မြန်မာကျောင်းသားများအဖွဲ့အစည်း-သီရိလင်္ကာ (MSAS)

MABS 02

THERAVĀDA ABHIDHAMMĀ

မိတ်ဆက်

အရှင် သီရိန္ဒ Ph.D Candidate (ပုလဲ)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

MSAS ၏ အမှာစာ

မြန်မာကျောင်းသားများအဖွဲ့အစည်း – သီရိလင်္ကာ (MSAS) သည် ဗုဒ္ဓဘာသာလေ့လာရေး မဟာဝိဇ္ဇာဘွဲ့လွန် (MA) တန်းအတွက် သင်ခန်းစာများကို မြန်မာဘာသာဖြင့် မိတ်ဆက်ပေးသည့် ဘာသာရပ်မိတ်ဆက် စာအုပ်လေးများကို စာဖတ်သူတို့၏ လက်ထဲသို့ ထည့်ပေးနိုင်ပါတော့မည်။ မြန်မာကျောင်းသားများအဖွဲ့အစည်း – သီရိလင်္ကာ (MSAS) သည် အောက်ဖော်ပြပါ အဓိကရည်ရွယ်ချက်ငါးရပ်တို့ဖြင့် ဗုဒ္ဓစာပေလေ့လာရေး မဟာဝိဇ္ဇာဘွဲ့လွန်တန်းအတွက် သင်ခန်းစာများကို မြန်မာကျောင်းသားများအား မြန်မာဘာသာဖြင့် မိတ်ဆက်ပေးနိုင်ရန် စီစဉ်ခဲ့ကြပါသည်။ ထိုရည်ရွယ်ချက်ငါးရပ်တို့တွင် စာဖတ်သူများအတွက် ရည်ရွယ်ချက် (၂) ခုရှိပါသည်။ စာရေးသူများအတွက် ရည်ရွယ်ချက်သုံး (၃) ခု ရှိပါသည်။ စာဖတ်သူများအတွက် ရည်ရွယ်ချက်နှစ်(၂)ခုတို့မှာ

၁။ မြန်မာကျောင်းသားရဟန်းတော်များနှင့် သာသနာ့နွယ်ဝင်ဆရာလေးများ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတွင် ချဉ်းကပ်လေ့လာသည့် ဗုဒ္ဓစာပေလေ့လာရေး နည်းစနစ်များ (methodology) ကို ရှင်းလင်းလွယ်ကူစွာ နားလည်၍ လက်တွေ့နေ့စဉ်ဘဝတွင် အကျိုးရှိရှိအသုံးချနိုင်စေရန်နှင့် ၂။ မဟာဝိဇ္ဇာဘွဲ့လွန်တန်းကို တက်ရောက်လေ့လာနေကြသော မြန်မာရဟန်းတော်များနှင့် သာသနာ့နွယ်ဝင် ဆရာလေးများအတွက် ပညာရှင်များပို့ချပေးကြသည့် ဘာသာရပ်ကို စနစ်တကျ ပိုမိုနားလည်လာစေရန်နှင့် စာမေးပွဲအောင်မြင်မှုကို တစ်ဖက်တစ်လမ်းက အထောက်အကူပြုစေရန်တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

စာရေးသူများအတွက် အဓိကရည်ရွယ်ချက် (၃) ခုတို့မှာ ၁။ ဘာသာရပ်တစ်ခုကို “ကျောင်းသားစိတ်" မှ "ပညာရှင်စိတ်"သို့ ကူးပြောင်းကာ ပညာရှင်ဆန်သည့် ချဉ်းကပ်နည်း (professional approach) ဖြင့် လေ့လာ၍ လူမှန်နေရာမှန်လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်မှု (professionalism) ကို တည်ဆောက်နိုင်စေရန်၊ ၂၊ စာရေးသူများသည် စိတ်ဝင်စားရာနယ်ပယ်ကို စူးစမ်းရေးသားခြင်းဖြင့် သုတေသနစွမ်းရည် (research skills) မြှင့်တင်၍ အနာဂတ်တွင် ပိုမိုကောင်းမွန်သော သုတေသနစာတမ်းများ ရေးသားနိုင်စေရန်နှင့် ၃။ မြန်မာစာဖြင့် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများကို ရေးသားနိုင်စွမ်းတိုးတက်စေရန်၊ ခေတ်ပညာရပ်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများကို ရှင်းလင်း၊ မှန်ကန်၊ ကျစ်လျစ်သော မြန်မာစကားပြေအရေးအသားဖြင့် ရေးသားတတ်သည့် အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို တည်ဆောက်နိုင်ရန်တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသင်ခန်းစာမိတ်ဆက် စာအုပ်လေးများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးကြသော ဆရာတော်များအားလုံးတို့၏ စိတ်အားထက်သန်မှု၊ အများအတွက် အချိန်ပေး၍ ကိုယ်ကျိုးစွန့်မှု၊ မအားလပ်သည့်ကြားမှ မလျှော့တမ်း ကြိုးစားအားထုတ်မှုတို့မှ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အကျိုးရလဒ်ဖြစ်ပါသည်။ ဘာသာရပ် အသီးသီးကို အချိန်ပေး၍ စိတ်ရှည်ရှည်ဖြင့် ရေးသားပေးကြသည့် စာရေးသူဆရာတော်များ အားလုံးကို MSAS အဖွဲ့အစည်းက အထူးပင်ကျေးဇူး တင်ရှိပါသည်။ မြန်မာကျောင်းသား ရဟန်းတော်များနှင့် သာသနာ့နွယ်ဝင်ဆရာလေးများ မဟာဝိဇ္ဇာတန်းကို တက်ရောက် လေ့လာရင်း အကြောင်းအရာများကို မြန်မာစာဖြင့် တစ်ဖက်တစ်လမ်းက အလွယ်တကူ လေ့လာနိုင်ရန် အချိန်မီ ဖြန့်ဝေနိုင်ခြင်းအတွက် MSAS တစ်ဖွဲ့လုံးက အထူးပင်ဝမ်းမြောက်မိပါသည်။ ဤသခ်န်းစာမိတ်ဆက်စာအုပ်လေးများသည် မြန်မာနိုင်ငံက စာသင်သားရဟန်းတော်များ

သာသနာ့နွယ်ဝင်ဆရာလေးများနှင့် ဗုဒ္ဓစာပေကို စိတ်ဝင်စားကြသည့် လူပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်လည်း ဗုဒ္ဓစာပေကို ပညာရှင်ဆန်ဆန် လေ့လာချဉ်းကပ်နည်း၊ ခေတ်အမြင်ဖြင့် ချဉ်းကပ်လေ့လာခြင်းများအတွက် တစ်ထောင့်တစ်နေရာက အကျိုးပြုလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်မိပါသည်။

ဤဘာသာရပ်မိတ်ဆက်စာအုပ်လေးများ၏ မူပိုင်ခွင့်အားလုံး (copyright) သည် စာရေးသူအသီးသီးကသာ ပိုင်ဆိုင်ကြပါသည်။ စာအုပ်ထုတ်ဝေခြင်း၊ ပြန်လည်ကူးယူဖော်ပြခြင်း၊ အခြားသော စီးပွားဖြစ်အသုံးပြုမှုများအတွက် စာရေးသူများကို email မှတဆင့် တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်၍ ခွင့်ပြုချက်တောင်းခံပေးကြပါရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။ ဤသင်ခန်းစာမိတ်ဆက်များတွင် ပါရှိသည့် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များနှင့် ဝေါဟာရအသုံးအနှုန်းအချို့သည် မြန်မာနိုင်ငံရှိ အစဉ်အလာစာပေလေ့လာရေးပုံစံနှင့် အနည်းငယ်ကွဲလွဲနေနိုင်ပါသည်။ စာပေလေ့လာပုံ၊ ချဉ်းကပ်ပုံ၊ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုပုံ၊ စာပေအယူအဆ အနည်းငယ်ကွဲလွဲမှုများလည်း တွေ့ရှိရနိုင်ပါသည်။ ထိုကွဲလွဲမှုများ၏ နောက်ကွယ်က အဓိကအကြောင်းတရားကိုပါ ဝေဖန်ဆန်းစစ်၍ စိတ်နှလုံးတံခါးဖွင့်ကာ ဖတ်ရှုလေ့လာကြစေချင်ပါသည်။

စာရေးသူဆရာတော်လေးများသည် ပညာရှင်စာရေးဆရာများ မဟုတ်ကြပါ။ မိမိတို့၏ ပါရဂူ (PhD) သုတေသနကျမ်းကို ပြုစုကြလျက် တစ်ဖက်တစ်လမ်းက မြန်မာကျောင်းသားများ အဆင်ပြေစေရန် စေတနာအရင်းခံဖြင့် ဤသင်ခန်းစာ မိတ်ဆက်များကို ရေးသားကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ စာအုပ်အဖြစ် ဖြန့်ဝေသည့်အခါတွင်လည်း မိမိတို့သုတေသနကျမ်းကိစ္စကို အချိန်ပေးနေရသည့်အတွက် ပြန်လည်မွမ်းမံခြင်း စသည်တို့ကို အချိန်လုံလုံလောက်လောက် မပေးနိုင်ခဲ့ကြပါ။ ထို့ကြောင့်

ဤသင်ခန်းစာမိတ်ဆက် စာအုပ်လေးများတွင် အချို့သော အားနည်းချက်များကို တွေ့မြင်ရနိုင်ပါသည်။ ထိုအားနည်းချက်၊ ချို့ယွင်းချက်များကို ခွင့်လွှတ်နားလည် ပေးကြပါရန် စာဖတ်သူများကို မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။

ဒေါက်တာဘိက္ခုသောပါက (ကထိက)

ဥက္ကဋ္ဌ

မြန်မာကျောင်းသားများအဖွဲ့အစည်း – သီရိလင်္ကာ (MSAS)

26.06.2026.

စာပြုစုသူ၏ အမှာစာ

ဗုဒ္ဓစာပေနယ်ပယ်တွင် "ထေရဝါဒ အဘိဓမ္မာ" ဘာသာရပ်သည် မိမိတို့ သာသနာ့နွယ်ဝင် ရဟန်းတော်များအတွက် အစိမ်းသက်သက်သော ပညာရပ်တစ်ခု မဟုတ်ဘဲ၊ အခြေခံခိုင်မာပြီးသား ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သည့် ဘာသာရပ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အဘိဓမ္မာပညာရပ်၏ လမ်းပြမြေပုံသဖွယ်ဖြစ်သော "အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်း" ကို မိမိတို့သည် ငယ်ဘဝမှစ၍ အဆင့်ဆင့် သင်အံကျက်မှတ် အာဂုံဆောင်ခဲ့ကြသောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤကျမ်း၏ တန်ဖိုးနှင့် ပတ်သက်၍လည်း လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက "အဘိဓမ္မာနှင့် သုတ္တန်တို့၏ အနှစ်ချုပ်" ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆရာကြီး ဦးမြင့်ဆွေက "အဘိဓမ္မာ၏ အနှစ်ချုပ်" ဟူ၍လည်းကောင်း အသီးသီး ညွှန်းဆို တန်ဖိုးထားတော်မူခဲ့ကြပါသည်။

သို့သော် ယနေ့ခေတ် ပညာရေးစနစ်တွင် မိမိတို့ အထူးသတိပြု လေ့လာသင့်သည်မှာ အဘိဓမ္မာကို ရှုမြင်သုံးသပ်သည့် နည်းစနစ်ဆိုင်ရာ ထူးခြားမှုပင် ဖြစ်ပါသည်။ အဘိဓမ္မာပညာရပ်၏ သမိုင်းကြောင်းအရ အဆင့်ဆင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံနှင့် ကျမ်းစာ၏ နက်နဲသော တန်ဖိုးတို့ကို ပညာရပ်ဆိုင်ရာအမြင်ဖြင့် ဝေဖန်ဆန်းစစ်ရာတွင် အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကို အခြေခံပိုင်နိုင်စွာ တတ်မြောက်ထားပြီးဖြစ်သည့် ဘုရားတပည့်တော်တို့အတွက် များစွာ လွယ်ကူချောမွေ့စေမည်မှာ အမှန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ မိမိတို့ ရိုးရာအစဉ်အလာအတိုင်း တတ်မြောက်ထားသည့် အဘိဓမ္မာအခြေခံကို ကျစ်လျစ်ခိုင်မာစေရုံသာမက၊ ရှုထောင့်အသစ်များဖြင့် ပိုမိုကျယ်ပြန့်စွာ ထိုးထွင်းသိမြင်နိုင်ရန်အတွက် ထေရဝါဒ အဘိဓမ္မာကို ခေတ်သစ် 'အကယ်ဒမစ်'

(Academic) လေ့လာရေးစနစ်ဖြင့် စိတ်ပါဝင်စားစွာ ဆက်လက် လေ့လာဆည်းပူးကြပါရန် လေးနက်စွာ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

မေတ္တာဖြင့်

အရှင်သီရိန္ဒ (ပုလဲ)

Peacemonk6@gmail.com

မာတိကာ

MSAS ၏ အမှာစာ ၂

စာပြုစုသူ၏ အမှာစာ ၆

မာတိကာ... ၈

(၁) ထေရဝါဒ အဘိဓမ္မာမိတ်ဆက်... ၁၂

နိဒါန်း... ၁၂

၁။ အဘိဓမ္မာဟူသည် အဘယ်နည်း?... ၁၃

၂။ ဆရာတော်၏ သင်ကြားပို့ချမှု ပုံစံ... ၁၄

(၂) အဘိဓမ္မာ၏ တန်ဖိုး (The Value of Abhidhamma) အရှင်သီရိန္ဒ (ပုလဲ)... ၁၇

နိဒါန်း... ၁၇

၂။ သုတ္တန်နှင့် အဘိဓမ္မာ၏ ဟောကြားနည်း ကွာခြားချက်... ၁၈

၃။ အဘိဓမ္မာ မတတ်ကျွမ်းခြင်း၏ အားနည်းချက်... ၁၈

၄။ ဆရာတော်ရဲ့သုံးသပ်ချက်... ၁၉

၅။ နိုင်ငံတကာ အဘိဓမ္မာလေ့လာမှု နှိုင်းယှဉ်ချက်... ၂၀

နိဂုံး... ၂၀

(၃) အဘိဓမ္မာ နည်းလမ်းများ (သုတ္တန်နှင့် မတူညီသော အဘိဓမ္မာ၏ သီးခြားဟောကြားနည်းစနစ်များ။)... ၂၂

