးပါ၊ အဲဒါကို အာရုံပြုပြီး နာယူကြရမယ်၊ အားလုံးပြီးတော့လဲ သာဓုခေါ်ကြမယ်။

[နတ်ပင့်၊ နမောတဿ ဘုရားရှိခိုး မေတ္တ သုတ်၊ ခန္ဓသုတ်၊ ဘုရားဂုဏ်တော်၊ တရားဂုဏ်တော်၊ သံဃာဂုဏ်တော် စသည်တို့ကို ဆရာတော် နှင့်တကွ၊ သံဃာတော်များ စုပေါင်းရွတ်ဆိုကြ၍ ပရိသတ်များက သာဓု(၃)ကြိမ် ခေါ်ကြသည်]

ယနေ့ အထက(၁) ဗဟန်းမှာ ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်နွဲ့နွဲ့ အမှူးထား၍ ၁၉၉၈-

http://www.dhammadownload.com

ခုနှစ်၊ မတ်လမှာ အခြေခံပညာအထက်တန်း ဖြေဆိုကြမယ့် ကျောင်းသားကျောင်းသူများ ပေါင်း စု၍ ကောင်းမှုတရား ကြိုးစားပြုလုပ် အားထုတ် ကြတဲ့အခါမှာ အမှတ်(၁)အထက ဗဟန်း ကျောင်း ဘုရားခန်းရှိ ရုပ်ပွားတော်ကို အနေကဇာတင်ခြင်း၊ ဘုရားအမှူးရှိသော သံဃာတော်များ နံနက်ဆွမ်း ခွဲဘွယ်ဘောဇဉ်တို့ကို လှူဒါန်းဆက်ကပ်ခြင်း၊ ဓမ္မစေတီထိုက်တဲ့ ပိဋကတ်(၃)ပုံ ကျမ်းစာအုပ်များ လှူဒါန်းခြင်း၊ ဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်နွဲ့နွဲ့ မိသားစု တို့က ပရိက္ခရာ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းခြင်း၊ သံဃာ တော်များအား ဓမ္မပူဇာကောင်းမှုကုသိုလ်များ ပြုလုပ်နေကြတဲ့အခါမှာ **"အသိမှန်ကန် အပိုးတန်"** ဆိုတဲ့ တရား အာရုံပြုကြရအောင်

* * *

F2B

http://www.dhammadownload.com

ပညာနှင့်
လူ့စွမ်းကောင်းပြသည့်နေရာ

- **အခြေခံပညာကျောင်းတွေဆိုတာ**
- **ပညာနဲ့ လူစွမ်းကောင်းပြနေကြတဲ့နေရာ**
- **ပညာနဲ့ လူစွမ်းကောင်းပြနိုင်ဖို့ လေ့ကျင့်တဲ့နေရာ**

ဘုရားဟောတဲ့ ဒေသနာမှာလဲပညာသည် လူရဲ့ မြတ်နိုးစရာအကောင်းဆုံး ရတနာပါတဲ့၊ အဲဒီပညာရှိမှလဲ လူဟာ အဖိုးတန်တယ်၊ ဘ၀ကို အကွက်စေ့အောင် သုံးနိုင်တယ်၊ လက်ထဲရှိတဲ့ ပစ္စည်းတွေ အဖိုးတန်အောင် သုံးနိုင်တယ်၊ ကိုယ့်ရဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့်များကို နည်းမှန်လမ်းမှန်နဲ့ စွမ်းအားပေါ်အောင် အသုံးချနိုင်တယ်၊

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်အကြောင်း
ကိုယ်သိဖို့အရေးအကြီးဆုံး

လောကမှာ အရေးအကြီးဆုံးက ဘာလဲ ဆိုတော့ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိဖို့က အရေး အကြီးဆုံးပဲ၊ သိစရာတွေထဲမှာ ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်သိဖို့ အရေးအကြီးဆုံး။

ပညာသင်နေကြတာ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် သိဖို့ သင်နေကြတာပဲ၊ ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်နား လည်သလောက်၊ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်နားလည်မှ သူများအကြောင်း နားလည်သွားမယ်။

ကိုယ့်အကျိုးစီးပွား နားလည်သွားသလောက်၊ သူများအကျိုးစီးပွား တိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက် ပေးနိုင်မယ်၊ ဒါကြောင့် ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိဖို့ အရေးအကြီးဆုံး။

http://www.dhammadownload.com

- **ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိမှ၊
ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ်လုပ်တတ်မယ်၊**
- **ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိမှ၊
ကိုယ့်လမ်းကိုယ်သွားတတ်မယ်၊**
- **ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိမှ၊
ကိုယ့်နေရာကိုယ်နေတတ်မယ်၊**

လောကမှာ လူပင်ဖြစ်ကြသော်လဲ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်မလုပ်တတ်ပဲ ဒုက္ခရောက်နေကြတဲ့သူတွေမနည်းပါဘူး၊ ကိုယ့်လမ်းကိုယ် မသွားတတ်ကြလို့ ဒုက္ခရောက်နေကြတဲ့သူတွေ လောကမှာ မနည်းပါဘူး၊ ကိုယ့်နေရာကိုယ် မနေတတ်ကြလို့ ဒုက္ခရောက်နေကြတဲ့ သတ္တဝါတွေ လောကမှာ မနည်းပါဘူး။

ဒါကြောင့် အရေးကြီးတာက ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်နားလည်ဖို့၊ ကိုယ်သွားရမယ့်လမ်း ကိုယ်နားလည်ဖို့၊ ကိုယ်နေရမယ့်နေရာ ကိုယ်နားလည်ဖို့ အသိပညာတရားဆိုတာ ရအောင်ယူနေကြတာပဲ။

ဒါကြောင့် အသိပညာသည် လူတွေရဲ့ မှန်ကန်သောရတနာ၊ အမြင့်မြတ်ဆုံးသော ရတနာ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

/

ဘုရားရတနာ

ခုန ဘုရားအနေကဇာတင်တာလဲ အဲဒီ သဘောပေါ့။

ဘုရားရတနာသည် လောကမှာ အမြင့်မြတ်ဆုံးသော ရတနာ၊ လောကမှာ ဉာဏ်အကြီးဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဉာဏ်အထူးချွန်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်။

ဉာဏ်ထူးချွန်တဲ့ မြတ်စွာဘုရားဂုဏ်ကို အာရုံပြုသူတွေမှာလဲ ဉာဏ်ကြီးခြင်း၊ အသိပညာ ထူးချွန်ခြင်းဆိုတဲ့ အကျိုးတွေရကြတယ်။

ပကတိမျက်စိနဲ့ ကြည့်ရင်တော့ ဘုရားရုပ်ပွားတွေကို အရုပ်ကြီးတွေလို့ မြင်မှာပေါ့။ အရုပ်တွေက လူထုထားတာပဲ၊ လူထုထားတယ်ဆိုတာ ကလဲ စာလာပေလာအတိုင်း တူရုံလေးသာ ထု

http://www.dhammadownload.com

ထားတာ၊ ဘယ်သူမှ လုံးဝတူအောင် ထုလို့မရပါဘူး၊ ပုံပေါ်အောင် ပုံဖော်ပေးထားတာ။

ဒါလဲပဲ သူ့စွမ်းအားနဲ့သူ ထုထားတာ၊ ဘုရားရဲ့ ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တကြောင့်ရလာတဲ့ ရုပ်အဆင်းတော်ဆိုတာ လူမပြောနဲ့ နတ်ဗြဟ္မာတောင်မှ ယှဉ်လို့မရအောင် အလွန်သပ္ပာယ် ထူးခြားပါတယ်။

ဒါကို မိမိတို့က သဒ္ဓါပညာနဲ့ အနေကဇာတင်ကြတော့ အနေကဇာတင်တယ်ဆိုတာ ပူဇော်တာ၊ ဘုရားတည်ထားကိုးကွယ် ပူဇော်တာပါပဲ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ပညာမျက်လုံး

တည်ထားကိုးကွယ် ပူဇော်လိုက်တော့ မိမိမှာ ရှေ့မှာချထားတဲ့ ပိဋကတ်(၃)ပုံစာအုပ်တွေ၊ အဲဒါက မျက်လုံးတွေ၊ မျက်လုံးတပ်ပေးတာ၊

ပညာမျက်လုံးတပ်ပေးတာ၊ လူ့ရဲ့ မှန်ကန်တဲ့ အသိပညာမျက်လုံး တပ်ပေးတာ။

အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာဆိုတာ တတ်အောင်သင်ကြရမယ်၊ သို့သော် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း ပညာတတ်ရုံနဲ့ လူ့အသိပညာတွေ မစုံသေးဘူး၊ လူ့မျက်လုံးသည် တစ်ဖက်ကျန်သေးတယ်၊ လူ့မျက်လုံးမစုံသေး၊ အသိမှန်ကန် အဖိုးတန် မရောက်နိုင်သေး။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားမျက်လုံး

မမွှစေတီထိုက်တဲ့ ပိဋကတ်(၃)ပုံထဲမှာ အားလုံး မဟုတ်သော်လဲ သိသင့်သိထိုက်တာလေးတွေ သိအောင် လမ်းညွှန်ထားတယ်၊ သိသင့်တာလေးတွေ သိထားအောင် လုပ်မှ တရားမျက်လုံးဆိုတာ ရမယ်၊ တရားမျက်လုံးတပ်ပြီးမှ ဘုရားကို ကြည့်ရမယ်။

ဘုရားကိုကြည့်တဲ့အခါ ပကတိမျက်စိနဲ့ ကြည့်ရင် အရုပ်ကြီး၊ ဘာမှမထူးဘူး၊ သို့သော် မိမိတို့ ပကတိမျက်စိနဲ့ ကြည့်ရမှာမဟုတ်၊ ကိုးကွယ်ရမှာမဟုတ်။

http://www.dhammadownload.com

တရားမျက်လုံးတပ်ပြီးတော့မှ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားထိ အာရုံပြုပြီး မိမိတို့ကို

* **လူလိုနေတတ်အောင်**
* **လူလိုသွားတတ်အောင်**
* **လူလိုလုပ်တတ်အောင်**
* **လူလို အကျိုးဆောင်နိုင်စွမ်းရှိတဲ့ အင်အားပိုင်ရှင်တွေဖြစ်အောင်. . .၊**

တိတိကျကျ ပြည့်ပြည့်ဝဝနဲ့ (ခန့်မှန်းပြောတာ တစ်ကွက်မှမရှိဘူး၊) အတိအကျ လမ်းညွှန်ပေးနိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့် ဉာဏ်အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ဘုရားရဲ့ဂုဏ်တော်တွေကို အာရုံပြုပြီး ပူဇော်ကြပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဉာဏ်နဲ့ကြည့်လို့

အာဇာနည်ခေါင်းဆောင်ကြီးတွေ အလေးပြု တဲ့အခါမှာ ဒါ ကြေးရုပ်ကြီးတွေပါ၊ ကျောက်ခဲကြီး တွေပါ၊ ဘာထူးတာမှတ်လို့၊ အဲသလို မဟုတ်ဘူး။

ပြည်ထောင်စုအလံတို့၊ နိုင်ငံတော်အလံတို့ ကို ကြည့်ပေါ့၊ အဝတ်ကို ချုပ်ထားတာပဲ။

အဝတ်ကိုချုပ်ထားတာ ဖြစ်သော်လဲ အလံရဲ့ ပုံစံ၊ အလံရဲ့ အချိုးအစား၊ အလံရဲ့ အရောင်အသွေး နဲ့ ချုပ်လုပ်ပြီးတဲ့အခါမှာ ဒီ့ဝတ်တဲ့ လုံချည်တွေနဲ့ ဘာထူးတာမှတ်လို့လဲလို့ ဘယ်သူမှ မပြောကြပါ ဘူး၊ ဒီ့ဝတ်တဲ့ အင်္ကျီနဲ့ ဘာထူးတာမှတ်လို့လဲလို့ ဘယ်သူမှ မပြော။

http://www.dhammadownload.com

ဒါဟာ နိုင်ငံတော်ရဲ့ အောင်လံပဲ၊ ကမ္ဘာ့အလယ်မှာ ဒို့လဲပဲ လွတ်လပ်တဲ့ နိုင်ငံတစ်ခုပဲ၊ ဒို့နိုင်ငံပဲ၊ ဒို့နိုင်ငံရဲ့ အောင်လံပဲဆိုပြီး အဝတ်ကို ချုပ်ထားတဲ့အလံကို ပြည်ထောင်စုဖွား တိုင်းရင်းသားတွေ မြတ်မြတ်နိုးနိုး၊ လေးလေးစားစား အရိုအသေပေးကြတယ်၊ အလေးပြုကြတယ်၊ (ဉာဏ်နဲ့ကြည့်တာကိုး)

ဒါမျိုးလိုပေါ့၊ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားဆိုတာ ပကတိမျက်စိနဲ့ကြည့်ရင် ဘာတွေ့ရမလဲ၊ ကျောက်ခဲပဲ။

* **ကိုယ့်အိမ်က ကျောက်ခဲနဲ့ ဘာထူးတာမှတ်လို့၊**
* **ကိုယ့်အိမ်ကသစ်သားနဲ့ ဘာထူးတာမှတ်လို့၊**
* **ကိုယ့်အိမ်ကရွှေတွေ၊ ကြေးတွေနဲ့ ဘာထူးတာမှတ်လို့၊**

(ပကတိမျက်စိနဲ့ကြည့်ရင် ဒီအတိုင်းမြင်မှာပေါ့)

မိမိတို့က ပကတိမျက်စိနဲ့မကြည့်ပါ၊ တရားမျက်လုံးတပ်ပြီး ကြည့်ထားတယ်၊ ကျေးဇူးသိတဲ့ အသိမျက်လုံးနဲ့ တပ်ပြီးကြည့်ကြတာ။

http://www.dhammadownload.com

တပ်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်တဲ့အတွက်ကြောင့် သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားအထိ အာရုံပြုပြီးတော့ ကိုးကွယ်တတ်လာတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

စက်ကြီးတစ်လုံးတည်လိုက်ပြီ

ကိုးကွယ်တတ်တော့ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ မြင်လိုက်ရမှာက ဒို့ကျောင်းဦးခန်းမှာ စက်ကြီးတစ်လုံး တည်လိုက်ပြီလို့၊ ဉာဏ်ထဲမှာ မြင်လိုက်ကြရမယ်။

စက်ကြီးတစ်လုံးတည်တာ ဆိုတာ ဘာစက်ကြီးလဲဆိုတော့

* **စိတ်ကောင်း ထုတ်လုပ်တဲ့စက်ကြီး**
* **စိတ်ကုန်ကြမ်းကို ကုန်ချောထုတ်တဲ့ စက်ကြီး**
* **စိတ်သန့်စင်တဲ့ စက်ကြီး**
* **စိတ်အပူကို အအေးခံတဲ့စက်ကြီး**

* * *

http://www.dhammadownload.com

မြန်မာ့ထွက်ကုန်ပစ္စည်း

နိုင်ငံခြားသားတွေရောက်လာရင် သူတို့ပြော တာလေး ရှိတယ်၊

တရားဟာ မြန်မာ့ထွက်ကုန်ပစ္စည်းတဲ့၊ (သူတို့ပြောတာ)၊ သူတို့တိုင်းပြည်မှာ တရားမထွက်ဘူး၊

သူတို့တိုင်းပြည်မှာ ရုပ် ကုန်ကြမ်း ကုန်ချော တွေထုတ်တဲ့ စက်တွေရှိတယ်၊ ပေါပါတယ်၊ ရုပ်သန့်စင်တဲ့စက်တွေရှိတယ်၊ ရုပ်အပူအအေးခံ တဲ့ စက်တွေ အကုန်ရှိပါတယ်။

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စားဖို့သောက်ဖို့၊ နေဖို့ထိုင်ဖို့၊ ဝတ်ဖို့ အသုံးအဆောင်တွေ အားလုံး ပြည့်ပြည့် စုံစုံ။

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာစက်ကြီးတွေ အကုန်ရှိတော့ ထုတ်လုပ်နိုင်တယ်၊ သုံးစွဲနိုင်တယ်။

သို့သော်...

- **စိတ်ကောင်းထုတ်လုပ်တဲ့စက် သူတို့မှာမရှိလို့၊**
- **စိတ်ကုန်ကြမ်း၊ ကုန်ချောထုတ်လုပ်တဲ့စက် သူတို့မှာမရှိလို့၊**
- **စိတ်သန့်စင်တဲ့စက် သူတို့မှာမရှိလို့၊**
- **စိတ်အပူတွေ အအေးခံတဲ့စက် သူတို့မှာမရှိလို့၊**

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသုံးအဆောင်တွေ ပြည့်စုံနေကြသော်လဲ ရှိတာကြောင့် ငိုရ၊ ရှိတာကြောင့် ပူရ၊ ရှိတာကြောင့် ကြောက်ရ၊ ရှိတာကြောင့် ရန်ဖြစ်ရ၊ ထိုးမယ် ခုတ်မယ်၊ ရိုက်မယ် နှက်မယ်၊ ပစ်မယ် ခတ်မယ်နဲ့ လောဘ ဒေါသ မာန်မာနတွေ ကြားထဲမှာ ပူလောင် ချောက်ခြားစွာ နေကြရတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ရေမှုတ်တစ်ဖက် မီးစတစ်ဖက်

ရုပ်ပစ္စည်းတွေ တိုးလာလေ၊ ပျော်စရာတွေ ခန်းခြောက်သွားလေ၊ တစ်ဖက်က ရုပ်ဝတ္ထုတွေ တက်လာလေ၊ တစ်ဖက်က ပျော်စရာ၊ အေးချမ်းစရာတွေ ခန်းခြောက်သွားလေ၊ ရုပ်ဝတ္ထုတွေ တိုးလာလေ၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ယုံကြည်စိတ်ချမှုတွေက ခန်းခြောက်ပျောက်ကွယ်သွားလေ၊ ရေမှုတ်တစ်ဖက်၊ မီးစတစ်ဖက်လို့ ပြောရမလိုပဲ။

တစ်ဖက်က ရေမှုတ်လိုလိုနဲ့ တစ်ဖက်က မီးစကြီးကိုင်,ကိုင်ပြီး ပေါ်လာတယ် (ပူရတယ်)၊

ရွှေထုပ်ကြီးကိုင် ငိုနေရ၊ ပိုက်ဆံထုပ်ကြီးတွေကိုင် ပူနေရ၊ ပစ္စည်းထုပ်ကြီးတွေကိုင် ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့် တုန်လှုပ်နေရ။

http://www.dhammadownload.com

အဲသလို စသည်ဖြင့် စိတ်ကုန်ကြမ်း ကုန်ချော ထုတ်လုပ်တဲ့စက် မရှိလို့၊ စိတ်ကောင်းထုတ်လုပ်တဲ့စက် မရှိလို့ သူတို့မှာ ရှိတော့ရှိတယ် မချမ်းသာဘူး။

* * *

F 3 B

http://www.dhammadownload.com

ချမ်းသာအောင်မနေတတ်ကြဘူး

ဒါကြောင့် လောကမှာ လူခပ်များများဟာ ရှိအောင်သာ လုပ်တတ်သာ၊ ချမ်းသာအောင် မနေတတ်ကြဘူး၊ အဲဒါတွေက အများကြီး။

ဒါပေမယ့် လူတွေက ပြောလိုက်ကြပုံက ပိုက်ဆံပေါရင် အရမ်းချမ်းသာတယ်၊ ပစ္စည်းတွေ တိုးတက်လာရင် သူတို့ အရမ်းချမ်းသာတယ်၊ သူတို့ပြောတဲ့စကားမှာ အရမ်းကပါသေး၊ ချမ်းသာတာတောင် ရိုးရိုးမပြောဘူး၊ အရမ်းကပါသေး။

ရှိအောင်သာ လုပ်တတ်ပြီးတော့ ချမ်းသာအောင် မနေတတ်သူတွေဟာ တကယ်တော့ အရမ်းချမ်းသာတာတွေပါ၊ အရမ်းကာရော ချမ်းသာတာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အခုပဲပြုံးတယ်၊ အခုပဲမဲ့တယ်၊ အခုပဲပျော်တယ်၊ အခုပဲ ပူလောင်ချောက်ခြား ဒုက္ခရောက်ရတယ် အစရှိသည်ဖြင့်ပေါ့။

တစ်ဖက်က ပြုံးနိုင်ပေမယ့် တစ်ဖက်က မဲ့စရာတွေက ဝိုင်းရံခြိမ်းချောက်ပြီးတော့ နေကြတယ်၊ (အရမ်းချမ်းသာကြတယ်)

ပြုံးပျော်နေရာမှ ချက်ခြင်း အရှုံးတစ်ပိုင်းဖြစ်သွားစေနိုင်တယ်၊ ပြောင်းလဲ ဖောက်ပြန်သွားစေနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့် ရှိအောင်သာလုပ်တတ်ပြီး ချမ်းသာအောင် မနေတတ်သူတွေဟာ လောကမှာ အများကြီး၊ (စက်နဲ့မတွေ့တဲ့သူတွေရဲ့ နစ်နာမှုပေါ့)

*   *   *

http://www.dhammadownload.com

စိတ်သန့်ရှင်းမှ ချမ်းသာမည်

လူဖြစ်လာလျက်သားနဲ့ လူ့ဘဝချမ်းသာလေးကို စိတ်အေးလက်အေး ယူမသွားနိုင်သူတွေ လောကမှာ အများကြီး၊ လူအများစု ထင်ကြတာက ပိုက်ဆံပေါရင် ချမ်းသာတော့မှာ၊ ပစ္စည်းပေါရင် ချမ်းသာတော့မှာ၊ (ထင်တာပဲရှိတယ်)

