http://www.dhammadownload.com

# တိပိဋကယောဆရာတော်

# ကိုယ်ဟာနဲ့သာ ကိုယ်နေပါ



## တိပိဋက စမ္မလက်ဆောင်(၆၉)

(ယောဆရာတော်၏ သင်္ကန်းသင်္ကြေရတုအထိမ်းအမှတ်နှင့်
ထေရဝါဒ ဓမ္မဝိသောဓနီသိမ်ကျောင်းတော် သီဟသမ္ဘုတိမင်္ဂလာ,
ကျောင်းလွှတ်ပူဇာမင်္ဂလာ အထိမ်းအမှတ် အထူးလက်ဆောင်)

တတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန၊ အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

သာသနာ-၂၅၅၇ ကောဇာ-၁၃၇၅ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လ ခရစ် ၂၀၁၃ ခုနှစ်၊ မေလ

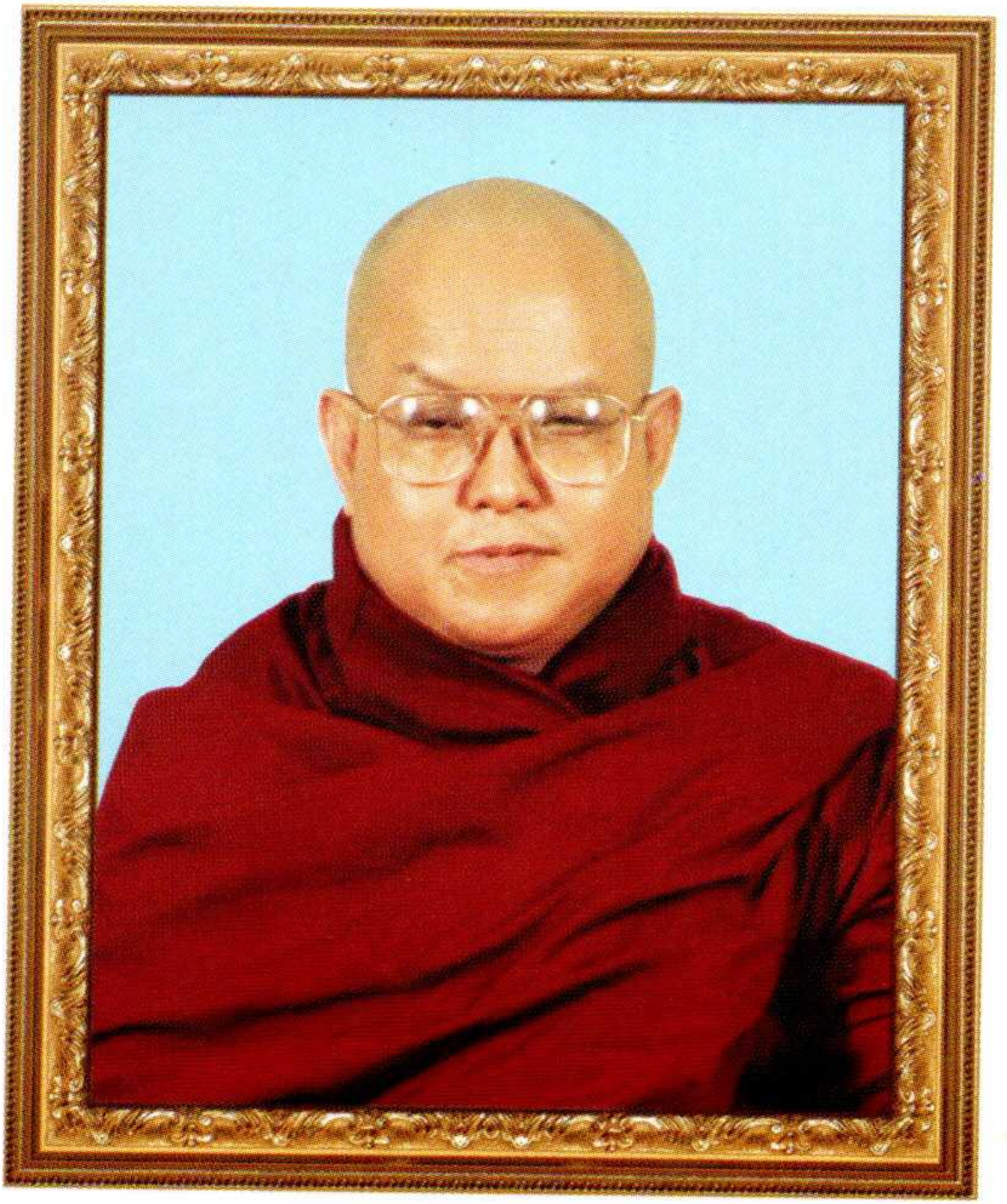
http://www.dhammadownload.com

# နေကောင်းရဲ့လား

- တရားမပါ၊ နေကောင်းတာ၊ လွန်စွာတန်ဖိုးပျက်။
- တရားတွဲကာ၊ နေခက်တာ၊ မှန်စွာတန်ဖိုးတက်။
- နတ်ဘဝမှာ၊ နေကောင်းပါလည်း၊ သတိနည်း၊
  ချွတ်လွဲကုသိုလ်ခက်။
- လူဘဝမှာ၊ နေခက်ပါလည်း၊ သတိမြဲ၊
  ထူးကဲကုသိုလ်တက်။
- နေကောင်းဖို့ရာ၊ မပြောင်ပါ၊ ပြောင်တာသုံးဖို့တွက်။
- အသုံးတတ်က၊ ကိုယ်ပိုင်ရကာ၊ အနှစ်ပါ၊
  နေသာထိုင်သာဖြစ်။
- နေကောင်းရဲ့လား၊ လူစကားကို၊ တရားတွဲကာ၊
  ဖြေဆိုပါ၊ မှန်စွာအဖြေစစ်။

ဘိပိဋကဓရဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com



# အရှင်သိရိန္ဒာဘိဝံသ (ယောဆရာတော်)

## တိပိဋကဓရ၊ မဟာဝဏ္ဏာဂါရိက

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနအလှူရှင်



# တိပိဋကမယ်တော်ကြီး ဒေါ်တုတ်ခိုင်

ရေတာရည်လမ်းသစ်၊ ဗဟန်း၊

ရန်ကုန်မြို့။

အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

# တိပိဋကယောဆရာတော် ၏
# ကိုယ်တော်တိုင်သာ ရွေးပုဂ္ဂိ



## တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၇၀)

(ယောဆရာတော်၏ သက်နှံးသက် နှစ်-၅၀ပြည့် ရွှေရတု
အထိမ်းအမှတ်, ရွှေကျင်နိကာယ နှစ်-၁၅၀ပြည့် အထိမ်းအမှတ်,
တိပိဋကမယ်တော်ကြီး ဒေါ်တုတ်ခိုင်၏ အသက်-၈၃နှစ်ပြည့်
အထိမ်းအမှတ် အထူးလက်ဆောင်)

စတုတ္ထအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

| သာသနာ | ကောဇာ | ဆရာ |
|---|---|---|
| ၂၅၅၉ | ၁၃၇၇-ခုနှစ်၊ ပထမဝါဆိုလ | ၂၀၁၅-ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ |

http://www.dhammadownload.com

# ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း


စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၆၀၀၃၂၃၀၅၁၁

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်- ၆၀၀၃၁၁၀၅၁၁

ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ခင်အေးမော် (ဝ၆၀၂၄)

ဂုဏ်သိရိပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်-၅၂၊ လမ်း၃၀၊

ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၀၁၅၀၀၂၅၇၅၊ ၀၁၄၉၂၃၀၂၀၀

ထုတ်ဝေသူ - ဦးကျော်ဟင်း (ယုံကြည်ချက်စာပေ)

အုပ်ရေ - ၁၀၀၀၀

တန်ဖိုး - ဓမ္မဒါန

အကြိမ် - စတုတ္ထအကြိမ်

ထုတ်ဝေသည့်စာအုပ် ကတ်တလောက်အညွှန်း (CIP)

၂၉၅.၃

ယောဆရာတော်၊ တိပိဋကကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ / တိပိဋက ယောဆရာတော်။ - ရန်ကုန်၊ ယုံကြည်ချက်စာပေ ၊ ၂၀၁၀။

၆၅ - စာ ၊ ၉ . ၅ × ၁၂ စင်တီ။

(၁) ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ

http://www.dhammadownload.com

# မာတိကာ


| | | |
|---|---|---|
| ၁။ | ပြီးတိုင်းပြည့်စုံ လူ၏ဂုဏ် | ၁ |
| ၂။ | ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ | ၁၄ |
| ၃။ | ဗွားဖက် ၃-ယောက် တစ်ကောက်ကောက် | ၂၂ |
| ၄။ | အရွေးတတ်မှ ကောင်းတာရ | ၂၉ |
| ၅။ | ကောင်းတာရွေးမှ စိတ်အေးရ | ၃၇ |

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော်၏

# "ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ"

## တိပိဋက ဓမ္မလင်္ကာဘောင် (၇၀)



နမော ဓမ္မသာမိနော

၁။ ပြီးတိုင်းပြည့်စုံ လူ၏ဂုဏ်
အပွမာဒေန သမ္မာဒေထ။

❁ သတိမပါ၊ လုံ့လမှာ၊
ပြီးပါသော်လည်း မပြည့်စုံ။

❁ သတိတွဲကာ၊ လုံ့လမှာ၊
ပြီးလာတိုင်းပင် ဂုဏ်ပြည့်စုံ။

http://www.dhammadownload.com



❁ အဆိုးကိုနှိုင်၊ အကောင်းပိုင်၊
ကြဲခိုင် လူ၏ဂုဏ်။
❁ အတိုးအညွှန့်၊ တန်ခိုးကွန့်၊
ရဲဝံ့ ကိုယ့်မှာလုံ။
❁ သတိထားကာ၊ စူးစိုက်ပါ၊
ပညာတိုးဖို့ အကျင့်ထုံ။

