http://www.dhammadownload.com

အရှင်ဆန္ဒာဓိက
ရွှေပါရမီတောရ

စိတ်လျှော်ဖွယ်တဲ့အလုပ်

GRAPHIC NAY WINN AUNG

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မစကား၊ နေ့တိုင်းကြားက၊ စိတ်ထားဖွေးလက်၊ သိဉာဏ်ထက်၏။

. . . . .သို့

အမှတ်တရဓမ္မဒါန

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

အရဟံဂုဏ်တော်

အရဟံ၊

ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို

ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား။

စာမူခွင့်ပြုချက် – ၃၂၀၁၅၉၀၅၀၃

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် – ၃၂၀၁၃၉၀၅၀၃

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ – နေဝင်းအောင်

<u>မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်သူ</u>

ဦးကြင်ရွှေ(၀၃၁၀၅)၊ မိသားစုပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်၉၀–အေ၊ အောက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်း၊ အလုံမြို့နယ်။

<u>ထုတ်ဝေသူ</u>

တက်လမ်း ဦးရှိန်ဝင်း(ရ၃၅)၊ ရွှေပါရမီစာပေဖြန့်ချီရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၁၉–အေ/၂)၊ ဗိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်။

ဓမ္မဒါန

http://www.dhammadownload.com

စိတ်လျှော်ဖွယ်တဲ့အလုပ်

အရှင်ဘုရား . . .

'ဥပုသ်စောင့်တယ်' ဆိုတဲ့ စကားရပ်ထဲမှာပါတဲ့ 'ဥပုသ်' ဆိုတာ သီလကို ခေါ်တာပါပဲလားဘုရား၊ ဥပုသ် ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြပေးတော်မူပါ ဘုရား . . .။

မောင်မင်းထွန်း၊ ဗိုလ်တထောင်မြို့နယ်။

ဒကာမင်းထွန်းရေ . . .

ဒီနှစ်ဝါတွင်း ဥပုသ်နေ့တစ်နေ့မှာ ဦးဇင်းရဲ့ တောင် ပေါ်ကျောင်းကို ရောက်လာကြတဲ့ ဥပုသ်သည် တချို့ကို ဥပုသ်နေ့တိုင်း ဥပုသ်စောင့်တယ်ဆိုလို့ ဦးဇင်းက မေးခွန်း

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခု မေးလိုက်ပါတယ်။

'ဥပုသ်နေ့တိုင်း ဥပုသ်စောင့်တော့ ဘာအကျိုးရှိလဲ'

'နိဗ္ဗာန်ရောက်တာပေါ့ဘုရား'

'နောင်တစ်ချိန်မှာ ရမယ့် နိဗ္ဗာန်ကို ရည်ရွယ်ပြီး မေးတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့မှာ ချက်ချင်းလက်ငင်းရတဲ့ အကျိုးကို မေးတာပါ၊ ဥပုသ်မစောင့်တဲ့နေ့နဲ့ စောင့်တဲ့နေ့ ဘာထူးခြားသလဲ ဆိုတာကို မေးတာပါ'

'ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့ ကုသိုလ်ပိုရတာပေါ့ဘုရား'

'ကုသိုလ် ပိုရရုံပဲလား၊ စိတ်ထဲမှာရော, ဘဝထဲမှာပါ သိသိသာသာကြီး ပြောင်းလဲသွားတာမျိုး မခံစားရဘူးလား'

'အရှင်ဘုရားမေးတာ တပည့်တော်တို့ မဖြေတတ်တော့ပါဘူးဘုရား၊ အရှင်ဘုရားပဲ မိန့်တော်မူပါတော့ဘုရား'

လူဝတ်ကြောင်ဘဝ ငယ်ငယ်လေးကတည်းက အခါကြီးရက်ကြီးတွေမှာ ဦးဇင်းတို့ ဥပုသ်စောင့်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ခုနစ်နှစ် ရှစ်နှစ်အရွယ် သိပ်ငယ်သေးတဲ့ ကလေး

http://www.dhammadownload.com

စိတ်လျှော်ဖွပ်တဲ့အလုပ်

ဘဝတုန်းကတော့ မိဘက 'ဥပုသ်စောင့်ရင် မုန့်ဖိုး ဘယ်လောက်ဆုချမယ်' ဆိုလို့ မုန့်ဖိုးလိုချင်စိတ်နဲ့ ဥပုသ်စောင့်ခဲ့တာပါ။ ခုနစ်တန်း ရှစ်တန်းအရွယ်ကျတော့ 'ကုသိုလ်များလေ၊ ကံကောင်းလေ' ဆိုပြီး ကုသိုလ်များများ ရချင်တဲ့စိတ်နဲ့ ဥပုသ်စောင့်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ကိုးတန်း ဆယ်တန်း အရွယ်လောက် ရောက်တဲ့အခါမှာတော့ ကုသိုလ် ပိုရချင်တဲ့စိတ်အပြင် စိတ်ကြည်လင်အေးချမ်းတာကို သဘောကျနှစ်သက်တဲ့ စိတ်နဲ့ပါ ဥပုသ်စောင့်တတ်လာခဲ့ပါတယ်။

ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့ဆိုရင် တစ်အိမ်လုံး တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်ပြီး သိပ်ကို အေးချမ်းလှပါတယ်။ မနက်ပိုင်းမှာ အိမ်မှုကိစ္စတွေ ရှိသင့်သလောက် ရှိပေမယ့် မွန်းလွဲပြီဆိုတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဘာအိမ်မှုကိစ္စ၊ ဘာလူမှုကိစ္စမှ မရှိတော့ပါဘူး။ တရားစာအုပ်ဖတ်လိုက်၊ တရားတိပ်ခွေ နာလိုက်၊ တရားဘာဝနာ အားထုတ်လိုက်၊ ဂုဏ်တော်ပုတီးစိပ်လိုက်နဲ့ အရမ်းစိတ်ချမ်းသာဖို့ ကောင်းပါတယ်။

ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့မှာ ကျောင်းစာတွေလည်း မကျက်ရတော့တဲ့အတွက် စိတ်လွတ်လပ်ပေါ့ပါးမှုကို သိသိ

http://www.dhammadownload.com

သာသာ ခံစားရပါတယ်။ ကျက်သင့်ကျက်ထိုက်တဲ့ ဘုရားစာလေးတွေတော့ ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့မှာ ကျက်ဖြစ်တာပေါ့။

သူ့တာဝန်နဲ့သူ လုပ်ကြရတဲ့ ချက်ပြုတ်ဖွပ်လျှော်တဲ့အလုပ်တွေ၊ ဆေးကြောသန့်စင်တဲ့အလုပ်တွေ ဘာတစ်ခုမှ မရှိတော့ဘဲ တစ်အိမ်လုံး မီးခိုးတိတ်နေတဲ့ ငြိမ်သက်အေးချမ်းမှု အရသာဟာ တကယ့်ကို ပီတိဖြစ်စရာပါ။ ကုသိုလ်အာရုံတွေနဲ့ချည်း ထုံမွမ်းထားတဲ့အတွက် ဟိုလူ့မျက်နှာကြည့်တော့လည်း ကြည်လို့၊ ဒီလူ့မျက်နှာ ကြည့်တော့လည်း ကြည်လို့ တစ်အိမ်သားလုံးရဲ့ မျက်နှာတွေဟာ ကြည်ချင်တိုင်း ကြည်နေတော့တာပါပဲ။

'လူ့ဝတ်ကြောင်ဘဝနဲ့ တစ်ရက်လေး ဥပုသ်စောင့်ရတာတောင် ဒီလောက် ဒုက္ခငြိမ်းပြီး အေးချမ်းရင် ရှင်ရဟန်းဘဝမှာ နေ့တိုင်း ဥပုသ်စောင့်ပြီး တရားနဲ့ပဲ အချိန်ပြည့်နေရတာ ဘယ်လောက်များ ဒုက္ခငြိမ်းပြီး အေးချမ်းလိုက်မလဲ' လို့လည်း ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့ရဲ့ အေးချမ်းမှုကို ထောက်ဆပြီး၊ ရှင်ရဟန်းဘဝကို တမ်းမျှော်အားကျ

http://www.dhammadownload.com

လိုက်မိပါသေးတယ်။

ဥပုသ်စောင့်တဲ့သူတိုင်း 'ဒီနေ့ ငါ့စိတ်တွေ သိပ်ကြည်လင်အေးချမ်းနေပါလား၊ ဒီနေ့ ငါ့ဘဝ သိပ်ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်နေပါလား' ဆိုတဲ့ ခံစားမှု လေးလေးနက်နက်ကြီး ဖြစ်ကိုဖြစ်ရပါမယ်။ စိတ်ဓာတ် အခြေအနေကလည်း ခါတိုင်းနေ့တွေလိုပဲ၊ ဘဝအရိပ်အသွင်ကလည်း အရင်နေ့တွေနဲ့ ဘာမှမထူးဘူးဆိုရင်တော့ အဲဒီနေ့ ဥပုသ် တကယ်ရ-မရ သေချာဆန်းစစ်ဖို့ လိုအပ်နေပါပြီ။

'ဥပုသ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးက 'စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်၊ ဓာတ်ကောင်း ဓာတ်မြတ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံစွာ နေထိုင်ခြင်း' လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ တစ်နည်းပြောရင်တော့ 'စိတ်လျှော်ဖွပ်တဲ့အလုပ်' ကို 'ဥပုသ်' လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကိုယ့်စိတ်မှာ ညစ်ပတ်ပေကျံနေတဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန၊ ဣဿာ စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေကို ဖြူဖွေးသန့်စင်သွားအောင် ဆေးကြော လျှော်ဖွပ်နေတာကိုပဲ ဥပုသ်စောင့်တယ်လို့ ခေါ်တာပါ။

ညစာမစားရုံသက်သက်နဲ့ ဥပုသ်ရတယ်လို့ မ

http://www.dhammadownload.com

ခေါ်နိုင်သေးပါဘူး။ စိတ်အဝတ်ကို သန့်စင်သွားအောင် လျှော်ဖွပ်နိုင်မှ ဥပုသ်ရတယ် လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ရုပ်လှချင်လို့၊ ဝိတ်ချချင်လို့ မဝအောင် ညစာရှောင်သူတွေ ရှိပါတယ်။ စိတ်သန့်စင်ဖို့၊ ဘဝမြင့်မြတ်ဖို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်မရှိတဲ့အတွက် သူတို့တစ်တွေ ဥပုသ်လုံးဝ မရပါဘူး။ ညစာရှောင်တဲ့အလုပ်နဲ့အတူ စိတ်သန့်စင်ကြောင်းအလုပ်၊ ဘဝမြင့်မြတ်ကြောင်း အလုပ်တွေလည်း တွဲဖက်ထားတာမှ မဟုတ်ဘဲကိုး။

ပုထုဇဉ်လူသားတွေရဲ့ 'စိတ်ဝတ်စုံ' ဟာ သဘောကျစရာလို့ ယူဆတဲ့ အာရုံနဲ့တွေ့ရင် သဘောကျပြီး လောဘ အညစ်အကြေးတွေ စွန်းထင်းလိုက်၊ မကျေနပ်စရာလို့ ယူဆတဲ့ အာရုံနဲ့တွေ့ရင် မကျေမနပ်ဖြစ်ပြီး ဒေါသကြေး (ချီး)ညှော်တွေ ပေကျံလိုက်၊ အထင်သေးစရာလို့ ယူဆတဲ့ အာရုံနဲ့တွေ့ရင် အထင်သေးပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးတဲ့ မာနဖုန်မှုန့်တွေ ကပ်ငြိလိုက်၊ မနာလိုစရာလို့ ယူဆတဲ့ အာရုံနဲ့တွေ့ရင် မနာလိုငြူစူပြီး ဣဿာချွေးစေးတွေ ယိုစီးလိုက်နဲ့ အမြဲတမ်းလိုလို ညစ်နွမ်းပေပွနေပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

