

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း

အတွဲ (၃)

မနာပဒါယီ အရှင်ဝိဝိတ္ထ



ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စီစဉ်သူ

အရှင်ရေဝတ (ပျိုးခင်းအရှင်)

ထုတ်ဝေသူ

ဦးစိုးဝင်း (အိပ်မက်ရိပ်စာပေ) [၀၀၁၉၀]

အမှတ် (၁၀၄)၊ အောင်ဇေယျလမ်း၊

လွတ်လပ်ရေးရပ်ကွက်၊ အလုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ

ဦးလင်းဇာနည်

(သီရိဂုဏ်စေ ပုံနှိပ်တိုက်) [၀၁၄၃၇]

အမှတ် (၃၂)၊ ၅၃ လမ်း၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်းနှင့် အတွင်းအပြင်အဆင်

လင်းဇာနည် (အလင်းအိမ်မီဒီယာ)

ပထမအကြိမ် - ၂၀၁၇ ခုနှစ်၊ မေလ

ဒုတိယအကြိမ် - ၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ

အုပ်ရေ - ၃၀၀၀

တန်ဖိုး - ၁၀၀၀

ဖြန့်ချိရေး

မနာပဒါယီဖောင်ဒေးရှင်း

အိမ်တော်ရာတိုက်၊ သီရိဇေယျကျောင်း၊

မြို့မကျောင်းလမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း ၀၁ ၃၈၃၇၉၆

| | |
|------------------------------------------|------|
| မနာပဒါယီ အရှင်ပိစိတ္တ | ၂၉၄၂ |
| ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း အတွဲ (၃) / | |
| မနာပဒါယီ အရှင်ပိစိတ္တ။ -ရန်ကုန်။ | |
| အိပ်မက်ရိပ်စာပေ၊ ၂၀၁၈။ | |
| ၁၀၈-စာ၊ ၁၁.၁ x၁၉.၃ စင်တီမီတာ | |
| (၁) ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း အတွဲ (၃) | |





ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် ပြောကြည့်ခြင်း

“မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ (ကိုရီးယား)”

- ❶ သာသနာကပေးတဲ့ အမည်ရင်းက
“အရှင်ဝိစိတ္တ” ဗုဒ္ဓဟူးသား။
- ❷ စာရေးတဲ့ ကလောင်အမည်က
“မနာပဒါယီ” နှစ်သက်ဖွယ်ကို ပေးလှူတတ်သူ။
- ❸ တရားနာပရိသတ်တွေ ခေါ်လှေ့ရှိတာက
“ကိုရီးယားဆရာတော်”
ကိုရီးယားမှာ သာသနာပြုနေတဲ့ ဘုရားသားတော်။
- ❹ ပဲခူးတိုင်း၊ ဒိုက်ဦးမြို့နယ်၊ အုတ်ဝင်းရွာလေးမှာ
မွေးခဲ့ပေမယ့် မြန်မာနိုင်ငံ အနှံ့အပြား၊ အာရှတလွှား၊
ဥရောပနိုင်ငံများ အပါအဝင် ဒေသစုံမှာ နေရင်း
ထိုင်ရင်း၊ သွားရင်း လာရင်း၊ သင်ယူလေ့လာ ဟော



ပြော မျှဝေရင်း အချိန်တွေက စားသွားခြင်းကို ခံနေရ၊
တဖြည်းဖြည်း နဲ့ လေးဆယ်ကျော်အရွယ် ရလာခဲ့။

● ကြည်ညိုတဲ့သူတွေက စာရေးစာချ၊ တရားဟော
တရားပြ၊ ပရဟိတပါ မျှနေလို့ “စွယ်စုံရကိုယ်တော်”
တဲ့။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကတော့ ဘာမှ အကြာကြီး
မဟုတ်တဲ့ ဘဝခဏမှာ ရသမျှ အကုန်လုပ်နေရတဲ့
“အစုံလုပ်ကိုယ်တော်” လို့ပဲ ခံယူထားတာပေါ့။

● အားနာတတ်တာ၊ လူမှုရေး ညံ့တာ၊ လောကွတ်
မလုပ်တတ်တာ၊ တောင်းရမှာ ကြောက်တာတွေဟာ
ဘဝရဲ့ အဓိကအားနည်းချက်တွေပါပဲ။

● လောလောဆယ်တော့ “မြန်မာ-ကိုရီးယားမှာ ရှိတဲ့
ကျောင်းတိုက်များရဲ့ ပဓာနတာဝန်တွေနဲ့အတူ စာတွေ
ရေးရင်း၊ စာပေပို့ချရင်း၊ တရားဓမ္မဟောပြော ပြသရင်း
မနာပဒါယီ ဖောင်ဒေးရှင်း၊ မနာပဒါယီ ပညာရေး
စင်တာ၊ မနာပဒါယီ လူမှုကူညီရေးအသင်းများရဲ့
အကျိုးဆောင်ပဲ့ကိုင်အဖြစ် ဘဝကို အနှစ်ရှိရှိ ထုဆစ်
ကာ သာသနာ့ နောင်တော် ညီတော်များရဲ့ မေတ္တာကို
ခံယူလျက် “မနာပဒါယီ ဘာသာစကား တက္ကသိုလ်
Manapadayi Language Academy (MLA)
ကို တည်ထောင်နိုင်ဖို့ စွမ်းနိုင်သမျှ ပေးဆပ်လျက်ရှိ
နေတယ်” လို့ပဲ ဆိုကြပါစို့...။



ပြောကြည့်ချင်တယ်

* ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စိတ်ဝင်စားတဲ့သူဟာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီးတယ်လို့ နာယူမှတ်သားဖူးတယ်။ မိမိကိုယ်ကို ဝေဖန်ဆန်းစစ်ခြင်းဟာလည်း အမှားအယွင်း နည်းစေပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ ဆိုတာထက် လက်ရှိ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ အခြေအနေမှာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ငြိမ်းချမ်းပြီး ကြီးပွားဖို့ အသေအချာပါပဲ။ ဖေဘုတ်စာမျက်နှာမှာ နောင်တော် မနာပဒါယီအရှင်မြတ်က “ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း” ဆိုတဲ့ အဆုံးအမစာစုများကို ဓမ္မလိုလားသူများ လိုက်နာနိုင်စေဖို့ တင်ပေးလာပါတယ်။ ညီတော်လည်း စာစုတွေကို ဖတ်ကြည့်ရင်း “ကိုယ့်ကိုပဲ ပြောနေသလား၊ ဆုံးမနေသလား” အောက်မေ့ကာ မေတ္တာဓာတ်တွေကို ခံစားရရှိခြင်းနှင့်အတူ တိုက်ဆိုင်မှုတွေကလည်း များစွာ ရှိနေလေတော့ အေးချမ်းသက်သာမှုတွေ ရရှိလာတယ်။ တင်လာသမျှ စာတွေကို နေ့စဉ် ကွန်ပျူတာစာစီကာ စုစောင်းထားတယ်။ နောင်တော်ကို ပူဇော်တဲ့အနေနဲ့ စာအုပ်စီစဉ်ပေးခွင့်တောင်းဆိုတော့ “ညီတော် စီစဉ်ပါ” ဆိုသဖြင့် အလွယ်တကူ ဆောင်ယူမှတ်သား အကျိုးများစေမည့် စာအုပ်အသွင် ပုံဖော်စီစဉ်ကာ စာဖတ်သူ လက်ထဲကို အရောက်ပို့ပေးလိုက်ပါပြီ။ ပူလောင်ဗျာများ ကိလေသာအမှောင်ကြားက ရုန်းထွက်ပြီး အေးချမ်းပျော်ရွှင် အကျိုးထင်စေတဲ့ ဘဝများကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ “ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း” စာဓမ္မများနဲ့ ဆန်းစစ်ကြည့်ပါလို့ ပြောကြည့်ချင်တယ်။

စီစဉ်သူ

ညီတော် အရှင်ရေဝတ (သာသနာပျိုးခင်း)



အသုံးအမများရဲ့ ဖြစ်ပျား

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသုံးကျစေဖို့ ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုယ် ဆုံးမနေရတယ်။ အဆုံးအမက လူကို နှလုံးလှ
စေတယ်။ နှလုံးလှမှလည်း အသုံးကျမှာ မဟုတ်လား။

လောကခံတွေနဲ့ ကြုံရတိုင်း၊ တိုက်ဆိုင်မှုတွေ
ရှိနေတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတိမလွတ်အောင် ဆုံးမ
ကြည့်ရင်းက အဲဒီ အဆုံးအမလေးတွေဟာ ဘဝ
အတွက် မှတ်စုလေးတွေ ဖြစ်လာခဲ့တယ်။ လောကမှာ
ကိုယ့်လိုလူတွေက များနေတော့ ကိုယ့် အဆုံးအမ
လေးတွေကလည်း သူတို့အတွက် အထောက်အပံ့
ဖြစ်စေတယ်တဲ့လေ။ အဲဒါနဲ့ပဲ ကိုယ့်အတွက် ဆုံးမရင်း
သူတို့အတွက်လည်း မျှဝေဖြစ်ခဲ့တယ်ပေါ့။

ခုတော့ အဲဒီ စာစုလေးတွေဟာ တတိယတွဲ
အတွက် ပုဒ်ရေ (၅၀) အထိ ဖြစ်လာခဲ့ပြီ ဖြစ်လို့
“ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း အတွဲ (၃)” အမည်နဲ့
အဆုံးအမမှတ်တမ်း လက်ဆင့်ကမ်း ဖြစ်ခဲ့ပါပြီ။

ရတနာသုံးပါး၊ မိဘ ဆရာသမားများနဲ့
သူတော်ကောင်းများရဲ့ မေတ္တာကို ခံယူရင်း အဆုံးအမ
နဲ့ နှလုံးလှကာ အသုံးကျသူများ ဖြစ်နိုင်ကြပါစေ။

မေတ္တာဖြင့်

မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၀၁)

စိတ်တိုင်းမကျတာ၊ အလိုမကျတာ၊ အစာမကျေတာ မကျေနပ်တာ စတာတွေဟာ ဒေါသရဲ့ လက္ခဏာတွေပါပဲ။

ဒေါသရဲ့ သဘောက ဖြစ်တာက သူများကို ဖြစ်တာပဲ။ ပူတော့ ကိုယ်က အရင်ပူတယ်။ ကိုယ်က အရင်ခံစားရတယ်။

ပြီးတော့ သူများကိုလည်း ပူလောင်စေတယ်။ စိတ်ဆိုး စိတ်တို စိတ်ကောက်တာ ဘယ်သူ့အတွက်မှ မကောင်းဘူး။

- မေတ္တာရဲ့သဘောက ပို့တာ ပွားတာတော့ သူများအတွက် ပွားပေးတာ ပို့ပေးတာပဲ။ ကိုယ်က အရင်အအေးဓာတ်၊ အငြိမ်းဓာတ်ကို ခံစားရတယ်။ ကိုယ်အေးတော့ သူပါအေးတယ်။

- ဒေါသသမားက ပျက်စီးဖို့ ပျက်စီးဖို့ပဲ ကြံတယ်။ ပြောတယ်၊ လုပ်တယ်၊ ဒေါသသမားက သူ့ကိုယ်






သူလည်း ပျက်စီးစေတယ်၊ သူတစ်ပါးကိုလည်း ပျက်စီးအောင်လုပ်တယ်။ ဖျက်စီးတယ်။

- မေတ္တာသမားက အကျိုးပြုပေးဖို့ အကျိုးဆောင်ပေးဖို့ပဲ ကြံစီပြောဆိုလုပ်ကိုင်တယ်။ ဘယ်သူ့ကို ဘယ်လို အကျိုးဆောင်ပေးရမလဲ၊ ဘယ်လို အကျိုးပြုပေးရမလဲ၊ ဒါကိုပဲ ဦးစားပေးတယ်။ မေတ္တာအားကြီးတဲ့သူဟာ မိမိကိုယ်ကိုယ်လည်း အကျိုးယုတ်အောင် မလုပ်ဘူး။ လောကကိုလည်း အကျိုးပြုပေးတယ်။ မေတ္တာဓာတ်နဲ့ လောကကို အေးချမ်းစေတယ်။

- ဒေါသဟာ မီးနဲ့တူတယ်၊ မေတ္တာက ရေနဲ့ တူတယ်။ ရေများရင် ရေနိုင်၊ မီးများရင် မီးနိုင်တယ်။

- ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကို မီးနဲ့လာရှိရင် ကိုယ်က ရေနဲ့ ပြန်လောင်းနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။ ကိုယ့်ကို ရေနဲ့ လောင်းသူကို ကိုယ်က ရေမွှေးလေးနဲ့ ပြန်ဖျန်းပေးလိုက်ပါ။ အပူနဲ့ အအေး၊ အမွှေးနဲ့ အနံ့၊ အပြန့် အဖျက်၊ အားလုံးအတွက် အေးပြီး မွှေးတာလေးကပဲ အကျိုးပြုစေတာပဲ မဟုတ်လား။

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Like |  Comment |  Share |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Status |  Photo |  Check In |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|





မနာပဒါယီ အရှင်ပိပိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၀၂)

“လိုချင်နေတဲ့သူကို ပေးလိုက်ပါ။ စိတ်ကောက်နေတဲ့သူကို ချော့လိုက်ပါ။ မလိမ္မာတဲ့သူကို ခွင့်လွှတ်လိုက်ပါ။”

လိုချင်နေတဲ့သူကို ပေးလိုက်တာဟာ- ကိုယ်လျော့သွားတာ မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ်ရလိုက်တာ။ လိုချင်နေတဲ့သူရဲ့ စိတ်ကို လွှမ်းမိုး အနိုင်ရလိုက်တာပါ။ ပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း အနိုင်ယူလိုက်တာပါပဲ။ ပေးနိုင်တာဟာ မပေးချင်တဲ့ စိတ်ကို အနိုင်ယူလိုက်တာပဲလေ။

စိတ်ကောက်တယ်ဆိုတာ- အချောခံချင်လို့ပဲ မဟုတ်လား၊ စိတ်ကောက်နေတဲ့သူကို ချော့ပေးလိုက်တာဟာ ကိုယ်အလျော့ပေးလိုက်ရတာ မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်မာနကို ကိုယ်က အနိုင်ရလိုက်တာပါ။

မကျေနပ်သူရဲ့ စိတ်ကို ကျေနပ်စေတာဟာ သူ့ဒေါသကို ကိုယ်က အနိုင်ယူလိုက်နိုင်တာပဲ။



ပြီးတော့ ကိုယ့်မာနကို ကိုယ်လျှော့ချနိုင်တာ
ဖြစ်ပြီး အပြိုင်ဒေါသကို ခန္တီတရား၊ မေတ္တာအားနဲ့
အနိုင်ယူလိုက်တာပဲလေ။

မသိမလိမ္မာတဲ့သူကို ခွင့်လွှတ်လိုက်တာဟာ
ကိုယ်အရှုံးပေးလိုက်ရတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့် လုပ်ရပ်
မှန်သွားတာ၊ ကိုယ် အမှန်ရလိုက်တာပါ။ မသိတာ
ကိုက သူ့အတွက် မှားပြီးသား၊ ကိုယ်ကပါ လိုက်ပြီး
မိုက်မိရင် ကိုယ်လည်း မသိမလိမ္မာသူ ဖြစ်သွားမှာ
ပဲပေါ့။

အရင်းစစ်တော့ ဘယ်သူ့မှာမှ အပြစ်မရှိဘူး။
လောဘကြောင့် လိုချင်သွားတာ၊ ဒေါသကြောင့်
စိတ်ကောက်လိုက်မိတာ၊ မောဟကြောင့် မသိ
မလိမ္မာဖြစ်မိတာ။

ဒီသဘောကို သိပြီး ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် ထိန်းချုပ်
နိုင်တဲ့သူဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အနိုင်ရလိုက်သူပဲ
ပေါ့။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📝 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၀၃)

“စေတနာဟာ လူတိုင်းနဲ့ မတန်ဘူး” တဲ့။
အမှန်တော့ “စေတနာဟာ လူတိုင်းနဲ့ မတန်
တာ မဟုတ်ဘူး။ လူတိုင်းနဲ့ တန်တဲ့ စေတနာ မထား
နိုင်တာ”

စေတနာဆိုတာ ကိုယ်က ထားရတာ။ သူနဲ့
မဆိုင်ဘူး။ ကိုယ့်ဘက်က မှန်နေရင် သူ့ဘက်က
မမှန်လည်း ကိုယ်က ဟန်ပြီးသားပဲ။ လူတိုင်းအပေါ်
ကိုယ့်စေတနာ မချော်အောင် ထားနိုင်ရင် ကိုယ့်
စေတနာက လူတိုင်းနဲ့ တန်ပြီးသားပဲပေါ့။ ကိုယ့်
စေတနာက သူကောင်းဖို့ရည်ရွယ်တာ၊ ရည်ရွယ်တဲ့
အတိုင်း အကျိုးသက်ရောက်မှု ဖြစ်သွားရင် စေတနာ
က တန်သွားပြီးသားပဲ။ စေတနာနဲ့ မတန်ဘူး ဆိုတာ
တွေ ဖြစ်လာတာက သူ့ဆီက တုံ့ပြန်မှုကောင်းကို
ကိုယ်က မျှော်လင့်လို့ဖြစ်တာ။ ကျေးဇူး အတင်
ခံချင်တာ၊ ကောင်းကောင်း ပြန်တုံ့ပြန်စေချင်တာ
စတာတွေကို ကိုယ်ကမျှော်လင့်နေပြီး ကိုယ်မျှော်လင့်
တဲ့အတိုင်း သူက မတုံ့ပြန်တော့ စေတနာနဲ့ မတန်ဘူး
ဆိုတာတွေ ဖြစ်လာတဲ့သဘောပဲ။





ဒါကြောင့် ကိုယ့်စေတနာသာ မှန်လိုက်ပါ။
ကိုယ့်ဘက်ကသာ တုံ့ပြန်မှုကို မမျှော်ဘဲ စေတနာ
ပြတ်အောင် လုပ်လိုက်ပါ။ ကိုယ့်စေတနာဟာ လူတိုင်း
နဲ့ တန်သွားမှာပဲပေါ့။ ကိုယ့်စေတနာဟာ လူတိုင်းနဲ့
မတန်သေးဘူးဆိုရင် ကိုယ့်စေတနာ မမှန်သေးဘူး
လို့သာ သဘောထား၊ ကိုယ့်ဘက်က စေတနာမှန်ပြီး
သဒ္ဓါပြတ်အောင် ကြိုးစားဖို့ပဲပေါ့။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၀၄)

