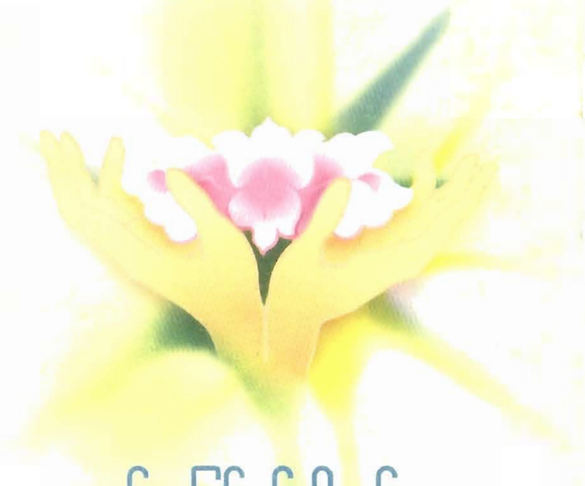
http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏
အံ့သြကြည်ညိုဖွယ် ထူးခြားချက်များကို
ခေတ်အမြင်ဖြင့်ရှုမြင်ပါလော့



ခေတ်အမြင်နှင့်သိမှတ်စရာ

ဗုဒ္ဓဘာသာအကျဉ်း

ဒေါက်တာမင်းတင်မွန်

Nãrada Mahã Thera
Buddhism in a Nutshell

http://www.dhammadownload.com

ခေတ်အမြင်နှင့်သိမှတ်စရာ
ဗုဒ္ဓဘာသာအကျဉ်း

Buddhism in a Nutshell

ဗုဒ္ဓသည် နတ်ဘုရားလော၊ ကယ်တင်ရှင်လော။

ဗုဒ္ဓသည် လူ့သမိုင်းမှာ အကြီးကျယ်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး ဆိုပါလား။

ဓမ္မသည် ဒဿနပညာလော၊ ဘာသာတရားလော။

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဓိကထူးခြားချက်များက ဘာတွေလဲ။

ကမ္မနိယာမက မိမိ၏ဘဝကြမ္မာကို မိမိဖန်တီးတယ် ဆိုပါလား။

အတိတ်ဘဝ၊ နောင်ဘဝများ ရှိခြင်းကို ဘယ်လိုယုံကြည်ရမလဲ။

လောကမှာ ဆင်းရဲဒုက္ခအလုံးစုံက ဘယ်လိုပေါ်ပေါက်လာသလဲ။

ကမ္ဘာ့တွေးခေါ်ရှင် စိတ်ပညာရှင်များက အနတ္တဝါဒကို ဘယ်လိုမြင်သလဲ။

ကမ္ဘာလောကတစ်ခုလုံး မီးဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေတယ် ဆိုပါလား။

နိဗ္ဗာန်ကို အဘိဓမ္မာ, စိတ်ပညာ, ကိုယ်ကျင့် ပညာရှုထောင့်အသီးသီးမှ ဘယ်လိုရှုမြင်သလဲ။

နိဗ္ဗာန်သို့ သွားရောက်နိုင်တဲ့လမ်းက ဘာလဲ၊ ဘယ်လိုသွားရမလဲ။

အဖြေများကို ဤစာအုပ်၌ ရှာဖွေကြည့်ပါ။

ဒေါက်တာမင်းတင်မွန်

design
MehmThitsa

http://www.dhammadownload.com

Buddhism in a Nutshell

by

Nãrada Mahã Thera

ခေတ်အမြင်နှင့် သိမှတ်စရာ

ဗုဒ္ဓဘာသာအကျဉ်း

ဒေါက်တာမင်းတင်မွန်

မြမွန်ရတနာ စာပေဖြန့်ချိရေး
တိုက် ၁၅၊ အခန်း ၁၉၊ ဦးဝိစာရအိမ်ရာ
အုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ဖုန်း ၂၈၆၆၁၀

http://www.dhammadownload.com

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၄၃၄/၂၀၀၀)(၆)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၄၄၈/၂၀၀၀)(၈)

●

ပုံနှိပ်ခြင်း

၂၀၀၀ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ – ၅၀၀

●

ထုတ်ဝေသူ

မင်းတေဇာမွန်၊ ရတနာမင်းစာပေ (၃၄၅၅)
တိုက် ၁၅၊ အခန်း ၁၉၊ ဦးဝိစာရအိမ်ရာ
ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။

●

အတွင်းစာသားနှင့် မျက်နှာဖုံး ပုံနှိပ်သူ

ဦးတင်မောင်ဝင်း၊ သင်းလဲ့ဝင်းပုံနှိပ်တိုက် (၀၅၉၄၆)
အမှတ် (၁) ဗိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ယောမင်းကြီးရပ်ကွက်
ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။

●

ကွန်ပျူတာစာစီ

ခွန်မျိုး

●

ဖြန့်ချိရေး

မြမွန်ရတနာစာပေ

တိုက် ၁၅၊ အခန်း ၁၉၊ ဦးဝိစာရအိမ်ရာ
ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။ ဖုန်း ၀၁–၂၈၆၆၁၀

●

တန်ဖိုး – ၇၀၀ ကျပ်

http://www.dhammadownload.com

CONTENTS

Preview		7
Preface		17
Chapter 1	The Buddha	19
Chapter 2	The Dhamma Is it a Philosophy?	45
Chapter 3	Is Buddhism a Religion?	67
Chapter 4	Is Buddhism an Ethical System?	83
Chapter 5	Some Salient Features of Buddhism	92
Chapter 6	Kamma or The Law of Moral Causation	120
Chapter 7	Re-birth	151
Chapter 8	Paṭicca Samuppāda	171
Chapter 9	Anatta or Soul-lessness	183
Chapter 10	Nibbāna	204
Chapter 11	The Path To Nibbāna	214

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

အမှာစာ	၅
အကြိုမိတ်ဆက်	၇
စကားချီး	၁၈
အခန်း (၁) မြတ်ဗုဒ္ဓ	၁၉
အခန်း (၂) မြတ်ဓမ္မ	၄၅
ဓမ္မသည် အတွေးအမြင်စနစ်တစ်မျိုးလော	
အခန်း (၃) ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဘာသာတရားတစ်ခုလော	၆၇
အခန်း (၄) ဗုဒ္ဓဘာသာသည်	
ကိုယ်ကျင့်တရားစနစ်တစ်ခုလော	၈၃
အခန်း (၅) ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဓိကထူးခြားချက်များ	၉၂
အခန်း (၆) ကံ သို့မဟုတ်	
ကိုယ်ကျင့်အကြောင်းတရားနိယာမ	၁၂၀
အခန်း (၇) ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်း	၁၅၁
အခန်း (၈) ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်	၁၇၁
အခန်း (၉) အနတ္တ သို့မဟုတ် ဝိညာဉ်မရှိခြင်း	၁၈၃
အခန်း(၁၀) နိဗ္ဗာန်	၂၀၄
အခန်း(၁၁) နိဗ္ဗာန်သို့သွားရာလမ်း	၂၁၄

http://www.dhammadownload.com

အမှာစာ

'Buddhism in a Nutshell' စာအုပ်ကို ရေးသားသူ ဘဒ္ဒန္တနာရဒ မဟာထေရသည် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၊ ကိုလံဘိုမြို့၊ ဝဇီရာရာမ ကျောင်းတိုက်၏ ပဓာန နာယကဆရာတော်ဖြစ်ပြီးလျှင် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာ၏ အာဇာနည်တစ်ပါး ဖြစ်တော်မူ၏။

ဆရာတော်သည် ပိဋကတ်သုံးပုံကို နှံ့စပ်ကျွမ်းကျင်ပြီးလျှင် အနောက်တိုင်း စိတ်ပညာ, ဒဿနိကဗေဒ, ခေတ်စာပေများနှင့်လည်း အကျွမ်းဝင်သူဖြစ်၏။ ဆရာတော်၏ ထူးခြားချက်မှာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို ခေတ်အမြင်နှင့်ယှဉ်၍ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ထိထိမိမိ ဟောပြော ရေးသားနိုင်ခြင်း ဖြစ်၏။ ဒေသခံ ဘာသာစကားနှင့်သာမက အင်္ဂလိပ်ဘာသာနှင့်လည်း နိုင်နိုင်နင်းနင်း လှလှပပ ပြောဆိုရေးသားနိုင်၏။

ဆရာတော်ရေးသားသည့်ကျြစာအုပ်ငယ်အပြင် The Buddha and His Teachings, The Buddha Dhamma, A Manual of Abhidhamma စသော စာအုပ်များသည် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးရှိ

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာအသိုင်းအဝန်းများ၌ ရေပန်းစားလျက်ရှိ၏။ ဆရာတော်၏ မနေမနားဟောပြောရေးသားမှုတို့ကြောင့် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာအကြောင်းကို ကောင်းကောင်းသဘောပေါက်လာပြီးလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်ကို ခံယူကြသော လူအပေါင်းမှာလည်း မနည်းလှချေ။ ဆရာတော်သည် ကြီးကျယ်ထင်ရှားသော ကမ္ဘာ့သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးပါတည်း။

ယခုဤစာအုပ်ငယ်ကို ဖတ်ရှုကြည့်လျှင် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို ခေတ်အမြင်, ဘာသာရပ်များစွာ ပညာရှင်များစွာတို့၏ အမြင်များနှင့် ပေါင်းစပ်၍ မြိုင်မြိုင်ဆိုင်ဆိုင် လှလှပပ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းအောင် ရေးသားတင်ဆက်တတ်သော ဆရာတော်၏ဉာဏ်စွမ်းရည်ကို နှစ်ခြိုက်စွာ ချီးကျူးမိပါလိမ့်မည်။ အကြိမ်ကြိမ်ဆက်တွင် ဖော်ပြထားသည့် စာပိုဒ်အချို့ကို မြည်းစမ်းကြည့်လျှင်ပင် ဆရာတော်၏ရေးဟန်ကို ခန့်မှန်းနိုင်ပါသည်။

'**Buddhism in a Nutshell**' စာအုပ်ကလေးကို ကျွန်တော်အကြိမ်များစွာ ဖတ်ရှုခဲ့ပါသည်၊ ဖတ်ရှုတိုင်းလည်း ပီတိလျှမ်းကာနှစ်သက်အားရမိပါသည်၊ အသိပညာတိုး၍ အမြင်သစ်ကိုလည်း ရရှိပါသည်။ ကျွန်တော့်နည်းတူ မြန်မာပြည်သူ ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့ဖတ်ရှုနိုင်ရန် မှန်ကန်တိကျစွာ ကြိုးပမ်းဘာသာပြန်ဆို၍ မူရင်းနှင့်အတူ မရိသတ်အပေါင်းတို့ထံ ယခုတင်ဆက်လိုက်ပါပြီ။

ဓမ္မရသကို ခံစား၍ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို ပိုမိုကြည်ညိုလေးမြတ်နိုင်ကြပါစေ။

၉-၁၂-၉၉ **ဒေါက်တာမင်းတင်မွန်**

http://www.dhammadownload.com

PREVIEW
အကြိုမိတ်ဆက်

The Buddha was a human being. As a man He was born, as a man He lived, and as a man His life came to an end. Though a human being, He became an extraordinary man *(Acchariya Manussa)*, but He never arrogated to Himself divinity. (P.26)

မြတ်ဗုဒ္ဓသည် လူသားတစ်ဦးဖြစ်သည်နှင့်အညီ လူသားတစ်ဦး အဖြစ် မွေးဖွား၍ လူသားတစ်ဦးအဖြစ် နေထိုင်ပြီးလျှင် လူသားတစ်ဦး အဖြစ်ဖြင့်ပင် သူ့ဘဝကို အဆုံးသတ်တော်မူခဲ့၏။ လူသားတစ်ဦး ဖြစ်ပါသော်လည်း သူသည် အလွန်ထူးခြားကြီးကျယ်သော မဟာ လူသား *(အစ္ဆရိယမနုဿ)* ဖြစ်တော်မူ၏။ သို့သော် သူ့ကိုယ်သူ နတ်ဘုရားတစ်ဆူဖြစ်သည်ဟု မည်သည့်အခါမျှ မိန့်ဆိုတော်မမူခဲ့ ပါ။ (နှာ–၂၇)

http://www.dhammadownload.com

The Buddhas point out the path, and it is left for us to follow that path to obtain our purification.

"To depend on others for salvation is negative, but to depend on oneself is positive." Dependence on others means a surrender of one's effort. (P.29)

မြတ်စွာဘုရားတို့သည် လျှောက်လှမ်းရန်လမ်းကို ညွှန်ပြတော်မူကြ၏။ ထိုလမ်းအတိုင်း လျှောက်လှမ်း၍ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်နိုင်ရေးအတွက် ကြိုးပမ်းရန်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ တာဝန်သာ ဖြစ်၏။

"သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် သူတစ်ပါးတို့အား မှီခိုအားထားခြင်းသည် အပြုသဘောမဆန်ပါ။ မိမိကိုယ်ကို မှီခိုအားထားခြင်းသည်သာ အပြုသဘောဆန်၏။" သူတစ်ပါးတို့အား မှီခိုအားထားခြင်းသည် မိမိ၏လုံ့လကို လျှော့ချခြင်းဖြစ်၏။ (နှာ–၂၉)

The Dhamma is that which really is. It is the Doctrine of Reality. It is a means of Deliverance from suffering, and Deliverance itself. Whether the Buddhas arise or not, the Dhamma exists. It lies hidden from the ignorant eyes of men, till a Buddha, an Enlightened One, realizes and compassionately reveals it to the world. (P.89)

ဓမ္မသည် အမှန်တကယ်ရှိသောတရား ဖြစ်၏။ ဓမ္မသည် အစစ်အမှန်ရှိသောတရား (ပရမတ္ထတရား) တို့၏ အကြောင်းကို ဟောကြား

http://www.dhammadownload.com

ထားသော တရားတော်ဖြစ်၏။ ဓမ္မသည် ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်စေသော နည်းလမ်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပြီးလျှင် ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ခြင်း (နိဗ္ဗာန်) သည်လည်း ဓမ္မပင်ဖြစ်၏။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားတို့ ပွင့်ပေါ်သည်ဖြစ်စေ မပွင့်ပေါ်သည်ဖြစ်စေ ဓမ္မသည် အမြဲတည်ရှိနေမည်သာဖြစ်၏။ ဓမ္မသည် လူသားတို့၏ အဝိဇ္ဇာမျက်လုံးများနှင့်ကြည့်၍ မမြင်နိုင်အောင် ငုပ်လျှိုးကွယ်ဝှက်လျက် တည်ရှိ၏။ တရားအလုံးစုံကို မိမိအစွမ်းဖြင့် ထိုးထွင်းသိမြင်တော်မူသော သဗ္ဗညုတဘုရားရှင်တစ်ဆူဆူ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာသောအခါ၌သာ မဟာကရုဏာတော်ဖြင့် ကမ္ဘာလောကသို့ ဓမ္မကို ဖွင့်လှစ်ဟောပြပေးတော်မူသည်။ (နှာ-၉၀)

Buddhism no doubt accords with science, but both should be treated as parallel teachings, since one deals mainly with material truths while the other confines itself to moral and spiritual truths. The subject matter of each is different. (P.64)

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် သိပ္ပံပညာနှင့်ကိုက်ညီကြောင်းမှာ ယုံမှားဖွယ်မရှိချေ။ သို့သော် ၎င်းတို့ကို မျဉ်းပြိုင်အတိုင်းသွားနေကြသော သင်ပြမှု နှစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူရမည်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သိပ္ပံပညာသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအမှန်တရားများနှင့် အဓိကသက်ဆိုင်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအမှန်တရားများကို အလေးထားသောကြောင့်ဖြစ်၏။ ဘာသာရပ်အကြောင်းအရာ နှစ်မျိုးမှာ ကွဲပြားနေကြ၏။ (နှာ-၆၄)

Buddhism cannot strictly be called a mere

http://www.dhammadownload.com

philosophy because it is not merely the 'love of, inducing the search after, wisdom.' Buddhism may approximate a philosophy, but it is very much more comprehensive. (P.66)

တိတိကျကျ ဆိုရလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဒဿနိကပညာရပ် တစ်ခုမျှသာ ဖြစ်သည်ဟု မဆိုနိုင်ပါ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဗုဒ္ဓ ဘာသာသည် ဒဿနိကဗေဒကဲ့သို့ 'ဉာဏ်ပညာကိုမြတ်နိုး၍ ဉာဏ် ပညာကို ရှာဖွေခြင်း' မျှ မဟုတ်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာ သည် ဒဿနိကဗေဒနှင့် နီးကပ်ဆက်စပ်နေပါလိမ့်မည်။ သို့သော် ဒဿနိကဗေဒထက် များစွာပို၍ ကျယ်ဝန်းပြီး ပို၍ပြည့်စုံပါသည်။ (နှာ−၆၆)

Philosophy deals mainly with knowledge and is not concerned with practice; whereas Buddhism lays special emphasis on practice and realization. (P.66)

ဒဿနိကဗေဒသည် အသိပညာရရှိရေးကို အဓိကအလေးထား ၍ လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်းကို အလေးမမူပါ။ ဗုဒ္ဓဘာသာကမူ လက် တွေ့ လေ့ကျင့်ခြင်းနှင့် ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်းမြင်သိခြင်း ကို အထူးအလေးအနက်ပြုပါသည်။ (နှာ−၆၆)

Buddhism is much more than an ordinary **moral teaching.** Morality is only the preliminary stage **on the Path of Purity**, and is a means to an

http://www.dhammadownload.com

end, but not an end in itself. The base of Buddhism is morality, and wisdom is its apex. (P.84)

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် သာမန်ကိုယ်ကျင့်တရား သင်ကြားပေးခြင်းထက် များစွာပိုပါသည်။ ကိုယ်ကျင့်တရားသည် စိတ်ဖြူစင်စေရေး လမ်းစဉ်၌ ပဏ္ဍာမအဆင့်မျှသာ ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ပန်းတိုင်သို့ တက်လှမ်းရန် နည်းလမ်းတစ်ခုသာဖြစ်ပြီးလျှင် ၎င်းကိုယ်တိုင်က ပန်းတိုင်မဟုတ်ပါ။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အောက်ခြေသည် ကိုယ်ကျင့်သီလ ဖြစ်ပြီးလျှင် ဉာဏ်ပညာသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အထွတ်ဖြစ်၏။ (နှာ-၈၄)

The Four Noble Truths can be verified by experience. Hence the Buddha Dhamma is not based on the fear of the unknown, but is founded on the bedrock of facts which can be tested by ourselves and verified by experience. Buddhism is, therefore, rational and intensely practical. (P.101)

အရိယသစ္စာလေးပါးကို ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံဖြင့် မှန်ကန်ကြောင်း သက်သေပြနိုင်၏။ သို့ဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓတရားတော်သည် မသိနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးကို ကြောက်ရွံ့နေရသည့် ကြောက်ရွံ့မှုအပေါ်တွင် အခြေမခံဘဲ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် စမ်းသပ်နိုင်ပြီး ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံဖြင့် မှန်ကန်ကြောင်း သက်သေပြနိုင်သော အမှန်တရားအချက်အလက်များဟူသည့် ကျောက်ဆောင်ပေါ်တွင် အုတ်မြစ်ချထားခြင်း ဖြစ်သည်။ သို့အတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကျိုးကြောင်းညီညွတ်၍ အလွန်တရာလက်တွေ့ကျပါသည်။ (နှာ-၁၀၂)

http://www.dhammadownload.com

It was the Buddha who first attempted to abolish slavery and vehemently protested against the degrading caste system which was firmly rooted in the soil of India. In the Word of the Buddha it is not by mere birth one becomes an outcast or a noble, but by one's actions. Caste or colour does not preclude one from becoming a Buddhist or from entering the Order. (P.108)

ကျွန်စနစ်ကို ပယ်ဖျက်ရန် ပထမကြိုးပမ်းသူမှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဖြစ်သည်။ အိန္ဒိယမြေထဲ၌ စွဲမြဲစွာ အမြစ်တွယ်နေသော ဂုဏ်ညှိုးငယ်စေသည့် ဇာတ်စနစ်ကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကန့်ကွက်ခဲ့သူမှာလည်း ဗုဒ္ဓမြတ်စွာပင် ဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်အရ လူတစ်ယောက်သည် မွေးဖွားလာခြင်းမျှဖြင့် အပယ်ခံရသူ သို့မဟုတ် မြင့်မြတ်သူဖြစ်လာသည်မဟုတ်၊ သူ၏ ပြုလုပ်ချက်များကြောင့်သာ ယုတ်ညံ့သူ သို့မဟုတ် မြင့်မြတ်သူဖြစ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ အမျိုးဇာတ်နှင့် အသားအရောင်တို့သည် လူတစ်ယောက်အား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးဖြစ်လာရန် သို့မဟုတ် ရဟန်းဘောင်သို့ဝင်ရောက်ရန် အဟန့်အတား မဖြစ်စေပါ။ (နှာ-၁၀၈)

To a Buddhist there is no far or near, no enemy or foreigner, no renegade or untouchable, since universal love realised through understanding has established the brotherhood of all living beings. A real Buddhist is a citizen of the world. He regards

http://www.dhammadownload.com

the whole world as his motherland and all human beings as his brothers and sisters. (P.118)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအတွက် ဝေးသူ သို့မဟုတ် နီးသူ, ရန်သူ သို့မဟုတ် နိုင်ငံခြားသား, သစ္စာဖောက်သူ သို့မဟုတ် ဇာတ်အနိမ့်ဆုံး လူသား စသည်ဖြင့် ခွဲခြားခြင်းမပြုပါ၊ အကြောင်းကား နားလည်ခြင်းမှတစ်ဆင့် သိရှိရသော စကြဝဠာမေတ္တာသည် သတ္တဝါအားလုံးကို ညီအစ်ကိုများဖြစ်အောင် တည်ထောင်ပေးထားသောကြောင့်ဖြစ်၏။ စစ်မှန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် ကမ္ဘာကြီး၏နိုင်ငံသားတစ်ဦးဖြစ်၏။ သူသည် ကမ္ဘာတစ်ခုလုံးကို သူ၏မိခင်နိုင်ငံဟု မှတ်ယူပြီးလျှင် လူသားအားလုံးကိုလည်း သူ၏ညီအစ်ကို မောင်နှမများဟု မှတ်ယူ၏။ (နှာ–၁၁၈)

Buddhism is, therefore, unique, mainly owing to its tolerance, non-aggressiveness, rationality, practicability, efficacy and universality. It is the noblest of all unifying influences and the only lever that can uplift the world. (P.118)

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အဓိကအားဖြင့် ၎င်း၏ သည်းခံနိုင်မှု, ရန်မလိုမှု, ကျိုးကြောင်းညီညွတ်မှု, လက်တွေ့ကျမှု, အာနိသင်ထက်မြက်မှုနှင့် အနန္တစကြဝဠာအတိုင်းအတာဖြင့် မှန်ကန်မှုတို့ကြောင့် အတုမရှိသော ဘာသာ ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ညီညွတ်စည်းလုံးအောင် ပေါင်းစည်းပေးသည့် အရှိန်အဝါစွမ်းအားများအနက် အမွန်မြတ်ဆုံးစွမ်းအားဖြစ်ပြီးလျှင် ကမ္ဘာလောကကို အဆင့်မြှင့်တင်ပေးနိုင်သည့် တစ်ခုတည်းသော မောင်းတံဖြစ်ပေ၏။ (နှာ–၁၁၈)

To the unique credit of Buddhism it must be said that throughout its peaceful march of 2500 years no drop of blood was shed in the name of the Buddha, no mighty monarch wielded his powerful sword to propagate the Dhamma, and no conversion was made either by force or by repulsive methods. Yet, the Buddha was the first and the greatest missionary that lived on earth. (P.103)

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အတုမရှိသော ဂုဏ်တစ်ရပ်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော်ကြာအောင် ငြိမ်းချမ်းစွာ ချီတက်လာသည့် ကာလတစ်လျှောက်လုံး၌ ဗုဒ္ဓအမည်ဖြင့် သွေးတစ်စက်မျှ မြေခခဲ့ရခြင်း မရှိ၊ ဘုန်းတန်ခိုးကြီးမားသော မည်သည့်ဧကရာဇ်ဘုရင်တစ်ပါးကမျှ ဓားမိုး၍ ဓမ္မကိုဖြန့်ချိခဲ့ခြင်း မရှိ၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာ နည်းများဖြင့်သို့မဟုတ် အတင်းအဓမ္မ နည်းဖြင့် ဘာသာကူးပြောင်းစေခြင်းကိုလည်း ပြုလုပ်ခဲ့ခြင်းမရှိ ဟူသောအချက်ပေတည်း။ သို့စေကာမူ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် နေထိုင်ခဲ့ကြသော လူများအနက် ပထမဦးဆုံးနှင့် အကြီးကျယ်ဆုံးသော သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပေ၏။ (နှာ-၁၀၃)

Lord Russell remarks - "Of the great religions of history, I prefer Buddhism, especially in its earliest forms, because it has had the smallest element of persecution." (P.104)

http://www.dhammadownload.com

နှစ်ဆယ်ရာစုနှစ် အင်္ဂလိပ်တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **လော့ဒ်ရတ်ဆယ်လ်** က ဤသို့မှတ်ချက်ချ၏ – "ကမ္ဘာ့သမိုင်းလာ ဘာသာတရားကြီးများ အနက် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကျွန်ုပ်အနှစ်သက်ဆုံးပါပဲ၊ အထူးသဖြင့် ရှေး အကျဆုံး အသွင်သဏ္ဌာန်ရှိတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကျွန်ုပ်ပိုပြီးနှစ်သက် ပါတယ်၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အခြားဘာသာဝင် များကို ရက်စက်စွာနှိပ်ကွပ်မှု အနည်းဆုံးပါရှိလို့ ဖြစ်ပါတယ်။"
(နှာ–၁ဝ၄)

Nibbãna is not situated in any place nor is it a sort of heaven where a transcendental ego resides. It is a state which is dependent upon this body itself. It is an attainment (Dhamma) which is within the reach of all. Nibbãna is a supramundane state attainable even in this present life. (P.208)

နိဗ္ဗာန် သည် မည်သည့်နေရာတွင်မျှ မတည်ရှိပါ၊ လူ၏ အသိ ဉာဏ်ကို ကျော်လွန်သော အတ္တ၏ နေထိုင်ရာ ကောင်းကင်ဘုံတစ်မျိုး လည်း မဟုတ်ပါ၊ ဤခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင်ပင် တည်မှီနေသော အခြေ အနေတစ်ရပ်ဖြစ်၏။ (မဂ်ဉာဏ်ရရှိသည့်အခါ လက်ရှိရုပ်နာမ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်၏။) နိဗ္ဗာန်သည် စွမ်းဆောင်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးတို့ လက်လှမ်းမီသည့် ရယူနိုင်မှု (ဓမ္မ) တစ်မျိုးလည်း ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာန်သည် လောကုတ္တရာတရားတစ်မျိုး ဖြစ်ပြီးလျှင် ပစ္စုပ္ပန် ဘဝ၌ပင် နိဗ္ဗာန်ကို ရယူနိုင်၏။ (နှာ–၂ဝ၈)

http://www.dhammadownload.com

In the words of **Sir Edwin Arnold:-**

"If any teach Nirvãna is to cease
Say unto such they lie.
If any teach Nirvãna is to live
Say unto such they err."

ဆာအဒ်ဝင်အာနိုးလ် ၏ စကားလုံးများနှင့် ပြောရလျှင်–

"တစ်စုံတစ်ယောက်က နိဗ္ဗာန်သည် ချုပ်ငြိမ်းဖို့ဖြစ်သည်ဟု သင်ပြလျှင်
ထိုသူအား သင်လိမ်ညာသည်ဟု ပြောလိုက်ပါ။
တစ်စုံတစ်ယောက်က နိဗ္ဗာန်သည် နေထိုင်ဖို့ဖြစ်သည်ဟု သင်ပြလျှင်
ထိုသူအား သင်မှားပြီဟု ပြောလိုက်ပါ။"

From a metaphysical standpoint Nibbãna is deliverance from suffering. From a psychological standpoint Nibbãna is the eradication of egoism. From an ethical standpoint Nibbãna is the destruction of lust, hatred and ignorance. (P.210)

အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် နိဗ္ဗာန်သည် ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ခြင်း ဖြစ်၏။ စိတ်ပညာရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် နိဗ္ဗာန်သည် အတ္တကို ပယ်ဖျက်ခြင်းဖြစ်၏။ ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် နိဗ္ဗာန်သည် ရာဂ, ဒေါသနှင့် မောဟ ကိလေသာများကို ပယ်သတ်ခြင်း ဖြစ်၏။ (နှာ–၂၁၀)

http://www.dhammadownload.com

PREFACE

'Buddhism in a Nutshell' first appeared in 1933. Since then several editions were published by various philanthropic gentlemen for free distribution.

For a fuller exposition of the subjects dealt with here, readers are kindly requested to read the revised and enlarged edition of "The Buddha and His Teachings," published in 1980.

Permission may freely be obtained to reprint or to translate this book.

NĀRADA

Vajirārāma
Colombo, Sri Lanka.
7th May, 1982

http://www.dhammadownload.com

စကားချီး

'Buddhism in a Nutshell' (ဗုဒ္ဓဘာသာအကျဉ်းချုပ်) စာအုပ်ကို ၁၉၃၃ ခုနှစ်၌ ပထမအကြိမ် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့၏။ ထိုအချိန်မှစ၍ လူလူချင်း မေတ္တာထား၍ ပရဟိတအကျိုး သယ်ပိုးလိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးတို့က ဓမ္မဒါနဖြန့်ချိရန်အတွက် ဤစာအုပ်ကို အကြိမ်များစွာ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ပြီး ထုတ်ဝေခဲ့ကြပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင် ရေးသားဖော်ပြထားသော အကြောင်းအရာများကို ပိုမိုပြည့်စုံစွာ ချဲ့ထွင်ရှင်းလင်းရေးသားထားခြင်းကို ဖတ်ရှုလိုလျှင် ဤစာအုပ်ရေးသားသူ ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် ရေးသား၍ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ချဲ့ထွင်ထားကာ ၁၉၈၀ ခုနှစ်တွင် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့သည့် *'The Buddha and His Teachings'* (မြတ်ဗုဒ္ဓနှင့် သူ၏ သင်ပြချက်များ) စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုကြရန် မေတ္တာရှေ့ထား၍ ညွှန်ကြားအပ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို ပြန်လည်ပုံနှိပ်ရန်နှင့် ဘာသာပြန်ဆိုရန်အတွက် ခွင့်ပြုချက်ကို လွတ်လွတ်လပ်လပ်တောင်းခံနိုင်ပါသည်။

ဝဇီရာရာမ ကျောင်း
ကိုလံဘို, သီရိလင်္ကာ
၁၉၈၂ ခုနှစ်၊ မေလ ၇ ရက်

ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တ နာရဒ

http://www.dhammadownload.com

BUDDHISM IN A NUTSHELL

ဗုဒ္ဓဘာသာအကျဉ်းချုပ်

Namo Tassa Bhagavato Arahato
Sammã Sambuddhassa

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

Chapter I

အခန်း (၁)

THE BUDDHA

မြတ်ဗုဒ္ဓ

On the fullmoon day of May, in the year 623 B.C.,there was born in the district of Nepal an Indian Sakya Prince named **Siddhattha Gotama,** who was destined to be the greatest religious teacher in the world. Brought up in the lap of luxury, receiving an education befitting a prince, he married and had a son.

http://www.dhammadownload.com

ခရစ်သက္ကရာဇ် ၆၂၃ ဘီ၊စီ၊ မေလ လပြည့်နေ့၌ နီပေါနိုင်ငံ လုမ္ဗိနီဒေသတွင် **သိဒ္ဓတ္ထ ဂေါတမ** အမည်ရှိသော အိန္ဒိယ သကျ မင်းသားကလေးကို ဖွားမြင်တော်မူ၏။ ဤမင်းသားသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် အကြီးကျယ်ဆုံး ဘာသာရေးဆရာဖြစ်လာရန် ကံဇာတာပါလာသူဖြစ်၏။ စည်းစိမ်ချမ်းသာ၏ရင်ခွင်တွင် ကြီးပြင်းလာပြီးလျှင် မင်းသားတစ်ဦး တတ်သင့်သည့် အသိပညာ, အတတ်ပညာတို့ကို သင်ယူ၏။ သက်တော် ၁၆ နှစ်သို့ ရောက်သောအခါ ယသောဓရာ မင်းသမီးကို လက်ထပ်ထိမ်းမြားပြီးလျှင် သားတော်တစ်ပါး ထွန်းကားလာ၏။

His contemplative nature and boundless compassion did not permit him to enjoy the fleeting material pleasures of a Royal household. He knew no woe, but he felt a deep pity for sorrowing humanity. Amidst comfort and prosperity, he realized the universality of sorrow. The palace, with all its worldly amusements, was no longer a congenial place for the compassionate prince.

သူ၏ လေးလေးနက်နက် တွေးခေါ်တတ်သော သဘာဝနှင့် အကန့်အသတ်မရှိသည့် အကြင်နာတရားတို့သည် သူ့အား ဘုရင့်မိသားစု၏ ကြီးကျယ်ခမ်းနားသော စည်းစိမ်၏ သာယာမှုများကို ကြာရှည်စွာ ခံစားခွင့်မပြုပါ။ သူသည် ဆင်းရဲဒုက္ခကို မသိပါ၊ သို့သော် ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေကြသော လူသားများအတွက် နက်ရှိုင်းစွာ သနားကြင်နာခြင်းကို သူ ခံစားမိသည်။ အထွတ်အထိပ်ရောက်သော

http://www.dhammadownload.com

စည်းစိမ်ချမ်းသာနှင့် ကြီးပွားအောင်မြင်မှုအကြား၌ နေထိုင်ရပါသော်လည်း ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်း စသည့် ဆင်းရဲဒုက္ခကို လူသားတိုင်း မလွတ်ကြမ္မာ ခံစားကြရမည်ကို သူနားလည်သဘောပေါက်လာ၏။ ထိုအခါ လောကီပျော်ရွှင်စရာများစွာနှင့် ပျော်မွေ့ဖွယ်ရာ နန်းတော်ကြီးသည် အကြင်နာတရား ပြည့်လျှမ်းနေသော မင်းသားအတွက် ပျော်ရွှင် မွေ့လျော်ဖွယ်ရာနေရာ မဟုတ်တော့ချေ။

The time was ripe for him to depart. Realizing the vanity of sensual enjoyments, in his twenty-ninth year, he renounced all worldly pleasures and donning the simple yellow garb of an ascetic, alone, penniless, wandered forth in search of *Truth* and *Peace.*

မင်းသားအဖို့ နန်းတော်မှ ထွက်ခွာရန်အချိန်သည် ဆိုက်ရောက်လာပေပြီ။ ကာမဂုဏ်ပျော်ရွှင်မှုများ၏ အနှစ်သာရမရှိ, အချည်းနှီးဖြစ်ခြင်း သဘောကို သိမြင်လာသော မင်းသားသည် အသက် ၂၉ နှစ်အရွယ်တွင်ပင် လောကီပျော်ရွှင်မှုအားလုံးကို အပြီးအပိုင် စွန့်လွှတ်လေတော့၏။ ရသေ့, ရဟန်းတို့၏ ရိုးရှင်းသော အဝါရောင်သင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံပြီး မင်းသားသည် ငွေတစ်ပြားတစ်ချပ်မျှမပါရှိဘဲ '*သစ္စာအမှန်တရား*' နှင့် '*ငြိမ်းချမ်းမှု*' ကို ရှာဖွေရန်အတွက် တစ်ဦးတည်း ထွက်ခွာသွားလေ၏။

It was an unprecedented historic renunciation; for he renounced not in his old age but in the prime of manhood, not in poverty but in plenty.

http://www.dhammadownload.com

As it was the belief in the ancient days that no deliverance could be gained unless one leads a life of strict asceticism, he strenuously practised all forms of severe austerities. "Adding vigil after vigil, and penance after penance," he made a super-human effort for six long years.

ဤသို့ထိးနန်းစည်းစိမ်ကို စွန့်လွှတ်ခြင်းသည် ရှေ့က အစဉ်အလာ မရှိခဲ့သော သမိုင်းတွင်သည့် စွန့်လွှတ်ခြင်းပေတည်း။ ထို့အပြင် သက်တော်ကြီးရင့်အိုမင်းမှ ကာမဂုဏ်ကို စွန့်လွှတ်သည်မဟုတ်၊ ယောက်ျားတစ်ဦးအဖြစ် အရွယ်ကောင်းတုန်းအချိန်၌ စွန့်လွှတ်ခြင်း ဖြစ်၏။ ဆင်းရဲနွမ်းပါး၍ လူ့ဘောင်မှ ထွက်ခွာသွားခြင်းမဟုတ်၊ သုံးဖြုန်း၍ မကုန်နိုင်အောင် ကြွယ်ဝချမ်းသာလျက် စွန့်လွှတ်ခြင်း ဖြစ်၏။

ထိုရှေးခေတ်က ယူဆချက်အရ လူတစ်ယောက်သည် ပြင်းထန်စွာ ခြိုးခြံသောဘဝကို မကျင့်သုံးလျှင် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ မလွတ်မြောက်နိုင်ချေ။ ထို့ကြောင့် သိဒ္ဓတ္ထရဟန်းသည် ပြင်းထန်သောခြိုးခြံမှုအမျိုးမျိုးကို အားသွန်ခွန်စိုက် ကြိုးပမ်းအားထုတ်လေ၏။ သာမန်လူသားတို့ မကျင့်နိုင်သည့် ဆင်းရဲပင်ပန်းသော ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်ကို ဗုံးလေးရာ ဖရုံဆင့်သကဲ့သို့ ပို၍ပို၍ ပြင်းထန်စွာကျင့်ကာ သာမန် လူတို့ထက် ကျော်လွန်သော အားထုတ်မှုကို ခြောက်နှစ်ကြာအောင် သူ ပြုလုပ်ခဲ့ပေ၏။

His body was reduced to almost a skeleton. The

http://www.dhammadownload.com

more he tormented his body, the farther his goal receded from him. The painful, unsuccessful austerities which he strenuously practised proved absolutely futile. He was now fully convinced, through personal experience, of the utter futility of *self-mortification* which weakened his body and resulted in lassitude of spirit.

သူ၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် အရိုးစုအခြေနီးပါးသို့ ညှိုးချုံးသွား၏။ သူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို သူပို၍ ညှဉ်းပန်းလေလေ သူ၏ပန်းတိုင်မှာ သူနှင့် ဝေးကွာသွားလေလေဖြစ်၏။ သူအားသွန်ခွန်စိုက်ကျင့်ကြံသော ဆင်းရဲပင်ပန်း၍ အောင်မြင်မှုမပေးသည့် ကြိုးခြံမှုများသည် လုံးဝဥဿုံ အချည်းနှီး ဖြစ်သည်ကို သူသိမြင်လာ၏။ မိမိကိုယ်ကို ဆင်းရဲပင်ပန်း အောင် ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်သော အကျင့် '*အတ္တကိလမထာနုယောဂ*' သည် ခန္ဓာကိုယ်ကို အားနည်းချည့်နဲ့စေလျက် စိတ်ဓာတ်စွမ်းအားကို လည်း လျော့နည်းလာစေခြင်းအပြင် အခြားမည်သည့်အကျိုးကျေးဇူး မျှ မရှိပုံကို သူ၏ ကိုယ်တိုင်အတွေ့အကြုံအရ သိဒ္ဓတ္ထရဟန်းသည် ပြည့်ပြည့်ဝဝ တိတိကျကျ သိရှိရလေပြီ။

Benefiting by this invaluable experience of his, he finally decided to follow an independent course, avoiding the two extremes of *self-indulgence* and *self-mortification.* The former retards one's spiritual progress, and the latter weakens one's intellect. The

http://www.dhammadownload.com

new way which he himself discovered was the **Middle** Path, ***Majjhima Patipadā,*** which subsequently became one of the salient characteristics of his teaching.

ဤတန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော အတွေ့အကြုံ၏ အကျိုးကျေးဇူးကြောင့် သူသည် မည်သည့်ဆရာသမားမျှ ညွှန်ပြခြင်းမရှိသော လွတ်လပ်သည့် လမ်းစဉ်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးရန် သူဆုံးဖြတ်လိုက်၏။ ဤလမ်းစဉ်သည် မိမိ၏ ပျော်ရွှင်မှုအတွက် ကာမဂုဏ်လိုက်စားခြင်း ဟူသော '*ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂအကျင့်*' နှင့် မိမိကိုယ်ကို ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်သည့် '*အတ္တကိလမထာနုယောဂအကျင့်*' တည်းဟူသော အစွန်းနှစ်ပါးကို ရှောင်ကြဉ်၏။ ကာမဂုဏ်ခံစားသော အကျင့်သည် စိတ်ပိုင်းဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို နှောင့်နှေးစေပြီး၊ မိမိကိုယ်ကို ညှဉ်းပန်းသောအကျင့်သည် ဉာဏ်ပညာကို အားနည်းစေ၏။ သူကိုယ်တိုင် ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့သောလမ်းသစ်ကား **'မဇ္ဈိမပဋိပဒါ'** အမည်ရသည့် အလယ်လမ်းပင်တည်း။ ဤအကျင့်လမ်းသည် နောက်ပိုင်းတွင် သူ့သင်ပြဟောပြောမှု၏ အဓိကကျသော ဝိသေသလက္ခဏာ တစ်ရပ် ဖြစ်လာ၏။

One happy morning, while He was deeply absorbed in meditation, unaided and unguided by any supernatural power and solely relying on His efforts and wisdom, He eradicated all defilements, purified Himself, and realizing things as they truly

http://www.dhammadownload.com

are, attained **Enlightenment** *(Buddhahood)* at the age of 35. He was not born a Buddha,[1] but He became a Buddha by His own striving.

([1] *An Awakened or Enlightened One)*

ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ဖွယ်ကောင်းသော နံနက်ခင်းတစ်ခု၌ မဟာဗောဓိပင်ရင်း ရွှေပလ္လင်ထက်ဝယ် နက်နက်နဲနဲ စူးစိုက်ကာ တရားအားထုတ်နေသော သိဒ္ဓတ္ထရဟန်းသည် မည်သည့်သဘာဝလွန် စွမ်းအား၏ အထောက်အကူနှင့် လမ်းညွှန်မှုကိုမျှ မခံယူဘဲ မိမိ၏လုံ့လဝီရိယနှင့် ဉာဏ်ပညာတို့ကို အားကိုးအားထားပြုလျက် သူ၏ စိတ်အစဉ်မှ လောဘ, ဒေါသ, မောဟ– ကိလေသာအညစ်အကြေးများကို အမြစ်ပြတ်သုတ်သင်ဖယ်ရှင်း၍ မိမိ၏ စိတ်ကို သန့်ရှင်းဖြူစင်စေပြီးသော် သဘာဝတရားအားလုံးကို အရှိအရှိအတိုင်း ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ထိုးထွင်းမြင်သိလာ၏။ သူသည် အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်နှင့် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်တို့ကို ရရှိကာ အသက် ၃၅ နှစ်အရွယ်၌ **သဗ္ဗညုဘုရား** အဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူ၏။ သူသည် ဗုဒ္ဓဘုရားတစ်ဆူအဖြစ် မွေးဖွားလာသည် မဟုတ်၊ သူ၏ ကိုယ်ပိုင်ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုကြောင့် ဘုရားဖြစ်လာခြင်း ဖြစ်ပေ၏။

As the perfect embodiment of all the virtues He preached, endowed with deep wisdom, commensurate with His boundless compassion, He devoted the remainder of His precious life to serve humanity both by example and precept, dominated by no personal motive whatever.

http://www.dhammadownload.com

သူ ဟောကြားတော်မူသော ဂုဏ်အရည်အသွေးများ အားလုံး ပေါင်းစုဖွဲ့စည်းထားသည့် မြတ်စွာဘုရားသည် နက်ရှိုင်းသည့်ဉာဏ် ပညာနှင့် ပြည့်စုံ၍ အကန့်အသတ်မရှိသော အကြင်နာတရား၏ တွန်းအားပေးချက်နှင့်အညီ သူ၏အဖိုးတန်သောဘဝ၏ ကျန်ရှိသော အချိန်အားလုံးကို လူသားအားလုံး၏ အကျိုးသယ်ပိုးရန် မြှုပ်နှံတော်မူခဲ့၏။ မည်သို့သော ကိုယ်ကျိုးစီးပွားအတွက် စေ့ဆော်ချက်မျှမပါဘဲ ကိုယ်ပိုင်စံနမူနာဖြင့်လည်းကောင်း၊ လက်တွေ့ကျသော သဘောတရားများဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဟောပြောသွန်သင်ဆုံးမပေးတော်မူသည်။

After a very successful ministry of 45 long years the Buddha, as every other human being, succumbed to the inexorable law of change, and finally passed away in His 80th year, exhorting His disciples to regard His doctrine as their teacher.

မြတ်စွာဘုရားအဖြစ် ၄၅ နှစ်ကြာအောင်၊ အလွန်အောင်မြင်ကျော်ကြားစွာ ဟောပြောသင်ကြားပြီးသည့်နောက် မြတ်ဗုဒ္ဓသည် လူတကာတို့ ရှောင်ကြဉ်သွေဖည်၍ မရသော အနိစ္စသဘောအရ သက်တော် ၈၀ ပြည့်နှစ်တွင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်တော်မူသည်။ သူ မရှိသည့်နောက်တွင် သူ၏တရားတော်ကို ဆရာသမားအဖြစ် မှတ်ယူလိုက်နာကြရန် မြတ်စွာဘုရားသည် သူ၏တပည့်များအား အလေးအနက် တိုက်တွန်းမှာကြားတော်မူခဲ့၏။

The Buddha was a human being. As a man

http://www.dhammadownload.com

He was born, as a man He lived, and as a man His life came to an end. Though a human being, he became an extraordinary man *(Acchariya Manussa)*, but He never arrogated to Himself divinity. The Buddha laid stress on this important point and left no room whatever for anyone to fall into the error of thinking that He was an immortal divine being. Fortunately there is no deification in the case of the Buddha. It should, however, be remarked that *there was no Teacher, "ever so godless as the Buddha, yet none so god-like."*

မြတ်ဗုဒ္ဓသည် လူသားတစ်ဦးဖြစ်သည်နှင့်အညီ လူသားတစ်ဦးအဖြစ် မွေးဖွားၡ လူသားတစ်ဦးအဖြစ် နေထိုင်ပြီးလျှင် လူသားတစ်ဦးအဖြစ်ဖြင့်ပင် သူ့ဘဝကို အဆုံးသတ်တော်မူခဲ့၏။ လူသားတစ်ဦးဖြစ်ပါသော်လည်း သူသည် အလွန်ထူးခြားကြီးကျယ်သော မဟာလူသား **(အစ္ဆရိယ မနုဿ)** ဖြစ်တော်မူ၏။ သို့သော် သူ့ကိုယ်သူ နတ်ဘုရားတစ်ဆူဖြစ်သည်ဟု မည်သည့်အခါမျှ မိန့်ဆိုတော်မမူခဲ့ပါ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ဤအချက်ကို အလေးအနက်ထား၍ 'သူသည် မည်သည့်အခါမျှ မသေနိုင်သော နတ်ဘုရားတစ်ဆူ ဖြစ်သည်' ဟူသည့် အယူအဆများကို မည်သူမျှမယူမိအောင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မိန့်ဆိုတော်မူခဲ့၏။ ကံအားလျော်စွာပင် မြတ်စွာဘုရား၏ အရေးကိစ္စ၌ သူ့အား နတ်ဘုရားအဖြစ် တင်မြှောက်ကိုးကွယ်ခြင်း မရှိခဲ့ပါ။ သို့စေကာမူ မြတ်စွာဘုရားကဲ့သို့ *"နတ်ဘုရားအငွေ့အသက်*

http://www.dhammadownload.com

ကင်းစင်ပြီး နတ်ဘုရားကဲ့သို့ တူညီတော်မူသော ဆရာသမားဟူသည် ဤလောကတွင် မရှိပါ" ဟု ကောက်ချက်ချရမည် ဖြစ်၏။

The Buddha is neither an incarnation of the Hindu God Vishnu, as is believed by some, nor is He a saviour who freely saves others by His personal salvation. The Buddha exhorts His disciples to depend on themselves for their deliverance, for both purity and defilement depend on oneself. Clarifying His relationship with His followers and emphasizing the importance of self-reliance and individual striving, the Buddha plainly states: *"You should exert yourselves, the Tathagatas[1] are only teachers."*

([1] Lit., Thus who hath come)

အချို့သောပုဂ္ဂိုလ်များ ယုံကြည်သကဲ့သို့ မြတ်စွာဘုရားသည် ဟိန္ဒူဘုရား ဗိဿနိုးက လူဝင်စား၍ လူဖြစ်လာခြင်း မဟုတ်ပါ။ သူ့ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားဖြင့် လူသားတို့အား ကယ်မနိုင်သော ကယ်တင် ရှင်တစ်ဦးလည်း မဟုတ်ပါ။ သူ၏ တပည့်သာဝကများကို သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ ထွက်မြောက်နိုင်ရေးအတွက် မိမိတို့၏ စွမ်းအားကိုသာ အားကိုးရန် မြတ်စွာဘုရား တိုက်တွန်းတော်မူ၏။ အဘယ့်ကြောင့် ဆိုသော် လူတစ်ယောက်၏ စင်ကြယ်ခြင်းနှင့် ညစ်နွမ်းခြင်းတို့သည် သူ့အပေါ်တွင်သာ မူတည်သောကြောင့်ဖြစ်၏။ သူနှင့် သူ့တပည့် များအကြားရှိ ဆက်သွယ်မှုကို ရှင်းလင်းပြပြီးနောက် မိမိကိုယ်ကို မိမိ အားကိုး၍ ကြိုးစားအားထုတ်ရန် အရေးကြီးကြောင်းကို လေး

http://www.dhammadownload.com

နက်စေဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရားသည် ဤသို့ ရှင်းလင်းစွာ မိန့်ဆိုတော်မူခဲ့၏ – *"သင်တို့ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြရမည်။ တထာဂတ (လာခြင်းကောင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား) တို့ကား ဆရာသမားများအဖြစ် ညွှန်ပြရုံသာ တတ်နိုင်ကြကုန်၏။"*

The Buddhas point out the path, and it is left for us to follow that path to obtain our purification.

"To depend on others for salvation is negative, but to depend on oneself is positive." Dependance on others means a surrender of one's effort.

မြတ်စွာဘုရားတို့သည် လျှောက်လှမ်းရန်လမ်းကို ညွှန်ပြတော်မူကြ၏။ ထိုလမ်းအတိုင်း လျှောက်လှမ်း၍ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ထွက်မြောက်နိုင်ရေးအတွက် ကြိုးပမ်းရန်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏တာဝန်သာ ဖြစ်၏။

"သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် သူတစ်ပါးတို့အား မှီခိုအားထားခြင်းသည် အပြုသဘောမဆန်ပါ၊ မိမိကိုယ်ကို မှီခိုအားထားခြင်းသည်သာ အပြုသဘောဆန်၏။" သူတစ်ပါးတို့အား မှီခို အားထားခြင်းသည် မိမိ၏လုံ့လကို လျှော့ချခြင်းဖြစ်၏။

In exhorting His disciples to be self-dependent the Buddha says in the ***Parinibbāna Sutta:*** *"Be ye islands unto yourselves, be ye a refuge unto yourselves, seek not for refuge in others."* These significant words are self-elevating. They reveal

http://www.dhammadownload.com

how vital is self-exertion to accomplish one's object and, how superficial and futile is it to seek redemption through benignant saviours and to crave for illusory happiness in an afterlife through the propitiation of imaginary Gods or by irresponsive prayers and meaningless sacrifices.

မိမိတို့ကိုယ်ကို အားကိုးကြရန် သူ၏တပည့်များကို နှိုးဆော်တိုက်တွန်းရာ၌ မြတ်စွာဘုရားသည် **မဟာပရိနိဗ္ဗာနသုတ်** တွင် ဤသို့မိန့်တော်မူ၏– *"သင်တို့သည်သင်တို့အတွက် မီးခိုရာ ကျွန်းကြီးများသဖွယ်ဖြစ်ပါစေလော့၊ သင်တို့သည် သင်တို့၏ကိုးကွယ်ရာဖြစ်ပါစေလော့၊ အခြားသူတို့သည် သင်တို့၏ကိုးကွယ်ရာ အဘယ်မှာဖြစ်ပါအံ့နည်း၊ ထို့ကြောင့် သူတစ်ပါး၌ ကိုးကွယ်ရာကို မရှာကြပါလင့်။"*

ဤထူးခြားသောစကားလုံးများသည် မိမိကိုယ်ကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်စွမ်းရှိကြ၏၊ မိမိ၏ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရေးအတွက် မိမိကိုယ်တိုင် ကြိုးစားအားထုတ်ရန် မည်မျှပဓာနကျကြောင်းကိုလည်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖော်ပြပေး၏၊ တစ်ချိန်တည်း၌ပင်လျှင် ကြင်နာတတ်သော ကယ်တင်ရှင်များထံမှ မိမိအား အပြစ်မှ ရွေးနုတ်ကယ်တင်ပေးရန် ကြိုးပမ်းခြင်းသည် အပေါ်ယံအလုပ်မျှသာဖြစ်သဖြင့် အကျိုးမရှိကြောင်း၊ စိတ်ကူး၌သာ ရှိကြသော နတ်ဘုရားများ အမျက်ပြေအောင် ကျေနပ်အောင် ပြုလုပ်ခြင်းသည်လည်း အကျိုးမရှိကြောင်း၊ သို့မဟုတ် တုံ့ပြန်ခြင်းမရှိသည့် ရှိခိုးဆုတောင်းခြင်းများနှင့် အဓိပ္ပာယ်ကင်းမဲ့သည့် ယဇ်ပူဇော်ခြင်းများတို့ဖြင့် တမလွန်ဘဝတွင် အထင်အမြင် လွဲ

http://www.dhammadownload.com

မှားနေသော ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကို မျှော်လင့်တောင့်တခြင်းသည် အကျိုးမရှိကြောင်းတို့ကိုလည်း ညွှန်ပြပေး၏။

Furthermore, the Buddha does not claim the monopoly of Buddhahood which, as a matter of fact, is not the prerogative of any specially graced person. He reached the highest possible state of perfection any person could aspire to, and without the close-fist of a teacher He revealed the only straight path that leads thereto. According to the Teaching of the Buddha anybody may aspire to that supreme state of perfection if he makes the necessary exertion.

ထိုမှတစ်ပါးလည်း မြတ်စွာဘုရားသည် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရား အဖြစ်ကို သူတစ်ဦးတည်း ရရှိသည်ဟု မိန့်ဆိုတော်မမူပါ။ တကယ် အားဖြင့်လည်း မြတ်စွာဘုရားဟူသော ဘွဲ့အမည်ကို အထူးကြည်ညို လေးစားခံရသော ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ရရှိခံစားနိုင်သော အထူးအခွင့်အရေး မဟုတ်ပါ။ မြတ်စွာဘုရားသည် လူသားတစ်ယောက် မျှော်မှန်း၍ ကြိုးပမ်းနိုင်သည့် အမြင့်ဆုံးပြည့်စုံခြင်း အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိတော် မူပြီးလျှင် လက်သီးဆုပ်၍ ဝှက်မထားဘဲ ဆရာစားမချန်ဘဲ ဘုရား အဖြစ်သို့ရောက်အောင် လျှောက်သွားရမည့် တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းကို ညွှန်ပြပေးတော်မူခဲ့၏။ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်အရ မည်သူမဆို ထိုအမြင့်မားဆုံးပြည့်စုံခြင်းအခြေသို့ တက်လှမ်းရန်

http://www.dhammadownload.com

မျှော်မှန်းနိုင်ပြီးလျှင် လိုအပ်သမျှကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ပါက ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်ပေသည်။

The Buddha does not condemn men by calling them wretched sinners, but, on the contrary, He gladdens them by saying that they are pure in heart at conception. In His opinion the world is not wicked but is deluded by ignorance. Instead of disheartening His followers and reserving that exalted state only to Himself, He encourages and induces them to emulate Him, for Buddhahood is latent in all. In one sense all are potential Buddhas.

