http://www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော်

ယခုအလုပ် ယခုလုပ်

တိပိဋကဓမ္မလက်ဆောင်(၆၂)

(ယောဆရာတော်၏ တိပိဋက ငွေရတုလက်ဆောင်)

ဒုတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန

အုပ်ရေ(၁၀၀၀၀)

သာသနာ ၂၅၅၆ ကောဇာ ၁၃၇၄-ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လ ခရစ် ၂၀၁၂-ခု၊ ဩဂုတ်လ

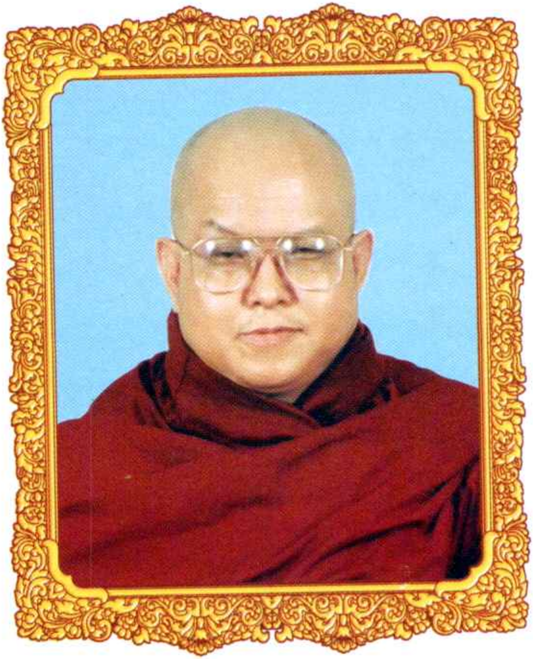
http://www.dhammadownload.com

နေကောင်းရဲ့လား

- တရားမပါ၊ နေကောင်းတာ၊
  လွန်စွာ တန်ဖိုးပျက်။
- တရားတွဲကာ၊ နေခက်တာ၊
  မှန်စွာ ·တန်ဖိုးတက်။
- နတ်ဘဝမှာ၊ နေကောင်းပါလဲ၊
  သတိနည်း၊ ချွတ်လွဲ ကုသိုလ်ခက်။
- လူ့ဘဝမှာ၊ နေခက်ပါလဲ၊ သတိမြဲ၊
  ထူးကဲ ကုသိုလ်တက်။
- နေကောင်းဖို့ရာ၊ မပြင်ပါ၊
  ပြင်တာ သုံးဖို့တွက်။
- အသုံးတတ်က၊ ကိုယ်ပိုင်ရကာ၊
  အနှစ်ပါ၊ နေသာထိုင်သာဖြစ်။
- နေကောင်းရဲ့လား၊ လူ့စကားကို၊
  တရားတွဲကာ၊ ဖြေဆိုပါ၊
  မှန်စွာ အဖြေစစ်။

တိပိဋကဆယာဆရာတော်

http://www.dhammadownload.com



အရှင်သိရိန္ဒာဘိဝံသ (ယောဆရာတော်)

တိပိဋကဓရ၊ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက

http://www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

ယခုအလုပ် ယခုလုပ်

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၆၂)

(ယောဆရာတော်၏ တိပိဋကငွေရတုလက်ဆောင်)

ဒုတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန

အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

သာသနာ	ကောဇာ	ခရစ်
၂၅၅၆	၁၃၇၄ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လ	၂၀၁၂-ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၃၂၀၀၀၄၁၂၀၉
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်- ၆၀၀၂၂၀၀၅၁၀
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ခင်အေးမော် (ဝ၆၀၂၄)
ဂုဏ်သိရိပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ် ၅၂၊ လမ်း ၃၀၊
ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း - ၀၉၅၀၀၂၅၇၅
ထုတ်ဝေသူ - ဦးကျော်ဟင်း (ယုံကြည်ချက်စာပေ)
အုပ်ရေ - ၁၀၀၀၀
တန်ဖိုး - ဓမ္မဒါန
အကြိမ် - ဒုတိယအကြိမ်

ထုတ်ဝေသည့်စာအုပ် ကတ်တလောက်အညွှန်း(CIP)

၂၉၄.၃

တိပိဋက၊ ဃောသာရာတော်
ယခုအလုပ် ယခုလုပ် / တိပိဋကဃောသာရာတော်။ - ရန်ကုန်၊
ယုံကြည်ချက်စာပေ ၊ ၂၀၀၉ ။
၁၀၆ - စာ ၊ ၉ . ၅ × ၁၂ စင်တီ ။
(၁) ယခုအလုပ် ယခုလုပ်

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

၁။ ယခု ယခု ကုသိုလ်ပြု ၁
၂။ အချိန်ကိုလု အမြန်စု ၁၃
၃။ ဓားပြ ၃-ယောက် တစ်ကောက်ကောက် ၂၂
(က) အိုတာက ခါးပိုက်နှိုက် ၂၇
(ခ) နာတာက ဓားပြတိုက် ၃၁
(ဂ) သေတာက အကြမ်းဖက် ၄၀
(ဃ) လောဘက ခါးပိုက်နှိုက် ၄၆
(င) ဒေါသက ဓားပြတိုက် ၅၁
(စ) မောဟက အကြမ်းဖက် ၅၅
၄။ အလုပ်မရှိ အလုပ်ရှာ ၆၀
၅။ နေကောင်းရဲ့လား ၇၃

http://www.dhammadownload.com

တိပိဋက ယောဆရာတော်၏

ယခုအလုပ် ယခုလုပ်

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၆၂)

နမော ဓမ္မသာမိနော

၁။ ယခု ယခု ကုသိုလ်ပြု

အပ္ပမာဒံ ပသံသန္တိ၊ ပုညကိရိယာသု
ပဏ္ဍိတာ။

(သံ ၁ - ၈၇၊ ဋ္ဌတိ - ၂၀၆)

- ပစ္စုပ္ပန်သာ၊ ရောက်ဆဲမှာ၊
  မှန်စွာ အဖိုးအတန်ဆုံး။
- ပြုလုပ်ဆဲသာ၊ အလုပ်မှာ၊
  မှန်စွာ အရေးအကြီးဆုံး။
- ရောက်ဆဲလုပ်ဆဲ၊ သတိစွဲ၊
  အမြဲ တွင်အောင်သုံး။
- မသုံးမီကာ၊ အပူရ၊
  ဘဝနှာ၍ အခွင့်ရှုံး။
- အချိန်ကိုထိန်း၊ အပူငြိမ်း၊
  တွက်ကိန်း အကိုက်ဆုံး။
- တရားကျင့်သုံး၊ ရှင်ပြုံးအေးမြ၊
  လူ့ဘဝ၊ ထူးလှအမြတ်ဆုံး။

http://www.dhammadownload.com

▩ ယခု ယခု၊ ကုသိုလ်ပြု၊ ကောင်းမှုရအောင် အမြဲကျုံး။

ဘုန်းကြီးအိုကြီးက ၁၃၄၆-ခုနှစ်တုန်းက တိပိဋကပြီးခဲ့တာဆိုတော့ ယခု ၁၃၇၁-ခုနှစ်မှာ ၂၅-နှစ်ပြည့်ပါပြီ။ ငွေရတုနှစ်ပေါ့။ အသက်ကလဲ ၆၇-နှစ်ရောက်လာပါပြီ။ ၆၇ ဆိုတာ သတိနှစ်ပါပဲ။ သတိဟာ ယခု ပစ္စုပ္ပန်တိုင်းကို မိအောင်ဖမ်းပြီး အချိန်တိုင်း အဖိုးတန်အောင် အသုံးချနေရတာမျိုးပါ။ ယခုတိုင်း ယခုတိုင်း သတိနဲ့ကုသိုလ်ရအောင် စုဆောင်းပြုလုပ်နေရမှာဖြစ်တာကြောင့် "ယခု ယခု ကုသိုလ်ပြု" "ယခု ယခု ငွေရတု" လို့ဆိုရင်လဲ ဖြစ်နိုင်တာပါပဲ။ စကားလုဖို့ထက် အလုပ်လုဖို့ပဓာနပါ။

http://www.dhammadownload.com

သတိသာ အမြဲရှိနေရင် အမြဲကုသိုလ်ရနေမှာ ဖြစ်လို့ ယခုတိုင်း အဖိုးတန်ငွေရတုချည်းပါ။ ငွေရတုကတော့ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လို့ပြော တာပါ။ အခြားကောင်းတဲ့ နာမည်အမျိုးမျိုးနဲ့ လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

သတိဆိုတာ အလုပ်ပိုင်းမှာအရေးအကြီး ဆုံးဖြစ်တဲ့တရားပါ။ လိုတယ်သာ ရှိတယ်။ ပို သွားတယ်လို့ ဘယ်တော့မှမရှိပါဘူး။ "ပညာရှိ သတိဖြစ်ခဲ" ဆိုတဲ့အတိုင်း ဘဝအသုံးချနည်း ကိုသိထားပြီးဖြစ်တဲ့ ပညာရှိကြီးများတောင် သတိလွတ်နေတတ်ပါသေးတယ်။ ဘယ်သူပဲ ဖြစ်ဖြစ် သတိလွတ်နေရင်တော့ ချွတ်ချော်မှု လစ်ဟင်းမှုတစ်ခုခုဟာ အနည်းနှင့်အများ ရှိ

http://www.dhammadownload.com

တတ်စေပြီ။ သတိဟာ အစွမ်းနိုင်ဆုံး မလွှတ်တမ်း ကိုင်ထားရမယ့်တရား ဖြစ်ပါတယ်။

သတိဆိုတာ အခုရောက်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ကို အမြဲတန်ဖိုးထားရပါတယ်။ ရောက်ဆဲပစ္စုပ္ပန် အချိန်သာ အဖိုးအတန်ဆုံးပါ။ ပစ္စုပ္ပန်တစ်ခုပဲ ချက်ချင်းသက်ငင်းအလုပ်ဖြစ်တာပါ။ လွန်ပြီးတဲ့အတိတ်နှင့် မရောက်သေးတဲ့အနာဂတ်ဟာ စကားပဲ ပြောလို့ရတယ်။ ဘာမှလုပ်လို့ မရပါဘူး။ သတိအမြဲကိုင်ထားနိုင်ရင် တစ်နေ့တစ်နေ့မှာ ပစ္စုပ္ပန်အလုပ်တွေ အများကြီးပြီးသွားနိုင်တယ်။ သေချာတဲ့ပစ္စုပ္ပန်ဟာ အတိတ်က ဟာကွက်ကိုလဲ ဖာထေးဖြည့်စွက်ပေးနိုင်ပါတယ်။ အနာဂတ်ကိုလဲ အားလုံး တာဝန်ယူ

http://www.dhammadownload.com

နိုင်ပါတယ်။

နေ့စဉ် လုပ်နေတဲ့အလုပ်တွေထဲမှာလဲ အခုလုပ်နေဆဲအလုပ်သာ အရေးအကြီးဆုံး ပါ။ အခု လမ်းသွားနေရင် လမ်းသွားတာ အရေးအကြီးဆုံး။ အခု ထမင်းစားနေရင် ထမင်း စားတာ အရေးအကြီးဆုံး။ အခု ထမင်းဟင်း ချက်ပြုတ်နေရင် ချက်ပြုတ်တာ အရေးအကြီး ဆုံး၊ ရေချိုးနေရင် ရေချိုးတာ အရေးကြီးဆုံး၊ အဆင်းအတက်လုပ်နေရင် ဆင်းတာ တက် တာ အရေးအကြီးဆုံး၊ ရုံးအလုပ်လုပ်နေရင် ရုံးအလုပ်လုပ်တာ အရေးအကြီးဆုံး၊ ဘာပဲ လုပ်လုပ် လုပ်နေဆဲအလုပ်သာ အရေးအကြီး ဆုံးပါ။

http://www.dhammadownload.com

အလုပ်တိုင်း သတိနဲ့ အရေးတကြီး ကိုင်တွယ်လုပ်ကိုင်ပေးနိုင်ရင် အလုပ်တစ်ခုဟာ အလုပ်နှင့်တူအောင် စွမ်းအားအပြည့်နဲ့ သပ်သပ်ရပ်ရပ် သေသေချာချာ ပြီးစီးသွားပါတယ်။ အလုပ်တစ်ခုပြီးတာနဲ့ တရားစွမ်းအားပြည့်စုံမှုတွေ တစ်ခါတည်းပါဝင်သွားတယ်။ သတိတစ်ချက်ဟာ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး တမလွန်အကျိုး လောကီအကျိုး လောကုတ္တရာအကျိုး ၂-မျိုးလုံးကို တစ်ပြိုင်တည်း ပြီးစီးသွားစေနိုင်တယ်၊ ၂-မျိုးလုံး တစ်ခါတည်း ပါဝင်သွားနိုင်တယ်လို့ ဘုရားရှင်ဟောကြားထားတာ ရှိပါတယ်။

ကိလေသာကိုနိုင်တဲ့ သီလ- သမာဓိ- ပညာ သိက္ခာ ၃-ပါးဘောင်ဝင်မှ အလုပ်အစစ်

http://www.dhammadownload.com

လို့ခေါ်ပါတယ်။ လှုပ်ရှံလောက်နဲ့ အလုပ်စာ
ရင်း မဝင်ပါဘူး။ အလှုပ်ဟာ အလှုပ်ပါပဲ။
သိကြွာ ၃-ပါးကို သတိနဲ့ထိန်းချုပ်ထားတာပါ။
ကိုယ့်မှာရှိနေတဲ့ သက်မဲ့သက်ရှိတွေဟာ သတိ
မပါရင် ညှော်ပေါင်းသာပေါင်းပြီး အချိန်စေ့တော့
ခွဲခွာကြ ပြန်သွားကြမှာပါ။ သတိပါမှပဲ မခွဲရ
မယ့် အိမ်ရှင်ပေါင်း ပေါင်းခွင့်ရမယ်။ သူတို့
အချိန်တန်လို့ ခွဲခွာကြ, ပြန်ကြပေမယ့် မခွဲ
ခွာရမယ့် ကောင်းမှုတရား ကိုယ့်မှာ ကျန်နေ
ခဲ့မယ်လေ။ ကိုယ်ပိုင်ကျန်ရင် ဘာလုပ်လုပ်
ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ပါပဲ။ ရောက်ဆဲအချိန်တိုင်း
လုပ်ဆဲအလုပ်တိုင်း ကိုယ်ပိုင်စာရင်းတွေ
တစ်ခါတည်း ပါဝင်သွားဖို့ သတိမြဲအောင်

http://www.dhammadownload.com

လျှော့ကျင့်ပေးရမယ်ပေါ့။

ဘာအလုပ်လုပ် ဘာရှိရှိ သတိလွတ်ရင် ဘဝနာတယ်။ အာရုံနှင့်စိတ် တစ်ခုမှမကပ်မိတော့ပဲ အာရုံနှင့်ကိလေသာပေါင်းပြီး ထောင်းထုနှိပ်စက်သမျှ ခံနေရလို့ စိတ်တွေနာကျင်နေတတ်တယ်။ စိတ်နာတော့ ရုပ်ပါနာလာတယ်။ အချိန်တိုင်း အလုပ်တိုင်း ဘဝနာ တိုးပွားနေတော့မှာပဲ။ သတိကပ်ရင် ဘာဝနာပေါ်တယ်။ သတိနှင့်ဝီရိယတွဲမိတိုင်း သမာဓိဉာဏ်ပေါ်လို့ စွမ်းအားတွေချည်းပဲ တိုးနေမှာပါ။ ပြီးတော့ သတိလွတ်ရင် ရကောက်ရောဂါ၊ အနာသည်ပေါ့။ ဘဝနာနှင့် အတူတူပဲ။ သတိကပ်ရင် ယပက်လက်ယောဂီ၊ စွမ်းအားပိုင်ရှင်

http://www.dhammadownload.com

ပေါ့။ ဘာဝနာနှင့် အတူတူပဲ။ သတိလွတ်ရင် ဉာဏ်ပျောက်တတ်လို့ ရှိတာတွေ တန်ဖိုးမဲ့သွားတာကြောင့် ရတာနာတယ်။ သတိကပ်ရင် အဖိုးတန်ဉာဏ်ပေါ်တော့ အရှိအားလုံး အဖိုးတန်တရား ပေါ်လာနိုင်လို့ ရတာနာချည်း ဖြစ်သွားတယ်။

