http://www.dhammadownload.com

စိတ်အေးစရာ သာသနာ

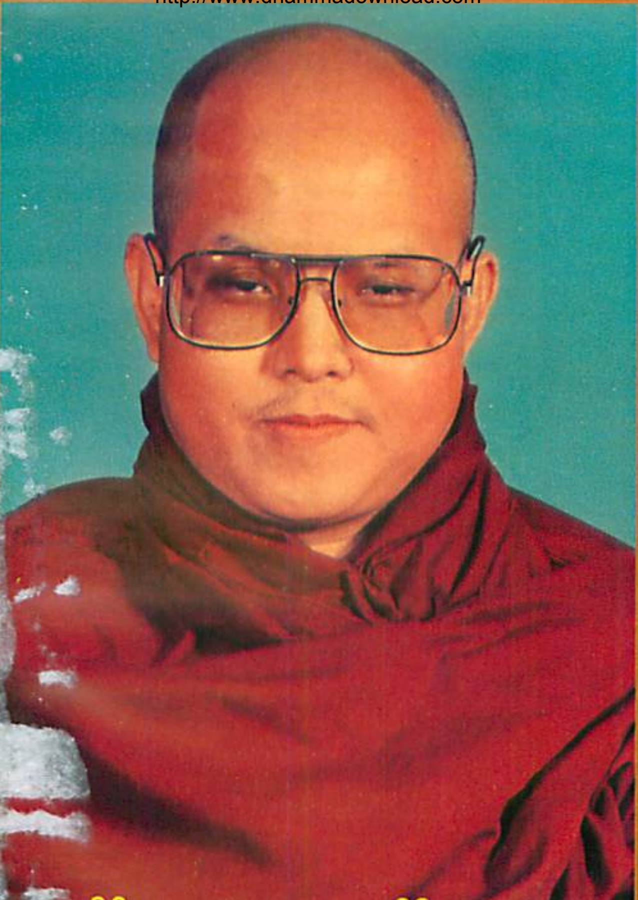
တိပိဋကဓရ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

ဆရာတော်(ယော) ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက-တိပိဋကဓရ □ စိတ်အေးစရာ သာသနာ

စိတ်အေးစရာ သာသနာ

တိပိဋကဓရ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com



တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
ဘဒ္ဒန္တ သိရိန္ဒာဘိဝံသ

ဓာတ်ပုံမှဒါန
ဦးအောင်ထွန်းနိုင်(ပြည်မြန်မာ)

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

"စိတ်အေးစရာ သာသနာ"

တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

◆ စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်

၄၆၅/၉၉ (၈)

◆ မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်

၆၄၂/၉၉ (၁၂)

◆ ထုတ်ဝေခြင်း

ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ-၁၀၀၀

တန်ဖိုး ၆၅၀ ကျပ်

◆ ထုတ်ဝေသည့်ကာလ

၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်၊ ဇူလိုင်လ

◆ အတွင်းသားပုံနှိပ်

မတင်စိန် (၀၅၅၂၉)၊ ဇော်ဦးပုံနှိပ်တိုက်

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

◆ မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်

ဦးကျော်စိန် (၀၂၉၀၉)၊ ကျောက်စိမ်းပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်(၁၇၁)၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

◆ ထုတ်ဝေသူ

ဦးကျော်ဆန်း (၀၉၃၂)၊ (ရဲဘော်ကျော်ဆန်း)

ရဲအောင်စာပေ၊ အမှတ်(၂)၊ ချွန်း(၁)လမ်း၊

ပုသိမ်ညွန့်၊ ရန်ကုန်မြို့။

သိဒ္ဓိရှိစိစဉ်သည်

http://www.dhammadownload.com

ပြည်လုံးကျွတ်ဖြန့်ချိရေး

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ

အမှတ်-၉၆၊ (မြေညီ)၊ ၃၈ လမ်း၊

ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊

ရန်ကုန်မြို့။

☎ ၀၁-၂၄၃၈၇၀

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အေးစရာသာသနာနဲ့

မတွေ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့

အဖြုန်းနဲ့ပဲအချိန်ကုန်ကြတယ်

အပူတွေပဲစုနေတယ်

စိတ်အေးစရာသာသနာနဲ့

တကယ်တွေ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့

မဖြုန်းတီးဘဲနဲ့

အဖိုးတန်အောင်အသုံးချနေကြတယ်။

တိပိဋကဓရ

(ယော) ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

စိတ်အေးစရာ သာသနာ

သာသနာနဲ့ တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင် ...	၃
တရားမှန်ထောင်ကြည့်ပေးနိုင်မှ ...	၇
ဘဝသံသရာမှာ သူမျှားခိုင်းတာ လုပ်ခဲ့ရပြီ ...	၉
တရားနာတယ်ဆိုတာ ...	၁၁
ခန္ဓာမှာစိတ်မအေးစရာ ...	၁၃
ဘဝတစ်ခုရလာသောအခါ ...	၁၇
အပိုင်နဲ့အငှားသရုပ်ခွဲရမယ် ...	၂၁
အငှားစိတ်ဆိုတာ ...	၂၃
ကိုယ်ပိုင်စိတ်ဆိုတာ ...	၂၅
တရားဖြည့်သွင်းလို့ရတဲ့တံခါးပေါက် ...	၂၇
အငှားရဲ့သဘော ...	၂၉
ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းထားနိုင်မှ ...	၃၁
ကိုယ်ပိုင်ဆိုရင် ...	၃၃
စိတ်ကောင်းသည် လောကမှာ အင်အားအကောင်းဆုံး ...	၃၅
ကိုယ်ပိုင်ရှိရင် စိတ်အေးရတယ် ...	၃၇
သူ့ဟာသူယူသွားပြီ ...	၃၉

http://www.dhammadownload.com

ဘာသာတရားသည်
ကိုးကွယ်ရုံသက်သက်မဟုတ် ... ၂၃

တရားယန္တရား(၄)ချက် ... ၂၅

မေတ္တာရှေ့ပြေးကျင့်စဉ် ... ၂၇

စွမ်းတဲ့သူဆိုရင် ... ၂၉

မိမိသန္တာန်မှ လိုက်ကာ(၂)ချပ် ... ၃၁

မေတ္တာပို့စကား (၃)ခွန်း ... ၃၃

မေတ္တာသည်အလှဆုံးအင်အား ... ၃၅

နှစ်ဖြာကိုယ်စိတ်ချမ်းသာစေ ... ၃၈

မပြုရှောင်ပါစေ ... ၄၃

ဝိပဿနာဉာဏ်မှန်ဘီလူး
ချုံ့ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ ... ၄၇

ရုပ်မြင်နာမ်ကြားစက် ... ၅၁

လမ်းညွှန်ကျင့်စဉ်အပြည့်အစုံ ... ၅၅

http://www.dhammadownload.com

ကိလေသာနိဝရဏာသည်မီး ... ၅၇

တရားထမင်းအိုးဟင်းအိုးတွေ
မှောက်ကုန်မယ် ... ၅၉

သတိပဋ္ဌာန်အဝတ်ထုထုလေးနဲ့ကိုင်ပါ ... ၆၁

ပိုက်ဆံမတောင်းဘူး၊ တရားသာပေး ... ၆၃

နမောဗုဒ္ဓဿ

ကိစ္စအားလုံးပြီးဆုံးသောပုဂ္ဂိုလ် ... ၆၉

တရားအမှန်ကိုမဖောက်မပြန်
သိသောပုဂ္ဂိုလ် ... ၇၁

မောဟတည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှ
နိုးကြားတော်မူသောပုဂ္ဂိုလ် ... ၇၃

ဘုရားရှိခိုးခြင်းသည် ဘုရားထံမှ
ခွင့်တောင်းခြင်းမဟုတ်, ပူဇော်ခြင်းသာ ... ၇၇

အတိုဆုံးဘုရားရှိခိုး ... ၈၁

ဓမ္မဆိုတာလူတွေသွားရမယ့်
လမ်းကြောင်း ... ၈၃

http://www.dhammadownload.com

လူအင်အားတွေထဲမှာ

စိတ်ကောင်းသည်

အင်အားအကောင်းဆုံးပါ၊

သာသနာမကွယ်အောင်

စိတ်ကောင်းနဲ့ဝိုင်းထိန်းထားရတာပါ၊

သာသနာပေါ်လာအောင်

စိတ်ကောင်းနဲ့ ဖော်ထုတ်ခဲ့တာပါ၊

တိပိဋကဓရ

(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အေးစရာ, သာသနာ

တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ(ယော)ဆရာတော်

(သာသနာတော်နှစ် ၂၅၄၀–ပြည့်နှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၅၈–ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည့်ကျော် (၆)ရက်၊ ၁၉၉၇–ခု၊ မတ်လ ၂၉ ရက်၊ စနေနေ့တွင် ရန်ကုန်တိုင်း၊ လှိုင်မြို့နယ် (၁၂)ရပ်ကွက်၊ သမိုင်းလမ်းဆုံ၊ မရမ်းခြံ၊ အောင်ဓမ္မရိပ်သာမွေ့ရုံကြီးအတွင်း၌ ဘဝနတ်ကျောင်း ပြောင်းရွှေ့စံပြီးကြသော ကျေးဇူးတော်ရှင် အောင်မင်္ဂလာဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် ကျေးဇူးတော်ရှင် အောင်ဓမ္မရိပ်သာဆရာတော်ကြီး နှစ်ပါးတို့၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်အနန္တကို အာရုံပြု၍ ပူဇော်ကြသည့် ဂုဏပူဇာကောင်းမှု၊ သုံးထပ်အောင်ဓမ္မဗိမာန်တော်ကြီး ရေစက်သွန်းချလှူဒါန်းကြသည့် အလှူဒါန

http://www.dhammadownload.com

မှာက ဝါခေါင်လပြည့်တစ်ရက်ထဲ ပွားရမှာမဟုတ်ပါ၊ နေ့တိုင်းပွားကြရမှာပါ၊ ဘာဝနာအလုပ်အားထုတ်တော့လဲ ရှေ့ပြေးအနေနဲ့ ပွားကြရမှာပါ။

မေတ္တာတရားသည် လူ့စွမ်းအား၊ လူ့စွမ်းအားဆိုတာလဲ မေတ္တာတရား၊ ခွဲခြားလို့မရစကောင်းပါ။

သုခိနောဝ ခေမိနော ဟောန္တု၊
သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ၊

သဗ္ဗသတ္တာ–တစ်ယောက်မကြွင်း၊ ခပင်းဥဿုံ၊ လုံးစုံများစွာသတ္တဝါတို့သည်၊ သုခိနောဝါ–ကိုးဆယ့်ခြောက်ဖြာ၊ ရောဂါကင်းရှင်း၊ ကိုယ်ချမ်းသာခြင်းရှိကြကုန်သည်လည်း ဟောန္တု–မုချမသွေဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ခေမိနောဝါ–တွင်းပနှစ်တန်၊ ဘေးရန်ကင်းဝေး၊ ငြိမ်းအေးခြင်း ရှိကြကုန်သည်လည်း၊ ဟောန္တု–မုချမသွေ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သုခိတတ္တာဝါ–နှလုံးစိတ်ဝမ်း၊ ရွှင်ကြည်လန်း၍၊ အေးချမ်းသောစိတ်ရှိကြကုန်သည်လည်း၊ ဘဝန္တု–မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအားကြောင့်၊ ထူး

http://www.dhammadownload.com

ခြားလှစွာ၊ ကောင်းစွာမသေွ၊ ဖြစ်ကြပါပေကုန်သတည်း။

* * *

မေတ္တသုတ်၏သမိုင်း

မေတ္တသုတ်မှာလာတဲ့ ပထမဆုံးမေတ္တာပို့စကားပါ။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်က တစ်ခုသောဝါဆိုဦးကာလမှာ ရဟန်းတော်အပါးငါးရာတို့ဟာ ဝါဆိုရန်အတွက် နေရာရှာကြတယ်။

လူအင်အားကလဲ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်၊ ရဟန်းအပါး ငါးရာကိုး၊ တရားအင်အားကလဲ ကောင်းပါတယ်၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ တကယ်တမ်းကို ကြိုးစားအားထုတ်တဲ့ ယောဂီရဟန်း အပါးငါးရာပါ။

မြတ်စွာဘုရားထံမှာ တရားအားထုတ်ဖို့နည်းလမ်းများသင်ယူ၍ ဝါဆိုခါနီးကာလဖြစ်တော့

http://www.dhammadownload.com

ရင် အဖိုးတန်တွေဖြစ်သွားကြတယ်၊ လိမ္မာကြတယ်၊ ယဉ်ကျေးကြတယ်၊ ငါကဲ့သို့သော လူသားတစ်ယောက်ကတော့ လမ်းညွှန်ကောင်းကိုရရင် ဘာဖြစ်လို့ အဖိုးမတန်ပဲ နေရမှာလဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ မလိမ္မာ မယဉ်ကျေးပဲနေရမှာလဲလို့ ကိုယ့်ကိုကိုယ် အားပေးတဲ့ ဂါထာစကားဖြစ်ပါတယ်။

အကျင့်လည်းရှိ စွမ်းအားပြည့်ဝတဲ့ အသိထူးခြား လူပုဂ္ဂိုလ်များက သင်ပြပေးအပ်တဲ့ အသိကင်းဝေးတဲ့ တောထဲက ကြက်တူရွေးငှက် ပင်သော်လည်း လူ့စကားကိုသင်ပြပေးမယ်ဆိုရင် အများနားလည် အောင် ပြောပြတတ်ပါသေးတယ်၊ ပြောပြတော့လဲ သင်ပြပေးတဲ့သူက ရွှေခဲတို့၊ တိုက်ကျော်တို့ ဒီလောက်သင်ပြပေးရင် ဒီလောက်ပဲပြော တတ်မှာပေါ့၊ ရတနာသုံးပါးနဲ့ဆက်စပ်တဲ့ တရားစကားများသင်ပြပေးမယ်ဆိုရင် ရတနာသုံးပါးနဲ့ဆက်စပ်တဲ့ တရားစကားကို ပြောပြတတ်မှာပေါ့။

တစ်ခါ, အကျင့်လည်းရှိ စွမ်းအားပြည့်တဲ့ အသိထူးခြားလူပုဂ္ဂိုလ် များက သင်ပြပေးအပ်တဲ့ တောထဲက အသိထုံထိုင်းတဲ့ မျောက်ရိုင်းတောင်

http://www.dhammadownload.com

မှပဲ အများသဘောကျအောင် ကပြတတ်သေးတယ်။

တစ်နည်းအားဖြင့် တိုက်ရိုက်ပြောလိုက်တော့ သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင် ကြက်တူရွေးတောင်မှ စိတ်အေးရပါတယ်၊ သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင် တောထဲက မျောက်ရိုင်းတောင်မှ စိတ်အေးရပါတယ်၊ လူဆိုတာတော့ မပြောပါနဲ့တော့၊ အဲဒီလိုလဲပဲ ယူလို့ရတယ်။

အပြန်အားဖြင့် စိတ်အေးစရာသာသနာနဲ့တွေ့ကြုံခွင့်မရဘူးဆိုရင် လူတောင်မှ စိတ်မအေးရတော့ပါဘူး၊ တိရစ္ဆာန်ဆိုတာတော့ မပြောပါနဲ့တော့၊ အဲဒီလိုလဲပဲ အပြန်အားဖြင့် ယူလို့ရတယ်။

သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင် အဟိတ်တိရစ္ဆာန်တောင်မှ စိတ်အေးရပါတယ်၊ လူဆိုတာတော့ မပြောပါနဲ့တော့၊ ဧကန် စိတ်အေးရပြီးသားပါ။

သာသနာနဲ့ တွေ့ကြုံခွင့်မရဘူးဆိုရင် လူတောင်မှ စိတ်မအေးရတော့ပါ၊ တိရစ္ဆာန်ဆိုတာတော့ မပြောနဲ့တော့၊ ဘာမှအရေအတွက် မထားနဲ့

http://www.dhammadownload.com

စတုမဟာရာဇ် အောက်ပိုင်းနတ်တွေဆိုတာ လူတွေလိုပဲ၊ ဝမ်းနဲ့လွယ်ပြီးပဋိသန္ဓေနေကြရတော့ နတ်သား နတ်သမီးပေါက်စလေးတွေလဲ ရှိတာပဲ၊ နတ်ပေါက်စလေးတွေလဲ လက်ကတွဲချီပြီး သင့်တော်ရာမှာ နေကြရတယ်။

"အရှင်မြတ်တွေ ခဏလာကြတာနဲ့တူပါရဲ့၊ ခဏနေပြီး ပြန်ကြမှာနဲ့တူပါရဲ့၊ ခဏဆို ကိစ္စမရှိပါဘူးလေ၊ ဒို့ အဆင်းရဲခံနိုင်ပါတယ်" ဆိုပြီး ကြည့်နေလိုက်ကြတာ၊ ရဟန်းတော်များက ပြန်မယ့်အမူအရာ လုံးဝမပြ၊ ဒကာ, ဒကာမတွေကလဲ တစ်ပါးနေ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်း ကလေးတွေတောင် ဆောက်ပေးနေကြတော့...

"ဒီအရှင်မြတ်တွေ ပြန်ကြမှာမဟုတ်ဘူး ထင်တယ်၊ နေဖို့လာကြတာနဲ့တူတယ်၊ အဲသလိုဆို ဘယ်ဖြစ်မလဲ၊ ဒီမှာနေလို့တော့ မဖြစ်ဖူး၊ ဒို့က ဒီလောက်မဟုတ်ဖူး၊ ဒို့ကလေးတွေ ဆင်းရဲကုန်မယ်၊ ဟိုနားသွားနေ၊ ဒီနားသွားနေ ဒုက္ခရောက်ကုန်မယ်၊ ဒီအရှင်မြတ်တွေ မနေနိုင်အောင် ဒို့နှင်ထုတ်မှဖြစ်မယ်၊ ဒို့တန်ခိုးသုံးမှဖြစ်မယ်" အဲသလို စိတ်မှာဖြစ်ပေါ်လာကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းတာလုပ်တိုင်းလဲမကြိုက်ဖူး၊ ကောင်းတာကိုမကြိုက်တာလဲ ရှိသေးတယ်၊ အဲဒါနဲ့ နှင်ထုတ်ဖို့ ချောက်လှန့်ကြတာပေါ့။

နေ့ပိုင်းချောက်လှန့်ရတာ အရာမရောက်၊ ညပိုင်းကျမှချောက်၊ ကြောက်စရာအဆင်းကြီးတွေပြ၊ ကြောက်စရာအသံကြီးတွေနဲ့ အော်ဟစ်၊ အင်မတန်ဆိုးဝါးတဲ့အနံ့ဆိုးကြီးတွေလွှတ်၊ ရဟန်းတွေ သမာဓိကိုမရတော့ဘူး။

ကြောက်စရာအဆင်းကြီး အမျိုးမျိုးမြင်ရ၊ အသံကြီးတွေကလဲ ဘယ်လိုမှ သမာဓိမရနိုင်အောင်ဖြစ်၊ အဆိုးဆုံးက အနံ့ဆိုးကြီးတွေ ရှူရလို့ ခေါင်းတွေကိုက်၊ မကျန်းမမာတွေဖြစ်၊ ရောဂါတွေဖြစ်၊ အလုပ်မဖြစ်ကြတော့ဘူး၊ ပုဂ္ဂလသပ္ပါယ ၊ ဂစ်ပိုင်းလိုနေတယ်။

* * *

မေတ္တာလက်ဆောင်

အဲဒါနဲ့ နတ်တွေက ချောက်လှန့်လို့ ရဟန်းတွေ ဘယ်လိုမှအလုပ်မဖြစ်ကြတော့၊ စည်းဝေးကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် တရားနာတယ်ဆိုတာ ဟောသူရော နာသူပါ မှန်ထောင်ပြီးတော့ကြည့်ကြတာပါပဲ၊ တရားနာတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အသိနဲ့ကိုယ် လုပ်ရတာဖြစ်တယ်၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်တာဝန်ပေး၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်တာဝန်ယူ၊ ကိုယ့်အသိနဲ့ကိုယ်လုပ်ရတာဖြစ်တယ်၊ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်နိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ အလုပ်သာဖြစ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဂုဏ်ယူစရာ အကောင်းဆုံးအလုပ်ဖြစ်သလို အမြင့်မြတ်ဆုံးသော အလုပ်လဲ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဘဝသံသရာမှာ
သူများနိုင်းတာလုပ်ခဲ့ရပြီ

ဘဝသံသရာတစ်လျှောက် စဉ်းစားကြည့်ပေါ့၊ သူများနိုင်းတာ လုပ်ခဲ့ရတာတွေ၊ စိတ်ထဲက ပါပါ,မပါပါလုပ်ခဲ့ရတာတွေ၊ အေးတယ်, ပူတယ်လို့ အကြောင်းပြလို့လဲမဖြစ်၊ ပင်ပန်းတယ်လို့ အကြောင်းပြလို့လဲ မဖြစ်ပဲ သူများခိုင်းတာလုပ်ခဲ့ရတာ အများကြီးပါ။

ယခုလို ကိုယ့်ဟာကိုယ်ခိုင်း၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လုပ်၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်တာဝန်ပေး၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်တာဝန်ယူ၊ ဒီလိုလုပ်နိုင်တယ်ဆိုတာ အင်မတန်ရှားပါးကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် ယခု ယောဂီပရိသတ်အပေါင်းသူတော်ကောင်းတွေ၊ ကိုယ့်တာဝန်ကိုယ်ပေး၊ ကိုယ့်

F2A

http://www.dhammadownload.com

တာဝန်ကိုယ်ယူ၊ ကိုယ့်အသိနဲ့ကိုယ် တရားအလုပ် လုပ်ကြရတာ၊ လုပ်နေကြတာပါ၊ ဘယ်သူကမှ အမိန့်နဲ့ အာဏာနဲ့ခိုင်းလို့ ကြောက်လို့လာနာ နေကြတာမဟုတ်ဖူး၊ ဘယ်သူမှ အားနာလို့ အားနာ ပါးနာ လာနေကြတာလဲမဟုတ်ဖူး။

တရားကိုမြတ်နိုးလွန်းလို့၊ တရားသာ ကိုယ် ပိုင်အစစ်ပဲလို့ အမြင်ရှင်းနေကြတဲ့ ကိုယ်ပိုင်အသိနဲ့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ၊ စိတ်ပါလက်ပါ၊ ထက်ထက် သန်သန် လှာရောက်နာယူပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင် အလုပ်လုပ်နေကြတာပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားနာတယ်ဆိုတာ

တရားနာကြတယ်ဆိုတာ မိမိရဲ့ တုံးနေတဲ့ အသိစိတ်ကို တရား ကျောက်ပြင်ပေါ်မှာတင်ပြီးတော့ ထက်နေအောင်သွေးပေးခြင်း ဖြစ်ပါတယ်၊ အသိစိတ်ကလေးတွေဟာ တရားကင်းကွာသွားတဲ့ အချိန်မှာ တုံးပြီးတော့နေတတ်တယ်၊ အာရုံမျိုးစုံတွေထဲမှာ ရောထွေးပြီးနေတဲ့ အခါကျတော့ တုံးနေတတ်တယ်။

အသိစိတ်တုံးနေချိန်မှာ လက်တစ်ကမ်းမှာ ကုသိုလ်ဖြစ်ခွင့်တွေ တန်းစီနေပါလျက်သားနဲ့ ကုသိုလ်မဖြစ်လိုက်ရပဲ လက်လွတ်လိုက် ရတာတွေဟာ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ဆုံးရှုံးနစ်နာမှုတွေ အများကြီးပါ။

လက်ထဲမှာ ကုသိုလ်ထုပ်ကြီးတွေ ကိုင်ထားပါလျက်သားနဲ့ ကုသိုလ်ထုပ်မှန်းမသိလိုက်ပဲ လက်

http://www.dhammadownload.com

လွှတ်ဆုံးရှုံးလိုက်ရတာတွေဟာ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ အများကြီးပါ။

ဒါကြောင့် တုံးနေတဲ့အသိစိတ်ကို တရားဟောသူရော၊ တရားနာသူရော တရားကျောက်ပြင်လေးပေါ်တင်ပြီးတော့ ထက်နေအောင် သွေး၊သွေး ပေးရတယ်။