မြတ်စွာဘုရားသည် လူတို့ကို ဒုက္ခရောက်နေသော ပြစ်မှုကျူးလွန်သူများဟု ခေါ်ဆိုကာ အပြစ်တင်ရှုတ်ချခြင်းပြုတော်မမူပါ။ ဆန့်ကျင်ဘက်အနေဖြင့် လူသားတို့အား သူတို့ပဋိသန္ဓေတည်နေသည့်အချိန်၌ သူတို့၏ စိတ်ဖြူစင်နေကြောင်းကို မိန့်ဆို၍ သူတို့အား ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစေတော်မူပါသည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ အမြင်၌ ကမ္ဘာလောကသည် မဆိုးသွမ်း မယုတ်ညံ့ပါ၊ သို့သော် အမှန်ကို မသိမှု အဝိဇ္ဇာကြောင့် ထင်ယောင်ထင်မှားဖြစ်နေခြင်းသာရှိ၏။ ထိုအမြင့်ဆုံး အခြေအနေကို သူ့အတွက်သာ ချန်ထားခြင်းဖြင့် သူ့တပည့်များအား စိတ်ဓာတ်ညှိုးငယ်စေမည့်အစား သူ့ကို စံနမူနာပြု အတုယူရန် သူတို့အား တိုက်တွန်းအားပေးတော်မူ၏၊ အကြောင်းမှာ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်သောစွမ်းရည်သည် လူသားအားလုံးတွင် ကိန်းအောင်း

http://www.dhammadownload.com

နေခြင်းကြောင့်ဖြစ်၏။ တစ်နည်းဆိုသော် လူအားလုံးသည်ပင် ဘုရားဖြစ်နိုင်သော စွမ်းရည်သတ္တိကိန်းနေသူများ ဖြစ်ကြ၏။

One who aspires to become a Buddha is called a **Bodhisatta,** which, literally, means a wisdom-being. This Bodhisatta ideal is the most beautiful and the most refined course of life that has ever been presented to this ego-centric world, for what is nobler than a life of service and purity.

မြတ်စွာဘုရားအဖြစ်ကို ရည်မှန်း၍ ကြိုးပမ်းနေသူအား **'ဗောဓိသတ္တ'** - ဘုရားလောင်းဟု ခေါ်၏။ ဗောဓိသတ္တ၏ တိုက်ရိုက်အဓိပ္ပာယ်မှာ 'ဉာဏ်ပညာ–သတ္တဝါ' ဖြစ်၏။ ဤဗောဓိသတ္တစံသည် အတ္တဗဟိုပြုသည့် ဤလောကသို့ တင်ပြခဲ့ကြသော ဘဝလမ်းစဉ်များအနက် အလှပဆုံးနှင့် အသိမ်မွေ့ဆုံးသော ဘဝလမ်းစဉ်ဖြစ်ပေ၏။ အဘယ့်ကြောင့်နည်းဟူမူ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်၍ လူသားကို အကျိုးဆောင်ပေးသော ဘဝထက် ပိုမိုမြင့်မြတ်သောဘဝဟူသည် မရှိနိုင်တော့သောကြောင့်ဖြစ်၏။

As a Man He attained Buddhahood and proclaimed to the world the latent inconceivable possibilities and the creative power of man. Instead of placing an unseen Almighty God over man who arbitrarily controls the destinies of mankind, and making him subservient to a supreme power, He raised the worth of mankind,

http://www.dhammadownload.com

လူသားတစ်ယောက်အနေဖြင့် မြတ်ဗုဒ္ဓသည် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူပြီးသော် စိတ်ကူး၍ပင် မရနိုင်သော ငုပ်လျှိုးနေသည့် ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရာများနှင့် ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိသည့် လူသားစွမ်းရည်တို့ကို ကမ္ဘာသို့ ကြေညာပေးတော်မူခဲ့၏။ လူသားတို့၏ ကံကြမ္မာများကို သူ့အလိုကျ ချုပ်ထိန်းနိုင်သည်ဆိုသော မမြင်နိုင်သည့် အနန္တ တန်ခိုးရှင် ဘုရားသခင်ကို လူသားတို့အပေါ်၌တင်ထား၍ လူသားတို့ကို အထွတ်အထိပ်စွမ်းအားတစ်ရပ်၏ လက်အောက်ခံများ ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်မည့်အစား ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် လူသား၏ဂုဏ်သိက္ခာကို မြှင့်တင်ပေးတော်မူခဲ့၏။

It was He who taught that man can gain his deliverance and purification by his own exertion without depending on an external God or mediating priests. It was He who taught the ego-centric world the noble ideal of selfless service. It was He who revolted against the degrading caste system and taught equality of mankind and gave equal opportunities for all to distinguish themselves in every walk of life.

လူသားတို့အား ပြင်ပနတ်ဘုရားတစ်ဆူ သို့မဟုတ် ကြားခံဆက်သွယ်ပေးကြသော ဘုန်းတော်ကြီးများကို အားမကိုးစေဘဲ သူတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ကြိုးပမ်းမှုဖြင့် သူတို့၏စိတ်ကို ဖြူစင်စေပြီးလျှင် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်နိုင်ကြောင်းကို သင်ပြပေးသူမှာ မြတ်ဗုဒ္ဓဖြစ်တော်မူ၏။ အတ္တဗဟိုပြုသော လောကကြီးကို ကိုယ်ကျိုးစွန့်

http://www.dhammadownload.com

၍ သူတစ်ပါးအကျိုးသယ်ပိုးခြင်းဟူသော မြင့်မြတ်သောစံကို သင်ပြပေးသူမှာလည်း မြတ်ဗုဒ္ဓဖြစ်တော်မူ၏။ လူသားအချို့ကို သိမ်ဖျင်းဂုဏ်ငယ်စေသော အမျိုးဇာတ်စနစ်ကို တော်လှန်၍ လူသားတို့အားလုံး ညီတူညီမျှဖြစ်ခြင်းနှင့် ဘဝ၏ကဏ္ဍတိုင်း၌ မိမိတို့ကို ထူးခြားအောင် စွမ်းဆောင်ရန် လူသားအားလုံး၌ တူညီသောအခွင့်အရေးများရှိခြင်းကို ပြောဟောညွှန်ပြပေးခဲ့သောသူမှာလည်း မြတ်ဗုဒ္ဓပင် ဖြစ်တော်မူ၏။

He declared that the gates of success and prosperity were open to all in every condition of life, high or low, saint or criminal, who would care to turn a new leaf and aspire to perfection.

နိမ့်သည်ဖြစ်စေ မြင့်သည်ဖြစ်စေ သူတော်ကောင်းဖြစ်စေ ရာဇဝတ်သားကောင်ဖြစ်စေ ဘဝအခြေအနေအမျိုးမျိုး၌ ရှိကြသောလူအားလုံးအတွက် ၎င်းတို့ကသာ စာမျက်နှာသစ်ကို လှန်၍ပြည့်စုံသောဘဝကို ရည်မှန်းကာ ကြိုးပမ်းကြမည်ဆိုလျှင် သူတို့အတွက် အောင်မြင်ခြင်းနှင့် ကြီးပွားချမ်းသာခြင်း ဝင်းတံခါးများအားလုံး ပွင့်လျက်ရှိသည်ဟုလည်း မြတ်ဗုဒ္ဓကြေညာတော်မူခဲ့၏။

Irrespective of caste, colour or rank He established for both deserving men and women a democratically constituted celibate Order. He did not force His followers to be slaves either to His Teachings or to Himself but granted complete freedom of thought.

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားသည် ဗြဟ္မစရိယ အကျင့်နှင့် မြင့်မြတ်သော အကျင့်ဖြင့် နေထိုင်လိုကြသော အမျိုးသား, အမျိုးသမီးများအတွက် သံဃာအဖွဲ့ အစည်းများကို ဒီမိုကရေစီနည်းကျစွာ ဖွဲ့စည်းပေးပြီးလျှင် အမျိုးဇာတ်, အသားအရောင် သို့မဟုတ် အဆင့်အတန်းတို့ကို မခွဲခြားဘဲ ထိုက်တန်သော လူအားလုံးတို့အား ဝင်ခွင့်ပြုတော်မူခဲ့သည်။ သူသည် သူ၏ တပည့်များကို သူ၏ တရားဓမ္မ သို့မဟုတ် သူကိုယ်တိုင်၏ ကျေးကျွန်များအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် အတင်းအဓမ္မမပြုလုပ်ဘဲ လွတ်လပ်စွာတွေးခေါ်ခွင့်ကို အပြည့်အဝပေးတော်မူခဲ့၏။

He comforted the bereaved by His consoling words. He ministered to the sick that were deserted. He helped the poor that were neglected. He ennobled the lives of the deluded, purified the corrupted lives of criminals. He encouraged the feeble, united the divided, enlightened the ignorant, clarified the mystic, guided the benighted, elevated the base, dignified the noble.

မြတ်စွာဘုရားသည် ချစ်ခင်မြတ်နိုးသူ သေဆုံး၍ ပူဆွေးကြေကွဲ ကျန်ရစ်သူတို့ကို နှစ်သိမ့်ဖွယ်စကားလုံးများဖြင့် သက်သာရာရစေတော်မူ၏၊ စွန့်ပယ်ခံရသောလူနာများကို ပြုစုပေးတော်မူ၏၊ အလေးမူခြင်း မခံရသော ဆင်းရဲသားများကို ကူညီပေးတော်မူ၏၊ အမြင်မှားနေကြသောသူတို့၏ ဘဝများကို မြင့်မြတ်လာစေတော်မူ၏၊ ပြစ်မှုကျူးလွန်သူများ၏ စာရိတ္တပျက်ပြားနေသော ဘဝများကို ဖြူစင်လာစေတော်မူ၏၊ အားနွဲ့သူတို့ကို အားပေးတော်မူ၏၊ ကွဲပြားနေသော

http://www.dhammadownload.com

သူတို့ကို ပေါင်းစည်းပေးတော်မူ၏၊ မသိတွေဝေနေသူတို့ကို အသိဉာဏ် ထွန်းလင်းစေတော်မူ၏၊ ထူးဆန်းအံ့ဩဖွယ်ရာများကို ရှာဖွေနေသူတို့ကို အမြင်မှန်ရအောင် ရှင်းပြပေးတော်မူ၏၊ အသိဉာဏ်မှောင်မိုက်နေသူတို့အား လမ်းညွှန်ပေးတော်မူ၏၊ ယုတ်ညံ့နေသူတို့အား ဘဝမြင့်မားလာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးတော်မူ၏၊ မြင့်မြတ်သူတို့အား ဂုဏ်သိက္ခာဖြိုးမောက်လာအောင် ဆောင်ကြဉ်းပေးတော်မူ၏။

Both rich and poor, saints and criminals loved Him alike. Despotic and righteous kings, famous and obscure princes and nobles, generous and stingy millionaires, haughty and humble scholars, destitute paupers, down-trodden scavengers, wicked murderers, despised courtesans–all benefited by His words of wisdom and compassion.

ချမ်းသာသူများရော ဆင်းရဲသူများပါ၊ သူတော်စင်များရော ပြစ်မှုကျူးလွန်သူများပါ မြတ်စွာဘုရားကို အတူတူချစ်ခင်ကြ၏။ သက်ဦးဆံပိုင် ဘုရင်များနှင့် ဖြောင့်မတ်သောဘုရင်များ၊ ကျော်စောသော မင်းညီမင်းသားများနှင့် မထင်ရှားသည့် မင်းညီမင်းသားများ၊ ရက်ရောကြသော ကုဋေကြွယ်သူဌေးများနှင့် ကပ်စေးနှဲကြသည့် ကုဋေကြွယ် သူဌေးများ၊ ထောင်လွှားကြသော ပညာတတ်များနှင့် ရိုးကုပ်သည့် ပညာရှိများ၊ ခိုကိုးရာမဲ့ဖြစ်သော ဆင်းရဲသားများ၊ နင်းပြားဘဝ ရောက်နေကြသော အမှိုက်ပုံစသည်မှ မွေနှောက်ရှာစားသူများ၊ ဆိုးသွမ်းသည့် လူသတ်သမားများ၊ အထင်သေး အမြင်သေးခံ

http://www.dhammadownload.com

ရသော ပြည့်တန်ဆာများ — ဤသူအားလုံးတို့သည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အသိဉာဏ်ပညာ, အကြင်နာတရားတို့နှင့် လွှမ်းခြုံထားသည့် တရားစကားတော်များမှ အကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိကြပါသည်။

His noble example was a source of inspiration to all. His serene and peaceful countenance was a soothing sight to the pious eyes. His message of Peace and Tolerance was welcomed by all with indescribable joy and was of eternal benefit to every one who had the fortune to hear and practise it.

သူ၏မြင့်မြတ်သောစံနမူနာသည် လူအားလုံးတို့အတွက် စိတ်အားထက်သန်စေသော အရင်းအမြစ်တစ်ခုဖြစ်၏။ သူ၏ကြည်လင်ချမ်းမြေ့၍ ငြိမ်းချမ်းသောမျက်နှာတော်သည် ကြည်ညိုသူတို့၏ အမြင်၌ စိတ်အေးချမ်းစေသည့် မြင်ကွင်းတစ်ခုဖြစ်၏။ သူ၏ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် သည်းခံခွင့်လွှတ်ရေးတရားတော်ကို လူအပေါင်းတို့က မဖော်ပြနိုင်သော ဝမ်းမြောက်မှုဖြင့် သောင်းသောင်းဖြဖြ ကြိုဆိုကြ၏၊ ဤတရားတော်တို့သည် ကြားနာရပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးခွင့်ရသူအပေါင်းတို့အား ထာဝရအကျိုးကျေးဇူးကို ပေးဆောင်ပေ၏။

Wherever His teaching penetrated it left an indelible impression upon the character of the respective peoples. The cultural advancement of all the Buddhist nations was mainly due to His sublime Teachings. In fact all Buddhist countries

http://www.dhammadownload.com

like Sri Lanka, Myanmar, Thailand, Cambodia, Vietnam, Laos, Nepal, Tibet, China, Mongolia, Korea, Japan, etc., grew up in the cradle of Buddhism.

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏တရားတော် ထိုးဖောက်ပျံ့နှံ့သည့် နေရာဒေသတိုင်းဝယ် လူအသီးသီးတို့၏ ဓလေ့စရိုက်၌ မချေဖျက်နိုင်သော စွဲထင်ချက်များကို ကျန်ရစ်စေ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံများအားလုံး၏ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုသည် သူ၏နက်နဲသိမ်မွေ့သောတရားတော်များ၏ စွမ်းအားကြောင့်ဖြစ်၏။ အမှန်တွင်လည်း သီရိလင်္ကာ, မြန်မာ, ထိုင်း, ကမ္ဘောဒီးယား, ဗီယက်နမ်, လာအိုး, နီပေါ, တိဘက်, တရုတ်ပြည်, မွန်ဂိုလီယား, ကိုးရီးယား, ဂျပန်စသော ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံများသည် ဗုဒ္ဓဘာသာပုခက်တွင်း၌ ကြီးပြင်းလာကြပေသည်။

Though more than 2500 years have elapsed since the passing away of this greatest Teacher, yet his unique personality exerts a great influence on all who come to know Him.

ဤအကြီးကျယ်ဆုံးသော ဆရာသမား ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားသည်မှာ နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော်လာပြီဖြစ်ပါသော်လည်း သူ၏အတုမရှိထူးခြားသော စရိုက်လက္ခဏာသည် သူ့ကို သိသည့်သူအားလုံးတို့အပေါ်တွင် ကြီးကျယ်သောလွှမ်းမိုးမှုကို သက်ရောက်စေပါသည်။

His iron will, profound wisdom, universal love, boundless compassion, selfless service, historic renunciation, perfect purity, magnetic personality,

http://www.dhammadownload.com

exemplary methods employed to propagate the Teachings, and his final success – all these factors have compelled about one-fifth of the population of the world today to hail the Buddha as their supreme Teacher.

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သံမဏိစိတ်ဓာတ်, အလွန်ကြီးကျယ်သော ဉာဏ်ပညာ, စကြဝဠာမေတ္တာ, အကန့်အသတ်မဲ့သော အကြင်နာတရား, ကိုယ်ကျိုးမငဲ့သည့် အကျိုးဆောင်မှု, သမိုင်းတွင်သော စွန့်လွှတ်မှု, ရာနှုန်းပြည့် စင်ကြယ်မှု, သံလိုက်ဓာတ်ကဲ့သို့ ဆွဲဆောင်နိုင်သော စရိုက်လက္ခဏာ, တရားဟောပြောရာ၌ အသုံးပြုသည့် စံနမူနာပြ နည်းနာများနှင့် သူ၏ နောက်ဆုံးအောင်မြင်မှုတို့သည် ကမ္ဘာ့လူဦးရေ၏ ငါးပုံတစ်ပုံတို့အား မြတ်ဗုဒ္ဓကို သူတို့၏အထွတ်အထိပ်ဆရာသမားအဖြစ် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ခံယူကြရန် တိုက်တွန်းစေဆော်နိုင်ခဲ့ပါသည်။

Paying a glowing tribute to the Buddha **Sri Radhakrishnan** states: "In Gautama the Buddha we have a master-mind from the East second to none so far as the influence on the thought and life of the human race is concerned, and, sacred to all as the founder of a religious tradition whose hold is hardly less wide and deep than any other. He belongs to the history of the world's thought, to the general inheritance of all cultivated men, for, judged

http://www.dhammadownload.com

by intellectual integrity, moral earnestness, and spiritual insight, He is undoubtedly one of **the greatest figures in history**."

သီရိရာဓာကရစ်ရှနန် သည် မြတ်စွာဘုရားကို ရွှန်းရွှန်းပပ ချီးကျူး ဂုဏ်ပြုစကားပြောကြားရာ၌ ဤသို့မိန့်ဆိုခဲ့၏ – "ဂေါတမဗုဒ္ဓသည် အရှေ့တိုင်းမှ ဉာဏ်ပညာကြီးကျယ်သူတစ်ဦးဖြစ်၏၊ သူသည် လူသားမျိုးနွယ်၏ဘဝနှင့် စိတ်ကူးအပေါ်၌ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုကို သက်ရောက်စေရာတွင် မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်အောက်မျှ မနိမ့်ကျခဲ့ပါ၊ သူတည်ထောင်ခဲ့သော ဘာသာတရားသည်လည်း ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးသို့ နက်ရှိုင်းစွာ ကျယ်ပြန့်ပျံ့နှံ့သွားရာ၌ အခြားသော မည်သည့်ဘာသာတရားအောက်မျှ မလျော့နည်းခဲ့ပါ၊ ဤမြင့်မြတ်သော ဘာသာတရားကြောင့် သူ့အား မြင့်မြတ်သူအဖြစ် လူအားလုံးက လေးစားကြသည်။ သူသည် ကမ္ဘာ့အတွေးအခေါ်သမိုင်းတွင် ပါဝင်သူဖြစ်၏၊ သူ၏တရားတော်သည် ယဉ်ကျေးသောလူသားတို့၏ အမွေအနှစ်ဖြစ်၏၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် အသိဉာဏ် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှု, ကိုယ်ကျင့်တရား၌ စိတ်အားထက်သန်မှု, စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိုးထွင်းမြင်သိမှုတို့အပေါ်တွင် အခြေခံ၍ ဆုံးဖြတ်ရလျှင် သူသည် **လူ့သမိုင်း၌ အကြီးကျယ်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး** ဖြစ်ကြောင်း ယုံမှားစရာမရှိသောကြောင့်ပင်တည်း။

In *The Three Greatest Men in History* **W.G. Wells** writes: "In the Buddha you see clearly a man, simple, devoutedly, battling for light–a vivid human personality, not a myth. He too gave a message to

http://www.dhammadownload.com

mankind universal in character. Many of our best modern ideas are in closest harmony with it. All the miseries and discontents are due, he taught, to selfishness. Before a man can become serene he must cease to live for his senses or himself. Then he merges into a great being.

Buddha in different languages called men to self-forgetfulness 500 years before Christ. In some ways he is nearer to us and our needs; He was more lucid upon our individual importance and service than Christ and less ambiguous upon the question of personal immortality."

' The Three Greatest Men in History ' (လူ့သမိုင်းတွင် အကြီးကျယ်ဆုံးသော လူသုံးယောက်) အမည်ရှိသည့်စာအုပ်၌ ကမ္ဘာ့သမိုင်းပညာရှင် **ဒဗလျူ၊ ဂျီ၊ ဝဲလ်(စ်)** က ဤသို့ရေးသား၏ – "ဗုဒ္ဓတွင် ရိုးရှင်း၍ ဉာဏ်အလင်းရောင်ရအောင် စူးစူးစိုက်စိုက် ကြိုးပမ်းနေသည့် လူသားတစ်ယောက်ကို ရှင်းလင်းစွာ သင်မြင်တွေ့ရ၏၊ ဒဏ္ဍာရီမဟုတ်ဘဲ လူ့သားစရိုက်လက္ခဏာကို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း မြင်ရ၏။ သူသည်လည်း ထာဝရမှန်ကန်သည့် ဝိသေသလက္ခဏာ ရှိသော တရားတော်ကို လူသားတို့အား ပေးအပ်ခဲ့၏။ သူ၏တရားတော်အရ ဆင်းရဲဒုက္ခအားလုံးနှင့် မရောင့်ရဲမတင်းတိမ်ခြင်းတို့သည် တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်း–အတ္တနှင့် လောဘတို့အပေါ်တွင် မူတည်ကြ၏။ လူတစ်ယောက်သည် ကြည်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာ နေထိုင်လိုလျှင်

http://www.dhammadownload.com

သူ့အဖို့နှင့် သူ၏အာရုံများ ကျေနပ်ဖို့အတွက် နေထိုင်ခြင်းကို ရပ်စဲရမည်။ ထိုအခါ သူသည် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သောသူအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲသွား၏။

"ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ယေရှုခရစ်ထက် နှစ် ၅၀၀ စော၍ ကိုယ်ကျိုးကို စွန့်လွှတ်ရန် လူသားတို့အား ဒေသနာအမျိုးမျိုးဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့၏။ အချို့သောနည်းလမ်းများအရ သူသည် ကျွန်ုပ်တို့နှင့်လည်းကောင်း ကျွန်ုပ်တို့၏လိုအပ်ချက်များနှင့်လည်းကောင်း နီးကပ်စွာတည်ရှိ၏။ လူတစ်ဦးစီ၏ အရေးပါပုံနှင့် အများအကျိုးသယ်ပိုးဆောင်ရွက်ပုံတို့တွင် ဗုဒ္ဓသည် ယေရှုသခင်ထက်ပို၍ ရှင်းလင်းပြတ်သား၏၊ လူတစ်ဦးစီ၏ အစဉ်ထာဝရတည်နေနိုင်ရေး မေးခွန်းနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ဗုဒ္ဓ၏အဖြေသည် ယေရှုသခင်၏အဖြေထက်ပို၍ ရှင်းလင်းပါသည်။"

St. Hilaire remarks-*"The perfect model of all the virtues He preaches. His life has not a stain upon it."*

Fausboll says– *"The more I know Him, the more I love Him."*

A humble follower of His would say–*"The more I know Him, the more I love Him; the more I love Him, the more I know Him."*

သူတော်စင် **စိန့်ဟီလယ်ရီ** က ဤသို့ မှတ်ချက်ချ၏– "*ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သူဟောပြောညွှန်ပြသည့် ကောင်းသောအရည်အသွေး*

http://www.dhammadownload.com

များ အားလုံး၏ ပုံစံအတိအကျဖြစ်တော်မူ၏။ သူ၏ဘဝတွင် မြူ တစ်စက်မျှ မထင်အောင် အပြစ်ကင်းစင်၏။"

ဖော့စဘိုးလ် က ဤသို့ဆို၏ – "သူ့ကို ကျွန်ုပ်ပို၍သိလေလေ၊ သူ့ကို ကျွန်ုပ်ပို၍ချစ်မြတ်နိုးလေလေဖြစ်၏။"

မိမိကိုယ်ကို နှိမ့်ချတတ်သော မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ တပည့်တစ်ဦးက ဤသို့ ဆိုလိမ့်မည်– "သူ့ကို ကျွန်ုပ်ပို၍သိလေလေ၊ သူ့ကို ကျွန်ုပ် ပို၍ ချစ်မြတ်နိုးလေလေဖြစ်၏၊ သူ့ကို ကျွန်ုပ်ပို၍ ချစ်မြတ်နိုးလေလေ သူ့ ကို ကျွန်ုပ်ပို၍သိလေလေဖြစ်၏။"

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 2
အခန်း (၂)
THE DHAMMA
မြတ်ဓမ္မ

Is it a Philosophy?
ဓမ္မသည် အတွေးအမြင်ဒဿနိကတစ်မျိုးလော

The non-aggressive, moral and philosophical system expounded by the Buddha, which demands no blind faith from its adherents, expounds no dogmatic creeds, encourages no superstitious rites and ceremonies, but advocates a golden means that guides a disciple through pure living and pure thinking to the gain of supreme wisdom and deliverance from all evil, is called the **Dhamma** and is popularly known as **Buddhism.**

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ အသေးစိတ်ဟောကြားတော်မူခဲ့သော ရန်လိုခြင်း မရှိသည့် ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာနှင့် အတွေးအမြင်ဆိုင်ရာစနစ်သည် လိုက်နာကျင့်ကြံသူတို့ထံမှ မျက်ကန်းယုံကြည်မှုကို မတောင်းဆိုပါ၊ တစ်ယူသန်အယူဝါဒများကိုလည်း မဟောကြားပါ၊ အယူသည်းသော ဘာသာရေး ထုံးတမ်းဓလေ့များနှင့် အခမ်းအနားများ ကျင်းပခြင်းတို့ ကိုလည်း အားမပေးပါ၊ သို့သော် လိုက်နာသူတပည့်များအား စင်ကြယ်စွာနေထိုင်ခြင်းနှင့် စင်ကြယ်စွာ တွေးခေါ်ခြင်းတို့မှတစ်ဆင့် အထွတ်အထိပ်ရောက်သည့်ဉာဏ်ပညာကို ရယူပြီးလျှင် ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရန် ရွေလမ်းစဉ်ကို ချပြပေး၏။ ဤမြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဟောကြားချက်များကို **'ဓမ္မ'** ဟု ခေါ်တွင်၍ **'ဗုဒ္ဓဘာသာ'** ဟု လူအများက အသိအမှတ်ပြုထားကြပါသည်။

The all-merciful Buddha has passed away, but the sublime Dhamma which He unreservedly bequeathed to humanity, still exists in its pristine purity.

သတ္တဝါအားလုံးကို သနားကြင်နာတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား သည် ပရိနိဗ္ဗာန် စံလွန်သွားပြီဖြစ်ပါသော်လည်း လူသားတို့အား အကြွင်းအကျန်မရှိ သူအမွေပေးခဲ့သော နက်နဲသိမ်မွေ့သည့်ဓမ္မသည် ဗုဒ္ဓမူလ ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့်အတိုင်း အပြောင်းအလဲမရှိဘဲ သန့် စင်စွာ တည်ရှိနေပေသေး၏။

Although the Master has left no written records of His Teachings, His distinguished disciples

http://www.dhammadownload.com

preserved them by committing to memory and transmitting them orally from generation to generation.

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သူ၏သွန်သင်ဆုံးမချက်များကို စာဖြင့် ရေးသား၍ မှတ်တမ်းများ ချန်မထားခဲ့ပါသော်လည်း သူ၏ ကျော်ကြားထင်ရှားကြသော တပည့်များက မြတ်စွာဘုရား၏ ဟောပြောချက်များကို အာဂုံဆောင်ထားကြပြီးလျှင် ခေတ်အဆက်ဆက် နှုတ်တိုက် သင်ကြားပို့ချပြီး အာဂုံဆောင်ခဲ့ကြသောကြောင့် မပျောက်မပျက် ထိန်းသိမ်းနိုင်ခဲ့ကြပါသည်။

Immediately after His demise 500 chief Arahats[1], versed in the Dhamma[2] and Vinaya[3], held a **convocation to rehearse the Doctrine** as was originally taught by the Buddha. **Venerable Ananda** Thera, who enjoyed the special privilege or hearing all the discourse, recited the Dhamma, while the **Venerable Upāli** recited the Vinaya.

[1 Literally, the Worthy Ones. They are the enlightened disciples who have destroyed all passions.

2 The Teaching.

3 The Discipline.]

မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်ပြီးနောက် မကြာမီပင် တပည့်ရင်းများ ဖြစ်ကြသော ဓမ္မနှင့် ဝိနယတို့ကို ကောင်းစွာ တတ်ကျွမ်းကြသည့် ရဟန္တာ ၅၀၀ တို့သည် ညီလာသဘင် ဆင်ယင်ကြပြီးလျှင်

http://www.dhammadownload.com

တရားတော်များကို မြတ်စွာဘုရား မူလဟောကြားထားတော်မူသည့် အတိုင်း ညီနိုင်းစိစစ်ကာ **သင်္ဂါယနာ** တင်ကြ၏။ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားဒေသနာ အားလုံးကို နာကြားရန် အထူးအခွင့်အရေး ရခဲ့သည့် **အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်** သည် ဓမ္မကို အလွတ်ရွတ်ဆိုတော်မူပြီး လျှင် ဝိနည်းဇတဒဂ်ရှင် ဖြစ်တော်မူသည့် **အရှင်ဥပါလိမထေရ်**က ဝိနယကို အလွတ်ရွတ်ဆိုတော်မူ၏။

The *Tipitaka* was compiled and arranged in its present form by those Arahats of old.

ထိုရဟန္တာမထေရ်တို့သည်ပိဋကတ်သုံးပုံ ကို ယခုအနေအထား အတိုင်း စုစည်းစီစဉ်ခဲ့ကြပါသည်။

During the reign of the pious **Sinhala King Vattagãmani Abháya**, about 83 B.C., the Tipitaka was, for the first time in the history of Buddhism, committed to writing on palm leaves (ola) in Ceylon.

ခရစ်သက္ကရာဇ် ၈၃ ဘီ၊စီ၊ခန့်တွင် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၌ ရတနာ သုံးပါးကိုကြည်ညိုလေးမြတ်သည့်**သဟ်လဘုရင်ဝဋ္ဋဂါမဏိအဘယ** လက်ထက်ဝယ် ဗုဒ္ဓဘာသာသမိုင်းတွင် ပထမအကြိမ်အဖြစ် ပိဋကတ် သုံးပုံကို ပေလွှာထက်၌ ကမ္ပည်းအက္ခရာတင်ခဲ့ကြ၏။

This voluminous *Tipitaka*, which contains the essence of the Buddha's Teaching, is estimated to be about eleven times the size of the Bible. A striking contrast between the Tipitaka and the Bible is that

http://www.dhammadownload.com

the former is not a gradual development like the latter.

ပါဠိကျမ်းပေါင်း(၅၂)၊ စာအုပ်ပေါင်း(၄၀)ရှိသော ပိဋကတ်သုံးပုံသည် မြတ်စွာဘုရား၏ တရားအနုစ်သာရများကို ဆောင်ထားကြ၏၊ အရွယ်ပမာဏအားဖြင့် ခရစ်ယာန်သမ္မာကျမ်းစာ၏ ဆယ့်တစ်ဆခန့် ရှိလိမ့်မည်ဟု ခန့်မှန်းကြ၏။ ပိဋကတ်သုံးပုံနှင့် သမ္မာကျမ်းစာတို့အကြား သိသိသာသာ ကွာခြားချက်တစ်ရပ်မှာ ပိဋကတ်သုံးပုံသည် သမ္မာကျမ်းစာကဲ့သို့ နှောင်းလူများ တရွေရွေ့ရေးသား၍ တိုးတက်လာခြင်းမဟုတ်သည့်အချက်ပင် ဖြစ်၏။

As the word itself implies the *Tipitaka* consists of three baskets. They are the Basket of Discipline *(Vinaya Piṭaka)*, The Basket of Discourses *(Sutta Piṭaka)*, and the Basket of Ultimate Doctrine *(Abhidhamma Piṭaka)*.

ပိဋကတ်သုံးပုံ ဟူသောအမည်က ညွှန်ပြသည့်အတိုင်း ပိဋကတ်သုံးပုံတွင် တောင်းသုံးလုံးပါဝင်၏ – ဝိနည်းစည်းကမ်းများကို စုထည့်ထားသော တောင်း *(ဝိနယပိဋက)*၊ သုတ္တန်ဒေသနာများကို စုပေါင်းထားသော တောင်း*(သုတ္တန္တ ပိဋက)* နှင့် အဆုံးစွန်သော တရားတော်ပါရှိသည့် တောင်း *(အဘိဓမ္မပိဋက)* တို့ ဖြစ်ကြ၏။

The *Vinaya Piṭaka* which is regarded as the sheet anchor to the oldest historic celibate order–the Sangha–mainly deals with rules and regulations

http://www.dhammadownload.com

which the Buddha promulgated, as occasion arose, for the future discipline of the Order of monks *(Bhikkhus)* and nuns *(Bhikkhunis)*. It described in detail the gradual development of the *Sāsana* (Dispensation). An account of the life and ministry of the Buddha is also given. Indirectly it reveals some important and interesting information about ancient history, Indian customs, arts, science, etc.

ဝိနယပိဋက သည် သမိုင်းမှတ်တမ်းအရ ရှေးအကျဆုံး ဖြစ်သော ဗြဟ္မစရိယအကျင့်မြတ်ကို ကျင့်ကြသည့် အဖွဲ့အစည်း (ဝါ) သံဃာတော်၏ အထိန်းအကွပ်ဖြစ်သည်ဟု ယူဆကြ၏။ ဝိနယပိဋက တွင် *ဘိက္ခုသံဃာ* နှင့် *ဘိက္ခုနီသံဃာ* များ လိုက်နာရန် အနာဂတ် စည်းကမ်းများအဖြစ် အရေးကိစ္စပေါ်လာသည့်အခါများတွင် မြတ်စွာဘုရား ပညတ်တော်မူခဲ့သော ပြဋ္ဌာန်းချက်များနှင့် စည်းမျဉ်းများ ပါဝင်ကြ၏။ ယင်းပိဋကသည် သာသနာတော်တဖြည်းဖြည်းတိုးတက်လာပုံကို အသေးစိတ်ဖော်ပြ၏။ မြတ်စွာဘုရား၏ ဘဝဖြစ်စဉ်နှင့် ဆောင်ရွက်ချက်များအကြောင်းကိုလည်း ဖော်ပြထား၏။ သွယ်ဝိုက်သောအားဖြင့် ဝိနည်းပိဋကသည် ရှေးသမိုင်းစဉ်၊ အိန္ဒိယဓလေ့ထုံးစံများ, အနုပညာများ, သိပ္ပံပညာ စသည့် အရေးကြီး၍ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသော အကြောင်းအရာအချို့ကိုလည်း ဖော်ပြပေး၏။

The Vinaya Piṭaka consists of the five following books:-

http://www.dhammadownload.com

1. *Pārājika* Pāli – Major Offences } *Vibhanga*
2. Pācittiya *Pāli* – Minor Offences } *Vibhanga*
3. *Mahāvagga* Pāli – *Greater Section* } *Khandaka*
4. *Cullavagga* Pāli – Shorter Section } *Khandaka*
5. *Parivāra* Pāli – Epitome of the Vinaya

ဝိနယပိဋကတွင် အောက်ပါကျမ်းငါးကျမ်း ပါဝင်၏–

၁။ *ပါရာဇိက* ပါဠိတော် – အကြီးစားကျူးလွန်မှုများ } *ဝိဘင်္ဂ*
၂။ *ပါစိတ္တိယ* ပါဠိတော် – အငယ်စားကျူးလွန်မှုများ } *ဝိဘင်္ဂ*
၃။ *မဟာဝဂ္ဂ* ပါဠိတော် – ပိုကြီးသောအပိုင်း၊ ဝိနည်းမဟာဝါ } *ခန္ဓက*
၄။ *စူဠဝဂ္ဂ* ပါဠိတော် – ပိုတိုသောအပိုင်း၊ စူဠဝါ } *ခန္ဓက*
၅။ *ပရိဝါရ* ပါဠိတော် – ဝိနည်းအကျဉ်းချုပ်၊ ပရိဝါ

The *Sutta Piṭaka* consists chiefly of discourses, delivered by the Buddha Himself on various occasions. There are also a few discourses delivered by some of His distinguished disciples such as the Venerable Sariputta, Ānanda, Moggallana, etc., included in it.

သုတ္တန္တ ပိဋက တွင် အဓိကအားဖြင့် အခါသမယ, အခမ်းအနား အမျိုးမျိုး၌ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသော ဒေသနာများ ပါဝင်ကြ၏။ မြတ်စွာဘုရား၏ ထင်ရှားသည့် တပည့်သာဝကများ ဖြစ်ကြသော အရှင်သာရိပုတ္တရာ, အရှင်အာနန္ဒာ, အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန် စသည်တို့ ဟောကြားသည့်တရားဒေသနာများလည်း အနည်းအကျဉ်း ပါဝင်ကြ၏။

http://www.dhammadownload.com

It is like a book of prescriptions, as the sermons embodied therein were expounded to suit the different occasions and the temperaments of various persons. There may be seemingly contradictory statements, but they should not be misconstrued as they were opportunely uttered by the Buddha to suit a particular purpose: for instance, to the self-same question He would maintain silence (when the inquirer is merely foolishly inquisitive), or give a detailed reply when He knew the inquirer to be an earnest seeker.

သုတ္တန်အသီးသီးတွင်ပါရှိသော တရားဒေသနာများသည် အခြေအနေ အမျိုးမျိုးနှင့် လည်းကောင်း၊ နားထောင်သူတို့၏ အလိုအဈ္ဈာသယ, စိတ်နေသဘောထားအသီးသီးတို့နှင့်လည်းကောင်း ကိုက်ညီအောင် ဟောကြားထားသည့် တရားတော်များ ဖြစ်သဖြင့် သုတ္တန္တပိဋက သည် ပြဋ္ဌာန်းချက်များ ပေါင်းစုထားသည့် စာအုပ်ကြီး တစ်အုပ်နှင့် တူ၏။ အချို့သောအဆိုအမိန့်များသည် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်နေသည်ဟု ထင်ရလိမ့်မည်၊ သို့သော် တစ်စုံတစ်ခုသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် အခါကာလနှင့်လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် မြတ်စွာဘုရား မိန့်ဆိုတော်မူခြင်းဖြစ်၍ အထင်အမြင်မလွဲသင့်ပေ။

ဥပမာ မေးခွန်းတစ်ခုတည်းကိုပင် (မေးမြန်းသူက အသိဉာဏ်နည်းပါးစွာဖြင့် သိလိုရုံမျှမေးမြန်းလျှင်) မြတ်စွာဘုရား မဖြေကြားဘဲဆိတ်ဆိတ်နေတော်မူ၏။ ထိုမေးခွန်းကိုပင် အမှန်တရားကို စိတ်

http://www.dhammadownload.com

အား ထက်သန်စွာ ရှာဖွေနေသူတစ်ဦးက မေးမြန်းလျှင် မြတ်စွာဘုရား အသေးစိတ်ဖြေကြားတော်မူ၏။

Most of the sermons were intended mainly for the benefit of Bhikkhus and they deal with the Holy life and with the exposition of the doctrine. There are also several other discourses which deal with both the material and moral progress of His lay followers.

တရားတော်အများစုသည် ရဟန်းတော်များ၏ အကျိုးအတွက် အဓိကရည်ရွယ်၍ မြင့်မြတ်သောဘဝနှင့် ဒေသနာတော်၏ သဘောတို့ကို ဖွင့်ဆိုရှင်းလင်းထားခြင်းဖြစ်၏။ လူဝတ်ကြောင်တပည့်များ၏ လောကီရေးရာနှင့် ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အတွက် ဟောကြားထားသည့် တရားဒေသနာများလည်း အနည်းငယ် ပါရှိ၏။

This Piṭaka is divided into five Nikāyas or collections. viz:–

1. *Dīgha Nikāya* (Collection of Long Discourses).
2. *Majjhima Nikāya* (Collection of Middle-length Discourses).
3. *Saṁyutta Nikāya* (Collection of Kindred Sayings).
4. *Anguttara Nikāya* (Collection of Discourses arranged in accordance with numbers).
5. *Khuddaka Nikāya* (Smaller Collection).

http://www.dhammadownload.com

သုတ္တန္တပိဋက ကို နိကာယ်ငါးရပ်(ဝါ)အပေါင်းအစုငါးစုအဖြစ် ခွဲခြားထား၏ —

၁။ ဒီဃနိကာယ် (ရှည်လျားသော ဒေသနာများအစု)

၂။ မဇ္ဈိမနိကာယ် (အလယ်အလတ်ရှည်လျားသော ဒေသနာများအစု)

၃။ သံယုတ္တနိကာယ် (တရားသဘောတူညီ၍ ယှဉ်တွဲထားသည့် ဒေသနာများ အစု)

၄။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ် (နံပါတ်စဉ်အတိုင်း စီစဉ်ထားသော ဒေသနာများ အစု)

၅။ ခုဒ္ဒကနိကာယ် (အတိုင်းအရှည် တိုသောဒေသနာများအစု)

The fifth is subdivided into fifteen books:

1. *Khuddaka Paṭha* (Shorter texts),
2. *Dhammapada* (Way of Truth),
3. *Udāna* (Paeans of Joy),
4. *Iti Vuttaka* ("Thus said" Discourses),
5. *Sutta Nipāta* (Collected Discourses),
6. *Vimāna Vatthu* (Stories of Celestial Mansions),
7. *Peta Vatthu* (Stories of Petas),
8. *Theragāthā* (Psalms of the Brethren),
9. *Therīgāthā* (Psalms of the Sisters),
10. *Jātaka* (Birth Stories),
11. *Niddesa* (Expositions),
12. *Paṭisambhidā Magga* (Analytical Knowledge),
13. *Apadāna* (Lives of Arahats),

http://www.dhammadownload.com

14. *Buddhavaṁsa* (The History of the Buddha),
15. *Cariyā Piṭaka* (Modes of Conduct).

ခုဒ္ဒကနိကာယ်တွင် ကျမ်းစာအုပ် ၁၅ မျိုး ပါဝင်၏—

၁။	*ခုဒ္ဒကပါဌ*	(ပို၍တိုသော တရားများ)
၂။	*ဓမ္မပဒ*	(အမှန်တရားလမ်းစဉ်)
၃။	*ဥဒါန*	(ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ကျူးရင့်သော စကားများ)
၄။	*ဣတိဝုတ္တက*	('ဤသို့ မိန့်ဆိုတော်မူ၏' ဒေသနာများ)
၅။	*သုတ္တနိပါတ*	(စုဖွဲ့ထားသည့် ဒေသနာများ)
၆။	*ဝိမာနဝတ္ထု*	(နတ်ဘုံဗိမာန်အကြောင်းအရာများ)
၇။	*ပေတဝတ္ထု*	(ပြိတ္တာအကြောင်းအရာများ)
၈။	*ထေရဂါထာ*	(ရဟန္တာအရှင်များ၏ ကိုယ်တိုင်ဟော အတ္ထုပ္ပတ္တိများ)
၉။	*ထေရီဂါထာ*	(ရဟန္တာအရှင်မများ၏ ကိုယ်တိုင်ဟော အတ္ထုပ္ပတ္တိများ)
၁၀။	*ဇာတက*	(ငါးရာ့ငါးဆယ် ဇာတ်ဝတ္ထုများ)
၁၁။	*နိဒ္ဒေသ*	(အသေးစိတ် ရှင်းလင်းချက်များ)
၁၂။	*ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ္ဂ*	(ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ ပြထားသည့် အသိပညာ)
၁၃။	*အပဒါန*	(ရဟန္တာတို့၏ ဘဝဖြစ်စဉ်များ)
၁၄။	*ဗုဒ္ဓဝံသ*	(မြတ်စွာဘုရား၏ ဘဝဖြစ်စဉ်သမိုင်း)
၁၅။	*စရိယာ ပိဋက*	(ကိုယ်ကျင့်နည်းအမျိုးမျိုး)

The *Abhidhamma Piṭaka* is the most important and the most interesting of the three, containing as it does the profound philosophy of the Buddha's

http://www.dhammadownload.com

Teaching in contrast to the illuminating and simpler discourses in the Sutta Piṭaka.

In the *Sutta Piṭaka* is found the conventional teaching *(vohāra desanā)* while in the *Abhidhamma Piṭaka* is found the ultimate teaching *(paramattha-desanā).*

အဘိဓမ္မပိဋက သည် ပိဋကတ်သုံးပုံတွင် အရေးအကြီးဆုံးနှင့် စိတ်ဝင်စားဖွယ်အကောင်းဆုံးဖြစ်၏။ ဤပိဋကတွင် မြတ်စွာဘုရား၏ အလွန်နက်နဲသိမ်မွေ့သော အတွေးအမြင်, သဘောတရားများ ပါရှိ၏၊ ဆန့်ကျင်ဘက်အနေဖြင့် သုတ္တန္တပိဋကတွင် ပုံပြင်ဥပမာများနှင့် ရှင်းလင်းထားသည့် ပို၍ရိုးရှင်းသော ဒေသနာများ ပါရှိ၏။

သုတ္တန္တပိဋကသည် လူအများ သုံးနှုန်းနေကြသော စကားလုံး ဝေါဟာရများနှင့် ဟောကြားထားသော *ဝေါဟာရဒေသနာ* ဖြစ်၏။ အဘိဓမ္မပိဋကသည် အဆုံးစွန် မှန်ကန်သည့် ပရမတ်တရားများ အကြောင်းကို ဟောကြားထားသော *ပရမတ္ထဒေသနာ* ဖြစ်၏။

To the wise, Abhidhamma is an indispensable guide; to the spiritually evolved, an intellectual treat; and to research scholars, food for thought. Consciousness is defined. Thoughts are analysed and classified chiefly from an ethical standpoint. Mental states are enumerated. The composition of each type of consciousness is set forth in detail. How thoughts arise is minutely described. Irrelevant

http://www.dhammadownload.com

problems, that interest mankind but having no relation to one's purification, are deliberately set aside.

Matter is summarily discussed; fundamental units of matter, properties of matter, sources of matter, relationship between mind and matter, are explained.

အဘိဓမ္မာသည် ပညာရှိများအတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သော လမ်းညွှန်ဖြစ်၏။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအဆင့်ဆင့် ပြောင်းလဲတိုးတက်ပြီးသူတို့အတွက် ဆင်ခြင်ဉာဏ်နှင့်ပြည့်စုံသည့် တင်ပြချက်ဖြစ်၏၊ သုတေသီများအတွက် စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် အာဟာရဖြစ်၏။ အာရုံသိမှု–စိတ်ကို တိတိကျကျ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်၏၊ စိတ်ကူးများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ လူ့ကျင့်ဝတ်ရှုထောင့်မှ အဓိကထားကာ အမျိုးအစားခွဲခြားထား၏။ စိတ်တို့နှင့်ယှဉ်တွဲဖြစ်ပေါ်ကြသော စေတသိက်များကို စိစစ်ရေတွက်ပြ၏။ စိတ်တစ်မျိုးစီ၏ ပါဝင်ဖွဲ့စည်းထားပုံကို အသေးစိတ်ရှင်းပြ၏။ စိတ်ကူးများ ဖြစ်ပေါ်ပုံကိုလည်း အသေးစိတ် ဖော်ပြ၏။ လူသားတို့စိတ်ဝင်စားကြသော်လည်း စိတ်ဖြူစင်စေမှုနှင့် မသက်ဆိုင်သော အကြောင်းအရာပြဿနာများကို တမင်တကာပင် ဘေးဖယ်ထား၏။

ရုပ်ကို အကျဉ်းချုံး၍ ဆွေးနွေးတင်ပြ၏၊ ရုပ်၏အခြေခံယူနစ်ဖြစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်များနှင့် ပရမတ်ရုပ်များ၊ ရုပ်၏ဂုဏ်သတ္တိများ၊ ရုပ်ကိုဖြစ်စေသော အကြောင်းတရားများ၊ စိတ်နှင့်ရုပ် ဆက်သွယ်မှုများအကြောင်းတို့ကိုလည်း ရှင်းပြထား၏။

The Abhidhamma investigates mind and matter, the two composite factors of the so-called being, to help the understanding of things as they truly are, and a philosophy has been developed on those lines. Based on that philosophy, an ethical system has been evolved to realize the ultimate goal, Nibbãna.

အဘိဓမ္မာသည် သတ္တဝါဟုခေါ်ဆိုသော သက်ရှိတစ်ဦး ဖြစ်အောင် ဖွဲ့စည်းပေးထားသည့် စိတ်နှင့်ရုပ်ကို အသေးစိတ်ရှုစမ်းလေ့လာ၏၊ ဤသို့လေ့လာခြင်းသည်အရာအားလုံးကို အမှန်တကယ်ဖြစ်နေသည့်အတိုင်း သိမြင်လာရန် အထောက်အပံ့ပြု၏၊ ဤအတွေးအခေါ်လမ်းကြောင်းများအပေါ် အခြေခံ၍ ဒဿနိကပညာတစ်ရပ်ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေ၏၊ ဤအတွေးအခေါ်ဒဿနအပေါ် အခြေပြု၍ အဆုံးစွန်သောပန်းတိုင်ဖြစ်သည့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရန်အတွက် လူ့ကျင့်ဝတ်နှင့် ဘာဝနာဆိုင်ရာ စနစ်တစ်ခုသည် အဆင့်ဆင့် ပြောင်းလဲတိုးတက်လာခဲ့၏။

The *Abhidhamma Piṭaka* consists of seven books:-

1. *Dhammasaṅgaṇĩ* (Classification of Dhammas),
2. *Vibhaṅga* (The book of Divisions),
3. *Kathã-Vatthu* (Points of Controversy),
4. *Puggala-Paññatti* (Description of Individuals),
5. *Dhãtu-Kathã* (Discussion with reference to elements),

http://www.dhammadownload.com

6. *Yamaka* (The Book of Pairs),
7. *Paṭṭhāna* (The Book of Relations).

အဘိဓမ္မ ပိဋက တွင် ကျမ်းစာအုပ် (၇) ကျမ်းပါဝင်၏ –

၁။ *ဓမ္မသင်္ဂဏီ* (တရားဓမ္မများကို အမျိုးအစားခွဲပြခြင်း)
၂။ *ဝိဘင်္ဂ* (တရားကို ခွဲခြမ်းပြသော ကျမ်း)
၃။ *ကထာဝတ္ထု* (ဗုဒ္ဓဝါဒနှင့် ပရဝါဒတို့ကို ရှင်းလင်းပြခြင်း)
၄။ *ပုဂ္ဂလပညတ်* (ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးကို သရုပ်ဖော်ပြခြင်း)
၅။ *ဓာတုကထာ* (ဓာတ်များကို ဆွေးနွေးခြင်း)
၆။ *ယမက* (အစုံလိုက်ပြသော ကျမ်း)
၇။ *ပဋ္ဌာန* (ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်မှုကို ပြသော ကျမ်း)

In the Tipiṭaka one finds milk for the babe and meat for the strong, for the Buddha taught His doctrine both to the masses and to the intelligentsia. The sublime Dhamma enshrined in these sacred texts, deals, with truths and facts, and is not concerned with theories and philosophies which may be accepted as profound truths today only to be thrown overboard tomorrow.

မြတ်စွာဘုရားသည် သူ၏တရားဒေသနာများကို လူစုလူဝေးများအားလည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ထက်မြက်၍ လွတ်လပ်စွာတွေးခေါ်နိုင်ကြသောသူများကိုလည်းကောင်း ဟောကြားသွန်သင်တော်မူခဲ့သဖြင့် ပိဋကတ်သုံးပုံတွင် ကလေးငယ်များအတွက် နို့ချိုကိုလည်း

http://www.dhammadownload.com

တွေ့ရှိနိုင်၏၊ သန်မာထွားကျိုင်းသူတို့အတွက် အသားကိုလည်း တွေ့ ရှိနိုင်၏။ ပိဋကတ်ကျမ်းစာအုပ်များ၌ပါရှိသော နက်နဲသိမ်မွေ့သည့် တရားဓမ္မများသည် အမှန်တရားများနှင့် မှန်ကန်သည့် အချက်အ လက်များကို ဖော်ပြထား၏။ ဤတရားဓမ္မများသည် ယနေ့ ကြီး ကျယ်တိကျသည့်အမှန်တရားများအဖြစ် လက်ခံယူဆ၍ မနက်ဖြန် လွှင့်ပစ်လိုက်ရသော သီဝရီများ, အတွေးအခေါ် ဒဿနများနှင့် သက် ဆိုင်ခြင်း မရှိပါ။

The Buddha has presented us with no new astounding philosophical theories, nor did He venture to create any new material science. He explained to us what is within and without so far as it concerns our emancipation, and ultimately expounded a path of deliverance, which is unique. Incidentally, He has, however, forestalled many a modern scientist and philosopher.

မြတ်စွာဘုရားသည် ကျွန်ုပ်တို့အား အလွန်အံ့အားသင့်ဖွယ် ကောင်းသော ဒဿနိကအယူအဆ အသစ်အဆန်းများကို တင်ပြပေး ခဲ့ခြင်း မရှိပါ၊ ရုပ်ဝတ္ထုဆိုင်ရာ သိပ္ပံပညာအသစ်အဆန်းကို ဖန်တီး ရန်အတွက်လည်း သူမကြိုးပမ်းခဲ့ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ မှ ထွက်မြောက်နိုင်ရေးနှင့်သက်ဆိုင်သော ခန္ဓာကိုယ်တွင်းနှင့် ကိုယ်ပ ရှိတရားဓမ္မများကိုသာ ရှင်းပြတော်မူခဲ့သည်။ နောက်ဆုံး၌ ပြိုင်ဘက် ကင်းသော ဘဝလွတ်မြောက်ရေးလမ်းစဉ်ကို အသေးစိတ်ညွှန်ကြား တော်မူခဲ့သည်။ ဤသို့ဖြစ်လင့်ကစား မြတ်ဗုဒ္ဓသည် ခေတ်သစ်သိပ္ပံ

http://www.dhammadownload.com

ပညာရှင်များနှင့် ဒဿနိကပညာရှင်များစွာတို့ထက် အရင်ဦးအောင် အကြောင်းအရာများစွာတို့ကို ထိုးထွင်းသိမြင်ပြီး ဟောပြောတော်မူခဲ့၏။

Schopenhauer in his "World as Will and Idea" has presented the truth of suffering and its cause in a Western garb. **Spinoza,** though he denies not the existence of a permanent reality, asserts that all phenomenal existence is transitory. In his opinion sorrow is conquered "by finding an object of knowledge which is not transient, not ephemeral, but is immutable, permanent, everlasting."

