- ရောဂါခံစားနေရသော လူမမာများ
  ဝေဒနာကိုတိုက်ရိုက်မမှတ်နိုင်သောအခါ ဆင်ခြင်ပါ။
- ဗုဒ္ဓသရဏံဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံသရဏံဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံသရဏံဂစ္ဆာမိ၊
  ဘုရား တရား သံဃာကို သတိရပြီး ဆင်ခြင်ပါ။
- ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါးကို ဆင်ခြင်ပါ။
- (၉)ပါးလုံးမရရင် အရဟံ ဗုဒ္ဓေါ လောက်တော့ဆင်ခြင်ပါ။
- အနိစ္စပဲ၊ ဒုက္ခပဲ၊ အနတ္တပဲလို့ ဆင်ခြင်ပါ။
- အိုရအုံးမယ်၊ နာရအုံးမယ်၊ သေရအုံးမယ်လို့ ဆင်ခြင်ပါ။
- ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာလို့ ဆင်ခြင်ပါ။
- ဒုက္ခဝေဒနာတွေပဲလို့ ဆင်ခြင်ပါ။
- ဒါန၊သီလ၊ဘာဝနာအစရှိသည့် ကိုယ်ပြုခဲ့တဲ့ကုသိုလ်တွေကို ဆင်ခြင်ပါ။
- တိုက်ရိုက်ရှုမှတ်နိုင်သောပုဂ္ဂိုလ်များ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ကျအောင်
  တိုက်ရိုက်ရှုမှတ်ပါ။
- ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာကို နေ့တိုင်းလုပ်ရမယ်။
- ပေါ်ဆဲရုပ်နာမ်ဆိုတာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ အခုပေါ်တာကို အခုမှတ်တာ။
- ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ မှတ်သွားရင် သမာဓိရော ပညာရော တွဲသွားတယ်။
- ဝိပဿနာနယ်မှာ ရုပ်နဲ့ နာမ်ပဲရှိတယ်။
- တည့်တည့်မှတ်နိုင်ရင် မြန်မြန်မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ရမယ်။
- လောဘလျော့ရင် မြန်မြန်နိဗ္ဗာန်နဲ့နီးပြီ။
- နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ တဏှာကုန်တာ။

(မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်)

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်
အရှင်ဇာနေယျ

ဟောကြားအပ်သော

အနေတတ်၍ အသေမြတ်ရန် နည်းလမ်း

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်

အရှင်ဇာနေယျ

(လိမ္မော်ခြံ၊ တိုက်ကြီး)

ဟောကြားအပ်သော

အနေတတ်၍ အသေမြတ်ရန်နည်းလမ်း

သာသနာနှစ် ၂၅၅၄၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၂ ခု၊ နတ်တော်လ

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် – ၆၀၀၆၄၃၁၂၁၀

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် – ၆၀၀၆၈၆၁၂၁၀

ထုတ်ဝေခြင်း

၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ ပထမအကြိမ်

အုပ်ရေ – ၂၀၀၀၊ တန်ဖိုး – ၇၀၀ ကျပ်

ထုတ်ဝေသူ

ဦးကျော်ဆန်း (မြဲ–၀၉၃၂၀) ရဲအောင်စာပေ

အမှတ်(၂)၊ ချွန်း (၁)လမ်း၊ မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်။

အတွင်းနှင့်မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်သူ

ဒေါ်အေးအေးကြူ (မြဲ–၀၅၆၄၄) မိုးဝင်းပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ် (၂၂)၊ သိမ်ကြီးလမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်မြို့နယ်။

စီစဉ်သူ

ဒေါ်စုစုကို– ၄၉၊ အောင်လှရိပ်သာလမ်း၊ ကမာရွတ်မြို့နယ်။

Email: WWW. MYASEINTAUNG.NET

၂၉၄.၃

အရှင်ဓာနေယျ

အနေတတ်၍ အသေမြတ်ရန်နည်းလမ်း / အရှင်ဓာနေယျ။ – ရန်ကုန်
ရဲအောင်စာပေ၊ ၂၀၁၀။

၁၀၂ – စာ၊ ၁၃.၅ × ၁၉ စင်တီ။

(၁) အနေတတ်၍ အသေမြတ်ရန်နည်းလမ်း

ဆရာတော်ဓာတ်ပုံမှတ်တမ်းအတွက် ရိုက်ကူးလှူဒါန်းသူ ဦးသန်းလွင် အား ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏

....

....

.... သို့

....

....

.... ၏

အမှတ်တရဓမ္မဒါန

အမှာစာ

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျသည် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာလူမျိုးများအတွက် သံသရာမှာ လူရယ်လို့ ဖြစ်လာခိုက် အနေတတ်ပြီး အသေမြတ်စေရန်အတွက် သန့်ရှင်းသော စေတနာ၊ မြင့်မြတ်သော သဒ္ဓါတရားတို့ကို အရင်းခံပြီး ဤတရားတော်ကို ဟောကြားခဲ့ပါသည်။

ဤတရားတော်သည် ရောဂါဝေဒနာခံစားနေရသော လူမမာများအတွက် ရည်ရွယ်သလို၊ သွားနိုင်, လာနိုင်, စားနိုင်, သောက်နိုင်, တရားအားထုတ်နိုင်သော သာမန်ယောဂီသူတော်ကောင်းများအတွက် နည်းမှန် လမ်းမှန်နှင့် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တတ်စေရန်လည်း ရည်ရွယ်ဟောကြားထားသော တရားတော်ဖြစ်ပါသည်။

ဤတရားတော်သည် မာလာမြိုင် (၇) လမ်း၊ မိသားစုမေ့သဘင်တွင် ဟောကြားထားသော တရားတော်ဖြစ်ပြီး၊ အသံတော်မှ စာသားအဖြစ် ကူးယူရာတွင် အမှားအယွင်းများနှင့်

စာလုံးပေါင်း သတ်ပုံ မှန်ကန်မှု မရှိခြင်းများ ပါဝင်ခဲ့ပါက ကျွန်တော်၏ တာဝန်သာ ဖြစ်ကြောင်း ရိုးသားစွာ ဝန်ခံအပ်ပါသည်။

အနေတတ်, အသေမြတ် တရားတော်စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုခြင်းဖြင့် ရောဂါဝေဒနာများခံစားနေရသော လူမမာများအတွက် အနည်းဆုံး အပါယ်ဘေးမှ လွတ်ကင်းနိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများ ခံစားရရှိနိုင်သလို၊ ရောဂါဝေဒနာများ ခံစားရခြင်း မရှိသေးသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်သော ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အတွက် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်, နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာများကို လက်တွေ့ခံစားနိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ကိုယ်တိုင်ကျင့်ကြံအားထုတ်ဖို့ လိုပါသည်။

လူသားတိုင်း သေဘေးနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါမှာ ရှုမှတ်တတ်ဖို့၊ နှလုံးသွင်းတတ်ဖို့၊ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေ သေမင်းကို ရဲရဲရင့်ရင့် ရင်ဆိုင်နိုင်တတ်ဖို့– ပထမပိုင်းမှာ ဟောကြားထားပြီး၊ နောက်ပိုင်းမှာ အကုန်လုံးအတွက် ဟောထားပါတယ်။

သံသရာမှာ အားကိုးရာသည် "ကုသိုလ်" ဖြစ်ပြီး၊ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ အားကိုးရာသည် "သတိ" ဖြစ်ကြောင်းကို မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်က ဟောကြားလေ့ရှိပါသည်။ မိမိတို့

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် မရသေးဘူးဆိုရင် စုတိပြတ်ကြွေသေခါနီးမှာ ကပ်ပြီး နှလုံးသွင်းမှားသွားရင်– အဲဒီ နှလုံးသွင်းမှားမှုကြောင့် အကုသိုလ်ဖြစ်ပြီး၊ အပါယ်လေးပါး ကျသွားနိုင်တယ်။

သမ္မာဒိဋ္ဌိအယူရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သရဏဂုံရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အားငယ်စရာမလိုဘူး၊ သရဏဂုံဟာ နတ်ပြည်ကိုအသာကလေး ပို့နိုင်တယ်။ သရဏဂုံမပျက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကြောက်စရာ မလိုဘူး။ ရတနာသုံးပါးကို ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်လို့ရှိရင် အပါယ်မကျနိုင်ဘူးလို့ယုံကြည်ရမယ်။ ဂုဏ်တော်ကို ရွတ်ဖတ် သရဏ္ဍာယ်နေရင်းက စုတိပြတ်ကြွေသေရင် အပါယ်မကျဘူး။

မိမိတို့မှာ ကိလေသာတွေက များနေတော့ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ နှလုံးသွင်း မှားတတ်တယ်။ နှလုံးသွင်းမှားတာနဲ့ အတိတ်က အကုသိုလ်ကံတွေက ဆိုးကျိုးပေးခွင့် သာသွားလိမ့်မယ်။

တကယ် ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အခါမှာ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုမှတ်ပါ။ လူမမာများအနေနှင့် မရှုမှတ်နိုင်တဲ့ အခါမှာ ဆင်ခြင်ပါ။ အနိစ္စပဲ, ဒုက္ခပဲ, အနတ္တပဲလို့ ဆင်ခြင်ပါ။ အိုရအုံးမယ်, နာရအုံးမယ်, သေရအုံးမယ်လို့ ဆင်ခြင်ပါ။ ဝေဒနာတွေ လျော့သွားလို့ ကိုယ်က မှတ်နိုင်တဲ့အခါ မှတ်ပေး။

ဒီလိုဆင်ခြင်ရင် မသေခင် အနေတတ်တာပဲ။ အဲဒီစိတ်နဲ့ သေရင် အသေမြတ်တယ်။

(ဃ)

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ပေါ်လာတာကို ဘာဖြစ်လို့ မှတ်နိုင်းသလဲ ဆိုတော့ ဒီခန္ဓာကြီးရဲ့သဘောကိုသိမှ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင်သိမှာ။ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ခန္ဓာမှာပဲရှိတာ။ ပေါ်ဆဲမှာ ရှုမှတ်လို့ မမြဲတဲ့သဘောသိတာ ဉာဏ်ပဲ။ နောက်ကျတော့ နှိပ်စက်တာတွေပါ သိလာတယ်။ မှတ်နေရတာကိုက ဆင်းရဲ လာတယ်။ သင်္ခါရဒုက္ခဆိုတာ အဲဒါပဲ။

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် မြန်မြန်ရချင်ရင်တော့ ဆင်ခြင် တာကို လျှော့ပြီး ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် များများမှတ်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ဆင်းရဲအမှန်တရား။ ဖောက်ပြန်နေတာကို ဒုက္ခသစ္စာပဲလို့ သိလိုက်။ ဒုက္ခသစ္စာကို ဒုက္ခသစ္စာမှန်းသိရင် မဂ္ဂသစ္စာ ဖြစ်တာပဲ။ နိဗ္ဗာန်ရောက်လို့ ခန္ဓာမရှိတော့ဘူးဆိုရင် ဘာဒုက္ခမှ တွေ့စရာမလိုတော့ဘူး။

တရားဆင်ခြင်နေတာ ကုသိုလ်ရတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သေရင် အပါယ်မကျဘူး။

ဒါန, သီလ, သမထ ဆိုတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ကြိုးစားပြုလုပ်ရင် အနေတတ်မယ်။ အသေမြတ်ဖို့အတွက် ကျတော့ ဝိပဿနာလုပ်ပါ။ ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုရင် ဒါနရော, သီလရော, သမထရော, ပညာရော အကုန်ပါတယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ သိအောင်လုပ်တာ ...။ အဲဒီအသိကို ဘာဝနာမယအသိလို့ခေါ်တယ်။ ကိုယ်သိရမှာက အခုပေါ်တဲ့ ခန္ဓာရဲ့ အခုနှိပ်စက်တဲ့သဘောကို သိရမှာ။

အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း လက်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ်ပြီး ခံစား ရရှိနိုင်မည့် အကျိုးကျေးဇူးများကို ဤ "အနေတတ်၊ အသေမြတ်တရားတော်" တွင် မြစိမ်းတောင်ဆရာတော်ဘုရား ဟောကြားပြသထားသည်များကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မြန်မာလူမျိုးတိုင်း ဖတ်မှတ် လေ့လာသင့်ပါသည်။ လေ့လာ မှတ်သားထားသည့်အတိုင်း စုတိပြတ်ကြွေ သေချိန်ရောက်သည့်တိုင်အောင် ဆင်ခြင်သည့်အခါ ဆင်ခြင်၍ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုမှတ်နိုင်သည့်အခါ အဆက်မပြတ် ရှုမှတ် နေထိုင်သင့်ပါကြောင်း စေတနာမှန်နှင့် တင်ပြပေးလိုက်ရပါသည်။

တပည့်

(ယောဂီတစ်ဦး)

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျ

ဟောကြားတော်မူသော

အနေထာက် အသေမြတ် တရားတော်

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ကိုယ်ပြုထားတဲ့ ဒါန, သီလ, သမထ, ဝိပဿနာ ...	၄
၂။	ဂရုကံ, အာစိဏ္ဏကံ, အာသန္နကံ, ကဋတ္တာကံ ...	၅
၃။	ဂုဏ်တော်ကို ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်နေရင်းက စုတိပြတ်ကြွေသေရင် အပါယ်မကျဘူး ...	၁၇
၄။	သမာဓိနဲ့ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ခန္ဓာမှာပျက်နေတာ တွေကို အကုန်မြင်ရတယ် ...	၂၀
၅။	ကိလေသာတွေက များနေတော့ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးတဲ့အခါမှာ နှလုံးသွင်းမှားတယ် ...	၂၁
၆။	လောဘတွေနည်းလာသလား၊ ဒေါသတွေနည်းလာသလား လူ့လောကပျော်ပွဲရွှင်ပွဲတွေ လျှော့သလား	၂၂
၇။	တကယ်ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အခါကျတော့ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုမှတ်ပါ။ မရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါကျတော့မှ ဆင်ခြင်ပါ	၂၃
၈။	ဝေဒနာတွေလျော့သွားလို့ ကိုယ်ကမှတ်နိုင်တဲ့အခါမှတ်ပေး	၂၅
၉။	ဒီလိုရှုနည်း မှတ်နည်းက မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရနိုင်တယ်လို့ ပြတ်ပြတ်သားသား ယုံကြည်ထား ...	၂၆

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ

၁၀။ ဒါနမမေ့နဲ့၊ သီလမမေ့နဲ့၊ သမထမမေ့နဲ့၊ ဝိပဿနာမမေ့နဲ့ ... ၃၀
၁၁။ သညာပွားရင် ပညာများတယ် ... ၃၁
၁၂။ လောဘ, ဒေါသ, မောဟနဲ့သေရင် အပါယ်ကျသွားမှာ ... ၃၄
၁၃။ ပေါ်ဆဲမှာရှုမှတ်လို့ မမြဲတဲ့သဘောသိတာ ဉာဏ်ပဲ ... ၄၁
၁၄။ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ဆင်းရဲအမှန်တရား ... ၅၄
၁၅။ ရုပ်တရားက ဖောက်ပြန်တာ၊ နာမ်တရားက သိတာ ... ၅၅
၁၆။ ဒုက္ခသစ္စာကို ဒုက္ခသစ္စာမှန်းသိရင် မဂ္ဂသစ္စာဖြစ်တာပဲ ... ၅၈
၁၇။ ခန္ဓာကိုယ်က ပြောတာကို ဉာဏ်နဲ့နာပါ ... ၆၉
၁၈။ ဘာမှသမာဓိမထူထောင်ဘဲနဲ့ လျှောက်ကြည့်တာ အဲဒါအမှား ... ၇၅
၁၉။ ဝိပဿနာဆိုတာ ခန္ဓာမှာ ကြည့်ရမှာ၊ ခန္ဓာကို သမာဓိနဲ့ စိုက်ပြီးတော့ ကြည့်ရမှာ ... ၇၆
၂၀။ သမာဓိတစ်ပြားသားမှမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ, သိ ပြီးရောဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မပြီးဘူး ... ၇၆
၂၁။ ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုရင် ဒါနရော, သီလရော, သမထရော, ပညာရော အကုန်ပါတယ် ... ၈၅
၂၂။ သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ 'စူရ' နှစ်မျိုးရှိတယ် ... ၉၀
၂၃။ တကယ်လုပ်တဲ့အခါမှာ မှတ်လို့သိတာ ... ၉၉

အနေတတ်၍ အသေမြတ်ရန် နည်းလမ်း

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျ (လိပ်မွှာခြံ-တိုက်ကြီး)

သာသနာသက္ကရာဇ် ၂၅၅၁ ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၆၉ ခုနှစ်။
နတ်တော်လဆန်း (၆) ရက်၊ စနေနေ့ (၁၅-၁၂-၂၀၀၇)
[မာလာမြိုင် ၇-လမ်း မိသားစု မေတ္တာဘောင်]

အနေတတ် အသေမြတ် ဆိုတဲ့ တရားတော်ဟာ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဝိပဿနာရှုနည်းတွေ၊ အခြား၊ အခြားဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေရဲ့ သံဝေဂတွေ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ၊ အကျိုးတရားတွေကို စုပေါင်းပြီးတော့ အနေလဲ တတ်အောင်၊ အသေလဲ မြတ်အောင်လို့ ရည်ရွယ်ဟောကြားထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမဦးဆုံးအနေနဲ့ လူသားတိုင်း သေဘေးကြီးနဲ့ရင်ဆိုင်တဲ့ အခါမှာ ရှုမှတ်တတ်ဖို့၊ နှလုံးသွင်းတတ်ဖို့။ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေ သေမင်းကို ရဲရဲရင့်ရင့် ရင်ဆိုင်တတ်ဖို့ကို ပထမပိုင်းပေါ့။ နောက်ပိုင်းကျတော့လဲ အကုန်လုံးအတွက်ပေါ့။

ဇာတိဆိုပြီး ပဋိသန္ဓေရလာလို့ရှိရင် တဖြည်းဖြည်း ဇရာ ဘက်ကို စက္ကန့်တိုင်း, စက္ကန့်တိုင်း၊ မိနစ်တိုင်း, မိနစ်တိုင်း၊ နာရီတိုင်း, နာရီတိုင်း ရင့်ရော်ပြီးတော့ အိုလာတယ်။ ဇာတိကနေ ဇရာကို မောင်းပို့နေတယ်။

နွားကျောင်းသားက နွားများကို နွားစားကျက်ရောက်အောင် နှင်တံ, ကြိမ်လုံး စ,တာတွေနဲ့ မရောက်ရောက်အောင် မောင်းပြီး တော့ ပို့သလိုပဲ သတ္တဝါတွေရဲ့ ရုပ်ဇီဝိတ, နာမ်ဇီဝိတ ဆိုတဲ့ လောကအခေါ် အသက်ကို တဖြည်းဖြည်း ရင့်ကျက်ပြီး အိုမင်း လာစေတယ်။

အဲဒီရုပ်တွေ, နာမ်တွေကို တဖြည်းဖြည်းရင့်ရော်ပြီးတော့, အိုပြီးကော့, နာပြီးတော့, အားနည်းပြီးတော့ သေအောင်၊ ဇရာတို့, ဗျာဓိတို့, မရဏတို့ဆီကို နေ့တိုင်း၊ အချိန်တိုင်းမောင်းပို့နေတယ်။ ရင့်ရော်လာတော့ မသွားနိုင်,မလာနိုင်တော့ဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက အားနည်းလာသလို စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာလဲ များသောအားဖြင့် အားနည်းလာတယ်။

စိုးရိမ်မှုတွေ, ပူဆွေးမှုတွေ, ငိုကြွေးမှုတွေ ... ဒါတွေလဲ ဖြစ်တတ်တယ်။ အလိုမကျတဲ့ ဒေါသတွေလဲပဲ ဖြစ်တတ်တယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး အားနည်းလာတဲ့အခါမှာ အဘေးကြီးကတည်းက တရားတွေ နာမထားဘူး, တရားတွေ နှလုံးသွင်း မထားဘူး,

အားမထုတ်ထားဘူးဆိုရင် ၉၆ ပါးရောဂါတွေရဲ့ အနှိပ်အစက်လဲ ခံရမယ်၊ ကိလေသာတွေရဲ့အနှိပ်အစက်လဲ ခံရတယ်။ နှစ်မျိုးစလုံး ညှပ်ပြီးတော့ အနှိပ်အစက် ခံရတယ်။

ဆေးတွေ ဘယ်လိုပဲကျွေးကျွေး တဖြည်းဖြည်းကိုယ်ခံအား နည်းလာတယ်။ အဲဒီတော့ ၉၆ ပါးရောဂါက နှိပ်စက်ပြီး အိုချိန်၊ နာချိန်၊ သေချိန် ရောက်လာတယ်။ အဲဒီလို ကိုယ်ခံအားတွေ နည်းလာတဲ့အခါမှာ ဆေးဒဏ်တောင် မခံနိုင်တော့အောင် ဖြစ်လာတယ်။

ကိုယ့်မိဘပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သူများမိဘပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မိဘတွေရော၊ ဘိုးဘွားတွေရော ... ဒါတွေကို ကြုံကြရမှာပဲ။ အဲဒီလိုဖြစ်လာတဲ့ အခါမှာ မိမိတို့နာထားတဲ့တရားတွေကို အတတ်နိုင်ဆုံးနှလုံးသွင်းပါ။ ဆင်ခြင်ပါ။ နှလုံးသွင်းတဲ့အပိုင်းနဲ့ ဆင်ခြင်တဲ့အပိုင်းဆိုပြီး ရှိတယ်။

အများအပြောတော့ အဖေတွေ၊ အမေတွေ၊ ငါပဲ၊ သူပဲလို့ ထင်ကြတယ်။ တကယ့်တကယ်တော့ – ဖောက်ပြန်တဲ့တရားတွေ၊ ခံစားရတဲ့ သဘောတရားတွေ၊ မှတ်သားတဲ့သဘောတရားတွေ၊ တိုက်တွန်းတဲ့သဘောတရားတွေ၊ သိတဲ့သဘောတရားတွေပဲ စသည်ဖြင့် အထိုက်အလျောက် တရားနာထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တရားနှလုံးသွင်းရတယ်။

ငါတွေ, သူတွေ, ယောကျ်ားတွေ, မိန်းမတွေ, အဖေတွေ, အမေတွေ ဆိုတဲ့ ဒီအစွဲတွေဟာ တစ်သံသရာလုံး စွဲလာတာ။ စိတ္တဝိပလ္လာသ, သညာဝိပလ္လာသ, ဒိဋ္ဌိဝိပလ္လာသဆိုတဲ့ အသိမှားတွေ, အမှတ်မှားတွေ, အယူမှားတွေပဲ ...။ ဒီနေရာမှာ စိတ်ကို အေးအေးလေးထားပြီး တရားနှလုံးသွင်းပါ။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတော်ဟာ အားကိုးရတဲ့တရား ... ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တကယ်အခက်အခဲကြုံရတဲ့အခါ တရားသည်သာ အားကိုးရာပဲ။ မိမိတို့ရှာထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေ, မွေးထားတဲ့ သားသမီးတွေဟာ တကယ့်တကယ် ဝေဒနာရောက်လာရင် ဘယ်သူ့ကိုမှ အားကိုးလို့ မရဘူး။ ကိုယ်လေ့ကျင့်ထားတဲ့ တရားသည်သာ ကိုယ့်အတွက် အားကိုးရာ။

ကိုယ်ပြုထားတဲ့ ဒါန, သီလ, သမထ, ဝိပဿနာ ကုသိုလ်တွေသာ အားကိုးရာ

မိမိတို့ သံယောဇဉ်တွေ မကင်းသေးလို့ အတူတူနေထိုင်ကြရသော်လည်း စိတ်ထဲကဉာဏ်နဲ့ အမှန်ကိုသိအောင် နှလုံးသွင်းတတ်ရမယ်။ သားသမီးတွေ, ဇနီး ခင်ပွန်းတွေလို့ ပြောတာဟာ အပြစ်မရှိပါဘူး။ တကယ့်တကယ်တော့ ဒါတွေဟာ သားတွေ, သမီးတွေ, ဇနီးတွေ, ခင်ပွန်းတွေ မဟုတ်ဘူး။ ရုပ်တရား, နာမ်

တရားတွေ၊ မပိုင်တဲ့ သဘောတရားတွေ၊ အနတ္တသဘောတရားတွေ။ နေထိုင်မကောင်းတဲ့သူများ ဆင်ခြင်ဖို့အတွက် နှလုံးသွင်းဖို့ရာ။

ဘယ်လောက်ပဲ ကျန်းမာပါတယ်ပြောပြော တစ်နေ့ကျရင် အိပ်ရာဖျာကပ် ဖြစ်ရမှာပဲ။ အိပ်ရာဖျာကပ် ဖြစ်တဲ့အချိန်မှာ အရေးကြီးတယ်၊ သေမင်းနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတော့မယ်။

မိမိတို့ အသက်ရှင်စဉ်တုန်းက ဘုရားဒကာတွေ, ကျောင်းဒကာတွေ လုပ်လာတယ်။ ဆွမ်း, သင်္ကန်း, ကျောင်း, ဆေး ပစ္စည်းလေးပါး ဒကာတွေ လုပ်လာတယ်။ ကုသိုလ်တွေရှိပေမယ် လို့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်မရသေးရင် မိမိတို့စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ နှလုံးသွင်းမှားလို့ရှိရင် မကယ်နိုင်ဘူး။

စုတိပြတ်ကြွေသေခါနီးမှာ ကပ်ပြီးဖြစ်တဲ့ကံကို အာသန္နကံ လို့ ခေါ်တယ်။

ဂရုကံ, အာစိဏ္ဏကံ, အာသန္နကံ, ကဋတ္တာကံ

အကျိုးပေးဖို့ ကံတွေအဆင့်ဆင့်ရှိတယ်။ **ဂရုကံ**ကတော့ ကြီးလေးတဲ့ကံပေါ့လေ။ ကုသိုလ်ကံမှာလဲ ရှိတယ်၊ အကုသိုလ်ကံမှာလဲ ရှိတယ်။ **အာစိဏ္ဏကံ**ဆိုတာ နေ့တိုင်းပြုတဲ့ကံ။ သူလဲ ကုသိုလ်, အကုသိုလ်နှစ်မျိုးစလုံး ရှိတယ်။ **ကဋတ္တာကံ** – ဆိုတာ တစ်ခါတစ်ရံပြုတဲ့ ကံပေါ့။ **အာသန္နကံ** – ဆိုတာက စုတိ

ပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ ကပ်ပြီးဖြစ်တဲ့ကံ။ အဲဒီကံပြီးရင် စုတိစိတ်ပဲ။ အဲဒီကံက ဟိုဘက်ပဋိသန္ဓေအကျိုးပေးတော့တာပဲ။ ကံတစ်ခုဟာ ပဋိသန္ဓေအကျိုးတစ်ခု ပေးတယ်။ နောက် ဟိုဘက်မှာ ပဝတ္တိအကျိုး ဆိုတာကတော့ ထပ်ကာ, ထပ်ကာပေးတတ်တယ်။

အာသန္နကံကို ဘာနဲ့ဥပမာပေးထားသလဲဆိုတော့ နွားခြံထဲကို နွားတွေမောင်းသွင်းတဲ့အခါ အားကောင်း မောင်းသန်တဲ့နွားတွေက နေရာကောင်း လိုချင်လို့ ခြံထဲကို အရင်ရောက်အောင် တိုးဝှေ့ပြီးတော့ ပြေးဝင်ကြတော့ အားနည်းတဲ့ နွားအိုကြီးတွေ၊ ပိန်ခြောက်နေတဲ့နွားတွေက မတိုးနိုင်, မဝှေ့နိုင်တဲ့အတွက် နွားခြံထဲကို နောက်မှဝင်ရတယ်။ အဲဒီပိန်ခြောက်နေတဲ့နွားတွေက ရွှံ့ဗွက်ထဲမှာ, နွားခြံရဲ့အပေါက်ဝနားမှာ ကပ်ပြီးတော့ အိပ်ရတယ်။

မနက်မိုးလင်းလို့ ခြံတံခါးဖွင့်တဲ့ အခါကျတော့ နွားပျို, နွားသန်တွေက အရင်ထွက်လို့မရဘူး။ အပေါက်ဝနားမှာ, တံခါးနားမှာကပ်ပြီး အိပ်နေတဲ့ ပိန်ခြောက်နေတဲ့ နွားတွေ, အားနည်းနေတဲ့နွားတွေက အရင်ထွက်ရတယ်။

ဥပမေယျက ဘာလဲဆိုတော့– မိမိတို့အသက်ရှင်နေစဉ်, သန်မာထွားကြိုင်းစဉ်က ပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကံတွေ အများကြီးရှိတယ်။ သို့သော်လည်းပဲ မိမိတို့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်မရသေးဘူးဆိုရင် စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ ကပ်ပြီးတော့ နှလုံးသွင်းမှားသွားလို့ရှိရင် အဲဒီ နှလုံးသွင်းမှားမှုကြောင့် အကုသိုလ်ဖြစ်ပြီး အပါယ်လေးပါး ကျသွားနိုင်တယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ ပစ္စည်းချမ်းသာသည်ဖြစ်စေ၊ ပစ္စည်းဆင်းရဲသည်ဖြစ်စေ၊ မလှူဖူးတဲ့သူမရှိသလောက်ပဲ။ သဒ္ဓါတရားတွေရှိကြတယ်။ လှူကြ တန်းကြတယ်။ တစ်ဘက် ကိလေသာတွေမကင်းသေးလို့ အိုးနဲ့အိမ်နဲ့နေသော်လဲ ကုသိုလ်တွေလုပ်ကြတယ်။

ကုသိုလ်တွေ လုပ်ကြသော်လဲ စုတိပြတ်ကြွေသေတဲ့အခါမှာ အပါယ်ကိုရောက်သွားတတ်တယ်။ အဲဒါ နှလုံးသွင်းမှားလို့ ...။

စုတိပြတ်ကြွေသေတဲ့အခါမှာ တချို့တွေဟာ ပြိတ္တာဘုံဘဝရောက်ကြရတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ခင်မင်စွဲလမ်းတဲ့စိတ်နဲ့သေကြတာ များတယ်။ အခင်အမင်မဝကြဘူး။ ခင်ရင်း မင်ရင်းနဲ့သေကြရတယ်။ ဒါကတော့ သဘာဝပါပဲ။ သားတွေ, သမီးတွေ, ဇနီးတွေ, ခင်ပွန်းတွေ အချင်းချင်းခင်ကြမင်ကြမှာပဲ။ မခင်မမင်တဲ့သူ ဘယ်ရှိမလဲ။ အဲဒီ ခင်မင်စွဲလမ်းတဲ့စိတ်နဲ့ သေကြတာများတယ်။ ဒါကြောင့် ပြိတ္တာဘုံဘဝရောက်တာ များတယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အကျိုးပေးဖို့ စောင့်နေပါလျက်နဲ့ အကျိုးပေးခွင့်မသာဘူးဖြစ်သွားရတယ်။ အဲဒါ နှလုံးသွင်းမှားလို့။