စိတ် လျှော်ဖွပ်တဲ့အလုပ်

စိတ်ဆိုးစိတ်ယုတ်၊ စိတ်ပုပ်စိတ်ညှံ့တွေ တစ်ခု မဟုတ်တစ်ခုနဲ့ ညစ်ပတ်နံစော်နေတဲ့ စိတ်ဝတ်စုံကို စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်၊ စိတ်ကြည် စိတ်သန့်လေးတွေနဲ့ ဖြူဖွေးမွေးပျံ့သွားအောင် ဆေးကြောလျှော်ဖွပ်တဲ့ အလုပ်ကို 'ဥပုသ်' လို့ ခေါ်ပါတယ်။

မလွန်ကျူးပါဘူးလို့ ကတိပြုထားတဲ့ သိက္ခာပုဒ်ရှစ်ခုကို မကျိုးမပေါက်အောင် စောင့်ထိန်းနိုင်ရုံနဲ့ ဥပုသ်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ် မပြည့်စုံသေးပါဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်ဝတ်စုံမှာ ပေကျံကပ်ငြိနေတဲ့ မာတ်ဆိုးမာတ်ညှံ့ အညစ်အကြေးတွေ၊ မာတ်ပုပ်မာတ်ယုတ် အနံ့အစော်တွေကို လွင့်စဉ် ကင်းပ သွားအောင် ဖယ်ရှားရှင်းလင်းနိုင်မှ ဥပုသ်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ် ပြည့်စုံပါတယ်။

စာသံပေသံနဲ့ ပြောရရင်တော့ စိတ်မှာ ကိလေသာကင်းအောင် လုပ်နိုင်မှ ဥပုသ်ရပါတယ်။ သိက္ခာပုဒ်ရှစ်ခု မကျိုးပေမယ့် ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ကိလေသာကင်းအောင် မလုပ်နိုင်ရင် ဥပုသ်မရပါဘူး။ တကယ်လို့ ရခဲ့ရင်တောင်မှ ခပ်ညံ့ညံ့ဥပုသ်ပဲ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ အဆင့်မြင့်မြင့် ဥပုသ်

http://www.dhammadownload.com

တော့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

သိက္ခာပုဒ်ရှစ်ခုကို စောင့်ထိန်းတာဟာ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ကိလေသာ ကင်းအောင် လုပ်တဲ့နေရာမှာ အင်အားကြီးမားတဲ့ အထောက်အပံ့ အကူအညီကို ရဖို့အတွက်ပါ။ ထောက်ပံ့ရေးတပ်ရဲ့ ရိက္ခာအကူအညီကို ရပေမယ့် ကိုယ့်မှာရှိတဲ့ လက်နက်ကို ထုတ်သုံးပြီး စစ်မတိုက်ဘူးဆိုရင် ရန်သူကို မအောင်မြင်နိုင်သလို သိက္ခာပုဒ် စောင့်ထိန်းမှုဆိုတဲ့ အကူအညီကို ရပါလျက် ဘာဝနာလက်နက်ကို ထုတ်မသုံးဘူးဆိုရင် ကိလေသာ ရန်သူတွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုဒဏ်ကို မရှုမလှ ခံနေရမှာ သေချာပါတယ်။

လောက . . . အဝတ်ညစ်တွေ လျှော်တဲ့နေရာမှာ ရေဘယ်လောက်သုံးသုံး၊ ဆပ်ပြာ လုံးဝ မတိုက်ရင် အဝတ်ဖြူသင့်သလောက် မဖြူသလို . . . စိတ်ဝတ်စုံကို လျှော်ဖွပ်တဲ့နေရာမှာလည်း 'သိက္ခာပုဒ်ရေ' တွေ၊ 'သီလရေ' တွေ ဘယ်လောက်ပဲ သုံးသုံး၊ 'ဘာဝနာ ဆပ်ပြာ' လုံးဝ မတိုက်ဘူးဆိုရင် စိတ်ဝတ်စုံ သန့်စင်သင့်သလောက် မသန့်စင်နိုင်တော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်လျှော်ဖွပ်တဲ့အလုပ်

ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့မှာ ဥပုသ်တကယ်ရချင်တယ် ဆိုရင် ကိုယ်နှစ်သက်ရာ၊ ကိုယ်အားသန်ရာ ဘာဝနာ ဆပ်ပြာတစ်ခုခုနဲ့ ကိုယ့်စိတ်အဝတ်ကို အမြုပ်ထွက်အောင် နာနာတိုက်ပေးဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ သီလရေကတော့ သိက္ခာပုဒ်များများ စောင့်ထိန်းထားတာမို့ ပေါပေါသုံးလို့ ရနေတယ်ပဲ ဆိုပါတော့။

'ဗုဒ္ဓါနုဿတိဆပ်ပြာ' နဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် လျှော်ဖွပ်မယ်ဆိုရင် 'အရဟံ - ကိလေသာ ကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ - သိစရာအားလုံးကို အမှန်အတိုင်း ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား' စသည်အားဖြင့် ဘုရားဂုဏ်တော်ရဲ့ မြန်မာလို အဓိပ္ပာယ်တွေကို စိတ်သက်သက်နဲ့ ပွားများဆင်ခြင်နေရုံပါပဲ။

'မေတ္တာဆပ်ပြာ' နဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် လျှော်ဖွပ်မယ်ဆိုရင် 'သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ၊ လူသားအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ၊ နတ်များအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ၊ ပြိတ္တာအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ၊ တိရစ္ဆာန်အားလုံး

http://www.dhammadownload.com

ချမ်းသာကြပါစေ' စသည်အားဖြင့် ကိုယ်အားသန်ရာ မေတ္တာပွားနည်းနဲ့ စိတ်ထဲကနေ မေတ္တာဓာတ်တွေ ပို့လွှတ်နေရုံပါပဲ။