ဂျာမန်တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **ရှိုပင်ဟောင်ဝါ** သည် သူ၏ "World as Will and Idea" (စိတ်ပြဋ္ဌာန်းချက်နှင့် ယူဆချက် အနေဖြင့် ကမ္ဘာလောက) စာအုပ်တွင် ဆင်းရဲခြင်းအမှန်သဘော – ဒုက္ခသစ္စာနှင့် ဆင်းရဲခြင်း၏အကြောင်းရင်းအမှန်သဘော – သမုဒယသစ္စာ တို့ကို အနောက်တိုင်းအမြင် (အနောက်တိုင်းဝတ်စုံ) ဖြင့် တင်ပြခဲ့၏။ တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **စပင်နိုဇာ** သည် တည်မြဲသော အစစ်အမှန်တရား တည်ရှိခြင်းကို မငြင်းဆိုသော်လည်း သဘာဝအလျောက် ပုံမှန် ဖြစ်ပျက်နေသော ဖြစ်ရပ်အားလုံးသည် ခဏမစဲဖြစ်ပျက်နေသည်ဟု မိန့်ဆိုခဲ့၏။ သူ၏အယူအဆတွင် "ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲခြင်း မရှိဘဲ အခြားအရာတစ်ခုသို့ မပြောင်းလဲနိုင်သော ထာဝရတည်မြဲနေနိုင်သည့်အသိဉာဏ်ဝတ္ထုတစ်ခုကို ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်လျှင်" ပူဆွေးသောက, ဆင်းရဲဒုက္ခကို အောင်နိုင်လိမ့်မည်ဟု ပါရှိ၏။

http://www.dhammadownload.com

Berkeley proved that the so-called indivisible atom is a metaphysical fiction. **Hume,** after a relentless analysis of the mind, concluded that consciousness consists of fleeting mental states. **Bergson** advocates the doctrine of change. **Prof. James** refers to a stream of consciousness.

အင်္ဂလိပ်တွေးခေါ်ရှင် **ဘာကလေ** က ထပ်မံခွဲစိတ်၍မရဟုဆိုသော အဏုမြူသည် ဒြပ်ထုမဲ့တွေးခေါ်ကြံဆမှု၏ စိတ်ကူးယဉ်ပုံပြင်တစ်ခုသာဖြစ်ကြောင်းကို သက်သေပြခဲ့၏။ တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **ဟုမ်း** ကလည်း စိတ်ကို မနေမနားခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးသောအခါ စိတ်တွင် လျင်မြန်စွာ ပြောင်းလဲဖြစ်ပျက်တတ်သော စိတ်အခြေအနေများ ပါရှိကြောင်း ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပေ၏။ တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **ဘာဂ်ဆင်** က ပြောင်းလဲတတ်ခြင်း အနိစ္စသဘောကို ထောက်ခံပြောဆိုခဲ့၏။ အမေရိကန် ပညာရှင်ကြီး **ပါမောက္ခဂျိမ်း(စ်)** ကလည်း စိတ်သည် တစ်ခုတည်း မဟုတ်ဘဲ စိတ်များစွာတို့၏ စီးကြောင်းတစ်ခုသာဖြစ်သည်ဟု ရည်ညွှန်း ပြောဆိုခဲ့၏။

The Buddha expounded these doctrines of Transiency *(Anicca)*, Sorrow *(Dukkha)*, and No-Soul *(Anattā)* some 2500 years ago while He was sojourning in the valley of the Ganges.

မြတ်စွာဘုရားသည် လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော်ကတည်းကပင် ဂင်္ဂါမြစ်ဝှမ်းဒေသ၌ သီတင်းသုံး လှည့်လည်စဉ် မတည်မြဲခြင်း(အနိစ္စ), ဆင်းရဲခြင်း(ဒုက္ခ)နှင့် အတ္တ(ဝါ)ဝိညာဉ်

http://www.dhammadownload.com

လိပ်ပြာမရှိခြင်း (အနတ္တ) သဘောတရားတို့ကို အသေးစိတ် ဟော ကြားတော်မူခဲ့သည်။

It should be understood that the Buddha did not preach all that He knew. On one occasion while the Buddha was passing through a forest He took a handful of leaves and said: "O Bhikkhus, what I have taught is comparable to the leaves in my hand. What I have not taught is comparable to the amount of leaves in the forest."

မြတ်စွာဘုရားသည် သူသိမြင်သမျှ တရားအားလုံးကို မဟော ကြားခဲ့ကြောင်း နားလည်သင့်ပေ၏။ အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရား သည် သစ်တောတစ်ခုကို ဖြတ်သန်းစဉ် လက်တစ်ဆုပ်စာ သစ်ရွက် များကို ကောက်ယူပြီးသော် ရဟန်းတို့အား မိန့်တော်မူ၏ – "အို... ချစ်သား ရဟန်းတို့၊ သင်တို့အား ငါဟောကြားခဲ့သော တရား အား လုံးသည် ဤငါ့လက်ထဲ၌ရှိသည့် သစ်ရွက်များနှင့် နှိုင်းယှဉ်အပ်၏၊ ငါသိမြင်ပြီး မဟောကြားခဲ့သောတရားတို့ကား ဤသစ်တောအတွင်း ရှိ သစ်ရွက်များအားလုံးနှင့် နှိုင်းယှဉ်အပ်၏။"

He taught what He deemed was absolutely essential for one's purification making no distinction between anesoteric and exoteric doctrine. He was characteristically silent on questions irrelevant to His noble mission.

http://www.dhammadownload.com

မြတ်ဗုဒ္ဓသည် စိတ်ကိုဖြူစင်စေဖို့အတွက် လုံးဝလိုအပ်သည်ဟု သူယူဆသောတရားများကိုသာ ဟောကြားတော်မူ၏။ တရားတော်ကို အတွင်းနေတပည့်များအတွက်တစ်မျိုး၊ ပြင်ပနေတပည့်များအတွက် တစ်မျိုးဟူ၍ ခွဲခြားမှုမပြုချေ။ သူ၏မြင့်မြတ်သော သာသနာပြုလုပ်ငန်းနှင့် မသက်ဆိုင်သောမေးခွန်းများကို ဖြေကြားတော်မမူဘဲ ထူးခြားစွာပင် ဆိတ်ဆိတ်နေတော်မူ၏။

Buddhism no doubt accords with science, but both should be treated as parallel teachings, since one deals mainly with material truths while the other confines itself to moral and spiritual truths. The subject matter of each is different.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် သိပ္ပံပညာနှင့် ကိုက်ညီကြောင်းမှာ ယုံမှားဖွယ်မရှိချေ။ သို့သော် ၎င်းတို့ကို မျဉ်းပြိုင်အတိုင်း သွားနေကြသော သင်ပြမှုနှစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူရမည်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သိပ္ပံပညာသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအမှန်တရားများနှင့် အဓိကသက်ဆိုင်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအမှန်တရားများကို အလေးထားသောကြောင့် ဖြစ်၏။ ဘာသာရပ်အကြောင်းအရာနှစ်မျိုးမှာ ကွဲပြားနေကြ၏။

The Dhamma He taught is not merely to be preserved in books, nor is it a subject to be studied from an historical or literary standpoint. On the contrary it is to be learnt and put into practice in

http://www.dhammadownload.com

the course of one's daily life, for without practice one cannot appreciate the truth.

မြတ်စွာဘုရား သင်ပြပေးတော်မူသော တရားတော်သည် ကျမ်းစာအုပ်များတွင် သိုမှီးထားရန် မဟုတ်၊ သမိုင်းရှုထောင့် သို့မဟုတ် စာပေရှုထောင့်မှ လေ့လာရန် ဘာသာရပ်တစ်ခုလည်း မဟုတ်။ ဆန့်ကျင်ဘက်အားဖြင့် တရားဓမ္မကို ဆည်းပူးလေ့လာ၍ မိမိတို့၏ နေ့စဉ်ဘဝ၌ လက်တွေ့ကျင့်သုံးရမည်ဖြစ်၏။ အကြောင်းမှာ လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှု မပါဘဲ အမှန်တရားကို မနှစ်သက် မမြတ်နိုးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

The Dhamma is to be studied, and more to be practised, and above all to be realized: immediate realization is its ultimate goal. As such the Dhamma is compared to a raft which is meant for the sole purpose of escaping from the ocean of birth and death *(Saṁsāra)*.

တရားဓမ္မကို လေ့လာဆည်းပူးရမည်၊ လေ့လာဆည်းပူးခြင်းထက် လက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်းက ပို၍အရေးကြီး၏၊ ထို့ထက်ပို၍ အရေးကြီးသည့်အချက်မှာ ထိုးထွင်းမြင်သိလာဖို့ ဖြစ်၏။ တရားဓမ္မကို လက်ငင်းချက်ချင်း ထိုးထွင်းမြင်သိခြင်းသည် ဓမ္မ၏ အဆုံးစွန်သောပန်းတိုင်ဖြစ်၏။ ဤအကြောင်းကြောင့် ဓမ္မကို မြစ်ကူးဖောင်နှင့် နှိုင်းယှဉ်အပ်၏။ ဓမ္မဖောင်သည် ဇာတိ–ဇရာ–မရဏ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲဟူသော သမုဒ္ဒရာကြီးကို ဖြတ်သန်း၍ ခေမာသောင်ကမ်းသို့ ပို့ဆောင်ပေးရန် တစ်ခုတည်းသောကိစ္စ ရှိပေ၏။

http://www.dhammadownload.com

Buddhism, therefore, cannot strictly be called a mere philosophy because it is not merely the 'love of, inducing the search after, wisdom'. Buddhism may approximate a philosophy, but it is very much more comprehensive.

သို့ဖြစ်၍ တိတိကျကျဆိုရလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဒဿနိကပညာရပ်တစ်ခုမျှသာ ဖြစ်သည်ဟု မဆိုနိုင်ပါ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဒဿနိကဗေဒကဲ့သို့ "ဉာဏ်ပညာကို မြတ်နိုး၍ ဉာဏ်ပညာကို ရှာဖွေခြင်း"မျှ မဟုတ်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဒဿနိကဗေဒနှင့် နီးကပ်ဆက်စပ်နေပါလိမ့်မည်၊ သို့သော် ဒဿနိကဗေဒထက် များစွာပို၍ ကျယ်ဝန်းပြီး ပို၍ ပြည့်စုံပါသည်။

Philosophy deals mainly with knowledge and is not concerned with practice; whereas Buddhism lays special emphasis on practice and realization.

ဒဿနိကဗေဒသည် အသိပညာရရှိရေးကို အဓိက အလေးထား၍ လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်းကို အလေးမမူပါ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာကမူ လက်တွေ့ လေ့ကျင့်ခြင်းနှင့် ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်းမြင်သိခြင်းကို အထူးအလေးအနက်ပြုပါသည်။

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 3
အခန်း (၃)
IS BUDDHISM A RELIGION?
ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဘာသာတရားတစ်ခုလော

It is neither a religion in the sense in which that word is commonly understood, for it is not "a system of faith and worship owing any allegiance to a supernatural being."

'Religion' ဟူသော ကိုးကွယ်မှုဘာသာတရား၏ အဓိပ္ပာယ်ကို အများနားလည်ထားကြသည့်အတိုင်းဆိုလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် 'Religion' ဟု မဆိုနိုင်ပါ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် 'Religion' ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖွင့်ဆိုသကဲ့သို့ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် 'သဘာဝလွန် အနန္တတန်ခိုးရှင် တစ်ဦးဦးကို သစ္စာခံ၍ ယုံကြည်ကိုးကွယ်သော စနစ်' မဟုတ်သောကြောင့်ပင်တည်း။

http://www.dhammadownload.com

Buddhism does not demand blind faith from its adherents. Here mere belief is dethroned and is substituted by confidence based on knowledge, which, in Pāli, is known as *Saddhā*. The confidence placed by a follower on the Buddha is like that of a sick person in a noted physician, or a student in his teacher. A Buddhist seeks refuge in the Buddha because it was He who discovered the Path of Deliverance.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ၎င်းကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကြသူတို့အား အကြောင်းအကျိုး မသိဘဲ မျက်ကန်းယုံကြည်ရန် မတောင်းဆိုပါ။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ အခြေအမြစ်မရှိသော ယုံကြည်ကာမျှသဘောကို ပလ္လင်ထက်မှ ဖယ်ရှား၍ အသိပညာအပေါ် အခြေခံသည့် ယုံကြည်မှုနှင့် အစားထိုးလိုက်၏။ အသိဉာဏ်ပေါ် အခြေခံသော ယုံကြည်မှုကို ပါဠိဘာသာဖြင့် 'သဒ္ဓါ'ဟု ခေါ်၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးက မြတ်ဗုဒ္ဓအပေါ် ထားရှိသည့် ယုံကြည်မှုသည် လူနာတစ်ဦးက ကျော်စောထင်ရှားသော ဆရာဝန်တစ်ဦးအပေါ် ထားရှိသည့်ယုံကြည်မှုနှင့် လည်းကောင်း၊ ကျောင်းသားတစ်ဦးက ဆရာသမားအပေါ်တွင် ထားရှိသည့် ယုံကြည်မှုနှင့်လည်းကောင်း ဆင်တူ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးက မြတ်စွာဘုရားကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ခြင်းမှာ ဆင်းရဲဒုက္ခအလုံးစုံမှ လွတ်မြောက်နိုင်သော မြင့်မြတ်သည့် လမ်းစဉ်ကို မြတ်စွာဘုရားရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ပြီးလျှင် တပည့်အပေါင်းတို့အား သင်ကြားပြသပေးခဲ့သောကြောင့် ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

A Buddhist does not seek refuge in the Buddha with the hope that he will be saved by His personal purification. The Buddha gives no such guarantee. It is not within the power of a Buddha to wash away the impurities of others. One could neither purify nor defile another.

The Buddha, as Teacher, instructs us, but we ourselves are directly responsible for our purification.

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် မြတ်စွာဘုရားကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ရာ၌ မြတ်စွာဘုရား၏ ပုဂ္ဂလိကဖြူစင်မြင့်မြတ်မှုဖြင့် သူ့ကို ကယ်တင်ပေးလိမ့်မည် ဟူသော မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ခြင်း မဟုတ်။ မြတ်စွာဘုရားသည် ထိုသို့ကယ်တင်ပေးမည်ဟူ၍လည်း အာမခံချက်မပေးခဲ့ပါ။ မြတ်စွာဘုရားတို့၌ သူတစ်ပါးတို့၏ စိတ်အညစ်အကြေးများကို ဆေးလျှော်ပေးရန် စွမ်းအားမရှိကြပါ၊ အခြားမည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်၌လည်း မရှိပါ။ လူတစ်ဦး၏ စိတ်ကို အခြားတစ်စုံတစ်ယောက်သောသူက ညစ်နွမ်းအောင်မပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါ၊ ဖြူစင်အောင်လည်း မပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါ၊ မိမိကသာလျှင် မိမိ၏စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေနိုင်၏၊ ဖြူစင်စေနိုင်၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် ဆရာတစ်ဦးအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့အား သွန်သင်ညွှန်ပြပေးတော်မူ၏၊ သို့သော် ကျွန်ုပ်တို့၏စိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ပြုလုပ်ရန်မှာ ကျွန်ုပ်တို့နှင့်သာ တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်၏။

http://www.dhammadownload.com

Although a Buddhist seeks refuge in the Buddha, he does not make any self-surrender. Nor does a Buddhist sacrifice his freedom of thought by becoming a follower of the Buddha. He can exercise his own free will and develop his knowledge even to the extent of becoming a Buddha himself.

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် မြတ်စွာဘုရားကို ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်ရာ၌ သူ့ကိုယ်ကို လက်နက်ချ အညံ့ခံရသည့် သဘောမျိုး, အပြဋ္ဌာန်းခံရသည့်သဘောမျိုး မရှိချေ။ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သာဝကတစ်ဦးဖြစ်လာသောအခါ၌လည်း သူ၏လွတ်လပ်စွာ တွေးခေါ်ခြင်း အခွင့်အရေးကို စွန့်လွှတ်ရန်မလိုချေ။ သူသည် သူ၏စိတ်ဆန္ဒ လွတ်လပ်မှုကို ကြိုက်သလို ကျင့်သုံးနိုင်သည်၊ သူ၏ဉာဏ်ပညာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ကြိုက်သလိုပျိုးထောင်နိုင်သည်၊ သူစွမ်းဆောင်နိုင်လျှင် သူကိုယ်တိုင် မြတ်စွာဘုရားတစ်ဆူဖြစ်လာသည်အထိ ကြိုးစားနိုင်သည်။

The starting point of Buddhism is reasoning or understanding, or, in other words, *Sammā-diṭṭhi.*

To the seekers of truth the Buddha says:

"Do not accept anything on (mere) hearsay— (i.e. thinking that thus have we heard it from a long time). Do not accept anything by mere tradition— (i.e. thinking that it has thus been handed down through many generations). Do not accept anything

http://www.dhammadownload.com

on account of mere rumours — (i.e. by believing what others say without any investigation). Do not accept anything just because it accords with your scriptures.

ဗုဒ္ဓဘာသာကို အစပျိုးပေးသော အချက်မှာ တွေးခေါ်ဆင်ခြင်ခြင်း သို့မဟုတ် သိနားလည်ခြင်း သို့မဟုတ် ပါဠိဘာသာဖြင့် သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဟု ခေါ်၏။

အမှန်တရား ရှာဖွေနေသူတစ်ဦးသို့ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လမ်းညွှန်မှုမှာ–

"တစ်ဆင့်ကြားစကားမျှဖြင့် တစ်စုံတစ်ခုကို မှန်ပြီဟု လက်မခံလိုက်ပါနှင့်၊ (ဆိုလိုသည်မှာ 'ဒီအကြောင်းကို ငါတို့ ကြားသိနေရတာ ကြာပြီ၊ ဒါကြောင့် မှန်လိမ့်မယ်' ဟု မထင်မြင်ထိုက်ပါ။) အစဉ်အလာဖြစ်သည့်အတွက်လည်း မှန်ပြီဟု လက်မခံလိုက်ပါနှင့်၊ (ဆိုလိုသည်မှာ 'ဒီအခြင်းအရာကို ခေတ်အဆက်ဆက် လက်ဆင့်ကမ်းခဲ့ကြတာပဲ။ ဒါကြောင့် မှန်လိမ့်မယ်' ဟု မထင်မြင်ထိုက်ပါ။) ကောလာဟလ သတင်း ဟိုးလေးတကျော်ဖြစ်နေသည့်အကြောင်းကြောင့်လည်း မှန်လှပြီဟု လက်မခံပါနှင့်၊ (ဆိုလိုသည်မှာ သူတစ်ပါးတို့ ပြောဆိုကြသည်ကို သေသေချာချာမစုံစမ်းဘဲ ယုံကြည်လိုက်ခြင်းမျိုးကိုလည်း မပြုသင့်ပါ။) သင်တို့၏ ကျမ်းစာတွင် ရေးသားဖော်ပြချက်နှင့် ကိုက်ညီသည့်အတွက်လည်း တစ်စုံတစ်ခုကို မှန်ပြီဟု လက်မခံပါနှင့်။

Do not accept anything by mere supposition. Do not accept anything by mere inference. Do not accept anything by merely considering the reasons.

http://www.dhammadownload.com

Do not accept anything merely because it agrees with your pre-conceived notions. Do not accept anything merely because it seems acceptable — (i.e., thinking that as the speaker seems to be a good person his words should be accepted). Do not accept anything thinking that the ascetic is respected by us (therefore it is right to accept his word).

"ကြံစည်,စိတ်ကူး,မှန်းဆပြီးတော့လည်း တစ်စုံတစ်ခုကို မှန်ပြီဟု မယူဆလိုက်ပါနှင့်။ မိမိသိရှိထားသည့်အချက်အလက်အချို့မှ ကောက်ချက်ချကာ ဤအရာမှန်ပြီဟူ၍လည်း မယူဆလိုက်ပါနှင့်။ အကြောင်းအကျိုးများကို ဆင်ခြင်ရုံမျှဖြင့်လည်း တစ်စုံတစ်ခုသည် မှန်ပြီဟူ၍လည်း လက်မခံလိုက်ပါနှင့်။ သင်ကြိုတင်ထင်မြင်ယူဆထားသော အချက်များနှင့် ကိုက်ညီသည့်အကြောင်းကြောင့်လည်း ထိုအချက်များ မှန်ကန်ပြီဟု လက်မခံလိုက်ပါနှင့်။ တစ်စုံတစ်ခုကို လက်ခံသင့်သည်ဟု ထင်ရရုံမျှဖြင့်လည်း လက်မခံလိုက်ပါနှင့်၊ (ဆိုလိုသည်မှာ ဟောပြောသောပုဂ္ဂိုလ်သည် သူတော်ကောင်းတစ်ဦးဖြစ်၍ သူ့စကားများကို လက်ခံသင့်သည်ဟု ထင်မြင်လိုက်ခြင်းကို ရှောင်ရှားရန် ဖြစ်၏။) ဟောပြောသောပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိ ရိုသေလေးစားသော ရသေ့ရဟန်းဖြစ်သည့်အတွက်လည်း တစ်စုံတစ်ခုကို လက်မခံလိုက်ပါနှင့်၊ (မိမိရိုသေလေးစားသူဖြစ်၍ သူ့စကားကို လက်ခံကာ မှန်တယ်ဟု ယူဆခြင်းမျိုးကို မပြုထိုက်ပါ။)

"But when you know for yourselves— these things are immoral, these things are blame worthy,

http://www.dhammadownload.com

these things are censured by the wise, these things, when performed and undertaken, conduce to ruin and sorrow — then indeed do you reject them.

"သို့သော် သင်ကိုယ်တိုင် စူးစမ်းလေ့လာ, လက်တွေ့ကျင့်သုံး၍ ဤအရာတို့သည် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ညီညွတ်ခြင်းမရှိ၊ အပြစ်ရှိ၍ ကဲ့ရဲ့ထိုက်ကုန်၏၊ ပညာရှိတို့လည်း မချီးမွမ်းဘဲ အပြစ်တင်ဝေဖန်ကြကုန်၏၊ ထိုအရာတို့ကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးသည့်အခါ ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်းနှင့် ဆင်းရဲခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေကြ၏ဟု သင်ကိုယ်တိုင် သိရှိလာလျှင် ထိုအရာတို့ကို ပယ်စွန့်လိုက်ပါလော့။

"When you know for yourselves— these things are moral, these things are blameless, these things are praised by the wise, these things, when performed and undertaken, conduce to well-being and happiness — then do you live acting accordingly."

"သင်ကိုယ်တိုင် စူးစမ်းလေ့လာ, လက်တွေ့ကျင့်သုံး၍ ဤအရာတို့သည် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ညီညွတ်၏၊ ကဲ့ရဲ့ဖွယ် အပြစ်လည်း မရှိ၊ ပညာရှိတို့လည်း ချီးမွမ်းကြကုန်၏၊ ထိုအရာတို့ကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးသောအခါ၌လည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာနှင့် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေကြ၏ဟု သင်ကိုယ်တိုင် သိရှိလာလျှင် ထိုအရာတို့ကို လက်တွေ့ကျင့်သုံး၍ နေထိုင်ပါလေ။"

These inspiring words of the Buddha still retain their original force and freshness.

http://www.dhammadownload.com

Though there is no blind faith, one might argue whether there is no worshipping of images, etc., in Buddhism.

Buddhists do not worship an image expecting worldly or spiritual favours, but pay their reverence to what it represents.

မြတ်စွာဘုရား၏ ဤစိတ်အားတက်ကြွစေသော စကားလုံးများသည် ၎င်းတို့၏ မူလခွန်အားနှင့် ဆန်းသစ်မှုတို့ကို ယနေ့တိုင်ဆောင်ထားလျက်ပင် ရှိသေး၏။

ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ မျက်ကန်းယုံကြည်မှုမရှိဟု ဆိုထားပါသော်လည်း ရုပ်ပုံများ,ဆင်းတုများ စသည်ကို ကိုးကွယ်ခြင်းမရှိပေဘူးလားဟု စောကြောမေးမြန်းစရာရှိ၏။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် လောကီချမ်းသာနှင့် စိတ်ပိုင်း အကူအညီကို မျှော်လင့်၍ ရုပ်ပုံ, ရုပ်တု စသည်တို့ကို ကိုးကွယ်ခြင်းမပြုပါ၊ ဘုရားရုပ်ပုံတော်, ဘုရားဆင်းတုတော်တို့ကို ဘုရား၏ဂုဏ်တော်များကို အောက်မေ့အမှတ်ရစေရန် ရည်ရွယ်၍ ဘုရားရှင်ကိုယ်စား ထားကာ ရိုသေမြတ်နိုး, ရှိခိုးပူဇော်ကြခြင်းဖြစ်သည်။ ဘုရားဂုဏ်တော်ကို အာရုံယူ၍ ဘုရားကို ရှိခိုးပူဇော်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

An understanding Buddhist, in offering flowers and incense to an image, designedly makes himself feel that he is in the presence of the living Buddha and thereby gains inspiration from His noble

http://www.dhammadownload.com

personality and breathes deep His boundless compassion. He tries to follow His noble example.

သိနားလည်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် ဘုရားဆင်းတုတော်ကို ပန်း, နံ့သာ, အမွှေးတိုင်များဖြင့် ပူဇော်သောအခါ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ် ရှေ့မှောက်၌ သူရောက်ရှိနေသည်ဟု ခံစားနိုင်ရန် နှလုံးသွင်း၏၊ ဤသို့ဖြင့် မြတ်စွာဘုရား၏ မြင့်မြတ်သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများမှ စိတ်အားထက်သန်မှုကို ရယူပြီးလျှင် ဘုရားရှင်၏ အကန့်အသတ်မဲ့သည့် မဟာကရုဏာတော်ကို တဝတမော ရှူသွင်း၏၊ ဘုရားရှင်၏ မြင့်မြတ်သော စံနမူနာကို သူ အတုယူ၍ လက်တွေ့ကျင့်ကြံနိုင်အောင် ကြိုးစား၏။

The Bo-tree is also a symbol of Enlightenment. These external objects of reverence are not absolutely necessary, but they are useful as they tend to concentrate one's attention. An intellectual person could dispense with them as he could easily focus his attention and visualise the Buddha.

မဟာဗောဓိပင်သည်လည်း သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရရှိသည့် အထိမ်းအမှတ်တစ်ခုဖြစ်၏။ ဤသို့ကြည်ညိုလေးမြတ်ဖို့ရာ အသုံးပြုသော ပြင်ပအရာဝတ္ထုများသည် လုံးဝဥဿုံမရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်ကား မဟုတ်ပါ၊ သို့သော် ဤအရာဝတ္ထုတို့သည် ကြည်ညိုသူ၏စိတ်ကို စုစည်းပေးနိုင်သည့်အတွက် အသုံးကျ၍ အကျိုးရှိပါသည်။ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှိသူတစ်ဦးသည် သူ၏အာရုံကို အလွယ်တကူစုစည်း၍

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားကို အာရုံယူနိုင်သည့်အတွက် ပြင်ပ အရာဝတ္ထုများကို ဖယ်ရှားထားနိုင်သည်။

For our own good, and out of gratitude, we pay such external respect but what the Buddha expects from His disciple is not so much obeisance as the actual observance of His Teachings. The Buddha says — *"He honours me best who practises my teaching best." "He who sees the Dhamma sees me."*

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကောင်းကျိုးချမ်းသာအတွက်ကြောင့်လည်းကောင်း၊ မြတ်စွာဘုရား၏ အနန္တ ကျေးဇူးတော်ကို ပေးဆပ်သည့်အနေဖြင့် လည်းကောင်း ထိုသို့သော ပြင်ပရိုသေလေးမြတ်မှု, ရှိခိုးပူဇော်မှုကို ကျွန်ုပ်တို့ ပြုလုပ်ကြသည်။ အမှန်အားဖြင့်မူ မြတ်စွာဘုရားသည် သူ၏ တပည့်ထံမှ ရှိခိုးပူဇော်ခြင်းထက် သူ၏ တရားတော်ကို အမှန် တကယ်ကျင့်သုံးခြင်းကို ပို၍လိုလားတော်မူ၏။ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာ ဘုရားသည် ဤသို့မိန့်တော်မူ၏ — *"ငါ၏ တရားတော်ကို အကောင်းဆုံး ကျင့်သုံးသူသည် ငါဘုရားအား အကောင်းဆုံး ဂုဏ်ပြုပူဇော်ခြင်း မည်ပေ၏။" "တရားဓမ္မကို သိမြင်သောသူသည် ငါဘုရားကို သိမြင် သောသူ မည်၏။"*

With regard to images, however, **Count Kevserling** remarks — "I see nothing more grand in this world than the image of the Buddha. It is an absolutely perfect embodiment of spirituality in the visible domain."

http://www.dhammadownload.com

သို့ပါသော်လည်း ဆင်းတုတော်, ရုပ်ပွားတော်များနှင့် ပတ်သက်၍ **မြို့စားကြီး ကက်(မ်) ဆာလင်း** က ဤသို့မှတ်ချက်ချ၏ – "မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ ဆင်းတုတော်ထက်ပိုပြီး ခံ့ညားထည်ဝါတဲ့ အရာ တစ်စုံတစ်ခုကို ဒီကမ္ဘာမှာ ကျွန်ုပ်မမြင်ဖူးဘူး၊ ဆင်းတုတော်ဟာ တွေ့မြင်နိုင်တဲ့ နယ်ပယ်မှာ ဘာသာအယူဝါဒတစ်ခုကို အပြည့်အဝ တိတိကျကျ ပုံဖော်ပေးထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။"

Furthermore, it must be mentioned that there are no petitional or intercessory prayers in Buddhism. However much we may pray to the Buddha, we cannot be saved. The Buddha does not grant favours to those who pray to Him. Instead of petitional prayers there is meditation that leads to self-control, purification and enlightenment.

ထို့အပြင် ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ အသနားခံ ဆုတောင်းခြင်းများ သို့မဟုတ် သူတစ်ပါးတို့အတွက် အစားဝင်ရှိခိုးဆုတောင်းခြင်းတို့ကို ဖော်ပြရပေဦးမည်။ မြတ်ဗုဒ္ဓထံ ကျွန်ုပ်တို့ မည်မျှဆုတောင်းသည် ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့ကို သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲထဲမှ ကယ်တင်၍မရပါ။ သူ့ထံ ရှိခိုးဆုတောင်းနေသူတို့အား မြတ်စွာဘုရားက မျက်နှာသာပို၍ မပေးပါ။ အသနားခံဆုတောင်းခြင်းများအစား ဘာဝနာရှုပွားခြင်း ရှိပေ၏။ ဘာဝနာရှုပွားခြင်းသည် မိမိ၏ကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ထိန်းချုပ်စေနိုင်သည်၊ စိတ်ကို ဖြူစင်စေနိုင်သည်၊ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

Meditation is neither a silent reverie nor keeping the mind blank. It is an active striving. It serves as a tonic both to the heart and the mind. The Buddha not only speaks of the futility of offering prayers but also disparages a slave mentality. A Buddhist should not pray to be saved, but should rely on himself and win his freedom.

ဘာဝနာရှုပွားခြင်းသည် တိတ်ဆိတ်စွာ ဝတ်ပြုဆုတောင်းနေခြင်း မဟုတ်၊ မိမိစိတ်ကို ဗလာကျင်းအောင် ထားရှိခြင်းလည်း မဟုတ်၊ တက်တက်ကြွကြွ ကြိုးစားအားထုတ်နေခြင်း ဖြစ်၏။ ဘာဝနာရှုပွားခြင်းသည် နှလုံးသားအတွက်ရော စိတ်အတွက်ပါ အားဆေးဖြစ်၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် ဆုတောင်းခြင်းများ၏ အကျိုးမဲ့ပုံကို မိန့်ဆိုတော်မူသည့်အပြင် ကျေးကျွန်စိတ်ထားရှိခြင်း၏ အကျိုးနည်းပုံကိုလည်း မိန့်ကြားတော်မူ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် ကယ်တင်ခံရဖို့ အတွက် ဆုမတောင်းသင့်ပါ၊ မိမိကိုယ်ကို အားကိုး၍ ကြိုးစားခြင်းဖြင့် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ခြင်းဆုလာဘ်ကို ဆွတ်ခူးသင့်ပေ၏။

"Prayers take the character of private communications, selfish bargaining with God. It seeks for objects of earthly ambitions and inflames the sense of self. Meditation on the other hand is self-change," said **Sri Radhakrishnan.**

http://www.dhammadownload.com

"ဆုတောင်းခြင်းများသည် ကိုယ်ပိုင် ဆက်သွယ်ရေး အသွင်အပြင်လက္ခဏာ ရှိပြီး ကိုယ်ကျိုးအတွက် ဘုရားသခင်နှင့် အပေးအယူပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်၏။ ဆုတောင်းခြင်းသည် လောကီရည်မှန်းချက်များနှင့် သက်ဆိုင်သောအရာဝတ္ထုများကို ရယူရန် တောင့်တရှာဖွေပြီးလျှင် ငါကောင်းစားရေးအသိအာရုံကို နှိုးဆွပေး၏"ဟု **ဆရီရာဒါကရစ်ရှနန်** က မိန့်ဆိုတော်မူ၏။

In Buddhism there is not, as in most other religions, an Almighty God to be obeyed and feared. The Buddha does not believe in a cosmic potentate, omniscient and omnipresent. In Buddhism there are no divine revelations or divine messengers. A Buddhist is, therefore, not subservient to any higher supernatural power which controls his destinies and which arbitarily rewards and punishes.

အခြားဘာသာများစွာတို့ကဲ့သို့ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် လိုက်နာစိုးရွံ့စရာ အနန္တတန်ခိုးရှင် ဘုရားသခင် မရှိပါ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် အရာအားလုံးကို သိမြင်ပြီး နေရာတကာတွင် တည်ရှိနိုင်သော စကြဝဠာအုပ်ချုပ်သူ- အနန္တတန်ခိုးရှင်ရှိသည်ကို မယုံကြည်ပါ။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် လျှို့ဝှက်ထားသည်ကို ဘုရားသခင် အနန္တတန်ခိုးရှင်က ဖွင့်ဟဖော်ထုတ်ပေးခြင်းလည်း မရှိ၊ ဘုရားသခင်က စေလွှတ်သော တမန်တော်များလည်း မရှိ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် မိမိ၏ ကံကြမ္မာကို ချုပ်ထိန်း၍ သူ၏အလိုဆန္ဒအတိုင်း ဆုပေးသည် ဒဏ်ပေးသည် ဆို

http://www.dhammadownload.com

သော မည်သို့သော အဆင့်မြင့်သဘာဝလွန်စွမ်းအား၏ လက်အောက်ခံမျှ မဟုတ်ချေ။

Since Buddhists do not believe in revelations of a divine being, Buddhism does not claim the monopoly of truth and does not condemn any other religion. But Buddhism recognises the infinite latent possibilities of man and teaches that man can gain deliverance from suffering by his own efforts independent of divine help or mediating priests.

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် လျှို့ဝှက်ထားသည်ကို ဘုရားသခင်က ဖွင့်ဟဖော်ထုတ်ပေးခြင်းကို မယုံကြည်သည့်အတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အမှန်တရားသစ္စာကို မိမိတစ်ဦးတည်း၏ မူပိုင်ဖြစ်သည်ဟု မကြွေးကြော်ပါ၊ အခြားဘာသာတရားများကိုလည်း မရှုတ်ချပါ။ သို့ရာတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် လူတွင် ကိန်းအောင်းနေသော အနန္တ ဖြစ်နိုင်ခြေများကို သိရှိနားလည်ပြီးလျှင် ဘုရားသခင်၏ အကူအညီ သို့မဟုတ် ကြားခံဖျန်ဖြေပေးကြသော ဘုန်းကြီးများ၏ အထောက်အမ မပါဘဲ မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ကြိုးပမ်းမှုဖြင့် ဆင်းရဲတွင်းမှ ထွက်မြောက်နိုင်ကြောင်းကို သင်ကြားညွှန်ပြပေးသည်။

Buddhism cannot, therefore, strictly be called a religion because it is neither a system of faith and worship, nor "the outward act or form by which men

http://www.dhammadownload.com

indicate their recognition of the existence of a God or gods having power over their own destiny to whom obedience, service, and honour are due."

သို့ဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် မျက်ကန်းယုံကြည်မှုနှင့် ကိုးကွယ်မှုစနစ်တစ်ခုလည်း မဟုတ်၊ လူသားတို့၏ ဘဝကံကြမ္မာများကို ခြယ်လှယ်နိုင်စွမ်းရှိပြီး လူသားတို့က လိုက်နာရိုသေ၍ ဂုဏ်ပြုဝတ်ပြု မှုဖော်ထိုက်သော ဘုရားသခင် သို့မဟုတ် နတ်ဘုရားများ၏ တည်ရှိခြင်းကို အသိအမှတ်ပြုသော ပြင်ပအပြုအမူများ (ဝါ) အသွင်သဏ္ဌာန်များလည်း မဟုတ်။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာကို 'religion' ဟူသော ကိုးကွယ်မှုဘာသာတစ်ခုဖြစ်သည်ဟု တိတိကျကျ မဆိုနိုင်ပါ။

If, by religion, is meant "a teaching which takes a view of life that is more than superficial, a teaching which looks into life and not merely at it, a teaching which furnishes men with a guide to conduct that is in accord with this in-look, a teaching which enables those who give it heed to face life with fortitude and death with serenity,"[1] or a system to get rid of the ills of life, then it is certainly a religion of religions. ([1] *Bhikkhu Silācara)*

အကယ်၍ 'religion' ဟူသော ကိုးကွယ်မှုဘာသာသည် "ဘဝကို အပေါ်ယံမျှ မဟုတ်ဘဲ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်းကြည့်ရှုတတ်သော အသိအမြင်ရအောင် သင်ပြပေးသော သင်ကြားမှုဖြစ်သည်ဆိုလျှင်၊ ဘဝ

http://www.dhammadownload.com

ကို ကြည့်ရှုံမျှမဟုတ်ဘဲ ဘဝ၏သဘာဝအသေးစိတ်ကို သိမြင်အောင် ထိုးထွင်းကြည့်ရှုတတ်သည့် သင်ကြားချက်ဖြစ်သည်ဆိုလျှင်၊ ဤထိုးထွင်း ရှုမြင်ခြင်းနှင့်အညီ လူသားတို့အား ကိုယ်ကျင့်တရားလမ်းညွှန်ချက်ကို ပေးဆောင်နိုင်သည့် သင်ပြချက်ဖြစ်သည်ဆိုလျှင်၊ ကိုးကွယ်သူအပေါင်းတို့အား ဘဝကို ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်သော စွမ်းရည်နှင့်ရင်ဆိုင်၍ သေခြင်းတရားကို ကြည်လင်ငြိမ်းအေးစွာ လက်ခံနိုင်အောင် အမှတ်သတိရှိဖို့ သင်ပြပေးသော သင်ပြချက်ဖြစ်သည်ဆိုလျှင်၊”[၁] သို့မဟုတ် ဘဝ၏ အဆိုးတရားများကို ဖယ်ရှားပေးသော စနစ်တစ်ခုဖြစ်သည်ဆိုလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဘာသာတရားအားလုံးတို့၏ ဘာသာတရားအသေအချာဖြစ်ပါတော့သတည်း။ ([၁] *ဘိက္ခုသီလာစာရ၏ ဟောပြောချက်*)

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 4
အခန်း (၄)
IS BUDDHISM AN ETHICAL SYSTEM?
ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကိုယ်ကျင့်တရားစနစ်တစ်ခုလော

It no doubt contains an excellent ethical code which is unparalleled in its perfection and altruistic attitude. It deals with one way of life for the monks and another for the laity.

ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် အကောင်းဆုံးလူ့ကျင့်ဝတ်စည်းမျဉ်းများ ပါရှိပြီးလျှင် ဤကျင့်ဝတ်စနစ်သည် ပြည့်စုံမှု၌လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ကျိုးစွန့်၍ သူတစ်ပါးတို့၏အကျိုးကို ရှေ့တန်းတင်တတ်သည့် စိတ်နေသဘောထား၌လည်းကောင်း ပြိုင်ဘက်ကင်းကြောင်းကား ယုံမှားသံသယမရှိသင့်ချေ။ ဤကျင့်ဝတ်တို့သည် ရဟန်းသံဃာများ အတွက် တစ်မျိုး၊ လူဝတ်ကြောင်များအတွက် တစ်ဖုံ ပြဋ္ဌာန်းပေးထား၏။

http://www.dhammadownload.com

But Buddhism is much more than an ordinary moral teaching. Morality is only the preliminary stage on the Path of Purity, and is a means to an end, but not an end in itself.

သို့သော် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် သာမန်ကိုယ်ကျင့်တရား သင်ပေးခြင်းထက် များစွာပိုပါသည်။ ကိုယ်ကျင့်တရားသည် စိတ်ဖြူစင်စေရေး လမ်းစဉ်၌ ပဏာမအဆင့်မျှသာ ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ပန်းတိုင်သို့ တက်လှမ်းရန် နည်းလမ်းတစ်ခုသာဖြစ်ပြီးလျှင် ၎င်းကိုယ်တိုင်က ပန်းတိုင်မဟုတ်ပါ။

Conduct, though essential, is itself insufficient to gain one's emancipation. It should be coupled with wisdom or knowledge *(paññā)*. The base of Buddhism is morality, and wisdom is its apex.

ကိုယ်ကျင့်တရားသည် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ထွက်မြောက်ခြင်းအတွက် လိုအပ်ပါသော်လည်း ကိုယ်ကျင့်သီလမျှဖြင့် ဘဝလွတ်မြောက်ခြင်းကို မရယူနိုင်ပါ။ ကိုယ်ကျင့်သီလကို ဉာဏ်ပညာနှင့် တွဲစပ်ပေးရမည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏အောက်ခြေသည် ကိုယ်ကျင့်သီလ ဖြစ်ပြီးလျှင် ဉာဏ်ပညာသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏အထွတ်ဖြစ်၏။

In observing the principles of morality a Buddhist should not only regard his own self but also should have a consideration for others as well– animals not excluded. Morality in Buddhism is

http://www.dhammadownload.com

not founded on any doubtful revelation nor is it the ingenious invention of an exceptional mind, but it is a rational and practical code based on verifiable facts and individual experience.

ကိုယ်ကျင့်သီလ၏ အခြေခံသဘောတရားများကို စောင့်ထိန်းရာ၌ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် မိမိကိုသာမက တိရစ္ဆာန်များ အပါအဝင် သူတစ်ပါးတို့ကိုပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ ကိုယ်ကျင့်တရားသည် သံသယဖြစ်ဖွယ်ရှိသည့် ဘုရားသခင်၏ဖွင့်ဟဖော်ထုတ်ခြင်းအပေါ်တွင် တည်ဆောက်ထားခြင်း မဟုတ်၊ အလွန်ထူးခြားသောစိတ်တစ်ခုက ကျွမ်းကျင်လိမ္မာစွာ တီထွင်ထားသည့် တီထွင်မှုလည်း မဟုတ်၊ မှန်ကန်ကြောင်း သက်သေပြနိုင်သောအချက်များနှင့် လူတစ်ဦးစီ၏ အတွေ့အကြုံတို့အပေါ်တွင် အခြေခံ၍ ပြဋ္ဌာန်းထားသည့် ကြောင်းကျိုးညီညွတ်ကာ လက်တွေ့ကျသော စည်းကမ်းများ ဖြစ်ပေသည်။

It should be mentioned that any external super-natural agency plays no part whatever in the moulding of the character of a Buddhist. In Buddhism there is no one to reward or punish. Pain or happiness are the inevitable results of one's actions. The question of incurring the pleasure or displeasure of a God does not enter the mind of a Buddhist. Neither hope of reward nor fear of

http://www.dhammadownload.com

punishment acts as an incentive to him to do good or to refrain for evil.

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး၏ ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တကို ပုံသွင်းပျိုးထောင်ရာ၌ မည်သို့သော ပြင်ပသဘာဝလွန် အကျိုးဆောင်သူ သို့မဟုတ် ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ လုံးဝမပါရှိကြောင်းကို ဖော်ပြသင့်ပေ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် ဆုပေးသူ သို့မဟုတ် အပြစ်ပေးသူ မရှိပါ။ ဆင်းရဲခြင်း သို့မဟုတ် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ခြင်းသည် မိမိပြုလုပ်ချက်များ၏ မလွဲမရှောင်သာသော အကျိုးတရားများ ဖြစ်ကြ၏။ ဘုရားသခင် တစ်ပါးပါး၏ ကျေနပ်မှု သို့မဟုတ် ငြိုငြင်မှုကို အကျိုးသက်ရောက်စေသည်ဟူသောမေးခွန်းသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး၏ စိတ်ထဲသို့ ဝင်ရောက်ဖို့မရှိပါ။ ကောင်းမှုပြုရန် သို့မဟုတ် မကောင်းမှုကို ရှောင်ရှားဖို့အတွက်လည်း လာဘ်ရခြင်း၏ မျှော်လင့်ချက် သို့မဟုတ် ပြစ်ဒဏ်ပေးခံခြင်းကို ကြောက်ရွံ့မှုတို့သည် မှက်လုံး သို့မဟုတ် ခြောက်လုံးအဖြစ် စွမ်းဆောင်နိုင်ခြင်း မရှိပါ။

A Buddhist is aware of future consequences, but he refrains from evil because it retards, does good because it aids the progress to Enlightenment (Bodhi). There are also some who do good because it is good, refrain from evil because it is bad.

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် နောင်အနာဂတ်တွင် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် အကျိုးဆက်များကို သိ၏။ သို့သော် သူသည် မကောင်းမှုကို မပြုလုပ်မိရန် ရှောင်ကြဉ်သည့်အကြောင်းမှာ မကောင်းမှုသည် ဗောဓိဟူသော မဂ်ဉာဏ်ရရှိရေးကို နှောင့်နှေးစေသောကြောင့် ဖြစ်၏။ သူ

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းမှုကိုပြုလုပ်ခြင်းမှာ ကောင်းမှုသည် ဗောဓိ–မဂ်ဉာဏ်ရရှိရေးသို့ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သွားရာ၌ အထောက်အပံ့ပြုသောကြောင့် ဖြစ်၏။ သို့စေကာမူ ကောင်းမှုပြုခြင်းသည် ကောင်းသည့်အတွက် ကောင်းမှုပြုပြီးလျှင် မကောင်းမှုပြုခြင်းသည် မကောင်း၍ မကောင်းမှုကိုရှောင်ကြဉ်ကြသူများလည်း အချို့ရှိသည်။

To understand the exceptionally high standard of morality the Buddha expects from His ideal followers, one must carefully read the Dhammapada, Sigālovāda Sutta, Vyaggapajja Sutta, Maṅgala Sutta, Karaniya Sutta, Parābhava Sutta, Vasala Sutta, Dhammika Sutta, etc..

သူ၏စံထားလောက်သော တပည့်များထံမှ မည်မျှထူးထူးခြားခြား မြင့်မားသော ကိုယ်ကျင့်တရားစံချိန်ကို မြတ်စွာဘုရား မျှော်လင့်ထားသည်ကို သိနားလည်လိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဓမ္မပဒ, သိင်္ဂါလောဝါဒသုတ်, ဗျဂ္ဃပဇ္ဇသုတ်, မင်္ဂလသုတ်, ကရဏီယသုတ်, ပရာဘဝသုတ်, ဝသလသုတ်, ဓမ္မိကသုတ် စသည်တို့ကို သေသေချာချာ ဖတ်ရှုကြရမည်။

As a moral teaching it excels all other ethical systems, but morality is only the beginning and not the end of Buddhism.

In one sense Buddhism is not a philosophy; in another sense it is the philosophy of philosophies.

http://www.dhammadownload.com

In one sense Buddhism is not a religion; in another sense it is the religion of religions.

ကိုယ်ကျင့်တရား သင်ပြခြင်းအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အခြားသော လူ့ကျင့်ဝတ်စနစ်များအားလုံးထက် သာလွန်၏။ သို့သော် ကိုယ်ကျင့်သီလသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အစသာဖြစ်ပြီး အဆုံးမဟုတ်ချေ။

ရှုထောင့်တစ်ခုမှကြည့်လျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဒဿနိကဗေဒ မဟုတ်ပါ၊ အခြားရှုထောင့် တစ်ခုမှကြည့်လျှင်မူ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဒဿနပညာရပ်များအားလုံး၏ ဒဿနပညာအစစ် ဖြစ်ပါသည်။

အလားတူပင် ရှုထောင့်တစ်ခုမှ ကြည့်လျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် **'religion'** ဟု ခေါ်သော ကိုးကွယ်မှုဘာသာတစ်ခု မဟုတ်ပါ၊ အခြားရှုထောင့်တစ်ခုမှ ကြည့်လျှင်မူ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဘာသာတရားများအားလုံး၏ ဘာသာတရားအစစ် ဖြစ်ပါသည်။

Buddhism is neither a metaphysical path nor a ritualistic path.

It is neither sceptical nor dogmatic.

It is neither self-mortification nor self-indulgence.

It is neither pessimism nor optimism.

It is neither eternalism nor nihilism.

It is neither absolutely this-worldly nor other-worldly.

It is a unique Path of Enlightenment.

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် စိတ်ကူးယဉ်ကာ တွေးခေါ်ကြံဆပြီး တီထွင်ထားသည့်လမ်းစဉ်လည်း မဟုတ်ပါ၊ ပူဇော်ပွဲအခမ်းအနားများနှင့် ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ရသော လမ်းစဉ်လည်း မဟုတ်ပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကုသိုလ်တရားများကို ယုံမှားသံသယ မရှိပါ၊ တစ်ယူသန်ဝါဒကို စွဲယူထားခြင်းလည်း မရှိပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် မိမိကိုယ်ကို အကျိုးကင်းမဲ့စွာ နှိပ်စက် ညှဉ်းပန်းခြင်းလည်း မပြုပါ၊ မိမိ၏ ရမ္မက်ကျေနပ်မှုအတွက် ကာမဂုဏ် လိုက်စားခြင်းကိုလည်း အားမပေးပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အဆိုးမြင်ဝါဒလည်း မဟုတ်၊ အကောင်းမြင်ဝါဒလည်း မဟုတ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ထာဝရ တည်မြဲသော ဝိညာဉ်ရှိသည်ဟု ယုံကြည်သော သဿတဒိဋ္ဌိလည်း မဟုတ်၊ သေလျှင် အားလုံးပြတ်စဲသည်ဟု ယူဆသော ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိလည်း မဟုတ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဤလောကီချမ်းသာလည်း လုံးဝမဟုတ်၊ ထိုလောကီချမ်းသာလည်း လုံးဝမဟုတ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အရိယသစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်းမြင်သိ၍ မဂ်ဉာဏ်ကို ရရှိစေသော အတုမရှိသည့်လမ်းစဉ်သာ ဖြစ်သည်။

The original Pāli term for Buddhism is Dhamma, which, literally, means that which upholds. There is no English equivalent that exactly conveys the meaning of the Pāli term.

The Dhamma is that which really is. It is the Doctrine of Reality. It is a means of Deliverance

http://www.dhammadownload.com

from suffering, and Deliverance itself. Whether the Buddhas arise or not, the Dhamma exists. It lies hidden from the ignorant eyes of men, till a Buddha, an Enlightened One, realizes and compassionately reveals it to the world.

ဗုဒ္ဓဘာသာအတွက် မူရင်းပါဠိစကားလုံးမှာ 'ဓမ္မ'ဖြစ်၏။ ဓမ္မ၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်မှာ 'အပါယ်မကျအောင် ကယ်မ,ပေးသောတရား' ဖြစ်၏။ 'ဓမ္မ'ဟူသော ပါဠိစကားလုံး၏ အဓိပ္ပာယ်ကို တိတိကျကျ ဖော်ပြနိုင်သော အင်္ဂလိပ်စကားလုံး မရှိပါ။

ဓမ္မသည် အမှန်တကယ်ရှိသောတရားဖြစ်၏။ ဓမ္မသည် အစစ်အမှန်ရှိသောတရား (ပရမတ္ထတရား) တို့၏ အကြောင်းကို ဟောကြားထားသော တရားတော်ဖြစ်၏။ ဓမ္မသည် ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်စေသော နည်းလမ်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပြီးလျှင် ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ခြင်း (နိဗ္ဗာန်) သည်လည်း ဓမ္မပင် ဖြစ်၏။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားတို့ ပွင့်ပေါ်သည်ဖြစ်စေ မပွင့်ပေါ်သည်ဖြစ်စေ ဓမ္မသည် အမြဲတည်ရှိနေမည်သာ ဖြစ်၏။ ဓမ္မသည် လူသားတို့၏ အဝိဇ္ဇာမျက်လုံးများနှင့် ကြည့်၍ မမြင်နိုင်အောင် ငုပ်လျှိုးကွယ်ဝှက်လျက် တည်ရှိ၏။ တရားအလုံးစုံကို မိမိအစွမ်းဖြင့် ထိုးထွင်းသိမြင်တော်မူသော သဗ္ဗညုတဘုရားရှင် တစ်ဆူဆူ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာသောအခါ၌သာ မဟာကရုဏာတော်ဖြင့် ကမ္ဘာလောကသို့ ဓမ္မကို ဖွင့်လှစ်ဟောပြပေးတော်မူသည်။

This Dhamma is not something apart from oneself, but is closely associated with oneself. As such the Buddha exhorts:

http://www.dhammadownload.com

"Abide with oneself as an island, with oneself as a Refuge, Abide with the Dhamma as an island, with the Dhamma as a Refuge. Seek no external refuge." (Parinibbāna Sutta)

ဓမ္မသည် လူတစ်ယောက်နှင့်ကွဲပြား၍ သီးခြားတည်ရှိသည် မဟုတ်၊ လူတစ်ယောက်စီနှင့် နီးနီးကပ်ကပ် ဆက်စပ်ပေါင်းစည်း၍ တည်ရှိပေ၏။ သို့ဖြစ်၍ မြတ်စွာဘုရား ဤသို့တိုက်တွန်းတော်မူ၏ –

"မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏လဲလျောင်းရာ ကျွန်းကြီးသဖွယ်ဖြစ်ပါစေလော့၊ မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်ရာဖြစ်ပါစေလော့။ ဓမ္မသည်သာလျှင် မိမိ၏လဲလျောင်းရာ ကျွန်းကြီးသဖွယ် ဖြစ်ပါစေလော့၊ ဓမ္မသည်သာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်ရာဖြစ်ပါစေလော့။ ပြင်ပကိုးကွယ်ရာကို မရှာဖွေပါလင့်။ (ပရိနိဗ္ဗာနသုတ်)

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 5
အခန်း (၅)
SOME SALIENT FEATURES OF BUDDHISM
ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဓိကထူးခြားချက်များ

The foundations of Buddhism are the **four Noble Truths**— namely, Suffering (the *raison d' etre* of Buddhism), its cause, i.e. Craving, its end, i.e. Nibbāna (the Summum Bonum of Buddhism), and the Middle Way.

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အုတ်မြစ်များသည် **အရိယာသစ္စာလေးပါး** ဖြစ်၏။ ၎င်းတို့မှာ ဆင်းရဲခြင်းအမှန်တရား (ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ရည်ရွယ်ချက်)၊ ဆင်းရဲခြင်းကို ဖြစ်စေသော အကြောင်းရင်းအမှန်တရား (လိုချင်တပ်မက်မှု–တဏှာ)၊ ဆင်းရဲမှုချုပ်ငြိမ်းခြင်းအမှန်တရား (ဝါ) နိဗ္ဗာန် (ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ပန်းတိုင်) နှင့် နိဗ္ဗာန်သို့ ပို့ဆောင်ပေးနိုင်သော

http://www.dhammadownload.com

လမ်းကြောင်းအမှန်တရား – အလယ်လမ်းစဉ် (မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကျင့်စဉ်) တို့ ဖြစ်ကြ၏။

What is the Noble Truth of Suffering?

