

နမေဝဂေတဒုဒ္ဓိံရတ္ထံ၊

မဟာဗောဓိပြိုင် ဆရာတော်  
ဝနဝါသီ ညေယျဓမ္မသာမိထေရ်  
ဓမ္မနိတိကာထာ



နတ်ထလှ သာသနာပြုအသင်းမှပိတောက်ထုတ်ဝေသည်။

**ဖြန့်ချိရေး(ပင်မ)**  
**ဦးခင်မောင်သန်း (ဥက္ကဋ္ဌ)၊ နတ်တလူသာသနာပြုအသင်း**  
**ရန်ကြီးအောင်ရပ်၊ ဇီးကုန်းမြို့**  
**ထန်းတပင်စာတိုက်၊ စစ်ကိုင်းတိုင်း**  
**ဖုန်း-ဇီးကုန်း-၅၃**  
**ရန်ကုန်ဖြန့်ချိရေး**



**သုဝဏ္ဏသျှင်**  
**သာသနာပြုစာစဉ်**  
**၇၄၊ သာယာအေးလမ်း**  
**၃-ရပ်ထွက်၊ မရမ်းထုန်း၊ ရန်ကုန်။**  
**ဖုန်း-၆၆၀၆၇၀**

၁၃၆၃ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလ

၂၀၀၂ ခုနှစ်၊ မတ်လ

- မျက်နှာဖုံးခွင့် ပြုချက်အမှတ် - ၅၄/ ၂၀၀၂ (၁)
- စာမူခွင့် ပြုချက်အမှတ် - ၂၁/ ၂၀၀၂ (၁)
- အုပ်ရေ - ၁၀၀၀
- မျက်နှာဖုံး - ဇင်မင်းလူ & အိုက်မွန်း
- စာစီ - “စံ” ကွန်ပျူတာ
- အတွင်းဖလင် - AZ
- စာအုပ်ချုပ် - ကိုတင်အေး(လှိုင်)

**ထုတ်ဝေသူ**

ဦးညွန့်ဌေး၊ စိန်ပန်းမြိုင်စာပေ

၂၃-အေ၊ ဦးကောင်းလမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

**မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်**

ဒေါ်ညွန့်ညွန့်တင်၊ စိမ်းညွန့်စံအောင်ဆက်

အမှတ်-၂၁၊ ရတနာသိင်္ခီလမ်း၊ မုန့်လက်ဆောင်းကုန်း၊

စမ်းချောင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

**အတွင်းပုံနှိပ်**

ဒေါ်ထားထားကြည် (မြဲ-၀၆၀၁၃) ထင်အောင်ဆက်

အမှတ်-၃၇၊ မအူပင်လမ်း၊ စမ်းချောင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

**ထုတ်လုပ်ရေးအဖွဲ့**

နတ်တလူသာသနာပြုအသင်း

အကျိုးဆောင်

အောင်ကျော်စံ

**တန်ဖိုး - ၁၂၅၀ ကျပ်**

**မွမ်းမံဖန်တီးမှု - အိုက်မွန်း**

နမောတေ ဗုဒ္ဓဝီရတဏ္ဍ၊

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်

**ဝနဝါသီဥပုသ်ဗျာပါဏီ**

**ဓမ္မဒီပံ ကထာ**

အတွဲ - ၄

**နတ်တလူသာသနာပြုအသင်းမှစီစဉ်ထုတ်ဝေသည်။**

### ဒို့တာဝန် အရေးသုံးပါး

ပြည်ထောင်စု မပြိုကွဲရေး	ဒို့အရေး
တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး	ဒို့အရေး
အချုပ်အခြာအာဏာတည်တံ့ခိုင်မြဲရေး	ဒို့အရေး

### ပြည်သူ့သဘောထား

- \* ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- \* နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့်နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကိုနှောင့်ယှက် ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- \* နိုင်ငံတော်၏ ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက်နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပ နိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- \* ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ် ချေမှုန်း ကြ။

နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေပေါ်ပေါက်ရေးသည်  
 ပြည်ထောင်စုသားအားလုံး၏  
 ပဓာနကျသော တာဝန်ဖြစ်သည်။

ဥပဒေဘောင်တွင်း နေထိုင်ခြင်း  
 ဘေးရန်ကင်းကွာ ပြည်သာယာ။



ကျေးဇူးရှင် မဟာဇောဝိဇ္ဇိုင်း ဆရာတော်  
ဝနဝါသီ ဧည့်လျှောက်ပွဲသာမိဏတော်

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးကိုယ်တော်တိုင်  
ထုတ်ပြန်တော်မူသော ဝါဆိုတော်စဉ်အညွှန်း

စဉ်	ခုနှစ်	ဌာန	ဝါဆိုနေရာ	မှတ်ချက်
၁	၁၃၄၁	ရန်ကုန်	သာသာနာဒုဗိမာန်	ရဟန်းဖြစ်စနစ်
၂	၁၃၄၂	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်းတောင်	တောထွက်စနစ်
၃	၁၃၄၃	ဇင်းကျိုက်	ဇင်းကျိုက်တောင်	
၄	၁၃၄၄	ဇင်းကျိုက်	မင်းတစ်ရတစ်ပါးတောင်	သုံးဝါ
၅	၁၃၄၅	ဇင်းကျိုက်	ကျောက်ခမောက်ဂူ	
၆	၁၃၄၆	ဖူးကြီး	သံသုမာရတောင်	နှစ်ဝါ
၇	၁၃၄၇	ဖူးကြီး	သံသုမာရတောင်	နှစ်ဝါ
၈	၁၃၄၈	စစ်ကိုင်း	အရှေ့ပရက္ကမချောင်	
၉	၁၃၄၉	စစ်ကိုင်း	အရှေ့ပရက္ကမချောင်	သုံးဝါ
၁၀	၁၃၅၀	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်း	
၁၁	၁၃၅၁	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်း	သုံးဝါ
၁၂	၁၃၅၂	သာစည်	ရွှေကျောင်းကုန်း	
၁၃	၁၃၅၃	ပျဉ်းမနား	လက်လုပ်တောင်	သုံးဝါ
၁၄	၁၃၅၄	ပျဉ်းမနား	လက်လုပ်တောင်	
၁၅	၁၃၅၅	ပျဉ်းမနား	လက်လုပ်တောင်	သုံးဝါ
၁၆	၁၃၅၆	သုဝဏ္ဏသျှံ	ဘုန်းတော်ပြည့်တောင်	
၁၇	၁၃၅၇	သုဝဏ္ဏသျှံ	မဟာဗောဓိမြိုင်	(ရှမ်းပြည်နယ်၊ မိုင်းပျဉ်း)
၁၈	၁၃၅၈	သုဝဏ္ဏသျှံ	မဟာဗောဓိမြိုင်	
၁၉	၁၃၅၉	ဇာတိမြေ	နတ်တလူ	တစ်ဝါ
၂၀	၁၃၆၀	ပြင်ဦးလွင်	ဝေဒလ္လ	တစ်ဝါ
၂၁	၁၃၆၁	ဂန့်ဂေါ	မဇ္ဈိမ ဓမ္မမောနိဂူ	ဒီးဒုတ်ဒုဌာအနီး) တစ်ဝါ
၂၂	၁၃၆၂	ဂန့်ဂေါ	မောနေယျတော	(လယ်ဓမ္မအနီး) (စကားရွာအနီး)

## ခေတ္တ သီတင်းသုံးခွဲပွားသော နေရာများ

စဉ်	ခုနှစ်	ဌာန	ဝါဆိုနေရာ	မှတ်ချက်
(က)	၁၃၄၃	ဇင်းကျိုက်	ရသေ့မဂူ	သုံးလခန့်
(ခ)	၁၃၄၅	ဇင်းကျိုက်	ဖရုံညာစခန်း	တစ်လ (ပန်းကုန်းရွာအနီး)
(ဂ)	၁၃၄၉	မိတ္ထီလာ	တောင်စဉ်	တစ်လ
(ဃ)	၁၃၆၀	ကျောက်ဆည်	ကျောက်ထီးတောင်	နှစ်လ
(င)	၁၃၆၁	ပုလဲ	ဝါးသုံးရုံစခန်း	၇၂-ရက်



# မာတိကာ

၁။ နမောတေ ဗုဒ္ဓဝီရတ္ထု	၁
၂။ ငါတွေ့လို မြင်လိုသောအရာ	၃
၃။ ငါတို့၏အာသီသ ပတ္တနာ	၅
၄။ တရားလမ်းကြောင်းသို့ ဆောင်ပို့ပေးမည့်နိတိ	၇
၅။ ပညတ်ကြီးစိုးရာ ပရမတ်ပွဲမတိုးသာ	၉
၆။ ကိုယ့်မသာ ကိုယ်ချမနေနှင့်	၁၀
၇။ ကံထမင်းစား ဉာဏ်ဟင်းခါးလည်း သောက်ကြဦး	၁၁
၈။ သင်္ခါရလက်ကွက် သင့်အတွက်ချည်း မထင်နှင့်	၁၂
၉။ တောတိုးရာ အနာပါမှာချည်း	၁၃
၁၀။ အကြံဆို အသိုးပေါ်တတ်သည်	၁၄
၁၁။ စစ်အရှိန် အချိန်ဆွဲမတိုက်နှင့်	၁၅
၁၂။ အကောင်းနှင့်အချိန်ဖြုန်း အဆုံးမရောက်တော့	၁၆
၁၃။ သွေးဆူရာအကြား ဘေးလူအထားမမှားနှင့်	၁၇
၁၄။ အမျောသမား တောကြားမသွားနှင့်	၁၈
၁၅။ သီလဖြင့် အလှပြင် မယဉ်မရှိ မမြင်မရှိ	၁၉
၁၆။ တောကိုလည်းဝင် တောကိုလည်း မခင်ချင်နှင့်	၂၀
၁၇။ တောထွက် အမည်ခံ တောသံ မပါစေနှင့်	၂၁
၁၈။ အမြိုက်တွေ ဗိုက်ပြည့်လျှင်တော်	၂၂
၁၉။ ဖလံကောင်မီးဆင်း မီးသင်းနှင့်ပျော်	၂၃
၂၀။ ဆန္ဒအားကြီး မပြီးမရှိ	၂၄
၂၁။ လုံ့လအားကြီး မပြီးမရှိ	၂၆

၂၂။ စိတ်လျှင်ဦးစီး မပြီးမရှိ	၂၈
၂၃။ ပညာဦးစီး မပြီးမရှိ	၃၀
၂၄။ ကံတရား ဘုရားနှင့်လဲ မယားထဲ လွဲမပို့နှင့်	၃၂
၂၅။ မသိကောင်း စောင်းတိုင်းနှစ်	၃၃
၂၆။ မသိကောင်း နောက်ကြောင်းမကင်းတတ်	၃၄
၂၇။ ရန်စကို မသိ ရန်ပြကို ဖိတတ်သည်	၃၅
၂၈။ မာန်ခိုလျှင်သမထ၊ မာန်ပြိုမှ ဝိပဿနာ	၃၆
၂၉။ အချင်းချင်းအန် တစ်ပြန်တစ်လှန် ဆဲမကျွေးနှင့်	၃၇
၃၀။ လူဆိုသောစကား လူကြားမှလာနေခြင်း	၃၈
၃၁။ အတိုက်သန် အခံမနားသာ	၃၉
၃၂။ မချော့မချောက် ဖြတ်လျှောက်လျှောက်	၄၀
၃၃။ ရင်ပူလို့ရေတောင်း မီးဖိုဇောင်းက ထွက်ခဲ့ပါ	၄၁
၃၄။ ကျောင်းကြမ်းနင်း ကျောင်းတွင်းချေးသေးပါ	၄၂
၃၅။ ကျောင်းဆွမ်းစား ကျောင်းဘုရား ရန်လုပ်	၄၃
၃၆။ ကျောင်းဆေးသောက် ကျောင်းအောက်မျောက်မထား	၄၄
၃၇။ ကျောင်းသင်္ကန်းဝတ် ကွင်းညွတ်ကျောင်းပတ်ထောင်	၄၅
၃၈။ ထုတ်ပေးပေး သူဌေးမခံသာ	၄၆
၃၉။ ခုံမင်လို့ခုံဖက် ခုံပျက်တော့ အသက်ပါ	၄၇
၄၀။ စုန်လျှင်မျော ခုန်လျှင်မော အတောမသတ်ရာ	၄၉
၄၁။ ဝမ်းစာရှာ တံငါစီးလှေမှောက်	၅၁
၄၂။ မင်းဘိသိက်ခံဘုရားရှိခိုး	၅၃
၄၃။ တစ်ရာထဲတစ်ယောက်ဖြစ်အောင်နေ၊ တစ်ယောက်ထဲ တစ်ရာမဖြစ်စေနှင့်	၅၄
၄၄။ သံမကောင်း ဓားဇောင်းမထက်နိုင်	၅၅

၄၅။ ဓားဟောင်းပေး သွေးပြီးမှကိုင်	၅၆
၄၆။ ဝအလုပ် ဝိက ထုတ်ပြလိမ့်မည်	၅၇
၄၇။ တိမ်မျက်စိ အရှိမမြင်သာ	၅၈
၄၈။ ထရံတွင်းက ပါးစပ် ထရံပြင် အစာမဟပ်မိ	၅၉
၄၉။ ဒီးဒုတ်က ဒီးဒုတ်လို့ပဲ အော်မြည်သည်	၆၀
၅၀။ မီးခဲမမှုတ်နှင့် ဟုတ်ခနဲ ထတောက်မည်	၆၁
၅၁။ ဝေးဝေးနေလေ ငါ့မိတ်ဆွေ နီးနီးဆံ့မူ ငါ့ရန်သူ	၆၂
၅၂။ ခွေးလိုဟောင်သူထက် တေးဆိုမြှောင်လာသူကိုသတိထားဖြင့်	
၅၃။ ကြိုက်လို့လာ လာလို့ကြိုက် မည်သူ့၌အပြစ်ရှိ	၆၅
၅၄။ ရာဇဝတ်နှင့်တရားမ သင်ဘာကို သဘောကျသနည်း	၆၆
၅၅။ ခေတ်ဇောက်ထိုး နောက်ပိုးပိုး တိုးမဝင်ချင်နှင့်	၆၇
၅၆။ အနိုင်ဖြင့်သာ ပိုင်းထွက်ထွက် အရှုံးပွဲ မဆက်မိစေနှင့်	၆၉
၅၇။ ခေါင်းညိတ်တစ်ခါ ခေါင်းခါတစ်သက်	၇၁
၅၈။ အတွေးစိမ့် လိမ့်ဆင်း ဆင်းရမည်	၇၂
၅၉။ ဘုန်းဆိုး၊ ပုန်းလျှိုးကွယ်လျှိုး သွားရသည်	၇၃
၆၀။ ရွှေမြိုင်သူ ပြင်သစ်သား ဂျပန်ပစ္စည်းများ မဖြစ်စေကြနှင့်	၇၄
၆၁။ အသစ်ရှုပ် သိက္ခာတစ်ပုဒ်တိုး၊ အဟောင်းရှုပ် သိက္ခာတစ်ပုဒ် ညှိုးလိမ့်မည်	၇၆
၆၂။ လိပ်ပတ်လည်ချင် ချည်စာကျွေးရမည်	၇၈
၆၃။ အခင်ရှုပ် လင်မယားချင်းသော်မှ အလုပ်မဖြစ်	၇၉
၆၄။ အလိုဆိုးရှင်များ၏ မျက်နှာပေါက်ဝ အလှသွားမပြမိစေကြနှင့်	၈၀
၆၅။ အလိုဆိုးရှင်တို့၏ မျက်နှာပေါက်ဝ အလှသွားမပြမိစေကြနှင့်	၈၁

- ၆၆။ လမ်းစမပြတ် မရပ်တမ်းသွား ၈၃
- ၆၇။ လမ်းစပြတ် ဖတ်ဖတ်မော ဇောမကြည် ၈၄
- ၆၈။ အဝသုံး မဆုံးတရား နာရမည် ၈၅
- ၆၉။ သူများတောင်းတော့ မျက်စောင်းထိုး၊  
ကိုယ်တိုင်တောင်း ခေါင်းလျှိုး ၈၇
- ၇၀။ ငါးပတ်လည်မှုန်း လေးတုံးသာရ၊  
လေးပတ်လည်သုံး လေးတုံးလုံးရ ၈၉
- ၇၁။ စိတ်မရင့်ကျက် ဖျက်တိုင်းပျက် အထက်မတက်သာ ၉၁
- ၇၂။ ထမင်းသက်တမ်းကုန် မစင်ပုံ ဦးခေါင်းဆိုက်တတ်လွန်းလို့ ၉၃
- ၇၃။ သဒ္ဓါမှာရာဇာထီး ပညာပါမှ အာဏာကြီး ၉၅
- ၇၄။ ဝီရိယနှင့်သမာဓိတွဲမထုတ် တရားသူကြီးချုပ်မဖြစ်စေနိုင် ၉၇
- ၇၅။ နာမရှိ နိမရှာ အာသာဝါးမျိုးအံ့ ၉၈
- ၇၆။ ချစ်မုန်းပွား စကားတရားခံ ၉၉
- ၇၇။ လေချင်းလုံး မိုးချုန်း၊ ရေချင်းလုံး ဝုန်းဝုန်းထ ၁၀၀
- ၇၈။ ကြည်ဖြူလို့ ကြည်ညိုပျောက် ခင်ရာတွင်အမင်ဖောက်  
အကြည်ပင်လျှင် အနယ်နှောက် ၁၀၂
- ၇၉။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန် မှန်မမှန်ပြန်စစ်၊  
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ အရင်ချစ် ၁၀၄
- ၈၀။ ကလေးဖြင့်ဆုံး ကလေးနှင့်စ ကာလသားက နှစ်ခါကျ ၁၀၅
- ၈၁။ မင်းပေးသောအချစ် အလယ်နှစ်၍ ငါယူမည် ၁၀၇
- ၈၂။ သီလကို ပီယလိုဆောင် အိုတောင်မဆင်းရဲ ၁၀၉
- ၈၃။ အပီမှာအကြည်ခံ ရည်ငံလိုသူ များလတ္တံ့ ၁၁၀
- ၈၄။ အကြိုက်အလိုက်ပေး ဝေးထက်ဝေးမှာ သေချာသည် ၁၁၁
- ၈၅။ နေထွက်သွားရာ လဝင်လာလျှင် ညအလှပြင်မလို့ ၁၁၂

- ၈၆။ မှန်ထဲကအရိပ် လက်သည်းဖြင့် ဆိတ်ကြည့်မနေနှင့် ၁၁၃
- ၈၇။ ဟင်းအိုးထဲကအငွေ နှာခေါင်းဖြင့်ရှေ့ကြည့်ရုံဖြင့်ဝပါသည် ၁၁၄
- ၈၈။ ကိုယ့်လုပ်ပေါက် အရင်ကြည့်၊  
ဘုရားမှန်ပေါက် နောက်မှလှည့် ၁၁၅
- ၈၉။ တရားချင်းဆောင် ငါဘာကောင်လဲ အရင်မေး ၁၁၆
- ၉၀။ ပညာခံလျက် မာန်ထောင်  
အဆံ့ချောင်မှန်း လူတိုင်းသိစေမည် ၁၁၇
- ၉၁။ လူနှင့်မျောက် ငမောက်ကောက်တော့ဆို ၁၁၈
- ၉၂။ အငြင်းပွား တရားမကပ်သေး ၁၁၉
- ၉၃။ သံပုရာအိုအချိုမသီး ၁၂၀
- ၉၄။ သရက်တစ်ကင်း မှည့်ဝင်းတစ်ထွေ ၁၂၁
- ၉၅။ ကျွဲကမွေးသောသား နွားလုပ်မကစားနှင့် ၁၂၂
- ၉၆။ လူလွတ်တော အပြောကင်း ၁၂၃
- ၉၇။ ဒုက္ခသည် လည်၍ရောင်း ခေါင်းတောင်းတစ်စောင်းနှင့် ၁၂၄
- ၉၈။ ဒီရေတက် လက်ယှက်မတားသာ ၁၂၅
- ၉၉။ လူတွေ့ခံ လှန်လှောကြည့် အရှိမသက်သာ ၁၂၆
- ၁၀၀။ သည်အတိုင်းပြောလျှင် သည်လိုမြင်ချင်လို့ပဲ  
မှတ်လိုက်စမ်းပါ ၁၂၇
- ၁၀၁။ မသိလို့ဆရာတင် ဆရာငင်ရာ ဇွတ်သာလိုက်ခဲ့ ၁၂၈
- ၁၀၂။ ငါသည်လိုပြတာ သင်သည်တိုင်းမြင်စေချင်လို့ ၁၂၉
- ၁၀၃။ သိယောင်ကန်းနှင့်တတ်ယောင်ကန်း  
လမ်းတွေ့တိုင်း စမ်းလိမ့်မည် ၁၃၀
- ၁၀၄။ တိုက်ပွဲကျ တိုက်ပွဲက တာဝန်ယူလိမ့်မည် ၁၃၁
- ၁၀၅။ မင်းကမွေး မင်းသွေးချည်းမထင်နှင့် ၁၃၂

၁၀၆။ သူများဆို လိမ်လိုလိမ် ကျိန်လိုကျိန် ကိုယ့်ကိုယ်ကို မလိမ်မိစေနှင့်	၁၃၃
၁၀၇။ တောင်းရက်ပြီးပြီ နှုတ်ခမ်းသတ်ဖို့ကျန်သေး	၁၃၄
၁၀၈။ အိမ်နားနီးအားကြီးသဘောတူ	၁၃၆
၁၀၉။ သဘာဝအချက်များ မျက်နှာမှာအကုန်စု	၁၃၇
၁၁၀။ ယနေ့ကိုတွေ့ဖြစ်အောင် သွားတွေ့ပါ	၁၃၈
၁၁၁။ မဟုတ်တာလုပ် အကျဉ်းအကျပ်က ကျောပုတ်မည်	၁၃၉
၁၁၂။ အဟောင်းချ အသစ်တင် ရန်ဖြစ်ဖို့သာပြင်ပေရော	၁၄၀
၁၁၃။ ကန်ရေကြား ချောင်းရေသွား စကားများမှာချည်း	၁၄၁
၁၁၄။ အနေချင်းဝေး သွေးကွဲ တွဲပွဲလုပ်မဖြစ်	၁၄၂
၁၁၅။ ခွင့်မပြုရာ အသွားလွဲ တရားစွဲခံရမည်	၁၄၃
၁၁၆။ ကြောက်ပါပြီအော် အပေါ်ကတက်ထု	၁၄၄
၁၁၇။ ပြည့်လျှင်ကြည့် အပြည့်ဟုတ်မဟုတ်	၁၄၅
၁၁၈။ အဆံခါလာပြတိုင်း ငါ့စသည်ချည်းမဟုတ်	၁၄၆
၁၁၉။ တောင်ထိပ်မှ လိမ့်ဆင်းဆင်းလာသောကျောက်တုံးခြမ်း တားဆီးရန် မလုံးပမ်းလေနှင့်	၁၄၇
၁၂၀။ သူကောင်းလိုခေါင်းငြိမ့်နေမကောင်းတရားမမိန့်လေနှင့်	၁၄၉
၁၂၁။ လင်သားမယားပွေ အိမ်နေမ အလှပျက်နေလို့	၁၅၀
၁၂၂။ သေသေချာချာ မကြည့်လေနှင့်၊ သေသေချာချာကြည့် တိတိပပ မှားတတ်သည်	၁၅၁
၁၂၃။ ကြက်သားဟင်းစား ဖျားချင်ဖျားပါစေ ကြက်ဟင်းခါးနှင့်တော့ မဖျားစေနှင့်	၁၅၂
၁၂၄။ ဆူးပုပ်မို့ချိတ်မိ ချိတ်လိုစိတ်တော့ မရှိပါ	၁၅၃
၁၂၅။ ဆူးပုပ်၏ဂုဏ် ယုံလျှင်ဆက် အရွက်ခူးစားသွားပါ	၁၅၄

- ၁၂၆။ ရိုးတက်ဗွက်ကျော် ချက်မပေါ်မှကောင်း ၁၅၅
- ၁၂၇။ နင်ဖြည်းဖြည်းလာ ငါဖြည်းဖြည်းသွား ဗျာပါမစွဲ  
 ငရဲမလား ဘာညာပဲ စိတ်ထဲခွဲခွဲခြား ၁၅၆
- ၁၂၈။ သစ်ဝါးတို့စုပေါင်း အိမ်တစ်လုံးကောင်း ဆောက်လိုလျှင်  
 နိမ့်မြင့်တိုရှည် မှီရာရာ စီပေးစမ်းပါ ၁၅၈
- ၁၂၉။ သူ့အပြော မကျေနပ် သူ့ခြေရာကိုယ့်ခြေရာထပ်ကြည့် ၁၅၉
- ၁၃၀။ ရေချိုးလို့မှမကျိုး မီးချိုးလည်း မီးခိုးမထတော့ပါ ၁၆၀
- ၁၃၁။ မီးနီဟန့် ရပ်တန့်နား၊ မီးဝါထိုး နှိုး၍ထား၊  
 မီးစိမ်းမြင် အလျင်သားသွားပါတော့လား ၁၆၁
- ၁၃၂။ သမ္ဘာဟုန်မြည်ဟည်း ကမ္ဘာဘုံစည်တီးသည်ထက်  
 အသံကျယ်သည် ၁၆၂
- ၁၃၃။ သတင်းကြောင့် ဂုဏ်တက်  
 သင်းကြောင့်ပင် ဂုဏ်ပျက်မည် ၁၆၃
- ၁၃၄။ စိတ်မကစားနှင့် စိတ်ကစား ကိုယ်ထားပျက်တတ်သည် ၁၆၄
- ၁၃၅။ စိတ်မီးမမွေးနှင့် စိတ်မအေး ရုပ်ခွေးဖြစ်တတ်၍ ၁၆၅
- ၁၃၆။ အပြေးထက် အတွေးဦးစားပေး၊ အတွေးကိုသုံး  
 အကုန်လုံး အုပ်မိတတ်လှ၍ ၁၆၆
- ၁၃၇။ လေးဖက်သွား ကလေး၏အနီးအပါး  
 အန္တရာယ်ပစ္စည်း သွားမထားနှင့် ၁၆၈
- ၁၃၈။ ဒုက္ခပင်လယ်ဝေ အမေတစ်မြို့ ၁၆၉
- ၁၃၉။ စောင်းခတ်သံအဖွဲ့ နေရာတကာ နယ်မချဲ့နှင့် ၁၇၁
- ၁၄၀။ အရှက်မဲ့ကာမ ဗိုက်အမည်းကွက် ထတတ်သည် ၁၇၃
- ၁၄၁။ ရွှေလိုချင်ငွေရှာ၊ ငွေလာလျှင် ရွှေပါမှာသေချာသည် ၁၇၅
- ၁၄၂။ စကားကတရား နားထဲထည့်ရုံမျှဖြင့်မကြား ၁၇၆

၁၄၃။ အဆန်းသရုပ်မခွဲလေနှင့်၊ သရုပ်ကွဲနှင့်အစွဲ တွဲဝင်လာတတ်သည်	၁၇၈
၁၄၄။ အရူး၏အမှု ဥပေက္ခာသာပြုလိုက်တော့	၁၇၉
၁၄၅။ သံပုရာသကြားကဲ ချိုချဉ်လောက်ပဲ ဖြစ်လာမည်	၁၈၁
၁၄၆။ မာန်ပြချင် နဂိုရေ၊ မာန်ကျလိုလျှင် ဖြိုနေနေ	၁၈၂
၁၄၇။ ဘုန်းကံ ထုံးစံဖြင့်ဖောက် ပန္နက်တိုင်ပင် ပျောက်မည်	၁၈၄
၁၄၈။ ကိုင်းကူးကိုင်းဆက်ပင် မြေစာကျွေးမှ အသက်ဝင် ရှင်မည်	၁၈၅
၁၄၉။ အရိုးကြား အသားမကျ အ,အဘဝရောက်တတ်လှ	၁၈၆
၁၅၀။ ငုတ်စိုက်တန်း တုတ်ရမ်းမသွားနှင့်	၁၈၇
၁၅၁။ ညဉ့်မပါ သညာပင်မသိ ပညာရှင်အထိတော့အဝေးကြီး	၁၈၈
၁၅၂။ အရင်းဖြင့်နီး အရင်းဖြင့် အချည်းနီး မဖြစ်စေနှင့်	၁၈၉
၁၅၃။ အလိုလိုက်အကြိုက်မပြေသာ	၁၉၀
၁၅၄။ သဒ္ဓါမပါ သာသနာမကြို လူအမြို့	၁၉၁
၁၅၅။ သွားရာနောက် အထောက်အကူယူသွား ခြေမများ	၁၉၂
၁၅၆။ အတူနေများကို ပြီးဆေးသာဖော်ကျွေး မဲ့ဆေးကော်မပေးနှင့်	၁၉၃
၁၅၇။ အခင်ကိုမင် ဝင်၍မဆုံးလိပ်ပတ်တုံး	၁၉၄
၁၅၈။ အရှက်ကြီးတော့မြို့ အကြောက်ကြီးတော့ထုံ	၁၉၅
၁၅၉။ လူဟိတ်ရှိလျှက်စိတ်မမှန် တိရစ္ဆာန်ပြည် ပြန်ဖြစ်ရမည်	၁၉၆
၁၆၀။ သညာမှသိ သူ့အရှိ သညာရှိမျှသာ	၁၉၇
၁၆၁။ သညာရှိ အသိမတူ ရန်မာန်ထူ တူသော်ခေါင်းတစ်ညိတ်	၁၉၈
၁၆၂။ သူ့ဦးစားပေး ကိုယ့်ကျတော့ ခွက်ဆေး	၁၉၉
၁၆၃။ လှေလူးဆို ရေစူးကြည့်၍လှော်	၂၀၀



၁၆၄။ ဦးစီးတက် ဦးရွက်မနေသာ	၂၀၁
၁၆၅။ အဆန်ဘက် တက်လက်အားစိုက်ကုန်၊ အစုန်သက် ရွက်ဖွင့်လွှင့်လိုက်ရုံ	၂၀၂
၁၆၆။ လက်လွှဲသုံး အဆုံးမဆိုသာ	၂၀၃
၁၆၇။ သုံးမလိုအယူ ဆူမလွတ်နှင့်	၂၀၄
၁၆၈။ သေမည့်အသား သတ်စားမနေနှင့်	၂၀၅
၁၆၉။ မီးခိုးတန်း ဖမ်းမထားလေနှင့်	၂၀၆
၁၇၀။ အသေကောင်ဖက် အသက်အပ်မနေနှင့်	၂၀၇
၁၇၁။ နေလကိုထွင်း ဝင်ရိုးမသွင်းချင်နှင့်	၂၀၈
၁၇၂။ မျက်နှာများသောမိန်းမ ပေါင်းလိုက်တိုင်း စိတ်တိုင်းမကျ ၂၀၉	
၁၇၃။ ခါးကြားပါဓားခိုး ခါးမထိုးမိစေနှင့်	၂၁၁
၁၇၄။ ဘုရားအမျိုးတွေ ဘုရားကြားတိုး ဘုရားကြမ်းပိုး မဖြစ်စေကြနှင့်	၂၁၃
၁၇၅။ အာဇေ့လုံထက် အာတွေ့လုံဖြစ်မှ ကိုယ့်သိက္ခာကိုယ်ယုံပါ ၂၁၄	
၁၇၆။ ကြောင်ဆိုလျှင်ဖုန်း ယုန်ဆိုအတုံးလိုက်သာထား	၂၁၅
၁၇၇။ ခွေးရှေ့ရောက် မျောက်က,ကမပြနှင့်	၂၁၇
၁၇၈။ စည်းကျိုးလို့ ခွေးတိုးရာ ခွေးအဆိုးမဆိုပါနှင့်	၂၁၈
၁၇၉။ မသိလို့တောင်း မသိလို့ပေါင်း မသိမှဘဲကောင်းမှာပါ	၂၁၉
၁၈၀။ ဆောင်းပါဆို မိုးရွာ လေကပါသာချင်သေး	၂၂၁
၁၈၁။ နွေပါဆိုမီးပျံ ကျောက်ပူသဲပူတို့ကပါ လှန့်ချင်သေး	၂၂၂
၁၈၂။ မခါချဉ်နှင့် ခါချဉ်ထုပ် အလှုပ်ပါတတ်သည်	၂၂၃
၁၈၃။ အသုံးမချ အရှုံးပြခံရမည်	၂၂၅
၁၈၄။ ပယောဂပူ အရူးတစ်ပိုင်း	၂၂၇
၁၈၅။ လေနှင့်မီး အဆီးလွတ် အိမ်လုံးရွာလုံး ကျွတ်စေမည်	၂၂၉

- ၁၈၆။ အစဖြင့်ဆုံး ခဏသုံးနှင့်ကျေနပ်ရမည် ၂၃၁
- ၁၈၇။ ယုန်ကိုလည်းချက် ပါးစပ်ကိုလည်းမပျက်စေနှင့် ၂၃၃
- ၁၈၈။ မိတ်ဖက်ကြားက ထွက်သောရန်  
     ကြားဝင်ဖျက်ရက် ခက်ခဲမည် ၂၃၅
- ၁၈၉။ အပြောများ မောဖား ဖားနေပြီသာမှတ် ၂၃၇
- ၁၉၀။ သေနေ့ကိုမတွေးခေါ် သေခါကျ အရေးပေါ်တော့သည် ၂၃၈
- ၁၉၁။ သတ်မှာပါဆို ကြိုဆိုရေးတွေလားမေးနေ ၂၄၀
- ၁၉၂။ အမှတ်မရှိ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလိမ်ထိ ၂၄၁
- ၁၉၃။ အားလုံးသုံးမှလည်းကွဲ ရုန်းမှလည်းထူးကဲမည် ၂၄၃
- ၁၉၄။ အိမ်အလာများ သမီးဆုံး အလိမ္မာထားခရီးသုဉ်း ၂၄၅
- ၁၉၅။ သံပုရာတွေလို ခံတွင်းချဉ်တာ ချစ်လို့လို့မထင်ပါနှင့် ၂၄၇
- ၁၉၆။ ငိုကြွေးခင်း အဝင်မှာကိုယ်သွင်း အထွက်ကျ  
     သူရှင်းလိမ့်မည် ၂၄၉
- ၁၉၇။ မျက်ရည်ပူရွေး၊ အပူထန်၍ လျှံလိုက လျှံပါလေ  
     ကြွေးအဖြစ်တော့ မကျန်ရစ်ပါစေနှင့် ၂၅၁
- ၁၉၈။ အဆိုက်ပေါ် အမြိုက်ကောင်း  
     အမြိုက်မဆောင်းမိကြစေနှင့် ၂၅၃
- ၂၉၉။ ဆီလိုက်မမှန်သောစက် မသုံး အရုံးထွက်သုံးလုံးလုံးပျက် ၂၅၅
- ၂၀၀။ အတွင်းထဲကအတိုက် အပြင်လိုက် မခိုက်မိကြစေနှင့် ၂၅၇
- ၂၀၁။ မှန်သာမှန်ပစေ မထိမှာ ပူမနေလေနှင့် ၂၅၉
- ၂၀၂။ စုန်လျှင်မျော ဆန်လျှင်မော အကြောပြတ်မှစင်းလုံးချော ၂၆၁
- ၂၀၃။ ဘုရားကသာထောက်ခံ လှေခွက်ချည်းကျန် အလံမလှဲ ၂၆၃
- ၂၀၄။ သဒ္ဓါထက် တစ်နံနက်ခရီး၊ သဒ္ဓါမထက် တစ်ရက်မက  
     တစ်သက်နှစ်သက်မျှနှင့်ပင် မပြီးစီး ၂၆၅

- ၂၀၅။ သွားချိန်သာစေ လမ်းပြောတွေ့ရုံနှင့်ပြီး၊  
     သွားချိန်ရွှေ့က လမ်းကြောတွေ့သော်မှမနီး ၂၆၇
- ၂၀၆။ သူ့အကြောင်းပြောနေသမျှ ငါ့ထဲ  
     သူ့သွေးအနှောခံရဆဲမို့သာ ၂၆၉
- ၂၀၇။ ငရုတ်သီးကို သေသေချာချာမှတ်၍  
     အစပ်ကိုမိမိရရ ကပ်ဝါးပါ ၂၇၁
- ၂၀၈။ အရောင်ထိုးလျှင်အရိပ်ကျ၊ အရိပ်ပြ အကောင်ထင်ပါမှ ၂၇၃
- ၂၀၉။ အတွေးကြောက် အတွေ့ကြောက်လောက် မထောက်ခံ ၂၇၅
- ၂၁၀။ သတိဝေးကလေးဖြစ်တော့သည် ၂၇၇
- ၂၁၁။ သေရတာ အကောင်းထင် အလောင်းစင်သာ  
     အပြီးထိုးထားလိုက်ပါ ၂၇၉
- ၂၁၂။ ပဒေသာပင် နေဇာပင်ထင်ပြီး နုတ်ပစ်မနေကြနှင့် ၂၈၁
- ၂၁၃။ ဆူလို့ပူ ဉာဏ်ကူမထိန်း မီးမငြိမ်း ၂၈၃
- ၂၁၄။ နေလျက်နှင့်သေသူများ၊ သေလျက်နှင့်သေသူထက်  
     အမှုပွားစီးမည် ၂၈၅
- ၂၁၅။ ရန်နှင့်မိတ်မကွဲသောစောလူး ရန်ဘက်နှင့်ပင်ပလူးမည် ၂၈၇
- ၂၁၆။ စိတ်ချုပ်တော့ ရုပ်အနာမိ မိတ်လုပ်တော့လည်း  
     တုတ်စာထိဦးမည် ၂၈၉
- ၂၁၇။ လူ့ပြည်ရောက်လို့မှ လူ့တန်ဆာမဆင်ယဉ်  
     လူ့အရာမဝင်ဖြစ်တော့သည် ၂၉၁
- ၂၁၈။ ကိုယ်ကသာလူ ခေါင်းတွင်မူဘယ်လုံး၊  
     အပြောဘယ်လိုကြံ အလုပ်ဘယ်လိုဖန်မတုံး ၂၉၃
- ၂၁၉။ ယာဉ်မကူ လူနှုံး လမ်းရိက္ခာပင်ဆုံး ၂၉၅
- ၂၂၀။ သွားလျက်နှင့်မရွေ့၊ နေရာမှာပင်ဝေနေလို့ ၂၉၇

၂၂၁။ ပြောင်ချောမြေ မျောမချ၊ အတက်ဆိုလျှောကျမည်၂၉၉

၂၂၂။ လှမ်းကြည့်၍ပေးသောအဖြေ၊ လှန်ကြည့်ရာမှပေးသော  
အဖြေလောက်မသေချာ ၃၀၁

၂၂၃။ ဆေးပတ်မလည်ဘဲ ပျောက်သောရောဂါ  
အမြစ်ပြတ်ဖို့ မသေချာ ၃၀၃

၂၂၄။ လူဖြစ်လျှင် လူလိုနေ လူလိုသေဖို့ အရေးကြီး ၃၀၅

၂၂၅။ မင်းကင်းတော့ပြည်နာ ဗိုလ်ကင်းတော့တပ်ပြုတ်  
ဦးစီးကင်း နေရင်းနောက်ပြန်ဆုတ် ၃၀၇

၂၂၆။ ကိုယ်ကျတော့ညှာ စိတ်ကျတော့ အလိုလိုက်  
သခင်မင်း အလျဉ်းမဖြစ်ထိုက် ၃၀၉

၂၂၇။ ကာမဆိုခုံမင် ဘုံဆိုလျှင်ပိုက်၊ ထီးဆောင်းမင်း  
အလျဉ်းမဖြစ်ထိုက် ၃၁၁

၂၂၈။ သတိကိုသာပွဲထုတ် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်  
မင်းသားဝင်မလုပ်နှင့် ၃၁၃

၂၂၉။ အမေပျင်း မြေခင်းပျက်  
သားကမြင်းတော့ ခြေကျင်းနှစ်ဖက် စုံလုံးပျက် ၃၁၅

၂၃၀။ လမ်းထားလည်းရှိလမ်းသွားလည်းရှိရောက်၏ဆုံးဧကန်၃၁၇

၂၃၁။ မင်းတံဆိပ် ဘိသိက်ခံမှ ပန်ရမည် ၃၁၉

၂၃၂။ အကုန်မသေသေးသမျှ အသေမကုန်ကြသေး ၃၂၁

၂၃၃။ ဥပစ္စေဒကနိဂုံး ၃၂၃

၂၃၄။ နှစ်သက်သော်ထောက်ခံ မနှစ်သက်သော်  
ဖျောက်ဖျက်ရန်ကြံပါလော ၃၂၅

၂၃၅။ မုခသိုက်နှိုက်သုံး ပျော်၍မဆုံး တပြုံးပြုံးသာ ၃၂၇

၂၃၆။ စမိလျှင်ကား ဘယ်တော့ကာလမျှ ကျဉ်းချုံ့မသွား၃၂၉

# ‘ဓမ္မနိတိ ကထာ’

## “နမောတေ ဗုဒ္ဓဝီရတ္ထု”

ဗုဒ္ဓေါနာမ ပစ္စက္ခတိ- သတ္တေ သု ဒယာ နုကမ္မာ  
 ဝိနေယျာနံ ကမ္မကတာ- အမှာ ကမ္မိ တုမှာကံဝါ  
 တသ္မာ မာမကာဂုဏ-ပုဇာနုဝတ္တ အရဟာ  
 ကာတဗ္ဗာ သရဏံ တေသံ-တေသံ ဇာနံဝ အဓိကံ  
 ဂမန စရဏံ ပဟံ အပ္ပမာဒေန ပမာဒံ။ ။

“ဗုဒ္ဓေါနာမ- ဘုရားရှင် မည်သည်ကား၊ သတ္တေသု- သတ္တာ  
 အားလုံးတို့ အပေါ်၌၊ ဒယာနုကမ္မံ- အစဉ်သနားတော်မူလျက်က၊  
 ပစ္စက္ခတိ- ရှုကြည့်တော်မူမြဲတည်း။

ကမ္မကတာနံ- ပါရမီဖန် အကြောင်းကံများကို ပြုကျင့်လျက်  
 က ရှိကြပါကုန်သော၊ ဝိနေယျာနံ- ကျွတ်ထိုက်သော အဆင့် အသင့်  
 ရှိနေကြပါကုန်သော၊ အမှာကမ္မိ- ငါတို့ဖို့ ဖြစ်စေ၊ တုမှာကမ္မိဝါ-  
 သင်တို့ဖို့လည်း ဖြစ်စေ၊ ပစ္စက္ခတိ- ရှုကြည့်မြဲတည်း။

နတ်တလူစာစဉ်

၂

**ဝနဝါသီဥပယုဓမ္မသာမိထေရ**

တသ္မာ-ထိုသို့မပြတ် စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုတော်မူလတ်သော  
 ကြောင့်၊တေသံ- ထိုဘုရားရှင်အပေါင်းတို့အား၊ မာမကာ- မြတ်နိုး  
 ထိုက်လှစွာကုန်၏။ တေသံ-ထိုဘုရားရှင်အပေါင်းတို့အား၊ အရဟာ-  
 ပူဇော်ထိုက်လှစွာကုန်၏။ တေသံ- ထိုဘုရားရှင်အပေါင်းတို့၏၊  
 ဂုဏပူဇ အနုဝတ္တကာ- ပူဇော်ထိုက်သော ဂုဏ်အထိုက်ကို အတု  
 လိုက်လျက်က ကျင့်ထိုက်လှစွာကုန်၏။ တေသံ- ထိုဘုရားရှင်  
 အပေါင်းတို့၏၊ သရဏံ- အောက်မေ့ရာအမှတ် မြတ်သောဂုဏ်ကို၊  
 အဓိကံ- မိရိုးဖလာမသက် ထက်မြက်လွန်ကဲစွာ၊ ဇနံဝ- ကိုယ်ပိုင်  
 ဉာဏ်စိတ်- ကိုယ်ကောင်းဟိတ်ဖြင့် မမှိတ်တည်ရှိ သိသိပြီးတော့  
 သာ၊ ကာတဗ္ဗာ- ပူဇော်ချဉ်းကပ် ဓမ္မဓာတ်ဖြင့် မပြတ်ခါခါ ပြုထိုက်  
 လှစွာကုန်၏။ တေသံ- ထိုဘုရားရှင်အပေါင်းတို့၏၊ ဂမနစရဏံ-  
 သွားမြဲအကျင့်လမ်းတော်သည်ကား၊ အပ္ပမာဒေန- မမေ့မလျော့သော  
 သတိဖြင့်၊ ပမာဒံ- မေ့လျော့သော မောဟကို၊ ပဟံ-ပယ်သတ်  
 လျက်က သွားတော်မူကြခြင်းတည်း။

## ငါ တွေ့လို မြင်လိုသော အရာ

၁။ ရတနာသုံးပါးတို့၏ အရိပ်သည်...  
သင်တို့၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးဝယ် ထာဝရအေးငြိမ်းလျက်  
တည်ကြပါစေ။

၂။ ရတနာသုံးပါးအား...  
အားကိုးသလောက် အားကိုးရာလည်း ရောက်ကြပါစေ။

၃။ ကုသိုလ် ကမ္မပထတရားများ  
ကြိုးစားသလောက် အကျိုးများကြပါစေ။

၄။ မိမိတို့ စေတနာအလိုက် ထိုက်သင့်သော အကျိုးထူး  
တရားများ မျက်မှောက်ခေတ်၌ပင် ချက်ချင်းလက်ငင်းခံစားနိုင်ကြ  
ပါစေ။

(က) ဤသို့ ကုသိုလ်ကမ္မပထတရားများ ကြိုးစားမြဲ  
ကြိုးစားနေကြသလို လောကီလောကုတ္တရာနှစ်ဖြာသောအကျိုးတရား  
လည်း တိုးပွားမြဲတိုးပွားကြပါစေ။

(ခ) ဤသို့ လောကီလောကုတ္တရာတရားများ တိုးပွားမြဲ တိုးပွားနေကြသလို ကုသိုလ်ကမ္မပထတရားများကိုလည်း ကြိုးစား မြဲ ကြိုးစားနိုင်ကြပါစေ။

(ဂ) ငါ ဖြည့်ကျင့်ခဲ့သမျှသော ပါရမီကုသိုလ်ကံ၏ တန်ခိုး တေဇော်မေတ္တာတော်အာနုဘော်ကြောင့်

အားလုံး ချမ်းသာခြင်းအပေါင်းနှင့် ပြီးပြည့်စုံကြပြီး ဆင်းရဲခြင်းအပေါင်းမှ လွန်မြောက်ကြပါစေ။

“သုခိတာဟောထ၊ ဒုက္ခာမုဇ္ဇထ”

[ ၁၃၅၈ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ် ]



## ငါတို့၏ အာသိသ ပတ္တနာ

ဟဒယံ မေ သီလေ သိက္ခာ သမာဓိံ ပညာစ ဘူမိယံ  
အဝဿံ ဝေ ပဋ္ဌာပေသိ ဓာရေတိ တေန ထာမေန  
ဒယာနုကမ္မ သတ္တာနံ အဿာသံ ဓမ္မ လဘေတုံ  
ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန သောတ္ထတေ ဟောတု သာဓဝေါ။

ဝေ- စင်စစ်၊ မေ- ငါ၏၊ ဟဒယံ- နှလုံးစိတ်စဉ် ဇောအလျဉ်  
သည်၊ သီလေ- ရှုမှတ်ခြင်းဟူသော၊ သိက္ခာယ ဘူမိယံ- အကျင့်  
မြေ၌၊ သမာဓိ- စူးစိုက်ကပ်ခြင်း၊ တည်ခြင်းဟူသော၊ သိက္ခာယ  
ဘူမိယံ- အကျင့်မြေ၌၊ ပညာ- တည်သရွေ့၊ သိ-အရို- မြင်ခြင်း  
တည်းဟူသော သိက္ခာယဘူမိယံ-အကျင့်မြေ၌ ပဋ္ဌာပေသိ-ရပ်တည်  
စေခဲ့လေပြီ။

တေန ထာမေနစ- ထိုသိက္ခာအမြတ်သုံးပါးသော အစွမ်း  
ဓာတ်ဖြင့်ပင်၊ ဒယာနု ကမ္မ သတ္တာနံ-အစဉ်သနားထိုက်ရာ သတ္တ  
ဝါတို့အား၊ အဿာသံ- ကိလေသာအမှုတ်အလွင့်တို့မှ သက်သာခွင့်  
ရစေသော၊ ဓမ္မလဘေတုံ- ကလျာဏ၊ သေက္ခ၊ အသေက္ခဟု ဓမ္မ  
အဆင့် မြတ်သုံးဆင့်တို့ ပွင့်၍ဝေဝေ ရစေခြင်းငှာ ဓာရေတိ- နှုတ်ဖွင့်

ဝေပေး စိတ်ဖြင့်ပေးကာ စာရေး၍လည်းတစ်ဖုံ သင့်ရာ သင့်ရာ  
နည်းလမ်းစုံတို့ဖြင့် ကုံလုံစေ့ ဝေကမ်းလည်းချခဲ့ချေသေး၏။

**ဧတေန သစ္စ ဝဇ္ဇေန-** ဤသို့ အဖြေမှန် ဧကန်သောစကား  
ကို ဆိုရခြင်းကြောင့်၊ **သာဓဝေါ-** ဘုရား တရား သံဃာနားကပ်  
သူတော်ကောင်းဓာတ် ဟပ်လျက်က ရှိကြပါကုန်သော၊ **တေတုဗ္ဗေ-**  
သင် သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည်

**သောတ္ထိ-** ကိုယ်လျှင် ကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာခြင်းအပြည့် ရှိ  
ကြသည်။ **ဟောတု-** မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲတတ်ဖို့ မပြတ်ပုံသေ  
ဖြစ်၍စေသတည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့၊ မဟာဗောဓိမြိုင် ]

## တရားလမ်းကြောင်းသို့ ဆောင်ပို့ပေးမည့် နိတိ

“နိတိဟူသည်... အဓိပ္ပာယ်တစ်ခု၊ ဝတ္ထုတစ်ပုဒ်စာမျှရှိသော အကြောင်းအရာပင်ဖြစ်ပစေ၊ အတိုဆုံး အရှင်းဆုံး အလင်းဆုံးလည်း ဖြစ်စေ၊ ပြောလွယ်ဆိုလွယ် မှတ်သားလွယ်စေသည့် ဆောင်ပုဒ် ကလေးလည်း ဖြစ်စေ။

ထိုအချက်များနှင့် ကိုက်ညီသော အိတ်ဆောင်ပုံပြင်လေးများ ပင် ဖြစ်ချေ၏။ လက်ကြားညှပ်ဝတ္ထုလေးများဆိုကလည်း မမှားချေ။

ထိုနိတိသည် ဘယ်ကလာသနည်း။

လူတို့အကြားမှ ပေါက်ဖွားလာသော သဘောတရားများမှ မြစ်ဖျားခံလာပါသည်ကို ‘ပြောမယုံ ကြံဖူးတော့ သိလိမ့်မယ်’ ဆိုသောစကား၊ ‘အသွင်မတူ အိမ်သူမဖြစ်’ ဆိုသော စကား စသည် စသည် နိတိများက ညွှန်းပြဆိုလျက် ရှိခဲ့ကြလေပြီ။

ထိုထို ရှေးနိတိစကားတို့သည် ၎င်းတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင် ဓလေ့ စရိုက်၊ ဉာဉ်တို့အကြားမှ ပေါက်ဖွားလာသော သဘောတရားများ ချည်းသာ ဖြစ်ပါချေ၏။

နတ်တလူစာစဉ်

၈

**ဝနဝါသီဥပယုဓမ္မသာမိထေရ**

ထိုထို နိတိများက နောက်နှောင်းလူတို့ ရှောင်ရန် ဆောင်ရန် သတိပေးဆိုင်းဘုတ်ကလေးများအဖြစ် နေရာယူပေးထား၏။

သို့ဆိုသော် ဤနိတိစာစဉ်သည်လည်း

ဤနိတိခေတ်၏ မျက်စိရှေ့ မြင်တွေ့လိုက်ရ ကြားသိလိုက် ရသော သဘာဝဖြစ်စဉ်မှန် ဖြစ်ခြင်း။ နောက်နှောင်းလူတို့ ရှောင်ရန် ဆောင်ရန် သတိပေးဆိုင်းဘုတ်ငယ်လေးများ ဖြစ်ခြင်း၊ ထိုနှစ်ခင်း တို့နှင့် မလွတ်ကင်းသည်ကိုသာ မှတ်တမ်းတင်ထားခဲ့သည်ဆိုက မမှားတန်ရာပြီ။

ဓမ္မဟူသည် ဖြစ်ရပ်မှန်တို့၏ သဘောတရားတည်း။

နိတိဟူသည် ထိုသဘောထားကို ပုံထင်ဟပ်ပေးထားခြင်း တည်း။ ။

# ပညတ်ကြီးစိုးရာ ပရမတ်ပွဲမတိုးသာ

“လူချင်းတွေ့သော်...

စကားမစပ်မိသည်က အကောင်းဆုံး...”

“တရားဖြင့် မွေ့လိုသော်...

စာမတတ်သည်က အကောင်းဆုံး...”

လူအချင်းချင်း တွေ့မိရာ၌ စကားခြင်းစပ်မိကြသော် စကား  
ထဲက ဇာတိပြုတတ်လှသဖြင့် အဓမ္မမှုခင်းများ ပေါ်လာတတ်ချေ၏။

တရားဖြင့် မွေ့ရာ၌ ကျမ်းဂန်နဲ့စပ် စာတတ်ပေတတ်ဖြစ်ချေ  
သော် အစွဲသိနှင့် အထဲသိတို့ ဝိဝါဒကြောင့် သဒ္ဓါနှင့်ပညာ ခြေရာ  
မထပ် အစေးမကပ် ဖြစ်တတ်လှချေ၏။

[ ၁၃၅၈၊ ဒုတိယဝါဆိုလဆန်း၊ ၆ ရက်နေ့၊ မဟာဗောဓိမြိုင်- သုဝဏ္ဏသျှံ၊ ]

## ကိုယ့်မသာ ကိုယ်ချမနေနှင့်

သတ္တဝါတိုင်း-

မိမိတို့၏ စရိုက်- ဉာဉ်အတွင်း ကပ်ပါလျက်ရှိသော ကံ  
စိတ်တို့ဖြင့် ဥတု အဟာရသို့လိုက်၍ ကပ်ပါလျက်ရှိသော ဝါသနာ  
ကို အကောင်အထည်ဖော်ပေးလေ့ရှိကြရာ...

