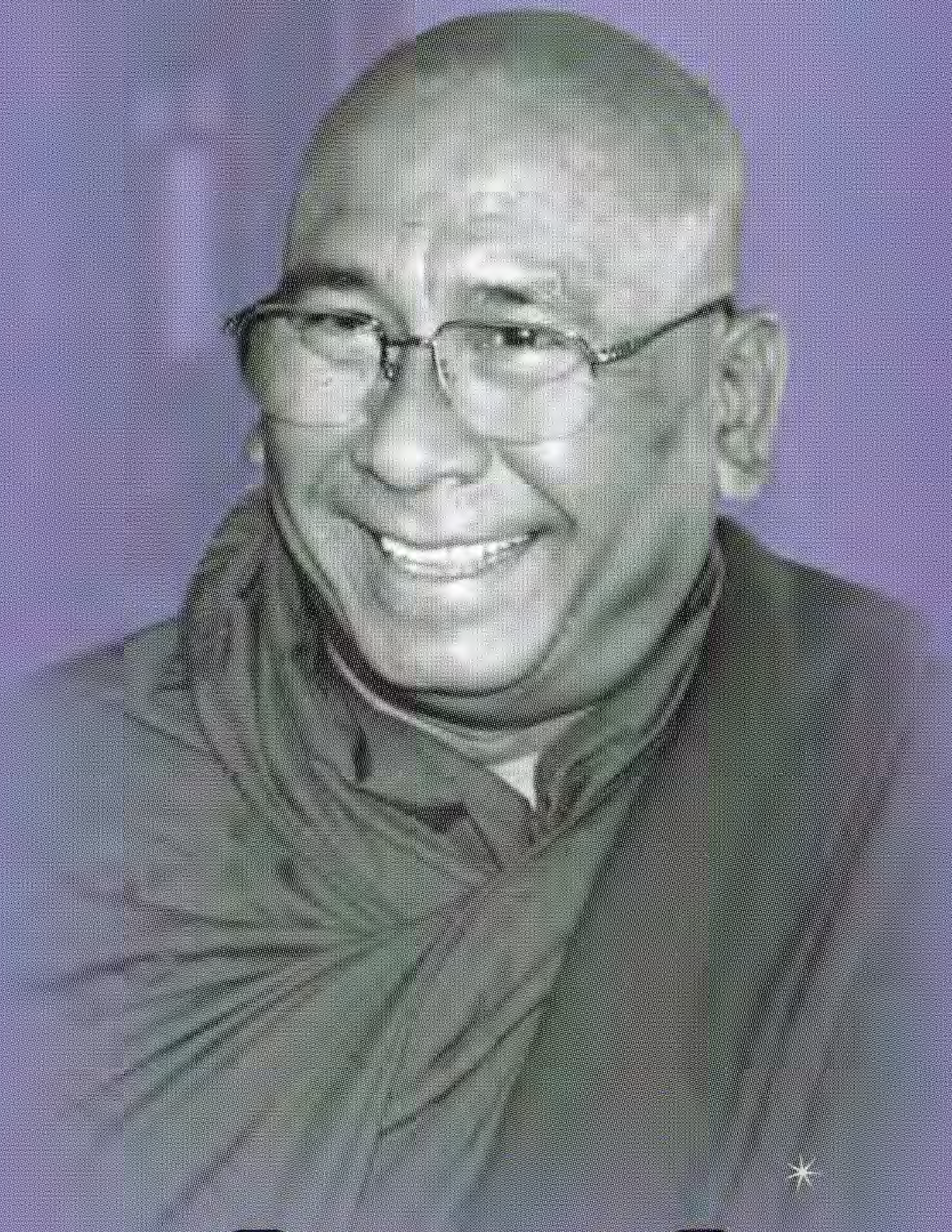
WWW.DHAMMARANSI.COM



သီတဂူဆရာတော်
၏
အဆိုအမိန့်နှင့်အတွေးအခေါ်များ

တာတီး (အညာသားလေး)

စုစည်းပူဇော်သည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်ဟာ
ထင်ပေါ်ဖို့ အလုပ်လုပ်သူမဟုတ်
အလုပ်လုပ်လို့
ထင်ပေါ်သူသာဖြစ်တယ် ....

ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်

ဒီဇိုင်း - သီတဂူမောင်မျ

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်

၏

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

တာတီး (အညာသားလေး)

စုစည်းပူဇော်သည်။

၁၃၇၇ ၂၀၁၆

WWW.DHAMMARANSI.COM

WWW.DHAMMARANSI.COM

ဆန္ဒနှင့်ခံယူချက်

သီတဂူဆရာတော်ကြီးအကြောင်းကား အထူးမိတ်ဆက်ဖို့လည်းမလို၊ မိတ်ဆက်ဖို့လည်းမသင့်၊ မိတ်ဆက်ခြင်းငှါလည်း မတတ်စွမ်းနိုင်ပါ။ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်၊ အနယ်နယ်အရပ်ရပ်များတွင် ဟောကြား၊ မိန့်ကြားခဲ့၊ ရေးသားခဲ့သောဆရာတော်ကြီး၏ ဦးတည်ချက်၊ ရေးသားချက်၊ မိန့်ကြားချက်များကို မပျောက်ပျက်စေလိုသောဆန္ဒဖြင့် ဆရာတော်ကြီးကို လေးစားကြည်ညိုသူများအတွက် ဩဝါဒစကားများကို ဟိုဟိုဒီဒီများမှ စုဆောင်းရှာဖွေကာ တင်ပြခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။

မိမိသည် ၂၀၁၅-ခုနှစ်က **ပေါက်ပင်ဘာကြောင့်ကိုင်းရတယ်**-အမည်ဖြင့် ပထမဆုံးစာအုပ်ထုတ်ဝေခဲ့ဖူးပါသည်။ ဤစာအုပ်သည် မိမိ၏ ဒုတိယမြောက်စာစဉ်လည်း ဖြစ်သည်။ စာရှုသူတို့အနေဖြင့် ဆရာတော်ကြီး၏ အဆိုအမိန့်များမှ ယခုရော နောင်ပါကောင်းကျိုး ဖြစ်ထွန်းစေမည့် အသိလေးများရသွားလျှင် ရှာဖွေစုဆောင်းရကျိုးနပ်သည်ဟုခံယူလျက်။

အရှင်ခေမာစာရ
(တာတီး-အညာသားလေး)
သီတဂူကမ္ဘာ့ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်
စစ်ကိုင်းတောင်ရိုး။
09-40045184O

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁)

ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းများ
လုပ်တဲ့အခါမှာ–
ကိုယ်ကျင့်တရား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့
Moral development.
စိတ်ဓာတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့
Mental development
အသိဉာဏ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့
Intellectual development.
ပညာရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့
Educational development
အဲဒီလို ကိုယ်ကျင့်တရား၊ စိတ်ဓာတ်၊
အသိဉာဏ်၊ ပညာရေး
လေးချက်စုံအောင် လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၂)

လမ်းလျှောက်တဲ့အခါမှာ မျက်လုံးက လမ်းကောင်း လမ်းဆိုးကို အရင်ကြည့်ပါတယ်။ ခြေထောက်က ဆူးခြောင့် ခလုတ်စသည်ကို ရှောင်ပြီး တော့လျှောက်ပါတယ်။

ခရီးပေါက်ဖို့ဆိုရင် ခြေထောက်ကလျှောက် ဖို့လိုတယ်။

မျက်လုံးကောင်းပေမယ့် ခြေထောက်ကျိုး နေရင်လည်း ခရီး မပေါက်နိုင်ပါဘူး။ ခြေထောက် ကောင်းပေမယ့် မျက်လုံးကန်းနေရင်လည်း လမ်း ကောင်း လမ်းဆိုး မရွေးနိုင်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် မျက်လုံးဆိုတဲ့ ပညာ –

Education is the eye of men.

ခြေထောက်ဆိုတာ ကိုယ်ကျင့်တရား

Character is the foot of men.

ပညာနဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား ဒီနှစ်ပါးဟန်ချက် ညီမှလည်း အရာရာတိုင်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၃)

ဖန်ဆင်းရှင်ဆိုတာ ကောင်းကင်ဘုံမှာရှိတယ်လို့ ယုံတဲ့သူတွေယုံတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ မယုံပါဘူး။

Creative power .

It is not decended from heaven.

ကိုယ်ရဲ့ဘဝ အကောင်း အဆိုးကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲ ဖန်ဆင်းတာပါပဲ။

လူတွေအားလုံးမှာ ဖန်ဆင်းနိုင်တဲ့စွမ်းအား ရှိတယ်။ ခြေထောက်နဲ့ မျက်လုံးအားလုံးကောင်းနေမယ်ဆိုရင် အရုပ်ဆိုးနေတဲ့ ကိုယ့်ဘဝကို ကောင်းမွန်အောင် ဖန်ဆင်းနိုင်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၄)

လောကော သတ္တာန မာစေရော။

လောကကြီးဆိုတာ သတ္တဝါ အားလုံးတို့ရဲ့ဆရာ တစ်ဆူပါပဲ။

The whole world is teacher of beings.

ဘာကြောင့်ဆရာဖြစ်သလဲ ဆိုရင်

အတ္တာနတ္တ ပဒဿကော–

အကျိုးရှိ အကျိုးမဲ့ကိုပြတတ်လို့ပါပဲ။

The world is showing benefit and unbenefit, advantages and disadvantages in your life.

အကျိုးရှိတာ ကောင်းတာဆိုရင် အရယူသွားကြဖို့နဲ့ အကျိုးမဲ့တာ မကောင်းတာဆိုရင် ရှောင်ရှားကြဖို့ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၅)

ပုဂံခေတ်စာပေတွေဖတ်လိုက်ရင် အရည်းကြီး ဆိုတဲ့ စာလုံးတွေ့ရတတ်တယ်။ အရည်းကြီးဆိုတာ အရိယဆိုတဲ့စာလုံးကနေဖြစ်လာတာ။ အရိယ - မှာ ယ ကို ည ပြောင်းလိုက်တော့ အရိည - ဆိုတာဖြစ်လာတယ်။ အရိယ - ဆိုတာ သူတော်ကောင်းပဲ။

နောက်ဒုတိယ အဓိပ္ပါယ်က အရည - ဆိုတာ တောပဲ။ ည - မှာ အသတ်တင်လိုက်ရင် အရည်း - လို့ဖြစ်လာတယ်။ အရညဝါသီ - ဆိုတာ တောနေ အရိယာသူတော်ကောင်းတွေပဲ။

အဓိပ္ပါယ်တွေကတော့ - တကယ် ကောင်းမွန်ပြည့်စုံတဲ့ နာမည်တွေပါပဲ။

ပန်းဦးလွှတ်တယ်ဆိုတာ တကယ် ဟုတ် မဟုတ်၊ တကယ်ရှိ မရှိ ခိုင်ခိုင်မာမာ Research လုပ်ဖို့ လိုပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၆)

မနာလိုဝန်တိုခြင်းဆိုတဲ့ ဣဿာ - ဆိုတာ ပဋိပက္ခ ဆူပူသောင်းကျန်းခြင်းရဲ့ အစကအကြောင်းရင်းပါပဲ။

Jealous is starting point of conflict and violence.

နောက်တစ်မျိုးက ဣဿာ - ဆိုတာ ပြိုင်ဆိုင်ခြင်းကိုလည်း ဦးတည်ပါတယ်။

Jealous leading to the competition.

တိတ္ထိတွေ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကို ပြိုင်ဆိုင်တာ ကြည့်ကြပေါ့။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၇)

ဆန်းသစ်တီထွင်ခြင်း။

Invention။

စွန့်စွန့်စားစားလုပ်ကိုင်ခြင်း။

Explore.