"Birth is suffering, old age is suffering, disease is suffering, death is suffering, to be united with the unpleasant is suffering, to be separated from the pleasant is suffering, not to receive what one craves for is suffering, in brief the five Aggregates of Attachment are suffering.

ဆင်းရဲခြင်းအမှန်တရား (ဝါ) **ဒုက္ခသစ္စာ** ဟူသည် အဘယ်နည်း။

"ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ အိုမင်းရင့်ရော်ရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ ဖျားနာခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ သေဆုံးရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ မချစ်မနှစ်သက်ဖွယ်သော အရာတို့နှင့် ဆက်ဆံပေါင်းသင်းရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ ချစ်ခင်နှစ်သက်ဖွယ်သောအရာတို့နှင့် ကွေကွင်းကွဲကွာရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ အလိုရှိသောအရာကို မရရှိခြင်းသည်လည်း ဆင်းရဲ၏၊ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် တဏှာ, ဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် စွဲလမ်းအပ်သော ခန္ဓာငါးပါးသည် ဆင်းရဲ၏။

What is the Noble Truth of the Cause of Suffering?

"It is the craving which leads from rebirth to rebirth accompanied by lust or passion, which delights now here, now there; it is the craving for

http://www.dhammadownload.com

sensual pleasures *(Kãmataṇhã)*, for existence *(Bhavataṇhã)* and for annihilation *(Vibhavataṇhã)*.

ဆင်းရဲခြင်းကို ဖြစ်စေသော အကြောင်းရင်းအမှန်တရား (ဝါ) **သမုဒယသစ္စာ** ဟူသည် အဘယ်နည်း။

"ဆင်းရဲခြင်းကိုဖြစ်စေသော အကြောင်းရင်းသည် လိုချင်တပ်မက်မှုသဘောရှိသော တဏှာပင်တည်း။ တဏှာသည် တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ ဘဝကိုအကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်စေ၏၊ တပ်မက်မောခြင်း, ပြင်းပြသော ခံစားခြင်းတို့နှင့်တကွ ဖြစ်စေ၏၊ ဖြစ်လေရာဘဝ၌ နှစ်သက်သာယာစေ၏။ ထိုတဏှာသည် ကာမဂုဏ်သာယာမှုများကို လိုချင်မက်မောသော *ကာမတဏှာ*၊ သဿတဒိဋ္ဌိနှင့်တကွ ဘဝတည်ရှိခြင်းကို လိုချင်တပ်မက်သော *ဘဝတဏှာ*၊ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိနှင့်တကွ ဘဝချုပ်ငြိမ်းခြင်းကို လိုချင်တပ်မက်သော *ဝိဘဝတဏှာ* တို့ ဖြစ်ကြ၏။

What is the Noble Truth of the Annihilation of Suffering?

"It is the remainderless, total annihilation of this very craving, the forsaking of it, the breaking loose, fleeing, deliverance from it.

ဆင်းရဲမှုချုပ်ငြိမ်းခြင်း အမှန်တရား (ဝါ) **နိရောဓသစ္စာ** ဟူသည် အဘယ်နည်း။

"၎င်းသည် လိုချင်တပ်မက်မှုဟူသော တဏှာ၏ အကြွင်းအကျန်မရှိ လုံးဝဥဿုံချုပ်ငြိမ်းခြင်းဖြစ်၏၊ တဏှာကို လုံးဝစွန့်လွှတ်ပစ်ခွာခြင်း ဖြစ်၏၊ တဏှာ၏ ကျော့ကွင်းမှ ချိုးဖောက်ထွက်ပြေးခြင်း, လုံးဝလွတ်မြောက်ခြင်း ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

What is the Noble Truth of the Path leading to the Annihilation of Suffering?

"It is the Noble Eightfold Path which consists of right understanding, right thoughts, right speech, right action, right livelihood, right endeavour, right mindfulness, and right concentration."

ဆင်းရဲမှုချုပ်ငြိမ်းခြင်းသို့ ပို့ဆောင်တတ်သော လမ်းကြောင်း အမှန်တရား (၀၁) **မဂ္ဂသစ္စာ** ဟူသည် အဘယ်နည်း။

"၎င်းသည် မွန်မြတ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကျင့်စဉ်တရားပင်တည်း။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှာ မှန်ကန်စွာသိမြင်ခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ ကြံစည်ခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ ပြုလုပ်ခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ အသက်မွေးခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ အောက်မေ့အမှတ်ရခြင်းနှင့် မှန်ကန်စွာတည်ကြည်ခြင်းတို့ ဖြစ်ကြ၏။"

Whether the Buddhas arise or not these four Truths exist in the universe, The Buddhas only reveal these Truths which lay hidden in the dark abyss of time.

Scientifically interpreted, the Dhamma may be called the law of cause and effect. These two embrace the entire body of the Buddha's Teachings.

မြတ်စွာဘုရားတို့ ပွင့်ထွန်းလာသည်ဖြစ်စေ၊ မပွင့်ထွန်းလာလျှင် လည်းဖြစ်စေ၊ ဤသစ္စာလေးပါးတို့သည် စကြဝဠာတွင် တည်ရှိနေ

http://www.dhammadownload.com

ကြမည်သာတည်း။ မြတ်စွာဘုရားတို့သည် အချိန်ကာလ၏ လွန်စွာနက်ရှိုင်းသော ချောက်ထဲ၌ ငုပ်လျှိုးကွယ်ပျောက်နေသော ဤသစ္စာတို့ကို ထုတ်ဖော်ဟောပြကြခြင်းသာ ဖြစ်၏။

သိပ္ပံနည်းကျ အဓိပ္ပာယ်ဖော်ရလျှင် ဓမ္မကို အကြောင်းနှင့်အကျိုးဆက်သွယ်မှုနိယာမဟု ခေါ်ဆိုနိုင်၏။ အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားနှစ်ရပ်တွင် မြတ်စွာဘုရား၏ တရားအလုံးစုံအကျုံးဝင်ပါသည်။

The first three represent the philosophy of Buddhism; the fourth represents the ethics of Buddhism, based on that philosophy. All these four truths are dependent on this body itself. The Buddha states:- *"In this very one-fathom long body, along with perceptions and thoughts, do I proclaim the world, the origin of the world, the end of the world and the path leading to the end of the world."* Here the term world is applied to suffering.

ပထမအရိယသစ္စာသုံးပါးသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ဒဿနိကဗေဒကို ကိုယ်စားပြု၏၊ စတုတ္ထအရိယသစ္စာသည် ထိုဒဿနိကဗေဒအပေါ် အခြေခံထားသော ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ကိုယ်ကျင့်တရားပညာ ဖြစ်၏။ ဤသစ္စာလေးပါးလုံးသည်ပင် ဤခန္ဓာကိုယ်ပေါ်၌ တည်မှီနေကြ၏။ သို့အတွက် မြတ်စွာဘုရားက ဤသို့မိန့်ဆိုတော်မူ၏–

"အာရုံမှတ်သားခြင်းများ, စိတ်ကူးကြံစည်ခြင်းများနှင့်တကွ ဖြစ်သောဤတစ်လံမျှ ရှည်လျားသည့် ခန္ဓာကိုယ်၌ လောကကိုလည်း

http://www.dhammadownload.com

ကောင်း၊ လောက၏ မူလအကြောင်းတရားကိုလည်းကောင်း၊ လောက၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ လောက၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသို့ ပို့ဆောင်တတ်သော လမ်းကြောင်းကိုလည်းကောင်း ငါဘုရား ကြေညာတော်မူ၏။" ဤမိန့်ဆိုချက်၌ လောကသည် ဆင်းရဲဒုက္ခကို ရည်ညွှန်း၏။

Buddhism rests on the pivot of sorrow. But it does not thereby follow that Buddhism is pessimistic. It is neither totally pessimistic nor totally optimistic, but, on the contrary, it teaches a truth that lies midway between them.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဆင်းရဲဒုက္ခဟူသော မဏ္ဍိုင်ပေါ်၌ တည်မှီနေ၏။ သို့စေကာမူ ယင်းအကြောင်းကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အဆိုးမြင်ဝါဒဖြစ်သည်ဟူ၍ကား မဆိုထိုက်ချေ။ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် လုံးဝအဆိုးမြင်ဝါဒဖြစ်သည်လည်း မဟုတ်၊ လုံးဝအကောင်းမြင်ဝါဒ ဖြစ်သည်လည်း မဟုတ်။ ဤအဆိုနှစ်ရပ်နှင့် ဆန့်ကျင်လျက် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဤဝါဒနှစ်ရပ်၏ကြား၌ တည်ရှိသည့်အမှန်တရားကိုသင်ကြားပေး၏။

One would be justified in calling the Buddha a pessimist if He had only enunciated the Truth of suffering without suggesting a means to put an end to it. The Buddha perceived the universality of sorrow and did prescribe a panacea for this universal

http://www.dhammadownload.com

sickness of humanity. The highest conceivable happiness, according to the Buddha, is Nibbāna, which is the total extinction of suffering.

အကယ်၍ မြတ်စွာဘုရားသည် ဆင်းရဲခြင်း အမှန်သဘော– ဒုက္ခသစ္စာကိုသာ ဟောကြား၍ ဆင်းရဲဒုက္ခကို အဆုံးသတ်ရန် နည်းလမ်းကို မညွှန်ပြပေးခဲ့လျှင် သူ့ကို အဆိုးမြင်ဝါဒီဟု သတ်မှတ်ရန် လျော်ကန်ပါလိမ့်မည်။ မြတ်ဗုဒ္ဓသည် အနန္တစကြဝဠာအတိုင်းအတာဖြင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ၏ အမှန်သဘောကို သိမြင်တော်မူပြီးလျှင် လူအားလုံးတို့နှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဤရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေသော ဆေးဝါးကိုလည်း ပြဋ္ဌာန်းပေးတော်မူခဲ့၏။ ဆင်းရဲဒုက္ခ အလုံးစုံ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းဟူသည့် နိဗ္ဗာန်သည်သာလျှင် အမြင့်မားဆုံး ဖြစ်နိုင်သော ချမ်းသာ ပျော်ရွှင်မှုဖြစ်ကြောင်း မြတ်စွာဘုရား မိန့်ဆိုတော်မူသည်။

The author of the article on Pessimism in the Encyclopaedia Britannica writes: "Pessimism denotes an attitude of hopelessness towards life, a vague general opinion that pain and evil predominate in human affairs. The original doctrine of the Buddha is in fact as optimistic as any optimism of the West. To call it pessimism is merely to apply to it a characteristically Western principle to which happiness is impossible without personality. The true Buddhist looks forward with enthusiasm to absorption into eternal bliss."

http://www.dhammadownload.com

ဗြိတိသျှစွယ်စုံကျမ်း၌ အဆိုးမြင်ဝါဒအကြောင်း ရေးသူက ဤသို့ရေးသားထား၏ – "အဆိုးမြင်ဝါဒသည် ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ မျှော်လင့်ချက်ကင်းသော သဘောထားကို ဖော်ပြ၏၊ လူ့အရေးကိစ္စများ၌ ဆင်းရဲခြင်းနှင့် မကောင်းမှုဒုစရိုက်များက လွှမ်းမိုးနေသည် ဟူသော မှုန်ဝါးသည့်ယေဘုယျယူဆချက်ကိုလည်း ဖော်ပြ၏။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ မူရင်းတရားတော်သည် အနောက်တိုင်း အကောင်းမြင်ဝါဒအားလုံး၏ အကောင်းဘက်ကို ရှုမြင်သလို အမှန်တကယ် ရှုမြင်ပါ၏။ ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်ကို အဆိုးမြင်ဝါဒဟုခေါ်ဆိုခြင်းသည် ပုဂ္ဂိုလ်မရှိဘဲ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုကို မရရှိနိုင်ဟုဆိုသော အနောက်တိုင်း အမူအကျင့်သဘောတရားဖြင့် ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို ဝေဖန်ခြင်းမျှသာဖြစ်၏။ စစ်မှန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကမူ ထာဝရသန္တိသုခချမ်းသာကို ခံစားရန် စိတ်အားထက်သန်စွာ မျှော်လင့်နေပေ၏။"

Ordinarily the enjoyment of sensual pleasures is the highest and only happiness of the average man. There is no doubt a kind of momentary happiness in the anticipation, gratification and retrospection of such fleeting material pleasures, but they are illusive and temporary. According to the Buddha non-attachment is a greater bliss.

သာမန်အားဖြင့် ကာမဂုဏ်ပျော်ရွှင်မှုများကို ခံစားခြင်းသည် ပျမ်းမျှလူသားတစ်ဦး၏ အမြင့်ဆုံးနှင့် တစ်ခုတည်းသော ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုဖြစ်၏။ ထိုသို့သော လျင်မြန်စွာလွင့်ပျောက်တတ်သည့် ရုပ်ဝတ္ထုဆိုင်ရာ ပျော်ရွှင်မှုများကို ခံစားရန် မျှော်လင့်ခြင်း, ကျေနပ်

http://www.dhammadownload.com

စွာ ခံစားခြင်းနှင့် ခံစားပြီးသည်ကို ပြန်လည်အောက်မေ့ခြင်း၌ ခဏ ကလေးမျှ ပျော်ရွှင်ရသည်ကို ယုံမှားစရာမရှိပါ။ သို့သော် ဤခံစားမှုတို့သည် ခေတ္တမျှသာတည်၍ ရောင်ပြေးသွားတတ်ကြ၏။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အလိုအရမူ မတပ်မက်မတွယ်တာခြင်းက ပို၍ကြီးကျယ်သော ချမ်းသာသုခ ဖြစ်၏။

The Buddha does not expect His followers to be constantly pondering on suffering and lead a miserable unhappy life. He exhorts them to be always happy and cheerful for zest *(Piti)* is one of the factors of Enlightenment.

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သူ၏တပည့်များက ဆင်းရဲဒုက္ခအကြောင်းကို အမြဲ တစေ့စေ့တွေးတော၍ စိတ်ဆင်းရဲစွာ မပျော်ရွှင်သောဘဝကို နေထိုင်သွားကြဖို့ မမျှော်လင့်ပါ။ သူသည် သူတို့အား အမြဲတစေ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ကြည်ကြည်လင်လင်နေထိုင်ရန် တိုက်တွန်းတော်မူ၏၊ အကြောင်းမှာ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ခြင်း(ပီတိ)သည် အရိယသစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်းမြင်သိရန် လိုအပ်သောအင်္ဂါတစ်ပါးဖြစ်သောကြောင့်တည်း။

Real happiness is found within, and is not to be defined in terms of wealth, children, honours or fame. If such possessions are misdirected, forcibly or unjustly obtained, misappropriated or even viewed with attachment, they will be a source of pain and sorrow to the possessors.

http://www.dhammadownload.com

စစ်မှန်သော ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကို ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌သာ တွေ့ရှိနိုင်သည်။ ၎င်းကို ဓနဥစ္စာ, သားသမီးရတနာ, ဂုဏ်ထူးဘွဲ့ထူးများ သို့မဟုတ် ကျော်စောမှုဟူသော စကားလုံးများဖြင့် အဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ်၍မရပါ။ ဤပိုင်ဆိုင်မှုများကို မှားယွင်းစွာ ဦးတည်စေလျှင်၊ သို့မဟုတ် မတရားသောနည်းဖြင့် အတင်းအကျပ်ရယူထားလျှင်၊ သို့မဟုတ် သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ အသုံးမပြုတတ်လျှင်၊ သို့မဟုတ် တပ်မက်တွယ်တာမှုနှင့် ရှုမြင်လျှင်ပင် ၎င်းတို့သည် ပိုင်ဆိုင်သူအား ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့် ပူဆွေးသောကတို့ကို သက်ရောက်စေမည်ဖြစ်၏။

Instead of trying to rationalise suffering, Buddhism takes suffering for granted and seeks the cause to eradicate it. Suffering exists as long as there is craving. It can only be annihilated by treading the Noble Eightfold Path and attaining the supreme bliss of Nibbāna.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဆင်းရဲဒုက္ခကို ကျိုးကြောင်းဆင်ခြင်နေမည့်အစား အမှန်တကယ် ရှိသည်ဟု ယုံကြည်လက်ခံပြီးလျှင် ၎င်းကို ပယ်ဖျက်နိုင်မည့် အကြောင်းတရားကို ရှာဖွေ၏။ လိုချင်တပ်မက်မှု-လောဘ ရှိနေသမျှကာလပတ်လုံး ဆင်းရဲဒုက္ခတည်ရှိနေမည်ကို တွေ့ရှိရ၏။ မြင့်မြတ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးလမ်းမအတိုင်း လျှောက်လှမ်း၍ နိဗ္ဗာန်၏ အထွတ်အထိပ် အမြိုက်ချမ်းသာကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သောအခါ၌သာလျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခကို အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်နိုင်၏။

These four Truths can be verified by experience. Hence the Buddha Dhamma is not based on the

http://www.dhammadownload.com

fear of the unknown, but is founded on the bedrock of facts which can be tested by ourselves and verified by experience. Buddhism is, therefore, rational and intensely practical.

အရိယသစ္စာလေးပါးကို ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံဖြင့် မှန်ကန်ကြောင်း သက်သေပြနိုင်၏။ သို့ဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓတရားတော်သည် မသိနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးကို ကြောက်ရွံ့နေရသည့် ကြောက်ရွံ့မှုအပေါ်တွင် အခြေမခံဘဲ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် စမ်းသပ်နိုင်ပြီး ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံဖြင့် မှန်ကန်ကြောင်း သက်သေပြနိုင်သော အမှန်တရား အချက်အလက်များဟူသည့် ကျောက်ဆောင်ပေါ်တွင် အုတ်မြစ်ချထားခြင်း ဖြစ်သည်။ သို့အတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကျိုးကြောင်း ညီညွတ်၍ အလွန်တရာလက်တွေ့ကျပါသည်။

Such a rational and practical system cannot contain mysteries or esoteric doctrines. Blind faith, therefore, is foreign to Buddhism. Where there is no blind faith there cannot be any coercion or persecution or fanaticism.

ထိုသို့ ကျိုးကြောင်းညီညွတ်၍ လက်တွေ့ကျသော ကိုးကွယ်မှုစနစ်တစ်ခု၌ နားမလည်နိုင်သော လျှို့ဝှက်ချက်များ သို့မဟုတ် အတွင်းနေ တပည့်အနည်းငယ်အတွက်သာ ရည်ရွယ်သည့်တရားများ မပါရှိနိုင်ပါ။ သို့ဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ မျက်ကန်းယုံကြည်မှုဟူ၍ မရှိပါ။ တစ်ဖန် မျက်ကန်းယုံကြည်မှုမရှိသော ဘာသာတရား၌ အတင်း

http://www.dhammadownload.com

အဓမ္မယုံကြည်စေခြင်း သို့မဟုတ် ရက်စက်စွာနှိပ်ကွပ်ခြင်း သို့မဟုတ် အယူမှားဖြင့် အရူးအမူးစိတ်တက်ကြွခြင်းတို့ မရှိနိုင်ပါ။

To the unique credit of Buddhism it must be said that throughout its peaceful march of 2500 years no drop of blood was shed in the name of the Buddha, no mighty monarch wielded his powerful sword to propagate the Dhamma, and no conversion was made either by force or by repulsive methods. Yet, the Buddha was the first and the greatest missionary that lived on earth.

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အတုမရှိသော ဂုဏ်တစ်ရပ်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော် ကြာအောင် ငြိမ်းချမ်းစွာချီတက်လာသည့် ကာလတစ်လျှောက်လုံး၌ ဗုဒ္ဓအမည်ဖြင့် သွေးတစ်စက်မျှ မြေခခဲ့ရခြင်းမရှိ၊ ဘုန်းတန်ခိုးကြီးသော မည်သည့်ကေရာဇ်ဘုရင်တစ်ပါးကမျှ ဓားမိုး၍ ဓမ္မကို ဖြန့်ချီခဲ့ခြင်း မရှိ၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာနည်းများဖြင့် သို့မဟုတ် အတင်းအဓမ္မနည်းဖြင့် ဘာသာကူးပြောင်းစေခြင်းကိုလည်း ပြုလုပ်ခဲ့ခြင်းမရှိဟူသောအချက်ပေတည်း။ သို့စေကာမူ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် နေထိုင်ခဲ့ကြသောလူများအနက် ပထမဦးဆုံးနှင့် အကြီးကျယ်ဆုံးသော သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပေ၏။

Aldous Huxley writes:– "Alone of all the great world religions Buddhism made its way without persecution, censorship or inquisition."

http://www.dhammadownload.com

အယ်လ်ဒတ်(စ်)ဟတ်စလီ က ဤသို့ ရေးသား၏ – *"ကြီးကျယ်သော ကမ္ဘာ့ဘာသာတရားများအနက် ဗုဒ္ဓဘာသာတစ်ခုတည်းသာလျှင် ရက်စက်စွာနှိပ်ကွပ်ခြင်းမပြုဘဲ ရှုတ်ချဝေဖန်ခြင်းမပြုဘဲ သို့မဟုတ် စေ့စေ့စပ်စပ် မေးမြန်းစုံစမ်းခြင်းမပြုဘဲ သာသနာပြုသွားပေ၏။"*

Lord Russel remarks:– "Of the great religions of history, I prefer Buddhism, especially in its earliest forms; because it has had the smallest element of persecution."

အင်္ဂလိပ်တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **လော့ဒ်ရက်ဆယ်လ်** က ဤသို့ မှတ်ချက်ချ၏ – *"ကမ္ဘာ့သမိုင်းလာ ဘာသာတရားကြီးများအနက် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကျွန်ုပ်အနှစ်သက်ဆုံးပါပဲ၊ အထူးသဖြင့် ရှေးအကျဆုံး အသွင်သဏ္ဌာန်ရှိတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကျွန်ုပ် ပိုပြီးနှစ်သက်တယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အခြားဘာသာဝင်များကို ရက်စက်စွာနှိပ်ကွပ်မှု အနည်းဆုံးပါရှိလို့ ဖြစ်ပါတယ်။"*

In the name of Buddhism no alter was reddened with the blood of a Hypatia, no Bruno was burnt alive.

Buddhism appeals more to the intellect than to the emotion. It is concerned more with the character of the devotees than with their numerical strength.

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာအမည်ဖြင့် မည်သည့်ယဇ်ပလ္လင် ဘုရားစင်တွင်မျှ **ဟိုင်ပရှာ** ကဲ့သို့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ သွေးနှင့် စွန်းထင်းနီမြန်းသွားခြင်း မရှိပါ၊ **ဘရူနို** ကဲ့သို့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးကိုမျှ အရှင်လတ်လတ် မီးရှို့သတ် ခံရခြင်းမရှိပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ခံစားမှုထက် ဆင်ခြင်ဉာဏ်ကို ပို၍နှိုးဆော် ပြီး နှစ်သက်စေ၏၊ ကိုးကွယ်သူတို့၏ အရေအတွက်ထက် သူတို့၏ ကိုယ်ကျင့်တရားကို ပို၍ဂရုစိုက်၏။

On one occasion **Upãli,** a follower of **Nigantha Nataputta,** approached the Buddha and was so pleased with the Buddha's exposition of the Dhamma that he instantly expressed his desire to become a follower of the Buddha. But the Buddha cautioned him, saying:-

"Of a verity, O householder, make a thorough investigation. It is well for a distinguished man like you to make (first) a thorough investigation."

အခါတစ်ပါး၌ **နိဂဏ္ဌနာတပုတ္တ** ၏ တပည့်ဖြစ်သူ **ဥပါလိ** သည် မြတ်စွာဘုရားထံ ချဉ်းကပ်၍ တရားဆွေးနွေးရာ မြတ်စွာဘုရား၏ ရှင်းလင်းဟောပြောချက်ကို အလွန်နှစ်သက်ကျေနပ်ရကား ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တပည့်အဖြစ် ခံယူလိုကြောင်း သူ၏ ဆန္ဒကို ချက်ချင်းပြောကြား၏။ သို့သော် မြတ်ဗုဒ္ဓက သူ့အား ဤသို့မိန့်ဆို၍ သတိပေး၏ -

"အို... အိမ်ထောင်ရှင် ဒါယကာ၊ အမှန်တရားကို နှိုက်နှိုက်

http://www.dhammadownload.com

ချွတ်ချွတ် စုံစမ်းလေ့လာပါဦး၊ သင်ကဲ့သို့ ထင်ရှားထူးခြားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဟာ ပထမ စေ့စေ့စပ်စပ် စုံစမ်းလေ့လာတာ ကောင်းပါတယ်"

Upāli, who was overjoyed at this unexpected remark of the Buddha, said, "Lord, had I been a follower of another religion, its adherents would have taken me round the streets in a procession proclaiming that such and such a millionaire had renounced his former faith and embraced theirs. But, Lord, Your Reverence advises me to investigate further. The more pleased am I with this remark of yours. For the second time, Lord, I seek refuge in the Buddha, the Dhamma and the Sangha."

ဉပါလိသည် သူမမျှော်လင့်ထားသောစကားကို မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကြားလိုက်ရသောအခါ လွန်စွာဝမ်းမြောက်သွားပြီးလျှင် ဤသို့လျှောက်ထား၏ – "အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်သာ အခြားဘာသာတစ်ခုရဲ့ တပည့်တစ်ဦးအဖြစ် ခံယူခဲ့လျှင် အဲဒီ ဘာသာဝင်များက တပည့်တော်ကို ချီပင့်ပြီး လမ်းများပေါ်မှာ စီတန်းလှည့်လည်ကြပါလိမ့်မယ်၊ ပြီးတော့ ဤသို့အမည်ရှိတဲ့ ကုဋေကြွယ်သူဌေးတစ်ဦးဟာ သူ့ရဲ့ မူလဘာသာကို စွန့်ပြီး သူတို့ရဲ့ ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းလာတယ်လို့ ကြွေးကြော်ကြပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ အရှင်ဘုရားက တပည့်တော်ကို အလျင်စလိုမပြုဘဲ ထပ်မံစုံစမ်းလေ့လာဖို့ ဩဝါဒပေးတော်မူတယ်။ ဤတိုက်တွန်းမှုကြောင့် တပည့်တော်ဟာ ပို၍ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ရပါတယ်ဘုရား။ ဒါကြောင့် ဒုတိယအကြိမ်မြောက်လည်း

http://www.dhammadownload.com

တပည့်တော်ဟာ မြတ်စွာဘုရားကို ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်ပါတယ်၊ တရားကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်တယ်၊ သံဃာကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ် ပါတယ် အရှင်ဘုရား"

Buddhism is saturated with this spirit of free enquiry and complete tolerance. It is the teaching of the open mind and the sympathetic heart, which, lighting and warming the whole universe with its twin rays of wisdom and compassion, sheds its genial glow on every being struggling in the ocean of birth and death.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဤသို့သော လွတ်လပ်စွာ ရှုစမ်းမေးမြန်းမှု, အပြည့်အဝသည်းခံမှုစိတ်ဓာတ်နှင့် ပြည့်လျှမ်းနေ၏။ ၎င်းသည် ပွင့်လင်းသော စိတ်နှင့် စာနာထောက်ထားတတ်သော နှလုံးတို့၏ သင်ပြမှု ဖြစ်သည်။ ဤသင်ပြမှုသည် ဉာဏ်ပညာနှင့် အကြင်နာတရား ဟူသော ရောင်ခြည်တန်းအစုံဖြင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးကို ထွန်းလင်းတောက်ပ, နွေးထွေးစေပါသည်၊ မွေးဖွားခြင်းနှင့် သေခြင်းဟူသော သမုဒ္ဒရာထဲ၌ ရုန်းကန်ကူးခတ်နေသော သတ္တဝါတိုင်းအပေါ်သို့ ၎င်း၏ကြင်နာသော ရောင်ခြည်ကို ဖြာကျစေလျက်ရှိသည်။

The Buddha was so tolerant that He did not even exercise His power to give commandments to His lay followers. Instead of using the imperative, He said:– "It behoves you to do this – It behoves you not to do this." He commands not but does exhort.

http://www.dhammadownload.com

This tolerance the Buddha extended to men, women and all living beings.

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ သည်းခံမှုစွမ်းအားသည် အလွန်ကြီးမားသဖြင့် သူ၏ လူဝတ်ကြောင်တပည့်များအား အမိန့်ပေးရာ၌ပင်လျှင် သူ၏ စွမ်းရည်တန်ခိုးကို အသုံးမပြုချေ။ အမိန့်ပေးစကားကို ပြောကြားမည့်အစား သူ ဤသို့မိန့်ဆို၏ – "သင် ဒါကို လုပ်သင့်တယ်– သင် ဒါကို မလုပ်သင့်ဘူး။" သူသည် အမိန့်မပေးပါ၊ သို့သော် စိတ်အား ထက်သန်စွာ တိုက်တွန်းတော်မူသည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် ဤသည်းခံမှုကို ယောကျ်ားများ, မိန်းမများ နှင့် သက်ရှိသတ္တဝါများအားလုံးသို့ ပြသတော်မူသည်။

It was the Buddha who first attempted to abolish slavery and vehemently protested against the degrading caste system which was firmly rooted in the soil of India. In the Word of the Buddha it is not by mere birth one becomes an outcast or a noble, but by one's actions. Caste or colour does not preclude one from becoming a Buddhist or from entering the Order.

ကျွန်စနစ်ကို ပယ်ဖျက်ရန် ပထမကြိုးပမ်းသူမှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဖြစ်သည်။ အိန္ဒိယမြေထဲ၌ စွဲမြဲစွာ အမြစ်တွယ်နေသော ဂုဏ်ညှိုးငယ်စေသည့် ဇာတ်စနစ်ကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကန့်ကွက်ခဲ့သူမှာလည်း ဗုဒ္ဓမြတ်စွာပင် ဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ မိန့်ခွန်းတော်အရ လူ

http://www.dhammadownload.com

တစ်ယောက်သည် မွေးဖွားလာခြင်းမျှဖြင့် အပယ်ခံရသူ သို့မဟုတ် မြင့်မြတ်သူ ဖြစ်လာသည်မဟုတ်၊ သူ၏ပြုလုပ်ချက်များကြောင့်သာ ယုတ်ညံ့သူ သို့မဟုတ် မြင့်မြတ်သူဖြစ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ အမျိုးဇာတ် နှင့် အသားအရောင်တို့သည် လူတစ်ယောက်အား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ဦးဖြစ်လာရန် သို့မဟုတ် ရဟန်းဘောင်သို့ဝင်ရောက်ရန် အဟန့်အတား မဖြစ်စေပါ။

Fishermen, scavengers, courtesans, together with warriors and Brahmins, were freely admitted to the Order and enjoyed equal privileges and were also given positions of rank.

Upãli, the barber, for instance, was made in preference to all others the chief in matters pertaining to Vinaya discipline. The timid **Sunita**, the scavenger, who attained Arahatship was admitted by the Buddha Himself into the Order.

တံငါသည်များ, အမှိုက်ပုံစသည်မှ မွေနှောက်ရှာစားရသူများ, ပြည့်တန်ဆာများသည် ရဲမက်စစ်သည်များ, ဗြာဟ္မဏပုဏ္ဏားများနှင့် အတူတကွ သံဃအဖွဲ့အစည်းသို့ လွတ်လပ်စွာ ဝင်ရောက်ခွင့်ရကြပြီးလျှင် အခွင့်အရေးတူခံစားကြရသည်၊ ရာထူးအဆင့်အသီးသီး၌လည်း ခန့်ထားခြင်း ခံကြရသည်။

သာဓကအားဖြင့် ဆတ္တာသည် (ဆံသသမား) ဖြစ်ခဲ့ဖူးသူ **အရှင်ဥပါလိ** သည် အခြားပုဂ္ဂိုလ်များကို ကျော်လွန်၍ ဝိနည်းစည်းကမ်း

http://www.dhammadownload.com

များနှင့် ပတ်သက်သည့် အရေးကိစ္စများတွင် အကြီးအကဲဖြစ်တော်မူ၏။ အမှိုက်ပုံစသည်မှ မွေနှောက်ရှာစားခဲ့ရသူ ရက်ကြောက်တတ်သော **သုနီတ** သည် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၍ ရဟန္တာဖြစ်လာသည့်အခါ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တိုင်ပင်လျှင် သူ့အား သံဃအဖွဲ့အစည်းထဲသို့ ဝင်ရောက်ခွင့်ပြုတော်မူခဲ့၏။

Angulimãla, the robber and criminal, was converted to a compassionate saint. The fierce **Ãlãvaka** sought refuge in the Buddha and became a saint. The courtesan **Ambapãli** entered the Order and attained Arahatship. Such instances could easily be multiplied from the Tipitaka to show that the portals of Buddhism were wide open to all, irrespective of caste, colour or rank.

ဓားပြနှင့် ရာဇဝတ်သားဖြစ်ခဲ့သူ **အင်္ဂုလိမာလ** သည် သနားကြင်နာတတ်သည့် ရဟန္တာအရှင်မြတ်အဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းသွားနိုင်ခဲ့သည်။ ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသော **အာဠာဝကဘီလူး** သည် မြတ်စွာဘုရားအား ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ပြီး အရိယာတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။ ပြည့်တန်ဆာမ ဖြစ်ခဲ့သူ **အမ္ဗပါလီ** သည် ဘိက္ခုနီသာသနာသို့ ဝင်ရောက်ပြီးသော် ရဟန္တာအဖြစ်ကို ရရှိသွားသည်။

ဤသို့သော သာဓကများကို ပိဋကတ်သုံးပုံ၌ အမြောက်အမြားရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်သည်၊ ဤအကြောင်းတို့ကား ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ တံခါးမများသည် အမျိုးဇာတ်၊ အသားအရောင် သို့မဟုတ် ရာထူးအဆင့်

http://www.dhammadownload.com

အတန်းမခွဲခြားဘဲ လူအားလုံးတို့အတွက် ဟင်းလင်းဖွင့်ပေးထားကြောင်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပေသတည်း။

It was also the Buddha who raised the status of downtrodden women and not only brought them to a realization of their importance to society but also founded the first celibate religious order for women with rules and regulations.

နှင်းပြားဘဝ ရောက်နေကြသော အမျိုးသမီးများ၏ အဆင့်အတန်းကို မြှင့်တင်ပေးခဲ့သူမှာလည်း မြတ်ဗုဒ္ဓပင်ဖြစ်သည်။ သူသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် အမျိုးသမီးတို့၏ အရေးကြီးပုံကို လူအပေါင်းတို့အား သိနားလည်လာစေပြီးလျှင် ဗြဟ္မစရိယအကျင့်ကို ကျင့်သုံးသည့် ပထမဘိက္ခုနီသံဃအဖွဲ့အစည်းကိုလည်း ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်များ, စည်းကမ်းများနှင့်တကွ ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ပေးတော်မူခဲ့သည်။

The Buddha did not humiliate women, but only regarded them as feeble by nature. He saw the innate good of both men and women and assigned to them their due places in His teaching. Sex is no barrier to attaining Sainthood.

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် အမျိုးသမီးများကို အရှက်ရအောင် မပြုလုပ်ပါ၊ သူတို့အား သဘာဝအားဖြင့် အားနွဲ့သူများဖြစ်သည်ဟူ၍သာ မှတ်ယူတော်မူ၏။ သူသည် ယောက်ျားများနှင့် မိန်းမများတို့၌ မွေးရာပါ ကောင်းသောအရည်အသွေးများကို မြင်သိတော်မူပြီးလျှင် သူ၏

http://www.dhammadownload.com

သာသနာတော်၌ သူတို့အား သင့်လျော်သောနေရာများ၌ တာဝန်ပေးအပ်တော်မူသည်။ လိင်သည် ရဟန္တာဖြစ်ရေးအတွက် အတားအဆီးမဖြစ်ပါ။

Sometimes the Pāli term used to denote women is "*Mātugāma*" which means mother-folk or society of mothers. As a mother, woman holds an honourable place in Buddhism. Even the wife is regarded as "the best friend" *(parāma sakhā)* of the husband.

တစ်ခါတစ်ရံတွင် အမျိုးသမီးကို ရည်ညွှန်းအသုံးပြုသော ပါဠိစကားလုံးမှာ '*မာတုဂါမ*' ဖြစ်၏၊ အဓိပ္ပာယ်မှာ မိခင်လူထု သို့မဟုတ် မိခင်များအဖွဲ့အစည်းဖြစ်၏။ မိခင်တစ်ဦးအနေဖြင့် အမျိုးသမီး တစ်ဦးသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ ဂုဏ်ရှိသော နေရာကို ရယူထား၏။ ဇနီးကိုလည်း ခင်ပွန်း၏ 'အကောင်းဆုံး မိတ်ဆွေ' *(ပရာမသခါ)* ဟု မှတ်ယူ၏။

Hasty critics are only making ex parte statements when they reproach Buddhism with being inimical to women. Although, at first the Buddha refused to admit women into the Order on reasonable grounds, yet later He yielded to the entreaties of His foster-mother, Pajāpati Gotami, and founded the *Bhikkhuni Order.*

http://www.dhammadownload.com

အလျှင်စလို ဝေဖန်သူများက ဗုဒ္ဓဘာသာသည် မိန်းမများကို ပစ်ပယ်ထားသည်ဟု အပြစ်တင်ကြသည့်အခါ အခြေအမြစ်မရှိသည့် ထုတ်ဖော်ပြောဆိုမှုကို ပြုလုပ်ခြင်းသာဖြစ်၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် ပထမတွင် ဆီလျော်သောအကြောင်းများကြောင့် အမျိုးသမီးများကို သံဃအဖွဲ့အစည်းသို့ ဝင်ခွင့်ပြုရန် ငြင်းဆိုခဲ့ပါသော်လည်း နောက်ကာလ၌ သူ၏မိထွေးတော် ပဇာပတိဂေါတမီ၏ အသနားခံ လျှောက်ထားချက်ကို လက်ခံပြီးလျှင် *ဘိက္ခုနီ သံဃအဖွဲ့အစည်း* ကို တည်ထောင်ပေးတော်မူခဲ့သည်။

Just as the Arahats **Sāriputta** and **Moggallāna** were made the two chief disciples in the Order of monks, even so He appointed Arahats **Khemā** and **Uppalavaṇṇa** as the two chief female disciples. Many other female disciples too were named by the Buddha Himself as His distinguished and pious followers.

မြတ်ဗုဒ္ဓသည် ဘိက္ခုသံဃအဖွဲ့အစည်းတွင် **အရှင်သာရိပုတ္တရာ** နှင့် **အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်** ရဟန္တာနှစ်ပါးတို့အား အဂ္ဂသာဝကများ အဖြစ် ခန့်ထားသလို ဘိက္ခုနီသံဃအဖွဲ့အစည်း၌လည်း **ခေမာထေရီ** နှင့် **ဥပ္ပလဝဏ်ထေရီ** ရဟန္တာနှစ်ပါးတို့အား အဂ္ဂသာဝိကာများအဖြစ် ခန့်ထားတော်မူသည်။ အခြားသော အမျိုးသမီးသာဝိကာများစွာတို့ ကိုလည်း သူ၏ထူးခြားသော ရတနာသုံးပါး ကြည်ညိုကိုင်းရှိုင်းသူ များအဖြစ် မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင်သတ်မှတ်တော်မူသည်။

http://www.dhammadownload.com

On one occasion the Buddha said to King Kosala who was displeased on hearing that a daughter was born to him:–

"A woman child, O Lord of men, may prove even a better offspring than a male."

အခါတစ်ပါး၌ သမီးကလေးတစ်ဦး ဖွားမြင်သည့်အတွက် မကျေမချမ်းဖြစ်နေသော ကောသလဘုရင်အား မြတ်စွာဘုရားသည် ဤသို့မိန့်ဆိုတော်မူ၏ –

"အို... လူတို့သခင် အရှင်မင်းကြီး၊ သမီးမိန်းကလေးသည် သားယောကျ်ားကလေးထက်ပင် ပို၍ကောင်းမွန်နိုင်ပါသည်။"

Many women, who otherwise would have fallen into oblivion, distinguished themselves in various ways, and gained their emancipation by following the Dhamma and entering the Order.

In this new Order, which later proved to be a great blessing to many women, queens, princesses, daughters of noble families, widows, bereaved mothers, destitute women, pitiable courtesans—all, despite their caste or rank, met on a common platform, enjoyed perfect consolation and peace, and breathed that free atmosphere which is denied to those cloistered in cottages and palatial mansions.

http://www.dhammadownload.com

အမျိုးသမီး များစွာတို့သည် ဓမ္မကို လိုက်နာပြီး သံဃအဖွဲ့ အစည်းသို့ ဝင်ရောက်လာကြသည့်အတွက် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ကျွတ်လွတ်ခွင့်ရကြသည့်အပြင် နည်းလမ်းအသွယ်သွယ်ဖြင့် သူတို့ ကိုယ်သူတို့ ထူးခြားပေါ်လွင်အောင် ကြိုးပမ်းနိုင်ခဲ့ကြသည်။ သို့ မဟုတ်လျှင် သူတို့ကို မည်သူမျှ သတိမမူမိဘဲ သူတို့ဘဝ လွန်မြောက် သွားမည်ဖြစ်သည်။

ဘိက္ခုနီအဖွဲ့အစည်းသည် နောက်ကာလတွင် အမျိုးသမီး များ စွာတို့အား လွန်စွာအကျိုးကျေးဇူးများစေပါသည်။ ဤသစ်လွင်သည့် အဖွဲ့အစည်း၌ မိဖုရားများ, မင်းသမီးများ, လူကုံထံမိသားစုများမှ သမီးများ, မုဆိုးမများ, သားသမီးဆုံးပါး၍ ပူဆွေးကြေကွဲကျန်ရစ်သူ မိခင်များ, ခိုကိုးရာမဲ့ အမျိုးသမီးများ, သနားစဖွယ် ပြည့်တန်ဆာများ– ဤပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးတို့သည် အမျိုးဇာတ် သို့မဟုတ် အဆင့်အတန်း မခွဲခြားဘဲ တူညီသောအခြေခံပေါ်တွင် ဆုံတွေ့ကြပြီးလျှင် နှစ်သိမ့်မှု နှင့် ငြိမ်းချမ်းမှုတို့ကို ပျော်ရွှင်စွာ ခံစားကြရသည်၊ အိမ်ငယ်ကလေး များနှင့် နန်းတော်တမျှ ခမ်းနားကြီးကျယ်သော အိမ်ကြီးများတွင် လူ များနှင့် ကင်းကွာလျက် နေထိုင်ကြရသော အမျိုးသမီးများ မခံစား နိုင်ကြသည့် လွတ်လပ်သောဝန်းကျင်ကို ချမ်းသာစွာ ခံစားကြရသည်။

It was also the Buddha who banned the sacrifice of poor beasts and admonished His followers to extend their loving kindness *(Mettā)* to all living beings–even to the tiniest creature that crawls at one's feet. No man has the power or the right to destroy the life of another as life is precious to all.

http://www.dhammadownload.com

သနားစဖွယ် တိရစ္ဆာန်များကို သတ်၍ ယဇ်ပူဇော်ခြင်းကို တားမြစ် ပိတ်ပင်ခဲ့သူမှာလည်း မြတ်ဗုဒ္ဓဝင်ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သူ၏ တပည့်များအား မိမိတို့၏ ခြေထောက်များပေါ်တွင် တွားသွားကြသော အသေးငယ်ဆုံးသတ္တဝါများမှအစ သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံးကို မေတ္တာထားရန် ဆုံးမတော်မူသည်။ သတ္တဝါအားလုံးသည် မိမိတို့၏ အသက်ကို ချစ်မြတ်နိုး၍ တန်ဖိုးထားကြသည့်အတွက် မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ အခြားသတ္တဝါတစ်ဦး၏ အသက်ကို ဖျက်ဆီးရန် တန်ခိုးအာဏာ သို့မဟုတ် အခွင့်အရေး မရှိချေ။

A genuine Buddhist would exercise this loving-kindness towards every living being and identify himself with all, making no distinction whatsoever with regard to caste, colour or sex.

စစ်မှန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် ဤမေတ္တာတရားကို သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံးသို့ ဖြန့်ဝေကျင့်သုံး၏၊ လူအားလုံးကိုလည်း အမျိုးဇာတ်, အသားအရောင် သို့မဟုတ် လိင် စသည်ကို မခွဲခြားဘဲ မိမိနှင့် ထပ်တူထား၍ ဆက်ဆံ၏။

It is this Buddhist Mettā that attempts to break all the barriers which separate one from another. There is no reason to keep aloof from others merely because they belong to another persuation or another nationality. In that noble Toleration Edict which is based on *Cūḷla-Vyūha* and *Mahā-Vyūha* Suttas, Asoka says: "Concourse alone is best, that

http://www.dhammadownload.com

is, all should harken willingly to the doctrine professed by others."

လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခွဲခြားထားသော အကာအရံတံတိုင်းများကို ချိုးဖောက်ရန်ကြိုးပမ်းသည့်အရာမှာလည်း ဤဗုဒ္ဓဘာသာမေတ္တာပင် ဖြစ်၏။ အခြားသူတို့သည် အခြားဘာသာဝင် သို့မဟုတ် အခြားနိုင်ငံသားများဖြစ်သည့်အတွက် သူတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်ဆိုလျှင် အကြောင်းယုတ္တိမခိုင်လုံပါ။ စူဠဗျူဟနှင့် မဟာဗျူဟ သုတ်များကို အခြေခံထားသည့် ထိုမြင့်မြတ်သော သည်းခံခြင်းအမိန့်ပြန်တမ်း၌ အသောကမင်းကြီးသည် ဤသို့မိန့်ဆို၏ – "အတူတကွ ယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်းသည်သာ အကောင်းဆုံးဖြစ်၏၊ သို့အတွက် လူအားလုံးတို့သည် သူတစ်ပါးတို့ လက်ခံယုံကြည်သောတရားတော်ကို လိုလိုလားလား နားထောင်ကြရမည်။"

Buddhism is not confined to any country or any particular nation. It is universal. It is not nationalism which, in other words, is another form of caste system founded on a wider basis. Buddhism, if it be permitted to say so, is supernationalism.

ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ သို့မဟုတ် သီးသန့်လူမျိုးတစ်မျိုး၏ နယ်ပယ်အတွင်း၌သာ ကန့်သတ်ထားသည်မဟုတ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် စကြဝဠာတစ်ခုလုံးနှင့် သက်ဆိုင်၏၊ ၎င်းသည် လူမျိုးရေးဝါဒလည်း မဟုတ်ပါ၊ လူမျိုးရေးဟူသည်မှာ တစ်နည်းဆိုရသော် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော အခြေခံပေါ်တွင် တည်ဆောက်ထားသည့် ဇာတ်စနစ်

http://www.dhammadownload.com

၏ အခြားအသွင်တစ်မျိုးဖြစ်၏။ ဆိုရေးရှိ၍ ဆိုရမည်ဆိုလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် တစ်ကမ္ဘာလုံးရှိ လူအားလုံးကို လူသားတစ်မျိုးတည်းပင် ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူသော အကြီးကျယ်ဆုံးသောလူမျိုးရေး ဖြစ်၏။

To a Buddhist there is no far or near, no enemy or foreigner, no renegade or untouchable, since universal love realised through understanding has established the brotherhood of all living beings. A real Buddhist is a citizen of the world. He regards the whole world as his motherland and all human beings as his brothers and sisters.

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအတွက် ဝေးသူ သို့မဟုတ် နီးသူ, ရန်သူ သို့မဟုတ် နိုင်ငံခြားသား, သစ္စာဖောက်သူ သို့မဟုတ် ဇာတ်အနိမ့်ဆုံး လူသား စသည်ဖြင့် မခွဲခြားပါ။ အကြောင်းကား နားလည်ခြင်းမှတစ်ဆင့် သိရှိရသော စကြဝဠာမေတ္တာသည် သတ္တဝါအားလုံးကိုညီအစ်ကိုများဖြစ်အောင် တည်ထောင်ပေးထားသောကြောင့် ဖြစ်၏။ စစ်မှန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် ကမ္ဘာကြီး၏နိုင်ငံသားတစ်ဦးဖြစ်၏။ သူသည် ကမ္ဘာတစ်ခုလုံးကို သူ၏မိခင်နိုင်ငံဟု မှတ်ယူပြီးလျှင် လူသားအားလုံးကိုလည်း သူ၏ ညီအစ်ကိုမောင်နှမများဟု မှတ်ယူ၏။

Buddhism is, therefore, unique, mainly owing to its tolerance, non-aggressiveness, rationality,

http://www.dhammadownload.com

practicability, efficacy and universality. It is the noblest of all unifying influences and the only lever that can uplift the world.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အဓိကအားဖြင့် ၎င်း၏ သည်းခံနိုင်မှု, ရန်မလိုမှု, ကျိုးကြောင်းညီညွတ်မှု, လက်တွေ့ကျမှု, အာနိသင် ထက်မြက်မှုနှင့် အနန္တ စကြဝဠာအတိုင်းအတာဖြင့် မှန်ကန်မှုတို့ကြောင့် အတုမရှိသော ဘာသာဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ညီညွတ်စည်းလုံးအောင် ပေါင်းစည်းပေးသည့် အရှိန်အဝါစွမ်းအားများအနက် အမွန်မြတ်ဆုံး စွမ်းအား ဖြစ်ပြီးလျှင် ကမ္ဘာလောကကို အဆင့်မြှင့်တင်ပေးနိုင်သည့် တစ်ခုတည်းသော မောင်းတံဖြစ်ပေ၏။

These are some of the salient features of Buddhism, and amongst some of the fundamental doctrines may be said — Kamma or the Law of Moral Causation, the Doctrine of Rebirth, Anatta and Nibbāna.

ဤသည်တို့ကား ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဓိကထူးခြားချက်များအနက် အချို့ဖြစ်၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အခြေခံတရားတော်အချို့ကို ဖော်ပြရလျှင် ကမ္မ သို့မဟုတ် ကိုယ်ကျင့်အကြောင်းတရား နိယာမ, ပြန်လည်ပဋိသန္ဓေနေခြင်းသဘောတရား, အနတ္တနှင့် နိဗ္ဗာန်သဘောတရားတို့ ဖြစ်ကြ၏။

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 6
အခန်း (၆)

KAMMA OR THE LAW OF MORAL CAUSATION
ကံ သို့မဟုတ် ကိုယ်ကျင့်အကြောင်းတရားနိယာမ

We are faced with a totally ill-balanced world. We perceive the inequalities and manifold destinies of men and the numerous grades of beings that exist in the universe. We see one born into a condition of affluence, endowed with fine mental, moral and physical qualities and another into a condition of abject poverty and wretchedness.

ကျွန်ုပ်တို့သည် လုံးဝဆိုးရွားစွာ ဟန်နေရသည့် ကမ္ဘာနှင့် ရင်ဆိုင်နေရ၏။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မညီမျှမှုများနှင့် လူ့ဘဝကံကြမ္မာ အမျိုးမျိုးကို မြင်တွေ့ကြရ၏၊ စကြဝဠာတွင် အဆင့်အတန်းအမျိုးမျိုး

http://www.dhammadownload.com

ရှိသည့် သတ္တဝါများ တည်ရှိနေခြင်းကိုလည်း မြင်သိကြရ၏။ တစ်ယောက်သော သူသည် ဥစ္စာဓနပေါများသော အခြေအနေ၌ မွေးဖွားလာပြီးလျှင် ကောင်းသောစိတ်ပိုင်းစွမ်းရည်များ, ကိုယ်ကျင့်တရားအရည်အသွေးကောင်းများ, ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရည်အသွေးကောင်းများနှင့် ပြည့်စုံသည်ကို မြင်တွေ့ရ၏၊ အခြားတစ်ယောက်မှာ ဆင်းရဲမွဲတေ၍ စုတ်ပဲ့နုံချာသည့် အခြေအနေ၌ မွေးဖွားလာသည်ကိုလည်း မြင်တွေ့ရ၏။

Here is a man virtuous and holy, but, contrary to his expectation, ill-luck is ever ready to greet him. The wicked world runs counter to his ambitions and desires. He is poor and miserable in spite of his honest dealings and piety. There is another vicious and foolish, but accounted to be fortune's darling. He is rewarded with all forms of favours, despite his shortcomings and evil modes of life.

ဤလူတစ်ယောက်ကား သီလရှိပြီး မြင့်မြတ်၏၊ သို့သော် သူ၏ မျှော်လင့်ချက်နှင့် ဆန့်ကျင်၍ ကံမကောင်းခြင်းနှင့် အမြဲတစေဆုံတွေ့နေရ၏။ ယုတ်ညံ့သော လောကသည် သူ၏ရည်မှန်းချက်များ, လိုချင်မှုများနှင့်ဆန့်ကျင်လျက် ပြေးလွှားသွားနေ၏။ သူသည် ရိုးသားစွာ ဆက်ဆံပြုမူပြီး ဘာသာတရား ကိုင်းရှိုင်းပါသော်လည်း ဆင်းရဲနွမ်းပါးပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေရ၏။ အခြားသော ထိုလူတစ်ယောက်ကား ဆိုးသွမ်းမိုက်မဲ၏၊ သို့သော် သူသည် ကောင်းသောကံကြမ္မာ၏ အချစ်တော် ဖြစ်နေပေ၏။ သူ၏ ချွတ်ယွင်းချက်များ,

http://www.dhammadownload.com

မကောင်းသော ဘဝနေနည်းများနှင့် ဆန့်ကျင်လျက် သူသည် မျက်နှာသာ ပေးခြင်း အသွင်သဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးနှင့် ဆုပေးချီးမြှင့်ခြင်းကို ခံယူနေရ၏။

Why, it may be questioned, should one be an inferior and another a superior? Why should one be wrested from the hands of a fond mother when he has scarcely seen a few summers, and another should perish in the flower of manhood, or at the ripe age of eighty or hundred? Why should one be sick and infirm, and another strong and healthy? Why should one be handsome, and another ugly and hideous, repulsive to all? Why should one be brought up in the lap of luxury, and another in absolute poverty, steeped in misery?

အဘယ့်ကြောင့် ဤသို့ဖြစ်ရသည်ကို မေးမြန်းသင့်ပါ၏- အဘယ့်ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် နိမ့်ကျ၍ အခြားလူတစ်ယောက်က သာလွန်နေရသနည်း၊ အဘယ့်ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် နွေရာသီကို အကြိမ်အနည်းငယ်မျှကိုသာ မြင်တွေ့ရသေးပါလျက် ကလေးငယ်ဘဝတွင်ပင် သူ၏ချစ်လှစွာသော မိခင်လက်ထဲမှ သူ့ကို မရဏမင်းက အတင်းအဓမ္မ လုယူသွားရသနည်း၊ အခြားလူတစ်ယောက်မှာ ဖူးပွင့်ပြီးသည့် လူကြီးအရွယ် သို့မဟုတ် အသက် ၈၀ သို့မဟုတ် ၁၀၀ တွင်မှ အဘယ့်ကြောင့် ကွယ်လွန်ရပါသနည်း၊ အဘယ့်ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် ဖျားနာချည့်နဲ့၍ အခြားလူ

http://www.dhammadownload.com

တစ်ယောက်မှာ ကျန်းမာသန်စွမ်းရသနည်း၊ အဘယ့်ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် ရုပ်ရည်ချောမော၍ အခြားလူတစ်ယောက်မှာ အကျည်းတန်၍ အလွန်အရုပ်ဆိုးကာ မြင်သူအားလုံး စက်ဆုပ်ကြရသနည်း။ အဘယ့်ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် စည်းစိမ်ဥစ္စာ၏ ရင်ခွင်တွင် ကြီးပြင်းလာရပြီးလျှင် အခြားလူတစ်ယောက်မှာ မွဲပြာကျအောင် ဆင်းရဲနွမ်းပါး၍ ဆင်းရဲဒုက္ခကြားတွင် ကြီးပြင်းလာရသနည်း။

Why should one be born a millionaire and another a pauper? Why should one be a mental prodigy, and another an idiot? Why should one be born with saintly characteristics, and another with criminal tendencies? Why should some be linguists, artists, mathematicians or musicians from the very cradle? Why should some be congenitally blind, deaf and deformed? Why should some be blessed and others cursed from their birth?

