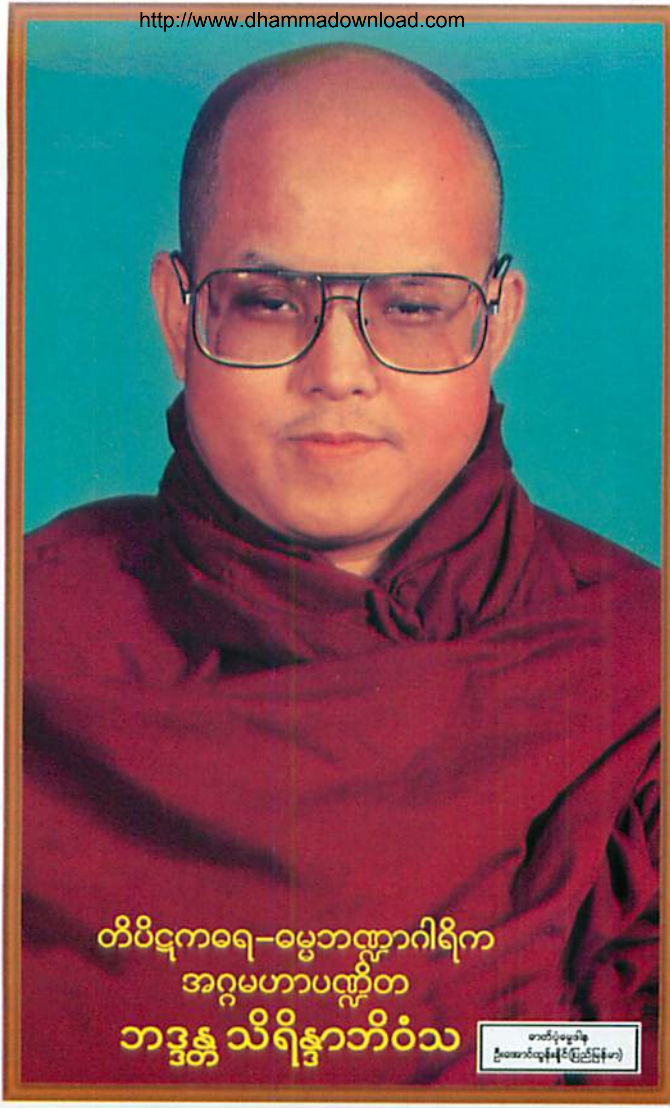
http://www.dhammadownload.com
အသီးတစ်ရာအညှာတစ်ခု
တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယောဆရာတော်)
အသီးတစ်ရာအညှာတစ်ခု ● တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက(ယော)ဆရာတော်
အသီးတစ်ရာအညှာတစ်ခု
တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယောဆရာတော်)

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com



http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

အသီးတစ်ရာ အညွှာတစ်ခု

တိပိဋကဓရ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
(ယော)ဆရာတော်

F-1

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

◆ စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်

၅၄၆/၂၀၀၀ (၈)

◆ မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်

၆၅/၂၀၀၁ (၁)

◆ ထုတ်ဝေခြင်း

ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ-၁၀၀၀

တန်ဖိုး - ၇၀၀ ကျပ်

◆ ထုတ်ဝေသည့်ကာလ

၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ

◆ 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။

သိရိစီစဉ်သည်

http://www.dhammadownload.com

ပြည်လုံးကျွတ်ဖြန့်ချိရေး

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ

အမှတ်-၉၆၊ (မြေညီ)၊ ၃၈ လမ်း၊

ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊

ရန်ကုန်မြို့။

☎ ၀၁-၂၄၃၈၇၀

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်လက်ထဲရှာဖွေစုဆောင်းထားတဲ့
ပစ္စည်းတွေလဲ
အကုန်လုံးအငှားတွေချည်းပဲ
ကိုယ့်ပစ္စည်းကိုယ်ပိုင်တာ
မဟုတ်ပါဘူး
ဆိုင်ရုံသာဆိုင်တာပါ
လောကစကားအနေအားဖြင့်
ပိုင်တယ်လို့ပြောကြတယ်
တရားအနေအားဖြင့်တော့
ကိုယ့်ပစ္စည်းသည်
ကိုယ်မပိုင်ပါ

(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

အသီးတစ်ရာအညာတစ်ခု

အညာခိုင်လျှင်တင့်တယ်တယ် ... ၃

လူ့ကိစ္စမျိုးစုံသည်
အသီးတစ်ရာနှင့်တူ၏ ... ၅

ဂုဏ်ကြီးသူများကို ပူဇော်လျှင် ... ၇

အညာသဖွယ်ထိန်းချုပ်ထားသောတရား ... ၉

ဘယ်တော့မှမရိုးနိုင်, မဟောင်းနိုင်
ခေတ်နောက်မကျနိုင်သောစကား ... ၁၁

ပိဋကတ်သုံးပုံ
ခြုံငုံချုပ်ကိုင်ထားသောစကား ... ၁၃

ကိုယ်ကသာ လက်ဦးနေပါစေ
အသင့်အနေအထားမှာ အမြဲရှိပါစေ ... ၁၅

ခန္ဓာဟူသမျှ ပျက်စီးရစမြဲ ... ၁၇

သေချာပေါက်ပစ္စုပ္ပန်လေး
လက်မလွှတ်သေးခင် ... ၁၉

ဘဝမှတ်တိုင် ကျန်ခဲ့ရမယ် ... ၂၁

သတ္တိရှိရှိ စွမ်းအားပြည့်ပြည့်နဲ့
ဘဝကူးပြောင်းနိုင်ဖို့ ... ၂၃

သာသနာကိုအလှဆင်သွားသည့်
ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ဂုဏ်တော်များ ... ၂၅

တာဝန်ကျေရင်ပြီးရော ... ၂၇

http://www.dhammadownload.com

ကိုင်ပိုင်စိတ်ရှိမှကိုယ်ပိုင်အလုပ်ဖြစ်တယ်… ၂၉
ဆိုင်တော့ဆိုင်တယ်, ဒါပေမယ့်မပိုင်ဘူး… ၃၁
ကိုယ်ပိုင်ရရင်စိတ်အေးရမယ် … ၃၃
ဒါနစေတနာကို သူခိုးယူမသွားနိုင်ဘူး … ၃၅
အညာလေးတပ်လိုက်ပါ … ၃၇
အာရုံအနိုင်ကျင့်တာမခံနဲ့ … ၃၉
အညာကိုင်ပြောလိုက်လျှင်
အသီးတစ်ရာပါသွားပြီ … ၄၁
မကောင်းရာသတိကိုပြောရင်
မကောင်းတတ်တဲ့ပညာဆိုတာပါလာတယ်… ၄၃
အညာပြုတ်လျှင် … ၄၅
ဟင်းချက်ရင်းတရားရ … ၄၇
အကောင်းတွေမပျောက်အောင်
ထိန်းပေးတယ် … ၄၉
အာရုံနယ်ကျွံ အပျော်လွန်သွားရင် … ၅၁
သတိအားကောင်းရင်
ပစ္စုပ္ပန်မှာလဲချမ်းသာတယ် … ၅၃
သတိလွတ်ရင်မေ့တယ် … ၅၅
သတိကိုလက်ကိုင်သုံးတော်မူသော
ဆရာတော်ကြီး … ၅၇
ပစ္စုပ္ပန်သေချာရင်နောင်ရေးစိတ်အေးရပြီ… ၅၉
သင်္ခါရဆိုတာပြုပြင်နေရတာ … ၆၁
အဖွဲ့ဝင်လေးဦးသဘောတူညီချက်နဲ့ … ၆၃
သံဝေဂဖြစ်အောင် နှိုးဆော်ပေးတာ … ၆၅

http://www.dhammadownload.com

ရဟန်း၏စွမ်းရည် ... ၆၇
ရဟန်းရဲ့ကျက်သရေ ... ၆၉
သတိအခိုက်အတန့်လွတ်သွားတော့ ... ၇၃
အပွမာဒေနသမ္ပဒေတိ ... ၇၅
ချိန်သီး မပြုတ်ပါစေနဲ့ ... ၇၇

စိတ်ကိုထိန်းကျောင်းအချိန်ကောင်း

လူချမ်းသာအဆိပ်ဖြေဆေး ... ၈၁
မဏိဘဒ္ဒနတ်ဘီလူးလျှောက်ထားစကား ... ၈၃
ဘုရားရှင်ဟောကြားမြွက်တရား ... ၈၅
သက်ရှိဘေးရန်မှလွတ်ရန်
မေတ္တာပါပွားပေးရမယ် ... ၈၇
အချိန်သည်သတ္တဝါတွေကို
အမြဲတမ်းစားနေ၏ ... ၈၉
အချိန်သည်အသက်ကိုစားနေ၏ ... ၉၁
သခ်ါရခြတွေကိုက်ဖြိုချနေတာ ... ၉၃
သတိရှိနေရင်ရက်ရာဇာချည်းပဲ ... ၉၅
ကောင်းမှုကုသိုလ်ဖြစ်ချိန်သည် ရက်ရာဇာ
မကောင်းမှုအကုသိုလ်ဖြစ်ချိန်သည်
ပြဿဒါး ... ၉၇
ရက်ကောင်းရွေးနေသူကို ကောင်းကျိုးတွေက
ပြက်ရယ်ပြုကျော်လွန်သွားကြ၏။ ... ၉၉
ကိုယ်လိုချင်တဲ့ကောင်းကျိုးသည်
နက္ခတ်ပဲ ...၁၀၁

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းကင်ကို မော်မကြည့်နဲ့
ကိုယ့်စိတ်ကိုသာ အကဲခတ်ကြည့် ... ၁၀၃
သတိရှိရင် ချမ်းသာသုံးတန်ရနိုင်တယ် ... ၁၀၅
သတိသည်ပစ္စုပ္ပန်ကိုလက်လွှတ်မခံဘူး ... ၁၀၇
သတိရှိရင် ဘေးရန်မျိုးစုံလွှတ်တယ် ... ၁၀၉
သတိရဲ့ပဓာနတောင်းဆိုချက် ... ၁၁၁
ပစ္စုပ္ပန်လက်လွှတ်ရင် ... ၁၁၅
ပစ္စုပ္ပန်လက်မလွှတ်ရင်
အကုန်တွက်ကိန်းကိုက်တယ် ... ၁၁၅
သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ်လေးချက် ... ၁၁၇
မေတ္တာသာပဓာန ... ၁၁၉
သူ့ကိုစောင့်ရှောက်ရင်
ကိုယ့်မှာဘေးရန်လုံတယ် ... ၁၂၁
အဆိပ်တောထဲက ချမ်းသာတွေ ... ၁၂၃
အငှားတွေ, အဆိပ်တွေ ... ၁၂၅
သတိလိုချင်ရင် ... ၁၂၇
ခန္ဓီအုတ်မြစ်ခိုင်ခိုင်စိုက်ရမယ် ... ၁၂၉
တစ်ယောက်ထဲတည့်အောင်နေဖို့ ... ၁၃၁
မေတ္တာနဲ့နေနိုင်ကြမှ ... ၁၃၃
လူဖျင်းလူညံ့မဖြစ်ရအောင် ... ၁၃၅
သတိလွှတ်ချိန်သည် အရှုံးလေးဖြစ်ချိန် ... ၁၃၇
သံသရာခရီးမှာခလုတ်တိုက်ချော်လဲစရာ ... ၁၃၉
သတိရှိသူအတွက် အကောင်းတွေချည်းပဲ ... ၁၄၁

http://www.dhammadownload.com

သက်မဲ့ဘေးရန်လွတ်ဖို့
သေချာသော်လည်း ...၁၄၃
သာသနာ့လက်ဆောင်ပေးလိုက်ကြတယ်...၁၄၅
ရဟန်းက ကိလေသာကိုစားတယ်
ကျားကရဟန်းရဲ့ ခန္ဓာကိုစားတယ် ...၁၄၇

သတိလွတ်သွားရင်
မေ့တယ် လျော့တယ်
ပေါ့တယ် ဆတယ်
အာရုံနယ်ကျွံ အပျော်လွန်သွားရင်
ပမာဒတွေဝင်လာတယ်
အာရုံကြားထဲမှာ အပျော်လွန်ပြီး
နယ်မကျွံကြပါစေနဲ့။

(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

လောကမှာတော့ သတ်မှတ်ထားတယ်
ကောင်းကင်ကနက္ခတ်ကိုကြည့်ပြီး
ဒီနေ့က ရက်ရာဇာ
ဒီနေ့ကပြဿဒါး စသည်ဖြင့်ပေါ့
သာသနာကတော့
ကောင်းမှုကုသိုလ်တရားဖြစ်အောင်
လုပ်နေချိန်ဟာ
အမြဲတမ်း ရက်ရာဇာချည်းပဲ
အကုသိုလ်မကောင်းမှုတွေကို
ပြုလုပ်ချိန်ဟာ
အမြဲတမ်းပြဿဒါးတွေချည်းပါ

(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

အသိးတစ်ရာ အညှာတစ်ခု

တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ (ယော)ဆရာတော်

[သာသနာတော်နှစ် ၂၅၄၀ ပြည့်နှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း (၄) ရက်၊ ၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ မတ်လ (၁၂)ရက် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် ရန်ကုန်တိုင်း၊ တိုက်ကြီးမြို့နယ်၊ ဥက္ကံမြို့ ဘုရားကြီးကျောင်းတိုက်အတွင်း၌ လွန်ခဲ့သော တပေါင်းလဆန်း (၁)ရက်နေ့က ဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေပြောင်းစံတော်မူခဲ့ပြီးသော နိုင်ငံတော်ဩဝါဒစရိယ၊ ရွှေကျင်နိကာယ ဥက္ကဋ္ဌမဟာနာယက၊ အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရု ဥက္ကံမြို့ ဘုရားကြီးကျောင်းတိုက်ကြီး၏ ဦးစီးပဓာနနာယက သက်တော် (၈၃)နှစ် သိက္ခာတော် (၆၃)ဝါရှိ ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

http://www.dhammadownload.com

ဂုဏ်ကျေးဇူးတော် အနန္တကို အာရုံပြု၍ အဋ္ဌိ မဖျားမှ သာဓုကိုင်နှုတ်ပူဇော်ပွဲကြီး ကျင်းပပြုလုပ်ကြရာတွင် ဓမ္မပူဇာအဖြစ်ဖြင့် ဝဏ္ဏကထာ သံဝေဂကထာ အဖြစ်ဖြင့် အမှတ်ရဖွယ်အဖြစ်ဖြင့်ဟောကြားအပ်သော တရားတော် ဖြစ်သည်။

http://www.dhammadownload.com

အညာနိုင်လျှင် တင့်တယ်တယ်

အသီးကတစ်ရာ၊ အညာကတစ်ခု၊ လောကရဲ့ အချို့နေရာတွေမှာ တစ်ချက်ခုတ် နှစ်ချက်ပြတ်လို့လဲ ပြောကြတယ်ပေါ့၊ ဤနေရာမှာတော့ တစ်ချက်ခုတ်တာ နှစ်ချက်မကဘူး၊ တစ်ရာမက ကိစ္စပေါင်းမြောက်များစွာကို ပြီးစီးစေနိုင်သောကြောင့် အသီးတစ်ရာ အညာတစ်ခုလို့ ပြောရင်ရတယ်။

လောကရှိသစ်ပင်များမှာ သီးနေတဲ့ သစ်သီးများခိုင်မာတဲ့ အညာတစ်ခုကို မှီခိုပြီးတော့ နေကြရတဲ့သစ်သီးများ၊ အညာခိုင်ခိုင်မာမာ ရှိနေသမျှ၊ သူတို့ဟာ တင့်တင့်တယ်တယ်၊ ထည်ထည်ဝါဝါ ပေါင်းစုပြီးတော့ ကြည့်လို့ကောင်း ရှုလို့ကောင်းပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အညာမခိုင်လို့ ပြုတ်ကျသွားပြန်တော့လဲ၊ အဲဒီအညာကို မှီပြီးနေကြတဲ့ သစ်သီးတွေဟာ ဖရိုဖရဲကျကွဲ၊ ကမောက်ကမတွေ ဖြစ်ကုန်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

လူ့ကိစ္စမျိုးစုံသည် အသီးတစ်ရာနှင့်တူ၏

ဒါမျိုးလိုပေါ့၊ လူ့ကိစ္စမျိုးစုံ ဆိုသည်မှာ အသီးတစ်ရာနဲ့ တူတယ်၊ ရေတွက်လို့ မဆုံးနိုင်အောင်များပြားလှတဲ့ လူ့ကိစ္စမျိုးစုံသည် အသီးတစ်ရာနဲ့တူတယ်။

အဲဒီ အသီးတစ်ရာ အားလုံးကိုထိန်းချုပ်ထားသော အညှာသည်ကား သာသနာက နံပတ်တစ်တောင်းတဲ့ အပ္ပမာဒခေါ်ဆိုတဲ့ သတိတရားပေါ့။

ဒါကြောင့် အပ္ပမာဒသတိရဲ့ စွမ်းအားကိုဖော်ပြတဲ့တရား ဖြစ်တာကြောင့် အသီးတစ်ရာအညှာတစ်ခုလို့ တရားခေါင်းစဉ် တပ်လိုက်တာပါ။

http://www.dhammadownload.com

အသီးတစ်ရာ အညှာတစ်ခုရဲ့ ဇွမ်းအားကို ဖော်ပြတဲ့ အပ္ပမာဒတရားကို ဟောလိုက်တယ်ဆို သဖြင့် ဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေပြောင်းစံ တော်မူပြီးတဲ့ ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဂုဏ်ကိုလဲ ပူဇော်ရာ ရောက်သွားတယ်။

ဂုဏ်ရယ်လို့ သီးခြားပြောနေစရာမလို တော့ပဲ၊ အလိုအလျောက် အကျုံးဝင်သွားတယ်၊ သံဝေဂကထာလဲပဲ၊ အလိုအလျောက် အသီးတစ်ရာ အညှာတစ်ခု တရားထဲမှာ အကျုံးဝင်သွားပါတယ်။

တရားဟော တရားနာပုဂ္ဂိုလ်များ လက်တွေ့အသုံးချရမယ့် (ခပ်သုတ်သုတ် ခပ်မြန်မြန်လေးကို အသုံးချရမယ့်) အသုံးချတရားများ ဟာလဲ တစ်ခါတည်း ပါသွားမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဂုဏ်ကြီးသူများကို ပူဇော်လျှင်

ဒါကြောင့် ဂုဏ်ကိုလဲ အာရုံပြုပူဇော်ရာ ရောက်တယ်ပေါ့၊ ဂုဏ်ကို ပူဇော်ကြတဲ့အခါမှာ ဂုဏ်ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကို ပူဇော်ကြတဲ့အခါမှာ သေးသိမ်တဲ့ စကားလုံးလေးများနဲ့ သွားပူဇော်လိုက်တဲ့အခါကျတော့၊ ဂုဏ်မမြောက်ပဲ၊ ဂုဏ်တွေမြင့်မားလို့ မလာပဲနဲ့၊ ပြက်ရယ်ပြုသလိုလို၊ ပြောင်လှောင်သလိုလို ဖြစ်သွားတတ်တယ်။

ဂုဏ်ကြီးတဲ့သူများကိုပူဇော်တဲ့အခါမှာ၊ ထိမိကြီးမားတဲ့ ဂုဏ်ပုဒ်များနဲ့ ပူဇော်မှလဲ ပူဇော်ရာရောက်တယ်၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတဲ့ အပ္ပမာဒတရားနဲ့ ပူဇော်လိုက်တယ်ဆိုတော့ သာသနာမှာ အကြီးမားဆုံးစကားနဲ့ ပူဇော်ရာရောက်တာမို့လို့၊ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ရဲ့ဂုဏ်ကို

http://www.dhammadownload.com

လဲပဲ၊ ထိထိရောက်ရောက် ပူဇော်ရာ ရောက်သွားတယ်။

သံဝေဂကထာ ပြောလိုက်တော့လဲ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ နှုတ်တော်ထွက်စကားလုံးနဲ့ ပြောလိုက်တယ်ဆိုတော့၊ ကြီးမားခန့်ညားထည်ဝါတဲ့ စကားလုံးနဲ့ သံဝေဂစကားပြောရာရောက် သံဝေဂယူရာရောက်တယ်။

လက်တွေ့အသုံးချတရားကြည့်လိုက်ပြန်တော့ အပ္ပမာဒတရားက၊ သာသနာက နံပတ်တစ်တောင်းတဲ့တရားဆိုတော့ ချက်ချင်းကို အလုပ်လုပ်ရမယ့် တရားများ ဖြစ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အညာသဖွယ် ထိန်းချုပ်ထားသောတရား

မြတ်စွာဘုရား နောက်ဆုံးမိန့်ကြားတဲ့ စကားလဲဖြစ်တယ်၊ အသီးတစ်ရာ အညာတစ်ခုဟု ပြောလိုက်သဖြင့်၊ ပိဋကတ်သုံးပုံ၊ နိကာယ်ငါးရပ်၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာပေါင်း ရှစ်သောင်းလေးထောင် ခေါ်ဆိုရသော အသီးတစ်ရာမကများပြားလှသောစွမ်းအားတော်အနန္တကို အညာသဖွယ် ထိန်းချုပ်ထားသော မြတ်စွာဘုရား နောက်ဆုံးမိန့်ကြားခဲ့တဲ့ စကားဟာ အပ္ပမာဒ သတိတရား ဖြစ်ပါတယ်၊ အဲဒါကြောင့် မို့လဲ အသီးတစ်ရာအညာတစ်ခုလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ကျင့်စဉ်လုပ်ငန်းစဉ် ကိစ္စမျိုးစုံ၊ အရာမက များပြားလှတဲ့ ကိစ္စမျိုးစုံတွေကို "သတိ"တစ်လုံး

http://www.dhammadownload.com

ထဲနဲ့ ထိန်းချုပ်ထားရတာ ဖြစ်သောကြောင့်လဲ အသီးတစ်ရာအညွှာတစ်ခု။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်အနန္တကို တစ်လုံးထဲ တစ်ပုဒ်ထဲနဲ့ ထိထိမိမိခြုံမိငုံမိအောင် ပူဇော်ရာရောက်တာကြောင့်မို့လဲ အသီးတစ်ရာ အညွှာတစ်ခု။

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်တော့မှ မရိုးနိုင်၊ မဟောင်းနိုင် ခေတ်နောက်မကျနိုင်သောစကား

မြတ်စွာဘုရားနောက်ဆုံး ဟောကြားတဲ့ စကားလေး နှစ်ခွန်း၊ ဘယ်တော့မှ ရိုးတယ်လို့လဲ မရှိဘူး၊ ဟောင်းတယ်လို့လဲ မရှိဘူး၊ ခေတ်နောက်ကျတယ်လို့လဲ မရှိဘူး၊ ပိဋကတ်သုံးပုံ နိကာယ်ငါးရပ်၊ အကုန်လုံးခြုံငုံမိတဲ့ စကားလေးပဲ။

ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ

ဘိက္ခဝေ၊ ပရိသတ်လေးပါး ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊ သင်္ခါရာ၊ အကြောင်းလေးတန် ပြုစီမံသည့်၊ ရုပ်နာမ်တရား ဤနှစ်ပါးတို့သည်၊ ဝယဓမ္မာ၊ ဖြစ်ပြီးက ပျက်စီးရခြင်းသဘောရှိကြလေ ကုန်၏၊ ဝယဓမ္မာ၊ ဖြစ်ပြီးက ပျက်စီးရခြင်းသဘော ရှိကြကုန်သည်ဖြစ်၍ မခိုင်မြဲကြလေကုန်။

http://www.dhammadownload.com

ဘိက္ခဝေ၊ ပရိသတ်လေးပါး ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊ တုမှေ၊ တရားချစ်ခင်စိတ်ကောင်းဝင်သည့်၊ သင်ချစ်သား သင်ချစ်သမီးတို့သည်၊ အပ္ပမာဒေန၊ မမေ့မလျော့ မပေါ့မတန် ထက်သန်ထူးခြား သတိဆိုသော တရားဖြင့် ကတ္တဗ္ဗကိစ္စာနိ၊ သိက္ခာသုံးသွယ်၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စ ဟူသမျှတို့ကို၊ သမ္မာဒေထ၊ အသီးတစ်ရာအညှာတစ်ခု သတိပြုကာ၊ ကောင်းစွာမသွေ၊ ပြီးပြည့်စုံကြစေကုန်လော့၊ သမ္မာဒေထ၊ အသီးတစ်ရာအညှာတစ်ခု သတိပြုကာ၊ ကောင်းစွာမသွေ ပြီးပြည့်စုံကြစေကုန်ရာသတည်း။

http://www.dhammadownload.com

ပိဋကတ်သုံးပုံ
ခြုံငုံချုပ်ကိုင်ထားသောစကား

စကားလေးက နှစ်ခွန်း၊ အလုံးအားဖြင့်လေး လုံးထဲရယ်၊ ဝယမ္မောက တစ်လုံး၊ သခ်ိါရာက တစ်လုံး၊ အပ္ပမာဒေနက တစ်လုံး၊ သမ္ပာဒေထက တစ်လုံး။