အချိန်ထိန်းကိရိယာ သတိတပ်ဆင်ထားရင် သတိက ကိလေသာနှင့် ရှောင်တိမ်းပေးတာဆိုတော့ အပူလဲ ငြိမ်းအေးတယ်။ ဉာဏ်ပေါ်လို့ တရားရလဒ်မြင်တော့ ဘဝတွက်ကိန်းလဲ ကိုက်တယ်။ စားဝတ်နေရေးနှင့်အတူ တရားဟာ တစ်ပါးတည်း တွဲပါလာတယ်။ စားတော့လဲ သိက္ခာ ၃-ပါး ဘောင်ဝင်သွား

http://www.dhammadownload.com

တော့ တွက်ကိန်းကိုက်တယ်။ ဝတ်တော့လဲ သိက္ခာ ၃-ပါး ပါဝင်ခွင့်ရလို့ တွက်ကိန်းကိုက်တာပဲ။ နေရေးကိစ္စဆောင်ရွက်တော့လဲ သိက္ခာ ၃-ပါးနှင့်တွဲရတော့ တွက်ကိန်းကိုက်တာပါပဲ။ သတိသာရှိရင် ဘာမဆို တွက်ကိန်းကိုက်တယ်။ သတိရှိနေရင် အိုတာ နာတာတောင် အိုခ, နာခ သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာ ပညာ ရနိုင်တယ်။ သိက္ခာ ၃-ပါးရရင် ဒါနလဲ မခက်ခဲတော့ပါဘူး။ အိုလာနာလာတဲ့အခါ ရုပ်ခန္ဓာနဲ့ လှုပ်ရှားပြီး မလုပ်နိုင်ရင်တောင် သတိရှိရင် ဉာဏ်ဖော်ပြီး စိတ်နဲ့တော့ တရားစွမ်းအား ပေါ်အောင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ တကယ်တော့ အိုခြင်း နာခြင်းဆိုတာ တရားရဲ့တွန်းအားပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အိုတာနှင့်နာတာ ခန္ဓာပေါ် ထင်ထင်ရှားရှား တက်ရောက်လာရင် ကုသိုလ်တရားတွေ ခန္ဓာပေါ်က ဆင်းမပြေးရအောင် သတိနဲ့ဆွဲထားရမယ်။ ဘာတွေပဲ ဖြစ်နေဖြစ်နေ ပစ္စုပ္ပန်ရောက်ဆဲအချိန်ဟာ အသေချာဆုံး အလုပ်ချိန်ပဲလေ။ အိုနာဆင်းရဲနှင့်ကုသိုလ်တရား ခန္ဓာပေါ် အတူတွဲနေနိုင်အောင် သတိဉာဏ်နဲ့ ညှိနှိုင်းပေးရမယ်လေ။

http://www.dhammadownload.com

၂။ အချိန်ကိုလူ အမြန်စု

အချိန်သည်လဲ၊ မရပ်ပဲ၊
အမြဲသွားနေ၏။
အရွယ်သည်လဲ၊ မရပ်ပဲ၊
အမြဲကြီးနေ၏။
အမြဲစီးနေ၊ မြစ်ရေပမာ၊
ကိုယ့်ခန္ဓာလဲ၊ မရပ်ပဲ၊
အမြဲပြောင်းနေ၏။

http://www.dhammadownload.com

- မုန္တမြတ်စွာ၊ သာသနာ၊
  တစ်ခါတွေ့ဖို့ ခက်ခဲ၏။
- သတိကိုင်စွဲ၊ မရပ်ပဲ၊
  အမြဲတက်အောင် ကြိုးစားဖြည့်။
- ကိုယ့်ကိုကိုယ်ကယ်၊ မှီသေးတယ်၊
  တကယ်ကြိုးစားကြည့်။
- ပြီးစီးတိုင်းသာ၊ ပြည့်စေရာ၊
  ကောင်းစွာ သတိရှိ။
- အချိန်ကိုလု၊ အမြန်ရု၊
  ကောင်းမှုတိုးမှ စိတ်အေး၏။

အချိန်ကလဲ ဘယ်အခါမှမရပ်ပဲ အမြဲသွား နေတယ်။ အချိန်ကုန်တဲ့နောက်ကို အရွယ်ပါ ပါသွားတာဆိုတော့ အရွယ်ကလဲ ဘယ်အခါမှ

http://www.dhammadownload.com

မရပ်ပဲ အမြဲကြီးနေပါတယ်။ ရပ်နားချိန် လုံးဝ မရှိပါဘူး။ အချိန်, အရွယ်ဆိုတာက ပညတ် စကားပါ။ ပညတ်ဆိုတာ စကားပြောရုံ အလုပ် ဖြစ်ရုံပါ။ ပညတ်လောက်နဲ့ အမှန်လဲ မသိနိုင် ပါဘူး။ အပူလဲ မငြိမ်းနိုင်ပါဘူး။ တကယ် မရပ် မနား ပြောင်းသွားနေတာက ရုပ်နာမ်ခန္ဓာပါ။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေဟာ အမြဲစီးနေတဲ့ မြစ်ရေလိုပဲ မရပ်မနား ပြောင်းလဲသွားနေကြတယ်။

ရေအမြဲစီးနေတဲ့ မြစ်ထဲကိုကြည့်ပါ။ ရေ အမြဲ ရှိနေတာကို မြင်တွေ့ရမယ်။ သတိမထား ပဲ အမှတ်တမဲ့ ကြည့်သူဟာ အရင်တုန်းက ရေတွေပဲ ယခုထိရှိနေသေးသလိုလို ထင်နေ မိတတ်တယ်။ သတိထားပြီး ဉာဏ်နဲ့ကြည့်

http://www.dhammadownload.com

သူကတော့ "မြစ်ထဲမှာ ရေအမြဲရှိနေပေမယ့် အရင်ရေတွေ မဟုတ်တော့ဘူး။ အရင်ရေတွေက အောက်ကို စီးသွားပြီးပြီ၊ နောက်ထပ် အစားထိုး ဝင်ရောက်စီးဆင်းလာတဲ့ ရေကိုပဲ အခုမြင်နေရတာ၊ ရေတိုင်းရေတိုင်း မြစ်ထဲက အမြဲရုန်းထွက်နေကြတယ်၊ အမြဲဖဲ့ခွာနေကြတယ်၊ ဘယ်ရေမှ မြစ်ထဲမှာ အမြဲမနေကြဘူး။ မြစ်ထဲက ဖြတ်သွားရုံလေးပဲ ဖြတ်သွားနေကြတာ" လို့ ခွဲခြားသိတယ်။

ဒါမျိုးလိုပဲ မရပ်မနား ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲနေတဲ့ ကိုယ့်ခန္ဓာအစဉ်ကို ကြည့်တော့လဲ အမှတ်တမဲ့ကြည့်ရင် အရင်တုန်းက ရုပ်နာမ် ခန္ဓာတွေပဲ ယခုထိရှိနေသေးသလိုလို ထင်နေမိ

http://www.dhammadownload.com

တတ်ပါတယ်။ သတိထားပြီး ဉာဏ်နဲ့ကြည့်ရင် " တစ်သက်လုံး ခန္ဓာမှာ ရုပ်နာမ်တွေ အဆက် မပြတ်ရှိနေကြပေမယ့် အရင်ရုပ်နာမ်တွေ တော့ မဟုတ်တော့ဘူး။ အရင်ရုပ်နာမ်တွေက ချုပ်ပျောက်ကုန်ဆုံးသွားပြီးပြီ၊ နောက်ထပ် အကြောင်းသစ်ကြောင့် အစားထိုးဖြစ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်ကိုပဲ အခုတွေ့နေရတာ၊ ရုပ်နာမ်တိုင်း ဟာ ဒီခန္ဓာအစဉ်က အမြဲရုန်းထွက်နေကြ တယ်၊ ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်နဲ့ အမြဲဖဲ့ခွာနေကြ တယ်၊ ဘယ်ရုပ်နာမ်မှ ဒီခန္ဓာအစဉ်မှာ အမြဲ မနေကြဘူး။ ခန္ဓာအစဉ်ပေါ်က ဖြတ်သွားရုံ လေးပဲ ဖြတ်သွားနေကြတာ" လို့ ခွဲခြားသိပါ တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အနှစ်အစိုင် အခိုင်အမာမပါလို့ မခိုင်မြဲတာကြောင့်ပဲ ပြောင်းလဲနေကြတာပါ။ ပြောင်းလဲနေတာကြောင့်ပဲ မခိုင်မြဲတာပါ။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေ မခိုင်မြဲလို့ အဆက်မပြတ်ပြောင်းနေကြတာကိုပဲ အချိန်နဲ့တိုင်းတာပြီး အချိန်သွားတယ်, အရွယ်ကြီးတယ်လို့ စကားအနေနဲ့ တင်စားပြောနေကြတာပါ။ အချိန် အရွယ်လို့ လက်ညှိုးထိုးပြစရာမရှိပါဘူး။ နာရီဟာ အချိန်မဟုတ်ပါဘူး။ အချိန်ကိုတိုင်းတာတဲ့ ကိရိယာပါ။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေက အဖြစ်အပျက်အပြောင်းအလဲမြန်လွန်းတော့ အချိန်ကလဲ သိပ်မြန်ပါတယ်။ အရွယ်ကြီးတာကလဲ သိပ်မြန်လွန်းနေပါတယ်။ သတိမထားရင် ဘာမှ

http://www.dhammadownload.com

မသိရပါဘူး။

အချိန်ထိန်းကိရိယာ တပ်ဆင်ကြိုးစားမှ အချိန်မီ ဘ၀အနှစ် ပေါ်လာမှာပါ။ သတိက ဘယ်အလုပ်မဆို ဘယ်အရာမဆို ဘာမဆို ပြီးတိုင်း ပြည့်စုံအောင် အရေအတွက်တိုင်း အရည်အသွေးပါအောင် ဝီရိယနှင့်တွဲပြီး ထည့်သွင်းဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ ဝီရိယကို သတိနှင့် အမြဲတွဲပေးနိုင်ရင် ဘာလုပ်လုပ် တရားစွမ်းအားတစ်ခုခု ပေါ်လာမှာဖြစ်လို့ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ကယ်ဆယ်နေတဲ့အလုပ်ချည်းပဲ ဖြစ်သွားမယ်။ ကောင်းမှုလုပ်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် အဆိုးကင်းအောင် ကယ်တာ, အကောင်းရအောင် ဆယ်ယူတာဖြစ်လို့ ကယ်

http://www.dhammadownload.com

ဆယ်ရေးအလုပ်ပဲ။ မေတ္တာပို့တာဟာလဲ သတ္တဝါတွေအဆိုးကင်းအောင် ကယ်ပေးတာ, အကောင်းရအောင် ဆယ်ပေးတာပဲ။

ခန္ဓာမှာ ဒုက္ခကိလေသာ အဆိုးဆုံးနှင့် သိက္ခာ ၃-ပါး အကောင်းဆုံးရှိနေတာဆိုတော့ သတိ ဝီရိယတွဲပြီး အဆိုးလွှတ်အောင်ကယ် လို့ အကောင်းပေါ်အောင် ကြိုးစားဆယ်ယူနေရ မယ်။ ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့် တစ်ကြိမ်တစ်ခါတွေ့ဖို့ ကလဲ သိပ်ခက်ခဲ ကိုယ့်အသက်ရှင်ခွင့်ကလဲ အလွန်နည်းနေတော့ အခွင့်ကောင်းမလွှတ်ဖို့ အထူးသတိထားကြိုးစားမှ ဖြစ်မယ်။ ကျား ကြောက်လို့ပြေးနေတုန်း ခွေးဟောင်တာအရေး စိုက်ဖို့မလိုသလို လမ်းမှာတွေ့ရတဲ့ မှုးစေ့ပဲစေ့

http://www.dhammadownload.com

လောက်ကိုလဲ အရေအတွက်ထားနေဖို့ မလို ဘူး။ ဆင်းရဲကြီးကြီးကိုကြောက်ရင် ဆင်းရဲ သေးသေးကို သည်းခံရမယ်, ချမ်းသာကြီးကြီး ကိုလိုချင်ရင် ချမ်းသာသေးသေးကို စွန့်လွှတ် ရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

၃။ ဓားပြ ၃-ယောက် တစ်ကောက်ကောက်

- မသိမသာ၊ ကပ်၍ပါ၊
  အိုတာ ခါးပိုက်နှိုက်။
- ပစ္စည်းကိုလု၊ ခန္ဓာထုကာ၊ နှိပ်စက်ပါ၊
  နာတာ ဓားပြတိုက်။
- အကြမ်းဖက်ကာ၊ ဖျက်ဆီးပါ၊
  သေတာ လောင်၍မြိုက်။
- အို နာ သေရ၊ ရုပ်ဓားပြ၊
  နောက်က အမြဲလိုက်။

http://www.dhammadownload.com

- ဆွေမျိုးယောင်ယောင်၊ မိတ်ဆွေ ယောင်ဖြင့်၊ အယောင်ဆောင်ကာ၊ ကပ်၍ပါ၊ စိတ်မှာလောဘ ခါးပိုက် နှိုက်။
- ချမ်းသာကိုလု၊ စိတ်ကိုထုကာ၊ နှိပ်စက်ပါ၊ စိတ်မှာဒေါသ ဓားပြတိုက်။
- မသိသမျှ၊ ဆင်းရဲရတာ၊ ပူလောင်ပါ၊ စိတ်မှာမောဟ လောင်၍မြိုက်။
- လောဘ-ဒေါသ၊ မောဟတစ်ဖြာ၊ ဓားပြပါ၊ စိတ်မှာလောင်မြိုက် အမြဲ တိုက်။
- ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာ၊ ကောင်းစွာ တွေ့ကြုံခိုက်။

http://www.dhammadownload.com

❋ ပြီးစီးတိုင်းသာ၊ ပြည့်စေရာ၊
ကောင်းစွာ သတိစိုက်။

❋ ဓားပြ ၃-ယောက်၊ တစ်ကောက်
ကောက်သာ၊ လိုက်နေပါလဲ၊ သတိစွဲ၊
ကိုယ်ပဲဦးအောင် ကြိုးစားလိုက်။

