www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော်

# လူသားမေတ္တာ ကျကမ္ဘာ

တိပိဋကဓမ္မလက်ဆောင်(၅၇)

(ယောဆရာတော်၏ တိပိဋကဘွဲ့ရ ၂၅ နှစ်ပြည့်
ငွေရတု အထိမ်းအမှတ် အထူးလက်ဆောင်)

စတုတ္ထအကြိမ် ဓမ္မဒါန

အုပ်ရေ(၁၀၀၀၀)

သာသနာ ၂၅၅၅ ကောဇာ ၁၃၇၃-ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလ ခရစ် ၂၀၁၁-ခုစက်တင်ဘာလ

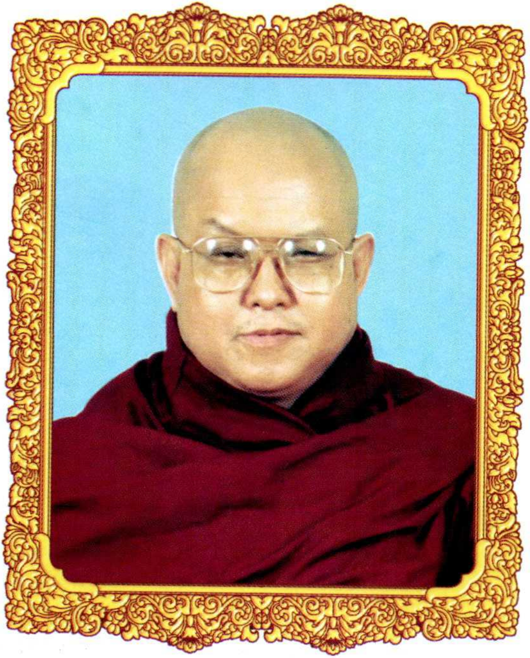
www.dhammadownload.com

# လက်ဖျောက်တစ်ချက် စွမ်းအားတက်

- လက်ဖျောက်တစ်ချက်၊ လျှပ်တစ်ပြက်၊ မျက်စိတစ်မှိတ်တွင်။
- အက္ခရာတစ်လုံး၊ ရွတ်နေတုန်း၊ မဆုံးသေးမီတွင်။
- မေတ္တာစိတ်မြှတ်၊ အဖေးမပါတ်၊ ပို့လွှတ်ပေးလိုက်လျှင်။
- ဈာန်မဆိုက်သုန်း၊ ဘုရားဆုံးမ၊ ကျနလိုက်နာ၊ ကျိုးရှိစွာ၊ ရိက္ခာသုံးသူပင်။
- လက်ဖျောက်တစ်ချက်၊ လျှပ်တစ်ပြက်၊ မျက်စိတစ်မှိတ်တွင်။
- အက္ခရာတစ်လုံး၊ ရွတ်နေတုန်း၊ မဆုံးသေးမီတွင်။
- ရုပ်နာမ်အစ၊ ပြောင်းလဲမှု၊ မှတ်ရှုပေးလိုက်လျှင်။
- ကောင်းမှုအားလုံး၊ လွှမ်းရျုံဖုံး၊ ထိပ်ဆုံးရောက်သူပင်။
- သတိတည်ခေါက်၊ အသိရောက်သော်၊ လက်ဖျောက်တစ်ချက် စွမ်းအားတက်၊ ထက်မြက်ဉာဏ်အမြင်။
- ဉာဏ်မြင်ထက်မှ၊ ချမ်းသာရ၊ ဒုက္ခလွတ်မည်ပင်။

တိပိဋကယောဆရာတော်

www.dhammadownload.com



အရှင်သီရိန္ဒာဘိဝံသ (ယောဆရာတော်)

တိပိဋကဓရ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက

www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

# လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ

## တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၅၇)

(ယောဆရာတော်၏ တိပိဋကဘွဲ့ရ ၂၅-နှစ်ပြည့်
ငွေရတုအထိမ်းအမှတ် အထူးလက်ဆောင်)

စတုတ္ထအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

| သာသနာ | ကောဇာ | ခရစ် |
| --- | --- | --- |
| ၂၅၅၅ | ၁၃၇၃-ခုနှစ် တော်သလင်းလ | ၂၀၁၁-ခုနှစ် စက်တင်ဘာလ |

www.dhammadownload.com


# ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၃၂၀၆၅၈၁၀၀၉
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်- ၃၂၀၅၈၃၁၀၀၉
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ခင်အေးမော် (၀၆၀၂၄)
ဂုဏ်သိရိပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်- ၅၂၊ လမ်း- ၃၀၊
ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း - ၀၉၅၀၀၂၅၇၇၅၊ ၀၉၄၉၂၁၈၂၈၈
ထုတ်ဝေသူ - ဦးကျော်ဟင်း (ယုံကြည်ချက်စာပေ)
အုပ်ရေ - ၁၀၀၀
တန်ဖိုး - ဓမ္မဒါန
အကြိမ် - စတုတ္ထအကြိမ်

ထုတ်ဝေသည့်စာအုပ် ကတ်တလောက်အညွှန်း(CIP)

သိရိန္ဒာဘိဝံသ၊ အရှင် (တိပိဋကယောဆရာတော်) ၂၉၄·၃
လူသားမေတ္တာ ဤတမ္ဘာ/ အရှင်သိရိန္ဒာဘိဝံသ(တိပိဋကယောဆရာတော်)။
– ရန်ကုန်၊
ယုံကြည်ချက်စာပေ ၊ ၂၀၀၉ ။
၁၆၅ – စာ ၊ ၉ . ၅ × ၁၂ စင်တီ ။
(၁) လူသားမေတ္တာ ဤတမ္ဘာ

www.dhammadownload.com

# မာတိကာ


၁။ ကုသိုလ်ပေါင်းစု ငွေရတု ၁
၂။ တိပိဋက ကုသိုလ်ရ ဘဝအနှစ်ပါ ၁၃
၃။ တိပိဋက ဘဝတန်ဖိုး ကုသိုလ်တိုး ၂၅
၄။ ကုသိုလ်ကိုစု ငွေရတု ၃၆
၅။ မေတ္တာပေါင်းစု ငွေရတု ၃၉
၆။ လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ ၆၂
၇။ မေတ္တာတွဲကာ ပစ္စည်းရှာ ၈၀
၈။ မေတ္တာဖွေးဖြူ ပစ္စည်းကူ ၈၉
၉။ ကောင်းဆိုးနှစ်ဖြာလူ့ခန္ဓာ ကောင်းတာထုတ်သုံးရ ၁၀၃
၁၀။ မြေ ရေအနှံ့ ကောင်းကင်ဖြန့် ၁၁၆
၁၁။ ကုသိုလ်ကိုပြု ငွေရတု ၁၂၉
၁၂။ ထုတိဝေဒလ္လဂါထာ ၁၃၆

www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

# လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၅၇)

## နမော ခန္တီ မေတ္တာဗလဿ

## ၁။ ကုသိုလ်ပေါင်းစု ငွေရတု

✤ လူ့ဘဝမှာ၊ ကုသိုလ်သာ၊
မှန်စွာပဓာန။

✤ တစ်ယောက်တည်းလဲ၊ ကုသိုလ်ပဲ၊
အမြဲတိုးစေရ။

www.dhammadownload.com



✣ အများနှင့်တွဲ၊ ကုသိုလ်ပဲ၊
အမြဲပွားစေရ။

✣ သက်မဲ့သက်ရှိ၊ ဉာဏ်သတိဖြင့်၊
မိမိနှင့်သာ၊ တွဲရပါမှ၊
အပူကင်းကွာ၊ ကုသိုလ်သာ၊
ကောင်းစွာပွားစေရ။

✣ ကိုယ့်စိတ်ကိုနိုင်၊ ကုသိုလ်ကိုင်သော်၊
ကိုယ်ပိုင်တန်ခိုး၊ ကိုယ့်ဆွေမျိုး၊
ကိုယ်ကျိုးပြည့်စုံရ။

✣ ကိုယ်ကျိုးပြည့်စုံ၊ မေတ္တာခြုံကာ၊
ကောင်းစွာနီးကြား၊ ဆောင်ရွက်ငြား၊
အများအကျိုး ပြည့်စုံရ။

✣ ကိုယ်ကျိုးသူ့ကျိုး၊ အစုံတိုး၍၊
ကောင်းကျိုးရကြောင်း၊

www.dhammadownload.com



**ကုသိုလ်ပေါင်းစု၊ ငွေရတု၊**
**အောင်ဆုတိုး၍ အေးချမ်းရ။**

ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့် တွေ့ကြုံခွင့်ရတဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ မြတ်နိုးဖွယ်အကောင်းဆုံး ရလဒ်အနှစ်ချုပ်က ကုသိုလ်တရားတစ်မျိုးတည်းပါ။ လူ့ဘဝမှာ ကုသိုလ်ရဖို့သာ ပဓာန အရေးကြီးဆုံးဖြစ်တယ်။ လူ့ဘဝမှာ ကုသိုလ်တရားလောက် အဖိုးတန်တဲ့အရာဟာ ဘာတစ်ခုမှမရှိပါဘူး။ ကုသိုလ်တရားသာ အားတက်ဖွယ် အကောင်းဆုံး အဖိုးအတန်ဆုံးပါ။ လူသားအားလုံး ကုသိုလ်ရသလောက် သိမ်းကျုံးယူဖို့ လူဖြစ်လာကြတာပါ။ ရတနာ၃-ပါးနှင့်ဆက်စပ်ခွင့်ရနေတဲ့ လူ့ခန္ဓာထဲမှာ စိန်ရွှေ

www.dhammadownload.com



ငွေလောကီရတနာတွေထက် တန်ဖိုးအလွန်ကြီးမားလှတဲ့ ကုသိုလ်တရားရတနာတွေ လိုသလောက်ရနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာထဲက အဖိုးအတန်ဆုံး, အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ကုသိုလ်တရားများ အိုနာ သေထက် လက်ဦးအောင် အချိန်မီမြန်မြန်ရနိုင်ဖို့ သတိ ဝီရိယကြီးစွာထားပြီး ကြိုးစား အားထုတ်ယူရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကုသိုလ်တရားဆိုတာ စိတ်ကောင်းမှုရနိုင်တဲ့ ကောင်းမှုပေါ့။ အရှိန်ပြင်းလှတဲ့ကိလေသာကို သတိ ဝီရိယနဲ့နှိမ်နင်းပြီးမှ ယူထားတာဖြစ်လို့ အဆိုးကိုလဲနိုင်, ကောင်းမှုနှင့်တန်တဲ့စိတ်ကောင်းကို ဖေါ်ထုတ်ပြီးမှယူထားတာဖြစ်လို့ အကောင်း

www.dhammadownload.com



ကိုလဲ ပိုင်စေနိုင်တာကြောင့် လူ့စွမ်းအား လူ့တန်ခိုး လူ့အရှိန်အဝါလဲဖြစ်ပါတယ်။ အရှိအပေါ် အသိလွှမ်းမိုးနိုင်တဲ့ လူ့စွမ်းအား လူ့တန်ခိုး လူ့အရှိန်အဝါနဲ့နေနိုင်တာကိုပဲ ကုသိုလ်လုပ်တယ်လို့ ပြောတာပါ။

ဆင်းရဲအပူကိုမလိုချင်ပဲ ချမ်းသာငြိမ်းအေးမှုကိုသာလိုချင်တဲ့ လူ့ဘဝရဲ့အထွင့်အထိပ်ပန်းတိုင်ဟာ ကုသိုလ်တရားပါ။ ပိုက်ဆံပစ္စည်းတွေဟာ လူ့ဘဝရဲ့ပန်းတိုင်မဟုတ်ဘူး။ ပန်းတိုင်ရောက်အောင် တက်ဖို့လှေကားများ, ငြမ်းများသာဖြစ်တယ်။ လူရဲ့စားဝတ်နေရေးတွေဟာလဲ လူ့ဘဝရဲ့ပန်းတိုင်မဟုတ်ပါဘူး။ ပန်းတိုင်ရောက်အောင် လှေ

www.dhammadownload.com



ကားထောင်, ငြမ်းဆင်တက်နေတာပဲဖြစ်ရမယ်။ ကုသိုလ်ဆိုတဲ့လူ့ဘဝအနှစ်ကို ရအောင်မယူနိုင်သမျှ ဘယ်သူမှ လူ့ဘဝပန်းတိုင်မရောက်ပါဘူး။ အပူအားလုံးငြိမ်းတဲ့ မဂ် ဖိုလ်နှင့် ဆင်းရဲအားလုံးလွတ်ဟဲ့နိဗ္ဗာန်ထိ ဦးတည်ချက်ထားမှလဲ ကုသိုလ်အစစ်ပါ။

လူ့ဆန္ဒအားလုံးကို တူရာပေါင်းလိုက်ရင် အဆိုးအားလုံးကင်းချင်တာရယ်, အကောင်းအားလုံးပြည့်စုံချင်တာရယ် ဒီ ၂-မျိုးတည်းပါ။ ကုသိုလ်တရားဟာ အဲဒီ ၂-မျိုးလုံးရအောင် အာမခံ တာဝန်ယူနိုင်ပါတယ်။ ကုသိုလ်မှာ မြတ်နိုးဖွယ် အမှတ်အသား ၂-ခုပါတယ်။

www.dhammadownload.com



(၁) အပြစ်မရှိ ကင်းစင်တယ်။
(၂) ကောင်းကျိုးကိုသာ ပေးတယ်။ ဒီ ၂-ခုပဲ။ အပြစ်မရှိကင်းစင်လို့လဲ အဆိုးကိုနိုင်တာပါ။ ကောင်းကျိုးကိုသာပေးတတ်လို့လဲ အကောင်းကိုပိုင်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်တာပါ။ ကုသိုလ်ရဲ့ မြင်သာထင်သာတဲ့ ပေါ်လွင်လှတဲ့ အမှတ် ၂-ခုကို ကောင်းကောင်းမှတ်မိနေတဲ့လူများဟာ နေ့တိုင်း ကုသိုလ်မလုပ်ပဲ မနေနိုင်ကြတော့ဘူး။

ကုသိုလ်ရဲ့အမှတ်အသားကို မှတ်မိထားတဲ့လူဟာ တစ်ယောက်တည်းနေတော့လဲ ကုသိုလ်တရားရရှိတိုးပွားအောင် သတိထားကြိုးစားပေးရမယ်။ သတိထားကြိုးစားတော့

www.dhammadownload.com



စိတ်ငြိမ်လို့ ဉာဏ်ပွင့်ပြီး ကုသိုလ်ရလာဘ် ကောင်းကောင်းမြင်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကြောင့်လဲ ကိုယ်ကုသိုလ်ရ,ရမယ်။ အများနှင့်တွဲနေတော့ လဲ ကုသိုလ်ပဲကျန်ရစ်ခဲ့စေရမယ်။ အများ နှင့်တွဲရတိုင်း ခန္တီ မေတ္တာကို လက်ကိုင်ပြုရ မယ်ပေါ့။ ကိုယ့်ကြောင့်လဲ သူကုသိုလ် ရ,ရ မယ်။ သူ့ကြောင့်လဲ ကိုယ်ကုသိုလ်ရ,ရမယ်။

လူအချင်းချင်းသာ မဟုတ်ပါဘူး။ အခြား သက်ရှိသတ္တဝါတွေနှင့်ပဲတွဲတွဲ, သက်မဲ့ပစ္စည်း ဝတ္ထုတွေနှင့်ပဲတွဲတွဲ, ဘာနှင့်ပဲတွဲတွဲ လူဟာ သတိရှေ့သွားဉာဏ်အင်အားနဲ့ ကုသိုလ်တရား ရအောင်သာ မဖြစ်မနေယူနိုင်ရမယ်။ လူဟာ အကောင်းအဆိုး ဘာနှင့်ပဲပေါင်းပေါင်း

www.dhammadownload.com



ကောင်းမှုရလဒ်ချည်း ပေါ်ထွက်လာစေရမယ်။ ကောင်းမှုနဲ့ အညွန့်တစ်လူလူ လွှင့်ထူနိုင်မှပဲ လူအစစ်ဖြစ်ခွင့်ရမယ်လေ။

သတိဉာဏ်နဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကိုနိုင်အောင် ထိန်းနိုင်ရင် စိတ်ကောင်းဖေါ်ထုတ်နိုင်ရင် ကုသိုလ်ကိုမိအောင် ဆွဲကိုင်နိုင်ပါတယ်။ ကုသိုလ်ကိုဆွဲကိုင်မိရင် ကိုယ်ပိုင်တန်ခိုး, ကိုယ်ပိုင်အရှိန်အဝါ, ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားတွေ ရလာပြီပဲ။ ကိုယ့်ရဲ့ဆွေမျိုးအရင်းတွေနှင့်လဲ တကယ်တွေ့ရပြီပဲ။ လူဟာ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လဲ ကုသိုလ်ဆွေမျိုးတော်စပ်ရမယ်။ အခြားလူ, အခြားသတ္တဝါတွေနှင့်လဲ ကုသိုလ်ဆွေမျိုးတော်နိုင်အောင် ကြိုးစားပေးရမယ်။

www.dhammadownload.com



သက်မဲ့ပစ္စည်းဝတ္ထုတွေနှင့်လဲ ကုသိုလ်ဆွေမျိုးပဲ တော်စေရမယ်။ အို နာ သေ ဒုက္ခတွေဘေးရန်အနှောင့်အယှက် အပူအမျိုးမျိုးတွေနှင့်လဲ ကုသိုလ်ဆွေမျိုးတော်စပ်နိုင်အောင်အသိထူးချွန်ရမယ်။ ကုသိုလ်ရနိုင်တယ်ဆိုရင်ဘယ်အာရုံမဆို ဆွေမျိုးချည်းပဲလေ။ အဆိုးတွေရှိနေတာကြောင့်လဲ အကောင်းရကြောင်းကောင်းမှုကုသိုလ်ကို လက်မလွှတ်ရဲတာပါ။ နောက်ဆုံးတော့ ကိုယ့်အခက်အခဲကို ကိုယ်တိုင်ပဲ ကိုယ့်ကုသိုလ်နဲ့ ဖြေရှင်းရမှာ ဖြစ်တယ်။ ဒါဆိုရင် ကိုယ်ကျိုးပြည့်စုံဖို့ သေချာပြီပဲ။ အဆိုးကိုနိုင်ရင် အကောင်းလဲပြည့်စုံလို့ ကိုယ့်ဘဝပြေလည်ပြီပေါ့။

www.dhammadownload.com



ကိုယ်ကျိုးပြည့်စုံရင် မေတ္တာပါတဲ့ဆောင် ရွက်ပေးလိုက်တော့ အများအကျိုးပါပြီး ပြည့်စုံရပါတယ်။ ကိုယ့်အတွက် သက်သက် တွက်နေရာကနေပြီး သူ့အတွက်ပါထည့်တွက် လိုက်တာဟာ မေတ္တာပဲ။ ကိုယ့်မှာ ပြည့်စုံ သင့်တာပြည့်စုံပြီးမှပဲ သူ့ပါ ပြည့်စုံအောင် မေတ္တာနဲ့ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်မှာပါ။ ကိုယ့်မှာ မပြည့်စုံပဲ ဘာအရည်အချင်းစွမ်းအားမှမရှိပဲ သူ့ပြည့်စုံချမ်းသာအောင် စွမ်းဆောင်မပေးနိုင် ပါဘူး။ သူ့ကို မေတ္တာပို့တာတောင် ကိုယ့်မှာ မေတ္တာနှင့်တန်တဲ့ စိတ်ကောင်းပြည့်စုံအောင် အရင်လုပ်ရသေးတာပါ။ ကိုယ်ရတဲ့ကုသိုလ် ဟာ ကိုယ့်အကျိုး သူ့အကျိုး အစုံတိုးပွား

www.dhammadownload.com



စေတတ်တာကြောင့် ကုသိုလ်ရအောင်သာ ပေါင်းစုနိုင်မယ်ဆိုရင် ဘာနှင့်ပဲပေါင်းပေါင်း အဖိုးတန်တဲ့ ကုသိုလ်ပေါင်းစု ငွေရတာချည်း ပါပဲ။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၂။ တိပိဋက ကုသိုလ်ရ ဘဝအနှစ်ပါ

❖ လူ့ဘဝမှာ၊ ကုသိုလ်သာ၊
ရတာ အမြတ်ဆုံး။

❖ တိပိဋက၊ မြတ်ဓမ္မကြောင့်၊
နယစုံလင်၊ ခွဲခြားမြင်ကာ၊
ကုသိုလ်သာ၊ ကောင်းစွာရအောင်ကျိုး။

❖ ကုသိုလ်တန်ခိုး၊ အရှိန်တိုး၍၊
အဆိုးကိုနိုင်၊ အကောင်းပိုင်၊

www.dhammadownload.com



**ကြံ့ခိုင်စိတ်နှလုံး။**

ဘုန်းကြီးအိုကြီးက ၁၃၄၆-ခုနှစ် တပို့တွဲလ အသက် ၄၂-နှစ်၊ သိက္ခာ ၂၃-ဝါအရွယ်မှာ တိပိဋကစာမေးပွဲ အောင်ရေးဖြေ ၂-မျိုးလုံး ပြီးဆုံးခဲ့တာဖြစ်လို့ တိပိဋကဘွဲ့ရတာ ယခု ၂၅-နှစ်ပြည့်ပါပြီ။ ၁၃၇၁-ခုနှစ် တပို့တွဲလ အသက်-၆၇၊ သိက္ခာ ၄၈-ဝါမှာ ၂၅-နှစ်တိတိ ပြည့်တော့တာပါ။ ၂၅-နှစ်ကို ငွေရတုလို့ အများကခေါ်ကြတယ်။ အသက်သိက္ခာကလဲ တော်တော်ကြီးလာပြီပဲ။ ဘုန်းကြီးအိုကြီး တိပိဋကပြီးတဲ့အရွယ်က မြန်မာနိုင်ငံမှာ ပထမဆုံး တိပိဋကဖြစ်လို့ တိပိဋကဖခင်ကြီးဖြစ်တဲ့ မင်းကွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် သက်တူ

www.dhammadownload.com



ရှယ်တူ သိက္ခာတူပါ။ ဒါကြောင့် ငွေရတု အရွယ်လဲ အတူတူပါပဲ။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးဟာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့စကား တော်ဖြစ်တဲ့ "တိပိဋက"ဟာ ခက်ခဲနက်နဲ ကျယ်ဝန်းများပြားလွန်းတာကြောင့် အသက် ၂၆-နှစ်ပြည့်ချိန်ထိ ကိုယ်နှင့်တန်တဲ့အလုပ် လို့ မယူဆမိခဲ့ပါဘူး။ ကိုယ်ကျက်မှတ်ဆောင် ထားရမယ့်အလုပ်လို့ မထင်မိခဲ့ပါဘူး။ အစမ်း သဘောမျိုး ကျက်မှတ်ပြန်ဆိုလိုက်ရရင် ကောင်းမှာပဲဆိုတဲ့ စိတ်ကူးလေးတောင် တစ်ခါမှ မဖြစ်ခဲ့ဖူးပါဘူး။ လေ့လာဖတ်ရှုရုံ လောက်ပဲ သဘောထားခဲ့ပါတယ်။ အသက် ၂၇-နှစ်ရောက်မှပဲ တိပိဋကဖြစ်အောင် ကြိုး

www.dhammadownload.com



စားလိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့တာပါ။ အတိတ်ကံက နှိုးဆော်တဲ့သဘောလဲ ပါမယ်လို့ထင်ပါတယ်။

အဓိကအကြောင်း၂-ခုပါ။ စတုတ္ထ တိပိဋကလောင်းလျာဖြစ်တဲ့ အရှင်သုမင်္ဂလာလင်္ကာရနှင့် တစ်ကျောင်းတည်းအတူနေခဲ့ရတော့ အရှင်သုမင်္ဂလာလင်္ကာရဟာ ကိုယ့်ရှေ့တင်ပဲ ဝိနည်းပိဋကကို သက်သက်သာသာ လွယ်လွယ်ကူကူ ပြန်ဆိုအောင်မြင်သွားတာကို အတုယူအားကျစရာအဖြစ် မြင်တွေ့လိုက်ရတယ်။ အရှင်သုမင်္ဂလာလင်္ကာရကပဲ "ထိုက်တန်တဲ့ ဉာဏ်ဝီရိယရှိရင် တိပိဋကဟာ မလုပ်နိုင်လောက်အောင် မခက်ခဲလှပါဘူး

www.dhammadownload.com



ဦးပဥ္စင်း၊ အခု ဦးပဥ္စင်းလုပ်နေ, ဖြေနေတဲ့ သကျသီဟက ဉာဏ်ဝီရိယရှိတာတောင် အောင်လိမ့်မယ်လို့ ခန့်မှန်းလို့မရပါဘူး၊ တိပိဋကက တကယ်လုပ်ရင် တကယ်ခန့်မှန်းလို့ ရပါတယ်၊ ဦးပဥ္စင်းလဲ တိပိဋက ကျက်ဖြစ်အောင်ကျက်ပါ "လို့ အားတက်သရော တိုက်တွန်းလာပါတယ်။ ဒါက အကြောင်းတစ်ခုပါ။

