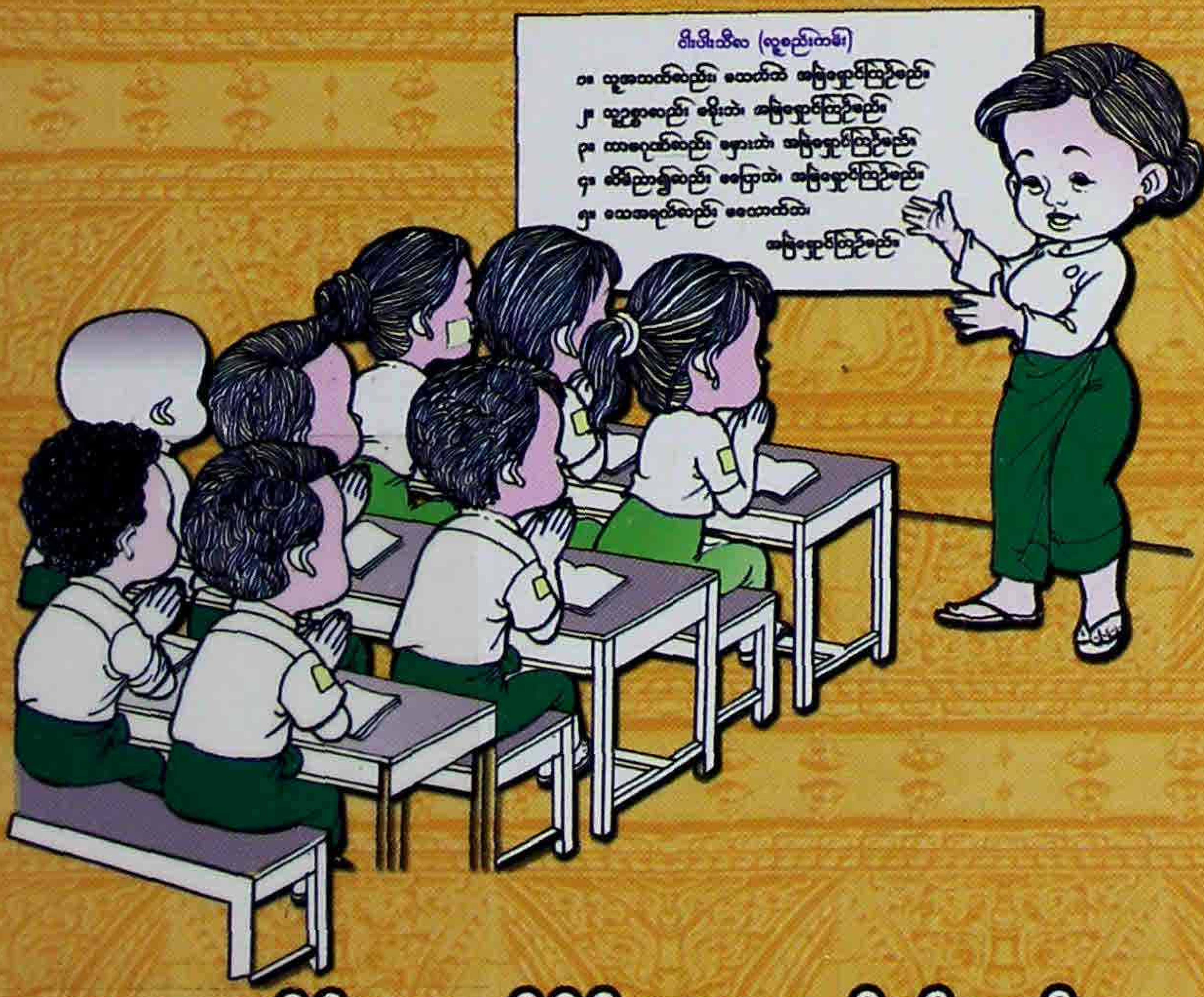
စကားလက်ဆောင်

စာရေးလက်ဆောင်

၆

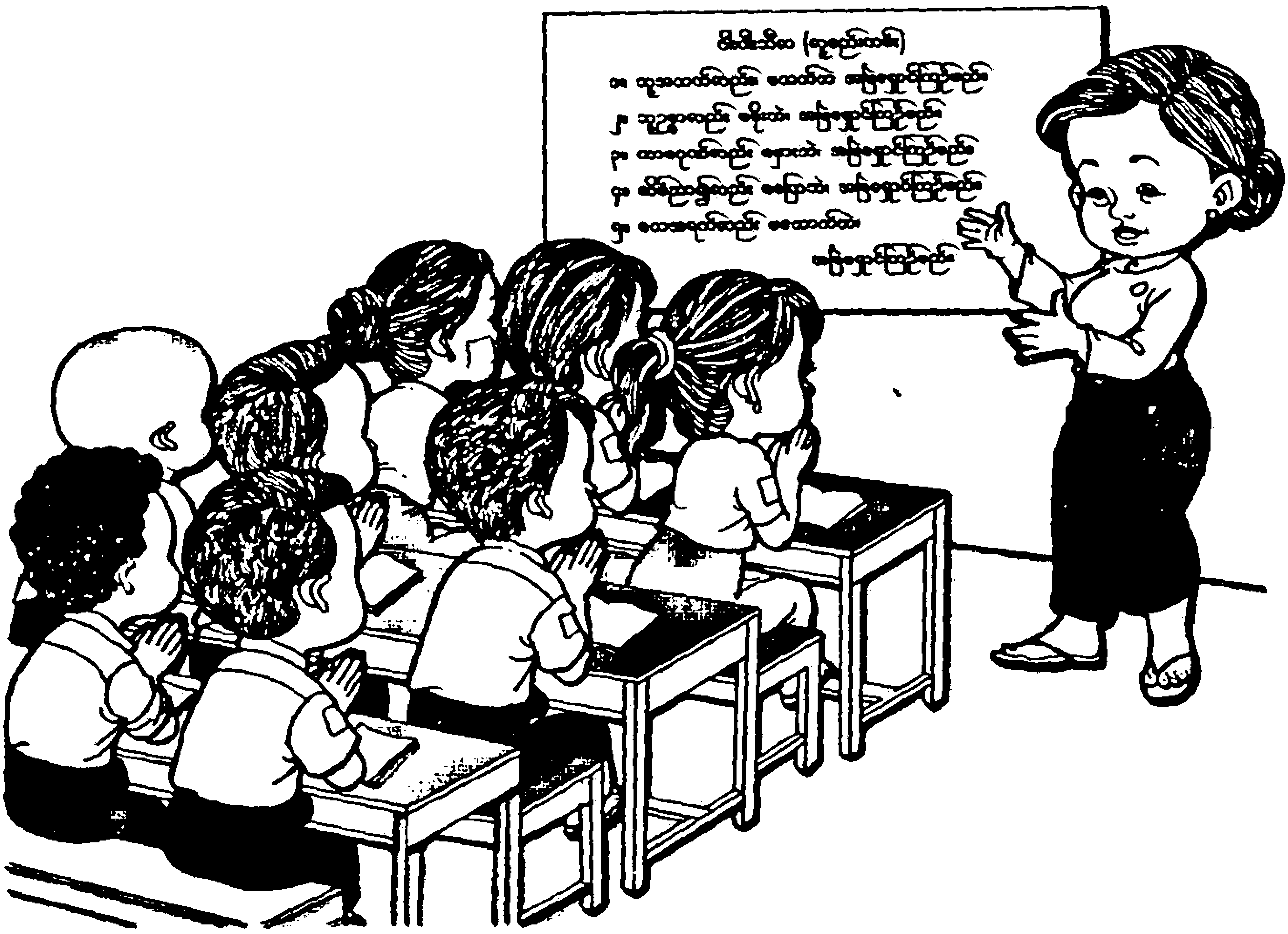


လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တာသာရ စီစဉ်သည်

စကားလက်ဆောင်

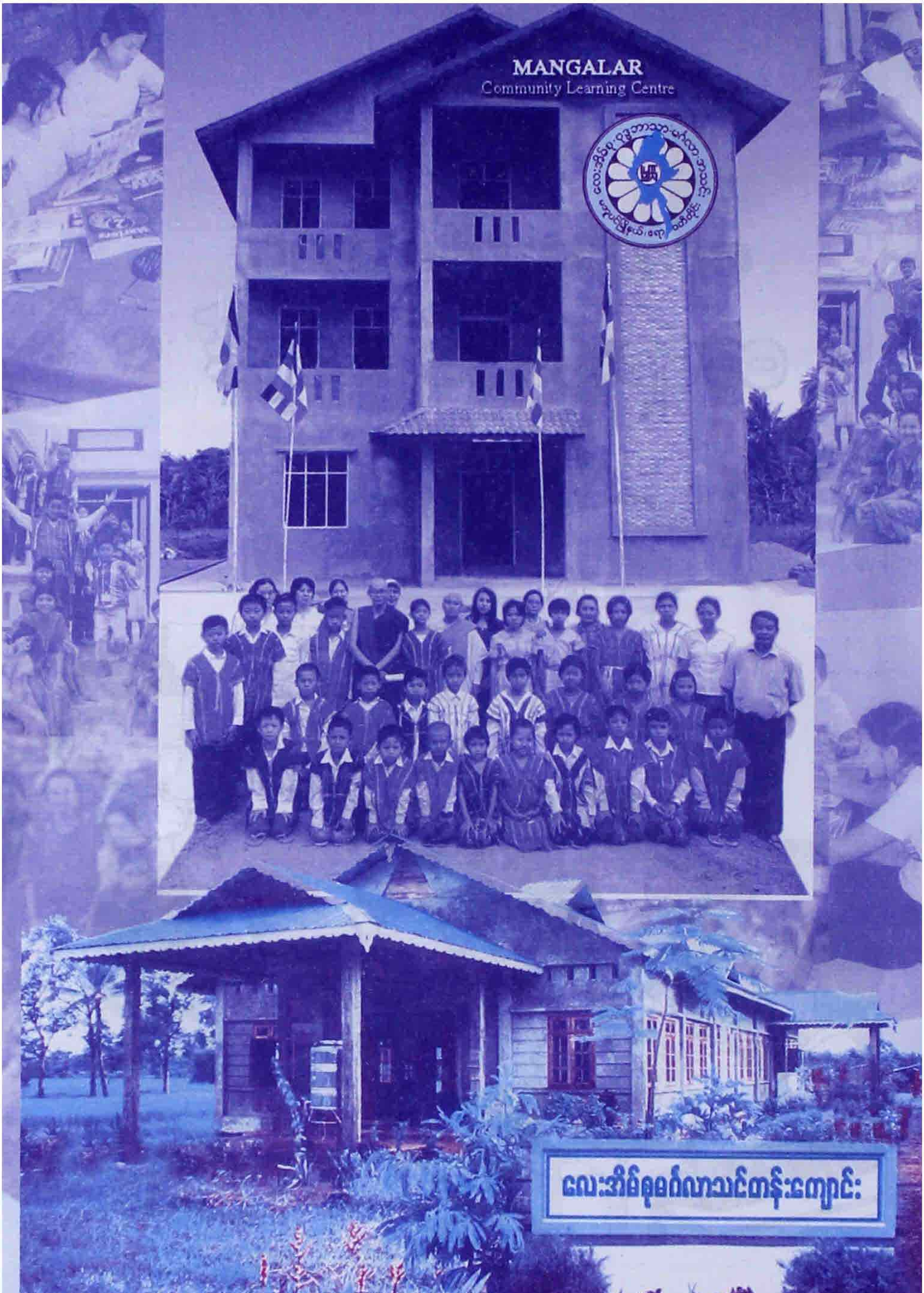
တရားလက်ဆောင်

၆



လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ

စီစဉ်သည်



မင်္ဂလာစာမေးပွဲနှင့်ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုစာမေးပွဲဖြေလိုသူများ၊ ၃၈-ဖြာမင်္ဂလာ၊ ငါးပါးသီလ၊ ခုနစ်နေ့ဗုဒ္ဓဝင်ကို လေ့လာလိုသူများ
နိုင်ငံခြားရောက်မြန်မာကလေးငယ်များကို မိမိတို့ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုမပျောက်ပျက်အောင် သင်ကြားပေးလိုသူများ
အောက်ပါအင်တာနက်ဝက်ဘ်ဆိုက်များတွင် (မြန်မာ+အင်္ဂလိပ်) နှစ်ဘာသာဖြင့် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

www.layeinsumingalar.com, www.forbuddhistchildren.com

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ

အလှူတကာ့ အလှူတွင် တရားအလှူသည် အမြတ်ဆုံး

သို့

....

....

....

ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ကြပါစေ . . .

အမှတ် ၂၅
ရက်စွဲ ၂၇.၅.၂၀၁၄

ထုတ်ဝေမှုမှတ်တမ်း

စာပေခွင့်ပြုချက်အမှတ် ✣ ဘာသာရေး
အကြိမ် ✣ ပထမအကြိမ်
ထုတ်ဝေသည့်ကာလ ✣ ၂၀၁၃၊ ဒီဇင်ဘာလ
အုပ်ရေ ✣ ၁၀၀၀
တန်ဖိုး ✣
အတွင်းဖလင် ✣ ဦးမြင့်သူ၊ အောင်ပြီး
အဖုံးနှင့်အတွင်းအပြင်အဆင် ✣ သိန်းဆင်း(အောင်မြင့်မိုရ်) ၀၉ ၇၃၁၁၅၈၃၆
စာအုပ်ချုပ် ✣ ပန်တင့်တယ် စာအုပ်ချုပ်လုပ်ငန်း
ထုတ်ဝေသူ ✣ မမျိုးမျိုးလတ်(ရွှေခေတ်စာပေ)
၂၁၊ ဒါနလမ်း၊ သာယာကုန်းရပ်ကွက်၊ တ/ဥက္ကလာ၊ ရန်ကုန်။
ပုံနှိပ်သူ ✣ တော်ဝင်ထွန်းပုံနှိပ်တိုက်(မြဲ-၁၀၉၈၁)
အမှတ်(၁၇)၊ (၅၂)လမ်း၊ ဗိုလ်တထောင်၊ ရန်ကုန်။
ဖြန့်ချိရေး ✣ မင်္ဂလာစာပေ၊ သုဓမ္မဝတီရပ်(ပဒို့ဝ်ဓမ္မာရုံခေါင်းရင်း)၊
ဗဟန်း(၁)လမ်း၊ ရန်ကုန်။

လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ CIP (239.3)
စကားလက်ဆောင် တရားလက်ဆောင်(၆)
လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ ။ - ရန်ကုန်၊
ရွှေခေတ်စာပေ၊ ၂၀၁၃။
စာ ၅၆၀၊ ၁၃.၅ × ၂၀.၅ စင်တီ။
(၁) စကားလက်ဆောင် တရားလက်ဆောင် (၆)

စိစဥ်သူ၏အမှာ

စာရေးသူသည် ယခုအခါ အသက်(၆၁)နှစ်ပြည့်ခဲ့ပါပြီ။ မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်ဒါနအဖြစ် တတ်နိုင်သမျှ ဒါနကုသိုလ်ပြုရန် စီစဉ်ထားပါ၏။ အများအားဖြင့် မွေးနေ့ရှင်များသည် မိမိ၏မွေးနေ့တွင် ခင်မင်ရာမိတ်ဆွေများအား အစာအာဟာရကျွေးမွေးကြသည်က များပါသည်။ စာရေးသူအနေဖြင့်-

အစာကောင်းလည်း ကျွေးချင်ပါ၏။
စာကောင်းလည်းကျွေးချင်(ပေးချင်)ပါ၏။
အစာကောင်းစားလျှင် ရုပ်အားရှိ၏။
ရုပ်အားရှိလျှင် ရန်သူများကို ကာကွယ်နိုင်၏။
စာကောင်းစားလျှင် (စာကောင်းဖတ်လျှင်)စိတ်အားရှိ၏။
စိတ်အားရှိလျှင် မကောင်းမှုများကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။
အစာကောင်းသည် တစ်ရက်တာ ရုပ်အားရှိစေ၏။
စာကောင်းပေကောင်းသည် တစ်သက်တာ စိတ်အားရှိစေ၏။

သို့ဖြစ်၍အစာကောင်းအပြင် စာကောင်းကျွေးလိုသောစာရေးသူသည် ဤ "စကားလက်ဆောင် တရားလက်ဆောင်အမှတ်(၆)"ကို ဓမ္မမိတ်ဆွေများ၏ အကူအညီဖြင့် မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များအတွက် ရည်ရွယ် ထုတ်ဝေလိုက်ပါ၏။ စာရေးသူ ဤသို့မှတ်သားဖူးပါသည်-

"လူကို စိတ်က ဦးဆောင်၏။ စိတ်ကို အသိဉာဏ်က ဦးဆောင်၏။
အသိဉာဏ်ကို ဗဟုသုတက ဦးဆောင်၏။ ဗဟုသုတကို စာပေက ဦးဆောင်၏။
သို့ဖြစ်၍ စာအုပ်စာပေများကို များများဖတ်ပါ။"

ဤအဆိုအမိန့်အတိုင်း စာရေးသူစာများများဖတ်ခဲ့ရာထိုက်သင့်သလောက် အကျိုးများသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ မိမိကဲ့သို့ပင် အခြားသူများကိုပါ အကျိုးရှိစေရန်၊အကျိုးပြုနိုင်စေရန်မှတ်သားဖွယ်ရာစာပေများကို တတ်နိုင်သမျှ မှတ်သားစုဆောင်းခဲ့ပါသည်။

စာရေးသူအနေဖြင့် ပါရမီရှင်ကြီးများကဲ့သို့ နိုင်ငံနှင့်ချီ၍ အကျိုးမပြုနိုင်သည့်တိုင် တပိုင်တနိုင် ကိုယ့်ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး၊ လူငယ်များ ဗဟုသုတ တိုးပွားရေး၊ အသိပညာတိုးပွားရေး၊ အသိအမြင်မှန်ကန်ရေး၊ လိမ္မာရေးခြားရှိရေးတို့အတွက်၊အထောက်အကူ ရရှိနိုင်စေရန် မိမိဖတ်ရှုခဲ့သည့် စာအုပ်များမှ ကောင်းနိုးရာရာများကို မှတ်စုထုတ် ကူးရေးမှတ်သားထားခဲ့ပါ၏။

ထိုမှတ်စုများအနက် ၂၀၁၃-ခုနှစ်အတွင်း မိမိကူးရေးမှတ်သားထားသော စာစု၊ ဆောင်းပါး၊ ကဗျာ၊ အဆိုအမိန့်၊ ကာတွန်းများကို လေးအိမ်စုကျေးရွာရှိ မျိုးဆက်သစ် ကျောင်းသူ/သား၊ လူငယ်များနှင့် စာပေလိုက်စားသူများအတွက် "စကားလက်ဆောင်၊ တရားလက်ဆောင်အမှတ်(၆)"ကို မိမိ၏ အသက်(၆၁)ပြည့် မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် မျှဝေလှူဒါန်းလိုက်ပါသည်။

ဤသို့လှူဒါန်းနိုင်ရန်အတွက် ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်လာအောင်ကူညီလှူဒါန်းသော ရန်ကုန်တိုင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ကမ္ဘာအေးဘုရားလမ်း၊ အမှတ်(၃၈၄)နေ ကိုသန်းထွင်+မသန်းသန်းမော်မိသားစုအားလည်းကောင်း၊ မျက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်းစာပိုဒ်များကို ကြည့်ကောင်းအောင် ပြင်ဆင်ပေးသော ကိုသိန်းဝင်း(ရန်ကုန်မြို့၊ ၃၈-လမ်း၊ အမှတ်(၁၂၀/က၊မြေညီထပ်)၊အောင်မြင့်မိုရ်ကွန်ပျူတာ)အားလည်းကောင်း၊ အခြားကျေးဇူးတင်ထိုက်သူ အပေါင်းအားလည်းကောင်း အထူးကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။

စာပေအရောင် ထွန်းလင်းပြောင်၊ လူ့ဘောင်ကောင်းဖို့ ဖြန့်ဝေစို့

-လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ
(26-11-2013)

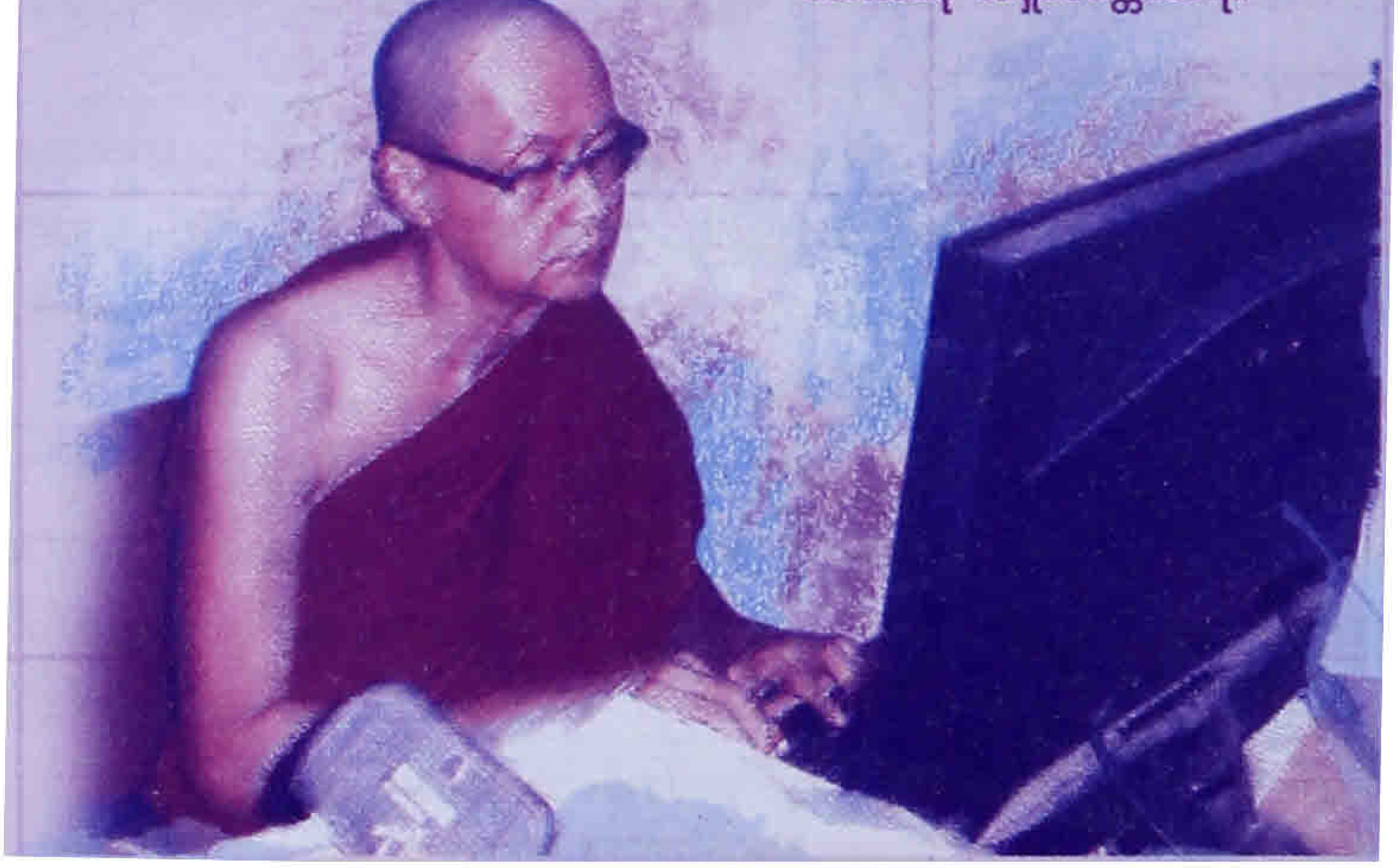
အသိပေး မေတ္တာရပ်ခံခြင်း

ဤစာအုပ်တွင်ပါရှိသော အကြောင်းအရာ၊ စာစု၊ အဆိုအမိန့်၊ ကဗျာ လင်္ကာစသည်များကို ဤစာအုပ်စီစဉ်သူ ကြိုက်နှစ်သက်သဖြင့် အခြားသူများအားလည်း မျှဝေလိုသဖြင့် ထိုထိုစာအုပ်၊ စာစောင်၊ စာနယ်ဇင်းများမှကူးယူဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် နေရာဒေသအသီးသီး၌ နေထိုင်ကြသော မူလစာရေးသူ ကာယကံရှင်များအား အကြောင်းမညီညွတ်၍ အသိမပေး၊ ခွင့်မတောင်းနိုင်ဘဲ ဖော်ပြရခြင်းကို သည်းခံနားလည်ပေးပါရန် တောင်းပန်စကား ဆိုအပ်ပါသည်။ လက်ခံနားလည်ပေးနိုင်လိမ့်မည်ဟုလည်း မျှော်လင့်ပါသည်။

ဤစာအုပ်၌ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားသည့် စာအုပ်၊ စာနယ်ဇင်းအမျိုးမျိုးပါ စာပေ၊ စကား၊ တရား၊ ကာတွန်းများကို ရေးသား၊ ရေးဆွဲ၊ ဟောပြောကြသော စာ၊ စကား၊ တရား၊ ကာတွန်းပိုင်ရှင် (စာမူရှင်) များအား မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ ဗဟုသုတ အသိပညာ တိုးပွားရေးအတွက် ထိုထိုစာ၊ စကား၊ တရား၊ ကာတွန်းစသည်များကို ဤစာအုပ်၌ ထည့်သွင်း အသုံးပြုခွင့်ပေးပါရန် ဤစာအုပ် စီစဉ်သူက လေးစားစွာ မေတ္တာရပ်ခံပန်ကြားအပ်ပါသည်။

မူလစာမူရှင်များနှင့် စာဖတ်ပရိသတ်များအားလုံးကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

- လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ။



သင်သေခါနီး သင်ပြုံးနိုင်ပါစေ

သင့်ကို မွေးဖွားစကာလတွင် သင် သည်းထန်စွာ ငိုကြွေးခဲ့သည်။ ထိုစဉ် သင့်အနား၌ လူများက လုပ်ခုပ်လက်ဝါးတီး၍ ရယ်မောနေကြသည်။ သင် သေဆုံးကွယ်လွန်တော့မည့်အချိန်တွင် သင့်အနားရှိလူများသည် ငိုကြွေး ပူပန်နေလိမ့်မည်။ ထိုအခါ သင်ပြုံးနိုင်ပါစေ။

–အမည်မသိ၊ (၁၀–၁၀၂၀၁၂)ထုတ် ပြည့်သူ့ခေတ်ဂျာနယ် စာ ၃ ၄။

နှစ်မျိုးမြင်နိုင်သော ပြဿနာတစ်ခု

ရန်ကုန်မြို့ရှိ စားသောက်ဆိုင်တစ်ဆိုင်သို့ လူငယ်ငါးယောက် သွားရောက်စားသောက်သည်။ တာဝန်ကျ စားပွဲထိုးလေးက အနားသို့လာ၍ "အကို ႏ ႏတို့၊ ကောင်တာမှာ ကိုယ်တိုင်ယူစနစ်နဲ့ အားပေးပါ"ဟု သူတို့ဆိုင်၏ သတ်မှတ်စည်းကမ်းကို ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးပြောသည်။ ခဏ ႏကြာ ထိုဆိုင်အတွင်းသို့ နိုင်ငံခြားသား အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ရောက်လာပြီး ထိုင်ခုံတွင် ထိုင်ကြရာ ခုနစားပွဲထိုးနှင့် ကောင်တာမှ တာဝန်ရှိသူတို့က စားပွဲအရောက် ဝန်ဆောင်မှုပေးကြစဉ် အရင်ရောက်သည့် လူငယ်များက သူတို့တုန်းကတော့ တစ်မျိုး၊ နိုင်ငံခြားသားကျတော့ တစ်မျိုး ဆက်ဆံသည်ကို ပြဿနာလုပ်ကြသည်။

စာရေးသူနှင့်အတူသွားသည့် သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်အနက် မြတ်သူက "ဟုတ်တယ်၊ ငါ လူငယ်အဖွဲ့ကို ထောက်ခံတယ်။ နိုင်ငံခြားသားကိုလည်း ကိုယ်တိုင်ယူစနစ်နဲ့ အားပေးပါလို့ပြောပြီး တစ်ပြေးညီဆက်ဆံရမှာပေါ့။ <u>နိုင်ငံခြားသားကို တစ်မျိုးဆက်ဆံပြီး ကိုယ့်နိုင်ငံသားကိုကျ တစ်မျိုးဆက်ဆံတာတေ ႏ ငါလည်း မကြိုက်ဘူး</u>"။

လှမိုးက "မင်းကလည်း၊ သူတို့က ဒီစနစ်နဲ့ ယဉ်ပါးပါတယ်။ ဒါပေမယ့် <u>အိမ်ရှင်နဲ့ ဧည့်သည်လေ။ သူတို့ကို ပိုဂရုစိုက်တာကခရီးသွားလုပ်ငန်းမှာ ဧည့်ဝတ်ကျေပွန်တယ်။</u> ဖော်ရွေတယ်ဆိုတဲ့ နာမည်ကောင်းနဲ့ ကိုယ့်နိုင်ငံအတွက် ရလဒ်ကောင်းတာပေါ့။ ငါကတော့ ဒါကို ခွဲခြားဆက်ဆံတယ်လို့ မမြင်ဘူး"။

"<u>မင်းတို့ အဲဒီလို အရှုံးပေးလို့ မြန်မာတွေကို နိုင်ငံခြားသားတွေက အထင်သေးတာ။ သူလည်း လူ၊ တို့လည်း လူပဲ။ ငါတို့ သူတို့နိုင်ငံသွားရင်လည်း</u>

တန်းတူရည်တူတောင် ဆက်ဆံတာ မဟုတ်ဘူး။ နိမ့်သလားတော့ မမေးနဲ့။ ငါကတော့ ရရင်နိမ့်မှာပဲ"။

"မင်းကလည်း လူကြီးလူကောင်းစိတ်လေး ထားစမ်းပါ။ နိုင်ငံနဲ့ချီပြီး နာမည်ပျက်မဲ့ကိစ္စတွေကို မစဉ်းတောင် မစဉ်းစားနဲ့ ဟောကောင်။ သူ့နိုင်ငံသွားရင် ကိုယ့်ကိုဆက်ဆံတာက သူတို့အပိုင်း။ ကိုယ့်နိုင်ငံလာရင် အစစအရာရာ မဟုတ်တောင် ကိုယ့်နိုင်ငံနဲ့လူမျိုးအပေါ် အထင်သေးစေမဲ့ကိစ္စမျိုး မလုပ်သင့်ဘူးကွ"။

"ငါလည်း အဲဒါပြောတာပေါ့။ အလျှော့ပေးလိုက်ရင် ခေါင်းပေါ်တက်မဲ့ ကိစ္စမျိုးကို လက်သင့်မခံဘူး။ အထင်သေးမခံနိုင်ဘူး။ မြန်မာဆိုတာ ဘာလဲဆိုတာ ပြရမယ်"။

"ကဲ သူငယ်ချင်းတို့.. မှာထားတာတွေ အေးကုန်မယ်။ စားလိုက်ကြဦး"

ကျွန်တော် ကြားက စကားနည်း ရန်စဲ ဝင်လုပ်လိုက်ရသည်။ ဒိပြင်ဆို ဟိုဘက်က ပြဿနာ ဒီဘက် ကူးလာမည်ထင်သည်။ ထိုဆိုင်လေးမှ ပြန်လာခဲ့သော်လည်း ဆိုင်မှ ပြဿနာလေးရော၊ သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်၏ သဘောထားရော မကြာခဏ ခေါင်းထဲရောက်ရောက်လာသည်။ ဟုတ်သည်၊ တစ်ခါတလေ ဘာမဟုတ်တာလေးတွေနဲ့ ခေါင်းစားရသည်။ ။

-(၁၈-၁၀-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ'သူ့အတွေး သူ့အရေး'ကဏ္ဍပါ ဆွေညီ၏ 'အမြေအမျိုးမျိုးရှိသော ပုဏ္ဏာ'စကားစုမှ။

စွမ်းနိုင်တိုင်း မလုပ်နဲ့

မျက်စိက မြင်သော်လည်း မမြင်သင့်တဲ့အရာဆိုလျှင် အကန်းလို နေပါ။
နားက ကြားသော်လည်း မကြားသင့်တဲ့အရာဆိုလျှင် နားထိုင်းသူလို နေပါ။
စကားအရာ လိမ္မာတဲ့ ပညာရှိဖြစ်သော်လည်း မပြောသင့်တဲ့အရာဆိုလျှင် ဆွံ့အသူလို မပြောဘဲ နေပါ။
ခွန်အားဗလကောင်းသော်လည်း မလုပ်သင့်တဲ့အရာဆိုလျှင် အားခွန်ဗလ မရှိသူလို နေပါ။
မပြုသင့်တဲ့ကိစ္စဖြစ်ပေါ်လာလျှင် လူသေကောင်လို နေပါ။

-မဟာကစ္စာယနတ္ထေရဂါထာ။

လူတန်းစား ခွဲခြားပေးသောအရာ

စိတ်ထားမြင့်မြတ်လျှင် ဘယ်သူမဆို အထက်တန်းစားလူ ဖြစ်နိုင်၏။
မိမိစိတ်ထားက အလယ်အလတ်ရှိလျှင် အလတ်တန်းစားလူ ဖြစ်ရ၏။
မိမိစိတ်က အောက်တန်းကျလျှင် အောက်တန်းစားလူ ဖြစ်ရသည်။
စိတ်ရင်းစေတနာသည် လူတန်းစားကို ခွဲခြားနေသော
တရားခံလက်သည် ဖြစ်သည်။

–တောင်ထန်းဆရာတော်ကြီး။

သူတော်ကောင်းဆိုတာ

သူတစ်ပါး မျက်ရည်ကျအောင်လုပ်ပြီးမှ ကိုယ်ရယ်မောနေရမယ့် ဘဝမျိုး၊
သူတစ်ပါး ဝမ်းနည်းအောင်လုပ်ပြီးမှ ကိုယ်ပျော်ရွှင်ရမယ့် ဘဝမျိုး၊
သူတစ်ပါး ဆင်းရဲအောင်လုပ်ပြီးမှ၊ ကိုယ်ချမ်းသာနေရမယ့် ဘဝမျိုးကို
ဘယ်တော့မှ မလိုချင်ပါနဲ့။

သူတော်ကောင်းဆိုတာ–
သူတစ်ပါး မျက်ရည်ကျအောင်၊ သူတစ်ပါး ဝမ်းနည်းအောင်၊
သူတစ်ပါး ဆင်းရဲအောင် ဘယ်တော့မှ မလုပ်ဘူး။

–အမြူးပိုင်ရှင်ဆရာတော်၊ ဆင်ထာနက်မှ။

ပြင်ချိန်တန်ပြီ

ဘောင်းဘီတို ဖင်ကြပ်နှင့် ရင်လှပ်လို့ ကျောပေါ်၊
အမြင်ဓာတ် မတော်မလျော်အောင်၊ မပေါ့တပေါ် ဝတ်ထား၊
အနောက်တိုင်း ဟန်ကိုယူ၊ မြန်မာမှု [redacted]
တိုစကတ် လောင်ကင်ရှာ၊ ပေါင်မြင်သာ ဖိတ်ကြား၊
လောင်ထင်ကာ စိတ်ကစားလို့၊ မှတ်ဆိတ်ကျား လက်မှာ၊
အသုံးတော် ထိုးဆက်သ၊ မျိုးပျက်မ များလှပြီကွာ။
အများစု ကျားမြန်မာရယ်၊ စီးပွားရှာ လစ်ဟင်းလို့၊
ယစ်မူးရင်း ရောဂါတွယ်၊ စောသေကြတယ်။
မျိုးပျက်လို့ ဘာသာကွယ်မယ်၊ ပြင်ပါကွယ် မီသေးရဲ့လေး။

–ရွှေဘို မျိုးချစ်မောင်၊ ဆင်ထာနက်မှ။

ဗုဒ္ဓဘာသာ ၅ မျိုး

၁။ ကုလဗုဒ္ဓဘာသာ = မိရိုးဖလာဗုဒ္ဓဘာသာကို ဆိုလိုတာပါ။

၂။ လာဘဗုဒ္ဓဘာသာ = လာဘ်လာဘလိုချင်လို့ ကိုးကွယ်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ဆိုလိုတာပါ။

၃။ ဘယဗုဒ္ဓဘာသာ = ဘေးကို ကြောက်လို့ ကိုးကွယ်တာကို ခေါ်ပါတယ်။

၄။ သဒ္ဓါဓိကဗုဒ္ဓဘာသာ = သဒ္ဓါတရားခေါ် ယုံကြည်ချက်ကို အရင်းခံတဲ့ဗုဒ္ဓဘာသာပါ။

၅။ ပညာဓိကဗုဒ္ဓဘာသာ = သစ္စာတရားကို သေချာသိတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ဆိုလိုတာပါ။

ကုလ၊ လာဘ၊ ဘယ–ဗုဒ္ဓဘာသာ (၃)မျိုးကို "**အညံ့စားဗုဒ္ဓဘာသာ**"ဟု ခေါ်ပါသည်။

သဒ္ဓါဓိကနှင့် ပညာဓိကဗုဒ္ဓဘာသာကို "**အထက်တန်းစားဗုဒ္ဓဘာသာ**"ဟု ခေါ်ပါသည်။

သဒ္ဓါနှင့်ပညာ ဟန်ချက်ညီဖို့လည်း လိုပါသည်။ သဒ္ဓါအားကြီးပြီး ပညာအားနည်းပြန်ရင် "**နွားလိုးလှ လူမိုက်ကြီး၊ သူတော်ကောင်း လူအကြီး**" ဖြစ်သွားပါမယ်။

သဒ္ဓါအားနည်းပြီး ပညာအားကြီးနေပြန်ရင်လည်း "**ပညာရှိ လူမိုက်ကြီး**" ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ဆိုလိုတာက ဘယ်အရာမဆို အစွန်းမရောက်ဖို့ပါပဲ။

–အင်တာနက်မှ။

ပြုံးပါ

ပြုံးခြင်းသည် အိမ်တွင်း၌ ချမ်းသာသုခကို ပေး၏။

ပြုံးခြင်းသည် အလုပ်ခွင်၌ မျက်နှာပွင့်လန်းစေ၏။

ပြုံးခြင်းသည် ဝမ်းနည်းနေသူကို ဝမ်းသာစေ၏။

ပြုံးခြင်းသည် စိတ်အားငယ်သူကို စိတ်အားတက်ကြွစေ၏။

စိတ်ကောင်းစေတနာဖြင့် ပြုံးပါ။

–အင်တာနက်မှ။

ခွင့်လွှတ်တယ်ဆိုတာ ...

အနိုင်ယူလိုက်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။
အရှုံးပေးလိုက်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။
အထက်စီးက နေတာလည်း မဟုတ်ဘူး။
ခွင့်လွှတ်လိုက်တာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လွတ်လပ်မှု ပေးလိုက်တာပဲ။
ကိုယ့်စိတ်ကို ငြိမ်းချမ်းခွင့် ပေးလိုက်တာပဲ။

ခွင့်လွှတ်တယ်ဆိုတာ ...

ဘေးလူ မြင်ကောင်း၊ ကြားကောင်းအောင် လုပ်တဲ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး။
ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ တကယ်လွတ်လပ်မှု ရသွားအောင်၊
တကယ်ငြိမ်းချမ်းသွားအောင်လုပ်တဲ့ အလုပ်ဖြစ်တယ်။

–ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ အင်တာနက်မှ။

စိတ်စင်ကြယ်အောင်ထားနည်း ၅ မျိုး

၁။ အကုသိုလ်စိတ်၊ ကိလေသာစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရင် ဆန့်ကျင်ဘက် ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ အစားထိုးပေးရမယ်။

၂။ အကုသိုလ်ရဲ့ ဆိုးကျိုးများ၊ အကုသိုလ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခများကို ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်ပြီး ဒီအကုသိုလ်တွေ မဖြစ်အောင် သတိနဲ့ ပယ်သတ်ရမယ်။

၃။ မကောင်းစိတ်ကို မွေးမြူမထားဘဲ စိတ်ရော အာရုံပါ ပြောင်းလဲပစ်ရမယ်။

၄။ အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်းကို ရှာပြီးတော့ အဲဒီ အကြောင်းတရားကို ဖယ်ရှားပစ်ရမယ်။

၅။ တိုက်ရိုက်ရင်ဆိုင်နည်းကို သုံးရမယ်၊ အကုသိုလ်စိတ်ကို တိုက်ရိုက် ရင်ဆိုင်ခြင်းမှာ ဖြစ်ပေါ်ခိုက်၌ အံကြိတ်ပြီး စိတ်အင်အားဖြင့် အစွမ်းကုန် ရင်ဆိုင်ဖိနှိပ်ပစ်ရမယ်။ (အကုသိုလ်စိတ် မဖြစ်စေရဘူး၊ ကုသိုလ်စိတ်ပဲ ဖြစ်စေရမယ်ဟှေ့ဆိုတဲ့ စိတ်မျိုးပေါ့)။

–အိတ္တလျံ ဘုန်းတော်ကြီး ဦးလောကနာထ၊ အင်တာနက်မှ။

ဘဝမှာ အဆင်ပြေချင်ရင်

ကိုယ့်ဘဝမှာ အဆင်ပြေချင်တယ်ဆိုရင် မနက်အိပ်ရာက နိုးကတည်းက ကုသိုလ်စိတ်ကလေး၊ ကောင်းတဲ့စိတ်ကလေးနဲ့နေတဲ့ အလေ့အကျင့်ကို လုပ်ပါ။

– ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ အင်တာနက်မှ။

တရားနဲ့နေရင်

တရားနဲ့နေတဲ့သူဟာ အများနဲ့ဆက်ဆံတဲ့နေရာမှာ
တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်ဘူး၊ မရိုးသားတာ မလုပ်ဘူး။
သူလည်း အကျိုးရှိ၊ ကိုယ်လည်း အကျိုးရှိတာ လုပ်တယ်။
တစ်ခါတစ်လေ နစ်နာသွားရင်တောင်မှ သည်းခံတယ်။
အဲဒီလိုနဲ့ ဆက်ဆံရေးမှာ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတွေ တိုးလာတယ်။

- ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ အင်တာနက်မှ။

အများနဲ့ဆက်ဆံတဲ့အခါ

လူအများနဲ့ဆက်ဆံရတဲ့ အလုပ်တွေမှာ ဆက်ဆံရေးအခက်အခဲ အမြဲရှိပါတယ်။

လူတိုင်းကို စိတ်ကျေနပ်အောင် ဘယ်သူမှ မလုပ်ပေးနိုင်ဘူး။
မကျေနပ်တဲ့သူက အပြစ်တင်မယ်၊ မကောင်းပြောမယ်။
အဲဒီအခါ စိတ်တိုမယ်၊ ဒေါသဖြစ်မယ်၊ စိတ်ဓာတ်ကျမယ်။
ဒါကြောင့် ကိုယ်လုပ်တဲ့အလုပ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး
ဖြစ်နိုင်တဲ့အခက်အခဲတွေကို ကြိုတင်တွေးထားပြီးတော့
"ဒီအခက်အခဲမျိုးကိုတော့ တွေ့ရမှာ သေချာတယ်၊
ဒီလို အပြောမျိုးတော့ ခံရမှာ သေချာတယ်၊ ဒါကြောင့်–
အခက်အခဲတွေ့ရတဲ့အခါ ၊ အပြောခံရတဲ့အခါ စိတ်မပျက်ဘူး၊
စိတ်မညစ်ဘူး၊ စိတ်ရှည်ရှည်ထားမယ်"လို့ မကြာခဏ နှလုံးသွင်းပါ။

–ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ အင်တာနက်မှ။

ဘယ်သူနဲ့ ပေါင်းမှာလဲ ?

လူမိုက်နှင့်ပေါင်းဖော်လှည့်လည်သောသူသည်
ကာလတာရှည်စွာ စိုးရိမ်ရ၏။
လူမိုက်တို့နှင့် ပေါင်းဖော်ရခြင်းသည်
ရန်သူနှင့်နေရသကဲ့သို့ အမြဲဆင်းရဲရ၏။
သူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်းသည်
ဆွေမျိုးတို့နှင့် ပေါင်းဖော်နေထိုင်ရသကဲ့သို့ ချမ်းသာ၏။–ဓမ္မပဒ။

ဗျာမများနဲ့၊ရှောင်သင့်တာရှောင်

ပြဿနာတစ်စုံတစ်ခု ရင်ဆိုင်ဖို့ ကြုံတွေ့လာရင်
စိတ်လှုပ်ရှားလွန်ပြီး ဗျာမများစေရ။
စိတ်အာရုံ တွေးဆချက်ခေါင်ပြီး အကျိုးမပြီးရာဘက် ချော်မသွားစေရ။
အမြင်မှန်ရောက်အောင် ကြည့်တတ်ရမည်။
စကားနှုတ်ထွက် မကောင်းသူ၊ စိတ်ပျက်ဖွယ်ရာ ပြောတတ်သူ၊
အရေးထဲတွင် ပြောင်လှောင်နေတတ်သူ၊
မင်္ဂလာမရှိသော၊ နိမိတ်မကောင်း ပြောတတ်သူများကို
ရှောင်ရှားရမည်၊ ရှောင်၍ နေတတ်ရမည်။

–တောင်တန်းသာသနာပြု ဆရာတော်ကြီး။

ဆုံးဖြတ်ချက်တွေကောင်းချင်ရင်

နေ့စဉ်ဘဝမှာ အခက်အခဲတွေ့ရတဲ့အခါ
မှုတတဲ့စိတ်နဲ့ မိမိဝေဒနာကို အာရုံပြုဖို့ ခဏလောက် အချိန်ယူပါ။
စိတ်ဟာ ငြိမ်သက်မှုတလာပြီဆိုတဲ့အခါ
မိမိဆုံးဖြတ်သမျှ အဆုံးအဖြတ်ဟာ အကောင်းချည်းပဲ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။
စိတ်ဟာ မမှုတဘူးဆိုရင် မိမိက ဘာကိုပဲ ဆုံးဖြတ်ဆုံးဖြတ်
လောဘ၊ ဒေါသနဲ့ တုန့်ပြန်ဖို့ချည်းပဲ ဖြစ်လိမ့်မယ်။
အတုန့်အပြန် မလုပ်ဘဲ ကောင်းတဲ့စိတ်နဲ့ လုပ်ကိုင်တဲ့ အကျင့်ဘက်ကို
ပြောင်းဖို့ သိမြင်အောင် လုပ်ပါ။

–ကမ္ဘာ့ဝိပဿနာ တရားပြဆရာကြီး ဦးဂိုအင်ကာ။

အကောင်းဆုံး အပေါင်းအသင်း

အားလုံးထက် အကောင်းဆုံး အပေါင်းအသင်းကတော့
မကောင်းတာတွေ မလုပ်ဖြစ်အောင် ကိုယ့်ကို ပြုပြင်တည့်မတ်ပေးပြီး
ကိုယ်ဒုက္ခရောက်ချိန်မှာ တတ်နိုင်သမျှ ကူညီပေးတဲ့ အပေါင်းအသင်းပဲ။

–အရှင်ဝိစိတ္တ–မဟာပဒါယီ။

ရွှေဟင်္သာဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒ

၁။ ခေတ်မီရမယ်၊ ခေတ်မဆန်ပါစေနှင့်။
၂။ ရဲရင့်ရမယ်၊ မရဲတင်းပါစေနှင့်။
၃။ လှပအောင် ဝတ်စားပြင်ဆင်ရမယ်၊ ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ မဆန့်ကျင်ပါစေနှင့်။
၄။ ငြိုးငြင်ချွေတာရမယ်၊ ကပ်စေးမနဲပါစေနှင့်။
၅။ သွက်လက်ဖြတ်လတ်ရမယ်၊ ပြာလောင်မခတ်ပါစေနှင့်။
၆။ တော်အောင်ကြိုးစားရမယ်၊ မတရားသောနည်းဖြင့် မပြိုင်မိပါစေနှင့်။
၇။ ကောင်းတာတွေ အတုယူရမယ်၊ ထိခိုက်အောင် မဝေဖန်မိပါစေနှင့်။
၈။ သည်းခံခွင့်လွှတ်ရမယ်၊ လူညံ့မဖြစ်ပါစေနှင့်။
၉။ ကျိုးနွံစွာ နေတတ်ရမယ်၊ အစေအပါး မဖြစ်ပါစေနှင့်။
၁၀။ နေတက်ထိုင်တတ်ရမယ်၊ ဟန်မဆောင်မိပါစေနှင့်။
၁၁။ မိသားစုကို ချစ်ရမယ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို လျစ်လျူမရှုမိပါစေနှင့်။
၁၂။ သတ္တိရှိရှိ နေတတ်ရမယ်၊ လူမိုက်မဖြစ်ပါစေနှင့်။

-အင်တာနက်မှ။

ဘဝနေပျော်ဖို့

ကောင်းတဲ့ လောကဓံနဲ့ပဲကြုံကြုံ၊ ဆိုးတဲ့ လောကဓံနဲ့ပဲကြုံကြုံ
'ဖြစ်ပြီးပျက်မယ်'ဆိုတဲ့ ယောနိသောမနသိကာရစိတ်လေး
လက်ကိုင်ထားမယ်ဆိုရင် ဘဝဟာ နေပျော်တယ်၊
စိတ်ချမ်းသာစရာ ကောင်းတယ်။

-'ရွှေ'သာမဏေကျော် ဆရာတော်။

လိုအပ်တာတွေ

ရုပ်က လှလှ-မလှလှ၊ စိတ်က လှဖို့ လိုအပ်တယ်။
အသားဖြူဖြူ-မဖြူဖြူ၊ သီလဖြူဖို့ လိုအပ်တယ်။
ငွေကြေး ချမ်းသာ မချမ်းသာ၊ စိတ်ချမ်းသာဖို့ လိုအပ်တယ်။
ဘယ်သူ ကောင်းကောင်း-မကောင်းကောင်း၊ ကိုယ်က ကောင်းဖို့ လိုအပ်တယ်။
ဘယ်ဟာနဲ့ ပျော်ပျော်-မပျော်ပျော်၊ တရားနဲ့ပျော်ဖို့ လိုအပ်တယ်။
ဘာကို သိသိ-မသိသိ၊ ကျေးဇူးသိဖို့ လိုအပ်တယ်။

-အင်တာနက်မှ။

အရေးအကြီးဆုံး နှစ်ခုရှိတယ်

လူမှာ အရေးအကြီးဆုံး နှစ်ခုပဲ ရှိတယ်။ အဲဒါကတော့–

ကိုယ်ကျင့်တရားရယ်၊ အမှန်တရားကို မြတ်နိုးမှု (Love of Truth)ရယ်၊ ဒါပဲဖြစ်တယ်။

ဘယ်နေရာမှာမဆို အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း ပြောရဲရမယ်၊ ပြောရဲတဲ့ သတ္တိလည်း ရှိရမယ်။

–ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း။

ဂုဏ်အားလုံးတို့ရဲ့ စုဝေးရာဟာ "သည်းခံခြင်း"ပဲ။

သဗ္ဗဂုဏာနံ အဓိဝါသနဘူမိ။

–ဗုဒ္ဓ၊စရိယာပိဋကာ။

———● ခြောက် ‥ မိန်းမ

ရည်းစားတုန်းက "မောင်"တဲ့။

ညားခါစ "လင်တော်မောင်"တဲ့။

တစ်နှစ်လောက်ကြာတော့ "အိမ်ကကောင်"တဲ့။

နှစ်နှစ်လောက်ကြာတော့ "သေနာကောင်"တဲ့။

–အင်တာနက်မှ။

အမြင့်မှာရှိဖို့ ဆို

ကျီးကန်းတစ်ကောင်ဟာ ဘာမှမလုပ်ဘဲ သစ်ပင်ပေါ်မှာ နားနေတာကို တွေ့တော့–

သစ်ပင်အောက်က ယုန်ကလည်း ကျီးကန်းလိုပဲ

ဘာမှမလုပ်ဘဲ မြေပြင်ပေါ်မှာ ထိုင်နေသတဲ့။

အဲဒါနဲ့ ကျားတစ်ကောင် ရောက်လာပြီးတော့ အဲဒီယုန်ကို စားပစ်လိုက်တယ်တဲ့။

သင်ခန်းစာ။ ။ ဘာမှမလုပ်ဘဲ ထိုင်နေဖို့ဆိုရင်
သင်ဟာ အမြင့်ပေါ်မှာ ရှိနေဖို့လိုတယ်။

–အင်တာနက်မှ။

ကူးစက်တတ်တယ်

လောဘကြီးတဲ့သူနဲ့ အတူတူနေရင် လောဘကြီးလာတယ်။
ဒေါသကြီးတဲ့သူနဲ့ အတူတူနေရင် ဒေါသကြီးလာတယ်။
မာနကြီးတဲ့သူနဲ့ အတူတူနေရင် မာနကြီးလာတယ်။
အေးချမ်းတဲ့သူနဲ့ အတူတူနေရင် တဖြည်းဖြည်း အေးချမ်းလာတယ်။
လူတစ်ယောက်ရဲ့ သဘောထားဟာ နောက်တစ်ယောက်ဆီကို
ကူးစက်တတ်တယ်။ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ မြင်မြင်သမျှ၊ ကြားရသမျှဟာ
ကူးစက်တတ်တဲ့ အရာတွေချည်းပဲဆိုတာ သတိပြုပါ။
ကောင်းတာလည်း ကူးတယ်၊ မကောင်းတာလည်း ကူးတယ်၊
ဘယ်ဟာကို အကူးခံမလဲ ? ကဲ .. ကိုယ်ကြိုက်တာ ကိုယ်ရွေးပါ။

–ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ အင်တာနက်မှ။

နားမနေကြ

လူပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အိပ်ပြီး နားနေပေမယ်လို့
လူ့သန္တာန်က ရုပ်နာမ်တရားတွေကတော့ နားမနေကြဘူး။
အိုဖို့၊ နာဖို့၊ သေဖို့ရာ တစ်သွားတည်း သွားနေတာပဲ။
လူတွေက သွားလိုက်၊ လာလိုက်၊ စားလိုက်၊ သောက်လိုက်နဲ့
ပျော်ရွှင်နေကြပေမယ့် ကိုယ်ထဲက ရုပ်နာမ်တွေကတော့
အိုဖို့၊ နာဖို့၊ သေဖို့ရာ တဖြည်းဖြည်း ကူးပြောင်းပြင်ဆင်နေကြတာပဲ။

–မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ အင်တာနက်မှ။

တစ်လောကလုံးထိခိုက်အောင်မလုပ်နဲ့

ကိုယ့်ကိုယ်ကို လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင်လုပ်တာက
ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း ကောင်းဖို့မဟုတ်ဘူး၊ တစ်လောကလုံး ကောင်းဖို့နော်။
ကိုယ့်ကိုယ်ကို လူဆိုးတစ်ယောက်ဖြစ်သွားအောင်
မလုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်လိုက်တာဟာ
ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း ထိခိုက်တာ မဟုတ်ဘူး၊ တစ်လောကလုံး ထိခိုက်တယ်။

–ဆရာတော် ဦးဇောတိက။

စိတ်သာလျှင် အဓိက

ပိုင်ဆိုင်ခဲ့ဖူးတာ ... အမှတ်တရ ထားလိုက်ပါ။
ပိုင်ဆိုင်နေတာ ... တန်ဖိုးထားပါ။
ဆုံးရှုံးသွားတာ ... မေ့လိုက်ပါ။
မရသေးတာ ... ကြိုးစားပါ။
မရနိုင်တာ ... ဥပေက္ခာပြုလိုက်ပါ။ *–အင်တာနက်မှ။*

ရန်သူကို နှိမ်နင်း

ကိုယ့်အမျိုးကို ချစ်ရုံနဲ့ ဒီပြင်အမျိုးတို့ကိုလည်း မုန်းဖို့မလိုဘူး။
သို့သော်လည်း အမျိုးအကျိုးကို လာထိတဲ့သူတွေကိုတော့
အတွင်းကလူဖြစ်ဖြစ်၊ အပြင်ကလူဖြစ်ဖြစ် တိုက်ခိုက်နှိမ်နင်းရမှာပေါ့။
ဒါက ငါတို့အမျိုးရဲ့ ရန်သူအဖြစ်ဖြင့်သာ နှိမ်နင်းခြင်းဖြစ်တယ်။
ဘယ်လူမျိုး ဘယ်သူဘယ်ဝါဆိုပြီး နှိမ်နင်းတာ မဟုတ်ဘူး။

–ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း၊ ၁၉၄၄ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၁၁ ရက်နေ့၊
မင်္ဂလာဒုံ ဗိုလ်သင်တန်းကျောင်းဆင်းပွဲမိန့်ခွန်းမှ။

သောကဖြစ်စရာ အနည်းငယ်သာရှိ

သင် သောကဖြစ်နေသော အရာအားလုံးကို ရေးချပါ။
ပြီးသောအခါ ခဲဖျက်တစ်ခုဖြင့် အရေးမကြီးသောအရာများကို ဖျက်ပစ်ပါ။
ထိုအခါ တကယ်သောကဖြစ်စရာ အနည်းငယ်သာ ကျန်တော့တာကို တွေ့ရပေလိမ့်မယ်။ *–ဟားမက်အင်ကက်ဆင်။*

ဉာဏ်ရည်နိမ့်သူတွေရဲ့ အမူအကျင့်

ဉာဏ်ရည်နိမ့်ပါးသူတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တည်ဆောက်ရမယ့်အစား
တစ်ဘက်သားကို ဖြိုချနိုင်မှ သူတို့အတွက် နေရာရလိမ့်မယ်လို့
အောက်မေ့မိတတ်ကြပါတယ်။

–အင်တာနက်မှ။

တရားနှင့်အကြပ်အတည်း

လောကမှာ လူတွေဆိုတာ ရံဖန်ရံခါ အခက်အခဲ အကြပ်အတည်း တွေ့ရ စမြဲပဲ။

အခက်အခဲ အကြပ်အတည်းဆိုသည်မှာ–

တရားမရှိသူအတွက် ဘဝကို ပျက်သွားစေထတ်တယ်။

တရားရှိသူအတွက် ဘဝကို တစ်ဟုန်ထိုး တက်သွားစေတတ်တယ်။

–ထိဝိဋ္ဌကဓရ ယောဆရာတော်။

အမှားအများဆုံးအချိန်

စိတ်ဆိုးနေတဲ့အခါ စကားပြန်မပြောပါနဲ့။

ပျော်ရွှင်နေတဲ့အခါ ကတိမပေးပါနဲ့။

ဝမ်းနည်းနေတဲ့အခါ ဆုံးဖြတ်ချက် မချပါနဲ့။

–အင်တာနက်မှ။

ဖြစ်ချင်တာနဲ့ ဖြစ်နိုင်တာ

ဖြစ်ချင်တာကို ဦးစားပေးခဲ့လွန်းလို့ ဖြစ်နိုင်တာတွေပါ ဆုံးရှုံးလိုက်ရပြီ။

ဖြစ်နိုင်တာကိုသာ ဦးစားပေးရင် ဖြစ်ချင်တာတွေပါ အားလုံးဖြစ်လာမယ်။

–မွေ့ရှုထ ဒေါက်တာအရှင်ဆောက်မှ။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ပျော်ရွှင်မှုကို ဖျက်ဆီးနိုင်တဲ့အရာ ၃ ခုရှိတယ်–

၁။ အဆိုးမြင်တဲ့စိတ်၊

၂။ သံသယဖြစ်တဲ့စိတ်နဲ့

၃။ မနာလိုတဲ့စိတ်ပဲ။

–အင်တာနက်မှ။

တစ်ယောက်ထဲပေမယ့်

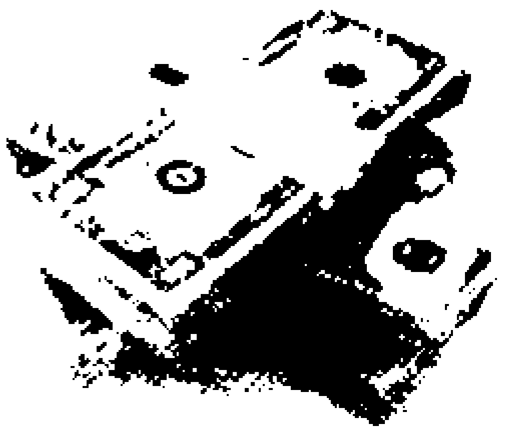
ငှက်ကလေးတွေက မေးတယ် .. "မင်းမှာ ချစ်သူအများကြီး ရှိလား"တဲ့။

ငါလည်း ပြန်ပြောလိုက်တယ် .. "ချစ်သူအများကြီးတော့ မရှိဘူး၊ ရှိတဲ့ တစ်ယောက်ကိုတော့ အများကြီးချစ်ပါတယ်"လို့။ *–အင်တာနက်မှ။*

မကောင်းတဲ့အာရုံကျတော့ အလကား ပေါ်လာတယ်။
ကောင်းတဲ့အာရုံများကျတော့ သတိရှိမှ ပေါ်လာတယ်။

–မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်။

ငွေနောက် သိပ်မလိုက်ကြနဲ့။
ငွေဟာ လူ့ဘုံတစ်ခုထဲမှာပဲ သုံးလို့ရတာ။
၃၁–ဘုံလုံး သုံးလို့ရတာ ကုသိုလ်ဖြစ်လို့
ကောင်းမှုကုသိုလ်ကိုသာ အဓိကထားရှာကြပါ။



–အရှင်ဇဝန။

မသေခင်သာ ရှုတ်ရှုတ်ရှုတ်ရှုတ်၊ သေသွားတော့ ဘာမှမဟုတ်။
မသေခင်သာ ထောင်ထောင်ထောင်ထောင်၊ သေသွားတော့ အပုပ်ကောင်။
မသေခင်သာ ကြွားကြွားကြွားကြွား၊ သေသွားတော့ အလကား။
မသေခင်သာ ငါ.. ငါ၊ သေသွားတော့ ပြာ.. ပြာ..။

–အင်တာနက်မှ။

ဘာဝမမေ့နဲ့၊ ဘာဝင်မမြင့်နဲ့၊ ဘာဝမြင့်အောင်လုပ်။

–မစိုးရိမ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ အင်တာနက်မှ။

ရုပ်ရည်ကတော့ ချောပါရဲ့၊ အို့နာ့သေက ပါနေတယ်။

–မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး။

သစ္စာဖောက်စိတ်

လူတွေဟာ လူသားတွေချည်းတော့ မှန်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်လူမျိုး၊ ကိုယ့်ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လူ့တန်ဖိုးကို ဖော်ထုတ်ကြရတာ မဟုတ်လား။ 'အမျိုးသားစိတ်ဓာတ်'၊ 'အမျိုးဂုဏ်'၊ 'အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှု'၊ အဲဒါတွေဟာ ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းတွေပဲ။ အဲဒါတွေကို လွှင့်ပစ်ချင်စိတ်ရှိရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုယ့်စိတ်နဲ့ပဲ ဆုံးမကြပါ။ အဲဒီလို ကိုယ့်လူမျိုးကို ပစ်ပယ်ခြင်းဟာ ကိုယ့်အမျိုးကို သစ္စာဖောက်စိတ်ပဲကွယ့်။

–စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၉၁ မှ။

ပုထုဇဉ်တွေကို ပညတ်ကြီးလေးပါးက ဖုံးအုပ်ထားပုံ

မင်္ဂလာတရားတို့ကို မရနိုင်ခြင်းသည် ပရမတ်တရားတို့ကို ပညာမျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်၍သာဖြစ်သည်။ ပရမတ်တရားတို့ကို မမြင်နိုင်ခြင်းသည် ပညတ်ကြီး လေးပါး ဖုံးအုပ်၍သာဖြစ်သည်။ ပညတ်ကြီးလေးပါးကား - သမူဟပညတ်၊ သန္တတိပညတ်၊ သဏ္ဌာနပညတ်၊ ဃနပညတ်တို့ဖြစ်သည်။

၁။ ရုပ်နာမ်တို့၏အပေါင်းအစုဖြစ်သော ဤခန္ဓာကိုယ်ကောင်ကြီးကို မျက်မြင်အားဖြင့် တွေ့မြင်နေရသောကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘောလက္ခဏာကို မသိခြင်းသည် "**သမူဟပညတ်**"ဖုံးအုပ်၍သာ ဖြစ်သည်။

၂။ ပဋိသန္ဓေ ကလလရေကြည်မှ လူကလေး ဖြစ်လာသည်။ လူကလေးမှ လူကြီးဖြစ်လာသည်စသည်ဖြင့် ရုပ်နာမ်တို့၏ အစဉ်သဘောကို မသိနိုင်ခြင်းသည် "**သန္တတိပညတ်**"ဖုံးအုပ်၍သာ ဖြစ်သည်။

၃။ လူကောင်သဏ္ဌာန်ကြီးကို မျက်မြင်အားဖြင့် တွေ့မြင်နေရသောကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့၏သဘောကို မသိနိုင်ခြင်းသည် "**သဏ္ဌာနပညတ်**"ဖုံးအုပ်၍သာ ဖြစ်သည်။

၄။ ဤသို့ ရုပ်နာမ်တရားတို့ပေါင်းစုပြီးဖြစ်၍နေသော လူကောင်အစိုင်အခဲကြီးကို မျက်မြင်အားဖြင့် တွေ့မြင်နေရသောကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့၏သဘောကို မသိနိုင်ခြင်းသည် "**ဃနပညတ်**"ဖုံးအုပ်၍သာ ဖြစ်သည်။

-သဝိတ်အိုင်တောရဆရာတော် ဦးကိတ္တိ။

သမီးအပျိုစင်များအတွက်

အဆုံးအမဆိုတာ သတိပေးတာမျိုးပဲ

အဆုံးအမခံယူတဲ့ သဘောထားဟာ အင်မတန်သင့်မြတ်လှပါတယ်။ လူတိုင်းဟာ အဆုံးအမခံယူကြရမှာပဲ။ ငယ်စဉ်က ကြီးရင့်တဲ့အထိ အဆုံးအမ လိုအပ်ပါတယ်။ ဘဘကြီးတို့လို အသက်အရွယ်ကြီးတွေကလည်း ဘာသာရေး အဆုံးအမကို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ခံယူကြရတယ်။ အဆုံးအမဆိုတာ သတိပေးတာ မျိုးပဲပေါ့။ သတိဆိုတာ ပိုတယ်မရှိဘူး။ လိုတယ်သာရှိတယ်။

-စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၂ မှ။

သူများသိသိ မသိသိ မလုပ်နဲ့

တချို့မကောင်းမှုတွေဟာ သူတစ်ပါးမသိနိုင်ပေမယ့် မိမိကိုယ်မိမိတော့ ညာလို့မရဘဲ သိနေတယ်။ အဲဒီလိုသိနေတာကြောင့် ဘယ်လိုပင် ဖြေတွေးတွေး နောက်ဆုံးမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အကြည်ညိုပျက်လာတော့တာပဲ။ အဲဒီလို အကြည်ညိုပျက်ခြင်းကပဲ ငရဲဘုံကို ရောက်စေတတ်တယ်သားရဲ့။ ဒါကြောင့် ဖေဖေကုန်ကုန်ပြောရရင် မကောင်းမှုဆိုတာမျိုးကို သူတစ်ပါးသိသိ မသိသိ လုံးဝမလုပ်မိစေနဲ့သား ... ။

-အဖေတစ်ယောက်၏ ဆုံးမစကား၊ အင်တာနက်မှ။

အိမ်စောင့်ခွေး မဖြစ်ပါရစေနဲ့

တပည့်တော်မ လမ်းထွက်တဲ့အခါဆိုရင် သမီးတွေက "အမေ .. အမေ အိမ်စောင့်ရင်း အမေ့မြေးတွေကို စောင့်ရှောက်ပေးနော်"လို့ ပြောပါတယ်။

တပည့်တော်က "ဟဲ့ ... အိမ်စောင့်တယ်ဆိုတာ ခွေးတွေ ကြောင်တွေမှ စောင့်တာ။ ငါ့ကို မစောင့်ခိုင်းပါနဲ့။ အရင်ဘဝများစွာကလည်း စောင့်ခဲ့ရပြီးပြီ၊ အခုလည်း စောင့်ရဦးမယ်ဆိုရင် မဖြစ်တော့ဘူး။ ငါကျောင်းကိုပဲ သွားမယ်"လို့ ပြောပြီး ရိပ်သာကိုပဲ ထွက်လာတော့တာပဲဘုရား။

-ယောဂီတစ်ဦး၏စကား၊ ၂၀၁၂ နိဝင်ဘာလထုတ် 'အပ္ပမာဒ'မဂ္ဂဇင်းမှ။

စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို မပေးနိုင်ပါ

ရှာဖွေစုဆောင်းစဉ်အခါ ဆင်းရဲဒုက္ခကို ဖြစ်စေတတ်၏။

ပျက်စီးဆုံးပါးသောအခါ ပူပန်သောကကို ဖြစ်စေတတ်၏။

ပြည့်စုံကြွယ်ဝသောအခါ မာန်မာနကို ဖြစ်စေတတ်၏။

ဤသို့သဘောရှိသော စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့သည် အဘယ်မှာလျှင် ချမ်းသာမှုကို ပေးနိုင်ပါအံ့နည်း။

-ဦးမောင်မောင်သိန်း၏ 'သုတဥယျာဉ်'မှ။

No happiness can be given while earning wealth, a man has to struggle hard.
When the wealth is lost, anxiety appears.
Being wealthy makes conceit.
To think deeply, wealth can give no happiness.

စာများများဖတ်ဖို့ တိုက်တွန်းရတဲ့အကြောင်း

စာများများဖတ်ဖို့ တိုက်တွန်းရတဲ့အကြောင်းရှိပါတယ်။ ဘဝတစ်ခုမှာ ကောင်းတဲ့အတွေ့အကြုံတွေ၊ ဆိုးတဲ့အတွေ့အကြုံတွေ အစုအပြုံလိုက်ရှိပါတယ်။ ကိုယ့်ဘဝမှာ အတွေ့အကြုံတစ်စုံသာ ရှိမယ်။ တစ်ဘဝတည်းသာ နေရလို့ပါ။ တစ်ဘဝတည်းရဲ့ အတွေ့အကြုံနဲ့ချည်း ကိစ္စမပြီးသေးဘူး။ သူတစ်ပါးဘဝတွေကိုလည်း သိနားလည်ပြီး လေ့လာရမယ်။ အဲဒီတော့မှသာ လူတစ်ယောက်ဟာ ဘဝအထွေထွေကို သိမြင်သဘောပေါက်နိုင်မယ်။ ရယူစရာ သင်ခန်းစာတွေ၊ ဘဝသင်ခန်းစာတွေ ရမယ်။

–စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၂၂ မှ။

လှတာထက် ယဉ်တာက ပိုကောင်း

ရိုးရာလည်း မပျက်၊ ခေတ်အလျောက်လည်း ဝတ်စားဆင်ယင်တာဟာ ရိုးရိုးယဉ်ယဉ်ဝတ်စားတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ယဉ်တယ်ဆိုတာ လှတယ်ဆိုတာထက် ပိုပြီး အနှစ်သာရရှိတယ်။

–စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၃၀ မှ။

မတူတာကိုက ဂုဏ်ပဲ

အခြားနိုင်ငံက အခြားလူမျိုးတွေကို တုပတာဟာ အမျိုးဂုဏ်ကို ဖျက်တာနဲ့ အတူတူပဲလို့ ဆိုချင်ပါတယ်။ မတူတာကို မတုနဲ့။ မတူလို့ ကိုယ့်မှာ ဂုဏ်နိမ့်မသွားဘူး။ မတူမှသာ မြန်မာနဲ့ တခြားလူမျိုးတို့ကို ခွဲခြားနိုင်မှာပေါ့။ မတူတာကိုက ဂုဏ်ပဲ။

–စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၃၁ မှ။

စာရေးတယ်ဆိုတာ စေတနာ အလှူပေးသလိုပဲ

စာရေးတယ်ဆိုတာ စေတနာ အလှူပေးသလိုပါပဲ။ အလှူခံချင်သူတွေ ကြွကြပါ။ အလှူမခံချင်သူတွေ နေကြပါ။ အလှူခံပြီးတော့ မကြိုက်တာဆိုရင်လည်း စွန့်ပစ်လိုက်နိုင်ပါတယ်ဆိုတဲ့ သဘောထားနဲ့ ရေးတာပါပဲ။

–စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၃၅–၃၆ မှ။

စာရေးဆရာဆိုတာ

စာရေးဆရာဟာ လူထုထဲက လူတစ်ယောက်ပဲ။ သူ့မှာ တစ်ခုပိုတာက ဗဟုသုတရှိတယ်။ ရှိအောင်လည်း စာတွေ့၊ ကိုယ်တွေ့၊ လက်တွေ့ဆိုတဲ့ 'တွေ့သုံးတွေ့'ကို အစဉ်အမြဲ ဆည်းပူးနေတယ်။ လေ့လာသုံးသပ်နေတယ်။ ဘဘကြီးရဲ့ မိတ်ဆွေတစ်ဦးဖြစ်တဲ့ ဦးသိန်းဖေမြင့်က ပြောဖူးတယ် "စာရေးဆရာဟာ ၂၄ နာရီ အလုပ်လုပ်တဲ့ အလုပ်သမား"တဲ့။

မှန်ပါတယ်။ ထိုင်ပြီး စာရေးတာဟာ အဲဒီအလုပ်ကို လုပ်ရာမှာ နောက်ဆုံးအဆင့်ပဲ။ ထိုင်ပြီး စာမရေးခင် ရေးရမယ့်အကြောင်းနဲ့ပတ်သက်လို့ သူ့ဦးနှောက်ထဲမှာ စဉ်းစားတယ်။ စိတ်ကူးဉာဏ်နဲ့ အကောင်အထည် ဖော်နေတယ်။ ဆိုပါတော့ နေ့ရောညပါ အိပ်မက်မက်နေတယ်။ ထိုင်ပြီးစာရေးတာ သူ့အတွေးအခေါ် အထင်အမြင်တွေကို အက္ခရာနဲ့မှတ်တမ်းတင်လိုက်တာပါပဲ။

–စာရေးဆရာကြီး ထက်ထိုး၊ 'သစ်ပင်အမျိုးစင်သို့'စာအုပ် စာ ၃၄ မှ။

မနက်ဖြန်ကို ယနေ့ဖြင့် အလင်းပေးပါ။

–အဲလီဇဘက် ဘဲရက်ဘရောင်းနင်း။

စာဖတ်တယ်ဆိုတာ

စာဖတ်တယ်ဆိုတာ ဖတ်ပြီး တွေးတတ်တဲ့အကျင့်ကို လေ့ကျင့်ယူတာပါပဲ။ စာဖတ်ပြီး အမြတ်ထုတ်နိုင်ဖို့လိုတယ်။ အဲဒီအမြတ်ဟာ စာကပေးတဲ့ သင်ခန်းစာပါပဲ။ ကိုယ်တွေ့လက်တွေ့ကို တစ်ဖက်က သွားလေရာ နေရာမရွေး ရယူနိုင်ဖို့ ကြိုးစားရပေလိမ့်မယ်။

ဥပမာ–လူတွေကြည့်လိုက်။ လူအမျိုးမျိုးကို တွေ့ရလိမ့်မယ်။ လူတွေရဲ့ အမူအကျင့်၊ သူတို့ရဲ့စိတ်နေသဘောထား၊ မိရိုးဖလာ ဓလေ့ထုံးစံတွေ၊ သူတို့ရဲ့ စီးပွားရေးအခြေအနေ၊ ကြီးပွားရေးအခြေအနေ၊ အဲဒါတွေကို တတ်နိုင်သလောက် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နှင့် စိစစ်လေ့လာ ဝေဖန်ရလိမ့်မယ်။ စာတွေ့ဗဟုသုတတွေက အဲဒီအကျင့်စရိုက်တွေနဲ့ လူတို့ရဲ့ ဖြစ်မြဲသဘာဝတွေ၊ ခေတ်ရဲ့စေစားမှု အထွေထွေကို အမြဲတစေ လေ့လာတာဟာ ဘဝတက္ကသိုလ်တက်ပြီး ဘဝပညာ ဆည်းပူးနေတာမျိုးပဲကွယ့်။

–စာရေးဆရာကြီး ထက်ထိုး၊ 'သစ်ပင်အမျိုးစင်သို့'စာအုပ် စာ ၃၉ မှ။

အချစ်သည် အန္တရာယ်ကြီးမားသော စိတ်ရောဂါဖြစ်သည်

အချစ်သည် ပုထုဇဉ်တို့အဖို့ ရှိမည်သာပင်။ သို့သော် အချစ်ကို သူနှင့်ထိုက်တန်သောနေရာမှာ ထားသင့်သည်။ ပလက္ခင်ပေါ် မတင်သင့်ပေ။ ထိုစကားကို ကြားရသော လူငယ်အချို့ မကြိုက်နိုင်ဖြစ်မည်။ ကြိုတင်သတိပေးခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ အချစ်သည် ချစ်စရာ ကောင်း၏။ သို့သော် အကြီးအကျယ်အသုံးပြုလျှင် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သည်။ မီးကဲ့သို့ပင် သုံးတတ်မှ အမြတ်ထွက်မည်။ မိမိ၏ဘဝကို အချိန်မီ မလောင်ကျွမ်းစေရန် သတိပြုသင့်သည်။ ချစ်တာတစ်ခုတည်းနှင့်တော့ မပြီးသေးပါ။ အချစ်ကို သရုပ်ဖော်မှုတွေ ထွေပြားလာသလို အချစ်အဓိပ္ပါယ်ကို ဘယ်သူမျှ အမှန်တကယ် နားမလည်ပါဟု ဆိုချင်ပါသည်။

-စာရေးဆရာကြီး ထက်ထိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၄၅ မှ။

အချစ်ဟာ အရက်လိုပဲ

အချစ်ဟာ သေရည်သေရက်လိုပါပဲကွယ်။ မူးတဲ့အခိုက်မှာ ပျော်သလိုလိုရှိပြီး အမူးပြေတဲ့အခါမှာတော့ ခေါင်းကိုက်ကျန်ခဲ့တတ်တယ်။ တစ်ခုတော့ ရှိတာပေါ့။ အရက်စွဲတဲ့လူဟာ အမူးပြေလို့ ခေါင်းအောက်စိုက်ခဲ့ပေမယ့် တော်တော်ကြာတော့ အရက်ပုလင်းကို လှမ်းဆွဲကြတယ်။

အဲဒီလိုပဲ၊ အချစ်စွဲတဲ့ လူတချို့ဟာ ဘဝဆုံးတဲ့အထိ အချစ်ကို ကိုးကွယ်ကြတယ်။ မချစ်ရဘူးလို့ မဆိုပါဘူး။ ချစ်တော့လည်း ချစ်ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် တွေနစ်ကိုယ် တဲအိုပျက်မှာနေရရင် ချစ်ရတာနဲ့ မကာမိအောင် စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်လိမ့်မယ်။ သတိထားကြပေတော့ ... ။

-စာရေးဆရာကြီး ထက်ထိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၅၁ မှ။

အချစ်ဆိုတာ ရာဂစိတ်ကို အမွှန်းတင်ထားဟာ

အချစ်ဆိုတာ စိတ်အာရုံပဲ။ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောရရင် ရာဂစိတ်ကို အမွှန်းတင်ထားတာပါ။ အချစ်ဆိုတာ မေတ္တာမဟုတ်ပါဘူး။ ကောင်းလေးနှင့် ကောင်မလေး ချစ်ကြိုက်နေကြပြီဆိုတာကို ယဉ်ကျေးသမှုပြောကြရင် 'သူတို့နှစ်ယောက် မေတ္တာရှိနေကြတယ်'တဲ့။ တကယ်တော့ တဏှာရာဂစိတ်ပါပဲ။ အချစ်စိတ်ဟာ ပူလောင်တယ်။ မေတ္တာကတော့ အေးမြကြည်လင်တယ်။

-စာရေးဆရာကြီး ထက်ထိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၅၆ မှ။

ရုပ်အလှထက် စိတ်အလှက ပိုနိုင်ခဲ့

ရုပ်အလှကျက်သရေထက် စိတ်အလှကျက်သရေက ပိုပြီးနိုင်ခဲ့တယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ခေမာမိဖုရားကို တရားရစေဖို့ ဖန်ဆင်းပေးတဲ့ 'ဇာတ်ကွက်'မျိုးကို အခုအခါ ဓာတ်ပုံပညာက ဖော်နိုင်ပြီမဟုတ်လား။ အမျိုးသမီးရဲ့ အထုပ္ပတ္တိကို ရေးသားရာမှာ ငယ်ရုပ်သွင်ဓာတ်ပုံနှင့် ကြီးရုပ်သွင်ဓာတ်ပုံယှဉ်ပြလိုက်တဲ့အခါမှာ တရားရစရာပဲ မဟုတ်ပါလား။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက အမှန်တရားကို အရှိအတိုင်းဖော်ပြပြီး တရားပြတော်မူတယ်။ ဘဘကြီးရဲ့ မြေးကလေးတွေဟာ "ငါလှတယ်၊ ငါလှတယ်"ဆိုတဲ့ အထင်မျိုးမစွဲဘဲ ငါငယ်ငယ်မို့ လှတယ်လို့ ထင်ကြရတာ။ တကယ်တော့ ရုပ်အလှဟာ ပြောင်းလဲပျက်စီးဖို့ အကြောင်းများတယ်။ "ငါ့ တစ်ဘဝလုံး တည့်နေနိုင်တဲ့ စိတ်အလှကို ငါအခုကတည်းက ပျိုးထောင်ပြုစုမယ်"လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီးတော့ မာနကို ချိုးနှိမ်ကြပါလို့ ဘဘကြီး တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။ ဘာ့ကြောင့်တိုက်တွန်းချင်သလဲဆိုတော့ မြေးကလေးတွေကို ခဏလှတာကို မြင်ရတာထက် တစ်သက်တာလှတာကို မြင်ချင်တဲ့ စေတနာကြောင့်ပါပဲကွယ်။