တကယ်တမ်းကျတော့ စိတ်မသန့်စင်လို့ကတော့ ဘာတွေပဲရှိရှိ၊ ရှိချင်တာရှိ ချမ်းကို မချမ်းသာပါဘူး၊ ရှိတယ်လို့ပြောလို့ ဖြစ်ပါတယ်၊ မှန်ပါတယ်၊ ပြောပါ။

ရှိတယ်ပြောပါ၊ သို့သော် ချမ်းသာတယ်လို့ မပြောနဲ့အုန်း၊ ချမ်းသာတာတော့ မဟုတ်သေးဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ဆိုကြပါစို့၊ ပိုက်ဆံတစ်သိန်းရလာတယ်၊ တစ်သိန်းရလာရင် တစ်သိန်းတန် သုံးရမယ်လို့ တွက်ထား၊ တစ်သိန်းတန်ရန်သူက နောက်က လိုက်လာတယ်၊ တစ်သိန်းတန်အန္တရာယ်က တွဲပါလာတယ်၊ တစ်သိန်းတန် ပူပန်ကြောင့်ကျမှု ပါလာတယ်၊

ဒီတစ်သိန်းကြောင့် ကိုယ်ဒုက္ခရောက်မသွားပါဘူးလို့ ပြောမဖြစ်သေးဘူး၊ အစရှိသည်ဖြင့် သူ့မှာ အပူနဲ့တွဲပါလာတယ်၊ ဒါကြောင့် ရှိတယ်လို့တော့ ပြောချင်ပြော၊ ချမ်းသာတယ်လို့တော့ မပြောနဲ့အုန်း။

ချမ်းသာဟာ ယူတတ်မှ ချမ်းသာမှာ၊ 'အသိမှန်ကန် အဖိုးတန်'တဲ့၊ လူ့ဘဝချမ်းသာဆိုတာ ချမ်းသာအောင်နေတတ်မှ ချမ်းသာပါတယ်၊ ချမ်းသာဟာ ယူတတ်မှလဲ ရပါတယ်။

ပိုက်ဆံပေါရုံနဲ့လဲ ချမ်းသာတာ မဟုတ်ပါ၊ ပစ္စည်းရှိရုံနဲ့ ချမ်းသာကြတာလဲ မဟုတ်ပါ။ လောကအတွင်းမှာ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေ တစ်ပုံ

http://www.dhammadownload.com

တစ်ပင်ကြီး ပေါ်နေပါလျက်သားနဲ့ နေ့ရောညရော
ချောက်ခြားဖွယ် နေကြရသူတွေဟာ အများကြီးပါ။
ဒါကြောင့် အရေးကြီးတာက လူချမ်းသာရဲ့
အနှစ်ချုပ်က စိတ်သန့်ရှင်း စင်ကြယ်မှုသာ ပဓာန။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဆင်းရဲတယ်မထင်နဲ့

ရုပ်ဝတ္ထု မပြည့်စုံတာနဲ့ သူတို့ သိပ်ဆင်းရဲနေတော့မှာပဲလို့ သွားမတွက်နဲ့အုန်း၊ ရုပ်ဝတ္ထုမပြည့်စုံပေမယ့် တရားပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းအား ပြည့်စုံကြွယ်ဝလို့ ပြုံးရွှင်ကြည်လင် အေးချမ်းစွာ နေနိုင်တဲ့သူ အရေအတွက်လဲ မနည်းပါဘူး။

ရုပ်ဝတ္ထုက မပြည့်စုံတာနဲ့ သူတို့ အရမ်းကိုဆင်းရဲနေပြီ၊ ဒီလိုတွက်လို့လဲမရဘူး၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တရားစွမ်းအားတွေ ရအောင်ယူနိုင်လို့ အသိတရားကြွယ်ဝလို့ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာ နေပြီးတော့ ကိုယ်စွမ်းနိုင်ရာ စွမ်းနိုင်ရာဘက်မှ အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာနဲ့နိုင်ငံအတွက် အလှူဆင်ပြီးတော့ ကြိုးစားနိုင်ကြသူတွေလဲ မနည်းပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်ဝတ္ထုတွေ ပြည့်စုံတာနဲ့ သူတို့ သိပ်ကို ချမ်းသာနေတော့မှာပဲလို့ တွက်လို့မရပါဘူး၊ စိတ်မသန့်ရှင်း မစင်ကြယ်ရင် ချမ်းသာဆိုတာ ရမှာ မဟုတ်ကြပါဘူး၊ ဒါကြောင့် **အသိမှန်ကန် အဖိုးတန်**တဲ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

မြန်မာနိုင်ငံမှ စိတ်သန့်စင်သောစက်

ကျောင်းဦးခန်းမှာ စက်ကြီးတစ်လုံး တည်လိုက်ပြီ (စိတ်သန့်စင်တဲ့စက်) မြန်မာနိုင်ငံမှာသာ ဒီလိုစက်မျိုးက အပြည့်အစုံ တည်လို့ရတာ၊ အချို့ ထေရဝါဒနိုင်ငံတွေမှာတောင် မြန်မာနိုင်ငံလောက် သာသနာပြည့်စုံခြင်းမရှိ၊ ခိုင်မြဲခြင်းမရှိ၊ သန့်ရှင်းခြင်းမရှိတဲ့အတွက် မြန်မာနိုင်ငံလို စိတ်သန့်စင်တဲ့စက်ကြီးကို အပြည့်အစုံ တည်နိုင်ခြင်းမရှိကြတော့ပါ။

ဒါကြောင့် မိမိစိတ်ထဲမှာ မြင်လိုက်ရမှာက စိတ်သန့်စင်တဲ့စက်လို့ ဉာဏ်နဲ့မြင်ထားရမှာ၊ စိတ်အမြင်ရှင်းမှ လူ့ဘဝ ချမ်းသာအောင် နေတတ်ကြမှာပါ၊ စားဝတ်နေရေးမှာလဲ အမြင်ရှင်းထားလိမ့်မယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အလုပ်လုပ်ဖို့ ထမင်းစားတာ

လူအများစုပြောကြတာက ထမင်းစားဖို့ အလုပ်လုပ်ကြတယ်၊ သူတို့အလုပ်လုပ်တာ ထမင်းစားဖို့လုပ်တာ၊ (မဆုံးနိုင်တဲ့စကားနဲ့ ပြောကြတာ)

စိတ်သန့်စင်သူများ ပြောတဲ့စကားက ဒီလိုမဟုတ်ဖူး၊ အလုပ်လုပ်ဖို့ ထမင်းစားတာ၊ (သူက ပြောင်းပြန်ပြောတယ်)

ဉာဏ်အမြင် မကြည်သူ၊ အသိမစင်ကြယ်သူများ ပြောတဲ့စကားက ထမင်းစားဖို့ အလုပ်လုပ်တာ၊ သူ နိုင်ငံ့တာဝန်ထမ်းနေခြင်းသည် ထမင်းစားဖို့၊ သူစီးပွားရှာနေခြင်းသည် ထမင်းစားဖို့၊ ကျွေးဖို့(ခန္ဓာကျွေးဖို့)၊ သူ့ရဲ့ စီးပွားအလုပ် မှန်သမျှသည် ထမင်းစားဖို့၊ ကျွေးဖို့။

http://www.dhammadownload.com

ဉာဏ်မျက်လုံးအသိစင်ကြယ်သူများက ဒီလို အဖြေမပေးပါဘူး၊ အလုပ်လုပ်ဖို့ ထမင်းစားတယ်၊ အလုပ်လုပ်ဖို့ ခန္ဓာကို ကျွေးတာပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အလုပ်ဆိုသည်မှာ

အလုပ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ (စစ်မှန်သောအလုပ် ဆိုတာက)

* **အပူငြိမ်းစေရမယ်၊**
* **ပစ္စုပ္ပန်ချမ်းသာစေရမယ်၊**
* **နောင်ရေးအာမခံစေရမယ်၊**
* **တရားစွမ်းအားပါသောအလုပ်** ကိုသာ အလုပ်လို့ ခေါ်တာပါ၊

အိုထုပ်၊ နာထုပ်၊ သေထုပ်ကြီးကို အိုစာ၊ နာစာ၊ သေစာ ကျွေးနေရုံနဲ့ ဒါဟာ အလုပ်တစ်ခုလို့ သတ်မှတ်လို့မဖြစ်သေးပါဘူး၊ ဒါဟာ ခန္ဓာရဲ့ တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ကိုယ့်အလုပ်လို့သတ်မှတ်လို့ မဖြစ်နိုင်သေးပါဘူး၊

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓာကို ကိုယ်က အကွက်စေ့အောင် မှန်ကန်တဲ့ အသိနဲ့ ခိုင်းနိုင်ပြီး သုံးနိုင်ပြီဆိုတဲ့အခါမှ အလုပ်လို့ ခေါ်တာပါ။

ခန္ဓာက ခိုင်းတာကို ကုံးရုံးပြီး လုပ်နေရုံနဲ့ ဒါဟာ အလုပ်လို့ မသတ်မှတ်သေးပါဘူး၊ ဒါဟာ ခန္ဓာရဲ့တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်နေခြင်းမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

အလုပ်ဆိုတာကတော့ ခန္ဓာကို မှန်ကန်တဲ့ အသိနဲ့ ခိုင်းနိုင်မှ၊ အသုံးချနိုင်မှ၊ မိမိ, သူတပါး, လောက, သာသနာ အလှဆင်ပေးနိုင်တဲ့ အင်အားကို ရအောင်ယူပေးနိုင်မှ အလုပ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ယခုလို ဒါနလုပ်နိုင်တယ်၊ ဒါဟာ စစ်မှန်သောအလုပ်ပဲ၊ ယခုလို သီလကျင့်သုံးနိုင်တယ်၊ စည်းကမ်းတွေ လိုက်နာတတ်တာ စစ်မှန်သော အလုပ်ပဲ။

ယခုလို စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်တဲ့ စိတ်သန့်စင်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ကြတယ်၊ သမာဓိအလုပ်တွေ လုပ်ကြတယ်၊ ဒါဟာ စစ်မှန်သောအလုပ်ပဲ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်မျက်လုံးအထိ တပ်ဆင်ပြီးမှ ရအောင်ယူနေကြတယ်၊ ဒါဟာ စစ်မှန်သော အလုပ်ဖြစ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲသလို စွမ်းအားရမှ အလုပ်စစ်လို့ခေါ်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ထမင်းစားတာ အလုပ်လုပ်ဖို့၊ အလုပ်လုပ်ဖို့ ထမင်းစားခြင်းဖြစ်တယ်၊ မိမိအတွက် တရားစွမ်းအားယူပြီး အလုပ်လုပ်မယ်၊ မိသားစုအတွက်လဲ စွမ်းအားတွေယူပြီး အလုပ်လုပ်မယ်၊ အမျိုးဘာသာ၊ သာသနာ၊ နိုင်ငံအတွက်လဲ အကျိုးရှိအောင် အလုပ်လုပ်ဖို့၊ ကျန်းမာဖို့၊ အသက်ရှည်ဖို့၊ ခွန်အားတိုးဖို့ ဤခန္ဓာကို ကျွေးတာပါလို့ဆိုရင် ကုသိုလ်အလုပ်ဖြစ်သွားတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ထမင်းစားဖို့ အလုပ်လုပ်တာဆိုရင်

ထမင်းစားဖို့ အလုပ်လုပ်တာဆိုတော့ ထမင်းက ဘယ်လောက်ကြာအောင် စားနေကြမယ်မှန်းလဲ မသိဘူး၊ တစ်သက်လုံးစားမှာ၊ မဆုံးနိုင်တဲ့စကားတွေ ပြောသွားကြတာ။

အဲသလို ဉာဏ်မစင်ကြယ်တဲ့အခါမှာ ရည်ရွယ်ချက်ကလဲ သေးသိမ်သွားတယ်၊ လိုအပ်တဲ့တရားစွမ်းအားလဲ ရမလာဘူး။

နက်ဖန်ပဲ ချမ်းသာတော့မလိုလို၊ နောက်လရောက်ရင်ပဲ ဟုတ်တော့မှာလိုလို၊ နောက်နှစ်ရောက်ရင်ပဲ ချမ်းသာတော့မှာလိုလို၊ အဲသလိုနဲ့ တစ်ဘဝကုန်သွားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

လူချမ်းသာဆိုတာ ဘာခေါ်တာလဲလို့ မေး လိုက်တော့ ဘာမှပြစရာမရှိ၊ မျက်နှာကြီး ရှုံ့မဲ့ ရှုံ့မဲ့နဲ့ မျှော်ကြည့်နေရတာနဲ့ပဲ တစ်ဘဝကုန်သွား ကြတယ်။

* * *

F 4 A

http://www.dhammadownload.com

အသိမှန်ကန် အဖိုးတန်သူများ

အသိမှန်ကန်၊ အဖိုးတန်သူများ (မှန်ကန်တဲ့ အသိနဲ့ ပြည့်စုံသူများ)ကတော့

(၁) ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာရမယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း အာရုံနဲ့စိတ် အဆင်ပြေအောင် ညှိနှိုင်းပြီးတော့ စွမ်းအားယူလို့ စိတ်ချမ်းသာအောင် နေတတ်ရမယ်။

(၂) ကိုယ့်မှာရှိတဲ့ အင်အားကြီး(၃)ခု၊ ကိုယ်အားရယ်၊ ဉာဏ်အားရယ်၊ ပစ္စည်းအားရယ် ဆိုတဲ့ အင်အားကြီး (၃)ခုဖြင့် မိမိကိုယ်ကိုလဲ အလှဆင်မယ်၊ အများကိုလဲ အလှဆင်မယ်၊ လောက,သာသနာကိုလဲ

http://www.dhammadownload.com

အလှဆင်မယ်၊ နိုင်ငံကိုလဲ အလှဆင်မယ်၊ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင်စိုက်ထူမယ်၊ နာမည်ကောင်းကျန်ရစ်အောင် လုပ်မယ်၊ ဒါဟာ လူ့ဘဝရဲ့ ဒုတိယရလဒ်၊

(၃) ဘဝကူးစိတ်အေးရမယ်၊ သံသရာနောင်ရေး အာမခံချက်ရအောင် ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအား ယူနိုင်ရမယ်၊ ဉာဏ်အမြင်ကျယ်သူများက လူ့ဘဝရလဒ်(၃)ခု မျက်ခြည်မပြတ်ကြဘူး။

ထပ်ရှင်းပြဦးမယ်။

(၁) ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း အာရုံနဲ့စိတ် အဆင်ပြေအောင် တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ နေတတ်၊ နေနိုင်ရမယ်၊ တရားက အာမခံတယ်၊ စိတ်သန့်စင်တဲ့စက်ကြိုးထဲထည့်၊ စိတ်ကောင်းထုတ်လုပ်တဲ့ စက်ကြိုးထဲထည့် ပေးရင် ပစ္စုပ္ပန်မှာ စိတ်ကောင်းဖို့ အာမခံပါတယ်၊ ဉာဏ်ကောင်းဖို့ အာမခံပါတယ်။

(၂) ကိုယ့်ရဲ့ ကိုယ်အား, ဉာဏ်အား၊ မစ္စည်းအားဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လဲ အလှဆင်မယ်၊ မိသားစုကိုလဲ အလှဆင်မယ်၊ နိုင်ငံ

http://www.dhammadownload.com

တောကိုလဲ အလှဆင်မယ်၊ လောကသာ
သနာကိုလဲ အလှဆင်မယ်၊ ကောင်းကျိုးပြု
ဘဝမှတ်တိုင်တွေ စိုက်ထူမယ်၊ ပစ္စည်းကုန်
သွားပေမယ့် မကုန်တဲ့တရား ကျန်ခဲ့ရမယ်၊
ခန္ဓာကိုယ်ကြီး အချိန်တန် အိုလိမ့်မယ်၊
အချိန်တန် နာလိမ့်မယ်၊ အချိန်တန်
သေလိမ့်မယ်၊ သို့သော် မအို၊ မနာ၊
မသေကြောင်း တရားစွမ်းအား ကိုယ့်မှာ
ကျန်ခဲ့ရမယ်။

(၃) ဘဝဆိုတာ အချိန်စေ့ရင် ကူးကြ ပြောင်း
ကြရမှာပဲ၊ ဘယ်ဘဝမှ ဆုပ်ကိုင်ထားလို့
လဲ မရဘူး၊ ဘယ်ဘဝမှာ အမြဲရပ်တည်
လို့လဲ မရဘူး၊ ကူးပြောင်းချိန်ကျတော့
ခုလို ကိုယ်ပိုင်တရားစွမ်းအား ယူထားသူ
တွေဟာ ဘာမှကြောက်စရာလဲမရှိ၊ ဘာမှ
ပူစရာလဲမရှိ၊ အဲသလို မှန်ကန်တဲ့အသိ
ဉာဏ်နဲ့ ဉာဏ်ကိုဆန့်တန်းပြီး ကြည့်
တတ်ရမယ်၊ ဉာဏ်ဆန့်တန်းပြီး ကြည့်

http://www.dhammadownload.com

နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သာ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ချမ်းသာအောင် နေနိုင်ကြမယ်၊ တရားစွမ်းအား ရအောင် ယူနိုင်ကြမယ်။

ဒါကြောင့် ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်နွဲ့နွဲ့နှင့် ဆရာ၊ ဆရာမများ အမှူးထားပြီး ကျောင်းသားကျောင်းသူတွေ မှန်ကန်တဲ့ အသိတရားနဲ့ ကြိုးစားအားထုတ်ပြီးနေကြတာ၊ မှန်ကန်တဲ့ အသိဉာဏ်ရဖို့ ယခု ကုသိုလ်လုပ်ကြတာ...။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်လုပ်ရင်

ကုသိုလ်လုပ်ရင် အမြဲတမ်း ဉာဏ်ပါရမယ်၊ ဉာဏ်ဦးဆောင်ရမယ်၊ လူချင်းအတူတူ သူ့ကျတော့ ဉာဏ်ကောင်းလိုက်တာ၊ ဉာဏ်ကောင်းလိုက်တာ၊ ဒို့များ တယ်ဉာဏ်ထိုင်းပါလား ဆိုတာ ကုသိုလ်လုပ်စဉ်က ဉာဏ်ပါ၊ မပါ ကွာသေးတာ။

အတူတကွထိုင်ပြီး ကုသိုလ်လုပ်နေပေမယ့် တချို့ ဉာဏ်ပါတယ်၊ တချို့က ဉာဏ်မပါဘူး၊ တချို့က အမှတ်တမဲ့ပဲ။

အမှတ်တမဲ့သမားက ဉာဏ်မကောင်းတတ်ဖူး၊ ဉာဏ်ထိုင်းတတ်တယ်၊ အသိဉာဏ်ကလေးနဲ့ ရှေ့သွားပြုပြီး ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ် သိနိုင်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

ပညာ၊ တရားစွမ်းအားကြည့်နိုင်တဲ့ပညာ၊ လုပ်သလောက်ရမှာကို သိသောပညာ၊ ဒီလောက်လိုချင်ရင် ဒီလောက်လုပ်ရမယ် စသည်ဖြင့် ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ် သိနိုင်သောပညာ၊ အဲသလို မှန်ကန်တဲ့ ဉာဏ်ကလေးလဲ ဦးစားပေးပြီး ရှေ့တန်းတင်ရမယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဉာဏ်ကောင်းချင်ရင်

ဉာဏ်ပါမှ ဉာဏ်ကောင်းကြမယ်၊ ဘုရားသည် ဉာဏ်အကောင်းဆုံး၊ ဉာဏ်အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ဘုရားကို အာရုံပြုတာ၊ ကိုးကွယ်တာ၊ ပူဇော်တာဟာ ဉာဏ်ကောင်းစေတယ်။

ဒါကြောင့် စာမေးပွဲအောင်ချင်ရင် ဘုရားရဲ့ ဉာဏ်တော် အနန္တဂုဏ်တွေကို အာရုံပြုပြီး ၅ မိနစ်၊ ၁၀ မိနစ်၊ နေ့တိုင်း အာရုံပြုရမယ်၊ ပူဇော်ရမယ်။

ဘယ်အလုပ်တွေ ဘယ်လောက်အရေးကြီးတယ် ပြောပြော အိပ်ရာထလာပြီဆိုရင် ဒီပြင်အလုပ် အသာထားလိုက်ပါဦး၊ စိတ်သန့်စင်တဲ့စက်ထဲ စိတ်ကို အရင်ထည့်ပေးပါဦး၊ စိတ်ကောင်းထုတ်လုပ်တဲ့စက်ထဲ စိတ်ကို အရင်ထည့်ပေးပါဦး။

http://www.dhammadownload.com

ပုထုဇဉ်စိတ်ဆိုတာ ကောင်းတာနဲ့ မကောင်းတာမှာ မကောင်းတာက များများပါ၊ မကောင်းတဲ့စိတ်ကို ဗုဒ္ဓအာရုံ၊ ဓမ္မအာရုံ လုပ်ငန်းစဉ်ထဲ (စက်ထဲ)ထည့်လိုက်ရင် စိတ်ကောင်းလေးတွေ ပေါ်လာတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကောင်းရချင်ရင်

စိတ်အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ဘုရားကို အာရုံပြုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ စိတ်ကောင်းဓာတ်တွေ ကူးစက်လာတယ်၊ စိတ်ကောင်းထုတ်လုပ်တဲ့စက်ထဲ ထည့်၊ စိတ်သန့်စင်တဲ့စက်ထဲထည့်၊ စိတ်အပူတွေ အအေးခံတဲ့စက်ထဲ ထည့်ပေးလိုက်မှ တရားလုပ်ငန်းစဉ် ကန့်သတ်ချိန်လေး ပြီးသွားတာနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်ပြီးတော့ အေးချမ်းပြီးတော့လာတယ်။