အသိစိတ်ထက်နေတဲ့အခါကျတော့ လက်တစ်ကမ်း ကုသိုလ်ဖြစ်ခွင့်တွေ ဘယ်ဟာမှ လက်လွှတ်မခံတော့ဘူး၊ လိမ္မာပါးနပ်ထက်မြက်စွာ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားကို ယူတတ်သူဖြစ်တယ်၊ လက်ထဲကိုင်ထားတာအကုန် ကုသိုလ်ထုပ်ဖြစ်စေရမယ်လို့ စိတ်ကိုအားတင်းပြီးမှ ကိုယ်ပိုင်တရားများကို လိမ္မာပါးနပ်စွာ ယူတတ်တဲ့သူဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် အသိစိတ်ကို ထက်အောင်သွေးတာ (တရားနာတယ်ဆိုတာ)မှန်ကြည့်တာပါပဲ၊ မလိုအပ်တာဖယ်ရှားဘို့၊ လိုအပ်တာတွေ အကွက်စေ့အောင် ပြုပြင်မွမ်းမံ အလှတန်ဆာဆင်ဘို့ တရားမှန်ထောင်ပြီးတော့ ကြည့်ကြရတာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

တရားဟောသူရော၊ တရားနာသူရော ဒီဘဝမှာ ရဟန္တာဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်ကြအုံးမှာဆိုတော့ အဝိဇ္ဇာ, တဏှာသံသရာကြိုးနှစ်ချောင်း မပြတ်သေးသမျှတော့ ဘဝသံသရာခရီးဆိုတာ ခန္ဓာတွေ ဆက်ကာ, ဆက်ကာ ရလာကြပေလိမ့်အုန်းမယ်။

* * *

ခန္ဓာမှာစိတ်မအေးစရာ

ခန္ဓာမှာက စိတ်မအေးစရာတွေက အကိုချုပ် (၅)ခုရှိတယ်။

- **ကိုယ့်ကိုကိုယ်ချောက်၊ အလွန်ကြောက်၊ မှတ်လောက်ကြောက်စရာ၊**

ကိုယ့်ဟာကိုယ်ချောက်ခံရတဲ့ အန္တရာယ်ကလဲ သေးတာမဟုတ်ဘူး၊ သူများချောက်လို့ အပါယ်မရောက်ပါဘူး၊ ကိုယ့်ကိုကိုယ် အချောက်ခံရလို့ အပါယ်ရောက်ကြတာ၊ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ဟာကိုယ် မဟုတ်တာတွေလုပ်မိလို့၊ ကောင်းတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အလုပ်တွေမလုပ်မိလို့ အခြိမ်းခြောက်ခံရ၊ အစွပ်အစွဲခံရပါတယ်ဆိုတဲ့ အန္တရာယ်ကြီးကလဲ စိတ်မအေးစရာတစ်ခုပဲ။

* **သက်မဲ့သက်ရှိ၊ နှောင့်ယှက်ဘိ၊ မှတ်သိကြောက်စရာ၊**

သက်မဲ့အနှောင့်အယှက်တွေ၊ သက်ရှိအနှောင့်အယှက်တွေ နှောင့် ယှက်ခံရပါတယ်ဆိုတဲ့ စိတ်မအေးစရာကလည်း ခန္ဓာမှာဝိုင်းနေတယ်။

* **စည်းကမ်းဖောက်က၊ ပြစ်ဒဏ်ရ၊ မှတ်ကြကြောက်စရာ၊**

သတ်မှတ်ထားတဲ့စည်းကမ်းတွ ဖောက်ဖျက်မိလို့ အပြစ်ပေးခံရပါတယ်ဆိုတဲ့ အန္တရာယ်ကလဲ ခန္ဓာမှာဝိုင်းပြီးတော့ ခြိမ်းခြောက်နေတယ်၊ ဒါလဲ စိတ်မအေးစရာပါပဲ။

* **တရားမကြွယ်၊ အထုပ်ငယ်၊ အပါယ်ချောက်တဲ့ကြောက်စရာ၊**

သုံးလို့ဖြစ်တဲ့ဘဝလေး ရထားပါရဲ့သားနဲ့၊ လမ်းကြောင်းကြီးလဲ ပြတ်ပြတ်သားသား ရှိနေပါရဲ့သားနဲ့ စိတ်အလိုလိုက်ပြီးတော့ မျောမိမျောရာမျောလို့၊ အဲသလိုသွားတဲ့အခါ အားကိုးစရာ

http://www.dhammadownload.com

တရားအထုပ်က ငယ်၊ အပူထုပ်ကြီးတွေကများ၊ အဲသလိုဆိုရင် အပါယ်ဘေးကဆိုးပြီး ခြိမ်းချောက်ခံရတယ်တဲ့။

အဲသလို အပါယ်ဘေးကဆိုးပြီးတော့ ခြိမ်းချောက်ခံရပါတယ်ဆိုတဲ့ ကြောက်စရာ၊ စိတ်မအေးစရာ အန္တရာယ်ဆိုးကြီးကတစ်မျိုး။

- **အိုနာသေမှု၊ ဆင်းရဲမှု၊ မှတ်ရှုကြောက်စရာ၊**

ခန္ဓာရလာရင် အိုရမယ်၊ နာရမယ်၊ သေရမယ်၊ အိုထုပ်၊ နာထုပ်၊ သေထုပ်ရတော့ အိုရ၊ နာရ၊ သေရမှာပေါ့၊ အဲသလို အိုနာသေသံသရာဘေးတွေ ခြိမ်းချောက်ခံရပါတယ်ဆိုတဲ့ ကြောက်စရာ အန္တရာယ်ဆိုးကြီးတွေကလဲ ခန္ဓာမှာရှိနေတယ်။

အဲဒီ စိတ်မအေးစရာတွေကြောင့် စိတ်အေးစရာ စွမ်းအားရကြပါစေလို့ လမ်းညွှန်ပေးဖို့ သာသနာပေါ်လို့လာတာ၊ အဲဒီစိတ်အေးစရာ လမ်းကြောင်းအတိုင်း ဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေ့ပြောင်းစံတော်မူပြီးကြတဲ့ ကျေးဇူးတော်ရှင် အောင်မင်္ဂလာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၊ ကျေးဇူးရှင် အောင်မြေ ရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့သည် ကိုယ့်အတွက်လဲ ကြိုးစားအားထုတ်လို့၊ သတ္တိရှိရှိ

http://www.dhammadownload.com

ကြိုးစားအားထုတ်လို့၊ အများအတွက်လဲပဲ တရားမျက်လုံးလေးတွေတပ်ပြီးတော့ လမ်းညွှန်ချက်တွေပေးလို့ စိတ်အေးစရာစွမ်းအားတွေကို ရအောင်ယူတယ်၊ အများအတွက်လဲ ပေးနိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့် ကျေးဇူးကြီးတယ်ဆိုပြီးတော့ ဂုဏ်တော်ကိုအာရုံပြုပြီး ပူဇော်နေကြတာပေါ့။

* ကိုယ့်ကိုကိုယ်ချောက်၊ အလွန်ကြောက်၊ မှတ်လောက်ကြောက်စရာ၊
* သက်မဲ့သက်ရှိ၊ နှောင့်ယှက်ဘိ၊ မှတ်သိကြောက်စရာ၊
* စည်းကမ်းဖောက်က၊ ပြစ်ဒဏ်ရ၊ မှတ်ကြကြောက်စရာ၊
* တရားမကြွယ်၊ အထုပ်ငယ်၊ အပါယ်ချောက်တဲ့ကြောက်စရာ၊
* အိုနာသေမှု၊ ဆင်းရဲစု၊ မှတ်ရှုကြောက်စရာ၊
* ကြောက်လန့်စဖွယ်၊ အန္တရာယ်၊ ငါးသွယ်ရှိသည်သာ၊

ဒါကြောင့် စိတ်မအေးစရာတွေ ခန္ဓာမှာဝိုင်းပြီးတော့နေလို့ စိတ်အေးစရာတရားများကိုရအောင်ယူနေကြတာပါ၊ သာသနာဆိုတာလဲ စိတ်အေးစရာ လမ်းကောင်းလမ်းမှန်ကြီး ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဘဝတစ်ခုရလာသောအခါ

ဘဝတစ်ခုရလာတဲ့အခါမှာ...

(၁) ပစ္စုပ္ပန်မှာလဲပဲ ဘာနဲ့တွေ့တွေ့ တွေ့ သမ္မာအာရုံနဲ့ အဆင်ပြေအောင် တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ နေတတ်ရမယ်၊ ပိုက်ဆံပေါ လာတော့ ချမ်းသာအောင်နေမယ်ဟဲ့၊ အားလာ တော့ ချမ်းသာအောင်နေမယ်ဟဲ့လို့ မရေရာ မသေချာတဲ့ အနာဂတ်တွေကို လည်တမော့မော့ မျှော်ပြီးတော့ အချိန်ဖြုန်းနေမယ့်အစား သေချာ ပေါက် ပစ္စုပ္ပန်လေးတွေ လက်မလွှတ်သေးခင် တရားစွမ်းအားနဲ့ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာ နေတတ်ဖို့သာ ပဓာနပါ၊ တရားဆိုတာလဲ ပစ္စုပ္ပန်ချမ်းသာအောင် အာမခံနေ ပြီးသားပါ။

http://www.dhammadownload.com

(၂) မိမိရဲ့ ကိုယ်အားဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေဖြင့် မိမိ၊ သူတစ်ပါး၊ လောက၊ သာသနာ စွမ်းနိုင်ရာဘက်မှာ သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ မေတ္တာအားတွေဖြင့် လှပတင့်တယ် ထည်ဝါခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင် အလှတန်ဆာဆင်ပေးနိုင်ရမယ်၊ ကောင်းကျိုးပြုဘဝမှတ်တိုင် ကျန်ခဲ့ရမယ်၊ နောင်လာနောင်သား၊ သားစဉ်မြေးဆက်တွေကလည်း ဒါဟာ ဒို့အဖိုး၊ တို့အဖွားတို့လက်ထက်တုန်းက တည်ဆောက်ခဲ့တာ၊ အဲဒါက ဒို့အဖေတို့၊ ဒို့အမေတို့လက်ထက်တုန်းက တည်ဆောက်ခဲ့တာပေါ့၊ ဟောဒါက ဆရာသမားတွေလက်ထက်က တည်ဆောက်ခဲ့တာပေါ့ စသည်ဖြင့် လက်ညှိုးထိုးပြစရာ၊ နောင်လာနောက်သားတွေအတွက် ဂုဏ်ယူစရာ ဘဝမှတ်တိုင်ကျန်ခဲ့ရမယ်။

ကိုယ့်အတွက်လဲပဲ ငါတော့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီလို့ ဂုဏ်ယူရလောက်အောင် စိတ်အေးစရာ တရားစွမ်းအားရနိုင်ဖို့ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် ကျန်ခဲ့ရမယ်။

(၃) ဘဝတစ်ခုရလာလို့ရှိရင် နောက်ကကန့်သတ်ချက်ကလေးပါလာတယ်၊ အဲဒီကန့်

http://www.dhammadownload.com

သတ်ချက်ကလေးက ကိုယ့်စိတ်ကြိုက်ကန့် သတ်လို့မရ၊ ဆွေမျိုးတွေက ကန့်သတ်ပေးလို့ရနိုင်တာလဲမဟုတ်၊ အာဏာပိုင်ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ကန့်သတ်ပေးလို့ ဖြစ်နိုင်တာလဲမဟုတ်၊ သူ့ဟာသူ တရားသဘောအားဖြင့် ကန့်သတ်ထားတာ၊ အဲဒီဘဝရဲ့ ကန့်သတ်ချက်ဆိုတာ "မရဏ"ကိုပြောတာ။

တရားဟောသူမှာလဲ ကန့်သတ်ချက်နဲ့ပဲ၊ ဘဝတစ်ခုမှာ သူ့ကန့်သတ်ချက်အတိုင်း နေရတာ၊ သူက မင်းသွားတော့ဆို သွားရမှာပါ။

ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေမှာလဲ ဘဝကန့်သတ်ချက်လေးတွေ ကိုယ်စီပါပြီးတော့နေကြတယ်၊ ကန့်သတ်ချက်ကလေးတွေစေ့တော့ မင်းသွားတော့ဆို အကုန်သွားရမှာချည်းပဲ။

အဲဒီ "မရဏ"ဆိုတဲ့ ဘဝလေးတစ်ခုရဲ့ ကန့်သတ်ချက်ရောက်လာလို့ ဘဝလေးတစ်ခု နိဂုံးချုပ်တဲ့အချိန် ရောက်ပြန်တော့လဲပဲ လက်ရှိကျန်ခဲ့တဲ့ သံက်မဲ့သက်ရှိတွေအပေါ်မှာလဲ တွယ်တာစွဲလန်း ကပ်ငြိအမျှင်တန်းခြင်းမရှိ၊ ရောက်

http://www.dhammadownload.com

လတ္တံ့ဘဝအတွက်လဲပဲ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ သံသရာဝဋ် အမြစ်မပြတ်သေးလို့၊ ဘဝကူးရရင် စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ခြင်းမရှိ၊ သတ္တိရှိရှိ၊ စွမ်းအားပြည့်ပြည့်နဲ့ ဘဝကူးကောင်းနိုင်ဖို့၊ နောက်ဆုံးတော့ ဘဝလွတ်မြောက်ရေးအထိ တိကျလေးနက်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ကြိုးစားရမှာပဲ။

တစ်ဘဝလုံး တစ်နေ့မှ စိတ်ချမ်းသာအောင် မနေတတ်ရင် ကုန်တာပဲပြစရာရှိတယ်၊ စိတ်အေးစရာလဲ တစ်ခုမှပြစရာမရှိ၊ ကိုယ့်အင်အားနဲ့ လောကသာသနာဘက်မှာ အလှတန်ဆာဆင်ပေးလိုက်ရတာလဲ ဘာတစ်ခုမှ လက်ညှိုးထိုးပြစရာမရှိဆိုရင်တော့ လူ့ဘဝ၊က ဘာမှ အဓိပ္ပါယ်မရှိပါဘူး၊ အဓိပ္ပာယ်ကင်းမဲ့သော လူ့ဘဝသာဖြစ်တယ်၊ စိတ်မအေးစရာသာဖြစ်တဲ့ဘဝ ဖြစ်သွားမယ်။

ဒါကြောင့် စွမ်းအား(၃)ချက်ရနိုင်မှ လူ့ဘဝဆိုတာ အဖိုးတန်ဖြစ်မယ်၊ သာသနာကလဲပဲ အဲဒီစွမ်းအားတွေရဖို့၊ စိတ်အေးရဖို့၊ တိကျပြည့်ဝစွာ လမ်းညွှန်ပေးသော လမ်းကောင်းလမ်းမှန်ကြီး ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အပိုင်နဲ့အငှား သရုပ်ခွဲရမယ်

ဘဝတစ်ခုရလာတယ်ဆိုရင် အပိုင်နဲ့အငှားက သရုပ်ခွဲရမှာ၊ အပိုင်ပဲ၊ အငှားပဲ မကွဲသေးဘူးဆိုရင် လူ့ဘဝဟာ အဓိပ္ပာယ်ရှိမှာ မဟုတ်သေးပါဘူး။

အပိုင်ကို အငှားထင်၊ အငှားကို အပိုင်လုပ်၊ ရှုတ်ရှက်ခတ်ကြီးသွားလို့ နောက်ဆုံးမှာ အားငယ်စရာပဲပေါ်လာမှာပေါ့၊ ဒါကြောင့် သုံးလို့ရတဲ့ဘဝကောင်းတစ်ခုရခိုက်မှာ အပိုင်နဲ့အငှား သရုပ်ခွဲရမယ်။

အပိုင်နဲ့အငှားကို သရုပ်ခွဲပေးတာက ဘယ်သူလဲဆိုတော့ ကိုယ့်အသိစိတ်ပါ၊ မိမိရဲ့အသိစိတ်သည် အငှားစိတ်ဖြစ်နေရင်တော့ တစ်နေ့လုံး

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်လုပ်တဲ့အလုပ်တွေဟာ အပိုင်တစ်ခုမှ မပါ တော့ပါဘူး၊ အာလုံး အငှားအလုပ်ချည်းပဲ ဖြစ်သွားတော့မှာပေါ့။

အငှားစိတ်တွေသာ ဖြစ်နေကြမယ်ဆိုရင် ကိုယ်လုပ်တဲ့အလုပ်တွေ အပိုင်အလုပ်မပါတော့ပါဘူး၊ အငှားအလုပ်တွေ အကုန်ဖြစ်သွားမယ်၊ နောက်ပိတ်ဆုံး ဘုရားကျောင်းကန်ကိစ္စ ဆောင်ရွက်တာတောင်မှ အငှားစိတ်နဲ့သာ ဆောင်ရွက်ကြမယ်ဆိုရင် အငှားအလုပ်ပဲ ဖြစ်မှာပါ။

အချိန်စေ့ရင်ပြီးရော၊ အရေအတွက်ပြည့်ပြီးရင်ပြီးရော၊ တာဝန်ကျေရင်ပြီးရောလို့ ပြီးရော, ပြီးရောနဲ့သွားရင် ဒါဟာ အငှားစိတ်နဲ့ လုပ်နေတာပဲ၊ ဒါကြောင့် အငှားစိတ်နဲ့ လုပ်နေကြမယ်ဆိုရင် အကုန်လုံး အငှားအလုပ်တွေ ဖြစ်သွားမယ်၊ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းလေးတွေနဲ့ ပြုလုပ်အားထုတ်နိုင်မယ်ဆိုရင် အကုန်လုံး ကိုယ်ပိုင်အလုပ်တွေဖြစ်သွားမယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အငှားစိတ်ဆိုတာ

အငှားစိတ်ဆိုတာ လောဘ, ဒေါသ, မောဟ စတဲ့ ကိလေသာနဲ့တွဲနေတဲ့ စိတ်တွေအားလုံး အငှားစိတ်ချည်းပဲ။

တစ်ခါ, အစီအစဉ်မပါပဲ ပရမ်းပတာဖြစ်နေတဲ့ စိတ်တွေ၊ အခုပဲ တောင်ဘက်တွေးလိုက်၊ အခုပဲ မြောက်ဘက်ရောက်သွား၊ အခုပဲ အရှေ့တွေး၊ အခုပဲ အနောက်ရောက်သွား၊ အစီအစဉ်ကင်းမဲ့စွာနဲ့ ကယောင်ချောက်ခြားနဲ့ တွေးနေတဲ့ စိတ်တွေအကုန်လုံး အငှားစိတ်တွေချည်းပဲ။

အဲဒီအငှားစိတ်တွေနဲ့သာ လုပ်နေကြမယ်ဆိုရင်တော့ မိမိဆောင်ရွက်သမျှ အလုပ်တွေအားလုံး

http://www.dhammadownload.com

ဟာ အငှားအလုပ်တွေ အကုန်ဖြစ်သွားတော့မှာ၊ စိတ်အေးစရာတစ်ခုမှ ပါမှာမဟုတ်တော့ဘူး။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ဆိုတာ

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ဆိုတာ သဒ္ဓါတရားကဖော်ထုတ်ပေးတဲ့စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ကလေးတွေကို ကိုယ်ပိုင်စိတ်လို့ခေါ်တာ၊ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ကို လုပ်နိုင်လောက်အောင် အရှိန်အဝါစွမ်းအားသတ္တိတွေ ရှိတာကြောင့်မို့လို့၊ သဒ္ဓါတရားက ဖော်ထုတ်ပေးတဲ့ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်ကို ကိုယ်ပိုင်စိတ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ဟာ မချုပ်မပျောက် မြဲနေတာမို့လို့ ကိုယ်ပိုင်စိတ်လို့ ခေါ်တာမဟုတ်ပါဘူး၊ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်လုပ်နိုင်လောက်အောင် အရှိန်အဝါစွမ်းအားသတ္တိ ပြည့်ဝသောကြောင့်မို့လို့၊ သဒ္ဓါ

http://www.dhammadownload.com

တရားနဲ့ ယှဉ်တွဲနေသော သဒ္ဓါတရားက ဖော်ထုတ်ပေးသော စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်ကို ကိုယ်ပိုင်စိတ်လို့ ခေါ်တာပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားဖြည့်သွင်းလို့ရတဲ့ တံခါးပေါက်

တရားဖြည့်သွင်းလို့ရတဲ့ တံခါးပေါက်က တစ်ပေါက်ထဲပဲရှိပါတယ်၊ သဒ္ဓါတရားတံခါးပေါက် တစ်ပေါက်ထဲရှိတယ်၊ ကောင်းတဲ့တရားတွေ ဖြည့်သွင်းပေးနိုင်တဲ့အပေါက်ဆိုတာ လောကမှာ သဒ္ဓါတရား တစ်ပေါက်ထဲသာရှိတယ်၊ သည့်ပြင်အပေါက်ကသွားသွင်းလို့ မရပါဘူး။

ဒါကြောင့် စိတ်ကောင်းတွေဖော်ထုတ်ပေးနိုင်တဲ့၊ အဲဒီသဒ္ဓါတရား တံခါးပေါက်ပွင့်လာမယ်ဆိုရင် စိတ်ကလေးတွေဟာ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ကလေးတွေဖြစ်လာတယ်၊ အဲဒီစိတ်ကောင်း

http://www.dhammadownload.com

စိတ်မြတ်ကလေးတွေဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်တွေဖြစ်နေတာကြောင့် အဲဒီကိုယ်ပိုင်စိတ် တွေကိန်းနေတဲ့အချိန်ကျတော့ ဘာပဲလုပ်လုပ် ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ဖြစ်တယ်။

သီးခြားကုသိုလ်လုပ်တာ မပြောပါနဲ့အုန်းတော့၊ စားဝတ်နေရေး အကုန်လုံး ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ဖြစ်သွားမယ်၊ လူမှုရေးတွေ ကိုယ်ပိုင်လုပ်ဖြစ်သွားမယ်၊ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာဘောင်ထဲကို အလိုအလျောက်ရောက်သွားမယ်။

သာသနာက အဲဒီလောက်အားကိုးရပါတယ်၊ ဒါကြောင့် စိတ်အေးစရာကောင်းတာပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အငှားရဲ့သဘော

အကြမ်းဖျဉ်းအားဖြင့် အငှားက သုံးခု၊ အပိုင်က သုံးခုရှိတယ်၊ အငှား(၃)ခုဆိုတာ...

(၁) ဟောဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးလဲပဲ အငှားသာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ကိုယ့် ခန္ဓာ ကိုယ်ပိုင်တာမှမဟုတ်ပဲ၊ သူ့ကျွေးနေတာက ပိုင်လို့ကျွေးတာမှ မဟုတ်ပဲ၊ ဆိုင်လို့သာကျွေးနေရတာ၊ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် ဆိုင်ခွင့်၊ သာပေးပြီး အပိုင်မပေးတာဖြစ်တဲ့အတွက် ကြောင့်မို့လို့ အငှားမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

(၂) မိမိလက်ထဲ ရှာဖွေစုဆောင်းထားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာ အကုန်လုံးတွေဟာလဲ အငှားတွေသာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ကိုယ်ရှာတဲ့ပစ္စည်းလဲ ကိုယ်ပိုင်တာ မှမဟုတ်ပဲ၊ ဆိုင်ရုံသာဆိုင်တာပါ၊ စကားအနေနဲ့ ကတော့ ပြောလို့ဖြစ်ပါတယ်၊ ကိုယ်ရှာတဲ့ပစ္စည်း ကိုယ်ပိုင်တယ်ပေါ့၊ သို့သော် တရားအနေအားဖြင့်

http://www.dhammadownload.com

ပြောလို့မဖြစ်ပါ၊ တရားအနေအားဖြင့်ဆိုရင် ကိုယ်ရှာတဲ့ပစ္စည်း ကိုယ်မပိုင်ပါ၊ အငှားသာဖြစ်ပါတယ်၊ ဆွေမျိုးလဲ အငှားပါပဲ။

(၃) ကိုယ့်ကိုယ့်ကြည်လို့ ခေတ္တခဏအပ်နှင်းထားတဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့် ရာထူးတွေလဲ အငှားတွေပါ၊ အငှားဆိုရင်...