စိတ်ကြည်ရင် ရုပ်ကြည်တယ်၊ စိတ်ညစ်ရင် ရုပ်ညစ်တယ်။ စိတ်အဆင်းမလှရင် ရုပ်အဆင်းကျတယ်။

ဒါကြောင့် ရုပ်အဆင်းမကျဖို့ စိတ်အစဉ်ကို ပြင်ရမယ်။ အတွေးမှားတွေကို ပယ်ရမယ်။

ဇာတကပါဠိတော် တေမိယဇာတ်မှာ ရုပ်ရည်အဆင်း ကြည်လင်ခြင်း အကြောင်းသုံးပါးကို ဖော်ပြထားတယ်။

၁။ ဖြစ်ပြီးတဲ့ မကောင်းမှုဒုစရိုက်များကို မတွေးတောမစိုးရိမ်ခြင်း၊

၂။ မဖြစ်သေးတဲ့ စားဝတ်နေရေး အနာဂတ်ရေးများကို တွေးတောမှန်းဆ မပူပင်မတမ်းတခြင်း။

၃။ လက်ရှိပစ္စုပ္ပန် အခြေအနေ အပေါ်မှာသာ မကောင်းမှု ရှောင်ကာ ချမ်းသာစွာ ရောင့်ရဲနေထိုင်ခြင်း။



ဒီအကြောင်းတရားများက ရုပ်ရည် အဆင်း
ကြည်လင်ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေတယ်တဲ့။

(တေမိယဇာတက)

အရင်းစစ်တော့ ဘဝမှာ စိတ်က အဓိကပဲ။
စိတ်က အရာရာကို ဦးဆောင်ထားတာပဲ။ စိတ်
ဆောင်ရင် ရုပ်က ထောင်တယ်။ စိတ်ဓာတ်ကျရင်
ရုပ်အကျမြန်တယ်။ စိတ်မလှရင် ရုပ်လည်း မလှဘူး။
စိတ်ကြည်နေမှ ရုပ်ရည်အဆင်းလှပ ကြည်လင်
လှတာပေါ့။ အိုလာလို့ အရည်တွန့်တာ ရှိပေမယ့်
စိတ်ကြည်လို့ ရုပ်ကြည်တာ အရည်တွန့်တာနဲ့ မဆိုင်
ဘူး မဟုတ်လား။

ဒါကြောင့် အတိတ်ကို တွေးပြီး မဆွေးပါနဲ့၊
အနာဂတ်ကို တွေးပြီး မငေးပါနဲ့၊ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်
မှာပဲ လက်ရှိအခြေအနေကို လက်ခံ၊ လောကဓံကို
ရင်ဆိုင်ရင်း ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်သိ ဘဝအရှိကို ဓမ္မအသိ
နဲ့ ညှိဖို့ပဲပေါ့။

Like

Comment

Share

Status

Photo

Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၀၅)

ဘဝမှာ ကိုယ်သိပ်မုန်းတဲ့သူဟာ တစ်ချိန်တုန်းက ကိုယ်သိပ်ချစ်ရတဲ့သူ ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်တာပဲ။

အခု ကိုယ်မသုံးချင်တော့အောင် ရိုးသွားတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုခုဟာလည်း အရင်တုန်းက ကိုယ်အရူးအမူးလိုချင်ခဲ့တဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုခု ဖြစ်နေနိုင်တာပဲ။

လူစိတ်ဆိုတာ မရခင်တော့ “တစ်ယောက်ဆိုတစ်ယောက်ပဲ” လို့ ဆိုတတ်ပေမယ့် ရလည်းပြီးရော နောင်ဘဝမပြောနဲ့ ဒီဘဝမှာပဲ ပြန်အမ်းလို့ ရရင် ပြန်အမ်းချင်တော့တာ မဟုတ်လား။ ပစ္စည်းဝတ္ထုလည်း ဒီလိုပဲ။ သိပ်ကောင်းပြီး သိပ်တန်ဖိုးကြီးတာလေးတွေဆိုရင် မရရအောင် ကြိုးစားရင်း “ဒါလေးရရင်တော့ သေပျော်ပါပြီ” ဆိုတာမျိုး ဖြစ်တတ်တယ်။ ရရင်တော်ပြီလို့ ဆိုနေသူတွေပဲ ဒါလေးရပြီး သိပ်မကြာခင် နောက်တစ်မျိုး ပေါ်လာတော့ အဲဒီအသစ်သစ်ဘက်ကို စိတ်က တောင့်တကြပြန်တာပဲ မဟုတ်လား။



ဒါကြောင့် မြတ်ဗုဒ္ဓက “ကျေနပ်ရောင်ရဲ
ခြင်းဟာ အကောင်းဆုံး ချမ်းသာ” လို့ မိန့်တော်မူ
တာပဲပေါ့။ မကျေနပ်နိုင်၊ မရောင်ရဲနိုင်၊ လိုချင်မှု
ကို မလျှော့ချနိုင်လို့ကတော့ ဘယ်လောက်ပဲ ရှိရှိ
ဘယ်လိုပဲ အဆင်ပြေပြေ ချမ်းသာမှာ မဟုတ်ဘူး။
လူလည်း မရခင် လိုချင်တယ်။ ပစ္စည်းဝတ္ထုလည်း
မရခင် လိုချင်တယ်။ ရပြီးတော့ နောက်တစ်ယောက်
နောက်တစ်မျိုး ပြောင်းချင်လာတယ်။

မကျေနပ်နိုင်ရင်၊ မရောင်ရဲနိုင်ရင် ရချင်မှု
ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ဆင်းရဲကတော့ ခံရမှာပဲပေါ့။

 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိဝိတ္ထ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၀၆)

ကိုယ့်အကြောင်း တစ်ယောက်ယောက်က မကောင်းပြောလာတဲ့အခါ အတော်များများက “ဘယ်သူပြောတာလဲ” ဆိုပြီး ပြောတဲ့သူကို လိုက်ကြည့်တတ်တယ်။

ပြီးရင် လိုက်ခံစားတတ်ကြတယ်။

“သူကတော့ ဘာမို့လို့လဲ” ဆိုကာ ပြန်လည်အပြစ်ဖို့တာမျိုး လုပ်တတ်တယ်။

“ဘာကြောင့် အပြောခံရတာလဲ” ဆိုတာမျိုး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်ဆင်ခြင်တာ မလုပ်ဖြစ်တတ်ဘူး။ အပြောခံရတဲ့အပေါ်မှာ လက်ခံသုံးသပ်ဖို့ထက် ပြောလာတဲ့သူအပေါ် ယိုးမယ်ဖွဲ့လေ့ ရှိတတ်ကြတယ်။

အမှန်တော့ ပြောတဲ့သူကို ယိုးမယ်ဖွဲ့ဖို့ထက် အပြောခံရတဲ့အကြောင်းတရားကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး ဟုတ်ရင်လည်း လက်ခံပြုပြင်၊ မဟုတ်ရင်လည်း မခံစားဘဲ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ် ဆက်လုပ်နိုင်ရမယ်။ ပြောတဲ့သူကို လိုက်မကြည့်ရဘူး။ ပြောလာတဲ့



စကားသံအပေါ် လက်ခံဆင်ခြင်နိုင်ရမယ်။ လက်ခံ
တာဟာ ခံစားတာမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ ခံနိုင်ရည်ကို
အသုံးပြုတာ။

အရင်းစစ်တော့ အပြောခံရတယ် ဆိုတာ
ပြောစရာအကြောင်းရှိလို့ ပြောလာတာဖြစ်တဲ့အတွက်
ပြောတဲ့သူကတော့ ပြောမှာပဲ။ ကိုယ်က အဲဒီအပေါ်
တုံ့ပြန်မှု မလွဲဖို့ပဲ။ ပြောလာတဲ့သူကို လိုက်ကြည့်
နေဖို့ မဟုတ်ဘူး။ စကားလုံးတိုင်းကို ခံစားနေဖို့
မဟုတ်ဘူး။

ဘာကြောင့် ပြောတယ်ဆိုတာကို ဆင်ခြင်
သုံးသပ်ပြီး ဟုတ်ရင်လက်ခံပြုပြင်၊ မဟုတ်ရင်တော့
ခံစားနေဖို့ လက်ခံနေဖို့ကို မရှိတာ၊ ဟုတ်မှ မဟုတ်
တာပဲလေ။

ဒါကြောင့် အကြောင်းကို ဆင်ခြင်၊ အကျိုးကို
လက်ခံ အမှန်ကို လိုက်နာ၊ အမှားကို ဖယ်ရှား
အားလုံးဟာ တရားတွေချည်းပဲ မဟုတ်လား။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၀၇)

အဆုံးအမတွေနဲ့ နှလုံးလှပြီး အသိပညာတွေ ရင့်ကျက်လာတဲ့အခါ ရှေ့မထွက်ရလည်း နောက်ကွယ်ကနေ အထောက်အပံ့ပြုနေရတဲ့အပေါ်မှာ ကျေနပ်လာတယ်။ ငါ့ကို အလေးမထားရကောင်းလားဆိုပြီး အနှစ်မရှိတဲ့ စပါးနှံလို ထောင်ထောင် ထောင်ထောင် မဖြစ်တော့ဘဲ အနှစ်ရှိတဲ့ စပါးနှံလို နိမ့်နိမ့်ချချ နေတတ်လာတတ်တယ်။

လိုချင်မှုကို ထိန်းချုပ်လာနိုင်တဲ့အခါ ပေးနေရတဲ့အပေါ်မှာ ကျေနပ်လာတယ်။ ရသလောက် ယူဖို့ထက် ရှိသလောက် ပေးချင်စိတ်တွေက နေရာယူလာတယ်။ တွယ်ထားလို့ ပူလောင်နေတဲ့ စိတ်အစဉ်ဟာ စွန့်လွှတ်လို့ လွတ်လပ်သွားတဲ့ ခံစားချက်အပေါ် သာဓု ခေါ်နိုင်လာတယ်။




အကျိုးလိုလားတဲ့ စိတ်တွေ အင်အားကောင်းလာတဲ့အခါ သူတစ်ပါးအကျိုးပျက်စီးရာ ပျက်စီးကြောင်း ကြံစည်ပြောဆိုလုပ်ကိုင် ရတာတွေ အပေါ်မှာ မလုပ်ဖြစ်တော့ဘူး။ ဖျက်ဆီးရေးထက် အကျိုးပြု



ရေးအတွက်ပဲ အားခဲနေမိတတ်တယ်။ ဘယ်သူ့ကို ဘယ်လို အကျိုးဆောင်ပေးလိုက်ရမလဲ ဆိုတဲ့ ခံယူချက်စိတ်ထားဟာ မေတ္တာသမားတွေရဲ့ ယုံကြည်ချက်ပါပဲ။

ဒါကြောင့် ဘဝမှာ ရှေ့မထွက်ရလည်း အရေးမကြီးပါဘူး။ နောက်ကွယ်ကနေ အကျိုးပြီးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်းကသာ အဓိကပါပဲ။ လိုချင်တာ မရလို့လည်း တွယ်တာမှုနဲ့ အပူစုနေဖို့ မရှိပါဘူး။ ပေးနေရတဲ့ဘဝကသာ လွတ်လပ်မှုနဲ့ လွတ်မြောက်မှုရဲ့ လမ်းစဉ်ပါပဲ။ သူများအကျိုးဆောင်သလောက် ကိုယ့်အကျိုး မအောင်လည်း ကိစ္စမရှိပါဘူး။ သူ့အကျိုးပျက်စီးအောင် မလုပ်ဖြစ်တာကိုက ဒေါသကို လျော့ချနိုင်တဲ့ သင်္ကေတပါပဲ။

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Like |  Comment |  Share |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Status |  Photo |  Check In |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၀၈)

လောကမှာ ဘယ်လောက်ပဲ ကောင်းအောင် လုပ်လုပ် မကောင်းပြောတဲ့သူ၊ မကြိုက်တဲ့သူက တော့ ရှိနေမှာပဲ။ ဘယ်လောက် ဆိုးတဲ့သူ မကောင်း တဲ့သူပဲဖြစ်ဖြစ် ကြိုက်တဲ့သူ ထောက်ခံတဲ့သူက ရှိနေ မှာပဲ။ အလုံးစုံ ပြည့်စုံတော်မူတဲ့ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော် မြတ်ကြီးတောင်မှ မကြိုက်တဲ့သူ မထောက်ခံတဲ့သူ တွေက ရှိနေတာပဲ မဟုတ်လား။

အဓိကကတော့ အများကြိုက်ဖို့ထက် အများ မလိုက်ဖို့ပဲ။ အများ ကြည်ဖို့ထက် တရားနဲ့ညီဖို့ပဲ။ ကိုယ့်လုပ်ရပ်တိုင်းကို အများက လက်ခံဖို့ အသာ ထား၊ ကိုယ်မွေးထားတဲ့ ကိုယ့်သားသမီးတိုင်းက တောင် လက်ခံချင်မှ လက်ခံမှာ။ သူများ လက်ခံဖို့ ထက် ကိုယ့်လုပ်ရပ် ကိုယ်လက်ခံနိုင်ဖို့ လိုတယ်။ သူများဆိုတာက ကိုယ့်အပြင်ပိုင်းကို ကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်ကြတာ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကျတော့ ကိုယ့် အတွင်း စိတ်နေသဘောထားအတိုင်း ကိုယ်လက်ခံ ရမှာ။ ကိုယ်စိတ်ရင်းအမှန် ကိုယ်အသိဆုံးဖြစ်လို့



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လက်ခံနိုင်ပြီ ဆိုရင် အတော်ဟုတ်
နေတာပါပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လက်ခံနိုင်ပြီဆိုရင်
သူများ လက်မခံလည်း အရေးမကြီးဘူး။ သူများ
မကြိုက်လည်း အရေးမကြီးဘူး၊ ဘုရားကြိုက်ရင်
သူတော်ကောင်းတွေ ကြိုက်ရင် ပြီးတာပဲပေါ့။

ဒါကြောင့် ဘာပဲလုပ်လုပ် ဘယ်သူဘယ်ဝါ
ကြိုက်အောင်ဆိုတာမျိုး စဉ်းစားမနေနဲ့၊ ပုဂ္ဂလိဓိဋ္ဌာန်
မစဉ်းစားနဲ့။ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ပဲ စဉ်းစား၊ တရားနဲ့ ညီတဲ့
အလုပ်သာ ဖြစ်ပါစေ၊ အများမကြည်လည်း ဘုရား
ကြည်တယ်။ မသူတော်တွေ မကြိုက်လည်း သူတော်
ကောင်းတွေ ကြိုက်တယ်။

အများ ကြိုက်ဖို့ မလို၊ အမှား မလိုက်ဖို့ပဲ
လိုသည်။

အများ ကြည်ဖို့ မလို၊ တရားညီဖို့ပဲ လိုသည်။

အများ လက်ခံဖို့ မလို၊ ဘုရားလက်ခံဖို့ပဲ
လိုသည်။



Like



Comment



Share



Status



Photo



Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၀၉)

လိုတာ မရလို့ အလိုမကျရတဲ့ ဘဝမှာ မလို
တာတွေ ရနေတာက ပိုဆိုးတာပေါ့။

ဘာမှ အကြာကြီး မဟုတ်တဲ့လောကမှာ
ဘာလို့ အထွာကြီးတွေနဲ့ ဒေါသတွေ ကြီးနေမှာလဲ
လေ။

မသိမလိမ္မာလို့ အသိအိမ်မပါလာတဲ့ သူတွေ
နဲ့ ပြိုင်ပြီး အသိချိန်နေတာလည်း ကိုယ့်အမှားပါပဲ။
မှောင်ပြီး နက်နေတဲ့ မာနဟာ ထောင်ပြီးတက်နေရတဲ့
လှေကားလို နောက်ပြန်မပြုဖို့တော့ အလွဲအလျှော့
လုပ်ရမှာပေါ့။

သေချာတာကတော့ ဝေဒနာတွေ ပါနေလို့ပါပဲ။
စိတ်လွတ် ကိုယ်လွတ် ခံစားနေတာကိုက စိတ်လည်း
လွတ်၊ ကိုယ်လည်း လွတ်ကုန်တော့တာပေါ့။ မလျှော့
နိုင်လို့ မပေါ့နိုင်ရင်တော့ မလျှော့ဘဲ တင်းနေမှာ
အသေချာပဲ မဟုတ်လား။ ကျေနပ်အောင် မနေတတ်
ရင် ဘယ်လောက်ပဲ ရှိရှိ အလိုပြည့်မှာ မဟုတ်ဘူး။
ပစ္စည်းဥစ္စာက လူ့အလိုကို မပြည့်စေနိုင်ဘူး၊ လောဘ



ကို လျှော့ချနိုင်မှ လိုချင်မှုကို လျှော့ချနိုင်မှာ၊ အလို မရှိရင် အလိုမပြည့်တာလည်း မဖြစ်တော့ဘူး။

ဒါကြောင့် ဘာအတွက်နဲ့မှ တောင့်တမနေနဲ့။ တောင့်တနေရင် ကြောင့်ကြရတယ်။ လိုချင်နေရင် အလိုမကျ ဖြစ်ရတယ်။ လိုချင်နေတာက လောဘ၊ အလိုမကျတာက ဒေါသ၊ ဒီသဘောမှန်ကို မသိဘဲ စိတ်လွတ်ကိုယ်လွတ် ခံစားနေတာက မောဟ၊ ဪ တရားခံအစစ်က လောဘ ဒေါသ မောဟ သူတို့ ပါပဲလား။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၁၀)

လောကမှာ လူရူးပေမယ့် ဘုန်းမရူးတဲ့သူတွေ ရှိတယ်။ အဲဒါ သူ့ကံနဲ့ သူပဲ။ သူ့အဟောင်းကောင်းလို့ အကောင်းရနေတာ။ ကိုယ့်ကံက အဟောင်းမကောင်းခဲ့လို့ အဆိုးရနေတာ။ ကံခြင်း မတူဘူး။ အဟောင်းကောင်းလို့ အကောင်းစားနေရတဲ့ သူတွေအပေါ် မုဒိတာ ပွားပေးလိုက်၊ အဟောင်း မကောင်းလို့ မကောင်းများနေတဲ့ သူတွေအပေါ် ကရုဏာထားပေးလိုက်။