ဆိုတဲ့ ဒီနှစ်ပါးဟာ ကိုယ့်ရဲ့ဘဝ၊ ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ငန်း

တိုးတက်အောင်မြင်ဖို့အတွက်

အကောင်းဆုံးသော

အခြေခံ နည်းလမ်းတွေပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၈)

ဘဝနဲ့ ခန္ဓာ၊ ဉစ္စာတွေဟာ
ငါ့အတွက်လို့ ဆိုလိုက်တာနဲ့
ပူလောင်လာတယ်။
အများအတွက်
လောကအတွက်လို့
ဦးတည်ချက်ပြောင်းလိုက်တော့မှ
အေးချမ်းသွားတော့တယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၉)

ဥဒ္ဒေါ သမ္ဗော လောကော၊

လောကကြီးဟာအမြဲတမ်းလိုအပ်နေတယ် လို့

ဘုရားဟောထားတာရှိတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ကလည်း လောကရဲ့ လိုအပ်ချက် (အထူးသဖြင့်) လူသားတွေရဲ့လိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆီး ပေးနိုင်ရပါလို၏– လို့ အမြဲဆုတောင်းတယ်၊ လက်တွေ့လည်းဆောင်ရွက်တယ်။

ဒါကြောင့် အားလုံးလည်းပဲ လောကရဲ့လိုအပ်ချက်ကို တတ်နိုင်သမျှဖြည့်ဆီးပေးနိုင်အောင် ကြိုးစားကြပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၀)

သိပ္ပံနဲ့နည်းပညာတိုးတက်နေတဲ့ ခေတ်ကြီးမှာ
ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့
အသိပညာဟာကျဆင်းလာနေပါတယ်။
ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ အသိ ပညာ
တိုးတက်တဲ့ခေတ်
(The Age of Moral,
Mental Renaissance) ကို
တည်ဆောက်ဖို့
ဝိုင်းဝန်း ကြိုးပမ်းကြပါလို့
တိုက်တွန်းပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၁)

အများအကျိုးပြု စီမံကိန်း
လုပ်ငန်းတွေလုပ်တဲ့ အခါမှာ
Mind Power.
စိတ်ဓာတ်အင်အား။
Man Power.
လူသားအင်အား။
Money Power.
ငွေကြေးအင်အား။
Material Power.
အရည်အသွေးကောင်းသော
ပစ္စည်းအင်အားတို့
လိုအပ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၂)

အလုပ်တစ်ခု၊
ဘာသာရပ်တစ်ခုကို
သင်ကြား လေ့လာတဲ့အခါမှာ
များများသင်၊
မြန်မြန်သင်၊
သေသေချာချာသင်၊
ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်သင်၊
မရပ်မနားသင်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၃)

Do not miss this pleasant very moment.

အခွင့်ကောင်း အခါကောင်းသည်
ယခုအချိန်သာ ဖြစ်တယ်။
ရလာတဲ့အခွင့်ကောင်းကို
လက်လွှတ်မခံကြနဲ့၊
အခွင့်ကောင်းကို အသုံးချနိုင်တဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ မြင့်မြတ်တဲ့
အထက်တန်းဘဝကို
ရောက်သွားတတ်ကြတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၄)

ဗုဒ္ဓရှင်တော်ဟာ
ဗုဒ္ဓတ္ထ စရိယ–မိမိအကျိုး စီးပွားကို
အားထုတ်ပြီးတဲ့အခါမှာ၊
ဉာတတ္ထ စရိယ– မိဘဆွေမျိုး
ကိုယ့်ရပ်ကိုယ်ရွာအကျိုး၊
သယ်ပိုးဆောင်ရွက်ဖို့နဲ့
လောကတ္ထ စရိယ – တိုင်းသူပြည်သား၊
ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား
လူသားအများ အကျိုးစီးပွားကို
ဆောင်ရွက်ကြဖို့
မိန့်ထားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၅)

အရိပ်ကောင်းသော သစ်ပင်သည်
ခိုလှုံသူတို့ အတွက်၊
အသီးကောင်းသော သစ်ပင်သည်
စားသုံးသူတို့ အတွက်၊
နွားမတို့၏နို့ရည်သည်
သောက်သုံးသူတို့ အတွက်၊
နေနှင့် လတို့သည်
ကမ္ဘာကို နွေးစေဖို့ အတွက်ဖြစ်ကြသလို
မိမိတို့သင်ယူထားတဲ့
အတတ်ပညာတွေဟာ
မိမိကိုယ်ကိုကောင်းအောင်ကျင့်ပြီး
လူများစွာအကျိုး သယ်ပိုးဖို့ပဲဖြစ်ရပါမယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၆)

လူမိုက်တို့ရဲ့လက္ခဏာ (လေး) ပါး ရှိတယ်။
နည်းများတွေလုပ်တယ်။
သူတစ်ပါးကိုလည်း
အဲဒီနည်းများတွေလုပ်ခိုင်းတယ်။
အဲဒီနည်းအများကြီးကိုလည်း
သိပ်တန်ဖိုးထားတယ်။
များနေပြီလို့ပြောရင်
ပြောတဲ့သူကိုရန်ရှာတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၇)

Gifted men seized time and work as their opportunity. They make them great and grand.

လူစွမ်းကောင်းတို့သည်
အချိန်နှင့်အလုပ်ကို
သူတို့၏ အခွင့် အရေးအဖြစ်
မိမိရရ ယူလိုက်ကြသည်။
သူတို့သည် အချိန်နှင့်အလုပ်ကို
ကြီးကျယ် ခမ်းနားအောင်
ပြုလုပ်ဖန်တီးလိုက်ကြသည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၈)

There is nothing great in the world but man, and then there is nothing truly great in man but character and wisdom.

ကမ္ဘာမှာ လူမှတပါး
ကြီးကျယ်သည့်
အရာဝတ္ထု ဘာမျှမရှိ။
လူမှာလည်း
သီလနှင့် ပညာမှတပါး
ကြီးကျယ်သော အရာဝတ္ထု
ဘာမျှမရှိ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၉)

Virtue and wisdom could also be compared to the eyes and feet of a man.

Virtue is like a vehicle that brings man up to the gate of salvation, but the actual key that opens the gate is wisdom.

ကိုယ်ကျင့်တရားသည်
လူတို့၏ ခြေထောက်။
ပညာသည် လူတို့၏ မျက်လုံး။
ကိုယ်ကျင့်တရားသည်
လွတ်မြောက်ရာတံခါးပေါက်ဆီသို့
ပို့ဆောင်ပေးသည့် ယာဉ်နှင့်တူ၍
ပညာသည် ထွက်မြောက်ရာ
တံခါးပေါက်ကိုဖွင့်သော
သော့နှင့်တူ၏။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၂၀)

ဘဝကို ရေစုန် လေစုန်မှာ
တက်ကုန် ရွက်ကုန် ဖွင့်ပြီး
မျှောလိုက်ဖို့ စိတ်မကူးကြနဲ့။
လေဆန် ရေဆန်မှာ
ခြေကန်ပြီးတော့
တက်ကုန် ရွက်ကုန်ဖွင့်ပြီး
လုံ့လ ဝီရိယအားနဲ့
ကြိုးစားအားထုတ်ကြပါ။
တက်ကျိုးရင် လက်ထိုးလှော်ပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၂၁)

မေတ္တာ နဲ့ ကရုဏာကို
အခြေခံထားတဲ့ လုပ်ငန်းမှန်သမျှဟာ
ပဋိပက္ခကင်းပြီးတော့
ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေးစတဲ့
လူမှုအကျိုးစီးပွား မှန်သမျှကို
ဆောင်ရွက်ကြတာဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၂၂)

ခေါင်းဆောင်ကောင်းတို့ရဲ့
အခြေခံ ကျင့်စဉ်ဆိုတာ
ကိုယ်စိတ် နှစ်ပါး
စည်းကမ်းကောင်းခြင်းပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၂၃)

ဆင်းရဲမွဲတေမှု သုံးမျိုးရှိတယ်။
စီးပွားရေးဆင်းရဲမွဲတေမှု၊
Economical poverty
ပညာရေးဆင်းရဲမွဲတေမှု၊
Educational poverty
စိတ်ဓာတ်ဆင်းရဲမွဲတေမှု၊
Mental poverty
ဒီသုံးမျိုးထဲမှာ စိတ်ဓာတ် ဆင်းရဲမွဲတေမှု
Mental poverty က အဆိုးရွားဆုံးပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၂၄)

ကရုဏာ - ဆိုတာ ဘာသာရေးမဟုတ်ဘူး။ ကိုးကွယ်စရာလည်းမဟုတ်ဘူး။ ကရုဏာဆိုတာ ဒုက္ခရောက်နေသော ကမ္ဘာကိုစောင့်ကြည့်နေတယ်ဆိုတဲ့ ဒဿနတစ်မျိုးပါပဲ။

ကရုဏာဆိုတာ ပျက်စီးခြင်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ဒုက္ခသောကရောက်ကြသော သတ္တဝါတို့ကို စောင့်ရှောက်လိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်ပဲ။

ကရုဏာကို ဗုဒ္ဓဘာသာလို့လည်း ပြောလို့မရဘူး။ ခရစ်ယာန်၊ အစ္စလာမ်လို့လည်းပြောမရဘူး။ ဘာသာတရားတွေ မပေါ်မီကတည်းက အသိဉာဏ်ရှိကြတဲ့လူသားတို့ရဲ့နှလုံးသားမှာ ကိန်းအောင်းလာတဲ့ မွန်မြတ်သော စိတ်ဓာတ်ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၂၅)

ဓမ္မ ဆိုတာ -

ဘဝကန္တာရမှာ ခရီးရှည်လျှောက်လှမ်း ပင်ပန်းနေကြတဲ့ သတ္တဝါများကို ကန္တာရမှ ထုတ်ဆောင်၍ အေးချမ်းရာသို့ပို့ဆောင်ပေးနိုင်ခြင်းရှိပါတယ်။

စိုးရိမ်ခြင်း၊ ပူဆွေးခြင်း၊ ငိုကြွေးခြင်း၊ တောင့်တခြင်း၊ အလိုမပြည့်ခြင်း၊ တင်းမာခြင်း၊ မကျေနပ်ခြင်း၊ မရောင့်ရဲခြင်း စသည်ဖြင့် ပင်ပန်းနေကြတဲ့လူသားများကို သက်သာခြင်း၊

အပန်းပြေခြင်းတို့ကို ပေးစွမ်းနိုင်ခြင်းဆိုတာ

ဓမ္မ-ရဲ့အဓိပ္ပါယ်ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၂၆)

ဗုဒ္ဓသာသနာတော်သမိုင်းမှာ
ဗုဒ္ဓနဲ့ထပ်တူအရေးကြီးတဲ့
စကားတစ်လုံးရှိပါတယ်။
အဲဒါကတော့ ဓမ္မပါပဲ။
ဘုရားရှင်တော်က ငါဟောထားတဲ့
ဓမ္မ နဲ့ ဝိနယ–ဟာ
ငါမရှိတဲ့နောက် သင်တို့ရဲ့ဆရာတစ်ဆူပါပဲတဲ့။
ဓမ္မ– ကိုဆောင်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဗုဒ္ဓပါပဲတဲ့။

ဓမ္မကိုပူဇော်လိုလျှင် ဓမ္မဓရ (တရားကိုဆောင်ထားသူ) ကို ပူဇော်ရပါတယ်။ ဓမ္မဓရ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုစောင့်ရှောက်ခြင်းဟာ သာသနာကို စောင့်ရှောက်ခြင်းပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၂၇)

လောကရဲ့ပြဿနာကို
ဖြေရှင်းတဲ့နေရာမှာ
ဓမ္မ -ဟာ
တန်ခိုးစွမ်းအားကြီးမားတဲ့
နည်းစနစ်ကောင်းတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၂၈)

မြတ်ဗုဒ္ဓ (၄၅) နှစ်ပတ်လုံး ဟောထားခဲ့တဲ့ စကားတော်တွေထဲမှာ ဓမ္မ–ဆိုတဲ့ လှပတဲ့ စကား တစ်လုံးပါတယ်။

ဓမ္မ–ဆိုတာ သင်ဖို့၊ ကျင့်ဖို့၊ သိနားလည်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝရဲ့စာမျက်နှာသစ်ကို ဖွင့်လှစ်ဖို့ အားသန်ကြတဲ့ လူတွေဟာ ဓမ္မကိုသင်ကြ၊ ကျင့်ကြပါတယ်။ ဓမ္မ– ဟာ မကောင်းမှုမှ ကောင်းမှုသို့လည်းကောင်း၊ ယုတ်ညံ့ခြင်းမှ မွန်မြတ်ခြင်းသို့လည်းကောင်း၊ ဆူပူခြင်းမှ ငြိမ်းချမ်းခြင်းသို့လည်းကောင်း ဘဝပြောင်းပေးနိုင်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၂၉)

