

# ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်ခြင်း အကြောင်းအရင်း

အခန်း (၁)

ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းကို Buddhist Ethics ရှုထောင့်မှလေ့လာသုံးသပ်ခြင်း။

ချစ်ခြင်း - ချစ်သူ၌သာ ဖြစ်နေတာကို ပါဠိလို ဣဿာ မြန်မာလို မနာလိုခြင်း။

မုန်းခြင်း- မုန်းနေသူ၌သာ ဖြစ်နေတာကို ပါဠိလို မစ္စရိယ မြန်မာလို ဝန်တိုခြင်း။

တရားသဘောအရ ပြောရလျှင် မှားခြင်းမှန်ခြင်းထက် နားလည်ခြင်းက ပို၍အရေးကြီးသည်။

ဤနေရာ၌ Buddhist Ethics အလိုအားဖြင့် အောက်ပါ ဓမ္မပဒဂါထာကို နားလည်သဘောပေါက်လျှင် မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမျှ အပြစ်တင်မိလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။

အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။ (ဓမ္မပဒဂါထာ၊ ၂၇၇)

အကြောင်းတရားတို့သည် ပြုပြင်အပ်ကုန်သော အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်တို့သည်အမြဲမရှိကုန်ဟု ပညာဖြင့် အမှန်သိမြင်သောအခါ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤသို့ ငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာ စင်ကြယ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ သွားရာလမ်းဖြစ်၏။

ဒီတရားကို သိထားလျှင် သူများကိုလည်း အပြစ်မတင်တော့ဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း အပြစ်မတင်တော့ဘူး။ သို့သော် ချစ်ခြင်းတရားသည် မိမိချစ်သောသူအပေါ်၌ ဖြစ်နေတော့ (စွဲလမ်းနေတော့) ချစ်နေတာကို ချစ်မှန်းမသိဘူး။ အဲဒီ ချစ်နေတာကို မသိတာက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားသဘောအရ မသိတာ။

မုန်းခြင်းတရားသည် မိမိမုန်းသောသူအပေါ်၌ ဖြစ်နေတော့ မုန်းနေတာကို မသိဘူး။ အဲဒီ မုန်းခိုက်မှာ မုန်းနေသူကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားသဘောအရ မသိတာ။

ထိုကဲ့သို့ မသိခြင်းကိုပင် တရားသဘောအရ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အခေါ်အဝေါ်သဘောအရ အဝိဇ္ဇာ - မသိမှု (ignorance) လို့ခေါ်တယ်။ အကုန်မသိတာကို ပြောလိုတာမဟုတ်ဘူး။ အမှားတွေကို အမှန်ထင်၊ အမှန်တွေကို အမှားထင်။ အဲဒီလို အမှား+အမှန်တွေကို ခွဲခြားမသိတာကို “ အဝိဇ္ဇာ ” လို့ ခေါ်တာပဲ။

မသိမှုကြောင့် အားထုတ်မှုဖြစ်တယ်။

ဒီနေရာမှာ အားထုတ်မှု (၃) မျိုး ဖြစ်နိုင်တယ်။

ပုညာဘိသင်္ခါရ - ကောင်းတဲ့ဘဝရောက်အောင် အားထုတ်မှု (ကာမာဝစရ ကုသိုလ်စေတနာ)။

အပုညာဘိသင်္ခါရ - မကောင်းတဲ့ဘဝရောက်အောင် အားထုတ်မှု (အကုသိုလ်စေတနာ)။

အာနေဇ္ဇာဘိသင်္ခါရ - ဗြဟ္မာဘုံရောက်အောင် အားထုတ်မှု (ရှုပ - အရှုပကုသိုလ်စေတနာ)။

အဝိဇ္ဇာကနေ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို ရသွားတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေမှာတော့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတရားတွေကို ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ အမြဲဖြစ်နေတာကို သိသိသွားတော့တာ။