မိမိတို့ပြုထားတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေဟာ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်ကို အသာကလေးရောက်နိုင်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဓမ္မပဒတို့၊ ၅၅၀ တို့မှာ တချို့နတ်သား, နတ်သမီးတွေဟာ သခွားသီးကလေးတစ်လုံးလှူလို့၊ တည်သီးကလေးတစ်လုံးလှူလို့၊ တမာရွက်ကလေးလက်တစ်ဆုပ် လှူလို့ နတ်ပြည်ရောက်ကြတယ်။

မြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော်ဟာ စောင်းဆရာကြီးဖြစ်စဉ်တုန်းက နတ်ပြည်ကို လူ့ဘဝနဲ့ပဲ ရောက်သွားတယ်။ စောင်းအတတ်ပညာနဲ့ နတ်ပြည်မှာ သွားဖြေဖျော်ရတယ်။ အဲဒီအခါမှာစောင်းဆရာကြီးက … ကျွန်ုပ် ဖြေဖျော်ရတဲ့အတွက် ရွှေ၊ ငွေ၊ ကျောက်သံ မလိုချင်ပါဘူး။ သင်တို့ ဒီနတ်ပြည်ကိုရောက်ခဲ့ရတဲ့ကုသိုလ်ကို သိချင်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်ကို အဲဒီကုသိုလ်ကို ပြောပြပေးပါလို့ တောင်းဆိုတယ်။

ကုသိုလ်နည်းတဲ့နတ်သား၊ နတ်သမီးတွေက သိပ်မပြောချင်ကြဘူး။ ကြံဆစ်ကလေးတစ်ပိုင်း လှူလို့၊ ဟင်းရွက်ကလေးတစ်ဆုပ် လှူလို့၊ သစ်သီးကလေးတစ်လုံးလှူလို့ နတ်ပြည်ရောက်နေတာ အများကြီးပဲ။ အဲဒီလောက် ကုသိုလ်လေးတွေတောင်နတ်ပြည်ရောက်နိုင်တယ်။ အကြီးအကျယ်လှူပြီးတော့ နတ်ပြည်ကို ဘာ့ကြောင့် မရောက်ကြသလဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ အပါယ်ရောက်ကြသလဲဆိုတော့– အဲဒါစုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ ကပ်ပြီးတော့ နှလုံးသွင်းမှားတာကြောင့်ဖြစ်တာ များတယ်။

ဘာဖြစ်လို့ နှလုံးသွင်းမှားသလဲဆိုတော့ မိမိတို့သွားနိုင်၊ လာနိုင်၊ စားနိုင်၊ သောက်နိုင်၊ သန်မာထွားကြိုင်းတဲ့အချိန်မှာ ဘာဝနာအလုပ်တွေ အားထုတ်မှု နည်းကြတယ်။ စိတ်အလုပ်တွေအားထုတ်မှု နည်းကြတယ်။

လူစရာရှိရင်လှူလိုက်တာပဲ၊ ကုသိုလ်လုပ်စရာရှိရင်လုပ်လိုက်တာပဲ၊ ဒါပေမဲ့ ဘာဝနာအလုပ်ကျတော့ ပစ်ထားကြတယ်။ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်တဲ့တရားကိုလဲအနာနည်းတယ်။ အဲဒီတော့ ဒိဋ္ဌိမဖြုတ်တတ်ကြဘူး။ ဉာတပရိညာနဲ့လဲမဖြုတ်တတ်ဘူး။ တီရဏပရိညာနဲ့လဲ မဖြုတ်တတ်ဘူး။

ဒိဋ္ဌိပြုတ်မယ့်တရားလဲ နာရမယ်၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ဝိုင်းတရားလဲ နာရမယ်။ ယောဂီသူတော်ကောင်းတွေဆိုတာ ဂိုဏ်းမစွဲရဘူး။ ဘုရားဟောတဲ့တရားအကုန်နာရမယ်။ နာလဲနာရမယ်၊ အားလဲထုတ်ရမယ်။ ဒိဋ္ဌိပြုတ်တရားတွေနာထားပြီး အားထုတ်တဲ့အခါကျတော့ ဒိဋ္ဌိကျကျနန ဖြုတ်တတ်တယ်။

မြင်တဲ့, ကြားတဲ့နေရာမှာ အဆင်းတွေ, အသံတွေက ရုပ်တရားတွေပဲ၊ မြင်သိစိတ်, ကြားသိစိတ်တွေက နာမ်တရားတွေပဲ။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ရုပ်တရားပဲ၊ သိသိနေတာက နာမ်တရားပဲ။ အဲဒီလောက်တော့ သိထားရမယ်၊ ဒါထက်ပိုပြီးသိရင် ပိုကောင်းတာပေါ့။

ဒိဋ္ဌိပြုတ်တရားတွေကိုလဲ နာမထားမိဘူး၊ တခြားသောသစ္စာတရားတွေကိုလဲ ထပ်ကာထပ်ကာ မလေ့လာထားတဲ့အခါမှာ နှလုံးသွင်းမှားတာများတယ်။ ငါပဲ, သူပဲ, ငါ့သားပဲ, ငါ့သမီးပဲ၊ ငါ့သား, ငါ့သမီးကို ငါခင်ရမှာပေါ့၊ ငါမရှိရင် ခက်တော့မှာပဲဆိုတော့ နှလုံးသွင်း မှားသွားတယ်။

ဒီလမ်းက လူတိုင်းလျှောက်ရမယ့်လမ်းဆိုတော့ ရှောင်လို့မရဘူး။ ဘယ်သူမှရှောင်လို့မရဘူး။ ဟောတဲ့သူရော၊ နာတဲ့သူရော အကုန်လုံးသွားကြရမယ်။ အဲဒီသွားရမယ့်လမ်းကို ခုကတည်းက ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလဲလုပ်ရမယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုနဲ့တင် မပြီးဘူး။

အခုလိုတရားပွဲတွေကျင်းပမယ်၊ အမျိုးမျိုးသော သံဃာ့ဒါနတွေပြုမယ်။ အဲဒီလိုမွေ့ဒါနတွေ အများကြီးပြုကြတယ်။ ဒါတွေဟာ ဝမ်းသာစရာတွေပဲ၊ အကျိုးများတဲ့ ကုသိုလ်တွေ။ သာသနာတွင်း ကုသိုလ်တွေဟာ အင်မတန်အဖိုးတန်တာပဲ။

ဒါနဲ့တင် မပြီးသေးဘူး၊ ဉာဏ်ပညာဆည်းပူးခြင်း အလုပ်ကိုလဲ လုပ်ရမယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတာကို ပုညသမ္ဘာဒလို့ခေါ်တယ်။
ဉာဏ်ပညာဆည်းပူးတာကို ဉာဏသမ္ဘာဒလို့ခေါ်တယ်။
ပုညသမ္ဘာဒနဲ့ ဉာဏသမ္ဘာဒဟာ စရဏနဲ့ ဝိဇ္ဇာပဲ။
ပုညသမ္ဘာဒက စရဏနဲ့ဆိုင်တယ်၊
ဉာဏသမ္ဘာဒက ဝိဇ္ဇာနဲ့ ဆိုင်တယ်။
ပုညသမ္ဘာဒက ဒါန, သီလ, သမထနဲ့ဆိုင်တယ်၊
ဉာဏသမ္ဘာဒက ဝိပဿနာနဲ့ ဆိုင်တယ်။
ပုညသမ္ဘာဒက သုဂတိကိုရောက်စေတယ်။

ဉာဏသမ္ပဒက နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်စေတယ်။

ပုညသမ္ပဒဖြစ်ဖို့ မေတ္တာ, ကရုဏာ ပွားရမယ်။

ဉာဏသမ္ပဒဖြစ်ဖို့အတွက် သစ္စာတရားတွေ များများနာပြီး၊ သစ္စာဆိုက်အောင် အားထုတ်ရမယ်။

နှစ်မျိုးစလုံးကို ဆည်းပူးရမယ်။

အခု ဒီမှာ လူမမာတွေအတွက် အရင်ဆုံးပြောမယ်။ လူမမာတွေဟာ အားငယ်တတ်တယ်။ အားငယ်ပြီဟော့ ဆိုရင် ကိုယ့်ဘက်က တစ်ပန်းရှုံးပြီ၊ အားငယ်စရာမလိုဘူး။ အားငယ်ရမှာက အယူမှားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ။ မသိလို့ အားငယ်ရမှာ ... သိလို့ရှိရင် အားငယ်စရာ မလိုဘူး။

ရတနာသုံးပါးကို ပစ်ပယ်တယ်၊ ကုသိုလ်, အကုသိုလ် မရှိဘူး။ ဒါနပြုစရာမလိုဘူး၊ သီလဆောက်တည်စရာမလိုဘူး။ ကုသိုလ်ပြုစရာမလိုဘူး၊ အကုသိုလ်ရှောင်စရာမလိုဘူး။ အဲဒါတွေက သေရင်တော့ အပါယ်ပဲ။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ အယူရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ သရဏဂုံရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ... အားငယ်စရာတစ်စက်မှ မလိုဘူး။ အားငယ်စရာ မဟုတ်တာကို ဘာဖြစ်လို့ အားငယ်ရမှာလဲ။ သရဏဂုံရှိတယ်ဗျ။ သရဏဂုံဟာ နတ်ပြည်ကို အသာကလေးပို့နိုင်တယ်။

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ, ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ, သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဗုဒ္ဓသရဏဂုံ၊ ဓမ္မသရဏဂုံ၊ သံဃသရဏဂုံ။

ဘာမှမရရင်တောင် အဲဒါလေး ဆိုနေအုံးတော့ ... နတ်ပြည် ရောက်တယ်။ လူမမာစောင့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလဲ ရွတ်ဆိုပေးရမယ်။ နမောတဿပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိပဲ ဖြစ်ဖြစ်။ လောက သုံးပါးမှာ အထွဋ်ဆုံး၊ အမြတ်ဆုံး ရတနာသုံးပါး ရှိတယ်။ အားငယ်စရာ မဟုတ်တာကို သွားအားငယ်တဲ့ အခါကျတော့ ကိုယ့်ဘက်က တစ်ပန်းရှုံးသွားတယ်။

စစ်တိုက်တဲ့အခါမှာ မတိုက်ခင်ကတည်းက ကိုယ်က ရှုံး တော့မယ်လို့တွက်နေရင် အဲဒါမတိုက်ခင်ကတည်းက ရှုံးနေတာ။ သေမင်းနဲ့စစ်တိုက်တဲ့အခါမှာ အစောကြီးကတည်းက တရားနာ ထားရင် ကိုယ့်မှာ သဒ္ဓါတရား အားကောင်းနေတယ်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာဟာ မိမိနှလုံးသားမှာ ရှိနေတယ်။

ခန္ဓာကြီးက သူဖောက်ပြန်တဲ့အချိန် ဖောက်ပြန်တာပဲ။ အသက် ၇၀–၈၀ အရွယ်မှ ဖောက်ပြန်တာ မဟုတ်ဘူးနော်။ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်တွေ ကလေးဆေးရုံမှာ အောတိုက်နေတာပဲ။ ဖောက်ပြန်ချင်တဲ့အချိန် ဖောက်ပြန်တာပဲ၊ အနတ္တတရားပဲ။ အတိတ်ကကံနဲ့ ဆိုင်တယ်။ ပစ္စုပ္ပန်မှာလဲ ဉာဏ်နဲ့ဆိုင်တယ်။ သူ့လမ်း သူသွားမှာပဲ။

ရုပ်ကလဲ သူ့အလုပ် သူလုပ်မယ်။ ချမ်းမယ်၊ ပူမယ်၊ အဖျား တက်မယ်။ အဆုတ်တွေ၊ နှလုံးတွေ၊ ကလီစာတွေမှာ ဖောက်ပြန် မယ်။ ခန္ဓာရလာတယ်ဆိုတာ ရောဂါရလာတာ။ ဒီရုပ်တရားဟာ

ရောဂါပဲ။ ရုပ်ရဲ့အလုပ်က ... ဘာနဲ့တောင်းပန် တောင်းပန် သူကတော့ ဖောက်ပြန်မှာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကိုတောင် နှိပ်စက် သေးတာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကိုတောင် နှိပ်စက်မှတော့ ဒို့သူငါတွေ ရှောင်လို့မရဘူး၊ အနှိပ်စက်ခံရမှာပဲ။

ဆေးမကုနဲ့လို့ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ ကုနေရင်းနဲ့လဲ သူက နှိပ်စက်မှာပဲ။ ကုသပေးနေတဲ့ဆရာဝန်တွေတောင် သေကုန်တာပဲ မဟုတ်လား။ မကုလဲသေတာပဲ၊ ကုလဲ သူ့အချိန်တန်ရင် သေတာ ပဲ။ မကုနဲ့လို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ သင်္ခါရတရားကို ပြုပြင်နိုင် သလောက်တော့ ပြုပြင်ရမှာပဲ။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေဟာ ဒီအသိကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိထားရမယ်။

ခန္ဓာကိုယ်က အားနည်းနေပြီ၊ သိပ်တော့ ခံမှာမဟုတ်တော့ ဘူး။ ငါတော့ ဒီတောင်ကို ကျော်နိုင်မှာမဟုတ်တော့ဘူး။ မကျော် နိုင်ရင် ဘာဖြစ်သလဲ၊ ဒီဘဝကသေပြီး သည့်ထက်ကောင်းတဲ့ ဘဝ ရမှာ။ အကုသိုလ်တွေလုပ်ပြီး သေတာမှမဟုတ်ဘဲ။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာကို သတိရပြီး သေရတာ။

မိမိတို့မှာနှလုံးသွင်းကတည်းကိုက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည် စိတ်ချတဲ့စိတ်မျိုး ရှိရမယ်။ သရဏဂုံလဲ မြဲရတယ်။ ကိလေသာ တွေနဲ့ပဲ ဆွယ်ဆွယ်၊ ဒေါသနဲ့ပဲ ဆွယ်ဆွယ် သရဏဂုံမြဲတယ်။ ကိလေသာတွေနောက်၊ ဒေါသတွေနောက် ပါသွားရင်တော့ ဒယ်အိုးပဲ။

သရဏဂုံမပျက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ကြောက်စရာမယိုဘူး။

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ, ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ, သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ ဒါပဲရွတ်အုံးတော့ အနည်းဆုံးနတ်ပြည်ရောက်တယ်။

အဲဒါကို ယုံကြည်တာ သဒ္ဓါပဲ။ ယုံကြည်တာကို ဒုလ္လဘတရားလို့ခေါ်တယ်။ ရွှေ, ငွေ, ကျောက်သံပတ္တမြားတွေထက် မြတ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားဟာ ဒုလ္လဘတရားငါးပါးကို နေ့တိုင်းဟောတယ်။ ဓမ္မစကြာတို့, အနတ္တလက္ခဏာသုတ်တို့ဆိုတာ သူ့နေရာနဲ့သူ ဟောတာ။ နေ့တိုင်းမဟောဘူး။ ဒုလ္လဘတရားငါးပါးဟာ အရေးကြီးလွန်းလို့ နေ့တိုင်းဟောတယ်။

ချစ်သားတို့ဆိုရင် ချစ်သမီးလဲ ပါသွားတာပဲ။ မမေ့ကြနဲ့။

ဘုရားပွင့်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်– သာသနာတော်ကြီးနဲ့ တွေ့ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်ပေါ့။

လူဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်– လူဆိုတာကလဲ တကယ်သမ္မာဒိဋ္ဌိ အယူရှိတဲ့လူ ဖြစ်ရမယ်။

သဒ္ဓါတရားရှိဖို့ ခဲယဉ်းတယ်– ရတနာသုံးတန်၊ ကံ, ကံရဲ့ အကျိုးကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားရှိဖို့ လိုတယ်။

ရှင်, ရဟန်းဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်– တရားအားထုတ်တဲ့ ယောဂီတွေဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်။

သူတော်ကောင်းတရားတွေ နာကြားရဖို့ ခဲယဉ်းတယ်။

အဲဒါ ဒုလ္လဘတရားတွေ။ အဲဒါတွေကို နှလုံးသွင်းရမယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဒုလ္လဘတရားကို နေ့တိုင်း ဘာဖြစ်လို့ဟော သလဲ ဆိုတော့ အရေးကြီးလို့ဟောတာ။ အရေးမကြီးရင် မဟော ဘူး။ အရေးမကြီးတဲ့တရားဆိုရင် မြတ်စွာဘုရား ပါးစပ်တောင် မဟဘူး။ အကျိုးမရှိမယ့်စကားကို တစ်လုံးမှ မပြောဘူး။ အရေး ကြီးလို့ နေ့တိုင်းဟောတာ။

သာသနာတော်နဲ့တွေ့ဖို့ အလွန်ခဲယဉ်းတယ်။ ကမ္ဘာပေါင်း အသင်္ချေ၊ အသင်္ချာမှာ သုညကမ္ဘာတွေ အများကြီးပဲ။ ဘုရားဆိုတဲ့ အသံကြားရဖို့တောင် ခဲယဉ်းတယ်။

အခုနေအချိန်မှာ ဘုရားသာသနာနဲ့လဲ ကြုံရတယ်၊ ဘုရား ဟောကြားခဲ့တဲ့ တရားတော်တွေလဲနာရတယ်၊ သက်တော်ထင်ရှား ဘုရားကို ဖူးရသကဲ့သို့ ... သံဃာတော်တွေကိုလဲ ဖူးရတယ်။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၊ ဝေဘူဆရာတော်ဘုရားကြီး တို့၊ စွန်းလွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ကို သေသေချာချာဖူးရ တယ်။ အင်မတန် အဖိုးမတန်ဘူးလား။

ဗုဒ္ဓဘာသာတွေရဲ့ သဒ္ဓါတရားဟာ အင်မတန်ခိုင်မာတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေဟာ ယုံရမယ်ဆိုပြီး အာဏာနဲ့ယုံကြည်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ဝေဖန်ဆန်းစစ်ပြီး ကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံကြည့်ပြီး ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိမယ်ဆိုမှ ယုံကြည်လက်ခံရတာ။ အဲဒီလို သဒ္ဓါမျိုးနဲ့ အခုလိုယုံကြည်ကိုးကွယ်နေတဲ့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ဟာ လောကမှာ အမြတ်ဆုံးပဲလို့ သိတယ်။

ဘုရား, ဘုရားဆိုတိုင်း ဘုရားဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။ အသံပဲရှိတာ။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေကိုးကွယ်တဲ့ ဘုရားက ဂုဏ်တော်ကိုးပါးနဲ့ ပြည့်စုံတော်မူတဲ့ မြတ်စွာဘုရား။ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ တရားတော်တွေက ဂုဏ်တော်ခြောက်ပါးနဲ့ပြည့်စုံတော်မူသော တရားတော်။ သံဃာတော်တွေက ဂုဏ်တော်ကိုးပါးနဲ့ပြည့်စုံတော်မူတဲ့ သံဃာတော်တွေ။ ဒီရတနာသုံးပါးကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်လို့ရှိရင် အပါယ်မကျနိုင်ဘူးဟေ့ ... ဒီလို ယုံကြည်ရမယ်။

အဲဒီလို ယုံကြည်ထားတာ အားပဲ ...။ အပါယ်မကျဘူး။ ယုံကြည်မှုမရှိဘဲ ငါတော့ဘယ်ရောက်မယ်မှန်းမသိဘူး။ ခက်ပြီ။ ဘုရား, တရား, သံဃာကို သတိမရဘူး။ သားတွေ, သမီးတွေ, အလုပ်အကိုင်တွေ, သိမ်းထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေကို သတိရတယ်။ အဲဒါ နှလုံးသွင်းမှားတာ၊ ရတနာသုံးပါးကို အမြဲတမ်း သတိရနေရမယ်။

မိမိမှာ အားကလဲ နည်းလာပြီ၊ တဖြည်းဖြည်း ရောဂါကလဲ တိုးလာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ဘုရား, တရား, သံဃာကို ပိုသတိရလေကောင်းလေပဲ။ ဂုဏ်တော်ကို ပိုသတိရပြီး ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်နေရမယ်။

အရဟံ, သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ, ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော, သုဂတော, လောကဝိဒူ, အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ, သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ, ဗုဒ္ဓေါ, ဘဂဝါ။

ဂုဏ်တော်ကိုးပါးစလုံး မရဘူးဆိုရင်လဲ ကိုယ်ရသလောက်ပေါ့...။ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါလောက်တော့ ရွတ်နိုင်ရမယ်။ အဲဒါ အပါယ်လေးပါးလွတ်အောင် ပြောနေတာနော်။

ဂုဏ်တော်ကို ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်နေရင်းက စုတိပြတ်ကြွေ သေရင် အပါယ်မကျဘူး

ဒီလမ်းက လူတိုင်းသွားရမယ်၊ ဘယ်သူမှ ရှောင်လို့မရဘူး။ ကံဆိုတာ လူတိုင်းမှာ အများကြီးရှိတယ်။ ကုသိုလ်ကံလဲရှိတယ်၊ အကုသိုလ်ကံလဲ ရှိတယ်။

ကုသိုလ်အပရာပရိယဝေဒနီယကံ, အကုသိုလ်အပရာပရိယဝေဒနီယကံ။

အပရာပရိယဝေဒနီယကံဆိုတာ အလယ်ဇောငါးချက်

ပထမဇောက ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနီယကံ၊ သတ္တမဇောက ဥပပဇ္ဇဝေဒနီယကံ။

ပထမဇောက ခုနစ်ရက်, ခုနစ်လ, ခုနစ်နှစ်အတွင်း အကျိုးပေးမယ်။

သတ္တမဇောက ဒုတိယဘဝမှာ အကျိုးပေးမယ်။

အလယ်ဇောငါးချက်က အမြဲတမ်းအကျိုးပေးနေမှာပဲ။

အဲဒီ အပရာပရိယဝေဒနီယကံထဲမှာ ကုသိုလ်လဲ ရှိတယ်၊ အကုသိုလ်လဲရှိတယ်။

မိမိတို့က နှလုံးသွင်းမှားတာနဲ့ အတိတ်က အကုသိုလ်ကံတွေက ဆိုးကျိုးပေးခွင့် သာသွားလိမ့်မယ်။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတော်ဟာ ခြောက်ဟောတဲ့တရားမဟုတ်ဘူး။ အခုဘဝမှာတော့ ဘုရားဒကာ, ကျောင်းဒကာပေါ့။ အတိတ်ဘဝတွေမှာ ဆိုးခဲ့တာတွေ များတာပဲ။ ဟိုတုန်းကဆိုးခဲ့တာတွေက ဆိုးကျိုးပေးဖို့ချောင်းနေတာ။ အဲဒီအချိန်မှာ ကိုယ်က နှလုံးသွင်းမှားပြီး ... သား စိတ်မချတာနဲ့, သမီး စိတ်မချတာနဲ့, ဇနီး စိတ်မချတာနဲ့, ခင်ပွန်း စိတ်မချတာနဲ့, ပစ္စည်း စိတ်မချတာနဲ့။ အဲဒါတွေလျှောက်ပြီး လောဘ, ဒေါသ, မောဟတွေ ဖြစ်နေတယ်။

လျှာတွေကလိပ်နေတော့ ပါးစပ်ကမပြောနိုင်၊ အားကမရှိ။ အဲဒီတော့ အဲဒီအချိန်မှာ နှလုံးသွင်းမှားနေတယ်။ လူမမာဘေးကစောင့်တဲ့သူများကလဲ သတိထားဖို့ လိုတယ်။

အဲဒီ ကိလေသာဖြစ်စရာ အာရုံတွေကို ဖြတ်တောက်ပစ်ရမယ်။ ကိုယ်တစ်သက်လုံး လုပ်ကိုင်ကျွေးမွေးလာတာပဲ၊ ဒီအချိန်မှာ တရားနှလုံးသွင်းရမယ့်အချိန်အခါရောက်နေပြီ။ အဲဒီလိုအချိန်မှာ တရားနှလုံးသွင်းနိုင်ဖို့ကို အခုကတည်းက အလေ့အကျင့်လုပ်ရတယ်။ စုတိပြတ်ကြွေသေခါနီးမှ သွားပြီးလုပ်လို့မရဘူး။

အာစိဏ္ဏကံက မနက်ကနေညအထိ သား,သမီး,ဇနီး,ခင်ပွန်းဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီအရှိန်အဟုန်နဲ့ ဖြစ်နေတဲ့ အာစိဏ္ဏကံတွေက အင်မတန်အားကောင်းနေတယ်။ ဒါတွေဟာနေ့တိုင်းဖြစ်တဲ့ကံတွေ။

ဘုရားရှိခိုးတော့လဲ ဩကာသ, ဩကာသဆိုပြီး ခဏလေးနဲ့ ပြီးသွားတာ။ တရားထိုင်တာကလဲ တစ်နာရီဆိုရင် ... နာရီဝက်လောက်က ငိုက်နေတာ။ ဒီကြားထဲ ဟိုစိတ်ကူးရ, ဒီစိတ်ကူးရတာနဲ့ တစ်နာရီပြည့်တော့ ဖြုတ်လိုက်ရော။ အဲဒီကြားထဲ ရှုနည်း မှတ်နည်း မှားတာတွေကလဲ ရှိသေးတယ်။ ရှုနည်း မှတ်နည်း မှားတာတွေက အများကြီးပဲ။ ဦးဇင်းတို့က ဂိုဏ်းတွေကို ထိခိုက်ပြီး ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ လမ်းမှားတာကို ပြောမလို့ ...။

ကိုယ်က သမာဓိက တစ်ပြားသားမှမရှိဘူး၊ နှမ်းစေ့လောက်တောင် မရှိဘူး။ အဲဒါနဲ့ လျှောက်ကြည့်နေတယ်တဲ့။ သမာဓိ နှမ်းစေ့လောက်တောင်မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က လျှောက်ကြည့်နေတယ်။ အဲဒီလို လျှောက်ကြည့်နေရင် ... ဘာမှမတွေ့ဘူး။ စိတ်ကူးယဉ်တာတွေပဲ ရမယ်။

သဲအင်းဂူဆရာတော်ဟောသလို– ခင်ဗျားတို့သမာဓိက ရေထဲမျှောတဲ့နောက် ချေးချပ်လောက်တောင် မတည်ငြိမ်ဘူးတဲ့။ ရေထဲမှာမျောနေတဲ့ နောက်ချေးခြောက်ချပ်တွေ သူတော်ကောင်းတို့ တွေ့ဖူးတယ်မဟုတ်လား။ မျောပြီးတော့၊ လှုပ်ပြီးတော့ ချာလည် ပတ်လည်ဖြစ်ပြီး လည်မနေဘူးလား။

မိမိတို့မှာက အရောင်းအဝယ်တွေ၊ သားတွေ, သမီးတွေနဲ့ ရှုပ်ယှက်ခတ်နေတာ။ အာရုံတွေက နောက်ချေးချပ်လိုမျောနေတာနော်။ အဲဒါနဲ့များ သူတို့က လျှောက်ကြည့်ပြီးတော့ မဂ်တွေ, ဖိုလ်တွေများ ဆိုက်နေသလို ...။

အဝေးကြီး။ မြင်းမိုရ်တောင်နဲ့ ဆီးစေ့လောက်ကွာခြားတယ်။ အဲဒါ လမ်းမှားမှာစိုးလို့ပြောတာ။

သမာဓိမရှိဘဲ လျှောက်မဆင်ခြင်နဲ့၊ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ကို သေသေချာချာမှတ်ပါ။ သမာဓိရှိရင် ကြည့်ပါ။

အနာဂါမ် ဆရာသက်ကြီး နည်းလို၊ လယ်တီဆရာတော် ဘုရားကြီး နည်းလို ခန္ဓာကိုကြည့်တာမှန်ပါတယ်။ သမာဓိရှိရင် တကယ်မှန်တယ်။

သမာဓိနဲ့ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ခန္ဓာမှာ ပျက်နေတာတွေကို အကုန်မြင်ရတယ်

မမှန်တာက သမာဓိမရှိဘဲကြည့်တာ။ သမာဓိတစ်ပြားသားမှ မရှိဘဲလျှောက်ကြည့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘာမှမမြင်ရဘူး။ ကိုယ်ကြည့်ထားတဲ့ ဗီဒီယိုတွေပဲ မြင်ရလိမ့်မယ်။ တရားထိုင်တာက ခဏပါဗျာ၊ ဗီဒီယိုကြည့်တာတွေက အောတိုက်ပဲ။ ဘုန်းကြီး တရားဟောတာတောင် တီဗွီကလာတဲ့ ဇာတ်လမ်းတွဲ ကြည့်တာကို စောင့်ရသေးတယ်။ ဦးဇင်းတို့ကတော့ မစောင့်နိုင်ဘူး၊ ခုနစ်နာရီလောက်ကတည်းက ဟောချင်တာ။ လာတဲ့သူ ဟောမှာပဲ။ အဲဒီတော့ အာစိဏ္ဏကံက ကိလေသာအာစိဏ္ဏကံတွေက များနေတယ်။

ကိလေသာတွေက များနေတော့ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးတဲ့အခါမှာ နှလုံးသွင်းမှားတယ်

အဲဒါကြောင့် နှလုံးသွင်းမှန်အောင် အခုကတည်းက အလေ့အကျင့်လုပ်ထားရမယ်။ သင်တန်းမရွေးပါနဲ့။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်သင်တန်းလဲတက်ပါ။ ကျေးဇူးတော်ရှင်မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ သင်တန်းလဲ တက်ပါ။ ဆရာတော်တွေ ဟောတာကို ... မှတ်မှတ်သားသားနဲ့ နာပါ။ ဉာတပရိညာနဲ့ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်တာ ကောင်းပါတယ်။

ရှုမှတ်တဲ့အခါကျတော့ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့နည်းနဲ့ ရှုမှတ်ပေါ့။ အာနာပါနကြိုက်ရင်လဲ အာနာပါနမှတ်။ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်ကြိုက်ရင်လဲ ဖောင်း, ပိန်မှတ်။ တစ်ခါတည်း သမာဓိရအောင်ကြိုးစားပြီးမှတ်။

ခန္ဓာကိုယ်ကို သမာဓိနဲ့ ကြည့်တာ မှန်တယ်။ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရနိုင်တယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနည်းနဲ့ ပေါ်ရာ, ပေါ်ရာ မှတ်သွားရင် သမာဓိရော, ပညာရော တွဲသွားတယ်။ အဲဒီနည်းက သမာဓိသတ်သတ်ထူထောင်နေစရာမလိုဘူး။ တစ်ခါတည်း ဝိပဿနာကို တန်းသွားတယ်။