မိမိတို့အားလုံးရဲ့ ခန္ဓာမှာ ဓားပြ ၃-ယောက် ဝိုင်းနေပါတယ်။ ဘယ်သူမှ မလွတ်ပါဘူး။ ဓားကိုပြပြပြီး ခြိမ်းခြောက်လုယက်တိုက်ခိုက်တတ်တဲ့လူကို ဓားပြလို့ ခေါ်တာပါ။ စကားအနေနဲ့ ဓမြလို့ခေါ်ကြတယ်။ အဲဒီဓားပြနှင့်တူတာကြောင့် ခန္ဓာမှာရှိနေတဲ့အဆိုး ၃-မျိုးကိုလဲ ဓားပြ ၃-ယောက်လို့ တင်စားခေါ်ထားတာပါ။ ရုပ်ဓားပြက ၃-ယောက် စိတ်

http://www.dhammadownload.com

မားပြက ၃-ယောက်လို့ပဲ ဆိုပါတော့။ အဲ့နာ သေဆိုတာက ရုပ်မားပြပါ။ ရုပ်မှာ ပေါ်လွင် တာကြောင့် ရုပ်မားပြလို့ပြောတာပါ။ ရုပ်နှင့် စိတ်ဆက်စပ်နေတာဆိုတော့ စိတ်မားပြလို့လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ ခန္ဓာ ၅-ပါးလုံးရဲ့ မားပြပါပဲ။ လောဘ ဒေါသ မောဟဆိုတာက စိတ်မားပြ ပါ။ စိတ်မှာပေါ်လွင်တာကြောင့် စိတ်မှာ ယှဉ် တွဲနေတာကြောင့် စိတ်မားပြလို့ ပြောတာပါ။ စိတ်နှင့်ရုပ်ဆက်စပ်နေတာဆိုတော့ ရုပ်မားပြ လို့လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ ခန္ဓာ ၅-ပါးလုံးရဲ့ မားပြ ပါပဲ။

အကြမ်းဖက် ဖျက်ဆီးတာချင်း တူတာ ကြောင့် ၃-ပါးလုံးပေါင်းပြီး မားပြလို့ခေါ်ထား

http://www.dhammadownload.com

တာပါ။ ခွဲပြောရင်တော့ ဒိုသာက ခါးပိုက်နှိုက်၊ နာတာက ဓားပြတိုက်၊ သေတာက အကြမ်းဖက်တာပါ။ စိတ်ဓားပြ ၃-ပါးမှာလဲ လောဘက ခါးပိုက်နှိုက်၊ ဒေါသက ဓားပြတိုက်၊ မောဟက အကြမ်းဖက်တဲ့တရားပါ။

❀❀❀

http://www.dhammadownload.com

(က) "အိုတာက ခါးပိုက်နှိုက်"

အိုတာက ခန္ဓာပေါ်မှာ မသိမသာ ပူးကပ်ပြီး ခြေသံမကြားရအောင် တိတ်တိတ်ကလေးလိုက်နေတာကြောင့် ခါးပိုက်နှိုက်နှင့်တူပါတယ်။ နီးနီးကလေး ခန္ဓာပေါ်ကပ်လိုက်နေပေမယ့် အသံမကြားရတော့ သတိမထားရင်ရှိနေမှန်းမသိရပါဘူး။ အိုတုန်းအိုဆဲ, ပြောင်းတုန်းပြောင်းဆဲမှာ လုံးဝမသိလိုက်ပါဘူး။ ညပိုင်းရောက်လို့ သတိထားပြီး ဉာဏ်နဲ့ဖော်

http://www.dhammadownload.com

ကြည့်လိုက်တော့မှ ပေါ်လာတယ်၊ သိရတယ်။ “ဟဲ့- ငါ့အတွက် ကံကပေးထားတဲ့ အသက်ရှင်ခွင့်တွေထဲက ၁-ရက်လျော့သွားပြန်ပါပေါ့လား၊ ဧရာမီး ၁-ရက်လောင်သွားပြန်ပြီ၊ နောက်ထပ်သေဖို့ တစ်ရက်နီးလာပြန်ပြီလေ”။ တစ်စချင်းဖြုတ်ပြီး နှိုက်သွားလိုက်တာ တစ်ရက်ကုန်တော့ တော်တော်များများပါသွားတယ်။ စဉ်းစားဆင်ခြင်တတ်ရင် တော်တော်ထိတ်လန့်စရာကောင်းတယ်။ အမှန်မမြင်ရ မသိရအောင် မောဟက ဖုံးထားတယ်လေ။

ခန္ဓာအတွင်းမှာလဲ နှပ်ဖျိုတဲ့ အရွယ်တွေ၊ ခွန်အားတွေ၊ လျှင်မြန်ဖြတ်လတ်မှုတွေ၊ ချမ်းသာမှုတွေ တစ်စတစ်စပါသွားအောင် အိုတဲ့

http://www.dhammadownload.com

တရားက မသိမသာကပ်လိုက်ပြီး ဆွဲနှိုက်နေပါတယ်။ ကုသိုလ်ပြုခွင့်ကိုတောင် နှိုက်တတ်တယ်။ ပြုပြီးသား ရပြီးသားကုသိုလ်ကိုတော့ မနှိုက်ပါဘူး။ နှိုက်လဲ မနှိုက်နိုင်ပါဘူး။ ပြုခွင့်ကိုတော့ နှိုက်တတ်ပါတယ်။ "ဦးဘယ်လူ— ကုသိုလ်လုပ်ဦးလေ၊ ကိုယ့်မှာ နောက်ဆုံး အားကိုးစရာ ဒါပဲရှိတာ" ဆိုတော့ "အသက်ကြီးပြီ၊ ထိုင်မကောင်း ထမကောင်း သွားမကောင်း လာမကောင်းနဲ့ ကုသိုလ်မလုပ်နိုင်တော့ဘူး၊ ဘုရားတောင် မှန်မှန်ရှိမခိုးနိုင်တော့ဘူး"လို့ ပြန်ပြောတတ်တယ်။ ခန္ဓာအိမ်ပေါ် အိုခြင်းဆိုတဲ့ခွေး တက်လာတော့ ကုသိုလ်ဆိုတဲ့ ကြောင်ကလေး ခန္ဓာအိမ်ပေါ်က ဆင်းပြေးသွား

တဲ့သဘောပေါ့။ သူက နိုင်လုံတယ် ဟုတ်မှန် တယ်ထင်ပြီး အကြောင်းပြုလိုက်တာ တကယ် တော့ ခါးပိုက်နှိုက်ခံလိုက်ရတာပဲ။ ဟိုဖက်ကို ယူသွားရမယ့် အဖိုးတန် ကုသိုလ်ပိုက်ဆံအိတ် ကြီး ခါးပိုက်နှိုက်ခံလိုက်ရတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

(၁) "နာတာက ဓားပြတိုက်"

နာတာကတော့ ဓားပြတိုက်တာ၊ နာတာကတော့ ခြေနင်းသံတော်တော်ပြင်းလို့ နောက်က လိုက်နေမှန်းသိရတယ်။ နောက်ကနေ "ဟဲ့ဟဲ့ ရပ်ရပ်၊ ပါတာ ရှိတာ အကုန်ပေး၊ မပေးရင် သေသွားမယ်နော်" လို့ လက်နက်ကိုင်ပြီး မြေကြီးကို ဖနောင့်နဲ့ပေါက် အတင်းခြိမ်းခြောက်လိုက်နေတဲ့ ပကတိ ဓားပြ ၁-ယောက်လိုပါပဲ။ သိသိသာသာ ခြိမ်းခြောက်

http://www.dhammadownload.com

နှိပ်စက်ရင်း နောက်ကလိုက်နေတယ်။ ခြေနင်း သံပြင်းတော့ ကိုယ်နာတာလဲ ကိုယ်သိတယ်။ ကိုယ်နာတာလဲ သူသိတယ်။ သူနာတာလဲ သူသိတယ်။ သူနာတာလဲ ကိုယ်သိတယ်။ မသိချင်ယောင်ဆောင်လို့ မရဘူး။ ဟန်ဆောင် လို့မရအောင် ညှင်းဆဲနှိပ်စက်တာပဲ။

နာတဲ့ခြေပြက ပစ္စည်းကိုလှယူတိုက်ခိုက် တယ်။ ခန္ဓာကိုလဲ ထောင်းထုနှိပ်စက်တယ်။ အကြောင်းဖောက်ပြန်လို့ ခန္ဓာပေါ် ပြင်းထန် ဆိုးဝါးတဲ့အနာရောက်လာတော့ မခံမရပ်နိုင် အောင် နာလွန်းတာကြောင့် ဆေးဆရာထံ ဆရာဝန်ထံ သွားပြတယ်။ စမ်းသပ်ပြီး ဆေးကု လိုက်တာ နောက်တစ်ခါကု နောက်ထပ်ပြန်ကု

http://www.dhammadownload.com

နဲ့ ဆေးဖိုးဝါးခ ဆေးကုသစရိတ် ၁၀-သိန်း လောက်ကုန်သွားတယ်။ မဖြစ်မနေ ကြံဖန် ရှာပြီး ၁၀-သိန်းပေးလိုက်ရတယ်။ အနာက စားပြတ်ိုက်တာပါ။ အခြားလူတစ်ယောက် ယောက်က ၁၀-သိန်းလာတောင်းရင် ပေးနိုင် မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အနာစားပြကတိုက်တော့ တောင်းသလောက် ပေးလိုက်ရတယ်။

အနာက ကုရင်း ကုရင်းနဲ့ အမြစ်ပြတ် မပျောက်လို့ ပြန်ပေါ်လာပြန်ရော၊ မခံမရပ် နိုင်အောင် ထပ်နာပြန်ရော။ "ခက်ပြီဟော့... ၊ ဆေးကုရတာ ပိုက်ဆံလဲ ကုန်လှပြီ၊ ရောဂါ ကလဲ မပျောက်ဘူး။ ပြန်ပေါ်လာပြန်ပြီ၊ ဘယ့် နယ်လုပ်တော့မလဲ" ဆိုတော့ အနာက တရား

http://www.dhammadownload.com

သဘောနဲ့ပြောလာတယ်။ "လက်ဝတ်လက်စား အလှုတန်ဆာတွေ အသုံးအဆောင်တွေကို ထုခွဲရောင်းချပြီး ဆက်ကပ်ပါလား၊ ဒါတွေ မဝတ်ဆင်ရလို့ ဘာဖြစ်သေးလဲ၊ ကျန်းမာရေးက အရေးကြီးတာ မဟုတ်လား" တဲ့။ ကြံစရာ ဖန်စရာနည်းလမ်းကလဲ မရှိတော့လို့ လက်ဝတ်လက်စားတွေ ထုခွဲရောင်းချပြီး ဆက်ကပ်ရတယ်။ အနာက ဓားပြတိုက်လိုက်တာ လက်ဝတ်လက်စား အသုံးအဆောင်တွေလဲ ရှိသမျှ ပြောင်စင်အောင် ကုန်ပါရော။ ဒီလက်ဝတ်လက်စားတွေကို တစ်ယောက်ယောက်က လာတောင်းရင်တော့ ပေးနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အနာဓားပြတိုက်တော့ တောင်း

http://www.dhammadownload.com

သမျှ ပေးလိုက်ရတယ်။

အမြစ်မပြတ်လို့ အနာက ထပ်ပေါ်ပြန်ရော၊ မခံမရပ်နိုင်အောင် နာပြန်ရော။ "ခက်ပြီပိုက်ဆံလဲ ကုန်လှပြီ၊ လက်ဝတ်လက်စားလဲ ပြောင်ပြီ၊ အနာကလဲ ပြန်ပေါ်ပြန်ပြီ၊ ဘယ်နှယ့်လုပ်တော့မလဲ" အနာက ပြောလာပြန်တယ်။ တရားသဘောနဲ့ပဲ ပြောတာပါ။ ပါးစပ်နဲ့ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ "အိမ်ကိုရောင်းပြီး ဆက်ကုပါ။ ခွေမျိုးတွေအိမ်သွားပြီး ကပ်ရပ်နေရင်ရပါသေးတယ်၊ မော်တော်ကားရှိတယ် မဟုတ်လား။ ရောင်းလိုက်ပါ။ ကားဟာ ဗွားစီးရင်ရတာပဲ ကျန်းမာရေးက အရေးကြီးပါတယ်၊ ဘာမှမကျန်ချင်နေပါစေ၊ ရှိသမျှ အကုန်ထုတ်

http://www.dhammadownload.com

ရောင်းပြီး ဆေးဆက်ကုပါ၊ ဘာရှိရှိ- မရှိရှိ ကျန်းမာရင် ပြီးတာပဲမဟုတ်လား" တဲ့။ အဲဒါနဲ့ အကုန်ထုတ်ရောင်းပြီး ဆေးကုလိုက်တာ ရှိသမျှ ပြောင်ပါရော။ တော်တော်ဆိုးတဲ့ အနာမားပြပဲ။ ရှိသမျှလဲ အကုန်လုယူသေး၊ ခန္ဓာကိုလဲ မသေမချင်း ရိုက်သတ်သေး၊ စဉ်းစားတတ်ရင် သံဝေဂဖြစ်စရာကြီးပဲ။

ခန္ဓာကိုလဲ ထောင်းထုတယ်။ နှိပ်စက်တယ်။ ကျန်းမာရေးတွေ, ချမ်းသာမှုတွေ, ခွန်အားတွေ လျှင်မြန်ဖြတ်လတ်မှုတွေကိုလဲ လုယက်တိုက်ခိုက်တယ်။ အတင်းလုပြီး ဆွဲယူတယ်။ ကုသိုလ်ပြုခွင့်ကိုတောင် တိုက်တတ်သေး၊ ပြုပြီးရှိပြီးတဲ့ကုသိုလ်ကိုတော့ မတိုက်

http://www.dhammadownload.com

တော့ပါဘူး။ တိုက်လဲ မတိုက်နိုင်တော့ပါဘူး။ ပြုခွင့်ကိုတော့ တိုက်တတ်ပါတယ်။ "ဦး ဘယ်လူ၊ ဒေါ်ဘယ်လူ၊ ကိုဘယ်လူ၊ မဘယ် လူ— ကုသိုလ်လုပ်ဦးလေ၊ ကိုယ့်အားကိုး စရာက ဒါပဲရှိတာ" ဆိုတော့ "နေမကောင်း တာ တော်တော်ကြာပြီ၊ တော်တော် အနေ ရခက်လွန်းလို့ ကုသိုလ်မလုပ်နိုင်တော့ဘူး၊ ဘုရားတောင် ရှိမခိုးနိုင်တာကြာပြီ" လို့ပြန် ပြောတတ်တယ်။ ခန္ဓာအိမ်ပေါ် အနာခွေး ဆိုးတစ်ကောင် တက်လာလို့ ကုသိုလ်ကြောင် ကလေး ခန္ဓာအိမ်ပေါ်က ဆင်းပြေးပြန်ပြီပေါ့။ ဟုတ်တယ်ထင်ပြီး သူက အကြောင်းပြလိုက် တာပါ။ တကယ် စစ်ဆေးကြည့်လိုက်တော့