ယခုရောက်နေဆဲ ၁၃၇၂-ခုနှစ်ဆိုတာ ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ၁၂၂၂-ခုနှစ်မှာ စတင်ဖော်ထုတ်ခဲ့တဲ့ ရွှေကျင်နိကာယကြီး နှစ်-၁၅၀ ပြည့်တဲ့နှစ်လဲ ဖြစ်တယ်။ မန္တလေးမြို့တည်ပြီးလို့ နောက်တစ်နှစ်မှာပဲ ရွှေကျင်နိကာယ ပေါ်ပေါက်လာခဲ့တာပါ။ ၁၃၂၂- ခုနှစ်မှာ သင်္ကန်းဝတ်ခဲ့တဲ့ဘုန်းကြီး

http://www.dhammadownload.com



အိုကြီးရဲ့ သက်နှံသက် နှစ်-၅၀ပြည့်တဲ့နှစ်လဲ ဖြစ်တယ်။ ရွှေကျင်နိကာယကြီး နှစ်-၁၀၀ ပြည့်တဲ့နှစ်မှာ ဘုန်းကြီးအိုကြီး သက်နှံးဝတ်ခဲ့တာပါ။ ဘုန်းကြီးအိုကြီးရဲ့ သက်နှံးသက်ထက် ရွှေကျင်နိကာယက နှစ်-၁၀၀ ပိုကြီးပါတယ်။ ပြီးတော့ ၁၂၀၃-ခုနှစ်မှာ ဖွားမြင်ခဲ့တဲ့ ဘုန်းကြီးအိုကြီးရဲ့ မယ်တော်ကြီးဒေါ်တုတ်ခိုင်ရဲ့ ဂဇ-နှစ်ပြည့်တဲ့နှစ်လဲ ဖြစ်တယ်။ နှစ်-၉၀ နဝရတ် အကြိုပေါ့။ မယ်တော်ကြီးက ရွှေကျင်နိကာယ အောက်ဖဝ-နှစ်ငယ်ပါတယ်။ ရွှေကျင်နိကာယ ဖဝ- နှစ်မှာ မယ်တော်ကြီး ဖွားမြင်လာခဲ့တာပါ။ ၃-မျိုးတိုက်ဆိုင်လာလို့ နိုင်းယှဉ်ပြတာပါ။

ဘယ်အရာတွေ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်ပဲ

http://www.dhammadownload.com



ကြာကြာ သီလ, သမာဓိ, ပညာ သိက္ခာ ၃-ပါး မြတ်တရားသာ ဘဝရဲ့အနှစ်ချုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝရဲ့အနှစ်နဲ့ ကြီးလာတဲ့အကြီးတွေသာ တကယ့်အကြီးပါ။ ဘဝရဲ့အနှစ်နဲ့ တိုးလာတဲ့အရေအတွက်သာ တကယ့်တရားဝင်အရေအတွက်ပါ။ တရားပါဝင်တဲ့အရေအတွက်ပေါ့။ သိက္ခာ ၃-ပါး အနှစ်တရားနှင့် ဆက်စပ်တဲ့စကားသာ မကြာမကြာပြောနေရမယ့် တကယ့်မြတ်နိုးဖွယ်စကားပါ။ ဘဝရဲ့အနှစ်တရားကို အခြေခံထားတဲ့ အကြောင်းအရာမျိုးသာ တကယ်မမေ့ထိုက်တဲ့ အကြောင်းအရာပါ။

ဘဝရဲ့အနှစ်ဖြစ်တဲ့ သိက္ခာ ၃-ပါး မြတ်တရားကို အပွမာဒတရားနဲ့ ထိန်းချုပ်ပဲ့ကိုင်

http://www.dhammadownload.com



ထားပါတယ်။ မမေ့တဲ့ သတိ, မလျော့တဲ့ ဝီရိယ, မပေါ့တဲ့ သမာဓိ, မဆတဲ့ ဉာဏ်ပေါ့။ အချုပ်ကတော့ သတိပါ။ သတိဟာ ဝီရိယနှင့် တွဲပြီး လူကို ဂုဏ်ပျက်စေတတ်, ဆုံးရှုံးနစ်နာ စေတတ်တဲ့ကိလေသာကို ထိန်းချုပ်ကန့်သွာ ဖယ်ရှားပေးတယ်။ လူကို သိက္ခာ ၃-ပါးနဲ့ အဆင့်ဆင့် ဂုဏ်တင်ပေးတယ်။ ခန့်ငြား ထည်ဝါ ရဲရင့်တက်ကြွသွားစေတယ်။ သိက္ခာ မြင့်မားသလောက် သိက္ခာပိုင်ရှင်ဖြစ်တဲ့ လူလဲ မြင့်မားကြီးကျယ်သွားရပါတယ်။

မမေ့တဲ့သတိနှင့် မလျော့တဲ့ဝီရိယဟာ လူလုပ်ရမယ့် အလုပ်ကိစ္စအားလုံးကိုလဲ အချိန်မီပြီးစေတယ်။ အလုပ်ကိစ္စတစ်ခုခု ပြီး

http://www.dhammadownload.com



လာတိုင်း သိက္ခာ ၃-ပါး လူ့စွမ်းအား တရား ဂုဏ်ကိုလဲ ပြည့်ဝစုံလင် တိုးတက်သွားစေ တယ်။ ပြီးတိုင်း ပြည့်စုံရတယ်ပေါ့။ အလုပ် ကိစ္စပြီးတယ်ဆိုတာ တစ်ကန့်စီ တစ်ကန့်စီ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အလုပ်ကိစ္စပြီးတာကို ပြော တာပါ။ ခန္ဓာရှိသမျှ လုပ်နေရမှာဆိုတော့ အားလုံးပြီးတာကို ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး။ လမ်းသွားတော့ တစ်လှမ်းချင်း၊ စားတော့ တစ်လုတ်ချင်း၊ အလုပ်တစ်ကန့်စီ ပြီးနေတာ ပဲလေ။ သတိမပါတဲ့ ဝီရိယဟာ ပြီးရုံသာပြီး စေပြီး မပြည့်စုံစေပါဘူး။ သိက္ခာ ၃-ပါး ဂုဏ် ပြည့်စုံမှုမပါရင် ဘယ်အလုပ်တွေ ဘယ်လောက် ပဲပြီးပြီး ပြီးစလွယ်အလုပ်ချည်းသာ ဖြစ်သွား

http://www.dhammadownload.com



မယ်။ ပြီးစလွယ်စီးပွားရှာတာ, ပြီးစလွယ် ရောင်းဝယ်တာ, ပြီးစလွယ်သွားတာ, ပြီး စလွယ်စားတာ, ပြီးစလွယ်နာတာမျိုးတွေပေါ့။ သတိမပါတဲ့ဝီရိယဟာ ကိလေသာကို အရှုံး ပေးရတာဖြစ်လို့ လျော့တဲ့ဝီရိယပါ။ စိတ်စွမ်း အား မတက်စေပါဘူး။

သတိပါတဲ့ဝီရိယကတော့ ကိလေသာကို အနိုင်ယူ လွှမ်းမိုးနိုင်တာဖြစ်လို့ အလုပ်ကို လဲ အလုပ်နှင့်တူအောင် လုလုပပ ပြီးစေနိုင် တယ်။ ကိလေသာကိုနိုင်တော့ သိက္ခာ၃-ပါး ဂုဏ်စွမ်းရည်များကိုလဲ တစ်ပါတည်း ပြည့်စုံ သွားစေနိုင်တယ်။ ပြီးတိုင်း ပြည့်စုံတဲ့အလုပ် ချည်းဖြစ်သွားမယ်။ ပြည့်စုံအောင် စီးပွားရှာတာ,

http://www.dhammadownload.com



ပြည့်စုံအောင် ရောင်းဝယ်တာ, ပြည့်စုံအောင် သွားတာ, ပြည့်စုံအောင် စားတာ, ပြည့်စုံအောင် နာတာမျိုးတွေပေါ့။ နာတာကို အကြောင်းပြုလို့ ခန္ဓာရဲ့ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ သဘောပေါ် အောင်ဖော်နိုင်ရင် ပြည့်စုံတဲ့နာခြင်းမျိုးပါ။ သိက္ခာ ၃-ပါး ဂုဏ်ပေါ်လာရင် ဒါနလဲ မခက်ခဲတော့ပါဘူး။ ကောင်းမှုစုံရင် ပြည့်စုံတဲ့ဂုဏ် ရလာပြီပေါ့။

ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ သဒ္ဓါ, ဝီရိယ, သတိ, သမာဓိ အလွန်ကြီးမား တော်မူတာကြောင့် ပရိယတ်အသိကိုလဲ အထွဋ် အထိပ်ရောက်အောင် ပြီးဆုံးအောင် စွမ်းဆောင် တော်မူနိုင်တယ်။ သတိ, ဝီရိယ, သမာဓိ,

http://www.dhammadownload.com



ဉာဏ်ဆိုတဲ့ အပွဟာဒတရားကို အမြဲ လက်
ကိုင်ထားနိုင်တာကြောင့် ပဋိပတ်အကျင့်ကိုလဲ
ပြည့်စုံအောင် ဖြည့်ကျင့်တော်မူနိုင်တယ်။
ပရိယတ်အသိပြီးစီးလို့ ပဋိပတ်အကျင့် ပြည့်စုံ
တယ်ပေါ့။ အရာရာပြီးပြည့်စုံတော့ ခန့်ငြား
ထည်ဝါ ကြီးမားလှတဲ့ ရွှေကျင်နိကာယကြီး
ကို စည်းကမ်းတကျ နည်းလမ်းအပြည့်အဝနဲ့
တည်ထောင်ဖော်ထုတ်တော်မူနိုင်ခဲ့ပါတယ်။
လုပ်ဆောင်သမျှအရာရာမှာ ဓမ္မစွမ်းအားများ
ပြီးပြည့်စုံတာကြောင့် ဂုဏ်တွေ ရေတွက်
တိုင်းတာလို့မရနိုင်အောင် အများကြီးပါ။
ဒါကြောင့်-"* ဂုဏ်နည်းသူမှာ၊ အားမပါ။
မကြာမီပင် မေ့သွားတတ်။

http://www.dhammadownload.com



* ဂုဏ်ကြီးသူမှာ၊ စွမ်းအားပါ။
ကြာပါသော်လည်း မမေ့အပ်"

ဆိုတဲ့အတိုင်း ဂုဏ်နည်းသူကို မကြာမီ မေ့သွားတတ်ကြပေမယ့် စွမ်းအားဂုဏ်ကြီးမားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများကို နှစ်ပေါင်း ရာထောင်ခြီအောင် ကြာသွားသော်လဲ မမေ့နိုင်ကြပါဘူး။

"လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်း၁၅၀-တုန်းက ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ရွှေကျင်နိကာယကြီးကိုဖော်ထုတ်ခဲ့တယ်"လို့ ဆိုလိုက်တာနဲ့ "ယခုတော့ မရှိတော့ဘူး၊ လွန်တော်မူသွားပြီးပြီ"လို့ ခန္ဓာရဲ့အနိစ္စသဘောဟာ ဖော်ယူတတ်ရင် ပေါ်လာရပါတယ်။ ဂုဏ်ကြီးပေမယ့် ခန္ဓာကတော့ **အနိစ္စဖြစ်လို့** အချိန်တန်ရင် ပျက်ရ

http://www.dhammadownload.com



မှာပဲလေ။ ဘုရားရှင်ရဲ့ ခန္ဓာတောင် လွတ်တာမှ မဟုတ်ပဲ။

ဂုဏ်ကြီးတော်မှုကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ် ပုဂ္ဂိုလ် ထူးကြီးတွေရဲ့ခန္ဓာတောင် အနိစ္စသဘောကြောင့် ပျက်ရသေးတယ်ဆိုရင် ဘုန်းကြီးအိုကြီးတို့လို အသေးအမွှားပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ ခန္ဓာကတော့ ဘာ ပြောဖို့လိုမှာလဲ။ ဇကန်ပျက်ရမှာပေါ့။ နောက် နှစ်ပေါင်း တော်တော်ကြာတဲ့အခါ "ဟိုတုန်းက တိပိဋကယောဘုန်းကြီးအိုကြီးတစ်ပါး ရှိခဲ့ ဖူးတယ်။ အခုတော့ မရှိတော့ဘူး။ လွန်သွား တာ ဘယ်နှစ်နှစ်တောင်ရှိပြီပဲ" လို့ မှတ်မိသူ တွေက ပြောကြဦးမှာပါ။

ခန္ဓာဟာ ပျက်တတ်တဲ့သဘောရှိပေမယ့်

http://www.dhammadownload.com



မပျက်နိုင်တဲ့ဂုဏ်အနှစ်ကိုတော့ ပြည့်နိုင်သမျှ ပြည့်အောင် ကြိုးစားဖော်ထုတ် ဖြည့်ပေးကြရမှာပါ။ သိက္ခာတရားဟာ ကိုယ့်သွေးသားအစစ်ပဲလေ။ လွန်ခဲ့တဲ့ သီတင်းကျွတ်လကွယ်နေ့က ဘုန်းကြီးအိုကြီးထံ ဥပုသ်သီလယူဖို့လာတဲ့ မယ်တော်ကြီးကို မေးကြည့်မိပါတယ်။

"ဒကာမကြီးမှာ သားအရင်း ဘယ်နှစ်ယောက်ရှိသလဲ"

"ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာ သားအရင်း ၄-ယောက် ရှိတယ်ဘုရာ့"

"အဲဒီ ၄-ယောက်ထဲမှာ ဘယ်သားကို အချစ်ဆုံးလဲဗျ"

"ဝိပဿနာ သားကြီးကို အချစ်ဆုံးပါ"

http://www.dhammadownload.com



"တော်လိုက်တာဗျာ သာဓု သာဓုပါ" လို့ ချီးကျူးပြီး သာဓုခေါ်လိုက်ရပါသေးတယ်။ ပြီးတိုင်းလဲ ပြည့်စုံဖို့လိုမယ်လေ။ ကြီးတော့လဲ ဂုဏ်ပြည့်စုံဖို့ အထူးပဲ လိုအပ်ပါတယ်။

***

http://www.dhammadownload.com

## ၂။ ကိုယ်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ

❁ ကုသိုလ်ကံမှာ၊ ဆွေမျိုးသာ၊
ကောင်းစွာ လိုက်လာ၏။

❁ လူဒုက္ခမှာ၊ တစိမ်းသာ၊
ကပ်ကာ လိုက်လာ၏။

❁ ကိလေသာမှာ၊ ရန်သူပါ၊
ပူးကာ လိုက်လာ၏။

❁ တစိမ်းရန်သူ၊ နိပ်စက်ဟူ၊
အပူတိုး၍ ငိုရ၏။

❁ တစိမ်း-ရန်ပေါင်း၊ ဆွေမျိုးပေါင်း၊
အပေါင်း ၃-မျိုးရှိ။

http://www.dhammadownload.com

❁ ကုသိုလ်မရ၊ ဆုံးရှုံးက၊
ပေါင်းကြ တစိမ်းသိ။

❁ တစိမ်းဒုက္ခ၊ နေရာရ၊ ဘဝနစ်နာ၏။

❁ အကုသိုလ်များ၊ အပူပွား၊
ပေါင်းငြား ရန်သူသိ။

❁ ပူလောင်တတ်ပါ၊ ကိလေသာ၊
နေရာရ၍ ဆုံးရှုံး၏။

❁ ကုသိုလ်များစွာ၊ ရမှသာ၊
ပေါင်းတာ ဆွေမျိုးသိ။

❁ ကုသိုလ်တရား၊ ဆွေမျိုးများ၊
တိုးပွားလာ၍ မြင့်မြတ်၏။

❁ အဆိုးကိုနှိုင်၊ အကောင်းပိုင်၊
ကြဲခိုင် အေးချမ်း၏။

http://www.dhammadownload.com



❁ **အတိုးအညွှန့်၊ တန်ခိုးကွန့်၊**
**ရဲဝံ့ တက်ကြွ၏။**

❁ **ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ၊ ရွေးယူပါ။**
**ကောင်းတာ အကုန်ရနိုင်၏။**

လူ့ဘဝမှာ ဘယ်သူမဆို ကောင်းတာရ အောင် ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရွေးယူကြရမှာပါ။ ကြိုက်တာကို ရွေးရမှာမဟုတ်ပဲ ကောင်းတာကို ရွေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လောကမှာ လေယာဉ် မီးရထား စတဲ့ ယာဉ်များနဲ့ ခရီးသွားကြတဲ့အခါ ကိုယ်နဲ့တစ်ပါတည်း ယူဆောင်လို့ မဖြစ်နိုင်တဲ့ ပစ္စည်းထုပ်တွေကို အများနှင့် ရောနှောပြီး စုပေါင်းတင်ဆောင်တက်ကြပါတယ်။ ရွေးဖို့ လက်မှတ်ဖြတ်ပိုင်း

http://www.dhammadownload.com



တော့ ယူထားရတယ်ပေါ့။ ကိုယ်သွားလိုတဲ့ နေရာကိုရောက်တာနဲ့ လက်မှတ်ဖြတ်ပိုင်းပြပြီး ကိုယ့်ပစ္စည်းထုပ်ကို ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရွေးယူတတ်ကြပါတယ်။ လူ့ဘဝထဲမှာလဲ ကိုယ့်ဟာ ဟုတ်တာရော, မဟုတ်တာရော ရောနှောနေတာဖြစ်လို့ သတိဉာဏ်လက်မှတ် ဖြတ်ပိုင်းပြပြီး ကိုယ့်ဟာဖြစ်တဲ့ ကောင်းမှု ကိုယ်ပိုင်တရားများကို အချိန်မီ ရွေးယူကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပဲ ရွေးယူရမှာပါ။

ပြီးတော့ ကိုယ့်ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို တစ်စုံတစ်ယောက်ထံမှာ ခဏပေါင်နှံအပ်ထားရင်လဲ ရွေးယူရမယ့်အချိန်ရောက်တာနဲ့ ကျသင့်တဲ့ အဖိုးအခကိုပေးပြီး ကိုယ့်ပစ္စည်းကို ပြန်

http://www.dhammadownload.com



ရွေးယူရပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရွေးယူရ တာပါ။ လူဘဝခန္ဓာကိုလဲ ကံတရားထံ ခဏာ ပေါင်နှံအပ်ထားတာပါ။ ကံ, စိတ်, ဥတု, အာဟာရ အကြောင်းတရား ၄-ပါးထံ ပေါင်နှံ ထားတယ်လို့လဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ သတိဉာဏ် နဲ့ ဒါမှမဟုတ် သဒ္ဓါ, ဝီရိယ, သတိ, သမာဓိ, ပညာ အဖိုးအခနဲ့ ပြန်ရွေးယူရမှာပါ။ ဒါကျ တော့ ဘဝခန္ဓာအတိုင်း ပြန်ရွေးယူရင် အိုထုပ် နာထုပ် သေထုပ်ကိုပဲ ပြန်ရမှာဖြစ်လို့ ဒီ အတိုင်း ရွေးယူရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘဝခန္ဓာကို ဉာဏ်နဲ့ထိုးဖောက်ပြီး ကိုယ့်ခန္ဓာကို အကြောင်း ပြုလို့ ရနိုင်တဲ့ ကောင်းမှုကိုယ်ပိုင်တရားကို အခိုင်မြဲရွေးယူရမှာပါ။ အခိုင်မြဲဆိုတာ နေ့တိုင်း

http://www.dhammadownload.com



အခြိန်တိုင်းလို့ ဆိုလိုတာပါ။ လူတစ်သက် ဘာကြာတာမှ မဟုတ်ပဲ။

နောက်ပြီးတော့လဲ ရန်သူတစ်ယောက် ယောက်က လူတစ်ယောက်ကို ပြန်ပေးဆွဲခေါ် သွားရင် သက်ဆိုင်တဲ့ဆွေမျိုးတွေဟာ ကိုယ့် ဆွေမျိုးဆိုတော့ ရန်သူတောင်းတာကို ပေးပြီး ပြန်ရွေးယူကြရပါတယ်။ ကိုယ့်ဆွေမျိုးဖြစ်လို့ ရွေးယူတာပါ။ ရွေးယူတော့ ရန်သူက ပြန် လွှတ်ပေးလိုက်လို့ ကိုယ့်ဆွေမျိုးကို ကိုယ်က ပြန်ရကြပါတယ်။ ပြန်မရွေးရင် ရန်သူက ကိုယ့် ဆွေမျိုးကို နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲမယ်လေ။ လူ့ဘဝ ခန္ဓာကိုလဲ ဖွားမြင်လာတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် တစိမ်းဒုက္ခနှင့် ရန်သူကိလေသာက ပြန်ပေး

http://www.dhammadownload.com



ဆွဲထားလိုက်ပါတယ်။ နာဒုက္ခနှင့် ဒေါသ ဒေါမနဿ မောဟ ကိလေသာကြောင့် ဖွားကာစ ကလေးငယ်လေး "အူဝဲ အူဝဲ" နဲ့ ငိုလိုက်ရတာ၊ သတိဉာဏ်ဦးစီးတဲ့ ဓမ္မစွမ်းအားနဲ့ ရွေးယူရင် ပြန်လွှတ်ပေးမယ်ဆိုပဲ။