အမှန်တော့ ကံဆိုတာ ပြိုင်လို့ မရဘူး။

“ကံမရှိ ဉာဏ်ရှိတိုင်းမွဲ” ဆိုတာ ရှိတယ်။

ကံ မပါရင် လုပ်သလောက် မဖြစ်တာတွေ အများကြီးပဲ။ ကံကို မပြိုင်နဲ့၊ ကံကို ပြင်ရမယ်။ သူ့ကံကို မပြိုင်နဲ့၊ ကိုယ့်ကံပဲ ကိုယ်ပြင်၊ ဒါဟာ အကောင်းဆုံးပဲ။ ကံပြင်တယ်ဆိုတာ လုပ်ရပ်ကို ပြင်ရတာ၊ ကိုယ့်ရဲ့ အလုပ်တွေကို ပြင်ရတာ၊ ကိုယ်အမူအရာ၊ နှုတ်အပြောအဆို၊ စိတ်အတွေးအကြံ ဒီအပြုအမူတွေ



ကို ပြင်နိုင်ရင် ကိုယ်လည်း အချိန်တန်ရင် ကံတွေ
ကောင်းလာမှာပဲပေါ့။

အရေးကြီးတာက-

ကံကောင်းဖို့ထက် ကံမစောင်းဖို့ပဲ။

ဘုန်းကံတက်ဖို့ထက် နှုန်းစံမပျက်ဖို့ပဲ။


ကံကို ပြိုင်ဖို့ထက် ကံကို နိုင်ဖို့ပဲ။

သူ့ကံကို ယှဉ်ဖို့ထက် ကိုယ့်ကံကို ပြင်ဖို့ပဲ။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၁၁)

“လောကမှာ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တာ” ဆိုတဲ့ အသိကလေးကိုသာ လေးလေးနက်နက် လက်ခံကျင့်သုံးလိုက်ပါ။ ဘယ်လို ကိစ္စမျိုးမဆို လက်ခံသွားတယ်။ အကျိုးတရားကို လက်ခံနိုင်ရင် နေရ ထိုင်ရတာ သက်သာတယ်။ လက်မခံနိုင်လို့သာ ပင်ပန်းနေရတာ။

အကျိုးတရားကို လက်ခံတယ်ဆိုတာ ဘယ်လို အခြေအနေပဲဖြစ်ဖြစ် ရင်ဆိုင်လိုက်တဲ့သဘောပဲ။ ဖြစ်ပြီးသားကိစ္စကို လက်မခံနိုင်ရင် မကျေနပ်တော့ဘူး။ မကျေနပ်ရင် ခံစားမယ်၊ ခံစားရင် ပူလောင်မယ်။ လက်ခံတယ်ဆိုတာ ခံစားတာ မဟုတ်ဘူး။ အကျိုးရလဒ်အပေါ်မှာ အဆိုး မဖြစ်အောင် ရင်ဆိုင်တာ၊ ဖြစ်ပြီးတာက ကျန်ခဲ့ပြီ၊ ဘာကြောင့် ဘယ်သူကြောင့်ဆိုတာတွေ အသာထား၊ အကျိုးတရားအပေါ်မှာပဲ ဖြေရှင်းနိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

ဗုဒ္ဓက အကျိုးကို မပယ်ခိုင်းဘူး။ အကြောင်းကိုပဲ ပယ်ခိုင်းတယ်။ အကျိုးရလဒ်ကို လက်ခံပြီး



သိအောင် လုပ်ခိုင်းတယ်။ သိရင် မခံစားဘူး။ မသိ
လို့ ခံစားတာ။

မကျေနပ်လို့၊ အလိုမကျလို့၊ စိတ်တိုင်းမကျ
လို့သာ လိုက်ခံစားနေမယ် ဆိုရင် လောကကြီး
ဆိတ်သုဉ်းသွားမှာပဲ အမှန်ပဲ။ ကိုယ်တစ်ယောက်
တည်းပဲ ခံစားနေရတာမှ မဟုတ်တာ။ လောက
သားတိုင်း ခံစားချက်ကိုယ်စီ ရှိနေကြတာပဲလေ။

ဒါကြောင့် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် လက်ခံလိုက်ပါ။
မခံစားပါနဲ့။



Like



Comment



Share



Status



Photo



Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၁၂)

ဘဝမှာ “ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး၊ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ်လုပ်၊ ကိုယ့်ပြဿနာ ကိုယ်ရှင်းတတ်တဲ့ အလေ့အကျင့်မျိုး” များများ လေ့ကျင့်ထားရမယ်။ မဟုတ်ရင် ကိုယ့်ကိစ္စကြောင့် သူများအပေါ် မှီခိုနေရတာတွေက စိတ်ဒုက္ခကို ပိုဖြစ်စေတယ်။ “သူ့ကျတော့ငါက ဘယ်လို ကူညီတာ၊ ငါ့ကျတော့... ဘာဖြစ်တယ်၊ ညာဖြစ်တယ်” စတဲ့ အတွေးမျိုးတွေနဲ့ ခံစားရတဲ့ စိတ်သောကဟာ သူ့အပေါ်ကို ကိုယ်က မျှော်နေမိလို့ပဲ။

ကိုယ့်ပြဿနာက ကိုယ့်ကဏ္ဍ၊ သူမကူညီတာက သူ့အကြောင်း၊ ကိုယ်ကူညီခဲ့တာက ကိုယ့်စေတနာ၊ သူ အကောင်း မတုံ့ပြန်တာနဲ့ ကိုယ်ကူညီခဲ့တဲ့ စေတနာ မကွက်မိဖို့တော့ လိုတာပေါ့။ ကိုယ်လုပ်ပေးကတည်းက “ငါ့ အလှည့်ကျရင် သူလည်း ဒီလိုပြန်လုပ်ပေးမှာပဲ” ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်မျိုးနဲ့ လုပ်ခဲ့တာ ဆိုရင်တော့ အစကတည်းက ကိုယ့်စေတနာ လွဲချော်နေတဲ့ သဘောရှိတာပေါ့။ မျှော်လင့်ချက် မပါ



တဲ့ စေတနာနဲ့ လုပ်ပေးခဲ့တာ ဆိုရင်လည်း ကိုယ်က အစကတည်းက မျှော်လင့်ထားတာ မဟုတ်တော့ သူဘယ်လိုပဲ တုံ့ပြန်ပါစေ ကိုယ့်စိတ်က ဘာမှ ခံစား နေဖို့ မရှိပေဘူးပေါ့။

အရင်းစစ်တော့ သူများကို မျှော်လင့်နေမိတဲ့ စိတ်ဟာ ကိုယ့်ပြဿနာနဲ့ ကိုယ့်ကိစ္စကို ဖြေရှင်းရာ မရောက်ဘဲ ကိုယ့်စိတ်ခံစားမှုကိုသာ ပိုပြီး ဒုက္ခ ဖြစ်စေတတ်တဲ့အတွက် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်မညစ်နဲ့။ ကိုယ်ဖြစ်ကိုယ်ခံ၊ ကိုယ့်ကိစ္စ ကိုယ်ရှင်း၊ ကိုယ့်စိတ် အစဉ်လင်းနေဖို့ပဲ မဟုတ်လား။

👍 Like

💬 Comment

➦ Share

📝 Status

📷 Photo

📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၁၃)

အမှီကောင်းရှိခြင်းဟာ ဘဝကောင်းဖို့အတွက် အကြောင်းတရား တစ်ခုပဲ။

ကျေးဇူးတင်တတ်မယ် ဆိုရင် နေရာတစ်ခု အမှီရနေတာ၊ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို အမှီရနေတာ စတာတွေဟာ ကျေးဇူးတင်စရာတွေပဲ။ ဒီနေရာမှာ တစ်ချို့က အမှီကောင်းလို့ အကျိုးကောင်းလေးတွေ ဖြစ်လာတဲ့အခါ “ငါတော်လို့၊ ငါစွမ်းလို့” ဆိုတဲ့ အတွေးတွေဝင်ပြီး မူလကျေးဇူးပြုဖူးသူတွေရဲ့ ကျေးဇူး တရားကို မေ့သွားတတ်တယ်။ မူလ ကျေးဇူးရှင်တွေ ကိုကျော်ပြီး လုပ်ချင်တာလည်း ရှိတတ်တယ်။ ကျေးဇူး တရားအပေါ် မေ့တတ်သူတွေဟာ စင်ပေါ်မှာ အကြာ ကြီး မရှိတတ်ဘူး။ နားထင် သွေးရောက်လွန်းရင် သွေးကြောပြတ်ပြီး ရှေ့ဖြစ်တတ်တယ် မဟုတ်လား။

အမှီကျေးဇူးကို မသိတဲ့အခါ မိဘအရှိန်ကြောင့် အဆင်ပြေတာကို ကိုယ့်ဘုန်းကံကြောင့်လို့ ထင်တတ် တယ်။ ဆရာကျေးဇူးကြောင့် ချမ်းသာရောက်နေတာ ကို ကိုယ့်အစွမ်းကြောင့်လို့ ထင်တတ်ကြတယ်။ ကိုယ်



လို သာသနာ့ဝန်ထမ်းတွေအတွက်ကျတော့ ဘုရား
ကျွေးလို့ စားနေရတာကို ကိုယ်တော်လို့ ရတယ်
ထင်တတ်ကြတယ်။

ဒါကြောင့် အားလုံးဟာ တစ်နည်းနည်းနဲ့
ကျေးဇူးပြုနေတာဖြစ်တဲ့အတွက် ကျေးဇူးတရား မေ့
မထားနဲ့၊ ကျေးဇူးမဆပ်နိုင်ရင်တောင်မှ ကျေးဇူးမကန်းမိ
စေနဲ့၊ ကျေးဇူးသိတာ မင်္ဂလာ၊ ကျေးဇူးဆပ်တာ
သုမင်္ဂလာ၊ ကျေးဇူး မသိတာ အမင်္ဂလာပါ။



Like



Comment



Share



Status



Photo



Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၁၄)

လူမှုဘဝဆက်ဆံရေးမှာ မေတ္တာနဲ့ ဆက်ဆံနိုင်ရင် အဆင်ပြေတယ်။ အကျိုးလိုလားတဲ့ စိတ်ဟာ မေတ္တာစိတ်ပဲ။ မေတ္တာမပါရင် အကျိုးမပြုဘဲ ပျက်စီးစေတတ်တယ်။ တစ်ယောက်အပေါ် တစ်ယောက် မေတ္တာနဲ့ ဆက်ဆံဖို့ဆိုရင် ကောင်းကွက်ကို ရှာကြည့်တတ်ရမယ်။ ဆိုးကွက်ချည်း ကြည့်နေရင် မေတ္တာ ဖြစ်ဖို့ထက် ဒေါသဖြစ်ဖို့က များတယ်။

လူတိုင်းမှာ ကောင်းကွက် မကောင်းကွက် ဆိုတာ ရှိတယ်။ ကိုယ်လည်း အကောင်းချည်းပဲမှ မရှိတာ။ အဲဒီတော့ ကိုယ့်နဲ့သူ ရေရှည်လက်တွဲဖို့ဆိုရင် ဆိုးကွက်ကို မရှာဘဲ ကောင်းကွက်ကို ကြည့်ရမယ်။

- အပြောကောင်းပြီး စိတ်ရင်း မကောင်းတဲ့သူကို အပြောကောင်းတာလေး ကြည့်ပေါ့။
- အပြောမကောင်းပေမယ့် စိတ်ရင်းကောင်းတဲ့သူ ဆိုရင် စိတ်ကောင်းရှိတာလေးကို ကြည့်ပေါ့။
- အပြောလည်း မကောင်း၊ စိတ်ရင်းလည်း မကောင်း တဲ့သူဆိုရင်တော့ တစ်ခါ တခါ ကောင်းတဲ့သဘော



တော့ ရှိသားဆိုပြီး အဲဒီတစ်ခါတရံလေးကို ရှာ
ကြည့်ပေါ့။

- နှုတ်ကော စိတ်ကော ဘာမှ မကောင်းတဲ့အပြင်
အဲဒီတစ်ခါတလေလေးတောင်း ကောင်းကွက် ရှာ
မရဘူးဆိုရင်တော့ “ကရုဏာ”ပဲ ထားလိုက်
ပေါ့။

ဒါဆိုရင် ကောင်းကွက်ရှာပြီး မေတ္တာနဲ့ ဆက်ဆံ
နိုင်တာပေါ့။

ဒါကြောင့် ဘယ်သူ ဘယ်သူကိုမှ မကောင်း
အထင်နဲ့ စောင်းမမြင်ပါနဲ့။ ကောင်းကွက်လေးကို
ရှာပြီး အကောင်းမြင်စိတ်နဲ့ မေတ္တာထားကာ အကျိုး
လိုလားနိုင်အောင် ကြိုးစားဖို့ပဲ လိုတယ်။ ကိုယ့်ဘက်
က မေတ္တာနဲ့ ဆက်ဆံပေမယ့် သူ့ဘက်က မေတ္တာ
မပါဘူးဆိုလည်း အဲဒါ သူ့ကိစ္စပဲပေါ့။ ကိုယ်မေတ္တာ
ထားရင် ကိုယ်အရင် အေးချမ်းမှာဖြစ်ပြီး သူဒေါသ
များရင် သူအရင်ပူမှာပဲ မဟုတ်လား။

👍 Like

💬 Comment

➦ Share

📄 Status

📷 Photo

📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၁၅)

“စကားဆိုတာ အခြေအနေကြည့်ပြီး ပြောရတယ်”

- ကိုယ်ပြောတာကို သူမကြိုက်ရင် မပြောနဲ့၊ ကြိုက်မှပြော။
- ကိုယ့်စကားကို သူလက်မခံနိုင်ရင် မပြောနဲ့ လက်ခံနိုင်မှ ပြော။
- မမှန်ရင် မပြောနဲ့၊ မှန်မှပြော။
- အချိန်မတန်သေးရင် မပြောနဲ့ အချိန်တန်မှ ပြော။
- အကျိုးမရှိရင် မပြောနဲ့။ အကျိုးရှိမှ ပြော။
- မလိုအပ်ရင် မပြောနဲ့၊ လိုအပ်မှ ပြော။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် စကားရှင်တို့
 ကိုယ်ပြောမည့်သူ ထိုထိုသူသည်
 ခံယူမှုအား မကောင်းငြားက
 အကောင်းစကား မပြောကြားအပ်။
 ပြောမိပါက အပြစ်ရ၏။

Like Comment Share



အမည်



၃၆ မနုပဒါယီ အစုအဝေး



မနာပဒါယိ အရှင်ဝိပိဏ္ဍ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၁၆)

- တစ်ချို့က ကိုယ့်ကို အားကျနေချိန်မှာ တစ်ချို့က ကိုယ့်ကို အားမရဖြစ်နေကြလိမ့်မယ်။
- တစ်ချို့က ကိုယ့်ကို အထင်ကြီးနေချိန်မှာ တစ်ချို့က ကိုယ့်ကို အထင်သေးနေကြလိမ့်မယ်။
- တစ်ချို့က ကိုယ့်လုပ်ရပ်တွေကို လက်ခုပ်တီးပေးနေချိန်မှာ တစ်ချို့က ကိုယ့်အလုပ်တွေမှာ ခလုပ်တွေ ဖြစ်နေကြလိမ့်မယ်။
- တစ်ချို့က ကိုယ့်ကို ခွန်အားတွေ ပေးနေချိန်မှာ တစ်ချို့ ကိုယ့်ကို ဖိအားတွေ ပေးနေကြလိမ့်မယ်။
- တစ်ချို့က ကိုယ့်ကို အချစ်တွေ ဝင်နေချိန်မှာ တစ်ချို့က ကိုယ့်ကို အပြစ်တွေ မြင်နေကြလိမ့်မယ်။

ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ဒါဟာ ရင်ဆိုင်ရမယ့် ဘဝလောကဓံပဲ။ ကောင်းရင်ယူ၊ မကောင်းရင် မယူနဲ့။ ကောင်းလို့လည်း မပြောင်းနဲ့။ မကောင်းလို့လည်း မစောင်းနဲ့။ အကောင်းအဆိုးကြားမှာ ဘဝပြောင်းမသွားဖို့ အဓိကပဲ။

သေချာတာကတော့ ဘယ်လောက်ပဲ




ကောင်း အောင်လုပ်လုပ် မကြိုက်တဲ့သူက ရှိနေတတ်
သလို ဘယ်လောက်ဆိုးတဲ့သူပဲ ဖြစ်ဖြစ် သူ့လူနဲ့
သူကတော့ ရှိနေတတ်တယ်ဆိုတာ အသေအချာပဲ။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၁၇)

ကိုယ်ကောင်းတာ လုပ်နေတာပဲ ဆိုပြီး အားလုံးက အကောင်း မြင်မယ်လို့ မထင်နဲ့၊ ဘယ်လောက်ပဲ ကောင်းအောင်လုပ်လုပ် အစောင်း မြင်တဲ့သူက ရှိနေတာပဲ။ လောကမှာ အကောင်းကို လက်မခံနိုင်တဲ့သူ၊ အမှန်ကို မကြိုက်တဲ့သူ၊ ကောင်းအောင်လုပ်နေတဲ့သူအပေါ် သာဓု မခေါ်နိုင်တဲ့သူ ဆိုတာ နေရာတိုင်းမှာ ရှိနေတတ်တာဖြစ်လို့ ကောင်းတာလုပ်တိုင်းလည်း အကောင်းချည်းကြားနေရမှာတော့ မဟုတ်ဘူး။

အဓိကကတော့ ကိုယ့်လုပ်ရပ် ကိုယ်လက်ခံနိုင်ဖို့ပဲ လိုတယ်။ ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်သန့်နေဖို့ပဲ လိုတယ်။ ကိုယ့် စိတ်သန့်တဲ့ ကိုယ့်အလုပ်သာ ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် သူများ အကောင်းမြင်လည်း ကိုယ်အကောင်းထင်ပြီးသား၊ ကိုယ့်ကိုယ်စောင့်နတ်က သာဓုခေါ်ပြီးသား၊ သူတော်ကောင်း နတ်ကောင်း နတ်မြတ်များက မုဒိတာပွားပြီးသားပဲ မဟုတ်လား။