(၁) နောက်က အချိန်ကန့်သတ်ချက်ပါနေတယ်၊ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက် ကန့်သတ်လို့မရ၊ သူ့ဟာသူ တရားသဘောအားဖြင့် ကန့်သတ်နေတယ်၊ ကန့်သတ်ထားတယ်။

(၂) အချိန်စေ့တော့ ပြန်အပ်ရမယ်၊ တရားစွမ်းအားနည်းရင် နည်းပါးသလောက် မျက်နှာငယ်လေးနဲ့ ပူလောင်ချောက်ခြားစွာ ပြန်အပ်ရမယ်၊ အချိန်စေ့တော့ ပျောက်ကွယ်ကုန်ကြမယ်၊

(၃) အငှားဆိုတာ မိမိကို အငိုတိတ်အောင်၊ အကြောက်ပြေအောင်၊ အပူငြိမ်းအောင်၊ သတ္တိရှိအောင် လုံးဝအာမမခံတာဝန်မယူပါ၊အဲဒါအငှားရဲ့သဘော၊

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ့်ခန္ဓာလဲကိုယ့်ကို တာဝန်ယူမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ကိုယ်ရှာထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေကလဲ ကိုယ့်ကို အာမမခံ တာဝန်ယူကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ အပိုင်နဲ့ မလဲလှယ်ဖြစ်လို့ကတော့ အငှား သက်သက်နဲ့သာ တစ်သက်ကုန်သွား ရင်တော့ သူတို့က ကိုယ့်ကို ဘာမှ အာမခံတာဝန်ယူမှာလဲ မဟုတ်ပါ ဘူး၊ အဲဒါ အငှားရဲ့သဘောပါ။

* * *

ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းထားနိုင်မှ

အပိုင်ဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းလေးတွေ ထားနိုင်မှ ရနိုင်တယ်၊ အများနှုတ်ကျိုးနေတဲ့ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာတို့ကို ကိုယ်ပိုင်လို့ခေါ် တယ်။

ကိုယ်ပိုင်တရားဆိုတာ ပိုက်ဆံပေါတိုင်းလဲ ရတာမှမဟုတ်ပဲ၊ အားတိုင်းလဲ ရတာမှမဟုတ်ပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

လက်ယပ်ခေါ်ရုံနဲ့လဲ လာကြတာမှ မဟုတ်ပဲ၊ ကိုယ်ပိုင်တရားဆိုတာ လောကီ ခေတ်မီစက် ကိရိယာ ယန္တ ရားတွေသုံးပြီး ထည့်သွင်းလို့ရနိုင်ကြ တာမှ မဟုတ်ပဲ၊ တရားသွင်းလို့ရတဲ့အပေါက်က တစ်ပေါက်ထဲရှိတာပဲ၊ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းလေး ဖေါ်ထုတ်ပေးနိုင်တဲ့ သဒ္ဓါတရားတံခါးပေါက် ကသာ ကိုယ်ပိုင်တရားကို သွင်းလို့ရတာ။

ဒါကြောင့် ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းလေးတွေ ထားနိုင်မှရနိုင်တဲ့ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာစွမ်းအား တွေကို ကိုယ်ပိုင်အလုပ်လို့ခေါ်တယ်။

ဒါနလိုချင်ရင် ဒါနနဲ့တန်အောင် စိတ် ကောင်းဖော်ထုတ်နိုင်မှ ဒါနလုပ်နိုင်ကြပါတယ်၊ ကျောင်းတစ်ဆောင်လှူချင်ရင် ကျောင်းတစ် ဆောင်နဲ့တန်အောင် စိတ်ကောင်းတွေထားနိုင်မှ ကျောင်းတစ်ဆောင် လှူနိုင်တဲ့ ဒါနပေါ်လာတာပါ၊ ဆွမ်းတစ်ဇွန်းလောင်းချင်ရင် ဆွမ်းတစ်ဇွန်းလောင်း နိုင်လောက်အောင် ဆွမ်းတစ်ဇွန်းနဲ့ထိုက်တန်တဲ့ စိတ်ကောင်းတွေ ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်မှ ဆွမ်းတစ်ဇွန်း လောင်းလှူတယ်ဆိုတဲ့ ဒါနပေါ်လာတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

သီလလဲ ထို့အတူပဲပေါ့၊ သီလနဲ့တန်အောင် စိတ်ကောင်းထားနိုင်မှ သီလလုံခြုံ ပြည့်စုံကြပါတယ်၊ သမာဓိနဲ့တန်အောင် စိတ်ကောင်းထားနိုင်မှ သမာဓိဘာဝနာပွားများ အားထုတ်နိုင်ကြပါတယ်၊ ဝိပဿနာနဲ့ထိုက်တန်အောင် စိတ်ကောင်းတွေ ထားနိုင်မှ ဝိပဿနာဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်နိုင်ကြပါတယ်၊

ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ဆိုတာ ထိုက်တန်မှရတာ၊ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းတွေထိုက်ထိုက်တန်တန် ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်မှရတာ၊ အဲသလို ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်းထားမှသာ ရနိုင်တာကြောင့် ဒါန,သီလ, ဘာဝနာကို၊ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်လို့ခေါ်တယ်၊ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားလို့ခေါ်တယ်။

* * *

ကိုယ်ပိုင်ဆိုရင်

ကိုယ်ပိုင်ဆိုရင်...

(၁) နောက်က အချိန်ကန့်သတ်ချက်မပါ၊ ဘယ်သူမှ ဝင်ကန့်သတ်လို့ မရပါဘူး၊

http://www.dhammadownload.com

(၂) ဘယ်သူ့ထံမှ မျက်နှာငယ်ကလေးနဲ့ ပြန်အပ်စရာမလို၊ ကိုယ်ရတာ ကိုယ်ယူသွားတာပါ၊ ယခု ဘဝနတ်ကျောင်း ရွှေ့ပြောင်းစံ တော်မူခဲ့ကြပြီးတဲ့ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ကြီးနှစ်ပါးတို့ ဖြည့် ကျင့်ကြိုးစား အားထုတ်သွားတဲ့ သီလ, သမာဓိ, ပညာ, ဘယ်သူ့ထံမှ အပ်ထားခဲ့ရတယ်လို့ မရှိပါဘူး၊ ကိုယ်ကျင့်သွားတာ ကိုယ်ယူသွားကြတာပဲ။

ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အတွက်လဲ လမ်းညွှန်ချက် တရားအလင်းရောင်တွေ ပေးခဲ့တယ်၊ ကိုယ်ပိုင်ဖြည့်ကျင့်တဲ့တရားကိုတော့ ကိုယ်ယူသွားကြတာပါပဲ၊ ဒါကြောင့် ဘယ်သူ့ထံမှ မျက်နှာငယ်ကလေးနဲ့ ပြန်အပ်ခဲ့စရာမလို၊ ကိုယ်ရတာ ကိုယ်ယူသွားပါ၊

(၃) ကိုယ်ပိုင်ဆိုတာ ကိုယ့်ကို အငိုတိတ်အောင်၊ အကြောက်ပြေအောင်၊ အပူငြိမ်းအောင်၊ သတ္တိရှိအောင်လုံးဝအာမခံတယ်၊ တာဝန်ယူတယ်၊ အဲဒါ အပိုင်ရဲ့သဘော၊

အဲသလိုနားလည်လို့ရှိရင် ကိုယ်ပိုင်တရားရအောင်လုပ်မှာပေါ့၊ စိတ်အေးစရာ သာသနာ

http://www.dhammadownload.com

လမ်းကြောင်းကြီးရပြီ၊ တွေ့နေကြပြီဆိုတော့ ကိုယ်ပိုင်တရားတွေ ရအောင်ယူ။

ဒါကြောင့် နေ့စဉ်လုပ်နေတဲ့ စားဝတ်နေရေးကို တရားအလုပ်နဲ့ တစ်သားတည်းပေါင်းလိုက်ပါ၊ အိုးစားမခွဲပါနဲ့တော့၊ အိုးစားခွဲရလောက်အောင် အချိန်ကလည်း မလောက်ပါဘူး၊ နေ့စဉ်ဆောင်ရွက်နေတဲ့ စီးပွားရေးတွေ၊ စားဝတ်နေရေးတွေကို တရားအလုပ်နဲ့ တစ်သားတည်း ပေါင်းလိုက်ပါတော့၊ မကင်းနိုင်တဲ့ လူမှုရေးကိစ္စမျိုးစုံတွေကို တရား အလုပ်နဲ့ တစ်သားတည်းပေါင်းလိုက်ပါတော့၊ အိုးစားမခွဲပါနဲ့၊ တစ်သားတည်းပေါင်းနိုင်လောက်အောင်လဲ သာသနာက စွမ်းဆောင်ပေးနေပါတယ်။

* * *

စိတ်ကောင်းသည် လောကမှာ အင်အားအကောင်းဆုံး

တရားနာကြတာဟာ အဲသလိုပေါင်းတတ်ဖို့၊ ဘဝအမြတ်ထုတ် တတ်ဖို့၊ မိမိရဲ့ရပိုင်ခွင့်တွေကို

http://www.dhammadownload.com

လိမ္မာပါးနပ်စွာ အသုံးချတတ်ဖို့ တရားနာယူနေကြတာပါ၊ တရားအသိပေါ်အောင် လုပ်နေကြတာပါ။

ကိုယ်ပိုင်ရနေရင်တော့ ရှိသလောက် စိတ်အေးရမှာပါ၊ ကိုယ်ပိုင်ကို မည်သူမျှမယူနိုင်ပါ၊ ကိုယ်ပိုင်သည် အသိဉာဏ်အားကောင်းရင် အားကောင်းသလောက် ဆင်းရဲခပ်သိမ်းလွတ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်အထိ စိတ်ချလက်ချ အားကိုးသွားရမယ့် အင်အားအကြီးမားဆုံးသော အားကိုးစရာလဲ ဖြစ်သွားပါတယ်။

လူ့အင်အားတွေထဲမှာ စိတ်ကောင်းဟာ အားအကောင်းဆုံးပါ၊ သာသနာမကွယ်အောင် စိတ်ကောင်းတွေနဲ့ ပိုင်းထိန်းထားရတာပါ၊ သာသနာပေါ်လာအောင် စိတ်ကောင်းနဲ့ ဖော်ထုတ်ခဲ့တာပါ၊ ပေါ်ပေါက်လာတဲ့သာသနာ မကွယ်ပျောက်အောင် စိတ်ကောင်းတွေနဲ့ ဝိုင်းပြီးတော့ ထိန်းသိမ်းနေကြရတာပါ၊ ဒါကြောင့် စိတ်ကောင်းသည် လောကမှာ အင်အားအကောင်းဆုံး။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ပိုင်ရှိရင် စိတ်အေးရတယ်

ဒါကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ရှိရင် စိတ်အေးရတယ်၊ ကိုယ်ပိုင်တွေနည်းနေသေးရင်တော့ အမြဲတမ်း ပူနေကြရမှာပါ။

ငါ ပိုက်ဆံဘယ်လောက်ရှိသားပဲ၊ ဒါပေမယ့် စိတ်အေးရမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးက အနည်းဆုံး တစ်နေ့နှစ်ထပ်ကျွေးနေသားပဲ၊ ဒါပေ မယ့် စိတ်အေးရမှာမဟုတ်ပါဘူး၊ ငါ့သားရှိသားပဲ၊ သမီးရှိသားပဲ၊ ဒါပေမယ့် တကယ်တမ်းတွေးကြည့်၊ တကယ်စိတ်အေး ရမှာတော့ မဟုတ်သေးပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ငါ့မှာ ဒါန ရှိတယ်၊ သီလရှိတယ်၊ သမာဓိရှိတယ်၊ ဝိပဿနာပွားများအားထုတ်နေတယ်၊ အဲသလို ကိုယ်ပိုင်တရားတွေပြန်နိုင်မှ စိတ်အေးစရာပေါ်မယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သူ့ဟာသူယူသွားပြီ

သီလ, သမာဓိ, ပညာ, အကျင့်သိက္ခာ အလွန်အားကောင်းတဲ့ ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါး ရှိတယ်။

တစ်ချိန်ကျတော့ ကျောင်းအစ်မတစ်ယောက်က ကော်ဖောတစ်ထည် လာလှူသွားတယ်၊ စေတနာသုံးတန် ထက်သန်ပြဋ္ဌာန်းပြီးတော့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ လှူပါတယ်။

အလှူတစ်ခုလုပ်တဲ့အခါ ဝမ်းသာဖို့ကအရေးကြီးတယ်၊ ဆရာတော်ကြီးကလဲအလှူခံပြီး ကော်ဖောကို ခေါက်မထားပါဘူး၊ အလှူရှင် အကျိုးကြီးစေချင်လွန်းလို့ ချက်ခြင်းခင်းပြီး အသုံးပြုလိုက်ပါတယ်။

F 3B

http://www.dhammadownload.com

နောက်နေ့မနက်ရောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက ကိစ္စရှိလို့ ကျောင်းအပြင် ခဏထွက်နေ၊ သူခိုးက ကော်ဖောခိုးဖို့ချောင်းနေတာ၊ ဆရာတော်ကြီးအလစ်မှာ ကျောင်းထဲဝင်၊ ခင်းထားတဲ့ ကော်ဖော ရုပ်သိမ်း၊ ခေါက်ခိုးသွားပါရော။

ခပ်လှမ်းလှမ်းရောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက လှမ်းမြင်တယ်၊ ဟော...ကော်ဖော သူခိုးခိုးသွားပြီ၊ ဒါပေမယ့် ဘာမှမပြောလိုက်ပါဘူး။

တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင်ပဲ မကြာခင် ကော်ဖောအလှူရှင်ကျောင်းအစ်မ ကျောင်းကိုရောက်လာတယ်၊ ကျောင်းထဲမှာ သူလှူထားတဲ့ကော်ဖောရှိသေးလားလို့ ကြည့်လိုက်တော့ မတွေ့တော့ဘူး၊ မတွေ့တော့ ဆရာတော်ကြီးကို လျှောက်ထားတယ်။

"ဆရာတော်ဘုရား၊ ဆရာတော်ဘုရား တပည့်တော်မ မနေ့က လှူထားတဲ့ကော်ဖော ဘယ်ရောက်သွားပြီလဲဘုရား"

"သူ့ဟာသူယူသွားပြီဗျ၊ ဒကာမကြီးဟာကိုလဲ သူယူမသွားဘူးဗျ၊ ဘုန်းကြီးဟာကိုလဲ သူယူ

http://www.dhammadownload.com

မသွားဘူး၊ သူ့ဟာကိုတော့ သူယူသွားပြီ၊ သူယူသွားတဲ့အထဲမှာ ဒကာမကြီးဟာလဲ ပါမသွားဘူး၊ ဘုန်းကြီးဟာလဲ ပါမသွားဘူး၊ သူ့ဟာသူယူသွားတာပဲ ဒကာမကြီးရယ်၊ ဘာပူဖို့ လိုသေးလဲ၊ ကိုယ့်ဟာမှ သူ့နောက်ပါမသွားပဲ"

စကားလေးက တရားသားအလွန်ပါတယ်၊ စဉ်းစားတတ်ရင် ပညာသားအလွန်ပါတယ်၊ သူခိုးခိုးတဲ့ထဲမှာ သူခိုးခိုးတဲ့နောက်ကို ဒကာမကြီးဟာ ပါမသွားဘူးဆိုတာ ဒကာမကြီးက ကော်ဖောကို စေတနာသုံးတန် ထက်ထက်သန်သန်ပြဋ္ဌာန်းပြီးတော့ လှူဒါန်းတဲ့ ဒါနစေတနာ, ဒါနကောင်းမှုကို သူခိုးခိုးမသွားပါဘူး၊ သူခိုးခိုးတဲ့ နောက်ကို ဒါနပါမသွားပါဘူး၊ ဒီအတိုင်းပဲ ဒကာမကြီးထံမှာ ကျန်ခဲ့ပါတယ်လို့ ပြောတာ။

ဘုန်းကြီးဟာလဲ ပါမသွားဘူးဆိုတာ ဒကာမ ကြီးကော်ဖောကို ခင်းပြီး ဖြည့်ကျင့်ကြိုးစားအားထုတ်တဲ့ သီလ, သမာဓိ, ပညာ တရားစွမ်းအားကိုယ်ပိုင်တွေ သူခိုးခိုးတဲ့နောက်ကို ပါမသွားပါဘူး၊ တစ်သက်လုံး ဖြည့်ကျင့်ကြိုးစားခဲ့တဲ့

http://www.dhammadownload.com

တရားစွမ်းအားတွေ သူခိုးခိုးတဲ့ နောက်ကို ပါမသွားပါဘူးလို့ ဆိုတာ။

"ဒီတော့ ကိုယ်ဟာ သူ့နောက်ပါမှမသွားပဲ၊ သူ့ဟာသူပဲယူတာ၊ ကော်ဖောကတော့ ဒကာမကြီးရယ်၊ ဒကာမကြီးလက်ထဲနေတဲ့အခိုက်၊ ဒကာမကြီးဟာပေါ့၊ ဘုန်းကြီးလက်ထဲရောက်တော့ ဘုန်းကြီးဟာပေါ့၊ သူခိုးလက်ထဲရောက်တော့ သူခိုးဟာပေါ့၊ ပစ္စည်းကကိုယ့်ဟာမှမဟုတ်တော့ တာကိုး၊ သူ့ဟာ၊ ဆိုင်ရုံသာဆိုင်တာ၊ ဘုံဆိုင်ပဲ၊ ကိုယ့်လက်ထဲနေတဲ့အခါ ကိုယ့်ဟာပေါ့၊ သူ့လက်ထဲရောက်သွားတော့ သူ့ဟာပေါ့၊ ဘာပူဖို့လိုသေးလဲ ဒကာမကြီးရယ်၊ သူ့ဟာသူယူတာ ယူပေစေပေါ့"

အမြင်ရှင်းလိုက်တာ၊ စိတ်အေးအောင်လဲ ပြောတတ်လိုက်တာ၊ စိတ်အေးစရာ သာသနာလမ်းကြောင်းပေါ် စိတ်ကလေးကို တင်ပြလိုက်ပုံလေးက ရိုးရိုးလေးနဲ့ အင်မတန် အမြင်ပြတ်သားတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

၃

အကုသိုလ်အပွားမခံဘူး

ကိုယ်ပိုင်ကို ဘယ်သူမှယူမသွားဘူး၊ ဘယ်သူမှမခိုးနိုင်ဘူး၊ ဘုံဆိုင်တော့ ခိုးမှာပေါ့၊ ဒါကြောင့် တစ်ခါတစ်ရံ ကိုယ်ပစ္စည်းလေး သူများလက်ထဲ ရောက်သွားရင် "အော်...သူ့ဟာသူယူသွားပြီလေ"လို့ မှတ်ရမယ်။

တရားမျက်လုံးကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် သောကပရိဒေဝမီး မတောက်ဘူး၊ အတောက်မခံဘူး၊ စိတ်အေးအေးနေတတ်တယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ကိုယ့်ထံကြွေးလာချေးတယ်၊ တော်တော်နဲ့ပြန်မပေးဘူး၊ အဲဒီအခါမှာ "အော်...သူ့ဟာသူယူတာပဲလေ၊

http://www.dhammadownload.com

သူ့ဟာလဲ ကိုယ်ပေးမှရမှာပေါ့၊ ဒါ ကိုယ့်ဟာမှ မဟုတ်တာကိုး"လို့ တရားမျက်လုံးကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဒေါမနဿတွေ အပွားမခံဘူး။

"ဒါဟာ ကိုယ်ပိုင်မှမဟုတ်တာကိုး၊ ဘုံဆိုင်ပဲ"လို့ ယူဆပြီး စိတ်အေးအောင်နေတတ်တယ်၊ ပစ္စည်းနဲ့ပတ်သက်လို့ သိပ်ပြီးတော့ အကုသိုလ် မပွားမခံဘူး၊ ဘုံဆိုင်တွေနဲ့ပတ်သက်လို့ အပူအပွား မခံဘူး၊ စိတ်အေးအောင်နေတတ်တယ်၊ သာသနာကလဲ စိတ်အေးဖို့ လမ်းကောင်းလမ်းမှန်တွေ ညွှန်ပြပေးတာ၊ ဒါကြောင့် သာသနာသည် စိတ်အေးစရာလမ်းကောင်းပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ပုထုဇဉ်ရဲ့စိတ်

ပုထုဇဉ်ရဲ့ အများအားဖြင့်ဖြစ်နေတဲ့စိတ်ဆိုတာ မောဟဆိုတဲ့ အမှောင်ထဲမှာ၊ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ အမှောင်ထဲမှာ၊ လောဘနဲ့ဒေါသဆိုတဲ့ ရန်နှစ်ဘက်က အချိန်ရှိတိုင်း ဟောဒီစိတ်ကလေးကို ညှပ်ထောင်းထုနေပါတယ်၊ ဒါကို သတိရှိမှသိမယ်၊ ပညာမျက်လုံးကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များသာ သိကြမယ်။

သတိပညာတရားမျက်လုံးကင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ဘာမှမသိပါဘူး၊ မိမိရဲ့စိတ်ကလေးဟာ တရားလက်လွှတ်နေရင် မောဟဆိုတဲ့အမှောင်

http://www.dhammadownload.com

ထဲကို ရောက်နေပါတယ်၊ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့အမှောင် ထဲကို ရောက်နေပါတယ်။

အဲဒီမောဟဆိုတဲ့ အမှောင်ထဲမှာ လောဘ ရယ်၊ ဒေါသရယ်၊ ရန်နှစ်ဘက်က ဟောဒီစိတ် ကလေးကို အချိန်ပြည့် ညှပ်ထောင်းနေတယ်၊ ဒါနဲ့ပဲ တစ်သက်ကုန်နေကြတာပဲ။

ကောင်းတဲ့အာရုံတွေ့ပြန်တော့လဲ ဟောဒီ စိတ်ကလေးမသက်သာဘူး၊ လောဘက ညှပ်ပြီး ထောင်းထုတော့ လောဘမီးတောက်လောင်လို့လောင် ရပြန်တယ်၊ မကောင်းတာနဲ့တွေ့ပြန်တော့လဲ ဟောဒီစိတ်ကလေး မသက်သာဘူး၊ ဒေါသက ညှပ်ထောင်းလိုက်ပြန်တယ်၊ ဒေါသမီးတောက် လောင်လို့ ပူလောင်ချောက်ခြားရပြန်တယ်။

နေရတာက အမှောင်ထဲမှာ၊ အတွင်းရန်က နှစ်ဘက်ညှပ်ထောင်းနေတယ်၊ အပါယ်ထိရောက် အောင် တွန်းချမယ့် အတွင်းရန်တွေပေါ့၊ ဒါကြောင့် မို့ စိတ်အေးစရာသာသနာနဲ့ တွေ့ကြုံခိုက်မှာ တရားမျက်လုံး ရှင်းရှင်းလေး ဖွင့်ပြီးတော့ ကိုယ် ပိုင်စွမ်းအားလေးကို လိမ္မာပါးနပ်စွာ ယူကြရပေ လိမ့်မယ်။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခါ ပုထုဇဉ်ရဲ့ဖြစ်တတ်တဲ့ သဘာဝတစ်ခုက အတိတ်ကိုတွေးရင် ဘာတစ်ခုမှမကျေနပ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကိုကျတော့လက်လွှတ်၊ အနာဂတ်ကိုကျတော့ စိတ်ကူးယဉ်၊ အဲသလို လုံးလည်ချာလည်လိုက်ပြီးတော့ တစ်ဘဝကုန်နေကြတာ။

အတိတ်ကိုတွေးလိုက်ရင်ဘာတစ်ခုမှ မကျေနပ်ဖြစ်ရတာက ပစ္စုပ္ပန်မသေချာရင် အတိတ်ကိုတွေးပြီး ဘယ်ကျေနပ်တော့မလဲ၊ အဖိုးတန်ပစ္စုပ္ပန်ရောက်လာပြန်တော့လဲ လက်လွှတ်လိုက်တယ်၊ နောက်ကို ရွှေ့ချလိုက်ပြန်တယ်၊ အနာဂတ်ကိုကျတော့ စိတ်ကူးယဉ်၊ အဲဒါနဲ့ပဲ တစ်ဘဝကုန်နေကြပါတယ်၊ စိတ်အေးစရာမတွေ့ကြဘူး။

နောက်ဆုံးဘဝလေးတစ်ခု နိဂုံးအုပ် စာရင်းချုပ်ကြည့်ရင် (လမ်းခွဲကြည့်လိုက်တော့)အထက်ကိုသွားသူနဲ့ အောက်ကိုသွားသူ ယှဉ်ကြည့်တော့မှ အောက်ကိုသွားသူက အများကြီး၊ အထက်ကိုတက်နိုင်သူက ရှားရှားပါးပါးလေးရယ်။

တစ်ချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရားဟာ လက်သည်းခွံပေါ်မှာ မြေမှုန့်လေးတွေတင်ပြီးတော့ ပြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ချစ်သားရဟန်းတို့၊ ဟောဒီမြေမှုန့်လေး တွေ မြင်ကြရဲ့လား"

"မှန်ပါဘုရား၊ မြင်ကြောင်းပါဘုရား"

"အဲဒီမြေမှုန့်လေးတွေနဲ့ ဟောဟို မဟာ ပထဝီမြေကြီးပေါ်က မြေမှုန့်နဲ့ ဘယ်မြေမှုန့်ကများ သတုန်း"

"မြတ်စွာဘုရား နှိုင်းယှဉ်လို့မဖြစ်နိုင် ကြောင်းပါဘုရား၊ လက်သည်းခွံပေါ်က မြေမှုန့်ဆို တာ မဟာပထဝီမြေကြီးပေါ်က မြေမှုန့်နှင့် ယှဉ် ကြည့်ရင် အရေအတွက်တောင်မှ မပြုလုပ်လောက် ကြောင်းပါဘုရား၊ အလွန့်အလွန်နည်းလှကြောင်း ပါဘုရား၊ မဟာပထဝီမြေကြီးပေါ်က မြေမှုန့်တွေ ဆိုတာက ဘယ်လိုမှတိုင်းတာကန့်သတ်လို့ မရ အောင် အလွန့်အလွန်မှ များလှကြောင်းပါဘုရား"