စကားနှစ်ခွန်း လုံးရေလေးလုံးသည် ပိဋကတ်သုံးပုံကို ခြုံပြီးတော့ ချုပ်ကိုင်ထားတဲ့ စကားလေးပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားအဆုံးအမစကား အားလုံးကို ချုပ်ကိုင်ထားတဲ့စကားပဲ၊ တရားတိုတိုလေးနဲ့ ထိမိ၊ ခြုံငုံသော တရားစကားဖြစ်တယ်။

"ချစ်သား ချစ်သမီးတို့, အကြောင်းလေးတန် ပြုစီမံတဲ့ ရုပ်နာမ်တရား၊ ခန္ဓာငါးပါးသည်၊ အကြောင်းရှိသလိုဖြစ်မှာပဲ။"

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်လာပြီးရင် ဆုပ်ကိုင်ထားလို့လဲမရ၊ ရပ်ထားလို့လဲမရ၊ ဘယ်ခေတ်မီ စက်ကိရိယာနဲ့မှ ရပ်ထားလို့လဲမရ၊ ဘယ်တန်ခိုး ဘယ်ပညာနဲ့မှ ထိန်းချုပ်ရပ်တန့်ထားလို့လဲ မရ၊ အချိန်တန် ကန့်သတ်ချိန် လေးစေ့သွားတော့ ပျက်တာပဲ။

ဒါကြောင့် အကြောင်းလေးတန်၊ ပြုစီမံခံရတဲ့ ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သဘာဝဆိုတဲ့ တရားတွေဟာ အကြောင်းရှိသလောက် ဖြစ်လာကြပြီးတဲ့အခါ၊ အချိန်တန်ရင် ပျက်စီးပျောက်ကွယ်ကြတဲ့ အတွက်ကြောင့်၊ မခိုင်မြဲကြဘူးလို့၊ အဲသလို သင်တို့နှလုံးသွင်းထားကြ” ....လို့ မိန့်ကြားတော်မူခဲ့တာ။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ကသာ လက်ဦးနေပါစေ

အဲသလို အပ္ပမာဒသတိဆိုတဲ့ တရားတွေ၊ စိတ်အစဉ်မှာ ဖြစ် ပေါ်ပြီးတဲ့အခါမှာ အပ္ပမာဒဆိုတဲ့ အချိန်ထိန်းတဲ့ ကိရိယာ၊ အာရုံထိန်းတဲ့ ကိရိယာ၊ စိတ်ထိန်းတဲ့ကိရိယာလို့ တင်စားခေါ်ဆိုရသော၊ သာသနာကန့်ပတ်တစ်တောင်းတဲ့ဟောဒီ(အပ္ပမာဒ) တရားဖြင့်၊ သီလ, သမာဓိ, ပညာခေါ်တဲ့ သိက္ခာ သုံးသွယ်၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စ ဟူသမျှတွေကို၊ အို, နာ, သေထက် ငါက လက်ဦးစေရမယ်ဆိုတဲ့ နိုးကြားတဲ့ အသိစိတ်ကလေးနဲ့ လျှင်မြန်စွာ ပြီးစီးအောင် အားထုတ်ကြပါ၊ ကိုယ်ကသာ လက်ဦးနေပါစေ

အသင့်အနေအထားမှာ အမြဲရှိပါစေ

သတိဆိုတာ"ဟဲ့ စိတ်ကလေး၊ မင်းကို အချိန်မရွေး အလုပ်ခိုင်းမှာနော်၊ မင်းအသင့်အနေ

http://www.dhammadownload.com

အထားမှာ အမြဲရှိပစေ"လို့ အမြဲနိုးကြားနေအောင် အသင့်အနေအထားမှာအမြဲထားတာပါ။

"စိတ်ကလေး မင်းကို အချိန်မရွေး သီလဆောက်တည် ခိုင်းမယ်နော်၊ အချိန်မရွေး သမာဓိပွားများခိုင်းမယ်၊ အချိန်မရွေး ဝိပဿနာ နှလုံးသွင်းပွားများခိုင်းမယ်၊ မင်းအသင့်အနေအထားမှာ အမြဲရှိပါစေနော်။

ခိုင်းလိုက်တဲ့အချိန်မှာ မင်းတောတွေးတောင်တွေး၊ တောပြေး တောင်ပြေး၊ တောငေးတောင်ငေးနဲ့ ဟိုခလုတ်တိုက်, ဒီခလုတ်တိုက်၊ ဒီချော်လဲဒီချော်လဲ, မလုပ်နဲ့နော်၊ အသင့်အနေအထားမှာ၊ မင်းအမြဲ ရှိပစေနော်။

ချက်ရင်းပြုတ်ရင်းနဲ့လဲ မင်း အသင့်အနေအထားမှာ အမြဲရှိနေပစေနော်။

သွားရင်း လာရင်း စားရင်း သောက်ရင်း စီးပွားရှာရင်းနဲ့ စိတ်ကလေး မင်းဘယ်အချိန်မှ အမှတ်တမဲ့မနေနဲ့နော်။

နိုးနိုးကြားကြား၊ တက်တက်ကြွကြွ၊ အဆင်သင့်အနေအထားမှာ မင်းရှိနေပစေလို့ စိတ်ကလေးကို အသင့်အနေအထားဖြစ်အောင် အမြဲတမ်းနှိုးဆော်ပြီးတော့ တာဝန်ပေးပြီးထားတဲ့သဘောကို သတိလို့ ခေါ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓာဟူသမျှ ပျက်စီးရစမြဲ

ခန္ဓာကိုယ်ဆိုတာ ပျက်ကြရမှာပေါ့၊ ဘယ်ခန္ဓာပဲဖြစ်ဖြစ် မပျက်စီးနိုင်တဲ့ ခန္ဓာမရှိဘူး၊ ခန္ဓာပျက်စီးတဲ့အခါ၊ အချို့ခန္ဓာများက ကိုယ့်အကျိုးအတွက်သာ ဆောင်ရွက်ပြီးတော့ အများအကျိုးအတွက်၊ ဘာမှ မဆောင်ရွက်လိုက်ရပဲနဲ့၊ အတ္တကိစ္စသက်သက်နဲ့ ပျက်စီးသွားတဲ့ ခန္ဓာလဲရှိတယ်။

တချို့ခန္ဓာများကျတော့ မိမိအကျိုး အတွက်ရော အများအကျိုးအတွက်ရော လောက,သာသနာကောင်းကျိုးပြုအလုပ်တွေကို ထိထိမိမိ ပြည့်ပြည့်ဝဝ ဆောင်ရွက်ပြီးတော့မှ ပျက်စီးသွားရတဲ့ ခန္ဓာလဲရှိတယ်။

တချို့ခန္ဓာတွေကျတော့ ကိုယ့်အကျိုးလဲမဆောင်ရွက်နိုင် သူများအကျိုးလဲ မဆောင်ရွက်နိုင်၊ မဆောင်ရွက်နိုင်ရုံမျှသာမက အများကိုပင် အကြီး

http://www.dhammadownload.com

အကျယ် ဒုက္ခပေးပြီးမှ ပျက်စီးသွားရတဲ့ ခန္ဓာတွေလဲ ရှိတယ်။

ယခုကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော် ဘုရားကြီးရဲ့ ခန္ဓာဆိုတာ မိမိအကျိုး, သူတပါးအကျိုး၊ လောကသာသနာအကျိုး၊ ဘက်စုံကောင်းကျိုးပြု အလုပ်တွေကို ကြိုးစားဖြည့်ကျင့် အားထုတ်ပြီးကာမှ ပျက်စီးသွားတာပါ၊ ဒါကြောင့်လဲ ဒီဂုဏ်တွေကို အာရုံပြုပြီး ပူဇော်တာပါ။

ဥတုဇရုပ်ကလပ်ကြီးက ဘာအသက်မှလဲ မရှိတော့ဘူး၊ ဘာဂုဏ်မှလဲ မရှိတော့ဘူး၊ သို့သော် ဓမ္မနဲ့ အသက်သွင်းတယ်၊ ဓမ္မနဲ့ ဂုဏ်သွင်းတယ်။

ဒို့ကို တရားမျက်လုံး တပ်ပေးခဲ့တဲ့ ဆရာတော်ကြီးဆိုပြီးတော့ ကျေးဇူးသိတဲ့အနေနဲ့ ဂုဏ်တွေကို ဓမ္မနဲ့အသက်သွင်းပြီး အာရုံပြု ပူဇော်ကြတာပါ။

အာရုံပြု ပူဇော်လိုက်ကြတော့ စွမ်းအားတွေ အများကြီးရတယ်၊ ရတဲ့တရားနဲ့ပဲ ပြန်ပူဇော်ပြန်တော့ တရားတွေ ပြန်တိုး၊ တိုးတဲ့တရားနဲ့ပြန်ပူဇော်၊ ဒါဟာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးစိတ်ကြိုက်၊ ဘုရားကြိုက်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားကောင်းနဲ့ ပူဇော်ကြတာပဲ၊ သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ မွေ့လျော်ပျော်ရွှင်ခြင်းလို့ ခေါ်ဆိုရပါတယ်

http://www.dhammadownload.com

သေချာပေါက် ပစ္စုပ္ပန်လေး လက်မလွှတ်သေးခင်

လူရယ်လို့ ဖြစ်လာလို့ရှိရင်

(၁) ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဘာနဲ့ပဲတွေ့တွေ့၊ တွေ့သမျှ အာရုံနဲ့အဆင်ပြေအောင်တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင် ချမ်းမြေ့စွာနေတတ်ရမယ်။

ငါတော့ ပိုက်ဆံပေါ်ခါမှ ချမ်းသာအောင် နေမယ်၊ အားခါတော့ ချမ်းသာအောင် နေမယ်လို့ မရေရာမသေချာတဲ့ အနာဂတ်တွေကို လည်တမော့ မော့နဲ့ စိတ်ကူးယဉ် အချိန်ဖြုန်းနေမယ့်အစား၊ သေချာပေါက်ပစ္စုပ္ပန်လေး လက်မလွှတ်သေးခင်၊ အပ္ပမာဒသတိခေါ်တဲ့ တရားစွမ်းအားဖြင့် တွေ့သမျှ အာရုံနဲ့အဆင်ပြေအောင် တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာနေတတ်ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ အဲသလို နေတတ်တယ်၊ တရားစွမ်း အားပိုင်ရှင်ဆိုတော့ နေတတ်တာပေါ့၊ မိမိတို့လဲ နေတတ်အောင် တရားစွမ်းအားကို ယူကြရမှာပါ။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်ရတော့ နေတတ်ကြတယ်၊ နေတတ်အောင်လဲ ကြိုးစားနေကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘဝမှတ်တိုင် ကျန်ခဲ့ရမယ်

(၂)မိမိရဲ့ကိုယ်အား၊ ဉာဏ်အား၊ ပစ္စည်းအားဖြင့် မိမိသူတစ်ပါး လောကသာသနာ စွမ်းနိုင်ရာဘက်မှာ သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ မေတ္တာအင်အားဖြင့်လှပတင့်တယ် ထည်ဝါခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင်၊ အလှတန်ဆာဆင်ပေးနိုင်ရမယ်၊ ကောင်းကျိုးပြုဘဝမှတ်တိုင်ကျန်ခဲ့ရမယ်။

"ဟောဒါက ဒို့အဖေ ဒို့အမေတွေ လက်ထက်က တည်ဆောက်ခဲ့တာပေါ့၊ ဟောဒါက ဒို့အဘိုး ဒို့အဘွား လက်ထက်က တည်ဆောက်ခဲ့တာပေါ့" စသည်ဖြင့် နောင်လာနောက်သားတွေ လက်ညှိုးထိုး ဂုဏ်ယူဝံ့ကြွား အသိအမှတ်ပြုစရာ ဘဝမှတ်တိုင် ကျန်ခဲ့ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

မိမိအတွက်လဲပဲ "ငါတော့ဖြင့် လူဖြစ်ရ ကျိုးနပ်ပြီ၊ ကိုယ့်အတွက်ရော သူများအတွက်ရော၊ လောက, သာသနာအတွက်ရော၊ ဘက်စုံ စွမ်းအား နဲ့ အလှူတန်ဆာ ဆင်ပေးနိုင်ခွင့်ရပြီ"လို့ ကိုယ့် ဟာကိုယ်လဲ ဝင့်ကြွားစရာ ကောင်းကျိုးပြဘဝ မှတ်တိုင် ကျန်ခဲ့ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

သတ္တိရှိရှိ စွမ်းအားပြည့်ပြည့်နဲ့ ဘဝကူးပြောင်းနိုင်ဖို့

(၃) ဘဝလေးတစ်ခု ရလာတယ်ဆိုရင်၊ နောက်ကမရဏဆိုတဲ့ ကန့်သတ်ချက်လေး တစ်ခု ပါလာတယ်၊ အဲဒီကန့်သတ်ချက်ဟာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စိတ်ကြိုက်ကန့်သတ်လို့ ဖြစ်တာလဲမဟုတ်၊ ဆွေတွေ မျိုးတွေက ကန့်သတ်ပေးလို့ ရနိုင်တဲ့ အရာလဲမဟုတ်၊ အာဏာပိုင်ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ကန့်သတ်ပေးလို့ ရနိုင်တာလဲမဟုတ်၊ သူ့ဟာသူ တရားသဘောအားဖြင့် ကန့်သတ်ထားတာ။

အဲဒီ မရဏဆိုတဲ့ ဘဝတစ်ခုရဲ့ ကန့်သတ်ချိန်ရောက်တဲ့အခါ၊ ဘဝလေးတစ်ခု နိဂုံးအုပ်တဲ့ အချိန်လေး ရောက်လာတဲ့အခါကျပြန်တော့၊ လက်

http://www.dhammadownload.com

ရှိကျန်ခဲ့တဲ့ သက်မဲ့သက်ရှိတွေအပေါ်မှာ တွယ်တာ စွဲလမ်းကပ်ငြိ အမျှင်တန်းခြင်းမရှိ၊ သတ္တိရှိရှိ စွမ်းအားပြည့်ပြည့်နဲ့ ဘဝကူးပြောင်းနိုင်ဖို့ နောက်ဆုံးတော့ ဘဝလွတ်မြောက်ရေးအထိ တိကျပြတ်သားလေးနက်သော ရည်ရွယ်ချက် ရှိထားရမယ်၊ ဒါမှ လူ့ဘဝဆိုတာ အနှစ်ပေါ်ကြမှာပါ။

အဲဒီသုံးခုမှရအောင် မယူနိုင်ဘူးဆိုရင်တော့ ရှာလိုက်, ရလိုက်, စားလိုက်, ကုန်လိုက်၊ ရှာလိုက်, ရလိုက်, စားလိုက် ကုန်လိုက်နဲ့၊ အို, နာ, သေနဲ့ ပြိုင်ပြေးပြီး သွားနေကြတော့၊ လူ့ဘဝဟာ ဘာမှကို အဓိပ္ပါယ်မရှိပါဘူး၊ ငါတော့ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပြီလို့ ဂုဏ်ယူစရာလဲ တစ်ကွက်မှ ပေါ်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ယခုဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေ့ပြောင်းစံတော်မူပြီးတဲ့ ကျေးဇူးတော် ရှင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ ဤသုံးချက် အကုန်လုံး ရသွားတော်မူတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သာသနာကို အလှဆင်သွားသည့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ဂုဏ်တော်များ

(၁) တွေ့သမျှအာရုံနဲ့ အဆင်ပြေအောင်၊ ပစ္စုပ္ပန်မှာ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ ဆရာတော်ဘုရားကြီး နေတတ်တော်မူတယ်။

(၂) မိမိရဲ့ ကိုယ်အားဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေဖြင့် လှပ တင့်တယ် ထည်ဝါခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး အလှဆင်သွားပြီပဲ။

ဤကျောင်းတိုက်ကြီးလဲ အလှဆင်သွားပြီ၊ မြို့ကိုလဲအလှဆင်သွားပြီ၊ သာသနာလဲ အလှဆင်သွားပြီ၊ နိုင်ငံလဲ အလှဆင်သွားပြီ၊ အားလုံးကို လှပတင့်တယ်အောင် အလှဆင်သွားပြီ။

ယခု ရွှေကျင်သာသနာပိုင် ညောင်ရွှေမြို့ ကန်ကြီးပရိယတ္တိ စာသင်တိုက် ဆရာတော်အဘိဓဇ

http://www.dhammadownload.com

မဟာရဋ္ဌဂုရုဆရာတော် ဘုရားကြီးဆိုတာ၊ ဘဝ နတ်ကျောင်း ရွှေ့ပြောင်းစံတော်မူပြီးတဲ့ ဆရာတော် ဘုရားကြီးရဲ့ တပည့်အရင်း။

စိန်တစ်လုံးကျောက်တစ်လုံးလို့ တင်စား ခေါ်ဆိုရလောက်အောင် အဖိုးတန်တပည့်ကိုလဲ ဖော်ထုတ်ပေးခဲ့ပြီ၊ လှပတင့်တယ်အောင် အလှ ဆင်သွားတာ။

(၃) ဘဝတစ်ခုရဲ့ နိဂုံးအုပ်ချိန် ရောက် ပြန်တော့လဲပဲ၊ လက်ရှိကျန်ခဲ့တဲ့ သက်မဲ့သက်ရှိတွေ အပေါ် တွယ်တာစွဲလန်းကပ်ငြိ အမျှင်တန်းခြင်း မရှိ၊ ရောက်လတ္တံ့ဘဝအတွက်လဲပဲ၊ စိုးရိမ်ကြောက် လန့် ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ခြင်းမရှိ၊ သတ္တိရှိရှိ၊ ဇွမ်းအား ပြည့်ပြည့်နဲ့ ဘဝကူးနိုင်တယ်၊ ဘဝလွတ်မြောက်ရေး အထိ၊ တိကျလေးနက်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ရှိတယ်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ ဒီအချက်လဲ ပြည့်စုံတာပဲ၊ အဲဒီဂုဏ်တွေကို အာရုံ ပြုပြီး ပူဇော်ကြတယ်၊ ပူဇော်ကြတော့ မိမိတို့လဲ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ လမ်းကြောင်းအတိုင်း၊ လိုက်နာကျင့်သုံး ပြုလုပ်အားထုတ်နေကြပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

တာဝန်ကျေရင်ပြီးရော

လူ့ဘဝရယ်လို့ ရလာရင် အငှားနဲ့ အပိုင် သရုပ်ခွဲဖို့လိုလာတယ်၊ အငှားရယ် အပိုင်ရယ်လို့ သရုပ်ကွဲဖို့ လိုလာတယ်။

အငှား၊ အပိုင်ကို ဘယ်သူက သရုပ်ခွဲပေး သလဲဆိုတော့ မိမိရဲ့အသိစိတ်က ခွဲပေးတယ်၊ မိမိရဲ့အသိစိတ်က အငှားစိတ်တွေ ဖြစ်နေကြမယ် ဆိုရင် တစ်နေ့လုံး ဘာပဲလုပ်လုပ်၊ အငှားအလုပ်တွေ ဖြစ်ကုန် တယ်၊ ကိုယ့်အလုပ် တစ်ခုမှမရှိတော့ဘူး။

ကိုယ့်စိတ်က အငှားစိတ်သာ ဖြစ်နေလို့ ကတော့ ဘယ်အလုပ်ပဲ လုပ်လုပ်၊ အငှားအလုပ် ချည်းပဲ၊ နောက်ပိတ်ဆုံး ဘုရားကျောင်းကန်ကိစ္စ ဆောင်ရွက်တာတောင် အငှားအလုပ် ဖြစ်သွားတတ် တယ်။

အချိန်စေ့ရင်ပြီးရော၊ အရေအတွက်ပြည့်ရင် ပြီးရော၊ တာဝန်ကျေ ရင်ပြီးရော၊ ပြီးရော,ပြီးရောနဲ့

http://www.dhammadownload.com

လုပ်သွား၊ အဲဒါ အငှားအလုပ်ဖြစ်သွားတယ်၊ ကိုယ့်အလုပ် မဟုတ်တော့ဘူး။

အငှားစိတ်ဆိုတာ လောဘ,ဒေါသ,မောဟစတဲ့ ကိလေသာစိတ်တွေဟာ အငှားစိတ်တွေ၊ အစီအစဉ်မပါပဲနဲ့ ပရမ်းပတာဖြစ်နေတဲ့ စိတ်တွေ၊ အခုပဲ တောင်ကိုတွေးလိုက်၊ အခုပဲ မြောက်ရောက်သွားတယ်၊ အခုပဲမြောက်ကိုတွေး၊ အခုတောင်ရောက်သွားတယ်။

ကမောက်ကမ စဉ်းစားချင်သလိုစဉ်းစား၊ တွေးချင်သလိုတွေး၊ အဲသလို အစီအစဉ်ကင်းမဲ့စွာဖြစ်နေတဲ့ စိတ်တွေကို အငှားစိတ်လို့ခေါ်တယ်။

အငှားစိတ်တွေ ဖြစ်နေတဲ့အချိန်မှာ တစ်နည်းအားဖြင့် ခုနပြောတဲ့ အသီးတစ်ရာ အညှာတစ်ခုမှာ၊ အညှာပြုတ်သွားတဲ့ စိတ်ကလေးဟာအငှားစိတ် ဖြစ်သွားပြီ။

အပ္ပမာဒသတိခေါ်တဲ့ အညှာပြုတ်သွားတဲ့အငှားစိတ်ကလေး သာ ဖြစ်မယ်ဆိုရင် တစ်နေ့လုံးဘာပဲလုပ်လုပ်၊ ကိုယ့်အလုပ်တစ်ခုမှ မပါတော့ဘူး၊ အငှားအလုပ်ချည်းပဲဖြစ်သွားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ရှိမှ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ဖြစ်မယ်

အသိစိတ်ကလေးက ကိုယ်ပိုင်စိတ် ဖြစ်နေတဲ့အချိန်မှာ ဘယ် အလုပ်ပဲလုပ်လုပ် အကုန်လုံး ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ဖြစ်သွားပြီ၊ ကုသိုလ်အလုပ် သီးခြားလုပ်တာ မပြောနဲ့ဦး၊ စားဝတ်နေရေး အလုပ်တွေ၊ စီးပွားရေး, လူမှုရေးအလုပ်တွေ အကုန်လုံးဟာ တရားအလုပ် ဖြစ်သွားတယ်။ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ရှိနေလို့ကတော့ အလုပ်ကိစ္စ ခပ်သိမ်းဟာ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ချည်းပဲ။

အပ္ပမာဒသတိဆိုတဲ့ အညာလေးတပ်ဆင်လိုက်တဲ့အခါမှာ သဒ္ဓါတရားက ဖော်ထုတ်ပေးတဲ့ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ကလေးတွေဟာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်တွေ။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ဆိုတာ၊ မချုပ်မပျောက် အမြဲ တည်တာကြောင့်၊ ကိုယ်ပိုင်စိတ် ခေါ်တာမဟုတ်၊ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်လုပ် နိုင်အောင်လို့ စွမ်းအားသတ္တိ အရှိန်အဝါ ပါတာဖြစ်တာကြောင့် ကိုယ်ပိုင်စိတ် ခေါ်တာ။

အဲဒီကိုယ်ပိုင်စိတ်ကလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်နေ တဲ့ အချိန်ကျတော့ ဘာပဲလုပ်လုပ် စားဝတ်နေရေး အလုပ်ကအစ အကုန်လုံး ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ဖြစ် သွားပြီ။

http://www.dhammadownload.com

ဆိုင်တော့ဆိုင်တယ်
ဒါပေမယ့် မပိုင်ဘူး

အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် အငှားကသုံးခု၊ အပိုင်ကသုံးခု၊ အငှားသုံးခုဆိုတာ–

(၁) ဟောဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးလဲ အငှားပဲ။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်တာမှ မဟုတ်ပဲ၊ ပိုင်လို့ ကျွေးနေရတာမှ မဟုတ်ပဲ၊ ဆိုင်လို့သာ ကျွေးနေရတာပဲ၊ ဝယမဓမ္မာသင်္ခါရာ ဆိုတာလဲ အဲဒါပြောတာ။