နောက်တစ်ခုက ဘုန်းကြီးအိုကြီးဟာ ငယ်ငယ်ကစ စာကို အသံထွက်ကျက်လေ့မရှိဘူး။ အသံတိတ် စိတ်နဲ့ပဲကျက်လေ့ရှိတယ်။ အသံတိတ်ကျက်ပြီး စာမေးပွဲအမျိုးမျိုး ဖြေဆိုအောင်မြင်နေတာကို, အထူးအားဖြင့် တစ်နှစ်တည်းမှာပဲ စာချတန်းစာမေးပွဲမှာလဲ

www.dhammadownload.com



နံပါတ်(၁)၊ သက္ကျသီဟစာသင်တန်းစာမေးပွဲမှာလဲ နံပါတ်(၁)နဲ့ အောင်မြင်သွားတာကို မြင်တွေ့နေရတဲ့ ကျေးဇူးတော်ရှင် ဗဟန်းမဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ တိုက်တည်ဆရာတော်ကြီးက "ဦးသိရိန်၊ ဒီစာတွေ ဘယ်တုန်းက ဘယ်လိုကျက်ထားတာလဲ၊ စာအံသံ စာကျက်သံလဲ လုံးဝမကြားရပါလား" လို့ မေးလာတယ်။ "မှန်ပါ၊ ဘုရားတပည့်တော် ကြိုးစားသင့်သလောက်တော့ ကြိုးစားထားရပါတယ်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်စာကျက်နည်းက အများက စာကျက်မှန်းမသိတဲ့ အသံတိတ်နည်း စိတ်မှတ်နည်းပါဘုရား" "သြ-ဒီလိုလား၊ ကိုယ်တော့်စာကျက်နည်းမျိုးနဲ့ သာဆိုရင်

www.dhammadownload.com



ပိဋက ၃-ပုံကိုတောင် သက်သက်သာသာနဲ့ ပြန်ဆိုအောင်မြင်နိုင်မှာ သေချာတယ်၊ သကျသီဟ စေတီယင်္ဂဏ စာချတန်းတွေပြီးသွားရင် တိပိဋကကို ဆက်ကျက်စမ်းကြည့်ပါဦး"လို့ ဝမ်းသာအားရ တိုက်တွန်းအားပေးတော်မူပါတယ်။ ဒါက ဒုတိယအကြောင်းပေါ့။

ဆရာတော် ၂-ပါးရဲ့ တိုက်တွန်းအားပေးစကားကိုအခြေခံပြီး "တိပိဋကလုပ်မယ်"လို့ပဲ မြတ်မြတ်နိုးနိုးနဲ့ လက်ခံဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်။ စတုတ္ထတိပိဋကဆရာတော် အရှင်သုမင်္ဂလာလင်္ကာရဟာ သက်တော် ၂၇-နှစ်အရွယ်မှာ တိပိဋကဘွဲ့ရခဲ့တယ်။ ဘုန်းကြီးအိုကြီးကတော့ အသက်(၂၇)နှစ်အရွယ်ရောက်မှ တိပိ

www.dhammadownload.com



ဋကလုပ်လိုစိတ် ပေါ်လာတယ်။ တိပိဋက အလုပ်ကို စတင်ခဲ့တယ်။ မအောင်တော့လဲ စိတ်ထဲ နှုတ်ထဲ နှလုံးသားထဲ ဘုရားစကား တော်တွေကို ထည့်သွင်းခွင့်ရတာဟာ အမြတ် ပဲလို့ သဘောထားပြီး ဝိနည်းပါဠိတော်ကို စကျက်ခဲ့ပါတယ်။ ကုသိုလ်လိုချင်လွန်းလို့ တိပိဋက စလုပ်ခဲ့တာပါ။

စိတ်ဆန္ဒရှိလို့ တိပိဋကကို စကျက်နေ ပေမယ့် အဲဒီအချိန်မှာ သကျသီဟစာချတန်း နှင့် စေတိယင်္ဂဏ စာချတန်းစာမေးပွဲ မပြီး ပြတ်သေးပါဘူး။ လုပ်ဆဲတန်းလန်းပါ။ နောက် တစ်ခုက စာသင်သားများအတွက် နေ့စဉ် စာ၂-ဝါ ပို့ချတဲ့အလုပ်ကလဲ အမြဲရှိနေတယ်။

www.dhammadownload.com



ဟောပြောရေးတာဝန်ကလဲ မကင်းနိုင်ဘူး။ ကုသိုလ်လိုချင်လွန်းလို့ပဲ ချပို့ဟောပြောပေးနေတာပါ။ တိပိဋက လမ်းကြောင်းပေါ်တက်လာပေမယ့် အာရုံတစ်ခုတည်း တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် စူးစူးစိုက်စိုက်နဲ့ ကြိုးစားခွင့်ရနေတာတော့ မဟုတ်ပါ။ စာကျက်တဲ့အခါ အသံမထွက်ပဲ အသံတိတ်သာ ကျက်ပါတယ်။ ကျက်မှတ်ထားပြီးတဲ့ ပါဠိတော်များ မမေ့ပျောက်ရအောင် ထိန်းသိမ်းထားတဲ့အနေနဲ့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပြန်ဆိုတဲ့အခါ အသံမထွက်ပဲ အသံတိတ်သာ ပြန်ဆိုပါတယ်။ တကယ့်ပွဲကြီးမှာ ပြန်ဆိုနိုင်ဖို့ လေ့ကျင့်ရာမှာတော့ စာထောက်စာမ တစ်ပါးစီ အနားမှာထားလို့

www.dhammadownload.com



စာအုပ်ကို အကြည့်နိုင်းပြီး ပြန်ဆိုပါတယ်။

ဘုရားဟော တရားစကားများဟာ ဘုရားကို ကိုယ်စားပြုတာဖြစ်လို့ တရားတစ်စုကို ဘုရားတစ်ဆူလို့ သဒ္ဓါပညာနဲ့ကြည့်ရှုတတ်ရင် တိပိဋကအလုပ်ဟာ ပျော်ရွှင်အားတက်စရာ အလွန်ကောင်းလှပါတယ်။ ဘုရားစကားများကို အာဂုံရအောင် ကျက်မှတ်ဆောင်ယူနေရင် နှလုံးသားမှာ ဘုရားတည်နေတာပါ။ နှလုံးသား ဘုရားတည်တတ်ရင် ရတနာအရှိန်အဝါကြောင့် စွမ်းအားပြည့်ဝလို့ ကျက်သရေရှိလှပါတယ်။ ကုသိုလ်တကယ်ရတဲ့ အလုပ်ပါ။ စာတစ်လုံးချင်း တစ်ကြောင်းချင်း စိတ်နှလုံးထဲကပ်ထားမိတိုင်း "ငါ့နှလုံးသားထဲ

www.dhammadownload.com



ဘုရားကြွရောက် သီတင်းသုံးနေပြီ"လို့ သဒ္ဓါပီတိနဲ့ ကြည်နူးမှုတွေ တဖွားဖွားဖြစ်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ပင်ပန်းမှုတွေမဖြစ်ခဲ့ရပဲ ဝမ်းသာရွှင်လန်းအေးချမ်းမှုတွေသာ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အာဂုံပြန်ပွဲမှာ စာတစ်ကြိမ်ပြန်ပြီးတိုင်း, ရေးဖြေပွဲမှာ စာတစ်ပုဒ်ဖြေပြီးတိုင်း မွန်မြတ်တဲ့ဘုရားစကားတော်များကို စိတ်နှလုံးထဲ သိုမှီးထားပြီးမှ ထုတ်နှုတ်သုံးရတာဖြစ်လို့ သဒ္ဓါပီတိနဲ့ အလွန်ပျော်မွေ့ရပါတယ်။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးဟာ တိပိဋကစာမေးပွဲမှာ အာဂုံရော ရေးဖြေပါ ကျရှုံးခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကိုယ့်မှာ စာမလုံလောက်သေးမှန်းသိပါလျက်

www.dhammadownload.com



နဲ့ ပျော်မွေ့လို့ ပြန်ဆိုရေးဖြေနေတာပါ။ ကျရှုံး ခဲ့ဖူးပေမယ့် စိတ်ပျက်မှု, ဝမ်းနည်းမှု, အားငယ်မှု, ညှိုးနွမ်းမှု, စိတ်ဓါတ်ကျမှု လုံးဝမဖြစ်ခဲ့ပါဘူး။ "ငါ့မှာမကျနိုင် မရှုံးနိုင်တဲ့, တန်ဖိုးမဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ ကုသိုလ်တရားတွေ ကျန်နေခဲ့တယ်ဟဲ့၊ ငါ့ရဲ့သင်ပြပို့ချပေးမှုကြောင့် ငါ့တပည့်တွေ စာမေးပွဲအောင်လိုက်ကြတာ အများကြီးပဲ" လို့ စိတ်ထဲကနေ ကြုံးဝါးတတ်စမြဲပါ။ ဟုတ်တာပေါ့ - ကုသိုလ်လိုချင်လို့ တိပိဋကလုပ်တာပဲ။ ကုသိုလ်ကျန်နေခဲ့ရင် ပန်းတိုင်ရောက်ပြီလေ တိပိဋကဆိုတာ ကုသိုလ်လမ်းပြမြေပုံပဲ။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၃။ တိပိဋက ဘဝတန်ဖိုး ကုသိုလ်တိုး

✤ လူ့ဘဝမှာ၊ တရားသာ၊
သိက္ခာ ပဓာန။

✤ တွေ့ကြုံသမျှ၊ လုပ်သမျှသာ၊
ကုသိုလ်မှာ၊ ကောင်းစွာပေါင်းဆုံရ။

✤ တိပိဋက၊ ဘဝတန်ဖိုး၊
ကုသိုလ်တိုး၊ ကောင်းကျိုးအနန္တ။

www.dhammadownload.com



၁၃၃၁-ခုနှစ် အသက် ၂၇-နှစ်အရွယ်မှာ တပည့်စာသင်သားတွေအတွက်လဲ နေ့စဉ်စာ ၂-ဝါ မှန်မှန်ချပို့သင်ပြပေးရင်း ကိုယ့်ရဲ့မပြီးသေးတဲ့ သကျသီဟစာချတန်းနှင့် စေတိယင်္ဂဏစာချတန်း စာမေးပွဲဆိုင်ရာစာပေကိုလဲ လေ့လာကြိုးစားရင်းနဲ့ ဝိနည်း ၅-ကျမ်း ပါဠိတော်ကိုကျက်မှတ်လိုက်တာ ဥဒါန်းစဉ်ဂါထာအချို့ကလွဲရင် အားလုံးလောက်နီးပါး အချိန်မီ ပြီးဆုံးသွားပါတယ်။ သိပ်တော့ မကြေညက်သေးပါဘူး။ အဋ္ဌကထာဋီကာများလဲ အချိန်မရလို့ မလေ့လာနိုင်သေးပါဘူး။ နောက်နှစ်ဆိုရင်တော့ အားလုံးအဆင်သင့်ဖြစ်လောက်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် နောက်နှစ်ထိမစွေ့နိုင်

www.dhammadownload.com



တော့ဘူးလေ။ ကုသိုလ်မြန်မြန်ရချင်တာနဲ့ "ရသလောက်ပြန်လိုက်ရုံပေါ့"လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ပြန်ဆိုဖို့ လက်မှတ်ထိုးလိုက်တယ်။

အာဂုံပြန်ဆိုပွဲ ကျင်းပတဲ့နေ့ရောက်တော့ ကိုယ့်ရဲ့ သတိ ဝီရိယ သမာဓိနဲ့ အသံတိတ် ကျက်ထားတဲ့စာတွေကို မကြောက်မရွံ့ ရဲရဲ ဝံ့ဝံ့ ပြန်ဆိုပြလိုက်ပါတယ်။ ၃-အုပ်ခွဲလောက် ကောင်းကောင်းပြန်ပြနိုင်ပြီး စူဠဝါပါဠိတော် ခုဒ္ဒကဝတ္ထုက္ခန္ဓကကို ပြန်ဆိုနေတုန်း စာ ထောက်စာမများက "ဥဒါန်းစဉ်ဂါထာကို ကျော်ပြန်လိုက်ပါဘုရား" လို့ နိုင်းကြတော့ ဘုန်းကြီးအိုကြီးက "ဘုရားတပည့်တော် အဲဒီ ဂါထာများကို မကျက်ရသေးပါဘုရား၊ သေနာ

www.dhammadownload.com



သနက္ခန္တကကို ကျော်ပြန်ပါရစေဘုရား”
“ဦးပဉ္စင်း ဒီလိုဆို ဘယ်လိုလုပ်တော့မလဲ”
“မရတာကို မရလို့ပဲမှတ်ထားလိုက်ပါဘုရား”
“ဒါဆိုရင် ကျရှုံးတော့မှာပေါ့”။ စာထောက်
စာမအားလုံး တော်တော်စိတ်မကောင်းဖြစ်
နေကြပုံပေါ်ပါတယ်။ “ကျရှုံးပါစေဘုရား၊
ကုသိုလ်ရဖို့သာ အဓိကပါ၊ ကျော်သာပေး
တော်မူပါဘုရား”လို့ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်
အေးအေးဆေးဆေး ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင် လျှောက်
ထားလိုက်ပါတယ်။

စာထောက်စာမဆရာတော်များက
သေနာသနက္ခန္တကကို ကျော်ပေးလိုက်ကြပါ
တယ်။ စူဠဝါပါဠိတော်ပြီးဆုံးသည်ထိ ချော

www.dhammadownload.com



ချောမောမောပါပဲ။ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် အေးအေးဆေးဆေးနဲ့ ပရိဝါပါဠိတော်ကို ဆက်ပြန်လိုက်တာ အစအဆုံး ချောလို့ပဲ။ ဒီလောက်ပြန်နိုင်လိမ့်မယ်လို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မထင်မိခဲ့ပါဘူး။ ထင်ထားတာထက်တောင် ပိုနေသေးတယ်။ ကိုယ့်နှလုံးသားထဲ ဘုရားတရားတွေ ထည့်သွင်းခွင့်ရလို့ ရလိုက်တဲ့ကုသိုလ်တွေ အများကြီးပဲ။ အဲဒီနှစ်မှာ အောင်စာရင်းထဲ မပါပေမယ့် "ဦးသိရိန္ဒက ဂုဏ်ကိုလိုချင်လွန်းလို့ စာပြန်နေတာမဟုတ်ဘူး၊ ဘုရားတရားတွေကိုကြည်ညိုလွန်းလို့ ကုသိုလ်လိုချင်တဲ့ ကြောင့် ပြန်ဆိုနေတာ၊ မအောင်ပေမယ့် မရှုံးဘူး၊ သာသနာအတွက် အားတက်စရာပုဂ္ဂိုလ်

www.dhammadownload.com



ပဲ" လို့ ဆရာတော်ကြီးများ မှတ်ချက်ပြု ချီးကျူးမှုကို ကောင်းကောင်းရလိုက်ပါတယ်။ အဲဒီနှစ်မှာ စေတိယင်္ဂဏစာချတန်း ပြီးစီး အောင်မြင်သွားတယ်။ သကျသီဟစာချတန်း ၁-ကျမ်းစွဲပါတယ်။ ကိုယ်စာချပေးတဲ့ တပည့် တွေလဲ အတန်းအသီးသီးအောင်ကြတယ်။

၁၃၃၂-ခု၊ ၂၈-နှစ်အရွယ်မှာ အသံတိတ် ဆက်ကြိုးစားလိုက်တာ သကျသီဟစာချတန်း ကိုလဲ နံပါတ်(၁)နဲ့ အပြီးအစီးအောင်မြင် တယ်။ ဝိနည်း ၅-ကျမ်းကိုလဲ အာဂုံ၊ ရေးဖြေ ၂-မျိုးလုံး အောင်မြင်တယ်။ ကိုယ်ကစာချပေး ရတဲ့တပည့်တွေလဲ အောင်လိုက်ကြတာ။ အဲဒီလိုနဲ့ ဝိနည်း အဘိဓမ္မာ ပိဋက ၂-ပုံကို

www.dhammadownload.com



သိပ်အားမစိုက်ရပဲ ဂ-နှစ်နဲ့ ပြီးဆုံးအောင်မြင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီဃနိကာယ်(သုတ္တန်)ကျတော့ အချိန်မရောက်သေးလို့နှင့် တူပါတယ်။ ဖြေတော့ဖြေတယ်။ ၁-ခေါက်ဆုံးအောင်တောင် မကြည့်ဖြစ် မလေ့လာဖြစ်ပါဘူး။ ချပို့ဟောပြောမှု ပရဟိတနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်နေလိုက်တာ ဂ-နှစ်ကြာသွားတယ်။ ဒီဃဆိုတော့ဂဲ ဒီလောက်တော့ရှည်ရမှာပေါ့လေ။ ဝမ်းမြောက်ကြည်နူးမှုတွေကြောင့် ကုသိုလ်တော့ နှစ်စဉ်မပျက်ရနေလျက်ပါ။ မအောင်ပေမယ့် မရှုံးပါဘူး။

၁၃၄၆-ခုနှစ် ရောက်လာတော့ အချိန်ရောက်လာတော့တာနှင့် တူပါတယ်။ မဖြစ်

www.dhammadownload.com



မနေကြိုးစားလိုက်တာ ဖြေလိုက်တော့ အောင်သွားပါတယ်။ ပေါင်းလိုက်တော့ ၁၆-နှစ်ကြာတယ်ပေါ့။ သဒ္ဒါပီတိနဲ့ ပျော်မွေ့နေလို့ ၂-နှစ်, ၃-နှစ်လောက်ပဲ ကြာလိုက်တယ်လို့ ထင်နေမိပါတယ်။ ၁၆-နှစ်ကြာတယ်လို့ မထင်မိပါဘူး။ ၁၆-နှစ်လုံးလုံး နှလုံးသားထဲ ဘုရားတည်ခွင့်ရလို့ ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက် ကြည်နူးရပါတယ်။ ဘွဲ့ရတာထက် ကုသိုလ်ရတာက ပိုနိုင်မာပါတယ်။ တိပိဋကပြီးလို့ ပူဇော်ပွဲလုပ်ကြတဲ့အခါ "အပူဇော်ခံလိုလို့ တိပိဋကလုပ်တာ မဟုတ်ပါ၊ ပျော်စရာကောင်းလွန်းလို့ ကုသိုလ်ရလွန်းလို့ လုပ်တာပါ" လို့ပြောပြီး လက်မခံပဲ ငြင်းပယ်ခဲ့တာက များပါတယ်။

www.dhammadownload.com



စာချလဲ မပျက်၊ တရားဟောလဲ မလစ်ဟင်း၊ ကိုယ်ပိုင်ကိစ္စလဲ ကြားညှပ်၊ ကျန်းမာရေးလဲ မထိခိုက်ပဲ အေးအေးမှန်မှန် တက်လာခဲ့တာ ငယ်ငယ်က လုံးဝစိတ်မကူး မမျှော်လင့်ခဲ့တဲ့ အခြံအရံဘွဲ့တွေပါတွဲပြီး တိပိဋကဘွဲ့ကို ရရှိလာခဲ့ပါတယ်။ တိပိဋကဟာ ဘုရားရှင်ရဲ့ စကားတော်လဲဖြစ်၊ ကုသိုလ်လမ်းပြမြေပုံလဲဖြစ်၊ အများအတွက် သာသနာအတွက် တကယ်အလုပ်လုပ်တဲ့အခါ ထိရောက်အောင်မြင်ကြောင်းလဲဖြစ်၊ စိတ်နှင့်ထိတိုင်း ကုသိုလ်ဖြစ်ပေါ်တိုးပွားကြောင်းလဲဖြစ်၊ ကိုယ်ရဲ့ ကံအား ဉာဏ်အား လုံ့လအားနဲ့ ထိုက်ထိုက်တန်တန်ရထားတာလဲ ဖြစ်တာ

www.dhammadownload.com



ကြောင့် "တိပိဋက"ကို အလွန်မြတ်နိုး တန်ဖိုး ထားပါတယ်။ ဘွဲ့ဂုဏ်အနေနဲ့ တန်ဖိုးထား တာမဟုတ်ပါဘူး။ ဓမ္မစွမ်းရည်အနေနဲ့ တန်ဖိုး ထားတာပါ။ ဘွဲ့ဂုဏ်ဆိုတာ သေရင်ပစ်ထား ခဲ့ရမယ်လေ။ ဓမ္မစွမ်းရည်တွေကပဲ သေတဲ့ နောက် ဆက်လိုက်လာမှာပါ။

"တိပိဋက"ကို မြတ်နိုးတဲ့ကြောင့် အခြား စာမေးပွဲတွေအောင်လို့ ရထားတဲ့ "သ-စ-အ- ဓမ္မာစရိယ၊ ပါဠိပါရဂူ၊ အဂ္ဂမဟာအကျော်" စတဲ့ဘွဲ့ဂုဏ်တွေကို တိပိဋကထဲမှာ အကုန် ထည့်လိုက်ပါတယ်။ တိပိဋကကိုအခြေခံပြီး ရထားတဲ့ "အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ"ဘွဲ့ဂုဏ်ကိုလဲ သီးခြားမရေတွက်တော့ပဲ တိပိဋကထဲမှာပဲ

www.dhammadownload.com



ထည့်သွင်းထားလိုက်ပါတယ်။ တိပိဋကကို အကြောင်းခံလို့ ထိုင်းနိုင်ငံ မဟာချူလာ လောင်ကွန်းတက္ကသိုလ်က "ပီအိတ်ချ်ဒီ" ဘွဲ့ ဒေါက်တာဘွဲ့ဆက်ကပ်လှူဒါန်းဖို့ အကြိမ်ကြိမ် စကားကမ်းလှမ်းခဲ့ပေမယ့် "ဘွဲ့ပေးလိုသည် ဆိုခြင်းကို အထူးကျေးဇူးတင်ဝမ်းမြောက်ပါ ကြောင်း၊ သို့ရာတွင် မိမိမှာ တိပိဋကဘွဲ့ရ ထားပြီးဖြစ်၍ မည်သည့်ဘွဲ့ကိုမျှ မခံယူလို တော့ပါကြောင်း" ပြောပြီး လက်မခံပဲ ငြင်းပယ် ခဲ့ပါတယ်။ ဒီဘွဲ့တွေကိုလက်ခံဖြစ်ရင်တောင် တိပိဋကထဲ ထည့်သွင်းထားလိုက်မှာပါ။ သီး ခြားရေတွက်ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၄။ ကုသိုလ်ကိုစု ငွေရတု

❖ တိုးလာတိုင်းသာ ၊ စိတ်အေးပါ၊
ထူးတာ မြတ်ကောင်းမှု။

❖ ကုသိုလ်လည်းရ၊ ဝမ်းမြောက်ကြ၊
မှချ ငွေရတု။

လူ့ဘဝမှာ တိုးလာတိုင်း ခုရောနှောင်ပါ စိတ်အေးရတာက ကုသိုလ်ကောင်းမှု ၁-မျိုး

www.dhammadownload.com



တည်းပါ။ အစီအစဉ်ကောင်းကောင်း လမ်းကြောင်းရှင်းရှင်း ဦးတည်ချက်မှန်မှန်နဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ကောင်းမှုဟာ နောက်ပြန်မဆုတ်တော့ဘူး။ အကုန်အလျော့ မရှိတော့ဘူး။ အတိုးသာ လာတော့မှာပါ။ ကိုယ်လဲကုသိုလ်ရ သူလဲဝမ်းမြောက်ရတဲ့ ကောင်းမွန်မှန်ကန်တဲ့ အလုပ်ကိုလုပ်ပေးနိုင်မှ တကယ့်ငွေရတု အစစ်ပါ။ ငွေရတုဆိုတာက အကြောင်းအရာနှင့်ဆက်စပ်လို့ပြောတာပါ။ အခြားကောင်းတဲ့နာမည်တွေထဲက ဘယ်နာမည်နဲ့ပဲပြောပြော, ပြောရင်ဖြစ်တာချည်းပါပဲ။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးဟာ တိပိဋကကို အကြောင်းခံပြီး ကိုယ်လဲကုသိုလ်ရ, သူလဲဝမ်း

www.dhammadownload.com



သာရတဲ့ ကောင်းကျိုးပြုအလုပ်တွေ စွမ်းနိုင်သလောက် လုပ်ပေးခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီထဲက တစ်ချို့ကိုဖေါ်ပြပေးပါမယ်။ ကြွားတာမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်ကသိလ်ရတာကို သူလဲ ဝမ်းသာစေချင်လို့ပါ။ ငွေရတုမှတ်တမ်းပေါ့။ စာသင်သားတပည့်များအတွက် စာဝါကို ကြိုးစားချပို့သင်ပြပေးပါတယ်။ ချပို့ပြီး ချပို့ဆဲပါ။ သာမန်အကြောင်းကိစ္စကြောင့် စာဝါအပျက်မခံပါဘူး။ ဒကာ ဒကာမများအတွက် ကာလဒေသကို ချင့်ချိန်ပြီး ဘဝအသုံးချတရားများကို ရွေးချယ်ဟောပေးခဲ့ပါတယ်။ ယခုထိပါ။ တရားနာသူ သဘောပေါက်နားလည် အသုံးချတတ်ဖို့ မြန်မာစကားပြေနဲ့ ရှင်းရှင်းလေးပဲ ဟော

www.dhammadownload.com



ပေးပါတယ်။ တရားဟောတိုင်း ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပါ ဆုံးမပြီးသားဖြစ်အောင် တရားနာ ပရိသတ်ထဲ ထည့်ထားလိုက်တယ်။