အဘယ့်ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် ကုဋေကြွယ်သူဌေးအဖြစ် မွေးဖွားလာပြီးလျှင် အခြားလူတစ်ယောက်မှာ အလွန်ဆင်းရဲမွဲတေသူအဖြစ် မွေးဖွားလာရသနည်း၊ အဘယ့်ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် သူတော်စင်လက္ခဏာများနှင့် မွေးဖွားလာပြီးလျှင် အခြားလူတစ်ယောက်မှာ ရာဇဝတ်မှုများ ကျူးလွန်ရန် စိတ်ကိုင်းညွတ်မှုများနှင့်တကွ မွေးဖွားလာရသနည်း၊ အဘယ့်ကြောင့် အချို့သောလူတို့မှာ ပုခက်တွင်းအောင်းနေရသည့်အချိန်မှစ၍ ဘာသာဗေဒပညာရှင်

http://www.dhammadownload.com

များ, အနုပညာရှင်များ, သင်္ချာပညာရှင်များ သို့မဟုတ် ဂီတပညာရှင်များ ဖြစ်လာကြသနည်း။ အဘယ့်ကြောင့် အချို့သောသူတို့မှာ ဝမ်းတွင်းပါ မျက်စိကန်းခြင်း, နားပင်းခြင်းနှင့် ကိုယ်လက်အင်္ဂါချွတ်ယွင်းခြင်းတို့ ဖြစ်လာကြရသနည်း၊ အဘယ့်ကြောင့်အချို့သောသူတို့သည် မွေးဖွားလာကတည်းက ကောင်းချီးပေးခံကြရ၍ အချို့မှာ ကျိန်ဆဲခံကြရသနည်း။

These are some problems that perplex the minds of all thinking men. How are we to account for all this unevenness of the world, this inequality of mankind?

It is due to the work of blind chance or accident?

ဤသည်တို့ကား စဉ်းစားဆင်ခြင်တတ်သော လူအားလုံးတို့၏ စိတ်များကို ရှုပ်ထွေးစေသည့် ပြဿနာအချို့ဖြစ်၏။ လောက၏ ဤမမျှတမှုနှင့် လူသားတို့၏ ဤမတူညီမှုတို့ကို ကျွန်ုပ်တို့ မည်ကဲ့သို့ ဖြေရှင်းကြမည်နည်း။

ယင်းတို့သည် မျက်စိမရှိသည့်ဖြစ်တတ်သောသဘောအလျောက် ဖြစ်လာကြသလော၊ သို့မဟုတ် မတော်တဆဖြစ်လာကြသလော။

There is nothing in this world that happens by blind chance or accident. To say that anything happens by chance is no more true than that this book has come here of itself. Strictly speaking, nothing happens to man that he does not deserve for some reason or other.

http://www.dhammadownload.com

ဤလောက၌ ကျိုးကြောင်းဆက်စပ်မှုမရှိဘဲ ကံအားလျော်စွာ သို့မဟုတ် မတော်တဆ ဖြစ်လာသောအရာဟူသည် ဘာမျှမရှိပါ။ တစ်စုံတစ်ခုသည် ကံအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာ၏ဟုဆိုခြင်းသည် ဤစာအုပ်က ငင်းဘာသာ ဤနေရာသို့ အလိုအလျောက် ရောက်လာသည်ဟုဆိုခြင်းထက် ဘာမျှမပိုလွန်ပါ။ တိတိကျကျ ပြောရမည်ဆိုလျှင် လူတစ်ယောက်၏ အကြောင်းတစ်စုံတစ်ခုကြောင့် သူခံစားထိုက်သည် မဟုတ်ပါဘဲလျက် သူ့ထံသို့ ဖြစ်ပျက်လာသောအကြောင်းအရာဟူသည် ဘာမျှမရှိချေ။

Could this be the fiat of an irresponsible Creator?

Huxley writes:- "If we are to assume that anybody has designedly set this wonderful universe going, it is perfectly clear to me that he is no more entirely benevolent and just in any intelligible sense of the words, than that he is malevolent and unjust."

လူသားတို့၏ မညီမျှမှုများသည် အားမထားလောက်သော ဖန်ဆင်းရှင်တစ်ဦး၏ အမိန့်အာဏာကြောင့်လော။

အင်္ဂလိပ်စာရေးဆရာ **ဟတ်စလီ** က ဤသို့ရေးသား၏ - "ဤကမ္ဘာလောကကို တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူက ပုံစံထုတ်၍ အသက်ဝင် လှုပ်ရှားစေသည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့ယူဆရမည်ဆိုလျှင် ထိုဖန်ဆင်းရှင်သည် မလိုမုန်းထားတတ်၍ တရားမမျှတသောသူ ဖြစ်သည်ဟု ဆိုခြင်းထက် ဤစကားလုံးတို့၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်ထွက်ဆိုချက်အရ

http://www.dhammadownload.com

ပို၍သဘောကောင်းသူ, တရားမျှတသူဖြစ်သည်ဟု လုံးဝမပြောဆိုနိုင်ကြောင်းကို ကျွန်ုပ်အပြည့်အဝ ရှင်းရှင်းလင်းလင်းမြင်သိပြီးဖြစ်ပါသည်။

According to **Einstein:** "If this being [God] is omnipotent, then every occurrence, including every human action, every human thought, and every human feeling and aspiration is also his work; how is it possible to think of holding men responsible for their deeds and thoughts before such an Almighty Being?

In giving out punishments and rewards, he would to a certain extent be passing judgement on himself. How can this be combined with the goodness and righteousness ascribed to him."

နှစ်ဆယ်ရာစုနှစ်၏ အကျော်ကြားဆုံး သိပ္ပံပညာရှင် **အိုင်းစတိုင်း** ၏ အလိုအရ "အကယ်၍ ထိုဖန်ဆင်းရှင် (ဘုရားသခင်) သည် အကြွင်းမဲ့ အနန္တတန်ခိုးရှိသည်ဆိုလျှင် လူသားအပြုအမူတိုင်း, လူသားအကြံအစည်တိုင်း, လူသားခံစားမှုတိုင်းနှင့် ရည်မှန်းချက်တိုင်း အပါအဝင် အဖြစ်အပျက်အားလုံးသည် သူ၏အလုပ်သာဖြစ်ရမည်၊ ထိုသို့သော ဘုန်းတန်ခိုးအတိပြီးသော ဘုရားသခင်ရှေ့မှောက်၌ လူသားတို့ကို သူတို့၏အပြုအမူများနှင့် အကြံအစည်များအတွက် သူတို့တွင် တာဝန်ရှိသည်ဟု တွေးခေါ်ကြံဆရန် အဘယ်သို့ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်း။

http://www.dhammadownload.com

"လူသားတို့အား အပြစ်ဒဏ်များနှင့် ဆုလာဘ်များ ပေးကမ်းခြင်း၌ ထိုဘုရားသခင်သည် အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ သူ့ကိုယ်ကို သူဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ဤအချက်ကို သူ့တွင်ရှိသည်ဟု သတ်မှတ်ထားသော ကောင်းခြင်းဂုဏ်၊ ဖြောင့်မတ်ခြင်းဂုဏ်တို့နှင့် မည်သို့ပေါင်းစပ်နိုင်သနည်း။"

"According to the theological principles man is created arbitrarily and without his desire, and at the moment of his creation he is either blessed or damned eternally. Hence man is either good or evil, fortunate or unfortunate, noble or depraved, from the first step in the process of his physical creation to the moment of his last breath, regardless of his individual desires, hopes, ambitions, struggles or devoted prayers. Such is theological fatalism."
(Spencer Lewis).

တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **စပင်စာလူးဝစ်(စ်)** က ဤသို့ မိန့်ဆို၏ –
"ထာဝရဘုရားသခင်ဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများအရ လူသားကို သူ၏အလိုဆန္ဒမပါဘဲ ဘုရားသခင်တစ်ဦးတည်း၏ဆန္ဒဖြင့် ဖန်ဆင်းခဲ့၏၊ ထို့အပြင် သူ့အား ဖန်ဆင်းသည့်အခိုက်အတန့်၌ပင်လျှင် သူသည် ထာဝရကောင်းချီးပေးခံရ၏၊ သို့မဟုတ် ထာဝရအပြစ်ဒဏ်ပေးခံရ၏။ သို့ဖြစ်၍ သူ၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖန်ဆင်းမှုနည်းစဉ်၌ ပထမအဆင့်မှသည် သူ၏နောက်ဆုံးအသက်ရှူသည့်အချိန်အထိ သူ၏ပုဂ္ဂလိကဆန္ဒများ၊ မျှော်လင့်ချက်များ၊ မျှော်မှန်းချက်များ၊ ရုန်း

http://www.dhammadownload.com

ကန့်မှုများ သို့မဟုတ် ချစ်မြတ်နိုး၍ သစ္စာရှိစွာဆုတောင်းခြင်းများတို့က မည်သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ သူသည် ကောင်းသည် သို့မဟုတ် ဆိုးသည်၊ ကံကောင်းသည် သို့မဟုတ် ကံဆိုးသည်၊ မြင့်မြတ်သည် သို့မဟုတ် ကိုယ်ကျင့်ပျက်သည်ဟု သတ်မှတ်ပြီးသားဖြစ်ချေသည်။ ဤသည်ကား ထာဝရဘုရားသခင်ဆိုင်ရာ လေ့လာမှုပညာ၌ ဖြစ်သမျှအရာအားလုံးကို ကံကြမ္မာက ဆုံးဖြတ်သည်ဟု ယုံကြည်မှုပေတည်း။

As **Charles Bradlaugh** says:– "The existence of evil is a terrible stumbling block to the Theist. Pain, misery, crime, poverty confront the advocate of eternal goodness and challenge with unanswerable potency his declaration of Deity as all-good, all-wise, and all-powerful."

တွေးခေါ်ရှင် **ချားလ်စ် ဘရက်လတ်ဖ်** က ဤသို့ဆို၏ – "မကောင်းမှုရှိခြင်းသည် ထာဝရဘုရားသခင်ရှိသည်ဟု ယုံကြည်သူအတွက် အလွန်ဆိုးဝါးသော ခလုတ်ကန်သင်းဖြစ်၏။ နာကျင်မှု, ဆင်းရဲမှု, ရာဇဝတ်မှု, နွမ်းပါးမှုတို့သည် ထာဝရကောင်းခြင်းကို ထောက်ခံပြောဟောသူအား ရင်ဆိုင်လျက်ရှိသည့်အပြင် ဘုရားသခင်သည် အားလုံးကောင်းပါသည်၊ အားလုံး သိမြင်တော်မူသည်၊ အားလုံး ဘုန်းတန်ခိုးကြီးသည်ဟူသော သူ၏ဟောပြောချက်ကိုလည်း မဖြေရှင်းနိုင်သောစွမ်းအားဖြင့် စိန်ခေါ်လျက်ရှိသည်။"

In the words of **Schopenhauer**:– "Whoever regards himself as having become out of nothing must also think that he will again become nothing;

http://www.dhammadownload.com

for an eternity has passed before he was, and then a second eternity had begun; through which he will never cease to be, is a monstrous thought.

"If birth is the absolute beginning, then death must be his absolute end; and the assumption that man is made out of nothing leads necessarily to the assumption that death is his absolute end."

ဂျာမန်တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **ရှိုပင်ဟောင်ဝါ** က ဤသို့မိန့်ဆို၏ - "မည်သူမဆို သူသည် ဘာမျှမရှိခြင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ဟု ယူဆလျှင် ဘာမျှမရှိခြင်းသို့တစ်ဖန် သူပြန်လည်ကူးပြောင်းသွားရမည်ကိုပါ စဉ်းစားထားရမည်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သူဖြစ်ပေါ်မလာမီ အဆုံးမရှိသော အချိန်ကာလတစ်ခု ကြာညောင်းခဲ့၏၊ ထို့နောက် ဒုတိယအဆုံးမရှိသော အချိန်ကာလတစ်ခု ဆန်းသစ်လာပြန်၏၊ ယင်း အချိန်ကာလ၌ သူ၏ဖြစ်တည်နေခြင်းမှာ မည်သည့်အခါမျှအဆုံး သတ်လိမ့်မည်မဟုတ်ချေ၊ ဤသည်ကား အလွန်ကြီးမားဆိုးရွားသော ပုံပျက်ပန်းပျက်စိတ်ကူးသာ ဖြစ်သည်။

"အကယ်၍ မွေးဖွားခြင်းသည် စစ်မှန်သောစတင်ခြင်း ဖြစ်လျှင် သေဆုံးခြင်းသည် စစ်မှန်သောအဆုံးသတ်ခြင်း ဖြစ်ရပေလိမ့်မည်၊ ထို့အပြင် လူကိုဘာမျှမရှိခြင်းမှ ဖန်ဆင်းယူသည်ဟူသောယူဆချက်သည် သေဆုံးခြင်းက သူ၏လုံးဝဥဿုံအဆုံးသတ်ခြင်း ဖြစ်သည်ဟူသော ယူဆချက်သို့ လိုအပ်ချက်တစ်ရပ်အဖြစ် ပို့ဆောင်ပေးမည်ဖြစ်သည်။"

Commenting on human sufferings and God,

http://www.dhammadownload.com

Prof. J.B.S. Haldane writes:- "Either suffering is needed to perfect human character, or God is not Almighty. The former theory is disproved by the fact that some people who have suffered very little but have been fortunate in their ancestry and education have very fine characters. The objection to the second is that it is only in connection with the universe as a whole that there is any intellectual gap to be filled by the postulation of a deity. And a creator could presumably create whatever he or it wanted."

ပါမောက္ခ ဂျေ၊ ဘီ၊ အက်စ်၊ ဟောလ်ဒိန်း က လူသား၏ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့် ဘုရားသခင်အကြောင်းကို ဝေဖန်ရာ၌ ဤသို့ရေးသား၏ - "ဆင်းရဲခြင်းသော်လည်း လူသား၏ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တပြည့်စုံကောင်းမွန်ဖို့ လိုအပ်လိမ့်မည် သို့မဟုတ် ဘုရားသခင်သော်လည်း အလုံးစုံဘုန်းတန်ခိုးကြီးသူမဟုတ်ဘဲ ဖြစ်လိမ့်မည်။ ပထမသီဝရီ-အယူအဆနှင့်ပတ်သက်၍ အချို့သောလူတို့သည် မျိုးရိုးနှင့်ပညာသင်ကြားရေးတွင် ကံကောင်းထောက်မသဖြင့် ဆင်းရဲဒုက္ခအနည်းအကျဉ်းမျှသာ ဆုံတွေ့ရပါလျက် ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တအလွန်ကောင်းမွန်ကြသည်၊ ဤအချက်က ပထမသီဝရီကို ချေဖျက်လိုက်သည်။ ဒုတိယသီဝရီကို ကန့်ကွက်သောအချက်မှာ အနန္တစကြဝဠာတစ်ခုလုံးနှင့် ပတ်သက်လာမှသာလျှင် လူတို့နားမလည်နိုင်သည့် အသိဉာဏ်ကွာဟချက်ကို အနန္တတန်ခိုးရှင် ဘုရားသခင်ယူဆချက်နှင့် ဖြည့်စွက်ပေးဖို့

http://www.dhammadownload.com

လိုပေလိမ့်မည်၊ ဖန်ဆင်းရှင်သည် သူအလိုရှိသမျှ အရာအားလုံးကို ဖန်ဆင်းနိုင်သည်ဟု ယူဆကြသည်။"

Lord Russell states:- "The world, we are told, was created by a God who is both good and omnipotent. Before He created the world He foresaw all the pain and misery that it would contain. He is therefore responsible for all of it. It is useless to argue that the pain in the world is due to sin. If God knew in advance the sins of which man would be guilty, He was clearly responsible for all the consequences of those sins when He decided to create man."

နှစ်ဆယ်ရာစုနှစ် အင်္ဂလိပ်တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **လော့ဒ်ရတ်ဆယ်လ်** က ဤသို့မိန့်ဆို၏ – "ကျွန်ုပ်တို့ကို ပြောပြချက်အရ ဤကမ္ဘာကြီးကို ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်း၏၊ ဘုရားသခင်သည် ကောင်းမွန်မြင့်မြတ်သူဖြစ်ရုံမျှမက အနန္တတန်ခိုးရှင်လည်း ဖြစ်တော်မူ၏။ သို့ဖြစ်လျှင် ဘုရားသခင်သည် ဤကမ္ဘာလောကကြီးကို မဖန်ဆင်းမီ ဤကမ္ဘာကြီးတွင် ကိုယ်ဆင်းရဲမှုနှင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုများ ရှိလာမည်ကို ကြိုတင်သိမြင်ထားပြီးဖြစ်ရမည်။ ထို့ကြောင့် ဤဆင်းရဲခြင်းအားလုံးအတွက် သူ့တွင် တာဝန်ရှိသည်။ လူသားတို့၏ အပြစ်ကြောင့် ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် ဆင်းရဲဒုက္ခများ ပေါ်ပေါက်လာသည်ဟူ၍ အချေအတင် ပြောဆိုနေခြင်းသည် ဘာမျှအကျိုးမရှိပါ။ အကယ်၍ ဘုရားသခင်သည် လူသားတို့ကျူးလွန်ကြမည့် အပြစ်များကို ကြိုတင်သိမြင်ထား

http://www.dhammadownload.com

လျှင် လူကို ဖန်ဆင်းရန် သူဆုံးဖြတ်လိုက်သည့်အချိန်၌ နောင် ဖြစ်ပေါ်လာမည့်အကျိုးဆက်အားလုံးအတွက် သူ့တွင်တာဝန်ရှိကြောင်းမှာ အလွန်ထင်ရှားပါသည်။"

In 'Despair', a poem of his old age, **Lord Tennyson** thus boldly attacks God, who, as recorded in Isaiah, says, "I make peace and create evil." (Isaiah, xiv.7.)

"What! I should call on that infinite love that
has served us so well?
Infinite cruelty, rather, that made everlasting
hell,
Made us, foreknew us, foredoomed us, and does
what he will with his own.
Better our dead brute mother who never has
heard us groan."

အင်္ဂလိပ်ကဗျာဆရာကြီး **လော့ဒ်တင်းနီဆန်** သည် သူ့အသက်ကြီးရင့်သောအချိန်၌ ရေးဖွဲ့ထားသော 'Despair' (စိတ်ပျက်ခြင်း) အမည်ရှိကဗျာတစ်ပုဒ်၌ ဘုရားသခင်ကို ရဲရင့်စွာပင် တိုက်ခိုက်ထား၏၊ ဘုရားသခင်သည် 'ငါ ငြိမ်းချမ်းခြင်းကို ပြုလုပ်၍ မကောင်းမှုကို ဖန်တီးသည်' ဟု မိန့်ဆိုကြောင်း သမ္မာကျမ်းစာ (အိရှား၊ ၁၄၊ ၇) ၌ မှတ်တမ်းတင်ထား၏။ သူ၏ကဗျာမှာ–

"ဘာလဲ၊ ကျွန်ုပ်က ကျွန်ုပ်တို့ကို ကောင်းစွာအကျိုးဆောင်ခဲ့
သည့် အကန့်အသတ်မဲ့ မေတ္တာကို သွားတွေ့ဆုံသင့်သလား။

http://www.dhammadownload.com

ထာဝရငရဲ ပြုလုပ်ပေးထားသော အရာမှာ မေတ္တာမဟုတ်၊ အကန့်အသတ်မဲ့ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုသာ ဖြစ်ပါ၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ကို ဖန်ဆင်းခဲ့၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ကို ကြိုတင်သိခဲ့၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ကို ကြိုတင်၍ ဒဏ်ခတ်ခဲ့၏၊ ထို့နောက် သူ၏ကိုယ်ပိုင် ဖန်ဆင်းထားသောအရာနှင့် သူလုပ်ချင်သလို ပြုလုပ်လိမ့်မည်၊ သေဆုံးပြီး၍ မသိနိုင်တော့ပြီဖြစ်သော ကျွန်ုပ်တို့၏မိခင်က ကျွန်ုပ်တို့၏ညည်းညူသံကို ဘယ်အခါမျှ မကြားသိခဲ့ရသည်မှာ ကောင်းပါလေစွ။"

Surely "the doctrine that all men are sinners and have the essential sin of Adam is a challenge to justice, mercy, love and omnipotent fairness."

Some writers of old authoritatively declared that God created man in his own image. Some modern thinkers state, on the contrary, that man created God in his own image. With the growth of civilization man's concept of God also became more and more refined.

It is, however, impossible to conceive of such a being either in or outside the universe.

"လူသားအားလုံးသည် အပြစ်ကျူးလွန်သူများ ဖြစ်ပြီးလျှင် အေဒမ်၏မူလအပြစ်ကို ရရှိထားကြသည်ဆိုသော အယူဝါဒသည် အမှန်တကယ်ပင် တရားမျှတမှု, သနားကြင်နာမှု, မေတ္တာနှင့် အနန္တတန်ခိုးရှင်၏ မျှတမှုတို့ကို စိန်ခေါ်လျက်ရှိသည်။"

http://www.dhammadownload.com

ရှေးခေတ် စာရေးဆရာအချို့တို့သည် ဘုရားသခင်က သူ၏ ပုံရိပ်နှင့် တူအောင် လူကိုဖန်ဆင်းခဲ့သည်ဟု ကြွေးကြော်ခဲ့ကြ၏။ ခေတ်သစ်တွေးခေါ်ရှင်အချို့တို့က ဆန့်ကျင်ဘက်အနေဖြင့် လူသည် သူ၏ပုံရိပ်နှင့်တူအောင် ဘုရားသခင်ကို ဖန်ဆင်းခဲ့သည်ဟု မိန့်ဆိုကြ၏။ ယဉ်ကျေးမှုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ ဘုရားသခင်နှင့် ပတ်သက်သော လူသား၏အယူအဆသည် ပို၍ပို၍ ကြည်လင်ပြတ်သားလာ၏။

သို့ဖြစ်စေကာမူ ထိုသို့သော သက်ရှိသတ္တဝါတစ်ဦးကို စကြဝဠာအတွင်း၌လည်းကောင်း၊ စကြဝဠာပြင်ပ၌လည်းကောင်း စိတ်ကူးကြံဆ၍ မဖြစ်နိုင်ပါ။

Could this variation be due to heredity and environment? One must admit that all such chemico-physical phenomena revealed by scientists, are partly instrumental, but they cannot be solely responsible for the subtle distinctions and vast differences that exist amongst individuals. Yet why should identical twins who are physically alike, inheriting like genes, enjoying the same privilege of upbringing, be very often temperamentally, morally and intellectually totally different?

လူများအတွင်း၌ အမျိုးမျိုး ကွဲပြားနေရခြင်းသည် မျိုးရိုးဗီဇနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကြောင့်လော။ သိပ္ပံပညာရှင်များ ရှာဖွေတွေ့ရှိထားကြသော ဓာတု–ရူပ သဘာဝအချက်အလက်များအနက် တစ်စိတ်

http://www.dhammadownload.com

တစ်ဒေသသည် ကိုရိယာက ဖော်ပြသည့်အချက်အလက်များသာဖြစ်၏၊ သို့သော် ဤအချက်အလက်များသည် လူသားများအတွင်း တည်ရှိနေသည့် ကြီးကျယ်သော ကွာခြားမှုများနှင့် သိမ်မွေ့သည့်ထူးခြားချက်များကို ကျေနပ်အောင် မဖြေရှင်းနိုင်ပါ။ သာဓကအားဖြင့် ရုပ်ရည်ချွတ်စွပ်တူအောင် မွေးဖွားလာကြသော အမြွှာပူးညီအစ်ကို သို့မဟုတ် ညီအစ်မများသည် တူညီသောဗီဇများကို အမွေခံရရှိထားကြပြီးလျှင် ကြီးပြင်းလာစဉ်အခါ၌လည်း တူညီသောအခွင့်အရေးများကို ခံစားခဲ့ကြရပါသော်လည်း သူတို့၏စိတ်နေသဘောထား, ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တနှင့် အသိဉာဏ်စွမ်းရည်တို့မှာ လုံးဝကွာခြားနေကြသည်ကို မကြာခဏဆိုသလို မြင်တွေ့ရပါသည်။

Heredity alone cannot account for these vast differences. Strictly speaking, it accounts more plausibly for their similarities than for most of the differences. The infinitesimally minute chemico-physical germ, which is about 30 millionth part of an inch across, inherited from parents, explains only a portion of man, his physical foundation.

ဤကျယ်ပြန့်သောကွာခြားချက်များကို မျိုးရိုးဗီဇတစ်ခုတည်းဖြင့် ရှင်းပြ၍မရပါ။ တိတိကျကျပြောရလျှင် မျိုးရိုးဗီဇသည် လူသားအချင်းချင်း ကွာခြားမှုများထက် တူညီမှုများကို ပို၍ယုတ္တိရှိစွာ ရှင်းပြနိုင်သည်။ အလွန့်အလွန်သေးငယ်သော ဓာတု–ရူပ သန္ဓေဥသည် ကန့်လန့်ဖြတ်အားဖြင့် တစ်လက်မ၏ အစိတ် ၃၀ သန်းတွင် တစ်စိတ်သာ ရှည်လျား၏၊ မိဘများထံမှ အမွေခံရရှိသော ဤသန္ဓေဥသည် လူ

http://www.dhammadownload.com

တစ်ယောက်၏ ရုပ်ပိုင်းအခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည့် အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုမျှလောက်ကိုသာ ရှင်းပြနိုင်၏။

With regard to the more complex and subtle mental, intellectual and moral differences we need more enlightenment. The theory of heredity cannot give a satisfactory explanation for the birth of a criminal in a long line of honourable ancestors, the birth of a saint or a noble man in a family of evil repute, for the arising of infant prodigies, men of genius and great religious teachers.

ပို၍ရှုပ်ထွေးပြီး ပို၍သိမ်မွေ့သော စိတ်သဘောထား, အသိဉာဏ်နှင့် ကိုယ်ကျင့်ဆိုင်ရာ ကွာခြားချက်များကို ရှင်းပြရန်အတွက်မူ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဉာဏ်ပညာ ပွင့်ထွန်းခြင်းကို ပို၍လိုအပ်သည်။ မျိုးရိုးဗီဇသီဝရီသည် ရှည်လျားသော ဂုဏ်ကျက်သရေရှိ မျိုးရိုးအစဉ်အဆက်တွင် ရာဇဝတ်သားကောင်တစ်ယောက် မွေးဖွားလာခြင်းကို ကျေနပ်စွာ မရှင်းပြနိုင်ပါ၊ မကောင်းသတင်း ကျော်ကြားသည့်မိသားစုအတွင်း၌ သူတော်စင် သို့မဟုတ် မြင့်မြတ်သောလူသားတစ်ဦး မွေးဖွားလာသည်ကိုလည်း ကျေနပ်အောင် မရှင်းပြနိုင်ပါ၊ အံ့ချီးဖွယ်ရာ ဉာဏ်ပညာထက်မြက်သော ကလေးများ, ဉာဏ်ကြီးရှင်များနှင့် ကြီးကျယ်သော ဘာသာတရားဆရာများ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်ခြင်းကိုလည်း ကျေနပ်စွာ မရှင်းပြနိုင်ပါ။

According to Buddhism this variation is due not only to heredity, environment, "nature and

http://www.dhammadownload.com

nurture," but also to our own kamma, or in other words, to the result of our own inherited past actions and our present deeds. We ourselves are responsible for our own deeds, happiness and misery. We build our own hells. We create our own heavens. We are the architects of our own fate. In short we ourselves are our own kamma.

ဗုဒ္ဓဘာသာအလိုအားဖြင့် ဤကွာခြားချက်များသည် မျိုးရိုးဗီဇနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် (သဘာဝနှင့် ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း) တို့သာ မဟုတ်ပါ၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်ကံများပေါ်၌လည်း မူတည်ကြ၏။ အခြားတစ်နည်းဖြင့် ပြောရလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ အမွေခံရရှိသော အတိတ်က ပြုလုပ်မှုများ၏ အကျိုးရလဒ်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ လက်ရှိပြုလုပ်မှုများအပေါ်တွင် မူတည်ကြ၏။ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်ပင်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြုလုပ်ချက်များ, ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုနှင့် ဆင်းရဲမှုတို့အတွက် တာဝန်ရှိကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်ငရဲများကို တည်ဆောက်ကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်ကောင်းကင်ဘုံများကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်ပင် ဖန်တီးကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ကံကြမ္မာ၏ ဗိသုကာများ ဖြစ်ကြ၏။ အတိုချုပ်ပြောရလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်ပင်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်ကံများ ဖြစ်ကြ၏။

On one occasion a certain young man named **Subha** approached the Buddha, and questioned why and wherefore it was that among human beings there are the low and high states.

http://www.dhammadownload.com

"For", said he, "we find amongst mankind those of brief life and those of long life, the hale and the ailing, the good-looking and the ill-looking, the powerful and the powerless, the poor and the rich, the low-born and the high-born, the ignorant and the intelligent."

အခါတစ်ပါး၌ **သုဘ** အမည်ရှိသော လုလင်ပျိုတစ်ယောက်သည် မြတ်စွာဘုရားထံ ချဉ်းကပ်ပြီးလျှင် လူသားများအကြား၌ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် အဆင့်အတန်းများ အနိမ့်အမြင့် ကွာခြားနေရခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ မေးမြန်း၏။

သူလျှောက်ထားသည်မှာ "အရှင်ဘုရား... လူသားများအကြား၌ အသက်တိုသောသူများနှင့် အသက်ရှည်သောသူများကို မြင်တွေ့ရပါသည်၊ ကျန်းမာသောသူများနှင့် ဖျားနာနေသူများကိုလည်း မြင်တွေ့ရပါသည်၊ ရုပ်ရည်ချောမောပြေပြစ်သူများနှင့် အရုပ်ဆိုးသူများကိုလည်း မြင်တွေ့ရပါသည်၊ တန်ခိုးအာဏာ ကြီးထွားသူများနှင့် အာဏာမဲ့သူများကိုလည်း မြင်တွေ့ရပါသည်၊ ဆင်းရဲသူများနှင့် ချမ်းသာသူများကိုလည်း မြင်တွေ့ရပါသည်၊ အမျိုးနိမ့်သော သူများနှင့် အမျိုးမြင့်သောသူများကိုလည်း မြင်တွေ့ရပါသည်၊ ပညာမဲ့သူများနှင့် ဉာဏ်ပညာကြီးသူများကိုလည်း မြင်တွေ့ရပါသည်၊ ဤသို့ကွဲပြားခြားနားကြရသည်မှာ အဘယ်အကြောင်းများကြောင့်ပါလဲဘုရား"

The Buddha briefly replied: "every living being has kamma as its own, its inheritance, its cause, its kinsman, its refuge. Kamma is that which

http://www.dhammadownload.com

differentiates all living beings into low and high states."

He then explained the cause of such differences in accordance with the law of moral causation.[1]

([1] Culakamma Vibhanga Sutta — Majjhima Nikāya, No.135.)

မြတ်စွာဘုရားသည် ပထမ အကျဉ်းမျှ ဖြေကြားတော်မူ၏ – "သုဘ လုလင်၊ သက်ရှိသတ္တဝါတိုင်းသည် မိမိကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိ၏၊ မိမိကံသာလျှင် မိမိ၏အမွေအနှစ်ဖြစ်၏၊ မိမိကံသာလျှင် မိမိ၏အကြောင်းရင်းဖြစ်၏၊ မိမိကံသာလျှင် မိမိ၏ အဆွေအမျိုးဖြစ်၏၊ မိမိကံသာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်လဲလျောင်းရာဖြစ်၏၊ ကံကသာလျှင် သတ္တဝါအားလုံးကို အဆင့်အတန်း အခြေအနေ နိမ့်ကျအောင် မြင့်မားအောင် စီစဉ်ဝေဖန်ပေးပေ၏။"

ထို့နောက် ကမ္မနိယာမနှင့်အညီ ထိုသို့ကွာခြားရခြင်းအကြောင်းများကို မြတ်စွာဘုရား အကျယ်ရှင်းပြတော်မူသည်။[၁]

([၁] စူဠ ဝိဘင်္ဂသုတ်၊ မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ နံပါတ် ၁၃၅)

Thus from a Buddhist standpoint, our present mental, intellectual, moral and temperamental differences are mainly due to our own actions and tendencies, both past and present.

ဤသို့လျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာရှုထောင့်မှ ကြည့်ပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ လက်ရှိစိတ်နေသဘောထား၊ ဉာဏ်ပညာ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် အကျင့်

http://www.dhammadownload.com

စရိုက်ဆိုင်ရာ ခြားနားချက်များသည် အဓိကအားဖြင့် အတိတ်နှင့် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝတွင် ပြုလုပ်ချက်များနှင့် စိတ်ကိုင်းညွတ်မှုများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။

Kamma, literally, means action; but, in its ultimate sense, it means the meritorious and demeritorious volition *(Kusala Akusala Cetanā)*. Kamma constitutes both good and evil. Good begets good. Evil begets evil. Like attracts like. This is the law of Kamma.

As some Westerners prefer to say: Kamma is "action-influence."

ကမ္မ= ကံ သည် တိုက်ရိုက်အနက်သဘောအားဖြင့် 'ပြုလုပ်ခြင်း' ဟု အဓိပ္ပာယ်ရ၏၊ သို့သော် ၎င်း၏အဆုံးစွန်အနက်သဘောအရ ကံသည် *ကုသိုလ်စေတနာ* နှင့် *အကုသိုလ်စေတနာ* ဖြစ်၏။ စေတနာသည် စေ့ဆော်ခြင်း (ဝါ) ရည်ရွယ်ခြင်းသဘောဖြစ်၏။ ကုသိုလ်ကံသည် အပြစ်ကင်း၍ ကောင်းကျိုးပေးမည့် ကောင်းသောအလုပ်ဖြစ်၏၊ အကုသိုလ်ကံသည် အပြစ်ရှိ၍ မကောင်းကျိုးပေးမည့် မကောင်းသောအလုပ်ဖြစ်၏။ ကောင်းမှုသည် ကောင်းခြင်းကိုဖြစ်ပေါ်စေ၏၊ မကောင်းမှုသည် မကောင်းခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏၊ ဆင်တူခြင်းသည် ဆင်တူသောအရာကို ဆွဲငင်၏၊ ကုသိုလ်ကံသည် ကောင်းကျိုးပေး၍ အကုသိုလ်ကံသည် မကောင်းကျိုးကို ပေး၏။ ဤသည်ပင် ကမ္မနိယာမ ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

အချို့သော အနောက်တိုင်းသားများ ပို၍နှစ်သက်သော အသုံးအနှုန်းမှာ ကံသည် "ပြုလုပ်ခြင်း-ဩဇာလွှမ်းမိုးခြင်း" ဖြစ်၏။

We reap what we have sown. What we sow now we shall reap somewhere or some when. In one sense we are the result of what we were; we will be the result of what we are. In another sense, we are not totally the result of what we were; we will not absolutely be the result of what we are. For instance, a criminal today may be a saint tomorrow.

ကျွန်ုပ်တို့ စိုက်ပျိုးထားသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ရိတ်သိမ်းကြ၏။ ယခု ကျွန်ုပ်တို့စိုက်ပျိုးသည်ကို တစ်နေရာရာ၌ တစ်ချိန်ချိန်တွင် ကျွန်ုပ်တို့ ရိတ်သိမ်းကြလိမ့်မည်။ တစ်နည်းဆိုသော် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ ယခင်ဖြစ်ခဲ့ခြင်း၏ အကျိုးရလဒ်ဖြစ်ပြီးလျှင် ယခုကျွန်ုပ်တို့ဖြစ်နေခြင်း၏ အကျိုးရလဒ်အဖြစ် နောင်အနာဂတ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့ ဖြစ်ကြလိမ့်မည်။ နောက်အဓိပ္ပာယ်တစ်မျိုးအရ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ ယခင်ဖြစ်ခဲ့ခြင်း၏ အကျိုးရလဒ် လုံးဝဥဿုံကား မဟုတ်ပေ၊ နောင်အနာဂတ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ ယခုဖြစ်နေခြင်း၏ အကျိုးရလဒ်အတိအကျကား မဟုတ်ချေ။ သာဓကအဖြစ် ယနေ့ရာဇဝတ်သား ဖြစ်နေသူသည် နက်ဖြန်ခါ၌ သူတော်စင်တစ်ဦးဖြစ်လာနိုင်သည်။

Buddhism attributes this variation to Kamma, but it does not assert that everything is due to Kamma.

http://www.dhammadownload.com

If everything were due to Kamma, a man must ever be bad, for it is his Kamma to be bad. One need not consult a physician to be cured of a disease, for if one's Kamma is such one will be cured.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် လူအချင်းချင်း ကွာခြားမှုများကို ကံကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူ၏၊ သို့သော် အရာအားလုံးသည် ကံကြောင့်ဖြစ်သည် ဟူ၍ကား မဆိုပေ။

အကယ်၍ အရာတိုင်းသည် ကံကြောင့်သာ ဖြစ်သည်ဆိုလျှင် လူတစ်ယောက်သည် အမြဲတစေ ဆိုးသွမ်းနေရလိမ့်မည်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သူ့ကို ဆိုးသွမ်းစေသည်မှာ သူ၏ ကံဖြစ်သောကြောင့်တည်း။ ထိုသို့ဖြစ်လျှင် လူတစ်ယောက်သည် ရောဂါပျောက်ကင်းဖို့အတွက် ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်စရာလိုတော့မည် မဟုတ်ပါ၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သူ၏ကံက ရောဂါပျောက်ကင်းရမည်ဆိုလျှင် သူ့ရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားမည် ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။

According to Buddhism, there are **five orders** or processes *(Niyãmas)* which operate in the physical and mental realms:-

i. *Kamma Niyãma,* order of act and result, e.g. desirable and undesirable acts produce corresponding good and bad results.

ii. *Utu Niyãma,* physical (inorganic) order, e.g. seasonal phenomena of winds and rains.

http://www.dhammadownload.com

iii. *Bĩja Niyãma,* order of germs or seeds (physical organic order);e.g., rice produced from rice-seed, sugary taste from sugar cane or honey, etc. The scientific theory of cells and genes and the physical similarity of twins may be ascribed to this order.

iv. *Citta Niyãma,* order of mind or psychic law, e.g., processes of consciousness *(Citta Vithi),* power of mind, etc.

v. *Dhamma Niyãma,* order of the norm, e.g. the natural phenomena occurring at the advent of a Bodhisatta in his last birth, gravitation, etc.

ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ ရုပ်ပိုင်းနှင့် စိတ်ပိုင်းနယ်ပယ်များတွင် လုပ်ကိုင် လည်ပတ်နေသော ဖြစ်မြဲသဘော သို့မဟုတ် နည်းစဉ် **(နိယာမ) (၅) မျိုး** ရှိသည်–

(၁) *ကမ္မနိယာမ* = ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုးတို့၏ ဖြစ်မြဲသဘော၊ ဥပမာအားဖြင့် အလိုရှိအပ်သော ကောင်းမှုများသည် ကောင်းကျိုးများကို ပေး၍ အလိုမရှိအပ်သည့် မကောင်းမှုများသည် မကောင်းကျိုးများကို ပေး၏။

(၂) *ဥတုနိယာမ* = ရုပ်ပိုင်း (အင်အော်ဂဲနစ်) ဆိုင်ရာ ဖြစ်မြဲသဘော၊ ဥပမာ လေတိုက်ခြင်း, မိုးရွာခြင်းကဲ့သို့သော ရာသီဥတုဆိုင်ရာ သဘာဝဖြစ်ရပ်များ။

(၃) *ဗီဇနိယာမ* = မျိုးစေ့, မျိုးဥ (ရုပ်ပိုင်းအော်ဂဲနစ်) ဆိုင်ရာ

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်မြဲသဘော၊ ဥပမာ စပါးစေ့မှ စပါးပင်ပေါက်ပြီး ဆန်ကိုဖြစ်ပေါ်စေ၏၊ ကြံပင်မှသကြားရပြီး သကြားနှင့် ပျားရည်တို့တွင် ချိုသောအရသာရှိ၏၊ ကလာပ်စည်း(ဆဲလ်)နှင့် ဗီဇ(ဂျင်း)ဆိုင်ရာသိပ္ပံသီဝရီများနှင့် အမြွာပူးများ၏ ရုပ်ပိုင်းဆင်တူမှု စသည်တို့သည် ဗီဇနိယာမကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ယူဆနိုင်၏။

(၄) *စိတ္တနိယာမ* = စိတ်တို့၏ဖြစ်မြဲသဘော သို့မဟုတ် စိတ်နှင့် ဆိုင်သော နိယာမ၊ ဥပမာ မျက်စိ၌ အဆင်းအာရုံထင်လာသည့်အခါ ထိုအာရုံကိုသိဖို့ရာ ဖြစ်ပေါ်ရမြဲဖြစ်သည့် စိတ်အစဉ်အတန်း(စိတ္တဝီထိ)၊ စိတ်၏တန်ခိုးသတ္တိ စသည်တို့တည်း။

(၅) *ဓမ္မနိယာမ* = စံထားထိုက်သော သဘာဝတရားတို့၏ဖြစ်မြဲသဘော၊ ဥပမာ ဘုရားလောင်း၏နောက်ဆုံးဘဝ၌ မွေးဖွားလာသည့်အခါ လျှပ်လှုပ်ခြင်း၊ အခါရာသီမဟုတ်ဘဲ ပန်းများပွင့်ခြင်းစသော သဘာဝဖြစ်ရပ်များ၊ ဒြပ်ထုဆွဲအားနိယာမ စသည်တို့ပေတည်း။

Every mental or physical phenomenon could be explained by these all-embracing five orders or processes which are laws in themselves.

Kamma is, therefore, only one of the five orders that prevail, in the universe. It is a law in itself, but it does not thereby follow that there should be a law-giver. Ordinary laws of nature, like gravitation, need no law-giver. It operates in its own field without the intervention of an external independent ruling agency.

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ပိုင်း သို့မဟုတ် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သဘာဝဖြစ်ရပ်တိုင်းကို အားလုံးအကျုံးဝင်သည့် ဤနိယာမ (၅) ပါးဖြင့် ဖြေရှင်းနိုင်၏၊ ဤဖြစ်မြဲသဘော (ဝါ) နည်းစဉ်များသည် မိမိတို့ဆိုင်ရာ နယ်ပယ်များတွင် မည်သူ၏စေခိုင်းခြင်းကြောင့်မဟုတ်ဘဲ ဖြစ်မြဲမမှတာအရလုပ်ကိုင်နေကြသည့် သဘာဝနိယာမများပင်တည်း။

သို့ဖြစ်၍ ကံသဘောသည် စကြဝဠာကို လွှမ်းမိုးခြယ်လှယ်နေကြသည့် နိယာမ (၅) ခုအနက်မှ တစ်ခုမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် ၎င်းကိုယ်တိုင်က နိယာမတစ်ခု ဖြစ်သဖြင့် ထိုနိယာမကို ပေးကမ်းသူ သို့မဟုတ် ချုပ်ကိုင်သူဟူ၍ ရှိစရာမလိုချေ။ ဒြပ်ထုဆွဲအားနိယာမကဲ့သို့သော သဘာဝ၏ သာမန်နိယာမများသည် နိယာမ ပေးကမ်းသူ မလိုအပ်ပါ။ ဤနိယာမများသည် မိမိတို့ဆိုင်ရာနယ်ပယ်များအသီးသီး၌ ပြင်ပမှ သီးခြားအုပ်ချုပ်သူ (ဝါ) အုပ်ချုပ်သောအဖွဲ့အစည်းတစ်ခုခု၏ ကြားဝင်စီမံခြင်းမရှိဘဲနှင့် လွတ်လပ်စွာ လုပ်ကိုင်လည်ပတ်နေကြပေသည်။

Nobody, for instance, has decreed that fire should burn. Nobody has commanded that water should seek its own level. No scientist has ordered that water should consist of H_2O, and that coldness should be one of its properties. These are their intrinsic characteristics.

ဥပမာအားဖြင့် မီးသည် လောင်ကျွမ်းစေရမည်ဟူ၍ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ အမိန့်ပေးထားခြင်း မရှိပါ။ ရေသည် ၎င်း၏ အမြင့်ကို ရှာဖွေပြီး ရပ်တည်ရမည်ဟူ၍ မည်သူမျှအမိန့်ပေးထားခြင်း

http://www.dhammadownload.com

မရှိပါ။ ရေတွင် ဟိုက်ဒရိုဂျင်နှစ်ဆနှင့် အောက်ဆီဂျင်တစ်ဆတို့ ပေါင်းစပ်ပါဝင်နေရမည်၊ အေးခြင်းသည် ရေ၏ဂုဏ်သတ္တိတစ်ရပ် ဖြစ်ရမည် စသည်ဖြင့် မည်သည့်သိပ္ပံပညာရှင်ကမျှ အမိန့်ပေးထား ခြင်းမရှိပါ၊ အမိန့်ပေးလို့လည်း မရပါ။ ဤအရာအားလုံးသည် ၎င်း တို့၏အတွင်း၌တည်ရှိသော ပင်ကိုသဘောလက္ခဏာများသာတည်း။

Kamma is neither fate nor predestination imposed upon us by some mysterious unknown power to which we must helplessly submit ourselves. It is one's own doing reacting on one self, and so one has the possibility to divert the course of Kamma to some extent. How far one diverts it depends on oneself.

ကံဆိုသည်မှာ တစ်စုံတစ်ခုသော လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်၍မသိနိုင် သော စွမ်းအားတစ်ရပ်က ချမှတ်ထားသည့် ကံကြမ္မာလည်းမဟုတ်၊ ဤသို့ဤသို့ဖြစ်ရမည်ဟု ကြိုတင်သတ်မှတ်ချက်လည်း မဟုတ်၊ ထို မသိနိုင်သောစွမ်းအား သို့မဟုတ် အနန္တတန်ခိုးရှင်အား ကျွန်ုပ်တို့ ဒူးထောက်အရှုံးပေး၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ခန္ဓာကိုယ်ကို ပေးအပ်ရန်လည်း မလိုချေ။

ကံသည် မိမိကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်ထားသည့် ပြုလုပ်ချက်နှင့် ထို ပြုလုပ်ချက်က မိမိအပေါ်သို့ ပြန်လည်အကျိုးသက်ရောက်ခြင်းသာ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ကံ၏အစီအစဉ် သို့မဟုတ် ကံလမ်းကြောင်းကို အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ ပြောင်းလဲသွားအောင် ကျွန်ုပ်တို့ပြုလုပ်

http://www.dhammadownload.com

နိုင်စွမ်းရှိ၏။ ဘယ်လောက်အတိုင်းအတာအထိ ပြောင်းလဲပေးနိုင်ခြင်းမှာ မိမိအပေါ်တွင်ပင် တည်ပေ၏။

It must also be said that such phraseology as rewards and punishments should not be allowed to enter into discussions concerning the problem of Kamma. For Buddhism does not recognise an Almighty Being who rules His subjects and rewards and punishes them accordingly.

Buddhists, on the contrary, believe that sorrow and happiness one experiences are the natural outcome of one's own good and bad actions. It should be stated that Kamma has both the continuative and the retributive principle.

ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုးပြဿနာကို ဆွေးနွေးတင်ပြရာ၌ 'ဆုပေးသည်, ဒဏ်ပေးသည်' စသည့် အသုံးအနှုန်းများကို ပါဝင်မလာစေသင့်ပါ။ အကြောင်းကား ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အနန္တတန်ခိုးရှင်တစ်ဦးက သူဖန်ဆင်းထားသောလူသားများကို စိုးမိုးအုပ်ချုပ်၍ ထိုလူသားတို့အား သူတို့၏ ပြုလုပ်ချက်များနှင့်အညီ ဆုပေး–ဒဏ်ပေးသည်ဆိုသည့်အကြောင်းအရာများကို အသိအမှတ်မပြုသောကြောင့် ဖြစ်၏။

ဆန့်ကျင်ဘက် အယူအဆတစ်ရပ်အဖြစ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ယုံကြည်ကြသည်မှာ မိမိတို့ တွေ့ကြုံခံစားနေကြရသော ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်း သို့မဟုတ် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ခြင်းသည် မိမိကိုယ်တိုင် ပြု

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ထားသည့် မကောင်းမှု, ကောင်းမှုများတို့၏ သဘာဝအကျိုးရလဒ် သာဖြစ်သည်။ ကံသဘောတွင် ဆက်လက်အကျိုးသက်ရောက်မှုနှင့် တန်ပြန်အကျိုးသက်ရောက်မှု (ဝဋ်လည်ခြင်း) သဘောတရား နှစ်မျိုးလုံး ပါဝင်ကြောင်း မိန့်ဆိုသင့်ပေ၏။

Inherent in Kamma is the potentiality of producing its due effect. The cause produces the effect; the effect explains the cause. Seed produces the fruit; the fruit explains the seed as both are interrelated. Even so Kamma and its effect are interrelated; *"the effect already blooms in the cause."*

ကံတွင် ကိန်းအောင်းပါရှိနေသော စွမ်းရည်သတ္တိတစ်ရပ်မှာ အချိန်တန်လျှင် ကံသည် ၎င်း၏အကျိုးကို ထုတ်ဖော်ပေးနိုင်ခြင်း ဖြစ်၏။ အကြောင်းတရားက အကျိုးတရားကို ထုတ်ပေး၏၊ အကျိုးတရားက အကြောင်းတရားကို ရှင်းပြ၏။ မျိုးစေ့က သစ်သီးကိုဖြစ်ပေါ်လာစေ၏၊ သစ်သီးက အသီးနှင့် အစေ့တို့ အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်နေကြောင်းကို ရှင်းပြ၏။ ဤအတူသာလျှင် ကံနှင့် ကံ၏အကျိုးတို့သည် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်နေကြ၏၊ *"အကျိုးတရားသည် အကြောင်းတရား၌ ဖူးပွင့်နေနှင့်ပြီး ဖြစ်၏။"*

A Buddhist who is fully convinced of the doctrine of Kamma does not pray to another to be saved but confidently relies on himself for his purification because it teaches individual responsibility.

http://www.dhammadownload.com

ကံသဘောတရားကို အပြည့်အဝ သိနားလည်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် မိမိအားကယ်တင်ဖို့အတွက် အခြားပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးအား ရှိခိုးခြင်း, ဆုတောင်းခြင်း မပြုပါ၊ သို့သော် မိမိ၏စိတ်ကို သန့်ရှင်း စင်ကြယ်စေဖို့အတွက် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်ချစွာ အားကိုး၏။ အကြောင်းကား ကမ္မနိယာမသည် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်း တာဝန်ရှိကြောင်းကို သင်ပြပေးလိုက်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

It is this doctrine of Kamma that gives him consolation, hope, self-reliance and moral courage. It is this belief in Kamma "that validates his effort, kindles his enthusiasm," makes him ever kind, tolerant and considerate.

It is also this firm belief in Kamma that prompts him to refrain from evil, do good and be good without being frightened of any punishment or tempted by any reward.

ကံအကြောင်းတရားတော်သည်ပင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအား နှစ်သိမ့်မှု, မျှော်လင့်မှု, မိမိကိုယ်ကို အားကိုးမှုနှင့် ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ ရဲစွမ်းသတ္တိတို့ကို ပေးအပ်၏။ ကံ–ကံ၏အကျိုး၌ သက်ဝင်ယုံကြည်ခြင်းသည်ပင် "သူ၏ကြိုးပမ်းမှု မှန်ကန်ကြောင်းကို တရားဝင် ပြုလုပ်ပေး၏၊ သူ၏ စိတ်အားထက်သန်မှုကို ထွန်းတောက်စေ၏၊" သူ့အား အမြဲတစေ ကြင်နာတတ်အောင်, သည်းခံစွမ်းရှိအောင်, ထောက်ထားစာနာတတ်အောင် ပြုလုပ်ပေး၏။

http://www.dhammadownload.com

ဤကံသဘောတရား၌ စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်မှုသည်ပင် သူ့အား မကောင်းမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ရန် ကောင်းမှုကို ပြုလုပ်ရန် လူကောင်းဖြစ်အောင် နေထိုင်ရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ပေးသည်။ ထိုသို့ပြုမူနေထိုင်ရာ၌လည်း မကောင်းတာလုပ်လျှင် အပြစ်ဒဏ်ပေးခံရမည်ဟု အခြောက်လှန့်ခံရခြင်းလည်း မရှိ၊ ကောင်းတာလုပ်လျှင် ဆုလာဘ်ရလိမ့်မည်ဟု မြှူဆွယ်ခံရခြင်းလည်း မရှိချေ။

It is this doctrine of Kamma that can explain the problem of suffering, the mystery of so-called fate or predestination of other religions, and above all the inequality of mankind.

Kamma and rebirth are accepted as axiomatic.

ဤကံသဘောတရားသည် ဆင်းရဲဒုက္ခ၏ ပြဿနာကို ရှင်းလင်းပြနိုင်သည်၊ အခြားဘာသာတရားတို့ ဟောပြောနေကြသည့် ကံကြမ္မာနှင့် ကြိုတင်သတ်မှတ်ထားသော ဘဝပန်းတိုင်နှင့် ပတ်သက်သည့် လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်မှုကိုလည်း ရှင်းပြနိုင်သည်၊ ထို့အပြင် လူသားအချင်းချင်း မညီမျှခြင်းကိုလည်း ကျေနပ်စဖွယ်ရှင်းပြပေးနိုင်သည်။

ကံနှင့် ဘဝသစ်တစ်ဖန်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို ပင်ကိုသဘာဝအားဖြင့် မှန်ကန်သော သဘောတရားများဖြစ်သည်ဟု လက်ခံယုံကြည်ကြပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

Chapter 7
အခန်း (၇)
RE-BIRTH
ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်း

As long as this Kammic force exists there is re-birth, for beings are merely the visible manifestation of this invisible Kammic force. Death is nothing but the temporary end of this temporary phenomenon. It is not the complete annihilation of this so-called being. The organic life has ceased, but the Kammic force which hitherto accuated it has not been destroyed.

As the Kammic force remains entirely undisturbed by the disintegration of the fleeting body, the passing away of the present dying thought-

http://www.dhammadownload.com

moment only conditions a fresh consciousness in another birth.