စိတ်အလှ ပျိုးထောင်ရာမှာ ပညာရှာပါ။ ပညာဆိုတာ အတွေ့တွေ့အသိဆိုတဲ့ ဗဟုသုတကို ဆည်းပူးပြီးတော့ လူကြီးသူမများရဲ့ ဆိုဆုံးမချက်များကို လေ့လာမှတ်သားပြီး အကောင်းနှင့်အဆိုး၊ အမှားနှင့်အမှန်တို့ကို ခွဲခြားဝေဖန် သိမြင်တတ်တဲ့ ဉာဏ်ပါပဲကွယ်။ အဲဒီ ထိုးထွင်းဉာဏ်၊ နာမည်တစ်မျိုးကတော့ ပညာပဲပေါ့။

မိန်းမတွေ ပညာတကယ်တတ်ရင် ယောကျ်ားတွေကို မဟုတ်တာ မလုပ်နိုင်အောင် တားမြစ်နိုင်တယ်။ ပညာတကယ်မတတ်တဲ့ မိန်းမတွေကြောင့် သူတို့ယောကျ်ားတွေ စာရိတ္တပျက်ကြတာတွေ အများကြီးပဲ။ "မိန်းမဖျက် ပြည်ပျက်"ဆိုတဲ့ စကားဟာ အဲဒီမိန်းမတွေကို ညွှန်းတာ။ အဲဒီအုပ်စုထဲ မြေးကလေးတို့ မပါကြပါစေနှင့်လို့ ဘဘကြီး ဆုတောင်းလိုက်ပါတယ်။

–စာရေးဆရာကြီး ထက်ထိုး၏ 'သမီးအပျိုစင်သို့' စာအုပ် စာ ၆၀–၆၃ မှ။

ထိုက်တန်တဲ့မျက်ရည်နဲ့ မထိုက်တန်တဲ့မျက်ရည်

တကယ်တမ်း မျက်ရည်ကျရကြေးဆို .. သင့်မျက်ရည်က သင့်ကို နာကျင်စေလိုတဲ့စိတ်နဲ့ ဝမ်းနည်းအောင်လုပ်ချင်သူတွေအတွက် မထိုက်တန်ပါဘူး။

သင့်မျက်ရည်က သင့်ကိုမနာကျင်စေဘဲ ပျော်ရွှင်စေလိုတဲ့သူတွေအတွက်သာ ထိုက်တန်တာပါ။

–အင်တာနက်မှ။

ဆူးကျလည်း ဖက်ပေါက်၊ ဖက်ချလည်း ဖက်ပေါက်

စာများများဖတ်၊ စာမျိုးစုံဖတ်၊ ဖတ်ပြီးတော့ ပညာရအောင် ယူတတ်ဖို့၊ စဉ်းစားဆင်ခြင် ဝေဖန်ကြည့်ပြီး ဘဝသင်ခန်းစာအဖြစ် ရယူတတ်ဖို့ ကြိုးစားကြစမ်းပါ။ ဝတ္ထုထဲက မိန်းကလေး အချစ်ကို ကိုးကွယ်ပြီး လူမသာ လူယုတ်မာနဲ့ ညားရလို့ သေတဲ့အထိ ဒုက္ခရောက်ရတာကို စဉ်းစားပြီး သံဝေဂ ရစေချင်တယ်။ အခုခေတ်မှာ ယောကျ်ားလေးနဲ့ မိန်းကလေးတို့ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ဆက်ဆံခွင့်ရကြတယ်။ အဲဒါ အများကြီးပဲ။ နာချင်း နာတော့ မိန်းကလေးကချည်းပဲ။ အဲဒီအချက်ကလေးတော့ စွဲစွဲမြဲမြဲ မှတ်ထားစေချင်တယ်။ "ဆူးကျလည်း ဖက်ပေါက်၊ ဖက်ကျလည်း ဖက်ပေါက်"ဆိုသလို နာဘက်ကချည်းပဲကွယ့်။ ဒါကြောင့်မို့ အမျိုးသမီး ကလေးတွေဟာ အချစ်ရေးမှာ လမ်းမှားလျှောက်မိမှာ အလွန်ပဲ စိုးရိမ် ရပါတယ်။

–စာရေးဆရာကြီး ထက်တိုး၊ 'သမီးအမျိုးစင်သို့'စာအုပ် စာ ၇၂ မှ။

ပညာသည်သာ အသက်အရွယ်ကြီးလာချိန်အတွက် အကောင်းဆုံးရိက္ခာဖြစ်သည်။

–အရစ္စတိုတယ်။

အတတ်ပညာထက် စိတ်ကူးဉာဏ်က ပိုအရေးပါ

ကမ္ဘာ့ထိပ်တန်း ပညာရှင်ကြီးတွေဟာ များသောအားဖြင့် သူတို့ရတဲ့ဘွဲ့ တွေကို သာမန်သဘောထားကြတယ်။ သူတို့ရဲ့အတွေးအမြင်ကိုသာ ပိုပြီး အာရုံပြုကြတယ်။ အရေးပိုပါတာကတော့ ကိုယ့်ပညာအရည်အသွေးပဲကွယ့်။

ကမ္ဘာ့ဉာဏ်ကြီးရှင်တွေထဲမှာ ထင်ရှားတဲ့အိုင်းစတိုင်းက ပြောတယ် "**စိတ်ကူး ဉာဏ်ဟာ အတတ်ပညာထက် ပိုပြီးအရေးပါတယ်**"(Imagination is more important than knowledge.)တဲ့။

ကမ္ဘာမှာ လေးစားကြည်ညိုအပ်တဲ့ ပညာရှင်ကြီးများ၊ ပညာရှိကြီးများရဲ့ အကြောင်းအတ္ထုပ္ပတ္တိကို ဖတ်ကြည့်စမ်းပါ။ သူတို့ရဲ့ထူးခြားချက်ဟာ မာန်မာန ကင်းမဲ့ခြင်း၊ နှိမ့်ချခြင်းပဲဖြစ်ကာယ်။

–စာရေးဆရာကြီး ထက်တိုး၊ 'သမီးအမျိုးစင်သို့'စာအုပ် စာ ၈၇ မှ။

သုတေသနစာကြည့်တိုက်
သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာန

ကိုယ်ဘယ်လိုရှုစားလဲ

ကိုယ်က သူများကို ပြစ်တင်ရှုတ်ချနေတာဟာ သူဘယ်လိုလူစားလဲဆိုတာ
တကယ်တော့ သိပ်မပေါ်လွင်ဘူး။
ငါဘယ်လိုလူစားလဲဆိုတာတော့ သေသေချာချာ ပေါ်လွင်သွားပြီ။

-ဆရာတော် ဦးဇောတိက။ အင်တာနက်မှ။

စိတ်လိုက်မာန်ပါပြုသူ နှင့် စဉ်းစားချင့်ချိန်ပြီးပြုသူ အပျိုစင်နှစ်ဦးအကြောင်း

စိတ်လိုက်မာန်ပါ ပြုသူနှင့် စဉ်းစားချင့်ချိန်ပြီး ခင်ပွန်းကောင်းရွေးချယ်တတ်သူ အပျိုစင်နှစ်ဦးအကြောင်း ပြောပြပါမည်။ စိတ်လိုက်မာန်ပါ စိတ်အလိုလိုက်ပြီး ချစ်လှချည်ရဲ့၊ ကြိုက်လှချည်ရဲ့ဟူ၍ မှန်တူပြီး ရှေ့ရေးကို မတွေးဘဲ၊ မိဘစကားကို နားမထောင်ဘဲ ကိုက်ထင်ရာကိုယ်စွတ်လုပ်သော အပျိုစင်ကလေးသည် အပြောကောင်း အဆွယ်ကောင်းသူတစ်ယောက်နောက် ကောက်ကောက်ပါ လိုက်သွားလေသည်။ မိဘများ အကြီးအကျယ် စိတ်ဆင်းရဲကြသည်။ ဆွေမျိုးသားချင်းများ စိတ်မကောင်းဖြစ်ကြရသည်။ မိမိတို့၏သမီးကို မပစ်ရက်သည့်အလျောက် ပြန်၍လက်ခံပြီးလျှင် တင့်တင့်တယ်တယ် လက်ထပ်ပေးရန် စီစဉ်သည့်တွင် သူတို့သမီး လိုက်ပြေးသောသူသည် အိမ်ထောင်ပျက်တစ်ဦး ဖြစ်နေသည်။

သမီးကို ပြန်ခေါ်ပြီး အတော်ကြိုးစား၍ လူမသာမာနှင့် ခွဲပစ်နိုင်လိုက်ကြသော်လည်း သမီးကလေး၏ အပျိုဘဝ ဆုံးရှုံးရသဖြင့် မျက်နှာငယ်ရသည်။ စာသင်ပျက်သွားသည်။ လူတောထဲတွင် မျက်နှာမလှ ဖြစ်ရသည်။ စိတ်လိုက်မာန်ပါလုပ်ခဲ့သော အပျိုစင်ဖြစ်ခဲ့သည့် တခုလပ်မကလေးသည် သိမ်သိမ်ငယ်ငယ်နှင့် မိဘ၏အရိပ်အာဝါသအောက်မှာ နေပြီးလျှင် အချိန်ကာလ ကြည့်ရှည်လာသည့်တိုင်အောင် နေခဲ့ရလေသည်။ နောက်ပိုင်းမှာ မိဘများက အရွယ်ဟိုင်းလာသော သူတို့သမီးကို မုဆိုးဖိုလူရွယ်တစ်ယောက်နှင့် ပေးစားလိုက်ရလေသည်။

အဖတ်ဆယ်၍ ရသည့်အတွက် ဝမ်းသာရသေးတော့သည်။

နောက်တစ်ယောက် အပျိုစင်ကလေးသည် အသက် ၂၀ ရှိပြီး တက္ကသိုလ် ပညာသင်လျက်ရှိ၏။ သွက်လက်ထက်မြက်သည်။ သို့သော် ထင်မိထင်ရာ မလုပ်တတ်ပေ။ စဉ်းစားချင့်ချိန်မှု ပြုလေ့ရှိသည်။ သူ့ကို ချစ်ရေးဆိုသူ သုံးဦး ရှိသည်။ သူတို့သုံးဦးလုံး တက္ကသိုလ်ကျောင်းသားများ ဖြစ်သည်။ သူတို့၏ မိဘများအကြောင်း၊ ဆွေမျိုးသားချင်း အသိုက်အဝန်းများအကြောင်းကို တတ်နိုင် သလောက် စုံစမ်းသည်။ သူတို့သုံးယောက်၏ အပြုအမူ အပြောအဆိုမှစ၍ သူတို့၏အရည်အသွေးကို စစ်ဆေးသည်။ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းမများမှတစ်ဆင့် တတ်နိုင်သလောက် စုံစမ်းသည်။ ထိုသို့ လေ့လာချက်များကို သူ့မိခင်အား ရင်းနှီးစွာ ပြောပြ၍ ထင်မြင်ချက်တောင်းခံသည်။ ထိုသုံးယောက်လုံး ရည်မွန်သူ များဖြစ်သည်။ ရိုးသား၍ ကြိုးစားကြသည်။ မိဘဆွေမျိုးများ၏ ဂုဏ်ဒြပ် တို့သည်လည်း ကောင်းပေသည်။ သုံးယောက်စလုံး တန်းတူရည်တူ သဘောမျိုး သက်ရောက်လျက်ရှိသည်။

ထိုမြေးမလေးသည် အချိန်ယူ၍ သုံးယောက်လုံးကိုပင် စည်းကမ်းရှိရှိ ဆက်ဆံလျက် အမူအကျင့်တို့ကို လေးနက်စွာ လေ့လာသည်။ မိမိ၏မိဘများနှင့် ခမည်းခမက်ချင်း သဟဇာတ ဖြစ်နိုင်မဖြစ်နိုင်ကို စိစစ်ကြည့်သည်။ သူ့မိဘ များသည် ကုန်သည်ကြီးများ ဖြစ်ကြသည်။ သူ့ကို ချစ်ရေးဆိုကြသူ သုံးယောက် တို့၏ မိဘများမှာ နှစ်ဦးသည် ရာထူးရာခံရှိသော အစိုးရဝန်ထမ်းကြီးများ ဖြစ် ကြသည်။ တစ်ဦး၏ မိဘသည် ကုန်သည်ကြီးများဖြစ်သည်။

ထိုသူငယ်၏ မိဘများအကြောင်း နီးစပ်ရာပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ သိရသမျှမှာ ရိုးသားအေးဆေး၍ စီးပွားရေးမှာ ကြိုးစားကြသဖြင့် ကြွယ်ဝသောအဖြစ်သို့ ရောက်နေကြောင်း သိရသည်။ မြေးမကလေးသည် ထိုသူငယ်ဘက်သို့ အလေး ချိန် ပိုထည့်လိုက်လေသည်။ ယခု သူတို့နှစ်ယောက် နှစ်ဘက်မိဘများ၏ လုပ်ငန်း များကို ဆက်လက်လုပ်ကိုင်ကာ တဖြည်းဖြည်း သူတစ်လုံး သူတစ်လုံးဖြစ်လာ ကြလေသည်။ သူတို့၏ နှစ်ဘက်မိဘများလည်း သူတို့သားသမီးများ၏ ဘဝ အခြေအနေကို ကျေနပ်လျက် ပျော်ရွှင်စွာ နှစ်ပြည်ထောင် ရွှေလမ်းငွေလမ်း ဖောက်လျက်ရှိကြလေသည်။

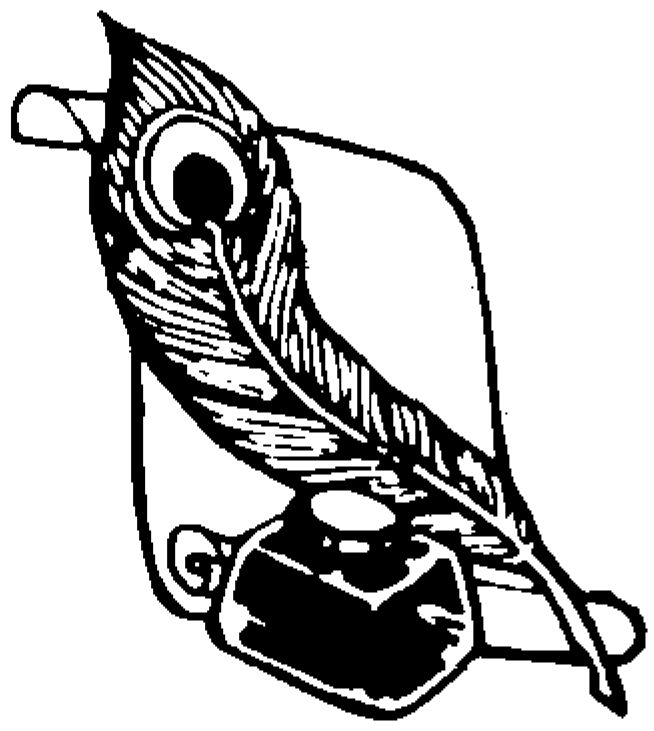
–စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး၊ 'သမီးအပျိုစင်သို့'စာအုပ် စာ ၈၁–၈၂ မှ။

ခက်တာတွေ၊ မဖြစ်နိုင်တာတွေကို အရင်စဉ်းစားမိရင် ဖြစ်နိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို မေ့သွားတတ်တယ်။

-ကောင်းသန့်၊ -၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

စာဆိုရှင်တစ်ဦး၏ ဒဿနအချို့

* သင်လိုချင်သည့် အရာ သူများကို အရင်ပေးလိုက်ပါ။
* သင့်ကို အမှန်ပြောစေချင်လျှင် သူများကို မလိမ်ပါနှင့်။
* သင့်ကို အကောင်းပြောစေချင်လျှင် သူများကို အတင်းအဖျင်း မပြောပါနှင့်။
* သင့်ကို ချီးမွမ်းစေချင်လျှင် သူများကို မကဲ့ရဲ့ပါနှင့်။
* သင့်ကို အကူအညီပေးစေချင်လျှင် သူများကို လျစ်လျူမရှုပါနှင့်။
* သင့်ကို ကျေးဇူးပြုစေချင်လျှင် သူများကို မတွန့်တိုပါနှင့်။
* သင့်ကို ချစ်ခင်စေချင်လျှင် သူများကို မငြူစူ မမုန်းတီးပါနှင့်။
* သင့်ကို ဂရုစိုက်စေချင်လျှင် သူများကို မေ့မထားပါနှင့်။
* သင့်ကို သနားစေချင်လျှင် သူများကို အညှာအတာ မကင်းပါနှင့်
* သင့်ကို ဦးစားပေးစေချင်လျှင် သူများကို မထောင်လွှား မဇော်ကားပါနှင့်။
* သင့်ကိုအကောင်းဆုံးပေးစေချင်လျှင် သူများကို ခုတုံးလုပ် တက်မနင်းပါနှင့်။
* သင့်ကို နူးညံ့သိမ်မွေ့စွာ ဆက်ဆံစေချင်လျှင် သူများအပေါ် မရိုင်းစိုင်း မမောက်မာပါနှင့်။
* သင့်ကို သစ္စာရှိရှိ ပေါင်းသင်းစေချင်လျှင် သူများကို နိုင်လိုမင်းထက် မပြုပါနှင့်။
* သင့်ကို ယုံကြည်အားကိုးစေချင်လျှင် သူများကို မယုံသင်္ကာ မဖြစ်ပါနှင့်။
* သင့်ကို လေးလေးစားစား ဆက်ဆံစေချင်လျှင် သူများကို ပျက်ရယ်မပြုပါနှင့်။
* သင့်ကို တည်တည်တံ့တံ့ ပေါင်းသင်းစေချင်လျှင် သူများကို နေရာတကာ ဩဇာမပေးပါနှင့်။



-ညီမေတ္တာ၊ -၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ်'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်းမှ။

မျက်နှာမူကြပါဦး

ကျောင်းအို ကျောင်းပျက်၊ စေတီအို စေတီပျက်၊
တံတားအို တံတားပျက်၊ ရေတွင်းအို ရေတွင်းပျက်၊
ဇရပ်အို ဇရပ်ပျက်၊ လမ်းအို လမ်းပျက်တွေတော့ ပြုပြင်ချင်ကြသူတွေ
ပေါတယ်။ သာသနာမှာ ပျက်တာတွေကျတော့
ဘယ်သူမှ မပြင်ချင်ကြဘူး၊ ရှောင်နေကြတယ်။
ဘေးနားက လှည့်သွားကြတယ်၊ မမြင်ချင်ယောင်ဆောင်နေကြတယ်၊
မျက်နှာမမူချင်ကြဘူး။ ဒီတော့ မျက်နှာမူကြပါဦးလို့ သတိပေးလိုက်ပါတယ်။

–မြောင်းမြဆရာတော်၊ 'မုဒ္ဒမြတ်စွာ သာသနာ'စာအုပ်မှ။

အနုပညာသမားတစ်ယောက်ရဲ့ သဘောထားတစ်ခု

မြတ်စွာဘုရားပွင့်တော်မူခဲ့တာဟာ လူရိုင်းလူယုတ်မာတွေ မဖြစ်ဖို့၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာတဲ့လူတွေ ဖြစ်ဖို့ပါ။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ လူရိုင်းတွေ များနေပါတယ်။ လူယဉ်ကျေးတွေ ပေါများလာစေချင်ပါတယ်။ ဂီတအသံက ရိုင်းသူကို ယဉ်ကျေးစေပါတယ်။ သီချင်းစာသားကောင်းလျှင် ကောင်းသလောက် စိတ်ကြမ်းတွေပျောက်၊ စိတ်နုတွေ ရောက်လာနိုင်ပါတယ်။ လူ့စိတ်အခြေခံကို နူးညံ့ပျော့ပျောင်းရာက ကိုယ်ချင်းစာတရားတွေ ထွန်းကားစေချင်လို့၊ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့တရားတွေ လွှမ်းမိုးစေချင်လို့ ဂီတအလုပ်ကို လုပ်တာပါ။ *–၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာထုတ်'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်းမှ။*

စိတ်ချမ်းသာမှုအစစ်ဆိုတာ

စိတ်ချမ်းသာစေတဲ့အလုပ်ဆိုတာ အပြစ်မရှိတဲ့အလုပ်ဖြစ်ရမယ်။
နောင်တရစရာမရှိတဲ့အလုပ် ဖြစ်ရမယ်။
စိတ်ချမ်းသာဖို့လုပ်ရတဲ့အလုပ်ဟာ ကိုယ်တန်ဖိုးထားတဲ့အရာတွေနဲ့
ထိပ်တိုက်ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့အလုပ်မဖြစ်ရဘူး။
ကိုယ့်စိတ်ဓာတ်ကောင်းတာလေးကို ဖျက်ဆီးတဲ့အလုပ် မဖြစ်ရဘူ

စိတ်ချမ်းသာမှုအစစ်ဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့အကောင်းဆုံးစိတ်ထားနဲ့ အကောင်းဆုံး အရည်အချင်းတွေကို အစွမ်းကုန်သုံးပြီးမှ ရနိုင်တယ်။ ကိုယ်တန်ဖိုးထားတဲ့ တကယ်အကျိုးရှိတဲ့အလုပ်ကို အကောင်အထည်ဖော်ပြီးမှ စိတ်ချမ်းသာမှုအစစ် ကို ရနိုင်တယ်။

–ဦးဇောတိက(မဟာမြိုင်တောရ)၊
၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာထုတ်'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်းမှ။

စည်းတမ်းကို 'ထောင်' လို့မြင်နေရင် ဒီလိုဖြစ်တတ်တယ်

ဘုန်းကြီးကျောင်းတစ်ကျောင်းက ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီးတစ်ပါးဟာ သူ့ရှာက တူကလေးတွေကို ပညာတတ်ဖြစ်စေချင်လို့ စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ စာကြည့်ချိန် စာကြည့်၊ အိပ်ချိန် အိပ်၊ စားချိန် စား၊ အကြောင်းကြီးငယ် မရှိဘဲနဲ့ အပြင်ထွက်ခွင့်မပြုဘူး။ အားတာနဲ့ စာကြည့်ခိုင်းတော့တာပဲ။ အဲဒီလို စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့လုပ်တော့ သူတို့အတွက် မလွတ်လပ်ဘူးပေါ့လေ။ တစ်နေ့တော့ အဲဒီဘုန်းကြီးရဲ့တူက သူ့သူငယ်ချင်းဆီ စာရေးသတဲ့ ။

"**သူငယ်ချင်းရေ ... ငါတော့ ဒီဘုန်းကြီးကျောင်းနေရတာ ထောင်ကျနေသလိုပါပဲကွာ။ လွတ်လမ်းရှိရင် နည်းလမ်းများပေးပါဦး**"တဲ့။

ဒီစာကိုရေးပြီး အသေအချာ မသိမ်းဘဲ သေတ္တာပေါ် တင်ထားခဲ့ပါရော။ လေတိုက်တော့ စာက ဟိုလွင့်ဒီလွင့်နဲ့ ဘုန်းကြီးက တွေ့တော့ ကောက်ဖတ်ကြည့်တဲ့အခါမှ သူ့တူက သူ့စေတနာကို ဝေဒနာထင်ရေးထားတာ တွေ့ရပါသတဲ့။ ကဲ... ကောင်းကြရော။

လွတ်လပ်ချင်တဲ့ အဲဒီကျောင်းသားလည်း ဆယ်တန်းတောင် မအောင်လိုက်ပါဘူး။ လေလွင့်ပြီး ဖါးကန့်ကျောက်တူးသွားလားသွားရဲ့၊ လားရှိုးဆိုင်ကယ်ကယ်ရီအရောင်းအဝယ်လုပ်လား လုပ်ရဲ့နဲ့ ဘာမှ ဖြစ်မလာဘဲ ငှက်ဖျားတွေပါလာ၊ အရက်သမားလုံးလုံးကြီးဖြစ်ပြီး နောက်ဆုံး ရွာမှာ အရက်ကြောင်ကြောင်နေလို့ ဘကြီးဘုန်းကြီးကပဲ မြို့မှာခေါ်ပြီး အရက်ဖြတ်ပေး၊ ဆေးကုပေးရပါရောလား။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက သူ့တူကို ပြောတယ်–

"**ငါ့ကျောင်းကို 'ထောင်'လို့ပြောတဲ့ကောင်၊ ခုတော့ ဒီနေရာပဲ ပြန်ရောက်လာပြီး ခုက္ခတဖြစ်နေပါရော့လား**"တဲ့။

ဒါကြောင့် အချိန်အခါရှိတုန်း၊ ပညာသင်ယူဖို့ အခွင့်အရေးပေးတုန်း အရယူတတ်ဖို့၊ ဘယ်မှာနေနေ စည်းကမ်းလိုက်နာဖို့ပါပဲ။ "သူ့ကျောင်းနေ သူ့စာအံ"ရင် ဘာမှပြဿနာဖြစ်စရာအကြောင်းမရှိပါဘူး။

တိပိဋကဓရ ယောဆရာတော်ကြီးကတော့–"**စည်းကမ်းဆိုတာ လူတွေကို ချုပ်ချယ်နေတာ မဟုတ်ဘူး။ လူ့ အချုပ်တွေကို ဖယ်နေတာပါ**"တဲ့။

လူတွေ ဆင်းရဲနေတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တော့လည်း–

"လူတွေက အဆင်းမှာ ရဲနေလို့ ဆင်းရဲနေကြတာ"တဲ့။

အရှင်သံဝရာလင်္ကာရ(ဓမ္မပိယဆရာတော်)ကလည်း–

"လောကမှာ အချိန်ဆင်းရဲသူတွေက သူဌေးဖြစ်ပြီး၊ အချိန်သူဌေးတွေက ဆင်းရဲကုန်ကြတယ်"တဲ့။ မူလပရိယာယဇာတ်တော်ကလည်း **"အချိန်က လူကို စားတယ်။ အချိန်ကိုလည်း လူက ပြန်စားတယ်။ လူမိုက်တွေက အချိန်ကို ဖြုန်းကြတယ်။ ပညာရှိတွေက အချိန်ကို သုံးကြတယ်"**တဲ့။

အလွန်ပင် အလေးထား လိုက်နာသင့်တဲ့ စကားရပ်တွေပါ။

–ဦးစန္ဒိမာ(စလင်း)၊ –၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ်'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်းမှ။

ဖြတ်လမ်း မလိုက်ပါနှင့် ဖြေကြားမှု

လောင်းကစားကြောင့် မိသားစုဘဝပျက်စီးသွားသူများ ဒုနှင့်ဒေးရှိသည့်အနက် မိမိကိုယ်တိုင် ကြုံတွေ့ကြားသိခဲ့ရသော အဖြစ်အပျက်ကလေးတစ်ခုကို ပြောပြလိုပါသည်။

မိမိတို့ရပ်ကွက်ထဲတွင် ကိုယ်ပိုင်အိမ်၊ ကားများ၊ ဖုန်းသုံးလေးလုံးနှင့် မိသားစုစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများပိုင်ဆိုင်သော မိသားစုတစ်စုရှိသည်။ ပြည့်စုံချမ်းသာသော ထိုမိသားစု၏ အိမ်ထောင်ဦးစီးသည် ပို၍ချမ်းသာချင်သည့်အားလျော်စွာ မိမိဦးစီးလုပ်ကိုင်နေသော မိသားစုစီးပွားရေးကို အားမရဖြစ်ကာ ငွေအရလွယ်သည့် နှလုံး၊ သုံးလုံးကို စတင်လက်တည့်စမ်း ဖြတ်လမ်းကလိုက်ရာ လောင်းကစားသမားဘဝသို့ရောက်ပြီး မိသားစုအရေးလည်း လှည့်မကြည့်နိုင်၊ စီးပွားရေးကိုလည်း ဦးမဆောင်နိုင်တော့ဘဲ အလုပ်သမားများနှင့်သာ လွှတ်ထားပြီး ဘိုးတော်များနှင့် ဖေါက်ဂဏန်းရှာနေတော့သည်။ ထိုသို့ မွေးဂဏန်းက တစ်ဖုံ၊ ပတ်ဂဏန်းက တစ်မျိုး၊ လိုက်ရင်းလိုက်ရင်းနှင့် အိမ်ပေါင်၊ ကားရောင်းနှင့် စီးပွားရေးပါ ပျက်ရသည်။ ငွေချေးထားသောသူများက မိမိတို့ချေးထားသောငွေများ ပြန်မရ၍ တရားစွဲခံရကာ အမှုရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းခဲ့ရပြီး နောက်ဆုံး ရပ်ကွက်အတွင်းမှ မည်သူမှမသိအောင် တိတ်တဆိတ် ပြောင်းသွားရသည့်အခြေအနေပင် ရောက်ခဲ့ရသည်။ (လောင်းကစားကြောင့် ဘဝပျက်ရသည့် သာဓကတစ်ခုပေတည်း)

–(၂၉–၁၀–၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာပါ ကိုအေးကျိုင်၏ 'ဖြတ်လမ်းလိုက်ကြသူများ'စာစုမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

ရည်ရွယ်ချက်မှန်ဖို့အတွက် လုပ်ဆောင်ချက်မှန်ဖို့လို

"**တာဝန်သိသူဟာ တာဝန်ရှိပါတယ်**"ဆိုတဲ့ မင်းကွန်းဆရာတော်ကြီးရဲ့ ဩဝါဒအတိုင်း တာဝန်သိသော၊ တာဝန်ယူရဲသော ရဟန်းတော်များဖြစ်အောင် လုပ်ကြရပါတယ်။

အဲဒီလိုလုပ်နိုင်အောင် မြန်မာရဟန်းတော်တွေဟာ အင်္ဂလိပ်စာစသော ခေတ်ပညာရပ်တွေကို လေ့လာထားရပါမယ်။ သို့သော် ..ခေတ်ပညာကို သင်ကြားတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တော့ မှန်ရမယ်။ လုပ်ဆောင်ချက် မှန်ရပါမယ်။ရည်ရွယ်ချက်မမှန်ပါကလုပ်ဆောင်ချက်ပါမှားယွင်းပြီးလမ်းမှားရောက်တတ်ပါတယ်။ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်တွေ လမ်းမှားရောက်တာဟာ မိမိတင်မကဘဲ မိမိလူမျိုး၊ မိမိဘာသာ၊ မိမိတိုင်းပြည်ကိုပါ ထိခိုက်စေပါတယ်။ *-သထုံးနှယ်၊ ၂၀၁၂ နိဝင်ဘာလထုတ် 'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်းမှ။*

ထိရောက်အောင်မြင်ဖို့

ပညာသည် စိတ်၏အရည်အချင်း Quality of mind

ပညာဆိုသည်ကား -

အကြောင်းကို စိစစ်ခြင်း (Reasoning)၊ ဝေဖန်ခြင်း(Critique)၊ စုံစမ်းခြင်း (Investigation) စီမံကိန်းတစ်ခုကိုလုပ်မည်ကြံလျှင် အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်း(Collection of information)၊ ပုံထုတ်ခြင်း(Designing)၊ စီမံချက်ချခြင်း(Planing)၊ ခန့်မှန်းတွက်ချက်ခြင်း(Estimating)၊ တည်ဆောက်ခြင်း(Construction)၊ လည်ပတ်ခြင်း(Running)၊ လုပ်ငန်းအားလုံးကို အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိမရှိ ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း(Evaluation of result)၊ မိမိလုပ်ငန်းသည် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိလျှင် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ခြင်း (Contiunation)၊ အကျိုးသက်ရောက်မှုမရှိလျှင် စီမံချက်အသစ်ပြုလုပ်ခြင်း (Replanning)၊ လုပ်ငန်းအသစ်ပြုလုပ်ခြင်း(Reconstruction)တို့သည် ပညာ(Wisdom)၏ အလုပ်ကိစ္စများဖြစ်ပါသည်။

ထို့အပြင် ပညာပိုင်း၌(Man power, Material power, Money power, Mind power)တို့ကို လုံလုံလောက်လောက် စုဆောင်းနိုင်ပါမှ သာသနာရေးလုပ်ငန်း၊ လူမှုရေးလုပ်ငန်းတို့မှာ ထိရောက်အောင်မြင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

-ဆရာတော် အရှင်ဉာဏိသရ၏ 'ဗုဒ္ဓဘာသာရဟန်းတော်များနှင့် လူမှုရေးအကျိုးပြုလုပ်ငန်းများ' ဆောင်းပါးမှ။

လူသားတို့လိမ္မာမှ ကောင်းကျိုးရမည်

နျူကလီးယားဓာတ်ပစ္စည်းများကို လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုးအတွက် အသုံးပြုနိုင်သလို လူသားတို့၏ သေမင်းအဖြစ်လည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။ ဆေးဝါးတို့ကို လူသားတို့၏ ကျန်းမာရေး၊ အသက်ရှည်ရေးတို့အတွက် အသုံးပြုသလို အချို့သော ဆေးဝါးတို့ကို လူသားတို့ မူးယစ်စေရန် သုံးစွဲကြသည်။ ကောင်းကျိုးနှင့် ဆိုးကျိုးတို့သည် လူ့လောက၌ ဒွန်တွဲနေမည်သာဖြစ်၏။ သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာတို့ကို အပြစ်မဆိုသာ။ အသုံးပြုသော လူသားတို့က လိမ္မာစွာ အသုံးပြုတတ်ဖို့သာ လိုသည်။ ထို"အလိမ္မာ"ကို ရသစာပေက ပေးသည်။

"အလိမ္မာ"ဟူသည်မှာ အကောင်းအဆိုးကို ခွဲခြားဝေဖန် ချင့်ချိန်တတ်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ထိုအလိမ္မာကို ဘဝမှ ရနိုင်သည်။ လူသားတို့သည် လူသားတို့၏ သဘာဝ၊ လူသားတို့၏ စရိုက်၊ လူသားတို့၏ အခြေအနေစသည့် အကြောင်းအချက်တို့ကို တစ်သက်ပတ်လုံး လေ့လာ၊ စူးစမ်း၊ ချင့်ချိန်၊ ဝေဖန်၊ ဆုံးဖြတ်ဆောင်ရွက်ကြရသည်။ ထိုလူ့တာဝန်ကို ကျေပွန်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါမှ လူနှင့်တူပေလိမ့်မည်။

"လူနှင့်တူသည့်အဖြစ်"ကို လူတိုင်းမရရှိချေ။ လူနှင့်မတူသူ၌ ကိုယ်ချင်းစာတရား မရှိ။ မေတ္တာ၊ ကရုဏာတရားတို့သည် မရှိ။ တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ်၊ ရက်စက်သောစရိုက်၊ ကြီးမားသော လောဘ၊ ဒေါသစသည်တို့ဖြင့် ဖြိုးကြွယ်လျက်ရှိ၏။ ထိုထိုသော အပေါင်းလက္ခဏာပါ စိတ်စေတသိက်များနှင့် အနုတ်လက္ခဏာပါ စိတ်စေတသိက်များသည် လူတိုင်း၌ ရှိကြ၏။

သို့သော် အကောင်း၏အင်အားတိုးတက်၍ အဆိုး၏အင်အား လျော့ပါးပျောက်ပျက်စေနိုင်မှ လူ၌ရှိသော ပင်ကိုတိရစ္ဆာန်စိတ်တို့၏အင်အားသည်နည်းပါး၍၊ လူတိုင်း၌ရှိသော်လည်း အတ္တ၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောကြောင့် မပေါ်လွင်နိုင်ဘဲ ငုပ်နေရတတ်သော မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာတရားတို့သည် ပေါ်ထွန်းလာကာ လူ၏ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ ထွန်းလင်းလျက် လူသည် တကယ့်လူနှင့် တူလာပေလိမ့်မည်။

ထိုမေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ စေတနာကောင်းတို့ ပေါ်လွင်လာအောင် နှိုးဆော်ပေးနိုင်သောစာပေသည် ရသစာပေ၌ အများအားဖြင့်ရှိသည်။ ...

စာပေအပါအဝင် အနုပညာသည် လူ၏စိတ်ဓာတ်ကို သိမ်မွေ့စေသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ခိုင်ခံ့စေသည်။ စာနာမှုဖွံ့ဖြိုးသည့်အလျောက် မေတ္တာတရားကြီးထွားလေးနက် ကျယ်ပြန့်စေသည်။ အချို့က ထင်ကြသည်။ အနုပညာ

သည် စိတ်ဓာတ်ပျော့ညံ့စေသည်။ လက်တွေ့နှင့်ကင်းကွာ၍ စိတ်ကူးယဉ် အိပ်မက်မျှသာဖြစ်စေသည်ဟူ၏။

ထိုအထင်သည် မှားလှချေသည်။ လက်ရုံးရည်နှင့် နှလုံးရည်တို့သည် များသောအားဖြင့် တွဲဖက်လျက်ရှိသည်။ လက်ရုံးရည်ချည်းရှိပြီးလျှင် နှလုံးရည်ညံ့သူတို့သည် မြင့်မြတ်သော သူရဲကောင်းများ မဟုတ်။ သမိုင်း၌ မော်ကွန်းတင်ခြင်းခံရသော သူရဲကောင်းတို့၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိများကို လေ့လာလျှင် ဤအချက်ကို မြင်တွေ့နိုင်ပေမည်။

တစ်ဖန် ကမ္ဘာကျော်သိပ္ပံပညာရှင်ကြီးအားလုံးပင် အနုပညာ၌ ဝါသနာထုံကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ စိတ်ဓာတ်ခိုင်ကျည်မှုကို စာပေနှင့် အနုပညာအဖြာဖြာမှ ဆည်းပူးနိုင်သည်။ စာပေနှင့် အနုပညာသာလျှင် မျိုးချစ်စိတ်၊ နိုင်ငံချစ်စိတ်၊ တာဝန်သိစိတ်နှင့် သစ္စာရှိမှုတို့ကို ပေးနိုင်သည်။ လက်တွေ့မှန်သမျှသည်လည်း စာတွေ့နှင့်တွဲဖက်ကြလေသည်။

လက်တွေ့ပညာတို့သည် ဦးနှောက်ပညာ ဖြစ်သည်။

စာတွေ့ပညာသည် နှလုံးသားပညာဖြစ်သည်။

တစ်နည်းဆို့ပါမူ –

သုတစာပေသည် ဦးနှောက်၏ပညာရေး ဖြစ်သည်။

ရသစာပေသည် နှလုံးသား၏ပညာရေး ဖြစ်ပေသည်။

–၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ စာရေးဆရာကြီး ဦးတင်ထိုး၏ 'ဦးနှောက်နှင့်နှလုံးသား'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

ဒီလိုယောက်ျားမျိုးလည်း ရှိတယ်

ဟူး ... တော်ပါသေးရဲ့

သိပ်ချမ်းသာတဲ့ သူဌေးကြီးတစ်ဦးရဲ့ဇနီး ပြန်ပေးဆွဲခံထားရပါတယ်။ နောက်တစ်နေ့မှာ ပြန်ပေးဆွဲသူတွေက သူဌေးကြီးထံစာတစ်စောင်ပေးပို့လိုက်ပါတယ်။

"ဒေါ်လာတစ်သန်း ပို့ပေးပါ။ ပို့မပေးရင် သူဌေးမင်းရဲ့ဇနီးကို ပြန်ပို့ပေးလိုက်မယ်"

သူဌေးကြီးလည်း ခုမှ စိတ်အေးသွားပါတယ်။ ချက်ချင်းပဲ ဒေါ်လာတစ်သန်း ပို့ဖို့ စီစဉ်လိုက်ပါတယ်။

–၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်း 'ရယ်ရွှင်ပြုံးကမ္ဘာ'မှ။

ဥပဒေသ။ ။ပုထုဇဉ်တို့သည် သံယောဇဉ်ရှိတုန်း ပိုင်ဆိုင်လိုသော်လည်း သံယောဇဉ်မရှိသောအခါ စွန့်ပစ်ချင်ကြသည်။

သမီး နဲ့ ချွေးမ

တစ်လအတွင်းမှာပဲ သားရော၊ သမီးပါ အိမ်ထောင်ကျသွားတဲ့ မိခင်တစ်ဦးဆီကို အိမ်နီးချင်းတစ်ဦးက သတင်းစကား စပြီး မေးမြန်းစပ်စုလာပါတယ်။

"ရှင့်သမီးရဲ့ ယောက်ျားလေးက အခြေအနေကောင်းရဲ့လား"

"ကောင်လေးက တော်ရှာပါတယ်။ သမီးကို မနက်တိုင်းမှာ အိပ်ရာက နောက်ကျပြီးမှ ထခိုင်းတယ်။ ပြီးတော့ အလှပြင်ဆိုင်ကိုလည်း နေ့တိုင်း သွားခိုင်းတယ်။ ညနေစာဆိုရင်လဲ အမြဲလိုလို ဆိုင်မှာပဲ သွားစားကြတယ်"

"ကောင်းလိုက်တာ၊ အားကျစရာချည်းပဲ၊ ဒါနဲ့ ရှင့်သားရဲ့ မိန်းကလေးကရော လိမ္မာရဲ့လား"

"အမလေး .. ပြောမပြောချင်ပါဘူး။ အဲဒီမိန်းမက မနက်ဆို နေဖင်ထိုးမှ အိပ်ရာက ထတယ်။ အလှပြင်ဆိုင်မှာလဲ နေ့တိုင်း အချိန်ဖြုန်းတယ်။ ပြီး ညနေတိုင်းပဲ အပြင်ထွက်ပြီး ညစာစားကြတယ်လေ"

"ရှင်"

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်း 'ရယ်ရွှင်မြူးကဏ္ဍ'မှ။

ဥပဒေသ။ ။ ပုထုဇဉ်တို့သည် သွေးသားရင်းကို အကောင်းမြင်၊ တစိမ်းကို အဆိုးမြင်တတ်သည်။

ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးရချင်တယ်ဆိုရင် စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော ခေတ်တစ်ခေတ်ကို တည်ဆောက်ယူရမယ်။

-ကုလသမဂ္ဂအတွင်းရေးမှူးချုပ်ဟောင်း ဦးသန့်၊ View from the UN စာအုပ်မှ။

ပညာရေးအတွက်သုံးရင် ဖြုန်းရာမရောက်

"ပညာရေးအတွက် ငွေကိုသုံးရာ၌ မည်သည့်အခါမျှ ဖြုန်းရာမမည်ပါ။

တိုင်းသူပြည်သားများ ကောင်းမွန်လာစေရန် ငွေပင်ငွေရင်းစိုက်၍ 'ရင်းခြင်း'ဟု ဆိုနိုင်သည်။

အမြတ်ကို 'ကျပ်'၊'ပဲ'၊'ပိုင်'နှင့် တွက်၍ မရပါ။

(ပညာရေးကြောင့်)လူကောင်းများဖြစ်လာခြင်းသည် အမြတ်ဖြစ်ပါသည်"

-ကုလသမဂ္ဂအထွေထွေအတွင်းရေးမှူးချုပ်ဟောင်း ဦးသန့်။

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ ဒေါက်တာမောင်သင်း၏ 'ခေတ်ရွေ့ပြေးခဲ့တဲ့ မြန်မာ့ပညာရေး ပွင့်လန်းစေဖို့'ဆောင်းပါးမှ။

မြန်မာမိန်းကလေး

မွှန်နံ့သာ ခြယ်ကာသ၊ ဆံထုံးလှ ပန်းလေးဆင်
ချိတ်ထဘီ ရွှေရင်ဖုံးနဲ့၊ ရှုမဆုံး ဖွဲ့ယဉ်
နန်းဆန်တဲ့ သူ့အသွင်၊ မြင်မြင်သူ ငေး
ခင်ဘယ်သူလဲ မေးရပါရဲ့၊
ဆင်သူမှာ ဝေလေ့သွေးကြွယ်တာကြောင့်
နတ်ရေးငယ် လှခဲ့တာပ၊ မြန်မာ့မိန်းကလေး။

-မိုးသဲအောင်၊ -၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လှူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

၁၉၂၀ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာ ၁၉၊ ညနေ ၄ နာရီအချိန်တွင်

ရွှေတိဂုံကုန်းတော်မြောက်ဘက်စောင်းတန်း၌ပြုလုပ်သောပြည်လုံးကျွတ်အစည်းအဝေး၊
ယာယီအမျိုးသားပညာရေးကော်မတီ၏

အမျိုးသားပညာရေးနှင့်ပတ်သက်သော ရည်ရွယ်ချက် ၃ ရပ်

၁။ ကျန်းမာခြင်း၊ ကိုယ်လက်ထွားကျိုင်းခြင်း၊ ကစားခုန်စား အပြေးအလွှား၊ လက်ဝှေ့၊ နပန်း၊ ဓားခုတ်၊ လှံထိုး၊ သေနတ်ပစ်၊ အမြောက်ပစ်စသည်တို့၌ ကျွမ်းကျင်ခြင်းစသော "**လက်ရုံးရည်**"၊

၂။ စာပေကျွမ်းဝင်အရပ်ရပ်တတ်ခြင်း၊ နှုတ်မှု၊ လက်မှု၊ စက်မှုစသော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာတို့ကို လုံလောက်စွာ တတ်ခြင်းစသော "**ပညာရည်**"၊

၃။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်တည်ကြည် အကျင့်စာရိတ္တကောင်းခြင်း၊ စိတ်ထားမြင့်မြတ်၍ သူတစ်ပါးအကျိုး၊ ကိုယ့်အကျိုး၊ လောကီလောကုတ္တရာအကျိုးတို့ကို ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ စိတ်နေစိတ်ထားယဉ်ကျေး၍ မှန်ရာကိုကြံဝံ့၊ ပြုဝံ့သော သတ္တိရှိခြင်း၊ မှန်ရာကောင်းရာကို ပြုလုပ်ရာ၌ ဇွဲရှိခြင်း၊ မတရားမှုတို့ကို ရွံရှာ၍ တိုင်းပြည်နှင့်လူမျိုးကို ညာမတုတ်လိုသော စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်ရှိခြင်းစသော "**နှလုံးရည်**"၊

ဤအရည်သုံးပါးကို ပေးစွမ်းနိုင်သော ပညာမျိုးကိုမှ "**ပညာ**"ခေါ်ရသည်။ ဤပညာမျိုးမှသာ အမျိုးဘာသာ သာသနာ ဥစ္စာကြီးပွားတိုးတက်ရေးကို ပေးစွမ်းလေသည်။ (မှတ်တမ်းတင် -အမျိုးသားပညာဝန် ဦးဖိုးကျား)

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လှူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ ဒေါက်တာမောင်သင်း၏ 'ခေတ်ရှေ့ပြေးခဲ့တဲ့ မြန်မာ့ပညာရေး ပွင့်လန်းစေဖို့'ဆောင်းပါးမှ။

လောကကြီးတစ်ခုလုံးရဲ့ အနှစ်သာရ

မင်္ဂလ်တရားရှစ်ပါးမှာ အစကနဦး မဂ္ဂင်ဟာ ဘာလဲ? (သမ္မာဒိဋ္ဌိ)။ အဲဒါ ပညာပဲ။ ပညာဟာ အရေးကြီးတယ်။ သီလဘယ်လောက်ကောင်းစေကာမူ ပညာမတတ်ရင် "**အကျင့်ကောင်း လူအကြီး**"ဖြစ်သွားမယ်။ ပညာတွေ သိပ်တတ်ပြီးတော့ အကျင့်မကောင်းရင် "**ပညာတတ် လူမိုက်**"။ သူလဲ ကြောက်ဖို့ ကောင်းတယ်။ ဒီနှစ်ခု ဟန်ချက်ညီဖို့တော့ လိုပြီ။

ဘယ်နေရာမျိုးမှာမဆို ပညာလဲ တတ်ဖို့လိုမယ်။ အကျင့်လဲ ကောင်းဖို့ လိုမယ်။ သီလနဲ့ပညာ ဒီနှစ်ခုဟာ လူ့လောကကြီးတစ်ခုလုံးရဲ့ အနှစ်သာရပဲ။ (သီတဂူဆရာတော်)။

–၂၀၁၂ မတ်လထုတ် အတွေးအမြင်မဂ္ဂဇင်းပါ မောင်ပွင့်ညွှတ်(မောရ)၏ 'သစ္စာတရားကို နားလည်ခြင်း'ဆောင်းပါးမှ။

လူငယ်ဒသန

* မျှော်လင့်ချက်နဲ့ အသက်ရှင်တဲ့သူထက် ရည်မှန်းချက်နဲ့ အသက်ရှင်တဲ့သူက ပိုပြီးအောင်မြင်တယ်။

–ဝင်းကိုဦး(ရန်ကုန်)။

---

* ကိုယ်က မကောင်းဘူးထင်တဲ့သူ ဘာလုပ်လုပ် မကောင်းဘူးလို့ ထင်တတ်တယ်။ ***–ထွန်းသီရိ(ပျော်ဘွယ်)။***

---

* သင်လုပ်နေသမျှသည် သင်၏ကံကြမ္မာသာ ဖြစ်သည်။ ***–လှလှ(စဉ့်ကူး)။***

---

* အောင်မြင်တဲ့သူတွေဟာ သူတို့အလုပ်ကို ဘယ်တော့မှ မျက်ခြည်ပြတ် မခံပါ။

–နန်းမျိုးဝင်း (စိတ်ပညာ)။

---

* ကံကြမ္မာကြောင့်က လွဲရင် ကျန်တာကြောင့် ဘဝမပျက်ပါစေနှင့်။

–မောင်မင်းသန့်(Y.I.O.E)

---

* အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် မလုပ်နိုင်ရင်တောင်မှ အကောင်းဆုံးလုပ်နိုင်တဲ့ သူတော့ ဖြစ်ပါစေ။ ***–ကျော်သူဝင်း။***

–၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

တစ်ခုခုကို မိမိရရ အားထုတ်

တရားဆိုသည်ကား သမထတရားပင်ဖြစ်စေ၊ ဝိပဿနာတရားပင်ဖြစ်စေ သဘောအကျဆုံး၊ စိတ်ဉာဏ်အရှင်းဆုံးဖြစ်သော တရားတစ်ခုခုကို ရှာကြံ၍ မိမိရရ တစ်သက်ပတ်လုံး အားထုတ်ရာသည်။ ဟိုတရားက ကောင်းလိမ့်ထင့်၊ ဒီတရားက ကောင်းလိမ့်ထင့်၊ ဟိုတရားကို အားထုတ်လိုက်ဦးမှ၊ ဒီတရားကို အားထုတ်လိုက်ဦးမှ စသည်ဖြင့် မွေ့ဝိတက် ဖြစ်တတ်ကြသည်။ ဟိုလိုလို ဒီလိုလိုနဲ့ အချိန်ကုန်တတ်ကြသည်။ သတိရှိအပ်၏။ *-သဝိတ်အိုင်တောရဆရာတော် ဦးကိတ္တိ၏*

"ရှင်ဘုရင်ကာလပင်ဖြစ်စေ တတ်ကျွမ်းနားကျမ်း"မှ။

" ... မည်သူမဆို ကျောင်းတွင်နေရခြင်းသည် ပညာရှာနည်း နိဿရည်းကို တွေ့လာခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ တကယ့်ပညာကို ကျောင်းထွက်မှ ရှာရမည်။ လူ့ဘဝသည် ပညာသင်ကြားလျက်ရှိသော ကျောင်းကြီးပင် ဖြစ်သည်။ လူသည် တစ်သက်လုံး ပညာသင်ကြားလျက်ရှိသည်။ သေမှသာ လူ့လောကကျောင်းကြီးမှ ထွက်ရတော့သည်။ ထို့ကြောင့် 'ငါတော့ ဘယ်အတန်းအောင်ပြီ၊ ပညာသင်တာလည်း ပြီးပြီ၊ နောက်ဆက်ပြီး ရှာရန်မလို'ဟူသောစကားသည် ပညာစိုးစိမ့်မှုမရှိသော လူပေါ်ကြော့တို့၏ စကားသာလျှင် ဖြစ်ပေ၏။ တကယ့်ကျောင်းသားအပိုင်းအခြားသည် သိတတ်သည့်အရွယ်မှ သေသည့်အထိ ဖြစ်၏"

-ဦးသန့်၊ ဆောင်းပါးရေး

'ထုတသမှုအတွေ့အကြုံအထွေထွေဖော်ပြချက်ဆောင်း ဦးသန့်'စာအုပ်မှ။

ယောက်ျားများ ကြောက်သော မိန်းမ

၁။ ညစ်ပတ်သော မိန်းမ၊
၂။ အတင်းပြောသော မိန်းမ၊
၃။ စကားများသော မိန်းမ၊
၄။ နိုင်းနှိုင်းတတ်သော မိန်းမ၊
၅။ နှုတ်ကြမ်းသော မိန်းမ၊
၆။ သဝန်တိုလွယ်သော မိန်းမ၊
၇။ တုံးအသော မိန်းမ၊
၈။ ငွေသုံးကြမ်းသော မိန်းမ၊
၉။ လမ်းခွဲစကား ပြောလွယ်သော မိန်းမ၊
၁၀။ ချွဲနွဲ့လွန်းသော မိန်းမ။

- နိုင်းနိုင်းစနေ ဘာသာပြန်၊ အင်တာနက်မှ။

တရားကျင့်သူ မကျင့်သူ တန်းမတူ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သေသေချာချာ ဘယ်လိုမှ ပိုင်းဖြတ်လို့ ဆုံးဖြတ်လို့မရတာ "ငါဟာ တရားရမယ့်သူလား၊ မရမယ့်သူလား" ဆိုတဲ့ မေးခွန်းပဲ ဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက်သတ်မှတ်လို့ မရနိုင်ပေမယ့် လက်ရှိဘဝမှာ တရားမရနိုင်ဘူးဆိုရင်တောင် တရားအားထုတ်တဲ့အလုပ်ဟာ အကျိုးမယုတ်ဘူး။ မြဲမြဲမြံမြံ ဖွဲသန်သန်နဲ့ ကျင့်ရပါမယ်။ ကြိုးစားအားထုတ်မှု ရှိရမယ်။ တရားရမယ့်သူဟာ တရားကို ကျင့်လည်းကျင့်တယ်ဆိုရင် သေချာပေါက်ရမှာဖြစ်တယ်။ သတ်မှတ်တဲ့ အရည်အချင်းလည်း ပြည့်မီတယ်၊ အရည်အချင်းအဆင့်အတန်းပြည့်မီအောင်လည်း ကြိုးစားကျင့်ကြတယ်ဆိုရင် ဒီဘဝမှာပဲ တရားရနိုင်တယ်။

ဒီဘဝ မရရင်လည်း အားမလျှော့နဲ့။ သေခါနီးအချိန်အထိ တရားရနိုင်ခွင့်ရှိသေးတယ်။ အဲဒီအချိန်မရနိုင်ရင် နောင်ဘဝမှာ ရမယ်။ ဒါကြောင့် တရားကျင့်တဲ့သူနဲ့ မကျင့်တဲ့သူ မတူနိုင်ဘူးလို့မှတ်ရပါမယ်။

တရားကျင့်နေဖို့သာ အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်တယ်။ အနည်းဆုံး ကိုယ်ချမ်းသာ၊ စိတ်ချမ်းသာမှုကို ခံစားကြရပါတယ်။ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် အပူသောကတွေ တောက်လောင်နေတဲ့သူတွေဟာ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် တရားရှုနိုင်ချိန်မှာ အပူမီးတောက်တွေ ငြိမ်းအေးသွားကြရပါတယ်။ ဘယ်လိုမှ ဖြေမဆည်နိုင်အောင် မျက်ရည်တွေ ဖြိုင်ဖြိုင်စီးကျ ငိုကြွေးနေကြရတဲ့သူတွေဟာ တရားရေစင် ရင်ထဲကို ဝင်ရောက်သွားရင် အငိုတိတ်ပြီးမှ နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းသွားကြတယ်။

စစ်မှန်တဲ့ ကိုယ်ချမ်းသာခြင်း၊ စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို ပေးစွမ်းနိုင်တာဟာ တရားဓမ္မပဲဖြစ်တယ်။ ဘယ်လိုပြည့်စုံကြွယ်ဝမှုတွေကမှ မပေးစွမ်းနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် လက်ရှိဘဝမှာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ အဖြာဖြာရဖို့၊ သံသရာဝဋ် ဒုက္ခတွေရဲ့ ကုန်ကင်းရာ၊ ချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ဖို့ ကျင့်ကြရတာ ဖြစ်တယ်။

—ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်[illegible]၏ 'ဓမ္မထမ်းပေါ်မှာ' တရားတော်မှ။

လမ်းတူရင် လူချင်းတွေ့ကြမှာပါ။

ဂေါက်ကွင်းတစ်ကွင်း၏ တီခုံအနီးသို့ ကောင်းကင်မှ ငါးမန်းတစ်ကောင်ကျခဲ့

ဝါရှင်တန် အောက်တိုဘာ ၂၇

အမေရိကန်နိုင်ငံ ကာလီဖိုးနီးယားပြည်နယ်ရှိ ဂေါက်ကွင်းတစ်ကွင်း၏ မြက်ခင်းပြင်ပေါ်သို့ ငါးမန်းတစ်ကောင် ဝေဟင်မှကျရောက်သည့် ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ထူးထူးဆန်းဆန်း ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း ဒေသဆိုင်ရာ သတင်းဌာနများက အောက်တိုဘာ ၂၇ ရက်တွင် သတင်းထုတ်ပြန်သည်။

ဝေဟင်မှ မြေပြင်ပေါ်သို့ကျရောက်ခဲ့သော ငါးမန်းမှာ လီယိုပတ်ငါးမန်း အမျိုးအစားဖြစ်ပြီး ကိုယ်ခန္ဓာအလျားမှာ နှစ်ပေခန့်ရှိသည်။

ကာလီဖိုးနီးယားပြည်နယ်တောင်ပိုင်း ဆန်ယွန်ဟီးလ်မြို့ရှိ ဂေါက်ကွင်း၌ အောက်တိုဘာ ၂၂ ရက် အမှတ် ၁၂ တီခုံအနီးသို့ ဝေဟင်မှ ငါးမန်းတစ်ကောင် ကျလာခဲ့သည်ကို တာဝန်ကျဂေါက်ကွင်းအရာရှိတစ်ဦးက တွေ့မြင်ခဲ့သည်။

ဂေါက်ကွင်းအရာရှိသည် ကောင်းကင်ယံမှ ကျဆင်းလာသော ယင်းငါးမန်းကို ဂေါက်ကွင်းသုံး လှည်းတစ်စီးပေါ်သို့ ကပျာကယာတင်ဆောင်ကာ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးရုံးသို့ ယယ်ယူလာခဲ့သည်။ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးရုံးအရောက်တွင် ဝန်ထမ်းများ၏ အကူအညီကိုရယူ၍ ငါးမန်းကို ကယ်တင်နိုင်ရန် ကြိုးပမ်းခဲ့သည်။

ဂေါက်ကွင်းအလုပ်သမားများသည် ငါးမန်းကိုကယ်တင်နိုင်ရန် စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ခဲ့ကြပြီး ဆားကို အရည်ဖျော်ထားသော သံပုံးကြီးအတွင်း ငါးမန်းကို ထည့်ကာ ဂေါက်ကွင်းမှ လေးမိုင်ခန့်အကွာရှိ ပစိဖိတ်သမုဒ္ဒရာသို့ ပို့ဆောင်ခဲ့ကြသည်။ သိမ်းငှက်တစ်ကောင်ကောင်၊ သို့မဟုတ် ဝန်လက်ငှက်တစ်ကောင်ကောင်က ယင်းငါးမန်းကို ချီယူလာခဲ့ပြီး ဂေါက်ကွင်းမြက်ခင်း ပြင်ပေါ်သို့ အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာကြောင့် လွှတ်ချခဲ့ပုံရကြောင်း ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာ လေ့လာရေး သိပ္ပံမှရေနေသတ္တဝါလေ့လာရေး ပညာရှင်ဂျူလီယန်စတီယာက ပြောသည်။

အေပီ။

ကြေးမုံ -(၂၈-၁၀-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

ကလေးတွေဆိုတာ Human Resource တွေပဲ

ဒီ(မြန်မာပြည်)မှာက ကလေးတွေကို Human Resource လို့ မမြင်ကြဘူး။ မိဘတွေကိုယ်တိုင်လည်း မသိကြဘူး။ ရိုးရာအလုပ်ပဲ လုပ်ခိုင်းချင်ကြတယ်။ သားယောကျ်ားလေး မွေးလာတယ်ဆို ချမ်းသာတာပဲလို့ မှတ်ယူတယ်။ အဲဒီမှာ လယ်တစ်ကွက်ပေးပြီး လယ်လုပ်ခိုင်းတယ်။ ပညာတတ်ရင် လယ်လုပ်တာမှာလည်း ပညာမတတ်သူထက် ပိုသာတာပေါ့။

- ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေးဝန်ကြီးဌာန ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးအောင်ထွန်းခိုင် အလုပ်ရှိဆွေးနွေးပွဲတစ်ခု၌ ပြောကြားသောစကား၊

-၂၀၁၂ အောက်တိုဘာ၂၆ထုတ်၊နေပြည်တော်သတင်း Capital News *တ၂၂မှ။*

သူတို့ဆီကတွေးခေါ်ပုံလေးတစ်ခု

၁၉၈၀-ခုနှစ်ကဖြစ်ပါသည်။ ဌာနတစ်ခုတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ချိန်က အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ဝါရှင်တန်ဒီစီသို့ သင်တန်းတက်ရန် ရောက်ရှိခဲ့ဖူးပါသည်။

သင်တန်းပိတ်ရက်ဖြစ်သော တစ်နေ့တွင် ကျွန်တော်နှင့် အမေရိကန်မှ သင်တန်းသားနှစ်ဦးသားတို့ ဝါရှင်တန်မြို့တွင်း ထွက်လည်ကြပါသည်။ တစ်နေရာတွင် ကျွန်တော်လမ်းဖြတ်ကူးရန် ပလက်ဖောင်းပေါ်မှ လမ်းမကြီးပေါ်သို့ ခြေချလိုက်စဉ်မှာပင် လမ်းမကြီးဘက်ဆီမှ မော်တော်ကားတစ်စီး ကျွိခနဲရပ်လိုက်ပြီး "သွားပါ သွားပါ မစ္စတာ" "go ahead og ahead Mr."ဟု အော်ပြောရုံမက ဆက်၍လျှောက်သွားပါရန် လက်ပြသဖြင့် ကျွန်တော်တို့နှစ်ဦးသားလည်း ဆက်၍လျှောက်သွားကြပါသည်။ တစ်ဖက် ပလက်ဖောင်းပေါ် အရောက်တွင် ကျွန်တော်က "ခင်ဗျားတို့ဆီမှာ ကားမောင်းသမားတွေက လမ်းလျှောက်သွားနေတဲ့ လူတွေကို သိပ်ဦးစားပေးတာပဲနော်"ဟု ပြောလိုက်မိပါသည်။

အဖော်ဖြစ်သူက "ခင်ဗျား စဉ်းစားကြည့်လေ၊ "လူ"ဆိုတာက ပြန်ပြီး သတ္တုချကြည့်လိုက်ရင် နှစ်ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းက မာကျောတဲ့အရိုး၊ ရှစ်ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းက အရည်၊ ဟို "မော်တော်ကား"ကတော့ နှစ်ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းက အရည်၊ ရှစ်ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းက မာကျောတဲ့ သံမဏိလေဗျာ၊ အဲဒီတော့ ဘယ်သူက ဘယ်သူ့ကို ဦးစားပေးရမလဲ၊ အဖြေက ရှင်းရှင်းလေးပဲလေဗျာ"ဟု ပြောခဲ့ဖူးသည်ကို ယနေ့တိုင် ကျွန်တော်မှတ်မိနေပါသေးသည်။ *-မောင် (ကျောက်မဲ)၊*

(၂-၁၁-၂၀၁၂) ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ 'ဝတ်စရာ မှတ်စရာ'ကဏ္ဍမှ။

ငရဲ၊ နတ်ပြည် ရှိ-မရှိ ကိုယ့်အပေါ်မှာ မူတည်၏

ဂျပန်ပြည်မှာ ဖြစ်ပါ၏။

တစ်နေ့ ဇင်ဂိုဏ်းချုပ်ဘုန်းကြီးထံ ဆာမူရိုင်းစစ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီး ရောက်လာပါ၏။ ၄င်းက စတင်စကားဆို မေးခွန်းမေးလိုက်၏။

"ငရဲတို့၊ နတ်ပြည်တို့၊ နောက်ဘဝတို့ဆိုတာ ရှိလားဘုရား"

ဇင်ဂိုဏ်းချုပ်ကြီးက-"ငါ မသိဘူးကွ"လို့ ချက်ချင်း ပြန်ဖြေလိုက်၏။

မမျှော်လင့်သော စကားကို ကြားလိုက်ရ၍ စစ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီး အံ့အားသင့်သွား၏။ သိရမှာကို မသိရကောင်းလားဟု စိတ်ထဲမှာ နည်းနည်းဒေါသထွက်သွား၏။ ကတ်သီးကတ်သတ်ပြောသည်ဟု လည်း ထင်မိ၏။ ထို့ကြောင့် ခက်ထန်ထန် လေသံမြင့်၍-

"ဘာ့ကြောင့် မသိရတာတုန်း"ဟု ဆက်မေးလိုက်၏။

"ငါ မသေသေးလို့ကွ"ဟုဇင်ဂိုဏ်းချုပ်ကြီးကချက်ချင်းပင်အေးအေးဆေးဆေးပြန်ဖြေလိုက်၏။

"ဟင် ‥ မသေသေးလို့၊ သေရင် သိမှာပေါ့နော်၊ ဒါဆို သေပေရော့"ဟု ပြောပြောဆိုဆိုနှင့် စစ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီးသည် ဓားကို ရုတ်တရက် ဆွဲထုတ်လိုက်၏။ ထိုဇင်ဂိုဏ်းချုပ်ကြီးက ပြန်ပြောလိုက်၏။

"အင်း ‥‥ ငရဲတံခါးပွင့်သွားပြီ"။

ထိုအသံကို ကြားကြားချင်း စစ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီးက သတိပြန်ဝင်လာပြီး ဓားကို ဓားအိမ်ထဲ ပြန်သွင်းလိုက်၏။ ထိုစဉ် ဇင်ဂိုဏ်းချုပ်ကြီး၏ စကားထွက်လာပြန်၏။

"ဩ ‥‥ နတ်ပြည်တံခါး ပွင့်သွားပြီကော"

ပုံပြင်ကလေးကတော့ ဒါပါပဲ။

-ကိုရင်ဩ၏ 'ကုလသမဂ္ဂဝင်မြင့်ပေါ်မှာ ဗုဒ္ဓတရားနှင့် အခြားစာစုများ"စာအုပ်မှ။

ပညာရေးဘက်မှာ ပိုသုံးပါ

* သေနတ်တစ်လက်ရဲ့ ထုတ်လုပ်မှု ကုန်ကျစရိတ်ဟာ စာသင်ခုံ အလုံး ၂၀ နဲ့ညီမျှတယ်။
* သေနတ်ကျည်ဆန်တစ်တောင့်ရဲ့ ထုတ်လုပ်မှုတန်ဖိုးဟာ ဆန်တစ်ပြည်နဲ့ ညီမျှတယ်။
* အမြောက်ဆန်တစ်လုံးရဲ့ ထုတ်လုပ်မှုကုန်ကျစရိတ်ဟာ မူလတန်းကျောင်းတစ်ကျောင်းရဲ့ တစ်နှစ်စာ ဖွံ့ဖြိုးရေးစရိတ်နဲ့ ညီမျှတယ်။ (ကုန်ကျတာချင်းအတူတူ ဘာအတွက်အကုန်ခံသင့်သလဲ)

- ၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် မဟာသီမဂ္ဂဇင်းပါ ဦးဘုန်း(တာတု)၏'ပန်းသေနတ်'ရသစာထဲမှ။

ယူနီမာဆယ်လိုက်ဇေးရှင်းနှင့် ပရိတ်ကြီးစာသား

ယနေ့ခေတ် ကမ္ဘာ့ရုပ်ပုံလွှာ

- ဘဝအမောမှာ မျောနေကြသည့် လူဆိုသည့် သတ္တဝါများ၊
- ပင့်သက်ရှိုက်ရှိုက်, ခိုက်ခိုက်တုန်တုန်, မလုံမခြုံ မအေးမချမ်း၊
- ပြေးပြေးလွှားလွှား, စားစားသောက်သောက်, ကြောက်ကြောက်ရွံ့ရွံ့, ဆွံ့ဆွံ့အအ၊
- တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှု လုံးဝမရှိ၊
- အလုပ်အယမ်းတွေ သိပ်များ၊
- မြင်ကွင်းတစ်ခုလုံး စောက်ထိုးမိုးမျှော်၊
- အားကြီးသူတို့၏ ဗိုလ်ကျစိုးမိုးမှုများ၊
- အားမဲ့သူတို့၏ နင်းပြားဘဝ၊
- အမုန်းမီးပွားများ မပြတ်ကျဆင်း၊
- အာဃာတမီးလျှံများ ညီးညီးတောက်၊
- အမြင်ရိုင်းလှသည့် သမိုင်းဇာတ်ကွက်များ။

ဤသည်မှာ မိမိတို့ဖြတ်သန်းကျော်လွှားနေရသည့် နှစ်ဆယ့်တစ်ရာစုခေတ်၏ သရုပ်သကန်ဖြစ်သည်။ အနုတ်လက္ခဏာဆောင်သော သရုပ်မှန်ပန်းချီကားချပ်ကြီးလည်းဖြစ်သည်။ ဤသည်မှာ အလွန်ကြီးမားရှုပ်ထွေးလှသည့် ပြဿနာကြီး ဖြစ်သည်။ ပြဿနာမူလဇစ်မြစ်မှာ တူညီနိုင်လွန်းသော လူသားတို့၏အတ္တကြောင့် ဖြစ်သည်။ မည်သည့်ယဉ်ကျေးမှု၊ မည်သည့်ဓလေ့စရိုက်၊ မည်သည့်အဖွဲ့အစည်းတွင်မဆို တွေ့နိုင်သော လူသားတို့၏ တူညီနိုင်လွန်းသော အတ္တသည် တရားခံအစစ် ဖြစ်သည်။

မှန်ပါသည်။

အတ္တ၏ မီးထိုးပေးမှုကြောင့် လူသားများသည် မိမိဂိုဏ်း မိမိအုပ်စုသာ အမှန်၊ မိမိနှင့်မတူသည့် ဂိုဏ်းဂဏအုပ်စုများသည်ကား အမှားဟု ခပ်လွယ်လွယ် သဘောထားလေ့ရှိကြသည်။ မိမိတို့လုပ်ရပ်၊ မိမိတို့အရေးအခင်းသာလျှင် မြင့်မြတ်မှန်ကန်၊ အခြားသူတို့၏လုပ်ရပ်အားလုံး မိစ္ဆာလုပ်ရပ်စသဖြင့် တစ်ဖက်သတ် ကောက်ချက်ချကြသည်။ အတိတ်ရန်ငြိုးကို အာဃာတမီးလျှံဖြင့် လောင်မြိုက်ကြပြီး အမုန်းတရားများ လက်ဆင့်ကမ်းလာတတ်သည့် တူညီသော သဘာဝကလည်း ရှေ့တန်းမှာ နေရာယူထားသည်။

ခွန့်ထက်နေသော ဤအတ္တအစွန်းကို တိပစ်မှ ဖြစ်မည်။

ငေါငေါကြီးပြူထွက်နေသော ဤအတ္တအစွယ်ကို ချိုးပစ်မှ ဖြစ်မည်။ ....