ရေနစ်၍ သေမည့် မသာသည် ရေဖြင့် ဆော့ကစားနေရမှ  
ကျေနပ်၏။

မီးသင့်၍ သေရမည့် မသာသည် မီးကစားမှုကို အလွန်ဝါသနာ  
ပါ၏။

ထိုထို မိမိတို့ ဝါသနာပါရာအမှု ပြုကျင့်နေဆဲကပင် ကိုယ်  
ဝါသနာပါသော ကစားဘက်၏ သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးခြင်းကို ခံသွား  
ရသည်ချည်း ဖြစ်ကြ၏။ ကိုယ့်ခါးကြားက ဆောင်စားကပင် ကိုယ့်  
အား ပြန်လည်ထိုးသည့်ပမာ ရှိ၏။ ဝါသနာ ဉာဉ် စရိုက်တို့သည်  
လူသတ်သမားနှင့် လက်နက်များပင် ဖြစ်ကြ၏။

ကျွဲဝါသနာပါသော အနော်ရထာ ကျွဲခတ်ခံရ၍ သေရခြင်း။  
ဝက်သားကြိုက်လှသော ကံမင်းသား ဝမ်းတော်လား သေရ  
ခြင်း။ ၎င်းတို့ကား ကိုယ့်မသာ ကိုယ်ချသွားကြသူများချည်းတည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ ဒုတိယဝါဆိုလဆန်း၊ ဇူလိုင်နေ့၊  
မဟာဗောဓိမြိုင်၊ သုဝဏ္ဏသျှတောင်၊ ]

နတ်တလူစာစဉ်

# ကံထမင်းစား ဉာဏ်ဟင်းခါးလည်း သောက်ကြဦး

- ကံ စိတ်ဖြင့် ဘဝကူးလာရလေသူ  
ဈာန်ကိစ္စ ဉာဏ်ကိစ္စရပ်များကို ဦးစားမပေးတတ်။
- ဈာန်စိတ်ဖြင့် ဘဝကူးလာရသူလည်း  
အခြားကံအရာ ဉာဏ်အရာများ၌ စိတ်မဝင်စားတတ်ချေ။
- ဉာဏ်စိတ်ဖြင့် ဘဝကူးလာရသူသည်သာ
  - ကံကောင်းကိုချင့်- ကံဟောင်းကိုလည်း မြှင့်တင်တတ်၏။
  - ဈာန်ရှိန်ကိုချင့်- ဈာန်အိမ်လည်း မြှင့်တင်တတ်၏။
  - ဉာဏ်လမ်းကိုဖွင့်- ဉာဏ်စခန်းသို့လည်း ကပ်ချင့်တတ်၏။
- ကံအရာကား ဒါနမှု သီလမှုတည်း။
- ဈာန်အရာကား သမထမှု အစုစုတည်း။
- ဉာဏ်အရာကား ဝိပဿနာ မဂ်ဖိုလ်စုများတည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့၊ ]

# သင်္ခါရ လက်ကွက် သင့်အတွက်ချည်း မထင်နှင့်

ကံ- စိတ်- ဥတု- အာဟာရတို့အကြားမှ အလေ့ကျပေါက် အလားဖြစ်ပေါ်လာသော သင့်ဘဝ သင့်ခန္ဓာကား ကံမှီ- စိတ်မှီ တဏှာသည် မူလပိုင်ရှင်တည်း။

ဘိုးဘွားမိဘစသည်ဆွေစဉ်တို့သည် အထိန်းတော်၏ အပိုင် မျိုးတည်း။

လင်နေမယားထားများ၌ လင်မယားတို့သည် ထောင်ကြပ်၏ ပိုင်မျိုးတည်း။

သားရ သမီးပေါ်ရာများ၌ သမီးသားများသည် ထောင်မှူး၏ အပိုင်မျိုးတည်း။

တဏှာသည်ကား- သခင်အရာ။

သင်သည်ကား- ကျွန်ပမာ။

ကျွန်မည်သည် လုပ်တတ်မှ ကိုယ့်တွက်ရရိုးရှိသည်ကို မမေ့ သင့်။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း (၅) ရက် ]

နတ်တလူစာစဉ်



## တောတိုးရာ အနာပါမှာချည်း

- အာရုံအမျိုးမျိုး တောတိုးပြီးသူ
- ကာမဂုဏ် အမျိုးမျိုး တောတိုးဖူးပြီးသူ
- ဘဝစုံ အမျိုးမျိုး တောတိုးဖူးပြီးလေသူ  
 အချစ်ကဲသော အစွဲနာ ရှိနေကြသည်ချည်းသာ  
 အမျက်ကဲသော အစွဲနာ ရှိနေကြသည်ချည်းသာ  
 ထိုအထဲ၌ အမြဲပါသော အစွဲနာမှန်သမျှတို့သည်ကား-
- မဂ္ဂင်ဆေး တိုက်ကျွေးစ ကာလမျိုး၌သော်လည်းကောင်း၊
- မဂ္ဂင်ရေအေး သောက်သုံးစ ကာလမျိုး၌သော်လည်း ကောင်း၊
- မဂ္ဂင်လမ်းဝ လှမ်းကြွစ ကာလမျိုး၌သော်လည်းကောင်း၊  
 ဖိသလောက်ကြွ၍ ထိသလောက် ထ,နေတတ်ရာ-
- အနာမြို့ ခုန်၍ထ,သောအလေ့ဟူ၍ မှတ်ကြရာ၏။
- ငါ့မှသာမဟုတ် အားလုံးမှာ သည်လိုချည်းဟူ၍ပင် မှတ်  
 ချက်ချတတ်ကြရာ၏။  
 ထိုအနာ အထာမပေါက်က  
 ငါ့တစ်ယောက်မျှ ခံရလေခြင်းဟူ၍ အမြင်စောင်းသွားတတ်  
 သည်။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၅ ရက်နေ့ ]

နတ်တလူစာစဉ်

## အကြံဆိုး အသိုးပေါ်တတ်သည်

-တိုင်းပြည်တိုင်းလျှင် ငါ့အာဏာအောက်က ငါ့ကမ္ဘာသာ ဖြစ်စေရမည်။

-လူမျိုးတိုင်းလျှင် ငါ့သွေးရိုးအောက်က ငါ့သွေးမျိုး ဖြစ်စေ ရမည်။

-ဘာသာတိုင်းလည်း ငါ့ကိုင်းရှိုင်းရာအောက် ရောက်စေရ မည်။

- ဤသို့လျှင် ကံခရီး အကြံမကြီးသင့်ရာ။

- စေတနာခံ စိတ်အရိပ် မဖိနှိပ်မိစေရာ။

-သူ့စေတနာ- သူ့စိတ်- တဏှာမာနကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ရာဂ ဒေါသကြောင့်ဖြစ်စေ၊ မာနမောဟကြောင့်ဖြစ်စေ ဖိနှိပ်ကြိတ်ချေမိက ထိုကိစ္စအဝဝ သင်သာလျှင် ခံရမည် မုချတည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၅ ရက်နေ့၊ ]

နတ်တလူစာစဉ်

## စစ်အရှိန် အချိန်ဆွဲမတိုက်နှင့်

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများခြင်းသည်

- ဈာန်နှင့် နိဝရဏ၊ ဗိုလ်နှင့် သံယောဇဉ်၊ မဂ္ဂင်နှင့် ကိလေသာတို့ စစ်ကစားခြင်းပင်ဖြစ်ရာ-

- သင်သည် အချိန်ဆွဲ၍ စစ်ပွဲမဝင်သင့်။

- သင်သည် အာရုံဆန်းကို လမ်းပြမထားသင့်။

အချိန်ဆွဲ အစွဲပါ၊ စိတ်သက်သာမှု လိုက်စားနေမိသော်နိဝရဏ၊ သံယောဇဉ်၊ ကိလေသာတို့ကား အင်အားလည်းများ၊ ပရိယာယ်လည်း ကြွယ်လွန်းလှကား

- သင့်စိတ်ဖြင့်ပင် သင့်အားလှည့်စားခိုင်းလျက် ဖျက်တော့မည်။

- သင့်ဝေဒနာကပင် သင့်အား တစ်စိတ်တစ်အိတ် လုပ်ပြတော့မည်။

- သင်ခံစားရာအာရုံကပင် ခုံမင်စရာအသွင် တိုက်ကွက်ဆင်လိမ့်မည်။

သင့်ဘက်က ဝါးလုံးထိုးမတိုက် သင်ပင်အငိုက်မိတတ်သည်။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၅ ရက်နေ့၊ ]

နတ်တလူစာစဉ်

## အကောင်းနှင့် အချိန်ဖြုန်းအဆုံးမရောက်တော့

- ကာမနှင့် အချိန်ဖြုန်း၊ ခံတုန်းကောင်း၍ အကောင်းမဆုံး၊  
ဘဝကမ္ဘာမဆုံး၊ လုံးလျက်က ပမ်းနေတတ်သည်။
- ဈာနနှင့် အချိန်ဖြုန်း၊ ဝင်စားတုန်းသာကောင်း၍ မဆုံး၊  
ဘဝနှင့်ကမ္ဘာမဆုံး၊ လုံးလျက်က ပမ်းနေတတ်သည်။
- ကာမသည် ဒါနနှင့် သီလတို့၏အညွန့်တက်။
- ဈာနသည်ကား သမထ၏ အညွန့်တက်။

သို့ဖြစ်ရာ ထိုအရာအားလုံး စိတ်အစဉ် အမျှင်ပြတ်သော သဘောကို မဆောင်ကျဉ်းနိုင်ရကား အရှိန်မပျက် ဆက်နေတော့ မည်သာ၊ အရှိန်ပြတ် ငတ်နေတော့မည်သာ။ အစားရ အားမရ ဖြစ်နေတော့မည်သာ။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၅ ရက်နေ့ ]

## သွေးဆူရာအကြား ဘေးလူအထားမမှားနှင့်

ဥတု အာဟာရ အမှီရလျက်ရှိသော ကံ-စိတ်နှစ်ပါးသည် သွေးတက်ချိန်၏ အရွယ်များကို ထိကပါး ရိကပါး ကစားနေတတ်လေရာ-

ထိုအချိန်ခါမျိုးဝယ်

မောင်ရင်းနှမရင်းသော်မှ အတူသွားအတူလာ နှစ်ယောက်ချင်း ခရီးမသွားသင့်။

တဏှာသည် မျက်စိပါသောအမျိုး မဟုတ်ရကား သွေးဆူ၊ လူနှောင့်၊ အမှောင့်ဖြင့် ဖမ်းစားတတ်လှချေသည်။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၅ ရက်နေ့ ]

## အမျှောသမား တောကြားမသွားနှင့်

- သဘာဝတောသည် ဘဝခရီးခဲ၏ ဝဲလှုပ်တည်း။
  - ကာမတောသည်လည်း ဘဝခရီးခဲ၏ ဝဲလှုပ်သာတည်း။
  - ကာမကြော မျှောပါနေသူသည်လည်းကောင်း။
  - ဘဝကြော မျှောပါနေသူသည် လည်းကောင်း။
  - ထိုတောအရပ် ဖြတ်ကျော်၍ မသွားအပ်ချေ။
  - သဘာဝတောဖြတ်ကျော်မိသော် အမောဖောက်တတ်သည်။
  - ကာမတောဖြတ်ကျော်မိသော် အမေ့ကောက်တတ်သည်။
- မောရုံမျှဆို တော်သေး၏။ မေ့လျှင်ကား လမ်းပင်မတွေ့ပြီ။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၅ ရက်နေ့ ]

## သီလဖြင့် အလှပြင် မယဉ်မရှိ မမြင်မရှိ

- အလှကို လူတိုင်းမက်၏။

- အလှပြင်တတ်လျှင် ပြင်သူပါမက မြင်သူပါ မက်၏။

ထိုအလှသည် သီလဖြင့် ပြင်ဆင်သူ၏အလှက အသာဆုံးပင်။

- သီလပြည့်သဖြင့် မာနမရှိသူ၏အလှသည် သနားစရာ အကောင်းဆုံး။

- သီလပြည့်သဖြင့် ဒေါသမရှိသူ၏အလှသည် ချစ်စရာ အကောင်းဆုံး။

- သီလပြည့်သဖြင့် ရာဂမရှိသူ၏အလှသည် မြတ်နိုးစရာ အကောင်းဆုံး။

- သီလပြည့်သဖြင့် မောဟမရှိသူ၏အလှသည် ကြည်ညို စရာ အကောင်းဆုံး။

သီလမပြည့်၊ စင်ကြယ်ခြင်းမရှိသူ၏အလှကား မည်မျှပင် အပြင်အဆင်ကောင်းစေ အချောမှထွက် အလှဘက် မထွက်ပြီ။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၇ ရက်နေ့၊ ]

# တောကိုလည်းဝင် တောကိုလည်း မခင်ချင်နှင့်

-တောနေရဟန်းသည်

ကာမတောမှလွတ်မြောက်ရန် ဝနတောသို့ ဝင်ခဲ့ရာ တောပျော်  
သက်သက် မဖြစ်သင့်ချေ။

ဝနတောသို့ရောက်လေမှ-

ဈာနလည်းမဖက်၊ ဓမ္မလည်းမဖက် အာဟာရဌဲကွက် ဗာဟီရ  
ကိစ္စသက်သက်ဖြင့် အချိန်ကုန်ပါသော်ကား-

- ကစားဘက်အပေါ် ငုံ့မျှော်နေခြင်းမျှသာတည်း။

- ကစားရာ အမောဖောက်၍ တစ်ထောက်နားနေခြင်းမျှ  
သာတည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၇ ရက်နေ့၊ ]



## တောထွက်အမည်ခံ တောသံမပါစေနှင့်

- တောနေရဟန်းသည် တောသို့ရောက်လေမှ
- အဖော်ထားစကားဖြင့် အချိန်ကုန်သော် တောပြောတောင်ပြောနှင့် ခရီးဆုံးမည်။
- အဖော်မရှိ တွေးမိတွေးရာ တွေးမိနေသော် တောတွေးတောင်တွေးဖြင့် အချိန်ကုန်ရမည်။
- သည့်အတူလျှင် တရားအလုပ်ကား မလုပ်၊ တခြားအလုပ်ဖြင့် အချိန်ကုန်က တောလုပ်တောင်လုပ်ဖြင့် ခရီးဆုံးရခြင်း။
- တရားဆိတ်လျက် အအိပ်မက်သော် တောအိပ်တောင်အိပ်ဖြင့် ခရီးဆုံးရခြင်း။
- တရားအပထား အစားအားကိုးသော် တောစားတောင်စားများဖြင့် ခရီးဆုံးရခြင်းများသည် တောအဆန် တောသံဝင်နေခြင်းများတည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၇ ရက်နေ့၊ ]

# အမြိုက်တွေ့ ဗိုက်ပြည့်လျှင်တော်

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ဝယ် အကြိုက်၏အမြိုက် နှိုက်ခွင့်  
ရရာ၌-

-အလိုထက် မပိုလေနှင့်။

အကယ်တိတိ အလိုမှသက် အပို ဘက် လျှာထွက်လာသော်  
အလိုဘက်သို့သာ ပါသွားတတ်ပြန်သောကြောင့်တည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်နေ့ ]

## ဖလံကောင်မီးဆင်း မီးသင်းနှင့်ပျော်

ဘဝဟူသည် မသိသူတို့၏ ပျော်ရာ စားကျက်တည်း။  
 ဒုက္ခဟူသည် မမြင်သူတို့၏ လှော်ရာ လှေတက်တည်း။  
 သိသူမြင်သူတို့သည်ကား-  
 ပျော်ပိုက်၍ မရနိုင်ကြပြီ။  
 ဒုက္ခကို ဒုက္ခဟူ၍ မမြင်မိသူများသည်လည်းကောင်း၊  
 ဒုက္ခကိုလျှင် သုခဟူ၍ အထင်ရှိနေသူများသည်လည်းကောင်း၊  
 ထမင်းစား လျှာဖျားမှာတွင် လမ်းဆုံးကြတော့ရာ အစာကြောင့်  
 ဖြစ်သော ဗိုက်နာ၊ ဗိုက်အောင့်မှု ဘာကြောင့်ဟု မသိတတ်နိုင်ကြပြီ။  
 အစာပုပ်သိုးရာမှဖြစ်သော အနံ့အသက်ဆိုးဝါးမှု ဘာကြောင့်  
 ဟူ၍ မသိတတ်နိုင်ကြပြီ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အသိကား အငြိ  
 နောက် ပါသွားပြီ ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်နေ့ ]

## ဆန္ဒအားကြီး မပြီးမရှိ

ငါသည်...

အိုမင်းလက်မှ အလွတ်ထွက်ရန် ရုန်းကန်နေ၏။

ငါကဲ့သို့လျှင်...

ငါ့နောက်လိုက်များ ဝေနေယျအားလုံးတို့လည်း အိုမင်းလက်မှ အလွတ်ထွက်ရန် ရုန်းကန်ကြပါကုန်။

ငါသည်...

နာမင်းလက်မှ အလွတ်ထွက်ရန် ရုန်းကန်နေ၏။

ငါကဲ့သို့လျှင်...

ငါ့နောက်လိုက်များ ဝေနေယျအားလုံးတို့လည်း နာမင်း၏လက်မှ အလွတ်ထွက်ရန် ရုန်းကန်ကြပါကုန်။

ငါသည်...

သေမင်း၏လက်မှ အလွတ်ထွက်ရန် ရုန်းကန်နေ၏။

**နတ်တလူစာစဉ်**

ငါကဲ့သို့လျှင်...  
 ငါ့နောက်လိုက်များ ဝေနေယျအားလုံးတို့လည်း  
 သေမင်းလက်မှ အလွတ်ထွက်ရန် ရုန်းကန်ကြပါကုန်။  
 ငါသည်...  
 မအို မနာ မသေရာတို့အကြား အပြေးသွားလျက် ရှိချေ၏။  
 ငါကဲ့သို့လျှင်...  
 ငါ့နောက်လိုက်အများ ဝေနေယျအားလုံးတို့လည်း  
 မအိုရှေ့ပြေး ကျွန်းကလေး အပြေးဝင်လှည့်ကြပါကုန်။  
 မနာရှေ့ပြေး ကျွန်းကလေး အပြေးဝင်လှည့်ကြပါကုန်။  
 မသေရှေ့ပြေး ကျွန်းကလေး အပြေးဝင်လှည့်ကြပါကုန်။  
 [၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်၊ မဟာဗောဓိမြိုင်၊ သုဝဏ္ဏသျှမ်း၊]

# လုံ့လအားကြီး မပြီးမရှိ

သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့  
သင်တို့၏နောက် ကိလေသာရန်သူဆယ်ယောက် တကောက်  
ကောက် လိုက်လျက်ကသာ ရှိဘိ၏။

-မြင်ရာအရပ် ကပ်လျက်က ဖြတ်တောက်နေ၏။

-ကြားရာအရပ် ကပ်လျက်က ဖြတ်တောက်နေ၏။

-တွေ့ရာအရပ် ကပ်လျက်က ဖြတ်တောက်နေ၏။

-တွေ့ရာအရပ် ကပ်လျက်က ဖြတ်တောက်နေ၏။

ကြောက်ပါပြီအော် ကျော်သွားလိမ့်မည် မဟုတ်။

အသနားခံ၍လည်း ပြန်သွားလိမ့်မည် မဟုတ်။

အလိုက်သင့်ပါ ညှာတာလိမ့်မည် မဟုတ်။

မတွန့်မဆုတ် တန်ပြန်တွန်းထုတ်ရဲမှသာ ရှဲရာ၏။

အသိမြဲ ဝီရိယကဲ၊ သတိအမြဲဆွဲမှသာ ခွာရှဲလေရာ၏။

-လူစသည် မျက်မြင်ရန်ကား

တစ်ဘဝ၊ တစ်သက် တစ်ချက်မျှ သတ်ခွင့်ရ ကျေနပ်အားရ  
သွားကြ၏။

နတ်တလူစာစဉ်

- ကိလေသာသုမာန် မျက်မမြင်ရန်တို့ကား  
ဘဝနှင့်အသက်ရှိသမျှ အချက်ပေါင်းများစွာ မရပ်ရာ။  
အချိန်နှင့်စက် အတက်ရှိသမျှ ဖျက်နေတော့မည်သာ။
  - သင့်၏ သတိတစ်ချက်အပြတ် ကြိုက်စိတ်ကပ်လာပြီ  
မဟုတ်လော။
  - သင့်၏ ကြိုက်စိတ်အကပ် သူ့စိတ်ပတ်လာပြီ  
မဟုတ်လော။
  - သင့်၏ သူ့စိတ်အသွင်း လူ့စိတ်ကင်းပြီ မဟုတ်လော။  
တစ်နေ့တစ်နေ့
  - သင့်စိတ်နှင့် ကိလေသာစိတ် အဘယ်စိတ်ကများသနည်း။
  - သင့်စိတ်နှင့် သူ့စိတ် အဘယ်စိတ်က များသနည်း။
- [၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်၊ မဟာဗောဓိမြိုင်၊ သုဝဏ္ဏသျှမ်း၊]

## စိတ်လျှင်ဦးစီး မပြီးမရှိ

သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့  
အတ္တကင်းဆိတ် သဘောမျှဟူသောနိဗ္ဗာန် အမှန်ပင်ရှိချေ၏။  
ရှိ၍သာ သွားနေကြသည်။ မရှိက မသွားနိုင်ကြရာ...။

မပြောင်းမလွဲ အမြဲဟူသောနိဗ္ဗာန် အမှန်ပင်ရှိချေ၏။ ရှိ၍သာ  
သွားနေကြသည်။ မရှိက မသွားနိုင်ကြရာ။

ဆင်းရဲမဖက် ငြိမ်သံအေးချမ်းခြင်းသက်သက်ဟူသောနိဗ္ဗာန်  
သည် ဧကန်ပင် ရှိချေ၏။

- ရှိ၍သာ သွားနေကြသည်။

- မရှိက မသွားနိုင်ကြရာ။

ထိုနိဗ္ဗာန်ကား စိတ်အကြံမျှဖြင့်ပင် ပြီးစီး၏။

- ဖြစ်ပျက်အမြင်မှန် ကပ်ယူကြိ- နိဗ္ဗာန်အမှန်ရှိ။

- အာရုံငါးတန် လွတ်ရန်ကြိ နိဗ္ဗာန်အမှန်ရှိ။

**နတ်တလူစာစဉ်**



- ဆင်းရဲပူပန် တွန်းဖယ်ကန် နိဗ္ဗာန်အမှန်ရှိ။

- သက်သာရာမှန် အမြဲကြံ နိဗ္ဗာန်အမှန်ရှိ။

ထိုအသိ၊ ထိုအမြင်၊ ထိုအကြံမျိုးများ၌

ဝတ္ထုကိုလည်းကောင်း၊ အာရုံကိုလည်းကောင်း ရယူသိမ်းပိုက်

လိုသော ဒိဋ္ဌိ မရှိပြီ။

ကြိုက်နှစ်သက်ခြင်း တဏှာလည်း မကြီးစိုးတော့ပြီ။

ထောင်လွှားတက်ကြွ မာန်မာနများလည်း ကင်းဆိတ်ပြီ။

ထိုအခါ

-ဘာဆို ဘာကိုမျှ မစွဲပြီ။

-ဘာကိုမျှ မစွဲ မငြိတော့ပြီ။

-ဘာကိုမျှ မငြိတော့လျှင်ကား လွတ်ပြီ ကျွတ်ပြီ။

[၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်၊ မဟာဗောဓိမြိုင်၊ သုဝဏ္ဏသျှမ်း၊]

# ပညာဦးစီး မပြီးမရှိ

သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့

-လောဘ၏လက်ချက် အနိစ္စအချက်ဖြစ်သော အိုခြင်းဇရာ

-ဒေါသ၏လက်ချက် ဒုက္ခအချက်ဖြစ်သော နာခြင်းဗျာဓိ

-မောဟ၏လက်ချက် အနတ္တအချက်ဖြစ်သော သေခြင်း

မရဏ။

ဤသုံးဝသော သဘာဝတရားတို့သည်...

သင်တို့၏ ကိုယ်နှင့်မကွေမကွာ လိုက်ပါလျက်ကသာ ရှိဘိ

၏။

-သတိ၊ အသိ၊ ပညာမျက်စိမရှိက မသိရာ။

-သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ ခြေနှစ်ဖက် မချက မလွတ်ရာ။

ထို အို၊ နာ၊ သေ မီးဘေး အချိန်နှင့်စက်၍ မအေးကြရပြီ။

ထို အို၊ နာ၊ သေ ရန်ဘေး ဘဝနှင့်စက်၍လည်း မအေးကြ

ရပြီ။

နတ်တလူစာစဉ်

သင်တို့သည်...

ထိုမျှ မီးဘေး၊ ရန်ဘေး မအေးရဘဲလျက်က

ဘာကြောင့် သီလဆေး မကျွေးဘဲ နေစိမ့်ကြလေဘိသနည်း။

ဘာကြောင့် သမာဓိရေအေး မတိုက်ကျွေးဘဲ နေစိမ့်ကြလေဘိ

သနည်း။

ဘာကြောင့် ပညာလက်နက် မသုံးရက်ဘဲ ပစ်ထားကြလေဘိ

သနည်း။

သတ္တဝါတို့သည်ကား...

ဒုက္ခကို ကြောက်လျက် သုခကို နှစ်သက်သည် ဆို၏။

သို့စဉ်လျက်

ဘာကြောင့်များ ဘဝရက်ဆက် ဒုက္ခကို တွယ်ဖက်ကြလေ

သည် မသိ။

ဘာကြောင့်များ ဘဝရက်ဆက် သုခကို လက်လွတ်ထားကြ

လေသည် မသိ။

- သုခကို သုခမှန်း မသိလေသူ

- ဒုက္ခကို သုခထင်လေသူ

ထိုသူတို့အကြား ဤစကား သွားမပြောဟောကြပါကုန်လင့်။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်နေ့၊ မဟာဗောဓိမြိုင်၊ ]

# ကံတရား ဘုရားနှင့်လဲ မယားထဲ လွဲမပို.နှင့်

- ကံဟောင်းများ မည်မျှထထ
- ကံကောင်းမထောက်မ ကြွတက်ရန် မလွယ်ကူ။
- ကံဟောင်း၊ ကံကောင်း ထောက်မ,စေလိုသော်
- ကောင်းကောင်းကြံ
- မှန်မှန်လုပ်၊ ဟုတ်မှပြော
- သူနှင့်ကိုယ် သွေးဆိုးမရော၊ သွေးကောင်းချင်း နှောပါလေ။

[ ၁၃၅၈ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်နေ့၊ မဟာဗောဓိမြိုင် ]

## မသိကောင်း စောင်းတိုင်းနစ်

- အအိပ်မက်လေသူ...

အိပ်မောကျနေသောကာလ၏ မသိကောင်းကို နှစ်ထောင်း  
အားရ တသသ ရှိနေတတ်လှ၏။

-သေရည်အရက် မူးမေ့မှုအရသာကို မက်သူသည်လည်း

အရက်ခိုးထ သွေးတက်ကြွသဖြင့် ဘာမျှမသိရသောကာလ၏  
မသိကောင်းကို နှစ်ထောင်းအားရ သဘောကျလေ့ရှိ၏။

စင်စစ်...

ထိုအရာအားလုံးတို့သည် သွေးပွက်ရပ်နားရာ သွေးပွက်တက်  
ကြွရာတို့မှဖြစ်သော မသိစိတ်အမှောင့်တို့ကြောင့် တောင့်တရာ အာရုံ  
ဘက် မှင်သက်သွားတော့ခြင်း၊ မနောအကြည်ဓာတ်ပျက် မည်းနက်  
သွားတော့ခြင်းများ ဖြစ်ကြလေရာ-

-အာရုံအလိုက်မှားလေ မိုက်အားကောင်းလေချည်းသာ ဖြစ်  
မည်။

-အာရုံအလိုက်များလေ အမှားခင်လေချည်းသာ ဖြစ်မည်။

[ ၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ နယုန်လပြည့်ကျော်၊ ၁၃ ရက်၊ နတ်တလူ ]

# မသိကောင်း နောက်ကြောင်းမကင်းတတ်

အတိတ်ကံစိတ်များသည်  
 ဤဘဝဝယ် ဉာဏ်အဖြစ် လိုက်ပါထိန်းကျောင်းပေးလေ့ရှိရာ...  
 ဉာဏ်သန်လျှင် အကျင့်မှန် ဆန်၍ တက်မရစေနိုင်။  
 တစ်ဖန် ဤဘဝရှိ ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရတို့၏ လှုံ့ဆော်  
 မှုကြောင့် သွေးများထကြွနေလေ့ရှိရာ  
 -သွေးထန်လျှင်လည်း အကျင့်မှန် ဆန်၍ တက်မရစေနိုင်။  
 ထိုသို့ ဉာဏ်ထူး၍ သွေးကြွ၊ သွေးကျလျှင် ဉာဏ်ပျက်၊ သူဆု၍  
 ကိုယ်ပွက်၊ ကိုယ်ဖျက်၍ သူမွေ့နေသူ၏ ရှေ့  
 -တစ်ဖက်အာရုံတို့ လာရောက်တွေ့သော်  
 ထိုအတွေ့အာရုံရှင်လည်း ရေလိုက်မှား ကမ်းနားကပ်ရန်  
 မလွယ် ပြီ။  
 ထိုဉာဏ်သွေးရှင်သည်လည်း ရေလိုက်မှား ကမ်းနားကပ်ရန်  
 မလွယ်ပြီ။

[ ၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ နယုန်လပြည့်ကျော်၊ ၁၃ ရက်၊ နတ်တလှ၊ ]

# ရန်စကို မသိ ရန်ပြကို ဖိတ်တတ်သည်

အာရုံကို ခင်လွန်းခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို ခင်လွန်းခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို ခင်လွန်းခြင်း ထိုသုံးမျိုးတို့သည် စင်စစ် တဏှာ၏ ရန်စခြင်းပင်တည်း။

ထိုအတွင်းရန် တဏှာ၏ ရန်စမှုကို အလျဉ်းမရိပ်မိသူသည် မိမိအတွက် တစ်ဖက်အာရုံကိုလည်းကောင်း၊ တစ်ဖက်အာရုံရှင်ကိုလည်းကောင်း၊ ရယူသိမ်းပိုက်ကာ ခံစားလိုစိတ်များ တစ်ဖွားဖွား ထကြွသောင်းကျန်းလေရာ-

ကုလားမနိုင် ရခိုင်ရန်လုပ်ပမာ

-တစ်ဖက်သားသို့သွား ထိကပါးရိကပါးလုပ်မည် မုချတည်း။

-တစ်ဖက်သားက လိုလားရောင်မပြ၊ ဒေါထမိမည်မှာ လည်း

မုချတည်း။

-အတွင်း၏ရန်စမှုကိုမသိက တစ်ဖက်ရန်ပြသို့ ဖိမည်မှာလည်း

မုချတည်း။

[ ၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ နယုန်လပြည့်ကျော်၊ ၁၃ ရက်၊ နတ်တလူ၊ ]

# မာန်ခိုလျှင် သမထ၊ မာန်ပြုမှ ဝိပဿနာ

သမထ ယာနိကလမ်းစဉ်သည်

ကြာလေလေ မိမိဆန္ဒနောက် အရာရာတို့ လိုက်ပါရလေဖြစ်ရာ တဏှာကို မဖြိုမိလေသေးသူများအဖို့ မာန်သိုမှီးရာ ဘဏ္ဍာတိုက်ကြီး ပမာ ဖြစ်လေရာ၏။

ဝိပဿနာလမ်းစဉ်သည်ကား-

ကြာလေလေ မိမိဆန္ဒနှင့် ကင်းကွာလေလေဖြင့် မိမိခန္ဓာကို မျှ မိမိအစိုးတရ မရှိသည့်ဖြစ်အင်ကို မြင်တွေ့ရလေသောအခါ တဏှာလည်းမသို၊ မာန်လည်းမခိုမိရကား ရှေးဟောင်းတိုက်ပျက် ကြီးထဲ ရောက်နေရသူပမာသာ ရှိချေရာ၏။

[၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ နတ်တလှ၊]



## အချင်းချင်းအန် တစ်ပြန်တစ်လှန် ဆဲ မကျွေးနှင့်

- စကားတင်း ချင်းချင်းပြောနေကြခြင်းသည်လည်း -  
သူပြောရာ ကိုယ်စွဲ၊ ကိုယ်ပြောရာ သူစွဲသဖြင့် အန်ဖတ်ခြင်း  
လဲစားသည်နှင့် ဘာမျှ မခြားနား။

- ကိုယ်ချင်းပွေ့ဖက် အငွေချင်းဆက်နေကြခြင်းသည်လည်း  
သူ့အငွေကိုယ်စွဲ၊ ကိုယ့်အငွေသူစွဲသွားသောကြောင့် အန်ဖတ်  
ချင်းလဲစားသည်နှင့် ဘာမျှ မခြားနား။

၎င်းတို့သည် စွဲ၍ထိ၊ ထိ၍ငြိဖြင့် ဆုံးလမ်းလည်း မရှိ၊ လက်  
ကျန်လည်း မမိဖြစ်နေကြရာ ဘာမျှအကျိုးမရှိသော အချိန်ဖြုန်း သက်  
သက်မျှသာ။

[ ၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ ဝေဒလ္လ၊ ]

# လူဆိုသောစကား လူကြားမှလာနေခြင်း

-အပြောကျ၊ သဘောမှချည်း ထ၊လာသည်ဖြစ်ရာ...  
 မည်သည့် အပြောစစ သဘာဝက မလွတ်နိုင်။  
 -တစ်ယောက်သည် သဘာဝနှင့် အံသွားမကိုက် သဘာဝ  
 မဆိုက်သော မုသားစကားကိုလျှင် ပြောနေညားအံ့။  
 -ထိုတစ်ယောက်သည်  
 မိမိ၏ အတွင်းအဇ္ဈတ္တရှိ မမှန်သဘော လှန်လှောပြနေခြင်း  
 ပင်။  
 တစ်ဦးသည်ကား သဘာဝနှင့်အံကိုက်၊ သဘာဝလည်းဆိုက်  
 သစ္စာလည်းထိုက်သော စကားမျိုးချည်းသာ ပြောကြားလာအံ့...။  
 ထိုတစ်ဦးသည်လည်း...  
 မိမိ၏အတွင်းရှိ အစင်းသိသဘော လှန်လှောပြလိုက်ခြင်းပင်။  
 -သည့်အတူပင်လျှင်  
 လူအသီးသီးတို့ ပြောနည်းမှန်သရွေ့ ကြမ်းသည်ဖြစ်စေ၊  
 နုသည်ဖြစ်စေ အားလုံးပင်လျှင် အပြောဟူသမျှ သဘောမှသာ ထွက်  
 ကျလာခြင်းတည်း။

[ ၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ ဝေဒလ္လ၊ ]

## အတိုက်သန် အခံမနားသာ

- ကိလေသာတို့၏ အငွေ့တိုက်သည်  
 သတ္တဝါတို့၏ စိတ်နှင့်သဏ္ဍာန်ဝယ် ဘဝဘဝါ ကမ္မဒူကမ္မာ  
 ဆိုက်လိုက်လျက်ကချည်း တိုက်ခိုက်ဖျက်ဆီး၍ နေတော့လေရာ-  
 - သမင်မွေးရင်း ကျားစားရင်းပမာ  
 မည်မျှပင် ဘဝတွေရရ နားရသည်ဟူ၍ပင် မရှိခဲ့စဖူးချေ။  
 နောင်လည်းပဲ ဘဝမည်ရွှေသာဟူ၍လည်းကောင်း၊ ကံပေါင်း  
 မည်မျှသာဟူ၍လည်းကောင်း၊ လက်ကျန်စာရင်းချပြနိုင်လိမ့်ဦးမည်  
 မဟုတ်သေး။

ထိုအတိုက် ထိုအခံတို့သည်  
 ခံ၍သာ တိုက်နေသလော၊ တိုက်၍သာခံနေသလော ဆိုသည်  
 ကို ကား...

ကာယကံရှင်မှတစ်ပါး အခြားလူတို့ မသိနိုင်ရာပြီ။

[ ၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၁၄ ရက်၊ ဝေဒလ္လ၊ ]

## မချော့ မချောက် ဖြတ်လျှောက်လျှောက်

ကာမအာရုံသို့ အစုန်လိုက် လိုက်နေခြင်းများသည် ချော့မြူ ကပ်ခိုး သူ့အောက်ဝင်လျှိုးရာ ကျနေခြင်းကြောင့် လျှိုးများလေ တိုးပွားလေသာ။

တစ်ဖန်... မသိမ်းမပိုက် အဆန်တိုက် တိုက်နေပြန်လျှင်လည်း ခြိမ်းချောက်ရွယ်မိုး လှုံ့ဆော်တိုး တိုးရာကျနေပြန်သောကြောင့် အတိုးများလေ တိုးပွားလေချည်းသာ။

အကယ်တိတိ

သူ့ဘက်သို့ စိတ်ဦးမလှည့် မိမိကျင့်ပွားမြဲ မှတ်သတိဖြင့် တည့်တည့်ကြည့် တည့်တည့်မိ တည့်တည့်ချည်း သိသိနေတော့လျှင် ကား....

အချော့နှင့်အချောက်တို့အကြား ဖြတ်သွား သွားရာကျနေခြင်းကြောင့် ဖြတ်ကြောင်းများလေ ခေါင်းပါးလေချည်းသာ။

[ ၁၃၅၉ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ ၀၈၃၅၅၂ ]

# ရင်ပူလို့ ရေတောင်း မီးဖိုစောင်းက ထွက်ခဲ့ပါ

-ဘုရားစသား အရိယာများ၏ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ကား...  
နိဗ္ဗာန်။

-သတ္တဝါအစားစားတို့၏ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ကား...မေထုန်။

- နိဗ္ဗာန်သည် မည်သည့်ကိလေသာနှင့်မျှ မရောယှက်ရာ။

- မေထုန်ကား ကိလေသာအားလုံးတို့၏ နားသက်ရာ။

ဤသို့လျှင် မိုးနှင့်မြေ ခြားနားလျက်ရှိချေရာ...

- ဘုရား၊ တရား ကျင့်ပွားလိုပါသည်။

- အရိယာတို့သာ သိအပ်သော သစ္စာတရား မျက်မှောက်  
ပြုလိုပါသည်။

သင် ထိုစကား... သင့်မယား ဘေးနားထားပြောနေသမျှ  
မီးဖိုကြား ကားရားခွထိုင်လျက် ရေတောင်းနေသူနှင့် ဘာမျှမခြား  
နား။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နယုန်လပြည့်ကျော်၊ ၆ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊ ]

# ကျောင်းကြမ်းနင်း ကျောင်းတွင်းချေးသေးပါ

ငါသည်...

ကျောင်းသစ်တစ်လုံးလုံး လက်ခံရရှိသောနေ့၏ ပထမဦးဆုံး  
ယင်းကျောင်းထက်သို့ တက်အံ့ဆဲဆဲအခါမျိုးတွင်

အင်း... ကျောင်းတော့လက်ခံပြီးပြီ။

သည်ကျောင်းပေါ်မှာနေပြီး မင်းဘာလုပ်မည်လို့ စိတ်ကူးထား  
တုံး ဟူသောစကား ဦးဦးဖျားဖျားမေးထားကြည့်တတ်ခဲ့၏။

အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော်...

ကျောင်းပေါ်ရောက် ကျောင်းပျော်လောက်နှင့်ပင် ပြီးစီးသွား  
လေ့ရှိပြီး မူရင်းကိစ္စမေ့၊ အတွေ့ကြော မျောသွားတတ်လှသော  
ကြောင့်...။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နယုန်လပြည့်ကျော်၊ ၆ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊ ]

# ကျောင်းဆွမ်းစား ကျောင်းဘုရား ရန်လုပ်

ငါသည်...

ဆွမ်းအသစ် တစ်ထပ်တစ်ထပ် စားသုံးခွင့်ရလေတိုင်း...

မစားသုံးမီ... မင်း... သည်ဆွမ်းစားပြီး ဘာလုပ်မည် စိတ်  
ကူးထားလဲဟူ၍ တီးခေါက်ကြည့်ရ၏။

စားပြီးနောက်လည်း... အင်း... သူတကာလှူသောဆွမ်း၊  
ဝမ်းသာအားရဖြင့်တော့ စားခဲ့ပြီးပြီ။

သူ့ဆွမ်းစားပြီးနောက် သူ့အတွက် ဘာလုပ်ပေးဖို့ စိတ်ကူး  
ထားသေးလဲ မေးကြည့်ရသေး၏။

အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော်...

ဆွမ်းဆိပ်တက်၍ ဆွမ်းသက်ဝင်သွားလေသောအခါ

တဏှာ၊ မာန၊ ပပဉ္စတို့ နိုးထလာလေ့ရှိသောကြောင့်...။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နယုန်လပြည့်ကျော်၊ ၆ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊ ]

# ကျောင်းဆေးသောက် ကျောင်းအောက် မျောက်မထား

ငါသည်...

အများတကာတို့ လှူဒါန်းသောဆေးကို မှီဝဲခွင့်ရလေတိုင်း  
အင်း... သူတကာတို့လှူသော အသက်ကယ်ဆေးကို တော့  
သောက်သုံးပြီးပြီ။ သက်ရှည်ကျန်းမာခွန်အားများဆွ လာခဲ့သော် မင်း  
ဘာကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ဖို့ စိတ်ကူးထားလဲ... မေးကြည့်ရ၏။  
အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော်...  
ဆေးမရှိရသောအသက်ဖြင့် ဘုရားအာဏာစက် တော်လှန်  
လျက် ရှိတတ်လေသောကြောင့်...။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နယုန်လပြည့်ကျော်၊ ၆ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊ ]



# ကျောင်းသင်္ကန်းဝတ် ကွင်းညွတ်ကျောင်းပတ်ထောင်

ငါသည်

သင်္ကန်းသစ်များ လက်ခံရရှိလေတိုင်း

အင်း... အများတကာကတော့ မင်းကို ရဟန်းဆိုပြီး သင်္ကန်း  
ဆီးပေးနေပြီ။ မင်းကကော ရဟန်းလုပ် ရဟန်းရုပ်ပေါက်ရဲ့လား  
မေးကြည့်ရသေး၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်

သင်္ကန်းဝတ်ပြီးကာမှ သင်္ကန်းညွတ်ဖြင့် သူတကာတို့သို့ ကွင်း  
လျှောထောင်သောအကျင့် ခေါင်းဝင့်လာတတ်သောကြောင့်...။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နယုန်လပြည့်၊ ၆ ရက်၊ ဝေဒလ္လ၊ ]

## ထုတ်ပေး ပေး သူဌေးမခံသာ

သစ်တောဝါးတောပိုင်ရှင်သည်...

သစ်ဝါးများမည်မျှပေါများပါစေ...၊ ကြေးပေးတိုင်းခုတ် သစ်ပင်မှ သစ်အဖြစ် ထုတ်ယူပေးသော် သစ်တောပြုန်း၍ သစ်ဝါးတို့ သုဉ်းသောကာလ သစ်ရိပ်တောရိပ် မခိုနိုင်။

သည်အတူ... ထင်းတောပိုင်ရှင်က ထင်းရှားရာဒေသ ဈေးကောင်းရ၍ ခုတ်ရောင်းခြင်း၊ မြေဆီပေါသော လယ်တော၊ ယာတော ရှင်တို့က မျိုးဖြင့်စုပ်၍ မြေဆီကို ရောင်းထုတ်ခြင်း စသည်များ၌လည်း ၎င်းတို့တစ်စတစ်စသုဉ်း၍ လုံးလုံးမရှိတော့သောကာလ ကိုယ်ပိုင် အရိပ် တစ်ဆိတ်ကမ မခိုနိုင်။

လူတို့တွင်လည်း သွေးသားများ မည်မျှပင်ပေါပါစေ။

သွေးသားဖြင့် ထုလုပ်ထားသော မိမိအဆင်းရုပ်ကို ထင်းလုပ်၍ ရောင်းသည့်ပမာ ဖိုသည်မသို့၊ မသည်လည်းဖိုသို့ ဘဝကို ရောင်းချမိချေသော်...

သွေးကုန်သားဆုံး အင်အားသတ္တိများ ပျက်သုဉ်းသောကာလ မိမိဘဝရိပ် သက်တမ်းစေ့မခိုနိုင်။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ဝါဆိုလဆန်း၊ ၅ ရက်၊ ၀၈၅၅၊ ]

## ရုံမက်လို့ ရုံဖက် ရုံပျက်တော့ အသက်ပါ

ရုံမင်တတ်သော တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိသုံးပါးသည်...

ရုံမင်စရာ ငါ၊ ဝတ္ထု၊ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သို့ ပူးဝင်ရာ၌...

က။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရုံမင်လေ့ရှိသူသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကို မြတ်နိုးခြင်းမာန၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပျော်ရွှင်စေလိုခြင်း တဏှာ၊ အငြိပါနေရကား၊ ကိုယ်တိုင် အပင်ပမ်းခံကာ ဘာကိုမျှ အားမထုတ်လိုဘဲ၊ ပစ္စည်းရှိသမားအား လင်ထားမယားနေ အသုံးတော်ခံအနေဖြင့်ပင် ဘဝနှင့် မျိုးရိုးဖျက် အသက်ဆက်လေ့ရှိကြသည်။

ခ။ သူတစ်ပါးတို့သို့ ရုံမင်လေ့ရှိသူသည် သူတစ်ပါးအား ငါပိုင်သိမ်းပိုက်လိုမှုဒိဋ္ဌိ၊ သူတစ်ပါးကို ဇိမ်ခံအရာထား ပျော်ပါးလိုမှု တဏှာ၊ အငြိပါနေရကား ကိုယ့်ကိုယ်ကို အပင်ပမ်းခံ သူတစ်ပါး ဆင်ကြီကြီလျက်က ပစ္စည်းမဲ့ အရိုးခံ အဖိုးတန်များအား လင်ထားမယားထား ဇိမ်ခံအရာထားလျက်က အသက်ဆက်လေ့ရှိကြသည်။

ဂ။ ကိုယ်သူအကြား၊ အာရုံများသို့ ရုံမင်လေ့ရှိသူသည်ကား၊ အားလုံးသော တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိတို့ အငြိထူပြောရကား ကိုယ့်ကိုယ်ကား အပင်ပမ်းမခံ၊ စိတ်ကိုသာ အပင်ပမ်းခံကာ အာရုံခင်တို့ အာရုံ

မြင် ခုံမင်ထကြွစေနိုင်သည့် ဝတ္ထုခေါ် ပစ္စည်းအသစ်အဆန်းများကို တီထွင်ထုတ်လုပ်လျက်က တစ်ဖက်သား၏ အသွေးအသားများကို လည်းကောင်း၊ တစ်ဖက်သား၏ အာရုံကိုလည်းကောင်း အလုံးစုံ အသာစီးလုပ်၊ အရာရာလက်ဝါးကြီးအုပ်လေ့ရှိကြသည်။

ပပဇ္ဇ၏ အချဲ့တရားသုံးပါး လူတို့ကြား တာစား၍ နေချေရာ အချဲ့လွန် ကျယ်ပေါက် မလွယ်ပေါက် တိုးမိမှာ သေချာပြီ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ဝါဆိုလဆန်း၊ ၅ ရက်၊ ၀၈၃၅ ]

# စုန်လျှင်မျော စုန်လျှင်မော အတောမသတ်ရာ

ကာမအာရုံ ကိလေဟုန်တို့သို့

စုန်လိုက် လိုက်မိနေပြန်လျှင်လည်း ဘဝကိုချွေးသိပ်ပေးရာ ကျနေတတ်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ သူ့ဘက်ကာမချော့သိပ် သိပ် ပေးရာကျနေတတ်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ သူပျော် ကိုယ်ပျက် ဝဲဂယက်မှ လွဲမထွက်သာတော့ပြီ။

အကယ်တိတိ ကာမအာရုံကိလေဟုန်များကို

ကန့်လန့်ပင်လိုက် ဆန်တိုက် တိုက်နေမိပြန်လျှင်လည်း ကာမ ကို လှုံ့ဆော်ရာရောက်နေသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ တစ်ဖက်သား အား ရန်စ၊ရာရောက်နေသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ရန်မီးကြား အသွားကခက် အတားကလည်း ဖျက်တော့မည်။

အကယ်တိတိ ကာမအာရုံ ကိလေဟုန်များအပေါ်

စုန်၍လည်းမလား၊ ဆန်၍လည်း မသွားလေဘဲ၊ သတိဖြင့် အမှတ်သားထား၊ အသိဖြင့်ပင် ဖြတ်သွား သွားနေတော့လျှင်ကား-

- မေ့မြို့လည်းမဟုတ် ဆွေ့စုန်လည်းမဟုတ်

- အစုန်ဟူ၍လည်းမခေါ် စည်းကိုလည်း မကျော်ဘဲ  
 ကြုံရာပေါ် ကျော်စုတ် သူနှင့်ကင်းရာသို့ ထုတ်ပြီးသား ဖြစ်  
 နေတော့ခြင်းကြောင့်
- ချွေးသိပ်ရာလည်းမကျ လှုံ့ဆွရာလည်း မကျ
- သင့်ဘဝ ဟန်ရ ပန်ရ ဖြစ်တော့သည်။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊ ]

## ဝမ်းစာရှာ တံငါစီးလှေမှောက်

ဘဝတစ်ခုရလေတိုင်း

ဘဝနှင့်အပ်စပ်ရာရာ ဝမ်းစာကား ရှာကြံရစေမြဲချည်းသာ။

ထိုသို့ ရှာမှီးကြလေရာဝယ်...

မုဆိုးနားနီး မုဆိုး၊ တံငါနားနီး တံငါ ဆိုရိုးစကားအတိုင်း  
ရေနီး၊ ကုန်းနေ နီးစပ်ရာ ရှာဖွေနည်းကို သုံးကြပေလိမ့်မည်။

ထိုတွင် ရေနီးလူသားများ ရေလျှင်ကျက်စား ငါးရှာသွားကြရာ  
အချို့ကား လှေမှောက်သဖြင့် အဏ္ဏဝါရေပြင်ကြော မျောပါသွားကြ  
ရ၏။ အချို့ကား လှေပျက်သဖြင့် အဏ္ဏဝါရေပြင်ထက် သက်ချည်  
တက်ချည် ဖြစ်နေ၏။

-လှေမှောက်၍ ဖြစ်စေ၊ လှေပျောက်၍ ဖြစ်စေ၊

-ရေဝင်စက်လက် လှေကွဲအက်၍ ဖြစ်စေ

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ထိုငါးရှာသမား တံငါသည်များအဖို့  
ပင်လယ်ပြင် ဝမ်းဗိုက်တွင်း ကမ်းလမ်းမမြင် ခရီးပြင်းချဉ်းနင်း၍ချည်း  
သွား သွားနေရရှာတော့ရာ...

-ဤရေပြင်၏ အစကား ဘယ်မှာဘယ်ကဟူ၍ မသိကြရ  
ပြီ။

-ဤရေပြင်၏ အဆုံးလည်း ဘယ်မှာဘယ်ထိဟူ၍ မသိကြ  
ရပြီ။

သည့်ပမာလျှင်

ဘဝအဏ္ဏဝါကြော အာရုံငါးပေါရာအကြား မျှောသွား သွား  
မိကြလေသော လောကသားတို့အဖို့လည်း တဏှာရေမွန်း စိမ်ရေကြီး  
စီးလွန်းနေကြရာ

-ရှေ့ဖြစ်ကိုလည်း အတပ်မသိနိုင်ရှာကြပြီ။

-နောက်ဖြစ်ကိုလည်း မမှတ်မိနိုင်ရှာကြပြီ။

ကုန်းနေတောတိုး သားလိုက်မုဆိုးတို့မှာမူကား...

မျက်စိလည်တောမှား တောနက်ရာအကြား ရောက်သွားကြ  
လေရာ ကျားစာအဖြစ်ဖြင့် ဘဝကုန်၊ ဆင်မုန်ယိုအလိုက်ကြမ်းသဖြင့်  
ကမ်းပါးထဲကျဖြင့်လာခဲ့ရာ ဌာန ပြန်လည်ကာ မရောက်လာကြ  
တော့ပြီ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊ ]



# မင်းဘိသိက်ခံ ဘုရားရှိခိုး

အစိန္တေယျ အ ပမေယျ ဇေဋ္ဌ သေဋ္ဌ  
 အနန္တကံ အနန္တဉာဏ် အနန္တဘုန်းလျှံ အနန္တတန်ခိုးဈာန်  
 ဖြိုးဖြိုးလျှံမျှ ဝိုင်းရံခဖြင့် နှိုင်းမရတူ ဘက်မပြုကြောင့်  
 နတ်လူခပင်း အမင်းမင်းတို့  
 ဝပ်စင်းကော်ရော် ပူဇော်တုတ်ကွ ဦးခိုက်ရသော သကျနွယ်  
 ဘွား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား... အရှင်ဘုရား၏  
 ကိုယ်ထားသက်ကြွ သရီရအမွေတော်...  
 နှုတ်ထားသက်ကြွ ဓမ္မအမွေတော်...  
 ကိုယ်ပွားဟိတ်ခ ဥဒ္ဓိဿမွေတော်...  
 ကိုယ်သုံးဖြစ်ထ ပရိဘောဂအမွေတော်...  
 ရှင်တော်ကိုယ်စား ထိုလေးပါးတို့ သိုထားဖန်ဆင်း နာမ်တော်  
 ချဉ်းသည့် မင်းဘိသိက်ခံ ဂုဏ်ဟိတ်ရံဖြင့် နာမံထင်ရှား ရှင်ဘုရား  
 အား ညွတ်တွားစင်းစင်း မာန်ကင်းစိတ်ဖြူ ကျွတ်ဆုယူ၏။  
 ကျွန်မူယခု ဤကောင်းမှုဖြင့်  
 တောင်းဆုပန်ဆင် ဘိသိက်ဝင်သည် မင်းယဉ်စင်စစ်ဖြစ်စေ  
 သော် သဗ္ဗညုမြတ်ရှင်စော သြကာသ... သြကာသ...။ ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၈ ရက်၊  
 ဝေဒလ္လစခန်း၊ ဒီးဒုတ်တောင်၊ ]

# တစ်ရာထဲ တစ်ယောက်ဖြစ်အောင်နေ တစ်ယောက်ထဲ တစ်ရာ မဖြစ်စေနှင့်

ကမ္မဋ္ဌာန်းသမားတစ်ဦးသည်

မိမိစိတ် မိမိနိုင်နင်းနေပြီဖြစ်သဖြင့် မလှုပ်မယှက် မကလက် တော့သောအခါ ပရိသတ်ရာထောင်သောင်းတို့အကြား သွားရောက် နေသော်မှလည်း တစ်ခုတည်းသော အာရုံဝယ် တစ်ခုတည်းသော စိတ်ဖြင့် ဧကစာရီအကျင့် ကျင့်လျက်နေတော့သည်သာ...။

အကယ်တိတိ

စိတ်အလိုလိုက် ကိုယ့်အကြိုက်လိုက်ပါ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာ နေသော ကမ္မဋ္ဌာန်းသမားဖြစ်ပါမူကား တစ်ယောက်တည်းတည်း နေ သော်မှလည်း အာရုံထွေပြား စိတ်ကစားနေသောကြောင့်ပင်လျှင် ထို စိတ်ကား ရာထောင်တို့အကြား သွားရောက်ကစားနေမည်သာ။

**[၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ ၀၅၃၅။]**

## သံမကောင်း ဓားစောင်းမထက်နိုင်

ဘဝချင်းစက် ဆက်လျှောက်ပါလာကြသော ဉာဉ်၊ စရိုက်၊ ဝါသနာများသည် အချိန်ကိုလည်းကောင်း၊ အရွယ်ကိုလည်းကောင်း၊ ဝါးမြိုလျက်ကသာ ရှေ့တာထွက် ထွက်၍ ထွက်၍သွားလေ့ရှိရာ-  
 ငယ်စဉ်ကာလ သားသမီးဘဝဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ တပည့် အဖြစ်ဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ နေရာယူတိုင်းလျှင် သားသမီးကောင်း ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ တပည့်ကောင်းဟူ၍လည်းကောင်း ဖြစ်မလာ သောသူသည်

ကြီးသောကာလ မိဘနေရာ ရပြန်လျှင်လည်း မိဘကောင်း မဖြစ်နိုင်။

ကြီးသောကာလ ဆရာနေရာ ရလာလေတိုင်းလည်း ဆရာ ကောင်းကား ဖြစ်မလာစေနိုင်။

[၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊]

## ဓားဟောင်းပေး သွေးပြီးမှကိုင်

အတိတ်က ဒါနရိက္ခာပါမလာလေသူ  
လက်ရှိဘဝ ကာမစည်းစိမ်ခံစားရာ၌ ဘဝပေးနံ့ချာမည် မုချ  
တည်း။

အတိတ်က သီလရိက္ခာ ပါမလာသူ  
လက်ရှိဘဝ ကျန်းမာရေးနံ့ချာမည် ဧကန်တည်း။

အတိတ်က ဘာဝနာရိက္ခာပါမလာသူကား  
လက်ရှိဘဝ၌ ပညာရေး နံ့ချာနေမည်သာ လက်တွေ့တည်း။  
ထိုသုံးဦး

ကန်နိမ့်ကို မြင့်တင်ပေးမှသာ ရေတင်များ ရေအားကောင်း  
ကောင်း သုံးရဘိသို့လည်းကောင်း။ ကန်ပေါက်ကို ဖာထေးပေးမှ  
သာ ထားရာရေ အနေကျ ကြာမျိုးစုံခ,ဘိသို့လည်းကောင်း၊

ရေကျကောင်းရာ ကန်ဆည်ပေးထားမှသာ စီးသမျှဝင် ကန်  
ပီပြင်ဘိသို့ လည်းကောင်း၊ ယခုဘဝမှာတွင် ဒါနမှု၊ သီလမှု၊ ဘာဝနာ  
မှုတို့ကို ပြုစုဖို့ လိုအပ်လေသည်။ စေတနာရှေ့တိုးကောင်း နောက်  
ကြောင်းအကျိုးပေးများ မနေသာပြီတကား။

[၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ ဝေဒလ္လ၊]

# ၀ အလုပ် ဝိ က ထုတ်ပြုလိမ့်မည်

သတ်မှု၊ ခိုးမှု၊ ကာမေသုတို့၌ဖြစ်စေ  
စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ စောင့်စည်းခြင်း ဒါန၊ သီလမှုတို့၌ဖြစ်စေ  
ကိလေသာ ချွေးသိပ်ခြင်း၊ ကင်းဆိတ်ခြင်း သမထ၊ ဝိပဿ  
နာမှုတို့၌ဖြစ်စေ။

အကျင့်စ ၀အောင်သာပြုကျင့်နေခဲ့သော်  
လမ်းစဉ်တည့် ပြည့်အောင်အထိ ပြုကျင့်နေခဲ့သော်  
၀၀ ဟူသော အကျင့်အသိတို့နောက် ဝိသေသဟူသော  
အထူးပြုမှုက အလိုလိုပင် ရောက်လာပေလိမ့်မည်။ ရောက်ရန် မျှော်  
ဖော်ရန်ပင် မလို။

မကောင်းမှုပြုသူက ကောင်းဟန်ဆောင်ခြင်း  
ကောင်းမှုပြုသူက ကောင်းသထက် ကောင်းဟန်ဆောင်ခြင်း  
ထိုဟန်ဆောင်ခြင်းနှစ်မျိုးတို့ကား ၀ မရှိဘဲ၊ ဝိ ဖြစ်ရန် ကြိုးစားခြင်း  
သာတည်း။

[၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ ၀၀၃၅၅၊]

## တိမ်မျက်စိ အရှိမမြင်သာ

ရာဂ၊ ဒေါသစသည် အနုသယပိုး ထိုးကျင့်ခံနေရလေသူ တစ်ဦး။

မျက်စိ နားဝ ပြင်ပ ဗဟုသုတ အပြည့်အဝ မရရှိလေသူ တစ်ဦး။

ထိုနှစ်ဦးစလုံး

မျက်လုံးအိမ် အတွင်းတိမ်၊ အပြင်တိမ် စွဲကပ်နေသူပမာ မည် သည့်အရာကိုမျှလည်း နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း မမြင်ရတတ်။ မည်သည့် အတွင်းကိုမျှလည်း ထိုးထိုးထွင်းထွင်း ချဉ်းနင်း မမြင်တတ်။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၉ ရက်၊  
ကျောက်ထီး၊ ]

# ထရုံတွင်းက ပါးစပ် ထရုံပြင် အစာမဟပ်မိ

သူတစ်ပါး မကောင်းကြောင်း ထောင်းထောင်းထ ပြောကြား  
နေလေသူ တစ်ဦး။ မိမိ၏ မကောင်းသုံး လုံးလုံးကြီး ဖုံးဖိထားလေ  
သူ တစ်ဦး။

ထိုနှစ်ဦးစလုံး-

အချုပ်ခန်းတွင်းက လူသား ပြင်ပထမင်းမစားရသည့်ပမာ  
နိယျာနိခေါ် လွတ်မြောက်မှု၏အရသာ ခံစားခွင့် မရနိုင်။  
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်...

ဝိမုတ္တိရသ၊ ဓမ္မရသများသည် ကိုယ့်အပြစ် ကိုယ်ရှုသူမှသာ  
တွေ့နိုင်မြင်နိုင်ပြီး။

အပြောမပါ သဘောဓမ္မတာကိုသာ ရှုကြည့်ရသောကြောင့်  
တည်း။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၉ ရက်၊  
ကျောက်ထီးတောရစခန်း၊ ကျောက်ဆည်၊ စဉ့်ကိုင်၊ ]

# ဒီးဒုတ်က ဒီးဒုတ်လို့ဘဲ အော်မြည်သည်

သူတစ်ပါးတို့သို့ မကောင်းမြင် မြင်လေသူတစ်ဦး

သူတစ်ပါးသဘော မကောင်းပြော ပြောကြားနေသူတစ်ဦး

ထိုနှစ်ဦးစလုံး-

မိမိမကောင်းသေးကြောင်း မောင်းခတ်ကြေညာနေခြင်းသာ

တည်း။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၉ ရက်  
ကျောက်ထီးတောရစခန်း ]



# မီးခဲမမှုတ်နှင့် ဟုတ်ခနဲ ထတောက်မည်

ဓာတ်လျှင်ဓာတ်ချင်း စီးဆင်းကူးဝင်မြီပင် ဖြစ်ချေရာ...  
သူ့အပြစ်ကိုချည်း ရှုသိနေက ငြိမ်းပြီးမီးပင် ထ,တောက်စေ  
နိုင်သည်။

အကယ်တိတိ

သူ့အပြစ်မှာ ဥပေက္ခာ၊ ကိုယ့်အပြစ်ကိုယ်ချည်းသာ ရှုသိနေ  
ခဲ့ပါသော်ကား.....

တောက်ဆဲမီးသည်ပင် ရုတ်တရက် ငြိမ်ကျသွားစေနိုင်သည်။

အာရုံလှိုင်း၊ လေလှိုင်းပမာပင်ဖြစ်ရာ

အာရုံလွင့် အပင့်ရှိလေတိုင်း အာရုံဖမ်း အငမ်းပေါ်တတ်မြီ  
တည်း။

အာရုံမှန်း အဖမ်းပေါ်တိုင်းလည်း အာရုံဆင့် အလွင့်ပေါ်တတ်  
မြီတည်း။

ထိုအလွင့်နှင့် အဖမ်းတို့သည်ကား...

၆၂

**ဝနဝါသီဥေယျဓမ္မသာမိထေရ**

တစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ကြိုးသွယ်မထားသော်မှ အခိုးသယ်အား  
ဖြင့်ကား ဆွယ်မိတွယ်မိပြီးသား ဖြစ်နေတတ်ရကား...

- ချစ်တေးလွင့် ချစ်ခွင့်ရသည်သာ။
- မုန်းတေးဖျန်း မုန်းခန်းဝင်ပြီသာ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၉ ရက်၊  
ကျောက်ထီး၊ ]

# ဝေးဝေးနေလေ ငါ့မိတ်ဆွေ နီးနီးဆံ့မူ ငါ့ရန်သူ

အတွင်းရန် အညှင်းမခံလိုသော်...  
ကိုယ်ချင်းလာမချိတ် စိတ်ဖြင့် တိတ်တိတ် ချစ်တတ်သူကို  
သာ လက်ခံပါ။

အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော်...  
အတွင်းထ,ကိလေသာရန်ဟူသည်  
-တစ်ဖက်အာရုံပြု အကူရမှသာ ထ,ကြွလေ့ရှိသည်က တစ်  
ကြောင်း၊

-တစ်ဖက်နှင့်ပေါင်း အကောင်းထင်မှသာ သောင်းကျန်းလေ့  
ရှိသည်က တစ်ကြောင်း၊

- တစ်ဖက်နှင့်ဝေးက အတွေးသည် အတွေးမျှဖြင့်သာ ပြီးပြေ  
သွားသည်က တစ်ကြောင်း၊

ဝေးလျှင်ပြတ် အပါတ်ပျက်နေသောကြောင့်တည်း။  
နီးလျှင်ပတ် အပြတ်ဆက်ပေးနေသောကြောင့်တည်း။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊  
ကျောက်ထီး၊ ]

# ခွေးလိုဟောင်လာသူထက် တေးဆိုမြောင်လာသူကို သတိထား

အနီးနေအတွင်းထား မိတ်ဆွေထင် ကြင်သူများထံမှ ပစ်လွှတ်  
နေသော ချစ်မြှားတို့ကိုကား...

ငါ ရန်သူဟေ့လို့လည်း မကြွေးကြော်၊ ကြွေးကြော်နေသော်  
မှ မိမိက ရန်သူဟူ၍ မမြင်...။

တုတ်ဓားဆွဲ သတ်မည်တကဲကဲလည်းမပြု၊ ပြသော်မှ မိမိက  
သူတကယ်သတ်မည်ဟူ၍ မထင်...

သို့ကြောင့် တိမ်းရှောင်ရန် ခဲခက်လှချေ၏။

ဝေးနေပြင်ရောက် တစ်စိမ်းပြင်အသွင်ပေါက်နေသူတို့ထံမှ ပစ်  
လွှတ်လိုက်သော မုန်းမြှားတို့ကိုကား...

စင်းရေလည်းမများ၊ ပစ်သားလည်းမကျ၊ အရူလည်းမဖော်၊  
အော်၍လည်း ဝင်လာနေသောကြောင့် ရှောင်ရန် မခက်ခဲလေ...။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော် ၁၀ ရက်၊  
ကျောက်ထီးတောရ၊ ]

# ကြိုက်လို့လာ လာလို့ကြိုက် မည်သို့အပြစ်ရှိ

အာရုံသည် ညှို့ဓာတ်ပါသော အရာမျိုးပင် ဖြစ်ချေရာ တိုက်လည်းတိုက် ဆွဲလည်းဆွဲငင်လေ့ရှိ၏။

အာရုံညွတ် လက်မလွှတ်နိုင်သေးသော လူသားတိုင်းသည်လည်း အာရုံလာ အာသာငင် အခင်ဖြစ်လေ့ရှိတော့သည်။

ငါသည် ကွမ်းဓာတ်စာခိုက်၏ ကွမ်းမြင်လျှင် မနေသာ။  
ကွမ်းပင်သည် ကွမ်းရှင်၏ အမြောက်အပင့်ဖြင့် ငါ့ထံဝင့် ဝင်လာ၏။

ထိုစဉ်... ငါသည် ကွမ်းအစ်ကိုကြည့်လျက်က ရှိလို့ ဝါးသည် ဟူ၍ ဆင်ခြေပြန်ပေးလိုက်ရာ...

ကွမ်းအစ်ကြီးထဲရှိ ကွမ်းများကလည်း ဝါးလို့ရှိသည်ဟူ၍ပင် ဆင်ခြေပေးနေချေတော့သည်သာ။

ဤသို့ဤနယ် ကွမ်းနှင့်ငါ အပြန်အလှန်စွပ်စွဲနေကြရာ...  
ငါသည်ပင် တစ်တရားခံလော...၊ သူသည်ပင် တစ်တရားခံလော၊ အဖြေမှန် ဧကန်ကိုကား ကြားနေတို့ကသာ ဝေဖန်ပေးကြပါကုန်။

[၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ကျောက်ထီး]

# ရာဇဝတ်နှင့် တရားမ သင်ဘာကို သဘောကျသနည်း

မုန်းသူနှင့်ဖြစ်သောရန်သည် ရာဇဝတ်မှုခင်းများပမာ တစ်ခါ  
နှင့်ပင် ကင်းရှင်း၏။ စာရင်းတာမရှည်စေ...။

ချစ်သူနှင့်ဖြစ်သောဒဏ်သည်ကား တရားမမှုများပမာ တစ်  
သက်နှင့်လည်း မပြီးစီး။ နှစ်သက်နှင့်လည်းမပြီးစီး ခရီးတာရှည်လှ  
ချေ၏။

လူတို့သည်...

