



မနာပဒါယီ အရှင်ဝိဝိတ္တ
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း
အတွဲ(၄)

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စီစဉ်သူ

အရှင်ရေဝတ (သာသနာ့ပျိုးစင်း)

ထုတ်ဝေသူ

ဒေါ်သန်းသန်းလှိုင် (မြတ်နိုးဝေ စာပေ) [၀၂၀၉၀]

အမှတ် (၁၄၉)၊ ရွှေဘုန်းပွင့်လမ်း၊

မြောက်ဥက္ကလာပမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ

ဦးလင်းစာနည် (သီရိဂုဏ်ဝေ ပုံနှိပ်တိုက်) [၀၁၄၃၇]
အမှတ် (၃၂)၊ ၅၃လမ်း၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

မျက်နှာပုံးဒီဇိုင်းနှင့် အတွင်းအပြင်အဆင်

ကိုလင်းစာနည်

စာအုပ်ချုပ်

အလင်းအိမ်မီဒီယာ

ပထမအကြိမ်

၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ

အုပ်ရေ - ၅၀၀၀

တန်ဖိုး - ၁၀၀၀

ဖြန့်ချိရေး

မနာပဒါယီဖောင်ဒေးရှင်း

အိမ်တော်ရာတိုက်၊ သီရိဇေယျကျောင်း၊

မြို့မကျောင်းလမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၀၁ ၃၈၃၇၉၆

မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ

၂၀၄၁

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း အတွဲ (၄) /
မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ။ - ရန်ကုန်။

မြတ်နိုးဝေစာပေ၊ ၂၀၁၈။

၁၁၀-၈၊ ၁၁-၁ x၁၉-၃ စင်တီမီတာ

(၁) ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း အတွဲ (၄)



ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် ပြောကြည့်ခြင်း

“မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ (ကိုရီးယား)”

- သာသနာကပေးတဲ့ အမည်ရင်းက
“အရှင်ဝိစိတ္တ” ဗုဒ္ဓဟူးသား။
- စာရေးတဲ့ ကလောင်အမည်က
“မနာပဒါယီ” နှစ်သက်ဖွယ်ကို ပေးလှူတတ်သူ။
- တရားနာပရိသတ်တွေ ခေါ်လှေ့ရှိတာက
“ကိုရီးယားဆရာတော်”
ကိုရီးယားမှာ သာသနာပြုနေတဲ့ ဘုရားသားတော်။
- ပဲခူးတိုင်း၊ ဒိုက်ဦးမြို့နယ်၊ အုတ်ဝင်းရွာလေးမှာ
မွေးခဲ့ပေမယ့် မြန်မာနိုင်ငံ အနှံ့အပြား၊ အာရှတလွှား၊
ဥရောပနိုင်ငံများအပါအဝင် ဒေသစုံမှာ နေရင်း ထိုင်ရင်း၊
သွားရင်းလာရင်း၊ သင်ယူလေ့လာ ဟောပြော မျှဝေရင်း



အချိန်တွေက စားသွားခြင်းကို ခံနေရ၊ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ 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 ဆိုကြပါဖို့...။



ပြောကြည့်ချင်တယ်

* ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စိတ်ဝင်စားတဲ့သူဟာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီးတယ်လို့ နာယူမှတ်သားဖူးတယ်။ မိမိကိုယ်ကို ဝေဖန်ဆန်းစစ်ခြင်းဟာလည်း အမှားအယွင်း နည်းစေပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ ဆိုတာထက် လက်ရှိ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ အခြေအနေမှာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ငြိမ်းချမ်းပြီး ကြီးပွားဖို့ အသေအချာပါပဲ။ ဖေဘူတ်စာမျက်နှာမှာ 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 ကိလေသာ အမှောင်ကြားက ရုန်းထွက်ပြီး အေးချမ်းပျော်ရွှင် အကျိုးထင်စေတဲ့ ဘဝများကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ “ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း ” စာဓမ္မများနဲ့ ဆန်းစစ်ကြည့်ပါလို့ ပြောကြည့်ချင်တယ်။

စီစဉ်သူ
ညီတော် အရှင်ရေဝတ (သာသနာပျိုးခင်း)



အသုံးအပများရဲ့ ဖြစ်ပျား

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသုံးကျစေဖို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမနေရတယ်။ အဆုံးအမက လူကို နှလုံးလှစေတယ်။ နှလုံးလှမှလည်း အသုံးကျမှာ မဟုတ်လား။