(ဤအတ္တအစွယ်ကို ချိုးပစ်ဖို့အတွက်) "အတ္တ"ကို ဦးစားပေးနေသလို "ပရ" ကိုလည်း ဦးစားပေးရမည်။

မိမိ၊ မိမိအဖွဲ့အစည်း၊ မိမိလူမျိုးစသည်တို့အပေါ်မှာ အလေးထားသော "အတ္တဟိတ"လုပ်ငန်းများကို အရေးထားသလို မိမိ၊ မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှတစ်ပါး အခြားသော သက်ရှိသက်မဲ့များအကျိုး "ပရဟိတ"ကိုလည်း အလေးထား၍ ဦးစား ပေးရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

"ဘယ်သူသေသေ ငတေမာရင် ပြီးရော"ဆိုသော အချိုးမျိုး ချိုးလို့ မဖြစ်ပေ။ ထိုအချိုးမျိုးသာ ချိုးနေကြပါလျှင် လူ့ဘဝဇာတ်ခုံပေါ်မှာ အနိဋ္ဌာရုံမြင်ကွင်းများ၊ သွေးလန့်စရာ၊ စက်ဆုပ်စရာ၊ အော့နလုံးနာစရာများ တင်းကျမ်းပြည့်နေပေမည်။ ဤသို့ဖြစ်ရသည်မှာ "အတ္တဗဟိုပြုလုပ်ငန်းစဉ်"များကြောင့် ဖြစ်သည်။

အပေါင်းလက္ခဏာ လူ့တန်ဖိုးများ

နိယာမသဘောအရ အဖြူနှင့်အမည်းသည် တွဲနေတတ်သည်။ အလင်းနှင့် အမှောင်သည် ကပ်နေသည်။ ဒုက္ခနှင့်သုခသည် ဒင်္ဂါး၏ ဟိုဘက်ခြမ်းနှင့် သည်ဘက်ခြမ်း။ ဒုက္ခသ အနန္တရံ သုခံ။

အတ္တဗဟိုပြုနယ်မြေထဲတွင် မည်းမည်းမှောင်သော ဘဝမိုးတိမ်များ ဖုံးအုပ်နေသော်လည်း ဟိုဘက်ခြမ်းမှာကား လင်းလင်းလက်သော ဘဝမျှော်လင့် ချက်များ ပြည့်လျှမ်းနေပါလေသည်။ အပေါင်းလက္ခဏာဆောင်သော လူ့တန်ဖိုးများ မြောက်မြားစွာ ရှိနေပါသည်။ ယင်းတို့မှာ တည်ငြိမ်မှု၊ အေးချမ်းမှု၊ သဟဇာတ ဖြစ်မှု၊ လိုက်လျောညီထွေမှုစသည်တို့ဖြစ်သည်။

ဤသည်တို့မှာ ဘာသာတရားအားလုံး၏ ပင်မရည်ရွယ်ချက်များဖြစ်သည်။ ယင်းသည် ဘာသာတရားအားလုံး၏ အခြေခံတူညီချက်ပင် ဖြစ်သည်။ ယင်း တူညီချက်သည် အပေါင်းလက္ခဏာဆောင်သော အများညီတန်ဖိုးများဖြစ်သည်။ ကျင့်ဝတ်သီလများလည်း ဖြစ်သည်။ ယင်းကျင့်ဝတ်သီလများကို ယနေ့ ကမ္ဘာ့ ပညာရှင်တို့ စုစည်းဆွေးနွေး ထုတ်ဖော်နေကြသည်။ ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံး တည် ငြိမ်ဖို့၊ အေးချမ်းဖို့၊ သဟဇာတဖြစ်ဖို့အတွက် ဖြစ်သည်။

ယင်းအပေါင်းလက္ခဏာဆောင်သော အများညီတန်ဖိုး ကျင့်ဝတ်သီလများမှာ-

၁။ **စိတ်ရှည်သည်းခံမှု Tolerance**

ပဒေသာစုံယဉ်ကျေးမှုကို ဖြတ်ကျော်နေရသော ခေတ်ပြိုင်ကမ္ဘာကြီးအတွက်

အခြေခံအကျဆုံး တန်ဖိုးဖြစ်သည်။ မတူခြားနားမှုကို နှလုံးသွင်းနိုင်ရန် "ငါနှင့်မတူ ငါ့ရန်သူ"သဘောထားမျိုး ထာဝရရှောင်ကြဉ်ဖို့ဖြစ်သည်။

၂။ **မေတ္တာ** love

လူနှင့်လူချင်းကြားတွင်သော်လည်းကောင်း၊ လူနှင့်သဘာဝကြားတွင်သော်လည်းကောင်း၊ အပြိုင်စီးပွား အမှန်ပင် ရှိနိုင်ပါသည်။ ဤသို့သော အပြိုင်အဆိုင် အကျိုးစီးပွားကို ဖြေရှင်းကြရာတွင် "သူသေ ငါသေ" Zero-sum သဘောထက် "သူမနာ ကိုယ်မနာ" Non-Zero-sum သဘောကို နှလုံးသွင်းကြဖို့ဖြစ်ပါသည်။ ဤအတွက် မေတ္တာမှာ တင်ကူးလိုအပ်ချက်ဖြစ်ပါသည်။

၃။ **တနာမှု** Compassion

မိမိအပေါ် သူတစ်ပါးက ဆက်ဆံစေချင်သလို မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း သူတစ်ပါးအပေါ် ဆက်ဆံဖို့ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုလျှင် အခြားတစ်ဖက်မှ ဆင်ခြင်ကြည့်နိုင်ဖို့ဖြစ်သည်။ ကိုယ်ချင်းစာတရားထားရန် ရည်ရွယ်သည်။

၄။ **ရိုးသားမှု** Honesty

လူ့ဘဝဆက်ဆံရေးမှာ အနိမ့်ဆုံးရှိရမည့်ကျင့်ဝတ်ဟု သတ်မှတ်ထားကြသည်။ "လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ"ဟူသော မေတ္တာသုတ်တော်လာ အဟိတာပနယန မေတ္တာဘာဝနာပွားနည်းပင်ဖြစ်သည်။

၅။ **အရှည်မျှော်တွေးမှု** Welfare of future Generations

လူ့ဖြစ်တည်မှု ဆက်လက်ရှင်သန်နေစေရန် အနာဂတ်မျိုးဆက်များ၏ အကျိုးစီးပွားအတွက် မျက်နှာမူထားရပါလိမ့်မည်။ ပညာရေးရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် အားလုံးငြိမ်းချမ်းရေးတို့မှာ အရှည်မျှော်တွေးနိုင်မှုတွင် အကျုံးဝင်ပါသည်။

ဤသည်တို့မှာ လူမျိုးမရွေး၊ ဘာသာမရွေး၊ နိုင်ငံမရွေး လူသားမျိုးနွယ်တစ်ရပ်လုံး ဦးထိပ်ပန်ဆင်ကြရမည့် "အပေါင်းလက္ခဏာဆောင်သော အများညီတန်ဖိုးများ" Positive shared Values ဖြစ်ပါသည်။

နိဂုံးချုပ်ရသော်–

အပေါင်းလက္ခဏာကြီးဆီ အရောက်လှမ်းနိုင်ဖို့ ယနေ့ကမ္ဘာ့ပညာရှင်များ ကျားကုတ်ကျားခဲ ကြိုးပမ်းဖော်ထုတ်နေကြရသည့် အများညီတန်ဖိုးများကား –

– ခန္တီစ သောဝစဿတာ (ခန္တီ)၊
– မာတာ ယထာ နိယံပုတ္တ–မာယုသာ ဧကပုတ္တမနုရက္ခေ (မေတ္တာ၊ ကရုဏာ)
– လောကတ္ထစရိယံ၊ ဉာတတ္ထစရိယံ၊ ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယန္တိ (အတ္တဟိတ၊ ပရဟိတ)

- သင်္ဃော ဥဇုစ သုပဋိပန္နော (ဥဇု)

စသော မိမိတို့ငယ်စဉ်က ဆရာသမား၊ ဆရာဘုရားတို့၏ ခြေတော်ရင်းမှာ တကြော်ကြော် အော်အော်ကျက်ခဲ့ရသော ဆယ်စောင်တွဲ ပရိတ်ကြီးစာသား၊ ပရိတ်ကြီးအနှစ်သာရများပင်ဖြစ်ပါကြောင်း လက်တို့ပြီး အားရပါးရ ဂုဏ်ယူ ပြောကြားချင်စမ်းပါဘိ။

မိမိတို့တစ်တွေသည် ရတနာသုံးပါး၊ မိဘဆရာသမား၊ အနန္တောအနန္တငါးပါး ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်များကြောင့် အပေါင်းလက္ခဏာဆောင်သော သဘောတရားများကို အလိုလိုပိုင်ပြီး ဖြစ်နေကြပါ၏။ လက်တွေ့ပိုင်ကြဖို့သာ အရေးကြီးပါ၏။

သိရုံသာ သိပြီး မကျင့်လျှင်၊

သဘောတရားသာရှိပြီး လက်တွေ့မပါလျှင်၊

မျက်စိသာရှိပြီး ခြေထောက်မပါသူလို လိုရာခရီးသို့ ရောက်လိမ့် မဟုတ်ပါ။

သဘောတရားနှင့်လက်တွေ့ အချိုးညီကြပါစေသော်။

အသိရော အကျင့်ပါ ပြည့်ဝကြပါစေသော်။

ဝိဇ္ဇာရော စရဏပါ ပြည့်ဝကြပါစေသော်။

ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော ဖြစ်ကြပါစေသော်။

-ကိုရင်ဘြဲ၏ 'ကုလသမဂ္ဂစင်မြင့်ပေါ်မှာ ဗုဒ္ဓတရားနှင့် အခြားစာစုများ''တဆင့်။

ဆူး A thorn

ရင်ထဲကဆူး	A thorn in my heart
စူးနေတာ ကြာပေါ့	It was there for a long time.
နုတ်ဖို့ကလည်း ခက်	It is difficult to pull it out of my heart.
နုတ်လည်း မနုတ်ရက်လို့	I have no heart to do this.
မထူးတော့ပါဘူး	Although it hurts me,
နာရင် နာပါစေ	I'll feel without complaint.
ကြိတ်ပြီး ခံစားတော့မယ်	

-တေးမာန် (မြောင်းမြ)၊
၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ်
The Best English တဆင့်။

အရည်ပျော်ရှားအသောက်ရှုများ

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အရက်၊ ဘီယာသောက်သူ များလာသည်။ အရက်၊ ဘီယာသောက်ရသည်ကိုပင် ဂုဏ်တစ်ရပ်ဟု ထင်မြင်လာကြသည်။ အနည်းဆုံး ဘီယာလေးလောက် သောက်တတ်မှ လူရာဝင်သလို ထင်လာကြသည်။ အချို့မိဘများကိုယ်တိုင်ပင်လျှင် 'ယောက်ျားလေးပဲ၊ ဘီယာလေးသောက်တာ လောက်တော့ သောက်ပါစေပေါ့'ဆိုကာ သဘောထားကြီးကြပြန်သည်။ ဖခင်နှင့်သား အတူတူသောက်ခြင်းလည်း ရှိသည်။ ကိုယ်တိုက်တာ သူသောက်၊ သူတိုက်တာ ကိုယ်သောက်နှင့် အသောက်အပြန်အလှန်လည်းရှိသည်။

လုပ်ငန်းကိစ္စရပ်တစ်ခု အောင်မြင်တိုင်း အပေါင်းအသင်းများကို ဘီယာဖြင့် ဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်လိုက်ရမှ ပြည့်စုံသည်ဟု ထင်ကြသည်။ လူငါးယောက်လောက် ထိုင်သည့် ဘီယာဝိုင်းတစ်ဝိုင်းတန်ဖိုးမှာ အနည်းဆုံးတစ်သောင်းဝန်းကျင်ခန့် ရှိသည်။ တချို့က အုပ်စုလိုက်၊ တချို့ နှစ်ယောက်တွဲ၊ တချို့က တစ်ကိုယ်တော် သောက်ကြသည်။ အမျိုးသားတစ်ဦး ဘီယာသောက်မည်ဆိုပါက အနိမ့်ဆုံး စည်ဘီယာ နှစ်ခွက်၊ ပုလင်းတစ်လုံး ကောင်းကောင်းသောက်နိုင်သည်။ စည်ဘီယာ တစ်ခွက် ကျပ် ၅၀၀၊ နှစ်ခွက် ကျပ် ၁၀၀၀၊ ပုလင်း ကျပ် ၁၃၀၀ မှ ၁၅၀၀ ကြားမှာရှိသည်။ အမြည်းစားမည်ဆိုပါက အမြည်းတစ်ပွဲ အနိမ့်ဆုံး ကျပ် ၁၀၀၀၊ ဘီယာနှင့်အမြည်း စုစုပေါင်း ကျပ် ၂၀၀၀ ကုန်သွားပြီ။

ဘီယာသောက်၍ တစ်နေ့ကျပ် ၂၀၀၀၊ ဆယ်ရက်လျှင် ကျပ် ၂၀၀၀၀၊ တစ်လလျှင် ကျပ် ၆၀၀၀၀၊ တစ်နှစ်ပတ်လုံးဆိုပါက ကျပ် ၇၂၀၀၀၀ သည် အနိမ့်ဆုံးနှုန်းနှင့် တွက်ချက်ထားမှုဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် ဆေးလိပ်နှင့် ကွမ်းယာဖိုး ထည့်တွက်မထား။ အရက်သောက်မည်ဆိုပါက အရက်တစ်လုံး ကျပ် ၁၀၀၀။ ပုံမှန်သောက်သူဆိုလျှင် တစ်ပက်မှ လေးပက်၊ အရက်ကို တစ်နေ့ ကျပ် ၅၀၀၊ အမြည်းပါစားလျှင် အနိမ့်ဆုံး တစ်ပွဲကျပ် ၅၀၀၊ နေ့စဉ်စားသောက်ပါက တစ်လ ကျပ် ၁၀၀၀၀၊ တစ်နှစ်ပတ်လုံးဆိုပါက ၃၆၀၀၀၀ ခန့် ကုန်ကျမည်ဖြစ်သည်။ ထိုငွေကျပ်သုံးသိန်းကျော်အား မိသားစုအတွက်သာ အသုံးချနိုင်လျှင် မည်မျှအကျိုး ရှိမည်နည်း။ သို့ပါ၍ ဘီယာ၊အရက်ကြိုက်သူများသောက်သုံးမှုကို လျှော့ချခြင်း ဖြင့် ကျန်းမာရေးအတွက်သာမက အပိုကုန်ကျငွေများကို လျှော့ချနိုင်မည်ဖြစ်ပါ သည်။

– ကျော်စင်သန့်၊ (၂–၁၁–၂၀၁၂)ထုတ်

ကြေးမုံသတင်းစာ 'သူ့အတွေး သူ့အရေး'ကဏ္ဍမှ။

အတွေးမှန်ဖို့ စာများများဖတ်

လူတွေမှာ အလုပ်တွေ စနစ်တကျ လုပ်ဆောင်နိုင်စေဖို့၊ လုပ်ငန်းတွေ ပြီးမြောက်အောင်မြင်နိုင်စေဖို့ အတွေးမှန်ကြရမယ်။ အရာရာတိုင်း အတွေးကနေ စတင်တာဖြစ်တယ်။ " Everything starts from idea."လို့ဆိုတယ်။

အတွေးမှန်ကန်စေဖို့ စာများများဖတ်ဖို့ လိုအပ်တယ်။ တစ်ဖက်မှာလည်း ဝိပဿနာဘာဝနာ ကျင့်ကြံပွားများဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်တစ်ခု ရောက်ရင် အတွေးတွေ မှန်ကန်လာစေတာဖြစ်တယ်။ အဝိဇ္ဇာမဖုံးတော့ဘဲ မှန်ကန်တဲ့ အတွေးတွေ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ ချမှတ်နိုင်စေတာဖြစ်တယ်။

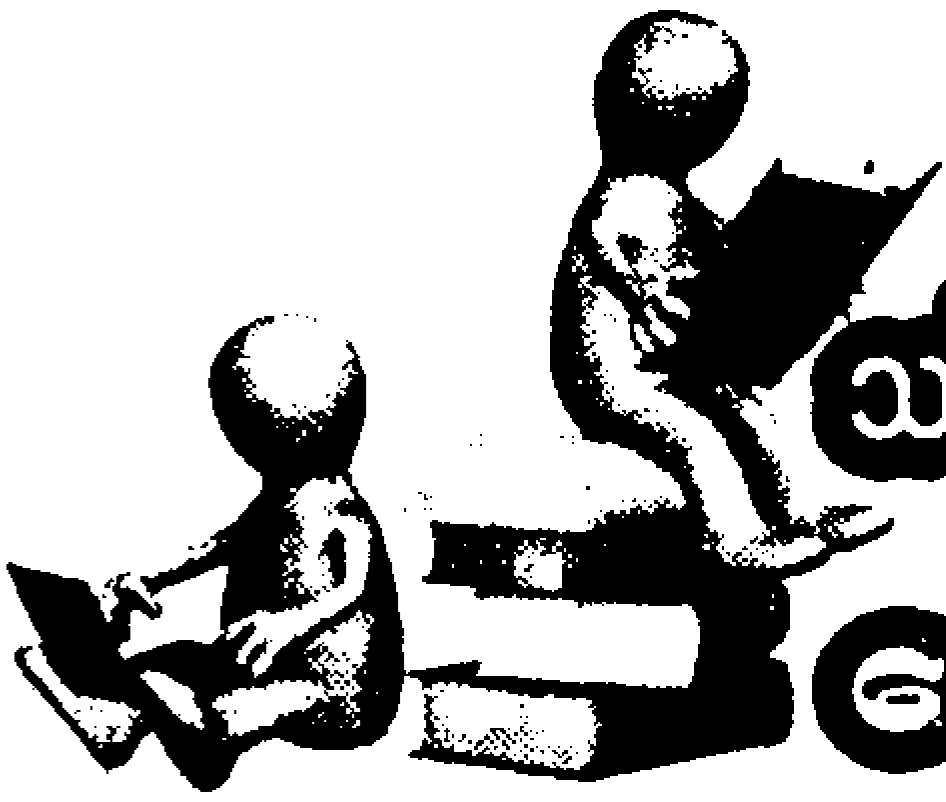
–ဦးငွေသိန်း (ကုမ္ပဏီလစ်ဒ်ညွှန်)၊
၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် သုတပဒေသာ စာစောင်မှ။

စာရေးဆရာကြီးရွှေဥဒေါင်း၏သဒ္ဓ(သို့)ခံယူချက်

* လောက၌ မကြီးပွားချင်ရှိစေ၊ သူတစ်ဦးအား မနစ်နာစေသမျှ ကာလပတ်လုံး ငါလုပ်ချင်ရာ လုပ်နိုင်ခွင့်ရှိသည်ဆိုသော စိတ်ထားမျိုးရှိသူမှာ ကျွန်မပင် ဖြစ်သည်။
* ကျွန်ုပ်သည် ကြီးပွားခြင်းထက် လွတ်လပ်ခြင်းကို ပိုမိုနှစ်သက်သူ ဖြစ်၏။ သူတစ်ပါးအား ထိပါးနစ်နာစေသော အပြုအမူမျိုးကို ချန်လှပ်၍ ကိုယ်လုပ်ပြီး နေချင်သလို နေရခြင်းသည် ကြီးပွားရခြင်းထက် အရသာရှိသည်ဟု ကျွန်ုပ် ယူဆ၏။ *–ရွှေဥဒေါင်းရေး 'စည်သူဦးသန့်နှင့်ကျွန်ုပ်'ဆောင်းပါးမှ။*

အလှတွင် အရိုင်းမဆင့်စေချင်

တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး သာလွန်အောင်တီထွင်ခြင်းဖြင့် အလှတွင်အယဉ်မဆင့်ဘဲ အရိုင်းဆင့်လာခြင်းမျိုးကိုတော့ ရှောင်ကြဉ်သင့်ပေသည်။ မိန်းမဣန္ဒြေမထိခိုက်စေရန်လည်းကောင်း၊ မိမိလူမျိုး၏ ဓလေ့ထုံးတမ်းများကို ချိုးဖောက်မှု မဖြစ်စေရန်လည်းကောင်း သတိပြုဆင်ခြင်သင့်ပါ၏။ မြန်မာအမျိုးသမီးတို့၏ အရေးအရာကို မြန်မာအမျိုးသမီးတိုင်းက ထိန်းသိမ်းကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုထုံးစံတစ်ရပ်သည် တည်တံ့နိုင်မြဲနိုင်ပေမည်ဟု နှလုံးသွင်းအပ်လှပေသည်။ *–မရွှေချစ်(လယ်ကိုင်း)၏*
'ကုဋေထစ်သန်းတန် ခြေလှမ်းများ'စာအုပ်မှ။



သင်နှင့်သင်၏ပြဿနာများစာအုပ်မှ ကောက်နှုတ်ချက်

ပြဿနာဆိုသည်မှာ * ပြဿနာဆိုသည်မှာ အမှန်တကယ်ရှိသည်မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့က အကြောင်းအရာတစ်ခုအပေါ်တွင် မည်သို့သဘောထားသည်ကသာ ပျော်ရွှင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ပူဆွေးခြင်းကို အဆုံးအဖြတ်ပေးနေခြင်းဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့က ခွင့်ပြုမှသာ အခြေအနေတစ်ရပ်က ကျွန်ုပ်တို့၏စိတ်ကို ဒုက္ခပေးလာခြင်းဖြစ်သည်။ ဖြစ်ရပ်မှန်သမျှ ပြင်ပလောကနှင့် သက်ဆိုင်ပြီး ပျော်ရွှင်မှုမှန်သမျှ အတွင်းစိတ်နှင့်သက်ဆိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့က ကိစ္စတစ်ရပ်ကို လိုလိုချင်ချင် ဆွဲယူလိုက်မှသာ ပြဿနာဟူ၍ ပေါ်ပေါက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ (စာ-၂၆)

*** (စိတ်ကျက်စားရာ မှားယွင်းနေသည်)** များစွာသောလူတို့သည် စိတ်၏ အေးချမ်းမှု ထိန်းသိမ်းနည်းကို လေ့ကျင့်မထားကြသဖြင့် စိတ်ခံစားရမှု ပြင်းထန်လွန်းသောအခါ ရူးသွပ်သည်အထိ ဖြစ်သွားတတ်ကြသည်။ ထိုသူတို့သည် ကာမဂုဏ်အာရုံများများ ခံစားနိုင်ရန်နှင့် လိုချင်တပ်မက်မှု အတောမသတ်နိုင်သည့်ဘက်တွင်သာ စိတ်ကို ကျက်စားစေကြသည်။ ဘာသာတရားတွင် ကိုင်းရှိုင်းမှုမရှိသူများသည် ကာမဂုဏ်အာရုံခံစားမှုမှ ရရှိလာသည့်ပျော်ရွှင်မှုကို ဘဝ၏တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးခြင်းဟု မှတ်ယူထားကြသည်။ (စာ-၂၆)

*** (ပြဿနာကို ဖန်တီးသူအစစ်)** ရင့်ကျက်သောစိတ်ထား မရှိခြင်းက ပြဿနာပေါင်းများစွာကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အကြောင်းရင်းဖြစ်ကြောင်း သတိမမူကြ။ ပြဿနာရှိလာလျှင် ကံကြမ္မာကိုသာ ယိုးမယ်ဖွဲ့လေ့ရှိကြသည်။ မကောင်းဆိုးဝါး ကံကြမ္မာကို ရင်ဆိုင်ရန် ဘုရားရှင်ထံ ချဉ်းကပ်ကြလေသည်။ သူတို့သည် မြတ်စွာဘုရားကို ရှိခိုးကန်တော့ပြီး ဟိုဟိုသည်သည်ပြောကာ သူတို့ကို ကယ်မပေးဖို့ လျှောက်ထားကြ၏။ ပြဿနာကို ကျော်လွှားနိုင်ရန် နည်းပေါင်းစုံကိုလည်း လုပ်ကြသည်။ ခုတော့ ပြဿနာကို ဘယ်သူဖန်တီးသနည်းဟု ကျွန်ုပ်တို့ကောင်းစွာ သိကြပါပြီ။ တခြားသူမဟုတ်၊ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်သာဖြစ်သည်။ (စာ-၂၆)

*** (အကောင်းအဆိုးသည် လူသား၏စိတ်ထားပေါ်မူတည်)** "ကမ္ဘာလောကကြီးသည် သင်၏အတွင်း၌သာ ရှိသည်"ဟု မြတ်ဗုဒ္ဓက ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ သင်ကသာ စည်းကမ်းတကျ နေထိုင်ပါ၊ ငြိမ်းချမ်းမှုကို သင့်ကိုယ်တွင်း၌သာမက သင့်ပတ်ဝန်းကျင်၌ပါ ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ငြိမ်းချမ်းမှုအတွက် မည်သူ့မဆို တောင်းယူ၍ မရနိုင်ပါ။ အကောင်းနှင့်အဆိုး၊ ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုမှန်သမျှ သင့်ကိုယ်တွင်းမှထွက်ပေါ်လာခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ လူသား၏စိတ်ထားပေါ်မူတည်၍ ထိုအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ (စာ-၂၇)

*** (ရှာတိုင်းမတွေ့နိုင်)** စိတ်သဘောထားရင့်ကျက်မှုမရှိသူအချို့သည် ပြဿနာ၏အရင်းအမြစ်ကို ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ရှာကြံနိုင်ကြသည်ဟု ယုံကြည်လေ့ရှိကြသည်။ ထိုနည်းလမ်းမှာ ကမ္ဘာကြီး၏အစကို တွေ့ရှိရန် ကြိုးပမ်းခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုကိစ္စကို တွေးတောခြင်းမပြုရန်နှင့် တွေ့ရှိခြင်းဖြင့် အကျိုးတစ်စုံတစ်ရာ မရှိနိုင်ကြောင်း ဗုဒ္ဓရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားထားပါသည်။ (စာ-၂၇)

*** (အကျိုးပြုလိုလျှင် လမ်းကြောင်းရှိနှင့်ပြီးဖြစ်)** ကျွန်ုပ်တို့သည်လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် တိုင်းပြည်အတွက် စံပြအကျိုးပြုလိုသည်ဆိုလျှင် တစ်ဦးချင်း၌ စိတ်ရှည်သည်းခံခြင်းနှင့် တခြားလူများ၏ တိုးတက်မှု၊ ပျော်ရွှင်မှုကို မျှဝေခံစားနိုင်သည့် မြင့်မြတ်သောစိတ်ထားကို မွေးမြူထားကြရန်လိုအပ်ပါသည်။လူသားတို့အနေနှင့် ထိုအခြေအနေတစ်ရပ်ကို ရရှိရန် ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်နိုင်ကြပါသည်။ အကြောင်းမှာ သူတော်စင်တို့က လမ်းပြထားပြီးသား ဖြစ်ခြင်းကြောင့်ပင်တည်း။ (စာ-၃၁)

* "လူဆိုတာ အရူးပါပဲ။ သူတို့သည် အသက်ရှည်ရှည် နေထိုင်လိုကြသော်လည်းအိုမင်းလာရမည်ကိုတော့ကြောက်ရွံ့ကြသည်"(တရုတ်စကားပုံ)။(စာ-၃၃)

*** (လူသား၏ အားနည်းချက်)** လူသားကို အစဉ်သဖြင့် ဒုက္ခပေးနေသော ပြဿနာမှာ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တွင်း၌ရှိနေသော အမုန်းတရားကို ဖယ်ထုတ်ပစ်နိုင်မှုမရှိခြင်းနှင့် မုန်းတီးမှုကို မေတ္တာနှင့် အကြင်နာတရားတို့ဖြင့် အစားမထိုးနိုင်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ (စာ-၃၇)

*** (ဘဝစစ်ပွဲ)** ဘဝနေနည်းမှာ စစ်ပွဲတစ်ပွဲ ဆင်နွှဲရခြင်းနှင့် မခြားပေ။ ပျော်ရွှင်မှုကို ရှာဖွေနေပြီး ဒုက္ခနှင့်သေခြင်းတရားကို ရှောင်ရှားနိုင်ရန် ကြိုးပမ်းနေခြင်းသည် ရှုံးနေသောစစ်ပွဲကို ဆက်လက်တိုက်ပွဲဝင်နေခြင်းနှင့်တူပါသည်။ (စာ-၃၉)

* "အလိုလောဘ နည်းနိုင်သမျှနည်းလေ ပျော်ရွှင်မှုများများရလေဖြစ်သည်"

–မဟာတ္တမဂန္ဒီ။ (စာ-၄၀)

*** (ရောင့်ရဲတင်းတိမ်မှု၏ အကျိုးကျေးဇူးများ)** တစ်နေ့သောအခါ ဘုရင်တစ်ပါးသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာထံ ချဉ်းကပ်၍ မေးခွန်းတစ်ခုကို မေးလေသည် "အရှင်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရား၏ တပည့်သာဝကများကို မြင်ရတာ တည်ငြိမ်၍ ကျက်သရေရှိပြီး ဝင်းလက်သော အသားအရေရှိပါသည်ဘုရား။ တစ်နေ့တွင် တစ်ကြိမ်သာ အစားအစာသုံးဆောင်သည်ဟုလည်း ကြားရပါသည်။ ထိုသို့သောဘဝကို သူတို့မည်ကဲ့သို့ ထိန်းသိမ်းထားကြောင်း တပည့်တော် နားမလည်နိုင်ကြောင်းပါဘုရား"။ ဘုရင်၏ လျှောက်တင်မှုအတွက် မြတ်စွာဘုရားက အောက်ပါအတိုင်းဖြေကြားခဲ့ပါသည်–

"ငါ၏ တပည့်သာဝကများသည် အတိတ်က သူတို့၏လုပ်ဆောင်မှုများအပေါ် ဂရုမထားကြဘဲ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပွားများသည်ထက် ပွားများနိုင်အောင်သာ လုပ်ဆောင်နေကြသည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် နောင်တရခြင်း၊ ပေးဆပ်ခြင်းနှင့် ရှိခိုးခြင်းတို့ထက်လူသားတို့အတွက်အတိတ်က ပြုလုပ်ခဲ့သည့်အမှားများမှ လွတ်မြောက်ကြစေရန် လမ်းပြကူညီလျက်ရှိကြသည်။ ငါ၏သာဝကများသည် အနာဂတ်အတွက် စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း မရှိကြ။ သူတို့သည် ရာသမျှနှင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်၍သာ နေကြသည်။ ဤရွေ့ဤမျှဖြင့် မလောက်ပေဟု သူတို့ မည်သည့်အခါမျှ မပြောကြ။ ဤသည်ကား သူတို့၏ဘဝဖြစ်သည်။ အမှန်မှာ <u>သူတို့သည် တည်ငြိမ်၍ ကျက်သရေရှိပြီး ကောင်းမွန်သော အသားအရေရှိကြသည့်မှာ စိတ်အေးချမ်းမှု၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်းတိမ်မှု၏ ရလဒ်များသာ ဖြစ်ပေသည်</u>" (စာ–၄၀–၄၁)

* တွေးခေါ်မှုမရှိဘဲ ပြောလိုက်သောစကားသည် ချိန်ရွယ်ခြင်းမရှိဘဲ ပစ်လိုက်သည့် ကျည်ဆန်နှင့်တူလေသည်။ (စာ–၄၂)

* ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမများအနက် တန်ဖိုးအကြီးဆုံးအရာမှာ စိတ်ကောင်းမွေးပြီး ပျိုးထောင်ပေးခြင်းဖြင့် အသိပညာရှိလာနိုင်သည့် အရည်အချင်းတစ်ရပ် ကျွန်ုပ်တို့တွင် ရှိနေကြောင်း ထောက်ပြထားခြင်းဖြစ်သည်။ (စာ–၄၂)

*** (အထီးကျန်ခြင်းဟူသည်)** ကမ္ဘာပေါ်တွင် လူဦးရေသန်းပေါင်း ၆၀၀၀ ကျော်ရှိသည့်တိုင် လူအချို့အတွက် အထီးကျန်မှုရှိနေဆဲသာ ဖြစ်သည်။ ထိုအချက်သည် မှန်ကန်သော်လည်း တောနက်ကြီးအတွင်း တရားထိုင်နေသည့် သူတော်စင်တစ်ဦးအနေနှင့်မူ စိတ်ကို အလုပ်ပေးနေသဖြင့် အထီးကျန်ခြင်းမရှိပါ။ ပရိသတ်ထုကြီးအတွင်း ရှိနေသော်လည်း စိတ်အားဖြင့် လွတ်လပ်ခြင်းမရှိသူသည် အထီးကျန်လျက်ရှိမည်သာဖြစ်သည်။ (စာ–၄၈)

*** (အာရုံ၏သာယာကောင်းလှသား)** ပညာရေး၊ အလုပ်အကိုင်ရရှိရေးအတွက် ယှဉ်ပြိုင်မှုက ကြီးမားလာသည်နှင့်အမျှ မိမိကိုယ်ကို မိမိသတ်သေသည့်ကိစ္စလည်း များပြားလာခဲ့သည်။ အာရုံခံစားနိုင်သည့် ရုပ်ပစ္စည်းများလည်း တိုးဝင်လာခဲ့ရာ သုံးမိလျှင် ရေငတ်ချိန်၌ ဆားရည်ကို သောက်မိသကဲ့သို့ ရှိလေသည်။ အိတ်ဆောင်ရေဒီယိုကလေးကို နားကျပ်နှင့် နားထောင်တာမျိုး နေရာတိုင်းတွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။ အာရုံကို ဆွဲဆောင်နိုင်သည့် ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများ အဖက်ဖက်မှ တိုးတက်လာသော်လည်း စိတ်ကျေနပ်မှုကို ရရှိခြင်းမရှိကြ။ ထိုသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ အံ့ဩစရာတော့ မရှိပါ။ လူသားသည် အာရုံအမျိုးမျိုးကို ခံစားရင်း အာရုံ၏သာယာကောင်းဖြစ်ကာ ဘဝတွင် ရုပ်ထွေးခြင်းနှင့် ခံပြင်းခြင်းတို့ဖြင့် ပြည့်နှက်နေပြီး စိတ်ဖိစီးမှုကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားရခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုအခြေအနေကို မြတ်ဗုဒ္ဓက "ရှုပ်ထွေးမှုရှိသည်ဖြစ်စေ မရှိသည်ဖြစ်စေ လူသားသည် ရှုပ်ထွေးမှုကွန်ရက်၌ မိပြီးသားဖြစ်လျက်ရှိသည်"ဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (စာ-၅၀)

*** (လောဘသည် သောကဓါ်အကြောင်း)** မကောင်းမှုသည် စိတ်ဖိစီးမှုကို တိုးပွားစေပြီး ကောင်းမှုသည် စိတ်ချမ်းမြေ့မှုကို ဖြစ်ပေါ်စေကြောင်း ဗုဒ္ဓဘာသာက ခိုင်ခိုင်မာမာ ယုံကြည်ထားပါသည်။ ငါးပါးသီလကို တစ်သက်လုံး စောင့်ထိန်းထားသည့်အပြင် အခါအားလျော်စွာ ရှစ်ပါးသီလကိုလည်း ဆောက်တည်သွားရန် ဆုံးမဟောကြားထားပါသည်။ ရှစ်ပါးသီလသည် လူတို့ကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သည့် ဘဝတစ်ခုရယူပြီး လိုသည်ထက်ပို၍ ရယူလိုသော လောဘကို ပယ်သတ်နိုင်ရန် ထိန်းကျောင်းသွားပါသည်။ ရသမျှနှင့်ရောင့်ရဲခြင်းဖြင့် ဖြူစင်သောဘဝကို ခံယူရန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဓိကတိုက်တွန်းချက်လည်းဖြစ်သည်။ ထိုလောဘကြီးပြီး တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော စိတ်မျိုးသည် သောကဖိစီးမှုခံစားရန်အတွက် အဓိကတွန်းအားပေးသည့် စိတ်ဓာတ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ (စာ-၅၂)

*** (စိတ်ဖိစီးမှုကို ကိုင်တွယ်ရမည့်နည်းလမ်း)** စိတ်ဖိစီးမှုကို ကိုင်တွယ်ရမည့်နည်းလမ်းမှာ စိတ်ကို တရားအားထုတ်ခြင်း၌ မြုပ်နှံထားရန်ဖြစ်သည် (သမထ)။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စောင့်ရှောက်သည့်အနေနှင့် သင့်တော်သော အာဟာရစားပြီး သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ပေးရသကဲ့သို့ စိတ်ကိုလည်း ပြုပြင်မှုနှင့် သန့်ရှင်းမှုများ ပြုလုပ်ပေးကြရသည်။ လွှတ်ထားသောစိတ်သည် အစဉ်သဖြင့် ရိုင်းနေတတ်သည်။ စိတ်ကို ထိန်းကျောင်းလိုက်သည့်အခါ တည်ငြိမ်လာပြီး အေးချမ်းမှု ဖြစ်ပေါ်လာပေသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် တရားအားထုတ်ရန် စိတ်ကို အလုပ်ပေးသည့် နည်းလမ်း(၂)မျိုး ပေးထားပါသည်။ ထိုနှစ်မျိုးမှာ သမထနှင့်

ဝိပဿနာပင် ဖြစ်ပါသည်။ သမထမှာ လှုပ်ရှားနေသောစိတ်ကို တည်ငြိမ်ရန် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာမှာ ကိုယ်နှင့်စိတ်၏ အံ့သြဖွယ်ရာ ဖြစ်ပျက်နေပုံကို သိမြင်အောင် ပြုလုပ်ရသည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ နည်းလမ်းနှစ်ခုစလုံးက စိတ်ဖိစီးမှုကို နှိမ်နင်းရာတွင် များစွာ အထောက်အကူပြုပါသည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက တရားအားထုတ်ခြင်းဖြင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖိစီးမှုများကို ကုစားနိုင်ကြောင်း ဥပမာများပေး၍ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (စာ-၅၄)

*** (စိတ်လွတ်မြောက်မှုဟူသည်)** တရားအားထုတ်သောသူသည် စိတ်၏ လွတ်မြောက်ခြင်းကိုရရှိပြီး ထမ်းထားရသော ဝန်စည်မှ ပေါ့ပါးသွားသည့်သဘော ဖြစ်သည်။ ဤသည်ကို **ဥပမာ ၅ မျိုးဖြင့်** ရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။ (၁) ငွေချေးငှား၍ လုပ်ငန်းတည်ထောင်သူသည် စီးပွားဖြစ်ပြီး ချေးငွေကို ပြန်ဆပ်နိုင်သည့်အခါ ရရှိသော စိတ်လွတ်လပ်မှုမျိုး ဖြစ်သည်။ (၂) နာတာရှည်ရောဂါသည်တစ်ဦးသည် ပြန်လည်ကျန်းမာလာသည့်အခါ ရရှိသော ပျော်ရွှင်မှုမျိုးဖြစ်သည်။ (၃) နှစ်ရှည်အကျဉ်းချထားခြင်းခံရသည့် ရာဇဝတ်သား ထောင်မှ လွတ်လာသည့် ခံစားမှုမျိုးလည်း ဖြစ်သည်။ (၄) ကျွန်ဘဝမှ လွတ်မြောက်လာသည့် ကျေးကျွန်တစ်ဦး၏ ပျော်ရွှင်မှုမျိုးလည်း ဖြစ်သည်။ (၅) သဲကန္တာရထဲတွင် အစာရေစာမရှိဘဲ လျှောက်လှမ်းခဲ့ရသူတစ်ဦး အိုအေစစ်ကို တွေ့ရှိလိုက်ရသကဲ့သို့လည်း ဖြစ်ပါသည်။ (စာ-၅၄)

*** (စိတ်ဖိစီးမှုမှ လွတ်မြောက်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံးသောနည်းလမ်း)**

အတားအဆီး(နီဝရဏ)ငါးရပ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရသော စိတ်ဖိစီးမှုမှ လွတ်မြောက်လာသူတစ်ဦးသည် အထက်ဥပမာများတွင် ပြဆိုထားသည့် စိတ်ချမ်းမြေ့မှုမျိုးကို မလွဲမသွေ ရရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ဖိစီးမှုမှ လွတ်မြောက်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံးသောနည်းလမ်းမှာ တရားအားထုတ်ခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ သို့သော် တရားအားထုတ်သူသည် အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလတော့ မြဲရပေလိမ့်မည်။ (စာ-၅၄)

* အဓိကအားဖြင့် စိတ်ဖိစီးမှုမျိုး နှစ်မျိုးနှစ်စား ရှိသည်။ ပထမတစ်မျိုးမှာ တစ်စုံတစ်ယောက် ဆုံးရှုံးသည့်အခါ၊ သို့မဟုတ် မဖြစ်နိုင်သော မျှော်မှန်းချက်ထားပြီး မရရှိသည့်အခါ ဖြစ်ပေါ်သော စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်သည်။ ဒုတိယတစ်မျိုးမှာ လူတစ်ဦးချင်း၏ ဘဝအဆင့်အတန်း၊ ရည်မှန်းချက်၊ ကျန်းမာရေးနှင့် လုံခြုံရေးတို့ကို ခြိမ်းခြောက်နေသည့် စိတ်ဖိစီးမှုမျိုး ဖြစ်သည်။ (စာ-၅၅)

* အချို့သော စိတ်ဖိစီးမှုသည် ရောဂါ၏ရှေ့ပြေးဖြစ်တတ်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုနှင့်ဆက်နွယ်ပြီး အစာအိမ်ရောဂါ၊ခေါင်းကိုက်ရောဂါ၊စိတ်ကျနှင့်သွေးတိုးရောဂါ၊

လေဖြတ်ခြင်းနှင့် နှလုံးရောဂါများ ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ အဆက်မပြတ်ဖြစ်ပေါ်နေသော စိတ်ဖိစီးမှုကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ခံနိုင်စွမ်းအား ကျဆင်းပြီးကူးစက်ရောဂါများ ဝင်ရောက်လာနိုင်ပါသည်။ စိတ်ပညာသဘောအရ စိတ်ဖိစီးမှုမှာ ကင်ဆာရောဂါအထိ ဖြစ်လာနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြထားမှုများရှိပါသည်။ (စာ-၅၇)

* **စိတ်ရောဂါ၏အစသည် စိုးရိမ်ပူပန်စိတ်ဖြစ်သည်။** တစ်စုံတစ်ရာ၊ သို့မဟုတ် အခြေအနေတစ်ရပ်ကို တွေးပြီး ပူပန်သောကရောက်ရာမှ ဖော်ဘီးယားဟုခေါ်သည့် ကြောက်တတ်သည့်အကျင့် စတင်ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ လူ(၁၀)တွင် (၃)ယောက်ခန့် ဖော်ဘီးယားရှိမြဲဖြစ်သည်။ (စာ-၅၇)

* **(ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ လူသားများအတွက် အဆုံးအမ)** တစ်ခါက တရုတ်ကျောင်းသား တစ်ယောက်သည် ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးအား "ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အနှစ်သာရတွင် မည်သည့်အရာများ ပါဝင်သနည်း"ဟု မေးမြန်းရာ သူတော်စင်က အောက်ပါအတိုင်း ဖြေကြားပါသည်-

– မကောင်းမှုဟူသမျှကို ရှောင်၊

– ကောင်းမှုဟူသမျှကို ဆောင်၊

– စိတ်ကို စင်ကြယ်အောင် ထား၊ (ဤသည်ကား ဗုဒ္ဓ၏ သွန်သင်ဆုံးမချက်များ ဖြစ်ပေသည်)

သဘာဝအားဖြင့် တရုတ်ကျောင်းသားသည် 'သူတော်စင်ထံမှ နက်နဲ၍ နားလည်ရန်ခက်ခဲသော တရားများကို ကြားရလိမ့်မည်'ဟု မျှော်လင့်ထားပုံရသည်။ သူမျှော်လင့်သည့် အဖြေမျိုးမဟုတ်သည့်အခါ "ဒါကတော့ သုံးနှစ်သားကလေးပင် သိနိုင်သည်"ဟု မှတ်ချက်ပြုလေသည်။ ထိုအခါ သူတော်စင်မှ "သုံးနှစ်သားကလေးပင် သိနိုင်သည်မှန်သော်လည်း အသက်(၈၀)အရွယ် လူကြီးတစ်ယောက်အဖို့ လိုက်နာကျင့်ကြံနိုင်ရန် ခက်ခဲလှ"ကြောင်း ပြန်လည်ပြောကြားခဲ့ပါသည်။ (စာ-၆၁)

* **(ဘဝ၏အဓိကပြဿနာ)** ဗုဒ္ဓဘာသာကို လေ့လာလျှင် ငါးပါးသီလသည် အခြေခံတရားအမွှပင်ဖြစ်သည်။ ထိုတရားများသည် ရွတ်ဖတ်ရုံမျှဖြင့် မလုံလောက်၊ လက်တွေ့လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် တရားများဖြစ်သည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘဝ၏အဓိကပြဿနာတစ်ရပ်မှာ တရားတော်များကို တကယ်တကယ်ကြွကြွ လိုက်နာကျင့်ကြံအားထုတ်ရန်ဖြစ်သည်။ ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ဗဟုသုတသက်သက်သာ မဟုတ်ကြောင်း နားလည်ကြရမည်။ (စာ-၆၂)

*** (ဘာသာရေး၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်)** တစ်ခါတစ်ရံ ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမှုရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာအချို့မှာ မတူညီသော ဘာသာရေးကြောင့် ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသည်။ ဘာသာရေး၏အဓိက ရည်ရွယ်ချက်မှာ လူသားတို့အား ချစ်ခင်ရင်းနှီးရန်၊ သဟဇာတဖြစ်ရန်နှင့် လူ့အဆင့်အတန်းကို မြှင့်တင်ရန် ဟောပြောဆုံးမခြင်းဖြစ်သည်။ ယနေ့အခါတွင် ဘာသာတစ်ခုမှ အခြားဘာသာတစ်ခုအား ဖိနှိပ်ခြင်းဖြင့် မနာလိုဝန်တိုမှု၊ အဆင့်အတန်းခွဲခြားမှုနှင့် ဆူပူသောင်းကျန်းမှုများကို ဆွပေးသကဲ့သို့ ဖြစ်နေပေသည်။ ထိုရန်လိုသော အပြုအမူ၊ မှမမှန်သော ဘာသာရေးအယူအဆ ပြိုင်ဆိုင်မှုများကြောင့် ကမ္ဘာနေရာအနှံ့အပြားတွင် သွေးထွက်သံယိုမှုများ ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းဖြစ်သည်။ (တ–၆၅)

*** (ကိုယ်ကျိုးကြည့် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်)** ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်အချို့သည် စစ်မှန်သောဘာသာရေးတွင် သူတို့၏ကိုယ်ပိုင်အယူအဆများထည့်သွင်းခြင်း၊ တခြားသောဘာသာများကို ဝေဖန်ပုတ်ခတ်တိုက်ခိုက်ခြင်းဖြင့် ဘာသာရေးကို အရုပ်ဆိုးစေပါသည်။ တချို့သောသူများကလည်း မိမိ၏ကိုယ်ပိုင်စီးပွားရေး၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားရေးတို့အတွက် ဘာသာရေးကိုအသုံးချလေ့ရှိသည်။ (တ–၆၅)

* "ကမ္ဘာကြီးတွင် လူတိုင်း၏လိုအပ်ချက်အတွက် လုံလောက်စွာ ရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် တစ်ယောက်သောသူ၏ လောဘတပ်မက်မှုအတွက် လုံလောက်စွာ မရှိပါ" –မဟတ္တမဂန္ဓီ။ (တ–၆၇)

*** (သောက၏ အကြောင်းရင်း)** လူတို့သည် ဖိမ်ခံလွန်ကဲခြင်းဖြင့် မိမိတို့ဘဝကို ဖျက်ဆီးပစ်တတ်ကြသည်။ ချမ်းသာကြွယ်ဝသူ အများအပြားသည် ပုရွက်ဆိတ်များ ပျားရည်ခွက်အတွင်း နစ်မွန်းသေဆုံးရသကဲ့သို့ နောက်ဆုံးတွင် ဘဝနိဂုံးချုပ်ကြရသည်။ ဖြစ်သည့်နည်းလမ်းဖြင့် ချမ်းသာလာစေရန် ကြံဆောင်မှုသည် ပျော်ရွှင်မှုကို မရနိုင်သည့်အပြင် စိတ်ပူပန်သောက ဖြစ်လာရသည့် အကြောင်းရင်းလည်း ဖြစ်သည်။ (တ–၆၈)

*** (ဘဝ၏ မသေချာမှုများ)** တစ်ခါက ပျားတစ်ကောင်သည် ကြာပွင့်တစ်ပွင့်ပေါ်တွင် နားပြီး ပျားရည်စုဆောင်းလျက်ရှိသည်။ သူ့အလုပ်ပေါ်တွင် အာရုံစိုက်နေသဖြင့် ကြာပွင့်၏ ပွင့်ဖတ်များ ဖူးငုံလာသည်ကို သတိမပြုမိဘဲရှိသည်။ ပျားသည် သူထောင်ချောက်မိနေမှန်းသိလာသည့်အခါတွင်လည်း အေးအေးဆေးဆေးသာ နေခဲ့သည်။ ပျား၏စိတ်ကူးတွင် "ငါဒီညတော့ဒီကြာဖူးထဲမှာပဲနေတော့မယ်။ မနက်မိုးလင်းလို့ ကြာပန်းပြန်ပွင့်လာသည့်အခါ ငါလွတ်မြောက်သွားနိုင်တာပဲ" ဟု

ခပ်ပေါ့ပေါ့ ထားလိုက်သည်။ ထိုသို့ စဉ်းစားနေခိုက်မှာပင် ထိုနေရာသို့ ဆင်တစ်ကောင်ရောက်ရှိလာပြီး ကြာပန်းကို ချိုး၍ စားပစ်လိုက်ရာ ပျားလည်း သေဆုံးသွားလေသည်။ ထိုပျားကဲ့သို့ပင် ကျွန်ုပ်တို့သည်လည်း နေ့အိပ်မက်များနောက်သို့ လိုက်နေပြီး ထိုအိပ်မက်များ အကောင်အထည်ပေါ်လာရန်အတွက်သာ အလုပ်လုပ်နေကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ မကြာခဏ မေ့လျော့နေသည်မှာ ဘဝသည် သူ့ဥပဒေသအပေါ်၌သာ ရပ်တည်နေပြီး ကျွန်ုပ်တို့ဖြစ်စေချင်သလို လိုက်ပါလာလေ့မရှိဆိုသည့်အချက်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင်ကျွန်ုပ်တို့၏နေ့အိပ်မက်အတွက်အားထုတ်မှုများကိုလည်း ဖျက်ဆီးပစ်တတ်သည့်သဘောရှိပါသည်။ထိုပြဿနာ၏အရင်းခံမှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် တန်ဖိုးရှိသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တာဝန်များကို ချက်ချင်းလက်ငင်း လုပ်ဆောင်ရမည့်အစား အနာဂတ်သို့တွန်းပို့နေခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။(စာ-၇၃)

*** (အကောင်းအဆိုးရောနေသောကမ္ဘာ)** နှင်းဆီပန်းသည် နူးညံ့လှပပြီး ရနံ့မွှေးကြိုင်သော်လည်း ဆူးအတွက်ကြောင့် နှင်းဆီပန်းကို ကြိုက်နှစ်သက်ခြင်း လျော့မသွားကြ။ အကောင်းမြင်ဝါဒနှင့် ကြည့်လျှင် ဤကမ္ဘာကြီးသည် နှင်းဆီပန်းတို့ဖြင့် ပြည့်လျှမ်းလျက်ရှိသည်။ အပျက်မြင်ဝါဒနှင့်ကြည့်လျှင်တော့ ကမ္ဘာကြီးသည် ဆူးအတိနှင့် ဖြစ်သည်။ အမှန်တရားကို ကြည့်တတ်သူတစ်ဦးအတွက်တော့ ကမ္ဘာကြီးသည် နှင်းဆီအတိပြီးခြင်း မရှိသလို ဆူးသက်သက်သာရှိသောအရာ မဟုတ်ကြောင်း နားလည်ပါလိမ့်မည်။ ကမ္ဘာကြီးသည် နှင်းဆီပန်းများနှင့် နှင်းဆီဆူးများ ရောပြွမ်းနေသည့် နယ်မြေသာ ဖြစ်သည်။

အသိဉာဏ်ရှိပြီးသူသည် နှင်းဆီပန်း၏အလှကြောင့် မိန်းမောသွားခြင်း မရှိသကဲ့သို့ နှင်းဆီဆူးများ၏ အန္တရာယ်ကိုလည်း သိရှိထားခြင်းဖြင့် ဆူးမစူးစေရန် သတိဖြင့် ကိုင်တွယ်သွားမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ (စာ-၇၅)

*** (ယဉ်သော်လည်း တရားရှိနိုင်သည်)** တစ်ခါက နှစ်သစ်ကူးချိန်တွင် (၁၁) နှစ်သားအရွယ် အမျိုးသားလေးတစ်ယောက်သည် အန်ပေါင်း (အနီရောင်စာအိတ်ဖြင့် ထည့်ထားသည့် ငွေအချို့)ကို လက်ဆောင်ရရှိသည်။ ထိုညတွင် သူခိုးက အန်ပေါင်းကို ခိုးသွားသည်။ မိဘများက စိတ်မကောင်းဖြစ်သော်လည်း ကလေးက အေးအေးဆေးဆေးသာ ဖြစ်သည်။ "မပူပါနဲ့၊ ဆုံးရှုံးသွားတဲ့ငွေက ကျွန်တော်တို့ပိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး။ တခြားလူကကျွန်တော်တို့ကို ပေးထားတာပဲ။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ မဆုံးရှုံးပါဘူး"ဟု ကလေးက မိဘများကို ပြောပြသည်။ ဤဖြစ်ရပ်တွင် ကလေးသည် ငယ်သော်လည်း တရားရှိနေကြောင်း ပြသလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ (စာ-၇၇)

*** (ဆုံးရှုံးမှုနှင့်ကြုံလျှင်)** ကျွန်ုပ်တို့သည် ဆုံးရှုံးမှုနှင့်ကြုံရသည့်အခါ စိတ်ခံနိုင်စွမ်းရှိရန် လိုအပ်သည်။ ဆုံးရှုံးမှုများသည် မျှော်မှန်းထားခြင်းမရှိဘဲ အစုအပြုလိုက် ဝင်ရောက်လာတတ်သည်။ ထိုအခါမျိုးတွင် ပေါ့ပါးသော နေနည်း ဖြစ်သည့် ဥပေက္ခာတရားကို နှလုံးသွင်းထားပြီး ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုရန် အခွင့် အရေးတစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟုမှတ်ယူထားရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ (စာ-၇၈)

* **"ထင်ပေါ်ကျော်စောမှုကို ရှောင်ကြဉ်ပါမှ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရရှိမည်"**

-အီဘာရာဟင်လင်ကွန်း။ (စာ-၇၉)

*** (သို့ရာတွင်)** သာမန်အားဖြင့် အဆောက်အဦတစ်ခုပြီးမြောက်အောင် နှစ်ပေါင်းများစွာ တည်ဆောက်ရသည်။ ထိုအဆောက်အဦကို ခေတ်မီလက်နက် တစ်မျိုးဖြင့် ဖြိုဖျက်မည်ဆိုလျှင်ခဏအတွင်းပျက်စီးသွားနိုင်ပါသည်။ကောင်းသော ဂုဏ်သိက္ခာတစ်ရပ်အတွက် နှစ်ပေါင်းများစွာ၊ သို့မဟုတ် တစ်သက်တာလုံး ကြိုးပမ်းတည်ဆောက်ရပါသည်။ ထိုဂုဏ်သိက္ခာသည် ခဏအတွင်း ပျက်စီးသွား နိုင်ပါသည်။ ကိုယ်ပိုင်သိက္ခာကို ဖျက်ဆီးသည့် 'သို့ရာတွင်'ဆိုသော စကားကို မည်သူမျှ ရှောင်လွှဲခြင်းငှာ မစွမ်းသာကြ။ ထိုသူသည် တစ်စုံတစ်ရာတွင် အလွန် တော်သည်ဟုဆိုသော်လည်း 'သို့ရာတွင်'တစ်လုံးခံလိုက်ပြီးက သူ၏မှတ်တမ်းမှာ ညှိုးမှိန်သွားနိုင်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားပင်လျှင် ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ခံရသည့်အခါမျိုး ရှိခဲ့ပါသည်။ (စာ-၈၀)

*** (ချွေလော့စက်နှင့် ရေစစ်)** သင်သည် တောင်ကုန်းတစ်ကုန်းသို့တက်လျှင် အမြင့်သို့ရောက်လေလေ၊ အများ၏မြင်ကွင်းတွင် သင်၏ပုံရိပ် ပို၍ထင်ရှား လာလေလေဖြစ်၏။ ရေ့ပိုင်းကို ဖုံးကွယ်ထားနိုင်သော်လည်း နောက်ကျောဘက်မှ ပွင့်လျက်ရှိသည်။ ဝေဖန်အပြစ်ရှာတတ်သော လောကမှ သင့်အားနည်းချက်များ၊ မပြည့်ဝမှုများအတွက် ပြစ်တင်ရှုချရန် အသင့်ရှိသော်လည်း သင်၏ကောင်းမှု တို့အတွက် ချီးမွမ်းရန် ဝန်လေးနေကြလိမ့်မည်။ **ချွေလော့စက်**တစ်ခု၏ ပန်ကာ သည် စပါးခွံများကို မှုတ်ထုတ်လိုက်ပြီး ဂျုံစေ့များကို ချန်ထားခဲ့သည်။ **ရေစစ်** တစ်ခုမှာမူ မကောင်းသော အနည်များကို ချန်ထားပြီး အချိုရည်ကို စစ်ချပေး လိုက်သည်။ **ယဉ်ကျေးသောသူ**သည် သိမ်မွေ့ခြင်းကို ဆောင်ပြီး ရိုင်းစိုင်းခြင်းကို ပစ်ပယ်မြဲဖြစ်သည်။ **မယဉ်ကျေးသောသူ**မှာ ရိုင်းစိုင်းခြင်းကို အခြေခံပြီး သိမ်မွေ့ခြင်းကို ပစ်ပယ်လေ့ရှိကြသည်။ (စာ-၈၁)

*** (နားပင်းနေသူလို နေ)** မိမိအပေါ်၌ မမှန်သတင်းဖြစ်လာလျှင် မလိုအပ်ပါက ပြန်လည်ရှင်းလင်းပြသခြင်းဖြင့် တန်ဖိုးရှိသော အချိန်များကို ဖြုန်းတီးမပစ်သင့်ပါ။

သင်ခံစားနေရသည်ကို ရန်သူမြင်သွားလျှင် သူဖြစ်စေချင်သလို ဖြစ်နေသဖြင့် အလွန်ဝမ်းသာပါလိမ့်မည်။ သင်က ဘာမှမဖြစ်သလိုနေလျှင် စွပ်စွဲချက်များ အရာမထင် ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။ မဟုတ်မမှန်သော တစ်ဖက်သတ် စွပ်စွဲချက်များကို ကြားရသည့်အခါ ကျွန်ုပ်တို့သည် နားပင်းနေသူတစ်ဦးကဲ့သို့ ကျင့်ကြံသင့်သည်။ သူများစွပ်စွဲချက်များ သတင်းများနှင့်ကောလာဟလများကို လုံးဝထွက်ပေါ်မလာစေရန် ပိတ်ပင်တားဆီးရန်မှာ မဖြစ်နိုင်သောကိစ္စဖြစ်သည်။ (စာ-၈၀)

*** (အခွင့်အရေးမှန်း နှလုံးသွင်းတတ်ဖို့လို)** အတွေးအခေါ်ပညာရှင်ကြီး ဆိုကရေးတီးသည် ဇနီးဖြစ်သူ၏စော်ကားခြင်းကို ခံရလေ့ရှိသည်။ ပညာရှင်ကြီးက သူတစ်ပါးတို့အား ကူညီရန် အပြင်ကိုသွားတိုင်း စိတ်မရှည်သော ဇနီး၏ ငြိုငြင်မှုကို ခံရလေ့ရှိသည်။ တစ်နေ့သော် ဇနီးဖြစ်သူ မကျန်းမမာဖြစ်နေ၍ ခင်ပွန်းသည် အပြင်ထွက်သည့်အခါ ဆူနေဆဲနေကျတာဝန် ပျက်ကွက်ခဲ့ရသည်။ ထိုနေ့က ဆိုကရေးတီးသည် မျက်နှာမသာမယာဖြင့် အိမ်မှ ထွက်လာခဲ့သည်။ အပြင်သို့ ရောက်သောအခါ သူဘာကြောင့် မျက်နှာမကောင်းဖြစ်ရသည်ကို မိတ်ဆွေများက မေးမြန်းကြတော့၏။ ထိုအခါ သူ့ဇနီးဖြစ်သူက သူ့ကို မဆဲမဆူလိုက်သဖြင့် မျက်နှာမကောင်းဖြစ်ရကြောင်း ဆိုကရေးတီးက ဖြေကြားသည်။ ထိုအခါ မိတ်ဆွေများက "မလိုလားအပ်သော အသံများကို မကြားရခြင်းသည် ပျော်စရာ မဟုတ်ပါလား"ဟု ဝိုင်း၍ ပြောကြသည်။ ထိုအခါ ဆိုကရေးတီးက ပြန်ကြားပြောဆိုပုံမှာ "<u>မဟုတ်ဘူးလေဗျာ၊ ဇနီးက ဆူလိုက်ဆဲလိုက်တော့ ကျွန်တော့မှာ သည်းခံခြင်း တရားကို လေ့ကျင့်ဖို့ အခွင့်အရေးရပါတယ်။ ဒီနေ့ အဆူမခံရတော့ လေ့ကျင့်ဖို့ အခွင့်အလမ်းတစ်ခု လက်လွှတ်ဆုံးရှုံးခဲ့ရတယ်ဗျာ</u>"ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ ထို အကြောင်းအရာက ကျွန်တော်တို့အားလုံးအတွက် မမေ့ရက်စရာ သင်ခန်းစာ ကောင်းတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ <u>သူတစ်ပါး၏ စော်ကားခံရသည့်အခါ တိုက်ခိုက်ခြင်း ခံရသည်ဟု မှတ်ယူမည့်အစား စိတ်ရှည်လက်ရှည်သည်းခံမှုအတွက် လေ့ကျင့်ရန် အခွင့်အရေးတစ်ရပ် ရရှိသည်ဟု ခံယူသင့်လှပေသည်</u>။ (စာ-၈၅)

*** (ချမ်းသာပေမယ့် ဝမ်းမသာနိုင်)** စကြဝတေးမင်းဖြစ်လျှင် ပျော်ရွှင်မှု အစစ်အမှန်ကို ရနိုင်မည်လားဟု မေးစရာရှိသည်။ အလက်ဇန္ဒြားဘုရင်ကြီးသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံသို့ စစ်ချီခိုက် လမ်းတစ်လျှောက်မှ နိုင်ငံများကို အောင်မြင်စွာ သိမ်းပိုက်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ သို့ရာတွင် သိမ်းပိုက်ရန် နယ်မြေများစွာ ကျန်သေးသည် ကို တွေးပြီး သောကရောက်ခဲ့ရသည်။

*** (ရက်စက်လျှင် အမုန်းခံရမည်)** ခေတ်သစ်သမိုင်း၏ စာမျက်နှာကို ကြည့်လျှင် ကြောက်မက်ဖွယ်ရာ လူသားအချို့၏ ရက်စက်မှုများကြောင့် အံ့ဩထိတ်လန့်

ကြရသည်။ ပိုလ်ပေါ့၊ အေဒီအာမင်နှင့် ဟာစ်တလာတို့သည် အပြစ်မဲ့လူသား သန်းပေါင်းများစွာကို သတ်ဖြတ်ခဲ့ကြသည်။ ထိုသူများသည် သူတို့နှင့် ဆန့်ကျင် သူများကို သုတ်သင်ပစ်ခြင်းအားဖြင့် ကမ္ဘာသစ်တစ်ခုကို ဖန်တီးနိုင်လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ခဲ့ကြသည်။ သို့သော် သူတို့ရရှိခဲ့သည်မှာ တစ်ကမ္ဘာလုံး၏ ရှုတ်ချမှုနှင့် အမုန်းတရားများသာ ဖြစ်ခဲ့သည်။

*** (စစ်မှန်သော ပျော်ရွှင်မှုသည် အတွင်းမှာသာရှိ)** စစ်မှန်သော ပျော်ရွှင်မှု သည် အတွင်းမှာသာ ရှိပါသည်။ ထိုအရာကို ချမ်းသာခြင်း၊ တန်ခိုးအာဏာ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် အောင်မြင်မှုတို့ဖြင့် ဖော်ပြနိုင်ခြင်း မရှိပေ။ မည်သည့်အရာမဆို ပိုင်ဆိုင်မှု၊ နည်းလမ်းမှန်ကန်မှုမရှိလျှင် နာကျင်မှုနှင့် ဝမ်းနည်းရခြင်းတို့၏ ရေသောက်ဖြစ်ဖြစ်သွားလေ့ရှိသည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ရရှိသော ပျော်ရွှင်မှုသည် နောက်တစ်ဦးအတွက် ဖြစ်ကောင်းမှ ဖြစ်လိမ့်မည်။ ပထမလူအတွက် အစာရေစာ သည် ဒုတိယလူအတွက် အဆိပ်ဖြစ်သွားနိုင်ပါသည်။ (စာ-၈၇)

*** (မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ထူးခြားသော လက္ခဏာတော်တစ်ရပ်)** မြတ်စွာဗုဒ္ဓကဲ့သို့ ပြီးပြည့်စုံပြီး ဖောက်ပြန်မှုမှန်သမျှ ချိုးနှိမ်ပယ်သတ်ပြီးသူတစ်ဦးပင်လျှင် ရောဂါနှင့် မတော်တဆထိခိုက်မှုများကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် နာကျင်မှုဒဏ်ကို ခံခဲ့ရပါသေးသည်။ ဗုဒ္ဓတွင် မကြာခဏ ခေါင်းကိုက်တတ်သည့် ရောဂါရှိသည်။ ပရိနိဗ္ဗာန်မဝင်စံမီ ရရှိသောရောဂါ၏ဒဏ်ကို ခံစားခဲ့ရသည်။ဒေဝဒတ်သည်ဗုဒ္ဓကိုလုပ်ကြံသတ်ဖြတ် ရန် တောင်ပေါ်မှ ကျောက်တုံးများလှိမ့်ချခဲ့ရာ မြတ်စွာဘုရား၏ခြေတော်ကို ထိခိုက်ပြီး ဒဏ်ရာပြင်းထန်စွာ ရရှိခဲ့သည်။ တစ်ခါတွင် အငတ်ဘေးနှင့်ကြုံတွေ့ စေဖို့ စီစဉ်လုပ်ကြံမှုကို ခံရသည်။ နာခံမှုမရှိသော တပည့်သာဝကများကြောင့် မြတ်စွာဘုရားသည် တောတွင်း၌ သုံးလတိတိ သွားရောက်နေထိုင်ခဲ့သည်။ တောတွင်း၌ သစ်ရွက်ခြောက်ပုံပေါ်တွင် ကျိန်းစက်ပြီး အအေးဒဏ်၊ မိုးဒဏ်၊ လေဒဏ်များကို ခံစားခဲ့ရသော်လည်း စိတ်တည်ငြိမ်မှု ပျက်ပြားမသွားစေရန် တရားဖြင့် ထိန်းထားခဲ့ရသည်။ <u>နာကြင်မှုနှင့် ချမ်းမြေ့မှုအကြားတွင် မျှတသော စိတ်ဖြင့် နေထိုင်သည်မှာ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ထူးခြားသော လက္ခဏာတော်တစ်ရပ် ဖြစ်</u>သည်။ (စာ-၈၉)

*** (လူသားနှင့် လောကဓံ)** သူတော်စင်တို့မည်သည် လောကဓံတရားနှင့် ရင်ဆိုင်ရသည့်အခါ ဝေဝါးသွားခြင်းမရှိစေရဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ လူတိုင်း၏ဘဝတွင် အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့သည့် နှစ်သက်ဖွယ် အခြေအနေလေးရပ်၊ သို့မဟုတ် မနှစ်သက်ဖွယ် အခြေအနေလေးရပ်တို့နှင့် မလွဲမသွေ

ရှင်ဆိုင်တွေ့ကြုံရမည်သာ ဖြစ်သည်။ ထိုအခြေအနေတွင် မှုတသောစိတ်ထားရှိရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ အာရုံခြောက်ပါးကို ခံတွင်းလှန်မှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး ရှင်တော်ဘုရားက ထင်ရှားသော ဥပမာများဖြင့် ရှင်းလင်းပြသတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာပေးသော ဥပမာမှာ– မတူညီသော စရိုက်နှင့် မတူညီသော ကျက်စားရာနယ်မြေရှိသော တိရစ္ဆာန်ခြောက်ကောင်အား အလွန်ခိုင်ခန့်သော ကြိုးတစ်ချောင်းဖြင့် အတူတကွ ချည်နှောင်ထားသည့် အခြေအနေ ဖြစ်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်ခြောက်ကောင်မှာ မိကျောင်း၊ ငှက်၊ ခွေး၊မြေခွေး၊မျောက်နှင့်မြွေတို့ဖြစ်ကြသည်။ ကြိုးဖြင့် ချည်နှောင်ခြင်းခံထားရချိန်တွင် မိကျောင်းက ရေထဲသို့ ပြေးရန် ကြိုးစားသည်။ ငှက်က ကောင်းကင်ပေါ်သို့ ပျံတက်ရန် ကြိုးပမ်းချိန်တွင် ခွေးက ရွာဘက်ကို ပြန်ပြေးရန် ကြိုးစားသည်။ မြေခွေးကတောထဲသို့ဝင်ပြေးရန် ကြိုးစားချိန်တွင် မျောက်က သစ်ပင်ပေါ်တက်ရန် အားစိုက်ပြီး မြွေက တွင်းထဲသို့ဝင်ပြေးရန် အသီးသီး ကြိုးပမ်းခဲ့ကြသည်။ တိရစ္ဆာန်အားလုံးတို့က သူတို့ထားရှိသည့် ရည်မှန်းချက်သို့ရောက်ရှိရန် အစဉ်မပြတ်အားထုတ်ကြိုးပမ်းကြသော်လည်း ချည်နှောင်ထားသော ကြိုးမှ မည်သူမျှလွတ်မြောက်နိုင်ခြင်းမရှိခဲ့ကြ။ အလားတူပင်အာရုံခြောက်ပါးမှာလည်း တိမ်းညွှတ်လာစေရန် အသီးသီးဆွဲဆောင်လျက်ရှိကြသည်။ အာရုံခြောက်ပါး၏ ဆွဲဆောင်မှုကို ခံတွင်းလှန်ရန် စိတ်စွမ်းအားမရှိသော လူသားသည် နက်ရှိုင်းသော ရှုပ်ထွေးမှုဖြင့် ဝေဒနာကို ခံစားရလေတော့သည်။ (စာ–၉၁)

*** (လူသား၏ ဂုဏ်သိက္ခာ)** လူသား၏ဂုဏ်သိက္ခာနှင့်ပတ်သက်၍ မြတ်စွာဘုရား၏ရှုမြင်ပုံကိုလေ့လာကြည့်ကြစို့။လူသား၏အဆင့်အတန်းက ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် မြင့်မြတ်မှုကို ထောက်ကူထားပါသည်။ထိုအချက်များမှာကျွန်ုပ်တို့နေ့စဉ် လူနှင့်လူချင်း ဆက်ဆံနေကြသည့် မှန်ကန်သော စိတ်သဘောထား၊ လူ့ကျင့်ဝတ် ထိန်းသိမ်းမှု၊ ပညာပြည့်ဝမှုနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ် မှန်ကန်မှုစသည့် စံများပင်ဖြစ်သည်။ လူသားဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်တို့တွင် အမှားနှင့်အမှန် ဂုဏ်ယူစရာနှင့် ရှက်စရာတို့ကို ခွဲခြားနိုင်သည့်အသိတရားရှိကြသည်။ ဤကား ကျွန်ုပ်တို့တန်ဖိုးထားသည့် လူ့အရည်အချင်းများ ဖြစ်ကြသည်။ ထိုနှစ်သက်စရာကောင်းသော တန်ဖိုးများက လူနှင့်တိရစ္ဆာန်တို့ဘဝကို ခွဲခြားထားခြင်းဖြစ်လေသည်။(စာ–၉၃)

*** (အရှက်, အကြောက် မရှိလျှင်)** ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဘာသာတရား၏ အဆုံးအမများ မပေါ်ပေါက်မီကပင် လူသားတွင် တန်ဖိုးနှစ်ရပ်၏ ထိန်းကျောင်းမှု ရှိပြီးသားဖြစ်သည်။ ထိုတန်ဖိုးနှစ်ရပ်မှာ“ဟိရီ”ခေါ်သည့် အရှက်တရားနှင့် “ဩတ္တပ္ပ”ခေါ်သည့် အကြောက်တရားတို့ဖြစ်ကြသည်။

ထိုအချက်နှစ်ချက်သည် ပြောင်းလဲမှု မရှိ။ လူသားတို့၏လုပ်ရပ်အပေါ်တွင် စိုးမိုးလျက်ရှိသည်။ ဤအချက်က လူ၏လုပ်ရပ်၊ သို့မဟုတ် လုပ်ရှားမှုကို တိရစ္ဆာန်နှင့် ခွဲခြားထားခြင်းဖြစ်သည်။ လူတွင် ဟိရိ ဩတ္တပ္ပကင်းသွားသည့်အခါ မူးယစ်ဆေးဝါး၊ အရက်၊ ဆန္ဒ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မနာလိုဝန်တိုမှု၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုနှင့် အမုန်းတရားများနောက်သို့ပါသွားတတ်ပါသည်။ ထိုအခါလူသားသည် အသိတရားကင်းမဲ့သွားပြီး လူ့ဂုဏ်သိက္ခာလည်း ဆုံးရှုံးကြရသည်။ အရှက်နှင့် အကြောက်ကင်းမဲ့သွားသောလူသားသည် တိရစ္ဆာန်ထက်ပိုမိုဆိုးသွမ်းလေ့ရှိကြသည်။ (စာ-၉၄)

*** (လေးစားထိုက်သူ)** လေးစားထိုက်သောသူဆိုသည်မှာ အရှက်တရား၊ အကြောက်တရားရှိပြီး သနားကြင်နာတတ်၍ ကရုဏာတရားနှင့် စာနာစိတ်ရှိသူ၊ ဒုက္ခရောက်နေသူကိုကူညီတတ်သောသူမျိုး ဖြစ်သည်။ ဤကား ကျွန်ုပ်တို့တန်ဖိုးထား၍ လိုက်နာသင့်သော လူသာမန်တို့၏ ကျင့်ဝတ်ဖြစ်သည်။ (စာ-၉၄)

*** (ဘယ်သူ ထွက်သွားသင့်သလဲ)** တစ်ခါက ရဟန်းတော်တစ်ပါးတွင် တပည့်သာဝက ရဟန်းနှစ်ပါးရှိပေသည်။ ရဟန်းငယ်တစ်ပါးသည် ဉာဏ်ပညာပြည့်စုံပြီး ဖျတ်လတ်၍၊ ကျန်ရဟန်းတစ်ပါးက ပျင်းရိပြီး အရိပ်သုံးပါးနားမလည်သူတစ်ဦး ဖြစ်သည်။ ဖျတ်လတ်သော ရဟန်းက ဆရာရဟန်းကြီးထံ ချဉ်းကပ်ပြီး ပျင်းရိသောရဟန်းကို ကျောင်းမှာဆက်မထားဘဲ နှင်ထုတ်ရန် လျှောက်ထားပါသည်။ ထိုအခါ ဆရာရဟန်းက "ရဟန်း၊ တခြားသို့ သွားချင်းသွားလျှင် သင်သာသွားသင့်သည်။ အကြောင်းမှာသင်သည် ရောက်ရာအရပ်တွင် သင့်တင့်စွာ နေနိုင်သူဖြစ်၍ သင့်အတွက် ပူပင်ရန် လုံးဝလိုတွင်မရှိပေ။ ပျင်းရိသော ရဟန်းကို အဝေးသို့ လွှတ်လိုက်လျှင် မည်သူကမျှ သူ့ကို လက်ခံလိမ့်မည်မဟုတ်။ သူကလည်းမည်သို့ လုပ်ရကိုင်ရမည်ကို သိရှိမည်မဟုတ်ပေ။ ဒါကြောင့် ငါသူ့ကို သနား၍ ဒီမှာဆက်ပြီး နေခွင့်ပြုထားခြင်းဖြစ်သည်"။ ဆရာကောင်းတို့၏ဝတ္တရားဖြစ်ပေသည်။ (စာ-၉၅)

*** (သဘာဝ ၃ မျိုး)** တိရစ္ဆာန်သဘာဝ၊ လူ့သဘာဝနှင့် မြင့်မြတ်သောသဘာဝဟု သဘာဝ ၃ မျိုးရှိသည်။ ထိုသုံးမျိုးအနက် တိရစ္ဆာန်သဘာဝကို ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးသော လက်နက်ကိရိယာမှာ ဘာသာရေးဖြစ်သည်။ ရိုးသား၍ အပြစ်ကင်းသောဘဝကို ရရှိရန် ဘာသာတရား၏ အဆုံးအမကို နာခံကြရပါမည်။ (စာ-၉၆)

*** (ဘဝ၏ သဘာဝ)** "ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘဝတွင် နေထိုင်ရန် ပြင်ဆင်နေစဉ်

ဘဝသည် သူ့အလိုလို ကုန်ဆုံးသွားတော့၏"-ပညာရှိတစ်ဦး။ (စာ-၉၇)

*** (လူ့ဘဝကို အလွဲသုံးစားမလုပ်နှင့်)** သင်လူ့ဘဝသို့ ရောက်ရှိလာခြင်းမှာ ကောင်းသောအလုပ်များကို လုပ်ရန်ဖြစ်သည်။ အကျိုးမဲ့ အချိန်ဖြုန်းနေရန် မဟုတ်ပေ။ သင်သည် လောကကို အကျိုးပြုနိုင်သူမဟုတ်လျှင် လောက၏ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတစ်ခုသာ ဖြစ်ပေသည်။ သင်သည် အမြင့်ကို စဉ်းစား၍ ဉာဏ်ပညာကို ဆည်းပူးနေရန်လိုအပ်သည်။ လူ့ဘဝသို့ရောက်လာရကျိုးနပ်အောင် မလုပ်ဆောင်နိုင်လျှင် လူဖြစ်လာရခြင်း၏ အကျိုးတရားများကို အလွဲသုံးစားပြုနေခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ (စာ-၁၀၁)

*** (စိတ်ရှည်ရှည်ထားပါ)** အားလုံးအပေါ်တွင် စိတ်ရှည်သည်းခံရမည်။ ဒေါသကြီးသူသည် မျက်စိကန်းနေသူနှင့် တူ၏။ ဒေါသကြီးသဖြင့် သူတစ်ဖက်သား စိတ်ညစ်အောင် ပြုသူသည် သူကိုယ်တိုင်လည်း စိတ်ဆင်းရဲရစမြဲဖြစ်သည်။ ဒေါသကြောင့် စိတ်ထောင်းကိုယ်ကြေ ဖြစ်ရသည်။ ရိုင်းစိုင်းသောစကား ပြောလိုက်ခြင်းသည် လေးမှ ပစ်လွှတ်လိုက်သော မြားကဲ့သို့ဖြစ်ပြီး ပြန်လည်ဆည်ယူရန် မဖြစ်နိုင်ပေ။ မည်မျှတောင်းပန်စေကာမူ မိမိဘက်မှ လွန်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

*** (အကန်းနှင့်တူသူ)** အချို့သောသတ္တဝါများသည် နေ့အချိန်တွင် မမြင်ရ သကဲ့သို့ အချို့သည် ညအချိန်တွင် မျက်ကန်းများ ဖြစ်ကြသည်။ သို့ရာတွင် မုန်းတီးခြင်းတရား လက်ကိုင်ထားသောသူသည် နေ့ရောညပါ သတိကင်းလွတ် လျက်ရှိသည်။ မျက်စိကန်းနေသည့်သဘော ဖြစ်သည်။

*** (ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်တိုက်ခိုက်ခြင်း)** သင်ဒေါသထွက်သည့်အခါ မည်သူ့နှင့်၊ မည်သည့်အရာနှင့် ရန်ဖြစ်ပါသနည်း။ သင့်ကိုယ်သင် ပြန်လည်တိုက်ခိုက်နေခြင်း သာဖြစ်သည်။ အကြောင်းမှာ သင်ကိုယ်တိုင် သင်၏အဆိုးဆုံးရန်သူဖြစ်နေခြင်း ကြောင့် ဖြစ်သည်။ စိတ်သည် သင်၏ အကောင်းဆုံး မိတ်ဆွေဖြစ်သကဲ့သို့ အဆိုးဝါးဆုံး မိတ်ဆွေလည်း လွယ်လွယ်ကူကူ ဖြစ်သွားနိုင်ပေသည်။

*** (စိတ်ထောင်း ကိုယ်ကြေ)** တချို့သော နှလုံးရောဂါ၊ လေးဖက်နာရောဂါနှင့် အရေပြားရောဂါများသည် အဆက်မပြတ် စိတ်ခံစားမှုများဖြစ်သည့် မုန်းတီးခြင်းနှင့် မနာလိုဝန်တိုခြင်းတို့ကြောင့် ခံစားကြရခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုအဖျက်သဘောရှိသော ခံစားမှုများက နှလုံးသားတွင် အဆိပ်ဖြစ်စေပါသည်။ ထိုစိတ်ဓာတ်မျိုးက မြင်နိုင် သောရောဂါများကို ဖြစ်စေပါသည်။ ရောဂါများ၏အကြောင်းရင်းမှာ ထိုမကောင်း သော စိတ်ထားက လူ့ခန္ဓာကိုယ်၏ ခုခံစွမ်းအားကို ကျဆင်းစေသဖြင့် အဏုဇီဝ ပိုးမွှားများကို ကာကွယ်နိုင်စွမ်း မရှိခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ (စာ-၁၂၄)

* "စိုးရိမ်ပူပန်မှုသည် လူကို ပို၍ အိုမင်းစေသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ညအိပ်ရာဝင်သည့်အခါ ပြဿနာကို ကျွန်ုပ်နှင့်အတူ ယူသွားလေ့မရှိပေ"။

–ဟယ်ရီ အက်ဗ် ထရူးမင်း။ (စာ–၁၂၉)

* **(ဆေးလည်း စိတ်၊ အဆိပ်လည်း စိတ်)** လူသား၏စိတ်သည် ရုပ်ကို ဦးဆောင်လျက်ရှိသည်။ စိတ်သည် ရောဂါကုသရန် ဆေးတစ်မျိုးဖြစ်သလို အဆိပ်တစ်မျိုးလည်း ဖြစ်သည်။ စိတ်ထားရိုင်းစိုင်းနေသည့်အခါ သက်ရှိကို သေစေနိုင်ပြီး စိတ်ထားကောင်းနေသည့်အခါ တခြားလူများကို အကျိုးပြုပါသည်။

* **(မကောင်းသောစိတ်ထားက လူကိုနှိပ်စက်)** စိတ်ထားသည် မှန်ကန်သော တွေးခေါ်မှုပေါ်တွင်ရှိပြီး မှန်ကန်သော လုပ်ရပ်နှင့် နားလည်မှုက ထောက်ကူထားလျှင် ကောင်းသောရလဒ် ထွက်ပေါ်လာပါသည်။ စိတ်ထားသည် သန့်စင်၍ ဖြူစင်မှုရှိလျှင် ကျန်းမာပျော်ရွှင်သော ဘဝတစ်ခုကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက "လူတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ထား၊ လိုချင်တပ်မက်မှု၊ အမုန်းတရားနှင့် မနာလိုဝန်တိုမှုတို့လောက် မည်သည့်ရန်သူကမှ လူကို နှိပ်စက်နိုင်ခြင်း မရှိနိုင်"ဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (စာ–၁၃၀)

* **(တဖတ်၊ ဘာသာရေးလည်း ဂရုစိုက်)** သင်သည် အလွန်အလုပ်များသောသူတစ်ယောက်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် အနည်းဆုံး တစ်နေ့လျှင် မိနစ်အနည်းငယ်မျှ အာရုံစူးစိုက်မှုနှင့် တန်ဖိုးရှိသော စာအုပ်ဖတ်ခြင်းမျိုးကို ပြုလုပ်ရပါမည်။ ထိုအကျင့်စရိုက်က သင်၏ပူပင်သောကများကို ကင်းဝေးစေပြီး စိတ်ဓာတ်ခွန်အား တိုးပွားစေပါလိမ့်မည်။ ဘာသာရေးသည် သင်၏ကောင်းကျိုးအတွက် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သင်ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာအပေါ် သက်ဝင်ယုံကြည်ရန် သင့်မှာ တာဝန်ရှိသည်။ လူအများ စုပေါင်းပြီး ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုလျှင် ပါဝင်တက်ရောက်ရပါမည်။ အချိန်အနည်းငယ်ပင်ဖြစ်စေ သီလ၊ သမာဓိရှိသူများနှင့် ပေါင်းဖက်လိုက်ရခြင်းက သင့်ကို အကျိုးကျေးဇူးများစွာ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ (စာ–၁၃၁)

* **ပိုက်သဂိုရပ်စ်က ပြောသည်မှာ** "ကမ္ဘာကြီးသည် ပြောင်းလဲနေသော အစဉ်ကြီးသာ ဖြစ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ သင့်စိတ်ကြိုက် ဖြစ်နိုင်သလို တစ်ခါတစ်ရံ သင့်အကြိုက်နှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သင်သာ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်လျှင် အကောင်းဆုံး လုပ်ဆောင်ပါ"ဟူ၍ ဖြစ်သည်။ (စာ–၁၃၁)

* **(ဆုံးရှုံးရင် ဒီလိုတွေး)** ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်စုံတစ်ရာ ဆုံးရှုံးမှုနှင့်ကြုံရသည့်အခါ အောက်ဖော်ပြပါ အကြံပြုချက်ကို သတိရသင့်သည်–

"သင့်ပစ္စည်း၊ ကျွန်ုပ်ပစ္စည်းဟု မပြောပါနှင့်၊ ထိုအရာဝတ္ထု သင့်ထံရောက် လာသည်၊ ကျွန်ုပ်ထံ ရောက်လာသည်ဟုသာ ပြောပါ။ ဤသို့ဆိုလျှင် ဟောင်းနွမ်း သည့်အခါ စိတ်ပျက်ရန်အကြောင်း မရှိနိုင်တော့ပါ။ တောက်ပသည့်အရာအားလုံး မှေးမှိန်ခြင်းနိဂုံးနှင့် ကြုံရစမြဲတည်း"။ (စာ–၁၃၃)

*** (သင့်ငွေကို အများအတွက်သုံးပါ)** ချမ်းသာခြင်းသည် သင်၏လောဘ ကြီးထွားလာမှုအတွက် အဖြည့်ခံပစ္စည်း မဟုတ်ပါ။ သင်ကိုယ်တိုင်သော်လည်း ကောင်း၊ အခြားသူများအတွက်သော်လည်းကောင်း သက်သာချောင်ချိမှုအတွက် အသုံးပြုရန်သာ ဖြစ်သည်။ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်လူတွေ နေထိုင်မှုမြင့်မားလာစေရန် လုပ်ဆောင်ပေးပါ။ ဆင်းရဲသူများ၊ မကျန်းမာသူများနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများအား အကူအညီပေးရန် သင့်ချမ်းသာမှုငွေကို သုံးသင့်လှသည်။ သင့်လူမျိုး၊ သင့် တိုင်းပြည်နှင့် သင်ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာ၊ သာသနာ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် သင့်မှာ တာဝန်ရှိပါသည်။ (စာ–၁၃၃)

*** (ကုသိုလ်အဆောက်အအုံကောင်း)** သင့်ဘဝ၏ နောက်ဆုံးအချိန်သို့ ရောက်ရှိလာသည့်အခါ သင်ပြုခဲ့သည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုများကို ပြန်ပြောင်းသတိရ နိုင်ပါသည်။ မမှန်သောနည်းလမ်းဖြင့် ရရှိထားသော ချမ်းသာခြင်းဖြစ်လျှင် နေသာပါလျက် တိမ်တိုက်က ဖုံးကွယ်ထားသကဲ့သို့ ရှိလိမ့်မည်။ တရားသဖြင့် ရရှိဆောင်းထားသော ချမ်းသာမှုဆိုလျှင် နေဒဏ်မိုးဒဏ်မှ ကောင်းစွာ ကာကွယ် ပေးသည့် အဆောက်အအုံကောင်းကောင်းတစ်လုံး ရရှိထားသကဲ့သို့ ခံစားနိုင် ပါသည်။ (စာ–၁၃၃)

*** (သင်္ချိုင်းကို ကျော်၍ လိုက်ပါသည့်အရာ)** "သင်သေသည့်အခါ သင်၏ပိုင်ဆိုင်မှုအားလုံး ချန်ထားခဲ့ရမည်။ သင့်မိတ်ဆွေများနှင့် သင့်ဆွေမျိုးများ က သင်္ချိုင်းမြေပုံအထိ လိုက်ပို့ပေးလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် သင်သက်ရှိထင်ရှားရှိစဉ်က သင်ပြုလုပ်ထားသည့် ကောင်းမှု၊မကောင်းမှုကံတရားများကမူ သင်္ချိုင်းကို ကျော်၍ သင်နှင့်အတူ လိုက်ပါလာလိမ့်မည်"။ (စာ–၁၃၃)

*** "ရန်သူကို ချစ်ပါ။** အကြောင်းမှာ သူတို့က သင့်အမှားများကို ထောက်ပြ၍ ဖြစ်သည်။ –ဘင်ဂျမင် ဖရင်ကလင်။ (တ–၁၃၇)

*** (စိတ်တိုတာ မကောင်း)** တစ်ခါက ရွာတစ်ရွာတွင် အလွန်စိတ်တိုတတ်သော ဖခင်ဖြစ်သူနှင့် နေရသည့် ရွာသူကြီး တစ်ဦးရှိလေသည်။ ဖခင်ဖြစ်သူသည် အချိန်တိုင်း စိတ်တိုနေတတ်ပြီး သူ့မိသားစုနှင့် သားဖြစ်သူကို ဆူပူကြိမ်းမောင်းလေ့ ရှိသည်။ ထိုဖခင်အို၏ စိတ်တိုခြင်းက တခြားသူများ၏ စိတ်နှလုံးကို မကြာခဏ

ထိခိုက်စေပါသည်။ တစ်နေ့တွင် ရှာသူကြီးသည် သူ့အိမ်ရှေ့တွင် သံကွင်းတစ်ခုကို ချိတ်ဆွဲထားပြီး သူ့ဖခင်ဖြစ်သူက သူ့ကို ဆုပူနေသရွေ့ သံကွင်းကို ရိုက်နှက်ပေးရန် ရွာမှလူငယ်များကို ညွှန်ကြားထားလိုက်သည်။ သံကွင်းကို ရိုက်ခတ်သဖြင့် ထွက်လာသောအသံမှာ ဆူညံလွန်းသဖြင့် နားမခံသာအောင်ရှိတော့သည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ဖခင်ကြီးသည် သူ့အမှားကို နောင်တရပြီး သားအပေါ် ဆူပူကြိမ်းမောင်းမှုကို စွန့်လွှတ်လိုက်တော့သည်။ (စာ-၁၃၈)

*** (ရန်သူရှိတာ မကောင်း)** ရန်သူမရှိစေလိုလျှင် သင့်ကိုယ်တွင်ရှိသော အကြီးဆုံးရန်သူကို အရင်ဆုံး သတ်ရမည်။ ထိုရန်သူသည် သင်၏ဒေါသဖြစ်သည်။ ရန်သူ၏ တိုက်ခိုက်မှုကြောင့် သင်ခံစားရလျှင် သင်သည် ရန်သူ၏ထောင်ချောက်အတွင်း သက်ဆင်းခဲ့ပြီဟု မှတ်ယူသင့်သည်။ သင်သည် သင်နှင့် အလွန်ရင်းနှီးသူ၊ အကူအညီပေးသူ၊ အနီးကပ်နေသူများထံမှသာ သင်ကြားရယူနိုင်သည်ဟု မမှတ်ယူသင့်ပေ။

ရန်သူများထံတွင်လည်း သင်ယူစရာများစွာ ရှိပါသည်။ သင့်ရန်သူဖြစ်တိုင်း မကောင်းသောသူများဟု မမှတ်ယူသင့်ပါ။ ရန်သူဖြစ်သူထံတွင်လည်း ကောင်းသော အရည်အချင်းများ ရှိနိုင်ပါသည်။ ရန်ကို ရန်ချင်းတုံ့နှင်းလျှင် သင့်မှာ ရန်သူမပြတ်ရှိနေမည်ဖြစ်သည်။ ရန်သူများစွာကို ဖိတ်ခေါ်သကဲ့သို့ ရှိလိမ့်မည်။ ရန်သူကို အကောင်းဆုံးသော တန်ပြန်မှုမှာ မေတ္တာထားလိုက်ခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ သင့်သည် ဤကိစ္စကို မဖြစ်နိုင်၊ အဓိပ္ပါယ်မရှိဟု ထင်ကောင်းထင်လိမ့်မည်။ အမှန်မှာ ဤနည်းကို ယဉ်ကျေးသောသူတိုင်းက ထောက်ခံထားပြီးသား ဖြစ်ပါသည်။ (စာ-၁၃၈)