၁။ နိပ္ပရိယာယ - ပရိယာယ်မဖက် တိကျခိုင်မာသော ဟောကြားနည်း... ၂၂

၂။ မာတိကာ - ခေါင်းစဉ် အကျဉ်းချုပ်များ... ၂၄

၃။ ပရမတ္ထ - ပရမတ် သဘောတရားများ... ၂၅

နိဂုံး... ၂၅

(၄) လေ့လာမှုနည်းလမ်းများ အဘိဓမ္မာ၏ တိုးတက်မှုကို ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း (Synthesis) နှင့် အသေးစိတ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာခြင်း (Analysis) နည်းစနစ်များ... ၂၇

၁။ ဝေဖန်စိတ်ဖြာခြင်း (Analysis):... ၂၈

၂။ ပေါင်းစပ်ခြင်း (Synthesis)... ၂၈

နိဂုံး... ၃၀

(၅) စေတသိက်ကို အသေးစိပ်လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း... ၃၁

၁။ စေတသိက်များ၏ အခြေခံတည်ဆောက်ပုံနှင့် အမျိုးအစားများ ၃၁

၂။ ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်၏ အလှည့်အပြောင်း..၃၂

၃။ ကလျာဏမိတ္တနှင့် ကိုယ်တိုင်သိမြင်မှု ၃၃

၄။ သတိနှင့် ပညာဖြင့် စိတ်ကိုစောင့်ရှောက်ခြင်း...၃၃

နိဂုံးချုပ်သုံးသပ်ချက်...၃၃

(၆) စိတ်ကို အသေးစိပ်လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း...၃၅

၁။ စိတ်၏ အခြေခံသဘာဝနှင့် အမျိုးအစားများ... ၃၅

၂။ စိတ်ဖြစ်စဉ်နှင့် ဝီထိစိတ်တို့၏ အလုပ်လုပ်ပုံ ၃၅

(၇) ဓမ္မသဘောတရားနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုမှုများ(ဓမ္မဟူသော သဘောတရားကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပုံ နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး။)..၃၉

ဓမ္မသဘောတရား၏ အခြေခံသဘာဝ.. ၃၉

ဓမ္မများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပုံ နည်းလမ်းများ ၄၀

နိဂုံး...၄၂

(၈) ပညတ်နှင့် ပရမတ် (သမုတ်ထားသော အမည်နာမ (ပညတ်) နှင့် တကယ့်အရှိတရား (ပရမတ်) တို့၏ သဘော သဘာဝနှင့်ကွာခြားချက်။...၄၃

၁။ ပရမတ္ထ (အရှိတရား) ၄၃

၂။ ပညတ် (သမုတ်ထားသော အမည်) ၄၄

၃။ ပညတ်အမျိုးအစားများ...၄၄

၄။ ပညတ်နှင့် ပရမတ်၏ အဓိက ကွာခြားချက်များ ၄၅

၅။ လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှု (ဝိပဿနာ)... ၄၆

(၉) အဘိဓမ္မာလာ ရုပ်တရားများကို အသေးစိတ်လေ့လာခြင်း..၄၇

၁။ ရုပ်၏ သဘာဝနှင့် တည်ဆောက်ပုံ ၄၇

၂။ ရုပ်ဖြစ်စေသော အကြောင်းတရား (၄) ပါး.. ၄၈

၃။ ရုပ်၏ ဖြစ်ခြင်းနှင့် ပျက်ခြင်း... ၄၈

နိဂုံး.. ၄၉

(၁၀) အဘိဓမ္မာကို သိရှိနားလည်ခြင်း အကျိုးတရားများ ၅၀

၁။ ပညတ်နှင့် ပရမတ်ကို ကွဲပြားစွာ သိမြင်နိုင်ခြင်း ၅၁

၂။ အတ္တစွဲ (အတ္တဒိဋ္ဌိ) ကို ပယ်ခွာနိုင်ခြင်း.. ၅၁

၃။ နက်ရှိုင်းသော စိတ်ပညာကို နားလည်ပြီး စိတ်ခံစားမှုများကို စီမံခန့်ခွဲနိုင်ခြင်း ၅၁

၄။ ဝိပဿနာဘာဝနာအတွက် ခိုင်မာသော အခြေခံရရှိခြင်း.. ၅၂

(၁၁) ကျင့်ဝတ်နှင့် စိတ်ပညာ------ မှတ်သားမှုဆိုင်ရာ စိတ်ပညာသဘောတရားများနှင့် ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများကို အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှ လေ့လာခြင်း။) ၅၃

မှတ်သားမှုဆိုင်ရာ စိတ်ပညာသဘောတရားများ ၅၄

ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ပညတ်အပေါ် စွဲလမ်းမှု ၅၄

နိဂုံး... ၅၆

(၁၂) နိဗ္ဗာန်၏ သဘောတရားများကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း ၅၇

နိဗ္ဗာန်၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် ၅၇

ဗုဒ္ဓဘာသာအလိုကျ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာဘာလဲ ၅၈

နိဗ္ဗာန်အား သရုပ်ခွဲခြင်း... ၅၈

MABS 02: *Theravada Abhidhamma*: Origins and Development

(၁) ထေရဝါဒ အဘိဓမ္မာမိတ်ဆက်

နိဒါန်း

ဤဘာသာရပ်သည် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၊ ပါဠိနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာလေ့လာရေး ဘွဲ့လွန်တက္ကသိုလ် (PGIPBS) ၏ မဟာဝိဇ္ဇာတန်း (One year) တွင် ပြဌာန်းထားသော အဓိကဘာသာရပ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ဤဘာသာရပ်ကို စာပေကျွမ်းကျင်ပြီး အတွေ့အကြုံရင့်ကျက်သော ဆရာတော် ဦးဝိမလညာဏမှ နှစ်စဉ်တာဝန်ယူ ပို့ချလျက်ရှိပါသည်။ ဆရာတော်၏ ပို့ချချက်များသည် ထေရဝါဒအဘိဓမ္မာ၏ သဘောသဘာဝ၊ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ပန်းတိုင်တို့ကို စနစ်တကျ နားလည်စေရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

ဤနေရာတွင် ဆရာတော်၏ သင်ကြားမှုပုံစံကို အဓိကထားပြီး အဘိဓမ္မာလေ့လာမှုတို့ကို ရှုထောင့်များစွာနှင့် လိုအပ်သလိုပေါင်းစပ်ကာ လေ့လာသူများ နားလည်လွယ်ကူစေရန် တင်ပြသွားပါမည်။

၁။ အဘိဓမ္မာဟူသည် အဘယ်နည်း?

“အဘိဓမ္မာ” ဟူသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်များအနက် အလွန်နက်နဲခက်ခဲသကဲ့သို့ အလွန်လည်း အဖိုးတန်သော တရားတော်များ ဖြစ်သည်။ ပါဠိဝေါဟာရရင်းမြစ်အရ ဆိုရလျှင် “အဘိ = ထူးကဲသာလွန်သော၊ ဓမ္မ = တရားတော်” ဟု အဓိပ္ပာယ်ရပြီး သုတ္တန်ဒေသနာများထက် သာလွန်မွန်မြတ်သော သဘောတရားများ ပါဝင်သောကြောင့် အဘိဓမ္မာဟု ခေါ်ဆိုကြောင်း ပညာရှင်များ ဖွင့်ဆိုကြပါသည်။

ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာတွင်ပိဋကတ်သုံးပုံရှိသည့်အနက် အဘိဓမ္မာပိဋကတ်ကို အောက်ပါအတိုင်း ကျမ်း(၇)ကျမ်းတို့ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါသည်-

၁။ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်း

၂။ဝိဘင်္ဂကျမ်း

၃။ဓာတုကထာကျမ်း

၄။ပုဂ္ဂလပညတ္တိကျမ်း

၅။ကထာဝတ္ထုကျမ်း

၆။ယမကကျမ်း

၇။ပဋ္ဌာနကျမ်း

ဤ အဘိဓမ္မာ (၇) ကျမ်းတို့ကို မြန်မာ၊ သီရိလင်္ကာ၊ ထိုင်း၊ လာအို၊ ကမ္ဘောဒီးယား စသည့် ထေရဝါဒနိုင်ငံများတွင် ရိုးရာယုံကြည်မှုအနေဖြင့် အလေးထား လက်ခံထားကြပါသည်။

သို့သော် နိုင်ငံအလိုက်၊ ဒေသအလိုက် စာအုပ်အရေအတွက်နှင့် လေ့လာမှုပုံစံများတွင် အနည်းငယ် ကွဲပြားမှုများ ရှိပါသည်။

၂။ ဆရာတော်၏ သင်ကြားပို့ချမှု ပုံစံ

ဆရာတော် ဦးဝိမလညာဏသည် ဤဘာသာရပ်ကို ပို့ချရာတွင် ရိုးရာအမြင်သက်သက်သာ မဟုတ်ဘဲ သမိုင်းကြောင်းနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အဆင့်ဆင့်ကိုပါ ထည့်သွင်းသင်ကြားပို့ချပါသည်။

ထိုအဘိဓမ္မာကို အောက်ပါအတိုင်း အပိုင်းနှစ်ပိုင်းခွဲ၍ ရှုမြင်သုံးသပ်နိုင်ပါသည်-

၁။ မူလအဘိဓမ္မာ အစောပိုင်းကာလ အဘိဓမ္မာ၏ မူရင်းသဘောတရားများ။

၂။ ခေတ်အဆက်ဆက် ဆရာတော်များ၏ ဖွင့်ဆိုချက်များဖြင့် ပြည့်စုံကျယ်ပြန့်လာသော အဘိဓမ္မာတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

ဆရာတော်သည် ထိုအဘိဓမ္မာ၏ မူရင်းအဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက်များမှ စ၍ တစ်ဆင့်ချင်း တိုးတက်ပြောင်းလဲလာပုံများကို အောက်ပါ ခေါင်းစဉ် (၁၀) ခုဖြင့် အသေးစိတ် ရှင်းလင်းပို့ချထားပါသည်-

၁။ အဘိဓမ္မာ၏ တန်ဖိုး (အဘိဓမ္မာကို လေ့လာခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးနှင့် တရားတော်ကို နားလည်မှုအဆင့်အတန်း)

၂။အဘိဓမ္မာ နည်းလမ်းများ (သုတ္တန်နှင့် မတူညီသော အဘိဓမ္မာ၏ သီးခြားဟောကြားနည်းစနစ်များ။)

၃။ပိဋကတ်မတင်မီ အဘိဓမ္မာ နိပ္ပရိယာယဒေသနာ (သဘောတရားသက်သက် ဟောကြားခြင်း) နှင့် မာတိကာ (ခေါင်းစဉ်များ) ကို ဝေဖန်သုံးသပ်ခြင်း။

၃။ လေ့လာမှုနည်းလမ်းများ အဘိဓမ္မာ၏ တိုးတက်မှုကို ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း (Synthesis) နှင့် အသေးစိတ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာခြင်း (Analysis) နည်းစနစ်များ။

၄။ ပညတ်နှင့် ပရမတ် (သမုတ်ထားသော အမည်နာမ (ပညတ်) နှင့် တကယ့်အရှိတရား (ပရမတ်) တို့၏ ကွာခြားချက်။

၅။ ဓမ္မသဘောတရားနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုမှုများ (ဓမ္မဟူသော သဘောတရားကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပုံ နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး။)

၆။ စိတ် (စိတ်၏ ပရမတ္ထသဘောတရားအမှန်ကို လေ့လာခြင်း။)

၇။ စေတသိက် (စိတ်၌ ဖြစ်ပေါ်တတ်သော စေတသိက်များ၏ သဘောသဘာဝ။)

၈။ ရုပ် (ရုပ်တရားနှင့် ရုပ်ကလာပ်များအပေါ် ဒဿနိကဗေဒရှုထောင့်မှ ချဉ်းကပ်လေ့လာခြင်း။)

၉။ နိဗ္ဗာန် (နိဗ္ဗာန်၏ သဘောသဘာဝကို အဘိဓမ္မာနည်းဖြင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို ရှင်းလင်းခြင်း။)

၁၀။ ကျင့်ဝတ်နှင့် စိတ်ပညာ (မှတ်သားမှုဆိုင်ရာ စိတ်ပညာသဘောတရားများနှင့် ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများကို အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှ လေ့လာခြင်း။)

MABS 02 ထေရဝါဒ အဘိဓမ္မာကို ခေါင်းစဉ် (၁၀) တို့ဖြင့် စိတ်ဝင်စားဖွယ် သုံးသပ် ဝေဘန် လေ့လာ သင်ပြထားပါသည်။ ဤအဘိဓမ္မာဘာသာရပ်သည် ဗုဒ္ဓလမ်းစဉ်၏ အနှစ်သာရကို

နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း နားလည်လိုသူများအတွက် မရှိမဖြစ် လေ့လာသင့်သော ဘာသာရပ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာတော်၏ ပို့ချချက်များသည် ရှေးရိုးရာ အယူအဆများနှင့် ခေတ်သစ်လေ့လာမှု နည်းစနစ်များကို ပေါင်းစပ်ထားသဖြင့် ကျောင်းသားများအနေဖြင့် အဘိဓမ္မာကို ကျယ်ပြန့်သော ရှုထောင့် ပေါင်းစုံမှ ရှင်းလင်းစွာ သဘောပေါက် နားလည်နိုင်ခြင်း အကျိုးကျေးဇူးတရားများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

(၂) အဘိဓမ္မာ၏ တန်ဖိုး (The Value of *Abhidhamma*) အရှင်သီရိန္ဒ (ပုလဲ)

