www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော်

ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်

တိပိဋကဓမ္မလက်ဆောင်(၅၆)

တတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

(ယောဆရာတော်၏ ၆၆-နှစ် အထူးလက်ဆောင်)

သာသနာ ၂၅၅၅ ကောဇာ ၁၃၇၃-ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လ ခရစ် ၂၀၁၁-ခု၊ အောက်တိုဘာလ

www.dhammadownload.com

လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ

လောကတွင်းမှာ၊ သတ္တဝါ၊ လူသာ ပဓာန။

လူသားကမ္ဘာ၊ တည်သောခါ၊ မေတ္တာဖြင့်သာ စတင်ရ။

လောကကမ္ဘာ၊ ပျက်သောခါလဲ၊ မေတ္တာပဲ၊ ထုတ်ဆွဲကယ်တင်ရ။

တည်ပျက်ကြားမှာ၊ နေသောခါလဲ၊ မေတ္တာပဲ၊ အမြဲစောင့်ထိန်းရ။

လူသားမေတ္တာ၊ လျော့သောခါ၊ ခေတ်မှာ ဆုတ်ယုတ်ရ။

လူသားမေတ္တာ၊ ကင်းသောခါ၊ လူသာ ဒုက္ခပေးတတ်ကြ။

လူသားမေတ္တာ၊ ခန်းသောခါ၊ လောင်စာတိုး၍ ကြောက်လန့်ရ။

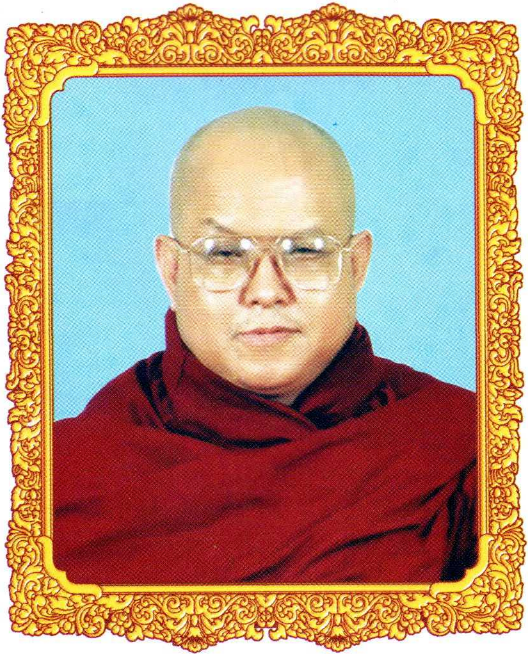
လူသားမေတ္တာ၊ တိုးသောခါ၊ ခေတ်မှာ တိုးတက်ရ။

လူနှင့်မေတ္တာ၊ တွဲမှသာ၊ တိုးလာသမျှ အားကိုးရ။

လူသားမေတ္တာ၊ ဤကမ္ဘာ၊ လူသာကောင်းအောင် လုပ်နိုင်ကြ။

တိပိဋကယောဆရာတော်

www.dhammadownload.com



အရှင်သိရိန္ဒာဘိဝံသ (ယောဆရာတော်)

တိပိဋကဓရ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက

www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၅၆)

(ယောဆရာတော်၏ ၆၆-နှစ် အထူးလက်ဆောင်)

တတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန

အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

သာသနာ	ကောဇာ	ခရစ်
၂၅၅၅	၁၃၇၃-ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လ	၂၀၁၁-ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ

www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် – ၃၂၀၅၂၇၀၉၁၀

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် – ၃၂၀၇၃၂၀၉၁၀

ပုံနှိပ်သူ – ဒေါ်ခင်အေးမော် (၀၆၀၂၄)
ဂုဏ်သီရိပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်–၅၂၊ လမ်း–၃၀၊
ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း– ၀၉၅၀၀၂၅၇၅
၀၉၄၉၂၁၈၂၈၈

ထုတ်ဝေသူ – ဦးကျော်ဟင်း
ယုံကြည်ချက်စာပေ

အုပ်ရေ – ၁၀၀၀၀

တန်ဖိုး – ဓမ္မဒါန

အကြိမ် – တတိယအကြိမ်

www.dhammadownload.com

မာတိကာ

၁။	အမှောင်ကိုခွင်း ထွန်းလင်းတောက်ပြောင် အလင်းရောင်	၁
၂။	အလင်းမဆောင် ယောင်တောင်တောင် အမှောင်ထဲမှာရမ်း	၉
၃။	ဉာဏ်ရောင်လင်းသော် အမှန်ပေါ်	၂၀
၄။	ဘာမှမသိ နာလှ၏	၃၇
၅။	အသိဉာဏ်သွင်း တံတားခင်း	၄၇
၆။	သတိဉာဏ်ယှဉ် လုပ်ငန်းစဉ်	၅၀

www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော်၏

ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၅၆)

နမော ပညာပဇ္ဇောတ ဝိဟတ မောဟ တမဿ

၁။ အမှောင်ဖြိုခွင်း

ထွန်းလင်းတောက်ပြောင် အလင်းရောင်

တေဒဂ္ဂံ ဘိက္ခဝေ ဣမေသံ စတုန္နံ
ပဇ္ဇောတာနံ ယဒိဒံ ပညာပဇ္ဇောတော ။

(အံ - ၁ - ၄၅၇)

www.dhammadownload.com

❀ နေ-လ-မိုးမှာ၊ မြတ်ပညာ၊
၄-ဖြာ အလင်းရောင်။

❀ နေ့မှာသာလင်း၊ ညမလင်း၊
နေမင်း စွမ်းအားဆောင်။

❀ ငွေလမင်းမှာ၊ ညလင်းကာ၊
နေ့မှာ စွမ်းအားမှောင်။

❀ ထွန်းရာဌာသာ၊ လင်းနိုင်တာ၊
မီးမှာ စွမ်းမပြောင်။

❀ နေလမီးမှာ၊ အဝိဇ္ဇာ၊
ကင်းကွာသွားဖို့ မစွမ်းဆောင်။

❀ နေရာမရွေး၊ ခါမရွေး၊
လင်းပေးနိုင်တဲ့ ပညာရောင်။

www.dhammadownload.com

❀ အပူလည်းစင်၊ အမုန်မြင်၊
စွမ်းအင်ပြည့်တဲ့ ပညာရောင်။

❀ အဝိဇ္ဇာကင်း၊ စိတ်မှာလင်း၊
သန့်ရှင်းပညာရောင်။

❀ အမှောင်ကင်းပျောက်၊ အလင်းရောက်၊
မကြောက်ရအောင် စွမ်းအားဆောင်။

❀ ပညာလမ်းပြ၊ မြတ်ဗုဒ္ဓ၊
မုချ မြင့်မြတ်ခေါင်။

လောကထဲမှာ အမှောင်ကြောက်တဲ့လူတွေအတွက် အမှောင်ကိုဖြိုခွင်းပေးနိုင်တဲ့ အလင်းရောင် ၄-မျိုးရှိပါတယ်။ နေရောင်, လရောင်, မီးရောင်, ပညာရောင် ၄-မျိုးပါ။ နေက နေ့အခါပဲ လင်းတယ်။ ညအခါ မလင်းဘူး။

www.dhammadownload.com

လ,က လဆန်းပိုင်း ညအခါပဲ လင်းတယ်။ နေ့အခါ အလင်းရောင်ပျောက်သွားတယ်။ ညအခါလဲ မိုးတိမ်တွေကင်းစင်မှပဲ လင်းနိုင်တာပါ။ မီးက ထွန်းတဲ့နေရာပဲ လင်းနိုင်တယ်။ နေရာတိုင်း မလင်းနိုင်ဘူး။

ဒါကြောင့် နေ, လ, မီးရောင်တို့ဟာ ကာလဒေသနဲ့ကန့်သတ်ထားတာဖြစ်လို့ မလုံလောက်ကြသေးပါဘူး။ ပြီးတော့ အဲဒီအလင်းရောင် ၃-မျိုးလောက်နဲ့ သံသရာဒုက္ခကို ကြိုးကိုင်ခြယ်လှယ်နေတဲ့ အဝိဇ္ဇာမှောင် လင်းသွားအောင် တိုက်ရိုက်မစွမ်းဆောင်နိုင်ပါဘူး။ အဲဒီအလင်းရောင် ၃-မျိုးကို အမှီပြုပြီး ပညာတတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်အောင် ကြိုးစားနိုင်ရင်တော့

www.dhammadownload.com

သွယ်ဝိုက်တဲ့နည်းနဲ့ အဝိဇ္ဇာမှောင် လင်းအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တယ်လို့ ဆိုရမှာပဲ။

ပြီးတော့ ဘဝရပ်တည်ရေး တစ်ဖက်မြင် လောကပညာဆိုတာ သညာစိတက်လောက်နဲ့ အရင်းခံတည်ဆောက်ထားတာဖြစ်လို့ အဝိဇ္ဇာ မှောင် လင်းအောင် အပူငြိမ်းအောင် တိုက်ရိုက် မစွမ်းဆောင်နိုင်ပါဘူး။ သွယ်ဝိုက်တဲ့နည်းနဲ့ တော့ ရချင်ရနိုင်မယ်ပေါ့။ လောကပညာက တကယ့်အရေးကျတော့ ကိလေသာအောက် မှာ ဒူးထောက်အညံ့ခံ အရှုံးပေးရတာပါ။ ဒါ ကြောင့် လောကပညာလောက်နဲ့ လူ့အမှောင် ဖြို့ခွင်းရေးအတွက် မလုံလောက် မပြည့်စုံ သေးပါဘူး။ လောကအင်အားနဲ့ပဲ လုံလောက်

www.dhammadownload.com

နေရင် ဓမ္မဟာ အပိုပဲနေတော့မှာပေါ့။

ပညာလမ်းပြ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်ဖြစ်တဲ့ နှစ်ဖက်မြင်ပညာ အလင်းရောင်ကသာ နေရာမရွေး အခါမရွေး လင်းပေးနိုင်တယ်။ သတိ ဝီရိယနဲ့ အရင်းခံတည်ဆောက်ထားတာဖြစ်တဲ့ကြောင့် အဝိဇ္ဇာမှောင် ကင်းလို့ စိတ်သန့်ရှင်းအောင်, စိတ်အပူကင်းလို့ အမှန်အတိုင်းမြင်ရအောင် ရှင်းလင်းစွမ်းဆောင်ပေးနိုင်ပါတယ်။ သတိ ဝီရိယနဲ့ အရှိန်ပြင်းလှတဲ့ ကိလေသာအမှောင်ကို နှိမ်နင်းပြီးမှ ဓမ္မပညာအလင်းရောင် ပေါ်လာရတာဖြစ်လို့ ဓမ္မပညာကမှ တကယ့်အလင်းရောင်အစစ်ပါ။

အဲဒီ ဓမ္မပညာအလင်းရောင်ဟာ ကံအရှိ

www.dhammadownload.com

ကို မြင်အောင်ကြည့်နိုင်တဲ့ မူလတန်းပညာ, ခန္ဓာအရှိကို မြင်အောင်ကြည့်နိုင်တဲ့ အလယ်တန်းပညာ, သစ္စာအရှိကို မြင်အောင်ကြည့်နိုင်တဲ့ အထက်တန်းပညာလို့ ၃-ဆင့်ရှိပါတယ်။ ပညာပေါင်းစုံကို တူရာပေါင်းကြည့်ရင် အတိုချုပ် ဒီ ၃-မျိုးပါပဲ။

ဓမ္မပညာအလင်းရောင်ဆိုတာ အမှောင်အရှုပ် အပူထုပ်ကို နှိမ်နင်းပြီးမှ အလင်းဆောင်ထားတာဖြစ်လို့ ကိုယ့်ခန္ဓာ, ကိုယ့်ပစ္စည်း, ကိုယ့်မိသားစု, ကိုယ့်အလုပ်, ကိုယ့်ဒုက္ခ, ကိုယ့်အပူဆိုတဲ့ အရှိအားလုံးအပေါ် အလင်းရောင် ညှိထွန်း လွှမ်းမိုးပေးနိုင်တယ်။ အရှိတွေထဲက အံ့ဖွယ်စွမ်းအားတွေကို ပေါ်

www.dhammadownload.com

ထွက်လာအောင် ထုတ်ယူပေးနိုင်တယ်။ ဒုက္ခနှင့်ကိလေသာအောက်မှာ ဘယ်တော့မှ ဒူးမထောက်ဘူး။ အရှုံးမပေးဘူး။

ဒါကြောင့် နေ, လ, မီးရောင်လောက်နဲ့လဲ လူ့အလင်းရောင် မလုံလောက်သေး၊ တစ်ဖက်မြင်လောကပညာလောက်နဲ့လဲ မပြည့်စုံသေးလို့ သာသနာ့လမ်းညွှန်ချက် နှစ်ဖက်မြင်ပညာအလင်းရောင်ကို ရအောင်ယူနေရတာဖြစ်တယ်။