သင်္ခါရာဆိုတာ ဆိုင်တယ်၊ ပြုပြင်တယ်၊ ဝယမဓမ္မာ၊ ဒါပေမယ့် မပိုင်ဘူးနော်၊ စကားလေးနှစ်လုံး ချဲ့ယူသလောက်ရတယ်။

သင်္ခါရာ၊ ဆိုင်တယ်၊ ဆိုင်လို့ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရအကြောင်းတရားလေးပါးနဲ့ ပြုပြင်နေရတယ်၊ ဝယမဓမ္မာ၊ ဒါပေမယ့် မပိုင်ဘူးတဲ့၊ အချိန်စေ့ရင် ပျက်မှာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့်မို့ (၁) ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးလဲ အငှားပါပဲ၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မပိုင်ပါ၊ ဆိုင်ရုံမျှသာ ဆိုင်ပါတယ်။

(၂) ကိုယ့်လက်ထဲမှာ ရှာဖွေစုဆောင်းထားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ အကုန်လုံးလဲ အငှားတွေချည်းပဲ။

ကိုယ့်ပစ္စည်းကိုယ်ပိုင်တာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဆိုင်ရုံသာဆိုင်တာပါ၊ လောကစကားအနေအားဖြင့် ပိုင်တယ်လို့ ပြောကြတယ်၊ တရားအနေအားဖြင့်တော့ ပစ္စည်းသည် ကိုယ်မပိုင်ပါ။

ဒါကြောင့် ပစ္စည်းဥစ္စာတွေလဲ အငှားများသာဖြစ်တယ်။ ဆွေမျိုးတွေလဲ အငှားတွေပါပဲ။

(၃) ကိုယ့်ကိုယ့်ကြည်လို့ ခေတ္တခဏအပ်နှင်းထားတဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့် (ရာထူးစတဲ့ဥစ္စာ)တွေလဲ အငှားတွေချည်းပဲ။

အငှားဆိုရင် (၁) နောက်က အချိန်ကန့်သတ်ချက်ပါတယ်၊ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက် ကန့်သတ်လို့မရ။

(၂) အချိန်စေ့တော့ ပြန်အပ်ရမယ်၊ အချိန်စေ့တော့ပျောက် ကွယ်ကုန်ကြမယ်၊ တရားစွမ်းအား

http://www.dhammadownload.com

နည်းပါးရင်နည်းပါးသလို၊ မျက်နှာ ငယ်ကလေးနဲ့ ပြန်အပ်ရမယ်။

(၃) အငှားဆိုတာ ကိုယ့်ကို အငိုတိတ် အောင် အကြောက်ပြေ အောင်, အပူငြိမ်းအောင်, သတ္တိရှိအောင်, လုံးဝအာမမခံ၊ တာဝန်မယူ အဲဒါ အငှားရဲ့သဘော။

ကိုယ်ပိုင်ရရင် စိတ်အေးရမယ်

အပိုင်ဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းလေးတွေ ကြောင့် ရနိုင်တဲ့ ဒါန သီလ, ဘာဝနာ အဲဒီသုံးခုဟာ ကိုယ်ပိုင်တရားတွေ၊ ကိုယ်ပိုင်ဆိုရင်

(၁) နောက်က အချိန်ကန့်သတ်ချက်မပါ၊ ဘယ်သူမှ ကန့်သတ် လို့လဲမရ၊

(၂) ဘယ်သူ့ထံမှ မျက်နှာငယ်ကလေးနဲ့ ပြန်အပ်ခဲ့စရာလဲ မလို၊ ကိုယ်ရတာ ကိုယ်ယူသာသွားပါတော့။

http://www.dhammadownload.com

(၃) ကိုယ်ပိုင်တရားဆိုတာ ကိုယ့်ကို အငိုတိတ်အောင် အကြောက် ပြေအောင် အပူငြိမ်းအောင် သတ္တိရှိအောင် လုံး၀ အာမခံတာဝန်ယူတယ်။

အဲဒါ အပိုင်ရဲ့သဘော၊ ဒါကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ရအောင် ကြိုးစားကြရမှာ၊ ဘုံဆိုင်မျှဖြင့် တစ်သက်ကုန်ဆုံးလို့ မဖြစ်ဖူး။

ကိုယ်ပိုင်ဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းကြောင့်ရနိုင်သော အပ္ပမာဒသတိခေါ်တဲ့ အညှာလေးတပ်ဆင်ပြီးတော့ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်လေးတွေပေါ်လာအောင် ဖော်ထုတ်လို့ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်လေးတွေဖြင့် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်လို့ရလာတဲ့ ကောင်းမှုစွမ်းအား မြတ်တရားမှန်သမျှ အကုန်လုံး ကိုယ်ပိုင်တရားတွေဖြစ်တယ်။

ကိုယ်ပိုင်ရရင် စိတ်အေးရမယ်၊ ကိုယ်ပိုင်မရသေးသမျှတော့ ပူနေရမှာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဒါနစေတနာကို သူခိုးယူမသွားနိုင်ဘူး

ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးကို တစ်ချိန်မှာ ကျောင်းအစ်မက ကော်ဇောလေးတစ်ထည်လာလှူတယ်၊ ကော်ဇောလေးခင်းထား၊ နောက်နေ့ မနက်ရောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက ကျောင်းအပြင်ဘက်မှာ ကိစ္စရှိကာနဲ့ ခဏထွက်၊ သူခိုးကချောင်းနေတာပဲ၊ ဆရာတော်ကြီး အလစ်မှာ သူခိုးက အသစ်စက်စက် ကော်ဇောလေး ခိုးယူသွားပါရော၊

ခပ်လှမ်းလှမ်းရောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက လှမ်းမြင်လိုက် တယ်၊ ဘာမှမပြောပါဘူး၊ နောက်မကြာခင် ကျောင်းအစ်မ ရောက်လာတယ်။

“ဆရာတော်ဘုရား တပည့်တော်မ လှူထားတဲ့ ကော်ဇောလေး ဘယ်ရောက်သွားပြီလဲဘုရား”

http://www.dhammadownload.com

"သူ့ဟာသူ ယူသွားပြီ ဒကာမကြီး၊ သူ့ဟာကို သူယူတာပါ၊ ဒကာမကြီးဟာကိုလဲ သူယူမသွားပါဘူး၊ ဘုန်းကြီးဟာလဲ သူယူမသွားပါဘူး၊ သူ့ဟာသူယူသွားပါတယ်"

စကားလေးက သိပ်ပညာသားပါတယ်၊ ဒကာမကြီးဟာကို ယူမသွားဘူးဆိုတာက ဒကာမကြီးရဲ့ ဒါနစေတနာကို သူခိုး, ခိုးမသွားပါဘူး၊ ဒကာမကြီး စေတနာဟာ ဒီအတိုင်းပဲ ရှိနေပါတယ်၊ ဘုန်းကြီးဟာကိုလဲ သူခိုး ခိုးမသွားပါဘူး၊ ယူမသွားပါဘူးဆိုတာက ဘုန်းကြီးရဲ့ သီလ, သမာဓိ,ပညာ, ကိုယ်ပိုင်တွေကိုလဲ သူခိုးက ယူမသွားပါဘူးလို့ ပြောတာ။

"ပစ္စည်းကတော့ ဒကာမကြီးရယ်၊ ဒကာမကြီး လက်ထဲနေတုန်း၊ဒကာမကြီးဟာပေါ့၊ဘုန်းကြီး လက်ထဲရောက်တော့ ဘုန်းကြီးဟာပေါ့၊ သူခိုး လက်ထဲရောက်တော့ သူခိုးဟာပေါ့ ဒကာမကြီး ရယ်၊ ပစ္စည်းကကိုယ်ပိုင်မှ မဟုတ်တာကိုး၊ ကိုယ့် လက်ထဲနေတော့ ကိုယ့်ဟာပေါ့၊ သူ့လက်ထဲရောက် သွားတော့ သူ့ဟာပေါ့၊ သူ့ဟာမို့ သူယူသွားပြီ ဒကာမကြီး"

http://www.dhammadownload.com

အဲသလို ပြောသတဲ့။

ဒါကြောင့်မို့ ပစ္စည်းဆိုတာဘုံဆိုင်, အဲဒါကို ဒါနနဲ့လဲလှယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ကိုယ်ပိုင်ရကြတာပေါ့၊ ကိုယ်ပိုင်နဲ့ အငှားကွဲလာတဲ့အခါ၊ ကိုယ်ပိုင်ရအောင်ယူရမယ်။

အညှာလေး တပ်လိုက်ပါ

အညှာတစ်ခုဆိုတာ အဲဒီကိုယ်ပိုင်တွေ အချိန်မီ ခပ်သုတ်သုတ် လုပ်နိုင်အောင်ဆောင်ရွက်တာ အထူးသဖြင့် ချိန်သီးကိုပြတယ်၊ လူ့ဘဝမှာ ချိန်သီးနဲ့ လက်တံရှိတယ်။

အပ္ပမာဒသတိရယ်၊ ပညာရယ်က အဲဒီနှစ်ပါးက လူ့ဘဝချိန်သီးလို့ ခေါ်တယ်၊ တချို့ပြောကြတယ်လေ။

"တရားအဖိုးတန်မှန်းတော့ သိတာပေါ့၊ သို့သော် အားမှ မအားတာကိုး၊ စားဝတ်နေရေးက တစ်မျိုး၊ စီးပွားရေးက တစ်မျိုး၊ လူမှုရေးကတစ်မျိုး၊

http://www.dhammadownload.com

ကိစ္စတာဝန်မျိုးစုံကြားထဲ လုံးလည်ချာလည် လိုက်အောင်သွားနေရတာ ဘယ့်နှယ် လုပ်ပြီးတရားအလုပ်လုပ်အားမှာတုန်း"

အဲဒါမသိလို့ပြောတာ တစ်နည်းအားဖြင့် အညာပြုတ်လို့ ပြောတာ-

လက်ထဲမှာကိုင်ထားတာ ကုသိုလ်ထုပ်လို့ သာသနာကပြော တာ၊ အညာလေးတပ်လိုက်ပါ၊ လုပ်ပါ၊ စီးပွားရေးလုပ်ပါ၊ သို့သော် အညာတပ်ပါ၊ အညာမပြုတ်စေနဲ့ ချိန်သီးမပြုတ်စေနဲ့။

စားဝတ်နေရေး လုပ်မြဲလုပ်ပါ၊ ခန္ဓာရှိတော့ ဘယ်သူမှရှောင်လို့ မရဘူး၊ စီးပွားရေး ရှာမြဲရှာပါ၊ သို့သော် အညာတပ်ပါ၊ ချိန်သီးတပ်ပါ။

လူမှုရေး လုပ်မြဲသာလုပ်ပါ၊ သို့သော် ချိန်သီးတပ်ပါ၊ အညာတပ်ပါ၊ အကုန်လုံးဟာ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ဖြစ်သွားမယ်၊ ဒါကြောင့် သတိနဲ့ ပညာကို ချိန်သီးလို့ ခေါ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အာရုံအနိုင်ကျင့်တာမခံနဲ့

သတိဆိုတာ အချိန်ထိန်းတဲ့ကိရိယာ၊ အချိန်မီအလုပ်လုပ်နိုင် အောင်ထိန်းပေးတာသူပေါ့။

သတိဆိုတာ အာရုံထိန်းတဲ့ ကရိယာ၊ အာရုံနဲ့ စိတ်ထိတွေ့လာတဲ့အခါ အာရုံအနိုင်ကျင့်တာမခံပဲနဲ့ ကိုယ်ကသာ အာရုံကို အနိုင်ယူပြီးတော့ တရားစွမ်းအား ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်တာမို့ အာရုံထိန်းတဲ့ ကိရိယာ။

သတိဆိုတာ စိတ်ထိန်းတဲ့ကိရိယာ၊ စိတ်နောက်ကို လူက မလိုက်ပဲနဲ့၊ လူနောက်ကိုသာ စိတ်ကိုပါအောင်ဆွဲပြီး ထိန်းပေးနိုင်တာဖြစ်သော ကြောင့် စိတ်ထိန်းတဲ့ကိရိယာ။

* **သတိက အာရုံကို ပုံဖော်ပေးရတယ်၊**
* **အာရုံနဲ့စိတ် ကပ်ပေးရတယ်၊**

http://www.dhammadownload.com

* အလုပ်မပြီးခင် အာရုံပျောက်မသွား ရအောင် ထိန်းပေးရတယ်၊
* ဤအလုပ်လုပ်နေစဉ်မှာ၊ အခြား မဆိုင်တဲ့ အာရုံတွေ
* ကြားဖြတ်ဝင်မလာရအောင် ထိန်း ထားရတယ်၊
* အလုပ်လုပ်နေစဉ်မှာ၊ ရှေ့အသိနဲ့ နောက်အသိ၊
* အသိချင်း အစ, အလယ်, အဆုံး
* အကုန်သိနေအောင် ဆက်စပ်ပေးရ တယ်။

အဲဒါ အပ္ပမာဒသတိ။

http://www.dhammadownload.com

အညာကိုင် ပြောလိုက်လျှင်
အသီးတစ်ရာ ပါသွားပြီ

ယခုဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေ့ပြောင်းစံတော်မူပြီးတဲ့ ကျေးဇူးတော် ရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ သက်တော်ကိုးဆယ်ကျော်အထိ သတိအလွန်ကောင်းတယ်၊ အမှတ်အသား သိပ်ကောင်းတယ်၊ လူတစ်ယောက်ကို တစ်ခါတွေ့ပြီးလို့ရှိရင်မှတ်မိတယ်၊ ဘယ်အချိန် ပြန်တွေ့ ပြန်တွေ့၊ မှတ်မိတယ်၊ အင်မတန် သတိကောင်းတယ်။

သတိကောင်းတယ်လို့ ပြောလိုက်ရင်၊ ဩော်–သမာဓိအလွန်ကြီးတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားပါတကား၊

သမာဓိကြီးတယ်လို့ ဂုဏ်တင်လိုက်ရင်၊ ဩော်– သီလအလွန်ကောင်းတဲ့ ဆရာတော်ကြီးပါတကား၊

http://www.dhammadownload.com

သမာဓိအလွန်ကောင်းတယ်လို့ ပြောလိုက်ရင်၊ ပညာအလွန်ကြီး မားတဲ့ဆရာတော်ကြီးပါတကား၊

အသီးတစ်ရာ အညာတစ်ခုလေ၊ အညာတစ်ခု ကိုင်ပြောလိုက်တာနဲ့အသီးတစ်ရာ အကုန်ပါသွားပြီပဲ။

ဒါကြောင့် ဒီဒေသနာမှာလာတဲ့ အပ္ပမာဒသတိကလဲချိန်သီးတစ်ခု၊ အညာလို့လဲတင်စား ပြောလို့ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မကောင်းရာ သတိကိုပြောရင် မကောင်းတတ်တဲ့ ပညာဆိုတာ ပါလာတယ်

မကောင်းရာသတိကို ပြောလိုက်ရင် မကောင်းတတ်တဲ့ပညာဆိုတာ လဲပါလာတယ်၊ သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်လို့ တွဲ,တွဲပြောနေတာပေါ့၊ ပညာလဲ ချိန်သီးပဲ၊ ပညာဆိုတာ စဉ်းစားနှိုင်းချိန်,ချင့်ချိန်,ချိန်တွယ်၊ တွက်ချက် ဆန်းစစ်, ဝေဖန်ပေးနိုင်တဲ့တရား။

ထမင်းအိုးတစ်လုံး ချက်လိုက်တယ်၊ ဒီထမင်းအိုးထဲမှာ ဒါန သတ္တိဘယ်လောက် ပါဝင်နိုင်တယ်၊ သီလသတ္တိ ဘယ်လောက်ပါဝင်နိုင်တယ်၊ သမာဓိသတ္တိ ဘယ်လောက်ပါဝင်နိုင်တယ်၊ ပညာသတ္တိ ဘယ်လောက်ပါဝင်နိုင်တယ်၊ လောကီ

http://www.dhammadownload.com

ခတ်ခွဲခန်းထဲထည့်ပြီး ခတ်ခွဲသလိုပေါ့၊ ပညာခတ်ခွဲနည်းနဲ့ ခတ်ခွဲတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ထမင်းအိုးကို ဘယ်တော့မှ အလကားအဖြစ်မခံဘူး၊

စားရုံနဲ့ ကုန်သွားမယ့် ထမင်းအိုး ဘယ်တော့မှ အဖြစ်မခံဘူး၊ ထမင်းအိုးချက်ရင် ဒါနပါရမယ်၊ သီလပါရမယ်၊ သမာဓိပါရမယ်၊ ဝိပဿနာပါရမယ်။

ဟင်းအိုးချက်ရင် ဟောဒီဟင်းအိုးထဲမှာ ဒါနဘယ်လောက်ပါ အောင်ချက်မယ်၊ သီလဘယ်လောက်ပါအောင်ချက်မယ်၊ သမာဓိဘယ်လောက်ပါအောင်ချက်မယ်၊ ဝိပဿနာစွမ်းအားတွေ ဘယ်လောက်ပါ အောင်ချက်မယ် စသည်ဖြင့် သာသနာပညာ ခတ်ခွဲနည်းနဲ့ ခတ်ခွဲ တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ပညာချိန်သီး တပ်ဆင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ နေ့စဉ်အလုပ်တွေဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းချည်းပဲ၊ အိမ်တွင်းမဂ္ဂင် လူ့ကျင့်စဉ်ဆိုတာ ဒါကိုပြောတာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အညာပြုတ်လျှင်

ဒါကြောင့် အားတာ မအားတာနဲ့ ဘာမှ မဆိုင်ဘူး၊ ပိုက်ဆံရှိတာ မရှိတာနဲ့မဆိုင်ဘူး၊ ကိုယ့်ချိန်သီးပြုတ်တာ, မပြုတ်တာ, ဒါပဲဆိုင်တယ်။

ချိန်သီးသာပြုတ်လို့ကတော့ ဘာပဲလုပ်လုပ် စွမ်းအားပေါ်မှာ မဟုတ်တော့ဘူးပေါ့၊ အညာပြုတ်ရင် (ချိန်သီးပြုတ်ရင်) ကိုယ့်အလုပ် တစ်ခုမှ မပါတော့ပါဘူး။

အညာတပ်ဆင်လိုက်ရင် (ချိန်သီးတပ်ဆင်လိုက်ရင်) တစ်နေကုန်ဘာပဲလုပ်လုပ် အိပ်ရာထချိန်မှ အိပ်ရာဝင်ချိန်အထိ၊ တစ်နေ့လုံး ကိုယ်ပိုင်အလုပ်တွေဖြစ်သွားမယ်၊ အသီးတစ်ရာမက များပြားလှတဲ့ ကိစ္စမျိုးစုံ အကုန်လုံးဟာ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်တွေ ဖြစ်သွားမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားလက်ထက်က ထေရိကာအိမ်ရှင်မတို့ အိမ်ထဲမှာ ချက်ရင်း ပြုတ်ရင်နဲ့ ချိန်သီးတပ်ထားတယ်၊ ချိန်သီးတပ်တော့ သဒ္ဓါနဲ့ ဝီရိယ လက်တံနှစ်ချောင်းက လည်နိုင်တာပေါ့။

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းကို ဖော်ထုတ်ပေးတဲ့ သဒ္ဓါတရား၊ စိတ်ကို ကြည်လင်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးတဲ့ သဒ္ဓါတရား၊ စွမ်းအားတွေပေါ် လာအောင် ဖော်ထုတ်ပေးတဲ့ ဝီရိယတရား၊ သဒ္ဓါနဲ့ဝီရိယက လက်တံ လို့ခေါ်တယ်၊ ချိန်သီးပြုတ်ရင် လက်တံလဲရပ်တာပဲ။

- တစ်ခါတစ်ရံ မသွားမဖြစ်လို့ သွားနေတဲ့
- ဝီရိယလက်တံက
- အညှာ(ချိန်သီး)ပြုတ်ရင်
- နောက်ပြန်ကြီးသွားတယ်၊
- ရှေ့မသွားတော့ဘူး၊
- အို့ နာ သေဘက်လှည့်ပြီး
- နောက်ပြန်ကြီးသွားတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ဟင်းချက်ရင်း တရားရ

တစ်ချိန်မှာ ဟင်းအိုးထဲရေတွေထည့်၊ မီးဖို ပေါ်တင်, အောက်က မီး တွေထိုး ရေတွေဆူပွက် ကျက်လာတဲ့ အချိန်ကျတော့ အဆင်သင့်ပြင် ဆင်ထားတဲ့ ဟင်းသီးဟင်းရွက် ထည့်လိုက်တာ ချက်ချင်း ညှိုးကျက် သွားတယ်၊ သူက ချိန်သီး တပ်ထားတယ်လေ ပသာဒမျက်လုံးနဲ့ ကြည့်ရုံ တင်မကဘူး၊ ဉာဏ်မျက်လုံးပါ တပ်ကြည့်တယ်။

"ဪ– လောကမှာ ဘာမှ မခိုင်မြဲပါလား၊ လန်းလန်းဆန်းဆန်း၊ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကလေးတွေ မီးပူဒဏ် ရေပူဒဏ် ကြောင့်၊ အကုန်လုံးညှိုးကျက်ပြီး ပြောင်းသွားကုန်ပြီ လို့ ဉာဏ်ထဲမှာပေါ်လာတယ်၊ ခန္ဓာဘက် ဉာဏ် လှည့်လိုက်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဒီခန္ဓာကြီးလဲ တစ်နေ့ကို နှစ်ထပ်မက ဆယ်ထပ်ပဲ ကျွေးကျွေး၊ ဇရာမီးတွေက တဟုန်းဟုန်း၊ သခါရမီးတွေကတဟုန်းဟုန်း၊ စိတ်အထိန်း မတတ်ပြန်တော့ ကိလေသာမီးတွေက တဟုန်းဟုန်းတောက်လောင်နေတဲ့ ဟောဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ရင့်ကျက်ပြီးတော့ တဖြုတ်ဖြုတ် ပြောင်းနေပါလား"

ခန္ဓာဘက် ဉာဏ်လှည့်၊ ဉာဏ်သတိချိန်သီးလေးတပ်ပြီးတော့၊ သဒ္ဓါဝီရိယလက်တံလေး လည်ပတ်အောင် ကြိုးစားလိုက်တာ၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေရင့်၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာ အနာဂါမ်ဖြစ်သွားတယ်။

ဒါကြောင့် ဒို့အလုပ်များလို့ တရားအလုပ်မလုပ်အားဖူးဆိုတာ အပိုပေါ့၊ ချိန်သီးပြုတ်လို့ တရားအလုပ် မလုပ်အားတာ၊ ချိန်သီးတပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အိမ်ထဲနေရင်းနဲ့ကို မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရကြတာရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အကောင်းတွေ မပျောက်အောင် ထိန်းပေးတယ်

* သတိ, ပညာ ချိန်သီးမှာ၊ ကောင်းစွာတပ်ထားမှ၊
* လုံ့လသဒ္ဓါ၊ လက်တံမှာ၊ မှန်စွာလည်ပတ်ကြ၊
* လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊ စိတ်ထားကောင်းမှ ရနိုင်ကြ။

လူ့စွမ်းအားဟာ စိတ်ထားကောင်းမှရတယ်၊ အညာတစ်ခုလို့ တင်စားခေါ်ဆိုရတဲ့ ဟောဒီ အပ္ပမာဒသတိတရားက စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်လေးတွေကို ဖော်ထုတ်ပြီး ထိန်းပေးတဲ့စွမ်းအား။

* လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊ စိတ်ထားကောင်းမှ ရနိုင်ကြ။

http://www.dhammadownload.com

* အသီးတစ်ရာ၊ အညှာတစ်ခု၊ သတိပြု၊ ကောင်းမှုတို့၏ ချမ်းသာရ။

ဒါကြောင့် အပ္ပမာဒသတိက အကောင်းတွေကို ဖော်ထုတ်တယ်၊ အကောင်းတွေ မပျောက်အောင်ထိန်းပေးနိုင်တယ်၊ ဘာပဲလုပ်လုပ်၊ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားတွေရအောင် ပေးနိုင်သော သာသနာက နံ့ပတ်တစ် တောင်းတဲ့တရား

* သတိပညာ ချိန်သီးမှာ၊ ကောင်းစွာ တပ်ထားမှ
* လုံ့လသဒ္ဓါ၊ လက်တံမှာ၊ မှန်စွာ လည်ပတ်ကြ
* လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊ စိတ်ထားကောင်းမှရနိုင်ကြ
* အသီးတစ်ရာ၊ အညှာတစ်ခု၊ သတိပြု ကောင်းမှုတို့၏ ချမ်းသာရ။

http://www.dhammadownload.com

အာရုံနယ်ကျွံ အပျော်လွန်သွားရင်

သတိလွတ်သွားရင် မေ့တယ်လျော့တယ် ပေါ့တယ် ဆတယ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အာရုံနယ်ကျွံ အပျော်လွန်သွားရင် ပမာဒတွေ ဝင်လာတယ်။