သိတတ်တဲ့အရွယ်ရောက်လာတော့ မိဘဆရာသမား ပညာရှိသူတော်ကောင်းများထံက ဘဝအသိ ဓမ္မအသိများရအောင် လေ့လာသင်ယူပြီး ဒုက္ခကိလေသာထဲက ဘဝခန္ဓာကို ပြန်ရွေးယူရပါတယ်။ ရွေးယူတော့လဲ ဘဝခန္ဓာအတိုင်း ရွေးယူရမှာမဟုတ်ပဲ ဘဝခန္ဓာကို ဉာဏ်နဲ့ထိုးဖောက်ပြီး ကိုယ့်ခန္ဓာကို အကြောင်းပြုလို့ ရနိုင်တဲ့ ကောင်းမှုကိုယ်ပိုင်တရားများကို

http://www.dhammadownload.com



အချိန်မီ အမြန်ရအောင် ပြန်ရွေးယူရမှာပါ။ သက်သာခွင့်ရရုံလောက်ပဲ ရွေးယူနိုင်မှာပါ။ လုံးဝလွတ်အောင်တော့ ပုထုဇဉ်အနေနဲ့ မစွမ်းနိုင်သေးပါဘူး။ ကိလေသာက မဂ်ဖိုလ်ရမှ, ဒုက္ခက နိဗ္ဗာန်ရောက်မှ အပြီးအပြတ် လွတ်မြောက်မှာကိုး။ ပုထုဇဉ်အနေနဲ့တော့ ဓမ္မကိုကျင့်သုံးခိုက် ကိလေသာကင်းမယ်။ ဒုက္ခကိုနိုင်မယ်ပေါ့။ ဓမ္မအလုပ်ကို လွှတ်လိုက်တာနဲ့ ကိလေသာပြန်ဝင်မယ်။ ဒုက္ခ ပြန်လွှမ်းမိုးမယ်ပေါ့။ သတိဉာဏ်နဲ့ ဓမ္မကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးနေတာဟာ ဒုက္ခကိလေသာလက်ထဲက ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရွေးယူနေတာပဲလေ။

***

http://www.dhammadownload.com

## ၃။ ဖွားဖက် ၃-ယောက်
## တစ်ကောက်ကောက်

လူ့ဘဝမှာ ဘယ်သူမဆို ဖွားလာတဲ့အခါ အတိတ်ကုသိုလ်ကံ အရိုန်အဝါဆိုတဲ့ ဆွေမျိုးရယ်, ဒုက္ခဆိုတဲ့ တစိမ်းရယ်, ကိလေသာဆိုတဲ့ ရန်သူရယ်, အဲဒီ ဖွားဖက် ၃-ယောက်ပါလာခဲ့တယ်။ တူရာပေါင်းပြီး ၃-ယောက်လို့ ပြောတာပါ။ ကံကောင်းလို့ပဲ လူဖြစ်လာတာဆိုတော့ လူဖြစ်တော့လဲ ဗုဒ္ဓသာသနာရှိတဲ့နေရာ,

http://www.dhammadownload.com



ရတနာ ၃-ပါးရှိတဲ့နေရာမှာ ဖြစ်ရတာဆိုတော့ ကုသိုလ်ကံဆွေမျိုးလဲ ပါလာခဲ့ပါတယ်။ ခန္ဓာရှိရင် ဒုက္ခနှင့်မကင်းနိုင်သေးလို့ ဒုက္ခတစ်စိမ်းလဲ ပါလာပါတယ်။ ပုထုဇဉ်ဟာ ကိလေသာနှင့် မကင်းနိုင်သေးတာဖြစ်လို့ ကိလေသာရန်သူလဲ ပါလာတယ်။

ဆွေမျိုး-တစိမ်း-ရန်သူတွဲလာတော့ တရားသဘောနဲ့မှာလိုက်ပါတယ်။ "သင်တို့ ၃-ယောက် ပြေလည်အောင် အဆင်ပြေအောင် တည့်အောင်နေကြ" တဲ့။ "လူပဲ၊ တည့်ရမှာပေါ့" တဲ့။ ဖွားလာတဲ့အခါ ကံကောင်းလို့ လူဖြစ်လာတာဆိုတော့ ပြုံးပြုံးကလေးနဲ့ ဖွားလာဖို့ ကောင်းတာပေါ့။ ဒါပေမယ့် ပြုံးပြုံးလေးနဲ့ မဖွားနိုင်ပဲ

http://www.dhammadownload.com



ငိုပြီးဖွားလာရပါတယ်။ တစိမ်းဒုက္ခနှင့် ရန်သူ
ကိလေသာပေါင်းပြီး ဆွေမျိုးကို ထထောင်းကြ,
တက်နင်းကြ, အနိုင်ကျင့်ကြလို့ ကလေးလေး
မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်တာကြောင့် ငိုပြီး ဖွားခဲ့ရတာပါ။

ဒုက္ခနှင့် ကိလေသာက ငိုနေတဲ့ကလေး
လေးကို တရားသဘောနဲ့ ကြိမ်းမောင်း ခြိမ်း
ခြောက်လိုက်သေးတယ်။ "မုတ်ကရော့ဟဲ့
မောင်ကံကောင်း! မုတ်ကရောဟဲ့ မကံကောင်း!
ငါတို့ကို ဘာမှတ်လို့လဲ"တဲ့။ "အသင်ဟာ
ကံကောင်းလို့ လူဖြစ်လာရပေမယ့် ငါတို့ရဲ့
လက်အောက်မှာ ပြားပြားဝပ် ပူလောင်ငိုကြွေး
နေရပြီ" ဆိုတဲ့ သဘောမျိုးပါ။

တရားသဘောနဲ့ သတိလဲ ပေးတယ်။

http://www.dhammadownload.com



"အသင်ဟာ ကံဟောင်းကိုထိုင်စားပြီး ဇိမ်ခံနေရမယ့် နတ်လဲမဟုတ်ဘူး၊ ငိုရပေမယ့် အမြဲဒုက္ခခံနေရမယ့် ငရဲရောက်လာတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ အသင်ဟာ လူအစစ်ပါ၊ လူရဲ့ အဓိကပင်မစွမ်းအားက ဓမ္မစွမ်းအားသာ ဖြစ်တယ်၊ ကျွေးတို့ တစိမ်းရန်သူ ဖွားဖက် ၂-ယောက် အပေါ် သြဇာထြောင်းတဲ့အရာကလဲ ဓမ္မစွမ်းအားပဲရှိတယ်၊ အသင်ဟာ သိတတ်တဲ့အရွယ်ကစလို့ ဓမ္မစွမ်းအားကို မှီရာက ဆွဲယူထားပါ၊ မလွတ်ပါနဲ့တော့၊ လျှော့လဲ မလျှော့ပါနဲ့၊ နောက်လဲ မဆုတ်ပါနဲ့၊ ဓမ္မစွမ်းအားကို လက်လွတ်လိုက်တာနဲ့, လျှော့လိုက် နောက်ဆုတ်လိုက်တာနဲ့ ကျွေးတို့ ၂-ယောက်က အရံသင့်

http://www.dhammadownload.com



ရှိနေတာဖြစ်လို့ သင့်ကို ထောင်းမယ်၊ ထုမယ်၊ သင့်အပေါ် တက်နင်းမယ်၊ ဘာရှိရှိ ပူနေရ, ငိုနေရမယ်၊ သတိထားပါ" တဲ့။

ကံကောင်းတဲ့လူနောက်က တစိမ်းနှင့် ရန်သူက ဘာလို့ လိုက်လာရတာလဲ။ အဖြေကတော့ ပြိုင်ဖက်အနေနဲ့ လိုက်ခဲ့တာပါတဲ့။ လူ့အလုပ်အားလုံး ဓမ္မပွဲကြီးတွေဖြစ်ဖို့ဆိုပဲ။ လောကမှာ ဘောလုံးသင်း တစ်သင်းတည်းနဲ့ ပွဲမဖြစ်ဘူးလေ။ ၂-သင်းရှိမှ ပွဲဖြစ်တာပါ။ ဟိုဖက်က ပြိုင်ဖက်အသင်းရှိမှ ဒီဖက်အသင်းဟာ စွန့်စွန့်စားစား ရှိသမျှအားကို အကုန်ထုတ်ပြီး အစွမ်းကုန် ကြိုးစားတာပါ။ ဘေးကလူတွေကလဲ ပြိုင်ဖက်အသင်းရှိမှ "ဘောလုံး

http://www.dhammadownload.com



ပွဲ" လို့ အသိအမှတ်ပြုပြီး ဝိုင်းကြည့်ကြ အားပေးကြတာပါ။ ဒီဖက်အသင်းက အစွမ်းကုန်ကြိုးစားလို့ ဟိုဖက်အသင်းကို အနိုင်ယူဂိုးသွင်းလိုက်တယ်ဆိုရင်ပဲ ပွဲကြည့်ပရိသတ်ဟာ လက်ခုပ်တွေ တစ်ဖြောင်းဖြောင်းတီးပြီး ကောင်းချီးပေးတော့တာပဲ။ "ဒါမှ ဘောလုံးပွဲကွ" ဆိုတဲ့ သဘောပေါ့။