လမ်းမှားမှာစိုးလို့ ပြောနေတာ။ ကိုယ်က သမာဓိတစ်ပြားသားမှမရှိဘဲနဲ့ လျှောက်ဆင်ခြင်နေတယ်။ ဆင်ခြင်တာလဲ ကုသိုလ်

ရပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ကျကျနနမဖြစ်ဘူး။ ဝိပဿနာဉာဏ်ကျကျနနဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို တိုင်းဖို့ ပေတံရှိတယ်။ သည့်ပြင်လူကို မေးစရာမလိုဘူး၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပေတံနဲ့တိုင်းကြည့်ပေါ့။

လောဘတွေနည်းလာသလား၊ ဒေါသတွေနည်းလာသလား၊ လူ့လောက ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲတွေ လျှော့သလား

ဝိပဿနာတော့ အားထုတ်တာပဲ၊ ဗီဒီယိုမကြည့်ဘဲမနေနိုင်ဘူးတဲ့ ...။ အဲဒါဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်ပြီး ဉာဏ်ကတက်မှာလဲ။ အားထုတ်တဲ့အခါမှာ ... ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲကို ပြတ်ပြတ်သားသားရှောင်နိုင်တဲ့စိတ်ဖြစ်ရမယ်။ သူများတွေပျော်တယ်၊ ကိုယ် မပျော်ဘူး၊ ဒီလိုနေနိုင်ရမယ်။ အပါယ်ကျမှာ မကြောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပျော်ချင်တာပျော်ပေါ့။ ယောဂီဆိုတာ တရားနဲ့ပျော်မယ် ဆိုတဲ့စိတ်မျိုးထားရမယ်။ သူများကိုကဲ့ရဲ့ဖို့မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်ထားတတ်အောင် ပြောတာနော်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆန်းစစ်ကြည့်ပါ။ ကိုယ် အားထုတ်နေတဲ့နည်းဟာ ဟုတ်သလား၊ မဟုတ်ဘူးလားဆိုတာ ပေတံရှိတာပဲဗျာ။ ကိုယ့်မှာက ကိလေသာတွေကို အမျိုးမျိုးလိုက်စားချင်နေပြီးတော့ ... အားထုတ်တဲ့အခါမှာတော့ ချုပ်သလိုလို၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ပဲ ရသွားသလိုလို ဖြစ်နေတတ်တယ်။ အဲဒါကိလေသာမပါးတဲ့အပြင် တိုးနေတာ။ လမ်းမှားမှာစိုးလို့ သတိပေးနေတာ။

၁၉

ဒါကြောင့် သမာဓိရအောင် ကြိုးစားပါ။ အာနာပါနနဲ့ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဖောင်း, ပိန်နဲ့ပဲ ဖြစ်ဖြစ်။ တရားနာတဲ့အခါမှာ သေသေချာချာနာပါ၊ ဘယ်ဂိုဏ်းမှ မရွေးဘဲ နာပါ။ မှတ်မှတ်သားသား နာပါ၊ ဉာတပရိညာနဲ့ ဒိဋ္ဌိတွေဖြုတ်ပါ။

တကယ်ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အခါကျတော့ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုမှတ်ပါ၊ မရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါကျတော့မှ ဆင်ခြင်ပါ

ရောဂါတစ်ခုဖြစ်လာရင် ဆေးလိုတဲ့အခါမှာ ဆေးကိုသောက်၊ အစားအစာလိုရင် အစားအစာကိုစား။ အဲဒီလိုရောဂါကို ကုရသလို ဆင်ခြင်တာရယ်, ရှုမှတ်တာရယ်ကို သူ့နေရာနဲ့သူ သုံးရမယ်။

အစောကြီးကတည်းက တရားနာထားတဲ့အခါ၊ လောကဓံ မျိုးစုံ ကြုံနေရလို့ မရှုမမှတ်နိုင်သေးတဲ့အခါမှာ ဆင်ခြင်ပါ။ လောကဓံကလဲ အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ စီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ စိတ်ဆင်းရဲတာမျိုး၊ လူမှုရေးနဲ့ပတ်သက်လို့ စိတ်ဆင်းရဲရတာမျိုး။ စိတ်တွေဆင်းရဲနေလို့ ဝမ်းနည်းတယ်၊ ဝမ်းနည်းတယ် မမှတ်နိုင်ဘူး ဆိုပါတော့။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် မမှတ်နိုင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်ပါ။

အနိစ္စပဲ, ဒုက္ခပဲ, အနတ္တပဲလို့ ဆင်ခြင်ပါ။ အိုရအုံးမယ်, နာရအုံးမယ်, သေရအုံးမယ်လို့ ဆင်ခြင်ပါ။

ဒါ့ထက်ပိုပြီး ကိုယ်ကကျွမ်းကျင်လို့ ဆင်ခြင်ချင်တယ်ဆို ရင် အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ၊ ဝိညာဏ ပစ္စယာ နာမရူပံ–က,နေပြီး ဇာတိ၊ ဇရာ၊ မရဏအထိ ဆင်ခြင်။ မရဏ ဘာကြောင့်ဖြစ်တာလဲ၊ ဇာတိကြောင့်။ ဇာတိ ဘာကြောင့် ဖြစ်တာလဲ၊ ကမ္မဘဝကြောင့် စသည်ဖြင့် နောက်ကနေ ရှေ့အထိ ပြန်ပြီးတော့ ဆင်ခြင်ပါ။ အပြစ်မရှိဘူး၊ ဒါ ကုသိုလ်ရတာပဲ။ ဆင်ခြင်သင့်တယ်၊ ဆင်ခြင်ပါ။

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် မရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါ လောကခံတွေ၊ အတိုက်အခိုက်တွေ ကြုံတွေ့ရတဲ့အခါ၊ ကားမောင်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် တွေ၊ ခရီးမြန်မြန်သွားနေရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အလုပ်အကိုင်များနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ သိထားတတ်ထားတာတွေကို ဆင်ခြင်ပါ။

လူမမာတွေမှာ အားနည်းနေတော့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပစ္စုပ္ပန် တည့်တည့် မမှတ်နိုင်ဘူး ...။ နှလုံးက အရမ်းခုန်နေတာတို့၊ အသည်းက အရမ်းရောင်နေတာတို့၊ တော်တော်ကြီးကို အောင့်နေ တာတို့၊ နာနေတာတို့ဆိုရင် မှတ်တဲ့နည်းတော့သိတာပဲ၊ ဒါပေမဲ့ မမှတ်နိုင်ဘူး။ အဲဒီလို မမှတ်နိုင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်ပါ။

မမှတ်နိုင်တဲ့အခါကို ဆင်ခြင်ဖို့ ပြောတာနော်။ အသားလွတ် ကြီး ဆင်ခြင်ပြီး မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ရမယ်လို့ ပြောတာမဟုတ် ဘူး။ ဆင်ခြင်ရုံနဲ့မရဘူး။ မမှတ်နိုင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်၊ အနိစ္စတရား

တွေပဲ, ဒုက္ခတရားတွေပဲ, အနတ္တတရားတွေပဲ, အသုဘတရား တွေပဲ၊ ရုပ်တရားတွေပဲ,နာမ်တရားတွေပဲ၊ ဖြစ်ချိန်တန်လို့ဖြစ်ရင်, ပျက်ချိန်တန်တော့ ပျက်မှာပဲ၊ ဘာမှ ဝမ်းနည်းစရာ မလိုဘူး။ သူ့အလုပ် သူလုပ်သလို ငါလဲ ငါ့အလုပ် ငါလုပ်ရမှာပဲ။ ငါလုပ်ရမှာက တရားရှုမှတ်ရမှာပဲ။

အနိစ္စ, ဒုက္ခကိုဆင်ခြင်တာအနိစ္စသညာ, ဒုက္ခသညာပေါ့။

ရှုမှတ်တာကျတော့ အနိစ္စပညာ, ဒုက္ခပညာဖြစ်သွားတယ်။

ပညာကိုမသွားနိုင်သေးရင် သညာနဲ့သွား။ ခန္ဓာကိုယ်က အရမ်းအားနည်းနေတော့ မရှုမှတ်နိုင်ဘူး။ ဗိုက်တွေ အောင့်နေမယ်, နာနေမယ်ဆိုရင် အမည်လေးဆိုပြီးတော့ မရှုမမှတ်နိုင်ရင် ဆင်ခြင်ပါ။

အနိစ္စတရားတွေပဲ, ဒုက္ခတရားတွေပဲ, အနတ္တတရားတွေပဲ။ ဝေဒနာ, ဝေဒနာ။ ဒါဟာဒုက္ခဝေဒနာတွေပဲ စသည်ဖြင့်ဆင်ခြင်ပါ။ ဒီလိုဆင်ခြင်တာ အပြစ်မရှိပါဘူး။ ကုသိုလ်တောင် ရပါတယ်။

ဝေဒနာတွေလျော့သွားလို့ကိုယ်ကမှတ်နိုင်တဲ့အခါမှတ်ပေး

နာရင် နာတယ်, အောင့်ရင် အောင့်တယ်, ကိုက်ရင် ကိုက်တယ်, ယားရင် ယားတယ်။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ရှုမှတ်ပုံတွေ သင်ပေးထားတယ်မဟုတ်လား။ ရှုမှတ်ဖို့အခြေအနေ ပေးတဲ့အခါမှာ စူးစူးစိုက်စိုက်ကလေးနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် မိအောင်မှတ်။

ဒီလိုရှုနည်း မှတ်နည်းက မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရနိုင်တယ်လို့ ပြတ်ပြတ်သားသားယုံကြည်ထား

တကယ်တရားရလို့ တစ်ကမ္ဘာလုံးကို ဖြန့်ပြီးတော့ တရားပြနေတာ။ နိုင်ငံခြားသားတွေကို ဘာမှမရဘဲနဲ့ အသားလွတ်ကြီး သွားပြလို့မရဘူး။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ကိုယ်တိုင်မြင်ထားလို့ လျှောက်ပြနိုင်တာ။ အကုန်လုံးကို မျှပြီးပြနေတာ။ ဒီနည်းနဲ့ တကယ်လုပ်ထားလို့ တကယ်ရထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ အများကြီး ရှိတာပဲ။

အဲဒါကြောင့် ... ရောဂါတွေ သည်းနေလို့ မရှုမမှတ်နိုင်တဲ့ အခါမှာ ဆင်ခြင်လိုက်၊ နည်းနည်းလေး ရောဂါကျသွားပြီဆိုရင် စိတ်အေးအေးလေးထားပြီးမှတ်၊ စိုးရိမ်စိတ်တွေဝင်လာရင် စိုးရိမ်စိတ်ကိုမှတ်၊ စိုးရိမ်တယ်, စိုးရိမ်တယ်, စိုးရိမ်တယ်, စိုးရိမ်တယ်။ ဝမ်းနည်းရင်လဲ ဝမ်းနည်းတယ်, ဝမ်းနည်းတယ်, ဝမ်းနည်းတယ်, ဝမ်းနည်းတယ်။ လူမမာကိုပြောနေတာနော်။ တရားနာပရိသတ်များကို ဦးဇင်းက လူမမာလိုသဘောထားပြီး ပြောနေတာ။

လူမမာတွေချည်းပဲ၊ အကုန်လုံးလူမမာတွေချည်းပဲ။ ဟောတဲ့သူရော၊ နာတဲ့သူရော လူမမာတွေချည်းပဲ။ ရောဂါသည်းလာလို့ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မမှတ်နိုင်ရင် ဆင်ခြင်ပါ။ အနိစ္စတရားတွေပဲ, ဒုက္ခတရားတွေပဲ, အနတ္တတရားတွေပဲလို့ ဆင်ခြင်ပါ။

ဒီလိုဆင်ခြင်ရင် မသေခင် အနေတတ်တာပဲ။

အဲဒီစိတ်နဲ့သေရင် အသေမြတ်တယ်။

အနေတတ်, အသေမြတ်၊ အဲဒါအပါယ်မကျဘူး။ အဲဒီစိတ်နဲ့ သေရင် ကျိန်းသေသုဂတိရောက်မယ်။ အပါယ်ကျဖို့ထုံးစံမရှိဘူး။

ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ပြီး အပါယ်ကျရတာ မနာဘူးလား ...။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ အပါယ်မကျသင့်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ နည်းနာနိဿယလွဲနေရင်လဲတရားမရဘူး။ နည်းတော့မှန်တယ် မကြိုးစားရင်လဲ တရားမရဘူး။ နည်းနာနိဿယတွေကတော့ ဆရာတော်တွေ ပြောထားလို့ အမှန်အတိုင်း သိထားပေမယ့် မကြိုးစားရင် တရားမရဘူး။ တရားကိုတော့ သတိမရဘဲ ဗီဒီယိုတွေပဲ သတိရနေတယ်။

နောက်ထပ် သားရေး, သမီးရေး, စီးပွားရေးတွေကို သတိရတယ်။ သားရေး, သမီးရေး, စီးပွားရေးမလုပ်ရဘူးလို့ မဆိုလိုဘူး။ မလွှဲသာရင်လုပ်။ အလုပ်လုပ်ရင်းနဲ့ တရားရှုနေရမယ်။ အဲဒီလိုရှုနိုင်ရင် အင်မတန်ကောင်းတယ်။ ယောဆရာတော်ကြီးက မိမိတရားနဲ့ အလုပ်နဲ့ ရန်မဖြစ်စေနဲ့တဲ့။

တရားသတ်သတ် အလုပ်သတ်သတ် မဟုတ်ဘူးနော်။ တရားသတ်သတ်ကိုအချိန်မပေးနိုင်ဘူး၊ ဃရာဝါသကိစ္စများမြောင်လူတို့ဘောင်ဆိုတာ အချိန်တိုင်း လုပ်ကိုင်စားသောက်နေရတာ၊ အဲဒီအလုပ်အကိုင်တွေဟာ တရားဖြစ်သွားရမယ်၊ ဝိပဿနာ မရှုနိုင်ရင် သမထဖြစ်ရမယ်၊ ဆင်ခြင်မှုဖြစ်ရမယ်။ ဒါကို ဝိပဿနာရှုတဲ့ ယောဂီတွေ သတိထားရမယ်။

အပြင်းအထန် အားထုတ်တဲ့ ယောဂီများကျတော့ တရားအားထုတ်တုန်းတော့ အားထုတ်လိုက်တာပဲ ... တရားဖြုတ်လို့ အပြင်လောက ပြန်ရောက်သွားတဲ့အခါကျတော့ ဆင်ခြင်မှုမပါတော့ဘူး။ အဲဒီမှာ တစ်ပန်းရှုံးတာပဲ။ ဘာမှမလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ဖင်နွှေးအောင်မထိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဆင်ခြင်တယ်ဗျ။

ဆင်ခြင်တော့ ... သူတို့မှာ သူတော်ကောင်းကြီးတွေလိုပဲ တရားရထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေလိုပဲ။ တကယ်တော့ ဘာတရားမှ လက်တွေ့ရထားတာမဟုတ်ဘူးနော်။

ဆင်ခြင်တဲ့ဉာဏ်က မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် မရဘူး။ တကယ်ရှုမှတ်တဲ့ဉာဏ်ကမှ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရတာ ...

တကယ်ရှုမှတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ရိပ်သာမှာ သေသွားပါစေ ဆိုပြီး ၃ နာရီ ၄ နာရီ ဆက်တိုက်ပြင်းပြင်းထန်ထန်ရှုမှတ်ကြတာပဲ၊ ဒါပေမဲ့ အပြင်ရောက်တဲ့အခါကျတော့ တရားကိုလွှတ်လိုက်ရော။ အဲဒီတော့ သူများကဲ့ရဲ့စရာမဖြစ်ဖူးလား၊ ဘေးအမြင်မှာ အထင်သေးစရာဖြစ်တယ်။ ကြည့်ပါလား ... သူတို့တရားတွေက ဘာတရားတွေလဲဆိုပြီး ဘေးက မေးငေါ့စရာတွေ ဖြစ်ကုန်ရော။ အဲဒါကြောင့် ကိုယ်ကပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မမှတ်နိုင်ရင် ဆင်ခြင်ပါ။

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မမှတ်နိုင်တဲ့အခါမှာ သွားတာ, လာတာ, နေတာ, ထိုင်တာ, စားတာ, သောက်တာတွေမှာ မေတ္တာပို့ပါ။ မေတ္တာမပို့နိုင်ရင် အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါနဲ့ ပွားများပါ။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ဆိုတာ ရိုးရိုးရှင်းရှင်းကလေးရယ်။ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ

ဆိုတာ လူတိုင်းမပွားနိုင်ဖူးလားဗျာ။ ပွားဘို့လွယ်လွယ်ကလေးကို မပွားတာက ခက်နေတယ်။

ထမင်းစားတဲ့အခါ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ ပွားစားတဲ့သူက မရှားဘူးလား၊ ၀သွားတော့မှ ၀ပြီဟော့ဆိုပြီး တော်လိုက်ကြရော။ ထမင်း **တင် မဟုတ်ဘူး၊ ကုသိုလ်ပါ ရောစားရတယ်။**

၀ိပဿနာ အားထုတ်တဲ့အခါမှာတော့ ... စားရင် စားတယ်, ယူရင် ယူတယ်, ၀ါးရင် ၀ါးတယ်, မျိုရင် မျိုတယ်လို့ ရှုမှတ်ပြီး စားရတယ်။ အဲဒါဝိပဿနာပညာ, ဝိပဿနာကုသိုလ်ပေါ့ဗျာ။

ကိုယ်က ၀ိပဿနာမလုပ်နိုင်ဘူး။ ရောင်း၀ယ်လုပ်ကိုင်နေရတယ်ဆိုရင် ထမင်းစားတဲ့အခါ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ၊ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါနဲ့ ဆင်ခြင်ပြီးစားရင် ထမင်းလဲ၀တယ်၊ ကုသိုလ်ရော မရဘူးလား။ ဘေးရန်အန္တရာယ်လဲ မကင်းဘူးလား။ အဲဒီလွယ်တဲ့အလုပ်လေးကို မလုပ်ကြဘူး။ မလုပ်ကြတဲ့အခါကျတော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ ကောင်းတော့ကောင်းပါရဲ့၊ ဒို့မလုပ်နိုင်ဘူး ဖြစ်နေကြတယ်။ အမှန်က လုပ်နိုင်လျက်သားနဲ့ ပျင်းလို့မလုပ်တာ မဟုတ်လား။

ရေသောက်လဲပဲ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါနဲ့သောက်ရင် ရေလဲ၀တယ်၊ ကုသိုလ်လဲရတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ထင်းခွေ, ရေခပ်, အပေါ့, အလေး သွားတာကအစ ညွှန်ကြားထားတာပဲ။

မြတ်စွာဘုရားက မမေ့ကြဖို့ ၁၇၉၂ ကြိမ်တောင် မှာတယ်။ မမေ့နဲ့, မမေ့နဲ့, မမေ့နဲ့။

ဒါနမမေ့နဲ့၊ သီလမမေ့နဲ့၊ သမထမမေ့နဲ့၊ ဝိပဿနာမမေ့နဲ့

အဲဒါ အနေတတ်အောင် ပြောနေတာနော် ... သူတော်ကောင်းတို့။ အနေတတ်လို့ရှိရင် အသေမြတ်ပြီသာ မှတ်တော့။

အမြဲတမ်းသတိနဲ့နေတာကိုး။ ဒါနပြုဖို့လဲသတိရ, သီလစောင့်ဖို့လဲသတိရ၊ ရေသောက်လဲ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါနဲ့ သောက်တော့ အမြဲတမ်းကုသိုလ်တွေ ရနေတယ်။ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ မလုပ်ချင်လို့ မေတ္တာပွားမယ်ဆိုရင်လဲပွား၊ ဘယ်ဟာလုပ်လုပ် ကုသိုလ်ရတာပဲ။ ဘာမှမပွားလို့ ခက်နေတာ ...။

ကျန်းမာကြပါစေ, ချမ်းသာကြပါစေဆိုပြီး ရေသောက်လဲ ရတာပဲ၊ အဲဒါဆိုရင် သမထကုသိုလ် မရဘူးလား။

ကိုယ့်ဟာကိုယ် အေးအေးဆေးဆေးနေတဲ့ အခါကျတော့ သောက်ချင်တယ်, သောက်ချင်တယ်၊ သောက်တယ်, သောက်တယ် ဆိုပြီး အမှတ်ကလေးနဲ့ ရေသောက်ရင် အဲဒါ ဝိပဿနာဖြစ်တယ်။ အဲဒါကို အထင်မသေးပါနဲ့၊ တချို့က ပြောတယ် ... မှတ်တာက သညာကြီးတဲ့။

သညာပွားရင် ပညာများတယ်

အမှတ်သညာခိုင်မြဲပြီး အားကောင်းလာလို့ရှိရင် သတိအားကောင်းတယ်။ သတိ အားကောင်းတော့ သမာဓိရတယ်။ အဲဒီ **သမာဓိက ဝိပဿနာသမာဓိလို့ခေါ်တဲ့ ခဏိကသမာဓိဆိုတော့ ယထာဘူတဉာဏ်ရတယ်။** ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိတဲ့ ဉာဏ်တွေ ရတယ်။

ရုပ်တွေ, နာမ်တွေ၊ အကြောင်း, အကျိုးတွေ၊ ဖြစ်ခြင်း, ပျက်ခြင်းတွေ သိလာတယ်။ တကယ်အားထုတ်ရင် တကယ်သိတယ်။ ဘာမှအားမထုတ်ဘဲ လျှောက်ပြောနေရုံနဲ့ မသိဘူး။

တရားအားထုတ်ပေမယ့် ပြောတဲ့အတိုင်းနားမထောင်ရင်လဲ မသိဘူး။ စကားတွေပြောပြီး စိတ်ကူးတွေယဉ်နေမယ်။ ထိုင်လို့ရှိရင် ပေါ်ရာ, ပေါ်ရာမှတ်ပါ ဆိုတာ မမှတ်ဘူး။ အဲဒါမျိုးဆိုရင် တစ်သက်လုံးအားထုတ်လဲ မရဘူး။ စိတ်ကူးယဉ်နေပြီး ပစ္စုပ္ပန်ကို မှတ်မှမမှတ်ဘဲကိုး။ တရားအားထုတ်တဲ့ယောဂီတွေ သတိထားဖို့ ပြောတာနော် ...။

အပြင်မှာ မြန်မြန်ဆန်ဆန်လုပ်ရတဲ့အခါကျတော့ ကြွတယ်, လှမ်းတယ်, ချတယ် မှတ်လို့ရပါတော့မလား။ အဲဒီအခါမှာ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတွေ ဆင်ခြင်ရတယ်။ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ ပွားရမယ်။ ကျန်းမာပါစေ, ချမ်းသာပါစေ ပွားရမယ်။ တစ်ခုခုကို ပွားနေရမယ်။ အဲဒီလိုပွားလို့ရှိရင် အထိန်းရတာပေါ့ဗျ။

ဘာမှမပွားတဲ့အခါကျတော့ ရိပ်သာထဲမှာတော့ သူတော်ကောင်း၊ အပြင်ရောက်တော့ဘီလူး, သရဲတွေဖြစ်ကုန်ရော။ အပြင်ရောက်လာရင်လဲ သူတော်ကောင်းဖြစ်ရမယ်။ ကိုယ်က လက်တွေ့လုပ်ထားတဲ့သူဆိုတော့ ပိုတောင်ကောင်းရအုံးမယ်။ အပြင်မှာဘာမှမလုပ်ထားတဲ့သူတွေတောင် ဟန်တွေပန်တွေနဲ့ နေနိုင်သေးတာပဲဗျာ။ ကိုယ်က တကယ်လုပ်ထားတဲ့လူက မနေနိုင်ဘူးဆိုတော့ ကိုယ့်ဘက်က လိုအပ်လို့ပဲ။

ပုတီးတောင်တစ်ပတ်ပြည့်အောင်မစိပ်ဘဲနဲ့ သူတော်ကောင်းကြီးလို နေတာတွေ မရှိဘူးလား။ သူတို့က တရားမထိုင်တဲ့အပြင် ထိုင်စရာလဲ မလိုဘူးတဲ့။ သူတို့က ရဟန္တာတွေဖြစ်နေတဲ့ပုံစံမျိုး။

မြတ်စွာဘုရားတောင် ဗောဓိပင်နဲ့ရွှေပလ္လင်မှာ တရားထိုင်လို့ ဘုရားဖြစ်သွားတာမဟုတ်လား။ မြို့ထဲရွာထဲလျှောက်လည်ရင်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။ တောကြီးထဲမှာ တရားထိုင်ရင်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်သွားတာဗျ။

ဒါကြောင့် ရောဂါဖြစ်နေတဲ့ လူမမာတွေအတွက် ပစ္စုပ္ပန် တည့်တည့်မှတ်နိုင်ရင် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှတ်ပါ၊ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် မမှတ်နိုင်ရင် ဆင်ခြင်ပါ၊ ဆင်ခြင်တာလဲ ကုသိုလ်ရတယ်။ ဒါက အားနည်းနေတဲ့ လူမမာတွေအတွက်၊ အလုပ်ရှုပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လဲ ... လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း ဆင်ခြင်ရင် ကုသိုလ်ရတယ်။ သူ့နေရာနဲ့သူ သုံးရတယ်နော်။

ထမင်းစားတဲ့အခါကြည့်ပါလား။ ငါးပိရည်လဲ ငါးပိရည်နေရာမှာ သုံးရတယ်၊ ဟင်းကလဲ ဟင်းနေရာမှာ သုံးရတယ်။

မှတ်တဲ့သူကလဲ ဆင်ခြင်စရာမလိုဘူးဆိုပြီး ဆင်ခြင်တာကို ပယ်လို့မရဘူး။ ဆင်ခြင်တဲ့သူကလဲ မှတ်စရာမလိုဘူး ဆိုပြီး ကိုယ်တိုင်မလုပ်ဘူးဘဲနဲ့ လျှောက်မပြောနဲ့။ ကိုယ်က နှစ်ရက်၊ သုံးရက်လောက်ထိုင်ပြီး လျှောက်မပြောနဲ့။

ဒါကြောင့် ဆင်ခြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလဲ မပယ်ပါနဲ့၊ တရားလဲ နာပေါ၊ မျှမျှတတယူရမယ်နော် သူတော်ကောင်းတို့။ ငါတို့တော့ ရှုမှတ်နေတာပဲ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မလိုဘူးလို့ မပြောရဘူး၊ ပဋိစ္စ–သမုပ္ပါဒ်ဆိုတာ ဘုရားဟောထားတာ၊ ဒါတွေဟာ အဖိုးတန်တဲ့ တရားတွေ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပဲဟောဟော, သတိပဋ္ဌာန်ပဲဟောဟော နာရမယ်၊ အားလုံးဟာ ကိုယ့်အတွက် အကောင်းချည်းပဲ။

ဒီတရားတွေကို မိမိအားနည်းနေတဲ့အခါ ဆင်ခြင်လို့ရတယ် သူတော်ကောင်းတို့။ မိမိက အိပ်ရာဖျာကပ်နေပြီ၊ သားသမီးတွေ ကလဲ သူ့အလုပ်နဲ့သူရှုပ်လို့၊ စီးပွားရေးတွေဘာတွေ လုပ်ရတယ် မဟုတ်လား။ အဲဒီအခါကျတော့ ကိုယ်က ဘယ်သူနဲ့နေမလဲ။ အဲဒါ တရားနဲ့ နေတတ်ရမယ်။

ငါ့နားမှာ ဘယ်သူမှ မရှိဘူးဆိုပြီး အားငယ်ပြီး မျက်ရည်ကျနေရင် အဲဒီအချိန်သေရင် အပါယ်မကျနိုင်ဘူးလား။

ကိုယ်က ကုသိုလ်တွေ အများကြီးလုပ်ထားတာပဲ။ ဘုရားအတွက်ဆိုလဲထည့်၊ သက်န်းအတွက်ဆိုလဲထည့်၊ ကုသိုလ်ရဖို့အတွက် အကုန်ထည့်နေလိုက်ရတာ။ အဲဒီဒါနတွေဟာ နတ်ပြည်ရောက်နိုင်လျက်သားနဲ့ သေခါနီးနှလုံးမသွင်းတတ်တာနဲ့ တစ်ခါတည်း အပါယ်ကျရရော။

ငါ့ကိုဘယ်သူမှလာမကြည့်ကြဘူး။ ငါ့ကိုပစ်ထားကြတယ်။ အားတွေကယ်, ဒေါတွေကန်။ ဝေဒနာကနှိပ်စက်တာကတစ်မျိုး၊ စိတ်တိုတာက တစ်မျိုး။

စိတ်တိုတာက ဒေါသ။ အဲဒီဒေါသက ကိုယ့်ကို အပါယ်ချမယ့် တရား။

ဒေါသကို ထိန်းသိမ်းတတ်ရမယ်၊ အားနည်းလာရင် ပိုပြီးတော့ သတိထားရမယ်၊ ပိုပြီးတော့သည်းခံရမယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကိုယ်ကအချိန်မရွေး သေနိုင်တယ်မဟုတ်လား။

လောဘ, ဒေါသ, မောဟနဲ့သေရင် အပါယ်ကျသွားမှာ

လောဘ, ဒေါသ, မောဟနေရာမှာ အလောဘ, အဒေါသ, အမောဟဖြစ်ရမယ်။ အဲဒါကြောင့် ဝိပဿနာမပွားနိုင်ရင် မေတ္တာပွား၊ မေတ္တာမပွားနိုင်ရင် ဂုဏ်တော်ပွား၊ ကိုယ်ကြိုက်တာ ကိုယ်ပွား၊ လူမမာတွေအတွက် အဓိကပြောနေတာနော် ...။

ဆေးဒဏ်တွေကလဲ မချိမဆံ့ခံနေရတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ကလဲ အားနည်းနေတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်အားနည်းတော့ ရောဂါက တိုးလာပြီလေ။ သူ နှိပ်စက်တော့မယ်၊ သူ့အလှည့် ရောက်လာပြီ။ မင်း တစ်သက်လုံး ထောင်ထောင်, ထောင်ထောင်နဲ့သွားနေတာ၊ အဲဒီ တုန်းက ငါမနှိပ်စက်ရဘူး။ အခု ... ငါ နှိပ်စက်ရမယ့်အလှည့် ရောက်လာပြီ။ အဲဒီတော့ မင်းကို သေအောင်နှိပ်စက်မယ်တဲ့။ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေကလေ သူတော်ကောင်းတို့ ...။

သေမင်းဆိုတာ တခြားကမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ရုပ်တွေ, နာမ်တွေက ကိုယ့်ကိုပြန်သတ်တာပဲ။ သံကိုသံဖျက်, သံချေး တက် ဆိုတာလို ဒီရုပ်တွေ, နာမ်တွေကနေ ဒီရုပ်တွေ, နာမ်တွေကို ပြန်သတ်တာပဲ။ အဲဒီလို သူက နှိပ်စက်မယ်။