ပမာဒဆိုတာ မေ့တာပဲ၊ မေ့တယ်, လျော့တယ်,ပေါ့တယ်, ဆတယ်၊ မေ့တယ်ဆိုတာ ဘာမှ စွမ်းအားပေါ်မလာတော့ဘူး၊ လုံးဝပျောက်သွားတာကို မေ့တယ်ခေါ်တယ်၊ မေ့ရင် ဖျင်းသွားတယ်။

လျော့တယ်ပေါ့တယ်, ဆတယ်ဆိုတာက မေ့တော့ မမေ့ဘူး၊ သို့သော် တင်းတင်းကြပ်ကြပ်၊ ပြတ်ပြတ်သားသား ဘာတစ်မှ မရှိတော့ မပေါ် တစ်ချက် ပေါ်တစ်ချက် ဒီလိုဖြစ်နေတယ်၊ ထိထိမိမိ ဘာတစ်ခုမှ မရှိတော့ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

* လျှော့ရင်ပေါ့ရင် ဆရင်
* ဖျင်းတော့မဖျင်းဘူး
* သို့သော် ညံ့သွားတယ်၊
* ပညာရေးသမားလဲ အရည်အသွေး မမီတော့ဘူး၊
* စီးပွားရေးသမားလဲ အရည်အသွေး မမီတော့ဘူး၊
* ကိုယ်ပိုင်တရားစွမ်းအား
* ဘာမှပါလာမှာ မဟုတ်တော့ဘူး၊

ဒါကြောင့်မို့
* မေ့လျှော့ပေါ့ဆ၊ အပူရ၊ အောက်ကျ ညံ့ဖျင်းစေ

မေ့ရင်, လျှော့ရင်၊ ပေါ့ရင်, ဆရင်၊ အောက်ကျနောက်ကျ ဖြစ်တတ်တယ်၊ ညံ့တတ်တယ်၊ ဖျင်းတတ်တယ်။

* အာရုံနယ်ကျွံ၊ အပျော်လွန်၊ ကေန်ထိန်းချုပ်လေ၊

ပမာဒမရှိကြပါစေနဲ့, ပမာဒဖြစ်အောင် အားမထုတ်ကြပါကုန်နဲ့၊ အာရုံကြားထဲမှာ အပျော်လွန်ပြီး နယ်မကျွံကြပါစေနဲ့။

http://www.dhammadownload.com

လောကမှာ ကလေးသူငယ်များ မီးဆော့တဲ့ အခါ၊ မီးကိုပျော်ချင်လို့ ဆော့တာပေါ့လေ၊ ကလေး က ပျော်ချင်တာပဲသိတာ၊ ဒါပေမယ့် မီးဆိုတာက ပျော်ရမှာထက် လောင်တတ်တယ်ကိုး။

ဒါမျိုးလိုပေါ့၊ သတိအထိန်းမပါပဲနဲ့ အာရုံ တွေကြားထဲမှာ စိတ်ကိုလွှတ်ထားကြမယ် ဆိုရင်၊ ပျော်တော့ ပျော်ချင်လို့ပါပဲ၊ သို့သော်လဲ သောက တွေ ပရိဒေဝတွေ၊ ဒုက္ခတွေ၊ ဒေါမနဿတွေ၊ ဥပါယာသတွေ ဝင်လာမယ်၊ လောင်စရာတွေက ပုံလို့၊ ပျော်ရမှာက ဘာမှမဟုတ်ဖူး၊ လောင်စရာ တွေက တစ်ပုံကြီး ဒါကြောင့်-

* **အာရုံနယ်ကျွံ၊ အပျော်လွန်၊**
  စောန်ထိန်းချုပ်လေ၊

သတိအားကောင်းရင် ပစ္စုပ္ပန်မှာလဲချမ်းသာတယ်

* မမေ့သူမှာ၊ ရှုပွားကာ၊ ချမ်းသာကြရပေ၊

http://www.dhammadownload.com

မမေ့မလျော့၊ မပေါ့မတန်၊ ထက်သန်ထူးခြားတဲ့ သတိတရား အားကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ ပစ္စုပ္ပန်မှာလဲချမ်းသာအောင် နေတတ်ကြတယ်၊ နောင်ရေးအတွက်လဲ စိတ်အေးစရာတွေ အဆင်သင့် ကြိုတင်ပြီးတော့ စုဆောင်းထားဖြစ်တယ်။

* **အသီးတစ်ရာ၊ အညှာတစ်ခု၊ သတိပြု၊ ကောင်းမှုတိုးအောင် ကြိုးစားလေ၊**

သာသနာ့အလင်းရောင်လေး ကောင်းတုန်း၊ ကိုယ့်ဘဝကလဲ သုံးလို့ဖြစ်တဲ့ဘဝလေး တစ်ခုရတုန်း၊ အချိန်ထိန်းကိရိယာလေးနဲ့၊ တစ်လလုပ်ရမှာကို တစ်ပတ်လောက်နဲ့ပြီးအောင် တစ်ပတ်လုပ်ရမယ့် ဥစ္စာကို တစ်ရက်နဲ့ပြီးအောင်ပေါ့လေ။

သတိလွတ်သွားရင် (လျော့ရင်, ပေါ့ရင်, ဆရင်) တစ်ရက် လုပ်ရမယ့်အလုပ်ဟာ တစ်ပတ်နဲ့လဲပြီးမှာမဟုတ်ဖူး၊ တစ်ရက်ထဲ လုပ်ရမှာ တစ်လနဲ့လဲပြီးမှာမဟုတ်ဘူး၊ တစ်ရက်ထဲလုပ်ရမယ့် အလုပ်ဟာ တစ်ခါတစ်ရံ တစ်သက်တာ ကုန်သွားရော၊ ဘာမှကို မလုပ် လိုက်ရဘူး၊ သတိများမေ့သွားရင် သိပ်ကြောက်ဖို့ကောင်းတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သတိလွတ်ရင်မေ့တယ်

* အသီးတစ်ရာ၊ အညှာတစ်ခု၊ သတိပြု၊ ကောင်းမှုတိုးအောင် ကြိုးစားလေ၊

သတိလွတ်ရင်မေ့တယ်ခေါ်တယ်၊ ပမာဒ မေ့တယ်ဆိုတာ၊ တိုက်ရိုက်ပြောတော့ အရှုံးလေး ဖြစ်သွားတာ၊ မဒ–ဥမ္မာဒေတဲ့ မဒဆိုတာ ရူးခြင်းပဲ၊ ၁–မိနစ် သတိလွတ်ရင် ၁–မိနစ် အရှုံးလေးဖြစ်မှာ ပဲ။

တစ်ခါတစ်ရံ ထမင်းချက်တယ်၊ ထမင်းကို ကျက်အောင်ချက်တယ်၊ သို့သော် တူးသွားတယ်၊ ထမင်းတူးအောင်လို့ ချက်တာတော့ မဟုတ်ဖူး၊ သတိလွတ်သွားလို့ ထမင်းတူးသွားတာ၊ ဟယ်, ငါ အရှုံးလေးဖြစ်သွားပါပြီကော၊

အိမ်ထဲမှာ ဟိုနားခလုတ်တိုက်၊ဒီနားခလုတ် တိုက်၊ ဟယ်, ငါ အရှုံးလေး ဖြစ်သွားပါပြီကော–

http://www.dhammadownload.com

ခေါင်းနဲ့ ဟိုတိုက်ဒီဆောင့်၊ ဟယ်, ငါအရူးလေးဖြစ်သွားပါပြီကော စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ၊ သတိလွတ်သွားတဲ့အခါမှာ ကိုယ်အမူအရာတွေ လမ်းမမှန်တော့ဘူး၊ နှုတ်အမူအရာ အပြောအဆိုတွေ လမ်းမမှန်တော့ဘူး၊ စိတ်ကတွေးတောမှုတွေ အားလုံး လမ်းမမှန်တော့ဘူးဆိုရင် အရူးလေး ဖြစ်သွားပြီ။

အရူးလေးချင်းထပ်သွားရင် အရူးကြီးလဲ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့် သူငယ်ပြန်ကြတယ် ဆိုတာ အရူးလေးချင်းထပ်ပြီး အရူးကြီးအဖြစ် ရောက်သွားကြတာ၊ သူငယ်ပြန်တယ်ဆိုတာ သတိ လွတ်တာပဲ။

အဘွားကြီးတစ်ယောက် တွေ့ဖူးတယ်၊ အသက် ၉၀ ကျော်ပါပြီ၊ အသက်ကြီးပြီဆိုတော့ အသက်ရှည်တဲ့ အဘွားဆိုပြီး ရပ်ဝေးရပ်နီးက လာကန်တော့ကြ၊ လက်ဆောင်တွေပေးကြ၊ တချို့က လက်ဆောင် ပေးရုံမျှမကဘူး၊ မေးတယ်။

"အဘွား ဘာလိုသေးလဲ"ဆိုတော့ ပြန်ပြောပုံက–

"ကွယ်– နားဆွဲကလေးလဲ ဝယ်ပေးကြပါလား၊ ဆွဲကြိုးကလေးလဲ ဝယ်ပေးကြပါလား၊

http://www.dhammadownload.com

မိတ်ကပ် ပေါင်ဒါဘူးလေးလဲ ဝယ်ပေးကြပါ ကွယ်" ဆိုပြီး ဟက်ဟက်ပက်ပက် ရယ်တယ်၊ ရယ်ရာက ချူးချဝိုတယ်၊ အဲဒါကတည်းက သိသွား ကြပြီ "ဟယ် အဘွားကြီး သူငယ်ပြန်နေပါပြီကော"

သူငယ်ပြန်ဆိုတာ စကားယဉ်အောင်သုံး တာ၊ အမှန်တော့ "ဟယ် အဘွားကြီး ရူးပါပြီ ကော"လို့ ပြောတာ။

ဒါကြောင့် သတိလွတ်တယ်ဆိုတာ ပမာဒ၊ တိုက်ရိုက်ပြော လို့ရှိရင် အရူးလေးကနေ အရူးကြီး တဏှာ, တစ်စဖြစ်သွားတာ။

သတိကို လက်ကိုင်သုံးတော်မူသော ဆရာတော်ကြီး

အဲသလိုဆိုရင် အပြန်အားဖြင့် ဘဝနတ် ကျောင်း ရွှေပြောင်းတော်မူပြီးတဲ့ ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ သက်တော် ၉၉ နှစ်ရှိသည်

http://www.dhammadownload.com

အထိ၊ သတိမလွတ်၊ အပ္ပမာဒ သတိကို လက်ကိုင် သုံးပြီးတော့၊ သီလအားကောင်းတော်မူတယ်၊ သမာဓိ အားကောင်းတော်မူတယ်၊ ပညာအား ကောင်းတော်မူတယ်လို့ အပြန်အားဖြင့် ကြည်ညို စရာတွေ၊ အားကိုးစရာတွေ၊ ပူဇော်လို့ မဆုံး နိုင်လောက်အောင် စွမ်းအားတော် အနန္တ ဟာလဲ၊ လေးလေးနက်နက် ကြည့်တတ်ရင် ကြည့်တတ်သ လောက် မြင်လာမှာပေါ့။

* မေ့လျော့ပေါ့ဆ၊ အပူရ၊ အောက်ကျညံ့ဖျင်းစေ၊
* အာရုံနယ်ကျွံ၊ အပျော်လွန်၊ ကေန်ထိန်းချုပ်လေ၊
* မမေ့သူမှာ၊ ရှုပွားကာ၊ ချမ်းသာကြရပေ၊
* အသီးတစ်ရာ၊ အညာတစ်ခု၊ သတိပြု၊ ကောင်းမှုတိုး၍ ချမ်းသာပေ၊
* အသီးတစ်ရာ၊ အညာတစ်ခု၊ သတိပြု၊ ကောင်းမှုတိုးအောင် ကြိုးစားလေ။

ဒါကြောင့်၊ ဟိ၊ မှန်လှပါပေ၏ အပ္ပမတ္တော၊ မမေ့မလျော့ မပေါ့မတန်၊ ထက်သန်သတိအစဉ်ရှိ နေသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည်၊ ဈာယတော၊ သမထ

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာ ဤနှစ်ဖြာဖြင့် ကောင်းစွာမပြတ် ရှုမှတ်တတ် သည်ဖြစ်၍ ဝိပုလ်၊ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်ပူဇော်အပ်သော၊ သုခံ၊ လူနတ် နိဗ္ဗာန်၊ သုံးတန်ချမ်းသာ၊ ဤသုံးဖြာသို့၊ သုခံ၊ မျက်မှောက်တမလွန်၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ ဤသုံးဖြာသို့၊ ပပ္ပေါတိ၊ ကောင်းစွာ ပိုင်ပိုင် ရောက်ရှိနိုင် ပါပေတော့သတည်း။

ပစ္စုပ္ပန်သေချာရင် နောင်ရေး စိတ်အေးရပြီ

* အပ္ပမာဒသတိရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ
* ပစ္စုပ္ပန်လဲချမ်းသာတာပဲ၊
* ပစ္စုပ္ပန်သေချာသူ၊
* နောင်ရေးစိတ်အေးရပြီပေါ့၊
* နောင်ရေးလဲချမ်းသာဖို့ အဆင်သင့်ပဲ။
* သတိအားကောင်းတော့

http://www.dhammadownload.com

* အသိတွေလဲ အမြင်ရှင်းလို့
 လောကုတ္တရာအထိ ဦးတည်ချက်ကလဲ မှန်လို့
* နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအတွက်ပါ သေချာနေပြီပဲ၊
* လူ, နတ်, နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာကို
* ရဖို့ သေချာပြီ။

http://www.dhammadownload.com

သင်္ခါရဆိုတာ ပြုပြင်နေရတာ

ဒါကြောင့် ဝယမ္မာသင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ၊ စကားလေးက နှစ်ခွန်းထဲနဲ့ ထိလိုက်တာ။

ဝယမ္မာသင်္ခါရာဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးက ဝိပဿနာကို ပြတယ်၊ သင်္ခါရဆိုတာက ပြုပြင်နေရတာကိုပြောတာ၊ လူတွေနားလည် ကြတာက သင်္ခါရဟာ ပျက်တယ်ချည်း နားလည်နေကြတာ။

ပျက်တာက နောက်မှပြောရမှာ အမှန်က သင်္ခါရဟာ ပြုပြင်ရတာပြောတာ၊ ကံရယ်၊ စိတ်ရယ်၊ ဥတုရယ်၊ အာဟာရရယ် အကြောင်းတရားလေးပါးနဲ့ ပြုပြင်နေရတာမို့ သင်္ခါရ၊ ရုပ်နာမ်တရား

http://www.dhammadownload.com

မှန်သမျှကို အကုန်လုံးသခ်ါရ၊ ဘ၀ခန္ဓာတည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့ဝင်လေးဦးတို့ ပြုပြင်သမျှ ခံနေရတာဖြစ်သောကြောင့်သခ်ါရ။

http://www.dhammadownload.com

အဖွဲ့ဝင်လေးဦး သဘောတူညီချက်နဲ့

ကံကဥက္ကဋ္ဌ၊ စိတ်ကအကျိုးဆောင် အတွင်းရေးမှူး၊ ဥတုနဲ့ အာဟာရကအဖွဲ့ဝင်, သူတို့သဘောတူညီချက်နဲ့ ဘဝတစ်ခု နေကြရတာပါ။

သူတို့က မင်းသွားတော့ဆိုရင် မတတ်နိုင်ဘူး၊ သွားရမှာပဲ၊ ဒါကြောင့် သင်္ခါရဆိုတာ ပြုပြင်နေရတာ၊ ပြုပြင်နေရတာက ဆိုင်လို့ ပြုပြင်ရတာ၊ ပိုင်တာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် ဝယဓမ္မာ၊ မပိုင်တာကြောင့် အချိန်စေ့ရင် ပျက်မှာပဲ၊ အဲဒါက ဝိပဿနာကို ပြတယ်၊ ရုပ်နာမ်သည် မခိုင်မြဲဘူး၊ မခိုင်မြဲဘူးဆိုရင် ဆင်းရဲတယ်၊ ဆင်းရဲတယ်ဆိုရင် အစိုးမရဘူး၊ သုံးချက်စလုံး အကုန်ဆိုင်သွားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အပ္ပမာဒေနသမ္ပာဒေထက အဲဒီဝိပဿနာကို တိုးအောင်ကြိုးစားပါ၊ ပွားများပါ၊ အားထုတ်ပါလို့ တိုက်တွန်းတဲ့စကားကိုပြတယ်။

အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ၊ အဲဒီဝိပဿနာကို စိတ်နှင့်အပူချာ၍ ချာ၍ပေးနိုင်တဲ့ စွမ်းအားလိုချင်ရင်၊ အချိန်ထိန်းတဲ့ကိရိယာ၊ အာရုံ ထိန်းတဲ့ကိရိယာ၊ စိတ်ထိန်းတဲ့ကိရိယာ၊ ခေါ်ဆိုရတဲ့ အပ္ပမာဒ သတိကိုအမြဲလက်ကိုင်ထား၍ ဖြစ်လာအောင်, တိုးလာအောင်, ပွားလာအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ပါ၊ ပြီးစီးသည်အထိ အားထုတ်ပါလို့ တိုက်တွန်းပုံကို ပြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သံဝေဂဖြစ်အောင် နှိုးဆော်ပေးတာ

တစ်နည်းအားဖြင့် ဝယမ္ပောသင်္ခါရာဆိုတဲ့ စကားက သံဝေဂဖြစ်အောင် နှိုးဆော်ပေးတာ"ပေါ့ သင်တို့ရတဲ့ ခန္ဓာ၊ တစ်ခုမှ မပိုင်ဘူးနော်၊ ဆိုင်ရုံသာ ဆိုင်တာနော်၊ ဘယ်ခန္ဓာမှ ရပ်ထားလို့ မရဘူးနော်၊ ဒါကြောင့် ပျက်စီးနေတယ်၊ အပျက်ကြီးနဲ့ အပျက်ကလေးပဲကွာတယ်။

အပျက်ကလေးဆိုတာ ဖြစ်ပျက်, ဖြစ်ပျက်၊ အဲဒါအပျက် ကလေး၊ ဘဝတစ်ခု နိဂုံးအုပ်တဲ့ အချိန်မှာ မရဏာဆိုတဲ့ သေခြင်းတရားနဲ့ ပျက်ကြတာ၊ အဲဒါအပျက်ကြီး။

အပျက်ကလေး၊ အပျက်ကြီးနဲ့ ပျက်နေကြရတယ်၊ အဲဒါ ထိတ်လန့်သွားအောင်ပြတဲ့ စကား။

http://www.dhammadownload.com

အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထဆိုတာ ကျင့်စဉ်တရားကိုပြတဲ့စကား၊ သာသနာကျင့်စဉ် အကုန်လုံးကို အပ္ပမာဒတစ်လုံးထဲမှာ အကုန်ထည့်ထားတာ၊ အပ္ပမာဒလို့ပြောရင်၊ သီလ, သမာဓိ,ပညာ အကုန်ဆိုင် သွားပြီ၊ ကောင်းမှုအားလုံးဆိုင်သွားပြီ။

ဝယဓမ္မာသင်္ခါရာက ထိတ်လန့်အောင် ညွှန်ပြတဲ့စကား၊သံဝေဂ ဉာဏ်ပေါ်အောင် ညွှန်ပြတဲ့စကား၊ ဒါကြောင့် အပ္ပမာဒ သတိတရားနဲ့ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ သိက္ခာသုံးသွယ်၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စမှန်သမျှကို ပြီးစီးအောင် ပြုလုပ်အားထုတ်ပါတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ရဟန်း၏စွမ်းရည်

ယခုဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေ့ပြောင်းစံတော်မူပြီးတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ ရဟန်းစွမ်းရည် သုံးချက်ကိုလဲ ဖြည့်ကျင့်ကြိုးစားသွားတော်မူပါတယ်။

* **ကောင်းဆိုးနှစ်တန်၊ လောကဓံကို၊ သည်းခံချုပ်တည်း၊ အောင့်အည်းတတ်ပါ၊ ခန္တီမှာ၊ မှတ်ပါအားအစွမ်း။**

(၁) ရဟန်းရဲ့ စွမ်းအားဆိုတာ ခန္တီတရားဖြစ်တယ်၊ ဆရာတော်ကြီး ခွန်အားကောင်းလိုက်တာ (တရားခွန်အားပြောတာ)၊ ကောင်းဆိုးနှစ်တန်၊ လောကဓံမှန်သမျှကို သည်းခံနိုင်တယ်၊ အောင့်အည်းနိုင်တယ်၊ ချုပ်တည်းနိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့် ခွန်အားအလွန်ကောင်းတော်မူတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး။

ခွန်အားကောင်းလို့လဲ၊ သီလ, သမာဓိ, ပညာပြည့်အောင် ဖြည့်နိုင်တာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

* **ကောင်းဆိုးနှစ်တန်၊ လောကခံကို၊ သည်းခံချုပ်တည်း၊ အောင့်အည်းတတ်ပ့ါ၊ ခန္တီမှာ၊ မှတ်ပါအားအစွမ်း။**

ဒို့ ကြည်ညိုချင်လိုက်တာ၊ ရဟန်းနဲ့တူတဲ့ ရဟန်းများ ကြည်ညိုချင်လိုက်တာ၊ ဆရာတော်ဘုရားကြီးအကြည်ညို ခံနိုင်ပါတယ်၊ သိက္ခာပြည့်ဝတော်မူတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးပဲ။

(၂) **ရဟန်းရဲ့ အလုပ်ဆိုတာ၊ ငြိမ်ငြိမ်နေ၊ ငြိမ်းအောင်ကျင့်၊**

ငြိမ်ငြိမ်နေဆိုတာ၊ သီလနဲ့ကိုယ်နှုတ်နှစ်ပါး ငြိမ်ငြိမ်နေ၊ သမာဓိနဲ့ စိတ်ကလေးငြိမ်ငြိမ်နေ၊ ငြိမ်းအောင်ကျင့်ဆိုတာ ဝိပဿနာတရားနဲ့ အပူငြိမ်းအောင်ကျင့်။

စိတ်နဲ့အပူခွာ၍ ခွာ၍ပေးနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာတရားကို ပွားများတာ၊ အဲဒါ ငြိမ်းအောင်ကျင့်ခေါ်တယ်၊ ရဟန်းရဲ့အလုပ်ဆိုတာ သိက္ခာသုံးပါးလေ။

ရဟန်းဟာ ရဟန်းတွက် တွက်ရတယ်၊ ရဟန်းတွက် တွက်နိုင်မှ ချမ်းသာတယ်၊ စွမ်းအားကို မြင်အောင်ကြည့်နိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့်-

* **ငြိမ်ငြိမ်နေပါ၊ ငြိမ်းအေးစွာ၊ ကျင့်ပါကိုယ့်လုပ်ငန်း၊**

http://www.dhammadownload.com

သီလ သမာဓိ ပညာဆိုတာက ကိုယ်ပိုင်အလုပ်၊ ဘယ်သူ့ထံမှ ပြန်အပ်စရာမရှိ၊ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဘဝနတ်ကျောင်းရွှေ့သွားတာ၊ သီလတွေဘယ်သူ့ထံ အပ်ထားခဲ့ရတယ်မရှိပေါင်၊အကုန်ယူသွားတယ်၊ သမာဓိတွေဘယ်သူ့ထံ အပ်ထားခဲ့ရတယ်မရှိပါဘူး၊ ဆရာတော် ဘုရားကြီး သမာဓိတွေအကုန်ယူသွားတယ်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကိုယ်တိုင်ပွားများအားထုတ်တဲ့ ဝိပဿနာစွမ်းအား၊ ပညာစွမ်းအားတွေ ဘယ်သူ့ထံ အပ်ထားခဲ့ရတယ် မရှိပေါင်၊ အကုန်ယူသွားတယ်။

ယူသွားရုံတင်မဟုတ်ဖူး၊ တပည့်တပန်းဒကာ, ဒကာမတွေအတွက် အသိဉာဏ်တွေ လက်ဆင့်ကမ်းဖြန့်ပြီး ဟောပြောခဲ့တယ်။