ဘုန်းကံကြီးမားတဲ့ ဘုရားသာသနာကို ဘုန်းကံရှိသူများသာ၊ ကောင်းမှုရှိတဲ့ သာသနာတော်ကို ကောင်းမှုရှိသူများသာ မှီခိုခွင့်ရပါတယ်။ အခု သာသနာတော်ကိုမှီခိုခွင့်ရသူများဟာ ကောင်းမှုရှိလို့ပါပဲ။

ကောင်းမှုဆိုတာကို များများမပြောချင်ဘူး၊

သုံးလုံးပဲပြောချင်တယ်။

Noble deed-မွန်မြတ်သော အမှုအယာ၊

Noble speech-မွန်မြတ်သော စကား၊

Noble thought - မွန်မြတ်သော

အတွေးအခေါ် ပါပဲ။

အဲဒီသုံးခုရှိနေသမျှကာလပတ်လုံး ဘုန်းကံ

ရှိနေမှာအမှန်ပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၃၀)

ပါရမီဆိုတာ –

ပရမာနံ ဥတ္တမပုရိသာနံ ကမ္မံ၊

သူတော်သူမြတ်တို့ရဲ့

ကျင့်စဉ်လုပ်ငန်းဟာ ပါရမီပဲ။

မင်းတို့ ငါတို့အားလုံးဟာ သူတော်သူမြတ် စိတ်ဓာတ်မွေးပြီးတော့ ကျင့်ရမယ်။ သူတော်သူမြတ် ဖြစ်ချင်သူတွေဟာလည်း ပါရမီဆယ်ပါး အကျင့် တရားကိုပဲကျင့်ရမယ်။

ဒီကျင့်စဉ်ကို မကျင့်နိုင်ရင်တော့ သူတော်သူမြတ် မဖြစ်နိုင်ဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၃၁)

ဘုန်းကံဆိုတာ ပုည နဲ့ ကမ္မ
ဒီနှစ်ခုကို ဘုန်းကံ ခေါ်တာ။
မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အကြီးမားဆုံး
ဘုန်းကံကို ပြောပါဆိုရင်
ပါရမီဆယ်ပါး
အကျင့်တရားပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၃၂)

ကိုးကွယ်ရာ ဘာသာတရားတွေ မတူညီပေမယ့် မိမိတို့ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှာရှိတဲ့ အလိုကြီးခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်း၊ မသိနားမလည်ခြင်း၊ ထောင်လွှားခြင်း၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်း၊ ပုတ်ခတ်ခြင်း၊ မနာလိုခြင်း အစရှိတဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် အပြစ်တရားတို့ရဲ့နေရာမှာ -

ရက်ရောစွာပေးကမ်းခြင်း၊ ချစ်ခင်ခြင်း၊ အမျက်မထွက်ခြင်း၊ အမြင်မှန်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို နှိမ့်ချခြင်း၊ သူတပါးကိုချီးမွမ်းခြင်း၊ သနားစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ခွင့်လွှတ်ခြင်းဆိုတဲ့ မွန်မြတ်တဲ့စိတ်ဓာတ်တွေနဲ့ အစားထိုးကြပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၃၃)

မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ။
စိတ်သည် လူ့ဘဝ၏ရှေ့ဆောင်လမ်းပြ
ဖြစ်ပါတယ်။

စိတ်ဟာ ဆင်းရဲချမ်းသာ အကောင်းအဆိုး အားလုံးကို ဖန်ဆင်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကောင်းတဲ့ ဘဝတစ်ခုကို ကောင်းတဲ့စိတ်ကသာ ဖန်ဆင်းမှာဖြစ်ပြီး မကောင်းတဲ့စိတ်ဟာ ဘဝဆိုးတစ်ခုကို ဖန်ဆင်းပါလိမ့်မယ်။

လူသားတွေရဲ့ဘဝဗိသုကာဆိုတာ လူသားတွေရဲ့စိတ်ပါပဲ။ လှပသော ဘဝတစ်ခုကို တည်ဆောက်လိုလျှင် စိတ်ကိုလှအောင်ပြုပြင် ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ဆိုးရင်တော့ အရုပ်ဆိုးတဲ့ဘဝကို ရကြမှာပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၃၄)

လူတွေရဲ့ဘဝသက်တမ်းဆိုတာ
နှစ်ပေါင်း တစ်ရာ မကြာပါဘူး။
အလွန်တိုတောင်းစွာ နေရမယ့် ဘဝအတွင်းမှာ
လူမျိုးရေး၊ ဘာသာရေး၊
စီးပွားရေး စသည်ကို အကြောင်းပြပြီး
ပြိုင်ဆိုင်ခြင်း၊ ငြင်းခုံခြင်း၊
တိုက်ခိုက်ခြင်း၊ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းတွေနဲ့
နေထိုင်ကြမယ်ဆိုရင် ဘယ်လူမျိုးတို့ရဲ့ဘဝမှာမှ
ဘဝရဲ့အနှစ်သာရ၊ ဘဝအဓိပ္ပါယ်ကို
ရကြမှာမဟုတ်ပါဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၃၅)

ဘာသာရေး၊ အတွေးအခေါ် နဲ့
ယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်တို့ကို
ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်းဟာ
အမျိုးသား ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် စရိုက်လက္ခဏာ
(Dignity and Character) များကို
ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ရာ ရောက်သလို
အမျိုးသားအမွေအနှစ်တို့ကို ထိန်းသိမ်း
စောင့်ရှောက်ခြင်းဟာလည်း အမျိုးသား
ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် စရိုက်လက္ခဏာတို့ကို
စောင့်ရှောက်ခြင်းပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၃၆)

ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနဲ့
အတွေးအခေါ် တို့ဆိုတာ
ဘာသာတရားတိုင်းမှာ
အစဉ်တွဲလျက်ရှိနေတတ်ပါတယ်။
ဘာသာတရားပျက်စီးလျှင် ယဉ်ကျေးမှု၊
အတွေးအခေါ်တွေလည်းပျက်စီးပါတယ်။
ယဉ်ကျေးမှု၊ အတွေးအခေါ်ပျက်စီးလျှင်
ဘာသာတရားလည်းပျက်စီးတာပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၃၇)

ဆူပူခြင်း၊ တင်းမာခြင်း၊
စိုးရိမ်ခြင်း၊ ငြင်းခုံခြင်း စတဲ့
ဆင်းရဲတဲ့လက္ခဏာအားလုံးရဲ့
အဓိကတရားခံကတော့
အဝိဇ္ဇာ နဲ့ တဏှာ
(Delusion and Desire) ပါပဲ ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၃၈)

တကယ်တော့ ဘာသာပြောင်းခြင်း၊ မပြောင်းခြင်း၊ ပါတီပြောင်းခြင်း၊ မပြောင်းခြင်း၊ နိုင်ငံသားပြောင်းခြင်း၊ မပြောင်းခြင်းတို့ဟာ အရေးမကြီးပါဘူး။ (Negative mind)စိတ်ညံ့တွေကို (Positive mind) စိတ်ကောင်းပြောင်းလဲဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်။

ဆူပူသောင်းကျန်းခြင်းကနေ ငြိမ်းချမ်းခြင်းကို ပြောင်းရမယ်။ မသိနားမလည်ခြင်းကနေ တတ်သိနားလည်ခြင်းကိုပြောင်းရမယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၃၉)

မြတ်ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်အခါတုန်းက ကိုးကွယ်ရာအမျိုးမျိုးရှိကြတဲ့လူတွေဟာ ဘုရားထံကို ချဉ်းကပ်လာတဲ့အခါမှာ မြတ်ဗုဒ္ဓက–

မတူကွဲပြားတဲ့ အပေါ်မှာ မဆွေးနွေးကြနဲ့။ တူညီတဲ့အပေါ်မှာ ဆွေးနွေးကြလို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။ သဘောတူတဲ့အပေါ်မှာဆွေးနွေးပြီး ဘဝရဲ့အနှစ်သာကို ရယူကြပါလို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၄၀)

အာဃာတမက်မောမှု၊
အလိုရမ္မက်ကြီးမှုတွေနဲ့
သွေးစွန်းနေတဲ့ ကမ္ဘာကြီးကို
စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ လိုက်လျောခြင်းတွေနဲ့
လှပအောင် ပြင်ဆင်ကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၄၁)

ဘာသာရေးကို အခြေခံပြီးတော့ အစွန်းရောက်ခြင်း၊ နိုင်ငံရေး၊ လူမျိုးရေးအစွန်းရောက်ခြင်းတို့ဟာ ပဋိပက္ခဖြစ်ခြင်း၊ ဆူပူခြင်း၊ သောင်းကျန်းခြင်းတို့ရဲ့ အစပဲဖြစ်ပါတယ်။

ခွင့်လွှတ်ခြင်း၊ အစွဲမသန်ခြင်း၊ အစွန်းမရောက်ခြင်း၊ အလယ်အလတ်လမ်းစဉ်လိုက်ခြင်းတို့ဟာ ငြိမ်းချမ်းရေးရဲ့ လမ်းစပဲဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၄၂)

ဆင်းရဲမွဲတေခြင်းကို ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အနိုင်ယူပါ။
မုန်းတီးခြင်းကို ချစ်ခြင်းဖြင့် အနိုင်ယူပါ။
ရက်စက်ခြင်းကို ကရုဏာတရားဖြင့် အနိုင်ယူပါ။
အကျင့်ပျက်ခြင်းကို သီလဖြင့် အနိုင်ယူပါ။
ဒေါသကြီးသူကို ခန္တီဖြင့် အနိုင်ယူပါ။
အကြမ်းဖက်ခြင်းကို ငြိမ်းချမ်းစွာနေခြင်းဖြင့် အနိုင်ယူပါ။

သူတစ်ပါးကို အနိုင်တိုက်ခြင်းထက် မိမိကိုယ်ကို အောင်နိုင်ခြင်းကသာ တကယ့်အောင်နိုင်ခြင်း အစစ်ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၄၃)

စည်းခုံကြီးဆိုတဲ့ စေတီတော်ကြီးမှာ စည်းခုံဆိုတာကို ယုတ္တိဆောင်ပြီးပြောရရင် ဇေယျ+ ခေမ- ဇေယျခွမ်၊ ဇည်းခွမ်- ဇည်းခုံ+ စည်းခုံ လို့ အဆင့်ဆင့် ပြောင်းလဲလာတယ်လို့လည်း ယူဆလို့ ရပါတယ်။ အောင်မြင်ခြင်း၊ ဘေးရန်ကင်းခြင်းဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ဆောင်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၄၄)

ဗုဒ္ဓရှင်တော်က စိတ်ဓာတ်ဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် လမ်းကြောင်းကြီးကို လူသားအားလုံးတို့အတွက် ဖွင့်လှစ်ထားပြီးဖြစ်ပါတယ်။

သည်းခံခြင်းနှင့် ခွင့်လွှတ်ခြင်းတို့ဟာ ညီညွတ်ခြင်း၊ ငြိမ်းချမ်းစွာ လက်တွဲနေထိုင်ခြင်း အတွက် အကောင်းဆုံးသော နည်းလမ်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၄၅)

မေတ္တာ - ဆိုတာ ယောက်ျား မိန်းမနှစ်ဦး သားတို့ ချစ်ကြိုက်ခြင်းကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဘိဓမ္မာမှာ မေတ္တာဆိုတာ အဒေါသကိုပြောပါတယ်။ ဒေါသဆိုတာက အဖျက်စိတ်၊ အဒေါသဆိုတာက ငြိမ်းချမ်းတဲ့ စိတ်သဘောဖြစ်ပါတယ်။ ရေနဲ့တူတဲ့ အချစ်ပါ။

လူကောင်း လူဆိုးနှစ်ယောက်စလုံးကို အေးချမ်းအောင် ဆောင်ရွက်ပေးတယ်။

ရေဟာ ဘယ်တိုင်းပြည်က ဘယ်ရေပဲဖြစ်ဖြစ် လူတိုင်းကို အေးချမ်းစေပါတယ်။ မေတ္တာဆိုတာ ရန်သူ မိတ်ဆွေ နှစ်ယောက်စလုံးကို ကောင်းကျိုးဖြစ်စေ ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၄၆)

ခေါင်းဆောင်ကောင်းတို့မည်သည် –

ဆုံးဖြတ်ချက် ချတော့မယ်ဆိုရင် ကျောက်ထဲမှာ စိုက်ထားသော ကျောက်တိုင်သည် လေပြင်းမုန်တိုင်း မည်သို့ပင် တိုက်ခတ်စေကာမူ ယိမ်းယိုင် တုန်လှုပ်ခြင်း မရှိသလို –

