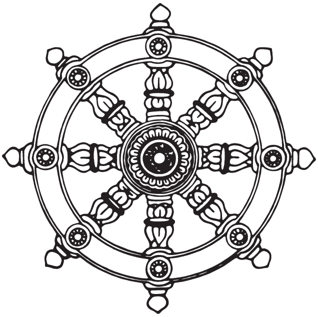
ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များ



ဓမ္မစကြာ

ဓမ္မစကြာ(တရားတည်း ဟူသောစက်) ဟူသည်မှာ သက္ကဋ္ဌဘာသာမှ ပြန်ဆိုထားသော ဝေါဟာရ ဖြစ်သည်။ စဉ်ဆက်မပြတ် လည်နေသော လှည်းဘီးနှင့် အလားတူသည့် သဘောကို ဆိုလိုသည်။ အဓိပ္ပါယ်မှာ ဗုဒ္ဓ ဟောကြားတော်မူခဲ့သော ဒေသနာတော်သည် အဆုံးမရှိ စဉ်ဆက်မပြတ် ဆက်စပ်၍ တရစပ် လည်ပတ်ပြီး ဆက်ကာ ဆက်ကာ ပြန့်ပွားနေသကဲ့သို့ သင်္ကေတသဘောကို ဆောင်ပေသည်။ လှည်းဘီး စက်ဂန်းအတွင်းရှိ ဒေါက်တိုင်ရှစ်ချောင်းသည် ဗုဒ္ဓဂါဒ၏ သံသရာမှ လွတ်ကြောင်း နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးလမ်းစဉ်ကို ညွှန်းဆိုပေသည်။ အရေးပါဆုံးနှင့် လက်တွေ့ သဘောဆောင်သော နည်းနာန်သျှ လမ်းစဉ် ဖြစ်သည်။ ယင်းသို့ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရန် လမ်းစဉ်(ရှစ်)သွယ်မှာ-

(၁) မှန်ကန်သောရှုမြင်ခြင်း	(၂) မှန်ကန်စွာကြံစည်ခြင်း
(၃) မှန်ကန်စွာပြောဆိုခြင်း	(၄) မှန်ကန်စွာပြုလုပ်ခြင်း
(၅) မှန်ကန်စွာအသက်မွေးခြင်း	(၆) မှန်ကန်စွာလုံ့လထုတ်ခြင်း
(၇) မှန်ကန်စွာအောက်မေ့ခြင်း	(၈) မှန်ကန်စွာစိတ်တည်တံ့ခြင်း တို့ဖြစ်သည်။

ဗုဒ္ဓ ဆင်းတုတော်များ၊ ရုပ်တုများ မပေါ်ပေါက်မီ ရှေးကျသော ကာလများမှာ ဓမ္မစကြာတရား (တရားတည်း ဟူသောစက်) ကို ကိုးကွယ်အားထားရာအဖြစ် အလေးအမြတ်ပြု အားထားခဲ့ကြသည်။ ယနေ့ မျက်မှောက်ကာလခေတ်တွင်မူ ဓမ္မစကြာ (လှည်းဘီးပုံသင်္ကေတ) ကို နိုင်ငံအနှံ့အပြားမှာ ဗုဒ္ဓဂါဒ၏ ဘုံအမှတ်အသားအဖြစ် သတ်မှတ် အသုံးပြုနေကြပေသည်။

Copyright © 1987, 2017 by **BUKKYO DENDO KYOKAI**

ဤ စာအုပ်တွင် ပါရှိသော မည်သည့် စာပိုဒ်ကိုမဆို ခွင့်ပြုချက်မရှိဘဲ ကူးယူဖော်ပြနိုင်ပါသည်။ ကူးယူထည့်သွင်းဖော်ပြရာ၌ တိုကျိုမြို့ BUKKYOU DENDOU KYOUKAI အား မှတ်တမ်းတင် ဖော်ပြ၍ စာရွက်စာတမ်း မိတ္တူတစ်စောင်ကို ပို့ပေးရန်အတွက်သာ မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။ ကျေးဇူး တင်ပါသည်။

BUKKYO DENDO KYOKAI
(Society for the Promotion of Buddhism)
3-14, Shiba 4-chome,
Minato-ku, Tokyo, Japan, 108-0014
Phone: (03) 3455-5851
Fax: (03) 3798-2758
E-mail: bdk@bdk.or.jp http://www.bdk.or.jp

Twenty-fourth Printing, 2017

Printed by
Kosaido Co., Ltd.
Tokyo, Japan

ဗုဒ္ဓ၏ ဉာဏ်တော်သည် အနိုင်းမရှိ ကျယ်ပြန့်လှ၏။ စိတ်ဓာတ်မှာလည်း မေတ္တာ ကရုဏာ အပြည့်ဖြစ်သည်။

