



ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၉၅)

ဘာသာပြု စွမ်းအားစု

အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

နိဒါန်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၂ ခုနှစ်၊ ကောဇသက္ကရာဇ် ၁၃၇၀ ပြည့်နှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း ၃-ရက်၊ စစ်ကိုင်းတိုင်း မုံရွာမြို့ အလယ်ရပ် ရွှေကျင်ဓမ္မာရုံကျောင်းတိုက် ဝိနယဗိမာန်တော်ကြီး အတွင်းဝယ် (၂၇)ကြိမ်မြောက် မုံရွာခရိုင် (၈)မြို့နယ်လုံးဆိုင်ရာ ရွှေကျင်နိကာယဝိနည်း စာတော် ပြန်ပွဲကြီးနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သည့် ညဦးယံဓမ္မသဘင် အခမ်းအနားဝယ် မုံရွာမြို့အလယ်ရပ် ဗိုလ်ချုပ်လမ်း ဦးဘငြိမ်းနှင့် သားသမီးများ အထည်ဆိုင် မိသားစုများဖြစ်ကြ သော ဒေါ်ညွန့်ညွန့်ဝေ၊ ဦးညဉ့်ဝင်း၊ ဒေါ်ညွန့်ညွန့်ဆွေ၊ သမီး - မသင်းထက်ဦး၊ ကိုဖုန်းကျော်မြင့်၊ မဇင်မင်းထက်၊ မမေသော်ထက်၊ မြေး မောင်ရဲရင့်အောင် မိသားစုတို့၏ အမတဒါန ဓမ္မဒါနအဖြစ် ဖြင့် ဟောကြားတော်မူအပ်သော "သာနာပြုစွမ်းအားစု" တရားဒေသနာတော်။

*

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရဲ့ သာသနာတော်ကို မှီခို ကြည်ညိုလေးစားကြတဲ့ သာသနာတော်နဲ့ ကြုံတွေ့နေကြတဲ့ တရားချစ်ခင်သူတော်စင် ပရိသတ်တို့အားလုံးဟာ သာသနာပြုဆိုတဲ့ စကားလုံး ကို ကြိမ်ဖန်များစွာကြားဖူးတယ်။ လောကမှာ သာသနာပြုဆိုတာ ဘယ်လိုမှ သာသနာပြုဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ရသလဲ၊ သာသနာပြုဆိုတာ ဘာကို ပြောတာလဲ၊ သာသနာပြုတဲ့နေရာမှာ အဓိကလိုအပ် တဲ့စွမ်းရည်တွေဟာ ဘာတွေလဲဆိုတာ သိရှိနားလည်အောင် ဒီကနေ့ ဒီတရားကို ရွေးချယ်ပြီး ဟောပြောဖို့ စိတ်ကူးတယ်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟာ သာသနာတော်ကို ဘယ်အချိန်ဘယ်လိုစတင်ပြီးတော့ တည်ထောင်ခဲ့ သလဲဆိုတာ ပြန်ပြီးကြည့်ရမယ်။ သာသနာဆိုတာ ဘာကိုခေါ်တာလဲလို့ နံပါတ်တစ်လေ့လာဖို့ လိုတယ်။ သာသနာဆိုတာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားတဲ့ တရားတော်တွေကို ရည်ညွှန်းတာဖြစ်ပေမယ့် လို့ အဓိက ဘာတွေလဲဆိုရင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတရားကို သာသနာ လို့ ခေါ်တယ်။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လို့ ခေါ် တဲ့ အလယ်လမ်းမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို သာသနာလို့ သတ်မှတ်တယ်။ ဒီထက် နည်းနည်း အကျယ်ချဲ့ကြည့် လိုက်မယ်ဆိုရင် ထိုမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးထဲမှာ အကျုံးဝင်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး၊ သမ္မပ္ပဓာန် ၄-ပါးစတဲ့ ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇-ပါး ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သာသနာပိုလို့ ဒီလိုသိဖို့လိုတယ်။