မုန်းသူကို ရန်သူထင်၍ ချစ်သူကိုကား မိတ်ဆွေထင်နေ  
တတ်ကြသည်။

စင်စစ် မုန်းသူပေးသောရန်ကား အခံရခက်သောကြောင့် မည်  
သူမျှ တသသလည်းမစွဲ၊ တဖွဖွလည်း မကဲချေ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊  
ကျောက်ထီး၊ ]

# ခေတ်ဇောက်ထိုး နောက်ပိုး ပိုး တိုးမဝင်ချင်နှင့်

ခေတ်ဆိုသော အခိုက်ကာလသည်  
 ကာလသား၊ ကာလသမီးမည်သော ကာမသွေးတက်စ ပင်  
 ကိုယ်ညှဉ်၊ မျိုးရိုးဗီဇညှဉ်တို့၏ သတ္တိစွမ်းပြရာတွင်...  
 ၎င်းတို့အကြိုက် ကုန်သည်ပွဲစားတို့ တီထွင်ဆန်းသစ်ပေးကြ  
 ရာမှ ခေတ်ကိုအတည်ပြု လက်ခံနေကြရ၏။ ထိုတွင်...  
 အများတီထွင်ရာ လိုက်လံပြုကျင့်က ခေတ်နောက်လိုက်  
 တည်း။  
 အများတန်းတူ တီထွင်အသုံးပြုတတ်ပါမူ ခေတ်မီသူတည်း။  
 အတူလည်းမယူ အတူလည်းမလိုက် ညှဉ်ကို လှန်တိုက်သူ သာ  
 ခေတ်ဆန်သူတည်း။  
 ထိုခေတ်ဆန်သူသည်...  
 လက်ရှိခေတ်၏ အသုံးအနှုန်းများကို လွန်ဆန် ကာမဒဏ်  
 ကိုလည်း တော်လှန်လျက်ရှိသောကြောင့်...

၆၈

**ဝနဝါသီဥေယျဓမ္မသာမိထေရ**

- ကိုယ်ကျင့်မှန်ကန် အတွေးခေါ်လည်း ရင့်သန်၏။
- စိတ်ထားဖြူစင် သွေးသားလည်း ကြည်လင်၏။
- အပြောနုညက် ကိုယ်အမူအရာလည်း မကလက်။
- ထိုခေတ်ဆန်သူ၏ အလှမျိုးကို မည်သည့်အလှမျှ
- မလွှမ်းမိုးနိုင်။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊  
ကျောက်ထီး၊ ]



# အနိုင်ဖြင့်သာ ပိုင်းထွက် ထွက် အရုံးပွဲ မဆက်မိစေနှင့်

လောကဿ- ဥတ္တရော လောကုတ္တရောဟူ၍ ဆိုထားလေရာ  
လောကထဲမှ ခွဲထွက်သွားခြင်းသည် လောကုတ်ဟူ၍ပင်...။  
လူသားတိုင်း...

တစ်နေ့ လူ့လောကထဲမှထွက် သေဘက် သက်ကျရဦးမည်

သာ။

ထိုသို့ လူ့လောကထဲမှ ခွဲထွက် ထွက်ကြရာ၌...

အချို့ကား... လူ့ရွာ လူ့ဘာသာဖြင့် လူ့ကာမဂုဏ် ကစား  
ကွက်အကြား မိမိခန္ဓာ အရုံးထားလျက်က လုံးပါးပါးကာ ထွက်ခွာ  
သွားရရှာသည်။

အချို့ကား... ကာမနွံ အကျံမခံ ဓမ္မလွန်တန်ပြန်ဖြင့် ကာမ  
ပေါ် ဓမ္မဖက် အနိုင်ဖြင့်ပိုင်းထွက် ထွက်ခွင့်ရသွားကြသည်။ ထိုတွင်-

-ကာမလောင်းကစားအကြား ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရွေးမသွားနိုင်  
သူက များပြား၏။

-ကံကြွေးဟောင်းတောင်းစား ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရောင်းမစားသူ  
က နည်းနည်းပါးပါး။

ထိုကံကြွေးဟောင်း တောင်းစားရုံမျှ ရယူခံစားနေသူသည်-  
သဘာဝ၊ ကာမ မဖက် ဓမ္မဆို ဓမ္မသက်သက်မျှဖြင့်  
လည်းကောင်း၊

စရုဏမှာ ဝိဇ္ဇာဖက် မုတ္တိ၊ ဝိမုတ္တိ လက်ကိုင်လျက်က  
လည်းကောင်း၊

အရုံးအထိလည်း မဆိုင်၊ အနိုင်မျှဖြင့်လည်း မပိုင်းလေဘဲ  
အနိုင်အပိုင်ကိုင် မည်သည့်ကာလ၊ မည်သည့်ဘဝမှာမှ အရုံးမပေါ်  
စေနိုင်သော နိုင်နည်းဖြင့် ပိုင်းချထွက်ခွာခွင့် ရသွားသောကြောင့်..

ထိုသူသည်သာ လောကုတ္တရာသမားစစ်စစ်တည်း။

ထိုသူသည်သာ သခင်မျိုးစစ်စစ်တည်း။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ ကျောက်ထီး၊ ]  
မှတ်ချက်- (၁၂) ရက်နေ့၊ ည အိပ်မက်။

## ခေါင်းညိတ်တစ်ခါ ခေါင်းခါတစ်သက်

တစ်ဦးအပေါ်ကြည်ဖြူ၊ အလိုတူမိရာမှဖြစ်သော ခေါင်းတစ်ညိတ်သည် မှားမှန်းသိ၍ နောက်ပြန်လှည့်လိုသောအခါ တစ်ဖက်က ခွင့်မလွှတ်သမျှ အခါတစ်ရာ ခေါင်းခါယမ်းပြသော်မျှ မပျက်ပြယ်လေ။

တစ်သက်လုံး အရှုံးပေးပါပြီပြောလည်း မောရုံမျှသာ...။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော်၊ ၆ ရက်၊  
ကျောက်ထီး၊ ]

# အတွေးစိမ့် လိမ့်ဆင်း ဆင်းရမည်

ကာမသည် အတွေးမှ ဖြစ်ပေါ်၏။

ကာမ သတ္တဝါတိုင်း လောကရိပ် ချောင်ပိတ်မိနေရာဝယ်...

-အတွေးမြူးသဖြင့် တစ်ဘဝမှသည် တစ်ဘဝဆီ ကူးဝင်  
လာနေကြရ၏။

-အတွေးသန်သဖြင့် တစ်ကံမှသည် တစ်ကံဆီသို့ ဆန်တက်  
နေကြရ၏။

-အတွေးရှေ့သဖြင့် တစ်တွေ့မှသည် တစ်တွေ့ဆီသို့ ကွေ့  
ဝင်နေကြရ၏။

သို့ဆိုသော်... သင့်ထံရှိ အတွေးစိတ်များသည် သင့်အား

အာသဝခေါ် ယိုစီးကြောင်းကြီးအကြား

ပက်လက်ထား- ကားယား၊ ကားယား မျောပါစေသည်  
မဟုတ်လော။

မှောက်လျက်ဆန် ယက်ကန် ယက်ကန် ခံနေရသည် မဟုတ်  
လော။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ ကျောက်ထီး၊ ]

# ဘုန်းဆိုး ပုန်းလျှိုးကွယ်လျှိုး သွားရသည်

ဗုံးကြီးကြီး သော့တံခေါ် စနက်မီး ငြီးငြီးတောက်ထ၊ လာသော်-  
အဆံကွဲ အထဲ အပြင် လွင့်သဖြင့် ကစဉ့်ကလျား အားလုံး  
ပင် သေပွဲဝင်ရမည်။

သည် အတူပင်လျှင်...

ဘုန်းကံကြီးမားသောသူသည်လည်း သီလခေါ် ကံစနက် မီး  
ကြီး ထီးထီးတောက်ပလာက -

သံလိုက်တုံးကြီးဆွဲရာ သံတိုသံစတို့ မနေသာ ပမာ၊ အတိတ်  
ကံဖက် ဝေနေယျတို့ ယောက်ယက်ခတ် လာတတ်သောကြောင့်  
အနုသယ ပေါက်ကွဲ ညဉ့်စရိုက်များ ထ၊ကြွလာတော့ချေရာ...

-အမြင့်တက်မှ အကျင့်ပျက်လျှင်လည်း ဖြစ်သွားစေနိုင် သည်။

-ကံဆောင်ဓမ္မမှ ဟန်ဆောင်ဘဝသို့လည်း သက်သွားစေနိုင်  
သည်။

ဘုန်းကြီးခြင်း၊ လာဘ်လာဘပေါ်ခြင်း၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြား  
ခြင်းများကို အတားဟူ၍ သဘောပေါက်နေသူသည် ဘုန်းဆိုးက  
ပုန်းလျှိုးကွယ်လျှိုးဖြင့် ချိုးဖျက်ချထားခဲ့ရာ၏။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ နတ်တလှ၊ ]

# ရွှေမြိုင်သူ ပြင်သစ်သား ဂျပန်ပစ္စည်းများ မဖြစ်စေကြနင့်

မော်လမြိုင်သူသည် အဝေးကြည့်ကား လှ၏။ သို့သော် အနီးကပ်ကြည့်သော် အချိုးအစား မပြေပြစ်တတ်။

ပြင်သစ်သားများသည်လည်း ဗန်းပြတွင် သစ်ဆန်းနေသော်လည်း အတွင်းခံ အဆံသည်ကား ဟောင်းနွမ်းပေညစ် ကိလေသာဖြစ်လျက်ကသာ။

သည့်အတူ ဂျပန်လုပ် ပစ္စည်းမှန်သမျှတို့သည်လည်း လှပဆန်းသစ်၏။

သို့သော် အကိုင်မခံ... တွယ်လျှင်ကား ပုံပျက်ပန်းပျက်ချည်းသာ။

သည် ဥပမာ အတူသာပင်-  
လူတို့တွင်

အချို့ အဝေးသတင်း ကျော်ဇောပျံ့သင်းလွန်းလှ၏။ သို့သော် အနီးကပ် ဆည်းကပ်ကြည့်လေရာ သိက္ခာညစ် အနှစ်နည်း အချိုးနီး

သော (သို့မဟုတ်) ဂုဏ်နှင့်မတန်သော အမူအရာမျိုးချည်းသာ တွေ့ရ တတ်၏။

အချို့ကား အပြင်ထုတ် နှုတ်လွှင့်ကောင်းလှ၏။ သို့သော် ကိုယ်ကျင့်ကား အတွင်းသရုပ်အပုပ်ကိုသာ လှုပ်ပြနေတတ်လှ၏။

အချို့ကား အပြင်မစောင်း အတွင်းလည်း ကောင်းလှ၏။ သို့သော် ပရိသတ်တို့ ဝိုင်းအုံလျက် ဖျက်ဆီးခံရလေသောအခါ ခဏ ချင်းပင် ဒုံရင်းဒုံရင်းမျှ ဖြစ်သွားတတ်လှချေ၏။

အဝေးကြည့်၊ အနီးကြည့်

အတွင်းနေ၊ အပြင်ထား

မည်မျှဖျက်ဖျက်၊ မပျက်ပြား၊ ရင့်ကျက်သောစိတ်ထားရှိသူ မှာကား တစ်သောင်းလျှင် တစ်ယောက် တော်ကောက်၍ မရတတ် ချေ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ နတ်တလှ၊ ]

# အသစ်ရှုပ် သိက္ခာတစ်ပုဒ်တိုး အဟောင်းရှုပ် သိက္ခာတစ်ပုဒ် ညှိုးလိမ့်မည်

ဘုရားလက်ထက်ရှိ ဆဗ္ဗဂ္ဂီ၊ ဥဒါယီ၊ ဥပနန္ဒ စသူတွေ၏ သာသနာတော်အတွင်း မသူတော်စိတ် သွင်းလာကြခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း၊ ဘုရားရှင်နှင့် အကျင့်ကွဲအမြင်ကွဲ လမ်းလွဲလိုက်ပါ နေကြခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း သိက္ခာပုဒ်တော်များ ပညတ်တော် မူခဲ့ရပါချေ၏။

ယခု သာသနာ့ နောက်နှောင်း ...

ဝန်ထမ်းများအကျင့်လမ်းကြောင်း စောင်းနေခဲ့လျှင်...

သာသနာတော်၏အတွင်း မသူတော်စိတ်များ သွင်းနေခဲ့လျှင် လက်ရှိ သိက္ခာပုဒ်တော် အဟောင်းများနှင့် ရှုပ်ထွေးနေချေက ပြုသူ မှာ သီလကျိုး၊ သာသနာတော်မှာ အသရေ ညှိုးရော့မည်။

လက်ရှိထက်ပို နဂိုထက်ကဲ အသစ်အသစ်များဖြင့် အတင့်ရဲ လာက လက်ရှိ ဘုရားပညတ်မထားခဲ့သည် မှန်သမျှ နောင် ဘုရားလက်ထက်ကျ အတိတ်ဇာတ်ကြောင်း ဆက်စပ်၍ သိက္ခာပုဒ် အတပ်ခံရမည်။

နတ်တလူစာစဉ်



ထို ကိစ္စ...

ဇေယျက၊ ကပိလ မစ္ဆ စသည်တို့က သက်သေပြခဲ့ကြပြီ။

ဟေမဝတ၊ သာတဂီရိစသည်တို့က သာဓကဆောင်ခဲ့ကြလေ

ပြီ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၄ ရက်၊ နတ်တလှ၊ ]

## လိပ်ပတ်လည်ချင် ချည်စာကျေးရမည်

ယက်ကန်းစင်ရှိ လိပ်ပတ်တုံးကြီး လည်စေလိုသော် တိုင်ချည်  
တွင် ဖောက်ချည်သွင်း ရင်းနှီးပေးမှ လည်ပတ်လေ့ရှိသည်။

သည့် ပမာလျှင်...

လူတစ်ဦးသည် လူတစ်ဦးနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံရတိုင်းလျှင်  
အတိုင်အဖောက်ညီမှသာ စကားလိပ်ပတ်လည်တော့သည်။

ထိုသို့ဖြစ်စေလိုလတ်သော်...

သူ့အကြိုက် အလိုက်ပေး၍ တိုက်ကြည့်မှသာ ဖြစ်နိုင်ရာ  
သည်။ အကယ်တိတိ သူ့အကြိုက် အလိုက်မသိ၊ နှိုက်မကြည့်မူဘဲ  
သူတိုင်ရာ ကိုယ်အဖောက် အယောက်မညီခဲ့သော်ကား တရားဆိတ်  
လိပ်ပတ်မလည်တော့ ရာ...

စကားချင်းချိတ် စိတ်ဓာတ်လည်း မညီတော့ရာ။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၈ ရက်၊ နတ်တလှ၊ ]

## အခင်ရှုပ် လင်မယားချင်းသော်မှ အလုပ်မဖြစ်

လင်သည် မယားထက်ကျူး တစ်ဖက် အချစ်ကူးနေခဲ့သော်  
မယားသည် လက်ရှိ၌မမင် အခြားဘက် အခင်မိနေခဲ့သော်...

ထိုနှစ်ဦးစလုံး ချည်စာကျွေး အပေးမသန်တော့သောကြောင့်  
တိုင်ချည်လည်းလွဲ ဖောက်ချည်လည်း မတွဲမိတော့ပြီ။ ခင်စိတ်လွဲ  
လိပ်ခဲတင်းလင်းဖြစ်တော့သည်။

ထိုနှစ်ဦး မည်သို့ပင် ပူးကပ်နေစေ...

စကားချင်းချိတ် လိပ်ပတ်မလည် ဖြစ်ရော့မည်။

တရားကင်းဆိတ် စိတ်ဓာတ်မအီမသာလည်း ဖြစ်လာမည်။

သွားချည်လာချည် အပါချီ ချည်ခင် ဖိုရမည်။

ပေးသာယူသာ အမျှင်ပါ ချည်စာ ဖိုရမည်။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၈ ရက်၊ နတ်တလှ၊ ]

# အလိုဆိုးရှင်များ၏ မျက်နှာပေါက်ဝ အလှသွားမပြုမိစေကြနှင့်

လူနှင့်အလိုဆိုး နှစ်မျိုးပူးတွဲနေရာတွင်  
လူဆိုလျှင် သိက္ခာဆင့်၊ တော် မတော်ချင့်တတ်သေး။  
အလိုဆိုးဝင်လာလျှင်ကား ဘာကိုမျှမမြင်မျှော်၊ စည်းကျော်  
ကမ်းကျော်သာ။

လောဘဟူသော အလိုဆိုးသဘာဝ၌  
လူ့လောဘ၊ ခွေးလောဘ လောဘဟူက သဘောချင်း ထပ်  
တူ ထပ်မျှကြောင့်။

[ ၁၃၆၀ ပြည့်နှစ်၊ ပထမဝါဆိုလဆန်း၊ ၄ ရက်၊  
ဝါးသုံးရံစခန်း၊ ပုလဲ-မုံရွာ တစ်ဖက်ကမ်း၊ ]

## အလိုဆိုးရှင်တို့၏ မျက်နှာပေါက်ဝ အလှသွားမပြုမိစေကြနှင့်

အလိုဆိုးရှင်၏ နားလမ်းကြောင်း အသံကောင်း သွားမဟစ်နှင့်  
အလိုဆိုးရှင်၏ နှာဝရှေ့ အနံ့ကောင်း သွားမဝှေ့နှင့်  
အလိုဆိုးရှင်၏ ကိုယ်အကြား အတွေ့ကောင်း သွားမထား  
မိမှားနှင့်

အလိုဆိုးရှင်၏ စိတ်ကူးကြား မာယာစုံ များချိတ်မထားနှင့်  
ထိုအလိုဆိုးရှင်အားလုံးတို့၌ပင် -  
လူနှင့် သဒ္ဓတဏှာ နှစ်ဖြာရောယှက် စီးပွားဖက် ဖြစ်နေကြ  
သောကြောင့်လည်းကောင်း။

လူနှင့် ဂန္ဓတဏှာ နှစ်ဖြာရောယှက် စီးပွားဖက် ဖြစ်နေကြ  
သောကြောင့်လည်းကောင်း။

လူနှင့် ရသတဏှာ နှစ်ဖြာရောယှက် စီးပွားဖက် ဖြစ်နေကြ  
သောကြောင့်လည်းကောင်း။

လူနှင့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာ နှစ်ဖြာရောယှက် စီးပွားဖက် ဖြစ်နေကြ  
သောကြောင့်လည်းကောင်း။

နတ်တလူစာစဉ်

လူနှင့် ဓမ္မတဏှာ နှစ်ဖြာရောရှုပ် စီးပွားရေးလုပ်နေကြ  
သောကြောင့်လည်းကောင်း။

အကယ်တိတိ သင်သွားချိန်

လူနှင့်တွေ့သော်ကား တော်သေး၏။ ခွေးထွက်လာချိန်နှင့်  
သင်အသွား ပက်ပင်းသား တွေ့မိပါသော်ကား ငါးပါးမှောက်ရုံတင်  
မက သံဃာစင်ပါ မှောက်ဖို့ကိန်း ရှိသည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ပထမဝါဆိုလဆန်း ၄ ရက်၊  
ဝါးသုံးရုံစခန်း၊ ပုလဲမြို့၊ပုံရွာတစ်ဖက်ကမ်း]

## လမ်းစမပြတ် မရပ်တမ်းသွား

ဘုရားရှင် ရှင်းလင်းပေးထားသော မဇ္ဈိမ လမ်းမကြီးပေါ်ဝယ်  
-သူတော်ကောင်း အဆက်ဆက် သွားလက်စပင်ဖြစ်ရာ လမ်း  
စကားမပြတ်သေး။

-သင်သည်လည်း လိုက်လိုက် လိုက်သာသေး၏။ စခန်းက  
လည်း အနီးကလေး။ သုံးချိုးနှင့် နှစ်ကွေ့မျှသာ။

-ယနေ့ သင့်လက်ထဲဝယ် ထွက်လက်မှတ်က ရှိနေ၏။

-ယနေ့ သင့်ဖဝါးထား လမ်းစအနား တည်ထားပြီးလည်း  
ဖြစ်၏။ သို့စဉ်လျက် သင်ရပ်ကြည့်နေချေသော်...

သင့်လောက်မိုက်၊ မလိမ္မာသူ လောက၌ မရှိတော့ပြီ...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ဒုတိယဝါဆိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၃ ရက်၊  
အလယ်ဓမ္မတောရ၊ မဇ္ဈိမ- ဓမ္မမောနိ၊ ဝိဟာရ၊ ဂန့်ဂေါ၊]

## လမ်းစပြတ် ဖတ်ဖတ်မော ဇောမကြည်

သင်္ခါရနယ်တွင်းမှ မလွတ်ကင်းသူတိုင်း

စိတ်ဖောက်ပြန်ရာ ကံမှောက်

ကံပေါက်တော့ ဥတုလွန်

ဥတုကျံတော့ အာဟာရဖျင်း၊ ဩဇာကင်းသွားသော ဆုတ်  
ကပ်ထဲ အလူးလူးအလဲလဲ တွဲသွားရလေ့ရှိရာ ရုပ်ဓာတ်သေးသိမ်၊  
စိတ်ဓာတ်လည်း မှေးမှိန်ရတော့သည်သာ။ ထိုအခါ သဒ္ဓါလင်းသော်  
လည်း စိတ်ရဲတင်းတော့မည် မဟုတ်ချေ။

စိတ်ဖွဲပိုးသော်မှလည်း ရုပ်ပွဲတိုးဝံ့တော့မည် မဟုတ်ချေ။

ထိုခေတ်မျိုးဝယ် သူတော်ကောင်းဓာတ် လမ်းစပြတ်တော့ ရာ  
သင့်အဖို့ လမ်းစပျောက် လျှောက်လည်ရုံသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ဒုတိယဝါဆိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၃ ရက်၊ ဝနံဂေါ။ ]



## အဝသုံး မဆုံးတရား နာရမည်

အဝ ဟူသောစကားသည်...

တံခါးပေါက်ဝကိုလည်းကောင်း၊ လမ်းထိပ်ဝကိုလည်းကောင်း၊  
အဝအပြီကိုလည်းကောင်း ဟောလေ့ရှိရာ မဆုံးဟူသော သင်္ကေတ  
သို့ပင် ဆိုက်စေ၏။

ကာမအရသာများ ဖြစ်ကြလေသော...

ကြည့်ရှုခြင်း၊ နားထောင်ခြင်း၊ နမ်းခြင်း၊ စားခြင်း၊ ထိတွေ့  
ခြင်းများကို သုံးရာတိုင်း၌...

အကြိမ်အားဖြင့် မည်မျှ တဝတပြီ အားခဲသုံးစေ...

အချိန်အားဖြင့် မည်မျှ တနှင့်တပိုး ကြိုးစားစေ...

မြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်းစသည်များ၏ အစမျှဖြင့်သာ ပြီးပြေသွား  
လေရာ၊ မည်သည့်ဘဝကာလမှာမှ ဆုံးမည် မဟုတ်ပြီ။

အချိန်နှင့် ယှဉ်ပြေးလျက်ရှိသော အရွယ်၏ သွေးစများဖြင့်  
သာ အစသတ်ထားလေရာ နောက်နောက်အချိန်များနှင့် ယှဉ်ပြိုင်ပြေး  
လာဦးမည့် နောက်နောက် အရွယ်များ၏ သွေးဆုံးကား မဟုတ်လေ  
သေးသောကြောင့် မည်သည့်ဘဝ၊ မည်သည့်ကာလမှာမှ ဆုံးပါးအံ့  
မထင်ပြီ။

နတ်တလူစာစဉ်

သင်သည် မည်သည့်အာရုံကို ဖမ်းယူခံစားစေ၊ အဝမျှတွင်  
မရပ်တန့်မှု၍ အတွင်းအထိ စင်းစင်းသိသို့ ဆိုက်အောင် သုံးဆောင်  
တတ်ပါမူ ကား...

တစ်ချက်သုံး တစ်သက်လုံးလုံးအထိ ပြည့်စေသည်။

တစ်ချက်သုံး တစ်ဖက်အဆုံးအထိလည်း ထိမိမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ဒုတိယဝါဆိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၃ ရက်၊ ဂန့်ဂေါ၊ ]

## သူများတောင်းတော့ မျက်စောင်းထိုး ကိုယ်တိုင်တောင်း ခေါင်းလျှိုး

ဣဿာနှင့် မိစ္ဆရိယ နှစ်ပါးတို့သည် မာနလျှင် အရင်းခံ  
ထားလျက်က ကျားကွက်တက်နည်းပမာ အကွက်ချောင်းလေ့ရှိရာ...  
မိမိနှင့် အကျွမ်းတဝင် ဆက်ဆံသူများထံသို့  
မိမိ၏ လက်အောက်ခံက သွားရောက်တောင်းရမ်းမိသော်  
လည်းကောင်း၊

မိမိနှင့် ဘက်ပြိုင်သမားက သွားရောက်တောင်းခံမိသော်  
လည်းကောင်း မေတ္တာမထားတတ်လျှင် မစ္ဆရိယ ဝင်မည်။ ဂရုဏာ  
မသက်က ဣဿာ၊ မုဒိတာပျက်ကွက်က မာန ကြွကြွရွရွ ဝင်လာ  
ကြမည်။

အကယ်တိတိ

မိမိအလိုရှိနေချိန်ဖြစ်၍ သူတို့လိုပင် သွားရောက်တောင်းခံ  
ပါသော်ကား-

-သိက္ခာမစင်က အရှက်ဝင်သဖြင့် ခေါင်းငုံ့လျက်ကပင်  
တောင်းရမ်းမည်။

**နတ်တလူစာစဉ်**

၈၈

**ဝနဝါသီဥေယျမပ္ပသာမိထေရ**

- ကိလေသာယှဉ်က အားနာဖက်သဖြင့် ခေါင်းငုံ့တောင်း  
တောင်းရမည်။

- သိက္ခာမလုံ အရှက်ကြီး လူပုံမလှ ပွဲမကျခြင်းတည်း။

- ကိလေသာစွက် အားနာဖက် ရမ္မက်ထ၊ကြွ အားမမျှ  
ခြင်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလဆန်း၊ ၃ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ဂန့်ဂေါ၊]

# ငါးပတ်လည်မှုန်း လေးတုံးသာရ လေးပတ်လည်သုံး လေးတုံးလုံးရ

အကြင်သူသည်...

အပါယ်ဘေး အတွေးလည်းမဝင် အပြေးလည်း မမြင်မိလေ  
သောကြောင့် အာရုံငါးဝ ကာမဂုဏ် အထတို့ကို...

တစ်ခု တစ်ဦး၌ အမြင်မှအကြား၊ အကြားမှ အနမ်း  
စသည်စသည် လှမ်းလျက်က လည်းကောင်း၊

တစ်ခုမှ တစ်ခုလည်း တစ်ဦးရိုး တစ်မျိုးပြောင်း သွေးတောင်း  
တိုင်းလိုက်လျက်က လည်းကောင်း၊

တစ်ခု တစ်ဦး၌ ပင်လျှင် တစ်ချိပြီးတစ်ချိ အလီလီ အလာ  
လာထပ် ပတ်လျက်က လည်းကောင်း သက်စမှ သက်ဆုံး  
လုံးပမ်း၍နေအံ့။ ထိုသူသည်...

- မသိမှုကြောင့်စွဲ၊ တိရစ္ဆာန်ထဲသွားရောက်ရရှာတော့သည်။
- ကြိုက်မှုကြောင့်ကဲ ပြိတ္တာထဲ စွဲငြိသွားတော့သည်။
- ဒေါသမာန်နှင့်တွဲ ငရဲအထိပင် ငြိပါသွားတော့သည်။

**နတ်တလူစာစဉ်**

-မသိနောက် အကြိုက်ဆွယ် အသူရကာယ်ထဲ ဝဲလှည့်နေ တော့မည်။

အာရုံကို ပတ်လည်ယောက် အပါယ်လေးဘုံ ခရီးပေါက် သွားခြင်း။

အကြင်သူသည်ကား...

အပါယ်လေးဘုံခင်း အတွင်းသိ အခင်းသိ ဖြစ်နေသောကြောင့် ဖြစ်စေ၊ အပါယ်လေးဘုံတွင်း လက်ရှိ သက်ဆင်းမိနေသောကြောင့် ဖြစ်စေ၊ သူ့ဘဝနှင့် သူ့အာရုံ ဘဝပေးကြုံရုံမျှသာ ခံစား၏။

အရှိလောက်ကိုသာသိ အပြည့်လောက်ရုံမျှသာ လက်ခံ၏။ ဖြည့်၏။

ထိုသူ အပါယဒုက္ခကြောက် အာရုံနောက် မလိုက်မိသော ကြောင့် လည်းကောင်း၊ အာရုံညှို့ဆွဲဆွဲ အမြဲစောင့်ကြပ် အကပ်အဟပ် မခံသောကြောင့် လည်းကောင်း၊ အဖြစ်နှင့် အပျက်တစ်ဆက်တည်း ကုန်ဆုံးသွားသည်ကို ရိပ်မိသွားသောကြောင့် လည်းကောင်း၊ အဓိ ပတိလေးချက်လုံး သုံးလျက်က သစ္စာလေးချက်လုံး ပိုင်သွားတော့ ချေရာ၊ ထိုသူသည်သာ လေးပတ်လည်သုံး၍ လေးတုံးစလုံးရသူ ဇကန်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလဆန်း၊ ၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## စိတ်မရင့်ကျက် ဖျက်တိုင်းပျက် အထက်မတက်သာ

ဉာဉ်၊ စရိုက်ချင်း မတူညီသော သတ္တဝါ၊ သဘာဝချင်း ကွဲ  
လွဲလျက်ရှိသော အရာဝတ္ထု ထိုနှစ်ခုစလုံး လောကဓံ၏ ခြယ်မှုန်း  
ခြင်း ခံကြရမည်သာ။

ထိုသို့ ခံကြရရာတွင်...

သက်ရှိချင်းတို့၌ အချို့စရိုက်ချင်း ကိုက်၍ အချို့ မကိုက်၍  
ခံကြရပြီး၊ သက်မဲ့များ၌ကား အားများအားနည်း သဘာဝအကြီးအသေး  
များကြောင့်သာ၊

သို့ကြောင့် သက်ရှိသက်မဲ့ လောကဓံ အခံမကင်း။

သို့ ခံရသော်လည်း ထိုခံရခြင်းသည်...

တစ်ဖက်၏ အဖျက်ထက် မိမိမရင့်ကျက်ခြင်းက အဓိက ကျ  
ချေသည်။

-လေ - သဘာဝအတိုင်း တိုက်မည်။ အချိန်မစီးသော  
အရာဝတ္ထုများ လေအလိုက်ချာချာလည်မည်။

**နတ်တလူစာစဉ်**

-ရေ - သဘာဝအတိုင်း ကြီးမည်။ ပေါ့သွက်သော အရာ  
ဝတ္ထုများ ရေအလိုက် အလိုက်သင့် ပါမည်။

-မီး - သဘာဝအတိုင်း လောင်မည်။ ခြောက်သွေ့သော  
အရာဝတ္ထုများ မီးအမြိုက်ရာ ပြာဖြစ်မည်။

ထိုအားလုံး ရင့်ကျက်မှုလုံးလုံး မရှိသောကြောင့်တည်း။

ထိုအားလုံး တည်ငြိမ်မှု မသုံးသောကြောင့်တည်း။

သည့် ပမာလျှင်... သတ္တဝါအားလုံးတို့၏ တစ်ဖက်ဒဏ်  
အဖျက်ခံနေရခြင်းများလည်း စိတ်မရင့်ကျက် မြက်တစ်ပင်လောက်  
မျှ မလေးနက်သောကြောင့်ချည်းသာ။

သို့ကြောင့် သင့်အား အကြံပေးလိုသည်မှာ-

-တစ်ဖက်က သူ့အလုပ် သူ့လုပ်။ သင်က ဓားခုတ်ရာ  
လက်ဝင်မလျှိုဖို့တည်း။

-တစ်ဖက်က သူ့အပင်သူစိုက်၊ သင်က မြေတောင်မြှောက်  
ပေါင်းလိုက်ရေလောင်းအား မစိုက်ဖို့တည်း။

တစ်ဖက်၏ ညဉ့်၊ စရိုက်သွေး သင်အားပေးနေက သွေးအား  
ဒဏ် သင်ပင်လျှင် ပြန်ခံရမည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလဆန်း၊ ၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]



## ထမင်းသက်တမ်းကုန် မစင်ပုံ ဦးခေါင်းဆိုက်တတ်လွန်းလို့

ကိုယ်စိတ်တို့ဖြင့်...

လုပ်ယူ၊ ဖန်တီးယူမှရသော လောကီကာမသုခခေါ် အာရုံခံစား  
မှု ချမ်းသာသည် ဣဋ္ဌာရုံ အလိုရှိအပ်သော အာရုံပင် ဖြစ်သော်  
လည်း...

\* ခံစားဆဲ၌ တစ်ဖက်နှင့် ရေချိန်ကိုက် အလိုက်သင့်ပါပေးနေ  
ရသော ဒုက္ခ၊

\* မခံစားမီ တစ်ဖက်နှင့် ဆန္ဒချင်း ညှိပေးနေရသော ဒုက္ခ၊

\* ခံစားပြီး နှစ်ဖက်စလုံး ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုနှင့် ဆိုးကျိုးခံစားရသော  
ဒုက္ခ၊

ထိုအားလုံးတို့မှ မလွတ်ကင်းနိုင်သောကြောင့်...

အမဲသား၊ ငါး ဆီပြန်အစားအစာများဖြင့် ထမင်းစားသုံးခွင့်  
ရခြင်းသည် မြိန်ယုက်စွာ ဝင်ဆန့်ခြင်း၊ အသားလှ၍ အဆီတိုးခြင်း၊  
အား ပြည့်ဝ၍ ဗလငါးမျိုး အကျိုးများစွာရှိခြင်းတို့ကြောင့် ကောင်း၏ဟု

**နတ်တလူစာစဉ်**

ဆိုရသော်လည်း ထမင်းသက်တမ်းကုန်သဖြင့် မစင်ပုံအဖြစ်သို့ ရောက် သွားလေသောအခါ တစ်ကိုယ်လုံးမှ အနံ့ဆိုးထွက်ခြင်း၊ လူအများ တို့ အကပ်မခံလိုခြင်း၊ စွန့်ပို့ချိန် သွားရောက်စွန့်ပို့ရလေသောအခါ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လျှင် အနံ့မခံလို မကြည့်လိုခြင်း၊ လူကွယ်ရာ သယ် ထုတ်ပေးရခြင်း စသော ဒုက္ခအဝဝတို့သာလျှင် နောက်ဆုံးကောက် လက်ကျန်စာရင်းရပမာ - ဒုက္ခဟူ၍သာ ဆိုရသည်။ အစမကောင်း သော ဒုက္ခမဟုတ်၊ နောက်ဆုံးပိတ် မကောင်းသော ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း ကြောင့် ပရိယာယဒုက္ခ- ဒုက္ခမှ ဟန်ဆောင်ထားသော သုခဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ကြိုက်၍သာကောင်း တကယ့်အကောင်း မဟုတ်သဖြင့် ပရိယာယ်သုခဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ကောင်းသော်လည်း အပျက် ဆောင်နေသဖြင့် ပရိယာယ်ဒုက္ခဟူ၍ လည်းကောင်း ဆိုရရာသည်။

မယားလင်နူးချစ်ရည်လူးခြင်းသည် ကောင်း၏။ သို့သော် နောက်ဆုံးဝယ် မယားက သားမွေး၊ လင်က အစာရှာပေး ဒုက္ခက သက်သေခံနေပြီ မဟုတ်လော။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းပြည့်နေ့၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## သဒ္ဓါမှာ ရာဇာထီး ပညာပါမှ အာဏာကြီး

သဒ္ဓါစိတ်သည် တစ်ဖက်အယုံတိုးစေသည်။  
 ပညာစိတ်သည်ကား တစ်ဖက်အမှား တားဆီးပေးနိုင်သည်။  
 သင်သည် မယားသားသမီးမျှကိုသာ သဒ္ဓါကြည်ဖြူအံ့။  
 ထို သင့်အဖို့ တစ်အိမ်ထောင်မင်းဖြစ်ဖို့ သေချာပြီ။ သို့သော်  
 ပညာကင်းက မိဖုရားညှင်းသလောက် အထိနာစေမည်။  
 သင်သည် သည့်အတူ တစ်ရွာတစ်ရပ်ကွတ်မျှကိုသော်လည်း  
 ကောင်း၊ မြို့နယ်တစ်ခု၊ တိုင်းတစ်ခု၊ ပြည်တစ်ပြည်ကိုသော်လည်း  
 ကောင်း သဒ္ဓါအံ့။  
 သင့်စေတနာ၊ သင့်သဒ္ဓါအတိုင်းပင်လျှင် ထိုထိုတစ်ပိုင်  
 အတွင်းနေ လူအားလုံးတို့ကလည်း သင့်အား ယုံကြည်အံ့။ သဒ္ဓါ  
 သည် လ သရုပ်၊ တဏှာတိမ်ပုပ် မထိုးသောကြောင့်။ သို့သော်...  
 ထိုအားလုံးတို့က ယုံသဖြင့် ခေါင်းဆောင်တင်မြှောက်ကြည့်  
 သော်-

နတ်တလူစာစဉ်

၉၆

ဝနဝါသီဥပယုဓမ္မသာမိထေရ

-သင်သည် အတွေးအခေါ်ပညာ ကင်းမဲ့နေက ရှေ့နောက် ထွက် အကွက်ဟာနေသဖြင့်။

-သင်သည် ကျွမ်းကျင်ပညာ ချို့တဲ့နေက လက်တွေ့ပွဲ အတွဲ လွဲနေသဖြင့်။

သာသာလုံးလည်း ဂါရဝ မရ၊ ရိုသေခြင်းမှ အရှုံးပြစေမည်။  
အာဏာသုံးလည်း အာဏာထက် မပြ၊ အာဏာတုံးသာ ရစေ မည်။

-သဒ္ဓါပညာ ဘက်ထမ်းမညီသူလောက်  
ကမောက်ကမ ဖြစ်တတ်သူ လောက၌ မရှိတော့ပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းပြည့်ကျော်၊ ၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## ဝီရိယနှင့် သမာဓိ တွဲမထုတ် တရားသူကြီးချုပ် မဖြစ်စေနိုင်

ဝီရိယသည် ရဲရင့်ပြတ်သားခြင်းကို တာဝန်ခံ၏။  
သမာဓိသည်ကား တည်ငြိမ်ဖြောင့်မတ်ခြင်းကို တာဝန်ခံ၏။  
သင်သည် ဝီရိယအားကို အပြည့်အသုံးချ၍ ဘာမဆို ရဲရင့်  
ပြတ်သားစွာ အလုပ်လုပ်၏။ သို့သော်...

ထိုသို့သော်ကား သမာဓိ၏လက်ကူဖြင့် စိတ်ကိုတည်ငြိမ်စွာ  
စည်းရုံးပေးမထားခဲ့သော် စိတ်၏ လန့်စင်ပျံ့စင် စင်ထွက်သွားကြ  
ပြီ ဖြစ်လေသောကြောင့် ခုတ်ရာတစ်ခြား ရှုရာတစ်လွဲ ဖြစ်သွား  
ခြင်းပင်-

- သမာဓိ၊ ဝီရိယ အတွဲမညီသမျှ
- သင် ဘာလုပ်လုပ် လုပ်မောဖြင့် ပွဲသိမ်းရမည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## နာမရို နိမရူ၊အာသာဝါးမျိုအံ့

- လူတစ်ဦး တစ်ဦး၌
- လောကခံလှိုင်းဆိုး အထိုးခံရခြင်းကြောင့် ဘဝနာခြင်းဟူသော အနာလျှင် ရှိပါမှ။
- နိက္ခမ လှိုင်းတံပိုး အနှိုးခံရခြင်းကြောင့် ဘာဝနာပွားခြင်းဟူသော အနာလျှင် ရှိပါမှ။

နိဝါနဟူသော နိဗ္ဗာန်၏ အရို၊ နိ- ကို ရှာကြံလေရာ၏။  
အကယ်တိတိ

အနာနှစ်ခု တစ်ခုခုမျှ လက်ဆုပ်လက်မိ မရှိခဲ့သော်...  
သံသရာနှင့် လက်ရှိဘဝ ငယ်ကာလ၏ ညဉ့်စရိုက် သွေးရိုင်းတို့သည် (၄၀)ကျော် (၅၀)တွင်းသို့ ချဉ်းနင်းမိလာလေသောအခါ တစ်ကြော့ပြန်အဖြစ် ထ,ကြွလှုပ်ရှားလာတတ်ရကား နွားအို မြက်နု ကြိုက်သို့ ထိုးဆိုက်သွားတော့အံ့။

တရားနှင့် ဖိနှိပ်၍ အရွယ်နှင့်စိတ်ကို မည်မျှပင် ညှိပေးနေနေ၊ ထ,သွားမှ အကျိုးမှန်းသိပမာလောက်သာ။

သင့်၌ ငယ်ရွယ်တုန်း ငယ်မူငယ်သွေးဆုံးခြင်းသည်သာ အသင့်တော်ဆုံးတည်း။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၇ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]**

## ချစ်မုန်းပွား စကားတရားခံ

သတ္တဝါအချင်းချင်း ဆက်သွယ်ခြင်း ကိစ္စရပ်များ၌  
 အချို့ မျက်လုံးချင်းတိုက်ဆိုင်မိကြရာမှ ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း  
 စ၏။ အချို့ကား ကိုယ်ချင်းထိတွေ့မိကြရာမှ ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း  
 စ၏။ သို့တစေလည်း...ထိုမျက်လုံး ကိုယ်တွေ့မျှဖြင့်ကား ချစ်မိရုံ၊  
 မုန်းမိရုံမျှ လောက်သာ။

အကယ်တိတိ ကောင်းကင်အနံ့ ဖြန့်ကျက်လေကို သုံးလျက်  
 က ထိုမျက်လုံး၏နောက် စကားလမ်းဖောက် ဝင်လာခဲ့သော်ကား...

-ချစ်စရာရှိ လမ်းအဆုံး နှလုံးသွေးများ စည်းရုံးပြီးသား  
 ဖြစ်သွားစေပြီ။

-မုန်းစရာရှိ ဒလဟော နှလုံးသွေးကြော အပြောကျယ်စေပြီ။  
 ကိုယ်ချင်းအထိ စကားလုံးပါ ဖြည့်ထည့်ပေးလိုက်ပါသော်  
 ကား...

သံသရာတစ်ခွင်လုံး မည်သည့်အခါမျှ လမ်းထားမဆုံးတော့  
 ပါပြီ။

လေသို့ ပျံတက်သွားစေသောစကား အကန့်အသတ်မထား  
 သောကြောင့်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၇ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# လေချင်းလုံး မိုးချုန်း၊ ရေချင်းလုံး ဝုန်းဝုန်းထ

အဇ္ဈာလွင်ပြင်၌ မိုးဦးကျအချိန်၊ မိုးကုန်ခါနီး အချိန်များဝယ် မုတ်သုန်လေနှင့် အမြဲနေ လေတို့ ထိပ်တိုက်တိုးမိကြလေရာမှ မိုးချုန်း သံ ပေါ်ပေါက်ရ၏။ ထို့ထက် တိုက်အားကြီးက လျှပ်စီးကွက်ပင် ထ,လက်ရ၏။ ထို့ထက် တိုက်အားကြီးကြလျှင်ကား မိုးကြိုးပင် ထ,ပစ်ကြရလေ သတည်း။

သည့် ပမာလျှင်...

လူတို့တွင်လည်း တေဇောဓိက၊ ဝါယောဓိကတို့ဖြင့် လူဖြစ် ခွင့် ရလာကြသောသူချင်းတွေ့က မာနအခံ၊ ဒေါသမာန်ကပါ သန် လာတတ်ရာ မိုးချုန်းလျှပ်လက် မိုးကြိုးပစ်များပမာ အသားဆတ် ဆတ်ခါလာကြမည်။

တစ်ဖန် တောင်အထပ်ထပ်တို့မှ လိမ့်ဆင်းလာကြလေသော ရေအပေါင်းတို့သည် လျှိုမြှောင် ချောက်ကြားများမှတစ်ဆင့် မြောင်း၊ ချောင်း၊ မြစ်များသို့ အားကုန်ပြေးဆင်းလာကြလေရာ...

**နတ်တလူစာစဉ်**



-မြောင်းဆုံလျက် ချောင်းဘက် ယက်ဆင်းရာကာလတို့၌ လည်းကောင်း၊

-ချောင်းဆုံလျက် မြစ်ဘက် ယက်ဆင်းရာကာလတို့၌ လည်းကောင်း

-မြစ်ဆုံလျက် ပင်လယ်ထက် ဆက်သွင်းရာကာလတို့၌ လည်းကောင်း၊

မာန၏အခံ၊ ရာဂ၏မာန်ကပါ ပါဝင်နေသော ဖိုမတို့ အချင်းချင်း ရမ္မက်ပြင်းပြင်း ရေနက်အတွင်း အချစ်စစ်ခင်းသည်ပမာ လှိုင်းလုံးတို့ ခုန်ပျံတက် ရေပြင်ပေါ်ဝယ် ထပွက်ကာ လှိုက်၍လှိုက်၍ တက်လာကြမည်။

-မာနမှာ ဒေါသစီး ကောဓ ကြီး၍ မီး ဖြစ်သည်။

-မာနမှာ ရာဂသိုင်း ကာမ မှိုင်းက လှိုင်း ဖြစ်သည်။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]**

# ကြည်ဖြူလို ကြည်ညိုပျောက် ခင်ရာတွင် အမင်ဖောက် အကြည်ပင်လျှင် အနယ်နှောက်

- သာသနာဝယ် ရဟန်းနှင့် လူ
- တိုင်းပြည်ဝယ် မင်း၊ ပုဏ္ဏားနှင့် အရပ်သား
- လောကတွင်းဝယ် မိန်းမနှင့် ယောက်ျား

ထိုသို့ အဆင့်အားဖြင့် ခြားနားရာ၊ အသွင်အားဖြင့် ခြားနားရာ၊ ဘဝအားဖြင့် ခြားနားရာတို့ အပြန်အလှန် ဆက်ဆံကြရာ၌- သဒ္ဓါပင်းသော တင့်တယ်စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော မနောဓာတ်သည် နောက်ကျခြင်း ကင်းသည့်အပြင် နက်ရှိုင်းခြင်းကိုလည်း ဖြစ်ပွားစေရာ စိတ်သည် စိန်အလား ကြည်ရုံမျှမက ညိုရွှံပင် လှပနေချေသည်။

အကယ်တိတိ ထိုသဒ္ဓါ လွန်ကဲသွားသဖြင့် သဒ္ဓါထဲ တဏှာပါ တွဲခိုလိုက်ပါလာသော်ကား တင့်တယ်စိတ်အကြား မတင့်တယ်စိတ် လမ်းသလားနေပြီဖြစ်သောကြောင့် နှလုံးသွေး၏ ရေတိမ်မှသာ

**နတ်တလူစာစဉ်**

အကြည်ဓာတ် ပွင့်နေချေတော့၏။ အနည်ထ,၍ အဖြူနောက် အညို  
ဓာတ်ကား ပျောက်ရရှာချေပြီ။

ထိုနှင့်ပင် မရပ်ချေသေး...

အထက်နှင့်အောက် သို့မဟုတ် ယောက်ျားနှင့် မိန်းမ၊ ကိုယ်  
ကျင့်ကို ကျော်လွှား ပုဂ္ဂိုလ်ချင်း ယဉ်ပါးလာပါသော်ကား...

ရစ်ကြားက ချည်မျှင် ယောက်ပါများ အခင်ဖြစ်သည့်ပမာ  
ထိုအခင်ကို ယက်ကန်းတင် အကွက်ဆန်းမြင် အမင်ဖြစ်သည့်ပမာ  
ကြည်ဖြူရာနောက် အခင်ရော အမင်ပါ ဖောက်လာချေတော့ရာ  
တောင်ကျရေ ချောင်းဆင်းသဖြင့် ချောင်းတွင်းရှိ စမ်း အနောက်  
လွမ်းသွားပြီ။

-သိက္ခာမှီ သဒ္ဓါတက် စမ်းရေကြည် တလက်လက်။

-ပုဂ္ဂိုလ်ရည် တဏှာဖက် မုန်ကျရည် တစက်စက်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန် မှန်မမှန် ပြန်စစ် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ အရင်ချစ်

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်းသည် စံပြုဂုဏ်ရောင် ရှေ့သွား  
ခေါင်းဆောင်တို့၏ အလုပ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုမှ မကောင်းဘဲနှင့် သူတစ်ပါးတို့သို့ ကောင်း  
အောင် မပြုပြင်နိုင်သောကြောင့်။

ကိုယ်အပြစ်ကိုယ်ရှုခြင်းသည်လည်း စံပြုဂုဏ်ရောင် ရှေ့သွား  
ခေါင်းဆောင်တို့၏ အလုပ်ပင်။

ကိုယ့်ကိုယ်ရှိ အမှားအမှန်ကိုမှ မသိဘဲနှင့် သူတစ်ပါးတို့  
အမှားအမှန် ဧကန်ဒက်ထိ မသိနိုင်သောကြောင့်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချစ်ခြင်းသည်လည်း ယင်းစံပြုဂုဏ်ရောင် ရှေ့  
သွားခေါင်းဆောင်တို့၏ အလုပ်ပင်တည်း။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုမှ မချစ်ဘဲနှင့် သူတစ်ပါး သွားရောက်ချစ်နေခြင်း  
သည် ကိုယ်လိုရာ ရနေသေးသဖြင့် မှေးလိုက်နေခြင်းမျှသာ။

တကယ့် အချစ်စစ်သည် ဘုရားရှင်နှင့်အရိယာတို့ဆီမှာသာ  
တည်၏။ ပုထုဇဉ်တို့အချစ်ကား ကိုယ့်ကိုယ်လည်း နှစ်၊ သူ့ကိုလည်း  
ညှစ်နေခြင်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

နတ်တလူစာစဉ်

# ကလေးဖြင့်ဆုံး ကလေးနှင့်စ ကာလသားက နှစ်ခါကျ

လူတစ်ဦး၏ တစ်ဘဝသည် တောင်ကို တက်သည် ဆင်းသည်နှင့် တူလှ၏။ တောင်သို့တက်လို ဆင်းလိုသော ထိုသူသည် ဦးစွာ မတက်မီ တောင်ခြေမြေပြန့်ဝယ် ခြေချပြီးမှသာ တက်၏။ တောင်ထိပ်ရောက်လျှင်လည်း မြေပြန့်ကိုလျှင် ခြေချပြီးမှသာ ဆင်း၏။

ထိုနှစ်ခုတို့၏ အကြားတွင်ကား...

တောင်ခါးပန်း- ခါးပန်းလျက်က အတက်ပြင်းပြင်း အဆင်းရွရွဖြင့် အငုံ့ပြ၊ အမော့ပြ သောကြာရသည်ချည်းသာ။

သည့်ပမာလျှင် -

မွေးပြီးစမှ ဆယ်နှစ်ကျော်အတွင်း ခြင်ဆီလည်း မတင်း၊ နှလုံးသွေးဆင်းလည်း အားသေးရကား မသိနိုးနား မှုန်ဝါးဝါးဖြင့် ကစား... ။

တစ်ဖန် ရှစ်ဆယ်ကျော် ကိုးဆယ်တွင်း ခြင်ဆီလည်းကင်း၊

**နတ်တလူစာစဉ်**

နှလုံးသွေးလည်း မဆင်းတော့သဖြင့် သတိလွတ်နေရကား မသိနိုးနား  
မူန်ဝါးဝါးဖြင့် နောက်တစ်ဘဝ ကလေးစိတ်ပေါက်ရေး အားမွေးလျက်  
ကသာ။

ထိုအစတက်နှင့် အဆုံးကျတို့ နှစ်ခုအတွင်း-ဆယ့်ငါးနှစ်မှ  
အစိတ်တွင်း မိခင်နို့သက်ကို ရင်းနှီးလျက်က ကာလသားရမ္မက် ဖို၊  
မ၊ချင်း ကစားမက်လာခဲ့ချေပြီ။

တစ်ဖန် လေးဆယ်ကျော်မှ ငါးဆယ်ဝန်းကျင် မိခင်နို့သက်  
အထွက် အာဟာရနို့သက် ဆက်လိုက်လာရကား တစ်ကြော့ပြန် ဖို  
မ၊ကြား ကစားသန်လာပြန်ချေပြီ။

သို့ကြောင့်...

လူတို့၏ တစ်ဘဝသည် ကလေးနှစ်ပြန် ကာလသားနှစ်တန်  
ဖြင့် သေရွာပြန်ကြရသူကသာ များ၏။ လူကြီးဘဝရောက်သူကား  
ရှာမှ ရှား။ တွေ့လျှင်လည်း လူကြီး သူငယ်ပြန်နှင့် လူကြီးငယ်မူ  
ပြန်ချည်းထဲသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# မင်းပေးသောအချစ် အလယ်နှစ်၍ ငါယူမည်

လူတို့၏ အာရုံခင် သဘာဝဓမ္မတာများ၌....

အချို့ ကိုယ်မှာ ခံစားစေ၍ စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရယူလေ့ရှိ၏။

-အရက်သောက်လျက် ပျော်ပါးခြင်း စသည်များ။

အချို့ကိုယ်မှာလည်း သုခခံစားစေ၍ စိတ်ချမ်းသာမှုကိုပါ ရယူလေ့ရှိ၏။

-သမထဖြင့် ဈာန်အာရုံ ခံစားခြင်းစသည်များ။

အချို့ကိုယ်မှာ ပစ်ခွာ စိတ်ပစ်ခွာ၍ စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရယူခံစားလေ့ရှိ၏။

-အရိယာနှင့် အထက်ဈာန်ပိုင်ရှင်တို့၏ ဥပေက္ခာဖြင့် ခံစားခြင်း

များ။

ထိုသို့ သုံးမျိုးရှိချေရာတွင်

သာသနာမှီခိုသူနှင့် ကြည်ညိုသူတို့ ခရီးတူထွက် အပေးအယူလက်ဆက်ပြုလုပ်ကြရာ၌ ပေးသူက ချစ်၍ပေးလည်း၊ ယူသူကား ထိုအချစ် ပယ်မြစ်နှစ်မြုပ်လျက်က မချစ်သော အချစ်ကိုသာ ထုတ်ယူသုံးစွဲရာ၏။

နတ်တလူစာစဉ်

ပေးသူက မုန်း၍ပေးလည်း...

ယူသူကား ထိုအမုန်းကို ချေမှုန်းလျက်က မမုန်းသော အမုန်းကိုသာ ကြီးယူရာ၏။

ပေးသူက ဖာသိဖာသာ (မိရိုးဖလာဖြင့်) ပေးလည်း...

ယူသူကား ထို ချစ်မုန်းကင်းကို အလယ်မှထွင်းလျက်က အချစ်လည်းတင်းတင်း၊ အမုန်းလည်းတင်းတင်း ညီမျှခြင်းဟူသော အလယ်အလတ်ဖြင့်သာ သွင်းယူရာ၏။

အိမ်ထောင် သားမွေးဖြင့် သူဌေးဖြစ်လာသော မိဘများသည် မိမိသားသမီးများကိုလည်း အိမ်ထောင်ပစ္စည်း သားမွေးနည်းကိုသာ အမွေပေး၏ သို့...။

ကြည်ညိုသော ဝန်ထမ်းသည်လည်း မှီခိုသော ဝန်ထမ်းကို လူ့ထုံးစံအတိုင်း လူချင်းရစ်၍ ချစ်ခြင်းဖြင့် ချဉ်းကပ်လေ့ ရှိသည်မှာ ပုထုဇဉ်ဓမ္မတာပင်။

သို့တစေလည်း မှီခိုသူ ဝန်ထမ်းသည် အဆွဲသန်သာဖြစ်ရာ၏။ အဆွဲခံ မဖြစ်စေရ။ အဆွဲသန်လိုသော် သူ့အချစ် ထက် အောက်ပစ်၍ အလယ်မျှသာ ချစ်တတ်ကြရာ၏။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]



# သီလကို ပီယလိုဆောင် အိုတောင် မဆင်းရဲ

လောကတွင် ပီမှသာရသော အရာတို့မှာ-

-ရုပ်ပြစားသောသူ - ရုပ်အပြ အလှမကုန်ခင်လေးသာ  
ကြီးပွားတိုးတက်စေ၏။

-အသံလွှင့်စားသောသူ - အသံလှ ပီသနေတုန်းလေးသာ  
ကြီးပွားတိုးတက်စေ၏။

-အင်အားပြစားသောသူ - အားထွက်များ ပီသနေစဉ်လေး  
သာ ကြီးပွားတိုးတက်စေရာ၏။

သီလကို ပီပြင်စွာ သုတ်သင်၍ သိက္ခာစဉ်အလှ ကျနစွာ  
အားထုတ်သူအား အသက်ရလေ ဆက်လှလေ။ အအိုထုလေ ပျိုနု  
လေတို့ဖြင့် အသက်ကုန်သော်မှ အဆက်မကုန်သေးရကား...

-လောကီစီးပွား သူကြီးပွား ဆီးတား၍ပင် မရပြီ။

-လောကုတ်ရွယ်ပျို ပန်းနွယ်မို အိုပါဆိုလည်း မအိုပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## အပီမှာ အကြည်ခံ ရည်ငံလိုသူ များလတ္တံ့.

ထို ရုပ်- သံ- အင်အား- သီလ လေးပါးတို့ ပီပြင်ရုံမျှ မက  
ကြည်လင်ဂုဏ်ကပါ ဟိုးလေးတကျော် ဖြစ်ပေါ်လာပါမူကား-

-ပဘာဝတီနှင့် ဥပလဝဏ် မွေးထားမိသောမိဘများ ကာလ  
သားမင်းတို့အညွှင်း လည်စင်းခံစားနေကြရသည်ပမာ...

အလှကောင်းသမျှ ညပေါင်းဘဝ များလှချေတော့မည်။

အပြကောင်းသမျှ ခဏပေါင်းဘဝလည်း များလှချေတော့မည်။

ထိုအားလုံး လှလွန်း၊ မွှေးလွန်း၍ အဖျက်ခံရသော ပန်း၊  
ကောင်းလွန်း၍ သတ်စားခံနေရသော သားငါးများပမာ-

-လွတ်ရာနေမှသာ အလှမပျက်မည်။

-မမြင်ကွယ်ရာနေမှ မခင်တွယ်တာတွေ ကုန်ဆုံးမည်။

သူကြိုက်နေမှန်းသိလျက်က သူ့အားသွားကလိနေလျှင် ကလိ  
သူသာ တာဝန်ရှိချေမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# အကြိုက်အလိုက်ပေး ဝေးထက်ဝေးမှာ သေချာသည်

ပုဂ္ဂိုလ်သာခင်၍ တရား၌မမင်သူ၏ နောက်ယောင်ခံလိုက်နေခြင်းသည် ကျင့်နေသူ၏ အကင်းမသေသေးသော ကာမကို ဆွပေးနေသည်သို့သာ ရှိချေရာ၊ အကြိုက် အလိုက်ပေးနေသည်နှင့် ဘာမျှ မခြားနား။

ထိုအပြေးနှင့် အလိုက်...

ထင်ရာလိုက်လျက်က မထင်ရာပိုက်မိသွားသောကြောင့် အခြေပေးလေ အနေဝေးလေသာ ရှိချေရာ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်ချင်းထွေး တရားချင်းဝေးသွားခြင်းကြောင့်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# နေထွက်သွားရာ လဝင်လာလျှင် ည အလှပြင်မလို့

အကြိုက်တောမှထွက် အမြိုက်တော ထွက်လိုသူသည်လည်း  
ကာမကို ဝနဖြင့်ပင် စည်းခြားထားရာ၏။

ထို ဝနသည် ကာမနေ မသက်၊ သဘာဝနေလည်း မသက်၊  
အေးငြိမ်းရာဘက် သက်စေမည့် လ,ထွက်ညပမာသာ ရှိချေရာ၏။  
အကယ်တိတိ

နေကား အတွေ့အားဖြင့် ထွက်ခွာသွားခဲ့ပြီ။ လကား အတွေ့  
ဘက် မသက်လာသေးလျှင်ကား... တောထွက်ကား မောချက်ဖြင့်  
သာ လမ်းစဆုံးရပေလိမ့်မည်။

နေမဲ့သော အမှောင်သည် နေဖွဲ့သော အမှောင်ထက် စွာတတ်  
လွန်းလှ၍ သည့်ပမာလျှင် ကာမမှောင်မှ အတွေ့အားဖြင့် ထွက်ခွာ  
လာခဲ့သော်လည်း ဓမ္မအရောင် မဝေ့ခဲ့၍ အငွေ့ထွက် အသက်ပြန်  
ဝင်လာပါသော်ကား...

နေ့ခင်းတိမ်ဖုံးထက် ညခင်း လ လုံးမဲ့သည်က  
ပို၍လည်းမှောင် ရှောင်၍လည်း မရ၊ မှောင်အတိကြီး ကျစေ  
တော့သည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

# မှန်ထဲကအရိပ် လက်သည်းဖြင့် ဆိတ်ကြည့်မနေနှင့်

အရိယာတို့၏ ဓမ္မအရှိန်၊

သူတော်ကောင်း အစားစားများ၏ သီလအရှိန်များသည်

အငွေ့သတ္တိမျှရှိသော ဂုဏ်ထူးများ ဖြစ်လေရာ...

- မစပယ်၏ရင်ကိုခွဲ၊ ပုလဲဖွေရှာသူမျိုးသို့ လည်းကောင်း။

- ဝမ်းဘဲ၏ရင်ကိုထု ရွှေဥရှာသူမျိုးသို့ လည်းကောင်း။

- ဟင်္သာ၏အတောင်ကိုနုတ် ရွှေကိုယက်ထုတ်သူမျိုးသို့

လည်းကောင်း။

- ခင်အောင်ပေါင်း အတောင်းမကြမ်းရာ၊

- ကြင်ယောင်ဆွဲ အတွဲမရမ်းရာ။

အကယ်တိတိ ကြမ်းမိရမ်းမိခဲ့သော်...