ဗုဒ္ဓတွင် ပုံပန်းသဏ္ဍာန် မရှိသော်လည်း၊ ထူးခြားဆန်းကြယ်မှုဖြင့် ဖော်ပြ၍ ၊ ကြင်နာမှု နှလုံးသား အပြည့်ဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့အား တရားဒေသနာ ဟောတော်မူလေသည်။ (ထေရဂါဒတွင်မူ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး ရှိ သည်။ တည်းဖြတ်ရေးအဖွဲ့)

ဤ စာအုပ်သည် အုပ်ရေပေါင်း ငါးထောင်ကျော်တို့တွင် မှတ်တမ်းတင် ဖော်ပြထားသည့် အကြောင်းအရာ၊ အနှစ်သာရများကို ရွေးချယ် ထည့်သွင်း ရေးသားထားခြင်းဖြစ်သဖြင့် အဖိုးတန်လှပေ သည်။ ဤ သွန်သင်ဟောပြောမှုများသည် လူမျိုးမရွေး၊ တိုင်းပြည်မရွေး ကမ္ဘာအနှံ့ပြန့်ပွားသွားပြီး၊ နှစ် ပေါင်း နှစ်ထောင့်ငါးရာကျော် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လာခဲ့သည်။ တစ်ခေတ်မှသည် တစ်ခေတ်သို့ အဆင့်ဆင့် လက်ဆင့်ကမ်းလာခဲ့သည်။

ဤစာအုပ်ထဲ၌ ပါရှိသော ဗုဒ္ဓ၏ ဟောပြောမှုများသည် လူ့ဘဝ၏ ကဏ္ဍပေါင်းစုံနှင့် သက်ဆိုင်၍၊ လူ့ဘဝအား အဓိပ္ပာယ် ရှိစေလေသည်။

ဓမ္မပဒ

*　ဤလောကမှာ ရန်တုံ့မူခြင်းဖြင့် ရန်တို့သည် အဘယ်အခါမျှ မငြိမ်းအေးနိုင်ကြကုန်။ ရန်တုံ့မမူ ခြင်းဖြင့် သာလျှင် ရန်အေးနိုင်ကုန်၏။ ဤသဘောကား ရှေးရိုးစဉ်လာ ဓမ္မတာပင်တည်း။ (၅)

*　လူမိုက်သည် မိမိမိုက်သည့် အပြစ်ကိုသိ၏။ ထိုသို့သိခြင်းကြောင့် ပညာရှိ ဖြစ်နိုင်သေး၏။ လူမိုက် သည် ငါပညာရှိဟူ၍ မိမိစိတ်ကို အထင်ရောက်မှုကား ထိုသူကို လူမိုက်စစ်ဟု ခေါ်ဆိုရပေသည်။ (၆၃)

*　အကြင်သူရဲကောင်းသည် စစ်မြေပြင်တွင် စစ်သည်ဗိုလ်ပါတို့ကို အကြိမ်တစ်သောင်း အောင်နိုင်ရာ၏။ အကြင်သူရဲကောင်းသည် ကိုယ်တွင်း ကိလေသာကို တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ အောင်နိုင်ရာ၏။ ထိုသူရဲကောင်းသည် သာလျှင် အောင်နိုင်သူတို့တွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ (၁၀၃)

*　အကြင်သူသည် (အဖြစ်၊အပျက်) ကို မရှုမြင်ဘဲ အနှစ်တစ်ရာ အသက်ရှည်ငြားအံ့၊ ထိုသူ ၏ အသက်ရှည်ခြင်းသည် မမြတ်ချေ။ (အဖြစ်၊အပျက်)ကို ရှုမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်၏ တစ်ရက်မျှ အသက်ရှည်ခြင်းသည် သာလျှင် မြတ်၏။ (၁၁၅)

*　လူအဖြစ်ကို ရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။ သတ္တဝါတို့၏ အသက်ရှင်ခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။ သူတော် ကောင်းတရားကို ကြားနာရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။ ဘုရားရှင်တို့ ပွင့်ထွန်း ပေါ်ပေါက်လာရခြင်းသည် ခဲယဉ်း ၏။ (၁၈၂)

*　မကောင်းမှုဟူသမျှကို မပြုလုပ်ခြင်း၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုနှင့် ပြည့်စုံစေခြင်း၊ မိမိ၏စိတ်ကို ဖြူစင်စေခြင်း၊ ဤသည်ကား ဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမတော်ပေတည်း။ (၁၈၃)

*　သေမင်းနိုပ်စက်ခံရသော သူအား သေဘေးမှ ကယ်ဆယ်စောင့်ရှောက်နိုင်သော သားသမီးတို့ မရှိကုန်၊ အမိအဖတို့ မရှိကုန်၊ အဆွေခင်ပွန်းတို့လည်း မရှိကုန်၊ ဆွေမျိုးတို့တွင် စောင့်ရှောက်နိုင်မည့်သူ မရှိချေ။ (၂၈၈)