'အာနာပါနဿတိဆပ်ပြာ' နဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် လျှော်ဖွပ်မယ် ဆိုရင် နှာသီးဝ လေထိရာအရပ်မှာ စိတ်ကို ကပ်ထားပြီး လေဝင်တိုင်း ထိတာ၊ လေထွက်တိုင်း ထိတာကို ထိတိုင်းထိတိုင်း အဆက်မပြတ် သိနေရုံပါပဲ။ သိရုံသိနေလို့ စိတ်လွတ်တတ်တယ်ဆိုရင် လေဝင်ရင် 'ဝင်တယ်'၊ လေထွက်ရင် 'ထွက်တယ်' လို့ စိတ်မှတ်ကလေး ကူပေးနိုင်ပါတယ်။

'ဝိပဿနာဆပ်ပြာ' နဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် လျှော်ဖွပ်မယ်ဆိုရင် ကိုယ်အမူအရာ ဘာပဲပြုပြု - ပြုနေတဲ့သဘော၊ စိတ်အမူအရာ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် - ဖြစ်နေတဲ့သဘောကို ပြုနေတဲ့အတိုင်း၊ ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ သိနေရုံပါပဲ။ တစ်မျိုးတစ်ဖုံ ပြောင်းလဲနေတဲ့ ရုပ်သဘောနဲ့ တစ်ခုခုဆီ ညွှတ်ကိုင်းနေတဲ့ နာမ်သဘောတွေကို သဘောရှိ သိတဲ့ ဉာဏ်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်တဲ့ဉာဏ်တွေနဲ့ ကြည့်ရုံကြည့်၊ သိရုံသိ

http://www.dhammadownload.com

နေရပါမယ်။

သမထဆပ်ပြာနဲ့ တိုက်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဝိပဿနာဆပ်ပြာနဲ့ တိုက်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်စိတ်အဝတ်လေး ဖြူဖွေးသန့်စင်နေပြီဆိုရင် အဲဒီနေ့ ဥပုသ်စစ်စစ် ရပါတယ်။ ဘာဘာဝနာဆပ်ပြာနဲ့မှ မတိုက်ဘဲ သိက္ခာပုဒ်ရှစ်ခု မကျိုးရင်ပြီးရော နေရိုးနေစဉ်အတိုင်း နေနေမယ်၊ လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်အတိုင်း လုပ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီနေ့ ဥပုသ်စစ်စစ်မရဘဲ ဥပုသ်မစစ်တစစ်ပဲ ရပါလိမ့်မယ် ဒကာမင်းထွဋ်ရေ . . .။

ဆပ်ပြာတော့ တိုက်ပါရဲ့၊ အဝတ်ကို ကြေး(ချေး)ထွက်အောင် လက်နှစ်ဖက်နဲ့ ပွတ်တိုက်မပေးဘူးဆိုရင်လည်း အဝတ်မဖြူနိုင်ပါဘူး။ ဘာဝနာတွေတော့ ပွားနေပါရဲ့၊ စိတ်နေစိတ်ထား မမှန်ကန်ဘူးဆိုရင်လည်း စိတ်အဝတ် မသန့်စင်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဥပုသ်စစ်စစ်ရလိုတဲ့သူဟာ ကြုံလာသမျှ အဖြစ်အပျက်တိုင်း၊ ဆုံလာသမျှပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းအပေါ် ယောနိသောမနသိကာရ လို့ခေါ်တဲ့ 'စိတ်ထားကောင်း' နဲ့ 'စိတ်ကောင်းထား' နိုင်ဖို့လည်း

http://www.dhammadownload.com

အထူးသတိပြုရပါမယ်။ ဘာဝနာပွားပြီး စိတ်ထားပုပ်နေရင် ဥပုသ်မရပါဘူး။

ပကတိခန္ဓာကိုယ်မှာ ဝတ်တဲ့ အင်္ကျီ၊ လုံချည် အဝတ်အစားတွေကို အများအားဖြင့် တစ်ရက်ဝတ်ပြီးတာနဲ့ လျှော်ဖွပ်ပစ်ကြပေမယ့် စိတ်အဝတ်ကိုတော့ တစ်ရက်ဝတ် တစ်ရက်လျှော် မလုပ်ဘဲ ရက်လများစွာ နှစ်နဲ့ချီပြီး ပစ်ထားကြတာ များပါတယ်။ ပကတိအဝတ်တောင်မှ ဝတ်ပြီး မလျှော်ဘဲ ပစ်ထားတာ သုံးလေးငါးရက်၊ တစ်ပတ်လောက် ကြာသွားရင် ချဉ်စော်နံပြီး ရွံစရာကောင်းသွားတာမို့ နှစ်ပေါက်အောင် ပစ်ထားတဲ့ စိတ်အဝတ်ဟာ ဘယ်လောက် သိုးပုပ်ပြီး ဘယ်လောက် စက်ဆုပ်စရာကောင်းနေမလဲဆိုတာ တွေးဝံ့စရာတောင် မရှိပါဘူး။

အလုပ်များလွန်းလို့ နေ့စဉ် အဝတ်မလျှော်ဖြစ်ကြသူတွေအနေနဲ့ တစ်ပတ်တစ်ခါတော့ လျှော်ဖြစ်အောင် လျှော်ကြရသလို နည်းလမ်းမသိ၊ အလေ့အကျင့်မရှိလို့ စိတ်အဝတ်ကို နေ့စဉ် မလျှော်ဖြစ်ကြသူတွေအနေနဲ့ အနည်းဆုံး တစ်ပတ်တစ်ရက်တော့ မလျှော်မဖြစ် လျှော်ဖွပ်

http://www.dhammadownload.com

သင့်ပါတယ်။

တစ်ပတ် တစ်ရက် ဥပုသ်စောင့်တယ်ဆိုတောင်မှ တစ်လ လေးရက်၊ တစ်နှစ်ဆိုတော့ လေးဆယ့်ရှစ်ရက်ပဲ ရှိပါတယ်။ တစ်နှစ် = ၃၆၅ ရက်ရဲ့ အစွန်းထွက် ၆၅ရက် တောင် မရှိပါဘူး။ တကယ်ဆို ၆၅ ရက် ပြည့်အောင် တောင် အပိုဆောင်းပြီး စောင့်သင့်တယ် မဟုတ်ပါလား။