မှန်ကြည်ထက်က အရိပ် လက်သည်းနှင့်တို့ဆိတ်သည်နှင့်

ဘာမျှမခြားနား...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# ဟင်းအိုးထဲကအငွေ၊ နှာခေါင်းဖြင့်ရှေ့ကြည့်ရုံဖြင့် ဝပါသည်

အရိယာတို့၏ ဓမ္မအရိန်၊ သူတော်ကောင်းတို့၏ သီလအရိန်  
များကို မိမိသို့ စိမ့်ရည်ပမာ ဝင်ဆံ့စေလိုလျှင်...

ခြင်္သေ့မင်း၏ အဆီအသွေးသည်

သိင်္ဂီရွှေခွက်မှာသာ တင်သည့်ပမာ...

-သင်သည် ပညာယှဉ် သဒ္ဓါဖြင့်သာ ခံယူပါလေတော့...။

-သင်သည် ကုသိုလ်ယှဉ် စေတနာဖြင့်သာ ခံယူပါလေ

တော့...။

ထိုသို့ အငွေပေး အငွေယူ ထိပ်တိုက်တူရူ ဖြစ်လာသော်  
အသံလွှင့်စက်နှင့်ဖမ်းစက် ကြိုးမသွယ်ဘဲလျက်နှင့် ဝင်သည့်ပမာ၊  
မတောင်းဘဲနှင့်ရ မပေါင်းဘဲနှင့် ကျလာစေမည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# ကိုယ့်လုပ်ပေါက် အရင်ကြည့်၊ ဘုရားမှန်ပေါက် နောက်မှလှည့်

- စာပေသမားချင်း၏ အငြင်းများသည်လည်းကောင်း

- ပညာရှိ၊ သူယုတ်မာချင်း၏ အတင်းအဖျင်းစကားများသည်  
လည်းကောင်း။

စင်စစ် မိမိအရှိ မသိဟန်ဆောင်လျက်က ကျမ်းကိုး ကျမ်းခံ  
ကန်လျက်က အနိုင်လုနေကြခြင်း မျှသာ။

တစ်ဖန်...

သူတစ်ပါးအားနည်းချက် အကွက်ချောင်းလျက်က ထုနှက်  
တတ်လေသူ...

မိမိလုပ်သမျှ ဟုတ်လှပြီ အထင်ရောက်နေသူများသည်လည်း  
သူတစ်ပါး၏အလုပ် အတင်းလုယက်၍ ပုတ်ခတ်နေမည်သာ။

ထိုသူအားလုံး...

- အရာရာပြောရန်ကြည့် ကိုယ့်အရှိ ကိုယ်ကြည့်ပြောကြလေ။

- အရာရာ အမှန်ထုတ် ကိုယ့်အလုပ်ဖြင့်ကိုယ် အမှန်သရုပ်  
ထုတ်ကြလေ...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော် ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

# တရားချင်းဆောင် ငါဘာကောင်လဲ အရင်မေး

စာရွက်ပေါ်က ဆားသည် လက်တွင်းဆားလို မငန်စေတတ်။

တရားဓမ္မ လေ့လာကြရာ၌-

-ဒေသာက္ကမ - အချို့ကား ဘုရားဟော စာလာအတိုင်း  
ဟော၏။ ရေး၏။

-ပဋိပတ္တိက္ကမ - အချို့ကား ကျင့်စဉ်ကြားမှ အတွေ့တရား  
အတိုင်း ဟော၏။ ရေး၏။

ထိုနှစ်မျိုး မြင်ကွင်းတစ်ခု၊ နေ့ကြည့်နှင့် ညကြည့်ပမာ ကွာ  
၏။ သို့မဟုတ် ဘုရားစရိုက်၏ ကိုယ်တွေ့နှင့် မိမိစရိုက်၏ ကိုယ်  
တွေ့ခြားနားချက်တည်း။

ထိုသို့ သဘာဝတရား ကွာခြားနေချေရာ...

ကိုယ့်ခန္ဓာအပြု အရင်မစဘဲနှင့် ဘုရားစကား ပါးစပ်သွင်း  
အတင်းဝါးစားနေက အပြောနှင့် လက်တွေ့ မည်သည့်ကာလမျှ  
စေ့စပ်၍ မရနိုင်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]



# ပညာခံလျက် မာန်ထောင် အဆံ့ချောင်မှန်း လူတိုင်းသိစေမည်

ပညာသင်ခြင်းသည်-

-အချို့ ပညာချင်းပြိုင်ရန်အတွက် အလဂဒူပမာ မြေ အလမွှာယ်ဆရာ၏ လက်တွင်းရှိမြေပမာ သင်နည်းတည်း။

-အချို့ ပညာသိ သိပြီးနောက် ပညာရှိ လမ်းဖောက်ရန် အတွက် နိဿရဏတ္ထ - အလွတ်အကျွတ်ရုန်းထွက်ရန် အကျင့်သင် နည်းတည်း။

-အချို့ တရားဓမ္မစက် ပျောက်ပျက်မသွားစေရန်အတွက် ဓမ္မ ဘဏ္ဍာဂါရိက - တရားသိမ်းဆည်း ဘဏ္ဍာတိုက်ကြီးသဖွယ် သင် နည်းတည်း။

ထိုသို့ နည်းသုံးထွေ ရှိချေရာ...

-ကိုယ် မကြိုက်တိုင်းတိုက် ကိုယ်မိုက်မှန်း လူသိမည်။

-ကိုယ် မသိတိုင်းလိုက် ကိုယ်ငိုက်မှန်း လူသိမည်။

ထိုအသုံးအနှုန်းကား... ငန်းယောင်ဆောင်သော လင်းမြေ တစ်ကောင်၏ မာန်ထောင်နည်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# လူနှင့် မျောက် ငမောက် ကောက်တော့ဆို

လောကဝယ် သဘာဝကို မသိကျိုးကျွံပြုလျက်က ငြင်းခုံနေကြသော အရာများကား များပြားလှပါချေ၏။

-မစင်၌ လူနှင့်ခွေး အစေးမကပ်ကြ။

-အရက်၌ လူလိမ္မာနှင့်လူမိုက် သဘောချင်း မကိုက်။

ထိုအခါ ကောင်းမကောင်းဟူသော အငြင်းပွားမှုသည် မုချ ဖြစ်ပေါ်လာပြီ။

-ကိုယ် မကြိုက်တိုင်း မကောင်းမပြောသင့်။

-ကိုယ် ကြိုက်တိုင်းလည်း အကောင်းမပြောသင့်။

-ကောင်း မကောင်းကား သဘာဝ ခုံတင်စစ်မှ အဖြစ်မှန်တွေ့ရမည်။

-ကြိုက် မကြိုက်ကား စိတ်ကိုလှည့်စား လောဘ၊ ဒေါသ တရားဆိုး၏ ခြေထိုးမှုများသာ။

-ပတ္တမြားငမောက် လူဖြစ်တုန်း ကုန်းကောက်၊ မျောက်ဖြစ်သော် ပစ်ပေါက်သည့်တရားသည် လောဘ၊ ဒေါသတို့၏ လှည့်စားမှုချည်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

## အငြင်းပွား တရားမကပ်သေး

သူတော်ကောင်းမည်သည် ကိုယ့်အပြစ်ကိုယ်ရှု သူတစ်ပါးနှင့် မတူ။ သူတစ်ပါး မကောင်းကြောင်း ကောင်းကြောင်း ပြောနေလေသမျှ ထိုသူသည် တရားမတွေ့သေးသောသူသာ ဖြစ်ရမည်။

သူတစ်ပါးအရေး ဝေဖန်ပေးခြင်းသည်လည်း သူတစ်ပါးကောင်းစားရန် မိမိက ဓားစားခံနေခြင်းသာ ဖြစ်ရမည်။

သို့ကြောင့်...

သူတစ်ပါးကောင်း မကောင်းကြည့်ဖို့ထက် မိမိကောင်း မကောင်း ပြန်လှန်ကြည့်ဖို့က အရေးကြီးသည်။

သူတစ်ပါးအပြစ် စိစစ်ဖို့ထက် မိမိအပြစ် မိမိ စိစစ်ဖို့က သာ၍ပင် အရေးကြီးသည်။ ဤသို့သာ အကြည့်မှန် အသိမှန်လာလျှင်...

သင်ကား သူတော်ကောင်းအမည်ခံထိုက်ပါပြီ။ သင်ကား ပပဉ္စအစဉ်အလာ မလှည့်တော့သဖြင့် ပညာရှိအမည်လည်း ခံထိုက် နေပါပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## သံပုရာအို အချိုမသီး

ဘဝပေါင်းထပ်၍ ကပ်ပါလာကြကုန်သော အနုသယအရာ ဉာဉ်၊ စရိုက်၊ ဝါသနာများသည် လူတို့၏ အရွယ်သုံးပါးဝယ် အစဉ် လိုက်လျက်ကသာ ရှိ၏။

သို့ကြောင့်...

သားသမီးအရွယ်က လောဘအိုးကလေးများသည် မိဘနေရာ ရောက်သောအခါ၌လည်း ထိုအိုးကလေးရွက်လျက် အသက်ဆက် ကြလေကုန်၏။ ကြီးသာကြီးမည် မနည်းလှ။

တပည့်ဘဝက ဒေါသအိုးလေးများသည်လည်း ဆရာနေရာ အရ- ချထားခဲ့မည် မရှိ။ ဉာဉ်နိုင်ဆေးများဖြစ်သော သတိပညာ တို့ဖြင့် ခုခံပါသော်လည်း ကမ္ဘာတည်အိုး အမျိုးရင့် မာလွန်းရကား ဆေးဝင်စဉ်ပါး ဆေးအားပျောက်၊ ရောက်အားဖြင့် နိဗ္ဗာန်ခွင် ပြည် ဝင်ထွက်အထိ ဆက်လက်ရွက်ဦးမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# သရက်တစ်ကင်း မှည့်ဝင်းတစ်ထွေ

သရက်သီး၏ သဘာဝသည်  
 အကင်း၌ ဖန်၊ အစိမ်းရင့်ကျ ချဉ်၊ မှည့်စဉ်ကား ချိုမြိန်ခြင်း  
 ဟူ၍ အသွင်သုံးမျိုး ပြောင်းလဲနေသည့်ပမာ...  
 ပစ္စိမ ဘဝိကတို့၏ နောက်ဆုံးအလားများသည်လည်း အရွယ်  
 ငယ်၊ အရွယ်လတ်၊ အရွယ်ကြီး စိတ်ထားနည်း မတူချေ။  
 ရွှေရတနာတစ်ခုကို-  
 ကလေးသိ၊ လူကြီးသိ၊ ရွှေပန်းထိမ်ပညာရှင်၏အသိ ကွဲပုံ  
 မျိုးတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၄ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# ကျွဲကမွေးသော သား နွားလုပ်မကစားနှင့်

- ကျွဲနှင့်နွား မြက်စားချင်းတူသော်လည်း  
 အနေအားဖြင့်ကား ကုန်းနေ ရေဆင်း ကွာခြားဘိခြင်းပမာ  
 - ရာဂနှင့်ဒေါသ တစ်ဖက်အာရုံတိုက်သည်ချည်း ဖြစ်သော်  
 လည်း ရာဂကား နွားပမာ ခွေ့တိုက်၊ ဒေါသကား ကျွဲပမာ ခတ်  
 တိုက်။ သို့ကြောင့်...

သင်သည် မိဘနေရာ၊ ဆရာနေရာတို့မှနေ၍ မိမိ၏ တပည့်  
 သားများ၏စရိုက်၊ ပညာဉာဏ် ချင့်တိုက်လျက်က သူ့အလိုက် အ  
 ကိုက်ပညာ ပေးဝေရာ၏။

- ရာဂသမား စစ်ထဲပို့ ခွေ့နေရုံဖြင့် အချိန်ကုန်မည်။
- ဒေါသသမား စည်းရုံးခိုင်း ဟိုတိုင်းသည်တိုင်းဖြင့် သရော  
 ခိုင်းမည်။

ချို (ဂျို)တိုနှင့် ချို(ဂျို)ရှည် နဂိုရည်သဘာဝကပင် ခွဲခြား  
 ပြသထားပြီး မဟုတ်လော...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၇ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# လူလွတ်တော အပြောကင်း

လူတစ်ဦး၏ အတွင်းနေ စိတ်ကူးသည်  
နောက်လူတစ်ဦးနှင့် နီးနီးကပ်ကပ်နေခွင့်ရသောအခါ စကား  
အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလာတော့၏။ ပရိယုဋ္ဌာန်မှ ဝီတိက္ကမသို့ နှုတ်မှ  
ကူးလာခြင်းတည်း။

အကယ်တိတိ

လူသူမရှိ မိမိတစ်ယောက်ထီးတည်း တသီးတသန့်နေပါမူ ကား  
ထိုအတွင်းနေအတွေး အတွင်းမှာပင် ကြေအေးသွားစေတော့သည်။  
လူလွတ်တောတွင်း အပြောကင်း လက်ငင်းချမ်းသာသည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၇ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# ဒုက္ခသည် လည်၍ရောင်း ခေါင်း တောင်းတစောင်းနှင့်

တံငါသည်သည် ငါးကိုဖမ်း၍ ငါးဈေးတန်းသွားရောင်းချ  
စားသောက်လေ့ရှိသော ဈေးသည်တစ်မျိုးတည်း။

ဒုက္ခသည်သည်လည်း ဒုက္ခကိုဖမ်း၍ လူရှိရာစခန်း ဗန်းတင်  
ရောင်းလေ့ရှိသော ဈေးသည်တစ်မျိုးပင်တည်း။

သို့ကြောင့် လူသားတိုင်း...

-အချို့ ကိုယ့်ဒုက္ခ အခြားသယ်၍ ဝယ်သူရှိရောင်း...

-အချို့ သူ့ဒုက္ခ ကြုံတုန်းဝယ်၍ သယ်ယူပြီးပေါင်း...

သည်ကိစ္စမျိုးဖြင့်သာ တစ်ဘဝအချိန်ကုန်လွန်ရလေ့ရှိကြ၏။  
သူခကို သယ်၍ ဝယ်လျှင် ရောင်း၊ ရောင်းလျှင် ဝယ် ဖလှယ်သူ  
ကား ကာမငါးဈေးတန်းတွင် အစမ်းရောင်း၊ အစမ်းဝယ်ပင် မတွေ့စဖူး  
ပြီ။ အကယ်တိတိ...

ချစ်သူချင်းခင်တွယ်၍ သူခကိုဖလှယ် ဝယ်ရောင်းပါသည်  
ဆိုသော်လည်း သူခကား အမြည်းသက်သက်။ ဒုက္ခသာလျှင် ချိန်  
ခွင်ထက် အလေးဖြင့်စက်၍ ရောင်းဖြစ်၊ ဝယ်ဖြစ်ကြသည်ချည်းသာ။

-ဒုက္ခသည် ရွာလည်အရှိ၊ အလေးပြည့်။

-သူခသည် ရွာလည်မရှိ၊ လေးမပြည့်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၇ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]



## ဒီရေတက် လက်ယှက်မတားသာ

ဘာဝသွေး အမည်ရသော ရိုးတွင်းခြင်ဆီအားတို့ ပြည့်နှက်  
 နေရာမှ ကန်ထွက်လာသော မုန်ယိုချိန်ကာလတွင်  
 ကာလပျို လူသားတိုင်း  
 မြောင်းစ၊ ချောင်းစမြင် ဆင်ခြင်ချိန်မရ၊ တဟုန်ထိုး ထိုးကျ  
 တော့သည်သာ။

ရိုးတွင်းခြင်ဆီကြားမှ ရုန်းတက်လာသောအား မည်သည့်နည်း  
 ဖြင့် တား၍မှ မရနိုင်။

အကယ်တိတိ... ရေအထ ချောင်းဝကလည်း လမ်းပြနေ  
 ချိန်၊ ရှေ့ကြိုမြင် နောက်ပြန်သိ၊ ရှိကြလေသောလူကြီးသူမများက  
 ချော့တား၊ ချောက်တား၊ ကြိမ်းစကားဖြင့် တားချေသော်... ထို  
 အတားကား -

- ဒီရေတက်ရာအကြား လက်ယှက်တား  
 တားနည်းမျှလောက်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၈ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# လူတွေ့ခံ လှန်လှောကြည့် အရှိ မသက်သာ

လူတို့၌...

စပ်စုတတ်သော ညဉ့်၊ ကိုယ်တွေ့မျက်မြင်ဖြစ်လိုသောအကျင့်  
ဆင့်လျက် ရှိချေရာ... ထိုလူများ၏ ရှေ့...

-မမြင်အပ်ရာ မှန်သမျှ အတွေ့မခံရာ။

အတွေ့မခံအပ်သော မမြင်အပ်ရာတို့မှာ...

-ရဟန်းများ၌ လူတို့၏ ကမ္မပထတရားထက် အလွန်မြတ်သော  
ဈာန်- မဂ်

-လူအများ၌ ဖို၊မ သီခြားခွဲခြားထားသော နေရာများ

-အားလုံးတို့၌ စိန်၊ ရွှေ၊ ငွေစသည့်အတွင်းနေ ရတနာများ  
ထိုသုံးမျိုးစလုံး ဖုံးထားလျှင် အကောင်းဆုံး။

အကယ် တိ တိ.....

ဆင်ခြင်ဉာဏ်မဲ့ အဖုံးမဲ့ ထားမိခဲ့ချေသော်...

တွေ့သူတိုင်း လှန်လှောအကြည့်ခံရသဖြင့် အရှိယောက်ယက်  
ခတ်ဖြစ်နိုင်သည်။

-ပစ္စည်းထူး လူနှူးမခံရမိစေနှင့်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၈ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# သည်အတိုင်းပြောလျှင် သည်လိုမြင်ချင်လို့ဘဲ မှတ်လိုက်စမ်းပါ

အတွေးဖြင့် ခေါ်ယူထားသော စကားသည် အတွေးအခေါ်  
စကားမည်၏။

ထို စကားသည်...

အနာဂတ်ရှိ အရာဝတ္ထုကို တစ်ထစ်ချ ထမ်းဆောင်လျက်က  
ရှိ၏။ သို့ကြောင့်-

ငါ ဒီလိုပြောသောစကားမှန်သမျှ

ငါ ဒီတိုင်းမြင်ချင်သောအရာဟူ၍ တစ်ထစ်ချ မှတ်ခဲ့။

အကယ်တိတိ... ငါ့စကားနှင့် သင့်အထား တစ်ပြားစာခန့်မျှ  
အံလွဲနေအံ့။

ထိုပြားစာထုလွဲကလေးကပင် ဟိုအဝေးအနာဂတ်ကာလသို့  
ဆိုက်လေသောအခါ မိုင်ဖွဲ့၍ တိုင်းထွာရမည့် ဝေးကွာခြင်းဖြင့် အလျော်  
အစားလုပ်ယူရတော့မည်။ ငါ့သိက္ခာယုံလျှင် ငါ့ညွှန်းသောပုံ ဂုဏ်  
ဖော်သင့်၏။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၉ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# မသိလို့ဆရာတင် ဆရာငင်ရာ ဇွတ်သာလိုက်ခဲ့

မည်သူမဆို

-ကိုယ်မသိခင် မိမိထက်အသိလျင်သူကို ဆရာတင်ရမိ တည်း။

-ကိုယ်မတတ်ခင် မိမိထက်အတတ်လျင်သူကို ဆရာတင်ရ  
မိတည်း။

အထာလျင်သူကို ထိုသို့ဆရာတင်ပြီးကာမှ

ပြရာမသင် နှင်ရာမလိုက် တစ်စွန်းတစ်စမာန်ဖြင့် မိုက်ကန်း  
နေခဲ့လျှင်-

-အပါးလည်းမနပ်၊ အထားလည်းမတတ်၊ ဇိမ်းဇော်ဇော်ဖြင့်  
ပွဲပြီးမည်။

-အကျွမ်းလည်း မကျင်၊ အစွမ်းလည်း မထင်၊ မရမ်းပင်-  
သံပုရာသီးဖြင့် ပြီးသွားမည်။

ဆရာသည် တပည့်ထက်တော်၍ အပေါ်တက်ထိုင်နေသည်  
မှတ်ခဲ့။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၉ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# ငါသည်လိုပြုတာ သင်သည်တိုင်းမြင်စေချင်လို့

-ဆရာ၏ အပြောနှင့်အပြုသည်  
တပည့်အား သူတွေ့စေချင်သောအရာကို မေးငေါ့ပြနေခြင်း  
ပင်။

-တပည့်သည် ဆရာမေးရိုးအတည့် ကြည့်တတ်မည်ဆိုလျှင်  
သရုပ်နှင့် ဘုတ်အထား ဘွားဘွားကြီးမြင်တွေ့ခွင့် ရစေ  
သည်။

-ကျွမ်းကျင်ရာကိစ္စ ဒိဋ္ဌသိ မသိခဲ့လျှင်  
ဆရာသည် ဆရာမလုပ်၊ ဒိဋ္ဌသိ မသိဘဲ ဆရာလုပ် ဆရာ  
ဟုတ် မဖြစ်နိုင်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၉ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

# သိယောင်ကန်းနှင့် တတ်ယောင်ကန်း လမ်းတွေ့တိုင်း စမ်းလိမ့်မည်

- သိချင်ယောင်ဆောင်သော မသိမိုက်သည်  
မသိချင်ယောင်ဆောင်သော သိမိုက်ထက် ပို၍ ကန်းသည်။

- တတ်ချင်ယောင်ဆောင်သော မတတ်ကန်းသည်လည်း  
မတတ်ချင်ယောင်ဆောင်သော တတ်ကန်းထက် အမိုက်ပို

မည်။

- သိသော မသိသည်လည်းကောင်း၊

- တတ်သော မတတ်သည်လည်းကောင်း၊ စမ်းကြည့်အရှိ တွေ့  
နိုင်၏။ သို့ကြောင့် ထိုနှစ်ဦးစလုံးတို့သည် ကိုယ့်အရှိတစ်ဖက်သိ  
မည်စိုးသော မစ္ဆရိယမျှ အပဝင်သဖြင့် တောင်းပန်လျှင် ထွက်တတ်  
သေး၏။

- မသိသော အသိ

- မတတ်သော အတတ်တို့မှာမူကား ယောင်ယမ်းခြင်းမျှသော  
မသိမှုမောဟ၏နောက် ဝါကြွားလိုမှု မာန၊ အထင်ကြီးစေလိုမှု တဏှာ၊  
လှည့်ပတ်လိုမှု မာယာစသည် အယုတ်တရားအသင်း ဖဝါး  
ထပ်နင်းလျက်က နာမ်ချဉ်းနေခြင်းမျှဖြစ်ရာ တောင်းခံလည်း မကျ၊  
တောင်းပန်လည်း မလှ၊ ကြာသော် အရုပ်ဆိုးဘဝဖြင့် ပွဲသိမ်းရချေ  
မည်။ ဘာတစ်ခုမျှ ထွက်လာမည်ကား မဟုတ်ချေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၉ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## တိုက်ပွဲကျ တိုက်ပွဲက တာဝန်ယူလိမ့်မည်

စစ်သားသည် တပ်မှူးအမိန့် နာခံလျက်သားနှင့် တိုက်ပွဲကျရသော် ထိုစစ်သား၌ တာဝန် မရှိချေ။ စစ်သား၏ တာဝန်က စစ်မိန့် နာခံခြင်းမျှဖြစ်ခြင်းကြောင့်တည်း။ သည့်အတူပင်

- ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ် အပတ်တကုတ်အားထုတ်နေပါလျက်က ကိစ္စမပြီး အချိုးနီး ကုန်ဆုံးသွားရသော ကမ္မဋ္ဌာန်းသမား

- စီးပွားရေးအလုပ် ကျိုးကျိုးနွံနွံအားထုတ်နေပါလျက်က ကုန်ရှုံးကြွေးတင်သွားရရှာသော စီးပွားရေးသမား... စသည်များလည်း

- အင်အားပြခြင်းသည်ပင် သူ့တာဝန်ဖြစ်သဖြင့်

- အင်အားကျ၊ ထိုအင်အားများက တာဝန်ယူရမည်။

နောက်ဘဝ နောက်ကိစ္စအတွက် ထိုအင်အားက ထောက်ခံချက်ပေးလိုက်ခြင်းသည်ပင်။ သို့မဟုတ် အရည်အချင်းနှင့်အတွေ့အကြုံ အထုံပါသွားခြင်းသည်ပင် တာဝန်ယူခြင်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၀ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## မင်းကမ္မေး မင်းသွေးချည်း မထင်နှင့်

မဆင်မခြင် ဘုရင်၏ မြင်မြင်သမျှ တော်ကောက်ရာမှ ရလာ  
သော သားတော်၊ သမီးတော်အများကား -

-တစ်ဖက်က မင်းရဲသွေး

-တစ်ဖက်က ဆင်းရဲသွေး

အချင်းချင်း ရောထွေးလျက်က ဖွားသက်လာကြရသော သား  
သမီးများဖြစ်ကြရာ အမူအကျင့်များသည်လည်း ဖတစ်ဝက်၊ မိတစ်  
ဖက်ချည်းသာ။

သည့်ပမာလျှင် မျိုးကွဲ မျိုးတူ၊ အယူအကျင့် မတူညီသော  
ဖိုသဘာဝ၊ မသဘာဝ စသည်များမှ ဆင်းသက်လာသော နောက်ဖွား  
များသည်လည်း ဉာဉ်စရိုက်အမူအကျင့်များ တူရာတူ၊ ခြားရာခြား  
ကွဲပြားနေမည်သာ။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၀ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]**



# သူများဆို လိမ်လိုလိမ် ကျိန်လိုကျိန် ကိုယ့်ကိုယ်ကို မလိမ်မိစေနှင့်

လူလူချင်း တစ်ဖက်အယုံသွင်းရာ၌  
ရိုးရိုးလိမ်၊ မယုံသေး ကျိန်စာဆို၍ လိမ်ဖြင့် လိမ်ကြရချေ  
သည်။

ထိုအလိမ်သည် မသိသူကို သိသူက လိမ်ခြင်းဖြစ်၍ ယုံသည်  
လည်းရှိ၏။ မယုံသည်လည်းရှိ၏။ အပိုင်မဆိုသာ။

မိမိကိုယ်မိမိ အယုံသွင်းရာ၌ကား...

အသိ-အသိချင်း လိမ်ရသည်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် မယုံလေ ပုံ  
သော်မှ သဘောတူ၍ ပုံအပ်ခြင်းမျှသာ။ ယုံ၍ကား မဟုတ်။ ထို  
မယုံဘဲ ပုံအပ်ရသည်လောက် အခံရခက်သည်မှာ သူ့အပြစ်မရှိပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# တောင်းရက်ပြီးပြီ နှုတ်ခမ်းသတ်ဖို့ ကျန်သေး

လူတစ်ဘဝ ခြေချ၍ လာခြင်းသည်  
အတိတ်က ကံကြွေးချထားသော ကံတိုးခံသမားများထံ  
အကြွေးတောင်းရန်လာခြင်း၊ ထပ်ပိုးကြွေးသစ်ပေးရန်လာခြင်းမျှ  
သာ...။

ထိုတစ်ဘဝအတွင်း...

-ကြွေးဟောင်းတောင်းလျက်က ကြွေးသစ်လောင်းထားခဲ့ခြင်း  
လည်းပါ၏။

အရောင်းအဝယ်ဖြင့် အဟောင်းဖမ်း၊ ဒါနခန်းဖြင့် အသစ်ထမ်း  
ခြင်းများ။

-ကြွေးဟောင်းချေလျက်က ကြွေးသစ်တဝေဝေ အညွန့်တက်  
လာခြင်းလည်း ပါ၏။

သူတစ်ပါး အကျူးကျော်ခံ၍ သူတစ်ပါး အံတုရန်ကြံခြင်း များ။  
ဤနည်းဖြင့် အသက်၏ သုံးချိုးနှစ်ချိုးထဲ တိုးဝင်လာချေရာ...  
တောင်းဖျာရက်လုပ်မှု ပြီးစီးက နှုတ်ခမ်းသတ်ဟူသည် တပ်

**ဓမ္မနိတိကထာ**

**၁၃၅**

ပေးရစေမိ။ ငါတို့၏ နေပြီးစီး၍ သေခရီးထဲဝင်လာစဉ် မည်သည့်  
အရာဖြင့် နှုတ်ခမ်းကွပ်မည်နည်း။

-အကြွေး... အပေးလား၊ အယူလား။ ကုသိုလ်လေလား၊  
အကုသိုလ်လေလား...။

-နောက်ဆုံး စိတ်ဖြင့် ပိတ်စရာများ...။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]**

## အိမ်နားနီး အားကြီးသဘောတူ

-ပျင်းနေလျှင် ဖျင်းဖို့သေချာသွားပြီ။

-တင်းလျှင်လည်း ထင်းဖို့သေချာသွားပြီ။

စရိုက်တူတစ်သင်း အိမ်နီးနားချင်း သွားဖြစ်လေသောအခါ  
ရှေ့ လူစ နောက်လူများက ထ၊ဖြစ်ကြလေသည်ပမာ...

ပနှင့်ဖ အိမ်နားနီး အပျင်းနှင့်အဖျင်း သူငယ်ချင်းဖြစ်သွားရာ  
အပျင်းစ အဖျင်းကျမှာ သေချာသည်။ အဖျင်းစလည်း အပျင်းထ၊မှာ  
သေချာပြီ။

တစ်ဖန် တနှင့်ထ အိမ်နားနီး အတင်းနှင့်အထင်းလည်း သူ  
ငယ်ချင်း ဖြစ်သွားတော့ရာ ရဲတင်းလွန်း ထင်းထင်းပေါ်၊ ထင်းထင်း  
တွေ့ ရဲတင်း လက်ချင်းချိတ်ပမာ...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## သဘာဝ အချက်များ မျက်နှာမှာ အကုန်စု

စိတ်နှင့် စိတ်ထိမ်းများသည်...

ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ခေါ် နှလုံးအိမ်၌တည်၍ နှလုံးသွေးကိုလည်ပတ်စေကာ တွင်းပနှစ်တန် သဘာဝအမှန်ကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်လေ့ရှိ၏။

- ထိုစိတ်၏ အလုပ်ခန်း အပြင်လူမည်သူမျှ ဝင်ခွင့်မရလေ။
  - ထိုစိတ်၏ အလုပ်လမ်း မည်သူမှလည်း စုံစမ်းခွင့် မရချေ။
- သူ၏ သဘောမှန် ထုတ်ပြန်ချက် သူ့မျက်ခွက်မှ စောင့်ကြည့်

နေရုံသာ။

-သူသဘောကျ၍ ဝမ်းသာနေလျှင် မျက်နှာသည် ပြုံးရွှင်နေမည်။

-သူသဘောမကျ၍ ဝမ်းနည်းနေက မျက်နှာသည် ညိုမည်းနေမည်။

-သူမည်သည့်အာရုံမှ ပုံဖမ်းမရ၊ မျက်နှာသည် မှန်မဲ့နေမည်။ စင်စစ် မည်သည့်ကိစ္စ မည်သည့်အရာမဆို ထိုဝမ်းတွင်းရှိ စိတ်ရင်းအကြောင်း မျက်နှာက မောင်းခတ် ကြေညာနေမည်သာ။

-မျက်နှာသည် စိတ်၏ ပြန်ကြားရေးရုံးကြီးတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

## ယနေ့ကို တွေ့ဖြစ်အောင် သွားတွေ့ပါ

-နက်ဖြန်သည် ငါ့အတွက် မသေချာ။ သင့်အတွက်လည်း မရေရာ။ သေမှာရှင်မှာ အတတ်မသိရာသောကြောင့်တည်း။

-နက်ဖြန်သည် ငါ့အတွက်မဟုတ်။ သင့်အတွက်လည်း မဟုတ်။ ဘယ်လိုဂြိုဟ်ဆိုး၊ ကြမ္မာဆိုးများ ဝင်တိုးမည် မသိသောကြောင့်တည်း။

- နက်ဖြန်သည် ငါ့ကိုမချိန်း... ။ သင့်ကိုလည်း သူမချိန်း။ အချိန်သည် သူ့ဝန် သူထမ်း၍ သူ့လမ်းသူသွားနေသောကြောင့်တည်း။

-ယနေ့သည် ငါ့လက်ကိုင် ငါပိုင် ဖြစ်နေသည်။

-ထိုယနေ့သည် ရွှေဆို ရွှေ၊ ငွေဆို ငွေ ငါ့ကို ဝေနေပြီ။

-ယနေ့လောက် သေချာသောကာလ၊ ယနေ့လောက် သေချာသောဘဝ ငါ့အတွက် ဘယ်မှာမှ မရှိ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# မဟုတ်တာလုပ် အကျဉ်းအကျပ်က ကျောပုတ်မည်

လူတို့သည်...

-ဓမ္မဥပဒေကြောင်းက ခွင့်မလွှတ်သောအကျင့်များကို  
လည်းကောင်း။

-လောကဥပဒေကြောင်းက ခွင့်မပြုသော အကျင့်များကို  
လည်းကောင်း။

လူကွယ်ရာသွား မဟားဒယား ပြုကျင့်ငြားသော်...

-လန့်စိတ်ကလှန့် အခန့်မသင့် ဖြစ်နေသောကြောင့်  
လည်းကောင်း။

-ကြောက်စိတ်က ခြောက် အနှောင့်အယှက်ပေးနေသော  
ကြောင့်လည်းကောင်း။

-နရုံဂူချောင်၊ တောတောင်သမုဒ္ဒရာ

မည်သည့်အရာက ကာခြားပေးထားစေ...။

-လုံခြုံသည်ဟူ၍လည်း မထင်၊ အားရသည်ဟူ၍လည်း  
မထင်မိတတ်ချေ။

-စိတ်၏ အလှန့်အခြောက် သရဲတစ္ဆေအခြောက်ထက် ကြောက်  
မက်ဖွယ်ကောင်း၏။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

# အဟောင်းချ အသစ်တင် ရန်ဖြစ်ဖို့သာ ပြင်ပေရော့

လောကတွင်းရှိ

အိမ်ထောင်ရေး၊ နိုင်ငံရေး၊ ဘာသာစာပေ၊ အနုပညာ စသည့် ဘက်စုံတို့ဝယ် ရှေးသုံး လက်ထက်ပွားများနှင့် ခေတ်ပေါ်လက်ထက် ပွားများ ဝါဒရေးရာအားဖြင့် နေရာယူ အလှအယက်ဖြစ်ပေါ်လာက အငြင်းပွားရမှုလည်း မဆုံးစေနိုင်။

-အမြင် ဝိရောဓိ... ရှေးအတွေးအခေါ်နှင့် ခေတ်ပေါ်အယူ အဆ ဆန့်ကျင်နေခြင်း။

-အဆင် ဝိရောဓိ... အိမ်ဖွဲ့မှု ပုံစံများ ဆန့်ကျင်နေခြင်း။

-ညဉ့် ဝိရောဓိ... အမှုအကျင့် လှုပ်ရှားပုံ ဆန့်ကျင်နေခြင်း များကြောင့် ထိုအတိုက်အခံအားဖြင့် အငြင်းပွားမှုများသည်...

ရှေးထိမ်း ရှေးယိမ်းတို့ အတိမ်းပါး မြန်ဆန်လျှင် တိုက်ပွဲပြီး မြန်မည်။ မြန်သည်ဖြစ်စေ၊ နှေးသည်ဖြစ်စေ၊ တက်သွေးလှော် ခေတ်ပေါ်တို့ကသာ နောက်ဆုံးအောင်ပွဲခံသွားစမြဲတည်း။

-အားပေးသူအရေအတွက် တက်သွေးဘက်က တိုးသထက် တိုးလာနေခြင်းကြောင့်။

-အားနွဲ့သူ အစွမ်းအစ တက်သွေးဘက်က စနိုးထ,နေခြင်းများ ကြောင့်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]



## ကန်ရေကြား ချောင်းရေသွား စကားများမှာချည်

- အနည်ကျပြီးသော ဝါဒရေးရာများအတွင်း ဝါဒသစ်တစ်ခု တင်သွင်းလာသော်လည်းကောင်း၊
- အနည်ကျပြီးသော အသင်းများအတွင်း အသင်းသစ်တစ်သင်း ဝင်ရောက်လာသော်လည်းကောင်း။
- အနည်ကျပြီးသော မိသားတစ်စုအတွင်း လူသစ်တစ်ဦး ဝင်ရောက်လာသော်လည်းကောင်း။
- ညဉ့် စရိုက် ဝါသနာများနှင့် ကာလဒေသလိုက်သော အသုံး နှုန်းများ ကွဲပြားနေတတ်သောကြောင့် မျက်နှာချင်းဆိုင် ထိုင်မဖြစ်၊ စကားချင်းရော ပြောမဖြစ်ကြတော့ပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း ၁၂ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

# အနေချင်းဝေး သွေးကွဲ တွဲပွဲလုပ်မဖြစ်

လူနှစ်ဦး လမ်းဆုံရင်ဆိုင်တွေ့၊ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ထင်းထင်း  
တွေ့၏။

ထို မှ နောက်...

-တစ်ယောက်ကား မြင့်မားသော တောင်ထိပ်ပေါ်သို့ အရောက်  
အပေါက်တက်။

-နောက်တစ်ယောက်ကား နက်ရှိုင်းသော ချောက်တွင်း  
အရောက်အပေါက်ဆင်း။

ထိုနှစ်ဦး... တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် ခရီးပေါက်  
သလောက်ပင်။

သူ ငါ ကြည့်မရ၊ ငါ့ သူကြည့်မရ၊ ကြည့်ခွင့်ပင် မပြုကြ  
တော့ပြီ။

သည့်ပမာလျှင်-

သိက္ခာအရာ၊ ရာထူးဂုဏ်သိန်အရာ စသည်တိုင်းတို့၌ အထက်  
နှင့်အောက် အရောက်ချင်း ကွာသလောက် အယူအကျင့်ချင်းလည်း  
တာထောက်၍ မရကြတော့ပြီ။

-ငုံ့ကြည့်နှင့်မော့ကြည့် အတွေ့အမြင်မည်သို့ တည့်မည် နည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

## ခွင့်မပြုရာ အသွားလွဲ တရားစွဲခံရမည်

လူတစ်ဦး၏ ခွင့်မပြုလိုသော ကိစ္စ အတင်းအဓမ္မ ဝင်ရောက် စွက်ဖက်လျှင် မတရားမှုအဖြစ် တရားရုံး အစစ်ဆေး အပြစ်ပေး ခံရတတ်သည်။

- ခွင့်မပြုလိုသော ကိစ္စကား သူ့အစီးအပွားတည်း။

- သူ့အစီးအပွား သွားရောက်စော်ကား... မကျေချမ်းမည် အမှန်တည်း။

- မကျေချမ်းစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာလျှင်ကား မတရားမှုအဖြစ် စွပ်စွဲခံရမည် အမှန်တည်း။

လူသားတိုင်း၏ တရားရုံးရောက်ရမှု မှန်သမျှ တစ်ဖက်ခွင့် မပြုသော တစ်ဖက်၏ အစီးအပွားများကို သွားရောက်စော်ကားခြင်း ပင်တည်း။

- ကာမအရာ ခွင့်မရ ဒီတစ်မှုမျှဖြင့် ပြီးပြေမည်။

- ဓမ္မအရာ ဝင်နှောက်က အမှုဒုတက် ဆက်လိုက်မည်။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]**

# ကြောက်ပါပြီအော် အပေါ်ကတက်ထု

မာနကြီးသော လူတစ်မျိုး ဒေါသက လွမ်းမိုးနေတတ်၏။  
တဏှာကြီးသော လူတစ်မျိုး ဒိဋ္ဌိ တအားတိုးဝင်လာတတ်၏။  
ထိုနှစ်မျိုးစလုံး

တစ်ဖက်ကို အနိုင်ကျင့်ရာတိုင်းတို့၌ မာနထဲရှိ ဒေါသခဲ မ  
ကြေသေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ရှုံးသူ၏ အသနားခံ တစ်ပြားသား  
မျှ လက်မခံတတ်။

တဏှာထဲရှိ ဒိဋ္ဌိစွဲ အခဲမကြေလေသူကား၊ တစ်ဖက်က အရှုံး  
ပေးလေ စိတ်ကြိုက်သုံးလျက်က ပြုံးလေဖြင့် တစ်သက်လုံး ဆုံးသည်  
မရှိချေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# ပြည့်လျှင်ကြည့် အပြည့်ဟုတ်မဟုတ်

တစ်ဦး၏အလုပ်သို့ နောက်တစ်ဦးက ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ပေးခြင်းသည်-

-အချို့... တ,တိုင်းပြည့်စေသော တ-ပြည့်အဖြစ် ခံယူလို၍တည်း။

-အချို့... ရ,တိုင်းထည့်စေသော ရ-ထည့်အဖြစ် ခံယူလို၍တည်း။

-အချို့... မ,တိုင်းအိစေသော မ-အိအဖြစ် ခံယူလို၍တည်း။

ထိုသုံးမျိုးလုံးတွင် တဏှာ မာန ပပဇ္ဇတို့ အားနည်းသေးသော ကာလတွင်းဖြစ်ခဲ့သော် တပည့်များကသာ ဆ,ပေး ရာပေးသူ ဆရာထံ ဝိုင်းရံ၏။

တဏှာ မာန ပပဇ္ဇတို့ ကြီးထွားလာသောကာလတွင်း ဖြစ်နေသော်ကား ငါ၊ ငါ့ပစ္စည်း၊ ငါပိုင်ဖြစ်ရန် ကိုယ့်ဘက်သယ် အကြံဆိုးတို့ ကြီးစိုးနေကြချေရာ...

-ကိုယ့်ဖို့ရမှ သူ့ဘက်ထည့်သော ရ-ထည့်တို့သာ ဝိုင်းရံလာကြတော့မည်။

-ကိုယ့်ဖို့မ,မှ သူ့ဘက်အိကျသော မ-အိတို့ကသာ ဝိုင်းရံလာကြတော့မည်။

ဆရာတို့ပေးနိုင်လျှင် ပေး၊ မပေးနိုင် ဝေး ဝေးပြေးကြကုန်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# အဆံခါ လာပြတိုင်း ငါ့စသည်ချည်း မဟုတ်

လူတို့သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး

-လာရာလမ်းချင်း မတူခဲ့ကြ၍ ဆုံရာ၌လည်း တူလိမ့်မည်  
မဟုတ်။

-ညဉ့်စရိုက်ချင်းမတူကြ၍ အသိချင်း၊ အကျင့်ချင်းလည်း မတူ၊  
ထို့မတူ ဤမတူတို့... လမ်းစဉ်တူ အတူလမ်းလျှောက် လေသည့်အခါ

-မျောက်နှင့် ကြက်တူရွေး

-ခွေးနှင့် ကြောင်

တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် တည့်သည်ဟူ၍ မရှိလေသည့်ပမာ  
အတွင်းရှိ ညဉ့်ခံ၊ စရိုက်ဖွင့် ဆန္ဒသန်သန်ဖြင့် လှန်ပြုကြလေတိုင်း  
အရိုင်းတွင် အယဉ်နှော သဘောချင်း မတူလာကြပြီ။

ထိုသဘောချင်း မတူတိုင်းသော သူတို့ကို အရေးယူရမည်  
ဆို အရေးယူသူသာ မောသေမည်။

သူ့အနေကား သူ့အခြေအတိုင်းပင်။

[ ၁၃၆၁ ရုနစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်၊ မရွှိမမွေမောနီ၊  
ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# တောင်ထိပ်မှ လိမ့်ဆင်းဆင်းလာသော ကျောက်တုံးခြမ်း တားဆီးရန် မလုံးပမ်းလေနှင့်

တဏှာလှုပ်သဖြင့် အကျင့်ယုတ်လျက်ရှိသော ဆုတ်ခေတ်  
ကာလမျိုးတွင်...

လူနေမှုမှ တော်လှန်သော လူနေမှုသို့ အတင်းပြောင်း ပစ်မည်။  
ယဉ်ကျေးမှုမှ ခေတ်ဆန်သော ယဉ်ကျေးမှုသို့ အတင်းပြောင်း  
ပစ်မည်။

ရိုးရာမှ ဆန်းသစ်တီထွင်မှုသို့ ဇွတ်ပြောင်းပစ်မည်။

ထိုစဉ်ကာလကား ရှေ့လူနှင့်နောက်မွေး အပေးအယူ မတည့်  
ကြတော့ပြီ။ ရှေ့အားထုတ်နှင့် နောက်အားကုတ် ငြင်းပွဲကြီးများ  
ပြုလုပ်ကြတော့မည်။

ကာလကြာ... တော်လှန်သူတို့ကသာ အောင်ပွဲခံကြမည်။  
အဟောင်းဦးရေကား တိုးနှုန်းမရှိ၊ ဆုတ်နှုန်းကသာ သေလှည့်ကျ  
နေသောကြောင့်။

အသစ်ဦးရေကား ဆုတ်နှုန်းမရှိ။ အဆန်းဘက် ဆန်တက်နေ  
သည်က များလာနေသောကြောင့်...။

ထိုအချိန် အတွေးအခေါ် အမျှော်အသိ မည်မျှပင်ရှိရှိ ပြုပြင် တားဆီးရေးကိုလည်းကောင်း၊ ထိန်းသိမ်းရေးကိုလည်းကောင်း ဝင်၍ မပြုသင့်။ ပြုခဲ့မိချေသော် အတားနှင့်အသွားတို့အကြား အလျားမှောက် လဲကျသွားတတ်လှပြီး အသွား၏ ခွကျော် နင်းချေခြင်း စင်းစင်းခံရဖို့ သေချာသွားပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း ၁၁ ရက်၊ ကြာသပတေးနေ့၊ မောနေယျတော၊ စကားရွာ၊ ဂန့်.ဂေါ၊ ]



# သူကောင်းလို့ ခေါင်းငြိမ့်နေ မကောင်းတရား မမိန့်လေနှင့်

အမြင်သည် ဉာဉ်နှင့်လည်း တစ်ပါတည်း တွဲ၍နေတတ်၏။  
ရောက်ရာခေတ် တွေ့ထိမိရာ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်လည်း တွဲနေတတ်၏။  
သို့ကြောင့်...

ဉာဉ်မတူ အမြင်လည်း တူလိမ့်မည် မဟုတ်ချေ။

အတွေ့အကြုံမတူ အယူလည်း တူလိမ့်မည် မဟုတ်ချေ။

ထိုသို့သော မတူသော သူနှင့် အတူတွေ့နေစဉ်

သင်သည် မိမိ၏ဉာဉ် မိမိ၏အမြင် တစ်မျိုးတည်းဖြင့် ပွဲ  
မတိုးသင့်။ တိုးမိခဲ့သော် မိမိဉာဉ်ရိုး သူ့သို့ သွားရောက် ထိုးမိလေ  
သောကြောင့်...

-ဉာဉ်ဆိုးကြား၊ ဉာဉ်ကောင်းသွားထားမိလည်း အရိုးထိ မချီ  
အောင် နာသွားတတ်သည်။

-ဉာဉ်ကောင်းကြား ဉာဉ်ဆိုးထားမိလည်း အရိုးထိ မချီအောင်  
နာသွားတတ်သည်။ ဉာဉ်မတူ အတူနေမယားကိုလျှင် မဆင်မခြင်  
စနစ်ပေး မမှားစေသင့်ရာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော ]

## လင်သာ မယားပွေ အိမ်နေမ အလှပျက်နေလို့.

အရာရာတိုင်းတို့၌ အသစ်အဆန်း တမ်းတမ်းတတ ရှာဖွေနေကြခြင်းများသည်...

- အဟောင်းစနစ် အညစ်ဝင်နေခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။
- ရာဂသွေးတိုး နိုးအားကြီးလာခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။
- အားချင်းပြိုင် နိုင်ရာကောက်ကိုင်မိခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။ မည်သို့ရှိစေ လိုရင်းမှာ လက်ရှိက ထိမ်းမထားနိုင်ခြင်းသည် လျှင် အဓိကတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ စကားရွာအနီး၊ ကျောရွာအုပ်စု၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ဝနံဂေါ၊ ]

# သေသေချာချာ မကြည့်လေနှင့် ၊ သေသေချာချာကြည့် တိတိပပ မှားတတ်သည်

ဝိသဘာဂ အာရုံ ပုံပေါ်လာသည်အထိ သေသေချာချာ မကြည့်  
မိ စေရော...

ကြည့် မိခဲ သော်...

အာရုံ၏အဆွဲ အစွဲကပါ တွဲခေါ်လာတတ်သောကြောင့် သူ့  
မှသူ အခင်ငြိ သူ့လက်တွင်း အမိခံရတတ်ချေသည်။

လူတို့၏ ပစ်မှတ်ထား မှားယွင်းခြင်း မှန်သမျှ သေသေချာချာ  
ကြည့်မိရာမှ တိတိကျကျ လွန်ကျူးလာခြင်းများပင်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ကြက်သားဟင်းစား ဖျားချင် ဖျားပါစေ ကြက်ဟင်းခါးနှင့်တော့ မဖျားစေနှင့်

သတ္တဝါတို့တွင် လူ့ဘဝသည် တန်ဖိုးအကြီးမြင့်ဆုံး။

နတ်ဗြဟ္မာတို့ဘဝသည် ဘူတရုပ် မဟုတ်ရကား အဆင့်တိုး ကျိုးခွင့်မရှိ။ ချမ်းသာလွန်းအားကြီးနေခြင်းကြောင့်လည်း ကျိုးရမှန်း ပင် မသိ။

တိရစ္ဆာန်တို့၏ဘဝသည် အသိဉာဏ်မဲ့လေရကား အဆင့်တိုး ကျိုးခွင့်မရှိ။ ဆင်းရဲလွန်းအားကြီးနေခြင်းကြောင့်လည်း ကျိုးချိန်ပင် မရ။

လူတို့မှာမူကား...

ဘူတရုပ်ရော၊ အသိဉာဏ်ရောလည်း ပြောမကုန်အောင် ပြည့်၏။ ချမ်းသာရော ဆင်းရဲရောလည်း ရောနှောစွာပင်ရှိ၏။ သို့ကြောင့် အကြောင်းနှင့်အကျိုး အကောင်းနှင့်အဆိုး ချိန်ထိုးစရာ ရှိလာ၏။

ထိုမျှတန်ဖိုးကြီးမား အဆင့်ဆုံးထိသွားနိုင်သောဘဝကို ဘာ မဟုတ်သော ကာမညစ် နှစ်ကြည့်နေရုံဖြင့် အချိန်မကုန်စေနှင့်။

[ ၁၃၆၁၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဆူးပုပ်မို့ ချိတ်မိ ချိတ်လိုစိတ်တော့ မရှိပါ

သတ္တဝါတိုင်းတို့၏ စိတ်အမှန်း ကိုယ်ဝင်ထမ်းပေးကြရာ၌  
-အချို့ ဉာဉ် ဝါသနာအရ လှုပ်ရှား၏။ စေတနာကြောင့်  
မဟုတ်တတ်။

-အချို့ သူတစ်ပါးလှုံ့ဆွမှုအရ လှုပ်ရှားပေးရ၏။ ကိုယ့်  
စေတနာ မပါတတ်။

ထိုသို့သော ကံကျူးကိစ္စမျိုးများကို လိုက်လံကာ အရေးယူ  
နေရသော် အရေးယူသူသာ မောမည်။ သူ့အမှုအကျင့်ကား ရပ်တန့်  
လိမ့်မည် မဟုတ်။

စေတနာအဆံ့ကင်း ဉာဉ်ဝါသနာခင်း၏ အတွင်းထားကို တိကျစွာ  
သိပိုင် နေခဲ့လျှင် ငရုပ်သီးမည်သူနှင့် တွေ့တွေ့ စပ်သဟေ့  
အပြောခံရသလို...

ထိုသူလည်း သင့်မှမဟုတ်၊ မည်သူနှင့် ယှဉ်ယှဉ် သူ့ဉာဉ်အထား  
က တရားဟောနေမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဆူးပုပ်၏ဂုဏ် ယုံလျှင်ဆက် အရွက်ရူးစားသွားပါ

ဆူးပုပ်သည် ကိုင်းကိုင်း၍ အပင်ချိုင့်ခံရသော် ရိုးကပ်ဆူး များက  
အသားညှစ်၍ ခြစ်ပြကြပေလိမ့်မည်။

အကယ်တိတိ... ကိုင်းကိုမနင်း အရွက်ညွန့်မျှကိုသာ သာ  
သာညှင်းညှင်း ရူးတတ်ခဲ့သော် ဆူးပုပ်ဟင်းက ထမင်းမြိန်မြိန် တင်း  
မတိမ်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးလိမ့်မည်။

သည် ပမာလျှင်...

သတ္တဝါချင်း ရင်းခင်းနှီး၍ စီးပွားကွင်းအတူ ချဉ်းနင်းမိလေ  
တိုင်း သူ့သဘောသိ၊ သူ့အကြောဖြည့်၍ ကိုယ့်သဘော အားပြည့်  
စေရာ၏။

ကိုယ့်သဘောရှင်း ကိုယ့်အကြောခွင်း၍ သူ့သဘော ရင်းနှီး  
စေရာ၏။

သို့မဟုတ်ပါဘဲ သူ့သဘောအကဲမဖမ်း သူ့ပိုင်နက် စိတ်နေ  
ခြေထား နှုတ်တံခါးကြား သွားရောက်မိမှားသော် အရိပ်သုံးပါး  
နားမလည် ဂျီသူငယ် ကျားစာဖြစ်ပမာ မိမိမှာ နစ်နာခံရတတ်သည်။  
သူ့ကံစုံ ပုံဖမ်းလျက်က သူ့ပိုင်နက်တွင်း ချဉ်းနင်းသော်ကား သူ့ညာဉ်  
၏ အရွက် ကိုယ့်အတွက် တစ်ခွက်ကောင်းဟင်း ဖြစ်လာမှာ သေ  
ချာသည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ရိုးတက်ဗွက်ကျော် ချက်မပေါ်မှကောင်း

လူသားတို့၏ တစ်နေ့တာခရီး ရိုးရာဖြင့်ချည်း ပြီးစီးတတ်  
ချေရာ... ရိုးရာ၏ အညှာ ဉာဏ်ပညာဖြင့် ခွဲဝေမကြည့်တတ်ခဲ့  
သော် ...

ဇာတိမာန်တက် ထန်ရမ္မက် တစ်ဖက်သတ်ချည်း ဖြစ်တတ်  
သည်။ သို့မဟုတ် မိမိ၏ အတွင်းထား ဝါသနာကွက် အဖုံးပျက်  
အချက်ဖော်ကာ ပြတတ်သည်။ မျိုးရိုးညာဉ်နှင့် ပင်ကိုယ်ညာဉ် ယှဉ်  
ပြိုင်တက်ရာမှ ဗွက်ထ,လာသောကြောင့်...

-ရိုးရာသည် အစဉ်လာကောင်း မီးမောင်းထိုးပြရုံဆို တော်  
လောက်ပြီ။

-ပင်ကိုယ်သည်လည်း သဒ္ဓါကြား ဆန္ဒအားပြည့်ရုံဆို တော်  
လောက်ပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# နင် ဖြည်းဖြည်းလာ ငါဖြည်းဖြည်းသွား ဗျာပါမစွဲ ငရဲမလား ဘာညာပဲ စိတ်ထဲခွဲခွဲခြား

-တောင်တက်အဝေး ခရီးဘေး၊ ဖြည်းဖြည်းတက်ဆင်းမှ  
အထက်ချဉ်းမည်။

-ကံ ဥစ္စာပေး စီးပွားရေး ဖြည်းဖြည်းရှာဖွေမှ မပျက်ယွင်း  
မည်။

-ညာဏ်ဥစ္စာပေး ပညာရေး ဖြည်းဖြည်းပေးယူမှ လက်လင်း  
မည်။

အကယ်၍များ...

-တောင်တက်ခရီး ဗျာပါသောကဖိစီး အစီးခံရသဖြင့် အမြန်  
တက်ဆင်းသော် လိုသည်ထက်လည်း ပို၍ပင်ပန်းမည်။ လဲချော်၍  
လည်း ကျနိုင်သည်။

-စီးပွားရေး၌လည်း တဏှာရောသော သောကဖြင့် ကံ ဥစ္စာ  
တဏှာ တူးဆွခံရသော် သိက္ခာညှိုးကျိုး မိုးမှောင်ကံဆိုး မိတတ်သည်။



-သုတပညာ၊ စိန္တပညာ၊ ဘာဝနာပညာ ခွဲဝေဖြန့်ဖြူးရာတိုင်း  
ဌ်လည်း ဆရာညဉာဏ် ခြေကန်လိုက်နေရသည်အထိ ပေးမိယူမိခဲ့ကြ  
သော်...

အရွတ်ဖတ်ဝါး အသားမပါ အားဗလာသို့...

ကျက်စာမှ တက်စာသို့မရောက် အထက်ဆင့် အမြင့်အပေါက်  
နိုင်။

မည်သည့်အရာမဆို ဖြည်းဖြည်းသမား အမှားကင်း အလင်း  
ပေါ်တတ်သည်ကို သတိပြုပါလေ။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]**

**သစ်ဝါးတို့ စုပေါင်း အိမ်တစ်လုံးကောင်း  
ဆောက်လိုလျှင်  
နိမ့်မြင့်တို့ရှည် မှီရာရာ စိပေးစမ်းပါ**

လူတို့၏ လူ့ဘဝ၊ လူ့ဌာန ကံပစ်ချ၍ ကျလာကြရာတွင်  
လာရာလမ်းချင်း မတူကြသောကြောင့်... လူချင်းကြို ဆုံရာ၌လည်း  
သဘောချင်း မတိုက်ဆိုင်။

တစ်ဖန် ဆုံရာကြိုရာဝယ် မတူကြသောကြောင့်လည်း အပြန်  
လမ်း သူ့လမ်းထား သူသွား၍ ကိုယ့်လမ်းထား ကိုယ်သွားရမည်  
သာ။

သို့ကြောင့် လမ်းသွားချင်း ပက်ပင်းခဏကြိုတွေ့ကြရာ၌ ငါ  
ပြောတာမှ အဟုတ်၊ ငါလုပ်တာမှ အမှန်၊ ငါကြိုတာမှ သဘောမိ  
ဟူ၍ ငါတကော မကောမိစေရာ...

သူလည်းပဲ သူ့အတွေ့အကြုံ ခုံမင် ဂုဏ်တင်ချင်ပေလိမ့်မည်။  
ကိုယ်လည်းပဲ ကိုယ့်အတွေ့အကြုံ ပုံတင် ဂုဏ်တင်လျက်  
ကပင်... ။

ဖဲကစားရာ၌ ကုလားချင်တူပါလျက်နှင့် ငါ့ကုလားက ဓားပါ  
သည်ပြောကြား လျော်စားစားသည့်ပမာ မပြုကျင့်မိကြစေရာ... ။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]**

# သူ့အပြောမကျေနပ် သူ့ခြေရာ ကိုယ့်ခြေရာ ထပ်ကြည့်

အပြောသည် အတွင်းသဘော၏ သရုပ်သကန် ထုတ်ပြန်ရာ  
၏ ပြန်ကြားရေးဌာနတစ်ခုပင်ဖြစ်ရာ

သူ့အပြော သူ့သဘောနှင့် ဟပ်နေသော်လည်း

သူ့အပြော ကိုယ့်သဘောနှင့်ကား ထပ်မိလိမ့်မည် မဟုတ်

ချေ။

ထိုသို့သော အခြေမျိုးတွင် သူ့အပြော ခြေဖြင့်နင်း၍ လက်  
ဖြင့် မချိုးဘဲ၊ သူ့သဘောရိုးသို့ ကိုယ့်မနော ဖဝါးထိုး၍ တိုးကြည့်  
မိတတ်ကြရာ၏။

ထိုအခါ မနောချင်း ဟပ်မိသည်နှင့် သဘောချင်းလည်း ထပ်မိ  
မည်မှာ ဧကန်ပင်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ရေချိုးလိုမှ မကျိုး မီးချိုးလည်း မီးခိုး မထတော့ပါ

ဒိဋ္ဌိနှင့်ယှဉ်သော တဏှာသည် အကြိုက်ဖြင့် များလိုက်လိုက်  
၍ သိမ်းပိုက်တတ်၏။

မာနနှင့်ယှဉ်သော တဏှာသည် အကြိုက်ကို တိုက်ခိုက်၍  
အမိုက်သို့ ဆိုက်စေ၏။

ဒိဋ္ဌိယှဉ်တဏှာကား လောဘဇော စောစေသောကြောင့်တည်း။  
မာနယှဉ်တဏှာကား ဒေါသဇော စောစေသောကြောင့်တည်း။  
ထိုသို့ အကြိုက်နှင့်အတိုက် သတ္တဝါတိုင်း၏ လက်သို့ ဆိုက်  
စေရာ၌ သတ္တဝါတိုင်းသည် စကတည်းက

ကိုယ်ကြိုက်ကို မျှော်၊ သုခဘုံ ပုံဖော်လေ့ရှိတတ်ကြချေရာ-  
တစ်ဖက်က မိမိအကြိုက်ဖြင့်လိုက်၍ နှိုက်ဖျက်ဖျက်လျှင် ငြိမ်  
ခံလေ့လည်း ရှိ၏။ အပြန်အလှန်ထွေး၍ အလိုက်ပေးသည်လည်း ရှိ၏။  
အကယ် တိ တိ...

တစ်ဖက်က အပျော့နှိုက်ရန် အကြိုက်ပေးလာသည်ကို အလိုက်  
လည်းမပေး အကြွေးလည်းမယူ (အရေမရ အဖတ်မတင် အပျက်  
သဘောကိုသာ အပိုင်မြင်သဖြင့်) အလေးပင် မမူတော့ လျှင်ကား...