နိဒါန်း

အဘိဓမ္မာသည် ဗုဒ္ဓဘာသာစာပေလေ့လာသူများအတွက် မည်မျှအရေးပါကြောင်း၊ မည်သည့်အတွက်ကြောင့် တန်ဖိုးထားသင့်ကြောင်းကို ခေတ်ပြိုင်လေ့လာမှု ရှုထောင့်များဖြင့် အကျဉ်းချုပ် တင်ပြသွားပါမည်။

၁။ အဘိဓမ္မာကို လက်နက်ကိရိယာ (Tool) တစ်ခုအဖြစ် ရှုမြင်ခြင်း။

ဆရာတော်၏ ပို့ချချက်တွင် အဘိဓမ္မာကို သီးခြားရပ်တည်နေသော ဘာသာရပ်(Subject)တစ်ခု အဖြစ်သာမက ရှေးဦးဗုဒ္ဓဝါဒ (Early Buddhism) ကို စနစ်တကျ နားလည်သဘောပေါက်ရန် အထောက်အကူပြုသော "Tool" (လက်နက်ကိရိယာ) တစ်ခုအဖြစ်ပါ ရှုမြင်ထားကြောင်း တွေ့ရသည်။

အထူးသဖြင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ ပထမဆုံးတရားဦးဖြစ်သော ဓမ္မစက္ကပဝတ္တနသုတ်ကို လေ့လာရာတွင် သစ္စာလေးပါးကို ပိုမိုရှင်းလင်းစွာ နားလည်နိုင်ရန် အဘိဓမ္မာသည် မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာ (ဆင်းရဲခြင်းအမှန်တရား) ကို ပိုင်းခြားစိတ်ဖြာရာတွင် ခန္ဓာ (၅)ပါး၊အာယတန (၁၂) ပါး၊ဓာတ် (၁၈) ပါး စသည်ဖြင့် ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံများကို အဘိဓမ္မာနည်းဖြင့်သာ အသေးစိတ် ခွဲခြားသိမြင်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ရှေးဦးတရားတော်များကို နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း နားလည်နိုင်ရန် အထောက်အကူ ပြုပေးနိုင်ခြင်းသည် အဘိဓမ္မာ၏ အဓိကတန်ဖိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။

၂။ သုတ္တန်နှင့် အဘိဓမ္မာ၏ ဟောကြားနည်း ကွာခြားချက်

ဆရာတော်က အဘိဓမ္မာသည် သုတ္တန်ဒေသနာထက် ပိုမိုထူးခြားမွန်မြတ်သည်ဟု ဆိုရာ၌ ဟောကြားပုံ နည်းစနစ် ကွာခြားချက်ကို ထောက်ပြထားပါသည်။

သုတ္တန် (ဝေါဟာရ ဒေသနာ)။ ။ နေ့စဉ်သုံး ဘာသာစကားကို အခြေခံ၍ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ အနေဖြင့် အများနားလည်လွယ်အောင် ဟောကြားထားခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အဘိဓမ္မာ (ပရမတ္ထ ဒေသနာ။ ။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟူသော အခေါ်အဝေါ်များကို ဖယ်ရှားပြီး နာမ် ရုပ်(စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန်) ဟူသော အရှိတရား သက်သက်ကိုသာ ဦးစားပေး၍ အသေးစိတ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ဟောကြားထားပါသည်။ ဤသည်မှာ အဘိဓမ္မာ၏ ထူးခြားသော ဂုဏ်ပုဒ်တစ်ခုပင်ဖြစ်၍ တန်ဘိုးတစ်ခုဟုဆိုနိုင်ပါသည်။

၃။ အဘိဓမ္မာ မတတ်ကျွမ်းခြင်း၏ အားနည်းချက်

အဘိဓမ္မာ၏ အရေးပါမှုကို ပေါ်လွင်စေရန် ဆရာတော်သည် အဋ္ဌသာလိနီ အဋ္ဌကထာ ၏ အဆိုပြုချက်တစ်ခုကို ကိုးကားတင်ပြထားပါသည်။ အဘိဓမ္မာကို မသိနားမလည်သူသည် အောက်ပါအချက် (၃) ချက်တွင် လွဲမှားစွာ နားလည်နိုင်ခြေရှိသည်ဟု ဆိုထားပါသည်။

၁။ ကမ္မဝိပါက - ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုးပေးမှု ဆက်စပ်ပုံ၊

၂။ ရူပါရူပပရိစ္ဆေဒ - ရုပ်နာမ်တို့၏ ပိုင်းခြားသတ်မှတ်မှု နယ်ပယ်၊

၃။ ဓမ္မန္တရံ - ဓမ္မသဘောတရားများ၏ အချင်းချင်း ဆက်စပ်ဖြစ်ပေါ်မှု-တို့ ဖြစ်သည်။

၄။ ဆရာတော်ရဲ့သုံးသပ်ချက်

ဆရာတော်သည် ဤအချက်တို့ကို တင်ပြရာတွင် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ဝေဖန်ပိုင်းခြားမှုဖြင့် ချဉ်းကပ်ထားပါသည်။ အထက်ပါ အဋ္ဌကထာ၏ အဆိုသည် ပါဠိတော်၌ တိုက်ရိုက်ပါရှိသော စကားရပ်မဟုတ်ပါဘဲ၊ အခြားခိုင်လုံသော ပါဠိတော်အထောက်အထားလည်း မတွေ့ရပေ။ သို့သော် အဘိဓမ္မာကို လက်တွေ့လေ့လာသူများ၏ အတွေ့အကြုံအရ အဘိဓမ္မာမပါဘဲ ဤတရားများကို နားလည်ရန် အလွန်ခက်ခဲခြင်းကြောင့် ယင်းအဆိုကို လက်ခံနိုင်ဖို့ ဖြစ်သင့်သည်ဟု မျှတစွာ သုံးသပ်ထားပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည်လည်း ထိုသို့လက်ခံမိပါလိမ့်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မြန်မာ့ရိုးရာယုံကြည်မှုအရ အဘိဓမ္မာသာ ခက်ခဲနက်နဲသော ပညာထက်မြက်သူတို့အတွက် ကျက်စားရာ နယ်ပယ်တစ်ခုအနေနဲ့ ထင်ရှားသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ဆိုရသော် ရှေးကခင်ကတည်းက မိမိတို့ရိုးရာဟာ တရားဟော ဓမ္မကထိကကောင်းတစ်ယောက်အဖြစ် ပရမတ်သတ်နိုင်မှ စာတက်သည်ဟူ၍ပင် ထင်းရှားသည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် အဘိဓမ္မာကို

ပညာ့အရာ တေဒတ်ရ အရှင်သာရိပုတ္တရာထံမှသာ စတင်လို့ ပေါက်ဖွားလာခြင်းကလည်း လက်ခံဖို့အတွက်အကြောင်းတရားတစ်ခုလို့ ထင်မြင်မိပါသည်။ ထိုနည်းအတူ ကမ္မဝိပါက၊ ရူပါရူပဝိဘာဂ၊ ဓမ္မန္တရံဟာ အဘိဓမ္မာရဲ့ သီးသန့်အသေးစိပ် ဖွင့်ဆိုထားသော အရာများသာဖြစ်သည်ဟု ထပ်ဆင့်ဆိုချင်ပါသည်။

၅။ နိုင်ငံတကာ အဘိဓမ္မာလေ့လာမှု နှိုင်းယှဉ်ချက်

ဆရာတော်က မြန်မာနှင့် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတို့၏ အဘိဓမ္မာလေ့လာမှု ယဉ်ကျေးမှုကို စိတ်ဝင်စားဖွယ် နှိုင်းယှဉ်ပြသထားပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံသည် အဘိဓမ္မာတတ်ကျွမ်းသော ရဟန်းတော်များ အလွန်များပြားပြီး သင်ကြားရေးစနစ်သည် အလွန်စိတ်ဝင်စားဖွယ် ကောင်းသည်။ သို့သော် ရိုးရာအစဉ်အလာ (Tradition) ကို အလွန်တန်ဖိုးထားလွန်းသဖြင့် ဝေဖန်ပိုင်းခြားလေ့လာမှု (Critical Study) အပိုင်းတွင် အနည်းငယ် အားနည်းချက်ရှိနိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

သီရိလင်္ကာနိုင်ငံသည်လည်း အဘိဓမ္မာ ကျွမ်းကျင်သူ ပညာရှင် အရေအတွက် နည်းပါးသော်လည်း ရှိနေသော ပညာရှင်များသည် ဝေဖန်ပိုင်းခြားလေ့လာမှု (Critical Analysis) ရှုထောင့်မှ ချဉ်းကပ်လေ့လာမှု များကြသည်။ သို့ပေမယ့် ယနေ့ကမ္ဘာတွင် ထေရဝါဒအဘိဓမ္မာကို လေ့လာလိုပါက ဤနိုင်ငံကြီး နှစ်နိုင်ငံသည်သာ အဓိက အားထားရာဖြစ်ကြောင်း ဆရာတော်က မိန့်ကြားခဲ့ပါသည်။

နိဂုံး

ခြုံငုံသုံးသပ်ရသော် အဘိဓမ္မာသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်များကို မျက်စိပိတ် ယုံကြည်ခြင်းထက် ဉာဏ်ပညာဖြင့် တိကျစွာ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ နားလည်နိုင်ရန် လမ်းပြပေးသော မီးရှူးတန်ဆောင် တစ်ခုအဖြစ် ထင်ရှားစေပါသည်။ ရှေးဦးဗုဒ္ဓဝါဒ၏ အနှစ်သာရများကို လွယ်ကူရှင်းလင်းစွာ သိမြင်နိုင်စေခြင်းသည် အဘိဓမ္မာ၏ တန်ဖိုးဖြတ်မရနိုင်သောဂုဏ်ပုဒ်တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အဘိဓမ္မာ၏ တန်ဘိုးကို အနှိုင်းမဲ့ဟူ၍ပင် ဆိုရမည် ဖြစ်ပါသည်။

(၃) အဘိဓမ္မာ နည်းလမ်းများ (သုတ္တန်နှင့် မတူညီသော အဘိဓမ္မာ၏ သီးခြားဟောကြားနည်းစနစ်များ။)

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်များကို ပိဋကတ်သုံးပုံအဖြစ် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် အဘိဓမ္မာပိဋကတ်သည် အလွန်ထူးခြားနက်နဲသော နေရာမှ ပါဝင်နေပါသည်။ အဘိဓမ္မာဟူသော ဝေါဟာရသည် အဘိ (ထူးကဲသော၊ လွန်ကဲသော၊ နက်နဲသော) နှင့် ဓမ္မ (တရားတော်) ဟူသော စကားလုံးနှစ်ရပ် ပေါင်းစပ်ထားခြင်းဖြစ်ပြီး၊ သာမန်တရားတော်များထက် ပိုမိုနက်နဲသော တရားထူးတရားမြတ်ဟု အဓိပ္ပာယ်ရပါသည်။

အဘိဓမ္မာတရားတော် ဖြစ်ပေါ်လာပုံနှင့် ဟောကြားပုံ နည်းစနစ်များသည် သုတ္တန်၊ ဝိနည်းတို့နှင့် မတူညီဘဲ သီးခြားကွဲပြားနေပါသည်။ ထိုကွဲပြားမှုကို ဖြစ်စေသော အဘိဓမ္မာ၏ အဓိကနည်းလမ်းသဘောတရား (၃) ရပ်မှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

၁။ နိပ္ပရိယာယ - ပရိယာယ်မဖက် တိကျခိုင်မာသော ဟောကြားနည်း

အဘိဓမ္မာ တရားတော်၏ အထင်ရှားဆုံး ထူးခြားချက်မှာ နိပ္ပရိယာယနည်းဖြင့် ဟောကြားထားခြင်း ဖြစ်သည်။ သုတ္တန်နှင့် ဝိနည်းတရားတော်များသည် ပရိယာယ(သို့မဟုတ်) သပ္ပရိယာယနည်းကို အသုံးပြုကြသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ နာယူသောပုဂ္ဂိုလ်၏ အခြေအနေ၊ အချိန်အခါကို လိုက်၍ ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ရှင်းလင်းဟောကြားခြင်း ဖြစ်သည်။

သို့သော် အဘိဓမ္မာသည် နိပ္ပရိယာယဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ အခြေအနေ၊ အချိန်အခါကို မငဲ့ကွက်ဘဲ တရားသဘော သက်သက်ကိုသာ တိကျခိုင်မာစွာ ဟောကြားသည်။ ဤနည်းလမ်းသည် ပုဂ္ဂိုလ်စွဲ၊ နေရာစွဲ၊ ဒေသစွဲ မပါဘဲ တရားဓမ္မ၏ သဘောသဘာဝ အစစ်အမှန်ကိုသာ တိုက်ရိုက် ဖော်ပြသော နည်းလမ်း ဖြစ်သည်။

ဥပမာအားဖြင့်-

အချိန်ကာလ သတ်မှတ်ချက်သည် သုတ္တန်နည်းအရ ပဋိသန္ဓေမနေမီ ကာလကို အတိတ်၊ သေဆုံးပြီးနောက်ကာလကို အနာဂတ်ဟု ယေဘုယျ သတ်မှတ်သော်လည်း၊ အဘိဓမ္မာနည်းအရမူ ရုပ်နာမ်ဓမ္မတို့၏ ဥပါဒ် (ဖြစ်ခြင်း)၊ ဋ္ဌီ (တည်ခြင်း)၊ ဘင် (ပျက်ခြင်း) ဟူသော ခဏငယ်သုံးချက်တွင်သော်မှ လွန်မြောက်ပြီးသော ခဏငယ်ကို အတိတ်၊ မဖြစ်ပေါ်သေးသော ခဏငယ်ကို အနာဂတ်ဟု အလွန်တိကျစွာ ပိုင်းခြားသတ်မှတ်သည်။