သာသနာဆိုသည်မှာ ဘုရားကျောင်းကန်တွေလို့ မအောက်မေ့နေလေနဲ့၊ ဘုရားကျောင်း ကန်တွေရှိပြီး သာသနာမရှိတဲ့နိုင်ငံတွေ အများကြီးရှိတယ်။ အဲဒီ တော့ သာသနာဆိုတဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရားကို သင်လည်း သင်ကြတယ်၊ လိုက်နာကျင့်သုံးမှလည်းရှိနေကြတယ်။ ဒါကို သာသနာတည်နေတယ်လို့ ခေါ်တယ်။

ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇ ပါးဆိုတဲ့ ဒီအနှစ်ချုပ်တရားတွေကို

ဟောကြားထားတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ရဲ့ ဒေသနာတော်တွေကို စုစည်းထားလိုက်တာ ၄၅ ဝါဟောတဲ့တရားတွေ နည်းတာမဟုတ်ဘူး။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ၄၅ နှစ်တာကာလပတ်လုံး မရပ်မနား ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ ဒေသနာတွေဟာ ဒီကနေ့ အနှစ်ချုပ်ပြီး မှတ်တမ်းတင်တာသည်ပင်လျှင် စာမျက်နှာပေါင်းလေးသောင်းခန့်ရှိတယ်။ ပိဋက အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင် ပိဋကသုံးပုံလို့ ပြောရမှာပေါ့နော်။ သုတ္တန္တလို့ ခေါ်တဲ့တရားက တစ်ပုံ၊ သုတ္တန္တ (သုတ္တ)ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ guide line ပေးတာတွေကို ခေါ်တာ၊ မြတ်စွာဘုရားက တရားဓမ္မကို ဘယ်လိုကျင့်သုံးရတယ်၊ သီလ ဘယ်လိုဆောက်တည်ရတယ်၊ ဒါန ကောင်းမှု ဘယ်လိုလုပ်ရတယ်၊ ဘာဝနာကောင်းမှု ဘယ်လိုကျင့်သုံးရတယ်ဆိုတာ နည်းစနစ် တွေ guide line တွေပေးတဲ့ ဒေသနာမျိုးကို သုတ္တန္တ လို့ခေါ်တယ်။

မူရင်း သုတ္တ ဆိုတဲ့ စကားလုံးက ရှေ့တန်းက သစ်စက်ကြီးတွေ မပေါင်ခင်တုန်းက သစ်တုံး ကြီးတွေကို လွှန့်ဆွဲကြရတယ်။ သစ်တုံးကြီးတွေကို လွှန့် ဆွဲပြီးတော့ ခွဲတဲ့အခါမှာ လွှသမားတွေ အသုံးပြုတဲ့ တံမျဉ်းချည်ဆိုတာရှိတယ်။ ချည်ကို အနက်ရောင်ဆိုးထားပြီးတော့ ဟိုဘက်ဒီဘက် အစနစ်ဖက် ကိုင်ထားပြီး မိမိတွဲ ခွဲစိတ်မယ့်နေရာကို မျဉ်းတားတဲ့အနေနဲ့ တံမျဉ်းကြိုးဆိုတာ ရိုက်ရတယ်။ အဲဒီ လို ရိုက်ပြီးတော့ အဲဒီ မျဉ်းသားထားတဲ့အတိုင်း သစ်လုံးကြီးကို ခွဲတာ၊ သုတ္တ ဆိုတဲ့ စကားလုံးက လွှသမားတွေ အသုံးပြုတဲ့ တံမျဉ်းကြိုးနဲ့ အလားတူတယ်တဲ့။ ဒါနကောင်းမှု ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်၊ သီလဘယ်လိုဆောက်တည်ရမယ်၊ ဘာဝနာကောင်းမှု ဘယ်လိုပြုရမလဲလို့ နည်းစနစ်တွေပေးထားသလို guide line ပေးထားတဲ့ဒေသနာတော်တွေကို သုတ္တန္တလို့ ခေါ်တာ၊ မြန်မာလူမျိုးတွေက သုတ္တန္တကို အလွယ်တကူ သုတ်လို့ ခေါ်လိုက်တယ်။ ဒါက ပိဋကတစ်ပုံပေါ့။

နောက်ရဟန်းတော်တွေကို စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနဲ့အညီ လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ ဥပမာမယ်- ရှင် သာမဏေဝတ်တဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုဝတ်ရမယ်။