ဒုက္ခတွေ့လည်း မဖြုန်၊ ဒုက္ခပေးသူသာ ခြေကုန်လက်ပမ်း  
ကျရော့မည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

**မီးနီဟန့် ရုပ်တန့်နား**  
**မီးဝါထိုး နိုး၍ထား**  
**မီးစိမ်းမြင် အလျင်သား သွားပါတော့လား**

အရိယာသူတော်ကောင်းကြီးများ၏ သဘောသွား ကွဲပြားစွာ သိမိရန် ခဲယဉ်းလှ၏။

သို့ကြောင့် ယာဉ်ထိန်းရဲစောင့်သော လမ်းကြောင်းပေါ်က ကားမောင်းသမားသည် ယာဉ်ထိန်း၏လက်၊ မိမိ၏ကား အသက်ရှိ ရကား ယာဉ်ထိန်းအချက်ပြ ကြည့်မောင်းရ၏ပမာ

သူတော်ကောင်းတို့၏ နှုတ်ဖျား မိမိ၏ အသိစိတ် ပို့လွှတ် ထား၍ သူခေါ်လျှင် သွား၊ သူတားလျှင်ရပ် ပေတေကပ်တတ် မလုပ် အပ်သင့်ရာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သမ္ဘာဟုန် မြည်ဟည်း ကမ္ဘာဘုံ စည်တီးသည်ထက် အသံကျယ်သည်။

- မိုး၏ထစ်ချုန်းသံသည် သုံးယူနောအထိ မြည်ဟီး၏။  
- ဘုရားရှင်၏သမ္ဘာဟုန်သည်ကား ၃၁-ဘုံ မြေတုန်သည်အထိ  
မြည်ဟီး၏။

သည်အတူပင်လျှင်-

သူတော်ကောင်း၊ သူမြတ်လောင်း၊ အလောင်းတော်တို့၏  
သမ္ဘာဂုဏ်သိန် အဟုန်အရှိန်များသည်လည်း ပါရမီအင်အားအလိုက်  
ထိုက်သင့်သလို မြည်ဟီးနေတတ်ချေရာ သင်ကားသံပုံးတီးသံ၊ မိုးချုန်း  
သံ၊ မိုးကြိုးပစ်သံ ထိုသုံးမျိုးတို့တွင် မည်သည့်အသံတွင်း စာရင်းဝင်  
သနည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၄ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သတင်းကြောင့် ဂုဏ်တက် သင်းကြောင့်ပင် ဂုဏ်ပျက်မည်

လောကဓံတရား ရှစ်ပါးတို့တွင်...

လူရှုပ်၊ လာဘ်ပေါ၊ ကျော်ဇော၊ ခြွေရံတည်းဟူသော ကောင်း  
လောကဓံလေးမျိုးတို့၏ အထိုးအဆိတ်တို့ကို ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊  
ရဟန္တာ အရှင်သခင်ကြီးများလောက်သာ ခံနိုင်စွမ်းရှိကြသည်။

သာမန် ပုထုဇဉ်လူသားတို့၏

- အနုပညာရှုခင်းဖြင့် ဂုဏ်သတင်း ပျံ့သင်းခြင်း
- စီးပွားရေးအခင်းအကျင်းဖြင့် ဂုဏ်သတင်း ပျံ့သင်းခြင်း
- နိုင်ငံရေး အရှုပ်အရှင်းဖြင့် ဂုဏ်သတင်း ပျံ့သင်းခြင်း
- အခြားအခြားသော နှုတ်မှုပညာ၊ လက်မှုပညာများဖြင့် ဂုဏ်  
သတင်း ပျံ့သင်းခြင်းတို့ကား တာရိုးရေတိုးလောက်မျှ ကြံကြံ မခံ  
နိုင်တတ်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း၊ ၁၄ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# စိတ် မကစားနှင့် စိတ်ကစား ကိုယ်ထားပျက်တတ်သည်

သိစိတ်သည် သင့်ရှိ မသိသော ကိုယ်ကိုပိုင်သော ကိုယ်၏  
ကြိုးကိုင်။

သိစိတ်သည် သင်၏ မသိသောကိုယ်ကို လှုံ့ဆော်ရင်းနှီး  
ကိုယ်၏ဦးစီး။

သို့ကြောင့်...

စိတ်ကို ပေါက်လွတ်ပဲစား လွတ်မထားရာ။ အကယ်တိတိ-  
ထိုစိတ်လွတ်က မဟုတ်ရာ ဆောင့်တိုးတိုး တဇွတ်ထိုး  
အကျင့်ဖြင့် အတင့်ရဲလာသော် ခြေထားလည်းပျက် ကိုယ်ကလက်  
သင့်ဘဝတန်ဖိုးလက်ပြည့် မရတတ်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]



# စိတ်မီးမပွေးနှင့် စိတ်မအေး ရုပ်ခွေးဖြစ်တတ်၍

- နာမ်မလိမ္မာ - ရုပ်နာမည်။
- နာမ်လိမ္မာမှ - ရုပ်သာမည်။
- နာမ်မအေး - ရုပ်ခွေးဖြစ်တတ်သည်။

စိတ်သည် သောကနှင့်ဝေးမှသာ အေးဆေးစွာ တည်လာ တတ်၏။ ကိလေသာမီး မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မဟပ်မျှ။ အရုပ်ရုပ် ခွဲခြားမှတ်ဖြင့် သုံးသပ်ပေးတတ်၏။ အကယ်တိတိ... ထိုစိတ် ကိလေသာ၏ အဖိနှိပ်ခံ နေရတော့သဖြင့်...

- စိတ်လေးနေခဲ့သော်... သင့်စိတ်၏အကြံ မီးဒဏ်သင့်ခံ နေရရှာပြီ။

- စိတ်ပြေးနေခဲ့သော်... သင့်စိတ်ထဲ မီးစွဲနေချေပြီ။

- စိတ်ဆွေးနေခဲ့သော်ကား... သင့်စိတ်တစဉ်လုံး မီးဟုန်းဟုန်း တောက်ထနေချေပြီ။

ယနေ့ လင်ဆိုးမယား တဖားဖား၊ မယားဆိုးလင် တအင်အင် ဟူသော ဖြစ်စဉ်များသည် စိတ်မအေး၍ ရုပ်ခွေးဖြစ်နေခြင်း၏ သရုပ် များပင်တည်း။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]**

# အပြေးထက် အတွေး ဦးစားပေး အတွေးကိုသုံး အကုန်လုံး အုပ်မိတတ်လှ၍

-အတွေးအခေါ်သည် ဝိဇ္ဇာမယဉာဏ်ပညာ၏ အလုပ်၊ ဆရာလက်ကိုင်တုတ်။

-အပြေးသည်ကား သိပ္ပံအတတ်၏သရုပ် တပည့်၏ ခြေထားလက်ထား အလုပ်။

ထိုသို့ စိတ်ကို အသုံးချ၍ ကိုယ်ကိုဖေးမစေခြင်း၊ ကိုယ်ကို အသုံးချ၍ စိတ်ကို အားမျှခြင်း မူနှစ်မျိုးရှိနေရာတွင်...

ကိုယ်တွေ့ဖြင့် အဖြေပေါ်စေသော သိပ္ပံအတတ်သည် စိတ်ကိုကား ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်၍ မရတတ်။ ဓာတ်ခွဲကိရိယာကပင် ရုပ်သက်သက်ဖြစ်နေ၍။

စိတ်ကို မဆိုထားဘိ၊ ဘူတရုပ်ခေါ် ခန္ဓာတွင်း ရှိ မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီး ဖြစ်စဉ်ကြီး လေးမျိုးတို့တွင် ကိုင်တွယ်တွေ့ထိရစကောင်းသော မြေဓာတ် ရေဓာတ်သုံး သွေးသားရိုးကြော စသည် ၃၂ မျိုး၌သာ ပွဲတိုး၍ရစေပြီး လေဓာတ်၊ မီးဓာတ်သုံး အခိုးအငွေ့ကိုကား ပွဲမတိုး...

စိတ်တွေ့ဖြင့် အဖြေပေါ်စေသော ဝိဇ္ဇာပညာရပ်မှာမူကား အသိပေါ် သတိစီးလျက်က အတွင်းခရီးနှင့်ရာမှ စိတ်နှင့်ကိုယ် အလိုလို ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရလာကာ သွေး၊ သည်းခြေ၊ လေ၊ သလိပ်တို့လည်း အလိုလိုပင် မထ။

ထို သွေး၊ သည်းခြေ၊ လေ၊ သလိပ်တို့ ငြိမ်ဝပ်ပိပြား မက စားသလောက်လည်း အနုသယလက်ငုတ်၊ အလှုပ်ခြင်း၊ မထိုးဆွခြင်း များ ကင်းဆဲသွားတော့ပြီ။ ထိုမှတစ်ဆင့် ကိလေသာမကျက်စား၊ စိတ်-စိတ်ချည်း (သူတစ်ပါးစိတ်မဟုတ်၊ မိမိချည်း) ထားနိုင်၍ စိတ် အပိုင်ဖြစ်လာသော် ကိုယ့်ဘဝလည်းကိုယ်ပိုင် တစ်လောကလုံး ကိုလည်း ကြိုးကိုင်နိုင်တော့ရကား သုံးဆယ့်တစ်ဘုံရှိလောကပိုင် အကုန် လုံးပင် ချုပ်ကိုင်နိုင်တော့ပြီသာ။

ထိုသူပေးသောအဖြေ ကာလသုံးပါးစလုံး ကွက်တိဇကန် အဖြေမှန်ချည်းတည်း။

ထိုသူပြောသောအပြော စ-လယ်-အဆုံး သုံးပါးလုံး အကောင်း တကော့ အကောင်းဆုံးတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

# လေးဖက်သွား ကလေး၏ အနီးအပါး အန္တရာယ်ပစ္စည်း သွားမထားနှင့်

ပုထုဇဉ်တို့၏ အမြင်အသိသည်  
အတွေ့မျှသိ၍ အထိမျှ ငြိနေတတ်ချေရာ ရှေ့အလား၊ နောက်  
အလား ဉာဏ်ဖြင့် မွေ့နှောက်၍ အထောက်မထားတတ်။  
သို့ကြောင့် ပုထုဇဉ်တို့၏ စွဲစိတ်ရှေ့ ဈာန် မဂ် ဟိတ် ဆွဲချိတ်  
မထားမိစေနှင့်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဒုက္ခပင်လယ်ဝေ အမေတ စမြဲ

သားသမီးတို့ကို မိဘချစ်မြတ်နိုးရာ၌  
 အဖေက သန္ဓေပေး၊ အမေက မွေးပေးထားရလေသော ကြောင့်  
 အမိနှင့်အဘ သားသမီးအပေါ်အချစ်ညီမျှ၏။ မည်သူမျှ  
 ချစ်အားမလျော့။ သို့တစေလည်း...

ကလေးတို့ ပဋိသန္ဓေလာရောက်ခိုဝင်ချိန် မိသွေး၊ ဘသွေး  
 တစ်ဖက်ဖက်အလေးပေး၍ ခိုဝင်တတ်မြဲဖြစ်ရာ အကယ်တိတိ...

ဖအေသွေးများ၍ ဖအေသွေးသား ဖအေရုပ်နှင့် တစ်သား  
 တည်းကျနေလျှင် အမေသည် အထူးအရေးပေး အားကိုးတကြီး မွေး  
 တတ်သည်။

မအေသွေးများ၍ မအေသွေးသား မအေရုပ်နှင့် တသားတည်း  
 ကျနေလျှင်ကား အဖေသည် အထူးဂရုစိုက်၊ တောင်းသမျှ အလို  
 လိုက်တတ်သည်။

မအေ၊ ဖအေနှစ်သွေးကြား မွေးဖွားသော သားသမီးဖြစ်လာ  
 ခဲ့လျှင်ကား မအေက ဖူးဖူးမှုတ်၊ ဖအေကလည်း ဖူးဖူးမှုတ် ရွှေရုပ်  
 ကလေး ပုံပမာ။

၁၇၀

**ဝနဝါသီဥေယျမပ္ပသာမိထေရ**

အကယ်၍များ မအေ-ဖအေသွေးရောင်မပြ၊ သူ့ကံပေးသမျှ  
သွေးရောင်များကသာ ထကြွနေလျှင်ကား မအေမညှာ ဖအေမညှာ  
ဗလာချည်း ကရတတ်သည်။

သို့ကလို မိကဲ၊ ဖကဲ ဘယ်မှာကွဲကွဲ၊ ကလေးကား ဒုက္ခ တွေ့  
အမေတ၊စမြဲ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

# စောင်းခတ်သံအဖွဲ့ နေရာတကာ နယ်မချဲ့နှင့်

ဤလူ့ရွာ၏ လူမှုအဆောက်အဦကြီးကို ယဉ်ကျေးမှု၊ အနုပညာတို့ဖြင့် ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းထားချေရာ...

-ဘာသာဝါဒ ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုခြင်းကို ယဉ်ကျေးမှုက တာဝန်ယူ၏။

-စာပေ ဂီတစသည့် သုတ၊ ရသအခင်းကို အနုပညာက တာဝန်ယူ၏။

-ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သော ဘာသာရေးသမား၊ အများက လေးစားဂုဏ်ယူသည်။

-နူးညံ့ပျော့ပျောင်းသော အနုပညာရှင် မြင်သူတိုင်းက ခင်လိုမင်လိုသည်။

သို့စဉ်လျက်...

ဘာသာရေးသမား အမည်ခံကာ စောင်းချိတ်ပုတ်ခတ်သံ ဆူညံနေခြင်း၊ တစ်ဖက်၏ ဘာသာနှင့်လူမျိုး မှီချိုး၊ မျှစ်ချိုး ချိုးလိုခြင်းများ မတရားအားကြီးနေသော် ယဉ်ကျေးမှုအမည်ကျော် မတော်မလျော် ဇာတ်ခင်းနေပြီ။

တစ်ဖန် အနုပညာရှင်အထင်ခံပြီးကာမှ စောင်းချိတ်ပုတ်ခတ် (တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၊ တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့) လုပ်ဇာတ်များ ခင်းနေ၊ ကျင်း နေကြပြန်လျှင်လည်း အနုပညာရှင် ဗျူပွတ် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ပြန်သတ်နေချေပြီ။

ခေတ်ကြီးစောင်း၍ မာနနှင့်ရာဂတို့ ခေါင်းထ၊နေချိန် သူ့မလေးစား၊ သူ့ကိစ္စအရေးမထားတော့သည့်ပြင် ကိုယ့် အတတ် ကိုယ်အကောင်းထင် ကိုယ်ကြိုက်မှသာ အကောင်းမြင်ရတော့ ကား ရိုင်းကျေးစုနှင့် အနုပညာသည်ကသာ ဦးရေတိုးပွားလာတော့ မည်။

- ထိုအသင်း သင့်စာရင်း သွင်းမထားမိစေနှင့်။
  - အငိုလွယ်သလောက် အရှိက်ခက်တတ်လွန်းလှ၍။
- စောင်းခတ်သံ စကားရွှေစောင်းတော် တီးခတ်သမား၏ နာမည်

ခံရာစကားမျှသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]



# အရှက်မဲ့ကာမ ဗိုက်အမည်းကွက် ထတတ်သည်

လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ ရစေရောက်စေတတ်သော ဒါနမျိုး ကြီးစားစဉ်က ငါ၊ ဝတ္ထု၊ ပုဂ္ဂိုလ်တို့အပေါ် ခင်မင်မှု စီးပိုးလျက်က ကြိုးစားထားခြင်းကြောင့် ငါ့ဖို့သူ့ကိုလိုလားခြင်းနှင့် သူ့အပေါ် ကာမဝတ္ထုဖြင့် ပြုစုလိုခြင်းများ တဖွားဖွားထ,စေသည်။

အနာဂါမ်ဘဝ မရ၊ မရောက်သေးသမျှ မည်သူမျှမကင်း...  
သို့တစေလည်း...

-အရှက်မဲ့ အကြောက်မဲ့ဖြင့် နှောင်ဖွဲ့မိခြင်း မရှိစေသင့်။

-အရှက်မဲ့ အကြောက်မဲ့သည် အပူခံကိလေယုတ် ဖမ်းစုပ်ထားတတ်လှသောကြောင့်...

ရေဝယ်ပျော်၍ ကုန်းပေါ်နားသက်လေ့ရှိသော လိပ်၌ သည်းခြေဆူ အပူကန်ခြင်းများ အချိန်ပြည့် ပွက်ထ, နေတတ်ရာ ထိုအပူကြောင့် အသက်တစ်မိုးရ ဗိုက်ဝယ် အမည်းကွက် တစ်ကွက်မျှ ထ,လေ့ရှိ၏။ လိပ်၏ အသက်တမ်း အဘယ်မျှဟူ၍ ခန့်မှန်းလိုလျှင် ၎င်း၏ဗိုက်ကို လှန်ကြည့် အတတ်သိ၏။

သည့် ပမာလျှင်...

လူတို့၏ အရှက်မဲ့၊ အကြောက်မဲ့သရမ်း ကိလေသာငန်းဖမ်း  
ပွဲ၏ ကြမ်းရမ်းခြင်းများကလည်း တစ်ရက်ကြီး တစ်မီးတောက်နှုန်း  
ထားဖြင့်...

-အသက်နှစ်ဆယ်တန်းတက် ဆယ်နှစ်ကထက် အမည်းကွက်  
ပိုထင်မည်။

-အသက်သုံးဆယ်တက် နှစ်ဆယ်နှစ်ကထက် ပိုမည်းမည်။

-အသက်ထက်ဝက်ရောက် မီးသွေးစိတ်ပင် ပေါက်လိမ့် မည်။

ထိုမှနောက် မီးကြားထင်း လောင်ရင်း ပြောင်ရင်းဖြင့် အတိုပိုင်း  
ဆင်းသွားရကာ မကုန်ခင်မီးခဲ အမည်း (မီးသွေးခဲ) ဖြင့် ပွဲသိမ်း  
ကုန်မှသာ မီးအားကျ ပြာဘဝဖြစ်ပွဲသိမ်း ထင်းထင်းအတိုင်းဖြူကိန်း  
ကား မရောက်တော့ပြီ။

-သင်၏ လောကတွင် အကြီးအကဲစာရင်းဝင်ခြင်းကား

-ကိလေသာမီး လောင်အားကြီးသဖြင့် အရှက်မဲ့နှင့် တွဲ  
လူကဲကြီး မဖြစ်စေနှင့်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

# ရွှေလိုချင် ငွေရှာ ငွေလာလျှင် ရွှေပါမှာ သေချာသည်

လောကရှိ လူရှင်ရဟန်း မည်သည့်ဝန်ထမ်းမဟူ မိမိ၏ တာဝန်ခန်း တန်းကျေဖို့အရေးကြီးသည်။ ရာထူး၊ ဂုဏ်သိန်၊ စည်းစိမ်ကိုမှန်း၍ ထမ်းသော ဝန်ထမ်းမျိုး မဖြစ်စေရာ။

ထိုအရာမျိုးကား ကျွဲကူးရာ ရေပါစမြီပမာ ဓမ္မတာအတိုင်း မိမိတာဝန် ကျေပွန်ခြင်း၊ ထူးချွန်ခြင်း၊ အနွံအတာခံခြင်းများနှင့်အတူ- အမျှော်မပါလေ ပေါ်လာလေ၊ ခေါင်းခါလေ အကြောင်းပါ လေချည်းသာ...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁ ရက်၊ မောနေယျတော ]

# စကားကတရား နားထဲထည့်ရုံမျှဖြင့် မကြား

တရားသည် သဘောကိုဆိုချေရာ။

လူတို့၏ မနောရှိ သဘောအတိုင်း ထွက်လာသောစကားများ သည်လည်း တရားစကားချည်းသာ...

-လူလိမ္မာသည် လူလိမ္မာ၏သဘော လူလိမ္မာတရားဟော နေသည်။

-လူမလိမ္မာကလည်း လူမလိမ္မာသဘော လူမလိမ္မာတရား ဟောနေသည်။

မည်သူမဆို

-မိမိမနောရင်းရှိ သဘောတွင်းကို အတိမ်အနက်ထား ပြော ကြားနေခြင်း။

-အနတ္တ၏ သဘာဝ၊ သဘောမျှကို ကျကျနန ပြသနေခြင်း။

-မိမိရှိ ဇာတိဘုတ် သရုပ်ထုတ်နုတ်၍ ဖော်ပြနေခြင်းပင် ဖြစ်ရာ နားထောင်စကား ကြားရလေသူ ဉာဏ်နားမပါက အသံကြား စကားဖြင့်ပင် ပြီးပြေမည်။

ဘုရားစကား (၃၁) ဘုံအကုန်လုံး နာကြားခွင့်ရသော်လည်း နာသူသာ နား ကြားသူအလကားဖြင့် ပြီးပြေသွားရာ၊ နိဗ္ဗာန်ပေါက် ဉာဏ်ဖြင့်နာ နားမှဖောက် သဘာဝထောက်နိုင်သူများလောက်သာ ရောက်သွားကြသည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အဆန်းသရုပ်မခွဲလေနှင့် သရုပ်ကွဲနှင့် အစွဲ တွဲဝင်လာတတ်သည်

တဏှာမကင်းသူတို့၏ မျက်စိအစထား တံခါးခြောက်စင်း ကား  
တဏှာ မာန ပပဉ္စတို့၏ ကစားကွင်းများချည်းဖြစ်ကြလေရာ အာရုံပုံရိပ်  
ဂုဏ်ဟိတ်ခတ်၍ အထပ်ထပ် ကြည့်၊ ကြား၊ စား၊ နမ်း၊ ထိတွေ့ခန်း  
လမ်းဖွင့် ပေးသော်...

တိုးကြည့်လေ တစ်မျိုးထိလေ။ ခိုးကြည့်လေ တိုးငြိလေဖြင့်  
စိတ်ကူးယဉ်ကစားသမား ပွဲနားခွင့်လည်း မရ၊ ဆွဲထားခွင့်လည်း  
မရ၊ ကြာသော် အစွဲနာကျ၍ ဒုက္ခလှလှကြီး ရောက်ရတတ်သည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အရူး၏အမှု ဥပေက္ခာသာ ပြုလိုက်တော့

ပုထုဇ္ဇနော ဥမ္မတ္တကော ဆိုထားရာ...

ပုထုဇ္ဇေတို့ ပြုကျင့်သမျှအရာအားလုံး စိတ်ဦးတည်ရာ ကိုယ်  
လိုက်ပါကာ အကောင်အထည်ဖော်ထားခြင်းမျှသာ... ၎င်းကို

-သူ့လို စိတ်တူသမားနှင့်တွေ့က ကောင်းပေပြော ရောဝင်  
လာမည်။

-သူနှင့်စိတ်မတူသူက မကောင်းဂုဏ်ပုဒ်တပ် ပုတ်ခတ်မည်။

သူဟူသော ကာယကံရှင်ခမျာမှာမူကား အကောင်းဟူသော  
အထင် ကောင်းထက်ကောင်းဟူသော အထင် စိတ်ကူးတယဉ်ယဉ်ဖြင့်  
ပြင်ဆင်ပြုလုပ်ထားရကား ဘာလုပ်လုပ် အဟုတ်ချည်း ထင်နေပေ  
လိမ့်မည်။ သို့သော်...

-တဏှာအရင်းထမ်း...အဆန်း၊ ငန်းဖမ်းနေတတ်သော  
ကြောင့် လည်းကောင်း၊

-မာနအရင်းထမ်း... အကြမ်း၊ ငန်းဖမ်းနေတတ်သောကြောင့်  
လည်းကောင်း၊

-ဒိဋ္ဌိ အရင်းထမ်း အစွဲလန်း... ငန်းဖမ်းနေတတ်သောကြောင့်  
ဘာလုပ်လုပ် မဟုတ်တဟုတ်ဖြင့်သာ ပြီးပြေမည်။ သင်သည်  
သူ့လုပ်ရပ် စောင့်ကြပ်ကာ ပုတ်ခတ် (ဝေဖန်) နေသော် သင်သာလျှင်  
အရူး၊ သူ့ထက်ကဲ ဘွဲ့ထူး ဆွတ်ခူးရလိမ့်မည်။

[ ၁၃၆၀ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# သံပုရာသကြားကဲ ချိုချည်လောက်ပဲ ဖြစ်လာမည်

အနုသယ လက်ငုတ် အပြီးမရပ်သိမ်းနိုင်သေးသူအား  
သူ့ညှဉ် သူ့စရိုက်တို့ကို သွားရောက်ဟန့်တားလျှင် ကြီးသူ ကို  
ရိုသေ၊ ငယ်သူကို လေးစား၊ ရွယ်တူဆိုက အရေးထားဟူသော  
ဗုဒ္ဓဘာသာထုံး နှလုံးမူမိ၍သာ ပြင်ကောင်းပြင်မည်။ နဂိုညှဉ်ကား  
အတွင်းထ၊ ထရန် တပြင်ပြင်ပင်။

[ ၁၃၆၁၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မာန်ပြုချင် နဂိုရေ မာန်ကျလိုလျှင် ဖြိုနေနေ

ကမ္ဘာ့လူသိုက် တိုက်ကြီးများဖွဲ့၍ မျိုးရိုးစရိုက် အစဉ်လိုက် နေကြလေရာ-

-ဖြူ-ညို-ဝါ အရောင်အဆင်း သွေးကြားသွင်းထားသော မျိုးရိုးလိုက် လူသားများသည် သဒ္ဓါနှင့်ပညာ အစဉ်အလာထား၍ ကျက်စားကြသည်။

-ဖြူ-နီ-ကြောင်စပ်ဟူသော ဖြူလွန်းသော အရောင်အဆင်း၊ နီရဲသော အရောင်အဆင်း၊ ကြောင်လွန်းသော အရောင်အဆင်း အရောင်စပ်ထားရာမှ ထွက်လာသော အရောင်အဆင်း ပိုင်ဆိုင်လေ သူ မျိုးရိုးလိုက်လူသားများကား တဏှာ- မာန- ပပဉ္စတို့ အစွမ်း ပြကာ 'ဇ' ပြလွန်းရကား ထ,ကြွလွန်းသော လူသားများ ဖြစ်လာကြ ချေသည်။

ထိုသို့ ကမ္ဘာရိုး အမျိုးကွဲနေကြလေရာ-

ရာဂ- မာန- ဒိဋ္ဌိဗီဇပါ ဖြူနီကြောင်စပ်တို့ကား သံသရာ နယ်ချဲ့ ဘုန်းတော်ဘွဲ့ဖြင့် အောင်ပွဲခံလိုကြသဖြင့် မွေးလာသော

သားသမီး ရာဂ- မာနပွားစီးနည်း သင်ပေးမည်။ ယင်းကား နဂိုရေ စရိုက် အလိုက်သင့် မွေးပေးထားခြင်း အားပေးခြင်းတည်း။

သဒ္ဓါ- ပညာ- ဗီပေါ ဝါ-ညို-ဖြူ အာရုံတိုက် (အရိယ တိုက်) သားများမှာမူကား-

-သံသရာလျှောက်ရင်းက သံသရာပေါက် ဖောက်ထွက်ရန်

-ကာမနှင့်ဘဝ စည်းစိမ်ခံစားရင်းက အစွဲလက်လွတ် ဝဋ်မှ ကျွတ်လွတ်ရန် ဟန်ပြင်ထားကြရာ သူ့ရိုသေခြင်း ဂါရဝ၊ ကိုယ့် နှိမ့်ချခြင်း နိဝါတ နှစ်မျိုးဖြင့် မာနဆိုး ဖျက်ချိုး ချိုး၍ နေထိုင်ကြ လေ့ရှိသည်။ ကမ္ဘာ့စနစ် အတ္တနှင့် အနတ္တ သဘောထားကွဲရာ၏ ဖြစ်စဉ်ထားတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဘုန်းကံ ထုံးစံဖြင့်ဖောက် ပန္နက်တိုင်ပင် ပျောက်မည်

ရှေးလူတို့၏ ယုံကြည်ခြင်းသည်

ကိုယ်ကိုးကွယ်ရာ ကိုယ့်ဘုရား လက်တွေ့မျက်မြင် အထင်  
အရှား သူ့စကား ကြားခွင့်ရ၊ သူ့အမူအကျင့်ထူး ဖူးခွင့်ရရာမှ ဖြစ်  
ပွင့်လာသော သဒ္ဓါဖြစ်သဖြင့် သဒ္ဓါ၏နောက် ပညာအရောက် မြန်  
လေ့ ရှိတတ်သည်။ ပုဂ္ဂိုလ်ခင်၍ တရားမင်လာခြင်း။

ယခု နောက်လိုက်တို့၏ ယုံကြည်ခြင်းမှာမူကား...

ဘုရားလည်းမမြင် တရားလည်းမဆင်ခြင် ဘုရားသွေးဝင်  
အရိယာထေရ်အရှင်များကိုလည်း မမြင် (မြင်သော်မှ အရိယာ မထင်၊  
ထင်သော်မှ ပုဂ္ဂိုလ်၌သာ မေးတင်ထားတတ်ရကား) မိဘရိုးရာရှိ  
သဒ္ဓါပွား၊ အငှားသုံး သုံးစားနေခြင်းကြောင့် သဒ္ဓါနောက်တွင်  
ပညာမဝင်သာ။ ပညာမပါသော သဒ္ဓါသည်လည်း ရေအောင်မျိုးထား  
မဖြစ်နိုင်။ ထိုသဒ္ဓါသည် ဗလဝသဒ္ဓါအားကြီးသောအရာ မဟုတ်  
ရကား-

- ပြုစုသော ပုညသိုး ဘုန်းတန်ခိုးပင် မပေါက်နိုင်။
- စောင့်ထိန်းသော သီလသိုး ဘုန်းတန်ခိုးပွင့် မပွင့်စေနိုင်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော ]

# ကိုင်းကူးကိုင်းဆက်ပင် မြေစာကျွေးမှ အသက်ဝင် ရှင်မည်

ဘုရားအရိယာတို့၏ ဓမ္မဓာတ်အား မိမိ၏သဒ္ဓါတရားဖြင့် ပွားထုံကာ မိမိ၌ လောကုတ်၊ လောကီ နှစ်လီသောဥစ္စာများ တိုးပွား လိုလျှင်...

- သီလနှင့် သဒ္ဓါတို့၏အကြား

- မေတ္တာနှင့် ပစ္စည်းလေးပါး ပံ့ပိုးမှ နှစ်ဖက်အကျိုး တိုးပွား သည်။

- သည့်အတူ ဆရာနှင့်တပည့်တို့၌ ချီးမြှောက်ခြင်းနှင့် ပြုစု ခြင်းများ ပံ့ပိုးရမည်။

မိဘနှင့် သားသမီးတို့၌ ဦးဆောင်ခြင်းနှင့် နောက်လိုက်ခြင်း များ ပံ့ပိုးရမည်။

- မည်သည့်အတွဲမဆို အကျင့်နှင့် ယုံကြည်ခြင်းတို့အကြား သူ့ဆိုင်ရာအထောက်အပံ့၊ ပိုးမထားက တိုးပွားသင့်သလောက် တိုး ပွားမလာတတ်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အရိုးကြား အသားမကျ အ အ ဘဝရောက်တတ်လှ

ရိုးသားခြင်းသည်

လူ့စည်း၊ ဘီလူးစည်း တခြားတသီး တားဆီးပေးထားရာ စည်းပမာ၊ သူ့သိက္ခာ၊ ကိုယ့်သိက္ခာနှစ်ဖြာရိုး မချိုးမိရန် တားထားခြားထားခြင်းပင်။

သို့တစေလည်း

ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ စည်းခြားထားရာ ထိုကျင့်ဝတ်ထုံးအတွင်း သတိအသိညာဏ်ပညာတို့ ဝင်ဆန့်ခြင်း ပါရှိမှသာ အရိုးမကျိုး အဆိုးမသက် သူနှင့်ကိုယ် ယုံကြည်မှု တိုးတက်မည်။

အကယ်တိတိ-

သတိ အသိ ဦးမစီး မောဟဖောက်လျက် သူတကာ အပြော၊ သူတကာ အလုပ်၊ သူတကာလက်ကုတ်ရာနောက် ကောက်ကောက် ပါ လိုက်နေမိလျှင်ကား ရိုးပြအစား၊ ရိုးအတရားက အစားထိုး ဝင်ရောက်လာတတ်သည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ငုတ်စိုက်တန်း တုတ်ရမ်းမသွားနှင့်

ဘုရားတပည့် အရိယာဖွား သူတော်ကောင်း အစားစားတို့ သည်-

- ကိုယ့်အကြောင်းကြည့်လည်း မကောင်းမမြဲသဘောပဲချည်းကို ထဲထဲဝင်ဝင် ပြုပြင်စင်စင် သိပိုင်နေချေရာ မည်သည့်လောကဓံက ပုတ်ပုတ်မလှုပ်။

- သူ့အကြောင်းကြည့်လည်း မကောင်းမမြဲ သဘောပဲချည်းသာမြင်၊ လောကတစ်ခွင်လုံး ဣရိယာပုတ်ဖြစ်စဉ် သဏ္ဍာန်ရုပ် ဖုံးအုပ်ထားခြင်းကို အတွင်းသိ သိပိုင်၍ချည်း နေတော့ရကား ကောင်းမတုန် ဆိုးမဖြုန် ခေါင်းငုံ့လျက်ကချည်း။

ထိုသို့သော သူတော်ကောင်းကြီးများသို့

- လောဘထမ်း တုတ်ရမ်းသွားအလား ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအချစ် မရစ်မိ စေ ရာ...

- ဒေါသထမ်း ဓားထမ်းသွားပမာ ပုဂ္ဂိုလ်ပေါ် မုန်းစိတ်ကိန်း မကြိမ်းမိ စေ ရာ...

- မာနထမ်း အကန်းသွား သွားနည်းပမာ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုင် အနိုင် မပြိုင်မိ စေ ရာ....

ရလဒ်ကား တုတ်တံ၏ နောက်ပြန်ရိုက်ကြောင့် ကိုယ့်တုတ်က ကိုယ့်ထိုး ကိုယ့်အရိုး ကျိုးဖို့ချည်းသာ...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဉာဉ်မပါ သညာပင်မသိ ပညာရှင်အထိတော့ အဝေးကြီး

လူတို့တွင်-

-အချို့ လောကီအရာ၌ လိမ္မာပါးနပ်၏။

-အချို့ လောကုတ္တရာ၌ လိမ္မာပါးနပ်၏။

ထိုသို့ ကွဲပြားတတ်ကြရာ ဉာဉ်ပါရာ လိမ္မာ ဝါသနာဖြစ်  
တည်လာခြင်းပင်။

အကယ်တိတိ

လောကီသမား၊ လောကုတ္တရာ တရား သင်ကြားစေသော်  
လည်းကောင်း၊ လောကုတ္တရာသမား လောကီအရာများ သင်ကြား  
စေသော်လည်းကောင်း၊ မရောက်ဖူး၊ မတွေ့ဖူးသော တောကြီးမျက်  
မည်းခရီး တစ်ယောက်တည်းတည်း အပိုလွတ်ခံရသည့်ပမာ သညာ  
ပင် မကပ်၊ ပညာရှင်အတတ်ကား ဝေးမှဝေးတည်း...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# အရင်းဖြင့်နှီး အရင်းဖြင့် အချီးနှီး မဖြစ်စေနှင့်

-ငွေနှင့် ကုန် တစ်ဖက်ဖက် အရင်းတည်၍ နှီးနှောခြင်းကား ကြီးပွားခြင်း၏ အကြောင်းခံတရား။

-လူလူချင်း အရင်းထား၍ နှီးနှောခြင်းကား အချီးနှီး အလကား...။

လူတို့သည် တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ရင်းနှီးမိကြသည် နှင့် စိတ်တူကိုယ်ထား တစ်သားတည်း ပူးပေါင်းသွားမိကြတော့ရ ကား စီးပွားဖြစ် ငွေရှာကိရိယာများကိုသော်မှပင် ငွေမပါ ကြွေးမ ထား အလကားသက်သက် ရက်ရောလာတတ်ကြတော့၏။ သို့တ စေလည်း...

ထိုငွေရှာ ကိရိယာကား...

စေတနာ့ဝန်ထမ်း၊ ငွေရခန်း မဟုတ်သေး၍ မပျက်သေးဟူ ၍ မရှိ။ တစ်ခါသုံး တစ်လုံးတိမ်း၊ တစ်ချိပေး တစ်ရွေးပဲ့ဖြင့် တတိတိ ရိလျက်ကချည်းသာ။

မယား ကားတင်၊ မယားလည်းနုံး ကားလည်းနုံး၊ အရှုံး နှစ်ခါပေါ်လတ္တံ့။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အလိုလိုက် အကြိုက်မနေသာ

-လောဘ၏ အလိုအားပြည့်လာသော် တဏှာ။

-တဏှာ၏ အလိုအားပြည့်လာသော် ရာဂ။

ထိုသို့ တစ်စတစ်စ ချဲ့ကားခြင်းကို ပြုတတ်သော အလို အာသာသည် သတ္တဝါတို့၏ နှလုံးသွေးကို ခိုမှီလျက်က ဉာဉ်စရိုက် ဝါသနာတို့၏ သဘောကျတောင်းဆို သုံးနှုန်းပေးနေရသည် ဖြစ်ရ ကား၊ မီးလင်းဖိုကြီးထဲ ရွက်ခြောက်များ လွှဲပစ် ပစ်ထည့်ပေးနေရ သည့် ပမာ...

မည်သည့်ကာလမျှ ပြည့်သည် ဝပြီ မရှိတတ်။

အကယ်၍သာ သူ့အလို အဆီးအတားမရှိ၊ အလိုက်ပေးနေမိ ပါသော်ကား သည်ဘဝဆုံး နောက်နောက်ဘဝသို့ စုရုံးခေါ်ဆောင် တောင်း တောင်းတော့မည်။

[ ၁၃၆၀ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သဒ္ဓါမပါ သာသနာမကြုံ လူ့အမြဲ

သတ္တဝါတို့တွင်-

သံသရာမြေ ခြေစချသော တိရစ္ဆာန်မျိုးနှင့်

သံသရာမြေ ခြေဆုံးစေသော လူမျိုးသာ အဓိကရ ဒွေမူလ-  
ထိုတွင် လူ၌ နတ်၊ ဗြဟ္မာထည့် လူသုံးပါး ဖြစ်ဘိ၏။

တိရစ္ဆာန်၌ကား ပိုးရွခြပုံးမှသည် လူယောင်ဆောင်စွမ်းနိုင် သော  
နဂါး၊ ဂဠုန်၊ ဘီလူးအထိ စုံ၏။ ထိုသို့ မူလတွဲ ကွဲချေရာ တွင်  
လူသည် အဆင့်အမြင့်ဆုံး အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာ အသာလွန်  
ဆုံး။ သို့စဉ်လျှင်...

လူ့ရွာတစ်ခေါက် ရောက်ရှိနေစဉ် ဘုရားစထား အရိယာကြီး  
များ ကြုံသော်မှ အယုံကင်းနေခဲ့သော် သို့မဟုတ် မည်သည့် ယုံ  
ကြည်ချက်မှ မူအဖြစ်မထားခဲ့သော် သို့မဟုတ် သာသနာ ဆိတ်သုဉ်း  
ကာလ လူ့ဘဝရောက်လာခဲ့ရသော် အမှန်မမြင် လူ့သမ္မုဇဉ်မလုံ  
လူကျင့်ဖြင့် မထုံသောကြောင့် လူ့အမြဲဟူ၍သာ ဆိုထိုက်လှချေသည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၃ ရက်၊ မောနေယျတော ]

# သွားရာနောက် အထောက်အကူယူသွား ခြေမများ

သင်သည် ကမ္ဘာသို့သော်လည်းကောင်း၊ တိုင်းပြည်သို့သော်လည်းကောင်း၊ အောက်ထစ်အားဖြင့် မိမိမြို့ရွာတွင်သို့သော်လည်းကောင်း သွားခွင့်ကြုံရတတ်ချေရာ...

- မိမိရပ်ရွာတွင်းဆိုက မိသားစုကိုယ်စားပြု သွားသင့်သည်။
- မိမိတိုင်းပြည်တွင်းဆိုက လူမျိုးစုကိုယ်စားပြု သွားသင့် သည်။
- ကမ္ဘာအထိ လှည့်ရလျှင်ကား မိမိပြည်ထောင်စု ကိုယ်စား

ပြုမှ သင့်သည်။

ထိုသို့ ထောက်ထားစရာ သုံးမျိုးရှိချေရာတွင်-

ရပ်ရွာတွင်းဆိုက မိမိမိသားစုနှင့် တစ်ဦးမသိ တစ်ဦးသိချေရာ၊ မိမိမဟုတ်က မိသားစုပါ အရှက်ရတတ်သည်။ သည့်အတူ ပြည်တွင်းဖြစ်က လူမျိုးကိုသာ သိတော့မည်။ ကမ္ဘာဖြစ်က တိုင်းပြည်လောက်သာ သိတော့မည်ဖြစ်ရာ ဘာမဆို ကြံ-ပြော-ပြု တစ်ခုခု ကြံရွယ်တိုင်း ငါ့နောက်မှာ ဒါရှိသေးသည်ဟူ၍ အသိအမှတ်ပြုကာ လုပ်စရာကိစ္စ ဆောင်ရွက်သင့်သည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ ]

# အတူနေများကို ပြုံးဆေးသာဖော်ကျွေး မဲ့ဆေးကော်မပေးနှင့်

အတူနေများအဖို့ တစ်ဦးကြောင့် ဂုဏ်တက်သည်လည်းရှိ၊  
ပျက်သည်လည်း ရှိတတ်ချေရာ...

ဆရာကြောင့်တပည့် ဂုဏ်တက်သလို တပည့်ကြောင့်လည်း  
ဆရာ ဂုဏ်တက်သည်များ ရှိသေးသည်။ သည့်အတူ...

မိဘနှင့်သားသမီး မယားနှင့်လင် စသည်အတူနေအားလုံးလည်း  
တစ်ဦးသည် တစ်ဦးကို အကြောင်းပြု၍ ဂုဏ်တက်ပျက် နှစ်မျိုး  
ပူးတွဲနေချေရာ။

သင်၏ မကောင်းမမှန်သော ကြံစည်မှု၊ ပြောဆိုမှု၊ ပြုကျင့်  
မှု အမှားများကြောင့် အတူနေများ သက်သက်မဲ့ အရှက်မကွဲစေသင့်။

သင်၏ ကောင်းမှန်သော ကြံစည်မှု၊ ပြောဆိုမှု၊ ပြုကျင့်မှု  
မှန်စေခြင်းဖြင့်သာ အတူနေများ ဂုဏ်မြင့်ဖွား၍ အင်အားတက်စေ  
ရာ၏။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အခင်ကိုမင် ငင်၍မဆုံး လိပ်ပတ်တုံး

ချည်မျှင်များကို ချည်ဝင်မှသေ၍ ချည်ခင်သို့ အဖြစ်ဝေ့လာ  
ရ၍...

ထိုအခင် တစ်ပါးသူမရောင်းချင်၍ အထည်ဖြစ် ယက်ရန်  
ပြင်သော်

ချည်စာကျေး၊ ယက်ဖောက်ပြု၊ ချည်တန်း ယက်ကန်းစင်  
အရောက် တင်ရမည်။

တစ်ဖန် ယက်ကန်းစင်ရောက်သည်နှင့် အတိုင်အဖောက်တို့  
ဖြင့် ငင်ပေးရပြန်လေရာ လိပ်ပတ်တုံးကား တစ်ပတ်ပြီးတစ်ပတ်  
ငင်မဆုံးတော့သည်ပမာ...

လူနှင့်တကွသော သတ္တဝါအားလုံးတို့လည်း...

အတူနေချင်း ကြိုးချင်းထား ကြိုးချင်းငြိ ဓမ္မတာအတိုင်းလျှင်  
မိတ်ဖွဲ့၍ အရိုးခင် ခင်ရာမှ ကာမရည်ဝင် သူ့အတွေ့သို့သွား၍  
မင်ချေသော်...

သည်ဘဝ လိပ်ပတ်လည် မဆုံးတော့ပြီ။

အကယ်တိတိ သေခါနီး သံယောဇဉ် ချည်အမျှင်တန်း နေဦး  
မည်ဆိုက သံသရာလည်း လိပ်ပတ်လည် မဆုံးတော့ပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အရှက်ကြီးတော့ မြို့ အကြောက်ကြီးတော့ ထုံ

လူ့အဆင့်မီ ကျင့်ဝတ်များကို လုံခြုံစေရာ၌ အရှက်နှင့် အကြောက်ခေါ် ဟိရိ-ဩတ္တပ္ပတရားနှစ်ပါးသည် သော့ချက်ဖြစ်ခြင်းကြောင့်၊ ၎င်းတရားနှစ်ပါးကို လောကပါလတရား (လောကစောင့်နတ်အရာထား နှစ်ပါး) ဟူ၍ ဆိုရချေသည်။ သို့တစေလည်း...

-ရှက်သင့်သည်ထက် ပိုလွန်သွားခဲ့သော် နှုတ်ပြောမထွက် ကိုယ်မသွက် အမြို့ခြေလက် ဖြစ်တတ်သည်။

-ကြောက်သင့်သည်ထက် ပိုကြောက်နေလျှင်လည်း နှုတ်ဝယ် ဆွံ့ဆွံ့ ကိုယ်ရွံ့ရွံ့ မဝံ့မစားဖြစ်တတ်သည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

# လူဟိတ်ရှိလျက် စိတ်မမှန် တိရစ္ဆာန်ပြည် ပြန်ဖြစ်ရမည်

လူတို့၏ လက်စွဲတရားကား ဟီရိ- သြတ္တပု အရှက်  
အကြောက်တရား။

တိရစ္ဆာန်တို့၏ လက်သုံးကား အဟီရိက အနောတ္တပု အရှက်  
မဲ့၊ အကြောက်မဲ့များ။

အကယ်တိတိ...

လူ-ဟိတ်ခေါ် လူ့အကြောင်းခံ ကံတရားကြောင့် လူဖြစ်လာ  
ရသော်မှလည်း -

-ကာမအာရုံ ခံစားရာ၌ ခွေး၊ ဝက်တို့ပမာ အရှက်ဗလာကျင်း  
နေခဲ့ပါသော်

-ကာမဝမ်းစာ ရှာဖွေရာ၌ ကြောင်၊ ကျားများပမာ အကြောက်  
ဗလာကျင်းနေခဲ့ပါသော်ကား...

-ထိုလူမျိုး လူ့တိရစ္ဆာန်မျိုးသာ ဖြစ်ရမည်။

-ထိုလူမျိုးနေသောပြည်သည်လည်း လူ့တိရစ္ဆာန်ပြည်ပင်  
တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်၊ မောနေယျတော၊ ]



# သညာမှသိ သူ့အရှိ သညာရှိမျှသာ

စာပေတို့၌ ပဏ္ဍိနှင့် ဝိဒူဟူ၍ ပညာရှင်နှစ်မျိုးခွဲခြားထားရာ  
-အကြားအမြင် ဆရာသင်မှတတ်သော ပညာရှိကား ပဏ္ဍိ  
ဟူ၍ပင်။

-ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်းသိဖြင့်တတ်သော ပညာရှိကား ဝိဒူ  
ဟူ၍ပင်။

ထိုသည့်စကား ဆင့်ပွားသောအားဖြင့် ခေတ်အလိုက်ခွဲခြားရ  
ချေသော်

သညာသိဖြင့် သညာရှိဖြစ်လာသူသည် သညာရှင်မျှသာ  
ပညာရှင်မဆိုသင့်။

ပညာသိဖြင့် ပညာရှိသူသည်သာ ပညာရှင် ဆိုရမည်။

စကားတတ်ခါစ ကြက်တူရွေး၏ သခင်သင်ထားသောအတိုင်း

-မိန်းမ ဈေးဝယ်လာလည်း လာပါမမ ဘာယူမှာတုံးပမာ  
ထိုသညာ။

-ယောက်ျား ဈေးဝယ်လာလည်း လာပါမမ ဘာယူမှာတုံး  
ပမာ ထိုသညာ သင်ရာ၏ အသိထက် အသိပိုမလာ...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သညာရှိ အသိမတူ ရန်မာန်ထူ တူသော်ခေါင်းတညိတ်

အရာဝတ္ထုကိုကြည့်၍ နှုတ်ဖွင့်လာသော တစ်ဖက်သူ၏ စကား။

ကိစ္စတစ်ခုကို တည်၍ ဝေဖန်လာသော တစ်ဖက်သူ၏ စကား။

ထိုစကားတို့သည်-

-မိမိကျင်လည်ခဲ့ရာ၏ အတွေ့အကြုံနှင့် မတူလျှင်လည်း အပြောကွဲလွဲနေတတ်၏။

-မိမိဒေသသုံးစကားနှင့် မတူပြန်လျှင်လည်း အပြောကွဲလွဲနေတတ်၏။

-မိမိတတ်သိထားသော ဉာဏ်အရာနှင့် အတိမ်အနက်ချင်း မတူလျှင်လည်း အပြောကွဲလွဲနေတတ်၏။

ထိုအကြောင်းစု တစ်ခုခုကြောင့် အပြောကွဲလွဲခဲ့သော်...

ပညာသိ၏ ပညာရှိကား ရှေ့ နောက်တိုင်း တုတ်ဖြင့်ထောက် ကြည့်ကာ မှန်မမှန်ကို တုန့်ပြန်လေ့ရှိသော်လည်း သညာသိ၏ သညာရှိကား ငါပြောသလိုမဟုတ် တုတ်သာကြည့်ပမာ မာန်ဖီခေါင်းခါ ရှေ့မတိုး နောက်မဆုတ်မျှသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သူ့ဦးစားပေး ကိုယ့်ကျတော့ ခွက်ဆေး

လူလျှင်လူချင်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံကြရာတွင်

-အလိုက်မသိတတ်လေသူ တစ်ဦး

-အားမနာတတ်လေသူ တစ်ဦး

-အလိုရမ္မက်ကြီးသူ တစ်ဦး

ထိုသုံးဦးတို့ကို ဦးစားပေးနေရာထား၍ မပေါင်းသင့်ချေ။

အကယ်တိတိ... သူ့အဆင်မကြည့်

အထင်ဖြင့် ဦးစားပေးမိသော် ကိုယ့်တုတ်ဦးက ကိုယ့်နဖူး  
ပြန်ထိသည်ထက် ထိချက်နာတော့မည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်၊ မောနေယျတော၊ ]

# လှေလူးဆို ရေစူးကြည့်၍လှော်

လူးတတ်သောလှေဖြင့် တွဲဖက်၍ ရေပြင်ကျယ်ခရီးခဲသွားလေရာတွင် ဝမ်းဗိုက်ရှိ သူ့ရေစူး နက်-မနက် စူးစမ်းပြီး၊ နက်မှသာ စိတ်ချလက်ချလှော်။ မနက်သော် အလှော်နှင့်အမြုပ် တက်ခုတ်နှင့် အတူ ဖြစ်တော့သည်။

သည် ပမာလျှင်...

စိတ်ဣန္ဒြေမတည်ငြိမ်သူများနှင့် အတူတွဲလျက်က စီးပွားဖက်၊ မိတ်ဖက်လုပ်ကြရာတိုင်းတို့၌လည်း သူသည် မိမိအပေါ် မည်မျှ အားကိုးသည် အားမကိုးသည်တို့ကို ဦးစွာလေ့လာပြီးမှသာ သူ အားကိုးသလောက် အကူအထောက် တောင်းခံခြင်း၊ ပေးခြင်းများကို ပြုလုပ်သင့်သည်။

အကယ်တိတိ သူ့အားထား ကိုယ့်မှာမလားသေးဘဲနှင့် ခံရန်၊ ပေးရန် ဟန်ပြင်မိသော် ကိုယ်ပေးချိန်နှင့် သူပြေးချိန် ရှေ့ဆင့် နောက်ဆင့် ဖြစ်တတ်သည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဦးစီးတက် ဦးရွက်မနေသာ

မိမိတို့ ပြုလုပ်သင့်သော လုပ်ငန်းကိစ္စအဝဝတို့မှာပင်  
 အတွေ့အကြုံ အမြော်အမြင် ကျွမ်းကျင်မှု ထိုသုံးခုတို့ဖြင့်  
 ဦးစီးကွပ်ကဲတတ်သူတစ်ဦးသာ ရှိနေခဲ့လျှင်...  
 သူ့ပညာရပ် ခြေရာထပ်၍ လိုက်တတ်သူ လက်အောက်ခံ  
 တပည့်ကောင်းတစ်ဦး မိမိဝန်းကျင်မှပင် ပေါ်ထွန်းလာတတ်သည်။  
 ပစ္စည်းရှိရာ ခိုးသူလာကဲ့သို့ အတုခိုးစရာရှိ အတုခိုးတတ်သူလည်း  
 ပေါ်စမြဲတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အဆန်ဘက် တက်လက်အားစိုက်ကုန် အစုန်သက် ရွက်ဖွင့်လွှင့်လိုက်ရုံ

ရေစုန် ရေဆန် လှေလမ်းခရီး သွားလိုသူသည်  
ရေဆန်လေထန်ကြားမှ တက်လိုသောအခါ လှေပေါ်ပါ ထိုး  
သားအားလုံး တက်ကုန်လက်ကုန်လှော်ခတ်နိုင်မှသာ ခရီးရောက်၏။  
အကယ်တိတိ... ရေစုန်လေစုန်ကြား သွားရသောခရီးဖြစ်ပါ  
မူကား ရွက်ဖွင့်လျက် လွှင့်ပေးရုံဖြင့်ပင် ခရီးရောက်၏။  
သည်ပမာ လျှင်...

- သာသာနာတော်ကြီး၌ အစစွာ တီထွင်ရလေသူ
- ဝါဒရေးရာတို့၌ အစစွာ တည်ထောင်ရလေသူ
- လူနေမှုစနစ်တို့၌ အစစွာ ပြုပြင်ရလေသူအားလုံး

အဆန်ခရီး လှေလှော်နည်းပမာ ပြုကျင့်တတ်မှသာ အရာ  
ရောက်မည်။ လမ်းအပေါက်နောက်မှလိုက်လိုသူများကား ရေအစုန်  
လေအဟုန်ရွက်တိုက်နည်း သုံးရုံဖြင့် ပြီးစီးသည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လန်းဆန်း ၉ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# လက်လွှဲသုံး အဆုံးမဆိုသာ

လူတို့အာရုံခံစားရာ၌ ကြိုက်အာရုံ ဂုဏ်တင်ကာ ခံစားကြခြင်းပင်။ ထိုသို့ခံစားရင်းကပင်...

-အကြိုက်တူဘက် အလှယက်လည်းခံရ၏။

-အကြိုက်တူဘက် ကူစွက်ပေးခြင်းလည်း ခံရ၏။ သို့သော်

လူသားတိုင်း အကြိုက်ကျ၊ ငါရချည်းတွက်ဆထားလေ့ရှိရာ၊ လက်ရကိုသာ အရဆိုပြီး လက်လွတ်ကိုကား အဆုံးဟူ၍ သတ်မှတ်သည်။

လသည် အရှေ့အနောက် ကမ္ဘာစွန်း တစ်နေရာသာ ထွန်းပေးနိုင်သည်။

နေသည်လည်း ကမ္ဘာနှစ်ဖက်ခြမ်း၊ တစ်တန်းတည်း ထွန်းမပေးနိုင်။ သို့ဆိုသော်...

သင်တို့ဘက် နေလတက်၍၊ တစ်ဖက်နေလကွယ်သွားသော် တစ်ဖန်... ထိုတစ်ဖက် နေလတက်၍ သင့်ဘက်နေလကွယ်သွားသော် တစ်ဖက်မှာသာသျှည်း၊ တစ်ဖက်သုံးခွင့်ရနေသေးရကား သင်မည်သို့ ဆုံးဖြတ်မည်နည်း။ အဆုံးလေလော လှည့်သုံးလော။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁ ရက်၊ မောနေယျတော ]

# သုံးမလို့အယူ ဆူမလွတ်နှင့်

လူတို့၏ တစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ နည်းအမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် လက်လွဲ  
ယူကြရာတွင်

မုန်းယူနှင့် သုံးယူ နှစ်မျိုးရှိချေရာ

အသုံးလို၍ယူသော သုံးယူကိုကား မငြူမစု ကြည့်ဖြူသင့် ရာ၏။

သို့ကြောင့် အသုံးလို၍ လက်လွဲယူသွားနည်းဖြစ်သောကြောင့်

- ခိုးစားသောအမျိုး သူခိုးဟူ၍ မငြိုးရာ။

- တိုက်စားသောဓားပြ လူမိုက်ကွဟူ၍လည်း မဆိုရာ။

မသုံးဘဲဖျက်သော ကြွက်တို့၏အဝတ်ကိုက်နည်းကိုကား မမှီ၊  
မှီရာတို့ဖြင့် ရိုက်သာလွတ်ပါလေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# သေမည့်အသား သတ်စားမနေနှင့်

သတ္တဝါတိုင်း

သူသည်လည်းကောင်း၊ သင်သည်လည်းကောင်း၊ ငါသည်လည်းကောင်း တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန် မုချပင် ဇီဝိန်ကြွရမည့် သေသားချည်းသာ၊ နေသားဟူ၍ မရှိရာ။

သို့ပါလျက်

-လူအချင်းချင်း မုန်းသဖြင့် သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲခြင်းသည် သင်၏ရက်စက်မှုသဘော ပေါ်လောပေါ်ရုံသာ။

-ကြက်၊ ဝက်၊ ဘဲ၊ နွား သားကောင်များအပေါ် သတ်ဖြတ်စားသုံးခြင်းသည်လည်း သင်၏ ရမ္မက်နှုန်း တိုးလုံးချွတ်ပြခြင်းမျှသာ။

**[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော ]**

# မီးခိုးတန်း ဖမ်းမထားလေနှင့်

သတ္တဝါတိုင်း...

ကံ စိတ်တို့ အတိုး၊ ဥတု အာဟာရခိုးများ ထ၊သည်အတိုင်း၊  
အချိန်မပိုင်း စက္ကန့်တိုင်းလျှင် အနေမှအသေခရီး အပြီးအငင်ခံနေကြ  
ရရာ မြဲသောအရာ သက်မဲ့သက်ရှိ မည်သည့်အရာမျှ မရှိ။

သို့စဉ်လျက်

အဖေသေ၊ အမေသေ တပြေတ၍ငိုနေသော်... မောရုံသာ။  
မသေသင့်ဘဲ သေသည်ဆို အပိုသာ။

ထိုသို့ ငိုနေမည့်အစား

သူပြီး ကိုယ့်အလှည့်ရောက်လာမည်ကို အတတ်သိနေသူပီပီ  
-အသေတတ်ရန်အတွက် အနေတတ်ဖို့ ပြင်ဆင်သင့် သည်။  
-အနေတတ်ရန်အတွက် အဖွေတပ်ဖို့ပါ ပြင်ဆင်သင့်သည်။

ထိုသို့ကိုယ့်တွက် မပြင်ဆင်ပါဘဲလျက် သူ့ငိုပွဲ ဆင်နေပါ  
သော်ကား... ကိုယ့်အလှည့်ကျ အများအပြား ငိုလွှတ်လိုက်ကြမည်  
ကား မလွဲပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ မောနေယျ ]

# အသေကောင်ဖက် အသက်အပ်မနေနှင့်

သတ္တဝါတိုင်း...

သေ တစ်ခဏ၊ မွေး ဆယ်လတို့ဖြင့် အချိန်တိုင်း ခဏတိုင်း  
လျှင် ဘင်္ဂပွဲ ပျက်ပွဲဝင်နေကြရသူချည်း ဖြစ်ကြရာ၊ ဒုက္ခ ဘယဋ္ဌ  
န- ဖြစ်ဘေး၊ ပျက်ဘေးမကင်း ဒုက္ခတွင်း ဆင်းနေကြရသူချည်း  
သာ...

သို့စဉ်လျက်...

တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး လင်နေမယားထား၊ အသက်အပ်တမ်း  
ကစားနေကြခြင်းသည်... ငိုချင်ကြသေး၍သာ၊ ငိုကြွေးချေး အပေး  
အယူလုပ်နေကြခြင်းသာ။ သို့ကြောင့် ငိုကြွေးဆာ ဓမ္မတာထက် မပို  
သင့်၊ ပိုသော် နင့်ရုံသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# နေလကိုထွင်း ဝင်ရိုးမသွင်းချင်နှင့်

သတ္တဝါတိုင်း...

အခိုးအရှိန်မျှသော မီးသတ္တိကဲ၊ ထင်းအထဲ လာစွဲသည်ပမာ။  
ကံ စိတ်တို့၏ ကံသောအသွင် ပုံသဏ္ဍာန်ဖြင့် အစွဲထင်လာ  
ခြင်းမျှဖြစ်ရာ၊ စကတည်းက မရှိသောအရာ ဆုံးလျှင်လည်း ဘာမျှ  
မရှိရာ။

မိုးကျစကာလ

- နေဝင်ချိန် မုတ်သုံခိုးအထ၊ အနောက်တစ်ခွင်ဝယ် ဘုရင်၊  
ဆင်ရုပ် ရှင်လောင်းလှည့်သရုပ်စသည် ပုံရိပ်လှိုင်းများ ထင်မြီရှိချေရာ  
ထိုအရိပ်ထင်ပုံများ တားလည်းဆိတ်ဆိတ်၊ ဖိတ်လည်း မကြွ၊  
အနတ္တ၏သဘောမျှသာ။

သို့ပမာလျှင်

သတ္တဝါအားလုံး သုညလုံးလုံးပင်ဖြစ်ကြရာ မယားကို လင်က  
အပိုင်ဟူ၍ လည်းကောင်း။ လင်က မယားပိုင်ဟူ၍လည်းကောင်း  
သတ်မှတ်ထားခြင်း၊ သားနှင့်သမီး ပစ္စည်းခြွေရုံများအပေါ် ငါပိုင်  
သတ်မှတ်ထားခြင်းများကား သူတစ်ပါး၏သား အလကားခေါ်မွေး  
ထားခြင်းမျှသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မျက်နှာများသော မိန်းမ ပေါင်းလိုက်တိုင်း စိတ်တိုင်းမကျ၍

လူတို့တွင်

ညာဉ်ကောင်း၊ ညာဉ်ဆိုး အုပ်စုနှစ်မျိုး ကွဲပြားနေကြရာ

- မြက်သစ်ရွက်တို့ဖြင့် ဖက်၍ အသက်ဆက်ခဲ့ရသောဘဝ  
များများရခဲ့သူများကား ကောက်ကျစ်ကင်း ဖြောင့်စင်းနေတတ်သည်။

- တစ်ဖန် သားငါးတို့ဖြင့်ဖက်လျက် အသက်ဆက်ခဲ့ရသော  
ဘဝမျိုး များများပွဲတိုးခဲ့ရသူများကား ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ နေတတ်  
သည်။

နောက်တစ်မျိုးကား

- အောက်ရပ်ဘုံသား ဆိုးဂုဏ်ဟိတ်ခံ တိရစ္ဆာန်အဖြစ်များ  
သူတို့၌ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟညဉ်ဆိုးအားကြီးလွန်းလှကား အတ္တ  
ဆောင်း တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တတ်သည်။

- အထက်ဘုံထား နတ်ဗြဟ္မာများထံသို့ သွားခွင့်ရသူများသူ  
တို့၌ကား သဒ္ဓါ၊ ပညာစီးနင်းထားချေရကား အတ္တ-ပရ မျှတ၍  
ဆက်ဆံတတ်ကြသည်။

အကြင်သူသည်

မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း အတ္တဖိစီး ရာဂ၊ မောဟအားကြီး၏။  
ထိုသူသည် အတ္တဖိစီး မာနဒေါသအားကြီးများနှင့်တွေ့သော် မခံနိုင်  
ရာပြီ။

ထိုသူသည်

-မိမိ၌အားရခြင်း၊ တင်းတိမ်ခြင်း၊ မရှိစေရန် ခံပေးထားသော  
ရာဂ၏ အထိုးအကျင့် နှင့်နေအောင်ခံနေရသည်ကတစ်ကြောင်း

-သူတစ်ပါးတို့ ထံမှကျလာသော ရာဂအားပေး နည်းပါး  
နေသေးသည်က တစ်ကြောင်း တို့ကြောင့်လည်း လက်ပြောင်းထား  
အစား ရှာနေရချေသည်။ တစ်ဖန်လည်း...