ရုပ်ကလဲ ဖောက်ပြန်မှာပဲ။ ပူလိုက်, အေးလိုက်နဲ့၊ အဲဒါ ရုပ်အလုပ်။ မင်းအလုပ်မင်းလုပ်၊ ငါလဲ ငါ့အလုပ် ငါလုပ်မယ်။ ငါ့အလုပ် ... ဆိုတာ ဆရာသမားတွေသင်ထားတဲ့ ဝိပဿနာ ရှုနည်းလေ သူတော်ကောင်းတို့ ...။

အဲဒါကို တရားရှုမှတ်နိုင်ရမယ်၊ တည့်တည့်ရှုမှတ်နိုင်ရင် တည့်တည့်ရှုမှတ်၊ မကြောက်နဲ့၊ သေသွားရင် ကောင်းတဲ့နေရာ ရောက်မှာပဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ကြောက်ရမှာလဲ၊ အခုခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ၉၆ ပါး ရောဂါဝေဒနာ နှိပ်စက်တာခံရတယ်၊ ခါးကုန်းရတာနဲ့, မျက်စိမှုန်ရတာနဲ့။ တရားရှုမှတ်ပြီး သေသွားရင် အနည်းဆုံး နတ်ပြည်ရောက်သွားမယ်။

နတ်ပြည်ရောက်ရင် အသက်က ၂၀ အရွယ်၊ ဘေးမှာလဲ သောင်းခြောက်ထောင်နဲ့၊ ဘာအားငယ်စရာလိုသလဲ၊ သူတော်ကောင်းတို့ကို သဘောပြောတာပါ၊ မက်မောဖို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ မိမိတို့ဖြစ်လာမယ့် ရောဂါဝေဒနာကို အားငယ်မှာစိုးလို့ သတိပေးတာနော် ... အားငယ်တတ်တယ်။

ဦးဇင်းတို့မှာ အားငယ်တတ်တဲ့ ဒကာကြီးတွေ၊ ဒကာမကြီးတွေကို အများကြီးတွေ့ခဲ့ရတယ်။ သူတို့ကိုကြည့်ရတာ ငါတော့ ဒီတောင်ကိုမကျော်နိုင်တော့ပါဘူးဆိုပြီး အားငယ်နေတတ်တယ်။ အဲဒီအားငယ်တာဟာ တစ်ပန်းရှုံးတယ်။ အဲဒါရှုံးမှာစိုးလို့ ဦးဇင်းက ပြောနေတာ။

တစ်လောကလုံးမှာ အမြတ်ဆုံး ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာတွေ ငါ့နှလုံးသားထဲမှာ ရှိတယ်။ ဘာမှ ကြောက်စရာမလိုဘူး။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာကို သတိရပြီး သေရင် ကောင်းရာမွန်ရာရောက်ရမယ်။ အဲဒါဝိပဿနာအဆင့် မဟုတ်သေးဘူး။

ကိုယ်က ဝိပဿနာရှုမှတ်တတ်ထားလို့ရှိရင် ... ဒါတွေက ရုပ်တွေ၊ နာမ်တွေပဲလို့ဆင်ခြင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်လိုက်၊ မှတ်နိုင်တဲ့ အခါကျတော့ သေသေချာချာမှတ်။ ထိုင်နေရင် ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်။ ပက်လက်လှန်ပြီးအိပ်နေတဲ့အခါ အိပ်တယ်၊ ထိတယ်၊ အိပ်တယ်၊ ထိတယ် မှတ်ပေး။

မိမိတို့ ရောဂါဝေဒနာဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ တစ်နေရာထဲတင် မမှတ်နဲ့။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး မှတ်ခိုင်းသလို လျှောင်း, ထိုင်, ရပ်, သွား ဣရိယာပုထ်လေးပါး စလုံး တောက်လျှောက်မှတ်တော့၊ ကိုယ်ကနီးနေပြီ မဟုတ်လား၊ နေဝင်တော့မယ်။ နီးနေတဲ့အခါကျတော့ သက်သာရင်သက်သာ၊ မသက်သာရင်နေ၊ အဲဒါသူ့အလုပ်ပဲ၊ ကိုယ့်အလုပ်က မှတ်ရမယ်။

အပေါ့အပါးသွားတာကအစ အကုန်တောက်လျှောက်မှတ်၊ ည (၆း၀၀) နာရီ ဘုရားရှိခိုးမှ မှတ်မယ်ဆိုပြီး မလုပ်ရဘူး။ အဲဒါ ဆိုရင် ကိုယ့်ဘက်က ရှုံးသွားမယ်။ အဲဒီလို တောက်လျှောက် မှတ်မနေရင် စိတ်တွေက ဟိုလွင့်ဒီလွင့်၊ ဟိုလူ့ပြောချင်, သည်လူ့ ပြောချင်၊ ဟိုသားစိတ်မချ, ဒီသမီးစိတ်မချ၊ ဒီလိုတွေဖြစ်နေမယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်နေလို့ရှိရင် အဲဒါ သောက, ပရိဒေဝတွေပဲ။ အဲဒီ သောက, ပရိဒေဝတွေဟာ ကိုယ့်ကိုနှိပ်စက်မယ့်တရားပဲ။

ကိုယ်က အားနည်းနေပြီ ဆိုတော့ နာရီဝက်လောက်နိုင်ရင် နာရီဝက်ထိုင်။ ၁၅ မိနစ်ပဲ နိုင်ရင်လဲ ၁၅ မိနစ်ပဲထိုင်။ ဘာမှ အားငယ်စရာမလိုဘူး၊ ကိုယ်နိုင်သလောက်ထိုင်။ ဒါက အားနည်း နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြောနေတာနော် ... ထိုင်စရာမလိုဘူး ဖြစ်သွား အုံးမယ်၊ အပျင်းတစ်ပြီးတော့ မထိုင်ရင်လဲ မရဘူးပေါ့ဗျာ။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို နာမှာ, ကျဉ်မှာစိုးလို့ ညှာလိုက်ကြ တာ။ တရားကျတော့ ညှာတယ်။ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲကျတော့ မညှာဘူး။

စီးပွားရေးအလုပ်တွေကျတော့လဲ မညှာဘူး၊ စီးပွားရေးအလုပ်တွေ ကျတော့ မချိမဆံ့လုပ်ပြီးတော့ ... တရားထိုင်ဖို့ကျတော့ ထိုင်စရာ မလိုဘူး၊ ညောင်းမယ်, ညာမယ်တဲ့၊ အမျိုးမျိုး ဆင်ခြေတွေ ပေးပြီး ရှောင်တယ်။

တရားထိုင်တာ မသေပါဘူးဗျ ... ၁ နာရီ ၂ နာရီမပြောနဲ့ ၃ နာရီ ၄ နာရီမက ၂၄ နာရီအထိ ထိုင်နေကြတာပဲ၊ မထိုင်ရင် နေပေါ့၊ ကိုယ်ထိုင်ရင် ကိုယ်ရတာပဲ။ ထိုင်တယ် ဆိုပေမယ့် နည်းလမ်း မှန်ဖို့လိုတယ် သူတော်ကောင်းတို့ ...။

အဲဒီတော့ တရားနာတာကိုလဲ ကြိုးစားနာရမယ်။ တရား ထိုင်တာကိုလဲ ကြိုးစားထိုင်ရမယ်။ ဘယ်ဟာမှမဝယ်ရဘူး နော်။ ငါတို့က တရားထိုင်ရင်ပြီးတာပဲ၊ နာစရာမလိုဘူးဆိုရင် မှားသွား မယ်။

အသိနဲ့ဒိဋ္ဌိဖြုတ်ရမယ်။ တရားသဘောတွေကို တတ်နိုင် သလောက်နာရမယ်။ တရားနှလုံးသွင်းတတ်ရမယ်။ တရားအား ထုတ်တဲ့အခါမှာလဲ အားထုတ်နိုင်ရမယ်။ နေမကောင်းတဲ့သူတွေ အားမငယ်ပါနဲ့၊ ၁၅ မိနစ်ရရင် ၁၅ မိနစ်၊ မိနစ် ၂၀ ရရင် မိနစ် ၂၀ ထိုင်၊ နာရီဝက်ရရင် နာရီဝက်ထိုင်ပါ၊ ထိုင်ရင်းနဲ့ ပြင်တယ် ဆိုရင်လဲ ပြင့်တယ်, ပြင်တယ်မှတ်၊ လမ်းလျှောက်ရင်လဲ လမ်း လျှောက်တယ်မှတ်၊ ဘယ်လှမ်းတယ်, ညာလှမ်းတယ်မှတ်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟော ထားတယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် ရွှေတောင်ကုန်း ဆရာတော်ဘုရား ဟောတယ်၊ ကျေးဇူးတော်ရှင် သဒ္ဓမ္မရံသီဆရာတော်ကြီး ဟော တယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတွေ ဟောထားတာ အများကြီးရှိတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အဲဒီဆရာတော်ကြီးတွေဟောထားတဲ့ တရားတော် တွေကိုနာရမယ်။ အဲဒီတရားတော်တွေအတိုင်း ရှုမှတ်အားထုတ် ရင် အနေတတ်တာပေါ့ဗျ။

ဝိပဿနာတရားနဲ့နေတာ ဘာမှကြောက်စရာ မလိုဘူး၊ သေမင်းခေါ်ချင်တဲ့အချိန် လာခေါ်လှည့်၊ သေမင်းဆိုတာ တင်စား ပြီး ပြောတာပါ၊ သေမင်းဆိုတာ အချွန်အတက်တွေနဲ့မဟုတ်ဘူး။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကိုပဲ သေမင်းလို့ခေါ်တာ။ သေချင်တဲ့ အချိန် သေပါစေ၊ ကြောက်စရာမလိုတော့ဘူး။

အဲဒီလို ကိုယ်က သိထားလို့ရှိရင် ကိုယ့်အတွက် တရား အလုပ်ကို မပြတ်မလပ် ကြိုးစားရမယ်။ လမ်းတော့သိတယ်၊ မလျှောက်ရင်တော့ မရောက်ဘူးနော် သူတော်ကောင်းတို့ ...။ လျှောက်ရမယ့်လမ်းကို ဆရာတော်ကြီးတွေက ဟောထားလို့ သိနေပြီ၊ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က မလျှောက်ချင်ဘူးတဲ့၊ ဟိုတွေး ဒီတွေး တွေ လုပ်နေမယ်။ တွေးတာက ဝါသနာပါလာတာကိုး။ တစ် သံသရာလုံး တွေးလာတာပဲ၊ တွေးနေလိုက်တာများ ခြေထောက် ကလေးတွေ ဘာတွေကို နှံ့လို့။ အဲဒါဘာလုပ်တာလဲ ဆိုတော့ **ကိလေသာ ဖြစ်နေတာ**။

အဲဒီအတွေးကိုဖြတ်နိုင်ရမယ်၊ မတွေးကြနဲ့၊ တွေးတာ လေထဲ တိုက်အိမ်ဆောက်တာပဲ၊ အလကားပဲ။ တရားနယ်မှာပြောတာ။

စီးပွားရေးနယ်မှာတော့ တွေးချင်တွေး၊ မတွေးချင်ရင်လဲ နေပေါ့ဗျာ။ တရားနယ်မှာတော့ အဲဒီတွေးတာကို ... တွေးရင်–တွေးတယ်, တွေးတယ်, တွေးတယ် မှတ်ပစ်ရမယ်။ တွေးတာ ဟာ တရားမဟုတ်ဘူး၊ မှတ်ပစ်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ပေါ်လာ တာကိုမှတ်။

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ပေါ်လာတာကို ဘာဖြစ်လို့မှတ်ခိုင်းသလဲ ဆိုတော့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့ သဘောကိုသိမှ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်သိမှာ မဟုတ်လား။

ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ကောင်းကင်မှာလဲမရှိဘူး။ မြေကြီးမှာလဲ မရှိဘူး။ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ခန္ဓာမှာပဲရှိတာ။

ဒုက္ခသစ္စာဟာ စာအုပ်ထဲမှာ မဟုတ်ဘူး။ စာအုပ်ထဲက ဘုရားသိတဲ့ဉာဏ်တွေ၊ စာအုပ်ထဲမှာက ဘုရားတွေ, ရဟန္တာတွေ သိသွားတဲ့ဉာဏ်တွေကို ထည့်ရေးထားတာ၊ ကိုယ့်ဉာဏ်တစ်ပြား သားမှမပါဘူး။ စာအုပ်ထဲမှာပါတာက နည်းလမ်းတွေ။ နည်းလမ်း တွေကိုသိပြီး ကိုယ့်ခန္ဓာ ကိုယ်ရှုရမှာ။

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှတ်ဆိုတာ အဲဒီခန္ဓာသဘောကိုသိအောင် လို့ မှတ်ခိုင်းတာ။ အဲဒါကို မမှတ်ဘဲ စာအုပ်ထဲက ဟာတွေကို လျှောက်ဆင်ခြင်နေရင် ကုသိုလ်တော့ ရပါတယ်၊ သို့သော်လဲပဲ

ကိုယ့်ခန္ဓာမှာ ဖြစ်တာကိုတော့ မသိနိုင်ဘူး၊ ကိုယ့်ခန္ဓာရဲ့ ပစ္စုပ္ပန် ရုပ်, နာမ်ကို မှတ်ရမှာ။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး အခွေမှာလဲ ပါတယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဆိုရင် တစ်အုပ်လုံး ရေးထားတာပဲ။ **ပေါ်ဆဲရုပ်, နာမ်ဆိုတာ– ကိုယ့်ခန္ဓာမှာ အခုပေါ်လာတာကို အခုမှတ်ရမှာ။**

ဟိုးကျန်ခဲ့တဲ့ ရုပ်, နာမ်ကို ပြောတာမဟုတ်ဘူး ...။ ဟိုး ငယ်ငယ်လေးတုန်းက ယက်ကန်, ယက်ကန်နဲ့က,နေပြီး အခု ကြီးလာတယ်၊ မမြဲဘူးဟော့၊ အဲဒါဆင်ခြင်ပြီးသိတာလို့ ခေါ်တယ်။

ပေါ်ဆဲမှာ ရှုမှတ်လို့ မမြဲတဲ့သဘောသိတာ ဉာဏ်ပဲ

ပါဠိပါဠ်သား တတ်လို့သိတာက ... စာတတ်တဲ့ဉာဏ်။ ဝိပဿနာရှုရာမှာ ဉာဏ်ဆိုတာ အဲဒါ မဟုတ်ဘူး။ ဒီမမြဲတဲ့ သဘောကို သိလာမှ ဉာဏ်။

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ကို ရှုမှတ်လိုက်တာ မှတ်စိတ်တွေကလဲ ပျောက်, ပျောက်သွား၊ အရှုခံ ရုပ်, နာမ်တွေကလဲ တော်ကြာ တစ်မျိုး, တော်ကြာတစ်မျိုးနဲ့ ပြောင်းလဲနေတယ်။ ရုပ်တွေကလဲ ပူလိုက်,အေးလိုက်,ကိုက်လိုက်,နာလိုက်၊ အဲဒါတွေကိုမှတ်နေရင် မသိနိုင်ဘူးလား ယောဂီတို့ ...။

စိတ်ကလဲပဲ ကြည့်ပါအုံး။ တော်တော်ကြာ ပုတီးစိပ်ချင်ပြန်ပြီ၊ တော်တော်ကြာ ဗီဒီယိုကြည့်ချင်ပြန်ပြီ၊ တော်တော်ကြာ ရေသောက်ချင်ပြန်ပြီ၊ တော်တော်ကြာ ထီပေါက်ချင်ပြန်ပြီ၊ တော်တော်ကြာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလှပြင်ချင်ပြန်ပြီ။ အဲဒီလိုအမျိုးမျိုး ပြောင်းလဲနေတာဟာ မမြဲလို့ပေါ့။

အဲဒီလို မမြဲတဲ့သဘောတရားတွေကို မြင်လာရတော့ ဘုရားနဲ့ သံဃာတော်တွေ ဟောနေတဲ့ မမြဲဘူး–ဆိုတာကို သိလာတယ်၊ ပထမတော့ မမြဲတဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးပဲလို့ နည်းနည်းသိလာတယ်။ နောက်ပိုင်းကျတော့ အသိက ရင့်ကျက်ပြီးတော့ လာတယ်။

ရင့်ကျက်လာတဲ့ အခါကျတော့ ... တောက်လျှောက်ကြီး ပြောင်းလဲနေတာကိုမြင်လာတယ်။ ဒို့သူငါတွေက ပထမအရွယ်၊ ဒုတိယအရွယ်၊ တတိယအရွယ်၊ ဒီလောက်ပဲ မြင်တာကိုး။ **သေသေချာချာ ရှုမှတ်ပါများလို့ ဉာဏ်နဲ့ကြည့်တဲ့အခါကျမှ တရစပ်ကြီး ပြောင်းလဲနေတာကို သိလာတာ။**

ပထမအရွယ်က ဒုတိယအရွယ်ကို ပြောင်းသွားမှ ပြောင်းတယ်လို့ အောက်မေ့နေတာ။ ဘယ်ဟုတ်မှာလဲ စက္ကန့်တိုင်း၊ စက္ကန့်တိုင်း ပြောင်းနေတာပဲလို့ သိလာတယ်။ **နောက်ကျတော့ နှိပ်စက်တာတွေပါ သိလာတယ်။**

ပထမကတော့ နာတာ၊ ကျဉ်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာဟာ နှိပ်စက်တာပေါ့ဗျာ။ နောက်ပိုင်းကျတော့ နာတာ၊ ကျဉ်တာ၊

ကိုက်တာ, ခဲတာတွေကမှ နှိပ်စက်တာမဟုတ်ဘူး။ သူက ပေါ်လိုက်, ပျောက်လိုက်နဲ့ ဘယ်လိုနေနေ မှတ်နေရတယ်။ မှတ်နေရတာကိုက ဆင်းရဲလာတယ်။

အရှုခံကလဲ ပေါ်လိုက်, ပျောက်လိုက်၊ ရှုဉာဏ်ကလဲ အဲဒါတွေကို လိုက်မှတ်နေရတယ်၊ အဲဒီ သက်သက်သာသာကလေး သိနေရတာကိုဆင်းရဲနေတယ်။ နာကျဉ်နေမှ, အောင့်နေမှ မဟုတ်ဘူး၊ မှတ်နေရတာကိုပဲ ဆင်းရဲနေတယ်။ ဒီအသိစိတ်ကလေး သိနေရတာကိုပဲ ဆင်းရဲနေတယ်၊ သိကိုမသိချင်တော့ဘူး။ အဲဒီလိုကို ဆင်းရဲအနုစားတွေကို တွေ့လာတယ်။ သင်္ခါရဒုက္ခ ဆိုတာ အဲဒါပဲ။

အဲဒီ သဘောတရားတွေကို သိအောင် ရှုမှတ်ရတယ်။ ဒါကြောင့် လူမမာက တည့်တည့်မှတ်နိုင်ရင် တည့်တည့်မှတ်၊ တည့်တည့်မမှတ်နိုင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်ပါ။ ဥပမာ– ဗိုက်အောင့်နေတယ်ဆိုပါတော့။ အဲဒီအောင့်နေတဲ့ဗိုက်ကို အောင့်တယ်, အောင့်တယ်လို့ တည့်တည့်မမှတ်နိုင်လို့ရှိရင် တစ်ကိုယ်လုံးခြုံပြီး မှတ်လိုက်။ အနာဂါမ် ဆရာသက်ကြီးနည်းလို ငယ်ထိပ်ကနေ တစ်ကိုယ်လုံးခြုံပြီးမှတ်လိုက်။ ငယ်ထိပ်ကနေ သိတယ်, သိတယ်, သိတယ်, သိတယ်လို့မှတ်ပြီး အောက်ကိုတစ်ကိုယ်လုံးဆွဲချသွား။ အောက်ကနေ အပေါ်ကိုမှတ်ရင်းနဲ့ နောက်တစ်ခါပြန်တက်။ ဝေဒနာကို မခံနိုင်တဲ့လူမမာကို ပြောတာနော်။

ခံနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ... တည့်တည့်မှတ်၊ လူငယ်တွေက တည့်တည့်မှတ်။ ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောထားသလို ရင်ဆိုင် တိုက်ခိုက်တဲ့နည်း။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဝေဒနာကို တိုက်ရိုက်ရှုမှတ်နည်း။

နာရင် နာတယ်, နာတယ်။ ကိုက်ရင် ကိုက်တယ်, ကိုက်တယ်။ ဝေဒနာကို တည့်တည့်သာမှတ်။ တည့်တည့်မှတ်ရင် မြန်မြန် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရမယ်။

အဲဒီလို ဝေဒနာကို တည့်တည့် တိုက်ရိုက်မမှတ်နိုင်တဲ့ လူမမာတွေကျတော့ ပြောက်ကျား တိုက်ခိုက်နည်းလို့ ခေါ်တဲ့ ချုံခိုတိုက်ခိုက်နည်းနဲ့ မှတ်ရမယ်။

နောက်တစ်ခါ ရန်သူကိုချော့သတ်တဲ့နည်း – ပင်တိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်းချည်းပဲ မှတ်ပြီးတော့ နောက်ဝေဒနာကို ခံနိုင်လာတော့မှ နာတာ, ကျဉ်တာ, ကိုက်တာ, ခဲတာကို ပြန်မှတ်ရတယ်။ ချမ်းမြေ့ ဆရာတော်ကြီး ဟောထားတာ သုံးနည်းရှိတယ်။

အဲဒီရန်သူကို ချော့သတ်နည်းမှာက ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အကြာကြီးမှတ်ရတယ်။ ထိုင်တယ်, ထိတယ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ်၊ အိပ်တယ်, ထိတယ်၊ အိပ်တယ်, ထိတယ် အကြာကြီးမှတ်။ ဝေဒနာကို သွားမမှတ်နဲ့အုံး၊ ကိုယ်က ခံနိုင်ရည် မရှိသေးဘူး။ ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းပဲ မှတ်နေပြီးတော့ ဝေဒနာကျသွားတော့မှ အဲဒီ ဝေဒနာကို သွားမှတ်ရတယ်။ သူကတော့ တရားထူးတရားမြတ်

ရတာ နေးတယ်။ သို့သော်လဲပဲ မှတ်ချက်တိုင်းမှာ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေချည်းဖြစ်နေတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်နေတော့ အဖိုးတန်တာပေါ့။

ဝိပဿနာဉာဏ်မဖြစ်ရင် စိတ်ကူးယဉ်မှာနော်၊ စိတ်ကူးက သားဆီရောက်, သမီးဆီရောက်၊ ချွေးမတွေ, သမက်တွေ, ဘုစုခရုတွေဆီရောက်၊ အဲဒီလိုရောက်နေတုန်းမှာ ဖျတ်ဆိုသေလိုက်ရင် ပြီးရော ... အဲဒီလိုဆိုရင် ဒုက္ခမရောက်နိုင်ဘူးလား။

အဲဒါကြောင့် ကိုယ့်ခန္ဓာကို အမြဲတမ်း ရှုမှတ်ပွားများနေရတယ်။ စုတိပြတ်ကြွေသေခါနီးမရောက်မီ ခုကတည်းက ကြိုးစားထားရင် မကောင်းဘူးလား၊ အခုကတည်းက ကြိုတင်ပြီး အလေ့အကျင့် လုပ်ထားရမယ်၊ အာစိဏ္ဏကံ လုပ်ထားရမယ်။

အဲဒီလိုလုပ်တဲ့ နေရာမှာ ရိပ်သာသွားနိုင်မှ မဟုတ်ဘူး။ ရိပ်သာသွားနိုင်ရင်တော့ ကောင်းတာပေါ့။ အဲဒီလိုရိပ်သာသွားပြီး မလုပ်နိုင်သော်လဲပဲ ကိုယ့်အိမ်မှာ ၁ နာရီနိုင်ရင် ၁ နာရီမှတ်၊ ၂ နာရီနိုင်ရင် ၂ နာရီမှတ်။ သည့်ပြင်ဥစ္စာတွေ လျှောက်ကြည့်နေမယ့်အစား အဲဒီအလုပ်တွေ လုပ်ရင် ... မကောင်းဘူးလား။ လူ့ဘဝဆိုတာ အချိန်နဲ့တည်ဆောက်ထားတာ၊ အချိန်တွေကုန်သွားတာဟာ သေဖို့နီးလာတာ သူတော်ကောင်းတို့၊ ဒါနဲ့များ အချိန်တွေ ဖြုန်းပစ်နေကြတယ်။ လူ့လောကမှာ အချိန်ဖြုန်းနေကြတာတွေကို အောတိုက်ပဲ။

တရားမျက်စိနဲ့ကြည့်လို့ရှိရင် အင်မတန်သနားစရာကောင်းတယ်။ အခုအချိန်ဖြုန်းနေတာတွေ နောက်ကျတော့ သိပါလိမ့်မယ်။ အခုနေတော့ ထောင်–ထောင်, ထောင်–ထောင်ပေါ့၊ သေခါနီးတော့ နိမိတ်တွေ ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။ ဟိုအရင်တုန်းက မဟုတ်တာ လုပ်ခဲ့တာတွေ အဲဒီအခါကျတော့ ပေါ်လာရော။ ရုပ်ရှင်ရိုက်ထားသလို ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်ဗျာ။

ကိုယ့်မှာက သတိပဋ္ဌာန်တရားလဲ ဘာမှလုပ်မထားဘူး၊ ပုတီးတောင်စိပ်မထားဘူး။ ဝိပဿနာလဲ ပွားမထားဘူး၊ ဘာမှလုပ်မထားဘူး။ ဝေဒနာဖြစ်လာတော့မှ ငါ့မှဖြစ်ရလေခြင်း၊ ငါတော့ခက်ပြီ၊ ဒီတောင်တော့ ငါ မကျော်နိုင်တော့ဘူး၊ ငါ့ လုပ်ကြပါအုံးဆိုတော့ ... ဒိဋ္ဌိတွေရော, တဏှာတွေရော, ဒေါသတွေရော, မောဟတွေရော အကြီးအကျယ်မလာနိုင်ဘူးလား။ အဲဒီလိုဖြစ်တဲ့အခါကျတော့ ကိုယ်အစတုန်းက လှူတန်းထားတဲ့ ဒါနတွေက ကယ်နိုင်ပါအုံးမလား။

ဒါနတွေက အလကားဖြစ်သွားတာတော့ မဟုတ်ဘူးနော်၊ နောင်တစ်ချိန်ကျရင်တော့အကျိုးပေးမှာပဲ။ လောလောဆယ်မှာ အကျိုးပေးခွင့်မရတော့ဘူး။ လောလောဆယ်မှာ အကုသိုလ်က အကျိုးပေးခွင့်ရသွားတော့ အပါယ်ကျသွားရော။ တော်တော်နဲ့ရော ... လူပြန်ဖြစ်နိုင်ပါတော့မလား။

အဲဒါကြောင့် ဘာဝနာတရားကို အာစိဏ္ဏကံ လုပ်ထားမှ၊ လူမမာတွေကလဲ အားမငယ်ပါနဲ့။ လူမမာတွေအနေနဲ့ အားထား ရမှာက အခုငါတို့အသက် ၆၀–၇၀ အထိ သရဏဂုံမြဲလာတယ်, ၆၀–၇၀ အထိ သီလမြဲလာတယ်, ၆၀–၇၀အထိ ကုသိုလ်တွေ လုပ်လာတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ အမြဲတမ်း ကုသိုလ်မလုပ်ဘူး လားဗျာ။ အဲဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို နှလုံးသွင်းရမယ်။

ငါတို့မှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အများကြီးရှိတယ်။ ဘာ ကြောက်စရာလိုသလဲ၊ စိတ်အားရှိနေရမယ် သူတော်ကောင်းတို့။ တရားအားတွေရှိနေဖို့လိုတယ်၊ စိတ်အားရှိရင် ရှုမှတ်လို့ရတယ်။ စိတ်အားမရှိလို့ ငါတော့ ဘာမှဖြစ်မှာမဟုတ်ဘူးဆိုရင် သွားရော။

သရဏဂုံရှိတယ်၊ ကုသိုလ်ရှိတယ်၊ အဲဒီအပေါ်မှာ စိတ်အား ရှိရမယ်။ ငါတို့တစ်သက်လုံး ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်လာ တယ်။ အများအပေါ်မှာ ကောင်းကျိုးတွေ ဆောင်ရွက်လာတယ်၊ ဒါတွေကိုပြန်ပြီး နှလုံးသွင်းရမယ်။

မိမိကိုယ်တိုင် တရားတွေ နာထားတာလဲ အများကြီးပဲ၊ အဲဒီတရားတွေလဲ ပြန်ပြီး နှလုံးသွင်းရမယ်။ ဒီရုပ်ကြီးက သူ့ ဘာသာသူ ဖောက်ပြန်ပြီး သူ့ဟာသူ ဘာလုပ်လုပ်၊ ခန္ဓာက သူ့ သဘောသူဆောင်မှာပဲ။ ကိုယ်ကလဲ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ် ရမယ်။

ကိုယ့်အလုပ်ဆိုတာ–ဆင်ခြင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်လိုက်၊ ရှုမှတ်တဲ့အခါ ရှုမှတ်လိုက်၊ မရှုမှတ်နိုင်လောက်အောင် ရောဂါပြင်းလာရင် ဆင်ခြင်လိုက်၊ ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါမှာ ဆင်ခြင်လို့ ကောင်းနေတာနဲ့ ဆက်ပြီးဆင်ခြင်မနေနဲ့၊ ရှုမှတ်ပေး။ ပြန်ပြီး မှတ်လို့ရပြီဆိုရင် စိတ်အေးအေးလေးထားပြီး မှတ်။

သောကတွေ ဘာတွေများလာလို့ ကိုယ်က မမှတ်နိုင်ဘူးဆိုရင် ဆင်ခြင်။

ပုထုဇဉ်ဆိုတော့ ဝမ်းနည်းစရာတွေကြုံအုံးမှာကိုး၊ ဝမ်းနည်းစရာတွေကြုံလာလို့ရှိရင် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှတ်လို့မရတော့ဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှတ်လို့မရရင် ဆင်ခြင်ပါ။ မိမိရဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ပြန်ပြီးတော့ ဆင်ခြင်ရမယ်။ မိမိနာထားတဲ့တရားတွေကို ဒီအချိန်မှာ ပြန်အသုံးချရမယ်။

အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်တယ်။ သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဏ်ဖြစ်တယ်၊ ဝိညာဏ်ကြောင့် နာမ်ရုပ်ဖြစ်တယ်၊ နာမ်ရုပ်ကြောင့် သဠာယတန၊ သဠာယတနကြောင့် ဖဿ၊ ဖဿကြောင့် ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာက တဏှာကူးပြီဟေ့။ တဏှာကြောင့် ဥပါဒါန်၊ ဥပါဒါန်ကြောင့် ကမ္မဘဝ၊ ကမ္မဘဝကြောင့် ဇာတိ၊ ဇာတိကြောင့် ဇရာမရဏ။ အဲဒါတွေကို ဆင်ခြင်ပါ။ အဲဒီလိုဆင်ခြင်တာဟာ သုဂတိရောက်ကြောင်းတွေနော် ...။

အဲဒီလို ဆင်ခြင်ပြီးသေရင်လဲ အပါယ်မကျဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တရားအပေါ်မှာ စိတ်ရောက်နေတာကိုး။ ဆင်ခြင်တာကို အပြစ်မပြောဘူး။ ဆင်ခြင်တာလဲ သူ့နေရာနဲ့သူ ကောင်းတာပဲ။

မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် မြန်မြန်ရချင်ရင်တော့ ... ဆင်ခြင်တာကို လျှော့ပြီး ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် များများမှတ်နိုင်အောင်ကြိုးစားရမယ်။

ဆင်ခြင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်၊ ရှုမှတ်တဲ့အခါ ရှုမှတ်။ အဲဒီလိုလုပ်ရမယ်။

ယောဂီတို့က ဆင်ခြင်တာနဲ့ ရှုမှတ်တာနဲ့က ရောနေတယ်။ တချို့က ရှုမှတ်တာကို အထင်သေးတယ်။ ဒါကြီးတွေ ရှုမှတ်နေလို့ ဘယ်တော့ရမှာလဲတဲ့ ...။ အဲဒီလို ဘယ်တော့ရမှာလဲလို့ ပြောတဲ့သူကို ဘယ်နှလအားထုတ်ဖူးလဲလို့ မေးကြည့်ပါ။ တစ်လပြည့်အောင် အားမထုတ်ဖူးဘူး ...၊ အားထုတ်လို့ ရှိရင်လဲ ရောင်တောင် ပေါင်တောင်နဲ့ သေသေချာချာ အားမထုတ်ဖူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေက အဲဒီလိုပြောတာ ...။

နှစ်နဲ့ချီပြီး အားထုတ်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက သိကြားမင်းဆင်းဖျက်တောင် မရဘူး၊ လူတော့မပြောနဲ့၊ သူ့ဘာသာသူ ဘယ်ဘာသာနဲ့ပြောပြော၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ရင်ထဲအသည်းထဲမှာ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိထားလို့ပဲ။

တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မှုမှုတတလဲ ယှုတတ်တယ်။ ဘယ်ဂိုဏ်းမှလဲ မထိခိုက်ဘူး။ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မထိခိုက်ဘူး။ တရားသဘောကို သူ့နေရာနဲ့သူ ယှုတတ်တယ်။ ဒါအသိနဲ့ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်မှလို့ဆိုရင်လဲ လက်ခံတယ်။ ငါ, သူတစ်ပါး, ယောက်ျား, မိန်းမ, ပုဂ္ဂိုလ်, သတ္တဝါမဟုတ်ဘူးဟော့၊ ဒါဟာရုပ်တွေ, နာမ်တွေပဲ၊ သူညတမေ့တွေပဲ၊ ဒီလိုယှုတတ်တယ်နော် ... သူတော်ကောင်းတို့ ...။

အာနာပါနနဲ့ သမာဓိ ထူထောင်တယ်၊ ငယ်ထိပ်ကနေ တစ်ကိုယ်လုံး ဖြန့်ကြည့်တယ်။ အဲဒါ ဟုတ်တယ်၊ သမာဓိနဲ့ ကြည့်တဲ့အခါမှာ အင်မတန်မှန်တာပဲ။ မှုမှုတတ ယှုတတ်တယ် သူတော်ကောင်းတို့။ ဟိုလူ့ပုတ်ခတ်၊ ဒီလူ့ပုတ်ခတ်မဟုတ်ဘူး။ သူ့နေရာနဲ့သူ ယှုတတ်တယ်။ သမာဓိမရှိရင် မမြင်ရဘူးဟော့၊ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိတယ်နော် သူတော်ကောင်းတို့ ...။

သမာဓိရှိရင်ဟုတ်တယ်၊ သမာဓိမရှိရင် မမြင်ရဘူး။ ကြည့်သာကြည့်တာ မမြင်ရဘူး။ အဲဒါတွေကို ဉာဏ်နဲ့ခွဲခြားပြီးတော့ သိတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ အနေတတ်အောင်ဆိုရင် တရားလဲ နာရမယ်၊ တရားလဲ အားထုတ်ရမယ်။

တရားတော်ရဲ့အမည်ကိုက– အနေတတ် အသေမြတ်။

အနေတတ်ရင် အသေမြတ်မှာပဲ သူတော်ကောင်းတို့ ...။

လူမမာတွေကိုဦးစားပေးပြီး ဟောပေးနေပါတယ်။ လူမမာတွေအနေနဲ့ အပြင်မသွားနိုင်ဘူးဆိုရင် ကိုယ့်အိမ်ထဲမှာ စကြံ့လျှောက်ပါ။ တရားနာပါ။ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာကို စွမ်းနိုင်သမျှ ကြိုးစားပါ။ အများကြီးမဟုတ်တောင် နည်းနည်းကလေးဖြစ်ဖြစ် ဒါနကို နေ့တိုင်းပြု၊ သီလကို နေ့တိုင်းဆောက်တည်။

ဝိပဿနာမပွားနိုင်ရင် သမထပွား၊ ဝိပဿနာပွားနိုင်ရင်တော့ ဝိပဿနာပွား။ သမထပွားလိုက်, ဝိပဿနာပွားလိုက်၊ သမထပွားလိုက်, ဝိပဿနာပွားလိုက်။

အဲဒီလို ဒါန, သီလ, သမထ, ဝိပဿနာကို နေ့တိုင်းလုပ်ရမယ်။

ပိုပြီးတော့လုပ်ရမယ့်အလုပ်က ဣရိယာပထလေးပါးစလုံးကို ပိုပြီးတော့ရှုမှတ်ပွားများပါ။ ဥပမာ–ပက်လက်လှန်ပြီးအိပ်လဲမှတ်ပါ။ အိပ်နေရာကနေ ထ,တယ်ဆိုပါဆို့။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်မထ,နိုင်လို့ တွဲပြီးထ,ရတယ်ပဲထား၊ တွဲပြီးထ,တာကိုပဲ မှတ်ပါ။ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်မပျက်စေနဲ့ သူတော်ကောင်းတို့ ...။

ဒီလိုရှုမှတ်ရင်း ရောဂါသည်းလာရင် သည်းလာတဲ့ရောဂါကိုထပ်မှတ်။ ရောဂါတအားသည်းလို့ လွတ်သွားတာမျိုးလဲ ရှိမယ်။ လွတ်သွားပါစေ၊ ပြန်သတိရရင်ပြန်မှတ်။ အဲဒီလိုသာ မှတ်နေရင်၊ အဲဒီလူမမာ ဘယ်တော့မှအပါယ်မကျဘူး။ အဲဒီလူမမာဟာ ကောင်းတဲ့နေရာ ရောက်လိမ့်မယ်။

မင်္ဂဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်တောင် မြန်မြန်ဆန်ဆန် ရသွား လိမ့်မယ်။

သူက နည်းမှန်သွားတာကိုး သူတော်ကောင်းတို့။ သည့်ပြင် စိတ်ကိုအဝင်မခံနဲ့၊ သားတွေ, သမီးတွေသတိရရင် သတိရတယ်, သတိရတယ်လို့မှတ်ပစ်လိုက်။ ဘယ်လိုမှ မှတ်လို့မရဘူး ဆိုရင် ဆင်ခြင်လိုက်။ အနိစ္စတရား, ဒုက္ခတရား, အနတ္တတရားတွေပဲ။ မပိုင်တဲ့တရားတွေပဲ။ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေပဲ။ သူ့လမ်း သူသွားရမယ်၊ ကိုယ့်လမ်း ကိုယ်သွားရမယ်။ ဒီလိုဆင်ခြင်ပစ်ရတယ်နော်။

ရှုမှတ်လို့မရတဲ့အခါမှာ ဆင်ခြင်လိုက်၊ ရှုမှတ်လို့ရတဲ့အခါ ရှုမှတ်လိုက်၊ အဲဒီလို စိတ်အေးအေးလေး ထား, မှတ်။ ရှုမှတ်တဲ့ အခါမှာ စိတ်အေးဖို့လဲ လိုတယ်နော် ...။ လူမမာတွေက စိတ်ပူ တတ်တယ်၊ စိတ်အားလဲ ငယ်တတ်တယ်၊ စိတ်ကိုအေးအေးလေး ထားပါ၊ ငါတို့ဟာ အသက် ၇၀–၈၀ ရှိပြီ၊ သရဏဂုံတစ်ချက်မှ မပျက်ခဲ့ဘူး။ အဲဒီလို ဆင်ခြင်လိုက်ရင် အင်အားပဲဗျ။

လူဖြစ်တိုင်းသရဏဂုံရှိတာမဟုတ်ဘူး။ ငါတို့ဟာ သရဏဂုံ တစ်ချက်မှမပျက်ဘူး။ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ – နေ့တိုင်းရွတ်လာတယ်၊ ဘုရား, တရား, သံဃာကို ပူဇော်လာတယ်။ ငါတို့မှာ သရဏဂုံအင်အားတွေ ရှိတယ်၊ ငါးပါးသီလလဲ ထိန်းတယ်။ ဒါန, သီလ, ဘာဝနာ

တွေလဲလုပ်တယ်။ အဲဒါတွေကိုဆင်ခြင်ပြီး စိတ်ကိုအေးအေးလေး ထား။

ဒီခန္ဓာကိုယ်ဟာ သူ့အလုပ် သူလုပ်တယ်။ နည်းနည်း ရင့်ကျက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က နည်းနည်းထပ်စဉ်းစားလိုက်အုံး၊ မြတ်စွာ ဘုရားဟောထားတာ ရုပ်တွေဟာ ဖောက်ပြန်နေတာပဲ၊ နာလိုက်, ကျဉ်လိုက်, အောင့်လိုက်, ကိုက်လိုက်, ခဲလိုက်, ယားလိုက်၊ မချိ မဆံ့ကို ဖောက်ပြန်နေတာပဲ။

ခန္ဓာကို နှိပ်စက်နေတဲ့ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ဒါကိုပြောတာကိုး၊ သိမ်မွေ့တဲ့ဒုက္ခကို အသာထားလိုက်အုံး၊ ရောဂါဖြစ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ကို ပြောနေတာနော်။

တချို့က နာတာ, ကျဉ်တာကို ဒုက္ခလုပ်မနေနဲ့ ဆိုတာတွေ ကလဲ ရှိသေးတယ်။ အဲဒါကသူ့အပိုင်းနဲ့သူ၊ အခုပြောနေတာက လူမမာတွေအတွက် ပြောနေတာ။ နာကျဉ်ကိုက်ခဲနေတဲ့အခါ ကျတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ တကယ်မှန်တာပဲ၊ အမြဲတမ်း ဆေးတွေစားနေ ရတယ်။

တည့်တဲ့ အစားအစာမှန်သမျှ ခန္ဓာကြီးကို အကုန်ကျွေး နေတာပဲ။ ကျွေးတဲ့ကြားထဲက နှိပ်စက်နေတာပဲ။ အဲဒီတော့ ဒုက္ခသစ္စာ မမှန်ဘူးလားဗျာ။

ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ဆင်းရဲအမှန်တရား

ခန္ဓာရရင် ဆင်းရဲမှာပဲ၊ စာအုပ်ကြီးထဲ ကြည့်စရာမလိုဘူး၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက တရားဟောမနေဘူးလား။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက တရားဟောနေတာကို ဉာဏ်နဲ့နာပါ...သူတော်ကောင်းတို့။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ယားတယ်, နာတယ်, ကိုက်တယ်, အောင့်တယ်, ပူတယ်, ချမ်းတယ်၊ အမျိုးမျိုးမဟောဘူးလား သူတော်ကောင်းတို့ ...။ **အဲဒါ ဟေိပဿိကော ပဲ။**

ဟေိ– လာပါတဲ့၊ **ပဿ**–ကျုပ်ကိုရှုပါတဲ့။

မင်းက ... မင်းကိုယ်မင်း ယောကျ်ား, မိန်းမ ထင်နေတာ၊ မဟုတ်ဘူးကွ တဲ့။ မင်းဟာ ရောဂါသည်ပဲတဲ့။ ရောဂါတွေ မင်းသိအောင် ဖောက်ပြန်ပြမယ်တဲ့ ...။ နာလိုက်, ကျဉ်လိုက်, ကိုက်လိုက်, ခဲလိုက်။

နာတဲ့သဘောလေးကလဲ ကျုပ်ကို ရှုပါဗျာ တဲ့။ ကိုက်တဲ့သဘောလေးကလဲ ကျုပ်ကိုရှုပါဗျာ တဲ့။ ကျုပ်ဟာ ဒုက္ခသစ္စာပါပဲ။ ဒီလိုမခေါ်ဘူးလား သူတော်ကောင်းတို့ ...။

အဲဒီလို ဒုက္ခသစ္စာပါပဲလို့ ခေါ်တာကို ဒီကသွားတာတွေက မှားနေတယ်။ ငါ့ပေါင်ကြီးပဲ, ငါ့ဗိုက်ကြီးပဲ, ငါ့ဇက်ကြီးပဲ, ငါ့နှလုံးသားကြီးပဲ, ငါ့နှလုံးတွေ တော်တော်ခုန်နေတယ်။ ဘယ်ကလာ ငါ့နှလုံးရှိမှာလဲ၊ ရုပ်တွေနာမ်တွေ ဖောက်ပြန်နေတာ မဟုတ်လား ...။

ရုပ်တရားက ဖောက်ပြန်တာ နာမ်တရားက သိတာ

နှလုံးမရှိဘူး၊ အူမရှိဘူး၊ အသည်းမရှိဘူး၊ ကျောက်ကပ် မရှိဘူး၊ ဝိပဿနာနယ်မှာ ပြောနေပါတယ်။ ဆေးရုံမှာ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ ဆေးရုံမှာတော့ သူ့အခေါ်အဝေါ်နဲ့ သူရှိမှာပေါ့ဗျာ။ အခုပြောနေတာ ဝိပဿနာနယ်ကို ပြောနေတာ။ ဝိပဿနာနယ် မှာ ရုပ်နဲ့နာမ်ပဲ ရှိတယ်။

ရုပ်တွေက ဖောက်ပြန်နေတယ်၊ နာမ်က သိနေတယ်။ နှလုံးက ဖောက်ပြန်တဲ့အခါကျတော့ ဒုတ်–ဒုတ်၊ ဒုတ်–ဒုတ်နဲ့ ဖြစ်နေတယ်။ တစ်ကိုယ်လုံးမှာလဲ ဟိုကနာလိုက်၊ ဟိုကအောင့် လိုက်၊ ဟိုကကျပ်လိုက်နဲ့ဖြစ်နေတာကို ဖောက်ပြန်နေတယ်ဟော့ လို့ သိရမှာနော် ... သူတော်ကောင်းတို့။

ဖောက်ပြန်နေတာကို ဒုက္ခသစ္စာပဲလို့ သိလိုက် ...

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် မမှတ်နိုင်တဲ့အခါမှာ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဒုက္ခ သစ္စာ၊ ဒုက္ခသစ္စာလို့ သိနေပါ။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ဒုက္ခသစ္စာ ဆိုတာ တကယ်မှန်တာပဲ။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက– မင်းတို့ တွေးမယ့်တွေးရင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဒုက္ခရောက်တာ တွေးပါ တဲ့။ အင်မတန် မှန်ဘူးလားဗျာ။

လူတွေဟာ အင်မတန်ခက်တယ်။ ဒုက္ခရောက်တာကို မတွေးဘူး၊ ဒုက္ခရောက်ဖို့အကြောင်းတွေးတယ်။ ဒုက္ခရောက်ဖို့

အကြောင်းဆိုတာ သမုဒယသစ္စာတွေကို ပြောတာ။ သားရေး၊ သမီးရေး၊ စီးပွားရေးဆိုတာ ဒုက္ခရောက်ကြောင်းတွေ။

ဒုက္ခလွတ်ကြောင်းကို မတွေးဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဒုက္ခ ရောက်နေတာ ဒုက္ခသစ္စာပဲလို့ တွေးလိုက်လို့ရှိရင် ဒုက္ခလွတ်နိုင် တယ်နော် ...။

အဲဒီလိုမတွေးဘူး။ သားတွေ၊ သမီးတွေကို ဟိုလူ့စိတ်မချ၊ သည်လူ့စိတ်မချ။ ငါပြောတာကိုလဲ နားမထောင်ဘူး၊ ငါ့ဆီလဲ ဘယ်သူမှ မလာကြဘူး။ ဘယ်သူမှအလိုက်မသိဘူး။ အလကား ကောင်တွေလို့ တွေးနေတော့ ဒေါသတွေ ဖြစ်မနေဘူးလား။

အဲဒါဒုက္ခရောက်ကြောင်း၊ နောက်တစ်ခါ ထပ်ပြီး ခန္ဓာရ ကြောင်း၊ ရိုးရိုးခန္ဓာမဟုတ်ဘူး၊ အပါယ်လေးပါးခန္ဓာ ဖြစ်သွား လိမ့်မယ်နော်။

သူ့ဘာသာသူလာချင်လာ၊ မလာချင်နေ၊ များသောအားဖြင့် မလာချင်တာ များတာပဲ၊ နံစော်နေတာ ဘယ်သူလာချင်မလဲ။ မလာလေကောင်းလေပဲ။ ဘယ်သူမှမလာရင် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် တရားမှတ်လို့ရတာပဲ။

လူမမာဖြစ်လာရင်ပြုစုစေချင်တယ်။ ပြုစုတာကနေသမုဒယ ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။ ရှေးအလောင်းတော်ကြီးတွေက သတ်သတ်ကို တစ်နေရာမှာ သွားနေတယ်။ မိမိထံကို ဘယ်သူမှမလာနဲ့၊ ဒီလို

ပိတ်ထားတာ။ လာရင် သမုဒယဖြစ်သွားမှာမဟုတ်လား။ စုတိ ပြတ်ကြေ သေခါနီးမှာ သမုဒယဖြစ်တော့ ဘယ့်နှယ်လုပ်မလဲ။ အယူလွဲသွားမယ်၊ နှလုံးသွင်းတွေ မှားသွားမယ်။ လာတဲ့မူးကြီး မတ်ရာ သေနာပတိတွေက တရားတွေပဲပြောပြ၊ ဒီလိုလုပ်ရင်းနဲ့ သေကြတာမဟုတ်လား။

ကိုယ်ချစ်နေတဲ့သားတွေ, သမီးတွေ, ဘုစုခရုတွေမလာကြနဲ့၊ ဝေးဝေးဖယ်ထား။ ဘယ်သူမှအနားမကပ်နဲ့၊ အဲဒီလိုလုပ်ထားရမယ်။ ဒီသမုဒယတွေ နှလုံးသွင်းပြီးတော့ ငါ့မြေးလေးအတွက် ဆိုရင် သွားရော။ အဲဒီငါ့မြေးလေးအကျိုးမှာ ပိုးကောင်တွေ, ပိုးဟပ်တွေ ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။

အဲဒါကြောင့်နှလုံးသွင်းမှန်ဖို့အတွက် မိမိတို့မှတ်နိုင်ရင်မှတ်၊ မမှတ်နိုင်ရင် ပေါ်လာသမျှကို ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ၊ ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ, ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲလို့ဆင်ခြင်ရမှာနော်။ မြတ်စွာဘုရား ပေးထားတဲ့ နည်းလမ်းတွေက အများကြီးပဲ ...။ အဲဒီအထဲက ဦးဇင်းက နည်းနည်းလေး ပြောနေတာ။

ခန္ဓာကိုယ်ကနာလာရင် ဒုက္ခသစ္စာပြတာပဲ။ အောင့်တာက လဲ ကျုပ်က ဒုက္ခသစ္စာပါဗျာလို့ မပြောဘူးလား သူတော်ကောင်းတို့ ...။

ဒုက္ခသစ္စာကို ဒုက္ခသစ္စာမှန်းသိရင် မဂ္ဂသစ္စာဖြစ်တာပဲ

ကိုယ်က တည့်တည့် မမှတ်နိုင်ဘူး၊ စိုးရိမ်စိတ်တွေက များလိုက်၊ စိတ်မချ, လက်မချတွေက များလိုက်၊ စိုးရိမ်တာလဲ ဒုက္ခသစ္စာပဲ၊ စိတ်မချတာလဲ ဒုက္ခသစ္စာပဲ၊ အကုန်လုံး ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ။

ဒုက္ခ–ဒုက္ခ, ဒုက္ခ–ဒုက္ခ။ ကြားရတာတွေလဲ ဒုက္ခ၊ မြင်ရတာတွေလဲ ဒုက္ခ၊ စိတ်ထဲမှာ ဝမ်းနည်းတာလဲ ဒုက္ခ၊ အကုန်လုံး ဒုက္ခသစ္စာတွေချည်းပဲ။ ပေါ်လာသမျှဟာ ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ မဟုတ်လား သူတော်ကောင်းတို့ ...။

အဲဒီလို ဒုက္ခသစ္စာလို့ သိတဲ့အခါကျတော့ ကုသိုလ်ရနေတာပဲ။ တရားဆင်ခြင်နေတာ ကုသိုလ်ရတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သေရင် အပါယ်မကျဘူး။

ကိုယ့်ရဲ့အမိတွေ, အဖတွေ, အဘိုးတွေ, အဘွားတွေနေထိုင်မကောင်းဖြစ်တဲ့အခါ အဲဒီလိုလမ်းကလေး ကြောင်းပေးကြ။

ဘုန်းကြီးတွေ ဟောရတာက တစ်ခါတလေ ဟောရတာ၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာက ... ဒုက္ခသစ္စာကို အမြဲတမ်း ပြနေတာ။ ဆရာတော်, သံဃာတော်တွေက တရားဟောပြီး သာသနာပြုတော့ ဒကာ, ဒကာမတွေမှာ အကုန်သိရတာပေါ့။ တရားသိတဲ့အခါကျတော့ သေမင်းနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါမှာ ကုသိုလ်တွေ, ဉာဏ်တွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတော့ အပါယ်လွတ်တာပေါ့ ...။

မိမိတို့ဆင်ခြင်တဲ့နေရာမှာ ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ, ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲ, ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲလို့ စိတ်က မလပ်အောင် ဆင်ခြင်နေရမယ်။ ဒါကတော့ နည်းနည်းညဏ်ရင့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များပေါ့ဗျာ။ ဝိပဿနာတရား နည်းနည်းပါးပါး နာဖူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကိုပြောတာ။ ဝိပဿနာတရား လုံးဝမနာဘူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင်တော့ ... **ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ** ပဲ ဆိုပေး။

ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ သိမှမသိဘဲကိုး။ သူတို့မှာက တစ်သက်လုံး တရားလဲ မနာဘူး၊ တရားပွဲတွေရှိလဲ ထွက်ပြေးတယ်။ တရားပွဲရှိပေမယ့် နာတဲ့သူကနည်းတယ်။ ဦးဇင်းတို့တရားပွဲတွေဟောတဲ့အခါ လာနာတာအမျိုးသမီးတွေချည်းပဲ၊ အမျိုးသားကအင်မတန်ရှားတယ်။ အဲဒီလိုတရားဘာမှ နာမထားလို့ရှိရင် စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးအခါကျရင် နှလုံးသွင်းတတ်ပါအုံးမလား။ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်များကျတော့ ဒုက္ခသစ္စာတို့၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတို့ပြောလို့ သိပါတော့မလား ...။

အဲဒါကြောင့် ... အပါယ်မကျအောင်လို့ သရဏဂုံလေးဆိုပေး။ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ, ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ, သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ အဲဒီသရဏဂုံကို တွန်းပြီးတော့ အထပ်ထပ်ဆိုပေး။ အဲဒီစိတ်နဲ့ သေသွားရင်လဲ အပါယ်မကျဘူး။

သူ့ကို ဒုက္ခသစ္စာတွေ၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတွေသွားပြောရင် သူက နားမထောင်ဖူးတော့ မသိဘူး။ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေက

နားလဲ မထောင်းဖူးဘူး။ မာနကလဲ ခပ်ကြီးကြီးသမားတွေ၊ ဗဟုသုတတွေများတဲ့အခါကျတော့ ဒီလောက်ကတော့ ငါတတ်ပါတယ် ဆိုပြီးတော့ မာနကြီးနေတာ။ မာနကြီးပြီး လက်တွေ့ အလုပ်ကျတော့လဲ မလုပ်ဘူး။ အဲဒီတော့ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးတော့ ဘာမှပြောလို့မရတော့ဘူး၊ အဲဒါမျိုးတွေလဲ ရှိတတ်တယ်။

နည်းနည်းပါးပါး တရားနာထားတဲ့သူတွေကျတော့ ဒုက္ခသစ္စာကိုမြင်လာတယ်၊ ဩော် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကနှိပ်စက်နေတာပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ အဲဒါပဲ၊ အဲဒီဒုက္ခသစ္စာကို မြင်အောင်ကြည့်၊ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကိုရွံမုန်းလို့ရှိရင် နောက်ထပ် ခန္ဓာမလိုချင်တော့ဘူး။ နောင် ခန္ဓာလိုချင်တာက လောဘကိုးဗျ။ နောင်ခန္ဓာမလိုချင်ဘူးဆိုရင် လောဘလျော့မသွားဘူးလား။

လောဘလျော့ရင် နိဗ္ဗာန်နဲ့နီးပြီ။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ မြို့ကြီးပြကြီးမဟုတ်ဘူး သူတော်ကောင်းတို့။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ တဏှာကုန်တာ။

လောဘကုန်တာဟာနိဗ္ဗာန်ပဲ။ လောဘလျော့သွားရင် နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီးပြီသာ မှတ်တော့။

ဒီခန္ဓာကိုယ်ပဲ ထပ်လိုချင်နေကြတယ်။ ယောကျ်ားကလဲ ယောကျ်ားခန္ဓာကိုယ် ထပ်လိုချင်တယ်။ မိန်းမကလဲ မိန်းမ ခန္ဓာကိုယ် ထပ်လိုချင်တယ်။ ဒီဒုက္ခသစ္စာကို မြင်မှမမြင်တာကိုး။ မြင်အောင်လဲပဲ အားမထုတ်ဘူး။ မြင်အောင်အားထုတ်မထားတဲ့

အခါကျတော့ စုတိပြတ်ကြွေ သေခါနီးမှာ မရှိမဆုံ ဒုက္ခတွေ ကြုံလာရပေမယ့် ဒုက္ခကို မမြင်ဘူး။

သား၊ သမီးမျက်နှာကိုမြင်တယ်။ သား၊သမီးကို ကြည့်နေလိုက်တာများ တော်တော်ကိုခက်တယ်။ သား ကြည့်တဲ့လူနဲ့၊ ဇနီး ကြည့်တဲ့လူနဲ့။ ပါးစပ်ကလဲ ပွစိ၊ ပွစိနဲ့ ပြောသေးတယ်။ အသံကလဲ မထွက်တော့ဘူး။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ပြနေတာက ဒုက္ခသစ္စာပြနေတာ။ သူက ဒုက္ခသစ္စာကို မမြင်ဘူး။ သား၊ သမီးကိုသွားပြီး သမုဒယဖြစ်နေတယ်။

အဲဒီတော့ ဒီဒုက္ခက လွတ်ပါအုံးမလား။ ဒါကြောင့် ယောဂီတို့က အခုကတည်းက အလေ့အကျင့်လုပ်ထား၊ နည်းနည်းလေး နာတာ, ကျဉ်တာ, ကိုက်တာ, ခဲတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သွားလို့လာလို့ မောတာပန်းတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စီးပွားရေး, လူမှုရေးမှာ ကိုယ်ဆင်းရဲ, စိတ်ဆင်းရဲကြုံတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်သူ့မှအပြစ်မတင်နဲ့။ သူများအပြစ်တင်ရင် မှားသွားမယ်နော် သူတော်ကောင်းတို့။ ဒီခန္ဓာရလို့ ဒီဒုက္ခတွေ တွေ့ရတာ၊ ဒီခန္ဓာမရရင် တွေ့စရာလိုပါ့မလား။

နိဗ္ဗာန်ရောက်လို့ ခန္ဓာမရှိတော့ဘူးဆိုရင် ... ဘာဒုက္ခမှ တွေ့စရာမလိုတော့ဘူး။

အခုတရားဟောတဲ့သူရော, တရားနာတဲ့သူရော၊ ဒီခန္ဓာရထားလို့ ဒုက္ခမျိုးစုံ တွေ့ရတာ။ စားဝတ်နေရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့

ဒုက္ခတွေ၊ ခန္ဓာမှာဖြစ်တဲ့ ၉၆ ပါးရောဂါနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဒုက္ခတွေ၊ ကိလေသာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ဒုက္ခတွေ၊ အမျိုးမျိုးမတွေ့ရဘူးလား သူတော်ကောင်းတို့ ...။

ဒီခန္ဓာရှိနေလို့ ဒုက္ခတွေ့ရတာကိုး။ ဒီခန္ဓာကလဲ သမုဒယ သစ္စာကြောင့်ဖြစ်တာကိုး။ အခြေခံရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဘေးကနေပြီး အဲဒီလို နည်းနည်းပါးပါးပြောပေးရမယ်၊ ဦးဇင်းဟောတာ လူမမာ ကို အဓိကထား ပြောနေတာ။

သမုဒယသစ္စာဆိုတာ သားခင်၊ သမီးခင်၊ ဇနီးခင်၊ ဆွေမျိုး ခင်။ အဲဒီခင်တဲ့ သမုဒယသစ္စာကြောင့် ဒီခန္ဓာကြီး ဖြစ်ရတယ်။ ဒီခင်တာတွေကို အခုကစပြီးတော့ အချိန်ပိုင်းနဲ့ ဖြုတ်လိုက်ပါ။ အဲဒါတွေဟာ ရုပ်တွေ၊ နာမ်တွေပဲ။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတရား တွေပဲ။ သား၊ သမီး၊ ဇနီး၊ ခင်ပွန်း အပေါ်ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တရောက်အောင်လုပ်လိုက်။ သူ့ကျတော့ မှတ်လို့မရဘူး။ ဆင်ခြင်ရတယ်။