ရှင်ပြုပေးတဲ့အခါ လယ်လိုရှင်ပြုပေးရမယ်၊ ရဟန်း ခံပေးတဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုရဟန်းခံပေးရမယ်၊ ရှင်ရဟန်းဖြစ်လာလို့ရှိရင် ဘယ်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေနဲ့အညီ နေရမယ်လို့ ဝိနည်းဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ရဟန်းတွေလိုက်နာရမယ့် စည်းမျဉ်း စည်းကမ်းတွေ၊ ကိုယ်နှုတ်ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမတဲ့ဒေသနာကို ဝိနယလို့ ဃောတယ်၊ ဝိနယ ဆိုတာ အဆုံးအမ စည်းမျဉ်းဥပဒေ၊ အဲဒါကို မြန်မာလို ဝိနည်းလို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီ ဝိနည်းတွေ မမေ့ရအောင် ဒီကနေ့ ဝိနည်းစာပြန်ပွဲတွေ ကျင်းပပြီး သာသနာပြုလာတဲ့ (၂၇)ကြိမ်မြောက်ရှိပြီ၊ မုံရွာခရိုင် (၈)မြို့နယ်လုံးဆိုင်ရာ ဝိနည်းစာပြန်ပွဲကြီးတွေမှာ နှစ်စဉ်နှင့်အမျှ ကျင်းပတာ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ရဟန်းခံသံဃာတွေ လိုက်နာကျင့်သုံးရမယ့် စည်းမျဉ်းစည်း ကမ်းတွေ ပျောက်ပျက်မသွားရအောင်လို့ပဲ ဖြစ်တယ်။

ပျောက်ပျက်မသွားအောင် လယ်လိုထိန်းရမလဲဆိုလို့ရှိရင် နံပါတ် (၁)သင်ယူခြင်း၊ နံပါတ် (၂)သိထားတဲ့အတိုင်း ကျင့်သုံးခြင်း၊ ဒီနှစ်ခုနဲ့ သွားရမယ်၊ သင်ယူခြင်းနဲ့ ကျင့်သုံးခြင်း၊ theoretical နဲ့ practical ပေါ့၊ လက်တွေ့ကျင့်သုံးတာလည်း ပါရမယ်၊ သင်ကြားတာလည်း ပါရမယ်၊ အဲဒီ လို မဟုတ်လို့ရှိရင် နည်းစနစ်တွေဟာ မသင်လို့ရှိရင်လည်း ပျောက်ပျက်သွားမယ်၊ မကျင့်လို့ရှိရင် လည်း အသုံးမဝင်ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်၊ သင်လည်း သင်ရမယ်၊ သင်တားတဲ့အတိုင်းလည်း ကျင့်သုံး ရမယ်၊ အဲဒီ ဝိနည်းက ပဋကတစ်ပုံ ဟုတ်ကဲ့လား

နောက် အဘိဓမ္မ ၊ အဘိဓမ္မဆိုတာကျတော့ သဘာဝတရားတွေဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဆက်သွယ်ပြီးတော့ ဘယ်လိုဖြစ်ပေါ်နေကြတယ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတွေနဲ့ ရောယှက်ပြီးတော့ မပြော ဘဲနဲ့ သဘာဝတရား သက်သက်ကို အကျယ်ချဲ့ပြီးတော့ ရှင်းလင်းဟောကြားတဲ့ ဒေသနာမျိုး၊ ပရမတ္ထဒေသနာ ပေါ့၊ ပရမတ္ထ တရားဆိုက်တဲ့အထိ ဟောထားတဲ့ဒေသနာမျိုးကို အဘိဓမ္မလို့၊ အဲဒီ