မိမိရှိ ရာဂ-မောဟအုပ်စုတို့နှင့် တစ်ဖက်ရှိမာန-ဒေါသစုတို့  
တစ်စုနှင့်တစ်စု နယ်လုနေကြခြင်းကြောင့်လည်း တစ်ရွာမပြောင်း  
သူကောင်းမဖြစ်ပမာ အုပ်စုချင်း တည့်ရာ အစာရှာရချေသည်။

မည်သို့ဆိုစေ

ပြောင်းခြင်းမှန်သမျှ အပေါင်းအသင်း ဟန်မကျ၍ချည်းပင်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ခါးကြားပါ ဓားခိုး ခါးမထိုးမိစေနှင့်

လူသားတိုင်း... အနမတဂ္ဂမည်မျှဟူ၍ မသိရသလောက် သံသရာလည်ခဲ့ရာတွင် မိမိတို့သွားရာနောက်သို့ အနုသယမျိုး ခိုးလျက် က လိုက်ပါနေကြ၏။

အကောင်းလည်း လိုက်လာ၏။ အဆိုးလည်း ပိုက်ထားမိကြ၏။ ထိုတွင် ဉာဉ်ကောင်းလိုက်က ဝိုင်း၍ စိတ်အကြံထုတ်၊ ကိုယ်လှုပ် နှုတ်ဖွင့် ပြုကျင့်ပေးခြင်းတို့ကား အများရှေ့ဖြစ်၍လည်း မြင်သာထင်သာ၏။ အများသဘောကျအလုပ် ပြောင်လုပ်ဝံ့သောကြောင့် တည်း။

ပတ်ဝန်းကျင် အသိုင်းအဝိုင်းရှိမှလည်း ပြုခွင့်သာသဖြင့် မြင်သာထင်သာ၏။ အပြုခံအကူ နှစ်ဖက်သူတို့ဖြင့် ပေါင်းလုပ် လုပ်ရသောကြောင့်တည်း။

အကယ် တိ တိ...

ဉာဉ်ဆိုးထောင်းသဖြင့် မကောင်းရာအခင်းပြုကျင့်ပေးခြင်းတို့ကား အများလက်သင့်မခံ၍ ပုန်းလျှိုးကွယ်လျှိုးသာ။

ထိုသို့ လူတစ်ဦး၌ ကောင်းဂုဏ်၊ ဆိုးဂုဏ် နှစ်ပုံစီရှိတတ်ကြ  
ချေရာ ကောင်းဂုဏ်ကား အဝေးမှပင် ကြားရတတ်မြဲ။ ဆိုးဂုဏ်  
ကား ဝှက်ဖဲ။

သို့ကြောင့် ထိုဂုဏ်ရှင်သို့ အဝေးခရီးမှအနီးသို့ ချဉ်းကပ်လာ  
ကြရာ ဉာဉ်ဆိုးဖောက်၊ အကောက်ကြိမိက ကိုယ့်သိက္ခာ ကိုယ်ပင်  
လျှင် ချပြီး ဖြစ်နေတတ်သည်။ ကိုယ့်ဇာတ်ထုပ် ကိုယ်ပင်လျှင်  
သရုပ်ဖော်ပြီးသား ဖြစ်နေတတ်သည်။

လူတစ်ဦးစီ၌

ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာခေါ် သီလဂုဏ်သတ္တိနှင့် မိမိဟူ၍ နှစ်မျိုး  
ရှိချေရာ ထိုသို့ချဉ်းကပ်ခံ ပူဇော်ခံခွင့်ပေးရလေတိုင်း-

-ဟဲ့ကောင် နင့်ပူဇော်သည်မဟုတ်၊ ငါ့ကို ဟူ၍ ဉာဉ် များကို  
ငေါက်ထုတ်တတ်ရသည်။

-ဟဲ့ကောင် နင့်ချဉ်းကပ်သည်မဟုတ်၊ သီလကို ဟူ၍လည်း  
မိမိကို ငေါက်ထုတ်တတ်ရသည်။ သို့မဟုတ်က ကိုယ့်ဓားက ကိုယ့်  
ခါး ပြန်ထောက် ခံရမည်။

သူ့ဓားချက် အသက်မပါတတ်၊ ကိုယ့်ဓားဝှက်က အသက်  
ပါ ခဝါချမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# ဘုရားအမျိုးတွေ ဘုရားကြားတိုး ဘုရားကြမ်းပိုး မဖြစ်စေကြနှင့်

ဗုဒ္ဓန္တယ်ဖွား ဘုရားသားတော်၊ သမီးတော်များသည်  
-ဘုရားဂုဏ် အယုံကြီးရာမှလည်း ဘုရားရိပ်၊ ကျောင်းရိပ်  
ခိုဝင်လာတတ်ကြ၏။

-စောင့်ရှောက်သူမဲ့၊ ကိုးရာမဲ့၍လည်း ဝင်ရောက်ခိုကိုးတတ်  
ကြ၏။

ခိုကိုးခြင်းကား ကောင်း၏။ သို့သော်...

ဘုရားနှင့်အသွင်တူ၊ အဆင်တူရာ မပြုကျင့်ဘဲ သိက္ခာစဉ်  
မဲ့၊ ပညာမဲ့ဖြင့် ဝင်ရောက်ခိုကိုးမိချေလျှင်ကား ဘုရားသွေးစုပ် ဘုရား  
အပုပ်ချနေခြင်းမျှသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော်၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အာဠေ့လုံထက် အာတွေ့လုံဖြစ်မှ ကိုယ့်သိက္ခာကိုယ် ယုံပါ

လူသားတိုင်းလျှင်

မိမိ၊ မိမိတို့ ယုံကြည်ရာ ဘာသာဝါဒတို့၏ အဆိုအမိန့်များ  
ကို လိုက်နာကြကာ သိက္ခာထမ်း လူ့လမ်းခရီး ဖောက်လျက်က ရှိ  
ကြ၏။

အချို့ အိမ်ရာဖက် ဖျက်လျက်က ထမ်းရွက်ကြရ၏။

အချို့ကား အိမ်ရာထက် တက်လျက်ကသာ

ထိုသို့ သိက္ခာတင် ဝန်ထမ်း၊ လူသွားလမ်း ဖောက်နေကြရာ  
တွင် မိမိ- မိမိတို့ စောင့်စည်းသင့်ရာများကို-

-အဝေးရှောင် အာရတီသီလဖြင့် စိတ်မချရချေသေး၊ အနီး  
ရောက်ဖောက်တတ်ချေသောကြောင့်။

-အနီးလာ ခါထုတ်၊ ဝိရတီသီလပုဒ်သည်သာ စိတ်ချရ၏။  
အဝေးပေါက် ရောက်သည်ပင် မထင်သောကြောင့်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ နတ်တောင်လပြည့်ကျော်၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ကြောင်ဆိုလျှင်ဖုန်း ယုန်ဆိုအတုံးလိုက်သာထား

လူတို့သည်

ဂုဏ်ကိုလည်း လိုချင်၏။ သိက္ခာစဉ်ကိုလည်း ထိန်းနိုင်စွမ်း မရှိသောအခါ လူတို့၏ရှေ့ဝယ် ဂုဏ်သိက္ခာရှိ လူကြီးမင်းအသွင် ဆောင် မိမိ၏ အတုအယောင်ကိုကား ဖုန်းကွယ်ထားလေ့ရှိ၏။

တစ်ဖန်

လူကွယ်ရာအလိုပါရှေ့ အလိုတူသူချင်းတွေ့မိပြန်လျှင်ကား ထိန်းကံကိုလှန် အကြံတွင် အဆန်ဖက်၍ ကံပျက်လုပ်ငန်း ဆက်ပြန် ချေ၏။

ထိုသူသည်ကား...

ကြောင်တို့မည်သည် ကြွက်၊ ငါး၊ ဖားစသည် သူတစ်ပါးတို့ အသားဖျက်၍ အသက် ရှင်ခွင့်ရသည့်အားလျော်စွာ နေ့စဉ် ဝမ်းစာ ကြွက်၊ ငါး၊ ဖားတို့သာ ဖြစ်ရကား။

ဝမ်းဗိုက်ကြား သူ့အသားဝင် ထိုမစင်နံ့ဖို့သာရှိတော့သည်။ ထိုအခါ သည်နေရာ သူရှိသည်ကို မသိစေလိုသဖြင့် သူစွန့်ချတိုင်း မစင်တုံး မြေမှုန့်တို့ဖြင့် အမြဲဖုံးအုပ်ထားခဲ့လေ့အကျင့် ကျင့်ရပြီ။

ယုန်ကလေးများမူကား...

စားသောအစာသည် မြက်၊ ကန်စွန်းရွက်တို့ချည်းသာဖြစ်နေ  
တော့သဖြင့် ဝမ်းဗိုက် ကန်စွန်းဖက် ထိုမစင်အနံ့မထွက်။  
သို့ကြောင့် စွန့်တိုင်းလျှင်မဖုံး အတုံးလိုက်အတိုင်း ထားတော့  
သည်။

သည့်ပမာလျှင်...

-သီလကြောင်တောင် အယောင်ဆောင်ထုံး၊ ဖုံးမှလုံသည် သာ။

-သီလဂုဏ်ဆောင် အယောင်ဆောင်ဘုန်း၊ ဖုံးရန်မလိုပါ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဇွေးရှေ့ရောက် မျောက်က က မပြုနှင့်

- တဏှာအခံကြောင့် မာနထန်အားကြီးလေသူ
  - ဒိဋ္ဌိအခံကြောင့် မာနထန်အားကြီးလေသူ
  - စိတ်ဓာတ်အားကြီးခြင်းကြောင့် စိတ်ပြေနှေးလွန်းလေသူ
- ထိုသူသုံးဦးတို့ရှေ့၌-

အာဃာတအတေးဖြင့် အရေးယူခံရဆဲသူသည် သွားရောက်  
၍ မျက်နှာပြုခြင်း၊ စကားစရူာဖွေပြောခြင်း၊ အသေးအမွှားကိစ္စ  
အကြောင်းပြ၍လာတွေ့ခြင်းများ မပြုသင့်ချေ။

ပြုကျင့်မိချေသော် မီးလောင်ရာ လေပင့်သည့်ပမာ အခြေအနေ  
ပိုမိုတင်းမာ၍သာ လာတတ်သည်ဖြစ်ရာ ဣန္ဒြေမဲ့၊ သိက္ခာမဲ့ဖြင့် သူ  
တကာ အကဲ့ရဲ့ခံရမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# စည်းကျိုးလို့ ခွေးတိုးရာ ခွေးအဆိုးမဆိုပါနှင့်

လူ့သိက္ခာများကို အရှက်အကြောက်နှစ်ပါးက ထောက်ခံထား  
၏။

လူ့ဂုဏ်ပုဒ်ကို ကား ကိုယ်ချင်းစာထား မေတ္တာတရားက  
ထောက်ခံထား၏။

ထိုအားလုံးတို့ကိုကား

သီလတစ်မျိုးတည်းကပင် တာဝန်ယူ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်  
ထားချေရာ၊ အာရုံလာတံခါး အပွမာဒသတိဖြင့် စည်းထားဖြင့်  
စောင့်စည်းပိတ်ဆို့ပေးလေ့ရှိသော သီလခေါ်စောင့်စည်းခြင်း ကျင့်  
ဝတ်သည် လူတို့အတွက် အသက်ကဲ့သို့ အရေးကြီးပြီး တစ်ခုတည်း  
သော အားအကိုးရဆုံး စိတ်အချရဆုံး တံခါးမှူးကြီးတည်း။

ထိုသီလစည်းရိုး ယနေ့လျှင်ကျိုးက ယနေ့ပင်အာရုံစဉ်နှင့်  
ယှဉ်လှဝင်လာသော ခွေးဆိုး တိုးဝင်လာမည်။

စည်းကျိုး၍ခွေးတိုး ထိုခွေးဘက်က အဆိုးမဟုတ်ချေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၂ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မသိလို့တောင်း မသိလို့ပေါင်း မသိမှတ် ကောင်းမှာပါ

လူတို့သည်

လူလျှင်လူချင်းသော်လည်းကောင်း၊ အခြားသက်မဲ့သက်ရှိများနှင့်သော်လည်းကောင်း ငါးဝ ငါးပုံသော ကာမအာရုံများကို စိတ်ချ၊ ကုဋ္ဌကွယ်၊ ဒိဋ္ဌကောင်းမှာပါ အထင်အမြင်များဖြင့် ပေါင်း သင်းဆက်ဆံ အသက်ပင်အပြန်အလှန်အပ်နှံခဲ့ကြရာ

-တောင်းနေကြသည်က ဉာဉ်သွေး စရိုက်သွေး

-ပေါင်းနေကြသည်က ရုပ်နှင့်နာမ်

-ကောင်းနေကြသည်က တဏှာနှင့် ဥပါဒါန်

မိမိမှာမူကား တည်ကြက်၊ တိုက်ကြက်အရာ ကြားဝင်နေ အသေခံမျှသာ။ မိမိအမည်ခံ လူ့အသိဉာဏ်သည် အစွဲသိများ၏ လက်အောက်ခံဖြစ်သွားသောကြောင့်တည်း။

ယနေ့ ...

တစ်ဖက်အာရုံတို့ဘက် မလှည့်၊ မိမိကိုယ်ဘက် မိမိကြည့်မိ နေသောအခါ အရှိနှင့်မရှိ၊ အတည့်မြင်၊ အတည့်သိ၊ မမြဲ- မကောင်း

၂၂၀

ဝနဝါသီဥပယုဓမ္မသာမိထေရ

သဘောမျှသော သူ့အကြောင်းဟူ၍ ပေါင်းရင်းသိသဖြင့် သိပိုင်လာ  
ချေရာ-

-ပရမတ်မသိ၍ ကောင်းသော ငါ

-ပညတ်မသိမှတော့ ကောင်းမှာပါဟူသော အဖြေသည်  
သေသေချာချာကြည့် တိတိကျကျပေါ်လေ ဖြစ်လာတော့၏။

ငယ်ငယ်တုန်းက-

အမေပြင်ဆင်ပေးသဖြင့် စီးခဲ့ရသော ထန်းပလပ်မြင်း၊ ယခုပင်  
တွေးတောကြည့် ယခုပင် ပြေးမော မောရပါဘိခြင်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၃ ရက်၊ မောနေယျတော ]



# ဆောင်းပါဆို မိုးရွာ လေကပါ သာချင်သေး

-လူတို့၏ တစ်သက်တာတွင်

ဇာတာ၊ စန်းလင်္ဂ၊ အတိတ်ကံကောင်းများ ကူစွက်လာစဉ်

-စီးပွားရေးစားကျက်တွင်လည်း လုပ်တိုင်းဖြစ် ဆစ်တိုင်းရ  
အများကပင် အောချယူရသည်။

-လူမှုရေးစားကျက်တွင်လည်း ပြောသလိုပြီး၊ တီးသလိုမြည်  
လူတိုင်းကပင် ယုံကြည်လာကြသည်။

ထိုသည့်ကာလ သူ့ဘဝ

အစစ လိုလေသေးမရှိ၊ အအေးလက္ခဏာတို့ကသာ အပြည့်  
ဖြစ်နေစေရကား...

ဆောင်းအခါကြီး မိုးရွာ လေကပါ သာချင်သေးပမာ။

[ ၁၃၆၁ ရနုစံ၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၄ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# နွေပါဆို မီးပျံ့ ကျောက်ပူသဲပူတို့ကပါ လှန့်ချင်သေး

လူတို့၏ တစ်သက်တာတွင်

-ကံဇာတာမှိန် စန်း-လင်္ဂတို့ကပါ ငြိမ်နေပြီး အတိတ်ကံ  
ကောင်းများ ထိမ်နေဆဲ၌ကား...

-စီးပွားရေးနယ်ပယ်မှာလည်း အံ့တုသူတိုးဝင်လာကာ အနှောင့်  
ခံရသဖြင့် စားကျက်ပင် ပျောက်ရသည်။

-လူမှုရေး နယ်ပယ်မှာလည်း ကိုယ့်ထက်သာ လူစွာတို့က  
နေရာဝင်လှခံရသဖြင့် အာဏာမဲ့ ဖြစ်ရပြန်သည်။

ထိုသည့်ကာလ သူ့ဘဝကား... ဘာမဆို ရန်ဂြိုဟ်မွေ၊  
အပူပေါ်အပူဆင့် နေချေတော့ရကား...

နွေပါဆို မီးလောင် ကျောက်ဆောင်သဲသောင်များကပါ  
ကူချင်သေးပမာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၄ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မခါချင်နှင့် ခါချင်ထုပ် အလှုပ်ပါတတ်သည်

လူသားတိုင်းလျှင်

- မိဘမျိုးရိုးတို့မှ ပါဝင်လာသော ဉာဉ်သွေးများကလည်း အစုံပါ။

- မိမိ ကျင်လည်ခဲ့ရတိုင်းမှ ပါဝင်လာသော ဉာဉ်သွေးများ ကလည်း အကုန်ပါ။

ထိုသို့ ဉာဉ်နှစ်မျိုး သွေးတိုးအထွေထွေ ရှိနေကြရာ... ကာမ အာရုံ ခုံမင်စွာခံစားခြင်း ဉာဉ်ထားကား ပို၍ပင် သွေးတိုးကြမ်းလှ၏။ ဘဝအဆက်ဆက် မည်သည့်ဘဝမျှ မိမိနှင့် လက်တွဲမဖြုတ်ခဲ့သော ဉာဉ်ဖြစ်နေသောကြောင့်တည်း။

ထိုဉာဉ်သွေးများ ထက်အောက်စုန်ဆန် အပြန်အလှန်ပြေး နေချေရာအထဲ...

ပမာအားဖြင့်...

မိုးကျရေအမျိုးမျိုး တိုးဝင်နေစဉ် ရေကာတာရိုး ကျိုးသွားရာ တွင် တစ်ဖန်ပြန်လည်ကာ ဘယ်လောက်ပင်ဖို့ဖို့ အသားမသေ၊ ခဏ

၂၂၄

ဝနဝါသီဥပယုဓမ္မသာမိထေရ

ခဏပင် ထိုကျိုးသောနေရာမှ စိမ့်ရေများ တသွင်သွင် စီးဆင်းသည့် နှယ်။

တစ်ခါမျှ ထိုကာမကျင့်၏နောက် စိတ်စည်းကျိုးပေါက်သွား ခဲ့သော် တစ်ခါသွားနှင့်လည်း မပြီးပြေ။ နှစ်ခါသွားနှင့်လည်း မပြီး ပြေ။ လူသာသေချင်သေမည် သူကား အာသာမပြေတော့ပြီ။

-သွေးလှည့်တိုင်း အတွေးကအိ

-အကျင့် လွန်စရိုက်သွေးများကပါ ဖိဖိလာနေတတ်သော ကြောင့်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၇ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အသုံးမရ အရှုံးပြစ်ရမည်

-သားသမီးများကို မွေးကားမွေး၏။ သို့တစေလည်း မခိုင်းရက် မစေရက်ဖြင့် လက်သပ်မွေးကာ အရေးပေးထားလည်း အချိန်ကျ ချွေးမနှင့်သားမက်တို့လက် ဝ,ကွက်အပ်လိုက်ရသည့်ပမာ

-ခိုင်းနွားကြီးများကို သူတစ်ပါးတို့ထံမှ ငှားထားပြီး မခိုင်းရက် မစေရက် အစာရေစာမြက်ကျွေးကာ မွေးကျွေးထားလည်း အချိန်စေ့သည့်နှင့် သူ့သခင်လက် ပြန်လည်အပ်လိုက်ရသည့်ပမာ

-ရုပ်နာမ် နှစ်ဖြာတို့ဖြင့် တည်ဆောင်ထားရာ ဤခန္ဓာကြီးကိုလည်း

-မိမိကသာ ကိုယ်အပိုင်အထင်ဖြင့် ညှာညှာတာတာ အရေးပေးထားသော်လည်း ကိလေသာကား အခွင့်ရေးရ ရသလောက်ပင် ဝင်ရောက်၍ ခိုင်းစားသွားတော့ရာ မိမိမှာမူကား အရိပ်ကြည့်ရုံဖြင့် ကျေနပ်နေရတော့မည်။

-မိမိကသာ ကိုယ်လိုသလိုရအထင်ဖြင့် အမျိုးမျိုးပြင်ဆင် အမွှန်းတင်နေသော်လည်း ခန္ဓာကား တစ်နေ့လျှင် ဆုတ်ယုတ်ပျက်

ပြား ပုံစံတစ်ခြား ပြောင်းအားဖြင့် တစ်နေ့တစ်ခြား အတိတ်ကံရှိန် တို့ နောက်ဆုတ်သွားရာမှ အဆုတ်ဆုံး၍ လုံးလုံးမလှုပ် အသက်ဇီဝိန် ချုပ်ပျောက်လေလျှင် မြေကို မှီ၍ ဖြစ်လာသော ခန္ဓာ ထိုမြေရှိရာ သို့သာ ပြန်လည်အပ်နှံရချေတော့မည်။

-ဘဝခန္ဓာ ယုယညှာတာ ကိုယ်မှာအတွက် မသုံးရက်သော သူ တစ်ဘဝသာပျက် ကိုယ်တွက် ဘာမျှ မရရကား အလကား ကုန်ဆုံး လူဖြစ်ရှုံးသည်။

-ဘဝခန္ဓာ သူတကာနှင့်ဖက် သူတကာလက် ဝ,ကွက်အပ်နှံ ထားသူလည်း တစ်ဘဝထဲ အစွဲများစွာ စာရင်းရေး အတေးခံထား လိုက်ရကား သံသရာအထပ်ထပ် ကြွေးဆပ်၍ပင် မကုန်ဆုံးနိုင်တော့ သဖြင့် အရှုံးနှင့်သာ ပြန်သွားရမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၉ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

### ပယောဂပူ: အရူးတစ်ပိုင်း

ပယောဂဟူသည် စိတ်၌လာရောက်ပူးယှဉ်နေခြင်းကိုပင် ဆိုချေရာ စိတ်သို့ပူးယှဉ်ကပ်ချည်းသော ထိုပယောဂများမှာ-

(၁) နတ်ပယောဂ- မကျေနပ်သော ဆိုင်ရာနတ်က ဆိုင်ရာ၏စိတ် ပူးကပ်နှောခြင်း။

(၂) စုန်းပယောဂ- မကျေနပ်သောစုန်းက သူတစ်ပါးစိတ်ပူးကပ်နှော မကျေနပ်ချက်ကို ပြောခြင်း။

(၃) သွေးပယောဂ- အစွဲလွန်ညာဉ်စရိုက်ဝါသနာများက သွေးထဲရောက်ကာ စိတ်ဝယ်ပူးကပ်ခြင်း။

(၄) လေပယောဂ- အားကြီးရာ ဓာတ်များက လေနောက်ပါကာ စိတ်ဝယ်ပူးကပ်လာခြင်း။

ဤသို့လျှင် လေးမျိုး။

ထိုလေးမျိုးတို့တွင်

အထက်ပါ နတ်နှင့်စုန်းများကား အပရလောကသားများ ဖြစ်နေကြသဖြင့် စိတ်သို့လာချင်တိုင်းလာခွင့်မရ။ နာမ်ဝိညာဉ်လောကသားများလည်း ဖြစ်နေကြသဖြင့် ကျေနပ်ချက်ရလျှင် ခွာပေး၏။ တောင်း

ပန်လျှင်လည်း ခွာပေးသေး၏။

အောက်ပါ သွေးနှင့်လေတို့မှာမူကား အတူနေများ ဖြစ်နေကြ တော့ရကား အချိန်မရွေးပူး၊ အချိန်မရွေးလျှင် စိတ်နှင့်ပလူး နေတတ် ၏။ သက်မဲ့ရုပ်လောကသားများ ဖြစ်နေကြခြင်းကြောင့်လည်း ကျေနပ်အားရသည်လည်းမရှိ၊ အစာရှိနေသမျှ သွေးလေ အားပြည့် နေကြမည်။ ထိုသွေးလေတို့ အားပြည့်နေတိုင်းလည်း သွေးလေ ပါ ဉာဉ်များကလည်း ထကြွနေကြမည်သာ။

လူသာအိုမည်၊ ဉာဉ်ကား အိုသွားလိမ့်မည် မဟုတ်။

သို့ကြောင့် သွေးပယောဂ၊ လေပယောဂ အပူးခံနေရသော ထိုလူသား သွေးလေတို့ကို ဉာဉ်စရိုက် ဝါသနာများ မဝင်သာအောင် သတိဖြင့် သန့်စင်မပေးနိုင်သမျှကာလပတ်လုံး...

-ရာဂဉာဉ်ကူး ရာဂသွေးမြူးသူက သေအထိ မျောက်က၊ က သေရမည်။

-ဒေါသဉာဉ်ပူး ဒေါသသွေးမြူးသူက သေအထိ ဘီလူးက၊ က သေရမည်။

(-မာနဉာဉ်ပူး မာနသွေးမြူးသူက သေအထိ ဇော်က၊က သေရမည်။)

-မောဟဉာဉ်ပူး မောဟသွေးမြူးသူက သေအထိ ဆင်သွား သွား၊ ဆင်စား စား သေရမည်။

လူ့ပင်ကိုယ်စိတ် ကင်းဆိတ်နေသမျှ ထိုလူသား အရူး မလွတ်တတ်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၉ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# လေနှင့်မီး အဆီးလွတ် အိမ်လုံးရွာလုံး ကျွတ်စေမည်

ကမ္ဘာမြေ အရှေ့ခြမ်း၊ အနောက်ခြမ်း နှစ်ခြမ်းကွဲနေချေရာ  
ကမ္ဘာ့အနောက်ခြမ်းနေ ဥရောပ၊ အမေရိကသားများကား ရေဓာတ်၊  
မြေဓာတ် ခံအားကောင်းကြသဖြင့် စိတ်နှင့်ကိုယ် အေးဆေးကြမည်။

ယေဘုယျအားဖြင့် ရာဂအားကြီးပြီး ဒေါသနည်းပါးကြမည်။  
ရာဂသတ္တိကြောင့် အဆန်းထွင် ဝါသနာပါပြီး အကောက်ညဏ်အား  
ကြီးကြမည်။

ကမ္ဘာ့အရှေ့ခြမ်းနေ အာရှနှင့် အာဖရိကသားတို့မှာမူကား လေ  
ဓာတ်၊ မီးဓာတ်ခံအားကောင်းကြရကား စိတ်နှင့်ကိုယ် အပူလွန်ကြ  
မည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် ရာဂအားနည်းပြီး ဒေါသကြီးကြမည်။  
စိတ်မရှည်လိုကြ။ ဒေါသသတ္တိကြောင့် ဖြစ်သလိုနေတတ်ကြပြီး အကြံ  
အဖန် မထုတ်တတ်ကြ။

ဤသို့လျှင်

ကမ္ဘာ့အရှေ့ခြမ်းနှင့်အနောက်ခြမ်းသားတို့ ရေမြေဓာတ်ခံများ  
ကပင် ကွဲပြားနေကြချေရာ...

-အနောက်ခြမ်းသားတို့ကား မြောက်စားလေ တောက်ပွား  
လေသာ။

-အရှေ့ခြမ်းသားတို့ကား မြောက်စားလေ ဖောက်ပြားလေသာ။  
သို့ကြောင့်လျှင်...

အရှေ့ခြမ်းသား မိမိတို့ သားငယ်တပည့်များအား အနှိပ်အကွပ်  
မထား၊ ပြုပြင်မှုလည်းမရှိ၊ မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း လွတ်ပေးထားက  
လေနှင့်မီး အတားအဆီးမရှိ လွတ်ထားကြည့်မိသော်  
မိရာဟပ် ပတ်မွေ့ဖမ်း ကျွမ်းမှရပ်ပမာ  
စိတ်ပူပြင်းသလောက် ဖောက်ပြား ပစ္စည်းကုန်လူဖါး၊ ရောဂါ  
ဒဏ်၊ လောကဓံအထိကြမ်းသဖြင့် ဘဝကျွမ်းမှသာ ရပ်တန့်လေ့ရှိကြ  
သည်။

-အရှေ့ကို အနောက်မလုပ်ရာ၊ အရှေ့ကို အနောက်လုပ်  
သရုပ်လည်းပျက်၊ ရုပ်လည်းပျက်။

-အနောက်ကိုလည်း အရှေ့မလုပ်ရာ၊ အနောက်ကို အရှေ့  
လုပ် အငွေ့မသက် အတွေ့မက်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၉ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အစဖြင့်ဆုံး ခဏသုံးနှင့် ကျေနပ်ရမည်

ဖြစ်ပျက်နှစ်ခင်းနှင့် အရင်းတည်ထားရသော သင်္ခါရမှန်သမျှ  
အစပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း အဆုံးရှိနေသည်။

-ခြေတစ်လှမ်းဝယ် အကြွဖြင့်စပြီး အချဖြင့်သာ ဆုံးရမည်။

-ခရီးတစ်ခုဝယ် ဤနေရာမှစ,ထွက်တိုင်း ထိုနေရာရောက်က  
ဆုံးရမည်။

ဘဝတစ်ခုဝယ် ပဋိသန္ဓေနေ၍ မွေးပြီးတိုင်း အသေရောက်က  
ဆုံးရမည်။

သည့်အတူပင်လျှင်

မည်သည့်အရာ၌မဆို အစနောက် အဆုံးရှိ၏။ အတို၊ အရှည်၊  
အလတ်မျှသာ ကွာ၏။ ကွာတိုင်းလည်း အခွင့်အရေး ခံစားရခွင့်  
များလည်း အနည်းအများ ကွာကြမည်။

သရက်သီးမှည့်တစ်လုံး၌ ကိုက်ကြည့်ရုံမျှသူ တစ်ဝက်ကျ အထိ  
စားရသူ၊ အဆုံးတိုင်စားရသူ ကွာသည့်ပမာ...

သို့ကြောင့် မည်သည့်အရာ၌မဆို သင်သည် အစဖြင့် မဆုံး  
စေသင့်။ ဆုံးပြီးနောက်မှသာ အပြီးဆုံးစေသင့်၏။

-သိက္ခာအရာတွင် သီလဖြင့် မဆုံးစေသင့်။

-ပါရမီအရာတွင်လည်း ဒါနဖြင့်မဆုံးစေသင့်။

သရက်သီးမှည့် လှိုင်လှိုင်ရှိနေသော သရက်ပင်ကြီးသို့ တက်ကြရာတွင်

-တက်ကားတက်၏၊ ဝွကြားအရောက်ပြန်ဆင်းလာသူ

-တက်ကားတက်၏၊ အောက်ကိုင်းအရောက် ပြန်ဆင်းလာ

သူ...။

-တက်ကားတက်၏၊ ခက်စုံ၊ လက်စုံအကုန်ကူးပြီးမှ ပြန်ဆင်း

လာသူ...။

ထိုသုံးဦးတို့ အခွင့်ရမတူကြသည့်ပမာ လူ့ညာဉ်၏ အခြေခံ သီလ၊ လူ့စရိုက်၏ အခြေခံဒါနမျှဖြင့်သာ ပြီးလေသူ၊ တစ်ဘဝစာ တခဏစာမျှသော လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာမျှဖြင့်သာ ပြီးပျောက် ရမည်။

-အသပြာစု ငွေအတုဖြင့် မပြီးစီးသင့်ချေ။

-သာသနာပြု အခြေပြုဖြင့် မပြီးစီးသင့်ချေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆန်း၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ယုန်ကိုလည်းချက် ပါးစပ်ကိုလည်း မပျက်စေနှင့်

ဘာသာကို ယုံကြည်ပါ၊ မြတ်နိုးပါ၊ လေးစားပါ၊  
-အမျိုးကို ထိန်းသိမ်းပါ၊ ကာကွယ်ပါ၊ စောင့်ရှောက်ပါ။

ဘာသာသည်

တကယ့်အရှို တကယ်သိရမည့်သဘာဝအချက်တို့ကို သိုမှီး  
ထားရာဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဘဏ္ဍာတိုက်ကြီး တစ်ခုပင်ဖြစ်၏။

ထိုဘာသာ၏ အတွင်း၌

အထက်တက်ရာလမ်း၊ အောက်သက်ရာလမ်းများနှင့် တကွ  
ထိုလမ်းများသို့တက်ရာ သက်ရာတိုင်း တကယ်တွေ့သိခံစားကြရမည့်  
ကောင်း မကောင်း အရာဝတ္ထုများကိုလည်း တိတိပပ ပြသ ထားချေရာ  
ခရီးသွားမြေပုံကားချပ်ကြီး တစ်ချပ်ပင် ဖြစ်၏။ သို့ကြောင့်...

တကယ့်အရှို တကယ်သိပိုင်ခွင့်ရ လူသားသည် အပါယ်  
လောကသားများကဲ့သို့ ကြုံရာနှိုက်၊ ထိုက်ရာသွားနည်းမဟုတ်ဟူ၍  
လမ်းစမှ လမ်းဆုံးသို့ဟူသော ခရီးပန်းတိုင်လည်း ရှိနေရမည်။ လမ်း  
ကို လည်းကောင်း၊ လမ်းညွှန်လမ်းပြကိုလည်းကောင်း၊ မိမိသတ္တိ

ကိုလည်းကောင်း၊ ယုံချက်တင်းတင်း ထားရမည်။

ထိုသို့ထားနိုင်မှ

အမျိုးကောင်းဘဝ ရောက်နေ ရနေမှသာ တတ်နိုင်ကြမည်။

အမျိုးညံ့ဘဝ ရနေသော်လည်းကောင်း၊ မျိုးညံ့သွေး အရော  
ခံရလျှင်သော်လည်းကောင်း။

ချက်ပြုတ်ထားသော ယုန်သားဟင်းက မည်မျှကောင်းနေစေ  
စားသုံးသူဘက်က ခံတွင်းပျက်နေခဲ့လျှင် ကောင်းသတ္တိလည်း မပြု၊  
ကောင်းရသာလည်း မခံစားရတော့သည့်ပမာ

လမ်းပြလည်း ကောင်း၊ လမ်းကြောင်းလည်း သာနေသော်  
မှလည်း သဒ္ဒါကစ၊ ဗိုလ်ငါးဝတို့ ချို့တဲ့နေက လမ်းသွားမတည့်  
ရောက်မိရောက်ရာသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မိတ်ဖက်ကြားက ထွက်သောရန် ကြားဝင်ဖျန်ရက် ခက်ခဲမည်

လောကနိယာမ၏ ဖိုမတို့သဘာဝအကြား လင်နေမယားထား ထားကြရာတွင် အများစုမှာ-

ယောက်ျား၊ မိန်းမတို့ရှိ ဘာဝသတ္တိ၊ မျိုးရိုးများရှိ ဗီဇသတ္တိ၊ ပင်ကိုယ်ပါ ဉာဉ်သတ္တိတို့ အသီးသီး အစွမ်းပြနေတတ်ကြရာ

- အလိုမကျ စိတ်ကောက်ပြခြင်းဖြင့် ဆန္ဒပြသော ရန်ပွဲလည်း ရှိ၏။

- အလိုမကျ ခွန်းကြီးခွန်းငယ်စကားစတို့ဖြင့် ထုတ်ဖော်ပြသော ရန်ပွဲလည်းရှိ၏။

- အလိုမကျ သတ်ပုတ်ကြလျက်က ဖောက်ခွဲပြသော ရန်ပွဲ အထိလည်း ရှိ၏။

သို့ကြောင့် ရန်တစ်လှည့် မိတ်တစ်လှည့်တို့ဖြင့်ပင် ဆက်ဆံ နေကြရ၏။

ထိုသို့ ဆက်ဆံနေကြရာတွင်...

လင်မယားတို့အကြား ညီအစ်ကို မောင်နှမတို့အကြား မိဘနှင့်

၂၃၆

ဝနဝါသီဥေယျဓမ္မသာမိထေရ

သားသမီးတို့အကြား ထိုကြားသုံးကြား ဝင်ရန်ခက်ခဲသည့် ဓမ္မတာ  
ရှိရာ လင်နှင့်မယား အကြားကား ဝင်ရန်ပို၍ခက်ခဲမည်။ တစ်ဦးနှင့်  
တစ်ဦး မေးမထူး၊ ခေါ်မပြော၊ သဘောမကျ၊ စိတ်ကောက်ဆန္ဒပြ  
နေသော ရန်ပွဲက ပို၍ပို၍ပင် ခက်ခဲမည်။

တစ်ဦး၏အလိုမကျသောအကွက်၊ ဘာဟူသော အချက်ဟူ၍  
မသိရသောကြောင့်တည်း။

တစ်ဦး၏အတွင်းက ပြောသောစကား ဘာဟူ၍ မကြားရ  
သောကြောင့်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်၊ မောနေယျတော၊ ]



# အပြောများ မောဖား ဖားနေပြီသာမှတ်

လောကီလမ်း၊ လောကုတ်လမ်း

သို့မဟုတ် ဒုစရိုက်ကင်းလမ်း၊ မကင်းလမ်းဟူ၍ သွားလမ်း  
နှစ်မျိုးရှိရာ လောကုတ္တရာ သမ္မာလမ်းကား သီလမပျက်စေဘဲ အဆင့်  
တက်ရမည် ဖြစ်ပြီး၊

လောကီမိစ္ဆာလမ်းကား သီလကိုဖျက်လျက်က အဆင့်တက်  
ကြ ရရာ...

မည်သည့် လမ်းမဆို...

-သမ္မာလမ်းတက်ကလည်း-သီလအား သီလအားချင်း ဖဝါး  
ချင်းဆက် မောနေပမ်းနေအောင် တက်ပြမှသာ အများမြင်သာမည်။

-မိစ္ဆာလမ်းတက်ကလည်း... မိစ္ဆာအား မိစ္ဆာအားချင်း  
ဖဝါးချင်းဆက် မောပမ်းနေအောင် တက်ပြီးမှသာ အများမြင်သာမည်။

-မြင်သူများ၍ ပြောသူများနေလေသောအခါ ထိုနှစ်မျိုးစလုံး  
မောဖားနေကြလေပြီ။

အသိပေါ်၍ အရောများလာသောအခါတွင်ကား ခါးစပ်၊ ခါး  
ပတ် ပတ်ထားရပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

# သေနေ့ကို မတွေးခေါ် သေခါကျ အရေးပေါ်တော့သည်

ဘဝအပေါ်

အစွဲသန်လွန်းသူမှန်သမျှ သေဖို့ထက် နေဖို့သာ အာရုံစိုက်လေ့ ရှိ၏။ အဖြစ်ကိုသာ အားစိုက် အပျက်ကိုကား မေ့၍ပင်နေလေ့ရှိ၏။

တကယ် အာရုံရှေးရှု ကြိုတင်ပြုရမည့်အရာကား သေခြင်း နှင့်ခွဲခွာရခြင်းများပင်တည်း။

သို့ကြောင့်...

သင့်ကိုယ်သင် မသေမီကပင် တကယ်သေရဦးမည်ကို ကြို တင်လည်းတွေး ကြိုတင်၍လည်း ဖြေဆေးကျွေးထားရာ၏။

ဤသို့ သေခြင်းကိုတွေး သေရေးကိုအလေးပြုထားခဲ့သော် တကယ်သေသောကာလ မသေရတော့ပြီ။

အစကတည်းက သိနေပြီးသားဖြစ်နေ၍ သေမင်းကြီးလာခေါ် လည်း မရွံ့တော့ပြီ ဖြစ်သောကြောင့်။ အရွံ့မနှောက် အကြောက်မ အောင်း အာရုံကောင်းယူသွားနိုင်သည့်အတွက် ဇီဝမသေသော်မှ ဘဝ သေနေသော အပါယ်စံဘဝမှ လွတ်နေရစ်ပြီ ဖြစ်သောကြောင့်။

တစ်ဖန် သင်နှင့်မိသားစု မခွဲရမီကပင် သေကွဲ ရှင်ကွဲ ကွဲကြ  
ရဦးမည်ကို ကြိုတင်သတိကြောင့် ကြိုတင်သိ သိနှင့်ထားရာ၏။

ဤသို့သာ ကွဲခြင်းကိုတွေး၊ ကွဲရေးကို အလေးပေးထားသော်  
တကယ်ခွဲခွာကြရသော ကာလ အကွဲရာ မပြတော့ပြီ။

အစကတည်းက သည်လိုကွဲမည်ကို ကြိုတင်သိနှင့်ထားပြီး  
ဖြစ်သောကြောင့် နှလုံးမသာယာ မဖြစ်တော့ပြီ။ စိုးရိမ်မှုပွား၊ ဗျာပါဒ  
အတားလည်း မပေါ်လာပြီ။ ကိုယ်သွားရမည့်ကိစ္စ စိတ်ချလက်ချ  
စီစဉ်နိုင်ပြီ။

ထိုသို့ မဟုတ်ပါဘဲလျက်က နေခြင်းနှင့်အဖြစ်ကြား မျှောသွား  
သွား၍ မေ့လိုက် လိုက်နေမိခဲ့သော် အပျက်စေ အသေကြား ရုတ်  
တရက် ရောက်သွားမိချေက ရုန်းရင်းဆန်ခတ် အရေးပေါ်အရာထပ်  
ဖြင့် မသာဇာတ် ခင်းကျင်းပြသရတော့သည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သတိမှာပါဆို ကြိုဆိုရေးတွေလား မေးနေ

သတိမပါသူ၏ အာရုံခံစားမှုသည်  
မျက်မမြင် ထမင်းစားရာ မစားသင့်သည်များကို မမြင်တော့  
သည့်ပမာ။

အဝိဇ္ဇာ တဏှာတို့၏ လွှမ်းမိုးခြင်းကို ခံနေရတော့သဖြင့် ဘာ  
ဆိုဘာမျှ သိခွင့်မရတော့ရကား ကြိုက်မသိအစွဲပေါ် ထိုအစွဲက အပါယ်  
ထဲ ဆွဲခေါ်သွားပြီး အို-နာ-သေ သုံးချက်ခုတ်တို့ဖြင့် ခုတ်သတ်ပစ်  
ခံရမည်။

သို့ပါလျက်... သင်သည်ကား

မသိသော အကြိုက်နှင့် မသိသော အမုန်း၊ သတိဖြင့် မချေ  
မှုန်းဘဲ ပြုံးပြုံးကြီး လက်ပိုက်ကြည့်နေသော် အချိုသတ်သမားကို  
ကြိုဆိုသူအဖြစ်မှန်း လက်ကမ်းပေးနေသည့်ပမာ သူ့လက်ရာဇာတ်  
လမ်း တစ်ခန်းပြီးတစ်ခန်းထပ် မည်သည့်ကာလမျှ ရုပ်ရလိမ့်မည်  
မဟုတ်။

[ ၁၃၆၀ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အမှတ်မရှိ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလိမ်ထိ

လူတစ်ဦး တစ်ဦး၌

အစွဲသိနှင့် အမှတ်သိဟူ၍ အသိနှစ်မျိုး ကိုယ်စီရှိ၏။ ထိုတွင် လူမျိုးသုံး၊ ဒေသသုံးများအတိုင်းသိသော အသိသည် အာရုံဘက် သို့ အလေးပေးထားခြင်း အာရုံပုံရိပ်များ၏ ပြင်ပ အပြုမျှကိုသာ သညာပြုထားခြင်းများကြောင့် သူတစ်ပါးကြည့်လည်း အငြိမလွတ်။ ကိုယ့် ကိုယ်ကို ပြန်လည်ကြည့်လည်း အငြိမလွတ်။

တစ်ဖန် ထိုလူမျိုးသုံး၊ ဒေသသုံးများဖြင့် အာရုံခံစားလေတိုင်း ထိုအစွဲသိတို့အပေါ် အမှတ်ဖိလျက်က မှတ်ချက်ယူကြည့်၊ အသိဖော် ထုတ်လုပ်ပေးရာမှ အသိကား မည်သည့်ဘက်မှ အလေးမပေးတော့ ခြင်း၊ သူနှင့်မိမိတို့၏ အတွင်းရှိကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ တကဲ့အရှိ ရှာဖွေ ခြင်းများကြောင့် သူ့ကြည့်လည်း အငြိမပြေ၊ ကိုယ့်ကြည့်လည်း အငြိ မပြေ သိသိနေရုံလေးသာ။

ထိုသို့ အစွဲသိနှင့် အမှတ်သိတို့ အစွမ်းပြလေ့ရှိကြရာ အစွဲ သိသည် သံသရာကြောအား အစုန်သော်လည်း လိုက်ရာ၏။ ဆန် သော်လည်း ဆန်နေရာ၏။

အမှတ်မဲ့နေသူအား အာရုံ၏ ညှို့အွဲ ဆွဲငင်ခြင်းကို ခံရခြင်း၊  
 မိမိရှိ အစွဲသိ ဝိညာဉ်ကလည်း လိမ်၊ သညာကလည်းလှည့်၊ ဝေဒနာ  
 ကလည်း ချဲ့ပြသော ဖြားယောင်းခြင်းကိုပါ ခံလိုက်ရခြင်းကြောင့် -  
 -သူ့အကြောင်းလည်း ကိုယ်မသိ၊ သူ့အညာထိသွားတော့  
 ချစ်တည်း။

- ကိုယ့်အကြောင်းလည်း ကိုယ်မသိ၊ ကိုယ်အလိမ်ပါ ထိသွား  
 တော့ချစ်တည်း။

-သူတစ်ပါး အလိမ်ခံနေရသည်က တစ်ရံတစ်ခါ။

-ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလိမ်ခံနေရသည်က မကွေမကွာ။

ထိုလူစားမျိုး လူ့ပြည်နေလည်း ဘာအကျိုးထူး ရနိုင်ပါအံ့  
 နည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၄ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အားလုံး သုံးမှလည်းကွဲ ရုန်းမှလည်း ထူးကဲမည်

လူသားတိုင်း...

အရွယ်ကိုမှီလျက်ကပင် ကိုယ်ကာယ ခိုင်မာတောင့်တင်းလာ သည်နှင့်အမျှ ရုပ်ဓာတ်နှင့် စိတ်ဓာတ်အင်အားသတ္တိများ လုံးခဲလျက် ရှိနေကြသည်။

ထိုလုံးစုနေသောအား မသုံးစားခဲ့လျှင် အရွယ်ဟုန် မုန်မထ၊ အရွယ်ကုန် ချွတ်ခြံကျဖြင့်ပင် လုံးပါးပါးရမည်။

ထိုရုပ်ဓာတ်၊ စိတ်ဓာတ်အားများကို သုံးစားလိုခဲ့လျှင် ရုပ် ဓာတ်၌ ဗျတ္တိခေါ် လက်ရုံးရည်အားကို တိုးပွားစေသော ဝီရအား တစ်ခုမျှသာ လက်စွဲထား၊ စိတ်ဓာတ်၌ကား...

မှန်းခရီး ပြီးကို ပြီးစီး စေရမည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်အား။

-ထိုယုံချက်အတိုင်း ယုံကြည်ရာ ခရီးတွင်းရဲတင်းစွာ ဝင်ဆံ့ခြင်း၊ ဝီရိယအား။

-ထိုယုံကြည်နေသောအရာပေါ်သို့ စိတ်ကို တည့်မတ်စွာ ထားပေးခြင်း သတိအား။

- သတိ၏ ဖိအားပေးအတိုင်း၊ ထိုစိတ်- ထိုယုံကြည်ရာ၌ တည်နေခြင်း သမာဓိအား။

- တည်သောစိတ် အသိပါ ချိတ်မိလာတော့သဖြင့် မှန်းခရီး ပြီးစီးခြင်း ပညာအား။

- အယုံနှင့်အရဲ၊ အသိနှင့်အစွဲ ထိုနှစ်တွဲကို သတိဖြင့်ပင်တွဲ သတိဖြင့်ပင် တာဝန်ခွဲဝေပေးတတ်ပါမှသာ။

ယုံသထက်ယုံ၊ ရဲသထက်ရဲ အားများမှသည် တည်သော အားက အထောက်၊ ရဲအားက ထိုးဖောက်ဝင်၊ သိသောအားက ခွဲခြမ်းပြ၊ ယုံအားက ရွှင်လန်းအားရ သဘောကျ။

ထိုအားများကပါ သူ့နေရာ၊ သူ့တာဝန်၊ သူ့အစွမ်းသူပြုကြ သဖြင့် မှန်းခရီး ပြီးစီးအောင်နိုင်ရာသည်။ သို့ကြောင့်...

သင်သည် အားလုံးထဲက အားလုံး မဖြစ်စေလိုလျှင် အားလုံး ထဲ အားခွဲထိုး အားကွဲမျိုးဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါလေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# အိမ်အလာများ သမီးဆုံး အလိမ္မာထား ခရီးသုဉ်း

-တက်ခေတ်တွင် လူသားချင်းသီလအားပြိုင်လျက် တက်ကြ  
သည်။

-ကျခေတ်တွင်ကား လူသားချင်း ကာမအား လမ်းခင်း၍  
ဆင်းနေကြသည်ဖြစ်ရာ မိုက်တွင်းနက်သူတို့ အဆင်ပြေကြပြီး၊ အလိမ္မာ  
ကြီးသူများ ခက်ခက်ခဲခဲ သွားလာနေကြရမည်။ သို့ကြောင့်...

-စာနာစိတ်ဖြင့် အရာရာ ကိုယ်ကဲ့သို့ သဘောထားကာ လိုက်  
လျောခြင်း၊ ရက်ရောခြင်းအားကြီးသူတို့ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ဆုတ်  
ယုတ်သွားတော့ကာ သူတကာတို့အောက် ပြားပြားမှောက်ပေးကြရ  
မည်။

-ဘာမဆို ငါအလိုကျရမှ၊ ဘာပြောပြော ငါတကောကော  
ရမှ ဟူသော အယူသည်းသမားထုံးအတိုင်း ရိုင်းစိုင်းစွာ နေထိုင်  
ဆက်ဆံခြင်း၊ သူတကာ့ဥစ္စာအပါကုတ်၍ မိမိဥစ္စာ ကျစ်ကျစ်ပါ ဆုပ်  
ထားတတ်သူတို့သာ တစ်နေ့တစ်ခြား ဒီရေအလား ကြီးပွားတိုးတက်  
လာကြတော့ကာ သူတကာတို့ထိပ် ဘိသိက်ခံအဖြစ်ဖြင့် အခြေတင့်  
ကြမည်။

ထိုသို့ ဖြစ်လာကြသည်မှာ...

-ကိလေသာ အပူမိနေကြသော ကံ စိတ်တို့၏ အလွန်ကြောင့် ဥတု အာဟာရတို့ပါ အပူလွန်ကာ လူ့ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အပူသွင်းပေး ထားလိုက်ခြင်း။

-တစ်ဖန် ပူပြင်းသော ဥတု အာဟာရတို့၏ အလွန်ကြောင့် ကံ စိတ်တို့လည်း မွန်လာတော့ကာ ဥတု အာဟာရခင်း အခိုးပြင်း စေခြင်းတို့အကြား လှုပ်ရှားနေကြရသော လူသားမှန်သမျှ အနုနှင့် အယုဖြင့် အားမရ၊ ကြမ်းပေးမှ ရမ်းပေးမှသာ အနေတော်ကျ ဖြစ်နေ ကြတော့ ရာ...

-အမိုက်မှား လူကြမ်း၊ မှန်းသမျှကိစ္စ ဒိဋ္ဌအောင်မြင်စေတော့ သည်။

-ယဉ်ကျေးသူ လူလိမ္မာ၊ စာနာစိတ်ဖြင့်ချိန်ဆ၊ နွားပိန်မြက် မဝ ဖြစ်စေမည်။

အလိမ္မာကြီးသူတို့ ပြိုင်ပွဲမှထွက် တစ်ကိုယ်တည်း သက်သက် နေရမည့် ခေတ်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော ]

# သံပုရာတွေ့လို့ ခံတွင်းချဉ်တာ ချစ်လို့ လို့ မထင်ပါနှင့်

လူသားတို့ ရလာသောဘဝသည်

-မိမိရှိ အတိတ်ကံစိတ်တို့ကလည်း ကာမဖြင့် ချိတ်လျက်  
ဤမှာဘက်ကူးထွက်လာကြသည်။

-မိဘနှစ်ပါးစလုံးတို့ကလည်း လက်ရှိ၏ ကံနှင့်စိတ်တို့ဖြင့်  
ကာမကို ဖိတ်ခေါ်လျက်က မျက်စိမှိတ်၍ ပေါင်းပေးလိုက်ကြသည်။  
သို့ကြောင့်...

ထိုလူသား ဘဝတွင်း ခရီးပြင်းချိတက်လေရာတွင်

-ကလေးဘဝ ကလေးဘာဝအရ လမ်းတွေ့သမျှကို ကာမ  
ဖြင့်သာ ငံ့လင့်နေမည်။

-ကာလသားဘဝ ကာလသားဘာဝအရ လမ်းတွေ့သမျှကို  
ကာမဖြင့်သာ ငံ့လင့်နေမည်။

-လူကြီးဘဝ လူကြီးဘာဝအရ လမ်းတွေ့သမျှ ကာမဖြင့် သာ  
ငံ့လင့်သည်။

ထိုငုံလင်းခြင်းမှန်သမျှ

တစ်ဖက်၏ ဝတ္ထုအာရုံတို့အပေါ် ချစ်၍ပါ ဆိုသည်ထက်၊ မိမိရှိ ကာမသွေးနှင့် ကာမစိတ်တို့က မိမိခန္ဓာကိုယ်ကောင်ကြီးအား ထကြွသောင်းကျန်းအမျိုးမျိုးညှင်းပမ်းနေပါသည်ကို မခံရပ်နိုင်လွန်း ရာမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သဒ္ဓါလွန်း၍ဆိုက ပို၍ မှန်ကန်မည်။

- တစ်ဖက်သို့ ကာမဝိတက်တွေးဖြင့် အရေးဆိုခိုင်းနေခြင်း။
- တစ်ဖက်သို့ ဗျာပါဒဝိတက်တွေးဖြင့် အရေးဆိုခိုင်းနေခြင်း။
- တစ်ဖက်သို့ ဝိဟိံသဝိတက်အတွေးဖြင့် အရေးဆိုခိုင်းနေခြင်း။

ထိုမိစ္ဆာဝိတက်အားလုံးတို့သည် အတိတ်ကံစိတ်တို့က ဉာဉ်အဖြစ်၊ စရိုက်အဖြစ် ဝါသနာအဖြစ်ဖြင့် လူသားအား လိုက်ပါ ဖျစ်ညှစ်နေကြရာ... ထိုလူသား

- သတ္တိပြည့်ရှိသော လူသားမဟုတ်က မခံနိုင်။
- အသေခံတိုက်ရဲသော ဗျတ္တိရှိလူသားမဟုတ်ကလည်း မခံနိုင်။

အရသာအားလုံးတို့တွင် သံပုရာသည် သွားကို နှိပ်စက်ရာ ဌ အစွာဆုံးဖြစ်ချေရာ၊ သံပုရာတွေ့က လူသားတိုင်း ကြိုက်သည် ဖြစ်စေ၊ မကြိုက်သည်ဖြစ်စေ သွားရည်ကား ကျရစမြီပမာ၊ ကာမ သွေးစ ဇ၊ပြနေသော လူသားမှန်သမျှလည်း အတွေးကျ ထကြွနေ မည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ငိုကြွေးခင်း

## အဝင်မှာကိုယ်သွင်း အထွက်ကျသူရှင်းလိမ့်မည်

လူသားတိုင်း

မိခင်ဝမ်းတွင်းမှ ကျွတ်လွတ်စတွင် ငိုကြွေးလျက်က ဘဝကို စတင်ကြရပြီး၊ သေခါနီးနီးကာလ ရောနှင့်ဗျာဓိတို့က မချီအောင် ဖိနှိပ်ထားကြရာ ငိုနိုင်အားမရှိ၊ ငေးငိုင်နူးချိ အယိုင်အရိဖြင့် သေပွဲ ဝင်ကြရမြဲသာ။ သို့ကြောင့် ကိုယ့်အစား ကိုယ်စား ငိုဘို့ဖြင့် လိုက် ပို့ကြရသည်။

ထိုသို့

-ထွက်စ ကိုယ်ငို၊ ကြိုဆိုသူမိဘ ပြုံးလျက်ရွှင်လျက်က ရှိ ချေရာ

-ပြန်ကာကျ သူတို့က ငိုကြွေး၊ ကိုယ်က အမလေးတ၊ မဲ့ရှုံ့ လျက်က ရှိချေရာ

ကိုယ့်ဘက်က စာရင်းတွက်ချက်ကြည့်သော်-

-ပေးရန်ရှိ ငိုကြွေး၊ နောက်မှာလည်း တစ်ထုပ်တစ်ပိုး၊ ရှေ့ မှာလည်း တစ်ထုပ်တစ်ပိုးဖြင့် ရှေ့မတိုးသာ နောက်မဆုတ်သာ ဖြစ် နေတော့၍တည်း။

သူတို့ဘက်ကနေ တွက်ချက်ကြည့်ချေသော်ကား...

ရရန်ရှိ ငိုကြွေး၊ ယခင်ကလည်း အကျေမပေး၊ ယခုလည်း မကျေသေး စာရင်းတေး ကြွေးကျန် ချန်ထားခဲ့ချေရာ လိုက်၍လည်း မတောင်းခံသာ၊ စိုက်၍လည်း လျှော်စရာ မရှိ။ တစ်ဆွေမျိုးလုံး အပူမိနေကြတော့၍တည်း။

သို့မဟုတ်

အဝင်မှာ ပေးရန်ရှိက ငို၊ ရရန်ရှိတို့က ကြိုဆိုကြရပြီး

အထွက်မှာကား ရရန်ရှိက ငို၊ ပေးရန်ရှိက ဘာမဆို ညာမဆို သွားတော့ရာ... ကျန်ရစ်သူခမျာ ပေးစရာအခင်း ယခုချက်ချင်း ရှင်းပေးနေကြရပြီး ရစရာအခင်း သူ့နောက်လိုက်၍ အတင်းတောင်းခွင့် မရသောကြောင့်တည်း။

-အဝင်တွင် အငိုပါ၊ အထွက် ငိုစရာ ကျန်နေခဲ့တတ်သည်။

-အဝင် အငိုမပါ၊ အထွက်လည်း အငိုဗလာဖြင့် ပြန်ခွင့်ရ တတ်သည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မျက်ရည်ပူချွေး အပူထန်၍ လျှံလိုက လျှံပါလေ ကြွေးအဖြစ်တော့ မကျန်ရစ်ပါစေနင့်

လူသားများတွင်

-အရွယ်မရောက်သူတို့၏ ငိုချင်းကား မိမိရုပ်ခန္ဓာ အပူထိ  
ခံရရာမှတည်း။

-အရွယ်မြောက်တို့၏ ငိုချင်းကား ဝမ်းနည်း၊ ဝမ်းသာ စွဲလန်း  
ရာမှတည်း။

ထိုသို့ ငိုခြင်းကိစ္စနှစ်ဌာန ကွဲနေကြရာ...

ကလေးငိုကား မျက်ရည်စိုရုံမျှ ဖြစ်နေ၍ မိမိ၌လည်း အစွဲ  
ကြွေး အတေးမခံရ။ သူတစ်ပါးတို့၌လည်း အစွဲကြွေး ပေးထားခြင်း  
လုံးဝကင်းရှင်းနေသောကြောင့် မီးဆောင်းသော ပေါင်းပြန်ချွေးမျိုး  
မဟုတ်။ ပစ္စက္ခဒုက္ခမှတစ်ပါး ယခုနောင် သံသရာနောင် အပိုကြွေး  
ဆောင်စရာမလို။

လူကြီးတို့၏ အငိုကား...