ကံစွမ်းအား ရှိနေသမျှကာလပတ်လုံး အသစ်တစ်ဖန် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းသည် တည်ရှိနေမည်သာဖြစ်၏၊ အကြောင်းမှာ သက်ရှိသတ္တဝါများဟူသည်မှာ ဤမမြင်နိုင်သော ကံစွမ်းအား၏ မြင်နိုင်သော အကောင်အထည်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသာ ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။ သေခြင်း ဟူသည်မှာလည်း ဤယာယီသဘာဝဖြစ်ရပ်၏ ယာယီပြီးဆုံးခြင်းမှတစ်ပါး အခြားဘာမျှမဟုတ်ချေ။ ထို့ကြောင့် သေခြင်းသည် သတ္တဝါဟု အမည်ရသော ရုပ်နာမ်အစု၏ လုံးဝဥဿုံအကြွင်းမဲ့ပျက်စီးခြင်း မဟုတ်ချေ။ ကိုယ်အင်္ဂါအပေါင်းအစု၏ အသက်သည် ကုန်ဆုံးသွား၏၊ သို့သော် ထိုအချိန်အခါအထိ ရုပ်နာမ်အစုတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေခဲ့သော ကံစွမ်းအားမှာ ပျက်သုဉ်းခြင်း မရှိချေ။

ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေသော ခန္ဓာကိုယ်ပျက်စီးသွားခြင်းကြောင့် ကံစွမ်းအားသည် လုံးဝအနှောင့်အယှက်မဖြစ်ဘဲ ဆက်လက်တည်ရှိနေသည့်အတွက် ယခုပျက်စီးခြင်းသို့ ဦးတည်နေသော စုတိစိတ်ချုပ်ပျက်သွားသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကံစွမ်းအားသည် နောက်ဘဝသစ်၌ ပဋိသန္ဓေစိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်လာစေပါသည်။ စိတ်တစ်လုံးချုပ်သွားလျှင် အခြားမရှိဘဲ နောက်စိတ်တစ်လုံး ဖြစ်ပေါ်လာအောင် အနန္တရသတ္တိ, သမနန္တရသတ္တိ စသည်တို့ဖြင့် ကျေးဇူးပြုပါသည်။

It is Kamma, rooted in ignorance and craving, that conditions rebirth. Past Kamma conditions the present birth; and present Kamma, in combination with past Kamma, conditions the future.

http://www.dhammadownload.com

The present is the offspring of the past, and becomes, in turn, the parent of the future.

မသိမှု–အဝိဇ္ဇာနှင့် လိုချင်တပ်မက်မှု–တဏှာတို့တွင် အမြစ်တွယ်နေသော ကံသည် ဘဝသစ်တစ်ဖန်ဖြစ်အောင် အခြေအနေ ဖန်တီးပေး၏။ အတိတ်ကံသည် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝဖြစ်လာအောင် အခြေအနေ ဖန်တီးပေး၏၊ ပစ္စုပ္ပန်ကံက တစ်ဖန် အတိတ်ကံနှင့် ပေါင်းစပ်၍ အနာဂတ်ဘဝ ဖြစ်လာအောင် အခြေအနေ ဖန်တီးပေးလိမ့်မည်။ ပစ္စုပ္ပန်သည် အတိတ်၏ သားသမီးဖြစ်ပြီးလျှင် ပစ္စုပ္ပန်ကတစ်ဖန် အနာဂတ်၏ မိဘဖြစ်လာပေလိမ့်မည်။

If we postulate a past, present, and a future life, then we are at once faced with the alleged mysterious problem— "What is the ultimate origin of life?"

Either there must be a beginning or there cannot be a beginning for life.

အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တို့သည် အတိတ်ဘဝ, ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ, အနာဂတ် ဘဝရှိသည်ဟု အဆိုပြုခဲ့လျှင် အထောက်အထားမရှိဘဲ ပြောဆိုနေကြသည့် လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်သောပြဿနာ ချက်ချင်းပေါ်ပေါက်လာ၏ – "ဘဝ၏ အဆုံးစွန်သော မူလအရင်းအမြစ်က ဘာလဲ" ဟူသော ပြဿနာဖြစ်၏။

ဘဝ၏ မူလအစသည် ရှိချင်လည်းရှိမည်၊ မရှိလျှင်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ဤပြဿနာနှင့်ပတ်သက်၍ အဖြေနှစ်မျိုးရှိသည်။

http://www.dhammadownload.com

One school, in attempting to solve the problem, postulates a first cause, God, viewed as a force or as an Almighty Being.

Another school denies a first cause for, in common experience, the cause ever becomes the effect and the effect becomes the cause. In a circle of cause and effect a first cause is inconceivable. According to the former, life has had a beginning, according to the latter, it is beginningless.

အယူဝါဒတစ္စကြသည့် ဂိုဏ်းတစ်ခုက ယင်းပြဿနာကို ဖြေရှင်းရန် ကြိုးစားရာ၌ ပထမအကြောင်းတရားဟူသော ဘုရားသခင်ရှိသည်ဟု အဆိုပြု၏၊ ဘုရားသခင်က ဘဝကိုဖန်ဆင်းသည်ဟု ယူဆခြင်းဖြစ်၏။ ဤဘုရားသခင်ကို အချို့က "စွမ်းအား"တစ်ရပ်အဖြစ် ရှုမြင်၍ အချို့က အနန္တ တန်ခိုးရှိသည့် သတ္တဝါတစ်ဦးအဖြစ် ရှုမြင်၏။

အခြားဂိုဏ်းတစ်ခုကမူ ပထမအကြောင်းတရားရှိခြင်းကို ငြင်းဆို၏၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် တွေ့မြင်နေကျ ဘဝအတွေ့အကြုံ၌ အကြောင်းတရားသည် အမြဲတစေ အကျိုးတရား ဖြစ်လာပြီးလျှင် အကျိုးတရားက အမြဲတစေ အကြောင်းတရားဖြစ်လာသောကြောင့်တည်း။ အကြောင်းအကျိုး ဆက်နွှယ်နေသော စက်ဝိုင်းကြီး၌ ပထမအကြောင်းတရားဟူ၍ မရှိနိုင်ပါ၊ စဉ်းစား၍လည်း မရပါ။

ထို့ကြောင့် ပထမဂိုဏ်း၏ အယူအဆအရ ဘဝ၌ အစရှိပြီးလျှင် ဒုတိယဂိုဏ်း၏ အယူအဆအရ ဘဝတွင် အစမရှိချေ။

http://www.dhammadownload.com

From the scientific standpoint, we are the direct products of the sperm and ovum cells provided by our parents. As such life precedes life. With regard to the origin of the first protoplasm of life, or colloid, scientists plead ignorance.

သိပ္ပံရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏မိဘများ ထောက်ပံ့ပေးသည့်ဖခင်၏ဖားလောင်းနှင့်မိခင်၏မျိုးဥတို့မှ တိုက်ရိုက် ပေါက်ပွားလာသည့် ထွက်ကုန်များဖြစ်ကြ၏။ ဤအယူအဆအရ သက်ရှိသည် သက်ရှိမှသာ ဆင်းသက်လာရ၏။ ဘဝ၏ပထမဦးဆုံး ပရိုတိုပလာဇမ် (သက်ရှိဆဲလ်များတွင် တွေ့ရသည့် ကျောက်ကျော ကဲ့သို့အရာ)၏ အရင်းမူလနှင့်ပတ်သက်၍ သိပ္ပံပညာရှင်များက မိမိ တို့မသိပါဟု ဝန်ခံကြ၏။

According to Buddhism we are born from the matrix of action *(Kammayoni)*. Parents merely provide an infinitesimally small cell. As such being precedes being. At the moment of conception it is past Kamma that conditions the initial consciousness that vitalizes the foetus. It is this invisible Kammic energy, generated from the past birth that produces mental phenomena and the phenomenon of life in an already extent physical phenomenon, to complete the trio that constitutes man.

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်အရ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကံသားအိမ် (ကမ္မယောနိ) မှ မွေးဖွားလာခြင်းဖြစ်၏။ မိဘတို့သည် ဖခင်၏ဖားလောင်းနှင့် မိခင်၏မျိုးဥတို့ ပေါင်းစပ်ထားသော အလွန့်အလွန်သေးငယ်သည့် ဆဲလ်တစ်ခုမျှကိုသာ ထောက်ပံ့ပေးကြ၏။ ဤအကြောင်းပြချက်အရ သက်ရှိမှသာ သက်ရှိပေါက်ပွားလာနိုင်၏။ ပဋိသန္ဓေတည်စအချိန်၌ အတိတ်ဘဝကံတစ်ခုက အစဦးဆုံးစိတ် (ပဋိသန္ဓေစိတ်) ဖြစ်ပေါ်လာအောင် အခြေအနေ ဖန်တီးပေးပြီးလျှင် ထိုအစဦးဆုံးစိတ်က သန္ဓေသားကို အသက်ဝင်တက်ကြွလှုပ်ရှားလာစေ၏။ သို့ဖြစ်၍ အတိတ်ဘဝမှ ထုတ်လွှတ်ပေးသော ဤမမြင်နိုင်သော ကမ္မစွမ်းအင်က စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖြစ်ရပ်များနှင့် ဘဝဆိုင်ရာဖြစ်ရပ်ကို ရှိနှင့်ပြီးသော ရုပ်ပိုင်းဖြစ်ရပ်နှင့်ပေါင်းစပ်ပေးကာ လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ဖွဲ့စည်းပေးသည့် သုံးပါးအဖွဲ့အစုကို ပြည့်စုံသွားစေပါသည်။

For a being to be born here a being must die somewhere. The birth of a being, which strictly means the arising of the five aggregates or psycho-physical phenomena in this present life, corresponds to the death of a being in a past life; just as, in conventional terms, the rising of the sun in one place means the setting of the sun in another place.

သတ္တဝါတစ်ဦး ဤနေရာ၌ မွေးဖွားလာရန်အတွက် အခြားတစ်နေရာမှာသတ္တဝါတစ်ဦး သေဆုံးပေးရမည်။ သတ္တဝါတစ်ဦး မွေးဖွားလာခြင်းသည်တိတိကျကျပြောရလျှင် ယခုဘဝ၌ ခန္ဓာငါးပါး သို့

http://www.dhammadownload.com

မဟုတ် ရုပ်–နာမ် သဘာဝဖြစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်၏။ ဤသို့ သတ္တဝါတစ်ဦး မွေးဖွားလာခြင်းသည် အတိတ်ဘဝ၌ သတ္တဝါတစ်ဦး သေဆုံးခြင်းနှင့် သဘောတူညီ၏။ ဥပမာ သမားရိုးကျစကားနှင့် ပြောရလျှင် တစ်နေရာ၌ နေ၏ထွက်ပေါ်လာခြင်းသည် အခြားတစ်နေရာ၌ နေဝင်သွားခြင်းနှင့် ဆင်တူပါသည်။

This enigmatic statement may be better understood by imagining life as a wave and not as a straight line. Birth and death are only two phases of the same process. Birth precedes death, and death, on the other hand, precedes birth. The constant succession of birth and death in connection with each individual life flux constitutes what is technically known as *Saṁsāra* — recurrent wandering.

ဤပဟေဠိဆန်သော အဆိုကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ နားလည်လိုလျှင် ဘဝကို မျဉ်းဖြောင့်တစ်ကြောင်းအနေဖြင့် မဟုတ်ဘဲ လှိုင်းတစ်ခုကဲ့သို့ စိတ်ကူးကြည့်ပါ။ မွေးဖွားခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့သည် ဖြစ်စဉ်တစ်ခုတည်း၏ အဆင့်နှစ်ဆင့်မျှသာ ဖြစ်ကြ၏။ မွေးဖွားခြင်းသည် သေဆုံးခြင်းထက်အလျင် ဖြစ်ပေါ်၏။ သေခြင်းကတစ်ဖန် အခြားတစ်ဖက်၌ မွေးဖွားခြင်းထက်အလျင် ဖြစ်ပေါ်၏။

သတ္တဝါတစ်ဦးစီ၏ဘဝ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲနေခြင်းနှင့် ဆက်စပ်၍ မွေးဖွားခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့၏ တစ်သမတ်

http://www.dhammadownload.com

တည်း တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်တိုက်ဖြစ်နေခြင်းကို ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ဝေါဟာရအားဖြင့် သံသရာ ဟု ခေါ်၏။ သံသရာ၏ တိုက်ရိုက် အဓိပ္ပာယ်မှာ ထပ်ကာထပ်ကာ မှန်မှန်လှည့်လည်သွားလာခြင်း ဖြစ်၏။

What is the ultimate origin of life?

The Buddha declares:– "Without cognizable end is this Saṁsāra. A first beginning of beings, who, obstructed by ignorance and fettered by craving, wander and fare on, is not to be perceived."

ဘဝ၏ အဆုံးစွန်သော အရင်းမူလသည် အဘယ်နည်း။

မြတ်စွာဘုရားက ဤသို့အလေးအနက် မိန့်ဆိုတော်မူ၏ –"ဒီ သံသရာမှာ မြင်သိနိုင်တဲ့အဆုံး မရှိဘူး။ သတ္တဝါများဟာ မသိမှု – အဝိဇ္ဇာနဲ့ ပိတ်ဆို့ကာဆီးပြီး လိုချင်တပ်မက်မှု–တဏှာနဲ့ နှောင်ဖွဲ့ ထားတဲ့အတွက် တစ်ဘဝပြီးတစ်ဘဝ ဆက်ကာဆက်ကာ လှည့်လည် သွားလာနေကြတယ်၊ ဒီသတ္တဝါတို့ရဲ့ ပထမအစကိုလည်း မသိမြင်နိုင် ဘူး။"

This life-stream flows *ad infinitum*, as long as it is fed by the muddy waters of ignorance and craving. When these two are completely cut off, then only, if one so wishes, does the stream cease to flow, rebirth ends as in the case of the Buddhas and Arahats. An ultimate beginning of this life-stream cannot be determined, as a stage cannot be perceived when

http://www.dhammadownload.com

this life-force was not fraught with ignorance and craving.

ဤဘဝရေစီးကြောင်းသည် ၎င်းထဲသို့ အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာတို့၏ နောက်ကျိနေသည့် ရေများက စီးဝင်နေသမျှကာလပတ်လုံး အကန့်အသတ်မရှိ အမြဲထာဝရစီးဆင်းနေမည် ဖြစ်၏။ အကယ်၍ သတ္တဝါ တစ်ဦးက အလိုရှိသဖြင့် အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာတို့ကို လုံးဝဥဿုံ ပယ်ဖြတ်နိုင်ပြီးသည့်အခါမှသာလျှင် ဘဝရေစီးကြောင်း အစီးရပ်သွားပေလိမ့်မည်၊ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားများနှင့် ရဟန္တာများ၏ နမူနာကဲ့သို့ အသစ်ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းသည်လည်း ရပ်စဲသွားမည်ဖြစ်၏။ ဤဘဝရေစီးကြောင်း၏ အဆုံးစွန်သော အစမူလကို မဆုံးဖြတ်နိုင်ပါ၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဤဘဝစွမ်းအားက အဝိဇ္ဇာ, တဏှာတို့နှင့် ယှဉ်စပ်မနေသည့်အဆင့်ကို မမြင်သိနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

The Buddha has here referred merely to the beginning of the life-stream of living beings. It is left to scientists to speculate on the origin and the evolution of the universe. The Buddha does not attempt to solve all the ethical and philosophical problems that perplex mankind. Nor does He deal with theories and speculations that tend neither to edification nor to enlightenment. Nor does He demand blind faith from His adherents about a First Cause.

http://www.dhammadownload.com

He is chiefly concerned with the problem of suffering and its destruction. With but this one practical and specific purpose in view, all irrelevant side issues are completely ignored.

ဤနေရာ၌ မြတ်စွာဘုရားသည် သက်ရှိသတ္တဝါတို့၏ ဘဝရေစီးကြောင်း၏ အစမူလမျှကိုသာ ရည်ညွှန်းတော်မူသည်။ စကြဝဠာကြီး၏ အစမူလနှင့် ဆင့်ကဲဆင့်ကဲ တိုးတက်ဖြစ်ပေါ်ပုံကို သိပ္ပံပညာရှင်များ တွေးခေါ်ကြံဆရန် ချန်ရစ်ထားတော်မူသည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် လူသားတို့အား စိတ်ရှုပ်ထွေးစေသည့် ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တဆိုင်ရာ ဒဿနိကဗေဒဆိုင်ရာပြဿနာများအားလုံးကို ဖြေရှင်းရန် မကြိုးပမ်းတော်မူခဲ့ပါ။ ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တတိုးတက်ကောင်းမွန်ရေးနှင့် မဂ်ဉာဏ်ပညာရရှိရေးသို့ အထောက်အပံ့မပြုသည့် သီဝရီ- ယူဆချက်များ,တွေးခေါ်ကြံဆချက်များတို့နှင့်လည်း သူမဆက်ဆံပါ။ သူ့အား ကြည်ညိုကိုးကွယ်ကြသော သူ့တပည့်များကိုလည်း *ပထမအကြောင်းတရား*ကို အကြောင်းယုတ္တိမတန်ဘဲ မျက်ကန်းယုံကြည်ကြရန်ကိုလည်း သူမတောင်းဆိုပါ။

သူအဓိကအလေးထားသည့်အရာမှာ ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ ချုပ်ငြိမ်းအောင် ပြုလုပ်ခြင်းနှင့်ဆိုင်သော ပြဿနာသာလျှင် ဖြစ်ပေ၏။ ဤတစ်ခုတည်းသော လက်တွေ့ကျ၍ တိကျသည့်ရည်ရွယ်ချက်ကို သူအာရုံစူးစိုက်လျက် အခြားမသက်ဆိုင်သည့် အကြောင်းအရာများအားလုံးကို လျစ်လျူရှုတော်မူသည်။

But how are we to believe that there is a past existence?

http://www.dhammadownload.com

The most valuable evidence Buddhists cite in favour of rebirth is the Buddha, for He developed a knowledge which enabled Him to read past and future lives.

Following His instructions, His disciples also developed this knowledge and were able to read their past lives to a great extent.

သို့ရာတွင် အတိတ်ဘဝရှိသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ မည်သို့ယုံကြည်ရမည်နည်း။

နောင်ဘဝရှိကြောင်း သက်သေပြရန် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖော်ပြလေ့ရှိသော အဖိုးတန်ဆုံးအထောက်အထားမှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာပင် ဖြစ်၏၊ အကြောင်းက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ပုဗ္ဗေနိဝါသအဘိညာဉ်ကို ရရှိတော်မူပြီးလျှင် ဤအဘိညာဉ်တန်ခိုးဖြင့် မိမိနှင့်တကွ သတ္တဝါများ၏ အတိတ်ဘဝများနှင့် အနာဂတ်ဘဝများကို သိမြင်တော်မူသောကြောင့် ဖြစ်၏။

သူ၏ နည်းပေးလမ်းညွှန်မှုကို လိုက်နာကျင့်ကြံကြသည့်အတွက် သူ၏ တပည့်များသည်လည်း ပုဗ္ဗေနိဝါသအဘိညာဉ်ကို ရရှိကြပြီးလျှင် သူတို့၏ အတိတ်ဘဝ မြောက်မြားစွာကို မြင်သိနိုင်ကြသည်။

Even some Indian Rishis, before the advent of the Buddha, were distinguished for such psychic powers as clairaudience, clairvoyance, thought-reading, remembering past births, etc.

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရား မပွင့်ပေါ်မီအချိန်က အချို့သောအိန္ဒိယရသေ့များသည်ပင်လျှင် နတ်နားကဲ့သို့ ကြားသိနိုင်သည့် ဒိဗ္ဗသောတအဘိညာဉ်၊ နတ်မျက်စိကဲ့သို့ မြင်သိနိုင်သော ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဉ်၊ သူတစ်ပါးတို့၏ စိတ်အကြံများကို သိရှိနိုင်သည့် ပရစိတ္တဝိဇာနနအဘိညာဉ်၊ မိမိတို့၏အတိတ်ဘဝများကိုမြင်သိနိုင်သည့်ပုဗ္ဗေနိဝါသအဘိညာဉ်စသည့်စိတ်တန်ခိုးများဖြင့် ထူးခြားကျော်ကြားခဲ့ကြသည်။

There are also some persons, who probably in accordance with the laws of association, spontaneously develop the memory of their past birth, and remember fragments of their previous lives. Such cases are very rare, but those few well-attested, respectable cases tend to throw some light on the idea of a past birth. So are the experiences of some modern dependable psychists and strange cases of alternating and multiple personalities.

ဆက်စပ်မှုနိယာမများနှင့်အညီ မိမိတို့၏ အတိတ်ဘဝအကြောင်းမှတ်ဉာဏ်(ဇာတိဿရဉာဏ်)ကို အလိုအလျောက် ရရှိပြီးလျှင် မိမိတို့၏အတိတ်ဘဝများ အကြောင်းအရာတစ်စိတ် တစ်ဒေသကို မှတ်မိကြသည့်လူများလည်း တချို့တလေ ရှိကြပါသည်။ ဤသို့သောဖြစ်ရပ်များမှာ အလွန်ရှားပါးပါသော်လည်း ကောင်းစွာစုံစမ်းလေ့လာ၍ ခိုင်လုံသော သက်သေအထောက်အထားများနှင့်တကွ လေးစားထိုက်သည့် လူအနည်းငယ်တို့၏ ဇာတိဿရဉာဏ်တို့သည် အတိတ်ဘဝရှိကြောင်းကို မီးမောင်းထိုးပြလျက်ရှိသည်။

http://www.dhammadownload.com

In hypnotic states some relate experiences of their past lives; while a few others read the past lives of others and even heal diseases.[1]

[1] (See–*Many Mansions* and *The World Within* by Gina Cerminara.)

အိပ်မွေ့ချထားသော အခြေအနေများ၌ လူအချို့တို့သည် မိမိတို့၏ အတိတ်ဘဝများ၏ အတွေ့အကြုံများကို ပြောပြနိုင်ကြသည်၊ လူအနည်းငယ်တို့မှာ သူတစ်ပါးတို့၏ အတိတ်ဘဝများကို မြင်သိနိုင်ကြပြီးလျှင် ရောဂါများကိုပင် ပျောက်ကင်းအောင် ကုသပေးနိုင်ကြသည်။[၁] ([၁]*ဂျီနာစာမီနာရာ ရေးသားသည့် Many Mansions and The World Within စာအုပ်ကို ကြည့်ရှုပါ။*)

Sometimes we get strange experiences which cannot be explained but by rebirth.

How often do we meet persons whom we have never met, and yet instinctively feel that they are quite familiar to us? How often do we visit places, and yet feel impressed that we are perfectly acquainted with those surroundings?

တစ်ခါတစ်ရံတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းမှတစ်ပါး အခြားသော အကြောင်းပြချက်များဖြင့် မရှင်းပြနိုင်သည့် ထူးဆန်းသော အတွေ့အကြုံများကို ကြုံတွေ့ကြရသည်။

ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ခါမျှ မတွေ့ဆုံခဲ့ဖူးသည့်လူများနှင့် တွေ့ဆုံ၍ သူတို့သည် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် အတော်အတန် သိကျွမ်းခဲ့ပြီးသူများ ဖြစ်

http://www.dhammadownload.com

သည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့ အလိုအလျောက်ခံစားမိသည့် အဖြစ်အပျက်မျိုးကို မကြာခဏဆိုသလို ကျွန်ုပ်တို့ မကြုံကြိုက်ခဲ့ပေဘူးလား။ ကျွန်ုပ်တို့ မရောက်ဖူးသည့်နေရာများကို သွားရောက်လည်ပတ်သောအခါ ထို နေရာများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်များကို ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး သိကျွမ်းနေ သည့်အနေဖြင့် စိတ်တွင်စွဲကျန်ခံစားမိသော အဖြစ်အပျက်မျိုးကိုရော မကြာခဏ မကြုံကြိုက်ခဲ့ပေဘူးလား။

The Buddha tells us:-

"Through previous associations or present advantage, that old love springs up again like the lotus in the water."

Experiences of some reliable modern psychists, ghostly phenomena, spirit communications, strange alternating and multiple personalities and so on shed some light upon this problem of rebirth.

မြတ်စွာဘုရားက ကျွန်ုပ်တို့အား ပြောပြသည်မှာ "အတိတ်က ပေါင်းသင်းဆက်ဆံခဲ့ခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ ပစ္စုပ္ပန်၌အခွင့်အရေးရခြင်း ကြောင့်ဖြစ်စေ ရှေးက ချစ်ခြင်းမေတ္တာသည် ရေထဲမှ ကြာပန်းပွင့် လာသလို တစ်ဖန်ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာ၏။"

အချို့သော အားကိုးလောက်သည့် ခေတ်သစ်စိတ်ပညာရှင်များ ၏ အတွေ့အကြုံများသည်လည်းကောင်း၊ တစ္ဆေခြောက်သည့်ဖြစ်ရပ် များနှင့် ဝိညာဉ်များနှင့် ဆက်သွယ်နိုင်သည့် ဖြစ်ရပ်များသည် လည်း ကောင်း၊ လူတစ်ကိုယ်ထဲ၌ စရိုက်လက္ခဏာ နှစ်မျိုးသုံးမျိုး အပြန်

http://www.dhammadownload.com

အလှန် ပြောင်းလဲနေခြင်းနှင့် တစ်ဦးထက်ပို၍ စရိုက်လက္ခဏာရှိနေခြင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ နောင်ဘဝသစ်ရှိခြင်းကို တစ်စိတ် တစ်ဒေသအားဖြင့် မီးမောင်းထိုးပြလျက်ရှိ၏။

Into this world come Perfect Ones like the Buddhas and highly developed personalities. Do they evolve suddenly? Can they be the products of a single existence?

ဤကမ္ဘာပေါ်သို့ မြတ်စွာဘုရားများကဲ့သို့သော လုံးဝပြည့်စုံကြသည့်ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး အလွန်မြင့်မားဖွံ့ဖြိုးကြသောပုဂ္ဂိုလ်များ ရောက်လာကြသည်။ သူတို့သည် ရုတ်တရက် ဆင့်ကဲပြောင်းလဲတိုးတက်ကြပါသလား၊ သူတို့သည် တစ်ဘဝတည်း ကြိုးပမ်းမှုများ၏ ရလဒ်များပေလော။

How are we to account for great characters like Buddha-ghosa, Panini, Kalidasa, Homer and Plato, men of genius like Shakespeare, infant prodigies like Pascal, Mozart, Beethoven, Raphael, Ramanujan, etc.?

ကြီးကျယ်သောပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်ကြသည့် ဗုဒ္ဓဃောသ, ပနိနိ, ကာလိဒါသ, ဟိုမာနှင့် ပလေတို၊ ရှိတ်စပီးယားကဲ့သို့သော ဉာဏ်ကြီးရှင်များ၊ ပတ်စကယ်, မိုးဇတ်, ဘီးသိုဝင်, ရတ်ဖေယယ်, ရာမနုဂျန်စသည်ကဲ့သို့သော ဉာဏ်ပညာထက်မြက်ကြသည့် ကလေးများ တည်ရှိခြင်းကို ကျွန်ုပ်တို့ဘယ်လိုရှင်းပြနိုင်ကြပါသလဲ။

http://www.dhammadownload.com

Heredity alone cannot account for them. "Else their ancestry would disclose it, their posterity, even greater than themselves, demonstrate it."

မျိုးရိုးဗီဇတစ်ခုတည်းဖြင့် ဤဖြစ်ရပ်များကို မရှင်းပြနိုင်ပါ။ "ထို့အပြင် သူတို့၏မျိုးရိုးစဉ်ဆက်က ဤအချက်ကို ထုတ်ဖော်ပြလိမ့်မည်၊ သူတို့၏နောင်လာနောက်သားများက သူတို့ကိုယ်တိုင်ထက် ပို၍ကြီးကျယ်စွာ ထင်ထင်ရှားရှားပြလိမ့်မည်။"

Could they rise to such lofty heights if they had not lived noble lives and gained similar experiences in the past? Is it by mere chance that they are born of those particular parents and placed under those favourable circumstances?

သူတို့သည် အတိတ်ကာလ၌ မြင့်မြတ်သောဘဝများဖြင့် နေထိုင်၍ ဆင်တူသောအတွေ့အကြုံများကို မရရှိခဲ့ကြလျှင် ဤဘဝ၌ ထိုမျှမြင့်မြတ်သောအမြင့်များသို့ မြင့်တက်နိုင်ကြပါမည်လား။ ထိုထူးခြားသောမိဘများမှ မွေးဖွား၍ထိုသာလွန်ကောင်းမွန်သည့်အခြေအနေများ၌ ကြီးပြင်းခဲ့ရခြင်းမှာ တိုက်ဆိုင်မှုမျှသာ ဖြစ်ပါသလား။

The few years that we are privileged to spend here or, for the most five score years, must certainly be an inadequate preparation for eternity.

If one believes in the present and in the future, it is quite logical to believe in the past. The present

http://www.dhammadownload.com

is the offspring of the past, and acts in turn as the parent of the future.

ဤနေရာ၌ ကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရန် နှစ်အနည်းငယ် သို့မဟုတ် အလွန်ဆုံး နှစ်တစ်ရာ နေထိုင်ခွင့်ရခြင်းသည် ထာဝရ ချမ်းသာစွာ နေထိုင်နိုင်ဖို့အတွက် လုံလောက်သောပြင်ဆင်မှုများကို ပြုလုပ်ရန် အချိန်မလောက်ကြောင်းမှာ သေချာလှပါသည်။

အကယ်၍ လူတစ်ယောက်သည် ပစ္စုပ္ပန်နှင့် အနာဂတ်တို့ ရှိခြင်းကို ယုံကြည်လျှင် အတိတ်ကိုလည်း ယုံကြည်ရန် ယုတ္တိတန်လှပါ၏။ ပစ္စုပ္ပန်သည် အတိတ်၏ သားသမီးငယ်ဖြစ်ပြီး ပစ္စုပ္ပန်က တစ်ဖန် အနာဂတ်၏ မိဘ ဖြစ်ပေ၏။

If there are reasons to believe that we have existed in the past, then surely there are no reasons to disbelieve that we shall continue to exist after our present life has apparently ceased.

It is indeed a strong argument in favour of past and future lives that "in this world virtuous persons are very often unfortunate and vicious persons prosperous."

ကျွန်ုပ်တို့သည် အတိတ်၌ တည်ရှိခဲ့ကြောင်းကို ယုံကြည်ရန် အကြောင်းများ ရှိခဲ့လျှင် ဤဘဝ ကုန်ဆုံးပြီးသည့်နောက်၌လည်း ကျွန်ုပ်တို့ဆက်လက်တည်ရှိဦးမည်ကို မယုံကြည်နိုင်စရာအကြောင်း မရှိချေ။

http://www.dhammadownload.com

"ဤကမ္ဘာလောက၌ ကိုယ်ကျင့်သီလ ကောင်းသောပုဂ္ဂိုလ်များက မကြာခဏဆိုသလို ကံမကောင်းကြဘဲ အကျင့်မကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်များက ကြီးပွားချမ်းသာကြခြင်းသည်" အတိတ်ဘဝများနှင့် အနာဂတ်ဘဝများ ရှိခြင်းကို ထောက်ခံသော အလွန်ခိုင်မာသည့် အကြောင်းပြချက်တစ်ရပ် အမှန်ဖြစ်ပေ၏။

A Western writer says:

"Whether we believe in a past existence or not, it forms the only reasonable hypothesis which bridges certain gaps in human knowledge concerning certain facts of every day life. Our reason tells us that this idea of past birth and Kamma alone can explain the degrees of difference that exist between twins, how men like Shakespeare with a very limited experience are able to portray with marvellous exactitude the most diverse types of human character, scenes and so forth of which they could have no actual knowledge, why the work of the genius invariably transcends his experience, the existence of infant precocity, the vast diversity in mind and morals, in brain and physique, in conditions, circumstances and environment observable throughout the world, and so forth."

အနောက်တိုင်းစာရေးသူတစ်ဦးက ဤသို့ပြောဆို၏ –

http://www.dhammadownload.com

"အတိတ်ဘဝကို ကျွန်ုပ်တို့ယုံကြည်သည်ဖြစ်စေ မယုံလျှင်ဖြစ်စေ၊ နေ့စဉ်ဘဝ၏ အချို့သောအချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ လူသားဗဟုသုတ၌ အချို့သောကွာဟချက်များကို ဆက်စပ်ပေးဖို့အတွက် အကြောင်းအကျိုးညီညွတ်သည့် တစ်ခုတည်းသောအဆိုပြုချက်မှာ အတိတ်ဘဝရှိသည်ဆိုခြင်းပင် ဖြစ်၏။ ကျွန်ုပ်တို့၏ဆင်ခြင်ဉာဏ်က ကျွန်ုပ်တို့အား ပြောပြသည်မှာ အတိတ်ဘဝနှင့် ကံ–ကံ၏အကျိုးယူဆချက်တစ်ခုတည်းကသာလျှင် အမြွှာပူးများအကြား၌ ကွာခြားချက်များ တည်ရှိခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ရှိတ်စပီးယားကဲ့သို့သော လူအချို့တို့သည် အလွန်ကျဉ်းမြောင်းသည့် အတွေ့အကြုံလောက်သာ ရှိပါလျက် အလွန်ထွေပြားခြားနားကြသည့် လူ့ပင်ကိုစရိုက်အမျိုးမျိုးနှင့် သူတို့ အမှန်တကယ် မမြင်ဖူး, မသိဖူးသည့် ရှုခင်းများ စသည့် အကြောင်းအရာများကို အံ့သြဖွယ်ကောင်းအောင် တိတိကျကျ သရုပ်ဖော်ပြနိုင်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ကြီးရှင်များ၏ အလုပ်အကိုင်သည် သူတို့၏အတွေ့အကြုံထက် အဘယ့်ကြောင့် အမြဲတမ်း သာလွန်နေခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ကလေးအရွယ်၌ပင် ဉာဏ်ပညာဖွံ့ဖြိုးနေခြင်း, စိတ်သဘောထားနှင့် ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တများ ကွာခြားနေခြင်း, ဦးနှောက်စွမ်းရည်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်တည်ဆောက်ပုံတို့ ကွဲပြားခြားနားနေခြင်း, တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် မြင်တွေ့နိုင်သော အခြေအနေများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်များ ကွာခြားနေခြင်း စသည်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ ကျေနပ်စဖွယ် ရှင်းပြပေးနိုင်ပါသည်။"

It should be stated that this doctrine of rebirth can neither be proved nor disproved experimentally, but it is accepted as an evidentially verifiable fact.

http://www.dhammadownload.com

ဤတွင် ဖော်ပြသင့်သည်မှာ ဤပြန်လည် ပဋိသန္ဓေနေခြင်း သဘောတရားကို မှန်ကန်ကြောင်း သို့မဟုတ် မှားယွင်းကြောင်း သက်သေပြရန် လက်တွေ့စမ်းသပ်ချက်များ မပြုလုပ်နိုင်ပါ၊ သို့သော် ဤသဘောတရားကို သိရှိပြီးသော အထောက်အထားများအရ မှန်ကန်သည်ဟု သက်သေပြနိုင်သော အချက်တစ်ခုအဖြစ် လက်ခံကြသည် ဆိုခြင်းပင်။

"The cause of this Kamma," continues the Buddha, "is *avijjā* or ignorance of the Four Noble Truths. Ignorance is, therefore, the cause of birth and death; and its transmutation into knowingness or *vijjā* is consequently their cessation."

The result of this analytical method is summed up in the *Paticca Samuppāda*.

မြတ်စွာဘုရားက ဆက်လက်မိန့်ဆိုတော်မူသည်မှာ- "ဤကံ၏ အကြောင်းတရားသည် အရိယသစ္စာလေးပါးကို မသိခြင်း- အဝိဇ္ဇာပင်တည်း၊ သို့ဖြစ်၍ မသိခြင်း- အဝိဇ္ဇာသည် ပဋိသန္ဓေနေခြင်းနှင့် သေခြင်းတို့၏အကြောင်းတရားဖြစ်၏။ အကယ်၍မသိခြင်း- အဝိဇ္ဇာကို အရိယသစ္စာလေးပါးကို မြင်သိသော ဝိဇ္ဇာအဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းစေနိုင်လျှင် ပဋိသန္ဓေနေခြင်းနှင့် သေခြင်းတို့ ချုပ်ငြိမ်းသွားကြမည် ဖြစ်၏။"

ဤသို့ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ သိမြင်နိုင်သောနည်း၏ ရလဒ်ကို *ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်* တရားတော်၌ ပေါင်းရုံးဖော်ပြထားပါသည်။

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 8
အခန်း (၈)
PATICCA SAMUPPĀDA
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်

Paticca means because of, or dependent upon: *Samuppāda* "arising or origination." *Paticca Samuppāda,* therefore, literally means– "Dependent Arising" or "Dependent Origination."

'*ပဋိစ္စ*' သည် 'အကြောင်းကြောင့်' သို့မဟုတ် 'အပေါ်တည်မှီ၍' ဟု ဆိုလိုပြီးလျှင် '*သမုပ္ပါဒ*' သည် 'ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း' သို့မဟုတ် 'စတင်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း' ဟု အဓိပ္ပာယ်ရ၏။ ထို့ကြောင့် '*ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်*' ၏ တိုက်ရိုက်အဓိပ္ပာယ်မှာ 'အကြောင်းကို မှီ၍ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း' သို့မဟုတ် 'အကြောင်းတရားကို အစွဲပြု၍ အကျိုးတရားတို့ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း' ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

It must be borne in mind that *Paticca Samuppāda* is only a discourse on the process of birth and death and not a theory of the ultimate origin of life. It deals with the cause of rebirth and suffering, but it does not in the least attempt to show the evolution of the world from primordial matter.

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သည် ပဋိသန္ဓေနေခြင်းနှင့် သေခြင်းတို့ သံသရာလည်နေပုံကို ဖော်ပြသောတရားတော်သာ ဖြစ်ပြီးလျှင် ဘဝ၏ အဆုံးစွန် အစမူလနှင့်ဆိုင်သော သီဝရီ – ယူဆချက်မဟုတ်ကြောင်းကို စိတ်ထဲတွင် စွဲမှတ်ထားသင့်ပေ၏။ ဤတရားတော်သည် ပြန်လည်ပဋိသန္ဓေနေခြင်းနှင့် ဆင်းရဲဒုက္ခတို့၏ အကြောင်းတရားကို စိစစ်ပြပေး၏၊ သို့သော် ကမ္ဘာတည်စအချိန်၌ရှိသည့် ဒြပ်သားမှ ကမ္ဘာကြီးဆင့်ကဲပြောင်းလဲတိုးတက်လာပုံကို ဖော်ပြရန် ကြိုးပမ်းထားခြင်းအလျဉ်းမရှိပါ။

Ignorance *(Avijjā)* is the first link or cause of the wheel of life. It clouds all right understanding.

Dependent on ignorance of the Four Noble Truths arise activities *(Saṅkhāra)* — both moral and immoral. The activities whether good or bad rooted in ignorance which must necessarily have their due effects, only tend to prolong life's wandering. Nevertheless, good actions are essential to get rid of the ills of life.

http://www.dhammadownload.com

အရိယသစ္စာလေးပါးကို မသိမှု *(အဝိဇ္ဇာ)* သည် ဘဝစက်ဝိုင်း၌ ပထမကွင်းဆက် သို့မဟုတ် အကြောင်းတရားဖြစ်၏။ ၎င်းသည် ကောင်းစွာသိမြင်ခြင်းအားလုံးကို ဖုံးကွယ်၏။

အရိယသစ္စာလေးပါးကို မသိမှု (အဝိဇ္ဇာ) ကို အမှီပြု၍ (ဝါ) အကြောင်းပြု၍ ပြုလုပ်မှုများ (သင်္ခါရ ခေါ် ကံတရားများ) ဖြစ်ပေါ်ကြ၏။ ပြုလုပ်မှုများတွင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုများရော အကုသိုလ်မကောင်းမှုများပါ ပါဝင်ကြ၏။ အဝိဇ္ဇာ၌ အမြစ်တွယ်နေကြသော ဤကုသိုလ်–အကုသိုလ်ကံများသည် အကြောင်းညီညွတ်သည့်အခါ ၎င်းတို့၏ဆီလျော်သော အကျိုးများကို မလွဲမသွေပေးကြမည် ဖြစ်သဖြင့် ဘဝ၏လှည့်လည်သွားလာခြင်းကို ပို၍ရှည်ကြာစေကြမည်ဖြစ်၏။ သို့စေကာမူ ကောင်းသောပြုလုပ်မှုများသည် ဘဝ၏ဆင်းရဲဒုက္ခများကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့အတွက် လိုအပ်ပါသည်။

Dependent on activities arises re-birth consciousness *(Viññāṇa)*. This links the past with the present.

Simultaneous with the arising of rebirth-consciousness there come into being mind and body *(Nāma-rūpa)*.

The six sense-doors *(Saḷāyatana)* are the inevitable consequences of mind and body.

Because of the six sense-doors contact *(Phassa)* sets in. Contact leads to feeling *(Vedanā)*.

ကုသိုလ်ကံ– အကုသိုလ်ကံများကို အကြောင်းပြု၍ နောက်ဘဝ

http://www.dhammadownload.com

ပဋိသန္ဓေစိတ် *(ဝိညာဏ်)* ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဤပဋိသန္ဓေစိတ်သည် အတိတ်ဘဝနှင့် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝကို ဆက်စပ်ပေး၏။

ပဋိသန္ဓေစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက်ပင်လျှင် ၎င်းစိတ်နှင့် အတူယှဉ်တွဲ၍ဖြစ်ပေါ်သည့် စေတသိက်နာမ်ခန္ဓာများနှင့် ကံကြောင့်ဖြစ်သည့်ရုပ်များ *(နာမ–ရူပ)* ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။ စိတ်နှင့် စေတသိက်အပေါင်းသည် နာမ်ခန္ဓာလေးပါးကို ဖြစ်ပေါ်စေကြပြီးလျှင် ရုပ်အပေါင်းက ရုပ်ခန္ဓာကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ ဤခန္ဓာငါးပါးအပေါင်းအစုသည် သတ္တဝါတစ်ဦးကို ကိုယ်စားပြု၏။

နာမ်ခန္ဓာများနှင့် ရုပ်ခန္ဓာဖြစ်ပေါ်လာကြသည့်အခါ မျက်စိ, နား, နှာ, လျှာ, ကိုယ်, စိတ်ဟူသော ဒွါရခြောက်ပါး *(သဠာယတန)* တို့ မလွဲမသွေဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။

ဒွါရခြောက်ပါး ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အခါ အာရုံခြောက်ပါးတို့က ဆိုင်ရာဆိုင်ရာဒွါရအသီးသီးကို လာရောက်တိုက်ခတ်ကြသဖြင့် ထိတွေ့မှု *(ဖဿ)* ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

ထိတွေ့မှုသည် ခံစားမှု *(ဝေဒနာ)* ကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။

These five, viz., consciousness, mind and matter, six sense-doors, contact and feeling are the effects of past actions and are called the passive side of life.

ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော စိတ်, စေတသိက်နာမ် နှင့်ရုပ်, ဒွါရခေါ် အာယတနခြောက်ပါး, ထိတွေ့မှုနှင့် ခံစားမှုတည်းဟူသော အင်္ဂါ (၅) ပါးတို့သည် အတိတ်ကံများ၏ အကျိုးတရားများ ဖြစ်ကြ၏။ ၎င်းတို့ကို ဘဝ၏အပြုခံသောဘက်ဟု ခေါ်၏။

http://www.dhammadownload.com

Dependent on feeling arises craving *(Tanhā)*. Craving results in grasping *(Upādāna)*. Grasping is the cause of Kamma *(Bhava)* which, in its turn, conditions future birth *(Jāti)*. Birth is the inevitable cause of old age and death *(Jarā-marana)*.

ခံစားမှုကို အကြောင်းပြု၍ လိုချင်တပ်မက်မှု *(တဏှာ)* ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ လိုချင်တပ်မက်မှုကို အကြောင်းပြု၍ ပြင်းထန်စွာစွဲလမ်းမှု *(ဥပါဒါန)* ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ပြင်းထန်စွာ စွဲလမ်းမှုကြောင့် အလိုရှိသည်ကို ရရန်ပြုလုပ်ကြသဖြင့် ကံသစ်များ *(ကမ္မဘဝ)* ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။ ဤကံသစ်များကတစ်ဖန် ၎င်း၏အလှည့်အဖြစ် အနာဂတ်မွေးဖွားခြင်း *(ဇာတိ)* ကိုဖြစ်ပေါ်ရန် အခြေအနေ ဖန်တီးပေးကြ၏။

ဘဝသစ်၌ မွေးဖွားခြင်းဟူသော အကြောင်းတရားကြောင့် အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းနှင့် သေခြင်း *(ဇရာ–မရဏ)* တို့ ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။

If on account of the cause the effect comes to be, then if the cause ceases, the effect also must cease.

The reverse order of the *Paticca Samuppāda* will make the matter clear.

အကယ်၍ အကြောင်းတရားကြောင့် အကျိုးတရားဖြစ်ပေါ်လာသည်ဆိုလျှင် အကြောင်းတရား ချုပ်ငြိမ်းပါက အကျိုးတရားလည်း ချုပ်ငြိမ်းရမည်ဖြစ်၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်၏ ပြောင်းပြန်အစီအစဉ်က ဤအကြောင်းကို ရှင်းလင်းအောင် ပြုလုပ်ပေးလိမ့်မည်။

http://www.dhammadownload.com

Old age and death are possible in, and with a psychophysical organism. Such an organism must be born; therefore it pre-supposes birth. But birth is the inevitable result of past deeds or Kamma. Kamma is conditioned by grasping which is due to craving. Such craving can appear only where feeling exists.

Feeling is the outcome of contact between the sense-doors and objects. Therefore it presupposes organs of senses which cannot exist without mind and body. Where there is a mind there is consciousness. It is the result of past good and evil. The acquisition of good and evil is due to ignorance of things as they truly are.

ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးလုံးရှိသော သတ္တဝါများ၌ အိုမင်းခြင်းနှင့် သေခြင်းတို့ ရှိပေလိမ့်မည်။ ထိုသို့သော သတ္တဝါကို မွေးဖွားရမည် ဖြစ်သဖြင့် ပဋိသန္ဓေနေခြင်း ရှိရမည်ကို ကြိုတင်မှန်းဆထားနိုင်၏။ သို့သော် ပဋိသန္ဓေနေခြင်းသည် အတိတ်ပြုလုပ်မှုများ (ဝါ) ကံများ၏ မလွဲရှောင်သာသော အကျိုးတရားဖြစ်၏။ ကံကို ပြုလုပ်ဖြစ်အောင် ပြင်းထန်စွာစွဲလမ်းခြင်းက အကြောင်းဖန်တီးပေး၏။ ပြင်းထန်စွာ စွဲလမ်းခြင်းသည် လိုချင်တပ်မက်ခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုသို့သော လိုချင်တပ်မက်မှုသည် ခံစားမှု တည်ရှိသည့် နေရာ၌သာ ပေါ်ပေါက်လာနိုင်၏။

http://www.dhammadownload.com

ခံစားမှုသည် အာရုံဒွါရများနှင့် အာရုံများ ထိတွေ့ခြင်း၏ အကျိုးတရား ဖြစ်၏။ ထိတွေ့ခြင်းသည် သဠာယတန ခေါ် အာရုံဒွါရများ ရှိခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရ၏၊ သဠာယတန ခေါ် ဒွါရခြောက်ပါးတို့သည် နာမ်နှင့်ရုပ် မရှိဘဲနှင့် မတည်ရှိနိုင်ပါ။ နာမ်တရား၌ စေတသိက်နာမ်တရားတို့သည် အာရုံသိမှု–စိတ်ကိုမှီ၍ ဖြစ်ရသဖြင့် စိတ်ရှိရမည် ဖြစ်၏။ ဤစိတ်ကတစ်ဖန် အတိတ်က ပြုလုပ်ခဲ့သည့် ကုသိုလ်ကံနှင့် အကုသိုလ်ကံတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဤကံတရားတို့ကို ပြုလုပ်မိခြင်းမှာ ရုပ်နာမ်တရားတို့ကို အရှိအရှိအတိုင်း အမှန်ကို မသိခြင်း–အဝိဇ္ဇာကြောင့် ဖြစ်၏။

The whole formula may be summed up thus:

Dependent on Ignorance arise Activities (Moral and Immoral).

Dependent on Activities arises Consciousness (Rebirth Consciousness).

Dependent on Consciousness arise Mind and Matter.

Dependent on Mind and Matter arise the six Spheres of Sense.

Dependent on the Six Spheres of Sense arises Contact.

Dependent on Contact arises Feeling.

Dependent on Feeling arises Craving.

Dependent on Craving arises Grasping.

Dependent on Grasping arise Actions (Kamma).

http://www.dhammadownload.com

Dependent on Actions arises Re-birth.

Dependent on Birth arise Decay, Death, Sorrow, Lamentation, Pain, Grief and Despair.

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ယန္တရားတစ်ခုလုံးကို ဤသို့စုရုံးဖော်ပြနိုင်၏ –

မသိမှု–အဝိဇ္ဇာကိုအကြောင်းပြု၍ ကုသိုလ်ကံ–အကုသိုလ်ကံ ဟူသော သင်္ခါရ ဖြစ်ပေါ်၏။

ကံတရား– သင်္ခါရကို အကြောင်းပြု၍ ပဋိသန္ဓေစိတ်ဟူသော ဝိညာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏။

အာရုံသိမှု–စိတ်ကို အကြောင်းပြု၍ နာမ်နှင့်ရုပ်ဟူသော နာမ–ရူပ ဖြစ်ပေါ်၏။

နာမ်နှင့်ရုပ်တို့ကို အကြောင်းပြု၍ ဒွါရ(၆)ပါးဟူသော သဠာယတန ဖြစ်၏။

အာရုံဝင်ရောက်ရာ ဒွါရ(၆)ပါးကို အကြောင်းပြု၍ ထိတွေ့မှု–ဖဿ ဖြစ်ပေါ်၏။

ထိတွေ့မှု–ဖဿကို အကြောင်းပြု၍ ခံစားမှု–ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်၏။

ခံစားမှု–ဝေဒနာကို အကြောင်းပြု၍ လိုချင်တပ်မက်မှု–တဏှာ ဖြစ်ပေါ်၏။

တဏှာကို အကြောင်းပြု၍ ပြင်းထန်စွာစွဲလမ်းမှု– ဥပါဒါန် ဖြစ်ပေါ်၏။

ဥပါဒါန်ကို အကြောင်းပြု၍ ပြုလုပ်မှုဟူသော ကမ္မဘဝ ဖြစ်ပေါ်၏။

ကမ္မဘဝဟူသော ကံတရားကြောင့် နောက်ဘဝ မွေးဖွားခြင်း–ဇာတိ ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

ဇာတိကို အကြောင်းပြု၍ အိုခြင်း–ဇရာ၊ သေခြင်း–မရဏ၊ စိုးရိမ်ခြင်း–သောက၊ ငိုကြွေးခြင်း–ပရိဒေဝ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း–ဒုက္ခ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း–ဒေါမနဿ၊ ပြင်းထန်စွာ ပူဆွေးခြင်း–ဥပါယာသ တို့ ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။

Thus does the entire aggregate of suffering arise. The first two of these twelve pertain to the past, the middle eight to the present, and the last two to the future.

ဤသို့လျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းအစုအားလုံးတို့ ဖြစ်ပေါ်ကြ၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ရဟတ်၏ ပထမ အင်္ဂါနှစ်ခု(အဝိဇ္ဇာနှင့် သင်္ခါရ) သည် အတိတ်နှင့် သက်ဆိုင်၏။ အလယ်အင်္ဂါ ရှစ်ခု (ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကမ္မဘဝ) တို့သည် ပစ္စုပ္ပန်နှင့် သက်ဆိုင်၏။ နောက်ဆုံးအင်္ဂါနှစ်ခု (ဇာတိနှင့် ဇရာမရဏ) တို့သည် အနာဂတ်နှင့်သက်ဆိုင်၏။

The complete cessation of Ignorance leads to the cessation of Activities.
The cessation of Activities leads to the cessation of Consciousness.
The cessation of Consciousness leads to the cessation of Mind and Matter.
The cessation of Mind and Matter leads to the cessation of the six Spheres of Sense.

http://www.dhammadownload.com

The cessation of the six Spheres of Sense leads to the cessation ofContact,

The cessation of Contact leads to the cessation of Feeling,

The cessation of Feeling leads to the cessation of Craving.

The cessation of Craving leads to the cessation of Grasping.

The cessation of Grasping leads to the cessation of Actions.

The cessation of Actions leads to the cessation of Re-birth.

The cessation of Re-birth leads to the cessation of Decay, Death, Sorrow, Lamentation, Pain, Grief, and Despair.

Thus does the cessation of this entire aggregate of suffering result.

မသိမှု–အဝိဇ္ဇာ လုံးဝချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ပြုလုပ်မှုဟူသော သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်း၏ ။

ပြုလုပ်မှု–သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ပဋိသန္ဓေစိတ်ဟူသော ဝိညာဏ် ချုပ်ငြိမ်း၏ ။

အာရုံသိမှု–စိတ် ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် နာမ်နှင့်ရုပ်ဟူသော နာမ–ရူပ ချုပ်ငြိမ်း၏ ။

http://www.dhammadownload.com

နာမ်နှင့် ရုပ် – နာမ ရူပ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ဒွါရ(၆)ပါး ဟူသော သဠာယတနချုပ်ငြိမ်း၏။
အာရုံထိတိုက်ရာ–ဒွါရ(၆)ပါး ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ထိတွေ့မှု–ဖဿ ချုပ်ငြိမ်း၏။
ထိတွေ့မှု–ဖဿ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ခံစားမှု–ဝေဒနာ ချုပ်ငြိမ်း၏။
ခံစားမှု– ဝေဒနာ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် လိုချင်တပ်မက်မှု – တဏှာ ချုပ်ငြိမ်း၏။
လိုချင်တပ်မက်မှု – တဏှာ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ပြင်းထန်စွာစွဲလမ်းမှု– ဥပါဒါန် ချုပ်ငြိမ်း၏။
ဥပါဒါန် ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ပြုလုပ်မှု–ကမ္မဘဝ ချုပ်ငြိမ်း၏။
ကမ္မဘဝ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် နောက်ထပ်တစ်ဖန် ပဋိသန္ဓေနေခြင်း– ဇာတိ ချုပ်ငြိမ်း၏။
ဇာတိချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် အိုခြင်း–ဇရာ၊ သေခြင်း–မရဏ၊ စိုးရိမ်ခြင်း– သောက၊ ငိုကြွေးခြင်း–ပရိဒေဝ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း–ဒုက္ခ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း–ဒေါမနဿ၊ ပြင်းထန်စွာ ပူဆွေးခြင်း– ဥပါယာသ တို့ ချုပ်ငြိမ်းကြ၏။

ဤသို့ဖြင့် ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းအစုအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် ဖြစ်ပေါ်၏။

This process of cause and effect continues *ad infinitum*. The beginning of this process cannot be determined as it is impossible to say whence this life-flux was encompassed by nescience. But when this nescience is turned into knowledge, and the

http://www.dhammadownload.com

life-flux is diverted into Nibbãna-dhãtu, then the end of the life process or *Saṁsãra* comes about.