တပည့်ပရိသတ်ကို ဗြဟ္မဝိဟာရလမ်းစဉ်နဲ့ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ စည်းကမ်းတကျ အုပ်ချုပ်တယ်။ မပျင်းမရိ နှိုးနှိုးကြားကြား ပုံမှန်ဆုံးမသြဝါဒပေးတယ်။ ခန္တီ ဥပေက္ခာခြံရံတဲ့ မေတ္တာနဲ့လွှမ်းခြုံထားတယ်။ ကျောင်းအစမ်းပါမကျန် စာမေးပွဲအောင်တိုင်း ထိုက်ထိုက်တန်တန် ဆုချလှူဒါန်း ချီးမြှင့်ပေးတယ်။ လူအများ ဘဝအသုံးချဉာဏ်ရအောင် ဖတ်ရှုလေ့လာဖို့ ဓမ္မလက်ဆောင် စာအုပ်ငယ် ၆၀-ကျော်ကို ဓမ္မဒါနအဖြစ် အခမဲ့ရိုက်နှိပ်လှူဒါန်း

www.dhammadownload.com



နေခဲ့ပါတယ်။ စာအုပ်ငယ်သိန်းပေါင်းများစွာ လှူပြီးပါပြီ။ ဘုရားတရားတွေကို သာမန်လူ နားလည်တဲ့ စကားအသုံးအနှုန်းတွေနဲ့ ဖြန့် ဝေပေးနေတာပါ။ ကိုယ်တိုင်ဟောတဲ့ တရား တိတ်ခွေ ဗွီစီဒီခွေ စီဒီခွေတွေကိုလဲ အခမဲ့ ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းနေပါတယ်။ များလှပါပြီ။ ဟောတရားခွေများကို စာအုပ်အဖြစ်ပြောင်း ပြီး စာအုပ်အမျိုး-၃၀ လောက် ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ဝေ ခဲ့တယ်။ ဓမ္မာစရိယစာသင်သားများအတွက် ဓမ္မာစရိယလမ်းပြကျမ်း(၁)ကိုလဲ ရိုက်နှိပ်ဖြန့် ဝေပေးခဲ့တယ်။

ဘာသာရေးအသင်းအဖွဲ့ပေါင်း ၂၀-ကျော် တို့ရဲ့ ဩဝါဒါစရိယတာဝန်ကို စိတ်အားထက်

www.dhammadownload.com



သန့်ကျေပွန်စွာ ထမ်းဆောင်ပေးနေပါတယ်။ ဝိနည်းဓိုရ်တာဝန်, ရွှေကျင်နိကာယဂိုဏ်းလုံး ဝန်ဆောင်တာဝန်, တိပိဋကရေးရွေးချယ်ရေး အဖွဲ့ ဩဝါဒါစရိယတာဝန်, နိုင်ငံတော်ဗဟို သံဃာ့ဝန်ဆောင်တာဝန်တို့ကို ကျေပွန်အောင် ထမ်းဆောင်ပေးခဲ့ပါတယ်။ နိုင်ငံတော် သံဃ မဟာနာယကတာဝန်ကိုလဲ ထမ်းဆောင်ပေးခဲ့ ပါတယ်။ တိုင်းပြည်သာယာရန်ကင်းစေရေးအတွက် လပြည့်နေ့ရောက်တိုင်း ၁-ပတ်စီ မြန်မာ့ရုပ် မြင်သံကြားမှ ထုတ်လွှင့်နိုင်ဖို့ "ဥပ္ပါတသန္တိ" ပါဠိကို အသံသွင်းပေးခဲ့တယ်။ "စိတ်အေးစရာ လူ့ချမ်းသာ", "နှစ်သစ်ကူး နှုတ်ဆက်မင်္ဂလာ", "အဘိဓမ္မာ သိစရာ" "ချစ်ခင်ညီညာ ပေါင်းတာ

www.dhammadownload.com



မှန်မှ ကောင်းတာရ" စတဲ့ တရားတွေကိုလဲ ရုပ်မြင်သံကြားမှ ဟောပေးခဲ့တယ်။ မဟာသမယသုတ်တရားကိုလဲ မြန်မာ့အသံမှ ဟောပေးခဲ့တယ်။ နဝင်္ဂဉပုသ်သီလကိုလဲ အသံသွင်းပေးခဲ့တယ်။ **MRTV-4** မှ ထုတ်လွှင့်ဖို့ ဗွီစီဒီ တရားခွေများကိုလဲ ပေးလှူခဲ့တယ်။ မန္တလေး အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလေဆိပ် တည်ဆောက်တုန်းကလဲ မကြာမကြာ ပရိတ်ရွတ်, တရားဟောပေးခဲ့ရပါတယ်။

နိုင်ငံတော် သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ရဲ့ တာဝန်ပေးချက်အရ နိုင်ငံတော်သီးခြား ဝိနည်းဓိုရ်တာဝန်နဲ့ မိုးကုတ်ဝိပဿနာတရားဆိုင်ရာ အဆုံးအဖြတ်ပေးရတဲ့ မိုးကုတ်ဝိနိစ္ဆယ

www.dhammadownload.com



တာဝန်၊ ဘိက္ခုနီဆိုင်ရာ အဆုံးအဖြတ်ပေးရတဲ့ ဘိက္ခုနီဝိနိစ္ဆယတာဝန်၊ နိုင်ငံတော်သံဃမဟာ နာယကတာဝန်နဲ့ သိမာသက်ရဝိနိစ္ဆယ စာတမ်းပြုစုရေးတာဝန်၊ ဝိပတ္တိသိမာဒိဝိနိစ္ဆယ စာတမ်းပြုစုရေးတာဝန်၊ ရွှေကျောင်းစာပေထိန်းသိမ်းရေးတာဝန်နဲ့ ပထမရွှေကျောင်းဆရာတော်ကြီးရဲ့ ဒသမမွှာလက်ာရဝဏ္ဏနာကျမ်း တည်းဖြတ်ရေးတာဝန်တို့ကို ကျေပွန်အောင် ကြိုးကြိုးစားစား အားတက်သရောထမ်းဆောင်ပေးခဲ့ပါတယ်။

မိမိရဟန်းငယ်ဘဝက ပညာသင်ကြားနေထိုင်ခဲ့တဲ့ မန္တလေးမြို့ ရွှေကျောင်းနိကာယဗဟိုဌာနချုပ် မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်ရဲ့ နှစ်

www.dhammadownload.com



(၁၀၀)ပြည့်အထိမ်းအမှတ်၊ မိမိရဟန်းငယ်ဘဝက ပညာသင်ကြားခဲ့ရတဲ့ မန္တလေးမြို့ မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်ကြီးရဲ့ နှစ်(၁၀၀)ပြည့် အထိမ်းအမှတ်၊ မိမိ ကိုရင်ဘဝက ပညာသင်ကြားနေထိုင်ခဲ့တဲ့ ဂန့်ဂေါမြို့နယ် ကန်တောရကျောင်းတိုက်ကြီးရဲ့ နှစ်(၁၀၀)ပြည့် အထိမ်းအမှတ်၊ မိမိအုပ်ချုပ်နေထိုင်ရာဖြစ်တဲ့ ရန်ကုန်မြို့ ဗဟန်း မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်ရဲ့ ကျောင်းတိုက်တည်ဆရာတော်ကြီးရဲ့ သက်တော်(၁၀၀)ပြည့် အထိမ်းအမှတ်နှင့် ကျောင်းတိုက်တည် နှစ်(၅၀)ပြည့် ရွှေရတုအထိမ်းအမှတ်၊ မိမိအုပ်ချုပ်ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နေတဲ့ ကလေးမြို့မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်ရဲ့

www.dhammadownload.com



နှစ်(၂၀)ပြည့်နှင့် (၂၅)နှစ်ပြည့်ငွေရတု အထိမ်းအမှတ်၊ မိမိရဲ့ဩဝါဒခံ ကလေးမြို့ တောင်ဖီလာတောရကျောင်းတိုက်ရဲ့ တိုက်တည် နှစ်(၂၀)ပြည့်နှင့် (၂၅)နှစ်ပြည့်ငွေရတု အထိမ်းအမှတ်ကောင်းမှုပွဲတွေကို မိမိက သိန်းပေါင်းများစွာစွန့်ကြဲပြီး ဦးဆောင်ပြုလုပ်ပေးခဲ့ပါတယ်။

ပြီးတော့ စုဒ္ဒသမ ရွှေကျင်သာသနာပိုင် ဝါဆိုဆရာတော်ကြီးရဲ့ သက်တော်(၉၀)ပြည့် နဝရတ်ရတုအထိမ်းအမှတ်, ရွှေကျင်ဂိုဏ်း အကျိုးတော်ဆောင်ချုပ် သံတော်ဆင့် ဆရာတော်ရဲ့ သက်တော်(၇၀)ပြည့် ပတ္တမြားရတု အထိမ်းအမှတ်၊ မိမိ ကိုရင်ဘဝက အခြေခံ

www.dhammadownload.com



ပညာသင်ပြပေးခဲ့တဲ့ ရှာကန်လှဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသာကိန္ဒရဲ့ သက်တော်(၇၅)နှစ်ပြည့် စိန်ရတုအထိမ်းအမှတ်၊ မိမိ ရဟန်းငယ်ဘဝ က ပညာသင်ပြပေးခဲ့တဲ့ မန္တလေးမစိုးရိမ် တိုက်သစ်ဆရာတော်ဘဒ္ဒန္တရာဇဓမ္မာဘိဝံသရဲ့ သက်တော်(၇၅)နှစ်ပြည့် စိန်ရတုအထိမ်း အမှတ်ကောင်းမှုပွဲတွေကိုလဲ မိမိကပဲ သိန်း ပေါင်းများစွာစွန့်ကြဲပြီး ဦးဆောင်ပြုလုပ် ပေးခဲ့ပါတယ်။

ဇာတိလက်ပန်ရွာမှာ စေတီတော်, ၂-ထပ်ဘုန်းကြီးကျောင်း, ဓမ္မာရုံ, တံတိုင်း, ရေတွင်း, စာကြည့်တိုက်, မီးစက်, အလယ် တန်းကျောင်းဝင်းအတွင်း ၂-ထပ်စာသင်

www.dhammadownload.com



ကျောင်းဆောင်ကြီး ၂-ဆောင်နှင့် သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ စတဲ့လိုအပ်သမျှတွေကို သိန်းပေါင်းများစွာစွန့်ကြဲပြီး ဆောက်လုပ်ပြုပြင် တပ်ဆင် လှူဒါန်းပေးခဲ့ပါတယ်။ ကျေးလက်တောရွာလူထုရဲ့ ကျန်းမာရေးကို စောင့်ရှောက်ပေးတဲ့အနေနဲ့ ကျေးရွာဆေးကုသဆောင်ဆေးခန်းကြီးကိုလဲ သိန်း(၁၀၀၀) စွန့်ကြဲမတည်ပြီး ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းပေးလိုက်ပါတယ်။

ကန်တောရကျောင်းတိုက်မှာ သိန်း(၆၀) စွန့်ကြဲပြီး ပိဋကတ်တိုက်ကျောင်း၊ ကျောင်းသားဘဝက ပညာသင်ကြားခဲ့တဲ့ ကန်ရွာအထက်တန်းကျောင်းမှာ သိန်း(၁၀၀)ကျော်

www.dhammadownload.com



စွန့်ကြဲပြီး ၂-ထပ်စာသင်ဆောင်ကြီးနှင့် သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ၊ ကျောင်းသားဘ၀က နေထိုင်ခဲ့တဲ့ ကန်ရွာမှာ သိန်း(၄၀၀)ကျော် မတည်စွန့်ကြဲပြီး တိုက်နယ်ဆေးရုံသစ်ကြီးကို ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းပေးခဲ့ပါတယ်။ ကျေးဇူးရှင် ရွာကန်လှဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တ သာကိန္ဒသီတင်းသုံးဖို့ ကန်အနောက်ကျောင်းဝင်းထဲမှာ သိန်း(၁၅၀) စွန့်ကြဲမတည်ပြီး စိန်ရတု ၂-ထပ်ကျောင်းကိုလဲ ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းပေးခဲ့ပါတယ်။

ကလေးမြို့ တောင်ဖီလာရတောရကျောင်းတိုက်ထဲမှာ သိန်း(၁၅၀)ကျော် မတည်ပြီး ၂-ထပ် ဆွမ်းစားကျောင်းဆောင်သစ်ကြီး

www.dhammadownload.com



ကလေးမြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်မှာ သိန်း (၅၀၀)မတည်ပြီး ငွေရတုဗိမာန်တော်ကြီး၊ မိမိ ပညာကြိုးစားခဲ့ရာဖြစ်တဲ့ မန္တလေးမြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ် သံတော်ဆင့်ကျောင်း ဝင်းထဲမှာ(၆၆၆)သိန်း မတည်ပြီး သိပ္ပါလယ ၄-ထပ် ဆွမ်းစားကျောင်းဆောင်သစ်ကြီး၊ မိမိထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်အုပ်ချုပ်နေတဲ့ ရန်ကုန်မြို့ မြောက်ဒဂုံ ၄၂- ထေရဝါဒဓမ္မ ရောင်ခြည်ကျောင်းတိုက်အတွင်း သိန်း(၂၀၀) မတည်ပြီး ၂-ထပ် ထေရဝါဒ ဓမ္မဝိသောဓနီ သိမ်ကျောင်းတော်ကြီးတို့ကို ဆောက်လုပ် စွန့်ကြဲလှူဒါန်းခဲ့ပါတယ်။ ဒီပြင် စာမဖွဲ့လောက် တဲ့ ၁၀-သိန်း၊ သိန်း-၂၀ စတဲ့အလှူတွေလဲ

www.dhammadownload.com



အများကြီး လုပ်ခွင့်ရထားပါတယ်။

ကျေးဇူးရှင်မိဘများအတွက် ပစ္စယ, ဓမ္မ ၂-မျိုးနဲ့ အစွမ်းကုန်ကျေးဇူးဆပ်ခဲ့ပါတယ်။ ခမည်းတော်ကြီးမရှိတဲ့နောက် ယခုအခါ မယ်တော်ကြီးကို ရန်ကုန်မြို့ကိုခေါ်ယူလို့ သီးခြားနေအိမ်တိုက်ခန်းကျယ် စီစဉ်ပေးထားပြီး ဦးလေး ဦးမောင်သန်း, နမ သီလရှင်တို့နှင့် အတူနေစေပါတယ်။ လစဉ် ၅-သိန်းနှင့် လို အပ်သမျှပေးပြီး အာမိသ, ဓမ္မ ၂-မျိုးနဲ့ အနီးကပ်ကျေးဇူးဆပ်နေပါတယ်။ မယ်တော်ကြီးရဲ့ နေ့စဉ်အလုပ်က တရားအားထုတ်ရုံကသိုလ်ပြုနေရုံပါပဲ။

ရန်ကုန်မြို့ ဗဟန်း မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်

www.dhammadownload.com



သစ်နှင့် မြောက်ဒဂုံ ၄၂- ထေရဝါဒဓမ္မရောင်ခြည်စာသင်တိုက်၊ ကလေးမြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်နှင့် တောင်ဖီလာတောရကျောင်းတိုက်ဆိုတဲ့ စာသင်တိုက် ၄-တိုက်မှာရှိတဲ့ တိုက်သံဃာ(၄၀၀)ကျော်တို့ရဲ့ ပစ္စည်းလေးပါးပြည့်စုံဖို့, ပရိယတ္တိပညာ ပြည့်စုံဖို့, ကိုယ်ကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာဖို့ အထူးကြောင့်ကြစိုက် အားထုတ်ပေးပါတယ်။ မျှားဖို့ထက်ကောင်းဖို့, ကြာရှည်ခံဖို့ ဦးစားပေးရွေးချယ်ပါတယ်။ ချီးမြှောက်ချင်လို့ ကုသိုလ်လိုချင်လို့ပဲ ပရိသတ်ကို လက်ခံစောင့်ရှောက် အားပေးနေတာပါ။ ရွှေဥမင်ဓမ္မသုခတောရရိပ်သာကြီးကို ဝိဇ္ဇောတာရုံဆရာတော်ကြီးနှင့်တွဲဖက်

www.dhammadownload.com



ပြီး ပဓာနနာယက တာဝန်ယူ ကြီးကြပ်အုပ်ချုပ် စောင့်ရှောက်ပေးဖို့ တာဝန်ပေးအပ်တာကိုလဲ မငြင်းသာလို့ လက်ခံလိုက်ရပြန်တယ်။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၅။ မေတ္တာပေါင်းစု ငွေရတု

❖ ခံယူချက် ပြည့်၊ စည်းကမ်းရှိကာ၊
ပေးကမ်းကာ၊ ပညာပြည့်စုံရ။

❖ နောက်နည်းတစ်တန်၊ သည်းခံသနား၊
ဝမ်းမြောက်ပြား ပွားများမေတ္တာခြံတတ်ရ။

❖ ၄-မျိုးရှိလျှင်၊ စွမ်းအားရှင်၊
အောင်မြင်တိုးတက်ရ။

www.dhammadownload.com



✤ ဘေးရန်ကင်းကွာ၊ ငြိမ်းအေးပါ၊
မေတ္တာလမ်းစဉ်ပြ။

✤ မေတ္တာပေါင်းစု၊ ငွေရတု၊
ကောင်းမှုတို့၍ အားတက်ရ။

ဘုန်းကြီးအိုကြီး ငွေရတုခရီးကို အောင်အောင်မြင်မြင် လျှောက်လှမ်းနိုင်ခဲ့တာဟာ နည်းမှန်လမ်းမှန်သိမြင်အောင် သွန်သင်ဆုံးမလမ်းပြပေးခဲ့ကြတဲ့ ကျေးဇူးရှင်ဆရာသမားများရဲ့ မေတ္တာကျေးဇူး, ပစ္စည်း၄-ပါး ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့ကြတဲ့ ဒကာဒကာမတွေရဲ့ မေတ္တာကျေးဇူး, ခင်မင်ရင်းနှီးချစ်ကြည်စွာနဲ့ ကူညီအားပေးကြတဲ့ အပေါင်းအသင်းများစွာတို့ရဲ့ မေတ္တာကျေးဇူးတွေကြောင့်ပါ။ မေတ္တာနဲ့

www.dhammadownload.com



စုပေါင်းမိရင် ဘာလုပ်လုပ် နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေး ချမ်းလို့ အောင်မြင်ရစမြဲပဲ။

လူဆိုတာ တစ်ယောက်တည်းချည်း နေလို့မဖြစ်တော့ ၂-ယောက်ကစ အများနှင့် စုပေါင်းလို့လဲ နေရတာပဲ။ အများနှင့်အတူနေရရင် ခန္တီ မေတ္တာ အခြေခံနှင့် စုပေါင်းအားတည်ဆောက်ရတယ်။ သည်းခံခွင့်လွှတ် အနစ်နာခံမှု အားကောင်းမှ မေတ္တာအားကို လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ ဖေါ်ထုတ်နိုင်မှာဖြစ်တယ်။ ဥပေက္ခာအားကောင်းမှလဲ မေတ္တာစင်ကြယ်နိုင်ပါတယ်။ ဆွေမျိုး, မိတ်ဆွေ, တစိမ်း ဘယ်သူနဲ့ပဲ အတူနေရနေရ ခန္တီ ဥပေက္ခာ မွမ်းထုံတဲ့ မေတ္တာနဲ့လွှမ်းခြုံပေးနိုင်မှ စုပေါင်းအားကို

www.dhammadownload.com



ရနိုင်မှာပါ။ သတိဉာဏ်ဦးဆောင်မှုလဲ စုပေါင်းအား စေ့စပ်သေချာမယ်။

အများနဲ့စုပေါင်းနေရင် ယင်ကောင်များလို မရှုပ်ထွေးစေပဲ ပျားကောင်များလို ဖွဲ့စည်းပုံစနစ်နဲ့ ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ပေါင်းစုနေတတ်ရမယ်။ ဖွဲ့စည်းပုံစနစ် ၄-ချက် ရှိတယ်။

၁။ အမျိုးဘာသာ သာသနာအတွက် ခံယူဦးတည်ချက်ရှိရမယ်၊ အမျိုးနှင့်သာသနာကို နည်းမှန်လမ်းမှန် ချစ်တတ်ရမယ်၊ နာမည်ကောင်းကို ထိန်းထားနိုင်ရမယ်။

၂။ စည်းကမ်းရှိရမယ်၊ စည်းစနစ်ကောင်းရမယ်၊ အများယုံကြည်စိတ်ချရလောက်

www.dhammadownload.com



အောင် စည်းကမ်းကိုလိုက်နာတတ်ရမယ်၊ အချင်းချင်း သစ္စာရှိရမယ်။

၃။ အနစ်နာခံ စွန့်လွှတ်နိုင်ရမယ်၊ ရှိတာကို ခွဲဝေအသုံးချရမယ်၊ မိသားစုစိတ်ဓါတ်ရှိရမယ်၊ အများအကျိုးကို လိုလားရမယ်၊ အချင်းချင်း အပြန်အလှန်ပေးကမ်း, ပြောကြား, ကူညီတတ်ရမယ်။

၄။ စဉ်းစားနိုင်းချိန် သုံးသပ်ဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ ပညာရှိရမယ်၊ ဘဝအနှစ်ဖြစ်တဲ့ ကောင်းမှုတရားကို ပန်းတိုင်အဖြစ် ထားရမယ်။

အဲဒါကို ဖွဲ့စည်းပုံစနစ် ၄-ချက်လို့လဲခေါ်တယ်။ ညီညွတ်ရေးလမ်းစဉ် ၄-မျိုးလို့လဲ ခေါ်တယ်။ ဒီ ၄-မျိုးမရှိပဲ ပေါင်းစုနေရင် ဆီနှင့်ရေ

www.dhammadownload.com



ရောသလို ဖြစ်သွားမယ်။ ဆီနှင့်ရေ တစ်သား တည်းရောလို့မရဘူး။ ဆီကချည်း ရေရဲ့အပေါ် ကနေတယ်။ ဒီ၄-မျိုးမရှိရင်လဲ တစ်သားတည်း ညီညွတ်အောင် ပေါင်းစုလို့မရဘူး။ ကိုယ်က ချည်း အပေါ်စီးနေချင်လို့ ကမောက်ကမ ဖြစ်တတ်တယ်။ ကွဲအက်လာတတ်တယ်။ ကြာကြာလဲမခံဘူး။ ဒီ ၄-မျိုး လမ်းစဉ်အတိုင်း စုပေါင်းနေကြရင်(ဒီ ၄-မျိုးရှိရင်) နို့နှင့်ရေ ခွဲမရအောင် ရောထားသလို မေတ္တာရှင်ပုံစံနဲ့ ညီညီညွတ်ညွတ် ချစ်ချစ်ခင်ခင် တစ်သား တည်း ပေါင်းစုနေနိုင်ကြတယ်။ လုပ်သမျှလဲ အစစအရာရာ အောင်မြင်နိုင်ကြပါတယ်။

ဒီ ၄-မျိုးရှိရင် ပျားကောင်နှင့်တူတယ်လို့

www.dhammadownload.com



ဆိုရပါမယ်။ ပျားကောင်တွေဟာ ဒီ ၄-ချက် အတိုင်းပဲ စုပေါင်းနေကြတယ်။ ပျားအုံကြီးဆို တာ ပျားကောင်တွေရဲ့ မိသားစုစိတ်ဓါတ် ပြည့်ဝတဲ့ ညီညွတ်ရေးကို သက်သေပြတာတဲ့။ အလွန်ချိုမြိန်ကောင်းမြတ်တဲ့ ဆေးဖက်ဝင် တဲ့ပျားရည်ဆိုတာ ပျားကောင်တွေရဲ့မျိုးချစ် စိတ်ဓါတ်ကို သက်သေပြတာဆိုပဲ။ ဒါဆိုရင် လူ့အဖွဲ့အစည်း, သံဃာ့အဖွဲ့အစည်း ပျားအုံ ဟာလဲ ညီညွတ်ရေးကိုပြတာပဲ ဖြစ်ရမယ်။ တိုးတက်အောင်မြင်အောင် ကြိုးစားဆောင် ရွက်နေတဲ့ မေတ္တာရေ့သွားပြုတဲ့ ကောင်းမှု တရားကိစ္စပျားရည်ဟာလဲ လူသားများ သံဃာ များရဲ့ မျိုးချစ်စိတ်ဓါတ် တရားချစ်စိတ်ဓါတ်ကို

www.dhammadownload.com



သက်သေပြတာပဲ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။

ပြီးတော့ ငြိမ်းချမ်းပျော်ရွှင်အေးမြစွာ အတူလက်တွဲနေလိုရင်-

(၁) ပုထုဇဉ်ချင်း အတူနေရတာဆိုတော့ အချင်းချင်းနှင့် အများအပေါ် သည်းခံခွင့်လွှတ် အနစ်နာခံ သဘောထားကြီး တတ်ရမယ်။

