



ဝေဠာအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၉၉)

# သုံးပါးရတနာ ကိုးကွယ်ရာ

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ  
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

## မှတ်တမ်း

၁၃၇၄ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း (၁၄)ရက်၊ ၂၄-၂-၂၀၁၃ တနင်္ဂနွေနေ့၊  
စစ်ကိုင်းတိုင်း ဒေသကြီး မုံရွာမြို့၊ နန္ဒဝန်ရပ် သဒ္ဓမ္မဇောတိက  
သုဗောဓာရုံကျောင်းတိုက်အတွင်း ဆင်ယင်ကျင်းပ ပြုလုပ်အပ်သည့်  
အဂ္ဂဝိသိဋ္ဌိရဏပူဇာနှင့် သဒ္ဓမ္မ ဇောတက ဓမ္မာရုံတော်ကြီး ရေစက်ချ ကံထပ်  
အလှူတော်မင်္ဂလာ ဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားဝယ် ဟောကြား အပ်သော  
"သုံးပါးရတနာ ကိုးကွယ်ရာ" တရားဒေသနာတော်။

\* \* \*

"သုံးပါးရတနာ ကိုးကွယ်ရာ"တဲ့။ လောကမှာ ကိုးကွယ်ရာအဖြစ် မိမိတို့ ယုံကြည်ရာ ဘာသာ တရားအားလျော်စွာ ကိုးကွယ်နေကြတာများအပြားရှိတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင် တို့ကတော့ ရတနာသုံးပါးကို ကိုးကွယ်တယ်လို့ ဒီလိုဆိုတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ အနေနဲ့ သုံးပါးရတနာ ကိုးကွယ်ရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မိမိတို့ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်နေတဲ့ ရတနာသုံးပါးအကြောင်း အလေးအနက်သိရှိဖို့ လိုအပ်တယ်။

လောကမှာ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်မှုတွေ အလွန်များတယ်။ မိမိတို့ ယုံကြည်ရာ ဘာသာ တရား အားလျော်စွာ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြတဲ့အထဲမှာ သုံးမျိုးသုံးစား ကိုးကွယ်ကြတဲ့နေရာမှာ ဟိန္ဒူဘာသာဝင်တွေကိုးကွယ်တာ သုံးမျိုးရှိတယ်။ သုံးမျိုးက ဘာလဲလို့ဆိုရင် ဗြဟ္မာရယ်၊ ဗိဿနိုး ရယ်၊ သီဝရယ်၊ နတ်ဘုရားသုံးဖြစ်တယ်။ သူတို့ ကိုးကွယ်တာလည်း အဓိကအားဖြင့် ဒီသုံးမျိုးပဲ ကိုးကွယ်တာ။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဟိန္ဒူဘာသာကို ယုံကြည်ကိုးကွယ်ကြတဲ့ ဘာသာဝင်တွေဟာ သူတို့ရဲ့ သင်္ကေတ အမှတ်အသားက "ဥုံ" ဆိုတဲ့ စာလုံးလေးဖြစ်တယ်။ အိန္ဒိယစာလုံးနဲ့ ရေးထား တဲ့ "ဥုံ"ဆိုတဲ့ စာလုံးလေးကို အဆောင်အဖြစ် အသုံးပြုပြီး ရေးထားကြတယ်။

အဲဒီ ဥုံဆိုတာ နတ်ဘုရားသုံးဆူကို ကိုယ်စားပြုတဲ့ အက္ခရာ သုံးလုံးပဲ။ ဒါကို မသိတော့ လူတွေက လိုက်ပြီးတော့ ဥုံကိုရွတ်နေကြတာ။ ဒါလည်း သတိထားစရာပဲ။ ဥုံဆိုတာ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ မဆိုင်ဘူးလို့ ဒီလိုမှတ်ထားရမယ်။ ဥုံပဲဖြစ်ဖြစ် ဩောင်းပဲဖြစ်ဖြစ် အသံထွက်အမျိုးမျိုးထွက်တယ်။ ဗဟုသုတအနေနဲ့ ပြောရမယ်ဆိုရင် ဥုံဆိုတဲ့စကားလုံးဟာ အ - အက္ခရာရယ်၊ ဥ-အက္ခရာရယ်၊ မ- အက္ခရာရယ် အဲဒီ သုံးလုံးကိုပေါင်းရွတ်တာ။ အိမ်ရောက်တဲ့အခါ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပေါင်းရွတ်ကြည့်၊ ဒီသုံးလုံးဟာ ဘယ်အသံထွက်လာလဲဆိုတာ။ အ၊ ဥ၊ မ အဲဒီသုံးလုံးကို ပေါင်းထွက်တယ်ဆိုလို့ရှိ ရင် အုမ်(ဥုံ)ဆိုတဲ့ အသံထွက်တယ်။