ဤအကြောင်း–အကျိုးဖြစ်စဉ်သည် အကန့်အသတ်မရှိ အမြဲတစေ ဆက်လက်ဖြစ်နေလိမ့်မည်။ ဤဖြစ်စဉ်၏ အစကို မဆုံးဖြတ်နိုင်ပါ၊ အကြောင်းမှာ ဘဝ၏ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေမှုသည် မည်သည့်အချိန်ကစ၍ မသိမှု–အဝိဇ္ဇာဖြင့် ဝန်းရံလွှမ်းခြုံနေသည်ကိုမပြောနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ သို့သော် ဤမသိမှု–အဝိဇ္ဇာက သိမှု–ပညာသို့ ကူးပြောင်းသွားပြီးလျှင် ဘဝ၏ အဆက်အပြတ် ဖြစ်ပျက်နေမှုက ချုပ်ငြိမ်းခြင်း–နိဗ္ဗာနဓာတ်သို့ ပြောင်းလဲသွားလျှင်မှ ဘဝဖြစ်စဉ်၏ အဆုံး သို့မဟုတ် သံသရာ၏ အဆုံးသည် ရောက်ရှိလာမည်ဖြစ်၏။

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 9
အခန်း (၉)
ANATTA OR SOUL-LESSNESS
အနတ္တ သို့မဟုတ် ဝိညာဉ်မရှိခြင်း

This Buddhist doctrine of re-birth should be distinguished from the theory of re-incarnation which implies the transmigration of a soul and its invariable material rebirth. Buddhism denies the existence of an unchanging or eternal soul created by a God or emanating from a Divine Essence *(Paramātma)*.

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ပြန်လည်ပဋိသန္ဓေနေခြင်း သဘောတရားသည် ဝိညာဉ်ဝင်စား၍ ဘဝသစ်ဖြစ်ခြင်း အယူအဆနှင့် မတူကြောင်းကို ခွဲခြားသိရှိဖို့ လို၏။ ဝိညာဉ်ဝင်စား၍ ဘဝသစ်ဖြစ်ခြင်းသည် မပျက်စီးနိုင်သော ဝိညာဉ်က ဘဝဟောင်းမှ ဘဝသစ်သို့ ကူးပြောင်းသွားပြီး

http://www.dhammadownload.com

လျှင် မပြောင်းလဲသော ရုပ်ခန္ဓာကိုယ် မွေးဖွားလာသည်ဟု ဆိုလိုရာ ရောက်၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းပေးထားသော သို့မဟုတ် ဘုရားသခင်၏ ဝိညာဉ်တော် *(ပရမအတ္တ)* မှ ခွဲထွက်လာသော မပြောင်းလဲဘဲ ထာဝရတည်မြဲနေသည့် ဝိညာဉ် သို့မဟုတ် ဇီဝ အတ္တ တည်ရှိခြင်းကို ငြင်းဆိုသည်။

If the immortal soul, which is supposed to be the essence of man, is eternal, there cannot be either a rise or a fall. Besides one cannot understand why "different souls are so variously constituted at the outset."

အကယ်၍ လူတစ်ယောက်၏ အနှစ်သာရဟု ယူဆသော ဝိညာဉ်သည် မည်သည့်အခါမျှ မသေဆုံးဘဲ ထာဝရတည်မြဲနေသည်ဆိုလျှင် ဘဝမြင့်တက်ခြင်း သို့မဟုတ် ဘဝဆုတ်ယုတ်ခြင်းဟူ၍ မရှိနိုင်တော့ပါ။ ထို့အပြင် "လူအမျိုးမျိုးတို့၏ ဝိညာဉ်အမျိုးမျိုးတို့သည် စ၍ဖန်ဆင်းစဉ်ကတည်းက အဘယ့်ကြောင့် အလွန်ကွဲပြားခြားနားစွာ ဖွဲ့စည်းထားရသည်"ကို နားမလည်နိုင်အောင် ရှိရပေသည်။

To prove the existence of endless felicity in an eternal heaven and unending torments in an eternal hell, an immortal soul is absolutely necessary. Otherwise, what is it that is punished in hell or rewarded in heaven?

ထာဝရတည်မြဲသော ကောင်းကင်ဘုံ၌ မဆုံးနိုင်သော ပျော်ရွှင်

http://www.dhammadownload.com

ချမ်းမြေ့မှုတည်ရှိခြင်းနှင့် ထာဝရဘုရားရဲ့ မပြီးဆုံးနိုင်သည့် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှု တည်ရှိခြင်းကို သက်သေပြရန်အတွက် မည်သည့်အခါမျှ မသေဆုံးသောဝိညာဉ် တည်ရှိဖို့ လုံးဝလိုအပ်ပါ၏။ သို့မဟုတ်လျှင် ငရဲ၌ ဒဏ်ပေးခံရသောအရာ သို့မဟုတ် ကောင်းကင်ဘုံ၌ ဆုပေးခြင်းခံရသောအရာသည် မည်သည့်အရာဖြစ်ပါသနည်း။

"It should be said," writes **Bertrand Russell,** "that the old distinction between soul and body has evaporated quite as much because 'matter' has lost its solidity as mind has lost its spirituality. Psychology is just beginning to be scientific. In the present state of psychology, belief in immortality can at any rate claim no support from science."

ခေတ်သစ် အင်္ဂလိပ်တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **ဘာထရန် ရတ်ဆယ်လ်** က ဤသို့ရေးသား၏ – "ဝိညာဉ်နှင့် ကိုယ်ခန္ဓာအကြား ရှေးဟောင်းစနစ်အရ ခွဲခြားသတ်မှတ်ခြင်းသည် အတော်အတန် အငွေ့ပျံ လွင့်ပျောက်သွားပြီဟု ဆိုရလိမ့်မည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ယခုအခါ 'ဒြပ်'သည် အစိုင်အခဲသဘောကိုဆုံးရှုံးသွားရပြီးလျှင် စိတ်သည်လည်း ဝိညာဉ်သဘောကို ဆုံးရှုံးသွားရပြီး ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။ စိတ်ပညာသည် စတင်၍ သိပ္ပံဆန်လာပြီဖြစ်၏။ စိတ်ပညာ၏ လက်ရှိအခြေအနေ၌ မသေဆုံးခြင်း၌ ယုံကြည်မှုသည် မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ သိပ္ပံ၏ထောက်ခံချက်ကို မရယူနိုင်တော့ပါ။"

Buddhists do agree with Russell when he says

"there is obviously some reason in which I am the same person as I was yesterday, and, to take an even more obvious example if I simultaneously see a man and hear him speaking, there is some sense in which the 'I' that sees is the same as the 'I' that hears."

ဘာထရန်ရတ်ဆယ်လ်က အောက်ပါအတိုင်း ပြောဆိုရာ၌ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များနှင့် သဘောချင်းတူပါသည်–

"မနေ့က တည်ရှိခဲ့သောကျွန်ုပ်နှင့် ယနေ့တည်ရှိသည့်ကျွန်ုပ်တို့သည် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတည်းဖြစ်သည်ဟုဆိုခြင်း၌ အကြောင်းပြချက်အချို့ အထင်အရှားရှိရမည်မှာ သေချာပါသည်၊ တစ်ဖန် ပို၍ထင်ရှားသော သာဓကတစ်ရပ်ကို ဖော်ပြရသော် လူတစ်ယောက်ကို ကျွန်ုပ်မြင်နေရသည့်အချိန်၌ သူ စကားပြောသည်ကိုပါ ကျွန်ုပ်တစ်ပြိုင်တည်းကြားရလျှင် ထိုမြင်သော 'ကျွန်ုပ်'နှင့် ကြားသော 'ကျွန်ုပ်'တို့အတူတူဖြစ်သည်ဟု ဆိုခြင်း၌ တစ်စုံတစ်ခုသောအဓိပ္ပာယ်ရှိပါ၏။"

Till recently scientists believed in an indivisible and indestructible atom. "For sufficient reasons physicists have reduced this atom to a series of events. For equally good reasons psychologists find that mind has not the identity of a single continuing thing but is a series of occurrences bound together by certain intimate relations.

The question of immortality, therefore, has

http://www.dhammadownload.com

become the question whether these intimate relations exist between occurrences connected with a living body and other occurrences which take place after that body is dead."

မကြာသေးသောအချိန်အထိ သိပ္ပံပညာရှင်များသည် အဏုမြူများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ မရ၊ ဖျက်ဆီး၍မရဟု ယုံကြည်ခဲ့ကြ၏။ "လုံလောက်သော အကြောင်းပြချက်များဖြင့် ရူပဗေဒပညာရှင်များသည် ဤအဏုမြူကို ဖြစ်ရပ်များ၏ အစဉ်အတန်းတစ်ခုအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပေးခဲ့ပြီ။ တူညီစွာကောင်းမွန်သော အကြောင်းပြချက်များဖြင့် စိတ်ပညာရှင်များကလည်း စိတ်သည် တစ်ခုတည်းဆက်လက်တည်ရှိနေသော အရာတစ်ခုနှင့် ထပ်တူထပ်မျှဖြစ်ခြင်းမရှိတော့ဘဲ အချို့သော အတွင်းကျကျဆက်သွယ်မှုများဖြင့် ပေါင်းစပ်ထားသည့်ဖြစ်ရပ်များ၏ အစဉ်အတန်းတစ်ခုသာဖြစ်သည်ဟု တွေ့ရှိလာ၏။

သို့ဖြစ်၍ သေခြင်းကင်း၍ ထာဝရရှင်သန်ခြင်းဆိုင်ရာပြဿနာသည် ဤအတွင်းကျကျဆက်သွယ်မှုများက အသက်ရှင်နေသည့်ခန္ဓာကိုယ်ဖြင့် ဆက်သွယ်ထားသောဖြစ်ရပ်များနှင့် ခန္ဓာကိုယ်သေဆုံးပြီးနောက် ဖြစ်ပေါ်လာသော အခြားဖြစ်ရပ်အကြားတွင် တည်ရှိသလားဟူသော ပြဿနာအဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းသွား၏။

As **C.E.M. Joad** says in 'The Meaning of Life,' matter has since disintegrated under our very eyes. It is no longer solid; it is no longer enduring, it is no longer determined by compulsive casual laws; and more important than all, it is no longer known.

http://www.dhammadownload.com

The so-called atoms, it seems, are both "divisible and destructible." The electrons and protons that compose atoms "can meet and annihilate one another while their persistence, such as it is, is rather that of a wave lacking fixed boundaries, and in process of continual change both as regards shape and position than that of a thing."

"The Meaning of Life" (ဘဝ၏အဓိပ္ပာယ်)အမည်ရှိစာအုပ်၌ **စီ၊ အီး၊ အမ်၊ ဂျုဒ်** ပြောဆိုသကဲ့သို့ ဒြပ်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏မျက်စိများ အောက်၌ပင် ပြိုကွဲခဲ့ပေပြီ။ ဒြပ်သည် အစိုင်အခဲမဟုတ်တော့၊ ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်သော စွမ်းရည်လည်း မရှိတော့၊ အတင်းအဓမ္မလိုက်နာစေတတ်သည့် သာမန်နိယာမများဖြင့် သတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်၍လည်း မရတော့၊ ထို့အပြင် အားလုံးထက် ပိုအရေးကြီးသည်မှာ ဒြပ်ကိုမသိနိုင်တော့ခြင်းပင် ဖြစ်၏။

အဏုမြူများဟု ခေါ်ဆိုခဲ့ကြသောအရာများသည် "ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍လည်း ရ၏၊ ဖျက်ဆီးပစ်၍လည်း ရ၏" ဟူ၍ ထင်မှတ်ရဖွယ် ရှိလာ၏။ အဏုမြူများဖြစ်အောင် ပါဝင်ပေါင်းစပ်ထားကြသော အီလက်ထရွန်များနှင့် ပရိုတွန်များသည် တွေ့ဆုံနိုင်ပြီးလျှင် တစ်ခုကိုတစ်ခု ချေဖျက်နိုင်ကြ၏။ ၎င်းတို့ဆက်လက်တည်ရှိနေစဉ်အခါ၌လည်း အရာဝတ္ထုတစ်ခုဟု ဆိုရသည်ထက် ပုံသေနယ်စပ်မရှိသည့် လှိုင်းတစ်ခုနှင့်ပို၍တူပြီးလျှင် ၎င်းလှိုင်း၏ပုံသဏ္ဌာန်နှင့် တည်နေရာတို့လည်း ဆက်လက်ကာ ပြောင်းလဲလျက်ရှိပေ၏။

Bishop **Barkeley** who showed that this so-called

http://www.dhammadownload.com

atom is a metaphysical fiction held that there exists a spiritual substance called the soul.

Hume, for instance, looked into consciousness and perceived that there was nothing except fleeting mental states and concluded that the supposed 'permanent ego' is non-existent.

ခရစ်ယာန်ဘုန်းတော်ကြီး **ဘာကလေ** သည် ဤအဏုမြူဟု ခေါ်သောအရာက စိတ်ကူးယဉ်ကြံဆထားသည့် ဇာတ်လမ်းတစ်ခု သာဖြစ်သည်ဟု သက်သေပြပြီးလျှင် ဝိညာဉ်ဟုခေါ်သော စိတ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ အရာဝတ္ထုတစ်ခု တည်ရှိသည်ဟု လက်ခံယုံကြည်၏။

တွေးခေါ်ရှင်ကြီး **ဟုမ်း** ကမူ. အာရုံသိမှုဖြစ်သည့် စိတ်ထဲသို့ ကြည့်ရှုကြည့်ရာတွင် လျင်မြန်စွာဖြစ်ပျက်နေသော စိတ်အခြေအနေ များမှတစ်ပါး အခြားဘာမျှမရှိကြောင်းကို မြင်တွေ့ရသဖြင့် မှန်းဆ ကာ ယုံကြည်နေကြသော 'တည်မြဲသည့်အတ္တ' မရှိကြောင်း ကောက် ချက် ချခဲ့၏။

"There are some philosophers," he says, "who imagine we are every moment conscious of what we call 'ourselves,' that we feel its existence and its continuance in existence and so we are certain.. both of its perfect identity and simplicity.

"For my part, when I enter most intimately into what I call 'myself' I always stumble on some particular perception or other—of heat or cold, light

http://www.dhammadownload.com

or shade, love or hatred, pain or pleasure. I never catch myself.. and never can observe anything but the perception.. nor do I conceive what is further requisite to make me a perfect non-entity."

ဟုမ်း ပြောပြသည်မှာ– "ကျွန်ုပ်တို့သည် 'ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်' ဟု ခေါ်ဆိုထားသောအရာကို အခိုက်အတန့်တိုင်း သိရှိနေပြီးလျှင် ၎င်း၏တည်ရှိခြင်းကိုလည်း ခံစားရသည်၊ ၎င်း၏ဆက်လက်တည်ရှိခြင်းကိုလည်း ခံစားရသည်၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းက မည်သည့်အရာဖြစ်ခြင်းနှင့် ၎င်း၏ရိုးရှင်းခြင်းတို့ကို ကျွန်ုပ်တို့ အတိအကျသေချာစွာသိနိုင်သည်၊ ဤသို့ထင်မြင်ယူဆကြသော ဒဿနပညာရှင်အချို့ ရှိပါသည်။

"ကျွန်ုပ်အဖို့တွင်မူ 'ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင်'ဟု ကျွန်ုပ်ခေါ်ဆိုသော အရာထဲသို့ အတွင်းအကျဆုံး ဝင်ကြည့်သောအခါ အပူ သို့မဟုတ် အအေး၊ အလင်း သို့မဟုတ် အရိပ်၊ ချစ်ခင်ခြင်း သို့မဟုတ် မုန်းတီးခြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်း သို့မဟုတ် သာယာခြင်း စသည့် တစ်စုံတစ်ခုသော အာရုံသိမှုကိုသာ အမြဲလုပ်တိုက်မိသည်၊ ကြုံဆုံရသည်၊ 'ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင်'ကို မည်သည့်အခါမျှ ဖမ်းဆီး၍မရပါ... အာရုံသိမှုမှ တစ်ပါး အခြားတစ်စုံတစ်ရာကိုမျှလည်း မည်သည့်အခါမျှ ကျွန်ုပ်မတွေ့ရပါ... ကျွန်ုပ်သည် အပြစ်အနာအဆာကင်းသည့် အမှန်တကယ်တည်ရှိသောအရာ မဟုတ်ကြောင်းကို ဖော်ပြရန် အခြားလိုအပ်ချက်များကိုလည်း ကျွန်ုပ်မမြင်တွေ့ရပါ။"

Bergson says, "All consciousness is time existence; and a conscious state is not a state that

http://www.dhammadownload.com

endures without changing. It is a change without ceasing, when change ceases it ceases; it is itself nothing but change."

တွေးခေါ်ရှင် **ဘာဂ်ဆင်** က ဤသို့ဆို၏ - "အာရုံသိမှု - စိတ်အားလုံးသည် အချိန်အခိုက်အတန့်အတွင်း၌သာ တည်ရှိခြင်းဖြစ်၏၊ အာရုံကို သိနေသော စိတ်အခြေတစ်ခုသည် မပြောင်းလဲဘဲ ကြံ့ကြံ့တည်နေနိုင်သော အခြေတစ်ခု မဟုတ်၊ ၎င်းသည် ရပ်တန့်ခြင်းမရှိသော ပြောင်းလဲခြင်းဖြစ်၏၊ ပြောင်းလဲမှု ရပ်တန့်သွားသောအခါ ၎င်းသည်လည်း ချုပ်ငြိမ်းသွား၏၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းအာရုံသိမှုအခြေသည်ပင် ပြောင်းလဲခြင်းမှတစ်ပါး အခြားဘာမျှမဟုတ်ချေ။"

Dealing with this question of soul **Prof. James** says —"The soul-theory is a complete superfluity, so far as accounting for the actually verified facts of conscious experience goes. So far no one can be compelled to subscribe to it for definite scientific reasons." In concluding his interesting chapter on the soul he says:—"And in this book the provisional solution which we have reached must be the final word: *the thoughts themselves are the thinkers.*"

ဤဝိညာဉ်ပြဿနာနှင့် ပတ်သက်၍ အမေရိကန်တွေးခေါ်ရှင် **ပါမောက္ခဂျိမ်း(စ်)** က ဤသို့မိန့်ဆို၏ - "ဝိညာဉ်သီဝရီသည် အာရုံသိအတွေ့အကြုံနှင့် ပတ်သက်၍ သက်သေအထောက်အထားများနှင့်တကွ အမှန်တကယ်သိရှိထားပြီးသော အချက်အလက်များကို ဖြေ

http://www.dhammadownload.com

ရှင်းဖို့အတွက် လိုအပ်သည်ထက် ပိုလွန်နေသည့် ယူဆချက်တစ်ရပ်သာ ဖြစ်၏။ တိကျသော သိပ္ပံနည်းကျ အထောက်အထားများဖြင့် ဝိညာဉ်သီဝရီကို လက်ခံယုံကြည်ရန် ယခုအချိန်အထိ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမျှ အတင်းအဓမ္မတိုက်တွန်း၍မရပါ။" သူ၏စာအုပ်၌ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ ဝိညာဉ်အကြောင်း အခန်းကဏ္ဍကို နိဂုံးချုပ်သည့်အခါ သူ ဤသို့မိန့်ဆိုထား၏ - "ပြီးတော့ ဤစာအုပ်မှာ ယခုအချိန်အထိ ကျွန်ုပ်တို့ရောက်ရှိ၊ ရရှိထားပြီးသော ဖြေရှင်းချက်သည် နောက်ဆုံးစကား ဖြစ်စေရမည်- *စိတ်ကူးများသည်ပင်လျှင် စိတ်ကူးသူများ ဖြစ်ကြသည်။"*

Watson, a distinguished psychologist, states:- "No one has ever touched a soul or has seen one in a test tube or has in any way come into relationship with it as he has with the other objects of his daily experience. Nevertheless to doubt its existence is to become a heretic and one might possibly even have led to the loss of one's head.* Even today a man holding a public position dare not question it."

ထင်ရှားကျော်ကြားသော စိတ်ပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်သူ **ဝတ်(တ်)ဆင်** သည် ဤသို့မိန့်ဆို၏ - "နေ့စဉ်အတွေ့အကြုံ၌ အရာဝတ္ထုများကို ထိတွေ့၊ မြင်တွေ့ရသလို ဝိညာဉ်ကို စမ်းသပ်ဖန်ပြွန်ထဲ၌ ထိတွေ့ခဲ့ရသူ သို့မဟုတ် မြင်တွေ့ခဲ့ရသူ သို့မဟုတ် တစ်နည်းတစ်လမ်းဖြင့် ဆက်သွယ်မိခဲ့သူ ဟူ၍ တစ်ဦးတလေမျှ မရှိခဲ့စဖူးပါ။ သို့ပါသော်လည်း ဝိညာဉ်ရှိခြင်းကို မယုံသင်္ကာဖြစ်လျှင် အများယုံကြည်သည်

http://www.dhammadownload.com

ကို မယုံသူ–အယူမှားသူ ဖြစ်သွားလိမ့်မည်၊ စိတ်ရှုပ်ထွေးသွားသော အခြေသို့ပင် ဆိုက်ရောက်သွားနိုင်သည်။"

The Buddha anticipated these facts some 2500 years ago.

According to Buddhism mind is nothing but a complex compound of fleeting mental states. One unit of consciousness consists of three phases– arising or genesis *(uppāda)*, static or development *(ṭhiti)*, and cessation or dissolution *(bhanga)*. Immediately after the cessation stage of a thought moment there occurs the genesis stage of the subsequent thought-moment.

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ဤအချက်အလက်များကို လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော်ကပင်လျှင် ကြိုတင် ဆင်ခြင်သုံးသပ်တော်မူခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ စိတ်သည် လျင်မြန်စွာဖြစ်ပျက် ပြောင်းလဲနေသော စိတ်စေတသိက်များ၏ ရှုပ်ထွေးသည့် အပေါင်းအစုတစ်ခုသာ ဖြစ်၏။ စိတ်တစ်လုံးစီတွင် တိုးတက်ဖြစ်ပေါ်မှုအဆင့်သုံးဆင့်ရှိ၏ –ဖြစ်ပေါ်ခြင်း သို့မဟုတ် စတင်ခြင်း *(ဥပ္ပါဒ)*၊ တည်ရှိခြင်း သို့မဟုတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်း *(ဌီတိ)* နှင့် ချုပ်ငြိမ်းခြင်း သို့မဟုတ် ပျက်စီးခြင်း *(ဘင်္ဂ)* တို့ဖြစ်ကြ၏။ စိတ်တစ်လုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် နောက်စိတ်တစ်လုံး စတင်ဖြစ်ပေါ်၏။

http://www.dhammadownload.com

Each momentary consciousness of this ever-changing life-process, on passing away, transmits its whole energy, all the idelibly recorded impressions to its successor. Every fresh consciousness consists of the potentialities of its predecessors together with something more. There is therefore, a continuous flow of consciousness like a stream without any interruption. The subsequent thought-moment is neither absolutely the same as its predecessor— since that which goes to make it up is not identical— nor entirely another— being the same continuity of Kamma energy. Here there is no identical being but there is an identity in process.

ဤသို့အမြဲတစေ ပြောင်းလဲနေသော ဘဝတိုးတက်ပြောင်းလဲမှု အစဉ်၌ အခိုက်အတန့်တစ်ချက်မျှသာတည်သော စိတ်တစ်လုံးသည် ဖြစ်ပေါ်ပြီး မချုပ်ငြိမ်းမီ ၎င်း၏စွမ်းအင်အားလုံးနှင့် ဖျောက်ဖျက်၍ မရအောင် စွဲထင်မှတ်တမ်းတင်ထားသည့် စွဲထင်ချက် (ဝါ) မှတ်သားချက် အားလုံးကို နောက်စိတ်သို့ ကူးပြောင်းပေးလိုက်၏။ အသစ်ဖြစ်ပေါ်သော စိတ်တစ်လုံးစီတွင် ၎င်း၏ရှေ့၌ဖြစ်သွားကြသော စိတ်များ၏ ပင်ကိုစွမ်းရည်များအပြင် ၎င်း၏ကိုယ်ပိုင်စွမ်းရည်ကိုပါ ထိန်းသိမ်းထား၏။ သို့ဖြစ်၍ မြစ်ဇရေအလျဉ်ကဲ့သို့ ပြတ်တောက်ခြင်းမရှိဘဲ ဆက်တိုက်စီးနေသော စိတ်စီးကြောင်း ဖြစ်ပေါ်နေ၏။ နောက်နောက် ဖြစ်ပေါ်သော စိတ်တစ်လုံးစီသည် ၎င်း၏ရှေ့၌ဖြစ်သွားသော

http://www.dhammadownload.com

စိတ်နှင့် လုံးဝဥဿုံတူညီသည်လည်းမဟုတ်– အကြောင်းမှာ စိတ်ဖြစ်ရန် ပေါင်းစုထားသောအရာများမှာ မတူသောကြောင့်ဖြစ်၏၊ ထို့အပြင် လုံးဝဥဿုံအခြားစိတ်တစ်ခုဖြစ်သည်ဟူ၍လည်း မဟုတ်–ကံစွမ်းအင်၏ တူညီသောဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်မှုဖြစ်သောကြောင့်တည်း။ ဤနေရာ၌ ထပ်တူထပ်မျှတူနေသောပုဂ္ဂိုလ်ဟူ၍ မရှိပါ၊ သို့သော် တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုအစဉ်အတန်းအရ ထပ်တူထပ်မျှဖြစ်ခြင်း ရှိသည်။

Every moment there is birth, every moment there is death. The arising of one thought-moment means the passing away of another thought-moment and vice versa. In the course of one life-time there is momentary rebirth without a soul.

ထို့ကြောင့် စိတ်အခိုက်အတန့်တစ်ခုစီ၌ မွေးဖွားခြင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် တစ်ချက်ကလေးမျှတည်၍ သေဆုံးခြင်းဖြစ်သည်။ စိတ်တစ်လုံးဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ၌ အခြားစိတ်တစ်လုံးသည် လွန်မြောက်သွားပြီဖြစ်၏၊ ဤသို့လျှင် ဆက်လက်ဖြစ်ပျက်သွား၏။ ဘဝသက်တမ်းတစ်ခု၌ တဒင်္ဂမျှသာကြာသော ဝိညာဉ်မပါရှိသည့် ပဋိသန္ဓေနေခြင်းဖြစ်ပေါ်သွားပေ၏။

It must not be understood that a consciousness is chopped up in bits and joined together like a train or a chain. But, on the contrary, "it persistently flows on like a river receiving from the tributary streams of sense constant accretions to its flood,

http://www.dhammadownload.com

and ever dispensing to the world without the thought-stuff it has gathered by the way."[1]

[[1] See *Compendium of Philosophy*, Tr. by Shwe Zan Aung (Pali Text Society, London)—Introduction p.12.]

ဤရှင်းလင်းချက်၌ စိတ်တစ်လုံးကို အစိတ်အပိုင်းကလေးများ အဖြစ်သို့ ခုတ်ပိုင်းပြီး မီးရထားကဲ့သို့ သို့မဟုတ် သံကြိုးကဲ့သို့ ဆက်စပ်ထားသည်ဟု မမှတ်ယူသင့်ပေ။ သို့သော် ဆန့်ကျင်ဘက်အနေဖြင့် "စိတ်အစဉ်အတန်းသည် မြစ်ရေအလျဉ်ကဲ့သို့ ၎င်း၏ မြစ်လက်တက်များ ဖြစ်ကြသော ဒွါရခြောက်ပါး၌ အဆက်မပြတ် ထိတိုက်နေကြသည့် အာရုံများကို ၎င်း၏ စိတ်အလျဉ်တွင် ပေါင်းစုယူလျက် ဖွဲဖွဲမြမြ တသွင်သွင်စီးဆင်းနေခြင်းဖြင့် လမ်းခုလတ်တွင် သယ်ဆောင်ခဲ့သော စိတ်ဝတ္ထုပစ္စည်း မပါရှိဘဲလျက် ကမ္ဘာကြီးသို့ အာရုံသိမှုကို အမြဲတစေဖြန့်ဝေပေးနေပေ၏။"[၁] *([၁] ဦးရွှေဇံအောင် ပြုစုပြီး လန်ဒန် ပါဠိကျမ်းစာအဖွဲ့က ရိုက်နှိပ်သော* ***Compendium of Philosophy*** *စာအုပ် နိဒါန်း၊ နှာ-၁၂)*

It has birth for its source and death for its mouth. The rapidity of the flow is such that hardly is there any standard whereby it can be measured even approximately. However, it pleases the commentators to say that the time duration of one thought-movement is even less than one-billionth part of the time occupied by a flash of lightning.

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အစဉ်သည် ၎င်း၏ပင်ရင်းဓာတ်မြစ်အဖြစ် ပဋိသန္ဓေနေခြင်းကို ရရှိထားပြီးလျှင် ၎င်း၏ပါးစပ်အဖြစ် သေခြင်းကို ရရှိထား၏။ စိတ်အလျဉ်၏ စီးသွားသောနှုန်းသည် အလွန့်အလွန် လျင်မြန်သည့်အတွက် အနီးစပ်ဆုံးတိုင်းတာရန်ပင် စံမရှိချေ။ သို့ဖြစ်စေကာမူ ဝေဖန်ရေးသမားများ ကျေနပ်သွားအောင် ပြောနိုင်သည်မှာ စိတ်သည် လျှပ်တစ်ပြက်(ဝါ)မျက်စိတစ်မှိတ်၌ပင်လျှင် ကုဋေတစ်သိန်းကျော် ဖြစ်ပျက်သွားခြင်းဖြစ်၏။ သို့အတွက် စိတ်တစ်လုံး၏သက်တမ်းကာလသည် လျှပ်တစ်ပြက်အချိန်၏ ၁ ဘီလျံပုံ ၁ ပုံအောက်ပင် လျော့နည်းနေပါသေး၏။

Here we find a juxta-position of such fleeting mental states of consciousness opposed to a super position of such states as some appear to believe. No state once gone ever recurs nor is identical with what goes before.

But we worldlings, veiled by the web of illusion, mistake this apparent continuity to be something eternal and go to the extent of introducing an unchanging soul, an Atta, the supposed doer and receptacle of all actions to this ever-changing consciousness.

ဤ၌တွင် ဘေးချင်းယှဉ်ထားသော အမြင်မတူသည့်အခြေအနေနှစ်ရပ်ကို ကျွန်ုပ်တို့တွေ့ရသည်။ အခြေအနေတစ်ရပ်မှာ စိတ်အစဉ်

http://www.dhammadownload.com

သည် အလွန်လျင်မြန်စွာ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲသွားသည်ကို ပြ၏။ အခြားအခြေအနေတစ်ရပ်မှာ အချို့လူများ ယုံကြည်ထားပုံရသော စိတ်တို့၏ မပြောင်းလဲဘဲ အကောင်းဆုံးအခြေအနေ၌ တည်မြဲနေခြင်း ဖြစ်၏။ စိတ်၏ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲသွားသော အစဉ်အတန်း၌ မည်သည့်အခြေအနေကမျှ ပျက်သွားပြီးနောက် တစ်ဖန်ဖြစ်လာခြင်းမရှိချေ။ အသစ်ဖြစ်လာသောအခြေအနေသည် ရှေ့ဖြစ်ပျက်သွားသော အခြေအနေနှင့် ထပ်တူထပ်မျှဖြစ်ခြင်းမရှိချေ။

သို့သော် ပုထုဇဉ်လူသားများသည် အမြင်မှားခြင်း(အဝိဇ္ဇာ)၏ ပင့်ကူအိမ်နှင့် ဉာဏ်မျက်စိကို ဖုံးအုပ်ထားသည့်အတွက်ကြောင့် စိတ်များ အဆက်မပြတ် ဆက်လက်ဖြစ်နေခြင်းကို ထာဝရတည်မြဲသည်ဟု လွဲမှားစွာ ယူဆပြီးလျှင် မပြောင်းလဲဘဲ အမြဲတည်သော ဝိညာဉ်(ဝါ)အတ္တကို အဆိုပြုသည့် အတိုင်းအတာအထိ ရောက်သွားကြ၏။ ဝိညာဉ်(ဝါ)အတ္တသည် ပြုလုပ်မှုအားလုံးကို ပြုလုပ်သူဖြစ်ပြီးလျှင် ပြုလုပ်မှု၏ အကျိုးတရားများကို ခံစားသူလည်း ဖြစ်သည်ဟု ယူဆ၏။

"The so-called being is like a flash of lightning that is resolved into a succession of sparks that follow upon one another with such rapidity that the human retina cannot perceive them separately, nor can the uninstructed conceive of such succession of separate sparks."[1] *([1] Compare with the cinematograph film where individual photographs give rise to a notion of movement.)*

http://www.dhammadownload.com

"သတ္တဝါဟု ခေါ်ဆိုသော အရာသည် လျှပ်စီးဝင်းလက်သွားသည်နှင့်တူ၏။ လျှပ်စီးကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်တိုက်လျင်မြန်စွာ ဖြာထွက်လာသော မီးပွားများအဖြစ်သို့ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာနိုင်၏။ ရှေ့ဆင့်နောက်ဆင့် ဖြာထွက်ကြသော မီးပွားများမှာ အလွန်လျင်မြန်သဖြင့် လူသားတို့၏ အမြင်လွှာ–ရက်တီနာက ၎င်းတို့ကို ခွဲခြား၍မမြင်နိုင်ချေ၊ သွန်သင်လေ့ကျင့်မှုမရှိသောသူများလည်း ကွဲပြားနေကြသော မီးပွားများက တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်တိုက်ဖြာထွက်နေခြင်းကို မမြင်နိုင်ပါ။"[၁]

([၁] ရုပ်ရှင်ဖလင်ရှည်သည် သီးခြားဓာတ်ပုံအကွက်များနှင့် ဖွဲ့စည်းထားဝါသော်လည်း ရုပ်ရှင်ပြစက်တွင် မြန်မြန်ရစ်ပေးသောအခါ ရွေ့လျားနေသော အမှတ်သညာကို ဖြစ်စေ၏။ ဤအခြင်းအရာနှင့် စိတ်ဖြစ်စဉ်ကို နှိုင်းယှဉ်နိုင်၏။)

As the wheel of a cart rests on the ground at one point, so does the being live only for one thought-moment. It is always in the present, and is ever slipping into the irrevocable past. What we shall become is determined by this present thought-moment.

လှည်းဘီးသည် တစ်ချိန်တွင် မြေပေါ်တွင် အမှတ်တစ်ခုတည်းပေါ်တွင် ရပ်တန့်သကဲ့သို့ သက်ရှိသတ္တဝါတစ်ဦးသည်လည်း တစ်ချိန်တွင် စိတ်တစ်လုံးစာအတွက်သာ အသက်ရှင်နေထိုင်၏။ ၎င်းသည် ပစ္စုပ္ပန်၌ အမြဲရှိနေပြီးလျှင် ပြန်လည်ပြောင်းလဲ၍မရသော အတိတ်

http://www.dhammadownload.com

သို့ အမြဲတစေ ကူးပြောင်းသွားနေပေ၏။ ကျွန်ုပ်တို့ဘာဖြစ်လာလိမ့်မည်ကို ဤပစ္စုပ္ပန်စိတ်က ဆုံးဖြတ်ပေးမည်ဖြစ်၏။

'If there is no soul, what is it that is reborn?' one might ask.

Well, there is nothing to be re-born. When life ceases the Kammic energy re-materialises itself in another form. As **Bhikkhu Silãcãra** says: "Unseen it passes whithersoever the conditions appropriate to its visible manifestation are present. Here showing itself as a tiny gnat or worm, there making its presence known in the dazzling magnificence of a Deva or an Arch-angel's existence. When one mode of its manifestation ceases it merely passes on, and where suitable circumstances offer, reveals itself afresh in another name or form."

'အကယ်၍ ဝိညာဉ်မရှိဘူးဟုဆိုလျှင် မည်သည့်အရာက ပြန်လည် မွေးဖွားသလဲ' ဟု မေးဖွယ်ရာရှိ၏။

ကောင်းပြီ၊ ပြန်လည်မွေးဖွားဖို့အတွက် မည်သည့်အရာမျှ မရှိပါ။ ယခုဘဝပြီးဆုံးသွားသောအခါ ကံစွမ်းအင်သည် အခြားအသွင် တစ်မျိုးအနေဖြင့် တစ်ဖန်ရုပ်နာမ်ကို ဖြစ်စေလိမ့်မည်။ **ဘိက္ခုသီလာစာရ** မိန့်ဆိုသကဲ့သို့ "မမြင်ရဘဲနှင့် ဘယ်နေရာသို့မဆို ကံစွမ်းအင် ဖြတ်ကျော်သွားသောအခါ မြင်နိုင်သည့်အသွင်သဏ္ဍာန်ဖြင့် ၎င်းအကောင်အထည်ပေါ်လာရန်အတွက် ဆီလျော်သော အခြေအနေများသည်

http://www.dhammadownload.com

ရှိနေသည်သာ ဖြစ်၏။ ဤနေရာ၌ သေးငယ်သော မှက် သို့မဟုတ် လောက်ကောင် အသွင်သဏ္ဍာန်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ဖော်ပြပြီးလျှင် ထိုနေရာ၌ နတ်သား သို့မဟုတ် နတ်မင်းကြီးဘဝဖြင့် တဖိတ်ဖိတ်တောက်ပလျက် ခံ့ညားတင့်တယ်စွာ ၎င်း၏ တည်ရှိခြင်းကို သိမြင်စေ၏။ အသွင်တစ်မျိုးဖြင့် အကောင်အထည်ဖြစ်ပေါ်မှု ပြီးဆုံးသွားလျှင် ကံစွမ်းအင်သည် ဆက်လက်ကျော်ဖြတ်သွားကာ သင့်လျော်သော အခြေအနေများရှိသည့်နေရာ၌ အခြားအသွင် သို့မဟုတ် နာမည်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို အသစ်တစ်ဖန် ဖော်ပြ၏။"

Birth is the arising of the psycho-physical phenomena. Death is merely the temporary end of a temporary phenomenon.

ပဋိသန္ဓေနေခြင်းဟူသည်မှာ နာမ်ရုပ်ဖြစ်ပျက်အစဉ်တစ်ခု၏ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပင်တည်း။ သေဆုံးခြင်းဟူသည်မှာ ယာယီသဘာဝ ဖြစ်ရပ်တစ်ခု၏ ယာယီပြီးဆုံးခြင်းမျှသာတည်း။

Just as the arising of a physical state is conditioned by a preceding state as its cause, so the appearance of psycho-physical phenomena is conditioned by cause anterior to its birth. As the process of one life-span is possible without a permanent entity passing from one thought-moment to another, so a series of life-processes is possible without an immortal soul to transmigrate from one existence to another.

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်ပိုင်းအခြေအနေတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာဖို့အတွက် အလျင်ကျပြီး ကျော်လွန်သွားသော ရုပ်ပိုင်းအခြေအနေက အကြောင်းတရားအဖြစ် အကျိုးသက်ရောက်စေသလို ထို့အတူ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည်လည်း ပဋိသန္ဓေမတည်မီ ဖြစ်ပျက်သွားသော အကြောင်းတရားက အခြေအနေပြုပြင်စီမံပေးလိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဘဝတစ်သက်တာ၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်သည် တည်မြဲသော အနှစ်အသား (ဝိညာဉ်) တစ်ခုက စိတ်တစ်ခုမှတစ်ခုသို့ ကူးသန်းသွားခြင်းမရှိဘဲနှင့် ဖြစ်ပေါ်နိုင်လျှင် ထို့အတူပင် ဘဝဖြစ်စဉ်အစဉ်အတန်းတစ်ခုသည်လည်း ထာဝရတည်မြဲသော ဝိညာဉ်တစ်ခုက ဘဝတစ်ခုမှတစ်ခုသို့ ကူးသန်းသွားခြင်းမရှိဘဲနှင့် ဖြစ်ပေါ်သွားနိုင်ပါသည်။

Buddhism does not totally deny the existence of a personality in an empirical sense. It only attempts to show that it does not exist in an ultimate sense. The Buddhist philosophical term for an individual is *Santāna,* i.e., a flux or a continuity. It includes the mental and physical elements as well. The Kammic force of each individual binds the elements together.

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကိုယ်တွေ့မျက်မြင်အရ (သမုတိသစ္စာသဘောအရ) ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး တည်ရှိခြင်းကို လုံးဝဥဿုံ ငြင်းဆိုခြင်းမပြုပါ။ အဆုံးစွန်သဘော (ပရမတ္ထသစ္စာအရ) ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက် မရှိခြင်းကို ဖော်ပြရန် ကြိုးပမ်းခြင်းသာဖြစ်သည်။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးအတွက်

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ဒဿနိကဝေါဟာရမှာ သန္တာန ဖြစ်၏၊ အဓိပ္ပာယ်မှာ 'အဆက်မပြတ် ပြောင်းလဲနေသော ဖြစ်စဉ်' သို့မဟုတ် 'ဆက်လက်၍ ဖြစ်ပျက်နေခြင်း' ဖြစ်၏။ ဤဖြစ်ပျက်အစဉ်တွင် ရုပ်ဓာတ်များနှင့် နာမ်ဓာတ်များ ပါဝင်ကြ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးစီ၏ ကံစွမ်းအင်က ဤဓာတ်များကို အတူတကွ ချည်နှောင်ပေါင်းစပ်ပေးထားသည်။

This uninterrupted flux or continuity of psycho-physical phenomenon, which is conditioned by Kamma, and not limited only to the present life, but having its source in the beginningless past and its continuation in the future—is the Buddhist substitute for the permanent ego or the immortal soul of other religions.

ရုပ်နာမ်သဘာဝဖြစ်ရပ်၏ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲနေသော ဖြစ်စဉ် သို့မဟုတ် ဆက်လက်၍ ဖြစ်ပျက်နေသော အစဉ်သည် ကံက ပြုပြင်စီမံပေးထားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေပြီးလျှင် မည်သည့်အရာကမျှ ကြားဝင်ဖြတ်တောက်၍မရပါ။ ဤဖြစ်ပျက်အစဉ်သည် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝအတွက်သာ ကန့်သတ်ထားသည် မဟုတ်ပါ၊ ၎င်း၏ ပင်ရင်းဇာစ်မြစ်သည် အစမထင်သော အတိတ်က စတင်ခဲ့ပြီး အနာဂတ်တွင်လည်း အဆုံးမထင်အောင် ဆက်လက်ဖြစ်ပျက်သွားပေဦးမည်။ ဤသည်ကား အခြားဘာသာတရားတို့၏ တည်မြဲသော အတ္တ သို့မဟုတ် ထာဝရရှင်သန်နေသည့် ဝိညာဉ်နေရာ၌ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အစားထိုးဖြေရှင်းချက် ဖြစ်ပေသတည်း။

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 10
အခန်း (၁၀)
NIBBĀNA
နိဗ္ဗာန်

This process of birth and death continues *ad infinitum* until this flux is transmuted, so to say, to Nibbānadhātu, the ultimate goal of Buddhism.

ပဋိသန္ဓေနေခြင်းနှင့် သေခြင်းတို့၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်သည် ဤအဆက်မပြတ် ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲမှုအစဉ်က နိဗ္ဗာနဓာတ်အဖြစ်သို့ သဘာဝပြောင်းလဲသွားသည့်တိုင်အောင် အကန့်အသတ်မရှိ ဆက်လက်ဖြစ်ပျက်သွားလိမ့်မည်။

The Pāli word *Nibbāna* is formed of *Ni* and *Vāna*. *Ni* is a negative particle and *Vāna* means lusting or craving. "It is called Nibbāna, in that it is a departure

http://www.dhammadownload.com

from the craving which is called *Vãna*, lusting." Literally, Nibbãna means non-attachment.

'*နိဗ္ဗာန*' ဟူသော ပါဠိစကားလုံးသည် *နိ* နှင့် *ဝါန* တို့ ပေါင်းစပ်ထားခြင်းဖြစ်၏။ နိသည် မရှိခြင်း, လွတ်မြောက်ခြင်း အဓိပ္ပာယ်ရပြီး *ဝါန* သည် လိုချင်တပ်မက်ခြင်း – တဏှာဟု အဓိပ္ပာယ်ရ၏။ "ဝါန=ရမ္မက်ဟု အမည်ရသော လိုချင်တပ်မက်မှု–တဏှာမှ လွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်သောကြောင့် နိဗ္ဗာနဟုခေါ်တွင်ခြင်း ဖြစ်၏။" နိဗ္ဗာန၏ လိုရင်းအဓိပ္ပာယ်မှာ မတပ်မက် မတွယ်တာခြင်း ဖြစ်၏။

It may also be defined as the extinction of lust, hatred and ignorance, "The whole world is in flames," says the Buddha. "By what fire is it kindled? By the fire of lust, hatred and ignorance, by the fire of birth, old age, death, pain, lamentation, sorrow, grief and despair it is kindled."

နိဗ္ဗာန်ကို တဏှာ, ဒေါသနှင့် မောဟ (မသိမှု အဝိဇ္ဇာ) တို့၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းအဖြစ်လည်း အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်နိုင်၏။ "ကမ္ဘာလောကတစ်ခုလုံးသည် မီးဟုန်းဟုန်းတောက်လောင်လျက်ရှိ၏။ မည်သည့်မီးတို့ဖြင့် တောက်လောင်သနည်း၊ လောဘမီး, ဒေါသမီး, မောဟမီး, ပဋိသန္ဓေမီး, အိုခြင်း–ဇရာမီး, သေခြင်း–မရဏမီး, ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း–ဒုက္ခမီး, ငိုကြွေးခြင်း–ပရိဒေဝမီး, စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း–သောကမီး, စိတ်ဆင်းရဲခြင်း–ဒေါမနဿမီး, ပြင်းထန်စွာ ပူပန်ခြင်း–ဥပါယာသ မီးတို့ဖြင့် တပြောင်ပြောင် တောက်လောင်နေခြင်းဖြစ်သည်" ဟု မြတ်စွာဘုရား မိန့်တော်မူ၏။

http://www.dhammadownload.com

It should not be understood that Nibbãna is a state of nothingness or annihilation owing to the fact that we cannot perceive it with our worldly knowledge. One cannot say that there exists no light just because the blind man does not see it. In that well known story, too, the fish arguing with his friend, the turtle, triumphantly concluded that there exists no land.

နိဗ္ဗာန်သည် ဘာမျှမရှိခြင်း သို့မဟုတ် အပြီးအပြတ် ချုပ်ငြိမ်း သုတ်သင်ခြင်း အခြေအနေတစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟူ၍ မမှတ်ယူသင့်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ လောကီပညာမျှလောက်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မမြင်သိနိုင်သည့် အတွက် နိဗ္ဗာန်မရှိဟု မယူဆနိုင်ပါ။ မျက်စိကန်းသူက အလင်းရောင် ကို မမြင်ရသည့်အတွက် အလင်းရောင်မတည်ရှိပါဟု မပြောဆိုနိုင် သကဲ့သို့တည်း။ လူအများက ကောင်းစွာသိထားကြသော ကိုရွှေလိပ် နှင့် ကိုရွှေငါးပုံပြင်မှာကဲ့သို့ ကိုရွှေငါးက ကုန်းမြေကို မမြင်နိုင်, မထိ တွေ့, မခံစားနိုင်သည့်အတွက် ကုန်းမြေမရှိပါဟု အောင်မြင်စွာ ကောက်ချက်ချလိုက်သကဲ့သို့တည်း။

Nibbãna of the Buddhists is neither a mere nothingness nor a state of annihilation, but what it is no words can adequately express. Nibbãna is a Dhamma which is "unborn, unoriginated, uncreated and unformed." Hence, "it is eternal *(Dhuva)*, desirable *(Subha)*, and happy *(Sukha)*.

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ နိဗ္ဗာန်သည် ဘာမျှမရှိခြင်းလည်း မဟုတ်၊ အပြီးအပြတ်ချေမှုန်းသုတ်သင်ထားသော အခြေအနေတစ်ရပ်လည်း မဟုတ်ပါ။ သို့ရာတွင် နိဗ္ဗာန်ဟူသည် မည်သည့်အရာဖြစ်သည်ကို စကားလုံးများနှင့် လုံလောက်စွာဖော်ပြ၍ မရပါ။ နိဗ္ဗာန်သည် "မွေးဖွားခြင်း မရှိ, စတင်ခြင်းလည်း မရှိ, ဖန်တီးထားခြင်းလည်း မရှိ, ပြီးတော့ ဖြစ်ခြင်းလည်း မရှိ" သော တရားဓမ္မဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်သည် "ထာဝရတည်မြဲ၏ *(ဓုဝ)*၊ နှစ်လိုဖွယ် တင့်တယ်၏ *(သုဘ)*၊ ပြီးတော့ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ဖွယ်ဖြစ်၏ *(သုခ)*။

In Nibbãna nothing is "eternalised," nor is anything "annihilated," besides suffering.

နိဗ္ဗာန်တွင် မည်သည့်အရာကိုမျှ 'ထာဝရတည်မြဲအောင် ပြုလုပ်ထားခြင်းမရှိပါ'၊ ဆင်းရဲဒုက္ခမှတစ်ပါး အခြားမည်သည့်အရာကိုမျှ 'အပြီးသတ် ချေမှုန်းသုတ်သင်ထားခြင်း မရှိပါ။'

According to the Books references are made to Nibbãna as *Saupãdisesa* and *Anupãdisesa*. These, in fact, are not two kinds of Nibbãna, but the one single Nibbãna, receiving its name according to the way it is experienced before and after death.

ကျမ်းစာများတွင် နိဗ္ဗာန်ကို *သဉပါဒိသေသ* နှင့် *အနုပါဒိသေသ* ဟူ၍ ရည်ညွှန်းချက်များ ပြုလုပ်ထား၏။ ဤသည်တို့မှာ နိဗ္ဗာန်နှစ်မျိုးရှိသည်ဟု အမှန်တကယ်ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်။ နိဗ္ဗာန်တစ်ခုတည်းကိုပင် မသေဆုံးမီအခါနှင့် သေဆုံးပြီးနောက် နှစ်မျိုးမျက်မှောက်ပြုနိုင်

http://www.dhammadownload.com

ခြင်းကို ရည်ညွှန်းထားခြင်း ဖြစ်၏။ (ရဟန္တာ အရှင်မြတ်တို့သည် လောဘ, ဒေါသ, မောဟ စသည့် ကိလေသာများအားလုံးကို ပယ်သတ်ထားပြီးဖြစ်သည့်အတွက် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကိုယ် ကြွင်းကျန်လျက်နှင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားနိုင်ကြ၏။ ဤခံစားရသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို *သဉပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်* ဟု ခေါ်၏။ ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့ ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်ပြီးသောအခါ၌ ရုပ်နာမ်မကြွင်းကျန်ရစ်တော့ဘဲလျက် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဆက်လက်ခံစားနိုင်ကြ၏၊ ဤနိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို *အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်* ဟု ခေါ်၏။)

Nibbãna is not situated in any place nor is it a sort of heaven where a transcendental ego resides. It is a state which is dependent upon this body itself. It is an attainment (Dhamma) which is within the reach of all. Nibbãna is a supramundane state attainable even in this present life. Buddhism does not state that this ultimate goal could be reached only in a life beyond.

နိဗ္ဗာန်သည် မည်သည့်နေရာတွင်မျှ မတည်ရှိပါ၊ လူ၏ အသိဉာဏ်ကို ကျော်လွန်သော အတ္တ၏ နေထိုင်ရာ ကောင်းကင်ဘုံတစ်မျိုးလည်း မဟုတ်ပါ၊ ဤခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင်ပင် တည်မှီနေသော အခြေအနေတစ်ရပ်ဖြစ်၏။ (မဂ်ဉာဏ် ရရှိသည့်အခါ လက်ရှိရုပ်နာမ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်၏။) နိဗ္ဗာန်သည် စွမ်းဆောင်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးတို့ လက်လှမ်းမီသည့် ရယူနိုင်မှု (ဓမ္မ) တစ်မျိုးလည်း ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာန်သည် လောကုတ္တရာတရားတစ်မျိုး ဖြစ်ပြီးလျှင် ပစ္စုပ္ပန်

ဘဝ၌ပင် နိဗ္ဗာန်ကိုရယူနိုင်၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဤအဆုံးစွန်သော ပန်းတိုင်ကို နောင်အနာဂတ်ဘဝတစ်ခု၌သာ ရယူနိုင်သည်ဟု မပြောဆိုပါ။

Here lies the chief difference between the Buddhist conception of Nibbãna and the non-Buddhist conception of an eternal heaven attainable only after death or a union with a God or Divine Essence in an after-life. When Nibbãna is realized in this life with the body remaining, it is called *Saupãdisesa Nibbãna-dhãtu.* When an Arahat attains Parinibbãna, after the dissolution of his body, without any remainder of physical existence, it is called *Anupãdisesa Nibbãna-dhãtu.*

ဤနေရာ၌ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ နိဗ္ဗာန်အယူအဆနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မဟုတ်သူတို့၏ ထာဝရကောင်းကင်ဘုံအယူအဆတို့၏ အဓိက ခြားနားချက် တည်ရှိသည်။ ဘာသာခြားတို့၏ ထာဝရကောင်းကင်ဘုံကို သေဆုံးပြီးအခါမှသာ သို့မဟုတ် အနာဂတ်ဘဝ၌ ဘုရားသခင် သို့မဟုတ် ပရမအတ္တကြီးနှင့် ပေါင်းစပ်မိသည့်အခါတွင်မှ ရရှိနိုင်သည်ဟု ဆို၏။ ဤဘဝတွင် ရုပ်နာမ်ကြွင်းကျန်လျက်နှင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်မည်ဆိုလျှင် ဤနိဗ္ဗာန်ကို *သဉပါဒိသေသနိဗ္ဗာနဓာတ်* ဟု ခေါ်၏။ ရဟန္တာတစ်ပါး ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုပြီးနောက် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ မကြွင်းကျန်ရစ်တော့ဘဲ ဆက်လက်မျက်မှောက်ပြုနေရသော နိဗ္ဗာန်ကို *အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာနဓာတ်* ဟု ခေါ်၏။

http://www.dhammadownload.com

In the words of **Sir Edwin Arnold**–

"If any teach Nirvãna is to cease
Say unto such they lie.
If any teach Nirvãna is to live
Say unto such they err."

ဆာအဒ်ဝင်အာနိုးလ် ၏ စကားလုံးများနှင့်ပြောရလျှင်–
"တစ်စုံတစ်ယောက်က နိဗ္ဗာန်သည် ချုပ်ငြိမ်းဖို့ဖြစ်သည်ဟု သင်ပြလျှင်
ထိုသူအား သင်လိမ်ညာသည်ဟု ပြောလိုက်ပါ။
တစ်စုံတစ်ယောက်က နိဗ္ဗာန်သည် နေထိုင်ဖို့ဖြစ်သည်ဟု သင်ပြလျှင်
ထိုသူအား သင်မှားပြီဟု ပြောလိုက်ပါ။"

From a metaphysical standpoint Nibbãna is deliverance from suffering. From a psychological standpoint Nibbãna is the eradication of egoism. From an ethical standpoint Nibbãna is the destruction of lust, hatred and ignorance.

အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် နိဗ္ဗာန်သည် ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ခြင်း ဖြစ်၏။ စိတ်ပညာရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် နိဗ္ဗာန်သည် အတ္တကို ပယ်ဖျက်ခြင်းဖြစ်၏။ ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တရှုထောင့်မှကြည့်လျှင် နိဗ္ဗာန်သည် ရာဂ, ဒေါသနှင့် မောဟကိလေသာများကို ပယ်သတ်ခြင်း ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

Does the Arahat exist or not after death?

The Buddha replies—"The Arahat who has been released from the five aggregates is deep, immeasurable like the mighty ocean. To say that he is reborn would not fit the case. To say that he is neither reborn nor not reborn would not fit the case."

One cannot say that an Arahat is reborn as all passions that condition rebirth are eradicated; nor can one say that the Arahat is annihilated for there is nothing to annihilate.