(၂) သနားကြင်နာ ကိုယ်ချင်းစာတတ်ရမယ်၊ စာနာထောက်ထား ညှာတာတတ်ရမယ်။

(၃) သူများတွေ ကြီးပွားတိုးတက်အောင်မြင်တာ မြင်တွေ့ကြားသိရရင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာရှိတတ်ရမယ်။

www.dhammadownload.com



(၄) အချင်းချင်းနှင့်အများအပေါ် အကျိုးလိုလားတဲ့ မေတ္တာထားရှိရမယ်။

အဲဒီ ၄-မျိုးကို သူတော်ကောင်းလမ်းစဉ် ၄-ချက်လို့ခေါ်တယ်။ လူသားငြိမ်းချမ်းရေးလမ်းစဉ်, ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးလမ်းစဉ်လို့လဲ ခေါ်နိုင်တယ်။ ဒီ ၄-မျိုးရှိရင် ဘေးရန်အပူလဲ ကင်းဝေးမယ်။ နှလုံးစိတ်ဝမ်းလဲ အမြဲအေးချမ်းရမယ်။ ဘဝအနှစ်ဖြစ်တဲ့ ကောင်းမှုလဲ အမြဲတိုးပွားနေမယ်။ လုပ်သမျှလဲ ဘာမဆိုအောင်မြင်မယ်လေ။

❀ ❀ ❀

www.dhammadownload.com

## ၆။ လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ

✤ လောကတွင်းမှာ၊ သတ္တဝါ၊
လူသာ ပဓာန။

✤ လူသားကမ္ဘာ၊ တည်သောအခါ၊
မေတ္တာဖြင့်သာ စတင်ရ။

✤ လောက ကမ္ဘာ၊ ပျက်သောအခါလဲ၊
မေတ္တာဘဲ၊ ထုတ်ဆွဲကယ်တင်ရ။

www.dhammadownload.com



✤ တည်ပျက်ကြားမှာ၊ နေသောခါလဲ၊
မေတ္တာဘဲ၊ အမြဲစောင့်ထိန်းရ။

✤ လူသားမေတ္တာ၊ လျော့သောအခါ၊
ခေတ်မှာ ဆုတ်ယုတ်ရ။

✤ လူသားမေတ္တာ၊ ကင်းသောခါ၊
လူသာ ဒုက္ခပေးတတ်ကြ။

✤ လူသားမေတ္တာ၊ ခန်းသောအခါ၊
လောင်စာတိုး၍ ကြောက်လန့်ရ။

✤ လူသားမေတ္တာ၊ တိုးသောခါ၊
ခေတ်မှာ တိုးတက်ရ။

✤ လူနှင့်မေတ္တာ၊ တွဲမှသာ၊
တိုးလာသမျှ အားကိုးရ။

www.dhammadownload.com



✤ လူသားမေတ္တာ၊ ဤကမ္ဘာ၊
လူသာ ကောင်းအောင်လုပ်နိုင်ကြ။

သာမန်အားဖြင့် လူ့ခန္ဓာမှာ အဆိုးဆုံးက ဒုက္ခနှင့်ကိလေသာပါ။ ဆင်းရဲနှင့်အပူပေါ့။ ခန္ဓာရှိတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခလဲရှိရမှာပေါ့။ ပုထုဇဉ် ဆိုတော့ ကိလေသာအပူလဲ ရှိနေရဦးမှာပဲ။ အကောင်းဆုံးက မေတ္တာ စတဲ့တရားစွမ်းအား ပါ။ တရားစွမ်းအားဆိုတာ လူရဲ့ပင်မတန်ခိုး ပဲ။ လူမှာ အဆိုးနှင့်တန်ခိုး အပြန်အလှန်အား ပြိုင် စိန်ခေါ်နေကြပါတယ်။ အတွင်းကလာ တဲ့ အဆိုးနှင့်တန်ခိုး ဓါတ်ကူးခံနေရတဲ့ အပြင် ဖက်က သက်မဲ့တွေပါ အားချင်းလုပြီး အချင်း ချင်းအားပြိုင်နေကြတယ်။ လူရဲ့အဆိုးအကောင်း

www.dhammadownload.com



ခါတ်တွေဟာ သက်ရှိတိရစ္ဆာန် တွေ့, နတ်တွေထံလဲ ကူးနေကြတာပဲ။ လောကထဲမှာ လူသာပဓာနပါ။ လောကထဲက အဆိုးအကောင်းတွေရဲ့ မူလတရားခံဟာ လူတွေပါ။

ယနေ့မျက်မှောက်ခေတ်မှာ ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာမှုနှင့် ကမ္ဘာ့ရာသီဥတုပြောင်းလဲဖေါက်ပြန်မှုတွေဟာ လူသားတွေကို အားပြိုင်စိန်ခေါ်နေကြပါတယ်။ သိပ္ပံနည်းပညာထွန်းကားတဲ့ တိုင်းပြည်ကြီးတွေတောင် ခေါင်းငုံ့ခံနေရမလို ဖြစ်နေပါတယ်။ စက်ရုံ မော်တော်ကား စတဲ့ စက်မှုလုပ်ငန်းဆိုင်ရာတွေက နေ့စဉ် အဆက်မပြတ် ထုတ်လွှတ်နေတဲ့ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်တွေ များလွန်း

www.dhammadownload.com



နေတာကြောင့် ဒီအဆိုးတွေ ဖြစ်နေကြရတာလို့ သိပ္ပံပညာရှင်တွေက ဆိုကြပါတယ်။ များလွန်းလှတဲ့ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်တွေကို ကမ္ဘာ့သစ်ပင်တွေက ကုန်စင်အောင် မစုပ်ယူနိုင်ကြတော့ဘူးလို့လဲ သူတို့ပဲ ဆိုကြပါတယ်။

ကမ္ဘာထဲမှာ ပျံ့နှံ့ပြည့်ကျပ်နေတဲ့ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်တွေကို စုပ်ယူနိုင်တဲ့ စက်ရုံကြီးတွေတည်ဖို့ အားယူနေကြတယ်လို့လဲ ဆိုပါတယ်။ သူတို့ရဲ့စက်ရုံကြီးတွေ တည်နိုင်တယ်ပဲ ထားပါဦး။ တစ်ကမ္ဘာလုံး ပျံ့နှံ့နေတဲ့ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်တွေကို စက်ရုံကြီးတွေက ကုန်အောင်လိုက်စုပ်

www.dhammadownload.com



ယူဖို့ မလွယ်ကူလှပါဘူး။ သိပ္ပံနည်းသက်သက်နဲ့သာဆိုရင်တော့ ပေါက်လိုက်ဖာလိုက်, ဖာလိုက်ပေါက်လိုက်ပဲ ဖြစ်နေဦးမှာပါ။

သူတို့က သိပ္ပံနည်းနဲ့ စမ်းသပ်လို့ရနိုင်တဲ့ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်လောက်ကိုပဲ အဆိုးရဲ့တရားခံလို့ထင်ပြီး ပြောနေကြတာပါ။ ဒီထက်ဆိုးတဲ့ ကိလေသာအဆိပ်ငွေ့ကို သူတို့နည်းနဲ့ စမ်းသပ်လို့ ရနိုင်တာမှမဟုတ်ပဲ။ ဗုဒ္ဓဓမ္မနှင့် တွေ့ခွင့်ရသူများသာ သိနိုင်တာပါ။ တကယ်တော့ သိပ္ပံနည်းနဲ့ဘယ်လိုမှ စမ်းသပ်လို့မရနိုင်တဲ့ ဒီရပ်ဓါတ်ထက် အဆမျိုးစွာ အလွန်ဆိုးဝါးလှတဲ့ ကိလေသာဆိုတဲ့ အဆိပ်ဓာတ်ငွေ့က အဆိုးတွေရဲ့ အဓိကအကျဆုံး

www.dhammadownload.com



ဖြစ်တဲ့ မူလတရားခံပါ။

ဒီကိလေသာအဆိုးဓာတ်တွေကို ပုထုဇဉ် လူသားတွေက နေ့စဉ် အများဆုံးထုတ်လွှတ် နေကြပါတယ်။ သိပ္ပံနည်းနဲ့ ဘယ်လိုမှ စုပ်ယူ လို့မရနိုင်တဲ့ ဓာတ်ဆိုးတွေပါ။ ကိလေသာ အဆိုးဓာတ်တွေကိုစုပ်ယူနိုင်တာ, စုပ်ထုတ် ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တာက တရားအလုပ်တစ်ခု တည်းပဲရှိတာ။ ကမ္ဘာလောကကြီးကို အကောင်း နှင့်အဆိုး အပြောင်းအလဲလုပ်ပြီး ဖန်းတီးနေ ကြတဲ့အရာတွေထဲမှာ လူတွေသာ အဓိက အကျဆုံးဖြစ်တယ်။ ခေတ်သစ်နည်းပညာ တွေကြောင့် ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေ အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလောက်အောင် တစ်ဟုန်ထိုး တိုးတက်

www.dhammadownload.com



လာကြပေမယ့် ဒီရုပ်ဝတ္ထုတွေရဲ့နောက်က ကပ်ပြီးလိုက်လာတဲ့ ကိလေသာဆိုတဲ့အပူငွေ့ ကို လျှော့မပေးနိုင်ကြပါဘူး။ တရားကလွဲရင် လျှော့ပေးနိုင်တဲ့နည်းပညာလဲ မရှိပါဘူး။

လောဘ ဒေါသ မောဟစတဲ့ ကိလေသာ အပူငွေ့တွေကြောင့် အချင်းချင်းရန်လိုမုန်းတီး မှုတွေ, လူသားချင်း မငဲ့ညှာမထောက်ထား မစာနာမှုတွေ, ကျူးကျော်ရန်စမှုတွေ, ကြီးနိုင် ငယ်ညှင်းလုပ်လိုမှုတွေစတဲ့ ခေတ်သစ်နည်း ပညာနဲ့ရှင်းမရနိုင်တဲ့ အားပြိုင်စိန်ခေါ်မှု အခက် အခဲတွေကိုဖြေရှင်းပေးဖို့ ဗုဒ္ဓ ဓမ္မနှင့် တွေ့ ဆုံခွင့်ရသူတိုင်းမှာ တာဝန်ရှိပါတယ်။ တာဝန် အရှိဆုံးပဲဆိုပါတော့။

www.dhammadownload.com



ကိလေသာကြောင့် တောက်လောင်တတ်တဲ့ ကမ္ဘာ့စစ်မီးတွေ, ကိလေသာကြောင့် ပေါ်လာတဲ့ လက်နက်တွေ, ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်စတဲ့အဆိပ်ငွေ့တွေကို တားဆီးဖယ်ရှားပေးနိုင်တဲ့မေတ္တာတရားကို အထူးပွားဖို့လိုပါလိမ့်မယ်။ သတ္တလောကထဲ ထိထိခိုက်ခိုက် ထဲထဲဝင်ဝင် စူးစိုက်ပို့လွှတ်ပေးဖို့ အထူးပဲ လိုအပ်လှပါတယ်။

"လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ" ဆိုတာ ဒီကမ္ဘာဟာ လူသားတွေရဲ့ မေတ္တာစွမ်းအားနဲ့ ရပ်တည် ရှင်သန်ကြီးပွားနေရတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီကမ္ဘာကို လူသားတွေရဲ့မေတ္တာနဲ့ ထိန်းထားရပါတယ်။ လူသားကမ္ဘာကို မေတ္တာ

www.dhammadownload.com



နဲ့စခဲ့တာပါ။ ကမ္ဘာဦးလူတွေဟာ မေတ္တာရှင်ဗြဟ္မာကြီးတွေက ဆင်းသက်လာကြတဲ့ မေတ္တာရှင်တွေပါ။ ဗြဟ္မာပြည်က ဆင်းသက်လာတဲ့ မေတ္တာရှင်လူသားတွေ ကမ္ဘာသစ်ကို စတင်ရောက်လာကြတာဖြစ်တယ်။ မေတ္တာအရှိန်ကြောင့် အမိဝမ်းထဲမနေရပဲ ဘွားကနဲဆို အရွယ်ရောက်ပြီးသားအနေနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာကြတယ်။ အပြင်ဖက်က စားသောက်ဖွယ်တွေ မလိုသေးပဲ မေတ္တာနှင့်ယှဉ်တွဲတဲ့ ပီတိနဲ့ပဲ အသက်ရှင်နေကြတယ်။ ပီတိဟာ ကမ္ဘာဦးလူတွေရဲ့အစာပဲ။

ပြီးတော့ ဇဟိဒ္ဓိအလင်းရောင် ဘာမှမလိုသေးပဲ ခန္ဓာကိုယ်ကအရောင်တွေ လင်းထိန်

www.dhammadownload.com



နေအောင် ထွက်နေကြတယ်။ လူတိုင်း အရောင်ထွက်နေတာဆိုတော့ တစ်လောက လုံး အရောင်ချင်းစပ်ပြီး လင်းထိန်နေတာပဲ။ တစ်နေရာက တစ်နေရာကို သွားတော့ ကောင်းကင်မှာ ကိုယ့်အစွမ်းနဲ့ကိုယ် ပျံသွား ရုံပဲ။ ဘာယာဉ်ရထားမှ မလိုဘူး။ ကံက ဖန်တီးပေးတဲ့ တင့်တယ်လှပတဲ့နေရာမှာ နေ ကြရတယ်။ နာမ်ခန္ဓာသန့်ရှင်းသလောက် ရုပ် ခန္ဓာကလဲ အလွန်လှပတင့်တယ်တယ်။ ရုပ် သိပ်ချောတယ်ဆိုပဲ။ သက်တမ်းလဲ သိပ်ရှည် တယ်။ မေတ္တာရှင်တွေအချင်းချင်း ကိုယ့် ကြောင့်လဲ သူချမ်းသာ, သူ့ကြောင့်လဲ ကိုယ် ချမ်းသာ, ကိုယ့်ကြောင့်လဲ ကိုယ်ချမ်းသာ,

www.dhammadownload.com



သူ့ကြောင့်လဲ သူချမ်းသာပေါ့။ အားလုံး အဆင်ပြေလို့ပဲ။

ကမ္ဘာပျက်တော့လဲ သတ္တဝါတွေ မရှုမလှ ဒုက္ခမရောက်ရအောင် မေတ္တာကပဲ သတ္တဝါတွေကို ကယ်တင်ပေးရတယ်။ ကမ္ဘာပျက်ခါနီး လောကဗျူဟာနတ်တွေရဲ့တိုက်တွန်းနှိုးဆော်မှုကြောင့် လူတွေထိတ်လန့်ပြီး မေတ္တာပွားလိုက်ကြတာ နတ်တွေတင်မက အပါယ်ဘုံထိ မေတ္တာပြန့်သွားသတဲ့။ အပါယ်ဘုံသားတွေဟာ လူတွေ နတ်တွေဖြစ်၊ မေတ္တာတွေပွား၊ မေတ္တာပွားတယ်ဆိုရင် ဗြဟ္မဝိဟာရတရား ၄-ပါးလုံးလဲ ပွားတာပါပဲ။ အားလုံးဈာန်တွေရပြီး ကမ္ဘာပျက်တဲ့အခါ မပါဝင်တဲ့

www.dhammadownload.com



အထက်ဗြဟ္မာဘုံကို ရောက်သွားကြသတဲ့။ မီး, ရေ, လေကြောင့် ကမ္ဘာကြီးပျက်စီးရတဲ့ အခါ မရှုမလှပျက်ရတဲ့အပျက်ထဲ မပါဝင်တာ ကိုပြောတာပါ။ မပျက်ပဲ အမြဲတည်နေနိုင်တာ ကို ပြောတာမဟုတ်ပါ။ အချိန်စေ့လို့ ပျက်တဲ့ အပျက်မျိုးတော့ရှိတာပေါ့။ လောကထဲ မပျက် ပဲ အမြဲတည်နေနိုင်တဲ့ သက်မဲ့သက်ရှိဆိုတာ လုံးဝမရှိပါဘူး။ မေတ္တာကြောင့် သတ္တဝါတွေ ကမ္ဘာပျက်တဲ့အခါမှာကြုံတွေ့ရမယ့် မရှုမလှ ဘေးရန်ဒုက္ခမျိုးစုံက လွတ်မြောက်ငြိမ်းအေး ကြရတယ်။ အလွန်အပြစ်ကြီးတဲ့ ငရဲသူငရဲ သားတွေကတော့ ပျက်တဲ့အလှည့်မရောက် သေးတဲ့အခြားကမ္ဘာကို ပြောင်းပြီးခံကြရတယ်

www.dhammadownload.com



လို့ဆိုတယ်။ ဒါကတော့ သူ့ကံနှင့်သူပေါ့။

ကမ္ဘာတည်တော့လဲ မေတ္တာနဲ့စတယ်။ ကမ္ဘာပျက်တော့လဲ သတ္တဝါတွေ မရှုမလှဒုက္ခ မရောက်ရအောင် မေတ္တာနဲ့ကယ်ဆယ်ရတယ်။ ကြားကာလမှာလဲ မေတ္တာနဲ့ပဲ လောကကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက် အလှဆင်ပေးနေ ရတယ်။ လူသားတွေရဲ့မေတ္တာ ယုတ်လျော့ရင် ခေတ်ကာလ ဆုတ်ယုတ်သွားတယ်။ ရုပ်ဝတ္ထု တိုးတက်နေပေမယ့် မေတ္တာကင်းပျောက် ခမ်းခြောက်သွားရင် တိုးလာသမျှ ကြောက် စရာလောင်စာအဆိပ်တွေချည်း ဖြစ်နေတတ် တယ်။ လူသားကြောင့် ကမ္ဘာဟာ ကြောက် ဖွယ်အတိ ဖြစ်သွားတတ်တယ်။

www.dhammadownload.com



ပြီးတော့ လူအချင်းချင်း ဘီလူးသူရဲတွေ လို, သားရဲတိရစ္ဆာန်တွေလို အချင်းချင်းသတ် ဖြတ်ညှင်းဆဲ ဒုက္ခပေးနေတတ်ကြတယ်။ ကမ္ဘာ့သယံဇာတအဆီအစေးတွေ ခမ်းခြောက် ပျောက်ကွယ်သွားတတ်ကြတယ်။ တစ်ခြား နေရာကို ရွှေ့ပြောင်းသွားတတ်ကြတယ်။ ရာသီဥတု ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တတ်တယ်။ သဘာဝဘေးရန်ခြိမ်းခြောက်မှု များပြားလာ တတ်တယ်။ သက်မဲ့သက်ရှိ ရန်သူပေါ်များ တတ်တယ်။

လူသားတွေရဲ့မေတ္တာ တိုးပွားလာတဲ့အခါ ခေတ်ကာလ တိုးတက်စည်ပင်ဖွံ့ဖြိုးတယ်။ ကမ္ဘာကြီး စိုပြေအေးမြလာရတယ်။ စိတ်နှင့်

www.dhammadownload.com



ရုပ်ဝတ္ထု အပြန်အလှန်ကျေးဇူးပြုပြီး သာယာ
ဝပြော အေးချမ်းတဲ့ခေတ်ကာလဖြစ်နေတတ်
တယ်။ ကမ္ဘာ့သယံဇာတ အဆီသြဇာ ကြွယ်ဝ
လာတယ်။ မြေကြီးက ကမ္ဘာ့လူသားအားလုံး
ဝအောင်ထုတ်ကျွေးနိုင်တယ်။ ရာသီဥတုမှန်
ကန်လာတယ်။ သဘာဝဘေးရန်တွေ ငြိမ်ဝပ်
သွားတယ်။ ဘေးရန်ကင်းလို့ အေးချမ်းသာ
ယာတယ်။ မေတ္တာခြုံတော့ အားလုံးလုံတယ်။
တိုးလာသမျှ အားကိုးစရာချည်းပါပဲ။ ကမ္ဘာကို
လူသားမေတ္တာနဲ့ထိန်းထားရတာဖြစ်လို့ လူ
တွေကပဲ မေတ္တာစိတ်နဲ့ အဆိုးမကျရောက်
အောင် ကောင်းအောင် ပြုပြင်ဖန်တီးပေးနေ
ကြရမှာဖြစ်တယ်။ ကမ္ဘာအနန္တ မေတ္တာပြန့်

www.dhammadownload.com



အောင် ဖြန့်ပွားလွှမ်းခြုံပေးကြရမှာပါ။

ကမ္ဘာကို လူသားမေတ္တာနဲ့ လွှမ်းခြုံထိန်းသိမ်းပေးရမယ်။ တချို့နတ်တွေတောင် လူတွေရဲ့မေတ္တာနဲ့ လွှမ်းခြုံပေးမှ အဆိုးကင်းလို့ အကောင်းပြည့်စုံအောင် စောင့်ရှောက်ကူညီပြီး ကောင်းကျိုးပြုပေးတတ်တဲ့သဘော ရှိပါတယ်။ မမြင်ရတဲ့ပိုးမွှားကလေးတွေက စလို့ အလွန်ကြီးမားတဲ့ သားရဲတိရစ္ဆာန်တွေ, အခြားအပါယ်ဘုံသားတွေအားလုံး လူတွေရဲ့မေတ္တာနဲ့ လွှမ်းခြုံဖုံးဖိထားမှ အနှောင့်အယှက်မပေးပဲ လူသားကောင်းကျိုးကိုသာ ပြုပေးကြပါလိမ့်မယ်။

သက်မဲ့အားလုံးလဲ လူတွေရဲ့မေတ္တာ

www.dhammadownload.com



ခါတ်တွေ စိမ့်ဝင်ကူးစက်မှ အဆိပ်အတောက် အဆိုးတွေ ကင်းပျောက်ပြီး ကောင်းကျိုးပြု ပေးကြမှာ သေချာပါတယ်။ လူ့စိတ် ညစ်ညမ်း ပူလောင်ရင် သက်မဲ့တွေ အကျည်းတန်သွား မယ်။ လူ့စိတ် ရှင်လန်းကြည်လင် သန့်စင် အေးချမ်းရင် သက်မဲ့တွေ ထည်ဝါသွားမယ်။ သက်မဲ့ကို မေတ္တာပို့လို့မရပေမယ့် ကောင်း ကျိုးပြုခါတ် သဘာဝအကောင်းကတော့ ကူးပါတယ်။ လက်နက် မထိဘူး၊ အဆိပ် မထိ ဘူး၊ မီးမလောင်ဘူး ဆိုတာမျိုးပေါ့။ လောက ထဲမှာ လူသားတွေရဲ့ မေတ္တာသာ ပဓာနပါ။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၇။ မေတ္တာတွဲကာ ပစ္စည်းရှာ

✤ ကိုယ်သုံးဖို့ရန်၊ ပေးဖို့ရန်၊
ရည်သန်ပစ္စည်းစု။

✤ အများတကာ၊ ပေးဖို့ရာ၊
ကောင်းစွာပိုက်ဆံစု။

✤ ကိုယ်သုံးသောအခါ၊ သတိပါ၊
သိက္ခာပြည့်အောင်ပြု။

www.dhammadownload.com



✤ အများတကာ၊ ပေးသောခါ၊
မေတ္တာထား၍၊ စုံအောင်ရှု။

✤ မေတ္တာတွဲကာ၊ ပစ္စည်းရှာ၊
ကောင်းတာရအောင်စု။

✤ မေတ္တာတန်ခိုး၊ ကုသိုလ်တိုး၊
ကောင်းကျိုးရအောင်ပြု။

✤ အဆိုးကိုနိုင်၊ အကောင်းပိုင်၊
ကြံ့ခိုင်ကောင်းကျိုးစု။

လူဆိုတာ ဘာရှာရှာ ဘာရှိရှိ ဘာစုစု ဘာလုပ်လုပ် ကောင်းမှုတရားနဲ့ပဲ အထွင့်တင်နိုင်အောင် သတိထားကြိုးစားပေးရမယ်။ လူ့ဘဝရဲ့ပန်းတိုင်ဟာ ကောင်းမှုတရားပဲလေ။ လောကထဲ ဘာတစ်ခုမှ ခိုင်မြဲတာမဟုတ်

www.dhammadownload.com



တော့ ရှိသမျှ စုသမျှ အချိန်တန်ရင်ကုန်သွား မှာချည်းပဲ။ ဒီတော့ စီးပွားဥစ္စာရှာဖွေရတဲ့ အလုပ်ကလဲ မပြီးနိုင်တော့ပါဘူး။ အကြောင်း အားလျော်စွာသာ ရပ်နားချိန်တန်လို့ ရပ်နား ထားကြရတာပါ။ ပြီးသွားလို့ ရပ်နားတာတော့ မရှိပါဘူး။ ပြီးနိုင်တဲ့အလုပ်မှ မဟုတ်ပဲ။