ကိုယ့်အလုပ်ဟာ သူများအကောင်းမြင်အောင် လုပ်ဖို့ အဓိကလား၊ စေတနာကောင်းကောင်း



နဲ့ အပြစ်ကင်းပြီး အကျိုးသက်ရောက်မှုကောင်းအောင် လုပ်ဖို့က အဓိကလား ဆိုတာ ခွဲခြားသိရမယ်။ ကိုယ့်ဘက်က စေတနာ ကောင်းကောင်းနဲ့ အကျိုး သက်ရောက်မှု ကောင်းအောင် လုပ်ပေးနိုင်ရင် တုံ့ပြန် မှု မကောင်းလည်း ဒါဟာအကြောင်း မဟုတ်တော့ ပါဘူး။

သေချာတာကတော့ “ဘယ်လောက်ကောင်း တဲ့သူပဲဖြစ်ဖြစ် အကောင်းမမြင်တဲ့သူက ရှိနေမှာ ဖြစ်သလို ဘယ်လောက်ပဲ မကောင်းတဲ့သူ ဖြစ်ဖြစ် အကောင်းထင်တဲ့ သူက ရှိနေတတ်တာပဲ” ဆိုတာ အသေအချာပါပဲ။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၁၈)

ခံစားချက်ကို ဦးစားပေးတဲ့ ကိစ္စတိုင်းဟာ အမှားဘက်ကို ပါသွားတာပဲ များတယ်။ Emotion ရဲ့သဘောက ခံစားချက်ပြင်းလေ စိတ်လှုပ်ရှားမှု များလေလေပဲ။ လှုပ်ရှားနေတဲ့ စိတ်ဟာ သတိပျောက်နေတတ်ပြီး သတိမပါရင် အထိနာဖို့ပဲ များတတ်တယ်။

စိတ်ခံစားမှုဟာ ရုပ်တရားကိုပါ ထိခိုက်မှု ဖြစ်စေတတ်တယ်။ သတ္တဝါတွေရဲ့ သဘောက မကောင်းတဲ့ သဘောဆိုရင် မခံမရပ်နိုင်အောင် ခံစားလေ့ရှိကြတယ်။ ကြားသမျှစကား လိုက်ခံစား၊ တွေ့သမျှအာရုံ လိုက်ရှာနေရုံ မဟုတ်ဘဲ လိုလိုလားလား ခံစားနေမိတဲ့အတွက် အကောင်းဆိုရင်လည်း အားရပါးရ ပျော်လိုက်ကြပြီး အဆိုးဆိုရင်လည်း တုန်လှုပ်ခြောက်ခြားစွာ ခံစားနေမိတော့တာပါပဲ။ အကောင်းအဆိုးအပေါ် အလွန်အကျွံ ခံစားမှုတွေ ဖြစ်နေတဲ့အတွက် လွန်သွားတဲ့ဒဏ်တွေကို ခံရတဲ့အခါမှာလည်း သတိလွတ်ကာ ဗရမ်းဗတာဖြစ်ကုန်တော့တာပဲပေါ့။

အဓိကကတော့ ခံစားချက်ကို သတိမကပ်နိုင်



လို့ပဲ။ ခံစားမှုကို ဦးစားပေးမိတဲ့အတွက် စိတ်မှာ အနာ
ရပြီး နေရတဲ့ဘဝမှာ အခါခါ အထာမကျ ဖြစ်နေတဲ့
သဘောပဲ။ စိတ်ခံစားမှုကို သတိနဲ့ မထိန်းနိုင်လို့
ယိမ်းယိုင်သွားတဲ့သဘောပဲ။ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့
စိတ်အနာကို အသိသတိနဲ့ မကာနိုင်တဲ့အတွက်
ခံစားမှုအောက် ဝေဒနာတွေ ရောက်နေတဲ့သဘောပဲ
ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘယ်သူ့ကြောင့်မှ မခံစားမိစေနဲ့။
ဘာ အကြောင်းနဲ့မှ သတိမလွတ်စေနဲ့။ အလုပ်နဲ့
ခံစားချက်ကို ခွဲခြား၊ အကြောင်းကြောင့် အကျိုး
တရားဖြစ်တဲ့အပေါ် ဆင်ခြင်၊ အကျိုးရလဒ်အပေါ်
မှာ စိတ်လွတ် ကိုယ်လွတ် ခံစားတတ်တဲ့အကျင့်ကို
လျှော့ချကာ သတိအသိနဲ့ ထိန်းညှိကြဖို့ပဲ ဖြစ်ပါ
တယ်။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၁၉)

ခံနိုင်ရည်ရှိလာတယ် ဆိုတာ **စိတ်ဆိုးစရာ ကြုံလို့လည်း အရင်လို စိတ်လိုက်မာန်ပါ မလုပ်ဖြစ် တော့တာမျိုး၊ ကိုယ်ကောင်းသလောက် သူမကောင်း လည်း ကိုယ့်ဘက်က မကျေမနပ် မခံစားနိုင်လောက် အောင် မဖြစ်တော့တာမျိုး၊ တစ်ခုခု ဖြစ်လာရင် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်ပဲ တရားနဲ့ ဖြေလိုက်တာမျိုး၊ ကိုယ့်ပြဿနာ ကိုယ်ပဲရှင်းရမှာဆိုတဲ့ အသိနဲ့ ကိုယ့် အားကိုယ် ကိုးတတ်လာတာမျိုး ** စသဖြင့် အခက် အခဲကြားမှာ တုန်လှုပ်ခြောက်ခြားမှု မဖြစ်ဘဲ နေတတ် လာတဲ့ သဘောမျိုးပါပဲ။

ဘဝမှာ အတွေ့အကြုံရယ်၊ တရားဓမ္မ နာယူ ဖတ်မှတ်တာရယ်၊ ဆင်ခြင်နိုင်မှု စွမ်းအားရယ်၊ မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်းရှိတာတွေရယ်က အတက် အကျ အနိမ့်အမြင့် လောကဓံကို ခံနိုင်ရည်ရှိအောင် အများကြီး အထောက်အကူ ပေးနိုင်တယ်။ အထူး သဖြင့် အတွေ့အကြုံနဲ့ ဆင်ခြင်တုံတရားက ဘဝ အတွက် ခွန်အားပဲ။





ဒါကြောင့် လူတိုင်းမှာ ကိုယ့်အတိုင်းအတာနဲ့ ကိုယ် လောကဓံရဲ့ ရိုက်ခတ်မှုဒဏ် ဆိုတာ ရှိနေကြ တာဖြစ်ပြီး ဆင်ခြင်တုံတရားနဲ့ ခံနိုင်ရည်စွမ်းအား ကသာ ဒီလောကဓံကို မတုန်မလှုပ် ရင်ဆိုင်နိုင်တာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ကြံ့သမျှ လောကဓံကို ဘဝအသိ တရားအသိနဲ့ ညှိပြီး ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားနိုင်အောင် ကြိုးစားဖို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၀)

“မလွတ်နိုင်ရင် မလွတ်ဘူး၊ မလွတ်နိုင်တဲ့ စိတ်ဟာ မလွတ်လပ်တဲ့စိတ်ပဲ။ မလွတ်လပ်ဘူးဆိုတာ မလွတ်နိုင်သေးလို့ ဖြစ်တာ”။

ဘဝမှာ မလွတ်လပ်ဘူးလို့ ထင်နေတာတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချုပ်နှောင်ထားတဲ့ တွယ်တာမှုတွေကြောင့်ပဲ။ သူများကြောင့် မလွတ်လပ်တာမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ကကို မလွတ်ချင်လို့၊ မလွတ်နိုင်ဖြစ်နေလို့ ဖြစ်တာ။

ပိုဆိုးတာက စိတ်မလွတ်လပ်တာပဲ။ စိတ်ကို လွတ်လပ်အောင် မထားနိုင်ဘဲ အနှောင်အဖွဲ့တွေနဲ့ ချည်ထားမိတာဟာ လွတ်လပ်မှုမရှိအောင် လုပ်လိုက်တဲ့သဘောပဲ။ တစ်ခါတလေ ခေါင်းထဲမှာ ဘာမှ မထားဘဲ အားလုံးကို လွတ်ပြီး တစ်ယောက်တည်း လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေကြည့်ရတဲ့ အရသာဟာ အလုပ်တွေကြား၊ မိသားစု အသိုင်းအဝိုင်းကြား၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကြား၊ သံယောဇဉ်တွေကြားမှာ နေရတဲ့ အရသာထက် အများကြီး အေးချမ်းပေါ့ပါး လွတ်လပ်သွားတာကို



ခံစားရမှာ အမှန်ပဲ။ ဒါဟာ လွတ်ထားလိုက်လို့ ရရှိလာတဲ့ လွတ်လပ်တဲ့ ခံစားမှုပါပဲ။

အရင်းစစ်တော့ ဘဝက မလွတ်လပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်က မလွတ်နိုင်ဖြစ်နေတာ။ တွယ်တာထားတာတွေကို နည်းနည်းလောက် လွတ်ရင် နည်းနည်းလွတ်မယ်။ အများကြီး လွတ်နိုင်ရင် အများကြီး လွတ်မယ်။ လွတ်လပ်ခြင်းရဲ့ အရသာဟာ လွတ်ချထားနိုင်သူအတွက်ပါပဲ။

Like

Comment

Share

Status

Photo

Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိပိဏ္ဍ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၁)

ဘဝဆိုတာ ဘယ်လောက်ပဲ ပျော်စရာ
 ကောင်းကောင်း အခိုက်အတံ့လေးပါပဲ။ ပျော်စရာ
 က နည်းနည်း သောကဖြစ်စရာက ပိုများနေတတ်
 တယ်။ ပျော်စရာ ဆိုတာတွေကလည်း ရရှိနေတဲ့
 ကိုယ့်ဘဝအခြေအနေလေးမှာပဲ ဘဝကို တပ်မက်တဲ့
 လောဘဇောကြောင့် ဖြစ်ကြတာပါ။ တစ်ခါ တခါ
 ဘဝဟာ ကြက်တွေဝက်တွေလိုပဲ။ အသတ်ခံရမယ့်
 ဘဝမှာ ဖြစ်နေတာတောင် ကြက်ခြံ ဝက်ခြံတွေမှာ
 ပျော်လို့ကောင်းနေတုန်း မဟုတ်လား။




တကယ်တော့ ဘဝမှာ အပြစ်ကင်းတဲ့ အပျော်
 ကတော့ တရားနဲ့ ပျော်တာ၊ ကုသိုလ်နဲ့ ပျော်တာ
 ပါပဲ။ သောကတွေကြုံ၊ ဒုက္ခတွေစုံလာရင်လည်း
 တရားနဲ့ဖြေတာဟာ အကောင်းဆုံးပဲ။ အပြင်က
 ဖြေဆည်ရာဆိုတာတွေဟာ ဘယ်လောက်ပဲ ကောင်း
 ကောင်း တကယ်ဖြေတော့ မပြေဘူး။ တရားအသိနဲ့
 ဖြေနိုင်မှပဲ ဘဝသောက၊ အမောကျကာ ပြေပျောက်
 နိုင်ကြတာပါ။



လူ့ဘဝသောကဆိုတာကလည်း စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ကြတာပါပဲ။ စိတ်မပြေတော့ ဘဝမပြေဘူး။ စိတ်မှာနာတော့ ဘဝမှာ မသာတော့ဘူး။ အခါခါ မော့တာလည်း ဒီစိတ်၊ မကြာမကြာဆော့တာလည်း ဒီစိတ်ပဲ။ မပြုံးချင်တာလည်း ဒီစိတ်၊ နှလုံးရွှင်တာလည်း ဒီစိတ်ကြောင့်ပါပဲ။

ဒါကြောင့် စိတ်အညစ်အကြေး ဆိုတာ စိတ်နဲ့ ဆေးမှ ပြောင်တာဖြစ်တဲ့အတွက် စိတ်တွေ သိပ်ညစ် လာပြီ၊ စိတ်သောကတွေ များနေရပြီ ဆိုရင် တရားနဲ့ သာ ဖြေဆည်ရာ ရှာရမှာပေါ့။ တရားများများနာ၊ ကုသိုလ်ရအောင်လုပ်၊ ဘာဝနာအလုပ် အားထုတ် ကြည့်လိုက်ပါ။ သောကတွေ ပြေပျောက် ကုသိုလ် အပျော်တွေ ရောက်လာမှာ အသေအချာပါပဲ။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၂)

လူတွေက ကိုယ်အလိုမကျတဲ့အခါ စိတ်ဆင်းရဲတဲ့အခါ၊ မကျေနပ်တဲ့အခါ ဘယ်သူကြောင့် ဘာကြောင့်ဆိုပြီး သူများကို လက်ညှိုးထိုးကာ အပြစ်ပြောလေ့ရှိတတ်တယ်။ ခံစားရတဲ့ ပူလောင်မှုဆိုတာ ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန်နဲ့ ပြောရင် သူတို့ကြောင့်လို့ ပြောလို့ ရပေမယ့် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်နဲ့ ပြောရင် သူတို့ကြောင့် ပူတာမဟုတ်ဘူး။ လောဘကြောင့် ပူတာ၊ မောဟ မာန စတာတွေကြောင့် ပူတာ။

ကိုယ့်လောဘနဲ့ ကိုယ်ရှူးနေကြတာ၊ ကိုယ့်ဒေါသနဲ့ ကိုယ်လောင်မြိုက်ခံနေရတာ၊ ကိုယ့်မောဟနဲ့ ကိုယ် ဘာမှ မမြင် ဖြစ်နေကြတာ၊ ကိုယ့်မာနနဲ့ ကိုယ် အပူမီးက ထိပ်ရောက်နေကြတာပါ။

တကယ်တော့ ဘဝအပူဆိုတာ ဓမ္မအကူပါမှ အပူလည်းကျ အယူလည်းလှတယ်။ ဘယ်လောက်ပူတဲ့ အပူပဲဖြစ်ဖြစ် တရားအအေးနဲ့တွေ့ရင် အပူသက်သာသွားတာ အမှန်ပဲ။ အယူမချလို့ အပူရတဲ့ သဘောမှာ ဘယ်သူ့လက်ချက်ကြောင့်မှ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကိလေသာ အပူနဲ့ကိုယ် အလောင်ခံနေရတာပါ။



ဒါကြောင့် ကိစ္စတိုင်းမှာ အကြောင်းရှိလို့
အကျိုးရှိလာတာဖြစ်ပြီး ကိုယ့်မှာ ဖြစ်ပေါ် ခံစား
ရတာတွေဟာလည်း အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်
တာကို လက်ခံ၊ ဘယ်သူ ဘယ်သူကြောင့် ဆိုတာ
ထက် ကိုယ့်ဒေါသနဲ့ ကိုယ်မခံစားမိဖို့၊ ကိုယ့်
ကိလေသာနဲ့ ကိုယ်မပူလောင်မိစေဖို့ပဲ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျ
ကြိုးစားနေထိုင်ကြဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၃)

ဘဝမှာ တစ်ခါတခါ အမှန်တရားက ခါးနေ တတ်တယ်။ အမှန်ကို လက်မခံနိုင်တဲ့ သူတွေကြား၊ အမှားတွေနဲ့ အသားကျနေတဲ့သူတွေကြားမှာ အမှန် တရားက ခေါင်းထောင်ခွင့်မရဘဲ ဖြစ်တတ်တယ်။ သစ်ပင်တွေမှာ ဖြောင့်တန်းနေတဲ့ သစ်ပင်က အရင် ခုတ်ခံရတာ များတယ်။ အခွင့်အရေးသမားတွေကြား မှာ ရိုးသားဖြောင့်မတ်သူက ဖယ်ရှားခံရတတ်တာပဲ။

ဒါပေမယ့် ဘဝဆိုတာ ဘာမှ အကြာကြီး မဟုတ်ဘူး။ အခိုက်အတံ့လေးမှာပဲ အလှည့်အပြောင်း ဖြစ်နေတတ်တယ်။ အမှန်တရားအတွက် အတိုက် အခိုက်ခံရလည်း ခဏပဲ။ ရိုးသားမှုအတွက် ထိုးချ ခံရလည်း ခဏပဲ။ ဖြောင့်တန်းနေလို့ အခုတ်ခံရ လည်း အတက်ပြန်ထွက်မှာပဲ။ အမြစ်လှန်သွားလည်း သံသရာတစ်လျှောက် အကြိမ်ကြိမ် သေခဲ့ဖူးတာ ဆိုတော့ အဆန်းကြီး မဟုတ်ဘူးပေါ့။

အဓိကကတော့ ကိုယ့်လိပ်ပြာ ကိုယ်သန့် နေဖို့ပဲ။ ကိုယ့်သမိုင်း ကိုယ်မှန်အောင် ရေးဖို့ပဲ။



အမှားတွေမှာ အားမကျဖို့နဲ့ ခါးနေတဲ့ အမှန်တရားကို သွန်မပစ်ဘဲ ခါးသက်သက်နဲ့ ဆက်သောက်နေဖို့ပဲ။ မှန်တယ်ဆိုတိုင်း ဇွတ်လုပ်လို့မရဘူး။ အချိန်အခါ ကြည့်ရတယ်။ နေရာပုဂ္ဂိုလ်သိရတယ်။ စိတ်ရှည်ရတယ်။ သည်းခံရတယ်။ ဇွဲရှိရတယ်။

သေချာတာကတော့ “ဘာမှ အကြာကြီး မဟုတ်ဘူး၊ အချိန်တန်တော့လည်း ပြီးသွားတာပဲ” ဆိုတာ အသေအချာပဲ။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၄)

သစ်စေတစ်စေဟာ အပင်ပေါက်ပြီး အသီး
သီးလာတဲ့အခါ အသီးပေါင်း မြောက်များစွာကို
ဖြစ်စေတတ်သလို စေတနာပါပါနဲ့ လုပ်လိုက်မိတဲ့
အလုပ်တစ်ခုဟာလည်း အကျိုးပေးတဲ့အခါ အကြိမ်
ကြိမ်၊ အကြီးကြီး အကြာကြီး ရရှိခံစားရတတ်တယ်။
အဓိကကတော့ စေတနာအားကြီးလို့ပါပဲ။