လူ့ဘဝမှာလဲ တစိမ်းဒုက္ခနှင့် ရန်သူကိလေသာဟာ နေ့စဉ်လုပ်နေကျ လူ့ကိစ္စအားလုံး ဓမ္မပွဲတွေဖြစ်ဖို့, သီးသန့်ဓမ္မပွဲကြီးတွေ မဖြစ်မနေဆင်နွှဲနိုင်ဖို့ ပြိုင်ဖက်အနေနဲ့ လိုက်လာခဲ့ကြတယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဘောလုံးစကားနဲ့ပြောရရင် အမည်းသင်းပေါ့။ လူ့ဘဝမှာ

http://www.dhammadownload.com



အရေးကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ ဓမ္မကိစ္စတွေက အဖြူ။ သင်းပေါ့။ ဟုတ်ပါတယ်၊ ကောင်းမှုတရား မမွေ့ရဲတာ, ရတနာသုံးပါး မမွေ့ရဲတာ, ကုသိုလ်ကို ပေါ့ပေါ့ဆဆ ပြီးစလွယ် မလုပ်ရဲတာဟာ ဒုက္ခနှင့်ကိလေသာဆိုတဲ့ ပြိုင်ဖက်ရှိနေလို့ပါ။ ဖွားခဲ့စဉ်တုန်းကစလို့ "တရားကို လက်လွှတ်ရင် လျော့ရင် ထောင်းမယ် တက်နင်းမယ်" လို့ ကြိမ်းမောင်း ခြိမ်းခြောက် သတိပေးခဲ့ပြီးသားပဲ မဟုတ်လား။

***

http://www.dhammadownload.com

## ၄။ အရွေးတတ်မှ ကောင်းတာရ

လူ့ဘဝမှာ အတိုချုပ် ပေါင်းစရာ ၃-မျိုး ရှိပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်, သက်မဲ့ပစ္စည်း, သက်ရှိပုဂ္ဂိုလ် ၃-မျိုးပါ။ ပေါင်းနည်းလဲ အတိုချုပ် ၃-နည်း ရှိပါတယ်။ တစိမ်းပေါင်း, ရန်သူပေါင်း, ဆွေမျိုးပေါင်း ၃-နည်းပါ။ နေနည်း ၃-နည်းလဲ ဟုတ်ပါတယ်။

(၁) ကုသိုလ်ဝင်ပေါက် ပိတ်သွားလောက်အောင် သတိလွတ်သွားလို့ ကုသိုလ်မရပဲ

http://www.dhammadownload.com



ကုသိုလ်အရှုံးခံ ပေါင်းတာက တစိမ်းပေါင်းပါ။ ကုသိုလ်မရတော့ တစိမ်းဒုက္ခကို နေရာပေးလိုက်သလို ဖြစ်သွားတာပေါ့။ စားဝတ်နေရေး စီးပွားရေး လူမှုရေးတွေကြောင့် အလုပ်ရှုပ်နေမအားမလပ်ဖြစ်နေလို့ ကုသိုလ်မလုပ်နိုင်သူတိုင်း တစိမ်းပေါင်း ပေါင်းနေတာပါ။ တစိမ်းနဲ့ နေရတော့ အားကိုးရမယ့် အကောင်းတရားကို မရွေးချယ်တတ်ပါဘူး။

(၂)အကုသိုလ်ဝင်ပေါက် ပွင့်သွားလောက်အောင် သတိလွတ်သွားလို့ အကုသိုလ်များ အပူပွားပြီး ပူပူလောင်လောင် ရှုပ်ရှုပ်ထွေးထွေးနဲ့ပေါင်းတာက ရန်သူပေါင်းပါ။ အကုသိုလ်ပွားနေတော့ ရန်သူကိုလေသာကို နေရာပေး

http://www.dhammadownload.com



ထားလိုက်တာပဲ။ စိတ်ရှုပ် စိတ်ညစ် စိတ်ပျက် စိတ်ဆင်းရဲ စိတ်ပူနေရသူတိုင်း ရန်သူပေါင်း ပေါင်းနေတာပါ။ ရှုပ်တဲ့ထဲ လောဘလဲ ပါတာပဲလေ။

(၃) ကုသိုလ်ဝင်ပေါက် ပွင့်သွားလောက်အောင် သတိကောင်းနေလို့ ကုသိုလ်များများရအောင် ပေါင်းတာက ဆွေမျိုးပေါင်းပါ။ ဆွေမျိုးကုသိုလ်ကို နေရာပေးထားလိုက်တာပဲ။ ကုသိုလ်ရအောင် ဆွေမျိုးပေါင်း ပေါင်းတတ်မှ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကောင်းတာကို ရွေးယူတယ်လို့ ဆိုရတာပါ။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် သတိထားပြီး သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာပေါ်အောင် ပေါင်းတတ်တယ်။ အလှူလုပ်တဲ့အခါ စေတနာဒါန

http://www.dhammadownload.com



ပေါ်အောင် ပေါင်းတယ်။ ကိုယ့်ဆီက စေတနာ ဒါနနှင့် အပြင်ဖက်က ဝတ္ထုဒါန ၂-မျိုးပေါင်းမှ ဒါနဖြစ်တာပါ။

သက်မဲ့ပစ္စည်းများနှင့် ပေါင်းရင်လဲ သတိထားပြီး ဒါန, သီလ, သမာဓိ, ဝိပဿနာပေါ်အောင် ပေါင်းတတ်တယ်။ သက်ရှိပုဂ္ဂိုလ်များနှင့်ပေါင်းတဲ့အခါ သတိမျှသာမက မေတ္တာပါတွဲပြီး ဒါန, သီလ, သမာဓိ, ဝိပဿနာပေါ်လာအောင် ဆွေမျိုးပေါင်း ပေါင်းတတ်တယ်။ ကုသိုလ်ရအောင် ဆွေမျိုးပေါင်း ပေါင်းတယ်ဆိုတာ အတိုးအညွှန့်ကို ထုတ်ယူတာပါ။ သတိဉာဏ်နဲ့ယူတတ်ရင် မိမိရဲ့ အရှိအားလုံးထဲမှာ အတိုးအညွှန့် ရနိုင်တာချည်းပဲ။

http://www.dhammadownload.com



ဆိုကြပါစို့- ဒသိန်းတန်ပစ္စည်းကို လှူတဲ့အခါ လှူပြီးတာနဲ့ ဒ-သိန်းလဲ မရှိတော့ဘူး။ ဒ-သိန်းတန်ပစ္စည်းလဲ မရှိတော့ဘူး။ အရင်းပျောက်သွားပြီ။ အားငယ်သွားလို့လား။ ကိုယ့်စေတနာကလဲကောင်း, လှူဖွယ်ကလဲစင်ကြယ်, ဗုဒ္ဓသာသနာကလဲ ကြီးကျယ်, အလှူခံကလဲ အကျင့်သိက္ခာရှိတော့ ကောင်းမှုအတိုးအညွှန့် ရလဒ်က ရေလို့မရနိုင်လောက်အောင် အလွန်များသွားတယ်။ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်အရောက် အကျိုးပေးလို့ မကုန်နိုင်လောက်အောင်, သိန်းသန်းကုဋေမကတန်အောင် အလွန်ကြီးကျယ်မြင့်မားသွားတယ်။ ကိုယ့်ဖက်က ဉာဏ်ရှိသလောက် ကြီးကျယ်များပြားသွားတာပါ။

http://www.dhammadownload.com



ပြီးသွားတာနဲ့ "ထိုက်တန်လိုက်တာဟဲ့၊ အရ
တော်လိုက်တာဟဲ့၊ ဝမ်းသာလိုက်တာဟဲ့၊
သူလဲချမ်းသာ ကိုယ်လဲချမ်းသာ ဝမ်းသာစရာ
ကောင်းလိုက်တာဟဲ့" လို့ ကြုံးဝါးကျူးရင့်မိမှာ
သေချာပါတယ်။ အရင်းကုန်သွားတဲ့နောက်က
ပေါ်ပေါက်လာတဲ့ အတိုးအညွှန့်ကို ဉာဏ်နဲ့
မြင်အောင် ကြည့်နိုင်လို့ ဝမ်းသာကြည်နူးသွား
တာပါ။

အခြားကောင်းမှုများလဲ ဒီတိုင်းပါပဲ။
သတိဉာဏ်အား ကောင်းသလောက် ရလဒ်
အတိုးအညွှန့် ကြီးကျယ်များပြား မြင့်မားသွား
ရစမြဲပါ။ သတိဉာဏ်နဲ့ စားသောက်ရင် သီလ
သမာဓိ ဝိပဿနာပါအောင် စားနိုင်တော့

http://www.dhammadownload.com



ထမင်းတစ်လုတ်စားပြီးတိုင်း ကော်ဖီတစ်ခါ သောက်ပြီးတိုင်း "ကုန်ရကျိုးနပ်တယ်ဟဲ့-တကယ်တန်တာဟဲ့" လို့ စိတ်ထဲက ကြုံးဝါးမိတာမျိုးတွေ၊ သတိဉာဏ်ရှေ့ကထားပြီး ဘုရားဂုဏ်တစ်ကြိမ်ပွားပြီးတိုင်း မေတ္တာတစ်ခါပို့ပြီးတိုင်း ရပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကို တစ်ခါရှုပြီးတိုင်း "တန်လိုက်တာဟဲ့၊ ကုန်သွားတဲ့အချိန် စိုက်ထုတ်လိုက်ရတဲ့အားနှင့်ရလဒ် ယှဉ်မရအောင် ရလိုက်တာဟဲ့၊ ဒုက္ခကိလေသာကို လျော့ပေးနိုင်တဲ့အားတွေ ဒုက္ခကိလေသာလွတ်ကြောင်းတရားကောင်းတွေ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်အောင် ရလိုက်တာဟဲ့" လို့ စိတ်ထဲက အားတက်မိတာမျိုးတွေပေါ့။

http://www.dhammadownload.com



ဖွားဖက်ကိလေသာ လွတ်ကြောင်းမဂ် ဖိုလ်, ဖွားဖက်ဒုက္ခလွတ်ရာနိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ပြီး ကိလေသာကိုနှိပ်တဲ့သတိ ဒုက္ခကိုနှိပ်တဲ့ ဉာဏ် ဦးဆောင်ပြုလုပ်ရမယ်။ ဒါမှ အကုန်ထက် အရက သာလွန်တဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ကောင်းမှု စွမ်းအားကို ရတယ်လို့ဆိုနိုင်မှာပါ။ ကိလေသာက မဂ်ဖိုလ်မှာ အဆုံးသတ်မယ်။ ဒုက္ခကနိဗ္ဗာန်မှာ အဆုံးသတ်မယ်လေ။ ပြီးတော့ သတိက ကိလေသာကိုနှိပ်တယ်။ ဉာဏ်က ဒုက္ခကိုနှိပ်တယ်။ ဒီ ၂-မျိုးကို နှိပ်သလောက် ငြိမ်းအေးချမ်းသာမှုကို ရနိုင်မယ်လေ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