"အဲဒီအတိုင်းပဲ၊ ကိုယ့်စိတ်ကိုမနိုင်လို့ အောက်ကိုဆင်းကြပြီးတော့ နေကြရတဲ့သတ္တဝါ တွေက မဟာပထဝီမြေကြီးပေါ်မှာရှိတဲ့ မြေမှုန့်တွေ လောက်တောင်များတာ၊ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်နိုင်ပြီး တော့ အပေါ်ကိုတက်နိုင်တဲ့ သတ္တဝါတွေကျတော့

http://www.dhammadownload.com

ဟောဒီလက်သည်းခွံပေါ်က မြေမှုန့်လောက်သာ ရှိတာ၊ အလွန့်အလွန်နည်းတယ်" ...တဲ့။

စောစောကပြောတဲ့ မောဟအမှောင်ထဲမှာ လောဘ, ဒေါသ အတွင်းရန်နှစ်ဘက် ညှပ်ထောင်း ခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ဘဝနိဂုံးချုပ်ရင် အောက်ဆင်းမှာ ပေါ့၊ အတိတ်ကိုတွေးတော့မကျေနပ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကို ကျတော့လက်လွှတ်၊ အနာဂတ်ကိုကျတော့ စိတ်ကူးယဉ်၊ အဲသလို လုံးချာလည်လိုက်ပြီးတော့ သွားနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဘဝနိဂုံးအုပ်တဲ့ အချိန်ကျ တော့ အောက်ဆင်းမှာပေါ့။

ဒီလိုဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်တန်ဖိုးထားဖို့ သိပ်အရေး ကြီးတာပေါ့၊ သာသနာဟာ စိတ်အေးစရာဖြစ် တယ်၊ စိတ်အေးစရာသာသနာနဲ့ တွေ့ကြုံခွင့်ရ မယ်ဆိုရင် ကြက်တူရွေးတောင်မှ စိတ်အေးရ ပါတယ်၊ သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင် မျောက်တောင်မှ စိတ်အေးရပါတယ်၊ အဲဒီအထိ မြှင့်ယူလို့ရတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သူတော်ကောင်းနဲ့ တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင်

ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေနဲ့ လမ်းညွှန်ချက်ရမယ်၊ တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင် (သာသနာနဲ့လဲ တွေ့မယ်ဆိုရင်) တောထဲက ကြက်တူရွေးတောင် စိတ်အေးရပါတယ်၊ လူဆိုတာတော့ မပြောနဲ့တော့၊ အဲသလောက်ထိ မြင့်လို့ရတယ်။

ဘုရားလက်ထက်တုန်းက ကုရုတိုင်းဆိုတာရှိတယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်အလွန်ခေတ်စားပြီး ကြိုးကြိုးစားစား ပွားများအားထုတ်တဲ့နေရာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အိမ်ရှင်မတွေများ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်တွေ့လို့ရှိရင် စီးပွားရေးစကား မပြောကြဘူး၊ သားသမီးစကား မပြောကြဘူး၊ ဒါတွေဟာ တစ်သံသရာလုံး ပြောလာခဲ့တဲ့စကားတွေ၊ သားသမီးမရှိလို့ မဟုတ်ဖူး၊ ရှိတယ်၊ မပြောဘူး။

စီးပွားမရှာဘူးမဟုတ်ဖူး၊ ရှာတယ်၊ သို့သော် မပြောဘူး၊ တရားစကားပဲ ပြောကြသတဲ့၊ အိမ်ရှင်ဒကာအချင်းချင်းတွေလဲ သည်လိုမျိုးပဲ၊ တရားစကားပဲ ပြောကြတယ်၊ မေးကြ မြန်းကြတယ်။

အိမ်ရှင်မတွေ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်တွေ့တော့ မေးကြ မြန်းကြတာက "ညီမ ဘာတရားအားထုတ်လဲ" "အစ်မက ဘယ်တရားလက်ကိုင်ထားလဲ" "မ–ဘယ်သူက ဘယ်တရားလက်ကိုင်ထား သလဲ" အစရှိသည်ဖြင့် မေးကြမြန်းကြလို့။

တကယ်လို့များ တစ်ယောက်ယောက်က အဖြေပေးတယ်ဆိုပါတော့၊ "စီးပွားရေးတွေ လုံးလည်ချာလည်လိုက်လို့၊ စားဝတ်နေရေးကလဲ ဖပ်ဖပ်ကိုမောလို့၊ လူမှုရေးတွေကလည်း လုံးလည်ချာလည်လိုက်လို့၊ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး တရားအလုပ်

http://www.dhammadownload.com

အားထုတ်နိုင်မှာလဲ”လို့ ဒီလိုများပြောလိုက်ရင်တော့ အားနာလိမ့်မယ်မထင်နဲ့၊ ဝိုင်းပြီးတော့တစ်ခါတည်း အပြစ်တင်စကားပြောကြတော့တာ။

မိရဋ္ဌု တဝ ဇီဝိတံ၊

ဟယ်...သင့်ရဲ့အသက်ရှင်ခြင်းဟာ သိပ်ပြီးတော့ စက်ဆုပ်စရာကောင်းတယ်၊ ကိုယ်ကလဲကျွေးထားရသး၊ ကိုယ့်လဲပြန်ချောက်သေး၊ ဒီလိုအသက်မျိုး ကျွေးရမွေးရတာ တယ်ကြောက်ဖို့ကောင်းပါလားတဲ့၊ ကိုယ်ကတော့ သူ့ကို ခင်တွယ်စွာနဲ့ကျွေးလိုက်ရတာ၊ နေ့စဉ်နေ့စဉ် စားစရာပေးရ၊ ဝတ်စရာပေးရ၊ နေစရာပေးရနဲ့၊ ပြီးတော့လဲကိုယ့်ကိုပြန်ချောက်တဲ့ အသက်ကြီးပါလား၊ တယ်စက်ဆုပ်စရာကောင်းတဲ့ အသက်ပဲ။

ဇီဝမာနာပိ တွံ မတသဒိသာ၊

အသက်ရှင်တယ်လို့သာဆိုရတယ်၊ သင်ဟာအသေကောင်ကြီးနဲ့ အတူတူပဲ၊ ဘာထူးသေးလဲတဲ့၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်စိတ်အေးအောင် ဘာတစ်ခုမှရအောင် မယူနိုင်ဘူးဆိုရင် အသေကောင်နဲ့ ဘာထူးသေးသတဲ့လဲ၊ အသက်ရှင်တယ်လို့သာပြောရတယ်၊ အသေကောင်ကြီးနဲ့အတူတူပဲလို့ ဝိုင်းပြီးတော့မှ ရှုတ်ချကြတယ်၊ ကဲ့ရဲ့ကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သူများတွေမှာပြင့် လက်ထဲမှာကိုင်ထားတာ ကုသိုလ်ထုပ်ဖြစ်ရမယ်ဆိုပြီးတော့ တည်ငြိမ်ရင့် ကျက် အေးချမ်းစွာနဲ့ စွမ်းအားတွေကို ရအောင် ယူနိုင်ကြပါရဲ့သားနဲ့ သင်တစ်ယောက်တော့ တယ် ဖျင်းပါလား၊ တယ်ညံ့ပါလား၊ သင့်သန္တာန်မှာ သာသနာကွယ်နေပြီဆိုပြီးတော့ ဝိုင်းကဲ့ရဲ့ကြတယ်၊ ရှုတ်ချကြတယ်။

ဟကယ်လို့များ အဲသလိုမေးကြမြန်းကြ တဲ့အခါ တစ်ယောက်ယောက်က ပြောပြီဆိုပါ တော့၊ ဟာ...ကာယနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ကိုင် နေရတာပေါ့၊ ခန္ဓာကိုယ်မှာ လှုပ်တိုင်းလှုပ်တိုင်း ဘယ်ဟာမှ အလွတ်မခံနိုင်ဘူးလေ၊ အားအောင်လဲ မစောင့်နိုင်ဘူး၊ ဘယ်ပစ္စုပ္ပန်မှ အလွတ်မခံနိုင် ဘူးလေ။

ခန္ဓာနဲ့မကင်းနိုင်တော့ (ခန္ဓာကရှိနေတော့) နေ့စဉ်လုပ်နေတဲ့ ခန္ဓာအလုပ်လဲပဲ လွှတ်ထားလို့ ဖြစ်တာမှမဟုတ်ပဲ၊ ဉာဏ်လေးထည့်ပြီးတော့ ကာယနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ဖြစ်အောင် လုပ်ရတာ ပဲ၊ ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ကိုင်ရတာပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကလေးကို ဘယ်အချိန်မှ လက်လွှတ်မခံနိုင်ပဲ သတိဉာဏ်နဲ့စောင့်ရှုပြီးတော့ ကြည့်နေရတာပဲ စသည်ဖြင့် အဲသလိုမျိုး ပြောလိုက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်တရားကို လက်ကိုင်ထားပါတယ်လို့မျိုး ပြောလိုက်မယ်ဆိုရင် ဝိုင်းပြီး ချီးမွမ်း စကားပြောကြတယ်။

တဝဇိဝိတံ၊ သုဇိဝိတံ၊

သင့်ရဲ့အသက်ရှင်ခြင်းဟာ ကောင်းသော အသက်ရှင်ခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုပြန်ပြီး ကယ်တင်မယ့် အသက်လေးဖြစ်နေတယ်၊ ကိုယ့်ကိုငြိမ်းအေးအောင်၊ ချမ်းသာအောင်၊ ဒုက္ခအကုန်လွှတ်အောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ အားကိုးစရာအသက်လေး ဖြစ်နေတယ်၊ အဲသလို တရားအသက်လေးဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တဲ့ သင့်ရဲ့စွမ်းအားဟာ အလွန့်အလွန်မှ ကြီးမားတယ်၊ အသက်ရှင်ခြင်းဟာ အင်မတန်ကောင်းမြတ်တယ်။

တဝတ္ထာယ သမ္ဗာ သမ္ဗုဒ္ဓေါဥပ္ပန္နော၊

သင့်အတွက် သာသနာပေါ်ပေါက်လို့လာတာ၊ မြတ်စွာဘုရားဟာ သင့်အတွက်ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လို့လာတာ၊ သင်ဟာ အင်မတန်ကောင်း

http://www.dhammadownload.com

မြတ်တဲ့ဘဝကောင်းကိုရတာပဲ စသည်ဖြင့် ချီးမွမ်းစကား ပြောကြတယ်။

အဲသလို သတိပဋ္ဌာန်အလွန်ခေတ်စားတဲ့ကာလတုန်းက ဘိက္ခုနီတွေ မြောက်များစွာ စုပေါင်းပြီးတော့ သီတင်းသုံးနေတဲ့ ကျောင်းတိုက်တစ်တိုက်ရှိတယ်၊ ပရိယတ်၊ ပဋိပတ် အချိန်ပြည့် အလုပ်လုပ်နေကြတယ်၊ ဘဝကိုမဖြုန်းကြဘူး၊ အချိန်ကိုမဖြုန်းကြဘူး၊ ကိုယ့်လုပ်ခွင့်ကို မဖြုန်းကြပါဘူး၊ သာသနာနဲ့တကယ်တွေ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ တကယ်တော့ ဖြုန်းလဲမဖြုန်းကြပါဘူး၊ သာသနာနဲ့ တကယ်မတွေ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ အဖြုန်းနဲ့ အချိန်ကုန်နေကြပါတယ်။

* * *

ဖြုန်းတယ်ဆိုတာ အပူစုတာ

ဖြုန်းတယ်ဆိုတာ တကယ်တော့ အလကားကုန်သွားတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ အပူစုနေတာ၊ ခန္ဓာကို အလကားဖြုန်းတယ်ဆိုတာ ကုန်သွားတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဖြုန်းသလောက် အပူတွေစုနေတာ။

F 4B

http://www.dhammadownload.com

ပစ္စည်းကိုအလကားဖြုန်းတယ်ဆိုတာပစ္စည်းတွေ အလကားကုန်သွားတာမဟုတ်ပါဘူး၊ အပူစုနေတာ၊ အချိန်ကိုအလကားဖြုန်းပစ်နေတယ်ဆိုတာ အချိန်ဒီအတိုင်းကုန်သွားတာမဟုတ်ဖူး၊ အပူစုနေတာ၊ ကိုယ့်ကိုလောင်မယ့်အပူတွေ စုနေတာ။

ဒါကြောင့် စိတ်အေးစရာသာသနာနဲ့ မတွေ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ အဖြုန်းနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်ကြတယ်၊ အပူတွေပဲ စုနေကြတယ်၊ သာသနာနဲ့တကယ်တွေ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ မဖြုန်းတီးပဲနဲ့ အဖိုးတန်အောင် အသုံးချနေကြတယ်။

ဒါကြောင့် ဘိက္ခုနိတွေ၊ သာမဏေတွေ၊ သိက္ခမာန်တွေစုပေါင်းပြီးနေကြတဲ့ ကျောင်းတိုက်ကြီးဟာ ပရိယတ်အချိန်ပြည့် ကြိုးစားအားထုတ်တဲ့နေရာဖြစ်ပြီး ပရိယတ်ကို ပဋိပတ်နဲ့အသက်သွင်း၊ ပဋိပတ်ကို ပရိယတ်နဲ့ မတိမ်းအောင်ထိန်း၊ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုတဲ့နေရာဖြစ်တယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓရက်ော တကြက်တူရွေး

တစ်ချိန်တော့ ကချေသည်ဗာတ်သမား တစ်ယောက်ဟာ တောထဲက ကြက်တူရွေးငှက် လေးတစ်ကောင် ဖမ်းပြီးတော့ စကားသင်ပေး တယ်၊ ဗာတ်သမားဆိုတော့လဲ ဗာတ်သမားစကား လောက်ပဲ တတ်အောင်သင်ပေးနိုင်မှာပေါ့၊ တရား စကားတော့ ဘယ်သင်တတ်မတုန်း။

အဲဒါနဲ့ ဗာတ်သမားသင်ပေးတော့ ကြက်တူ ရွေးဟာ စကားပြောတတ်တယ်၊ သူများပြောတာ လဲ နားလည်တယ်၊ စကားအတော်တတ်တဲ့ ကြက် တူရွေးလေးဖြစ်တော့ ဗာတ်သမားဟာ သွားလေရာ ကို အဲဒီကြက်တူရွေးခေါ်ပြီး သွားတတ်တယ်။

F 5A

http://www.dhammadownload.com

အဲဒါနဲ့ သွားလိုက်တာ ဘိက္ခုနီတွေ သီတင်းသုံးတဲ့ ကျောင်း ဝင်းအတွင်းကို ရောက်သွားတော့ အရိပ်ကောင်းတဲ့သစ်ပစ်တစ်ပင်အောက်ဝင် အပန်းဖြေ အနားယူတယ်။

သူပြန်သွားတဲ့အခါကျတော့ ကြက်တူရွေးငှက်ကလေးကို ဘိက္ခုနီကျောင်းတိုက်ထဲမှာပဲ ချန်ထားခဲ့တယ်၊ (ကျန်နေခဲ့တယ်ပေါ့)

ကျန်နေခဲ့တာက ကြက်တူရွေးလေးအတွက် ကံကောင်းတယ်လို့ ဆိုရမှာပေါ့၊ ဘာလို့တုန်းဆိုတော့ သာသနာတွေ့ဖို့အကြောင်းဖြစ်သွားလို့ပါ။

ကြက်တူရွေးငှက်ကလေးကို ဘိက္ခုနီတွေက မြင်ကြတော့ ကောက်ယူပြီး မွေးစားစောင့်ရှောက်ထားလိုက်တယ်၊ နာမည်လေးလဲ ပေးလိုက်တယ်၊ "ဗုဒ္ဓရက္ခိတ"တဲ့။

ဇာတ်သမားလက်ထဲကစပြီးတော့ စကားပြောတတ်တဲ့ ကြက်တူရွေးဟာ တရားစကားတော့ မပြောတတ်သေးဘူး၊ တရားစကား ပြောတတ်အောင် ဘိက္ခုနီတွေ၊ သာမဏေမတွေ၊ သိက္ခမာန်တွေက သင်ပေးတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ မင်းအခုရောက်နေတဲ့နေရာက အချိန်ဖြုန်းနေတဲ့ လူတွေရဲ့နေရာမဟုတ်ဖူး၊ အပူစုနေတဲ့ လူတွေရဲ့နေရာလဲ မဟုတ်ဖူး၊ အချိန်ပြည့် ဘဝကိုသုံးပြီးတော့ အချိန်ကိုအဖိုးတန်အောင် အသုံးချပြီးတော့ တရာစွမ်းအားစုဆောင်းနေသူတွေရဲ့ နေရာသာဖြစ်တယ်၊ သူတော်ကောင်းတွေထဲ ရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်သူမဆိုပေါ့၊ ကိုယ့်အတိုင်းအတာနဲ့ကိုယ် ကိုယ့်အင်အားရှိသလောက် အသုံးချရမှာပဲ၊ ဒါကြောင့် မင်းလဲ အလကားနေလို့မဖြစ်ဖူး"

လမ်းတိုပရိယတ်၊ လမ်းရှည်ပရိယတ် နှစ်မျိုးရှိပါတယ်၊ လမ်းတိုပရိယတ်ဆိုတာ အခုလို ရိပ်သာတွေမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းပြတဲ့ ဆရာတော်များကနေပြီးတော့ ယောဂီတွေရှုမှတ်တတ်၊ အားထုတ်တတ်အောင် သင်ပြပြီးတော့ ဟောပြောပေးကြတာတွေ၊ အဲဒါတွေကို လမ်းတိုပရိယတ်ခေါ်ပါတယ်။

လမ်းရှည်ပရိယတ်ဆိုတာက ပရိယတ္တိစာသင်တိုက်ကြီးတွေမှာ အခြေခံ ကျမ်းစာတွေကစပြီးတော့ ပိဋကတ်သုံးပုံအထိ ချပို့၊ သင်ယူကြိုးစားအားထုတ်နေရတဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်တွေကို လမ်းရှည်ပရိယတ်လို့ခေါ်ပါတယ်၊ သာသနာကြာ

http://www.dhammadownload.com

ကြာတည်ဖို့ကျတော့ လမ်းရှည်ပရိယတ်ကိုသာ အားကိုးလို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘိက္ခုနီတွေက ကြက်တူရွေး လေး ဗုဒ္ဓရက္ခိတကို လမ်းတိုပရိယတ်နဲ့ စာသင် ပေးတယ်၊ စာသင်ပေးတဲ့တရားကလဲ တစ်ခွန်းထဲ ရယ်၊ "အဋ္ဌိ,အဋ္ဌိ" အဋ္ဌိ=အရိုးစု၊ အဲဒါလေးကို သင်ပေးတယ်။

"ကဲ...ဗုဒ္ဓရက္ခိတ မင်း အဲဒါလေးကို ခဏခဏရွတ်ကွာ"

အဋ္ဌိ,အဋ္ဌိ,အရိုးစု,အရိုးစုလို့ ရွတ်ခိုင်း၊ ကြက် တူရွေးကလဲ သင်ပေးတော့ နှုတ်ကျိုးနေအောင်ရွတ် တယ်၊ ဘယ်နားသွားသွား သစ်ပင်ပေါ်ပျံသွား တော့လဲ အဋ္ဌိ ,အဋ္ဌိ+အရိုးစု၊ ဟိုနားသည်နားသွား ပြန်တော့လဲ အရိုးစု,အရိုးစု, အဋ္ဌိ,အဋ္ဌိ။

ရက်ကလေးတော်တော်များလာတော့ တော် တော်လေးကို အထုံရလာပြီ၊ ဘာမှတော့ သူနား မလည်သေးပါဘူး၊ သင်ပေးလို့သာ နှုတ်ကျိုးပြီး ဆိုနေတာပေါ့။

ဒီတော့ ကြက်တူရွေးလေး ပရိယတ်သင် လိုက်တာ အရိုးစု, အရိုးစု, အဋ္ဌိ,အဋ္ဌိလို့ နှုတ်က ကျွမ်းကျင်စွာဆိုတတ်နေပြီ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ပရိယတ်နဲ့ပဋိပတ်
ပေါင်းစပ်ပေးကြရာတွင်

ပရိယတ်ဆိုတာကဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတကို ဘိက္ခုနီများက အလုပ်ပေးမယ်၊ ပရိယတ်နဲ့ ပဋိပတ်ကို ပေါင်းစပ်ပေးမယ်ပေါ့။

"ကဲ...ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ မင်းကို အဲဒီအဋ္ဌိ, အဋ္ဌိ+အရိုးစု,အရိုးစုဆိုတာကို မြင်အောင်အလုပ်ပေးမယ်ကွာ"

သူတို့ကျောင်းဝင်းထဲမှာ တရားပြတဲ့အခါ လက်တွေ့အသုံးချဖို့ စုဆောင်းထားတဲ့ ကြက်ရိုးတို့၊ ငှက်ရိုးတို့ စတဲ့ အရိုးတွေရှိတယ်၊ အဲဒီအရိုးများကို ဗုဒ္ဓရက္ခိတကြက်တူရွေးလေးနား ယူပြီးတော့ ပြကြတယ်။

"အေး...ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ မင်းနှုတ်က တတွတ်တွတ်ရွတ်နေတဲ့ အဋ္ဌိ,အဋ္ဌိ,အရိုးစု,အရိုးစုဆိုတာ

http://www.dhammadownload.com

တခြားမဟုတ်ဖူး၊ ဟောဒီကအရိုးတွေကို ပြောတာ၊ မြင်တယ်မဟုတ်လား"ဆိုပြီး ပြတယ်၊ ပြပြီးတော့

"ဟော့...ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ အဲဒီအရိုးဆိုတာ မင်းခန္ဓာမှာလဲရှိတာပဲကွ၊ မင်းက လှတယ်လို့ထင်နေတဲ့ အပေါ်ကအမွေးတွေကို နှုတ်ပစ်လိုက်မယ်ဆိုရင်၊ မင်းကိုမင်း တင့်တယ်တယ်လှပတယ်ထင်နေတဲ့ အပေါ်က အရေခွံတွေကို ခွာချလိုက်မယ်ဆိုရင်၊ အသားတွေကို ခွာချလိုက်မယ်ဆိုရင် မင်းခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာလဲ ဟောဒီအရိုးတွေ ရှိတယ်ကွ"

အဲသလို ထပ်တလဲလဲပြောပြတယ်၊ တရားအလုပ်ဆိုတာကလဲ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲသူရှိမှ ပိုပြီးအားထုတ်ဖြစ်တာကိုး၊ ကိုယ့်သဘောနဲ့ကိုယ်ဆိုတော့ ဟုတ်ချင်မှဟုတ်မှာ၊ အခုတော့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးကလေးက ယောဂီဖြစ်မှန်းမသိ ဖြစ်နေတယ်၊ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲသူ တွေကလဲ ပညာရှိတွေကိုး။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတကြက်တူရွေးလေး တရားထိုင်ရတယ်၊ ဘေးနားမှာချထားတဲ့ ကြက်ရိုး ငှက်ရိုးတွေကို ပသာဒမျက်လုံးကလေးနဲ့ လှမ်း ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်၊ မျက်စိလေးမှိတ်ပြီးတော့ "အော်..."

http://www.dhammadownload.com

ငါခန္ဓာထဲမှာလဲ ဒါတွေရှိတယ်နော်၊ ဟောဒီအမွေး တွေကို ဖယ်ရှားလိုက်ရင်၊ အရေတွေ အသား တွေကို ဖယ်ရှားလိုက်မယ်ဆိုရင် အရိုးတွေစုနေတဲ့ အရိုးစုကြီးပါလား"

မျက်စိလေးမှိတ်ပြီးတော့ ခန္ဓာထဲကအရိုး တွေကို အာရုံပြုတယ်၊ ရုတ်တရက်ကြည့်လိုက် တော့ အိပ်ငိုက်နေတယ်မှတ်တယ်၊ ဘယ်ဟုတ် မလဲ၊ ယောဂီလေး တရားအားထုတ်နေတာ။

* * *

အရှိကိုအရှိအတိုင်းမြင်အောင်ကြည့်

တရားဆိုတာ 'ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ၊ အရှိကိုအရှိအတိုင်း မြင်အောင်ကြည့်၊ ဒါဟာ တရားပဲ၊ အနိစ္စကို အနိစ္စလို့မြင် အောင်ကြည့်တယ်၊ ဒါဟာ တရားပဲ။

ဒုက္ခကို ဒုက္ခလို့မြင်အောင်ကြည့်တယ်၊ အနတ္တကို အနတ္တလို့ မြင်အောင်ကြည့်တယ်၊ အသုဘကို အသုဘလို့ မြင်အောင်ကြည့်တယ်၊ အရှိကိုအရှိအတိုင်းမြင်အောင်ကြည့်တာတရားပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးလေး ယောဂီဖြစ်လို့နေပြီ။

ဘေးနားမှာချထားတဲ့ ကြက်ရိုးတွေ၊ ငှက်ရိုးတွေကို ပသာဒမျက်လုံးလေးနဲ့ မျက်စိလေး ဖွင့်ကြည့်လိုက်၊ တစ်ခါ မျက်လုံးလေးစုံမှိတ်ပြီးတော့မှ အသိစိတ်လေးနဲ့ ခန္ဓာထဲအသိစိတ်လေးလွှတ်လို့ "ငါ့ခန္ဓာ ကိုယ်ထဲမှာလဲ ဟောဒီအရိုးတွေရှိပါလား၊ ဘာများတွယ်တာစရာရှိသေးလို့လဲ"ဆိုပြီး အသိစိတ်ကလေး ပေါ်လာတယ်။

အဲသလိုနဲ့ နေ့စဉ်,နေ့စဉ် အနားပေးတဲ့အခါ အနားပေး၊တစ်ခါ အချက်ပေးခေါ်...