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်ဟုတ်လို့လဲ။ ဟိုဖက်ကိုယူသွားရမယ့် ကုသိုလ်ပိုက်ဆံအိတ်ကြီး ဓားပြတိုက်ခံရတာ ပဲ။

နေမကောင်းလို့ အိပ်ရာပေါ် လဲလျောင်း နေရတော့ ပြောတတ်တယ်။ "ငါကွယ်--ခဏ ထိုင်ပြီး ဘုရားအာရုံပြုချင်တယ်၊ ခဏထိုင်ပြီး တရားမှတ်ချင်တယ်၊ ထိုင်မှပဲ အာရုံယူလို့ ကောင်းတယ်၊ ငါ့ကိုထိုင်နိုင်အောင် ထူပေး ကြစမ်း" ဆိုတော့ အနားမှာရှိတဲ့လူတွေက "အမေ--လျှောက်လျှောက်မလုပ်နဲ့၊ အဖေ လျှောက်လျှောက်မလုပ်နဲ့၊ ဘုရားအာရုံ မပြု တော့ ဘာဖြစ်သေးလဲ၊ တရားမထိုင်တော့ကော ဘာဖြစ်သေးလဲ၊ ကိုယ့်ကျန်းမာရေးသာ

http://www.dhammadownload.com

ဂရုစိုက်" လို့ပြောတတ်ကြတယ်။ သနားလို့ပဲ ပြောသလိုလို ညှာလို့ပဲပြောသလိုလို၊ တကယ် တော့ ကုသိုလ်ပိုက်ဆံတွေ ဓားပြတိုက်ခံရ တာပါ။

http://www.dhammadownload.com

(၈) "သေတာက အကြွမ်းဖက်"

သေခြင်းတရားကတော့ အကြွမ်းဖက် သမားပါ။ ဘဝရဲ့နောက်ဆုံးချိန်ရောက်မှ သေ ခြင်းတရားနှင့် တွေ့ရမှာဖြစ်ပေမယ့် အိုတာ နာတာဟာ သေဖို့ ဆွဲခေါ်နေသလိုဖြစ်နေလို့ အိုခြင်း နာခြင်းနှင့်အတူ သေခြင်းရဲ့ဆွဲအား ပါနေတာကြောင့် အိုခြင်း နာခြင်းလိုပဲ သေခြင်း လဲ နောက်က တစ်ကောက်ကောက် လိုက် နေသလို စကားသုံးနှုန်းထားတာပါ။ ဟုတ်ပါ

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ မြတ်စွာဘုရားကလဲ“ ဝေဇရာ စ မစ္စုစ၊ အာယုံ ပါရေန္တိ ပါဏိနံ - နွားကျောင်းသားဟာ နွားတွေကို နွားစားကျက်ရှိရာ ရောက်အောင် တုတ်နဲ့ရိုက်မောင်းနှင်နေသလို အိုခြင်းနှင့် သေခြင်းဟာလဲ သတ္တဝါတွေရဲ့အသက်ကို မောင်းနှင်နေကြတယ်” လို့ သေခြင်းတရားက နောက်ကနေ မောင်းနှင်နေသလို စကားသုံး နှုန်းပြီး ဟောကြားထားပါတယ်။

အိုခြင်းတရားဟာ တောအုပ်ထဲရောက် နေသူကို ရိုက်နက်ပြီး မြေကြီးပေါ်တွန်းလှဲ ပစ်တဲ့ ရန်သူနှင့်တူပါတယ်။ ဖြစ်လာတဲ့ ခန္ဓာ ရှိသူတွေကို အားနည်းသွားအောင် ကိုယ့်ဟာ ကိုယ် မလှုပ်ရှားနိုင်တော့လို့ သူများနှင့်ဆက်

http://www.dhammadownload.com

စပ်သွားအောင် သူ့များတွေရဲ့အတွဲ့ အထူ့ အထိန်းနဲ့နေရအောင် ကုတင်ညောင်စောင်း ပေါ် လဲလျောင်းနေရအောင် လုပ်တတ်တာ ကြောင့်ပါ။ အိုလာရင် မလှုပ်နိုင်အောင် အား နည်းလာမယ်။ စားသွားနေထိုင်မှုအားလုံး သူများရဲ့ အကူအညီကို ယူရမယ်။ မလှုပ်နိုင် တော့လို့ ကုတင်ပေါ်မှာ သူများထားသလို တုံးလုံးပက်လက်လဲလျောင်းနေရမယ်။ အညစ် အကြေးတွေထဲ ပေကျံလူးလဲနေရမယ်။ သေ ခြင်းတရားကတော့ မြေကြီးပေါ်လဲကျနေသူ ရဲ့ဦးခေါင်းကို သန်လျက်ဓားနဲ့ဖြတ်ပြီး သတ် ပစ်တတ်တဲ့ ရန်သူနှင့်တူတယ်။ အိုမင်းရင့် ရော်လာရင် အသက်ကုန်ခဲ့ ပျက်စီးသွား

http://www.dhammadownload.com

အောင် လုပ်တတ်လို့ပဲ။ ဒါကြောင့် သေတာ
က အကြမ်းဖက်သမားပါ။

ခန္ဓာကြီးဟာ သေမင်းရဲ့အမိန့်နဲ့ အိုနေရ
နာနေရပါတယ်။ သေမင်းက " ခန္ဓာကို မလှုပ်
နိုင်အောင် ဇရာကြိုးနဲ့ ချည်တုပ်ပြီး ခေါ်လာခဲ့ဖို့"
အိုခြင်းကို မှာထားသတဲ့။ နာခြင်းကိုတော့
"ခန္ဓာကို နာကျင်အောင် ကျိုးပဲ့ပေါက်ပြဲပျက်စီး
အောင် မွှမ်းမေ့လဲသွားအောင် ဗျာဓိတုတ်နဲ့
ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ရိုက်နှက်ညှင်းဆဲပြီး
ခေါ်လာခဲ့ဖို့" မှာထားတယ် ဆိုပဲ။ အဲဒီလိုနဲ့
အိုနာဆင်းရဲတွေက ခန္ဓာကို ဇရာကြိုးနဲ့တုပ်၊
ဗျာဓိတုတ်နဲ့ ရိုက်နှက်ပြီး မရဏထံအရောက်
ခွဲခေါ်သွားကြပါတယ်။ အသက်ကြီးမှ ခေါ်လာ

http://www.dhammadownload.com

ခဲ့ရင် မရဏက "နောက်ကျလွန်းတယ်" လို့ အိုခြင်းနှင့်နာခြင်းကို အပြစ်တင်သတဲ့။ ငယ် ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ခေါ်လာခဲ့ရင်တော့ "အဲဒီလိုမှ ပေါ့ကွ" လို့ ကောင်းချီးပေးတယ်ဆိုပဲ။

ဇရာနှင့်ဗျာဓိက "ဦးမရဏရဲ့သဘော အတိုင်း စီမံပါတော့ခင်ဗျာ" လို့ ခန္ဓာကို မရဏ လက်ထဲအပ်လိုက်တော့ မရဏက "ငါ့လက် ထဲရောက်ရင်တော့ သေဖို့သာပြင်တော့၊ ကြောင်လက်ထဲရောက်တဲ့ ကြွက်လိုပဲ၊ လွတ် လမ်းမရှိတော့ဘူး" လို့ တရားသဘောနဲ့ ပြော လာတယ်။ ဒီတော့ ဝိုင်းတောင်းပန်ကြတယ်။ "ဦးမရဏကြီးခင်ဗျ— အဖေကိုတော့ အသက် ချမ်းသာခွင့်ပေးပါ"။ "မရဘူး မရဘူး အဖေလဲ

http://www.dhammadownload.com

အသေပဲ” တဲ့။ “ဦးမရထာကြီး– အမေကိုတော့ အသက်ချမ်းသာခွင့်ပေးပါ”။ “အို မရပါဘူး၊ အမေလဲ အသေပဲ”တဲ့။ “ဦးမရထာကြီးခင်ဗျ– ဒီဆရာတော်ကြီးကိုတော့ အသက်ချမ်းသာခွင့် ပေးပါ” ဆိုတော့ “ဘယ်သူမဆို ကျုပ်လက်ထဲ ရောက်ရင် သေရုံပါပဲ” တဲ့။ သေတယ်ဆိုတာ ခန္ဓာကို အကြမ်းဖက် ဖျက်ဆီးတာပဲလေ။ ဘယ်သူမှလဲ အသေမလွတ်ပါဘူး။ ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်း ဘယ်တုန်းကမှလဲ အသေမလွတ်ခဲ့ ဖူးပါဘူး။ ခန္ဓာရသူတိုင်းမှာ နောက်ဆုံး အသေ လွတ်တဲ့နည်းလမ်းလဲ မရှိပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

(ဃ) "လောဘက ခါးပိုက်နှိုက်"

လောဘဆိုတာ သမုဒယနာမည်နဲ့ ဘဝသံသရာမှာ သန္တာရင့်လှပြီလေ။ ဒါကြောင့် ဟန်ဆောင်သိပ်ကောင်းတယ်။ မေတ္တာယောင် ဆောင်ပြီး မေတ္တာကို အနီးကပ်ဖျက်ဆီးပစ် နေတဲ့ မေတ္တာရဲ့အနီးဆုံးရန်သူပါ။ သတိထား မှပဲ ရန်သူဆိုတာသိနိုင်မယ်။ သတိမထားရင် လောဘဆိုတဲ့တဏှာနဲ့ ချစ်နေရတာကို မေတ္တာချစ်လို့ ထင်နေမိတတ်တယ်။ အဖိုးတန်

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာကို အနီးကပ်ပြီး ခိုးဝိုက်နိုက်ယူနေတာဟာ လောဘဆိုတဲ့ တဏှာပေါ့။ လောဘတဏှာနဲ့ချစ်တာက တစ်မ်းချစ်၊ မေတ္တာနဲ့ချစ်တာက ဆွေမျိုးချစ် မိတ်ဆွေချစ်ပါ။

သတိထားပြီး ဉာဏ်နဲ့ ခွဲကြည့်တတ်မှ ခွဲခြားသိရမယ်။ လောဘတဏှာနဲ့ ချစ်တာက ပူတယ်။ မေတ္တာနဲ့ချစ်တာက အေးတယ်။ လောဘတဏှာချစ်က ကိုယ့်အတွက် ဦးစားပေးတယ်။ မေတ္တာချစ်က သူ့အတွက် ဦးစားပေးတယ်။ တဏှာချစ်က ခွဲခွာလို့မရဘူး။ မေတ္တာချစ်က ခွဲခွာလို့ရတယ်။ တဏှာချစ်က အကုသိုလ်ဖြစ်လို့ မကောင်းဘူး။ မေတ္တာချစ်က ကုသိုလ်ဖြစ်လို့ကောင်းတယ်။ အဲဒီလို

http://www.dhammadownload.com

ခွဲကြည့်ရင် တစ်ခြားစီပါ။

လောဘဟာ ဆွေမျိုးယောင်ယောင် မိတ်ဆွေယောင်ယောင်နဲ့ အယောင်ဆောင်ပြီး လူ့ဘဝရဲ့ အဖိုးတန်တရားများကို နောက်က နှိုက်ယူနေတတ်တဲ့ ခါးပိုက်နှိုက်ပါ။ သတိလွတ်သလောက်အသိပြတ်ပြီး နောက်က ကပ်လိုက်အမြဲနှိုက်နေတတ်ပါတယ်။ လောဘခါးပိုက်နှိုက်သမျှ နေ့တိုင်းခံနေရလို့ တစ်နေ့ တစ်နေ့မှာ အားကိုးစရာတရားတွေ ပါပါသွားတာများလှပါပြီ။ အမှတ်တမဲ့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ကျွေးမွေးပြုပြင်တော့ လောဘက မသိမသာကပ်ပါလာလို့ ပြီးသွားတိုင်း ဘာတရားမှပေါ်မလာပဲ ပစ္စည်းကုန်ရုံသာ ကုန်သွားပြီး

http://www.dhammadownload.com

"ကုန်ကျ" ဖြစ်သွားတာကြောင့် အားငယ်ရ ပူရတာချည်းပါ။ ပြီးမှပဲ ခါးပိုက်နှိုက်ခံရမှန်း သိရပါတယ်။

သတိမကပ် အသိပြတ်ပြီး ကိုယ့်မိသားစု ကို လောဘသံယောဇဉ်နဲ့ ကျွေးမိပေးမိတော့ ပစ္စည်းသာကုန်သွားလို့ တရားစွမ်းအားပေါ်မလာ တာကြောင့် အားငယ်ရ ပူရတယ်။ "ကုန်ရ" မဖြစ်ပဲ "ကုန်ကျ" ဖြစ်သွားတာကိုး။ ပြီးမှ လောဘခါးပိုက်နှိုက် ဝင်နှိုက်သွားမှန်း သိရ တာပါ။

အလှူပွဲတွေ ကုသိုလ်ပွဲတွေလုပ်တာ တောင် သတိ, ပညာ အစောင့်ချမထားရင် လောဘက ပကာသနအဝါအကြွားတွေ,

http://www.dhammadownload.com

လောကအပျော်အပါးတွေနဲ့ မွေ့နှောက်ဆွဲ နိုက်သွားတတ်တယ်။ ပြီးသွားမှ "အမယ်လေး ကုန်လိုက်တာဗျ" လို့ ညည်းတွားရလောက် အောင် ပူရတတ်တယ်။ ခါးပိုက်နှိုက်ခံလိုက်ရ တာကိုး။ လောဘကြောင့် ပြိတ္တာဖြစ်ရတတ် တယ်။ လောဘက သုဂတိဘဝချမ်းသာကို နှိုက်ယူတတ်တယ်။ လောဘခါးပိုက်နှိုက် အကြောင်း ပြောလို့မကုန်နိုင်ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

(င) "ဒေါသက ဓားပြတိုက်"