ဒါမှလဲ အမှောင်ကင်းပျောက် အလင်းရောက်ပြီး မကြောက်ရအောင် ရဲရင့်စေနိုင်တဲ့ ကိုယ်ပိုင်တရားစွမ်းအားများကို အချိန်မီ ထိုးဖောက်ရယူနိုင်ကြမှာပါ။

www.dhammadownload.com

၂။ အလင်းမဆောင် ယောင်တောင်တောင် အမှောင်ထဲမှာရမ်း

✿ သတိမသွင်း၊ ပညာကင်းက၊
အလင်းမဆောင်၊ ယောင်တောင်တောင်၊
အမှောင်ထဲမှာ ရမ်းတတ်သည်။

✿ သတိကိုသွင်း၊ ပညာရှင်းက၊
ဘဝကိုဆောင်၊ အလင်းရောင်၊
မြင့်ခေါင် အေးချမ်းသည်။

www.dhammadownload.com

❁ အပူကင်းစင်၊ အမှန်မြင်၊ စွမ်းအင်တိုးတက်သည်။

လူ့ဘဝမှာ အစဉ်အမြဲ ညှိထွန်းဆောင်ပေးနေရမယ့်အလင်းရောင်ကတော့ ဓမ္မပညာရောင်ပါ။ အမှန်မသိတဲ့ အဝိဇ္ဇာခေါ်တဲ့မောဟနဲ့ ဘဝကို တည်ဆောက်ခဲ့ကြရတာဆိုတော့ ဘဝတွေ ရှည်လျားများပြားခဲ့သလောက် အဝိဇ္ဇာမှောင်ထုဟာ သမ္ဘာရင့်လှပါပြီ။ မှောင်ထုကြီးဟာ ကြီးလဲကြီးကျယ်၊ ထူလဲထူထဲနက်လဲနက်ရှိုင်း၊ ရှည်လဲရှည်လျားလွန်းလို့ ဘယ်ကစ ဘယ်လိုလင်းအောင် လုပ်ရမယ်ဆိုတာ မသိနိုင်လောက်အောင် အလွန်ခက်ခဲလှပါတယ်။ အပေါ်ယံအသိဉာဏ် သေးသေး

www.dhammadownload.com

မွှားမွှားလောက်နဲ့တော့ ဘယ်လိုမှ ထိုးဖောက်ဖို့မလွယ်ပါဘူး။

လောကဓါတ်ပညာဆိုတာကလဲ သညာဝိတက်လောက်နဲ့ ပညာလို့နာမည်ခံထားတာပါ။ အဝိဇ္ဇာမှောင်ကို တကယ်လင်းစေနိုင်တဲ့ ပညာမျိုးမဟုတ်ပါဘူး။ သတိ ဝီရိယအရင်းခံနဲ့ ကိလေသာကို နှိမ်နင်းပြီး ညှိထွန်းဆောင်ထားတဲ့ ဓမ္မပညာရောင်ကသာ အဝိဇ္ဇာမှောင်ကို တကယ်လင်းအောင် ဖြိုခွင်းနိုင်မှာပါ။ ဒါလဲ စာသိလောက်နဲ့တော့ မထိုးဖောက်နိုင်သေးပါဘူး။ ကျင့်သိ ထိ မြှင့်ပေးမှ အဆင့်ဆင့်ထိုးဖောက်နိုင်မှာဖြစ်တယ်။ ဒါဆို ထိမိတဲ့ကျင့်နည်းကို လေ့လာရမယ်။ ချက်ချင်းလက်ငင်း

www.dhammadownload.com

ကျင့်နိုင်ဖို့ သတိမြဲအောင် လေ့ကျင့်ပေးနေရမယ်။

လေ့လာမှုကလဲ မရှိ၊ သတိကလဲ အားနည်းနေရင်တော့ စိတ်ထဲမှာ အမြဲအမှောင်လွှမ်းပြီး ကယောင်ကတမ်းနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်သွားမှာပါ။ မလိုအပ်ပဲ အချိန်နှင့်အင်အားဖြုန်းတီးမှုတွေ များလွန်းနေမယ်။ ဖြစ်ချင်တာတွေ အကုန်လွဲချော်ပြီး မဖြစ်ချင်တာတွေနှင့်ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင် တိုးမိနေတတ်တယ်။ အမှောင်လွှမ်းလို့ ပညာရောင်ကင်းနေရင် လုပ်သမျှ ဒုက္ခချည်းလာနေမှာပဲ။ ပညာရောင်လွှမ်းလို့ အမှောင်ကင်းအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်မှ လုပ်သမျှ ဒုက္ခလွတ်မယ်။

www.dhammadownload.com

မဟာသာရဇာတ်မှာလာတဲ့ အကြောင်းအရာတစ်ခုရှိတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော် ပါရမီဖြည့်စဉ်က ဖြစ်ခဲ့တဲ့အကြောင်းအရာပါ။ တစ်ချိန်မှာ ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ဗာရာဏသီမင်းရဲ့ ပညာရှိ မင်းတိုင်ပင်အမတ်ကြီး ဖြစ်တယ်။ တစ်နေ့တော့ ဗာရာဏသီမင်းဟာ အခြံအရံနှင့်အတူ မင်းဥယျာဉ်ထဲမှာရှိတဲ့ မင်္ဂလာရေကန်ထဲဆင်းပြီး ရေချိုးတယ်။ ရေချိုးတော့ မိဖုရားကြီးက လည်ပင်းမှာဝတ်ထားတဲ့ အဖိုးများစွာတန်တဲ့ ပုလဲကုံးကိုချွတ်ပြီး ရေကန်ကမ်းနဖူးတစ်နေရာမှာ တင်ထားတယ်။ ပုလဲကုံးမပျောက်ရအောင် ကျွန်မအမျိုးသမီး တစ်ယောက်ကို အစောင့်အရှောက် ခိုင်းထား

www.dhammadownload.com

တယ်ဆိုပဲ။

ကျွန်မအမျိုးသမီး ထိုင်စောင့်နေတဲ့ အနားမှာရှိတဲ့ သစ်ပင်ပေါ်မှာ မျောက်မကြီး တစ်ကောင် ရောက်ရှိနေတယ်။ မျောက်မကြီး က သစ်ပင်ပေါ်ကနေ လှမ်းကြည့်တော့ ကျွန်မ အမျိုးသမီး ထိုင်စောင့်နေတဲ့ပုလဲကုံးကို မြင် သွားတယ်။ မြင်တော့လိုချင်လိုက်တာ၊ မျောက် ထဲမှာဖြစ်တဲ့လောဘဆိုတော့ ကိုယ်နှင့် တန် တာ မတန်တာ ဘာမှမစဉ်းစားတတ်ဘူး။ လိုချင်တာလောက်ပဲ သူသိတယ်။ လိုချင် လွန်းလို့ ပုလဲကုံးကိုခိုးယူဖို့ အစောင့်ဖြစ်တဲ့ ကျွန်မအမျိုးသမီးရဲ့အလစ်ကို စောင့်ကြည့် နေတယ်။

www.dhammadownload.com

ကျွန်မက တာဝန်အရ ပုလဲကုံးကို စောင့်ရှောက်နေရပေမယ့် ကိုယ့်ဟာမဟုတ်တော့ တယ်လဲ စိတ်မဝင်စားလှဘူး။ ထိုင်စောင့်နေရင်း မကြာမီ အိပ်ငိုက်သွားတယ်။ မျောက်မကြီးသိလောက်အောင် တော်တော်ကြာကြာပဲ ငိုက်နေတယ်။ မျောက်မက အစောင့်ကျွန်မ အိပ်ငိုက်နေမှန်းသိသွားတော့ သစ်ပင်ပေါ်က တိတ်တိတ်ကလေး အပြေးဆင်းလာ, ကျွန်မရှေ့နားမှာချထားတဲ့ ပုလဲကုံးကို တိတ်တိတ်ကလေး အပြေးသွားဆွဲယူ, လည်ပင်းမှာစွပ်, တိတ်တိတ်ကလေး သစ်ပင်ပေါ် ခုန်တက်ပြေးသွားတယ်။ ပုလဲကုံး ပါသွားပြီဗျ။

www.dhammadownload.com

ကျွန်မ အိပ်ငိုက်နေလို့ မျောက်မကြီး ပုလဲကုံးခိုးသွားတာ မသိလိုက်ဘူး။ မျောက်မ ကြီး သစ်ပင်ပေါ်ရောက်တော့ ခိုးလာတဲ့ပုလဲ ကုံးကြီးကို ဘယ်သူမှမမြင်ရအောင် သစ်ခေါင်း ထဲထိုးထည့်ပြီး ဝှက်ထားလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ သူ မခိုးသလို ပိပိရိရိ အသာကလေး ဟန် ဆောင်နေလိုက်တယ်။ ဟန်ဆောင်တာ လောက်တော့ တိရစ္ဆာန်တောင်တတ်ပါတယ်။

မကြာခင် ကျွန်မအမျိုးသမီး အိပ်ငိုက် ရာက ဖျတ်ကနဲနိုးလာလို့ ပုလဲကုံးကိုကြည့် လိုက်တော့ မတွေ့တော့ဘူး။ "ဟယ်-- မိဖုရား ကြီးရဲ့ပုလဲကုံး ပျောက်သွားပြီ၊ ငါ အသတ်ခံရ တော့မှာပဲ"လို့တွေးပူ၊ ခေါင်းနပန်းတွေပူထူ၊

www.dhammadownload.com

မနေတတ် မထိုင်တတ်လောက် အောင် တစ်ကိုယ်လုံးဆတ်ဆတ်တုန်၊ ဘာလုပ်ရမှန်း မသိတော့ဘူး။ နောက်တော့ ကြံရာမရ ကိုယ့်အပြစ်လွတ်ရင် ပြီးရောဆိုပြီး ကယောင် ကတမ်းနဲ့ လွှတ်ကနဲ အော်လိုက်တယ်။ "လူတစ်ယောက် မိဖုရားကြီးရဲ့ပုလဲကုံးကို ခိုးယူပြေးသွားပါပြီ"တဲ့။ သူက အိပ်ငိုက်နေလို့ တရားခံကို မသိလိုက်တော့ ရမ်းအော်ရတော့ တာပေါ့။

ကျွန်မရဲ့အော်သံကြားရတော့ ဥယျာဉ်ထဲ က အစောင့်လူတွေပြေးလာကြတယ်။ မေး ကြည့်လို့အကြောင်းသိရတော့ ရှင်ဘုရင်ထံ သွားရောက်သံတော်ဦးတင်ကြတယ်။ ရှင်

www.dhammadownload.com

ဘုရင်က "ပုလဲကုံးခိုးတဲ့လူကို မိအောင်ဖမ်းပေးကြ" လို့ အမိန့်ပေးလိုက်တယ်။ မင်းချင်းယောကျ်ားတွေ ဥယျာဉ်ထဲမှာ သူခိုးရှာမတွေ့တော့ ဥယျာဉ်အပြင်ဘက် ထွက်ရှာကြတယ်။

"ထန်းသီးကြွေခိုက် ကျီးနင်းခိုက်" ဆိုတဲ့ စကားမျိုးလို တစ်ခါတစ်ရံ ချိန်းတာထက်တောင် အံ့သြစရာကောင်းလောက်အောင် ကြုံကြိုက်တိုက်ဆိုင်မှုဆိုတာ ကြုံရတတ်ပါတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ တောရွာကတောသား တစ်ယောက် အခွန်အတုတ်ကိစ္စနဲ့ ဥယျာဉ်အပြင်ဘက်တစ်နေရာ ရောက်နေတယ်။ ထိုင်နားနေတုန်း "ပုလဲကုံးခိုးတဲ့လူကို ဝိုင်းကြဟေ့၊ ဖမ်းကြဟေ့" လို့ မင်းချင်းယောကျ်ားတွေ

www.dhammadownload.com

အော်ဟစ်တဲ့အသံကြားတော့ ကြောက်လန့်ပြီး ထပြေးပါရော။

တိုက်ဆိုင်တော့ အထင်လွဲစရာဖြစ်သွားတာပေါ့။ ဒီမှာလဲ လူတစ်ယောက်လိုလို့ ရှာနေတဲ့အချိန်, ဟိုမှာကလဲ လူတစ်ယောက်ကြောက်ပြီးပြေးနေတဲ့အချိန် ချိန်းထားသလိုတိုက်ဆိုင်နေပြီလေ။ "ဟော့-ဟိုမှာဟော့ ပုလဲကုံးခိုးတဲ့လူကို တွေ့ပြီ၊ တွေ့ပြီ၊ လိုက်ကြဟော့၊ ဝိုင်းကြဟော့၊ ဖမ်းကြဟော့"ဆိုပြီး အတင်းပြေးလိုက်ဖမ်းတော့ မိသွားတယ်။ မိတော့ ရိုက်တာက အရင်၊ မေးတာက နောက်မှ။ "ဟော့ကောင်-- မင်း ပုလဲကုံးခိုးတယ်၊ ပေး" ဆိုပြီး အတင်းရိုက်တောင်းကြတယ်။ ခိုးရာပါ

www.dhammadownload.com

ပစ္စည်း ပြန်နိုင်တာလဲ မဟုတ်ဘူး။

ရိုက်ဖန်များတော့ တောသားက စဉ်းစားတယ်။ "အင်း • • ငါခိုးတာလဲမဟုတ်ဘူး၊ ပုလဲကုံးကို မြင်တောင်မမြင်ဘူးဘူး၊ ဒီအတိုင်းဆို ငါ့ကို သေအောင်ရိုက်မှာထင်တယ်၊ ဝန်ခံလိုက်တာပဲ ကောင်းပါတယ်လေ"၊ "ကျွန်တော် ခိုးမိပါတယ်ခင်ဗျာ"လို့ ဝန်ခံလိုက်ရတယ်။ မင်းချင်းတွေက ဖမ်းချုပ်ပြီး ရှင်ဘုရင်ထံ ခေါ်သွားတယ်။ ရှင်ဘုရင်က "မင်းခိုးတာဟုတ်လား"၊ "မှန်ပါ"၊ "ဒါဖြင့် ဒီပုလဲကုံးဘယ်မှာလဲ" "သူဌေးကြီးအခိုးခိုင်းလို့ ခိုးရတာပါ၊ ပုလဲကုံးကို သူဌေးကြီးလက်ထဲ ပေးလိုက်ရပါပြီ"။

www.dhammadownload.com

ဒါနဲ့ မြို့ထဲသွားပြီး သူဌေးကြီးကို ဖမ်းခေါ် လာခဲ့တယ်။ "ပုလဲကုံး အခိုးခိုင်းတာ မှန်လား" "မှန်ပါ"။ ငါ့ကို သေအောင်ရိုက်ရချေရဲ့လို့ ကြောက်လွန်းလို့ ဝန်ခံရတာပါ။ "ဘယ်မှာလဲ ပုလဲကုံး"၊ "မင်းဆရာပုရောဟိတ်ကြီး အခိုးခိုင်းလို့ ခိုင်းမိတာပါ၊ ဆရာပုရောဟိတ်ကြီး လက်ထဲ ပေးလိုက်ရပါပြီ"။ အမှောင်ထဲမှာ ကယောင်ကတမ်း အထင်နဲ့ရမ်းနေကြတယ်နော်။ သူတို့မှာ အေးအေးဆေးဆေးစဉ်းစားဖို့ အချိန်မပေးနိုင်ကြဘူး။