*** တစ်ဝိုတစ်ယောက်သည်** သင့်ကို အလွန်စိတ်ဆိုးနေကြောင်းသိလျှင် အကြောင်းရင်းကို ရှာရမည်။ အကြောင်းရင်းမှာ သင့်အမှားကြောင့်ဟုသိလျှင်သိချင်း အမှားကို ဝန်ခံပြီး တောင်းပန်ရမည်။ အကယ်၍ အကြောင်းကိစ္စသည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက်ကြားနားလည်မှု လွဲမှားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ရသည်ဟုသိလျှင် စိတ်ဆိုးလာသူကို အကျိုးအကြောင်း ရှင်းလင်းပြောကြားသင့်သည်။ ပြဿနာသည် မနာလိုဝန်တိုစိတ်ကြောင့်ဖြစ်လျှင် သူ့ကို မေတ္တာပို့ပေးလိုက်ရုံသာရှိသည်။ သင်၏စိတ်တန်ခိုးဖြင့် ရန်သူအပေါ် အောင်နိုင်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။

*** မေတ္တာတရားသည်** မည်ကဲ့သို့ အလုပ်လုပ်သွားသည်ကို သင်သိရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ သို့ရာတွင် အတွေ့အကြုံ ရင့်ကျက်နေသူအားလုံးက ဤနည်းသည် တန်ခိုးကြီးမားပြီး ဉာဏ်ပညာပြည့်ဝကာ လိုက်နာရန် အလွယ်ကူဆုံးဖြစ်ကြောင်း

သက်သေပြခဲ့ကြသည်။ မေတ္တာတရားသည် ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်တွင် အမြင့်မားဆုံး သတ်မှတ်ထားသည့် တရားတော်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ကျင့်သုံးရန်မှာ သင်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ပြီး စိတ်ရှည်သည်းခံနိုင်ရန်တော့ လိုအပ်သည်။ သင်ကိုယ်တိုင် ထိုသို့ ကျင့်ကြံလျှင် ရန်သူသည် သူ့အမှားကို သူ့ဘာသာ သိသွားပါလိမ့်မည်။ အဓိကအားဖြင့် သင့်ရင်တွင်း၌ ရန်သူမရှိတော့ခြင်းသည် သင့်အတွက် ဆုလာဘ်တစ်ပါးဖြစ်တော့သည်။ 'သင်မကြိုက်သော ကိစ္စဖြင့် သူတစ်ဖက်သားကို ဒုက္ခမပေးသင့်'။ (စာ-၁၃၈-၉)

*** (ဘက်လိုက်ခြင်း မရှိပါစေနှင့်)** သင်သည် စိတ်မကြည်လင်သည့်အခါ သို့မဟုတ် စိတ်ဆိုးနေသည့်အခါ ကိစ္စတစ်ရပ်ကို အလျင်အမြန်ဆုံးဖြတ်ရန် မသင့်ပေ။ ထိုအချိန်မျိုးတွင် ချမှတ်လိုက်သော ဆုံးဖြတ်ချက်အတွက် တစ်နေ့တွင် သင်နောင်တရလိမ့်မည်။ ဦးစွာ စိတ်ကိုတည်ငြိမ်အောင်ထားပြီး စဉ်းစားရပါမည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်လျှင် ဘက်မလိုက်သော ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ချမှတ်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ စိတ်ရှည်သည်းခံနိုင်မှုကို ပျိုးထောင်လျှင် သူတစ်ပါး၏ အခက်အခဲကို သင်ကိုယ်ချင်းစာနိုင်ပါလိမ့်မည်။

\- မလိုလားအပ်သော ဝေဖန်မှုကို ရှောင်ရှားပါ။ အလွန်သိမ်မွေ့သော လူသားတစ်ယောက်ပင်ဖြစ်ငြား လုံးဝအပြစ်ကင်းသူတစ်ဦး မဖြစ်နိုင်ကြောင်း သဘောပေါက်ပါစေ။ သင့်အိမ်နီးနားချင်း၌ရှိသည့် အားနည်းချက်မျိုး သင့်တွင်လည်း ရှိနေပါသည်။ "**သင့်အိမ်တွင် မှန်ပြတင်းပေါက်များ ရှိနေလျှင် တခြားသူများကို ခဲနှင့်မပစ်ပေါက်ပါနှင့်**"ဟု ဆိုရိုးစကားရှိပါသည်။ နိမ့်ချခြင်းဆိုသည့် သဘောမှာ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်စဉ်နှင့် အနာဂတ်တွင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မှုကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်ခြင်းဟု ပညာရှိတို့ သတ်မှတ်ကြပါသည်။

\- "ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည်သာသနာတော်ကို စတင်ထူထောင်စဉ်က မင်းညီမင်းသားတစ်ယောက်၏ အဆင့်အတန်းကို ရက်ကြောက်ဖွယ် ကိစ္စတစ်ရပ်အဖြစ် စွန့်လွှတ်ခဲ့ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားသည် သူ၏သက်တမ်းအတွင်း သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရရှိခဲ့သော်လည်း သဘာဝတရားနှင့် ကင်းလွတ်ပြီး ထူးကဲသော လူသားဟု မိန့်တော်မူခဲ့ခြင်း မရှိပါ။ ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်များမှာ သဘာဝအတိုင်းသာ ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သက်တမ်းတစ်လျှောက် အနိမ့်ချဆုံးနေထိုင်ခဲ့ပြီး လူသားတို့အပေါ် ကြင်နာသနားမှု အပြည့်အဝ ထားရှိနိုင်ခဲ့ပါသည်။

\- လူသားတစ်ယောက်အဖြစ် ရပ်တည်နေချိန်တွင် အနာဂတ်အတွက် စိုးရိမ်ပူပန်ပြီး အတိတ်အကြောင်းများအတွက် ပူဆွေးနေလျှင် ထိုသူကို မြင့်မြတ်

သော သူတစ်ဦးအဖြစ် သတ်မှတ်ရန်မဖြစ်နိုင်ပါ။ ထိုသူသည် စိတ်နေသဘောထား မမှန်ကန်သူတစ်ဦး ဖြစ်သွားပြီး သူ့ဘာသာ နိမ့်ကျသူတစ်ဦးအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။ အသက်ရှင်နေသမျှ ကောင်းသော စိတ်မွေးပြီး ကောင်းသောအလုပ်ကို လုပ်နေဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ တန်ဖိုးရှိသော အချိန်များကို ဖြုန်းတီးပစ်ခြင်းဖြင့် သင်ကိုယ်တိုင်ရော သူတစ်ပါးကိုပါ ထိခိုက်နစ်နာစေပါသည်။

– သင်သည် တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ကြင်နာသော စကားများဖြင့် အားပေးခြင်း၊ သူနှင့်အတူ ရပ်တည်ပေးခြင်း၊ သင့်မှာရှိသမျှ ပစ္စည်းလေးဖြင့် ထောက်ပံ့ခြင်းစသည်တို့ ပြုနေသမျှ သင်သည် လူသားမျိုးနွယ်အတွက် တန်ဖိုးရှိသူတစ်ဦး ဖြစ်နေပေလိမ့်မည်။ (စာ–၁၄၀)

*** (ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်လိုလျှင်)** ပျော်ရွှင်စွာနေထိုင်လိုလျှင် လုပ်စရာရှိသည်ကို ချက်ချင်းလုပ်ကိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။ အနာဂတ်အတွက် စိုးရိမ်ပူပန်နေခြင်း၊ အတိတ်ကို ဆွေးမြည့်ခံစားနေခြင်း မရှိဖို့ အရေးကြီးသည်။ အတိတ်ကို ပြုပြင်၍ မရနိုင်သကဲ့သို့ အနာဂတ်ကို ပုံဖော်၍လည်း မရနိုင်ပေ။ သတိကို ထိန်းကျောင်းပြီး အလုပ်လုပ်နိုင်သည့် အချိန်တစ်ချိန်သာ ရှိသည်။ ထိုအချိန်သည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်သည်။

– လူအများသည် အနာဂတ်အတွက် ပူပန်နေလေ့ရှိကြသည်။ ထိုသူများသည် အခြေအနေအရပ်ရပ်ကို မှန်ကန်စွာ သုံးသပ်နိုင်ရန် သင်ယူထားရန် လိုအပ်သည်။ သူတို့တွင် စိတ်ကူးယဉ်မှုမည်မျှ ကြီးမားပါစေ၊ အိပ်မက်သံသရာမှာ မည်မျှနစ်နေပါစေ အစဉ်သဖြင့် ပွတ်တိုက်၍ ပြောင်းလဲနေသော လောကကြီးတွင် နေထိုင်လျက်ရှိကြောင်းကို သတိမူကြရန် အရေးကြီးလှသည်။ (စာ–၁၄၃)

*** (ဝေဖန်ခံရမည်ကို မစိုးရိမ်နှင့်)** "အချိုကြောင့် ရောဂါရစေပြီး အခါးကြောင့် သက်သာရာ ရစေသည်"စကား ရှိပါသည်။ ချီးမြှောက်ခြင်းသည် နားဝင်ချိုသော်လည်း လွန်ကဲသွားလျှင် ထိခိုက်မှုဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ဝေဖန်ခြင်းသည် ဆေးခါးကြီးဖြစ်သော်လည်း ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါသည်။ ဝေဖန်ခံရမည်ကို မစိုးရိမ်လင့်။ စိတ်ရှည်သည်းခံနိုင်သည့် သတ္တိကို မွေးရမည်။"

– "အခြားသူများ၏ အရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်မှုကို မြင်ရခြင်းသည် မိမိကိုယ်တိုင်၏ စရိုက်သဘာဝကို ထင်ဟပ်ပြနေခြင်းဖြစ်သည်။

– လူတစ်ယောက်၏ဘဝ အခြေအနေနှင့် သူကျင်လည်ရာ ကမ္ဘာသည် သူ၏ အတွေးအခေါ်နှင့် ယုံကြည်ချက်များ၏ ထင်ဟပ်ချက်သာ ဖြစ်သည်။ လူတို့သည် သူတို့ကိုယ်တိုင်၏ ကြည့်မှန်များဖြစ်သည်။ ကောင်းမှုဆိုးမှုအားလုံး သူတို့ကိုယ်၌သာ တည်ရှိကြသည်။ ပြင်ပရုပ်ဆင်းသဏ္ဌာန်ပေါ်ကြည့်၍ လူ

တစ်ယောက်၏ စရိုက်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်းငှာ မစွမ်းသာချေ။ ရုပ်ဆိုးသူ တစ်ယောက်သည် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အခြေခံပြီး ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုလျှင် ထိုမေတ္တာကြောင့် အောင်မြင်မှုနည်းလမ်းများ၊ပျော်ရွှင်မှု၊ကြင်နာမှုနှင့်သိမ်မွေ့မှုတို့ကို ဆောင်နှင်းနိုင်ပါသည်။ထိုဆွဲဆောင်မှုကြောင့် ထိုသူ၏သဏ္ဌာန်တွင် အားနည်းချက်များကို ကာကွယ်ပေးပြီးသား ဖြစ်သည်။ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လျှင် ရုပ်ရည်သန့်ပြန့်သူ တစ်ယောက်သည် စကားအလွန်များပြီး မာနထောင်လွှားနေလျှင် သူ့တွင်ဆွဲဆောင်အားအလွန်ကင်းမဲ့ပြီး သူ့ဘာလုပ်လုပ် ငြင်းပယ်ခြင်းခံရဖို့ သေချာလှပေသည်။ စိတ်ထားမြင့်မြတ်ခြင်းသည် အလှတရားစစ်စစ် ဖြစ်သည်။ ထိုအရာတွင် ထူးခြားသော အရည်အသွေးများနှင့် ဆွဲဆောင်မှုအပြည့် ရှိနေမြဲဖြစ်သည်။ (စာ- ၁၄၄)

*** (ဗဟုသုတနှင့် အသိပညာ)** အသိပညာသည် ဗဟုသုတမဟုတ်ပေ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဗဟုသုတကို နားထောင်ခြင်း၊ ဖတ်ရှုခြင်း၊ လေ့လာခြင်းတို့ဖြင့် ရရှိနိုင်သော်ငြား ထိုအရာသည် အသိပညာကား မဟုတ်ပေ။ အသိပညာဟူသည် စိတ်တွင်း၌ အတားအဆီးများ ကင်းဝေးပြီး ဖြူစင်နေသည့်အခါ၌သာ ပေါ်ပေါက်လာနိုင်သည့်အရာ ဖြစ်သည်။

- ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် သင်ကြားမှုဖြင့် ဗဟုသုတကြွယ်ဝနေသူများစွာရှိပါသည်။ ဝမ်းနည်းစရာကောင်းသည်မှာ သူတို့မှာ ပညာရှိများ မဟုတ်ကြခြင်းဖြစ်သည်။ များစွာသောသူတို့သည် ဉာဏ်ပညာထက်မြက်သော်လည်း သူတို့၏အပြုအမူအနေအထိုင်သည် ကိုးကြောင်းဆီလျော်ခြင်းမရှိ၊ စိတ်တိုတတ်ပြီး တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ကြသည်။ မိမိအတွက်သာကြည့်ပြီး စိတ်ထိလွယ်ကာ မနာလိုဝန်တိုစိတ်၊ လောဘစိတ်နှင့် ရန်မူလိုသောစိတ်တို့ဖြင့် ပြည့်လျှမ်းနေတတ်ကြသည်။ ဉာဏ်ပညာထက်မြက်သူအချို့သည် ပညာရှိဖြစ်ရမည့်အစား ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသူများ ဖြစ်နေကြသည်။
- အချို့သောသူများသည် သနားကြင်နာတတ်ပြီး စိတ်ရှည်သည်းခံနိုင်၍ ကောင်းသောအရည်အချင်းများစွာကို ပိုင်ဆိုင်ကြသော်လည်း အသိပညာကင်းမဲ့နေသဖြင့် မကောင်းသောသူများ၏ ဆွဲဆောင်မှုနောက်သို့ အလွယ်တကူ ပါသွားတတ်ကြသည်။ မှန်မှန်ကန်ကန် နားလည်မှုမရှိဘဲ ရက်ရောမှုလွန်ကဲလျှင် ကျွန်ုပ်တို့အပေါ် လူအချို့က မှားယွင်းသော အခွင့်အရေးမျိုး ယူသွားနိုင်သဖြင့် ဒုက္ခရောက်တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အသိပညာနှင့် ကောင်းသောစရိုက်လက္ခဏာများ အတူယှဉ်တွဲ၍ သွားနေဖို့ အရေးကြီးသည်။ (စာ-၁၇၅)

*** (လူကြီးမှာ‌း နားထောင်ဖို့လို)** မြတ်ဗုဒ္ဓက ဘဝဟူသည် ခံစားရခြင်း

ဖြစ်ကြောင်းနှင့် လူငယ်များ သဘာဝတရားတည်ရှိမှုအကြောင်း နားလည်စေရန် ရှင်းလင်းဟောကြားခဲ့ပါသည်။ လူကြီးများတွင် ထိုအသိတရားရှိပြီးဖြစ်၍ လူကြီး စကားနားထောင်သော လူငယ်သည် အမှားပေါင်းများစွာ ရှောင်ရှားနိုင်ပါသည်။

– ဥပမာတစ်ခုရှိပါသည်။ ငါးအုပ်တစ်အုပ်သည် ရေထဲတွင် ကူးခတ်နေခိုက် ထူးခြားသည့် အစားအသောက်တစ်ခုကို တွေ့ရှိလိုက်ကြသည်။ ထိုအရာသည် တံငါသည် ချထားသော ငါးဖမ်းသည့် မြှုံးတစ်လုံးဖြစ်သည်။ ထိုအခါ ငယ်ရွယ်သော ငါးကလေးများက မြှုံးအတွင်းသို့ဝင်ပြီး လေ့လာစူးစမ်းလိုကြသည်။ ငါးကြီးများက ထိုအရာသည် အလွန်အန္တရာယ်ကြီးမားသော ထောင်ချောက်ဖြစ်၍ အထဲသို့ မဝင်ရန် တားမြစ်သည်ကို ငါးကလေးများက လက်မခံဘဲဝင်ကြည့်သဖြင့်ငါးအချို့ မြှုံးအတွင်း၌ ပိတ်မိသွားရသည်။

– သင်ခန်းစာမှာ အချို့သောကိစ္စများကို အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားနိုင်ရန်အတွက် လက်တွေ့လုပ်မကြည့်ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ လူကြီးစကားကို လူငယ်များ လိုက်နာသင့်ကြသည်။ ဘာသာရေးဘက်မှကြည့်လျှင် ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမများကို နာခံရန် အရေးကြီးသည်။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်သိကိုယ်တတ် အယူအဆဖြင့် လူကြီး သူမများ၏ ဆုံးမစကားကို ပစ်ပယ်ရန်မသင့်ကြောင်း လူငယ်များ သဘော ပေါက်ကြရမည်။ ဘဝနှင့်ပတ်သက်လျှင် လူငယ်များ၏ လေ့လာထားမှုကြောင့် ရရှိသော အသိတရားသည် လူကြီးများ၏ ကိုယ်တွေ့၊ အတွေ့အကြုံမှ ရရှိ ထားသော သင်ခန်းစာနှင့် မယှဉ်သာကြောင်း သဘောပေါက်ထားရမည်။ ထို့ကြောင့် မိဘက သားသမီးကို လုပ်သင့်သောအရာနှင့် မလုပ်သင့်သောအရာ ခွဲခြားပြီး သွန်သင်ဆုံးမနေခြင်းဖြစ်သည်။ လူငယ်များသည် လူကြီးများ၏ ဆိုဆုံးမမှုကို ပစ်ပယ်လိုက်ပြီးနောက် သူတို့ထင်ရာမြင်ရာ အမှန်တရားဟု ထင်မှတ်ပြီး ရှေ့တိုးလုပ်ဆောင်တတ်ကြသည်။ (စာ–၁၅၀)

*** (ပြဿနာပေါ်တိုင်း ထွက်ပြေးခြင်းသည် ပြဿနာ၏အဖြေမဟုတ်)**

တစ်နေ့သောအခါ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် တပည့်သာဝကများနှင့်အတူ ရွာ တစ်ရွာသို့ ရောက်ရှိသွားကြသည်။ ထိုအခါ ရွာသားအချို့သည် ဗုဒ္ဓဘုရားအား စိတ်ဆိုးနေကြောင်း တွေ့ရှိလိုက်၏။ ထိုရွာသားများက ဗုဒ္ဓဘုရားအား ဆူပူ ကြိမ်းမောင်းသည့်အခါ တပည့်သာဝကများက ထိုရန်ပြုမှုကို ရှောင်ရှားရန်အတွက် အခြားတစ်ရွာသို့ ထွက်ခွာသွားရန် ဘုရားရှင်အား လျှောက်ထားကြသည်။ ထိုအခါ ဘုရားရှင်က "အခြားနေရာသို့ ပြောင်းသွားခဲ့လျှင်လည်း ဒီလိုပြဿနာမျိုး မရှိ နိုင်ကြောင်း အာမခံချက်ရှိသလား"ဟု သာဝကများအား မေးမြန်းတော်မူပါသည်။

ထို့နောက် ဘုရားရှင်က ဆက်လက်မိန့်ကြားသည်မှာ "အနှောက်အယှက်ရှိတိုင်း ထွက်ပြေးခြင်းသည် ပြဿနာ၏အဖြေ မဟုတ်ပေ။ ငါတို့တွင် အပြစ်မရှိကြောင်း ဖြူစင်သန့်ရှင်းသည့်စိတ်ရှိလျှင် စွပ်စွဲမှုအားလုံး ပျက်ပြယ်သွားလိမ့်မည်။ သူတို့ကျေနပ်အောင် ပြောဆိုစွပ်စွဲပြီးသည့်အထိ ငါတို့ စိတ်ရှည်သည်းခံဖို့ လိုအပ်သည်"ဟု ဖြစ်ပါသည်။ နောက် အရက်အနည်းငယ် ကြာသည့်အခါ သူတို့ ဆူပူကြိမ်းမောင်းသော်လည်း မြတ်စွာဘုရားနှင့် တပည့်သာဝကများထံမှ တစ်စုံတစ်ရာ တုန့်ပြန်မှုမရှိသည့်အခါ ရွာသားများသည် သူတို့ကျူးလွန်သည့် စော်ကားမှုကို ရပ်ပစ်လိုက်ကြသည်။

- တချို့သောသူများသည် တစ်စုံတစ်ခုသောဖြစ်ပေါ်မှုကို ကြားသိရသည့်အခါ ပြဿနာကြီးတစ်ရပ်ဟု မှတ်ယူလိုက်ကြသည်။ တချို့က အမှုမထား၊ မသိမသာ နေလိုက်ကြသည်။ တချို့က မလိုအပ်သော ကြောက်ရွံ့မှုနှင့် စိုးရိမ်မှုဖြင့် ပြဿနာကို လက်ခံကြသည်။ တချို့က သင်ခန်းစာယူစရာဖြစ်ရပ်ဟု မှတ်ယူကြသည်။ တချို့က ရယ်စရာတစ်ခုအဖြစ်သာ သဘောထားသည်။ တချို့က မှတ်ချက်ပေးပြီး ရှုတ်ချကြသည်။

- ဤနေရာတွင် ပြဿနာတစ်ရပ်ကို လူအမျိုးမျိုးက သူတို့စိတ်နေသဘောထားအလျောက် အမျိုးမျိုးခံယူကြပုံကို သင်သိရှိနိုင်ပါသည်။ ပြဿနာအားလုံးသည် ကျွန်ုပ်တို့စိတ်တွင်းက ဖန်တီးခြင်းသာဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်ပိုင်စိတ်ထားကို စိတ်ရှည်ခြင်း၊ သည်းခံခြင်းနှင့် နားလည်ခြင်းများ ရှိစေဖို့ လေ့ကျင့်ပြီးသား ဖြစ်နေလျှင် ဖြစ်စဉ်အပေါ် ပြဿနာကြီးတစ်ရပ်ဟု လက်ခံရန်အကြောင်း မရှိနိုင်တော့ပေ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြဿနာများလည်း ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် ဖန်တီးမှုသာ ဖြစ်သည်။ တခြားသူ၏ ပယောဂကြောင့် ဖြစ်ရခြင်း မဟုတ်ပေ။ (စာ-၁၅၁)

*** (လူသား၏ ထူးခြားသော အဆင့်အတန်း)** သက်ရှိလောကတွင် လူသားသည် အမြင့်ဆုံးဖြစ်ကြောင်း လူသားများကိုယ်တိုင် မေ့လျော့နေကြသည်။ မြတ်စွာဘုရားသည် လူသားမျိုးနွယ်ဝင် ဖြစ်သည်။ တချို့က လူသား၏ဘဝသည် နိဗ္ဗာန်ဘုံနှင့် ငရဲအကြားတွင် ရှိသည်ဟု ဆိုကြသည်။ အကြောင်းမှာ လူသား၏ စိတ်သည် အလွန်ထက်မြက်၍ ဖြစ်သည်။ လူသား၏စိတ်သည် ကောင်းမှုဘက်သို့ လိုက်စားလျှင် နိဗ္ဗာန်အထိ ရောက်နိုင်ပြီး၊ မကောင်းမှုဘက်သို့ ပါသွားလျှင် ငရဲ၌ ခံစားရတတ်ပါသည်။ အကြင်နာတရားရှိပြီး တာဝန်သိတတ်မှသာ လူသားစစ်စစ် ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ တရုတ်တွေးခေါ်မှုတစ်ရပ်က အောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ဆိုထားသည်-

"မာနကြီးသူသည် နိဗ္ဗာန်ကို မမြင်နိုင်။

မနာလိုဝန်တိုစိတ်ရှိသူသည် အိမ်နီးနားချင်းကို မမြင်နိုင်။

အမျက်ဒေါသထွက်နေသူသည် သူ့ကိုယ်သူပင် မမြင်နိုင်"

– လူသားသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ကင်းကွာ၍ မရကြောင်း ဂရိတွေးခေါ်ရှင် တစ်ဦးကလည်း အောက်ပါအတိုင်း မှတ်တမ်းတင်ခဲ့သည်–

"အထီးကျန်နေထတ်သူသည် အကူအညီကင်းမဲ့လျက် ရှိသည်။

လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း နေထိုင်သူသည် ပေါင်းစည်းအင်အားကို ရစမြဲဖြစ်သည်။

အဖွဲ့အစည်းမရှိလျှင် လူသားသည် လူသားအဖြစ် ရပ်တည်ခြင်းငှာ မတတ်နိုင်။

သဘာဝတရားနှင့် နေနိုင်သူသည် လူသားသာ ဖြစ်သည်။"

– ဗုဒ္ဓတရားတော်တွင် အာရုံငါးပါးကို ဖြစ်စေသည့်အရာများကို ထိန်းသိမ်းပြီး စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင် ထားနိုင်သူသည် လောကတွင် စစ်မှန်သော ငြိမ်းအေးမှုကို ရရှိနိုင်ပြီး ထိုအရာများ ထကြွကာ ဒုက္ခပေးနေလျှင် ငရဲကျသကဲ့သို့ ခံစားရမည် ဖြစ်ကြောင်း ဟောကြားညွှန်ပြထားပါသည်။ (စာ–၁၅၄)

*** သူ့ကိုယ်သူ ကူညီမှုမရှိသူများအား** အကူအညီပေးရန် ကြိုးစားလျှင် အချည်းနှီးသာ ဖြစ်လိမ့်မည်။ သူကိုယ်တိုင် ဆန္ဒမရှိသူတစ်ဦးအား လှေကားတစ်စင်းဖြင့် အပေါ်သို့တက်သွားရန် သင်တွန်းအားပေး၍ မရနိုင်ပေ" (အင်ဒရူးကာနက်ဂျီ)။

– နှလုံးသားဖြူစင်လျှင် အကျင့်စာရိတ္တကောင်းလိမ့်မည်။ အကျင့်စာရိတ္တကောင်းလျှင် အိမ်တွင်း၌ အဆင်ပြေလိမ့်မည်။ အိမ်တွင်း၌ အဆင်ပြေလျှင် လူမျိုးတစ်မျိုးလုံး စည်းကမ်းတကျ ရှိလိမ့်မည်။ တစ်မျိုးသားလုံး စည်းကမ်းရှိလျှင် ကမ္ဘာကြီးငြိမ်းချမ်းသာယာလိမ့်မည်။ (စာ–၁၅၅)

*** (အကြင်နာဖြင့် အမှန်ပြော၍ ပြုပြင်ပါ)** ကမ္ဘာပေါ်တွင်ရှိသော လူတိုင်းအား မှန်ကန်သော လမ်းကြောင်းပေါ်ရောက်ရှိရန် လိုက်၍ပြုပြင်နေလျှင် သင်သည် မည်သည့်အခါမျှ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရရှိမည်မဟုတ်ပေ။ ထို့အတူ လမ်းကြောင်းတစ်ခု ဖြောင့်ဖြူးသွားစေဖို့ ရှိရှိသမျှ ကျောက်ခဲနှင့်ခလုများကို ရှင်းပစ်ခြင်းငှာ သင်စွမ်းဆောင်နိုင်လိမ့်မည် မဟုတ်ချေ။ ကမ္ဘာပေါ်တွင်ရှိသော စိုးရိမ်ထိတ်လန့်ဖွယ်များကို ဖယ်ရှားပစ်ရန် မဖြစ်နိုင်သည့်အလျောက် အာရုံငါးပါးကို သတိထားနေမှသာ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရနိုင်ပါလိမ့်မည်။ <u>လူဆိုးများအား ပြုပြင်ရန် နည်းလမ်းများစွာ ရှိပါသည်။ သူတို့ကို လူရှေ့သူရှေ့တွင် ဝေဖန်ခြင်း၊ ပြစ်တင်ခြင်း၊ အော်ဟစ်</u>

ဝေါက်ငန်းခြင်းတို့ဖြင့် သူတို့၏ အမှားများကို ပြုပြင်ပေးနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် မီးလောင်ရာလေပင့်သည့်သဘောသာ ဖြစ်သည်။

– သင်သည် ထိုမှားယွင်းနေသူများအား ပညာပါပါ စကားပြော၍ သူတို့၏ အမှားများကို ထောက်ပြမည်ဆိုလျှင် သူတို့သင့်စကားကို နားထောင်လာပါလိမ့်မည်။ ထို့ပြင် တစ်နေ့သောအခါ သင်၏ဦးဆောင်မှုနှင့်ကြင်နာသနားတတ်မှုတို့အတွက် သင့်ကို ကျေးဇူးတင်လာပါလိမ့်မည်။ "**ရှည်လျားလှသော အငြင်းပွားမှု၏ သဘောမှာ နှစ်ဘက်စလုံး မှားနေခြင်းဖြစ်သည်**" –ဗောလ်တဲ။ (စာ–၁၅၆)

*** (သင့်အလုပ်ကို သင်လုပ်ပါ)** သူတစ်ပါးကို အပြစ်တင်နေမည့်အစား ကိုယ့်အလုပ်ကို ကိုယ်လုပ်နေခြင်းသည် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။

– "တစ်စုံတစ်ယောက်၏ အမှားများ၊ သို့မဟုတ် မပြီးပြတ်သောကိစ္စများအတွက် အပြစ်မတင်သင့်သော်လည်း သူစေတနာအလျောက် ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုကိုမူ အသိအမှတ်ပြုသင့်သည်"

– "အစဉ်သဖြင့် သူတစ်ပါးအပေါ် အပြစ်မြင်၍ မကျေမနပ်ဖြစ်နေတတ်သော သူသည် သူကိုယ်တိုင်၏ ဖောက်ပြန်မှုများ တိုးပွားနေခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသို့ဆိုလျှင် သူကိုယ်တိုင်၏ ဖောက်ပြန်မှုကို နှိမ်နင်းရန် အလွန်ခက်ခဲပေလိမ့်မည်"

– "တခြားသူများအပေါ် အပြစ်ရှာရန် အလွန်လွယ်ကူပါသည်။ သို့သော် ကိုယ့်အပြစ်ကို ကိုယ်တိုင်ရှာရန်မှာ အလွန်ခက်ခဲသော အလုပ်ဖြစ်သည်။တခြားသူများ၏ အပြစ်ကို စပါးခွံလေ့သကဲ့သို့ ကွဲပြားထင်ရှားစေရန် ပြုလုပ်နိုင်သော်လည်း ကိုယ်ပိုင်အပြစ်ကိုမူ ကြွေမွတတ်သည့်ပန်းပွင့်ကို သိမ်းထားသကဲ့သို့ ယုယုယယ ထားတတ်ကြသည်" (ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်၏ ဟောကြားချက်များ ဖြစ်ပါသည်)

–ပြစ်တင်ခြင်းနှင့် ဝေဖန်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်သူဟူ၍ မရှိပေ။ ထို့ကြောင့် မြတ်ဗုဒ္ဓက "လူတို့သည် တခြားသူများကို ပြစ်တင်ဝေဖန်ကြ၏။ ဆိတ်ဆိတ်နေသူလည်း အပြစ်တင်ခံရ၏။ စကားနည်းသူနှင့် စကားများသူလည်း မလွတ်။ ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်း မခံရသူဟူ၍ မရှိပေ"ဟူ၍ မြတ်ဗုဒ္ဓ မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

– သင့်ကို ဝေဖန်သူတိုင်း သင့်ရန်သူမဟုတ်ကြောင်း သတိပြုရမည်။ မမြင်နိုင်သော သင်၏အားနည်းချက်များကို ထောက်ပြသည့် ဝေဖန်ချက်မျိုးဆိုလျှင် အကျိုးရှိစွာ အသုံးချသင့်သည်။ ဝေဖန်မှုကြောင့် သင့်ကောင်းသောလုပ်ငန်းများကို ရပ်မပစ်လိုက်ပါနှင့်။ သင့်အားနည်းချက်ကို သင်ကိုယ်တိုင် ဝန်ခံနိုင်မည်ဆိုလျှင်အောင်မြင်မှုအတွက်သင့်မှာ အသိပညာခွန်အားတစ်ရပ် ရှိနေပြီဖြစ်သည်။(စာ–၁၅၇)

*** "လူသားသည် သုခဘဝကို မည်သည့်အခါမျှ ကျေနပ်သည်ဟူ၍ မရှိပေ"။** ဤအဆိုအမိန့်က လူသားတို့၏ အတွင်းစိတ်ဓာတ်သဘောကို ပြဆိုလျက်ရှိ၏။ (စာ–၁၅၇)

*** (အိန္ဒိယဝေလေ့တစ်ရပ်)** စိတ်မကောင်းစရာ အဖြစ်အပျက်တစ်ခုအိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ အိန္ဒိယတောအရပ်ဒေသတွင် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လွှမ်းမိုးနေသော ဓလေ့မှာ ကလေးဘဝ၌ လက်ထပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ အမျိုးသမီးငယ်လေးတစ်ဦး ပြောပြသည်မှာ "ကျွန်မလက်ထပ်တော့ ကျွန်မအသက်က ငါးနှစ်ပဲ ရှိသေးတယ်။ ကျွန်မ တစ်ခါမျှ မမြင်ဖူးသော သတို့သားက ဆယ့်သုံးနှစ်သားပါ။ လက်ထပ်ပြီး တစ်လအကြာမှာ သူသေဆုံးသွားတော့ ကျွန်မ မုဆိုးမ ဖြစ်ကျန်ခဲ့တယ်"ဟု ဖြစ်သည်။ (စာ–၁၆၅)

* **"အသိတရားမပါသော အချစ်နှင့် အသိမပါသော အချစ်တရားတို့ဖြင့် သာယာသော ဘဝတစ်ခုကို တည်ဆောက်နိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်။"**

–ဗြိတိသျှတွေးခေါ်ပညာရှင် ဘာထရန်ရပ်ဆဲလ်။ (စာ–၁၆၇)

*** (ဆေးစွမ်းကောင်းနှင့် အားဆေးတစ်ခွက်)** ယနေ့ သန်းကြွယ်သူဌေးဖြစ်နေသော သင်သည် မနက်ဖြန်တွင် သူတောင်းစားတစ်ယောက် ဖြစ်သွားနိုင်သည်။ ယနေ့ သင်သည် အလွန်လှပ ကျန်းမာနေသော်လည်း မနက်ဖြန်တွင် အလှအပနှင့် ငယ်ရွယ်ခြင်းတို့ ပျက်သုဉ်းသွားနိုင်သည်။ ထိုနည်းတူစွာ သင်က ပြုထားသည့် ကုသိုလ်ကံအလျောက် ဆင်းရဲခြင်းနှင့် ရောဂါခံစားနေရခြင်းများလည်း ကုန်ဆုံးသွားနိုင်ပါသည်။ ထိုအကြံပြုချက်သည် ကျွန်ုပ်တို့ခံစားနေရသည့် စိတ်ဝေဒနာများကို ကုစားနိုင်သည့် ဆေးစွမ်းကောင်းတစ်လက်လည်း ဖြစ်ပါသည်။ တွေးခေါ်မှု အားနည်းသူများအတွက်လည်း အားဆေးတစ်ခွက် ဖြစ်သည်။ **"အင်အားသည် ကာယစွမ်းရည်မှ လာခြင်းမဟုတ်၊ အနိုင်မခံ အရှုံးမပေး စိတ်ဓာတ်မှ လာခြင်းဖြစ်သည်"** –မဟာတ္တမဂန္ဒီ။ (စာ–၁၇၀)

*** (အတွေးလွတ်လပ်မှ စိတ်စွမ်းအင် တိုးတက်မည်)** **"သင်သည် လူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လိုလျှင် ဦးစွာ လူဆိုးတစ်ယောက် ဖြစ်သွားနိုင်သည့် အခြေအနေရှိကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်ထားရန် လိုအပ်သည်"**။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုသည် လွတ်လပ်သော တွေးခေါ်မှုရှိမှသာ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ အတွေးအခေါ်များများလွှမ်းမိုးနေသည်ဆိုလျှင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုမရှိနိုင်ပေ။ အတွေး၏လွတ်လပ်မှုသည်စိတ်စွမ်းအင်ကိုတိုးတက်စေပြီး တစ်ယူသန်စိတ်ထားသည် တိုးတက်မှုကို ပိတ်ထားပြီးသား ဖြစ်သည်။ တစ်ယူ

သန့်စိတ်ကြောင့် စိတ်ရှည်သည်းခံမှုကို ဆုံးရှုံးကြရသည်။ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တခြားလူရှိနေသည်ကို သိရှိရန် လိုအပ်သည်။ (စာ-၁၇၁)

*** (လူသားသည် အမြတ်ဆုံး)** ဗုဒ္ဓတရားတော်တွင် လူသည် သက်ရှိအားလုံးတို့အနက် အမြင့်မြတ်ဆုံး ဖြစ်သည်။ နတ်ပြဟ္မာတို့ထက်လည်း သာလွန်သောအခြေအနေတွင် ရှိသည်။ အကြောင်းမှာ နတ်ပြဟ္မာတို့သည် သူတို့၏ အတိတ်ဘဝက ပြုခဲ့သော ကောင်းမှုကြောင့် လက်ရှိဘဝတွင် ယာယီအားဖြင့် စံစားနေရခြင်းဖြစ်သည်။ လူသားသည် လက်ရှိရထားသော ဘဝထက် ပိုမိုမြင့်မြတ်သည့်အဆင့်သို့ ရောက်ရှိရန် လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် အခွင့်အလမ်းကို ရရှိထားပြီးဖြစ်သည်။ လူသားသည် သူ့ကြမ္မာကို သူကိုယ်တိုင် ဖန်တီးနိုင်ခွင့် ရှိသည်။ သူ၏စိတ်စွမ်းအင်သည် ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံးကို အောင်နိုင်သည်အထိ တန်ခိုးထက်မြက်ပေသည်။ သို့ရာတွင် ထိုသို့စွမ်းဆောင်နိုင်ရန်သူ၏အတွင်းနှင့် အပြင်လောကကိုစိုးမိုးချုပ်ကိုင်ထားသည့် ကံတရား၏ သဘောသဘာဝကိုမူ ကောင်းစွာနားလည်သွားရန် လိုအပ်သည်။ (စာ-၁၇၂)

*** "သဘာဝတရားနှင့် ထပ်တူကျစေ၍** နေထိုင်သူများသည် စိတ်ရောကိုယ်ပါဆင်းရဲခြင်းဒုက္ခနှင့် မလွဲမသွေ တွေ့ကြုံရမည်သာ ဖြစ်သည်" (စာ-၁၇၉)

* "များစွာသော လူတို့သည် မျက်စိပွင့်သွားရန်အတွက် အရက်ဆိုင်သို့သွားခဲ့ကြပြီး မျက်စိပိတ်၍ ပြန်ထွက်လာကြသည်" (စာ-၁၈၂)

*** "သင်ကိုယ်တိုင် ကောင်းသောအမှုပြုလျှင်** သင်သည် တခြားသူများအတွက် လူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်သည်။ သင်သည် တခြားသူများအပေါ်၌ ကောင်းလျှင် သင့်ကိုယ်သင်လည်း ကောင်းပြီးသား ဖြစ်သည်" (စာ-၁၈၃)

*** (စိတ်ရှည် သည်းခံခြင်းသည် အရည်အချင်းကောင်းတစ်ခု)** စိတ်ရှည်၊ သည်းခံခြင်းသည် လူတိုင်းကျင့်သုံးရမည့် အရည်အချင်းကောင်းတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ထိုကောင်းမြတ်သော အရည်အချင်းကို ကျင့်သုံးနိုင်လေ သင်၏ဂုဏ်သိက္ခာကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်လေ ဖြစ်ပါသည်။ သင်၏ အသိတရားနှင့် နည်းစနစ်များကို သင့်အပေါ်၊ ရှိုင်းစိုင်းစော်ကားလာသူများအပေါ် မည်ကဲ့သို့အကောင်းဆုံးအသုံးချရမည်ကို သင်သိထားရန် အထူးအရေးကြီးလှသည်။

- အနေးနှင့်အမြန် သူတို့၏ မကောင်းမှုများကို သူတို့ကိုယ်တိုင် သိမြင်လာပြီး သူတို့၏ ရှိုင်းစိုင်းမှုများကို ပြုပြင်သွားနိုင်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတော့ သင်၏ ခွင့်လွှတ်ခြင်းနှင့် စိတ်ရှည်သည်းခံခြင်းတို့ကို တချို့သူများက သင်၏ အားနည်းချက်ဟု ယူဆတာမျိုး ကြုံရတတ်ပါသည်။ ထိုအချိန်သည် ထိုမိုက်မဲသူများ

အပေါ် ပညာပါပါ ဆက်ဆံရန် အထူးအရေးကြီးသည့် အချိန်ဖြစ်သည်။ ကြင်နာသနားခြင်း၊ ရိုးဖြောင့်ခြင်းနှင့် စိတ်ရှည်သည်းခံခြင်းတို့သည် မိုက်မဲသူများအား ကောင်းသော အကျိုးကျေးဇူးပြုနိုင်ရန် မြေဆီဩဇာပြည့်ဝသည့် စိုက်ပျိုးမြေများ ဖြစ်သည်။ (စာ–၁၈၅)

* **(အိမ်ထောင်ရေးမှာ မေတ္တာသာ အဓိက)** အိမ်ထောင်စုတစ်ခုပေါင်းစပ်မှုတွင် လိင်ကိစ္စသည် လိုအပ်ချက်ဖြစ်သော်လည်း အဓိကမကျကြောင်း သဘောပေါက်ရမည်။ခိုင်မြဲသောမေတ္တာသာလျှင် လိုအပ်ချက်အမှန်တရားဖြစ်သည်။(စာ–၁၈၆)

* **လက်ထပ်ခြင်းသည် ကာမဂုဏ်အာရုံခံစားရန်ဟု ယူဆနေသရွေ့ မေတ္တာတရား၏ အာနိသင်ကို တွေ့နိုင်မည် မဟုတ်ပါ**။ (စာ–၁၈၇)

* စိတ်ဆိုးနေသဖြင့် အခြားသူများအား အော်ဟစ်ငေါက်ငန်းနေသူတစ်ယောက်သည် သူ့မျက်လုံးများထဲသို့ မီးခိုးရိုက်နေသည့်အလား အရာဝတ္ထုများကို အရှိအတိုင်း မြင်နိုင်စွမ်းအား ပျောက်ကွယ်သွားတော့သည်။ ပညာရှိသူသည် ဒေါသမထွက်သဖြင့် ခံစားရခြင်းသည် မရှိနိုင်ပေ။ သင်က လမ်းခင်းပေးခြင်းမရှိလျှင် တခြားသူများက သင့်အား ဒုက္ခပေးနိုင်ခြင်းမရှိကြောင်း သိရှိထားရပါမည်။ သင်သည် တရားဓမ္မ၏ အဆုံးအမကို လိုက်နာကျင့်သုံးလျှင် တရားဓမ္မက သင့်အား စောင့်ရှောက်မည်ကေန်ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက "**သူတော်ကောင်းတစ်ဦးအား ပြစ်မှားသူသည် သူ၏မိုက်ပြစ်ကြောင့် လေညာတွင် ဖုန်မှုန့်များကြဲချလိုက်သကဲ့သို့ အကုသိုလ်တရားသည် သူ့ထံသို့ ပြန်လာမြဲ ဖြစ်သည်**"ဟု ဖွင့်ဆိုဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

– သင်သည် တခြားသူများအား ဒေါသဖြင့် ဆက်ဆံပါက တစ်ဖက်မှ တုန့်ပြန်လာမှုအတွက် သင့်တွင် တာဝန်ရှိပါသည်။ သင်၏ စော်ကားမော်ကား အပြုအမူကြောင့် ရန်သူ၏ဒေါသကို ပိုမိုပြင်းထန်လာစေပါသည်။ စည်းလုံးခြင်းနှင့် ညီညွတ်ခြင်းသည် ဘဝတွင် အရေးပါသော တရားများဖြစ်သည်။"**ပင့်ကူမျှင်များအားကောင်းလျှင် ခြင်္သေ့တစ်ကောင်ကို ဖမ်းထားနိုင်စွမ်း ရှိပါသည်**"။

(စာ–၁၉၀)

* <u>မယဉ်ကျေးသောသူသည် အစဉ်သဖြင့် တခြားသူများကို အပြစ်တင်လေ့ရှိသည်။ အလယ်အလတ်ယဉ်ကျေးသူသည် သူ့ကိုယ်သူ အပြစ်တင်တတ်ပြီး ကောင်းစွာယဉ်ကျေးသူသည် မည်သူ့ကိုမျှ အပြစ်တင်လေ့ မရှိပေ</u>။ (စာ–၁၉၂)

*** (ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လှည့်စားတတ်သူ လူ)** လူတို့သည် သူတို့၏လုပ်ရပ်မှန်ကန်သည်ဟု သက်သေပြရန်အတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လှည့်စားပြီး မှားယွင်း

သော အတွေးအခေါ် အယူအဆများကို ဖန်တီးယူတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် မြတ်ဗုဒ္ဓက "**သူတစ်ပါးအပြစ်ကို ရှာရန် လွယ်ကူသော်လည်း ကိုယ့်အပြစ်ကို မြင်နိုင်ရန် အလွန်ခက်ခဲလှသည်**"ဟု ဟောကြားခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။(စာ-၁၉၂)

- လူများစွာတို့သည် အမှားပြုလုပ်ပြီးသောအခါ သူတို့၏အပြစ်များကို ဖုံးကွယ်ရန်အတွက် သူတစ်ပါးတို့အား အပြစ်ရှာကြသည်။ အလွန်ရှက်စရာကောင်းသောအပြစ်ကို ကာကွယ်ပြီး တခြားသူများက သူတို့အား အပြစ်မတင်နိုင်စေရန် လုပ်ဆောင်ကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုလုံး စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်ရပြီး ပြဿနာအသစ်များ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကြောင်းကိုမူ သူတို့ မေ့လျော့နေကြသည်။

- သင့်မှာ အပြစ်ရှိလျှင် ဝန်ခံလိုက်ခြင်းသည်သာ အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ မယဉ်ကျေးသောသူများ၏ လမ်းစဉ်ဖြစ်သော တခြားသူများအား ပြစ်တင်ရှုတ်ချမှုမျိုး လုံးဝမပြုမိရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဓမ္မပဒတွင် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားခဲ့သည်မှာ - "သူ့ကိုသူ မိုက်မဲသူတစ်ဦးအဖြစ် ဝန်ခံခြင်းမရှိသူသည် လူမိုက်စစ်စစ် ဖြစ်တော့သည်။ လူမိုက်တစ်ယောက်သည် သူမိုက်မဲကြောင်း ဝန်ခံလိုက်လျှင် ထိုကိစ္စအတွက်တော့ သူသည် ပညာရှိတစ်ဦး ဖြစ်သည်။"

- သင်ခံစားရသော စိတ်ဒုက္ခအတွက် သင့်မှာပင် တာဝန်ရှိပါသည်။ ကိစ္စအသေးအဖွဲလေးပင်ဖြစ်စေ သင့်ကို အနှောင့်အယှက်ပေးရန် ခွင့်ပြုလိုက်လျှင် သင်၏ စိတ်မချမ်းမြေ့မှုကို ပိုမိုကြီးထွားလာစေနိုင်ပါသည်။ ကမ္ဘာကြီးက ပြဿနာကို ဖန်တီးခြင်း မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ ဒုက္ခခံစားရသည့်အခါ ကျွန်ုပ်တို့ လူနေမှုဘဝတွင် မှားယွင်းမှု ရှိနေခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

* **(မျှော်လင့်ချက်မထားလျှင်စိတ်ပျက်ရခြင်းလည်းမရှိနိုင်)** သင်၏ဂုဏ်သိက္ခာကို လေးစားသောအားဖြင့် မျှော်လင့်ချက်မထားသေးလျှင် စိတ်ပျက်ရခြင်းလည်း မရှိနိုင်ပါ။ စိတ်ပျက်ရခြင်း မရှိလျှင် သင့်ထံမှ မည်သည့်အရာမျှ ပါသွားမည် မဟုတ်ပေ။ သင်၏ခံစားမှု သက်သာရာရလိုလျှင် တခြားသူများ၏ ကောင်းကျိုးကို ပြုလုပ်ရပါမည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်သည့်အခါ တစ်စုံတစ်ရာသော ဆုလာဘ်ကို မျှော်လင့်ချက် မထားခြင်းဖြင့် သင်ကိုယ်တိုင်လည်း စိတ်ဆင်းရဲခြင်းမှ ကင်းဝေးနိုင်ပါသည်။ သင်၏ကောင်းသောလုပ်ရပ်ကြောင့် စိတ်ချမ်းသာမှုရရှိပြီး သင်သည် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်သူတစ်ဦး ဖြစ်လိမ့်မည်။ ထိုအရာသည် ကြီးမားသော ဆုလာဘ်တစ်ပါးဖြစ်သည်။ (စာ-၁၉၃)

* သင်သည် သဘာဝအားဖြင့် လူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့လျှင် တခြားသူ

များအား ဒုက္ခပေးမည် မဟုတ်ပေ။ သင်သည် ထိုသို့ ကောင်းသောအလုပ်ကို လုပ်သော်လည်း ဝေဖန်ရှုတ်ချခံရခြင်းမှ မကင်းလွတ်နိုင်ပါ။ ဤသို့ဆိုလျှင် "ကောင်းတာလုပ်လျှင် ကောင်းတာဖြစ်မည်။ မကောင်းတာလုပ်လျှင် မကောင်းတာ ဖြစ်မည်ဟု ဆိုထားပါလျက် အပြစ်ကင်းစင်သော ကျွန်ုပ်အား မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ဝေဒနာပေးရပါသနည်း"ဟု သင်က မေးလာနိုင်ပါသည်။ "ဘာ့ကြောင့် ကျွန်ုပ်သည် ဒုက္ခများစွာနှင့် ကြုံတွေ့ရပါသနည်း" သင်က ထပ်ဆင့် မေးခွန်းထုတ်နိုင်ပါသေးသည်။ အဖြေမှာ အလွန်လွယ်ကူလှပေသည်။ သင်သည် ကောင်းသောအလုပ်ကို လုပ်နေခိုက် အမှုမဲ့အမှတ်မဲ့နှင့် မကောင်းသော အလုပ်များကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနေရသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ (စာ-၁၉၄)

*** "ဆင်းရဲသော်လည်း** ဘဝတွင် ရောင့်ရဲပြီး ပျော်ရွှင်နေသူသည် ချမ်းသာပြီး လောဘနှင့်မောဟတရားတို့ဖြင့်ပြည့်နှက်နေသူထက်ပို၍မြတ်ပေသည်"(စာ-၁၉၅)

* သင်က ကူညီလိုက်တိုင်း အခြားသူများက ကျေးဇူးတုံ့ပြန်လာမည်ဟု မမျှော်လင့်သင့်ပေ။ လူတို့၏သဘောမှာ အတိတ်ကာလက ရရှိခဲ့ဖူးသော အကူအညီများကို မေ့လျော့နေလေ့ရှိကြသည်။ ကျေးဇူးတုံ့ပြန်မှုကို စောင့်နေမည့်အစား သင်၏စိတ်ပျက်ရခြင်းကို ဖျောက်ဖျက်ပစ်ရန်သာ ကြိုးစားရမည်။ မျှော်လင့်ချက် မထားတော့လျှင် သင်စိတ်ချမ်းသာမှုရမည် ကေန်ဖြစ်သည်။ တစ်ခုသာ သင်ခံစားသင့်သည်။ သင်သည် လူသားတစ်ယောက်၏ တာဝန်နှင့်အညီ အခြားသောလူသားများအား ကူညီစောင့်ရှောက်ခဲ့သည်ဟု တွေးပြီး ကျေနပ်မှုပီတိကို ခံစားရန်ဖြစ်သည်။ (စာ-၁၉၅)

*** (သူမကောင်းလည်း ကိုယ်ကကောင်း)** "ကောင်းမွန်သော ဘဝဟူသည် မေတ္တာတရား လွှမ်းမိုးထားပြီး အသိဉာဏ်က ဦးဆောင်သော ဘဝမျိုး ဖြစ်သည်" - တစ်စုံတစ်ယောက်က သင့်ကို စော်ကားလာလျှင် သင်၏ အသိဉာဏ်ကင်းမဲ့ခြင်းနှင့် လွဲမှားသော အယူအဆကြောင့်ဖြစ်ရသည်ဟု နားလည်ပြီး သူ့ကို မေတ္တာဖြင့် တုံ့ပြန်ရန် အကောင်းဆုံးအချိန် ဖြစ်သည်။ တစ်နေ့သောအခါ သူနားလည်လာလျှင် မကောင်းသောအမှုများကို စွန့်လွှတ်လိုက်ပါလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် သူလူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာစေရန်အတွက် အခွင့်အရေးတစ်ရပ် ပေးလိုက်ခြင်းမှာ အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ သူ၏အတိတ်က အမှားများကို နောင်တရချိန်တွင် သူသည် အကောင်းဘက်သို့ ဦးတည်လာပြီး နောက်ဆုံးတွင် သင်ပေးသည့် မှန်ကန်သော အတွေးအခေါ်များအတွက် သင့်အား ကျေးဇူးတင်ပေလိမ့်မည်။ မေတ္တာထားခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမမှာ-"အမုန်းတရားကို အမုန်း

တရားဖြင့် ငြိမ်းသတ်၍ မရနိုင်။ ထိုအရာကို မေတ္တာတရားဖြင့်သာ ငြိမ်းသတ်နိုင်သည်။ ဤကား ကမ္ဘာတည်သရွေ့ အမှန်တရားဖြစ်ပေ၏"

* **တစ်စုံတစ်ယောက်က** သင့်အား ကြိမ်ဖန်များစွာ အမှားပြုသည့်တိုင် သင်ခွင့်လွှတ်ပြီး ပြုပြင်ပေးရမည်။ ထိုအရာသည် လွယ်ကူသောအရာမဟုတ်သော်လည်း ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမနှင့်အညီ သင့်အနေနှင့် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားရပါမည်။ နောက်ဆုံးတွင် ဤအရာသည် တကယ်လုပ်လျှင် အဟုတ်ဖြစ်သည့်အရာဖြစ်ကြောင်း သင်တွေ့ရှိရလိမ့်မည်။ ထိုအခြေအနေမျိုးဖြင့်ပင် ပတ်သက်၍ ဗုဒ္ဓ၏သဘောထားကို အတိုချုပ်ပြီး ဤသို့နားလည်နိုင်ပါသည်– "မကောင်းမှုများ ကျွန်ုပ်ထံ ရောက်လာလေလေ၊ ကျွန်ုပ်၏မေတ္တာပို့လွှတ်မှုအရှိန်အဟုန် ကြီးမားလေလေဖြစ်သည်"။

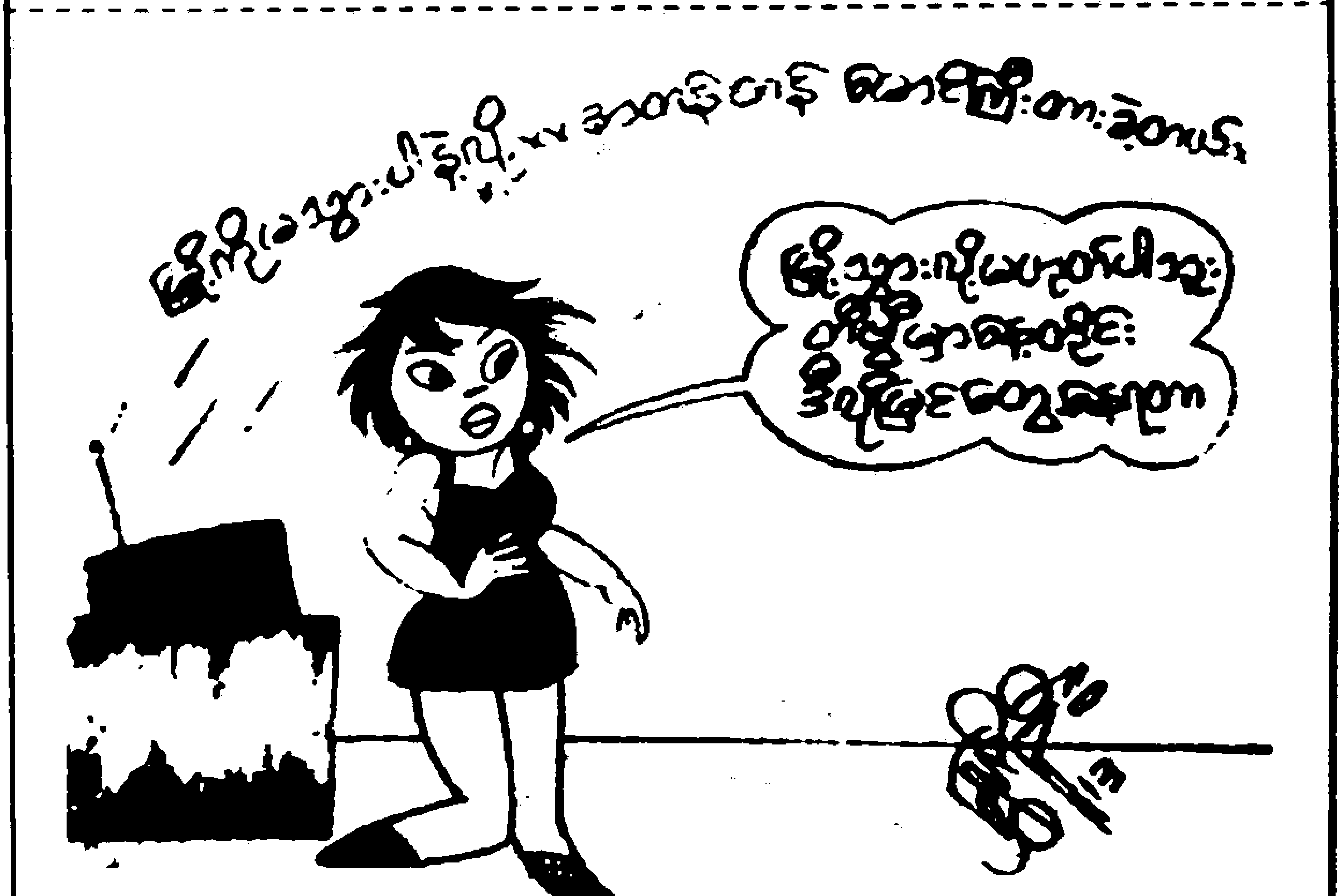
– အချို့သောသူများက ရန်ပြုလာခြင်းကို မေတ္တာဖြင့် တုံ့ပြန်၍ မရနိုင်ဟု ယူဆကြသည်။ သင်ကိုယ်တိုင် ကြိုးစား၍ လုပ်ကြည့်သင့်သောအရာ ဖြစ်သည်။ သင်လုပ်ကြည့်၍ရန်ကို မေတ္တာဖြင့် တုံ့ပြန်ရန် အလွန်ခက်ခဲကြောင်းတွေ့ရှိရလျှင် သင့်ကိုသင်သော်လည်းကောင်း၊တခြားသောသူများအားလည်းကောင်း ကောင်းကျိုးပြုနိုင်စေခြင်းအလို့ငှာ အနည်းဆုံးတော့ ရန်ကိုရန်ချင်း မတုံ့နှင်းမိဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ "အသိဉာဏ်ခေါင်းပါး၍ အမှားပြုလုပ်နေသူများအပေါ် စာနာစိတ်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်"။

* **"သင့်မှာ ပြဿနာ** ကြီးကြီးမားမားရှိလျှင် သေးသွားအောင် ပြုလုပ်ပါ။ သင့်မှာ ပြဿနာအသေးအမွှားရှိလျှင် လုံးဝပျောက်သွားသည်အထိ ကြိုးစားလျှော့ချပါ"။ (စာ–၂၀၀)

* **ရာဇဝတ်မှုပေါင်းများစွာတွင်** ကျူးလွန်သူများသည် အများအားဖြင့် စိတ်ရောဂါဝေဒနာရှင်များ ဖြစ်ကြသည်။ ဖရောက်သုတေသနလုပ်ငန်း၏ တွေ့ရှိချက်အရ "ရာဇဝတ်သားများနှင့် ဥပဒေချိုးဖောက်ကျူးလွန်သူများသည် စိတ်ရောဂါခံစားနေရသူများဖြစ်၍ အပြစ်ပေးခြင်းထက် ကုသမှုခံယူသင့်သူများဖြစ်သည်"ဟု မှတ်တမ်းပြုထားရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် မျှတသော အမြင်ရှိသူများ၏ ထိုပြဿနာအပေါ် ချဉ်းကပ်မှုမှာ အပြစ်ပေးခြင်းထက် ထိရောက်သော လူမှုရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများ ပြုလုပ်သင့်သည်ဟု ထွက်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ သူတို့၏လိုလားချက်မှာ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ပေးရန် ဖြစ်သည်။ (စာ–၂၀၁)

–ဒေါက်တာ ကေ ဆရီဓမ္မာနန္ဒရေး YOU & YOUR PROBLEMS စာအုပ်မှ။

ရှင့် ယယ်ယယ်တူနှမက..
ပေးတဲ့ ရိုးစားစာ..
ခု ပြန်စာပေးလို့ရမလား...


မြို့ကိုမသွားပါနဲ့လို့..
မြို့သွားလို့မပျော်ပါဘူး
တီဗွီမှာနေ့တိုင်း
ဒီလိုမြင်တွေ့နေရတာ

အင်္ဂလိပ်စကားပုံ ရှင်းလင်းချက်

* Give credit where credit is due.
ကိုယ် မနှစ်သက်သောသူပင် ဖြစ်လင့်ကစား
ကောင်းသောအမှုကိုပြုလျှင် အသိအမှတ်ပြု ချီးကျူးရမည်။
* Gluttony kills more than the sword.
အစားကျူးခြင်းသည် ဓားသွားထက် လူကို ပိုသေစေ၏။
* God helps those who help themselves.
မိမိကိုယ်ကို အားကိုးသူများကို ဘုရားသခင်က စောင်မ ကူညီသည်။
* Grasp all, lose all.
လောဘကြီးလျှင် အကုန်ဆုံးမည်။
* The greatest talkers are the least doers.
စကားအပြောဆုံးသူသည် အလုပ်အနည်းဆုံးလုပ်သူသာ ဖြစ်သည်။

-စိန်ဝင်းမော်၊ ၂၀၁၂ နိုင်ငံသားလထုတ် သုတပဒေသာ တစောင်မှ။

ဖတ်သမျှ ဒဿန

* ကျွန်ုပ်တို့ ဘာကို ပိုင်ဆိုင်ထားတယ်ဆိုတာကို မသိကြဘူး။
မရှိတော့မှပဲ သိတော့တယ်။ **-ကာမဲလ် ဖယ်ထင်စီယာ။**

We don't know what we have, until it's gone.

* ယောက်ျားတွေက အမျိုးသမီးတစ်ဦးရဲ့ အချစ်ဦးဖြစ်လိုကြတယ်။
အမျိုးသမီးတွေကတော့ ယောက်ျားတစ်ဦးရဲ့
နောက်ဆုံးအချစ်ဇာတ်လမ်း ဖြစ်လိုကြတယ်။

-စာရေးဆရာ အော်စကာဝိုင်းလ်ဒ်။

Men always want to be a woman's first
love, women like to be a man's last remance.

-Oscar Wilde.

* အချစ်ရှိသောနေရာတွင် ဘဝရှိ၏။ **-မဟာတ္တမ ဂန္ဒီ။**

Where there is love, there is life.

-Mahatma Gandhi.

လူတွေဆင်းရဲတယ်ဆိုတာ အဆင်းကို ရဲနေကြလို့ ဆင်းရဲနေကြတာ။

–တိပိဋကဓရ ယောဆရာတော်။

အလုပ်နဲ့အလှုပ်

“အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ”ဟူသော ဘုရားရှင်၏ မှာတမ်းစကားသည် လူကို အလုပ်ပေးလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ တရား၊ သုတ၊ ပညာပင် ရှိစေကာမူ သတိကင်းမဲ့နေလျှင် အလုပ်ကင်းမဲ့သူများ ဖြစ်သွားသည်။

တစ်နေ့လုံး တစ်လှုပ်လှုပ် လုပ်နေသော်လည်း အလုပ်တွင် အားကိုးရမည့်တရား မပါဝင်နိုင်တော့သဖြင့် “**တရားဝင်အလုပ်**” မဖြစ်တော့ချေ။ ဟ,ထိုးပါသည့် ‘**အလှုပ်**’သာ ဖြစ်သွားသည်။ မနိုင်မှာသည့် အထုပ်ကို ထမ်း၍ မတည်ငြိမ်သည့် အလှုပ်ဖြင့် ရမ်းကာ ဆယ်မရအောင် မျောသွား မြုပ်သွားတတ်သည်။ စာတတ်ပေတတ်ပုဂ္ဂိုလ်ပင် ဖြစ်သော်လည်း သတိမရှိလျှင် အလုပ်မဖြစ်။ တရားစွမ်းအား လုပ်ခဆုံးရှုံး၍ ငြိမ်းအေးချမ်းသာမှု ရပိုင်ခွင့် ဆုံးရှုံးရသည်။

–တိပိဋကဓရ ယောဆရာတော်၊

၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်း စာ ၄၀ မှ။

ဒီပဲယင်းဆရာတော်ကြီး၏

ကျမ်းပြုဆုတောင်းများ

၁။ ငါသည် သူတစ်ပါးအကျိုးကို လိုလားသူဖြစ်ပါရစေ။

၂။ သူတစ်ပါးတို့သည်လည်း ငါ့အကျိုးကို လိုလားကြပါစေ။

၃။ ငါသည် သူတစ်ပါး၏ ဆင်းရဲဒုက္ခကို မနှစ်သက်သူ ဖြစ်ပါရစေ။

၄။ ငါ၏ဆင်းရဲဒုက္ခကိုလည်း သူတစ်ပါးတို့က မလိုလားကြပါစေနှင့်။

၅။ ငါသည် အခြားသတ္တဝါများကို ညှင်းဆဲတတ်သူ မဖြစ်ပါရစေနှင့်။

၆။ ငါ့အားလည်း အခြားသတ္တဝါတို့က မညှင်းဆဲကြပါစေနှင့်။

၇။ ငါသည် သူတစ်ပါး၏ရန်သူ မဖြစ်ပါရစေနှင့်။

၈။ သူတစ်ပါးသည်လည်း ငါ၏ရန်သူ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

၉။ သတ္တဝါအပေါင်းသည် လမ်းကောက်ကို ရှောင်ရှား၍ လမ်းဖြောင့်ကို လျှောက်လှမ်းနိုင်ကြပါစေ။

–အင်တာနက်မှ။

ကထိန်းလျာသက်န်း လှူဒါန်းရတဲ့အကျိုး

၁။ တားဆီးကင်းကွာ၊ လွတ်လပ်စွာ၊ လိုရာ'သွား'နိုင်သည်။

၂။ ကိုယ်၏ဥစ္စာ၊ ကိုယ်နှင့်ကွာ၊ လိုရာ'ထား'နိုင်သည်။

၃။ စားကောင်းသောက်ဖွယ်၊ အသွယ်သွယ်၊ ပေါကြွယ်ပြည့်စုံသည်။

၄။ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ ရတနာ၊ လွန်စွာပေါကြွယ်သည်။

၅။ ပစ္စည်းရှာရာ၊ ကိုယ်ကသာ၊ လွယ်စွာ ရနိုင်သည်။

တစ်နေ့တစ်ခြား၊ ဒီရေလား၊ တိုးပွားချမ်းသာမည်။

-ရေးသူ အမည်မသိ။

ဗို.၂ ဗို.

"လူဆိုတာ ဗို. ၂ ဗို. ထားရတယ်။
ကိုယ့်ဗို.နဲ. သူ.ဗို.။ တစ်ဗို.ထဲ ထားရင် "နွား"ပဲ။

-ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါး။

ရုပ်မြင်သံကြား အကြည့်များသူများ အသက်တိုနိုင်

ဘရစ်ဘိန်း နိုဝင်ဘာ ၉

အသက် ၂၅ နှစ်ကျော်လာချိန်တွင် ရုပ်မြင်သံကြား တစ်နာရီပိုကြည့်တိုင်း လူ.သက်တမ်း ၂၂ မိနစ် လျော့ကျသွားနိုင်သည်ဟု သြစတြေးလျသုတေသီများက တွေ့ရှိခဲ့သည်။ယခုသုတေသနအတွက် သြစတြေးလျနိုင်ငံသားပေါင်း၁၂,၀၀၀ ၏ ကျန်းမာရေးအလေ့အကျင့်အား မှတ်တမ်းတင်ထားသော စစ်တမ်းမှ အချက်အလက်များကို သုတေသီများက အသုံးပြုနေကြသည်။ ဆီးချိုရောဂါ၊ အဝလွန်မှုနှင့် ဘဝနေထိုင်မှုဟန်ပန်ဟုခေါ်သောစစ်တမ်းတွင် ပါဝင်သူများအား ၎င်းတို့၏ အထွေထွေကျန်းမာရေးအခြေအနေ၊ ရောဂါရှိမရှိနှင့် လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ဆောင်မှု၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့် နေထိုင်စားသောက်မှုဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်များကို မေးမြန်းခဲ့သည်။

ယင်းလေ့လာမှုအရ တစ်နေ့လျှင် ပျမ်းမျှ ၆ နာရီခန့် တီဗီကြည့်သူများသည် မကြည့်သူများထက် ၄ ဒသမ ၈ နှစ် သက်တမ်းတိုကြောင်း ကွင်းစ်လန်တက္ကသိုလ်မှ သုတေသီများက British Journal of Sport Medicine ဂျာနယ်တွင် ရေးသားဖော်ပြထားသည်။ - *Ref: UPI*

-(၁၂-၁၁-၂၀၁၂)ထုတ် *The Voice weekly* ဂျာနယ်မှ။

ဒါလဲ ကံကောင်းခြင်းတစ်မျိုးပဲ

မျိုချမိသည့်သံချောင်း မခွဲမစိတ်ရဘဲ ပြန်ထွက်လာ

မြောင်းမြ နိုဝင်ဘာ ၁၆

မြောင်းမြမြို့၊ ကံ့ကော်မြိုင်ရပ်ကွက်(၁၄)လမ်း၊ အမှတ်(၁၆၂)နေ ကိုဝင်းထွန်း(ဘ) ဦးကြည်အောင် အသက်(၃၅)နှစ်သည် နိုဝင်ဘာ ၄ ရက် နံနက် ၁၀ နာရီက ၄င်း၏ နေအိမ်မျက်နှာကျက် ရိုက်ရန်အတွက် ၁ ဒသမ ၂၅ လက်မရှိ သံများကို ပါးစပ်ဖြင့် ကိုက်ထားပြီး ယူရိုက်ရာ ပါးစပ်၌ ကိုက်ထားသည့် သံချောင်း တစ်ချောင်းကို မျိုချမိသဖြင့် ဝမ်းထဲသို့ ကျသွားပြီး မြောင်းမြပြည်သူ့ဆေးရုံသို့ တက်ရောက်ခဲ့ရကြောင်း၊ မြောင်းမြပြည်သူ့ဆေးရုံ ခွဲစိတ်ဆရာဝန်မှ ဝမ်းထဲသို့ ကျသွားသည့် ၁ ဒသမ ၂၅ သံအား သိရှိနိုင်ရန် ဓာတ်မှန်ဖလင်ရိုက်ကြည့်ရာ အစာအိမ်အတွင်း ရောက်ရှိနေကြောင်း တွေ့ရှိရသဖြင့် သံအား အပြင်သို့ ပြန်လည် ထွက်ရှိရန် ပထမဆင့်အနေဖြင့် ကိုဝင်းထွန်းအား အစားအစာကျွေးခြင်း၊ လိုအပ်သော ဆေးဝါးကုသခြင်းများ ဆောင်ရွက်ရာ ဝမ်းထဲသို့ ကျသွားသော သံမှာ ကံကောင်းထောက်မစွာဖြင့် မခွဲမစိတ်ရဘဲ နိုဝင်ဘာ ၅ ရက် နံနက်တွင် ဝမ်းသွားစဉ် အလွယ်တကူ ပြန်လည်ထွက်ရှိလာ၍ ကာယကံရှင် ကိုဝင်းထွန်းမှာ ဝမ်းသာနေကြောင်း စုံစမ်းသိရှိရသည်။ (ဇော်မင်းသွင်)

-(၁၇-၁၁-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ၊ စာ ၁၀ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ ***ကံကောင်းအောင်၊ အန္တရာယ်***

ရှောင်ကွင်းနိုင်အောင် နေ့စဉ် ကုသိုလ်များများလုပ်ပါ။

မှသားပြောတဲ့ အချိန်

"လူဟာ ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးမှာ မုသားပြောတတ်သလဲဆိုတာကတော့ ပိဋကတ်မှာ တိုက်ရိုက်မပါဘူး။ ဘုန်းကြီးထင်တာတော့ ကိုယ်လုပ်ထားတာ အပြစ်လို့လဲ သိနေတယ်၊ ဖုံးလည်း ဖုံးချင်တယ်ဆိုရင် မုသားပြောတော့တာပဲ။ အပြစ်များများလုပ်လေ မုသားများများပြောလေ ထင်ပါတယ်။ ဒီတော့ စကားလုံးတွေ ဆင်ပြီး များများပြောလာပြီဆိုရင် သတိထားကြ၊ အဲဒီလူ လိမ်တော့မှာ"

-တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိကအရှင်သုမင်္ဂလာလင်္ကာရ(ရန်ကုန်ဆရာတော်)၊

သင်္ဘာဝမဂ္ဂင်းမှ။

၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်း နောက်ကျောဖုံးမှ ကူးယူဖော်ပြသည်။

ဘိုးရာဇာ၏ မဏိရတနာနိတိ

ချီးမြှောက်ခြင်း

လူကောင်းလူတော်ကို ဖော်ထုတ်၍ ချီးမြှောက်ခြင်းပြုရာ၏။ လူကောင်းလူတော်သည် မိမိအား ချီးမြှောက်သူအား အသက်ကိုပင်စွန့်၍ အကျိုးပြုတတ်၏။

သူတော်ကောင်း

သူတော်သဖြင့် သူ့အပေါ်မှာကောင်းယည်ကို တွေ့ကာမျှနှင့် သူတော် ကောင်းဟု မထင်မှတ်ရာ၊ အများအပေါ်ကောင်းမှသာ သူတော်ကောင်းမည်ပေသည်။

အကျိုးနှင့်အကြောင်း

အကျိုးခံစားလိုလျှင် အကျိုးဖြစ်စေမည့်အကြောင်းကို ပြုရာ၏။ အကျိုးခံစားရမည့်အကြောင်းကို မပြုဘဲ အကျိုးခံစားရန် မဖြစ်နိုင်။

-၂၀၁၃ စက်ထင်ဘာလထုတ် မင်္ဂလာမောင်မယ်စာစောင်မှ။

ဆေးစားမှားသူများ

* တွက်နည်းတစ်ထောင် တက်တက်ပြောင်၊ မပြောနိုင် ဒီအရေး
သန်းခေါင်ယံ အိပ်မက်ပေးတယ်၊ **မီးကွင်းတဲ့ .. ဆေး**။

* ဘိုးတော်နဲ့မယ်တော် လိုမ့်ကြတယ်နော်၊ နတ်ကတော် တစ်လီပေး
တော်သုံးတော် တကယ်ဆိုးပါလို့၊ **ရှူးတတ်တဲ့ ... ဆေး**။

* ဘောလုံးက ဝါသနာ၊ စတော့ရှယ်ယာက တစ်ဈေး
အကြွေးရယ်တင်၊ သူဌေးထင် ဘဝင်မြင့်ပါလို့
တစ်နေ့ကို နှစ်ကြိမ်လွှင့်တယ်၊ **မွဲမယ့် ဒီ ... ဆေး**။

* ဘုန်းကြီးနဲ့ လူဒကာ၊ ဘယ်ဟာမှ မရွေး
သောက အပူလှိုင်၊ လောဘကို သူမနိုင်လို့
ဒိုင်တွေကို အလှူပေးကြတယ်၊ **ပြည်ချက်တဲ့ ... ဆေး**။

* ရှောင်ကြပါလေ၊ မောင်နှမတွေလို အချစ်ပိုကာ သတိပေး
မရှောင်နိုင် အခက်မသေးတာမို့
ကလောင်ကိုင် သတိဖြင့် ရေးပြရတယ်၊ **စိတ်ဓာတ်ဖြူဖွေး ...** ။

-ရဲမာန်အောင်၊ ၂၀၁၂ ဇီဇင်ဘာလထုတ် ပေဖွတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။

ဦးလေးနဲ့တူ အမြင်မတူ

တူ။ ။ "ဦးလေး သဘောပေါက်အောင် ရှင်းပြမယ်၊ E ခေတ်ဆိုတာ အီလက်ထရွန်နစ်ကို ပြောတာ၊ I ဆိုတာ အင်တာနက်ခေတ်ပေါ့။ ရွာတောင်ပိုင်းက ဖိုးထောင်တို့လင်မယားရန်ပွဲက နောက်တစ်နေ့မနက်မှ သိရတယ်။ အာဖဂန်နစ္စတန် ဗုံးသတင်းက ချက်ချင်းသိရတယ်။ ဒါတွေအားလုံးသိထားမှ ကိုယ့်အမြင်အယူအဆ သဘောထား မှန်ကန်တိကျမှာပေါ့။ ရမ်းသမ်းမှန်းဆပြောနေရင်တော့ လူရယ်စရာဖြစ်တော့မှာပေါ့။ ဒီအတိုင်း စနစ်ဟောင်းကြီးထဲ မျောပါသာယာနေလို့ကတော့ သူများနောက်လိုက် ဖြစ်နေမှာပေါ့"

ဦးလေး။ ။ "ငါ့အသက်လဲ ၇၀ ကျော်ပါပြီကွာ။ ငါလုပ်နိုင်သလောက် စာကလေးဖတ်လိုက်၊ ရေးချင်တဲ့အခါ ရေးလိုက်၊ တရားကလေးမှတ်လိုက်၊ ဥပုသ်စောင့်လိုက်၊ မေတ္တာပို့အမျှဝေလိုက်နဲ့ပဲ အေးအေးဆေးဆေး တစ်ဘဝကူးပါရစေတော့"

"မင်းတို့အင်တာနက်ထဲက မမြင်သင့် မမြင်အပ်တာတွေ၊ မကြားသင့် မကြားအပ်တာတွေ မြင်မိကြားမိပြီး အကုသိုလ်ကိလေသာတွေလဲ အဝင်မခံပါရစေနဲ့တော့"

"လက်တွေ့မျက်မြင် ငါ့ဘဝတစ်လျှောက်မှာ တွေ့ကြုံခဲ့ရတာတွေကို ခြုံပြောရရင် လောကဓာတ်သိပ္ပံပညာတွေ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် တိုးတက်လာလေလေ၊ လူတွေရဲ့ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ နိမ့်ကျပျက်စီးသွားလေလေ၊ ကမ္ဘာကြီး ငြိမ်းချမ်းသာယာမှု လျော့ပါးပျက်စီးသွားလေလေပဲဆိုတာ မင်းတို့ခေတ် လူငယ်တွေ ကျပ်ကျပ်သတိထားကြပေတော့"

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် မွေ့ရထနာမဂ္ဂဇင်းပါ မောင်ကံထင်(သကြား)၏ 'တိုးတက်ခြင်းနှင့်ဆုတ်ယုတ်ခြင်း'ဆောင်းပါးမှ။

အသက်ရှင်စဉ်ကြားသွားပါရစေ

"အသက်ရှင်စဉ်မှာ ခေါ်ပြောနှုတ်ဆက်ပါ။ သေမှ လွမ်းသူ့ပန်းခွေကြီး ပို့တာထက် အသက်ရှင်စဉ်ပေးတဲ့ စပယ်ပန်းလေးတစ်ကုံးက ပိုပြီးအဖိုးတန်ပါတယ်။ သေမှ ကောင်းကြောင်းတွေ ပြောမနေပါနဲ့။ အသက်ရှင်စဉ် ကြားသွားပါရစေ"

-ဆရာမကြီးထစ်ဦး၊ (၁၂-၁၁-၂၀၁၂)ထုတ် The Voice weekly ဂျာနယ်ပါ ထွန်းစိန်၏ 'စပယ်တစ်ကုံးနှင့် ကြိမ်လုံးများ'ဆောင်းပါး တ ၃၂ မှ။

စိတ်ခွန်အား တိုးအောင်ပြုပါ

စမ်းပွတ်သိန်းကို အောင်နိုင်ခြင်းထက် မိမိစိတ်ကို တစ်ကြိမ်အောင်နိုင်ခြင်းက အောင်မြင်သူအစစ် ကောင်းဖြစ်သဖြင့် ပိုမြတ်၏။ (ဓမ္မပဒ)

စိတ်ဓာတ်ခွန်အား တိုးစေသောအရာများတွင် ကတိတည်ခြင်း ပါဝင်သည်။ ကတိတည်ခြင်းဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု၊ သူတစ်ပါး၏ယုံကြည်မှုကိုရနိုင်သည်။

စိတ်ခွန်အား တိုးစေရန်အတွက် စိတ်ကို သန့်စင်အောင်ထားကြရပါသည်။ သဘာဝအတိုင်း စဉ်းစားကြည့်လျှင်လည်း သန့်ရှင်းဖြူစင်အောင် စိတ်ကမှ အရောင်လက်၍ တန်ဖိုးထွက်နိုင်မည်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် စကားစပ်လာလျှင် သတိလက်လွတ် အတင်းအဖျင်းသဘောမျိုးပြောမိသွားတတ်သည်။ ထိုအကျင့်မျိုးကို ဆင်ခြင်၍ ရှောင်ကြဉ် အပ်သည်။ မိမိပြောသော စကားသည် ဤ နေရာ၌(သူကွယ်ရာတွင်ရော) သူ့ရှေ့မှာပါ ပြောဝံ့ပြောနိုင်သောစကား ဖြစ်သင့်သည်။

ကျွန်တော်တို့ တောမှာဆိုလျှင် ဈေးတောင်းမပင့်နိုင်၍ အကူအညီ လိုနေသူများ မကြာခဏ တွေ့ရတတ်သည်။ ပင့်ပေး၊ မပေး၊ ကူညီပေးလိုက်ပါ။ လမ်းသွားလာရင်း တစ်ခုခု အခက်အခဲတွေ့နေသူကို တွေ့မြင်ရသည့်အခါ မိမိကူညီနိုင်သောကိစ္စ ဖြစ်ပါက ကူညီလိုက်ပါ။ ဤသို့သော အသေးအမွှား ကုသိုလ်စိတ်ကလေးများသည် မိမိစိတ်သန့်လာဖို့ အကြောင်းအထောက်အပံ့ ကလေးများ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော် နံနက်တိုင်း ပုလင်းထဲမှာ ဆန်ထည့်လာပြီး လမ်းမှာ ခိုကလေးများကို အစာကျွေးသည်။ ကျွန်တော့်စည်းစိမ် ထူးပြီး ယုတ်လျော့သွားသည် မဟုတ်သော်လည်း ခိုကလေးများ ပျော်လာကာ အစာအလုအယက် စားကြသည်ကို ကြည့်၍ ပီတိဖြစ်ရသည့် အကျိုးက ပိုကြီးသည်။ အိုက်အတုံ့အားဖြင့်ဖြစ်စေကာမူ စိတ်ခွန်အား တိုးတက်စေရုံသာမက ကိုယ့်ကျန်းမာရေးအတွက်ပါ အထောက်အကူ ဖြစ်ပါသည်။

နောက်တစ်ချက်မှာ ခေါင်းသည်အမှိုက်ခြင်းမဟုတ်။ ခေါင်းထဲ၌ အကျိုးမရှိသော အတင်းအဖျင်း မဟုတ်တရုတ် သတင်းများကို ထည့်ကျင့်မပြုပါနှင့်။ ဝင်လာသမျှ ခေါင်းထဲထည့်၍ သိုမှီးထားလျှင် စိတ်ခွန်အားကိုနှံ့စေပါသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ကို သန့်အောင်ပြုရာတွင် အတင်းအဖျင်းကိစ္စမျိုး၌ အာရုံမဝင်စားမိအောင် ဖျန်းထောင်ယူရပါသည်။ စိတ်သန့်လျှင် စိတ်မှာ ခွန်အား တိုးသည်။ ခွန်အားကောင်းရှိသူများသည် ပစ္စုပ္ပန်လောက၌လည်းနေဝံ့နေရဲ၍ တမလွန်အတွက်လည်း မကြောက်တတ်တော့ပေ။ ■

–ဦးထင်ဦး (တျူရှင်)၊ ၂၀၀၇ နှစ်ထုတ် *Middle Line Journal* မှ။

အစွမ်းသတ္တိများပေါ်အောင်

ကျောင်းအတတ်ပညာသင်ခြင်းသည် စင်စစ်အားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ဘယ်ဘက်မှာတော်သည်ဟူသောအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ စမ်းသပ်ခြင်းမျှသာ ဖြစ်လေသည်။ ရွှေသတ္တုတွင်းများမှာ တူးမှ ရွှေကို ရသည်။ အဘယ်မျှပင် ရွှေအထွက်များစေကာမူ မတူးလျှင် မရနိုင်ပေ။ ထို့အတူ လူမှာလည်း အစွမ်းသတ္တိ အရည်အချင်း အဘယ်မျှရှိစေကာမူ ထိုအစွမ်းသတ္တိများပေါ်အောင် ကြိုးစား၍ လုပ်ကိုင်ရလေသည်။

-ဝိုင်းနှင်း၊ ကြီးပွားရေးလမ်းညွှန်စာစုမှ။

အင်္ဂလိပ်စကားပုံများ

A slothful man is a beggars' brother.