ဗုဒ္ဓသာသနာဆိုတာ ကိုးကွယ်ရုံသက်သက် မဟုတ်ဘူး၊ လက်တွေ့အလုပ်၊ လက်တွေ့ကျင့်မှ ရမှာ၊ လက်တွေ့လုပ်မှရမှာ၊ ဘယ်သူမှ လက်ဆွဲမကယ်၊ ကိုယ့်ဖာသာ ကယ်ကြရမှာ။

http://www.dhammadownload.com

ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပညာရှိများက လမ်းညွှန်ပေးရုံ၊ ကျိုးကြောင်းပြပြီး ပြောပေးရုံပဲ တတ်နိုင်တယ်၊ တကယ်တမ်း ကိုယ်လုပ်ကြရမှာ၊ ဉာဏ်ကောင်းအောင်လဲ ကိုယ်ပဲလုပ်ကြရမှာ၊ ကောင်းကျိုးရအောင်လဲ ကိုယ်ပဲလုပ်ကြရမှာ၊ အောင်မြင်အောင်လဲ ကိုယ်ပဲ ကြိုးစားလုပ်ကြရမှာ။

ဒါကြောင့် ဉာဏ်အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ဘုရားရဲ့ဂုဏ်ကို အာရုံပြုပြီး စိတ်ကို သန့်စင်ပေး၊ စိတ်ကောင်းထုတ်လုပ်ပေး၊ ပူလောင်တဲ့စိတ်တွေ အအေးခံပေး၊ စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုသည် လောကမှာ လိုရင်းအကျဆုံး ဖြစ်တယ်။

ဒါလဲ သူ့ဟာသူ သန့်စင်တာ မဟုတ်ပါ၊ ဗုဒ္ဓအာရုံ၊ ဓမ္မအာရုံ၊ တရားလုပ်ငန်းစဉ်ထဲမှာ ထည့်ပေးမှ စိတ်က သန့်စင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အငှားစိတ်တွေ

အိပ်ရာထလာတာနဲ့ ဒီနေ့ ဘယ်သွားရဦးမှာ၊ ဘာလုပ်ရဦးမှာ၊ အဲဒါ သူများစိတ်တွေ၊ အငှားစိတ်တွေ။

သူများစိတ်တွေနဲ့ စရင် ဒီနေ့တစ်နေ့လုံးဟာ ကိုယ့်အစီအစဉ်နဲ့ တစ်ခုမှ လုပ်ရမှာမဟုတ်ပဲ သူများအစီအစဉ်နဲ့ ပြေးနေရမယ့် ခန္ဓာကြီး ဖြစ်သွားပါပြီ။

ကောင်းမှုလုပ်ကြရာမှာ ကိုယ့်အစီအစဉ်နဲ့ ကိုယ့်ခန္ဓာကြီး သုံးကြရမှာပါ၊ သူများတာဝန်ထမ်းတဲ့အခါလဲ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းဘက် ပြောင်းယူကြရမှာပါ၊ ကိုယ်ပိုင်စိတ်နဲ့(ကိုယ့်စိတ်နဲ့)၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကို အသုံးချကြရမယ်၊ ကိုယ့်အစီအစဉ်နဲ့ ကိုယ့်ခန္ဓာကို အသုံးချနိုင်မှ၊ ဒါမှ စွမ်းအားဆိုတာ ပေါ်လာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သူများရဲ့စိတ်၊ သူများရဲ့အစီအစဉ်နဲ့ ဖြစ်နေတဲ့ ခန္ဓာကြီးဟာ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားလဲ မရနိုင်ဘူး၊ ထုတ်လုပ်နိုင်တဲ့စွမ်းအင်လဲ မရှိဘူး။

* * *

http://www.dhammadownload.com

စာဖတ်ပြီးမှ မှတ်မိစေချင်ရင်

ဒါကြောင့် မနက်အိပ်ရာထလာရင် စိတ်သန့်စင်တဲ့ စက်ထဲ စိတ်ကို ၅-မိနစ်၊ ၁၀-မိနစ် စသည် ထည့်ပေးပါ၊ နေရာကထလာတာနဲ့ စိတ်ကလေးကြည်လို့၊ ပေါ့ပြီးတော့ နေသွားလိမ့်မယ်၊ လာဘ်မြင်လာလိမ်မယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ စိတ်ကလေး သန့်စင်တဲ့အတွက် စာဖတ်ကြည့်စမ်းပါ၊ တစ်ခေါက်နဲ့ကို ရှင်းကနဲ စွဲသွားလိမ့်မယ်။

စိတ်မသန့်စင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် စာဖတ်ရင် ၄-၅-၆ ခေါက်ဖတ်လဲ စိတ်ထဲ စွဲမသွားဘူး၊ မှတ်မိသလိုလို၊ မမှတ်မိသလိုလို၊ နောက်ပြီးတော့ ဘာမှမည်မည်ရရ စုးစုးစိုက်စိုက်လဲ မမှတ်မိဘူး။

http://www.dhammadownload.com

အမှန်တော့ စိတ်သန့်စင်တာ၊ သမာဓိကို ပြောတာ၊ ခဏိကသမာဓိတော့ ထူထောင်ရတာပဲ။

စိတ်သန့်စင်ရင် (စိတ်ကလေးကြည်နေတဲ့ အခါ) စာဖတ်လဲ ၁–ခေါက်နဲ့ကို ရှင်းကနဲ့, ရှင်းကနဲ သိမှီးသွားလိမ့်မယ်၊ နောက်တစ်ပုဒ် ဆက်ဖတ်လဲ မပျောက်တော့ဘူး၊ နောက်တစ်ပိုဒ် ဆက်ဖက်လဲ ရှေ့ကဟာ မပျောက်ဘဲ မှတ်မိလျက် ပဲ၊ နောက်တစ်ပိုဒ်ဆက်ဖတ်၊ ပြီးပြီးသားတွေ မပျောက်တော့ဘူး။

စိတ်မသန့်ရှင်းတဲ့အခါ နောက်တစ်ကြောင်း ပြောင်း ရှေ့ကဟာ ပျောက်ပျောက်သွား၊ နောက် တစ်ပိုဒ်ပြောင်း၊ ရှေ့က မှတ်မိတာတွေ ပျောက် သွား၊ အကုန်မေ့သွား၊ နောက်ဆုံးတော့ အားလုံး ရောထွေးသွားပြီး အရေးကျရင် ဘာမှ သုံးမရတော့ ဘူး။

* * *

http://www.dhammadownload.com

စိတ်သန့်ရှင်းမှုသည် ပဓာန

စိတ်သန့်ရှင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က တစ်ကန့်စီသုံးပြီး သွားတာ၊ ဒါကြောင့် ဘုရားရှိခိုးတာ၊ တရားထိုင်တာကို အဖိုးအဖွားတွေ အလုပ်ပဲလို့ သွားမတွက်နဲ့။

(၇)နှစ်သားတွေ၊ (၇)နှစ်သမီးတွေ အစွမ်းပြတဲ့ အလုပ်တွေ၊ ဉာဏ်ရှိသူတွေရဲ့ အလုပ်တွေ။

တရားဟာ နောက်ပို့လို့မဖြစ်ဘူး၊ တရားဟာ သိတတ်တဲ့အချိန်ကစပြီး စ,ရမယ့်အလုပ်၊ ဘဝအခက်အခဲမျိုးစုံ ကျော်လွှန်နိုင်ဖို့ တရားပေါ်လာတာ။

ဒါကြောင့် အောင်မြင်ချင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် စိတ်သန့်ရှင်းမှုသည် ပဓာနလို့ မှတ်ထား။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်သန့်ရှင်းနေမှ၊ စိတ်ကြည်လင်နေမှ စာကျက်တဲ့အခါမှာ၊ ချပ်ခနဲ, ချပ်ခနဲ မှတ်မိသွားတယ်၊ အကန့်လိုက်, အကန့်လိုက် သိမှီး သိမ်းဆည်းသွားတယ်၊ နောက်တစ်ပိုဒ်ဆက်ဖတ်လဲ မေ့ပျောက်မသွားဘူး၊ အမိပ္ပာယ်မှတ်တဲ့အခါလဲ ဒီအတိုင်းပဲ။

စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်နေသူအတွက် ဖတ်လိုက်တယ်၊ စွဲကနဲစိတ်ထဲမှာ ရှင်းရှင်းပြီးလာတယ်၊ နောက်တစ်ကြောင်းဆက်ဖတ်၊ မေ့ပျောက်မသွားဘူး၊ အကန့်လိုက်ပဲ သူသိမှီးသွားလိမ့်မယ်။

သတိတို့၊ ဝီရိယတို့၊ သမာဓိတို့အားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အများကြီးစာဖတ်၊ အများကြီးသိမှီးပြီးသွားမယ်၊ အများကြီး သိမ်းဆည်းပြီးသွားတယ်။

စာမေးပွဲလဲဝင်ရော ကျွန်တော့်ကိုရေးပါ၊ ကျွန်တော့်ကို ဖြေပါခင်ဗျာနဲ့ လာလိမ့်မယ်၊ အသိစိတ်တွေ တန်းစီပြီး ဖြာထွက်လာလိမ့်မယ်၊ ဘယ်လောက် အံ့ဩစရာကောင်းလဲ လက်တွေ့သိကြပါလိမ့်မယ်။

ဒါတွေဟာ ယုံတမ်းစကားတွေလဲ မဟုတ်ဘူး၊ စိတ်ကူးယဉ်တွေလဲ မဟုတ်ပါဘူး၊ တကယ်လက်တွေ့တွေပါ။

F 5 A * * *

http://www.dhammadownload.com

စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုမရှိရင်

စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သူနဲ့ စိတ်မသန့်ရှင်းမစင်ကြယ်သူ စာကျက်တာလဲမတူပါဘူး၊ စာမေးပွဲဖြေတာလဲ မတူပါဘူး၊ စာသင်တာရော၊ အသုံးချတာရော၊ အောင်ပွဲယူတာရော ဘယ်ဟာမှ မတူပါဘူး။

စိတ်မသန့်ရှင်းသူတို့မှာ စာသာဖြေနေရတယ်၊ ပူလောင်ချောက်ခြားနေရတာ၊ ငါသိတာနဲ့ တိုးမှ တိုးပါ့မလား၊ ငါကျက်ထာနဲ့ တိုက်ဆိုင်ပါ့မလား၊ (ခြိမ်းချောက်နေပြီ၊ အပူတွေလာနေပြီ)

အဲဒီအပူတွေက အရင်က မှတ်မိပြီးသားတွေကို အကုန်ဖျက်ဆီးပစ်လိမ့်မယ်။

* * *

F 5 B

http://www.dhammadownload.com

စာမေးပွဲဖြေတဲ့အချိန်

အမှန်တော့ စာမေးပွဲ ဖြေတဲ့အခါ စိတ်ဟာ အေးပြီး၊ စူးစိုက်ပြီး၊ စိတ်ကို အစင်ကြယ်ဆုံးထား ရမယ့် အချိန်ဖြစ်တယ်။

ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်မှုကလဲ ပြတ်ပြတ် သားသားထားရမယ်၊ ငါ လေ့လာထားသူ တစ် ယောက်ပဲ၊ ဘယ့်နှယ် ငါမလုပ်နိုင်ဘဲ ရှိရမလဲ၊ ငါ အသိတရားတွေ အများကြီး။

ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်မှုတွေ၊ စူးစိုက်မှု တွေရှိတော့ စိတ်အေးချမ်းရင်(လူဟာ) တစ်ပမ်း သာသွားတယ်။

ဒါကြောင့် စာမေးပွဲဖြေတဲ့ အချိန်ကျရင် ပူလောင်မှုတွေ မရှိစေရဘူး၊ ယောက်ရက်ခတ်တဲ့ စိတ်တွေ လုံးဝဖျောက်လိုက်တော့။

http://www.dhammadownload.com

အစမ်းစာမေးပွဲဖြေဖြေ၊ အတန်းတင်စာမေးပွဲဖြေဖြေ၊ ဖြေတော့မယ်ဆိုရင် စိတ်အအေးချမ်းဆုံး။ အသန့်စင်ဆုံး ထားရမယ်။

ဘုရားအာရုံနဲ့၊ တရားအာရုံနဲ့၊ မေတ္တာအာရုံနဲ့၊ သတိပဋ္ဌာန်အာရုံနဲ့ သန့်စင်ထား၊ စိတ်အေးချမ်းရင် လာပါလိမ့်မယ်၊ မေးခွန်းတွေ့တာနဲ့ အရင်မှတ်မိပြီးသားတွေက ပြတ်ပြတ်သားသား ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အောင်မှတ်လောက်တော့

တချို့ မတိုးတာတောင်မှ ဉာဏ်နဲ့ဖန်တီးပြီး၊ နည်းမှီပြီးဖြေလို့ အောင်တာတွေရှိပါတယ်၊ သမာဓိဟာ ဒီလောက် တန်ဖိုးရှိပါတယ်၊ သမာဓိဟာ ဉာဏ်ကို ကျေးဇူးပြုပါတယ်။

သမာဓိရဲ့ အကျိုးဖော်ထုတ်တဲ့နေရာမှာလဲ 'ဉာဏပစ္စုပဋ္ဌာနော' သမာဓိသည် ဉာဏ်ဟူသော အကျိုးကို ဖြစ်စေပါတယ်တဲ့။

သမာဓိသည် လောလောဆယ် ဉာဏ်ဟူသော အကျိုးကို ဖြစ်စေတတ်တယ်၊ ဉာဏ်ကောင်းတယ်၊ ဉာဏ်ဟာ နောက်ဘဝအထိ မစောင့်ပါဘူး၊ အခုဘဝကိုပြောတာ၊ အခု ဉာဏ်ကောင်းအောင် အခုပဲ သမာဓိလေးတွေ ထူထောင်ပေးရပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် စိတ်အေးချမ်း ငြိမ်သက်သွားပြီး ချပ်ချပ်ရပ်ရပ်နဲ့ ငါတော့ အဆင်သင့်ပဲ၊ ဘယ်ဟာမဆို လာခဲ့တော့၊ အဲသလိုကို စိတ်ထဲမှာ ရဲစွမ်းသတ္တိလဲ ရှိရမယ်၊ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်ချက်လဲ ရှိရမယ်၊ စူးစိုက်မှုလဲ ရှိရမယ်၊ စိတ်ကို တည်ငြိမ်စွာ ထားနိုင်စွမ်းလဲ ရှိရမယ်၊ အဲလိုပုဂ္ဂိုလ်များဟာ အောင်မှတ်လောက်တော့ အသာလေးပေါ့။

ထူးထူးချွန်ချွန်ဆိုတာ သူ့အကြောင်းနဲ့သူပေါ့၊ သမာဓိအားကောင်းရင်၊ ဉာဏ်မျက်လုံးကောင်းရင် ရမှာပါပဲ၊ အောင်မှတ်လောက်တော့ (ကိုယ်သင်ထားတာလေးတွေ၊ ကိုယ်လေ့လာထားတာတွေရဲ့ အကျိုးကြောင့် အသာလေးရတယ်)

* * *

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ဓာတ်ဆိုထည့်တာ

ဒါကြောင့် အရေးကြီးတာက လူချမ်းသာတွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပညာသင်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ်သန့်ရှင်း စင်ကြယ်မှုသည် ပဓာန။

ဒါကြောင့် ဘုရားရှိခိုး မပျင်းနဲ့၊ အချိန်ဖြုန်းတဲ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး၊ တစ်နေ့လုံးသုံးဖို့ စိတ်တန်ခိုးထုတ်လုပ်တာ၊ စိတ်ဓာတ်ဆိုထည့်တာ၊ စိတ်စက်ဆီဖြည့်တာ၊ သန့်စင်တဲ့စိတ်ဖြစ်အောင် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတွေကို ရေနဲ့ ဆေးတယ်လို့မှတ်။

စက်ကိရိယာတွေကို ဆေးကြောသန့်စင်တယ်လို့ စိတ်ထဲမှာ နှလုံးသွင်းထား၊ အမှားအယွင်းတွေ ဘာမှမရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တဲ့သတ္တိရှိတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားရှိခိုးတာတို့၊ ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားတာ၊ မေတ္တာပို့တာ၊ ထွက်လေဝင်လေ ရှုးစိုက်ပြီး ၅ မိနစ်၊ ၁၀ မိနစ် တရားမှတ် တရားထိုင်တာဟာ ကျန်းမာရေးလဲရ၊ စိတ်ခွန်အားလဲကောင်း၊ စိတ်ကြံ့ခိုင်ရေးလဲ တိုးတက်၊ ကိုယ်ခွန်အားတိုးတက်၊ ကိုယ်ကြံ့ခိုင်ရေးလဲတိုးတက်၊ အကုန်လုံး အကောင်းတွေချည်းပါပဲ။

ဒါကြောင့် လူ့ဘဝချမ်းသာ ရရှိရေးရော၊ လောလောဆယ်ရရှိမယ့် အရပ်ရပ်သော အောင်မြင်မှုတွေအတွက်ရောပေါ့၊ စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုသာ ပဓာနလို့ စိတ်ထဲမှာ နှလုံးသွင်းပြီး ကြိုးစားနေကြရတာပဲ၊ အဲသလိုဆို မှန်ကန်တဲ့အသိဉာဏ်တွေ၊ တရားစွမ်းအားတွေ အများကြီး ရကြပြီ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားကိုးကွယ်ခြင်းအကျိုး(၄)မျိုး

ဘုရားကိုးကွယ်ခြင်းကြောင့် (၄)မျိုးသော အကျိုး ရရှိစေတယ်။

(၁) ဘုရားသည် ဉာဏ်အကောင်းဆုံးဖြစ်သောကြောင့် ယုံကြည်ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်အာရုံပြုသူမှာလဲ ဉာဏ်ကြီးစေတယ်၊ နောက်ဘဝအထိ မစောင့်ပါ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာလဲ ဉာဏ်ကြီးစေပါတယ်။

(၂) ဘုရားသည် အပူခပ်သိမ်း၊ ငြိမ်းပြီးပြီဖြစ်သောကြောင့် အန္တရာယ်ခပ်သိမ်း လွတ်ငြိမ်းပြီးပြီ ဖြစ်သောကြောင့် ဘုရားဂုဏ်အာရုံပြုသူအားလုံး (စိတ်သန့်စင်သူအား

http://www.dhammadownload.com

လုံး)မှာလဲ အန္တရာယ်မျိုးစုံ၊ အပူမျိုးစုံ ကင်းပါတယ်၊ အနှောင့်အယှက်မျိုးစုံ ကင်းပါတယ်။

(၃) ဘုရားသည် တန်ခိုးအရှိန်အဝါ အကြီးဆုံးဖြစ်သောကြောင့် ဘုရားကိုးကွယ်သူတွေလဲ တန်ခိုးအရှိန်အဝါ ကြီးပါတယ်၊ အကြံအစည်ကောင်းတွေ အောင်မြင်ကြပါတယ်၊ လုပ်သလို ဖြစ်ကြပါတယ်၊

(၄) ဘုရားသည် ရုပ်အဆင်း အသပ္ပါယ်ဆုံး၊ အလှဆုံး၊ ကျက်သရေအရှိဆုံး ဖြစ်သောကြောင့် ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားသူ၊ ကိုးကွယ်သူတွေမှာလဲ ရုပ်လှ၍ ဂုဏ်ကျက်သရေမျိုးစုံတိုး၊ အေးချမ်းခြင်းအကျိုး ရရှိကြပါတယ်။

လူ့ဘဝရောက်ချိန်လေးမှာ အေးချမ်းစွာနေဖို့ဆိုတာ စိတ်သန့်စင်မှ ရကြပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ဘုရားဆိုတာ ကိုးကွယ်ရုံသက်သက်မဟုတ်၊ ဒို့တတွေ ဗုဒ္ဓဘာသာလို့ အမည်ခံရုံလေး ပေါ်လာတဲ့ အရာလဲမဟုတ်။

http://www.dhammadownload.com

လက်တွေ့ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ်အားထုတ်ဖို့ မှန်ကန်တဲ့အသိဖြင့်၊ ဘဝနဲ့၊ ခန္ဓာနဲ့၊ ပစ္စည်းနဲ့ အခွင့်အရေးများကို အကွက်စေအောင် သုံးတတ်ဖို့ ဘုရားပွင့်လာတာ၊ တရားပေါ်လာတာ၊ ကြွားဖို့ မဟုတ်၊ နာမည်ပေးရုံမျှသာ ပေါ်လာခြင်းမဟုတ်။

* ပညာကြီးလတ်၊ ဘုရားမြတ်၊
  ဆည်းကပ်သူလဲ ဉာဏ်ကြီးမှာ၊
* အပူကင်းစင်၊ ဘုရားရှင်၊
  ဦးတင်သူလဲ အပူကွာ၊
* တန်ခိုးကြီးမား၊ မြတ်ဘုရား၊
  လေးစားသူလဲ တန်ခိုးဖြာ၊
* ရုပ်ဆင်းသပ္ပါယ်၊ အံ့ဩဖွယ်၊
  ကိုးကွယ်သူလဲ အေးချမ်းသာ၊

* * *

http://www.dhammadownload.com

ပညာသည် လူ့ရဲ့ရတနာ

ဒါကြောင့် ဉာဏ်ကောင်းကြောင်း ကောင်းမှု ကုသိုလ်တွေ ပြုလုပ်ပြီးနေကြတာ၊ ပညာရှာနေကြတာ၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ပညာသည် လူ့ရဲ့ရတနာဖြစ်လို့ပါပဲ။