အနိစ္စဆိုတာ - ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျက်သွားတာ၊ ပျက်သွားပြီး ပြန်ပေါ်မလာတော့တာ။ ဒါကို အဘိဓမ္မာ ကျမ်းများမှာ “အနိစ္စံ ခယဋ္ဌေန” လို့ ဖွင့်ဆိုတယ်။ သိသိ မသိသိ တရားအားလုံးဟာ ပျက်တာပဲ။

ဒုက္ခဆိုတာ - ဆင်းရဲတာကိုလည်း ခေါ်တယ်။ မပြတ်နိုင်စက်ခံထားရလို့ အမြဲဆင်းရဲ နေတာကိုလည်း ဒုက္ခလို့ခေါ်တယ်။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ -- ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ ဒီအကြောင်းတရား လေးပါးကို မှီနေတာ။ ဒါကို အဘိဓမ္မာ ကျမ်းများမှာ “ ဒုက္ခံ ဘယဋ္ဌေန ”လို့ ဖွင့်ဆိုတယ်။ ခြောက်လှန့်ခြင်း လက္ခဏာအားဖြင့် ဉာဏ်ထဲမှာ ပေါ်လာတယ်။

အနတ္တဆိုတာ - သူဖြစ်ချင်တိုင်းဖြစ်၊ သူပျက်ချင်တိုင်း ပျက်နေတဲ့ သဘောတရားတွေကို ဆိုလိုခြင်းပါ။ လူတွေထင်နေသလို “ ငါ့ကိုယ်ပိုင်၊ ငါ အစိုးရတယ်၊ ငါ့အလိုအတိုင်း ဖြစ်ရမယ်၊ ဒီခန္ဓာကိုယ်ဟာ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါပိုင် ဖြစ်တယ် ”လို့ ယူဆနေတာ မှန်/မမှန် ဉာဏ်နဲ့ သိဖို့ပါပဲ။ ဒါကိုပဲ အဘိဓမ္မာကျမ်းများမှာ “အနတ္တာ အသာရက ဋ္ဌေန” လို့ ဖွင့်ဆိုပြကြတယ်။ အနှစ်မဲ့တဲ့ လက္ခဏာလို့ ဉာဏ်နဲ့ သိသွားတယ်။

ဒီလိုသိတာကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားသဘောအရ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

### အခန်း (၂)

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်သဘောအရ အကြောင်းအကျိုးကို ခွဲခြားသိမြင်ခြင်းသည် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၏ အနှစ်သာရ ဖြစ်သည်။

အကြောင်းရှိ၍ အကျိုးဖြစ်ပေါ်သည်။ အကြောင်းချုပ်လျှင် အကျိုးချုပ်သည်၊ အကျိုးတရားမဖြစ်ပေါ်နိုင်။ ဒါကိုပင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပညာတွင် “အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ” စသည်ဖြင့် အနုလောမ ပါဠိတော် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

“အဝိဇ္ဇာယတွေဝ အသေသဂိရာဂနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော၊ သင်္ခါရနိရောဓာ ဝိညာဏ နိရောဓော” စသည်ဖြင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပါဠိတော် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အကျဉ်းကို သဲသဲကွဲကွဲ ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင်နိုင်လျှင် သောတာပန်စသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ် အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိနိုင်သည်။ ပါရမီဉာဏ်ထူးကဲသော အရှင်သာရိပုတ္တရာအလောင်း ဥပတိဿပရိပိုဇ်သည် အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်မှု သစ္စာ(၄)ပါးကို သိမြင်၍ သောတာပန် ဖြစ်ခဲ့သည်။

ပါဠိ - ယေဓမ္မာ ဟေတုပ္ပဘဝါ၊ တေသံ ဟေတု တထာဂတော အာဟ။

တေသဉ္စ ယော နိရောဓော၊ ဧဝံဂါဒီ မဟာသမဏော။ (ဝိမဟာဂဂ္ဂပါဠိ၊ ၁၁၇)