အဘိဓမ္မက ပိဋကတစ်ပုံ၊ အားလုံးပေါင်းလိုက်ရင် ၄၅-ဝါကာလပတ်လုံး
ဟောထားတာ သုတ်, ဝိနည်း, အဘိဓမ္မ - ဒါကို ပိဋကသုံးပုံလို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီ ပိဋကသုံးပုံမှာ ပိဋက ဆိုတဲ့စကားလုံးက
"သင်ယူရမယ့်ကျမ်းစာ"လို့ ဒီလိုအဓိပ္ပါယ်ရ တယ်။ ခုခေတ်တော့
နိုင်ငံခြားသားတွေက ပိဋကကို "ခြင်းတောင်း"ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်နဲ့ basket လို့
ပြန်ကြတယ်။ ဒါကြောင့်မိုလည်း ပိဋကသုံးပုံကို three basket လို့ပြန်တယ်။
ခြင်းတောင်းကြီး သုံးလုံးပေါ့လေ။ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ မတူညီတဲ့အရာတွေကို
ထည့်သွင်းပြီးထားတဲ့ ခြင်းတောင်းကြီး သုံးလုံးကို ပိဋကသုံးပုံလို့၊ သို့သော်လည်း
ပိဋက က "ခြင်းတောင်း" ကို ဟောတာတော့ ရှိပါရဲ့၊ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာဟောကြားတဲ့
တရားတော်တွေကတော့ တကယ်က သင်ယူပြီးတော့ လိုက်နာကျင့်သုံးရ မယ့်
တရားတွေ ဖြစ်နေလို့ ပိဋကလို့ ဒီလိုအဓိပ္ပါယ်ရတယ်။ "သင်ရမယ့်တရားတွေ" လို့
ဒီလို ပြော တာနော်။

မြတ်စွာဘုရား ၄၅-ဝါကာလပတ်လုံး ဟောထားတဲ့
ဒေသနာတော်တွေကို အနှစ်ချုပ် ကြည့် လိုက်မယ်ဆိုရင် သာသနာဆိုတဲ့စကားလုံးက
ဖော်ပြတဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး (သို့မဟုတ်) ဗောဓိပက္ခိယ တရား ၃၇ ပါး အဲဒီ တရားတွေကို
သိအောင် လုပ်ရမယ်၊ သင်လည်း သင်ရမယ်၊ သင်ထားတဲ့ အတိုင်းလည်းပဲ
လက်တွေ့ကျင့်သုံးရမယ်၊ သင်ခြင်းကို ပရိယတ္တိ လို့ ခေါ်တယ်။ လက်တွေ့ ကျင့်
သုံးခြင်းကို ပဋိပတ္တိ လို့ ခေါ်တယ်။ သင်ရုံသင်ပြီးတော့ မကျင့်သုံးဘူးဆိုရင်
အနံ့ကင်းတဲ့ပန်းနဲ့ အလားသဏ္ဌာန်တူနေလိမ့်မယ်။ သင်လည်း သင်ရမယ်၊
ကျင့်လည်း ကျင့်ရမယ်။ ဒါ သာသနာပြု စွမ်းအားစု ပဲ။

အဲဒီ တော့ သာသနာပြုတယ်၊ သာသနာပြုတယ်ဆိုတာ
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားတဲ့ တရား ဓမ္မတွေကို သင်ယူခြင်းနဲ့ ထိုတရားဓမ္မတွေအတိုင်း
လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းကို ခေါ်တယ်။ ဒါဟာ တကယ့်အစစ်အမှန် သာသနာပြု၊
ကျန်တာတွေကော သာသနာပြုမဟုတ်ဘူးလား? ဘုရားတည် တယ်

ကျောင်းဆောက်တယ်၊ ဒါတွေက သာသနာပြုနိုင်အောင် အထောက်အပံ့ အကူအညီ ပေးတာတွေသာ ဖြစ်တယ်၊ ဒီလို အထောက်အပံ့အကူအညီ မပေးလို့ရှိရင်လည်းပဲ သာသနာပြု တယ်ဆိုတဲ့အဆင့်ကို ရောက်နိုင်ပါ့မလား၊ (မရောက်ပါဘူးဘုရား) ထမင်းစားတော့မယ်ဆိုလို့ ရှိရင် စားတာကတော့ ထမင်းပဲ စားမှာပေါ့၊ သို့သော်လည်းပဲ ဆန်ဆေးရတယ်၊ မီးမွှေးရတယ်၊ ထမင်း အိုးတည်ရတယ်ဆိုတဲ့အလုပ်တွေ မလုပ်ရဘူးလား၊ အဲဒါတွေ မလုပ်ဘဲနဲ့ ထမင်းစားလို့ရမလား၊ မရ သလိုဘဲ အခုလည်း သာသနာပြုဆိုတဲ့ လုပ်ငန်းတွေထဲမှာ ဘုရားတည်ရတယ် ကျောင်းဆောက် ရတယ်ဆိုတာ အသိုင်းအဝိုင်းတွေ လုပ်ပေးတာပဲ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားတဲ့ တရားဓမ္မတွေက အတိုင်းအတာပမာဏအားဖြင့် လွန်စွာပဲ များပြားလှတယ်၊ ပိဋကအားဖြင့် သုံးပုံသုတ်၊ ဝိနည်း၊ အဘိဓမ္မာ။