လာဘ၊ အလာဘ။ ပိယ၊ အပိယ။ မုန်တိုင်းများ တိုက်ခတ်ခြင်းတည်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် မပြောင်းမလဲ ခိုင်မြဲသော ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် တည်ငြိမ်သော စိတ်ထားရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၄၇)

အကောင်းအဆိုးနှစ်မျိုးလုံးကို ခြားနားမှုမပြု တညီတည်း ရှုတတ်တဲ့စိတ်ဟာ ခန္တီပါပဲ။

ကမ္ဘာမြေကြီးဟာ သူ့အပေါ် ကျင့်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်ကြသူတွေအပေါ်မှာ ဘယ်သောအခါမှ ပဋိဃမပြု စိတ်မထိခိုက်။

သူ့အပေါ်မှာ သစ်ပင်ပန်းမာလ်စိုက်၍ အလှဆင် ပြန်တော့လည်း အနုသယမပြု မက်မောတွယ်တာခြင်း မပြုပါဘူး။ တညီတညွတ်တည်းရှုတယ်ဆိုတာ ရှုတ်ချက်ဲ့ရဲ့ သံကြားလည်း Detach မဖြစ်အောင် နေခြင်းဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့ခန္တီတရားပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၄၈)

ယနေ့လူငယ်အချို့ဆိုလျှင် ဘာသာရေးမှ ရှန်းထွက်ဖို့ကြိုးစားနေကြပြီး သိပ္ပံနှင့် နည်းပညာသည်သာ လောကကို ကောင်းကျိုးပြုသည်ဟု တစ်ဖက်သတ် မြင်နေကြပါတယ်။

သို့သော် ထိုသိပ္ပံနှင့် နည်းပညာဟာ လောကကို ကောင်းကျိုးပြုသော်လည်း လူ့လောကကြီးကို လူညွှန့်တုံးအောင် သတ်ဖြတ်နိုပ်စက်တတ်သည် ဆိုတာလည်း သတိပြုဖို့လိုပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၄၉)

လူသားမျိုးနွယ်စုတစ်ခုလုံးအတွက်
ငြိမ်းချမ်းရေးသည်
ထာဝရလိုအပ်သော ပန်းတိုင်ဖြစ်၍
ညီညွတ်ရေးသည်ကား
အမှန်မြတ်ဆုံးသော ပြယုဂ်ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၅၀)

လူသားတိုင်း ညီညွတ်ရေးနှင့်
ကောင်းကျိုး လိုလားသော
စိတ်ဓာတ်များကို ထွေးပိုက်ထားပြီး
အချင်းချင်းအပေါ် အရိုးခံစိတ်ထားဖြင့်
တုံ့ပြန်ကြပါက ဒီကမ္ဘာလောကကြီး
သာယာလှပနေမှာဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၅၁)

ညီညွတ်သော ငြိမ်းချမ်းသောကမ္ဘာကို စိတ်က စတယ် – လို့ဆိုရင်

ကွဲပြားသော ဆူပူသောင်းကျန်းသော ကမ္ဘာကို လည်း စိတ်ကပဲ စတင်တာဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၅၂)

ပန်းမျိုးစုံတို့၏ ပန်းရနံ့သည် လူတိုင်းကို မွှေးပျံ့စေသကဲ့သို့ -

မြတ်ဓမ္မရနံ့သည်လည်း ကမ္ဘာလောက နေရာတိုင်းရှိ လူသားတို့ကို ထုံမွှမ်းနိုင်ပါစေ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၅၃)

ကမ္ဘာပေါ်မှာ လူမှတပါး
ကြီးကျယ်သော သတ္တဝါမရှိ၊
လူတွင်လည်း
သီလ (သိက္ခာ) နှင့် ပညာမှ တပါး
ကြီးကျယ်သောအရာမရှိ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၅၄)

ဆုပ်ထားတဲ့လက်သီးထဲကို
ဘာမှထည့်မရသလို
ဘဝနဲ့ခန္ဓာ ဥစ္စာတွေအပေါ်မှာ
ဆုပ်ကိုင်ထားသူအတွက်
သူတော်ကောင်းတရားဆိုတာလည်း
ထည့်ရဖို့ခက်ခဲတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၅၅)

လူသားတွေဟာ
ရုံဖန်ရံခါမှာ ကြောက်ရွံ့မှု၊ စိုးရိမ်မှု၊
စိတ်ကူးယဉ်မှု၊ အတွေးခေါင်မှုတွေကြောင့်
အရှိတရား၊ အမှန်တရားကို
ကြောင်းကျိုးညီညွတ်စွာ
နားလည်ဆင်ခြင်နိုင်စွမ်းမရှိဖြစ်တတ်တယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၅၆)

ငြိမ်းချမ်းဖို့အတွက် ဖြေရှင်းပေးရာမှာ ဖြေရှင်းနည်းမသိရင် ပိုပြီးတော့ ရှုပ်ထွေးတတ်ပါတယ်။

မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း သည်းခံခြင်း၊ ခွင့်လွှတ်ခြင်း၊ သူတပါးအကျိုးဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားစွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ကျိုးကြောင်းဆင်ခြင်သုံးသပ်ခြင်းဆိုတဲ့ ခန္တီ၊ မေတ္တာ၊ သတိ၊ ပညာကြီးကြီးထား၍ အကြမ်းဖက်ခြင်း လုံးဝကင်းအောင် ဖြေရှင်းသွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၅၇)

မြတ်စွာဘုရားရဲ့သာသနာတော်ဟာ –

သွာက္ခာတော။

အကောင်းဆုံးတည်ထောင်ထားတဲ့ သာသနာတော်ပါ။ ဖြတ်ကတတ်ဆန်း တည်ထောင်ထားတဲ့ သာသနာတော်မဟုတ်ပါဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၅၈)

ဘာသာရေး၊ နိုင်ငံရေး၊ လူမှုရေး ခေါင်းဆောင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ ခန္တီ၊ စာဂ စတဲ့တရားတွေနဲ့ပြည့်စုံရပါတယ်။

ဒီအရည်အချင်းတွေနဲ့ပြည့်စုံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို (Perfect one) ပြည့်စုံသူလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ပါရမီဖြည့်ပုဂ္ဂိုလ်ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၅၉)

မိမိတို့ရဲ့ ဘဝနဲ့ ခန္ဓာသက်သာမှု၊ ချမ်းသာမှု၊ ခံစားမှု၊ အခွင့်အရေး၊ အချိန်နှင့် ပစ္စည်းဥစ္စာများကို မစွန့်လွှတ်နိုင်သေးသမျှ၊ မက်မောနေသမျှ ကာလပတ်လုံး မိမိတို့သည် လူသားအကျိုးပြု လုပ်ငန်းများကို (Perfect) ပြည့်စုံအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

စွန့်လွှတ်နိုင်မှ အောင်မြင်မှာပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၆၀)

လိုချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ လိုချင်တယ်ဆိုရင် သိပ်ကောင်းမယ်။ စည်းမဲ့ ကမ်းမဲ့လိုချင်ရင် တိုင်းပြည်ပျက်မယ်။ စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ လိုချင်တယ်ဆိုရင် တိုင်းပြည်ကောင်းစားမယ်။

စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ လောဘကိုရှောင်။

စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ ဒေါသကိုရှောင်။

စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ မောဟကိုရှောင်။

အဲဒါတွေ ရှောင်နိုင်ရင် ကပ်သုံးပါးမှ လွတ်ပါမယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၆၁)

တစ်ကမ္ဘာလုံးတုန်လှုပ်နေတယ်၊
ဓမ္မနဲ့ ထိန်းရမယ်။
တစ်ကမ္ဘာလုံးအတွင်းလောင်နေတယ်။
ဓမ္မနဲ့ငြိမ်း ရမယ်။

အာဃာတမက်မောမှုနဲ့ သစ္စာတရား မျက်နှာလွှဲမှု တို့ကြောင့် ကမ္ဘာကြီးဟာ သွေးစက်တွေ စွန်းထင်နေတယ်။ အရိယသစ္စာသည် ဘာသာတရား အားလုံး တို့ရဲ့ အနှစ်သာရဖြစ်ပါတယ်။

အရိယသစ္စာသည် ကမ္ဘာ့လက်ဟောင်းတရား။ သစ္စာဆိုတာ လူတို့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှာပဲ တည်ရှိပါတယ်။ ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးကို သစ္စာနဲ့ တည်ဆောက်ရပါမယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၆၂)

ဆန်ချီစေတီတော်ဆိုတဲ့ စကားလုံးဟာ သဥ္စယ–စုဆောင်းခြင်း၊ စုဝေးခြင်း၊ သိမ်းဆည်းခြင်း၊ ဆည်းပူးခြင်း အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်တို့ ပေါင်းစုံစုဝေးရာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုရားကျောင်းတိုက် စုဝေးရာ၊ ဗုဒ္ဓကိုချစ်ခင် ကြည်ညို လေးမြတ်သောစိတ်တို့ စုဝေးရာဟူသော အဓိပ္ပါယ် ဖြစ်ပါတယ်။

သဥ္စယ– သဥ္စိ–ဆန်ချီ အဆင့်ဆင့်ပုဒ်ပြောင်း၊ အသံပြောင်းလဲလာတယ်လို့ယူဆပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၆၃)

မြတ်စွာဘုရားက ကမ္ဘာလောကကို စောင့်ရှောက်ဖို့ တစ်နေ့လျှင် ခြောက်ကြိမ်ကြည့် တော်မူပါတယ်။ ကမ္ဘာလောကကြီးက အတ္တ–အကျိုးရှိတာနဲ့၊ အနတ္တ–အကျိုးမရှိတာကိုပြနေတယ်။

ဒါကြောင့် အနည်းဆုံး တစ်နေ့ကို နှစ်ကြိမ်လောက်တော့ ကမ္ဘာလောကကြီးကိုကြည့်ကြပါ။ အကျိုးရှိတာကိုယူပါ၊ အကျိုးမဲ့တာကို ပယ်ပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၆၄)

တက္ကသိုလ်ဆိုတာ တပည့်တွေကိုခေါ်ပြီးတော့ ဒီမှာဟော့ ဘဝရဲ့လမ်းကြောင်း၊ လျှောက်ကြလို့ လမ်းကြောင်းရဲ့ ဂိတ်တံခါးကို ပြရုံသက်သက်ပါပဲ။

ဒို့ကပြရုံပဲပြပေးနိုင်ပါတယ်။ ဆက်လက်လျှောက်လှမ်းရမှာက တပည့်တွေအားလုံးရဲ့တာဝန် - ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၆၅)

Character is power.

ဘုန်းတန်ခိုးကြီးချင်ရင်
အကျင့်ကောင်းကျင့်ရမယ်။
အကျင့်ပျက်ရင် ဘယ်တော့မှ
ဘုန်းတန်ခိုး မကြီးဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၆၆)

Character is the capital of poor man.