လောကခံတွေနဲ့ ကြုံရတိုင်း၊ တိုက်ဆိုင်မှုတွေ ရှိနေတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတိမလွတ်အောင် ဆုံးမကြည့်ရင်းက အဲဒီ အဆုံးအမလေးတွေဟာ ဘဝအတွက် မှတ်စုလေးတွေ ဖြစ်လာခဲ့တယ်။ လောကမှာ ကိုယ့်လိုလူတွေက များနေတော့ ကိုယ့် အဆုံးအမလေးတွေကလည်း သူတို့အတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေတယ်တဲ့လေ။ အဲဒါနဲ့ပဲ ကိုယ့်အတွက် ဆုံးမရင်း သူတို့အတွက်လည်း မျှဝေဖြစ်ခဲ့တယ်ပေါ့။

ခုတော့ အဲဒီ စာစုလေးတွေဟာ စတုတ္ထတွဲအတွက် ပုဒ်ရေ (၅၀) အထိ ဖြစ်လာခဲ့ပြီ ဖြစ်လို့ “ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း အတွဲ (၄)” အမည်နဲ့ အဆုံးအမမှတ်တမ်း လက်ဆင့်ကမ်း ဖြစ်ခဲ့ပါပြီ။

ရတနာသုံးပါး၊ မိဘ ဆရာသမားများနဲ့ သူတော်ကောင်းများရဲ့ မေတ္တာကို ခံယူရင်း အဆုံးအမနဲ့ နှလုံးလှကာ အသုံးကျသူများ ဖြစ်နိုင်ကြပါစေ။

မေတ္တာဖြင့်

မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ





မနာပဒါယီ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၅၁)

ခဲနဲ့ အပစ်ခံရတဲ့ ရေပြင်ဟာ လှုပ်ခတ်မှု ကတော့ ရှိတာပေါ့။ အပစ်ခံရတဲ့အတွက် ရေပြင် ကတော့ အစိတ်စိတ်အမြွှာမြွှာ ကွဲပြားသွားမှာ မဟုတ်ဘူး။ တစ်သားတည်း ဖြစ်နေမှာပါပဲ။ ပစ်တဲ့ ခဲပဲ ရေထဲမှာ နစ်မြုပ်သွားမှာ မဟုတ်လား။

ဒီလိုပါပဲ အတိုက်အခိုက်ခံရတဲ့ ဘဝဟာ လည်း လှုပ်ခတ်မှုတော့ ရှိမှာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ အထူ အထောင်းခံရတဲ့ ကျောက်ခဲလို တစ်စစီ လွင့်စင် သွားတာမျိုး မဖြစ်စေဖို့ပါပဲ။ ရေလို မကွဲမပျက် တစ်စပ်တည်း ရှိနေနိုင်အောင်သာ ကြိုးစားရမှာပါ။

လူ့ဘဝဆိုတာ အတိုက်အခိုက် အထူ အထောင်းကတော့ နေရာတိုင်းမှာ ရှိနေကြမှာပဲ။ လူလည်း ရှိတယ်။ ရဟန်းသံဃာလည်း ရှိတယ်။ တိရစ္ဆာန်အချင်းချင်းလည်း ရှိတယ်။ အလုံးစုံ ပြည့်စုံ တော်မူတဲ့ ဘုရားရှင်တောင် ရှိနေတာပဲလေ။ ဒါ အဆန်းကြီးမှ မဟုတ်တာ။ အရေးအကြီးဆုံးက အဲဒီ ဒဏ်တွေကို ခံနိုင်ရည်ရှိဖို့ပဲ။ ကျောက်လို မာမာ



ထန်ထန် ခံနိုင်မလား၊ ရေလို အလိုက်သင့် ပျော့ပျော့
ပျောင်းပျောင်း ခံနိုင်အောင် ကြိုးစားမလားဆိုတာ
အခြေအနေနဲ့ အချိန်အခါကို ကြည့်ပြီး ကျော်လွှား
နိုင်ဖို့ပဲ။


သေချာတာကတော့ မာလွန်းတဲ့ကျောက်ဟာ
ဆတ်ဆတ်ထိမခံ ဖြစ်တတ်တဲ့အတွက် ရေလို အလိုက်
သင့်လေးနဲ့ ခံနိုင်ရည်ရှိအောင် ကြိုးစား၊ ရေထဲ
ကျလာတဲ့ခဲဟာ သူ့ဟာသူ နစ်မြုပ်သွားမှာကတော့
အသေအချာပါပဲ။

 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိပိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၅၂)

“မဟုတ်တာတော့ လာမပြောနဲ့။ တို့က မဟုတ်ရင်တော့ မခံဘူး” ဆိုတဲ့ သူတွေကို မေးကြည့်တယ်။ “ဟုတ်ရင်ရော ခံလား” ဆိုတော့ ဟုတ်ရင်လည်း မခံနိုင်ကြပြန်ဘူးတဲ့လေ။ ကိုယ်လည်း တစ်ခါတလေ ဒီလိုပါပဲ။ သတိ အမြန်ပြန်ကပ်နေရတယ်။