အလုပ်တိုင်းမှာ စေတနာက အရေးကြီးတယ်။
အလုပ်ကောင်းပေမယ့် စေတနာမကောင်းရင်လည်း
လုပ်သလောက် မခံစားရတာမျိုး ရှိတတ်သလို
မကောင်းတဲ့ အလုပ်တွေမှာ စေတနာ အားကောင်း
သွားရင်လည်း ပေးဆပ်ရတဲ့အခါ နစ်နစ်နာနာ အကြာ
ကြီးပေးဆပ်ရတတ်တယ်။

တစ်ခါတခါ စေတနာကောင်းကောင်းမွန်မွန်
လုပ်ပေးပေမယ့် အကောင်းမခံစားရတာတွေလည်း
ရှိတတ်တယ်။ ဒါကတော့ အခုလုပ်လိုက်တဲ့ အလုပ်
ကြောင့် ဟုတ်ချင်မှလည်း ဟုတ်မယ်။ အတိတ်
အကြောင်းတစ်ခုခုရဲ့ သက်ရောက်မှုကြောင့်လည်း



ဖြစ်နိုင်တယ်။ အခု သရက်ပင်စိုက်၊ အခု သရက်သီး
စားလို့ မရဘူး။ အသီးသီးချိန်ရောက်မှ စားနိုင်မှာ။
ကိုယ့်အလုပ်ရဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှုဆိုတာကလည်း
အချိန်ကျမှ အကျိုးပေးတတ်တာလည်း ရှိတတ်
တယ်။

အကောင်းဆုံးကတော့ ကိုယ့်စေတနာ ကိုယ်
ပြတ်အောင် ဖြတ်ဖို့ပဲ။ စေတနာကွက်တယ် ဆိုတာ
သူများကြောင့်လို့ ဆိုပေမယ့် ကိုယ့်ဘက်က
မပြတ်သားနိုင်လို့လည်း ဖြစ်တတ်တယ်။ ကိုယ့်အပိုင်း
ကိုယ်ဖြတ်ထားနိုင်ရင် သူ့ဘက်က မမှန်လည်း ကိုယ့်
စေတနာက ဟန်ပြီးသားပဲ မဟုတ်လား။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

✔ Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိဝိတ္ထ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၅)

လောကခံကို ခံနိုင်တယ်ဆိုတာ အဆိုးကြုံ တဲ့အပေါ်မှာပဲ ခံနိုင်တဲ့သဘောမျိုး မဟုတ်ဘူး။ အကောင်းကြုံလာရင်လည်း ခံနိုင်ရည်စွမ်းရှိရတယ်။ အဆိုးတွေကို မတုန်မလှုပ် ရင်ဆိုင်နိုင်သလို အကောင်းတွေအပေါ်မှာလဲ မပြောင်းမလဲ သည်းခံနိုင် ရမယ်။ အကောင်းတွေကြုံတဲ့အခါမှာလည်း နားထင် သွေးရောက် ခပ်မြောက်မြောက် ဖြစ်သွားတာမျိုး မရှိအောင် နေတတ်ရမယ်။

လူအတော်များများဟာ အဆိုးတွေ ကြုံရင် တုန်လှုပ်ခြောက်ခြား ခံစားနေကြတာ အကောင်း တွေ ကြုံလာရင် သတိထားဖို့ မေ့နေတတ်ကြတယ်။ အကောင်း ကြုံတဲ့အပေါ်မှာ သတိမကပ်ဘဲ ကောင်း တဲ့ သဘောအပေါ်မှာ သည်းမခံနိုင်ရင်လည်း ပျက်စီး သွားတတ်တယ်။ သည်းခံမှုဆိုတာ အဆိုးကိုလည်း သည်းခံ၊ အကောင်းကိုလည်း သည်းခံနိုင်မှ တကယ် သည်းခံနိုင်တယ်လို့ ဆိုရမှာ ဖြစ်တယ်။

ကောင်းခြင်းဆိုးခြင်း ဆိုတာ သတ္တဝါတွေရဲ့




အခြေအနေနဲ့ ခံယူချက်အပေါ်မှာပဲ ကွဲပြားသွား
တတ်တယ်။ တစ်ခါတလေ ဘာမှလည်း မကြာဘူး။
ဘယ်သူ့အတွက်မှလည်း တသမတ်တည်း မရှိဘူး။
အကောင်းအဆိုးတွေကြားမှာ ကိုယ်က ပြောင်း
မသွားဖို့ပဲ ကြိုးစားရမှာပေါ့။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၆)

ဘဝမှာ အကျိုးသက်ရောက်မှု လွှဲနေတာတွေဟာ အကြောင်းအားထုတ်မှု လွှဲနေလို့ပဲ။

- အဖြေလွှဲနေတာတွေဟာ အတွက်လွှဲနေလို့ပဲ။
- အမြင်မှားနေတာတွေဟာ အမှားမြင်နေလို့ပဲ။
- အကောင်းမမြင်နိုင်တာဟာ အစောင်းမြင်နေလို့ပဲ။
- နားလည်မှု လွှဲနေတာတွေဟာ သံသယတွေ ရှိနေလို့ပဲ။
- အပူများနေတာဟာ အယူများနေလို့ပဲ။
- မကျေနပ်တာတွေဟာ အနေမတတ်လို့ပဲ။

ဒါကြောင့်-

- အကျိုးပေးမှန်ဖို့ အကြောင်းမှန်အောင် အားထုတ်ရမယ်။
- အဖြေမှန်ဖို့ အတွက်မှန်အောင် လေ့ကျင့်ရမယ်။
- အမြင်မှန်ဖို့ အမှန်မြင်အောင် ကြည့်တတ်ရမယ်။
- အကောင်းမြင်ဖို့ အစောင်းမြင်တာကို ပြင်ရမယ်။
- နားလည်မှုမှန်ဖို့ သံသယကို ဖြေရှင်းရမယ်။



- အပူမများဖို့ အယူများတာကို လျှော့ရမယ်။
- မကျေနပ်တာကို လျှော့ချဖို့ အနေတတ်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

အရေးကြီးဆုံးက သတိ၊

အရာရာညှိနေရမှာက ပညာ၊

အရှိခွာဖို့က အသိပါဖို့လည်း လိုတာပေါ့။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၇)

တစ်ခါတခါ ဘဝမှာ ကြုံရတဲ့ပြဿနာက ဒီလောက် မကြီးဘူး။ ခံစားချက်ကြီးနေလို့ ပြဿနာ ကြီးတယ်လို့ ထင်ရတာ။ ဖြစ်တာကနည်းနည်း ခံစား တာကများများဖြစ်နေလို့ စိတ်ပင်ပန်းမှုတွေ ဖြစ်နေ ရတာ။ ခေါင်းထဲမှာ အကြာကြီး ထည့်ထားတာဟာ လည်း စိတ်ခံစားမှုကို ပိုတိုးစေတော့တာပဲလေ။

ဟုတ်တယ်။ ပြဿနာဆိုတာ ဘဝအတွက် အရှုတ်ထုပ်ပဲ။ အရှုတ်ထုပ်လို့ဆိုတိုင်း အရှုတ်ဆိုတာ ထုပ်ပိုးထားရမှာမှ မဟုတ်တာ။ ထုတ်ပစ်လိုက်ရမှာ။ အတွင်းအပြင် ရှုတ်နေတဲ့ လောကကြီးမှာ ကိုယ့် အရှုတ် ကိုယ်ရှင်း၊ ကိုယ့်အထုပ် ကိုယ်ဖြေမှ အနေပေါ့ ပြီး ပြေလျော့သွားမှာပါ။

အဆိုးဆုံးက အတွင်းရှုတ်ပဲ။ လောဘအမှိုက်၊ ဒေါသ အမှိုက်၊ မောဟ၊ မာနစတဲ့ အမှိုက်တွေက ကိုယ့်စိတ်ကို အတွင်းကနေ ရှုတ်အောင် လုပ်နေတဲ့ အတွင်းရှုတ်တွေပဲ။ အပြင်ရှုတ်က ရှင်းရလွယ်တယ်။ အတွင်းရှုတ်က ရှင်းရခက်တယ်။ အလောင်မြန်တာ



က အဲဒီအတွင်းရှုတ်ပဲ။ အတွင်းကနေ လောင်မြိုက်
နေလိုက်တာ၊ စားမဝင် အိပ်မပျော်၊ စိတ်အတော်
ပူစေတော့တာပါပဲ။

အပြင်အရှုတ်ကို ဉာဏ်နဲ့ရှင်း၊ အတွင်းအရှုတ်
ကို သတိနဲ့ရှင်း။ အားလုံးက လင်းသွားမှာပါပဲ။



Like

Comment

Share

Status

Photo

Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၈)

ဘဝမှာ စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ရပ်ဟာ သိပ် အရေးကြီးတယ်။

စိတ်ဓာတ်ကို ဆင်ခြင်ရမယ်၊ လုပ်ရပ်ကို ပြင်ဆင်ရမယ်။

စိတ်ဓာတ်ကို မပြင်ရင် ကိုယ့်စိတ်နဲ့ ကိုယ်သောကတွေ ပိုတတ်တယ်။ ကိုယ့်စိတ်အတွေးက ကိုယ့်ကို ဘေးဖြစ်စေတတ်တယ်။ စိတ်နှလုံးသွင်းမှားရင် အပြစ်ဖြစ်တာတွေ များတတ်တယ်။ စိတ်ဓာတ်ခံယူချက်မှားရင် စိတ်ခံစားချက်လည်း များတတ်ပြီး လုပ်ရပ်ပါ မှားတတ်တယ်။ အလုပ်လုပ်တဲ့သူဟာ အလုပ်ကြောင့် ဖိအားဆိုတာ ရှိတတ်တယ်။ လုပ်ရပ်မှားသွားတာက စိတ်ဓာတ်ဖိအားများလို့လည်း ဖြစ်တတ်တယ်။

အရေးကြီးဆုံးကတော့ ဘယ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာအလုပ်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်သူ့အပေါ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ရပ်ကောင်းအောင် ကြိုးစား



ဖို့ပဲ။ သူများ မကောင်းတာနဲ့ ကိုယ်ပါ လိုက်ပြောင်းတာ မျိုး မဖြစ်သင့်ဘူး။ သူမကောင်းတာ သိရင် ကိုယ် သူ့လိုမဖြစ်အောင် ပြုပြင်ဖို့ပဲ။ သူလုပ်လို့ ကိုယ်လုပ် ရတယ်ဆိုရင် ကိုယ်လည်း သူလို ယုတ်သွားမှာပေါ့။ ကိုယ်မှ သူမဟုတ်တာဆိုတဲ့ ခံယူချက်နဲ့ စိတ်ဓာတ် လည်း ကောင်း၊ လုပ်ရပ်လည်း ကောင်းအောင် လေ့ကျင့်သင့်တယ်။

စိတ်နှလုံးသွင်းမှန်ရင် နေရထိုင်ရ ချမ်းသာ မယ်။ လုပ်ရပ် မှန်ရင် လုပ်ရကိုင်ရ ချမ်းသာမယ်။ နှစ်ခုလုံးမှန်ရင် ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ ချမ်းသာမယ်။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📝 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၂၉)

- ကိုယ့်သိက္ခာ ကိုယ်ယုံရင် ဘယ်သူ့ကိုမှ ကြောက်စရာ မလိုဘူး။
- ကိုယ့်အရည်အချင်း ကိုယ်ယုံရင် ဘယ်သူ့ကိုမှ မနာလို ဖြစ်စရာမလိုဘူး။
- ကိုယ့်လိပ်ပြာ ကိုယ်သန့်ရင် ဘယ်သူ့ကိုမှ ရှင်းပြစရာ မလိုဘူး။
- ကိုယ့်စေတနာ ကိုယ်မှန်နေရင် ဘယ်သူ့ကိုမှ ဟန်လုပ်စရာ မလိုဘူး။
- ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်သိနေရင် ဘယ်သူ့ကိုမှ ကြွားပြောစရာ မလိုဘူး။
- သီလမလုံတဲ့သူက လူတိုင်းကို ကြောက်နေရတယ်။
- အရည်အချင်းမရှိတဲ့သူက ကိုယ့်ထက်သာရင် မနာလို ဖြစ်တတ်တယ်။
- ကိုယ့်စေတနာ မမှန်တဲ့သူက စေတနာနဲ့ မတန်ဘူးလို့ ဆိုတတ်ကြတယ်။
- ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် ကောင်းကောင်း မသိတော့သူများသိအောင် ကြွားတတ်ကြတယ်။



အရင်းစစ်တော့ ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်သိ
ဖို့ပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆင်ခြင်နိုင်ဖို့ပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုယ် စောင့်ရှောက်နိုင်ရင် ဘယ်သူ့ဘယ်သူ့အပေါ်မှ
မနာလိုဖြစ်စရာ မရှိသလို ကြောက်နေဖို့လည်း မလို
ဘူး။ ဟန်လုပ်ဖို့ မလိုသလို မာန်တက်ဖို့လည်း မလို
ဘူး။ ကြွားနေဖို့ မလိုသလို ဖားနေဖို့လည်း မလိုဘူး။
ကိုယ်ကောင်းအောင်နေဖို့ပဲ လိုတယ်။

Like

Comment

Share

Status

Photo

Check In





မနာပဒါလီ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၀)

“စိတ်ထားလေး ကောင်းအောင် ကြိုးစားပါ။ စိတ်ကောင်းလေးလည်း ထားနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။”

စိတ်ထားကောင်းရင် အများအတွက် အကျိုးရှိတယ်။

စိတ်ကောင်းထားရင် ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိတယ်။

စိတ်ထားကောင်းတဲ့သူက သူများအပေါ် မယုတ်မာဘူး။ အကြင်နာ မမဲ့ဘူး။ နိုင်ထက်စီးနင်း မလုပ်ဘူး။ ကိုယ့်ကြောင့် သူများကို ဒုက္ခမဖြစ်စေဘူး။ စိတ်ထားကောင်းကြောင့် မိတ်အားလည်း ကောင်းတယ်။ အများအကျိုးကို ဖြစ်စေတယ်။

စိတ်ကောင်းထားတာကတော့ ကိုယ့်အတွက် အကျိုး ရှိစေတယ်။ ကိုယ့်စိတ်မှာ မကောင်းတာတွေ မဖြစ်စေဘူး။ မကောင်းတဲ့စိတ်ရှိရင် ကောင်းတဲ့စိတ်နဲ့ အစားထိုးရတယ်။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ကောင်းတဲ့စိတ်လေးတွေ ရှိနေမှ ကိုယ့်စိတ်ကလေးကလည်း



သာယာအေးချမ်းနေတတ်တယ်။ ကိုယ့် စိတ်ကလေးကို မကောင်းတဲ့ အာရုံနောက်မလိုက်စေဘဲ ကောင်းတာလေးတွေမှာပဲ ရှိနေတာဟာ စိတ်ကောင်းလေးတွေ ပိုင်ဆိုင်နေတာပါပဲ။ စိတ်ကောင်းပိုင်ရင် ကိုယ့်ဘဝမှာ ချမ်းသာတယ်။

ဒါကြောင့် ဘဝမှာ စိတ်ထားကောင်းဖို့ လိုသလို စိတ်ကောင်းထားဖို့လည်း လိုပါတယ်။ စိတ်ထားကောင်းမှ သူများနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အပြစ် မဖြစ်မှာ သူများအပေါ် အကျိုးဖြစ်စေမှာပါ။ စိတ်ကောင်းထားနိုင်မှ ကိုယ့်စိတ်နဲ့ကိုယ် အပြစ်မဖြစ်စေဘဲ အကျိုးရှိစေမှာပါ။

စိတ်ထားလည်း ကောင်း၊ စိတ်ကောင်းလည်း ထား၊ ဘဝစောင်းမသွားနဲ့။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၁)

မအားတာတော့ မအားဘူးပေါ့။
ဒါပေမယ့် မအားတဲ့ ကြားကပဲ
ထားသွားရတာ မဟုတ်လား။

မရှိတာတော့ မရှိဘူးပေါ့။
ဒါပေမယ့် မရှိတဲ့ကြားကပဲ
ရှိအောင် လှူသွားရမှာ မဟုတ်လား။

မကြိုက်တာတော့ မကြိုက်ဘူးပေါ့။
ဒါပေမယ့် မကြိုက်တဲ့ကြားကပဲ
မခိုက်အောင် ကြိုးစားရမှာ မဟုတ်လား။

မမြဲတာတော့ မမြဲဘူးပေါ့။
ဒါပေမယ့် မမြဲတဲ့ကြားကပဲ
အလွဲမများအောင် နေထိုင်ရမှာ မဟုတ်လား။

ဒုက္ခတော့ ဒုက္ခပေါ့။
ဒါပေမယ့် ဒုက္ခကြားထဲကပဲ
သုခတရားကို ရအောင် ရှာရမှာ မဟုတ်လား။



အနတ္တတော့ အနတ္တပေါ့။
ဒါပေမယ့် အနတ္တကြားကပဲ
အတ္တတွေ မများအောင် လျှော့ချရမှာ မဟုတ်
လား။

ဘဝဆိုတာ ဒါပါပဲ။

- အဆင်မပြေတာတွေကြားကပဲ ပြေသလို ကြီးစား
ကြရမှာပဲလေ။
- စိတ်တိုင်းမကျတာတွေကြားကပဲ စိတ်ရိုင်းလေး
တွေ ချနိုင်အောင် လေ့ကျင့်ရမှာပဲလေ။
- အမှားတွေကြားကပဲ တရားတွေ မရှားဖို့ သတိပြု
ရမှာပဲလေ။

အဓိကကတော့ အမှားလေးတွေကနေ အမှား
ကြီးတွေ မဖြစ်အောင်၊ အပြစ်ကလေးတွေကနေ အပြစ်
ကြီးတွေ မဖြစ်အောင်၊ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် တဖြည်းဖြည်း
ချင်း ပုံဖော်ထုဆစ်ပြီး ဘဝအနှစ်မမဲ့အောင်၊ ဓမ္မအသိ
ဆောင်ကြဖို့ပဲ မဟုတ်လား။

Like

Comment

Share

Status

Photo

Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၂)