အပျင်းကြီးသူသည် သူတောင်းစားတစ်ဦး၏ ညီဖြစ်သည်။

Take time to Read. It is the foundation of wisdom.

စာဖတ်ရန် အချိန်ယူပါ၊ ယင်းသည် ပညာ၏ အုတ်မြစ်ဖြစ်သည်။

Light you lamp before it becomes dark.

မမှောင်ခင် သင် မီးအိမ်ကို ထွန်းညှိထားပါ။

It is always time to do good.

ကောင်းသည့်အရာလုပ်ရန် အချိန်ရှိသေးသည်။

Hot head and cold hearts never solved anything.

ပူနေတဲ့ခေါင်း၊ အေးနေတဲ့နှလုံးသားနဲ့ ပြဿနာကို မဖြေရှင်းနိုင်။

Courtesy costs nothing.

ယဉ်ကျေးခြင်းသည် တစ်ပြားမှ မကုန်။

No, wisdom to silence.

တိတ်တိတ်နေခြင်းထက် လိမ္မာတာ မရှိ။

A drunkard's pure is a bottle.

အရက်သမားပိုက်ဆံအိတ် အရက်ပုလင်းဖြစ်သည်။

No weeping for spilt milk.

စိတ်စဉ်ကျသော နွားနို့အတွက် မငိုပါနှင့်။

-ဆင်ထားနတ်မှ။

လူငယ်တစ်ယောက် သိချင်တဲ့ ပညာအစစ်

"ပညာအစစ်ဆိုတာ ဘာလဲဘုရား"

"ပညာဆိုတာ ထိုးထွင်းသိတာ၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာသိတာ၊ အကျယ်ချဲ့သိတာ၊ ဆင်ခြင်တွေးတောသိတာတွေပေါ့။ ပညာဆိုတာ ကိုယ့်ဉာဏ်ကွန့်မြူးရင် ကွန့်မြူးနိုင်သလောက် အင်မတန်နက်နဲကျယ်ပြန့်တယ်။ ဒီလောက်ဆိုရင် ရှင်းပြီလား"

"ရှင်းတော့ ရှင်းပါပြီ၊ ဒါပေမယ့် ထပ်သိချင်ပါသေးတယ်ဘုရား"

"**ပညာအစစ်**ဆိုတာ အပြင်က လာတာမဟုတ်ဘူး။ အပြင်ကလာတာတွေက "သညာ"ပဲ။ အဲဒီ"သညာ"ဆိုတာကို မှတ်ထား။ နောက်ပိုင်းလက်ာထဲ အဲဒါ ပါလာမယ်။ ပညာအစစ်ဆိုတာ အတွင်းက လာတာ။ ခေတ်ပြောပြော ရရင်တော့ ခေါင်းထဲက လာတာ၊ ဦးနှောက်ထဲက လာတာလို့ ပြောကြပါစို့။ နောက်ပြီး ဆင်ခြင်စဉ်းစား၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့သိမှ ပညာအစစ်ပဲ။ အသိတရားဟာ အဲဒီပညာကနေ လာတာ။

ပညာရှင်ဆိုတာကျတော့ ဘွဲ့ရကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်ဘူး။ ဘွဲ့ရဆိုတာ ကျောင်းစာတွေကို သင်အံကျက်မှတ်ထားခြင်းလို့ သာမန်ဆိုရမယ်။ ပညာရဲ့လုပ်ရပ် မပါဘူး။ ဘွဲ့ရရှိကတော့ ကျောင်းပညာအောင်လက်မှတ် ရယူရုံဖြစ်တယ်။ ဘွဲ့ရရှိခြင်းဟာ အခြေခံရရှိလာခြင်းသဘောပါ။ ဘွဲ့ကို အသုံးမပြုရသေး၊ အသုံးပြုတတ်မှ တကယ့်ပညာကို ပိုင်ဆိုင်တယ်။ ပညာဆိုတာ အမှားအမှန်ကို ခွဲခြားနိုင်ခြင်းပါ။ အမှန်တရားဘက်က ရဲရဲရင့်ရင့် ရပ်တည်သူမှ "ပညာရှင်" လို့ခေါ်နိုင်တယ်။ အဲသလိုမှ မဟုတ်ရင်တော့ ပညာလည်း မဟုတ်၊ ပညာရှင်လည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ပညာရှင်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ကျောင်းစာအုပ်ထဲမှာ ပညာရှိနေတယ်။ သို့သော် စာအုပ်ထဲကပညာကို ယူတတ်မှပါ။ ကိုယ့်အနီးအနားဘေး စာအုပ်တွေချထားရုံ၊ ဖတ်မှတ်ထားတာလေးတွေ ကိုးကားပြောဆိုတတ်ရုံနဲ့တော့ ပညာရှင်လို့ မခေါ်နိုင်ပါဘူး။

နားထောင်၊ ပညာအစစ်ဆိုတာ ဒီကဗျာမှာ တွေ့ရလိမ့်မယ် ..

သညာသာတတ်၊ ပညာလစ်သော်၊ အမြတ်သဒ္ဒါ၊ ကင်းစင်ကွာ၏။

ပညာအစစ်၊ ရင်ဝယ်ဖြစ်မှ၊ အနှစ်သဒ္ဒါ၊ တွဲလျက်ပါမည်၊ ပညာအစစ် တတ်စေသော် .. တဲ့။" *–ဦးစန္ဒိမ(ဝလင်း)၊ ၂၀၁၂ ခုနှစ်ဝင်ဘာလထုတ်မဟေသီမဂ္ဂဇင်းမှ။*

ဘယ်သူမပြု မိမိမှု

Ralph Waldo Emerson က ယခုလိုသဘောမျိုး ပြောဖူးသည်- "**ပဲစေ့ချသူကသာ မှားပြီး ကွေ့ကွေ့ကောက်ကောက် ချမိချင်ချမိမည်။ ပဲပင်ကတော့ မမှား။ စိုက်သည့်မျိုးကြောင်းအတိုင်း ပေါက်လာမြဲဖြစ်သည်**"ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

မှန်ပေသည်။ မျိုးစေ့ချစိုက်စဉ်က ကွေ့ကွေ့ကောက်ကောက် ချစိုက်မိမည် ဆိုပါလျှင် မျိုးစေ့သည် ကွေ့ကွေ့ကောက်ကောက် ဖြစ်ရမည်ပင်။

ကျွန်တော်တို့မှာ ကွေ့ကွေ့ကောက်ကောက် အကျိုးရလဒ်တွေ ရနေမည် ဆိုလျှင် ပဲစေ့ကို ကွေ့ကွေ့ကောက်ကောက် ချထားမိလို့ဟူ၍ အမှန်အတိုင်း ခံယူရပေမည်။ ပဲပင်တန်း မဖြောင့်ခြင်းအတွက် ပဲပင်မှာ တာဝန်မရှိ၊ စိုက်သူမှာသာ တာဝန်ရှိပေသည်။ ထို့အတူ မိမိတို့မှာ ဆိုးကျိုးရလဒ်တွေ ရနေခြင်းသည်လည်း ထိုရလဒ်များ ထွက်ပေါ်လာအောင် ပြုခဲ့သူ မိမိတို့၌ပင် တာဝန်ရှိပေသည်။ ဘယ်သူ မပြု မိမိမှုပင် ဖြစ်ပေသည်။

ကျွန်တော်သည် တစ်ခါက မိမိထက် အသက်အရွယ်ကြီးသော မိတ်ဆွေ တစ်ဦး၏ တဲသို့ အလည်အပတ်သွားသည်။ ထိုမိတ်ဆွေမှာ လူရိုးလူရှင်း တောင်သူကြီး ဖြစ်သည်။

သူ့တဲတွင်း စကားပြောရင်း ကျွန်တော်ချောင်းဆိုးပြီး မောသလိုဖြစ်သည့်အခါ "မင်းကလဲ ချောင်းဆိုးလိုက်တာကွာ၊ ဘာတွေများ အစားမှားလာသလဲ"ဟု မေးသည်။ "ဘာအစားမှ မမှားဘူး၊ ညက စာဖတ်ရင်း ဆေးလိပ်သောက်တာ များသွားလို့"ဟု ဖြေသည့်အခါ-"မင်းကလဲကွာ၊ ခက်တာမှတ်လို့၊ ဆေးလိပ်ဆိုတာ ကိုယ်သောက်ချင်မှ ဖြစ်တာပဲ၊ ဆေးလိပ်က ငါ့ကို မသောက်ရင် ထရိုက်မယ်မှ မပြောတာ၊ မသောက်ဘဲ နေလိုက်ပေါ့"ဟု အကြံပေးပါသည်။

မှန်သည်။ ယခု ဆေးလိပ်မသောက်တာ ၉-နှစ်ရှိသွားပြီ။ ဆေးလိပ်ကလည်း ထမရိုက်၊ ကျွန်တော်လည်း ချောင်းမဆိုးတော့ပေ။

လောက၌ အချို့အဖြေများသည် ခက်လှသည် မဟုတ်။ မရှာ၍ မတွေ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ရှာလိုက်လျှင်လည်း မိမိဆီမှာပင် မိမိလိုချင်သော အဖြေမျိုး ရှိနေတတ်ပေသည်။ ။

-(၁-၇-၂၀၀၇)ထုတ် *Revenue Journal* မှ။

စာသင်ခန်းတွေ ရှုံကြည့်

ကျောင်းသားတွေက ကျောင်းတက်၊ ကျူရှင်တက်၊ ဝိုင်းတက်။ ဆင်းရဲတဲ့ ကလေးတွေကတော့ စာပွဲထိုး၊ ပန်းကန်ဆေး၊ ဝပ်ရှော့၊ အမှိုက်ကောက်၊ ... သူတို့ဘဝမှာ စအုပ်ဆိုတာ ဝေလာဝေး .... ။

မြို့ပြရဲ့ စာဖတ်သူဟာ ၂%၊ ၃%၊ ဒီလောက်ပါပဲ။

အိမ်တိုင်း၊ မိသားစုတိုင်း ဗွီဒီယိုစွဲနေကြပါတယ်။ ကိုရီးယားကား၊ ဆင်ဆာမဲ့ခွေ၊ ဟော ခုတစ်ခါ ပြည်တွင်းဖြစ် တစ္ဆေသရဲကား၊ သိုက်ကားတွေ တစ်ခေတ်ဆန်းလာပြန်ပါပြီ။ ဘယ်သူတွေ အကျိုးရှိမယ်မသိ၊ တိုင်းပြည်နဲ့ လူမျိုးအတွက်တော့ အန္တရာယ်ကို သတိထားမိသူရှားပါတယ်။ ဗွီဒီယိုကားတွေရဲ့ အန္တရာယ်ကို သတိထားမိသူရှားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အတုမြင် အတတ်သင်ဆိုသလို လူတွေ လက်ရဲဇက်ရဲဖြစ်လာတာ၊ လူသတ်မှု၊ ရာဇဝတ်မှု၊ မုဒိန်းမှုတွေ ပေါများလာတာဟာ ဒီအခွေတွေကြောင့်လို့ သုံးသပ်ကြပါတယ်။ လူငယ်တွေကြားမှာ လိင်ကိစ္စတွေစည်းကမ်းမဲ့၊ သိက္ခာမဲ့လာတာ၊ မိန်းကလေးတွေ ပျက်စီးလာတာဟာ ကိုရီးယားတွေကြောင့်ဆိုတာ ဘယ်သူမှ မငြင်းနိုင်ပါဘူး။

"အရှက်နဲ့ လူလုပ်တယ်"လို့ တန်ဖိုးမြှင့်ခဲ့ကြတဲ့ မြန်မာမိန်းကလေးတွေဟာ မွေးရာပါ သဘာဝချင်းမတူတဲ့ ယောက်ျားလေးတွေကိုစပြီး ရည်းစားစကားပြောလာကြပြီ။ "မိန်းမတို့ဣန္ဒြေ ရွံ့ပိတ်လို့မရ"ဖြစ်ကုန်ပြီ။ မရှိသေးစကားနားနဲ့မနာ ဘဝါးနဲ့သာ နာကြပါတော့။ လက်မထပ်တဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်း (Living Together) ဆိုတာတွေ ခေတ်စားလာပြီ။ မိဘမျက်စိကွယ်ရာ နားကွယ်ရာမှာ အိမ်ခန်းငှားနေကြတယ်။ အချိန်ပိုင်းနဲ့အတူ နေစရာ နေရာငှားနေကြတယ်။ ငွေမတတ်နိုင်တဲ့သူတွေက အများပြည်သူဆိုင်ရာ ဥယျာဉ်၊ ပန်းခြံစတာတွေမှာ လိင်ဆက်ဆံနေကြတာတွေဟာ မမြင်ချင်အဆုံး ဖြစ်လာပါပြီ။ လူတွေဟာ "အိပ်၊ စား၊ ကာမ"ဂုဏ်သုံးဝသာသိတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေနဲ့တူလာနေတာတိုင်းပြည်နဲ့လူမျိုးအတွက် အန္တရာယ်ပါ။

အသက်နှစ်ဆယ်ရှိလို့မှအပျိုစစ်နေသေးရင်အဲဒီမိန်းကလေးဟာ မိန်းကလေးအချင်းချင်းကြားမှာ အဟားခံရတယ်ဆိုပဲ။ စာမဖတ်ကြတော့ ရှက်ရကြောက်ရမှန်းလည်းမသိ၊ အမှားအမှန် ပိုင်းခြားနိုင်စွမ်းလည်း မရှိ၊ မိန်းကလေးတွေသာ နစ်နာရတယ်။ ဘဝပျက်ရတယ်။ ရောဂါကူးတယ်။ မလိုလားတဲ့ကိုယ်ဝန်ဆောင်

ရမယ်ဆိုတာလည်း နားမလည်နိုင်လောက်အောင်ကို ဗွီဒီယိုကားတွေရဲ့ လွှမ်းမိုးခြင်းကို ခံနေကြရပါပြီ။ စာကောင်းပေကောင်းဖတ်တဲ့ စာတတ်ပေတတ်၊ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ မိန်းကလေးတစ်ယောက်ဟာ ဒီလောက်ကြီး မပျက်စီးနိုင်ပါဘူး။

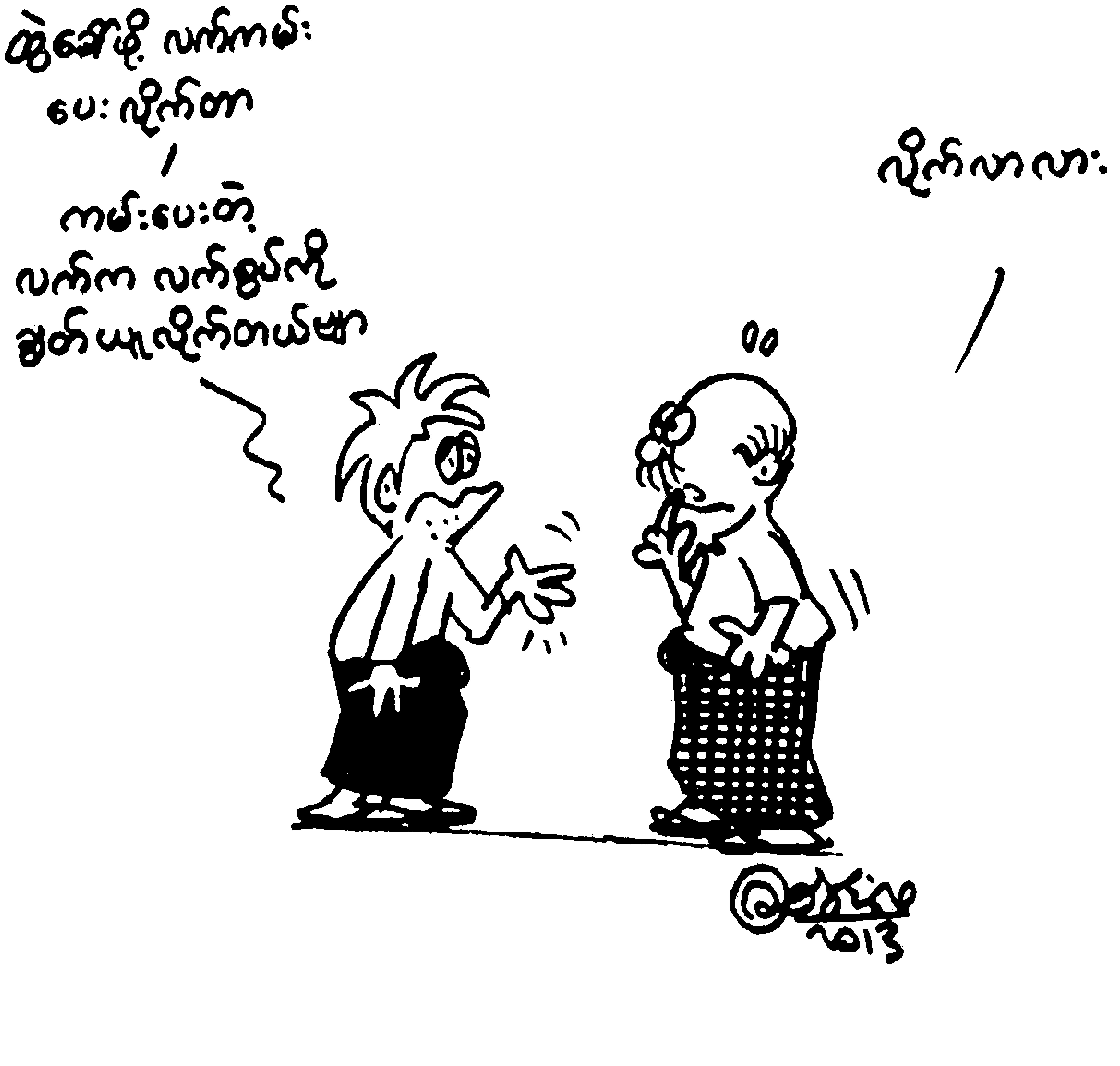
"အလီမှာ စာမှာရှိ ...၊"

"စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ ....၊ "

"Knowledge is power."တဲ့။

ဗုဒ္ဓခေတ်မတိုင်မီကတည်းက ကျောက်ထက်အက္ခရာ၊ ပေထက်အက္ခရာ ရယ်လို့ နှစ်ပေါင်းထောင်သောင်းချီ တည်တံ့ခဲ့တဲ့ စာပေဟာ ခဲစာလုံးခေတ်၊ ပုံနှိပ်စာလုံးခေတ်ကနေ အခု ကွန်ပျူတာစာစီခေတ်ရောက်မှ အသက်ပျောက်ရမလို ဖြစ်နေပါရော့လား။ ဒီအတိုင်းပဲ လက်ပိုက်ကြည့်နေကြတော့မှာလား။ ဒီအရေးဟာ စာအုပ်စာပေနဲ့ ဘဝကိုတည်ဆောက်ခဲ့ကြတဲ့ လူတိုင်းမှာ တာဝန်ရှိပါတယ်။

– ၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် မဟေသီမဂ္ဂဇင်းပါ ငြိမ်း(ရွှေလီ)၏ 'တသင်ပင်တွေစိုက်ကြစို့'ဆောင်းပါးမှ။



လူ့ဘဝသည် ပညာသင်ကြားလျက်ရှိသော ကျောင်းကြီးပင် ဖြစ်သည်။

-ကုလသမဂ္ဂအတွင်းရေးမှူးချုပ်ဟောင်း ဦးသန့်။

လက်ရှိအလုပ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်လုပ်ပါ

လက်ရှိအလုပ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင်တတ်သူသည် မိမိကိုယ်တိုင်က ရှိရင်းစွဲအလုပ်ကို မကြိုက်၍ အခြားအလုပ်သစ်သို့ ပြောင်းရွှေ့လုပ်ရသည်ဖြစ်စေ၊ အကြောင်းအားလျော်စွာ မမျှော်လင့်ဘဲ အလုပ်သစ်ကို လုပ်ရသည်ဖြစ်စေ လက်ရှိအလုပ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်မည်ဟူသော စိတ်ဓာတ်အခံကြောင့် အလုပ်သစ်မှာလည်း အထိုက်အလျောက် အောင်မြင်မှု ရသွားနိုင်ပေသည်။ အယုတ်သဖြင့်ကား "ဒီလူ မစွံပါဘူးကွာ"ဟူသော ပြစ်တင်ရှုတ်ချမှုမျိုးကို ရနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။

လက်ရှိအလုပ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစား၍ လုပ်နေသူသည် ရေးကံမွဲ၍သော်လည်းကောင်း၊ အခြားသော မိမိ၏ ချို့ယွင်းချက်များကြောင့်သော်လည်းကောင်း ကြီးပွားချင်သလောက် ကြီးပွားခွင့်မရဟုဆိုစေကာမူ အောက်တန်းသို့ကား ကျမသွားနိုင်ဟု ယုံကြည်ထိုက်ပေသည်။

တကယ်တော့ လက်ရှိအလုပ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်မည်ဟူသော စိတ်ထားကပင်လျှင် လောက၌ ဘယ်အခြေအနေရောက်ရောက် ကြောက်စရာမလိုဘဲ နေရဲသည့် သတ္တိမျိုးကို မွေးထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။

-ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၊ (၁-၂-၂၀၀၇)ထုတ် Revenue Journal မှ။

ခေါင်းဆောင်လုပ်မည့်သူများ သတိထားရမည့် အချက်တစ်ခု

မိတ်ဆွေ။ ။ "ဦးသန့်ကို ကမ္ဘာက သိပ်ကို လိုလားနေတာပဲ။ ဘယ်လိုများ ထူးခြားတဲ့ အရည်အချင်း ရှိသလဲ မဆိုနိုင်ဘူး။ ခင်ဗျားတော့ သိမှာပေါ့"

ရွှေစကြာ။ ။ "ကျွန်တော်သိသလောက်တော့ ဒီလိုဗျ။ ဦးသန့်ကို မွေးတုန်းက **'မာနစေတသိက်'** ပါမလာဘူး၊ အဲဒါပဲ"။

-မောင်ဖေယျာရေး 'ကုလသမဂ္ဂအတွင်းရေးမှူးချုပ် ဦးသန့်'စာအုပ်မှ။

မာနဆိုသည်မှာ မောက်မာခြင်း၊ တစ်ဖက်သားကို အထင်သေးခြင်းဖြစ်သည်။ မာနရှိသူကို သူတစ်ပါးက မကြည်ညို၊ ထောက်မခံ၊ မလိုလား၊ အားမပေးကြချေ။ ခေါင်းဆောင်လုပ်မည့်သူများအတွက် မာနမကြီးခြင်းသည် အရည်အချင်းကောင်း တစ်ခု၊ နိဝါတဟူသော မင်္ဂလာတစ်ပါး ဖြစ်သည်။

–စိစဉ်သူ။

အပိုပိုးသော်လည်း သုခတစ်မျိုးထင်

အပိုပိုးပုံလေးကို တည်တောဆရာတော်ကြီးက "လွတ်မြောက်ခြင်းဟူသည်" စာအုပ်မှာ ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက်ကလေးနှင့် ပြောပြထားပါသည်။

တစ်ခါသော် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဖီးကုန်းရွာမှ သူသီတင်းသုံးရာ တည်တောရွာသို့ ပြန်ကြွလာသည်။ ဖီးကုန်းနှင့် တည်တောကြားတွင် ကံ့ကော် တောင်မြင့်ကြီးက ခြားထားရာ ခရီးလမ်းမှာ တောင်တက်တောင်ဆင်းနှင့် ခဲယဉ်းပင်ပန်းလှသောခရီး ဖြစ်သည်။ တောင်တက်ခရီးတွင် အောက်ဘက်မှ အသံကြား၍ ကြည့်လိုက်ရာ လေးပင်လှသော မျှစ်တောင်းကြီးများကို ရွက်လာ ကြသော မိန်းမသုံးဦးကို တွေ့ရသည်။ တောင်ထိပ်ရောက်တော့ မျှစ်တောင်း ကြီးများကို ချ၍ နားကြသည်။

သို့ရာတွင် ထိုအထဲမှ မိန်းမတစ်ဦးမှာမူ အနားမဖြေအားသေး။ ကျော၌ ပိုး၍ ချီသယ်လာသော သားငယ်ကို ဖြုတ်ယူကာ နစ်ချက်သုံးချက် နမ်းလိုက်ပြီး နောက်မှ နို့တိုက်ရင်း နားနိုင်ပါသတဲ့။ ဆရာတော်ကြီးက သူ့ကို မြင်ပြီး စိတ်ပျက်မိသဖြင့် "ဟဲ့ .. ကလေးကို ပိုးလာတာ အိမ်မှာ ထိန်းမဲ့သူ မရှိလို့လား" လို့ မေးသည့်အခါ ထိန်းမည့်သူမှာ သူ့အမရော သူ့ယောကျ်ားပါရှိကြောင်း ပြန်ဖြေသည်။ ဆရာတော်ကြီးက "ဒါနဲ့များ ဒုက္ခ အပိုပိုးလာလေတယ်"ဟု အမိန့်ရှိသည့်အခါ "ကလေးမပါရင်သာ ဆင်းရဲတာ၊ ကလေးပါလာတော့ ကလေးမျက်နှာလေး ကြည့်လိုက်ရရင် အမောပြေသွားတာပဲ"ဟု ဖြေပါသတဲ့။

ဆရာတော်ကြီးက ဒုက္ခအပိုပိုးလာသည်ဟု ထင်သော်လည်း ထိုမိန်းမက သုခဟု ထင်နေသည်။

–ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၏ 'ပြောင်းရဲတို့လိုသည်' စာအုပ်မှ။

ဥပဒေသ။ ။ **သားသမီးသံယောဇဉ်အားကြီးလျှင် ဝန်လေးသော်လည်း ပေါ့သည်ဟု ထင်ရ၏။**

ကမ္ဘာ့စာကြည့်တိုက်အစ ပုဂံကဟု ပြောနိုင်ပြီး ပြည်သူအားလုံး စာဖတ်နိုင်ရေး ရှင်ဘုရင်က ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့

ပခုက္ကူ နိုဝင်ဘာ ၁၀

ကမ္ဘာ့စာကြည့်တိုက်အစ ပုဂံကဟု ပြောရမည်ဖြစ်သည်။ အနော်ရထာမင်း သထုံသို့ ချီတက်သော အေဒီ ၁၀၅၇ ခုနှစ် မရှေးမနှောင်းမှာပင် ပိဋကတ်တော်များထိန်းသိမ်းရန် အများသူငါ လေ့လာရန် ပိဋကတ်တိုက်ကို တည်ဆောက်ခဲ့သည်။

ပုဂံခေတ် ပိဋကတ်တိုက်စာကြည့်တိုက်သည် သဗ္ဗညုဘုရားတောင်ဘက် အနီး၌ တည်ရှိသည်။

"အနော်ရထာမင်းရဲ့ အမြင်ကျယ်ပုံကတော့ အံ့မခန်းပါပဲဗျာ၊ အနော်ရထာမင်းဆောင်နှင်းပေးခဲ့တဲ့ ပိဋကတ်တွေ သန့်စင်အောင် ကျန်စစ်မင်းက ဆက်လက်စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းပေးခဲ့တယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာကိုလည်း ပြန့်ပွားစေခဲ့တယ်"ဟု ဒေသခံသမိုင်းပညာရှင် တစ်ဦးက ပြောသည်။

နှစ်ပေါင်းတစ်ထောင်ကျော်ကာလကပင် ပုဂံပြည်သူပြည်သားများ စာဖတ်ကြရန်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ ရတနာမြတ်ကို ကြည်ညိုစေရန် လုပ်ဆောင်ခဲ့သော အနော်ရထာမင်း၏ နှလုံးရည်သည် ယနေ့ထက်တိုင် သင်းပျံ့နေဆဲဟု ဆိုရမည်ဖြစ်သည်။

"ကျွန်တော်တို့လုပ်နေတဲ့ စာမဖတ်သူပပျောက်ရေး စီမံချက်ထက် ရှေးနှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက ပုဂံပြည့်ရှင် မင်းအနော်ရထာက လုပ်ဆောင်ခဲ့တာဗျ၊ ပြည်သူတွေ စာဖတ်ခဲ့ကြလို့ ပုဂံပြည်ကြီးဟာ ယနေ့ထက်တိုင် ကြီးကျယ်ထင်ရှားနေတာပေါ့ဗျာ"ဟု မကွေးတိုင်းဒေသကြီး သတင်းစာဆရာအသင်းဥက္ကဋ္ဌ ပခုက္ကူခရိုင်အတွင်း စာမဖတ်သူ ပပျောက်ရေးကို ဦးဆောင်လုပ်ကိုင်နေသူ ဒေါက်တာသက်လွင်က ပြောသည်။

ကြေးမုံ *-နေဦးမောင်-ပခုက္ကူ၊ (၁၁-၁၁-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။*

ဆေးလိပ်

ဆေးလိပ်သောက်တာ၊ မကျန်းမာ၊ ရှုံလည်းရှုံစရာ။

ငွေကုန်သံပြာ၊ ချောင်းတွေဆိုး၊ **သောက်ဟဲ့ သေချင်းဆိုး**။

သမား ၃-ယောက်

၁။ **အရမ်းသမား။** ။ ဘဝတာဝန်၊ ဓမ္မတာဝန် နှစ်မျိုးလုံး မထမ်းဆောင်နိုင်လောက်အောင် အရည်အချင်း မရှိသူသည် "အရမ်းသမား"။

၂။ **အထမ်းသမား။** ။ ဘဝခန္ဓာ၏ စားဝတ်နေရေး တာဝန်ကိုသာ ထမ်းဆောင်နိုင်၍ ဘဝအနှစ်မထုတ်ယူသဖြင့် ဓမ္မတာဝန် မကျေပွန်သောသူ၊ လောကအသိဉာဏ်သာရှိ၍ ဓမ္မအသိဉာဏ်မရှိသူသည် 'လုပ်အား' မပြည့်ဝသူ ဖြစ်သည်။ ထိုသူသည် "အထမ်းသမား"။

၃။ **အစွမ်းသမား။** ။ ဘဝတာဝန်၊ ဓမ္မတာဝန်နှစ်မျိုးလုံး ထမ်းဆောင်နိုင်သူသည် လောကအသိဉာဏ်သာမက ဓမ္မအသိဉာဏ်ပါ ရှိထားသူ၊ ဘဝအနှစ်တရား စွမ်းအားထုတ်ယူတတ်သည့် 'လုပ်အားပြည့်ဝသူ' ဖြစ်သည်။ ထိုသူကား "အစွမ်းသမား"ပေတည်း။ (မိမိတို့သည် ထို သုံးမျိုးအနက် မည်သည့်အမျိုးအစားထဲ ပါဝင်ပါသနည်း?)

-တိပိဋကဓရ ဆရာတော်၊ ၂၀၁၂
ဒီဇင်ဘာလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်း စာ ၄၁ မှ။

ပင်စင်မရှိဘူး — ရွှေကြည်မျှ

သား ။ "မေမေ ... "

မိခင် ။ "ဘာလဲ .. သား "

သား ။ "ဖေဖေဟာ စက်ရုံကအသက်(၆၀)ပြည့်သွားလို့ ပင်စင်ယူလိုက်ရပြီနော် .."

မိခင် ။ ဟဲ့ .. အဲဒါ .. ဘာဖြစ်သလဲ..သား၊ သားဖေဖေ သက်ပြည့်ပင်စင်ယူတာ တစ်နှစ်တောင် ကျော်နေပြီ"

သား ။ "ဖေဖေက အလုပ်မှာ ပင်စင်သာ ယူရတယ်၊ အိမ်မှာတော့ ကျွန်တော်တို့ ညီအကိုတွေကို ကျောင်းပို့ကျောင်းကြို၊ ကျူရှင်ပို့ ကျူရှင်ကြို၊ ဈေးသွား၊ အိမ်သန့်ရှင်းရေးလုပ်နဲ့ ဖေဖေ့ကို ကြည့်ရတာ အိမ်အလုပ် တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုလုပ်နေတာပါပဲ။

မိခင် ။ "ဟဲ့ .. ကလေးဟာ ကလေးစကား ပြောစမ်း၊ အလုပ်ထဲမှာ ပင်စင်ရှိပေမယ့် အိမ်မှာတော့ ပင်စင်မရှိဘူး သား"

-မောင်မဟာ။ (၂၁-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၂ မှ။

ကာမရောဂါ ဝမ်းတွင်းနာ

"ကာမရောဂါ၊ ဝမ်းတွင်းနာကား၊ ကုရာနတ္ထိ၊ ဆေးမရှိဘူး၊ မိမိပညာ၊ သတိသာလျှင်၊ မဟာဩသဓ၊ ဆေးမည်စွရှင်" (မဃဒေဝလင်္ကာ)။

ကာမရောဂါနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဆေးမရှိဘူးတဲ့။ မိမိ၏သတိ,ပညာဉာဏ်နဲ့ အရှက်အကြောက်တရားကိုထိန်းသိမ်းမှုသာလျှင် ဆေးပါပဲတဲ့။ ဒါထက်ရှင်းအောင် ဥပမာလေး နစ်ခုနဲ့ ပြောပြမယ် –

ဘုန်းကြီးလူထွက်တစ်ယောက် မယားကြီးနဲ့ သားသမီးတွေပစ်ပြီး ကလေး ၄–ယောက်အမေ တစ်ခုလပ်မနဲ့ ယူသွားသတဲ့။နောက်ဆုံး အကြီးကလည်း အကပ်မခံ၊ အငယ်နဲ့လည်းကွဲပြီး လမ်းဘေးရောက်သွားရော။ အငယ်နဲ့ကွဲတာ လည်း မပြောနဲ့။ အငယ်ရဲ့အသက်က ဒီလူထွက် ထက်ဝက်မက ငယ်တာကိုး။ ပြီးတော့ အရင်အိမ်ထောင်နဲ့ သားသမီးတွေနဲ့ကလည်း ဖအေရင်းမဟုတ်တော့ မတည့်ဘူး။ ပြောချင်တာက ဘုန်းကြီးဘဝနဲ့ ဓမ္မာစရိယအောင်ခဲ့ပေမယ့်၊ပညာ တတ်ခဲ့ပေမယ့် စိတ်အလိုလိုက်လို့ ဒုက္ခရောက်ခြင်းပါ။ <u>ပညာတတ်ပေမယ့် ပညာအစစ်မဟုတ်လို့ပေါ့။</u>

အဲ .. တစ်လောက မင်းတို့လည်း ကြားလိုက်သားပဲ။ သားဖြစ်သူက မအေမုဆိုးမကြီးဆီကို မသေခင် သိန်း ၅၀ အမွေတောင်းတယ်ဆိုတာလေ။ မကြာခဏ ဖွတ်အတင်းတောင်းလို့ ပေးလိုက်ရသတဲ့။ တော်သေးတာပေါ့။ ကျန်တဲ့ သားသမီးတွေက ကြေးမနိုင်းလို့။ ဒီလူငယ်ဆိုရင် သူရော သူ့အမျိုးသမီးရော ဘွဲ့ရပညာတတ်တွေပဲ။ ဒီနေရာမှာ သူတို့တတ်ထားတဲ့ ပညာတွေ၊ ရထားတဲ့ ဘွဲ့တွေ ကြည့်လိုက်ပါ။ ဘယ်မလဲ ပညာအစစ်။ ဒါလောက်ပဲပြောပါရစေ ... ။

<u>အများကြားဖူးတဲ့ ဒေဝဒတ်ကိုပဲ ကြည့်ပါ။ သာကီဝင်မင်းသားလည်းဖြစ်၊ လောကီအဘိညာဉ်စျာန်လည်းရ၊ ပညာတွေလည်းတတ်၊ ဒါပေမယ့် သတိ,သမ္ပဇဉ် နည်းပြီး ပညာဘက် ဦးမလှည့်ဘဲ ခံစားချက်ဘက် ဦးလှည့်၊ အတ္တကို ရှေ့တန်း တင်လို့ နောက်ဆုံး ဘုရားကိုပစ်မှားလို့ မြေမျိုခံရပါရောလား။</u> .. ဒါတွေက ပညာအစစ်မဟုတ်လို့၊ ပညာဉာဏ်ဆင်ခြင်မှုမရှိလို့ ညစ်ရတယ်၊ နစ်ရတယ် ဆိုတာ ထင်ရှားမနေဘူးလား။ ဒီတော့ <u>ပညာအစစ်ကို ရအောင်ရှာ၊ သဒ္ဓါလည်း မကင်းကွာစေနဲ့။</u>

–၊ ၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် မဟာသီမဂ္ဂဇင်းပါ ဦးစန်းမ(စလင်း)၏ 'လူငယ်တစ်ယောက်သိချင်တဲ့ ပညာအစစ်'ဆောင်းပါးမှ။

ဘိုးဘွားအမွေ၊ ငါတို့မြေကို
ငါတို့အရိုး၊ စည်းရိုးထိုး၍
ကာသင့်ပါလျှင် ကာရမည်။

–facebook မှ။

စိတ်မနံ့သူမိန်းကလေးက မျက်မမြင်ဖခင်အား ဓားဖြင့်ခုတ်သတ်

ရန်ကုန်၊ အောက်တိုဘာ–၇

စိတ်မနံ့သူ မိန်းကလေးက မျက်မမြင်ဖခင်အား ဓားဖြင့် ခုတ်သတ်သည့် ဖြစ်စဉ်တစ်ခု ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ရေတာရှည်မြို့နယ်၊ မြို့လုံရဲစခန်းအပိုင်၊ သဲကောကျေးရွာတွင် ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း ဒေသခံရဲစခန်းမှ ထုတ်ပြန်ပြောဆိုသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ အောက်တိုဘာ ၂ ရက်၊ ည ၉ နာရီခွဲခန့်တွင် သဲကောရွာနေ ဒေါ်မလေးသည် ၄င်း၏သမီးဖြစ်သူ မမာဌေးမှာ စိတ်ဖောက်ပြန်ပြီး စိတ်မငြိမ် မသက်ဖြင့် အော်ဟစ်နေသောကြောင့် ရွာထဲရှိ ဗိန္ဓောဆရာအား ခေါ်ယူရန် သားဖြစ်သူနှင့်ထွက်လာရာ အိမ်တွင် တရားခံဟု ယူဆရသူ မမာဌေး(စိတ်မနံ့သူ) ၂၂ နှစ်နှင့် ဖခင်ဦးရွှေရ (မျက်မမြင်) ၆၅ နှစ်တို့ နှစ်ဦးတည်းသာ ကျန်နေခဲ့သည်။ ဗိန္ဓောဆရာခေါ်ပြီးအပြန် အိမ်နားအရောက်တွင် ဦးရွှေရ၏ အော်သံကို ကြားရပြီး အိမ်ပေါ်မှ သမီးဖြစ်သူ မမာဌေးသည် အရိုးအသွား ၁၆ လက်မခန့်ရှိ ဓားကိုကိုင်၍ ပြေးဆင်းလာပြီး အိမ်ရှေ့ခြံစပ်သို့ လွှင့်ပစ်ထွက်ပြေးသွားကြောင်း အိမ်နီးချင်းများကို အော်ဟစ်အကူအညီတောင်းကာ ဝိုင်းဝန်းဖမ်းဆီးပြီး နေအိမ်ပေါ်သို့ တက်ကြည့်ရာ ခင်ပွန်းဖြစ်သူ ဦးရွှေရ၏ ယာနဖူး၊ ယာမျက်ခုံး၊ ယာနားရွက်၊ အပေါ်နှုတ်ခမ်း၊ ဖက်ပိုးတို့တွင် ပြတ်ရှဒဏ်ရာ ငါးချက်ရရှိခဲ့ပြီး သေဆုံးနေသည်ကို တွေ့ရှိရကြောင်း တရားလို၏ ထွက်ဆိုချက်တွင် ဖော်ပြထားသည်။

မိခင်ဖြစ်သူ ဒေါ်မလေးက တရားလိုပြုပြီး တိုင်ကြားသောကြောင့် မြို့လုံ ရဲစခန်းက (ပ)၁၂၇/၁၂၊ ပုဒ်မ ၃၀၂ ဖြင့် အမှုဖွင့်ပြီး အရေးယူ ဆောင်ရွက် လျက်ရှိသည်။

–၂၀၁၂ အောက်တိုဘာ ၁၆ ထုတ် TRUE NEWS ဂျာနယ် စာ ၁၁ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ သဗ္ဗေ သတ္တာ ကမ္မဿကာ။ ကိုယ့်မိသားစုမှာ စိတ်မနံ့သူများ မရှိစေရန် မိသားစုဝင်တိုင်း ကုသိုလ်ကံကောင်းဖို့လိုသဖြင့် တတ်အားသမျှ ကုသိုလ်များများပြုလုပ်ရန်။

ရွှေဖြစ်တိုင်းမကောင်း(ထိရာရွှေဖြစ်ပုံပြင်)

ဂရိနတ် 'တက်ခတ်စ်'က 'မိုင်းဒတ်စ်'ဘုရင်ကြီးအား လိုရာ ဆုတောင်းဟုဆိုသော် 'သူထိလိုက်သည့်အရာတိုင်းသည် ရွှေဖြစ်ပါစေ'ဟု ဆုတောင်းသည်။ နတ်က ထိုဆုကို မပေးလိုသော်လည်း စကားတစ်ခွန်းလွန်ခဲ့ပြီမို့ 'ပြည့်ဝစေ'ဟု ဆုပေးလိုက်သည်။ သို့ဖြင့် ရွှေကို အလွန်လိုချင်နေသည့် ဘုရင်ကြီးသည် သူ့လက်နှင့်ထိသမျှအားလုံး ရွှေဖြစ်ကုန်တော့သည်။ ပေါင်မုန့်ထိတော့လည်း ရွှေခဲကြီးဖြစ်၊ ကော်ဖီသောက်ချတော့လည်း လည်ချောင်းထဲသို့ ရွှေရည်တွေဝင်နှင့် ဘုရင်ကြီး ဒုက္ခလှလှကြီး တွေ့တော့သည်။

ထိုအခါတွင်မှ သူတောင့်တသော ဥစ္စာရွှေငွေထက် ရေကြည်ရေအေး တစ်ခွက်က ပို၍အဖိုးတန်မှန်း ဘုရင်ကြီး သိသွားခဲ့ရလေသည်။

-ဦးထင်ဦး(ကျူရှင်)၊ (၉-၁-၂၀၀၇)ထုတ် ချမ်းသာဂျာနယ်မှ။

မှတ်မိကျောင်းဖြစ် မြစ်မချမ်းသာ

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ကန့်ဘလူမြို့နယ်၊ ခတောက်ရင်းရွာ၊ အသောကာရာမကျောင်းဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တဉာဏာဘိဝံသထံမှာ ငယ်စဉ်က ပညာသင်ကြားခဲ့ရပါတယ်။ . . . မှတ်မိနေတဲ့ ဆရာတော့်ဩဝါဒစကားတစ်ခွန်းကတော့-

မိုးကုတ်မြို့သွားပြီး စီးပွားရှာပြန်လာတဲ့ ရွာသားတစ်ယောက်ဟာ ငွေကြေးအထိုက်အလျောက် ကိုင်လာရတဲ့အရှိန်နဲ့ ရွာသူရွာသားတွေအပေါ်မှာ အလိုလိုဩဇာရှိလာပါတယ်။ ကျေးရွာလူကြီး ရွေးချယ်တော့လည်း သူက 'ဥက္ကဋ္ဌ' ဖြစ်လာတော့ အရှိန်အဝါက ပိုပြီးလျှမ်းလျှမ်းတောက် ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ နောက်ဆုံးတော့ ပညာမပါ၊ အတွေးအခေါ်မရှိဘဲ၊ အောက်ခြေလွတ်၊ စွတ်စက်လုပ်တဲ့ လုပ်ရပ်တွေက များလာတော့ ဆရာတော်က-

"**အင်း ... ဖွတ်တွေ မိကျောင်းဖြစ်လာရင် ရေကြည်အိုင်လေး ပျက်တော့မှာပဲ**"တဲ့။

ဆရာတော့်စကားဟာ လူတစ်ယောက်ကို မှတ်တင်ကြည့်ရမယ့် စံတော်ဝင်စကားဖြစ်နေတာမို့ ကိုယ့်နားက ရေကြည်အိုင်လေးကိုပဲ နေ့စဉ်အကဲခတ်နေရပါတော့တယ်။ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

-၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်း အယ်ဒီတာ့အာဘော်မှ။

မှတ်ချက်။ ။ ကျေးရွာအုပ်ချုပ်ရေးမှူးစသည် ရွေးချယ်ရာ၌ ပုဏ္ဏစ ပုဏ္ဏနေယျာနံ မင်္ဂလာနှင့် အညီလူမှန်နေရာမှန်ဖြစ်အောင်ရွေးချယ်တတ်ဖို့လိုသည်။ (စိစဉ်သူ)။

ကော်ဖီထဲ ဆားထည့်မိသူ

မစ္စပီတာကင်းဆိုသူ အမျိုးသမီးကြီးသည် ကော်ဖီထဲသို့ သကြားထည့်ရမည်ကို ဆားထည့်လိုက်မိ၍ သောက်မရအောင် ခါးသွားသည်။ ထို့ကြောင့် ဆားကိုဖယ်၍ အခါးအရသာပြယ်အောင် လုပ်ပေးနိုင်လောက်သည့် ရှေးဖြစ်လမ်းကို လိုက်နေသူ ဓာတုဗေဒဆရာ(အဂ္ဂိရတ်ဆရာ)ထံ သွားသည်။ ဓာတုဗေဒဆရာသည် ရှိသမျှဓာတ်တွေ တစ်မျိုးပြီးတစ်မျိုး၊ တစ်မည်ပြီးတစ်မယ်ထည့်၍ အခါးပြယ်အောင် လုပ်ကြည့်ပါသော်လည်း မရ။ မစ္စပီတာကင်းတို့ မိသားစုမှာ ဓာတုဗေဒဆရာအတွက် လက်ခဖိုး ရွှေတွေသာ ပေးလိုက်ကြရသည်။

သို့ပြင် ပရဆေးဆရာကြီးထံ သွားကြည့်ရန် အကြံပေါ်သဖြင့် သွားကြပြန်သည်။ ကရဝေး၊ လေးညှင်း၊ ဖာလာ၊ သစ်ကြပိုး အမျိုးမျိုးစသော ပရဆေးအသီးအရွက်တွေ တစ်မည်ပြီးတစ်မယ်ထည့်၍ အခါးပြယ်အောင် လုပ်ကြည့်သည်။ ကော်ဖီကား ခါးမြဲပင်။ ထို့ကြောင့် လက်ခအတွက် ငွေတွေသာ ကုန်ခဲ့သည်။ ဘာမျှ အကျိုးမဖြစ်လိုက်။

သို့ဖြင့်တစ်ဖန် ဖီလာဒဲလ်ဖီးယားမှ ပညာရှိအမျိုးသမီးကြီးဆိုသူထံ သွားကြည့်ရန် အကြံဖြစ်ပြန်သည်။ ထိုအမျိုးသမီးထံရောက်၍ အကြောင်းစုံပြောသည်ကို နားထောင်ပြီးနောက် ပညာရှိအမျိုးသမီးကြီးက ပြောပါသည်–

"**ကော်ဖီတစ်ခွက် အသစ်ထပ်ဖျော်လိုက်ပါလားအေ**"တဲ့။

ကျွန်တော်တို့ လူ့ဘဝတွင် ကြုံကြရတတ်ပါသည်။ မှားဖျော်ပြီးသား ကော်ဖီထဲကဆားကို ပြန်နုတ်ဖို့လောက်သာ စိတ်ရောက်နေကြပြီး နောက်ထပ် ကော်ဖီတစ်ခွက် အသစ်ဖျော်သောက်ဖို့ကျတော့ စိတ်မကူးမိတတ်ကြပေ။

–ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၊ (၉–၁–၂၀၀၇)ထုတ် ချမ်းသာဂျာနယ်မှ။

* ကျွန်ုပ်တို့ ဘာကို ပိုင်ဆိုင်ထားတယ်ဆိုတာကို မသိကြဘူး။ မရှိတော့မှပဲ သိတော့တယ်။ **–ကာမဲလ် ဗယ်လင်စီယာ။**

We don't know what we have, until it's gone.

* ယောကျ်ားတွေက အမျိုးသမီးတစ်ဦးရဲ့ အချစ်ဦးဖြစ်လိုကြတယ်။ အမျိုးသမီးတွေကတော့ ယောကျ်ားတစ်ဦးရဲ့ နောက်ဆုံးအချစ်ဇာတ်လမ်းဖြစ်လိုကြတယ်။ **–စာရေးဆရာ အော်စကာဝိုင်းလ်ဒ်။**

မတော်ပေမယ့် ကောင်းတဲ့သူနဲ့သာ ပေါင်းသင့်တယ်

[illegible]
လူ့ဘဝတွင် လူသည် တစ်ဦးတည်း နေထိုင်လို့မရပါ။ တစ်ဦးချင်းဖြစ်စေ၊ အဖွဲ့လိုက်ဖြစ်စေ ပေါင်းသင်းနေထိုင်ကြပါတယ်။

[illegible]

ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အတ္တပရ မျှတစွာ သုံးစွဲတတ်ခြင်း၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားရှိခြင်း၊ စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံခြင်းဆိုတဲ့ အကျင့်တွေနဲ့သာ မှတ်ကျောက်တင်လို့ ရပါတယ်။

'တော်တယ်'ဆိုတာကတော့ ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်သူလို့ပဲ ထင်ပါတယ်။ မကောင်းတဲ့သူဆိုတာ 'ဘယ်သူသေသေ ငတေမာရင် ပြီးရော'ဆိုတဲ့သူမျိုးဖြစ်ပြီး၊ [illegible]

[illegible] သည်လည်း ကြားရသူအပေါင်းကို ထိတ်လန့်သွားစေပါတယ်။

မတော်သော်လည်း ကောင်းသောအမူအကျင့်ရှိသူများသည် သူ့စွမ်းသလောက်တော့ လူ့ပတ်ဝန်းကျင်ကို အကျိုးပြုမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မတော်ပေမယ့် ကောင်းတဲ့သူနဲ့သာ ပေါင်းသင့်တယ်လို့ ထင်ပါတယ်။

–ဒေါ်သင်းဇော်(ဗိုလ်ချုပ်ရေး)၊ ၂၀၀၈ ဒီဇင်ဘာလထုတ် Flower News

[illegible]

အံ့ချီးဖွယ် အဘိဓမ္မာ

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့တွင် အဘိဓမ္မာ အခါတော်နေ့ကို နေ့ထူးနေ့မြတ်အဖြစ် ကျင်းပလေ့ရှိကြသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ဝါတွင်းသုံးလ(ရက်ပါင်း ၉၀ ကြာမျှ) အဘိဓမ္မာတရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူရာ သီတင်းကျွတ် လပြည့်နေ့တွင် ပြီးဆုံးသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

အဘိဓမ္မာတရားတော်ကို မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ၆-ဝါအလွန် ၇-ဝါအရောက် သက်တော် ၄၂-နှစ်အရွယ်တွင် တာဝတိံသာနတ်ပြည်၌ ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။ မယ်တော်မိနတ်သားကို ကျေးဇူးဆပ်လိုသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဟောကြားတော် မူခြင်းဖြစ်သည်။ မယ်တော်မိနတ်သားအမှူးပြုသော နတ်ဗြဟ္မာပရိသတ်တို့က နာယူကြသည်။

အဘိဓမ္မာတရားတော်ကိုဟောကြားရာ၌ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် နတ်ဗြဟ္မာပရိသတ်တို့အား အကျယ်နည်းဖြင့် ဟောကြား၍ အရှင်သာရိပုတ္တရာအား အကျဉ်းနည်းဖြင့် ပြန်လည်ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။ ထို့နောက် အရှင်သာရိပုတ္တရာက လင်းနို့သား-၅၀၀ ဖြစ်ခဲ့ဖူးသော ရဟန်း-၅၀၀ တို့အား မကျဉ်းမကျယ် အလယ်အလတ်နည်းဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။

အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် သုတ္တန်တရားတို့ထက် သာလွန်ထူးခြားသော တရားဖြစ်၍ အဘိဓမ္မာဟု ခေါ်သည်။ အဘိဓမ္မာတွင် ဓမ္မသင်္ဂဏီ၊ ဝိဘင်း၊ ဓာတုကထာ၊ ပုဂ္ဂလပညတ်၊ ကထာဝတ္ထု၊ ယမိုက်၊ ပဋ္ဌာန်းဟူ၍ အရေအတွက်အားဖြင့် ၇-ကျမ်းပါရှိသည်။ ယင်းတို့တွင် ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်း၌ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်စသော တရားတို့ကို အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ဟောကြားထားသည်။ ဝိဘင်းကျမ်းတွင် ခန္ဓာစသော တရားတို့ကို သုတ္တန်နည်း၊ အဘိဓမ္မာနည်းတို့ဖြင့် အမေးအဖြေပြု၍ အကျယ်ဝေဖန် ဟောကြားထားသည်။ ဓာတုကထာကျမ်းတွင် ဓာတ်အမျိုးမျိုးကို ဟောကြားထားသည်။ ပုဂ္ဂလပညတ်ကျမ်းတွင် ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးတို့ကို ခွဲခြားသတ်မှတ် အမည်တပ်၍ ဟောကြားထားသည်။ ကထာဝတ္ထုကျမ်းတွင် အယူဝါဒနှင့်ဆိုင်သော စကားတို့၏တည်ရာတို့ကို ဟောကြားထားသည်။ ယမိုက်ကျမ်းတွင် အနုလုံနှင့် ပဋိလုံ၊ ပုစ္ဆာနှင့် ဝိသဇ္ဇနာ၊ သန္နိဋ္ဌာန်နှင့် သံသယ အစုံအစုံပြု၍ ဟောကြားထားသည်။ ပဋ္ဌာန်းကျမ်းတွင် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကိုလည်းကောင်း၊ ကုသိုလ်စသောတရားတို့ကို ၂၄-ပစ္စည်းဖြင့် ဝေဖန်၍လည်းကောင်း ဟောကြားထားသည်။ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်၏ ကျက်စားရာကျမ်းကြီးဖြစ်သည်။

အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် ပါဠိ၏ နက်နဲခြင်း၊ သဘောအဓိပ္ပါယ်၏ နက်နဲခြင်း၊ ဟောကြားပုံအစီအစဉ်၏ နက်နဲခြင်း၊ ဉာဏ်တော်၏ နက်နဲခြင်းဟူသော ဂမ္ဘီရလေးမျိုးနှင့်ပြည့်စုံသည်။

အဘိဓမ္မာကျမ်းနှင့်ပတ်သက်၍ အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရု၊ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ၊ ပထမကျော်၊ ကမ္ဘာ့သာသနာပြုဆရာတော်ကြီး အရှင်သေဋ္ဌိလာဘိဝံသက –

"အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် စိတ်၏သဘော၊ စိတ်အထူးထူးထွေထွေဖြစ်ပုံ၊ ဖြစ်ပုံ ပျက်ပုံ၊ တက်ပုံ ကျပုံစသည်တို့ကို ပြသောကြောင့် စိတ်အကြောင်းအရာပညာ (Psychology) လည်း မည်၏။

အကြောင်းရင်း အကြောင်းမှန်၊ အကျိုးရင်း အကျိုးမှန်တို့ကို ပြသောကြောင့် ကြောင်းကျိုးပြပညာ (Philosophy)လည်း မည်၏။ သူတော်ကောင်းကျင့်စဉ်ကို ပြသောကြောင့် သူတော်ကောင်းကျင့်စဉ်ပညာ(Ethics)လည်း မည်၏။ သို့ဖြစ်၍ အဘိဓမ္မာတရားတော်ကိုစိတ်၏အကြောင်းနှင့်သူတော်ကောင်းကျင့်စဉ်ကြောင်းကျိုးမြင်ပညာ(Psycho-Ethical Philosophy)ဟု ခေါ်ဆိုထိုက်ပေသည်။ ဤသို့လျှင် အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် စိတ်အကြောင်းအရာပညာ၊ သူတော်ကောင်းကျင့်စဉ်ပညာ၊ ကြောင်း,ကျိုးမြင်ပညာဟူသော ပညာသုံးရပ်ပါဝင်သဖြင့် ရှီးရှီး (Psychology, Ethics)နှင့် (Philosophy) တို့ထက် သာလွန်ပေသည်။

၎င်းပြင် အဘိဓမ္မာတရားတော်သည် စိတ်၏အကြောင်းကို အသေးစိတ်၍ အပြည့်အစုံပြရုံသာမက ၎င်းစိတ်ကို အဘိဓမ္မာနည်းအရ အကြွင်းမရှိ စင်ကြယ်အောင် ထိန်းနိုင်လျှင် ၎င်းစိတ်ဖြင့်ပင် လောကီချမ်းသာထက် သာလွန်သော လောကုတ္တရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မြင်နိုင်သောပညာဖြစ်သဖြင့် ကာလပေါ် (Psychology) ထက်လည်း အထက်တန်းကျပေသည်။

လူ့ချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊ ဗြဟ္မာချမ်းသာ၊ မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာများကို ရရာရကြောင်း လမ်းကောင်း ကျင့်ဝတ်များကို ပြသောကြောင့် ရှီးရှီး (Ethics)များထက်လည်း အထက်တန်းကျပေသည်။

လူနတ်ဗြဟ္မာစသော သက်ရှိသတ္တဝါ၊ တောတောင်ရေမြေစသော သက်မဲ့ အရာဝတ္ထုဟူသော ဘုံသုံးပါးအတွင်းရှိ လောကီရုပ်နာမ်တရားများနှင့်တကွ လောကုတ္တရာ မဂ်၊ ဖိုလ်တရားတို့၏ အကြောင်းစစ် အကျိုးစစ်များကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြားဝေဖန်၍ ပြထားသောကြောင့်ရှီးရှီး(Philosophy)များထက်လည်း အထက်တန်း ကျပေသည်။

ဤကဲ့သို့ သာလွန်ထူးမြတ်သည့်အတိုင်းလည်း အလွန်ကျယ်ဝန်းနက်နဲ

ခက်ခဲလှ၍ အဘိဓမ္မာ၏ သဘောများကို လူသာမန်တို့ သိနိုင်ရန် အလွန်ခဲယဉ်းပေသည်။ ထို့ကြောင့် လူသာမန်တို့၏ အကျိုးငှာ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟခေါ် သင်္ဂြိုဟ်ကျမ်းကို အရှင်အနုရုဒ္ဓါဆရာ စီရင်ရေးသားတော်မူခဲ့ပေသည်။ ၎င်းမှာ အကျဉ်းချုပ်ဖြစ်သည့်အတိုင်း အဘိဓမ္မာတရားတို့၏ အမည်သရုပ်သာများ၍ လိုရင်းသဘောများမှာ အလွန်တိမ်မြုပ်နေသဖြင့် ၎င်းကျမ်း၏ အဖွင့်ကျမ်းများကို ပါဠိဘာသာ၊ မြန်မာဘာသာစသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ရေးသားခဲ့ကြပေသည်။ ထိုသို့ရေးသားကြရာ၌လည်း ပါဠိပုဒ်များ၏အဖွင့် စုဒ်၊ စောဒနာ၊ အတက်၊ အထွက်၊ ကိုးကားချက် စသည်ဖြင့် မြိုင်မြိုင်ဆိုင်ဆိုင် တန်ဆာဆင်၍ ရေးသားကြသဖြင့် ကျမ်းစာများမှာ ခမ်းနားကြပါ၏။ သို့ရာတွင် အဘိဓမ္မာတရားတို့၏ သဘောများကို (လွယ်လွယ်နှင့်သိစေရန်)ဟူသော လိုရင်းကိစ္စမပြီးဘဲရှိနေသေးရာ ခေတ်မီဆရာများ ကျေးဇူးကြောင့် ၎င်းကိစ္စ လုံးဝမပြီးသော်လည်း အတော်တိုးတက်လျက်ရှိသဖြင့် အလွန်ဝမ်းမြောက်ဖွယ်ဖြစ်ပေသည်”ဟူ၍ ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပေသည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ဤမျှခက်ခဲနက်နဲ ကျယ်ဝန်းသော၊ မှန်ကန်သော အဘိဓမ္မာတရားတော်ကို ကျွန်ုပ်တို့ လက်လှမ်းမီသမျှ လေ့လာဆည်းပူး မှတ်သားသင်ယူသင့်ကြောင်း တင်ပြအပ်သည်။ ။

–၂၀၁၂ အောက်တိုဘာလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင် - အယ်ဒီတာ့အာဘော်မှ။

ဖတ်သမျှဒဿန

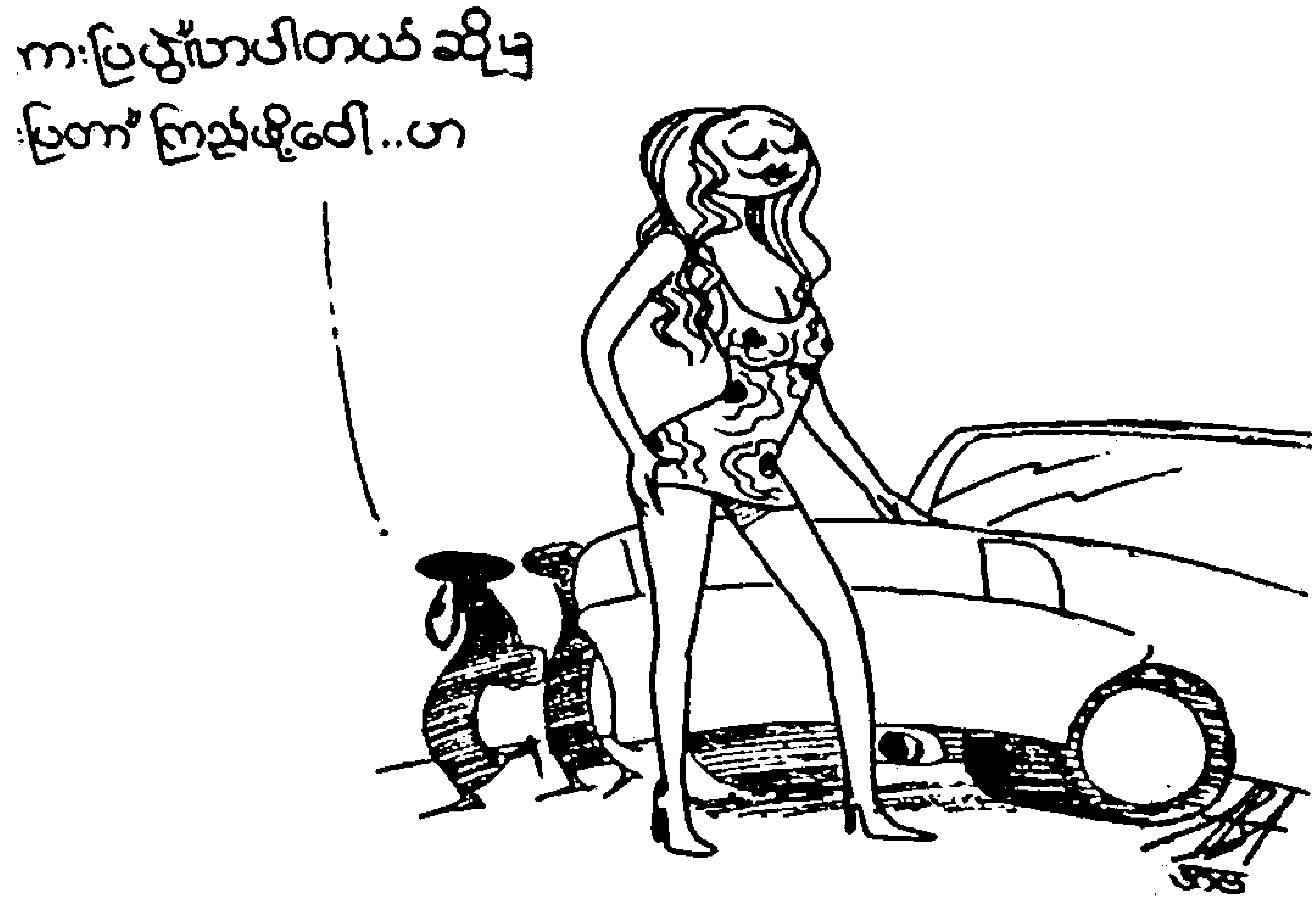
Men always want to be a woman's first love,women like to be a man's last remance.

- Oscar Wilde.

* အချစ်ရှိသောနေရာတွင် ဘဝရှိ၏။ –မဟာတ္တမ ဂန္ဒီ။

Where there is love, there is life.

-Mahatma Gandhi.


ကားပြပွဲပါတယ်ဆိုလို့
ပြတာကြည့်ဖို့ပေါ့..ဟ

အနှစ်ထက် အကာကို တန်ဖိုးထားနေကြသည်

တစ်ခါက တက္ကသိုလ်ကျောင်းသားဟောင်းတွေဟာ သူတို့ရဲ့ ပါမောက္ခကို လာရောက်တွေ့ဆုံကြတယ်။ ဒီလိုကျောင်းသားဟောင်းတွေကို (Alumni)လို့ ခေါ်တယ်။ သူတို့ဟာ အလုပ်အကိုင်ကိုယ်စီနဲ့ ဖြစ်နေကြတယ်။ သူတို့မှာပါလာတဲ့ အမှတ်တရလက်ဆောင်တွေ ဆရာ့ကို ပေးကြတာပေါ့။ (မြန်မာပြည်မှာဆိုရင် ဆရာကို ကန်တော့တဲ့ သဘောပါ) ဆရာရဲ့ ဧည့်ခန်းထဲ စုထိုင်ပြီး စကားပြော ကြတယ်။ ဆရာကလည်း သူတို့ရဲ့ အလုပ်အကိုင်တွေကို မေးတာပေါ့။ ကျောင်းသားဟောင်းတွေကတော့ သူတို့ရဲ့ အလုပ်ခွင်မှာ စိတ်တင်းကျပ်မှုတွေကို ပြောပြတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာပဲ ဆရာကတော်ဟာ ကော်ဖီခွက်တွေကို လာချတယ်။ ပြီးတော့ ဖျော်ယူလာတဲ့ ကော်ဖီတွေကို ကရားကြီးနဲ့ တစ်ခွက်ချင်း ထည့်ပေးတယ်။ သူတို့ အိမ်မှာရှိတဲ့ ခွက်တွေက တချို့လည်း ကြွေခွက်တွေ၊ တချို့လည်း မတ်ခွက်တွေ အပြင် ဖန်ခွက်တွေလည်း ပါတယ်။

"ကော်ဖီသောက်လိုက်ကြရအောင်"

ပါမောက္ခက သူ့ရဲ့တပည့်ဟောင်းတွေကို ကော်ဖီယူသောက်ဖို့ ပြောတယ်။ တပည့်တွေက တစ်ခွက်စီယူသောက်ကြပါတယ်။ အများစုကတော့ ကြွေခွက် ကောင်းကောင်းကို ယူကြတယ်။ ပွန်းပဲ့နေတဲ့ခွက်တွေနဲ့ မကောင်းတဲ့ခွက်တွေ ကျန်နေတယ်။ ကော်ဖီကိုသောက်ကြရင်းနဲ့ ပါမောက္ခက ပြောတယ်။

"မင်းတို့ တွေ့လား၊ တို့တစ်တွေအားလုံးက ခွက်ကောင်းကောင်းတွေကိုပဲ ဦးစားပေးယူကြတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ <u>စောစောက လာထည့်တဲ့ ကော်ဖီက ကရားကြီးတစ်ခုထဲက လာတာမဟုတ်လား။ မင်းတို့က ခွက်ကောင်းကောင်း တွေကိုပဲ ရွေးယူကြတယ်။ ဈေးပေါတဲ့ခွက်တွေကိုတော့ ချန်ထားကြတယ်။</u> ဘာကြောင့်လဲ။ ဒါဟာ သဘာဝပဲလေ။ ဘဝမှာ ပြဿနာတွေဖြစ်တယ်ဆိုတာ ဒီလိုပုံစံနဲ့ အလားသဏ္ဌာန်တူတယ်။ မင်းတို့က အကောင်းဆုံးကို လိုချင်ကြတယ်။ <u>တကယ်တော့ ခွက်ထဲမှာပါတဲ့ ကော်ဖီက အတူတူပဲ။ ခွက်ကြောင့် ကော်ဖီမှာ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား အရသာ ပိုမလာဘူး"</u>

အားလုံး ငြိမ်သက်စွာ နားထောင်နေတယ်။ သူတို့စိတ်ထဲမှာ သိနေကြတယ်။ <u>*"ဒီကော်ဖီဟာ အတူတူပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ခွက်ကတော့ ကောင်းမှဖြစ်မယ်"*</u>လို့ ယူဆနေကြတာပါပဲ။ ပါမောက္ခကြီးက ဆက်ပြောပါတယ်-

"မင်းတို့အားလုံးဟာ ခွက်ကိုယူတယ်ဆိုတာ ကော်ဖီသောက်ဖို့ပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကော်ဖီထက် ခွက်ကို ရွေးနေတာလေ။ မင်းတို့ဟာ ဒါကို သတိမထားမိဘဲ တစ်ယောက်ခွက်တစ်ယောက်ကြည့်နေကြတယ်"

"ဒီတော့ စဉ်းစားလိုက်ပါ။ ဘဝဆိုတာ **ကော်ဖီ**။ အလုပ်အကိုင်၊ ငွေကြေး၊ အဆောင်အယောင်၊ ရာထူးအဆင့်အတန်း စတာတွေကတော့ **ခွက်တွေ**ပဲပေါ့"

"ခွက်ဆိုတာ ကော်ဖီကိုထည့်သလို အလုပ်အကိုင် အဆောင်အယောင်တွေဟာ ဘဝကို ထည့်ထားတဲ့ ခွက်လိုပါပဲ။ ဒါတွေကြောင့် တို့တစ်တွေရဲ့ ဘဝအရည်အသွေးဟာ ပြောင်းလဲမသွားဘူး။ ခွက်ကြောင့် ကော်ဖီအရည်အသွေး မပြောင်းသလိုပါပဲ"

"တို့တစ်တွေဟာ အမြဲတမ်းလိုလိုပါပဲ။ ခွက်ကို သတိပြုနေတာနဲ့ ကော်ဖီအရသာကို ဂရုစိုက်ဖို့မေ့နေကြတယ်။ ကော်ဖီကိုအရသာရှိရှိသောက်ဖို့ကြိုးစားပါ"

"လောကမှာ အပျော်ရွှင်ဆုံးဆိုတဲ့ လူတွေကို ကြည့်ပါ။ သူတို့မှာ အားလုံး အကောင်းတွေရှိတယ်လို့ ထင်လား။ မရှိကြပါဘူး။ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြတာပါ။ သူတို့ဟာ ရထားတဲ့ကော်ဖီကို ကောင်းကောင်းအရသာခံ သောက်ကြတယ်"

– ၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် မဟေသီမဂ္ဂဇင်းပါ ဒေါက်တာခင်မောင်ညို၏ 'ဘဝအလှ ရှာတတ်ကြဖို့'ဆောင်းပါးမှ။

လူကောင်းမှာအန္တရာယ်မရှိ

Nothing can harm a good man, either in life or after death. *(Socrates)*

လူကောင်းတစ်ယောက်ကို အသက်ရှင်စဉ်မှာဖြစ်စေ၊ သေပြီးနောက်မှာဖြစ်စေ မည်သည့်အရာမျှ အန္တရာယ်မပြုနိုင်။

–ဆိုကရေးတီးစ်။

အတွေ့အကြုံဟူသည်
အမှားများစွာ၏ တခြားအမည် ဖြစ်သည်။

–ဗြိတိသျှလူမျိုး ပြဇာတ်၊ ကဗျာ၊ ဝတ္ထုရေးဆရာ အော်စကာဝိုင်းလ်။

ပီမိုးနင်းစာအုပ်ကြောင့် အောင်မြင်မှုရလာသူ

ကျွန်တော်သည် ၁၉၅၁-ခုနှစ်မှ ၁၉၆၅-ခုနှစ်အထိ ၁၅-နှစ်တိုင်တိုင် လက်ဝှေ့ထိုးသတ်လာခဲ့ပါသည်။ လက်ဝှေ့ပွဲပေါင်း ၇၄-ပွဲထိုးသတ်ခဲ့ရာ ၆၃-ပွဲ အနိုင်ရပြီး ၁၁-ပွဲရှုံး၏။ ချိန်ပီယံဘွဲ့ပေါင်း ၁၃-ဘွဲ့ရရှိခဲ့သည်။ လက်ဝှေ့ထိုးသက် ၁၅-နှစ်အတွင်း သဲအိတ်ပေါင်း ၆၂-လုံးကို ညာဗလာလက်သီးဖြင့် ထိုးခွဲနိုင်ခဲ့သည်။ ထို ၆၂-လုံးခွဲစံချိန်ကို ယနေ့ ၂၀၁၃-ခုနှစ်အထိ ဘယ်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မှ မချိုးနိုင်ကြပါ။

ထူးခြားလှသည့် လက်ဝှေ့ပွဲတစ်ပွဲကို တင်ပြပါရစေ။ (၁-၃-၁၉၆၁)ရက်က ရွှေဘိုအောင်ဇေယျဘောကွင်း၌ ကျင်းပခဲ့သည့် လက်ဝှေ့ပွဲဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်နှင့် ၁၉၅၆-ခုနှစ်က မန္တလေးမြို့ကျောင်းတော်တွင် ပြိုင်ဖက်ဖြစ်ခဲ့သူ မြန်မာပြည်လက်ရွေးစင် အောင်သိန်းကြီး(B.E.M.E)ရွှေဘိုသို့ ဆရာကျားဘညိမ်းတို့နှင့် အတူ လိုက်ပါလာ၏။ ကျွန်တော်ကစ၍ အောင်သိန်းကြီးနှင့် အထူးပွဲထိုးသတ်လိုကြောင်း ဆရာကျားဘညိမ်းအားပြောပြရာ-

"ခင်အောင်.. မထိုးနဲ့၊ အောင်သိန်းက လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်လက ဘန်ကောက်မြို့မှာ ယိုးဒယားကို အကွဲထိုးလာတာ"

ကျွန်တော်က "ယိုးဒယားကွဲတာ ကျွန်တော်ကွဲတာမှမဟုတ်ဘဲဆရာ၊ ထိုးပါရစေ"

ကျွန်တော့်မေမေ မန္တလေးသူဘက်က ဆွေမျိုးတော်စပ်သော ဆရာကျားဘညိမ်းက လက်ရည်မညီသဖြင့် မထိုးစေချင်။ သို့ရာတွင်-

"ဒီလောက်တောင် ထိုးချင်တဲ့ကောင် ထိုးကွာ .. ထိုး၊ မင်းလဲမှာပဲ"တဲ့။

(၁-၃-၁၉၆၁)ရက်ည နောက်ဆုံးပွဲစဉ် ၁၅။ အောင်သိန်းကြီး (B.E.M.E) (မန္တလေး)အနီထောင့်။ ဘာမထီခင်အောင် (ရွှေဘိုကျားနက်)အပြာထောင့်။

ကျွန်တော်နှင့်ဝိတ်မတူ၊ အလွန်ထွားကြိုင်းသန်မာလှသည့် အောင်သိန်း။ ပိန်ကပ်ကပ် ပိန်လှီလှီ ညာခြေပလွေရိုးနှင့် ဘာမထီ။

ပရိသတ် ၆၀၀၀-ထောင်စလုံးက ကျွန်တော်ကျမည်၊ ရှုံးမည်တဲ့။

ကျွန်တော်ယုံကြည်ထားသည် "ငါနိုင်ရမည်""ငါနိုင်ရမည်"ဟု။ ကျွန်တော်တစ်ဦးတည်းကပဲ ကျွန်တော်နိုင်မည်ဟု သိထား၊ ယုံထားသည်။ သို့ဖြင့်ယှဉ်ပြိုင်ကြရာ တတိယအချီပြီးခါနီး အောင်သိန်းကြီး အလဲထိုးခံလိုက်ရလေသည်။

ကျွန်တော့်အသဲမှာ "နိုင်ရမည်""အောင်ရမည်"ဟူသောဆုံးဖြတ်ချက် အမြဲပဲ

ကိန်းဝပ်လျက်ရှိနေပါသည်။ ထိုနိုင်ရမည်၊ အောင်ရမည်ဟူသောအားမာန်ကို ဆရာကြီးပီမိုးနင်းရေးသည့်စာအုပ်ကို ဖတ်၍မှတ်၍ထားကာ ကျွန်တော်က လက်တွေ့ကျကျ လုပ်ဆောင်ခဲ့၍ အောင်ပွဲအဆင့်ဆင့်ရခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

နိဂုံးချုပ်အနေအားဖြင့် ရေးရလျှင် မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်းလုံးရှိ တက်လူ လူငယ်လူရွယ်များအား ပြောလိုသည်မှာ "**ဘာပဲလုပ်လုပ် 'အောင်မြင်ရမယ်' 'နိုင်ရမယ်'** ဟု **ယတိပြတ်ဆုံးဖြတ်ချက်ချထားပြီး ဖွဲ့ သတ္တိ လုံ့လ ဝီရိယရှိရှိနဲ့ လုပ်ကြပါ။ အောင်မြင်မှုရလာမှာ မလွဲပါ**" ဟူ၍ ... ။

–ဘာမထိ ခင်အောင်၊ ၂၀၁၃ စက်တင်ဘာလထုတ်
မင်္ဂလာမောင်မယ်စာစောင် စာ ၂၂ မှ။

တရားရိက္ခာ စုကြပါ

လူ့ပြည်လာလည်၊ သက်–၆၀၊ တကယ် ပြည့်ခဲ့ပြီ။
၆၀–ပြည့်လဲ၊ မက်,ဖိုလ်မွဲ၊ ဆင်းရဲနေသေးသည်။
မဆင်းရဲရန်၊ မြတ်နိဗ္ဗာန်၊ ရည်သန်အားထုတ်မည်။
အားထုတ်ထားမှ၊ ဝဋ်ဒုက္ခ၊ မှချလွတ်မြောက်မည်။
ရုပ်+နာမ်ယာဉ်ကြီး၊ လူတိုင်းစီး၊ ခရီးဆက်ရမည်။
ခရီးသွားမှာ၊ သုံးစရာ၊ ရိက္ခာလိုအပ်သည်။
ရိက္ခာနည်းက၊ ပင်ပန်းလှ၊ ဒုက္ခများလှသည်။
ရိက္ခာလုံလောက်၊ ခရီးပေါက်၊ ဆိုက်ရောက်နိဗ္ဗူပြည်။
တရားရိက္ခာ၊ စုကြပါ၊ သူ့ငါ ချမ်းသာမည်။

–လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ။

ဘုန်းကြီး ဘုန်းကြီးလိုနေ

လူ့ဘဝမှာ ဘုန်းကြီးလိုနေရင် စီးပွားပျက်တယ်။
ဘုန်းကြီးဘဝမှာ လူလိုနေရင် သီလပျက်တယ်။

–အရှင်ပဏ္ဍိတ(ဒေါင်းဖြူ)။

ရွှေကို အလွန်အမင်း စွဲလန်းနှစ်သက်သည်
အိန္ဒိယနိုင်ငံသားရွှေအတိပြီးသောအင်္ကျီရက်လုပ်ဝတ်ဆင်