**မြန်မာ** - အကြင်အကျိုးတရား (ဒုက္ခသစ္စာ)တို့သည် အကြောင်းတရားတို့ကြောင့် (သမုဒယသစ္စာကြောင့်) ဖြစ်ကုန်၏။ ထိုအကျိုးအကြောင်းဖြစ်ကုန်သော တရားကို၎င်း၊ ထိုအကျိုးအကြောင်းတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ (နိရောဓသစ္စာ)၊ ချုပ်ငြိမ်းကြောင်း(မဂ္ဂသစ္စာ)တရားကို၎င်း၊ မြတ်စွာဘုရားသည် ဟောတော်မူ၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် ဤသို့သော အယူရှိ၏-ဟု ဟောတော်မူ၏။

(ဝိနယပိဋက၊ မဟာဂဂ္ဂပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ ၅၆)

ပုဒ္ဓဘာသာဝင်စစ်စစ်ဖြစ်နိုင်ရန် ကံနှင့် ကံ၏အကျိုးသဘောတရားကိုလည်းကောင်း၊ အကြောင်းအကျိုး သဘောတရားကိုလည်းကောင်း လက်ခံနိုင်သူ ဖြစ်ရမည်။

၁။ ကုသိုလ်ကံ၊ အကုသိုလ်ကံ၏ အကြောင်းအကျိုးကို သိသောဉာဏ် (ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်)

၂။ ဒုစရိတ-သုစရိတ (ဒုစရိတ် သုစရိတ်) ၂ ပါးကို အခြေခံကျကျ သိသောဉာဏ်

၃။ သမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကို ကွဲကွဲပြားပြား သိထားသောဉာဏ်တို့ဖြစ်သည်။

**အဘိဓမ္မာအလိုအရ ကုသလကမ္မ (ကုသိုလ်ကံ) ဟူသည်**

ကုသလနှင့် ကမ္မကို ပေါင်းစပ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ကုသလဟူသည် အပြစ်ကင်းခြင်း စိတ်ချမ်းသာသော ကောင်းသော အကျိုးကို ပေးခြင်း လက္ခဏာရှိသည်။ ကုသလံ အနုဝဇ္ဇသုခဂိပါကလက္ခဏံ ဟု အဋ္ဌသာလိနီအဋ္ဌ ကထာတွင် ဖွင့်ဆိုထားသည်။

**ကမ္မ (ကံ) ဟူသည်**

စေတနာဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ၊ စေတယိတွာ ကမ္မံ ကရောတိ - ကာယေနဝါစာယ မနသာဟု အဋ္ဌသာ လိနီအဋ္ဌကထာ၌ ဖွင့်ပြထားသည်။

ကံဟူသည် စေတနာပါသော ကိုယ်,နှုတ်,စိတ် တစ်ပါးပါးဖြင့် ပြုလုပ်အပ်သော ပြုလုပ်အားထုတ်မှုကို ဆိုလိုသည်။ စေတနာကောင်းဖြင့်ပြုလျှင် ကံကောင်းတတ်၍ စေတနာဆိုးဖြင့် ပြုလျှင် ကံဆိုးတတ်သည်။

**ကံသုံးပါး ပြားလာပုံ**

ထိုစေတနာသည် ကာယစေတနာ(ကာယကံ)၊ ဝစီစေတနာ(ဝစီကံ)၊ မနောစေတနာ(မနောကံ) ဟူ၍ ကံသုံးပါး ပြားလာ၏။ ထိုကံသုံးပါးကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့က သီလ, သမာဓိ, ပညာဖြင့် ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာ၍ ကျင့်သုံးကြ၏။

သီလဖြင့် ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်ထိန်းကြ၏။ (တနည်းပြောရလျှင်) ကိုယ်နှုတ်ဖြင့် မကျူးလွန်။

သမာဓိဖြင့် စိတ်ကို စောင့်ထိန်းနိုင်အောင် ကြိုးစား၏။ (တနည်းအားဖြင့်) စိတ်ဖြင့် မပြစ်မှားမကျူးလွန်။