မဟုတ်လည်း မခံ၊ ဟုတ်လည်း မခံ။ အဲဒီလိုဆိုတော့ ဘာမှ ပြောလို့ မရတော့ဘူးပေါ့။ မခံနိုင်ရင်တော့ ဘာမှ ဟန်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ခံနိုင်ရည်ဆိုတာ အကောင်းပြောလည်း ခံနိုင်ရမယ်။ မကောင်းပြောလည်း ခံနိုင်ရည် ရှိရမယ်။ ကောင်းတာလေးတော့ ကျေနပ်တတ်ပြီး မကောင်းတာကျတော့ မခံစားနိုင်ဘူးဆိုရင် ဒါဟာ လောကဓံကို မခံနိုင်သေးတဲ့ သဘောပဲ။

မဟုတ်တာကြီးကို ငဲ့ခံနိုင်ဖို့ မဟုတ်ဘူး။ အမှန်သိဖို့အတွက် တုံ့ပြန်သင့်ရင် တုံ့ပြန်ရမယ်။ ငါနဲ့ မတုံ့ပြန်နဲ့၊ မာန်နဲ့ မတုံ့ပြန်နဲ့၊ ဉာဏ်နဲ့ တုံ့ပြန်ဖို့ပဲလေ။




ဒေါသနဲ့ မတုံ့ပြန်နဲ့၊ အကြောင်းအကျိုးနဲ့ တုံ့ပြန်ဖို့
ပါပဲ။ ဟုတ်တာ ပြောလာရင်လည်း လက်ခံနိုင်တဲ့
သတ္တိ ရှိရမယ်။ မဟုတ်တာ ပြောတာကတော့
ဟုတ်မှ မဟုတ်တာ ခံစားနေဖို့တောင် မလိုဘူး
မဟုတ်လား။

ဒါကြောင့် လက်ခံလိုက်ပါ။ မခံစားပါနဲ့။
ရင်ဆိုင်လိုက်ပါ။ ရှောင်လွှဲမနေပါနဲ့။ အချိန်တန်တော့
လည်း ပြီးသွားတာပါပဲ။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယ် အရှင်ဝိဝိတ္ထ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမခြင်း (၁၅၃)

သစ်ပင်ကြီးတွေတောင်မှ ငှက်တွေနားပြီး ပျံသွားတဲ့အခါ အကိုင်းအခက်တွေ လှုပ်ခတ်ပြီး ကျန်ခဲ့သေးတာပဲလေ။ နှလုံးသားရှိတဲ့ ကိုယ်တွေ မှာလည်း ကိုယ့်ရင်ထဲကို ရောက်လာပြီးမှ ပြန်သွား တဲ့သူတွေကြောင့် အနည်းအကျဉ်း ခံစားချက်ကတော့ ရှိနေမှာပဲပေါ့။ ကျိုးပဲ့မသွားတောင်မှ အကိုင်းအခက် လေးတော့ လှုပ်ခတ်သွားမှာပေါ့။

လှုပ်ခတ်သွားပေမယ့် စုတ်ပြတ်မသွားအောင် တော့ ကြိုးစားရမှာ မဟုတ်လား။ ရောက်လာတာ လည်း သူ၊ ထွက်သွားတာလည်း သူ၊ ကိုယ့်မူက အတူတူပဲ ဖြစ်နေရမယ်။ သူပြောင်းလို့ ကိုယ်ပြောင်း၊ သူစောင်းလို့ ကိုယ်စောင်း၊ သူမကောင်းလို့ ကိုယ် မကောင်းဘူးဆိုရင် ကိုယ်လည်း သူ့လိုပဲ မူတွေ ကွဲကုန်မှာပဲပေါ့။

ဘဝရဲ့ လောကဓံဆိုတာ ဘာမှ တစ်သမတ် တည်း မရှိဘူး။ လောကလူသဘာဝကိုက အရိပ် လည်း ခိုကြမှာပဲ။ အရိပ်ခိုရင်း အခက်လည်း ချိုးကြ



မှာပဲ။ လိုရင် ရောက်လာမယ်၊ မလိုရင် ပြန်သွား
မယ်။ မခေါ်ဘဲလည်း ရောက်လာမယ်၊ မနှင်ဘဲ
လည်း ထွက်သွားမယ်။ အဲဒါကို သူတို့ ပြောင်းတိုင်း
ကိုယ်ပါ လိုက်ပြောင်း၊ လိုက်ခံစားနေမယ်ဆိုရင်တော့
ကိုယ်ပဲ ပင်ပန်းနေမှာပေါ့။ သူတစ်ပါးရဲ့ အပြောင်း
အလဲကြားမှာ ကိုယ်ပဲ မကောင်းအတွဲများနေမှာပေါ့။