"ကိုင်း...လာခဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ အလုပ်လုပ်ဖို့ အချိန်ရောက်ပြီ၊ ကဲ...ကဲ...တရားထိုင်"

အရိုးလေးတွေချထားတဲ့ နေရာနား တရားထိုင်ခိုင်းရတယ်၊ ရက်ကလေးတွေ တော်တော်များလာတော့ ထုံလာတာပေါ့၊ စောစောပိုင်းကတော့ သညာသိပေါ့လေ၊ နောက်ပိုင်းကျတော့ အသိစိတ်လေးတွေဟာ တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ တိရစ္ဆာန်လောက်ပဲ သိမှာပေါ့လေ၊ လူအသိတော့ မှီချင်မှလဲမှီမယ်ပေါ့၊ သို့သော်လဲ အထုံကတော်တော်များလာတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားအမှတ်လွတ်သွားတယ်

နေ့စဉ်နေ့စဉ် အချိန်မှန်တရားထိုင်နေရတဲ့၊ တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ခွင့်ရနေတဲ့ ယောဂီလေး ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ တစ်နေ့သော ဆောင်းရာသီမနက်ခင်းကာလ အရှေ့က နေထွက်ကာစအချိန်မှာ ချမ်းချမ်းရှိတာနဲ့ကျောင်းဝင်းထဲမှာရှိတဲ့ တိုင်ထိပ်တံခွန်မှာနားပြီး နေစာလှုံတယ်။

နေစာလှုံချင်တဲ့စိတ်ဆန္ဒ စောနေတာမို့လို့ တရားအမှတ် လွတ်နေသတဲ့။

အဲဒီအချိန်မှာ ဟိုးကောင်းကင်အမြင့်ကြီးမှာ ဝဲနေတဲ့ သိမ်းငှက်ကြီးတစ်ကောင်က အစာရှာတယ်၊ ဘယ်ငှက်ကိုများ ငါ ထိုးသုတ်ရကောင်းမလဲလို့ စဉ်းစားရင်း ပျံဝဲအစာရှာတာပေါ့။

အန္တရာယ်(၅)မျိုးမှာ "သက်မဲ့သက်ရှိ၊ နှောင့်ယှက်ဘိ၊ မှတ်သိကြောက်စရာ"ပါတယ်၊ သက်မဲ့

http://www.dhammadownload.com

အနှောင့်အယှက်တွေ၊ သက်ရှိအနှောင့်အယှက်တွေ၊ ကိုယ့်အသက်ခန္ဓာဖျက်ဆီးဖို့ ခြိမ်းချောက်နေတဲ့အန္တရာယ်တွေ ရှိနေကြပါတယ်၊ စိတ်မအေးစရာတွေပေါ့။

စိတ်မအေးစရာဖြစ်တဲ့ ကောင်းကင်မှာ သိမ်းငှက်ကြီးတစ်ကောင်က ဘယ်ငှက်ကို ထိုးသုတ်စားရမလို့ ပျံဝဲအစာရှာနေတယ်၊ ဟော... တိုင်ထိပ်မှာ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးလေး နေစာလှုံနေတာ မြင်ပါရော။

"ဟော...ဟိုမှာ ကြက်တူရွေးလေး တစ်ကောင်၊ အနားမှာလဲ ဘယ်သူမှမရှိဘူး၊ အတော်ပဲ၊ ငါတော့ အစာရပြီဟဲ့"ဆိုပြီး ကောင်းကင်ပေါ် ပျံဝဲနေရာက ထိုးစိုက်ဆင်းလာပြီး တိုင်ထိပ်မှာ နေစာလှုံနေတဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတကြက်တူရွေးလေးကို ထိုးသုတ်ဖမ်းယူသွားပါလေရော။

ယောဂီလေးပါသွားပြီဗျာ၊ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ယောဂီလေး သိမ်းငှက်ကြီး ထိုးသုတ်တဲ့ထဲကို ပါသွားပြီ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားစစ်ကြည့်တော့

ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးလေးဟာ ရုတ်တရက် ထိတ်လန့်ပြီးတော့ "ငါတော့ အန္တရာယ်တွေ့နေပြီ"လို့ ကြောက်အားလန့်အား စူးစူးဝါးဝါး အော်ချလိုက်သတဲ့၊ သူ့အသံကို ခပ်လှမ်းလှမ်းမှာ ရှိနေတဲ့ ဘိက္ခုနီတွေ၊ သာမဏေမတွေ ကြားကြတော့ ကောင်းကင်ပေါ် မော့ကြည့်လိုက်တော့ "ဟယ်...ဗုဒ္ဓရက္ခိတလေး သိမ်းငှက်ကြီးချီသွားပြီဟေ့"ဆိုပြီးတော့ လက်လှမ်းမှီရာ ဒုတ်တွေ၊ ခဲတွေ ကောက်ယူ အတင်းလိုက်ပြေးချောက်ပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ပါးစပ်ကအော်၊ ဒုတ်တွေ ခဲတွေနဲ့ပစ်...

"ဟဲ့...သိမ်းငှက်ကြီး၊ သူတော်ကောင်းကို မပြစ်မှားရဘူးဟဲ့၊ သူတော်ကောင်းကို မသတ်ရဘူးဟဲ့၊ လွှတ်ခဲ့၊ လွှတ်ခဲ့"

အဲသလို နောက်က အော်ဟစ်သံတွေပေး၊ ခဲတွေ ဒုတ်တွေနဲ့ပစ်၊ ကံအားလျော်စွာပဲ သိမ်းငှက်ကြီးကလဲ ဗုဒ္ဓရက္ခိတကြက်တူရွေးလေးကို လွှတ်ချလိုက်တယ်၊ ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ တစ်စ,တစ်စ ကောင်းကင်ကနေ အောက်ကျလာ၊ မြေပြင်ပေါ် ရောက်တော့ အကြီးဆုံး ဘိက္ခုနီမက ယုယုယယ ကောက်ယူပွေ့ချီပြီးတော့ ပြောတယ်။

"ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ မင်းကို သိမ်းငှက်ကြီးချီသွားလိုက်တာကွယ်၊ ငါတော့ ဒီတစ်ခါ မင်းသေပြီလို့ အောက်မေ့တာ၊ သိမ်းငှက်အစာဖြစ်ပြီလို့ထင်တာ၊ ကဲ...ပြောဦး၊ သိမ်းငှက်ကြီး မင်းကိုထိုးသုတ်ချီသွားတော့ မင်းစိတ်ထဲ ဘယ်လိုနေတယ်ဆိုတာ ဒို့ကိုပြောစမ်း" (တရားစစ်တာ)

"ဘဝအခက်အခဲနဲ့ကြုံတဲ့အခါ မင်းဘယ်လို အခက်အခဲဖြေရှင်းတယ်ဆိုတာ ငါ့ကိုပြောစမ်း" (တရားစစ်တာ)

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓရက္ခိတကလဲ ဓာတ်သမားတွေလက်ထဲမှာတုန်းကတော့ ရိုရိုးအရပ်စကားပဲ ပြောတတ်တာပေါ့၊ ဘိက္ခုနီတွေလက်ထဲရောက်တော့ တရားစကားတွေလဲ ကောင်းကောင်းပြောတတ်နေပြီ။

"ရှင်မတို့၊ တိုင်ထိပ်မှာနေစာလှုံစဉ် နေစာလှုံချင်တဲ့ဆန္ဒ ဇောနေတာဖြစ်လို့ တရားမှတ်လွတ်နေပါတယ်၊ အဲဒီအချိန်မှာ သိမ်းငှက်ကြီးက ကောင်းကင်ကထိုးစိုက်လာပြီးတော့ ကျွန်ုပ်ကိုထိုးသုတ်သွားပါတယ်၊ အမှတ်တမဲ့ တရားမှတ်လွတ်နေတာဆိုတော့ ကြောက်အားလန့်အားနဲ့ ကယောင်ကတမ်း အော်မိပါတယ်၊ ခဏကြာတော့ ရှင်မတို့သင်ပြပေးတဲ့ တရားတွေ အသိစိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာတယ်၊ ပေါ်လာပုံက အော်...အရိုးစုကြီးတစ်ခုက အရိုးစုလေးတစ်ခုကိုတော့ ချီသွားပြီ၊ ချီသွားတဲ့သိမ်းငှက်ကြီးကိုလဲ အရိုးစုလို့ မြင်လာတယ်၊ အချီခံရတဲ့ကျွန်ုပ်ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကိုလဲ အရိုးစုလို့သာမြင်လာပြီး အရိုးစုကြီးတစ်ခုက အရိုးစုလေးတစ်ခုကို ချီသွားတာ၊ အချီခံရတဲ့အရိုးစုလေး ဘယ်နေရာတင် ဖရိုဖရဲကျ၊ ပြိုကွဲပျက်စီးရမယ် မသိဘူး၊ မြဲတာမှမဟုတ်ပဲ...လို့ အသိစိတ်တွေ

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်လာပါတယ်၊ အဲဒီအသိဝင်တဲ့အချိန်ကစပြီး အော်လဲမအော်တော့ပါဘူး၊ ကြောက်လဲမကြောက်တော့ပါဘူး၊ အဲဒီအချိန်မှာ ရှင်မတို့ဝိုင်းချောက်လိုက်လို့ သိမ်းငှက်ကြီးက လွှတ်ချခဲ့ပါတယ်” စသည်ဖြင့် ရည်ရည်လယ်လယ်ပြောပြတော့ ဘိက္ခုနီကြီးနှင့်တကွ အားလုံးသော ဘိက္ခုနီတွေ၊ သာမဏေမတွေ၊ သိက္ခမာန်တွေအားလုံးက ဝိုင်းပြီး သာဓုခေါ်ကြ၊ ကောင်းချီးပေးကြ။

“သာဓု၊ သာဓု ဗုဒ္ဓိရက္ခိတာ၊ မင်းတော်လိုက်တာကွယ်၊ မင်းဟာ ကိုယ့်ခန္ဓာအခက်အခဲကို တရားနဲ့ဖြေရှင်းတတ်နေပြီကော၊ မင်းဟာ စိတ်အေးစရာသာသနာနဲ့ ကောင်းကောင်းတွေ့နေပြီ ဗုဒ္ဓရက္ခိတရေ၊ မင်းသိတဲ့ အသိမျိုးကို လူပင်ဖြစ်သော်လည်း မသိသူတွေရှိတယ်၊ မင်းလောက်တောင်မှ မသိတဲ့လူတွေ လောကမှာ အများကြီးရှိသေးတယ်၊ မင်းလောက်တောင် ဘဝအခက်အခဲကို ပြေလည်အောင်ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ စွမ်းအားရှိသူတွေ အလွန်နည်းတယ်၊ မင်းဟာ သာသနာနဲ့တွေ့တာ၊ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေနဲ့ တွေ့ကြုံခွင့်ရတာ၊

http://www.dhammadownload.com

လမ်းညွှန် ချက်ကို ကောင်းကောင်းရနေတဲ့အတွက် တိရစ္ဆာန်ပင်ဖြစ်သော်လည်း စိတ်အေးစရာအင်အားကို ရနေပြီ၊ ငါဟာ တိရစ္ဆာန်ပဲဟဲ့ဆိုပြီး အားမငယ်နဲ့နော်၊ ဒီဘဝမှာ မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်ပေမယ့် စုတေကွယ်လွန်သွားတဲ့အခါ သုဂတိဘဝရောက်ဖို့ သေချာပြီ၊ အဲဒီသုဂတိဘဝရောက်တော့ ဆက်အားထုတ်ရင် မဂ်ဖိုလ်ရဖို့သေချာသွားပြီ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ" အဲသလို အားပေးစကားပြောကြတယ်၊ အားပေးစကားပြောပြီးတော့မှ . . .

"ကဲ . . .ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ တရားဟာ ဘယ်လောက်စွမ်းတယ်ဆိုတာ မင်းလက်တွေ့သိရောပေါ့၊ ဒီလောက်စွမ်းတဲ့တရားကို မင်း ဆက်အားထုတ်ရုံပဲ၊ ခါတိုင်းထက် ကြိုးစားရုံပဲမဟုတ်လား" ဆိုပြီးတော့ ခါတိုင်းထက်ပိုပြီး ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးလေးကို တရားထိုင်ခိုင်း၊ အားထုတ်ခိုင်းတယ်။

ကြည့်လိုက်တော့ တိရစ္ဆာန်ကလေး၊ အလုပ်လုပ်ရတာ ယောဂီအလုပ်၊ အဲသလိုဆိုတော့ အားတက်စရာ ပေါ်လာမယ်ပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

"ဟယ်...ငါ တိရစ္ဆာန်မှမဟုတ်ပဲ၊ ငါကြက်တူရွေးမှမဟုတ်ပဲ၊ ငါလဲ ငါ့အတိုင်းအတာနဲ့ငါ အားထုတ်ရင်ဖြစ်ရမှာပေါ့"လို့ အားတက်စရာ ပေါ်လာမှာပါ၊ ဒါကြောင့် ဒန္ဓောဝေ-စိတ်အစဉ်အေး၊ ယဉ်ကျေး ရမည်သာလျှင်၊ ဟောတိ-စိတ်အေးစရာ သာသနာကြောင့်၊ ကောင်းစွာမသွေ၊ ဖြစ်ရပါပေတော့သတည်း။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားနာရတဲ့ကျေးဇူး

ဖားနတ်သားဝတ္ထုဆိုတာလဲ ကြားဖူးကြမှာပေါ့၊ တစ်ချိန်က မြတ်စွာဘုရား စမ္ပါမြို့ ရေကန်ကြီးအနီးမှာ စမ္ပါမြို့သူမြို့သားတွေကို တရားဟောနေစဉ် ဖားကလေးတစ်ကောင် ခုန်ဆွ၊ ခုန်ဆွနဲ့ ရေကန်ထဲက တက်လာတယ်။

တရားဟောတဲ့အနားရောက်တော့ တရားသံကို သူကြားရတယ်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားလို့လဲ သူနားမလည်ပါဘူး၊ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်လို့လဲ ကွဲကွဲပြားပြားမသိဘူး၊ နားထောင်လို့ကောင်းလိုက်တာဆိုတဲ့ အသိလေးပဲရှိတယ်။

F 6A

http://www.dhammadownload.com

ငါ့ကိုခြိမ်းချောက်တဲ့အသံလဲ မဟုတ်ဖူး၊ အန္တရာယ်ပြုမယ့်အသံလဲမဟုတ်ဖူး၊ အေးချမ်းလိုက်တာလို့ သူသိပြီးနေတယ်။

ဘုရားရဲ့မေတ္တာစာတ်ကြောင့် မေတ္တာအရှိန်အဝါပါတဲ့ တရားစကားနာရတော့ ဖားလေးရဲ့ စိတ်နှလုံးထဲ အေးချမ်းတာနဲ့ ရှေ့မသွားပဲ ရပ်ပြီး ဖားကလေး တရားနာတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ နွားကျောင်းသားတစ်ယောက်ကလဲ လူစုစုဝေးဝေးမြင်တာနဲ့ ရောက်လာတယ်၊ တရားနာဖို့မဟုတ်ဖူး၊ လူစုစုဝေးဝေးမြင်လို့ ကြည့်ဖို့လာတာ၊ သူ့လက်ထဲမှာ တစ်ဖက်မှာ သံချွန်တပ်ထားတဲ့ တုတ်ကြီးကိုင်လာပြီး တရားပွဲနားရောက်တော့ တရားမနာပဲ လူတွေကို မော့ကြည့်နေတယ်။

လက်ထဲကိုင်ထားတဲ့တုတ်ကို မြေကြီးပေါ် စိုက်ထောင်ပြီး ထောက်လိုက်တော့ မြေကြီးပေါ် ထောက်တဲ့ဘက်က သံချွန်တပ်တဲ့ဘက် ဖြစ်နေတယ်၊ ဖြစ်ရုံတင်မကဘူး၊ တရားနာနေတဲ့ ဖားကလေး ကျောပေါ်ကိုလဲ အမှတ်တမဲ့ထောက်မိပြီးသား ဖြစ်နေတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဖားလေးက တရားနာကောင်းနေတော့ သံချွန်ထောက်ခံရတာတောင်မှ နွားကျောင်းသားကို မပြစ်မှား စိတ်မဆိုးအားဘူး၊ ကြည်လင်တဲ့စိတ်နဲ့ စူးစိုက်ပြီးနာနေတယ်။

ဖားကတရားနာတယ်၊ လူက မောဟကြီးနဲ့ကြည့်နေတယ်၊ လောကကြီးက တစ်ခါတစ်ရံ အဲသလိုပြောင်းပြန်ကြီးကလဲရှိသေး။

သံချွန်တပ်ထားတဲ့တုတ်က ဖားကျောပေါ်ထောက်မိတော့ ကြာတော့ ဘယ်ခံနိုင်မတုန်း၊ တရားနာနေတဲ့ဖားလေးသေသွားရှာတယ်၊ တရားနာရင်းသေသွားတော့ တရားနာရတဲ့ကျေးဇူးကြောင့် တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာ ချက်ခြင်းနတ်သားသွားဖြစ်တယ်၊ ဉာဏ်အလွန်ကြီးတဲ့ တိဟိတ်နတ်သားတစ်ပါးသွားဖြစ်တာ၊ တရားနာရတဲ့ ကျေးဇူးပါ။

ကြည်လင်စင်ကြယ်တဲ့စိတ်ကလေးနဲ့ စူးစိုက်ပြီး တရားနာရတဲ့ ကျေးဇူး၊ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်လို့ သရုပ်ကွဲတာလဲမဟုတ်ဖူး၊ နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်းတရားကောင်းလို့လဲ သိတာမဟုတ်ဖူး၊ ကြည်လင်တဲ့ စိတ်၊ နားထောင်ကောင်းလိုက်တာဆိုတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အသိစိတ်နဲ့ တရားနာခဲ့တာ၊ အဲဒီ ကြည်လင်တဲ့ စွမ်းအားလေးက ဉာဏ်ကိုသွားအကျိုးပေးပြီး ဉာဏ် အလွန်ကြီးတဲ့ တိဟိတ်နတ်သား သွားဖြစ်တယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

တရားနာတဲ့အခါ

ဒါကြောင့် တရားနာတဲ့အခါ စိတ်ပါလက်ပါနာဆိုတာ အဲဒါပြောတာ၊ တရားနာတဲ့ အခါ တရားနာတာတစ်ခုပဲ စူးစိုက်၊ အဲဒီ အသိဟာ ကိုယ့်ကို တစ်ချိန်ချိန် ကောင်းကောင်းကျေးဇူး ပြုမှာ သေချာပြီးသားပါ။

နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရင်းနဲ့ လက်တွေ့အလုပ် လုပ်ရင်းနဲ့ နာတယ်ဆိုရင်တော့ မပြောပါနဲ့တော့ ပေါ့၊ ဘာမှမသိပဲနဲ့ နာတာတောင်မှပဲ တရားဆို တာက မေတ္တာကရုဏာ တရားစွမ်းအားအခြေခံတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အင်အားတွေဆိုတော့ နာလိုက်ရတာ စိတ်ကိုကြည်ပြီး အေးချမ်းသွားတာချည်းပဲ။

ဖားလေးဟာ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ ဉာဏ်အလွန်ကြီးတဲ့ တိဟိတ်နတ်သား သွားဖြစ်ပြီး စည်းစိမ်တွေလဲ တယ်ကြီးကျယ်ဆိုပဲ၊ သို့သော် ဉာဏ်ကလေးကပါလာတော့ အောက်ခြေမလွတ်ဖူး၊ အပိုင် အငှား သရုပ်ကွဲတယ်။

"အို...ဒီစည်းစိမ်တွေ ဘယ်လောက်ကြီးတယ်ပြောပြော အငှားပါ၊ အချိန်စေ့တော့ ပျောက်ကွယ်ကုန်ကြမှာ၊ ကိုယ်ပိုင်ဆိုတာ တရားပါ၊ ငါ အခု ဒီကိုရောက်လာတာ ဖားဘဝက တရားနာခဲ့တာကြောင့် ရောက်လာတာပဲ၊ ဖားဘဝ၊ ဖားရဲ့ နားနဲ့နာခဲ့တဲ့တရားတောင် ဒီလောက် အစွမ်းသတ္တိရှိသေးတယ်ဆိုရင် ယခု နတ်ဖြစ်နေပြီ၊ နတ်ရဲ့ အသိ၊ နတ်ရဲ့နားနဲ့များ နာကြားလိုက်ရမယ်ဆိုရင် တရားက ငါ့ကို ဧကန်မြင့်မားသွားအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်ရမှာပေါ့"လို့ တရားအပေါ်မှာ ယုံကြည်အားကိုးမှုတွေ ကြီးမားစွာဖြစ်ပေါ်လာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဘဝဆိုတာ သုံးလို့ဖြစ်တုန်း သုံးရမယ်လေ၊ သုံးလို့မဖြစ်ခါမှ သွားသုံးလို့ဖြစ်မှာမဟုတ်ဖူး၊ မေ့ပြီး စည်းစိမ်တွေခံစားဖို့ အချိန်မပေးနိုင်သေးဘူး၊ နတ်စည်းစိမ်ချမ်းသာထဲမှာ မေ့မြောသွားမယ် ဆိုရင် နောက်ထပ် အပါယ်ကိုမရောက်ဖူးလို့ အာမမခံနိုင်ဘူး၊ ငါ့အတွက် အရေးကြီးတာက တရားပဲ၊ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကိုကိုယ် အာမခံချက် ရအောင် အရင်လုပ်မှဖြစ်မယ်"ဆိုပြီး ချက်ခြင်း နတ်သားဘဝနဲ့ မြတ်စွာဘုရားထံရောက်လာ၊ မြတ်စွာဘုရားထံမှာ တရားနာ, သောတာပန်ဖြစ်သွား တယ်၊ ဘဝအာမခံရသွားတယ်၊ ပြီးမှ တာဝတိံ သာ နတ်ပြည်ကို ပြန်သွားတယ်။

ဒါကြောင့် သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ် ဆိုရင် ဖားတောင် စိတ်အေးရတယ်၊ တို့က လူ တွေပဲလို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားတင်းပြီးမှ သာ သနာနဲ့တွေ့ကြုံခိုက်မှာ ကြိုးစားကြရမှာပေါ့။

လမ်းကောင်းလမ်းမှန် ညွှန်ပြပေးမယ့် ဆရာ ကောင်း သမားကောင်းတွေကလဲ ရှိနေတယ်၊ ကိုယ်ကလဲ သုံးလို့ဖြစ်တဲ့ဘဝကောင်းတစ်ခု ရနေ

http://www.dhammadownload.com

တဲ့အခိုက် လမ်းကြောင်းကလဲ ပြတ်သားနေခိုက်မှာ ကြိုး စားကြရမှာပဲ။

သာသနာက ပစ္စုပ္ပန်ကိုသာ အရေးတကြီး တောင်းပါတယ်၊ သာသနာနဲ့တွေ့ရင် တိရစ္ဆာန်တောင်မှ စိတ်အေးရတယ်ပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အောင်မောင်းနဲ့အောင်ကောင်း

ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့ လမ်းညွှန်မှုရမယ်ဆိုရင် တောထဲက မျောက်ရိုင်းတောင်မှ က,တတ်တယ်၊ က,တတ်တာကတော့ သဘာဝပြောတာကိုး၊ တရားနဲ့မြှင့်ပြောရရင် ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေရဲ့ လမ်းညွှန်ခြင်း၊ကိုရမယ်ဆိုရင် သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံခွင့်ရမယ်ဆိုရင် မျောက်တောင်မှ စိတ်အေးရတယ်၊ အဲဒီထိ မြှင့်ပြောလို့ရတယ်။