ဆင်းရဲတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အရင်းအနှီးဟာ
ကိုယ်ကျင့်တရားပဲ။
အကျင့်ပျက်ရင် ဘဝမှာ
အရင်းအနှီး မရှိတော့ဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၆၇)

မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတော်တွေကို ကမ္ဘာသူ၊ ကမ္ဘာသားတို့ထံ ထိထိရောက်ရောက် လျင်လျင် မြန်မြန် ဖြန့်နိုင်စေဖို့ နည်းသစ်၊ စနစ်သစ်များဖြင့် အဆင့်ဆင့် တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ကြရပါမယ်။

သို့သော် လမ်းဟောင်းပေါ်တွင် ဆင့်ကာထွင် ဆိုသကဲ့သို့ အရိုးကို အရွက်မဖုံး၊ အနှစ်ကို အကာမဖုံးမိစေဖို့ သတိပြုဆောင်ရွက်ကြဖို့လည်းလိုပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၆၈)

ဂန္ဓာရ–ပုဒ်ကို ဂန္ဓ+ ဓရပုဒ်မှ
ဆင်းသက်လာ သည်ဟုကြံဆလျှင်
မွှေးကြိုင်သောရနံ့ရှိသောတိုင်း – ဟု
အဓိပ္ပါယ်ဖော်ထုတ်နိုင်ပေသည်။
ရှေးအခါက စန္ဒကူးနီ၊ စန္ဒကူးဖြူတို့
ပေါများသောအရပ်ဖြစ်သည်။
The Land of Fragrance-
ဟုဆိုနိုင်ပေသည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၆၉)

ခရီးသွားခြင်းကြောင့် ဒေသအသစ်တို့ကို ရောက်တိုင်း လူအသစ်တို့ကို တွေ့ဆုံရ၊ မြင်ကွင်းအသစ်တို့ကို မြင်ရ၊ ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်တို့ကို ထိတွေ့ခံစားရသောကြောင့် အတွေးသစ်၊ အမြင်သစ်၊ အယူအဆသစ်တို့ကို ရရှိပါတယ်။

ယင်းအတွေးသစ်၊ အမြင်သစ်၊ အယူအဆသစ်တွေဟာ လုပ်ငန်းအသစ်၊ စီမံချက်အသစ်တို့မှာ များစွာအထောက်အကူပြုပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၇၀)

တကယ်စင်စစ်တော့
ဗုဒ္ဓနဲ့ ဓမ္မဆိုတာ
ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သာ
ပိုင်ဆိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး။
ကမ္ဘာလူသားတိုင်း၊
ကမ္ဘာ့သမိုင်းတိုင်းက ပိုင်ဆိုင်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၇၁)

အလွန်အသားမည်းသော အာဖရိကသား တစ်ယောက်နဲ့ အလွန်အသားဖြူသော အာရှသူ တစ်ယောက်တို့ ပေါင်းသင်းနေထိုင်တာကိုမြင်ရတဲ့အခါ ထိုသူနှစ်ဦးတို့ပေါင်းသင်းနေထိုင်ကြခြင်းဟာ အဖြူ အမည်းအပေါ်မှာ ပေါင်းသင်းနေထိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး။

ချစ်ခြင်း (Love)၊ သနားခြင်း(Compassion)၊ အကြောင်း အကျိုးဆင်ခြင်ခြင်း (Reasoning) ဆိုတဲ့ ဒီသုံးခုအပေါ်မှာ အချိုးညီညီ ပေါင်းစပ်ပြီး နေထိုင်ကြတာဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၇၂)

ခေါင်းဆောင်ကောင်းတစ်ယောက်
ဖြစ်ချင်တဲ့ သူဟာ
နောက်လိုက်ကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့
အရင် ကြိုးစားရပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၇၃)

တကယ်တော့ မြတ်ဗုဒ္ဓသည် ဗုဒ္ဓဘာသာတို့အတွက်သာ ပေါ်ပေါက်လာတာ မဟုတ်ပါဘူး။

လူသား တိုင်းရဲ့ အကျိုးစီးပွားအတွက် ပေါ်ပေါက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူမျိုး၊ ဇာတ်၊ အသားအရောင်မခွဲခြားပဲ အကျင့်နှင့် အသိကိုတန်ဖိုးထား၍ လူသားတို့ဘဝကို မြှင့်တင်ပေးသူဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၇၄)

ခေတ်ရေစီးကြောင်းတွေ ဘယ်လိုပင် ပြောင်းလဲလာသော်လည်း အနှစ်သာရကို အကာ အခေါက်တို့ မဖုံးရလေအောင် ဘာသာရေးနဲ့ယဉ်ကျေးမှု၊ အမွေအနှစ်တို့ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ဘာသာရေး၊ ဘာသာရေးနဲ့ယဉ်ကျေးမှုဆိုတာ အရှေ့တိုင်းဒေသမှာတော့ အညောညနိဿိတာ - အချင်းချင်းမှီခိုနေတယ်ဆိုတာကို သတိပြုရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၇၅)

စည်းကမ်းနဲ့ ပညာရေးကို ဟန်ချက်ညီအောင် ဆောင်ရွက်ကြရပါမယ်။

စည်းကမ်း သိပ်ကောင်း ပြီးတော့ ပညာရေး မတတ်တဲ့အနေအထားမျိုးလည်း မဖြစ်စေချင်ပါဘူး။

ပညာတွေ သိပ်တတ်ပြီးတော့ စည်းကမ်းပျက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလည်း မဖြစ်စေချင်ပါဘူး။ စည်းကမ်းဟာ ခြေထောက်၊ ပညာဟာ မျက်လုံးပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၇၆)

ဘေးရန်အမျိုးမျိုးနဲ့
ခြိမ်းခြောက်ခံရပြီဆိုရင်
လူတွေရဲ့စိတ်ထဲမှာ
ကြောက်စိတ်တွေ ပေါ်လာတတ်တယ်။
ကြောက်စိတ်တွေပေါ်လာပြီဆိုရင်
ကိုးကွယ် အားထားရာကို
ရှာတတ်ကြတာ ဓမ္မတာပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၇၇)

နိုင်ငံရေးခေါင်းဆောင်များနဲ့ အစိုးရမင်းများဟာ တိုင်းသူပြည်သားတို့အပေါ်မှာ အမျက်မထွက်ရပါဘူး။

မေတ္တာထားရမယ်။

ဒီနေရာမှာ မေတ္တာဆိုတာ တဏှာနဲ့ချစ်တာမျိုးကို ဆိုလိုတာမဟုတ်ပါဘူး။ တိုင်းပြည်အကျိုးကို လိုလားတဲ့စိတ်ဓာတ်၊ တိုင်းသူပြည်သားတို့အပေါ်မှာ အကောင်းဘက်ကကြည့်၍ ခွင့်လွှတ်သော စိတ်ဓာတ်၊ ရန်ငြိုးမထားပဲ ထိုရန်ငြိုးကိုဖြေသော စိတ်ဓာတ်ကို မေတ္တာလို့ဆိုချင်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၇၈)

အိန္ဒိယပြည်မှာ အိန္ဒုမြစ်ဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒီမှာ အာရိယန်လူမျိုးတွေနေကြတယ်။ အာရိယန် ကိုပါဠိသံနဲ့ ရွတ်ဆိုရင် အရိယာလို့ထွက်ပါတယ်။ အရိယာပုဒ်ကနေ အာရိယန်လို့ဖြစ်ပါတယ်။ အာရိယန်ကနေ တဖြည်းဖြည်းပြောင်းလဲလာတော့ အေရှန်ဖြစ်သွားတဲ့ လက္ခဏာ ရှိပါတယ်။

ဒီတော့ အာရှတိုက်သား လူမျိုးများဟာ အာရိယန်လူမျိုးတွေရဲ့ အဆက်အနွယ်ဖြစ်ပါတယ်။

အရိယာ – ဆိုတာ မြင့်မြတ်သောလူမျိုး ဖြစ်တာကြောင့် အာရှတိုက်သားတွေဟာလည်း မြင့်မြတ်တဲ့လူမျိုးတွေပဲ – လို့ ယူဆပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၇၉)

ဟိန္ဒူ ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဟ– ရယ်၊ အိ (ဣ) ရယ် ပေါင်းထားတယ်။

အိန္ဒိယပြည်က အိန္ဒူမြစ်နာမည်ကို ရှွတ်ဆိုရင်း ပါးစပ်ထဲ ဘယ်လို လေသံပေါက်သွားလဲတော့မသိဘူး။ အောက်က ဟ – တစ်လုံး ရောက်သွားပြီး တော့ အိန္ဒူကနေ ဟိန္ဒူ– ဆိုပြီးတော့ ဒီလိုဖလှယ်သွားတာတဲ့။ အိန္ဒူမှာ အိ(ဣ) သရရဲ့အောက်မှာ ဟ– အက္ခရာ တစ်လုံးထည့်လိုက်ရင် ဟိန္ဒူ– လို့ဖြစ်လာတာပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၈၀)

အစွလာမ်ဆိုတဲ့ စကားလုံးဟာ ဘဝကို မြှပ်နှံခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။

ဘယ်ကိုမြှပ်နှံလိုက်တာလဲဆိုရင် တစ်ဆူတည်းသော ဘုရားသခင်ရဲ့စိတ်တော်ထဲကို သူ့ရဲ့အသက်ခန္ဓာအားလုံးကို မြှပ်နှံလိုက်တာပါပဲ။

အာရဗီဘာသာနဲ့ (အလ္လာ) လို့ ခေါ်ရတဲ့ တစ်ခုတည်းသော ဘုရားသခင်ရဲ့ စိတ်ဆန္ဒတော်အတိုင်း ဘဝတစ်ခုလုံး မြှပ်နှံခြင်းဟာ အစွလာမ်ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၈၁)

ကာလဒေသမရွေး၊
ပုဂ္ဂိုလ်မရွေး၊
ဘယ်အခါ ဘယ်နေရာ
ဘယ်သူ့အတွက်ဖြစ်စေ၊
အချိန်အခါမရွေး နေရာမရွေး
မည်သူမည်ဝါမရွေး
မှန်သောတရားကို
သစ္စာမမွ – လို့ခေါ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၈၂)

ဓမ္မ - ဆိုတာ ခေါ်ဆောင်တဲ့ သတ္တိ၊ သယ်ဆောင်တဲ့ သတ္တိရှိပါတယ်။

ကျဆုံးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မကျဆုံးရလေအောင်၊ ဆုံးရှုံးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မဆုံးရှုံးရလေအောင်၊ အောက်တန်းကျမည့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အောက်တန်းကျမသွားရလေအောင် သယ်ဆောင်ပေးနိုင်တာ ဓမ္မ - ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၈၃)

ဗုဒ္ဓ–ကိုဘာကြောင့် ကိုးကွယ်ကြသလဲဆိုရင်
သစ္စာတရားကို ဟောပြလို့ပါပဲ။
ဘုရားဂုဏ်တော် ကိုးပါးထဲမှာပါတယ်လေ။
သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ၊
Buddha is the greatest teacher of men and God.
ဗုဒ္ဓသည် သတ္ထာ–ဆရာ၊
ဘယ်သူ့ဆရာလဲ ဆိုရင်၊
ဒေဝမနုဿာနံ – နတ်လူတို့ရဲ့ဆရာပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၈၄)

သံဃာတော်တွေကို ကိုးကွယ်ကြတယ်ဆိုတာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ လေးဆယ့်ငါးနှစ်ကာလပတ်လုံး ဟောကြားခဲ့တဲ့ သစ္စာဓမ္မတွေကို နှစ်ပေါင်းထောင်ကျော် မကွယ်မပအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လာတဲ့ ကျေးဇူးဂုဏ်တွေကို ထောက်ပြီးတော့ ကိုးကွယ်ကြတာပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၈၅)

မြတ်ဗုဒ္ဓသည် ဗောဓိဉာဏ်ကို ရတော်မူတဲ့ အခါမှာ Unaided, Unguided အပြင်ဘက်က အကူအညီ၊ အပြင်ဘက်ကလမ်းညွှန်မှု၊ ဘာတစ်ခုမှ မယူခဲ့ပါဘူး။

နှလုံးသားထဲမှာ ကိန်းအောင်းနေတဲ့ စေတနာ၊ သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ ဝီရိယ စတဲ့ ဒီစွမ်းရည် သတ္တိတွေကို စုပေါင်းပြီးတော့ အသုံးချလိုက်လို့ နောက်ဆုံးမှာ ဗောဓိဉာဏ်သို့ ရောက်တော်မူတာ ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၈၆)

အလုပ် လုပ်တဲ့အခါမှာ
ကြာကြာလုပ်၊
မရပ်မနားလုပ်၊
အကြွင်းအကျန်မရှိ၊
အကုန်သိမ်းကျုံးလုပ်၊
ရိုရိုသေသေ
လေးလေးစားစားလုပ်၊
အရေးကြီးဆုံးအချက်ကတော့
မပျင်းမရိ မငြီးမငွေ့လုပ်ပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၈၇)

ဘာသာရေးနဲ့လူမှုရေးဆိုတာ တွဲပြီးတော့လုပ်ရပါတယ်။

ဒီနှစ်ခုတွဲလုပ်မှ အမျိုးကိုလည်း စောင့်ရှောက်နိုင်မယ်။ ဘာသာ သာသနာကိုလည်း စောင့်ရှောက်နိုင်မယ်။

ဘာသာရေးပဲလုပ်ပြီး လူမှုရေးမလုပ်ရင် အမျိုးသား အမျိုးသမီးတွေဆုံးရှုံးရလိမ့်မယ်။

လူမှုရေးပဲလုပ်ပြီး ဘာသာရေးမလုပ်ရင် သာသနာတော်ဘက်က ဆုံးရှုံးရလိမ့်မယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၈၈)