နိကာယ်ဆိုတာနဲ့ပြောရင် ၅ မျိုး၊ နိကာယ်ဆိုတာ နိကာယ ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားက လာတာ၊ နိကာယဆိုတာ "အပေါင်းအစု" လို့အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ ပေါင်းစုထားတာ collection ပေါ့၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ရဲ့ တရားဓမ္မတွေကို နိကာယ်နဲ့ ခွဲလိုက်လို့ရှိရင် ငါးခုရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ နိကာယ်ငါးရပ်လို့ ခေါ်ကြတာ။

နိကာယ်ငါးရပ်ဆိုတာ ဘာတွေတုန်းလို့ မေးလို့ရှိရင် ဒီဃနိကာယ တဲ့ ပါဠိလိုအရင်မှတ်၊ ဒီဃ ဆိုတာ ရှားလျားသော၊ နိကာယ သုတ်တို့ရဲ့ အစုအပေါင်း အင်မတန်ရှည်လျားတဲ့ သုတ္တန် တွေကို စုထားတဲ့အစုကို ဒီဃနိကာယလို့ ခေါ်တယ်၊ ဒါက တစ်ခု နောက်တစ်ခုက မဇ္ဈိမနိကာယ မတိုမရှည် အလယ်အလတ်ရှိတဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ သုတ္တန်တွေကို စုထားတာက မဇ္ဈိမနိကာယ်။

တစ်ခါ ပတ်သက်ရာ ပတ်သက်ရာ ဆက်နွယ်ရာ ဆက်နွယ်ရာ အကြောင်းအရပ်တွေ အလိုက် ဥပမာ - ဘီလူးတွေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာရှိတယ်၊ ဘိက္ခုတွေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာရှိတယ်၊ ဘိက္ခုနီတွေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာရှိတယ်၊ သိကြားမင်းကြီး နဲ့ပတ်သက်တဲ့

အကြောင်းအရာရှိတယ်။ အဲဒီ လိုပတ်သက်ရာ ပတ်သက်ရာတွေကို ဆက်သွယ် ပြီး
တော့ ဖော်ပြထားတဲ့ နိကာယ်ကို သံယုတ္တနိကာယ လို့ခေါ်တယ်။

နောက်နိကာယ်တစ်ခု အင်္ဂုတ္တရနိကာယ၊ အကြောင်းအရာကို
တစ်ကနေပြီး တစ်ဆယ့် တစ်ထိအောင် အကြောင်းအရာတစ်မျိုးက တစ်စု၊
အကြောင်းအရာနှစ်မျိုးက တစ်စု၊ သုံးမျိုးက တစ်စု၊ တစ်စုစီ တစ်စုစီ
တိုးသွားလိုက်တာ ဘယ်လောက်ထိတောင် တိုးတုန်းဆိုရင် တစ်ကနေ
တစ်ဆယ့်တစ်ထိ၊ အဲဒီ အကြောင်းအရာ အစုလိုက်အစုလိုက်
ဖော်ပြတဲ့နိကာယ်ကိုတော့ အင်္ဂုတ္တရ နိကာယလို့ခေါ်တယ်။ အင်္ဂုတ္တရ ဆိုတာ
အချက်အလက်၊ ဥတ္တရ က ပိုပိုလာတယ်။ အချက်အလက် တစ်ခု၊
အချက်အလက်နှစ်ခု၊ အချက်အလက်အသုံးခု၊ နောက်ဆုံး အချက်အလက်
တစ်ဆယ့်တစ် ခု၊ အဲဒီ လို လောကမှာ မှတ်သားစရာတွေ၊ ဓမ္မရေးရာ
လောကရေးရာ ကျင့်သုံးလိုက်နာစရာတွေ အချက်အလက်တွေ တစ်ခုပိုပြီးတော့
လာတဲ့သုတ္တန်တွေကို စုထားတာက အင်္ဂုတ္တရနိကာယ လို့ ခေါ်တယ်။

*