တောရဆောက်တည်တဲ့ ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးရှိတယ်၊ ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီတဲ့၊ မေတ္တာတရား အလွန်အားကြီးတယ်၊ သီလ, သမာဓိ, အကျင့်သိက္ခာ အလွန်အားကောင်းတယ်၊

စောစောကတော့ တစ်ပါးထဲပဲ သီတင်းသုံးပါတယ်၊ နောက်ပိုင်းမှာ ကျောင်းသားနှစ်ယောက်

http://www.dhammadownload.com

ရောက်လာတယ်၊ တစ်ယောက်က အောင်ကောင်း၊ တစ်ယောက်က အောင်မောင်းတဲ့။

ဘုန်းကြီးက ကျောင်းသားနှစ်ယောက်ကို ငဆွေနဲ့ ငပွေလို့ နာမည်ပြောင်းထားတယ်၊ ငဆွေနဲ့ ငပွေ၊ လူမဟုတ်ဖူး၊ မျောက်နှစ်ကောင်။

မျောက်နှစ်ကောင် ဘယ်လိုရောက်လာသလဲ ဆိုတော့ ဇာတ်သမားတွေဟာ မျောက်နှစ်ကောင် ကိုဖမ်းပြီး အမျိုးမျိုးသင်ပြပေးကြတယ်၊ အထူး အားဖြင့် ဇာတ်သမားဆိုတော့ အကသင်ပေးတာ ပေါ့၊ စည်းကိုက်ဝါးကိုက်ကတတ်အောင် သီချင်းနဲ့ အက၊ အတီးနဲ့ အက ကိုက်အောင်သင်ပေးတယ်၊ သင်ပေးဖန်များတော့ မျောက်နှစ်ကောင် အက ကောင်းကောင်းတတ်လာသတဲ့။

အကကောင်းတဲ့မျောက်နှစ်ကောင်ကို ဇာတ် သမားတွေက ဘယ်နေရာသွားသွား အမြဲခေါ်သွား တယ်၊ လူတွေကလဲ သူတို့နှစ်ကောင်ကို သိပ် သဘောကျတယ်၊ ဘယ်မင်းသား ဘယ်မင်းသမီး တွေ ဘယ်လောက် အကကောင်းတယ်ပြောပြော အောင်မောင်းနဲ့ အောင်ကောင်းမပါရင် ပွဲမစည်ဘူးတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အဆင့် ရောက်သွားတော့တာ၊ အဲသလောက်ထိ အောင် သူတို့က အသုံးဝင်တွင်ကျယ်နေကြတာ။

အဲဒါနဲ့ တော်တော်လေးကြာတော့ မျောက်နှစ်ကောင်က တိရစ္ဆာန်ပေမယ့် သညာသိနဲ့ ဘယ်နေရာမဆို သူတို့ပါမှပြီးမှန်း၊ အရေးပါမှန်းသိပြီး မာကျောကျော ကျွတ်ဆတ်ဆတ်အသိစိတ်လေးတွေ ပေါ်လာတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ ဓာတ်သမားတွေက တစ်နေရာက တစ်နေရာသွားတော့မယ်ဆိုတဲ့အခါ အောင်မောင်းနဲ့ အောင်ကောင်း မျောက်နှစ်ကောင်ကို ရှာမတွေ့တော့ဘူး၊ လည်နေကြတယ်၊ တွေ့ပြန်တော့လဲ ခေါ်မရဘူး၊ ကျွတ်ဆတ်ဆတ် မာကျောကျော ပေကပ်ကပ်တွေလုပ်လာတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ အရှင်သခင်ကို အန်တုလာတယ်၊ အန္တရာယ်လုပ်လာတယ်၊ တစ်ခါမဟုတ်ဖူး၊ ခဏခဏဖြစ်လာတယ်ဆိုတော့ ဓာတ်သမားတွေ စိတ်ပျက်လာတယ်။

"သြော်. . .မျောက်နှစ်ကောင်ကို တတ်ကျွမ်းနေအောင်လဲ သင်ထားပြီးသားဆိုတော့ သတ်ပစ်ရ

http://www.dhammadownload.com

မှာလည်း နှမြောဖို့ကောင်းတယ်၊ မျောက်နှစ်ကောင်ကလဲ ပြောမရဆိုမရဖြစ်နေပြီ၊ မနိုင်တော့ဘူး၊ ကိုင်း...ဘယ်လိုလုပ်ကြမတုန်း"ဆိုတော့ တချို့က အကြံပေးကြတယ်။

"ဟိုက တောရကျောင်းမှာ ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီဆိုတာရှိတယ်၊ ဆရာတော်ဟာ မေတ္တာတရားအားကြီးတယ်၊ သီလ, သမာဓိ, ပညာ, အကျင့်သိက္ခာလည်း အားကောင်းတယ်၊ အရပ်ထဲမှာ မိဘတွေကဆုံးမလို့မရတဲ့ သားဆိုးတွေ ဆရာတော်ဆီရောက်သွားရင် လိမ္မာတာချည်းပဲ၊ မိဘတွေလက်လွှတ်ရမယ့် အရက်သမား၊ ဘိန်းသမားတွေ ဆရာတော့်ဆီရောက်ရင် လိမ္မာသွားတာချည်းပဲ၊ အရပ်ထဲက လက်မြှောက်ထားရတဲ့ ကလေးဆိုးတွေ ဆရာတော့်ဆီပို့လိုက်ရင် လိမ္မာကြတာချည်းပဲ၊ အဲသလောက် ဆရာတော်မှာ အရှိန်အဝါရှိတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒီမျောက်နှစ်ကောင်ကိုလဲ ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီထံ ပို့ကြစို့လားကွာ"

"ဟာ...ကောင်းသားပဲ"လို့ အများသဘောတူကြပြီး ဓာတ်သမားတွေ မျောက်ကလေး နှစ်

http://www.dhammadownload.com

ကောင်ကိုခေါ်၊ တောရကျောင်းက ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီထံ သွားကြတယ်၊ တောရကျောင်း ရောက်ကြတော့

"ဆရာတော်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ လာရတဲ့ အကြောင်းက ဟောဒီမျောက်နှစ်ကောင်ကို ဆရာတော်ထံအပ်မလို့ပါဘုရား၊ မျောက်နှစ်ကောင်ဟာ လူစကားကိုလဲ ကောင်းကောင်းနားလည်တယ်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့က ဇာတ်သမားတွေဆိုတော့ သင်ပေးထားလို့ အကလဲ ကျွမ်းကျင်အောင်ကတတ်တယ်ဘုရား၊ စောစောပိုင်းတုန်းကတော့ ပြောဆိုဆုံးမလို့ရတယ်၊ အခုတော့ တပည့်တော်တို့ ဆုံးမလို့မရတော့ဘူးဘုရား"

ဆရာတော်ဘုရားလက်ထဲကိုသာ ရောက်မယ်ဆိုရင် ဒီမျောက်နှစ်ကောင် လူလောက်တောင်အသုံးကျမယ်ဘုရား၊ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ သီလ, သမာဓိ, ပညာ, စွမ်းအား, မေတ္တာစွမ်းအားနဲ့ဆုံးမလိုက်မယ်ဆိုရင် လူလောက်တောင် အသုံးကျသွားနိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် မျောက်လေးနှစ်ကောင်ကို သနားသောအားဖြင့် လက်ခံတော် မူပါဘုရား"

http://www.dhammadownload.com

"အေး . . .အေး . . .ထားနဲ့ကြပေါ့ကွာ၊ မကောင်းကျောင်းပို့ဆိုတာ ဒါခေါ်တာပေါ့၊ ထားခဲ့၊ ထားခဲ့"

ဒါနဲ့ မျောက်ကလေးနှစ်ကောင် ထားခဲ့ပြီး ဓာတ်သမားတွေ ပြန်သွားကြတာပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဆွေနှင့်မွေ

အောင်မောင်းနဲ့ အောင်ကောင်းဆိုတဲ့မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်မှာ အောင်ကောင်းဆိုတဲ့ မျောက်ကလေးက ပြောလို့ဆိုလို့ ကောင်းတယ်၊ အောင်မောင်းက ပြောလို့တယ်မကောင်းချင်ဘူး။

တစ်ခါတစ်ရံ ဘုန်းကြီးက ဆွမ်းစားလို့နေတယ်၊ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးနေစဉ်အချိန်ကျတော့ သူတို့ကို ကျောင်းသားလို သုံးရတယ်မဟုတ်လား။

"လာခဲ့၊ မင်းတို့နှစ်ကောင်၊ ဒီနားထိုင်နေ၊ ဘယ်မှမသွားနဲ့" ဆိုရင် အောင်ကောင်းက ပြောတဲ့အတိုင်း နားထောင်တယ်၊ အောင်မောင်းက တစ်ခါတစ်ရံ ဖောက်ဖောက်ပြီးတော့ ထ,ထကတယ်၊ ထ,ထ,ကတော့ ဘုန်းကြီးက ပြောရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဟော့–အောင်မောင်း၊ လူတွေက ပွဲကြည့်ချင်တော့ လူတွေရှေ့မှာတော့ က,ရတာပေါ့ကွာ၊ သူတို့က ကြည့်ချင်တာကိုးကွ၊ ဘုန်းကြီးက ပွဲကြည့်တာမဟုတ်တော့ မင်းတို့က,လဲ အလကားပါကွာ၊ ညောင်းရုံရှိမှာပေါ့၊ ကမနေပါနဲ့ကွာ"

မငေါက်ပါဘူး၊ မေတ္တာသမားပဲ၊ အကျိုးနဲ့အကြောင်းနဲ့ ချိုချိုသာသာပြောတယ်၊ ခဏတော့ပြောရတယ်၊ တော်တော်လေးကြာရင် ထ,ဖောက်ပြီး ကပြန်ရော၊ အဲသလိုချည်းပဲဖြစ်နေတယ်။

အောင်ကောင်းကလေးက ပြောဆိုဆုံးမလို့ကောင်းတယ်၊ အဲဒါနဲ့ ဘုန်းကြီးက သူ့ကို အမျိုးမျိုး တရားစကားလေးတွေ ပြောပြ၊ ဆုံးမသွန်သင်၊ မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်ကို ကျောင်းသားလိုလဲ သုံးရတာပေါ့လေ။

"ကဲ...သွားကြ၊ ရေထမ်းချေဟေ့၊ ဟောဟိုတွင်းထဲကရေ သွားခပ်ကြ"

"အဲဒီအခါမှာ မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်က ရေပုံးလေးတစ်ပုံးကို နှစ်ကောင်ထမ်းပြီး ရေခပ်လာကြ၊ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့လဲ အောင်မောင်းလဲ ခိုင်းလို့ကောင်းပြီး တော်တော့်ကို ဟန်ကျတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဟဲ-အောင်ကောင်း၊ သရက်သီးကြွေနေတယ်ကွ၊ မင်းတို့ ကောက်ပြီးကပ်ပေးမှ ဘုန်းကြီးက စားလို့ဖြစ်တာကွ"ဆိုတော့ မျောက်ကလေးအောင်ကောင်းက ကြွေကျတဲ့သရက်သီးကို သွားကောက်ယူ၊ ရေဆေးပြီးမှ လာကပ်တယ်။

အဲဒါနဲ့ အခြေအနေကို အကဲခတ်လိုက်တော့ အောင်ကောင်းက ပြောလို့ဆိုလို့ကောင်းတယ်၊ ဆွေမျိုးလိုပဲ အားကိုးရတာမို့ သူ့ကို "ငဆွေ"၊ အောင်မောင်းက ကျွတ်ဆတ်ဆတ်နိုင်တယ်၊ အလည်အပတ် များလွန်းလို့ "ငပွေ"၊ အဲသလို ဘုန်းကြီးက နာမည်ပြောင်းပေးတယ်။

* * *

အရိုင်းမှ အယဉ်သို့

ဘုန်းကြီးက နေ့တိုင်း မေတ္တာ၊ ကရုဏာနဲ့ တရားစကားတွေ ပြောပြပေးမယ့် တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ တိရစ္ဆာန်လောက်ပဲ သိအောင်ပြော နိုင်မှာပေါ့လေ၊ လူလောက်တော့ သိအောင်မပြောနိုင်ဘူးပေါ့၊ သို့သော်လည်း နားကထုံလာတော့ နားယဉ်လာတာပါပဲ။

F7A

http://www.dhammadownload.com

အဲဒါနဲ့ နေ့တိုင်း ရေခပ်ခိုင်း၊ အမှိုက်ကျုံးခိုင်း၊ တံမြက်လှည်းခိုင်းတယ်၊ ဒါတင်မကဘူး၊ တစ်စ, တစ်စ စည်းရုံးလာတာ ညနေ နေဝင်ကာနီးကျတော့ သံချောင်းလေးခေါက်...။

"ကိုင်း...မင်းတို့ သံချောင်းခေါက်သံကြားရင် ကြားတဲ့အချိန် ကြားတဲ့နေရာက ချက်ခြင်းပြေးလာခဲ့နော်"လို့ သင်ပေးထားတယ်၊ နေဝင်တော့ သံချောင်းလေး ခေါက်လိုက်တယ်၊ ကျောင်းသားလေးနှစ်ယောက် ကျောင်းပေါ်ကို တက်လာတယ်။

"ကဲ...ကြည့်နော်၊ ဟောဟိုမှာ ဘုရားခေါ်တယ်ကွ၊ အဲဒါ ဦးသုံးကြိမ်ချ၊ ရှိခိုး၊ ကုသိုလ်ရတယ်ကွ"

အဲဒီလိုနဲ့ ပထမတော့ သညာသိနဲ့သိရုံပေါ့၊ နောက်ပိုင်းကျတော့ အသိစိတ်ကလေးတွေ တိုးအောင် သေသေချာချာပြောပြီး ဘုရားရှိခိုးခိုင်းတယ်၊ ဘုရားရှိခိုးတတ်လာတယ်၊ အဲသလိုနဲ့ ဘုန်းကြီးက စည်းရုံးသွားလိုက်တာ တရားထိုင်ခိုင်းတဲ့အဆင့်တောင် ရောက်လာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကြည့်လိုက်တော့ မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်၊ အလုပ်လုပ်ရတာက ယောဂီရဲ့အလုပ်၊ တရားစွမ်းအားကိုထုတ်တဲ့ တရားအားထုတ်တဲ့ အလုပ်။

"ကဲ–မင်းတို့ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဟောဒီလိုလှုပ်တယ်နော်၊ ဟောဒါလေး အသိစိတ်စိုက်ထားနော်၊ ဘယ်မှစိတ်မရောက်စေနဲ့၊ ဟောဒါလေး တစ်ခုထဲကိုပဲ စိုက်ထားနော်" အဲသလို စသည်ဖြင့် သေသေချာချာ ပြောပြလိုက်တဲ့အခါ ကျွတ်ဆတ်ဆတ်မာကျောကျောဖြစ်နေတဲ့ အောင်မောင်းလေးတောင်မှ တစ်စ,တစ်စ, လိမ္မာယဉ်ကျေးပြီးတော့လာတယ်၊ နောက်ပိုင်း နှစ်ကောင်လုံး လိမ္မာသွားတယ်။

အချိန်တန် ဘုရားရှိခိုးဖော်ရတယ်၊ ရေဆွဲဖော်ရတယ်၊ ရေခပ်ဖော်ရတယ်၊ ဓာတ်သမားတွေ လျှောက်သွားသလို "ဆရာတော်ရဲ့ မေတ္တာ, သီလ, သမာဓိ, ပညာစွမ်းအားနဲ့သာ ဆုံးမရင်တော့ ဒီမျောက်ကလေး နှစ်ကောင် လူလောက်တောင် အသုံးကျမှာဘုရား"ဆိုတာ ဟုတ်နေပြီလေ၊ အခု လူလောက်အသုံးကျနေပြီ။

http://www.dhammadownload.com

နေ့စဉ် ရေခပ်ရတယ်၊ တံမြက်လှည်းရတယ်၊ အမှိုက်ကျုံးရတယ်၊ ဘုန်းကြီးကို ဆွမ်းကပ်ရတယ်၊ ဝေယျာဝစ္စလုပ်ရတယ်၊ ဘုရားရှိခိုးရတယ်၊ အချိန်မှန် တရားထိုင်ရတယ်။

မျောက်ကလေးနှစ်ကောင် လိမ္မာယဉ်ကျေးလာ ကြပြီဆိုတော့ ဘုန်းကြီးကလဲ အားပေးစကားပြောရတယ်ပေါ့။

"ကွာ၊ မင်းတို့ တော်တော်လိမ္မာနေကြပြီပဲ၊ ဆက်ကြိုးစားကွ၊ ဒီပြင်မျောက်တွေနဲ့တော့ မင်းတို့ တခြားစီဖြစ်သွားပြီ၊ ပုံစံကသာ မျောက်လို့ပြောရပေမယ့် မင်းတို့အသိတရားတွေက လူလိုဖြစ်ကုန်ပြီ၊ ငါ တိရစ္ဆာန်ဆိုပြီး အားမငယ်ကြနဲ့နော်၊ ပညာရှိသူတော်ကောင်းနဲ့ တွေ့ကြုံခွင့်ရပြီဆိုရင် စုတေကွယ်လွန်လို့ နောက်ဘဝရောက်တဲ့အခါ သုဂတိဘဝရောက်မှာ သေချာပြီ၊ အဲဒီကဆက်အားထုတ်ရင် မင်းတို့ မဂ်ဖိုလ်ရဖို့ သေချာပါတယ်ကွ" လို့ အားပေးစကားပြောတယ်။

ပညာရှိသူတော်ကောင်းလက်ထဲ ရောက်သွားရင်တော့ လူမပြောနဲ့၊ တိရစ္ဆာန်တောင်မှ အားရှိဖို့တယ်ကောင်းပါလား၊ အဲသလိုဆို ဘဝ

http://www.dhammadownload.com

နတ်ကျောင်း ပြောင်းရွှေ့စံတော်မူပြီးခဲ့ကြတဲ့ အောင်ဇမ္ဗူရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ အောင်မင်္ဂလာဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ အရိပ်အာဝါသ ရောက်ခွင့်ရတဲ့ ယောဂီပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေ စိတ်အေးစရာတွေ ရကြတာပဲ။

ဘုရားရိပ်၊ တရားရိပ်၊ သာသနာရိပ်ကို ခိုလှုံခွင့်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ နှလုံးအေးချမ်းကြတာပဲ၊ စိတ်အေးစရာ စွမ်းအားရကြတာပဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ သုသိက္ခိတော–ကောင်းစွာမချွတ်၊ သင်ပေးအပ်သော၊ မဂ္ဂမ္ဗောပိ–အသိထုံထိုင်း၊ တောထဲကမျောက်ရိုင်းပင်သော်လည်း၊ နိစ္စကော–အများသဘောကျအောင် ကပြတတ်ပါသေး၏၊ ဒန္တော–လိမ္မာယဉ်ကျေးတတ်ပါပေသေး၏၊ မနုဿေဟိ–အကျင့်လည်းရှိ၊ စွမ်းအားပြည့်၍၊ အသိထူးခြားပညာရှိဖြစ်သော လူပုဂ္ဂိုလ်အများတို့က၊ သုသိက္ခိတော–ကောင်းစွာမချွတ်၊ သင်ပေးအပ်သော၊ မဟာမုနိ–မုနိထွတ်ထား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ တပည့်သားသမီးဖြစ်သည့်၊ ငါကဲ့သို့သောလူသားသည်ကား၊ ကောအဒန္တော–အဘယ်မှာလျှင် မလိမ္မာ မယဉ်ကျေးပဲ ရှိရာအံ့နည်း၊ ဒန္တောဝေ–

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အစဉ်အေး၊ ယဉ်ကျေးရမည်သာလျှင်၊ ဟော တိ-စိတ်အေးစရာ သာသနာကြောင့်၊ ကောင်းစွာ မသွေ ဖြစ်ရပါပေတော့သတည်း။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

သာသနာနဲ့ဆွေ့တယ်ဆိုတော့ ပရိသတ် အပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေ စောစောကဆို လိုက်တဲ့ သရဏဂုံသုံးပါးအလယ်က "ဓမ္မံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ"၊ အဲဒါ သာသနာကိုပြတာ။

သာသနာဆိုတာ လူတွေထားရမယ့် ရည် ရွယ်ချက်ရယ်၊ လူတွေ သွားရမယ့်လမ်းကြောင်း ရယ်၊ လူတွေလုပ်ရမယ့် စည်းကမ်းရယ်၊ ဤ သုံးချက်သတ်မှတ်ပေးတာ သာသနာလို့ခေါ်တယ်၊ တစ်သာသနာလုံးကို "ဓမ္မံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ" တစ်လုံး ထဲနဲ့ ထိန်းချုပ်ထားတာ။

* ဗုဒ္ဓကို ဓမ္မနဲ့ပဲ အလင်းရောင်ညှိထွန်း ပေးတယ်၊
* ဗုဒ္ဓကိုမြင်အောင် ဓမ္မမျက်လုံးတပ်ပေး တယ်၊

http://www.dhammadownload.com

- **သံယာကိုလည်းပဲ ဓမ္မနဲ့ပဲ အလင်းရောင် ညှိထွန်းပေးတယ်၊**
- **သံယာပေါ်လာအောင် ဓမ္မနဲ့ပဲ ဖော်ထုတ်ပေးတယ်၊**
- **သံယာကပဲ ဓမ္မမပျောက်အောင် ပြန်ထိန်းပေးတယ်၊**

ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးတဲ့ ဗုဒ္ဓကိုလဲပဲ မြင်အောင်၊ ဓမ္မက မျက်လုံးတပ်ဆင်ပြီးတော့ ပေးတယ်၊ ဒါကြောင့် ဓမ္မက၊တစ်သာသနာလုံး ထိန်းချုပ်ထားတယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီဓမ္မဆိုတာ လူတွေထားရမယ့်ရည်ရွယ်ချက်ရယ်၊ လူတွေသွားရမယ့် လမ်းကြောင်းရယ်၊ လူတွေလုပ်ရမယ့် စည်းကမ်းမူဘောင်ရယ်၊ ဤသုံးချက် သတ်မှတ်ပေးတာ သာသနာလို့ခေါ်တယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သာသနာရဲ့ကျင့်စဉ်အချုပ်

သာသနာမှာ ကျင့်စဉ်အချုပ်က ချိန်သီးနဲ့ လက်တံ၊ အဲဒါကိုသွားတွေ့တယ်၊ အားတာမအားတာနဲ့လဲ ဘာမှမဆိုင်ဘူး၊ မအားလို့ ကုသိုလ်မလုပ်အားပါဘူးဆိုတာလဲ ခိုင်လုံသောအကြောင်းပြချက်မဟုတ်ဖူး။

ခန္ဓာရှိသူ ဘယ်သူမဆို စားဝတ်နေရေးအတွက် အလုပ်လုပ်ရတာပဲ၊ ခန္ဓာရှိသူတိုင်း စီးပွားရှာနေကြရတာပဲ၊ အများနဲ့နေရတော့ လူမှုရေးကိစ္စဆိုတာ ရှိနေကြတာပဲ၊ ဒါကြောင့် သာသနာကအားတာ, မအားတာဆိုတာ လိုရင်းမဟုတ်ပါဘူးတဲ့။

ချိန်သီးပြုတ်,မပြုတ် ဒါသာအဓိကပါ၊ လူ့ဘဝတစ်ခုလုံးကို ထိန်းချုပ်ထားတဲ့ ချိန်သီးတပ်ဆင်ရမယ်၊ ပြီးတော့ လက်တံနှစ်ချောင်းပုံမှန်လည်ပတ်ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲသလို ချိန်သီးတပ်လို့ လက်တံသာ လည်ပတ်လိုက်ကတော့ ဘာမှမပူနဲ့တော့၊ စိတ်အေး စရာသာသနာနဲ့ တွေ့သွားပြီ။

မီးဖိုချောင်ထဲဝင်လိုက်တာနဲ့ မီးဖိုချောင် ယောဂီဖြစ်သွားပြီ၊ ထမင်းစားတာနဲ့ ထမင်းစား ယောဂီဖြစ်သွားမယ်၊ လမ်းသွားတော့ လမ်းသွား ယောဂီဖြစ်သွားမယ်၊ ဈေးရောင်းတော့ ဈေးရောင်း ယောဂီဖြစ်သွားမယ်၊ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတော့ ဝန်ထမ်း ယောဂီဖြစ်သွားမယ်၊ စောစောကပြောခဲ့တဲ့ ခန္ဓာ ဝန်ထမ်းဆောင်တဲ့အလုပ်နဲ့ တရားအလုပ်တစ်သား တည်းပေါင်းလိုက်ပါတော့ဆိုတာ အဲဒါကိုပြော တာ။

တစ်သားတည်းပေါင်းတဲ့နည်းက ချိန်သီးနဲ့ လက်တံ၊ ချိန်သီးနဲ့ လက်တံဆိုတာ သတိနဲ့ ပညာကိုပြောတာ၊ သတိနဲ့ပညာ၊ သတိ နဲ့သမ္ပဇဉ်၊ သတိသမ္ပဇဉ်လို့ စာထဲမှာ တွဲတွဲသုံးနေတဲ့ဥစ္စာ၊ ဝိပဿနာ ပွားများအားထုတ်ကြတဲ့အခါ သတိ သမ္ပဇဉ်၊ သတိသမ္ပဇဉ်ဆိုတာ ချိန်သီးပဲ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သတိဆိုတာ

သတိဆိုတာ...