မင်းဆရာပုရောဟိတ်ထံ သွားခေါ်ရပြန်တယ်။ "ပုလဲကုံးအခိုးခိုင်းတယ်ဆိုတာ ဟုတ်လား"၊ "ဟုတ်မှန်ပါ"။ အပြစ်ပေးခံရမှာ

www.dhammadownload.com

ကြောက်လွန်းလို့ ဝန်ခံလိုက်တာဖြစ်မှာပါ။ “ဘယ်မှာတုံး”၊ “မင်းကို ဖျော်ဖြေတဲ့ စောင်းသမား အခိုးခိုင်းတာပါ၊ စောင်းသမားထံ ပေးလိုက်ရပါပြီ”။ အဆင့်နိမ့်သူကခိုင်းလို့ အဆင့်မြင့်သူက လုပ်ပေးရတယ်ဆိုတာ သဘာဝမကျဘူး။ သဘာဝကျတာ မကျတာ စဉ်းစားဖို့အချိန်မရဘူးလေ။ အကြောက်လွန်လွန်းလို့ ဉာဏ်တွေ ပျောက်ကုန်တာနှင့်တူပါရဲ့။

စောင်းသမားထံသွားဖမ်းပြီး ရှင်ဘုရင့်ထံ ခေါ်ခဲ့ရပြန်ရော။ “ဆရာပုရောဟိတ်ထံက ပုလဲကုံးရတယ်ဆို”၊ “မှန်ပါ”၊ “ဘယ်မှာတုံး”၊ “အမျိုးသမီးတစ်ဦး အခိုးခိုင်းလို့ ခိုင်းမိတာပါ၊ အဲဒီ အမျိုးသမီးထံ ပေးလိုက်ရပါပြီ”။ ဆတ်

www.dhammadownload.com

ဆတ်တုန်အောင် ကြောက်လွန်းလို့ မဟုတ်ပဲ ယောင်ပြီး ဝန်ခံလိုက်ရတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

အဲဒီအမျိုးသမီးထံ သွားဖမ်းပြီး မင်းထံခေါ်ခဲ့ရပြန်တယ်။ "စောင်းသမားကို ပုလဲကုံး အခိုးနိုင်းတယ်ဆို၊ စောင်းသမားဆီက ပုလဲကုံးရတယ်ဆို"၊ "မခိုင်းမိပါ၊ ရလဲမရပါ"။

လူ ၅-ယောက်ကို မေးမြန်းစစ်ဆေးရင်းနဲ့ပဲ နေဝင်သွားတော့ လူ ၅-ယောက်ကို အမတ်တွေထံပေးအပ်ထားခဲ့ပြီး မင်းက မြို့ထဲပြန်သွားတယ်။ ကျွန်မအမျိုးသမီး ပေါ့လျော့မှုတာဝန်မဲ့မှုကြောင့် အပိုအလုပ်တွေ ရှုပ်ကုန်ကြပြီ။ မဆီမဆိုင် လူ ၅-ယောက် အဖမ်းခံရလို့ ဒုက္ခနှုတ်ခမ်းပေါ် ရောက်ကုန်ကြပြီ။

www.dhammadownload.com

အမှန်မပေါ်ရင်တော့ ၅-ယောက်စလုံး သေကြရတော့မယ်။

www.dhammadownload.com

၃။ ဉာဏ်ရောင်လင်းသော် အမှန်ပေါ်

ဒီအကြောင်းကို ဘုရားလောင်း မင်းတိုင်ပင်အမတ်ကြီးကြားတော့ စဉ်းစားတယ်။ "မင်းဥယျာဉ်ထဲမှာ ပုလဲကုံးပျောက်သတဲ့၊ ဥယျာဉ်အပြင်ဖက်မှာ လူ ၅-ယောက် ဖမ်းထားသတဲ့၊ မဆိုင်ဘူးနော်၊ ပျောက်တာက တစ်နေရာ၊ ဖမ်းတာက တစ်နေရာ၊ မင်းဥယျာဉ်တံခါးပေါက်ဆိုတာ အစောင့်

www.dhammadownload.com

အရောက်တွေ တင်းကျပ်နေအောင် ချထား တာ၊ အပြင်ကလူ ဝင်ခိုးဖို့လဲ မလွယ်ဘူး၊ အတွင်းကလူ ခိုးပြီးထွက်ပြေးဖို့လဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ခုန လူ ၅-ယောက် ဝန်ခံရတာကလဲ ကြောက် အားလန့်အား ကယောင်ကတမ်းနဲ့ ဝန်ခံတာပဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ တကယ်ခိုးတာ မဟုတ်လောက် ဘူး၊ ဝန်ခံတိုင်းလဲ အမှန်ဆုံးဖြတ်လို့ မဖြစ် နိုင်ဘူး၊ ဥယျာဉ်ထဲမှာ မျောက်တွေလဲ အများ ကြီးရှိတယ်၊ မျောက်ခိုးတာပဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ပုလဲကုံးဟာ ဥယျာဉ်ထဲမှာ ရှိရမယ်"။

ပညာရှိကြီးများ ဉာဏ်အလင်းရောင် ညှိထွန်းပြီးစဉ်းစားလိုက်ရင် ပကတိမျက်လုံးနဲ့ ကြည့်လိုက်သလို တကယ်တိကျတာပဲ။

www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာပညာ, မဂ်ပညာ, ဖိုလ်ပညာ မဟုတ်သေးဘူး။ အကြောင်းအကျိုးကို ချင့်ချိန်နိုင်တဲ့ အသိပညာတောင် သိပ်တန်ဖိုးရှိတယ်။ အဲ့ဒါနဲ့ အမတ်ကြီးဟာ ရှင်ဘုရင်ထံသွားပြီး "သူခိုး ၅-ယောက်ကို ကျွန်တော်မျိုးထံ အပ်တော်မူပါ၊ ဒီအမှု အမှန်ပေါ်အောင် ကျွန်တော်မျိုး ဆောင်ရွက်ပေးပါရစေ"လို့ ခွင့်တောင်းလိုက်တယ်၊ "ကောင်းပြီ ပညာရှိကြီး၊ အမှန်ပေါ်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးပါ"လို့ ခွင့်ပေးလိုက်ပါတယ်။ ပညာရှိရဲ့ပညာဆိုတာ အခက်အခဲ အကျပ်အတည်း အရှုပ်အထွေးမှန်သမျှ ဖြေရှင်းပေးဖို့ပဲလေ။

ဘုရားလောင်း ပညာရှိအမတ်ကြီးက

www.dhammadownload.com

စောင့်ကြပ်မဲ့ တာဝန်ရှိသူတပည့်တွေကို ခေါ်လိုက်တယ်။ “ကဲ・・ မင်းတို့နားထောင်ကြ၊ ဒီလူ ၅-ယောက် ကို တစ်နေရာတည်းမှာ ဖမ်းချုပ်ထား၊ ညကျတော့ သူတို့ဘာပြောတယ်ဆိုတာ ချောင်းနားထောင်ပြီးမှတ်ထား၊ မနက်လင်းတော့ ငါ့ထံ အကုန်တင်ပြကြ”လို့ မှာထားတယ်။ တာဝန်ရှိသူတွေလဲ ၅-ယောက်စလုံး တစ်နေရာတည်းစုထားပြီး ညကျတော့ တစ်နေရာကနေ ချောင်းနားထောင်ကြတယ်။

သူဌေးက တောသားကိုလှမ်းပြောလိုက်တယ်။ “ဟေ့ တောသား၊ မင်းက ငါ့ဆီ ပုလဲကုံးပေးရအောင်က မင်းနဲ့ငါ ဘယ်တုန်းက တွေ့ဘူးလို့လဲ၊ ဘယ်တုန်းက ငါ့ဆီပေး

www.dhammadownload.com

ဘူးလို့လဲ”ဆိုတော့ တောသားက တောင်းတောင်းပန်ပန်နဲ့ “သူဌေးမင်းခင်ဗျာ၊ သည်းခံခွင့်လွှတ်တော်မူပါ၊ စိတ်ဆိုးတော်မမူပါနဲ့၊ ကျွန်တော်ခိုးတာလဲ မဟုတ်ပါ၊ ကျွန်တော်အပြစ်ကလွတ်ရင်ပြီးရောဆိုပြီး ကြောက်အားလန့်အားနဲ့ ကယောင်ကတမ်း ထင်မိထင်ရာပြောမိတာပါခင်ဗျာ”။

ဒီလိုပြောတော့ မင်းဆရာပုရောဟိတ်ကြီးက သူဌေးကို လှမ်းဆူလိုက်တယ်။ “ဟော့--သူဌေး၊ တောသားက မပေးရပဲ မင်းက မယူရပဲနဲ့ ဘယ့်နှယ်လုပ်ပြီး ငါ့လွှဲချတာတုန်းကွ”၊ “ဆရာပုရောဟိတ်ကြီးခင်ဗျာ၊ သည်းခံခွင့်လွှတ်တော်မူပါ၊ ကျွန်တော်လဲ ကြောက်အား

www.dhammadownload.com

လန့်အားနဲ့ ကယောင်ကတမ်းပြောမိတာပါ"။ အဲဒီလိုနဲ့ အဆင့်ဆင့်ပြောပြီး အဆင့်ဆင့်တောင်းပန်သွားလိုက်ကြတာ အမျိုးသမီးအထိ ရောက်သွားတယ်။

ချောင်းနားထောင်သူတွေက သူတို့ပြောသမျှ အကုန်မှတ်ထားပြီး မနက်လင်းတော့ ပညာရှိအမတ်ကြီးထံ တင်ပြကြတယ်။ ဒီတော့ "ဟုတ်ပြီ၊ ဒီလူ ၅-ယောက် မခိုးတာ သေချာသွားပြီ၊ ကြောက်အားလန့်အားနဲ့ ကယောင်ကတမ်း ထင်ရာလျှောက်ပြောနေကြတာ၊ ကေန် မျောက်ခိုးတာပဲ ဖြစ်ရမယ်" လို့ ဆုံးဖြတ်နိုင်သွားပါပြီ။

မျောက်ခိုးတာပေါ်အောင် ဆက်ဆောင်

www.dhammadownload.com

ရှက်တယ်။ ပုလဲကုံးအတု ချည်ပွပုတီးကုံးတွေ အများကြီးအလုပ်ခိုင်း၊ "ကဲ–မင်းတို့ ဥယျာဉ်ထဲ သွားကြ၊ မျောက်တွေ ရသလောက်ဖမ်းစမ်း၊ ဖမ်းလို့ရတဲ့ မျောက်တွေရဲ့လည်ပင်းမှာ ဟောဒီ ချည်ပွပုတီးကုံးတွေ စွပ်ပေးကြ၊ အဲဒီအခါ ပုလဲကုံးခိုးထားတဲ့မျောက်ကလဲ အားကျမခံ အပြိုင်အဆိုင်စိတ်နဲ့ ခိုးထားတဲ့ပုလဲကုံးကို လည်ပင်းမှာ စွပ်ပြလိမ့်မယ်၊ ဒီအခါ လိုက်ဖမ်းပြီး ပုလဲကုံးကို ယူလာခဲ့ရုံပဲ"။ ပညာရှိများလုပ်လိုက်ရင် အဖိတ်အစဉ် အလေအလွင့်မရှိရဘူး။ တကယ် တိတိကျကျဆောင်ရွက်နိုင်တယ်။

တာဝန်ရှိသူတွေလဲ ဒီညွှန်ကြားချက်

www.dhammadownload.com

အတိုင်း ဆောင်ရွက်ကြတယ်။ ဥယျာဉ်ထဲသွား မျောက်တွေဖမ်း၊ ဖမ်းလို့ရတဲ့မျောက်တွေရဲ့ လည်ပင်းမှာ ချည်ပွပုတီးကုံးတွေ စွပ်ပေး၊ မျောက်တွေက ချည်ပွပုတီးကုံးတွေ လည်ပင်း စွပ်ပေးလိုက်ပြီလဲဆိုရော စိတ်မဆိုးဘူးဗျ။ "ငါလှတယ်၊ ငါလှတယ်"နဲ့ ခုန်ပေါက်ပြေးလွှား ကြွားနေကြတယ်။ အပြိုင်အဆိုင်စိတ် အကြွား စိတ်ဆိုတာ လူမှာသာရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ တိရစ္ဆာန်မှာလဲ ရှိတာပဲ။

မျောက်တွေ ချည်ပွပုတီးကုံးတွေစွပ်ပြီး ခုန်ပေါက်ပြေးလွှား ကြွားနေကြတာကို တကယ့်ပုလဲကုံးခိုးထားတဲ့ မျောက်မကြီးက မြင်တော့ "နင်တို့ဟာတွေက အတုတွေပါ

www.dhammadownload.com

ဟာယ်၊ ငါ့မှာ အစစ်ရှိတယ်၊ ငါက နင်တို့ထက်သာတယ်" ဆိုတဲ့သဘောမျိုးနဲ့ သစ်ခေါင်းထဲမှာ သူ ခိုးဝှက်ထားတဲ့ ပုလဲကုံးကြီးကိုယူ လည်ပင်းမှာစွပ်ပြီး ခုန်ပေါက်ပြေးလွှားကြွားတော့တာပဲ။ အဲဒါကို တာဝန်ရှိတဲ့ အစောင့်အရှောက်တွေ မြင်သွားကြတယ်။