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတရားတွေပဲလို့ ဆင်ခြင်လိုက်ရင် ခုနက ခင်တဲ့မင်တဲ့စိတ်တွေ လျော့မသွားဘူးလား။ ခင်တဲ့မင်တဲ့ စိတ်တွေ လျော့သွားတော့ ပြန်မှတ်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ပြန်မှတ် တော့ ...။ နည်းလမ်းတွေပေးနေတာနော် သူတော်ကောင်းတို့။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွေ လျော့သွားပြီဆိုရင် ပြန်မှတ်။ နာရင် နာတယ်၊ ကိုက်ရင် ကိုက်တယ်၊ အောင့်ရင် အောင့်တယ်၊

ဝမ်းနည်းရင် ဝမ်းနည်းတယ်၊ မှတ်လို့ရသလောက် အကုန် ပြန်မှတ်၊ မှတ်လို့မရပြန်ဘူး၊ အဲဒီခင်မင်တဲ့စိတ်တွေ အရမ်းများ နေတယ်ဆိုရင် ပြောခဲ့သလို ဆင်ခြင်အုံး။ အနိစ္စတရားတွေပဲ, ဒုက္ခတရားတွေပဲ, အနတ္တတရားတွေပဲ။ အနတ္တတရားဆိုတာ ကိုယ်မှမပိုင်တာဘဲ၊ ကိုယ်မပိုင်တဲ့တရားတွေကို အပိုင်လုပ်ချင်လို့ ရပါ့မလား။

အဲဒီလိုပြန်ဆင်ခြင်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ ခုနက သောက တွေ, ဒေါသတွေ လျော့သွားတယ်၊ လျော့သွားရင် ပစ္စုပ္ပန်တည့် တည့်ပြန်မှတ်၊ ရှုမှတ်ဖို့ ပြောနေတာနော် သူတော်ကောင်းတို့။ တိုက်ရိုက်ရှုမှတ်လို့ မရလို့ ရှုမှတ်လို့ရတဲ့နည်းကို လှည့်ပြော နေတာ။

ဝမ်းနည်းနေတယ်၊ အားငယ်နေတယ်ဆိုရင်ဆင်ခြင်လိုက်အုံး။ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတရားတွေကို ဆင်ခြင်လိုက်။ ဆင်ခြင် လိုက်လို့ စိတ်က နည်းနည်းသက်သာသွားပြီဆိုရင် လောဘ, ဒေါသတွေ လျော့သွားပြီဆိုရင် ... ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ပြန်မှတ်။ အဲဒီလို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ပြန်မှတ်နိုင်လာလို့ရှိရင် ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာတယ်။ ခုနတုန်းကဟာက ဆင်ခြင်တဲ့ဉာဏ်။ **ရှုမှတ်တာက ဝိပဿနာဉာဏ်။**

ဆင်ခြင်တဲ့ဉာဏ်ကို **စိန္တာမယဉာဏ်**လို့ခေါ်တယ်။ ပစ္စုပ္ပန် တည့်တည့်ရှုမှတ်လို့ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ဉာဏ်ကို **ဘာဝနာမယဉာဏ် လို့** ခေါ်တယ်။

အဲဒီလို ဆင်ခြင်လိုက်, ရှုမှတ်လိုက်ဆိုတော့ စိန္တာမယဉာဏ် ဖြစ်လိုက်၊ ဘာဝနာမယဉာဏ် ဖြစ်လိုက်။ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ရင့်ကျက်ပြီး သေရင် အပါယ်မကျနိုင်တော့ဘူး။

ဒါကြောင့်မို့ လူမမာများအားမငယ်ပါနဲ့၊ မိမိတို့မှာ သရဏဂုံတွေ ကျကျနနရှိတယ်၊ ကုသိုလ်တွေ ရှိတယ်။ လူမှုရေးမှာ ကူညီထားတာတွေရှိတယ်။ အများအကျိုး ဆောင်ရွက်ထားတာတွေရှိတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့ အားငယ်စရာမလိုဘူး။

ရှုကြ၊ မှတ်ကြ၊ ပွားများကြ၊ အားထုတ်ကြ၊ ဆင်ခြင်ကြ။

ဆင်ခြင်တဲ့အခါမှာဆင်ခြင်ကြ၊ ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာရှုမှတ်ကြ။

အခုလို ရှုမှတ်နေကြတဲ့ သူတော်ကောင်းတွေအတွက် ... သောတာပန် ၂၄ မျိုးထဲက အကျင့်အားဖြင့် ၄ မျိုးကို ကြည့်ရအောင် ...။

ဒုက္ခပဋိပဒါ, ဒါတာဘိညာ၊

ဒုက္ခပဋိပဒါ, ခိပ္ပာဘိညာ၊

သုခပဋိပဒါ, ဒါတာဘိညာ၊

သုခပဋိပဒါ, ခိပ္ပာဘိညာ။

ဒုက္ခပဋိပဒါ– ဆင်းဆင်းရဲရဲကျင့်ရတယ်။ ဒါတာဘိညာ– တရားကျတော့လဲ နှေးနှေးမှရတယ်။

ကျင့်တာလဲ ဆင်းဆင်းရဲရဲကျင့်ရတယ်။ သူများထက်ပိုပြီး ဝေဒနာတွေခံစားရတယ်။ တရားကျတော့လဲ သူများတွေက ၆ လ, ၁ နှစ်လောက်နဲ့ရတယ်၊ ကိုယ်က ၂ နှစ် ၃ နှစ်လောက်မှ ရတယ်။ သူများထက်နောက်ကျတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ဆင်းဆင်းရဲရဲ ကျင့်ရသလဲ၊ တရားအရနှေးသလဲ ဆိုတာကို ကြည့်မယ်ဆိုရင်–

ဆင်းဆင်းရဲရဲကျင့်ရတာက သမာဓိလုပ်ငန်းအားနည်းလို့။

အဲဒီသမာဓိကို ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေက အားပေးတယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အရကောက်တော့ စေတနာပဲ။

ကုသိုလ်အားနည်းတာရယ်၊ သမထနည်းတာရယ်၊ အဲဒီ နှစ်မျိုးကြောင့် ဒုက္ခပဋိပဒါ ဖြစ်ရတယ်။

တော်တော်နဲ့သမာဓိမရတော့ အသားလွတ်ခံနေရတယ်။ နာတာကိုမှတ်လို့တော်တော်နဲ့မပျောက်ဘူး။ ကိုက်တာ, ခဲတာ တွေပဲ တွေ့တယ်၊ တရားအရသာကို မတွေ့ဘူး။ သဒ္ဓါနဲ့သာ တွန်းမှတ်နေရတယ်၊ သူ့မှာ သူများထက်ပိုပြီးခံစားနေရတယ်။ အဲဒါ ဒုက္ခပဋိပဒါအကျဉ်းချုပ်။

ဒါတဘိညာ– တရားကို နှေးနှေးမှ ရတယ်။

ဘာဖြစ်လို့တရားနှေးနှေးမှရသလဲဆိုတော့ သူတော်ကောင်း တရားတွေကို စိတ်ပါလက်ပါမနာဘူး။ မှတ်မှတ်သားသားလဲ မရှိဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရုပ်တွေနာမ်တွေပဲရှိတယ်လို့ ဆရာတော် တွေက ခဏ,ခဏဟောနေတယ်။ ဟောပေမယ့် လူတိုင်း မှတ် မထားဘူး။ ဟောတဲ့သူက ဟောသွားတာပဲ၊ ဒီသုညတခွေတွေ

ဆိုတာ တော်ရုံတန်ရုံသူတွေ စိတ်ဝင်စားခဲတယ်။ ရုပ်တွေ၊ နာမ်တွေ၊ အကြောင်းတွေ၊ အကျိုးတွေ၊ အဝိဇ္ဇာတွေ၊ သင်္ခါရတွေ စိတ်မဝင်စားဘူး။ အဲဒီလို သုညတဓမ္မတွေဆိုရင် ပျင်းခြောက်နေကြတာ။

ဉာဏ်ပညာရှိတဲ့သူကတော့ မှတ်သားထားတယ်။ ဒါဟာ ဘုရားပွင့်မှ ကြားရတဲ့စကား၊ မြတ်စွာဘုရားဟောမှ သံဃာတော်တွေ ပြန်ဟောနိုင်တာ၊ သံဃာတော်တွေဆိုတာ ... ဘုရားဆီက ဉာဏ်ကို ပြန်ဟောရတာ၊ အဲဒီတော့ တရားနာတဲ့သူက ရုပ်၊နာမ်နဲ့ ပြောတော့ ... ရုပ်၊ နာမ် ၂ ပါး၊ ခန္ဓာနဲ့ပြောတော့ ... ခန္ဓာ ၅ ပါး၊ အာယတနနဲ့ပြောတော့ အာယတန ၁၂ ပါး၊ ဓာတ်နဲ့ပြောတော့ ဓာတ် ၁၈ ပါးလို့ မှတ်ထားတယ်။

ရုပ်က ဖောက်ပြန်တဲ့သဘောရှိတယ်။ ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါ၊ ဝါယော။ နာမ်က ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်။

ဒါအကျဉ်းပေါ့ဗျာ ...။ အဲဒီလို မှတ်မှတ်သားသားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က တရားအားထုတ်တဲ့အခါမှာ သံသယနည်းတယ်။ ငါ့ပေါင်ကြီးက ဘာဖြစ်တာလဲ၊ ငါ့ဗိုက်ကြီးက ဘာဖြစ်တာလဲ၊ ဒီလိုမလာဘူး။ သူက တရားနာထားတာကိုး။ ဉာတပရိညာနဲ့ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်ထားတယ်။ ပေါင်တွေ၊ ခါးတွေ၊ လက်တွေဆိုတာ ရှိမှမရှိဘဲ။ အဲဒါတွေဟာ ရုပ်တရားတွေပဲ၊ အဲဒီလို ရုပ်တရားတွေ အပေါ်မှာ သံသယကင်းနေတော့ တရားအားထုတ်တဲ့အခါမှာ

သို့လော, သို့လော မဖြစ်ဘူး။ ကိုယ်အားထုတ်နေတဲ့တရားကို ဆက်ပြီးအားထုတ်သွားလို့ရတယ်။

ဥပမာ–လက်တွေက တဆတ်ဆတ်လှုပ်မယ်၊ ပေါင်တွေက လှုပ်မယ်၊ ခေါင်းတွေကယမ်းမယ်ဆိုရင် ဘာများဖြစ်တာပါလိမ့်မလဲ လို့ သံသယဝင်တတ်တယ်။ သရဲများဝင်တာလား၊ တရားနဲ့ ငါနဲ့ မတည့်ဘူး ထင်တယ်။ တရားများ နာမထားရင် ဒီလို သို့လော, သို့လော မဖြစ်နိုင်ဘူးလား။

အဲဒါကိုစိုးရိမ်ပြီး ဆရာပေါင်းစုံ သွားမေးတော့ မင်းတို့ အိမ်တွင်းအုန်းခြောက်နေလို့ စသည်ဖြင့် ပြောတဲ့သူက လျှောက် ပြောလိမ့်မယ်။ အုန်းသီးခြောက်ရင် လွှင့်ပစ်လိုက်ပေါ့။ ဘာမှ မဖြစ်ဘူး။ ယောဂီတို့ ဒါဟာဝါယောဖောက်ပြန်တာမဟုတ်လား။

ဝါယော ဖောက်ပြန်တာကို မသိရင် သည့်ပြင်ဟာတွေ လျှောက်ပြီး ထင်ကုန်ရော။ တရားနာထားတဲ့ အခါကျတော့ ဒါဟာ ဝါယောဖောက်ပြန်တာလို့သိတယ်။ ဝါယောဓာတ်ဟာ သူဖောက်ပြန်ချင်တဲ့အခါမှာ ဖောက်ပြန်မှာပဲ။ အနတ္တတရား မဟုတ်လား ... သူတော်ကောင်းတို့။ တရားထိုင်တာကတော့ ငြိမ်ငြိမ်ထိုင်တာပဲ၊ ဒါပေမဲ့ မလှုပ်နဲ့လို့ အမိန့်ပေးလို့ မရဘူး။ လှုပ်ချင်တဲ့အခါ ဆတ်–ဆတ်, ဆတ်–ဆတ်နဲ့ ဆွဲဆက်လှုပ်ပစ် လိုက်တာပဲ။

သူ့အလုပ်သူလုပ်တာ၊ လှုပ်ချင်လှုပ်၊ မလှုပ်ချင်နေ၊ ကျွမ်းပဲ ပြန်ပြန် အနတ္တတရားပဲလို့ သိပေးလိုက်။ လုပ်တာကတော့

ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်ရမယ်။ ကိုယ့်အလုပ်က တရားရှုမှတ်တဲ့ အလုပ်ပဲ။ လှုပ်ရင် လှုပ်တယ်, လှုပ်တယ်လို့ မှတ်ပေါ့။ အရမ်း လှုပ်နေလို့ရှိရင် ထိုင်တာ, ထိတာကိုမှတ်။ ထိုင်တယ်, ထိတယ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ်လို့မှတ်။

သူကလဲ သူ့အလုပ် သူလုပ်၊ ကိုယ်ကလဲ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်။ နောက်တော့လဲ ငြိမ်သွားတာပဲ။ အမြဲတမ်းကြီး လှုပ်နေတာမှ မဟုတ်ဘဲဗျ။ အဲဒီလိုတရားတွေ နာထားတဲ့အခါ ကျတော့ ဒါ ဝါယောပဲလို့ သိတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက တောင့်တင်းမာကျောပြီးတော့ ကျောက်ပျဉ် ကြီးလိုဖြစ်နေတာရော မရှိဘူးလား။ အဲဒါပထဝီတွေဖောက်ပြန် တာပဲ။ ခေါင်း, ခါး, ခြေ, လက် မဟုတ်ဘူးနော် သူတော်ကောင်း တို့။ ရုပ်ဆိုတာ ဖောက်ပြန်တဲ့သဘောရှိတယ်။ ပထဝီဓာတ်တွေ ဖောက်ပြန်တာ။

မင်းကိုယ်မင်း ယောကျ်ားတွေဘာတွေ မှတ်နေတာ၊ ငါ ဖောက်ပြန်ပြမှာပဲတဲ့။ ယောကျ်ားလဲ မဟုတ်ဘူး၊ မိန်းမလဲ မဟုတ် ဘူး၊ ငါပထဝီဓာတ်ကွ တဲ့။ ငါမင်းကို ဖောက်ပြန်ပြမယ် တဲ့။ အခုနေအခါမှာ မင်းကို ငါးနည်းနည်းပဲ ဖောက်ပြန်ပြတာ။ မင်း အားနည်းလာတဲ့အခါ ငါသေအောင် လုပ်ပြမယ် တဲ့။ အဲဒီလို ပြောရာ မရောက်ဘူးလား ... သူတော်ကောင်းတို့။

ခန္ဓာကိုယ်ကပြောတာကို ဉာဏ်နဲ့နာပါ

အခုတရားနာတာ ၁ နာရီကျော်နေပြီ၊ ငါနာပြတော့မယ်တဲ့။ ခန္ဓာကိုယ်က ပြောနေတယ်။ မနာပါနဲ့ကွာလို့ တောင်းပန်လို့ ရရဲ့လား၊ မရဘူးနော်၊ သူ့အလုပ်က ဖောက်ပြန်တဲ့အလုပ်လေ၊ မနာရာကနေ နာလာတာ ... အဲဒါ ဖောက်ပြန်တာမဟုတ်လား သူတော်ကောင်းတို့။ မကိုက်ရာကနေ ကိုက်လာတယ်၊ မကျဉ်ရာ က,နေ ကျဉ်လာတယ်။

ရုပ်ကလဲ ဖောက်ပြန်မယ်တဲ့၊ ဝေဒနာကလဲ ခံစားမယ်တဲ့။ မခံစားပါနဲ့ကွာ၊ နာတာကို အသာကလေး လွှဲလိုက်ပါဆိုရင် ဝေဒနာက မရဘူး။ ငါ ခံစားမယ်တဲ့။ မချိမဆံ့ဖြစ်အောင်ကို ခံစား မယ်တဲ့၊ မှတ်တဲ့သညာကလဲမှတ်မယ်တဲ့၊ သင်္ခါရကလဲတိုက်တွန်း တယ်။ စိတ်တွေရုပ်တွေကိုပြောနေတာနော် သူတော်ကောင်းတို့။

တရားနာနေရင်းနဲ့ ပြင်တဲ့အခါပြင်တာလဲ သိတယ်။ ဒီက ဟောတာလဲ သိတယ်။ အဲဒီတော့ ရုပ်, ဝေဒနာ, သညာ, သင်္ခါရ, ဝိညာဏ်တို့က သူ့အလုပ်သူလုပ်နေတာ။ ယောဂီတို့ကလဲ ယောဂီ အလုပ် လုပ်နေကြတာပဲ။ သူတော်ကောင်းတို့က တရားနာတဲ့ အလုပ် လုပ်နေတယ်လေ။ တရားနာတဲ့သူကလဲ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်။ သူ့ဘာသာသူ ကျောက်ပျဉ်ကြီးလိုပဲ တောင့်တောင့်၊ နာရည်တွေ, မျက်ရည်တွေပဲကျကျ၊ သူ့ဟာသူပူချင်ပူ၊ အေးချင် အေး။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အားထုတ်။ တရားအားထုတ်လို့ သေမသွားဘူးနော် ... သူတော်ကောင်းတို့။

အဲဒီလို တရားနာထားတော့ ရုပ်မှာဓာတ်ကြီးလေးပါးရှိတာ ကိုး။ ရုပ် ၂၈ ပါးစလုံး မသိတာထား။ ရုပ် ၂၈ ပါးစလုံး သိဖို့ဆို တာက စာမေးပွဲဖြေဖို့အတွက်၊ ဝိပဿနာမှာ အဲဒါတွေအကုန်လုံး သိစရာမလိုဘူး။ ဓာတ်ကြီးလေးပါးလောက်တော့ သိရမယ်။

နာမ်မှာလဲ လေးပါးရှိတယ်–

ဝေဒနာ, သညာ, သင်္ခါရ, ဝိညာဏ်။

ရုပ်တွေ, နာမ်တွေအားလုံးဟာ သူ့အလုပ် သူလုပ်နေကြ တာပဲ။ အဲဒီလိုသိထားတော့ ရုပ်ထဲမှာလဲ ငါမပါဘူး။ ဝေဒနာ, သညာ, သင်္ခါရ, ဝိညာဏ်ထဲမှာလဲ ငါမပါဘူး။

ရုပ်က ရုပ်အလုပ် ရုပ်လုပ်တယ်။ နာမ်က နာမ်အလုပ် နာမ် လုပ်တယ်။

သူ့သဘော သူလုပ်နေကြတယ်။ အဲဒါကို အနတ္တလို့ခေါ် တယ်။ သူ့သဘော သူဆောင်နေတာ အနတ္တ။ ငါ့သဘော, ကိုယ့်သဘောမဟုတ်ဘူး။

ရုပ်ကလဲပဲ နုပျိုစေသတည်းဆိုရင် ရပါ့မလား၊ မရဘူး။

စိတ်ကလဲပဲ ... ဘယ်မှမသွားနဲ့၊ တရားနာနေတုန်း ဒီမှာနေ ပါလားဆိုရင် ပြောလို့ရပါ့မလား၊ မရဘူး။

သူ့အလုပ် သူလုပ်နေတာ အနတ္တတရား။ သူ့သဘောသူ ဆောင်တာကို အနတ္တလို့ခေါ်တယ်။ ဓာတ်လို့လဲ ခေါ်တယ်။

တရားနာထားတဲ့သူတွေကျတော့ တရားအားထုတ်တဲ့အခါ အဲဒီသဘောတွေအပေါ်မှာ သံသယမဖြစ်ဘူး။ ဒီလိုမှနာမထားရင် သံသယတွေ ဖြစ်တတ်တယ်။ တရားမနာထားတဲ့အခါကျတော့ သံသယတွေဖြစ်ပြီး ဟိုမေးသည်မေးနဲ့ ရှုပ်ကုန်ရော။ တချို့ကလဲ တရားအားမထုတ်ဖို့ပြောတဲ့သူကလဲ ပြောမှာပဲ။ အဲဒီလို တရားအားမထုတ်ဖို့ပြောတဲ့သူဟာ အပါယ်ကျမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်။

မြတ်စွာဘုရား တရားတော်တွေဟာ အားထုက်ကြဖို့ မြတ်စွာဘုရားက အထပ်ထပ်အခါခါ မှာနေတာ။ ဒီဒိဋ္ဌိတွေ တဏှာတွေ ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ်ခိုင်းတာ ...။ အဲဒါကို အားမထုတ်ဖို့ တားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ နိဗ္ဗာန်တံခါးပိတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ။ အဲဒီလိုစကားမျိုးပြောလာရင် နားမထောင်နဲ့။ မြတ်စွာဘုရားစကား နားထောင်ရမယ်။

တားသင့်တာက ဘာလဲဆိုတော့ ... သိဒ္ဓိတို့, ဇဟိဒ္ဓိတို့, မှော်တို့။ အဲဒါမျိုးတွေကျတော့ အန္တရာယ်များတယ်။ အဲဒါတွေတော့ မလုပ်နဲ့။

ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ မြန်မြန်ဆန်ဆန် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရနိုင်တယ်။ ဒီဘဝမရလဲ နောင်ဘဝရမယ်။ အချည်းနှီး မဖြစ်ဘူး။ အင်မတန် အကျိုးမများဘူးလား။ အဲဒါကြောင့် ဝိပဿနာ ကောင်းကောင်းလုပ်တတ်အောင် နည်းနာနိဿယကို သေသေချာချာလေ့လာရမယ်၊ ရတဲ့အချိန်မှာလုပ်ရမှာပဲ၊ ထမင်းအိုး

တည်နေရင်းနဲ့လဲ လုပ်လို့ရတာပဲ၊ ထင်းခုတ်နေရင်းလဲ ရှုမှတ်လို့ ရတာပဲ၊ အထိုက်အလျောက်တော့ ရှုမှတ်လို့ရတာပဲ။

မိမိတို့ညဘက်အိပ်ရာဝင်တဲ့အခါမှာ မအိပ်သေးခင် ချက်ချင်း အိပ်ပျော်တာမှမဟုတ်ဘဲ။ အိပ်မပျော်ခင် ၁၅ မိနစ်၊ မိနစ် ၂၀ လောက် မှတ်လို့မရဘူးလား ...။ အဲဒီလောက် အချိန်ရရင်လဲ ရသလောက်မှတ်ရမှာပဲ။ တရားအားထုတ်ဖို့ အချိန်သတ်သတ် ပေးဖို့ကျတော့ လူတိုင်းအတွက် မလွယ်ဘူး။ အခုလို အိုးအိမ် တည်ထောင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် ရတဲ့အချိန်တွေမှာ မှတ်နေ ရမှာပဲ။

အိပ်ခါနီးလဲမှတ်၊ တစ်ရေးနိုးတဲ့အခါလဲ ထ,မှတ်၊ တစ်ရေး နိုးတဲ့အခါပြန်မအိပ်နဲ့သူတော်ကောင်းတို့။ တစ်ရေးနိုးတယ်ဆိုရင် ၅ မိနစ်၊ ၁၀ မိနစ်လောက်မှတ်လိုက်အုံး။ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ အိပ်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ အိပ်တယ်လို့ ခဏလေး မှတ်လိုက်အုံး။ ဒါမှမဟုတ် အိပ်တယ်၊ ထိတယ်၊ အိပ်တယ်၊ ထိတယ် မှတ်လိုက်။ နောက်ကျတော့ ပြန်အိပ်ပျော်သွားရော။

အဲဒီလိုအလေ့အကျင့်ကို ၅ မိနစ်၊ ၁၀ မိနစ်၊ ၁၅ မိနစ် စသည်ဖြင့် ရသလောက်လေ့ကျင့်ထားလို့ရှိရင် တရားအားထုတ် တဲ့အချိန်တွေ တိုးမလာဘူးလားဗျာ ...။ အဲဒီလို သွားရမှာပဲ။ မိမိတို့မှာ ဃရာဝါသများနေတဲ့အခါမှာ အဲဒီအတိုင်းသွားရမှာပဲ။

တရားနာမထားဘဲနဲ့ အားထုတ်လို့ သံသယဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ လမ်းမသိတဲ့သူ လမ်းသွားသလို ဟိုလမ်းဟုတ်ရဲ့လား၊ ဒီလမ်းဟုတ်ရဲ့လားနဲ့ သံသယစိတ်တွေ များပြီး လမ်းရှေးရခက်တယ်။

အခုလဲကြည့်ပါလား မှတ်စရာမလိုဘူးတဲ့။ သိရင်ပြီးရော တဲ့။ အဲဒီတော့ ... တရားမလေ့လာဖူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဟိုလူပြောတာဟုတ်နိုးနိုး၊ ဒီလူပြောတာ ဟုတ်နိုးနိုးနဲ့ဖြစ်နေရော။ အခု ဦးဇင်းက မစ္ဆိမပဋိပဒါပြောထားတာနော်။ ဘယ်ဟာမှ မပယ်ဘူး။

ဆင်ခြင်သင့်တဲ့အခါဆင်ခြင်ပါ၊ အလုပ်တွေရှုပ်နေတဲ့အခါ ဆင်ခြင်ပါ။ ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါမှာ သေသေချာချာ ရှုမှတ်ပါ။ မရှုမှတ်နိုင်လို့ မေတ္တာပွားရင်လဲပွား၊ ဂုဏ်တော်ကိုလဲ ပုတီးနဲ့ ပွားနိုင်ရင်ပွား။ အအားမထားဘဲ ကြိုးစားကြ ...။ ဒါပေမဲ့လို့ ဝိပဿနာကို ဦးစားပေးကြ။

ဒါနရော, သီလရော, သမထရော, ဝိပဿနာရော ဘာကိုမှ မပယ်ဘူး။ သူ့အချိန် သူ့အခါနဲ့ သူလုပ်ကြ။ ခရီးသွားတဲ့အခါ ကြွတယ်, လှမ်းတယ်, ချတယ် လုပ်လို့ရပါ့မလား။ အဲဒီလိုသာ ရှုမှတ်ပြီးသွားနေရင် လမ်းတင်ပြီးသွားလိမ့်မယ်။ အဲဒီအခါကျတော့ ... အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တကို ဆင်ခြင်ပြီး သွားရတယ်။ သို့မဟုတ် အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ၊ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါလို့ ရွတ်ဖတ်ပြီး သွားရမှာပေါ့။ မြန်မြန်ဆန်ဆန် သွားသင့်တဲ့အခါ မြန်မြန်ဆန်ဆန် သွားရတာကိုးဗျ။

ကိုယ့်အိမ်မှာကိုယ် အေးအေးဆေးဆေးနေတဲ့အခါကျတော့ သေသေချာချာမှတ်တော့။ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်, ထိုင်တယ်, ထိတယ်၊ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်, ထိုင်ထယ်, ထိတယ်– မှတ်လို့ မရဘူးလား။ သူ့နေရာနဲ့သူ အသုံးချတတ်ပါစေ။

မှတ်စရာမလိုဘူးဆိုတာကို မယုံပါနဲ့ သူတော်ကောင်းတို့။ တကယ်မှတ်ရင် တကယ်ရပါတယ်။

ဦးဇင်းတို့မှာ သာဓကတွေရှိလို့ ပြောနိုင်တာ။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးလဲ ဟောတယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် ရွှေတောင်ကုန်း ဆရာတော်ဘုရားကြီးလဲ ဟောထားတာတွေရှိတယ်။ သဒ္ဓမ္မရံသီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးလဲ ဟောထားတယ်။ အများကြီး ဟောထားတာတွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒီနည်းတွေနဲ့ရှုမှတ်ပြီး တကယ်ရတာတွေလဲ အများကြီးပါပဲ။ အဲဒါကြောင့် မှတ်စရာမလိုဘူးဆိုတာကို မယုံပါနဲ့၊ ရှုမှတ်ကြပါ။

တကယ်ရှုမှတ်ရင် တကယ်တရားရတယ်။

နောက်ပြီးတော့ အနာဂါမ်ဆရာသက်ကြီးနည်းနဲ့ သမာဓိထူထောင်ပြီးတော့ ငယ်ထိပ်က စ,ကြည့်တယ်။ ပြီးတော့ ... တစ်ကိုယ်လုံး ဖြန့်ကြည့်သွားတယ်၊ ဦးဇင်းတို့လဲ ဝင်ဖူးတာပဲ။ အဲဒါကောင်းတယ်၊ အဲဒါတရားရနိုင်တယ်၊ အဲဒါမျိုးက လမ်းမှန်ပဲ။

ဘာမှသမာဓိမထူထောင်ဘဲနဲ့ လျှောက်ကြည့်တာ အဲဒါအမှား

အဲဒါမရဘူး၊ အဲဒါမျိုးဟာ ဘယ်လောက်ဆင်ခြင်, ဆင်ခြင် မရဘူး၊ သမာဓိနဲ့ကြည့်ရင်ရတယ်၊ သမာဓိနဲ့ကြည့်ရင် သဲအင်းဂူ ဆရာတော်ကြီးနည်းနဲ့ နာ, ကျဉ်, ကိုက်ခဲနေတာကို ဝေဒနာ, ဝေဒနာ, ဝေဒနာ, ဝေဒနာ ဆက်တိုက်ရှုခိုင်းတယ်မဟုတ်လား။ အဲဒါရတယ်၊ ရလို့ ပျောက်သွားတာ။

ဝေါဟာရက အဓိကမဟုတ်ဘူး၊ နာတယ်, နာတယ်ပဲဆိုဆို၊ ဝေဒနာ, ဝေဒနာပဲဆိုဆို၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခပဲဆိုဆို၊ ခန္ဓာကိုယ်ကို စိုက်ကြည့်ပြီးတော့ ဆိုတာမဟုတ်လား သူတော်ကောင်းတို့။ အဲဒီနည်းက မှန်တယ်။

ဘာမှ ခန္ဓာကိုယ်ကို ကြည့်တာမဟုတ်ဘဲနဲ့ ကိုယ်ရထားတာ တွေကို လျှောက်ဆင်ခြင်နေတာမျိုးတွေက စိန္တာမယဉာဏ်ပဲ ပေါ်တယ်၊ အဲဒါကုသိုလ်တော့ရပါတယ်၊ ဝိပဿနာနဲ့မဆိုင်ဘူး။

ဝိပဿနာဆိုတာ ခန္ဓာမှာ ကြည့်ရမှာ ခန္ဓာကို သမာဓိနဲ့ စိုက်ပြီးတော့ ကြည့်ရမှာ

သဲအင်းဂူနည်းတို့, စွန်းလွန်းနည်းတို့က ၄၅ မိနစ်လောက် ဝင်လေ, ထွက်လေ ရှူပြီးတော့မှ ဝေဒနာလိုက်ခိုင်းတာ။ အဲဒါ လမ်းမှန်ဗျ။ အဲဒါက မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်ရနိုင်တယ်။ သမာဓိ ထူထောင်ထားတယ်လေ သူတော်ကောင်းတို့ ...။ သမာဓိ ထူထောင်ပြီးမှ ကြည့်တာ မှန်တယ်။