ဘဝမှာ ကိုယ်ကြိုက်တာ ကိုယ်လုပ်ခွင့် ရှိ တယ်။

လုပ်ပြီးရင်လည်း ကိုယ်ပဲ တာဝန်ယူရမယ်။

ကိုယ်လုပ်ထားတဲ့အလုပ်အပေါ် သူများက အစားထိုး တာဝန်ခံပေးခွင့် မရှိဘူး။ တာဝန်ခံ ပေးလို့ လည်း မရဘူး။ ဘယ်လောက် ဩဇာအာဏာကြီးမား တဲ့သူဖြစ်ပါစေ ကံတရားအပေါ် လွှမ်းမိုးသက်ရောက် မှု မပြုနိုင်ဘူး။ မိဘနဲ့ သားသမီးပဲ ဖြစ်နေပါစေ။ အဖေဖြစ်ရင် အဖေခံ၊ အမေ ဖြစ်ရင် အမေခံ၊ သားသမီး ဖြစ်ရင် သားသမီးခံပဲ။

တစ်ခါတလေ အလုပ်မှားလို့ မဟုတ်များရင် လည်း အဲဒါကို လက်ခံလိုက်ပါ။ ပြီးရင် ပြန်ပြင် လိုက်ပါ။ အလုပ်မှန်လို့ အဟုတ်စံရရင်လည်း အဲဒါ ကို လက်ခံလိုက်ပါ။ ပြီးရင် ရှေ့ဆက်လုပ်ပါ။ ကိုယ့် အလုပ် မမှန်ရင် ကိုယ်ခံ၊ ကိုယ့်အလုပ်မှန်ရင် ကိုယ်စံ။ ဒါဟာ ကိုယ့်လုပ်တဲ့အလုပ်တွေရဲ့ သက်ရောက်မှုပဲ။




အရေးကြီးဆုံးက မလုပ်ခင် စဉ်းစားဆင်ခြင် ရွေးချယ်ဖို့နဲ့ လုပ်လိုက်ပြီးမှ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုး



ရလဒ်အပေါ်မှာလည်း ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး လက်ခံ
နိုင်စွမ်းရှိဖို့ပဲ။ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်လာပြီးမှ
တော့ ဘယ်သူ ဘယ်သူ့ကိုမှ ယိုးမယ်ဖွဲ့မနေနဲ့တော့။
ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သက်ရောက်မှုကို လက်ခံနိုင်ဖို့ပဲ။
လက်မခံနိုင်ရင် ခံစားရမယ်။ လက်ခံတာဟာ ခံစား
တာ မဟုတ်ဘူး။ ရင်ဆိုင်လိုက်တာ၊ သက်ရောက်မှု
ရဲ့ အမှန်တရားအပေါ် ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး အရှိ
အတိုင်း လက်ခံလိုက်တဲ့သဘောပဲ။

ဒါမှလည်း ကိုယ့်လုပ်ရပ်ရဲ့ သက်ရောက်မှု
အပေါ် ကိုယ်တိုင်ဖြေဆည်ရာ ရနိုင်မှာ မဟုတ်လား။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၃)

လူမှာ အဓိကအင်အား အကြီးဆုံးအရာက စိတ်ပဲ။ Mind Power လို့ခေါ်တဲ့ စိတ်စွမ်းအား ကြီးမားလာရင် မဖြစ်နိုင်တဲ့အရာ မပြီးမြောက်နိုင်တဲ့ ကိစ္စဆိုတာ မရှိဘူး။ စိတ်အင်အားကောင်းရင် ဘဝ အင်အားကောင်းတယ်။ စိတ်အင်အားခိုင်ရင် ဘဝ အင်အားခိုင်တယ်။

စိတ်အင်အားကောင်းဖို့ဆိုရင် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဒီတရားသုံးပါး အဓိကလိုအပ်တယ်။

သီလက ယုံကြည်မှု စွမ်းအားကို ဖြစ်စေတယ်။ သမာဓိက တည်ငြိမ်မှုစွမ်းအားကို ဖြစ်စေ တယ်။

ပညာက ချင့်ချိန်ခွဲခြားနိုင်မှု စွမ်းအားကို ဖြစ်စေတယ်။

သီလမလုံတဲ့သူက ကြောက်အားပိုတယ်။
သမာဓိမရှိတဲ့သူက ဗရမ်းဗတာဖြစ်တယ်။
ပညာမပါတဲ့သူက အကောင်း အဆိုး အကြောင်း အကျိုး၊ အမှား အမှန် မခွဲခြားတတ်ဘူး။
ဒီတရားသုံးပါး စွမ်းအားညီရင် ဘဝမှာ မဖြစ်



နိုင်ဘူး ဆိုတာ ဘာမှ မရှိဘူး။ အားလုံးဖြစ်နိုင်တယ်။
ဒီသုံးပါးမှာ တစ်ခုခု အားနည်းရင်တော့ အပြည့်ရမှာ
မဟုတ်ဘူး။ ယုံကြည်မှု မရှိရင် တည်ငြိမ်မှု မရှိ
နိုင်ဘူး။ တည်ငြိမ်မှု မရှိရင် ချင့်ချိန်ဆင်ခြင်မှု မရှိ
နိုင်ဘူး။

ဒါကြောင့် စိတ်စွမ်းအားတွေ ရှိစေဖို့ သီလ
ကို အခြေခံတဲ့ သမာဓိ၊ ပညာတရားများရအောင်
ကြိုးစားရမယ်။ သီလ အကျင့်ရှိလာရင် ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုယ် ယုံကြည်မှုစွမ်းအား မြင့်လာမယ်။ သမာဓိ
အင်အားကောင်းလာရင် တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်မှု စွမ်းအား
ကောင်းလာမယ်။ ပညာဉာဏ် တိုးတက်လာရင်
မှန်ကန်တဲ့ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ဆုံးဖြတ်နိုင်မှု စွမ်းအား
တိုးလာမယ်။ တကယ့် ဘဝတန်ဖိုးဆိုတာ ဒီတရား
သုံးပါး ပိုင်ဆိုင်ထားမှ စွမ်းအားရှိရှိ တန်ဖိုးရှိမှာ
မဟုတ်လား။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📝 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၄)

လောကမှာ သူများအပြစ်ကို မြင်ဖို့ လွယ် သလောက် သူများကျေးဇူးကို သိဖို့တော့ အတော် ခက်တယ်။

ဒီလိုပဲ ကိုယ့်အပြစ်ကို မြင်ဖို့ခက်သလို သူ ကျေးဇူးကို သိဖို့လည်း ခက်တတ်ကြတယ်။

လူသဘောက အချစ်မပါရင် အပြစ်ရှာတတ် သလို အချစ်များရင်လည်း အပြစ်ရှားသွားတတ် တယ်။ သိပ်ချစ်လို့ အပြစ်မမြင်ပြန်ရင်လည်း အပြစ် ပြင်ဖို့ ခက်သွားတတ်တယ်။ အပြစ်ချည်းပဲ မြင်နေ ပြန်ရင်လည်း အမှန်မမြင်ဘဲ ဖြစ်တတ်တယ်။

အပြစ်ဆိုတာတော့ ရှာရင်တွေ့မှာပဲ။ အပြစ် ကို မြင်ပြီး အပြစ်တင်ဖို့လား၊ အပြစ်ကို မြင်ပြီး အပြစ် ပြင်ဖို့လား၊ ဒီအပေါ်မှာ သက်ရောက်မှု ကွဲသွားတာ ပဲ။ သူ့အပြစ်ကို ကြည့်ပြီး အပြစ်တင်ဖို့သက်သက် ဆိုရင်တော့ သူ့အပြစ်က နောက်ထား ကိုယ်ကိုယ် တိုင်က အပြစ်တွေ အရင်ဖြစ်နေတော့တာပေါ့။ အပြစ် ကို ပြင်ပေးဖို့ အပြစ်မြင်တာဆိုရင်လည်း အချိန် အခါ၊ နေရာဒေသ၊ ပုဂ္ဂလကို ကြည့်ပြီး အချိန်တန်မှ ပြင်လို့ရမှာပေါ့။



အကောင်းဆုံးကတော့ သူများအပြစ်ကိုပဲ
မကြည့်နဲ့ ကိုယ့်အပြစ်လည်း ဆင်ခြင်ရမယ်၊ သူများ
က ကိုယ့်အပြစ်ကို ညွှန်ပြလာရင်လည်း ကျေးဇူး
တင်စွာ လက်ခံနိုင်ရမယ်။ ဘာပဲလုပ်လုပ် အပြစ်မြင်
နေတတ်တဲ့ စိတ်ဟာ ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့ထက် အကုသိုလ်
ဖြစ်တာက ပိုများတဲ့အတွက် အဲဒီစိတ်ကိုလည်း ပြုပြင်
ရမယ်။

အပြစ်နဲ့ အနှစ်၊ အမြင်နဲ့ အပြင်၊ ဆင်ခြင်ကာ
စဉ်းစား၊ ကျေးဇူးတရားလည်း မေ့မထားနဲ့ပေါ့။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိဝိတ္ထ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၅)

ဘဝမှာ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အသားကျသွားရင် ခံနိုင်ရည် ရှိလာတတ်တယ်။ အသားကျသွားရင် ကျေနပ်လာတတ်တယ်။ အသားကျသွားရင် အားရ လာတတ်တယ်။ အသားကျသွားရင် ပျော်လာတတ် တယ်။ အသားကျသွားရင် မော်လာတတ်တယ်။

ဒါပေမယ့် မဟုတ်တာတွေမှာ အသားမကျဖို့၊ မကောင်းတာတွေမှာ အသားမကျဖို့တော့ လိုတယ်။ တစ်ချို့မဟုတ်တာတွေမှာ အသားကျလာတော့ မဟုတ် ကို အဟုတ်ထင်လာကြတယ်။ မမှန်တာတွေနဲ့ အသားကျလာတော့ အမှန်ထင်လာကြတယ်။ ဆဲတာ တွေနဲ့ အသားကျလာတော့ ဆဲတာကို ဆဲတယ်လို့ မထင်ကြဘူး။ သတ်တာတွေနဲ့ အသားကျလာတော့ လက်ရဲဇက်ရဲဖြစ်လာကြတယ်။ ခိုးတာတွေနဲ့ အသား ကျလာတော့ ခိုးလို့ရလာတာကိုပဲ စွမ်းဆောင်ရည် တစ်ခုလို ဂုဏ်ယူလာကြတယ်။ မကောင်းတဲ့နေရာ မှာ အသားကျလာခြင်းက မကောင်းကျိုးကို အကြာ ကြီး၊ အကြီးကြီးခံရဖို့ တွန်းအားဖြစ်စေတော့တာပေါ့။ တကယ်ဆိုရင် လောကခံနဲ့ အသားကျအောင်



ကြိုးစားသင့်တယ်။ ရှိခြင်း မရှိခြင်းတွေမှာ အသား
ကျလာရင်ရှိလို့လည်း မာန်မတက်ဘူး။ မရှိလို့လည်း
ဟန်မပျက်ဘူး။ အခြံအရံ အပေါင်းအသင်းများခြင်း၊
မများခြင်းတွေမှာ အသားကျလာရင် ပေါ့လို့လည်း
မမျောဘူး။ မပေါ့လို့လည်း မလျော့ဘူး။ ကဲ့ရဲ့ခြင်း၊
ချီးမွမ်းခြင်းတွေမှာ အသားကျလာရင် ကဲ့ရဲ့ခံရလို့
လည်း ဘဝစောင်းမသွားဘူး။ ချီးမွမ်းခံရလို့လည်း
ဘဝပြောင်းမသွားဘူး။ ချမ်းသာဆင်းရဲတွေမှာ အသား
ကျလာရင် ချမ်းသာလို့လည်း အရမ်းမသာယာဘူး။
ဆင်းရဲလို့လည်း အရမ်းမနာဘူး။ ဘဝလောကခံ
ဆိုတာ အဲဒီလိုအသားကျမှ အမှားမရမှာ မဟုတ်လား။
ဒါကြောင့် မအားလှတဲ့ ဘဝမှာ အမှားတွေနဲ့
အသားမကျစေဘဲ အကောင်းတွေနဲ့ အသားကျ ကိုယ့်
ဘဝကိုယ် အားရအောင် ကြိုးစားကြဖို့ပဲပေါ့။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၆)

ဘာပဲလုပ်လုပ် အကောင်းမမြင်တဲ့သူတွေ ရှိတတ်သလို ဘာပဲလုပ်လုပ် အကောင်းထင်နေတဲ့သူ တွေလည်း ရှိတတ်တယ်။ ပုထုဇဉ်တွေရဲ့ သဘောက ဘယ်လောက်ပဲ သမာသမတ်ကျကျ ဘက်လိုက် သွားတတ်တာမျိုး ရှိတတ်တယ်။ ဆန္ဒာဂတိက မမှန် တာကို ဖြည့်တွေးပြီး အမှန် ဖြစ်စေတတ်တယ်။ ဒေါသာဂတိကမှန်နေတာကို မမှန်ဖြစ်အောင် ပုံဖော် ပေးတတ်တယ်။

ကိုယ်နဲ့ အဆင်ပြေနေတဲ့သူဆို သာသာ ထိုးထိုးလေး၊ ဖြေသိမ့်ပေးတတ်ပေမယ့် မပြေတဲ့သူ ဆိုရင်တော့ သိသိသာသာ ဖိမိတာတွေ လုပ်လာ တတ်တယ်။ ဒါဟာ ချစ်လို့ ဘက်လိုက်တဲ့ ဆန္ဒာ ဂတိရဲ့သဘော၊ မုန်းလို့ဘက်လိုက်တဲ့ ဒေါသာဂတိ ရဲ့ သဘောပဲ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အဲဒီလို မဖြစ်မိဖို့ လိုသလို ကိုယ့်အပေါ်မှာ အဲဒီလို ဆက်ဆံလာတဲ့ အခါမှာလည်း အချစ်အမုန်းတွေ မဖြစ်ဖို့ လိုတယ်။

ကိုယ့်အပေါ် အကောင်းပဲမြင်နေတဲ့အခါ



လည်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် သတိမလွတ်စေနဲ့။ ကိုယ်
ဘာပဲလုပ်လုပ် မကောင်းမြင်နေရင်လည်း လိုက်
ခံစားမနေနဲ့။ အမြင်ဟာ အမြင်ပဲ၊ အထင်ဟာ အထင်
ပဲ တကယ့်ပရမတ္ထမှ မဟုတ်တာ။

ဒါကြောင့် မကောင်းမြင်နေတဲ့သူတွေလည်း
မြင်ပါစေ၊ လိုက်ခံစားမနေနဲ့။ အကောင်းမြင်နေတဲ့သူ
တွေလည်း မြင်ပါစေ၊ မြောက်ကြွမြောက်ကြွ ဖြစ်မနေ
နဲ့၊ အချိန်တန်ရင် အားလုံး ပြီးသွားမှာပဲ မဟုတ်လား။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၇)

ဘဝမှာ ဘယ်သူ့ဘယ်သူ့အပေါ်မှ မျှော်လင့်ချက်ကြီးကြီးထားပြီး ပုံသေ တွက်မထားပါနဲ့။ ကိုယ်ကြည်ညိုရတဲ့သူ လေးစားရတဲ့သူ၊ တန်ဖိုးထားရတဲ့သူ ဖြစ်နေတဲ့အတွက်လည်း ကိုယ်ထင်သလို အမြဲဖြစ်နေမှာတော့ မဟုတ်နိုင်ဘူး။ ပုထုဇဉ်တွေရဲ့ စိတ်ဆိုတာ အခြေအနေနဲ့ အချိန်အခါလိုက်ပြီး ပြောင်းလဲနေတတ်တဲ့ သဘောရှိတယ်။

တကယ်တော့ ကိုယ်အပါအဝင် ပုထုဇဉ် သတ္တဝါတွေဟာ ထင်တာထက်ကို ပိုပြီး ပြောင်းလဲတတ်တဲ့ သဘောရှိတယ်။ အကြောင်းမပေါ်သေးလို့ အကောင်းတွေ ဖော်ပေးနိုင်ပေမယ့် အကြောင်းပေါ်လာတဲ့အခါ သူ့အခြေအနေနဲ့သူ ပြောင်းသော်လည်း ပြောင်းနိုင်တာပဲလေ။ ဒီသဘောကို ကိုယ်က သိထားရင် ကိုယ်ထင်သလို ဖြစ်မလာခဲ့ရင်လည်း ဖြေလို့ရတာပေါ့။ ကိုယ့်မျှော်လင့်တဲ့အတိုင်း မဟုတ်ဘူးဆိုလည်း နားလည်မှုနဲ့ ကိုယ့်စိတ်ခံစားချက်ကို လျော့ချလို့ ရတာပေါ့။ ရုတ်တရက်ကြီး ပြောင်းသွား



တာကိုက ရုတ်တရက်ကြီး အကြောင်းတရား ရှိလာလို့နေမှာပေါ့။

အဓိကကတော့ သူတို့ရဲ့ အပြောင်းအလဲကြား မှာ ကိုယ့်ဘက်က ဗလောင်းဗလဲမများဖို့ပါပဲ။ ကိုယ် မျှော်လင့်သလို ဖြစ်မလာခဲ့ရင်လည်း ဒီအခြေအနေကို လက်ခံလိုက်။ ကိုယ်မမျှော်လင့်ထားတာတွေ ဖြစ် လာခဲ့ရင်လည်း ဒီအခြေအနေကို လက်ခံလိုက်။ လိုက်ခံစားဖို့ မဟုတ်ဘူး။ ပြောင်းလဲစရာအကြောင်း အခြေအနေရှိလို့ ပြောင်းသွားတာပဲလို့သာ ဖြေဆို နေလိုက်ပါ။ ကိုယ့်စိတ်ခံစားမှု သက်သာသွားမှာ အမှန် ပါပဲ။

ပြောင်းလဲတာက သူ၊ ခံစားတာက ကိုယ် ဆိုရင် ကိုယ့်ခံစားချက် သက်သာအောင်လည်း ကိုယ်ပဲ ပြုပြင်ရမှာ မဟုတ်လား။ အခြေအနေနဲ့ အချိန်အခါသည် သတ္တဝါတွေကို ပြောင်းလဲတတ်စေ တယ် ဆိုတာ မမေ့ပါနဲ့။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၈)

လူ့စိတ်ဆိုတာ သိပ်ထူးဆန်းတယ်။ အပြောင်းအလဲ မြန်တယ်။ ရနေတာကို မကျေနပ်နိုင်ဘူး။ မရသေးတာကို မျက်စောင်းထိုးတယ်။ လိုချင်တာလေးရလာပြန်ရင်လည်း နောက်တစ်မျိုး လိုချင်ပြန်တယ်။ ကျေနပ်အောင် နေတတ်တဲ့စိတ် မထားနိုင်သေးသမျှ မကျေနပ်ချက်တွေလည်း များနေကြဦးမှာပါပဲ။