ဒါကြောင့် အပြောင်းအလဲတွေနဲ့ ဗလောင်း
ဗလဲ များနေကြတဲ့ လောကကြီးမှာ ဘယ်လောက်ပဲ
လှုပ်ခတ်ပါစေ စုတ်ပြတ်မသွားအောင်သာ နေထိုင်
ကြဖို့ပါပဲ။ အကိုင်းအခက်လေးတွေ လှုပ်ခတ်သွား
ပေမယ့် ပင်စည်ခိုင်နေရင် လဲကျမသွားပါဘူး။
အတိုက်အခိုက်တွေ ဘယ်လောက်များများ အသိ
သတိ ခိုင်မာထားရင် ဘဝဟာ ယိမ်းယိုင်မသွားနိုင်
ပါဘူး။


အသိရှိပါ။ သတိမလွတ်ပါစေနဲ့။

 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၅၄)

ဘဝမှာ တစ်ခါတလေ ကိုယ်က စေတနာကောင်းနဲ့ လုပ်ပေမယ့် တုံ့ပြန်မှုကောင်း မရတာလည်း ရှိတတ်တယ်။ ကိုယ့်ဘက်ကကြည့်တော့ ကိုယ်က စေတနာထားလုပ်တာပဲ။ တစ်ဘက်မှာကျတော့ အကျိုးသက်ရောက်မှု မကောင်းဘဲ အစောင်းဖြစ်သွားတာမျိုး ရှိတတ်တယ်။

တလောက တပည့်ကိုရင်တစ်ပါးက ကျောင်းထဲမှာရှိတဲ့ အမှိုက်တွေကို အပင်ပန်းခံ လှည်းစုပြီး မီးရှို့တာမှာ တစ်ဖက်ကျောင်းက အပင်တွေ မီးဟပ်ကုန်သလို မီးခိုးငွေ့တွေလည်း တအားထွက်ကုန်တော့ ဟိုဘက်ကျောင်းက အဲဒီ ကိုရင်ကို အပြစ်ဆိုတယ်။ ဒါကို ကိုရင်က သူ ကောင်းတာလုပ်တဲ့အပေါ်မှာ ဒီလို အပြောခံရတော့ စိတ်မကောင်းဖြစ်ပြီး လာလျှောက်တယ်။ အဲဒါ သူ့ကို စေတနာကောင်းပေမယ့် အကျိုးသက်ရောက်မှု မကောင်းရင် ဒါမျိုးက ဖြစ်တတ်ကြောင်း ရှင်းပြရတယ်။

အမှန်တော့ စေတနာကောင်းဟာ ဉာဏ်လေး



နဲ့ယှဉ်မှ အကျိုးသက်ရောက်မှုကောင်းကို ဖြစ်စေ
တယ်။ ဉာဏ်မပါရင် ပင်ပန်းသလောက် ကောင်းကျိုး
မရောက်သလို၊ ခုတ်ရာတခြား ရှုရာတခြား ဖြစ်တတ်
တယ်။ စေတနာကောင်းတိုင်း အကျိုးပေးကောင်းတာ
မဟုတ်ဘူး။ မှန်ကန်တဲ့ စေတနာနဲ့၊ မှန်ကန်တဲ့
လုပ်ဆောင်ချက်ရှိမှ ရလဒ်ကောင်းဖြစ်တာ။ ဒါတောင်
တစ်ခါ တစ်ခါ အချိန်အခါကလည်း လိုသေးတယ်။
ကာလ၊ ဒေသ၊ ပုဂ္ဂလဆိုတာ အကျိုးသက်ရောက်မှု
ကောင်းဖို့အတွက် လိုအပ်တဲ့ အကြောင်းတရားပဲ
ဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် အလုပ်လုပ်တဲ့အခါ စေတနာက
အရေးကြီးတယ်ဆိုပေမယ့် မကောင်းတဲ့ အလုပ်တွေ
မှာ စေတနာ မကောင်းဖို့နဲ့ ကောင်းတဲ့ အလုပ်တွေ
မှာလည်း ဉာဏ်နဲ့ယှဉ်တဲ့ စေတနာကောင်းဖြစ်ဖို့
အထူးသတိပြု လုပ်ဆောင်ကြရမှာ ဖြစ်တယ်။

👍 Like

💬 Comment

➦ Share

✍️ Status

📷 Photo

📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၅၅)

ဘဝမှာ ကိုယ် ဘာလုပ်လုပ် ကိုယ့်ကို မုန်း
 နေတဲ့သူတွေ ရှိတတ်တယ်။ မုန်းနေတဲ့သူကို ပြုံးမပြ
 နိုင်တောင်မှ ပြန်မမုန်းမိအောင် ကြိုးစားရမယ်။ သူ
 မုန်းလို့ ကိုယ် မုန်းမိရင် သူတော့ မသိဘူး။ ကိုယ်
 ကိုယ်တိုင်ကတော့ အမုန်းဒဏ်ကြောင့် ပူလောင်နေ
 မှာတော့ အသေအချာပဲ။