ဒေါသက ချမ်းသာအမျိုးမျိုးကိုလဲ အတင်းလုယက်တိုက်ခိုက်, စိတ်ကိုလဲထောင်းထုနှိပ်စက်တတ်တာကြောင့် ဓားပြပါ။ အကြမ်းဖက် ဖျက်ဆီးတတ်တာကြောင့် သူပုန်လို့တောင် ခေါ်လို့ရပါတယ်။ မြို့ရွာအတွင်း အိမ်အတွင်းမှာ လောကပကတိ သူပုန်ဓားပြဝင်ရောက်လာရင် အိမ်ရှင်ကိုလဲ ရိုက်နှက်ညှင်းဆဲတတ်တယ်။ ခန္ဓာမှာဝတ်ထားတဲ့ လက်

http://www.dhammadownload.com

ဝတ်လက်စားတွေရော အိမ်ထဲမှာရှိတဲ့ အဖိုးတန်ပစ္စည်းတွေရော လက်နက်ပြဒြိမ်းခြောက်ပြီး အကုန်လုသွားတတ်တယ်။ နေအိမ်ကိုပါ ပြောင်ခါပြာကျသွားအောင် မီးရှို့ဖျက်ဆီးပစ်တတ်တယ်။ ဒါက ပကတိသူပုန်ဓားပြရဲ့ဆိုးပုံပါ။

ဒါမျိုးလိုပဲ စိတ်ထဲမှာ ဒေါသသူပုန်ဓားပြဝင်လာရင်လဲ အိမ်ရှင်ဖြစ်တဲ့စိတ်ဟာဒေါသရဲ့ ရိုက်နှက်နှိပ်စက်တာကို ခံရပါတော့တယ်။ သူတော်ကောင်းရဲ့သီလ, သမာဓိ, ပညာစတဲ့ အဖိုးတန်ဂုဏ်တွေကို အကုန်လုယက်ဖျက်ဆီးပစ်တတ်တယ်။ သူတော်ကောင်းဂုဏ်တွေ ပျက်စီးသွားတတ်တယ်။ မပြောသင့်တာတွေ

http://www.dhammadownload.com

ပြော၊ မလုပ်သင့်တာတွေ လုပ်မိတတ်တယ်။ စိတ်ရဲ့ မှီရာနေရာ နှလုံးအိမ်နှင့်တကွ ခန္ဓာ အိမ်ကြီးတစ်ခုလုံး ပြောင်ခါပျက်စီးသွားအောင် မီးရှို့ဖျက်ဆီးပစ်တတ်တယ်။ အသက်ပါဆုံးရှုံး ပျက်စီးရတတ်တယ်။ ကိုယ်သာမက သူ့ပါ ပျက်စီးသေဆုံးအောင် ဖျက်စီးပစ်တတ်တယ်။ ဒေါသကြောင့် ပျက်စီးနေရသူတွေ နည်းတာမှ မဟုတ်ပဲ။

ပြီးတော့ သူများကို သေအောင်ဖျက်ဆီး တတ်တဲ့ ဒေါသအကြမ်းစားကြောင့် သံသရာ မှာ အသက်တိုတတ်တယ်။ အသက်ကို လု ယက်တိုက်ခိုက်တတ်တယ်ပေါ့။ သူများကို နာကျင်အောင် နှောင့်ယှက်နှိပ်စက်တတ်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

ဒေါသအလတ်စားကြောင့် ဘဝအဆက်ဆက် အနာရောဂါ ထူပြောတတ်တယ်။ ကျန်းမာရေး ကို လုယူတိုက်ခိုက်တတ်တယ်။ ကိုယ့်စိတ် ထဲတင် တစ်ရှုံးရှုံး စိတ်တိုတတ် စိတ်ဆိုး တတ်တဲ့ဒေါသအနုစားကြောင့် ဘဝများစွာ အကျည်းတန် အရုပ်ဆိုးတတ်တယ်။ တင့် တယ်လှပ ထည်ဝါတဲ့ရုပ်အဆင်းကို လုယူ တိုက်ခိုက်တတ်တယ်ပေါ့။ ဒေါသကြောင့် ငရဲ ရောက်ရတတ်တယ်။ ဒေါသက သုဂတိဘဝ ချမ်းသာကို လုယူတိုက်ခိုက်တတ်တယ်။ ကြီး ကြီးငယ်ငယ် ဘယ်ဒေါသမှ မကောင်းပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

(၈) "မောဟက အကြွမ်းဖက်"

- သတိမပါ၊ ပြီးရုံသာ၊
  ကောင်းတာမပြည့်ဝ။
- သတိတွဲကာ၊ အသိပါ၊
  ပြီးလာသမျှ ပြည့်စုံရ။

မောဟက အကြမ်းဖက်သမားပါ။ မောဟ ဟာ ဒေါသလို အကြမ်းဖက်ဖျက်ဆီးတဲ့ သဘော ရုတ်တရက် မပေါ်လွင် မထင်ရှား ပေမယ့် ဆင်းရဲအပူအဆိုးအားလုံး အမှန်

http://www.dhammadownload.com

မသိတဲ့မောဟက ဖြစ်ဖျားခံတာပါ။ မောဟ ကြောင့် လုပ်သင့်တာ မလုပ်မိတော့ ရသင့် တာတွေ ဆုံးရှုံးနစ်နာရတယ်။ မလုပ်သင့်တာ လုပ်မိတော့ မဖြစ်သင့်တာဖြစ်ရ မလိုချင်တာ တွေ့ရလို့ အပူမဆုံးနိုင်တဲ့ ဆင်းရဲတုံးကြီး ဖြစ် နေတတ်တယ်။ လိုချင်တာ မရတာတွေ မလိုချင်တာရတာတွေအားလုံး မောဟဆိုက ချည်း အကြောင်းခံခဲ့တာဖြစ်လို့ အမှန်မသိတဲ့ မောဟဟာ တကယ်စက်ဆုပ်ရွံရှာစရာကြီးပါ။ တကယ်တော့ မောဟကြောင့်ပဲ မောဟ သဘောကို မသိရတာပါ။ မောဟကြောင့် သေရင် တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ရတတ်တယ်။ သုဂတိ ဘဝချမ်းသာကို အကြွမ်းဖက်ဖျက်ဆီးပစ်

http://www.dhammadownload.com

တတ်တယ်ပေါ့။ မောဟကင်းပြီးတဲ့ရတနာကို မကြာမကြာ အာရုံပြုလို့ မောဟကင်းကြောင်း အပွားဒတရားကို အမြဲလက်ကိုင် ကျင့်သုံးဖို့ အထူးလိုအပ်ပါလိမ့်မယ်။

ဒီ ၃-မျိုးကို စိတ်မှာ ပေါ်လွင်လို့ စိတ်ဓားပြ၊ အိုနာသေ ၃-မျိုးကို ရုပ်မှာ ပေါ်လွင်လို့ ရုပ်ဓားပြလို့ စကားအနေနဲ့ ခွဲပြောရပေမယ့် တရားသဘောအနေနဲ့တော့ ဒီ ၆-မျိုးလုံးပဲ ခန္ဓာ ၅-ပါးကို ဝိုင်းအုံနှိပ်စက်တတ်တာကြောင့် သာမန်အားဖြင့် ခန္ဓာ ၅-ပါးလုံးရဲ့ ဓားပြတွေ ချည်းပါပဲ။ ရုပ်ဓားပြ ၃-မျိုးက ခန္ဓာဒုက္ခဆိုတော့ ရှောင်တိမ်းလို့ မရပါဘူး။ စိတ်ဓားပြ ၃-မျိုး ကတော့ ကိလေသာဖြစ်နေတာကြောင့် ရှောင်

http://www.dhammadownload.com

တိမ်းလို့ ရပါတယ်။ ကိလေသာနှင့်ရှောင်တိမ်းနိုင်ရင် ဒုက္ခအပေါ် ဉာဏ်နဲ့ အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးနိုင်ပါတယ်။

ခန္ဓာရှိနေလို့ ဒုက္ခရှိတယ်။ အိုနာသေရတယ်။ ပုထုဇဉ်ဖြစ်နေလို့ ကိလေသာရှိတယ်။ လောဘ, ဒေါသ, မောဟဖြစ်တယ်။ အို နာ သေ ဒုက္ခဟာ ခန္ဓာရှိနေတာကြောင့် သူ့နိုပ်စက်ချင်သလောက် နိုပ်စက်နေတတ်ပေမယ့် ကိလေသာကိုတော့ သူ့ဖြစ်ချင်သလောက် ဖြစ်ခွင့်ပေးဖို့ မလိုပါဘူး။ သတိနဲ့ အချိန်မရွေး ထိန်းအုပ်ရပ်တန့်ထားလို့ရပါတယ်။ ကိလေသာကို ထိန်းအုပ်ရပ်တန့်နိုင်တာနဲ့ ရှောင်တိမ်းမရတဲ့ ဒုက္ခအပေါ် ဉာဏ်နဲ့အနိုင်ယူနိုင်စမြဲပါ။

http://www.dhammadownload.com

စားပြ ၃-ယောက်သောက မလွတ်သေးပေမယ့် သတိထားရင် ကိုယ်ကလက်ဦးအောင် တရား အနှစ်ဖော်ထုတ်နိုင်ခွင့် ရှိပါတယ်။ သတိရှိရင် ကွဲကွဲပြားပြားရေပါဆိုသလို ဉာဏ်ပါလာတာဖြစ်လို့ သီးသန့်အချိန်ယူလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် ခန္ဓာနှင့်ဆက် စပ်တဲ့အလုပ် လုပ်ရင်းပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာလုပ်လုပ် ပြီးတိုင်းပြီးတိုင်း ပြည့်စုံမှုလဲ ပါလာရပါတယ်။ ပြည့်စုံတယ်ဆိုတာ တစ်ပါတည်း တရားပါ လာရတာကို ပြောတာပါ။ သတိမပါရင် ဘာ လုပ်လုပ် ပြီးရုံပဲပြီးမယ်။ ပြည့်စုံတာမပါဘူး။ သတိပါရင် ပြီးသမျှ ပြည့်စုံတာပါလာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

၄။ အလုပ်မရှိ အလုပ်ရှာ

- သတိမပါ၊ အလုပ်မှာ၊
  ကင်းကွာတတ်လေစွ။
- အလုပ်ကင်းလျှင်၊ အပူဝင်၊
  စွမ်းအင်လုပ်ခ ဆုံးရှုံးရ။
- သတိတွဲကာ၊ အသိပါ၊
  ကောင်းစွာ အလုပ်ရ။
- အလုပ်ရှိလျှင်၊ အပူစင်၊
  စွမ်းအင်လုပ်ခ တိုးပွားရ။

http://www.dhammadownload.com

- သတိတရား၊ အစဉ်ထား၊
  လုပ်အား တိုးတက်ရ။
- နေ့စဉ်ပြုကြား၊ ကိစ္စများ၊
  တရားပါမှ အလုပ်လှ။
- အလုပ်မရှိ၊ အလုပ်ပိ၍၊
  သတိထားကာ၊ အလုပ်ရှာ၊
  မှန်စွာ အလုပ်ရ။
- နှာခိုက်၌ပင်၊ သတိဝင်၊
  ဉာဏ်စင် အလုပ်ရ။
- ယခုအလုပ်၊ ယခုလုပ်၊
  အဟုတ်လက်ငင်း စွမ်းအားရ။

မကြာသေးမီက ဘုန်းကြီးအိုကြီးဆီကို အလုပ်ရှာနေကြတဲ့ နယ်က ဘွဲ့ရလူငယ်တစ်

http://www.dhammadownload.com

စု ရောက်လာကြပါတယ်။ သူတို့က "အရှင်ဘုရား--တပည့်တော်တို့ ဘွဲ့ရလူငယ်တွေပါဘုရား။ အလုပ်ရှာနေကြတာ ကြာပါပြီ၊ ယခုအထိ အလုပ်မရသေးဘူးဘုရား။ အရှင်ဘုရားနှင့်ရင်းနှီးတဲ့ လူကြီးတစ်ယောက်ယောက်များရှိပါသလား။ ရှိရင် တပည့်တော်တို့ အလုပ်ရအောင် ပြောပေးစေချင်ပါတယ်ဘုရား" လို့လျှောက်ကြတယ်။ ဘုန်းကြီးဆီ အလုပ်လျှောက်လွှာတင်တယ် ဆိုရမှာပဲ။

"ဩ ဘုန်းကြီးအိုကြီးနှင့် အလွန်ရင်းနှီးတဲ့ လူကြီး ၁-ယောက်ရှိတယ်ကွဲ့၊ ရင်းနှီးတာမှ အလွန့်အလွန် ရင်းနှီးတယ်၊ အလုပ်လိုချင်ရင် လူကြီးဆီကို ပြောပေးရမှာပေါ့ကွာ၊

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလူကြီးနှင့်က နေ့တိုင်း တွေ့နေရတာကွ"၊ "ဟား--ဝမ်းသာလိုက်တာဘုရား၊ အဲဒီလူကြီးက ဘယ်သူလဲဘုရား"၊ "မြတ်စွာဘုရားပေါ့ကွယ့်" "မြတ်စွာဘုရားက လူကြီးလားဘုရား" "လူကြီးအစစ်ပေါ့ကွယ်၊ ဖွားလာကတည်းက ဇေဌွောဟ မသ္မိလောကဿ = ငါလူကြီးလို့ ကြုံးဝါးခဲ့တာပဲ ကြီးကျယ်တဲ့လူပေါ့၊ ဘုရားဖြစ်လာတော့ အကြီးကျယ်ဆုံးဖြစ်သွားတော့တာပေါ့၊ လူတင်ဘယ်ကမလဲ နတ်ထဲ ဗြဟ္မာထဲမှာလဲ အကြီးကျယ်ဆုံးပဲ တစ်လောကလုံးမှာ အကြီးအကျယ်ဆုံး ဖြစ်တယ်ကွ၊ လူကြီးက "လူတွေ အလုပ်မရှိလို့ အလုပ်လာတောင်းရင် ချက်ချင်းအလုပ်ပေး

http://www.dhammadownload.com

လိုက်ကွာ"လို့ ဘုန်းကြီးအိုကြီးကို မှာထားတယ်၊ အလုပ်လိုချင်ရင် လူကြီးရဲ့အမိန့်နဲ့ပဲ ဘုန်းကြီးအိုကြီးက အခုချက်ချင်း အလုပ်ပေးလိုက်ပါမယ်၊ အလုပ်ခန့်အပ်စာကို အခုပဲ ယူသွားကြပါ"