အိန္ဒိယနိုင်ငံ ပင်ပရီမြို့မှ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်တစ်ဦးဖြစ်သည့် ဒတ်တာဖူကီသည် ရွှေကို အလွန်အမင်း စွဲလမ်းနှစ်သက်သူတစ်ဦးဖြစ်သည့်အတွက် ၎င်းကို "ပင်ပရီမြို့မှ ရွှေလူသား"ဟု ကင်ပွန်းတပ်ထားကြသည်။ ဒတ်တာသည် မကြာသေးမီက ရွှေအလေးချိန် ၃ ဒသမ ၂ ကီလိုဂရမ်ရှိသည့် ရွှေရှပ်အင်္ကျီကို ပြုလုပ်ဝတ်ဆင်ခဲ့ကြောင်း အိန္ဒိယသတင်းမီဒီယာများတွင် ဖော်ပြသည်။

ဒတ်တာ၏ ရွှေရှပ်အအင်္ကျီကို ရွှေပန်းထိမ်ဆရာ ၁၅ ဦးဖြင့် တစ်နေ့လျှင် (၁၈)နာရီ ရက်လုပ်ရပြီး ၁၅ ရက်ကျော်ကြာ ပြုလုပ်ခဲ့ရသည်ဟု ဆိုသည်။ ဒတ်တာက "ဒီရွှေရှပ်အင်္ကျီဟာ ကျွန်တော့်ရဲ့ အိပ်မက်တစ်ခုပါပဲ။ ကျွန်တော့်ကို ပင်ပရီမြို့ရဲ့ ရွှေလူသားအဖြစ် ဂုဏ်သတင်းမွှေးစေမှာပါ"ဟု သဘင်းထောက်များကို ပြောကြားသည်။

ဒတ်တာ၏ ရွှေအင်္ကျီတွင် ရွှေပန်းပွင့် ၁၄၀၀၀၊ သလင်းကျောက်ကြယ်သီး ခြောက်လုံး၊ ရွှေခါးပတ်တစ်ခုနှင့် ဘော်ကြယ်များ ပါဝင်ရက်လုပ်ထားသည်။

"အခြားလူတွေကတော့ ကားဝယ်မယ်၊ ဒါမှမဟုတ် အားလပ်ရက်မှာ ပြည်ပခရီးထွက်မယ်။ ကျွန်တော့်အတွက်တော့ ရွှေဟာ အဆုံးစွန်သော ဝါသနာပါ။ ဒါကလည်း ကျွန်တော့်အတွက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတစ်ခုပါပဲ"ဟု ဒတ်တာက ပြောကြားသည်။

ဒတ်တာသည် ရွှေအလေးချိန် ၁၀ ကီလိုဂရမ်ခန့် ပိုင်ဆိုင်သူဖြစ်ပြီး အဆိုပါ ပိုင်ဆိုင်မှုများတွင် ရွှေထည်လက်ဝတ်လက်စားများအဖြစ် ရွှေဆွဲကြိုး ၁၀ ကုံး၊ ရွှေလက်ကောက် ၆ ကွင်း၊ ရွှေလက်စွပ် ၂၅ ကွင်းနှင့် ရွှေအင်္ကျီတို့ ပါဝင်သည်။

သတင်းထောက်များက "ယခုကဲ့သို့ ရွှေထည်လက်ဝတ်လက်စား အမြောက်အမြားဝတ်ဆင်၍ သွားလာလှုပ်ရှားရာတွင် အသက်အန္တရာယ်အတွက် စိုးရိမ်စရာ မရှိဘူးလား"ဟု မေးမြန်းသည့်အခါ "ဒီကိစ္စအတွက် ပူစရာ မလိုပါဘူးဗျာ၊ ကျွန်တော့်မှာ ကိုယ်ပိုင်လုံခြုံရေးရှိပါတယ်၊ ကျွန်တော့်ရဲ့ ကိုယ်ရံတော်သက်တော်စောင့်တွေနဲ့ပဲ သွားလာလှုပ်ရှားပါတယ်"ဟု ပြန်လည်ပြောကြားသည်။

ကြေးမုံ -(၇-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ မျက်နှာဖုံးမှ။
ဥပဒေသ။ ။လူတစ်ယောက် အကြိုက်တစ်မျိုး။

ချစ်လေ ဆင်းရဲလေ၊ သဝန်တိုလေ ဆင်းရဲလေ

စိုးရိမ်သောကများကြောင့် ကိုယ်အလေးချိန် လျော့ကျသွားသော ဆီလီနာဂိုမက်ဇ်

အဆိုတော် သရုပ်ဆောင် ဆီလီနာဂိုမက်ဇ်တစ်ယောက် သူမ၏အချစ်တော် ဂျက်စတင်ဘီဘာကြောင့် အစားပျက် အအိပ်ပျက်ဖြစ်ကာ ကိုယ်အလေးချိန် လျော့ကျသွားခဲ့ရသည်။

သူမက မော်ဒယ်လ် ဘာဘရာပဲလ်ဗင်နှင့် အချိန်ဖြုန်းနေသော ချစ်သူ ဘီဘာကြောင့် စိတ်သောကရောက်ခဲ့ရကြောင်း ဖွင့်ဟပြောဆိုသည်။

ဆီလီနာနှင့်ဘီဘာတို့ ရန်ဖြစ်လိုက် ပြန်ချစ်လိုက်ဖြစ်နေရာ ဆီလီနာ တစ်ယောက် အရင်ကထက် ကိုယ်အလေးချိန်လျော့ကျကာ ပိန်သွားပုံပေါက်နေသည်။ ဂျက်စတင်ဘီဘာနှင့် မော်ဒယ်လ်မလေးတို့ တွေ့ဆုံမှုတွေများနေပြီး တပူးတွဲတွဲရှိနေသည်ဆိုသည့်အချက်က သူမကို ဖိအားများနှင့် စိတ်သောကဖြစ်စေကာ မစားနိုင် မသောက်နိုင်နှင့် စိတ်ထင်ရာ လျှောက်လုပ်မိစေခဲ့ကြောင်း ဆိုသည်။

ဘီဘာ၏ ရင့်ကျက်မှုမရှိသော လုပ်ဆောင်ချက်များကြောင့် ဆီလီနာ နာမကျန်းဖြစ်ရသည်ဆိုသော သတင်းကြောင့် ဘီဘာမှာ ဒေါသထွက်နေကြောင်း မကြာသေးမီက သတင်းတစ်ရပ်တွင် ဖော်ပြထားသည်။

ဘီဘာ၏ မရင့်ကျက်မှုတို့ကြောင့် ပြဿနာတစ်စုံတစ်ရာ မပြုလုပ်ခဲ့ရဘဲ စိတ်ထောင်းကိုယ်ကြေ ဖြစ်ခဲ့ရသူက ဆီလီနာပါပဲဟု အဆိုပါ သတင်းအရင်းအမြစ်က ဆိုသည်။ (ဖေယျာလင်း)

-(၄-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

ပိယတော ဇာယတိ သောကော၊ ပိယတော ဇာယတိ ဘယံ။
ပိယတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

(မြတ်ဗုဒ္ဓဟော ဓမ္မပဒပါဠိတော်မှ)

ချစ်ခြင်းကြောင်း သောက ဖြစ်ရ၏။ ချစ်ခြင်းကြောင့် ဘေးဖြစ်ရ၏။
မချစ်သောသူအား အဘယ်မှာ သောကရှိအံ့နည်း၊
အဘယ်မှာ ဘေးဖြစ်အံ့နည်း။

ဇနီးသည်လေးယောက်၊ ကလေးဆယ်ယောက်ပိုင်ရှင်

တရုတ်လွှတ်တော်အမတ်ဖမ်းဆီးခံရ

တရုတ်အာဏာပိုင်များသည် ဇနီးသည်လေးယောက်၊ ကလေးဆယ်ယောက် ပိုင်ရှင် တရုတ်နိုင်ငံသား ဥပဒေပြုလွှတ်တော်အမတ်တစ်ဦးအား ဖမ်းဆီးခဲ့သည်။ အကြောင်းမှာ လီဗျွန်ဝမ်အမည်ရှိ အသက် ၄၃ နှစ်အရွယ် အဆိုပါပုဂ္ဂိုလ်သည် ဇနီးမောင်နှံတစ်စုံလျှင် ကလေးတစ်ယောက်သာ ယူရမည်ဆိုသည့် ဥပဒေကို ချိုးဖောက်ခဲ့၍ ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ၎င်းကလေးဆယ်ယောက်ရှိသည်ကို လျှို့ဝှက်ရန် လွှတ်တော်အတွင်း ဝိုင်းဝန်းဖုံးဖိပေးခဲ့ကြသူ အခြားအမတ် ၁၄ ဦးကိုလည်း အရေးယူခဲ့ကြောင်းသိရသည်။ လီသည် Xiaodian ခရိုင် ကွန်မြူနစ်ပါတီမှ ဥပဒေပြုလွှတ်တော်အမတ်တစ်ဦးဖြစ်သည်။ *-(၁၇-၁၂-၂၀၁၂) ကြေးမုံသတင်းစာမှ။*

လောဘဖြစ်ခွင့်မရတော့ ဒေါသဖြစ်

ကွဲကွာနေသည့်ဇနီးကို ပြန်လည်ပေါင်းသင်းဖို့ ဆွေးနွေးရာမှ လူသတ်မှုဖြစ်ပွား

ဘိုကလေး ဖန်နစ်ဝါဒီ ၁

ဘိုကလေးမြို့နယ်ရန်ကင်းစုံကျေးရွာ၌ကွဲကွာနေသည့်လင်မယားချင်းပြန်လည်ပေါင်းသင်းရန်ဆွေးနွေးရာမှအချင်းများပြီးလူသတ်မှုဖြစ်ပွားကြောင်းသိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ဒီဇင်ဘာ ၂၂ ရက် နံနက် ၁၀ နာရီခန့်က ဘိုကလေးမြို့နယ် ရန်ကင်းစုကျေးရွာနေ ဦးစိုးဝင်း (၄၄)နှစ်သည် နေအိမ်၌ရှိနေစဉ် လွန်ခဲ့သော ၅ ရက်ခန့်က လင်မယားချင်း ကွဲကွာပြီး ဦးစိုးဝင်း၏ နေအိမ်၌ လာရောက်နေထိုင်လျက် ရှိသော မရီးတော်စပ်သူ မလှမြင့်(၄၆)နှစ်သည် နေအိမ်ပေါ်၌ ငါးဖမ်းပိုက်များ ဖာထေးနေစဉ် ယခင်က ခင်ပွန်းဖြစ်သူ သန်းဝင်း(၄၉)နှစ်ရောက်ရှိလာပြီးမလှမြင့်နှင့် ပြန်လည်ပေါင်းသင်းလိုကြောင်း ဆွေးနွေးစဉ် မလှမြင့်က ငြင်းဆန်လိုက်သဖြင့် သန်းဝင်းက အသင့်ယူဆောင်လာသော ဓားနှင့်ထိုးလိုက်ရာ နံရိုးကြားသို့ ထိုးသွင်း ဒဏ်ရာတစ်ချက် ရရှိသွားပြီး သေဆုံးသွားခြင်းဖြစ်သည်။

ယင်းဖြစ်စဉ်နှင့်ပတ်သက်၍ အိမ်ရှင် ဦးစိုးဝင်း၏ တိုင်တန်းချက်အရ ဘိုကလေးရဲစခန်းမှ (ပ) ၁၉၇/၁၂ ပုဒ်မ ၃၀၂ ဖြင့် ပြစ်မှုကျူးလွန်သူ သန်းဝင်းအား ဖမ်းဆီးအရေးယူထားကြောင်း သိရသည်။ (ပုသိမ် လှကြည်)။**ချစ်သော်သက်နှုန်း မှန်းသော်ရန်သူ**။*-(၂-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။*

စိတ်ရောဂါရှိရင် ဂရုစိုက်

ဂိမ်းကစားခြင်းအား ဆူပူကြိမ်းမောင်းသည့် မိခင်ကို သားဖြစ်သူက ဓားဖြင့်ထိုး

ဗန်ကောက်၊ နိုဝင်ဘာ- ၃

သားဖြစ်သူ ဗီဒီယိုဂိမ်းကစားရင်း အချိန်ဖြုန်းနေပြီး အိမ်မှုကိစ္စ နိုင်းမရ၍ အမေဖြစ်သူက ဆူပူကြိမ်းမောင်းခဲ့ရာ အသက်(၁၄)နှစ်အရွယ်ရှိ သားက အသက်(၅၀)အရွယ် အမေအား ဓားဖြင့် အချက်ပေါင်းများစွာ ထိုးသတ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ဝင်ရောက်ဖျန်ဖြေသော အသက်(၂၉)နှစ်အရွယ်ရှိ အစ်မအားလည်း ဓားဖြင့် ဆက်လက်ထိုးရာ အမေမှာ နေရာတွင် သေဆုံးသွားပြီး အစ်မမှာ ပြင်းထန်စွာ ဒဏ်ရာရရှိသွားမှု ဗန်ကောက်မြို့ Saphan Sung ခရိုင် Krungthep Kreeta လမ်းရှိ အိမ်တစ်အိမ်တွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။

လူငယ်အား အောက်တိုဘာ ၃၁ ရက် စောစောပိုင်းက ဖမ်းဆီးလိုက်ကြောင်း သိရသည်။ Praceret ရဲစခန်းမှ စုံစမ်းစစ်ဆေးရေး ရဲဗိုလ်မှူး ပရာယွတ်ဖန်ခ်ိဟာ သည် ထိုအိမ်သို့ ဝင်ရောက်စစ်ဆေးရာတွင် ညဝတ်အင်္ကျီဖြင့် သွေးအိုင်ထဲ မှောက်လျက်သေဆုံးနေသော အမျိုးသမီးတစ်ဦးအား တွေ့ရပြီးနောက် အိပ်ခန်းတွင် တံခါးပိတ်ပုန်းအောင်းနေသော အမျိုးသမီးတစ်ဦးအားလည်း တွေ့ရကြောင်း ပြောပြသည်။ ဒဏ်ရာရသူအား Lat Phrao ဆေးရုံသို့ တင်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

သားဖြစ်သူသည် အမေအားနောက်ကျောကို ဓားဖြင့် လေးချက်ထိုးခဲ့ကြောင်း၊ ၎င်းအား ရဲစခန်းမှ စစ်ဆေး၍ လူငယ်ထိန်းသိမ်းရေးစခန်းသို့ ပို့မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အမှုဖြစ်ရာသို့ ရောက်ရှိလာသော ဖခင်ဖြစ်သူက ၎င်းဇနီးနှင့် အတူမနေကြောင်း၊ သားဖြစ်သူမှာ စိတ်ကျရောဂါနှင့် စိတ်ရောဂါရှိကြောင်း၊ လူငယ်အား လူသတ်မှုဖြင့် စွပ်စွဲခံရနိုင်ကြောင်း သိရသည်။ *Bangkok Post/NWE.*

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာ ၈ ရက်ထုတ် 'ချန်ကုန်တိုင်းမ်' ဂျာနယ်မှ။

အဲဒီကလေးမျိုးတွေ မရှိအောင် ဘယ်လိုလုပ်ကြမလဲ?

လူတစ်ယောက်နှင့် သူ၏ပျားရည်

ဘဝနှင့် အာရုံခံစားမှုများအကြောင်းပေါ်လွင်စေသည့် သင်ခန်းစာပေး ပုံပြင်လေးတစ်ခု ရှိပါတယ်။

တစ်ခါက လူတစ်ယောက်သည် ဆူးနှင့်ကျောက်တုံးများပြည့်နေသည့် တောနက်ကြီးတစ်ခုအတွင်း လမ်းပျောက်လျက်ရှိသည်။ ထိုအချိန်တွင် ဆင်ကြီးတစ်ကောင်သည် သူ့ကိုတွေ့သွားပြီး သဲကြီးမဲကြီး လိုက်တော့၏။ ထိုသူသည် ပြေးရင်းလွှားရင်း ရေတွင်းပျက်ကြီးတစ်ခုကို တွေ့သဖြင့် ဆင်အန္တရာယ်မှ ဝေးသွားရန်အတွက် ဝင်ရောက်ပုန်းအောင်းရန် စိတ်ကူးရလေသည်။ သို့သော် ရေတွင်းအောက်ခြေတွင် အလွန်အဆိပ်ပြင်းသည့် မြွေကြီးတစ်ကောင် ရှိနေပြီးသား ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် တခြားနည်းလမ်းမရှိသဖြင့် သူသည် ရေတွင်းပျက်အတွင်းသို့ ခုန်ချလိုက်ရာ ရေတွင်းနံရံတွင် ပေါက်နေသည့် ဆူးများရှိသော နွယ်ပင်တစ်ပင်ကို ဆွဲမိလျက်သား ဖြစ်နေပါသည်။ နွယ်ပင်ကို ဆွဲထားခိုက် အနီးတွင် ကြွက်ကြီးနှစ်ကောင်ကို တွေ့လိုက်ရ၏။ တစ်ကောင်မှာ အမည်းရောင်ဖြစ်ပြီး ကျန်တစ်ကောင်မှာ အဖြူရောင်ဖြစ်သည်။ ထိုကြွက်ကြီးနှစ်ကောင်က သူဆွဲထားသည့် နွယ်ပင်အား ဖြည်းဖြည်းချင်း ကိုက်ဖြတ်လျက်ရှိကြောင်း တုန်လှုပ်စွာ မြင်တွေ့လိုက်ရ၏။ ထိုအချိန်တွင် ထိုသူသည် ပျားရည်တစ်စက်တစ်စက်ကျနေသည့် ပျားအုံကြီးတစ်ခုကို မလှမ်းမကမ်းတွင် တွေ့လိုက်ရသည်။

ထိုအခြေအနေတွင် ထိုသူသည် သုံးမျိုးသော သေဘေးနှင့် ရင်ဆိုင်နေရသည့်အကြား၌ပင် လောဘတက်၍ ကျနေသည့် ပျားရည်စက်များကို ပါးစပ်နှင့်ခံပြီး မြိန်ယှက်စွာ စားသုံးနေပေသည်။ ထိုအချိန်တွင်တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူသည် ရေတွင်းဝသို့ ရောက်လာပြီး ဒုက္ခရောက်နေသည့် ရေတွင်းထဲမှ လူကို မြင်တွေ့သည့်အခါ ကယ်တင်ရန် ကြိုးစားပေတော့သည်။ သို့ရာတွင် လောဘသားကောင်လူမိုက်သည် ကယ်တင်ရန် ကမ်းလှမ်းချက်ကို ငြင်းပယ်လိုက်၏။ အကြောင်းမှာ လောလောဆယ် သူစားသုံးနေရသည့် ပျားရည်မှာ အလွန်ချိုမြိန်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ချိုမြိန်သော ပျားရည်ကြောင့် ယစ်မူးပြီး ကြုံတွေ့နေရသည့် ဒုက္ခကို မေ့လျော့နေခြင်းလည်း ဖြစ်သည်။

ဤပုံပြင်တွင် –

* ဆူးခင်းထားသည့် တောနက်ကြီးမှာ လူတို့ကျင်လည်နေရသည့် သံသရာနှင့် အလားသဏ္ဌာန်တူပါသည်။ သံသရာ၏ ဆိုးကျိုးမှာ မတည်မြဲခြင်းနှင့်

ဒုက္ခပေးတတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ လူသားတစ်ယောက်သည် ဆူးအတိပြီး၍ ကြမ်းတမ်းလှသည့် တောနှင့်တူသော သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရန်မှာ အလွန် ခက်ခဲလှပါသည်။

* ပုံပြင်ပါ ဆင်ကြီးမှာ သေခြင်းတရား၏ သရုပ်ဖြစ်သည်။ သေခြင်းတရားသည် ကျွန်ုပ်တို့နောက်သို့လိုက်နေပြီး အလွန်ဒုက္ခပေးသောအရာဖြစ်သည်။ အိုမင်းလာပြီဆိုလျှင် စိတ်တွင်း၌ စိတ်မချမ်းမြေ့ခြင်းနှင့် မလုံခြုံခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ် လာပါသည်။
* ဆူးအတိပြီးသော နွယ်ပင်မှာ မွေးဖွားခြင်းဖြစ်စဉ်နှင့်တူပါသည်။ နွယ်ပင်သည် ကြီးပြင်းလာသည့်အခါ အခြားသောအပင်များနှင့် ယှက်နွယ်နေသကဲ့သို့ မွေးဖွားခြင်းပြီးလျှင် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ များစွာသော အကြောင်းအရာများနှင့် ပတ်သက်ဆက်နွယ်လာစမြဲဖြစ်သည်။
* အဖြူရောင်ကြွက်ကြီးနှင့် အမည်းရောင်ကြွက်ကြီးမှာ နေ့ညဉ့် အလှည့်ကျ သောနေ့ညဉ့်ဖြစ်စဉ်ကို ကိုယ်စားပြုပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့အား မွေးသည့်နေ့မှ စ၍ နေ့နှင့်ညတို့ ရွေ့လျားသွားသည့်ဖြစ်စဉ်က ကျွန်ုပ်တို့၏ သက်တမ်းကို နုတ်ယူသွားကြသည်။
* ချိုမြိန်သော ပျားရည်စက်များသည် ခေတ္တခဏသာဖြစ်သော ကာမဂုဏ် အာရုံများနှင့် အလားသဏ္ဌာန်တူပါသည်။ ထိုအာရုံများက ဖောက်ပြန်တတ်ပြီး အမြဲတမ်းပြောင်းလဲနေသော ကမ္ဘာကြီးမှခွဲခွာနိုင်စေရန်လူတို့အားဆွဲဆောင် လျက်ရှိသည်။
* အကူအညီပေးရန်၊ ဒုက္ခတွင်းမှ ကယ်တင်ရန်နှင့် လမ်းမှန်ကို ပြပေးရန် ရောက်လာသူသည် စင်စစ် ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသာ ဖြစ်တော့သည်။

-ဒေါက်တာ ကေ သီရိဓမ္မာနန္ဒရေး

'သင်နှင့် သင့်၏ပြဿနာများ'စာအုပ် စာ-၁၇၇-၁၇၀ မှ။

သီတဂူဆရာတော် အရှင်ဉာဏိဿရ၏ သြဝါဒ

"ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတည်ဆောက်မယ်ဆိုရင် လူမျိုးရေး၊ ဘာသာရေး အစွဲအလန်းတွေ ဖျောက်ရမယ်။ အစွဲအလန်းတွေ မဖျောက်နိုင်ရင် Unity (တစ်စုတစ်စည်းတည်းညီညွတ်ခြင်း)၊ Harmony(သင့်သင့်မြတ်မြတ် နေထိုင်ခြင်း)လုပ်လို့မရဘူး။ Unity နဲ့ Harmonyကို တည်ဆောက်လို့မရရင် Peace (ငြိမ်းချမ်းခြင်း)ကို တည်ဆောက်လို့မရနိုင်ဘူး"

နိမ့်အောင်လုပ်တာလည်း ကိုယ်ပဲ၊ မြင့်အောင်လုပ်တာလည်း ကိုယ်ပဲ

ကားပေါ်မှဆင်းလာသော ဌာနဆိုင်ရာ အရာရှိကြီးကို ကျွန်တော်နှင့် ဦးလေးဝင်းတို့ ဦးခေါင်းညွတ်၍ အရိုအသေပေးလိုက်သည်။ အရာရှိကြီးက ဦးလေးဝင်းရှိရာသို့ လျှောက်လာပြီး ဖက်လဲတကင်း နှုတ်ဆက်ကာ ဦးလေးဝင်း၏ အိတ်ကပ်ထဲသို့ ငွေကျပ်တစ်သောင်းတန် နှစ်ရွက်ကို ထည့်ပေးလိုက်သည်။ ထို့နောက် ကျွန်တော့်ဘက်သို့လှည့်ပြီး ငွေကျပ်တစ်သောင်းလှမ်းပေးသည်။ ပြီးနောက် ဦးလေးဝင်း၏ ပခုံးကို ရင်းရင်းနှီးနှီးပုတ်ပြီး ဓာတ်လှေကားရှိရာသို့ လျှောက်သွားကာ အပေါ်ထပ်သို့ တက်သွားသည်။

မြင်ကွင်းမှအရာရှိကြီးပျောက်ကွယ်သွားတော့ ဦးလေးဝင်းအနားသို့ ကျွန်တော် ကပ်သွားပြီး မေးမိသည်-

"အရာရှိကြီးက ဦးလေးဝင်းကို အတော်ခင်တဲ့ပုံပဲနော်။ ဘယ်တုန်းက သိတာလဲ၊ သူ့အကြောင်းကို ကျွန်တော့်ကို ပြောပြပါလား"

"သူ့နာမည်က ကိုညီတဲ့ကွ။ ငါနဲ့ သူနဲ့က ဒီဌာနမှာ တစ်ရက်တည်း အလုပ်အတူဝင်ခဲ့ကြတာပေါ့။ အသက်ကလည်း မကွာဆိုတော့ သူငယ်ချင်းပေါင်း ပေါင်းခဲ့ကြတဲ့သူတွေပါ။ သူလည်း အငယ်တန်းစာရေး၊ ငါလည်း အငယ်တန်းစာရေးနဲ့ အလုပ်စဝင်ခဲ့ကြတယ်။ သူ့ဇာတိက မန္တလေးဘက်ကပဲ။ ငါက ရန်ကုန်သား။ အလုပ်ဝင်တုန်းကတော့ သူလည်း ၁၀ တန်းအောင်၊ ငါလည်း ၁၀ တန်းအောင်ပဲ။ ဒါပေမယ့် သူက အလုပ်ဝင်ရင်း တက္ကသိုလ်ဆက်တက်ခဲ့တယ်။ ငါကတော့ ကျောင်းဆက်တက်ဖို့ မကြိုးစားခဲ့ဘူး။ ပြောရရင် အလုပ်ဝင်ပြီးကတည်းက စာစောင်လေး၊ ဘာလေး အသင့်တွေ့လို့ ဖတ်တာက လွဲလို့ စာဆိုရင် ငါက လုံးဝပဲ။

"ကိုညီက ဖင်ပေါ့တယ်။ လက်ကြောတင်းတယ်။ ငယ်ငယ်ကတည်းက ရုံးခန်းသန့်ရှင်းရေးလည်း သူပဲ မညည်းမညူလုပ်တယ်။ ရုံးခန်းမှာ အမှိုက်တွေ ရှုပ်ပွနေရင် တံမြက်စည်းတစ်ချောင်းရာပြီး သူက လှည်းကျင်းလိုက်တာပဲ။ အမှိုက်ပုံးလည်း ပြည့်နေရင် သွားပစ်လိုက်တာပဲ။ စုပေါင်းအိမ်သာတောင် ရုံးဆင်းခါနီးတိုင်း သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပေးတယ်။ သူများခိုင်းခိုင်း မခိုင်းခိုင်း အမြင်မတော်တာ လုပ်တာပဲ။ ငါတို့အများစုကတော့ "အငယ်တန်းစာရေးကွ။ အလုပ်ဝင်ကတည်းက သန့်ရှင်းရေးလုပ်ဖို့ဝင်တာလာ မဟုတ်ဘူး"ဆိုတဲ့ မာန်လေးနဲ့။

တကယ်တော့ အောင်ခြေလွတ်တာ ဘဝမမှန်တာပေါ့ကွာ။ အဲဒီလိုပဲ နေခဲ့တယ်။ သူက သူများ မလုပ်ချင်တဲ့အလုပ် လုပ်တယ်။ သူများ မသွားချင်တဲ့နေရာ သွားတယ်။ သူများမတက်ချင်တဲ့ သင်တန်းတက်တယ်။ အဲဒီတုန်းကတော့ ငါတို့က လူပေါ်ကြော့။ သူက ငါတို့ရဲ့ နိုင်းဖတ်။ အဲဒီလို ထင်ခဲ့တယ်လေ။

"*မပြည့်တဲ့အိုးက ဘောင်ဘင်ခတ်တယ်ဆိုတာ သိတယ်မဟုတ်လား။ သူကော ငါကော အမျိုးသားပညာဝန် ဦးဖိုးကျားရဲ့ 'အခမဲ့ ကူလီထမ်းခြင်းအကျိုး' ကို ဖတ်ဖူး၊ သင်ဖူးကြတဲ့ လူချင်းအတူတူ ငါတို့က ကျောင်းစာကို စာအုပ်ထဲမှာပဲ ထားခဲ့တယ်။ ဘဝထဲကို မယူခဲ့ဘူး။ ပကာသနတွေ၊ အရေခွံတွေကို အဓိက ထားခဲ့တယ်။* အဲဒီအချိန်ကတည်းက ငါတို့က အရက်ကလေး တမြမြ၊ ဆေးလိပ်လေး လက်ကြားညှပ်ပြီး နေခဲ့တာပေါ့။ အခုထိလည်း တစ်သက်လုံး သောက်လာတာမို့ ဖြတ်ဖို့ခက်သွားပြီ။

"ထားပါကွာ။ ကိုညီက ရုံးက ဖွင့်တဲ့ သင်တန်းတွေမှာလည်း ပုံမှန်ကြိုးစား ခဲ့တယ်။ ကိုညီက အလုပ်ကို ဖော်လံဖားပြီး မလုပ်ဘူး။ လူကြီးကြိုက်အောင်လည်း အနေအထားမပြဘူး။ နိုင်ငံအတွက် ပြည်သူအတွက်ဆိုပြီးပဲ လုပ်တာ။ သင်တန်း မှာလည်း ပထမဆိုတာကို တပ်မက်ပြီး မရရအောင် နည်းမျိုးစုံနဲ့ ကြိုးစားတာမျိုး မရှိဘူး။ သူလုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာကိုပဲ လုပ်တာ။ ငါနဲ့ သင်တန်းနှစ်ခုသုံးခုလောက် အတူတူ တက်ခဲ့တာ။ ငါတို့လို သင်တန်းမှာ စာမလိုက်နိုင်သူ၊ သင်ခန်းစာ မကျေညက်တဲ့သူတွေကို သူ့အချိန်ထဲက ပေးပြီးသင်ပေးတယ်။ နွမ်းပါးတဲ့ သင်တန်းသားတွေကိုလည်း သူ့ငွေထဲက ထောက်ပံ့တယ်။ ပြောရရင် အဖွဲ့ အစည်းစိတ်ဓာတ်လည်း ရှိတယ်။ဘယ်တော့မှ တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ် မမွေးဘူး။ ဘယ်သူနဲ့မှ မတည့်ဘူးဆိုတာမျိုး မရှိဘူး။

"သင်တန်းတွေ၊ ရုံးကလုပ်တဲ့ အခမ်းအနားတွေမှာ ကိုညီက ရှေ့တန်းနေရာ မှာ ရွေးထိုင်ပြီး မှတ်တယ်။ မေးမြန်းတယ်။ ငါတို့က ဟိုးနောက်တန်းကို ရွေး ထိုင်တယ်။ လူကွယ်ပြီး ထိုင်ပြီး ပြောသမျှလည်း နားထောင်ရမှန်းမသိ။ အိပ်ငိုက်မယ်၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် စနောက်နေမယ်၊ ဒါပဲ။ ဝေးလေ ကောင်းလေလို့ ထင်ခဲ့တယ်။ အခုတော့ ကိုညီနဲ့ ငါနဲ့ ဘဝက အဝေးကြီးမှာ။

"<u>သူ့ခံယူချက်က ငါတို့နဲ့ တခြားစီပဲ။ သူက ကြိုးစားဖို့ပဲလိုတယ်၊ ထင်ပေါ် ရင် စင်တော်က ကောက်လိမ့်မယ်၊ အနာခံရင် အသာစံရမယ်၊ သူ့အပေါ်မှာ ဘယ်သူကောင်းကောင်း မကောင်းကောင်း သူက ကောင်းမယ်၊ အုပ်မတော်သည် ဖြစ်စေ မတော်သည်ဖြစ်စေ သီလစောင့်မယ်လို့ ခံယူတဲ့သူပါ</u>။ ငါတို့ကတော့

ဝေလေလေနေမယ်၊ အနာမခံဘူး၊ အသာပဲစံချင်တယ်။ ကိုယ့်အပေါ် ကောင်းတဲ့ သူကို ကောင်းမယ်၊ ကိုယ့်ပေါ် မကောင်းလို့ကတော့ လုံးဝလှည့်မကြည့်ဘူးဆိုတဲ့ လူမျိုးလေ။

"အဲဒီကနေ သူက လေးငါးဆယ်နှစ်အတွင်းမှာ ရာထူးသုံးလေးဆင့်လောက် တက်သွားတယ်။ ငါက ဒုံရင်းပဲ။ နောက်တော့ အခုဆို နှစ်ပေါင်းသုံးဆယ်ကြာ သွားပြီ။ သူက အရာရှိကြီးဘဝ၊ ငါက အငယ်တန်းစာရေးကနေ တစ်ဆင့်လောက် တော့ တက်ပါရဲ့။ အရက်ကလည်း စွဲနေ၊ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်မှုမရှိလာတဲ့အပြင် အမှားအယွင်းတွေ ခဏခဏဖြစ်တာနဲ့ ငါ့ကို လုံခြုံရေးဆိုပြီး ပြောင်းပေးလိုက်တာ။

"သူနဲ့ငါနဲ့ ဘဝတွေ ကွာသွားပြီ။ သူနဲ့ငါ ရာထူးသိပ်မကွာတုန်းကတော့ ငါလည်း ဘာမှ ခံစားချက်မရှိခဲ့ပါဘူး။ အခု အဆင့်တွေက အရမ်းကို ကွာနေပြီမို့ ဟိုရက်တွေတုန်းကဆို ငါ့ကိုယ်ငါရှက်လို့ သူ့ကို ငါရှောင်ရှောင်နေတာပါ။ သူကတော့ တွေ့တာနဲ့ အရင်တုန်းကအတိုင်း ဖက်လဲတကင်းပါပဲ။ ဒီနေ့မှ ဆိုက်ဆိုက်မြိုက်မြိုက် သွားဆုံတာ။

"အေးလေ။ ဒီအတွက် ငါတို့နှစ်ယောက်ရဲ့ အကြောင်းကို မင်းသင်ခန်းစာ ဖော်ထုတ်နိုင်ရင်တော့ မင်းအတွက် အမြတ်ရတာပေါ့ကွာ။ မင်းက နေ့စားနဲ့ အလုပ်ဝင်ရင်း တက္ကသိုလ်တက်နေတဲ့သူဆိုတာ မင်းကြိုးစားရင် မင်းဘဝ တိုးတက်မယ်။ မင်း မကြိုးစားရင်တော့ ငါ့လိုဖြစ်မယ်။"

သိချင်တာတွေ သိရပြီး ဦးလေးဝင်းအခန်းမှ ပြန်ခဲ့သည်။ ဦးလေးဝင်းမှာ ဇနီးသေဆုံးပြီးကတည်းက ရုံးမှပေးသော အခန်းလေးတွင်နေသည်။ အိမ်ပိုင် ရာပိုင်လည်း မရှိ။ ဦးလေးဝင်းတွင် အခြားဘာမှ စုစုဆောင်းဆောင်း မတွေ့ရ။

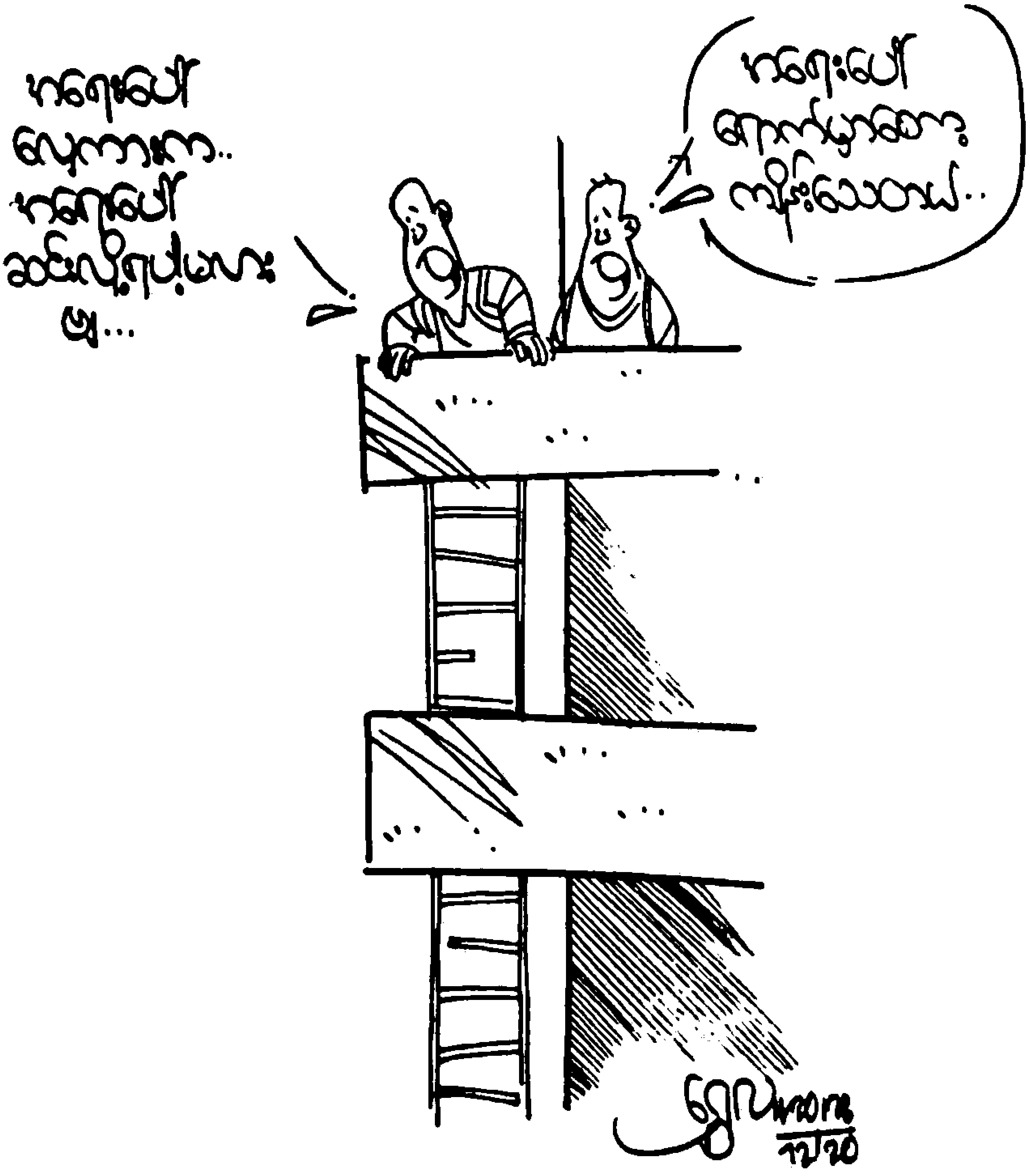
ဦးလေးဝင်းနှင့် အရာရှိကြီးမှာ သက်တူရွယ်တူဆိုသော်လည်း ပြောရလျှင် ယှဉ်ချင်စရာကို မရှိ။ အနာမခံခဲ့သော ဦးလေးဝင်းနှင့် အနာခံခဲ့သော အရာရှိကြီး၊ သူကောင်းမှ ကိုယ်ကောင်းမယ်လို့ ခံယူခဲ့သည့် ဦးလေးဝင်းနှင့် အားလုံးအပေါ် ကောင်းခဲ့သော အရာရှိကြီး၊ ထင်ပေါ်၍ စင်တော်က ကောက်ခံခဲ့ရသော အရာရှိကြီးနှင့် စင်အောက်က ဦးလေးဝင်း၊ သီလစောင့်ခဲ့သည့် အရာရှိကြီးနှင့် သီလမရှိခဲ့သော ဦးလေးဝင်း။

ကျွန်တော်သွားရမည့် လမ်းကို ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် မသိလျှင် ကျွန်တော့် လောက် မိုက်မဲသူ ရှိတော့မည်မထင်။ အရာရှိကြီးသည် ကျွန်တော်၏စံပြပုဂ္ဂိုလ်။ သူ့လိုဖြစ်အောင် သူ့စိတ်ထား၊ သူ့လုပ်ရပ်၊ သူ့အနေအထိုင် စသည်တို့ကို အတုယူရမည်။ အတုခိုးရမည်။

စိတ်ရှိုင်း၊ စိတ်မိုက်တို့ ဝင်လာတတ်ချိန်၊ ပျင်းရိချိန်၊ အနာမခံ တတ်ချိန်တို့တွင်လည်း ဦးလေးဝင်းကို မျက်လုံးထဲမြင်အောင် ပုံပြန်ဖော်ရမည်။ ဦးလေးဝင်းလို ဘဝမျိုး မရောက်အောင် ကြိုးစားရမည်။ ရိုးသား၊ ကြိုးစား၊ နှိုးကြားသူအတွက် ပန်းတိုင်ရှိသည်ကို ကျွန်တော် သံသယမဖြစ်တော့။

ဤသို့ဆိုလျှင် .... ။ ။

-(၁၃-၁၁-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာပါ ဇိုးသက်၏ 'သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက် တစ်ယောက်ကမိုးပေါ် တစ်ယောက်ကမြေအောက် ဘာကြောင့်ရောက်' ဆောင်းပါးကို ကူးယူဖော်ပြသည်။



ကိုယ့်ဘဝ ကိုယ်စစ်ဆေးကြ

The Unexamined Life Is Not Worth Living.

"စစ်ဆေးသုံးသပ်ခြင်းမရှိသော ဘဝသည် နေခြင်းငှာ မထိုက်"

-ဆိုကရေးတီး။

အထက်ပါ စကားကို တခြားနည်းဖြင့် လှည့်စဉ်းစားသော် "ကိုယ့်ဘဝကို စစ်ဆေးကြည့်ကြ၊ ကိုယ့်ဘဝကို မစစ်ဆေးဘဲ အမှတ်တမဲ့ မနေပါနဲ့"ဟု ဆိုလိုရာလည်း ရောက်ပေလိမ့်မည်။ ...

အသက်အရွယ်ကြီးသူတို့ထက် ခန္ဓာကိုယ်ကြံ့ခိုင်မှု အားကောင်းသူများ ဖြစ်သော်ငြား လူငယ်များသည်လည်း ကိုယ့်ဘဝကို မစစ်ဆေးဘဲ အမှတ်တမဲ့ ကုန်လွန်စေခြင်းမျိုး မဖြစ်အောင် ဂရုပြုသင့်သည်။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ရပ်တဲ့စစ်ဆေးကြည့်လိုက်မိသည်နှင့် မိမိလုပ်လိုက်သော၊ သို့မဟုတ် မိမိလုပ်နေသော အမှုသည် မိမိအကျိုး၊ မိမိပတ်ဝန်းကျင် လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ အကျိုးကို ဆောင်ကြဉ်းနိုင်သော အမှုဖြစ်သလား၊ သို့မဟုတ် ထိုအမှုများကို ပျက်စီးစေနိုင်သော အမှုဖြစ်သလား ဆိုသည်ကို တွေ့ရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပေသည်။

ကိုယ်ကျိုးကားရှိ၏။ သို့ရာတွင် ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင် လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ အကျိုးကို ထိခိုက်စေမည်ဆိုကလည်း ထိုအမှုမျိုးကို တရားသည်ဟု မဆိုနိုင်သဖြင့် မကောင်းပေ။ ကိုယ့်အကျိုး သူ့အကျိုး မျှတသော အမှုမျိုးသာ အပြစ်ကင်းနိုင်ပေသည်။ အတ္တ၊ ပရ အကျိုးတစ်ရပ်ရပ်ကို ထိခိုက်ပျက်စီးနိုင်သည့် အမှုမျိုးကို မိမိပြုမိနေသည်ဟု စစ်ဆေးတွေ့ရှိမိလိုက်က ထိုအမှုမျိုးကို ရှောင်ရှားလိုက်သောအားဖြင့် ဘဝလမ်းကြောင်းအမှန်သို့ ရောက်ရှိသွားနိုင်ပေသည်။ ဘဝလမ်းကြောင်းမှန်အတိုင်း လျှောက်နိုင်မှသာလျှင် ထိုသူ၏ဘဝသည် အပြစ်အနာအဆာ ကင်းကင်းနှင့် အသက်ရှည်ခြင်းအဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်ပေသည်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကမူ "ရုပ်နာမ်တို့၏ အနိစ္စလက္ခဏာ၊ ဒုက္ခလက္ခဏာ၊ အနတ္တလက္ခဏာတို့ကို မသိဘဲ အသက်တစ်ရာ ရှည်ရသည်ထက် ထိုသုံးပါးကို သိလျက် တစ်နေ့တစ်ရက်မျှ အသက်ရှည်ရသည်က ပို၍မြတ်ကြောင်း" ဟောခဲ့သည်။

ဆိုကရေးတီးက ကိုယ့်ဘဝကို စစ်ဆေးသုံးသပ်ဖို့မျှ ပြောခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓကမူ လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို မြင်တွေ့သည်အထိ စစ်ဆေးသုံးသပ်ရန် ဟောခဲ့လေသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် ငယ်ရွယ်စဉ်က ငယ်ရွယ်သူတို့ သဘာဝအတိုင်း ကိုယ့်ဘဝကို မစစ်ဆေးဘဲ နေမိ၍ အကျိုးပျက်ခဲ့သည်များ အများအပြားပင် ကြုံခဲ့

ရလေသည်။ ယခု ကိုယ့်ဘဝကို စစ်ဆေးရကောင်းမှန်းသိသည့်အချိန်တွင် ဘဝ၌ နေစရာအချိန် အလွန်နည်းသွားပြီဖြစ်ကြောင်းနှင့် အကျိုးမဲ့ ကုန်လွန်ခဲ့သည့် အချိန်များက များလှကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

လူတိုင်းသည် ကိုယ့်ဘဝအချိန်ကို နှမျောတန်ဖိုးထားသည်ဆိုပါက ဆိုကရေးတီး တိုက်တွန်းဆုံးမသလို အမြဲ စစ်ဆေးကြည့်သင့်လေသည်။ စစ်ဆေးကြည့်ဖြစ်အောင်လည်း "ပညာရှင်များသည် အကျိုးရှိရာ စကားများကိုသာ ပြောတတ်ကြသည်" ဟူသော အချက်ကို နှလုံးသွင်းအပ်ပေသည်။

-ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၊ (၂၆-၄-၂၀၀၅) သတင်းစုံဂျာနယ်မှ။

လူမှုဝန်းကျင်မှာ ထက်မြက်အောင်၊ ထူးချွန်အောင် ကိုယ့်ထက်တော်တဲ့ တတ်တဲ့သူနဲ့ပေါင်းမှ ဖြစ်မယ်လို့ ဘယ်သူကမှ ကြိုတင်တွေးဆ မထားကြပေမယ့် တော်တဲ့တတ်တဲ့သူချင်း လက်တွဲမိသွားတတ်ကြပါတယ်။ ဒါဟာ အံ့သြစရာ မဟုတ်ပေမယ့် နယ်ပယ်အသီးသီးမှာ ဒီလိုပေါင်းသင်းမိသွားတတ်တာ၊ နောက်ပြီး လက်တွဲဖြေရှင်းသွားတတ်ကြတာတွေဟာ ချစ်စရာလေးတွေပါပဲ။

လူတစ်ဦးရဲ့ အောင်မြင်ရခြင်းအကြောင်းအရာတွေကို စိတ်ဖြာကြည့်လိုက်ရင် ထိုသူရဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်မှန်ကန်မှု၊ လျင်မြန်စွာ စူးစိုက်လုပ်ကိုင်တတ်မှုစတဲ့ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စတွေကို ရှေ့တန်းကနေ တွေ့ရမှာပါ။ ဒါဟာ အောင်မြင်မှုတွေ ရနေသူ၊ တစ်နည်း လူတော်တွေရဲ့ အတုယူဖွယ် ဝိသေသတွေပဲပေါ့။ လူတော်တွေဟာ သူတို့ရဲ့နယ်ပယ်ပညာရပ်မှာ ခေတ်ရေစီးကြောင်းနဲ့ထပ်တူ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိုးတက်အောင် ကြိုးဆောင်နေကြသူများပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လူဆိုတာကလဲ ကိုယ်နဲ့ထိတွေ့ဆက်ဆံနေရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်အလိုက် မသိမသာ အရောင်ပြောင်းလဲသွားတတ်သူချည်း မဟုတ်ပါလား။

ဒီနေရာမှာ လူတော်တွေက အခံဓာတ်အားဖြင့် ထက်မြက်သူများဖြစ်လေရာ ကောင်းတဲ့အရာများနဲ့ထိတွေ့တဲ့အခါ အောင်မြင်မှုများကို သိမ်းပိုက်နိုင်ကြတော့တာပါပဲ။ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ အပြောအဆို အတွေးအခေါ်တွေဟာ လူတစ်ဦးရဲ့ ရုပ်ကိုရော စိတ်ကိုပါ လွှမ်းမိုးနိုင်တာကြောင့်လူတော်များနဲ့ ပေါင်းသင်းခြင်းဖြင့် လူတော်များရဲ့ အပြုအမူ အပြောအဆိုများလဲ ကိုယ့်ဆီကို ကူးစက်လာနိုင်ပြီး အောင်မြင်မှုဘက် တိမ်းညွတ်မိလာပါလိမ့်မယ်။ ဒီနည်းနဲ့ပဲ လူတော်တွေကို ပေါင်းဖော်ခြင်းအားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်ပြီးသား ဖြစ်သွားနိုင်ပါကြောင်း .... ။

–ဖိုးသူထ၊ ၂၀၀၈ ဒီဇင်ဘာလထုတ် Flower News ဂျာနယ်မှ စာဖတ်သူများ၏ ခံစားချက် အမြင်တူခြင်း၊ မတူခြင်းအပေါ် သုံးသပ်ဆွေးနွေးနိုင်မည့် စကားစစ်ထိုးပွဲ Debate ကဏ္ဍမှ။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ ပျော်ရွှင်မှုကို ဖျက်ဆီးနိုင်တဲ့အရာ (၃)ခုရှိတယ်။

၁။ အဆိုးမြင်တဲ့စိတ်

၂။ သံသယဖြစ်တဲ့စိတ်

၃။ မနာလိုစိတ်

– *facebook* မှ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရန်သူမဖြစ်စေနှင့်

စရန္တိ ဗာလာ ဒုမ္မေဓာ၊ အမိတ္တေနေဝ အတ္တနာ။

ကရောန္တာ ပါပကံ ကမ္မံ၊ ယံ ဟောတိ ကဋုကပ္ဖလံ။ *(ဓမ္မပဒဂါထာ-၆၆)*

ပြင်းပြစပ်ရှား အခံခက်သော အကျိုးကိုပေးသည့် မကောင်းမှုအကုသိုလ်ကံကို ပြုကြကုန်သော ပညာမဲ့ လူမိုက်တို့သည် မိမိကိုယ်ကိုပင်လျှင် ရန်သူပမာပြု၍ လှည့်လည်ကြရကုန်၏။

The Fools of Little wit move about behaving to themselves as their own enemies and doing evil deeds, the fruit where of is bitter.

အထက်ပါ ဓမ္မပဒပါ လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးလျှင် ပစ္စုပ္ပန် သံသရာ အကျိုးနှစ်ပါး ပြီးစီးနိုင်ပါသည်။ ...

ကျွန်တော်သည် ဖဲရိုက်၊ ဂျင်ထိုး၊ အရက်သောက်စသည့် မကောင်းမှုများကို ပြုနေမိခဲ့စဉ်က ကြွေးနှင့် နပန်းလုံးနေခဲ့ရ၍ အမြဲသဖြင့် စိတ်မှာ ပူလောင်နေပေသည်။ **ကိုယ့်အလုပ်တွေသည် အခါးပင်စိုက်သည့်ပမာ ဖြစ်နေခဲ့ပြီး ကိုယ်စိုက်သည့် အခါးပင်မှ အသီးကို ကိုယ်တိုင်ပြန်လည် စားနေရဘိသကဲ့သို့** ရှိသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မကျေနပ်မှုများလာသည့်အခါ ကိုယ့်အသက်ကို ကိုယ်တိုင်ပြန်ရန် ရှာသော အဖြစ်သို့ပင် ရောက်သည်။

ဖော်ပြပါ ဓမ္မပဒမှ စာကလေး ၄-ကြောင်းသည် ဂမ္ဘီရလေးဖြာနှင့် ပြည့်စုံ လှပေသည်။ နက်နဲစွာ ဆင်ခြင်လေ နက်နဲစွာ တွေးမိလေဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်နှင့် အကြောင်းမကင်းသည့် ဆွေမျိုးမိသားတစ်စု ရှိသည်။ မသိသည့်အလျောက် မစင်ကြယ်သော အသက်မွေးမှုကိုပင်ကောင်းသည်ထင်၍ ပြုကြသည်။ တစ်မိသားစုလုံး ထောင်မကျဖူးသူ မရှိတော့ပေ။ အချို့ကား ကျဆဲ။

လူမိုက်သည် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်ရန်သူဖြစ်နေမှန်းကို သိမြင်နိုင်ခဲသည်။ ထို့ကြောင့်လည်းစပ်ရှားရှား အသီးကိုစားပြီးဘဝနိဂုံးချုပ်ရသည်က များလေသည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်လည်ငဲ့စောင်းကြည့်တတ်၊ သုံးသပ်တတ်သော အကျင့်မျိုး အကြင်လူမိုက်မှာ ရှိနေခဲ့အံ့၊ ထိုလူမိုက်သည် မိမိ၏မိုက်မဲခြင်းကို တစ်ကြိမ်တစ်ခါတွင် ပြန်မြင်ဆန်းစစ်၍ သတိဖြစ်ခဲ့သော် မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည်ဆယ်ယူ၍ ကံအားလျော်စွာ ရရှိနိုင်သေးသည်။

ကျွန်တော်သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်ကြည့်တတ်သည့် အကျင့်ကလေး ရှိထားမိသည်မှာ ကံကောင်းသည်ဟု ဆိုရမည်။ သတိသံဝေဂဖြင့်ကိုယ့်ဘာသာ ပြန်လည်ဆယ်ယူနိုင်ခဲ့သဖြင့်သာ ယခုလိုစာမျိုး ရေးနိုင်သေးသည့်အခြေသို့ ပြန်ရောက်နိုင်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်လေသည်။

-ဦးတင်ဦး(ကျုံရှင်)၊ (၃၁-၈-၂၀၀၆)ထုတ် နဘယ်ဂျာနယ်မှ။

လဲလျှင် ပြန်ထ၊ အဲဒါ ဘဝ

ဘဝခရီးကြမ်းကို မလျှောက်လှမ်းဖူးသေးသူ အတွေ့အကြုံ နုနယ်သေးသည့် လူငယ်မောင်မယ်များသည် ဘဝလမ်းကို လျှောက်လှမ်းရင်း အမှတ်မထင် လဲကျသွားသည့်အခါ မထနိုင်ဘဲ ဖြစ်သွားသည့်မျိုး ရှိတတ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် မိမိ၏ ချစ်သူဆုံးရှုံးသွားသဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အဆုံးစီရင်သည့်မျိုး၊ စာမေးပွဲကျသဖြင့် အဆိပ်သောက်သည့်မျိုး စသည်တို့ ဖြစ်သည်။ ထိုသို့သော လူငယ်များသည် ဘဝခရီးလမ်းတွင် လဲကျနိုင်သည်ကို တွေးမထားမိသဖြင့် တကယ်လဲသောအခါ ပြန်ထဖို့ မကြိုးစားတတ်ခြင်းပင်။ မသေဖူးသော ဆေးသမား၊ မမှားဖူးသော ရှေ့နေ မရှိသလိုပင် မရှုံးဖူးသော ဖဲသမားလည်း မရှိပါ။ သူဋ္ဌေးလည်း ကြွေးပတ်နိုင်ပါသည်။ ရှင်ဘုရင်သော်မှလည်း နန်းလုခံရချင်ခံရတာမျိုးဖြစ်ရာ လဲလျှင် စိတ်ပျက်နေဖို့မဟုတ်၊ မတ်မတ်ပြန်ထဖို့သာ ရှိသည်။ .....

ကျွန်တော့်ညီတစ်ယောက် အလုပ်မှ ပင်စင်အပေးခံရသည့်အခါ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် တဘိုင်းဘိုင်းလဲနေရာမှ ကုန်းရုန်းထနေရသူဖြစ်၍ သူ့ကို ငွေကြေးမကူညီနိုင်။ လဲရာမှ ထနည်းကိုသာ စာရေး၍ ပေးရလေသည်။ ကျွန်တော့်ညီသည် ကျွန်တော်အားပေးလမ်းညွှန်သည့်အတိုင်း လိုက်နာကာ အားယူထသဖြင့် အလုပ်အကိုင်ကလေးများနှင့်ကျွန်ုပ်ရရဖြစ်သွားသည့်အခါ “အကိုကြီးကျေးဇူးပါပဲ” ဟု ကျွန်တော့်ထံ စာရေးလေသည်။

“ကမ္ဘာကြီးသည် စကြဝဠာနှင့် ယှဉ်လျှင်သာ ကျဉ်းသော်လည်း ကိုယ်နှင့် ယှဉ်လျှင် အကျယ်ကြီးဖြစ်သည်။ အလုပ်လုပ်ချင်သူ၊ ဝီရိယရှိသူအဖို့ ကမ္ဘာကြီးတွင် နေရာအတန်များများ ကျန်ပါသေးသည်။ အမှန်ကို သိအောင် ကြိုးစား၊ မှန်မှန်ပြော၊ မှန်မှန်ဆက်ဆံ၊ မရိုးဖြောင့်တာ မလုပ်နဲ့၊ ကမ္ဘာကြီးမှာ မင်းလျှောက်လှမ်းစရာ လမ်းတွေ၊ နေရာတွေ ရှိပါသေးတယ်။ ပြန်ထလိုက်ပါ”ဟု ကျွန်တော့်ညီကို အားပေးခဲ့သည်။

“**လဲလျှင် ပြန်ထ၊ အဲဒါ ဘဝ**”ဟူသော ဆောင်ပုဒ်က ဘဝမှာ လဲတာတော့ ရှိမှာပဲ။ ပြန်ထဖို့သာ အရေးကြီးသည်ဟု ဆိုလိုရင်း ရှိနေပါသည်။

ဟုတ်ကဲ့၊ လဲနေသူများ ပြန်ထပါ။ မှန်မှန်ကန်ကန် ပြန်ထဖို့တော့ လိုပါသည်။ အထမှန်မှ ဘဝလမ်းကြောင်းပေါ်တွင် မတ်မတ်လျှောက်နိုင်မည်။

-ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၏ 'ပြောင်းရဲဖို့လိုသည်' စာအုပ်မှ။

အပိုပိုးသော်လည်း သုခတစ်မျိုးထင်

၁၉၆၇ ခုနှစ်တွင် ကျွန်တော်တို့ သူငယ်ချင်း ၆ ဦး ရန်ကုန်သို့ ပြောင်းလာခဲ့ရာ ထိုအထဲမှ တစ်ဦးသော သူငယ်ချင်းသည် ရန်ကုန်ရောက်ပြီး မကြာခင်မှာပင် ကျွန်တော့်အား ကမ္ဘာအေးစေတီဘုရားပွဲသို့ခေါ်၍ လိုက်သွားခဲ့သည်။ ဟိုရောက်မှ ဘုရားပွဲတွင် ကပြနေသော ဇာတ်အဖွဲ့ကြီးထဲမှ မင်းသမီးလေးတစ်ဦးထံ လူပျိုလှည့်သွားတာကို ကျွန်တော့်အား အဖော်ခေါ်ကြောင်း သိရသည်။

နောက် သိပ်မကြာပါချေ။ ဗိုလ်တထောင်မှ ကျွန်တော်ဆီသို့ ထိုသူငယ်ချင်းပေါက်ချလာပြီး "ငါ သူ့ကို ယူတော့မယ်ကွာ"ဟု ပြောလေတော့သည်။

"ဟကောင်၊ မင်းမှာ ကလေး ဒါဇင်ဝက်နီးပါး ရှိတယ်။ မင်း နောက်မိန်းမယူတယ်ကြားရင် အိမ်မှာကျန်ခဲ့တဲ့ မင်းမယားကြီးကလည်း နောက်လင်ကောက်ယူမယ်၊ ဒီမယားကလေးက ကလေးတွေ မွေးလို့ သားသမီးတွေ ထပ်တိုး၊ မင်းအရွယ်ကလေးရလာတော့ သူကရော မင်းကိုပစ်ပြီး နောက်ယောကျ်ားယူမသွားဘူးလို့ မင်းပြောနိုင်မလား။ <u>အကွာတစ်ခုအပိုပိုးထားချင်တယ်ကွာ</u>"ဟု သူငယ်ချင်းအား ပြောဆိုပြည်တွန့်၍ ကန့်ကွက်ပါသော်လည်း မရပါချေ။ <u>ပင့်ကူသည် မိမိကိုယ်မှထွက်သော အမျှင်ဖြင့်ပင် မိမိ၏ နောင်အိမ်ကို ရက်ဖွဲ့လေသကဲ့သို့ သူငယ်ချင်းလည်း ကိုယ့်နောင်ကြိုးကို ကိုယ့်ဘာသာပင် တည်းလိုက်ပါလေသည်။</u>

လများစွာ မကြာမီ မယားကြီးက နောက်လင်ယူကာ သားသမီးငါးဦး၏ ဝန်ထုပ်ကြီးကို သူ့ကို ပစ်ပေး၊ မယားကလေးကလည်း ကလေးတွေ တစ်ယောက်ပြီးတစ်ယောက်ပွားစီးနှင့် သူငယ်ချင်းလည်း အချစ်မီးတွေမှိန်ရင်း ဆံပင်လေးများဖြူကာ လွန်ခဲ့သော(၁၀)နှစ်လောက်က ရန်ကုန်ရောက်စဉ် သူ့နေရာ အရပ်ကို စုံစမ်း၍သွားရာ ညှိုးနွမ်းချုပ်မှ တွေ့ခွင့်ရသည်။ "သူ ငါ့ကို ထားပစ်ခဲ့ပြီ နောက်လင်ယူသွားတာ ဒီနှစ်ဆို ၆ လတင်းတင်း ပြည့်တဲ့နေပဲကွာ"တဲ့။ "ဟျော် တဟဲဟဲ"သူငယ်ချင်းသည် မျက်ရည်ကလေးရွှဲကာ ပြောရှာ၏။ မယားနှစ်ယောက်က မွေးခဲ့သော သားသမီးတွေ၏ ဝန်ကိုထမ်းရင်း ခါးကုန်းလာသော သူငယ်ချင်းကို ၂၀၀၁ ခုနှစ်က လိုက်ရှာစုံစမ်းသည့်အခါ သူသေတာ ၂ နှစ်ကျော်သွားပါပြီတဲ့။

<u>အပိုပိုးတာကို သုခတစ်မျိုးဟု ထင်ခဲ့သော သူငယ်ချင်း</u>သည် မသေခင်ကလေးမှာ သံဝေဂ ဉာဏ်ကလေးများ ထင်သွားသေးခဲ့သလားဆိုတာလည်း ကျွန်တော် မသိခဲ့ရပါချေ။

–ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၏ 'ပြောင်းရဲဖို့လိုသည်' စာအုပ်မှ။

ဥပဒေသ။ ။ မိမိ၏တဏှာရာဂကို မထိန်းချုပ်လျှင် ဤဒုက္ခမျိုး တွေ့ကြုံမြဲ ဖြစ်သည်။

ဒီလိုအဘွားမျိုးလည်း ရှိတယ်

ရက်သားအရွယ် မြေးငယ်ကို သတ်သည့်အဘွား ရဲစခန်းမှ နေ့ချင်းဖော်ထုတ်

ကြခင်း နိုဝင်ဘာ ၅

နိုင်ဝင်ဘာ ၁ ရက်က နှစ်ရက်သားအရွယ်သာရှိသေးသည့် မွေးဖွားခါစ ကလေးငယ် (မိန်းကလေး)တစ်ဦးအား အဘွားဖြစ်သူက သတ်၍ ရေအိုင်ထဲတွင် မြှုပ်နှံခဲ့သည့် မှုခင်းတစ်ရပ် ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ကြခင်းမြို့နယ် ပြည်သူ့ဆေးရုံတွင် မြို့နယ်ဆရာဝန် ဒေါက်တာ ဇော်အောင်က နိုဝင်ဘာ ၁ ရက် နံနက် ၉ နာရီတွင် ဆေးရုံတက်ရောက်ကုသ နေသော အတွင်းလူနာများအား လှည့်လည်စစ်ဆေးကုသပေးစဉ် အောက်တိုဘာ ၃၀ ရက် ညနေ ၅ နာရီ ၁၅ မိနစ်ခန့်က မိခင်ဖြစ်သူ မသဲသဲမှ မွေးဖွားခဲ့သော မွေးခါစ ကလေးငယ်တစ်ဦး ပျောက်ဆုံးနေသည်ကို သိရှိရသဖြင့် ကြခင်းရဲစခန်းသို့ ဖုန်းဖြင့် သတင်းပေး တိုင်ကြားခဲ့သည်။

ကြခင်းရဲစခန်းမှ စခန်းမှူး ရဲအုပ်သန်းလွင်နှင့်အဖွဲ့ ဆေးရုံသို့ရောက်ရှိ၍ သံသယဖြစ်ဖွယ်ရှိသော ကလေးငယ်၏ အဘွားဖြစ်သူ ဒေါ်အုန်းသန်း (မသဲသဲ၏ မိခင်) အား စစ်ဆေးခဲ့ရာ <u>ကလေးငယ်အား မကျွေးမွေး မစောင့်ရှောက်လိုသဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင်သတ်၍ ရေအိုင်တွင် နှစ်မြှုပ်ခဲ့ကြောင်း ဝန်ခံထွက်ဆိုခဲ့သည်။</u>

မြို့နယ်အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးဝင်းသန်းနှင့် တာဝန်ရှိသူများ လိုက်ပါ လျက် ဒေါ်အုန်းသန်းလိုက်လံပြသသည့် ကြခင်းမြို့ ရွာသစ်ရပ်ကွက် ဘိလပ်မြေ စက်ရုံမှ ဖိုးရှုံးဆိပ်ကမ်းသို့သွားသည့် ရထားလမ်းဘေးရှိ ရေအိုင်တွင် ကလေး ငယ်၏ အလောင်းကို ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိခဲ့သဖြင့် တရားခံ ဒေါ်အုန်းသန်း(၇၅)နှစ်အား ကြခင်းရဲစခန်းက (ပ)၆၈/၂၀၁၂၊ ပြစ်မှုဆိုင်ရာ ဥပဒေပုဒ်မ ၃၀၂ ဖြင့် အမှုဖွင့် အရေးယူ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရှိရသည်။ (၆၄၈)

-(၆-၁၁-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

ဥပဒေသ။ **။မေတ္တာသည် အသက်ရှည်စေ၏။**

ဒေါသသည် အသက်တိုစေ၏။

လူကြီးလို ဆက်ဆံတဲ့ ဗုဒ္ဓဝါဒ

ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အယူဝါဒများသည် မည်မျှပင် များပြားစေကာမူ အကျဉ်းချုံးသော် နှစ်မျိုးသာ ရှိ၏။ ယင်းတို့မှာ <u>**လူကို ကလေးလို သဘောထားပြီး ဆက်ဆံသော ဝါဒနှင့် လူကြီးလို သဘောထားပြီး ဆက်ဆံသောဝါဒ**</u>တို့ ဖြစ်ကြသည်။

ကလေးသည် လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ ဘာသာရေး စသည်တို့၌ ဝင်ရောက်ပြောဆို ဆွေးနွေးခွင့်မရှိသကဲ့သို့ ထို့အတူ ဗုဒ္ဓဝါဒမှတစ်ပါး အခြားသော ဘာသာဝါဒများသည် လူကို ဘာသာဝါဒနှင့်ပတ်သက်၍ ဝေဖန်သုံးသပ်ခွင့်၊ ဆွေးနွေးခွင့် လုံးဝမပေးကြပေ။ ထိုဘာသာဝါဒများသည် လူကို ကလေးလို သဘောထားပြီး ဆက်ဆံသော ဘာသာဝါဒများ ဖြစ်ကြသည်။ လူကို ကလေးလို သဘောထားပြီးဆက်ဆံသော ဘာသာဝါဒများ၌ လွတ်လပ်မှု မရှိနိုင်ပေ။ လွတ်လပ်မှု မရှိလျှင် ငြိမ်းအေးမှုလည်း မရှိနိုင်တော့ပေ။

လူကြီးသည် လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ ဘာသာရေးစသည်တို့၌ ဝင်ရောက်ပြောဆို ဆွေးနွေးခွင့်ရှိသကဲ့သို့ ထို့အတူ ဗုဒ္ဓဝါဒသည် လူကို ဘာသာဝါဒနှင့်ပတ်သက်၍ ဝေဖန်သုံးသပ်ခွင့်၊ ဆွေးနွေးခွင့်ပေးထားသည်။ ထို့ကြောင့် <u>ဗုဒ္ဓဝါဒသည် လူကို လူကြီးလို သဘောထားပြီး ဆက်ဆံသောဝါဒ ဖြစ်သည်</u>။ လူကို လူကြီးလို သဘောထားပြီး ဆက်ဆံသောဝါဒ၌ လွတ်လပ်မှုသည် ရှိ၏။ လွတ်လပ်မှု ရှိလျှင် ငြိမ်းအေးမှုသည် ရှိသည်သာ ဖြစ်၏။

ဗုဒ္ဓသည် ကာလာမတို့အား "တစ်ဆင့်စကား ကြားရုံမျှဖြင့် လက်မခံကြဘဲ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ သိမှသာ ပယ်သင့်သောတရားကို ပယ်ပြီး ဆောင်သင့်သော တရားတို့ကို ဆောင်ကြဖို့ ညွှန်ပြတော်မူခဲ့၏။ ဤသည်မှာ ကာလာမတို့အား လူကြီးလို သဘောထားပြီး ဆက်ဆံခြင်းပင် ဖြစ်၏။

တစ်နည်းအားဖြင့် ဆိုရသော် လူသား၏ အသိဉာဏ်တံခါးကို ဖွင့်ပေးလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ကာလာမသုတ်(ဝါ)ကေသမုတ္တိသုတ်ကိုကြည့်၍ဗုဒ္ဓနှင့် ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့အား သံသယဝါဒီများဟု မပြောဆိုသင့်။ အသိဉာဏ်တံခါးကို ဖွင့်ထားကြသူများဟုသာ ပြောဆိုသင့်ကြပါသည်။မှန်သည်။ဗုဒ္ဓနှင့်ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့သည်သံသယဝါဒီများ မဟုတ်ကြပေ။ အသိဉာဏ်တံခါးကို ဖွင့်ထားကြသူများသာဖြစ်ပါသည်။

–၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းပါ ထက္ကသိုလ်ဝင်းမိုးထွေး(စလင်း၊ကန်ပြား)၏ 'တံခါးဖွင့်သူများ' ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

ထုပ်ဆွဲအသနေ

ကျွန်တော့်ဘဝဒုတိယပိုင်းတွင် ဦးသိန်းဖေမြင့်က သခင်စိုးအကြောင်း ပြောသည့်စကားသည် အတော်အသုံးကျသည်။ သခင်စိုးသည် သူဖြတ်သန်းလာရသည့် မြန်မာ့နိုင်ငံရေးအကြောင်းစာအုပ် ရေးနေသည်ဆိုတော့ ဦးသိန်းဖေမြင့်က တော်လှန်ရေးကောင်စီကို ဤသို့ အကြံပေးသည်– "သခင်စိုးသည် ဘယ်တော့မှ မြန်မာ့သမိုင်းကို အတည့်မြင်နိုင်သူ မဟုတ်၍ ခြေနှစ်ချောင်း ကြိုးတုပ်ပြီး ထုပ်မှာ ဆွဲထားလိုက်ပါ။ သူကဇောက်ထိုးထားမှပဲ အတည့်မြင်သူမို့ပါ"တဲ့။

ကျွန်တော်လည်း အသက် ၄၀ နောက်ပိုင်းတွင် ကိုယ့်ဘာသာထုပ်ဆွဲပြီး ဇောက်တိုးတွေး၍ ပြောင်းပြန်ကြည့်လိုက်တော့မှ အတည့်မြင်သွားပါသည်။ တစ်ခါက ကျိုက်ထီးရိုးသွားရာ ဘုရားပေါ်မှာ အရက်မရတာနှင့် ရေမြောင်ကြီး ရောက်အောင် အမြန်ပြန်ဆင်းလာပြီး အထမ်းသမားကို လူလိုက်မစီးဘဲ အထမ်းခ အသွားအပြန်ပေး၍ တောင်ခြေသို့ အရက်သွားဝယ်ခိုင်းဖူးသည်။ အရက်သောက်ရတာ ကောင်းသည်ဟုထင်သကိုး။ ကိုယ့်ဘာသာ ဇောက်ထိုးထားကြည့်လိုက်တော့ အရက်သောက်တာ မကောင်းဟု မြင်လာသည်။ မမြင်ခံနိုင်ရိုးလား၊ အဲဒီလေးဆယ်ကျော်အရွယ်မှာပင် ကျွန်တော့်တွဲဖက် သောက်ဖော်အချို့ သေကုန်ပြီ။ ယခု တစ်ယောက်မှ မကျန်တော့။

အရင်ကဆိုရင် ကိုယ်လုပ်မယ့်ဟာကို ကိုယ့်ဆန္ဒအတိုင်း ကိုယ့်ဘက်ကသာ စဉ်းစားသည်။ ကိုယ်အသုံးမကျလို့ မွဲတာကို အမှန်မမြင်။ ကိုယ့်မှာ မရှိလို့ သူတစ်ပါးထံမှ ပိုက်ဆံချေးမရလျှင် ပိုက်ဆံထုတ်မချေးသူကို အလွန်စိတ်ဆိုးသည်။ ယခု ပြောင်းပြန်ဇောက်ထိုးကြည့်လိုက်တော့ "မင်းလို ဖဲသမား၊ ဂျင်သမားက ကတိတည်ပါမယ်လို့ ဘယ်လိုပဲပြောပြောဟိုကယုံနိုင်ပါ့မလား"ဟု (ကိုယ့်ဘက်က အရင်မကြည့်တော့ဘဲ) သူ့ဘက်ကပါ ကြည့်တတ်သွားသည်။ ....

ဦးသိန်းဖေမြင့်က သခင်စိုးကို ပြောသည့်စကားသည် ကျွန်တော့်ဘဝအတွက် အလွန်အဖိုးတန်သည်။ လောကကြီးကို ပြောင်းပြန်ကြည့်လိုက်လျှင် အတည့်အတိုင်း မြင်မြင်သွားပါသည်။

မှားမှန်းသိဖို့ သိပ်ခက်လှသည်မဟုတ်။ ကိုယ်လုပ်နေသည့် အလုပ်တွေသည် ကိုယ်နှင့်စပ်ရာ လူ့ပတ်ဝန်းကျင်ကို အကျိုးပြုနေသလား၊ အကျိုးမဲ့ ဆင်းရဲပင်ပန်း ဖြစ်နေစေသလားဟူသော အချက်များနှင့် တိုင်းကြည့်ရုံနှင့် သိနိုင်သည်။ ကိုယ်လုပ်လာသမျှသည် ကိုယ့်မှာလည်း အကျိုးမဖြစ်၊ ကိုယ့်ဇိသားစု

မှာလည်း အကျိုးမဖြစ်၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း အကျိုးမဖြစ်ဟု မြင်က ပြင်ရဲရမည်။

အမှားကို ခေါင်းမာမာ ဆက်လုပ်နေသူသည် လုပ်ဆဲမှာလည်း ပင်ပန်း ဆင်းရဲသည်။ နောင်အနာဂတ်အဖို့ အကျိုးဆက်ကောင်းလည်း မရနိုင်။

ကျွန်တော်ကတော့ ကိုယ့်ဘာသာ ထုပ်ဆွဲထားပြီး အတည့်မြင်အောင်ပဲ ကြိုးစားနေပါသည်။

-ဦးထင်ဦး(ကျူရှင်)၊ (၁၆-၁၀-၂၀၀၆)ထုတ် ပင်လယ်ပျော်ဂျာနယ်မှ။

ကျေးဇူးစကားနှင့် မြန်မာ့လူ့အဖွဲ့အစည်း

စာရေးသူတို့လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် 'ကျေးဇူး'ဟူသော စကားကို ဖောဖောသီသီ သုံးစွဲခြင်း မရှိကြပါ။ 'ကျေးဇူးတင်ပါတယ်'ဟု ပြောရလျှင်ပင် ကိုယ်ကိုယ့်ကိုယ် အားနည်းသည်၊ အဆင့်နိမ့်သည်ဟု ခံစားကြရသလား မပြောတတ်။ အမှန်တော့ အထက်တွင် ဆိုခဲ့သလို 'ကျေးဇူး'ဆိုသည်မှာ တစ်ဖက်သား၏ အချိန်၊ လုပ်အား ကို အသိအမှတ်ပြုခြင်း ဖြစ်သည်။

စာရေးသူတို့ မြန်မာလူမျိုးများသည် စိတ်ရှည်သည်းခံမှု အားနည်းသူများ ဖြစ်ကြပြီး တစ်ဦးကိုတစ်ဦး အသိအမှတ်ပြုရာတွင်လည်း အားနည်းသူများ ဖြစ် သည်။ တစ်ဦး၏ကောင်းကွက်ကို တစ်ဦးက ထုတ်ဖော်ချီးကျူးခဲသော်လည်း အဆင်းတွင် ဘီးတပ်သည့်နေရာမှာတော့ လက်သံပြောင်ကြသည်။

စာရေးသူ အစိုးရဌာနများတွင် အလုပ်လုပ်ခဲ့စဉ် တစ်စုံတစ်ဦးအား နောက် ကွယ်တွင် ပြစ်တင်ပြောဆိုခြင်း၊ ဝိုင်းဖွဲ့စုရုံးဝေဖန်ခြင်း၊ တစ်ဖက်လူ အကျဘက် ရောက်ချိန်တွင် လူကြီးများအကြိုက်လိုက်၍ ပိုမိုနစ်နာစေရန် ပြုလုပ်ခြင်းများ ကြုံတွေ့ခဲ့ဖူးပါသည်။ လူတို့၏သဘာဝပင်လော၊ မြန်မာ့လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ အားနည်းချက်ပင်လော။ ဒုတိယအချက်က ပို၍ဖြစ်ဖွယ်ရှိသည်ဆိုလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာ ယဉ်ကျေးမှုလွှမ်းမိုးသော မြန်မာလူမျိုးတို့အတွက် ရှက်ဖွယ်ပင်ဖြစ်သည်။

ကျေးဇူးတင်တတ်သော၊ ကျေးဇူးကို မကြာခဏဖော်ပြသော အပြုအမူ များသည် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာမှုအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေကြောင်း၊ ထိုသို့ကျေးဇူးကို သိတတ်သောသူများသည် ပိုမိုပျော်ရွှင်ခြင်း၊ စိတ်ကျေဝေဒနာ ခံစားရမှုနည်းပါးခြင်း၊ ၎င်းတို့၏ဘဝကို ပိုမိုကျေနပ်စေခြင်းစသည့် စိတ်ပိုင်း ဆိုင်ရာကြွယ်ဝမှုကို ခံစားကြရကြောင်း လေ့လာမှုတစ်ရပ်တွင် ဖော်ထုတ်

ထားပါသည်။ ကျေးဇူးကို မကြာခဏ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းဖြင့် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် ယုံကြည်လေးစားမှု တိုးပွားစေနိုင်ပြီး လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူမှုပြဿနာများကို လျော့ကျစေနိုင်ကြောင်း ဆိုပါသည်။

အကောင်းဆုံးသာဓကမှာ ဂျပန်နိုင်ငံ၏ လူ့အဖွဲ့အစည်း ဖြစ်သည်။ အပြန်အလှန် လေးစားအသိအမှတ်ပြုသည့်နေရာတွင် ဂျပန်လူ့အဖွဲ့အစည်းမှာ ကမ္ဘာပေါ်တွင် စံပြုရသည်။ ဂျပန်တွင် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး လေးလေးစားစား ဆက်ဆံမှုသည် ပြင်ပတွင်သာ မဟုတ်ဘဲ မိသားစုအတွင်း၌ပါ တွေ့ရသည်။ စာရေးသူသည် ဂျပန်မိသားစုတစ်စုနှင့် ၉-ကြာမျှ အတူနေထိုင်ခဲ့ဖူးရာ ၎င်းတို့မိသားစုအတွင်း ဆက်ဆံရေးကိုပါ သင်ယူခဲ့ရသည်။

ဈေးဝယ်ဈေးပြန် ကားမောင်းပို့ပေးသော ခင်ပွန်းဖြစ်သူအား 'ကျေးဇူးတင်ပါတယ်'(Arigatoo/အာရိဂါ့သိုး)ဟူသော စကားကို ဇနီးဖြစ်သူက မပျက်မကွက် ပြောဆိုလေ့ရှိသည်။ ချက်ပြုတ်ကျွေးမွေးသော ဇနီးသည်၏ လုပ်အားကို အသိအမှတ်ပြုသည့်သဘော 'ကျွေးမွေးချက်ပြုတ်ပေးတဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်'(Gociso-sama/ဂေါ့ချိဆိုးဆမ)ဟူသည့်စကားကို အစားအစာ စားပြီးသည့် ခင်ပွန်းဖြစ်သူနှင့် သားဖြစ်သူက ပြောဆိုလေ့ရှိသည်။ .....