အဲဒါ အ-ဆိုတာ ဗြဟ္မာကို ရည်ညွှန်းပြီးရွတ်တာ၊ ဥ-ဆိုတာ သူတို့အခေါ် ဗိဿနူ၊ ဗမာတွေ ခေါ်တာက ဗိဿနိုး၊ ဗိဿနူ ဆိုတာ နောက်က ဥ-ဆုံးတယ်။ ဗိဿနိုးနတ်ကို ရည်ညွှန်းပြီးတော့ ရွတ်တာ၊ မ-ဆိုတာက ဗမာတွေ အသိအခေါ်က သိဝ၊ သူတို့အခေါ်က သျှိဗမ်ဆိုတဲ့နတ်၊ နောက်က မ-အက္ခရာအဆုံးရှိတယ်။ အဲဒီ နတ်ဘုရားတွေကို ကိုယ်စားပြုပြီးတော့ ရွတ်တာ။ ဒါကြောင့်မို့ ညွှဆို တဲ့ စကားလုံးဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေနဲ့ မဆိုင်တဲ့ စကားလုံးဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် မရွတ်သင့်ဘူး လို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်။

ခရစ်ယာန်တွေကလည်းပဲ သူတို့ ကိုးကွယ်တာ trinity လို့ခေါ်တယ်။ သူတို့လည်း သုံးခုပဲ၊ God ဆိုတဲ့ father ရယ်၊ သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်ရယ်၊ သားတော်ရယ် ဆိုပြီးတော့ ဒီသုံးခု trinity ဆိုပြီးတော့ ကိုးကွယ်တာပဲ။ ကမ္ဘာမှာ ဘာသာရေးတွေ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခပ်ဆင်ဆင်ပဲ အယူ အဆလေးတွေ နီးစပ်ကြတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တွေကတော့ အဲဒီ ကောင်းကင်ဘုံက ဘုရားတွေနဲ့လည်း မသက်ဆိုင်ဘူး၊ ဘာကို ကိုးကွယ်တာတုန်းဆိုတော့ ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ သံဃ လို့ဆိုတဲ့ ရတနာသုံးပါးကို ကိုးကွယ်တယ်။ ကိုယ်ကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာရဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ကိုယ်တိုင်သိရှိ နားလည် ပြီးတော့မှ ကိုးကွယ်တာကောင်းတယ်။ ကိုးကွယ်ခြင်းရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကိုလည်း နားလည်ဖို့ အရေး ကြီးပါတယ်။

မိရိုးဖလာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက အများလုပ်လို့ လိုက်လုပ်ကြတဲ့ အနေအထားက များတယ်။ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် စဉ်းစားပြီးတော့မှ အလေးအနက်ထားပြီးလုပ်တာ နည်းတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မိမိတို့ဘဝမှာ သာမန်အနေအထားနဲ့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်မှု မပြုကြဘဲနဲ့ အလေးအနက် ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး စိတ်ထဲမှာ ကျေနပ်မှ ကိုးကွယ်တာကောင်းတယ်။ အဲဒီ လို မဟုတ်လို့ရှိရင် ကိုယ့်ကိုးကွယ်မှုက လေးနက်မှုမရှိဘူး။ လေးနက်မှု

မရှိသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ချို့ မြန်မာလူမျိုးတွေရဲ့ အိမ်မှာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာဆိုတာတင်မကဘူး။ တစ်ခြားနတ်တွေပါ ရောက်လာကြတယ်။ အဲဒါဟာ အလေးအနက်မရှိလို့ ဒီလိုဖြစ်လာတာလို့။

ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်မှုဆိုတဲ့ ကိစ္စမှာ ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်း ရှင်းရှင်း လင်းလင်း နားလည်ဖို့လိုတယ်။ ဘုရားကိုးကွယ်တာ ဘာအတွက် ကိုးကွယ်သလဲ၊ မြတ်စွာဘုရား သခင်ကိုယ်တော်မြတ်က ဟောတယ် "သုခေါ ဗုဒ္ဓါန မုပ္ပါဒေါ" လောကမှာ ဗုဒ္ဓလို့ခေါ်တဲ့ အမှန်တရားသိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ပေါ်ထွန်းတာဟာ သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာဖို့အတွက်ပဲ။ ဘယ်လိုချမ်းသာဖို့ အတွက် ဖြစ်လာသလဲလို့ဆို အဲဒီ ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က သတ္တဝါတွေ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်ကင်းပြီး ချမ်းသာသုခရအောင် တန်ခိုးတော်နဲ့ မ, စကယ်တင်သလားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး၊ လောကကြီးမှာ မ, စကယ်တင်ဖို့ ဖြစ်နိုင်သလား မဖြစ်နိုင်ဘူးလားဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်၊ တစ်ခြားဟာတွေမကြည့် နဲ့ ကိုယ့်သားသမီးတောင် ကိုယ် မ, လို့ရတာ မှ မဟုတ်တာ၊ ကိုယ်လုပ်ချင်တိုင်းလုပ်လို့မရဘူး၊ မ, စလို့ မရဘူး။ ကိုယ့်သားသမီးကို ပညာတတ်ကြီးဖြစ်အောင် လုပ်ပေးနိုင်တာမှ မဟုတ်တာ။ ကိုယ် လုပ်ပေးနိုင်တာက အကြောင်းတစ်ခုကို ဖန်တီးပေးရုံမျှသာဖြစ်တယ်။ သားသမီးပညာတတ်ကြီး ဖြစ်အောင် မိဘတွေက ဘာလုပ်ပေးရလဲ၊ ကျောင်းကောင်းကောင်းထားပေးတယ်၊ ဆရာ ဆရာမ ကောင်းကောင်းထံ အပ်နှံပေးတယ်၊ ဒါပဲ။ သားသမီးလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားမှ ပညာ တတ်ဆိုတာ ဖြစ်တာ။ ဒါဟာလောကမှာ လက်တွေ့ကျတဲ့ အရာဖြစ်တယ်။ အဲဒီ လို လက်တွေ့ ကျတဲ့ အရာတစ်ခုကို မျက်နှာလွှဲပြီးတော့ အရာခပ်သိမ်းတန်ခိုးရှင်က မ, လိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်တာ ကတော့ အသိဉာဏ်နည်းပါးတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို ဖော်ပြနေတာပဲ။

မဖြစ်နိုင်တာ တစ်ခုကို ယုံကြည်တာဟာ မှန်ကန်မှုမရှိဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်က "ဟိတေ ပဝတ္ထနေန အဟိတာစ နိဝတ္ထနေန

သတ္တာနံ ဘယံ ဟိံသတိ ဗုဒ္ဓေါ"လို့ စာပေကျန်းဂန်မှာဆိုတဲ့အတိုင်း မြတ်စွာဘုရားကို ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ဘာကြောင့်ကိုးကွယ်ရ သလဲ ဆိုတာကို စဉ်းစားကြည့်မယ်။  
ဘုရား ကိုးကွယ်တာ ဘာဖြစ်လို့ ကိုးကွယ်လဲ၊ နတ်ကိုးကွယ်တာ ဘာဖြစ်လို့ ကိုးကွယ်လဲဆိုကြည့်လေ၊ နတ်ကိုးကွယ်တဲ့လူက အရှင်ကြီး မ၊ တော်မူပါလို့ လာတာလေ၊ မ၊ စ တာခံချင်တာ။ စီးပွားဥစ္စာ တိုးတက်အောင် မ၊ စပါ။ ဘေးရန် အန္တရာယ်ကင်းအောင် မ၊ စပါ။ ဒီလို ချမ်းသာသုခ မျှော်ကိုးပြီးတော့ လက်ရှိဘဝမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အနေအထားထက် ပိုပြီးတော့ တိုးတက်လာအောင် အားကိုး ယုံကြည်ပြီးတော့ ကိုးကွယ်တာ၊ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တာ အဲဒီ အဓိပ္ပာယ်မျိုး မဟုတ်ဘူး။