တိုင်းကျိုး ပြည်ကျိုး သာသနာတော်အကျိုးကို ဆောင်ရွက်တဲ့အခါမှာ ပိယ–ချစ်ခြင်းဆိုတဲ့ အစွန်းတစ်ဖက်၊ အပိယ–မုန်းခြင်းဆိုတဲ့ အစွန်းတစ်ဖက်၊ အစွန်းနှစ်ဖက်ကိုရှောင်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။

တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ချစ်ပြီးတော့ မျက်နှာသာပေးတာ၊ တစ်ယောက်ကိုတော့ မုန်းလို့ ဖိနှိပ်တာ၊ ရှုတ်ချတာမျိုးမလုပ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၈၉)

တိုင်းပြည်မှာနေကြတဲ့လူတွေ၊ အထူးသဖြင့် သတင်း၊ ဂျာနယ်၊ မီဒီယာတွေ၊ မဂ္ဂဇင်းတွေ-

မပြောတာကို မပြောတဲ့အတိုင်းရေးပါ၊

ပြောတာကို ပြောတဲ့အတိုင်းရေးပါ၊

မပြောတာကို ပြောတယ်လို့ လုပ်ပြီးတော့၊

ပြောတာကို မပြောဘူးလို့ လုပ်ပြီးတော့

မလုပ်သင့်ပါဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၉၀)

ငြိမ်းချမ်းရေး ဦးတည်ချက် (၅) ရပ်

၁။ ဘာသာတရား အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ချစ်ခင်နားလည်မှု တည်ဆောက်၍ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်သွားကြပါစို့။

၂။ ဘာသာတရားအချင်းချင်း အပြန်အလှန် လေးစားယုံကြည်မှုတည်ဆောက်၍ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်သွားကြပါစို့။

၃။ ဘာသာတရားအချင်းချင်း ဝင်ရောက်စွက်ဖက်နှောက်ယှက်ခြင်းမပြုပဲ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်သွားကြပါစို့။

၄။ ဘာသာတရားအချင်းချင်း အကြမ်းဖက်မှုများကို ရှောင်ရှား၍ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်သွားကြပါစို့။

၅။ ဘာသာတရားအားလုံးတို့ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သော ခန္တီတရား လက်ကိုင်ထား၍ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်သွားကြပါစို့။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၉၁)

သီတဂူဆရာတော်ကြီး အမြဲရွတ်နှလုံးသွင်းသော ဒီပဲယင်းဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဆုတောင်း (၁၀) ပါး

၁။ ပရေသံ ဟိတ မိစ္ဆေယျံ။
ငါသည် သူတစ်ပါးတို့၏အကျိုးစီးပွားကို
လိုလိုလားလား ဆောင်ရွက်နိုင်ရပါလို၏။

၂။ ဟိတံ မေ ကုရုန္တံ ပရော။
သူတစ်ပါးတို့ကလည်း ငါ၏အကျိုးစီးပွားကို
လိုလားနှစ်သက် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေ။

၃။ နာညဿ ဒုက္ခမိစ္ဆေယျံ။
ငါသည် သူတစ်ပါးတို့ ဒုက္ခရောက်သည်ကို
မလိုလားပါ။

၄။ မာ မေ ဒုက္ခံ ကုရုန္တံ ပရော။
သူတစ်ပါးတို့ကလည်း ငါဒုက္ခရောက်မည်ကို
မလိုလားကြပါစေနှင့်။

၅။ န ဟိံသေယျံ ပရံ ပါဏံ။
ငါသည် တစ်ပါးသောသတ္တဝါကို ညှင်းဆဲမှု
မပြုပါရစေနှင့်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

၆။ မာ မေ ဝိဟေသတံ ပရော။
သူတစ်ပါးတို့ကလည်း ငါ့ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲမှု
မပြုကြပါစေနှင့်။
၇။ န ဝ ဘဝေ အဟံ ဝေရီ။
ငါသည် သူတစ်ပါးတို့၏ရန်သူ
မဖြစ်ပါရစေနှင့်။
၈။ မာ ဝေရီ ဟောတု မေ ပရော
သူတစ်ပါးတို့သည်လည်း ငါ၏ရန်သူတို့
မဖြစ်ကြပါစေနှင့်။
၉။ ကုမ္မဂ္ဂ ဝိဝေဇ္ဇေတွာ
သုမဂ္ဂံ ယန္တု ပါဏိနော။
သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည် လမ်းကောက်၊
လမ်းဆိုး၊ စနစ်ဆိုးကိုရှောင်ရှား၍
လမ်းကောင်း၊ လမ်းမှန်၊ စနစ်မှန်ကို
လျှောက်လှမ်း နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။
၁၀။ ဝဇ္ဇဘာဟံ ဝိဝေဇ္ဇေတွာ
ဥဇုံ သုမဂ္ဂကော ဘဝေ။
ငါသည်လည်း လမ်းကောက်၊ လမ်းဆိုး၊

WWW.DHAMMARANSI.COM

စနစ်ဆိုးတို့ကို ရှောင်ရှားနိုင်၍ လမ်းဖြောင့်၊ လမ်းမှန်၊ စနစ်မှန်ကို လျှောက်နိုင်၊ လိုက်နိုင်၊ လျှောက်လှမ်းနိုင်ရပါလို၏။

(၉၂)

မနုဿ - ဆိုတဲ့ပုဒ်ကို ဗမာစကားမှာ လူ - လို့ဘာသာပြန်တယ်။

မန ရယ်၊ ဥဿ - ရယ် စာလုံးနှစ်လုံးပေါင်းစပ်လို့ မနုဿ - ဖြစ်တယ်။

မန - ဆိုတာ Understand သိတယ်၊

ဥဿ - ဆိုတာ Being သတ္တဝါ။

ဒီတော့ မနနဲ့ဥဿ ပေါင်းရင် မနုဿ - ဆိုတဲ့ ဒီလူမျိုးဟာ **သိတတ်တဲ့ သတ္တဝါ** - လို့ဘာသာပြန်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၉၃)

အမျိုးဘာသာ သာသနာနဲ့ တိုင်းကျိုးပြည်ပြု
လုပ်ငန်းတွေလုပ်တဲ့အခါမှာ –
လုမ္ဗိနီ–က မြင်းလို မြန်မြန်လုပ်ကြပါ။
ရာမဂါမ–က နွားလို သည်းခံ၍လုပ်ကြပါ။
သင်္ကဿနဂရ–က ဆင်လို အင်အားနှင့်
လုပ်ကြပါ။
မိဂဒါဝုန်–က ခြင်္သေ့လို ရဲရဲဝံ့ဝံ့ သတ္တိရှိရှိ
လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၉၄)

တမန်တော်မိုဟာမက်ရဲ့ မူဝါဒတွေထဲမှာ ထူးထူးခြားခြား သဘောကျမိတာနှစ်ချက်တွေ့ရပါတယ်။

အဲဒါဟာ အမြတ်ကြီးစား ဝိသမလောဘကို ဖယ်ရှားဖို့နဲ့ ကြွယ်ဝချမ်းသာသောသူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကို မရှိဆင်းရဲသားများအား ဝေငှဖို့ဆိုတဲ့ အဆုံးအမတွေ တွေ့ရပါတယ်။

ဒါဟာ မြတ်နိုးစရာကောင်းတဲ့ အချက်တွေပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၉၅)

လောဘအစွန်းရောက်တဲ့ကမ္ဘာလောကမှာ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးမှုတွေဖြစ်လာတတ်တယ်။

ဒေါသအစွန်း ရောက်တဲ့ကမ္ဘာမှာ စစ်ပွဲတွေနဲ့ ပဋိပက္ခတွေ ဖြစ်လာတတ်တယ်။

မောဟအစွန်းရောက်တဲ့ ကမ္ဘာလောကမှာ ဆင်ခြင်တုံတရား ကင်းမဲ့တဲ့ မိုက်မဲမှုတွေ ထွန်းကားလာတတ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၉၆)

ဘီစီ ၅၅၁၊ တရုတ်ပြည်မှာမွေးဖွားခဲ့တဲ့ (Confucius) ကွန်ဖြူးရှပ်ဆိုတဲ့ ဆရာကြီးက –

နိုင်ငံရေး ခေါင်းဆောင်တွေ အကျင့်ပျက်ရင် တိုင်းပြည်ပျက်စီးတာနဲ့အတူတူပဲ။

နိုင်ငံရေး ခေါင်းဆောင်တွေ ပညာမတတ်လျှင် တစ်တိုင်းပြည်လုံး ပညာမတတ်တော့ဘူး။

ဒါကြောင့် နိုင်ငံရေးသမားတွေရဲ့ အတတ်ပညာဟာ သီလနှင့် ပညာ ဤနှစ်ဖြာလို့ ဆိုခဲ့ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၉၇)

သဘာဝအရင်းအမြစ်တွေ၊
Natural Sources - သယံဇာတတွေ
မညှိမှုပင်ဆင်းရဲနေပါစေ၊
သီလနှင့် ပညာ ပြည့်စုံတဲ့
တိုင်းပြည်တွေဟာ
ဒီကနေ့ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်နေတာကို
မျက်မှောက်ကမ္ဘာမှာ
တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၉၈)

အလှူဒါနပြုလုပ်တဲ့အခါမှာ ဘာသာရေး အခမ်းအနားများမှာ ပြုလုပ်သောအလှူဒါနသည် မိမိတို့ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာအတွက်သာ အထောက် အကူပြုတဲ့ ဒါနဖြစ်ပါတယ်။

လူမျိုး ဘာသာအရွေး ရေဘေး၊ မီးဘေးစတဲ့ ဘေးဒုက္ခရောက်နေသူများကို လှူဒါန်းတဲ့ ဒါနမျိုးက ပိုပြီး အရေးတကြီးလိုအပ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၉၉)

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဒေသနာတော်မှာ မိန့်ဆိုချက်
တစ်ခုရှိတယ်။
မပြတ်မပြတ် စည်းဝေးတိုင်ပင်ခြင်းသည်
ချစ်ခင်ရင်းနှီးခြင်းကိုဖြစ်ပွားစေတယ်။
အချင်းချင်း မိတ်ဆွေဖွဲ့ခွင့်ကိုရစေတယ်။
အသိဉာဏ်ကိုလည်း တိုးပွားစေတယ်။
အကျိုးစီးပွားကိုလည်း တိုးပွားစေတယ်။
ဆုတ်ယုတ်ဖို့မဖြစ်နိုင်ပါဘူး – လို့
မိန့်တော်မူထားပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၀၀)

ဘာသာရေးပဋိပက္ခတွေဘာကြောင့်ဖြစ်ကြသလဲဆိုရင် လူသားအများစုဟာ သူတို့ကိုးကွယ်သောဘာသာတရားအသီးသီး၏ အနှစ်သာရရောက်အောင်ထိတွေ့နားလည်ခွင့်မရကြပါဘူး။

ထိုထိုဘာသာတရားတို့၏ အပေါ်ယံ အကာအခေါက်များပေါ်သာ ရပ်ပြီးတော့ ငြင်းခုံနေကြလို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဥပမာပြောရရင် ရေမျက်နှာ ပြင်ပေါ်၌ ဖုံးလွှမ်းနေသော ရေညှိ ရေမှော်များကို သာရှုမြင်သူဟာ ရေကြည်ရေအေးကို မသောက်ရသလိုပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၀၁)

မြစ်ချောင်းများထဲမှ ရေများကို မြစ်ချောင်းများကပြန်မသောက်သုံး၊ မြစ်ချောင်းဘေးများမှ သတ္တဝါများသာ သောက်သုံးကြတယ်။

ကြီးထွားလာသော သစ်သီးများကို သစ်ပင်များက ပြန်မစားကြ၊ သတ္တဝါ များကသာ စားသုံးကြတယ်။

နွားမများသည် မိမိနို့ရည်ကို ပြန်မသောက်၊ လူများကသာ သောက်သုံးကြတယ်။

နွားထီးများကလည်း ပုခုံးပေါက်သည်အထိ ဆန်စပါးရအောင်ကုန်းရုန်းလုပ်ပေးပေမယ့် ဒါတွေကို လူတွေကသာ စားသုံးကြတယ်။