လပြည့်၊ လကွယ်နဲ့ ရှစ်ရက် ဥပုသ်နေ့တွေမှာမှ ဥပုသ်စောင့်ကောင်းတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်အဆင်ပြေတဲ့ရက် ဘယ်ရက်မဆို ဥပုသ်စောင့်နိုင်ပါတယ်။ ရုံးပိတ်ရက်၊ အလုပ်ပိတ်ရက်ကို ရွေးချယ်ပြီး စောင့်ရင် ပိုအဆင်ပြေမှာပေါ့။ ဝါတွင်းဆို ဥပုသ်နေ့၊ ဝါပဆို တနင်္ဂနွေနေ့မှာ စောင့်လည်း အဆင်ပြေတာပါပဲ။

'ဥပုသ် = စိတ်လျှော်ဖွပ်တဲ့အလုပ်' ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်အရ ငါးပါးသီလပဲ စောင့်ထိန်းပြီး စိတ်လျှော်ဖွပ်နေရင် အသွင်သဏ္ဌာန်အရ ဥပုသ်လို့ မခေါ်ပေမယ့် အနှစ်သာရအရကတော့ ဥပုသ်လို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ ရှစ်ပါးသီလစောင့်ထိန်းပြီး စိတ်မလျှော်ဖွပ်ရင်တော့ အ

http://www.dhammadownload.com

အရှင်ဆန္ဒာဓိက

သွင်သဏ္ဌာန်အရ ဥပုသ်လို့ ခေါ်ပေမယ့် အနှစ်သာရ အရကတော့ ဥပုသ်လို့ မခေါ်နိုင်ပါဘူး။

ဥပုသ်သည်စစ်စစ် ဖြစ်ချင်တယ် ဆိုရင်တော့ ဥပုသ်စောင့်တဲ့နေ့မှာ . . အိမ်မှုကိစ္စ၊ လူမှုကိစ္စတွေ (မွန်းမတည့်မီ မလုပ်မဖြစ်တာတွေက လွဲရင်) လုံးဝ မလုပ်တော့ဘဲ တစ်ဖက်ကလည်း ရှစ်ပါးသီလကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်း၊ တစ်ဖက်ကလည်း ကိုယ်အားသန်ရာ ဘာဝနာတွေနဲ့ စိတ်အဝတ်ကို ဖြူဖွေးသန့်စင်အောင် လျှော်ဖွပ်၊ အာရုံတိုင်း, ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းအပေါ် စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်း မွေးမြူသွားရပါမယ် ဒကာမင်းထွဋ်ရေ . . .။

ဥပုသ်အကြောင်း ကြုံရင် ထပ်ရေးပါဦးမယ်။

စိတ်အဝတ်အားလုံး
ဖြူဖွေးသန့်စင်ကြပါစေ။
[အလင်းတန်းဂျာနယ်၊ စက်တင်ဘာ(၈)၊ ၂၀၀၃။]

■

http://www.dhammadownload.com

ယမမင်းနှင့်ရူးကြောင်မူးကြောင်

အရှင်ဘုရား . . .

လူတွေသေတဲ့အခါ ကုသိုလ်နဲ့သေရင် သုဂတိဘုံ၊ အကုသိုလ်နဲ့ သေရင် ဒုဂ္ဂတိဘုံကို စက္ကန့်မခြား ချက်ချင်း ကူးပြောင်းသွားတယ် ဆိုတဲ့ အယူအဆနဲ့ လူတွေသေရင် ယမမင်းကြီးဆီ အရင်ဆုံးသွားပြီး အစစ်ဆေးခံရတယ်၊ သူကပို့ပေးမှ သုဂတိဘုံ၊ ဒုဂ္ဂတိဘုံကို ရောက်ရတယ်ဆိုတဲ့ အယူအဆ၊ အယူအဆနှစ်ခုကို အကြောင်းပြုပြီး တပည့်တော်တို့ သူငယ်ချင်းတွေ သူမှန်တယ်၊ ကိုယ်မှန်တယ်နဲ့ ခဏခဏ ငြင်းခုံကြရပါတယ်ဘုရား၊ အမှန်ကို ဖြေရှင်းပေးတော်မူပါဘုရား။

မောင်တင်ဝင်းလှိုင်၊ အမေရိကန်နိုင်ငံ။

http://www.dhammadownload.com

အရှင်ဆန္ဒာဓိက

ဒကာတင်ဝင်းလှိုင်ရေ . . .

လူသတ္တဝါပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တခြား သတ္တဝါပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သတ္တဝါတစ်ဦးတစ်ယောက် သေဆုံးတော့မယ်ဆိုရင် သေခါနီးမှာ ကံအာရုံ၊ ကမ္မနိမိတ်အာရုံ၊ ဂတိနိမိတ်အာရုံ ဆိုတဲ့ အာရုံသုံးမျိုးထဲက အာရုံတစ်မျိုးမျိုး ထင်လာပါတယ်။

'ကံအာရုံ' ထင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အနေနဲ့ ဒီဘဝမှာ မိမိပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်စေတနာတစ်ခုခု၊ ဒါမှမဟုတ် အကုသိုလ်စေတနာတစ်ခုခု စိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာတတ်သလို အရင့်အရင် အတိတ်ဘဝတွေတုန်းက မိမိပြုခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်စေတနာတစ်ခုခု၊ ဒါမှမဟုတ် အကုသိုလ်စေတနာ တစ်ခုခုလည်း အာရုံမှာ ထင်ရှားလာတတ်ပါတယ်။