ပညာဖြင့် ကိုယ်နှုတ်စိတ်ပြုတာ မှန်သည် မမှန်သည်ကို ဉာဏ်ဖြင့် ရှုကြည့်၏။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက် ဖြစ်စေရန် အခြေပျိုးအနေဖြင့် ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံကို ခွဲခြားသိနိုင်ရန် သရဏဂုံသုံးပါးကို ကိုးကွယ်၍ သီလအကျင့်ကို ကြိုးစားလျက် ဆောက်တည်၏။ ငါးပါးသီလ, ရှစ်ပါးသီလ, ဆယ်ပါးသီလ, သာမဏေသီလနှင့် ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို (ဉာဏ်ဖြင့်) လေ့လာသင့်၏။

**အခန်း (၃)**

သီလဟူသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်အတွက် အသစ်အဆန်းမဟုတ်၊ မဂ္ဂင် (၈) ပါးတွင် ပါဝင်သည့် သီလမဂ္ဂင် (၃) ပါးတည်း။

မဂ္ဂင် (၈) ပါးတွင် သီလမဂ္ဂင် (၃) ပါးကို ကံ(၃)ပါးဟုလည်း ခေါ်နိုင်သည်။

သီလမဂ္ဂင် (၃) ပါးဟူသည် သမ္မာဂါစာ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝတို့ကို ဆိုလို၍ ၎င်းမဂ္ဂင် သုံးပါးကိုလည်း အောက်ပါနည်းအတိုင်း ထပ်မံ ခွဲခြားနိုင်သေးသည်။

၁။ ကာယကံသုံးပါး

၂။ ဝစီကံလေးပါး

၃။ မနောကံသုံးပါးပင် ဖြစ်သည်။

**ကာယကံ သုံးပါးဟူသည်**

၁။ ပါဏာတိပါတာဝေရမဏီ (သတ်မှုမှ ရှောင်ကြဉ်မှု)

၂။ အဒိန္နာဒါနာဝေရမဏီ (ခိုးမှုမှ ရှောင်ကြဉ်မှု)

၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာဝေရမဏီ (ကာမဂုဏ်တရား မှောက်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု)

**ဝစီကံလေးပါးဟူသည်**

၁။ မုသာဝါဒါဝေရမဏီ (လိမ်ညာပြောခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု)

၂။ ပိသုကဝါစာဝေရမဏီ (အမုန်းစကားပြောခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု)

၃။ ဖရုသဝါစာဝေရမဏီ (ကြမ်းတမ်းသောစကားပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု)

၄။ သမ္ပပ္ပလာပါဝေရမဏီ (အနှစ်မပါသောစကား ပြောခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု)

**မနောကံသုံးပါးဟူသည်**

၁။ အနဘိဇ္ဈာ- (သူတပါးဥစ္စာကို မတရား ရယူလိုမှု ကင်းခြင်း) လောဘနည်းအောင် အားထုတ်ခြင်း

၂။ အဗျာပါဒ- (သူတပါးကို နှိပ်စက်လိုမှု မရှိခြင်း)ဒေါသနည်းအောင် အားထုတ်ခြင်း

၃။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ- (အယူမှန်ခြင်း) မောဟနည်းအောင် အားထုတ်ခြင်း

ဤသို့အားဖြင့် သုစရိုက် (၁၀) ပါးကို သိနိုင်သည်။ မရှောင်ကြဉ်ဘဲ တနည်းအားဖြင့် စိတ်ကို မထိန်းသိမ်းဘဲ ကျူးလွန်လျှင် ထိုသုစရိုက် ၁၀) ပါးကို ဆန့်ကျင်ဘက်အားဖြင့် ဒုစရိုက် (၁၀) ပါး အကုသလကမ္မပထတရား (၁၀)ပါးဟု မှတ်ပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်သည် သီလအကြောင်း (သုစရိုက် (၁၀) ပါး၊ ဒုစရိုက် (၁၀) ပါးအကြောင်းကို ကောင်းကောင်းသိလျှင် စိတ်ဓာတ်ခွန်အားတွေ မွေးလို့ရပါပြီ။ ဆိုလိုသည်မှာ သမာဓိ (Concentration) နှင့် ပညာ (Wisdom)ကို မွေးမြူလို့ ရပါပြီ။

မိမိစိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင် ထားနိုင်ဖို့အတွက် သမာဓိလုပ်ငန်းတွေကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ ပြုလုပ်ကြပါတယ်။ သမာဓိထူထောင်တယ်ဆိုတာ မိမိစိတ်ကလေးကို တခြားနေရာကို ထွက်မသွားရအောင် အပ္ပမာဒလို့ ခေါ်တဲ့ သတိတရားနဲ့ အလေ့အကျင့်ပေးထားတာကို ပြောတာပါ။ စိတ်တည်ငြိမ်မှုကြာလာတော့ သမာဓိတရားဆိုတာ ဖြစ်လာတယ်။ ထိုသမာဓိတရား မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာ ဖြစ်လာတော့ စိတ်တွေ ပိုပြီး တည်ငြိမ်လာတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ သွားလိုတဲ့နောက်ကို စိတ်က အမြဲမလိုက် တော့ဘူး။

ဒီအခါမျိုးမှာ သမာဓိကျင့်စဉ်တွေကို ပိုပြီးတော့ ယုံကြည်ကိုးကွယ်လာတယ်။ ဆရာတွေ သီတင်းသုံးဖော်တွေ အပေါ်မှာ ပိုမို ယုံကြည်လာတယ်။ ဆရာသမားတွေကလည်း သမာဓိတရားမှာ ယုံကြည်လာတဲ့ တပည့်ကို ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ၊ မေတ္တာဘာဝနာ၊ အသုဘဘာဝနာ၊ မရဏနုဿတိ ဘာဝနာ စသည်တွေကို သမာဓိတိုးတက်အောင် ပိုပြီး ဖြန့်ဝေပေးလာတယ်။ ဒီကမ္မဋ္ဌာန်း (၄) မျိုးကို ကိုယ်စောင့်ကမ္မဋ္ဌာန်း (၄) မျိုး (စတုရာရက္ခဘာဝနာ) လို့ သိကြပါတယ်။ ဗုဒ္ဓစာပေမှာ ကျင့်ပုံကျင့်နည်းတွေက များစွာ ရှိပါတယ်။ ဆရာသမား တစ်ဦးဦးဆီမှာ လေ့လာသင်ယူနိုင်ပါတယ်။

ဒီလိုလုပ်ပေးတာကို Buddhist ethics ရှုထောင့်က ကြည့်လျှင် သမာဓိထူထောင်တယ်လို့ ပြောလိုရပါတယ်။ မိမိစိတ်မှာ သမာဓိထူထောင်ပေးခြင်းအားဖြင့် မိမိမှာ အပြစ်အနာဆာတွေ၊ ချို့ယွင်းချက်တွေ၊ အားနည်းချက်တွေကို တွေ့ရပေလိမ့်မယ်။

သမာဓိတရားနဲ့ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေတာတွေကို ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကွယ်မပုက် ပြောပေလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ သမာဓိတရားကို ကြိုးစားပြီး ထူထောင်ကြတယ်။

### အခန်း (၄)

#### ဘာဝနာအလုပ်နှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ပညာစခန်းရောက်လာပြီး ဘာဝနာအလုပ်ကို ကြိုးစား ကြတယ်။ (ဘာဝနာအလုပ်ကို အချို့ ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ကြတယ်။) ယခုခေတ်စကားနှင့် ပြောရလျှင်

ဘာဝနာမှာ (၂) မျိုးရှိတယ်။

၁။ သမထဘာဝနာ (သမာဓိကို ထူထောင်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း)

၂။ ဂိပဿနာဘာဝနာ (ပညာကို ထူထောင်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း)