ရဟန်းရဲ့ ကျက်သရေ

- သိက္ခာဂုဏ်ရွှေ၊ ကျက်သရေ၊
  မှတ်လေမြတ်ရဟန်း။

http://www.dhammadownload.com

(၃) ရဟန်းရဲ့ ကျက်သရေဆိုတာ သိက္ခာဣန္ဒြေ၊

ရဟန်းဘယ်လောက် တန်ဖိုးရှိတယ်ဆိုတာ သိက္ခာ ဣန္ဒြေနဲ့ ဆုံးဖြတ်ရပါတယ်။ ဣန္ဒြေ ဘယ်လောက် ရှိသလဲ၊ သိက္ခာဘယ်လောက်ရှိသလဲ၊ ဣန္ဒြေသိက္ခာ ဘယ်လောက်ရှိသလဲ။

ဆရာတော်ဘုရားကြီး သိက္ခာဣန္ဒြေ သိပ်ပြည့်စုံတာပဲ၊ တပည့်တပန်းတွေက အင်မတန်မှ ကြည်ညိုရ၊ ချစ်ခင်ရ၊ လေးစားရ။

ရွှေကျင်သာသနာပိုင် ညောင်ရွှေမြို့ ကန်ကြီး ပရိယတ္တိစာသင်တိုက် ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ ဆရာတော် ဘုရားကြီးရဲ့ တပည့်အရင်း။

ယခုဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေ့ပြောင်းစံတော်မူတဲ့ ဆရာတော်ဘုရား ကြီးနားများ ညောင်ရွှေ ဆရာတော် ဘုရားကြီး ချဉ်းကပ်တဲ့အခါ တကယ့် ကိုရင်လေးလိုပဲ၊ ဦးဇင်းလေးလိုပဲ။

ကျိုးကျိုးနွံ့နွံ့၊ ချစ်ကြောက်ရိုသေ၊ အင်မတန် ကိုင်းညွတ်တယ်၊ ချစ်ခင်တယ်၊ လေးစားတယ်၊ မြတ်နိုးတယ်၊ ကိုယ့်ဆရာသမားအရင်းကို ချစ်လဲ ချစ်တယ်၊ မြတ်လဲမြတ်နိုးတယ်၊ လေးစားခံထိုက် အောင်လဲ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အကျင့်သိက္ခာ သိပ်ပြည့်စုံတာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ပမာဒတရားရှိမှ မရှိပဲနဲ့ ဣန္ဒြေအပ္ပမာဒနဲ့ ပြည့်စုံတော့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လဲ ကြည်ညိုရ၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လဲချစ်ရ၊ ပတ်ဝန်းကျင် ကလဲ ချစ်ရခင်ရ၊ မြတ်နိုးလေးစားရ။

* **သိက္ခာဣန္ဒြေ၊ ကျက်သရေ၊ မှတ်လေမြတ်ရဟန်း၊**

ရဟန်းနဲ့တူတဲ့ ရဟန်းကို ကြည်ညိုချင်လိုက်တာဆိုရင်၊ ယခု ဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေပြောင်းတော်မူပြီးတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဘက်စုံအကြည်ညို ခံနိုင်တဲ့ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဖြစ်တော်မူတယ်။

* **ကောင်းဆိုးနှစ်တန်၊ လောကဓံကို၊ သည်းခံအောင့်အည်း၊ ချုပ်တည်းတတ်ပါ၊ ခန္တီမှာ၊ မှတ်ပါအားအစွမ်း၊**
* **ငြိမ်ငြိမ်နေပါ၊ ငြိမ်းအေးစွာ၊ ကျင့်ပါ ကိုယ့်လုပ်နန်း၊**
* **သိက္ခာဣန္ဒြေ၊ ကျက်သရေ၊ မှတ်လေမြတ်ရဟန်း၊**

ဒါကြောင့် တရားစွမ်းအား ပြည့်ဝတော်မူတဲ့ ဆရာတော် ဘုရားကြီး အပ္ပမာဒသတိရှိသူအတွက်

http://www.dhammadownload.com

ကတော့ ကိုယ်ပိုင်တွေဟာ အမြဲတမ်း ရနေတော့တာပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

သတိအခိုက်အတန့် လွတ်သွားတော့

ရှေးတုန်းက ကန္ဒရသာလဆိုတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး တစ်ပါးရှိခဲ့ဖူးတယ်၊ သီလ, သမာဓိ, ပညာ, သိက္ခာ အလွန်ကောင်းတော်မူတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပရိယတ်၊ ပဋိပတ် စွယ်စုံအလွန်ပြည့်တော်မူတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး။

တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ်မင်းလုပ်တဲ့ တိဿရှင်ဘုရင်ကြီးကတောင် အသည်းစွဲ ကြည်ညိုအားကိုးခံရတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး။

သက်တော် ရှစ်ဆယ်၊ ဝါတော်ခြောက်ဆယ်ပြည့်လာတဲ့အခါ၊ သေမင်းက တံခါးခေါက်လာတယ်၊ "ကိုယ်တော်, တော်ပြီ သွားတော့"ဆိုတဲ့သဘောပေါ့၊ ရောဂါဝေဒနာ အပြင်းအထန် နှိပ်စက်လာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ရောဂါဆိုးလိုက်ပုံများ မပြောနဲ့၊ သတိကို လစ်သွားတယ်၊ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ စကားလုံးလေး အခိုက်အတန့် လွတ်သွားတယ်၊ဒါကြောင့် ပညာရှိ သတိဖြစ်ခဲဆိုကြတာပေါ့။

ပညာတတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ခိုင်ခိုင်မာမာအသုံးချလာတဲ့ သတိတရား လက်လွှတ်တယ်လဲဆိုရော၊ လူးလိမ့်အော်တာ၊ တစ်ကျောင်းလုံး ဆူညံနေတာပဲ။

အဲဒီအချိန်မှာ တိသမင်းကြီးကလဲ ဆရာတော်ဘုရားကြီး မဖူးရတာကြာပြီလေဆိုပြီးတော့ ဖူးဖို့အလာ ကျောင်းတိုက်လဲရောက်ရော၊ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ငြီးငြူအော်ဟစ်တဲ့ အသံကြားတော့ မေးတယ်။

"မောင်မင်းတို့ ဒီအသံကြီးဟာ ဘာသံတုန်းကွ"

"ဘုရင်မင်းတရားကြီး အလွန်ကြည်ညိုလေးစားလှတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ အသံပါဘုရား"

"ငယ်သံပါအောင် ဘာလို့ အော်ရတာတဲ့လဲ"

http://www.dhammadownload.com

"ရောဂါဝေဒနာ နှိပ်စက်လွန်းလို့၊ ရောဂါဒဏ် မခံနိုင်လို့ အော်တာပါတဲ့ဘုရား"

ရှင်ဘုရင်ကြီးက တရားဗဟုသုတရှိတော့ ဝေဖန်သတဲ့ဗျ။

"ဪ–ဒို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ ဝေဒနာကို အရှုံးပေးလိုက် ပြီပဲ၊ သူများတွေအတွက်တော့ စိတ်ချမ်းသာအောင် တရားစွမ်းအားရအောင် ဘာဝနာတရားတွေ ဟောပြောလမ်းညွှန် ပေးတတ်တယ်၊ ကိုယ့်အလှည့်ကျတော့၊ ဝေဒနာကို အရှုံးပေးလိုက်ပြီပဲ" ဆိုပြီးတော့

"ကဲကွာ ရှိမခိုးနိုင်တော့ဘူး ဗောဓိပင်ရှိခိုးတော့မယ်၊ ပြန်ကြရအောင်"ဆိုပြီး ချာကနဲ လှည့်ပြန်သွား"

အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေတိ

အဲဒီအချိန်မှာ ဆရာတော်ကြီး သတိလေးနည်းနည်းပြန်ရလာတော့ အနားမှာရှိတဲ့ အလုပ်အကျွေး တပည့်ရဟန်းက သတိပေးတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဆရာတော်ဘုရား၊ ဘာဖြစ်လို့ တပည့်တော်တို့ကို အရှက်ခွဲ ရတာလဲဘုရား"

"ဘာလို့တုန်းကွ"

"ဆရာတော် ဘုရားက အော်လိုက်တာ ဘုရား ရှင်ဘုရင်ကြီးက ကြည်ညိုဖို့ အလာမှာ၊ ဆရာတော်ကြီးအော်တဲ့, အသံကြားတော့ အထင်သေးပြီး ပြန်သွားပြီ၊ ဆရာတော်ကြီး သတိထားမှ ပေါ့ဘုရား"

"ဪ အဲသလိုလားကွ"

ဟုတ်တယ်ဘုရား"

"ကဲ- မောင်ပဥ္စင်း၊ အပြင်ခဏထွက်စမ်း"

အထဲမှာ တစ်ပါးတည်း အပ္ပမာဒသတိ အချိန်ထိန်းကိရိယာနဲ့ (တိုတိုတုတ်တုတ် ပြောလိုက်တော့)၊ တည်ငြိမ်စွာ ထိန်းပြီးတော့ ရှုးစိုက်ပြီး ဝေဒနာတွေကိုရော၊ ရုပ်နာမ်တွေကိုရော၊ ရှုမှတ်လိုက်တာ၊ မကြာခင်ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်၊ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေတိပေါ့။

အပ္ပမာဒတရားနဲ့ ပြည့်စုံသွားတယ်၊ ပြည့်စုံလို့ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါကြောင့်အပ္ပမာဒသတိဟာ တယ်အားကိုးရတာပဲ၊ အချိန်ပိုင်းအတွင်းမှာ ရဟန္တာဖြစ်အောင်ဆောင်ရွက်နိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ချိန်သီး မပြုတ်ပါစေနဲ့

ဒါကြောင့် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကိုလဲ အာရုံပြု ပူဇော်နေကြတယ်၊ ဂုဏ်ကလဲ ပြောလို့မှာ မကုန်တာကိုး၊ သံဝေဂကထာဆိုတာလဲ ပြောလို့ မကုန်နိုင်ဘူးလေ။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးအကြောင်း ပြောလိုက်တာနဲ့ သံဝေဂဖြစ်စရာလဲ ပါလာပြီပေါ့၊ မိမိတို့အသုံးချရမယ့် ချိန်သီးနဲ့ လက်တံလဲ အခုရသွားကြပြီပေါ့၊ အရေးကြီးတာက ချိန်သီးမပြုတ်ဖို့ပါ။

စားဝတ်နေရေး စီးပွားရေးကို အရပ်မခိုင်းပါဘူး၊ ချိန်သီး မပြုတ်ပါစေနဲ့၊ ချိန်သီးမပြုတ်ရင် နေ့စဉ်အလုပ်ဟာ၊ အိမ်တွင်းမင်္ဂလာ လူ့ကျင့်စဉ်တွေပါ။

ဒါကြောင့် ဘိက္ခဝေ၊ ပရိသတ်လေးပါး ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊ တုံမှေ၊ သင်ချစ်သား ချစ်သမီးတို့သည် အပ္ပမာဒေန၊ မမေ့မလျော့၊

http://www.dhammadownload.com

မပေါ့မတန်၊ ထက်သန်ထူးခြား၊ သတိတရားဖြင့်၊ ကတ္တဗ္ဗကိစ္စာနိ၊ သိက္ခာသုံးသွယ်၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စ ဟူသမျှတို့ကို၊ သမ္မာဒေထ၊ အသီးတစ်ရာ အညှာ တစ်ခု၊ သတိပြုကာ ကောင်းစွာမသွေ၊ ပြီးပြည့်စုံကြ ပါစေ ကုန်လော့။

ဣတိ၊ ဤသို့၊ အဝေါစ၊ နောက်ဆုံးစကား အနေအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

ဤသို့လျှင်၊ အသီးတစ်ရာအညှာတစ်ခု တရားနာကြားကြရတဲ့ ဓမ္မသဝနမင်္ဂလာနဲ့၊ ကောင်းမှုစွမ်းအား မြတ်တရားတွေကြောင့်၊ ဘေးရန် အပူခပ်သိမ်းလွတ်ငြိမ်းကြ၍၊ ကောင်းကျိုးချမ်း သာများကြီးပွားတိုးတက်ပြည့်စုံကြပြီးလျှင်၊သူတော် ကောင်းတရား တိုးပွားအောင် ကြိုးစားနိုင်လွယ် ကြလျက်၊ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း လွတ်ငြိမ်းရာ အသခ်ေတ ဓာတ် နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို လွယ်ကူသောအကျင့် လျှင်မြန် သော အသိဉာဏ်ဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် မျက် မှောက်ပြုလွယ်ရလွယ်နိုင် ကြပါစေကုန်သတည်း။

ပရိသတ်အားလုံး
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ
ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကိုထိန်းကျောင်း အချိန်ကောင်း

တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

[သာသနာတော်နှစ် ၂၅၄၈ ခု၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၆၆ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော် (၆)ရက်၊ ၂၀၀၄ ခု ဒီဇင်ဘာလ ၂၀ ရက် စနေနေ့တွင် ရန်ကုန်တိုင်း၊ သာကေတမြို့(၃)မာန်ပြေ မာရဝိဇယ ဓမ္မာရုံ၌ (၃)မာန်ပြေ မာရဝိဇယဓမ္မာရုံ ဖွင့်လှစ်ဆင်ယင်ဖွင့်လှစ် အကြိမ် (၂၀) မြောက် ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သော ဆွမ်းဆန်တော်အလှူ တရားပွဲကြီးတွင် ဓမ္မဒါန ဓမ္မလက်ဆောင် အဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားအပ်သော တရားတော် ဖြစ်သည်။]

သတိမတော သဒါ ဘဒ္ဒံ၊ သတိမာ သုခမေဓတိ

သတိမတော သုဝေ သေယျော၊ ဝေရာ စ ပရိမုစ္စတိ။

သတိမတော၊ အချိန်ထိန်းကိရိယာ၊ အာရုံထိန်းကိရိယာ စိတ်ထိန်းကိရိယာ သတိရှိသော

http://www.dhammadownload.com

ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်၊ သဒါ၊ နေ့ရောညပါ အခါခပ်သိမ်း သဒါ၊ ကောင်းဆိုးနှစ်တန် လောကဓံအာရုံနှင့် တွေ့ကြုံသမျှ အခါခပ်သိမ်း၊ ဘဒ္ဒံ၊ ကောင်းမြတ်ခြင်းသည်၊ ဟောတိ၊ မုချ မသွေ ဖြစ်ရပါပေ၏။

သတိမာ၊ အချိန်ထိန်းကိရိယာ, အာရုံထိန်းကိရိယာ, စိတ်ထိန်းကိရိယာ သတိရှိနေသောပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည်၊ သုခံ၊ လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန် ချမ်းသာကို သုခံ၊ မျက်မှောက်တမလွန် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ ဤသုံးဖြာကို၊ ဧတိ၊ မုချပိုင်ပိုင် ရရှိနိုင်ပါပေ၏။

သတိမတော၊ အချိန်ထိန်းကိရိယာ, အာရုံထိန်းကိရိယာ, စိတ်ထိန်းကိရိယာ သတိရှိနေသော ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်၊ သုဝေ၊ မနက်ဖြန်တိုင်း မနက်ဖြန်တိုင်း၌၊ သေယျော၊ ကောင်းမြတ်ခြင်းသည်၊ ဟောတိ၊ မုချမသွေ၊ ဖြစ်ရပါပေ၏။

သတိမာ၊ အချိန်ထိန်းကိရိယာ, အာရုံထိန်းကိရိယာ, စိတ်ထိန်းကိရိယာ သတိရှိနေသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည်၊ ဝေရာစ၊ ကျရောက်ဆဲ ကျရောက်လတ္တံ့သော တွင်းပနှစ်တန် ဘေးရန်အမျိုးမျိုးမှလည်း၊ ပရိမုစ္စတိ၊ မုချပိုင်ပိုင် လွတ်မြောက်နိုင်ပါပေတော့သတည်း။

http://www.dhammadownload.com

လှူချမ်းသာ အဆိပ်ဖြေဆေး

စိတ်ကိုထိန်းကျောင်း၊ အချိန်ကောင်းရဖို့၊ အချိန်ထိန်းကိုရိယာသည်ကား "သတိ"သာ ပဓာန ဖြစ်တဲ့အကြောင်း ညွှန်ပြတဲ့စကား ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရား၊ မဂဓတိုင်း၊ မဏိမာလိက နတ်စင် နတ်နန်း နတ်ကွန်းသွားပြီးတော့ မဏိဘဒ္ဒအမည်ရတဲ့ နတ်ဘီလူးကြီးရဲ့ ဘုံဗိမာန်ကို ကြွရောက်သီတင်းသုံးတော်မူတယ်။

မဏိဘဒ္ဒနတ်ဘီလူးကြီးကလဲ၊ သဒ္ဓါတရားရှိတော့ သူ့ဗိမာန်ကို ဘုရားကြွလာတာ ဝမ်းသာလိုက်တာ၊ ဘုရားကြွလာတယ်ဆိုရင်ပဲ ဘုရားထံကနာကြားရတဲ့ တရားအသိများနဲ့ ပေါင်းစပ်ပြီးတော့ မိမိရဲ့ အသိတရားရှိနေသည့်အတိုင်း ဘုရားကို လျှောက်ထားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မဏိဘဒ္ဒဆိုတော့ ဘဒ္ဒက၊ ကောင်းမြတ်တယ်၊ မဏိက၊ ပတ္တမြား၊ ကောင်းမြတ်သောပတ္တမြားလို့အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ ဘိလူးကြီး နာမည်ကတော့ ဘယ်လိုရည်ရွယ်ချက်နဲ့ မဏိဘဒ္ဒလို့ပေးထားတယ်လို့မသိဘူး၊ ဒီဒေသနာမှာပြတဲ့ အကြောင်းအရာကတော့၊ တကယ့်ကို ပြည်တန်ပတ္တမြားထက်အဖိုးတန်တဲ့ ပတ္တမြားနှစ်လုံးလို့ တင်စားခေါ်ဆိုရမယ့် လူချမ်းသာအဆိပ်ဖြေဆေး တရားနှစ်ပါးရဲ့စွမ်းအားကိုဖော်ပြတဲ့ အကြောင်းအရာပါ။

http://www.dhammadownload.com

မဏိဘဒ္ဒ နတ်ဘီလူး လျှောက်ထားစကား

မဏိဘဒ္ဒ နတ်ဘီလူး လျှောက်ထားတဲ့ စကားက

"မြတ်စွာဘုရား သတိရှိနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် အတွက်၊ နေ့ရောညပါ၊ ဘယ်အခါမဆို ကောင်းဆိုး နှစ်တန်လောကဓံအာရုံ၊ ဘယ်အာရုံနဲ့မဆို၊ တွေ့ဆုံ တွေ့ကြုံနေတဲ့အခါပဲ ဖြစ်စေ၊ သူ့မှာပြဿဒါး မရှိဘူး၊ အမြဲတမ်း ရက်ရာဇာချည်းပဲ၊ ကောင်းတဲ့ အချိန်တွေချည်းပဲဘုရား"

"အပ္ပမာဒ သတိရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ၊ မျက်မှောက် တမလွန်၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ၊ သုံးဖြာကို ရနိုင်ပါတယ်ဘုရား၊ အပ္ပမာဒသတိရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဆိုတာ၊ လူ့,နတ်,နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်းသာကို ရနိုင်ပါတယ် ဘုရား"

http://www.dhammadownload.com

အပ္ပမာဒသတိလို့ ခေါ်ဆိုရတဲ့၊ အချိန်ထိန်းကိရိယာ၊ အာရုံထိန်းကိရိယာ၊ စိတ်ထိန်းကိရိယာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်တော့ ပစ္စုပ္ပန်သေချာနေပြီဖြစ်တဲ့အတွက် မနက်ဖြန် ပူစရာမလိုတော့ပါဘူး။

မနက်ဖြန်တိုင်း၊ မနက်ဖြန်တိုင်း ရောက်လာမယ့် အနာဂတ် အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်းဟာ သူ့အတွက် အကောင်းတွေချည်းဖြစ်တော့မှာပါ။

နောင်ရေး စိတ်မအေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုတာ ပစ္စုပ္ပန်မသေချာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပါ၊ ပစ္စုပ္ပန်သေချာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ၊ နောင်ရေး ဘာမှ ပူစရာမလိုတော့ပါဘူး၊ အနာဂတ်တိုင်း အနာဂတ်တိုင်းဟာ ကောင်းတဲ့ အချိန်တွေချည်းပါပဲဘုရား။

"အချိန်ထိန်းကိရိယာ၊ အာရုံထိန်း ကရိယာ၊ စိတ်ထိန်းကိရိယာလို့ တင်စားခေါ်ဆိုရတဲ့ အပ္ပမာဒသတိရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ၊ ဘေးရန်အမျိုးမျိုးက လွတ်မြောက်နိုင်ပါတယ်ဘုရား"လို့ မဏိဘဒ္ဒ နတ်ဘီလူးကြီးက တရားလဲ နာကြားဖူးတော့ တရားဗဟုသုတရှိတဲ့အတိုင်း မြတ်စွာဘုရားအား လျှောက်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားရှင်ဟောကြား မြတ်တရား

မြတ်စွာဘုရားက နတ်ဘီလူး လျှောက်ထားတဲ့စကား လေးခွန်းမှာ ရှေ့သုံးခွန်းကိုတော့ အပြည့်အစုံလက်ခံတယ်၊ စတုတ္ထ စကားကျတော့ တစ်ဝက်လက်ခံတယ်၊ တစ်ဝက် လက်မခံဘူး။

"သတိရှိရင် ဘေးရန်လွတ်တယ်ဆိုတာ၊ သက်မဲ့ဘေးရန်မျိုးစုံက လွတ်တယ်ဆိုတာတော့မှန်ပါတယ်၊ သက်ရှိဘေးရန်က လွတ်ဖို့ကျတော့သတိရှိရုံနဲ့ မရသေးဘူးတဲ့၊ မေတ္တာပါ ပွားရဦးမယ်၊ မေတ္တာပါပွားပေးမှ သက်ရှိဘေးရန်မျိုးစုံက ကင်းလွတ်မယ်"လို့ မြတ်စွာဘုရားက သတိ အရေးကြီးသလို မေတ္တာလဲအရေးကြီးတဲ့အကြောင်း၊ လူချမ်းသာ အဆိပ်ဖြေဆေးလို့ တင်စားခေါ်ဆိုရမယ့်အရေးကြီးတဲ့တရားစွမ်းအားနှစ်ပါးဖြစ်တဲ့အကြောင်း မေတ္တာစွမ်းအားကို ဘုရားကဆက်ပြီး ဟောကြားတော်မူတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ယဿ သဗ္ဗမဟောရတ္တံ၊ အဟိံသာယ ရတောမနော

မေတ္တံ သော သဗ္ဗဘူတေသု၊ ဝေရံတဿန ကေနစိ။

ယဿ၊ ရဟန်းရှင်လူမည်သူမဆို အကြင်ကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ် မျိုး၏၊ ယဿ၊ တရားချစ်ခင် စိတ်ကောင်းဝင်သည့် အကြင်ကဲ့သို့သော သူတော်စင်ဖြစ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး၏၊ မနော၊ အသိထူးခြား၊ စွမ်းအားမြင့်တင်စိတ်အစဉ်သည်၊ သဗ္ဗမဟောရတ္တံ၊ နေ့ညမစဲ၊ အမြဲမပြတ်၊ အခါခပ်သိမ်း၊ အဟိံသာယ၊ မညှဉ်းဆဲကြောင်းဖြစ်သော ကရုဏာတရားကောင်း၌၊ ရတော၊ ကောင်းစွာမသွေ၊ မွေ့လျော်တတ်ပါပေ၏။

သော၊ ကရုဏာတရား၌ မွေ့လျော်တတ်သော၊ တရားချစ်ခင် စိတ်ကောင်းဝင်သည့် ထိုကဲ့သို့သော်သူတော်စင်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည်၊ သဗ္ဗဘူတေသု၊ တစ်ယောက်မကြွင်း၊ ခပင်းဥဿုံ၊ လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါတို့၌၊ မေတ္တံ၊ အကျိုးစီးပွားကို လိုလားသောအားဖြင့် ကောင်းကျိုးကို ဆောင်ရွက်စွမ်းနိုင်သော မေတ္တာစွမ်းအား မြတ်တရားကို၊ မေတ္တံ၊

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာစွမ်းအား မြတ်တရားကို ဘာဝေတိ၊ တလုံ့လဲလဲ၊ စိတ်မှာစွဲအောင်၊ မှိဝဲထုံထား ပွားများတတ်ပါပေ၏။