တစ်ခါတလေ တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ တန်ဖိုးထားတာ ဂရုစိုက်တာကို လိုချင်ကြတယ်။ သိပ်ဂရုစိုက်ပြန်တော့လည်း မကြိုက်ချင်ပြန်ဘူး။ အချစ်တွေတော့ လိုချင်တယ်။ အချစ်တွေ အများကြီးပေးပြန်တော့ အနေကြပ်လို့ မကျေနပ်ပြန်ဘူး။ လိုက်နေတုန်းမှာ လှည့်မကြည့်ဖြစ်ဘဲ ရပ်နေတော့မှ နောက်ပြန်ကျော့နေတာမျိုးလည်း ရှိနေတတ်ပြန်တယ်။ ကိုယ့်ကို မုန်းမှာတော့ ကြောက်တယ်။ ကိုယ်က မုန်းလိုက်ရရင်တော့ ကျေနပ်ကြတယ်။

အရင်းစစ်တော့ သံယောဇဉ်တွေနဲ့ နစ်နေတဲ့ စိတ်ကြောင့်ပဲ။ အချစ်ခံချင်တာ၊ မုန်းလိုက်ချင်တာ



စတဲ့ လိုချင်မှုတွေက ကိုယ့်စိတ်ကို အလိုမပြည့် ဖြစ်
စေတော့တာပါပဲ။ လိုအပ်ချက်တွေ ရှိနေသမျှ အလို
မကျမှုနဲ့ မကျေနပ်မှုတွေက ရှိနေကြမှာပါပဲ။ ဘယ်လို
အခြေအနေမျိုးမှာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျေနပ်အောင် နေတတ်
သွားရင်တော့ မကျေနပ်တာတွေ အလိုမကျတာတွေ
လျော့သွားမှာပေါ့။

ဒါကြောင့် လိုချင်တာတွေ သိပ်ဦးစားမပေးနဲ့။
အလိုမကျတာတွေ ပိုများတတ်တယ်။ စိတ်လိုက်
မာန်ပါ မဆုံးဖြတ်နဲ့။ မကျေနပ်တာတွေ ပိုများတတ်
တယ်။ ဖြစ်ပြီးတာတွေ သိပ်မစဉ်းစားနဲ့။ နောင်တနဲ့
သောကတွေ ပိုဖြစ်စေတတ်တယ်။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၃၉)

ကိုယ်အဆင်မပြေတာ၊ ကိုယ်ခံစားရတာ၊ ကိုယ့်ဒုက္ခ ဆိုတာ လူသိရှင်ကြား ရင်ဖွင့်ပြရမှာ မဟုတ်ဘူး။ အထူးသဖြင့် အင်တာနက် စာမျက်နှာပေါ်မှာ ရင်ဖွင့်ပြတာမျိုးပေါ့။ ကိုယ့်ဒုက္ခကို သူများ သိသွားတော့လည်း ဒုက္ခက ယုတ်လျော့သွားမှ မဟုတ်တာ။ လူသိရှင်ကြား ခံစားပြပေမယ့် စာနာသနားတဲ့သူကနည်းနည်း ကျိတ်ပြီး ဝမ်းသာနေမယ့်သူက ပိုများတတ်တယ်။ လူဆိုတာ သူများ အရေးထက် ကိုယ့်အရေးကို ဦးစားပေးတာက များတယ်။

တစ်ခါတခါ ကိုယ့်ခံစားချက်က ကိုယ့်အားနည်းချက် ဖြစ်သွားတတ်တယ်။ ခံစားချက်ကို နားလည်ပေးနိုင်တဲ့သူက ကိုယ့်ကို အားပေးတတ်ပေမယ့် ခံစားချက်ကို အပြစ်မြင်နေတဲ့ သူကတော့ ဖိစရာ လက်နက်တစ်ခုအဖြစ် အသုံးချ သွားတတ်တယ်။ သူများကို ကိုယ်ထင်သလို ကိုယ့်အပူကို ဖေးမကူမယ့်သူချည်းတော့ မဟုတ်ကြပေဘူးပေါ့။

တကယ်တော့ ဘဝမှာ ကိုယ့်ဒုက္ခ ကိုယ်လျှော့။ ကိုယ့်သောက ကိုယ်ဖြေမှ ပြေတာပါ။ လူသိ



ရှင်ကြား ရင်ဖွင့်မဲ့အစား ကိုယ့်တရားနဲ့ ကိုယ်နေ၊
ကိုယ့်အခြေအနေ ကိုယ်ဆင်ခြင်ပြီး အကြောင်းကြောင့်
အကျိုးဖြစ်လာတဲ့သဘောမှာ အဆိုးတွေ ထပ်မရောက်
အောင် သတိပြုဆင်ခြင်ဖို့ပဲ မဟုတ်လား။ ကိုယ့်ခေါင်း
မီးလောင်နေရင် အဲဒီမီးကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အရင်ငြိမ်း
ရမှာပေါ့။ မငြိမ်းဘဲ လောင်နေတဲ့ ခေါင်းကို သူများ
လိုက်ပြနေတော့ အပူက ဘယ်သက်သာမှာလဲပေါ့။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်အထုပ်ကိုယ် သိပ်ဖြည့်မနေ
နဲ့။ ဘယ်သူမှ ဖြေဆည်ရာပေးမှာ မဟုတ်ဘူး။ သူ့
ဒုက္ခနဲ့သူ ရှုတ်နေကြတာ။ သူများဆိုတာ သနား
ပေးရုံလောက်ပဲ။ ကိုယ့်အရှုတ် ကိုယ်ရှင်း၊ ကိုယ့်ဒုက္ခ
ကိုယ်သိ၊ တရားနဲ့ညှိတာ အကောင်းဆုံး ။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📝 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၀)

“ဝေဖန်တာကို လက်ခံလိုက်ပါ။ အပြစ်ပြောတာကို လျစ်လျူရှုလိုက်ပါ။ အမှန်အကန် ပြောလာရင် ကြိုဆိုလိုက်ပါ။ အကြံအဖန် ပြောလာရင် ခေါက်ထားလိုက်ပါ။”

“ဟုတ်တာပြောရင် မနာပါနဲ့။ မဟုတ်တာ ပြောလာရင် မခံစားပါနဲ့။”

ဟုတ်တယ်။ ဘဝမှာ ဝေဖန်တာနဲ့ အပြစ်ပြောတာကို ခွဲခြားသိရမယ်။ ဝေဖန်မှုကို လက်ခံနိုင်ရမယ်။ အလုပ်လုပ်ရင် အဝေဖန်ကတော့ ခံရမှာပဲ။ အလုပ်ကြီးကြီးလုပ်လေ များများခံရလေပဲ။ ဝေဖန်မှုကို လက်ခံပြီး ဆင်ခြင်နိုင်မှ ပိုကောင်းတဲ့ အလုပ်နဲ့ အောင်မြင်တဲ့ လမ်းစဉ်ဖြစ်နိုင်မှာပေါ့။ ဝေဖန်တာတွေ ထဲကပဲ အကောင်းလေးတွေ ရှာယူရမှာပေါ့။

ဒါပေမယ့် ဘာပဲလုပ်လုပ် အကောင်းမမြင် အစောင်းမြင်ပြီး အပြစ်ပြောတာတွေလည်း အများကြီး ရှိနေမှာပဲ။ အပြစ်ပြောတာကတော့ လက်ခံဖို့လည်း မလိုသလို၊ ခံစားနေဖို့လည်း မလို၊ လျစ်လျူရှုနိုင်ဖို့ပဲ လိုတယ်။ အပြစ်ပြောသမျှ ကိုယ်ကလိုက်ပြီး ခံစား



နေလို့ကတော့ သူများပါးစပ်ဖျားမှာ ကိုယ့်ဘဝ လုံးပါး
ပါးမှာပါ။


အဓိကကတော့ စကားလုံးတွေကြားမှာ ဘဝ
မဆုံးဖို့ပါပဲ။ ကိုယ့်အလုပ်က မှန်နေတယ်။ အကျိုး
ရှိနေတယ်၊ သူတစ်ပါးကို ထိခိုက်မှု မရှိဘူးဆိုရင်
ဆက်သာလုပ်ပါ။ အပြစ်ပြောတာတွေ အချစ်ပြော
တာတွေ ဝေဖန်တာတွေ လေကန်တာတွေဆိုတာ
ဘာမှ မကြာပါဘူး။ အချိန်တန်တော့လည်း ပြီးသွား
တာပဲ မဟုတ်လား။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၁)

အဆင်မပြေတာတွေ သိပ်မတွေးနဲ့။
 အသားကျသွားရင် နေတတ်သွားမှာပါ။
 မကျေနပ်စရာတွေလည်း သိပ်မတွေးနဲ့
 ကျေနပ်စရာလေးနဲ့ ဖြည့်တွေးပေးလိုက်ပါ။
 သူများအကြောင်းတွေနဲ့ သိပ်ခေါင်းစား
 မနေနဲ့။

ကိုယ့်အကြောင်းကောင်းဖို့သာ ကြိုးစားနေ
 လိုက်ပါ။

မလိုသူတွေကြားမှာ အလိုမတူတာတွေ များ
 နေလို့လည်း အလိုမကျ သိပ်မဖြစ်နဲ့။

လိုချင်တာတွေ လျှော့လိုက်ရင် အလိုမကျ
 တာတွေ လျော့သွားပါလိမ့်မယ်။

အရေးကြီးဆုံးက ကိုယ့်အတွေးပဲ။ ကိုယ်စိတ်
 သက်သာဖို့အတွက် ကိုယ့်အတွေး၊ ကိုယ့်အမြင်၊
 ကိုယ့်ခံယူချက်၊ မှန်အောင်ကြိုးစားဖို့ပါပဲ။ မလိုအပ်
 တဲ့ အတွေးကို စိတ်ထဲမှာ အကြာကြီး လက်မခံထား
 နဲ့။ မမြင်သင့်တာကို မြင်ရင်လည်း မမြင်သလို နေ



ကြည့်လိုက်၊ နှလုံးသွင်းမှန်ရင် ခံယူချက် မှန်သွား
တာပဲ။ နှလုံးသွင်းမှားရင် ခံယူချက် အမြင်အတွေး
အားလုံး မှားသွားစေတော့တာပဲ။


ဒါကြောင့် စိတ်တိုင်းကျဖို့ စိတ်ရိုင်းချပါ။
မလိုအပ်တာတွေနဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကို မလေးစေပါနဲ့။
သိပ်လေးလာရင် လွတ်ချလိုက်ပါ။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၂)

ဘဝမှာ အသက်အရွယ်အရ၊ အတွေ့အကြုံ
 တွေပါ ရင့်ကျက်လာတဲ့အခါ “ကိုယ်အဆင်ပြေနေ
 ပေမယ့် သူများ အဆင်မပြေတာတွေကို ကြည့်ပြီး
 ကိုယ်ပြေနေတာတွေကို မပြောဖြစ်ဘဲ မျိုသိပ်ထား
 လာတတ်တယ်။ ကိုယ်အဆင်မပြေတဲ့အခါ သူများ
 ပြေနေတာတွေကို ကြည့်ပြီး ကိုယ့်ကြောင့် သူတို့
 စိတ်အနှောက်ယှက် မဖြစ်ပါစေနဲ့ဆိုပြီး ကိုယ့်ဒုက္ခ
 ကို မပြောဖြစ်ဘဲ သိုသိပ်ထားတတ်လာတယ်။”

ကျိတ်ခံစားတယ်ဆိုတာထက် ခံနိုင်ရည်
 ရှိလာတဲ့သဘောပါပဲ။

တကယ်တော့ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်သူတွေ
 ရဲ့ စိတ်နေသဘောထားဆိုတာ ကိုယ့်အတွက်နဲ့
 သူတစ်ပါး အခက် မဖြစ်စေချင်တာ၊ ကိုယ့်အခက်
 ကြောင့် သူတစ်ပါး အနှောင့်အယှက် မဖြစ်စေချင်
 တာ၊ ဒါမျိုးလေးတွေကအစ သူတစ်ပါးအတွက်
 ငဲ့ကွက်တတ်တဲ့ သဘောလေးတွေ ရှိနေတာမျိုးပါ။

လူဟာ ငဲ့ကွက်တတ်တဲ့ စိတ်နဲ့ ထည့်တွက်



တတ်တဲ့စိတ်၊ ကိုယ်ချင်းစာတတ်တဲ့စိတ်နဲ့ ယိုယွင်း
ဖာတတ်တဲ့စိတ်လေးတွေ ရှိနေရင်ကိုပဲ အတော်လေး
သူတော်ကောင်းဆန်နေပါပြီ။ အတ္တကြီးတဲ့စိတ်ဟာ
ပူလောင်မှုကိုလည်း ကြီးစေတတ်တာတော့ အသေ
အချာပါပဲ။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်အတွက်နဲ့ ဘယ်သူ့ ဘယ်သူ
ကိုမှ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး မဖြစ်စေနဲ့။ အသစ်အတွက်
လည်း အသိမချော်နဲ့ အချစ်အတွက်လည်း သတိ
မချော်နဲ့၊ အရှိအပေါ်မှာပဲ အသိ သတိ ထပ်တူညှိ
နိုင်အောင် ကြိုးစားကြဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၄၃)

ကိုယ့်ရှေ့မှာ သူများ မကောင်းကြောင်း ပြောနေတဲ့သူဟာ ကွယ်ရာမှာလည်း ကိုယ့်မကောင်းကြောင်း ပြောနေဖြစ်မှာ အမှန်ပါပဲ။ ကိုယ့်ရှေ့မှာ ကိုယ့် ကောင်းကြောင်းပြောနေတဲ့သူဟာ သူ့ရှေ့ကျတော့လည်း ကိုယ့်မကောင်းကြောင်း ပြောနေနိုင်တာပါပဲ။ ရှေ့တစ်မျိုး ကွယ်ရာတစ်မျိုး အမျိုးမျိုးပြောင်းလဲတတ်တာ လူသတ္တဝါပဲ။




ကိုယ့်ရှေ့မှာ ကိုယ့်ကောင်းကြောင်း ပြောလို့လည်း အများကြီး ကျေနပ်နေဖို့ မလိုသလို ကိုယ့်ကွယ်ရာမှာ ကိုယ့်မကောင်းကြောင်း ပြောနေလို့လည်း သိပ်ခံစားနေဖို့ မရှိဘူး။ သူပြောချင်သလို ပြောနေတဲ့အပေါ်မှာ ကိုယ်က လိုက်ခံစားနေမယ်ဆိုရင် သူများပါးစပ်မှာ ကိုယ့်ဘဝက မျောနေသလို ဖြစ်နေမှာပေါ့။ ပြောချင်ရာပြောနေတာက သူတို့အကြောင်း၊ ကိုယ်ကောင်းအောင်လုပ်ဖို့က ကိုယ့်ကိစ္စ၊ လူ့ပါးစပ်ဆိုတာ ဘာမှ စိတ်ချလို့မှ မရတာ။ အအိပ်ပျက်တော့ မခံနဲ့ပေါ့။




အဓိကကတော့ သူတို့ပြောသလို ကိုယ်



လိုက်ဖြစ်မနေဖို့ပဲ။ အကောင်း ပြောခံရလို့လည်း
စိတ်ကြီးမဝင်နဲ့၊ ကိုယ်နဲ့ အဆင်ပြေနေတုန်းမို့ ပြော
တာလို့ သဘောထား၊ မကောင်းပြောခံရလို့လည်း
စိတ်အားမငယ်နဲ့၊ အဆင်မပြေတဲ့တစ်နေ့ ဒီလိုအပြော
တွေနဲ့ တွေ့နေရမှာပဲ။ ကိုယ့်ကွယ်ရာမှာ ဒီထက်
တောင် ပြောနေမယ်ဆိုတာ သတိပြု။ ဘာမှ မှုစရာ
မရှိဘူး။ အားလုံးဟာ အတုတွေချည်းပဲ ဆိုတာ မမေ့
ပါနဲ့။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် လက်ခံလိုက်ပါ။ လိုက်မခံစား
ပါနဲ့။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၄)

“ဖြည့်တွေးကြည့်ပါ၊ ဖြေတွေးကြည့်ပါ”
တဲ့။

ဟုတ်တယ်၊ ဖြေတွေးတတ်မယ်ဆိုရင် တစ်ခါ
တလေ ကိုယ့်ရန်သူဟာ ကိုယ့်ပါရမီဖြည့်ဘက်ပဲ။
သူ့ကြောင့် ကိုယ့်မှာ သတိတွေ ပိုထားနေရတယ်။
ကိုယ့်ကို မကြိုက်တဲ့သူ၊ ကိုယ့်ကို မလိုလားတဲ့သူ၊
ကိုယ့်ကို မုန်းတဲ့သူတွေ ရှိနေတော့ ကိုယ်က ပိုပြီး
အမှားနည်းအောင် ကြိုးစားနေ ဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်ကို
ဝိုင်းမြှောက်နေသူတွေ၊ ချီးကျူးနေသူတွေကြားမှာ
ကိုယ့်ကို မလိုလားသူတွေကလည်း ကိုယ့်အတွက်
ပါရမီဖြည့်ဘက်တွေပဲ မဟုတ်လား။

ဒေဝဒတ်တို့၊ မာနတ်တို့ဟာ ဗုဒ္ဓဘုရားအတွက်
အနှောက်အယှက်တွေလို့ အများက မြင်ကြတယ်။
မြတ် ဗုဒ္ဓကတော့ သူတို့ဟာ ကျေးဇူးရှိတဲ့သူတွေ
လို့ မြင်တယ်။ သူတို့လို နှောက်ယှက်တဲ့သူတွေကြောင့်
ပဲ ဘုရားရှင်ရဲ့ ပါရမီတွေက ပိုပြီးပြည့်စုံ အောင်မြင်
တောက်ပသွားတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် တစ်ဘက်က
ကြည့်ရင် သူတို့ဟာလည်း ပါရမီဖြည့်ဘက်တွေပါပဲ။