သမာဓိ တစ်ပြားသားမှမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ သိ ပြီးရော-ဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မပြီးဘူး

တစ်သက်လုံးမပြီးဘူးလို့မှတ်ပါ။ သမာဓိတစ်ပြားသားမှ မရှိဘဲ။ အဲဒါက ယောဂီတို့လမ်းမှားမှာစိုးလို့ပြောနေတာနော်။ လမ်းမမှားစေနဲ့။ သမာဓိထူထောင်ပြီးတော့ကြည့်ချင်ကြည့်။ ဒါမှ မဟုတ်ရင် သမာဓိနဲ့ ဝိပဿနာကို တွဲမှတ်သွား။ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်, ထိတယ်လို့မှတ်သွားလို့ရှိရင် သမာဓိရော, ပညာရော အတွဲလိုက်တက်သွားတယ်။

ဒါကြောင့် ... မိမိတို့ တရားနာမထားလို့ရှိရင် ဟိုနည်း ဟုတ်နိုးနိုး၊ ဒီနည်း ဟုတ်နိုးနိုးနဲ့။ ကိုယ်ကလဲ အချောင်လိုက် ချင်တာနဲ့ဆိုတော့ ချောင်တဲ့နည်းနဲ့အတော်ဖြစ်သွားတာပေါ့ဗျာ။

ကိုယ်ကလဲ ခပ်ပျင်းပျင်း၊ ဟိုကလဲ ခပ်ပေါ့ပေါ့။ သိရင် ပြီးတာပဲကွာ ... ဘာမှလုပ်နေစရာမလိုပါဘူး။ ရှုမှတ်စရာမလိုဘူး။ သမာဓိတွေလဲ ထူထောင်မနေနဲ့၊ ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ် မလုပ်နဲ့။ ဝင်လေ, ထွက်လေလဲ မလုပ်နဲ့၊ ဘာမှမလုပ်နဲ့။ အဲဒီတော့ ဘာမှမရဘူးသာမှတ်တော့ ... သူတော်ကောင်းတို့။

ဘာမှမလုပ်တဲ့ လူဟာ ဘာမှမရဘူး၊ ကိုယ် သိထားတာတွေကို လျှောက်ဆင်ခြင်တာပဲရမယ်။ ကုသိုလ်လောက်တော့ ရတယ်နော်။ လူမမာတွေတုန်းက ပြောခဲ့ပြီးပြီ။ တရားအားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအနေနဲ့ ဆင်ခြင်တဲ့အခါမှာ ဆင်ခြင်ပြီး၊ ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါမှာ သေသေချာချာစူးစူးစိုက်စိုက်မှတ်ပါ။ ရသင့်ရထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရမှာစိုးလို့ ဦးဇင်းကပြောတာ၊ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ကိုမှ ထိခိုက်ပြီး ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်လိုဘူး၊ သာသနာပြုနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအကုန်လုံးဟာ အဖိုးတန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေချည်းပဲ။ အကုန်လုံးဟာ ကြည်ညိုစရာတွေချည်းပဲ။ အယူလွဲတဲ့နေရာမှာ ... ဒါ့ထက်မက အယူလွဲတာတွေ အများကြီးရှိတယ် မဟုတ်လား။

လုပ်ချင်တာလုပ်ဟော့ ... ဘုရားသခင် ကယ်လိမ့်မယ်။ အဲဒါတွေလဲရှိသေးတယ်၊ အဲဒီလိုမှားသွားရင်တော့ ပြီးရော၊ အပါယ်ပဲ။ အခု ဗုဒ္ဓဘာသာကို သာသနာပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေထဲမှာ ကပ်လွဲတာက ကြည်ညိုလို့ ရတယ်နော်။

ဒါပေမယ်လို့ ရသင့်ရထိုက်တဲ့ပါရမီရှိပါလျက်နဲ့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့လွဲသွားမှာစိုးလို့ ဦးဇင်းတို့ကသတိပေးတာ။ ဆင်ခြင်တဲ့အခါ ဆင်ခြင်ပြီး ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါ သေသေချာချာရှုမှတ်ပါ။

အဲဒီလို နည်းနာနိဿယတွေကို မိမိတို့က လေ့လာမထားတဲ့အခါ ခုနကပြောသလို သမာဓိကလဲ အားနည်းတယ်၊ ကုသိုလ်ကလဲ အားနည်းတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဆင်းဆင်းရဲရဲ ကျင့်ရတယ်။ ဒုက္ခပဋိပဒါလို့ ခေါ်တယ်။

ဝိပဿနာနဲ့ ပတ်သက်လို့ တရားအနာနည်းတယ်၊ တချို့တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တရားမနာချင်ဘူး။ ငါတို့က အားထုတ်ရင်ပြီးတာပဲ၊ ရှုးရှဲလုပ်ရင်ပြီးရော တဲ့။ တရားနာနေလို့ အပိုပဲတဲ့။ အဲဒါ မှားတယ်နော် ... သူတော်ကောင်းတို့။ တရားအားထုတ်တာက အားထုတ်တာပဲ။ တရားလဲ နာသင့်တယ်ဗျ။

ဝိပဿနာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ တရားတွေကို အခွေလဲ နာသင့်တယ်၊ စာအုပ်လဲ ဖတ်သင့်တယ်။ ကိုယ်တတ်နိုင်သလောက် လေ့လာသင့်တယ်။ ကိုယ် ပါဠိလိုရတာမရတာ ထား၊ သဘောကို သိသင့်တယ်။ တချို့က အဲဒါကို ပယ်ပစ်တယ်။ ငါတို့ တရားနာစရာမလိုဘူးတဲ့။ ငါတို့က ဒီပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ဝိုင်းကြီး သိစရာမလိုဘူးတဲ့။ အဲဒါမှားတတ်တယ်နော် သူတော်ကောင်းတို့။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးလဲ ဟောထားတယ်ဗျ။ စာအုပ်နှစ်အုပ်စာ အတွဲ (၁), အတွဲ (၂) တောင်

ရှိတယ်။ အဲဒါတွေကိုနာရမယ်၊ ဉာတပရိညာနဲ့ သိထားတော့ တရားအားထုတ်တဲ့အခါမှာ သံသယကင်းတယ်။ ဘယ်သူမှ ဝင်ပြီးတော့ နှောင့်ယှက်လို့မရဘူး။ သံသယကင်းတော့ မြန်မြန် ဆန်ဆန် တရားရတာပေါ့။

သံသယတွေ တစ်ထွေးကြီးနဲ့ တရားအားထုတ်မယ်ဆိုရင် ဟိုလမ်းလိုက်ရ ကောင်းနိုးနိုး၊ ဒီလမ်းလိုက်ရ ကောင်းနိုးနိုးနဲ့ ဖြစ်နေတတ်တယ်။ ဟိုလူပြောတာ ဟုတ်နိုးနိုး၊ ဒီလူပြောတာ ဟုတ်နိုးနိုး။ ဟိုလူက တရားနာရင် နာရုံနဲ့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရမယ် ဆိုရင် ဟုတ်နိုးနိုး၊ ဒီလူက တရားစာအုပ်တွေ ဖတ်ရုံနဲ့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရမယ်ဆိုရင် ဟုတ်နိုးနိုး။ ခုနစ်ရက်နဲ့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရမယ်ဆိုရင် ဟုတ်နိုးနိုး၊ ဘယ်သူ့မှ ပုဂ္ဂိုလ်ထိခိုက်ပြီး ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ သဘော ပြောတာနော် သူတော်ကောင်းတို့ ...။

အဲဒီလိုနဲ့ပဲ ဟိုဟာဟုတ်နိုးနိုး၊ ဒီဟာဟုတ်နိုးနိုး။ နိုး–နိုး, နိုး–နိုးနဲ့ နောက်ဆုံးတော့ No, ပဲ ဖြစ်သွားတာပေါ့ဗျာ။ အဲဒါဘာမှ မရတော့ဘူး။

တကယ် တရားနာထား, ဖတ်ထားလို့ သိနေတဲ့အခါကျတော့ ဒီနည်းအတိုင်း မှတ်ရမှာပဲ ...၊ ဒီနည်းဟာ ကိုယ်တွေ့ရထားလို့ ကမ္ဘာကိုတောင် ဖြန့်ထားတာပဲ။ ဒီဆရာတော်ကြီးဟာ ပရိယတ် ရော, ပဋိပတ်ရော စွယ်စုံကျွမ်းကျင်တဲ့ဆရာတော်ကြီးပဲလို့ သိပြီး

ဒီနည်းကို ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ ရိုရိုသေသေလုပ်မယ် ဆိုပြီး သံသယကင်းကင်းနဲ့မှတ်ရင် တကယ်တရားတွေ မရနိုင်ဘူးလား သူတော်ကောင်းတို့။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ နံပါတ်တစ်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခပဋိပဒါ, ဒါတဘိညာကို ပြောမယ်ဆိုရင်–

ဒုက္ခပဋိပဒါ ဆိုတာ သမထနဲ့ကုသိုလ် အားနည်းလို့။

ဒါတဘိညာ ဆိုတာက ဗဟုသုတနည်းလို့။

သံသယတွေဖြစ်ပြီး ဉာဏ်ပညာနည်းရင် တော်တော်နဲ့ တရားမရဘူး။ နံပါတ်နှစ်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခပဋိပဒါ, ခိပ္ပာဘိညာ ကို ပြောမယ်ဆိုရင်–

ဒုက္ခပဋိပဒါ – ဆင်းဆင်းရဲရဲကျင့်ရတယ်။

ခိပ္ပာဘိညာ – မြန်မြန်ဆန်ဆန်တရားရတယ်။

ဆင်းဆင်းရဲရဲကျင့်တာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ခုနကပြောပြီးပြီ။ သမထအားနည်းလို့, ကုသိုလ်အားနည်းလို့ ဆင်းဆင်းရဲရဲကျင့် ရတာ။

ကုသိုလ်တော့ လုပ်သင့်သလောက် လုပ်ပေမယ့် သမထ အားနည်းတယ်။ ကုသိုလ်နဲ့သမထဟာ သမာဓိကို အားပေး တယ်။ သမာဓိမရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဆင်းဆင်းရဲရဲ ကျင့်ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူက မြန်မြန်ဆန်ဆန်တရားရတယ်။ ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြောတာနော် သူတော်ကောင်းတို့ ...။

မြန်မြန်ဆန်ဆန် တရားရတယ်–ဆိုတာ ခုနကပြောသလို ဝိပဿနာတရားတွေကို စိတ်ဝင်တစားနဲ့ နာထားတယ်။ ခန္ဓာ, အာယတန, ဓာတ်, သစ္စာတွေကို လေ့လာထားတယ်။ ရှုနည်း, မှတ်နည်းတွေကို လေ့လာထားတယ်။ လေ့လာထားတဲ့အခါ ကျတော့ ဝိပဿနာနဲ့ပတ်သက်တာကို သံသယကင်းတယ်။

သံသယကင်းတဲ့အခါကျတော့ ဟိုဟိုဒီဒီက ပြောတာတွေ နားထောင်နေစရာမလိုဘူး။ ကိုယ့်လမ်းနဲ့ကိုယ် ရှုမှတ်သွားရုံပဲ။ အဲဒီတော့ မြန်မြန်ဆန်ဆန် တရားရတယ်။ ဆင်းဆင်းရဲရဲကျင့်ရ ပေမယ့် မြန်မြန်ဆန်ဆန်တရားရတယ်။ နှစ်မျိုးရှိသွားပြီနော်။

နံပါတ်သုံးဖြစ်တဲ့ သုခပဋိပဒါ, ဒန္ဒာဘိညာကိုပြောမယ် ဆိုရင်–

သုခပဋိပဒါဆိုတာ– ချမ်းချမ်းသာသာကျင့်ရတယ်။

ဒန္ဒာဘိညာဆိုတာ– တရားကို နှေးနှေးမှရတယ်။

ချမ်းချမ်းသာသာကျင့်ရတယ်ဆိုတော့ ခုနက ဒုက္ခပဋိပဒါနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ပေါ့ဗျာ။ ဒီပုဂ္ဂိုလ်က သမထတွေအများကြီးလုပ် ထားတယ်။ ကုသိုလ်တွေ အများကြီးလုပ်ထားတယ်။ သမထ, ကုသိုလ်တွေ အများကြီးလုပ်ထားတဲ့ အတွက်ကြောင့် သူက သမာဓိမြန်မြန်ရတယ်၊ တချို့ပုတီးစိပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေလေ သူတော် ကောင်းတို့။ သမာဓိမြန်မြန်ရတော့ အဲဒီသမာဓိကြောင့် သူက

ချမ်းချမ်းသာသာ ကျင့်ရတယ်။ သူများတွေက ၁ နာရီလောက်ကို ရှုတ်မဲ့နေတယ်။ သမာဓိရတဲ့သူက ၂ နာရီ, ၃ နာရီကောင်းကောင်း ထိုင်နိုင်တယ်။ အဲဒါသမာဓိရလို့ ...။

ဒါပေမဲ့ သူက ဒါတဘိညာဆိုတော့ တရားကျတော့ နှေးနှေးမှ ရတယ်။ **သမထလွန်နေပြီး ဝိပဿနာဘက်ကို မကူးဘူး။** နောက်ပြီးတော့ ခန္ဓာ, အာယတန, ဓာတ်, သစ္စာကိုမလေ့လာဘူး။ သူက ဘာလေ့လာသလဲဆိုတော့ ၄၅ ရက်စိပ်ရင် ဘယ်လောက်ရမယ်။ ၁၀၈ ပတ်စိပ်ရင် ဘယ်လောက်ရမယ်။ ဘယ်လိုစိပ်ရင် ဘယ်လိုအမိဋ္ဌာန်တွေ အောင်မယ်၊ ဒါတွေကိုပဲ သူက လေ့လာတယ်။ သမာဓိတော့ အားကောင်းတယ်၊ ပညာနည်းသွားတယ် သူတော်ကောင်းတို့ ...။

သမာဓိအားကောင်းသော်လဲ ဝိပဿနာကို မလေ့လာထားရင် တရားရတာ နှေးတယ်။ သမထတစ်မျိုးမျိုးလုပ်လို့ သမာဓိတွေ ရနေပြီဆိုပါတော့ဗျာ၊ တချို့လူတွေက အဲဒီရနေတဲ့ သမာဓိကို သည့်ပြင်နေရာမှာသွားသုံးတယ်။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကို မကြည့်ဘဲနဲ့ တာဝတိံသာမှာစူဠာမဏိစေတီရှိတယ် သွားဖူးအုံး။ ဟိုဘုရားဖူးအုံးမှပဲ၊ ဟိုစွယ်တော်ဖူးအုံးမှပဲ၊ ငရဲပြည်ကို သွားကြည့်အုံးမှပဲ၊ ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝတွေကို ကြည့်အုံးမှပဲ။ သမာဓိနဲ့ လျှောက်ကြည့်ရင် ရတယ်နော် သူတော်ကောင်းတို့။ အဲဒီလို သမာဓိနဲ့ ဟိုအပင်မှာ ဘာရှိတယ်၊ ဒီအပင်မှာ ဘာရှိတယ် လျှောက်ကြည့်

ဟိုနားမှာဘာရှိတယ်၊ ဒီနားမှာဘာရှိတယ် လျှောက်ကြည့်နေလို့ ရှိရင် **ခန္ဓာကို တွေ့ပါတော့မလား။**

အဲဒီလိုလူမျိုးဟာ ... ချမ်းချမ်းသာသာတော့ ကျင့်ရတယ်။ ဒါပေမဲ့လမ်းကလွဲနေတော့ ဝိပဿနာဘက်ကို မရောက်တော့ဘူး။ သိဒ္ဓိတွေ, ဗဟိဒ္ဓိတွေဘက် သွားချင်တာက များနေတယ်။ သူဌေး ဖြစ်ချင်တာနဲ့၊ ကျော်စောချင်တာနဲ့ အဲဒါတွေက များနေတယ်။ အဲဒါတွေပဲ များနေပြီး ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဖြစ်တာပျက်တာတွေကို မြင်အောင်မကြည့်တဲ့အခါကျတော့ ဝိပဿနာပညာမရတော့ဘူး။ ပညာမရတဲ့အခါကျတော့ တရားရတာနှေးသွားတယ်။ ချမ်းချမ်းသာသာတော့ကျင့်ရတယ်၊ တရားရတာနှေးသွားတယ်။ အဲဒါ **သုခပဋိပဒါ, ဒါတဘိညာဆိုတဲ့ နံပါတ်သုံးကို ပြောတာ။**

နံပါတ်လေးဖြစ်တဲ့ **သုခပဋိပဒါ, ခိပ္ပာဘိညာကိုပြောမယ်** ဆိုရင်–

သုခပဋိပဒါဆိုတာ– ချမ်းချမ်းသာသာကျင့်ရတယ်။

ခိပ္ပာဘိညာ ဆိုတာ– မြန်မြန်ဆန်ဆန်တရားရတယ်။

အဲဒါက အကောင်းဆုံးပေါ့ဗျာ။ သမာဓိလဲ အားကောင်းတယ်၊ ပညာလဲ အားကောင်းတယ်။ သမာဓိအလုပ်တွေကိုလဲ သူကလုပ်တယ်၊ ဝိပဿနာအလုပ်တွေကိုသိဖို့အတွက် တရားတွေနာတယ်, သင်တန်းတွေတက်တယ်, တရားကို မှတ်သားတယ်၊ မသိရင် မေးမြန်းတယ်။

အစောပိုင်းက သမာဓိလုပ်ငန်းဖြစ်တဲ့ ပုတီးစိပ်တာတို့, မေတ္တာပွားတာတို့ လုပ်ထားတယ်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလဲ လုပ်ထားတော့ သမာဓိကလဲ ရထားတယ်။ သမာဓိမြန်မြန်ရတော့ ချမ်းချမ်းသာသာကျင့်ရတယ်။ ခန္ဓာ, အာယတန, ဓာတ်, သစ္စာကို သင်လဲသင်တယ်၊ မသိတော့လဲ မေးတယ်၊ သေသေချာချာ လေ့လာ ဆွေးနွေးထားတဲ့ အခါကျတော့ သံသယကင်းတယ်၊ သံသယကင်းတော့ မြန်မြန်ဆန်ဆန်တရားရတယ်။ ချမ်းချမ်း သာသာလဲ ကျင့်ရတယ်။ မြန်မြန်ဆန်ဆန်လဲ တရားရတယ် ဆိုတော့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ အကောင်းဆုံးပေါ့။

အဲဒါကြောင့်မို့ သူတော်ကောင်းတို့အနေနဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု တွေကိုလဲ ကြိုးစားပါ။ ဒါန, သီလ, သမထဆိုတဲ့ ကုသိုလ် **ကောင်းမှုတွေ ကြိုးစားပြုလုပ်ရင် ... အနေတတ်မယ်၊ အသေမြတ်ဖို့အတွက်ကျတော့ ဝိပဿနာလုပ်ပါ။**

အနေတတ်၊ အသေမြတ်အောင် ... သွားရင်း, လာရင်း, လုပ်ရင်း, ကိုင်ရင်းနဲ့ ဝိပဿနာမလုပ်နိုင်ရင် သမထပွားနေပါ။ ကြုံတဲ့သူကို ဒါနပြုပါ။ ငါးပါးသီလ စောင့်ပါ။ တတ်နိုင်ရင် ရှစ်ပါးသီလ စောင့်ပါ။ သမထအနေနဲ့ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ၊ အရဟံ, ဗုဒ္ဓေါ အမြဲပွားနေပါ။ အဲဒီလိုမှ မပွားနိုင်ရင်လဲ မေတ္တာပို့သွား မယ်။ ကျန်းမာပါစေ, ချမ်းသာပါစေ၊ ကျန်းမာပါစေ, ချမ်းသာ ပါစေ။ ပိုက်ဆံမကုန်ဘဲနဲ့ ရတဲ့ကုသိုလ်ဗျာ၊ အင်မတန် မကောင်း ဘူးလား။ အနေတတ်အောင် ပြောတာနော်။

မေတ္တာပို့နေမယ်၊ ကုသိုလ်ရနေတယ်။ ဂုဏ်တော်ပွားနေမယ်၊ ကုသိုလ်ရနေတယ်။ သွားရင်းလာရင်း, နေရင်းထိုင်ရင်း ဘေးရန်အန္တရာယ်လဲကင်းတယ်။ ကုသိုလ်လဲရတယ်။ အဲဒီတော့ နေ့တိုင်း ကုသိုလ်ရနေတော့ အနေတတ်နေပြီပေါ့။

နောက်တစ်ခါ ဝိပဿနာတရားတွေ နာမယ်၊ ခန္ဓာ, အာယတန, ဓာတ်, သစ္စာတွေကို နာပြီးတဲ့အခါကျတော့ ၁–နာရီရရင် ၁–နာရီ, ၂–နာရီရရင် ၂–နာရီ, ၃–နာရီရရင် ၃–နာရီ၊ ခန္ဓာမှာ စိုက်ပြီး ဉာဏ်နဲ့လိုက်တဲ့အခါကျတော့ သမာဓိထက် ပိုမြင့်မြတ်တဲ့ပညာရတယ်။ ခန္ဓာတွေပဲ, ရုပ်တွေ, နာမ်တွေပဲ၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတရားတွေပဲလို့ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်သိတဲ့အခါကျတော့ အနေတတ်ရုံမကဘူး၊ မြတ်တဲ့စိတ်တွေဝင်နေပြီ သူတော်ကောင်းတို့။ အဲဒါကြောင့် အသေလဲ မြတ်သွားပြီ။

ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုရင် ဒါနရော, သီလရော, သမထရော, ပညာရော အကုန်ပါတယ်

သီလ, သမာဓိ, ပညာတွေပါတဲ့အခါကျတော့ ပညာကနေပြီး ကိလေသာတွေကို သတ်ဖို့အရှိန်ကောင်းလာတယ်။ ဒါန, သီလ, သမထက ကိလေသာကို ခဏဖိထားတာ။ သူက ကိလေသာကို အသေမသတ်နိုင်ဘူး။

ဝိပဿနာကကျတော့ ကိလေသာကို အဆင့်ဆင့်သတ်သွားမှာ။

ပထမ ဒိဋ္ဌိနဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာကို သတ်မယ်၊ နောက်ကျတော့ ကာမ, ရာဂ, တဏှာသတ်မယ်။ နောက်ဆုံးကျတော့ အဝိဇ္ဇာတို့, မာနတို့ကို သတ်မယ်။

အဲဒီလိုသတ်ဖို့အတွက် အရှိန်အဟုန်အားကောင်းလာတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေ, အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတွေ မြင်လာတယ်မဟုတ်လား။ ရုပ်, နာမ်၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တကို မြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရတော့မယ်။

ဒို့တစ်တွေ တစ်သံသရာလုံးမှာ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေကို မမြင်ဘူး။ ဒို့မြင်တာက ယောကျ်ား, မိန်းမတွေ, မြန်မာတွေ, ရှမ်းတွေ, ကုလားတွေ, တရုတ်တွေ။ ဒါတွေကို မြင်ကြတာမဟုတ်လား။ လူတွေဟာ အဲဒီလိုတွေမြင်လို့ လူမျိုးကွဲတွေဖြစ်ပြီး ရန်ဖြစ်နေကြတာ။ ဘာမှရန်ဖြစ်စရာမလိုဘူး။ အကုန်လုံးဟာ ရုပ်တွေ, နာမ်တွေ၊ ဒုက္ခသည်တွေချည်းပဲ။

အဲဒီလိုမမြင်ဘူး၊ ငါတို့က ဘာလူမျိုး၊ သူတို့ကဘာလူမျိုး။ အဲဒီလိုတွေမြင်နေကြတာမဟုတ်လား။ အဲဒီလိုတွေဖြစ်နေကြပြီး ငါတို့ဘာသာမှ, သူတို့ဘာသာမှနဲ့ ရန်တွေဖြစ်ကုန်ရော။ အဲဒီတော့ ဒုက္ခရောက်ကုန်ကြတာပေါ့ ...။

ရုပ်တွေ, နာမ်တွေပဲ၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တတရားတွေပဲလို့ မြင်ရင် အကုန်လုံးဟာ ဒုက္ခသည်တွေချည်းပဲ။ ဟောတဲ့သူလဲ ဒုက္ခသည်၊ နာတဲ့သူလဲ ဒုက္ခသည်။ အကုန်လုံး ဒုက္ခသည်တွေ ချည်းပဲဆိုရင် အနိုင်ကျင့်ရမှာလား၊ သနားရမှာလား။ အားလုံး သနားစရာတွေဗျ၊ အရိယာသူတော်ကောင်းတွေက သနားတယ်။ အပါယ်သွားမယ့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေက မသနားတတ်ဘူး။

အဲဒါကြောင့် သူတော်ကောင်းတို့အနေနဲ့ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တကို မြင်အောင်လို့ နှလုံးသွင်းတဲ့အခါ နှလုံးသွင်းလိုက်၊ ရှုမှတ်တဲ့ အခါလဲ ရှုမှတ်လိုက်။

နှလုံးသွင်းတာက ခုနကပြောခဲ့တဲ့– ခိပ္ပာဘိညာကို ဖြစ်စေ နိုင်တယ်။

ရှုမှတ်တဲ့အခါ သမာဓိတွေရပြီး ချမ်းချမ်းသာသာကျင့် ရလို့– သုခပဋိပဒါ ဖြစ်နိုင်တယ်။

နှစ်ခုစလုံး အပြန်အလှန်ကျေးဇူးပြုတယ်။ ရှုမှတ်ပါများလို့ ဘာဝနာမယဉာဏ်တွေ ဖြစ်တဲ့အခါကျတော့ မြန်မြန်ဆန်ဆန် မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ် ရနိုင်တယ်။ နှလုံးသွင်းတဲ့အခါကျတော့ မှန်မှန်ကန်ကန် သိသွားပြီး လောဘ, ဒေါသ, မောဟတွေ လျော့ သွားတယ်။ အဲဒီအပူဓာတ်, အလောင်ဓာတ်တွေ လျော့သွားတော့ ချမ်းသာတာပေါ့ဗျာ။ အပူဓာတ်, အလောင်ဓာတ်တွေများနေလို့ ဆင်းရဲတာမဟုတ်လား။ အနိစ္စတရားတွေပဲ, ဒုက္ခတရားတွေပဲ,

အနတ္တတရားတွေပဲလို့ နှလုံးသွင်းတော့ အပူခေတ်, အလောင် ခေတ်တွေလျော့သွားတယ်။ ဒုက္ခသည်တွေပဲ, ဒုက္ခသစ္စာတွေပဲလို့ နှလုံးသွင်းတဲ့အခါ နှလုံးသွင်းပြီး ခန္ဓာမှာ ရှုမှတ်တဲ့အခါ ရှုမှတ် လိုက်။ အဲဒီလိုလုပ်ရတယ်။

အဲဒါဟာရှုမှတ်တဲ့အကျင့်လေးမျိုးပဲ သူတော်ကောင်းတို့။

အဲဒါ ရှုမှတ်နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်ပြောတာ။ အခုလို သွားနိုင်, လာနိုင်, စားနိုင်, သောက်နိုင်တဲ့ လူကောင်းက ငါတို့ဟာ သုခပဋိပဒါ, ခိပ္ပာဘိညာဖြစ်အောင် ကြိုးစားမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထား ရမယ်။ မြန်မြန်ဆန်ဆန်တရားရအောင် ကုသိုလ်တွေကို လက် မနှေးပါနဲ့ သူတော်ကောင်းတို့။ နည်းနည်းများများ အမြဲတမ်း လှူပါ။ ကုသိုလ်က ပုညသမ္ဘာဒ။

သီလလဲ အမြဲတမ်းစောင့်ပါ။ အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလ ပေါ့ဗျာ။ ဒါကြောင့်တရားမြန်မြန်ရချင်ရင် ငါးပါးသီလစောင့်ပါ။ ဒါနပြုပါ။ သမထအတွက် ပုတီးစိပ်ပါ, မေတ္တာပို့ပါ။ အစွန်းတော့ မရောက်စေနဲ့။

မနက်လဲပုတီး, နေ့ခင်းလဲပုတီး, ညလဲပုတီး ... ပုတီးချည်းပဲ ဆိုရင် ဝိပဿနာ လုပ်နိုင်ပါအုံးမလား။ ထီပေါက်ချင်တာနဲ့ပဲ စွတ်စိပ်မနေနဲ့အုံး။ နံပါတ်ကြည့်ချင်တာနဲ့လဲ စွတ်ပြီးစိပ်မနေနဲ့။ အဲဒါဆိုရင် အစွန်းရောက်သွားလိမ့်မယ်။

ပုတီးစိပ်တယ်ဆိုတာ သမာဓိရရုံလောက်စိပ်ရင် တော်ပြီ။ သမာဓိရရုံလောက်စိပ်ပြီး ဝိပဿနာဘက်ကူး၊ ပုတီးစိပ်တာချည်းပဲ တစ်နာရီလောက်ကြာနေရင် ဝိပဿနာဘယ်လိုလုပ်လို့ရတော့မလဲ။ ပုတီးလဲ မပျက်အောင် ဝိပဿနာလဲ လုပ်လို့ရအောင် မဈ္ဈိမပဋိပဒါကျရမယ်နော် သူတော်ကောင်းတို့ ...။

ဒါနလဲ မပယ်နဲ့၊ သီလလဲ မပယ်နဲ့၊ သမထလဲ မပယ်နဲ့။ **သို့သော်လဲ ဝိပဿနာကို ဦးစားပေးရမယ်။**

ဘာဖြစ်လို့ ဝိပဿနာကိုဦးစားပေးရမလဲဆိုတော့ ဝိပဿနာက သာသနာတွင်းမှာမှ ဖြစ်တာမဟုတ်လား၊ သာသနာပ,မှာ ဝိပဿနာမရှိဘူး။ သာသနာတွင်းမှာ ဝိပဿနာတရားတွေ ဟောပင်ဟောသော်လဲ လုပ်ဖြစ်ကြတာ နည်းတယ်မဟုတ်လား။

ရန်ကုန်မြို့မှာ ရိပ်သာတွေ ဖွင့်ထားတာမှ အများကြီးပဲ၊ ဒါပေမဲ့ ရိပ်သာဝင်တဲ့သူက အင်မတန် မရှားဘူးလား။ ရန်ကုန်က လူတွေကသာ မဝင်တာ၊ ရှမ်းပြည်က ဒကာမကြီးတွေက ရန်ကုန်မှာ ရိပ်သာလာဝင်တယ်။ ဒီမှာ လာဝင်တယ်၊ နောက်ကျတော့ ဟိုကိုပြန်သွားတယ်။