သစ်ပင်မြစ်ချောင်း၊ နို့စား နွားမကောင်း၊ ဆန်စပါးပေးတဲ့ နွားထီးကောင်းများကပင် ဤမျှ လောကအကျိုးကိုဆောင်ရွက်နိုင်ကြသေးလျှင် အသိဉာဏ်ရှိသော လူသားများသည် ထိုမျှမက လောက အကျိုးကို ဆောင်ရွက်သင့်ပါတယ်။ အများအကျိုး ကိုဆောင်ရွက်မယ်ဆိုတဲ့ ပရဟိတစိတ်ဓာတ်များ မွေးမြူနိုင်ကြပါစေ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၀၂)

ဘဝမှာ ဘယ်သူ့ကိုမှ မနှိမ့်ချပါနဲ့။

ငှက်တွေဟာ အသက်ရှင်တုန်းက ပုရွက်ဆိတ်တွေကိုစားတယ်။ ငှက်တွေသေတဲ့အခါ ပုရွက်ဆိတ်တွေက ပြန်စားတယ်။

သစ်ပင်တစ်ပင်ဟာ သန်းပေါင်းများစွာသော မီးခြစ်ဆံလုပ်လို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် သန်းပေါင်းများစွာသော သစ်ပင်တွေလောင်ကျွမ်းဖို့ မီးခြစ်ဆံတစ်ချောင်းပဲလိုအပ်ပါတယ်။

အခြေအနေဟာ မည်သည့်အချိန်မှာမဆို ပြောင်းလဲသွားနိုင်တယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၀၃)

ဘဝမှာ မည်သူ့ကိုမျှ မနှိမ့်ချပါနဲ့။
သင်ယနေ့ အင်အားကြီးမားသူတစ်ယောက်
ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်တယ်။
ဒါပေမယ့် အချိန်က
သင့်ထက်ပိုပြီး
အင်အားကြီးမားပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၀၄)

ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ သစ္စာဆိုတဲ့ အနှစ်သာရများဟာ ဘာသာတရားတိုင်းမှာရှိပါတယ်။

ဒါတွေအားလုံးဟာ လူသားထုတစ်ရပ်လုံးရဲ့ ဘဝအနှစ်သာရတွေပါပဲ။ ဒါတင်မက ဘာသာတရားအားလုံးရဲ့ အနှစ်သာရဖြစ်တဲ့ ဒါန အစရှိတဲ့တရားတွေဟာ ကျွန်ုပ်တို့လူသားအားလုံး လက်တွဲ၍ ငြိမ်းချမ်းစွာနေကြရမယ့် (Common Ground)တွေဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၀၅)

လူ့စိတ်ဟာ အင်မတန်ဆန်းကြယ်ပါတယ်။
ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း၊
သနား ကြင်နာခြင်း၊
ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်ခြင်း၊
ဝမ်းမြောက်ခြင်း၊ မနာလိုခြင်း၊
လိုက်လျောညီထွေရှိခြင်း၊
စိတ်ပျက်ဖွယ်ကောင်းခြင်း၊
တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်း၊
သူတစ်ပါးအများအကျိုးစီးပွားကို
ဆောင်ရွက်ခြင်းစသည့်တို့ကို
ထုတ်လုပ်ဖန်တီးနေပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၀၆)

ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ၊
အသားအရောင်၊
အမျိုးဇာတ်မခွဲခြားပဲ
ဘယ်တိုင်းပြည်
ဘယ်ဘာသာ ကိုးကွယ်တဲ့
ဘယ်ဘာသာဝင်မဆို
ဝိပဿနာတရားကို
ကျင့်သုံးနိုင်ပါတယ်။
ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ရင်း
မိမိတို့ ဘာသာတရားကိုလည်း
ကိုးကွယ်ပိုင်ခွင့် ရှိပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၀၇)

စိတ်ဓာတ်အစွန်းရောက်မှုတွေ၊
စိတ်ပင်ပန်း မှုတွေ၊
အစွဲသန်မှုတွေ၊
တစ်ယူသန်မှုတွေအားလုံးဟာ
ပဋိပက္ခတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့
အတွင်းမာရ်နတ်တွေပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၀၈)

ဗုဒ္ဓတရားတော်ဟာ
လူနှင့် လူ့ပတ်ဝန်းကျင်ကို
မည်မျှကာကွယ်စောင့်ရှောက်တယ်ဆိုတဲ့
ဘာသာတရားပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၀၉)

အကယ်၍သာ လူသားတွေဟာ မိမိကိုးကွယ်ရာ ဘာသာတရားတိုင်း၏ ဆိုလိုသောအဓိပ္ပါယ်နှင့် အနှစ်သာရတို့ကို သိလည်းသိကြမယ်၊

သိသည့်အားလျော်စွာ လိုက်နာကျင့်သုံးကြမယ်ဆိုရင် ကျွန်ုပ်တို့ လူ့လောကကြီးမှာ ဘာသာရေး ပဋိပက္ခဆိုတဲ့ ကံဆိုး မိုးမှောင်ကျမှုတွေ ရှိတော့မှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၁၀)

လူယုတ်နဲ့ လူမြတ်ကို
အကျင့်နဲ့ပဲခွဲခြားရမယ်။
အမျိုးဇာတ်နဲ့မဆိုင်ဘူး၊
မွေးဖွားခြင်းနဲ့မဆိုင်ဘူး။
ရွှေပလ္လင်ပေါ်မှာနေပေမယ့်
မြတ်သော အကျင့်ကိုကျင့်မှ
လူမြတ်ဖြစ်တာ။
သစ်ပင်၊ တဲကုပ်အောက်မှာနေပြီးတော့
လူမြတ်ကျင့်စဉ်ကို ကျင့်နေရင်
သူလည်းလူမြတ်ပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၁၁)

မြစ်တွေကို ရှေးတုန်းက အာပ–လို့ခေါ်တယ်။ အာပ–ဆိုတာ နောက်တစ်မျိုးရေကိုလည်း ခေါ်သေးတယ်။

ပဉ္စအာပ၊ မြစ်ငါးခုက လက်ငါးချောင်းလို ဖြာထွက်သွားတယ်။ ဗမာလို ပီပီသသဖတ်ရင်တော့ ပဉ္စအာပ။

ကုလားလိုဖတ်ရင်တော့ ပန်ကျအာပ။ စာလုံးပေါင်းဖတ်လိုက်ရင် ပန်ကျာပ။

မြန်မာပြည်ကျတော့ ပန်ဂျပ်လို့ဖြစ်သွားတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၁၂)

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ
လုမ္ဗိနီဥယျာဉ်၊ အင်ကြင်းတောမှာဖွားတော့
မရေမတွက်နိုင်တဲ့
နတ်ဗြဟ္မာတွေ လာပြီးတော့ဖူးကြတယ်။
ကြည့်ကြတယ်။ ဝမ်းသာလွန်းလို့ပေါ့။
ဘာကြောင့်ဝိုင်းပြီးတော့ ကြည့်ကြသလဲဆိုရင်
အကန်းကမ္ဘာကို
မျက်လုံးပေးမယ့် ယောကျ်ား–တဲ့။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၁၃)

ဘုရားအလောင်းက
အိုတာရယ်၊
နာတာရယ်၊
သေတာရယ်၊
ဒီသုံးခုကိုမြင်ပြီးတော့
လွတ်မြောက်ချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။
လွတ်မြောက်ချင်လို့ရှိရင် စွန့်လွှတ်ရမယ်။
မစွန့်လွှတ်နိုင်သေးရင်တော့
လွတ်မြောက်မှုကို မရနိုင်ပါဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၁၄)

တိုင်းကျိုး ပြည်ကျိုး၊ ရပ်ရွာအကျိုး၊ သူတစ်ပါး အကျိုးအတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအသုံးမချရဲပဲ ဝန်တိုလေ့ ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်တော့မှ သူများအကျိုးစီးပွားကို လည်း မဆောင်ရွက်နိုင်ဘူး။

ကိုယ့်အကျိုးစီးပွားတောင် ကိုယ်ပြီးအောင် မဆောင်ရွက်နိုင်ဘူး။

အဲဒါကို ကာယမစ္ဆေရ–လို့ခေါ်တယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၁၅)

ပ – ဆိုတာ အသေးစိတ်။

ညာ – ဆိုတာ သိတာ။

ပညာ – ဆိုတာ အသေးစိတ်သိတာကို

ပညာ – လို့ခေါ်တယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၁၆)

စိတ်တစ်လုံးကို စောင့်ရှောက်နေတဲ့ အစောင့်အရှောက်ဟာ သတိ။

အဲဒါကြောင့် (Guardian of the mind) စိတ်ရဲ့ အစောင့်အရှောက်။

စိတ်မှာ အစောင့်အရှောက် ရှိပါစေ။

စိတ်ကို ကောင်းကောင်း စောင့်ရှောက်နိုင်တဲ့သူဟာ

နှုတ်လည်း မများဘူး။

ကိုယ်အမူအယာလည်းမများဘူး။

အဲဒါကို သမ္မာသတိ–လို့ခေါ်တယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၁၇)

ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ ဘာလဲဆိုရင်
Buddhism is a right way of life.

ထိုင်ရှိခိုးရမယ့်တရားမျိုး၊
ထိုင်ဆုတောင်းရမယ့်တရားမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။
စရဏပြဋ္ဌာန်းသော
ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးရမယ့်
တရားမျိုးဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၁၈)

ဝိနည်းဆိုတာ Discipline စည်းကမ်း ဥပဒေတွေကို ဖော်ပြတာ။

သုတ္တန်ဆိုတာ Ethical system ကျင့်စဉ်တွေကိုဖော်ပြတာ။

အဘိဓမ္မာဆိုတာ အတွေးအခေါ်ပိုင်း သဘောတရားကိုဖော်ပြတာ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၁၉)

Morality is the begining of Buddhism.

ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုတာ

ဗုဒ္ဓဘာသာ တရားတော်ရဲ့ အစပါပဲ။

စာပေစကားအရပြောရရင်

သာသနဿ သီလံ အာဒိ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၂၀)

မင်္ဂလာဆိုတာ
နေ့ထဲကလည်း ဆင်းမလာဘူး။
လထဲကလည်း ဆင်းမလာဘူး။
သိကြား၊ ဗြဟ္မာတွေကလည်း ပေးမထားဘူး။
ကိုယ်ရဲ့အမူအယာ၊
နှုတ်ရဲ့အမူအယာ၊
စိတ်ရဲ့အမူအယာကသာလျှင်
ကိုယ့်ကို ပေးတာဖြစ်တယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၂၁)

အသိတရား၊ ကရုဏာတရားပြည့်ဝသော နှီးနှောဖလှယ်ခြင်း၏အရေးပါအရာရောက်မှုကို အသိအမှတ်ပြုသကဲ့သို့

ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုအစုံ ပါဝင်သော လူ့အသိုင်းအဝိုင်း၏ မြတ်ဗုဒ္ဓတရားတော်နှင့် ညီညွတ်သော ပူပေါင်းမှုသည်လည်း မဖြစ်မနေ လိုအပ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၂၂)

ငြိမ်းချမ်းရေးရရှိသည်ဆိုရုံဖြင့် မပြီး၊ ပြန်လည် ပြိုကွဲမသွားပဲ အမြဲတည်ရှိခိုင်မြဲနေစေရမည်။

အသက် အိုးအိမ်နှင့် လူ့သိက္ခာကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းသည် အစဉ်လုပ်ဆောင်ရမည့် အရာပင်ဖြစ်သည်။

သို့ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မျှတ ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းကို ဖော်ဆောင်ရန် အတွက် အပြုသဘောဆောင်သော လုပ်ရပ်ကို မည်သည့်အခါမှ ရပ်တန့်ပစ်ရန်မသင့်ပေ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၂၃)

ဗုဒ္ဓဘာသာသည်
အချိန်ကာလမရွေးသည့်
ဒေသနာတော်ဖြစ်သည်ကို
သဘောပေါက်သည်နှင့်အညီ
ပဋိပက္ခဖြေရှင်းရာတွင်
ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၏ ချဉ်းကပ်မှုသည်
သွက်လက်လျင်မြန်ရန်၊
မျက်မှောက်ခေတ်၏ စိန်ခေါ်မှုများနှင့်
ဆီလျော်မှုရှိရန် အရေးကြီးသည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၂၄)