"ဟော့-- ဟိုမှာ ပုလဲကုံးခိုးတဲ့မျောက်ကြီးတွေ့ပြီ တွေ့ပြီ၊ လိုက်ကြ ဝိုင်းကြ ဖမ်းကြ" ဆိုပြီး ဝိုင်းဖမ်းလိုက်ကြတာ မိပါရော။ မျောက်မကြီး လည်ပင်းမှာစွပ်ထားတဲ့ ပုလဲကုံးကိုချွတ်ယူ၊ ဘုရားလောင်းထံ ပေးလိုက်ကြတယ်။ ဘုရားလောင်း ပညာရှိအမတ်ကြီးက ပုလဲကုံးကို ယူပြီး ရှင်ဘုရင်ထံ သွားပြတယ်။

www.dhammadownload.com

"ဟောဒီမှာ ပုလဲကုံး ရလာပြီဘုရား။ ဟိုလူ ၅-ယောက် ခိုးတာမဟုတ်ပါဘူးဘုရား၊ ဥယျာဉ်ထဲက မျောက်မကြီးခိုးတာပါဘုရား"ဆိုပြီး ဆက်သလိုက်တော့ ပိုင်ရှင်မိဖုရားကြီးထံ ပုလဲကုံးပြန်ရောက်သွားပြီပေါ့။ မဆီမဆိုင် ဖမ်းထားတဲ့ လူ ၅-ယောက်ကိုလဲ ချက်ချင်း ပြန်လွှတ်ပေးလိုက်တယ်။

ဘုရားအလောင်းပညာရှိရဲ့ တွေးခေါ်မြော်မြင် ချင့်ချိန်တတ်တဲ့ပညာသာ ဝင်မလာခဲ့ရင် ပျောက်သွားတဲ့ ပုလဲကုံးလဲ ပြန်ရမှာမဟုတ်ဘူး။ မဆီမဆိုင်လူ ၅-ယောက်လဲ အသက် ဆုံးရှုံးကြရတော့မယ်။ အမှောင်ကိုထိုးဖောက် နိုင်တဲ့ ပညာအလင်းရောင်ကြောင့် ပျောက်

www.dhammadownload.com

သွားတဲ့ပုလဲကုံးလဲ ပြန်ရတယ်။ မဆီမဆိုင် ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ လူ ၅-ယောက်လဲ အားလုံး ဒုက္ခလွတ်သွားတယ်။ ဒုက္ခလွတ်အောင် လမ်းညွှန်ကယ်တင်ပေးနိုင်တဲ့ ပညာစွမ်းအားဟာ အံ့သြစရာကောင်းလောက်အောင် သိပ်ကြီးမားတာပဲ။

ပညာမဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကယောင်ကတမ်းနဲ့ ပြေးကြည့်တာထက် ပညာရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အေးအေးဆေးဆေးနဲ့ တွေးကြည့်တာက မှန်တယ်ဆိုတာ ဒါမျိုးကိုပြောတာ၊ ဒါကြောင့် တရားနာယူကြတာတွေ, တရားအသိပွားအောင် လေ့လာကြတာတွေ, တရားအလုပ်လုပ်ကြတာတွေဟာ ကိုယ့်ကံအကြောင်း

www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ခန္ဓာအကြောင်း အေးအေးဆေးဆေး တွေးကြည့်တတ်တဲ့ ပညာအလင်းရောင်ရဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘုရားအလောင်းတော်ဘဝက ပညာ တောင် ဒီလောက်အားကိုးရတယ်ဆိုရင် ဘုရားဖြစ်ပြီးလို့ ရလာတဲ့အနန္တစွမ်းအားရှိတဲ့ ပညာကတော့ ဘာပြောဖို့လိုတော့မှာလဲ။ ကေန်အားကိုးရပြီးသားပါ။ ဗုဒ္ဓရဲ့လမ်းညွှန်ချက် ဓမ္မအားလုံးဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့ပညာအလင်းရောင် ကြောင့် ပေါ်ပေါက်လာတာချည်းပဲ။ ကိုယ်က လမ်းတွေ့တုန်း ယုံကြည်စိတ်ချစွာနဲ့ တွင် သလောက် ကြိုးစားနေရုံပါပဲ။

www.dhammadownload.com

၄။ ဘာမှမသိ နာလှ၏

❁ မောဟာအကန်း၊ ဒိဋ္ဌိရမ်း၊
အဖမ်းလောဘပါ။

❁ ဘာမှမသိ၊ နာလှ၏၊
အကြည့်မှားက ကြောက်စရာ။

❁ ပညာအရောင်၊ ထွန်းလင်းပြောင်၊
မြင့်ခေါင် အေးချမ်းပါ။

ဘဝသံသရာမှာ အသိဉာဏ် အလင်းရောင်မပါပဲ စမ်းတဝါးဝါးသွားနေရတာ, ကိုယ့်

www.dhammadownload.com

ဘဝအကြောင်း ကိုယ်နားလည်ခွင့်မရတာဟာ အလွန်နစ်နာဆုံးရှုံးလှပါတယ်။ ပသာဒမျက်လုံး ကောင်းနေပါရက်နဲ့ ဉာဏ်ကြောင်တောင်ကန်းဖြစ်နေရင် ကိုယ်ပိုင်အလုပ်တွေလစ်ဟင်းသွားတော့မယ်။ သံသရာခလုတ်ကိုဝင်တိုက်ပြီး မှောက်လဲရတော့မယ်။

လောဘ, ဒိဋ္ဌိ, မောဟဆိုတဲ့ သံသရာအောက်ဆွဲတရား ၃-ပါးရှိတယ်။ အဲဒီ ၃-ပါးမှာ မောဟဆိုတဲ့ အဝိဇ္ဇာက ခုနအကြောင်းအရာမှာပါတဲ့ ကျွန်မအမျိုးသမီး အိပ်ငိုက်နေတာနှင့်တူတယ်။ အာရုံတွေကြားထဲမှာအသိစိတ်ဟာ အဝိဇ္ဇာခေါင်းမြီးခြုံအိပ်ငိုက်နေတယ်။ အာရုံတွေ အထောင်းအထုခံရလို့

www.dhammadownload.com

အမြဲတွေဝေမိန်းမောနေတယ်။ အမှန်ဆို ဘာမှ မသိဘူး။ အမြဲ အသိအမြင် ကန်းနေတယ်။ မိမိလက်ထဲမှာကိုင်ထားတာ ဘာရယ်လို့လဲ မသိဘူး။ မိမိဟာ အတိတ်က ဘယ် အကြောင်းတွေ အရင်းခံလို့ ဒီဘဝရောက် လာရတယ်ဆိုတာ နည်းနည်းလေးမှ မစဉ်းစား မိဘူး။ ရှေ့ဆက်ပြီး ဘယ်လိုပုံစံနဲ့သွားရဦး မယ်လို့ ဘာမှမတွေးတောဖြစ်။ ကျွန်မအမျိုး သမီး ရေကန်ကမ်းနဖူးမှာ ပုလဲကုံးကိုထိုင် စောင့်ရင်း အိပ်ငိုက်နေသလို လူ့ဘဝပုလဲကုံး ကို ထိုင်စောင့်ရင်း မောဟနဲ့ငိုက်နေတယ်။

ဒိဋ္ဌိက ကျွန်မအိပ်ငိုက်တုန်း မျောက်မ က ပုလဲကုံးခိုးသွားတော့ တရားခံမသိလိုက်လို့

www.dhammadownload.com

"ပုလဲကုံးကို လူတစ်ယောက်ခိုးသွားပါပြီ"လို့ ကျွန်မက ကယောင်ကတမ်း လွှတ်ကနဲအော် လိုက်တာနှင့်တူတယ်။ မောဟက ခန္ဓာအရှိ သဘောတရားကို ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်ပြီး ဘာမှနားမလည်တော့ ဒိဋ္ဌိက "ငါကောင် သူကောင် အတ္တကောင်" လို့ ကယောင် ကတမ်း အော်ချလိုက်တယ်။ ခန္ဓာထဲမှာ အကောင်ဆိုလို့ ဘာကောင်မှလဲမရှိပဲနဲ့ ရှိတယ်ထင်ပြီး ယောင်အော်လိုက်တာ။ ခန္ဓာ ထဲ ပိုးကောင်လောက်တော့ ရှိမှာပေါ့။ သူက ပိုးကောင်ကို ကြည့်အော်တာ မဟုတ်ဘူး။ အမှန်ရှိနေတဲ့ ရုပ်နာမ် ပရမတ်ခန္ဓာတွေကို စကားပြောဖြစ်ရုံလေး "ငါ သူ" စသည်

www.dhammadownload.com

ပညတ်ထားတာကို တကယ်ပဲ "ငါ သူ" စတဲ့အကောင်တွေရှိတယ်မှတ်ပြီး အော်နေတာပါ။ ပညတ်ဆိုတာ စကားပြောရုံ, အလုပ်ဖြစ်ရုံပါ။ အမှန်မသိပါဘူး။ အပူလဲ မငြိမ်းပါဘူး။ ပရမတ်ကတော့ အမှန်သိဖို့ အပူငြိမ်းဖို့ပါ။ ပရမတ်သက်သက်နဲ့ စကားပြောဖို့ အလုပ်ဖြစ်ဖို့ မလွယ်ပါဘူး။

ခန္ဓာ ၅-ပါးကို မောဟက အမှန်မသိလို့ ဒိဋ္ဌိက "ငါကောင် သူကောင် အတ္တကောင်"နဲ့ ကယောင်ကတမ်း အော်လိုက်တဲ့အခါ လောဘက တရားခံမသိလို့ လူ ၅-ယောက်ကို ကယောင်ကတမ်းနဲ့ တရားခံလုပ် ဖမ်းချုပ်တာနှင့်တူတယ်။ ဒိဋ္ဌိက ယောင်တောင်တောင်နဲ့

www.dhammadownload.com

အောင်တော့ လောဘခေါ်တဲ့တဏှာက အပယ်တ်မှတ်ပြီး ခန္ဓာ ၅-ပါးကို "ငါ့ဟာ ငါ့ဟာ"နဲ့ တရားခံလုပ် ဖမ်းချုပ်တော့တာပဲ။ ဖမ်းချုပ်ပြီးတော့ ဒုက္ခမျိုးစုံ ဒုတ်တွေနဲ့ ရိုက်နှက်ညှင်းဆဲပါရော။ ခန္ဓာ ၅-ပါးမှာ ရောက်လိုက်ရတဲ့ ဒုက္ခ၊ အမှန်မသိတဲ့ မောဟ ရဲ့တာဝန်မဲ့မှုတွေကြောင့် ရလာတဲ့ဒုက္ခတွေ ချည်းပဲလေ။

ဘဝကို အလင်းဆောင်ပေးတဲ့ ပညာ ရောင်က ဘုရားလောင်း မင်းတိုင်ပင်အမတ် ကြီးရဲ့ ဉာဏ်နဲ့အမှုမှန်ပေါ်အောင် နည်းမှန် လမ်းမှန် အကွက်ကျကျ ဖေါ်ထုတ်ပေးတာ နှင့်တူတယ်။ ဘုရားအဆုံးအမ (သာသနာ)ကို

www.dhammadownload.com

အကြောင်းပြုလို့ နာသိ, တွေးသိ, ပွားသိဆိုတဲ့ အသိပညာတွေ ပေါ်လာတဲ့အခါ အထူးအားဖြင့် ဝိပဿနာ အသိပညာတွေပေါ်လာတဲ့အခါ ခန္ဓာအပေါ် သေသေချာချာ စဉ်းစားတတ်, ကြည့်ရှုသုံးသပ်တတ်လာပါတယ်။

"တထာဂတ ခန္ဓာ ၅-ပါးကို "ငါ့ဟာ ငါ့ဟာ" နဲ့ ဖမ်းထားတာတော့ မဆိုင်ဘူးနော်။ ငါ့ဟာဆိုရင် မအိုနဲ့ပြောရင် နားထောင်ရမှာ၊ ခုတော့ မအိုချင်ပဲ အိုနေရတယ်။ ဒါဆို ငါ့ဟာ မဟုတ်လို့ပဲ။ ငါ့ဟာဆိုရင် မနာနဲ့ပြောရင် လိုက်နာရမယ်ပေါ့။ မနာချင်ပဲ နာနေရတာဆိုတော့ ငါ့ဟာမဟုတ်လို့ပဲ။ ငါ့ဟာမှန်ရင် မပျက်နဲ့၊ မသေနဲ့၊ မညှင်းဆဲနဲ့ပြောရင် နား

www.dhammadownload.com

ထောင်လိုက်နာဖို့ကောင်းတယ်။ သဘောမတူပဲနဲ့ ပျက်-သေ-ညှင်းဆဲနေရင် ငါ့ပြဿနာ မပြတ်တော့ သေချာပြီ"။