လူ့အလုပ်ရဲ့ ရလဒ်ပန်းတိုင်ဟာ စီးပွား ဥစ္စာလုပ်ခလောက်နဲ့ အဆုံးမသတ်သင့်ဘူး။ မပြီးဆုံးစေသင့်ဘူး။ မပြီးဆုံးနိုင်တာတွေကို ပန်းတိုင်လုပ်နေရင် ပူလို့ မောလို့ဆုံးနိုင်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ စီးပွားဥစ္စာရဲ့နောက်မှာ အထက်မှာရှိနေတဲ့ ကောင်းမှုတရားပန်းတိုင် ထိ လှမ်းတက်နိုင်မှ အပူငြိမ်းချမ်းလို့ အမော

www.dhammadownload.com



ပြေမှာဖြစ်တယ်။ လူ့လုပ်ခကို မပြီးဆုံးနိုင်တဲ့ စီးပွားဉစ္စာလောက်နဲ့ တန်ဖိုးမဖြတ်သင့်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုအားလုံး အာမခံတာဝန်ယူမယ့် ကောင်းမှုတရားနဲ့ပဲ တန်ဖိုးဖြတ်သင့်တယ်။

လူတွေဟာ ကိုယ်သုံးဖို့နှင့် သူများပေးဖို့ အတိုချုပ်ရည်ရွယ်ချက် ၂-မျိုးနဲ့ ပစ္စည်းရှာဖွေ စုဆောင်းနေကြတာပါ။ ပိုက်ဆံကိုတော့ သူများ ပေးဖို့ သက်သက်ပဲရှာနေကြတာပါ။ ပိုက်ဆံ ကို ကိုယ်သုံးလို့ မဖြစ်ပါဘူး။ သူများ ပေးရုံ ပါပဲ။ ဟုတ် မဟုတ် ဘဝထဲမှာလက်တွေ့ချ ကြည့်ပါ။ သာမန်အားဖြင့် စားဝတ်နေရေး, ကျန်းမာရေးကိစ္စအတွက် ပိုက်ဆံရှာတာလို့ ပြောချင်ပြောမယ်။ ဒါပေမယ့် ပိုက်ဆံကို

www.dhammadownload.com



ဝါးစားလို့မရဘူးလေ။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံ သူ့ကို ပေးမှ သူ့ဆီက စားစရာရမယ်။ ဒီတော့မှ စားရမယ် မဟုတ်လား။

ပိုက်ဆံကို ဝတ်လို့မရဘူး။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံ သူ့ကိုပေးမှ သူ့ဆီက ဝတ်စရာရမယ်။ ဒီတော့မှ ဝတ်ရမယ်။ ပိုက်ဆံပေါ် တက်နေလို့မရဘူး။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံ သူ့ကိုပေးမှ သူက နေစရာ စီစဉ်ပေးမယ်။ ဒီတော့မှ နေရမယ်။ မကျန်းမမာဖြစ်လို့ နေထိုင်မကောင်းတဲ့အခါ ပိုက်ဆံကို ဝါးစားလို့, ပိုက်ဆံကို ထောင်းထုကြိတ်ချေ အရည်ဖျော်သောက်လို့ ရောဂါပျောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံ သူ့ကိုပေးမှ သူက ကျန်းမာကြောင်းဆေးဝါးတွေ ပေးလိမ့်

www.dhammadownload.com



မယ်။ ကျန်းမာအောင်လဲ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးပါလိမ့်မယ်။ ဒီတော့မှ ကျန်းမာမှာဖြစ်တယ်။

အဲဒီလို စသည်ဖြင့် ကိုယ့်ပိုက်ဆံ သူ့ကိုပေးလိုက်မှပဲ သူကကိုယ့်ကိစ္စပြီးအောင်ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တာဟာ လောကထဲ နေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေရတဲ့ မျက်မြင်သက်သေတွေပဲ။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံကို ဘယ်သူ့ကိုမှမပေးပဲ အမြဲဆုတ်ကိုင်ထားနေလို့ ဘယ်ကိစ္စမှ ပြီးမလာနိုင်ပါဘူး။ ပြီးတော့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စားဝတ်နေရေး, ကျန်းမာရေးပြီးအောင် ဆောင်ရွက်ပေးရုံလောက်နဲ့ ဘဝမပြေလည်သေးပါဘူး။ ဘဝမှာ မပြည့်စုံ မလုံလောက်သေးပါဘူး။ စိတ်ပိုင်း

www.dhammadownload.com



ဆိုင်ရာ တရားအစာ, တရားအဝတ်, တရားနေရာ, တရားဆိုတဲ့စိတ်ကျန်းမာရေးပါ ပြည့်စုံမှ ဘဝပြေလည်မှာပါ။

ဘဝထဲမှာ လက်တွေ့ချကြည့်လိုက်တော့ ပိုက်ဆံဟာ သူများပေးဖို့ရှာတယ်ဆိုတာ သေချာသွားပါပြီ။ ဒါဆို ကိုယ့်ပိုက်ဆံကိုသူများလက်ထဲ ပေးတတ်ပြီလား၊ ကုန်ကျမဖြစ်စေပဲ ကုန်ရဖြစ်အောင် သတိဉာဏ်ဦးဆောင်တဲ့ မေတ္တာစစ်စစ်နဲ့ပေးတတ်ဖို့လိုမယ်။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံကို လက်ခံယူမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကိုယ့်ရဲ့အကျိုးကိုဆောင်ရွက်ပေးတဲ့ မိတ်ဆွေအရာမှာထားပြီး အကျိုးလိုလားတဲ့ မေတ္တာစိတ်နဲ့ ပေးကြည့်ပါ။ ပေးရတာ အလွန်ကျေနပ်သွား

www.dhammadownload.com



မယ်။ ကျေနပ်ရင် အဖိုးအခပေးရုံနဲ့တောင် ဒါန, သီလ, သမာဓိ, ဝိပဿနာ ဘောင်ဝင် သွားမယ်။ လဲလှယ်ဝယ်ယူခဲ့တဲ့ပစ္စည်းကို သတိဉာဏ်ဦးဆောင်တဲ့ သဒ္ဓါ ပညာ မေတ္တာ နဲ့အသုံးတတ်ရင် ကောင်းမှုထပ်တိုးဦးမယ် လေ။ ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့် တကယ်တွေ့ရသူမှာ ကုသိုလ်ရခွင့်တွေချည်းပဲ။

ပစ္စည်းကိုကိုယ်သုံးတဲ့အခါ သတိဦးဆောင် ပြီး သိက္ခာ ၃-ပါးဘောင်ဝင်စေရမယ်။ အများ အတွက်ပေးတဲ့အခါ သီးသန့်လှူတာ မဟုတ် ရင်တောင်မှ မေတ္တာဦးဆောင်ပြီး ကောင်းမှု ၄-မျိုးလုံး ဘောင်ဝင်အောင် ပေးတတ်ဖို့လို မယ်။ မေတ္တာတန်ခိုးကြောင့် ကောင်းမှုတိုးလို့

www.dhammadownload.com



ကောင်းကျိုးစည်ပင်ဖွံ့ဖြိုးမှာ သေချာပါတယ်။ အဆိုးကိုနှင့် အကောင်းပိုင်လို့ ကြံ့ခိုင်အေး ချမ်းရတာဟာ အတိုချုပ်ကောင်းကျိုးပဲ။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၈။ မေတ္တာဖွေးဖြူ ပစ္စည်းကူ

✤ ပစ္စည်းနှင့်လူ၊ တွဲမိမှု၊
အပူမငြိ အေးပါစေ။

၁။✤ မိမိသုံးစား၊ ပစ္စည်းအားကြောင့်၊
အများသူငါ၊ ဘေးရန်ကွာ၊
ချမ်းသာကြပါစေ။

၂။✤ မိမိဆည်းပူး၊ ပစ္စည်းထူးကြောင့်၊

www.dhammadownload.com



ကျေးရွာရှင်မှာ၊ ဘေးရန်ကွာ၊
ချမ်းသာကြပါစေ။

၃။ ✤ မိမိပေးပြား၊ ပစ္စည်းအားကြောင့်၊
မိသားစုမှာ၊ ဘေးရန်ကွာ၊
ချမ်းသာကြပါစေ။

၄။ ✤ မိမိပေးနေ၊ ပစ္စည်းတွေကြောင့်၊
မိတ်ဆွေအများ၊ ဆွေမျိုးများမှာ၊
ဘေးရန်ကွာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

၅။ ✤ မိမိလှူဒါန်း၊ ပစ္စည်းစွမ်းကြောင့်၊
ရဟန်းရှင်မှာ၊ ဘေးရန်ကွာ၊
ချမ်းသာကြပါစေ။

✤ မေတ္တာအစွမ်း၊ စိတ်အေးချမ်း၊
ရွှင်လန်းကြပါစေ။

www.dhammadownload.com



✤ မေတ္တာဖွေးဖြူ၊ ပစ္စည်းကူ၊
အပူငြိမ်း၍ အေးပါစေ။

ပစ္စည်းဆိုတာ လူ့ရဲ့သက်မဲ့အဖေါ်ဆိုတော့ ၁။ သတိဉာဏ်ဦးဆောင်တဲ့ မေတ္တာနဲ့ပဲ ပစ္စည်းနှင့်လူ ဖွဲ့စည်းထားရမယ်။ လူနှင့် နေ့စဉ် အမြဲတွေ့ဆုံနေရတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာအတွင်းမှာ မေတ္တာထည့်သွင်း ဖြတ်သန်းနိုင်အောင် သတိထားကြိုးစားပေးရမယ်။ ပစ္စည်းကို မေတ္တာပို့လွှတ်တာမဟုတ်ပေမယ့် ပစ္စည်းကိုလက်ခံယူကြမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်တို့အပေါ် မေတ္တာလွှမ်းခြုံပြီး တရားစွမ်းအားကျန်နေခဲ့အောင် ပစ္စည်းဖြန့်ဝေပေးတတ်ရမယ်။ ကိုယ့်အတွက်စားသုံးရင် သက်ရှည်ကျန်းမာဖို့, ခွန်အားတိုးဖို့, ဉာဏ်

www.dhammadownload.com



ပညာတိုးဖို့, ခန္ဓာကို နည်းလမ်းမှန်မှန်အသုံး ချဖို့ ရည်ရွယ်တတ်ရမယ်။ ခန္ဓာမော်တော် ယာဉ်ကို မဂ္ဂင်ယာဉ်ကြောပေါ်မှာ ကောင်းရာဦး တည်ပြီး ဘစ်နေ့တာ တွင်အောင်မောင်းနှင် နိုင်ဖို့ စားဝတ်နေရေးဆိုင်ရာ စက်ဆီ, ဓါတ်ဆီ, လောင်စာဆီထည့်ပေးတဲ့သဘောမျိုးပေါ့။

"ငါ့အစွမ်းကြောင့် အားလုံးချမ်းသာကြ ပါစေ၊ ကိုယ့်ရဲ့ပစ္စည်းအားကိုအမှီပြုပြီး ရလာ တဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အားနဲ့ စွမ်းဆောင်ကူညီ မှုတွေကြောင့် ကိုယ်နှင့်ဆက်စပ်ခွင့်ရသူတွေ အားလုံး ဘေးရန်ကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာ ကြပါစေ"- လို့ မေတ္တာလွှမ်းခြုံပေးရမယ်။ မိမိရဲ့ကိုယ်အား ဉာဏ်အားနဲ့ အများချမ်းသာ

www.dhammadownload.com



အောင်ကူညီဖို့ ဦးတည်ရည်ရွယ်ချက်ထား တတ်ရင် ပစ္စည်းနှင့်လူ ဖွဲ့စည်းပုံနည်းလမ်း မှန်သွားပါတယ်။ ဒါမှ ကိုယ့်ဆီက အကောင်း ကို ကိုယ်တိုင်ထုတ်သုံးရာလဲ ရောက်မယ်။ ကိုယ့်အကောင်းကို သူ့အတွက် ထုတ်ပေးရာ လဲ ရောက်မယ်ပေါ့။ ကိုယ့်မေတ္တာကြောင့် ကိုယ်ရောသူပါ အေးချမ်းကြမယ်။ စားဝတ်နေ ရေးကြောင့် "ကုန်ကျ" မဖြစ်ပဲ "ကုန်ရ"သာ ဖြစ်သွားမယ်။

၂။ ကိုယ့်ကို အအ, အန, ဗလာသုညဘဝ ကလွတ်အောင် အရာရာ တန်းစေ့လမ်းစေ့ လူရာဝင်အောင် ကိုယ်ကျိုးစွန့် အနစ်နာခံပြီး ကူညီစောင့်ရှောက် ချီးမြှောက်ခဲ့ကြတဲ့ မိဘ

www.dhammadownload.com



ဆရာစတဲ့ ကျေးဇူးရှင်များအတွက်လဲ ပစ္စည်း ခွဲတမ်း ပါဝင်စေရမယ်။ ဘယ်လောက်ရယ် လို့ မဆိုလိုပါဘူး။ ကိုယ့်အစွမ်းရှိသလောက် ပေါ့။ "ဒီပစ္စည်းကြောင့် ကျေးဇူးရှင်တွေ ဘေး ရန်ကင်းလို့ ချမ်းသာကြပါစေ" လို့ မေတ္တာ လွှမ်းခြုံပြီးမှ ပေးရမယ်။ ပစ္စည်းကိုပေးလိုက် တာနဲ့ မေတ္တာပါ,ပါသွားရမယ်။ "ဒီပစ္စည်း ကြောင့် ကျေးဇူးရှင်တွေ သက်ရှည်ကျန်းမာ ချမ်းသာလို့ ကိုယ့်ခန္ဓာကို အိုနာသေထက် လက်ဦးအောင် အမြန်သုံးနိုင်ကြပါစေ၊ ဒီ ပစ္စည်းကြောင့်ပဲ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာ ကောင်းမှုတွေ အမြန်တိုးကြပါစေ" - ဆိုတဲ့ သဘောမျိုးပေါ့။ ကိုယ်ရော သူပါ ဒါန, သီလ,

www.dhammadownload.com



ဘာဝနာရရှိ တိုးပွားလာမယ်။ မေတ္တာအစွမ်းကြောင့် နှစ်ဖက်လုံးငြိမ်းချမ်းမယ်။ နှစ်ဖက်လုံး တရားစွမ်းအားပြန်ရတဲ့ "ကုန်ရ" ပဲ ဖြစ်သွားမယ်။

၃။ ကိုယ့်မိသားစု ကိုယ့်တပည့် ပရိသတ်ရှိသူတိုင်း သူတို့အတွက် ပစ္စည်းခွဲတမ်းပါဝင်ပြီးသားဖြစ်ကြမှာပါ။ စိတ်ပါပါ, မပါပါ ပေးနေရမှာလဲ သေချာပါတယ်။ ပေးရမယ့်အတူတူတော့ စိတ်ပါတာပဲ အကျိုးရှိပါတယ်။ စိတ်ပါလက်ပါ မေတ္တာနဲ့ပဲပေးလိုက်ပေါ့။ တစိမ်းကိုပေးတာတောင် ဆွေမျိုးစိတ်ထားလို့ မေတ္တာနဲ့ပေးနိုင်သေးရင် ကိုယ့်ဆွေမျိုးအရင်းကိုပေးတဲ့အခါ ကေန်ဆွေမျိုးစိတ်ထားပြီး မေတ္တာနဲ့

www.dhammadownload.com



ပေးနိုင်ရမှာပေ့ါ။

သံယောဇဉ်ကိလေသာဆိုတာ သတိများများထားပေးရင် ရှောင်တိမ်းလို့ရပါတယ်။ သတိဟာ ကိလေသာနှင့်ရှောင်တိမ်းပုံ နည်းစနစ်ပဲ။ လောဘကိလေသာနဲ့ချစ်တာက တစိမ်းချစ်၊ ဒေါသကိလေသာနဲ့ချစ်တာက ရန်သူခြစ်၊ ရရစ်ခြစ်ပါ။ ကိလေသာနှင့်ရှောင်တိမ်းပြီး သတိဉာဏ်ဦးစီးတဲ့မေတ္တာနဲ့ချစ်တာက ဆွေမျိုးချစ်၊ "ဒီပစ္စည်းကြောင့် အတူနေမိသားစုတွေ ဘေးရန်ကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ"လို့ ဆွေမျိုးချစ်မေတ္တာနဲ့ပဲပေးရမယ်။ ဒါမှ ကုန်ကျမဖြစ်ပဲ သူ့မှာရော ကိုယ့်မှာပါ ဒါန, သီလ, သမာဓိ, ဝိပဿနာတိုး

www.dhammadownload.com



လို့ ကုန်တိုင်းပြန်ရတဲ့ "ကုန်ရ" ဖြစ်မှာပါ။ ပြီးတော့ မေတ္တာကြောင့် နှစ်ဖက်လုံး ငြိမ်း အေးချမ်းသာသွားမယ်။

၄။ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကိုယ်နှင့်သွေးသား ဆက်စပ်တဲ့ဆွေမျိုးတွေ, အချင်းချင်းအကျိုး ဆောင်ကူညီဖက်ဖြစ်တဲ့မိတ်ဆွေတွေ ရှိနေ ကြပါတယ်။ လူဟာ တစ်ယောက်တည်းနေ လို့မဖြစ်တော့ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေအသိုင်းအဝိုင်း နဲ့ပဲနေရပါတယ်။ လိုအပ်တဲ့အခါတိုင်း ဆွေမျိုး မိတ်ဆွေများအတွက် ပေးကမ်းကူညီရမယ်။ ကိုယ်လဲလိုအပ်တိုင်း သူတို့ဆီက အကူအညီ ယူနေရမှာပဲကိုး။

ဈေးရောင်းသူဟာ ဈေးဝယ်သူရဲ့အကျိုး

www.dhammadownload.com



ဆောင်မိတ်ဆွေ၊ ဈေးဝယ်သူဟာ ဈေးရောင်းသူရဲ့ အကျိုးဆောင်မိတ်ဆွေ၊ ကား,ဆိုက်ကားနဲ့ပို့ပေးသူဟာ ကား,ဆိုက်ကားစီးသူရဲ့အကျိုးဆောင်မိတ်ဆွေ၊ ကား,ဆိုက်ကားစီးသူဟာ ကား,ဆိုက်ကားနဲ့ပို့ပေးသူရဲ့အကျိုးဆောင်မိတ်ဆွေ၊ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် ဘယ်ကိစ္စပဲ ဆောင်ရွက်ဆောင်ရွက် အချင်းချင်းမိတ်ဆွေစိတ်ထားပြီး ဆောင်ရွက်မှ လူ့စွမ်းအားဖြစ်တဲ့ ကောင်းမှုတရားတွေကျန်ရစ်လို့ အားရှိနိုင်ကြမှာပါ။

တာဝန်ဝတ္တရားကျေရုံ, အရေအတွက်ပြည့်ရုံ, ကုန်သွားရုံလောက်နဲ့မပြီးစေပဲ သတိဉာဏ်နဲ့ အရည်အသွေးစွမ်းအားထည့်သွင်းပြီး

www.dhammadownload.com



မေတ္တာနဲ့ပေးရမယ်။ မေတ္တာနဲ့ပဲဆောင်ရွက်ရမယ်။ သတိဉာဏ်ဦးစီးတဲ့မေတ္တာဟာ ဆွေမျိုးချစ်ဖြစ်သလို, မိတ်ဆွေချစ်လဲ ဖြစ်ပါတယ်။ "ဒီပစ္စည်းကြောင့် ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေတွေ ဘေးရန်ကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ" လို့ မေတ္တာနဲ့လွှမ်းခြုံပြီးမှ ပေးနိုင်အောင် လေ့ကျင့်ပေးရပါမယ်။ အခွန်ဆောင်တာကစ ပေးရသမျှ အကုန်လုံး ဒီနည်းအတိုင်းပဲပေးရမယ်။ ကိုယ့်စေတနာဟာ ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ခပဲလေ။ မေတ္တာကြောင့် နှစ်ဖက်စလုံးလဲ ပျော်ရွှင်အေး မြငြိမ်းချမ်းကြမယ်။

၅။ ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့်လဲတွေ့, ဗုဒ္ဓသာသနာက ပေးထားတဲ့ ဉာဏ်မျက်လုံးကိုလဲရ, စေတနာ

www.dhammadownload.com



လဲနည်းလမ်းမှန်မှန်ထားတတ်သူတိုင်း အကျင့်သိက္ခာပြည့်ဝအောင်ကျင့်တတ်တဲ့ မြင့်မြတ်တဲ့သူတော်ကောင်းများအတွက် ပစ္စည်းခွဲတမ်းထည့်သွင်းထားပြီးသားပါ။ သူတော်ကောင်းများလဲ ကျန်းကျန်းမာမာ ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ သူတော်ကောင်းအလုပ်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ထိထိရောက်ရောက် လုပ်နိုင်လိမ့်မယ်။ ကိုယ်လဲ ကြီးကျယ်ဖွံ့ဖြိုးတဲ့ ကောင်းကျိုးကို ရမယ်ပေါ့။ အံ့ဖွယ်သာသနာလဲ ကြာကြာတည်မယ်ပေါ့။

သူတော်ကောင်းများအတွက် ပေးကမ်းလှူဒါန်းတော့လဲ "ဒီပစ္စည်းကြောင့် ရှင်ရဟန်းတွေ, သူတော်ကောင်းတွေ ဘေးရန်ကင်းလို့

www.dhammadownload.com



ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ"လို့ မေတ္တာလွှမ်းခြုံပြီးပေးရမယ်။ မေတ္တာဟာ ဒါနအကျိုးကိုလဲ ပိုဖွံ့ဖြိုးစေတယ်။ သီလ,သမာဓိ,ပညာတန်ခိုးကိုလဲ ထပ်တိုးစေတယ်။ နှစ်ဖက်လုံးကိုလဲ စိုပြေထည်ဝါစေတယ်။ နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းစေတယ်။ ပြီးတော့ လွှမ်းခြုံလိုက်တဲ့ ဒီမေတ္တာရဲ့သတ္တိအရှိန်ဟာ ဒီနားတင် ချုပ်ပြယ်ကွယ်ပျောက်သွားတာမဟုတ်ပဲ ကမ္ဘာလောကထဲမှာပါ အဆင့်ဆင့်ပြန့်ပြီး ကျေးဇူးပြုသွားပါတယ်။

ကုသိုလ်ရရုံသက်သက်လုပ်တဲ့ ဒါနလောက်နဲ့မပြီးစေပဲ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်လဲချမ်းသာအောင် လူတွေ သတ္တဝါတွေလဲ ဘေးရန်ကင်းဝေးငြိမ်း

www.dhammadownload.com



အေးအောင် မေတ္တာထည့်ပြီး စွမ်းအားတွေ ချဲ့ပေးရမယ်။ ကိုယ့်စေတနာဟာ ရတနာသုံးပါးကို မှီခိုခွင့်ရထားတော့ ချဲ့နိုင်သလောက် ကျယ်ပြန့်လာနိုင်ပါတယ်။ လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာလို့လဲ ဆိုနိုင်မယ်။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၉။ ကောင်းဆိုးနှစ်ဖြာ လူ့ခန္ဓာ ကောင်းတာ ထုတ်သုံးရ

✤ လူသားမေတ္တာ၊ ဤကမ္ဘာ၊
လူသာပဓာန။

✤ သို့ပါသော်လဲ၊ ဆင်းရဲအခိုး၊
လူ့တန်ခိုးဟု၊ ကောင်းဆိုးနှစ်ဖြာ၊
လူ့ခန္ဓာ၊ မှန်စွာရှိနေကြ။

www.dhammadownload.com

✤ ဒုက္ခများစွာ၊ ကိလေသာ၊
ဆိုးတာတွေလဲ ရှိနေကြ။
✤ သိက္ခာသုံးဖြာ၊ တရားသာ၊
ကောင်းတာတွေလဲ ရှိနေကြ။
✤ ခန္ဓာဆင်းရဲ၊ တွေ့ကြုံမြဲ၊
ရှောင်လွှဲဖယ်မရ။
✤ ကိလေသာမှာ၊ ဆိုးစေကာမူ၊ သတိကူ၊
အပူကင်းအောင်ရှောင်၍ရ။
✤ အပူကင်းစင်၊ ဒုက္ခမြင်၊
စွမ်းအင်တိုး၍ အနိုင်ရ။
✤ အဆိုးကိုဖြတ်၊ အကောင်းမှတ်သာ၊
ထုတ်သုံးရာ၊ ကောင်းစွာနှီးကြားရ။

www.dhammadownload.com

✣ အဆိုးကိုဖြတ်၊ အကောင်းဓာတ်သာ၊
ပေးရမှာ၊ မေတ္တာလွှမ်းခြုံရ။

✣ မိမိကိုယ်မှာ၊ စူးစိုက်ကာ၊
ပညာလွှမ်း၍ ငြိမ်းစေရ။

✣ အားလုံးသတ္တဝါ၊ လွှမ်းခြုံကာ၊
မေတ္တာလွှမ်း၍ အေးစေရ။

✣ အဆိုးကိုနိုင်၊ အကောင်းပိုင်၍၊
ကြံ့ခိုင်ထူးခြား၊ သုံးပါးမြတ်စွာ၊
ရတနာ၊ မှန်စွာပေါ်ပေါက်ကြ။