## ၅။ ကောင်းတာရွေးမှ စိတ်အေးရ

❁ ကိုလေသာနိုင်၊ ဒုက္ခနိုင်၊
ကြဲခိုင်သတိ ဉာဏ်ရှိရ။

❁ ကိုလေသာကင်း၊ ဒုက္ခကင်း၊
လက်ငင်း ကုသိုလ်ရ။

❁ ကိုလေသာလွတ်၊ ဒုက္ခလွတ်၊
အမြတ်မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရ။

❁ စိတ်ကောင်းနှင့်ဉာဏ်၊ ထိုက်တန်စွာရွေး၊
အလိုက်ပေး၊ မနေးကုသိုလ်ရနိုင်ကြ။

http://www.dhammadownload.com



❀ **ထိုက်တန်လုစွာ၊ ကောင်းမှုပါ။**
**ကောင်းတာ အကုန်ရ။**

လူ့ဘဝမှာ ကုသိုလ်လောက်ကောင်းတာ အဖိုးတန်တာ အားကိုးရတာ ဘာမှမရှိပါဘူး။ ကုသိုလ်သာ အကောင်းဆုံး အဖိုးအတန်ဆုံး အားအကိုးရဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်မလိုချင်တဲ့ အဆိုးအားလုံးကိုလဲ ကုသိုလ်ကပဲ တကယ်နိုင်တာပါ။ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ အကောင်းအားလုံးကိုလဲ ကုသိုလ်ကပဲ တကယ်အပိုင်ရအောင်ယူပေးနိုင်တာပါ။ ဘာကုသိုလ်ပဲလုပ်လုပ် ကိလေသာကို တကယ်နိုင်တဲ့သတိ, ဒုက္ခအပေါ် တကယ်လွှမ်းမိုးနိုင်တဲ့ဉာဏ် ဦးဆောင်မှ တကယ့်ကုသိုလ်အစစ်ကို ရနိုင်မှာဖြစ်ပါ

http://www.dhammadownload.com



တယ်။ ဒါမှ ကိလေသာကင်းကြောင်း, ဒုက္ခ ကင်းကြောင်း စွမ်းအားကောင်းတွေ ပိုင်ဆိုင် လာမယ်။ ကိလေသာလွတ်ကြောင်း မဂ်ဖိုလ်, ဒုက္ခလွတ်ရာနိဗ္ဗာန် ကောန်ရနိုင်မယ်။ ဒါမှလဲ တကယ့် အကောင်းအစစ် ဖြစ်နိုင်မယ်။

တစ်ချို့လူတွေ လမ်းဘေးမှာ ပုံထားတဲ့ အမှိုက်ပုံထဲ တုတ်တစ်ချောင်းနဲ့ ဟိုထိုးဒီဖယ် လုပ်ပြီး ပလတ်စတစ်အိတ်စတဲ့ သုံးလို့ ဖြစ် နိုင်တာတွေကို ရှာဖွေရွေးကောက်ယူတတ်ကြ တယ်။ သန့်စင်ပြီး ပြန်ရောင်းရင် ပိုက်ဆံရနိုင် တာကိုး။ လူ့ဘဝထဲမှာလဲ ဒုက္ခကိလေသာ အမှိုက်တွေထဲ သတိဉာဏ် တုတ်တစ်ချောင်း နဲ့ ဟိုထိုးဒီဖယ်လုပ်ပြီး အဖိုးတန်ကောင်းမှု

http://www.dhammadownload.com



တွေ့ရအောင် ရာဖွေရွေးကောက်ယူရပါတယ်။ သတိဉာဏ်ရေ့က ထားပြီး စိတ်ကောင်းနှင့် ဉာဏ်အလိုက်ပေးလို့ ရွေးယူရင် အဖိုးတန်ကောင်းမှုကို အခါမရွေး နေရာမရွေး အလုပ်မရွေးရနိုင်ပါတယ်။ ကံကောင်းလို့ ရတနာကြောပေါ်ရောက်နေတာဖြစ်လို့ ဉာဏ်နှင့် ဝီရိယ ဆက်ကောင်းပေးလိုက်ရုံပါပဲ။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးလဲ နေ့စဉ်မှန်မှန် ကုသိုလ်ကျန်အောင် ကြိုးစားရွေးချယ် ထုတ်ယူနေပါတယ်။ ယခုနှစ် သင်္ကန်းသင်္ကရေတု အထိမ်းအမှတ်အနေနဲ့ ကုသိုလ် ၁၀-ပွဲ သီးခြားဆင်နွှဲခွင့်ရပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com



၁၃၇၂-ခု ကဆုန်လ(မေလ)ကစ ၁၃၇၂-ခု တပို့တွဲလ (ဖေဖော်ဝါရီလ)ထိ ၁၀-ကြိမ်ပါ။

၁။ ရန်ကုန်မြို့ ယောနယ်ဓမ္မာရုံအတွက် သိန်း (၅၀၀) လှူတယ်။

၂။ ဇာတိလက်ပန်ရွာ မေတ္တာဆေးကုသဆောင်အတွက် သိန်း (၁၀၀၀)ကျော် လှူတယ်။ (ယခု ၁၃၇၇-ဝါခေါင်လမှာ သိန်း ၁၄၀၀၀ ကျော်ပါပြီ)

၃+၄။ ရန်ကုန်မြို့ ဗဟန်း မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်မှာ ကိုရင်ဝတ်တဲ့နေ့ ၁-ကြိမ်, ကျောင်းတိုက်နှစ်ပတ်လည်နေ့ ၁-ကြိမ်, ၂-ကြိမ်လှူတယ်။

http://www.dhammadownload.com



၅။ ကိုရင်ဝတ်ခဲ့တဲ့ ကန်တောရကျောင်း တိုက်မှာ ကထိန်နှင့်တွဲလို့ ၁-ကြိမ် လှူတယ်။

၆+၇။ ကလေးမြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်မှာ ၁-ကြိမ်, တောင်ဖီလာတောရမှာ ၁-ကြိမ်, ၂-ကြိမ်လှူတယ်။

၈။ မ/ဒဂုံ ၄၂ ထေရဝါဒမမ္မရောင်ခြည် စာသင်တိုက်မှာ သိမ်သမုတ်ပွဲ သိမ် ရေစက်ချပွဲနှင့်တွဲလို့ ၁-ကြိမ် လှူတယ်။

၉+၁၀။ မန္တလေးမြို့မှာ ရွှေကျင်နိကာယကိုဏ်း လုံးဝန်ဆောင် သံဃာ့အစည်းအဝေးပွဲ နှင့်တွဲလို့ ၁-ကြိမ်, ရွှေကျင်နိကာယ

http://www.dhammadownload.com



နှစ် ၁၅၀-ပြည့်ပွဲနှင့် တွဲလို့ ၁-ကြိမ်, ၂-ကြိမ် လှူပါတယ်။ ပေါင်းတော့ ၁၀-ကြိမ်ပေါ့။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးရဲ့ သင်္ကန်းသင်္ကြေရတဲ့ နှစ်မှာ ကြံ့ကြိုက်တိုက်ဆိုင်လာလို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရွေးယူခွင့်ရတဲ့ အထူးကုသိုလ်ပွဲ ၁၀-ပွဲကို အများဝမ်းမြောက်ကုသိုလ်ပွားဖို့ ပေါင်းစုပြုတာပါ။ စမ်းရေတွင်းထဲက ရေဟာ ခပ်လိုက်ပြန်ပြည့်လိုက် ဖြစ်နေသလို လှူလိုက်ပြန်ပြည့်လိုက်ဖြစ်နေလို့ ၁၀-ပွဲဟာ ဘာအခက်အခဲမှ မရှိပါဘူး။ ဘာအဖွဲ့မှလဲ မဖွဲ့ရ၊ ဘယ်သူ့ထံမှာမှလဲ သီးခြားအလှူ မခံရ၊ ဘာစာရင်းမှလဲ

http://www.dhammadownload.com



မထုတ်ရပဲ အားလုံး လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ချည်း ပြီးမြောက်အောင်မြင်သွားပါတယ်။ ကုသိုလ်ဟာ ကုသိုလ်နှင့်တူရင် ဘာမှ ပူစရာမလိုဘူးဆိုတဲ့သဘောပါပဲ။

ကောင်းတာကို ကိုယ့်ဟာကိုယ် အမြန်ရွေးယူနိုင်ကြပါစေ။

**တိပိဋကယောဆရာတော်**

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်၊ ဗဟန်း။

ထေရဝါဒမမွှောင်ခြည်စာသင်တိုက်၊ မ/ဒဂုံ၊ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၇၂-ခုနှစ်၊ ပြာသိုလ (၂၀၁၁-ခု၊ ဇန်နဝါရီလ)



http://www.dhammadownload.com



၁၃၇၂-ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော် (၁၃/၁၄/၁၅) ရက်နှင့်
တပို့တွဲလဆန်း (၁/၂/၃) ရက်တို့၌ ကျင်းပပြုလုပ်သော
ရန်ကုန်မြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ (ပါဠိတက္ကသိုလ်)
ရွှေကျင်တိုက်သစ် ပဓာနနာယက
တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ၊ အဂ္ဂမဟာအက္ခရာ
**ယောဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသိရိနန္ဒာဘိဝံသ** ၏
သင်္ကန်းသင်္ကန် နှစ်(၅၀)ပြည့် ရွှေရတု စာရသမ စာရုမဟာ
ဓမ္မပူဇာ အလှူမင်္ဂလာ ကုသိုလ်ပွဲတော်အတွက်
ဂုဏ်ပြုရေးသား ပူဇော်အပ်သော
**စီဝရဟတ္ထပဏ္ဍာဒေယ္ယ ပဒေသနာကာရ ထုတ်ဝေပုံ**
**မင်္ဂလာဂါထာများ**



http://www.dhammadownload.com

၁။ ကျွန်ုပ်ကိုးကျော် ဝဿေ ဇာတော၊
ယော ထေရော စန္ဒသန္နိဘော။
ဥပဋ္ဌဲ့ ကတွာ ကန်တောရ-ကရံ
သမဏာဇာတိယာ။