ပညာရှိအမတ်ကြီးရဲ့ ပညာနဲ့စွမ်းဆောင်မှုကြောင့် ပျောက်သွားတဲ့ ပုလဲကုံးလဲပြန်ရ, မဆီမဆိုင်ဖမ်းထားတဲ့ လူ ၅-ယောက်ကိုလဲ လွှတ်ပေးရ, လူ ၅-ယောက် ဒုက္ခလွတ်ကြရသလို သာသနာကိုအကြောင်းပြုလို့ မှန်ကန်တဲ့ အသိပညာရလာတဲ့အခါ ပျောက်နေတဲ့ သူတော်ကောင်းတရားစွမ်းအားတွေလဲ အကုန်ပြန်ရတယ်။ မဆီမဆိုင်ဖမ်းထားတဲ့ ခန္ဓာ ၅-ပါးကိုလဲ တဏှာက လွှတ်ပေးရတယ်။ နှိပ်စက်ခံနေရတဲ့ ခန္ဓာ ၅-ပါး ဒုက္ခသက်သာ

www.dhammadownload.com

လွတ်ငြိမ်းခွင့်ရတယ်။

ဝိပဿနာပေါ်လာရင်ပဲ တဏှာက အစွဲတွေ လွှတ်ပေးလိုက်ရတယ်။ ဆုပ်ကိုင်ထားလို့ မရတော့ဘူး။ ငါစွဲတွေ အများကြီး ကင်းစင်သက်သာသွားတယ်။ ငါစွဲကင်းသလောက် ဆင်းရဲပူလောင်မှုတွေ ငြိမ်းသွားပါတယ်။ အသိဉာဏ်တစ်ပိဿာပေါ်လာရင် ငါစွဲ တစ်ပိဿာ သက်သာသွားမယ်။ တဏှာက အစွဲအပူတွေ တစ်ပိဿာလွှတ်ပေးလိမ့်မယ်။ အစွဲဆင်းရဲ အပူခဲတွေ တစ်ပိဿာ လျော့သွားမယ်။ တစ်ပိဿာဆိုတဲ့စကားကတော့ ပေါ်လွင်အောင်ပြောတာပါ။ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ် ပညာအလင်း

www.dhammadownload.com

ရောင်ထိ ရောက်သွားရင်တော့ တထောင်က ဖမ်းထားတဲ့ ခန္ဓာ ၅-ပါးကို အကုန်လွှတ်ပေး လိုက်ရမှာပါ။ ဒါဆို ဆင်းရဲအပူအားလုံးကလဲ လုံးဝလွှတ်ပေးလိုက်ကြတော့မှာပါ။

ဒါ့ကြောင့် အဆိုးကင်းရေး အကောင်း သွင်းရေးအတွက် အလင်းဆောင်ပေးတာက နာကြားသိမှ အရဟတ္တဖိုလ်ပညာထိ ပညာ ရောင်အဆင့်ဆင့်ပါ။ အရှိကို တကယ်သိမှ, အရှိအတိုင်း သဘောပေါက်နားလည်သွားမှ, အဆိုးကို တကယ်လွှမ်းမိုးအနိုင်ယူနိုင်မှ, အခက်အခဲအကျပ်အတည်းကို တကယ်ဖြေ ရှင်းနိုင်မှ ပညာအစစ်ပါ။

www.dhammadownload.com

၅။ အသိဉာဏ်သွင်း တံတားခင်း

❀ ခန္ဓာအကြား၊ မြစ်ကြီးခြား၊
အသွားခက်လှပါ။

❀ ဟိုဘက်တရား၊ ကူးလိုခြား၊
တံတားခင်းရမှာ။

❀ လုံ့လကိုတင်း၊ သတိသွင်း၊
မြစ်တွင်း တိုင်စိုက်ပါ။

❀ စိတ်ငြိမ်လာလျှင်၊ သံပေါင်တင်၊
ဉာဏ်မြင်သားလာ။

www.dhammadownload.com

❀ ဉာဏ်တံတားတွင်၊ ကံကိုတင်၊
စွမ်းအင်ဖြတ်သန်းရာ။

❀ အသိဉာဏ်သွင်း၊ တံတားခင်း၊
သန့်ရှင်း စင်ကြယ်ပါ။

❀ ဘဝကိုဆောင်၊ အလင်းရောင်၊
မြင့်ခေါင် အေးချမ်းပါ။

ဉာဏ်ပညာဟာ ဘဝရဲ့အလင်းရောင်ဖြစ်သလို ခန္ဓာနှင့်တရား ဆက်သွယ်ပေးတဲ့ တံတားလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လူရဲ့တကယ့်စွမ်းအားဟာ တရားသာဖြစ်လို့ လူနှင့်တရား တွဲနေမှပဲ လူဟာအစွမ်းပြနိုင်မှာပါ။ ခန္ဓာနှင့် တရားရဲ့အကြားမှာ အဝိဇ္ဇာတဏှာဆိုတဲ့မြစ်ကြီး ခြားနေတယ်။ အဝိဇ္ဇာတဏှာမြစ်ကြီးက ကျယ်က

www.dhammadownload.com

လဲကျယ်, နက်ကလဲနက်, ရေစီးကလဲသန်, ဘေးရန်ကလဲပေါလွန်းတော့ ခန္ဓာဒီဖက်ကမ်းက တရားဟိုဖက်ကမ်းကို ဖြတ်ကူးသွားဖို့ အလွန်ခက်ခဲနေပါတယ်။ ဉာဏ်ပညာဆိုတဲ့ မြစ်ဖြတ်တံတားခင်းပေးမှ တရားဟိုဖက်ကမ်းကို ဖြတ်ကူးနိုင်မှာပါ။

ဉာဏ်မြစ်ဖြတ်တံတားခင်းမယ်ဆိုတော့ အဝိဇ္ဇာတဏှာမြစ်ကြီးထဲမှာ သတိ ဝီရိယတိုင် အခိုင်အမာစိုက်ဖို့က အခက်ဆုံးဖြစ်နေတယ်။ သတိ ဝီရိယတိုင်ကို အပေါ်ယံဖြစ်ကတတ် ဆန်းစိုက်လိုက်ရင် အဝိဇ္ဇာတဏှာ ရေစီးအားနဲ့ကျွတ်ထွက်လဲပြီး မျောသွားပြန်ရော။ တရားတွေ မေ့ပျောက်သွားပြန်ရော။ သတိရလို့

www.dhammadownload.com

နောက်တစ်တိုင် ပြီးစလွယ်ထပ်စိုက်ပြန်တော့ မကြာခင် ကျွတ်ထွက်လဲပြီး မျောပြန်ရော၊ တရားမေ့သွားပြန်ရော။

သတိ ဝီရိယတိုင်စိုက်လို့ မရနိုင်ရင် သမာဓိသံပေါင် မတင်နိုင်တော့ဘူး။ သမာဓိသံပေါင် မတင်နိုင်ရင် ဉာဏ်တံတားခင်းလို့ မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး။ ဒီလိုဆိုရင် ကံဖြတ်သန်းသွားစရာ လမ်းပျောက်နေမယ်။ ဘာလုပ်လုပ် ဉာဏ်နဲ့ချင့်ချိန်မှု မပါနိုင်တော့လို့ ကံဆိုး ကံညစ် ကံမည်းချည်း ဖြစ်သွားမယ်။ ကံမည်းရဲ့ တာဝန်ကို ကိုယ်ကပြန်ယူနေရလို့ ကံဖိသမျှ ခံနေရတော့မယ်။

အဝိဇ္ဇာတဏှာမြစ်ထဲမှာ သတိဝီရိယတိုင်

www.dhammadownload.com

ကို နက်လဲနက်အောင် ရှေ့နောက်လဲစပ်မိအောင် ခိုင်လဲခိုင်မာအောင် သေသေချာချာ စိုက်ပေးမှ သတိနှင့်ဝီရိယတွဲမိတိုင်း စိတ်ငြိမ်သက် ငြိမ်းချမ်းလာမယ်။ သမာဓိသံပေါင်တင်လို့ဖြစ်သွားတော့ ဉာဏ်တံတားကောင်းကောင်းခင်းနိုင်မှာ သေချာပေါက်ပါ။ ကိုယ်နှုတ် စိတ်ဆိုင်ရာ ကံ (အလုပ်)အားလုံး ဉာဏ်တံတားပေါ်က ဖြတ်သန်းသွားရုံပဲ။ ဒါမှ အကောင်းတွေ ပိုင်မှာပါ။ ဉာဏ်ဟာ ကံထိန်းခလုတ်လဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဉာဏ်တံတားပေါ်က ဖြတ်သန်းသွားနိုင်ပြီဆိုရင် ဘာလုပ်လုပ် တရားစွမ်းအားကျန်နေခဲ့မှာချည်းပဲ။ ထမင်းစားတာ လမ်းသွားတာ

www.dhammadownload.com

ရုံးအလုပ်လုပ်တာ ခန္ဓာနှင့်စပ်သမျှ ဘာလုပ်လုပ် အားလုံး သီလ သမာဓိ ပညာဘောင်ဝင်သွားလို့ အားကိုးစရာစွမ်းအားတွေ ရသွားမယ်။ မိသားစုကို နေ့စဉ်ကျွေးတာ, ထမင်းဟင်းချက်ပြုတ်တာ, ကလေးထိန်းတာ, ဈေးဝယ်တာ အားလုံး ဒါန သီလ သမာဓိ ပညာဖြစ်သွားမှာပါ။ အချိန်နှင့်အင်အား ဖြုန်းတီးမှုတွေ နည်းပါးသွားပြီး ဘဝအနှစ်ရဖို့ များသွားပါပြီ။

လူ့ဘဝမှာ အကုန်ကို အရက ဖုံးလွှမ်းနိုင်ရင် စိတ်အေးချမ်းရပါတယ်။ ပြုလုပ်အားထုတ်တိုင်း အားပါနေလို့ အားကိုးစရာတွေ တိုးပွားလာတော့မှာပါ။ ဒီလိုဆိုရင် ဉာဏ်

www.dhammadownload.com

အလင်းရောင် ညှိထွန်းပေးရမယ်။ ဉာဏ်တံတားခင်းရမယ်။ ဉာဏ်ကံထိန်းခလုတ် တပ်ရမယ်။ ဉာဏ်အလင်းရောင် ညှိထွန်းလိုရင် သတိပင်မခလုတ် အမြဲဖွင့်ထားရမယ်။ သဒ္ဓါတရား ဓါတ်ကြိုးမပြတ်ရအောင် အမြဲဆက်သွယ်ထားရမယ်။ ဝီရိယခလုတ်ကို နှိပ်ပေးရမယ်။ ဒါဆိုရင် စိတ်ငြိမ်ပြီး ဉာဏ်အလင်းရောင်ပွင့်ပါတယ်။

မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ "အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ" ဆိုတဲ့ နိဂုံးစကားကလဲ ဒီသဘောကိုပဲပြတာပါ။ "ဘာပဲလုပ်လုပ် အားထုတ်သမျှ သတိတိုင် နိုင်နိုင်မာမာစိုက်ကြ၊ ဒုက္ခဖြတ်လမ်း ဉာဏ်တံတားခင်းကြ" "သတိပင်မခလုတ် ဖွင့်ထားကြ၊ ဝီရိယ

www.dhammadownload.com

ခလုတ်ဖွင့်ပြီး ဉာဏ်အလင်းရောင် ညှိထွန်း ဆောင်ကြ" လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

❁ အကွက်မဖော်၊ တွန်းလိုက်သော်၊
လမ်းချော်စိတ်အားပျက် ။

❁ အကွက်ချကာ၊ တွန်းမှသာ၊
စိတ်မှာ စွမ်းအားတက် ။

❁ ဘဝကိုဆောင်၊ အလင်းရောင်၊
မြင့်ခေါင် လူ့အနှစ် ။

www.dhammadownload.com

၆။ သတိဉာဏ်ယှဉ် လုပ်ငန်းစဉ်

- သတိမပါ၊ အသိကွာ၊
  ရှိတာ အကုန်ရှုံး။
- သတိတွဲကာ၊ အသိပါ၊
  ရှိတာ အကုန်သုံး။
- ဘဝကိုဆောင်၊ အလင်းရောင်၊
  မြင့်ခေါင် စိတ်နှလုံး။

မြတ်ဗုဒ္ဓက -

(၁) ရှေ့တိုး (ရှေ့သွား)တဲ့အခါ၊ နောက်ဆုတ်

www.dhammadownload.com

တဲ့အခါ၊

(၂) ရှေ့ကြည့်တဲ့အခါ၊ စောင်းကြည့်တဲ့အခါ

(၃) လက်ခြေ ကွေးတဲ့အခါ၊ လက်ခြေ ဆန့်တန်းတဲ့အခါ၊

(၄) သင်္ကန်း, သပိတ် သုံးဆောင်တဲ့အခါ၊ (လူဆိုရင် အဝတ်, ပန်းကန်အိုးခွက်ကိုင်တွယ်သုံးဆောင်တဲ့အခါပေါ့)