အဝိဇ္ဇာ ဖွင့်ဆိုချက်မှာလည်း သုတ္တန်နည်းအရ သစ္စာလေးပါးကို မသိခြင်းသည် အဝိဇ္ဇာဖြစ်သော်လည်း၊ အဘိဓမ္မာနည်းအရမူ သစ္စာလေးပါးအပြင် အတိတ်ကို မသိခြင်း၊ အနာဂတ်ကို မသိခြင်း၊ အတိတ်အနာဂတ် နှစ်ပါးစုံကို မသိခြင်းနှင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို မသိခြင်း ဟူသော အချက် (၈) ချက်ဖြင့် ပြည့်စုံစွာ ဖွင့်ဆိုထားပါသေးသည်။

၂။ မာတိကာ - ခေါင်းစဉ် အကျဉ်းချုပ်များ

အဘိဓမ္မာတရားတော်ကို လေ့လာရာတွင် မာတိကာသည် အဓိက ကျောရိုးသဖွယ် အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည်။ မာတိကာ ဆိုသည်မှာ ဇယား၊ အမာခံ၊ ခေါင်းစဉ် သို့မဟုတ် စာရင်းဟု အဓိပ္ပာယ်ရပြီး၊ ရေသွယ်မြောင်းကဲ့သို့ တရားသဘောများ စီးဆင်းရာ လမ်းကြောင်းအဖြစ်လည်း တင်စားကြပါသေးသည်။

သုတ္တန်နှင့် ဝိနည်းတို့တွင်လည်း မာတိကာများကို တွေ့ရသော်လည်း (ဥပမာအားဖြင့် - ဘိက္ခုနှင့် ဘိက္ခုနီ ပါတိမောက်ကို မာတိကာဟု ခေါ်ဆိုခဲ့သည်၊) အဘိဓမ္မာတွင်မူ မာတိကာသည် အလွန်အရေးပါသော အခြေခံဖွဲ့စည်းပုံ ဖြစ်လာသည်။ အဋ္ဌကထာများ အလိုအရ ဤမာတိကာ ခေါင်းစဉ်များကို မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တိုင် ချမှတ်ပေးခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်ဟု ဆိုထားပါသည်။ ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်းတွင် မာတိကာများကို အောက်ပါအတိုင်း အဓိက (၂) မျိုး ခွဲခြားပြထားသည် -

တိက-မာတိကာ (သုံးခုတွဲ)ခေါင်းစဉ် စုစုပေါင်း ၂၂ မျိုး ရှိသည်။ (ဥပမာ - ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်၊ အဗျာကတ ဟူသော ကုသလတိက။ သုခ၊ ဒုက္ခ၊ အဒုက္ခမသုခ ဟူသော ဝေဒနာတိက စသည်)။

ဒုက-မာတိကာ (နှစ်ခုတွဲ)ခေါင်းစဉ် စုစုပေါင်း ၁၀၀ ရှိသည်။ (ဥပမာ - ဟေတု၊ နဟေတု ဟူသော ဟေတုဒုက။ အာသဝ၊ နောအာသဝ ဟူသော အာသဝဒုက စသည်) ။

ဤ မာတိကာခေါင်းစဉ်များသည် အဘိဓမ္မာတရားတော် တစ်ခုလုံးကို ခြုံငုံမိစေသော အဓိက သော့ချက်များပင် ဖြစ်ကြပါသည်။

၃။ ပရမတ္ထ - ပရမတ် သဘောတရားများ

အဘိဓမ္မာတရားတော်၏ အနှစ်သာရမှာ ပညတ်ကို ပယ်၍ ပရမတ်ကိုသာ အဓိကထား ဟောကြားခြင်းဖြစ်သည်။ ပရမတ္ထဟူသော စကားလုံးသည် ပရမ အမြတ်ဆုံး၊ အစစ်အမှန်၊ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲခြင်းမရှိ) နှင့် အတ္ထ အနက်သဘော၊ အရှိတရား)တို့ ပေါင်းစပ်ထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ပရမတ္ထ ဆိုသည်မှာ အမှန်တကယ်ရှိသော၊ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲခြင်း မရှိသော အစစ်အမှန်တရားများဟု ဆိုလိုပါသည်။

သမုတိသစ္စာ (ပညတ်)ဟူသည် လူ၊ နတ်၊ ကျား၊ မ၊ စားပွဲ၊ ကုလားထိုင် စသည်တို့ဖြစ်ပြီး၊ လောကလူသားများ နားလည်စေရန် ခေါ်ဝေါ် သတ်မှတ်ထားသော အမည်နာမများသာ ဖြစ်ကာ၊ အနှစ်သာရအားဖြင့် တကယ်မရှိပေ။

ပရမတ္ထသစ္စာ (ပရမတ်)ကို မည်သို့ပင် အမည်တပ် ခေါ်ဝေါ်သည်ဖြစ်စေ၊ အမည်မတပ်ဘဲ နေသည်ဖြစ်စေ မပြောင်းမလဲဘဲ အမှန်တကယ်ရှိနေသော သဘောတရားဖြစ်သည်။ (ဥပမာ - ပူသောသဘော၊ မာသောသဘော၊ သိသောသဘော)။

အဘိဓမ္မာနည်းအရ စစ်မှန်သော တရား (ပရမတ်) သည်(နာမ် ရုပ်) စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန် ဟူ၍ (၄) မျိုးသာ ရှိပါသည်။ အဘိဓမ္မာ၏ အမြင်တွင် လူ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ ဟူ၍ အထည်ဒြပ် မရှိဘဲ၊ အထက်ပါ ပရမတ်တရား (၄) ပါး အစုအဝေးသာ ရှိသည်ဟု ရှုမြင်သုံးသပ်ပါသည်။

နိဂုံး

ခြုံငုံသုံးသပ်ရသော် အဘိဓမ္မာသည် နိပ္ပရိယာယ နည်းဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်စွဲ၊ နေရာစွဲမပါဘဲ တရားဓမ္မ၏ သဘောသဘာဝ အစစ်အမှန်ကို တိုက်ရိုက်ဖော်ပြသည်။ ထိုသို့ဖော်ပြရာတွင် မြတ်စွာဘုရားရှင် ချမှတ်ပေးခဲ့သော မာတိကာခေါင်းစဉ်များကို အခြေခံ၍၊ အနှစ်သာရအားဖြင့် အမှန်တကယ်ရှိသော ပရမတ္ထတရားတို့၏ အကြောင်းကိုသာ နက်နက်နဲနဲ လေ့လာသော ဘာသာရပ်တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

(၄) လေ့လာမှုနည်းလမ်းများ အဘိဓမ္မာ၏ တိုးတက်မှုကို ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း (Synthesis) နှင့် အသေးစိတ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာခြင်း (Analysis) နည်းစနစ်များ

အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်များအနက် အနက်နဲဆုံးနှင့် အဆန်းကြယ်ဆုံးသော ဒေသနာတော်ဖြစ်ပါသည်။ ဤဒေသနာတော်၏ သမိုင်းကြောင်းနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံကို လေ့လာကြည့်ပါက ရည်ရွယ်ချက်မဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းမဟုတ်ဘဲ၊ တိကျခိုင်မာသော နည်းစနစ်ကြီး (၂) ရပ်အပေါ်တွင် အခြေခံ၍ တည်ဆောက်ထားကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။ ထိုနည်းစနစ်များသည် ဓမ္မသဘောတရားများ၏ အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ဖြစ်ပေါ်နေပုံကို မီးမောင်းထိုးပြထားပါသည်။

အဘိဓမ္မာ၏ မဏ္ဍိုင်ကြီးနှစ်ရပ်

အဘိဓမ္မာဒေသနာတော်ကို တည်ဆောက်ထားသော အဓိကနည်းလမ်းနှစ်သွယ်မှာ ဝေဖန်စိတ်ဖြာခြင်း (Bheda - Analysis) နှင့် ပေါင်းစပ်ခြင်း (Saṅgaha - Synthesis) တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

၁။ ဝေဖန်စိတ်ဖြာခြင်း (Analysis):

ဤနည်းလမ်းသည်ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟု ထင်မြင်ယူဆရသော အရာဝတ္ထုများကို တစ်ခုစီ အစိတ်စိတ်အမွှာမွှာ ခွဲခြားစိတ်ဖြာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အဘိဓမ္မာပိဋကတ်တွင် ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်းသည် ဤနည်းလမ်းကို အထူးပြုအသုံးပြုထားသော ကျမ်းအဖြစ်မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။

၂။ ပေါင်းစပ်ခြင်း (Synthesis)

ခွဲခြားစိတ်ဖြာထားသောသဘောတရားများကို အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်မှု သဘောတရားဖြင့် ပြန်လည်ချိတ်ဆက်ပြသခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အဘိဓမ္မာပိဋကတ်တွင် ပဋ္ဌာန်းကျမ်းသည် ဤနည်းလမ်းကို အထူးပြုဖော်ပြထားသည်ကို သေချာစွာမြင်

တွေ့နိုင်ပါသည်။

ကျန်ရှိသော အခြားအဘိဓမ္မာကျမ်းများအားလုံးသည် ဤနည်းလမ်းနှစ်သွယ်ကို လိုအပ်သလို ရောနှောပေါင်းစပ် (Blend) ၍ အသုံးပြုထားကြပါသည်။

ရှေးဆရာမြတ်တို့၏ ထောက်ခံချက်

အဘိဓမ္မာပေါ်ပေါက်ပြီး ရာစုနှစ်များစွာ ကြာမြင့်သည့်တိုင်အောင် ဤနည်းလမ်းနှစ်သွယ်၏ အရေးပါမှုကို ရှေးဆရာမြတ်တို့က အသိအမှတ်ပြုခဲ့ကြသည်။ အရှင်အနုရုဒ္ဓမထေရ်

စီရင်တော်မူသော "နာမရူပပရိစ္ဆေဒကျမ်း" တွင် ဤနည်းလမ်းနှစ်ရပ်ကို အောက်ပါအတိုင်း ဂုဏ်ပြုဖွဲ့ဆိုထားပါသည်။

ဘေဒ သင်္ဂဟ ဝိဒူဟိ ဝဏ္ဏိတံ - ဘေဒ သင်္ဂဟ ဝိမုတ္တိသာသနေ။

ဘေဒသင်္ဂဟ နယတ္တမုတ္တမံ - ဘေဒ သင်္ဂဟ မုခံ ပကာသိတံ။

ဆိုလိုသည့်အဓိပ္ပါယ်မှာ ပညာရှိတို့သည် ဝေဖန်စိတ်ဖြာခြင်းနှင့် ပေါင်းစပ်ခြင်းတို့ကို ချီးမွမ်းကြကုန်၏။

ဤနည်းလမ်းနှစ်သွယ်သည်သာသနာတော်၌ လွတ်မြောက်မှု (နိဗ္ဗာန်) ကို ဖြစ်စေနိုင်ပြီး၊ အမွန်မြတ်ဆုံးသော နည်းလမ်းများ ဖြစ်ကြသည်ဟူ၍ လက်ခံကြပါသည်။

အစွန်းရောက်အယူဝါဒများကို ဖယ်ရှားခြင်း

အဘိဓမ္မာ၏ အန္တိမရည်မှန်းချက်မှာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဟူသော အယူမှားကို ပယ်ဖျက်ရန်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ပယ်ဖျက်ရာတွင် အစွန်းရောက်သော အယူအဆများကို ရှောင်ရှားရန် အထက်ပါ နည်းလမ်းနှစ်ရပ်က အထောက်အကူ ပြုပါသည်။

ဒီဃနိကာယ်ဋီကာဆရာ၏ အဆိုအရ သတ္တဝါတို့သည် အောက်ပါအစွန်းနှစ်ပါးသို့ ကျရောက်တတ်ကြသည်။

ကေတ္ထနယဂဟဏ (သဿတဒိဋ္ဌိ) အကြောင်းနှင့် အကျိုးသည် တစ်သားတည်း ဖြစ်သည်၊ သူပြုလျှင် သူခံရသည်၊ အပြောင်းအလဲမရှိ မြဲနေသည်ဟု လိုအပ်သည်ထက်ပို၍ စွဲလမ်းယူဆခြင်း။

အစ္စန္တဘောဒဂဟဏ (ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ) အကြောင်းနှင့် အကျိုးသည် လုံးဝမတူကွဲပြားသည်၊ ပြုသူတခြား ခံသူတခြား၊ သေပြီးပြတ်သည်ဟု အစွန်းရောက် စွဲလမ်းယူဆခြင်း။

အဘိဓမ္မာနည်းစနစ်တို့သည် ဤအစွန်းနှစ်ပါးစလုံးကို ပယ်မြစ်ထားပါသည်။ ဝေဖန်စိတ်ဖြာခြင်းဖြင့် တစ်သားတည်းဟူသော အစွဲ (ဃန) ကို ဖြိုခွင်းပြီး၊ ပေါင်းစပ်ခြင်း (ပဋ္ဌာန်းနည်း) ဖြင့် လုံးဝမသက်ဆိုင်ဟူသော အစွဲကို ဖြေရှင်းပေးပါသည်။

နိဂုံး

အကျဉ်းချုပ်၍ဆိုရသော် အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် ဓမ္မသဘောတရားများ၏ အမှန်တရားကို ရှာဖွေရာတွင် ခွဲခြမ်းခြင်း နှင့် ပေါင်းစပ်ခြင်းဟူသော ဟန်ချက်ညီသည့် နည်းလမ်းနှစ်သွယ်ဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အစွဲအလမ်းများကို ဖယ်ရှားပေးသော ထူးခြားနက်နဲသည့် ဒေသနာတော်ဖြစ်ကြောင်း နားလည်သိရှိနိုင်ပါသည်။

(၅) စေတသိက်ကို အသေးစိပ်လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

အဘိဓမ္မာဒေသနာတော်တွင် စေတသိက် (၅၂) ပါးကို စနစ်တကျ လေ့လာခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ စိတ်အလုပ်လုပ်ပုံကို နားလည်ရန် အဓိကသော့ချက်ဖြစ်ပါသည်။ စေတသိက်ဟူသည် စိတ်နှင့်အတူဖြစ်၊ အတူချုပ်ကာ အာရုံနှင့် မှီရာဝတ္ထု တူညီကြသော နာမ်တရားများဖြစ်ကြသည်။