ဆိုလိုတာက ဘဝမှာ ဖြည့်တွေးတတ်ရင်၊ ဖြေတွေး
နိုင်ရင် အားလုံးဟာ ကျေးဇူးတင် စရာတွေချည်း
ပါပဲ။ ကိုယ့်ကို ချစ်တဲ့သူတွေကြောင့်လည်း ကျေနပ်ရ
တယ်။ ကျေးဇူးတင်ရတယ်။ ကိုယ့်ကို မုန်းတဲ့သူ
တွေကြောင့်လည်း ကိုယ်က ပိုသတိထားရတယ်။
ပိုကြိုးစားရတယ်၊ ပိုသည်းခံရတယ်၊ မုန်းသူတွေ
ဟာလည်း ကျေးဇူးတင်စရာပါပဲ။

သည်းခံနိုင်အောင် ကြိုးစားပါတယ်။
ခွင့်လွှတ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါတယ်။
မေတ္တာထားနိုင်အောင် ကြိုးစားပါတယ်။
ချစ်သူ မုန်းသူ အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ပါ
တယ်။



☑ Status | 📷 Photo | 📍 Check In





မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၅)

“အရေအတွက် ပြည့်အောင် ဝင်ပါပေးခွင့် ရနေတာလည်းပဲ ကျေးဇူးတင်စရာပါ”

ညီငယ်တစ်ယောက်က လျှောက်တယ်။

“ဘုန်းဘုန်း ဘုရား၊ တရားပွဲတစ်ပွဲက ဓမ္မကထိက ဆရာတော်တစ်ပါး ပျက်လို့ တပည့်တော်ကို အစား ထိုး ပင့်ပါတယ်ဘုရား၊ ကျင်းပရေးအဖွဲ့က တပည့် တော်ကို အစားထိုးပင့်ဖို့ လျှောက်တာနဲ့ ဝမ်းသာစွာ လက်ခံလိုက်ပါတယ်ဘုရား” တဲ့။

“အေးအေး၊ ကောင်းတာပေါ့ ညီ။ အဲဒီလို အစားထိုးဖို့ ညီတော်ကို သတိရတယ်ဆိုတာကိုက ကျေးဇူးတင်စရာပဲ။ လောကမှာ အိမ်ဖြည့်ဖို့၊ ပုဒ် ဖြည့်ဖို့တောင် အစဉ်းစားမခံရတဲ့သူတွေ အများကြီး ပဲ မဟုတ်လား” လို့ ပြန်ပြော ဖြစ်တယ်။




ဟုတ်တယ်။ လောကမှာ တစ်ချို့ဆို အခက် အခဲဖြစ်လို့၊ လိုအပ်လို့ အားဖြည့်အစားထိုးဖို့တောင် စာရင်းမဝင်သူတွေ အများကြီးပါပဲ။ လိုအပ်တဲ့အချိန် ကိုယ့်ကို သတိရတယ် ဆိုတာကိုက သူတို့ ကိုယ့်ကို



လိုသေးတယ်ဆိုတဲ့ သဘောပဲ မဟုတ်လား၊ အိမ်ပြည့်
ဖို့တောင် အစဉ်းစားမခံရတဲ့ သူတွေကြားမှာ အဖြည့်ခံ
ဘဝလေးဟာလည်း ဖြေဆည်ရာတစ်ခုပါပဲ။

ဦးစားပေးစာရင်းထဲမှာ ကိုယ်မပါပေမယ့်
အားဖြည့်စာရင်းထဲမှာ ထည့်ပေးတာလည်း လက်ခံရ
မှာပဲ။ ကိုယ့်မှာ ဦးစားပေးအဆင့်ကို မရောက်သေး
လို့ပဲလို့ ဆင်ခြင်ပြီး ကြီးစားလိုက်ဖို့ပဲပေါ့။ ပေးဆပ်မှု
မရှိဘဲ အကျိုးသက်ရောက်မှု ကောင်းဖို့ဆိုတာ မဖြစ်
နိုင်ပါဘူး။ ကိုယ်က အရင်ပေးဆပ်ဖို့ပဲ လုပ်ပါ။
အချိန်တန်ရင် ကိုယ်က မလိုက်ရဘဲ သူတို့ဘက်က
ကိုယ့်နောက်ကို လိုက်လာမှာ အသေအချာပါပဲ။
အားဖြည့်ခွင့် ရနေတာဟာလည်း အားအင်တစ်ခုပါပဲ။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိဝိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၆)

ဘယ်သူ့ဘယ်သူ့ကိုမှ အာဃာတတွေနဲ့ မုန်း
မနေကြနဲ့။

မုန်းတဲ့သူက ရှုံးတာပဲ။

အမုန်းတရားကြောင့် ဖြစ်ရတဲ့ ခံစားမှုဟာ
တစ်ဘက်သူတော့ ဘယ်လိုနေမယ် မသိဘူး။ မုန်းနေ
တဲ့ သူရဲ့ ရင်ထဲမှာ ပူလောင်စွာ ခံစားနေရမှာက
တော့ အသေအချာပါပဲ။ ကိုယ်မုန်းတဲ့သူနဲ့ ပတ်သက်
တာတွေ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ခဏ ခဏ ပေါ်၊ ခဏ
ခဏ မြင်၊ ခဏ ခဏ ကြားနေတတ်ပြီး ပေါ်တိုင်း၊
မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း ခံစားနေရတာလည်း ကိုယ်ပဲ
ဖြစ်နေမှာ မဟုတ်လား။

မုန်းတဲ့သူနဲ့ ပတ်သက်တာတွေအပေါ် ကိုယ့်
စိတ်ကလိုက်ပြီး ခံစားနေမိတာဟာလည်း သံယောဇဉ်
တရားပဲလေ၊ သံယောဇဉ်ဆိုတာ ချည်နှောင်ထားတဲ့
သဘောပဲဖြစ်တဲ့အတွက် သူ့အပေါ် သိပ်မုန်းလေလေ
ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် အမုန်းတရားနဲ့ ချည်နှောင်မိလေလေ၊
အမုန်းတွေများလေလေ ပူလောင်မှုတွေ များလေလေ
ပဲလေ။



တကယ်တော့ ကိုယ့်ရွေးချယ်မှုဟာ ကိုယ့်ဘဝ
သက်ရောက်မှုပါပဲ။ မုန်းချင်သလောက်မုန်းပါ။
မုန်းမိသလောက် ခံစားနေရမယ်ဆိုတာ မမေ့ပါနဲ့။
ကြိုက်သလို မကျေနပ်ခွင့် ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့်
မကျေနပ်ဖြစ်နေသမျှ ကျေနပ်မှုတော့ ရမှာ မဟုတ်
ဘူး။

ဒါကြောင့် မပြုံးနိုင်ရင်တောင်မှ အမုန်းတွေ
မခိုင်ပါစေနဲ့။ ကျေနပ်ချင်ရင် နေတတ်အောင် ပြင်
လိုက်ပါ။

ကိုယ်မုန်းနေသမျှ ကိုယ်အရှုံးတွေ ရနေတယ်
ဆိုတာ မမေ့ကြပါနဲ့။

Like

Comment

Share

Status

Photo

Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၇)

လူ့သဘောက ကိုယ့်ကို မတူမတန် ဆက်ဆံ ခံရတဲ့အခါ “သူ့ကျတော့ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ဆက်ဆံတယ်။ ငါ့ကျတော့ အရေးတယူ မလုပ်ဘူး” ဆိုပြီး စိတ်ထဲမှာ မကျေနပ် ဖြစ်တတ်တယ်။ ဖြစ်မနေ ပါနဲ့။ “သူ့လို ကိုယ်မဖြစ်သေးလို့ပဲ” လို့ သဘော ထားပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ပဲ ပြင်နိုင်အောင် ကြိုးစား ရမယ်။

“ဂုဏဝန္တေ ပဿန္တိ ဇနာ-ဂုဏ်ရှိမှ လူမြင် တယ်” ဆိုတဲ့ လောကသဘာဝအတိုင်း ရာထူးပါဝါ ရှိတဲ့သူ ဥစ္စာနေရှိတဲ့သူတွေဟာ သာမန်သူတွေထက် တော့ ထူးထူးခြားခြား၊ ကွဲကွဲပြားပြား ဆက်ဆံခံရတာ တွေတော့ ရှိမှာပေါ့။ ဒါဟာလည်း သူတို့ရဲ့ အတိတ် ကံ၊ ပစ္စုပ္ပန်ကံ အကြောင်းတရားတွေ ကြောင့်ပဲလေ။ သူနဲ့ကိုယ်နဲ့ ကံအကျိုးပေး မတူတဲ့အပေါ်မှာ သူ့ကျ တော့တစ်မျိုး ငါ့ကျတော့ တစ်မျိုးဆိုပြီး လိုက်ခံစား နေလို့တော့ ဘယ်ဖြစ်မလဲပေါ့။ ခံစားနေရင် ခံစားတဲ့ သူပဲ ပင်ပန်းမှာပေါ့။ လူတော့ လူပဲ ကံမတူတဲ့သူတွေ



ဖြစ်နေတဲ့အတွက်ကြောင့် ကွဲပြားမှု၊ ခွဲခြားမှုတွေ ကတော့ ရှိနေမှာပဲလေ။

“ကံကို မယှဉ်နဲ့၊ ကံကိုပြင်ပါ”။ “ကံယှဉ်ရင် မာန်ဝင်တတ်တယ်”။ သူ့ကံကို လိုက်ယှဉ်ရင် ကိုယ့်မာန်တွေပါ လိုက်ဝင်နေတတ်တယ်။ မာန်ဝင်ရင်တော့ ကံပြင်ဖို့လည်း ခက်ပေမပေါ့။ မတူညီတဲ့ အကျိုးပေးတွေကြားမှာ အဆိုးလေးတွေ လွယ်မထားနဲ့။ ကိုယ်လိုသေးလို့ပဲလို့ သဘောထား၊ မနော(စိတ်)အား ကောင်းအောင် ကြိုးစားလိုက်ပါ။

 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၈)

သိပ်ချစ်မိတော့လည်း ချစ်မိတဲ့ ကိုယ်ကပဲ ခံစားရတယ်။ သိပ်မုန်းမိပြန်တော့လည်း မုန်းမိတဲ့ ကိုယ်ကပဲ ခံစားရတယ်။ နောက်ဆုံးတော့ ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်ခံစားမှုကပဲ ကိုယ့်ကိုပြန်ပြီး ပူလောင်စေတော့ တာပဲလေ။ ပူလောင်မှုဆိုတာ ချည်နှောင်မှုကြောင့်ပဲ ဖြစ်ရတာဆိုတော့ ပိုပြီး ချည်နှောင်မိလေ ပိုပြီး ခံစား ရလေဖြစ်နေမှာ အမှန်ပဲ။

အချစ်နဲ့ ချည်နှောင်မှုဟာ အစကတော့ ပျော်ရွှင်မှုလို့ ထင်ရပေမယ့် ခပ်တင်းတင်း ချည်နှောင် မိတဲ့အခါ ခပ်ပြင်းပြင်း ခံစားမှုကို ဖြစ်စေတတ်သလို အမုန်းနဲ့ ချည်နှောင်မှုဟာလည်း များများ မုန်းလေ များများပူလောင်မှုကို ဖြစ်စေလေပဲ မဟုတ်လား။

သတိမပါတဲ့ အချစ်ဟာ အပြစ်တွေကို ပိုဖြစ်စေ သလို ဆန္ဒဂတိလို့ခေါ်တဲ့ ချစ်လို့ ဘက်လိုက်တာ မျိုးလည်း ဖြစ်စေတတ်တယ်။ ဒီလိုပဲ သတိမကပ် တဲ့ အမုန်းဟာလည်း အရှုံးတွေကို ပိုဖြစ်စေသလို ဒေါသာဂတိလို့ခေါ်တဲ့ မုန်းလို့ ဘက်လိုက်တာတွေ ပါ ဖြစ်စေတတ်တာပေါ့။



ဒါကြောင့် သံယောဇဉ်မကင်းသေးတဲ့ ဘဝ
မှာ ချစ်တာ မုန်းတာတွေလည်း ရှိနေကြမှာဖြစ်တဲ့
အတွက် အချစ် အမုန်းကြား ချည်နှောင်မှုတွေနဲ့
ပူလောင်မှုတွေ မများဖို့တော့ သတိလေးနဲ့ ချစ်။
သတိလေးနဲ့ မုန်း အပြစ်အရှုံး မဖြစ်အောင်လည်း
ကြိုးစားရမှာပဲလေ။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၄၉)

“စည်းစိမ်ဥစ္စာ ချမ်းသာပေမယ့် တရား မချမ်းသာရင် ဘဝ မချမ်းသာဘူး။

ရာထူးပါဝါ မြင့်နေပေမယ့် တရားမမြင့်သေး ရင် ဘဝမတင့်ဘူး။

လောကဂုဏ်ဒြပ် အထပ်ထပ် ရှိနေပေမယ့် တရား အမှတ်မရှိရင် ဘဝအမြတ် မရှိဘူး။”

ဟုတ်တယ်။ ဘဝမှာ လူတွေအတွက် ငွေရယ်၊ ဂုဏ်ရယ်၊ ရာထူးရယ်ဆိုတာ သည်းခြေကြိုက်ပါပဲ။ ဒီအရာတွေ ရှိရင်ကောင်းပေမယ့် စိတ်ချမ်းသာမှုနဲ့ ဘဝလွတ်မြောက်မှုကိုတော့ လုပ်မပေးနိုင်ဘူး။ ငွေထုပ် ပိုက်ပြီး နတ်ပြည်တက်သွားလို့ မရသလို အပါယ် မသွားဖို့လည်း မတားနိုင်ဘူး။ ရာထူးဆိုတာလည်း အသိသတိမရှိရင် ရာထူးဟာ ရူးတာပါပဲ။ လောကဂုဏ် ဒြပ်တွေဆိုတာကတော့ ပညတ်တွေဖြစ်တဲ့အတွက် သီလ သမာဓိ ပညာဂုဏ်လောက် ဘယ်ဂုဏ်မှ မမြတ် ဘူး မဟုတ်လား။

အဓိကကတော့ တဒဂ် အရှိတရားတွေ အပေါ် မှာ သတိတရားတွေ မချော်ဖို့ပါပဲ။ တဒဂ် အရှိတရား



တွေအောက် မာန်မမောက်ဖို့ပါပဲ။ တဒင်္ဂအရှိတရား
တွေအကြား တရားအသိများ မရှားဖို့ပါပဲ။

ဘာတွေ ဘယ်လောက်ပဲ ရှိရှိ တရားရှိမှ
ချမ်းသာမယ်။


ဘာတွေ ဘယ်လောက်ပဲ သိသိ တရားသိမှ
ချမ်းသာမယ်။


ဘာတွေ ဘယ်လောက်ပဲ မြင့်မြင့် တရားမြင့်
မှ ဘဝမြင့်မယ်။

 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၅၀)

ဘဝမှာ နေတတ်ထိုင်တတ်ဖို့လည်း သိပ် အရေးကြီးတယ်။ မနေတတ်ရင် အသေမမြတ်ဘူး။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေအတွက် ဗုဒ္ဓအလိုကျ ဘဝနေနည်း နဲ့ နေနိုင်ရင် အကောင်းဆုံးပဲ။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် က ဘဝနေနည်း (၃) မျိုးကို လမ်းညွှန်ပေးတယ်။

(၁) အပြစ်ကင်းအောင် နေရမယ်။

(၂) အကျိုးရှိအောင် နေရမယ်။

(၃) စိတ်ချမ်းသာအောင် နေရမယ်တဲ့။

အပြစ်ကင်းအောင် နေဖို့ဆိုရင် အကုသိုလ်ကို ရှောင်ရမယ်တဲ့။ အကုသိုလ်ရဲ့ သဘောကိုက အပြစ်နဲ့ တကွ ဖြစ်ခြင်း၊ မကောင်းတဲ့အကျိုးကို ပေးခြင်း လက္ခဏာရှိတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် အကုသိုလ်တွေ လုပ်မိ နေရင် အပြစ်တွေ ရှိနေမှာဖြစ်ပြီး အပြစ်ကင်းချင်ရင် အရင်ဆုံး အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် နေတတ်ဖို့ပဲ။

အကျိုးရှိအောင် နေဖို့ဆိုရင် ကုသိုလ်ရအောင် နေရမယ်တဲ့။ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဘယ်လောက်ရှိရှိ ကုသိုလ်မရှိရင် ဘဝအတွက် အကျိုးမရှိဘူး။ ကုသိုလ်



မရတဲ့ ဘဝရာထူး၊ ဂုဏ် ပကာသနတွေ ဆိုတာ
ဟာလည်း ဘယ်လောက်ပဲမြင့်မြင့် ဘဝမတင့်ဘူး။
စီးပွားရှာရင်း ကုသိုလ်ရှာနိုင်မှဘဝဟာ ပိုပြီး အကျိုး
သာတယ်။

စိတ်ချမ်းသာအောင် နေဖို့ဆိုရင် ကိလေသာ
မဖြစ်အောင် နေရမယ်တဲ့။ ကိလေသာဆိုတာ စိတ်ကို
ညစ်ညူးစေတတ်၊ ညစ်နွမ်းစေတတ်တဲ့ သဘော
ရှိတယ်။ လောဘရှိတဲ့စိတ်ဟာ ညစ်တဲ့စိတ်၊ ဒေါသ
ရှိတဲ့စိတ်ဟာ ညစ်တဲ့စိတ်၊ မောဟ မာနစတာတွေ
ရှိနေတဲ့စိတ်ဟာ ညစ်နေတဲ့စိတ်၊ မသန့်ရှင်းတဲ့စိတ်
ပဲ။ စိတ်မညစ်ချင်ရင် ကိလေသာ အဖြစ်မခံပါနဲ့။
ကိလေသာ မဖြစ်ဖို့ဆိုရင် သတိရှိရမယ်။ သတိရှိ
နေတဲ့ စိတ်ဟာ အညစ်အကြေးကင်းပြီး သန့်ရှင်း
နေတဲ့စိတ်ပဲ။ စိတ်သန့်ပြီး မညစ်တော့ဘူး ဆိုရင်
ဘယ်မှာပဲနေနေ စိတ်ချမ်းသာတဲ့ ဘဝနေနည်းပဲပေါ့။

မေတ္တာဖြင့်

မနာပဒါယီ

အရှင်ဝိစိတ္တ

Like

Comment

Share

Status

Photo

Check In