လွန်ခဲ့သော နှစ်အတော်ကြာ ၁၉၉၉ ခုနှစ်လောက်က ဖြစ်မည်ထင်ပါသည် ယခု ကွယ်လွန်သွားရှာပြီဖြစ်သော၊ တစ်ချိန်က ရဲဘော်သုံးကျိပ်ဝင်တစ်ဦးဖြစ်ခဲ့သူ ဗိုလ်မှူးချုပ်(ဦး)ကျော်ဇောသည် ၎င်း၏ဇနီးကွယ်လွန်သောအခါ များစွာဝမ်းနည်းမှုဖြစ်ပြီး ပြည်ပအသံလွှင့်ဌာနနှင့် ဖြေကြားရာတွင် "**၎င်းအနေဖြင့် စိတ်မကောင်းဆုံးမှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ဆိုးတူကောင်းဘက် လောကဓံကို မိမိနှင့်အတူ ကြုံကြုံခံခဲ့သော ဇနီးမယားဖြစ်သူအား မကွယ်လွန်မီ သူ့အပေါ် တာဝန်ကျေခဲ့သည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်း မပြောလိုက်ရသည်ကို များစွာယူကြုံးမရဖြစ်မိသည်**"ဟု ပြောဆိုခဲ့ပါသည်။ ရင်ကို များစွာထိခိုက်စေသော စကားတစ်ခွန်းဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်မှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး နားလည်မှုတွေ တိုးစေဖို့၊ တစ်ဦးလုပ်တာလေးတွေ တစ်ဦးကအသိအမှတ်ပြုကြဖို့ 'ကျေးဇူး'ဆိုတဲ့စကားကို ပါးစပ်ကထုတ်ပြီး အကျိုးရှိရှိအသုံးပြုလာကြပါစေလို့သာ မျှော်လင့်ဆုတောင်းမိပါသည်။ ။

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာ ၂၂ ထုတ် 7day News ဂျာနယ် စာ ၃၂ ပါ - အောင်အောင်(IR)၏ 'ကျေးဇူးစကားနှင့် မြန်မာ့လူ့အဖွဲ့အစည်း'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြပါသည်။

အရက်စွဲရင် အရက်ကွဲတတ်သည် တက္ကစီပေါ်တွင် အဝတ်အစားမဲ့ အချစ်ကြီးခဲ့၍ ပေါင်တစ်သိန်းဒဏ်ငွေဆောင်ရသော ဗြိတိန်သူ

အရက်သောက်ခြင်းနှင့် မိန်းကလေးတို့၏ ကွန်မြူနှင့်ပတ်သက်သည့် တင်းကျပ်စွာ ဥပဒေထုတ် တားမြစ်ထားသော ယူအေအီးနိုင်ငံ ဒူဘိုင်းမြို့တွင် အသက် ၂၉ နှစ်အရွယ် ဗြိတိသျှအမျိုးသမီး ရဘက်ကာဘလိတ်ဆိုသူသည် မကြာသေးမီက တက္ကစီကား၏ နောက်ခန်းတွင် အဖော်ယောက်ျားတစ်ဦးနှင့် အရက်အလွန်အကျွံမူးကာ အဝတ်အစားများမပါဘဲ ကျူးလွန်ခဲ့ကြသည်အထိ ဖြစ်ခဲ့သောကြောင့် တက္ကစီယာဉ်မောင်းနှင့် ရဲအဖွဲ့ဝင်များက အမှုလုပ်စွဲဆိုကာ အမျိုးသမီးအား ဒဏ်ငွေ စတာလင်ပေါင် တစ်သိန်းပေးစေ၍ စုံတွဲနှစ်ဦးစလုံးအား ထောင်ဒဏ်သုံးလကျခံရန် အပြစ်ပေးလိုက်သည်။

ထိုဗြိတိန်အမျိုးသမီး ရဘက်ကာသည် ထိုအဖြစ်အပျက် မကျူးလွန်မီက အရက်အလွန်အကျွံ မူးနေခဲ့ပြီး သူမနှင့် လွန်ကျူးစွာ ဆက်ဆံခဲ့သူမှာ အသက် ၂၈ နှစ်အရွယ် အိုင်းရစ်လူမျိုး ကိုနာမက်ရက်မွန်ဆိုသူဖြစ်ပြီး ကားပေါ်တွင် ထိုကဲ့သို့ ကွန်မြူမဲ့စွာ ပြစ်မှုကျူးလွန်နေသည်ကို ရဲပတ္တယောင်ကားများမှ တွေ့ရှိဖမ်းဆီးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ (DM, 23.11.2012)

-၂၀၁၃ ခုနှစ်ဝါရီလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၁၉ မှ။

သေပြီးတစ်ဖန် ပြန်လည်မွေးဖွားလာသော စိတ်ပညာကုထုံး (ခဖော်ပုံပါသည်) အမျိုးသမီးပုံ

တရုတ်နိုင်ငံ ရှန်ယန်းမြို့မှ စိတ်ပညာရှင်များသည် စိတ်ဝေဒနာရှင်များနှင့် စိတ်ဖိစီးမှုဝေဒနာ ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေသော လူနာများအား သေဆုံးပြီးနောက် တစ်ဖန်ပြန်လည်မွေးဖွားလာသကဲ့သို့ ခံစားရသော စိတ်ပညာကုထုံးဖြင့် စိတ်ရောဂါဝေဒနာကို ကုသပေးလျက်ရှိသည်။ စိတ်ပညာရှင်များက လူနာအား အသုဘအခေါင်းထဲ ဝင်အိပ်ခိုင်းပြီး အခေါင်းအဖုံးကို ပိတ်ထားလိုက်သည်။

ထို့နောက် ၎င်းလူနာ သေဆုံးသွားပြီဟု ထင်မှတ်ရအောင် အခန်းထဲတွင် မသာငိုချင်းကို ဖွင့်ထားပေးသည်။ မိနစ်အနည်းငယ်ခန့်အကြာတွင် မွေးကင်းစ ကလေးငိုသံ ထွက်ပေါ်လာပြီး စိတ်ပညာရှင်က အခေါင်းကို ပြန်ဖွင့်ပေးလိုက်သဖြင့် လူနာမှာ အသစ်တစ်ဖန် ပြန်လည်မွေးဖွားလာသကဲ့သို့ ခံစားရပြီး ဘဝသစ်တွင် စိတ်သစ်လူသစ်ဖြင့် ရင်ဆိုင်နေထိုင်သွားကြသည်။

-၂၀၁၃ ခုနှစ်ဝါရီလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၁၅ မှ။

စိတ်ထားတတ်လျှင် စိတ်ဆင်းရဲမှု သက်သာသည်

"လောကမှာ ဘာအရေးအကြီးဆုံးလဲ"ဟု မေးလျှင် "စိတ်ချမ်းသာမှု"ဟု ဖြေမည့်သူ များပြားမည်ဟုထင်သည်။ ထိုစိတ်ချမ်းသာမှု ရရှိရေးအတွက် စိတ်ထားတတ်မှုသည်လည်း အကြောင်းတစ်ချက်ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် စိတ်မချမ်းသာလျှင်သော်မှ "စိတ်မဆင်းရဲဖို့" လိုအပ်ပေသည်။

*** (ဦးဖိုးကျားအကြောင်း)** ဦးဖိုးကျားသည် မော်တော်ကား အကောင်းစားကြီးကို စီးပြီး စိန်ရွှေလက်ဝတ်လက်စားများ ညွတ်နေအောင်ဆင်ထားသည့် သူဌေး မိသားစုကို တွေ့ရသည့်အခါ သူ၏ ထီးထီးလမ်းလျှောက်တာဝနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပြီး အတော်စိတ်ဆင်းရဲသွားလေသည်။ ထို့နောက် မကြာမီ ဦးဖိုးကျားသည် အလွန် ဆင်းရဲသော မိသားစုတစ်စုကို တွေ့ပြန်၏။ ထိုမိသားစုနှင့် မိမိ၏ဘဝ နှိုင်းယှဉ် ကြည့်မှ "သူတို့နဲ့စာရင် ငါက အများကြီးတော်သေးတာပဲ"ဟု သဘောပေါက်ကာ ဦးဖိုးကျား စိတ်ချမ်းသာသွားလေသည်။ (မိမိထက် သာလွန်သူများကို တွေ့မြင်ရ သည့်အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မကျေနပ်မှု၊ စိတ်ဆင်းမှုဖြစ်တတ်သည်။ ထိုအခါ ကိုယ့်ထက်ဆိုးသူများကိုကြည့်၍ စိတ်ဖြေတတ်ဖို့လိုသည်)။

*** (တတ်နိုင်သမျှ မေ့ထား)** စိတ်ဆင်းရဲမှုသက်သာစေသည့် အခြားနည်းလမ်း တစ်ခုမှာ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ဖြစ်စေသည့် ပြဿနာကို တတ်နိုင်သမျှ မေ့ပျောက် ထားရန်၊ ဝါ-လိုအပ်သည်ထက် ပို၍ မစဉ်းစားရန်ဖြစ်သည်။ ပြဿနာတစ်ခုနှင့် ရင်ဆိုင်နေရသည့်အခါ ထိုပြဿနာ ပြေလည်ရာပြေလည်ကြောင်းကို တွေးတော စဉ်းစားပြီး လုပ်သင့်သည်ကို လုပ်ရမည်မှာ အမှန်ဖြစ်လေသည်။ သို့သော် လိုသည်ထက်ပို၍ ထိုပြဿနာကိုသာ တစ်ချိန်လုံး စဉ်းစားနေလျှင်ကား စိတ်ဆင်း ရဲမှုတိုးလာခြင်းသာ အဖတ်တင်ပြီး ပြဿနာပြေလည်ရေးမှာ များစွာ ထူးခြား လာမည် မဟုတ်ချေ။ အချို့စိတ်ဆင်းရဲရခြင်းများမှာ မိမိဘာမှ မတတ်နိုင်သော ကိစ္စများ ဖြစ်တတ်သည်။ ဥပမာ-ချစ်သူခင်သူတစ်ယောက် သေဆုံး၍ ပူဆွေး ရခြင်းဆိုပါစို့။ ဤကိစ္စကို မိမိဘာတတ်နိုင်တော့မည်နည်း။ မေ့ပစ်ရန်သာ ရှိတော့ သည်။

*** (စိတ်ဆင်းရဲမှု လျှော့ချရေးနည်းလမ်း)** ဤသို့ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို မေ့ပျောက် အောင် ကြိုးစားရာတွင် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းတစ်ခုမှာ မိမိ၏ အသက်မွေးဝမ်း ကျောင်းဆိုင်ရာ အလုပ်ကိုဖြစ်စေ၊ အိမ်မှုကိစ္စကိုဖြစ်စေ၊ အခြားလုပ်ငန်းများကို ဖြစ်စေ စိတ်ရောကိုယ်ပါ လုပ်ကိုင်ရန် ဖြစ်လေသည်။ ဖြစ်နိုင်လျှင် အများအကျိုး

ဆောင်လုပ်ငန်း၊ ရပ်ရွာစည်ပင်သာယာရေးလုပ်ငန်း၊ အနီးပတ်ဝန်းကျင်ရှိ နိုကိုးရာမဲ့တို့အား ကူညီသည့်လုပ်ငန်း၊ ဥပမာ– ရပ်ကွက်အတွင်းရှိ သားထောက် သမီးခံ မရှိသော သက်ကြီးရွယ်အိုတို့အား သွားရောက်ပြုစု လုပ်ကိုင်ပေးခြင်း၊ နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေသူ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်၊ သားဖွားပြီးစမိခင် စသည်တို့အား လိုအပ်သည်ကို လုပ်ကိုင်ပေးခြင်းစသည့် အလုပ်မျိုးကို လုပ်ပေးသင့်လေသည်။

*** (အချိုမြိန်ဆုံး အရသာ)** တစ်ဖက်သားကို ကူညီရခြင်းသည် အလွန်စိတ်ချမ်းသာစရာကောင်းသော အလုပ်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ အကူအညီကြောင့် တစ်ဖက်သား ဒုက္ခမှသက်သာသွားခြင်း၊ စိတ်ချမ်းသာသွားခြင်း၊ မိမိကို ကျေးဇူးတင်ခြင်းတို့ကို တွေ့မြင်ခံစားရခြင်းမှာ လူ့ဘဝ၏ အချိုမြိန်ဆုံးသော အရသာများအနက် တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်လေသည်။

*** (သည်းခံနိုင်စွမ်းရှိသူ)**

တစ်ခါတုန်းက အလွန်သည်းခံနိုင်စွမ်းရှိသော သူတော်စင်တစ်ဦးအား ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးက မေးလျှောက်ဖူး၏–

"အရှင်ဘုရား၊.. အရှင်ဘုရားကို လူဆိုးတွေက လက်တစ်ဖက်ဖြတ်ပစ်ရင် ဘယ်လို သဘောထားပါမလဲဘုရား"

"လက်တစ်ဖက်သာ ဖြတ်လို့ နောက်တစ်ဖက်သုံးနိုင်သေးတာ တော်သေးတာပေါ့လို့ သဘောထားမယ်"

"လက်နှစ်ဖက်လုံး ဖြတ်ပစ်ရင်ကော ဘုရား"

"ခြေနှစ်ဖက် သွားလာဖို့ ကျန်သေးတာ တော်သေးတာပေါ့လို့ သဘောထားမယ်"

"ခြေတစ်ဖက် ဖြတ်ပစ်ရင်ကော ဘုရား"

"နောက်တစ်ဖက် ကျန်သေးတာ တော်သေးတာပေါ့လို့ သဘောထားမယ်"

"အဲဒီတစ်ဖက်ပါ ဖြတ်ပစ်ရင်ကော ဘုရား"

"ဩော် ... ခြေလက်သာ ဖြတ်တယ်၊ အသက်ကို မသတ်တာ တော်သေးရဲ့လို့ သဘောထားမယ်"

ဤကား တွေ့ကြုံသမျှ ဆင်းရဲအပေါင်းတွင် ထားအပ်သည့် သဘောထားပေတည်း။ ဤသဘောထားကို အင်္ဂလိပ်စာတတ်သူ လောကတွင် "**ပေါ်လီယာနာ စိတ်ဓာတ်**" ဟု ခေါ်လေသည်။

*** (ပေါ်လီယာနာ)** ပေါ်လီယာနာသည် မည်မျှအခက်အခဲ ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့် တွေ့တွေ့ ကောင်းကွက်ကို တွေ့အောင်ရှာတတ်သူ ကလေးမလေးတစ်ဦး

ဖြစ်သည်။ ပေါ်လီယာနာစိတ်ဓာတ်သည် အခြေအနေ မည်မျှဆိုးနေစေကာမူ အကောင်းကို တွေ့အောင်ရှာယူတတ်သည့် စိတ်ဓာတ်ကို ဆိုလိုပေသည်။ သို့သော် အခြေအနေဆိုးနေသည်ကို ဘာမှမလုပ်ဘဲနေရန် ဆိုလိုသည် မဟုတ်ပေ။ ဆိုးသော အခြေအနေကို ပိုကောင်းအောင် ကြိုးစားရပေမည်။ အစွမ်းကုန်ကြိုးစားရပေမည်။ ကြိုးစားနေရင်း တစ်ဖက်က အကောင်းကို ရှာတတ် မြင်တတ်သည့် အကျင့်ကို ပျိုးထောင်ပေးသင့်ကြောင်းကိုသာ တင်ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ "တိမ်တိုင်းတွင် ငွေရောင်အနားကွပ် ရှိသည်"ဟူသော အနောက်တိုင်း စကားပုံတစ်ခု ရှိသည်။ အခြေအနေ မည်မျှဆိုးနေသည်ဖြစ်စေ ကောင်းကွက်ရှာလျှင် တွေ့စမြဲဟူသည့် သဘောကို ဆောင်သည်။

*** (နွားနို့တစ်ဝက်စီချင်း အတူတူ)** လူနှစ်ယောက် အိမ်တစ်အိမ်သွားလည်ရာ အိမ်ရှင်မက နွားနို့ဖန်ခွက် တစ်ဝက်စီဖြင့် ညှော်ခံ၏။ ပထမဧည့်သည်က "နွားနို့ကို တစ်ခွက်ပြည့်အောင်တောင် တိုက်ဖော်မရဘူး၊ အတော်ကပ်စေးနှဲတဲ့ အိမ်ရှင်မ"ဟု တွေး၏။ ဒုတိယဧည့်သည်က "ငါတို့ကို ကော်ဖီ လက်ဘက်ရည် မဟုတ်ဘဲနဲ့ နွားနို့ချည်းတိုက်ရှာတယ်၊ အတော်စေတနာကောင်းတဲ့ အိမ်ရှင်မ"ဟု တွေး၏။ ပထမဧည့်သည်နှင့် ဒုတိယဧည့်သည် မည်သူ၏စိတ်တွင် နောက်ကျိ အလိုမကျဖြစ်ပြီး မည်သူ၏စိတ်သည် ကြည်လင်ချမ်းမြေ့မည်နည်း။ သိသာလှပါ၏။ အကောင်းမြင်ဝါဒသည် စိတ်၏ချမ်းသာခြင်းကို ဆောင်တတ်ပေသည်။

*** (ခိုးမလို့နှင့် ကောင်း)** ကလေးတစ်ယောက်သည် ကစားနေရင်း ညာလက်ကျိုးသွားသဖြင့် ကျောက်ပတ်တီး စည်းထားရ၏။ မိခင်ဖခင်တို့ကမူ ရင်ထုမနာ ဖြစ်ကြ၏။ စာမေးပွဲနီးမှ ဖြစ်ရလေခြင်းဟုလည်း အောက်မေ့ကြ၏။ စာမေးစစ်သော အခါ ထိုကလေး စာမရေးနိုင်သဖြင့် သူ့ပါးစပ်က ပြောပြသည်ကို အခြားအတန်းတူ ကလေးတစ်ယောက်က ရေးပေးရ၏။ ကံအားလျော်စွာ ထိုရေးပေးသည့်ကလေးက လက်ကျိုးသည့်ကလေးထက် စာတော်သူဖြစ်သဖြင့် အဖြေတွင် လက်ရေးလက်သားကောင်းစွာ၊ အမှားအယွင်းအကျအပေါက်နည်းစွာ ဖြေပေးသွား၏။ အချို့ကာယကံရှင် မဖြေတတ်သော ပုစ္ဆာများကိုပင် သူ့ဉာဏ်နှင့်သူ ဖြေပေးသွား၏။ သို့နှင့် စာမေးပွဲကျမည်ဟု မိဘများ တွက်ထားသော ကလေးမှာ စာမေးပွဲကို ကောင်းကောင်းမွန်မွန် အောင်သွားလေတော့၏။ ဤကား ရုပ်ဖျက်လာသော ကောင်းချီးမင်္ဂလာဖြစ်၏။

*** (ခြေကျိုးတာ ကောင်းသလား)** လူတစ်ယောက်၏ သားဖြစ်သူသည် အကြောင်းတစ်ခုကြောင့် ခြေကျိုးသွား၏။ ထိုအခါ အပေါင်းအသင်းများက

ဖခင်ဖြစ်သူထံလာပြီး ဝမ်းနည်းစကား ပြောကြသည်။ ဖခင်က စိတ်မကောင်းဟန် မပြ။ ဘာမှမဖြစ်သလို ခပ်အေးအေးပင် ရှိသည်။ မကြာမီ ထိုတိုင်းပြည်တွင် စစ်ဖြစ်သောကြောင့် လူငယ်လူရွယ်များကို စစ်ထဲမဝင်မနေရ အတင်းဆင့်ခေါ်သည်။ ထိုခေတ်စစ်ပွဲများမှာ ယခုခေတ်မှာထက် အသေအပျောက်များကြဟန်တူသည်။ လူငယ်များသည် စစ်တိုက်ထွက်ရမည်ကို ကြောက်ကြသည်။ မလွှဲသာ၍ စစ်ထဲလိုက်ကြရသည်။ ဤအခြေအနေတွင် ခြေကျိုးနေသောလူငယ်သည် စစ်ထဲမလိုက်ရတော့ချေ။ ထိုအခါ ယခင် ထိုလူငယ် ခြေကျိုးစဉ်က ဝမ်းနည်းစကား ပြောခဲ့သူများသည် ယခု ထိုလူငယ် စစ်ထဲမလိုက်ရ၍ ဝမ်းသာကြောင်း ပြောလာကြပြန်သည်။ ဤအခါတွင်လည်း ဖခင်ဖြစ်သူသည် ခပ်အေးအေးပင် ရှိသောဟူ၏။ ဖခင်ဖြစ်သူသည် ဆိုးသလိုနှင့်ကောင်း၊ ကောင်းသလိုနှင့် ဆိုးတတ်သော လောကဖြစ်ရပ်တို့၏ သဘာဝကို နားလည်သူသော်လည်းကောင်း၊ လောကဓံကို ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်သူသော်လည်းကောင်း၊ နှစ်မျိုးလုံးသော်လည်းကောင်း ဖြစ်ဖွယ်ရှိပေသည်။

*** (ကားတိုက်ခံရတာ ကောင်းသလား)** စာရေးသူတို့ရပ်ကွက်တွင် မိန်းကလေး တစ်ဦးရှိ၏။ သူသည် တစ်နေ့တွင် ကားတိုက်ခံရလေသည်။ ကံကောင်းထောက်မ၍ အရိုးမကျိုး၊ ဒဏ်ရာပြင်းထန်စွာ မရ၊ နာကျင်ရုံ၊ လေးငါးရက် အိပ်ရာထဲတွင် လှဲနေရုံလောက်သာ ခံစားရသည်။ ကားတိုက်ခံရပြီးစက အလွန် စိတ်ညစ်လေသည်။ တစ်နေ့ ဈေးရောင်းမှ တစ်နေ့စားရသည့် ဈေးသည် မကလေးဖြစ်၍ ဝင်ငွေမရှိသည့်အတွက်က တစ်ကြောင်း၊ တစ်ကိုယ်လုံး ကိုက်ခဲ နာကျင်နေ၍ တစ်ကြောင်း ငိုမိလေသည်။ သို့သော် ကားတိုက်သူက သူ့အား နေ့စဉ်ဆေးတိုက်ပို့၍ ဆေးဝါးကုသခြင်းကို ခံယူစေသည့်အပြင် လျော်ကြေးလည်း ပေး၏။ သူပေးသည့် လျော်ကြေးမှာ မိန်းကလေးဈေးထွက်လျှင် ရမည့်ငွေထက်ပင် ပိုများ၏။ ထို့အပြင် သူနှင့်တွဲနေသည်မှာ သုံးလေးနှစ်ရှိခဲ့ပြီဖြစ်သော ခင်ပွန်း လောင်းကလည်း ကားတိုက်ခံရသည့်ကိစ္စကို လာရောက်သတင်းမေးမြန်းရာ နောက်ဆုံးတွင် နှစ်ဦးသား ပြန်ပေါင်းထုပ်ကြလေသတည်း။ လောကတွင် ဤသို့လျှင် ဆိုးမလိုနှင့်ကောင်း၊ ကောင်းမလိုနှင့်ဆိုးတတ်သည့် သဘောကို ဆင်ခြင်မိပါက ဒုက္ခနှင့်ရင်ဆိုင်ရသည့်အခါ "ကောင်းချင်လို့ ဆိုးတာထင်ပါရဲ့"ဟု တွေးပြီး စိတ်သက်သာရာ ရနိုင်ပေသည်။

*** (အခိုးခံရတာ ကောင်းသလား)** စာရေးသူ၏ မိတ်ဆွေတစ်ဦးအိမ်တွင် အဝတ်အစားများ အခိုးခံရသည်။ သူနှင့်တွေ့၍ အကျိုးအကြောင်း မေးကြည့်

သည့်အခါ သူသည် ညှိုးညှိုးငယ်ငယ်မရှိဘဲ "ပစ္စည်းဆုံးရှုံးတယ်ဆိုတာ အကုသိုလ်ဝင်တာပဲ၊ အကုသိုလ်ဝင်တယ်ဆိုရင် လူသေနိုင်တယ်၊ မကျန်းမမာဖြစ်နိုင်တယ်၊ အရှက်တကွဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အလုပ်ပြုတ်နိုင်တယ်။ အဲဒီလောက်ဆိုးတာတွေ မဖြစ်ဘဲနဲ့ အဝတ်အစားလောက် အခိုးခံရတယ်ဆိုတာ အလွန်သက်သာတဲ့ အကုသိုလ်ဝင်ခြင်းပဲဗျ။ ကျွန်တော်တော့ ဒါနဲ့ပဲ မကောင်းတဲ့ အန္တရာယ်တွေ ကျိန်းကျေပါစေလို့ မျှော်လင့်နေတာပဲ"ဟု ပြောပြလေသည်။ အကုသိုလ်ဝင်ခြင်း၊ ကျိန်းကျေခြင်းစသည်တို့ကို လက်ခံသည့်အတွက် သူ့ကို အတွေးအခေါ် ခေတ်မမီသူ၊ မဟုတ်သည်တို့ကို ယုံကြည်တတ်သူဟု အထင်သေးလိုက သေးနိုင်ပါ၏။ သို့သော် သူ့အတွေးနှင့်သူ စိတ်ချမ်းသာနေသည်ကတော့ အမှန်ပင်။

*** (သူခိုးရှာနည်း)** ကျေးရွာတစ်ရွာတွင် ဥစ္စာပစ္စည်းပြည့်စုံသော ပွဲစားကြီး တစ်ယောက် ရှိ၏။ တစ်နေ့တွင် သူမြတ်နိုးထားသော ငွေဒင်္ဂါးသုံးလေးထောင်ကို တတ်သိသူခိုး၏ တူးယူသွားခြင်းခံရ၏။ သိကြသည့်အတိုင်း ထိုခေတ်က ငွေဒင်္ဂါး သုံးလေးထောင်ဆိုသည်မှာ များစွာ အဖိုးတန်လေသည်။ မိတ်ဆွေများက အကျိုးအကြောင်း သွားရောက်မေးမြန်းကြသည့်အခါ ပွဲစားကြီးသည် အနည်းငယ်မျှ စိတ်ထိခိုက်ရန် မရှိဘဲ "သူခိုးမိထားပြီဗျ"ဟု ပြောလေသည်။ "ဟုတ်လား ပွဲစားကြီးရဲ့ .. ဘယ်သူတုံး"ဟု မေးကြသည့်အခါ ပွဲစားကြီးက "မိတာပေါ့ဗျာ၊ မိသမှ သိပ်မိ၊ လက်ဆုပ်လက်ကိုင်ကို မိထားတာ"။ "မိရင် ဘယ်သူတုံးဆိုတာ ပြောပါဦး ပွဲစားကြီးရဲ့"။"သူခိုး ဒီမှာလေ"ဟု သူ့ရင်ဘတ် သူပုတ်ပြသည်။ "ဘယ်သူ ရမတုံး၊ ကျုပ်ပေါ့ဗျ၊ သံသရာမယ် ကျုပ်ခိုးခဲ့ဖူးလို့ ၊ ကျုပ်ပစ္စည်း မစင်ကြယ်လို့ ဒီနေ့ ဒီလို အခိုးခံရတာပေါ့"ဟု ပြောသည် ဟူသတည်း။

* ဤသို့လျှင် အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းတတ်သူ၊ 'ဘယ်သူမပြု မိမိမှု'ဟူသော တရားကို လက်ကိုင်ထားသူတို့ကား စိတ်ဆင်းရဲသက်သာကြစမြဲ ဖြစ်လေသတည်း။

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် တဓောင်ပါ မောင်ကြာညို၏
'စိတ်ချမ်းသာနည်းအချို့'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နှုတ်ဖော်ပြသည်။

* ရရှိထားသော အောင်မြင်မှုပုံရိပ်တစ်ခုနှင့် လျော်ညီအောင်နေထိုင်ဖို့ အလွန်ခဲယဉ်းပါသည်။

-ကမ္ဘာ့အဆိုတော် Rock'Roll ဘုရင် Elvis Preslay.

It's very hard to live up to an image.

ဆရာ..ခုနက ပြောတာ ရင်ထဲက စကားလား သူများ ကစကား လား...
သွားကြား ထဲက စကား..

စိတ်ခွန်အား တိုးအောင်ပြုပါ

စစ်ပွဲတစ်သိန်းကို အောင်နိုင်ခြင်းထက် မိမိစိတ်ကို တစ်ကြိမ်အောင်နိုင်ခြင်းက အောင်မြင်သူအစစ် ကေန်ဖြစ်သဖြင့် ပိုရှုမြတ်၏။ (ဓမ္မပဒ)

စိတ်ဓာတ်ခွန်အား တိုးစေသောအရာများတွင် ကတိတည်ခြင်း ပါဝင်သည်။ ကတိတည်ခြင်းဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု၊ သူတစ်ပါး၏ ယုံကြည်မှုကို ရရှိနိုင်သည်။

စိတ်ခွန်အား တိုးစေရန်အတွက် စိတ်ကို သန့်စင်အောင် ထားကြရပါသည်။ သဘာဝအတိုင်း စဉ်းစားကြည့်လျှင်လည်း သန့်ရှင်းဖြူစင်အောင် စိတ်ကိုထားမှ အရောင်လက်၍ တန်ခိုးထွက်နိုင်မည်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် စကားစပ်လာလျှင် သတိလက်လွှတ် အတင်းအဖျင်း သဘောမျိုး ပြောမိသွားတတ်သည်။ ထိုအကျင့်မျိုးကို ဆင်ခြင်၍ ရှောင်ကြဉ် အပ်သည်။ မိမိပြောသောစကားသည် ဤနေရာ၌ (သူ့ကွယ်ရာတွင်ရော) သူ့ရှေ့မှာပါ ပြောဝံ့ပြောနိုင်သောစကား ဖြစ်သင့်သည်။ .....

ကျွန်တော်တို့ တောမှာဆိုလျှင် ဈေးတောင်းမပင့်နိုင်၍ အကူအညီ လိုနေသူများ မကြာခဏ တွေ့ရတတ်သည်။ ခေါ်ခေါ်မခေါ်ခေါ် ကူညီပေးလိုက်ပါ။ လမ်းသွားလာရင်း တစ်ခုခုအခက်အခဲတွေ့နေသူကို တွေ့မြင်ရသည့်အခါ မိမိကူညီနိုင်သောကိစ္စဖြစ်ပါက ကူညီလိုက်ပါ။ဤသို့သော အသေးအမွှားကုသိုလ် စိတ်ကလေးများသည် မိမိစိတ်သန့်လာဖို့ အကြောင်းအထောက်အပံ့ကလေးများ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်နံနက်တိုင်း ပုလင်းထဲမှာ ဆန်ထည့်လာပြီး လမ်းမှာ ခိုကလေး များကို အစာကျွေးသည်။ ကျွန်တော့်စည်းစိမ် ထူးပြီးယုတ်လျော့သွားသည် မဟုတ်သော်လည်း ခိုကလေးများ ပြေးလာကာ အစာအလုအယက် စားကြသည်ကို ကြည့်၍ ပီတိဖြစ်ရသည့် အကျိုးက ပိုကြီးသည်။ အခိုက်အတန့်အားဖြင့်ဖြစ်စေကာမူ စိတ်ခွန်အား တိုးတက်စေရုံသာမက ကိုယ့်ကျန်းမာရေးအတွက်ပါ အထောက် အကူ ဖြစ်ပါသည်။ ....

နောက်တစ်ချက်မှာ ခေါင်းသည် အမှိုက်ခြင်း မဟုတ်။ ခေါင်းထဲ၌ အကျိုး မရှိသော အတင်းအဖျင်း မဟုတ်တရုတ် သတင်းများကို ထည့်ကျင့်မပြုပါနှင့်။ ဝင်လာသမျှ ခေါင်းထဲထည့်၍ သိုမှီးထားလျှင် စိတ်ခွန်အားကို နုံ့စေပါသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ကို သန့်အောင်ပြုရာတွင် အတင်းအဖျင်းကိစ္စမျိုး၌ အာရုံမဝင် စားမိအောင် ပျိုးထောင်ယူရပါသည်။ စိတ်သန့်လျှင် စိတ်မှာ ခွန်အားတိုးသည်။

ခွန်အားကောင်းရှိသူများသည် ပစ္စုပ္ပန်လောက၌လည်း နေ့ဝံ့နေရဲ၍ တမလွန်အတွက်လည်း မကြောက်တတ်တော့ပေ။ ။

–ဦးထင်ဦး (ကျူရှင်)၊ ၂၀၀၇ ဇွန်လထုတ် Middle Line Journal မှ။

မရဏာတရားနှင့် ယဉ်ပါးစေမည့် အခေါင်းကုထုံး

ယူကရိန်းနိုင်ငံမှ အသုဘအခေါင်းလုပ်ငန်းရှင် စတီဖန်သည် ယူကရိန်းနိုင်ငံသားများအားသေခြင်းတရားနှင့် ယဉ်ပါးစေရန်အလို့ငှာ သက်သောင့်သက်သာရှိသော အသုဘအခေါင်းများထဲတွင် ဝင်အိပ်ပြီး မရဏာတရားပွားများနိုင်စေရန် အသုဘအခေါင်းများ အထူးပြုလုပ်ရောင်းချလျက်ရှိသည်။ ၄င်းက မရဏာသေခြင်းတရားဟူသည် ကွေးသောလက် မဆန့်မီ၊ ဆန့်သောလက်မကွေးမီဆိုင်း မဆင့် ပုံမပါ ရုတ်တရက် မြန်းစားချည်း လျှင်မြန်စွာရောက်ရှိလာနိုင်သောကြောင့် မရဏာတရားနှင့်ယဉ်ပါးပြီး ကျင့်သားရစေရန်အတွက် လေ့ကျင့်ထားရန် လိုအပ်သည်ဟု ဆိုသည်။ *–၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၁၁ မှ။*

အယုတ်အလတ်အမြတ်

ပုထုဇဉ်လူသားများအနက်–

အများအကျိုးအတွက် မိမိစည်းစိမ်နှင့်အသက်ကိုပင် စွန့်ရဲသောပုဂ္ဂိုလ်သည် ''ပထမတန်းပုဂ္ဂိုလ်''ဖြစ်၏။

အများအကျိုးအတွက် ဆောင်ရွက်သော်လည်း ကိုယ့်အကျိုးထိခိုက်လျှင် ဆက်လက်မဆောင်ရွက်ဝံ့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် ''ဒုတိယတန်းပုဂ္ဂိုလ်''ဖြစ်၏။

ကိုယ့်အကျိုးအတွက် အများထိခိုက်နစ်နာအောင် ပြုကျင့်တတ်သည့် မရေမတွက်နိုင်သောလူတို့သည် ''အောက်တန်းစားပုဂ္ဂိုလ်များ''ဖြစ်ကြသည်။

–အိန္ဒိယအဘိဓမ္မာဆရာကြီး၊ ဗွာဝိဝေကာနန္ဒ၏ မဟာယောဂကျမ်းမှ။

စိတ်ကောင်းမွေးကြစေသတည်း

* ကိုယ်ကျိုးမရှု၊ မြင့်မြတ်မှုကား
ယခုလည်းကောင်း၊ နောင်လည်းကောင်း၏
စိတ်ကောင်းမွေးကြစေသတည်း။

–၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မဟေသီမဂ္ဂဇင်းပါ မောင်ခွေးထက်၏ 'အလင်းဝိညာဉ်နဲ့ ငြိမ်းချမ်းစွာ ပျံသန်းနေတဲ့ ကဗျာဆရာ၊ ဓါမှမဟုတ်ထင်မိုး''ဆောင်းပါးမှ။

မရှုံးလိုလျှင် အောင်မြင်အောင်လုပ်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်ပါ

The surest way not to fail is to determine to succeed. (Sheridan)

လူတိုင်းလူတိုင်းသည် မိမိတို့လုပ်ကိုင်သည့် လုပ်ငန်းတွင် အောင်မြင်မှုရလိုသူချည်း ဖြစ်ကြသည်။ မည်သူမျှ ရှုံးနိမ့်မှုနှင့် မကြုံလိုကြပါ။ သို့ရာတွင် အောင်မြင်ချင်သည်ဟုသာ ဆိုကြ၏။ အောင်မြင်လိုသည့်စိတ်၌ ထက်သန်မှုအားနည်းတတ်ကြသည်။ မဖြစ်မနေလုပ်မည်ဟူသော စိတ်မျိုး မထည့်ချင်ကြ။ ထိုသို့ မဖြစ်မနေလုပ်မည်ဟူသောစိတ်မျိုး အားနည်းကြသဖြင့် အခက်အခဲနှင့်ကြုံရသော် တွန့်ဆုတ်သွားတတ်သည်။

အခက်အခဲကို ကြောက်သူသည် အောင်မြင်ဖို့ အခွင့်အရေး ဆုံးရှုံးနေပြီးဖြစ်သည်။ လွယ်ပါသည်ဆိုသော ငှက်ပျောသီး အခွံနွာစားခြင်း အမှုမျိုး၌ပင်လျှင် နည်းလမ်းတကျ မလုပ်တတ်လျှင် လက်ကို ပေညစ်သွားစေခြင်းမျိုးနှင့် ကြုံနိုင်သေးပေရာ လုပ်ငန်းတိုင်း၌ အခက်အခဲများ ကြုံနိုင်သည်။ ကြုံလာသည့်အခက်အခဲများကို ကျော်လွှားသွားမည်ဟူသော သတ္တိမျိုးသည် လိုအပ်ပေသည်။ အခက်အခဲကို ကြောက်တတ်ခြင်းကို **အိန္ဒိယနိုင်ငံရေးခေါင်းဆောင် တိလက်** က ဤသို့ သတ်မှတ်သည်။ 'To fear difficulties is to lose manliness.'တဲ့။ ဆိုလိုသည်မှာ '**အခက်အခဲကို ကြောက်သူသည် ယောကျ်ားကောင်းတို့ စိတ်ဓာတ် မရှိသူသာတည်း**'။

ထို့ကြောင့် ယောကျ်ားကောင်းတို့သည် မိမိတို့ ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်မည်ဟု ရည်မှန်းထားသော လုပ်ငန်းစဉ်တွင် အခက်အခဲများကို ကြုံတွေ့နိုင်သည်ဟုလည်း မျှော်မှန်းထားလေ့ရှိသည်။ ကြုံလာသည့် အခက်အခဲများကို ရင်ဆိုင်သွားရန်လည်း အသင့်ပြင်ဆင်ထားလေ့ရှိကြသည်။ အခက်အခဲကြုံရမည့်အတွက် အသင့်ပြင်ဆင်အားမွေးကာ မဖြစ်မနေ ဆောင်ရွက်မည်ဟူသော စိတ်ပိုင်းဖြတ်မှုမျိုးကို ပြုကြပေသည်။ ဘုရားအလောင်းသည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို မရရှိမီ၊ ဘုရားအဖြစ်သို့ မရောက်မီ အပရာဇိတပလ္လင်တော်နေရာ၌ ထိုင်မိချိန်ကပင်လျှင် "**ဘုရားအဖြစ်သို့ မရောက်က ဤနေရာမှ ငါမထ**"ဟူသော သန္နိဋ္ဌာန်ကို အခိုင်အမာချလေသည်။ ထိုနိုင်မာသော စိတ်ဓာတ်ပြဋ္ဌာန်းချက်ကြောင့်ပင်လျှင် ညဥ့်သုံးယံလုံး မအိပ်မနေ အားထုတ်ရာ ညဥ့်ဦးယံ၊ သန်းကောင်ယံ၊

မိုးသောက်ယံတို့၌ ပု–ဒိ–အာ ဟူသော ဉာဏ်တော်များကို အဆင့်ဆင့်ရရှိကာ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်လေသည်။

အောင်မြင်မှုဟူသည် စိတ်ပိုင်းဖြတ်မှုလို၏။ မြန်မာရာဇဝင်၌ ဖော်ပြသော ဘုရင့်နောင်၏ နောင်ရိုးတိုက်ပွဲအကြောင်းကို လူတိုင်းကြားဖူးသည်။ လှေဖောင်များကိုဖျက်ပြီး ရန်သူစိုးမိုးထားရာ နယ်မြေကမ်းတစ်ဖက်သို့ တက်ခြင်းသည် ဤတိုက်ပွဲကို "အောင်မြင်အောင် ငါတိုက်မည်"ဟူသော စိတ်ပိုင်းဖြတ်ချက်ကို ပြသခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ကမ္ဘာ့သမိုင်းတွင် Cortes သည် စိတ်ပိုင်းဖြတ်ရာတွင် နမူနာပြယုဂ်ဖြစ်သည်။ ၁၅၁၉ ခုနှစ်တွင် မက္ကဆီကိုကို သိမ်းရန် ကျူးဘာမှနေ၍ လူအင်အား ၅၀၀၊ သင်္ဘော ၁၁ စင်းနှင့် ယုကန်တန်ကမ်းရိုးတန်းသို့ တက်သွားရာ ကမ်းပေါ်ရောက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ပါလာသော သင်္ဘောအားလုံးကို မီးရှို့ဖျက်ဆီးပစ်ခဲ့လေသည်။ မက္ကဆီကိုကိုလည်း သိမ်းမိလေသည်။

အောင်မြင်လိုသူတိုင်းအဖို့ ဤဖောင်ဖျက်၊ သင်္ဘောဖျက် စိတ်ဓာတ်သည် မုချလိုအပ်ပေသည်။ ဖောင်ဖျက်၊ သင်္ဘောဖျက်ထားသူအဖို့ အခြားအားကိုးရာမရှိသဖြင့် မနိုင်အနိုင်တိုက်ဖို့သာ ရှိတော့သည်။ ငါတို့ မနိုင်၍ မဖြစ်၊ မနိုင်သော် အားလုံးအသက်ဆုံးရှုံးရမည်ကို သိထားသဖြင့် အောင်ရမည်ဟူသော စိတ်အားထည့်၍ တိုက်သည့်အခါ အောင်လည်းအောင်သွားခဲ့ကြပေသည်။

စာမေးပွဲအောင်လိုသူသည် အောင်ကိုအောင်ရမည်ဟူသော စိတ်ပိုင်းဖြတ်ချက်မျိုးထား၍ ကြိုးစားသော် မအောင်မရှိ၊ အောင်ရသည်သာ ဖြစ်သည်။ ထက်သန်သော အောင်လိုစိတ်ရှိလာသောအခါ "လိုလျှင်ကြံဆနည်းလမ်းရ"ဟူဘိသကဲ့သို့ အောင်ရာအောင်ကြောင်း နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေလာသည်။ နည်းလမ်းမှန်တွေ့လျှင် ခရီးပန်းတိုင်သို့ ရောက်သည်သာ ဖြစ်သည်။ ....

ကျွန်တော်အပါအဝင် များစွာသောသူတို့သည် သာမန်ရွက်ကြမ်းရေကျိုဘဝလောက်နှင့် တင်းတိမ်နေကြသည်မှာ ပထမအချက်အနေဖြင့် ကိုယ်ဘာဖြစ်ချင်မှန်းသဲသဲကွဲကွဲမသိခြင်းနှင့် ဒုတိယအချက်အနေဖြင့် ကိုယ်ဖြစ်ချင်ရာကို ထက်ထက်သန်သန်ဖြင့် မဖြစ်မနေ ရအောင်လုပ်မည်ဟူသော စိတ်ပိုင်းဖြတ်ချက်မျိုး မရှိခြင်းတို့ကြောင့်သာ ဖြစ်ပေသည်။

–ဦးထင်ဦး (ကျူရှင်)၊ ၂၀၀၇ ဇက်ထင်ဘာ ၁ ရက်ထုတ် မှ။

*** အောင်မြင်သူတွေမှာလဲ**
အမာရွတ်တွေနဲ့ပါပဲ။ *–အမေရိကန်အဆိုတော် Johnny cash.*

လင်ယူမှားရင် ဒီလိုဖြစ်တတ်တယ်

သမီးလိမ္မာ "ချိုမွှေး"ဟာ၊ လင်ယူမှားတဲ့ခါ၊
ဘာသာတရား၊ ကွယ်ပျောက်သွား၊ စိတ်ရိုင်းဝင်မှု"များ"။
ကိလေမှောင်ထဲ၊ ရောက်တဲ့ခါ၊ မိဘကိုတောင် အသိပ်ခတ်တာ။
ဘုရားပုံလဲ၊ ခြေနဲ့နင်း၊ တဏှာကျွန်ဖြစ်ခဲ့။

– *facebook* မှ။

ဒသမန္တလက်ဆောင်

* စွမ်းရည်ဆိုသည်မှာ ရာထူးတစ်ခုလောက်ဖြင့် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းဖြစ်သည်။
သို့သော်လည်း စွမ်းဆောင်နိုင်တယ်ဆိုတာ စေတနာနဲ့ လုပ်ဆောင်မှုက
သတ်ဝင်ပေးခဲ့ရတယ်။

* တန်ဖိုးဆိုသည်မှာ ရုပ်ဆင်းသဏ္ဌာန်အားဖြင့် ရှိနေပါသည်။
ဆေးကျတတ်သူတွေကတော့ တန်ဖိုးမြင့်စေပြီး
ဆေးမကျတတ်သူတွေကတော့ တန်ဖိုးနိမ့်ကျစေပါသည်။

* ဘဝရှိသည် အခြားအရာအားလုံးကို မြင်စေနိုင်ပါသည်။
အဖိုးကိုဖွင့်ပြီး ဖွင့်စိုင်းနိုင် ရှိနိုင်သည်။
သို့သော် ရှိသေးပြီးခြင်း မရှာလျှင်
ရှိသော ဘဝကြီးလည်း ကြာကြာနေမည်မဟုတ်ပါ။

– [illegible]

ဒီလိုအမေမျိုးလည်း ရှိတယ်။ ၁၂ နှစ်အရွယ် သမီးအရင်းကို စိတ်ဝေဒနာသည်နှင့် ထိမ်းမြားရန် ဒေါ်လာ ၅၅၀ ဖြင့် မိခင်ရောင်းစား

တရုတ်နိုင်ငံ အနောက်တောင်ပိုင်း ဂွီဇောင်ပြည်နယ် ပင်ဘာဒေသရှိ မိခင်တစ်ဦးသည် ၁၂ နှစ်အရွယ် သမီးအရင်းကို စိတ်ရောဂါဝေဒနာသည်တစ်ဦးနှင့် လက်ထပ်ထိမ်းမြားရန် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၅၅၀ ဖြင့် ရောင်းစားခဲ့ကြောင်း ဂွီဇောင်ပြည်နယ် သတင်းတစ်ရပ်တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

ထိုအမျိုးသမီးသည် ဂျာဂျာအမည်ရှိ ၁၂ နှစ်အရွယ် ၎င်း၏သမီးအရင်းကို အသက် ၃၀ အရွယ်ရှိ ဂီယောင်ပြည်နယ်မှ စိတ်ရောဂါဝေဒနာသည် ဖူအမည်ရှိ အမျိုးသားနှင့် လက်ထပ်ထိမ်းမြားရန် ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က သဘောတူကာ ငွေ လက်ခံရယူခဲ့သည်။ ဂျာဂျာအသက် ၁၅နှစ်ပြည့်မှ လက်ထပ်ထိမ်းမြားပေးမည်ဟု ယခင်က သဘောတူညီမှုရယူခဲ့သော်လည်း ဖူ၏ဦးလေးဖြစ်သူက ချက်ချင်း အတင်းအဓမ္မ လာရောက်ခေါ်ဆောင်သွားခဲ့ကြောင်း သိရှိရသည်။ ဂျာဂျာ၏ မိခင်ဖြစ်သူ အပါအဝင် ဖူနှင့် ဖူ၏ဦးလေးဖြစ်သူတို့ကို အာဏာပိုင်များမှ လူမှောင်ခိုကူးမှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအဓမ္မပြုကျင့်စော်ကားမှုများဖြင့် စုံစမ်းစစ်ဆေးလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ (NJ news, 26.11.12)

-၂၀၁၃ ခုနှစ်ဇန်နဝါရီလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၂၉ မှ။

စကားပုံ။ ။ ကမ္ဘာမီးလောင် သားကောင်ချနင်း

မြင်မှသိမှဒုက္ခလွှတ်မည်

လာကြ၊ရှုကြ ဓမ္မမိတ်ဆွေ၊ ခန္ဓာကိုယ်ကား တရားပြနေ။
မြင်အောင်ကြည့်လို့ သိဖို့ကျင့်လေ၊ မြင်သိမှ ဒုက္ခလွှတ်မယ်လေ။

* အသက်ရှင်နေထိုင်နေတဲ့ လူတွေထဲမှာ မိမိတတ်နိုင်တယ်လို့ ထင်ထားတာထက် ပိုပြီးမလုပ်နိုင်တဲ့သူ မရှိပါ။
There is no man living who is not capable of doing more than he thinks he can do.

-အမေရိကန် ဖို့ဒ်ကားကုမ္ပဏီကြီး၏ ဖခင်ကြီး Henry Ford.

တရားဆေး

သတိပဋ္ဌာန်တရားအားထုတ်တာကြောင့် ရရှိနိုင်တဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတွေ အကြောင်း နိုင်ငံခြားသား ပညာရှင်တွေ ပြောထားတဲ့ ဆောင်းပါးငယ်တစ်ပုဒ်ကို ဘာသာပြန် ဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

Meditation as Medication

သတိပဋ္ဌာန်တရားကို နှစ်ရှည်လများ ပွားများအားထုတ်သူတွေဟာ နာကျင်မှုရောဂါဝေဒနာတွေကို ခံနိုင်ရည်ရှိတယ်လို့ ကြားဖူးခဲ့ကြတာ ကြာလှပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ အနည်းအကျဉ်း အားထုတ်သူတွေလည်း အထိုက်အလျောက် အကျိုးခံစားကြရပါတယ်။ အမေရိကန်နိုင်ငံ မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားတက္ကသိုလ်မှာ ပြုလုပ်တဲ့ သုတေသနတွေ့ရှိချက်တစ်ခုမှာ သုံးရက်အတွင်း တစ်နာရီလောက်ကြာအောင်ပဲ အားထုတ်တာတောင် တော်ရုံနာကျင်မှုဝေဒနာကို ခံနိုင်ရည်ရှိတယ်လို့ သိရပါတယ်။

ဒီသုတေသနတွေ့ရှိချက်က တရားထိုင်တာဟာ အင်မတန်ခက်ခဲတယ်လို့ ထင်နေသူတွေ၊ စမ်းကြည့်ဦးမယ်လို့ ဆိုသူတွေအတွက် ရွေးချယ်စရာ ဖြစ်လာမှာပါ။ နှစ်ရှည်လများတရားထိုင်သူတွေရဲ့ ဦးနှောက်လုပ်ဆောင်ချက်တွေဟာ ပြောင်းလဲသွားပြီး နာကျင်မှုဝေဒနာအပေါ်မှာ ခံနိုင်ရည်ရှိမှုအကျိုး တရားဟာ အင်မတန်ကြီးမားလှတယ်ဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့သိထားပါတယ်။ အခု ကျွန်တော်တို့ သုတေသနမှာလည်း "တစ်နေ့ကို မိနစ်(၂၀)နဲ့ (၃) ရက်လောက်ထိုင်တာတောင် လက်ငင်းအကျိုးတရားကို တွေ့ရတာပါပဲ"လို့ သုတေသနကို ဦးဆောင်ခဲ့သူ မစ္စတာ ဖဒယ်ဇီဒန်းက ပြောပါတယ်။

ဒီရှုမှတ်နည်းက နာကျင်မှုအပေါ်မှာ တုံ့ပြန်တဲ့ တင်းမာမှု၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေကို လျှော့ချပေးတဲ့ နည်းစနစ်ဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ရောဂါအထူးကုဆရာကြီး ဒေါက်တာတိုနီမားရစ်ကသြစတြေးလျ The Royal Prince Alfred Hospital ရဲ့ Pain Management centre မှာ သတိပဋ္ဌာန်အားထုတ်ရတဲ့ အကြောင်းကို ဟောပြောရာမှာ "အဲဒီလို သတိပဋ္ဌာန်ရှုမှတ်တဲ့အတွက် အာရုံစူးစိုက်မှု အားကောင်းလာတယ်။ နာကျင်မှုဝေဒနာကို သတိနဲ့ ထိန်းထားနိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ စိတ်ကို နာကျင်မှုဝေဒနာကနေ ရှောင်ဖယ်တာ လုံးဝ မဟုတ်ပါဘူး။ ဥပမာအားဖြင့် စိတ်ဟာ သမုဒ္ဒရာဖြစ်ပြီး ကိုယ်က မုန်တိုင်းထဲမှာ ရောက်နေတယ်ဆိုပါစို့။ သတိပဋ္ဌာန်ရှုမှတ်နည်းဟာ လှိုင်းတံပိုးကို တားမြစ်တာ

မဟုတ်ဘဲ အဲဒီလိုင်းပေါ်မှာ အလိုက်သင့် အလျားသင့် စီးတတ်အောင် သင်ပေးတာသာ ဖြစ်တယ်''လို့ ထည့်သွင်းရှင်းပြသွားပါတယ်။

ဒါ့အပြင် ဒေါက်တာမားရစ်က ''လူတွေဟာ နာကျင်မှုအပေါ်မှာ အာရုံ စူးစိုက်တာဟာ နာကျင်မှုကို ပိုဖြစ်စေမယ်လို့ ထင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သင်တန်း အပြီးမှာတော့ နာကျင်မှုအပေါ်မှာဖြစ်တဲ့ စိုးရိမ်စိတ်ကြောင့်သာလျှင် နာကျင်မှု ပိုမိုပြင်းထန်လာခြင်းဖြစ်တယ်ဆိုတာကို သဘောပေါက်လာကြတယ်။ နာကျင်မှု ဝေဒနာကို စူးစိုက်ပြီး ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမနေနဲ့၊ သူ့သဘောအတိုင်းသာ လိုက်ပြီး သိနေလိုက်၊ ဒါဆိုရင် သိစိတ်က စိုးမိုးသွားပြီး ဝေဒနာအပေါ်ခံစားမှုက လျော့ သွားလိမ့်မယ်။ သတိပဋ္ဌာန်ကို နှစ်ချီပြီးကျင့်မှ ဒီလို အကျိုးတရားတွေ ရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ လေ့ကျင့်လို့သိပ်မကြာခင်မှာပဲ လက်တွေ့ အကျိုးခံစားရမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။ တချို့ဆိုရင် နှစ်ရက်လောက် အားထုတ်ကာနဲ့ ဒီလိုအကျိုးတွေရ တယ်''လို့ ဆက်လက်ရှင်းပြသွားပါတယ်။

–*(Source: Readers Digest)* ***မောင်ကြည်စင်၊ ၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် အာရောဂျမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၁၇၀ မှ။***

သင့်အလုပ်ရှင်ကို မည်သည့်အခါမျှ မပြောရမည့် စကားများ

၁။ ဒီကိစ္စ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊

၂။ ဒါ.. သူတို့အကောင်းဆုံး လုပ်ထားတာတဲ့လား၊

၃။ ဒါ.. ကျွန်တော့်ကိစ္စ (ပြဿနာ) မဟုတ်ဘူး၊

၄။ ဒါ.. ကျွန်တော့်အလုပ် အမျိုးအစားမျိုး မဟုတ်ဘူး၊

၅။ ဒီကိစ္စပြီးဖို့ တကယ်အရေးကြီးသလား၊

၆။ ဒါ .. ဦးနှောက်မရှိတဲ့သူပဲ၊

၇။ ကျွန်တော် မနေ့ညက အရမ်းပေတောခဲ့တယ် ဆရာ၊

၈။ လခ မလောက်ဘူး ဆရာ၊

၉။ ဟင်း ... (သက်ပြင်းချသံ)။

–၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၁၀၁ မှ။

ဆွမ်းလှူကျိုး

ဆွမ်းကွမ်းဒါန ပြုကြသူမှာ၊ သက်ရှည်ဆင်းလှ သုခစုံစွာ။
ခွန်အားတိုးတက် ထက်မြက်ပညာ၊ ကျိုးငါးပါး ရကြောင်း အမှန်ပါ။

အချစ်အတွက် စွန့်စားသလို နိဗ္ဗာန်အတွက် စွန့်စားလျှင်

အချစ်အတွက် မိုင် ၂၅၀၀ ရေလမ်းခရီးကို တူရကီနိုင်ငံသားရွက်လွှင့်

တူရကီနိုင်ငံသား ရှိမန်ဖန်နိုယန်ကူလန် ဆိုသူသည် ဗြိတိန်အမျိုးသမီး တစ်ဦးကို လက်ထပ်ခွင့်ရရန် မြေထဲပင်လယ်ကို ဖြတ်ကျော်ကာ မိုင်ပေါင်း ၂၅၀၀–ကျော် ဝေးကွာသည့် ရေလမ်းခရီးကို ၁၆–ပေရှည်သော ရွက်လှေ နှင့်သွားရောက်ခဲ့ကြောင်း သတင်းများတွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အသက် ၃၈ နှစ်အရွယ်ရှိ တူရကီစီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင် ကူလန်သည် အင်္ဂလန်အရှေ့တောင်ပိုင်း Sussex ဒေသမှ မူရေအမည်ရှိ အမျိုးသမီး ထံသို့ ယခုနှစ် ဧပြီလ ၂၃ ရက်နေ့မှ စတင်၍ အင်္ဂလန်သို့ ရွက်လွှင့် ခဲ့သည်။ ကူလန်သည် ၂၀၀၅ ခုနှစ် ဆိုက်ပရပ်ကျွန်းရှိ ဟိုတယ်တွင် စားပွဲထိုးမလေး မူရေနှင့် စတင်တွေ့ဆုံခဲ့သည်။

မူရေသည် အင်္ဂလန်သို့ ပြန်သွားပြီးနောက်ပိုင်း ဖေ့စ်ဘွတ်မှတဆင့် "ငှင်းအား အမှန်တကယ် ချစ်မြတ်နိုးပါက သူမနေထိုင်ရာ အင်္ဂလန်သို့ လာရောက်ချစ်ရေးဆိုရန် ကူလန်ထံ ပေးပို့ခဲ့သဖြင့် ယင်းသို့ ရစ်လကြာ ခရီးနှင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး ကူလန်သည် မြေထဲပင်လယ်ကို ဖြတ်ကျော်ကာ စပိန်ကမ်းရိုးတန်း၊ ပေါ်တူဂီနှင့် ပြင်သစ်ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက် ခရီး နှင်လျက်ရှိသည်။ ကူလန်သည် အင်္ဂလန်သို့ ရောက်ရှိလာပါက အင်္ဂလန် ပြည်ဝင်ခွင့်ဗီဇာကိုင်ဆောင်လာခြင်းမရှိသဖြင့် ခေတ္တထိန်းသိမ်းထားရမည် ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂလန်ပြည်ထဲရေးဌာနမှ အကြီးအကဲတစ်ဦးဖြစ်သူ ပီတာ ဂျုန်းက မီဒီယာများကို ပြောကြားသွားခဲ့သည်။ *(Metro, 21.11.12)*

–၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၁၈ မှ။

ဆန္ဒဝဓော ကိ နာမ ကမ္မံ န သိဇ္ဈတိ

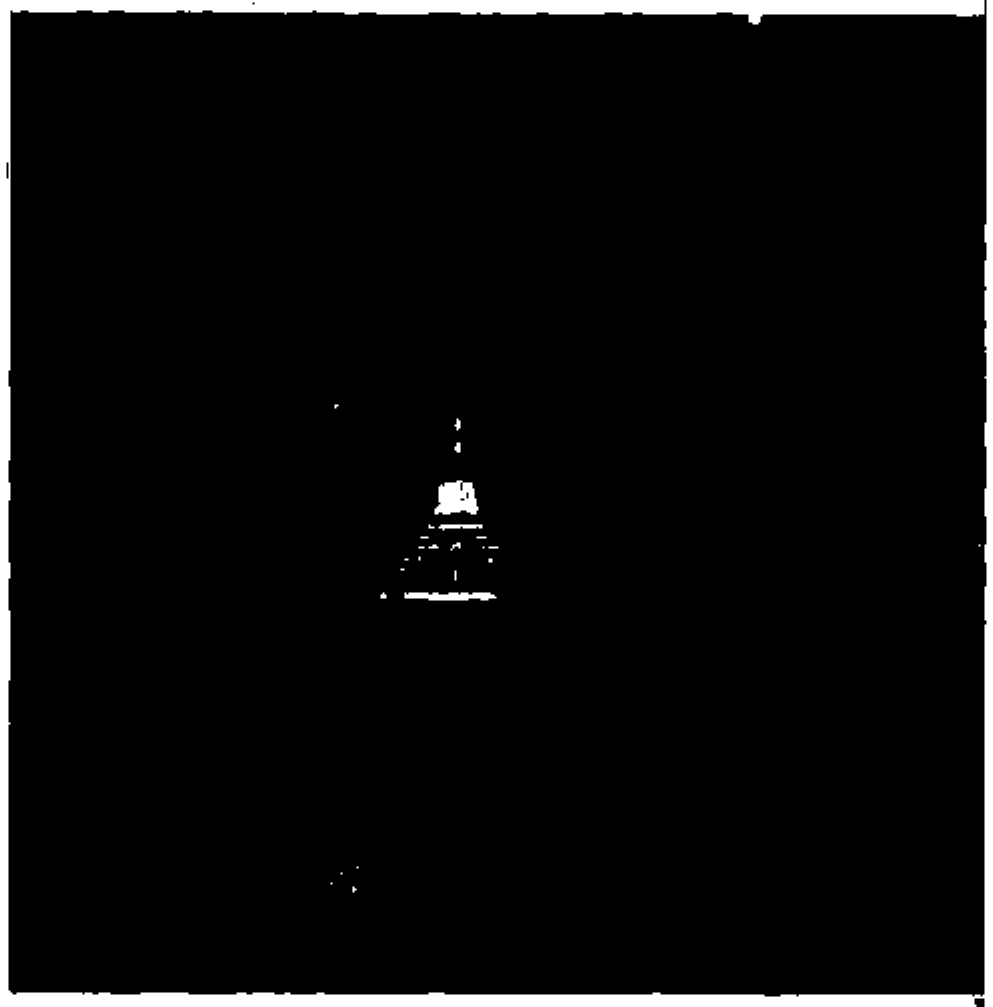
ဆန္ဒထက်သန်သူအဖို့ မပြီးနိုင်သောအမှု မရှိ။

လုဒ္ဓေါ အတ္ထံ န ဇာနာတိ၊ လောဘော ဓမ္မံ န ပဿတိ။
အန္ဓတမံ တဒါ ဟောတိ၊ ယံ လောဘော သဟတေ နရံ။

(ဣတိဝုတ်၊ ၂၉၂)

လောဘ၊ တဏှာ၊ ရာဂ အားကြီးသူသည် အကျိုးကိုလည်း မသိ။ အကြောင်းကိုလည်း မမြင်။ ထိုအခါမျိုး ထိုသူမှာ အသိဉာဏ်အမှောင် ကျနေတော့၏။ ထိုလောဘ တဏှာ ရာဂသည် သတ္တဝါအပေါင်းကို လွှမ်းမိုးနိုပ်စက် ဖျက်ဆီးတတ်၏။

သင့်လက်များဖြင့်



* သင့်လက်များဖြင့်
စွမ်းအားကုန်ကာ၊ ရေငတ်လာသော
မောရှာသူများ၊ ခရီးသွားကို
ကြီးမားမေတ္တာ၊ စေတနာဖြင့်
လှမ်းကာ,ကမ်းကာ၊ ရေတိုက်ပါသော်
အဟော်ဝတ ကောင်းလေစွ။

* သင့်လက်များဖြင့်
အစားအစာ၊ မွတ်သိပ်ရှာသော
ခမျာနွမ်းပါး၊ ဆင်းရဲသားကို
သနားကြင်နာ၊ ကျွေးမွေးပါသော်
အဟော်ဝတ ကောင်းလေစွ။

* သင့်လက်များဖြင့်
သနားဖွယ်ရာ၊ ကံဆိုးရှာသော
ရောဂါခံစား၊ သူနာများကို
ထောက်ထားစာနာ၊ ပြုစုပါသော်
အဟော်ဝတ ကောင်းလေစွ။

- မင်းယုဝေ။

(၇-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

မြန်မာပြည်မှာလည်း ဒီလိုလုပ်ဖို့ကောင်းတယ်

ဆွာဇီလန်အမျိုးသမီးများ စကတ်တိုတိုဝတ်က အရေးယူမည်ဟုရဲအဖွဲ့ဆို

မန်ဇီနီ ဒီဇင်ဘာ ၂၉

ဖိုက်သားများပင် ပေါ်နေလောက်အောင် တိုလွန်းသော အပေါ်ပိုင်းအင်္ကျီတို ပြတ်ပြတ်နှင့် အောက်ပိုင်းက စကတ်တိုတိုကျပ်ကျပ်ကို ဝတ်ဆင်သော ဆွာဇီလန် အမျိုးသမီးများအား ဖမ်းဆီးအရေးသူသွားမည်ဟု ဆွာဇီလန်ရဲအဖွဲ့က ယုတ်ပြန် ပြောကြားလိုက်သည်။

ဆွာဇီလန်ရဲတပ်ဖွဲ့ ပြောခွင့်ရအမျိုးသမီး ဝင်ဒီဟလီတာက တိုင်ကြားမှုများ ရှိပါက ရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်တို့သည် မသင့်တော်သော အဝတ်အစား ဝတ်ဆင်ခြင်းအား တားမြစ်ပိတ်ပင်သည့် ၁၈၈၉ ခုနှစ် ဥပဒေကို အသက်ဝင်အောင် ဆောင်ရွက်မည် ဖြစ်သည်ဟု ပြောကြားထားသည်။

အလွန်ရှေးဆန်သောတိုင်းပြည်တွင် အမျိုးသမီးတို့သည် မီနီစကတ်များ ဝတ်ဆင်ခြင်းကြောင့် မလိုလားအပ်သော ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်ပွားလာနိုင်သော ရဲအဖွဲ့က သတိပေးပြောကြားလိုက်သည်။

ဆွာဇီလန်ရဲတပ်ဖွဲ့ ပြောခွင့်ရအမျိုးသမီး ဝင်ဒီဟလီတာက ၁၈၈၉ ခုနှစ်ဥပဒေကို အသက်ဝင်အောင် ဆောင်ရွက်ထားခြင်း မရှိသေးကြောင်း၊ သို့သော် မန်ဇီနီဒေသမှ အမျိုးသားအချို့သည် မီနီစကတ်ဝတ်သော အမျိုးသမီးတို့ကြောင့် ၎င်းတို့ စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ကြောင်းကို တိုင်ကြားမှုများ ရှိခဲ့သည့်အတွက် ဆွာဇီလန်ရဲတပ်ဖွဲ့သည် အမျိုးသမီးများကို သတိပေးထားလိုကြောင်း ပြောကြားထားသည်။ ၁၈၈၉ ခုနှစ်ဥပဒေကို ဖောက်ဖျက်သူ မည်သူမဆိုသည် ဒဏ်ကြေး ၁၀–ဒေါ်လာ ပေးဆောင်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ဒဏ်ကြေး ပေးဆောင်နိုင်ခြင်း မရှိပါက ၆–လအထိ ထောင်ဒဏ်ကျခံရမည်ဟုလည်း ဆွာဇီလန် ရဲတပ်ဖွဲ့၏ ပြောခွင့်ရအမျိုးသမီးက ဆိုသည်။

<u>အဓမ္မပြုကျင့်မှုများ ဖြစ်ပွားခြင်းမရှိအောင် ကာကွယ်သည့်အနေဖြင့် အမျိုးသမီးတို့သည် ဖော်လှစ်ပြသသော အဝတ်အစားများ ဝတ်ဆင်ရာတွင် သတိထားသင့်သည်ဟုလည်း</u> ၎င်းက သတိပေးထားသည်။ (အောင်ပိုင်)

- Source: AP ၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာ ၃၁ ထုတ်

The Messenger ဂျာနယ် တ ၂၃ မှ။

မိဘပြုစုသည့် သားကောင်း သမီးမွန် ဖြစ်စေချင်

မိမိတို့နိုင်ငံသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ သက်ဝင်ယုံကြည်သည့်နိုင်ငံဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ စေတီ၊ ပုထိုး၊ ဘုရား၊ ကျောင်းကန်များ ပေါများစွာ တည်ရှိသည့်နိုင်ငံဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များပီပီ အလှူဒါနတွင်လည်း မိမိတတ်နိုင်သည့်အလျောက် လှူဒါန်းရန် ဝန်မလေးကြပေ။ သာသနာတော်တည်တံ့ပြန့်ပွားရေးအားပေးသည့်အနေဖြင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ ကျမ်းဂန်များပို့ချရာစာသင်တိုက်များ၊ တရားဘာဝနာအားထုတ်ရာ တရားစခန်းများတွင် လိုအပ်သည့်ငွေကြေးပစ္စည်းလှူဒါန်းသူများ၊ ဝေယျာဝစ္စလုပ်ကိုင်ပေးကြသူများဖြင့် တွေ့မြင်ရသည်မှာပီတိဖြစ်ဖွယ်ပင်။ သို့သော် မိဘနှစ်ပါးကိုကား ကျေးဇူးဆပ်ရန် မေ့နေတတ်သူအတော်များများကိုလည်း တွေ့ရသည်။

"မာတာပိတုဥပဋ္ဌာနံ= မိဘတို့ကို လုပ်ကျွေးပြုစုခြင်းသည် မြတ်သောမင်္ဂလာမည်၏"ဟူ၍ မြတ်ဗုဒ္ဓက မင်္ဂလာတရားတော်တွင် ဟောကြားခဲ့ပါသည်။ အမိအဖကို လုပ်ကျွေးပြုစုရသည့်အကျိုးကြောင့် အသက်အန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်ခဲ့သူများအကြောင်းသည်လည်း ငါးရာငါးဆယ်နိပါတ်တော်တွင် ပါရှိပါသည်။

တရုတ်နိုင်ငံတွင် အရွယ်ရောက်နေသော သားသမီးများသည် ၎င်းတို့၏ သက်ကြီးရွယ်အိုမိဘများကို ပစ်ပယ်ထားပါက အရေးယူမည်၊ မိဘများထံ အကြိမ်မည်မျှ သွားရောက်ကြည့်ရှုရမည်ဟု တိကျစွာ ဖော်ပြမထားသော်လည်း လျစ်လျူရှုထားပါက တရားရုံးမှ အရေးယူမည်ဟူသော သတင်းတစ်ပုဒ်ကို ဒီဇင်ဘာ ၃၀ ရက်ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာတွင် ဖတ်လိုက်ရပါသည်။ ကျေးဇူးရှင်မိဘကို ပစ်ပယ်သည့်အတွက် ပစ္စုပ္ပန်အတွင်းခံရသည့်ဒုက္ခပင် ရှိသေးသည်။ နောင်သံသရာတွင်လည်း ခံရပေဦးမည်။

မိမိတို့နိုင်ငံတွင်လည်း ယင်းကဲ့သို့သော သားသမီးများကို တွေ့ဖူးပါသည်။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမတရားတော်များတွင်လည်း နာယူဖူးပါသည်။ ဖဝါးလက်နှစ်လုံး၊ ပုခုံးလက်နှစ်သစ်လူဖြစ်စမှ ကြီးပြင်းလာအောင်ပြုစုပြီး တတ်နိုင်သည့်အလျောက် ကိုယ်ကျိုးမကြည့်ဘဲ ပံ့ပိုးပေးခဲ့ကြသူများမှာ မိဘများပင်။ မိဘများပေးလိုက်သောပညာအမွေဖြင့် ပညာတတ်ကြီးဖြစ်လာသောအခါတွင် ကျေးဇူးဆပ်ဖို့ ဝေးစွ။ မိဘများအား မတွေ့မတန်သလို ဆက်ဆံသူများ၊ နှုတ်၏ စောင်မခြင်းဖြင့်ပင် အကျိုးအကြောင်း မေးဖော်မရသူများကို တွေ့ဖူးသည်။ ဘတ်စ်ကား အတူစီးလာလျှင် မိအိုဖအိုက လူကြားထဲ ၎င်းတို့နာမည်ခေါ်သည်ကို

ပင် မကြိုက်သူများ၊ ဆင်းမည့်မှတ်တိုင်ရောက်သောအခါ မိဘက ရှေ့ပေါက်မှ ဆင်းလျှင် နောက်ပေါက်မှ ဆင်းတတ်သူများကလည်း ရှိသေးသည်။

တစ်ခါက လူတစ်ဦးသည် နာမည်ကြီးဆရာတော်တစ်ပါး၏ ကျောင်းသို့သွားပြီး မွေးနေ့အလှူအဖြစ် တန်ဖိုးကြီးပစ္စည်းများဖြင့်ကန်တော့ရာ ဆရာတော်က မွေးမိခင်ကိုရော ကန်တော့ပြီးပြီလားဟုမေးပြီး အမေကိုကန်တော့ပြီးမှ ဆရာတော်ကို ကန်တော့ဖို့ပြောလိုက်ရာ ထိုလူမှာ မကန်တော့ရဘဲ ပြန်ခဲ့ရသည်ဟူ၍ စာအုပ်တစ်အုပ်တွင် ဖတ်ဖူးပါသည်။

အမျိုးကောင်းသားသမီးများပီပီ ဘာသာရေး၊ သာသနာရေး လေ့လာလိုက်စားပြီး လှူဒါန်းထောက်ပံ့သည်မှာ လွန်စွာဂုဏ်ယူထိုက်ပေသည်။ ကျေးဇူးရှင်မိဘနှစ်ပါးအား တတ်နိုင်သရွေ့ထောက်ပံ့ပြီး နှုတ်၏စောင်မခြင်းဖြင့် ဖေးဖေးမမရှိလျှင် ပြောဖွယ်ရာ မရှိပေ။ ငွေကြေးမထောက်ပံ့နိုင်သော်လည်း ချိုချိုသာသာဖြင့် အကျိုးအကြောင်း မေးမြန်းသည်ကိုပင် ဇရာ၏ ဝါးမျိုခြင်းခံနေရသော မိဘများမှာ ဝမ်းသာပီတိ ဖြစ်နေပေလိမ့်မည်။

စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်မပါတော့သည့်အတွက် စိတ်ဓာတ်ကျနေသော မိဘများသည် ပျိုရွယ်သူ သားသမီးများ၏ အားပေးစကားသံများ၊ ဖေးဖေးမမနှင့် ကြင်နာယုယမှုများကို လိုလားပေလိမ့်မည်။ သို့ဖြစ်ရာ တစ်ချိန်က မိမိတို့ လိုအပ်သမျှ ပံ့ပိုးဖြည့်ဆည်းပေးခဲ့သည့် အနန္တဂိုဏ်းဝင် ကျေးဇူးရှင်မိဘများ လိုအပ်နေသည့် ကွက်လပ်လေးများကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သော သားကောင်းသမီးမွန်များ ဖြစ်စေချင်သည့်ဆန္ဒဖြင့် ရေးသားလိုက်ရပါသည်။ ။

–ခင်ယုဆွေ။ (၀–၁–၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၁ မှ။

သမိုင်းဆရာ၏ တူးဖော်တွေ့ရှိချက်

* လက်နက်သခင် ရှင်ဘုရင်၏
ပလက္ခင်အောက်က တွေ့ရှိရသည်
နိုးထသူတို့ ဦးခွံများ။

–ကဗျာဆရာ တင်မိုး။၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ်မဟေသီမဂ္ဂဇင်း စာ ၇၀ မှ။

* အောင်မြင်သည့်လူတစ်ဦးဖြစ်ရန် မကြိုးစားပါနှင့်။ တန်ဖိုးရှိသောလူတစ်ဦးဖြစ်ရန်သာ ကြိုးစားပါ။ *–ကမ္ဘာကျော် သိပ္ပံပညာရှင်ကြီး Albert Einstein*။

Try not to become a man of success, but try to become a man of value.

အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးမှူးများမှာရှိရမည့်

အရည်အချင်း(၁၀)မျိုး သို့မဟုတ် မင်းကျင့်တရား(၁၀)ပါး

ခေတ်လူငယ်တွေ လေ့လာဖို့၊ အနာဂတ်မှာ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်မယ့်လူတွေ လေ့လာဖို့၊ တိုင်းပြည်အတွက် ကျားဖမ်းမယ်၊ ဆင်ဖမ်းမယ် ကြုံးဝါးပြီး ကြွက်နဲ့တွေ့တော့ လန့်ပြီးမေ့လဲသွားသူတွေ ဖတ်ဖို့၊ တရားရေးအဆောက်အအုံတွေ ပြိုလဲလို့ မြေအောက်မှာ ကရိန်း(ဝန်ချီစက်)အလာကို စောင့်နေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဖတ်ဖို့၊ ပြည်သူတွေရဲ့မဲကို နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ယူပြီး ထမင်းဆိပ်တက်လို့ ငိုက်မြည်းနေတဲ့ ကိုယ်စားလှယ်ကြီးတွေဖတ်ဖို့၊ သီရိလင်္ကာဆရာတော် ဒေါက်တာ Walpola Rahula ရေးတဲ့ What the Buddha taught စာအုပ်ကို ဦးကိုလေး(ဖေယျာမောင်)ဘာသာပြန်ထားတဲ့ "မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာ"စာအုပ်ပါ (မင်းကျင့်တရား ဆယ်ပါးကို) အင်္ဂလိပ်+မြန်မာနှစ်ဘာသာနဲ့ ကူးရေးပြီး ပြန်လည် ဆန်းသစ်လိုက်ပါတယ်။

The first of the 'Ten Duties of the King' is liberality, generosity, charity (dana). The ruler should not have craving and attachment to wealth and property, but should give it away for the welfare of the people.

၁။ ဒါန။ ။ ရက်ရောခြင်း၊ သဒ္ဓါတရားရှိခြင်း၊ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခြင်း။ အုပ်စိုးသူသည် ခနကြေးငွေ ပစ္စည်းဥစ္စာ၌ စွဲလန်းတက်မက်ခြင်း၊ လိုချင်တောင့်တခြင်း မရှိရ။ လူအများကောင်းကျိုးအတွက် စွန့်ကြဲပေးကမ်းရာသည်။

Second: A high moral character (sila). He should never destroy life, cheat, steal and exploit others, commit adultery, utter falsehood, and take intoxicating drinks. That is, he smust at least observe the Five Precepts of the layman.

၂။ သီလ။ ။ မြင့်မားသော အကျင့်သီလ စာရိတ္တ။ သက်ရှိသတ္တဝါများကို ဖျက်ဆီးသတ်ဖြတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါး ဥစ္စာပစ္စည်းကို လိမ်လည်ကောက်ကျစ် နိုးယူခြင်း၊ ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါး သားမယားကို ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်း၊ မဟုတ် မမှန်ပြောဆိုခြင်း၊ သေရည်သေရက် သောက်စားမူးယစ်ခြင်းတို့ကို လုံးဝ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ အနည်းဆုံး လူဝတ်ကြောင်တို့၏ အကျင့်သိက္ခာဖြစ်သော ငါးပါးသီလကို လုံခြုံစွာ စောင့်ထိန်းရမည်။

Third: Sacrificing everything for the good of the people (pariccaga), he must be prepared to give up all personal comforts, name and fame, and even his life,in the interest of the people.

၃။ ပရိစ္စာဂ။ ။ လူအများ ကောင်းကျိုးအတွက် အရာရာ စွန့်လွှတ်နိုင်ရမည်။ လူထုအကျိုးကျေးဇူးကိုရှေးရှု၍ မိမိတစ်ကိုယ်ရေကောင်းစားမှု၊ မိမိ၏နာမည်ကောင်းမှု၊ ကျော်ကြားမှုစသည်တို့အပြင် မိမိအသက်ကိုပင် စွန့်လွှတ်နိုင်ရန် ဝန်မလေးဘဲ အဆင်သင့် ဖြစ်နေကြရမည်။

Fourth: Honesty and integrity (ajjava). He must be free from fear or favour in the discharge of his duties, must be sincere in his intentions, and must not deceive the public.

၄။ အဇ္ဇဝ။ ။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်း၊ တော်တည့်မှန်ကန်ခြင်း၊။ မိမိဝတ္တရားဆောင်ရွက်ရာတွင် စိုးရိမ်ကြောက်လန့်ခြင်း၊ မျက်နှာလိုက်ခြင်း ကင်းရှင်းစေရမည်။ စေတနာ ရည်ရွယ်ချက် သန့်ရှင်းစွာထား၍ အများပြည်သူများအား လိမ်လည်လှည့်စားခြင်း မပြုရ။

Fifth: Kindness and gentleness (maddava). He must posses a genial temperament.

၅။ မဒ္ဒဝ။ ။ ကြင်နာသနားခြင်း၊ နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်း၊ သင့်မြတ်ကောင်းမွန်သော စိတ်သဘောထားရှိခြင်း။

Sixth: Austerity in habits (tapa). He must lead a simple life, and should not indulge in a life of luxury. He must have selfcontrol.

၆။ တပ။ ။ ခြိုးခြံစွာ နေတတ်ခြင်း။ ရိုးရိုးနေထိုင် ရိုးရိုးဝတ်စားဆင်ယင်၍ စည်းစိမ်ယစ်မူးစွာ နေထိုင်မှုကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ မိမိကိုယ်မိမိ ခြိုးနှိမ်နိုင်ရမည်။

Seventh: Freedom from hatred, ill-will, enmity (akkodha). He should bear no grudge against anybody.

၇။ အက္ကောဓ။ ။ အမျက်ထွက်ခြင်း၊ မလိုမုန်းတီးခြင်း၊ ရန်ငြိုးဖွဲ့ခြင်းမှ ကင်းခြင်း။ မည်သူ့အပေါ်မှ ရန်လိုမှု ရန်ငြိုးထားမှု မရှိစေရ။

Eighth: Non-violence (avihimsa), which means not only that he should harm nobody, but also that he should try to promote peace by avoiding and preventing war, and everything which involves violence and destruction of life.

၈။ ခန္တီ။ ။ သည်းခံနိုင်မှု။ ရန်သူ့ကိုမှ အနိုင်ရယ်မဖြစ်စေရုံသာမဟုတ်၊ မည်သည့်စစ်မက်ဖက်ပြိုင်မှုနှင့်တကွ မည်သည့် အကြမ်းဖက်မှုမျိုး၊ သတ်ဖြတ်မှုမျိုးမျှ မဖြစ်ပွားစေရန် ကာကွယ်တားမြစ်ရှောင်ရှား၍ ငြိမ်းချမ်းရေးကို ထူထောင်တည်ဆောက်ရမည်။

Ninth: Patience, forbearance, tolerance, understanding (khanti). He must be able to bear hardships, difficulties and insults without losing his temper.

၉။ ခန္တီ။ ။ စိတ်လက်ရှည်ခြင်း၊ အောင့်အည်းခြင်း၊ သည်းညည်းခံရခြင်း၊ နားလည်မှုရှိခြင်း၊ အခက်အခဲများ၊ ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်းများနှင့် မထီမဲ့မြင်ပြုမှု၊ စော်ကားရန်စမှုများကို အမျက်ဒေါသမထွက်ဘဲ ရင်ဆိုင်နိုင်ရမည်၊ သည်းခံနိုင်ရမည်။

Tenth: Non-opposition, non-obstruction (avirodha), that is to say that he should not oppose the will of the people, shoud not obstruct any measures that are conducive to the welfare of the people. In other words he should rule in harmony with his people.