✣ ဤသို့ပြောကြား၊ မှန်စကားကြောင့်၊
အများသူငါ၊ ဘေးရန်ကွာ၊
ချမ်းသာအေးစေရ။

www.dhammadownload.com



❖ မေတ္တာတန်ခိုး၊ သိက္ခာတိုး၍၊
အဆိုးကိုနိုင်၊ အကောင်းပိုင်၊
ကြံ့ခိုင်စွမ်းအားရ။

လူသားမေတ္တာလို့ဆိုရတဲ့ ဒီကမ္ဘာထဲမှာ လူသာ ပဓာနအကျဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကမ္ဘာကြီးဟာ လူတွေရဲ့လက်ထဲမှာရှိနေပါတယ်။ လူသားမေတ္တာနှင့်ဒီကမ္ဘာဟာ ခွဲခွာလို့မရ စကောင်းပါဘူး။ ဒါပေမယ့် လူဆိုတာ အဆိုးဆိုတဲ့မီးစတစ်ဖက် အကောင်းဆိုတဲ့ရေမှုတ်တစ်ဖက် ကိုင်ထားပါတယ်။ အဆိုးကိုဖယ်လို့ အကောင်းကြွယ်အောင်ကြိုးစားနိုင်မှ လူသားမေတ္တာနဲ့ ကမ္ဘာကို အလှဆင်ပေးနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

www.dhammadownload.com



လူ့ခန္ဓာမှာ အဆိုးဆုံးဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခနှင့် ကိလေသာလဲ ရှိတယ်။ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ သိက္ခာ၃-ပါးတရားလဲ ရှိတယ်။ ဒုက္ခနှင့်ကိလေသာအဆိုး ၂-မျိုးမှာ ဒုက္ခက ရှောင်တိမ်းလို့ မရဘူး။ ကိလေသာက ရှောင်တိမ်းလို့ရတယ်။ ရှောင်တိမ်းလို့ရပေမယ့် ကိလေသာက ဒုက္ခထက် ပိုဆိုးတယ်။ ဆိုးပေမယ့် သတိများများထားရင် အပူကင်းအောင် ကိလေသာနှင့် ရှောင်တိမ်းလွှဲဖယ်ပစ်နိုင်တာဖြစ်လို့ တော်သေးတာပေါ့။ နေသာထိုင်သာ ရှိသေးတာပေါ့။

ရှောင်တိမ်းလို့ရတဲ့ကိလေသာနှင့် ရှောင်တိမ်းပြီး ရှောင်တိမ်းလို့မရတဲ့ဒုက္ခအပေါ်မှာ ဉာဏ်နဲ့အနိုင်ယူနေရတာကိုပဲ တရားအလုပ်

www.dhammadownload.com



လုပ်တယ်လို့ ခေါ်ရတာပါ။ အမြစ်ပြတ်အောင်, ကျွတ်အောင် မဖြတ်နိုင် မဖယ်ရှားနိုင်သေးသမျှ ရှောင်တိမ်းနိုင်ဖို့နှင့် အနိုင်ယူနိုင်ဖို့ပဲ အထူးကြိုးစားနေရပါသေးတယ်။ သတိရှေ့ထားပြီး သိက္ခာ ၃-ပါးကို ကြိုးစားဖြည့်ကျင့်နေတာဟာ အဆိုးကိလေသာနှင့်ရှောင်တိမ်းပြီး အဆိုးဒုက္ခအပေါ် အနိုင်ယူနေတာပဲလေ။ အဆိုးကိုရှောင်နိုင် လွှမ်းမိုးနိုင်သလောက်ပဲ မေတ္တာစတဲ့အကောင်းတရားကို ပိုင်ခွင့်ရနိုင်ကြမှာပါ။

အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ရတနာသုံးပါးထံက ခါတ်ကောင်းကူးယူခွင့်ရတဲ့ လူ့ခန္ဓာမှာ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ တရားစွမ်းအားများရနိုင်

www.dhammadownload.com



ခွင့်ရှိပါတယ်။ အဆိုးဆုံးကို ထိုးဖောက်ဖြတ်ကျော်နိုင်သလောက်သာ အကောင်းဆုံးကို ရနိုင်မှာဖြစ်တယ်။ အဆိုးကို လုံးဝမထိုးဖောက် မဖြတ်ကျော်နိုင်သူဟာ အကောင်းကို လုံးဝမရနိုင်ပါဘူး။ ရတနာသုံးပါးထံ ဆည်းကပ်လို့ ရတနာ၃-ပါးထံက ဓါတ်ကောင်းကို ကူးယူနေရတာဟာ အဆိုးဆုံးကိုဖြတ်ကျော်အနိုင်ယူနိုင်ဖို့ပါ။ ဒါမှ အကောင်းနဲ့တွေ့မယ်။ အကောင်းကိုရမယ်။ ရတနာ၃-ပါးဆိုတာ အဆိုးကိုနိုင်လို့ အကောင်းကိုပိုင်ပြီးသားကိုး။ အဆိုးကိုနိုင်ထားလို့ပဲ ရတနာဖြစ်လာရတာပါ။

ကိုယ့်ခန္ဓာမှာ အဆိုးရော အကောင်းရော နှစ်မျိုးလုံးရှိနေတာဆိုတော့ ကိုယ်က

www.dhammadownload.com



အကောင်းကို ထုတ်သုံးနိုင်တဲ့ဘဝကို ရနေတာဖြစ်လို့ သတိ ဝီရိယနဲ့ နိုးနိုးကြားကြား အကောင်းကိုပဲ ထုတ်သုံးနိုင်အောင် ကြိုးစားနေရမယ်။ သတိ ဝီရိယဟာ အဆိုးကိုနှိမ်နင်းလို့ အကောင်းကိုဖြည့်သွင်းပေးတဲ့တရားပဲ။ ဘဝသံသရာတစ်လျှောက် အဆိုးတွေထုတ်သုံးမိလို့ မရှုမလှ ဒုက္ခရောက်ခဲ့ရတာတွေ ရေလို့မရအောင် အလွန်များခဲ့လှပြီပဲ။ သူများအတွက်ပေးတော့လဲ အကောင်းကိုပေးနိုင်တဲ့ ဘဝ ရောက်နေတာဖြစ်လို့ မေတ္တာလွှမ်းခြုံပြီး အကောင်းကိုသာ ထုတ်ပေးရမှာပါ။ အဆိုးတွေကိုထုတ်ပေးမိခဲ့လို့ သူရောကိုယ်ပါ ဒုက္ခရောက်ခဲ့ရတာ များလှပြီလေ။

www.dhammadownload.com



သီးသန့်အချိန်ယူလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် နေ့စဉ်မကင်းနိုင်တဲ့ခန္ဓာတာဝန်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်တဲ့အခါပဲဖြစ်ဖြစ် သတိ, ဝီရိယ, သမာဓိနဲ့ အစွမ်းကုန်စူးစိုက်ပြီး ပညာလွှမ်းခြုံပေးရမယ်။ ကိုယ့်အပူကို ကိုယ်အရင်နိုင်အောင် ကန့်ခွာထိန်းချုပ်တဲ့နည်းနဲ့ကြိုးစားပေးမှ သူများတွေရဲ့ အပူငြိမ်းအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်မယ်။ ကိုယ့်အပူကို ခြေကန်အနိုင်ယူပြီးမှ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် အေးချမ်းအောင် မေတ္တာလွှမ်းခြုံပေးရမယ်။ ကိုယ်ကောင်းအောင်လုပ်ပြီးမှ သူများကောင်းအောင် ကူညီပေးနိုင်စွမ်းရှိမယ်ပေါ့။

မေတ္တာပို့လွှတ်တဲ့အခါ ရိုးရိုးမေတ္တာထက်

www.dhammadownload.com



သစ္စာတွဲတဲ့, သစ္စာကိုရှေ့ကထားတဲ့မေတ္တာက ပိုအစွမ်းထက်ပါတယ်။ မေတ္တာပို့လွှတ်တိုင်း ရတနာ၃-ပါးစွမ်းအားနှင့် ဆက်စပ်တဲ့အမုန် စကားနဲ့ သစ္စာပြုပေးရုံပဲ။ ရတနာ ၃-ပါးရဲ့ ဂုဏ်စွမ်းရည်အားလုံးကို တူရာပေါင်းလိုက်ရင် အဆိုးကိုနိုင်တာနှင့် အကောင်းကိုပိုင်တာ ၂-မျိုးတည်းပါ။ လူသားအားလုံးရဲ့ တူညီတဲ့ဆန္ဒ ကလဲ တူရာပေါင်းလိုက်ရင် ဒီ ၂-မျိုးတည်းပဲ။ အဆိုးကင်းချင်တာရယ်, အကောင်းပြည့်စုံချင် တာရယ် ၂-မျိုးတည်းပါ။ စကားအနေနဲ့ အမျိုး မျိုး ခွဲပြောကြပေမယ့် တရားသဘောအနေနဲ့ ပေါင်းလိုက်ရင် ၂-မျိုးပဲရှိတာ။

"ရတနာ ၃-ပါးဆိုတာ အဆိုးအားလုံးနိုင်

www.dhammadownload.com



ပြီးပြီ၊ အကောင်းအားလုံး ပိုင်ပြီးပြီ၊ ဤအမှန်စကားကြောင့် ငါချမ်းသာပါစေ၊ သင်ချမ်းသာပါစေ၊ သူချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါအားလုံး ဘေးရန်ကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ"။ ဒါမှမဟုတ် "အဆိုးကင်းကြပါစေ၊ အကောင်း ပြည့်စုံကြပါစေ" ဆိုတဲ့ စကားမျိုးပေါ့။

"ရတနာ ၃-ပါးဆိုတာ သတ္တဝါတွေ အဆိုး ကင်းဖို့, အကောင်းပြည့်စုံဖို့ ပေါ်ပေါက်လာ တာပါ၊ ဤအမှန်စကားကြောင့် သူရော ကိုယ် ပါ သတ္တဝါအားလုံး အဆိုးကင်းကြပါစေ, အကောင်းပြည့်စုံကြပါစေ"။

"ရတနာ ၃-ပါးမှာ ဘာအပူမှမရှိ၊ ဂုဏ် စွမ်းရည်တွေက ရေတွက်လို့မကုန်နိုင်လောက်

www.dhammadownload.com



အောင် အများကြီး၊ အခြားနှောင့်ယှက်တတ်တဲ့ ကြောက်စရာသတ္တဝါတွေက အပူတွေ အပြည့် ဘာဂုဏ်စွမ်းရည်မှမရှိ၊ အညံ့စားတွေ, ဤအမှန်စကားကြောင့် ငါရော, သင်ရော, သူရော သတ္တဝါအားလုံး ဘေးရန်ကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ"၊ ဒါမှမဟုတ် "အဆိုးကင်းလို့ အကောင်းပြည့်စုံကြပါစေ"။

"ရတနာ ၃-ပါးစွမ်းအားက အနန္တ ၊ နှောင့်ယှက်တတ်တဲ့ သက်မဲ့သက်ရှိတွေရဲ့စွမ်းအားက ရတနာ၃-ပါးရဲ့ အောက်က၊ ဤအမှန်စကားကြောင့် သူရော ကိုယ်ပါ အားလုံး အဆိုးကင်းကြပါစေ၊ အကောင်းပြည့်စုံကြပါစေ" စတဲ့ သစ္စာအရင်းခံတဲ့မေတ္တာစွမ်းအားများကို

www.dhammadownload.com



သတိရှေ့ထား ပို့လွှတ်ပေးကြရမယ်။

အလကားနေရင် အလကားဖြစ်သွားမယ်လေ။ အချိန်ရတိုင်း အချိန်ထိန်းကိရိယာ သတိကို ရှေ့ကထားထားပြီး မေတ္တာပို့ပေးတော့ တစ်ခေါက်ဆိုတစ်ခေါက်နှင့်တန်အောင် လောကကောင်းကျိုးပြု စွမ်းအားတိုးနေတာပေါ့။ အလှဆုံး အကောင်းဆုံးစွမ်းအားနဲ့ လောကကိုအလှဆင်ပေးနေတဲ့ အကျိုးဆောင်လဲ ဖြစ်ခွင့်ရသွားပါတယ်။ မဖြစ်နိုင်တာတွေကို တောင့်တနေတာထက် ဖြစ်နိုင်တာကစ, လုပ်တာကပဲ အမြန်စွမ်းအားပေါ်လို့ အမြန်စိတ်အေးရမယ်။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၁၀။ မြေရေအနှံ့ ကောင်းကင်ဖြန့်

✤ အတူနေလတ်၊ လူနှင့်နတ်ဟူ၊
အုပ်ချုပ်သူပါ၊ မြို့ရွာလူစုံ၊ အားလုံးကုန်၊
လွှမ်းခြုံမေတ္တာ ပို့လွှတ်လေ။

✤ အားလုံးသတ္တဝါ၊ အဆိုးကွာ၊
ကောင်းတာတွေ့ပါစေ။

✤ ဘေးရန်ကြောင့်ကြ၊ ဒုက္ခကင်းကွာ၊

www.dhammadownload.com



အေးမြကာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

✤ အားလုံးသတ္တဝါ၊ ဘေးရန်ကွာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

(ဒီ ၃-မျိုးလုံး အဆိုးကင်းကြပါစေ၊ အကောင်းပြည့်စုံကြပါစေ ဆိုတဲ့စကားနှင့် သဘောအတူတူပါပဲ။)

✤ မြေ၌ကျက်စား၊ အများသတ္တဝါ၊ ဘေးရန်ကွာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

✤ ရေ၌ကျက်စား၊ အများသတ္တဝါ၊ ဘေးရန်ကွာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

✤ ကောင်းကင်ကျက်စား၊ အများသတ္တဝါ၊ ဘေးရန်ကွာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

www.dhammadownload.com



## ❖ မြေရေအနံ့၊ ကောင်းကင်ဖြန့်၊ သင်းပျံ့မေတ္တာထုံပါစေ။

ရတနာ၃-ပါးရဲ့ အဆိုးနိုင်တဲ့ဂုဏ်, အကောင်းပိုင်(အကောင်းပြည့်စုံ)တဲ့ ဂုဏ်များနဲ့သစ္စာပြုပြီး ဒါမှမဟုတ် ရတနာ ၃-ပါးရဲ့ ဂုဏ်များနဲ့ ကိုယ့်ထံဓာတ်ကောင်းများကူးယူပြီး ကိုယ့်မှာ အဆိုးကင်းလို့ အကောင်းပြည့်စုံတဲ့ စိတ်ကောင်းပေါ်လာမှ မေတ္တာဖြန့်ဝေပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဆိုးကင်းတဲ့စိတ်နဲ့ ပို့လွှတ်ပေးမှ အများအဆိုးကင်းအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်မှာဖြစ်တယ်။ အကောင်းပြည့်စုံတဲ့ စိတ်ကောင်းနဲ့ပို့လွှတ်ပေးမှလဲ အများမှာ အကောင်းပြည့်စုံအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

www.dhammadownload.com



ကိုယ့်စိတ်မှာမှ အဆိုးမကင်းပဲနဲ့ အများအဆိုးကင်းအောင်, ကိုယ့်စိတ်မှာမှ အကောင်းမပြည့်စုံပဲနဲ့ အများမှာ အကောင်းပြည့်စုံအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

အနီးကစ အဆင့်ဆင့်တိုးချဲ့ပြီး ဒီကမ္ဘာကြီးထိ ဖြန့်ပေးရမယ်။ ဒီကမ္ဘာကြီး လွှမ်းခြုံပြီးတာနဲ့ ဒီ့ပြင် စကြာဝဠာ ကမ္ဘာအနန္တထိ တိုးချဲ့လွှမ်းခြုံ ဖြန့်ပွားပေးရမှာဖြစ်တယ်။

(၁) အတူနေ လူ

(၂) အတူနေ နတ်

(၃) အုပ်ချုပ်ရေးတာဝန်ခံ

(၄) တစ်ရပ်တစ်ရွာ တစ်လမ်းတစ်မြို့ တစ်နိုင်ငံတည်း အတူနေသူ

www.dhammadownload.com



(၅) သတ္တဝါအားလုံး အဆင့်ဆင့် တိုးတိုး
ချဲ့ချဲ့ပြီး ပို့လွှတ်ပေးနေရမယ်။

ဘ။ "အတူနေလူတွေ ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။ အဆိုးကင်းဝေးငြိမ်းအေးကြပါစေ"လို့ မေတ္တာဖြန့်ပွားပေးနေရမယ်။ မိသားစုဆိုတော့ မိသားစုကမ္ဘာတစ်ခုပေါ့။ မိသားစုကမ္ဘာလေးတစ်ခုထဲမှာ မေတ္တာပြန့်အောင်ဖြန့်ပေးနိုင်မှ တစ်ကမ္ဘာလုံးထိ အဆင့်ဆင့် တိုးချဲ့ဖြန့်ပေးနိုင်မှာပါ။ ဌာနတစ်ခုအတွင်း အတူအလုပ်လုပ်နေသူ အချင်းချင်း, အယုတ်စွဆုံး ခရီးသွားနေဆဲဖြစ်ရင်တောင်မှ ယာဉ်တစ်စီးအတွင်း အတူခရီးသွားနေသူအချင်းချင်း ကမ္ဘာလေးတစ်ခုလို့ပဲ

www.dhammadownload.com



သဘောထားပြီး မေတ္တာဖြန့်ပွားပေးနေရမယ်။ အချင်းချင်း အပူခာတ်မလွှမ်းမိုးမီ မေတ္တာ အအေးခာတ်လက်ဦးအောင် ကြိုတင်ပို့လွှတ်ထားရမယ်။

၂။ ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိနေတဲ့ နတ်တွေအပေါ်မှာလဲ ပကတိမျက်စိနဲ့မမြင်ရပေမယ့် စိတ်နဲ့မှန်းဆပြီး "အတူနေနတ်တွေ ဘေးရန်ကင်း ဝေးငြိမ်းအေးကြပါစေ"လို့ မေတ္တာလွှမ်းခြုံပေးရမယ်။ အထက်နတ်တွေလောက် ဘုန်းကံမကြီးကြလို့ လူ့တောမှာ လူတွေနှင့်ရောနေကြရတဲ့ တစ်ချို့နတ်တွေ ရှိနေကြပါတယ်။ အဲဒီ တစ်ချို့နတ်တွေက လူတွေရဲ့မေတ္တာအားနဲ့ဖိထားမှ ငြိမ်သက်ငြိမ်းချမ်းပြီး လူတွေ

www.dhammadownload.com



ကိုကောင်းကျိုးရအောင် ပြန်ပြီးစောင့်ရှောက် ကူညီတတ်ကြပါတယ်။ လူနှင့်နတ်လဲ ကမ္ဘာလေးတစ်ခုပဲပေါ့။ မေတ္တာမကူရင် နတ်တွေရဲ့စိတ်တွေ မကြည်ဖြူတတ်ကြဘူး။ သူတို့ရဲ့တန်ခိုးနဲ့ လူတွေကို အနိုင်ကျင့်ချင်ကြတယ်။

၃။ နိုင်ငံ မြို့ ရွာ ဌာနအသီးသီးမှာ အုပ်ချုပ်ရေးတာဝန်ယူနေကြသူ လူအားလုံးအပေါ် မိဘအရာထားပြီး "မိဘပမာ တာဝန်ယူအုပ်ချုပ်နေသူအားလုံး ဘေးရန်ကြောင့်ကြ ဒုက္ခကင်းလို့ ငြိမ်းအေးချမ်းသာကြပါစေ၊ အဆိုးကင်းဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ"လို့ မေတ္တာလွှမ်းခြုံပေးရမယ်။ ဒါမှ အချင်းချင်း လုံခြုံငြိမ်းချမ်းကြမယ်။ ကမ္ဘာထိ မေတ္တာပြန့်သွား

www.dhammadownload.com



မယ်။ ဒါလဲ ကမ္ဘာလေးတစ်ခုပဲပေါ့။

၄။ တစ်ရပ် တစ်ရွာ တစ်လမ်း တစ်မြို့ တစ်နိုင်ငံအတွင်း အတူနေသူတွေလဲ ကမ္ဘာလေးတစ်ခုပဲဆိုတော့ "တစ်ရပ်လုံး တစ်ရွာလုံး တစ်လမ်းလုံး တစ်မြို့လုံး တစ်နိုင်ငံလုံး အဆိုးကင်းဝေး ငြိမ်းအေးချမ်းသာကြပါစေ"လို့ မေတ္တာဖြန့်ပေးရမယ်။ မေတ္တာက အသွားရှိသလောက် အပြန်လာတာဆိုတော့ အနှောင့်အယှက်ပြဿနာကင်းပြီး နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းရပါတယ်။ ကမ္ဘာထဲလဲ မေတ္တာဓါတ်တွေထိခိုက်သွားမယ်။

၅။ ဒီကမ္ဘာကြီးအပါအဝင် စကြာဝဠာ ကမ္ဘာအနန္တမှာရှိနေကြတဲ့ သတ္တဝါအားလုံးတို့အပေါ်

www.dhammadownload.com



ဆွေမျိုးစိတ်ထားပြီး "သတ္တဝါအားလုံး အဆိုးကင်းဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ"လို့ တိုးတိုးချဲ့ချဲ့ပြီး မေတ္တာဖြန့်ပေးရမယ်။ ကိုယ့်မေတ္တာလဲ ကမ္ဘာအနှံ့ သတ္တဝါအနှံ့ပြန့်ပြီး ကိုယ်လဲ ဘယ်နေရာရောက်ရောက် ကိုယ့်နေရာရောက်နေရသလို ဘယ်သူနှင့်တွေ့တွေ့ ကိုယ့်ဆွေမျိုးနှင့်တွေ့နေရသလို ဘေးရန်အပူကင်းပြီး အလွန်ကြည်နူးဝမ်းသာရပါတယ်။

ပြီးတော့ ကိုယ့်မေတ္တာကို မြေ,ရေ, ကောင်းကင်အနှံ့ ဖြန့်ပေးနိုင်ဖို့လဲ လိုမှာပါ။ အကြိမ်များဖို့လဲလိုမယ်။ ထုထည်ပမာဏ ကြီးမားဖို့လဲလိုမယ်။

၁။ မြေပေါ်မှာကျက်စားနေထိုင်ကြတဲ့ အနန္တ

www.dhammadownload.com



စကြာဝဠာ ကမ္ဘာမှာရှိနေကြတဲ့သတ္တဝါအား လုံးတို့အပေါ် လွှမ်းခြုံပြီး "မြေမှာကျက်စားနေ သူ, ရောက်နေကြသူအားလုံး အဆိုးကင်းကွာ ကောင်းတာတွေ့ကြပါစေ" စတဲ့ နည်းနဲ့ မေတ္တာဖြန့်ပေးရမယ်။ ဒီရပ် ဒီရွာ ဒီလမ်း ဒီဌာန ဒီမြို့ ဒီနိုင်ငံ ဒီကမ္ဘာကစ ဖြန့်ပြီး အဆင့်ဆင့် အားလုံးအပေါ်ရောက်အောင် တိုးချဲ့ဝေပေးရမယ်။ သတ္တဝါတွေစေ့ငအောင် ကိုယ့်မေတ္တာဝေငှပေးနေရတာကို အလွန်နှစ် ခြိုက်ကြည်နူးလာပါလိမ့်မယ်။

၂။ ရေမှာကျက်စားနေထိုင်ကြတဲ့ ငါး လိပ် မိကျောင်းစတဲ့သတ္တဝါတွေ, မြစ်ထဲချောင်းထဲ ပင်လယ်ထဲမှာ လေ့သဘော်စသည်နဲ့ ခရီး

www.dhammadownload.com



သွားဆဲလူတွေ, မြစ်ထဲ ချောင်းထဲ ကန်ထဲ ရေချိုး ရေသောက်ရောက်နေသူတွေ အားလုံး အပေါ်လွှမ်းခြုံပြီး "ရေမှာကျက်စားနေသူ, ရောက်နေသူအားလုံး ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ"စတဲ့နည်းနဲ့ သီးသန့် ခွဲပြီး မေတ္တာဖြန့်ပေးဖို့လိုမယ်။