ဒီဘဝမှာ ပြုခဲ့တဲ့ကံတွေ၊ စေတနာတွေသာ သေခါနီးမှာ ကံအာရုံအဖြစ် ထင်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကုန်လွန်ခဲ့ပြီးဖြစ်တဲ့ ဘဝတစ်ရာ၊ ဘဝတစ်သိန်းတုန်းက ကံတွေ၊ စေတနာတွေလည်း ဒီဘဝ သေခါနီးမှာ ကံအာရုံလာထင်နိုင်ပါတယ်။ ကံအစုံ၊ စေတနာအစုံ စုပြုံထင်တာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကံတစ်ခု၊ စေတနာတစ်ခုပဲ ထင်လာ

http://www.dhammadownload.com

တာပါ။

'ကမ္မနိမိတ်အာရုံ' ထင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အနေနဲ့ ကုသိုလ်ကံပြုစဉ်က ပုံရိပ်တွေ၊ လှုပ်ရှားမှုတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် အကုသိုလ်ကံ ပြုစဉ်က ပုံရိပ်တွေ၊ လှုပ်ရှားမှုတွေ စိတ်ထဲမှာ ထင်ရှားပေါ်လာပါတယ်။

ကုသိုလ်ကမ္မနိမိတ်ထင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် ကျောင်းကန်ဘုရားတွေ၊ စေတီပုထိုးတွေ၊ ရဟန်းသံဃာတွေ၊ ဆွမ်းဘောဇဉ်ခဲဖွယ်တွေ စတဲ့ ကိုယ်ပြုခဲ့တဲ့ ဒါနကံရဲ့ အခြံအရံ အဆောက်အအုံတွေ၊ ဥပုသ်ဇရပ်၊ သီလပေးတဲ့ဘုန်းကြီး၊ သီလခံယူနေပုံ စတဲ့ သက်ဆိုင်ရာ သီလကံရဲ့ အသိုင်းအဝိုင်း၊ အဆင်တန်ဆာတွေ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ စတဲ့ မိမိကျက်စားရာ ဘာဝနာကံရဲ့ အရိပ်အငွေ့၊ အဝန်းအခြံတွေ အာရုံထင်လာတတ်ပါတယ်။

အကုသိုလ်ကမ္မနိမိတ်ထင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်သတ်ဖြတ်ခဲ့တဲ့ သားကောင်တွေ၊ ကိုယ်အသုံးပြုခဲ့တဲ့ တုတ်, ဓား, လေး, မြား လက်နက်တွေ၊ ကိုယ်ခိုးခဲ့ ဝှက်ခဲ့

http://www.dhammadownload.com

ဖြောင်ထားခဲ့တဲ့ ပစ္စည်းပစ္စယတွေ၊ ပိုက်ဆံငွေကြေးတွေ၊ ကိုယ်ပြစ်မှားကျူးလွန်ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ စတဲ့ ကိုယ်ပြုခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံရဲ့ အခြံအရံ၊ အဆောက်အအုံတွေ အာရုံ ထင်လာတတ်ပါတယ်။

'ဂတိနိမိတ်အာရုံ' ထင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အနေနဲ့ ကိုယ် လားရောက်ရမယ့် ဘဝရဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာတွေ၊ အခြံ အရံ အဆောက်အအုံတွေ အာရုံထင်လာပါတယ်။ လူ့ဘုံ၊ လူ့ဂတိ ရောက်ရမယ့်သူဆိုရင် မိခင်ဝမ်းရေအာရုံ၊ နတ်ဘုံ၊ နတ်ဂတိ ရောက်ရမယ့်သူဆိုရင် နတ်ဗိမာန်၊ နတ်ရထား၊ နတ်သမီးအာရုံ၊ ငရဲကျမယ့်သူဆိုရင် ငရဲမီး၊ ငရဲထိန်း၊ ငရဲခွေးအာရုံ၊ ပြိတ္တာဖြစ်မယ့်သူဆိုရင် တော၊ တောင်၊ မြစ် ကမ်းအာရုံ စတဲ့ ကိုယ်ရောက်ရမယ့် လားရာဂတိရဲ့ ဘဝ ပုံရိပ်တွေ ထင်လာတာကို 'ဂတိနိမိတ်အာရုံ' ထင်လာတယ် လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီ 'ကံ၊ ကမ္မနိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ်' ဆိုတဲ့ နိမိတ် အာရုံသုံးမျိုး တစ်မျိုးမျိုး ထင်ပြီးလို့ စုတိစိတ်ကျပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ထင်လာတဲ့ နိမိတ်အာရုံနဲ့ လိုက်လျောညီထွေ

http://www.dhammadownload.com

တဲ့ ဘဝအသစ်တစ်ခုမှာ ပဋိသန္ဓေစိတ် ချက်ချင်းဖြစ်ပြီး သတ္တဝါအသစ်တစ်ဦးရဲ့ ခန္ဓာ တန်းစပါတယ်။

'ကံ၊ ကမ္မနိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ်' လို့ နိမိတ်သုံးမျိုး ကွဲနေပေမယ့် လိုရင်းကတော့ ကံပါပဲ။ ကုသိုလ်ကံ၊ ကောင်းကံနဲ့ သေရင် သုဂတိဘဝ၊ ကောင်းတဲ့ဘဝကို ချက်ချင်း ရောက်ပြီး အကုသိုလ်ကံ၊ ဆိုးကံနဲ့သေရင် ဒုဂ္ဂတိဘဝ၊ ဆိုးတဲ့ဘဝကို ချက်ချင်းရောက်ပါတယ်။ သေခါနီးထင်လာတဲ့ကံနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ဘဝကို စက္ကန့်မခြား တန်းရောက်တာမို့ ဘယ်တန်ခိုးရှင်၊ ဘယ်ယမမင်းထံမှ အစီရင်ခံစာသွားတင်ပြီး အင်တာဗျူး လုပ်နေစရာ မလိုပါဘူး။