အဲဒီလိုပြောပြီး ဘုန်းကြီးအိုကြီးရဲ့ ဓမ္မလက်ဆောင်(၁၁)ဖြစ်တဲ့ "ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ခပ်သုတ်သုတ်" ဆိုတဲ့ စာအုပ်ငယ်ကလေးတွေကို ၁-ယောက် ၁-အုပ်စီဝေပေးလိုက်ပါတယ်။ "ရော့ ယူသွားကြ၊ မင်းတို့ ဒီနေ့ကစ အလုပ်ရကြပြီကွ၊ လုပ်ခလဲ သိပ်ကောင်းတယ်လို့ မှတ်ထားကြ" လို့လဲ မှာကြားလိုက်သေးတယ်။ သူတို့အားလုံး ပေးတဲ့စာအုပ်ကိုတော့

http://www.dhammadownload.com

ယူကြတယ်။ ဒါပေမယ့် တစ်ဝါးဝါးနဲ့ အားရပါးရရယ်ပြီး ထပြန်သွားကြတယ်။ ရယ်ပုံကြည့်ရတာ သဘောမကျလို့ရယ်တဲ့ပုံစံမျိုးပါ။ သူတို့ တောင်းတဲ့အလုပ်နှင့် ဒီကပေးတဲ့အလုပ် မကိုက်ညီဘူးနှင့်တူပါရဲ့။ ဟုတ်ပါတယ် တရားဆက်သွယ်ရေး ကောင်းကောင်းမရသေးတဲ့ လောကလူသားဟာ မျက်စိနဲ့ မြင်ရတဲ့ ပိုက်ဆံပစ္စည်းလောက်ကိုပဲ လူ့ဘဝရဲ့လုပ်ခလို့ သတ်မှတ်ဘောင်ခတ်တတ်ပါတယ်။ ကောင်းမှုတရားများမှ ပစ္စည်းလုပ်ခပိုရနိုင်တယ်, ပစ္စည်းလုပ်ခများမှ ကောင်းမှုတရားပိုရနိုင်တယ် ဆိုတဲ့ကွင်းဆက်ကို မြင်အောင်မကြည့်တတ်ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

လူ့ဘဝမှာ အစဉ်အမြဲများနေရ၊ တိုးပွားနေရမယ့်အရာက ကောင်းမှုတရားပါ။ လူ့ဘဝရဲ့ အဓိကလုပ်ခရလဒ်အစစ်ဟာလဲ ကောင်းမှုတရားပါ။ နေ့စဉ်ဘာလုပ်လုပ် ကောင်းမှုတရားပါဝင်မှသာ လုပပတဲ့လူ့အလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ သတိမပါရင် ကောင်းမှုတရားမပါဝင်နိုင်တာကြောင့် ဘာလုပ်လုပ် အလုပ်အစစ်မဟုတ်ဘူး။ အလုပ်ရတယ်လို့ မဆိုနိုင်ဘူး။ မဆုံးနိုင်တဲ့ပစ္စည်းကို လုပ်ခလုပ်နေရင်လဲ ပူလို့ မောလို့ဆုံးနိုင်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ သတိပါမှ ဉာဏ်ဖော်ပြီး ဘာလုပ်လုပ် ကောင်းမှုတရား ပါဝင်နိုင်တာကြောင့် အလုပ်အစစ်ဖြစ်တယ်။ အဆုံးရှိတဲ့ကောင်းမှုတရားကို လုပ်ခပန်းတိုင်လုပ်မှ

http://www.dhammadownload.com

အပူအေးလို့ အမောပြေမယ်။

သတိတရား အစဉ်ထားရင် လုပ်အားတွေ တိုးတက်မြင့်မားလာမယ်။ ကောင်းမှုဘောင်ဝင်မယ်။ နောက်ပိတ်ဆုံး မကျန်းမမာဖြစ်လို့ နေမကောင်းရင်တောင်မှ သတိထားရင် အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ ရုပ်ခွန်အားစိုက်ထုတ်လှုပ်ရှားပြီး မလုပ်နိုင်ပေမယ့် သတိနဲ့ဉာဏ်ကိုဖော်ပြီး စိတ်ထဲတင် ကောင်းမှုတရားပေါ်အောင် လုပ်လို့ရပါတယ်။ သတိဝီရိယတွဲလို့ စိတ်ကိုမြှင့်တင် အားတင်းထားဖို့တော့ လိုလိမ့်မယ်။ ဒါမှ ဉာဏ်ပေါ်ပြီးနာတဲ့ ဒုက္ခကို ဉာဏ်နဲ့အနိုင်ယူနိုင်မှာ ဖြစ်တယ်။ ရောဂါပြင်းလို့ သတိလွတ်ပြီး မေ့မျောသွားရင်တော့ အသိသေသွား

http://www.dhammadownload.com

တော့တာကြောင့် အလုပ်မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။ သတိမလွတ်သမျှ အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

နေမကောင်းခြင်းဆိုတဲ့ နာဒုက္ခ ခန္ဓာမှာ ပေါ်လာတဲ့အခါ တရားတွေထဲမှာ အားအကောင်းဆုံး အရှိန်အဝါအကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ သတိကို မဖြစ်မနေ ဖော်ပေးရမယ်။ နေမကောင်းရင် ရုပ်ခန္ဓာနာကျင်နေတာဖြစ်လို့ မလှုပ်နိုင်တာကြောင့် ရုပ်နဲ့တော့ အလုပ်ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိလေသာနှင့်ရှောင်တိမ်းပေးတဲ့ သတိရှိနေရင် စိတ်နဲ့တော့ အလုပ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားဖန်တီးလို့ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ သတိရှိရင် ဉာဏ်ပေါ်တယ်။ အလုပ်ဖြစ်တယ်။ သိလဲနာ၊ မသိလဲနာဆိုတော့ သတိလက်ထဲ

http://www.dhammadownload.com

အနာကိုအပ်လိုက်ရင် သိနာဖြစ်သွားမယ်။ ဒါဆို နာခ တရားစွမ်းအားတွေ ရနိုင်ပါတယ်။

သတိရှိနေရင် နေ့မကောင်းတာဟာ အလုပ်ပဲ။ "ခန္ဓာကိစ္စတွေ ခဏာရပ်ထားပါဦး၊ ကိုယ်ပိုင်ကိစ္စကို ဦးစားပေးလုပ်ပါ" လို့ တာဝန်ပေးလာတာပါ။ သတိနဲ့ကိလေသာကို ကန့်ခွာထိန်းချုပ်ရောင်တိမ်းပြီး ဉာဏ်ဖော် လိုက်ရင် ဉာဏ်နဲ့နာဒုက္ခအပေါ် အနိုင်ယူ ထားရုံပဲ။ တစ်သံသရာလုံး သူကချည်း ကိုယ့် ကို အနိုင်ယူခဲ့ပြီဖြစ်လို့ ရတနာ ၃-ပါးနှင့် တွေ့ခိုက် ကိုယ်က အနာကို အနိုင်ယူဖို့ ကြိုး စားပေးရမယ်။ ရတနာ ၃-ပါးဆည်းကပ်တာ ဟာ အဆိုးမှန်သမျှကို ကိုယ်ကချည်း အနိုင်

http://www.dhammadownload.com

ယူဖို့ပဲမဟုတ်လား။

သတိကိုဖော်ပြီး ဝီရိယနှင့် တွဲလိုက်ရင် စိတ်ငြိမ်လို့ ဉာဏ်ပေါ်တယ်။ နေမကောင်းတာဟာ အလုပ်ပဲ။ သတိဉာဏ်ထည့်လိုက်ရုံပါပဲ။ သတိ, ဝီရိယ, သမာဓိ, ဉာဏ်ဆိုတဲ့ အပ္ပမာဒတရားဟာ ဗောဇ္ဈင်ဆိုတဲ့ ဆေးစာရင်းဝင်တရားတွေဆိုတော့ သူတို့ဝင်လာရင် စိတ်ဖွံ့ဖြိုးလာတယ်။ စိတ်ဖွံ့ဖြိုးတော့ ဖွံ့ဖြိုးတဲ့ရုပ်ကို ဖြစ်စေတယ်။

အနာပေါ် ဉာဏ်တင်လိုက်တော့ ဒါမှမဟုတ် ဉာဏ်လက်ထဲ အနာကိုအပ်လိုက်တော့ ခန္ဓာရဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသဘောကို လက်တွေ့သဘောပေါက်လာမယ်။ စာဖတ်

http://www.dhammadownload.com

တုန်း တရားနာတုန်းက လက်တွေ့မဟုတ်လို့ သဘောမပေါက်ခဲ့တာတွေ လက်တွေ့ကျတော့ သဘောပေါက်လာမှာပဲ။ နာတာကို နာတယ်လို့ ဉာဏ်နဲ့သိရင် တရားပဲ။ ဆိုးဆိုးကောင်းကောင်း ဘာမဆို ဉာဏ်နှင့်တွေ့သွားရင် တရားအလုပ်ချည်းပဲ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။

ယခုအလုပ် ယခုလုပ်တာကပဲ စိတ်အေးရတယ်။ သတိမေ့သွားလောက်အောင် နာတာမျိုးမဟုတ်ရင် သတိဖော်လို့ရပါတယ်။ နေကောင်းတော့မှ လုပ်မယ်ဆိုရင် မသေချာဘူးလေ။ နေကောင်းရင် ခန္ဓာကိစ္စတွေက အများကြီး လာကြတော့မယ်။ ယခုဆိုတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ဟာ အသေချာဆုံးအချိန်ပဲ။ ယခုအခက်အခဲကို

http://www.dhammadownload.com

ယခုပဲ ဖြေရှင်းထားလိုက်မှ စိတ်အေးရမှာပါ။ နေကောင်းတဲ့အချိန်က အချိန်တစ်မျိုး, နေမကောင်းတဲ့ယခုအချိန်က အချိန်တစ်မျိုးပဲ။ ယခုအချိန်မှာ ယခုအလုပ် လုပ်ထားလိုက်၊ နောက်တော့လဲ နောက်အလုပ်လုပ်ရုံပေါ့။ အလုပ်ဖြစ်သလောက် လုပ်ခရှိတယ်လေ။ သတိလွတ်လောက်အောင် အနာနှိပ်စက်ခံရသူအတွက်တော့ သတိလွတ်ရင် အသိသေပြီဖြစ်လို့ အလုပ်မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

၅။ နေကောင်းရဲ့လား

- တရားမပါ၊ နေကောင်းတာ၊
  လွန်စွာ တန်ဖိုးပျက်။
- တရားတွဲကာ၊ နေခက်တာ၊
  မှန်စွာ တန်ဖိုးတက်။
- နတ်ဘဝမှာ၊ နေကောင်းပါလဲ၊
  သတိနည်း၊ ချွတ်လွဲကုသိုလ်ခက်။

http://www.dhammadownload.com

- လူ့ဘဝမှာ၊ နေခက်ပါလဲ၊
  သတိမြဲ၊ ထူးကဲကုသိုလ်တက်။
- နေကောင်းဖို့ရာ၊ မပြင်ပါ၊
  ပြင်တာ သုံးဖို့တွက်။
- အသုံးတတ်က၊ ကိုယ်ပိုင်ရကာ၊
  အနှစ်ပါ၊ နေသာထိုင်သာဖြစ်။
- နေကောင်းရဲ့လား၊ လူ့စကားကို၊
  တရားတွဲကာ၊ ဖြေဆိုပါ၊
  မှန်စွာ အဖြေစစ်။

လူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် တွေ့ကြတဲ့အခါ အချင်းချင်း အပြန်အလှန် "နေကောင်းရဲ့လား"လို့ မေးတတ်ကြပါတယ်။ မေးနေကျစကားပဲ၊ ဦးဦးဖျားဖျား နှုတ်ဆက်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

မင်္ဂလာစကားပါ။ ကျန်းမာရေးကို တန်ဖိုးထား တဲ့ စကားလဲ ဖြစ်နိုင်တယ်ပေါ့။ အမေးခံရ သူကလဲ "နေကောင်းပါတယ်"လို့ပဲ ဖြေတတ် ပါတယ်။ ဖြေနေကျစကားပဲ။ မေးတော့လဲ ဖြေရုံပေါ့။

တကယ်တော့ "နေကောင်းရဲ့လား" ဆိုတဲ့အမေးကို နတ်သား နတ်သမီးတွေ အတွက်ပဲ မေးဖို့ကောင်းပါတယ်။ နေကောင်း ဖို့ ဦးတည်နေကြတာကပဲ များလို့ပါ။ ကာမ ဘုံသားတွေထဲမှာ ဇိမ်အကျဆုံး သတ္တဝါတွေ လဲ ဖြစ်နေလို့ပါ။ အိုရုပ်လဲ မပေါ်ဘူး။ နတ်သား တွေက အသက် ၂၀ အရွယ်ချည်းပဲတဲ့။ နတ်သမီးတွေက ၁၆ နှစ်အရွယ်ချည်းဆိုပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဒီထက်ပိုပြီး ကြီးရပ် အိုရပ် မပြတော့ဘူးတဲ့။ နာရပ်လဲ မပြဘူးတဲ့။ သေတော့လဲ အလောင်း မကျန်ဘူးတဲ့။ သေရပ်လဲ မပြဘူးပေါ့။ တရား အတွက် တွန်းအားနည်းလွန်းတာကြောင့် ကောင်းပေမယ့် မကောင်းဘူးလို့ ဆိုရမှာပဲ။ ဘဝရဲ့အနှစ်က ကောင်းမှုတရားပဲလေ။ တရား ကလဲ အဆိုးတွန်းအားရှိမှ ရနိုင် တိုးနိုင်တဲ့ အရာမျိုးပါ။