စန္ဒသန္နိဘော- သာသနာ့နယ်၊ ဂုဏ်နိကာယ်ဖြင့်၊ ပေါယယ်ရှင်လူ၊ မြင်သူကြည်ညို၊ ကုသိုလ်ပေးကမ်း၊ ပိတိပန်း ကိုယ်စီဖြာ၊ ကောင်းကင်မှာ ဝင်းပ၊ ပမာလယ့ဉ်မူ၊ အသွင်တူတော်မူသော။ ယောထေရော- ယောဆရာတော်၊ ယောဆရာတော်ဟု၊ ဖူးမျှော်သူ နှုတ်ဖျား၊ ဆွဲဆောင်အား ကိန်းပျော်၊ တိပိဋကဓရ ယောဆရာတော်သည်။ ကန်တောရကရံ-ယောနယ်ဒေသ၊ သာသနာ့တက္ကသိုလ်၊ ပမာ

http://www.dhammadownload.com



ဆို ထွန်းတောက်၊ အံ့လောက် ဖန်ဆင်း၊ ထေရ်မင်း ပုဂံဝ၊ စိရာယုက၊ ဒီဃဒဿီ၊ ဂုဏ်ရည်ဖြန့်စီး၊ ပထမ ကန်တောရဆရာတော် ဘုရားကြီးကို။ ဥပဇ္ဈ် ကတွာ- အပြစ်ကြီးငယ်၊ ငြိမတွယ်အောင်၊ နီးဝယ်ကြည့်ရှု၊ ဥပဇ္ဈာယ်ပြု၍၊

ကျစ္ဆာ ကုန်းကျော် ဝဿေ- မြန်မာသက္ကရာဇ် ၁၃၂၂-ခုနှစ်၌။ ကျစ္ဆာကုန်းကျော် ဝဿေ- မျက်မှောက်ခေတ်ကာလ၊ ဝိသုဒ္ဓါရာမ ရွှေဘုံ၊ မြို့ရှန်ကုန် လွှမ်းဖုံး၊ ကျစ္ဆာသယကုန်း ထင်ပေါ်၊ နေ့နံဖော် သခ္ခ်ာ၊ နှစ်ကောဇာ ရောက်စု၊ ၁၃၂၂-ခု၊ ဥတုနွေကြီ။ လနယုန်မာသ၊ ဆန်းပက္ခ နွယ်ယုက်၊ (ဂ)ရက်နေ့ မင်္ဂလာချိန်အခါ၌။ သမဏဇာတိ ယာ- ဝမ်းနှင့်လွယ်ကြ၊ မွေးမိဘလက်ပြောင်း၊ လောက

http://www.dhammadownload.com



ကြောင်း လွတ်ကင်း၊ တရားမင်း ဗုဒ္ဓ၊ သားပုတ္တ သာမဏော၊ သမဏပဋိသန္ဓေ၊ သမဏ ဇာတ် အနေဖြင့်။ ဇာတော- ရှင်သိရိန္ဒ၊ သကတ္ထ ဘွဲ့ပေး၊ ပြည်လုံးမွေးအောင်၊ မွေးဖွားဖြစ်ထွန်း တော်မူလေပြီတကား။

**၂။ ဥဇ္ဇောတကေ သမေ ဒါနိ၊**
**ပညာသစီဝရာယုကော။**
**ဥဇ္ဇောတတီဝ သဒ္ဓမ္မေ၊**
**ပဏ္ဍာသတိကစာရုနာ။**

ဥဇ္ဇောတကေ သမေ- ကောဇာသက္ကရာဇ်၊ ၁၃၇၂-ခုနှစ်ဖြစ်သော။ ဒါနိ-လပြာသို ဆုတ်ပက္ခ (၁၃) ရက်မှစန္ဒဲ၊ တပို့တွဲရောက်စွန်း၊ လဆန်း (၃) ရက်ရောက်ရာ၊ ဤယခုအခါ၌။ ဥဇ္ဇော

http://www.dhammadownload.com



တကေ သမေ ဒါနိ- ဂုဏေး ဂုဏာ၊ ညီအမျိုးဖြင့်၊ ထွန်းပနက်ဖော်၊ လူတို့ခေါ် ဝေါဟာ၊ ကောဇာရတု၊ ၁၃၇၂-ခု၊ ဥတုဟေမန္တ၊ ပြာသိုလ မြစ္ဆာညို၊ ပေါက်ပန်းဆို နီရဲ၊ တပို့တွဲ ဆန်းတက် (၃)ရက်ရောက်လာ ဤယခုအခါ၌။ ပညာသစီဝရာယုကော- ဖန်ရည်တပ်စွန်း၊ မြတ်သက်နန်းဆင်သ၊ အသက်ကာလနှစ်(၅၀)၊ ပြည့်ကြွယ်အတိ၊ ရောက်ရှိတော်မူသော။ ယောထေရော- တိပိဋကဓရ၊ ကောဝိဒဟု၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာ၊ ပိုင်စွာတရား၊ ယောဆရာတော် ဘုရားသည်။

သဒ္ဓမ္မေ- မြတ်စွာဗုဒ္ဓ၊ မိန့်ခြွေဟသည့်၊ ပဋ္ဌနိကာယ်၊ ကြီးကျယ်နဘော်၊ ပိဋကတ်တော်၌။ ပဏ္ဍာသ တိကော- သုတ်တော်အညီ၊

http://www.dhammadownload.com



(၅၀)စီမို့၊ ခေါ်မည်နာမ၊ မူလပဏ္ဏာသ၊ မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ၊ ဥပရိပဏ္ဏာသ-ဟု၊ ပဏ္ဏာသသုံးသွယ်၊ မဇ္ဈိမခေါ် ကျမ်းနိကာယ်သည်။ ဥဇ္ဇောတတိ ကွဝ- မိစ္ဆာ ဓမ္မ၊ မိုက်မောဟကို၊ တစ်စမကြွင်း၊ အလျှင်း ပယ်ဖျောက်၊ ဝင်းဝင်းတောက်မှု၊ ထွန်းတောက်တော်မူလေသကဲ့သို့။ (ဧဝံ တထာ)- ပဏ္ဏာသသုံးပါး၊ ဆက်စပ်ထားမူ၊ အလားတူသာလျှင်။ သဒ္ဓမ္မေ-သိက္ခာသုံးလီ၊ ပွားစည်ဖို့ရာ၊ မြတ်စွာဟောဖော်၊ သာသနာတော်၌။ ပဏ္ဏာသတိုက စာရနာ- နှစ်(၅၀)ကာလ၊ ပဏ္ဏာသသုံးလီ၊ ဆက်ဆက်တည်၍၊ သုံးလီသရဒ၊ ပဏ္ဏာသအစု၊ ရွှေရတုသုံးခုဖြင့်။

http://www.dhammadownload.com



ပဏ္ဏာသတိုက စာရနာ-

၁၃၇၂-ခုနှစ်တွင် သင်္ကန်းသက် နှစ် (၅၀) ပြည့်ကောင်းမှု ရွှေရတု၊

၁၃၇၃-ခုနှစ်တွင် ရဟန်းသိက္ခာ ဝါတော် ရေတွက် နှစ် (၅၀) ပြည့်ကောင်းမှု ရွှေရတု

၁၃၇၄-ခုနှစ်တွင် သာမဏေမှတက် ရဟန်းဖြစ်ရာ ရဟန်းသက် နှစ်(၅၀)ပြည့် ကောင်းမှုရွှေရတု-ဟု ရွှေအခါကောင်း၊ သုံးနှစ် ပေါင်း ဆက်ဆက်ယှဉ်၊ ရွှေစနစ် ရွှေသဘင် ဖြင့်။ ဥဇ္ဇောတတိ- သိက္ခာကုန်လုံ၊ မြတ်သုံးပုံ နှလုံးတည်၊ ကျင့်ဂုဏ်ရည်ဖြင့်၊ ရောင်ခြည် ပတ်ဝန်း၊ ကမ္ဘာလွှမ်းအောင်၊ ထွန်းလင်း တောက်ပတော်မူပေသည်တကား။

http://www.dhammadownload.com



**၃။ ဝိသုဒ္ဓပုညသမ္ပုဏ္ဏော၊**
**ဝိသုဒ္ဓါရာမ နာယကော။**
**သဗ္ဗယီ ဝိသုဒ္ဓံ ပုညံ၊**
**ဝိသုဒ္ဓါနေက စာရုနာ။**

ဝိသုဒ္ဓပုညသမ္ပုဏ္ဏော- ရှေအကြောင်း၊ ဖယောင်းသက်သေ၊ ရှေးစာပေ မှတ်သား၊ ကျမ်းစကား သာဓက၊ ရှေးဘဝ ခုဘဝ၊ လူ့ဘဝ မြတ်ရဟန်း၊ ထိပ်တန်းပေါက် ပြည့်စုံ၊ မြတ်သုံးပုံ ဆောင်နိုင်၊ ကြီးခိုင်များမြတ်၊ ကုသိုလ် ဓာတ်နှင့်၊ မကိုင့်ထွင့်ကျောက်၊ သမိုင်းတောက်အောင်၊ အံ့လောက် ကုံလုံ၊ ပြည့်စုံတော်မူပေသော။ ဝိသုဒ္ဓါရာမ နာယကော- ဉံ့ ရှေကျင် ဉံ့ ဝိသုဒ္ဓါရုံ၊ နိကာယ်ဂုဏ်ဖြင့်၊

http://www.dhammadownload.com



အာရုံစူးစိုက်၊ အောင်မကိုင့် သရဖူ၊ အောင်ဘွဲ့ယူ ဆွတ်လှမ်း၊ ရှင်ရဟန်း ဝိုင်းအုံ၊ မြို့ရှန်ကုန်ဒေသ၊ မဟာဝိသုဒ္ဓါရာမ၊ ဝိဟာရခေါ်၊ ကျောင်းတိုက်တော် နာယက၊ တိပိဋကဓရ၊ ယောဆရာတော်ဘုရားသည်။ ဝိသုဒ္ဓါနေကစာရနာ- အသင်းအဖွဲ့ပါ။ ကြော်ငြာမကမ်း၊ မြတ်သက်ိန်းပိုင်ရာ၊ စင်ကြယ်စွာ ပစ္စယ၊ နဝကမ္မ သိန်း, ရာထောင်၊ ဘုံကျောင်းဆောင် အခန်းခန်း၊ ဆွမ်းလှူ ဆွမ်းလောင်းအဖုံဖုံ၊ သခ်ါတုံ နှ သင်္ကာ၊ ဓမ္မပူဇာ အားသဲ၊ တရားပွဲရက်ဆက်၊ ဘဝင်တိုင် သာဓုလွှမ်း၊ ရာထောင်ဂဏန်း သံဃာ၊ စေတနာဖြူဖွေး၊ အလှူပေးအလှူခံ၊ ပြည်နိဗ္ဗာန် ရည်မှော်၊ များစွာသော ရွှေရတုပွဲတော် ကောင်းမှုဖြင့်။

http://www.dhammadownload.com



(ဝိသုဒ္ဓါနေက စာရနာ- ဝိသုဒ္ဓါနေက စာရ မဟေန= သက်န်းသက် (၅၀) ပြည့်ရာ၊ ၁၃၇၂- ခုနှစ်အခါဌ်၊