၁။ စေတသိက်များ၏ အခြေခံတည်ဆောက်ပုံနှင့် အမျိုးအစားများ

စေတသိက်များကို ၎င်းတို့၏ သဘာဝအရ အုပ်စုကြီး (၃) စု ခွဲခြားနိုင်ပါသည်:

အညသမာနစေတသိက် (၁၃ ပါး): ဤတရားတို့သည် ကြားနေတရားများဖြစ်ပြီး အမြဲတမ်းယှဉ်တွဲသော 'သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ' (၇) ပါးနှင့် အခါအားလျော်စွာယှဉ်သော 'ပကိဏ္ဏက' (၆) ပါးတို့ ပါဝင်သည်။

အကုသိုလ်စေတသိက် (၁၄ ပါး): မောဟ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပ၊ ဥဒ္ဓစ္စ စသည့် မကောင်းသော အကုသိုလ်စိတ်တို့၌သာ ယှဉ်တွဲတတ်သော တရားများဖြစ်သည်။

သောဘဏစေတသိက် (၂၅ ပါး): သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ ဟိရိ၊ ဩတ္တပ္ပ စသည့် ကောင်းမြတ်သော သောဘဏစိတ်တို့၌သာ ယှဉ်တွဲတတ်သော တရားများဖြစ်သည်။

၂။ ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်၏ အလှည့်အပြောင်း

စေတသိက်များ စိတ်နှင့်ယှဉ်တွဲရာတွင် ယောနိသောမနသိကာရ (သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ နှလုံးသွင်းမှု) သည် ကုသိုလ်စေတသိက်တို့ရဲ့ဖြစ်ကြောင်းဖြစ်ပြီး အယောနိသော မနသိကာရ(မသင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ နှလုံးသွင်းမှု)သည် အကုသိုလ်စေတသိက်တို့ရဲ့ ့ဖြစ်ကြောင်းဟု ဆုံးအဖြတ်ပေးသည့် အကြောင်းတရားများ ဖြစ်ကြပါသည်။

သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ၏ ကြားနေမှု

သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ (၇) ပါးဖြစ်သော ဖဿ၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ စေတနာ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ဇီဝိတိန္ဒြေနှင့် မနသိကာရတို့သည် စိတ်တိုင်း၌ ပါဝင်ကြသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့သည် ယောနိသောမနသိကာရရှိလျှင် ကုသိုလ်ဘက်သို့လည်းကောင်း၊ အယောနိသောမနသိကာရ ရှိလျှင် အကုသိုလ်ဘက်သို့လည်းကောင်း လိုက်ပါပြောင်းလဲသွားကြသည်။

ပကိဏ္ဏကစေတသိက်များ၏ အခန်းကဏ္ဍ

ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ အဓိမောက္ခ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိနှင့် ဆန္ဒတို့သည်လည်း ရောနှောဖြစ်လေ့ရှိသောကြောင့် ယောနိသော သို့မဟုတ် အယောနိသော အနေအထားအပေါ် မူတည်၍သာ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် ခွဲခြားနိုင်ပါသည်။

၃။ ကလျာဏမိတ္တနှင့် ကိုယ်တိုင်သိမြင်မှု

ယောနိသောမနသိကာရ ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် ပြင်ပနှင့် အတွင်း အထောက်အပံ့များ လိုအပ်ပါသည်-

ကလျာဏမိတ္တ: သူတော်ကောင်းမိတ်ဆွေ၏ လမ်းညွှန်မှုသည် ကုသိုလ်ဖြစ်စေရန် အထောက်အပံ့ကောင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကိုယ်တိုင်သိရှိခြင်း: ကုသိုလ်နှင့် အကုသိုလ်တို့၏ အကျိုးအပြစ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် ပိုင်းခြားသိမြင်ခြင်းသည် ယောနိသောမနသိကာရကို ပိုမိုခိုင်မာစေပါသည်။

၄။ သတိနှင့် ပညာဖြင့် စိတ်ကိုစောင့်ရှောက်ခြင်း

ဓမ္မသင်္ဂဏီပါဠိတော်လာ ကုသိုလ်စိတ်၏ သဘောကို လေ့လာလျှင် သတိနှင့် ပညာတို့၏ အရေးပါမှုကို တွေ့ရပါသည်။

သတိ ....သတိသည် သတိန္ဒြေ၊ သတိဗလနှင့် သမ္မာသတိ အဖြစ် စိတ်ကို မကောင်းမှုမှ စောင့်ရှောက်ပေးသည်။

ပညာ .....ပညာသည် ပညိန္ဒြေ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ အမောဟနှင့် ဝိပဿနာအဖြစ် အမှန်တရားကို ထိုးထွင်းသိမြင်စေကာ အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် တားဆီးပေးသည်။

သမာဓိ .....စိတ်၏ တည်ကြည်မှုသည် သမထနှင့် ဧကဂ္ဂတာအဖြစ် ကုသိုလ်စေတသိက်များကို အားကောင်းစေပါသည်။

နိဂုံးချုပ်သုံးသပ်ချက်

စေတသိက်များကို အသေးစိပ်ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ စိတ်အတွင်း၌ အမြဲတစေ ဖြစ်ပျက်နေသော သဘောတရားများကို နားလည်နိုင်ပါသည်။ အနှစ်ချုပ်အားဖြင့် ယောနိသောမနသိကာရ ကို အခြေခံ၍ သတိ၊ ပညာတို့ဖြင့် စိတ်ကို စောင့်ရှောက်ခြင်းသည်သာလျှင် အကုသိုလ်စေတသိက်များကို ဖယ်ခွာပြီး ကုသိုလ်သောဘာဏစေတသိက်များ စိတ်၌ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖြစ်ပေါ်စေရန် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်ဟု နားလည်နိုင်ပါသည်။

(၆) စိတ်ကို အသေးစိပ်လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

၁။ စိတ်၏ အခြေခံသဘာဝနှင့် အမျိုးအစားများ

စိတ်ကို ၎င်း၏ ဖြစ်တည်ရာ ဘုံ (Plane) အလိုက် ကာမဝစရ၊ ရူပဝစရ၊ အရူပဝစရနှင့် လောကုတ္တရာ ဟူ၍ လေးမျိုး ခွဲခြားနိုင်သည်။ ထို့ပြင် စိတ်၏ သဘာဝ (ဇာတ်) အားဖြင့် အကုသိုလ်၊ ကုသိုလ်၊ ဝိပါတ် (အကျိုး) နှင့် ကြိယာ (အလုပ်လုပ်ရုံသက်သက်) ဟူ၍လည်း ခွဲခြားထားနိုင်ပါသည်။

၂။ စိတ်ဖြစ်စဉ်နှင့် ဝီထိစိတ်တို့၏ အလုပ်လုပ်ပုံ

စိတ်ကို ပိုမိုနက်ရှိုင်းစွာ နားလည်ရန်မှာ စိတ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်မှုအစဉ် (ဝီထိ) ကို လေ့လာရန် ဖြစ်သည်။

ထိုဝိထိတို့ရဲ့ဖြစ်စဉ်သည်အခြေခံအားဖြင့် ၂မျိုးရှိပါသည်။

၁။ပဥ္စဒွါရဝီထိ အာရုံငါးပါးနှင့် တွေ့ဆုံသောအခါ အာဝဇ္ဇန်း၊ မြင်ခြင်း/ကြားခြင်း၊ လက်ခံခြင်း (သမ္ပဋိစ္ဆန)၊ စုံစမ်းခြင်း (သန္တီရဏ) နှင့် ဆုံးဖြတ်ခြင်း (ဝေါဋ္ဌဗ္ဗန) စသည့် အဆင့်ဆင့်သော စိတ်ဖြစ်စဉ်များ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

၂။မနောဒွါရဝီထိ စိတ်တံခါး၌ တိုက်ရိုက်ဖြစ်ပေါ်သော အတွေးအကြံနှင့် သိမြင်မှု ဖြစ်စဉ်များဖြစ်ပြီး မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းက ရှေ့ဆောင်ကာ ဇဝနစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

တဖန် ထိုဝိထိစိတ်အစဉ်မှ လွန်မြောက်သာ ဝိထိမုတ်စိတ်သည်လည်းရှိသေး၏။

ဝီထိမုတ်စိတ် ဟူသည်။

၃။ ဝီထိဖြစ်စဉ်ထဲတွင် မပါဝင်ဘဲ ဘဝတစ်ခုကို တည်မြဲအောင် ထိန်းသိမ်းပေးထားသည့် ပဋိသန္ဓေ၊ ဘဝင် နှင့် စုတိ စိတ်တို့သည်လည်း စိတ်၏ အရေးကြီးသော ကဏ္ဍများတွင် ပါဝင်လို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

တနည်းအားဖြင့် စိတ်တို့ရဲ့ဖွင့်ဖြိုးတိုးတက်မှုအနေနဲ့ အောက်ပါအတိုင်း နားလည်နိုင်ပါသည်။

၅။ဘဝ၏ အခြေခံနှင့် အကုသိုလ်၏ လွှမ်းမိုးမှု

လူသားအများစု၏ ဘဝရရှိလာမှု (ပဋိသန္ဓေ) သည် အတိတ်က ပြုခဲ့သော ကံနှင့် ဆက်စပ်နေသော်လည်း လက်တွေ့ဘဝ ရှင်သန်မှုတွင် လောဘမူစိတ် ၈ ပါး နှင့် မောဟမူစိတ် ၂ ပါး တို့သည် အခြေခံ အကျဆုံး ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ အကုသိုလ် ဇဝနစိတ်များသည် သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စိတ်ဖြစ်စဉ်တွင် အဖြစ်များဆုံး ဖြစ်နေခြင်းမှာ စိတ်၏ နိမ့်ကျသော အဆင့်အတန်းကို ဖော်ပြနေခြင်းဟု နားလည်နိုင်ပါသည်။

၆။ စိတ်၏ အဆင့်ဆင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု (လက်တွေ့ဘဝ ဆန်းစစ်ချက်)

စိတ်ကို စနစ်တကျ လေ့လာခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိစိတ်ကို နိမ့်ရာမှ မြင့်ရာသို့ အဆင့်ဆင့် မြှင့်တင်နိုင်ပါသည်.......

(က)အစားထိုးခြင်း

အကုသိုလ်စိတ်များကို မပယ်သတ်နိုင်သေးမီ ကာလတွင် ကာမဝစရ ကုသိုလ်စိတ် (၈) ပါးကို အစားထိုး၍ ကောင်းမှုပြုခြင်းဖြင့် စိတ်ကို မြှင့်တင်နိုင်သည်။

(ခ)သမထကျင့်စဉ်

သို့မဟုတ် ရူ

ဝစရနှင့် အရူပါဝစရ ဈာန်ကုသိုလ်များကို ပွားများခြင်းဖြင့် စိတ်ကို တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်စေနိုင်ပါသေးသည်။

(ဂ)ဝိပဿနာနှင့် လောကုတ္တရာ

ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်မှုကို ရှုမြင်နိုင်သော ဝိပဿနာအဆင့်မှတစ်ဆင့် မဂ်စိတ်၊ ဖိုလ်စိတ်တည်းဟူသော လောကုတ္တရာ ကုသိုလ်အဆင့်သို့ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။

(ဃ)အမြင့်ဆုံးသော အခြေအနေ

ကိလေသာအားလုံး ကုန်ခမ်းသွားသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စိတ်တွင် ကုသိုလ်/အကုသိုလ် စသည့် ကံမြောက်သော စိတ်များ မရှိတော့ဘဲ မဟာကြိယာစိတ် နှင့် ဈာန်ကြိယာစိတ် များသာ ဖြစ်ပေါ်တော့သည်။ ၎င်းသည် စိတ်၏ အမြင့်ဆုံးသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဖြစ်ပြီး စိတ်ဝေဒနာ (ကိလေသာပူလောင်မှု) ကင်းဝေးသော အဆင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဒါကိုစိတ်ရဲ့နောက်ဆုံးတိုးတက်မှုအဆင့်ဟုနားလည်နိုင်ပြီး ဤကဲ့သို့ စိတ်၏ ပရမတ်သဘောနှင့် ဖြစ်စဉ်များကို သိရှိနားလည်ခြင်းဖြင့် မိမိ၏ စိတ်အဆင့်အတန်း ဘယ်နေရာမှာ ရှိနေသလဲဆိုသည်ကို ဆန်းစစ်နိုင်ပြီး၊ မြင့်မြတ်သော စိတ်အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိရန် ကြိုးပမ်းနိုင်မည် မှာ စိတ်ကို သေချာစွာ သိရှိခြင်းကသာ ပေးစွမ်းနိုင်ပါသည်ဟု နားလည်နိုင်ပါသည်။

(၇) ဓမ္မသဘောတရားနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုမှုများ(ဓမ္မဟူသော သဘောတရားကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပုံ နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး။)

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဘိဓမ္မာဒေသနာတော်တွင် ဓမ္မသီအိုရီ သည် အလွန်အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည်။ ဓမ္မသီအိုရီဆိုသည်မှာ လောကကြီး၏ ဖြစ်စဉ်များကို ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ အတ္တ၊ ငါ အနေဖြင့် မရှုမြင်ဘဲ၊ ရုပ်နှင့် နာမ် ဖြစ်စဉ်များ (အကြောင်းတရားများ) အဖြစ် စနစ်တကျ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ရှင်းလင်းပြသထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ လက်တွေ့လောကကို ဖွဲ့စည်းထားသည့် အစစ်အမှန်အကြောင်းတရားများမှာ ဤပရမတ္ထဓမ္မများသာလျှင် ဖြစ်ပေသည်။

ဓမ္မသဘောတရား၏ အခြေခံသဘာဝ

ဓမ္မဟူသည် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်သဘောလက္ခဏာ သဘာဝ -ကို ဆောင်သောကြောင့် ဓမ္မ ဟု ခေါ်ဆိုရခြင်းဖြစ်သည်။ အစောပိုင်းဗုဒ္ဓဘာသာတွင် ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဓာတ် စသည်ဖြင့် ခွဲခြားပြသခဲ့ပြီး နောက်ပိုင်းတွင် စိတ် (၈၉) ပါး၊ စေတသိက် (၅၂) ပါး၊ ရုပ် (၂၈) ပါး နှင့် နိဗ္ဗာန် ဟူသော ပရမတ္ထတရားများအဖြစ် ပိုမိုတိကျစွာ သတ်မှတ်ခဲ့သည်။