တန်ခိုးရှင်တစ်ဦးဦး၊ ယမမင်းတစ်ဦးဦးရဲ့ ခွင့်ပြုချက်လက်မှတ်နဲ့ ပါမစ်ရမှ သုဂတိဘုံ၊ ဒါမှမဟုတ် ဒုဂ္ဂတိဘုံကို သွားရောက်ရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သေခါနီး အာရုံထင်လာတဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ ကံတရားကပဲ ကိုယ့်ကို သုဂတိဘုံရောက်အောင်၊ ဒါမှမဟုတ် ဒုဂ္ဂတိဘုံရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးလိုက်တာပါ။ အချိန်ဆွဲပြီး ပို့ဆောင်နေတာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီဘဝ ဒီခန္ဓာ ချုပ်ချုပ်ချင်း စက္ကန့်မဆိုင်း ပို့ဆောင်

http://www.dhammadownload.com

ပေးလိုက်တာပါ။ အိပ်ပျော်နေရာက နိုးလာတဲ့လူတစ်ယောက်ရဲ့ အိပ်ပျော်နေချိန်နဲ့ နိုးလာချိန်ကြားမှာ ဘာအချိန်မှ ခြားကွယ်နေခြင်း မရှိသလိုပါပဲ။ 'အိပ်သောယောက်ျား နိုးသောလားသို့' ပေါ့။

သေပြီးရင် ဘဝအသစ် တန်းဖြစ်တယ် ဆိုပေမယ့် တချို့သေလွန်သူတွေ ယမမင်းကြီးဆီမှာ အစစ်ဆေးခံကြရတဲ့အကြောင်း ဘုရားဟော ပိဋကတ်တော်ထဲမှာလည်းရှိ၊ သေငယ်ဇောနဲ့ မေ့မြောသွားရာက အသက်ပြန်ရှင်လာတဲ့ သေရွာပြန်တွေရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကလည်း ရှိနေတာမို့ ဒီအချက်ကို ခြွင်းချက်တစ်ခုအနေနဲ့ မှတ်သားထားကြရပါမယ်။

'ယမမင်း' ဆိုတာ ငရဲပြည်မှာ ရုံးထိုင်ရပေမယ့် ငရဲသားတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ စာတုမဟာရာဇ်နတ်ထဲမှာ ပါဝင်တဲ့ ဝေမာနိကပြိတ္တာမျိုးပါ။ 'နေ့စံညခံ'၊ 'နေ့ခံညစံ' ဆိုတာလို အချိန်တစ်ခုမှာ နတ်စည်းစိမ်ခံစားပြီး အချိန်တစ်ခုမှာ ငရဲဆင်းရဲ ခံစားရတဲ့ ပြိတ္တာမင်းပါပဲ။

ငရဲပြည်ရဲ့ တံခါးလေးဖက်မှာ ရုံးလေးရုံးစိုက်ပြီး

http://www.dhammadownload.com

တစ်ရုံးကို တစ်ယောက်စီ ရုံးထိုင်ကြတဲ့အတွက် ငရဲပြည်မှာ ယမမင်းကြီးလေးယောက် ရှိပါတယ်။ စာတုမဟာရာဇ် နတ်ပြည်မှာ နတ်မင်းကြီးလေးယောက် ရှိသလိုပါပဲ။

ငရဲပြည်ရောက်လာတဲ့ ငရဲသားတိုင်း ယမမင်းကြီးဆီမှာ အစစ်ဆေး မခံကြရပါဘူး။ အကုသိုလ်ကံ များတဲ့သူ၊ မကောင်းမှုဒုစရိုက် အားကြီးတဲ့သူတွေကတော့ ယမမင်းကြီးနဲ့ ဝင်တွေ့စရာမလိုဘဲ ငရဲဆင်းရဲကို ချက်ချင်း ခံစားကြရပါတယ်။ အကုသိုလ်ကံ နည်းတဲ့သူ၊ မကောင်းမှု ဒုစရိုက် အားပျော့တဲ့သူတွေသာ ယမမင်းကြီးနဲ့ ဝင်တွေ့ပြီး အင်တာဗျူးလုပ်ကြရပါတယ်။

ယမမင်းကြီး အင်တာဗျူးလုပ် စစ်ဆေးတယ်ဆိုတာကလည်း အပြစ်မရှိ အပြစ်ရှာပြီး ဒုက္ခပေးချင်လို့ မဟုတ်ပါဘူး။ ငရဲဆင်းရဲက လွတ်သင့်ရင် လွတ်ခွင့်ရစေချင်လို့ပါ။ စစ်ဆေးပုံ စစ်ဆေးနည်း အသေးစိတ်ကိုတော့ နောင်အလျဉ်းသင့်မှပဲ ပြောပြပါတော့မယ်။

လိုရင်းကတော့ လူ့ဘဝတုန်းက ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုခဲ့သလား၊ မပြုခဲ့ဘူးလား ဆိုတာကို စစ်ဆေးမေးမြန်း

http://www.dhammadownload.com

တာပါပဲ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတစ်ခုခုကို သတိရသွားလို့ ပြန်ပြောပြနိုင်ရင်တော့ 'ငရဲပြည်က လွတ်စေ' လို့ အမိန့်ချ မှတ်ပြီး ကာယကံရှင် ပြုခဲ့ဖူးတဲ့ ကောင်းမှုကံနဲ့ ထိုက်တန် တဲ့ သုဂတိဘုံကို ပို့ပေးလိုက်ပါတယ်။