တဿ၊ မေတ္တာစွမ်းအား မြတ်တရားကို ပွားများမြင့်တင် ထိုကဲ့သို့သော သူတော်စင်ဖြစ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်၊ ကေနစိ၊ တစ်စုံ တစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်နှင့်မျှ၊ ဝေရံ၊ ဆန့်ကျင်ဘက် ဘေးရန်သည်၊ နအတ္ထိ၊ ဘယ်တော့မှ မရှိနိုင်တော့ချေ။

ဣတိ၊ ဤသို့၊ ဘဂဝါ၊မေတ္တာစွမ်းအားမြတ်တရားကို ပွားများမြင့်တင်၊ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်၊ အဝေါစ၊ ကရုဏာတရား မေတ္တာထား၍ ဟောကြားတော်မူလိုက်ပါပေသတည်း။

သက်ရှိဘေးရန်မှလွတ်ရန်
မေတ္တာပါပွားပေးရမယ်

* သတိရှိရင်
* သက်မဲ့ဘေးရန်မျိုးစုံက
  လွတ်မြောက်နိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

* သက်ရှိအားရန် မျိုးစုံက
* လွတ်မြောက်ဖို့ အတွက်ကျတော့
* မေတ္တာတရားပါ ဆက်ပွားပေးရမယ်

အချိန်ထိန်းကိရိယာ၊ အာရုံထိန်း ကိရိယာ၊ စိတ်ထိန်းကိရိယာ လို့ ခေါ်ဆိုရတဲ့ သတိရှိနေရင် သူ့မှာ အချိန်ကောင်း ပိုင်ဆိုင်နေသူ တစ်ယောက်ပဲ။

သတ္တဝါအားလုံးတို့ အပေါ်မှာ၊ ချမ်းသာစေချင်တဲ့၊ မေတ္တာစွမ်းအား မြတ်တရားကိုပွားများပို့လွှတ်နေမယ်ဆိုရင်၊ သူ့ရဲ့အချိန်ကောင်းတွေကတော့ တိုင်းတာကန့်သတ်လို့ မရနိုင်အောင်မြင့်မားပြီး စွမ်းအားတွေ ရရှိလာကြမယ်။

http://www.dhammadownload.com

အချိန်သည် သတ္တဝါတွေကို အမြဲတမ်းစားနေ၏

အချိန်ဆိုတာ သတ္တဝါတွေကို အမြဲတမ်းစားနေတဲ့ အရာတစ်ခုပါ၊ ကိုယ်က သတိမရှိရင်သာ မသိတာပါ။

သိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိသည်ဖြစ်စေ၊ အချိန်သည် ဘယ်သတ္တဝါကိုမှ မျက်နှာမလိုက်၊ အမြဲတမ်း ဝါးမျိုစားနေပါတယ်။

- **ကျန်းမာနုပျို၊ အဆင်းကို၊ ဝါးမျိုစားတဲ့ အချိန်တွေ၊**

အချိန်သည် ကျန်းမာရေးကို စားနေတယ်၊ ကျန်းမာရေးကို စားတယ်ဆိုတာ အချိန်နဲ့ တင်စားပြောတာပါ၊ တကယ်တော့ ခန္ဓာကစားနေတာ

http://www.dhammadownload.com

ကိုပဲ၊ အချိန်ကစားတယ်လို့ ပညတ်ဘက်က လှည့် ပြောတာ။

ဒီဘဝမှာကျန်းမာနေတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး တစ်စ,တစ်စ ကျန်းမာရေးလျော့လျော့ သွားအောင်လဲ၊ အမြဲတမ်းစားလို့နေတယ်၊ နုပျိုနေတဲ့ အရွယ်ကိုလဲပဲ၊ တစ်စ, တစ်စ, အချိန်ကစားနေတယ်၊ အချိန်ကစားတယ်ဆိုတာ ပညတ်အနေအားဖြင့်သာပြောတာ၊ တကယ်စားနေတာကတော့ ခန္ဓာကြီးက စားနေတာပါ။

လှပတင့်တယ်တဲ့ အဆင်းကိုလဲပဲ၊ အချိန်က အဆက်မပြတ်စားနေပါတယ်၊ ကြည့်လို့ရှုလို့ကောင်းနေတဲ့ အဆင်းတွေကို ကြည့်လို့ ရှုလို့ မကောင်းအောင် တစ်စ, တစ်စ အချိန်ကစားနေတာ၊ တကယ်စား နေတာကတော့ ခန္ဓာကြီးက စားတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

အချိန်သည် အသက်ကို စားနေ၏

- ကျန်းမာနုပျို၊ အဆင်းကို၊ ဝါးမျိုစားတဲ့ အချိန်တွေ၊
- အသက်ခွန်အား၊ ကုန်ရှုံသွားရန်၊ ဝါးစားပြန်၊ အမှန်သိအောင်ကြိုးစားလေ။

အသက်ကိုလဲ စားနေတယ် ဒီဘဝမှာနေရမယ့် အသက်တစ်စ, တစ်စလျော့အောင် နည်းအောင် အချိန်သည် အဆက်မပြတ်စားလို့နေတယ်။

တစ်စက္ကန့် ကုန်သွားပြန်ပြီ၊ ဒီဘဝမှာနေရမယ့်အချိန် တစ်စက္ကန့် လျော့သွားပြန်ပြီ၊ တစ်မိနစ် ကုန်သွားပြန်ပြီ၊ ဒီဘဝမှာနေရမယ့် အချိန် အရွယ် တစ်မိနစ်လျော့သွားပြန်ပြီ၊ တစ်နာရီ ကုန်သွားပြန်ပြီ၊ ဒီဘဝမှာ နေရမယ့် အချိန်တွေ အရွယ်တွေ တစ်နာရီ လျော့သွားပြန်ပြီ စသည်ဖြင့် အချိန်က

http://www.dhammadownload.com

စားနေလိုက်တာ၊ ဉာဏ်သတိ စိုက်ကြည့်နေလို့ရှိရင် သိနိုင်မြင်နိုင်ပါတယ်။

လောကမှာ ခြကောင်များ စက္ကူကို ဖြုတ်ဖြုတ်, ဖြုတ်ဖြုတ်နဲ့ ကိုက်နေသလိုပဲ။

http://www.dhammadownload.com

သင်္ခါရတွေကိုက် ဖြိုချနေတာ

သင်္ခါရတွေ ကိုက်တာက ကြားလဲမကြားရ၊ မြင်လဲမမြင်ရတော့ ကြောက်ရမှန်း မသိကြ၊ ဒါကြောင့် ဉာဏ်သတိ စိုက်ကြည့်ရမယ်။

ဖြစ်ပျက်, ဖြစ်ပျက်ဆိုတဲ့ သင်္ခါရက၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အချိန်မစဲ၊ အမြဲမပြတ် ကိုက်ပြီး ဖြိုချနေတယ်၊ ဒီဘဝမှာနေရမယ့် အချိန်တွေ အရွယ်တွေ၊ တစ်စ, တစ်စ, နည်းအောင်, ကုန်အောင် စားလို့နေတယ်။

အားကောင်းတဲ့ ခွန်အားတွေလဲ တစ်စ, တစ်စ လျော့သွားအောင် ကုန်သွားအောင် အချိန်က စားနေတယ်၊ တကယ်စားတာကတော့ ခန္ဓာက စားကာပါ၊ ဒါကိုပဲ အချိန်က စားတယ်လို့ တင်စားပြောတာ။

http://www.dhammadownload.com

အချိန်ဆိုတာပညတ်ပါ၊ တကယ်ပရမတ် အားဖြင့်ရှိတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ အများနားလည် အောင်ဆိုပြီးခန္ဓာကို (ပရမတ်ကိုပဲ) ပညတ်နဲ့ တင်စားပြီး "အချိန်"လို့ စိတ်ဝင်စားအောင်ပြောတဲ့ စကား ဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် ကြိုးစားပြီးတော့ လုပ်သင့်တာ အချိန်မီပြီးအောင် အားထုတ်ကြရမှာပေါ့၊ အချိန် နောက်ကျသွားလို့တော့မဖြစ်ဖူး၊ ဘာလို့တုန်းဆို တော့ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်တာမှ မဟုတ်ပဲ။

- **ကျန်းမာနုပျို၊ အဆင်းကို၊ ဝါးမျိုစားတဲ့ အချိန်တွေ၊**
- **အသက်ခွန်အား၊ ကုန်ရှုံးသွားရန်၊ ဝါးစား ပြန်၊ အမှန် သိအောင်ကြိုးစားလေ။**

http://www.dhammadownload.com

သတိရှိနေရင် ရက်ရာဇာချည်းပဲ

ဒါကြောင့် သာသနာကပေးထားတဲ့ တရား မျက်လုံးလေးရခိုက်မှာ အမှန်အတိုင်း သိအောင် ကြိုးစားပြီး မှန်ကန်တဲ့အလုပ်၊ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ကို အချိန်မီ ပြုလုပ်အားထုတ်ပေးရမှာပဲ။

အဲသလိုဆိုရင် ဤဒေသနာ နှစ်ဂါထာကို ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့ အခါမှာ သတိမထောသဒါဘဒ္ဒ၊ သတိဆိုတဲ့ အချိန်ထိန်း၊ အာရုံထိန်း စိတ်ထိန်း ကိရိယာ၊ အပ္ပမာဒသတိရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် တော့ ပြဿဒါးမရှိဘူး၊ သူ့မှာ အမြဲရက်ရာဇာ ချည်းပဲ။

သတိနဲ့ ကိလေသာတွဲလို့မှ မရပဲ၊ အသိ, သတိဖြစ်နေချိန်မှာ ကိလေသာတွဲလို့ မရဘူး ဒုက္ခပေးတာက ကိလေသာက ပေးတာပါ၊ ဒုက္ခ အပူမျိုးစုံတွေကို ဖန်တီးတာက ကိလေသာ။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ ကိလေသာတွေကိုနှုတ်ပေးတာ၊ လျှော့ပေးတာ၊ ဖျောက်ပေးတာကသတိ၊ အသိ, သတိနဲ့ ကိလေသာတွဲလို့ မရတဲ့အတွက် အပ္ပမာဒသတိရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် အမြဲတမ်း ရက်ရာဇာချည်းပဲ၊ ဘယ်အချိန်မဆို၊ နေ့ရောညပါ၊ သူ့အတွက် ကောင်းတဲ့အချိန်တွေ ချည်းပဲ။

ကောင်းဆိုးနှစ်တန် လောကဓံအာရုံမျိုးစုံနဲ့ တွေ့ကြုံပြီး နေရပေမယ့် သူ့အတွက်တော့ အချိန်ကောင်းတွေချည်းပဲ၊ ဘာနဲ့ပဲတွေ့တွေ့၊ အချိန်ကောင်းတွေချည်းပဲ၊ ဒါကြောင့်သတိကို အချိန်ထိန်းကိရိယာလို့ ခေါ်ဆိုကြတာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းမှုကုသိုလ်ဖြစ်ချိန်သည် ရက်ရာဇာ၊ မကောင်းမှုအကုသိုလ် ဖြစ်ချိန်သည် ပြဿဒါး

အပ္ပမာဒသတိဟာ၊ သာသနာက နံပါတ်တစ်တောင်းတဲ့ အရေးအကြီးဆုံးတရားပါ၊ လောကကတော့ သတ်မှတ်ထားတယ်ပေါ့၊ ကောင်းကင်က နက္ခတ်စသည်တွေကို ကြည့်ပြီးတော့ ဒီနေ့က ရက်ရာဇာ၊ ဒီနေ့ကပြဿဒါး စသည်ဖြင့် နက္ခတ် အသွားအလာ စသည်ကို ကြည့်ပြီး သတ်မှတ် ထားကြတယ်။

သာသနာကတော့၊ ကောင်းမှုကုသိုလ် တရားကိုဖြစ်အောင် လုပ်နေတဲ့အချိန်ဟာ အမြဲတမ်း ရက်ရာဇာချည်းပဲ၊ အကုသိုလ်မကောင်း

http://www.dhammadownload.com

မှုတွေကို ပြုလုပ်နေတဲ့အချိန်ဟာ သူ့အတွက်တော့ အမြဲတမ်းပြဿဒါး တွေချည်းပါ။

ကောင်းကင်နက္ခတ်က ဘာလုပ်ပေးနိုင်မှာ မို့လဲ၊ ကောင်းတဲ့ အကျိုးကို ပေးမယ်ဆိုတာက ကိုယ့်ရဲ့ကောင်းမြတ်တဲ့ စိတ်ကောင်းကြောင့်ရလာတဲ့ ကောင်းတဲ့ကုသိုလ်ကသာ ကောင်းကျိုးကို ပေးမှာပဲ။

မကောင်းကျိုးကို ပေးမယ်ဆိုတာ ပြဿဒါးကပေးမှာမှ မဟုတ်ပဲ၊ လောကီနည်းအရတော့ဟုတ်တယ်ထားပေါ့လေ၊ ဓမ္မနည်းအရတော့ ပြဿဒါးက ပေးမှာမဟုတ်ဖူး၊ ကိုယ့်ရဲ့ မကောင်းတဲ့ စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက်တွေကြောင့် ရလာတဲ့ အကုသိုလ်တွေကသာ မကောင်း ကျိုးကိုပေးမှာ။

http://www.dhammadownload.com

ရက်ကောင်းရွေးနေသူကို ကောင်းကျိုးတွေက ပြက်ရယ်ပြု ကျော်လွန်သွားကြ၏။

နက္ခတ္တံ ပဋိမာနေန္တံ၊ အတ္ထော ဗာလံ ဥပစ္စဂါ
အတ္ထော အတ္ထဿ နက္ခတ္တံ၊ ကိံ ကရိဿန္တိ တာရကာ။

နက္ခတ္တဇာတ်မှာဟောတဲ့ ဂါထာလေးတစ်ခု၊ ဒီနေ့ပြဿဒါး ရက်မကောင်းသေးဘူး၊ မနက်ဖြန်မှ ရက်ကောင်းမှာ၊ ဘယ်နေ့ကျမှ ရက်ရာဇာလို့ရက်ကောင်းတွေရွေးပြီးတော့ အချိန်တွေ ဆွဲနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ကောင်းတဲ့နက္ခတ်ရွေးနေတာနဲ့ပဲအချိန်ကုန်နေတာ။

အဲဒီနက္ခတ်တွေကို မျှော်လင့်ရွေးချယ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို၊ ကောင်းကျိုးတွေက ပြက်ရယ်ပြုပြီးတော့ ကျော်လွန်သွားကြပါပြီကော။

http://www.dhammadownload.com

"ဟော့ မင်းက ဘာမျှော်နေတာလဲကွ၊ မင်းရဲ့ ရက်ရာဇာက ဘာခေါ်တာလဲကွ" မပြောပေမယ့် ပြောသလို အကျိုးစီးပွားတွေက ကိုယ့်ကို ကျော်လွန်ပြီး ပြက်ရယ်ပြုသွားကြပြီ၊ ရသင့်ရထိုက်တဲ့ ကောင်း ကျိုးတွေက (ဗာလအမည်ရတဲ့) နက္ခတ်ရွေးပြီး အချိန်ဖြုန်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကျော်လွန်ပြီးတော့သွားကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ကောင်းကျိုးသည် နက္ခတ်ပဲ

တကယ်တော့ နက္ခတ်ဆိုတာ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ကောင်းကျိုးဟာ နက္ခတ်ပဲမဟုတ်လား၊ ကိုယ်လိုချင်တာ ကောင်းကျိုးလိုချင်တယ်ဆိုရင် ကောင်းတဲ့အလုပ်လုပ်ရုံပဲမဟုတ်လား၊ ကောင်းတဲ့ အလုပ်လုပ်နိုင်ဖို့ ဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ ကောင်းစိတ်ကလေးတွေပေါ်လာဖို့ အဓိကပဲမဟုတ်လား။

ကောင်းစိတ်ကလေးတွေပေါ်လာလို့ ကောင်းတဲ့အလုပ်ကို လုပ်နိုင်ပြီဆိုရင် ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ကောင်းကျိုးဆိုတာ ကေန်ရမှာ။

ဒါကြောင့် စိတ်ကောင်းရှိသူမှာ အမြဲတမ်းရက်ရာဇာ၊ စိတ်ကောင်းရှိသူအတွက် အချိန်ကောင်းတွေချည်းပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းကင်ပေါ်က ကြယ်တာရာနက္ခတ်တွေက ဘာလုပ် ပေးနိုင်မှာလဲ၊ လောကီနည်းအရ ဟုတ်တယ်ပဲထားပါ၊ သာသနာနည်းအရ၊ ကောင်းကင်ကနက္ခတ်တွေ မော်ကြည့်နေစရာမလိုပါဘူး၊ ကိုယ့် စိတ်ကောင်း, မကောင်းပဲ အကဲခတ်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းကင်ကို မော်မကြည့်နဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကိုသာ အကဲခတ်ကြည့်

ကိုယ့်စိတ်က မကောင်းတဲ့လောဘ, ဒေါသ, မောဟတွေ ဖြစ်နေပြီဆိုရင် ကောင်းကင်ကို မမော့ပါနဲ့၊ ဟယ်, ငါ့အချိန်တွေ အကုန်လုံး ပြဿဒါး ဖြစ်ကုန်ပါပြီကော၊

* လောဘဖြစ်လာပြီဆိုရင်
* အဲဒါ ပြိတ္တာစိတ်တွေ၊
* ဒေါသဖြစ်လာပြီဆိုရင်
* အဲဒါငရဲစိတ်တွေ၊
* မောဟဖြစ်လာပြီဆိုရင်
* အဲဒါ တိရစ္ဆာန်စိတ်တွေ၊
* ကောင်းကင်ကို မော်မကြည့်နဲ့၊
* ကိုယ့်စိတ်ကိုသာ အကဲခတ်ကြည့်၊

၈။

http://www.dhammadownload.com

လောဘ ဒေါသမောဟစတဲ့ အပူအခိုးအငွေ့တွေဝင်နေတဲ့ အချိန်လေးဟာ ကိုယ့်အတွက် ပြဿဒါးဖြစ်နေပြီ။

သတိဦးစီးတဲ့ သဒ္ဓါ, ဝီရိယ, ပညာစတဲ့ တရားတွေ ဝင်ရောက်နေတဲ့အချိန်မှာ ကောင်းကင်ကို မော်မကြည့်နဲ့၊ ကိုယ့်မှာရက်ရာဇာချည်းပဲ။

ဘုရား, တရား, သံဃာဆိုတဲ့ အမြင့်မြတ်ဆုံး အကောင်းမြတ်ဆုံး ရတနာသုံးလုံးကို ပိုင်ပြီးတော့ တရားလမ်းကြောင်းပေါ် စိတ်ကလေးတင်ပြီးထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သူ့အဖို့ရက်ရာဇာ ချည်းပဲ၊ ပြဿဒါး မရှိပါဘူး။

ဒါကြောင့် သတိမထားတော့ သဒါ ဘဒ္ဒ၊ သတိရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် အမြဲတမ်း ကောင်းတဲ့အချိန်တွေချည်းပဲ။

http://www.dhammadownload.com

သတိရှိရင်ချမ်းသာသုံးတန် ရနိုင်တယ်

- **စိတ်အစဉ်ထဲ၊ သတိစွဲ၊ အမြဲကောင်းမြတ်သည်။**

သတိမှာ သုခမေဓာဝီ၊ သတိရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ၊ မျက်မှောက် တမလွန်နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာကို ရနိုင်တယ်၊ လူ၊ နတ်၊ နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာကို ရနိုင်တယ်။

စိတ်ဆင်းရဲတယ်ဆိုတာ ကိလေသာကြောင့် ဆင်းရဲကြတာပဲ၊ သတိဝင်လာတဲ့ အချိန်မှာ၊ ကိလေသာကင်းပြီးတော့ သွားပြီဆိုရင် မျက်မှောက်ချက်ချင်းကို ချမ်းသာတယ်၊ ချမ်းသာတဲ့ စွမ်းအားဆိုတာ ရလို့လာတယ်။

ပစ္စုပ္ပန်သေချာသူအတွက်၊ နောင်ရေးသေချာဖို့၊ နောင်ရေး ချမ်းသာဖို့ကလဲ သေချာပြီးသားပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အသိပညာ ဦးဆောင်မှု ကောင်းလာတဲ့အခါ ကျတော့ ဝိဝဋ္ဋနိဿိတ ကောင်းမှုလမ်းကြောင်းပေါ် ကို ရောက်သွားတော့၊ လောကုတ္တရာ ချမ်းသာရဖို့ ကလဲ သေချာသွားပြီပဲ။

- **စိတ်အစဉ်ထဲ၊ သတိစွဲ၊ အမြဲကောင်းမြတ်သည်။**
- **စိတ်အစဉ်တွင်း၊ သတိသွင်း၊ ချက်ချင်းချမ်းသာသည်။**

စိတ်အစဉ်တွင်းမှာ သတိလေးကို ထည့်သွင်းလိုက်တာနဲ့ လက်ငင်းကို ချက်ချင်းချမ်းသာတယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်သေချာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ နောင်ရေးလဲ စိတ်အေးရပြီးသားပါ။

- **စိတ်အစဉ်တွင်း၊ သတိသွင်း၊ ချက်ချင်းချမ်းသာသည်**
- **စိတ်အစဉ်မှာ၊ သတိပါ၊ နောင်ခါကောင်းဖို့ သေချာသည်။**

အချိန်ထိန်း, အာရုံထိန်း, စိတ်ထိန်းကိုရိယာ သတိလေး၊ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဖြစ်သွားပြီဆိုရင်၊ အနာဂတ်ကို သူအကုန်တာဝန်ယူမှာပါ။

http://www.dhammadownload.com

သတိသည် ပစ္စုပ္ပန်ကို လက်လွှတ်မခံဘူး

သတိတရား ဦးစီးတဲ့ တရားစွမ်းအားတွေဆိုတာ ပစ္စုပ္ပန်ကို အလွှတ်မခံဘူး၊ အတိတ်ကဟာကွက်တွေ အကုန်ဖာထေးပေးတယ်၊ အနာဂတ်ကိုအကုန်တာဝန်ယူပေးတယ်။

တရားအသိ လက်လွှတ်တဲ့ ပုထုဇဉ်ဆိုတာ၊ ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း လွှတ်တယ်၊ အတိတ်ကိုကျတော့ မကျေနပ်ဖူး၊ အနာဂတ်ကျတော့ စိတ်ကူးယဉ်တယ်၊ ဒါနဲ့ အချိန်ကုန်နေကြတာပဲ။

လောလောဆယ်ရောက်နေတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ကျတော့၊ ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း လွှတ်ကုန်တယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်လွှတ်သွားတော့ (အတိတ်ဖြစ်သွားတော့)၊ အကုန်မကျေနပ်စရာ ချည်းဖြစ်လာတယ်၊ အားရစရာတစ်ခုမှမရှိ။

http://www.dhammadownload.com

အဲသလို အတိတ်ကို မကျေနပ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကို လက်လွှတ်၊ အနာဂတ်ကို စိတ်ကူးယဉ်ပြီးတော့ ပုထုဇဉ်အများစုရဲ့ ဘဝဟာ တစ်ဘဝ ကုန်နေကြတာ။

ပစ္စုပ္ပန်မသေချာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ နောင်ရေးဘယ်တော့မှ စိတ်အေးရမှာ မဟုတ်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

သတိရှိရင် ဘေးရန်မျိုးစုံ လွတ်တယ်

* စိတ်အစဉ်မှာ၊ သတိပါ၊
  နောင်ခါကောင်းဖို့ သေချာသည်။
* သတိရှိသူ၊ ဘေးရန်ဟူ၊
  အပူကင်းလွတ်သည်။

သတိရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ သက်မဲ့ဘေးရန်မျိုးစုံလွတ်ဖို့ သေချာတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက သက်ရှိဘေးရန်လွတ်ဖို့ကျတော့ မေတ္တာပွားဦးတဲ့။

* သက်ရှိဘေးရန်၊ ပပျောက်ရန်၊
  ဧကန်မေတ္တာပွားရသည်။

သက်ရှိဘေးရန်လွတ်ဖို့ မေတ္တာပွားပေးမှ စိတ်ကို ထိန်းကျောင်း အချိန်ကောင်းဆိုတဲ့ အင်အားပြည့်စုံလာမယ်။

* စိတ်အစဉ်ထဲ၊ သတိစွဲ၊
  အမြဲကောင်းမြတ်သည်။

http://www.dhammadownload.com

- စိတ်အစဉ်တွင်း၊ သတိသွင်း၊
  ချက်ချင်းချမ်းသာသည်။
- စိတ်အစဉ်မှာ၊ သတိပါ၊
  နောင်ခါကောင်းဖို့ သေချာသည်။
- သတိရှိသူ၊ ဘေးရန်ဟူ၊
  အပူကင်းလွတ်သည်။
- သက်ရှိဘေးရန်၊ ပပျောက်ရန်၊
  ကေန်မေတ္တာ ပွားရသည်။