တစ်ခါတလေ နိုင်ငံခြားသားတွေ နှစ်နဲ့ချီပြီး လာအားထုတ်တယ်။ ၂ နှစ်, ၃ နှစ်, ၄ နှစ်, ၅ နှစ် အားထုတ်တယ်ဗျ။ မြန်မာနိုင်ငံက ပုဂ္ဂိုလ်တွေက အဲဒီလောက်အားထုတ်လို့လား။ မြန်မာတွေက ရိပ်သာမှာ ခဏလောက် အားထုတ်တာကို တစ်ကမ္ဘာလောက်ကြာတယ် အောက်မေ့တာ ...။ တစ်လခွဲလောက်ဆိုရင်

အားမထုတ်ချင်တော့ဘူး၊ ထွက်ပြေးချင်နေပြီ။ မြန်မာတွေက နည်းနည်းလေး အားထုတ်ပြီး ကိစ္စပြီးနေရော။

ခုနစ်ရက်လောက် အားထုတ်ပြီးတော့ တစ်မဂ်, တစ်ဖိုလ် ရနေပြီအောက်မေ့တာ။

သေသေချာချာတော့မမှတ်ဘူး၊ နောက်ပြီးလျှောက်ဆင်ခြင်နေရော။ ဆင်ခြင်ရုံနဲ့ ကိစ္စပြီးနေသလို မှတ်နေတယ်။ စိတ်ထဲက ဆင်ခြင်တာဟာ ဆင်ခြင်ရုံပဲ ရှိတယ်။ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ ဘာမှမဆိုင်သေးဘူး။

သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ "ဓူရ" နှစ်မျိုးရှိတယ်

သဒ္ဓါဓူရနဲ့ ပညာဓူရ

သဒ္ဓါဓူရ– ဆိုတာ သဒ္ဓါပြဋ္ဌာန်းတာ။ တချို့က သဒ္ဓါတရား အရမ်းအားကောင်းတယ်။ အားထုတ်တဲ့နေရာမှာ သဒ္ဓါတရား အားကောင်းပေမယ့် ပညာက အားနည်းသွားတယ်။ သဒ္ဓါနဲ့ပညာကို မျှယူတတ်ရမယ်။ သဒ္ဓါနဲ့ တရားကို ကြိုးစားမယ်၊ ရှုမယ်, မှတ်မယ်, လှူမယ်, တန်းမယ်, ပေးမယ်, ကမ်းမယ်၊ သို့သော်လဲပဲ ခန္ဓာ, အာယတန, ဓာတ်, သစ္စာတွေကျတော့ သိပ်ပြီး စိတ်မပါတော့ဘူး။ တရားတိုင်ဖို့နဲ့ တရားနာဖို့ဆိုရင် တရားပဲထိုင်မယ်၊ တရားမနာဘူး။ တရားထိုင်တာနဲ့တရားနာတာ မျှမျှတတရှိရမယ်။

အထိုက်အလျောက် လေ့လာရမယ်။ အဲဒီလိုမလေ့လာဘဲနဲ့ သူက သဒ္ဒါနဲ့ချည်း တွန်းမှတ်တယ်။ မှတ်ရုံပဲ မှတ်တယ် မကြည့်ဘူး။

မှတ်လဲမှတ်ရမယ်၊ ကြည့်လဲကြည့်ရမယ်။

မှတ်ပြီး ဘယ်လိုလုပ်ကြည့်မလဲဆိုတော့ ... ရှုးရှုးစိုက်စိုက် မှတ်တာဟာ ကြည့်တာနဲ့အတူတူပဲ။

ဝိပဿနာဆိုတာ တည်အောင်လုပ်တာမဟုတ်ဘူး သူတော်ကောင်းတို့ ...။

ဝိပဿနာဆိုတာ သိအောင်လုပ်တာ။

ခန္ဓာရဲ့သဘောကို သိအောင်လုပ်ရတာ။ နာတဲ့သဘောတွေ, ယားတဲ့ သဘောတွေ, ကိုက်တဲ့ သဘောတွေကို မှတ်လဲမှတ်၊ သိအောင်လဲလုပ်။

မှတ်တော့ မသိဘူးလား–ဆိုတော့ သိတော့သိသွားတယ်၊ ပိုသိအောင်လို့ ရှုးစိုက်ဖို့ ပြောတာ။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေ အလုပ်ပေးတဲ့အထဲမှာ ရှုးရှုးစိုက်စိုက်မှတ်လို့ မပြောဘူးလား။ အဲဒါ သိအောင်လုပ်ခိုင်းတာ၊ သိအောင်, သိအောင်။

အဲဒီအသိကို ဘာဝနာမယအသိလို့ခေါ်တယ်။

စာအုပ်ထဲကဖတ်ပြီး ဒုက္ခသစ္စာတွေ, စိတ်တွေ, စေတသိက်တွေဆိုတာ အဲဒါ ဘုရားသိတဲ့ဉာဏ်။ ကိုယ့်ဉာဏ် မဟုတ်ဘူး။ စာရေးထားတာကို သိတာ။

ကိုယ်သိရမှာက ... အခုပေါ်တဲ့ ခန္ဓာရဲ့ အခု နှိပ်စက်တဲ့ သဘောကို သိရမှာ။

ဖောင်းတဲ့ သဘောလေးတွေ၊ ပိန်တဲ့ သဘောလေးတွေ၊ ကိုက်တဲ့ သဘောလေးတွေ၊ ယားတဲ့ သဘောလေးတွေ၊ အဲဒါကို စူးစူးစိုက်စိုက်မှတ်တဲ့အခါကျတော့ တော်တော်နှိပ်စက်ပါလားလို့ သိလာတယ်။

နာတာ၊ ကျဉ်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာတွေက တစ်ချိန်လုံး ဟိုနေရာပြောင်းလိုက်၊ ဒီနေရာပြောင်းလိုက်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို သေသေချာချာမကြည့်လို့ရှိရင် ချမ်းသာသလိုပဲနော်။ နည်းနည်းကလေးညောင်းတာနဲ့ ကိုယ်ကပြင်လိုက်ပြီဆိုတော့ ချမ်းသာသလို ဖြစ်မနေဘူးလား။

ဒါကြောင့်မို့လို့ တော်ရုံတန်ရုံဆို မပြင်ပါနဲ့၊ သဒ္ဓါတင်ထား၊ ယောဂီ ... သဒ္ဓါတင်ထား။ သဒ္ဓါတင်ထားဆိုတာ ဆရာသမားတွေ ပြောတဲ့စကားကို ယုံကြည်ပြီး အားထုတ်တာ။

မြတ်စွာဘုရားဖြစ်ဖို့ အားထုတ်စဉ်အခါတုန်းက ရွှေပလ္လင်ပေါ်မှာ တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ပြီး မပြင်ဘဲ အားထုတ်တာ။ ညဦးယံမှ မိုးသောက်ယံအထိ ...။

ဘုရားက ရှေ့က လမ်းပြသွားတာပဲ၊ အဲဒါကို ယောဂီတို့က ညောင်းပြင်၊ ယားကုတ် လုပ်နေကြတယ်။ ညောင်းပြင်၊ ယားကုတ်လို့ ဘယ်တော့ သမာဓိရမှာလဲ ...။ ညောင်းပြင်၊ ယားကုတ်

လုပ်နေတော့ အညောင်းပြေတာပေါ့ဗျာ။ အယားလဲပြေတာပေါ့။ **သမာဓိကတော့ မရတော့ဘူး။**

ညောင်းတာ, ညာတာလောက်ကို တော်ရုံတန်ရုံ သည်းညည်းခံမှတ်ပါ၊ ဆူးပေါ် တက်ထိုင်ခိုင်းတာမဟုတ်ဘူး၊ ၁၀ နာရီ, ၁၅ နာရီ ထိုင်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ ပဲလေး တစ်ဇွန်းလောက် စားပြီးတော့ အတ္တကိလမထာနုယောဂ ကျင့်ခိုင်းတာမဟုတ်ဘူး။

တော်ရုံတန်ရုံ ၁ နာရီ, ၂ နာရီလောက်တော့ ထိုင်ကြပေါ့ဗျာ၊ ကိုယ့်အိမ်အလုပ် လုပ်တာတောင် ၄ နာရီ, ၅ နာရီ လုပ်ကြသေးတာပဲ၊ အဲဒီ ၁ နာရီ ၂ နာရီလောက်ထိုင်တာကို **အတ္တကိလမထတဲ့။ ဘယ်ကလာ အတ္တကိလမထာနုယောဂဖြစ်ရမှာလဲ၊ မရှိမပင္မိပဒါအလုပ် လုပ်နေတာ။** ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပျင်းရင်ပျင်းတယ်ပြော၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ညာရင်ညာတယ်ပြော၊ အကျင့်ကို လာမထိခိုက်နဲ့၊ ကျုပ်ကတော့ ထိုင်ရတာပျင်းတယ်ဗျာဆိုရင် ပျင်းတဲ့သူက ကိုယ့်လမ်းကိုယ်သွားပေါ့။ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ညောင်းမှာစိုးလို့, နာမှာစိုးလို့ ညာရင် ညာတဲ့သူ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်သွားပေါ့။

ညာတဲ့လမ်းက ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ ... မြောလမ်းပေါ့ဗျာ။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေတော့လုပ်တယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုညာတဲ့ အခါကျတော့ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်မရဘဲ မြောသွားတာပေါ့။

မြောရင် တစ်နေ့ကျတော့မြုပ်မှာပဲ။

အဲဒါကြောင့် ခန္ဓာကို ညှာတာလဲ အမှား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှဉ်းဆဲတာလဲ အမှားပဲ။ ညှဉ်းဆဲတယ်–ဆိုတာ ဆူးပေါ်တက် ထိုင်တာတို့၊ ချမ်းတဲ့အချိန် ရေထဲဆင်းစိမ်တာတို့။ အဲဒီလို ခန္ဓာ ကိုယ်ကို ညှဉ်းဆဲတာဟာ တဏှာမဖြစ်အောင်လို့တဲ့။ တဏှာ မဖြစ်ပေမယ့် ဒေါသမဖြစ်ဖူးလား။

ဒါကြောင့် ညှဉ်းဆဲတာလဲ အမှား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာ တာလဲ အမှားပဲ။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ–ဆိုတာ ပေါ်လာတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်း ညည်းခံပြီးမှတ်ဖို့ပြောတာ။ သည်းညည်းခံနိဗ္ဗာန်ရောက် ဆိုတာ ဒီနေရာမှာ ပြောတာ။ တော်ရုံတန်ရုံဆိုရင် သည်းညည်းခံပါ။ ၁ နာရီ၊ ၂ နာရီလောက်ကို သည်းညည်းခံပြီးတော့ ကြိုးစား မှတ်ပါ၊ ချက်ချင်းကြီးတော့ မရဘူးပေါ့၊ တဖြည်းဖြည်း လေ့ကျင့် သွားရင် ရတာပဲ။

ဘာဖြစ်လို့သည်းညည်းခံခိုင်းသလဲဆိုတာ ခန္ဓာ့အကြောင်း သိအောင်လို့ ...၊ ခန္ဓာအကြောင်းကို ကိုယ်တွေ့သိအောင်လို့။ စာအုပ်တွေဖတ်ပြီးသိတာမျိုး၊ တရားနာပြီးသိတာမျိုးမဟုတ်ဘူး။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ငြိမ်ပြီးထိုင်နေတဲ့အခါကျတော့ နာတာတွေ, ကျဉ်တာတွေ, ကိုက်တာတွေ, ခဲတာတွေ, ယားတာတွေ မပေါ်ဘူး လား သူတော်ကောင်းတို့။ အဲဒါတွေကို တွေ့လို့ ရှုမှတ်နေတော့

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးနှိပ်စက်တယ်ဆိုတာ ကောင်းကောင်းသိလာတယ်။ အဲဒါ ဒုက္ခသစ္စာကို ကိုယ်တွေ့သိတာပဲ။ အဲဒါ သူများပြောလို့ သိတာမဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ်တိုင်သိတာ၊ ကိုယ်မှာတွေ့တဲ့ တရား၊ ကိုယ်တွေ့တရားဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာ။

အဲဒါကြောင့် အားထုတ်တဲ့အခါမှာ ... သည်းညည်းခံပြီး တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်၊ သင်တန်းတွေ တက်ပြီးတော့လဲ သွားသင်၊ မျှမျှတတယူနော် သူတော်ကောင်းတို့။

ကိုယ်ကအားတော့ထုတ်တယ်၊ သင်မထားဘူးဆိုပါတော့၊ မဟာစည်ယောဂီတို့၊ သဲအင်းယောဂီတို့ အလုပ်ကတော့ အရမ်း လုပ်ပါတယ်၊ ထိုင်တုန်းမှာတော့ အသေအလဲ ထိုင်လိုက်တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလိုမျိုးတွေ သင်ယူလေ့လာမထားတဲ့အခါကျတော့ တရားဖြုတ်တဲ့အခါမှာ အကုန်လုံး လွတ်ပစ်လိုက်ရော။ အဲဒီလို တရားတွေ လွတ်ပစ်လိုက်တော့ ကောင်းပါတော့မလား။ အဲဒီ တော့ ... သူများတွေကဲ့ရဲ့တာပေါ့ဗျ။ ငါးမိနစ်တောင် မထိုင်တဲ့ သူတွေက ကဲ့ရဲ့တာပေါ့။ တကယ်လုပ်ခဲ့တဲ့သူတွေကို ဟန်ဆောင် ပန်ဆောင်သမားတွေက ကဲ့ရဲ့တာပေါ့။ တကယ်လုပ်ခဲ့တာတွေ အားလုံး အလကားဖြစ်ရော။

အဲဒါ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သင်တန်းမတက်လို့။ ဘယ် သင်တန်းဖြစ်ဖြစ် တက်ရမယ်။ ကိုယ်ဗဟုသုတရအောင် တက်ရ မယ်။ သင်တန်း တက်ထားတဲ့အခါကျတော့ ... ကိုယ်လုပ်တဲ့

အလုပ်နဲ့ တက်ထားတဲ့သင်တန်း မျှယူလို့ရတယ် ...။ ဒါဟာ လမ်းမှန်ပဲ။

ယောဂီတို့ အခုနေအခါမှာ ကြိုးစားထိုင်ကြ၊ လူမမာဖြစ်လာရင် ထိုင်နိုင်ပါအုံးမလား။ လူမမာဖြစ်လာရင် ဆေးတွေကထိုး၊ ဆေးတွေကသောက်တော့ အိပ်ချင်မှုးတူးဖြစ်ရော။ ဘယ်လိုမှ ထိုင်လို့မရဘူး။ အိပ်ဆေးတွေလဲ ထိုးထားတော့ မူးနောက်နေတာပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့လဲ ကိုယ်တိုင်လူမမာဖြစ်လို့ ဆေးရုံတက်ဖူးတယ်။ ဆေးတွေနဲ့ မူးနောက်ပြီးတော့ လူက အပျင်းတစ်သလို ဖြစ်နေရော၊ အဲဒီလိုအခါမျိုးမှာ ခါးမတ်မတ်ထားထိုင်လို့တောင် မရဘူး။ ဘယ်လိုမှ မှတ်လို့မကောင်းတော့ဘူး။ အဲဒါကြောင့် သွားနိုင်၊ လာနိုင်၊ လုပ်နိုင်၊ ကိုင်နိုင်တုန်းမှာ သေသေချာချာ ကြိုးစားထားကြ၊ ကျန်းမာရေးမကောင်းရင် ထိုင်မှတ်လို့တောင် မလွယ်ဘူး။

ခုချိန်မှာ ကြိုးစားကြ။ ကြိုးစားမှတ်တဲ့နေရာမှာ သဒ္ဓါရယ်၊ ပညာရယ်က အရေးကြီးတယ်။ သဒ္ဓါရှုရရယ်၊ ပညာရှုရရယ် နှစ်မျိုး။

သဒ္ဓါရှုရ–ဆိုတာ သဒ္ဓါပြဋ္ဌာန်းတာ၊ သဒ္ဓါတရား အလွန်အားကောင်းတော့ဟိုဟာလှူမယ်၊ ဒီဟာလှူမယ်။ လှူချင်နေတာပဲ။ တရားထိုင်ရင်းနဲ့ အာရုံထဲမှာ ဘုရား၊ ရဟန္တာတွေ ကြွလာရင် လက်အုပ်ကလေးချီပြီးတော့ ဆွမ်းတွေဘာတွေလောင်းနေလိုက်

သေးတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ထဲမှာ အာရုံပေါ်လာရင် မှတ်ပစ် နော် သူတော်ကောင်းတို့။ ဘုရား၊ ရဟန္တာတွေကြွလာတာ မြင်ရင်လဲ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်လို့ မှတ်ပစ်ရမှာ ...။ ကိုယ်က ဝိပဿနာ အားထုတ်နေတာမဟုတ်လား။ ကြည်ညိုရင်လဲ ကြည်ညိုတယ်၊ ကြည်ညိုတယ် မှတ်ပစ်လိုက်ပေါ့ဗျာ။ ဆွမ်းကပ်ချင်ရင်လဲ ဆွမ်းကပ်ချင်တယ်၊ ဆွမ်းကပ်ချင်တယ် မှတ်ပစ်လိုက်ပေါ့ဗျာ၊ ဒီလိုမှတ်လိုက်ရမှာ။

မမှတ်ဘဲနဲ့ အဲဒါတွေ အကုန်လုံးကို ကြွတော်မူပါဘုရား၊ တပည့်တော်တို့အိမ်ကို ကြွတော်မူပါဘုရား၊ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတော်မူပါဘုရား ဆိုပြီး လုပ်နေလို့ရှိရင် အမှတ်တွေရပါတော့မလား။ **တရားရှုမှတ်မှုတွေ လွတ်သွားလိမ့်မယ်။** အဲဒါ သဒ္ဓါဝူရလို့ ခေါ်တယ်။

သဒ္ဓါတရားနဲ့ကြိုးစားအားထုတ်ရင် ရနိုင်ပါတယ်၊ သို့သော် ပညာနဲ့သဒ္ဓါနဲ့ မမျှတဲ့ အခါကျတော့ နည်းနည်းကြာတတ်တယ်၊ သဒ္ဓါများနေလို့ရှိရင် ဣန္ဒြေညီမျှအောင် သဒ္ဓါကို နည်းနည်းလျှော့ထားပြီး ပညာကို တိုးပေးရမယ်။ သဒ္ဓါနဲ့ပညာ မျှသွားအောင် ဣန္ဒြေညီမျှမှ တရားက တက်မှာ။

တရားထိုင်နေတုန်းမှာ သဒ္ဓါတရားတွေနဲ့ ဆွမ်းတွေကပ်နေမယ်၊ သဒ္ဓါတရားတွေနဲ့ ကြွလာတဲ့သံဃာတွေကို ရှိခိုးနေမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် မှတ်နိုင်ပါတော့မလား။ ပစ္စုပ္ပန်

အမှတ်တွေ လွတ်သွားလိမ့်မယ်။ ပစ္စုပ္ပန်အမှတ်တွေ လွတ်သွားလို့ရှိရင် ဘာဝနာမယဉာဏ်တွေ လွတ်သွားလိမ့်မယ်။

ဘုရား, ရဟန္တာတွေကို ကြည်ညိုတာ, ရှိခိုးတာ ကုသိုလ်ရတယ်။ အဲဒီ ရတဲ့ကုသိုလ်က ရိုးရိုးကုသိုလ်ပဲ။ **ဘာဝနာမယဉာဏ် ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်မရတော့ဘူး။**

အဲဒါကြောင့် အာရုံထဲမှာလာပြီးထင်လို့ မြင်လာတာတွေကို မှတ်ပစ်ရမယ်။ အာရုံတွေကို အမှတ်တွေနဲ့ ရှုမှတ်လိုက်တော့ ပညာတိုးလာတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ကိုမှတ်မှသာလျှင် ဉာဏ်ပညာရမယ်ဆိုတာကို နှလုံးသွင်းထားရမယ်။ အာရုံမှာလာပေါ်တဲ့ ဘုရား, ရဟန္တာတွေကို ဆွမ်းကပ်ချင်တာကိုအသာထားပြီး ပေါ်တဲ့ အာရုံကို မှတ်ပေးရမယ်။

တချို့ယောဂီတွေက တရားစခန်းဝင်လာကတည်းက လှူဖို့ပဲ စဉ်းစားနေတယ်။ သဒ္ဓါကောင်းတာကိုးဗျ။ အဲဒီလို အလှူတွေ များနေလို့ရှိရင် ကုသိုလ်တော့ရပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာ ရှုမှတ်ရမှာတွေ လွတ်မကုန်ဘူးလား။ အဲဒီလိုလှူချင်တာတွေကို မှတ်ပေးလို့ရှိရင် စိတ်ကူးယဉ်တွေ ဖြစ်ကုန်ရော။ အဲဒီလို လှူမှာတွေကို စိတ်ကူးယဉ်ရင်း တစ်နာရီသာ ပြည့်သွားမယ်၊ မှတ်နိုင်ပါအုံးမလား။ အဲဒါကြောင့် သဒ္ဓါလွန်ကဲလာလို့ရှိရင် သဒ္ဓါကို ခဏရပ်ထားပြီး ပညာကို တိုးပေး။ ပညာလွန်ကဲလာရင် သဒ္ဓါကို တိုးပေး။

ပညာလွန်ကဲတဲ့သူတွေကလဲ ခပ်များများပဲ သူတော်ကောင်းတို့ ...။ ဒါပေမဲ့ တကယ့်ပညာအစစ်တော့မဟုတ်ဘူး။ သညာတွေပေါ့ဗျာ။

စာထဲမှာ 'ပဇာနာတိ' တဲ့။ ပညာက ရှိပြီးသားပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုတော့ 'ပဇာနာတိ' ဆိုတာ သိတာ၊ မှတ်တာ မဟုတ်ဘူးလို့ဖြစ်ကုန်ရော ...။

တကယ်လုပ်တဲ့အခါမှာ မှတ်လို့သိတာ

ပဇာနာတိ– ဆိုတာ 'သိ' လို့ ဟောထားတာပဲ။ ရပ်ရင်ရပ်မှန်း 'သိ'၊ ထိုင်ရင် ထိုင်မှန်း 'သိ'၊ သွားရင် သွားမှန်း 'သိ'။ ဒီလိုဟောထားတာကိုးဗျ။

အဲဒီလိုသိအောင် မှတ်ပေးရတယ်။

ကလေးလေး စ,လမ်းသွားတဲ့အခါမှာ သူ့ချည်းပဲ လွှတ်ပေးလို့ရပါ့မလား။ အဲဒီကလေးကိုမိဘကကိုင်ပြီးတော့ လမ်းလျှောက်မပေးရဘူးလား။ နောက်ပိုင်း ကလေးက အတွေ့အကြုံရင့်ကျက်လာတော့ မိဘက ကိုင်ပေးစရာ မလိုတော့ဘူး။

အဲဒီလိုပဲ ယောဂီတို့ သမာဓိတစ်ပြားသားမှ မရှိသေးတဲ့အခါမှာ မှတ်တာက စ,ပေးရတယ်။ ဉာဏ်အားတွေ အလွန်ကောင်းသွားလို့ 'သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်' လောက် ရောက်သွားတဲ့

အခါ မှတ်တဲ့အခါလဲ မှတ်တယ်၊ မမှတ်ဘဲနဲ့ ကြည့်နေလို့လဲ ရတယ်။ ကြည့်တဲ့အဆင့်က သူ့ဉာဏ်နဲ့သူ ဖြစ်ပေါ်လာတာ။

အဲဒီဉာဏ် မရောက်သေးဘဲနဲ့ မှတ်စရာမလိုဘူးဆိုတာ အလုပ်မလုပ်ဖူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပြောတာ။

လုပ်ဖူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ခွဲခြားပြီးသိတယ်။ ကလေး လမ်းလျှောက်တတ်ခါစကို ကိုင်မပေးဘဲ သူ့ချည်းလွှတ်ရင် ပစ်လဲ သွားမှာပေါ့။ သမာဓိမရှိသေးတဲ့အခါမှာ သမာဓိရှိအောင် လုပ်ရ သေးတယ်။ ဒါကြောင့် မှတ်ပေးပါ။

ဖောင်းတယ်, ပိန်တယ်, ထိုင်တယ်, ထိတယ်, ကြွတယ်, လှမ်းတယ်, ချတယ် အကုန်မှတ်ပေးရတယ်။ ဒါမှမဟုတ်ရင်လဲ ဝင်တယ်, ထွက်တယ် မှတ်ပေးရတယ်မဟုတ်လား။

သမာဓိရပြီး သမာဓိ အားကောင်းသွားတဲ့ အခါကျတော့ မမှတ်လဲ ရတယ်။ အာနာပါနဆိုရင်လဲ ရှူး, ရှဲ၊ ရှူး, ရှဲနဲ့ သူ့ ဘာသာသူ သွားနေတာပဲ။ ကိုယ်က ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး 'ရှူး, ရှဲ' လုပ်စရာ မလိုတော့ဘူး။ အာနာပါနစျာန်သဘောနဲ့ သူ့ဟာသူ သွားနေတာပဲ။

အာနာပါနစျာန်က သူ့ဘာသာသူသွားနေတယ်၊ ကိုယ်က ဝေဒနာကို ရှုလို့ရတယ်။ သဲအင်းဂူဆရာတော်ဘုရားကြီးနည်း ပြောတာ ...။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနည်းနဲ့ 'ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်' မှတ်ရင်လဲ ဒီအတိုင်းပဲ။

သမာဓိတွေ အားကောင်းပြီး သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရောက်လာတဲ့အခါ အသာလေးကြည့်နေရုံနဲ့ရတယ်။

သူ့ဟာသူသဘောလေးတွေက ပေါ်လိုက်၊ ပျောက်လိုက်၊ ပေါ်လိုက်၊ ပျောက်လိုက်နဲ့ အသာလေး ကြည့်နေလို့ရတယ်။

အဲဒီလို တကယ်ကြည့်လို့ရလာတဲ့အခါကျမှ မမှတ်ဘဲနဲ့ ကြည့်လို့ရတာပဲလို့ တကယ်လက်တွေ့သိလာတယ်။ 'သိ–သိ–သိ–သိ' နဲ့ အသာကလေးကြည့်နေလို့ရတယ်။ နောက်သမာဓိ ပြန်ကျဲသွားရင် ပြန်မှတ်။ ပြန်မှတ်တဲ့အခါကျတော့ သမာဓိက နဂိုအတိုင်း ပြန်ကောင်းလာတယ်။

သမာဓိကောင်းရာကနေ နောက်ကျတော့ ဉာဏ်တက်သွားရော။

ဒါကြောင့်မို့ အစပထမမှာ မှတ်ပေးရတယ်။ မှတ်တာကို ရမ်းသန်း အထင်မသေးနဲ့၊ အထင်သေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပြောတာကိုလဲ မယုံနဲ့ ...။

သမာဓိ အားကောင်းလို့ ... သူ့ဘာသာသူ အရှိန်အဟုန် ရသွားရင် မှတ်စရာမလိုတော့ဘူး။

စက်ဘီးစီးတဲ့အခါ အရှိန်ကောင်းလာရင် အသာကလေး လက်ကိုင်ကိုထိန်းလိုက်သွားလို့မရဘူးလား။ သမာဓိကောင်း

လာတဲ့အခါ ဘာကြည့်ကြည့် ... ငယ်ထိပ်ကနေ, ခြေဖျားအထိ ကြည့်လို့ရတယ်။

သမာဓိမရဘဲနဲ့ သွားကြည့်ရင် ဘာမှမမြင်ဘူး ...၊ အဲဒါကြောင့် သမာဓိရအောင် မှတ်ပေးရတယ်။

* ပညာလွန်လို့ရှိရင်လဲ သဒ္ဓါတိုးပေးရတယ်။
* ငါ့မှာ သမာဓိမှ မရှိသေးဘဲနဲ့ ကြည့်နေလို့မရဘူး။
* ငါက မနေ့တစ်နေ့ကမှ တရားအားထုတ်တာ၊ ငါသိတာ ဘာဟုတ်သေးလို့လဲ။
* ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက တစ်ကမ္ဘာလုံး လှည့်ပြီး သာသနာပြုထားတာ။
* ဆရာတော်ကြီးတွေဟောထားတာ အမှန်ဟောထားတာ၊ ဒါကြောင့် ငါမှတ်မှ ဖြစ်မယ်။

အဲဒီလို သဒ္ဓါတင်ပြီးတော့ မှတ်ရတယ်။

ပညာလွန်သွားရင် သဒ္ဓါတိုးပေးရတယ်။

သဒ္ဓါလွန်သွားရင် ပညာတိုးပေးရတယ်။

အဲဒီလို နှစ်ခုညီသွားတဲ့အခါ ဉာဏ်တွေတက်ပြီးတော့ ဖြစ်ပျက်ဆုံးတဲ့ဆီ ရောက်မသွားနိုင်ဘူးလား။

ကဲ ... မေတ္တာပို့ပြီး သိမ်းကြရအောင်။ ။

စာအုပ်အလှူရှင်

ပါမောက္ခ ဦးဇော်ဝင်း – ဇနီး ဒေါက်တာ ဒေါ်ခင်မေသန်း

သမီး–ဒေါက်တာ ခင်ဇာခြည်ဝင်း

သား–မောင်ထိန်ဝင်း

မိသားစုကောင်းမှု

အမှတ် ၂၁၈ (က)၊ ဓမ္မသုခကျောင်းလမ်း၊

(၁၃)ရပ်ကွက်၊ လှိုင်မြို့နယ်။

မြစိမ်းတောင်ဆရာတော် အရှင်ဇာနေယျ
ဟောကြားတော်မူသော တရားတော်စာအုပ်များ
ရရှိနိုင်သော နေရာဌာနများ

(၁) ဦးတူး
အမှတ် ၂၀၊ စောမဟာလမ်း
ဗိုလ်ချုပ် (၂) ရပ်ကွက်၊ ဗဟန်းမြို့နယ်။
ဖုန်း ၀၁-၅၅၄၉၀၀

(၂) ဦးမျိုးအောင်
၁၂၅၊ တတိယထပ်
၁၈ လမ်း၊ လသာမြို့နယ်။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၈၇၁၉

(၃) ဦးခင်မောင်ဌွေ
၆၁၊ အိမ်ကြီးလမ်း
ရေကျော်၊ ပုဇွန်တောင်
ဖုန်း ၀၁-၂၉၈၁၆၇

(၄) ဦးသန့်ဇော်ဦး
မိုးဝင်းပုံနှိပ်တိုက်
၂၂၊ သိမ်ကြီးလမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်
ဖုန်း- ၀၁-၇၃၀၆၅၅၂၇
၀၉-၅၁၂၄၈၈၇

Email: WWW. MYASEINTAUNG.NET