ဘဝမှာ ကိုယ် ဘာဖြစ်ဖြစ် မနာလိုဖြစ်နေတဲ့
 သူတွေ ရှိတတ်တယ်။ မနာလိုဖြစ်နေတဲ့သူကို
 မုဒိတာ မပွားနိုင်တောင်မှ သူ့လိုစိတ်မျိုး ကိုယ်မဖြစ်
 အောင် ကြိုးစားရမယ်။ သူ မနာလိုလို့ ကိုယ်ပါ
 မနာလိုဖြစ်မိရင် “ဣဿာတရား စိတ်မှာထားတော့
 အိပ်စရာများတောင် ရှားနေမှာပဲပေါ့”။

ဘဝမှာ ကိုယ် ကောင်းသလောက် ပြန်
 မကောင်းတဲ့သူတွေ ရှိတတ်တယ်။ မကောင်းတဲ့သူ
 ကို မပေါင်းနိုင်တောင်မှ သူ မကောင်းသလို ကိုယ်
 မကောင်းမလုပ်မိအောင် ကြိုးစားရမယ်။ သူမကောင်း
 တာ သူ့အကြောင်း၊ ကိုယ်ကောင်းဖို့က ကိုယ့်



အကြောင်း၊ အချိန်တန်ရင် မမှန်တဲ့သူက သွားမှာ
ပဲလေ။ သူ့အဆိုးဟာ ကိုယ့်အဆိုး မဖြစ်စေဖို့ပဲ
မဟုတ်လား။

ဘယ်သူ ဘာဖြစ်ဖြစ် စိတ်မညစ်နဲ့။ ဘယ်သူ
ဘာပြောပြော မခံစားနဲ့။ ဘယ်သူ ဘယ်လို ဆက်ဆံ
ဆက်ဆံ အမျက်ကျန်မနေနဲ့။ လက်မခံဖို့က ကိုယ့်
အကြောင်း၊ ကောင်းတာ မကောင်းတာ သူ့ကိစ္စ၊
လူ့ကိစ္စဆိုတာ အနိစ္စပဲ။ ဘာမှ မမြဲဘူးဆိုတာလည်း
အသေအချာပါပဲလေ။


 Like

 Comment

 Share

 Status

 Photo

 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၅၆)

ထောက်ပြတာကို ချောက်ချ (ဂျောက်ချ) တယ် ထင်နေသမျှတော့ အောက်ကလူတွေကအစ မြောက်ကြွမြောက်ကြွ ဖြစ်နေမှာ အမှန်ပဲ။

နောက်ကောက်ကျနေတဲ့ အတွေးအခေါ်တွေနဲ့ ချစ်လို့ အပြစ်မမြင်တာ၊ မုန်းလို့ အကောင်းမမြင်တာ တွေဟာ ရှေ့သို့ ချီတက် ခရီးဆက်ဖို့အတွက်တော့ နီးလျက်နဲ့ ဝေးနေကြဦးမှာပါပဲ။

အခါခါလွဲနေတဲ့ အလွဲတွေကြားမှာ နားလည် မှုလွဲတာက အဆိုးဆုံးဖြစ်တဲ့အတွက် သိပ်ချစ်လို့ လည်း မလွဲနဲ့၊ သိပ်မုန်းလို့လည်း မမဲနဲ့။ “Love is understanding - အချစ်ဆိုတာ နားလည်ခြင်းပဲ” ဆိုတဲ့ အချက်ကိုတော့ ထည့်တွက်ကြရ မှာပဲပေါ့။ လက်ခံနိုင်မှုစွမ်းအားနဲ့ ပြုပြင်နိုင်မှုစွမ်းအား က နားလည်မှုမလွဲဖို့ကို ပိုပြီး အထောက်အကူ ဖြစ် စေတယ်။ လက်မခံနိုင်ရင် ပိုလွဲမယ်။ မပြုပြင်နိုင်ရင် ပိုစွဲမယ်။ ငိုပွဲတွေ များနေတာလည်း နားလည်မှု လွဲကြလို့ပါပဲလေ။



အရေးကြီးဆုံးကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တည်ဆောက်နိုင်ဖို့ပဲ။ အတ္တသမ္မာပဏိဓိမင်္ဂလာဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကောင်းကောင်းထိန်းကျောင်းနိုင်ဖို့ လမ်းညွှန်ထားတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် လက်ခံနိုင်မှုနဲ့ ပြုပြင်နိုင်မှုရှိအောင် အသိ သတိ ဆောင်ထားဖို့ပါပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြုပြင်ထိန်းကျောင်းနိုင်မှု မရှိရင် သူတစ်ပါးအပေါ်မှာလည်း အချစ် အမုန်းတွေကြား ဘက်လိုက်မှုတွေ ပွားစေတတ်တာပဲ မဟုတ်လား။