\*

လောကလူသားတွေ နတ်ကို ကိုးကွယ်လာတဲ့ အချိန်တုန်းက နတ်ရဲ့ အမေ အ၊ စ၊ နတ်ရဲ့ အကူအညီကို ယူပြီးတော့ ချမ်းသာချင်တယ်၊ ကြွယ်ဝချင်တယ်၊ ဘေးရန် အန္တရာယ်တွေ ကင်းချင်တယ်၊ ဒီရည်ရွယ်ချက်တွေနဲ့ လုပ်နေကြတာလေ။ တကယ်တော့ ရသလား ဆိုတော့ မရဘူး မရနိုင်ဘူး၊ အကြောင်း အကျိုး ညီညွတ်လို့ မိမိရဲ့ ကုသိုလ်ကံအားလျော်စွာ ဖြစ်နေတာကို တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ နတ်ကမ၊ တယ်လို့ လူတွေက အထင်ရှိကြတယ်၊ ဒါမျိုးက ဖြစ်တတ်တယ်၊ သူ့ အကြောင်းနဲ့သူ့ဟာသူ ဖြစ်လာတာကို တစ်စုံတစ်ယောက်က ကိုယ့်ကိုမ၊ တယ်လို့ ဒီလိုထင် လာတယ်။ တစ်ကယ်တော့ နတ်ဆိုတာလည်း သတ္တဝါတစ်ဦးမျှသာ ဖြစ်တယ်။ သူ့ကံအရ သူဖြစ်လာတာ၊ သူကိုယ်တိုင်က အကုန်လုံး ဘယ် မ၊ နိုင်မလဲ၊ လူတောင်မှ လူလူချင်း အကုန်လုံး မ၊ မနိုင်တာ၊ မ၊ နိုင်တဲ့အတိုင်းအတာမရှိဘူးလားဆိုတော့ ရှိပါတယ်၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ သင်္ဂဟတွေက ကိုယ့်ကို မ၊ မဘူးလားဆိုတော့ ငွေကြေးမရတဲ့အခါ ချေးငှားတယ်၊ ဒါ မ၊ တာပဲ၊ ဒီလိုတော့ လုပ် လို့ရတာ ပေါ့၊ အစစအရာရာ ကြီးပွားတိုးတက်အောင် လုပ်ပေးတယ်ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

နောက်ဆုံးမှာ လုံးဝမဖြစ်နိုင်တာကျတော့ ဒီဘဝက နေပြီးတော့ ကောင်းရာသုဂတိဘုံ ရောက်အောင် ဆိုတာကတော့ လုံးဝမဖြစ်နိုင်ဘူး၊ အသိဉာဏ်တစ်ခုခု ရအောင်ဆိုတာလည်း လုံးဝ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားမှ၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် သင်ယူမှသာ အသိဉာဏ်ဆိုတာ ဖြစ်လာ တယ်။ ကုသိုလ်ရအောင်လည်း မိမိ ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားမှ ကုသိုလ်ဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဘုရားကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဘုရားကိုးကွယ်တယ် ဆို့တဲ့နေရာမှာ ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု၊ အတိုင်းအတာတစ်ခု အတိုင်း ကိုးကွယ်ကြရမှာဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ အတိုင်းအတာ တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် မြတ်စွာဘုရား ကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ပါတယ်ဆိုတာ ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့

ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်တာလဲလို့ဆို မြတ်စွာဘုရားသည် မကောင်းတဲ့အရာက ငါ့ကို  
တားမြစ်ပြီး ကောင်းတဲ့အရာတွေကို လမ်းညွှန်ပြ လိမ့်မယ်။ အဲဒီ မြတ်စွာဘုရားထံက  
အဆုံးအမရလို့ရှိရင် ငါ့ကိုယ်တိုင် ကောင်းတာတွေလုပ်ခြင်းဖြင့်  
ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေရမယ်လို့ ဘုရားဆီက လမ်းညွှန်မှု အဆုံးအမ ရရှိဖို့အတွက်  
ဘုရားကို ကိုးကွယ်ရတာ ။အဲဒီ ထက်ပိုတဲ့ ကိုးကွယ်မှုတွေက မှန်ကန်တဲ့  
ကိုးကွယ်မှုလို့ မဆိုနိုင်ဘူး။ မြတ်စွာ ဘုရားရှင်ဆီက ရချင်တာ ဘာလဲဆို  
အဆုံးအမပဲဖြစ်တယ်။ တန်ခိုးတော်နဲ့ မ, စမှာကို ရချင်တယ် ဆိုရင်တော့  
ဘယ်သောအခါမှ ရလာမှာ မဟုတ်ဘူး။

သို့သော် ဘာသာတရား ကိုးကွယ်ယုံကြည်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ  
တော်တော်များများဟာ ဘုရားသခင်ရဲ့ တန်ခိုးတော်ကို စောင့်မျှော်နေကြတဲ့  
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကမ္ဘာလောကမှာ အများဆုံးပဲ။အဲဒီ လို စောင့်မျှော်ရင်း  
စောင့်မျှော်ရင်းနဲ့ပဲ ဆင်းရဲတွင်း နစ်သွားကြတာအများကြီးပဲ။ ဘယ်သော  
အခါမှလည်း လာကယ်တင်မှာမဟုတ်ဘူး။ ကယ်တင်မှုဆိုတာ မိမိသန္တာန်မှာ  
ဖြစ်လာတဲ့ ကုသိုလ် တရားသာလျှင် ကိုယ့်ကို ကယ်တင်နိုင်တဲ့ တရားဖြစ်တယ်။ အဲဒီ  
သဘောတွေကို ဆင်ခြင်စဉ်းစား ကြည့်ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင်တို့အနေနဲ့  
မှန်ကန်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ မှန်ကန်တဲ့ ကိုးကွယ်မှုရှိဖို့ အင်မတန်မှ  
အရေးကြီးပါတယ်။

ကိုးကွယ်တယ်ဆိုတာ မိမိသန္တာန်မှာ ကျရောက်လာနိုင်တဲ့  
ဘေးရန်အန္တရာယ်တွေကို ဖယ်ရှားပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့  
ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေအတွက် လမ်းညွှန်မှုပြုကာ၊ အဲဒီ လို ပြုနိုင်သည့်  
အတွက်ကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို အားကိုးတယ်၊ ယုံကြည်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်။ "သုံးပါး  
ရတနာ ကိုးကွယ်ရာ" ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ထဲမယ် မြတ်စွာဘုရားကို  
ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ခြင်းဖြင့် မိမိ တို့တစ်တွေ  
ဘာတွေရသလဲလို့ဆိုရင် "လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ" ကွဲကွဲပြားပြား နားလည်



ရခြင်းဆိုတဲ့ အကျိုးဟာ ကြီးမားတဲ့ အကျိုးတစ်ခုဖြစ်တယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အနေနဲ့ လုပ်သင့်တာ လည်း မသိဘူး၊ မလုပ်သင့်တာလည်း မသိဘူး၊ မသိသည့် အတွက်ကြောင့် မလုပ်သင့်တာတွေ လုပ်မိတတ်တယ်။ လုပ်သင့်တာတွေကျတော့ မလုပ်ဘဲ နေမိတတ်တယ်။ အဲဒီ လိုဖြစ်လို့ရှိရင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ဆုံးရှုံး နစ်နာသွားနိုင်တယ်။ အဲဒီ လို ဆုံးရှုံးနစ်နာသွားမှု မရှိရလေအောင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးကြတာ၊ အဲဒီ အဆုံးအမရဖို့အတွက် ကိုးကွယ်ရတာ ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ အဲဒီ ထက် ပိုသွားတဲ့ ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်မှုဟာ မှန်ကန်တဲ့ ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်မှု မဖြစ်ဘူး။

\*