(၁) အာရုံကိုပုံဖော်ရတယ်၊ ဘာလုပ်ချင်သလဲ၊ လုပ်ချင်တဲ့အာရုံကို ပုံဖော်၊

(၂) ပုံပေါ်လာတဲ့အခါ အာရုံနဲ့စိတ် တစ်ထပ်ထဲကပ်နေအောင် ကပ်ပေးရတယ်၊ အချိန်သူခိုး မဝင်နိုင်အောင် ကပ်ပေးရတယ်၊

(၃) အလုပ်လုပ်နေစဉ်မှာ အာရုံပျောက်မသွားအောင်၊ မပြီးမချင်း ပျောက်မသွားရအောင် ပိုင်နိုင်စွာ ထိန်းပေးရတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

(၄) ဤအာရုံယူနေစဉ်၊ ဤအလုပ်လုပ်နေစဉ်မှာ အခြားမဆိုင်တဲ့အာရုံ ကြားဖြတ်ဝင်မလာရအောင် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရတယ်၊

(၅) အလုပ်လုပ်နေစဉ်မှာ အာရုံယူနေစဉ်မှာ အချိန်အားဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အကြိမ်အားဖြင့်ဖြစ်စေ၊ လုပ်ငန်းပမာဏအားဖြင့်ဖြစ်စေ ကန့်သတ်ချိန်အတွင်းမှာ ရှေ့အသိနဲ့ နောက်အသိ၊ အသိချင်းဆက်စပ်ပေးရတယ်၊ အစ, အလယ်, အဆုံး အကုန်လုံးသိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးရတယ်၊ အဲဒါ သတိလို့ခေါ်တယ်။

သာသနာက နံပတ်တစ်တောင်းတာသူပေါ့၊ ပညာရှိ သတိဖြစ်ခဲဆိုတာလဲဒါပဲ၊ ပညာရှိကြီးတွေတောင်မှ သတိလွှတ်သွားရင် တိမ်းပါးပြီးတော့သွားတတ်သေးတယ်။

သတိကို 'အပ္ပမာဒ'ခေါ်တယ်၊ ဆန့်ကျင်ဘက်ကို (မေ့လျော့ခြင်း)ကို 'ပမာဒ'လို့ခေါ်တယ်၊ ပမာဒဆိုတယ်၊ မေ့တယ်၊ လျော့တယ်၊ ပေါ့တယ်၊ ဆတယ်။

http://www.dhammadownload.com

မေ့တယ်ဆိုတာ ဘာလုပ်ရမှန်းမသိအောင် လုံးဝလမ်းပျောက်တာကို "မေ့တယ်"လို့ခေါ်တယ်၊ မေ့ရင် လူဖျင်းဖြစ်သွားတယ်၊ ဘာမှသုံးမရတဲ့ လူဖျင်းဖြစ်တယ်။

လျော့တယ်၊ ပေါ့တယ်၊ ဆတယ်ဆိုတာ လုံးဝတော့ လမ်းပျောက်မသွားဘူး၊ ဘာလုပ်ရမယ် ဆိုတာတော့ သိတယ်၊ သို့သော် ပြီးစလွယ် အပေါ်ယံ ရှော်ရွှတ်ရွှတ်၊ ဒီလိုပဲလုပ်သွားတယ်၊ အကုန်လုံး ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ချည်းပဲ၊ အဲသလို ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ဖျင်းတော့ မဖျင်းဘူး၊ သို့သော် ညံ့သွားတယ်၊ ဘာမှ အရည်အသွေးမရှိတော့ဘူး။

တရားလဲ အရည်အသွေးမရှိတော့ဘူး၊ စီးပွားလဲ အရည်အသွေး မရှိတော့ဘူး၊ ပညာရေးလဲ အရည်အသွေးမရှိတော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် မေ့ရင် လူဖျင်းဖြစ်မယ်၊ လျော့ရင်၊ ပေါ့ရင်၊ ဆရင် လူညံ့ဖြစ်မယ်။

အပ္ပမာဒဆိုတဲ့ သတိတရားက လူဖျင်းလဲ မဖြစ်ရအောင်၊ လူညံ့လဲမဖြစ်ရအောင် အရည် အသွေးမှီတဲ့ စိတ်အေးစရာစွမ်းအားကို တကယ်ရ

http://www.dhammadownload.com

နေတဲ့ လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ခွင့်ရအောင် သူ့အကုန်လုံး ဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သတိလွှတ်သွားရင်

သတိလွှတ်သွားရင် ပမာဒ၊ ပမာဒဟာ မေ့တာ၊ မေ့တယ်ဆိုတာက အားမနာတမ်း တရားစကားနဲ့ပြောရင် အရူးလေးဖြစ်သွားတာ၊ တစ်မိနစ်သတိလွှတ်နေရင် တစ်မိနစ်အတွင်းမှာ အရူးလေးဖြစ်လို့နေပြီ၊ စိတ်ကတွေးတာလဲ မမှန်တော့ဘူး၊ ပါးစပ်ကပြောတာလဲ မမှန်တော့ဘူး၊ ကိုယ်အမူအရာနဲ့လုပ်တာလဲ ဘာမှ လမ်းမမှန်တော့ဘူး။

တစ်နာရီသတိလွှတ်နေရင် တစ်နာရီအတွင်းမှာ စိတ်ကူးက တောတွေးတောင်တွေး၊ တောပြေးတောင်ပြေးနဲ့ အစီအစဉ်ကင်းမဲ့နေမယ်ဆိုရင် တစ်နာရီအတွင်းမှာ အရူးလေးဖြစ်လို့နေပြီ။

တစ်ခါတစ်ရံ အိမ်ထဲမှာပေါ့၊ အိမ်ထဲ ဟိုနားသည်နားသွားရင်းနဲ့ ခလုတ်တိုက်တယ်၊ "ဟယ် . . .

http://www.dhammadownload.com

ငါနေ့စဉ်သွားနေကျ အိမ်ထဲမှာတောင် ခလုတ်တိုက်လောက်အောင် အရူးလေးဖြစ်နေပါပြီကော" လို့ သိရမယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ ခေါင်းနဲ့ ဟိုဆောင့်မိ၊ ဒီဆောင့်မိ၊ "ဟယ်... ငါအိမ်ထဲမှာနေ့တိုင်းသွားနေကျနေရာချည်းပဲ၊ နေ့တိုင်းသွားနေကျတောင် ခေါင်းနဲ့ ဟိုဆောင့် ဒီဆောင့်ဖြစ်ရလောက်အောင် ငါ အရူးလေးဖြစ်နေပြီပဲ"

"ဘယ့်နှယ်၊ ချက်နေကျထမင်းတောင် ငါ တူးအောင်ချက်တတ်တယ်ဟယ်၊ ငါ အရူးလေးဖြစ်နေပြီ" (ဒါမျိုးပေါ့)

အိမ်ထဲမှာလုပ်နေကျအလုပ်တွေ၊ သွားနေကျနေရာတွေတောင်မှ သတိလွတ်သွားရင် တိမ်းပါးချွတ်ချော်သွားတယ်၊ အဲဒါကိုပဲ အရူးလေးဖြစ်တယ်တဲ့၊ အရူးလို့တော့ မပြောသေးဘူး၊ "လေး"ထည့်ထားတယ်၊ သို့သော် အဲဒီအရူးလေးတွေ ထပ်သွားရင် အရူးကြီးလဲ မဖြစ်ဖူးလို့ မဆိုနိုင်ဘူးပေါ့၊ ဒါကြောင့် သတိလွတ်ရင် အရူးလေးဖြစ်တာ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သူငယ်မပြန်ရလေအောင်

အဖွားကြီးတစ်ယောက် တွေ့ဖူးတယ်၊ အသက် (၉၉)နှစ်ရှိပြီ၊ အသက်ရှည်တယ်ဆိုတော့ ရပ်ဝေးကရောက်လာကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များက လေးလေးစားစားပေါ့လေ၊ အဖွားအတွက် လက်ဆောင်တွေပေးကြ၊ စကားပြောကြ၊ မေးကြ၊ မြန်းကြ၊ တချို့ကလဲ ပြန်ကာနီး ကန်တော့ကြတယ်ပေါ့။

တချို့ကလဲ "အဖွား...ဘာများလိုသေးလဲ၊ လိုတာရှိရင်ပြောပါ"ဆိုတော့ အဖွားက ဘာပြန်ပြောတယ်မှတ်လဲ။

"နားဆွဲလေးဝယ်ပေးပါကွယ်၊ မိတ်ကပ်လေးတွေ ပေါင်ဒါလေးတွေလဲ မမေ့ပါနဲ့ကွယ်၊ ဒါလေးလဲ ဝယ်ပေးပါအုန်းကွယ်"

အဲသလိုပြောပြီး ဟက်ဟက်ပက်ပက် ရီချလိုက်တယ်၊ ရီရာက ချက်ခြင်း ချုံးချငိုချလိုက်တယ်၊ အဲသလိုဆိုတော့ ဘေးကဝိုင်းကြည့်နေတဲ့

http://www.dhammadownload.com

လူတွေ သိသွားပြီ၊ "ဟယ်...အဖွားကြီး သူငယ်ပြန်နေပြီပဲ"

သူငယ်ပြန်တယ်ဆိုတာ နားကြားကောင်းအောင်ပြောတာ၊ အမှန် တိုက်ရိုက်ပြောလိုက်တော့ (အားမနာတမ်းပြောလိုက်တော့) "ဩော်... အဖွားကြီး၊ အသက်ကိုးဆယ်ကျော်မှ ရူးနေပါပြီကော"လို့ ပြောတာပါပဲ။

သူ(အဖွားကြီး)ပြောတာ ဟုတ်မှမဟုတ်ပဲနဲ့၊ သူ့စိတ်ကတွေးတာလဲ တစ်ခုမှ လမ်းမမှန်တော့ဘူး၊ သူ့ပါးစပ်ကပြောတာလဲ သူပြောရမယ့်စကားတွေမှ မဟုတ်ပဲ၊ သူလုပ်ရမယ့်အလုပ်တွေမှ မဟုတ်ပဲ၊ ဒီလို လမ်းတိမ်းသွားတာဖြစ်လို့ သတိလွတ်ပြီး အရူးလေးဖြစ်တာ။

ဒါကြောင့် အရူးလေးမဖြစ်ရအောင်လို့ သတိပဋ္ဌာန်အလုပ်တွေကို အခုလို ရိပ်သာအတွင်းမှာ အချိန်ယူပြီးတော့လဲ ကြိုးစားနေကြရတယ်၊ အချိန်ယူကြိုးစားရင် အိမ်ပြန်သွားတော့လဲ တရားကို ရိပ်သာထဲ ပစ်မထားခဲ့ရဘူး၊ အိမ်အထိ သယ်ဆောင်သွားရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

အိမ်အထိ သယ်ဆောင်ပြီးတော့ အချိန်ယူပြီး ကြိုးစားတဲ့အခါ လဲ ကြိုးစား၊ မလွှဲသာမရှောင်သာ ခန္ဓာဝန်ထမ်းဆောင်တဲ့အလုပ် လုပ်ပြီဆိုရင်လဲ ချိန်သီးကိုတော့ ဖြုတ်မပစ်နဲ့၊ မှီတဲ့နေရာက တပ်သာထား၊ အဲဒါ စိတ်အေးစရာသာသနာ ဖြစ်မယ်၊ ဘယ်တော့မှ အရှုံးလေးလဲမဖြစ်ပါဘူး၊ တစ်ဘဝလုံး စွမ်းအားအပြည့်နဲ့ နေနိုင်မှာပါ။

* * *

သတိ, ပညာချိန်သီး

- **သတိပညာ၊ ချိန်သီးမှာ၊**
  ကောင်းစွာတပ်ထားမှ၊

သတိနဲ့ပညာချိန်သီးကို တပ်ဆင်ထားပါ၊ ပညာဆိုတာ စဉ်းစား နှိုင်းယှဉ် ချင့်ချိန်တွက်ချက် ဆန်းစစ်ဝေဖန်ပေးနိုင်တဲ့ တရားစွမ်းအားကို မြင်အောင်ကြည့်နိုင်တဲ့တရား။

ဆိုကြပါစို့၊ နေ့စဉ်ထမင်းချက်နေတဲ့ ထမင်းအိုးထဲမှာ ဒါနသတ္တိ ဘယ်လောက်ပါဝင်နိုင်မလဲ၊

http://www.dhammadownload.com

သာသနာ့ပညာဓာတ်ခွဲနည်းနဲ့ ဓာတ်ခွဲတတ်တယ်၊ ထမင်းအိုးထဲမှာ သီလစသည် ဘယ်လောက်ပါဝင်နိုင်တယ်၊ သမာဓိသတ္တိ ဘယ်လောက်ပါဝင်နိုင်တယ်၊ ဝိပဿနာသတ္တိ ဘယ်လောက်ပါဝင်နိုင်တယ်၊ ပညာချိန်သီးတပ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ထမင်းအိုးတစ်လုံးကို ဘယ်တော့မှ အလကားအဖြစ်မခံပါဘူး။

ချိန်သီးပြုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ ထမင်းချက်တယ်၊ ကျက်တယ်၊ စားတယ်၊ ကုန်တယ်၊ ကုန်တာပဲပြစရာရှိတယ်၊ ရတာတစ်ခုမှ ပြစရာမရှိဘူး။

ချိန်သီးပြုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များ ထမင်းချက် ရတာဘယ်နှစ်စလယ်ကုန်တာ၊ တစ်နေ့ကို တစ်ပြည်ချက်ကုန်တာ၊ သူက ကုန်တာပဲ ပြောလို့ရတယ်၊ ရတာ ဘာမှပြစရာမရှိဘူး၊ အဲဒါ ချိန်သီးပြုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ ဘဝခန္ဓာထမ်းဆောင်နည်းတွေ။

ဒါကြောင့် ပညာဆိုတာ ထမင်းချက်ပြီဆိုရင် ထမင်းအိုးထဲမှာ ဒါနသတ္တိပါဝင်စေရမယ်၊ မိသားစုအချင်းချင်းကျွေးတာ စေတနာထားရင် အလှူပွဲတွေပါလား၊ သရဏဂုံ သီလလုံခြုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို

http://www.dhammadownload.com

လှူတယ်ဆိုတာ သောတာပန်ဖြစ်အောင် အားထုတ်နေတဲ့ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ထဲမှာ ပါတယ်လို့ ဘုရားက ဟောထားတာပဲ၊ နေ့စဉ်နေ့စဉ် အိမ်ထဲမှာရှိနေတဲ့ မိသားစုတွေ၊ သရဏဂုံ သီလလုံခြုံတဲ့ မိသားစုတွေကို လှူနေရတယ်ဆိုတာ တကယ့်အလှူပွဲကြီးတွေပဲ။

မနက်ပိုင်း ဘုရားဆွမ်းကပ်တယ် စတဲ့ ဥစ္စာတွေပါဝင်ပြန်တော့ အလှူတွေပဲ၊ ထမင်းအိုးထဲ ဟင်းအိုးထဲ ဒါနသတ္တိတွေအပြည့်ပါတယ်၊ သီလလုံခြုံအောင် ကျင့်သုံးဘို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ စားသုံးကြမယ်၊ ချက်ကြမယ်ဆိုရင် သီလသတ္တိတွေပါတယ်။

ဤထမင်း ဤဟင်းတွေစားကြမယ့် မိသားစုအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေလို့ မေတ္တာလေးပို့ချက်ကြမယ်ဆိုရင် သမာဓိတွေပါနေတယ်၊ သတိ, ဝီရိယတွဲသွားတဲ့အခါ ခဏိကသမာဓိလေးတွေ ရှင်းကနဲရှင်းကနဲ ရလာတာဖြစ်လို့ သမာဓိသတ္တိတွေ၊ ထမင်းအိုးဟင်းအိုးထဲမှာ ပါနေတယ်။

ဝိပဿနာတွေကလဲ မကြည့်တတ်ရင်သာပေါ့၊ ကြည့်တတ်ရင် ရှင်းလို့ပါလား၊ သိတတ်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကလေးတွေနဲ့ သိစရာဆန်က ထမင်းဖြစ်သွားပုံတွေ၊ ထမင်းကနေ အဆင့်ဆင့်စားလို့ ကုန်သွားပုံတွေ သိတတ်တဲ့စိတ်လဲ အငြိမ်မနေ၊ တဖြုတ်ဖြုတ်ပြောင်းကုန်ကြတာပဲ၊ ဆန်ကနေပြီး အဆင့်ဆင့် ထမင်းကျက်လို့ စားလို့ ကုန်သွားသည် အထိ ဘယ်ဟာမှ ဆုပ်ကိုင်ထားလို့မရ၊ ဘယ်ဟာမှ ရပ်တည်နေတာမရှိ၊ တဖြုတ်ဖြုတ်ပြောင်းနေကြပုံလေးတွေ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကစပြီး တစ်စစ ကျက်သွားပုံ, ကျက်လို့၊ စားလို့ ကုန်သွားကြပုံလေးတွေ၊ သိတာရော၊ သိစရာရော၊ နောက်ဆုံး အကုန်ချုပ်ပျောက်သွားတယ်၊ ကြည့်တတ်တော့ ဒါဟာ ဝိပဿနာပဲ။

ဒီလိုဆို ထမင်းအိုးထဲ၊ ဟင်းအိုးထဲမှာ ဒါနသတ္တိ၊ သီလသတ္တိ၊ သမာဓိသတ္တိ၊ ဝိပဿနာသတ္တိတွေ အကုန်ပါတယ်၊ အဲဒီလိုပါအောင် လဲ ချက်ရမှာပါ၊ ပါအောင်ချက်မှ စိတ်အေးစရာ သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံတယ်လို့ ခေါ်ရမှာပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ဉာဏ်မျက်စိဖွင့်ကြည့်လိုက်တော့

ဘုရားလက်ထက်က သာသနာနဲ့ကောင်းကောင်းတွေ့နေတဲ့ ထေရိကာဆိုတဲ့ အိမ်ရှင်မတစ်ယောက်ဟာ အိမ်ထဲမှာနေရင်း ဒါန, သီလ, သမာဓိ, ပညာ တစ်ပါတည်းပါအောင် ယူတတ်တယ်၊ တရားလဲ မကြာ,မကြာနာထားတော့ ယူတတ်တာပေါ့။

ချက်တယ်ပြုတ်တယ်ဆိုရင် ဒါန, သီလ, သမာဓိ, ဝိပဿနာ တစ်ခါတည်းပါအောင်ချက်တယ်၊ နေ့တိုင်း,နေ့တိုင်း မိးဖိုချောင်ယောဂီတစ်ယောက်ဖြစ်ရအောင် လုပ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ချိန်မှာတော့ ဆူပွက်နေတဲ့ ဟင်းအိုးထဲမှာ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေကို ထည့်လိုက်တယ်ဆိုရင်ပဲ လန်းဆန်းနေတဲ့ ဟင်းရွက်တွေဟာ ညှိုးပြီးတော့ ကျက်သွားတယ်၊ အဲဒါကို ပသာဒမျက်စိနဲ့ကြည့်ရုံတင် မပြီးသေးဘူး၊ ဉာဏ်မျက်လုံးပါ ဖွင့်ကြည့်လိုက်တယ်။

"အော်...ခုနက လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ဟင်းရွက်တွေဟာ ရေပူဒဏ်၊ မီးပူဒဏ်ကြောင့် ချက်ခြင်းပြောင်းပြီး ကျက်သွားပြီနော်၊ လောကမှာ ဘာမှလဲမခိုင်မြဲပါလား"လို့ အနိစ္စသဘောကို ရှင်းရှင်းလေးမြင်လာတယ်၊ ပသာဒမျက်စိတွင်မက ဉာဏ်မျက်စိနဲ့ပါ ဖွင့်ကြည့်တာ၊ ချိန်သီးတပ်လိုက်တော့ မြင်တာပေါ့။

* * *

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓာဉာဏ်လှည့်လိုက်တော့

အဲဒါနဲ့ ခန္ဓာဘက် ဉာဏ်လှည့်လိုက်တယ်။

" ဤခန္ဓာကြီးလဲပဲ တစ်နေ့ကို နှစ်ထပ်မက ဆယ်ထပ်ပဲကျွေးကျွေး သင်္ခါရမီးတွေက တဟုန်းဟုန်း၊ ဇရာမီးတွေက တဟုန်းဟုန်း ဟောက်နေတဲ့ ခန္ဓာကြီးပါလား"လို့ ဝိပဿနာမျက်လုံးလေး ဖွင့်ပြီးတော့ကြည့်လိုက်၊ ဉာဏ်သတိနဲ့ စဉ်တန်းကြည့်လိုက်တော့ ရုပ်နာမ်အစဉ်အတန်းကြီး ဉာဏ်ထဲမှာပေါ်လာ၊ သတိနဲ့ ဝီရိယတွဲတွန်းပြီး တော့ကြိုးစားလိုက်တာ (တိုတိုပြောလိုက်တော့) သတိနဲ့ ဝီရိယ အတွဲမှန်သွားရင် ခဏိကသမာဓိ။

http://www.dhammadownload.com

ခဏိကသမာဓိကနေ ရင့်ကျက်တဲ့သမာဓိ၊ သမာဓိအားကောင်းတော့ ဉာဏ်မျက်လုံးဖွင့်လို့ရ၊ ဝိပဿနာအသိအထိ၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာ ဝိပဿနာဉာဏ်ရင့်ပြီး သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ် ဖြစ်သွားတယ်၊ နောက်ပိုင်း သူ့ခင်ပွန်းထံခွင့်တောင်း၊ သာသနာဝင်၊ ဘိက္ခုနီအဖြစ်နဲ့ ဆက်အားထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာတောင်ဖြစ်သွားဘယ်တဲ့၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာ ချက်ရင်းပြုတ်ရင်းနဲ့ မဂ်ဖိုလ်ရတာကတော့ ချီးကျူးစရာအကောင်းဆုံးပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

နောက်ပြန်သွားတဲ့လက်တံ

ထမင်းချက်တာတော့ အိမ်တိုင်းချက်နေကြတာပဲလေ၊ သို့သော် ချိန်သီးမပါသူက များမှာပါ၊ ချိန်သီးမပါတော့လဲ လက်တံတွေက ဘယ်ပုံမှန်လည်ပတ်နိုင်တော့မှာလဲ။

လက်တံဆိုတာ သဒ္ဓါနဲ့ဝိရိယနှစ်ပါးကိုပြောတာ၊ စိတ်ကောင်းကို ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်တဲ့ ယုံကြည်လက်ခံနိုင်တဲ့ သဒ္ဓါတရားနဲ့ စွမ်းအားကို ပေါ်အောင်ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်တဲ့ ဝိရိယတရားရယ်၊ အဲဒီနှစ်ပါးက လက်တံနှစ်ချောင်း။

http://www.dhammadownload.com

ချိန်သီးရပ်ရင် လက်တံလဲရပ်တယ်၊ လက်တံလဲပြုတ်တယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ရပ်လို့မဖြစ်လို့ သွားနေတဲ့ လက်တံတစ်ချောင်းတော့ ရှိတယ်၊ ဝီရိယပေါ့။

စဉ်းစားကြည့်လေ၊ မနက်အိပ်ရာကထလာရင် စိတ်ပါပါ,မပါပါ ဈေးသွားချိန်ကျ ဈေးသွား၊ ချက်ပြုတ်ချိန်ကျတော့ စိတ်ပါပါ,မပါပါ ချက်ပြုတ်၊ စိတ်မပါသော်လဲ ဝီရိယနဲ့တွန်းနေရတာ။

ရုံးသွားချိန်ကျ ရုံးသွားဦး၊ အလုပ်ချိန်ကျ အလုပ်သွားဦး၊ ချိန်သီးတော့မပါဘူး၊ ဝီရိယဆိုတဲ့ လက်တံကြီးကတော့ လည်တာပဲ၊ သို့သော် နောက်ပြန်ပြီးသွားတဲ့ လက်တံကြီးပါလား။