လူကို အဖိုးတန်အောင်၊ အသိတရားတိုးအောင် လုပ်ကြတယ်၊ လောကမှာ ကျောက်မျက်ရတနာ စတဲ့ အမျိုးမှန်ရတနာများဟာ မြေကြီးထဲမှာ တိမ်မြုပ်လို့ တူးဖော်သူလဲမရှိ၊ ပြုပြင်သူလဲမရှိ၊ ကျောက်သွေးသူလဲ မရှိဘူးဆိုရင် အမျိုးမှန်ပေမယ့် အဖိုးတန်အဆင့် မရောက်ကြပါ။

http://www.dhammadownload.com

လူလဲ ဒီအတိုင်းပါပဲ၊ ဆရာ၊ ဆရာမ စတဲ့ ကျောက်တူးပေးသူတွေ၊ ပြုပြင်ပေးသူတွေ၊ ကျောက်သွေးသူတွေ၊ လမ်းညွှန်သူတွေမရှိရင် ကျောင်းသူ ကျောင်းသားဆိုတဲ့ အမျိုးမှန်ရတနာ တွေဟာ အဖိုးတန်ရတနာအဆင့် ရောက်လာကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ လူရာဝင်လာကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ကျောက်မျက်ရတနာတွေဟာ ရွှံ့တွေ၊ ကျောက်ခဲ၊ သဲတွေကြားက တူးဖော်၊ အနှစ်အကာခွဲ၊ အကာကိုဖယ်ရှား၊ အနှစ်ကိုထုတ်ယူ၊ အမျိုးမျိုးသန့်စင်၊ ကျွမ်းကျင်တဲ့ ကျောက်သွေးသမားက အကွက်ပေါ်နေအောင် သွေးပေးလိုက်တော့ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ် အလှဆင်ပေးတဲ့၊ လူကို လှပစေနိုင်သော အဖိုးတန်ရတနာလို့ ဖြစ်လာတယ်။ အဝိဇ္ဇာဏာက ကျောက်မျက်ရတနာနဲ့ လူလှပသွားတယ်။

သက်မဲ့အရာကြောင့်တောင်မှ လှသေးတယ်ဆိုရင် သက်ရှိပညာ၊ သက်ရှိစွမ်းအားကြောင့်ဆိုရင် လူရဲ့ထည်ဝါမှုက တိုင်းတာကန့်သတ်လို့ မရနိုင်တော့ပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့

လူဆိုတာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ ရွံ့နွံတွေ၊ ကျောက်ခဲတွေ၊ သဲတွေ၊ ဖုံတွေကြားက တူးဖော်ရ၊ ခက်ခက်ခဲခဲ ကြိုးစားရပါတယ်၊ လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့က မနည်းကြိုးစား ရပါတယ်။

လူတစ်ယောက် နာမည်ပျက်ဖို့က လွယ် လွယ်လေးပါ၊ လူမိုက်တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ လွယ် လွယ်လေးရယ်၊ လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ် အောင်၊ ဆရာသမား စတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များက တူးဖော် ပြုပြင်သည်းခံ၊ အမျိုးမျိုး ကြိုးစားယူရတယ်၊ ဖော်ထုတ်ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်တော့လဲ လူရာဝင်လိုက်တာ၊ လူကောင်းတစ်ယောက် ပေါ်လာရင်တောင်မှ နိုင်ငံအတွက် အင်မတန် အရေးပါအရာရောက်တယ်၊ အသုံးဝင်တယ်၊ အများကြီးဆိုမပြောနဲ့တော့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ရတနာကောင်းဖော်ထုတ်တဲ့နေရာ

ကျောင်းတွေဆိုတာ ရတနာကောင်း ဖော်ထုတ်တဲ့နေရာ၊ ကျောက်သွေးတဲ့နေရာ၊ ဒါကြောင့် စည်းကမ်းဆိုတာ ကိုယ့်ကိုကိုယ် မွမ်းမံပြုပြင် အလှဆင်တဲ့ အင်အားပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ နှလုံးသွင်းပြီး ပျော်ပျော်ကြီး လိုက်နာကျင့်သုံး ကြိုးစားကြရမှာပေါ့၊ သာသနာရတနာကြော အတွက်လဲ ကြိုးစားကြရမှာပေါ့။

ဒါကြောင့်မို့ 'အတ္တာဟဝေဇိတံသေယျော'လို့ ဘုရားဟောရှိတယ်၊ လောကတွင် အောင်မြင်မှု မှန်သမျှတို့တွင် ကိုယ့်ကိုကိုယ်အနိုင်ယူရတဲ့ အောင်ပွဲသာ အမြင့်မြတ်ဆုံး။

http://www.dhammadownload.com

စာမေးပွဲအောင်ဖို့ဟာ ကိုယ့်ဟာကိုယ်နိုင်မှ အောင်ကြမှာပါ၊ ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်နိုင်တဲ့ အတိုင်း အတာရှိသလောက်သာ အောင်ကြမှာပါ၊ နိုင်ကြမှာပါ။

* * *

F 6 A

http://www.dhammadownload.com

စာဖြေစဉ်မှာ လိုအပ်တာက

စာမေးပွဲဖြေတဲ့အခါ အောင်မှတ်ရဖို့လောက် ဒို့တော့ အဆင်သင့်၊ အထက်ကို ထူးထူးချွန်ချွန် တက်ဖို့လောက်သာ ဒို့ ကြိုးစားစရာရှိတယ်၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လဲ ယုံကြည်မှုအပြည့် ထားရပါမယ်၊ စိတ်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုမရှိရင်တော့ လွယ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဥာဏ်ကောင်းခြင်းအကြောင်းမှာ ဝတ္ထုဝိသဒကိရိယာ၊ အဇ္ဈတ္တ၊ ဗဟိဒ္ဓဝတ္ထု စင်ကြယ်ရမယ်၊ ခေါင်းကဆံပင်ကအစ စင်ကြယ်ရမယ်၊ ခန္ဓာကိုယ် အညစ်အကြေးလဲ ကင်းရမယ်၊ အဝတ်အစားလဲ သန့်သန့်၊ ကိုယ့်နေရာထိုင်ခင်းလဲ သပ်သပ်ရပ်ရပ်၊ ခြေသည်းလက်သည်း မရှည်ပဲနဲ့ အစရှိသည်ဖြင့်ပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဗဟိဒ္ဓဝတ္ထု စင်ကြယ်ရေးတွေရော၊ အဇ္ဈတ္တ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စင်ကြယ်ရေးတွေရော၊ မေတ္တာ လေးတွေပို့လို့၊ ဘုရားဂုဏ်တော်တွေပွားလို့၊ ထွက် လေဝင်လေတွေ ရှုလို့၊ သွားတယ်၊ လာတယ် စသည်ဖြင့် သတိဉာဏ်ကလေးတွေ စိုက်လို့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ပစ္စုပ္ပန်ကံထူထောင်ရမယ်

ဒါကြောင့် အတိတ်ကံနည်းသူဟာ ပစ္စုပ္ပန်ကံ များများထူထောင်ရတယ်၊ ဗုဒ္ဓသည် ကံနည်းသူ ကံများရမယ်၊ ကံညံ့သူ ကံကောင်းစေရမယ်၊ ကံနိမ့်သူ ကံမြင့်စေရမယ်၊ အာမခံပါတယ်၊ ဘာမှ ဗေဒင်မေးပြီး ယတြာချေနေစရာ မလိုပါဘူး။

ကိုယ်တွေ့ပြတ်ပြတ်သားသား လုပ်သင့်တာ လုပ်ပါ၊ ဉာဏ်ကောင်းမှာ သေချာပြီးသား၊ အောင်မှာ သေချာပြီးသား။

နောက်ဆုံး ကိလေသာအားလုံး အနိုင်ယူ၊ အိုဘေး၊ နာဘေး၊ သေဘေး အနိုင်ယူပြီးတော့ ချမ်းသာစစ်တောင် ယူဦးမှာပဲ၊ လောကပိုင်းဆိုင်ရာ အောင်ပွဲတော့ အသာလေးပေါ့၊ ယုံကြည်ချက် ပြည့်ပြည့်ဝဝနဲ့ ကြိုးစားကြပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် ယနေ့ ရတနာသုံးပါး ဦးထိပ်ထား၍ ကောင်းမှုတရား ကြိုးစားကြတဲ့အခါ ရတနာသုံးပါး ပူဇော်ကြတဲ့ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံစေတနာ၊ လှူဒါန်းကြတဲ့ ဒါနကောင်းမှုကံစေတနာ၊ ကျင့်သုံးကြတဲ့ သရဏဂုံသီလကောင်းမှုနဲ့ အရပ်ရပ်သော ကောင်းမှုစွမ်းအား မြတ်တရားတွေကြောင့် ဆရာမကြီးဒေါ်ခင်နွဲ့နွဲ့နှင့် ဆရာ၊ ဆရာမ,များ၊ ဆယ်တန်းကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားအားလုံး ဘေးရန်အန္တရာယ်အနှောင့်အယှက်၊ ကြောက်စရာ၊ လန့်စရာ၊ ထိတ်စရာ ရောဂါအပူခပ်သိမ်းကင်းငြိမ်းကြ၍ ကျန်းကျန်းမာမာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်အားကိုးစရာကောင်းမှု ကိုယ်ပိုင်တရား ကြိုးစားကြလျှက် တစ်ဘဝလုံး တရားစွမ်းအားဖြင့် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့၊ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်စွာ နေနိုင်ကြပြီး မိမိတို့ရည်မှန်းထားတဲ့ အောင်ပွဲမင်္ဂလာကို လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ အောင်မြင်နိုင်ကြပြီး၊ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း လွတ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ရွှေပြည်မြတ်ကို လွယ်ကူသောအကျင့်၊ လျင်မြန်သော အသိဉာဏ်ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုလွယ် ရလွယ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်ထုံမှမ်း လူ့အစွမ်း

တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ(ယော)ဆရာတော်

[သာသနာတော်နှစ် ၂၅၃၇–ခု၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၅၅–ခု၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော် (၉)ရက်၊ ၁၉၉၄–ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ(၆)ရက် ကြာသပတေးနေ့ ညအချိန် ရန်ကုန်တိုင်း၊ တာမွေမြို့နယ်၊ ပုသိမ်ညွန့်ရပ်ကွက်၊ သာသနာ့ဝေယျာဝစ္စ ဓမ္မာရုံကြီး၌ ပုသိမ်ညွန့်ရပ်ကွက်လုံးဆိုင်ရာ ပဌမအကြိမ် ကျင်းပပြုလုပ်သော အသံမစဲမဟာပဋ္ဌာန်း ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပွဲတွင် ဓမ္မပူဇာ၊ ဓမ္မလက်ဆောင်အဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားအပ်သော တရားဖြစ်သည်]

လောကမှာ စွမ်းတဲ့လူဆိုရင် အင်မတန်မှ အားကိုးချင်ကြတယ်၊ စွမ်းတဲ့လူဆိုရင် အထင်လဲ

http://www.dhammadownload.com

ကြီးကြတာပဲ၊ ကုသိုလ်တရားနဲ့ နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ကုသိုလ်တရားနဲ့ မြှင့်တင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တကယ်တော့ လူစွမ်းကောင်းတွေပါ။

လူစွမ်းကောင်းဆိုတာ၊ ကိုယ်ဟာကိုယ်လဲ အားကိုးရတာပဲ၊ သူများအတွက်လဲပဲ စွမ်းအားကို ပေးနိုင်တယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်, တမလွန်, လောကီ, လောကုတ္တရာ ဘက်စုံ အကုန်လုံး လိုသလို အင်အားကို ရရှိနိုင်ကြပါတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

လူ(၃)မျိုး

လူဆိုတာ အတိုချုပ် (၃)မျိုးရှိတယ်။

(၁) ကုသိုလ်မရ၊ ဝမ်းမဝတဲ့
အောက်တန်းစားလူ၊

ကုသိုလ်မရလို့ ဝမ်းမဝ၊ ဝမ်းမဝလို့ ကုသိုလ်ကို ထည့်မစဉ်းစား၊ ကြွက်သလို စုံမျှော်ချနေတဲ့ မစွမ်းတဲ့ (လူဖြစ်ရကျိုးမနပ်တဲ့) အောက်တန်းစားလူ (လူအများစုပေါ့)

(၂) ကုသိုလ်မရ၊ ဝမ်းသာဝတဲ့
အလတ်တန်းစားလူ၊

ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ဝမ်းဝအောင်တော့ ကျွေးနိုင်ပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် ကုသိုလ်ကို စိတ်မဝင်စား၊ သူလဲပဲ လူဖြစ်ရှုံးပြီလို့ မဆိုနိုင်သော်လဲ လူဖြစ်ရကျိုး နပ်ပြီလို့တော့ အပြည့်အဝ မဆိုနိုင်ဘူးပေါ့၊

http://www.dhammadownload.com

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကုသိုလ်ကို တန်ဖိုးမထား လို့။

(၃) ကုသိုလ်လဲရ၊ ဝမ်းလဲဝတဲ့ အထက်တန်း စားလူ

ကုသိုလ်ရလို့ ဝမ်းဝတယ်၊ ဝမ်းဝလို့ ကုသိုလ် ကို စိတ်ပါလက်ပါ အလိုရှိသလောက် အားထုတ် ပြုလုပ်နိုင်တယ်၊ ဘက်စုံတက်သွားတဲ့ အထက် တန်းစား လူမျိုးပေါ့၊ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တော့ တကယ် လူဖြစ်ရကျိုးနပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါ၊ (သို့သော် လူနည်း စုပါ)

ဒါကြောင့် ယခု ဒကာ, ဒကာမအပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေ ကုသိုလ်လဲရ ဝမ်းလဲဝဆိုတဲ့ အထက်တန်းလမ်းစဉ်နဲ့ သွားကြ၊ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း၊ လူ့အစွမ်းဆိုတာ ကုသိုလ်လဲရ၊ ဝမ်းလဲဝတဲ့ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်သော၊ အထက်တန်း ကျသော စွမ်းအားပြည့်ဝသော ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ စွမ်းအင်ပေါ့။

သေ ဒေဝနုဿာနံ၊ သဗ္ဗကာမဒဒေါနိဓိ၊
ယံ ယဒေဝါဘိပတ္ထေန္တိ၊ သဗ္ဗမေတေနလဗ္ဘတိ၊

http://www.dhammadownload.com

ဧသေဝေသောနိဓိ-ဤစိတ်ကောင်းအစု၊ ကောင်းမှုလေးမျိုး၊ မြတ်ရွှေအိုးသည်၊ ဒေဝမနုဿာနံ-စိတ်ကောင်းအစု၊ ကောင်းမှုစွမ်းအား၊ စိတ်ထားဖြူစင်၊ နတ်နှင့်လူဖြစ်ကုန်သော သတ္တဝါတို့အား၊ သဗ္ဗကာမဒဒေါ-အလိုရှိအပ် ကောင်းမြတ်သော အကျိုးကို၊ အလိုရှိသလောက် ပေးစွမ်းနိုင်ပါပေ၏။

သဗ္ဗကာမဒဒေါ-အလိုရှိအပ်သော အလုံးစုံသောအကျိုးကို ပေးတတ်ပါပေ၏။ ယံယဒေဝ-အကြင်,အကြင်လူနတ်နိဗ္ဗာန်၊ သုံးတန်သောချမ်းသာကိုသာလျှင် အဘိပတ္ထေန္တိ-ရေ့ရှုတောင့်တလိုလားကြပါပေကုန်၏။

သဗ္ဗံ-ကြွင်းမဲ့ဥဿုံ အလုံးစုံသော၊ တံ-ထိုလူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်းသာကိုဧတေန-ဤစိတ်ကောင်းအစု၊ ကောင်းမှုလေးမျိုး၊ မြတ်ရွှေအိုးဖြင့်၊ ဒေဝမနုဿေဟိ-စိတ်ကောင်းအစု၊ ကောင်းမှုတိုးပွား၊ စွမ်းအားဖြူစင်၊ စင်ကြယ်မြင့်မြတ်၊ လူနှင့်နတ်တို့သည်၊ ဧတေန-ဤကောင်းမှုလေးမျိုး၊ မြတ်ရွှေအိုးဖြင့်၊ လဗ္ဘတိ၊ မုချပိုင်ပိုင်ရရှိနိုင်ကြပါတော့သတည်း။

* * *

http://www.dhammadownload.com

လူ့တန်ခိုး

စိတ်ကောင်းတစ်ခု ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ အကုန်လုံးရတယ်၊ စိတ်ကောင်းဆိုတာ အမှန်တော့ တန်ခိုးပေါ့၊ လူ့တန်ခိုးဟာ စိတ်ကောင်းပဲ၊ စိတ်ကောင်းသလောက်၊ တန်ခိုးတက်တာပဲ၊ စိတ်ထား အောက်ကျသလောလက် လူ့တန်ခိုးဟာ လျော့သွားတာပဲ။

စိတ်ထားအောက်ကျရင် လူ့တန်ခိုးလဲ လျော့တာပဲ၊ ဘဝတန်ခိုးလဲ လျော့တာပဲ၊ ရလာတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေလဲ အကုန်လုံး စွမ်းအားလျော့ကျကုန်တာပေါ့။

စိတ်ကောင်းရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် စွမ်းအားတွေရတယ်၊ ရတာက ကောင်းမှု(၄)မျိုး၊ မြတ်ရွှေအိုး။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ရွှေအိုး(၄)လုံး

ကောင်းမှု(၄)မျိုး၊ မြတ်ရွှေအိုးခေါ်တဲ့ ရွှေအိုး(၄)လုံးသည် စိတ်ကောင်းသလောက်ပဲ ရတယ်။

ရွှေအိုး(၄)လုံးဆိုတာ…

(၁) ဒါနရွှေအိုးတစ်လုံး၊

အတိုး, အာမခံ စိတ်ချရတယ်၊

(၂) သီလရွှေအိုးတစ်လုံး၊

လူလဲ လူရဲ့သီလ၊ ရှင်လဲ ရှင်ရဲ့သီလ၊ ရဟန်းလဲ ရဟန်းရဲ့သီလ၊ သီလဆိုတာ မြန်မာလို ပြောရင်တော့ "စည်းကမ်း"ပေါ့။

(၃) သမာဓိရွှေအိုးတစ်လုံး၊

စိတ်တည်ငြိမ်အောင်လုပ်ရတဲ့၊ စိတ်ဓာတ်လုံခြုံရေးလို့ ခေါ်နိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

(၄) ဝိပဿနာရွှေအိုးတစ်လုံး၊

ခန္ဓာနဲ့တကွာ၊ အပူနဲ့တကွာ၊ ဆင်းရဲနဲ့ စိတ်အစဉ် ခွာ၍,ခွာ၍ပေးနေသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အရှိ၊ မြင့်အောင်ကြည့်၍ ပွားများနေတာကို ခေါ်တာ။

အဲဒီ ရွှေအိုး(၄)လုံးဟာ စိတ်ကောင်းရှိ သလောက် ရရှိလာကြတဲ့ ရွှေအိုး(၄)လုံးပါ၊ အဲဒီ ရွှေအိုး(၄)လုံး ပိုင်လို့ရှိရင် သဗ္ဗကာမဒဒေါ၊ အလိုရှိသမျှ ချမ်းသာကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါတယ်။

ဘာလိုချင်သလဲ၊ လိုချင်တာကိုသာပြော၊ သူအကုန်ပေးမယ်၊ မိဘအရင်း မပေးနိုင်တာ တောင် သူပေးမယ်၊ ပိုက်ဆံပေးဝယ်မရတာတွေ သူပေးမယ်၊ လုပ်ချင်တာဆို အကုန်လုံး သူပေးစွမ်း နိုင်ပါတယ်၊ ကိုယ့်စိတ်တွေဟာ အဲသလောက် တန်ခိုးရှိတယ်။

တန်ခိုးကို ဖျက်ဆီးနေတာ ကိလေသာတွေ ပေါ့၊ သူများစိတ်တွေလို့ ခေါ်ဆိုရတဲ့ ကိလေသာ ဟာ တန်ခိုးတွေ စွမ်းအားတွေကို အကုန်လုံး ဖျက်ဆီးပစ်နေတာပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သဒ္ဓါတရား

* ယုံကြည်သဒ္ဓါ၊ ရှိသူမှာ၊
ကောင်းစွာသန့်ရှင်းရ၊

နှလုံးသားထဲမှာ ကိုယ့်စိတ်ကလေးပေါ်လာမှ ကိုယ့်အင်အားတွေရမှာပေါ့၊ ကိုယ့်စိတ်ပေါ်အောင် လုပ်ပေးတာက သဒ္ဓါတရား၊

ရတနာသုံးပါးကို ယုံတယ်၊ ကံတရားကို ယုံတယ်၊ ကံ၏အကျိုးကို ယုံတယ်၊ ကိုယ့်စေတနာကို ယုံတယ်၊ ကိုယ့်စွမ်းအားကို ယုံတယ် ဆိုတဲ့ အဲဒီ သဒ္ဓါတရား ရှိလာပြီဆိုရင် နှလုံးသားအစဉ်မှာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကလေးတွေဖြစ်ပြီး သန့်ရှင်းပြီးတော့ စိတ်ဟာ လိုသလို သုံးလို့ရတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ရှင်း

*** ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ရှင်း၊ အပူကင်း၊ ချက်ခြင်းစိတ်ကြည်ရ၊**

စိတ်ကလေးကြည်လာတော့ ကိုယ့်လမ်း ကိုယ်ရှင်းတတ်လာတယ်၊ လောကမှာ ဘာသာ တရား ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာ၊ မိမိဟာ ဘယ်ဘာ သာဝင်ပဲလို့ နာမည်ခံဖို့က လိုရင်းမဟုတ်ပါဘူး၊ ဘာသာတရားကိုးကွယ်ခြင်းရဲ့ အဓိကရည်ရွယ် ချက်က ကိုယ့်လမ်းကို ကိုယ် အပူကင်းရှင်းစွာနဲ့ ဖြောင့်ဖြောင့်တန်းတန်း ရှင်းပြီးသွားတတ်ဖို့က ဘာသာတရားကိုးကွယ်မှု၏ လိုရင်းအနှစ်သာရပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ပိုင်စိတ်