အသိလည်း ရှိမယ်၊ သတိနဲ့လည်း ညှိမယ် ဆိုရင် “ချစ်လို့ လွဲတာတွေ၊ မုန်းလို့ မဲတာတွေ” လည်း ရှိလာမှာ မဟုတ်တော့ဘူးပေါ့။

သိပ်ချစ်လို့လည်း မလွဲနဲ့။ သိပ်မုန်းလို့လည်း မမဲနဲ့။ မမြဲတဲ့ဘဝမှာ အလွဲမကျအောင်ဘဲ ကြိုးစား ကြရမှာပဲလေ။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၅၇)

လဆိုတာ ပြည့်ပြီးရင် ကွယ်ရတာပဲ။ ဘဝဆိုတာလည်း တက်ပြီးရင် ကျရတာပဲ။ ဖြစ်ပြီးရင်လည်း ပျက်ရတာပဲ။ ဘာမှ တစ်သမတ်တည်း မရှိဘူး။ သေချာပေါက်ရှိနေတာကတော့ မမြဲခြင်းပဲ။

ရှိနေတဲ့အနေအထားကို လက်ခံနိုင်ရမယ်။ ရင်ဆိုင်နိုင်ရမယ်။ ဘဝဆိုတာ လလိုပဲ။ အမြဲတမ်း ပြည့်နေတာ မဟုတ်သလို အမြဲကွယ်နေတာတော့ မဟုတ်ဘူး။ တဖြည်းဖြည်း ဆန်း၊ တဖြည်းဖြည်း ပြည့်၊ တဖြည်းဖြည်း ဆုတ်၊ တဖြည်းဖြည်း ကွယ်။ ဒါဟာ သဘာဝရဲ့ အပြောင်းအလဲ၊ ဘဝရဲ့ အပြောင်းအလဲပဲ မဟုတ်လား။

အဆင်ပြေနေလို့လည်း သတိလက်လွတ် မဖြစ်ဖို့ လိုသလို အဆင်မပြေလို့လည်း စိတ်ပျက်လက်ပျက် ဖြစ်နေဖို့ မဟုတ်ဘူး။ ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက်၊ ပြေလိုက် မပြေလိုက်၊ တက်လိုက် ကျလိုက် ဖြစ်နေတာကိုက ဘဝရဲ့ သင်္ကေတပဲ။ အချိန်နဲ့ အခြေအနေ အခိုက်အတန့်ကို မယိမ်းယိုင်အောင် ထိန်းနေ



နိုင်ရင် ဘဝရဲ့ လောကဓံဆိုတာ ကျော်လွှားသွားမှာ ပါပဲ။

အရေးကြီးဆုံးကတော့ ဘဝအရှိကို ဓမ္မအသိ နဲ့ ညှိဖို့ပဲ။ ဘဝထဲမှာ ဓမ္မတွဲထားဖို့ပဲ။ ဓမ္မမပါတဲ့ ဘဝဟာ အလှမဖြာဘူး။ တရားမရှိတဲ့ ဘဝဟာ အားမရှိဘူး။ ရုပ်ဝတ္ထုအားတွေ ဘယ်လောက်ပဲရှိရှိ ဓမ္မအားမရှိရင် ဘဝအမှားတွေကြား အလှတရားတွေ ရှားနေကြမှာ အမှန်ပဲ။

ဒါကြောင့် ဘဝပြည့်နေလို့လည်း ဓမ္မမမေ့နဲ့။ ဘဝကွယ်နေလို့လည်း ဓမ္မမပယ်နဲ့။ ဘဝကယ်ဖို့ ဆိုတာ ဓမ္မနဲ့ပဲ ဖြေဆည်ရမှာဖြစ်တဲ့အတွက် အပ္ပမာဒ တရား လက်ကိုင်ထား သတိအားတွေ မကျအောင်ဘဲ ကြိုးစားကြရမှာပဲပေါ့။

👍 Like

💬 Comment

➦ Share

📄 Status

📷 Photo

📍 Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၅၈)

အမှောင်ဆိုတာ အလင်းနဲ့မှ ထင်းစေတာ။
 အမုန်းဆိုတာ အချစ်နဲ့မှ အပြစ်ပြေတာ။ အာဃာတ
 ဆိုတာ ခဝါချမှ အနာမရတာ။ တွယ်တာမူဆိုတာ
 စွန့်နိုင်မှ လွတ်တာ။ ပူလောင်မူဆိုတာ အယူလျှော့မှ
 အပူပေါ့တာ။