ကုသိုလ်ကံနဲ့သေရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်ရ၊ အကုသိုလ်ကံနဲ့ သေရင် မကောင်းရာဒုဂ္ဂတိရောက်ရတဲ့ ရိုးရိုးရှင်းရှင်း သဘာဝ နိယာမကြီးကို ချိုးဖောက်ပြီး ယမ မင်းကြီးဆီမှာ အယူခံဝင်ရတဲ့ ငရဲသားတွေဟာ လူ့ဘဝ တုန်းက ဘယ်လိုလူစားမျိုးတွေလဲဆိုရင် 'ရှူးကြောင်မှူး ကြောင်' လူစားမျိုးတွေပါ။

'စိတ်ကောင်းထားရင် ပြီးတာပဲ၊ ဘာကုသိုလ်မှ ထွေထွေထူးထူး လုပ်နေစရာ မလိုပါဘူး' ဆိုတဲ့ လူစားမျိုး တွေ၊ 'တို့က တရားအားမထုတ်ပေမယ့် ဘယ်သူ့ကိုမှ မဟုတ်တာမလုပ်ဘူး၊ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အေးဆေးပဲ' ဆို တဲ့ လူစားမျိုးတွေ၊ 'တို့က ဘာကုသိုလ်မှ မလုပ်ပေမယ့် ဘာအကုသိုလ်မှ မလုပ်တဲ့အတွက် သေရင် ကောင်းရာ ရောက်မှာပဲ' ဆိုတဲ့ လူစားမျိုးတွေ၊ 'ဒီဘဝ ဘာလုပ်လုပ်၊

http://www.dhammadownload.com

သေရင် ပြီးတာပဲ’ ဆိုတဲ့ လူစားမျိုးတွေဟာ ‘ရှုးကြောင်မူး ကြောင်လူစားမျိုး’ တွေပါပဲ။

‘စိတ်ကောင်းထား ပြီးတာပဲ’ ဆိုတဲ့ အယူအဆ၊ ‘သေရင်ပြီးပြီ’ ဆိုတဲ့ အယူအဆ လက်ကိုင်ထားတဲ့သူတွေ ဟာ ကုသိုလ်လည်း မည်မည်ရရ မလုပ်ဖြစ်၊ အကုသိုလ် လည်း ဟုတ်တိပတ်တိ မလုပ်ဖြစ်နဲ့ ဟိုလိုလို ဒီလိုလို အရည် မရ၊ အဖတ်မရ ဖြစ်နေပါတယ်။ (တချို့လည်း အကုသိုလ် အကြီးအကျယ် လုပ်ကြပါတယ်။ သူတို့ကတော့ ယမမင်းနဲ့ မသက်ဆိုင်တော့ပါဘူး။)

ကုသိုလ်ကံကလည်း ဝေဝေဝါးဝါး၊ အကုသိုလ်ကံ ကလည်း မှုန်မှုန်မွှားမွှားဆိုတော့ သေခါနီးမှာ ဘယ်ကံက ဘယ်လိုအာရုံထင်ရမှန်း မသိတော့ဘဲ ကံတရား မျက်စိ လည်သွားပါတယ်။ သုဂတိလည်း ဖြောင့်ဖြောင့် မတက်နိုင်၊ ဒုဂ္ဂတိလည်း တန်းတန်း မဆင်းနိုင်ဘဲ နောက်ဆုံးတော့ သမာသမတ်ကျပြီး တရားမျှတတဲ့ ‘ယမမင်းကြီး’ ဆီကိုပဲ ငရဲသားအဖြစ်နဲ့ အယူခံဝင်ဖို့ ရောက်သွားရပါတော့တယ်။ ယမမင်းကြီးက ‘ဓမ္မိကရာဇာ - တရားစောင့်တဲ့မင်း’ ဆို

http://www.dhammadownload.com

ကိုး။

ယမမင်းကြီး ဘယ်လောက်ပဲ တရားစောင့်စောင့်၊ ကိုယ့်ဘက်က လက်ဆုပ်လက်ကိုင်ပြစရာ ကုသိုလ်ကောင်းမှု တစ်ခုမှ မရှိဘူး ဆိုရင်တော့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့် မရနိုင်ပါဘူး။ ကုသိုလ်လက်ကိုင် မရှိသူရဲ့ သွားရာလမ်းကတော့ ငရဲဘုံပါပဲ။ ယမမင်းကြီး ရုံးထိုင်စစ်ဆေးနေတာကိုက ငရဲဘုံဆိုတာ မမေ့လိုက်ပါနဲ့။

စိတ်ကောင်းထားပေမယ့် ဘာကုသိုလ်မှ ထမြောက်အောင်မြင်အောင် မလုပ်ရင်၊ သေရင်ပြီးပြီလို့ ယူဆပေမယ့် ဘာအကုသိုလ်မှ ထမြောက်အောင်မြင်အောင် မလုပ်ရင်၊ အဲဒီလို ဘာမှမထမြောက် မအောင်မြင်သူတွေရဲ့ နောက်ဆုံးမျှော်လင့်ချက်ကတော့ ကျေးဇူးရှင် 'ယမမင်းကြီး' တစ်ဦးပဲ ရှိပါတယ်။

ဒကာတင်ဝင်းလှိုင်တို့ သူငယ်ချင်းတစ်သိုက် 'စိတ်ကောင်းထား ပြီးတာပဲ' ဆိုတဲ့ အယူအဆ၊ 'သေရင်ပြီးပြီ' ဆိုတဲ့ အတွေးအခေါ်တွေနဲ့ 'ရှုးကြောင်မူးကြောင်' မဖြစ်ကြပါစေနဲ့လို့ ဝေးတစ်မြေမှ ဆုတောင်းမေတ္တာ ပို့သ

http://www.dhammadownload.com

ယမမင်းနှင့်ရှူးကြောင်မှူးကြောင်

လိုက်ပါတယ်။ ။

ကံတရားပီပြင်ကြပါစေ။

[အင်တာဗျူးဂျာနယ်၊ ဩဂုတ်(၁၄)၊ ၂၀၀၂။]

■

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌

ရှိကြသော

နတ်လူသတ္တဝါအားလုံးတို့သည်

ဘေးရန်ရောဂါ

ကင်းစင်ကွာ၍

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။