ဒါကြောင့် တသသ၊ မေတ္တာစွမ်းအားမြတ်တရားကို ပွားများ မြင့်တင် ထိုသူတော်စင်ဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်၊ ကေနစိ၊ တစ်စုံ တစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်နှင့်မှ၊ ဝေရံ၊ ဆန့်ကျင်ဖက်ဘေးရန် အမျိုးမျိုးသည်၊ နအတ္ထိ၊ ဘယ်တော့မှ မရှိချေ။

ဣတိ၊ ဤသို့၊ ဘဂဝါ၊ မေတ္တာစွမ်းအားမြတ်တရားကို ပွားများမြှင့်တင် ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက၊ အဝေါစ၊ ကရုဏာတရား၊ မေတ္တာထား၍ ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါပေသတည်း။

http://www.dhammadownload.com

သတိရဲ့ ပဓာနတောင်းဆိုချက်

သတိရဲ့ ပဓာနတောင်းဆိုချက်က ပစ္စုပ္ပန် တန်ဖိုးထား၊ ပစ္စုပ္ပန်လက်မလွှတ်အောင် သယ်ဆောင်သွားတဲ့။

ပစ္စုပ္ပန်ကိုလဲ တန်ဖိုးထားတယ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကိုလဲ လက်မလွှတ်အောင် သယ်ဆောင်သွားနိုင်မယ်ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်တိုင်းလဲချမ်းသာမှာ သေချာတယ်၊ နောင်ရေးလဲ စိတ်အေးရပြီးသား။

သတိအားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သမာဓိအားကောင်းတာဖြစ်လို့ သမာဓိအား ကောင်းလာတယ်ဆိုရင်၊ ဉာဏ်မျက်လုံးလဲ ပွင့်လာတာ ဖြစ်လို့၊ ဉာဏ်မျက်လုံး အားကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည်

http://www.dhammadownload.com

လောကုတ္တရာ ပန်းတိုင်အထိ ရည်ရွယ်ချက်တိကျ ပြတ်သားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်သာအဓိက၊ ပစ္စုပ္ပန် တန်ဖိုးထား၊ အသုံးချလို့ ဖြစ်တာပစ္စုပ္ပန်ပဲ၊ အတိတ် ကလဲစကားအနေနဲ့သာပြောတာ၊ လွန်ပြီးပြီ၊ သုံးမ ဖြစ်တော့ဘူး၊ အနာဂတ်ကလဲစကားသာပြောဖြစ် တာ၊ ရောက်မှမရောက်သေးပဲနဲ့၊ ဘယ်လိုမှ သုံး မဖြစ်ဖူး၊ ဒါကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်သာ အရေးအကြီးဆုံး။

လောကမှာဘယ်အချိန် တန်ဖိုးအထား ဆုံးလဲဆိုရင် ရောက်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်အချိန်သာ အဖိုး အတန်ဆုံးပါ၊ လောကမှာဘယ်အလုပ် အရေး အကြီးဆုံးလဲလို့ မေးလိုက်ပြန်တော့ လောလော ဆယ်လုပ်နေတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်အလုပ်သာ အရေးအကြီး ဆုံးပါ။

အခု ထမင်းစားနေတုန်းဆိုရင် ထမင်းစား တဲ့အလုပ်ဟာ အရေးအကြီး အလုပ်ပါ၊ ထမင်းစား တဲ့အထဲ၊ သတိ,ပညာထည့်ပေး၊ ထမင်းစားတာ တရားအလုပ်ပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အခု ဈေးရောင်းနေတုန်းဆိုရင်၊ ဈေးရောင်းတဲ့ အလုပ်ဟာ အရေးအကြီးဆုံးအလုပ်ပါ၊ ဈေးရောင်းတဲ့အထဲ သတိ,ပညာထည့်ပေး၊ ဈေးရောင်းတာ တရားအလုပ်ပါ။

ယခု လမ်းသွားနေတုန်းဆိုရင် လမ်းသွားတဲ့အလုပ်သည် အရေးအကြီးဆုံး အလုပ်ပါ၊ လမ်းသွားတဲ့ထဲ သတိပညာထည့်ပေး၊ လမ်းသွားတာ တရားအလုပ်ပါ။

ဘယ်အလုပ်မဆိုပေါ့၊ သတိလေး ထည့်ပေးလိုက်တယ်ဆိုရင် အသိလေးထည့်လိုက်တယ်ဆိုရင် ဘယ်အရာမဆို တရားချည်းပဲ။

ဒါကြောင့်မို့ လောကမှာ အဖိုးအတန်ဆုံးအချိန်သည် ပစ္စုပ္ပန်အချိန်သာဖြစ်တယ်၊ လောကမှာ အရေးအကြီးဆုံးအလုပ်သည်၊ လောလောဆယ် ပစ္စုပ္ပန်လုပ်နေဆဲအလုပ်သာ အရေးအကြီးဆုံး။

* **ပစ္စုပ္ပန်သာ၊ ရောက်ဆဲမှာ၊**
  မှန်စွာအဖိုးအတန်ဆုံး၊
* **ပြုလုပ်ဆဲသာ၊ အလုပ်မှာ၊**
  မှန်စွာအရေးအကြီးဆုံး၊

http://www.dhammadownload.com

* ရောက်ဆဲလုပ်ဆဲ၊ သတိစွဲ၊
  အမြဲတွင်အောင်သုံး၊
* မသုံးမိက အပူရ၊
  ဘဝနှာ၍ အခွင့်ရှုံး၊

http://www.dhammadownload.com

ပစ္စုပ္ပန်လက်လွှတ်ရင်

ပစ္စုပ္ပန်လက်လွှတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ (သတိလွှတ်သွားရင်) ကိလေသာတွေ စိမ့်ဝင်လာမှာပေါ့၊ အပူတွေလာမယ်၊ ဒီအပူတွေဟာ နောင်အခါလဲပဲ အပူမကောင်းကျိုးတွေပဲ ပေးကြမယ်။

ဘဝနာသွားမယ်၊ အခွင့်အရေးတွေ ရှုံးသွားမယ်၊ လုပ်ပိုင်ခွင့် ခံစားခွင့် အခွင့်ရေး အကုန်လုံးဆုံးရှုံးသွားမယ်။

* **မသုံးမိက၊ အပူရ၊ ဘဝနာ၍ အခွင့်ရှုံး။**

ပစ္စုပ္ပန်လက်မလွှတ်ရင် အကုန်တွက်ကိန်းကိုက်တယ်

* **အချိန်ကိုထိန်း၊ အပူငြိမ်း၊ တွက်ကိန်းအကိုက်ဆုံး။**

http://www.dhammadownload.com

ပစ္စုပ္ပန်ကို(သတိ)ကို လက်မလွှတ်ရင် ပညာသင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ပညာရေးတွက်ကိန်း အကုန်ကိုက်တယ်၊ စီးပွားရေးလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် စီးပွားရေး အကုန်တွက်ကိန်းကိုက်တယ်၊ တရားရှာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တရားတွက်ကိန်း အကုန်ကိုက်တယ်။

အချိန်နဲ့ အင်အားဖြုန်းတီးမှုတွေ အလွန်နည်းသွားပြီ၊ စွမ်းအားတွေသာတန်းစီပြီးတော့ရလာတယ်။

ဒါဟာ လက်တွေ့အသုံးချ တရားတွေချည်းပဲ၊ နာကြားပြီးရင် ပစ်ထားရမယ့် တရားများ မဟုတ်ကြပဲ၊ နာကြားပြီးတာနဲ့ တပြိုင်နက်ချက်ချင်းလက်ငင်းကို အသုံးချရမယ့် တရားများဖြစ်ပြီး၊ အသုံးချ လိုက်တာနဲ့တပြိုင်ထဲ၊ ချက်ချင်းစွမ်းအားနဲ့ ချမ်းသာကို ပေးစွမ်းနိုင်သော တရားများဖြစ်တယ်။

* ပစ္စုပ္ပန်သာ၊ ရောက်ဆဲမှာ၊
  မှန်စွာအဖိုးအတန်ဆုံး၊
* ပြုလုပ်ဆဲသာ၊ အလုပ်မှာ၊
  မှန်စွာအရေးအကြီးဆုံး၊
* ရောက်ဆဲလုပ်ဆဲ၊ သတိစွဲ၊
  အမြဲတွင်အောင်သုံး၊

http://www.dhammadownload.com

* **မသုံးမိက၊ အပူရ၊ ဘဝနာ၍အခွင့်ရှုံး၊**
* **အချိန်ကိုထိန်း၊ အပူငြိမ်း၊**
တွက်ကိန်းအကိုက်ဆုံး၊

ဒါကြောင့်၊ သတိမထော၊ အချိန်ထိန်း၊ အာရုံထိန်း၊ စိတ်ထိန်း ကိရိယာ သတိရှိနေသော ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်၊သဒ္ဒါ၊ကောင်းဆိုးနှစ်တန်၊ လောကဓံ အာရုံနှင့်တွေ့ကြုံသမျှအခါခပ်သိမ်း၊ သဒ္ဒါ၊ နေ့ရော ညပါ၊ အခါခပ်သိမ်း၊ ဘဒ္ဒ၊ကောင်း မြတ်ခြင်းသည်၊ ဟောတိ၊ မုချမသွေ ဖြစ်ရပါပေသတည်း။

သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ်လေးချက်

ဒုတိယဂါထာက မေတ္တာ၊ မေတ္တာလို့ ပြောလိုက်ရင်၊ ကရုဏာလဲပါတယ်၊ ကရုဏာအား ကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ၊ မေတ္တာပွားနိုင်တယ်။

မေတ္တာနဲ့ ကရုဏာပြောလိုက်တော့ ခန္တီနဲ့ မုဒိတာနှစ်ပါးလဲ ပါသွားတယ်၊ ဘာလို့တုန်း ဆိုတော့ သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ် လေးချက် ရှိတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ခန္တီရယ်၊ ကရုဏာရယ်၊ မုဒိတာရယ်၊ မေတ္တာရယ်၊ အဲဒါ သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ် လေးချက်၊ စိတ်ကို ထိန်းကျောင်း အချိန်ကောင်းကို တကယ်ပိုင်ဆိုင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ စွမ်းရည်ပေါ့။

ဒါကြောင့် ခန္တီရယ်၊ မုဒိတာရယ်ဆိုတဲ့ စွမ်းအားများလဲ၊ ကရုဏာနဲ့မေတ္တာကို ပြောလိုက်ရင် အလိုအလျောက် ပါသွားပြီ အချုပ်ကတော့ မေတ္တာပါ။

* သည်းခံသနား၊ ဝမ်းမြောက်ငြား၊ ပွားများ မေတ္တာရှို၊
* သူ့ကိုစောင့်ရှောက်၊ ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်၊ ပပျောက်ဘေးရန် ကိုယ့်မှာလုံ၊
* သူတော်သူမြတ်၊ ဤလေးရပ်၊ မချွတ်ကျင့်ပါကုန်။

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာသာပဓာန

လောကမှာ မိမိတို့ဟာပုထုဇဉ်တွေနဲ့ အများအားဖြင့် နေကြ ရတာ၊ ပုထုဇဉ်ဆိုတာ မောဟနဲ့နေရတာ။

မောဟနဲ့ နေရတာဆိုတော့ သဘောမကျ စရာတွေ အများကြီးတွေ့မှာပေါ့၊ ကိုယ့်ဟာ ကိုယ်တောင် သဘောမကျစရာတွေအများကြီးပဲ။

ပုထုဇဉ်ရဲ့ မကောင်းတဲ့အမူအရာဆိုတာ၊ ကိလေသာရဲ့ အကျိုးဆက်တွေပဲ၊ မိမိနဲ့ ကိုယ်ချင်းစာပြီးတော့ သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်တဲ့ အင်အားရှိမှ မေတ္တာနေရာယူနိုင်မှာ။

ဒါကြောင့် သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်တယ်၊ အနစ်နာခံနိုင်တယ်၊ သဘောထားကြီးနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ခန္တီလဲ သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ်ပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကရုဏာဆိုတဲ့ သနားတတ်တဲ့၊ ကြင်နာတတ်တဲ့၊ ကိုယ်ချင်းစာတတ်တဲ့ တရားလဲ သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ်ပဲ။

သူများပိုင်တဲ့ အခွင့်အရေးကို မကျူးကျော်ရဘူး၊ မနှောင့်ယှက် ရဘူး၊ တစ်ပါးသောပုဂ္ဂိုလ်တို့ ကြီးပွားတိုးတက်မြင့်မားတာတွေ့ရင် လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ဝမ်းသာတတ်ရမယ်ဆိုတဲ့ မုဒိတာလဲ သူတော်ကောင်း လမ်းစဉ်ပဲ။

သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေလို့၊ မိမိရဲ့ စစ်မှန်သန့်စင် အေးမြတဲ့ စိတ်နှလုံး ခန္ဓာအစဉ်ကနေပြီးတော့ သတ္တလောကအတွင်းမှာ မေတ္တာစိတ်တွေ လွှတ်ပြီး လွှမ်းခြုံပေးတဲ့ မေတ္တာစွမ်းအားလဲ သူတော် ကောင်းလမ်းစဉ်ပဲ၊ လေးခုစလုံးကို ခြုံလိုက်ရင် မေတ္တာသာပဓာန။

- သည်းခံသနား၊ ဝမ်းမြောက်ငြား၊ ပွားများမေတ္တာခြုံ။

http://www.dhammadownload.com

သူ့ကိုစောင့်ရှောက်ရင် ကိုယ့်မှာ ဘေးရန်လုံတယ်

* သူ့ကိုစောင့်ရှောက်၊ ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်၊ ပပျောက်ဘေးရန် ကိုယ့်မှာလုံ၊

သူ့ကို စောင့်ရှောက်လိုက်တာ, သူ့ကို လုံခြုံအောင် အကူအညီ ပေးလိုက်တာနဲ့၊ ကိုယ့်မှာ ဂုဏ်တွေမြောက်သွားတယ်။

သည်းခံတာဟာလဲ သူ့ကို စောင့်ရှောက်တာပဲ၊ သည်းမခံရင် သူ့ကို စောင့်ရှောက်ရာမရောက်ပဲ၊ ကိုယ်လဲ ဒုက္ခရောက်မှာပဲ။

သနားတယ်၊ ဝမ်းမြောက်တယ်၊ ချမ်းသာစေချင်တယ်၊ မေတ္တာတရားထားတယ်ဆိုတာ အားလုံး သူ့ကို ကူညီတာပဲ၊ သူ့ကို စောင့်ရှောက်တော့ ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်တယ်၊ ဘေးရန်တွေလဲလုံခြုံတယ်။

http://www.dhammadownload.com

* သူတော်သူမြတ်၊ ဤလေးရပ်၊
မချွတ်ကျင့်ပါကုန်၊

သူတော်ကောင်းဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ၊ ဒီလေးခုဓေကန် ကျင့်သုံးရမှာ၊ ဒါကြောင့် ယခု မာရဝိဇယ မာန်ပြေ မလွန်ဆန်လှူသင်းထောက် ဒကာ, ဒကာမ အပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေ စစ်မှန်တဲ့ မေတ္တာနှလုံးသားတွေနဲ့၊ စစ်မှန်တဲ့ သတိတရားတွေနဲ့ ကိုယ့်အတွက်လဲ အကျိုးရှိ၊ သာသနာအတွက်လဲ အကျိုးများ၊ စွမ်းအားတွေကို ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာ ပြုလုပ်အားထုတ်ပြီး နေကြရတာဟာ ခြောက်ကပ်ကြီး မဟုတ်ပါဘူး။

တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မယုံသင်္ကာ စိတ်နဲ့ ဒီလိုလဲ မဟုတ် ပါဘူး၊ ယုံကြည်စိတ်ချစွာနဲ့၊ မိသားစုစိတ်ဓာတ်တွေနဲ့၊ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်၊ ကြည်ကြည်လင်လင်, အားတက်သရော၊ အင်မတန် ပျော်စရာကောင်းတဲ့ သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ်နဲ့ ဆောင်ရွက်ပြီးနေကြတာ ကုသိုလ်လဲရပေါ့၊ သာသနာအတွက်လဲ အကျိုးများပေါ့။

* သည်းခံသနား၊ ဝမ်းမြောက်ငြား၊
ပွားများမေတ္တာရှိ၊

http://www.dhammadownload.com

* သူကိုစောင့်ရှောက်၊ ကိုယ့်ဂုဏ်မြှောက်၊
ပပျောက်ဘေးရန် ကိုယ့်မှာလုံ၊

* သူတော်သူမြတ်၊ ဤလေးရပ်၊
မချွတ်ကျင့်ပါကုန်၊

အဆိပ်တောထဲက ချမ်းသာတွေ

သာသနာဆိုတာ စိတ်ကောင်းရှိသူတွေ လက်ထဲမှာပဲ နေလို့ဖြစ် ပါတယ်၊ ပိုက်ဆံပေါတိုင်း သာသနာနေဖြစ်တာမှ မဟုတ်ပဲ။

လောကီပညာတွေ လျှမ်းလျှမ်းတောက် တတ်တိုင်းလဲ သာသနာ နေလို့ဖြစ်တာမှ မဟုတ်ပဲ၊ သာသနာစွမ်းအားနဲ့ တွေ့ဆုံခွင့် မရရင်လဲ၊ လူရဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့် ခံစားခွင့်တွေကုန်အောင် ရနိုင်တာမှ မဟုတ်ပဲ၊ အဲသလိုဆိုရင် သတိနဲ့မေတ္တာ၊ လိုရင်း ကတော့ ဒီနှစ်ပါးပါပဲ၊ လူချမ်းသာ အဆိပ်ဖြေဆေး လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

လူချမ်းသာဟာ ချမ်းသာအစစ်မှ မဟုတ်ပဲ၊ အဆိပ်တွေ ရောနေတဲ့ အဆိပ်တုံးကြီးတွေကိုင်ပြီး နေရတဲ့ အဆိပ်တောထဲက ချမ်းသာတွေပဲ။

ပြုံးနေစဉ် ချက်ချင်းမဲ့သွားနိုင်တဲ့ အဆိပ်တွေ ရောနေပါတယ်၊ ပျော်နေစဉ် ချက်ချင်းချုံးချငိုစေနိုင်တဲ့ အဆိပ်တွေ ရောလို့နေတယ်၊ အေးချမ်းနေရာမှ ချက်ချင်းပူလောင်သွားစေနိုင်တဲ့ အဆိပ်တွေ ရောနေတယ်၊

အဆိပ်တုံးကြီးတွေကြားမှာနေရတဲ့ ချမ်းသာတွေ၊ ချမ်းသာအစစ်မဟုတ်ကြ။

အဲဒီအဆိပ်တုံးကြီးတွေနဲ့နေရတာ အဆိပ်ဖြေဆေးတရား နှစ်ပါးကိုသုံးပြီးတော့မှ စွမ်းအားချမ်းသာကို ရအောင်ယူရမှာပါ။

http://www.dhammadownload.com

အငှားတွေ အဆိပ်တွေ

* **တရားကင်းကွာ၊ မချမ်းသာ၊ ရှိတာတွေလဲ အငှားတွေ၊**

ကိုယ့်လက်ထဲမှာ ရှိနေတာတွေ အကုန်လုံးဟာ၊ တရားမပါရင် အငှားတွေပါ၊ ဘာတွေရှိတယ်ပြောပြော ပြောချင်ရာပြော၊ အငှားတွေချည်းပါ။

* **ပစ္စည်းခန္ဓာ၊ ရှာရုံသာ၊ ရတာတွေလဲ အဆိပ်တွေ၊**

သတိပညာကင်းပြီး နေကြမယ်ဆိုရင် ပစ္စည်းနဲ့ခန္ဓာ ရရုံလောက်ပဲ အချိန်ကုန်နေကြမှာပေါ့၊ ပစ္စည်းနဲ့ခန္ဓာဆိုတာကလဲ အဆိပ် ဖြေဆေးထည့်မပေးရင်အဆိပ်တုံးကြီးတွေ ခန္ဓာလဲအဆိပ်တုံးတစ်တုံးပဲ၊ ပစ္စည်းကလဲအဆိပ်တုံးတစ်တုံးပဲ။

http://www.dhammadownload.com

* **တရားရှာမှာ၊ ကိုယ်ပိုင်ရ၊ မုချချမ်းသာပေ။**

တရားပါတွဲရှာနိုင်မှ မုချချမ်းသာမယ်၊ အဆိပ်တုံးကြီးတွေမှာ အဆိပ်ကင်းပြီးတော့ တရားစွမ်းအားတွေ ပေါ်ပေါက်လာအောင် ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်မယ်။

* **သတိမေတ္တာ၊ ဤနှစ်ဖြာ၊ လူ့ရွာအဆိပ်ဖြေ၊**

သတိဆိုတာ ခန္ဓာအဆိပ်တုံးကြီးကို ဖြေပေးနိုင်တဲ့အဆိပ်ဖြေဆေး၊ မေတ္တာဆိုတာက ပစ္စည်းဥစ္စာအဆိပ်တုံးကြီးကို အဆိပ်ကင်းသွားအောင် ဖြေရှင်းပြီးပေးနိုင်တဲ့ အဆိပ်ဖြေဆေး။

http://www.dhammadownload.com

သတိလိုချင်ရင်

သတိလိုချင်ရင် ဘာသုံးရမလဲဆိုတော့–

* **အမှတ်မြဲသော်၊ သတိပေါ်၊**
  ရှင်ပျော်အားတက်ပေ၊

အမှတ်သညာအားကောင်းမှ သတိပေါ်လာတယ်၊ စောစော ပိုင်းကသွားတယ်, လာတယ်၊ မြင်တယ်, ကြားတယ်နဲ့ သညာ အမှတ်နဲ့ စရတာပေါ့။

သညာမှတ်အားကောင်းရင်၊ သတိမှတ်နောက်က လိုက်လာပါတယ်၊ သတိမှတ်တွေပေါ်လာပါတယ်။

* **အမှတ်မြဲသော်၊ သတိပေါ်၊**
  ရှင်ပျော်အားတက်ပေ၊

http://www.dhammadownload.com

သတိပေါ်လာတာနဲ့ ချက်ချင်းပျော်လာမယ်၊ ချက်ချင်းအားတက် လာမယ်၊ ချက်ချင်းအဖော်ကောင်းတွေရသလို အားရှိလာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ခန္တီ အုတ်မြစ် ခိုင်ခိုင်စိုက်ရမယ်

* **ခန္တီခိုင်မှ၊ မေတ္တာရ၊ မုချအေးချမ်းပေ။**

မေတ္တာကျတော့ ခန္တီအမာခံလိုတယ်၊ အဆောက်အဦးကြီးတွေ မှာ၊ အုတ်မြစ်တို့တိုင်တို့ မခိုင်မာရင်၊ အမိုးအကာ, အခင်းတို့တင်လို့ မရဘူး၊ တင်လို့ရရင်လဲ ခဏပဲရှိမှာပေါ့၊ လေလေးနည်းနည်း တိုက်လိုက်တာနဲ့ အကုန်ပြိုလဲသွားမှာပါ။

လူ့လောကမှာလဲခန္တီဆိုတဲ့ အုတ်မြစ်တိုင် မခိုင်မာဘူးဆိုရင်၊ မေတ္တာဆိုတဲ့ အမိုး, အကာ, အခင်းတွေ တင်လို့မရဘူး၊ ရရင်လဲ ခဏပဲရှိမှာ၊ ဘာမဟုတ်တဲ့ အကြောင်းအရာလေးတွေနဲ့ ပြိုလဲသွား မှာပါ။

အဆောက်အဦးကြီးတွေမှာ အုတ်မြစ်တို့ တိုင်တို့ခိုင်မာမှသာ လျှင်၊ အမိုး, အကာ, အခင်းတို့

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကြိုက်တင်လို့ရတယ်၊ တော်တော် တန်တန် လေများ၊ တိုက်ချင်သလောက်တိုက်၊ မလဲဘူး။

ဒါမျိုးလိုပေါ့၊ အဖွဲ့အစည်းအပေါင်းအသင်း နဲ့ နေကြတယ် ဆိုတာ ခန္တီဆိုတဲ့ အုတ်မြစ်တိုင် ခိုင်ခိုင်မာမာ စိုက်ရတယ်၊ ခန္တီ အုတ်မြစ်တိုင်၊ ခိုင်ခိုင်မာမာစိုက်နိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ မေတ္တာဆိုတဲ့ အမိုးအကာအခင်းတွေ လုံလုံခြုံခြုံမိုးလို့၊ ကာလို့၊ ခင်းလို့၊