(၅) စားတဲ့အခါ၊ သောက်တဲ့အခါ၊ ခဲတဲ့အခါ၊ လျက်တဲ့အခါ၊

(၆) ကျင်ကြီးစွန့်တဲ့အခါ၊ ကျင်ငယ်စွန့်တဲ့အခါ၊

(၇) သွားတဲ့အခါ၊ ရပ်တဲ့အခါ၊ ထိုင်တဲ့အခါ၊ အိပ်တဲ့အခါ၊ (အိပ်ပျော်ခါနီးအခါ) နိုးတဲ့

www.dhammadownload.com

အခါ၊ စကားပြောတဲ့အခါ၊ တိတ်တိတ်
နေတဲ့အခါ

အမှန်အတိုင်းခွဲသိတတ်တဲ့ ဉာဏ်ကို အသုံးပြု ရမယ်, အမှန်အတိုင်း ခွဲသိတတ်တဲ့ဉာဏ်နဲ့ ကိစ္စခပ်သိမ်းကိုပြုရမယ်လို့ လမ်းညွှန်ထား ပါတယ်။ ကိစ္စခပ်သိမ်းမှာ သတိသမ္ပဇညနှင့် ပြည့်စုံရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီခန္ဓာမှာ ဒုက္ခနှင့်ကိလေသာဟာ အဆိုး ဆုံးပါ။ တရားစွမ်းအားက အကောင်းဆုံးပါ။ ဒုက္ခနှင့်ကိလေသာ အဆိုး ၂-မျိုးမှာ ဒုက္ခက ရှောင်တိမ်းလို့မရဘူး။ ကိလေသာက ရှောင် တိမ်းလို့ရတယ်။ ရှောင်တိမ်းလို့ရတဲ့ ကိလေ သာနှင့်ရှောင်, ရှောင်တိမ်းလို့မရတဲ့ဒုက္ခ

www.dhammadownload.com

အပေါ် ဉာဏ်နဲ့အနိုင်ယူနေရတာကိုပဲ တရား အလုပ်လို့ ခေါ်တာပါ။ သတိနှင့်သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ခွဲပြောလို့လဲ ရတယ်။ တွဲပြောလို့လဲ ရတယ်။ ခွဲပြောရင် သတိနဲ့သမာဓိကိုထူထောင်, ဉာဏ် ကိုဖေါ်ပြီး အမှန်အတိုင်းခွဲရှုရတာဖြစ်လို့ သတိ က ကိလေသာနှင့်ရှောင်တိမ်းပုံကို ပြတယ်။ သမ္မာဒိဋ္ဌိခေါ်တဲ့ဉာဏ်က ဒုက္ခအပေါ် အနိုင်ယူ လွှမ်းမိုးပုံကို ပြတယ်။ သတိက သမာဓိအစွမ်း, သမ္မာဒိဋ္ဌိက ဝိပဿနာဉာဏ်စွမ်းကို ပြတယ် ပေါ့။ တွဲပြောရင် သတိနဲ့ ရှုလိုတဲ့အာရုံကို ပေါ်အောင်ဖေါ်ယူ သိမ်းဆည်းပြီး သမ္မာဒိဋ္ဌိ ခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ပေါ်လာတဲ့အာရုံကို ရှုရတာပါ။ သတိနဲ့ အာရုံကို ဖမ်းယူပြီး ဉာဏ်နဲ့

www.dhammadownload.com

အဖိုးတန်အောင် အသုံးချတယ်ပေါ့။

သတိဆိုတာ အတိုချုပ်လုပ်လိုတဲ့အာရုံကိုဖေါ်၊ အာရုံနှင့်စိတ်အလုပ်ဖြစ်အောင်ကပ်၊ အလုပ်ဖြစ်တော့ ရှေ့အသိနှင့်နောက်အသိ အသိချင်းစပ်ပေးတဲ့သဘောပါ။ သမ္ပဇည ဆိုတာ အမှန်အတိုင်း ခွဲခြားသိတတ်တဲ့ သဘော အမှန်အတိုင်း ခွဲခြားသိနိုင်အောင် စူးစမ်းလေ့လာရတဲ့သဘောပါ။

အဲဒီ သမ္ပဇညဟာ -

(၁) သာတ္ထက သမ္ပဇည

(၂) သပ္ပါယ သမ္ပဇည

(၃) ဂေါစရ သမ္ပဇည

(၄) အသမ္မောဟ သမ္ပဇည လို့ ၄-မျိုးရှိပါ

www.dhammadownload.com

တယ်။ အဲဒီ ၄-မျိုးလုံးဟာ ကန့်ခွာထိန်းချုပ်တဲ့အနေနဲ့ ကိလေသာအဆိုးနှင့်ရှောင်တိမ်းပြီး အရှိအပေါ်မှာ အကောင်းပေါ်ထွက်လာအောင် အသိနဲ့ အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးရတဲ့ အလုပ်ချည်းပါပဲ။ ရှောင်လို့ရတာနှင့် ရှောင်မယ်၊ ရှောင်လို့မရတာနှင့် ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင် ဉာဏ်အားနဲ့ အနိုင်ယူမယ်ပေါ့။ ရှောင်လို့ရတာနှင့် ရှောင်နေတာဟာလဲ ရှောင်လို့မရတဲ့ အရှိအပေါ် ဉာဏ်နဲ့အနိုင်ယူဖို့ပါပဲ။ ရှောင်လို့မရတဲ့အရှိအပေါ် ဉာဏ်နဲ့အနိုင်ယူနေတာဟာလဲ ရှောင်လို့ရတာနှင့် ရှောင်နေတာပါပဲ။ ဒီ ၂-မျိုးက အပြန်ပြန် အလှန်လှန် အချင်းချင်းကျေးဇူးပြုနေပါတယ်။ အဲဒီ ၄-မျိုးမှာ

www.dhammadownload.com

(၁) အကျိုးရှိ မရှိ, ကြီးပွားတိုးတက်မှုရှိနိုင် မရှိနိုင် နှိုင်းချိန်တိုင်းတာပြီး အကျိုးရှိတာ ကြီးပွားတိုးတက်မှုရှိနိုင်တာကို စိစစ်ရွေးချယ်ပေးနိုင်တဲ့ဉာဏ်ကို သာတ္ထကသမ္ပဇညလို့ ခေါ်တယ်။ အတိုချုပ်တော့ အပြစ်ကင်းလို့ ကုသိုလ်တရားရရှိတိုးပွားနိုင်ရင် အကျိုးရှိတာပဲ။ အကြောင်းမသင့်လို့ အကျိုးမရှိတာနှင့်ကြုံရရင်တောင် ကျွမ်းကျင်တဲ့ဉာဏ်ကို အသုံးချပြီး အကျိုးရှိအောင် ပြောင်းလဲဖန်တီး အသုံးချနိုင်အောင် လေ့ကျင့်ထားရမယ်လေ။

(၂)လျောက်ပတ် မလျောက်ပတ်, လျော်မလျော် တော်မတော် နှိုင်းချိန်တိုင်းတာပြီး သင့်လျော်လျောက်ပတ်တာကို စိစစ်

www.dhammadownload.com

ရွေးချယ်ပေးနိုင်တဲ့ဉာဏ်ကို သပ္ပာယသမ္ပဇဉ လို့ခေါ်တယ်။ အတိုချုပ်ကတော့ အပြစ်ကင်း လို့ ကုသိုလ်တရားရရှိတိုးပွားနိုင်ရင် လျောက် ပတ်တာပဲ။ အကြောင်းမသင့်လို့ မလျောက် ပတ်တာနှင့်ကြုံရရင်တောင် ကျွမ်းကျင်တဲ့ ဉာဏ်ကိုအသုံးချပြီး လျောက်ပတ်အောင် ပြောင်းလဲဖန်တီး အသုံးချနိုင်အောင်လဲ လေ့ ကျင့်နေရမယ်ပေါ့။

သေလုမျောပါး ရောဂါနှိပ်စက်ခံနေရတဲ့ ကန္ဒရာသာလဆရာတော်ကြီးတို့, လူဆိုးလက် ထဲရောက်နေတဲ့ မဟာတိဿထေရ်တို့, ကျားပါးစပ်ထဲရောက်နေတဲ့ ရဟန်းတော် တို့ဟာ မလျောက်ပတ်တဲ့နေရာရောက်လို့

www.dhammadownload.com

မလျော့ကပ်တာနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံကြိုက် ရပေမယ့် ကျွမ်းကျင်တဲ့ဉာဏ်နဲ့ အကျိုးရှိအောင် လျော့ပတ်အောင် ပြောင်းလဲဖန်တီးအသုံးချနိုင်လို့ ရဟန္တာဖြစ်သွားကြတယ်လေ။ အကျဉ်းထောင်ထဲရောက်သွားတဲ့ ပသေနဒီကောသလမင်းကြီးရဲ့ဝန်ထမ်းကိုဉာဏ်ထူးဟာလဲ မလျော့ကပ်တဲ့နေရာရောက်နေရပေမယ့် ကျွမ်းကျင်တဲ့ဉာဏ်နဲ့ အကျိုးရှိအောင် လျော့ပတ်အောင် ပြောင်းလဲ အသုံးချနိုင်တဲ့ကြောင့် အကျဉ်းထောင်ထဲမှာပဲ သောတာပန်ဖြစ်ခဲ့ရတယ်။ တကယ်တော့ သမ္မဇညဆိုတာကျွမ်းကျင်မှုပါပဲ။ ကိလေသာအဆိုးနှင့် ရှောင်တိမ်းနိုင်လောက်

www.dhammadownload.com

အောင် သတိကောင်းသူဟာ မကောင်းတဲ့ဒုက္ခ အပေါ် ကျွမ်းကျင်တဲ့ဉာဏ်နဲ့ အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးပြီး အကျိုးအမြတ်ထွက်အောင် အသုံးချတတ်စမြဲပါ။

(၃) လေ့လာသင်ယူထားတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ ဆိုတဲ့ ဂေါစရကို ဆွမ်းခံရာအရပ်ဆိုတဲ့ ဂေါစရမှာ သွားလေရာယူဆောင်ပြီး အမှန်အတိုင်း ခွဲခြားသိနိုင်အောင် လေ့ကျင့်နေရတဲ့ဉာဏ်ကို ဂေါစရသမ္ပဇဉ်လို့ခေါ်တယ်။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၃၈-ပါး (အာကာသ ကသိုဏ်းနှင့် အာလောက ကသိုဏ်းကိုပါထည့်ရင်) ၄၀-ပါးထဲက တစ်ပါးပါးကိုပဲဖြစ်ဖြစ်, ရှေ့တိုးခြင်း၊ နောက်ဆုတ်ခြင်း စတဲ့ ဆိုင်ရာကိစ္စအာရုံကိုပဲ

www.dhammadownload.com

ဖြစ်ဖြစ် ယူထားပြီး ဆွမ်းခံရာစတဲ့ ဘယ်အရပ်သွားသွား ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို မစွန့်လွှတ်ပဲ အမြဲနှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်နေတဲ့ဉာဏ်ပါပဲ။ အဆက်မပြတ် သတိကပ်ပြီး အသိတပ်ဆင်နေရတဲ့အလုပ်ပါ။ အတိုချုပ်တော့ အမြဲမပြတ် အခါခပ်သိမ်း ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မစွန့်လွှတ်ခြင်းပါ။

(၄) ရှေ့တိုး, နောက်ဆုတ်စတဲ့ ကိစ္စအားလုံးအပေါ်မှာ မတွေဝေတဲ့ဉာဏ်, မတွေမဝေ အမှန်အတိုင်းခွဲခြားသိတဲ့ဉာဏ်ကို အသမ္မောဟသမ္ပဇညလို့ခေါ်တယ်။ မောဟကို အနီးကပ်တိုက်ရိုက်ဖြိုခွင်းနေရတဲ့အလုပ်ပါ။ မောဟကင်းမှ အတ္တစွဲဒိဋ္ဌိကင်းမယ်။ ဒိဋ္ဌိကင်းမှ ငါ့ဟာစွဲ တဏှာကင်းမယ်။ ကိုယ့်စိတ်မှာ ကာထား

www.dhammadownload.com

တဲ့ လိုက်ကာ ၂-ချပ်မှာ ကိလေသာနီဝရဏ လိုက်ကာကို သတိဦးစီးတဲ့ သမာဓိအလုပ်နဲ့ ဖွင့်ရတယ်။ အဝိဇ္ဇာဒိဋ္ဌိလိုက်ကာကို ဝိပဿနာ ဉာဏ်နဲ့ ဖွင့်ရတယ်။

မိမိတို့ခန္ဓာထဲမှာ ရှေ့တိုးနောက်ဆုတ် စတဲ့ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ပေးတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အတ္တကောင်ရယ်လို့ ဘယ်သူ ဘယ် ဝှာ ဘယ်လိုအကောင်မှ မရှိပါဘူး။ ရှေ့တိုး လိုတဲ့စိတ်၊ နောက်ဆုတ်လိုတဲ့စိတ် ရှေ့ကြည့် လိုတဲ့စိတ်၊ စောင်းကြည့်လိုတဲ့စိတ်၊ ကွေးလို တဲ့စိတ်၊ ဆန့်လိုတဲ့စိတ်၊ သင်္ကန်းသပိတ် သုံးဆောင်လိုတဲ့စိတ်၊ စားသောက်လိုတဲ့စိတ်၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်လိုတဲ့စိတ်၊ သွားလို

www.dhammadownload.com

တဲ့စိတ်၊ ရပ်လိုတဲ့စိတ်၊ ထိုင်လိုတဲ့စိတ်၊ အိပ်လိုတဲ့စိတ်၊ နိုးတဲ့စိတ်၊ စကားပြောလိုတဲ့ စိတ်၊ တိတ်တိတ်နေလိုတဲ့စိတ် ဖြစ်လာရင် အဲ့ဒီစိတ်နှင့်အတူ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ (စိတ္တဇ) ဝါယောဓာတ်ဟာ ကာယဝိညတ်ကို ဖြစ်စေ ရင်းနဲ့ ဥပါဒ်လာပါတယ်။ ဖြစ်လာပါတယ်။ ဝါယောဓာတ်လှုပ်ရှားတာကိုပဲ ကာယဝိညတ် ခေါ်ပါတယ်။ စကားပြောတဲ့အခါတော့ ဝစီ ဝိညတ်ပေါ့။ တိတ်တိတ်နေတဲ့အခါ ဝစီဝိညတ် မဖြစ်ဘူးပေါ့။ စိတ်ရဲ့အမူအရာဖြစ်တဲ့ အလို ဆန္ဒကြောင့် ဝါယောဓာတ်လှုပ်ရှားမှုကို အကြောင်းခံပြီး ရှေ့တိုး နောက်ဆုတ် စတဲ့ အမူအရာတွေ ပေါ်ပေါက်လာရတာပါ။ ဝါယော

www.dhammadownload.com

ခတ်ရွှေ့ရွှေ့ပြီး ဥပါဒ်တာကိုပဲ ဝါယောခတ်လှုပ်ရှားတယ်လို့ခေါ်တာ၊ အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်ပြီး အချိန်စေ့ရင် ပျက်တဲ့ရုပ်နာမ်အစုအဝေး အစဉ်အတန်းမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရှေ့တိုးနောက်ဆုတ်တဲ့အခါ ခြေကိုမြှောက်ချိန်မှာ ဖြစ်တဲ့ရုပ်နာမ်တွေဟာ ရှေ့ခြေရောက်အောင် ဆောင်ချိန်ထိ မရောက်ကြဘူး။ ခြေကိုမြှောက်ချိန်မှာပဲ ချုပ်ပျောက်သွားကြတယ်။ ရှေ့ခြေရောက်ဆောင်ချိန်မှာဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေဟာ ရှေ့ခြေကိုလွန်ပြီးဆောင်ချိန်ထိ, ခြေကို အောက်ချချိန်ထိ, မြေပေါ်မှာ ခြေကို ထိထိမိမိချချိန်ထိ, မြေပေါ်မှာ ဖိနင်းချိန်ထိ မရောက်ကြဘူး။ ဆိုင်ရာ

www.dhammadownload.com

အချိန်မှာပဲ တစ်ဆစ်စီ တစ်စပ်စီ တစ်ပိုင်းစီ ချုပ်ပျက်သွားကြပါတယ်။ တစ်ခုချုပ် တစ်ခု ဖြစ်နဲ့ မြစ်ရေစီးနေသလို အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေကြတာပါ။