ဤဓမ္မများသည် အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်မှု (ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သဘောတရား) ကြောင့်သာ ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းဖြစ်ပြီး အတ္တကောင် (သို့မဟုတ်) ထာဝရတည်မြဲသော အရာများမဟုတ်ပေ။

အကြောင်းတရားမရှိဘဲ မည်သည့်အရာမျှ မဖြစ်ပေါ်သကဲ့သို့ ၊ သီးခြားကင်းကွာ၍ ရပ်တည်နေသော ဓမ္မဟူသည်လည်း မရှိပေ။ ဓမ္မများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း (ဘေဒ)နှင့် ပေါင်းစပ်ဆက်စပ်ကြည့်ခြင်း (သင်္ဂဟ) တို့ကို မျှတစွာအသုံးပြုမှသာလျှင် လောက၏အမှန်တရားကို အစွန်းမရောက်ဘဲ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အမြင်ဖြင့် မှန်ကန်စွာ သိမြင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ဓမ္မများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပုံ နည်းလမ်းများ

ဓမ္မတစ်ခုစီတိုင်းတွင် သူ့သီးခြား လုပ်ဆောင်ချက်နှင့် ကိုယ်ပိုင်သဘာဝများ ရှိကြသည်။ ထိုဓမ္မများကို အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုရာတွင် ယေဘုယျအားဖြင့် အောက်ပါနည်းလမ်း (၃) မျိုးကို အသုံးပြုလေ့ရှိသည်

၁။ ပြုလုပ်သူကို ရည်ညွှန်းသော အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက် (ကတ္တုသာဓန)

ဤနည်းလမ်းသည် ဓမ္မတစ်ခုကို ပြုလုပ်သူ သဘောမျိုးဖြင့် ရှင်းပြခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာ - စိတ်ဆိုသည်မှာ တွေးတောသောအရာတခုဖြစ်သည်။ စေတနာဆိုသည်မှာ ယှဉ်တွဲနေသော ဖြစ်စဉ်များကို မိမိနှင့်အတူ အကောင်အထည်ဖော်ပေးသောအရာ ဖြစ်သည်။ (နားလည်ရလွယ်ကူစေရန် သုံးနှုန်းခြင်းဖြစ်သည်။)

၂။ အသုံးပြုသည့်အရာကို ရည်ညွှန်းသော အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက် (ကရဏသာဓန)

ဤနည်းလမ်းသည် ဓမ္မတစ်ခုကို ကိရိယာတန်ဆာပလာသဘောမျိုးဖြင့် ရှင်းပြခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာ - စိတ်ဆိုသည်မှာ ယှဉ်တွဲနေသော ဓမ္မများနှင့်အတူ တွေးတောပေးသောအရာ ဖြစ်သည်။ (အကြောင်းတရားတစ်ခုအနေဖြင့် ရှင်းပြခြင်းဖြစ်သည်။)

၃။ ဖြစ်ပေါ်မှုကို ရည်ညွှန်းသော အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက် (ဘာဝသာဓန)

ဤဖွင့်ဆိုချက်သည် ငါ သို့မဟုတ် ပြုလုပ်သူဟူသော အယူအဆကို လုံးဝဖယ်ရှားလိုက်ပြီး ဖြစ်စဉ်သက်သက်ကိုသာ ပြဆိုသောကြောင့် ပုံသေမဟုတ်သော၊ အမှန်ကန်ဆုံး (ပရမတ္ထအကျဆုံး) အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ဖြစ်သည်။

ဥပမာ -တွေးတောခြင်း ကိုယ်တိုင်သည်ပင်လျှင် စိတ်" ဖြစ်သည်။ အဆက်မပြတ်တည်ရှိနေခြင်း ကိုယ်တိုင်သည်ပင်လျှင် ဝိစာရ" ဖြစ်သည်။

ရှုထောင့်လေးမျိုးဖြင့် အနက်ဖွင့်ခြင်း (လက္ခဏာစတုက္က)

အထက်ပါဖွင့်ဆိုချက်များအပြင် ဓမ္မတစ်ခုချင်းစီ၏ သဘောတရားကို ပိုမိုနက်ရှိုင်းပြည့်စုံစွာ သိမြင်နိုင်ရန် ရှုထောင့်လေးမျိုးဖြင့်လည်း တိုးချဲ့ကာ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုကြသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

လက္ခဏာ- ထိုဓမ္မ၏ ကိုယ်ပိုင်သဘာဝ သို့မဟုတ် မူလလက္ခဏာ။

ရသ ထိုဓမ္မ၏ လုပ်ဆောင်ချက် (ကိစ္စရသ) သို့မဟုတ် ပြီးမြောက်မှု (သမ္ပတ္တိရသ)။ ထိုလုပ်ဆောင်ချက်ကြောင့် ဉာဏ်၌ ထင်ရှားလာသော သဘော သို့မဟုတ် အကျိုးဆက်(ပစ္စုပဋ္ဌာန)။

ထိုဓမ္မဖြစ်ပေါ်လာရန် အနီးစပ်ဆုံးအကြောင်းတရား(ပဒဋ္ဌာန)။

ဥပမာအားဖြင့် - တပ်မက်မှုကင်းခြင်း(အလောဘ) ဟူသော ဓမ္မကို ဖွင့်ဆိုရာတွင်၊ မကပ်ငြိခြင်းသည် ၎င်း၏ လက္ခဏာ ဖြစ်ပြီး၊ မသိမ်းပိုက်ခြင်းသည် ၎င်း၏ ပြီးမြောက်မှု(ရသ) ဖြစ်သည်။ မဆုပ်ကိုင်ထားခြင်းသည် ပစ္စုပဋ္ဌာန် (ဉာဏ်၌ထင်လာမှု) ဖြစ်ကာ၊ စိတ်သည် ၎င်း၏ ပဒဋ္ဌာန် (အနီးစပ်ဆုံးအကြောင်းတရား) ဖြစ်သည်။

နိဂုံး

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့်ဆိုရသော် ဓမ္မသဘောတရားများကို ဤသို့ နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် တိကျစွာ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်းသည် စာပေသဘောသက်သက်၊ ယူဆချက်သက်သက်အတွက် မဟုတ်ပေ။ လောကကြီးကို ကျစ်လျစ်ခိုင်မာသော အတ္တအဖြစ် ရှုမြင်နေသည့် အမှားကို ဖယ်ရှားပြီး၊ အရာခပ်သိမ်းသည် အကြောင်းတရားကြောင့်သာ ဖြစ်ပေါ် ပြီး ပျက်စီးသွားသော သက်သက်ဖြစ်စဉ်များသာဖြစ်ကြောင်း မှန်ကန်စွာ သိမြင်လာစေရန်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤဓမ္မအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် နည်းလမ်းများသည် တရားဘာဝနာအားထုတ်ခြင်းနှင့် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်ရေးအတွက် အလွန်အရေးပါသော လမ်းညွှန်မြေပုံများပင် ဖြစ်ပါသည်။

(၈) ပညတ်နှင့် ပရမတ် (သမုတ်ထားသော အမည်နာမ (ပညတ်) နှင့် တကယ့်အရှိတရား (ပရမတ်) တို့၏ သဘော သဘာဝနှင့်ကွာခြားချက်။

ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာတရားတော်တွင် လောက၌ ရှိရှိသမျှသော အရာအားလုံးကို အမှန်တကယ်ရှိသော တရား (ပရမတ္ထ) နှင့် အမှန်တကယ်မရှိသော်လည်း ရှိသည်ဟု သတ်မှတ်ထားသော တရား (ပညတ်/သမုတိ) ဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲခြားပြသထားပါသည်။ ထိုတရားနှစ်ပါး၏ သဘောသဘာဝ၊ ကွာခြားချက်များနှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှုပိုင်းက ဤသို့ဖြစ်ကြပါသည်။

၁။ ပရမတ္ထ (အရှိတရား)

ပရမတ္ထဆိုသည်မှာ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲခြင်းမရှိသော၊ မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်သဘောသဘာဝ (သဘာဝဓမ္မ) အတိုင်း အမှန်တကယ် တည်ရှိနေသော တရားများဖြစ်သည်။ အဘိဓမ္မာသဘောအရ နာမ် ရုပ် သို့မဟုတ် ပရမတ္ထတရား (၄) ပါးရှိသည်ဟု နားလည်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

စိတ် (စိတ္တ) အာရုံကို သိသောသဘော။

စေတသိက် (စေတသိက) စိတ်၌ မှီတွယ်ဖြစ်သော နာမ်တရားများ။

ရုပ် (ရူပ)ဖောက်ပြန်တတ်သော သဘောတရားများ။

နိဗ္ဗာန် (နိဗ္ဗာန) ငြိမ်းအေးသော တရား။

ဤတရားလေးပါးမှလွဲ၍ ကျန်အရာအားလုံးတို့သည် (ပရမတ္ထ)ထင်ရှားရှိကြသည် မဟုတ်ပေ။

၂။ ပညတ် (သမုတ်ထားသော အမည်)

ပညတ် (ပညတ္တိ) သို့မဟုတ် သမုတိ (သမ္မုတိ) ဆိုသည်မှာ အနှစ်သာရအားဖြင့် အမှန်တကယ် မရှိသော်လည်း လောကပြောဆိုဆက်ဆံရေးအတွက် သတ်မှတ်ထားသော အရာများဖြစ်သည်။ ပညတ်ကို ဘာသာပြန်ရာတွင် Concept (အယူအဆ) ဟု ပြန်လေ့ရှိသော်လည်း စာပေအရ သိအောင်၊ ယုံအောင် ပြုလုပ်ခြင်း ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။

ဥပမာအားဖြင့် ၁ ဒေါ်လာတန်နှင့် ၁၀၀ ဒေါ်လာတန် ငွေစက္ကူတို့သည် ပရမတ္ထသဘောအရ (စက္ကူသား၊ အရောင်၊ ဒြပ်စသည်) တူညီကြသော်လည်း တန်ဖိုးကွာခြားသည်ဟု သတ်မှတ်ခြင်းမှာ ပညတ် သဘောပင် ဖြစ်သည်။ ထို့အတူ အစိတ်အပိုင်းများ ပေါင်းစပ်ထားမှုကို ရထား ဟု ခေါ်ဝေါ်သကဲ့သို့၊ ခန္ဓာငါးပါး ပေါင်းစပ်ထားမှုကို သတ္တဝါ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ဟု သမုတ်ကြသည်။

၃။ ပညတ်အမျိုးအစားများ

ပညတ်ကို အဓိကအားဖြင့် နှစ်မျိုးခွဲခြားနိုင်ပါသည်-

သဒ္ဒပညတ် (သဒ္ဒပညတ္တိ)အမည်နာမများ၊ ဝေါဟာရများ။ အသံနှင့် အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို ဆက်စပ်ပေးသော အရာဖြစ်သည် (ဥပမာ- ရေ ဟူသော အသံ)။

အတ္ထပညတ် (အတ္ထပညတ္တိ)စိတ်က ပုံဖော်ဖန်တီးထားသော အဓိပ္ပါယ်ပုံသဏ္ဍာန်များ။ ၎င်းကို အမျိုးမျိုး ထပ်မံခွဲခြားနိုင်သည်-

သန္တာနပညတ်(သန္တာနပညတ္တိ)အစဉ်အတန်းကို စွဲ၍ ဖြစ်သော ပညတ် (ဥပမာ- မြစ်၊ တောင်)။

သမူဟပညတ်(သမူဟပညတ္တိ)အပေါင်းအစုကို စွဲ၍ ဖြစ်သော ပညတ် (ဥပမာ- အိမ်၊ ရထား)။

ဒိသာပညတ်(ဒိသာပညတ္တိ) အရပ်မျက်နှာ (အရှေ့ အနောက်) ။

ကာလပညတ်(ကာလပညတ္တိ) အချိန် (နှစ်၊ လ၊ နံနက်) ။

၄။ ပညတ်နှင့် ပရမတ်၏ အဓိက ကွာခြားချက်များ

ဤတရားနှစ်ပါး၏ ကွာခြားချက်ကို အောက်ပါအတိုင်း နှိုင်းယှဉ်နိုင်ပါသည်

ဖြစ်တည်မှု ပရမတ်သည် အကြောင်းတရားများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး (သင်္ခတ)၊ ဖြစ်ခြင်း၊ တည်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းဟူသော သဘောတရားများ ရှိသည် (နိဗ္ဗာန်မှလွဲ၍) ။

ပညတ်သည် အကြောင်းတရားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း မဟုတ်ပါ (အပစ္စယဋ္ဌိတိက)။ စိတ်ကူးဖြင့် ဖန်တီးထားခြင်း (ပရိကပ္ပသိဒ္ဓ) သာ ဖြစ်သည်။

အချိန်နှင့် နေရာ ပရမတ် ဖြစ်၊ တည်၊ ပျက် သဘောရှိ၍ ကာလသုံးပါး၌ အကျုံးဝင်သည်။

ပညတ် အချိန်ကာလမှ လွတ်ကင်းသည် (ကာလဝိမုတ္တ)၊ ဘုံ(နေရာ)မှ လွတ်ကင်းသည် (ဘူမိဝိမုတ္တ)။

သဘောသဘာဝ ပရမတ်: ကိုယ်ပိုင်သဘောသဘာဝ(သဘာဝ) ရှိသည်။

ပညတ် ကိုယ်ပိုင်သဘောသဘာဝ မရှိပါ (အသဘာဝ)။

၅။ လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှု (ဝိပဿနာ)

မြတ်စွာဘုရားသည် သမုတိသစ္စာ နှင့် ပရမတ္ထသစ္စာ နှစ်ပါးလုံးကို လက်ခံသုံးစွဲခဲ့သော်လည်း ပညတ်အပေါ်၌ လမ်းမှားရောက်ခြင်း၊ စွဲလမ်းခြင်း မရှိခဲ့ပါ။