တော်တော်တန်တန်ကိစ္စ၊ ဘယ်လိုလေတွေ၊ ဘယ်လိုအာရုံ တွေတိုက်ခတ်သော်လဲ ပြိုလဲမသွား ဘူး၊ တည်ငြိမ်အေးချမ်း ရင့်ကျက်စွာနဲ့ တရား စွမ်းအား ယူနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့် တရားစွမ်းအားရဖို့၊ မေတ္တာစွမ်း အားရဖို့ဆိုရင်၊ ခန္တီအမာခံလိုတယ်။

* ခန္တီခိုင်မှ၊ မေတ္တာရ၊ မုချအေးချမ်းပေ။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ယောက်တည်းတည့်အောင်နေဖို့

* တစ်ယောက်တည်းပင်၊ စွမ်းအင်အပြည့်၊ တည့်လိုဘိ၊ သတိဖြင့်သာနေ၊

တစ်ယောက်တည်းတည့်အောင်နေဖို့ သတိလိုတယ်၊ တစ်ယောက်တည်းကို မတည့်တာတွေရှိတယ်၊ ပုထုဇဉ်များ တစ်ယောက်တည်းတောင် တည့်တာမဟုတ်ဖူး၊ တစ်ယောက်တည်းတောင်မှ အဆင် မပြေတာတွေ၊ တစ်ယောက်တည်းတောင်မှ မတည့်တာတွေ၊ တစ်ယောက်တည်းတောင် ရန်ဖြစ်နေတာတွေအများကြီးပဲ။

အပ္ပမာဒဆိုတဲ့ သတိအဆိပ်ဖြေဆေးက တစ်ယောက်ထဲ တည့်အောင်နေနည်းကိုပြတယ်၊ တစ်ယောက်ထဲပျော်ပျော်နေနည်းကို ပြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

* တစ်ယောက်ထည်းပင်၊ စွမ်းအင်အပြည့်၊ တည့်လိုဘိ၊ သတိဖြင့်သာနေ။

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာနဲ့ နေနိုင်ကြမှ

* **အများတကာ၊ ဆက်ဆံရာ၊ မေတ္တာပါမှ အဆင်ပြေ၊**

လောကမှာ တစ်ယောက်ထဲ နေလို့ကလဲ မဖြစ်၊ အများနဲ့နေပြန်တော့ ပုထုဇဉ်တွေဆိုတာ မောဟနဲ့နေရတာ၊ မောဟနဲ့နေရသမျှတော့ ကိလေသာပေါ်လာမှာပဲ၊

မနှစ်သက်စရာတွေ သဘောမကျစရာတွေပေါ်၊ စိတ်ဆိုးစရာတွေပေါ်၊ အဲသလိုဆိုရင်၊ ဆန့်ကျင်ဘက်တွေဖြစ်၊ပူလောင်နေကြရမှာပဲ။

* **အများတကာ၊ ဆက်ဆံရာမှာ၊ မေတ္တာပါမှ အဆင်ပြေ၊**

မေတ္တာနဲ့ နေနိုင်ကြမှသာ၊ စိတ်ကိုထိန်းကျောင်း အချိန်ကောင်းဆိုတဲ့ စွမ်းအားပိုင်ရှင်တွေ ဖြစ်လို့၊ ပစ္စုပ္ပန်လဲချမ်းသာ၊ နောင်ချမ်းသာဖို့

http://www.dhammadownload.com

အတွက်လဲသေချာပေါက်စွမ်းအားတွေရလောကုတ္တရာချမ်းသာအထိ၊ အာမခံတာဝန်ယူပေးနိုင်မယ့် စွမ်းအားတွေလဲရလို့ ပျော်ကြရမှာပါ။

* တရားကင်းကွာ၊ မချမ်းသာ၊ ရှိတာတွေလဲ အငှားတွေ၊
* ပစ္စည်းခန္ဓာ၊ ရှာရုံသာ၊ ရတာတွေလဲ အဆိပ်တွေ၊
* တရားရှာမှ၊ ကိုယ်ပိုင်ရ၊ မုချချမ်းသာပေ၊
* သတိမေတ္တာ၊ ဤနှစ်ဖြာ၊ လူ့ရွာအဆိပ်ဖြေ၊
* အမှတ်မြဲသော်၊ သတိပေါ်၊ ရွှင်ပျော်အားတက်ပေ၊
* ခန္တီနိုင်မှ၊ မေတ္တာရ၊ မုချအေးချမ်းပေ။
* တစ်ယောက်ထည်းပင်၊ စွမ်းအင်အပြည့်၊ တည့်လိုဘိ၊ သတိဖြင့်သာနေ၊
* အများတကာ၊ ဆက်ဆံရာ၊ မေတ္တာပါမှ အဆင်ပြေ၊

အဲသလိုဆိုရင် စိတ်ကိုထိန်းကျောင်း၊ အချိန်ကောင်း ပိုင်ဆိုင်သူဖြစ်ဖို့ဆိုရင်၊ သတိမေတ္တာ အဆိပ်ဖြေဆေး နှစ်ပါးပိုင်ဖို့ လိုပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

လူဖျင်းလူညံ့ မဖြစ်ရအောင်

သတိလွတ်သွားရင် ပမာဒလို့ခေါ်တယ်၊ မေ့တယ် လျော့တယ် ပေါ့တယ်၊ ဆတယ်။

မေ့တယ်ဆိုတာ ဘာလုပ်ရမှန်းကိုမသိတော့တာ၊ လုံးဝလမ်း ပျောက်သွားတာ၊ မေ့သွားရင် လူဖျင်းဖြစ်တယ်၊ ဘာမှ သုံးမရတော့ဘူး။

လျော့တယ်, ပေါ့တယ်, ဆတယ်ဆိုတာ၊ ဘာလုပ်ရမယ် ဆိုတာတော့ သိတယ်၊ သို့သော်လဲ အပေါ်ယံ ပြီးစလွယ် ရော်ရွတ်ရွတ်၊ ဖြစ်ကတတ်ဆန်းများသာ လုပ်တတ်တယ်၊ ဘယ်ဟာမှ ထိထိမိမိ ၊ ပိပိရိရိ၊ သေသေချာချာ မလုပ်ဖူး။

လျော့ရင်ပေါ့ရင် ဆရင် လူညံ့ဖြစ်သွားတယ်၊ ရတော့ရတယ်၊ ဘယ်ဟာမှ အရည်အသွေး မမှီတော့ဘူး။

F-10

http://www.dhammadownload.com

ပညာရေးသမားလဲ ပညာရေး အရည်အသွေးမမီ၊ စီးပွားရေးသမားလဲ စီးပွားရေး အရည်အသွေးမမီ၊ တရားရှာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လဲ ကောင်းမှုတရား အရည်အသွေး မမီတော့ဘူး၊ အညံ့တွေချည်း ရတယ်။

အပ္ပမာဒသတိက၊ လူဖျင်းလဲမဖြစ်ရအောင်၊ လူညံ့လဲ မဖြစ်ရအောင်၊ အရည်အသွေးမီတဲ့ လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင်၊ တာဝန်ယူတဲ့ ရတနာတစ်လုံးပဲ။

http://www.dhammadownload.com

သတိလွတ်ချိန်သည် အရူးလေးဖြစ်ချိန်

မေ့တယ်လျော့တယ်, ပေါ့တယ် ဆတယ် ဆိုတာ တရားစကားနဲ့ အားမနာတမ်းပြောလိုက်ရင် အရူးလေးဖြစ်တာပဲ၊ သတိလွတ်တဲ့ အချိန်ဟာ အရူးလေး ဖြစ်နေတဲ့အချိန်။

စိတ်ကစဉ်းစားတာလဲ လမ်းမှန်မဟုတ်တော့ဘူး၊ စိတ်က လမ်းမမှန်တော့ နှုတ်ကပြောတာလဲ တောရောက်တောင်ရောက်၊ပေါက်ကရလျှောက်ပြောတတ်တယ်၊ ကိုယ်အမူအရာ ဆောင်ရွက်သမျှလဲ၊ စိတ်ကူးပေါက်သလို၊ ဟိုထ, ဒီထိုင်, ဟိုပြေး, ဒီသွား အစီအစဉ်ကင်းမဲ့စွာနဲ့ သွားချင်သလို လျှောက်သွား၊ လုပ်ချင်သလို လျှောက်လုပ် ဖြစ်နေတတ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် သတိကင်းလွတ်ပြီးနေတဲ့ အချိန်ဟာ အရူးလေး ဖြစ်နေတဲ့ အချိန်၊ အရူးကြီးလို့တော့ မပြောသေးပါဘူး၊ အရူးလေးလို့ပြောတာ။

http://www.dhammadownload.com

သံသရာခရီးမှာ ခလုတ်တိုက် ချော်လဲစရာ

အိမ်ထဲမှာ တစ်ခါတစ်ရံ အကဲခတ်ကြည့်ပေါ့၊ ဟိုနား, ဒီနား အိမ်ထဲသွားရင်း ခလုတ်တိုက်ချော်လဲတတ်၊ "အိမ်ထဲ နေ့တိုင်းသွားနေ ကျနေရာတောင်မှ ခလုတ်တိုက်ချော်လဲရလောက်အောင် အရှူးလေးဖြစ် လို့နေပြီ၊ သံသရာခရီးက ရှည်လဲရှည်၊ ကြမ်းလဲကြမ်း၊ အဆင်းအတက် ကများ၊ အန္တရာယ်ကအလွန်ပေါ၊ ခလုတ်တိုက် ချော်လဲစရာက များတယ်ဆိုတော့ သံသရာခရီးရှည်ကြီးမှာမင်း, ခလုတ်တိုက်စရာတွေ အများကြီးရှိသေးတယ်နော်၊ သံသရာခရီးရှည်ကြီးမှာ ချော်လဲစရာတွေက အများကြီးရှိသေးတယ်လို့၊ သတိပြုစရာလေးတွေ

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်လာတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ အိမ်ထဲမှာ ဟိုနားဒီနား သွားရင်းနဲ့ ခေါင်းနဲ့ ဆောင့်မိတယ်၊ နေ့တိုင်းသွားနေကျ အိမ်ထဲမှာတောင်မှ ခေါင်းနဲ့ ဆောင့်မိလောက်အောင် ငါ အရူးလေး ဖြစ်လို့နေပြီပဲ၊ သံသရာခရီးရှည်ကြီးဆိုတာ ဆောင့်စရာ တိုက်စရာတွေ အများကြီး ရှိနေသေးတယ်လို့ သတိပြုစရာတွေ ပေါ်လာတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ မီးဖိုချောင်ထဲ ထမင်းချက်၊ သတိလွတ်သွားလို့ ထမင်းအိုးကတူးသွား၊ ပွသွား၊ မနူးမနပ် ဖြစ်သွား "ဩော် နေ့တိုင်း ချက်နေကျ ထမင်းအိုး တူးအောင်တောင်မှ ငါ အရူးလေး ဖြစ်နေပါပြီကော။

ဒီလိုဆိုရင် နိဗ္ဗာန်အထိ ဦးတည်သွားတဲ့ အခါမှာဒါနထမင်း၊ သီလထမင်း၊သမာဓိဝိပဿနာ ခေါ်တဲ့ ဘာဝနာထမင်းတွေ ချက်တဲ့ အခါမှာလဲပဲ၊ မင်း, ဒီလိုပေါ့ဆပုံမျိုးနဲ့ဆိုရင်၊ တရားထမင်းလဲ အတူးတွေ၊ အပွတွေ၊ မနူးမနပ်တွေ မင်းချက်ကုန်တော့မှာသေချာပြီ၊ ဒီလိုဆို အကောင်းတွေ မင်းသုံးရမှာ မဟုတ်တော့ဘူး၊ နိဗ္ဗာန် ဦးတည်ချက်တွေလဲ

http://www.dhammadownload.com

အကုန်လုံးချို့ယွင်းကုန်တော့မယ်၊ မင်းရည်ရွယ်တဲ့ အတိုင်းလဲရောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။

ဒါန အတူးတွေ၊ အပွတွေ၊ သီလသမာဓိ အတူးတွေ အပွတွေသာ မင်းစုဆောင်းရမယ်ဆိုရင် စွမ်းအားတွေ ဘယ်ရတော့မလဲ၊ ချမ်းသာပန်းတိုင် တွေ ဘယ်ရောက်တော့မလဲ" စသည်ဖြင့် သတိပြု စရာတွေပေါ်ပေါက်လို့လာတယ်။

ဒါကြောင့် သတိလွတ်တဲ့ အချိန်ဟာ အရှုံးလေး ဖြစ်ချိန်၊ အရှုံး လေးချင်း ထပ်သွားရင် အရှုံးကြီးလဲ မဖြစ်ဖူးလို့ မဆိုနိုင်ဘူးပေါ့၊ ဒါကြောင့် ဘုရားကသတိမတော သဒါဘဒ္ဒံ၊ သတိရှိရင် အမြဲကောင်းတဲ့ အချိန်ချည်းပဲလို့ ဟောကြားခဲ့တာ။

သတိရှိသူအတွက် အကောင်းတွေချည်းပဲ

ဘုရားလက်ထက်က တောထဲမှာ ရဟန်း တော် အပါးသုံးဆယ် တရားအားထုတ်နေကြတာ၊

http://www.dhammadownload.com

တောက, တောနက်ကြီးဆိုတော့ အင်မတန်ကြီးတဲ့ ကျားကြီးက လူနံ့ခံပြီး လိုက်ရှာလိုက်တာ တရားအားထုတ်နေတဲ့ ရဟန်းတော်များ သွားတွေ့တယ်။

အစွန်ဆုံးနေရာမှာ တရားအားထုတ်တဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးစီ, တစ်ပါးစီကို တစ်ညတစ်ပါး၊ တစ်ညတစ်ပါး စီကိုက်ချီပြီး စားတယ်။

ကျားကကြီးတော့ ကြောင်က ကြွက်ကလေး ချီသလို ကိုက်ချီသွားတာပဲ၊ တစ်နေရာရောက်ရင် ကိုက်စားတာပဲ။

ကျားချီခံရ၊ ကျားဆွဲခံရတဲ့ ရဟန်းကလဲ သတိမထောသဒါ ဘဒ္ဒ "ဪ– ကျားကိုက်ခံရလဲ သတိရှိသူအတွက် အကောင်း တွေချည်းပါပဲလေ" ခန္ဓာဉာဏ်စိုက်ပွားရုံပေါ့၊ တရားမှတ်မလွတ်ပါဘူး၊ အော်လဲမအော်ပါဘူး၊ အသေခံလိုက်တာပဲ။

"ငါ့ကြောင့် သူများတွေ အနှောင့်အယှက်၊ အဖြစ်မခံနိုင် ဘူးလေ"ဆိုပြီး နှလုံးသွင်းနဲ့ သူများ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်မှာစိုးလို့၊ ကျားစားခံလိုက်တာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

သက်မဲ့ဘေးရန်
လွတ်ဖို့သေချာသော်လည်း

အဲဒါနဲ့ တစ်နေ့ တစ်ပါး၊ တစ်နေ့တစ်ပါး၊ လျော့လျော့သွားလိုက်တာ၊ တစ်ချိန်တော့ အရှင်မြတ်တွေစုဝေးမိကြ "ဟာ ဘယ်သူ လိုနေပါလား၊ လိုက်ရှာကြဦးစို့" လိုက်ရှာတော့ ကျားစားတဲ့နေရာ၊ အရိုးတွေ အသွေးတွေ၊ ကျားဆွဲသွားတဲ့ လမ်းကြောင်းတွေ့ ရတော့ "ဟာ– ကျားကိုက်ခံရတာတော့ သေချာပြီ၊ ကဲ– အရှင်မြတ်တို့၊ ဒီနေ့က စပြီး တစ်ပါးပါး ကျားဆွဲခံရရင်၊ အသိပေးကြပါဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ တာဝန်ရှိပါတယ်"လို့ နှိုးဆော်အသိပေးထားကြတယ်။

အဲဒါနဲ့ ညပိုင်းရောက်တော့ တရားအလုပ်အားထုတ်ကြပြန်ပြီ၊ လာနေကျ ကျားကြီးက

http://www.dhammadownload.com

လာပြန်ရော၊ အစွန်ဆုံးနေရာမှာ တရားအားထုတ်တဲ့ အရှင်မြတ်ကို ဆွဲသွားပြန်ရော။

ခုနပြောတဲ့အတိုင်း သတိအားကောင်းရင် သက်မဲ့ဘေးရန် လွတ်ဖို့ သေချာပေမယ့် သက်ရှိဘေးရန် လွတ်ဖို့ကျတော့မသေချာဘူး၊ မေတ္တာလဲပွားဦးလို့၊ ဘုရားကဟောခဲ့တာ၊ မေတ္တာပွားပေးမှ သက်ရှိ ဘေးရန်က လွတ်မယ်တဲ့။

http://www.dhammadownload.com

သတိပဋ္ဌာန်ပဲ အားထုတ်တာ မေတ္တာမပွားဖြစ်ဘူး

အရှင်မြတ်တွေက သတိပဋ္ဌာန်ပဲ အားထုတ်နေကြတာ မေတ္တာမပွားဖြစ်ဖူး၊ ဒါနဲ့ ကျားဆွဲချီခံရတဲ့ ရဟန်းတော်အရှင်မြတ်က "အင်း- ငါ့မှာ တာဝန်ရှိတယ်လေ၊ငါ့ကြောင့်သူတို့အနှောင့်အယှက် မဖြစ်အောင် သတိပေးဦးမှ"ဆိုပြီး-

"အရှင်ဘုရားတို့၊ တပည့်တော် ကျားဆွဲခံရပြီဘုရား၊ ကျားဆွဲ ခံရပြီဘုရား" လို့ ရပ်ပျက်ဆင်းပျက် ငယ်သံပါအောင် အော်တာ မဟုတ်ပါဘူး၊ တရားအမှတ်လဲမလွတ်ပါဘူး၊ တာဝန်ဝတ္တရား အရသာ အော်တာပါ။

သာသနာ့လက်ဆောင်ပေးလိုက်ကြတယ်

အသံကြားတော့ တရားအားထုတ်တဲ့ရဟန်းတွေကိုယ်စီထလာ၊ တုတ်တွေခဲတွေ ကိုယ်စီကိုင်ပြီး

http://www.dhammadownload.com

တော့ နောက်က လိုက်ချောက်-

လိုက်ချောက်ပေမယ့် ကျားက အားကောင်းတော့ အတင်းဆွဲယူသွား၊ တစ်နေရာရောက်တော့ အင်မတန်နက်တဲ့ ချောက်ကြီးတွေ့၊ ချောက်ကြီး ဒီဘက်ကမ်းကနေ ဟိုဘက်ကမ်းခုန်ချ၊

ရဟန်းတော်များလဲလိုက်လာတာ၊ ချောက်ကြီးထဲ ဆင်းနေရင် ကျားကဆက်သွားမှာမို့ မိမှာလဲ မဟုတ်ဖူး၊ ချောက်ကလဲအနက်ကြီး။

အဲဒါနဲ့ ရဟန်းတော်များက ဒီဘက်ကမ်းကနေ ဟိုဘက်ကမ်း ရောက်သွားတဲ့ ကျားဆွဲခံရတဲ့ ရဟန်းကို လှမ်းသတိပေးကြတယ်၊ သတိပေးတယ်ဆိုတာ သာသနာ့လက်ဆောင်ပေးတာ။

"အရှင်ဘုရား တရားအားထုတ်တာ ဒီလို အခက်အခဲတွေ ဖြေရှင်းပေးဖို့ပါ၊ ကျားကကိုက်တာ မဟုတ်ဖူး၊ ခန္ဓာကြီးက စားနေတာဘုရား၊ ဒုက္ခသစ္စာက ခန္ဓာကြီးဘုရား၊ ကျားကိုက်တာ မဟုတ်ဖူး၊ ကိုယ်မှတ်နေကျ တရားလက်မလွှတ်စေနဲ့ ဘုရား" လို့ သတိပေးပြီး ပြန်သွားကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ရဟန်းက ကိလေသာကို စားတယ်
ကျားက ရဟန်းရဲ့ ခန္ဓာကို စားတယ်

ရဟန်းတော်ကလဲ ကျားပါးစပ်ထဲမှာတရား မှတ်လျက်ပါ၊ ကျားကြီးကလဲ နောက်ကရဟန်းတွေ လိုက်မလာမှန်းသိတော့၊ မြေကြီး ပေါ် ရဟန်းကိုချ၊ ခြေဖျားကစပြီး စားလိုက်တာ၊ တိုတို တုတ်တုတ် ပြောလိုက်တော့ ရဟန်းက ကိလေသာကိုစားတယ်၊ ကျားကရဟန်းရဲ့ ခန္ဓာကို စားတယ်။

အစားချင်း ပြိုင်ကြတာ ကျားပါးစပ်ထဲ တွင်ပဲ ရဟန်းတော် အရှင်မြတ်က ရဟန္တာဖြစ် သွားတယ်၊ သတိမထောသဒါ ဘဒ္ဒ၊ သတိ ရှိရင်၊ ကျားကိုက်ခံရတာတောင် အကောင်းပါပဲ၊ ဘယ် နေရာရောက် ရောက် သူ့အတွက် အကောင်း ချည်းပဲ။

အဲသလိုဆိုရင် သတိမေတ္တာ အမြဲလက်ကိုင် သုံးရမှာပေါ့၊ သတိတစ်ခုထဲနဲ့ မပြီးသေးဘူး၊ မေတ္တာလဲ လိုသေးတယ်ဆိုတာလဲပဲ သတိပြုပြီး အသုံးချကြရမှာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် သတိမထားသော၊ သတိရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်၊ သဒ္ဒါ၊ ကောင်းဆိုးနှစ်တန် လောကဓံအာရုံနှင့် တွေ့ကြုံသမျှ အခါခပ်သိမ်း၊ ဘဒ္ဒံ၊ ကောင်းမြတ်ခြင်းသည်၊ ဟောတိ၊ မုချမသွေ ဖြစ်ရပါပေသတည်း။

ဤသို့လျှင် စိတ်ကိုထိန်းကျောင်း၊ အချိန်ကောင်း တရားနာကြားကြရတဲ့ ဓမ္မသဝန မင်္ဂလာနဲ့ကောင်းမှုစွမ်းအား မြတ်တရားတွေကြောင့် ဘေးရန် အပူခပ်သိမ်းလွတ်ငြိမ်းကြ၍၊ ကောင်းကျိုးချမ်းသာများ တိုးတက်ပြည့်စုံကြပြီးလျှင် သူတော်ကောင်းတရားတိုးပွားအောင် ကြိုးစားနိုင်လွယ်ကြလျှက်၊ တစ်ဘဝလုံး တရားစွမ်းအားဖြင့် တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ နေနိုင်ကြပြီးလျှင် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း လွတ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လွယ်ကူသောအကျင့် လျှင်မြန်သော အသိဉာဏ်ဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် မျက်မှောက်ပြုလွယ် ရလွယ်နိုင်ကြပါစေ ကုန်သတည်း။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကောင်းရှိသူမှာ
အမြဲတမ်းရက်ရာဇာ
စိတ်ကောင်းရှိသူအတွက်
အချိန်ကောင်းတွေချည်းပဲ
ကောင်းကင်ပေါ်က
ကြယ်တာရာနက္ခတ်တွေက
ဘာလုပ်ပေးနိုင်မှာလဲ
သာသနာနည်းအရ
ကောင်းကင်ကနက္ခတ်တွေ
မော်ကြည့်နေစရာမလိုပါဘူး
ကိုယ်စိတ်ကောင်း,မကောင်းပဲ
အကဲခတ်ပါ

(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေတိုက်မှ ဆက်လက်ထုတ်ဝေမည့် (ယော–ဆရာတော်)၏

တရားဒေသနာများ

(၁) ဩဝါဒပဒေသာ
(၂) တရားပြည့်ဝ အရိပ်ရ
(၃) အဆိုးကိုရှောင် အကျိုးဆောင်
(၄) ဘဝတစ်ခေါက် ခဏရောက်
(၅) အချိန်တန်ဖိုး လူ့တန်ခိုး
(၆) တရားတန်ခိုး စွမ်းအားတိုး
(၇) ထိုက်တန်သူမှ ကောင်းတာရ
(၈) ယဉ်ကျေးလိမ္မာ လူ့ချမ်းသာ

မှာကြားနိုင်ပါသည်

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ

အမှတ်–၉၆(မြေညီ)၊ ၃၈လမ်း

ရန်ကုန်မြို့။

☎ ၀၁–၂၄၃၈၇၀

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com