* ကိုယ်ပိုင်စိတ်တွေ၊ ဖြစ်လာယေ၊
လုပ်လေသမျှ၊ ကိုယ်ပိုင်ရ၊

နှလုံးသားခန်းမှာ အစဉ်အတွင်းမှာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကလေးတွေ ဖြစ်လာပြီဆိုရင် ဘာပဲလုပ်လုပ် ရွှေအိုး(၄)လုံးထဲ အကုန်ရောက်သွားတယ်။

ထမင်းချက်ရင်းလဲ ဒီ(၄)လုံးထဲ ပါသွားမယ်၊ လမ်းသွားရင်းလဲ ဒီရွှေအိုး(၄)လုံးထဲ ပါသွားမယ်၊ ဈေးရောင်းရင်းလဲ အဲဒီရွှေအိုး(၄)လုံးထဲ ပါသွားမှာပဲ။

အိပ်တဲ့မျက်စိ ချန်ထားလိုက်၊ တစ်နေ့လုံး အိပ်ရာထချိန်မှ အိပ်ရာဝင်ချိန်ထိ ကိုယ့်နှလုံးသားထဲမှာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကလေးတွေ ရှိနေသမျှတော့ ရွှေအိုး(၄)လုံး တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပိုင်ဆိုင်နေမှာပဲ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်ဆိုတာ

ကုသိုလ်ဆိုတာ စိတ်ကောင်းပဲ တောင်းတာ၊ ပိုက်ဆံလဲမတောင်းဘူး၊ အားချိန်လဲမတောင်းဘူး။

ကုသိုလ်ဆိုတာ အားတဲ့လူတွေရဲ့အလုပ်လို့ သတ်မှတ်ထားတာလဲမဟုတ်ဘူး၊ ပိုက်ဆံရှိတဲ့သူတွေရဲ့အလုပ်လို့ သတ်မှတ်ထားတာလဲ မဟုတ်ဘူး။

ကုသိုလ်ဆိုတာ စိတ်ကောင်းရှိသူတွေ၊ ချမ်းသာချင်သူတွေရဲ့ အလုပ်ပါ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခ အပူကြောက်သူတွေရဲ့ အလုပ်သာ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

F 7A

http://www.dhammadownload.com

သဒ္ဓါတရားရှိရင်

* **သဒ္ဓါယှဉ်တွဲ၊ စိတ်မှာလဲ၊ အမြဲကြည်လင်ရ၊**

သဒ္ဓါတရား ယှဉ်တွဲလာတော့ စိတ်ကလေးကို ကြည်လို့၊ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကလေး ဖြစ်လာတော့ ကုသိုလ်အလုပ် ဘာပဲခိုင်းခိုင်း အကုန်လုံး ခိုင်းလို့ရတယ်၊ ဘာပဲလုပ်လုပ် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ကြည်ကြည် လင်လင်နဲ့ လုပ်တတ်တယ်။

သဒ္ဓါတရားရှိရင် လူဟာ တစ်မျိုးကို ကျက်သရေတက်လာပါတယ်၊ သဒ္ဓါတရားရှိသူရဲ့ အမူအရာကို ကြည့်စမ်းပါ၊ ပြောပုံဆိုပုံ နေပုံထိုင်ပုံ လုပ်ပုံကိုင်ပုံ ဘာပဲကြည့်ကြည့် သူ့ကြည့်ရတာ အင်မတန် ကျက်သရေရှိတယ်၊ သဒ္ဓါတရားမရှိရင် လူဟာ ကျက်သရေတစ်မျိုး တုံးသွားတာပဲ။

* * *

F 7B

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကြည်လင်ရင်

- **အမြဲကြည်လင်၊ စိတ်အစဉ်၊ ပြုလျှင်အမှန်ရ၊**

စိတ်ကြည်ရင် ဘာပဲလုပ်လုပ် အမှန်တွေချည်းပဲ၊ ရွှေအိုး(၄)လုံးထဲကို အကုန်လုံး ပါသွားမှာချည်းပဲ။

စိတ်ကြည်နေရင် ပညာနဲ့တွဲပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင်အင်အားတွေရအောင် ဖော်ထုတ်နိုင်တာ ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ရွှေအိုး(၄)လုံးဘောင်ထဲ ရောက်သွားတယ်။

- **အမြဲကြည်လင်၊ စိတ်အစဉ်၊ ပြောလျှင်အမှန်ရ၊**

စိတ်ကြည်ရင် နှုတ်ကပြောသမျှ အမှန်တွေချည်းပဲ၊ ရွှေအိုး(၄)လုံးထဲပါသွားမှာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

* **အမြဲကြည်လင်၊ စိတ်အစဉ်၊**
တွေးလျှင်အမှန်ရ၊

စိတ်က တွေးတောကြံစည်သမျှလဲ ကောင်းတာတွေချည်းပဲ တွေးတောကြံစည်တတ်တယ်၊ ရွှေအိုး(၄)လုံးဘောင်ထဲကို ရောက်အောင် တွေးတောကြံစည်တတ်တယ်။

* **အလုပ်အပြော၊ စိတ်သဘော၊**
မနောပြုစင်က၊

သဒ္ဓါတရားကောင်းနေမှတော့ လုပ်တာလဲ ဖြူစင်တယ်၊ ပြောတာလဲ ဖြူစင်တယ်၊ တွေးတောကြံစည်တာလဲ ဖြူစင်တယ်ဆိုရင်

* **အရိပ်ပမာ၊ မြတ်ချမ်းသာ၊**
နောက်မှာလိုက်နေကြ၊

ရွှေအိုးပိုင်နေတော့ ချမ်းသာတွေက လူ့နောက် အရိပ်လိုက်နေသလို သစ္စာရှိရှိနဲ့ ကောင်းကျိုးပြုဖို့ တကောက်ကောက် လိုက်နေကြတယ်။

* **ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း၊ လူ့အစွမ်း၊**
ချီးမွမ်းအံ့သြရ၊

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်ထုံမွမ်းလာရင် လှပော အစွမ်းတက်လာတယ်၊ အစွမ်းတက်ပြီးတော့ ချီးမွမ်းအံ့သြစရာ ဖြစ်လာတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒကာ, ဒကာမအပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာ, ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလုပ်လို့၊ တရားတွေနာယူလို့၊ ဘာဝနာစွမ်းအားတွေနဲ့ စိတ်တန်ခိုးတွေသွင်းပြီးတော့မှ အဲသလိုနေကြတာ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားရှိသူ၏ခန္ဓာ

လူဟာ ခန္ဓာ(၅)ပါးချင်းတူသော်လဲ တရားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ခန္ဓာ(၅)ပါးက အရည်အသွေးတောက်ပြောင်တယ်ပေါ့၊ ဖြစ်သမျှစိတ်တွေဟာ စွမ်းအားရှိတဲ့စိတ်တွေချည်း၊ စိတ်ကကောင်းတော့ ရုပ်တွေက ပေါ့ပါးသွက်လက် စွမ်းအားတွေ ထက်မြက်လို့ပေါ့။

တရားမရှိရင် ခန္ဓာ(၅)ပါးချင်း တူသော်လဲပဲ အင်မတန်လေးတယ်၊ အပူတွေဘက်ချည်း ဆွဲ၊ ဆွဲသွားတာပဲ။

အဲသလိုဆိုရင်တော့ မိမိခန္ဓာဟာ ကုသိုလ်ထုံမွမ်း၊ လူ့အစွမ်းတွေဖြစ်လို့ ကိုယ့်အတွက်၊

http://www.dhammadownload.com

သူများအတွက်၊ ရပ်ကွက်အတွက်၊ မြို့နယ်အတွက်၊ လောက,သာသနာအတွက် အကုန်လုံး ကောင်းကျိုးဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အင်အားတွေချည်း ဖြစ်စေနိုင်တာပါ။

* ယုံကြည်သဒ္ဓါ၊ ရှိသူမှာ၊
ကောင်းစွာသန့်ရှင်းရ၊
* ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ရှင်း၊ အပူကင်း၊
ချက်ခြင်းစိတ်ကြည်ရ၊
* ကိုယ်ပိုင်စိတ်တွေ၊ ဖြစ်လာပေ၊
လုပ်လေသမျှ၊ ကိုယ်ပိုင်ရ၊
* သဒ္ဓါယှဉ်တွဲ၊ စိတ်မှာလဲ၊
အမြဲကြည်လင်ရ၊
* အမြဲကြည်လင်၊ စိတ်အစဉ်၊
ပြုလျှင်အမှန်ရ၊
* အမြဲကြည်လင်၊ စိတ်အစဉ်၊
ပြောလျှင်အမှန်ရ၊
* အမြဲကြည်လင်၊ စိတ်အစဉ်၊
တွေးလျှင်အမှန်ရ၊

http://www.dhammadownload.com

* အလုပ်အပြော၊ စိတ်သဘော၊
မနှောဖြူစင်က
* အရိပ်ပမာ၊ မြတ်ချမ်းသာ၊
နောက်မှာလိုက်နေကြ၊
* ကုသိုလ်ထုံမွမ်း၊ လူ့အစွမ်း၊
ချီးမွမ်းအံ့ဩရ၊

* * *

http://www.dhammadownload.com

အရိပ်ပေးနိုင်တယ်

ကုသိုလ်ထုံမွမ်းတဲ့လူရဲ့ အစွမ်းဆိုတာ ကိုယ့်အတွက်လဲ အရိပ်ပေးနိုင်တယ်၊ ကိုယ့်အရိပ်ကို ကိုယ်လဲ ကောင်းကောင်းခိုလို့ရတယ်။

ကုသိုလ်ထုံမွမ်းတဲ့လူရဲ့ အစွမ်းဆိုတာ ပတ်ဝန်းကျင်အတွက်လဲ အရိပ်ပေးနိုင်တယ်၊ အရိပ်ပေးလို့ရတယ်၊ ဒီဘဝတင် ဘယ်ကမလဲ၊ နောက်ဘဝထိ လှမ်းပြီး အရိပ်ပေးနိုင်တယ်၊ လောကုတ္တရာအထိ စွမ်းအားတွေရအောင် ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ထုံမွမ်းတဲ့လူရဲ့ အစွမ်းဆိုတာ အင်မတန် အားကိုးရတယ်၊ အဲဒီလို အားကိုးရလို့လဲ၊ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ကုသိုလ်လုပ်နေကြတာပါ၊ ပဌာန်းတရားတွေနာလို့ ညစဉ် ညစဉ် တရားတွေနာလို့၊ တရားနာတာလဲ ဘာဝနာအလုပ်ပါပဲ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်ထုံမွမ်း ဖားအစွမ်း

ဘုရားရှင်လက်ထက်က မြတ်စွာဘုရား စမ္ပါမြို့အနီး ရေကန်ကြီးမှာ တရားဟောပါတယ်၊ ဟောတာက လူပရိသတ်ကို ဟောတာပါ။

ဒါပေမယ့် ဖားလေးတစ်ကောင်က ရေကန်ထဲကတက်လာ၊ မြတ်စွာဘုရား တရားဟောတဲ့ အသံကြားတော့ အနားရောက်လာ၊ တရားလာနာတယ်ရယ်တော့ မဟုတ်ဖူး၊ ဒါပေမယ့် တရားပွဲနဲ့သွားကြုံနေတယ်။

တရားပွဲနဲ့သွားကြုံတော့ မြတ်စွာဘုရား တရားဟောတဲ့အသံကို အာရုံပြု၍

"ဒီအသံဟာ ငါ့ကို ချောက်လှန့်တဲ့အသံလဲ မဟုတ်ဖူး၊ ခြိမ်းချောက်တဲ့အသံလဲ မဟုတ်ဖူး၊

http://www.dhammadownload.com

ငါ့ကို ဝေါက်ငန်းတဲ့အသံလဲ မဟုတ်ဖူး၊ ငါ့ကိုနှိပ် စက်လိုတဲ့အသံလဲ မဟုတ်ဖူး၊ အင်မတန် အေးမြပါ လား၊ တယ်အေးချမ်းတဲ့ အသံပါလား"

ဆိုပြီးတော့ အကောင်းအဆိုး အကြောင်း အကျိုးတော့ နားမလည်ပါဘူး၊ ဒါပေမယ့် အေး ချမ်းလိုက်တာ၊ နားထောင်လို့ကောင်းလိုက်တာ ဆိုတဲ့ အသိတော့ သူ့မှာရှိတယ်။

အဲဒါနဲ့ ဘုရားဟောတဲ့ တရားသံကို စူးစူး စိုက်စိုက် အာရုံပြုပြီးတော့ ဖားလေးက နာယူနေ တယ်၊ ငြိမ်ပြီးတော့ နားထောင်နေတာပေါ့။

မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားသံကို ဒါဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားကောင်းလို့ နား မလည်ပါဘူး၊ ဒီတရားဟာ ကိလေသာကင်းစေ တယ်လို့ သူနားမလည်ပါဘူး၊ တိရစ္ဆာန်ဟာ တိရစ္ဆာန်အသိနဲ့ပဲ နာမှာပေါ့။

အဲသလို တရားကို စူးစူးစိုက်စိုက် နာနေ စဉ်မှာ နွားကျောင်းသားတစ်ယောက်က ရောက် လာတယ်၊ နွားကျောင်းသားက လူစုစုဝေးဝေး ထိုင်နေတာမြင်လို့ ရောက်လာတာပါ၊ ဘာများလုပ် နေကြပါလိမ့်၊ လူတွေစုလို့ပါလားပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အနားရောက်လာတော့ သြော်...မြတ်စွာဘုရား တရားဟောနေတာပါလားလို့ သိတယ်၊ နွားကျောင်းသားက လူပဲ၊ လူဖြစ်ပေမယ့် တရားကို နာဖော်မရဘူး၊ လူတွေကိုသာ မော်ကြည့်နေတာ။

နွားကျောင်းသားလက်ထဲမှာ သံချွန်တပ်ထားတဲ့ တုတ်တစ်ချောင်းပါတယ်၊ သူ့လက်ထဲပါတဲ့တုတ်ကို သံချွန်အောက်စိုက်ပြီး လူတွေကိုသာ မော်ကြည့်နေတာ၊ တရားနာတာ မဟုတ်ဖူး။

လူတော့လူပဲ၊ ဒါပေမယ့် သူက တရားနာတာမဟုတ်၊ အောက်က ဖားလေးက တိရစ္ဆာန်၊ ဒါပေမယ့် သူက တရားနာနေတယ်။

နွားကျောင်းသားထောက်လိုက်တဲ့ သံချွန်တပ်ထားတဲ့ တုတ်ဟာ အမှတ်မထင် ဖားရဲ့ကျောကို ထောက်မိသွားတယ်၊ ဖားလေးက တရားကို အာရုံပြုပြီး နာနေချိန်၊ သံချွန်ဒဏ်က အင်မတန်ပြင်းထန်တော့ ဖားလေး သေသွားတယ်။

ဖားလေးသေသွားတော့ တရားနာရတဲ့ ကုသိုလ်ကြောင့် တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ တိဟိတ်ဉာဏ်အလွန်ကြီးတဲ့ နတ်သားတစ်ယောက် သွားဖြစ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အားရစရာကောင်းလိုက်တာ၊ ဘယ့်နှယ် တရားလေး၊ ခဏနာလိုက်တာနဲ့ ဖားက နတ်သားသွားဖြစ်တယ်တဲ့။

အဲဒါနဲ့ တာဝတိံသာနတ်ပြည် ရောက်သွားတော့ စည်းစိမ်တွေက အလွန်ကြီးကျယ်၊ အခြံအရံတွေက တယ်များ၊ အံ့သြစရာ စွမ်းအားတွေ အပြည့်အဝနဲ့ တွေ့ရတော့ ဖားနတ်သားက သိပ်အံ့သြနေတယ်။

"ဟယ်...ငါ့စည်းစိမ်တွေ တယ်ကြီးကျယ်ပါလား၊ ငါ ဘာကုသိုလ်များ လုပ်ခဲ့လို့လဲ"

ပြန်စဉ်းစားလိုက်တော့ ဘုရားထံမှာ တရားနာခဲ့တာ၊ ကြာကြာလဲမဟုတ်ဖူး၊ ခဏလေးရယ်။

နာခဲ့တာကလဲ ဖားရဲ့နား၊ ဖားရဲ့အသံနဲ့ နာခဲ့တာ၊ ဒါကအကြောင်း၊ ဒါကအကျိုး၊ ဒါကအကောင်း၊ ဒါကအဆိုးလို့ ခွဲခြားနိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်နဲ့ နာခဲ့တာ မဟုတ်ဖူး၊ အေးချမ်းလိုက်တာ၊ နားထောင်လို့ ကောင်းလိုက်တာ၊ စိတ်ကို အေးမြစေလိုက်တာ ဆိုတဲ့ အသိလေးလောက်နဲ့ပဲ နာခဲ့တာ"

http://www.dhammadownload.com

"ဒီလို ခဏလေးနဲ့ နာခဲ့တဲ့တရား အချိန်ပိုင်းလေးနဲ့ နာခဲ့တဲ့တရားက ဒီလောက်တောင်မှ စွမ်းအားကို ဖြစ်စေပါသေးတကား၊ ငါ့လို ဉာဏ်ကြီးတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာ အလွန်ပြည့်ဝတဲ့၊ အသုံးအဆောင်တွေ အလွန်ပြည့်ဝတဲ့ နတ်သားတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ပို့ဆောင်နိုင်ပါသေးတကား၊

တိရစ္ဆာန်အသိ တိရစ္ဆာန်နား ဖားရဲ့အသိ၊ ဖားရဲ့နားနဲ့ နာခဲ့တဲ့ တရားတောင်မှ ဒီလောက်အားကိုးရပါသေးတကား"

တရားကလဲ အံ့ဩစရာကောင်းလိုက်တာ၊ အောက်ခြေမလွတ်ဖူး၊ ဒီတော့ ကုသိုလ်ထုံမွမ်း၊ ဖားအစွမ်းဖြစ်သွားတယ်။

နွားကျောင်းသားက မော်ပြီးတော့သာ ကြည့်နေတာ တရားမနာဘူး၊ လူအစွမ်း မပြနိုင်ဘူး၊ ဖားက အစွမ်းပြသွားတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အောက်ခြေမလွတ်ဖူး

တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ နတ်သားသွားဖြစ်တော့ ဉာဏ်တယ်ကြီးသကိုး၊ တရားနာခဲ့လို့ ဉာဏ်ကြီးတာ။

စိတ်တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ စူးစိုက်ပြီး တရားနာခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် ဉာဏ်အလွန်ကြီးတဲ့ နတ်သားသွားဖြစ်တော့ ဘဝကိုမမေ့ဘူး၊ အောက်ခြေမလွတ်ဘူး၊ သိပ်နမူနာယူစရာ ကောင်းတယ်။

ဖားဘဝက ရောက်သွားတဲ့ နတ်သားစဉ်းစားတယ်။

"ဟယ်...ဖားဘဝကလုပ်ခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်၊ အချိန်ပိုင်းလေးနဲ့ နာခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်တောင်မှ ဒီ

http://www.dhammadownload.com

လောက် အကျိုးကြီးတယ်ဆိုရင် အခု ငါနတ်ဖြစ်ပြီပဲ၊နတ်ဖြစ်ပြီဆိုရင် နတ်ရဲ့နား၊ နတ်ရဲ့အသိနဲ့ နာလိုက်ရင်တော့ ဒီတရားတွေဟာ အံ့ဩစရာကောင်းအောင် ကောင်းကျိုးဆောင်ရွက်ပေးမှာပဲ၊ နတ်ရဲ့အသိ၊ နတ်ရဲ့နားနဲ့ ဆန်းစစ်ပြီး နာကြားမယ်ဆိုရင်၊ ကုသိုလ်တရား ပွားများအားထုတ်မယ်ဆိုရင် အတိုင်းထက်အလွန် အားကိုးစရာရမှာပေါ့၊ ဘဝဆိုတာ သုံးလို့ဖြစ်တုန်း သုံးရတယ်လေ၊ ငါ အပါယ်ဘဝက လွတ်လို့ နတ်သားဖြစ်ပြီဆိုတော့ အောက်ခြေလွတ်လို့ ဘယ်ဖြစ်ပါ့မလဲ”

ဆိုပြီးတော့ အချိန်မဆွဲပါဘူး၊ ချက်ခြင်းလူ့ပြည်ကိုလာတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း နတ်အစွမ်း

သူ့မှာ အသိရှိတယ်၊ သတိရှိတယ်၊ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း ဖားအစွမ်းပြခဲ့ပြီဆိုတော့ ဆက်ပြီး ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း နတ်အစွမ်း ဆက်ပြမှ ဖြစ်မယ်ဆိုပြီး လူ့ပြည်က ဘုရားထံရောက်၊ ဘုရားထံမှာ တရားနာ၊ သောတာပန်ဖြစ်သွားတယ်၊ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း ဖားအစွမ်းပြခဲ့တယ်။

နတ်ပြည်ကိုရောက်တော့လဲပဲ အများအားဖြင့် နတ်သား နတ်သမီးတွေဟာ မေ့တာများပါတယ်၊ နတ်စည်းစိမ်ရရင် မေ့တာများတယ်၊ သူမမေ့ပါဘူး၊ (တရားနာခဲ့တဲ့ ဉာဏ်လေးကြောင့်)

ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း နတ်အစွမ်း ပြလိုက်တာ၊ ဘုရားထံတရားနာ၊ သောတာပန်ဖြစ်ပြီးကာမှ နတ်ပြည်ပြန်သွားတယ်၊ အဲဒါ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း ဖားအစွမ်း၊ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း နတ်အစွမ်း၊ တရားနာရတဲ့ ကျေးဇူးကြောင့်ပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