#### သမထဘာဝနာဖြင့်

သမာဓိဖြစ်အောင် ကြိုးစားထူထောင်တယ်။ ထိုသမာဓိဖြင့် ပဌမဈာန်ရအောင်၊ ဒုတိယဈာန်ရအောင် စသည်ဖြင့် သမာပတ် (၈) ပါး ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားမယ်။ ပဉ္စမဈာန်ရထားပြီဆိုရင်တော့ တန်ခိုး အဘိဉာဏ် တွေပါ တချို့ ရနိုင်ပါတယ်။ အဘိဉာဏ်တရားက ဒီနေရာမှာ (၆) မျိုးရှိပါတယ်။ (အဘိဓမ္မာကျမ်းစာတွေမှာ ရှာဖွေကြည့်ရှု နိုင်ပါတယ်။)

ဝိပဿနာဘာဝနာဖြင့်

ဉာဏ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားထူထောင်တယ်။ မြန်မာပြည်မှာ ရှိကြသော ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတော် ဆရာတော် ကြီး ခပ်များများသည် ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းကို (အချိန်မရ၍) တိုက်ရိုက်ပြသတော်မူကြသည်။

ဝိပဿနာဆိုတာ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ သဘောတရားတွေကို ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် သဲသဲကွဲကွဲ သိမြင် အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း။ (ဝိ- အမျိုးမျိုး၊ ပဿနာ - ဉာဏ်ဖြင့် ရှုမြင်ခြင်း)

ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် (၁၀) ပါးရှိကြောင်း အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းအရ သိနိုင်ပါသည်။မြန်မာပြည်ရှိ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတော် အများစုသည် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကို အခြေခံ၍ ဝိပဿနာဉာဏ် (၁၆) ပါးရှိကြောင်း ဖော်ပြကြသည်။

(ဉာဏ်စဉ် (၁၀) ပါးကို အဘိဓမ္မာကျမ်းများ၌ ရယူပါလေ)

ဉာဏ်စဉ် (၁၀) ပါး ဆုံးသောအခါ ထိုဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကို အပြောင်းအလဲမရှိသော ဗုဒ္ဓဘာသာ ဝင် (သို့မဟုတ်) စာသုံးပေသုံး ကျမ်းဂန်သဘောအရ ခန့်ညားအောင် သုံးသော် “သောတာပန် အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်” ဟု ခေါ်ဆိုကြသည်။

သမထဘာဝနာဖြင့် အာနာပါနကို ဖြစ်စေ၊ ကသိုဏ်းနိမိတ်ကို ဖြစ်စေ၊ ဓာတ်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဖြစ်စေ၊ သမာဓိ ထူထောင်ပြီး ထိုသမာဓိဖြင့် ပထမဈာန် ဒုတိယဈာန်စသည်ကို ရရှိပြီး၊ ဈာန်အားလျော်စွာ ဈာန်ဘုံများသို့ ရောက်ရှိ ပြီး ဗြဟ္မာအသီးသီး ဖြစ်ကြသည်။ သမထဘာဝနာမျှဖြင့် သံသရာမှ လွတ်မြောက်ပြီး သံသရာချုပ်ငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန် သို့ မရောက်နိုင်ဟု ကျမ်းဂန်များ၌ ပြဆိုထားသည်။

ဝိပဿနာဘာဝနာဖြင့်ကုရိယာပုထ် (၄) ပါးကို မျှတစေလျက်အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဖြစ်စေ၊ ဓာတ် ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဖြစ်စေ၊ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းကိုဖြစ်စေ ကြိုးစားအားထုတ် ဖြည့်ကျင့်၍ မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်, သံသရာ ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရာအမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ရှိနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်ရန်သဒ္ဓါ, ဝီရိယ, သတိ, သမာဓိ, ပညာဟူသော မဆုတ်မနစ်သော ဤတရား (၅) မျိုးကို အလိုရှိသည်။