ပြီးတော့ နတ်တွေမှာ စားဝတ်နေရေး ကလဲ ကြောင့်ကြစရာ ဘာမှမရှိ၊ အတိတ် ကံက တစ်သက်လုံး ပြည့်စုံလုံလောက်အောင် ပေးထားပါတယ်။ အသက်ကလဲ ရှည်၊ တွန်း အားကလဲ မရှိ၊ နတ်စည်းစိမ်ကလဲ အလွန်ကြီး

http://www.dhammadownload.com

ကျယ်လွန်းတော့ နေရာအလွန်ဇိမ်ကျတယ် ဆိုရပေမယ့် ဘဝအနှစ်ဖြစ်တဲ့ ကုသိုလ်ရရေး မှာ တွက်ကိန်းမကိုက်ကြပါဘူး။ လူ့စည်းစိမ်နှင့် နတ်စည်းစိမ်ယှဉ်ကြည့်ရင် လူ့စည်းစိမ်က မြက်ပင်ပေါ်က ဆီးနှင်းပေါက်လောက်ပဲရှိတာ ဆိုပဲ။ နတ်စည်းစိမ်က ပင်လယ်ရေမက ကြီး ကျယ်တာတဲ့။ လူ့ပြည်မှာ ဘာမဟုတ်တဲ့စည်း စိမ်သေးသေးမွှားမွှားလေးနဲ့တောင် ကုသိုလ် မေ့တတ်ကြသေးတာဆိုတော့ နတ်ပြည်က တကယ်ကြီးကျယ်တဲ့ စည်းစိမ်နဲ့သာဆိုရင် ပုထုဇဉ်တွေအတွက် ကုသိုလ်တကယ် မေ့ လောက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လဲ ဘုရား အလောင်းတော်ကြီးတွေ နတ်ပြည်ရောက်

http://www.dhammadownload.com

သွားကြတဲ့အခါ ပါရမီဖြည့်ဖို့ မလွယ်လွန်း ခက်ခဲလွန်းတာကြောင့် ဘယ်တော့မှ သက်တမ်းစေ့အောင် မနေကြဘူးတဲ့။ နတ်ပြည်ရောက်လို့ မကြာခင် အမိမှတ္တိမရဏာခေါ်တဲ့ အမိတ္တာန်နည်းနဲ့ နတ်စည်းစိမ်ကို စွန့်လွှတ်ကွယ်လွန်ခဲ့ပြီး လူ့ပြည်ကိုပြန်လာခဲ့တာတဲ့။ ဗြဟ္မာ့ပြည်ရောက်ရင်လဲ ဒီတိုင်းပါပဲ။ ခဏသာနေပြီး လူ့ပြည်ပြန်လာတာပါပဲတဲ့။ ဘုရားလောင်းဆိုတာ နေကောင်းဖို့ မဟုတ်ဘူးလေ။ ပါရမီကုသိုလ်တိုးဖို့သာ အဓိကပဲ။ လူ့ပြည်က ပါရမီကုသိုလ်စုဖို့ အလွန်ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်ဘုံပါ။ ကုသိုလ်ဘုံမှာ ဖြည့်မှပဲ ပါရမီပြည့်နိုင်မှာပါ။

http://www.dhammadownload.com

နတ်တွေကို မေးကြည့်စမ်းပေါ့။ "ကိုနတ်သားတို့ မနတ်သမီးတို့ နေကောင်းကြရဲ့လား" သူတို့က ဖြေပါလိမ့်မယ် "အို ......သိပ်နေကောင်းတာပဲ၊ အသက်ကလဲ ရှည်၊ အဆိုးအာရုံတွေကလဲမရှိ၊ စည်းစိမ်ကလဲကြီးကျယ်၊ စားဝတ်နေရေး သားရေး သမီးရေး ဘာမှ မကြောင့်ကြရ၊ သိပ်ဇိမ်ကျတယ်"။ ဆက်မေးကြည့်ဦးပေါ့ "ဘယ်လောက်ထိ နေကောင်းကြတာလဲဗျ"၊ "ကုသိုလ်မေ့လောက်အောင် နေကောင်းတာပါ" ဒီလိုဖြေကြလိမ့်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ ဒါဆိုရင် ဒီလိုနေကောင်းတာမျိုးဟာ ဘဝအနှစ် ကင်းပျောက်သွားတာဖြစ်လို့ ဘာတန်ဖိုးရှိလို့လဲ။

http://www.dhammadownload.com

လူ့ဘဝဆိုတာ နေကောင်းဖို့ မဟုတ်ဘူး လေ။ ဘဝအနှစ်ကုသိုလ်ပေါ်အောင် အသုံးချဖို့ သာဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝအနှစ်ကုသိုလ်ကလဲ အခိုးအာရုံတွေ များများတွန်းပေးမှ မြန်မြန် များများ ရနိုင်တာမျိုးပါ။ နေမကောင်းမှ ကုသိုလ်များများသတိရတတ်ပါတယ်။ လူတွေ ကိုလဲ မေးကြည့်စမ်းပေါ့ "ဦးလူသားတို့ ဒေါ်လူသားတို့ ကိုလူသားတို့ မလူသားတို့ နေကောင်းကြရဲ့လားဗျ"။ လူတွေက ဖြေပါ လိမ့်မယ် "အို ... တော်တော့်ကို နေမကောင်း ပါဘူး" "ဘာဖြစ်လို့လဲဗျ" "သက်တမ်းကလဲ အလွန်တို့, အခိုးအာရုံတွေကလဲ ပေါ, အို လွယ်, နာလွယ်, သေလွယ်, ဖြစ်လွယ်, ပျက်

http://www.dhammadownload.com

လွယ်, စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေကလဲ ဘာမှ အနိုင် အမာ စုမရ ဆောင်းမရ, မိုးသီးတွေ ကောက် ရင်း ကောက်ရင်း စုရင်း စုရင်းနဲ့ အရည်ပျော် ကျ ပျောက်ကွယ်သွားကြသလို စုရင်း ဆောင်း ရင်းနဲ့ပဲ ရလွယ် ကုန်လွယ် ပျောက်လွယ် ပျက်လွယ် စားဝတ်နေရေး သားရေး သမီးရေး တွေ ကြောင့်ကြရ ပူပန်ရနဲ့ ဘာမှဇိမ်မရှိ, နေမကောင်းတာမှ တော်တော်နေမကောင်း တာပါ"။ လူ့ဘဝနေမကောင်းဘူးဆိုတာ အိပ် ရာပေါ် လူမမာပုံစံနဲ့ တုံးလုံးပက်လက်လဲနေ တာကို ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး။ နတ်တွေလို ဇိမ်မကျတာကို ပြောတာပါ။ ဆက်မေးကြည့် ဦးပေါ့ "ဘယ်လောက်ထိ နေမကောင်းတာ

http://www.dhammadownload.com

လဲဗျ"။ "ကုသိုလ်မမေ့ရဲလောက်အောင် နေမကောင်းတာပါ" ဒီလိုပဲ ဖြေကြပါလိမ့်မယ်။ ဒါဆိုရင် ဒီနေမကောင်းတာဟာ သိပ်တန်ဖိုးရှိတာပေါ့။ လူ့ဘဝ အခိုးအာရုံတွေဟာ ဘဝအနှစ်တရားရတနာတွေ အမြန်ပေါ်အောင် တူးဆွဖော်ထုတ်ပေးနေတဲ့ ကျောက်တူးသမားတွေပဲ မဟုတ်လား။ နတ်တွေဟာ နေကောင်းလွန်းလို့ သတိနည်းတာကြောင့် ကုသိုလ်အရနည်းကြတယ်။ လူတွေဟာ နေမကောင်းလွန်းလို့ သတိမြဲတတ်တာကြောင့် ကုသိုလ်အရများကြတယ်။

လူ့ဘဝဟာ နေကောင်းဖို့ထက် ဘဝအနှစ်ကုသိုလ်ပေါ်အောင် သုံးဖြစ်ဖို့ပဲ အဓိက

http://www.dhammadownload.com

ကျတာကြောင့် လူတွေအတွက် "ခန္ဓာသုံးလို့ ဖြစ်ရဲ့လား" ဆိုတဲ့အမေးသာ အသင့်မြတ်ဆုံးပါ။ ဘုန်းကြီးအိုကြီးက ရဟန်းရှင်လူ ဘယ်သူနှင့် တွေ့တွေ့ "သုံးလို့ဖြစ်ရဲ့လား" လို့ မေးတတ်ပါတယ်။ သူများတွေက "နေကောင်းရဲ့လား" လို့ မေးလာရင်လဲ "သုံးလို့ဖြစ်ပါသေးတယ်" လို့ပဲ ဖြေတတ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဘုန်းကြီး အိုကြီးက ဒီသဘောတွေကိုကြည့်ပြီး နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေကို နတ်ပြည်, မြန်မာပြည် ကိုလူ့ပြည်လို့ ခွဲပြောတာပါ။ နိုင်ငံခြားဒေသ ဆိုတာ ကုသိုလ်ရဖို့ထက် နေကောင်းဖို့ အဓိကပဲလေ။ မြန်မာပြည်ကနေ နိုင်ငံခြားကို သွားကြတာဟာလဲ ကုသိုလ်ရဖို့ထက် နေ

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းဖို့ အဓိကဦးတည်ကြတာပါ။ စားဝတ်နေရေး ပြည့်ပြည့်စုံစုံနဲ့ နေကောင်းဖို့ သွားကြတာက များပါတယ်။ ပါရမီကုသိုလ် မြန်မြန်များများ အပြည့်အစုံရလိုသူအတွက်တော့ ရတနာ ၃-ပါး ဗုဒ္ဓသာသနာ အပြည့်အစုံရှိနေတဲ့ မြန်မာပြည်သာ အကောင်းဆုံးပါ။ ကုသိုလ်ရရေးအတွက် မြန်မာပြည်ကို ဘယ်တိုင်းပြည်မှ မမှီနိုင်ပါဘူး။ အချိန်မရွေး ကုသိုလ်လိုသလောက် ရယူနိုင်ခွင့်ရှိတဲ့ မြန်မာပြည်သာ တကယ့်ကုသိုလ်ဘုံဖြစ်တဲ့ လူ့ဘုံအစစ်ပါ။

ကိုယ့်မှာ သေချာတဲ့ကိုယ်ပိုင်အချိန်ဆိုလို့ အခုရောက်နေဆဲ အချိန်တစ်ခုတည်းပဲရှိတယ်။ ဒါလဲ ရပ်နေတာမဟုတ်ဘူး။ ဖြတ်ခနဲဆို ချက်

http://www.dhammadownload.com

ချင်း ကုန်ဆုံးပြောင်းရွှေ့သွားတာ၊ အချိန်လဲ ရပ်နားမ်ခန္ဓာလိုပဲ၊ ဒီအတိုင်း ရပ်မနေနိုင်ဘူး။ သတိအလွန်ကောင်းမှပဲ အခုအချိန်တိုင်းကို မိအောင် ဖမ်းယူထိန်းသိမ်းပြီး ဉာဏ်နဲ့ အဖိုး တန်အောင် သုံးနိုင်မယ်။ ဒီအတိုင်း ရပ်မနေ နိုင်တဲ့ အခုအချိန်တိုင်းကို တရားစွမ်းအား ပေါ်အောင် အသုံးချပြီး ဒီအတိုင်း ရပ်နေနိုင်တဲ့ ကောင်းမှုဖြစ်အောင် ဖန်တီးယူရမယ်။ နိဗ္ဗာန် ကို ဦးတည်ပြီး ပါရမီကုသိုလ်ဖြစ်အောင် လုပ် ထားဖို့ပြောတာပါ။ ကုသိုလ်ဟာ နိဗ္ဗာန်နှင့် ချိတ်ဆက်မိရင်တော့ နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း ကောင်းကျိုးပေးရမှာဖြစ်လို့ အကုန်အလျော့ မရှိတော့ပဲ နောက်ထပ်အတိုးသာ တက်လာ

http://www.dhammadownload.com

မှာဖြစ်တာကြောင့် ဒီအတိုင်းပဲ နေတော့မှာပါ။ ပါရမီကုသိုလ် ဓာတ်သတ္တိအတိုင်းပဲနေတော့ မှာပေါ့။

ကုသိုလ်ဘုံ လူ့ဘုံစစ်စစ်ဖြစ်တဲ့ မြန်မာပြည်မှာ ဖြစ်ခွင့်နေခွင့်ရသူရဲ့ နေ့စဉ် အထွေထွေ အမြတ်ထားရမယ့် ဘဝအနှစ်ရလဒ်က ပါရမီကုသိုလ်တစ်မျိုးတည်းပါ။ လူ့ရဲ့ခန္ဓာနှင့် မကင်းနိုင်တဲ့ စားဝတ်နေရေး ကျန်းမာရေး စီးပွားရေး လူမှုရေး ကိစ္စအားလုံး ပါရမီကုသိုလ်အတွက် ဦးတည်ချက်ထားတာပဲ ဖြစ်ရမယ်။ ကုသိုလ်ဘောင်ဝင်အောင် သတိထားလုပ်ရမှာပေါ့။ သတိမှန်ဘောင်ထဲ ထည့်သွင်းပေးလိုက်ရင် လူ့အလုပ်အားလုံး ကုသိုလ်ပုံစံနဲ့ လုပခန့်ညား

http://www.dhammadownload.com

ထည့်ဝါသွားမယ်လေ။

လူ့ခန္ဓာပြုပြင်နေတာဟာ နေကောင်းဖို့ထက် အသုံးချဖို့သာ ဖြစ်တယ်။ ဘဝအနှစ်ကုသိုလ်ပေါ်လာမှပဲ ပြုပြင်ရတာ အကျိုးရှိမယ်။ အသုံးချတတ်လို့ ကိုယ်ပိုင်အစစ် ဘဝအနှစ် ကုသိုလ်ပေါ်လာရင် လူ့ဘဝဟာ နေသာထိုင်သာ ရှိပါတယ်။ ကုသိုလ်တရားတွဲနေမှပဲ "နေကောင်းရဲ့လား" လို့မေးလာရင် "နေကောင်းတယ်" လို့ ဖြေရတာ အဆင်ပြေပါလိမ့်မယ်။ လူ့ဘဝရဲ့နေရာက ကုသိုလ်တရားပဲလေ။

လူ့ဘဝသက်တမ်းက နတ်တစ်ရက်တောင် ပြည့်အောင်နေရတာမဟုတ်လို့ သိပ်နည်းလွန်း တိုလွန်းတာကြောင့် ဒီလို ဗုဒ္ဓ

http://www.dhammadownload.com

သာသနာနှင့် နောက်တစ်ခါတွေ့ဖို့လဲ မလွယ် လှတာကြောင့် ရောက်ဆဲ ယခုအချိန်တိုင်း အချိန်ထိန်းကိရိယာ သတိတပ်ဆင်ပြီး ကုသိုလ်ဘောင်ဝင်အောင် အသုံးချနိုင်မှ အချိန်မှီနိုင်တော့မှာပါ။ သတိလက်လွှတ် အေး စက်စက် လျော့တော့တော့ ပေါ့တော့တော့ လုပ်နေရင်တော့ အချိန်မှီမှာ မဟုတ်တော့ ဘူး။ အခွင့်ကောင်းကြီး အကြီးအကျယ် လက် လွှတ် ဆုံးရှုံးရတော့မယ်။

ဆိုးတာနှင့်တွေ့တွေ့ ကောင်းတာနှင့် တွေ့တွေ့ သတိတစ်လုံး အမြဲကိုင်ထားနိုင်ရင် ရလဒ်ကတော့ တရားအကောင်းချည်းပဲ ပေါ် လာမှာပါ။ လူ့းလိုမ့်အော်ဟာစ်ရလောက်အောင်

http://www.dhammadownload.com

ရောဂါပြင်းထန်စွာ နှိပ်စက်ခံရတဲ့ ကန္ဓရသာလ ဆရာတော်ကြီးဟာ "ကျန်းမာလာတဲ့အခါ အားထုတ်မယ်"လို့ အချိန်မရွှေ့တော့ပဲ သတိနဲ့စပ် ဒလစပ် ရှုမှတ်အားထုတ်လိုက်တာ ချက်ချင်း ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။ လူ့ဆိုးတွေလက်ထဲ ရောက်သွားတဲ့ မဟာတိဿမထေရ်မြတ်ဟာ "လူဆိုးလက်ထဲကလွတ်ရင် အားထုတ်မယ်" လို့ မရွှေ့တော့ပဲ သတိထား အားထုတ်လိုက် တာ ညတွင်းချင်း ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ ကျားကိုက်ခံရတဲ့ ယောဂီ ရဟန်းတော်တစ်ပါး ဟာ "ကျားလက်ထဲကလွတ်တာနဲ့ အားထုတ် မယ်" လို့ မရွှေ့တော့ပဲ သတိကိုသွင်း လုံ့လ တင်းပြီး အားထုတ်လိုက်တာ ကျားစားလို့

http://www.dhammadownload.com

မကုန်မီ ကျားပါးစပ်ထဲမှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်သွား တယ်။ ယခုကို ယခုလိုတန်ဖိုးထားတော့ ယခု အကျိုးကို လက်ငင်း ရသွားကြတာပေါ့။