၃။ ကောင်းကင်မှာကျက်စားနေထိုင်ကြတဲ့ နတ်ပြဟ္မာစတဲ့ သတ္တဝါတွေ, ကောင်းကင်မှာ ပျံသန်းကျက်စားခိုက်ဖြစ်တဲ့ ငှက်ပိုးမွှား စတဲ့ သတ္တဝါတွေ, ဝေဟင်ခရီးမှာ လေယာဉ်စီးလို့ ခရီးသွားနေကြတဲ့လူတွေအားလုံးအပေါ် လွှမ်း ခြုံပြီး "ကောင်းကင်မှာကျက်စားနေသူ, ရောက် နေသူအားလုံး ဘေးရန်ကြောင့်ကြ ဒုက္ခကင်း

www.dhammadownload.com



ကွာ ချမ်းသာအေးမြကြပါစေ" စတဲ့နည်းနဲ့ သီးသန့်ခွဲပြီး မေတ္တာဖြန့်ပေးရမယ်။

ဒါဆိုရင် ကိုယ့်မေတ္တာကိုလဲ စေ့ငအောင် ဖြန့်ဝေရာရောက်မယ်။ ကိုယ့်လုံခြုံရေးအတွက် ကြည်း ရေ လေအနှံ့ ဖြန့်ကြက်ထားသလိုလဲ ဖြစ်သွားမယ်။ ကောင်းခွင့်ရတုန်း အစွမ်းကုန် ကောင်းပြနိုင်အောင် ကြိုးစားကြရုံပေါ့။ သူလဲ ကောင်း ကိုယ်လဲကောင်း ခုလဲကောင်း နောင်လဲကောင်း အကုန်ကောင်းနိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်ပဲ။

ကောင်းခွင့်ကြုံတုန်း မေတ္တာနဲ့သူ့အကျိုးဆောင်ပေးရမယ်။ သူ့အကျိုးဆောင်ပေးတော့ ကိုယ့်အကျိုးလဲ အလိုအလျောက် အောင်ပြီး

www.dhammadownload.com



သွားပါ။ သတိရှေ့ထား မေတ္တာပွားပေးမှ ကိုယ့်တာဝန်လဲကျေမယ်။ လောကစိန်ခေါ်မှုတွေကိုလဲ အားပြိုင်အနိုင်ယူနိုင်မယ်။ ကောင်းလို့ရသလောက် ကောင်းပေးလိုက်ရုံပဲ။ မေတ္တာစိတ်များလာရင် စိတ်ထဲမှာအလုံးအကြိတ်အခဲတွေ နည်းနေတာဖြစ်လို့ ဝိပဿနာရှုရတာ လွယ်ကူလာတယ်။ ရှုဖန်များရင် အစွဲအရှုပ် အပူတွေကင်းပြီး အနေလဲရှင်းသွားမှာပဲ။ အသေလဲ စိတ်အေးရမယ်လေ၊ မဂ်ဖိုလ်နှင့်လဲ တစ်စထက်တစ်စ နီးသွားမယ်ပေါ့။

❀❀❀

www.dhammadownload.com

## ၁၁။ ကုသိုလ်ကိုပြု ငွေရတု

✤ ကုသိုလ်ကိုပြု၊ ငွေရတု၊
ကောင်းမှုတိုးစေမည်။

✤ သူရောကိုယ်ပါ၊ အေးမြကာ၊
ဝမ်းသာကြစေမည်။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးဟာ ကုသိုလ်များများယူချင်တာနဲ့ တိပိဋကအလုပ်ကိုလုပ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်

www.dhammadownload.com



ခဲ့တာပါ။ ၁၆-နှစ်ကာလ တိပိဋကလုပ်တုန်းက လဲ ကိုယ်ပန်းပေမယ့် စိတ်နွမ်းမခံပဲ ကုသိုလ် များများယူရင်းနဲ့ အေးအေးချမ်းချမ်း ရွှင်ရွှင် လန်းလန်း ကြိုးစားခဲ့ပါတယ်။ တိပိဋကဘွဲ့ရ ပြီးတဲ့နောက် ၂၅-နှစ်ပတ်လုံးလဲ သတိမေတ္တာ ကို များများသုံးပြီး အများအကျိုးပြုအလုပ်ကို များများလုပ်ပေးရင်းနဲ့ ကုသိုလ်များများရ အောင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။ ကိုယ် လဲကုသိုလ်ရ သူလဲဝမ်းသာစေတဲ့အလုပ်တွေ ကို လုပ်ပေးခဲ့ပါတယ်။

တိပိဋကဘွဲ့ရတာ ၂၅-နှစ်ပြည့်လာပြီ ဖြစ်တဲ့ ငွေရတုကာလ ယခုအခါမှာလဲ သူရော ကိုယ်ပါ အေးမြဝမ်းသာစေတဲ့ ကုသိုလ်တိုး

www.dhammadownload.com



အောင်ပဲ ပြုလုပ်ပေးမယ်လေ။ ကိုယ့်ငွေရတဲ့ကြောင့် ဘယ်သူ့မှာမှ တာဝန်အပိုမတက်စေရဘူး။ ဘာအဖွဲ့တွေမှလဲ ဖွဲ့ဖို့မလိုဘူး။ သီးခြားစာစောင်မဂ္ဂဇင်းတွေလဲ ထုတ်ဖို့မလိုဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ ဓမ္မလက်ဆောင်စာအုပ်နဲ့ပဲ လုံလောက်ပါပြီ။ ဘာမှမတတ်သေးတဲ့ ကိုယ်ရဟန်းခံတဲ့နေ့တုန်းကတောင် ကိုယ့်ဟာကိုယ်ဂါထာရွတ်ရေးပြီး ရိုက်နှိပ်ဝေခဲ့တယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပလ္လင်ပေါ်တက်ပြီး တရားဟောခဲ့သေးတာပဲ။ ဘယ်သူ့ထံမှာမှ သီးသန့်အလှူခံဖို့လဲ မလိုပါဘူး။ ကိုယ့်မှာရှိနေတဲ့အင်အားနဲ့ပဲ ပြီးပြည့်စုံအောင် လုပ်ပေးနိုင်ပါတယ်။

၁။ ကိုယ့်ရဲ့သြဝါဒခံတိုက်ခွဲဖြစ်တဲ့ ကလေး

www.dhammadownload.com



မြို့ တောင်ဖီလာတောရစာသင်တိုက်ရဲ့ တိုက်တည် ၂၅-နှစ်ပြည့် ငွေရတုအထိမ်းအမှတ်ကုသိုလ်ပွဲနှင့်တွဲဖက်ပြီး တစ်ကြိမ်လုပ်ပေးမယ်။ တောင်ဖီလာတောရနှင့် ဘုန်းကြီးအိုကြီးရဲ့ တိပိဋက,က နှစ်ချင်းတူနေတဲ့ဖွားဖက်ပဲ။ ပင့်သံဃာ ၂၅၀-ကျော်ပင့်ပြီး နှစ်စဉ်လုပ်ပေးနေကျ စာအောင်ဆုနှင်းပွဲနှင့် တွဲဖက်လုပ်ပေးမယ်လေ။

၂။ နောက်တစ်ကြိမ်က ကိုယ့်ရဲ့ရဟန်းငယ်ဘ၀က ပညာသင်ကြားနေထိုင်ခဲ့တဲ့ မန္တလေးမြို့ ရွှေကျင်နိကာယဗဟိုဌာနချုပ် မဟာ၀ိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်တွင်းမှာ နှစ်စဉ်ပြုလုပ်မြဲဖြစ်တဲ့ ဂိုဏ်းလုံး၀န်ဆောင်သံဃာ့စည်းဝေးပွဲ

www.dhammadownload.com



နှင့် တွဲဖက်ပြီးလုပ်မယ်။ ကိုယ်က သီးခြားပင့်နေစရာမလိုပဲ စည်းဝေးပွဲအတွက် တစ်နိုင်ငံလုံးက ကြွလာကြတဲ့ ဂိုဏ်းလုံးဝန်ဆောင် သံဃာ ၁၅၅-ပါးကို တစ်နေရာတည်းမှာ စုပေါင်းလှူလိုက်ရုံပဲလေ။

၃။ နောက်ပြီး မိမိ စီမံအုပ်ချုပ်နေထိုင်တဲ့ ရန်ကုန်မြို့ ဗဟန်း မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်ရဲ့ ၅၁-နှစ်ပြည့် အထိမ်းအမှတ်ကုသိုလ်ပွဲနှင့် တွဲဖက်လုပ်ပေးမယ်။ တရားပွဲ (၅)ည ကျင်းပပေးမယ်။ နိုင်ငံကျော် ဓမ္မကထိကဆရာတော် (၅) ပါးပင့်ပြီး တရားအလှူပေးလှူမယ်။ ပင့်သံဃာ ၆၀၀-ကျော်ပင့်ပြီး နှစ်စဉ်လုပ်နေကျ စာအောင်ဆုပေးပွဲနှင့် တွဲလုပ်ပေးရုံပေါ့။

www.dhammadownload.com



၄။ ပြီးတော့ ကိုယ့်ရဲ့သာမဏေဘဝက ပညာသင်ကြားနေထိုင်ခဲ့တဲ့ ဂန့်ဂေါမြို့နယ် (ယောနယ်) ကန်တောရကျောင်းတိုက်တွင်းမှာ နှစ်စဉ်ပြုလုပ်မြဲဖြစ်တဲ့ ဝိနယဓမ္မစာတော်ပြန်ပွဲနှင့်တွဲဖက်ပြီးလုပ်မယ်။ ၄-နေရာပေါင်းတော့ ပင့်သံဃာ (၁၀၀၀)ကျော်လောက် ရှိမှာပါပဲ။

လူ့ဘဝ,ရှင်ရဟန်းဘဝမှာ ကုသိုလ်ရတာလောက် အားတက်ကြည်နူးစရာကောင်းတဲ့အလုပ် ဘာမှမရှိပါဘူး။ ကိုယ်လဲကုသိုလ်ရ သူလဲဝမ်းသာစေတဲ့ ကောင်းမှုအလုပ်နဲ့ပဲ ပြည့်စုံလုံလောက်နေတာကြောင့် အပိုပကာသနအလုပ်တွေထည့်ပြီး ချဲ့နေဖို့မလိုပါဘူး။ ပြုလုပ်ပြီး ပြုလုပ်ဆဲ ပြုလုပ်လတ့ံဖြစ်တဲ့

www.dhammadownload.com



ကောင်းမှုတရားကိစ္စများသာ စိတ်ထဲမှာထည့် လိုက်တိုင်း တွေးလိုက်တိုင်း စိတ်အားပြည့်ဝ တက်ကြွစေနိုင်တဲ့ အတွေးခံအလုပ်များဖြစ်ပါ တယ်။ ကိုယ်လဲကုသိုလ်တိုးရ သူလဲဝမ်းသာရ တဲ့ ကောင်းမှုပွဲဖြစ်မှလဲ "ကုသိုလ်ပေါင်းစု ငွေရတု" "မေတ္တာပေါင်းစု ငွေရတု" အစစ်ဖြစ် သွားမှာပေါ့။

အားလုံး အဆိုးကင်းဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ

တိပိဋကယောဆရာတော်

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်

နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၇၁-ခု၊ ဝါခေါင်လ (၂၀၀၉-ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ)

❀❀❀

www.dhammadownload.com

ရန်ကုန်မြို့ ဗဟန်း၊ နန္ဒဝန်လမ်း

**မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်ရွှေကျင်တိုက်သစ်ကြီး ၏**

**ဦးစီးပဓာန မဟာနာယက**

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ၊ တိပိဋကဓရ၊
တိပိဋကကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊
သကျသီဟ၊ စေတိယင်္ဂဏ၊ အစိုးရဓမ္မာစရိယ၊

ပါဠိပါရဂူ၊ အဂ္ဂမဟာအကျော်

**ယောဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသီရိန္ဒာဘိဝံသ ၏**

**တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ**

**ဘွဲ့တံဆိပ်ရတော်မူသည့်**

နှစ်ပေါင်း (၂၅)နှစ်မြောက် ငွေရတုမင်္ဂလာ

**ထုတိဝေဒလ္လဂါထာ**

www.dhammadownload.com

ရေးသားရုတ်ပြုသူ

အရှင်ပညာသိရီဘိဝံသ

မင်္ဂလာဗိမာန်၊ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်

မန္တလေးမြို့။

၁။ (ဘဒ္ဒန္တ) သိရီန္ဒာဘိဝံသော၊

(သိရီန္ဒာ) ဘိ သိရီန္ဒရော။

(ဘိဝံ) သော ဘဂျသမ္ဘန္နော၊

(သ) သီဝ ဘာတိ ဘာကရော။

သိရီန္ဒာဘိ သိရီန္ဒရော - တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊ သက္ကျသီဟ၊ စေတိယင်္ဂဏ၊ အစိုးရဓမ္မာစရိယ၊ ပါဠိပါရဂူ၊ အဂ္ဂမဟာအကျော်၊ ကမ္ဘာပေါ်မကြုံဘူးအောင်၊

www.dhammadownload.com



ဂုဏ်ထူးတွေအနန္တ အမှန်ရခဲ့၍၊ ကမ္ဘာ့ထက်ဝွေ၊ ကနက်မြေဝယ်၊ ကျက်သရေအားလုံး၊ တရားဘုန်းဖြင့်၊ စုရုံးပိုင်သ၊ အစိုးရသဖြင့်၊ သာသနာ့ ကျက်သရေဆောင်ဖြစ်တော်မူပေသော။

အဘိဝံသော - ပထမသံဂါယနာတင်၊ ဓုတင်ထေရသဘက်၌၊ တေဒဂ်ရအရှင်မဟာကဿပမထေရ်ကြီးနှင့် ဝိနည်းဘက်ဆိုင်ရာ၊ ပြိုင်လာလျှင် ရှုံးလောက်အောင်၊ တစ်ကမ္ဘာလုံး အတုမရှိ၊ ဥပါလိနှယ်ဝင်၊ ရွှေကျင်ဝိသုဒ္ဓါရုံ၊ မြတ်ဂုဏ်ကေဇ၊ ကန်တောရအဆက်အနွယ်၊ မပျက်ပြယ်ပဲ၊ စင်ကြယ်သော သာသနာ့အနွယ်ဇာတ် မြင့်မြတ်လှပေသော။

အဘိဝံသော - မကွေးတိုင်း၊ ဂန့်ဂေါမြို့နယ်၊

www.dhammadownload.com



လက်ပန်ရွာ၊ တေဇာထင်ပေါ်၊ ခမည်းတော် ဦးရဲနိုင်၊ မယ်တော် ဒေါ်တုတ်ခိုင်၊ မိဘနှစ်ပါး တို့မှ ပေါက်ဖွားစင်ကြယ်မြင့်မြတ်သော အမျိုး အနွယ်ရှိတော်မူသော။ ဘဂျသမ္ဘန္နော - ရန်ကုန်မြို့ထက်ဗွေ၊ ကနက်မြေဝယ်၊ ကျက် သရေရှိန်ဝါ၊ ထိန်ထိန်သာ၍၊ ဝတိန်သာလော၊ နိမ္မာလောဟာ၊ တွေးတောထင်မှား၊ စိတ်ဝင်စား လောက်အောင်၊ ကြီးမားဖြိုးမောက်၊ တန်ခိုး တောက်၍၊ မိုးဖောက်လုနီး၊ ကျောင်းဗိမာန် ကြီးတို့ကို၊ ဖန်တီးစီမံ၊ ရေးအတိတ်ကံပြည့်စုံ၊ တန်ခိုးဂုဏ်ရှိတော်မူသော။

ဘဒ္ဒန္တသီရိန္ဒာဘိဝံသော - ရန်ကုန်မြို့ ထက်ဗဟို၊ တိပိဋကရေ တက္ကသိုလ်ဟု ခေါ်ဆို

www.dhammadownload.com



ထိုက်ပေ၊ ကျက်သရေပြည့်စုံ၊ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ (ပါဠိတက္ကသိုလ်)ရွှေကျောင်းတိုက်ကြီး၏ ဥူးစီးပဓာန၊ မဟာနာယက၊ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ၊ တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊ သကျသီဟ, စေတီယင်္ဂဏ, အစိုးရဓမ္မာစရိယ၊ ပါဠိပါရဂူ၊ အဂ္ဂမဟာအကျော်၊ အရှင်သိရိန္ဒာဘိဝံသ, မဟာထေရ်သာသနာ့အာဇာနည် သက်တော်ရှည်အရှင်မြတ်ကြီးသည်။ သသီဝိ ယစ - ကပ္ပဋ္ဌာယီ၊ ကမ္ဘာတည်အောင်၊ တောင်ဆီမှင်ဆေး၊ သိကြားရေးသည့်၊ မြသွေးပုံနှိပ်၊ ယုန်တံဆိပ်ဖြင့်၊ ဂုဏ်ဟိတ်ပဝင်း၊ ရွှေလမင်းကြီးကဲ့သို့လည်းကောင်း။

ဘာကရောဝိယစ - ရောင်ခြည်အထောင်၊

www.dhammadownload.com



အလင်းရောင်ဖြင့်၊ ဝင်းပြောင်ထိန်လင်း၊ ရှင်နေမင်းကြီးကဲ့သို့လည်းကောင်း။ ဘာတိ - ဤကမ္ဘာ အထက်ဖွေမှာ၊ ကြည်သန္ဓါ မက်မပြေအောင်၊ ကျက်သရေအရောင်အလင်းတို့ဖြင့်၊ ပြောင်ဝင်းတောက်ပတော်မူပါပေသတည်း။

ဘာတိ - သာသနာ့ထက်ကောင်းကင်မှာ၊ စက်ဒေါင်းယာဉ်နေလတန္ဆန်းကဲ့သို့၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးထက်ဖွေ၊ သမ္မာဘုန်းလက်ဝေ၊ အသာဆုံးကျက်သရေ၊ ကျက်သရေအညွန့်အဖူးတို့ဖြင့်၊ ကွန့်မြူးစံပယ်၊ တင့်တယ်တောက်ပတော်မူပါပေသတည်း။

www.dhammadownload.com

၂။ (တိ) ပေဋကောကောသာရက္ခော၊
(ပိဋက) တ္တယ ကောဝိဒေါ။
(ဓ) မ္မဘဏ္ဍာဂါရိကောသိ၊
(ရ) ဝိန္ဒူဝ သုပါကဋော။

တိပေဋကော - ပိဋကတ်သုံးပုံ၊ အလုံးစုံကို၊ အာဂုမ်ရွတ်အံ၊ အလွတ်ပြန်၍၊ ဓမ္မက္ခန်စေတီ၊ နလုံးသားမှာတည်လျက်၊ ဂုဏ်ရည်ပြည့်ဝ၊ တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ၊ သာသနာ့ခေါင်ထိပ်၊ အောင်တံဆိပ်ရရှိခဲ့ပေ

www.dhammadownload.com



သော။ ကော သာရကျော - ဓမ္မကန္ဒာပေါင်း ရှစ်သောင်းလေးထောင်၊ မြားမြောင်လှစွာ၊ ဗရား ပေါဒေသနာ တရားရတနာ ဘဏ္ဍာတော် တိုက်တို့ကို၊ သိမ်းပိုက်စောင့်ရှောက်နိုင်ပေထ သော။

ပိဋကတ္တယ ကောဝိဒေါ - သုတ္တန်, ဝိနည်း၊ အဘိဓမ္မာ၊ လွန်စွာနက်နဲ ခက်ခဲဆန်းကြယ်၊ ကျမ်းပင်လယ်တို့ကို၊ အလွယ်တကူ၊ ပါရဂူ မြောက်၊ တစ်ဖက်ကမ်းပေါက်ခဲ့သည့်၊ မုံသောက် မာတင်၊ ပညာရှင်တစ်ဆူ၊ ပိဋကတ္တယပါရဂူ၊ နိကာယပါရဂူရရှိတော်မူသော။

မဟာထေရော - မြို့တော်ရန်ကုန်၊ ရွှေ တိဂုံအနီးအရပ်၊ ကဠာသယ၊ တောင်ကလပ်တွင်၊

www.dhammadownload.com



အောင်ခါတ်လက်ဝေ၊ မက်မပြေအောင်၊ ကျက်သရေပြည့်စုံ၊ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ (ပါဠိတက္ကသိုလ်)၊ ရွှေကျင်တိုက်ကြီး၏၊ မကိုဋ်ထီးသရဖူ၊ ပိဋကတ္တယပါရဂူ၊ ဇမ္ဗူ့ထင်ပေါ်၊ ယောဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသိရိန္ဒာဘိဝံသ မဟာထေရ် သက်တော်ရှည် အရှင်မြတ်ကြီးသည်။

ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိကော - ဗရားရှင်ရွှေလက်ထက်က၊ တေဒဂ်ငါးတန်၊ ဘွဲ့ထူးခံသည့်၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာပေါင်းရှစ်သောင်းလေးထောင်၊ များမြောင်လှစွာ၊ တရားဘဏ္ဍာတော်တိုက်တို့ကို၊ သိမ်းပိုက်ပိုင်သ၊ အစိုးရသည့်၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက ဘွဲ့ထူးရသည့်၊ ဗုဒ္ဓညီဖွား၊ အရှင်အာနန္ဒာ မထေရ်ရှင်တစ်ပါးကဲ့သို့၊ ထင်ရှားကြည်နူး၊ ဓမ္မ

www.dhammadownload.com



ဘဏ္ဍာဂါရိက၊ ဘွဲ့ထူးဂုဏ်ထူး ဆွတ်ခူးရရှိတော်မူသည်။

အာသိ - ကမ္ဘာ့တိုင်းတစ်ခွင် သာသနာ့သမိုင်းအစဉ်၌၊ နှိုင်းယှဉ်စရာမကြုံဖူးအောင်၊ ဂုဏ်ထူးသစ်လျှော်၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။

(သာသနဒ္ဓဇော) - သီလ, သမာဓိ, ပညာ သာသနာဝယ်၊ သိက္ခာသုံးတန်၊ သာသနာ့အောင်လံတို့ကို၊ နဘန်မိုးမြင့် ဖြိုးဖြိုးတင့်အောင်၊ ဝင့်တလူလူ၊ လွှင့်ထူတော်မူနိုင်သည်ဖြစ်၍။

ရဝိန္ဒုဝ - ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား ရှင်လူများတို့၊ ရှုစားမဝ၊ ရောင်ထွန်းပသည့်၊ ကမ္ဘာ့တန်ဆာ နေ လ စကြာရတနာကဲ့သို့။

သုပါကဋော - ကမ္ဘာ့ခေါင်ထိပ်၊ သာသနာ့

www.dhammadownload.com



အောင်တံဆိပ်တို့ဖြင့်၊ ရောင်ဖိတ်လက်ဝေ၊ မက်မပြေအောင်၊ ကျက်သရေရောင်မြင့်မား၊ ဂုဏ်ဝင့်ကြွားကာ၊ ထင်ရှားကျော်ကြားတော် မူပါပေသတည်း။

www.dhammadownload.com

၃။ သာရိပုတ္တော အာနန္ဒောနော၊
ဥပါလိနော နူသင်္ကီယော။
ဘဒ္ဒန္တ သိရိန္ဒာဘိဝံသော၊
ဧသောထေရော တိပေဋကော။

ဧသောထေရော - သုတ္တန်, ဝိနည်း, အဘိဓမ္မာ၊ သုံးဖြာသတ်မှတ် ပရိယတ်ဟု ပိဋကတ်သုံးပုံ၊ အလုံးစုံကို၊ အာဂုမ်ရေးဖြေ မေးလေသမျှ၊ မကျန်ရအောင်၊ ပထမအောင်ပန်း၊ ဆွတ်လှမ်းပန်ဆင်၊ ထိုသာသနာ့အာဇာနည် မထေရ်ရှင်

www.dhammadownload.com



သည်ကား။

သာရိပုတ္တောနော - အဘိဓမ္မာကျမ်းစာ ဒေသနာတို့ကို မြတ်စွာဗုဒ္ဓ ဟောဖော်ပြသည့်၊ တေဒဂ်ရထိပ်ခေါင်၊ အဘိဓမ္မဆောင်သည့်၊ ဥသျှောင်အချုပ်အခြာ၊ တရားဗိုလ်ချုပ်ကြီး၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာပင် ဖြစ်လေတော့သလော။ အာနန္ဒောနော - ဗရားဟော ဓမ္မက္ခန်၊ မြတ်ကျမ်းဂန်တို့ကို၊ မကျန်လုံးစုံ၊ နှုတ်မှာငုံလျက်၊ အာဂုမ်ကျေညက်၊ တေဒဂ်ငါးတန်၊ ဘွဲ့ထူးခံသည့်၊ အာနန္ဒာမည်ခေါ် မထေရ်ကျော်ပင် ဖြစ်လေတော့သလော။ ဥဒါဟု - ထိုသို့မဟုတ်ပါမူကား။

ဥပါလိနော - ဝိနည်းဘက်ဆိုင်ရာ၊ ပြိုင်လာလျှင်ရှုံးလောက်အောင်၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးအတုမရှိ၊

www.dhammadownload.com



ဥပါလိခေါ်၊ တေဒဂ်ရမထေရ်ကျော်ပင် ဖြစ်လေတော့သလော။ ဣတိ - ဤသို့၊

အနုသက်ဳိယော - ပထမသံဂါယနာတင်၊ ရှေးယခင်ဇာတ်လမ်းကို၊ မပြတ်တမ်းတ၊ သတိရပြီး စိတ်ကဝင်စား အထင်မှားအပ်ပေလော။