ဟုတ်တယ်။ အမှောင်ထဲသွားရင် အလင်း
 ရောင်ပါမှ အရာရာကို မြင်ရတာ။ အမှောင်ကို
 အမှောင်နဲ့တွဲလို့ မရဘူး။ ပိုမည်းသွားတတ်တယ်။
 အမုန်းတရားဆိုတာကလည်း အမုန်း အမုန်းချင်းဆိုရင်
 ဘယ်တော့မှ ပြုံးနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ
 နဲ့မှ မုန်းတာတွေ လျော့လာမှာ။ အစာမကြေမှုတွေက
 အာဃာတကို တွန်းအားဖြစ်စေပြီး အနာတရကို
 ပိုဖြစ်စေတတ်တယ်။ ကိုယ်ကစပြီး ခဝါချနိုင်ရင်တော့
 ကိုယ့်ရင်ထဲက အနာဟာလည်း သက်သာသွားမှာ
 ပဲပေါ့။


ဘာမှမဟုတ်တဲ့အပေါ်မှာ အဟုတ်ထင်ပြီး
 တွယ်တာနေမိတာကလည်း ပူလောင်မှုကို တိုးပွား



စေသလို တွယ်နေသမျှ စွန့်ဖို့လည်း ခက်နေမှာပါပဲ။
မစွန့်နိုင်လို့ကတော့ လွတ်ဖို့လည်း မလွယ်လှပေ
ဘူးပေါ့။ လွတ်ချင်ရင် စွန့်ရမယ်။ လောကအပူ
ဆိုတာ ပြောသမျှယူနေလို့ ဖြစ်တာ။ ဘယ်သူက
ဘယ်လောက်ပဲပေးပေး ကိုယ်က မယူရင် မပူပါဘူး။
ယူနေသမျှ ပူနေကြမှာဖြစ်လို့ အပူပေါ့ချင်ရင် အယူ
လျှော့ရမယ်။

အရင်းစစ်တော့ ကိုယ်သာပဓာန ကိုယ့်ဘဝ
ပါပဲ။ ကိုယ်မှောင်တော့ ကိုယ်မိုက်၊ ကိုယ်မုန်းတော့
ကိုယ်ရှုံး၊ ကိုယ်မကျေတော့ ကိုယ်ခွေ၊ ကိုယ်
တွယ်တော့ ကိုယ်မလွယ်၊ ကိုယ်ယူတော့ ကိုယ်ပူ။
အားလုံးဟာ ကိုယ့်စိတ်ပေါ်ပဲ မူတည်နေတော့တာပဲ
မဟုတ်လား။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၅၉)

ဘယ်သူ့ကိုမှလည်း စိတ်တွေ ဆိုးမနေပါနဲ့ တော့။ ဘာကိုမှလည်း မကျေမနပ်တွေ ဖြစ်မနေပါနဲ့တော့။ ဘာကြောင့်မှလည်း အခဲမကြေတာတွေ တေးထားမနေပါနဲ့တော့။ ကိုယ်ကောင်းသလောက် မကောင်းဘူးဆိုပြီးတော့လည်း စေတနာနဲ့ မတန်ဘူးဆိုတာတွေ ဖြစ်မနေပါနဲ့တော့။

ဖြစ်ပြီးမှတော့ ဘာတတ်နိုင်မှာလည်းပေါ့။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ပဲ သက်သာအောင် နေရမှာပဲလေ။ မကျေမနပ် ဖြစ်နေ၊ အခဲမကြေ ဖြစ်နေတော့လည်း ပြန်ပြင်လို့ရတော့တာမှ မဟုတ်တာ။ ကိုယ်ကသာ ခံစားနေတာ သူက သိတောင် သိမှာ မဟုတ်ဘူးလေ။ ဖြစ်တဲ့သူ၊ ခံစားတဲ့သူက အရင် ပူလောင်နေတာပဲ မဟုတ်လား။




သိပ်ပြီးတော့ အများကြီး တွေးမနေပါနဲ့။ “အကြောင်းရှိလို့ ဖြစ်တာ” လို့ပဲ ဖြေကြရမှာပဲလေ။ အကြောင်းမရှိရင် ဒါတွေ ဘယ်ဖြစ်လာမလဲပေါ့။



အကြောင်းချုပ်သွားရင် ပြီးသွားမှာပါပဲ။ အချိန်အခိုက်
အတန်လေး တစ်ခုပါပဲ။ ဒီအချိန်လေးမှာ ပြဿနာ
ကို ရင်မဆိုင်ဘဲ ခံစားနေရင် ကိုယ်လည်း ပူတယ်၊
ပြဿနာလည်း ပြေမှာမဟုတ်ဘူးလေ။