မြွေတစ်ကောင် တရားနာတယ်

ဒီလိုဆိုရင် အခု ပဋ္ဌာန်းပွဲကြီးတွေလုပ်တာ၊ ညစဉ် တရားပွဲကြီးတွေ ကျင်းပတာ၊ အင်မတန် အကျိုးရှိတဲ့ အလုပ်ပါ။

မိမိတို့ တရားနာနေကြသလို ပတ်ဝန်းကျင်မှာ နတ်တွေလဲ တရားမနာဘူးလို့ မဆိုနိုင်ဘူး၊ ပြီးတော့ ဖားတို့ မြွေတို့လို သတ္တဝါတွေ တရားမနာဘူးလို့ မဆိုနိုင်ဘူး၊ နာမှာပဲ။

မနှစ်တုန်းက သာကေတ၊ ဗိုနမာရ်အောင် စေတီတော်ဝင်းမှာ တရားဟောတုန်းက မြွေတစ်ကောင် တရားပွဲစတဲ့ အချိန်ကစပြီး တရားပွဲပြီးချိန်ထိ တရားနာနေတာ တွေ့ခဲ့ရတယ်။

F 8 B

http://www.dhammadownload.com

တရားသံလဲကြားရော ဘယ်နားက ရောက်လာမှန်းမသိဘူး၊ မြွေဟာစ်ကောင် ပရိသတ်အစွန်နား ရောက်လာတယ်။

ပရိသတ်တွေက ခြောက်တယ်၊ ဘယ်ပုံစံနဲ့မှ ခြောက်လို့မရဘူး၊ ရိုက်ချင်သလောက်ရိုက် ဘယ်မှ မသွားဘူး၊ ငြိမ်ပြီးတော့ တရားနာနေတယ်၊ တရားပွဲမပြီးမခြင်း ၁ နာရီခွဲလောက်ကြာအောင် တရားဟောတာ၊ ၁ နာရီခွဲလောက်ကြာအောင် ငြိမ်ပြီးတော့ နားထောင်နေတယ်။

တရားပွဲပြီးလို့ အမျှဝေပြီလဲဆိုရော ဘယ်သူမှ မမောင်းရဘူး၊ သူ့ဟာသူ အသာလေး နောက်ပြန်လှည့်သွားတယ်၊ ပရိသတ်တွေအကုန်လုံး အံ့အားသင့်ကြတယ်၊ (မနှစ်က၊ မနှစ်က)

ဒါကြောင့် ယခုလို တရားပွဲကျင်းပတယ်ဆိုတာ ယခုရောက်ရှိလာတဲ့ ပရိသတ်တင် ဘယ်ကမလဲ၊ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်မှာ ပရိသတ်တွေရှိတယ်၊ လူတင်မကဘူး၊ နတ်တွေရှိတယ်၊ ဖားတို့ မြွေတို့ ရှိမယ်၊ တိရစ္ဆာန်လေးတွေဆိုပေမယ့် အထင်သေးလို့ မရဘူး၊ တချို့မှာ အသိလေးတွေရှိတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် တရားပွဲကျင်းပတာ အင်မတန် အဖိုးတန်တဲ့အလုပ်၊ ဖားက နတ်သားဖြစ်၊ နတ်သားဖြစ်တော့ အောက်ခြေမလွတ်၊ တရားကို ဆက်နာ၊ သောတာပန်ဖြစ်တာ၊ အဲဒါ တရားကြောင့်၊ ကုသိုလ်ထုံမွမ်းတဲ့ အစွမ်းတွေချည်းပဲပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်စေတနာ ကိုယ့်အကျိုးပေးမယ်

သဒ္ဓါတရားရှိမယ်ဆိုရင် နှလုံးသားထဲမှာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကလေးတွေ ပေါ်ပေါက်လာပြီဆိုရင် ကိုယ်ပိုင်အလုပ်တွေ လုပ်ဖြစ်တယ်။

တရားဆိုတာ စိတ်ကိုယ်ကြည်စေတဲ့ အလုပ်တွေချည်း၊ စွမ်းအားတွေချည်းပဲပေါ့။

သဒ္ဓါတရားရှိပြီဆိုရင် ကောင်းမှု(၄)မျိုး မြတ်ရွှေအိုးဆိုတာ ရအောင်ယူတတ်တယ်၊ နှလုံးသားထဲမှာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကလေးတွေ ရှိနေသမျှ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ကို လုပ်ဖြစ်တယ်။

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ရှိရင် နိုင်ငံတာဝန်ထမ်းဆောင်တာလဲ ကိုယ့်အလုပ်ပဲပေါ့၊ သူများအလုပ်လုပ်တာလဲ ကိုယ့်အလုပ်ပဲပေါ့၊ ကိုယ့်နှလုံးသားထဲမှာ

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်စိတ်ရှိနေသမျှတော့ ဘယ်သူ့အလုပ်ကိုပဲ လုပ်လုပ် ကိုယ့်အလုပ်တွေချည်းပဲပေါ့၊ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ ကိုယ့်စေတနာက ကိုယ့်အကျိုးပေးမှာကိုး။

သူများကို ကောင်းစေချင်တဲ့ စေတနာ ကောင်းတွေ သူများကို ချမ်းသာစေချင်တဲ့ စေတနာ တွေ ကိုယ့်ကိုလဲ အကျိုးပေးကြမှာ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

လုံခြုံရေးတာဝန်

အဲသလိုဆိုရင် ဒီဒေသနာကပြောတဲ့ ကောင်းမှု(၄)မျိုး မြတ်ရွှေအိုးဆိုတာ

(၁) ဒါနရွှေအိုး၊

ပစ္စည်းဥစ္စာ လုံခြုံရေးအတွက် တာဝန်ယူတယ်၊

(၂) သီလရွှေအိုး၊

ဘဝခန္ဓာ လုံခြုံရေးအတွက် တာဝန်ယူတယ်၊ ရောဂါတွေ၊ အနှောင့်အယှက်တွေ၊ အပါယ်ဘေးစသည်တွေလုံခြုံအောင် တာဝန်ယူတယ်။

(၃) သမာဓိရွှေအိုး၊

စိတ်နှလုံး လုံခြုံရေးအတွက် တာဝန်ခံတယ်၊ တာဝန်ယူတယ်၊ စိတ်က ဒီအတိုင်းဆို လုံမှမလုံဘဲ၊

http://www.dhammadownload.com

ကိလေသာ၊ နီဝရဏတွေ အမြဲတမ်း နှိပ်စက်နေ တော့ ဘာပဲရှိရှိ ချမ်းလဲမချမ်းသာဘူး၊ ကိုယ့်စိတ် တွေမရှိရင်၊ စိတ်မလုံခြုံရင် ဘာပဲရှိရှိ ငြိမ်းလဲ မငြိမ်းအေးဘူး၊ အကြောက်လဲမပြေဘူး၊ ဒါကြောင့် သမာဓိဆိုတာ စိတ်ဓာတ်လုံခြုံရေးအတွက် တာဝန် ယူတယ်။

(၄) ဝိပဿနာရွှေအိုး၊

တရားလုံခြုံရေးအတွက် တာဝန်ယူတယ်၊ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ အထင်တရားတို့ ဖျက်ဆီးမှု မခံရဘဲ ပန်းတိုင်အရောက် ဖြောင့်ဖြောင့်သွားနိုင် အောင် ငါစွဲတွေ၊ သူစွဲတွေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲတွေ၊ ပစ္စည်းစွဲတွေ အစွဲမှန်သမျှကိုလဲ အကုန်လုံးခွာပေး တယ်ပေါ့။

ဘဝဆိုတာလဲ စွဲထားဖို့မဟုတ်ဘူး၊ အသုံးချ ဖို့သာ ဖြစ်တယ်၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာဆိုတာလဲ အမြဲဆုပ် ကိုင်ထားဖို့ မဟုတ်ဘူး၊ အသုံးချဖို့သာ ဖြစ်တယ်။

(ဝိပဿနာရွှေအိုးလေး ရှိလာတော့ တရား လုံခြုံရေးတွေ ရလာတယ်)

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ပိုင်ခွင့်မှန်သမျှဟာလဲ အမြဲဆုပ်ကိုင်ထားဖို့ မဟုတ်ဘူး၊ အသုံးချဖို့သာ ဖြစ်တယ်လို့ ရှင်းရှင်းမြင်တတ်လာတယ်။

ဒါကြောင့် တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ အထင်တရားတွေ ဖျက်ဆီးမှုမခံရဘဲ ရှင်းရှင်းနဲ့ သွားနိုင်အောင်၊ အာရုံနဲ့စိတ် အဆင်ပြေအောင်၊ အာရုံနဲ့စိတ် ညီမျှခြင်းပြနိုင်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးတာကြောင့် ဝိပဿနာရှေ့အိုးက တရားလုံခြုံရေးပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အတိုး အာမခံစိတ်ချရတယ်

* **စိတ်တက်ကြွစွာ၊ လှူသူမှာ၊
ဥစ္စာပစ္စည်းလုံခြုံသည်၊**

စိတ်တက်တက်ကြွကြွနဲ့ လှူတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာ လုံခြုံရေးအတွက် လုပ်နေတာ၊ လုံခြုံရုံ တင်မကဘူး၊ အတိုး အာမခံ စိတ်ချရတယ်။

ဒါနဆိုတာ စိုက်ပျိုးရေးပုံစံနဲ့ ကြည့်မှလဲ ပျော်စရာကောင်းတာပါ၊ စိုက်ပျိုးရေးပုံစံနဲ့ မကြည့်ရင် ဒါနလုပ်ရင် ကုန်တာပဲမြင်ရင်တော့ စွမ်းအား အပြည့်အဝ မရဘူးပေါ့။

စိုက်ပျိုးရေးသမားတွေကြည့်ပေါ့၊ အင်မတန် အောင်မြင်တဲ့မျိုးစေ့ကို ရေထဲ မြေထဲမှာ စိုက်ပျိုး လိုက်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

စိုက်ပျိုးလိုက်တာနဲ့ မျိုးစေ့တွေ မျက်စိအောက်က ပျောက်ကွယ်သွားတယ်၊ ရေထဲ မြေထဲကို ရောက်သွားကြပြီ။

ရေထဲမြေထဲကို ရောက်သွားလို့ နှမြောသလားလို့ စိုက်ပျိုးရေးသမားကို မေးကြည့်လိုက်၊ နှမြောတယ်လို့ အဖြေမထွက်ဘူး။

ဘယ်လိုအဖြေထွက်သလဲ ?

အတိုးနဲ့ပြန်ရမှာလို့ အဖြေထွက်တယ်။

ဘာလို့လဲလို့ သူ့ကိုမေးလိုက်တော့...

မျိုးစေ့တွေကို ယုံတယ်တဲ့။

မျိုးစေ့လေးတွေ အောင်မြင်တဲ့အတွက်

မျိုးစေ့တိုင်း မျိုးစေ့တိုင်း အပင် ပေါက်မယ်လို့ ယုံတယ်၊

အပင်တိုင်းအပင်တိုင်း အသီးသီးမယ်လို့ ယုံတယ်၊

အသီးသီးပြန်တော့လဲ အတိုးနဲ့သီးမယ်လို့ ယုံတယ်၊

အတိုးနဲ့ သီးမှာဖြစ်တဲ့အတွက် အတိုးနဲ့ပြန်ရမှာလို့ ယုံတယ်။

http://www.dhammadownload.com

စိုက်ပျိုးရေးသမားရဲ့ မျိုးစေ့အပေါ်မှာ ယုံကြည်ချက်ဟာ ဉာဏ်နဲ့တွေးကြည့်ပေါ့၊ အဝိညာဏက မျိုးစေ့ဟာ အသက်လဲမပါ၊ စိတ်လဲမပါ၊ အသက်မပါ စိတ်မပါတဲ့ မျိုးစေ့ကိုတောင်မှ ဒီလောက်ယုံတယ်တဲ့။

ဒီလိုဆိုရင် မိမိက သဝိညာဏကပဲ၊ မျိုးစေ့ထက်စွမ်းတဲ့ သဝိညာဏကပဲ၊ အသက်လဲပါတယ်၊ စိတ်လဲပါတယ်၊ သဒ္ဓါ၊ ပညာ စတဲ့ အင်အားတွေ ထည့်သွင်းပေးလိုက်မယ်ဆိုရင် မိမိစိတ်ကလေးက ပိုပြီး တန်ခိုးတက်ရမှာပေါ့။

စိုက်ပျိုးရေးသမားတွေ မျိုးစေ့ကို စိုက်လိုက်တဲ့အခါမှာ အတိုးဆိုတာ ခန့်မှန်းလို့ရတယ်၊ မိမိက သဝိညာဏက ဖြစ်နေတော့ စိတ်စေတနာရဲ့ အတိုးနှုန်းဆိုတာ ဘယ်လိုမှ ခန့်မှန်းလို့မရ။

အဝိညာဏက သက်မဲ့မျိုးစေ့လေးကိုတောင်မှ ပြည့်ပြည့်ဝဝ၊ တိတိကျကျ ယုံတတ်တယ်ဆိုရင် မိမိက မျိုးစေ့ထက်စွမ်းတယ်၊ မျိုးစေ့ထက်စွမ်းလှတဲ့ သဝိညာဏကသတ္တဝါ အင်မတန်မှ ထက်မြက်လှတဲ့ ကိုယ့်စေတနာကို ပိုပြီးတော့ ယုံရမှာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် သဒ္ဒါတရားနဲ့ လေးလေးနက်နက် ယုံကြည်တတ်တယ်၊ ဒါနအလုပ်ဆိုတာ စိုက်ပျိုးရေးပုံစံနဲ့ကြည့်မှ ပျော်စရာကောင်းတာပါ။

* **စည်းကမ်းသီလ၊ ဆောင့်ထိန်းက ဘဝခန္ဓာလုံခြုံသည်၊**

စည်းကမ်းဆိုတာ သီလ၊ သီလဆိုတာ စည်းကမ်း၊ အတူတူပါပဲ၊ ဘဝခန္ဓာ လုံခြုံရေးအတွက် အာမခံ တာဝန်ယူတဲ့ ရွှေအိုးကြီး (၁)လုံးပေါ့။

* **သမာဓိအား၊ တိုးအောင်ပွား၊ စိတ်ထားလုံခြုံသည်၊**

ဘုရားရှိခိုးတယ်၊ မေတ္တာပို့တယ်၊ အချိန်သီးခြားယူပြီးတော့ သမာဓိရအောင် ပွားများအားထုတ်တယ်၊ အချိန်သီးခြား မပေးနိုင်ရင်တောင် ဘယ် အချိန်မှ စိတ်ကလေးကို ပစ္စလက်ခတ်လွှတ်လို့ မထားဘူး၊ အလုပ်လုပ်ရင်တောင်မှ ဒါပြီးရင် ဒါလုပ်မယ်လို့ တန်စီးပြီးတော့ထားတယ်။

ဘဝက အင်မတန်အဖိုးတန်တော့ အချိန်ကို အလကားဖြုန်းမပစ်ဘူး၊ ရတဲ့အချိန်လေးတွေ သမာဓိစွမ်းအားရအောင် စိတ်အင်အားတွေပေါ်အောင် မြှင့်တင်ပေးတတ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

သီးခြားအချိန်ယူပြီး မပွားတဲ့အခါတောင်မှ စိတ်ကလေး လုံခြုံစွာထိန်းပြီး အိမ်အလုပ်လုပ်ရင်းတောင် စိတ်တည်ငြိမ်အောင် လေ့ကျင့်လို့ပေးနေတယ်၊ ထမင်းချက်ရင်းနဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်အောင် လေ့ကျင့်လို့ပေးနေတယ်။

ဒါကြောင့် သမာဓိဆိုတာ စိတ်လုံခြုံရေးအတွက် အာမခံ တာဝန်ယူတယ်၊ စိတ်ကို ဈေးချတ် ဆေးကြောတဲ့အလုပ်လဲ ဖြစ်ပါတယ်။

စိတ်ဆိုတာက ပစ်ထားရင် ဈေးတွေကပ်လာတာပဲ၊ ဈေးကပ်လာရင် ကိုယ့်စိတ် ဘယ်ဟုတ်တော့မလဲ၊ သူများစိတ်ဖြစ်သွားပြီ၊ သူများစိတ်ဖြစ်သွားရင် သူများသဘောကျပဲ လုပ်သွားမှာပေါ့၊ ကိုယ့်သဘောကျ ဘာမှလုပ်ပေးမှာ မဟုတ်ဘူးပေါ့။

* **ဝိပဿနာ၊ ရှုပွားပါ၊**
  မှန်စွာတရားလုံခြုံသည်၊

ဝိပဿနာဆိုတာက တရားလုံခြုံရေးတဲ့၊ မှန်ဘီလူးလို့လဲ ခေါ်တယ်၊ အနီးကြည့်မျက်မှန်လို့လဲ ခေါ်တယ်၊ ခန္ဓာနှင့် တဏှာ ခွာ၍,ခွာ၍ပေးတာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

သံသရာခရီးအတွက် အကုန်လုံး အာမခံတယ်၊ နိဗ္ဗာန်ကူးအတွက် အကုန်လုံး အာမခံတာဝန်ယူတယ်။

* **လိုချင်သမျှ ပေးနိုင်ကြ၊**
ဒုက္ခလွတ်အောင်စွမ်းဆောင်သည်၊

လိုတာအကုန်ပြောပါတဲ့၊ သေမှုဆင်းရဲဒုက္ခအပူတွေလွတ်အောင် စွမ်းဆောင်လို့ပေးမယ်၊ နိဗ္ဗာန်မရခင်မှာ ဘယ်အာရုံနဲ့တွေ့တွေ့ တွေ့သမျှအာရုံနဲ့ အဆင်ပြေအောင် ငြိမ်းချမ်းစွာနေတတ်ဖို့ ကောင်းမှုစွမ်းအားဆိုတဲ့ အင်အားတွေက ဆောင်ရွက်လို့ပေးမှာ။

* **ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း၊ လူ့အစွမ်း၊**
ချိုးမွှမ်းထိုက်ပေသည်၊

ချိုးမွှမ်းထိုက်တဲ့ အင်အားတွေကို ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ပျော်ပျော်ကြီးလုပ်နေကြတာ အမှန်တော့ စိတ်ကလေးကို တန်ခိုးသွင်းကြတာပါ။

ဒါနလမ်းကြောင်းနဲ့ စိတ်ကလေးကို တန်ခိုးသွင်းတယ်၊ သီလလမ်းကြောင်းနဲ့ စိတ်ကလေးကို တန်ခိုးသွင်းတယ်၊ သမာဓိလမ်းကြောင်းနဲ့ စိတ်

http://www.dhammadownload.com

တွေ့သမျှခန္ဓာတွေ၊ ရသမျှခန္ဓာတွေကို ကိုယ့်ခန္ဓာကြီးနဲ့တကွ ကိုယ်နဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ ခန္ဓာတွေ၊ သက်ရှိသက်မဲ့တွေကို ငါပဲ၊ ငါ့ဟာပဲလို့ အစွဲတွေအားကြီးသလောက် အပူက လာမှာပဲ။

အစွဲက ၁ ပိဿာရှိရင် အပူက ၁ ပိဿာ ပင်မှာပေါ့၊ အစွဲတွေ ၁၀–ပိဿာလောက်စွဲထားရင် အပူလဲ ၁၀–ပိဿာလောက် ဝင်ကြမှာပေါ့၊ အစွဲ ၁ ပိဿာ လျော့သွားတာနဲ့ အပူက ၁ ပိဿာ လျော့သွားမှာပါ။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာဆိုတာ အပူနဲ့ခန္ဓာ ခွာ၍,ခွာ၍ပေးတဲ့ အလုပ်ပါ။

* အတိုးလဲပြ၊ စိတ်အေးရ၊ မုချကိုယ်ပိုင်သည်၊

အတိုးလဲပြတယ်၊ အတိုးနှုန်းတွက်လို့မရအောင် များတယ်၊ ဘဝကူး အာမခံတယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်မှာ တွေ့သမျှနဲ့ အဆင်ပြေအောင် နေတတ်ဖို့ အာမခံတယ်၊ အာရုံနဲ့စိတ် ညီမျှခြင်းပြဖို့ အာမခံတာဝန်ယူတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကလေးကို တန်ခိုးသွင်းတယ်၊ ဝိပဿနာလမ်းကြောင်းနဲ့ စိတ်ကလေးကို တန်ခိုးသွင်းတယ်၊

ပစ်ထားရင် စိတ်က အမှိုက်တွေချည်း၊ အမှိုက်များတော့ မီးလောင်တယ်၊ အန္တရာယ်တွေ ဝိုင်းလာတယ်၊ တန်ခိုးသွင်းလိုက်တော့ အင်အားတွေချည်း ပေါ်လာတာပေါ့။

* **စိတ်တက်ကြွစွာ၊ လှူသူမှာ၊**
  ဥစ္စာပစ္စည်းလုံခြုံသည်၊
* **စည်းကမ်းသီလ၊ စောင့်ထိန်းကြ၊**
  ဘဝခန္ဓာလုံခြုံသည်၊
* **သမာဓိအား၊ တိုးအောင်ပွား၊**
  စိတ်ထားလုံခြုံသည်၊
* **ဝိပဿနာ၊ ရှုပွားပါ၊**
  မှန်စွာတရားလုံခြုံသည်၊
* **အတိုးလဲပြ၊ စိတ်အေးရ၊**
  မုချကိုယ်ပိုင်သည်၊
* **လိုချင်သမျှ၊ ပေးနိုင်ကြ၊**
  ဒုက္ခလွတ်အောင်စွမ်းဆောင်သည်၊
* **ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း၊ လူ့အစွမ်း၊**
  ချီးမွမ်းထိုက်ပေသည်၊

http://www.dhammadownload.com

အဲသလိုဆိုရင် လူရော နတ်ရော အားလုံးက ချီးမွမ်းထိုက်တဲ့အင်အားတွေ၊ ယခု ဒကာ, ဒကာမ အပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေ၊ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ ပြုလုပ်အားထုတ်ပြီးတော့ နေကြတယ်၊ ကုသိုလ်ဆိုတာ အင်မတန် အားကိုးရတဲ့တရားပါ။