ရဟန္တာသည် ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးသည့်နောက် တည်ရှိသေးသလား၊ မရှိတော့ဘူးလား။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ဤသို့ ဖြေကြား၏–"ခန္ဓာငါးပါးမှ လွတ်မြောက်ပြီးဖြစ်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် နက်ရှိုင်း၏၊ မဟာသမုဒ္ဒရာကြီးကဲ့သို့ တိုင်းတာခြင်းငှာ မတတ်ကောင်းပါ။ သူ ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်ပြီးသည့်နောက် သူ ပြန်လည်မွေးဖွားသည်ဟုဆိုလျှင် အကြောင်းအရာ မဆီလျော်ပါ။ သူ ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်ပြီးနောက် ပြန်လည်မွေးဖွားသည်လည်း မဟုတ်၊ ပြန်လည်၍ ပဋိသန္ဓေမနေခြင်းလည်း မဟုတ်ဟုဆိုလျှင်လည်း အကြောင်းအရာ မဆီလျော်ပါ။"

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၌ နောက်ထပ်တစ်ဖန် ပဋိသန္ဓေ ဖြစ်စေသော ကိလေသာအားလုံးကို ပယ်သတ်ပြီးဖြစ်သည့်အတွက် သူသည် ပြန်လည်၍ မွေးဖွားလိမ့်မည်ဟု မပြောဆိုနိုင်ပါ။ ထို့အပြင် ရဟန္တာသည်

http://www.dhammadownload.com

အပြီးအပြတ် ချေမှုန်းသုတ်သင်ခြင်းခံရသည်ဟုလည်း မပြောဆိုနိုင်ပါ၊ အကြောင်းမှာ အပြီးအပြတ်ချေမှုန်းသုတ်သင်စရာ ဘာမျှမရှိသောကြောင့်တည်း။

Robert Oppenheimer, a scientist, writes:–

"If we ask, for instance, whether the position of the electron remains the same, we must say 'no'; if we ask whether the electron's position changes with time, we must say 'no'; if we ask whether the electron is at rest, we must say 'no'; if we ask whether it is in motion, we must say 'no'.

"The Buddha has given such answers when interrogated as to the conditions of man's self after death;[1] but they are not familiar answers from the tradition of the 17th and 18th century science."

([1] Evidently the writer is referring to the state of an Arahat after death.)

နှစ်ဆယ်ရာစု သိပ္ပံပညာရှင် **ရောဘတ်အော့(ပ်)ပင်ဟိုင်းမား** က ဤသို့ ရေးသား၏– "ဥပမာအားဖြင့် အီလက်ထရွန်တစ်ခု၏ တည်နေရာသည် တစ်မျိုးတည်းပဲ ရှိသလားဟု ကျွန်ုပ်တို့မေးမြန်းလျှင် 'မဟုတ်ပါ'လို့ ဖြေရလိမ့်မည်၊ အီလက်ထရွန်၏ တည်နေရာသည် အချိန်ကာလနှင့်လိုက်၍ ပြောင်းလဲသလားဟု ကျွန်ုပ်တို့မေးမြန်းလျှင် 'မဟုတ်ပါ'ဟု ပြောရလိမ့်မည်၊ အီလက်ထရွန်သည် ရပ်တည်နေသလားဟု ကျွန်ုပ်တို့မေးလျှင် 'မဟုတ်ပါ'ဟု ကျွန်ုပ်တို့ ပြောရလိမ့်

http://www.dhammadownload.com

မည်၊ အီလက်ထရွန်သည် ရွေ့လျားနေသလားဟု ကျွန်ုပ်တို့မေးလျှင် 'မဟုတ်ပါ'ဟု ကျွန်ုပ်တို့ပြောရလိမ့်မည်။

"ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သေဆုံးပြီးသည်နောက် လူတစ်ယောက်၏ အတ္တအခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍ မေးမြန်းလာလျှင် [၁] အထက်ပါ အဖြေမျိုးဖြင့် ဖြေကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤအဖြေများသည် (၁၇) ရာစုနှစ်, (၁၈) ရာစုနှစ် သိပ္ပံအစဉ်အလာရှုထောင့်မှ ကြည့်လျှင် အကျွမ်းဝင်ပြီးသောအဖြေများ မဟုတ်ချေ။"

([၁] စာရေးသူသည် ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးနောက် ရဟန္တာ၏ အခြေအနေကို ရည်ညွှန်းကြောင်း ထင်ရှားပါသည်။)

●

http://www.dhammadownload.com

Chapter 11
အခန်း (၁၁)
THE PATH TO NIBBĀNA
နိဗ္ဗာန်သို့ သွားရာလမ်း

How is Nibbāna to be attained?

It is by following the **Noble Eight-fold Path** which consists of Right Understanding *(sammā-diṭṭhi)*, Right Thoughts *(sammā-saṅkappa)*, Right Speech (sammā-vācā), Right Actions (sammā-kammanta), Right Livelihood *(sammā-ājīva)*, Right Effort *(sammā-vāyāma)*, Right Mindfulness *(sammā-sati)*, and Right Concentration *(sammā-samādhi)*.

နိဗ္ဗာန်ကို မည်သို့ရရှိနိုင်သနည်း။

မြင့်မြတ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကျင့်စဉ် လမ်းကြောင်းအတိုင်း လျှောက်လှမ်းသွားမည်ဆိုလျှင် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှာ–

http://www.dhammadownload.com

(၁) သမ္မာဒိဋ္ဌိ = မှန်ကန်စွာ သိနားလည်ခြင်း၊
(၂) သမ္မာသင်္ကပ္ပ = မှန်ကန်စွာ ကြံစည်ခြင်း၊
(၃) သမ္မာဝါစာ = မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း၊
(၄) သမ္မာကမ္မန္တ = မှန်ကန်စွာ ပြုလုပ်ခြင်း၊
(၅) သမ္မာအာဇီဝ = မှန်ကန်စွာ အသက်မွေးခြင်း၊
(၆) သမ္မာဝါယာမ = မှန်ကန်စွာ အားထုတ်ခြင်း၊
(၇) သမ္မာသတိ = မှန်ကန်စွာ အောက်မေ့အမှတ်ရခြင်း၊
(၈) သမ္မာသမာဓိ = မှန်ကန်စွာ တည်ကြည်ခြင်း
တို့ ဖြစ်ကြ၏။

1. *Right Understanding*, which is the key-note of Buddhism, is explained as the knowledge of the four Noble Truths. To understand rightly means to understand things as they really are and not as they appear to be. This refers primarily to a correct understanding of oneself, because, as the **Rohitassa Sutta** states "Dependent on this one-fathom long body with its consciousness" are all the four Truths.

၁။ *မှန်ကန်စွာ သိနားလည်ခြင်း* သည် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဓိက အချက် ဖြစ်၏။ ၎င်းသည် အရိယသစ္စာလေးပါးကို ကောင်းစွာ သိနားလည်သော အသိပညာဖြစ်သည်ဟု ရှင်းပြထား၏။ မှန်ကန်စွာ သိနားလည်ခြင်း ဆိုသည်မှာ အရာရာတိုင်းကို ၎င်းတို့အမှန်တကယ် တည်ရှိသည့်အတိုင်း သိနားလည်ခြင်းဖြစ်၏၊ ၎င်းတို့ကို ထင်မြင်ယူဆရသည့်အတိုင်း သိနားလည်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ မှန်ကန်စွာ သိနားလည်

http://www.dhammadownload.com

ရေး၌ အဓိကအားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို မှန်မှန်ကန်ကန် နားလည်သဘော ပေါက်ရမည်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် **ရောဟိတဿသုတ်** က ဤသို့ ဆိုထား၏–"အာရုံသိမှု–စိတ်နှင့်တကွဖြစ်သော ဤတစ်လံမျှသော ခန္ဓာကိုယ်အပေါ်၌ အရိယသစ္စာလေးပါးစလုံး တည်မှီနေကြ၏။"

In the practice of the Noble Eightfold Path, Right Understanding stands at the beginning as well as at its end. A minimum degree of Right Understanding is necessary at the very beginning because it gives the right motivations to the other seven factors of the Path and gives to them correct direction. At the culmination of the practice, Right Understanding has matured into perfect Insight Wisdom *(vipassanā-paññā)*, leading directly to the Stages of Sainthood.

မြင့်မြတ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးလမ်းစဉ်ကို ကျင့်သုံးရာ၌ မှန်ကန်စွာ သိနားလည်ခြင်းသည် အစ၌ရော အဆုံး၌ပါ ပါဝင်ရ၏။ အစကနဦး၌ မှန်ကန်စွာသိနားလည်ခြင်းကို အနည်းဆုံးအတိုင်းအတာမျှ လိုအပ်၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဤမဂ္ဂင်သည် ကျန်မဂ္ဂင် (၇) ပါးကို မှန်ကန်သော တွန်းအားပေးပြီးလျှင် ၎င်းတို့အား မှန်ကန်သောဦးတည်ချက်ကိုလည်း ပေး၏။ လက်တွေ့ကျင့်စဉ်၏ အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်သောအခါ မှန်ကန်စွာသိနားလည်ခြင်းသည် ပြည့်စုံသော ဝိပဿနာဉာဏ် *(ဝိပဿနာပညာ)* သို့ ရင့်ကျက်သွားပြီးလျှင် ထိုမှတစ်ဆင့် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်အဆင့်သို့ တိုက်ရိုက်မြင့်တက်သွား၏။ မဂ်ဖိုလ်ရပြီးသောသူသည် အရိယာသူတော်စင်ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

2. Clear vision or right understanding leads to clear thinking. The second factor of the Noble Eightfold Path is, therefore, *Right Thoughts (sammā-saṅkappa)*, which serves the double purpose of eliminating evil thoughts and developing pure thoughts. Right Thoughts, in this particular connection, are threefold. They consist of:

(i) *Nekkhamma*— Renunciation of worldly pleasures or the virtue of selflessness, which is opposed to attachment, selfishness, and possessiveness.

(ii) *Avyāpāda*— Loving-kindness, goodwill, or benevolence, which is opposed to hatred, ill-will, or aversion; and

(iii) *Avihiṁsā*— Harmlessness or compassion, which is opposed to cruelty and callousness.

၂။ ကြည်လင်သောအမြင် သို့မဟုတ် မှန်ကန်စွာသိနားလည်ခြင်းသည် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်ရန် အထောက်အကူပြု၏။ ထို့ကြောင့် မြင့်မြတ်သောမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးလမ်းစဉ်၏ ဒုတိယအင်္ဂါမှာ *မှန်ကန်စွာကြံစည်ခြင်း (သမ္မာသင်္ကပ္ပ)* ဖြစ်၏။ ဤမဂ္ဂင်သည် မကောင်းသောအကြံအစည်များကို ဖယ်ရှားပေးပြီး စင်ကြယ်သော အကြံအစည်များကိုပျိုးထောင်ပေးခြင်းဟူသော ကိစ္စနှစ်ရပ်ကိုဆောင်

http://www.dhammadownload.com

ရှုက်ပေး၏။ ဤကိစ္စနှင့် ဆက်စပ်၍ မှန်ကန်စွာ ကြံစည်ခြင်းသည် သုံးမျိုးရှိ၏။ ၎င်းတို့မှာ–

(က) *နေက္ခမ္မ* – လောကီပျော်ရွှင်သာယာမှုများကို စွန့်လွှတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ကိုယ်ကျိုးစွန့်လွှတ်ခြင်းဂုဏ်၊ ဤဂုဏ်အရည်အသွေးသည် တပ်မက်တွယ်တာခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်းနှင့် တစ်ဦးတည်းပိုင်ဆိုင်လိုခြင်းတို့ကို ဆန့်ကျင်၏။

(ခ) *အဗျာပါဒ* – မေတ္တာတရား၊ သဘောထားကောင်းခြင်း သို့မဟုတ် ကောင်းမှုပြုလိုခြင်း၊ ဤအရည်အသွေးသည် မုန်းတီးခြင်း၊ သဘောထားဆိုးခြင်း သို့မဟုတ် မနှစ်သက်မှုတို့ကို ဆန့်ကျင်၏။

(ဂ) *အဝိဟိံသ* – ဘေးရန်ကင်းစေလိုခြင်း သို့မဟုတ် သနားကြင်နာခြင်း၊ ဤအရည်အသွေးသည် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်ခြင်းနှင့် စာနာမှုကင်းခြင်းတို့ကို ဆန့်ကျင်၏။

3. Right Thoughts lead to *Right Speech*, the third factor. This includes abstinence from falsehood, slandering harsh words, and frivolous talk.

၃။ မှန်ကန်စွာကြံစည်ခြင်းသည် *မှန်ကန်စွာပြောဆိုခြင်း* ကို အထောက်အကူပြု၏။ ဤတတိယမဂ္ဂင်သည် မမှန်သောစကား၊ ကုန်းချောသောစကား၊ ကြမ်းတမ်းသောစကားနှင့် အကျိုးမရှိ သိမ်ဖျင်းသောစကားတို့ကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြစ်၏။

4. Right speech must be followed by *Right Action* which comprises abstinence from killing, stealing and sexual misconduct.

http://www.dhammadownload.com

၄။ မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်းနောက်သို့ *မှန်ကန်စွာပြုလုပ်ခြင်း* လိုက်ပါလာ၏။ ဤစတုတ္ထမဂ္ဂင်၌ သူ့အသက်သတ်ခြင်း, သူ့ဥစ္စာခိုးယူခြင်းနှင့် ကာမဂုဏ်၌ မှားယွင်းစွာပြုကျင့်ခြင်းတို့မှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း ဖြစ်၏။

5. Purifying his thoughts, words and deeds at the outset, the spiritual pilgrim tries to purify his *livelihood* by refraining from the five kinds of trade which are forbidden to a lay-disciple. They are trading in arms, human beings, animals for slaughter, intoxicating drinks and drugs, and poisons.

For monks, wrong livelihood consists of hypocritical conduct and wrong means of obtaining the requisites of monk-life.

၅။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကျင့်စဉ်၏ ပွဲဦးထွက် လေ့ကျင့်သူ ယောဂီ(ဝါ) စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘုရားဖူးသည် သူ၏ စိတ်ကူးများ, စကားများနှင့် အပြုအမူများကို ဖြူစင်အောင် ကြိုးပမ်းပြီးလျှင် သူ၏ *အသက်မွေးမှု* ကိုပါ စင်ကြယ်အောင် ကြိုးပမ်း၏။ ဤသို့ကြိုးပမ်းရာ၌ လူဝတ်ကြောင် တပည့်တစ်ဦးအား တားမြစ်ထားသော ကုန်သွယ်မှု (၅) မျိုးကို ရှောင်ရှားရမည်။ ယင်းတို့မှာ လက်နက်များရောင်းဝယ်ခြင်း, လူကုန်ကူးခြင်း, တိရစ္ဆာန်များကို သတ်ရန် ရောင်းဝယ်ခြင်း, မူးယစ်စေတတ်သည့် အဖျော်ယမကာနှင့် ဆေးဝါးများကို ရောင်းဝယ်ခြင်း, အဆိပ်များကို ရောင်းဝယ်ခြင်းတို့ ဖြစ်ကြ၏။

http://www.dhammadownload.com

ရဟန်းသံဃာများအတွက်မူ မှားယွင်းစွာ အသက်မွေးခြင်းတွင် သူတော်ကောင်းယောင်ဆောင်မှုနှင့် ရဟန်းတို့နှင့် အပ်စပ်သည့် ပစ္စည်းလေးပါးတို့ကို မှားယွင်းသောနည်းလမ်းများဖြင့် ရယူခြင်းတို့ဖြစ်၏။ ဤအမှုများကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။

6. *Right Effort* is fourfold, namely;
i. the endeavour to discard evil that has already arisen;
ii. the endeavour to prevent the arising of unarisen evil;
iii. the endeavour to develop unarisen good;
iv. the endeavour to promote the good which has already arisen.

၆။ *မှန်ကန်စွာအားထုတ်ခြင်း* သည် (၄) မျိုးရှိ၏၊ ၎င်းတို့မှာ–
(က) ဖြစ်ပေါ်လာပြီးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို ပယ်ဖျက်နိုင်ခြင်း၌ အားထုတ်ခြင်း၊
(ခ) မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို မဖြစ်ပေါ်လာစေခြင်း၌ အားထုတ်ခြင်း၊
(ဂ) မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖြစ်ထွန်းစေခြင်း၌ အားထုတ်ခြင်း၊
(ဃ) ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ခိုင်ခံ့တိုးပွားစေခြင်း၌ အားထုတ်ခြင်း
တို့ဖြစ်ကြ၏။

http://www.dhammadownload.com

7. *Right Mindfulness* is constant mindfulness with regard to body, feelings, thoughts, and mind-objects.

၇။ *မှန်ကန်စွာ အောက်မေ့အမှတ်ရခြင်း* သည် ကိုယ်ကာယ, ခံစားမှုများ, စိတ်ကူးများနှင့် တရားဓမ္မများကို အမြဲမပြတ် အမှတ်ရနေခြင်း ဖြစ်၏။ ဝိပဿနာရှုမှတ်ရာ၌ သတိပဋ္ဌာန် (စွဲမြဲစွာတည်သော သတိ) ၄-ပါးဖြင့် ကိုယ်ကာယဟူသော ရူပက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနာများဟူသော ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၊ စိတ်များဟူသော ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၊ တရားဓမ္မများဟူသော သညာက္ခန္ဓာနှင့် သင်္ခါရက္ခန္ဓာတို့ကို အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ တင်ရှုရသည်။

8. Right Effort and Right Mindfulness lead to *Right Concentration.* It is the one-pointedness of mind, culminating in the Jhānas or meditative absorptions.

၈။ မှန်ကန်စွာ အားထုတ်ခြင်းနှင့် မှန်ကန်စွာ အောက်မေ့အမှတ်ရခြင်းတို့သည် *မှန်ကန်စွာတည်ကြည်ခြင်း* သို့ ပို့ဆောင်ပေးကြ၏။ ၎င်းသည် အမှတ်တစ်ခုတည်း (ဝါ) အာရုံတစ်ခုတည်း၌ စိတ်စူးစိုက်တည်ရှိနေခြင်း ဖြစ်၏။ စိတ်တည်ကြည်ခြင်းကို သမာဓိဟုခေါ်၏၊ အထွတ်အထိပ်ရောက်သော စိတ်တည်ကြည်မှုကို ဈာန်များ (ဝါ) ဘာဝနာအာရုံ၌ စိတ်စူးစိုက်မြုပ်ဝင်နေခြင်းဟု ခေါ်၏။

Of these eight factors of the Noble Eightfold Path the first two are grouped under the heading of Wisdom *(paññā)*, the following three under Morality *(sīla)*, and the last three under Concentration

http://www.dhammadownload.com

(samādhi). But according to the order of development the sequence is as follows:

I. Morality *(sīla)*	Right Speech, Right Action Right Livelihood
II. Concentration *(samādhi)*	Right Effort Right Mindfulness Right Concentration
III. Wisdom *(paññā)*	Right Understanding Right Thoughts

မြင့်မြတ်သောမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးလမ်းစဉ်၏ အင်္ဂါရှစ်ပါးအနက် ပထမ နှစ်ခုကို ပေါင်း၍ *ပညာသိက္ခာ* (ပညာကျင့်စဉ်) ဟု ခေါ်၏။ နောက် အင်္ဂါသုံးပါးကို ပေါင်းစု၍ *သီလသိက္ခာ* (သီလကျင့်စဉ်) ဟု ခေါ်၏။ နောက်ဆုံးအင်္ဂါသုံးခုကို စုပေါင်း၍ *သမာဓိသိက္ခာ* (သမာဓိကျင့်စဉ်) ဟု ခေါ်၏။ ဤအင်္ဂါရပ်များကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လေ့ကျင့်ရာ၌ အစီအစဉ်မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်၏ –

(၁) သီလသိက္ခာ *(သီလ)*	မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း မှန်ကန်စွာ ပြုလုပ်ခြင်း မှန်ကန်စွာ အသက်မွေးခြင်း
(၂) သမာဓိသိက္ခာ *(သမာဓိ)*	မှန်ကန်စွာ အားထုတ်ခြင်း မှန်ကန်စွာ အမှတ်ရခြင်း မှန်ကန်စွာ တည်ကြည်ခြင်း
(၃) ပညာသိက္ခာ *(ပညာ)*	မှန်ကန်စွာ သိနားလည်ခြင်း မှန်ကန်စွာ ကြံစည်ခြင်း

http://www.dhammadownload.com

Morality *(sīla)* is the first stage on this path to Nibbāna.

Without killing or causing injury to any living creature, man should be kind and compassionate towards all, even to the tiniest creature that crawls at his feet. Refraining from stealing, he should be upright and honest in all his dealings.

Abstaining from sexual misconduct which debases the exalted nature of man, he should be pure. Shunning false speech, he should be truthful. Avoiding pernicious drinks that promote heedlessness, he should be sober and diligent.

ကိုယ်ကျင့်သီလသည် နိဗ္ဗာန်သို့ ပို့ဆောင်ပေးသော ဤလမ်းစဉ်၌ ပထမအဆင့်ဖြစ်၏။ မည်သည့် သက်ရှိသတ္တဝါကိုမျှ မသတ်ဘဲ ထိခိုက်အောင် မပြုလုပ်ဘဲ လူသည် သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံးကို ကြင်နာရမည်၊ သနားညှာတာ, ထောက်ထားစာနာရမည်၊ သူ၏ခြေထောက်များပေါ်၌ တွားသွားသော အငယ်ဆုံးသတ္တဝါကိုပင် သနားကြင်နာရမည်။ ခိုးမှုကို ရှောင်ကြဉ်လျက် သူသည် သူ၏ဆက်ဆံမှုများအားလုံး၌ တည့်မတ်မှန်ကန်၍ ရိုးသားဖြောင့်မတ်ရမည်။

လူသား၏ မြင့်မြတ်သောသဘာဝကို ယုတ်ညံ့စေသော လိင်ဖောက်ပြန်မှုများကို ရှောင်ကြဉ်၍ အပြစ်ကင်းစင်အောင် သူကြိုးစားရမည်။ မမှန်သောစကားကို ရှောင်ကြဉ်၍ မှန်ကန်သောစကားကိုသာ ပြောဆိုရမည်။ သတိမေ့လျော့ခြင်းကို အားပေးသော သေးဥပဒ်ဖြစ်

http://www.dhammadownload.com

စေသည့် သေရည်အရက်များကို ရှောင်ရှား၍ သူသည် မယစ်မှူးဘဲ လုံ့လဝီရိယ ရှိရမည်။

These elementary principles of regulated behaviour are essential to one who treads the path to Nibbãna. Violation of them means the introduction of obstacles on the path which will obstruct his moral progress. Observance of them means steady and smooth progress along the path.

The spiritual pilgrim, disciplining thus his words and deeds, may advance a step further and try to control his senses.

ဤသို့ ချုပ်ထိန်းထားသော အပြုအမူ၏ ဤအခြေခံ သဘောတရားများသည် နိဗ္ဗာန်သို့ပို့ဆောင်ပေးသော လမ်းအတိုင်း လျှောက်လှမ်းသူတစ်ယောက်အတွက် လိုအပ်ပါသည်။ ဤအခြေခံသဘောတရားတို့ကို ချိုးဖောက်ခြင်းသည် ထိုလမ်းကြောင်းပေါ်တွင် အတားအဆီးများ ချထားလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်၏၊ ဤအတားအဆီးတို့သည် သူ၏ကိုယ်ကျင့်တရားတိုးတက်မှုကို ပိတ်ပင်တားဆီးကြလိမ့်မည်။ ထိုအခြေခံသဘောတရားတို့ကို ထိန်းသိမ်းလိုက်နာခြင်းသည် ထိုလမ်းကြောင်းအတိုင်း ပုံမှန် ချောချောမောမောတိုးတက်သွားစေလိမ့်မည်။

သူ၏စကားများနှင့် ပြုလုပ်မှုများကို ဤသို့ထိန်းသိမ်းကြပ်မတ်နေသော စိတ်ဖွံ့ဖြိုးအောင် လေ့ကျင့်နေသူသည် ရှေ့သို့တစ်လှမ်းတိုး၍ သူ၏အာရုံများကို ချုပ်ထိန်းရန် ကြိုးစားလိမ့်မည်။

http://www.dhammadownload.com

While he progresses slowly and steadily with regulated word and deed and restrained senses, the Kammic force of this striving aspirant may compel him to renounce worldly pleasures and adopt the ascetic life. To him then comes the idea that

"A den of strife is household life,
And filled with toil and need;
But free and high as the open sky
Is the life the homeless lead."

သူ၏ ကိုယ်, နှုတ်နှင့် အာရုံများကို ထိန်းချုပ်လျက် နှေးနှေးနှင့် မှန်မှန် သူတိုးတက်နေစဉ် ဤကြိုးပမ်းနေသော ရည်မှန်းချက်မြင့်မား သူသည် လောကီပျော်ရွှင်သာယာမှုများကို စွန့်လွှတ်ရန်နှင့် ခြိုးခြံ သော ဘဝကို ကျင့်သုံးရန် သူ့ကိုယ်သူ အတင်းအကျပ်တိုက်တွန်း လိမ့်မည်။ ထိုအခါ သူ့ထံသို့ ဤသို့သောအတွေး ပေါ်လာလိမ့်မည်–

"အိမ်ထောင်စုဘဝသည် ပဋိပက္ခတွင်းနက်နှင့်တူ၏၊
ပြီးတော့ ပင်ပန်းသောအလုပ်, လိုအပ်မှုတို့နှင့်
ပြည့်နှက်နေ၏၊
သို့သော် ပွင့်နေသော ကောင်းကင်ကဲ့သို့
လွတ်လပ်၍ မြင့်မားသည်မှာ
အိမ်ရာမဲ့သူ၏ ဘဝပင်တည်း။"

It should not be understood that everyone is expected to lead the life of a Bhikkhu or a celibate

http://www.dhammadownload.com

life to achieve one's goal. One's spiritual progress is expedited by being a Bhikkhu although as a lay follower one can become an Arahat. After attaining the third stage of Sainthood, one leads a life of celibacy.

သို့ရာတွင် လူတိုင်းက သူ၏ဘဝပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိရေး အတွက် ရဟန်းဘဝ သို့မဟုတ် ဗြဟ္မစရိယကျင့်သုံးသောဘဝကို ရယူရန် လိုအပ်သည်ဟူ၍ကား မယူဆသင့်ချေ။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ စိတ်ပိုင်း တိုးတက်မှုသည် ရဟန်းဘဝကို ရယူခြင်းဖြင့် ပို၍လျင်မြန်လာ၏။ သို့စေကာမူ လူဝတ်ကြောင် တပည့်တစ်ဦးသည်လည်း ရဟန္တာ တစ်ပါး ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ တတိယအဆင့် အရိယာဘဝကို ရရှိပြီးသည့်နောက် (အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီးသည့်နောက်) လူတစ်ယောက်သည် ဗြဟ္မစရိယအကျင့်နှင့် နေထိုင်သွားပါသည်။

Securing a firm footing on the ground of morality, the progressing pilgrim then embarks upon the higher practice of Samãdhi, the control and culture of the mind—the second stage on this Path.

Samãdhi—is the "one-pointedness of the mind." It is the concentration of the mind on one object to the entire exclusion of all irrelevant matter.

သီလတည်းဟူသောမြေပေါ်၌ ခိုင်မြဲစွာရပ်တည်ပြီးသည့်နောက် တိုးတက်လာသောယောဂီသည် သမာဓိထူထောင်နိုင်ရေးအတွက် ပို

http://www.dhammadownload.com

၍အဆင့်မြင့်သည့်ကျင့်စဉ်ကို ကျင့်သုံး၏။ သမာဓိထူထောင်ခြင်းသည် စိတ်ကိုယဉ်ကျေးအောင်ချုပ်ထိန်းခြင်းဖြစ်ပြီးလျှင် မဂ္ဂင်လမ်းစဉ်၏ ဒုတိယအဆင့် ဖြစ်ပေ၏။

သမာဓိသည် "အမှတ်တစ်ခုတည်း၌ စိတ်စုစည်း၍ တည်နေခြင်း" ဖြစ်၏။ ၎င်းသည် အာရုံတစ်ခုတည်း၌ စိတ်ကိုစူးစိုက်စုစည်းထားပြီးသော် အခြားမသက်ဆိုင်သည့်အရာအားလုံးကို လုံးဝ ထုတ်ပယ် ချန်လှပ်ထားရ၏။

There are different subjects for meditation according to the temperaments of the individuals. Concentration on respiration is the easiest to gain the one-pointedness of the mind. Meditation on loving-kindness is very beneficial as it is coducive to mental peace and happiness.

Cultivation of the four sublime states—loving-kindness *(Mettā)*, compassion *(Karuṇā)*, sympathetic joy *(Muditā)* and equanimity *(Upekkhā)*—is highly commendable.

လူအသီးသီးတို့၏ စရိုက်အကျင့်များနှင့်အညီ ဘာဝနာရှုပွားနိုင်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အသက်ရှူနေသည့်အခါ ဝင်လေထွက်လေကို စူးစိုက်ရှုမှတ်သော အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းသည် သမာဓိထူထောင်ရန် အလွယ်ဆုံးကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်၏။ မေတ္တာဘာဝနာကို ရှုပွားခြင်းသည်လည်း စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုတို့ကို ဖြစ်ထွန်းစေသည့်အတွက် အလွန်အကျိုးကျေးဇူးများပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးဖြစ်သော ချစ်ခင်ကြင်နာခြင်း (*မေတ္တာ*), သနားခြင်း (*ကရုဏာ*), ကိုယ်ချင်းစာ၍ဝမ်းမြောက်ခြင်း (*မုဒိတာ*) နှင့် လျစ်လျူရှု၍ စိတ်တည်ငြိမ်အောင်ထားခြင်း (*ဥပေက္ခာ*) တို့ကို ပွားများကြရန် အထူးထောက်ခံတိုက်တွန်းပါသည်။

After giving careful consideration to the subject for contemplation, he should choose the one most suited to his temperament. This being satisfactorily settled, he makes a persistent effort to focus his mind until he becomes so wholly absorbed and interested in it, that all other thoughts get ipso facto excluded from the mind.

ဘာဝနာရှုပွားရမည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သေချာစွာ စဉ်းစားစိစစ်ပြီးသော် ယောဂီသည် မိမိ၏ အကျင့်စရိုက်နှင့် အလိုက်ဖက်ဆုံး ဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရွေးချယ်ရမည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းရွေးချယ်မှုကို ကျေနပ်စွာ သတ်မှတ်ပြီးသည့်အခါ ထိုကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ သူ၏စိတ်ကို စူးစိုက်ထားနိုင်ရန်အတွက် သူ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်။ ဘာဝနာအာရုံ၌ သူအပြည့်အဝစူးစိုက်မြုပ်ဝင်၍ စိတ်ဝင်စားမှုရှိလာသောအခါ အခြားစိတ်ကူးများအားလုံးကို စိတ်၌မဖြစ်ပေါ်အောင် နှိမ်နင်းထုတ်ပယ်ထားနိုင်လေပြီ။

The **Five hindrances** to progress—namely, sense-desire, hatred, sloth and torpor, restlessness and brooding and doubts are then temporarily inhibited.

http://www.dhammadownload.com

Eventually he gains ecstatic concentration and, to his indescribable joy, becomes enwrapt in Jhãna, enjoying the calmness and serenity of a one-pointed-mind.

ထိုအခါ တိုးတက်မှုကို ဟန့်တားတတ်သည့် **နီဝရဏငါးပါး** တို့ကို မထကြွအောင် ယာယီနှိမ်နင်းတားဆီးထားနိုင်လေပြီ။ နီဝရဏ ငါးပါးတို့မှာ ကာမဂုဏ်အာရုံများကို လိုချင်တပ်မက်ခြင်း (လောဘ), မုန်းတီးခြင်း (ဒေါသ), လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်း (ထိနမိဒ္ဓ), စိတ်ပျံ့လွင့် ခြင်းနှင့် နောင်တတစ်ဖန်ပူပန်ခြင်း(ဥဒ္ဓစ္စ–ကုက္ကုစ္စ)နှင့် ယုံမှားသံသယ ဖြစ်ခြင်း (ဝိစိကိစ္ဆာ) တို့ ဖြစ်ကြသည်။

နောက်ဆုံး၌ အလွန်ကြီးကျယ်သော နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ခြင်း, စိတ်ချမ်းသာခြင်းတို့နှင့်တကွ တည်ကြည်စုစည်းသည့်သမာဓိကို သူ ရရှိပြီးလျှင် မဖော်ပြနိုင်သော ဝမ်းမြောက်မှုနှင့်လွှမ်းခြုံ၍ ဈာန်၌ နစ် ဝင်နေပေတော့၏၊ အမှတ်တစ်ခုတည်း၌ စိတ်စူးစိုက်တည်နေမှု၏ ငြိမ်သက်ခြင်းနှင့် ကြည်လင်ငြိမ်းချမ်းခြင်းဟူသော ဈာန်ချမ်းသာကို သူ ခံစားနေရပေ၏။

When one gains this perfect one-pointedness of the mind it is possible for one to develop the **five Supernormal Powers** *(Abhiññã)*—Divine Eye *(Dibbacakkhu)*, Divine Ear *(Dibbasota)*, Reminiscence of past births *(Pubbenivãsãnussati-ñãṇa)*, Thought Reading *(Paracitta vijãnana)* and different Psychic Powers *(Iddhividha)*. It must not be under-

http://www.dhammadownload.com

stood that those supernormal powers are essential for Sainthood.

စိတ်ကို အမှတ်တစ်ခုတည်း၌ စုစည်းတည်နေစေလျက် သမာဓိကို အထွတ်အထိပ်သို့ရောက်အောင် ပျိုးထောင်ပြီးသောအခါ **လောကီအဘိညာဉ်** (အထူးသိသောဉာဏ်) ငါးပါးကို ဆက်လက်ပျိုးထောင်နိုင်သည်။ အဘိညာဉ်ငါးပါးမှာ နတ်မျက်စိကဲ့သို့ မြင်နိုင်သော အဘိညာဉ် (ဒိဗ္ဗစက္ခု), နတ်နားကဲ့သို့ကြားနိုင်သော အဘိညာဉ် (ဒိဗ္ဗသောတ), အတိတ်ဘဝများကို သိမြင်နိုင်သော အဘိညာဉ် (ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ), သူတစ်ပါးတို့၏ စိတ်အကြံကို သိနိုင်သော အဘိညာဉ် (ပရစိတ္တဝိဇာနန) နှင့် စိတ်တန်ခိုးအမျိုးမျိုးဖြင့် မြေလျှိုးမိုးပျံ, အမျိုးမျိုးဖန်ဆင်းနိုင်သော အဘိညာဉ် (ဣဒ္ဓိဝိဓ) တို့ ဖြစ်ကြ၏။ ဤအဘိညာဉ်ငါးပါးသည် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်ဟု မမှတ်ယူသင့်ပါ။

Though the mind is now purified there still lies dormant in him the tendency to give vent to his passions, for, by concentration, passions are lulled to sleep temporarily. They may rise to the surface at unexpected moments.

စိတ်ကောင်းစွာ တည်ကြည်သွားသောအခါ စိတ်ဖြူစင်သွားပြီဖြစ်ပါသော်လည်း အနုသယကိလေသာများသည် သူ၏စိတ်၌ ကိန်းဝပ်နေကြဆဲ ဖြစ်သည်။ ကာမဂုဏ်အာရုံများနှင့် ထိတွေ့သည့်အခါ ထိုကိလေသာများ တစ်ဖန်နိုးကြားထကြွလာကြသဖြင့် ချစ်ခင်တပ်မက်ခြင်း, မုန်းတီးခြင်း စသည့် ပြင်းထန်သော ခံစားမှုများ တစ်ဖန်

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်ပေါက်လာကြပေဦးမည်။ သမာဓိသည် ဤပြင်းပြသောခံစားမှုများကို ယာယီငြိမ်ဝပ်နေအောင် အိပ်ပျော်နေအောင်သာ နှိပ်ကွပ်ထားနိုင်၏။ ဤခံစားမှုများသည် မမျှော်လင့်ထားသော အချိန်အခါများ၌ စိတ်မျက်နှာပြင်သို့ ပေါ်ပေါ်လွင်လွင် ကြွတက်လာနိုင်ကြသည်။

Both Discipline and Concentration are helpful to clear the Path of its obstacles but it is Insight *(Vipassanã Paññã)* alone which enables one to see things as they truly are, and consequently reach the ultimate goal by completely annihilating the passions inhibited by Samãdhi. This is the third and the final stage on the Path to Nibbãna.

ကိုယ်ကျင့်သီလနှင့် သမာဓိတို့သည် မဂ်လမ်းကြောင်းမှ ၎င်း၏ အတားအဆီး အနှောင့်အယှက်များကို ရှင်းလင်းပေးရန် ကူညီပေးကြပါ၏။ သို့သော် ထိုးထွင်းမြင်သိမှု *(ဝိပဿနာပညာ, မဂ်ပညာ)* တစ်ခုတည်းကသာလျှင် အရာအားလုံးကို ၎င်းတို့အမှန်တကယ်တည်ရှိသည့်အတိုင်း မြင်သိအောင် စွမ်းဆောင်ပေးသည်။ ထို့အပြင် ဤသို့မှန်ကန်စွာသိမြင်ခြင်းပညာသည် သမာဓိက ပိတ်ပင်နှိပ်ကွပ်ထားသော ပြင်းပြသည့်ခံစားမှုများနှင့် ကိလေသာများကို အမြစ်ပြတ်လုံးဝဥဿုံပယ်သတ်ပြီးလျှင် မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုစေနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာပညာက အဆုံးစွန်သော ပန်းတိုင်သို့ရောက်အောင် ကူညီစောင်မပေးသည်။ ဝိပဿနာရှုခြင်းနှင့်

http://www.dhammadownload.com

မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းတို့သည် နိဗ္ဗာန်သို့ပို့ဆောင်ပေးသော မဂ္ဂင်လမ်းစဉ်၏ တတိယနှင့်နောက်ဆုံးအဆင့် ဖြစ်ပေ၏။

With his one-pointed mind which now resembles a polished mirror he looks at the world to get a correct view of life. Wherever he turns his eyes he sees nought but the Three Characteristics– *Anicca* (transiency), *Dukkha* (sorrow) and *Anatta* (soul-lessness) standing out in bold relief.

ယောဂီ၏ ကောင်းစွာတည်ကြည်သောစိတ်သည် ပြောင်လက်အောင် ပွတ်တိုက်ထားသည့် ကြေးမုံမှန်နှင့် တူ၏။ ဤတည်ကြည်သော စိတ် (ဝါ) သမာဓိမျက်စိဖြင့် ကမ္ဘာလောကကို သူ ရှုကြည့်သည့်အခါ ဘဝ၏ မှန်ကန်သောအမြင်ကို သူ ရရှိလာ၏။ သူ၏ ဉာဏ်မျက်စိများဖြင့် ရှုကြည့်လိုက်သော နေရာတိုင်း၌ လက္ခဏာရေး သုံးပါးတို့မှတစ်ပါး အခြား ဘာမျှမရှိခြင်းကို သူ ထင်းထင်းမြင်သိ၏။ လက္ခဏာရေးသုံးပါးမှာ ခဏမစဲဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ မတည်မြဲခြင်းသဘော *(အနိစ္စ)*, ရုပ်နာမ်တို့၏ ခဏမစဲပျက်ပျက်နေသည့် ဒဏ်ချက်ဖြင့် အနှိပ်စက်ခံနေရ၍ ဆင်းရဲခြင်းသဘော *(ဒုက္ခ)*, တည်မြဲသော အနှစ်အသား–ဝိညာဉ်အတ္တမရှိ, ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ, ငါ မရှိ, ငါ့အလိုသို့လည်း မလိုက်သော အတ္တမရှိခြင်းသဘော *(အနတ္တ)* တို့ ဖြစ်ကြ၏။

He comprehends that life is constantly changing and all conditioned things are transient. Neither

http://www.dhammadownload.com

in heaven nor on earth does he find any genuine happiness, for every form of pleasure is a prelude to pain. What is transient is therefore painful, and where change and sorrow prevail there cannot be a permanent immortal soul.

ဘဝသည် အမြဲမပြတ် ပြောင်းလဲနေပြီးလျှင် အကြောင်းတရားတို့ ပြုပြင်ဖန်တီးပေးထားသော အရာအားလုံးသည် ခဏခေတ္တသာ တည်၍ ပြောင်းလဲပျက်စီးသွားကြခြင်းကို သူနားလည်သဘောပေါက်လာ၏။ ကောင်းကင်ဘုံဟူသော နတ်ပြည်များ၌လည်းကောင်း၊ ကမ္ဘာမြေပြင်ပေါ်၌လည်းကောင်း စစ်မှန်သော ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုကို သူမတွေ့မြင်ရပါ၊ အကြောင်းမှာ သာယာပျော်ရွှင်မှု၏ အသွင်သဏ္ဌာန်သည် ဆင်းရဲခြင်း၏ နိဒါန်းသာဖြစ်သောကြောင့်တည်း။ ထို့ကြောင့် မတည်မြဲဘဲ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲနေသောအရာအားလုံးသည် ဆင်းရဲခြင်းသာ ဖြစ်၏။ ထို့အပြင် ပြောင်းလဲခြင်းနှင့် ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်းတို့ လွှမ်းမိုးတည်ရှိနေသည့် နေရာတိုင်း၌ တည်မြဲသော သေဆုံးခြင်းမရှိသော ဝိညာဉ် (ဝါ) အတ္တဟူ၍ မရှိနိုင်ပါ။

Whereupon, of these three characteristics, he chooses one that appeals to him most and intently keeps on developing Insight in that particular direction until that glorious day comes to him when he would realize Nibbāna for the first time in his life, having destroyed the three Fetters—self-illusion *(Sakkāya-diṭṭhi)*, doubts *(Vicikicchā)*, indulgence in

http://www.dhammadownload.com

(wrongful) rites and ceremonies *(Silabbataparā-māsa).*

ယောဂီသည် လက္ခဏာရေးသုံးပါးအနက် သူအနှစ်သက်ဆုံး လက္ခဏာတစ်ခုကို ရွေးချယ်ပြီးလျှင် စိတ်အားထက်သန်စွာ ဘာဝနာ ရှုပွားကာ ထိုဦးတည်ချက်လားရာအတိုင်း ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာကို အဆင့်ဆင့်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေ၏။ အနေးနှင့်အမြန်ဆိုသလို သူ၏ဘဝ တွင် ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် နိဗ္ဗာန်ကို သူ မျက်မှောက်ပြုနိုင်သော ကြီးကျယ်ခမ်းနားသည့် အောင်ပွဲခံသောနေ့သည် ဆိုက်ရောက်လာ ပေလိမ့်မည်။ ထိုအခါ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် သံယောဇဉ်သုံးပါး ကို ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်လေတော့၏။ ထိုသံယောဇဉ်သုံးပါးမှာ ငါရှိသည် ဟု အယူမှားမှု *(သက္ကာယဒိဋ္ဌိ)*, ရတနာမြတ်သုံးပါးနှင့် တရားသဘော တို့၌ ယုံမှားသံသယဖြစ်မှု *(ဝိစိကိစ္ဆာ)* နှင့် ရှုတ်ဖတ်သရဲချာယ်, ပူဇော် ပွဲများဖြင့် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်နိုင်၏ဟု အယူမှားမှု *(သီလဗ္ဗတပရာမာသ)* တို့ ဖြစ်ကြ၏။

At this stage he is called a *Sotāpanna* (Stream-Winner)—one who has entered the stream that leads to Nibbāna. As he has not eradicated all Fetters he is reborn seven times at the most.

ဤအဆင့်၌ သူ့ကို *သောတာပန်*– နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သော ရေ စီးကြောင်းထဲသို့ ဝင်ရောက်သွားပြီးသူ–ဟု ခေါ်ဆိုရ၏။ သူသည် သံယောဇဉ်နှောင်ကြိုးအားလုံးကို မဖြတ်တောက်ရသေးသည့်အတွက် ကာမဘုံများတွင် အလွန်ဆုံး ခုနစ်ဘဝ ပြန်လည်မွေးဖွားရဦးမည် ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.com

Summoning up fresh courage, as a result of this glimpse of Nibbãna, the Pilgrim makes rapid progress and cultivating deeper Insight. He becomes a *Sakadãgãmi*—(Once Returner) - by weakening two more Fetters—namely Sense-desire *(Kãmarãga)* and ill-will *(Paṭigha)*. He is called a Sakadãgãmi because he is reborn on earth only once in case he does not attain Arahatship.

နိဗ္ဗာန်ကို လှမ်းမြင်ရပြီးသည့်အကျိုးရလဒ်အဖြစ် ယောဂီသည် ရဲစွမ်းသတ္တိသစ်နှင့် ခွန်အားသစ်တို့ကို စုစည်း၍ ဝိပဿနာဆက်လက်ရှုပွားသဖြင့် လျင်မြန်စွာတိုးတက်ပြီးကာ ပို၍နက်ရှိုင်းစွာ ထိုးထွင်းသိမြင်လာ၏။ ဒုတိယမဂ်ဉာဏ်ဖြစ်သည့် သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ်ကို ရရှိသောအခါ သူသည် *သကဒါဂါမ်* အဖြစ်သို့ အဆင့်မြင့်တက်သွား၏။ သူသည် ကာမဂုဏ်အာရုံများကို လိုချင်နှစ်သက်မှု *(ကာမရာဂ)* နှင့် စိတ်ဆိုးခြင်း *(ပဋိဃ)* ဟူသော သံယောဇဉ်နှစ်ပါးကို ပိုမိုအားနည်းအောင် ပြုလုပ်နိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်၏။ သူသည် ကာမဘုံ၌ တစ်ကြိမ်သာပြန်လည်မွေးဖွားရန်ရှိသည့်အတွက် သူ့ကို သကဒါဂါမ် (တစ်ကြိမ်ပြန်လာသူ) ဟု ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်၏။

It is in the third stage of Sainthood—*Anãgãmi* (Never-Returner) that he completely discards the aforesaid two Fetters. Thereafter, he neither returns to this world nor does he seek birth in the celestial realms, since he has no more desire for sensual

http://www.dhammadownload.com

pleasures. After death he is reborn in the "Pure Abodes" *(Suddhāvāsa)*, a congenial Brahma plane, till he attains Arahatship.

ဝိပဿနာဘာဝနာ ထပ်မံရှုပွားသဖြင့် အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ်ကို ရရှိသည့်အခါ တတိယအဆင့် အရိယာဖြစ်သော *အနာဂါမ်* အဖြစ်သို့ ရောက်၏၊ ထိုအခါတွင်မှ ဆိုခဲ့ပြီးသော သံယောဇဉ်နှစ်ပါးကို အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်နိုင်၏။ ထိုသို့ပယ်သတ်ပြီးဖြစ်သည့်အတွက် ထိုဘဝ၏ နောက်၌ လူ့ပြည်၌လည်းကောင်း, နတ်ပြည်များ၌လည်းကောင်း သူ ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်း မရှိတော့ချေ၊ အကြောင်းမှာ ကာမဂုဏ် သာယာ ပျော်ရွှင်မှုများကို သူ အလိုမရှိတော့သည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်၏။ ကာမဘုံများသို့ ပြန်မလာသည့်အတွက် သူ့ကို အနာဂါမ် (ပြန်မလာသူ) ဟု ခေါ်ခြင်းဖြစ်၏။ သူသေဆုံးသောအခါ "စင်ကြယ်သောဘုံ" *(သုဒ္ဓါဝါသဘုံ)* ခေါ် သာယာမွေ့လျော်ဖွယ်ကောင်းသော ဗြဟ္မာ့ဘုံ၌ ပြန်လည်မွေးဖွား၏။ သူသည် သုဒ္ဓါဝါသဘုံ၌ အရဟတ္တမဂ်–ဖိုလ်ကို ရရှိပြီးလျှင် ရဟန္တာဖြစ်လိမ့်မည်။

Now the saintly pilgrim, encouraged by the unprecedented success of his endeavours, makes his final advance and destroying the remaining Fetters, namely, lust after life in Realms of Forms *(Rūparāga)* and Formless Realms *(Arūpārāga)*, conceit *(Māna)*, restlessness *(Uddhacca)*, and ignorance *(Avijjā)*, becomes a perfect Saint—an *Arahat*, a Worthy One.

http://www.dhammadownload.com

လူ့ပြည်၌ အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီးသော ယောဂီသည် သူ၏ကြိုးပမ်းမှုများ၌ ယခင်က မကြုံတွေ့ခဲ့ဖူးသော အောင်မြင်မှု၏အားပေး တိုက်တွန်းမှုကြောင့် ဝိပဿနာထပ်မံရှုပွားသောအခါ နောက်ဆုံးတိုးတက်မှုကို ရရှိပြီး အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ကို ရရှိ၏။ ဤမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ကြွင်းကျန်နေခဲ့သော သံယောဇဉ်ငါးပါးကို အမြစ်ပြတ်ပယ်သတ်နိုင်၏။ ဤသံယောဇဉ်ငါးပါးတို့မှာ ရူပဗြဟ္မာဘဝကို နှစ်သက်တပ်မက်ခြင်း *(ရူပရာဂ)*, အရူပဗြဟ္မာဘဝကို နှစ်သက်တပ်မက်ခြင်း *(အရူပရာဂ)*, ဘဝင်မြင့်ခြင်း *(မာန)*, ပျံ့လွင့်ခြင်း *(ဥဒ္ဓစ္စ)* နှင့် အမှန်ကို မသိခြင်း *(အဝိဇ္ဇာ)* တို့ ဖြစ်ကြ၏။ ယခုအခါ သူသည် လုံးလုံးလျားလျားမြင့်မြတ်သော အရိယာ(ဝါ) ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားပေပြီ။ အပူဇော်ခံထိုက်သူတစ်ဦး ဖြစ်သွားပေပြီ။

Instantly he realizes that what was to be accomplished has been done, that a heavy burden of sorrow has been relinquished, that all forms of attachment have been totally annihilated, and that the Path to Nibbāna has been trodden. The Worthy-One now stands on heights more than celestial, far removed from the rebellious passions and defilements of the world, realizing the unutterable bliss of Nibbāna and like many an Arahat of old, uttering that paean of joy:—

http://www.dhammadownload.com

"Goodwill and wisdom, mind by method trained,
The highest conduct on good morals based,
This maketh mortals pure, not rank or wealth."

ရဟန္တာဖြစ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ပြုလုပ်စရာရှိသမျှအလုပ်ကို ပြုလုပ်ပြီးပြီ၊ ဆင်းရဲခြင်းဟူသော ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီးကို စွန့်လွှတ်လိုက်ပြီးပြီ၊ တပ်မက်တွယ်တာမှု၏ အသွင်အားလုံးကို လုံးဝဥဿုံ အပြီးအပြတ် ချေမှုန်းသုတ်သင်ပြီးပြီ၊ ထို့အပြင် နိဗ္ဗာန်သို့သွားသည့် မဂ်လမ်းကြောင်းကိုလည်း လျှောက်လှမ်းခဲ့ပြီးပြီဟူသည်ကို သူချက်ချင်းသိနားလည်၏။ အပူဇော်ခံထိုက်သော ရဟန္တာအရှင်မြတ်သည် ယခုအခါ နတ်ဘုံ, ဗြဟ္မာ့ဘုံတို့ထက် ပို၍မြင့်မားသောအမြင့်၌ ရပ်တည်နေပြီးလျှင် လောက၏အညစ်အကြေးကိလေသာများနှင့် ထကြွသောင်းကျန်းတတ်သည့်ပြင်းပြသောခံစားမှုများမှ ဝေးကွာလျက်ရှိ၏။

သူသည် ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းငှာ မစွမ်းသာသည့် နိဗ္ဗာန်၏အမြိုက်ချမ်းသာကိုသိရှိခံစားနေရပြီးလျှင် ရှေးက မြောက်မြားစွာသော ရဟန္တာအရှင်မြတ်များကဲ့သို့ ဝမ်းမြောက်မှုကို ဖော်ပြသည့်ဥဒါန်းစကားကို ကျူးရင့်၏ –

"မဂ်လမ်းစဉ်ဖြင့် စိတ်ကိုလေ့ကျင့်ပေးသောအခါ
စိတ်ထားတည်ကြည်ကောင်းမွန်ခြင်း,ဉာဏ်ပညာတို့နှင့်တကွ
ကိုယ်ကျင့်သီလကောင်းပေါ် အခြေခံသည့်
အမြင့်မားဆုံးအပြုအမူတို့သည်
သေမျိုးဖြစ်သောလူများကို ဖြူစင်စေကြ၏၊
ရာထူးဂုဏ်သိန်နှင့်ခနစည်းစိမ်တို့က စိတ်ကိုမဖြူစင်စေနိုင်ပါ။"

As **T.H. Huxley** states—"Buddhism is a system

http://www.dhammadownload.com

which knows no God in the western sense, which denies a soul to man, which counts the belief in immortality a blunder, which refuses any efficacy to prayer and sacrifice, which bids men look to nothing but their own efforts for salvation, which in its original purity knew nothing of vows of obedience and never sought the aid of the secular arm; yet spread over a considerable moiety of the world with marvellous rapidity—and is still the dominant creed of a large fraction of mankind."

တီ၊ အိပ်(ချ်)၊ ဟတ်ဆလီ က ဤသို့မိန့်ဆို၏ – "ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အနောက်တိုင်းသားတို့ သိနားလည်ကြသည့် အဓိပ္ပာယ်ဖြင့် ဘုရားသခင်ကို အသိအမှတ်မပြုပါ။ လူသားတို့၌ ဝိညာဉ်ရှိခြင်းကို ငြင်းဆို၏၊ မည်သည့်အခါမျှ မသေခြင်းသဘော၌ ယုံကြည်ခြင်းကို မဟာအမှားတစ်ခုဟု မှတ်ယူ၏၊ ဆုတောင်းခြင်းနှင့် ယဇ်ပူဇော်ခြင်းတို့၌ တစ်စုံတစ်ရာအကျိုးသက်ရောက်မှုရှိခြင်းကို ငြင်းပယ်၏၊ လူသားတို့အား ကယ်တင်ခြင်းခံရရေးအတွက် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင် အားထုတ်မှုများမှတစ်ပါး အခြားမည်သည့်အရာကိုမျှ မမျှော်ကိုးရန် တိုက်တွန်း၏၊ မူရင်းသန့်စင်သော ဗုဒ္ဓတရားတော်၌ လိုက်နာကိုးကွယ်ရန် အဓိဋ္ဌာန်ပြုခြင်း သို့မဟုတ် ကျမ်းကျိန်ခြင်းတို့ မပါရှိပါ၊ ထို့အပြင် ဘာသာရေးနှင့်မသက်ဆိုင်သော လက် သို့မဟုတ် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်စုံတစ်ယောက်ထံမှ အကူအညီ ရှာဖွေတောင်းခံခြင်းကိုလည်း မည်သည့်အခါမျှ မပြုလုပ်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

"သို့ပါသော်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကမ္ဘာ၏ ကြီးမားသော အစိတ်အပိုင်းသို့ အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသော အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ပျံ့နှံ့သွားပြီးလျှင် ယနေ့တိုင်အောင်ပင် ကမ္ဘာ့လူသားတို့၏ ကြီးမားသော အစိတ်အပိုင်းက ကိုးကွယ်နေသည့် အဓိကဘာသာတစ်ခုဖြစ်လျက် ရှိပေ၏။"

ဒေါက်တာမင်းတင်မွန်