ဒါကြောင့် ကိစ္စတိုင်းမှာ အကြောင်းတရား
ဆိုတာ ရှိနေတတ်တာဖြစ်လို့ အစောင်းများသွားတဲ့
အပေါ်မှာ မကောင်းထားနေမယ့်အစား ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုယ်ပဲ သတိပြုပြင်ဆင်ခြင်၊ ကိုယ့်စိတ်ကိုပဲ ပြင်ဆင်
ပြီး သူ့ကြောင့် ငါ့ကြောင့် ဆိုတာထက် အကြောင်း
ကြောင့် အကျိုးဖြစ်တာလို့ လက်ခံ၊ ဆတ်ဆတ်ထိ
မခံတဲ့စိတ်မျိုး မဖြစ်အောင်ဘဲ သတိတရားနဲ့ ထိန်းကြ
ရမှာပဲပေါ့။

 Like  Comment  Share

 Status  Photo  Check In





မနာပဒါယိ အရှင်ဝိစိတ္တ



ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမခြင်း (၁၆၀)

လူ့အထင်ကြီးခံရရုံလောက်နဲ့တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဟန်ဆောင်မှုတွေနဲ့ သိပ်ပြီး ဟိတ်ဟန်တွေ ထုတ်မနေနဲ့။ ကိုယ် ဘာလဲ၊ ဘယ်လဲဆိုတာ သူများ မသိပေမယ့် ကိုယ်သိနေတာပဲ မဟုတ်လား။

ဟုတ်တယ်။ ကိုယ်အပါအဝင် လူ့အတော်များများက လူရှေ့သူရှေ့ဆိုရင် ကောင်းတာလေးတွေကို ဟန်ဆောင်ပန်ဆောင် လုပ်တတ်ကြသလောက် လူကွယ်ရာဆိုရင် မဟုတ်တာ လုပ်တတ်ကြတာပဲများတယ်။ ဘယ်သူမှ မရှိရင် ကောင်းတာလုပ်ဖို့ ထက် မကောင်းတာ လုပ်ဖို့ပဲ ကြံစည်တွေးတော လုပ်ဆောင်လေ့ ရှိတတ်ကြတယ်။

ဘယ်သူမှ မရှိ၊ ဘယ်သူမှ မသိပေမယ့် ကိုယ့်အတွက်တော့ ကိုယ်ရှိနေတယ်။ ကိုယ့်အလုပ်တော့ ကိုယ်သိနေတယ်။ ကိုယ် ဘာလုပ်တယ်ဆိုတာ သူများ မသိပေမယ့် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကတော့ သိနေတာပဲလေ။ ကိုယ်ဟန်ဆောင်တာလည်း ကိုယ်သိတယ်။ ကိုယ်ကြံဆောင်တာလည်း ကိုယ်သိတယ်။



ကိုယ်မာန်ထောင်တာလည်း ကိုယ်သိတယ်။ ကိုယ်
လုပ်တာ ကိုယ်မသိဘူးဆိုတာ မသိချင်ယောင်ဆောင်
နေတာပဲ ဖြစ်မှာပါ။ စိတ်မူမမှန်လို့ပဲ ဖြစ်မှာပါ။

အဓိကကတော့ ဟန်လုပ်ဖို့ထက် စေတနာ
မှန်ဖို့ပဲ။ လူတကာသိရေးထက် စေတနာရှိရေးပါပဲ။
တိတ်ဆိတ်ကွယ်ရာ ဘယ်လောက်ပဲရှိရှိ ကိုယ့်စိတ်
ကွယ်ရာကတော့ မရှိဘူး။ ဘယ်သူမှ မသိပေမယ့်
ကိုယ်သိတယ်။ ဘယ်သူမှ မမြင်ပေမယ့် ကိုယ်
မြင်တယ်။ ရိုးသားမှု မရှိတဲ့ ဟန်ဆောင်မှုဟာ
ဘယ်လောက်ပဲ ကောင်းကောင်း၊ ဘယ်သူပဲ ချီးကျူး
ချီးကျူး ကိုယ့်လုပ်ရပ် ကိုယ်သိရင် လိပ်ပြာသန့်စွာ
လက်ခံနိုင်ပါ့မလားပေါ့။

ဒါကြောင့် လူရှေ့သူရှေ့ ဟန်ဆောင်ပြီး
ကောင်းတာတွေ လုပ်ပြဖို့ထက် လူကွယ်ရာမှာ
မကောင်းတာတွေ မလုပ်မိဖို့ ပိုအရေးကြီးတယ်။
သူများအထင်ကြီးအောင် လုပ်ပြဖို့ထက် ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုယ် အထင်ကြီးနိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။ အများ
သိဖို့ထက် အမှားမရှိဖို့ ကြိုးစားရမယ်။

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

📄 Status 📷 Photo 📍 Check In