သာမန်ပုထုဇဉ်တို့သည် ပညတ်နယ်ပယ် ဖြစ်သော ငါ၊ သူတပါး၊ ယောကျာ်း၊ မိန်းမ ၌သာ နေကြရသည်။ သို့သော် တရားအားထုတ်ရာတွင်၊ ဝိပဿနာရှုမှတ်ရာတွင် ထိုပညတ်များကို ကျော်လွှန်နိုင်မှသာ အမှန်တရား သဘာဝဓမ္မ ကို တွေ့မြင်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ပညတ်ကို ကျော်လွှန်၍ ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ ရုပ်နာမ်တို့ကို ငါ/သူတစ်ပါးဟူ၍ မမြင်တော့ဘဲ စက်ယန္တရားကဲ့သို့ သက်မဲ့၊ ဝိညာဉ်မဲ့ သဘောအဖြစ် ဉာဏ်ဖြင့် မြင်လာနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ပညတ် ပရမတ်တို့ရဲ့ သဘောသဘာဝနှင့် ထူးခြားမှုတို့သည် ဤသို့ကွဲပြားခြားနားကြပါသည်။

(၉) အဘိဓမ္မာလာ ရုပ်တရားများကို အသေးစိတ်လေ့လာခြင်း

ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာတွင် ရုပ်တရားကို လေ့လာရာ၌ အခြေခံအကျဆုံးသော မဟာဘုတ်ရုပ် (၄) ပါး နှင့် ၎င်းတို့ကို မှီတွယ်၍ဖြစ်သော ဥပါဒါရုပ်ဟူ၍ စနစ်တကျ ခွဲခြားထားပါသည်။ ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်းအရ ရုပ် (၂၇) မျိုး ရှိသော်လည်း အဋ္ဌကထာဆရာများက စိတ်၏မှီရာ ဟဒယဝတ္ထုရုပ် ကို ထည့်သွင်း၍ စုစုပေါင်း ရုပ် (၂၈) ပါးဟု သတ်မှတ်ခဲ့ကြသည်။

၁။ ရုပ်၏ သဘာဝနှင့် တည်ဆောက်ပုံ

ရုပ်ဟူသည် အပူ၊ အအေး စသော ဆန့်ကျင်ဘက် အကြောင်းတရားများကြောင့် ဖောက်ပြန်တတ်သော သဘောရှိသည်။ ရုပ်ကို အသေးစိတ်လေ့လာလျှင် အောက်ပါ အစိတ်အပိုင်းများကို တွေ့ရမည် ဖြစ်သည် -

မဟာဘုတ်ရုပ် (၄) ပါး: ပထဝီ (မာကြောမှု/အကျယ်) ၊ အာပေါ (ယိုစီးမှု/ဖွဲ့စည်းမှု)၊ တေဇော (အပူ/အအေး) နှင့် ဝါယော (ထောက်ကန်မှု/လှုပ်ရှားမှု) တို့ ဖြစ်ကြသည်။

ရုပ်ကလာပ် ရုပ်တရားတို့သည် အလွန်သေးငယ်သော အစုအဝေး "ရုပ်ကလာပ်" အနေဖြင့် တည်ရှိသည်။ မဟာဘုတ် (၄) ပါးသည် မည်သည့်အခါမျှ ခွဲခြား၍မရဘဲ အတူတကွ ယှဉ်တွဲတည်ရှိကြသည်။

ပသာဒရုပ်နှင့် အာရုံများ: အမြင်၊ အကြား၊ အနံ့၊ အရသာ နှင့် အတွေ့အထိကို သိနိုင်သော အကြည်ရုပ် (၅) ပါး ရှိသည်။ အထူးသဖြင့် အတွေ့အထိကို သီးခြားရုပ်အဖြစ် မပြဘဲ ပထဝီ၊ တေဇော၊ ဝါယော ဟူသော မဟာဘုတ်ရုပ်များအဖြစ်သာ သတ်မှတ်သည်။

၂။ ရုပ်ဖြစ်စေသော အကြောင်းတရား (၄) ပါး

ရုပ်တရားတို့သည် အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း မဟုတ်ဘဲ အောက်ပါ အကြောင်းတရား (၄) ပါးကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသည် -

ကမ္မ အမြင်အာရုံ၊ အကြားအာရုံ အစရှိသော အကြည်ရုပ်များနှင့် ဣန္ဒြေရုပ်များကို ဖန်တီးပေးသည်။

စိတ္တ စိတ်၏ အလိုအရ ဖြစ်ပေါ်သော ကိုယ်အမူအရာ (ကာယဝိညတ်) နှင့် နှုတ်အမူအရာ (ဝစီဝိညတ်) တို့ကို ဖြစ်စေပါသည်။

ဥတု အပူ၊ အအေး နှင့် ရာသီဥတု အပြောင်းအလဲပေါ် မူတည်၍ ရုပ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

အာဟာရ စားသုံးလိုက်သော အာဟာရဓာတ် (ဩဇာ) သည် ခန္ဓာကိုယ်ရှိ ရုပ်များကို ရှင်သန် ထောက်ပံ့ပေးသည်။

၃။ ရုပ်၏ ဖြစ်ခြင်းနှင့် ပျက်ခြင်း

အဘိဓမ္မာတွင် ရုပ်၏ သက်တမ်းကို အဆင့် (၄) ဆင့်ဖြင့် ဖော်ပြလေ့ရှိသည်

၁။ ဥပစယ ရုပ်တရားများ စတင် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း (ဥပမာ - သန္ဓေတည်ချိန်မှစ၍ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ ပြည့်စုံလာခြင်း) ။

၂။ သန္တတိ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်များ ဆက်တိုက် အစဉ်မပြတ် ဖြစ်နေခြင်း။

၃။ ဇရတာ ရုပ်တရားများ ရင့်ရော် အိုမင်းလာခြင်း။

၄။ အနိစ္စတာ ရုပ်တရားများ လုံးဝ ချုပ်ငြိမ်း ပျက်စီးသွားခြင်း (သေဆုံးခြင်း)။

အမှန်စင်စစ် ရုပ်၏ ချုပ်ငြိမ်းမှုသည် သေဆုံးချိန်မှ ဖြစ်သည်မဟုတ်ဘဲ၊ ခဏတိုင်းတွင် မရပ်မနား ပျက်စီးနေသော သဘောရှိသည်ဟု အဘိဓမ္မာက ဆိုပါသည်။

နိဂုံး

ရုပ်တရားများကို လေ့လာခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ခိုင်မာသော ငါ သူတပါး မဟုတ်ဘဲ အကြောင်းတရားများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ပျက်စီးနေသော ရုပ်စုများသာဖြစ်ကြောင်း သိရှိနားလည်နိုင်ပါသည်။

(၁၀) အဘိဓမ္မာကို သိရှိနားလည်ခြင်း အကျိုးတရားများ

အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် သာမံ တရား ဒေသနာတော်များ မဟုတ်ဘဲ သိနိုင်ခဲသော အရာတို့ကို ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာ အသေးစိပ် လေ့လာပြသော တရားဒေသနာတော်တခုပင်ဖြစ်ပါသည်။ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ ယုံကြည်မှုအရ သုတ္တန်တရား ဒေသနာ တော်ထက် သာလွန်သော မြင့်မြတ်သော ကောင်းမွန်သော နားလည်ရန် ခတ်ခဲ နက်နဲသော တရားဟု ဆိုပါသည်။

ထိုဝယ် စိတ်နှင့် ရုပ်တရားတို့၏ အနက်ရှိုင်းဆုံး သဘောသဘာဝများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြထားသော လက်တွေ့ကျသည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုအတွက် လမ်းညွှန်တစ်ခုလည်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုအဘိဓမ္မာကို စနစ်တကျ လေ့လာသိရှိ နားလည်ခြင်းဖြင့်အားဖြင့် အောက်ပါ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိနိုင်ပါသည်

၁။ ပညတ်နှင့် ပရမတ်ကို ကွဲပြားစွာ သိမြင်နိုင်ခြင်း

အဘိဓမ္မာကို လေ့လာခြင်းဖြင့် အမှန်တကယ်တည်ရှိသော ပရမတ္ထတရားများ နှင့် လူတို့ဖန်တီးထားသော အဆုံးစွန်တည်ရှိမနေသည့် ပညတ် (သမုတိ) တို့ကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ခွဲခြားသိမြင်လာနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ သိမြင်ခြင်းဖြင့် လောကတွင် သုံးစွဲနေသော အမည်နာမများ၊ အသုံးအနှုန်းများနှင့် လောကပညတ်များကို လက်တွေ့ဘဝတွင် အသုံးပြုသော်လည်း၊ ယင်းတို့အပေါ်၌ မှားယွင်းစွာ စွဲလမ်းခြင်း မရှိတော့ဘဲ မှန်ကန်စွာ နေထိုင်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

၂။ အတ္တစွဲ (အတ္တဒိဋ္ဌိ) ကို ပယ်ခွာနိုင်ခြင်း

လူသားတို့၏ အကြီးမားဆုံး ပြဿနာမှာ ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဟု အထင်မှားစွဲလမ်းနေခြင်း ပင်ဖြစ်ပါသည်။ အဘိဓမ္မာက ဤခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်အစဉ်ကြီးသည် အမှန်တကယ်တွင် စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ် ဟူသော ပရမတ္ထသဘောတရားများသာ ဖြစ်ကြောင်း အတိအကျ ပြသပေးပါသည်။ ထို့ကြောင့် အတ္တဟူသော အယူမှားကို အမြစ်မှစ၍ ပယ်ခွာနိုင်စွမ်း ရှိလာပါသည်။

၃။ နက်ရှိုင်းသော စိတ်ပညာကို နားလည်ပြီး စိတ်ခံစားမှုများကို စီမံခန့်ခွဲနိုင်ခြင်း

အဘိဓမ္မာသည် အလွန်တိကျပြီး ပြည့်စုံသော ဗုဒ္ဓရဲ့စိတ်ပညာရပ်အဖြစ် နားလည်နိုင်ပါသည်။ စိတ်နှင့် စေတသိက်တို့ မည်သို့ ပေါင်းစပ်အလုပ်လုပ်သည်၊ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စသည့် အကုသိုလ်တရားများ မည်သို့ အကြောင်းဆက်စပ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို အသေးစိတ် သိရှိနိုင်ခြင်းက စိတ်ပညာနှင့် များစွာ တူညီနေပါသည်။

ဤသို့ သိရှိခြင်းသည် ခေတ်သစ်စိတ်ပညာကုထုံးများ၏ ချဉ်းကပ်မှုများနှင့် ဆင်တူရုံသာမက ပိုမိုနက်ရှိုင်းသောကြောင့် မိမိ၏ စိတ်ခံစားမှုများကို ထိန်းချုပ်စီမံရာတွင် များစွာ အထောက်အကူပြုပါသည်။

၄။ ဝိပဿနာဘာဝနာအတွက် ခိုင်မာသော အခြေခံရရှိခြင်း

အဘိဓမ္မာသည် တရားရှုမှတ်ရာတွင် အလွန်တိကျသော လမ်းပြမြေပုံကဲ့သို့ အသုံးဝင်ပါသည်။ ပရမတ္ထတရားများသည် ခဏတာဖြစ်ပေါ်သော အရာများမှတစ်ဆင့် သိရှိနားလည်ရန် အလွန်နက်နဲသော်လည်း၊ အဘိဓမ္မာအသိရှိသူသည် ပညတ်ကို ကျော်လွန်ပြီး ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်နေသော လက္ခဏာ သဘာဝသက်သက်ကိုသာ ပိုမိုလွယ်ကူစွာ အာရုံစိုက်လာနိုင်ပါသည်။

၅။ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရန် ဉာဏ်ပညာရရှိခြင်း

အဆုံးစွန်သော ရည်ရွယ်ချက်အနေဖြင့် ရုပ်နာမ်တို့၏ အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်မှုကို သိမြင်ကာ၊ ပြုပြင်စီရင်ခြင်းကင်းသော အသင်္ခတဓာတ်ဖြစ်သည့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော ဉာဏ်ပညာအလင်းကို ရရှိစေပါသည်။

ထိုအချက်တွေဟာ အဘိဓမ္မာကို သိရှိနားလည်ခြင်းရဲ့ အကျိုးတရားများဖြစ်ကြပါသည်ဟု နားလည်နိုင်ပါသည်။

(၁၁) ကျင့်ဝတ်နှင့် စိတ်ပညာ------ မှတ်သားမှုဆိုင်ရာ စိတ်ပညာသဘောတရားများနှင့် ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများကို အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှ လေ့လာခြင်း။)

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ အဘိဓမ္မာဒေသနာတော်သည် စိတ်ပညာနှင့် ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများကို အနက်ရှိုင်းဆုံး ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြသထားသော တရားတော်ဖြစ်ပါသည်။ အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှ လေ့လာလျှင် အမှန်တကယ်တည်ရှိသော တရားများနှင့်အဆုံးစွန်သောသဘောအားဖြင့် မတည်ရှိသော တရားများကို ခွဲခြားသိမြင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

အဘိဓမ္မာအရ ပရမတ္ထသဘောတရား လေးမျိုးသာရှိရာ ၎င်းတို့မှာ စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ် နှင့် နိဗ္ဗာန် တို့ဖြစ်ကြပါသည်။ ဤသဘောတရားများကို အခြေခံ၍ လူသားတို့၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မှတ်သားမှုများနှင့် ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လွဲမှားမှုများကို အောက်ပါအတိုင်း တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

မှတ်သားမှုဆိုင်ရာ စိတ်ပညာသဘောတရားများ

လူသားတို့၏ နေ့စဉ်သိမှတ်မှုဖြစ်စဉ်များတွင် စိတ်နှင့် စေတသိက်တို့သည် အဓိကလုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။ ပညတ်အားလုံးသည် စိတ်၏ လည်ပတ်မှုအပေါ် မှီခိုတည်ရှိသည်။ထိုပညတ်များသည် ပရမတ္ထတရားများ၏ အသွင်အပြင်အမျိုးမျိုးပေါ်မူတည်၍ စိတ်၏ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းမှု လုပ်ဆောင်ချက်ပေါ်တွင် မှီခိုတည်ရှိနေခြင်း ဖြစ်သည်။