ရရန်ရှိ၊ မိမိလက်တွင်း အပ်နှင်းခြင်းခံရရာမှ ဝမ်းသာလွန်း  
သဖြင့် ငိုသော အငိုသည်လည်း အရကြီးလေ အမှတ်ကြီးလေ။ တစ်ဖန်  
အမှတ်ကြီးလေ အစွဲအတေးအရေးထားမဲလေဖြစ်သဖြင့် အငိုနောက်မှာ  
အကြွေးပါ ပါနေချေရကား၊ ငိုကြွေးခြင်း စကားလုံး အသုံးခံနေကြရ၏။

တစ်ဖန် ရရန်ရှိ အရာဝတ္ထု မိမိလက်တွင်းမှ လျှောဆင်းသွား  
တော့ခြင်း၊ အလှခံလိုက်ရခြင်းများ ခံရရာမှ ဝမ်းနည်းလွန်းလှသဖြင့်  
ငိုရသောအငို၌လည်း အနာကြီးလေ အမှတ်ကြီးလေ၊ တစ်ဖန် အမှတ်  
ကြီးလေ အခဲမကျေတေး ရေးမှတ်ထားပြီး ဖြစ်လေတို့ဖြင့် အငိုနှင့်  
ရောဖက် ကြွေးကျန်စွက်ထားရကား၊ ငိုကြွေးခြင်းစကားလုံး အသုံးခံ  
နေကြရ၏။

- ဝမ်းသာ၍ ငို- ကြိုက်စွဲသို၊ ထိုသူ ကြွေးမကင်း။
  - ဝမ်းနည်း၍ ငို- မုန်းကဲပို၊ ထိုသူ ကြွေးမကင်း။
- မျက်ရည်သည် စိတ်နှင့်ဥတု ထိုနှစ်ခု တစ်ခုခုကြောင့် ယိုစီး  
ကျတတ်ရာ သင့်မျက်ရည်ကား မည်သည့်အရာကြောင့်နည်း။
- ဥတုပေး ကြွေးကင်း၊ စိတ်ကြံတွေး ကြွေးသွင်း။
  - အငိုမတတ် ကြွေးပတ်နှင့် ဇာတ်ခင်းရတတ်သည်...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# အဆိုက်ပေါ် အမြိုက်ကောင်း အမြိုက်မဆောင်းမိကြစေနှင့်

ဆိုက် ဟူသောစကားလုံးကို  
စခန်း၌လည်းကောင်း၊ ကမ်း၌လည်းကောင်း၊ မီး၌လည်း  
ကောင်း သုံးလေ့ရှိရာ ကုန်းခရီး၊ ရေခရီး၊ နန်းမြို့ကြီးများနှင့် တိုက်  
ရိုက်ဆက်ဆံနေ၏။

ထိုအဆိုက် မည်သည့်အဆိုက်မဟူ ဆိုက်ရာနောက် အမြိုက်  
အရသာတို့ တောက်လျှောက်လိုက်ပါစေမှသာ ခရီးထား သွားရကျိုး  
နပ်တော့မည်သာ။ လိုရာစခန်း မှန်းရာဆိပ် ဘိသိက်ခံခွင့်ရ ဆိုက်ခြင်း  
မျိုး ဖြစ်လာသောကြောင့်...

အကယ်တိတိ

အဆိုက်၏နောက်သို့ အမြိုက်တို့ဖြင့် မထောက်ပံ့နိုင်ခဲ့သော်  
ထိုအဆိုက်သည် မီးရှိရာ၌ ထင်းအဆိုက်ပမာလည်း အမြိုက်  
ခံရရာသည်။ ထင်းရှိရာ၌ မီးအဆိုက်ပမာလည်း အမြိုက်ခံရရာသည်။  
ထင်းရှိရာ မီးလာ၍ ဖြစ်စေ

မီးရှိရာ ထင်းလာမိ၍ ဖြစ်စေ  
 အဆိုက်ပေါ် အမြိုက်တောက်လျှောက်အဆောင်းခံလိုက်ရပါ  
 မူကား ထင်းလည်းပျောက်၊ မီးလည်း ပျောက်၊ နှစ်ဖက်စလုံး သုည  
 အောက် ရောက်သွားကြရရှာတော့သည်။ သည်ပမာလျှင်  
 လူသားများတွင်လည်း ထားရာပန်းတိုင်သည် လင်နေ မယား  
 ထား ကာမပိုးမွှား အစားခံရုံမျှသာသော ကာမပိုးစာကျွေးများလောက်  
 ကိုသာ ဆိုက်စေကြပါလျှင်  
 သူ့ကြောင့်ဖြစ်သောမီး၊ ကိုယ်ကြောင့်ဖြစ်သောမီး၊ မည်သည့်  
 မီးမဟု သူလည်းပဲ ပြောင်သည်အထိ အလောင်မရပ်၊ ကိုယ်၌လည်း  
 ပဲ ပြောင်သည်အထိ အလောင်မရပ်။ ရလာသော ဤလူ့ဘဝသုည  
 ဖြင့် အိမ်ပြန်ကြရတော့သည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဆီလိုက် မမှန်သော စက် မသုံး အရှုံးထွက်သုံး လုံးလုံးပျက်

လူတို့တွင် အမျိုးအားဖြင့် အယုတ်နှင့်အမြတ်ကွဲပြားနေချေရာ မျိုးရိုးမမှန်ကန်ရာမှ ဆင်းသက်လာသော လူကပြား၊မျိုးမသန် ရိုးမသန်တော့သဖြင့် အညံ့စားစာရင်း သွင်းထားလိုက်ရပြီ။

ထိုလူအညံ့စား မျိုးယုတ်မျိုးဖျားသည် ကံသွားမမှန်သဖြင့် စိတ်ထားလည်း မမှန်ကန်တတ်ပြီ။

ထိုမမှန်သော ကံစိတ်များဖြင့်ပင် ဥတုအာဟာရတို့အကြား သွားလာနေတတ်ရာ ကံအမွေရ ဥတုအာဟာရများလည်း ကံနှင့်စိတ် သို့ အတုလိုက်နေရကား မမှန်ကန်တတ်ပြီ။

သင်္ခါရလေးတန် အားလုံးမမှန်သော ထိုလူသား၏ကိုယ်၌ သွေးနှင့်လေတို့ အလိုက်မမှန်တော့ချေရာ...

ရံတစ်ခါ သွေးတိုး လေတိုးကြမ်းနေသဖြင့် စိတ်ကြမ်း ကိုယ် ကြမ်း မိုးမမြင်လေမစမ်း အကန်းလမ်းလျှောက် ဒိုးဒိုးဒေါက်ဒေါက် ထိုးဖောက်အား ပြင်းထန်နေတတ်လှသော်လည်း...

ရံတစ်ခါ သွေးမလိုက်၊ လေမလိုက် ဖြစ်နေပြန်သဖြင့် စိတ်  
ငိုက်၍ ကိုယ်နု၊ မိုးကိုရှု၍ လေကိုမှန်း ဟိုစမ်းစမ်း သည်စမ်းစမ်းဖြင့်  
ပမ်းဖျားဖျားပြီးစ လူမမာပမာ ညင်သာနေတတ်လှပြန်သေးသည်။

သို့ကြောင့် ထိုလူသားမျိုးသည် ဆီလိုက်မမှန်သော စက်အမျိုး  
အစားပမာ လောကီလောကုတ် မည်သည့်အလုပ်ဖြင့် ပွဲထုတ်ခံရစေ  
ခွေးလှေးခုန် ဖုံမထ၊ ပုံစံကျန သတ္တိစွမ်း မပြတတ်။

အကယ်တိတိ မည်သည့်ပွဲကိုမျှမတိုး ချောင်ထိုးထားပါမူကား  
လူ့ဘဝ၏ လူသက် အလကားသက်သက်ဖြင့် ပျက်ဖို့သာ ရှိချေသည်။

မသုံးလျှင် ရှုံး၊ သုံးလျှင်လည်း ဆုံးမည့် အမျိုးအစားတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အတွင်းထဲက အတိုက် အပြင်လိုက် မခိုက်မိကြစေနှင့်

လူသားဟူသော ဘဝသည်  
ကောင်းမှုအထူးပြုခဲ့ဖူးရာမှ ရလာသော ဘဝအထူးပေတည်း  
ထိုဘဝအထူးကို အပါယ်ပြန်တို့၏ ထုံးစံအတိုင်း တိရစ္ဆာန်  
ဘဝပေါင်းများစွာတို့မှ ပါလာကြသော ဉာဉ်ဆိုး စရိုက်ဆိုး ဝါသနာ  
ဆိုးများက အိုးပြည့်နှိုက်လျက် လိုက်လံ၍ တိုက်ခိုက်ဖျက်ဆီးပစ်နေ  
ကြရာ ဘဝကောင်းသော်မှ အကြောင်းကား မလှပတော့ပြီ။ ခွေးပါ  
ဧည့်မလှပမာတည်း။ သို့ကြောင့်

ထိုလူသား၏ ကောင်းမှုမှရသော ကောင်းစိတ်ကလေးကို  
တိရစ္ဆာန်ပြန် မောဟစိတ်၊ ပြိတ္တာပြန် လောဘစိတ်နှင့် ငရဲပြန် ဒေါသ  
စိတ်များက လိုက်လံချိတ်လျက် နှိပ်စက်နေကြလေရာ...

မခံသာလွန်းသော ထိုစိတ်ကလေးခမျာ သူတကာတို့သို့  
လိုက်လံကာ ကြိုက်သော်လိုက်၊ မကြိုက်သော် တိုက်၊ မသိသော်  
အမိုက်တို့ဖြင့် တိုက်ခိုက်၍ချည်းနေတော့သည်သာ။

ထိုသို့ တိုက်ခိုက်လေတိုင်း

-အလိုတူရာ အလိုပါပြ၊ နှစ်ဖက်စလုံး တိုက်ပွဲကျကြပြီ။

-အလိုမတူရာ အလိုပါပြ၊ ကိုယ့်တစ်ဖက် သူ့လက်အပ်ရပြီ။

-အလိုမတူရာ အလိုပါမပြ၊ ကိုယ့်ဘက်ကိုယ်ကျ သူ့ဘက် သူကျ အတွင်းပုန်းဖြင့် အရှုံးပြရမည်။ မာန၊ ဒေါသတို့၏ တိုက်ကွက် တည်း။

ဆဒ္ဒန်ဆင်မင်းသည် ဒဏ်ရာကိုကြည့်၍ မိမိဗိုက်တွင်းမှာပင် ရန်သူရှိနေကြောင်း ကောင်းကောင်းကြီးမိသော အသိပညာဘုတ် ဉာဏ်အရာ ကြံကာထုတ် ခွာဖြင့်ခုတ်၍ရှာသည့်ပမာ

-မိမိစိတ်တွင်းက ဖြစ်သောရန်

-မိမိစိတ်တွင်းကိုလျှင် ဖွေလှန်ကာ ရှာဖွေတိုက်ခိုက်ပါလျှင် ကိုယ်လည်းပဲ အောင်လံထူ တစ်ဖက်ကိုလည်း စစ်ကူပေး

နိုင်တော့ပြီသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မှန်သာမှန်ပစေ မထိမှာ ပူမနေလေနှင့်

မှန် ဟူသော စကားလုံး

မှန်ကန်ခြင်း ထိမှန်ခြင်းများ၌ သုံးလေ့ရှိ၏။

မည်သည့်အရာ၌ သုံးစေ

ထိုမှန်သည် အဖြောင့်ခံထားသော ဖြောင့်မှန်ခြင်းနှင့် မကင်း  
ရကား ပစ်မှတ်အရှိ၊ မတည့်စရာလည်း မရှိ၊ မထိစရာလည်း မရှိ  
တော့ချေပြီ။ မှန်ပြင်ထိပ် အရိပ်ဆန် မကန်စရာလည်းမရှိ၊ မပြန်စရာ  
လည်း မရှိတော့ချေပြီ။

ရောင်ပြန်သည် အမှန်ကို ကန်ထုတ်ရာ၏ ကိရိယာတည်း။

အထိသည် ပစ်မှတ်အရှိ တည့်တည့်တိုးရာ၏ ကိရိယာတည်း။

လူတို့သည်

ကိစ္စတစ်ခုဖြေရှင်းမှု ပြုခွင့်ရလေတိုင်း ဒါအမှန်ပဲ စကား  
အမြဲပြောကြားလေ့ရှိကြ၏။ ထိုအမှန်သည်-

-ကန်သော အမှန်ဖြစ်ချေက သဘာဝ၏ အာနုဘော် သူ့  
စကားနောက်က ပေါ်လိမ့်မည်။

-ထိသောအမှန်ဖြစ်ချေက သဘာဝ၏ဒဏ် တရားသဖြင့်ခံရ  
လိမ့်မည်။

အကယ်တိတိ ထိုမှန်ကို ကာမလောကဘက်သို့ကား မလှည့်၊  
ဓမ္မလောကဘက်ကိုများ လှည့်တဲ့၍ အရှိနှင့်မရှိ၊ မှန်-မမှန် ချိန်ကြည့်  
ပါသော် ကား...

ရှုကွက်တည့်လေ မရှိသောအရှိ ထိထိမိမိပေါ်လေ၊ မရှိဟူ သော  
စကားသံ အမှန်ဟူ၍ သုံးသပ်လေဖြင့် အမှန်နှင့်အထိ၊ အထိ နှင့်အမှန်  
အပြန်အလှန် ဆက်ဆံနေသည်သာ။

တစ်ဖန်ရှုကွက်ကြည့်လေ ရှိသောအရှိ တည့်တည့်မတ်မတ်  
မိလေ။ ရှိဟူသော စကားသံ အမှန်ပါပဲ ဆုံးဖြတ်လေဖြင့် အမှန်နှင့်  
အသံ၊ အသံနှင့်အမှန် အပြန်အလှန် ဆက်ဆံနေပြီသာ။

ထိုသို့ အမှန်နှင့်အသံ အသွားအပြန် ဆက်ဆံနေသည့်

-အမှားကိုလည်း အမှားအတိုင်း ဝန်ခံရဲခြင်းဖြင့် မှားသော  
အမြှုပ် ကန်ထုတ်ပစ်မည်သာ။

-အမှန်ကိုလည်း အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံရဲခြင်းဖြင့် မှန်သော  
အမြှုပ် အံထုတ်ပစ်မည်သာ။

-ကောင်းမှားဆိုးမှားမသို့၊ ခန္ဓာသည် ဘဏ္ဍာထားသိုရာ နေရာ  
မဟုတ်စေ။

-ကောင်းမှန်ဆိုးမှန် မသိမ်း၊ ခန္ဓာသည် ကလေးထိန်းဌာန  
မဟုတ်စေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# စုန်လျှင် မျော ဆန်လျှင် မော အကြောပြတ်မှ စင်းလုံးချော

ကိလေသာ၏ အနှိပ်စက်ဒဏ်

- ငုံ့ခံ ခံလျက်က ကြောက်ပါပြီအော် တော်လိမ့်မည် မဟုတ်။  
သင်သာ ငုတ်တုတ်ဖြင့် သေရမည်။

- အကယ်တိတိ မိုက်ရူးရဲဆန်ဆန် စိတ်ထန်ထန်မာန်တက်  
'မိုက် ထွက်ခဲ့' ဟောက်၊ သူကား မကြောက် သင်သာ လက်မြှောက်  
အရှုံးပေးရမည်။

သတ္တဝါတို့ကို တစ်ဘဝမှသေ တစ်ဖက်ခြေကူးလိုတိုင်း  
လောဘသည် တစ်သက်တာ သူရှာပေးထားသမျှ အာရုံစုထဲမှ တစ်  
ခုခုကို ကိုင်စွဲကာ ထိုအစွဲနှင့် လိုက်ဖက်ရာ ဘဝသစ်နှစ်သက်လက်ခံ  
လိုသော လောဘဇော (၇) ကြိမ်၊ ရှေ့ကနေ ချပေးပြီးမှသာ ထို  
တစ်ဖက်သို့ ကူးစေသည်။ သို့ကြောင့် -

- သတ္တဝါတိုင်း လောဘမွေးဖွား လောဘသားချည်းတည်း။
- ဘဝသစ်၏ သင့်မိခင်သည် အထိန်းတော်ကြီးမျှသာတည်း။
- ဘဝသစ်၏ သင့်ဖခင်သည် အဆောင်တော် စောင့်ကြီးမျှသာ

တည်း။

ထိုလောဘသည် သူ့ငယ်ပေါင်း အဝိဇ္ဇာနှင့်အတူ စံလျက်က သူ့သားသမီးများအပေါ်-

-အရွယ်နှင့် လိုက်ဖက် စီမံချက်အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ဆက်၍လည်း ခိုင်းစေလျက်ကသာ၊

-အမျိုးနှင့်လိုက်ဖက် စီမံချက်အမျိုးမျိုး ရေးစွက်၍လည်း ခိုင်းစေလျက်ကသာ။

-ဘဝနှင့်လိုက်ဖက် စီမံချက်အမျိုးမျိုး တွက်ချက်၍လည်း ခိုင်း စေလျက်ကသာ။

သတ္တဝါတို့က မည်မျှလုပ်ပေးစေ တော်ပါပြီ မရှိချေ။ မော၍ နား စိတ်ဖြင့်ခိုင်းစားမည်။ အို၍တော် အမျှော်ဖြင့် ခိုင်းစားမည်။

-ထိုသို့သော သူ့အခိုင်း သူ့စိတ်တိုင်းကျ လိုက်လျော မျောရုံ မျှသာ ရှိချေမည်။

-ထိုသို့သော သူ့အခိုင်း ကိုယ်စိတ်တိုင်းကျ ငြင်းဆန်ချမှတ် သမျှဒဏ် ခံရုံသာ ရှိချေမည်။

အမြင့်မှ အနိမ့်ဆီသို့ တသွင်သွင်စီးဆင်းနေသော ရေကြော ကို ဖြတ်တောက်သောအား အနံလိုက် ကူးမသွားက ဆန်လိုဆန်၊ စုန်လိုစုန် မည်သည့်ကာလမျှ ရေကား ကုန်သွားလိမ့်မည် မဟုတ် ချေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဘုရားကသာ ထောက်ခံ လှေခွက်ချည်းကျန် အလံမလှဲ

ကိစ္စတစ်ခု၊ မပြုကျင့်မီ

မိမိပြုကျင့်ရမည့် ထိုကိစ္စသည် ဘုရားအဆုံးအမတော်နှင့် ကိုက်၏ မကိုက်၏ ဦးစွာ သတိ၊ သမ္မဇဉ် ဉာဏ်ဝင်လျက်က ချင့်တိုက်ကြည့်။ အကယ်တိတိ...

ဘုရားအလိုတော်ကျမဟုတ်ဟူ၍ မုချဧကန် ဉာဏ်၌ပေါ်လာ သော် မည်မျှပင် အခွင့်အရေးရရ စိတ်မျှပင် ထွက်၍ မလွန်ကျူး သင့်။ ဘုရားအလိုတော်မကျသောကိစ္စသည် ဒိဋ္ဌ အမှားတွေ့သော ကြောင့်။ အကယ်တိတိ...

မိမိပြုကျင့်တော့မည့် ထိုကိစ္စ၊ ဘုရားအလိုတော်နှင့် ဒိဋ္ဌကျ ကိုက်နေခဲ့သော်-

-အဟန့်အတားတို့ ဘယ်မျှရှုပ်ပွေနေစေ နောက်မဆုတ်လေ နှင့်။

-ဖက်ပြိုင်သူတို့ ဘယ်မျှ အနိုင်ကျင့်ကျင့် စိတ်ဝယ်ထင့်မနေ နှင့်။

-မကျေနပ်သူတို့ ဘယ်မျှ ပုတ်ခတ်ပုတ်ခတ် သူ့အရှုပ်  
အဟုတ်မှတ်မနေနှင့်။

ဘုရားရှင်သည်

-အကျိုးမဲ့ဆိုတား၍ အကျိုးရှိဆို သွားလမ်းစ မြားပြပေးထား  
တော်မူခြင်း။

-ဘုန်း ကံ ဉာဏ် တန်ခိုးတို့ဖြင့် ရန်ဘက်အမျိုးမျိုးတို့အပေါ်  
လွှမ်းမိုးပေးထားခြင်း၊

-မှန်ကန်နေသော သိက္ခာရှင်၏နောက် သမ္မာနတ်တို့ လိုက်လံ  
စောင့်ရှောက်နေခြင်း၊

ထိုအချက်များကြောင့်

အခက်ကြားမှပင် လိုလားရာပန်းဦး၊ ဆွတ်ခူးခွင့်ရစေသည်။

သွားလမ်းပျက်သဖြင့် မဆက်နိုင်သော်မှ အခက်အလက်တို့

ကိုကား ချိုင်ပြီးသားပင်။

သို့ကြောင့် ငါသည် ဤသို့ကြွေးကြော်၏။

-ငါ့နောက်လှည့်ကြည့် ဘုရားသာရှိပစေ၊ တစ်စိလေးမျှ  
မကြောက်ဟူ၍ပင်တည်း။

-လှည့်ကြည့်၍မှ ဘုရားမတွေ့ ရောက်ရာအရပ်မှ ကွေ့ပြန်  
မည်ဟူ၍ပင်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော်၊ ၁၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

**သဒ္ဓါထက် တစ်နံနက်ခရီး  
သဒ္ဓါမထက် တစ်ရက်မက  
တစ်သက်နှစ်သက်မျှနှင့်ပင် မပြီးစီး**

ဘုရားလက်ထက်တော် ကာလတုန်းက  
သာမန်လူသားများ၏ ရုပ်ဓာတ်ပမာဏကား (၆)တောင်ခန့်  
မျှ ထွားကျိုင်းကြလေရာ...

ထိုရုပ်မှီစိတ်ဓာတ်သည် လည်းကောင်း  
ထိုစိတ်ဓာတ်နှင့်အတူရှိသော ယုံကြည်ချက်၊ ရဲတင်းချက်  
အင်အားသတ္တိများသည်လည်းကောင်း၊ ရုပ်ဓာတ်ကဲ့သို့ပင် ခိုင်မာ  
တောင့်တင်းလွန်းရကား...

-အချို့ဘုရားစကား ကြားရုံမျှဖြင့်ပင် လွတ်မြောက်ရေးကိစ္စ  
ပြီးစီးကြရ၏။

-အချို့ တစ်နံနက်ခင်း အပြင်းအားထုတ်လျက်က လွတ်  
မြောက်ရာဘက် ခရီးသက်ကြ၏။

ငါတို့ ခေတ်မှာကား...  
ရုပ်ဓာတ်လှီကွေး၊ စိတ်ဓာတ်ကလည်း မှိန်မှေးမှေးမျှရှိကြတော့

ချေရာ ၎င်းတို့မှီခိုနေကြရသော ယုံချက်ရဲချက်များကလည်း မလိုက်  
တစ်ချက် လိုက်တစ်ချက်မျှသာ။

သို့ကြောင့်...

ဘုရားလက်ထက်တော်ကာလရှိ ပဏ္ဍိတသာမဏေလေး၏  
တစ်နံနက်ခင်းခရီးကို ငါတို့ကား တစ်ရက်လည်းမက တစ်သက်လည်း  
မက ဘယ်ရွေ့ဘယ်မျှဟူ၍ပင် ဇယားချဖြင့်ပင် လိုက်မမီကြတော့  
ပြီ။

-စိတ်ဓာတ်အားကြီးသည် ရုပ်ဓာတ်ကား စိတ်ဓာတ်လိုက်  
မမီသောကြောင့် ခါချဉ်ကောင်တောင်ဖြူဟန်ပမာ အကြံမျှသာ။

-ယုံချက်၊ ရဲချက်များလည်း ပြင်းထန်လွန်းလှသည်။  
ရုပ်ဓာတ်ကား ဥတု၊ အာဟာရတို့၏ အင်အားသတ္တိရှိများကို အပြည့်  
မှီဝဲခွင့် မရတော့ခြင်း၊ ရသော်မှ ထားသို့စရာ ခန္ဓာအိမ်က သေးငယ်  
နေခြင်းများကြောင့် ယုံရဲသလောက် ရေရှည်မထောက်ခံ နိုင်ရကား  
တစ္ဆေ့ခုန်ရုံမျှဖြင့် ခြေကုန်လက်ပမ်းကျသွားပြီ။

အကယ်တိတိ နှစ်စွေ့ သုံးစွေ့အထိ ခုန်မိပါလျှင်ကား ပုံလျက်  
သားကျလျှင် ကျ၊မကျက ပဏ္ဍိတနောက်သို့ လိုက်ရဖို့ အခွင့်ရှိနေ  
သေးသည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သွားချိန်သာစေ့ လမ်းပြောတွေ့ရုံနှင့်ပြီး သွားချိန်ရွေ့က လမ်းကြောတွေ့သော်မှ မနီး

ပညာဦးစီးသော သာသနာ

ပညာသိုမှီးထားသူတို့၏အရာသာ ဖြစ်တိ၏။ သို့ကြောင့်  
သဒ္ဓါပေါက်သော်မှ ပညာမထောက်က ခရီးမရောက်ပြီ။

ထိုပညာသည်လည်း

-ရှေးက ဖြည့်ဆည်းထားပြီး၏ မြုပ်နေသော ပညာ

-ယခုဘဝ ဖြည့်ဆည်းအား၏ အထောက်အပံ့ခံ ပညာ

ထိုသို့ နှစ်မျိုးရှိချေရာ

အတိတ်က စုမိပြီးပညာကား ယခုသဒ္ဓါဆောင်းနှင့် ပေါင်းမိ

ရုံလေးမျှဖြင့် လိုရာလမ်းပေါက် ခရီးရောက်၏။

အကယ်တိတိ ယခုမှစုဆဲ ဆောင်းဆဲ ပညာမျိုး ဖြစ်ပါမူကား

သီလ၊ သမာဓိအားများကို လက်ရုံးပမာထား၊ သဒ္ဓါဝီရိယတို့ကား

ခြေနှစ်ဖက်အရာ၊ ဆန္ဒကား ဦးခေါင်းအရာဖြင့် လွန်လွန်ထိုး ကြိုးစား

ပါက လမ်းသိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိသည်ဖြစ်စေ သူတကာပြောသော

လမ်း ထိုးဝင်သွားရုံနှင့် ခရီးရောက်နိုင်သည်။

အကယ်တိတိ

မိမိပျင်းရိနေပါသည်ကို ပါရမီလွဲချ၊ ဆုပန်ဖြင့် အချိန်ဆွဲနေ  
ပါမူကား မိမိဉာဏ်ဖဝါးရှေ့ လမ်းကြောတွေ့နေသော်မှ တေ့လွဲလွဲ  
တော့သည်။

ဘုရားလက်ထက်တော်ကာလတုန်းက

ဥပတိဿ၊ ကောလိတတို့သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်ကား သွား  
လိုဆန္ဒ၊ ထိပ်တက်နေရကား၊ အဿဇိ၏ လမ်းပြောစကားဖြင့်ပင်  
ပန်းဝင်သွားကြသည်။

ငါတို့ခေတ်မှာမူကား

လက်ထပ်လည်းသင်၊ လမ်းစဉ်လည်းချ၊ နေရာလည်းပြုဖြင့်  
အကူအညီရနေကြသော်လည်း သွားချိန်ရွှေ့လိုသူ များပြားနေရကား  
သွားလမ်းမ ဖဝါးစပင် မတွေ့ကြရပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# သူ့အကြောင်း ပြောနေသမျှ ငါထဲ သူသွေး အနှောခံရဆဲမို့သာ

ဝိပဿနာရှင်တို့မည်သည်  
ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်သိရန် ကိုယ့်အကြောင်းကိုသာ ကိုယ်  
အမြဲကြည့်နေရသည်။

ကိုယ့်အပြစ်ကိုသိရန်လည်း ကိုယ့်အဖြစ်ကိုသာ အမြဲ ကြည့်  
နေရသည်။

ထိုသို့

ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်ကြည့်၍ ကိုယ့်အကြောင်းကိုသာ သိနေ  
တော့ပါလျှင်

တစ်ဖန် ကိုယ့်အဖြစ်ကိုကြည့်၍ ကိုယ့်အပြစ်ကိုချည်း သိနေ  
တော့ပါလျှင်

ထိုသူကား သူတစ်ပါးအကြောင်း ကောင်းသည်လည်းမသိ၊  
ဆိုးသည်လည်းမသိတော့နိုင်ပြီဖြစ်ရာ၊ ထိုသူတစ်ပါးတို့ လုပ်ကွက်  
ဘာမျှ နှုတ်မြွက်စရာ မရှိတော့ပါ။

အကယ်တိတိ...

မိမိကိုယ်မိမိ ဝိပဿနာသမားပါဟူ၍ လူသိရှင်ကြား ဝန်ခံ  
ထားပြီးဖြစ်လျက်နှင့် သူတစ်ပါးတို့အကြောင်း သောင်ပြောင်းထွေလာ  
ပြောဆိုနေပါသော် ထိုသူကား ဝိပဿနာသမား မစစ်သေးပြီ။

တစ်ဖန်လည်း

ဝိပဿနာသမားသည် ပရမတ်လမ်းတန်းတန်းသွားရမ့်ဖြစ်ခြင်း  
ကြောင့် ပညတ်ထား စကားပြောနေသမျှ ထိုသူကား ဝိပဿနာသမား  
မစစ်သေးပြီ။

ဝိပဿနာဟူသည် အပြောမဖက်၊ သဘောသက်သက် ရှုသိ  
နေရခြင်းတည်း။

-ဝိပဿနာဟူသည် ရှေ့နောက်မဖက်၊ ဖြစ်ခိုက်သက်သက်၌  
ရှုသိနေရခြင်းတည်း။

-ဝိပဿနာဟူသည် အငှားမဖက် ကိုယ့်ဘက် ကိုယ့်မှတ်  
ချက်ဖြင့် ရှုသိနေရခြင်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ငရုတ်သီးကို သေသေချာချာမှတ်၍ အစပ်ကို မိမိရရ ကပ်ဝါးပါ

အပြောနှင့်သဘောဟူ၍ လောက၌ ကျောရိုးကြီးနှစ်ခုရှိချေရာ  
ကျင့်နည်းလမ်းပြ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယတို့ကား အပြောကိုသာ  
တတ်နိုင်ကြ၏။ သဘောသို့ကား ကပ်၍မပြနိုင်။ အခိုက်၌ ရုတ်တရက်  
ပေါ်ပျောက်ခြင်း၊ မိမိအရှိ မိမိသာ သိလိုက်နိုင်ခြင်းများကြောင့်  
မည်သည့်ဆရာမျှ သဘောကပ်၍ ပြမဖြစ်။

ကျင့်နည်းကျန ကျင့်နေကြသူတို့မှာကား သဘောကိုသာ တတ်  
နိုင်ကြ၏။ အပြောကိုကား ဟပ်၍ မသိနိုင်၊ သဘော၌အပြောပါ  
မလာခြင်း ဘဝဆက်၍ အပြောဘက်၌သာ အားသန်ခဲ့ခြင်းများ ကြောင့်  
မည်သည့်တပည့်မျှ သဘောဓာတ်အပြောဟပ်၍ မတပ်ဖြစ်။

ထိုသို့

တစ်ဖက်၌ ပြောနိုင်သည် ပြမရ။

တစ်ဖက်၌ကား သိနိုင်သည်၊ မပြောတတ်။ ကိုယ်စီထမ်း  
လမ်းသွားနေကြရာ-

-ဆရာကား ပတ္တမြား ရှာဖွေကောက်ခဲ မှာလိုက်သော်

-တပည့်ကား မိုးကုတ်ရောက် ကျောက်နီကိုသာ ကောက်ပြ  
ပေးရမည်။

အကယ်တိတိ... တပည့်က မိုးကုတ်မှီ၍ ကျောက်နီကောက်  
ပြသော်...

ဆရာကား ဪ... ငါ့တပည့် ပတ္တမြား ကောက်ပြနေပါ  
ကလား၊ အသိမှတ်ပြုရမည်။ ထိုသို့ မဟုတ်ကြပါဘဲ...

-တပည့်ကလည်း ဆရာ့ပါးစပ်ဖျား လမ်းစဆုံး၊ ဆရာ့စကား  
ကိုသာ သဘာဝတရားလုပ်၍ ကြိုးကုတ်နေမိသော် အဟုတ်ရှိ အသိ  
မဝင်နိုင်။

-ဆရာကလည်း တပည့်ပြောစကား မိမိတွေ့သိဖူးရာနှင့်  
တခြားပဲဆိုကာ ပစ်ပယ်နေပါမူကား တပည့်ခြေရာခွင် အတည့်စဉ်  
မပေးနိုင်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အရောင်ထိုးလျှင် အရိပ်ကျ အရိပ်ပြု အကောင်ထင်ပါမှ

ဘာဝနာ၏ အလုပ်သည်

ညိုပုပ်၍နေသော နှလုံးသွေးကို ကြည်လင်တောက်ပလာ  
အောင် သတိ-အသိတို့ဖြင့် ဆေးကြောပေးနေခြင်းပင် ဖြစ်ရာ...

အစသော် မိမိစရိုက်နှင့် ကိုက်ရာ ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းလျက်က

- ရာဂနှင့်တွဲနေသော စွဲစိတ်ကို အတွေး အပြေးမခံ၊ သတိ  
အသိတို့ ဖွဲ့ချည်သန်သန်ဖြင့် ထိန်းကျောင်းပေးနိုင်ခြင်းကြောင့် နီရဲ  
နေသောနှလုံးသွေး အေးသလောက်တည်း၊ စိတ်ငြိမ်သလောက်လည်း  
ကြည်လာစေမည်။

- ဒေါသနှင့် တွဲနေသော စွဲစိတ်ကား မည်းရာမှတည်  
ငြိမ်သလောက် ကြည်လာခြင်း၊

- မောဟနှင့် တွဲနေသော စွဲစိတ်၌ကား မွဲရာမှတည်  
ငြိမ်သလောက် ကြည်လာခြင်း၊

- ဝိတက်နှင့် တွဲနေသော စွဲစိတ်၌ကား ပြစ်ချဲ့ရာမှတည်  
ငြိမ်သလောက်ကြည်လာခြင်း၊

-သဒ္ဓါနှင့်တွဲနေသော စွဲစိတ်၌ကား ဝါရာမှတည် ငြိမ်သလောက် ကြည်လာခြင်း၊

ဤသို့လျှင် ပြုပြင်ပေးနေကြရရာ မည်သည့် စရိုက်ရှင်မဆို နှလုံးသွေး အကြည်ရောင် တောက်၊ မိမိရှုမှတ်ရာ၏ သမာဓိ အရိပ် နိမိတ်လည်း မမျှော်ဘဲနှင့် ရောက်၊ မခေါ်ဘဲနှင့် ပေါက်ချလာမြဲသာ။

-စိတ်တည်ကြည်ပြီဖြစ်ကြောင်း အချက်ပြနေခြင်းတည်း။

-အစွဲကင်းလာသဖြင့် စိတ်သန့်ရှင်းလာပြီဖြစ်ကြောင်း အချက် ပြနေခြင်းတည်း။

-ကိလေသာ မသိုင်းသဖြင့် အရိုင်းမဝင်၊ ယဉ်လာပြီကို အချက် ပြနေခြင်းတည်း။

ထိုအခါ ကိုယ့်ခန္ဓာအရှိ ကိုယ့်ကိုယ်တွေ့ဖြင့် သိလိုသော ဝိပဿနာသမားဆိုပါမူ

-သမာဓိနှင့် ညီမျှရန် ဝီရိယ သန်ပေးသောအားဖြင့် လည်း ကောင်း၊

-သဒ္ဓါနှင့်အကိုက် ပညာလိုက်သောအားဖြင့် လည်းကောင်း၊

-ဝီရိယပညာတို့နှင့်အလိုက် သတိစိုက်သောအားဖြင့် လည်းကောင်း၊

ဖိဖိစီးစီး သိပ်သည်းမြဲမြဲ လက္ခဏာခွင် အမြင်သန်သန်ဖြင့် ရှုနိုင်ပါမှသာ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် ကောင်းကောင်းကြီး သိပိုင်နိုင် ပေလိမ့်မည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၁၀ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အတွေးကြောက် အတွေ့ကြောက်လောက် မထောက်ခံ

ကလေးတို့အရွယ် ငယ်စဉ်ကာလတုန်းက သည်ကား  
-လူကြီးမိဘတို့၏ အခြောက်  
အတွေးဖြင့်ငင်၍ ကြောက်လှေ့ရှိုသော်လည်း  
အရိုးလည်းရင့် အမျိုးလည်းရင့်လာနေပြီဖြစ်သော လူလတ်  
လူကြီးပိုင်းများသို့ရောက်လျှင်ကား အတွေးခေါင် ယောင်၍ပင်  
မကြောက်တတ်ကြ။

သို့သော်...

ကြောက်စရာ အဝေး ကိုယ်တွေ့ဖြင့်ခံလိုက်ကြရပါမူကား ဒေါသ  
သွေးပြေး စီးအားသန်နေပြီဖြစ်သော ထိုလူကြီးများ-  
-မနိုင်လျှင် ပြားပြားမှောက် ဖိန့်ဖိန့်တုန် ကြောက်နေကြပြီး  
-နိုင်လျှင်ကား တက်ခေါက်၊ ခါးထောက်၍ပင် မောက်ကြည့်  
ကြည့်နေကြမည်သာ။

သို့အထိ အတွေ့ကြောက် ကြောက်နေကြသော်လည်း  
ထိုလူကြီးများ ဘဝနှင့်သံသရာတို့၏ ခြောက်လှန့်နေခြင်းများ  
ကို အမြဲတစေ ခံနေရသော်မှ -

-ဆရာတို့၊ ထောက်ကွက်ပ၍ ဆုံးမပေးကြသော်လည်း မကြောက်ချင်။

-မိမိရှေ့ သူတစ်ပါးတို့ ဒုက္ခတွေ့နေရပါသော်လည်း မကြောက် ဖြစ်။

-မိမိကိုယ်တိုင် ဆင်ခြင်ဉာဏ်စေ၍ သံဝေယူသော်လည်း မကြောက်ဖြစ်။

စင်စစ် ထိုအတွေ့ကြောက် မကြောက်ဖြစ်ခြင်းများသည်

-ခန္ဓာတွင်းပြ ဇာတိဘေး ဝိပဿဉာဏ်ဖြင့် မမြင်ရသေး၍ တည်း။

-ခန္ဓာတွင်းပြ ဇရာဘေး ဝိပဿဉာဏ်ဖြင့် မမြင်ရသေး၍ တည်း။

-ခန္ဓာတွင်းပြ မရဏဘေး ဝိပဿဉာဏ်ဖြင့် မြင်ခွင့်မရသေး ၍တည်း။

ထိုသို့ကြောက် မကြောက်အရာတွင်

သူတကာခြောက်ရာ ကြောက်သောအတွေးကြောက် မိမိကိုယ် တိုင် သူတစ်ပါးတို့ ခံနေရပုံကို မြင်ရရာမှ ကြောက်သော အတွေး ကြောက် မိမိကိုယ်တိုင် မိမိခန္ဓာတွင်းမှ ပြနေသည်ကို မြင်ရရာမှ ကြောက်သော အတွေးကြောက် သုံးမျိုးရှိရာ ခန္ဓာတွင်းနေ၌ ကြောက် ခြင်းသည်သာ အမြဲထောက်ခံချက်အရ အကြောက်စစ်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# သတိဝေး ကလေးဖြစ်တော့သည်

သတိသည် အသိကို ကြိုးကိုင်နေသော မိဘအရာဝင် ဖြစ်  
ချေရာ-

-အသိမှန်ကန်ခြင်း ချွတ်ယွင်းခြင်းနှင့်လည်း သက်ဆိုင်၏။

-ကိုယ်စိတ်တို့ကို အစိုးရခြင်း၊ မရခြင်း၊ ဣန္ဒြေများနှင့်လည်း  
ဆိုင်၏။

-ကာလသုံးပါး အခြားမဲ့၊ အခြားရှိခြင်းများနှင့်လည်း ဆိုင်၏။

သည့်အတူ ရန်မောင်းခြင်း၊ ရန်ပေါင်းခြင်းများနှင့်ပါ သက်  
ဆိုင်နေတော့ရာ

-သတိဝေးသောသူသည်လည်းကောင်း၊

-သတိပြေးသောသူသည် လည်းကောင်း၊

ထိုသတိ၏ ဝေးသောပြေးသော အချိန်ကာလတို့နှင့် အညီအမျှ  
ပင်လျှင်

-ပစ္စုပ္ပန်လည်း ဉာဉ်စရိုက်- ဝါသနာတို့၏ ဓမ္မတာ၊ ပါလာ  
သမျှသော အမှုအကျင့်တို့အတိုင်း လုံးတီးဗလာ ကလေးတို့ သွားလာ

နည်းများပမာ ထင်ရာတွေးတော ထင်ရာပြော ကိုယ်လက်ပေါလော ဖြစ်တော့သည်။

-သံသရာ၌လည်း အစွဲ၏ဆွဲရာ ဝိနိပါတိက ဘေးများနှင့် တိုးမိတော့ရာ အစွဲတစ်ခုကျ တစ်ဘဝ တစ်ဘဝဖြင့် ကလေးဖြစ်ရ ပေဦးတော့မည်။

အကယ်တိတိ

ထိုသတိကို မိမိနှင့်အတူ လက်သုံးတော်ရွှေဓားပမာ ကျစ် ကျစ်ပါဆုပ်ကိုင်ထားနိုင်ခဲ့ပါသော်ကား

ပစ္စက္ခ၌လည်း ဉာဏ်စရိုက် ဝါသနာ မသမ်း၊ ကိုယ်ပိုင်ပညာ စွမ်းများဖြင့်သာ မင်းပွဲစိုးပွဲသွား လူကြီးမင်းများပမာ အမြင်မစောင်း နှုတ်ကြောင်းလမ်းသန့် ကိုယ်အမူအရာခန့်များချည်း ဖြစ်တော့သည်။

သံသရာ၌လည်း ဉာဏ်ရိက္ခာအကူဖြင့်သာ ဘဝသစ်ကို ထူ ထောင်ခွင့် ရရှိချေတော့ရာ မိခင်ဝမ်း အိပ်ခန်းမရှာ ကလေးအရာ လွန်မြောက် ဥပပါတ် အစွမ်းထောက်ဖြင့် ဆယ့်ခြောက်နှစ်အရွယ် ထည်ဝါပေဦးတော့မည်။

ထိုသတိမျှမက အသိကပါလိုက်၊ ရှိသမျှတိုက်ခိုက်ဖျက်သိမ်း ပြီး ဖြစ်သွားပါသော်ကား ကလေးလည်းမဖြစ် လူကြီးဖြင့်လည်း မထစ်၊ ဘဝသစ်ဖြင့် ဒုက္ခသစ်မဖွင့် လှစ်တော့သောနေရာအထိပင် ပန်းဝင်ပေရော့မည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော်၊ ၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သေရတာ အကောင်းထင် အလောင်းစင်သာ အပြီးထိုးထားလိုက်ပါ

ဘာသာဟူသည်

-မိမိလက်လှမ်းမီ ယုံကြည်စရာအတွေ့မှလည်း ဖြစ်ပေါ်လာ  
တတ်၏။

-မိမိလက်လှမ်းမီ ဆရာစကား ကြားမိရာမှလည်း ဖြစ်ပေါ်  
လာတတ်၏။

-ရှေးရှေးမိဘဘိုးဘွားတို့ သွေးစက်ကျရာ အလေ့ပါမှလည်း  
ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏။

ထိုသို့ ဘာသာအမျိုးမျိုး တန်ခိုးအထွေထွေ ရှိနေကြရာတွင်

-အချို့ကား ယခုကောင်းလောက်မျှကိုသာ အလေးပေးကာ  
ကျင့်သုံး ကြ၏။

-အချို့ကား နောင်ကောင်းမျှော်ကိုသာ အလေးပေးကာ လိုက်  
နာကြ၏။

-အချို့ကား ဘဝလွတ်မြောက်ရာကိုသာ အလေးပေးကာ ကြိုး  
စားနေကြ၏။

ထိုအားလုံး

မျက်နှာမူရာချင်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီကြရကား ပြန်  
ရာလမ်းလည်း တူညီကြတော့မည် မဟုတ်ချေပြီ။

-တဦးကား အောက်ဘက်ဆင်း၊ ရင်းစားလျော်ကြေးပေးရန် ဖြစ်ရာ

-တစ်ဦးကား အထက်ဘက်တက် ရင်းစားသို့ အမြတ်ကို ယူစားရန်ဖြစ်ရာ

ထိုနှစ်ဦးစလုံးတို့ကား ဖွားသေစာရင်း သန်းခေါင်ရောက်တိုင်း အသွင်းမလွတ်ကြပြီ။

လူသားတို့ ယုံကြည်ရာ ထိုထိုဘာသာဝါဒများတွင် အများ အားဖြင့် ကံယုံဝါဒ သမထမျှဖြင့် အထက်တန်းစားဘဝအမျိုးမျိုး တို့ကိုသာ အားကိုးယုံကြည်နေကြရာ

ထိုအားလုံး သေချင်သူများစာရင်း သွင်းထားပြီးပြီသာ၊ သေ ရမှာမှန်း သိလျက်က မသေခင်စပ်ကြားဟူသော စပ်ကြားကလေးကို မက်နေကြရကား စပ်ကြားတွင်းဆင်း အသင်းသို့လည်း စာရင်းသွင်း ထားပြီးပြီသာ။

မကောင်းကံ တည်ဆောက်လျက်က အကောင်းမက်နေခြင်း ကြောင့်လည်းကောင်း၊

ကောင်းကံ တည်ဆောက်လျက်က အကောင်းမက်နေခြင်း ကြောင့်လည်းကောင်း၊

ထိုနှစ်ဦးစလုံး အစွဲဥပါဒါန်လေးမျိုး လက်သီးထိုးပွဲတွင်း ဆင်း ကြည့်မိနေသူများဖြစ်ကြရကား မည်သည့်ကာလမျှ အသေဝဋ်က ကျွတ်လွတ်ခွင့် မရကြရှာပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော်၊ ၇ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ပဒေသာပင် နေဇာပင်ထင်ပြီး နှုတ်ပစ်မနေကြနှင့်

လူ့ဘဝသည် အယုတ်အလတ်၊ အမြတ်ဘုံများနှင့်တကွ၊ ဘုံလွတ်ရာ ဘဝအထိ၊ ရပိုင်ခွင့် ယူပိုင်ခွင့် ရှိနေ၍ ပဒေသာဘဝဆိုရမည်။

သာသနာပွင့်ရာအခါသည်လည်း လူ၊ နတ်၊ နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာသုခ အတုအပမရှိ ခံစားခွင့်ရှိနေ၍ ပဒေသာကာလပင် ဆိုရမည်။

သည်မျှလောက် ထောက်ထောက်ခံဘဝနှင့်ကာလ ရနေကြပါလျက်နှင့် ထိုဘဝကောင်းအခါကောင်းများကို ပေါင်နှံချေးငှား တလွဲသုံးများ လုပ်နေခဲ့ပါသော်...

နေသာရာ အညာအရပ် မြေဝယ်ကပ်ပေါက်လေ့ရှိသော နေဇာပင်သည် နေစားစရာအပင်အဖြစ်ဖြင့် ရာသီကုန်အပင်ပြုတ်၊ ငှက်လျက်က ပျောက်ကွယ်သွားရပါသည်ပမာ... ကံ ဈာန် ကုသိုလ်ပေးနတ်၊ ဗြဟ္မာတို့ ဘုံဝယ် ကိလေသာ စားစရာ ဘဝအဖြစ်ဖြင့်ပင် ဘဝမျိုးတုံး နတ်မျိုးဆုံး ဖြစ်ကရောမည်။

တစ်ဖန်...

နေသာရာ အညာအရပ်၌ပင် မြေဝယ်ကပ်ပေါက်လေ့ရှိသော မြေဇာပင်သည် မြေစားစရာအပင်အဖြစ်ဖြင့် ရာသီကုန် အပင်ပြုတ် ငုတ်လျက်က ပျောက်ကွယ်သွားရပါသည်ပမာ ကံ ကုသိုလ်ပေး လူတို့ဘုံဝယ် သုဿန်နေ မြေစာအဖြစ်ဖြင့်ပင် ခန္ဓာကိုယ် မြေကျင်း အောင်း ဖြစ်ကရော့မည်။ တစ်ဖန်

သာသနာနှင့် ကြံ့ခွင့်ရ အခါကောင်းကြီးထဲ၌

-သူတစ်ပါး အကျင့် ပစ္စည်းထောက်ပံ့ရုံမျှဖြင့် အချိန်ကုန် နေခဲ့သော်လည်းကောင်း၊

-ကျင့်ပါသည် အမည်ခံ အာရုံမမှန် စိတ်ကလန်ကဆန်ဖြင့် အချိန်ကုန်နေခဲ့သော်လည်းကောင်း၊

ရလာသော ပဒေသာပင်ကို သပြေပင်လုပ်ကာ ဝါဆိုဝါခေါင် ရေကြီးကြီးထဲ သပြေသီးမှည့်ကောက်စား၊ တော်သလင်း သီတင်း ကျွတ် သပြေကိုင်းပင် ခုတ်ချိုး သပြေပန်းအိုးထိုးပမာ... သာသနာကွယ် ဘဝကွယ်သည်နှင့် အထုံ၊ ဝါသနာအကျိုး သူတစ်ပါးအားကိုးဖြင့်ပင် အချိန် ကုန်ရစေတော့မည်။

စင်စစ် မိမိလက်ဝယ်ရှိ ဘဝနှင့်ကာလတန်ဖိုး အကောင်းမျိုး ဟူ၍ မသိလေသမျှ မျက်စိရှေ့ပဒေသာပင် ချပြုလည်း ဘာကိုတ၊၍ ဘာကိုရ၊စေ့မည်ဟူသောစိတ်ကူး မျက်လုံးဦးသို့ မြူးဝင်လာလိမ့်မည် မဟုတ်ချေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော်၊ ၇ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဆုလိုပူ ဉာဏ်ကုမထိန်း မီးမငြိမ်း

သတ္တဝါတစ်ဦးစီ၌ ကိုယ်နှင့်စိတ် ဘက်တွဲဖြင့် ချိတ်လျက် ရှိချေရာ

ကိလေသာစွဲ လောင်မြိုက်ခြင်းကို အခါမစွဲ စိတ်ဝယ်ခံနေရ သော် ထိုစိတ်ကား ပူပြင်းခြင်းသို့ ဖြစ်စေပြီး တောင်တောင်အီအီ သို့ကြံစည်စိတ်လွင့် စိတ်မီးတောက်များ ပွင့်စေ၏။

ထိုစိတ်မီးတောက်ကိုယ်၏ ဘဝင်လေသို့ လျှောက်စွဲ စွဲဟပ် လာသော် ကိုယ်တွင်းရှိ နှလုံးသွေးများနှင့်တကွ ကိုယ်လှုပ် နှုတ်ဖွင့် စိတ်ကိုပါ တစ်ဖန် ထိုးကျင့်ခြင်းဖြင့် ပွက်ပွက်ဆူသွားတော့ချေရာ- ထိုသူခမျာ ကျန်တစ်ဖက် အကူရှာရချေတော့သည်။

သို့မဟုတ် ထိုသူခမျာ ကျန်တစ်ဖက်အပူ ရှာရချေတော့သည်။ တစ်ဖန် ထိုသို့ စိတ်ပူသဖြင့် ကိုယ်သွေးဆူကာ နံဘေးလူပါ ကူးစက်အလောင်ခံလိုက်ရချေသော် ထိုတစ်ဖက်၌လည်း ဆူခြင်း၊ ပူခြင်းများဖြစ်လာတော့ကာ မိမိအားပြန်လည်၍ အကူရှာ၊ အပူရှာ ချေတော့ရာ မိမိ၌လည်း ပူရာမှဆူ၊ ဆူရာမှ ပူဖြင့်ပင် အဆူမီးကျိန်း၊ အပူမီးကျိန်း အသက်နှင့်ခန္ဓာကိုယ် မြဲနေသမျှ လည်းကောင်း၊ သွေး

နှင့်လေ မခမ်း မသေသေးသမျှလည်းကောင်း၊ ငြိမ်းပြီဟူ၍ မရှိ တတ်ပြီ။

သို့ဖြင့်ပင် သတ္တဝါတိုင်း သတ္တဝါတိုင်း မိမိသဏ္ဍာန်၌ စိတ် သို့ ကိုယ်သို့ ကပ်လောင်လောင်လျက်ရှိသော အစွဲမီးကို မိမိကိုယ် တိုင်လျှင် သတိ-အသိ-ဝီရိယတို့ဖြင့် စိတ်ကို သိမ်း၍ ကိုယ်ကို မထိန်းနိုင်ကြရကား...

-တစ်ဘဝလောင်စာကုန်၊ နောက်တစ်ဘဝလောင်စာတစ်ပုံ ထပ်ရှာပေးနေကြရသည်။

-တစ်ကမ္ဘာလောင်စာပျက် နောက်ကမ္ဘာဖြင့် လောင်စာဆက် ပေးနေကြရသည်။

မီးကား လောင်စာပုံအထောက်ကြီးက အတောက်ကြီး တောက်လောင်ပြုပြီး...

လောင်စာပုံ အထောက်သေးပေကလည်း အတောက်ကလေး တောက်ပြုနေမည်သာ။

-လောင်စာ အထောက်မကင်းသမျှ တောက်ခြင်းမှ ဆင်းသွား လိမ့်မည် မဟုတ်ချေ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော်၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# နေလျက်နှင့် သေသူများ သေလျက်နှင့် သေသူထက် အမှုပွားစီးမည်

-သေလျက်နှင့် မသေသူကား လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ ရောက်ရသူများတည်း။

-သေလျက်နှင့် သေသူကား သေပြီးနောက် အပါယ်ဘဝ ရောက်ရသူများတည်း။

-နေလျက်နှင့် သေသူကား အမှတ်ကင်းသဖြင့် လူစိတ်ယွင်းနေသူများပင်တည်း။

ထိုသို့ သေသူ၊ ရှင်သူ နှစ်မျိုးရှိချေရာ...

သေလျက်နှင့် ရှင်သူကား ရှာမှရှား၏။ သေခါနီး၏ ရုန်းရင်း ဆန်ခတ်တို့အကြားမှ ရံတစ်ခါမျှ လေ့ကျက်မိခြင်း၊ ပျောက်ကြားစနစ်ဖြင့် ပွားထုံမိခြင်းရှိသော ကောင်းမှု၏ ကောင်းအာရုံပေါ်လာဖို့သည် အလွန်မဖြစ်နိုင်သောကိစ္စဖြစ်သည်က တစ်ကြောင်း၊ ပေါ်လာသော်လည်း ကံ ကမ္မနိမိတ်ပြုအကြောင်းခံကို ကျော်လျက်က ကတိနိမိတ်ပေါ်တွင် တက်လိုက်ဖို့ အာရုံမှန် မခံတတ်သည်ကတစ်ကြောင်း များကြောင့်ပင်...

-သေလျက်က သေသူကသာ များပြား၏။

ကာမအာရုံကြော ပေါလောမျှောလိုက်နေလေ့ရှိခြင်း၊ ကာမ  
ဝတ္ထုခေါ် သားမယားများအပေါ် အစွဲနာနေတတ်ခြင်းများကြောင့်ပင်။

နေလျက်က သေသူကား အားလုံးလိုလိုတည်း။

စိတ်အလိုလိုက်လေ့ရှိသူသည် စိတ်လွတ်လပ်မှုကို ချုပ်ခြယ်  
တတ်သော သတိ၏ မှတ်ချက်ယူမှုကို လုံးဝလက်ခံလေ့မရှိ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာလေ့ရှိသူသည် စွဲစိတ်နှင့် မှတ်စိတ်တို့  
နယ်လုနေချိန်၏ ကိုယ်ပင်ပမ်းမှုကို ဥပေက္ခာမရှုလိုရကား ထားမြဲ  
စွဲစိတ်မှတစ်ပါး မိမိကိုယ်တွင်း သတိကို သွင်းမထားလို။

တိရစ္ဆာန်ဘဝ၊ အဖြစ်များလာခဲ့သူလည်း မည်သည့်အာရုံ ခံစား  
ခံစား အမှုမဲ့အမှတ်မဲ့ မေ့မေ့ပျောက်ပျောက်ဖြင့်သာ ခံစားလိုရကား  
ဘာမဆို မှတ်ချက်ယူခံစားသောသတိကို လုံးဝလက်မခံ။ သို့ကြောင့်  
လူဆိုသော်လည်း တစ်ဘဝမျှ လာရောက်ခွင့်ရ ထိုလူသားများ  
သည်ကား ဧည့်သည်လိုနေ၊ ဧည့်သည်လိုစား မကောင်းမှုတို့အကြား  
အချိန်ရှိသမျှ သေစာရင်းသွင်းနေသူများချည်းသာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၇ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ရန်နှင့်မိတ်မကွဲသောစောလူး ရန်ဘက်နှင့်ပင် ပလူးမည်

သတိသည် လူသိသိရန် 'အသိ'၏ မိတ်မျိုး ဆွေစစ်တည်း။  
ထိုသတိကပင် အာရုံနှင့်တွေ့မိလေတိုင်း

- ငါသူ ကောင်းဆိုး ကိလေသာအမျိုးမျိုးကိုလည်း ထိုး ချိုး  
ပေးခဲ့သည်။

- အေးမှု နွေးမှု မြင်သိမှုမှအစ သိသင့်သည်များကိုလည်း  
ခွဲခြားသိစေသည်။

- ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်ပိုင် သူတစ်ပါးအကိုင်ခံဘဝမှလည်း လွတ်  
မြောက်စေခဲ့သည်။

ထိုမျှအထိ အသိ၏အပေါ် ဖော်ရွေလှပါသော်လည်း အသိ  
ကား ပုဂံရာဇဝင်တွင် စောလူးမင်းသည် ငရမန်ကန်းနှင့် ကျန်စစ်  
သား မည်သူသည် ရန်၊ မည်သူကား မိတ် မခွဲခြားတတ်သဖြင့်  
ရန်သူကို မိတ်ထား၊ ကယ်တင်ရှင် မိတ်ဖက်ကိုကား ထောင်ထား  
ခြားနားလိုက်သည့်ပမာ...

- အစွဲသိ၏ သူခိုးသေဖော်ညှိရာသို့သာ လိုက်စား
- အမှတ်သိ (သတိ) ကိုကား အနားသို့ပင် အကပ်မခံချေ။

ထိုသို့ဖြစ်ရခြင်းများသည်လည်း

-စိတ်သည် လာသမျှအာရုံကို မိမိတံခါးဝမှပင် လက်ခံပျော်  
ပါးလိုခြင်းအစား အာရုံတို့နောက်လိုက်၍ ပျော်ပါးခြင်းကို အလေ့  
ကျနေပြီ ဖြစ်သည်က တစ်ကြောင်း၊

-ကြိုက်၍ကောင်းနေသည်ကို တကယ့်အကောင်းထင်နေ  
တော့သည်က တစ်ကြောင်း၊

-သတိဖြင့်ပင်း၍ အတွင်းထိ ဆင်းမကြည့်လိုသည်က တစ်  
ကြောင်း၊

-လတ်တလောကောင်းကိုသာ လက်ခံ၍ အရှည်ကောင်းကို  
လည်း တော်လှန်၊ နောင်ခံရမည်ကိုလည်း မဝေဖန်လိုသည်က တစ်  
ကြောင်းများကြောင့်ပင်။ ထိုကိစ္စ...

မည်သူမျှ တီဘီ၊ ကင်ဆာ၊ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါ မဖြစ်ပါ  
လို...။ သို့တစေလည်း အပျက်ကြားမှ အကောင်းသွေးကတောင်းနေ  
ချေရာ မိမိစိတ် ရှေ့နောက်မမြင်၊ ဖြစ်မည်ဧကန် မထင်လေသော  
အခါ လတ်တလောကောင်း သွေးတောင်းသလောက် ရှာဖွေပေးနေ  
ခြင်းက သက်သေခံနေချေပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# စိတ်ချုပ်တော့ ရုပ်အနာမိ မိတ်လုပ်တော့လည်း တုတ်စာထိဦးမည်

မိမိစွဲလန်းနှစ်သက်နေသော အာရုံကို ခံစားခွင့်မပေးဘဲ ပေ  
မိုတ်ချုပ်တည်း။ စိတ်အောင့်အီးထားမိခဲ့ချေသော်...

စိတ်သည် ဘဝင်ကို လှုပ်၍လှုပ်၍ နှလုံးသွေးနှင့်တကွ တစ်  
ကိုယ်လုံးကိုပါ ဒုက္ခပေးနေတော့ရကား စိတ်ချုပ်လေလေ ရုပ်နာလေ  
လေ ဖြစ်တတ်လှချေသည်။

အကယ်တိတိ ထိုသို့ မဖြစ်စေလိုသဖြင့် စိတ်အလိုလိုက်  
ကြိုက်ရာရာ အာရုံနောက် လိုက်ခွင့်ပေးပြန်ပါသော်ကား တဏှာ  
ဖမ်းစားခံရသော ငန်းဝင်စိတ်သည် အာရုံလှော်အဖော်ညှိ တော်ပြီဟူ၍  
မရှိတော့ခြင်း၊ မတွေ့ဘူးသေးသောအာရုံဝင်လာလျှင် အကောင်းထင်  
နေခြင်း၊ အတွေ့ကြမ်းဖြင့် အတန်းလိုက်ဝင်ကို အဆန်းထင်နေခြင်း  
များကြောင့် စိတ်မသက်သာ ရုပ်မှာပင်ပမ်း ဒုက္ခထမ်း၍ သေလမ်း  
တန်းဝင် နေရကား...