မာတိကာ

ဗုဒ္ဓ

အခန်း တစ် သကျမုနိဗုဒ္ဓ 2

I. ဗုဒ္ဓ၏အစ 2

II. ဗုဒ္ဓ၏နောက်ဆုံးဟောပြောချက်များ 11

အခန်း နှစ် အနိုင်းမဲ့ ဗုဒ္ဓ 15

I. ဗုဒ္ဓ၏ ကရုဏာတော်နှင့် သံန္နိဋ္ဌာန်များ 15

II. ကယ်တင်ပေးနိုင်သော တရား 18

III. ထာဝရဗုဒ္ဓ 22

အခန်း သုံး ဗုဒ္ဓ၏အသွင်သဏ္ဌာန်နှင့်ပါရမီ၊သုစရိုက်များ 25

I. ဗုဒ္ဓ ခန္ဓာ၏ သွင်ပြင်သုံးရပ် 25

II. ဗုဒ္ဓနှင့် ကြုံကြိုက်ခွင့်ရခြင်း 28

III. ဗုဒ္ဓ၏ ကောင်းမြတ်သော ဂုဏ်တော်များ 31

ဓမ္မတရား

အခန်း တစ် အကြောင်းတရား 38

I. သစ္စာတရားလေးပါး 38

II. အကြောင်းတရား 41

III. ဒုက္ခ သမုဒယ 42

အခန်း နှစ် လူ့စိတ်နှင့်လက်ရှိသွင်ပြင် 46

I. မတည်မြဲမှု (အနိစ္စ) နှင့် အနတ္တများ 46

II. စိတ်ဖွဲ့စည်းပုံ 49
III. ရုပ်ဂတ္တုပြစ္စည်းတို့၏ အခြေအနေမှန်များ 52
IV. မဇ္ဈိမ (ဂါ) - အလယ်အလတ်လမ်း 56

အခန်း သုံး ဗုဒ္ဓ - သဘာဂ 64
I. သန့်စင်မှုစတ် 64
II. ဗုဒ္ဓ - သဘာဂ 69
III. ဗုဒ္ဓ သဘာဂနှင့် ငါမဟုတ်မှု 74

အခန်း လေး လူ့စိတ်၏အညစ်အကြေး (ကိလေသာ) များ 78
I. လူ့သဘာဂ 78
II. လူ့စရိုက် 85
III. လူ့ဘဂ 86
IV. လူ့ဘဂ၏ဖြစ်ရပ်မှန်များ (ဘဂတစ်ခု၏ သီအိုရီ) 92

အခန်း ငါး ဗုဒ္ဓ၏ကယ်တင်မှု 98
I. အမိတာဘဗုဒ္ဓ၏ သံန္နိဋ္ဌာန်များ 98
II. အမိတာဘဗုဒ္ဓ၏ သန့်စင်မှုကမ္ဘာ (ဘုရားသာသနာ) 106

ကျင့်ကြံနည်းများ

အခန်း တစ် အမှန်တရားသို့ သွားရာလမ်း 110
I. သမာဓိ တည်ဆောက်နည်း
(စိတ်ကို စင်ကြယ်စေသောနည်း) 110
II. မွန်မြတ်သောအမူအကျင့် 118
III. ပုံတိုပတ်စများမှ သင်ခန်းစာများ 129

အခန်း နှစ် လက်တွေ့ကျင့်ကြံနည်း 144
I. အမှန်တရားကို ရှာဖွေခြင်း 144
II. ကျင့်ကြံအားထုတ်နည်းများ 157

III. ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုလမ်းကြောင်း 170
IV. ဗုဒ္ဓ၏ တရားစကားများ 177

ညီအစ်ကိုဖြစ်မှု လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်

အခန်း တစ် သီတင်းသုံးဖော်၏ တာဝန်ဝတ္တရားများ 188
I. ရဟန်းဘဝ 188
II. ဥပါသကာ (ဝါ) ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူ 193
III. မှန်ကန်သောနေထိုင်နည်းအတွက် လက်တွေ့လမ်းညွှန် ဝတ္တရားဘဝ 204
အခန်း နှစ် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို တည်ထောင်ခြင်း 217
I. သာသနာ့ညီနောင်များ၏ စည်းလုံးသင့်မြတ်မှု 217
II. ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာ့နယ်မြေ 225
III. ဗုဒ္ဓနိုင်ငံတွင် ဆီးကြိုခြင်း ခံကြရသူများ 229

ကျမ်းကိုးစာရင်းများ 237

နောက်ဆက်တွဲများ

I. ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ သမိုင်းအကျဉ်းချုပ် 250
II. ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များ ပြန့်ပွားလာမှု 262
III. "ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်များ" သမိုင်း 267
IV. "ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်များ" အတွက် အညွှန်းများ 271
V. ဝေါဟာရများ (အက္ခရာစဉ်အလိုက်) 279

ဗုဒ္ဓဘာသာပြန့်ပွားရေးရုံပုံငွေအဖွဲ့နှင့် "ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်များ" ကိုထုတ်ဝေမှု 288