ဒါကြောင့် သဗ္ဗ-ကြွင်းမဲ့ဉသုံ အလုံးစုံသော၊ တံ-ထိုလူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်းသာကို၊ ဧတေန-စိတ်ကောင်းအစု၊ ကောင်းမှု(၄)မျိုး၊ ဤကဲ့သို့သော မြတ်ရွှေအိုးဖြင့်၊ ဒေဝမနုဿေဟိ-စိတ်ကောင်းအစု၊ ကောင်းမှုတိုးပွား၊ စိတ်ထားစင်ဖြူ၊ နတ်နှင့်လူတို့သည်၊ ဧတေန-ဤကောင်းမှုလေးမျိုး၊ မြတ်ရွှေအိုးဖြင့်၊ လဗ္ဘတိ-မုချပိုင်ပိုင် ရရှိနိုင်ပါပေသတည်း။

* * *

http://www.dhammadownload.com

မျက်မှန်တပ်မှ အဆင်ပြေမယ်

ဒါကြောင့် ကောင်းမှုတရားဆိုတာ လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်းသာကို ပေးနိုင်တယ်၊ ဖားကလေးတစ်ကောင်တောင် နတ်ချမ်းသာ ရသွားတယ်။

ဘဝအာမခံချက် အကုန်ပေးနိုင်တယ်၊ လောကုတ္တရာချမ်းသာအထိ ပေးနိုင်တဲ့စွမ်းအား အပြည့်အဝပါတယ်၊ အဲဒီတရားကို မိမိတို့ ကြိုးစားယူပြီးတော့ နေကြပါတယ်။

ကုသိုလ်လုပ်တဲ့အခါ ဘာအရေးကြီးသလဲဆိုတော့ မျက်မှန်တပ်ဖို့လိုတယ်၊ မျက်မှန်တပ်ရမှာက (၂)လက်တောင် တပ်ရမှာ။

http://www.dhammadownload.com

လောကကြီးမှာရှိတဲ့ လူတွေဟာ (ပကတိမျက်စိအမြင်မသန်တဲ့လူတွေ) အဝေးကြည့်မသန်တော့ အဝေးကြည့်မျက်မှန် တပ်ကြတယ်၊ အနီးကြည့်မသန်တဲ့လူတွေ အနီးကြည့်မျက်မှန် တပ်ကြတယ်၊ တပ်တော့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပြတ်ပြတ်သားသား မြင်ရလို့၊ လုပ်သင့်တာတွေအားလုံး လုပ်နိုင်ကြတယ်ပေါ့၊ အဲဒါမျိုးပဲ။

ဘဝသံသရာခရီးမှာ သွားနေကြတဲ့ သံသရာခရီးသည်တွေလဲ မျက်မှန်တပ်မှ အဆင်ပြေမယ်၊ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာမှိုင်းတောထဲမှာ သွားနေရတာဆိုတော့ မျက်မှန်မတပ်ရင် ခလုတ်တိုက်ကုန်မှာ၊ ချော်လဲကုန်မှာ၊ လိမ့်ကျကုန်မှာ၊ ဆူးပေါ်စူးကုန်မှာ။

ဒါကြောင့် ရှိတဲ့အတိုင်းမြင်နိုင်ဖို့ မျက်မှန်တပ်ပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

လူ့အသိ(၃)မျိုး

လူ့ရဲ့အသိဆိုတာ အတိုချုပ် (၃)မျိုးရှိတယ်။

(၁) ရသိ

(၂) မှတ်သိ

(၃) ခွဲသိ

ကုသိုလ်လုပ်တဲ့အခါ အသိက ပြတ်သားမှ၊ အသိက မြင့်မားမှ၊ ပညာအင်အားတွေ စိတ်ကြိုက် မြင့်တင်လို့ ရပါတယ်။

(၁) ရသိဆိုတာ စိတ်သိ၊ ဝိညာဉ်သိကို ပြော တာပါ၊ အာရုံကို ယူရုံလေးပါ၊ ရရုံလေးပဲ ယူနိုင်ပါတယ်၊ ကောင်း,ကျိုး ခွဲသိဖို့ဆိုတာ မပြောနဲ့၊ အဖြူအမည်း စသည်တောင်

http://www.dhammadownload.com

မခွဲနိုင်ပါဘူး၊ အဲဒီ ရသိ သိရုံလေးနဲ့လဲ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားကို ရအောင် မယူနိုင်သေးဘူး။

(၂) မှတ်သိဆိုတာက သညာသိကိုပြောတာ၊ သညာသိဆိုတာ သင်္ကေတသိ၊ သူက အဖြူအမည်း စသည်တော့ ခွဲနိုင်တယ်၊ ဒါပေမယ့် အကြောင်းအကျိုး၊ အကောင်းအဆိုးတော့ မခွဲနိုင်သေးဘူး၊ အဲဒီ သင်္ကေတသိ၊ သညာသိ၊ မှတ်သိလေးနဲ့လဲ လူ့အစွမ်းဆိုတာ အပြည့်အဝ မယူနိုင်သေးဘူး။

(၃) ခွဲသိဆိုတာ ပညာသိကိုပြောတာ၊ အဲဒီ ခွဲသိကလဲ တစ်ဖက်မြင်ပညာ၊ နှစ်ဖက်မြင် ပညာလို့ ၂ မျိုးရှိသေးတယ်။

(က) တစ်ဖက်မြင်ပညာ ဆိုတာက၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ခန္ဓာရပ်တည်ရေးလေးအတွက် ဘဝခန္ဓာ ထမ်းဆောင်မှုအတွက် သင်ယူထားတဲ့ အတတ်ပညာတွေပေါ့၊ အဲဒီ အတတ်ပညာ ရှိရုံလေးနဲ့လဲ ခွဲသိက မစုံသေးဘူး၊ သူက မျက်စိမှိတ်လိုက်တာနဲ့

http://www.dhammadownload.com

စိတ်မအေးစရာတွေ တန်းစီလာကြမှာ။

(ခ) နှစ်ဖက်မြင်ပညာဆိုတဲ့ ခွဲသိပညာ ထိ ရထားမှ စိတ်အေးစရာ အင်အားတွေ ရမယ်၊ စွမ်းအားတွေ လိုသလောက်ရအောင် ယူနိုင်မယ်ပေါ့၊ နှစ်ဖက်မြင်ပညာက လုပ်ငန်းပိုင်းမှာ နှစ်မျိုးပေါ့၊ လောကစကားပြောရရင် မျက်မှန်နှစ်လက်ပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အဝေးကြည့်မျက်မှန်

အဝေးကြည့်မျက်မှန်ဆိုတာက ကမ္မသက တာ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ပြောတာ၊ အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန် ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်လို့ ကြည့်နိုင် တယ်။

"ဩော်...ငါဟာ အတိတ်ကာလတုန်းက စိတ်ကောင်းတွေထားခဲ့လို့သာ ယခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ သုံးလို့ဖြစ်တဲ့ လူတစ်ယောက်ရယ်လို့ ဖြစ်လာ ရတာပါလား၊ လောကကြီး မိမိလက်လှမ်းမီ သလောက် လျှောက်ကြည့်စမ်းပေါ့။

ကိုယ့်လောက်မှ အဆင်မပြေတဲ့သူတွေ အများကြီးပါလား၊ ကိုယ့်လိုမှ သုံးလို့မဖြစ်တဲ့သူ တွေ အများကြီးပါလား၊ ဖြစ်ချင်သလို ဖြစ်တာ

http://www.dhammadownload.com

မဟုတ်ဘဲ ရှိသလို ဖြစ်ကြရတာပါလား၊ အနာဂတ် ကောင်းဖို့ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်မှာ စိတ်ကောင်းလေးတွေ ထားပြီးတော့ ပေးမှသာလျှင် ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်”

အဲသလို အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန်ကြောင်း ကျိုးဆက်သွယ် ကြည့်တတ်လာတယ်။

အဝေးကြည့်မျက်မှန် တပ်လိုက်တော့ သံသရာခရီးဆိုတာက (နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်းချက် ရှိပြီးသား ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ရင်တောင်မှ) ဝေးကလဲဝေး၊ ရှည်ကလဲ ရှည်၊ ကြမ်းကလဲကြမ်း၊ အဆင်းအတက်ကလဲ များ၊ အန္တရာယ်ကလဲပေါ အကွေ့အကောက်ကလဲ များဆိုတော့ ဤကဲ့သို့သော သံသရာခရီးကို သွားရတဲ့ အခါမှာ ဒါနအထုပ် ဘယ်လောက်ပါမှ လောက် လိမ့်မယ်။

သွားရမယ့်ခရီးနဲ့ ကိုယ့်မှာပါတဲ့ ရိက္ခာ လောက်,မလောက် သေသေချာချာ ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားချင့်ချိန် တွက်ချက်ကြည့်တယ်၊ မလောက် ဘူးထင်ရင် မြှင့်ပေးလိုက်တာပဲ၊ ကိုယ့်လုပ်ပိုင် ခွင့်ရှိတာကိုး။

ဒီလောက်ဝေးတဲ့၊ ဒီလောက်ကြမ်းတဲ့၊ ဒီ လောက် အဆင်းအတက် အကွေ့အကောက်

http://www.dhammadownload.com

အလွန်များတဲ့ သံသရာခရီးရှည်ကြီး သွားရတဲ့ အခါမှာ သီလဆိုတဲ့ နေရာကောင်းပါမှ စိတ်ချရပေလိမ့်မယ်၊ ဉာဏ်နဲ့ချင့်ချိန် တိုင်းတာပြီး လိုမယ်ထင်ရင် ဖြည့်ပေးလိုက်တာပဲ။

ဤကဲ့သို့သော သံသရာခရီးကြမ်းကြီးကို သွားရတဲ့အခါမှာ လောကီအာရုံတွေဆိုတာက မလိုချင်တာလဲ တွေ့မှာပေါ့၊ နှစ်သက်တာနဲ့ မနှစ်သက်တာ၊ မနှစ်သက်စရာ အာရုံတွေက အများကြီးပဲ။

အာရုံတွေနဲ့တွေ့တဲ့အခါ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေဖို့၊ မျက်ခြည်မပြတ်ဖို့၊ သွားမယ့်လမ်းက နောက်ကြောင်းပြန်မကျော့မိဖို့၊ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ခိုင်ခိုင်ခန့်ခန့်၊ လေးလေးနက်နက်၊ ရှေ့ကိုဆက်ပြီး သွားတတ်ဖို့ဆိုရင် ဘာဝနာအင်အားသတ္တိတွေက ဒီလောက်လေ့ကျင့်ထားမှ တော်ပေလိမ့်မယ်။

သွားရမယ့်ခရီးနဲ့ ကိုယ့်မှာရှိတဲ့ အင်အားလောက်,မလောက် သေသေချာချာ စဉ်းစားချင့်ချိန် တိုင်းတာပြီးတော့ လိုအပ်တယ်ဆိုတဲ့ ကောင်းမှုကုသိုလ်များကို ဖြည့်ပြီးတော့ပေးတတ်တယ်၊ ဒါ

http://www.dhammadownload.com

ကြောင့် အဝေးကြည့်မျက်မှန် တပ်ထားသူဟာ နောင်ရေးသေချာအောင် အကုန်လုပ်ထားတယ်။

ဘဝကူးတံတားဆောက်ပြီးသား၊ သံသရာကူးတံတား ဆောက်ပြီးသား၊ နိဗ္ဗာန်တက်မယ့် လှေကားကြီး ထောင်ထားပြီးသား အကုန်လုံး သေချာအောင်လုပ်တယ်၊ (အဲဒါ အဝေးကြည့် မျက်မှန်တပ်ထားလို့)

* * *

http://www.dhammadownload.com

အနီးကြည့်မျက်မှန်

အနီးကြည့်မျက်မှန်ဆိုတာက ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ပြောတာ၊ အနီးကြည့်မျက်မှန် တပ်ထားလိုက်တော့ အမြင်ရှင်းလာတယ်။

ဘဝဆိုတာ အမြဲဆုပ်ကိုင်ထားဖို့လဲမဟုတ်၊ အမြဲရပ်တည်ဖို့လဲ မဟုတ်၊ ဆုပ်ကိုင်ချင်လို့လဲ ရမှာမှမဟုတ်ဘဲ၊ အမြဲရပ်တည်ချင်လို့လဲ ပေးမှာမှ မဟုတ်ဘဲ၊ အသုံးချဖို့သာဖြစ်တယ်လို့ အမြင်ရှင်း လာတယ်။

ဘဝကိုအကြောင်းပြု၍ ရလာတဲ့ စည်းစိမ် ဥစ္စာ လုပ်ပိုင်ခွင့်တွေဟာလဲပဲ အမြဲဆုပ်ကိုင်ထားဖို့ လဲ မဟုတ်ဘူး၊ အမြဲရပ်တည်နေဖို့လဲ မဟုတ်ဘူး၊ သူများတွေနဲ့ ပြိုင်ဖို့လဲမဟုတ်ဘူး၊ အသုံးချဖို့သာ ဖြစ်တယ်၊ ဒီလိုဆိုရင် အဖိုးတန်အောင်သုံးရမှာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဘဝခန္ဓာနဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေဟာ အငှားတွေပါလို့ အနီးကြည့်မျက်မှန်လေး တပ်လိုက်တော့ အမြင်ရှင်းလာတယ်၊ အငှားတွေပါလို့ မြင်လာတယ်။

အငှားဆိုတာ ပြန်အပ်ရမှာ၊ နောက်က အချိန်ကန့်သတ်ချက်လေးတွေ ပါတယ်။

ငါ ဒီဘဝမှာ ဘယ်နှစ်နှစ်ကို နေပြလိုက်စမ်းမယ်ဆိုလို့ ရလိမ့်မယ်မမှတ်နဲ့၊ ကိုယ့်ခန္ဓာ ကိုယ်ပိုင်တာမှမဟုတ်ဘဲ၊ အငှားပါ။

အငှားဆိုတော့ နောက်က အချိန်ကန့်သတ်ချက်ရှိတယ်၊ အချိန်စေ့ရင် ပြန်အပ်ရမယ့်အငှားတွေ၊ အဲသလို ရှင်းရှင်းလေးမြင်လာတော့ ဒီနေ့လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို နက်ဖြန်မရွှေ့တတ်ဘူး။ ဒီနေ့လုပ်ရမယ့်အလုပ် ဒီနေ့ပဲ ပြီးအောင်လုပ်တတ်တယ်။

ကိုယ်နဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ သက်ရှိသက်မဲ့တွေ အချိန်စေ့ပြီး လက်လွှတ်ချိန်ရောက်တော့လဲ အပူတွေပွားလို့ အချိန်တွေ ဖြုန်းမနေတတ်ပါဘူး၊ သြော်...ငါနဲ့ဆိုင်တာ ဒီလောက်ပဲလေဆိုပြီးတော့ ခွင့်လွှတ်တတ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

လက်ထဲက သက်ရှိသက်မဲ့တွေ၊ သက်ဆိုင်ခွင့်တွေ လက်လွှတ်သွားသော်လဲ တရားက လက်လွှတ်မသွား၊ အင်နဲ့အားနဲ့ ထုနဲ့ ထည်နဲ့ ပြန်ပြန်ရတယ်၊ လက်ထဲကလွှတ်သွားတာ သူ့အတွက် တရားဖြစ်သွားတယ်၊ (ကြည့်တတ်တယ်ပေါ့)

ဒါကြောင့် အဝေးကြည့်မျက်မှန်တပ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ နောင်ရေးသေချာအောင် အကုန်လုပ်ထားတယ်၊ အနီးကြည့်မျက်မှန်တပ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ ပစ္စုပ္ပန်မှာ အကုန်လုံး ငြိမ်းအေးအောင်နေတတ်တယ်၊ အာရုံနဲ့စိတ် အဆင်ပြေအောင် နေတတ်တယ်၊ အာရုံနဲ့စိတ် ညှိမျှခြင်းပြုအောင် နေတတ်တယ်။

ဒီတော့ မျက်မှန်(၂)လက် တပ်ထားမှ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း၊ လူ့အစွမ်းဆိုတာ အကျွက်စေ့မယ်၊ အဲသလိုဆို မျက်မှန်(၂)လက်ရဲ့ သဘောလေးက ရှေးက အသိမျိုးဆိုတာ မစုံလို့ မျက်မှန်တပ်ပေးရတာပါ။

* **ရသိ· မှတ်သိ၊· ခွဲ၍သိ၊**
  အသိ(၃)မျိုးပြု၊

http://www.dhammadownload.com

ရှေ့ကရသိနဲ့ မှတ်သိ ရှိရုံလေးနဲ့ ဘယ်အင်အား ရလိမ့်မလဲ၊ အပူလဲမကင်းဘူး၊ သူတို့က အာမမှမခံဘဲ၊ အကွက်စေ့အောင်လဲ ကိုယ်ကလုပ်ထားတာမှ မဟုတ်ဘဲ။

*** ခွဲသိပညာ ရှိမှသာ၊**
ကောင်းစွာအားထုတ်ကြ၊

ခွဲသိပညာ ရှိမှသာလျှင် နောင်ရေးသေချာဖို့လဲ အကုန်အားထုတ်တယ်၊ အကွက်စေ့အောင်လဲ လုပ်ထားတယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝခန္ဓာ သေသေချာချာကြည့်၍ အနီးကြည့်မျက်မှန် တပ်လို့လဲပဲ လုပ်သင့်တာတွေ အကုန်လုပ်ထားတယ်။

*** မျက်မှန်(၂)လက်၊ စွမ်းအားတက်၊**
အကွက်စေ့အောင်ကြည့်နိုင်ကြ၊

မျက်မှန်(၂)လက်ဆောင်ထားတော့ တယ်ဟန်ကျ၊ ကုသိုလ်ထုံမွမ်း လူ့အစွမ်းတွေ ဖြစ်ပြီးတော့မှ ကိုယ်ပိုင်အင်အားတွေ အကွက်စေ့အောင်ကြည့်ပြီးတော့မှ လိုအပ်သလောက် ဖြည့်နိုင်တယ်။

အတိတ်ကိုလဲ ဉာဏ်နဲ့ကြည့်လိုက်တယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကိုလဲ ပတ်ဝန်းကျင်အကုန်လုံး နှိုင်းယှဉ်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်တယ်၊ နောင်ရေးကိုလဲ အကုန်

http://www.dhammadownload.com

လုံး သေသေချာချာကြည့်လိုက်တယ်၊ ကြည့်လိုက်တယ်ဆိုကတည်းက လုပ်သင့်တာ လုပ်ဖို့ ကြည့်တာပါ။

* **ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း၊ လူ့အစွမ်း၊**
  ချီးမွှမ်းအံ့ဩရ၊

ရွှေအိုး(၄)လုံးပိုင်သွားတော့ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း လူ့အစွမ်းရအောင် ဇောက်လုပ်တော့မှာ၊ မျက်မှန်(၂)လက် တပ်ထားသူကို ဘာမှမလုပ်ပါနဲ့လို့ လက်ဆွဲတားထားလို့ မရတော့ဘူး၊ သဒ္ဓါနဲ့ပညာ တွဲလာပြီဆိုရင် ကိုယ်ပိုင်တွေ များစွာရအောင် ပြုတော့တာပါ။

* **ရသိ မှတ်သိ၊ ခွဲ၍သိ၊**
  အသိ(၃)မျိုးပြ၊
* **ရှေ့(၂)မျိုးမူ၊ မစုံဟူ၊**
  အပူမကင်းကြ။
* **ခွဲသိပညာ၊ ရှိမှသာ၊**
  ကောင်းစွာအားထုတ်ကြ၊
* **မျက်မှန်(၂)လက်၊ စွမ်းအားတက်၊**
  အကွက်စေ့အောင်ကြည့်နိုင်ကြ၊

http://www.dhammadownload.com

* ကုသိုလ်ထုံမွမ်း၊ လူ့အစွမ်း၊ ရှိုးမွမ်းအံ့ဩရ၊

မျက်မှန်(၂)လက် ဆောင်ထားမှ အကွက်စေ့အောင် လူ့အစွမ်းတွေပြည့်ဝအောင် မြှင့်တင်နိုင်မယ်၊ ဒါကြောင့် ယခု ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ လုပ်နေကြတယ်ဆိုတာ မျက်မှန်(၂)လက် တပ်ထားတဲ့အတွက်ကြောင့် (အကွက်စေ့အောင် ကြည့်နိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့်) ဖြစ်တယ်၊ ကုသိုလ်ဆိုတာ အင်မတန် အားကိုးရတယ်ပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဥစ္စာဟူသည်မျက်လှည့်မျိုး

ဘုရားလက်ထက်ကတောလပနာဠ်ိနိဂုံးရွာကြီးမှာ ဂေါပါလသူဌေးတို့ ဇနီးမောင်နှံမိသားစု ရှိကြတယ်၊ ပစ္စည်း အလွန်ကြွယ်ဝချမ်းသာတဲ့ သူဌေးကြီးပေါ့။

ဂေါပါလသူဌေးကြီးတို့ ဇနီးမောင်နှံမှာ သမီးလေးတစ်ယောက်ထဲ၊ ပစ္စည်းက အလွန်ပေါ။

သမီးလေး အပျိုဖော်ဝင် အရွယ်ရောက်တော့ မိဘတွေအသီးသီး ရောဂါနဲ့ ကွယ်လွန်ကြတယ်၊ နဂိုက သမီးတစ်ယောက်တည်းဆိုတော့ အမွေခွဲဝေစရာ မလိုပါဘူး၊ သူပဲရတယ်။