- သက်တမ်းမစေ့မီ သေလျှင်သေ
- မသေလျှင်လည်း ရောဂါမကင်း နေစင်းစင်း

စိတ်ချုပ်ထားခြင်း၊ လွှတ်ပေးထားခြင်း ထိုနှစ်မျိုးစလုံး  
အစွန်းမလွတ်သော စိတ်ထားချည်း ဖြစ်နေခြင်းကြောင့်တည်း။

ဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမ အပြည့်အဝရရှိထားသူများကား ထို  
အစွန်းနှစ်ပါးသို့ စိတ်ကို နားခွင့်မပေးတော့လေဘဲ

-ကောင်းမည်ထင်သည်များကို လိုက်စားပါ။

သို့သော် အမှတ်ကင်း၍ စားကျက်တွင်း မဆင်းပါလေနှင့်။

-ဝမ်းဟာလျှင် ဝမ်းစာသွင်းပေးပါ။

သို့သော် စားကျက်တွင်းမှပင် လက်ခံဖို့ မမေ့ပါနှင့်။

ထိုစည်းကမ်းများနှင့်အတူ အချုပ်-အလွတ်ကြားမှ ကျက်စား  
လျက်နေနိုင်ကြပြီ။ စိတ်နှင့် အာရုံတို့အကြား သတိကြားခံထား၍  
ခံစားတတ်ခြင်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# လူ့ပြည်ရောက်လို့မှ လူ့တန်ဆာမဆင်ယဉ် လူ့အရာမဝင်ဖြစ်တော့သည်

- လူတို့၏ ဥစ္စာကား သူတော်ဥစ္စာ ခုနစ်ဖြာတည်း...။
- လူတို့၏ တန်ဆာကား ကံ-ဉာဏ်-ဝီရိယ တည်း...။
- လူတို့၏ ဦးဆောက်ပန်းကား သတိဝစ္စံပါ အသိ၊ အလိမ္မာ၊

ဉာဏ်ပညာတည်း...။

ဤသို့လျှင် လူသုံးပစ္စည်း အသီးသီးရှိချေရာ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ၊ သတိ၊ ဟီရိ၊ ဩတ္တပ္ပတရားများ ခေါင်းပါးနေလေသူ ကံမဲ့ဉာဏ်မဲ့ လူဆင်းရဲပင်...။

အရာရာ သတိချို့ယွင်း အသိ၊ အလိမ္မာ၊ ဉာဏ်ပညာများ ကင်းရှင်းနေချေမူ

-အကျိုးမဲ့၊ အကျိုးရှိ တည့်တည့်တိုက် မသိတတ်တော့သော ကြောင့် လည်းကောင်း၊

-အပြစ်မဲ့၊ အပြစ်ရှိ ခွဲခြမ်းသိ မရှိတော့သောကြောင့် လည်းကောင်း။

အကန်းလမ်းသွားပမာ တွေ့သမျှအရာ တိုက်ခိုက်၍ချည်း နေ  
တော့မည်ဖြစ်ရာ တံခွန်ကဲ့သို့ တလွင့်လွင့် တလူလူ ထိုသူမတတ်  
နိုင်။

ထိုသူသည်ကား...

-မသေမီကာလ ကြက်မြင် ကြက်စိတ်၊ ဝက်မြင် ဝက်စိတ်  
တို့ဖြင့်ချည်း ဖြစ်နေရာ လူ့အရာမဝင်လာတော့ပြီ။

-သေပြီးနောက်တွင်လည်း သေခါနီး၏ နောက်ဆုံးစိတ်ဆွဲ  
ရာနောက် ကောက်ကောက်ပါလိုက်ပါသွားရတော့မည်ဖြစ်ရာ...

-ချစ်စိတ်ဖြစ်က ပြိတ္တာ မည်သို့မျှ လူ့အရာမဝင်လာပြီ။

-မုန်းစိတ်က ငရဲ လူ့အရာမှ အလွဲကြီးလွဲပြီ။

-မသိစိတ်က တိရစ္ဆာန် လူ့အရာမှ ခဝါပြန်ရပြီ။

လူ့အဖြစ်ရောက်ပါလျက်နှင့်မှ လူ့အကျင့်လည်း မကျင့်၊ လူ့  
အဆင့်လည်းမမီခဲ့သော် ထိုလူသား လူ့အခွင့်အရေးများနှင့်ပါ လွဲချော်ရ  
တော့သည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# ကိုယ်ကသာ လူ ခေါင်းတွင်မူ ဘယ်လုံး အပြောဘယ်လိုကြံ အလုပ်ဘယ်လိုဖန်မတုံး

လူ့မိ၊ လူ့ဖတို့က မွေးပေးထားသဖြင့် လူဆိုရသော်လည်း မျက်စိနှစ်လုံး ပွင့်ချိန်မှ မှိတ်ချိန်အတွင်း ကြိုက်စိတ် မကြိုက်စိတ် စသည် ကိလေသာဆယ်ခင်း ခေါင်းထဲသွင်းထားလေသူ မည်သို့မျှ လူ့အသိမရှိနိုင်။

တစ်ဖန် သတိမသုံး အမေ့ကြား စိတ်ကို အဆုံးထားလေသူ လည်း မည်သို့မျှ လူ့အသိမရှိစေနိုင်။

တစ်ဖန်လည်း မည်သည့်အာရုံက လာတိုက်တိုက် ထိုတိုက် သမျှ အာရုံနောက်၊ အာရုံရှင်၏အမည်ကို ခြေရာကောက်၍ နောက် ယောင်ခံလိုက်နေသူလည်း မည်သို့မျှ လူ့အသိ မရှိစေနိုင်။

ထိုလူစိတ်မဲ့ လူ့အမည်ခံများသည်ကား အပြောနှင့် အလုပ် တို့၏အကြား ဆက်သွယ်ရေးအဖြစ်ထားသော စိတ်ကမှ ကိုယ်ပိုင် စိတ်မဖြစ်တော့ ရာ...

-ပြောသမျှ အပြောလည်း လူ့သဘောမသက်၊ လူစကား မထွက်တော့ပြီ။

-လုပ်သမျှ အလုပ်လည်း လူ့သရုပ်မပေါ် လူပုံနှင့် မလျော်  
တော့ပြီ။

ထိုသူ၏ လူ့တစ်သက်သည် ရာဂ ဒေါသစသော ညစ်စိတ်  
တို့ကသာ ခြယ်လှယ်စေခိုင်းခြင်းဖြင့် ကြိုးကိုင်ထားတော့ရာ...

ကြိုးဆွဲဆရာကိုင် မင်းသားရုပ်ကလေးသည် ရွှေပွဲလာတို့၏  
ရှေ့ ကြိုးဆွဲဆရာ၏ သဘောအတိုင်း က၊ပြုလေ့ရှိပြီး ပွဲသိမ်း၍  
တန်းချိတ်၊ ကြိုးဆွဲဆရာအိပ်သည်နှင့် အရုပ်သည် အရုပ်မျှသာဖြင့်  
လူ့ဘဝ ကင်းဆိတ်နေသည့်ပမာ...

-ကိလေသာဆယ်မျိုးတို့ နိုးထနေသမျှ တစ်မျိုးပြီးတစ်မျိုး  
ကနေရမည်သာ။

-ကိလေသာဆယ်မျိုး ဘယ်ဟာမှ မနိုး မှုန်သိုးသိုးဖြင့် အချိန်  
ကုန်မည်သာ။

လူဟိတ်ကင်းသောလူသား သေသူနှင့်ဘာမျှ မခြားနား။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ယာဉ်မကု လူနှုံး လမ်းရိက္ခာပင်ဆုံး

သံသရာတစ်ခွင် ခရီးပြင်းနှင်ရာ၌ ယာဉ်သည် အရေးပါဆုံး။

-ဒါနဖြင့်သွားလိုလျှင် ရေယာဉ်ကို အသုံးပြုမှသာ။ အာသဝ  
မှ လွန်မြောက် လိုရာရာခရီးပေါက်နိုင်သည်။

-သီလဖြင့် သွားလိုလျှင် ရထားယာဉ်ကို အသုံးပြုသွားမှ သာ။  
ဒုစရိုက် တောနက်ထဲမှ လွန်မြောက် လိုရာရာ ခရီးဆုံး ပေါက်  
နိုင်သည်။

-ဘာဝနာဖြင့်သွားလိုလျှင် လေယာဉ်ကိုသာ အသုံးပြုသွားမှ  
သာ နီဝရဏတိမ်တိုက်မှ လွန်မြောက် လိုရာရာ ခရီးဆုံး ပေါက်  
နိုင်သည်။

ထိုယာဉ်ဝယ် ကုန်း၊ ရေ၊ လေ လိုသလို အသုံးပြုနိုင်သော  
ကုန်းဘေး၊ ရေဘေး၊ လေဘေးတို့ကိုလည်း ဖြိုခွဲသွားနိုင်သော

-ဝီရိယ- သတိ- သမာဓိဟူသော ထိုးဖောက် ကိရိယာ၊

-ဒိဋ္ဌိ-သင်္ကပ္ပ ဟူသော ပဲ့ထိန်း၊

-ဝါစာ- ကမ္မန္တ- အာဇီဝ ဟူသော ကုတ်အား၊

ထိုသုံးမျိုးတို့ အချိတ်အဆက်မိမိ သွင်းထည့်ထားခြင်းကြောင့် အတားပေါ်လျှင်ချေမှုန်း သွားသာသော် အတွင်ရုန်းဖြင့် ခရီးဆုံးအထိ ပို့ဆောင်ပေးနိုင်စွမ်းရှိ၏။ အကယ်တိတိ

မဂ္ဂင်ယာဉ် အကူမပါ ဒါန- သီလ- သမထ ဗလာသက် သက်ဖြင့် ခရီးထွက်ခဲ့ပါမူကား ရေစီးသန် တောနက်၊ လေထန်ထန် တိမ်တိုက်ဘက် ခရီးသက်မိသည်နှင့် အဖျက်ဘေးအမျိုးမျိုးတို့၏ အထိုးဒဏ် မခံနိုင်ရကား ပြုသမျှ ကုသလ အနုသယ၏ ဝါးဖတ် အဖြစ်ဖြင့် ပျောက်ပျက်ကုန်ခန်း သွားရမြဲပင်။

လူသည်လည်း ပရိယုဋ္ဌာန်- ဝိတိက္ကမံတို့၏ အညှင်း စင်းစင်း ကြီးခံနေရတော့ရာ ကိုယ်ပြုသောဒါနကပင် ကိုယ့်အား ဒါသအဖြစ် နေရာချထားပေးတတ်သည်။

[ ၁၃၆၁၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၈ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သွားလျက်နှင့် မရွေ့ နေရာမှာပင် ဝေနေလို့

ခရီးသွားရာ၌

ဘယ်ညာဖဝါးအပြင် လှမ်းချင်သည် လှမ်းသည်ဟူသော  
စိတ်နှင့်ကိုယ် အတွဲမိမှသာ သွားလိုရာခရီး ပြီးစီးနိုင်၏။

ညာဏ်လမ်းခရီးသွားကြရာ၌လည်း သတိနှင့်အသိဟူသော  
စရုဏဝိဇ္ဇာ ဖဝါးနှစ်ဖြာအပြင် သဒ္ဓါ- ဆန္ဒ- ဝီရိယစသည် အဓိပတိ  
ဗိုလ် တွန်းအားများကပါ ပံ့ပိုးပေးနေမှသာ... ကျင့်သလောက် သိ၊  
သိသလောက်ကျင့်တို့ဖြင့် သမထ၊ ဝိပဿနာလမ်းမှသည် နိဗ္ဗာန်နန်း  
သို့ တန်းမတ်စွာ ရောက်နိုင်မည်။

သို့မဟုတ်ပါဘဲ...

အကျင့်နှင့် အသိတို့ကို ဆက်သွယ်ပေး တာဝန်ယူကြရသော  
သဒ္ဓါ-ဆန္ဒ-ဝီရိယစသည် အဓိပတိဗိုလ်ကင်း အာရုံမှန် အကျင့်မှန်  
ပျက်ယွင်းနေပါသော်ကား...

ဖဝါးနှစ်စုံ ဘယ်ညာ- ဘယ်ညာခုန်နေသူသည် နေရာမှာပင် လမ်းဆုံး ရခွင့်များဆုံးရှုံးရသည်ပမာ အပိတ်တွေ့လည်းမထွင်း၊ အရှုပ်တွေ့လည်း မရှင်း၊ အတားတွေ့လည်း မဖြိုခွင်းနိုင်တော့သည့် အပြင်-

-အပိတ်ရှေ့ ဝေလျက်ကပင် အချိန်ကုန်ရမည်။

-အရှုပ်ပိ ငြိလျက်ကပင် လဲကျစေနိုင်သည်။

-အတားအောက် မှောက်လျက်ကပင် အနိုင်ကျင့်ခံရတော့ သည်။ မည်သည့်အလုပ်မဆို သဒ္ဓါကင်းက ဆားမပါဟင်း စားရသည့် ပမာသာ။ ဆန္ဒကင်းက ခံတွင်းပျက် လက်ဖက်ဝါးပမာသာ။ ဝီရိယ ကင်းက ထမင်းပန်းကန်ကြည့် လက်မနှိုက်မိသည့်ပမာ ဘာဆို ဘာမျှ အရာမဝင်ပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ပြောင်ချောမြေ မျောမချ အတက်ဆို လျှောက်ကျမည်

အစေးပါသော မြေပြင်ထက်သို့ ခရီးသက်လိုသူသည် ဖဝါး၊  
ခြေ၊ မြေ၌မြီစေရန် မျောတုံးများသော်လည်းကောင်း၊ ခဲ အုတ်  
ကျောက်ပြားများသော်လည်းကောင်း ခင်းပေးထားရသည်။

သည့်ပမာလျှင်

- ကိလေသာအတားကလည်း များပြား

- မဂ်ဖိုလ်လမ်းကလည်း မတ်စောက်

- နိဗ္ဗာန်နန်းပေါက်ကလည်း ရောက်နိုင်ခဲ့လှသော ဖြစ်ပျက်  
လမ်းပြင် သမထ- ဝိပဿနာယာဉ်တင်လျက် ခရီးထွက်လာခဲ့ကြ  
သူ လူအပေါင်းတို့သည်လည်း

- ဗောဇ္ဈင် ခုနစ်တန်တို့ဖြင့် မိမိဉာဏ်အခံမထားဘဲ သွားမြီ  
သွားနေခဲ့သော်

- အတားတချို့ဝေ့ စွေ့ခနဲ ပါသွားတော့ပြီသာ

- အပိတ်တစ်ခါနှော ဝေါခနဲ မျောသွားတော့ပြီသာ

- အရှုပ်တစ်ချက်တုပ် ငုတ်တုတ်ဖြင့် မြုပ်သွားတော့ပြီသာ။

အကယ် တိ တိ ...

-သတိဖြင့်ထစ်၍ ဖြစ်ပျက်ကို မြင်စေခြင်း

-ဝီရိယဖြင့် ဖြည့်၍ ပီတိကို ဝင်စေခြင်း စသည်  
ဗောဇ္ဈင်အဆင့်တို့ဖြင့် ခရီးလမ်း ပွင့်စေခဲ့သော်

-အတားပေါ်... ထိုအတားသည်ပင် ကစားဖော်ဖြစ်တော့

ချေရာ...

-အပိတ်မိ... ထိုအပိတ်ကပင် ပါရမီဖြည့်ပေးနေတော့ရာ...

-အရှုပ်ထွေး... ထိုအရှုပ်ကပင် လမ်းပေးနေတော့ရာ...

-မသွားချင်၍သာ မရောက်ရှိရမည်။

-တံခါးဝင် အပေါက်အထိကား ဧကန်တိုးမိနေသည်သာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# လှမ်းကြည့်၍ပေးသော အဖြေ လှန်ကြည့်ရာမှပေးသော အဖြေလောက်

## မသေချာ

- သစ္စာသည် မှန်ကန်ခြင်း၊ တိကျခြင်းကို ဆိုချေရာ...  
တိုင်းပြည်တစ်ပြည်၊ လူမျိုးတစ်မျိုးတို့ သဘောတူ အတည်  
ပြုလက်ခံထားသော ကာမအရာများသည်လည်း သစ္စာပင်။
- တစ်ဖန် အတွေးအခေါ် အမြော်အမြင်တို့ဖြင့် တစ်စင်ထောင်  
ကာ ကျင့်ကြံနေကြသော ဝါဒအရာများသည်လည်း သစ္စာပင်။
- ထိုနှစ်မျိုးစလုံး အတွေးဖြင့်ခေါ် အမျှော်ဖြင့်မှန်း စိတ်ကူးယဉ်  
အိပ်မက်ခန်းများချည်း ဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ အများနှင့် မတိုး  
ကွက်ကြားမိုးဖြစ်နေခြင်းများကြောင့်လည်းကောင်း သစ္စာ မထိုက်ချေ။  
အကြင်သူသည်  
မိမိခန္ဓာ့ဖြစ်စဉ်ကို အတွင်းရော အပြင်ပါ ဉာဏ်ဓားဖြင့်  
ခွဲခြမ်းစိပ်ဖြာကာ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှနေ ကာလသုံးပါး အခြားမရှိ  
ထိုင်လျက်ကကြည့်၏။

ထိုသူ၏ အသိသည်သာ ဘုံသားမှန်သမျှ မည်သူမျှ ငြင်း၍ မရသော အကြိုက်မိလျှင် ဒုက္ခကိန်းသည်၊ အကြိုက်မမိလျှင် ဒုက္ခ ငြိမ်းသည်ဟူသော အဖြေမှန်၊ အဆုံးထိမြင်သော အသိဉာဏ်ဖြင့် ဝေဖန်ပြရာဖြစ်ခြင်းကြောင့် သစ္စာထိုက်သော ကတဉာဏ်ဆိုရသည်။

ထိုအမြင်မျိုးသည်

-ခန္ဓာဖြစ်စဉ် ဖြစ်ပျက်မြင် အနိစ္စနယ်မြေတွင်း ဆင်းမိရုံမျှ ဖြင့်လည်း မရ။

-ခန္ဓာဖြစ်စဉ်အပျက်ချည်းမြင် ဒုက္ခနယ်ပယ်ခွင် ဝင်မိရုံမျှဖြင့် လည်း မရ။

-ခန္ဓာဖြစ်စဉ် သဘောမျှအမြင် အနတ္တနယ်ပယ်လောက် ရောက်ရုံမျှဖြင့်လည်း မရ။

စင်စစ် ထိုသုံးခုတွင်း ဖြတ်ကျော်ရင်းဖြင့် အားကိုးအရှိ အငြိ မဝင် မည်သည့်အရာကိုမျှ မခင်တော့မှရလေရာ ထိုအမြင်မှ သစ္စာ မထိုက် မည်သည့်အရာသည် သစ္စာထိုက်အံ့နည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ဆေးပတ်မလည်ဘဲ ပျောက်သောရောဂါ အမြစ်ပြတ်ဖို့ မသေချာ

သတ္တဝါတို့၏ သဏ္ဍာန်၌ စွဲကပ်လျက်ရှိနေသော ကိလေသာ ကို ပညာဖြင့် အနုသယ၊ သမာဓိဖြင့် ပရိယုဋ္ဌာန်၊ သီလဖြင့် ဝီတိက္ကမ သုံးပိုင်းပိုင်း၍ နုတ်ပယ် ပစ်ရရိုးရှိရာ တစ်ခုကောင်းဖြင့် မလုံလောက် ရာပြီ။

သမားဂုဏ်ပြတစ်ခုကောင်းဖြင့် ဝါဒတစ်ခု ထူထောင်၍ လူတို့ကို စည်းရုံးသိမ်းသွင်းနေကြသောဝါဒပြိုင်တို့တွင်

- အချို့ကား သီလမှရသော သဒ္ဓါပီတိဖြင့်သာ တင်းတိမ် နေကြ၏။

- အချို့ကား သမာဓိမှရသော ဝီရိယပီတိဖြင့်သာ တင်းတိမ်နေ ကြ၏။

ထိုပီတိ (ပဿဒ္ဓိ)များသည် ပညာမှရသော ဖိုလ်ပီတိကဲ့သို့ စိတ်မချရပြီ။

ချမ်းသာလမ်း အမြဲပေးစွမ်း နိုင်စွမ်းလည်းမရှိ။  
ပညာမှရသော ပီတိသည် ကား...

-အနုသယ အမြစ်ကိုလည်း နှုတ်၍နှုတ်၍ထားခဲ့ပြီး ဖြစ်နေ၍ လည်းကောင်း။

-ပရိယုဋ္ဌာန် အညွန့်ကိုလည်း ချိုး၍ ချိုး၍ ညှိုးခြောက်ပြီး ဖြစ်နေ၍ လည်းကောင်း၊

-ဝီတိက္ကမ ပင်လုံးကိုလည်း ခုတ်၍ခုတ်၍ လဲစေပြီး ဖြစ်နေ၍ လည်းကောင်း၊

- အပါယ်ဘေးမှ အမြဲအေးဆေးခွင့်ကိုလည်း ပေးသည်။

- ကာမဘေးမှ အမြဲအေးဆေးခွင့်ကိုလည်း ပေးသည်။

- ဘဝဘေးမှ အမြဲအေးဆေးခွင့်ကိုလည်း ပေးသည်။

အကယ်တိတိ

မိမိကဲ့သို့ ရောဂါတူဖြစ်နေသူ ဖြစ်ဆဲရောဂါ ပျောက်လိုသူ တွေပါကလည်း ကုနည်းပေး၍ အေးဆေးနိုင်သေးသည်။

စင်စစ် သိက္ခာသုံးတန် (သီလဖြင့် ဝိုင်းရံ၊ သမာဓိဖြင့် ဖမ်းချုပ် ပညာဖြင့် သုတ်သင်ခြင်းတို့) ပတ်လည်လှည့် အဆင့်ဆင့်လှည့်၍၊ အငြိကို မဖြုတ်ဘဲ အေးသောဘဝ မည်သည့်ရောဂါမျှ မကျေပနိုင်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# လူဖြစ်လျှင် လူလိုနေ လူလိုသေဖို့ အရေးကြီး

ခွဲခြမ်းသိ သိစေတတ်သော ဉာဏ်သည် လူသဏ္ဍာန်မှာသာ တည်ရှိလေ ရာ၊ ထိုအသိ ထိထိမိမိ အသုံးချတတ်ဖို့လိုသည်။

- ငါးသည် မြူးလည်း မယက်တတ်၊ မြူးမှလည်း မထွက် တတ်။

- လူသည်ကား မြူးလည်းယက်၊ မြူးမှလည်း ထွက်တတ်၏။

ထိုမျှ လူနှင့်တိရစ္ဆာန် အသိဉာဏ်ချင်း ကွာခြားနေချေရာ လူသည် ကြိုက်လျှင်လိုက်၊ မကြိုက်လျှင် တိုက်၊ မသိခိုက်ဖြင့် မလုံလောက်။ သဘောကျလျှင် အကောင်း၊ သဘောမကျ အဆိုး၊ ထိုအသိ မျိုးဖြင့်လည်း မလုံလောက်။

- နွားလည်းသွားရာ ဦးစီးပါမှ အရာရောက်သည်ပမာ ကိုယ်ခန္ဓာသွားရာ အသိပါမှသာအရာရောက်မည်ကို ဆင်ခြင်၍၊

- ငါးထားရာအရှိ ငါးသွားရာကြည့်မှ မိသည့်ပမာ ခန္ဓာအရှိ ခန္ဓာလှုပ်ရှားဆဲကြည့်မှ မိမည်ကို ဆင်ခြင်၍၊

သွားသွားစားစား၊ နားနားနေနေ ကိုယ့်ခန္ဓာတွင် ကိုယ့်စိတ် သွင်း၊ ကိုယ့်အဖြစ် ကိုယ့်သနစ် စစ်ဆေးရင်းဖြင့် သွားလာနေထိုင် တတ်ကြရာ၏။

ထိုသို့သာ နေထိုင်တတ်လာသော်

မသေခင် ကံအကျိုးပေး ခံစားနေရာ၌လည်း အကောင်းအဆိုး အကြောင်းအကျိုး ခွဲခြမ်းသိ-သိ သိနေတော့ပြီး၊ အကျိုးမဲ့အပြစ်ရှိကို လက်လွှတ်၍ အကျိုးရှိ အပြစ်မဲ့ကိုချည်း ရွေးချယ်ပြုကျင့်နေရော့ မည်။

သေခါကာလ၌လည်း လက်တွင်းမိ သတိ အသိများက စိတ်ကို ရှေ့ရောက် နောက်ပြန်လည်း မခံ၊ သူတကာထံ၌လည်း အလည် သွားခွင့်မပြု၊ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ရှိ မိမိခန္ဓာ၌သာ ရှုသိခွင့်ပေးထား ကြရကား တွေးမှဖြစ်သော ကိလေသာ၊ ပြေးမှလိုက်သော ကိလေ သာတို့ မဝင်လာဘဲ ဖြစ်ပျက်မြင် လူစိတ်သက်သက်ဖြင့်သာ အသေ ဆုံး ပေရော့မည်။

-ထိုနေခြင်းသည်သာ အကြွေးကင်းသော နေနည်းတည်း။

-ထိုသေခြင်းသည်သာ ကိုယ်ပိုင်ဘဝ မဆုံးရှုံးစေသော သေ နည်းတည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# မင်းကင်းတော့ ပြည်နာ ဗိုလ်ကင်းတော့ တပ်ပြုတ် ဦးစီးကင်း နေရင်းနောက်ပြန်ဆုတ်

ကိလေသာ ရန်အတားအားလုံးကို တိုက်ခိုက်ကျော်လွှားလျက်  
က လွတ်မြောက်ရာဘက် ထွက်လိုသည့်-

- စိတ်ကို အစိုးရသောက္ကန္တလည်း ရှိရမည်။
- စိတ်အားပေး ဗိုလ်ငါးပါးတို့လည်း ပါရသည်။
- စိတ်ဦးစီး အဓိပတိ လေးပါးတို့လည်း လက်မလွတ်စေရ။

ထိုအားလုံး အလုံးအရင်းဖြင့် ထိုးဖောက် ချေမှုန်းပေးမှသာ၊  
ထိုစိတ် မင်းဘိသိက်ခံနိုင်မည်။

ထိုသို့ မဟုတ်ပါဘဲ...

က္ကန္တကင်း ဗိုလ်ချင်းလည်း လက်တွဲမမိ အဓိပတိလည်း မပါဖြင့်  
ပုန်ကန်ခြားနားခြင်းအလုပ် သင်အားထုတ်မိချေသော်

- စိတ်ကို နိုင်နင်းစွာ မကိုင်တွယ်နိုင်တော့ခြင်းကြောင့်လည်း  
ကောင်း။

-စိတ်အင်အားမပြည့် ထိုးဖောက်ခုခံအားများ မရှိတော့သော  
ကြောင့်လည်းကောင်း၊

-စိတ်ဓာတ်စစ်ဆင်ရေးနည်းဗျူဟာ မလိမ္မာတော့သောကြောင့်  
လည်းကောင်း။

တိုက်တိုင်းအောင် နာမည်မရ သုံးပန်းဖြင့် အရာကျတတ်သည်။  
နိဿာနိကခေါ် အပါယ ကာမ-ဘဝနယ်မြေတို့မှ အဆင့်ဆင့်  
လွတ်မြောက်ခွင့်ရရန် ကြိုးစားရသော ဤကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်သည်-  
-မှောက်လျက် လိပ်၊ ပက်လက် အိပ်၊ အအိပ်ခိုင်းရသည်  
သို့ မလွယ်။

-မှောက်နေသော ကမ္ဘာ၊ ပက်လက်လှန်ရန် ခွာရသည်ထက်  
လည်း မက၊ အာရုံမှန်နှင့် နည်းမှန်၊ လမ်းမှန်၊ အကျင့်မှန်တို့ကို  
ဖော်ဆောင်ပေးတတ်သော လမ်းညွှန်လက်စွဲများကို ကိုင်တွယ်အသုံးချ  
မှသာ ငှက်ပျောသီးအခွံခွာစားရသည် သို့ လွယ်ကူ ရာသည်။  
သို့မဟုတ်က သွား သလောက် ဖား၊ ထားသလောက် ပုပ်၊  
တိုးသလောက် လျှင် နောက်ဆုတ်နေတတ် လှချေသည်။

- ကမ္မဋ္ဌာန်းကြောက်-အဓိပတိဦးစီးမရောက်၍တည်း။
- ကမ္မဋ္ဌာန်းရူး-ဗိုလ်-ဣန္ဒြေ အခြေမပါ၍တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၂ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# ကိုယ်ကျတော့ညွှာ စိတ်ကျတော့ အလိုလိုက် သခင်မင်း အလျဉ်းမဖြစ်ထိုက်

ဘုရား၊ ပစ္စေက၊ မဟာသာဝကတို့သွားရာ လောကုတ္တရာ  
လမ်းကား ယုံကြည်ရဲတင်း၊ ကိုယ်နှင့်စိတ် ဓားစာခံအဖြစ်ရင်း၍  
သွားမှသာ ရောက်နိုင် ပေါက်နိုင်ခွင့်ရှိသော လမ်းတည်း။

ထိုလမ်းသို့

-ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခင်မင်မှုအားကြီးနေသူများ မဝင်ရောက်နိုင်။

-စိတ်အလိုလိုက် အာရုံနှင့် အာရုံရှင်တို့၌ စိတ်စိုက်နေသူ  
များလည်း မဝင်ရောက်နိုင်။

ကိလေသာစသည် အယုတ်တရားများသည်

-စိတ်ကိုသိမ်း၍ ကိုယ်၌ကိန်းနေသည်ကတစ်ကြောင်း။

-ဘဝ ဘဝါ၊ ကမ္ဘာ့ကမ္ဘာ လိုက်ပါနေသည်က တစ်ကြောင်း၊

-ကိုယ်ဖောက်ပြန်မှုကို အခွင့်ကောင်းယူ၍ စိတ်ကို အနိုင်  
ကျင့်နေသည်ကတစ်ကြောင်း။

ထိုအကြောင်းကြောင်းတို့ကြောင့် ထိုကိလေသာစသည့် အယုတ်  
တရားများကို တိုက်ထုတ်လိုလျှင် ကိုယ်နှင့်စိတ်တို့ကို အသေခံတပ်သား

အရာထား၍ စွန့်လွှတ်စွန့်စား တိုက်ခိုက်ရဲမှသာ အောင်နိုင်ခွင့်ရှိပြီး  
ဘုရား၊ ပစ္စေက၊ မဟာသာဝကတို့သွားလမ်း ဖဝါး၊ ခြေလှမ်း ချနိုင်ခွင့်  
ရှိလိမ့်မည်။

ထိုသို့မဟုတ်ပါဘဲ။

ကိုယ်နှင့်စိတ်တို့ကို စားကျက်ငါးခု၏အကြား ကိလေသာတို့  
နှင့်လွှတ်ပေးထားကာ စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်ပါနေခဲ့ပါသော်ကား-

ကိလေသာ မကောင်းကြောင်းပြော၍ ကိလေသာတောင်းရာ  
လိုက်လျောနေရသော သုံးပန်းသမားဘဝမှ ဘယ်သောကာလမျှ မလွန်  
မြောက်နိုင်။

ဘုရားတရားကောင်းကြောင်းပြော၍ ဘုရားဆုံးမရာ မလိုက်  
လျော၊ ဘုရား ကျောခိုင်းနေသော အရိုင်းဘဝမှ ဘယ်သောကာလမျှ  
ရှေ့မတိုး။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# ကာမဆိုရုံမင် ဘုံဆိုလျှင် ပိုက် ထီးဆောင်းမင်း အလျဉ်းမဖြစ်ထိုက်

- ကာမ၏ အဆုံးပန်းတိုင်ကား - မေထုန်ခံစားခြင်းတည်း။

- ဓမ္မ၏ အဆုံးပန်းတိုင်ကား - နိဗ္ဗာန်ခံစားခြင်းတည်း။

သို့ကြောင့်

တဏှာလုံးဝကင်းမှ ရနိုင်သော နိဗ္ဗာန်နှင့် တဏှာအလုံးအရင်း တင်သွင်းမှ ရနိုင်သော မေထုန်ကား ပြဒါးတစ်လမ်း၊ သံတစ်လမ်း ဖြစ်ရာ မည်သို့မျှ ဆုံပေး၍ မရစကောင်း။

- လူတို့သည် မိမိ၊ မိမိတို့၏ ဘာသာထုံးတမ်း အလိုက် လည်းကောင်း၊

- ဆရာသမားလူကြီးသူမတို့၏ အဆုံးအမလိုက်နာသောအား ဖြင့်လည်းကောင်း။

ပေးကမ်းရက်ရောခြင်း၊ ဒါနမှုကိုလည်း ပြု၏။ စောင့်စည်း ခြင်းများကိုလည်း စည်းထားကာ ပြုကျင့်၏။ သို့တစေလည်း...

ထိုပြုကျင့်ချက်များသည်...

မိမိအတွက် နောင်ကောင်းစားလိုခြင်း၊ သူတစ်ပါးတို့နှင့် တွဲဖက် ကာမစားကျက်၌ အပျော်ထွက်လိုခြင်း၊ တဏှာကသာ ဦးစီး

နေချေရာ တဏှာမုန်သောက် ကာမဘုံလောက်မျှဖြင့်သာ ခရီးဆုံးနေကြသည်။ ပေးသူကား ကာမဘုံစံ၊ အလှူခံကား ဗြဟ္မာဘုံပြန်ထက် မပိုချေ။

အစွဲကြာ အနာဖြစ်၊ ပျောက်သော်မှ အမာရွတ်ကား ကျန်ရစ်ပမာ... တွဲရာ၊ နွဲ့ရာဝတ္ထုအာရုံတို့၏ ဆွဲငင်အားများကို အပြတ် မရုန်းနိုင်ခြင်းကြောင့်တည်း။

ထီးဆောင်းမင်းဖြစ်လိုသူသည်

-ငါသည် ကာမပုပ်- အမှန်တကယ်ပင် စက်ဆုပ်နေပြီလော။

-ငါသည် နိဗ္ဗာန်၏ မခံစားရဘဲနှင့် ကောင်းသော အရသာ တကယ်ပင် ဆာနေပြီလော။

-ငါသည် လက်ရှိဘဝ၊ စည်းစိမ်နှင့်အသက် တကယ်ပင် ငဲ့ကွက်မှု မရှိတော့ပြီလော။

ထိုမေးခွန်းသုံးဆင့် ရှေ့စိတ်ကို နောက်စိတ်ဖြင့်မေးကြည့်သင့်၏။

အကယ်တိတိ မေးသမျှအခင်း ဖြေရှင်းပြီးပါလျှင် သင်ကား မင်းဖြစ်ဖို့ သေချာသွားပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၃ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# သတိကိုသာ ပွဲထုတ် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် မင်းသားဝင်မလုပ်နှင့်

ဝိပဿနာအလုပ်သည်  
လုပ်ယူရသော အလုပ်မျိုးမဟုတ်။ ကြည့်ရှုရသော အလုပ်မျိုး  
မျှသာဖြစ်ရာ ငါဝင်မရှုပ်မိဖို့ အထူးအရေးကြီး၏။

ထိုကြည့်ရှုခြင်းအလုပ်သည်  
စိတ်ကို တွေးခြင်း၊ ပြေးခြင်း မရှိ။ မိမိ၌ ပကတိ အထိနှင့်  
အသိမျှ အတူရှိနေရန်လည်း တာဝန်ယူ။

စွဲစိတ်နှင့် အစွဲတွဲလျက်က စွဲစိတ်အဖြစ်ဖြင့် တစ်ဖက်အကြောင်း  
သာ သိတော့၍ တစ်ဖက်အကြောင်း၌သာ ငြိနေခြင်းကိုလည်း  
ဖျင်ပေးရန် တာဝန်ယူရရာ...

စွဲစိတ်၏တည်ရာ ထိုငါကို ပွဲထုတ်လာသော်ကား ဘဝင်လေ  
မငြိမ်၊ နှလုံးအိမ်လှုပ်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်ကွင်းလည်း မြုပ်၍ သွားတတ်  
ပြီး နှလုံးသွေးပူဆူလာသည်နှင့် အစွဲလှန်၍ စိတ်ပျံ့ခြင်း၊ အစွဲဟန်  
၍ စိတ်မသန့်ခြင်းများ ထကြွလာတတ်လှချေသည်။ ပွဲလှန်ခြင်း  
တည်း။

အကယ်တိတိ လာသမျှ အတွေ့အထိ၊ သတိကိုသာ အကြည့်  
ခိုင်းထားပါသော် သတိသည် အသိကိုလည်း ငင်၊ အငြိကိုလည်း  
ဖျင်၊ စိတ်ကိုလည်း သန့်စင်ပေးတတ်ရာ -

-အကောင်းတွေ့လည်း ဖြစ်ပျက်ဖော် ထိုအကောင်းကို ကျော်  
နိုင်သည်။

-အဆိုးတွေ့လည်း ဖြစ်ပျက်ဖော် ထိုအဆိုးကိုလည်း ကျော်  
သွားနိုင်သည်။

-ကြားခံတွေ့လည်း ဖြစ်ပျက်ဖော် ထိုကြားခံကိုလည်း ကျော်  
ထားခဲ့နိုင်သည်။

သူတစ်ပါးစိတ်ကို ချေ၍ ကိုယ့်စိတ်ဖြင့်ကိုယ် နေလိုသူတိုင်း  
သည်လည်းကောင်း၊

အစွဲဟူသမျှ မဝင်စေ၍ အရှိကိုအရှိအတိုင်းချည်း မြင်စေလို  
သူတိုင်းသည်လည်းကောင်း၊

မဂ္ဂင်ရုန်းသတိမှတစ်ပါး အားကိုးရာမရှိချေ။

-သတိပါသောအသိ၊ မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာတည်း။

-သညာမှဖြစ်သောအသိ သူတစ်ပါးထံမှ ချေးငှားထားသော  
ဥစ္စာတည်း။

ကိုယ်ပိုင်ဘဝလုံခြုံစေလိုလျှင် ထိုသတိကို မည်သည့်အခါမျှ  
လက်မလွှတ်ရာ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၄ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]

# အမေပျင်း မြေခင်းပျက် သားကမြင်းတော့ ခြေကျင်းနှစ်ဖက် စုံလုံးပျက်

-ဝိပဿနာခွင် ဉာဏ်စဉ်တက်ရာ၌

-စိတ်ချည်း ဖြောင့်စွာမသွားတတ်သေးသော ဥပစာအရာ၌ သတိသည် မိခင်ပမာ အသိကိုတွဲ၍ ရှေ့မှပင် ဆွဲခေါ်ရာ၏။

ထိုသို့ ဆွဲခေါ်ရာ၌ စေ့စပ်ခြင်း၊ စူးစိုက်ခြင်း အားမပါသော် ဖြစ်ပျက်လည်း မပီပြင် ဉာဏ်စဉ်လည်း မသဲကွဲ၊ မှန်မဲ့မဲ့ဖြင့်သာ လမ်းပျောက်တတ်လှချေသည်။

စိတ်ချည်းဖြောင့်စွာ သွားနိုင်ပြီဖြစ်သော အပ္ပနာတွင်ကား သတိသည် အတွင်းနေအောင့်မေ့ခြင်းဖြင့် စောင့်ကြပ်ပေးလျက်က အသိ သက်သက်ကိုချည်း ရှေ့တန်းတင်ပေးထားရာ

ထိုအသိ စိတ်ဝင်စားခြင်း၊ ဉာဏ်ပါခြင်း ကင်းမဲ့ကာ သိသိ နေရုံမျှဖြင့် ကိစ္စပြီးနေချေသော် သမာဓိဉာဏ်လည်း ဆွံ့၊ အသိဉာဏ် လည်း အဖြင့် ဆွံ့အခြင်းသို့ ဆင်းသွားပြီး အထောက်လည်းပျောက်၊ အရောက်လည်း လွဲနေရာမှာပင် ပျင်းတွဲတွဲဖြစ်နေတတ်လှချေသည်။

သတိမမှန် အခြေခံပျက်၊ အသိမမှန် အမွေခံ မသက်တည်း။

မဂ္ဂင်မှ မဂ္ဂသို့ ပြောင်းလဲရာ၌လည်းကောင်း၊ စွဲစိတ်မှပင် ကိုယ်စိတ် ပြန်လည် ဖြစ်စေရာ၌လည်းကောင်း၊ အတားကြားမှ အသွားထား သန်ရန် ကြိုးစားပေးရာ၌လည်းကောင်း ထိုသတိနှင့်ထိုအသိ အပေး အယူမိမှ အောင်နိုင်ရာသည်။

-သတိက စေ့စပ်သည်။ အသိဝေပတ်နေပြန်လျှင်လည်း မအောင်နိုင်။

-သတိက စူးစိုက်ပေးနေသည်။ အသိက အထူးမလိုက်ပြန် လျှင်လည်း မအောင်နိုင်။

သည့်အတူ အသိက ထက်လျက် သတိမဆက်ခဲ့သော်လည်း ကောင်း၊ အသိက သွက်လျက်နှင့် သတိက မထက်ခဲ့သော်လည်း ကောင်း အောင်နိုင်ခွင့် မရနိုင်ချေ။

ခရီးအသွား ဖဝါးနှစ်ဖက်စလုံး အသုံးပြုရာရာ တစ်ဖက်သုံး ဖြင့် လမ်းဆုံးလမ်းပေါက် မည်သူသည် ရောက်နိုင်ပါအံ့နည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆန်း၊ ၁၄ ရက်၊ မောနေယျတော၊ ]



# လမ်းထားလည်းရှိ လမ်းသွားရှိ ရောက်၏ ဆုံးဇကန်

-လူတို့၏ ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ကြီးသည် လမ်းထားတည်း။  
 -လူ့စိတ်မီ သတိ-အသိနှစ်ပါးသည်ကား လမ်းသွားတည်း။  
 ထိုသို့အထားလည်းရှိ၊ အသွားလည်းရှိနေစဉ်... ထိုအထား  
 နှင့် ထိုအသွား တစ်သားတည်းကျဖို့သာ လိုသည်။  
 တစ်သားတည်း ကျချေသော်...  
 -အဆုံးဟူသော ခရီးပန်းတိုင်ကား ရပ်နေသော အသေမျိုး  
 ဖြစ်ပြီး  
 -သွားနေသော သတိ အသိတို့ကား ရွှေ့နေသော အရှင်မျိုး  
 ဖြစ်ရာ ရောက်ရုံမျှဖြင့် မတော်ချင် ကျော်ဖို့ပင် ရှိချေသေးတော့သည်။  
 တစ်သားတည်း မကျချေသော်ကား ရေနှင့်လှေငြိ၊ ထိုနေရာ  
 မှာပင် ဝဲလည်လှည့်နေသည့်ပမာ  
 သတိ-အသိ အသွားဘက်ကသာ အားကောင်း၊ အထားဘက်  
 မှ အကြည်ဓာတ်ခွက်များ ပျက်ယွင်းလေသူ၊ မှတ်သလောက်မသိ  
 သိသလောက်မမိတို့ဖြင့် အချိန်ကုန်ရမည်။

အကယ်တိတိ ခန္ဓာခွင် အကြည်ဓာတ်တို့ကသာ ဖမ်းအား  
ကောင်းပြီး အသွားဘက်မှ သတိ အသိတို့က ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်း  
ဖြစ်နေသူ၊ အမှတ်ရော့ရဲ့ အသိမဲ့နေသူဖြစ်နေပါမူ ပြသလောက်  
မကြည့်၊ ကြည့်သလောက် မသိတို့ဖြင့်သာ အချိန် ကုန်ရမည်။

ငါးစာမက် များချက်အထိမခံလိုသော သင်သည်

-နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်းပမာသော သုခ၊ ဒုက္ခ၊ ဥပေက္ခာ၊ ဝေဒနာ  
တို့၏အကြား ပြီးမဲ့ငှတူ မနေလိုပါမူ

-နေ့နှင့်ညပမာသော အကောင်းအဆိုးတို့၏အကြား ပူတစ်  
ချို အေးတလားတို့၏ ကစားခြင်းကို မခံလိုပါမူ

-ကြိတ်စက်ထဲက ဝါးဖတ်ပမာသော ကာလသုံးပါးတို့၏  
အကြား ရောမီး ဝါး မခံလိုပါမူ လမ်းထား ပီပြင်၊ လမ်းသွားလည်း  
အဝင်ကောင်းဆဲ အားခဲသင့်လှသည်။

[ ၁၃၆၁ ရုနစ်၊ တပေါင်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

# မင်းတံဆိပ် ဘိသိက်ခံမှ ပန်ရမည်

မင်းဘိသိက်ခံလိုသူ ဘုရားသားတော်၊ သမီးတော် (သကျ ပုတ္တ၊ သကျဇီတု) တိုင်းတို့သည်လည်း

ဓမ္မရာဇာ တရားမင်းအဖြစ် ဘိသိက်တော်ကို ခံယူကာ လူမင်း တကာတို့၏ ရိုသေခြင်း၊ ဦးညွတ်ခြင်း၊ ပူဇော်ခြင်းကို ခံယူရရှိတော် မူသော ဘုရား။

နတ် နတ်တကာ၊ ဗြဟ္မာအားလုံးတို့၏ ရိုသေခြင်း၊ ဦးညွတ် ခြင်း ပူဇော်ခြင်းကိုလည်း အထူးခံယူရရှိတော်မူသောဘုရား။

ထိုဘုရား၏ သားသမီးများဖြစ်သော်ငြားလည်း မိမိ၏ သဏ္ဍာန် ပညတ်၊ တည်ရှိရာ ခန္ဓာခွင်စစ်တလင်း၊ မင်းမူလျက် ရှိနေသော ဒိဋ္ဌိ- တဏှာ- မာန တို့နှင့် အပေါင်းအပါအားလုံးတို့အပေါ် ခတ်ကွင်းပြင်ခြင်း၊ စစ်ထိုးခြင်း၊ အောင်ပွဲခံခြင်း အလျဉ်းကင်းနေသမျှ ဘုရားသားရင်း (သမီးရင်း) တရားမင်း မဖြစ်နိုင်။

-အပါယဘုံ - အပါယဘဝ စေတစ်လုံးသုံး၍ လိုသလို အာဏာပြခွင့် မရသေးသောကြောင့်။

-ကာမဘုံ - ကာမဘဝ စေတစ်လုံးသုံး၍ လိုသလို အာဏာ ပြခွင့် မရသေးသောကြောင့်။

-ဗြဟ္မဒုဘုံ - ဗြဟ္မဒုဘဝ စေတစ်လုံးသုံး၍ လိုသလို အာဏာ ပြုခွင့် မရသေးသောကြောင့်။

အကယ် တိ တိ...

ဘုရားသား၊ ဘုရားစကား နားထောင်သောအားဖြင့် အမှား ဆိုရှင်း၊ အတားဆို ကျော်နင်းလျက်က ငါမပါ သူကင်း၊ အရင်း အရင်းအတိုင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်းကြီး သိပိုင်ခွင့်ရှိနေရာသို့ အရောက် သွားနိုင်ပြီး အာဏာကိုရယူ၍ မိမိကိုယ်မိမိပင် သေဆိုသေ၊ ရှင်ဆိုရှင် လိုသလိုစီရင်နိုင်ခဲ့ပါမူကား ဘားချိတ်မပြသော်မှ ဗိုလ်ရာဇာကား ရပြီးသားဖြစ်၍ နေချေပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

# အကုန်မသေသေးသမျှ အသေမကုန်ကြသေး

ဗီဇေတ္တိအစွဲရှိန် ခိုကိန်းနေသော မျိုးစေ့မှန်သမျှ မျိုးစေ့မှ အပင်၊ တစ်ဖန် အပင်မှ အသီး၊ အသီးမှ မျိုးစေ့ ပတ်လည်လှည့် စမြဲပင် ဖြစ်ရာ...

သတ္တဝါတို့တွင်လည်း-

- ငါစွဲ၊ သူစွဲ ဗီဇေတ္တိ ကိန်းခိုနေသေးသမျှ လည်းကောင်း၊
- ကောင်းစွဲ၊ ဆိုးစွဲ ဗီဇေတ္တိကိန်းခိုနေသေးသမျှ လည်းကောင်း၊
- ဘဝစွဲ၊ အသိစွဲ ဗီဇေတ္တိတို့ ကိန်းခိုနေသေးသမျှ လည်းကောင်း၊

ထိုအစွဲတို့ အလှည့်ကျရာအတိုင်း ဘဝဟူသောအပင်နှင့် ထိုဘဝတွင် ပြုကျင့်စမြဲသောအပင်တို့ ဖြစ်ထွန်းနေကြပေလိမ့်ဦးတော့မည်။

တစ်ဖန် အပင်မှ ကြိုက်စွဲ၊ မကြိုက်စွဲ၊ မသိစွဲ အသီးများ သီးပွင့်စမြဲတို့လည်း ဖြစ်ထွန်းလာကြဦးမည်ဖြစ်ရာ မျိုးမတုံး သဘာဝ၊ မိုးချုန်းတိုင်းလျှင် ထ၊ပေါက်ကြပေလိမ့်ဦးတော့မည်။

ထိုဘဝအပင်၊ အစွဲသီးပွင့်တို့ မပေါက်စေလို၍ သီလဖြင့်  
စောင့်ဖမ်းဖမ်း၊ သမာဓိဖြင့် ချုပ်ကိုင်ကိုင်၊ ပညာဖြင့် အသေခတ်  
ချိုင်နေသော်မှ အကုန်မသေသေးက အသေကုန်လိမ့်ဦးမည် မဟုတ်  
ချေ။

ငါစွဲသတ္တိအသေသတ်နိုင်သဖြင့် အပါယ်မျိုးတုံးသွားသော်မှ  
ကောင်းမှုမှကဲ ကောင်းစွဲမသေသေးက လူလိုနတ်လို နေ၊ လူလို  
နတ်လို သေကြရဦးမည်။

ကောင်းစွဲသတ္တိ အသေသတ်နိုင်သဖြင့် ကာမမျိုး တုံးသွား  
သော်လည်း ဈာန်စိတ်မှကဲ၊ ဈာန်စွဲမသေသေးက ဗြဟ္မာလိုနေ၊ ဗြဟ္မာ  
လိုပင် သေပေးကြရဦးမည်။

ငါစွဲမှီ၍ဖြစ်သော မကောင်းကံ၊ သူစွဲမှီ၍ဖြစ်သော ကောင်းကံ၊  
ဈာန်စွဲမှီ၍ ဖြစ်သော ဘဝကံ၊ ထိုထိုကံတို့ကို ဉာဏ်ဓားဖြင့် ဖျင်၊  
မဂ်ဓားဖြင့် အကုန်လုံး သုတ်သင်ပစ်နိုင်မှသာ သတ္တဝါတိုင်း အကုန်  
သေဖြင့် အသေကုန်ရာ အမတနန်း စံမြန်းခွင့် ရနိုင်ကြမည်။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ]

## ဥပစ္ဆေဒက နိဂုံး

သက်တမ်းမကုန်ဆုံးသေးဘဲလျက်က ကိစ္စပြီးစီးသွားလေသူ ကို ဥပစ္ဆေဒက ကံထိုက်၍ဟု ပြောစမှတ်ပြု၏။

ဤ၌လည်း သည့်အတူပင်

ဤစာအုပ်သည် ငါ၏ဘေး ငါနှင့်အတူရှိပြီး သေမှခွဲစတမ်း ဟူ၍ ကတိကဝတ်ထား ရေးသားသော သက်စောင့်ပင်။ သို့မဟုတ် ငါသေမှ ငါ့ဘေးက ကောက်ယူကြရန်တည်း။

သို့တစေလည်း...

စိတ်သည်... သင်္ကြန်ကဲ့သို့ တစ်နှစ်တစ်ကြိမ်ပြောင်း မဟုတ်၊ အခြေအနေသည်လည်း ရာသီကဲ့သို့ တစ်နှစ်သုံးမျိုးလည် မဟုတ်။

စိတ်အလိုက် ပြောင်းသောအခြေအနေ၊ အခြေအနေလိုက်၍ ပြောင်းသောစိတ် ထိုနှစ်မျိုးတို့သည် အများနှင့်ဆက်သွယ်ရသူတိုင်း ကြုံစမြဲတည်း။ ငါသည်လည်း ကြုံတိုင်းရော၊ မုန်တိုင်းရော ရောနှော ကျခံနေရသူသာ။

သို့ကြောင့် ကလနားသတ် ကြားဖြတ် ဖြတ်လိုက်ပြီ။ စာပေ စမ်း လမ်းကုန်ပြီ။ ဤစာအုပ် ငါ့နောက်သို့ သေထိလိုက်ပါခွင့် မရ တော့ပြီတကား။

ဓမ္မသည် အတွေ့၊ စာပေသည် အတွေ့။

ထိုနှစ်ပါး မယားနှစ်ဦး တစ်အိမ်ထဲပူးထား၍ မရသည့် အတွက်ကြောင့်တည်း။

ငါ့အသက်သည် သေဖက် တစ်ရက်ထက်တစ်ရက် နီးကပ် နေချေပြီ။

-ငါသည်အများကို ဟောပြောစည်းရုံးနိုင်၏။ ငါ့ကိုငါ စည်း ရုံးမရသေး။

-ငါသည် အများကို လောကဓမ္မဖြင့်ဆုံးမနိုင်ခဲ့၏။ ငါ့ကို ငါကား ဆုံးမ မရသေး။

ထိုစည်းရုံးဆုံးမ လုံးဝမရသော ငါ့ကို သေလိုသေ၊ နေလို နေဆို၍ သည်အတိုင်းထားခဲ့လျှင် ကလေးလို ထားသည့်နေရာ နေ မည့်အစားမဟုတ်။ ကလေးလို အပြစ်ကင်းသော ကစားနည်းမျိုး ကစားလိမ့်မည် မဟုတ်။ ထိုအခါ သားသမီးမကောင်း မိဘခေါင်း ခဲ၊ ငါသာလျှင် ကျွတ်ဆုနှင့် လွဲမည်။

-ငါပိုင်သော လူ့ဘဝ သည်တစ်ခဏသာ။

နောက်ခဏတွင်း သေသွားမှု ငါနှင့်လူ အတူမဟုတ်တတ်။

-ငါပိုင်သောရက် ယနေ့တစ်ရက်သာ

နက်ဖြန် ငါမဆက်။ ငါနှင့်ရက် သူ့ခရီးသူထွက် ငါ့ခရီး ငါဆက်...။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လဆန်း၊ ၁၁ ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]  
(ကြိုတင်ရေး နိဂုံး)



# နှစ်သက်သော် ထောက်ခံ မနှစ်သက်သော် ဖျောက်ဖျက်ရန် ကြံပါလော

ဝဒန္တိ ဟေ ယေဝစနံ၊ ဣတော စိတော ကာလံ ဒေသံ  
တေသံ ဆန္ဒာ ဓိပ္ပာယတ္ထံ မယံ ကရောမ နူရူပံ  
-တဒေတံ တုဝံ တောသေသိ  
-ဋ္ဌောပေဟိ ပရတ္ထာယဓ  
သစေတုဝံ န တောသေသိ၊ သောဓေဟိ ပရ အဒိဋ္ဌာ  
တိ။

ယေ- ဝန်းကျင်လာသွား အကြင်လူသား အားလုံးတို့သည်၊  
ဝစနံ-စကားတစ်ခွန်း သူ့အညွှန်းကို၊ ဣတောစိတော- ထိုထိုဤဤ၊  
ကာလံဒေသံ- ခေတ်နှင့်ဒေသ ဆိုနေကျအလိုက်၊ ဝဒန္တိ- နားထောင်  
သူရှိ လက်ခံရှိက ပြောမိမည်ကားဧကန်။

တေသံ- ထိုဤစကား တွေ့တတ်ကြားတတ်ရာများတို့၏၊  
အဓိပ္ပာယတ္ထံ ဆန္ဒ- ဖုံးကွယ်နေသော သူ့ဆိုလိုချက် ဓိပ္ပာယ်ဝှက်  
များကို၊ မယံ- အရူးလွယ်အိပ် ပုခုံးချိတ်၍ အရိပ်များစွာ ခိုလှုံလှေ့  
ရှိပါသော ငါတို့သည်၊ အနူရူပံ- သင့်လျော်သလို၊ ကရောန္တိ- ပြု

စုပျိုးထောင် စာတစ်စောင်အဖြစ် ထွန်းသစ်ခဲ့ပါကုန်၏။

**ဟေ-** စာပေစီးကြောင်း ကောင်းမကောင်းကို မြည်းစမ်းလိုကြောင်းရှုခံတောင်းသည် အိုသူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့...

**တဒေသံ-** ငါတို့ဆိုစကား ထိုထိုအရာများကို၊ **တုဝံ-** သင်စာရှုသမားသည်၊ **သစေတောသေတီ-** နှစ်သက်သည်ပဲ ဆိုပါတော့၊ **တေ တယာ-** ထိုသင်သည်၊ **ပရတ္ထာယစ-** နောက်နှောင်းသူတို့ အဖိုးလည်းထား အကျိုးလည်းများစေရစ်ခြင်းငှာ၊ **ဋ္ဌောပေဟိ-** မှီရာတစ်ခု အတည်ပြုထားခဲ့ပါလေ။

**တုဝံ-** စာရှုသမား သင် အမြည်းဝါးသည်၊ **သစေတောသေတီ-** မနှစ်ခြိုက်ဘူးဘဲ ဆိုပါတော့၊ **တေပီတယာ-** ထိုသင်သည်လည်း၊ **ပရ အဒိဋ္ဌာယ-** နောက်နှောင်းမသွယ် မမြင်ကွယ်ရာ အဖြစ်ဖြင့် (ဝါ) နောက်နှောင်း မရောက်မီ ဤမမြင်ကွယ်ရာမှ၊ **သောပေဟိ-** တစ်လုံးမှားလျှင် တစ်လုံးဖြုတ်၊ တစ်ပုဒ်မှား တစ်ပုဒ်ထုတ် အတတ်ဖြင့် မြှုပ်သတ်ပစ်ခဲ့ပါလေတော့။

**ဣတိ-** ဤတွင် ငါပြောလိုရာစကား၊ တစ်ခန်းတစ်ဇာတ် အနားသတ်တည်း။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]  
(ကြိုတင်ရေး နိဂုံး)

# မုခသိုက် နှိုက်သုံး ပျော်၍မဆုံး တပြုံးပြုံးသာ

ဌာနေ ဌာနေ အာကာရေဝ၊ သဘာဝေန စ ဒဿနံ  
ကာလံ-ဒေသံ-ပဟေဂံပိ လောက တန္တိ ကရက္ခေပံ  
ဒိဿန္တစေ သုယုန္တိ ပစ္စက္ခေ တေန အမေဟိ  
ပရေပိ သုတ ဘာဝါယ မုတ သာတ ရမဏိယာ  
သမုစ္စယံ တမေကတ္တံ ဓမ္မေပဿံဟိ မေကဿံ

ငါသည်

နေရာဌာနတိုင်းက အချင်းအရာများစွာကို သဘာဝကပြသော  
အတိုင်းလျှင် အချိန်နေရာ လုံ့လသို့လိုက်ကာ၊ ဝန်ချီဝန်ရုန်းလျက်ရှိ  
သော လောကလူသားများ၏ ဖြစ်စဉ်ဖြင့် ကပ်၍ တပ်အပ်ထင်ထင်  
မြင်လည်းမြင်ခဲ့၊ ကြားလည်းကြားခဲ့ရပါကုန်ပြီ။

ထိုမြင်ခဲ့ရ၊ ကြားခဲ့ရသော ပစ္စက္ခတင် မျက်မြင်များကို

-စာရှုသူ သူတစ်ပါးတို့ သုတမယဉာဏ် အမြင်သန်စေရန်  
အလိုငှာ လည်းကောင်း၊

-ဖတ်မိသမျှသော စာအတွေ့၌ သာယာပျော်မွေ့စိတ်ချမ်းမြေ့  
စေရန်အလိုငှာ လည်းကောင်း၊

၃၂၈

**ဝနဝါသီဥေယျမပ္ပသာမိထေရ**

ထိုအားလုံးကို တစ်စုတည်း တစ်ဝေးတည်း ပေါင်းရုံးကာ  
တရားသဘော သဘာဝအရောအနှောတို့ဖြင့် ငါတို့ ရေးပေးခဲ့ပြီးပြီ။

သင်တို့ဘက်ကသာ

ယောနိသော မနသိကာရ - အစွန်းအငြိကင်း၊ ပင်ကိုယ်  
နှလုံးသွင်းဖြင့် ရှုကြည့်အားရ လိုရာရာ အရယူကြဖို့သာ။

[ ၁၃၆၀ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည့်နေ့၊ မောနေယျတော၊ ပုံတောင်ပုံညာ၊ ]

# ၈ မိလျှင်ကား ဘယ်သောကာလမျှ ကျဉ်းချို့မသွား

သတ္တဝါတိုင်းတို့၏ အတွင်းစိတ်ကို သရုပ်ဖော်ပေးရာ၌  
မျက်နှာသည် အပီပြင်ဆုံး... ။

- အတွင်းစိတ် ဝမ်းသာနေလျှင် မျက်နှာသည် ရွှင်ကြည်၏။
- အတွင်းစိတ် ဝမ်းနာနေလျှင် မျက်နှာသည် ညိုမဲ၏။
- အတွင်းစိတ် အိပ်နေတော့လျှင်ကား မျက်နှာလည်း မှုန်ဝါး  
နေချေပြီ။

သို့တစေလည်း မျက်နှာသည် ဆန္ဒပေး မဲလက်မှတ်မျှလောက်  
သာ...။

အကယ်တိတိ... ကောင်းကင်လေစုပ်ယူ၍ ဖဝါးကပ်ဖိနပ်  
တို့ပမာ...။

ထိုဝမ်းသာ၊ ဝမ်းနာတို့၏နောက် စကားလမ်းဖောက် ဝင်လာ  
ပါသော်ကား...

စ၊သလောက်ကား မည်သည့်ကာလမျှ လမ်းထား သွားမဆုံး  
တော့စေပြီ။

[ ၁၃၆၁ ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည်ကျော် (၇) ရက်၊ ပုံတောင်ပုံညာ ]

# မဟာဗောဓိမြိုင် ဆရာတော် ဝနဝါသီ ညေယျဓမ္မသာမိထေရ် ဓမ္မနိတိကာထာ

- 🕒 ဓမ္မဟုသည် မြင်ရန်မှန်တို့၏ သဘောတရား။
- 🕒 နိတိဟုသည် ထိုသဘောကို ပုံထင်ဟင်ပေးထားခြင်းတရား။
- 🕒 ဤဓမ္မနိတိများသည် မြင်တွေ့လိုက်ရ ကြားသိလိုက်ရသော သဘောထွက်စဉ်မှန်များကို ထင်ဟင်သုံးသပ်၍ ဆောင်တတ် ရှောင်တတ်စေအောင် အလင်းရောင်ပေးသောစာတည်း။