လူထုဆက်သွယ်ရေးနှင့်
လူမှုဆက်သွယ်ရေး မီဒီယာများသည်
လူထုအတွင်း စိတ်ဝမ်းကွဲပြားမှုများနှင့်
အကြမ်းဖက်မှုများကို ဖြစ်စေတတ်သော
အမုန်းစကားများနှင့် ကောလဟာလများကို
ဖြန့်ဝေနိုင်သောကြောင့်
မျက်စိကျယ်ကျယ် နားကျယ်ကျယ်ဖွင့်၍
ဆန်းစစ် ဝေဖန်သင့်ပါသည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၂၅)

ရာသီဥတုဖောက်ပြန်မှု၊
သဘာဝပန်းဝန်းကျင် ပျက်စီးမှုတို့၏
စိန်ခေါ်မှုများကို
အပြုသဘော မတုံ့ပြန်လျှင်
ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ
ငြိမ်းချမ်းရေးဆိုသည်မှာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၂၆)

မငြိမ်းချမ်းမှုများသည်
သူတစ်ပါးတွင် ဖြစ်ပေါ်နေလျှင်
မြင်သိဖို့ရန် လွယ်ကူသော်လည်း
မိမိ၏ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံများတွင်
ဖြစ်ပေါ်နေပါက သတိပြုဖို့ခဲယဉ်းပါသည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၂၇)

မုဒ္ဒတရားတော်အရ
ကိုယ်တွင်းငြိမ်းချမ်းရေးသည်
ပြင်ပငြိမ်းချမ်းရေးအတွက်
မဖြစ်မနေ လိုအပ်လှပေသည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၂၈)

ယဉ်ကျေးမှုတစ်ခု၊
ဘာသာရေးတစ်ခု၊
လူမျိုးတစ်မျိုး (သို့မဟုတ်)
လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုကို
အခွင့်အရေးပေးခြင်းသည်
မှန်းတီးမှု၊ ကြောက်ရွံ့မှုနှင့်
အယုံအကြည်ကင်းမဲ့မှုများကို
လှုံ့ဆော်ပေးသလို ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၂၉)

တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး
လေးလေးနက်နက် အားပေးခြင်းနှင့်
ဘာသာတရားတစ်ခုနှင့် တစ်ခု
အပြန်အလှန်ပို၍ နားလည်ထားရှိခြင်း၊
မေတ္တာ၊ ကရုဏာတရားများ
ပွားများခြင်းသည်
ငြိမ်းချမ်းရေးဆီ ဦးတည်သော
လမ်းကြောင်းများဖြစ်သည်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၃၀)

ဘဝရဲ့တည်ငြိမ်မှုကို

ဓမ္မနဲ့တည်ဆောက် ရပါတယ်။

ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတည်ငြိမ်မှုကို

သီလ။

စိတ်တည်ငြိမ်မှုကို သမာဓိ။

နှလုံးသား တည်ငြိမ်မှုကို ပညာ။

ဒီသီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာသုံးခု ပေါင်းရင်

ဓမ္မ – ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၃၁)

ကိုယ်ကျင့်သီလဟာ
နတ်ရွာသုဂတိသွားဖို့
အကောင်းဆုံးသော
စောင်းတန်းလှေခါး။
ကိုယ်ကျင့်သီလဟာ
နိဗ္ဗာန်မြို့တော်ဝင်ဖို့
အကောင်းဆုံးသော တံခါးပေါက်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၃၂)

မည်သည့်အရေးအရာမဆို
တန်ခိုးပါဝါကြီးချင်ကြသူတွေဟာ
သီလပါရမီကို
အခြေခံကျင့်ကြရမှာပါ။
သီလပြည့်စုံသူသည် အရာရာပြည့်စုံ၏။
မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ သတင်းစကားတစ်ပုဒ်ပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၃၃)

ကုသိုလ်လုပ်ငန်းနဲ့ပတ်သက်ရင်
ငွေတာဝန် မရှိဘူးဆိုပြီး
တာဝန်ချထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ
လုံ့လဝီရိယ ကင်းတဲ့ အတွက်ကြောင့်
သူ့အတွက် ကုသိုလ်ရလိမ့်မှာ မဟုတ်ဘူး။
ကုသိုလ်လုပ်ငန်းမှာ
အမြဲတမ်း ငွေအပေါ် တာဝန်ရှိနေတယ်လို့
တွက်ထားရမယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၃၄)

မိမိကိုယ်ကို အားကိုး၍နေကြကုန်လော့။ ထက်ကြွလုံ့လ (ဥဿာန) ရှိခြင်းဖြင့် ဘဝပင်လယ်ထဲမှာ မိမိရဲ့ကျွန်းကို တည်ဆောက်ကြပါ။

အဲဒီလို လုံ့လဖြင့် ဘဝပင်လယ်ထဲမှာ ကျွန်းကလေးတွေ တည်ဆောက်နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဘဝရေလှိုင်း၊ ဘဝမုန်တိုင်းတွေ ဖိစီးနှိပ်စက်နိုင်ခြင်း အလျှင်းမရှိပါဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၃၅)

ငါသေသွားရင်
တိုင်းပြည်နဲ့လူမျိုး၊
ဘာသာ၊ သာသနာအတွက်
ဘာထားခဲ့မလဲ၊
ထားနိုင်အောင် ကြိုးစားကြပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၃၆)

ငြိမ်းချမ်းသာယာလှပသော
ကမ္ဘာကြီးကို ဖန်ဆင်းဖို့ကတော့
ဆိုးသွမ်းသောစိတ်ဓာတ်များကို
ကောင်းမြတ်သောစိတ်ဓာတ်များအဖြစ်သို့
ပြောင်းလဲဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၃၇)

ဘဝကောင်းတစ်ခုဟူသည်
ကောင်းမှုပြုသူတို့၏
ကောင်းကျိုးတည်း။
ထိုဘဝကောင်းကို
ကောင်းမှုအဆင့်ဆင့်ပြုခြင်းဖြင့် မြှင့်တင်ပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၃၈)

ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုချမယ်ဆိုရင်
အဲဒါကို သတိနဲ့ ထိန်းထားတဲ့
ပညာနဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရင်
အဲဒီ ဆုံးဖြတ်ချက် ဘယ်တော့မှ မမှားဘူး။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၃၉)

ကောင်းမှုရှိမှ ကောင်းကျိုးရမယ်။
ကောင်းကျိုးများများရလိုလျှင်
ကောင်းမှုများများလုပ်ပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၄၀)

သတိ ပညာနဲ့
စေတနာကိုစောင့်ကြည့်လို့ရှိရင်
ငါသည် ကံကောင်းတယ်၊
ကံဆိုးတယ် - ဆိုတာ
ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကြည့်လို့ရတယ်။
တွက်လို့ရတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၄၁)

အာဃာတန်ခိုး၊ အစိုးတရဖြစ်ဖို့
တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်
ညှင်းဆဲသတ်ဖြတ်တဲ့နေရာမှာ
အဓိက ပြဿနာတာက ဒေါသ။
အဲဒီဒေါသကို ဘာနဲ့ပယ်ရမလဲဆိုရင်
မေတ္တာစီးဖြန်းပြီးတော့ ဖယ်ပစ်ရမယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၄၂)

သာသနာတော်ကြီးမှာ အားနည်းခြင်း သုံးမျိုးဖြစ်လာရင် ကွယ်တော့တာပါပဲ။

သာသနာတော်ကို ကျင့်သုံးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း အကျင့်အားနည်းမယ်။

သာသနာတော်ကို ထောက်ပံ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း ထောက်ပံ့မှု အားနည်းမယ်။

သာသနာတော်ကို စောင့်ရှောက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း စောင့်ရှောက်မှု အားနည်းခြင်းပါပဲ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၄၃)

ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ယုံမှား
သံသယကို ပျောက်ဖို့အတွက်
အချက်သုံးချက်နဲ့ ပြည့်စုံရပါမယ်။

စိတ်ကောင်းထားပါ၊ မိတ်ကောင်းရှာ၊
ကောင်းစွာတရားနာ။
အင်္ဂါသုံးပါး၊ ပြည့်စုံကြား၊ ယုံမှားကင်းစင်ကွာ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၄၄)

ကိုယ်ခန္ဓာကျန်းမာဖို့အတွက်
ရေဟာမရှိမဖြစ် လိုအပ်သလို –
စိတ်ခန္ဓာကျန်းမာဖို့အတွက်
ဓမ္မ – တရား ရေအေးဟာ
မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၄၅)

အယူဝါဒများပြီဆိုရင် ယုံကြည်မှုတွေများလာမယ်။

ယုံကြည်ခြင်းတွေများပြီးရင် အကျင့်တရားအများတွေလည်း ရောက်လာတော့တာပါပဲ။

အယူများ၊ အယုံများ၊ အကျင့်များတွေကိုရှောင်ကြဉ်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၄၆)

သည်းခံခြင်းနဲ့ခွင့်လွှတ်ခြင်းတို့ဟာ ညီညွတ်ခြင်း၊ ငြိမ်းချမ်းစွာလက်တွဲနေထိုင်ခြင်းတို့အတွက် အကောင်းဆုံးသော နည်းလမ်းဖြစ်ပါတယ်။

သည်းမခံနိုင်ခြင်းနဲ့ ခွင့်မလွှတ်နိုင်ခြင်းတို့ဟာ ညီညွတ်ခြင်းနဲ့ ငြိမ်းချမ်းခြင်းတို့မှာ အကြီးမားဆုံး ရန်သူများဖြစ်ကြပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၄၇)

ပညာ - ဆိုတာ အသေးစိတ်သိတတ်တဲ့ ဉာဏ်ပါ။

ခေါင်းဆောင်တို့ အရာရာမှာ အသေးစိတ် သိနားလည်ကြလျှင် လူသားတွေရဲ့ဘဝအမှောင်ကို ပယ်ဖျောက်ပေးနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

အရှိကိုသိလျှင် အမှန်ကိုလည်း သိတော့တာ ပါပဲ။ အဲဒါကို သမ္မာဒိဋ္ဌိ-လို့ခေါ်ပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ

(၁၄၈)

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားမွေးဖွားခြင်းကို ကြာပွင့်ဖြင့် ကိုယ်စားပြုပါတယ်။

သဗ္ဗညုတဉာဏ်ရ၍ ဘုရားဖြစ်ခြင်းကို ညောင်ပင်ဖြင့် အမှတ်အသားပြုပါတယ်။

တရားဟောတော်မူခြင်းကို အကန့် (၃၂) ခု ပါသော စက်ဝိုင်းဖြင့် ဖော်ပြပါတယ်။

ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတော်မူခြင်းကို ထူပါငယ် - ဖြင့် အမှတ်အသားပြုပါတယ်။

ဒီအမှတ်အသားလေးခုဟာ မြတ်စွာဘုရား၏ ကိုယ်စားတော်များဖြစ်ကြပါတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၄၉)

ရေကြည်ရာ မြက်နုရာကို
ပြောင်းရွှေ့မယ်ဆိုတဲ့
စိတ်ဓာတ်မမွေးကြနဲ့။
ရေမကြည်တဲ့နေရာကို ရေကြည်အောင်
မြက်မနုတဲ့နေရာကို မြက်နုအောင်
ကြိုးစားအားထုတ်မယ်ဆိုတဲ့
စိတ်ဓာတ်များများမွေးကြပါ။

WWW.DHAMMARANSI.COM

(၁၅၀)

ကျွန်းတောကြီးကို ရှင်းပြီးတော့
မြို့တည်ထောင်ကြတယ်။
အဲဒီကျွန်းတောထဲမှာ
နေတဲ့လူမျိုးကို သာကီယ။
ကျွန်းပင်ကို သာက - လို့ခေါ်တယ်။
ဒါကြောင့် -
ကျွန်းတောထဲမှာ နေတဲ့လူမျိုးကို
သာကီဝင်လို့ ခေါ် ကြတယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

သီတဂူဆရာတော်၏

(၁၅၁)

ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓဝါဒသည် ဝိဘဇ္ဇဝါဒ။
ဝိဘဇ္ဇ - ဆိုတာ ဝေဖန်ရမယ်။
သုံးသပ်ရမယ်။
စဉ်းစားရမယ်။
ဘာသာတရားကို
အကန်းယုံ အရမ်းယုံမဖြစ်ဖို့
သတိထားရမယ်။

WWW.DHAMMARANSI.COM

အဆိုအမိန့်နှင့် အတွေးအခေါ်များ