နောက်ပြန်သွားတဲ့လက်တံလို့ပြောရတာက, အိုတဲ့ဘက်၊ နာတဲ့ ဘက်၊ သေတဲ့ဘက်၊ ပူတဲ့ဘက်၊ ဆွေးတဲ့ဘက်၊ ငိုတဲ့ဘက်ကို ပြန်ပြန်ပြီးလာတဲ့ လက်တံကြီး၊ ရှေ့မသွားပါဘူး၊ ချိန်သီးတပ်မှပဲ လက်တံက ရှေ့သွားမှာပါ။

ဒါကြောင့် နေ့စဉ်ချက်ပြုတ်နေတဲ့ အလုပ်တွေထဲမှာ ချိန်သီးတပ်ပေးပါ၊ ခန္ဓာဝန် ထမ်းဆောင်

http://www.dhammadownload.com

တဲ့ အလုပ်တွေကို ချိန်သီးတပ်ပေးပါ၊ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ, လက်တံနှစ်ချောင်းလည်ပတ်ပြီးတော့ ဒါန, သီလ, သမာဓိ၊ ပညာစွမ်းအားတွေကို စာရင်းနဲ့ အင်းနဲ့ တွက်ပြီးတော့ ပေးပါလိမ့်မယ်၊ စိတ်အေး စရာအင်အားတွေ ရအောင်ဆောင်ရွက်ပေးပါ လိမ့်မယ်။

* **သတိပညာ၊ ချိန်သီးမှာ၊**
  ကောင်းစွာတပ်ထားမှ၊
* **လုံ့လ,သဒ္ဓါ၊ လက်တံမှာ၊**
  မှန်စွာလည်ပတ်ကြ၊
* **လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊**
  စိတ်ထားကောင်းမှရနိုင်ကြ။

* * *

တရားကိုလက်တွေ့မကျင့်သုံးရင်

လူ့စွမ်းအားဆိုတာ စိတ်ထားကောင်းမှ ရပါ တယ်၊ ပိုက်ဆံပေါတိုင်းလဲ ရမှာမဟုတ်ပါဘူး၊ အားတိုင်းလဲရမှာမဟုတ်ပါဘူး၊ သာသနာနဲ့ တွေ့ ကြုံနေကြတော့ စိတ်အေးစရာရကြမှာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

နိုင်ငံခြားသားတွေ ကျောင်းရောက်လာတဲ့ အခါ သူတို့ ပြုံးပြုံး,ပြုံးပြုံးနဲ့ ပြောတတ်တဲ့ စကားလေးက "မြန်မာအမိကထွက်ကုန်ပစ္စည်း ဟာ တရားပဲ၊ မြန်မာ့အမိကထွက်ကုန်ပစ္စည်းဟာ သတိပဋ္ဌာန်တရားပဲ၊ မြန်မာ့အမိကထွက်ကုန် ပစ္စည်းဆိုတာ ဝိပဿနာတရားပဲ"

"သူတို့မှာ ပိုက်ဆံရှိတယ်၊ ပစ္စည်းရှိတယ်၊ ဒါပေမယ့် မချမ်းသာဘူးတဲ့၊ ပူလောင်တယ်တဲ့၊ ပူလောင်တော့ နှလုံးသားအေးချမ်းစေနိုင် တဲ့အရာ ဘာလဲဆိုတော့ တရားပဲရှိတယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်, ဝိပဿနာတရားပဲရှိတယ်၊ ဒီတရားဘယ်သွားရှာ မတုန်း၊ ရှာကြည့်လိုက်တော့ မြန်မာပြည်မှာအပြည့် အစုံရှိသတဲ့၊ အဲသလိုကြားလို့ မြန်မာပြည်ကို လာခဲ့ကြတာတဲ့, နှလုံးသားကို အေးချမ်းစေနိုင်တာ တကယ်တော့ တရားပဲရှိတယ်လို့" သူတို့ ပြုံး ပြုံး,ပြုံးပြုံးနဲ့ ပြောတတ်ကြတယ်။

သူတို့လက်ထဲမှာ ရုပ်ပစ္စည်းတွေ အပြည့်အစုံ ရှိတယ်၊ ချိန်သီးလေးပြုတ်နေတော့ (တရားနဲ့ မြှင့်တင်မပေးတော့) ရှိတာတွေက ကိုယ့်ကိုပြန်ပြီး ခြိမ်းချောက်၊ ရှိတာကြောင့်မို့ ပူနေရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဟယ်...ဒို့မှာ ပိုက်ဆံလဲရှိရဲ့သားနဲ့၊ ပူလောင်လှချည်လား၊ ဒို့ တစ်ခုခုတော့လိုနေပြီ"လို့ စူးစမ်းကြည့်လိုက်တော့...

"အော်...တရားလိုသေးတယ်၊ တရားမှလက်တွေ့မကျင့်သုံးရင်ဖြင့် ဒို့လူဖြစ်တာ အဓိပ္ပာယ်မရှိသေးဘူး"လို့ အဲသလို အမြင်တွေပေါ်လာတော့ မြန်မာပြည်ပြေးခဲ့တာပဲတဲ့၊ အဲသလိုဆိုတော့ ဒကာ, ဒကာမတွေမှာ ပြောစရာမလိုတော့ဘူးလေ၊ ကိုယ့်လက်တစ်ကမ်းမှာ အဆင်သင့်ပါလား၊ ကိုယ်က သုံးဖို့ပဲလိုတော့တယ်။

* * *

မအားတဲ့အလုပ်ကို တရားအလုပ်ပြောင်းလိုက်ပါ

* လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊ စိတ်ထားကောင်းမှရနိုင်ကြ၊
* စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာ၊ ကောင်းစွာတွေ့ဆုံရ၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အေးစရာကောင်းတဲ့ သာသနာတော် မြတ်ကြီးကို တွေ့ဆုံနေရပြီဆိုတော့ ကိုယ်က ချိန်သီးတပ်၊ လက်တံလည်ပတ် ကြိုးစားရုံပဲရှိ တော့တာပေါ့၊ အားချိန်စောင့်လို့တော့ မဖြစ်ဖူး လေ။

အားလို့သေသွားတဲ့လူလဲ တစ်ယောက်မှမရှိ ကြဘူး၊ အားလို့ ဆေးရုံတက်တဲ့လူလဲ တစ်ယောက် မှမရှိကြဘူး၊ ခန္ဓာဝန်ဆိုတာ ခန္ဓာရှိနေသမျှ ထမ်း ရမှာဆိုတော့ အားတဲ့နေ့မရှိဘူး၊ မအားတဲ့အလုပ်ကို တရားအလုပ်လို့ ပြောင်းလိုက်ပါ။

ပြောင်းဖို့ကလဲ နည်းလမ်းတစ်ခုထဲသာ ရှိပါတယ်၊ ချိန်သီးတပ်၊ လက်တံလည်ပါ၊ ဒုက္ခ ထွက်တဲ့အပေါက်ကလဲ မဇ္ဈိမပဋိပဒါတစ်ပေါက် ထဲသာရှိပါတယ်၊ ဒီပြင်အပေါက်တွေက ဘယ် အပေါက်မှထွက်လို့ မရပါဘူး၊ ဝင်ပါတွေချည်းပါ၊ ထွက်ပေါက်က ဝင်ပေါက်ကို ပြန်ပြန်ရောက် တတ်ပါတယ်။

* သတိပညာ၊ ချိန်သီးမှာ၊
  ကောင်းစွာတပ်ထားမှ၊
* လုံ့လသဒ္ဓါ၊ လက်တံမှာ၊
  မှန်စွာလည်ပတ်ကြ၊

http://www.dhammadownload.com

* **လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊**
စိတ်ထားကောင်းမှရနိုင်ကြ၊
* **စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာ၊**
ကောင်းစွာတွေ့ဆုံရ၊

ဒါကြောင့် မဟာမုနိ–မုနိထွတ်ထား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ တပည့်သားသမီးဖြစ်သည့် ငါကဲ့သို့သောလူသားသည်ကား၊ ကော အဒန္တော– အဘာယ်မှာ မလိမ္မာ မယဉ်ကျေးပဲ ရှိရာအံ့နည်း၊ ဒန္တောဝေ–စိတ်အစဉ်အေး၊ ယဉ်ကျေးရမည်သာ လျှင်၊ ဟောတိ–စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊ ကောင်းစွာမသွေ ဖြစ်ရပါပေတော့သတည်း။

* * *

တရားမပါပဲ ဘယ်နည်းနှင့်မှချမ်းသာရာမရ

အဲသလိုဆို ချိန်သီးတပ်ရမယ်၊ ချိန်သီးတပ်ရင် လက်တံလည်ပတ်ပေးမယ်၊ ဘဝခန္ဓာအခက် အခဲကို တကယ်တမ်း ဖြေရှင်းပေးနိုင်မှာကတော့ နောက်ဆုံး တရားကလွဲရင် ဘာတစ်ခုမှမရှိပါ၊

http://www.dhammadownload.com

တရားသည် သတ္တဝါအားလုံးတို့ရဲ့ နောက်ဆုံးလဲ လျောင်းရာလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

လောက၏ လဲလျောင်းရာအားလုံးတို့သည် တက်ထိုင်လိုက်၊ ပြိုကျလိုက်၊ တက်ထိုင်လိုက်၊ လဲကျလိုက်၊ အချိန်စေ့တော့ ပျောက်, ပျောက်ပြီး လဲ,လဲသွားတာပဲ၊ ဘယ်ဟာမှ အမြဲတမ်း လဲ လျောင်းလို့မရပါဘူး၊ နောက်ဆုံးလဲလျောင်းရာ သည် တရားပါ။

တရားရှိလို့ပြုံးတာနဲ့ ပစ္စည်းရှိလို့ပြုံးတာနဲ့ မတူသေးပါဘူး၊ ပစ္စည်းရှိလို့ပြုံးတာက အဆိပ် ပါတယ်၊ လောဘအငွေ့လေးတွေပါတယ်၊ နောက် က ပြန်ရုပ်သိမ်းမယ့် ခြိမ်းခြောက်မှုလဲပါတယ်၊ စိတ်ချလက်ချပြုံးနိုင်သော အပြုံးမဟုတ်၊ အချိန် မရွေး ရှုံ့မဲ့ပြီး ချုံးချငိုနိုင်သောအပြုံးပါ။

တရားရှိလို့ပြုံးတယ်ဆိုတာက နောက်က ခြိမ်းခြောက်မှုမပါ၊ အဆိပ်ငွေ့လုံးဝမပါ၊ သဘာဝ အေးချမ်းတဲ့အပြုံးပါ၊ ဒါကြောင့် စိတ်ချမ်းသာ တယ်။

စိတ်ချမ်းသာတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာလဲပဲ ပစ္စည်း ရှိလို့ စိတ်ချမ်းသာတယ်ဆိုတာက လောဘအငွေ့

http://www.dhammadownload.com

လေးတွေပါတယ်၊ နောက်က ပြန်ရုပ်သိမ်းမယ့် ခြိမ်းချောက်မှုပါတယ်၊ ဒီချမ်းသာမှုသည် အချိန်မရွေး ချိုးချင်နိုင်လောက်အောင် ဒုက္ခပေးနိုင်သေးတယ်။

တရားရှိလို့၊ တရားသိလို့ ပြုံးလို့ပျော်ရတဲ့ ချမ်းသာမျိုးဆိုတာက နောက်က ခြိမ်းချောက်မှုမပါ၊ ပြန်ရုပ်သိမ်းမယ့်ဥစ္စာ ဘာတစ်ခုမှမပါ၊ အဲသလိုဆိုရင် တရားမပါဘဲဘယ်နည်းနဲ့မှ ချမ်းသာရာမရဘူးဆိုတာ သေချာသွားပြီပေါ့။

ပိုက်ဆံရှိရုံနဲ့လဲ လူဟာ မချမ်းသာသေးဘူး၊ ပစ္စည်းရှိရုံနဲ့ မချမ်းသာသေးဘူး၊ တရားပါရှိမှ၊ တရားပါသိမှ လူဟာချမ်းသာမှာ၊ အဲသလို သိမြင်တော်မူကြလို့လဲပဲ အောင်မင်္ဂလာဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၊ အောင်ဓမ္မရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ကိုယ်တိုင်လဲပဲ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်သွားလို့ တပည့်ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတွေကိုလဲ လမ်းကောင်းလမ်းမှန်တွေညွှန်ပြပြီးတော့ ကြိုးစားသွားကြတယ်။

မိမိတို့မှာ စွမ်းအားတွေကို ဆရာကောင်းသမားကောင်းတွေ မှီခိုခွင့်ရလာလို့ ရရှိနိုင်ကြ

http://www.dhammadownload.com

တယ်ပေါ့၊ အဲဒါတွေကို အသုံးချကြရမယ်၊ နောက်ထပ်ကျန်တဲ့အသက်ဟာ တရားအသက်ပဲ ဖြစ်စေရတော့မယ်လေ။

ခန္ဓာအိုတာ အိုပေါ့ကွာ၊ အိုတာ မင်းအလုပ်ပဲကွ၊ ငါ့အလုပ်က သီလ, သမာဓိ, ပညာတရားစွမ်းအားထုတ်မယ်၊ နာတာ နာပေါ့ကွာ၊ နာတာမင်းအလုပ်ကွ၊ ငါ့အလုပ်ကတော့ အရှိအတိုင်းမြင်အောင်ကြည့်ပြီး တရားစွမ်းအားကို အမြတ်ထုတ်မယ်ကွ။

အို . . .သေချိန်ကျတော့ သေပေါ့ကွာ၊ သေတာဟာ ခန္ဓာရဲ့အလုပ်ပဲ၊ မင်းအလုပ်မင်းလုပ်တာလေ၊ ငါကတော့ ငါ့အလုပ်ငါလုပ်မှာပဲ၊ အဲသလို သူ့အလုပ်ကိုယ့်အလုပ်လေး ခွဲကြည့်လို့ရှိရင် ငြိမ်းအေးမှုစွမ်းအားဆိုတာ ရကြမှာ၊ ကိုယ်ကလက်ဦးအောင်လဲ ကိုယ်ပိုင်တရားကို ယူဖြစ်ကြမှာ။

ဒါကြောင့် ကတပုညတံ-ပြုအပ်ပြီးသောကောင်းမှုရှိသည်၏ အဖြစ်ကို၊ ကတပုညတံ-စိတ်အေးစရာသာသနာကြောင့်၊ ကောင်းစွာပွားတိုး၊ လူ့တန်ခိုးကို၊ ပဏ္ဍိတာ-ဘုရားအစရှိသော

http://www.dhammadownload.com

သူတော်ကောင်းတို့သည်၊ ပသံသန္တိ–ကောင်းစွာ မသွေ၊ ချီးမွမ်းတော်မူကြလေကုန်သတည်း။

တရားနာကြရတဲ့ ဓမ္မသာဝနမင်္ဂလာနဲ့ ကောင်းမှုစွမ်းအား မြတ်တရားတွေကြောင့် ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းအားလုံးတို့သည် ဘေးရန်အန္တရာယ်၊ အနှောင့်အယှက်၊ အတားအဆီး၊ အချုပ်အချယ်၊ အရှုပ်အထွေး၊ အပူခပ်သိမ်း၊ ရောဂါခပ်သိမ်း၊ ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ဘွယ်ခပ်သိမ်းတို့မှ လွတ်ငြိမ်းကြပါစေကုန်သတည်း၊ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ၊ ကျက်သရေမင်္ဂလာ အကြံအစည်ကောင်းများ ပြီးစီးထမြောက် အောင်မြင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ကျန်းကျန်းမာမာ၊ ချမ်းချမ်းသာသာ၊ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်၊ အားကိုးစရာ ကောင်းမှုကိုယ်ပိုင်တရားတွေကို အမှိုက်ပုံထဲမှ ရွှေထုပ်ကြီးများ ကောက်ယူနေဘိသကဲ့သို့ နေ့စဉ်မကင်းနိုင်တဲ့ စီးပွားရေး၊ စားဝတ်နေရေး၊ လူမှုရေးစသော ကိစ္စမျိုးစုံ အမှိုက်ပုံထဲမှ သာသနာအသိဉာဏ် သမ္မာဒိဋ္ဌိမျက်လုံးကလေးဖြင့် ဒါန၊ သီလ၊ ဝိပဿနာစတဲ့

http://www.dhammadownload.com

ရွှေထုပ်ကြီးတွေ အိမ်ထဲမှာနေရင်း၊ လုပ်ငန်းခွင်မှာနေရင်း၊ အထုပ်လိုက်၊ အထုပ်လိုက်ရအောင် လိမ္မာပါးနပ်စွာ ကောက်ယူနိုင်လွယ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ကောက်ယူနိုင်လွယ်ကြ၍ အပူပေါလှတဲ့ လူ့လောကကြီးထဲမှာ တရားစွမ်းအား၊ တရားတန်ခိုး၊ တရားအရှိန်အဝါဖြင့် တစ်ဘဝလုံး တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်းစွာနေနိုင်ကြလျက် အို,နာ, သေမှု ဆင်းရဲဒုက္ခအစုစုတို့မှ လွတ်မြောက်ရာ၊ အသခ်တစာတ်၊ နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို လွယ်ကူသော အကျင့် လျှင်မြန်သောအသိဉာဏ်ဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် မျက်မှောက်ပြုလွယ်၊ ရလွယ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

* * *

http://www.dhammadownload.com

လူ့စွမ်းအားဆိုတာ

စိတ်ထားကောင်းမှုရပါတယ်၊

ပိုက်ဆံပေါ်တိုင်းလဲ

ရမှာမဟုတ်ပါဘူး၊

အချိန်အားတိုင်းလဲ

ရမှာမဟုတ်ပါဘူး၊

သာသနာနဲ့တွေ့ကြုံနေကြတော့

စိတ်အေးစရာရကြမှာပေါ့။

တိပိဋကရေ

(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

တရားနာတဲ့အခါ

တရားနာတာတစ်ခုပဲရှုးစိုက်ပါ၊

အဲ့ဒီအသိဟာ

မိမိကို တစ်ချိန်ချိန်မှာ

ကောင်းကောင်းကျေးဇူးပြုမှာ

သေချာပြီးသားပါ။

တိပိဋကဓရ

(ယော)ဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com

☆ မေတ္တာလွှမ်းခြုံ၊ ဘေးရန်လုံ၊
အကုန်ချမ်းသာရ၊

☆ မေတ္တာတရား၊ လူ့စွမ်းအား၊
ထူးခြားမြင့်တက်ရ၊

☆ လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါတို့၊
ကိုးဆယ့်ခြောက်ဖြာ၊ ရောဂါကင်းရှင်း၊
ကိုယ်ချမ်းသာခြင်းရှိကြစေရန်၊

☆ တွင်းပနှစ်တန်၊ ဘေးရန်ကင်းဝေး၊
ငြိမ်းအေးခြင်းရှိကြစေရန်အတွက်

မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား

ဖြင့် လွှမ်းခြုံနိုင်ပါသည်။

တိပိဋကဓရေ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ မှ စီစဉ်နေဆဲ
စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၄၆၅/၉၉ (၈)

http://www.dhammadownload.com

* အိမ်တွင်းမှာနေရင်း...
* ကိုယ်ပိုင်အလုပ် နောက်မဆုတ်ပဲ
* အားထုတ်ကြိုးပမ်း၊ လုံ့လစွမ်းဖြင့်
* ဒုက္ခကိုလွန်မြောက်အောင် ရုန်းကန်နည်း
* နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရား အားထုတ်နည်း
စသည်, စသည်တို့ကို သိရှိလိုပါလျှင်

အိမ်တွင်းမဂ္ဂင် လူ့ကျင့်စဉ်

တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ မှ ဆက်တိုက် ထွက်ရှိလာမည်
စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်–၆၄၆/၉၉ (၁၁)

http://www.dhammadownload.com

သမုဒ္ဒရာ ဝမ်းတစ်ထွာကို အကြောင်းပြု၍

★ ကုသိုလ်ပွားနိုင်အောင်

★ အသိပညာပြည့်ဝအောင်

★ ပိုင်ဆိုင်သောပစ္စည်းများ အဖိုးတန်အောင်

★ မိမိ, သူတစ်ပါး, လောက, သာသနာ

★ ကောင်းကျိုးပြုစွမ်းအားများ

★ ဆောင်ရွက်နိုင်စေမည့်နည်းလမ်းများ

★ ညွှန်ပြထားသော

သမုဒ္ဒရာဝမ်းတစ်ထွာ

တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ မှ ထွက်ရှိလာပါမည်

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၂၉၉/၉၉ (၅)

http://www.dhammadownload.com

★ စိတ်စွမ်းရည်ဆိုတာ တရားကိုမှီပြီး အားထုတ်ကြရတာကြောင့် တရားစွမ်းရည်ဆိုလဲ မှန်ပါတယ်၊

★ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး အဖိုးတန်အောင် အသုံးချဖို့ ဆိုတာကလဲ တရားနဲ့မှီပြီး ထုတ်လုပ်မှ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ အဖိုးတန်ပါတယ်။

စိတ်စွမ်းရည်

တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ မှ ဖြန့်ချိပါမည်

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၆၆၃/၉၄ (၁၁)

http://www.dhammadownload.com

★ အမှောင်ကိုဖြိုခွင်းတတ်သော

★ နေရောင်, လရောင်, မီးရောင်တို့ထက်

★ အဝိဇ္ဇာအမှောင်ကို ဖြိုခွင်းနိုင်သော ပညာအလင်းရောင်က

နေရာမရွေး, အခါမရွေး

အလင်းရောင်ပေးနိုင်ကြောင်း

ဟောကြားထားသော

ပညာလမ်းပြ လူ့အလှ

တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက

(ယော)ဆရာတော်

စီစဉ်နေဆဲ

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ

http://www.dhammadownload.com

☆ သင်္ချိုင်းတရားတံခါးပွင့်၍
☆ ကုသိုလ်ဒါနများပြုလုပ်နိုင်
☆ သီလများကျင့်သုံးနိုင်
☆ သုတပွားများနိုင်
☆ ပညာရယူနိုင်သော ဘ၀၏ အပေါင်း
လက္ခဏာများ ရရှိစေနိုင်သည့်

အပေါင်းလက္ခဏာ

တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

စီစဉ်နေဆဲ
ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ

http://www.dhammadownload.com

* ရှည်လျားလှသော သံသရာခရီး တစ်လျှောက် ခန္ဓာဝန်ထမ်းခဲ့ရသမျှ
* ဘဝဇာတ်ခုံပေါ်တွင် ပုံစံမျိုးစုံဖြင့် သရုပ်ဆောင်ခဲ့ရသမျှတွင်
* တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်၊ အိန္ဒြေရရ၊ သရုပ်ဆောင်နိုင်ကြစေရန်အတွက်

ဘဝဇာတ်ခုံ ပုံစံခုံ

ကို ဖတ်ရှုလေ့လာပါ

တိပိဋကဓရ–ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
(ယော)ဆရာတော်

စိစဉ်နေဆဲ
ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေ

F 9B

http://www.dhammadownload.com

ရွှေစန္ဒာထွန်းစာပေတိုက်တွင်ရရှိနိုင်သောစာအုပ်များ

(၁)မေတ္တာနှလုံးအလှဆုံး (ယောဆရာတော်)
(၂)အဆင်းအတက်လမ်းနှစ်ဖက် ။
(၃)အသိမှန်ကန်အဖိုးတန် ။
(၄)ကုသိုလ်လည်းရ ဝမ်းလည်းဝ ။
(၅)ဆင်းရဲ၏နောက် ချမ်းသာရောက် ။
(၆)စိတ်အေးစရာ သာသနာ ။
(၇)ဗုဒ္ဓဘာသာသိမှတ်ဖွယ်ရာ ဆန်းလွင်
(၈)ဓမ္မဒဿနစာစု ။
(၉)ဘုံစဉ်စံ ဘဝလမ်းပြဒဿန ။
(၁၀)ဒေသစာရီဝေသာလီ ပါရဂူ
(၁၁)ကုသိုလ်ဆောင်ရာ
မြတ်ချမ်းသာ တက္ကသိုလ်သျှင်သီရိ

ဆက်လက်ထွက်ရှိလာမည့်စာအုပ်များ

(၁)မေတ္တာတရားလှူ့စွမ်းအား (ယောဆရာတော်)
(၂)အိမ်တွင်းမဂ္ဂင်လှူ့ကျင့်စဉ် ။
(၃)သမုဒ္ဒရာဝမ်းတစ်ထွာ ။
(၄)စိတ်စွမ်းရည် ။
(၅)ပညာလမ်းပြလှူ့အလှ ။
(၆)အပေါင်းလက္ခဏာ ။
(၇)ဘဝဇာတ်ခုံပုံစံစုံ ။
(၈)ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာနှင့်
စကြဝဠာသီအိုရီ ဦးလှသိန်းထွန်း
(၉)ဘဝလမ်းညွှန် မောင်ကြာညို

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com