ရန်ကုန်မြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံဌ် ပထမအကြိမ် ရွေရတုအလှူ။

ဂန့်ဂေါမြို့ ကန်ရွာ ကန်တောရဌ် ဒုတိယ အကြိမ် ရွေရတုကထိန်အလှူ။

ကလေးမြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံဌ် တတိယ အကြိမ် ရွေရတုအလှူ။

ကလေးမြို့ တိပိဋကတောင်ဖီလာတောရ ဌ် စတုတ္ထအကြိမ် ရွေရတုအလှူ။

မြောက်ဒဂုံ ထေရဝါဒဓမ္မရောင်ခြည် စာသင်တိုက်ဌ် ပဉ္စမအကြိမ် ရွေရတု သိမ် သမုတ်ပွဲတော်နှင့် သိမ်ကျောင်းဆောင် ရေစက်

http://www.dhammadownload.com



ချအလှူ။

မန္တလေးမြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ရွှေကျင်ဂိုဏ်း လုံး ဝန်ဆောင် အစည်းအဝေး၌ ဆင်ခြအကြိမ် ရွှေရတုအလှူ။

မန္တလေးတောင် မြောက်ဘက် ရွှေကျင် တိုက်မ ရွှေကျင်နှစ် (၁၅၀) ပြည့်၌ သတ္တမ အကြိမ် ရွှေရတုအလှူ။

ရန်ကုန်မြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ၌ တိုက်တည် သက် (၅၂)နှစ် အထိမ်းအမှတ်ပွဲနှင့်အတူ အဋ္ဌမအကြိမ် ရွှေရတုအလှူ။ ဟူ၍၊ အဆူဆူ များလှ၊ စာရမဟ ဓမ္မပူဇာပွဲဖြင့်။)

ဝိသုဒ္ဓံ ပုညံ- ပကာသနမဆောင်း၊ လောကကြောင်းမပြ၊ သာသနာ့ဂုဏ်ဖော်၊ ပူဇော်ရည်မှန်း၊ နိဗ္ဗာန်လမ်း ဖြောင့်စင်း၊ သန့်ရှင်း

http://www.dhammadownload.com



များပြားသော ကောင်းမှုကုသိုလ်တရားကို။ သစ္စယီ သစ္စယီဝတ- အဟော ဒါနံ၊ ပရမ ဒါနံ၊ ဥဒါန်းသံ ဘဝဂ်ကျူး၊ ကိုယ်လုံးမှာ ပီတိမြူးအောင်၊ ကြည်နူးကျက်သရေ ဆည်းပူး ရယူတော်မူလေပြီတကား။

ရစိတာယံ ကန်တော်ရထေရေန

၂၁-၁၂-၂၀၁၀

http://www.dhammadownload.com

# တိပိဋကယောဆရာတော်၏ ထုတ်ဝေပြီးသည့် ဓမ္မလက်ဆောင်စာအုပ်များ



၁။ စိတ်ထိန်းကိရိယာ

၂။ ဘဝလမ်းညွှန်

၃။ သာဓု ၄-ပါး မြတ်တရား

၄။ အပေါင်းလက္ခဏာ

၅။ အနှစ်ထုတ်ယူ စွမ်းတဲ့လူ

၆။ ကံကိုထိန်းချုပ် စိတ်ခလုတ်

၇။ စိတ်ဓါတ်ကိုမြှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်

၈။ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်လျှောက် ကောင်းရာ ရောက်

http://www.dhammadownload.com

၉။ အချိန်တန်ဖိုး လူတန်ခိုး
၁၀။ ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့
၁၁။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ခပ်သုတ်သုတ်
၁၂။ တရားအသိ လူမျက်စိ
၁၃။ မေတ္တာပန်းခိုင် ၃-ပွင့်ဆိုင်
၁၄။ နှလုံးသားဝယ် ဘုရားတည်
၁၅။ အေးမြရွှင်ပြုံး လူနှလုံး
၁၆။ လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား
၁၇။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်ချစ် လူအစစ်
၁၈။ အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန်
၁၉။ တရားကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
၂၀။ သူ့ကိုစောင့်ရောက် ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်
၂၁။ ကျန်းမာရွှင်လန်း မေတ္တာစွမ်း

http://www.dhammadownload.com

၂၂။ မေတ္တာလက်တွဲ ရာပြည့်ပွဲ

၂၃။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ဥစ္စာထုပ်

၂၄။ ဘဝဝေစု မြတ်ကောင်းမှု

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

http://www.dhammadownload.com

၃၅။ နွားတိ + ဆက် = မင်္ဂလာ

၃၆။ မေတ္တာတရား လူစွမ်းအား

၃၇။ အကုန်အရ လူဘဝ

၃၈။ မီးသတိပြု

၃၉။ မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး

၄၀။ ၄၅-ဝါ သာသနာ

၄၁။ လူအား

၄၂။ လူ၏စွမ်းအား ပတ္တမြား

၄၃။ စိတ်ကောင်းထားက မိတ်ကောင်းရ

၄၄။ အချစ်ဆုံးဆွေမျိုး

၄၅။ ညှဉ်သည်

၄၆။ ၄၅-နှစ် ရဟန်းသက်

၄၇။ စိတ်အေးစရာ သာသနာ

http://www.dhammadownload.com

၄၈။ တစ်ခါလာလဲ ဒါပါပဲ

၄၉။ လူ့ဘဝထဲ စာမေးပွဲ

၅၀။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဘောလုံးပွဲ

၅၁။ ဘဝတစ်ခေါက် ခြောက်ဆယ့်ခြောက်

၅၂။ ယနေ့အလုပ် ယနေ့လုပ်

၅၃။ အဘိဓမ္မာ သိစရာ

၅၄။ ဝိသုဒ္ဓါရုံ ခွင့်ခါကြုံကြိုက် စာသင်တိုက်

၅၅။ ဓာတ်

၅၆။ ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်

၅၇။ လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ

၅၈။ ဆရာ့ကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး

၅၉။ သတိကိုင်စွဲ နှုတ်ဆက်ပွဲ

၆၀။ ဦးကောသလ္လတစ်ဘဝ ပေါ်ရတောင်ဖီလာ

http://www.dhammadownload.com

၆၁။ သတိမေတ္တာ သူငါစုပေါင်း အကုန်ကောင်း
၆၂။ ယခုအလုပ် ယခုလုပ်
၆၃။ ဒီအတိုင်းပါပဲ
၆၄။ သုံးပါးမြတ်စွာ ရတနာ
၆၅။ ချစ်ခင်ညီညာ ပေါင်းတာမှန်မှ ငြိမ်းချမ်းရ
၆၆။ ဒီတစ်ခါလဲ ဒီတိုင်းပဲ
၆၇။ ပေါင်းတာမှန်မှ ကောင်းတာရ
၆၈။ ခဏာတုံးထား ၄-ဘီးကား
၆၉။ ကိုယ့်ဟာနဲ့သာ ကိုယ်နေပါ
၇၀။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ
၇၁။ နေကောင်းရဲ့လား
၇၂။ အသိဆန်းကြယ် အနှစ်ကြွယ်
၇၃။ မေတ္တာအစွမ်း စိတ်အေးချမ်း

http://www.dhammadownload.com

၇၄။ အများမကြိုက် လူမိုက်တစ်ယောက်
ပန်းတိုင်ရောက်

၇၅။ မိခင်စိတ်ထား မေတ္တာအား

၇၆။ သူဦး ကိုယ်ဦး ခ-မ္ဘာပူး

၇၇။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ယူ စွမ်းတဲ့လူ

၇၈။ ပစ္စည်းတန်ဖိုး လူ့တန်ခိုး

၇၉။ ကိုယ့်ဂုဏ်ကိုယ်ပြု ကောင်းတာစု

၈၀။ ဆွေမျိုးကိုရာ ကိုယ့်ဆီမှာတွေ့

၈၁။ အသီးတစ်ရာ အညာတစ်ခု

၈၂။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်ကယ် မီသေးတယ်

၈၃။ အသိမှန်ကန် အဖိုးတန်

၈၄။ ဆရာဒကာ သာသနာ

၈၅။ အသက်ကြီးရင် အဖော်လိုတယ်

http://www.dhammadownload.com

၈၆။ နှစ်ကူးမင်္ဂလာ ဖိတ်ကြားလွှာ

၈၇။ ဘဝထဲမှာ ကောင်းတာရှာ

၈၈။ ပစ္စည်းအလှ ဘဝတန်ဆာ ရတနာ

၈၉။ မေတ္တာ ပညာ ပဒေသာ

၉၀။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဖြည့် သူ့ကိုကြည့်

၉၁။ ငွေနှင့်ပုလဲ ကုသိုလ်ပွဲ

၉၂။ အချိန်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက်

၉၃။ ရက်လည် လလည် နှစ်ပတ်လည်

၉၄။ နေ့စဉ်ဆင်နွှဲ လူ့အောင်ပွဲ

၉၅။ မကောင်းမှုရှင်း ကောင်းမှုသွင်း
စိတ်ရင်းဖြူစင်စေ