ဒါပေမယ့် ဂေါပါလ သူဌေးသမီးလေးဟာ ကုသိုလ်ထုံမွမ်း လူ့အစွမ်းကို ပြခဲ့ပုံမပေါ်ပါဘူး၊

http://www.dhammadownload.com

အမွေနဲ့ထိုက်တန်အောင် ကုသိုလ်လုပ်ခဲ့ပုံလဲ မပေါ်ဘူး၊ သူ့လက်ထဲ ပစ္စည်းရောက်ပြီလဲဆိုရော ပစ္စည်းတွေ ကြက်ပျောက်ငှက်ပျောက်လို့ ဆိုရမလိုပေါ့။

အကြမ်းနည်းနဲ့ လုတာကတစ်မျိုး၊ အနုနည်းနဲ့ လိမ်တာကတစ်မျိုး၊ အမျိုးမျိုးပေါ့၊ မိန်းမသားဆိုတော့လဲ မခန့်ညားတော့ ဟိုကယူ ဒီကလု၊ ကြွေးတောင်းသလိုလို ဘာလိုလိုနဲ့ အမျိုးမျိုးစုံလို့ပေါ့။

အဲဒါနဲ့ လပိုင်းတောင် ကြာပုံမပေါ်ဘူး၊ မိဘနှစ်ပါးထံက ရခဲ့တဲ့ များလှတဲ့ ပစ္စည်းအမွေတွေ တစ်ပြားတစ်ချပ်မှ မကျန် အကုန်လုံး ကုန်ဆုံးသွားတယ်၊ တကယ့်ဗလာ သုံ့ညအဖြစ် ရောက်သွားတယ်။

သူဌေးသမီးဆိုတဲ့ နာမည်သာ ကျန်တော့တယ်၊ ဘာမှ ပစ္စည်းရယ်လို့ မရှိတော့၊ မိဘရှိစဉ်က သူ့ကို ထိန်းခဲ့တဲ့ အထိန်းတော် အမျိုးသမီးတစ်ဦးကို အမှီပြုပြီး ပင်ပင်ပန်းပန်း ဆင်းဆင်းရဲရဲ နေရတယ်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ မျက်လှည့်ပြသွားပုံပါ။

http://www.dhammadownload.com

မိဘရှိစဉ်က သူဌေးသမီး, သူဌေးသမီးနဲ့ အင်မတန် မျက်နှာပန်းလှတယ်၊ ပန်ဝန်းကျင်က လေးစားခံရတယ်ပေါ့၊ သူ့လက်ထဲမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ကြက်ပျောက်ငှက်ပျောက် ကုန်သွားတယ်၊ ဘာမှ မည်မည်ရရ မသုံးလိုက်ရဘူး၊ သူလဲ လူလုံးမလှ ဖြစ်သွားရတယ်။

သို့သော် သူ့မှာ သဒ္ဓါတရားရှိတယ်၊ တရားလဲ နာဖူးတယ်၊ ဒါကြောင့် စိတ်မပျက်ဘူး၊ အဲဒါတစ်ခု အံ့သြစရာပဲ။

"စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ ပျက်သွားသော်လဲ ငါ့စိတ်တော့ အပျက်မခံနိုင်ဘူး"

စိတ်ကိုတင်းထားလိုက်တယ်။

စည်းစိမ်ဥစ္စာဆိုတာ အငှားတွေ၊ ဘုံဆိုင်တွေ၊ ဒါကြောင့်မို့ သူတို့ ပျက်ချင်ပျက်ပါစေ၊ ငါစိတ်တော့ အပျက်မခံနိုင်ဘူး"

သူ့မှာ ဆင်စရာလဲ ဘာမှမရှိဘူး၊ အလှတန်ဆာ ရတနာလဲမရှိဘူး၊ တကယ့် ဆင်းရဲသူမ ပုံစံ ရောက်သွားတယ်၊ ဒါပေမယ့် စိတ်ကျမသွားဘူး။

http://www.dhammadownload.com

"သူများတွေလို စိန်တွေ ရွှေတွေ မဆင်နိုင်သော်လဲပဲ ဘာမှ အားငယ်စရာမရှိဘူး၊ ငါ့မှာ ဘုရား, တရား, သံဃာ ရတနာသုံးလုံးရှိတယ်"

(စိတ်အားတင်းပုံလေးပါ)

ပစ္စည်းတော့ ဆင်းရဲသွားပြီ၊ ဗလာသုံည ဖြစ်သွားပြီ၊ သို့သော် စိတ်က ဗလာသုံည အဖြစ် မခံဘူး။

"ငါ့မှာ ဘုရား, တရား, သံဃာ ရတနာ သုံးလုံးရှိတယ်၊ စိန်ရွှေမက အဖိုးတန်လှတယ်၊ ခေါင်းပေါ်တင်ထားနိုင်တယ်၊ နှလုံးသားထဲ ထည့်ထားနိုင်တယ်၊ ငါဘာမှ အားငယ်စရာမလိုဘူး"

(ကိုယ့်စိတ်ကလေး အားတင်းလိုက်တယ်)

"သူများတွေလို ပိုးဖဲကတ္တီပါအမျိုးမျိုး အလှတန်ဆာ မဆင်နိုင်သော်လဲပဲ ငါ့မှာ ငါးပါးသီလ အလှတန်ဆာရှိတယ်၊ငါဘာမှ အားငယ်စရာမလို"

(စိတ်ကလေးတင်းထားတယ်)

မေတ္တာတရား ပွားများလို့ လောကကြီး အပေါ်မှာ မေတ္တာဓာတ်တွေ လွှမ်းခြုံလို့၊ သူများ တွေကို တတ်နိုင်တဲ့ဘက်က ကူညီလို့၊ စိတ်ကောင်း လေးထားလို့ ဆောင်ရွက်တတ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ငါ့မိဘပေးတဲ့ အမွေတွေ ငါ အကုန်လက်လွှတ်လိုက်ရပြီ၊ အဲလိုဆိုပြီး ငါ စိတ်လျှော့လို့ ဘယ်ဖြစ်ပါ့မလဲ၊ ငါ့ကို နောက်ထပ် အမွေပေးမှာက ငါ့စိတ်ကောင်းသာ ရှိတော့တယ်၊ ငါ့ဖက်က ရပ်တည်မှာ ငါ့နှလုံးသားထဲက ထွက်လာတဲ့ ကိုယ်ပိုင်အင်အားတွေသာ ရှိတော့တယ်၊ ငါ ဘယ်သူ့ကိုမှ အားကိုးနေလို့ ရမှာမဟုတ်တော့ဘူး"

* * *

http://www.dhammadownload.com

ရတနာသုံးပါးသာ အားကိုးစရာ

အားကိုးစရာရှာကြည့်ပါတယ်၊ ရတနာသုံးပါး အားကိုးစရာဆိုတာကလဲ ကိုယ်မှ မယုံရင် ဘာတတ်နိုင်မှာမို့လဲ၊ ကိုယ့်မှာ သဒ္ဓါတရားရှိမှ ရတနာသုံးပါက အားကိုးလို့ရမှာ။

"ငါ့ဘက်ကရပ်တည်မယ့် တရားဟာ ငါ့နှလုံးသားထဲက ထွက်လာတဲ့ စိတ်ကောင်းလေးတွေ"

ရဲရဲရင့်ရင့်နဲ့ အမြင်ရှင်းရှင်းနဲ့ အကွက်စေ့အောင် ကြည့်ပြီးတော့မှ ဒါနရယ်လို့ မည်မည်ရရ မလုပ်နိုင်သော်လဲပဲ ငါးပါးသီလ လုံတယ်၊ သရဏဂုံသုံးပါး မြဲတယ်၊ မေတ္တာတရားပွားပြီးတော့ နေတယ်၊ စိတ်ကောင်းလေးတွေထားပြီးတော့ နေတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အထူးသဖြင့် ရတနာသုံးပါး ဦးထိပ်ထားပြီး စွဲစွဲမြဲမြဲ စိတ်ကို အားတင်းပြီးတော့ နေတယ်၊ စိတ်ခွန်အား ရှိပေလို့သာပေါ့၊ စိတ်ခွန်အားသာ မရှိရင် သူ့ဘဝက တကယ်ရှုံးလောက်တယ်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ မျက်လှည့်ပြသွားပုံက သူ့အတွက် ရှုံးလောက်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် သူဘယ့်အရှုံးခံလိမ့်မလဲ၊ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း လူ့အစွမ်းကို သူပြတယ်။

"ငါ့မှာ ရတနာသုံးပါးရှိတယ်၊ ငါးပါးသီလ ရှိတယ်၊ မေတ္တာတရားရှိတယ်၊ သဒ္ဓါတရားရှိတယ်၊ ငါဘာမှ အားငယ်စရာမလိုဘူး"

စိတ်ကိုတင်းပြီး ကုသိုက်ကို လက်လှမ်းမိတဲ့ နေရာကနေ လုပ်ပါတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံး

သူဟာ ပစ္စည်းသာ ဆင်းရဲသွားတာ၊ ရုပ်ကလေးက လှတယ်၊ သူ့ရဲ့ဆံပင် အလွန်ကောင်းတယ်၊ မိန်းမကောင်း မိန်းမမြတ်တို့ရဲ့ ရုပ်ရည်အင်္ဂါနဲ့ ပြည့်စုံတယ်။

သူဆင်းရဲသွားမှန်းသိတော့ သူ့ရဲ့ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း သူဌေးသမီး (သူက ဆံပင်မကောင်းဘူး၊ တိုတိုလေးရယ်)က ဂေါပါလသူဌေးသမီးထံမှာ ဆံပင်လာဝယ်သတဲ့။

"ညီမရယ်..ညီမရဲ့ဆံပင်ကို တစ်ထောင်နဲ့ ရောင်းပါ"

အဲသလိုပြောပြီး လာဝယ်သတဲ့၊ ဂေါပါလသူဌေးသမီးက

http://www.dhammadownload.com

"အစ်မရယ်...မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံးပါ၊ ဆင်းရဲတာက တစ်ကဏ္ဍပါ၊ ဆင်းရဲတာနဲ့ မိန်းမတို့ ဘုန်းကို အရှုံးမခံနိုင်ပါဘူး၊ တစ်ထောင်မက တစ်သောင်းပေးလဲ မရောင်းပါဘူး၊ တစ်သိန်းပေးလဲ မရောင်းပါဘူး"

အဲဒါနဲ့ လက်လျှော့သွားတယ်၊ ဆင်းရဲပေမယ့် မိန်းမတို့ဘုန်းကို အရှုံးမခံနိုင်ဘူးလို့ စိတ်က အားတင်းလိုက်တယ်၊ ဒီအတိုင်းပဲ ပြောလိုက်တော့ ဟိုက လက်လျှော့ပြန်သွားတယ်ပေါ့။

တစ်နေ့သောအခါ တေလပနာဠိနိဂုံးရွာမှာ အရှင်မဟာကစ္စည်း ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးနဲ့ ရဟန္တာအရှင်မြတ် (၈)ပါးက မနက်ပိုင်း ရွာထဲကို ဆွမ်းခံကြွတယ်။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးအိမ်ရှေ့က ကြွလာတော့ သူဌေးသမီးက ရဟန္တာအရှင်မြတ် (၈)ပါးကို မြင်လိုက်ရတယ်ဆိုရင်ပဲ စိတ်ထဲမှာ သဒ္ဓါတရားတွေ တဖွားဖွားဖြစ်လို့လာတယ်။

ကြည်ညိုလိုက်တာ၊ အားကိုးလိုက်တာ၊ လေးစားလိုက်တာ၊ အဲဒါနဲ့ အိမ်ပေါ်ကို ပင့်ပါ

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ အိမ်ပေါ်ကိုပင့်ပေမယ့် လှူစရာရှိလို့ပင့်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ကြည်ညိုလွန်းလို့ ပင့်တာ၊ နေရာ ထိုင်ခင်းများခင်း၊ ရဟန္တာတွေ သိတင်းသုံးနေ ကြပြီ။

လှူစရာ ရှာကြံကြည့်ပေမယ့် ဘာမှမတွေ့ ဘူး၊ နောက်ဆုံး အဖြေထွက်လာတာက စော စောက ငါ့သူငယ်ချင်း ဆံပင်လာဝယ်တယ်၊ ဒီ အချိန်မှာ ဆံပင်ကိုရောင်းပြီး လှူဖို့ကလွဲလို့ ကုသိုလ် လုပ်စရာ နည်းလမ်းမရှိဘူး။

အဲဒါနဲ့ ဆံပင်ကို ချက်ခြင်း အရင်းက စဖြတ်ပြီး အထိန်းတော် အမျိုးသမီးကို လွှတ်လိုက် တယ်။

"အစ်မရယ် သွားစမ်းပါ၊ စောစောက ဆံပင်လာဝယ်တဲ့ မိတ်ဆွေထံ သွားရောင်းလိုက် ပါ၊ ဈေးမပြောပါနဲ့တော့၊ သူပေးသလောက် ယူခဲ့ပါတော့"

အထိန်းတော်မိန်းမက သွားရောင်းတယ်၊ သွားရောင်းတော့ လောကမှာ ရောင်းကုန်ပစ္စည်း ဆိုတာ ဝယ်သူကြိုက်နေတုန်း၊ ဝယ်သူစိတ်ဝင်

http://www.dhammadownload.com

စားနေတုန်းမှာ ကြိုက်ဈေးပြောလို့ရတယ်၊ ဥစ္စာရှင်က သွားရောင်းရင် ဈေးအနှိမ်ခံရတာချည်းပဲ။

သွားရောင်းတယ်ဆိုတော့ ဟိုက ဖြစ်တောက်ဖြစ်တောက်ပြောပြီ၊

"စောစောက မယ်မင်းကြီးမက တစ်ထောင်မက၊ တစ်သောင်းပေးလဲ မရောင်းဘူးလေး ဘာလေးနဲ့၊ အခု ဆင်းရဲတော့ ဘယ်မလဲ လာရောင်းရတာပဲ မဟုတ်လား၊ ကဲ...ကြိုက်ရင်လဲထားခဲ့ပေါ့၊ မကြိုက်ရင်လဲ ပြန်ယူသွားပေါ့၊ ကြိုက်ရင်လဲရောင်းခဲ့၊ မကြိုက်ရင်လဲ ပြန်ယူသွား၊ (၈)ကျပ်ပဲ ပေးနိုင်မယ်"

အဲလိုဆိုတော့ အထိန်းတော်အမျိုးသမီးက

"ဟုတ်ပါတယ်၊ ဟိုကလဲ မှာလိုက်ပါတယ်၊ (၈)ကျပ်ဆိုလဲ (၈)ကျပ်ပေါ့"

ဈေးနှိမ်လိုက်တယ်၊ စောစောက တစ်ထောင်နဲ့ လာဝယ်တာ၊ အခုတော့ ၈–ကျပ်ပဲ ပေးလိုက်တယ်၊ အဲဒါနဲ့ ပိုက်ဆံ ၈ ကျပ် ယူ၊ အိမ်ချက်ခြင်း ပြေးလာတယ်၊

"ညီမရေ...ဒီမှာ ၈–ကျပ်ပဲရတယ်"

http://www.dhammadownload.com

"အို...ကိစ္စမရှိဘူး၊ ဒီမှာ ပင့်ထားတာကလဲ ရှစ်ပါးပဲ၊ အတော်ပဲပေါ့"

စိတ်ထားတတ်တယ်၊ ကုသိုလ်ထုံမွမ်း လူ့အစွမ်းတဲ့၊ စိတ်ကောင်းထားတတ်တယ်။

အတိတ်ကာလတုန်းက ငါ့စိတ်ကလေးတွေဟာ အကွက်စေ့အောင် မထားတတ်လို့ ငါ သည်လို ဆင်းရဲပင်ပန်း နွမ်းနယ်ပြီးတော့ အောက်ကျ နောက်ကျ ဖြစ်ရတာ၊ ဒီတစ်ခါတော့ ငါ စိတ်ကို အောက်ကျနောက်ကျ အဖြစ်မခံနိုင်ဘူး၊ ဘာကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘာနဲ့ပဲတွေ့တွေ့ ငါ့စိတ်ကို အောက်ကျနောက်ကျ အဖြစ်မခံနိုင်ဘူး။

"အို...အစ်မကလဲ ကိုယ့်ရှိတာ လှူရတာ အကောင်းဆုံးပဲ၊ ပင့်ထားတာလဲ ရှစ်ပါးဆိုတော့ အတော်ပဲ၊ တစ်ပါး တစ်ကျပ်တန် လှူရုံပဲပေါ့"

ချက်ခြင်း ဆွမ်းစိစဉ် လောင်းလှူပါတယ်၊ ဆွမ်းမလောင်းခင် ဂေါပါလ သူဌေးသမီးက ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့ရဲ့ ဂုဏ်ကို အာရုံပြုပြီး ဦးသုံးကြိမ်ချလိုက်တယ်၊ လေးလေးနက်နက် သဒ္ဓါပညာနဲ့အပြည့် ရှိခိုးပြီး ဦးသုံးကြိမ်ချလို့လဲ ပြီးရော ခေါင်းက ကတုံးကြီးဟာ တစ်ခါထဲ

http://www.dhammadownload.com

ဆံပင်တွေ ချက်ခြင်းပေါက်တယ်၊ အံ့သြစရာ ကောင်းလိုက်တာ၊ ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း လူ့အစွမ်း၊ ဆံပင်ချက်ခြင်းပြန်ပေါက်တော့ အံ့သြလိုက်တာ။

"အော်...ရတနာ(၃)ပါးကျေးဇူး၊ ကုသိုလ် တရားရဲ့ စွမ်းအား အံ့သြစရာကောင်းလိုက်တာ၊ ငါ လှူလဲလှူရသေး၊ ဆံပင်လဲ ပြန်ပေါက်သေး"

ဆိုပြီး အဲဒီအချိန်ကစပြီး ကုသိုလ်တရားကို အင်မတန် မြတ်နိုးစွာနဲ့ ပြုလုပ်ပါတယ်၊ အဲဒါနဲ့ ဆွမ်းဆက်ကပ်၊ အရှင်မဟာကစ္စည်းကလဲ ဆွမ်း အနုမောဒနာ တရားဟော၊ ပြန်ကြွသွား။

အဲဒီကုသိုလ်စေတနာကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ မှာ ဉစ္စာပစ္စည်းတွေ ကြွယ်ဝလာပါတယ်၊ နောက် ပိုင်းမှာ ကဋ္ဌနဝန ကျောင်းအမကြီးဆိုပြီး သာသနာ ပြု အမျိုးသမီးကြီးလဲ ဖြစ်သွားပါတယ်။

အဲဒီလို ကျောင်းအမကြီးဖြစ်အောင် အမွေ ပေးလိုက်တာက မိဘအရင်းတွေမဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့် စိတ်ကောင်းလေးထဲက ပေါ်လာတဲ့ ဒါနတွေ၊ သီလတွေ၊ သမာဓိ၊ ပညာတွေ ခေါ်တဲ့ ကုသိုလ် ကောင်းမှုအမွေတွေ။

http://www.dhammadownload.com

မွေးဖွားပေးတဲ့ အဖေအမေတွေက ကွယ်လွန်သွားကြပြီ၊ သူ့ကို အမွေဆက်ပေးလိုက်တာက စိတ်ကောင်းက ပေါ်လာတဲ့ ကုသိုလ်က ပေးလိုက်တာ၊ အဲဒါနဲ့ ဒီအချိန်ကစပြီး ကုသိုလ်ကို စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်သွားတော့တာပါပဲ၊ ဒါနတွင်မက ဝိပဿနာပါ ယှဉ်ပြီး လုပ်သွားတာ၊ အဲဒါဆိုရင် ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း လူ့အစွမ်း ပေါ်လာတယ်ပေါ့။

တသွာ–ထိုသို့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတရားတို့သည် ကြီးကျယ်သောအကျိုးကို ပေးတတ်သည်၏ အဖြစ်ကြောင့်၊ ကတပုညတံ–ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း လူ့အစွမ်းကြောင့်၊ ချီးမွမ်းဘွယ်ရာ ပေါ်ထွက်၍လာသော၊ ကောင်းမှုစွမ်းအား မြတ်တရားကို၊ မိရာတည်ကြည် ငြိမ်သက်ကြကုန်သော၊ ပဏ္ဍိတာ–ဘုရားအစရှိသော ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့သည်၊ ပသံသန္တိ–ကောင်းစွာမသွေ ချီးမွမ်းတော်မူကြလေကုန်သတည်း။

ဤသို့လျှင် ကုသိုလ်ထုံမွှမ်း လူ့အစွမ်းဆိုတဲ့ တရားနာကြားကြရတဲ့ ဓမ္မသဝနမင်္ဂလာနဲ့ အရပ်ရပ်သော ကောင်းမှုစွမ်းအား မြတ်တရားတွေ

http://www.dhammadownload.com

ကြောင့် ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ သည် ဘေးရန်အန္တရာယ် အပူခပ်သိမ်း လွတ်ငြိမ်း ကြ၍ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ကြီးပွားတိုးတက် ပြည့်စုံကြပြီးလျှင် ကျန်းကျန်းမာမာ ပျော်ပျော် ရွှင်ရွှင် အားကိုးစရာကောင်းမှု ကိုယ်ပိုင်တရား တိုးပွားအောင် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်လွယ်ကြပါ စေကုန်သတည်း။

အားထုတ်နိုင်လွယ်ကြ၍ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း လွတ်ငြိမ်းရာ အသခ်တဓာတ် နိဗ္ဗာန်ရွှေပြည်မြတ် ကို လွယ်ကူသောအကျင့်၊ လျင်မြန်သောအသိ ဉာဏ်ဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် မျက်မှောက်ပြု လွယ် ရလွယ်နိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။

* * *

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com