ရှေ့ကြည့်, စောင်းကြည့်တဲ့အခါ စက္ခုပသာဒခေါ်တဲ့မျက်စိ ကြည်ကြည်လင်လင် ကောင်းမွန်ရမယ်။ ရူပါရုံဆိုတဲ့အဆင်းကလဲ ဥပါဒ်ဌီဘင်အားဖြင့် အထင်အရှားရှိနေရမယ်။ အလင်းရောင်လဲ ရှိရမယ်။ အဆင်းကိုမြင်လိုတဲ့ နှလုံးသွင်းစိတ်ဝင်စားမှုလဲ ရှိရမယ်။ အဲဒီအကြောင်း ၄-မျိုးစုံမှ မြင်စိတ်ဖြစ်လာပြီး ကြည့်တယ်ဆိုတာ ပေါ်လာရတာပါ။ ဘယ်သူမှ ဖန်ဆင်းတာ မဟုတ်ပါဘူး။

www.dhammadownload.com

စက္ခုပသာဒနှင့် ရူပါရုံက ရူပက္ခန္ဓာ, မြင်စိတ်က ဝိညာဏက္ခန္ဓာ, မြင်စိတ်နှင့်ယှဉ်တဲ့ ဝေဒနာက ဝေဒနာက္ခန္ဓာ, သညာက သညာက္ခန္ဓာ, ဖဿစတဲ့တရားတွေက သင်္ခါရက္ခန္ဓာ, အဲဒီလို ခန္ဓာ ၅-ပါးပေါင်းမိလို့ ကြည့်တယ်ဆိုတာ ပေါ်လာရတာ, ကြည့်ခိုက် မြင်ခိုက်မှာ ခန္ဓာ ၅-ပါး ရုပ်နာမ်တရားပဲရှိတယ် (အာယတနဓာတ်လဲ ခွဲကြည့်နိုင်ပါတယ်)။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဘယ်သူမှမရှိဘူး။ ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ မရှိတော့တာကြောင့် အနိစ္စချည်းပဲ။ အနိစ္စ မြင်ရင် ဒုက္ခ, အနတ္တလဲ မြင်တယ်။

စားသောက်တဲ့အခါ ခန္ဓာထဲမှာ စားသောက်တတ်တဲ့အတ္တကောင်ဆိုတာ မရှိဘူး။

www.dhammadownload.com

စားလိုတဲ့စိတ်ရဲ့ အမူအရာဖြစ်တဲ့ဆန္ဒကြောင့် ဝါယောဓာတ်ရဲ့လှုပ်ရှားမှုကို အကြောင်းခံပြီး စားခွက်ကို အကပ်ခံတယ်။ ကိုင်တယ်။ အဲဒီ စိတ္တဇဝါယောဓာတ် လှုပ်ရှားမှုကြောင့်ပဲ လက်ကို ခွက်ထဲချတယ်။ ဆွမ်းလုတ် ထမင်းလုတ် ပြုပြင်တယ်။ ဆွမ်းလုတ်ကို ခွက်ထဲက ထုတ်ဆောင်တယ်။ ပါးစပ်ဟတယ်။

စိတ္တဇဝါယောဓာတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့်ပဲ ဆွမ်းလုတ်ကို ပါးစပ်ထဲထည့်တယ်။ အထက်သွားတွေက ကျည်ပွေ့ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်တယ်။ အောက်သွားတွေက ဆုံငယ်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်တယ်။ လျှာက လက်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်တယ်။ မွှေပေးတယ်။ လျှာဖျားမှာ

www.dhammadownload.com

ကျဲတဲ့တံတွေး, လျှာရင်းမှာ ပျစ်တဲ့တံတွေးက အစာကိုလိမ်းကျံတယ်။ အောက်သွားဆုံ ငယ်ထဲမှာ လျှာဆိုတဲ့လက်နဲ့မွှေထားတဲ့ တံတွေးရည်စိုနေတဲ့ အထက်သွားဆိုတဲ့ ကျည်ပွေ့နဲ့ကြိတ်ချေထားတဲ့ ဆွမ်းလုတ် ထမင်းလုတ်အစာဟာ ဝါယောဓာတ်ကြောင့်ပဲ ခံတွင်းအတွင်းကို ဝင်ရောက်သွားတယ်။

အတွင်းကိုဝင်သွားတဲ့အစာဟာ ဝါယော ဓာတ်ကြောင့် တည်နေတယ်။ မြေကိုခံတဲ့ ရေကို လေကမြှောက်ပင့်ထားသလို စားထား တဲ့အစာကို ဝါယောဓာတ်က အစာအိမ်ထဲမှာ တည်နေနိုင်အောင် မြှောက်ပင့်ထားပါတယ်။ တည်နေတဲ့အစာကို ဝမ်းမီးခေါ်တဲ့ တေဇော

www.dhammadownload.com

ဓာတ်က ကျက်အောင်ချက်ပေးတယ်။ ကျက်ပြီးတဲ့အစာကို ဝါယောဓာတ်က ဝမ်းအပြင်ရောက်အောင် ထုတ်ဆောင်ပစ်တယ်။ ရုပ်နာမ်တွေရဲ့အစွမ်းနဲ့ပဲ ခန္ဓာမှာ လှုပ်ရှားနေကြတာပါ။

ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်တဲ့အခါ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ပေးတဲ့ အတ္တကောင်ဆိုတာ မရှိဘူး။ စိတ္တဇဝါယောဓာတ်ကြောင့်ပဲ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်တယ်ဆိုတာ ဖြစ်လာရတာပါ။ မြင်းဖုအနာမှည့်လာတဲ့အခါ မြင်းဖုအနာပေါက်ကွဲတဲ့ကြောင့် အလိုမရှိပဲ ပြည်သွေးထွက်လာရသလို အလွန်ပြည့်နေတဲ့ရေအိုးထဲကရေဟာ အလိုမရှိပဲ ထွက်လာရသလို အစာကျက်အိမ် ကျင်ငယ်ရဲ့တည်ရာ

www.dhammadownload.com

ဆီးအိမ်တို့မှာ စုဝေးတည်နေကြတဲ့ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်တွေဟာ ဝါယောဓာတ်အဟုန်က အောက်ကို နှိပ်ချလိုက်တဲ့ကြောင့် အလိုမရှိပဲ အပြင်ကို ထွက်လာကြပါတယ်။ အားလုံး ရုပ်နာမ်တွေရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေချည်းပါ။

သွားတဲ့အခါ "သွားရင်သွားတယ်လို့သိ" ဆိုတဲ့နေရာမျိုးမှာ ခရီးရှည်သွားတာကိုပြ တယ်။ ရှေ့တိုးနောက်ဆုတ်ဆိုတဲ့ နေရာမျိုး မှာ အလည်အလတ်သွားတာကို ပြတယ်။ သွားတဲ့အခါ ရပ်တဲ့အခါ ဆိုတဲ့နေရာမျိုးမှာ အသေးစား နတ်နတ်ဖွဲ့ဖွဲ့သွားတာမျိုးကို ပြ တယ်။ ရှုပုံ ဆင်ခြင်ပုံကတော့ ၃-မျိုးလုံး အတူတူပါပဲ။ အားလုံးနာမ်ရုပ်တွေ လှုပ်ရှား

www.dhammadownload.com

နေကြတာပါ။ တစ်နေရာမှာဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ဟာ နောက်တစ်နေရာကို တစ်ဆံချည်ကလေးတောင် မပြောင်းရွှေ့ပါဘူး။ ဖြစ်ဆိုတာနဲ့ ပျက်သွားတာပါ။

ရှေ့တိုးနောက်ဆုတ် စတဲ့ ကိစ္စတွေဟာ ရံခါရံခါ ကြုံရတာမဟုတ်ပဲ နေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေရတဲ့ ကိစ္စတွေပါ၊ သတိဉာဏ်လမ်းကြောင်းပေါ် တင်လို့ရသလောက် တင်ပေးနေရမယ်။ အားအောင်စောင့်နေဖို့ မလိုဘူး။ တင်နိုင်သလောက် ကိုယ့်ဟာချည်းဖြစ်သွားမယ်။ နေ့စဉ်ဖြစ်အောင် လုပ်ပေးမှလဲ ဘဝတွက်ကိန်းကိုက်မယ်။ မိမိတို့ခန္ဓာဟာ နှစ်စား၊ လစားမဟုတ်ပဲ တစ်နေ့ ၂-ခါစားနဲ့ ရှားထား

www.dhammadownload.com

တဲ့နေ့စား အလုပ်သမားဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ရက်ကို တစ်သက်လောက် တန်ဖိုးထားနိုင်မှလဲ အချိန်မှီနိုင်ကြမယ်။ ခန္ဓာဟာ မသိလဲပြင်ရမှာပဲ။ သိလဲပြင်ရမှာပဲ။ အသိနဲ့ပြင်တော့ ပြင်ခ တရားစွမ်းအားရတာပေါ့။ လူ့ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံးလက်ကျန်ရလဒ်က တရားတစ်မျိုးတည်းပါ။ ဒီလို သာသနာတစ်ခါတွေ့ဖို့ မလွယ်ဘူး။ ကြုံတုန်းကြိုက်မှပဲ တွေ့ရကျိုးနပ်မယ်။

ပြီးတော့ မိမိတို့ခန္ဓာမှာ ဓားပြ၃-ယောက် တစ်ကောက်ကောက် လိုက်နေတယ်။ ဘယ်သူမှ ရှောင်မရဘူး။ အို နာ သေ ၃-မျိုးကို ပြောတာပါ။ ဒီ ၃-မျိုးကို ပေါ်လွင်အောင် ခွဲပြောရင် အိုတယ်ဆိုတာ ခါးပိုက်နှိုက်တာ၊

www.dhammadownload.com

တိတ်တိတ်ကလေး နောက်ကကပ်လိုက်ပြီး တစ်စချင်း ဖြုတ်နှိုက်နေတယ်။ သတိမထားရင် ဘာမှမသိရဘူး။ နာတယ်ဆိုတာ ဓားပြတိုက်တာ၊ အပြင်ဘက်ကပစ္စည်းတွေကိုရော အတွင်းက ကျန်းမာရေး, ချမ်းသာရေး, ခွန်အားတွေကိုရော ကုသိုလ်ပြုခွင့်တွေကိုရော အတင်းဝင်တိုက်နေတယ်။

အိုတာနှင့်နာတာဟာ သေခြင်းရဲ့အမိန့်အတိုင်း လုပ်နေကြရတာ။ ခန္ဓာကို အတင်းဆွဲခေါ်ပြီး နောက်ဆုံး မရဏလက်ထဲအပ်လိုက်မှာပဲ။ သေတာက အကြွမ်းဖက်သမားပါ။ သူ့လက်ထဲရောက်ရင် လွတ်လမ်းမရှိတော့ဘူး။ အကြွမ်းဖက် ဖျက်ဆီးပစ်တာခံရမှာ။ ရှောင်

www.dhammadownload.com

မရတဲ့ ဒီဓားပြ ၃-ယောက်ထက် လက်ဦး အောင် သတိသမ္ပဇညဆိုတဲ့ ဘဝအလင်း ရောင် အမြဲညှိထွန်းဆောင်ပြီး အမြန်ကြိုးစား ပေးရမယ်။ တကယ်လုပ်ဖြစ်ဖို့ပဲ အရေးကြီး တာပါ။ လုပ်ဖြစ်ရင် အရှိန်ရသွားမယ်။ အရှိန် ရရင် မလုပ်ပဲမနေနိုင်လောက်အောင် စိတ်ဝင် စားသွားမှာပါ။ သတိခလုတ် အမြဲဖွင့်ထား ရုံပါပဲ။

အမှောင်ခွင်း၍ အလင်းဆောင်နိုင်ကြပါစေ

တိပိဋကယောသရာတော်
မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၃၇၀-ခုနှစ်၊ တပေါင်းလ (၂၀၀၉-ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ)

www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော်၏ ထုတ်ဝေပြီးသည့် မဗ္ဗလက်ဆောင်စာအုပ်များ