အထူးသဖြင့် အတ္ထပညတ် (အနက်အဓိပ္ပါယ်အဖြစ်ရှိသော ပညတ်များ) သည် စိတ်၏ ကောက်ချက်ချခြင်းနှင့် ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းခြင်း လုပ်ဆောင်ချက်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်ကူးယဉ်ဖန်တီးအပ်သောအရာများ ဖြစ်ကြသည်။

မှတ်သားမှုပိုင်းဆိုင်ရာတွင် အမည်နာမများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ စိတ်အာရုံကို ကြီးမားစွာ လွှမ်းမိုးထားပါသည်။ သံယုတ္တနိကာယ်၊ နာမသုတ်တွင် နာမည်သည် ခပ်သိမ်းသောအရာတို့ကို ဖိစီးနှိပ်စက်ထား၏ ဟု ဟောကြားထားပြီး နာမည်သည် အရာအားလုံးကို မိမိလက်အောက်တွင် ထိန်းချုပ်ထားသော အရာတစ်ခုပင်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုထားပါသည်။

ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ပညတ်အပေါ် စွဲလမ်းမှု

လူသားတို့၏ ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချို့ယွင်းချက်များ၊ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ဖြစ်ပွားရခြင်းများသည် သမုတိ ပညတ်များကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ မည်သို့ လမ်းမှားရောက်ရပုံကို နားမလည်ခြင်းမှ မြစ်ဖျားခံလေ့ရှိပါသည်။

ပရမတ္ထအားဖြင့် အမှန်တကယ်မရှိသောအရာကို ပညတ်၏နယ်နိမိတ်ကို ကျော်လွန်၍ ယူဆစွဲလမ်းခြင်းကြောင့် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကို စွဲလမ်းခြင်းပညတ်ဖြစ်ပေါ်လာရပါသည်။ ငါ၊ သူတစ်ပါး ဟူသော ပညတ်များကို အရှိတရားအဖြစ် အထင်မှားစွဲလမ်းရာမှ ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပဋိပက္ခများ စတင်လာပါသည်။ထိုကဲ့သို့ ပညတ်ကို ဖန်တီးတည်ဆောက်မှုကြောင့် မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကိုပင် အဓိပ္ပါယ်ကောက်လွဲမှားနိုင်ပါသည်။

ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စံပြအနေဖြင့် မြတ်စွာဘုရားသည် လောကတွင် အများသုံးစွဲနေကြသော အမည်များ၊ အသုံးအနှုန်းများနှင့် လောကပညတ်များကို အသုံးပြုတော်မူသော်လည်း၊ ယင်းတို့ကြောင့်မှားယွင်းစွဲလမ်းခြင်း မရှိခဲ့ပါ။ ဤသည်မှာ ပညတ်ကို လက်တွေ့အသုံးပြုသော်လည်း ပရမတ်ကို သိမြင်သောကြောင့် ကျင့်ဝတ်စင်ကြယ်ခြင်း၏ ပြယုဂ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ပရမတ္ထဓမ္မနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လွတ်မြောက်မှု

သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် အမှန်တရား၏ သဘောသဘာဝကို သိရှိရန် မဖြစ်နိုင်ရခြင်း၏ ပြဿနာမှာ နာမ်နှင့် ရုပ် ပြောင်းလဲမှုသည် အလွန်မြန်ဆန်လွန်းသောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ပရမတ္ထတရားများသည် ခဏတာဖြစ်ပေါ်သော အရာများမှတစ်ဆင့် သိရှိနားလည်ရန် အလွန်နက်နဲပါသည်။ထို့ကြောင့် စိတ်ပညာအရ မှတ်သားမှုအဆင့်ဖြစ်သော ပညတ်ကို မကျော်လွန်သရွေ့ကိုယ်ပိုင်သဘာဝဖြစ်သော သဘာဝကို မသိမြင်နိုင်ပါဟု ဆိုထားပါသည်။

ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်မှုကို ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ပြီး ပညတ်အပေါ် စွဲလမ်းမှုကို ခွာချနိုင်မှသာလျှင် ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမြင့်ဆုံးပန်းတိုင်ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန် သို့ ဆိုက်ရောက်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ နိဗ္ဗာန်သည် အသင်္ခတဓာတ်

ပြုပြင်စီရင်ခြင်းကင်းသောတရားဖြစ်ပြီး ပြုပြင်စီရင်အပ်သော တရားတို့၏ လက္ခဏာအားလုံးမှ ကင်းစင်ပေသည်။

နိဂုံး

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့်.... အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် လူသားတို့၏ စိတ်ပညာဆိုင်ရာ ပြဿနာများနှင့် ကျင့်ဝတ်ဖောက်ဖျက်မှု အားလုံးသည် စိတ်နှင့် စေတသိက်တို့က ရုပ်တရားများအပေါ် အခြေခံ၍ ပညတ်ကို ဖန်တီးစွဲလမ်းခြင်း (မောဟ) ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ အဆုံးစွန်သော ပရမတ္ထသစ္စာတရားများကို မှန်ကန်စွာ ထိုးထွင်းသိမြင်ခြင်းဖြင့်သာလျှင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အထင်အမြင်မှားမှုများမှ လွတ်ကင်းကာ အမြင့်မြတ်ဆုံးသော ကျင့်ဝတ်စင်ကြယ်မှု (နိဗ္ဗာန်) သို့ ရောက်ရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်ဟု နားလည်နိုင်ပါသည်။

(၁၂) နိဗ္ဗာန်၏ သဘောတရားများကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

နိဗ္ဗာန်၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်

နိဗ္ဗာန်သည် ပရမတ္ထတရား လေးပါးတို့ရဲ့နောက်ဆုံးသောတရားတခုဖြစ်ပါသည် သို့သော် အစောပိုင်းကျမ်းဂန်အရ အဘိဓမ္မာကိုထင်ရှားရှိသောတရားအနေနဲ့ နာမ် ရုပ်မျှသာ ထင်ရှားပေါ်လွှန်စေပြီး နောက်ပိုင်းအရှင်အနုရုဒ္ဓါရဲ့ ဖော်ထုပ်သင်ပြမှုအရ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟမှာသာ ပရမတ္ထတရားကို လေးပါးဟု တိကျစွာဖွင့်ဆိုလို့ ရှင်းလင်းပြသထားပါတယ်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေကာမူ နိဗ္ဗာန်သည် လူတိုင်း တောင်းတသော အရာတခုပင်ဖြစ်သည်ကပေါ်လွှန်စေပါသည် တချို့က လောကီနိဗ္ဗာန်အနေနဲ့ အဆင်ပြေမှု ပျော်ရွှင်မှု ပြည့်စုံမှုတို့ကို လိုချင်ကြပြီး ရှာဖွေကြ ကြိုစားကြရတာဟာ မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှာ ထင်ရှားစွာ မြင်တွေ့နိုင်ပါတယ် သို့သော် လောကီ ချမ်းသာသုခသည် ခဏသာ ချမ်းသာမှု ပျော်ရွှင်မှုဖြစ်ပြီး ထိုတရားဟာ ဒုက္ခဟူသော သစ္စာအောက်မှာတာ တည်ရှိနေသောကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့စစ်မှန်သော ငြိမ်းချမ်းမှုအစစ်တော့ မဟုတ်ပေ။

ဗုဒ္ဓဘာသာအလိုကျ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာဘာလဲ

ထိုနိဗ္ဗာန်ဆိုသည်မှာ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် အာလုံးကို လွန်မြောက်စေပြီး အမြတ်ဆုံးသော လောကုတ္တရာတရားဖြစ်ပြီး အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟအရ အယုတ်(ကာမ) အလတ် (မဟဂ္ဂုတ) အမြတ်(လောကုတ္တရာ)တွင် နောက်ဆုံး

သော လောကုတ္တရာစိတ်ကိုဆိုလိုခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ထို နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ်လေးပါးဖြင့်သာမျက်မှောက်ပြုအပ်သော တရားဖြစ်ပါသည်။ မဂ်ဖိုလ်တို့၏ အာရုံဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကို ဝါန ဟုခေါ်ဆိုအပ်သော ငြိတွယ်တတ်သော တဏှာမှ ထွက်မြောက်ခြင်းကြောင့် နိဗ္ဗာန် ဟု ခေါ်ဆိုရခြင်းဖြစ်သည်။

နိဗ္ဗာန်ဟူသော စကားရပ်သည် ပါဠိဘာသာ (နိဗ္ဗာန) မှ ဆင်းတက်လာခြင်းဖြစ်ပြီး၊ သက္ကတဘာသာဖြင့် (Nirvāna) ဟု လူသိများ ထင်ရှားပါသည်။ မူလအဓိပ္ပာယ်မှာ ငြိမ်းအေးခြင်းဖြစ်ပြီး ငြိမ်းအေးခြင်းဆိုသည်မှာလည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ဟူသော လောကီ ကိလေသာ မီးများ ငြိမ်းအေးသွားခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ သို့ရာတွင် အဋ္ဌကထာဆရာများက ဤစကားရပ်ကို ငြိတွယ်တတ်သော တဏှာ (ဝါန) မှ ထွက်မြောက်ခြင်း (နိက္ခန္တတ္တာ) ဟု ပိုမိုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုကြပါသည်။ သတ္တဝါတို့သည် တဏှာဖြင့် ငြိတွယ်နေသရွေ့ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲတွင် ကျင်လည်နေကြရပြီး၊ ထိုတဏှာကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်သတ်နိုင်သောအခါ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ရှိကြပါသည်။

နိဗ္ဗာန်အား သရုပ်ခွဲခြင်း

နိဗ္ဗာန်သည် သဘောတရားအားဖြင့် တစ်ပါးတည်းသာဖြစ်သော်လည်း၊ အကြောင်းပရိယာယ်အားဖြင့် နှစ်ပါးအပြားရှိပြီး၊ အခြင်းအရာအားဖြင့် သုံးပါးအပြားရှိပါသည်။

၎င်းတို့သည် အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ကြပါသည်

ခန္ဓာငါးပါး အကြွင်း ရှိ၊ မရှိအပေါ် မူတည်၍သဉပါဒိသေသနိဗ္ဗာန် - ကိလေသာများ အကြွင်းမဲ့ ငြိမ်းအေးသွားသော်လည်း၊ ယခင်ဘဝများက ပြုခဲ့သော ကံကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ခန္ဓာငါးပါး အကြွင်းအကျန် ရှိနေသေးသော နိဗ္ဗာန်ဖြစ်သည်။ (ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များ သက်တော်ထင်ရှား ရှိနေစဉ် တွေ့ကြုံရသော ကိလေသာပရိနိဗ္ဗာန် ဖြစ်သည်။)

အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန် ခန္ဓာငါးပါးပါ ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီး နောက်ထပ်တစ်ဖန် ခန္ဓာပြန်လည်မဖြစ်ပေါ်တော့သော နိဗ္ဗာန်ဖြစ်သည်။ (ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များ ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်ပြီးနောက် အခြေအနေဖြစ်ကာ ခန္ဓပရိနိဗ္ဗာန် ဟုလည်း ခေါ်သည်။)

အခြင်းအရာအားဖြင့် ၃ပါးကား အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ကြပါသည်။

၁။ သုညတနိဗ္ဗာန် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အစရှိသော ကိလေသာတို့မှ လည်းကောင်း၊ ပြုပြင်ဖန်တီးထားသော သင်္ခါရတရားတို့မှ လည်းကောင်း ဆိတ်သုဉ်းခြင်းကြောင့် သုညတ ဟု ခေါ်သည်။

၂။အနိမိတ္တနိဗ္ဗာန် လောဘစသော နိမိတ်လက္ခဏာများ၊ သင်္ခါရတရားတို့၏ နိမိတ်လက္ခဏာများ ကင်းလွတ်ခြင်းကြောင့် "အနိမိတ္တ" ဟု ခေါ်သည်။

၃။အပ္ပဏိဟိတနိဗ္ဗာန် လောဘဖြင့် တောင့်တမှုကင်းခြင်း၊ တဏှာဖြင့် လိုလားအပ်သော အရာမရှိခြင်းတို့ကြောင့် "အပ္ပဏိဟိတ" ဟု ခေါ်သည်။

ထိုနိဗ္ဗာန်ကိုတဏှာမှ ကင်းလွတ်တော်မူကြသော မြတ်စွာဘုရားနှင့်တကွ ရဟန္တာအရှင်သူမြတ်တို့က နိဗ္ဗာန်သည် မသေရာ (အစ္စုတ)၊ အဆုံးမရှိ (အစ္စန္တ)၊ အကြောင်းတရားတို့က ပြုပြင်ဖန်တီးထားခြင်းမရှိ (အသင်္ခတ)၊ အတုမရှိ အမြတ်ဆုံး (အနုတ္တရ) ဖြစ်သော ပကတိအခြေအနေ တစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့ကြသည်။

ထိုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို တဏှာမှ လွန်မြောက်လို့ ဘဝသံသရာကိုကျော်လွန်၍ ဒုက္ခခက်သိမ်းကို လွန်မြောက်သော ချမ်းသာသုခ ငြိမ်းအေးမှုအစစ်အမှန်ဖြစ်သော ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်း နိဗ္ဗာန်ဟု နားလည်နိုင်ပါသည်။

အဘိဓမ္မာသည်

မိမိတို့ ရိုးရာအစဉ်အလာအရ အားကောင်းသော လေ့လာသင်ယူမှု ရှိထားသော်လည်း

INTERNATIONAL ACADEMIC SYSTEM ရှုထောင့်များစွာဖြင့်

လေ့လာသင်ယူရသောအခါ အရင်ကထက်ပိုပို၍ အဘိဓမ္မာရဲ့ တန်ဖိုးကို

ပိုမိုလေးနက်စွာ သိရှိနိုင်လိမ့်မည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်မိပါသည်။