အကျဉ်းထောင်ထဲရောက်သွားတဲ့ ပသေန ဒီ ကောသလမင်းကြီးရဲ့ဝန်ထမ်း ကိုညာဏ်ထူး ဟာ "ထောင်ထဲကလွတ်တဲ့အခါ အားထုတ် မယ်"လို့ မရွှေ့တော့ပဲ သတိရှေ့ထား မေတ္တာ ပွားများပြီး ဝိပဿနာရှုလိုက်တာ အကျဉ်း ထောင်ထဲမှာပဲ သောတာပန်ဖြစ်သွားရတယ်။ ဘုရားလက်ထက်က ထေရိကာ အိမ်ရှင်မဟာ "အားခါ ကုသိုလ်လုပ်မယ်"လို့ အချိန်မရွှေ့ တော့ပဲ နေ့စဉ်လုပ်နေကျ အိမ်အလုပ်တွေထဲ

http://www.dhammadownload.com

မှာပဲ သတိဉာဏ်သွင်းပြီး ကုသိုလ်ဘောင် ဝင်အောင်လုပ်တယ်။ တစ်နေ့တော့ မီးဖို ချောင်ထဲမှာ နေ့စဉ်ချက်ပြုတ်နေကျ ထမင်း ဟင်းတွေချက်ပြုတ်နေရင်း ဆူပွက်နေတဲ့ ဟင်း အိုးထဲမှာ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ဟင်းသီး ဟင်းရွက်တွေကို ထည့်လိုက်တော့ ချက်ချင်း ညှိုးကျက်သွားတာကို သတိပြုမိတယ်။ "မမြဲ ဘူး" ဆိုတဲ့အသိ ပေါ်လာတယ်။ ဟင်းသီး ဟင်းရွက် သားငါးတွေ ကျက်နေတာကို သက် သေအရာမှာထားပြီး ကိုယ့်ခန္ဓာဖက် ဉာဏ် လှည့်ရှုလိုက်တာ ဝိပဿနာဉာဏ်ရင့်သွား တော့ မဂ် ၃-ပါး ဖိုလ် ၃-ပါး တစ်ဆက်တည်း

http://www.dhammadownload.com

ရသွားတယ်။ အနာဂါမ်ဖြစ်သွားတယ်ပေါ့။ ခင်ပွန်းထံခွင့်တောင်းပြီး သာသနာဝင်, ဆက် အားထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာလဲဖြစ်သွားတယ်။ သတိထားပြီး ယခုအလုပ်ကို ယခုလုပ်တော့ စိတ်အေးရတာပဲ။

အိုမီးကလဲ တစ်စ တစ်စ ဝါးမျိုလောင် မြိုက်နေပါပြီ။ သခ်ီရဒထ် နိုင်စက်ခံရတဲ့အနာ ကလဲ အမြဲရှိနေတယ်။ အကြောင်းဖောက်ပြန် တာနဲ့ အချိန်မရွေး လူမမာကြီးလဲ ဖြစ်သွား နိုင်တယ်၊ နာနိုင်တယ်၊ အချိန်မရွေး သေလဲ သေနိုင်တယ်။ အဆိုးထက် အကောင်းလက်ဦး အောင် နေရာတကာ ကိစ္စခပ်သိမ်းမှာ အာရုံ

http://www.dhammadownload.com

နှင့်စိတ်ကပ်ပေးတဲ့, အသိချင်းစပ်ပေးတဲ့ သတိ
ကို စွဲစွဲမြဲမြဲ ကိုင်ထားရုံပဲလေ။

အားလုံးငြိမ်းချမ်းကြပါစေ

တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက
မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၇၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလ
(၂၀၀၉ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ)

http://www.dhammadownload.com

http://www.dhammadownload.com

တိပိဋကယောဆရာတော်၏ ထုတ်ဝေပြီးသည့် မဗွလက်ဆောင်စာအုပ်များ

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

http://www.dhammadownload.com

၁၁။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ခပ်သုတ်သုတ်

၁၂။ တရားအသိ လူ့မျက်စိ

၁၃။ မေတ္တာပန်းခိုင် ၃-ပွင့်ဆိုင်

၁၄။ နှလုံးသားဝယ် ဘုရားတည်

၁၅။ အေးမြရွှင်ပြုံး လူ့နှလုံး

၁၆။ လူ့ဩစွမ်းအား မြတ်တရား

၁၇။ ကိုယ့်ကိုကိုယ်ချစ် လူ့အစစ်

၁၈။ အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန်

၁၉။ တရားကျောရှူး စွမ်းရည်ထူး

၂၀။ သူ့ကိုစောင့်ရှောက် ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်

၂၁။ ကျန်းမာရွှင်လန်း မေတ္တာစွမ်း

၂၂။ မေတ္တာလက်တွဲ ရာပြည့်ပွဲ

၂၃။ ကိုယ်ပိုင်အလုပ် ဥစ္စာထုပ်

၂၄။ ဘဝဝေစု မြတ်ကောင်းမှု

http://www.dhammadownload.com

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

http://www.dhammadownload.com

၃၉။ မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး
၄၀။ ၄၅-ဝါ သာသနာ
၄၁။ လူ့အား
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

http://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 ပေါ်ရတောင်ဇီလာ
၆၁။ သတိမေတ္တာ သူငါစုပေါင်း အကုန်ကောင်း
၆၂။ ယခုအလုပ် ယခုလုပ်
၆၃။ ဒီအတိုင်းပါပဲ
၆၄။ သုံးပါးမြတ်စွာ ရတနာ
၆၅။ ချစ်ခင်ညီညာ ပေါင်းတာမှန်မှ ငြိမ်းချမ်းရ
၆၆။ ဒီတစ်ခါလဲ ဒီတိုင်းပဲ

http://www.dhammadownload.com

၆၇။ ပေါင်းတာမှန်မှ ကောင်းတာရ

၆၈။ ခဏငှားထား ၄-ဘီးကား

၆၉။ ကိုယ့်ဟာနဲ့သာ ကိုယ်နေပါ

၇၀။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်သာ ရွေးယူပါ

၇၁။ နေကောင်းရဲ့လား

၇၂။ အသိဆန်းကြွယ် အနှစ်ကြွယ်

၇၃။ မေတ္တာအစွမ်း စိတ်အေးချမ်း

၇၄။ အများမကြိုက် လူမိုက်တစ်ယောက်
ပန်းတိုင်ရောက်

၇၅။ မိခင်စိတ်ထား မေတ္တာအား

၇၆။ သူဦး ကိုယ်ဦး ၃-မွှာပူး

၇၇။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ယူ စွမ်းတဲ့လူ

၇၈။ ပစ္စည်းတန်ဖိုး လူ့တန်ဖိုး

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များ

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

၂။ ဓမ္မစေတီဆရာတော် အရှင်ကောသလ္လ
ဓမ္မစေတီကျောင်းတိုက်၊ ၄၂- မြောက်ဒဂုံ၊
ရန်ကုန်မြို့။

၃။ အရှင်ဆန္ဒာဓိက၊ ရွှေပါရမီတောရ၊ သထုံမြို့။

၄။ အရှင်ရာဇိန္ဒ (ရဝေနွယ်၊ အင်းမ)
ဓမ္မရဝေတောရကျောင်းတိုက်
သယ်နီးကျွန်းကြီးရပ်၊ အောင်စည်းခုံစေတီ
လမ်း၊ မင်္ဂလာဒုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

http://www.dhammadownload.com

၅။ ဆရာကြီး ဒေါ်ကြူနန္ဒီ ဆရာကြီးဒေါ်ဥတ္တမနန္ဒီ
သဂ္ဂနိမ္မိတာရုံ သီလရှင်စာသင်တိုက်
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၆။ ဆရာကြီး ဒေါ်ထေရီ၊ ဒေါ်သာရသီဂီ
ခေမာရာမသီလရှင်စာသင်တိုက်
၃-လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၇။ ဆရာကြီး ဒေါ်ကောသာရီနှင့်တပည့်များ
သာသနာ့မဏ္ဍုရီသီလရှင်စာသင်တိုက်
သုနန္ဒလမ်း၊ မြောက်ဥက္ကလာပ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၈။ မကုလမဏီ၊ မမဂ္ဂစာရီ
ရွှေဂွန်းကျောင်း၊ ၁ လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

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

http://www.dhammadownload.com

၁၀။ ဦးသန်းထွန်း + ဒေါ်ယဉ်ရှိန်၊

သား-ဒေါက်တာဘကောင်း၊

သမီး-ဒေါက်တာလဲ့ယဉ်မွန်

သီရိမင်္ဂလာလမ်း ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၁။ ဦးအောင်သိန်း + ဒေါ်လုံးတင် မိသားစု

ရှမ်းစုရပ်၊ မိုးကုတ်မြို့။

၁၂။ ဦးတွမ်းမောင် + ဒေါ်ထားထားအေး မိသားစု

တက္ကသိုလ်ရိပ်သာလမ်းသစ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃။ ဦးသန်းဆက်ဝင်း + ဒေါ်စိန်အေး၊

သား - မောင်သန်းထိုက်ဝင်း

ရွှေတောင်ကြားရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၄။ ဒေါက်တာကျော်မိုင် + ဒေါ်စိန်ထွေး၊

သား - မောင်သက်တင်စိုး၊

မောင်ဇော်ဝင်းမောင်

ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

http://www.dhammadownload.com

၁၅။ ဦးသန်း + ဒေါ်မိုးသူ မိသားစု
ကန်ရိပ်သာလမ်းမကြီး၊ ပဒေသာပင်မြို့တော်၊
လှိုင်သာယာ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၆။ ဒေါ်တင်တင် မိသားစု
စုပေါင်းလမ်း၊ အင်းယားမြိုင်၊ ဗဟန်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

၁၇။ ဒေါ်တိုးတိုးစိန် မိသားစု
ရေတာရှည်လမ်းဟောင်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

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

၁၉။ ဒေါက်တာဦးမြင့်သိန်း + ဒေါ်ခင်မျိုးဆက်
မိသားစု၊ အောင်လံမြို့။

၂၀။ ဒေါ်သန်းဦး မိသားစု
ရွှေတောင်ကုန်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

http://www.dhammadownload.com

၂၁။ ဗိုလ်မှူးချုပ် စိုးနိုင်ဦး + ဒေါ်မာမာမြင့် မိသားစု
မြစပယ်လမ်း၊ ပါရမီရိပ်သာ၊ ရန်ကင်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

၂၂။ ဦးထွန်းလွင် + ဒေါ်ခင်လတ်ဦး။
သမီး- မဟေမာလွင်၊ မစုနန္ဒာလွင်
သား- ကိုအာကာလွင်
ဈေးလမ်း၊ မြေနီကုန်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၃။ ဦးအောင်မြင့် + ဒေါ်သုခ၊ သား- ကိုသိန်းမြင့်
(အောင်သုခ) အနောက်ရွှေဂုံတိုင်၊ ဗဟန်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

၂၄။ ဒေါ်ပုလေး၊ သမီး- မချိုချိုဝင်း၊ မတင်အေးသန့်
(သုခိတာ) ရွှေတောင်ကြား (၁)၊ ဗဟန်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

၂၅။ ဦးဝင်းမြင့် + ဒေါ်တင်တင်ရီ သမီး- အိဇာဖြိုး၊
အိမာတိုး၊ မောရဂီဝါရပ်၊ မန္တလေးမြို့။

http://www.dhammadownload.com

၂၆။ ဆရာမ ဒေါက်တာမတင်ဝင်း

သမီး- နန့်ချစ်ကြည်၊ မြန်မာ့ရုပ်ရှင်ဒိုင်ရာ၊

အဝတ်ပန်းဆိုးတန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၇။ ဆရာမ ဒေါ်ခင်စောတင့်

သံလွင်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၈။ ဦးဇော်ဇော် + ဒေါ်ငွေငွေနိုင် မိသားစု

အင်းယားရိပ်သာလမ်း၊ မရမ်းကုန်း၊

ရန်ကုန်မြို့။

၂၉။ ဦးခင်မြင့် + ဒေါ်သန်းသန်းဝင်း

သမီး - မခင်ရတနာဝင်း

၄-ရပ်ကွက်၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၀။ ဦးတင်ထူး + ဒေါ်နွဲ့နွဲ့ဝင်း

သား-မောင်ထူးအောင်ဝင်း၊ သမီး-မခင်စုစုဝင်း

(ထူးရေခဲမုန့်)၊အဝတ်ပုဝန်တောင်၊ရန်ကုန်မြို့။

http://www.dhammadownload.com

၃၁။ ဦးကျော်နိုင် + ဒေါက်တာဒေါ်ထားထား
မြို့နယ်ဆရာဝန်၊ ဘုတလင်မြို့။

၃၂။ ဒေါက်တာနိုင်ထွဋ်အောင် +
ဒေါက်တာဝေဝေရှင်၊
သား - ရန်ငြိမ်းအောင်၊ မိုးမြတ်အောင်
ရွှေတောင်ကြား(၁)၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၃။ ဦးမောင်မောင် + ဒေါ်စန်းစန်းဝင်း မိသားစု
စင်္ကာပူနိုင်ငံ။

၃၄။ ဦးထွန်းထွန်းဦး + ဒေါ်မာမာ၊
သမီး - မြတ်ပွင့်ဖြူသင်း။
ကမ္ဘောဇရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၅။ ဦးအောင်မြနှင့် မြစ်သာမိသားစု
၃၇-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၃၆။ ဦးထင်ကျော် + ဒေါ်စုစီစိန်
ဝင်္ကဘာရိပ်သာ၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

http://www.dhammadownload.com

၃၇။ ဦးကျော်စိုးသန့် + ဒေါ်ခင်အေးမော်၊
သား-မင်းမော်ခန့်၊ သမီး-ဆုမြတ်ထွေး
ဂုဏ်သီရိမိသားစု၊ လမ်း- ၃၀၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၈။ မအေးအေးခင်
ပဏ္ဍိတလမ်း၊ လှိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့။
၃၉။ ဒေါ်ခင်မာရီ၊ သမီး- မထွေးသီတာ၊
မင်းကျောင်းလမ်း၊ ဒဂုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။
၄၀။ ဒေါက်တာဒေါ်မြင့်မြင့်ကြီး၊
သား-ဒေါက်တာစိုးဝင်းဦး၊ သမီး- မသန္တာနိုင်၊
သံလွင်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

✸✸✸