သတိကို အပ္ပမာဒတရားဟူ၍ ကျမ်းဂန်များ၌ ဖော်ပြသည်။

## အခန်း (၅)

### ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်းနီးပါး သံသယဖြစ်နေသော သစ္စာ (၂) ပါး

သစ္စာသည် သမ္မုတိသစ္စာနှင့် ပရမတ္ထသစ္စာဟူ၍ (၂) မျိုး ရှိသည်။

သမ္မုတိသစ္စာနှင့် ပရမတ္ထသစ္စာသဘောတရားများကို သဲသဲကွဲကွဲ နားမလည်သေးလျှင် စစ်မှန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး (သို့မဟုတ်) သောတာပန်အရိယာပုဂ္ဂိုလ် မဖြစ်နိုင်သေးပေ။ ယင်းသို့ နားမလည်ကြသေး၍ “ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ” ဆိုတဲ့ ယူဆချက်တွေ၊ အသက်ကောင် ဝိညာဏ်ကောင်ဆိုတဲ့ ယူဆချက်တွေဟာ ရှိနေမြဲ ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

သမ္မာဒိဋ္ဌိဟူသည် မှန်မှန်ကန်ကန် သိမြင်သောဉာဏ် ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ယောက်ျားမှာလည်း ရုပ်နာမ် (၂) ပါးမျှသာ ရှိခြင်း၊ မိန်းမမှာလည်း ရုပ်နာမ် (၂) ပါးမျှသာရှိခြင်းဟု သိမြင်သောဉာဏ်ကို ဆိုလိုသည်။ လောက လူအများစုသည် အသက်ကောင်ရှိ၏ ဝိညာဏ်ကောင်ရှိ၏ဟု အတ္တအယူအဆကိုထင်မြင်ယူဆကြသည်။ ဤယူဆချက်သည် ဗုဒ္ဓဘာသာသဘောတရားအရ မှန်ကန်သော ထင်မြင်ယူဆချက် မဟုတ်ပေ။

### သမုတိသစ္စာဟူသည်

အများသဘောတူ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အသိပညာတွေ၊ ယောက်ျား မိန်းမခွဲခြားထားမှုတွေ၊ လူတွေသတ်မှတ် သမုတ်ထားတဲ့ အမှန်တရားတွေ၊ သီအိုရီတွေ၊ ဒီဂရီတွေ ဒါမျိုးတွေဟာ သမုတိသစ္စာတွေချည်းပါပဲ။ ဥပမာ မိန်းမကို သမုတိသစ္စာအနေနှင့် ကြည့်လျှင် Gender အနေနှင့် မိန်းမဟု မြင်မည်ဖြစ်သည်။ ယင်းအမြင်သည် သမုတိသစ္စာအနေနှင့် မှန်ကောင်းမှန်နိုင်သော်လည်း ပရမတ္ထသစ္စာအနေနှင့် ကြည့်လျှင်မူ “ရုပ် နာမ် (၂) ပါးမျှသာရှိသည်” ဟု မြင်နိုင်သည်။

ပရမတ္ထသစ္စာဟူသည် ယောက်ျား မိန်းမစသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ပညတ် သတ်မှတ်ထားသော သမုတိသစ္စာ (လောကသစ္စာ) ကို ကျော်လွန်၍ တည်ရှိသော မှန်ကန်သော အရှိတရားကို ဆိုလိုသည်။

ထို့ကြောင့်ယောက်ျား+မိန်းမဟူသော အမြင်သည် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိရှုထောင့်မှ ကြည့်လျှင် ယောက်ျား+မိန်းမ သမ္မုတိသစ္စာဖြစ်ပြီး သမ္မာဒိဋ္ဌိရှုထောင့်မှ ကြည့်လျှင်မူ ရုပ်နာမ်အစုဟုရှုမြင်သော ပရမတ္ထသစ္စာအနေနှင့် ထင်ရှားလာ၏။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်အတွက် “ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ အသက်ကောင်၊ ဝိညာဏ်ကောင်ကို ခွဲခြားပြီး ဉာဏ်ဖြင့်သိနိုင်ရန်



၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ

၂။ သမုတိသစ္စာနှင့် ပရမတ္ထသစ္စာ တို့ကို ကွဲကွဲပြားပြား သိထားဖို့ လိုအပ်ပါသည်။

ထိုအတွက် အကျင့်စခမ်းများ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းတိုက်များ ကမ္ဘာအနှံ့ ပေါ်ထွန်းလာပါသည်။  
ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက် ဖြစ်ရန်အတွက် အရည်အချင်းများစွာ မလိုအပ်ပါ။

(၁) ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ မိဘ၊ ဆရာသမားတို့၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို သိဖို့လိုသည်။

(၂) သရဏဂုဏ်၊ သီလဆောက်တည်နည်းကို သိဖို့လိုသည်။

(၃) ကံ၊ ကံ၏အကျိုးပေးမှုကို သိဖို့လိုသည်။

(၄) သုစရိုက် (၁၀) ပါး၊ ဒုစရိုက် (၁၀) ပါးကို ကွဲကွဲပြားပြား သိထားဖို့လိုသည်။

(၅) သမုတိသစ္စာနှင့် ပရမတ္ထသစ္စာကို ကွဲကွဲပြားပြား သိထားဖို့လိုသည်။

ဤမျှလောက်ဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ လုံလောက်ပါပြီ။

ချမ်းသာစွာ အိပ်စက်နိုင်ကြပါစေ  
အရှင်ဓမ္မပိယ (ငါးကျမ်းပြန်)

နောက်ဆက်တွဲ အမေးအဖြေကဏ္ဍ

အခန်း (၁)

- ၁။ မည်သည့်သဘောတရားသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကို/သူတပါးကို/မိမိသူတပါး နှစ်ဦးစလုံးကို အပြစ်တင် အပြစ်မြင် တတ်ပါသနည်း။
- ၂။ သင်္ခါရ (၃) မျိုးတွင် ဗြဟ္မာ့ဘုံသို့ ရောက်စေနိုင်သော သင်္ခါရကို ဖော်ပြပါ။
- ၃။ အနတ္တ၏ အဓိပ္ပါယ်ကို အဘယ်သို့ ဖွင့်ဆိုမည်နည်း။

အခန်း (၂)

- ၁။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်လာ အနုလောမပါဠိကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖော်ပြပါ။
- ၂။ သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ဖော်ပြပါ။
- ၃။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်သဘောတရားကို အဘယ်သို့ ဖွင့်ဆိုမည်နည်း။

အခန်း (၃)

- ၁။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ လက်ခံယုံကြည်ထားသော သုစရိုက်တရား (၁၀) ပါးကို ဖော်ပြပါ။
- ၂။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် သမာဓိကို အရေးကြီးသည်ဟု အဘယ်ကြောင့် လက်ခံယုံကြည်ပါသနည်း။
- ၃။ ကိုယ်စောင့်ကမ္မဋ္ဌာန်း (၄) မျိုးဟူသည်မှာ အဘယ်နည်း။

အခန်း (၄)

- ၁။ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်သို့ ဆိုက်ရောက်ပုံ (သောတာပန်ဖြစ်ပုံ) ကို ဖော်ပြပါ။
- ၂။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် သမထဘာဝနာနှင့် ဝိပဿနာဘာဝနာတို့၏ ထူးခြားကွဲပြားမှုကို အဘယ်သို့ လက်ခံယုံကြည်ကြပါသနည်း။
- ၃။ နိဗ္ဗာန်ကို အဓိပ္ပါယ်အမျိုးမျိုး ဖွင့်ဆိုကြရာ သင့်အနေဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မည်ကဲ့သို့ နားလည်ပါသနည်း။

## အခန်း (၅)

၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၏ ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပါယ်ကို ဖော်ပြပါ။

၂။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်သည် သမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကို ခွဲခြားသိမြင်ရန် အဘယ့်ကြောင့် လိုအပ်ပါသနည်း။

၃။ သမုတိသစ္စာနှင့် ပရမတ္ထသစ္စာကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်မှုသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာရန်အတွက် အဘယ့်ကြောင့် အရေးပါသည်ဟု ထင်မြင်ပါသနည်း။