သောထေရော - မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရက ကျင်းပဆင်နွှဲ တိပိဋကဓရ စာမေးပွဲတွင် ထူးကဲထိပ်က၊ တိပိဋကဓရ တံဆိပ်ရခဲ့ပေသော၊ သာသနာ့အာဇာနည်၊ ထိုမထေရ်သည်ကား။

တိပေဋကော - သုတ္တန်, ဝိနည်း, အဘိဓမ္မာ လွန်စွာနက်နဲ၊ ခက်ခဲဆန်းကြယ်၊ ကျမ်းပင်လယ်တို့ကို၊ အလွယ်တကူ၊ ပါရဂူမြှောက်၊ တစ်ဖက်ကမ်းပေါက်ခဲ့၍၊ အံ့လောက်ဖွယ်ဖွယ်၊

www.dhammadownload.com



ပိဋကတ်သုံးပုံအောင်ပွဲ၏၊ တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋက ကောဝိဒ၊ မဇ္ဈိမဘာဏကာဂါရိက ဖြစ်ပေသော။

ဘဒ္ဒန္တသီရိန္ဒာဘိဝံသော - မြို့တော်ရန်ကုန်၊ ရွှေတိဂုံအနီးအရပ် (ကဏ္ဏသာသယ)တောင်ကလပ် ဝယ်၊ အောင်သကတ်ဖြင့်၊ အောင်ဓါတ်ပန်ဆင်၊ အောင်ပလ္လင်ဝယ်၊ အောင်မြင်ပြည့်စုံ၊ မဟာ ဝိသုဒ္ဓါရုံ၊ ရွှေကျောင်တိုက်သစ်၌၊ နှစ်ခြိုက်ရွှင်ပျော်၊ ယောဆရာတော် အရှင်သီရိန္ဒာဘိဝံသသည်။

အာသိ - ပိဋကတ္တယပါရဂူ၊ နေတဆူပမာ နှုန်းလောက်အောင်၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးထက်ဘွေ သမ္မာဘုန်းလက်ဝေ၊ အသာဆုံးကျက်သရေ၊ ကျက်သရေမြင့်မား၊ ဂုဏ်ဝင့်ကြွားလျက်၊ ထင်ရှား မသွေ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေသတည်း။

www.dhammadownload.com

၄။ ထေရဿ ဝိဇယုဿဝေါ၊
ကာလော ဒ္ဓါန မတိက္ကမိ။
မဟာမဟံ မယံ ကုမ္မ၊
တိပေဋ ကာ ဘိပူဇနံ။

ထေရဿ - သီလကိုအစဉ်ဖြည့်၊ သမာဓိ ယှဉ်ကာ၊ ပညာမှာမနှိုင်းအပ်၊ ဂိုဏ်းမြတ် ရှေ့ကျောင်း၊ အသရေလွှင်၍၊ နေအသွင် လ,တန္နှုန်း၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးကျော်မော်၊ ယောဆရာတော်ဟု၊ ထင်ပေါ် ကျော်ကြား၊ တိပိဋကဓရ တိပိဋက

www.dhammadownload.com



ကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊ ရန်ကုန်ဝိသုဒ္ဓါရုံ ရွှေကျင်တိုက်သစ် ဆရာတော်ဗရား၏။

ဝိဇယသဝေါ - နိုင်ငံတော်အစိုးရမင်းတို့က ကျင်းပဆင်နွှဲ ၁၃၄၆-ခု (၃၇)ကြိမ်မြောက်၊ တိပိဋကဓရ ရွေးချယ်ရေးစာမေးပွဲတွင်၊ ထူးကဲထိပ်က၊ တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ အောင်တံဆိပ်ရခဲ့သည့် သာသနာ့အောင်ပွဲကြီး ကျင်းပခဲ့ရာဖြစ်သော။ ဝါ - ထီးဖြူတော် သုံးလက်၊ ကနက္ကဒဏ်၊ ရိုးဝါခံလျက်၊ သာသနာ့ အောင်လံ၊ ရောင်လျှံတင့်တယ်၊ သဘင်အလယ် တွင်၊ ဆင်စွယ်ယပ်ဝန်း၊ မော်ကွန်းစိုက်ထူ၊ ရယူပိုင်သ၊ တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ၊ သာသနာ့ခေါင်ထိပ်၊ အောင်တံဆိပ်ရခဲ့သည့်

www.dhammadownload.com



သာသနာ့အောင်ပွဲကြီး ကျင်းပတော်မူခဲ့သော။ ကာလော - တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋကကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊ သာသနာ့အာဇာနည်၊ မဟာထေရ်ဟု၊ ကမ္ဘာပြည်လွှမ်းကျော်၊ သက်တမ်းတော်အချိန်အခါ မင်္ဂလာအခါကာလသည်ကား။ အဒ္ဓါနံ - တရားဟောရင်းစာချ၊ စာချရင်းတရားအားထုတ်၊ သာသနာ့လုပ်ငန်း၊ မဆုတ်တမ်းလျှင်၊ ကြိုးပမ်းအားသစ် (၂၅)နှစ်သက်တမ်းကို။ အတိက္ကမိ - သက်ရှည်ကျမ်မာ၊ စိတ်ချမ်းသာ၍၊ လိုရာဆန္ဒ၊ ကြံသမျှတို့၊ အမြန်ခဏပြီးမြောက်၊ သိဒ္ဓိပေါက်ကာ လွန်မြောက်ခဲ့ပါပြီ ဗရား။

တသ္မာ - ထိုသို့လျှင် ကျေးဇူးရှင်ယော

www.dhammadownload.com



ဆရာတော်ဗရားကြီး၏ တိပိဋကဓရ၊ တိပိဋက ကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊ ဘွဲ့ထူးရခဲ့သည့် ကာလသက်တမ်း၊ တွက်မှန်းချိန်ထောက် (၂၅)နှစ်မြောက် ဆိုက်ရောက်ခဲ့ပြီဖြစ်ပါသော ကြောင့်။ ဒါနိ - ၁၃၇၁-ခု၊ ရတုပေါမာန်၊ လေပြန်ဖေါက်ဆဲ၊ ပေါက်လဲငုံစီ၊ ကုံရာသီဟု၊ ခါညီဆိုမြဲ၊ တပို့တွဲလွှန်း(၁၀)ရက်၊ တစ်သက် မမေ့၊ တိပိဋကဓရအခါတော်နေ့ ရောက်လာ ယှဉ်အခါဦ။

မယံ - သာသနာ့စက်ရှိန်၊ လက်လက် ထိန်ဖို့၊ ဂိုဏ်းသိရ်တင့်ရေး၊ ပစ္စည်းလေးဖြင့်၊ အားပေးချီးမြှောက် စောင့်ရှောက်ပြည့်စုံ၊ မဟာ ဝိသုဒ္ဓါရုံ ဆွမ်းကွမ်းဆိုင်ရာ ဒါယကာ ဒါယိကာမ

www.dhammadownload.com



အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည်။ တိပေဋ ကာဘိပူဇနံ - ရွှေငွေမြဖလ်၊ ရောင်လျှံဝင်းစို၊ ရွှေမြင့်မိုရ် အပြန်မကပေသည့်၊ အနန္တအဖုံဖုံ၊ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့်၊ ပြည့်စုံကျော်ကြား၊ ယော ဆရာတော်ဗရား၏၊ တရားတော်မြတ်ဓမ္မစေတီ၊ နလုံးသားမှာတည်၍၊ ဂုဏ်ရည်စုပေါင်း၊ ရှစ် သောင်းလေးထောင်၊ မြားမြောင်လှစွာ၊ ဓမ္မ ခက္ခန္ဓာလုံးစုံ၊ ပိဋကတ်သုံးပုံကို၊ အာရုံရည်မှန်း၊ လျှုံဒါန်းပူဇော်ရာဖြစ်သော။

မဟာမဟံ - သာသနာတစ်ခေတ်၊ သမ္ဘာ သစ်၍၊ တစ်ရာနှစ်မင်္ဂလာ၊ ရတနာအတိ၊ ကမ္ဘာ သိအောင် တစ်ရာပြည့်အကြို ခေါ်ဆိုထိုက်ပေ၊ ကျက်သရေဝေစု၊ အခြေပြုသည်၊ ငွေရတုခေါ်

www.dhammadownload.com



အောင်ပွဲတော်ကြီးကို။

ကုမ္မကရောမ - သက်တော်ရာကျော် ရှည်ပါစေကြောင်း၊ အောင်ဆုတောင်းကာ၊ စုပေါင်းကော်ရော်၊ အတူပျော်ကာ၊ ပူဇော်ကျင်းပကြပါကုန်သည် အရှင်ဘုရား။

ကုမ္မ - ထူးလှသည့်ဆရာရှင်၊ ဖူးမဝထာဝစဉ်၊ ဦးချပဏာတင်၊ မြူးကြွသဒ္ဓါရှင်၊ သဒ္ဓါရှင်ရှင် ကြည်စိတ်လုံ့ပြီး၊ ပြည်နိဗ္ဗာန်အတူ မြန်းရန်ဖို့၊ လှူဒါန်းပြုလုပ်ကြပါကုန်သည်အရှင်ဘုရား။

www.dhammadownload.com

၅။ သာသနံ ပါလယံ နိစ္စံ၊
ဉာတံ ပရောသတံ သမံ။
ဝါစယံ ဘာသယံ ဓမ္မံ၊
ဇယတံ စက္ကမာဝဟံ။

မဟာထေရ - ရန်ကုန် မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ၊ ကမ္ဘာတုန်အောင်၊ သမ္ဘာဂုဏ်ကဲမောက်၊ ရဲရဲ တောက်ပါရမီ၊ ကမ္ဘာပြည်ကျော်မော်၊ ယော ဆရာတော်ဟု၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြား၊ တိပိဋကရေ၊ တိပိဋကကောဝိဒ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက၊ ယော

www.dhammadownload.com



ဆရာတော်ကြီးဗရား။ တုဝံ - အမျိုးဘာသာ သာသနာနှင့်၊ ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား၊ အကျိုး များကို၊ လိုလားနှစ်သက်၊ အဘက်ဘက်မှ၊ တိုးတက်ရှေ့ဆောင်၊ ဂုဏ်ရောင်ထင်ရှား၊ အရှင် ဗရားသည်။ သာသနံ - ရှင်တော်ဗရား၊ ကိုယ် တော်စားပဲ၊ တည်ထားခဲ့ရာ၊ သုံးဖြာသတ်မှတ်၊ သာသနာတော်မြတ်ကြီးကို။ ပါလယံ - ပါလယန္တော - ပထမသံဂါယနာတင်၊ မဟာ ကဿပထေရ်အရှင်တို့လို၊ ချစ်ရှင်မြတ်စွာ၊ သာသနာကို ကမ္ဘာမှာခရီးရောက်အောင် ချီး မြှောက်စောင့်ရှောက်တော်မူလျက်။ ပရော သတံသမံ - သက်တော်(၆၇)နှစ်၊ ရောက်ပြီ ဖြစ်လည်း၊ ပျိုမျစ်နုနယ်၊ ယွှာအရွယ်မှ၊

www.dhammadownload.com



နှောင်ဝယ်တစ်ခေတ်၊ တစ်ဖန်သစ်၍၊ အနှစ်တစ်ရာကျော် ကာလပတ်လုံးသာလျှင်။

နိစ္စံ - "ဇရာယ ပဋိကမ္မံ ကာတုံ ဝဋ္ဋတိ" ပါဠိအရ၊ အရွယ်မအို၊ ပျိုထက်ပျို၍၊ ယခု လိုကျမ္မာ၊ စိတ်ချမ်းသာလျက်၊ စာဝါပို့ချ၊ တရားဟောပြ၍၊ လောကမေ့တာ၊ မအိုပါပဲ ဇရာဗျာဓိ၊ အနာမရှိပဲ ပကတိအမြဲတိုင်းသာလျှင်။

ဓာတုံ - ဓာတု - အနုရုဒ္ဓါ ထေရ်မဟာနှင့် အနာမဲ့သူ၊ ရှင်ဗာကုလတို့လို ရာပြုသက်တမ်း၊ ကျော်ကာလွှမ်းပြီး၊ အမြဲတမ်းရွှင်ပျော်၊ သက်တော်ရာကျော်ရှည်ကာ၊ တည်မြဲပါစေသတည်း။

ဓမ္မံ - နိကာယ်ငါးရပ်၊ ပိဋကတ်သုံးပုံ၊ အလုံးစုံသတ်မှတ်၊ ပရိယတ်တရားတော်ကို။

www.dhammadownload.com



ဝါစယံ- ဝါစယန္တော - သာသနာတည်မှု၊ အရှည်ရှု၍၊ သောတုဇနေအများ၊ စာသင်သားတို့အား၊ သင်ကြားပို့ချ၊ လမ်းညွှန်ပြတော်မူပြီးလျှင်။

ခမ္မံ - နိဗ္ဗာန်ခရီး၊ တစ်ကြောင်းတည်းဖြင့်၊ အပြီးရောက်ရန်၊ အသိမြန်သည့်၊ သတိပဋ္ဌာန်ခေါ် ဝိပဿနာတရားတော်ကိုလည်း။

ဘာသယံ - ဘာသယန္တော - ခန္ဓာအရှိ၊ ဉာဏ်မှာသိ၍၊ သန္တိသုခ၊ အမတဝိမာန်၊ မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို၊ အမြန်ရောက်အောင်၊ ပို့ဆောင်ညွှန်ကြား၊ တရားပြတော်မူသည်ဖြစ်၍။

စက္ကမာဝဟံ - ပရိယတ်အပြင်၊ ပဋိပတ်ယှဉ်၍၊ ချစ်ရှင်မြတ်စွာ၊ သာသနာကို၊ ကမ္ဘာမှာ ခရီးရောက်အောင်၊ ချီးမြှောက်ဆောင်ရွက်

www.dhammadownload.com



တော်မူပြီးလျှင်။

ဇယတံ - ဇယတု - ရာပြည့်ရာကျော် ဆရာတော်ဟု၊ ကမ္ဘာပေါ်မကြုံဖူးအောင်၊ ဂုဏ်ထူးသစ်လွင် အောင်မြင်ပါစေသတည်း။

ဇယတု - ကမ္ဘာ့ခေါင်ယံ မြင့်အငူပေါ်တွင်၊ သာသနာ့အောင်လံလွှင့်ထူပြီး၊ ဝင့်တလူလူ၊ အခေါင်ဆိုက်အောင်၊ အောင်မကိုဋ်သရဖူ၊ ဆောင်းတော်မူကာ၊ ဇမ္ဗူခေါင်ထိပ်၊ အောင်တံဆိပ်တို့ဖြင့်၊ အောင်ဘိသိက်ပန်ဆင်၊ မြန်တခွင်စံတင်ဖို့၊ အမှန်ပင်အောင်မြင်တော်မူနိုင်ပါစေသတည်း။

www.dhammadownload.com

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 ကောင်းရာရောက်
၉။ အချိန်တန်ဖိုး လူ့တန်ခိုး
၁၀။ ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့

www.dhammadownload.com


၁၁။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ခပ်သုတ်သုတ်

၁၂။ တရားအသိ လူ့မျက်စိ

၁၃။ မေတ္တာပန်းခိုင် ၃-ပွင့်ဆိုင်

၁၄။ နှလုံးသားဝယ် ဘုရားတည်

၁၅။ အေးမြရွှင်ပြုံး လူ့နှလုံး

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။ ဘဝစေစု 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။ အလျှကျေးဇူး 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။ ဧည့်သည်
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 ခွင့်ခါကြုံကြိုက် စာသင်တိုက်

၅၅။ ဓာတ်

၅၆။ ဘဝကိုဆောင် အလင်းရောင်

၅၇။ လူသားမေတ္တာ ဤကမ္ဘာ

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။ အသံဆန်းကြွယ် အနှစ်ကြွယ်
၇၃။ မေတ္တာအစွမ်း စိတ်အေးချမ်း

❀❀❀

www.dhammadownload.com

# ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များ

၁။ ဆရာတော် အရှင်ပညိန္ဒ
သာသနာ့ဗေဒယျမင်္ဂလာစာသင်တိုက်
(၃-ထပ်ကျောင်း) နတ်ချောင်း၊ တာမွေ၊
ရန်ကုန်မြို့။

၂။ အရှင်ဆန္ဒာဓိက၊ ရွှေပါရမီတောရ၊
သထုံမြို့။

၃။ အရှင်ရာဇိန္ဒ (ရဝေနွယ်၊ အင်းမ)
ဓမ္မရဝေတောရကျောင်းတိုက်
သင်္ဃန်းကျွန်းကြီးရပ်၊ အောင်စည်းခုံစေတီ
လမ်း၊ မင်္ဂလာဒုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄။ အရှင်စက္ကိန္ဒ
ထေရဝါဒဓမ္မရောင်ခြည်ကျောင်းတိုက်
၄၂၊ မြောက်ဒဂုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၅။ ဆရာကြီးဒေါ်က္ကန္ဒန္ဒီ၊
ဆရာကြီးဒေါ်ဥတ္တမနန္ဒီ
သက္ကနိမ္မိတာရုံသီလရှင်စာသင်တိုက်၊
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၆။ ဆရာကြီးဒေါ်ထေရီ
ခေမာရာမသီလရှင်စာသင်တိုက်
၃-လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၇။ မကုလမဏီ၊ မမဂ္ဂစာရီ၊ ရွှေဂုံ့ကျောင်း၊
၁-လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၈။ ဆရာကြီးဒေါ်ကောသာရီနှင့်တပည့်များ
သာသနမဏ္ဍရီ သီလရှင်စာသင်တိုက်၊
သုနန္ဒာလမ်း၊ မြောက်ဥက္ကလာပ၊
ရန်ကုန်မြို့။

၉။ ဦးတင်ဦး + ဒေါ်လှမြင့် မိသားစု
(ရွှေစင် ရတနာရွှေဆိုင်)
မကြီးကြီးလမ်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၁၀။ ဦးရှိန်ဝင်း + ဒေါ်ခင်ချိုဦး။
သား-ကောင်းထိုက်ထွန်း(တက်လမ်း)
ဦးဝိစာရလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၁။ ဦးသန်းထွန်း + ဒေါ်ယဉ်ရှိန်၊
သား - ဒေါက်တာဘကောင်း။
သမီး - ဒေါက်တာလဲ့ယဉ်မွန်
သီရိမင်္ဂလာလမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၂။ ဦးအောင်သိန်း + ဒေါ်လုံးတင် မိသားစု
ရှမ်းစုရပ်၊ မိုးကုတ်မြို့။
၁၃။ ဦးတူးမောင် + ဒေါ်ထားထားအေးမိသားစု
တက္ကသိုလ်ရိပ်သာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၄။ ဦးသန်းဆက်ဝင်း + ဒေါ်စိန်အေး၊
သား - မောင်သန်းထိုက်ဝင်း
ရွှေတောင်ကြားရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၅။ (ဦးအောင်သိန်း) + ဒေါ်တင်တင်မိသားစု
စပေါင်းလမ်း၊ အင်းယားမြိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၁၆။ ဒေါက်တာကျော်ခိုင် + ဒေါ်စိန်ထွေး၊ သား
မောင်သက်တင်စိုး၊ မောင်ဇော်ဝင်းမောင်
ကမ္ဘာ့ဇရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၇။ ဦးသန်း + ဒေါ်မိုးသူ မိသားစု
ကန်ရိပ်သာလမ်းမကြီး၊ ပဒေသာပင်
မြို့တော်၊ လှိုင်သာယာ၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၈။ ဒေါ်တိုးတိုးစိန်မိသားစု၊ ရေတာရှည်လမ်း
ဟောင်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၁၉။ ဦးဝင်းဆွေ + ဒေါ်တင်တင်ခိုင်
(မန်းရွှေလီ) မိသားစု
၃၆-လမ်း၊ ကွမ်းခြံ၊ မန္တလေးမြို့။
၂၀။ ဒေါက်တာဦးမြင့်သိန်း + ဒေါ်ခင်မျိုးဆက်
မိသားစု၊ အောင်လံမြို့။
၂၁။ ဒေါ်ခင်လေး (ကံချွန်) မိသားစု
ကန်ကြီးရပ်၊ အောင်လံမြို့။

www.dhammadownload.com

၂၂။ ဗိုလ်မှူးကြီးစိုးနိုင်ဦး + ဒေါ်မာမာမြင့်
မိသားစု၊ မြစပယ်လမ်း၊ ပါရမီရိပ်သာ၊
ရန်ကင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၃။ ဦးထွန်းလွင် + ဒေါ်ခင်လတ်ဦး
ဈေးလမ်း၊ မြေနီကုန်း၊ စမ်းချောင်း၊
ရန်ကုန်မြို့။
၂၄။ ဆရာမ မပေမာလွင်၊ ဈေးလမ်း၊
မြေနီကုန်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၅။ ကိုအာကာလွင်၊ ဈေးလမ်း ၊ မြေနီကုန်း၊
စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၆။ ဦးအောင်မြင့် + ဒေါ်သုခ၊ သား-ကိုသိန်းမြင့်
(အောင်သုခ)၊ အနောက်ရွှေဂုံတိုင်၊
ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၂၇။ (ဦးရှိန်) + ဒေါ်ပုလေး၊ သမီး-မချိုချိုဝင်း၊
မတင်အေးသန့် (သုခိတာ)
ရွှေတောင်ကြား(၁)၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၂၈။ ဦးဝင်းမြင့် + ဒေါ်တင်တင်ရီ၊
သမီး - အိဇာဖြိုး ၊ အိမာတိုး
မောရဂီဝါရပ်၊ မန္တလေးမြို့။
၂၉။ ဆရာမ ဒေါက်တာမတင်ဝင်း၊ သမီး -
နန့်ချစ်ကြည်၊ မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်အိမ်ရာ၊
အထက်ပန်းဆိုးတန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၀။ ဆရာမ ဒေါ်ခင်စောတင့်
သံလွင်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၁။ ဦးဇော်ဇော် + ဒေါ်ဌေးဌေးခိုင်မိသားစု
အင်းယားရိပ်သာလမ်း၊ မရမ်းကုန်း၊
ရန်ကုန်မြို့။
၃၂။ ဦးကျော်မြင့် + ဒေါ်တင်နွဲ့ မိသားစု
၈-ရပ်ကွက်၊ သာကေတ၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၃။ ဦးခင်မြင့် + ဒေါ်သန်းသန်းဝင်း၊
သမီး - မခင်ရတနာဝင်း
၄-ရပ်ကွက်၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၃၄။ ဦးတင်ထူး + ဒေါ်နွဲ့နွဲ့ဝင်း၊
သား - မောင်ထူးအောင်ဝင်း၊
သမီး - မခင်စုစုဝင်း (ထူးရေခဲမုန့်)
အထက်ပုဇွန်တောင်၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၅။ ဦးကျော်နိုင် + ဒေါက်တာဒေါ်ထားထား
ဘုတလင်ဆေးရုံ၊ ဘုတလင်မြို့။
၃၆။ ဒေါက်တာနိုင်ထွဋ်အောင် + ဒေါက်တာ
ဝေဝေရှင်၊ သား - ရန်ငြိမ်းအောင်၊
မိုးမြတ်အောင်၊ ရွှေတောင်ကြား(၁)၊
ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၇။ ဦးမောင်မောင် + ဒေါ်စန်းစန်းဝင်းမိသားစု
စကော့ပူနိုင်ငံ။
၃၈။ ဦးထွန်းထွန်းဦး+ဒေါ်မာမာ၊ သမီး-မြတ်ပွင့်
ဖြူသင်း၊ ကမ္ဘောဇရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၉။ ဦးအောင်မြ နှင့် မြစ်သာမိသားစု
၃၇-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.dhammadownload.com

၄၀။ ဦးဝင်းသိန်း + ဒေါ်ကြည်တာမြင့်၊
သား-နေဝင်းသိန်း၊ ဖြိုးဝင်းသိန်း
မြစပယ်လမ်း၊ ပါရမီရိပ်သာ၊ ရန်ကင်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

၄၁။ ဦးကြင်စိန်၊ သမီး-မနွယ်နီစိန်၊ မဥမ္မာစိန်၊
ဝက်ဘာရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ရန်ကုန်မြို့။

၄၂။ ဦးထင်ကျော် + ဒေါ်စုစီစိန်
ဝက်ဘာရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၃။ ဒေါက်တာ ဒေါ်မြင့်မြင့်ကြီး၊
သား-ဒေါက်တာစိုးဝင်းဦး၊ သမီး-မသန္တာနိုင်၊
သံလွင်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၄။ မအေးအေးခင်
ပဏ္ဍိတလမ်း၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၄၅။ ဦးကျော်စိုးသန့် + ဒေါ်ခင်အေးမော်
သား-မင်းမော်ခန့်၊ သမီး-ဆုမြတ်ထွေး
ဂုဏ်သီရိမိသားစု၊ သာကေတ၊ ရန်ကုန်မြို့။