၁။ စိတ်ထိန်းကိရိယာ
၂။ ဘဝလမ်းညွှန်
၃။ သာဓု ၄-ပါး မြတ်တရား
၄။ အပေါင်းလက္ခဏာ
၅။ အနှစ်ထုတ်ယူ စွမ်းတဲ့လူ
၆။ ကံကိုထိန်းချုပ် စိတ်ခလုတ်
၇။ စိတ်ခါတ်ကိုမြှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်
၈။ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်လျှောက် ကောင်းရာ ရောက်
၉။ အချိန်တန်ဖိုး လူ့တန်ခိုး
၁၀။ ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့

www.dhammadownload.com

၁၁။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ခပ်သုတ်သုတ်

၁၂။ တရားအသိ လူ့မျက်စိ

၁၃။ မေတ္တာပန်းခိုင် ၃-ပွင့်ဆိုင်

၁၄။ နှလုံးသားဝယ် ဘုရားတည်

၁၅။ အေးမြရွှင်ပြုံး လူနှလုံး

၁၆။ လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား

၁၇။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်ချစ် လူအစစ်

၁၈။ အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန်

၁၉။ တရားကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး

၂၀။ သူ့ကိုစောင့်ရှောက် ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်

၂၁။ ကျန်းမာရွှင်လန်း မေတ္တာစွမ်း

၂၂။ မေတ္တာလက်တွဲ ရာပြည့်ပွဲ

၂၃။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ဥစ္စာထုပ်

၂၄။ ဘဝဝေစု မြတ်ကောင်းမှု

www.dhammadownload.com

၂၅။ တရားဆောင်သူ စိတ်မပူ
၂၆။ အား
၂၇။ ယော
၂၈။ မွေးနေ့မင်္ဂလာရတနာ
၂၉။ ၄၅-နှစ် တရားသက်
၃၀။ နှစ်လေးဆယ့်ငါး တရားအချုပ်
၃၁။ လူ့အလှဆုံး စိန်တစ်လုံး
၃၂။ မေတ္တာနှလုံး အလှဆုံး
၃၃။ မေတ္တာလွှမ်းခြုံ ဘေးရန်လုံ
၃၄။ အလှူကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
၃၅။ နှုတ်+ဆက် = မင်္ဂလာ
၃၆။ မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား
၃၇။ အကုန်အရ လူ့ဘဝ
၃၈။ မီးသတိပြု

www.dhammadownload.com

၃၉။ မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
၄၀။ ၄၅-ဝါ သာသနာ
၄၁။ လူအား
၄၂။ လူ၏စွမ်းအား ပတ္တမြား
၄၃။ စိတ်ကောင်းထားက မိတ်ကောင်းရ
၄၄။ အချစ်ဆုံးဆွေမျိုး
၄၅။ ညှော့်သည်
၄၆။ ၄၅-နှစ် ရဟန်းသက်
၄၇။ စိတ်အေးစရာ သာသနာ
၄၈။ တစ်ခါလာလဲ ဒါပါပဲ
၄၉။ လူ့ဘဝထဲ စာမေးပွဲ
၅၀။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဘောလုံးပွဲ
၅၁။ ဘဝတစ်ခေါက် ခြောက်ဆယ့်ခြောက်
၅၂။ ယနေ့အလုပ် ယနေ့လုပ်

www.dhammadownload.com

၅၃။ အဘိဓမ္မာ သိစရာ
၅၄။ ဝိသုဒ္ဓါရုံ ခွင့်ခါကြံ့ကြိုက် စာသင်တိုက်
၅၅။ ဓာတ်
၅၆။ ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်
၅၇။ လူသားမေတ္တာ ဉာဏ်ကမ္ဘာ
၅၈။ ဆရာ့ကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
၅၉။ သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ
၆၀။ ဦးကောသလ္လတစ်ဘဝ ပေါ်ရတောင်ဖီလာ
၆၁။ သတိမေတ္တာ သူငါစုပေါင်း အကုန်ကောင်း
၆၂။ ယခုအလုပ် ယခုလုပ်
၆၃။ ဒီအတိုင်းပါပဲ
၆၄။ သုံးပါးမြတ်စွာ ရတနာ
၆၅။ ချစ်ခင်ညီညာ ပေါင်းတာမှန်မှ ငြိမ်းချမ်းရ
၆၆။ ဒီတစ်ခါလဲ ဒီတိုင်းပဲ
၆၇။ ပေါင်းတာမှန်မှ ကောင်းတာရ

www.dhammadownload.com

၆၈။ ခဏတွားထား ၄-ဘီးကား
၆၉။ ကိုယ့်ဟာနဲ့သာ ကိုယ်နေပါ
၇၀။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ
၇၁။ နေကောင်းရဲ့လား
၇၂။ အသီးဆန်းကြွယ် အနှစ်ကြွယ်
၇၃။ မေတ္တာအစွမ်း စိတ်အေးချမ်း

✿✿✿

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များ

၁။ နိုင်ငံတော်သမ္မတကြီး
ဦးသိန်းစိန် + ဒေါ်ခင်ခင်ဝင်း မိသားစု
နေပြည်တော်။

၂။ သာသနာရေးဝန်ကြီး
သူရဦးမြင့်မောင်နှင့် မိသားစု
နေပြည်တော်။

၃။ ဦးစိုးသာ + ဒေါ်ကြူကြူဝင်းမိသားစု
နေပြည်တော်။

၄။ ဦးရှိန်ဝင်း + ဒေါ်ခင်ချိုဦး ၊
သား-ကောင်းထိုက်ထွန်း(တက်လမ်း)၊
ဦးဝိစာရလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၅။ ဦးသန်းထွန်း + ဒေါ်ရင်ရှိန်
သား - ဒေါက်တာဘကောင်း
သမီး - ဒေါက်တာလဲ့ယဉ်မွန်
သီရိမင်္ဂလာလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
၆။ ဦးအောင်သိန်း + ဒေါ်လုံးတင်မိသားစု
ရှမ်းစုရပ် ၊ မိုးကုတ်မြို့ ။
၇။ ဦးတူးမောင် + ဒေါ်ထားထားအေး မိသားစု
တက္ကသိုလ်ရိပ်သာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၈။ ဦးသန်းဆက်ဝင်း + ဒေါ်စိန်အေး ၊
သား - မောင်သန်းထိုက်ဝင်း
ရွှေတောင်ကြားရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၉။ ဒေါက်တာကျော်ခိုင် + ဒေါ် စိန်ထွေး
သား-မောင်သက်တင်စိုး၊
မောင်ဇော်ဝင်းမောင်
ကမ္ဘာ့ဧရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့ ။

www.dhammadownload.com

၁၀။ ဦးဝင်းဆွေ + ဒေါ်တင်တင်နိုင် (မန်းရွှေလီ)
မိသားစု ၊ ၃၆-လမ်း ၊ ကွမ်းခြံ၊
မန္တလေးမြို့ ။

၁၁။ ဦးသန်း + ဒေါ်မိုးသူ မိသားစု
ပဒေသာပင်မြို့တော် ၊ လှိုင်သာယာ ၊
ရန်ကုန်မြို့ ။

၁၂။ ဦးဇော်ဇော် + ဒေါ်ငွေငွေခိုင်မိသားစု
အင်းယားရိပ်သာလမ်း ၊ မရမ်းကုန်း ၊
ရန်ကုန်မြို့ ။

၁၃။ ဦးခင်မြင့် + ဒေါ်သန်းသန်းဝင်း ၊
သမီး - မခင်ရတနာဝင်း
အေးရိပ်မွန် ၂-လမ်း၊ ၄၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၄။ ဆရာမ ဒေါက်တာမတင်ဝင်း ၊
သမီး-နန့်ချစ်ကြည်၊ မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်အိမ်
ယာ၊ အထက်ပန်းဆိုးတန်း ၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၁၅။ ဦးချစ်ခိုင် + ဒေါ်ခင်စိုးဝေ မိသားစု၊
ဒေင်အုပ်စုကုမ္ပဏီ
အင်းယားလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၆။ ဒေါက်တာကြည်သွင် + ဒေါ်ပြုံးခင် မိသားစု
ရွှေနှင်းဆီလမ်း ၊ ဆေးဥယျာဉ် လမ်းသွယ်၊
ကမာရွတ် ၊ ရန်ကုန်မြို့ ။

၁၇။ ဗိုလ်မှူးမောင်ငွေ + ဒေါ်ခင်မမ မိသားစု
ခရေမြိုင်လမ်း၊ သုဝဏ္ဏ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၈။ ဦးကျော်ဝင်း + ဒေါ်စုစုလဲ့ရည် ၊
သား-မောင်ဝင်းမိုး ၊ သီရိမွန် ၁၀-လမ်း ၊
ဘုရင့်နောင်၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့ ။

၁၉။ ဒေါက်တာဇော်ထွန်း + ဒေါက်တာ
ဌေးဌေးကြည် မိသားစု
မြခွါညိုအိမ်ရာ၊ သာကေတ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၀။ ဒေါ်ခင်သန်းတင်၊ စရည်းပင်လမ်း၊
သုဝဏ္ဏ၊ ရန်ကုန်မြို့ ။

www.dhammadownload.com

၂၁။ (ဦးအောင်သိန်း) + ဒေါ်တင်တင်မိသားစု
စုပေါင်းလမ်း ၊ အင်းယားမြိုင် ၊ ဗဟန်း ၊
ရန်ကုန်မြို့ ။

၂၂။ ဦးဝင်းသိန်း + ဒေါ်ကြည်တာ
သား- နေဝင်းသိန်း၊ ဖြိုးဝင်းသိန်း
မြစပယ်လမ်း၊ ပါရမီရိပ်သာ၊ ရန်ကင်း၊
ရန်ကုန်မြို့ ။

၂၃။ ဆရာမ ဒေါ်သီတာဦးနှင့် ညီမများ
ဣန္ဒာသယလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း၊
တာမွေ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၄။ ဒေါ်အေးအေးငြိမ်း၊ မင်္ဂလာလမ်း၊
စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၅။ မဝင်းကြည်နိုင်၊ မမူမူဝင်း
ဘုန်းဝိဇ္ဇာလမ်း၊ ဗိုလ်ဘုန်းရပ်ကွက်၊
ပဲခူးမြို့။

www.dhammadownload.com

၂၆။ ဒေါ်မြေသက်ခိုင်၊ လသာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၇။ ဒေါ်လှခင်မိသားစု
ပုလဲလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၈။ ဦးဝင်းလှိုင် + ဒေါ်ချိုချိုမိသားစု
စောရန်ပိုင်အရှေ့ရပ်၊ သစ်တောလမ်း၊
အလုံ၊ ရန်ကုန်မြို့ ။
၂၉။ ဦးခင်မောင်အေး + ဒေါ်ခင်စောမူမိသားစု
သံလွင်လမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၀။ (ဦးမြင့်ဝေ) + ဒေါ်ဝင်းစိန် မိသားစု
ရွှေပြည်တန်ပုံနှိပ်တိုက်၊ ၈၃-၄၃လမ်းထောင့်၊
မန္တလေးမြို့။
၃၁။ ဦးခင်မောင်ငွေး + ဒေါ်ညွန့်ကြည် မိသားစု
ဘော်လ်တီမိုးမြို့ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု။
၃၂။ ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီးမင်းသော် +
ဒေါ်တင်တင် အေးမိသားစု
မိုးကောင်းဝင်း၊ အလုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၃၃။ ကိုအောင်လွင်+မယဉ်စုခိုင်ဇော်၊
သား-အောင်သုခ၊ ဝဏ်ဘာရိပ်သာလမ်း၊
ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၄။ ဒေါက်တာဝင်းမြင့်+ဒေါ်ခိုင်ခိုင်ဦး မိသားစု
၆-လမ်း၊ လှိုင်ရတနာမွန်အိမ်ယာ၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၅။ ဒေါ်ယဉ်ယဉ်လှ မိသားစု
တောင်ထိပ်ပန်းလမ်း၊ သုဝဏ္ဏ၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၆။ ဒေါ်ညိုညို
အုတ်ကျွပ်တန်းလမ်း၊ တောင်ငူမြို့ ။
၃၇။ ဦးခင်မောင်စိုး + ဒေါ်မီမီကျော်မိသားစု
ကမ္ဘောဇလမ်း၊ ရွှေတောင်ကြား၊
ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၈။ ကိုလှိုင်မင်း + ဒေါက်တာမြတ်စုဦး
သား-ဝီလျံသီဟမင်း၊ ပါသ်မြို့ ၊
ဩစတြေးလျနိုင်ငံ။

www.dhammadownload.com

၃၉။ ဒေါ်မြင့်မြင့်သန်း၊ သား-မောင်စိုးလင်းထက်
ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့ ။
၄၀။ ဦးစံသိန်း + ဒေါ်အားဂူ မိသားစု၊ လားရှိုးမြို့။
၄၁။ ဦးနေထွန်း + ဒေါ်စန်းစန်းလင်း မိသားစု
အနောက်ရွှေဂုံတိုင်၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့ ။
၄၂။ ဒေါ်ခင်ခင် မိသားစု
၁၀-လမ်း၊ လမ်းမတော်၊ ရန်ကုန်မြို့ ။
၄၃။ မယ်တော်ကြီး ဒေါ်တုတ်ခိုင်
ရေတာရှည်လမ်းသစ်၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၄၄။ ဦးကျော်စိုးသန့် + ဒေါ်ခင်အေးမော်၊
သား-မင်းမော်ခန့်၊ သမီး-ဆုမြတ်ထွေး
ဂုဏ်သိရိပုံနှိပ်တိုက်၊ လမ်း-၃၀၊ ရန်ကုန်မြို့။
၄၅။ ဒေါက်တာနိုင်ထွင့်အောင်+
ဒေါက်တာဝေဝေရင် မိသားစု
ရွှေတောင်ကြား ၁-လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။