၁၀။ အဝိရောဓ။ ။ မဆန့်ကျင်ခြင်း၊ မပိတ်ပင်ခြင်း။ လူအများစု၏ ဆန္ဒသဘောထားကို မဆန့်ကျင်ရ။ လူအများအတွက် အကျိုးရှိစေမည့် လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို မပိတ်ပင် မတားဆီးရ။ တိုင်းသူပြည်သား လူအများနှင့် သဘောညီညွတ်စွာ အုပ်ချုပ်ရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

အို အကြင်သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့ ..... ၊ မြတ်ဗုဒ္ဓဟောကြားသည့် မင်းကျင့်တရား ဆယ်ပါးဟာ တကယ်တော့ ခေတ်ခွဲခန်းထဲမှ အက်စစ်၊ အယ်လ်ကာလီ ခွဲခြားရတဲ့ "လစ်တမတ်စက္ကူ" လိုပါပဲ။ အစိုးရကောင်း၊ ခေါင်းဆောင်ကောင်း ဟုတ်မဟုတ် ကြိုတင်ခွဲခြားလို့တောင် ရနိုင်ပါတယ်။

သင်ဟာ တိုင်းပြည်ကို တကယ်ချစ်ပါသလား။ တကယ်ချစ်လျှင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်အသိဆုံးမို့ ဘုရားဟောနှင့်မညီသူများ ဝင်ရောက်အရွေးမခံကြပါနှင့်။

ကျွန်ုပ်ကတော့ စိတ်ကူးထဲမှာတောင် မင်းကျင့်တရား တစ်ပါးတလေညီဖို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မယုံကြည်တဲ့အတွက် အများပြည်သူ စိတ်ချမ်းသာစေခြင်း အလို့ငှာ လာမည့်ရွေးကောက်ပွဲမှာ သမ္မတလောင်းအဖြစ် ဝင်အရွေးခံဖို့ မပြောနဲ့၊ ရပ်ကွက်ဥက္ကဋ္ဌတောင် ဝင်ရောက်အရွေးခံမှာ မဟုတ်ကြောင်း အားလုံးစိတ်အေးချမ်းသာဖို့ ပြတ်ပြတ်သားသား ကြေညာလိုက်ပါကြောင်း။

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာ ၂၂ ထုတ် ပြည်သူ့ခေတ်ဂျယ်နယ်ပါ ကောက်နုတ်ချက်ဆောင်းပါး "အုံ့ဩလွန်းလို့ သေတော့မယ်" ဆောင်းပါးမှ။

ဇာတ်ပါဠိတော်၌လာရှိသော မယားပျက်အင်္ဂါ(၂၅)ချက်

၁။ လင်ယောကျ်ား အရပ်တစ်ပါးသွားသည်ကို ချီးမွမ်းတတ်ခြင်း။
၂။ အရပ်ဝေးသွားသော လင်ယောကျ်ားအား အမှတ်မရတတ်ခြင်း။
၃။ လင်ပြန်ရောက်လာသည်ကို မနှစ်သက်ခြင်း။
၄။ လင်ယောကျ်ား ဂုဏ်ကျေးဇူးမဲ့အောင် ပြောဆိုတတ်ခြင်း။
၅။ (ချီးမွမ်းထိုက်သော)လင်ယောကျ်ားအပေါ် ချီးမွမ်းစကား မပြောဆိုတတ်ခြင်း။
၆။ လင်ယောကျ်ားအပေါ်တွင် အကျိုးမဲ့ကိုသာ ပြုတတ်ခြင်း။
၇။ လင်ယောကျ်ားအပေါ်တွင် အကျိုးရှိသည်ကို မပြုတတ်ခြင်း။
၈။ လင်ယောကျ်ားအပေါ်တွင် ပြုလုပ်ပေးရမည့်တာဝန်ကို မပြုလုပ်ခြင်း။
၉။ လင်ယောကျ်ားအပေါ်တွင် မပြုလုပ်ပေးသင့်သော အမှုများကိုသာ ပြုလုပ်ခြင်း။
၁၀။ အဝတ်ကို မြဲမြံစွာဝတ်၍ အိပ်တတ်ခြင်း။
၁၁။ လင်ကို ကျောပေးအိပ်ခြင်း။
၁၂။ ကပြောင်းကပြန် အိပ်တတ်ခြင်း။
၁၃။ အသက်ရှူကြမ်းတမ်းစွာ အိပ်တတ်ခြင်း။
၁၄။ လင်ယောကျ်ားစိတ်ဆန္ဒကို ဆန့်ကျင်ဘက်လုပ်ပြီး စိတ်ဆင်းရဲအောင် ပြုလုပ်တတ်ခြင်း။
၁၅။ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရန် ခဏခဏသွားတတ်ခြင်း။
၁၆။ ဖောက်ပြန်သောအကျင့်ကို ကျင့်တတ်ခြင်း။
၁၇။ ကျန်းမာရေးဖောက်ပြန်ချင်ယောင် ဆောင်တတ်ခြင်း။
၁၈။ တစ်ခြားယောကျ်ားအသံကို နားစွင့်ပြီး နားထောင်တတ်ခြင်း။
၁၉။ လင်ယောကျ်ားရှာဖွေထားသော ပစ္စည်းဥစ္စာကို မတရားဖြုန်းတီး ပစ်တတ်ခြင်း။
၂၀။ တဏှာကာမစိတ်နဲ့ အိမ်နီးချင်းယောကျ်ားများကို အကျွမ်းဝင်တတ်ခြင်း။
၂၁။ အချိန်အခါမဲ့တွင် လင်ငယ်ရှာဖွေရန် လမ်းတကာသို့ ဝင်ထွက်သွားလာ တတ်ခြင်း။
၂၂။ လင်ငယ်နေပြီး အိမ်ကြီးပေါ်တွင် ရှိသေခြင်းမရှိဘဲ မကောင်းကြံတတ်ခြင်း။

၂၃။ အိမ်တံခါးဝတွင် အမြဲလိုလို နေထိုင်တတ်ခြင်း။
၂၄။ ခန္ဓာကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ်ကို ဖော်ပြတတ်ခြင်း။
၂၅။ အရပ်တကာ လျှောက်သွားတတ်ခြင်း။

-မဟာကုဏ္ဍလဇာတ်၊ (ဇာ၊ ၁၊ ၁၂၁)၊ အရှင်ကောမလ ဆန်းစိနေမင်း။

ဒုလ္လဘာ

လူလည်းဖြစ်ခဲ၊ သက်ရှင်ခဲ၏။ သက်လည်းရှင်ပြန်၊ လူဖြစ်ပြန်က၊
တွေ့ရန်သာသနာ၊ ခဲယဉ်းပါ၏။
သာသနာလဲ၊ တွေ့ပြန်လဲက၊ သိခဲတရား၊ နာနိုင်ငြား၏။ နာကာနာပေ၊ သိခဲပေ၏။
သိပေပြန်လည်း၊ ကျင့်နိုင်ခဲသည်၊ ခက်ခဲဒုလ္လဘပါတကား...။

-မိုးကုတ် ဦးအဂ္ဂညကာ၊

လှချင်လွန်းတဲ့သူတွေ သတိထားဖို့ ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန် လျှော့ချရာမှ ကမ္ဘာ့အပိန်ဆုံးအမျိုးသမီးဖြစ်ခဲ့ရသူ၏ ဝမ်းနည်းဖွယ်ဖြစ်ရပ်

ရုရှားနိုင်ငံဖွား မိုနာကိုနိုင်ငံတွင်နေထိုင်သူ အသက်(၃၉)နှစ်ရှိ ဗလာရီရာ လက်ဗီတင်ဆိုသူ အမျိုးသမီးသည် နှစ်ပေါင်းများစွာ ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန် လျှော့ချရာမှ ကမ္ဘာ့အပိန်ဆုံးအမျိုးသမီးအဖြစ် သတ်မှတ်ခံရသည့်အဖြစ်သို့ ရောက်ခဲ့ရသည်။

အရပ် ၅ ပေ ၈ လက်မရှိ ဗလာရီရာလက်ဗီတင်သည် နှစ်ပေါင်းများစွာ ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်ကို အလွန်အကျွံလျှော့ချခဲ့ရာမှ ယခုအခါ ကိုယ်အလေးချိန် ၄ စတုံ ၃ ပေါင်သာ ရှိတော့သည်။ ....

ဗလာရီရာက ၎င်း၏ လှုမြင်မတင့်တယ်သော ရုပ်လက္ခဏာသည် အပေါင်းအသင်း မိတ်ဆွေများအကြား ဝင်ဆံ့မှုမရှိတော့ဘဲ နှစ်ပေါင်းများစွာ အထီးကျန်ဆန်စေခဲ့ကြောင်း ဝမ်းနည်းကြေကွဲစွာ ဖွင့်ဟပြောဆိုသည်။ ဗလာရီရာသည် အသက်(၂၃)နှစ်အရွယ်က မော်ဒယ်တစ်ဦးဖြစ်ရန် မျှော်လင့်ခဲ့သူတစ်ဦးဖြစ်ပြီး လောလောဆယ် ဘဝအိပ်မက်မှာ မိခင်တစ်ဦးဖြစ်ရန် မျှော်လင့်နေဆဲဖြစ်သည်ဟု ဆိုသည်။ *-(၂၄-၁၂-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ မျက်နှာစုံမှ။*

ဥပဒေသ ။ တန်ဆေး လွန်ဘေး၊ ပြင်လွန်းလျှင် ဖင်ချွန်း။

အနှိမ့်ကျဆုံးသော ကုသိုလ်အလုပ်မျိုးကို

အမြင့်မြတ်ဆုံး နှလုံးသားရှိသူများသာ လုပ်ဆောင်နိုင်ကြသည်။

–ဆရာတော် ဦးထိက္ခ၊ တောင်စလင်းကျောင်းတိုက်။
၂၀၁၃ ခုနှစ်ဧပြီလထုတ် အာဂရောဂျဲမဂ္ဂဇင်းမှ။

လောကကြီးမှာ ဒီလိုဖြစ်ရပ်မျိုးလည်းရှိတယ်

ဆင်းရဲသားများအပေါ်ကူညီရန် အွန်လိုင်းပေါ်၌

အပျိုစင်ဘဝ လေလံတင်ခဲ့သူ ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရမည့်သူနှင့်တွေ့

ပြီးခဲ့သည့်ရက်ပိုင်းအတွင်းက နိုင်ငံတကာတွင် စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည့် သတင်းတစ်ရပ်အဖြစ် ဆင်းရဲသားများအား ကူညီရန် အွန်လိုင်းပေါ်တွင် အပျိုစင်ဘဝကို လေလံတင်ခဲ့သူ အသက်(၂၀)အရွယ်ရှိ ဘရာဇီးအမျိုးသမီးသည် ယခုအခါ ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရမည့်သူနှင့် တွေ့ရှိသွားပြီဖြစ်ကြောင်း Daily Mailသတင်းစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

ကက်တရီနာမီဂလီယိုရီနီအမည်ရှိ အထက်ပါဘရာဇီးသူသည်ဂျပန်နိုင်ငံသား တစ်ဦးနှင့် သဘောတူညီမှုရရှိခဲ့ခြင်းလည်းဖြစ်သည်။ဂျပန်နိုင်ငံသား၏အမည်မှာ နာ့စုဖြစ်ပြီး ၄င်းအနေဖြင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံသားတစ်ဦး၊ အမေရိကန်သားတစ်ဦးနှင့်အပြိုင် လေလံဆွဲခဲ့ခြင်းလည်းဖြစ်သည်။ ၄င်းတို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို Documentary ပုံစံရုပ်ရှင်ရိုက်မည်ဟုလည်းသိရပြီးရရှိသည့်ငွေများအားလုံးကို ဆင်းရဲနွမ်းပါးသည့် မိသားစုများအတွက် အိမ်များဆောက်ပေးသွားမည်ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။

ကက်တရီနာက "သင့်ရဲ့ဘဝမှာ ဒါမျိုး တစ်ကြိမ်ပြုလုပ်ခဲ့ဖူးတယ်ဆိုရင် သင့်ကို ခန္ဓာကိုယ်ရောင်းစားနေတဲ့သူလို့ သတ်မှတ်လို့မရပါဘူး။ ဘာနဲ့ပုံစံတူသလဲဆို တော့ ကျွန်မတို့ တခါတလေ ဓာတ်ပုံရိုက်လိုက်တဲ့အခါမှာ အကောင်းဆုံး ဓာတ်ပုံ မျိုးကို မမျှော်လင့်ဘဲ ရတတ်ပါတယ်။ အဲဒီဓာတ်ပုံဟာ ကမ္ဘာကျော်သွားတဲ့ အထိလည်း လက်ရာမြောက်နေတာမျိုးတွေ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို ဓာတ်ပုံရိုက်လိုက်တာနဲ့နာမည်ကျော် ဓာတ်ပုံဆရာတစ်ယောက်ဖြစ်လာမှာမဟုတ် ဘူး"ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။

ဂျပန်နိုင်ငံသားနှင့် သဘောတူညီမှုတွင် **သူမ၏အပျိုစင်ဘဝကို ဒေါ်လာ ၇၈၀,၀၀၀ ဖြင့်** ပေးအပ်သွားမည်ဖြစ်သည်။

-၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၃၂ မှ။

အခွင့်အလမ်း

ကျွန်တော်သည် မကြာသေးမီက မစ္စတာဖူဂျီအီဆိုသူ ဂျပန်ကျောင်းအုပ်ဆရာကြီးတစ်ဦးနှင့် မိတ်ဆွေဖြစ်ခဲ့၏။ သူက ဂျပန်ရှိစကားပြောသင်တန်းကျောင်းတွင် ကျောင်းအုပ်ကြီးဖြစ်သည်။ သူက ကျွန်တော့်သားချင်းထဲမှတစ်ဦး၊ သို့မဟုတ် နှစ်ဦးကို သူ့ကျောင်းတွင် လက်ခံမည်။ သူ့ကျောင်းမှ လက်ခံမည့်အပြင် လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးအတွက်လည်း အာမခံပေးမည်ဟု ဆိုပါ၏။

ကျောင်းကို မနက်ပိုင်းတက်၍ ညနေပိုင်းတွင် အလုပ်ဝင်လုပ်ရမည်။ အလုပ်ဝင်ငွေမှ ကျောင်းစရိတ်ပေးပြီး တစ်လနှစ်သိန်းကျော်လောက် ကျန်ဦးမည်ဟု ဆိုပါ၏။ ကျွန်တော့်သားများကလည်း ဂျပန်သွားရန် မဖြစ်နိုင်သောအရွယ်၊ အားလုံးကျောင်းတက်လက်စနှင့်ဖြစ်ရာ ညီဖြစ်သူက သူသွားမည်ဟု ဆိုပါ၏။

ကျွန်တော်ကလည်း သဘောတူသည်။ ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေ ကျောင်းအုပ်ကြီးက လက်ခံမည်ဟုဆိုသော်လည်း သူ့ကျောင်းတွင် အတန်းဆယ်တန်းအောင်မြင်သူကိုမှ လက်ခံမည်ဟုဆိုသောအခါ ကျွန်တော့်ညီသည်တစ်တန်းလိုအပ်မှုကြောင့် အခွင့်ကောင်းကြီးနှင့် လွဲသွားခဲ့ရပါ၏။

ကျွန်တော်ကြားဖူးသော ဖြစ်ရပ်လေးတစ်ခုမှာ ဤနေရာတွင် ပြန်ပြောစရာဖြစ်ပါ၏။ ကုန်စုံဆိုင်တစ်ဆိုင်တွင် တင်လဲရည်များ ရောင်းသည်။ ထိုဆိုင်သို့ ကလေးတစ်ဦးက မယောင်မလည်နှင့်လာကာ တင်လဲရည်အိုးထဲ လက်နှိုက်ပြီး ဆိုင်ထဲမှ ပြန်ထွက်သွားကာ လက်ကို စုပ်နေတတ်၏။ ဆိုင်ရှင်က ထိုကလေးအား ထိုသို့မလုပ်ရန် အကြိမ်ကြိမ်သတိပေးသော်လည်း မရသည့်အဆုံး တစ်နေ့တွင် ဒေါသဖြစ်ဖြစ်နှင့် ကလေးက တင်လဲရည်အိုးထဲသို့ လက်ထည့်၍ လာရောက်ခိုးစားစဉ် ဆိုင်ရှင်သည် ကလေးကို ဂျိုင်းကြားမှ မတင်ကာ တင်လဲရည်အိုးထဲသို့ ပစ်ချလိုက်သည်ဟု ဆိုပါ၏။

ကလေးသည် တင်လဲရည်အိုးထဲသို့ ကျသွားသောအခါ "အိုဘုရားသခင်၊ ဤအခွင့်အလမ်းနှင့်လျော်ညီသော လျှာကို ကျွန်တော်မျိုးအား ပေးသနားပါ"ဟု အော်လိုက်သည် ဆိုပါ၏။ ရယ်စရာဇာတ်လမ်းတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားပါ၏။

သို့သော် သတိပြုရန်မှာ "**အခွင့်အရေးတို့သည် ဆွတ်နိုင်ရန် အသင့်**

မရှိသောလူများထံသို့ မကြာခဏရောက်ကြသည်"ဟူသော အချက်ဖြစ်ပါ၏။ ထို့ကြောင့် အခွင့်အလမ်း သင့်ထံသို့ရောက်လာပါက သင်သည် အသင့်ဖြစ်နေအောင် ပြင်ဆင်ထားပါ။ မမျှော်လင့်သော၊ ကြီးကျယ်သော အခွင့်အလမ်းကြီးများ တစ်ခါတစ်ရံ သင့်ထံသို့ ဆိုင်းမဆင့် ဗုံမဆင့် ရောက်လာတတ်ပါသည်။

–၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ ချစ်စံဝင်း၏"အခွင့်အလမ်း"ဆောင်းပါးမှ။

အစားထိုးတာလည်း ကြည့်ထိုး

ဆေးလိပ်သောက်သုံးသူ၏အဆုတ်ကို အစားထိုးမိသည့်အမျိုးသမီးအဆုတ်ကင်ဆာဖြင့်သေဆုံး

မျိုးရိုးဗီဇကြောင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိတ်ရောဂါ ခံစားနေရသော အသက်(၂၇)နှစ်အရွယ်ရှိ ဗြိတိန်အမျိုးသမီး ဂျနီဖာဝက်ဒီရာသည် ဆေးလိပ်အလွန်အကျွံသောက်သူ၏အဆုတ်ကို အစားထိုးခဲ့သည့်အတွက် အဆုတ်ကင်ဆာဖြင့် သေဆုံးခဲ့သည်။

ဘီဘီစီသတင်းဌာနအရ ဝက်ဒီရယ်သည် အဆုတ်အစားထိုးကုသရန် ၁၈ လကြာ စောင့်ဆိုင်းနေခဲ့ရာ ၂၀၁၁–ခုနှစ် ဧပြီလတွင် ၎င်းနှင့်ကိုက်ညီမည့် အဆုတ်အလှူရှင်ရှိကြောင်း သိခဲ့ရသည်။ အဆိုပါအလှူရှင်သည် ဆေးလိပ်သောက်သုံးသောသူတစ်ဦးဖြစ်ကြောင်း အသေအချာမသိဘဲ အစားထိုးကုသရန် လက်ခံခဲ့သည်။ ၂၀၁၂ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလတွင် ၎င်း၏အဆုတ်ထဲ၌ အန္တရာယ်ပေးနိုင်သော အကျိတ်တစ်ခုကို တွေ့ရှိခဲ့သည်။ ဝက်ဒီရယ်သည် အစားထိုးကုသမှုကို ခံယူပြီးနောက် ၁၆ လအတွင်း သေဆုံးခဲ့သည်။

ဝက်ဒီရယ်၏ ဖခင်ဖြစ်သူ ကော်လင်းဂရမ်းနေးသည် ၎င်း၏သမီးသေဆုံးမှုမှာ အခြားတစ်ဦးသေဆုံးရမည့်နေရာတွင် အစားထိုးခြင်းခံလိုက်ရသည်ဟု ယူဆခဲ့သည်။ အစားထိုးကုသမှုမခံယူမီ ဆရာဝန်များက ဖြစ်နိုင်ချေ အလားအလာရှိသည့် အန္တရာယ်အားလုံးကို ရှင်းပြခဲ့သော်လည်း ဆေးလိပ်သောက်သူ၏ အဆုတ်ဖြင့် အစားထိုးအသုံးပြုမည်ကို မပြောခဲ့သည့်အတွက် ဒေါသဖြစ်ခဲ့ရကြောင်း ဘီဘီစီသတင်းဌာနသို့ ပြောကြားခဲ့သည်။ ဝက်ဒီရယ်သေဆုံးမှုသည် ကိုယ်အင်္ဂါအစားထိုးကုသမှုနယ်ပယ်တွင် ချောက်ချားဖွယ်ရာ အဖြစ်အပျက်တစ်ခုဖြစ်စေခဲ့သည်။ (မျိုးမျိုးကျော်)–***(၂၄–၁၂–၂၀၁၂)ထုတ် နိုင်ငံတကာသတင်းဂျာနယ်မှ။***

ဥပဒေသ။ ။ရှေ့နေအားကိုးမှ ထောင်လုံးလုံးကျ။

နာရေးကူညီမှု အင်တာဗျူးတစ်ခု

ဂျာနယ်လစ် မေး။ ။ အစ်ကိုတို့ရဲ့ လုပ်ငန်းသဘောသဘာဝအရ နေ့စဉ်မြင်နေ တွေ့နေရတာတွေက အနိဋ္ဌာရုံတွေလေ။ အလောင်းကောက်တဲ့ လူတွေဆို ပိုဆိုးတာပေါ့။ Accident ဖြစ်တဲ့သူ၊ ရေနစ်သေတဲ့လူ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သေကြောင်းကြံတဲ့လူ စသဖြင့် အနိဋ္ဌာရုံတွေကို မြင်ပါတွေ့ပါများတော့ စိတ်တုန်လှုပ်ချောက်ချားမှု အနည်းနဲ့အများတော့ ဖြစ်မှာပဲ။ အဲဒီလို စိတ်ထိခိုက်ရမှုတွေအတွက် စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်မှုရှိအောင် အစ်ကိုတို့ ဘယ်လို လုပ်ပေးရမလဲ။

ဦးကျော်သူ(နာရေးကူညီမှု)အဖြေ။ ။ ဥပမာဆိုရင် တချို့ရေခဲတိုက်တွေက ခွဲစိတ်ရတဲ့လူတွေ၊ ရေခဲတိုက်စောင့်တဲ့သူတွေဆိုရင် များသောအားဖြင့်တော့ အရက်သောက်ပြီး၊ ပြောရရင်တော့ ရဲဆေးတင်တယ်ပေါ့။ အဲသလို သောက်ပြီးမှ လုပ်ကြကိုင်ကြတယ်။ တကယ်က ဒါဟာ မှားတယ်။ အမှန်က ကိုယ်က တရားနဲ့ပဲနေ၊ တရားနဲ့ပဲ ကြည့်ရမှာ။ ဒီမှာဆို ကလေးတွေ အလောင်းလိုက်ကောက်တယ်ဆိုရင် Accidentတွေကို မိန်းကလေးတွေကို ထည့်မပေးဘူး။ တချို့က တကယ်ကို ပုံးစိုးပက်စက် အပိုင်းပိုင်းပြတ်နေတာ။ သွေးသံရဲရဲနဲ့ သေနေတာမျိုးတွေ ရှိတာကိုး။ ဒါမျိုးက အမျိုးသမီးတွေနဲ့ မသင့်တော်တဲ့အတွက် အမျိုးသားတွေကိုပဲ ထည့်ပေးတယ်။

ကျွန်တော်တို့ဆိုရင်တော့ ဒါတွေက ရိုးနေပြီ။ ရိုးနေတဲ့အတွက် ဒါကိုတော့ သိပ်ခံစားမနေတော့ဘူး။ ငါလဲ တစ်နေ့တော့ သေမှာပဲ။ အဲဒီနေရာမှာ ငါဆိုလဲ အဲဒီလိုပဲဖြစ်ပြီးသေမှာပဲဆိုပြီး ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ်ဖြေရတာပဲ။ ဒီအတွက် စိတ်ချောက်ချား တုန်လှုပ်ရတာ မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့လည်း ဒီလိုအခြေအနေမျိုးနဲ့ သေသွားတဲ့ လူအများစုက မကျွတ်မလွတ်ကြတာမျိုးတော့ ရှိတယ်။ ရေနစ်သေတဲ့လူ ဆိုပါတော့၊ သူ့မှာက အစွဲရှိနေသေးတဲ့အတွက် သေတာသေတယ်၊ သူ့ဝိညာဉ်က ရှိနေသေးတယ်။ နာနာဘာဝလို့ခေါ်ရမလားပေါ့။ ညည ဒီရုံးမှာပဲ ညအိပ်တာ၊ ကျွန်တော်ဆို ၂ နှစ်ရှိပြီ။ ကျွန်တော်နဲ့ဆို အဲဒါတွေက ဘော်ဒါလိုဖြစ်နေပြီ။

အဲဒီလို အခြေအနေမျိုးကို ကြုံရတဲ့ ကလေး(လူငယ်)တွေဆိုရင်တော့ မကြောက်ဖို့ကို အားပေးရတာပေါ့။ ဒီခေတ်ကြီးမှာဆို ပိုဆိုးတယ်။ မကျွတ်

မလွတ်တာတွေက လူအယောက်(၁၀၀)သေတယ်ဆိုပါစို့၊ (၉၅)ယောက်က မကျွတ်ကြဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ဒီရှန်းကန်နေရတဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ဒါတွေနဲ့ပဲ ဆုံးတာများတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီမကျွတ်မလွတ်တဲ့သူတွေကို ကိုယ်က ကျွတ်လွတ်အောင် လုပ်ပေးရမယ်လို့။ အဲဒါကြောင့် ကျွန်တော်တို့ဆီမှာ အကျွတ်အလွတ်ပွဲတွေ လုပ်တယ်။ အကျွတ်အလွတ် အဓိဋ္ဌာန်ပုတီး စိတ်ခိုင်းတယ်။ သူတို့ကို အမျှဝေပေးရတယ်။ မေတ္တာတွေ ပို့ပေးရတယ်။

ဒါဆို သူတို့လည်း ကိုယ့်ကို ဘာမှ မနှောင့်ယှက်တော့ဘူး။ သူတို့က တကယ်တော့ ကျွတ်လွတ်ချင်လို့ ကိုယ့်ဆီက အကူအညီလာတောင်းတာ။ အမျှဝေတာ ခံချင်လို့ လာကြတာ။ တစ်ခါတစ်လေ ကျွန်တော်ဆို ပင်ပန်းလို့ အမျှမဝေဘဲ အိပ်တဲ့ညဆို ခုတင်လာလှုပ်တာ၊ စောင်လာဆွဲတာမျိုးတွေရှိတယ်။ အဲဒါမျိုးပေါ့။

–၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် အာရောဂျံမဂ္ဂဇင်းပါ အယ်ဒီတာအဖွဲ့၏ 'လုပ်ငန်းခွင်နှင့်ကျန်းမာရေး'အင်တာဗျူးမှ။

အမျိုးသမီးပေမယ့် ခွမ်းနိုင်တယ်

ဒေါ်ဦးဖွန်းသည် ရန်ကုန်မြို့သို့ ဘုရားဖူးရောက်ရင်း စတော့ဂိတ်လမ်း (ယခုသိမ်ဖြူလမ်း)ရှိ ဗရင်ဂျီသာသနာပြုသီလရှင်များ၏ လူအိုရုံသို့ ရောက်ရှိ လှူဒါန်းရင်း လေ့လာခဲ့မိသည်။

ထိုလူအိုရုံကို ပြင်သစ်ဗရင်ဂျီဂိုဏ်းထောက် ဘုန်းတော်ကြီး ဘီဂင်ဒတ် (၁၉၁၂)နှစ်တွင် စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပြီး ပြင်သစ်သီလရှင်ဂိုဏ်းသို့ လွှဲပြောင်းတာဝန် ပေးခဲ့သည်။ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်ပြီး ဆွေဖော်ဝေးဘိုးဘွားများကို လက်ခံ စောင့်ရှောက်ထားသည်။

ကြေကွဲခံစား

ဒေါ်ဦးဖွန်းအား ပြင်သစ်သီလရှင်တစ်ဦးက လူအိုရုံအတွင်း လှည့်လည် ပြသနေစဉ် နေပူဆာလှုံနေသော မြန်မာအဘွားအိုတစ်ဦးအား တွေ့ရာ ပြင်သစ် သီလရှင်က "အမေကြီး နေကောင်းရဲ့လား"ဟု မြန်မာစကား မပီတပီနှင့် နှုတ် ဆက်သည်။ အဘွားအိုက "သမီးကြီးတို့ ကျေးဇူးကြောင့် နေကောင်းပါတယ်။ ဒီကျေးဇူးကို တုန့်ပြန်ဖို့ သမီးတို့ ကျန်းမာချမ်းသာပါစေလို့ အမေ နေ့တိုင်းညတိုင်း မေတ္တာပို့ ဆုတောင်းပါတယ်"ဟု စကားတုံ့ပြန်သည်။

ပြင်သစ်သီလရှင်က "ကျွန်မတို့ကို ကျေးဇူးမတင်နဲ့၊ အမေကြီးတို့ ခုလို ချမ်းချမ်းသာသာနေရတာ ထာဝရဘုရားသခင်ကျေးဇူးတော်ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ထာဝရဘုရာသခင်က ကမ္ဘာလောကကြီးမှာ ရှိသမျှအားလုံး ဖန်ဆင်းတော်မူတယ်။ အမေကြီးတို့ကို ချမ်းချမ်းသာသာနေရအောင် ဘုရားသခင်က စောင်မတော်မူတာ ပဲ။ ဒါကြောင့် ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်ရမယ်နော် အမေကြီး"ဟု ပြော လိုက်သည်ကို အနားရှိ ဒေါ်ဦးဖွန်းကြား၍ "ဘုရား ဘုရား၊ ဒီအမေကြီးမှာ အိုကြီး အိုမ ဆွေဖော်ဝေးဘဝရောက်မှ ဘာသာပြောင်းရမလို ဖြစ်နေပါရော့လား။ ကံ၊ ကံရဲ့အကျိုးကို မေ့ရ စွန့်ရတော့မလို ဖြစ်နေပါပကောလား"ဟု တွေးမိ၍ ကြေကွဲ ခံစား တုန်လှုပ်ခဲ့ရသည်။

အိုဘေး၊ နာဘေးဒုက္ခထက် ဘာသာစွန့်ရမည့်ဒုက္ခကို ပျူကြီးမရ ဖြစ်နေ ခဲ့ရပါသည်။ မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဦးဆောင်ဖွင့်လှစ်သော ဘိုးဘွား စောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်နေပြီဟု တွေးမိလာသည်။ ဒေါ်ဦးဖွန်းသည် မန္တလေးကို ပြန်ရောက်ပြီးကတည်းက ဝံသာနုရက္ခိတတရားများ ပွားများစေသည့် လုပ်ငန်း တစ်ရပ်ဖြစ်သော ဘိုးဘွားများအား စောင့်ရှောက်နိုင်ရေးအတွက် နည်းလမ်းကို

ရှာဖွေကြိုးစားအားထုတ်တော်သည်။ ဆရာတော် သံဃာတော်များ လူကြီးမိဘများနှင့်တိုင်ပင်၍ မိမိပိုင်ပစ္စည်းများကို ထုခွဲရောင်းချပြီး "မင်းကွန်းလူအိုရုံ"ကို ဆောက်လုပ်ကာ (၁၁–၁–၁၅)ခုနှစ်တွင် စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။

–မအူပင်ဆိုးအွားရိပ်သာ ကွန်းရှိရိပ်မဂ္ဂဇင်းပါ 'ဘွားဦးချွန်း၏ သစ်တစ်ပင်'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်တော်ပြသည်။

[redacted]

ဗေဒင်ယတြာနှင့်ပတ်သက်၍ မြတ်ဗုဒ္ဓက လက်မခံခဲ့ပါ။ သို့သော်လည်း ယနေ့မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ တပည့်သား သံဃာအချို့နှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အများစုမှာမူ ဗေဒင်ယတြာကို လက်ခံကျင့်သုံးနေကြဆဲဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံတော်၌ မြတ်ဗုဒ္ဓတရားတော်များလွှမ်းမိုးမှု နည်းပါးနေပြီး ဗြဟ္မဏဝါဒီကြီးများ၏ ဩဇာသက်ရောက်မှု၊ အရှိန်အဝါကြီးမားနေမှုကို တွေ့နေရ၏။ မြတ်ဗုဒ္ဓစကားထက် ဗေဒင်ဆရာတို့၏ စကားကို 'အဖွတာဂွေ ပါထုပေတံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ'လုပ်နေကြ၏။

ဗေဒင်ပညာကို အကြွင်းမဲ့လက်ခံထားကြသော လူတစ်စုက ကောဏ္ဍညပုဏ္ဏားအကြောင်းကိုသာ သာဓကထား၍ ထောက်ပြတတ်ကြလေ၏။ ကောဏ္ဍညပုဏ္ဏားက "ဘုရားဧကန် ဧကန်ဖြစ်ရမည်"ဟု ဟောကိန်းထုတ်ပြသည်မှာ မှန်ကန်ကြောင်း သက်သေထူကြ၏။ ကောဏ္ဍညပုဏ္ဏားကြီးအား ဗေဒင်ဆရာကြီးများ၏ အထက်တန်းရှေ့နေကြီးသဖွယ် ဖန်တီးထားကြပြန်၏။

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားကား ကောဏ္ဍညပုဏ္ဏား၏ ဗေဒင်အစွမ်းကြောင့် ဘုရားဖြစ်ခဲ့ခြင်း မဟုတ်ပေ။ ဗေဒင်ဟောသည်ဖြစ်စေ၊ မဟောသည်ဖြစ်စေ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားကား ဘုရားဖြစ်မည့်လက္ခဏာ ပါလာခဲ့ပြီးသား ဖြစ်သည်။ ဘုရားဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ခဲ့သော ပါရမီဓာတ်ခံ၊ ကံအစွမ်းများကြောင့် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ဘုရားဖြစ်လာရခြင်း ဖြစ်သည်။

ကောဏ္ဍညပုဏ္ဏားသည် သူကိုယ်တိုင် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ဘုရားစင်စစ်ဖြစ်ရမည်ဟု ဗေဒင်ဟောထားပါလျက် မြတ်ဗုဒ္ဓ ဒုက္ကရစရိယာကျင့်မှ ထွက်ခြောက်၍ သပွါယမျှတစွာ ဆွမ်းခံစားသောအခါ "ခြောက်နှစ်တိတိ တရားအားထုတ်တာတောင် ဘုရားမဖြစ်တဲ့ဥစ္စာ၊ ဒီလိုသာလုပ်နေရင် ဘယ်တော့မှ ဘုရားဖြစ်မှာမဟုတ်တော့ဘူး"ဟု ဆိုကာ မြတ်စွာဘုရားကို ကျောခိုင်း၍ မိဂဒါဝုန်တောသို့ ထွက်ခွာသွားခြင်းသည် ဗေဒင်ဆရာကိုယ်တိုင်ဗေဒင်ပညာကို မယုံကြည်ခြင်းသာ ဖြစ်တော့၏။

ထို့ပြင် မြတ်ဗုဒ္ဓက "ငါ ဘုရားဖြစ်ပြီ"ဟု ဝန်ခံပြောဆိုလာခြင်းကိုပင် ပဥ္စဝဂ္ဂီငါးဦးတို့က မယုံကြည်ကြချေ။ ဤအချက်ကို ထောက်ကြည့်လျှင်လည်း ဗေဒင်ဆရာတွေ ရှေ့စကား နောက်စကား မညီတော့ပါ။ တစ်ဖန် သိဒ္ဓတ္ထနှင့်အတူ ဖွားဘက်တော်များကိုလည်း ဗေဒင်နည်းအရ လေ့လာကြည့်သောအခါ အာနန္ဒာ၊ ဆန္နအမတ်၊ ကာဠုဒါယီ၊ ယသော်ဓရာစသည့်သူများသည် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားနှင့် တစ်ချိန်တည်း မွေးဖွားလာခဲ့ကြ၏။ တစ်နေ့တစ်ရက်တည်း အတူမွေးဖွားလာခဲ့ကြသည်မို့ ဗေဒင်နည်းအရ မဟာဘုတ်ခွင်မှာပဲ ကြည့်ကြည့်၊ ဂြိုဟ်စားသက်ရောက်ကိုပဲ လေ့လာလေ့လာ၊ အကျိုးပေး အတူတူသာ ဖြစ်ပါ၏။ သို့သော် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားသာ ဘုရားဖြစ်ခဲ့ပြီး ကျန်သည့်ဖွားဘက်တော်လူသားများ အဘယ်ကြောင့် ဘုရားမဖြစ်ကြသနည်း။

အဖြေကား ရှင်းပါသည်။ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားတစ်ယောက်သာ ဘုရားဖြစ်တော်မူမည့် ကံများကို ပြုလုပ်ခဲ့သောကြောင့် ဘုရားဖြစ်တော်မူခဲ့ခြင်းဖြစ်၏။ ကျန်ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဘုရားဖြစ်မည့်ကံများ မပြုလုပ်ခဲ့ကြသည်မှာ သေချာ၏။ ဤအချက်ကို စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်မည်ဆိုလျှင်လည်း ဗေဒင်ပညာသည် ယုံကြည်အားထားစရာ မဟုတ်ပေ။ မိမိတို့ပြုလုပ်သော ကံကိုသာ ယုံကြည်ရမည်သာ ဖြစ်သည်။

အချို့သော ဗေဒင်ဆရာများက–

"ဗေဒင်ပညာဟာ လောကီလူသားတွေအတွက် လိုအပ်သေးတာပဲ"ဟု စောဒကတက်ကြသေး၏။ လူသားအားလုံးအတွက် လိုသည်မဟုတ်ပါ။ စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်သော ဉာဏ်ပညာမရှိကြသည့် လူအလူနများနှင့် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုမရှိကြသော လူများအတွက်သာ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်မည်။ ကံ ကံ၏ အကျိုးတရားကို သက်ဝင်ယုံကြည်သော ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်အမြင်ရှိကြသည့် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအတွက်မှာမူ ဗေဒင်မလိုအပ်ပါပေ။

ယနေ့ခေတ်အခါ ဆရာဒကာ အများစုမှာ 'ဤ'ကို 'ကျွဲ'ဟု ဖတ်နေကြသည်က များနေ၏။ စာရေးသူက 'ဤ'ကို 'ဤ'အတိုင်းသာ ထားလို၏။ 'ဤ'သည် ဘယ်သောအခါမှလည်း 'ကျွဲ'ဖြစ်လာနိုင်စရာ အလျဉ်းမရှိချေ။ အချို့ အများမိုးခါးရေသောက်လျှင် သောက်ရမှာပဲဟု ခံယူထားကြ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ခံယူထားကြသော်လည်း ဗေဒင်ယတြာကို မပယ်ဝံ့ကြချေ။ စာရေးသူကား သိတတ်သည်မှစ၍ ဗေဒင်ယတြာ ဘယ်သောအခါမျှ မပြုလုပ်ခဲ့မိပေ။ မသိနားမလည် ခင်ကတော့ စာရေးသူကိုယ်တိုင်ဗေဒင်ပညာကိုအထင်ကြီးလေးစားသောအားဖြင့်

သင်ယူလေ့လာဆည်းပူးခဲ့ပါ၏။ ယနေ့တွင် စာရေးသူ မြာဟ္မထာဝိဒများကို စွန့်လွှတ်နိုင်ခဲ့ပြီ။

လူတစ်ယောက်၏ ကံကြမ္မာကို ယတြာချေရုံမျှဖြင့် မပြောင်းလဲနိုင်ပေ။ ယတြာချေရုံမျှဖြင့် ဘာမျှ ဖြစ်မလာနိုင်။ အနောက်တိုင်းမှ ကမ္ဘာကျော် သိပ္ပံပညာရှင်ကြီးများသည် ယတြာချေသဖြင့် အောင်မြင်လာခဲ့ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်များ မဟုတ်ပေ။ ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယကို အခြေခံ၍ တီထွင်ကြံဆစမ်းသပ်မှုများကြောင့်သာ အောင်မြင်လာခဲ့ကြခြင်းဖြစ်သည်။ ခရစ်ယာန်၊ အစ္စလာမ်ဘာသာခြားများသည် ဗေဒင်မေးခြင်း၊ ယတြာချေခြင်းကို မပြု၊ သို့သော် ကြီးပွားချမ်းသာနေကြ၏။ ကြီးပွားခြင်း၊ ချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်းတရားကား ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယစွမ်းအင်ကြောင့်သာ ဖြစ်၏။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အများစုကား ဗေဒင်ယတြာကို အဟုတ်ထင်မှတ်၍ ပြုလုပ်လိုက်စားကြ၏။ အများစုကလည်း စီးပွားရေး အဆင်မပြေကြပေ။ ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယကို အားကိုးမှ အစစအရာရာ အဆင်ပြေလိမ့်မည်။ ယတြာချေရုံမျှဖြင့် စီးပွားရေး အဆင်မပြေနိုင်။ ဗေဒင်ဆရာကို ငွေပေးရသောကြောင့် ရှိပြီးသား စီးပွားပင် ပြုတ်သွားနိုင်သေး၏။ ယတြာချေရုံဖြင့် ကောင်းကျိုးရသည်က မရေရာ၊ မသေချာ။ ဗေဒင်ဆရာကလည်း အာမခံချက် မပေး။ ဗေဒင်မေးသူများကိုယ်တိုင် ပိုက်ဆံကုန်သွားခြင်းကား လက်တွေ့ပင်ဖြစ်၏။

လူသားတိုင်း ကံကောင်းချင်ကြသည်။ ကံဆိုးချင်သည့်သူဟူ၍ တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ မရှိပေ။ စာရေးသူသည်ပင် အလွန်ကံကောင်းချင်သူ တစ်ဦးသာ ဖြစ်သည်။ ရှင်တော်ဗုဒ္ဓက–

"စေတနာဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ စေတယိတွာ ကမ္မံ ကရောတိ ကာယေန ဝါစာယ မနသာ"

ဟူ၍ ဟောတော်မူခဲ့၏။ စေတနာကို ကံဟု ဆိုထား၏။ စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းမည်ဟု ဆိုခြင်းဖြစ်၏။ "ကရိယတေတိ ကမ္မံ"ဟူသည့် ဝိဂြိုဟ်ဝစနတ္ထကို ကြည့်ပြီး 'ကံ–ဆိုတာ အလုပ်'ဟု ဖွင့်ဆိုထားကြသေး၏။ ကောင်းကံလုပ်လျှင် ကံကောင်းမည်။ ကောင်းတာလုပ်လျှင် ကောင်းကျိုးပေးမည်။ မကောင်းတာလုပ်လျှင် မကောင်းကျိုးပေးမည်။ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံဟူသည့် ကံသုံးပါးကို ကောင်းစွာ အသုံးချတတ်လျှင် ကံကောင်းမည်။ ကံသုံးပါးကို မကောင်းသည့်ဘက်တွင် အသုံးချပါမူ ကံဆိုးမည်။ ကောင်းမြတ်သော စေတနာဖြင့် ကောင်းတာ မှန်တာ၊ အကျိုးရှိတာများကို ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်လေ ကောင်းကျိုးတွေ ဖြစ်ထွန်းလာလေ ဖြစ်၏။

"ချိုသော မျိုးစေ့ကို စိုက်လျှင် ချိုသောအသီးကို စားရမည်။ ခါးသော မျိုးစေ့ကို စိုက်လျှင် ခါးသော အသီးကို စားရမည်။ ထို့အတူ ကောင်းသော အမှုကို ပြုလုပ်(ပြောဆို၊ ကြံစည်)လျှင် ကောင်းကျိုးကို ခံစားရမည်။ မကောင်းသော အမှုကို ပြုလုပ်(ပြောဆို၊ ကြံစည်)လျှင် မကောင်းကျိုး ခံစားရမည်။ စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းမည်၊ အကျိုးပေးကောင်းမည်။ စေတနာဆိုးလျှင် ကံဆိုးမည်၊ အကျိုးပေး ဆိုးမည်။ "ကောင်းတာလုပ်လျှင် ကောင်းကျိုးပေးမည်၊ မကောင်းတာလုပ်လျှင် မကောင်းကျိုးပေးမည်"ဟု သဘောပေါက်ထားလျှင် ထေရဝါဒ နည်းစနစ် မှန်ကန်၍ ဗေဒင်မေးစရာ မလိုအပ်တော့သကဲ့သို့ ယတြာချေစရာလည်း မလိုအပ်တော့ပေ။ ...

အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များက ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ပါသည်ဟု ပါးစပ်က ပြောဆိုတတ်ကြ၏။ ထိုသို့ပြောဆိုနေသော်လည်း လက်တွေ့လုပ်ရပ်မှာမူ ဗေဒင်ယတြာကို လက်ခံကျင့်သုံးနေကြဆဲ ဖြစ်နေကြ၏။ ကျောင်းဆောက် ဘုရားတည်လျှင် ပြဿဒါး၊ ရက်ရာဇာရွေးကြရ၏။ သိမ်နှုတ် သိမ်သမုတ်လျှင် သိမ်ပန္နက်သား ရွေးချယ်သကဲ့သို့ ကြိုးကိုင်သူ၊ ပန္နက်ရိုက်သူတို့ကပါ နေ့နံ ရွေးကြ၏။ မိမိကြိုက်သလို ရိုက်၍မရ။ အရပ်ကို ရွေး၍ ရိုက်ရသေး၏။ သာသနာတော်အတွက် အဓိကသော့ချက်ဖြစ်သော သိမ်သမုတ် ကိစ္စကိုပင် ဗြာဟ္မဏဝါဒကို အလေးထားကြသေးလျှင် ကျန်သောကိစ္စ၌ အဘယ်ဆိုဖွယ်ရာ ရှိတော့မည်နည်း။

နေ့ကောင်းရက်သာ ရွေးချယ်ခြင်း၊ နဂါးခေါင်း တည့်မတည့် ဆန်းစစ်ခြင်း၊ ဗေဒင်မေးခြင်း၊ ယတြာချေခြင်းတို့ကို လုပ်နေကြခြင်းသည် ကံကောင်းချင်ကြသဖြင့် ပြုလုပ်နေကြခြင်းသာ ဖြစ်၏။ ပြဿဒါး၊ ရက်ရာဇာတို့သည် လူတစ်ယောက်၏ ကံကြမ္မာနှင့် လားလားမျှ မဆိုင်။ ပြဿဒါးနေ့မှာ ထီပေါက်သူ ရှိတတ်သကဲ့သို့ ရက်ရာဇာနေ့မှာ ကားမှောက်သူများ ရှိတတ်ကြ၏။ ကံကောင်းခြင်း၊ ကံဆိုးခြင်း ဆိုသည်မှာ မိမိအပေါ်၌သာ မူတည်၏။ ဘယ်သို့သော ဖန်ဆင်းရှင်၊ တန်ခိုးရှင် ပုဂ္ဂိုလ်များမှ ကံကောင်းအောင် ပြုလုပ်ပေး၍ မရပါ။

သီတဂူဆရာတော်ကြီးက "စေတနာဆိုးရင် ကံဆိုးတာပါပဲ။ စေတနာကောင်းရင် ကံကောင်းတာပါပဲ။ ကံကောင်းဖို့ ဘာမှ အခက်အခဲ မရှိပါဘူး။ ငါ ကံကောင်းသလား၊ မကောင်းဘူးလားဆိုတာကို ဗေဒင်မတွက်ဘဲ သိတယ်။ လက္ခဏာမမေးဘဲနဲ့ သိတယ်။ ကံကောင်းသလား မကောင်းဘူးလားဆိုတာ ကိုယ့်စေတနာကို ကိုယ့်ဉာဏ်နဲ့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် တွက်ကြည့်ရင် မသိဘူးလား။ စေတနာဆိုးရင် ကံဆိုးကြတာပါပဲ။

"စေတနာကောင်းရင် ကံကောင်းကြတာပါပဲ။ စေတနာကိုပဲ ကံလို့ ခေါ်ကြတာ မဟုတ်ဘူးလား။ ကိုယ့်စေတနာ ကိုယ်တွက်မှ သိတာ။ သူများ တွက်လို့ ကိုယ့်စေတနာကို သိပါ့မလား။ မသိဘူး။ အေးဗျာ ... အဲဒါ ကိုယ့် စေတနာ ကိုယ့်ဟာကိုယ်တွက်ရင် သိနိုင်လျက်နဲ့ ဟိုလူသွားမေးရ၊ ဒီလူသွား မေးရနဲ့ ဘယ့်နှယ်ကြောင့် သူများသွားသွားပြီး ကိုယ့်စေတနာကို မေးနေရတာလဲ။

"ကံကောင်းကံဆိုး သူများမမေးနဲ့။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မေး။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်များ ကိုးကွယ်မှုအဆင့်အတန်း မြင့်ဖို့ ဟုတ်ပြီလား။ အပြင်ဘက်မှာ အကူအညီ မရှာရဘူး။ မိမိမှာ အကူအညီတွေ အပြည့်အစုံ ရှိတယ်"ဟု ဟောကြား ဆုံးမထားလေ၏။

သီတဂူဆရာတော်ကြီး၏ ဓမ္မအတိုင်းဆိုလျှင် ဗေဒင်ဆရာထံသွား၍ ဗေဒင်မေးစရာ မလိုတော့ပါ။ ကံကောင်းချင်ကြလျှင် စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်း ထားရှိဖို့သာ လိုအပ်၏။ အစစအရာရာ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းထား၍ ပြုလုပ်၊ ပြောဆို၊ ဆောင်ရွက်သွားကြလျှင် အဘယ်မှ ကံမကောင်းဘဲ ရှိပါမည် နည်း။ သို့အတွက်ကြောင့် စိတ်ကောင်း၊ စေတနာကောင်းများ ထားရှိကြ၍ ကံကောင်းအောင် ပြုပြင်နိုင်ကြပါစေဟူသော ဆန္ဒဖြင့် ရေးသားတင်ပြအပ်ပါသည် သူတော်ကောင်းတို့။

–၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းပါ ဝီရ(ခပေါင်း)၏ 'စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းမည်' ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

မြင်အောင်ကြည့်မိခြင်း

အမြိုက်ဆိုတာ..
အေးချမ်းခြင်းရဲ့ ပုံရိပ်။
တိတ်ဆိတ်တဲ့ သခ်မ်းမှာ
ခန္ဓာတည်းဟူသော 'လယ်ယာ'
သဒ္ဓါ'မျိုးစေ့'ချ
ဝီရိယ 'နွား'

သမာဓိ'ကြိုး'အား ခိုင်အောင်ချည်
သတိ'နှင်တံ' တို့တို့ပြီး
ပညာ'ထွန်တုံး' ခါခါထွန်
တဏှာ'ကျွန် အမြစ်'ပြုတ်ရေး
အလေးပေးတဲ့ နေရာ
အဲဒါ.. "အမြိုက်ကျောင်းသခ်မ်း"ပါ။

–နှောင်ဝါ (နဂါး)။

မိမိကိုယ်မိမိသတ်သေမှုများသည် စိတ်ထွက်ပေါက်မရှာတတ်သူများ အဖြစ်အများဆုံးဟုဆို

ခေတ်ကာလပြိုင်ဆိုင်မှု ပြင်းထန်လာခြင်းနှင့်အတူ မိမိကိုယ်မိမိ သတ်သေခြင်းနှင့် စိတ်ဝေဒနာခံစားလာရသူ များပြားလာရခြင်းမှာ စိတ်ထွက်ပေါက်မရှာတတ်ခြင်းကြောင့် အဖြစ်များကြောင်း စိတ်ကျန်းမာရေး ဆေးရုံအုပ်ကြီး ဦးကျော်စိုးက ပြောကြားသည်။

"နေထိုင်မှုလိုအပ်ချက်တွေ မြင့်မားလာတယ်။ ပြိုင်ဆိုင်မှုတွေ အရင်ကထက်များလာတယ်။ ဒီတော့ စိတ်ဖိအားတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဒါကို ဘယ်လို ဖြေရှင်းလဲ။ ထွက်ပေါက်မရှာတတ်သူ၊ သို့မဟုတ် ထွက်ပေါက်မရှာတဲ့သူတွေ အဓိက အဖြစ်များပါတယ်"ဟု ယင်းက ဆိုသည်။

စိတ်ဖိစီးမှုကို ဖြေရှင်းရာတွင်လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးတူညီခြင်းမရှိကြောင်း၊တရားထိုင်ခြင်း၊ အရက်သောက်ခြင်းစသည့် စိတ်ထွက်ပေါက် အသီးသီး ရှာဖွေတတ်ကြကြောင်း၊ ရှာဖွေခြင်းမရှိသူအနေဖြင့် တစ်ဦးတည်းမြှုပ်ခံစားရင်း အဆိုပါခံစားချက်မှ မထွက်နိုင်ဘဲ တဝဲဝဲလည်၍ မိမိကိုယ်မိမိ သတ်သေခြင်းနှင့် စိတ်ဝေဒနာများဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမိုများပြားလာသည်။

လက်ရှိ မြန်မာနိုင်ငံတွင်သတ်သေခြင်းများမြင့်တက်လာသကဲ့သို့ သိသာထင်ရှားသည့် စိတ်ဝေဒနာရှင်မှာ တစ်ထောင်တွင် ခြောက်ဦးအထိရှိနေကြောင်းသိရသည်။(သူရဇော်၊ ကိုဖြိုး)။

-(၂-၁-၂၀၁၃)ထုတ် မြန်မာပို့စ်ဂျာနယ် အချပ်ပို ၂ မှ။

ကိုယ်ချမ်းသာလာရင် ကိုယ့်ခေနကို ပြည်သူအတွက် သုံးတတ်ရမယ်

ကျွန်တော်ဘယ်လောက်ပဲ ချမ်းသာချမ်းသာ၊ ကျွန်တော့်ရင်ထဲမှာ ပြောင်းလဲမသွားတဲ့ အတွေးအခေါ်တစ်ခုရှိပါတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ အလွန်ချမ်းသာလာရင် ကိုယ်ချမ်းသာလာတဲ့ ခေအင်အားကို ပြည်သူလူထုအတွက် ပြန်သုံးပစ်တတ်ရပါမယ်။

- သူဌေးဖြစ်နည်းလျှို့ဝှက်ချက်စာအုပ်ပါ 'ကျွန်တော်နှင့်ချက်ဝိနီ'၊ စာ ၁၄-၂၅ မှ။

မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို ကမ္ဘာကသိစေခဲ့သည့် 'ခရမ်းရောင်လွင်ပြင်' ထဲက မိန်းကလေး

ယနေ့ကာလတွင် ခေတ်ရေစီးကြောင်းကို အကြောင်းပြကာ မြန်မာတို့၏ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု၊ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုများအတွင်းသို့ အနောက်တိုင်းယဉ်ကျေးမှုများ ကျယ်ပြန့်စွာ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်လျက်ရှိသည်။ မည်သို့ပင် ခေတ်ရေစီးကြောင်း စီးဆင်းစေကာမူ အရိုးပေါ် အရွက်မဖုံးစေရေး၊ မြန်မာတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ယဉ်ကျေးမှု မပျောက်ပျက်စေရေးကိုမူ အထူးအလေးထားစဉ်းစားကာကွယ်သင့်ပါသည်။

လူငယ်တို့၏ သဘာဝအရ အသစ်မြင်လျှင် စမ်းလုပ်ကြည့်ချင်ကြသော သဘာဝများကြောင့် ယနေ့ခေတ်၏ မြောက်မြားစွာသော လူမှုကွန်ရက်များ၊ ဖျော်ဖြေရေးကဏ္ဍများ၊ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်လာသော ခေတ်ရေစီးကြောင်းများအရ လူငယ်များက ခေတ်ကိုလိုက်၍ အတုယူဝတ်ဆင်ကြသည်မှာ မဆန်းလှပါ။ မည်သို့ပင်ဆိုစေကာမူ မြန်မာသည် မြန်မာဆန်ရပါမည်။ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို ထိန်းသိမ်းရပါမည်။

ယင်းသို့ဆိုရာတွင် ယခင်ယခင်ကာလများက မြန်မာတို့အတွက် လေးစားအားကျ အတုယူဖွယ် မြန်မာ့ဂုဏ်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခဲ့ကြသော စံပြ

ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ အနုပညာရှင်များအနက် ၁၉၅၄ ခုနှစ်က The Purple Plain (ခရမ်းရောင်လွင်ပြင်)အမည်ရှိ ကမ္ဘာကျော် ဟောလီဝုဒ်ဇာတ်ကားကို ပထမဆုံးသော မြန်မာအမျိုးသမီးအနေဖြင့် ရိုက်ကူးခဲ့သည့် ရဲဘော်သုံးကျိပ်ဝင် ဗိုလ်စကြာ (သခင်အောင်သန်း)၏ ဇနီးဖြစ်သူ မြန်မာအမျိုးသမီးသရုပ်ဆောင် ဝင်းမင်းသန်း၏ ဘဝအစိတ်အပိုင်းအချို့အကြောင်းကို တင်ပြလိုပါသည်။

သရုပ်ဆောင် ဝင်းမင်းသန်းသည် မြန်မာ–ဂျာမန် ကပြားလူမျိုးဖြစ်သော်လည်း မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို အလွန်တန်ဖိုးထားပြီး ဘာသာရေးကိုလည်း နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူတစ်ဦး ဖြစ်သည်။ မြန်မာဆန်ဆန် ကျက်သရေရှိသော အလှကို ပိုင်ဆိုင်ထားသူ သရုပ်ဆောင်ဝင်းမင်းသန်းသည် အင်္ဂလိပ်စကားကိုလည်း ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စွာပြောဆိုတတ်သောကြောင့် ယင်းဇာတ်ကားအတွက်လျှောက်လွှာ တင်ထားသော မင်းသမီး အယောက် ၂၀၀ ကို ကျော်လွန်ကာ အမေရိကန် ဒါရိုက်တာ ရောဘတ်ပါရစ်ချ်ကိုယ်တိုင် မြန်မာနိုင်ငံအထိ လာရောက်၍ သူမအား အဆိုပါ The Purple Plain ဇာတ်ကားတွင် သရုပ်ဆောင်ရန် ကမ်းလှမ်းခြင်း ခံခဲ့ရသည်။

The Purple Plain အမည်ရှိ ဟောလီဝုဒ်ဇာတ်ကားကို ဒါရိုက်တာ ရောဘတ်ပါရစ်ချ်က ရိုက်ကူးခဲ့ပြီး မင်းသား ဂရီဂိုရီပက်ခ်နှင့် မင်းသမီး ဝင်းမင်းသန်း တို့က အဓိက သရုပ်ဆောင်ထားကြသည်။ ယင်းဇာတ်ကားသည် မြန်မာသာမက ကမ္ဘာကပါ အသိအမှတ်ပြုခဲ့ရသည့် ဟောလီဝုဒ်ဇာတ်ကားတစ်ကား ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံခြားဇာတ်လမ်းဟုဆိုသော်လည်း ဇာတ်ကားတစ်ကားလုံးတွင် ဝင်းမင်းသန်းက တစ်ပတ်လျှိုဆံထုံးနှင့် မြန်မာဆန်ဆန်လှပကျော့ရှင်းစွာ သရုပ်ဆောင်ထားသည်။

ယင်းဇာတ်ကားတွင် မင်းသား ဂရီဂိုရီပက်ခ်က ၎င်း၏ချစ်မြတ်နိုးလှစွာသော ဇနီးသည် သေဆုံးသွားမှုကြောင့် စိတ်ကယောက်ကယက်ဖြစ်နေသူ၊ ကနေဒီယန် တော်ဝင်လေတပ်မတော်မှ တိုက်လေယာဉ်မှူး TBill forrester အဖြစ် သရုပ်ဆောင်ထားပြီး၊ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အတွင်း စစ်ပွဲများ ဖြစ်ပွားလျက်ရှိသည့် မြန်မာနိုင်ငံတွင်းသို့ လေယာဉ်ပျက်ကျခဲ့ရပြီးနောက် ၎င်းနှင့်မေတ္တာမျှခဲ့ကြသည့် မြန်မာလူမျိုး ခရစ်ယာန်သူနာပြုဆရာမလေး Anne တို့၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာဖွဲ့ ဇာတ်လမ်းဖြစ်သည်။

ယင်းဇာတ်ကားသည် အောင်မြင်မှုများစွာ ရရှိခဲ့ကာ အကောင်းဆုံး ဗြိတိသျှ ရုပ်ရှင်စာရင်းတွင် ပါဝင်ခဲ့ပြီး ရုပ်ရှင်အကယ်ဒမီဆု ရရှိခဲ့သည်။ ဇာတ်ကား အောင်မြင်လာသည်နှင့်အမျှ ဝင်းမင်းသန်းသည်လည်း ကမ္ဘာကျော် မြန်မာအမျိုးသမီး သရုပ်ဆောင်ဖြစ်လာခဲ့သည်။ အဆိုပါဇာတ်ကား အရောင်းမြှင့်တင်ပွဲအတွက်

အမေရိကန်တွင် ရောက်ရှိနေစဉ်အတွင်းအခြားသောရုပ်ရှင်ကုမ္ပဏီများကဇာတ်ကားများ ဆက်လက်ရိုက်ကူးရန် ကမ်းလှမ်းခဲ့သော်လည်း မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကိုက်ညီမှုမရှိသည့် အနောက်တိုင်းရုပ်ရှင်လောကကို ဝင်ရောက်ရန် စိတ်ကူးမရှိကြောင်း ပြတ်ပြတ်သားသား ငြင်းဆိုခဲ့သည်။

ထို့ပြင် ယင်းဇာတ်ကားသည် သီရိလင်္ကာ၌ သွားရောက်ရိုက်ကူးထားခြင်းဖြစ်ရာ ဇာတ်ကားရိုက်ကူးနေစဉ်အတွင်း သီဟိုဠ်ရှိ အင်္ဂလိပ်သတင်းစာတစ်စောင်က သရုပ်ဆောင်ဝင်းမင်းသန်းအား ရေကူးဝတ်စုံဖြင့် ဓာတ်ပုံရိုက်ခွင့်ပြုရန် ခွင့်တောင်းခဲ့ရာ "မြန်မာထုံးစံမဟုတ်သဖြင့် ခွင့်မပြုနိုင်ပါ။ နောက်နောင်လည်း ဘယ်တော့မှ မလုံ့တလုံ အဝတ်အစားမျိုးနှင့် ရိုက်ကူးလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ"ဟု ပြတ်သားစွာ ငြင်းပယ်ခဲ့သည်။

ယင်းအချက်များကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် သရုပ်ဆောင် ဝင်းမင်းသန်းသည် မြန်မာအမျိုးသမီးများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် ဣန္ဒြေကို အလွန်စောင့်စည်းသည့် အရက်အကြောက်ကြီးမားသည့် မြန်မာအမျိုးသမီးတို့အကြောင်းကို ကမ္ဘာက သိအောင် ဖော်ပြနိုင်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

ထို့နောက် သရုပ်ဆောင် ဝင်းမင်းသန်းသည် ရုပ်ရှင်ကားတစ်ကားတည်းဖြင့် အောင်မြင်မှုများစွာကို သိမ်းပိုက်ပြီးနောက် အောင်မြင်ကျော်ကြားသည့် ရုပ်ရှင်သရုပ်ဆောင်ဘဝကို စွန့်လွှတ်ကာ သူမထက် အသက်(၂၀)ခန့်ကြီးသူ၊ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းနှင့်အတူ လွတ်လပ်ရေးကြိုးပမ်းလျက်ရှိသည့် ဗိုလ်စကြာခေါ် သခင်အောင်သန်းနှင့် လက်ထပ်ခဲ့ပြီး သားတစ်ယောက် ထွန်းကားခဲ့သည်။

မြန်မာနိုင်ငံလွတ်လပ်ရေးရပြီးနောက်ပိုင်း ဗိုလ်စကြာမှာ စီးပွားရေးလောကသို့ ကူးပြောင်းခဲ့ပြီး ၁၉၆၉ ခုနှစ်၌ ကွယ်လွန်ခဲ့သည်။ ထို့နောက် ဝင်းမင်းသန်းသည် အသက်(၃၁)နှစ်အရွယ်၌ သာသနာ့ဘောင်အတွင်းသို့ သီလရှင် ဒေါ်ဝံသမာလာ အဖြစ် ဝင်ရောက်ခဲ့သည်။

လူမျိုးခြား ကပြားဖြစ်သော်လည်း ဘာသာရေးကို ရှိသေကိုင်းရှိုင်းပြီး မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို အလွန်မြတ်နိုးထိန်းသိမ်းခဲ့သူ ၊ မြန်မာကို ကမ္ဘာက သိစေခဲ့သူ၊ မိမိဘဝအောင်မြင်မှုကို ဂရုမစိုက်ဘဲ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့် မကိုက်ညီသည့် ယဉ်ကျေးမှုမျိုးကို သတ္တိရှိရှိ ငြင်းဆန်ခဲ့ပြီး မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့များကိုလည်း ကမ္ဘာကို ချပြနိုင်ခဲ့သူ၊ မြန်မာအမျိုးသမီးများအတွက် အတုယူလေးစားဖွယ် တစ်ခေတ်တစ်ခါက မြန်မာအမျိုးသမီး သရုပ်ဆောင်တစ်ဦး၏အကြောင်းကို ဂုဏ်ယူလေးစားဖွယ် ရေးသားတင်ပြလိုက်ရပါသည်။ ။

-ဖြိုးစန္ဒာမြင့်။ (၄-၁-၂၀၁၃) ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၁ မှ။

ရှေ့ကြေးမုံ ။ အမြင်တော်မှသောကောင်းမည်

သတင်းစာမှာ ဖော်ပြခဲ့တဲ့ သတင်းခေါင်းစဉ်က "ဆွာဇီလန်တွင် စကတ်တို ဝတ်သူများ အဖမ်းခံရတော့မည်"ဖြစ်ပါတယ်။

မဖတ်ဖြစ်လိုက်ရတဲ့သူတွေအတွက် အကြောင်းအရာ အကျဉ်းချုပ်ကို ဖော်ပြပါရစေ။ ၁၈၈၉ ခုနှစ်က အဲဒီနိုင်ငံမှာ တားမြစ်ထားတဲ့ ဥပဒေက မလုံ့တလုံ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု မပြုရပါဘူးတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အကြမ်းဖက် သမားတွေကို လက်ယပ်ခေါ်နေသလို ဖြစ်လို့ပါတဲ့။ အေ့စ်ရောဂါ ပျံ့နှံ့လာတာ ကလည်း အဲဒီလို မလုံ့တလုံဝတ်စားဆင်ယင်မှုတွေက အဓိကကျနေပါတယ်တဲ့။ ဒါ့ကြောင့် စကတ်တိုဘောင်းဘီတိုနဲ့ ဗိုက်သားပေါ်ချက်ပေါ်တွေဝတ်ဆင်ထားခဲ့ရင် ဖမ်းဆီးမယ်၊ ဆယ်ဒေါ်လာဆောင်ရမယ်။ မဆောင်နိုင်ရင် ထောင်ခြောက်လ အကျခံရပါမယ်တဲ့။

ပြီးခဲ့တဲ့ နိုဝင်ဘာလထဲက ဆွာဇီလန်နိုင်ငံ ဒုတိယမြို့တော် မန်ဇီနီမှာ "အမျိုးသမီးများ အကြမ်းဖက်ခံနေရခြင်း များပြားနေမှု"ကို အမျိုးသမီးထုက ဆန္ဒပြ ခဲ့ကြပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ဆန္ဒပြနေတဲ့ အမျိုးသမီးတွေထဲကနေ စကတ်တို ဝတ်ဆင်ထားကြတဲ့သူတွေကို ရဲတွေက ဖမ်းဆီးထားလိုက်ကြပါတယ်တဲ့။ ဒါ့အပြင် အိန္ဒိယမှာလည်း အမျိုးသမီးလေးတစ်ယောက် အကြမ်းဖက်ခံရလို့ ဆန္ဒပြကြပါ တယ်တဲ့။

ကျွန်မတို့နိုင်ငံမှာလည်း ဝတ်စားဆင်ယင်မှုတွေက တစ်စတစ်စ လွန်ကဲ လာတာ တွေ့ရပါတယ်။ ခေတ်ကို အမီလိုက်နိုင်တာ ကောင်းမွန်တဲ့ကိစ္စပါ။ ဒါပေ မယ့် ခေတ်နဲ့အမီ တွေးခေါ်နိုင်တာ၊ ခေတ်နဲ့အမီ ဆန်းသစ်တီထွင်နိုင်တာ၊ ပညာ တွေတတ်ကြတာ၊ ခေတ်အမြင်၊ ခေတ်အသိတွေနဲ့ ဦးနှောက်ဉာဏ်ရည်ကို ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်စေပြီး ဒီမိုကရေစီကို လှပသည်ထက် လှပလာစေရအောင် ဖော်ဆောင် ကြဖို့သာ ကြိုးစားကြရမှာပါ။

ခေတ်ကိုလွန်ပြီး မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ပျောက်ဆုံးလုလု ဖြစ်နေတာက မသင့် တော်ပါ။

ကျွန်မတို့က အရွယ်လွန်ပိုင်းမို့ ဒိတ်အောက်ကုန်ပြီ။ ဘိုးတော်ဘုရား လက်ထက်က အတွေးအခေါ်တွေလို့ ပြောရင်လည်း ကျေးနပ်စွာ ခံယူပါတယ်။ ဘိုးတော်ဘုရားလက်ထက်ကပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မင်းတုန်းမင်းလက်ထက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ယနေ့

ခေတ်လက်ထက်ပဲဖြစ်ဖြစ် မြန်မာမိန်းကလေးဆိုတာ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သော၊ အရှက်အကြောက်အလွန်ကြီးသော၊ သိက္ခာကြီးမြင့်သော ဂုဏ်ပုဒ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံစေခဲ့တာပါ။

ဒီနှစ် နယ်မြို့လေးတစ်မြို့ရဲ့ စာပေဟောပြောပွဲအတွေ့အကြုံတစ်ခုကို တင်ပြပါရစေ။ ကျွန်မတို့တည်းခိုရတဲ့ လယ်သမားဦးကြီးရဲ့အိမ်မှာ သတင်းစာတွေ အထပ်လိုက်ကြီး တွေ့ရပါတယ်။ စကိုင်းနက်လည်း တပ်ဆင်ထားပြီးတော့ ခေတ်မီ အသုံးအဆောင်တွေကလည်း မြို့ကအိမ်တွေအတိုင်းထားရှိပါတယ်။ အဲဒီဦးကြီးက ဘာပြောလာပါသလဲဆိုတော့ ....

"တို့ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်က အရင်တုန်းကဆို ခေတ်ကို မျက်ခြည် မပြတ်ရအောင် ထွက်သမျှစာစောင်တွေ ဖတ်ခိုင်းတယ်။ ခုတော့ ကျောင်းထဲ စာစောင်တွေ အဝင်မခံတော့ဘူး။ ယူလာရင် ကြိမ်လုံးနဲ့ အဆော်ပဲတဲ့ကွဲ့။ ပွင့်လင်း မြင်သာတဲ့ခေတ်မှာ စာမဖတ်ရင် နောက်ကျကျန်ရစ်ခဲ့မှာပါ။ ဒါပေမယ့် မလုံ့ တလုံတွေ ဖြစ်လာကြပြီး ပုခုံးတစ်ဖက်လွတ်တွေနဲ့လေ၊ ဘယ့်နဲ့ကွယ် ငရဲ မကြောက် မအံ့မကြောက် ...."

ကျွန်မ ချက်ချင်းတော့ ဘာဖြေရမှန်းမသိနိုင်အောင် အခက်ကြုံနေခဲ့ရပြီ။ ခဏကြာမှ

"တွတ်ပီကတော် မသေးမျှင်လို ဖြစ်ကုန်ကြတာ ကောင်းကြသေးရဲ့လား၊ ရင်လျားပုံတွေ များလာတာဟာ တို့ယဉ်ကျေးမှုတွေ ပျောက်ဆုံးကုန်တော့မယ့် နိမိတ်များလားကွယ်"

အခု ကျွန်မနဲ့ စကားပြောနေတဲ့သူဟာ တောမြို့လေးက လယ်သမားဦးကြီး အစစ်ပါ။ သူ့ရဲ့ပြောဆိုချက်တွေဟာ ကျွန်မတို့ရဲ့ရင်ထဲမှာ ရူးခနဲ၊ စိုက်ခနဲပါပဲ။

ကျွန်မကတော့ အဘွားတို့ခေတ်က နိုင်လွန်ပါးပါးလေးတွေ ဝတ်ကြတဲ့ မြန်မာမလေးတွေရဲ့ အင်္ကျီပါးလေးတွေကို အမြင်မတော်သူတွေက တွယ်ချိတ်ကြီးတွေနဲ့ဆွဲဖြဲခဲ့ပြီး နောက်ကိုမဝတ်ဆင်ရဲတော့အောင် ဆုံးမပေးခဲ့တယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းကို အမှတ်ရနေမိပါတော့တယ်ရှင် .... ။

-လေးသွစ်။ (၆-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၁ မှ။

သင်ဘယ်နေရာမှာ ရှိနေရှိနေ၊ သင့်မှာ ရှိသမျှနှင့် လုပ်နိုင်သမျှလုပ်ပါ။

Do what you can, with what you have, from where you are.

- **အမေရိကန်သမ္မတဟောင်း** *Theodore Roosevels.*

လွှမ်းမိုးလာသော "အိုပါး" တို့ ယဉ်ကျေးမှု

"အိုပါး"တို့ ယဉ်ကျေးမှုဟု ရေးသားဖော်ပြလိုက်သည်နှင့် အာရှတိုက်မှ နည်းပညာနှင့်စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးမှု ထိပ်တန်းရောက်ရှိနေသော တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံ၏ ယဉ်ကျေးမှုဆိုသည်ကို ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံ၏ အခြေခံပညာ မူလတန်းသင်ကြား နေသော ကလေးငယ်များမှစ၍ သက်ကြီးရွယ်အိုပိုင်းအထိ အရွယ်သုံးပါးစလုံး မသိသူ အလွန်နည်းပါးလိမ့်မည်ဟု ထင်မြင်ယူဆမိပါသည်။

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်သည် ပုဂံ၊ အင်းဝ၊ ညောင်ရမ်း၊ ကုန်းဘောင်ခေတ်စသည့် ရှေးနှစ်ပေါင်းများစွာမှစ၍ ကိုယ်ထီးကိုယ့်နန်း၊ ကိုယ်ပိုင် ကိုးကွယ်မှုဘာသာနှင့် ဒေသတွင်းအိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများကပင် အထင်ကြီး လေးစားရသော ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးတမ်းများဖြင့် ခံ့ညားတင့်တယ်ခဲ့သော နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

ကိုရီးယားနိုင်ငံနှင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုတို့အကြား အချို့သော မတူကွဲပြား ခြားနားသည့် အချက်တို့ကို ဖော်ပြရမည်ဆိုလျှင် ကိုရီးယားအမျိုးသမီးများသည် (ဆိုဂျူး)ခေါ် အရက်များသောက်ခြင်း (၎င်းတို့နိုင်ငံရာသီဥတုကြောင့် ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်သည်)၊ အမျိုးသမီးများမှ စတင်၍ အမျိုးသားများအား ချစ်ကျွမ်းဝင်စကား များကို ပြောဆိုခြင်း၊ မိမိတွင် ကာမပိုင်လင်ယောကျ်ားရှိပါလျက် အခြားမိသားစုမှ ကာမပိုင်လင်ယောကျ်ားအား ပြောင်ပြောင်တင်းတင်း ချစ်ရေးဆို၍ အိမ်ထောင်သစ် တည်ဆောက်မှုများပြုလုပ်ရန် ကမ်းလှမ်းခြင်းမှာမြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးတမ်း နှင့် လွန်စွာမှပင် ဆန့်ကျင်နေသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

မြန်မာလူမျိုးတို့သည် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို ယုံကြည်သက်ဝင်ကိုးကွယ် သူများဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အခြေခံနှင့်အဓိကကျသော ငါးပါးသီလကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပြီး ဟိရိ-ဩတ္တပ္ပတရားနှင့်အညီ နေထိုင်သူများဖြစ်သကဲ့သို့ သဒ္ဓါ တရား၊ မေတ္တာတရားကို အလေးထားသောလူမျိုးလည်း ဖြစ်ပါသည်။

၂၀၀၀ ပြည့်နှစ် နှောင်းပိုင်းမှစ၍ တဖြည်းဖြည်း တစ်ချိန်က လောကပါလ တရားဖြစ်သော ဟိရိ-ဩတ္တပ္ပတရားနှင့်အညီ လုံလုံခြုံခြုံ ဝတ်ဆင်နေထိုင် ခဲ့ကြသည့် မြန်မာတို့၏ အမျိုးကောင်းသား၊ အမျိုးကောင်းသမီးတို့မှာ ကိုရီးယား ရုပ်သံဇာတ်လမ်းတွဲများအား ကြည့်ရှုမှုကြာမြင့်လာသည်နှင့်အမျှ ကိုရီးယားတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုများကို တဖြည်းဖြည်း ပုံတူကူးချလာနေသည်ဆိုသည်မှာ ယနေ့ခေတ် လူငယ် အမျိုးသားများ၏ ဆံပင်ပုံစံများ၊ ခေတ်လူငယ်အမျိုးသမီးများပင်

အမျိုးသားများနှင့် ဘီယာဆိုင်အတူထိုင်၍ ဘီယာသောက်ခြင်း၊ အင်္ကျီများအား မလုံ့တလုံ ရင်သားဗိုက်သားပေါ် ဝတ်ဆင်ခြင်း၊ ယခင်က ထဘီကို ခြေမျက်စိဖုံး ဝတ်ဆင်ခဲ့သော မြန်မာအမျိုးသမီးများမှာ ထဘီအစား စကတ်တို၊ ဘောင်းဘီတို များ ဝတ်ဆင်မှုတို့ကို ကျော်လွန်၍ ပုံတူကူးချမှုလွန်ကဲပြီး အတွင်းခံဘောင်းဘီ သာသာ ဘောင်းဘီတိုများကို ခေါင်းစွပ်အင်္ကျီရှည်များဝတ်ဆင်၍ ပွဲလမ်းသဘင်များ သွားရောက်ကြသည့်အပြင် သွားရောက်ရန်မသင့်လျော်သော ဘုရားနှင့်သာသနိ ကအဆောက်အအုံများအတွင်းမှာပင် အရှက်အကြောက်ကင်းစွာ သွားလာနေ ကြသည်ကို တွေ့မြင်နေရသည့်အပြင် အမျိုးသမီးများမှ (Korea Style)အတိုင်း တယ်လီဖုန်းဖြင့် ချစ်ကြိုက်ကြောင်း ချစ်ရေးဆိုစကား ပြောကြားလာသည့်အဆင့် အထိ တွေ့မြင်ကြားသိလာရ၍ လွန်စွာစိတ်မကောင်းယူကြုံးမရ ဖြစ်မိပါသည်။

နိုင်ငံ၏စီးပွားရေးနှင့် နည်းပညာဖွံ့ဖြိုးမှုအရသော်လည်းကောင်း၊ နိုင်ငံရေးအရ သော်လည်းကောင်း တစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ သံတမန်ကူးလူးဆက်ဆံခြင်း၊ ယဉ် ကျေးမှုဖလှယ်ခြင်းများ မည်သို့ပင် ဆောင်ရွက်စေကာမူ မိမိနိုင်ငံ၏ယဉ်ကျေးမှုကို ထိန်းသိမ်းကာကွယ်စောင့်ရှောက်သည့်အနေဖြင့် မိမိနိုင်ငံ၏ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လျော် ကန်သင့်မြတ်သော ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကိုသာ ရွေးချယ်ဝတ်ဆင်ရမည်မှာ နိုင်ငံ သားတိုင်း မွေးရာပါစိတ်ဓာတ်ဖြင့် လိုက်နာစောင့်ထိန်းရမည့်တာဝန် ဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်နိုင်ငံခြားသားမဆို မြန်မာလူမျိုးတို့၏ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုဝတ်စုံကို ပုံတူ ကူးချဝတ်ဆင်မှုရာခိုင်နှုန်းမှာ လွန်စွာနည်းပါးပြီး မရှိသလောက် ရှားပါးလှပါသည်။

မြန်မာအမျိုးကောင်းသား၊ အမျိုးကောင်းသမီးများအနေဖြင့် ကိုရီးယား အပါအဝင် နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်များမှ မိမိနိုင်ငံ၏ ဓလေ့ထုံးတမ်းနှင့် ကိုက်ညီမှုမရှိ သော ဝတ်စားဆင်ယင်မှု၊ နေထိုင်စားသောက်မှု ပုံစံများအား ပုံတူကူးချနေကြ မည့်အစား ကိုရီးယားလူမျိုးတို့၏ လုပ်ငန်းအပေါ် ဝီရိယရှိရှိ ဆောင်ရွက်မှု၊ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ချမှတ်ပြီးပါက ဆုံးဖြတ်ချက်ခိုင်ခိုင်မာမာချမှတ်၍ အောင်မြင် သည်အထိ မဆုတ်မနစ် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်မှု၊ ရေရှည်ကြိုးစားမှု၊ မိတ်ဆွေစစ်မိတ်ဆွေမှန်တို့အကြား သစ္စာတရားကြီးမားပုံ၊ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်သော လူနေမှုစနစ်နှင့် အခြားအသိပညာ၊ အတတ်ပညာများကို အပတ်တကုတ် ဆည်းပူးမှုတို့အား တိုင်းပြည်နှင့်လူမျိုးအတွက် ထာဝရအကျိုးစီးပွား ဖြစ်စေနိုင်ရန် ကိုယ်စွမ်းဉာဏ်စွမ်းရှိသရွေ့ ပုံတူကူးချ အတုယူကြိုးစားကြစေလိုကြောင်း စေတနာ ကောင်းဖြင့် အပြုသဘောဆောင် ရေးသားလိုက်ရပါသည်။ ။

-ပြည်သူတစ်ဦး။ (၁၁-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၅ မှ။

မြန်မာမိဘများ ကံကောင်းသည်

မိဘအိုများအား ပစ်ထားသူများကို အရေးယူမည်

တရုတ်နိုင်ငံတွင် အရွယ်ရောက်နေပြီဖြစ်သည့် သားသမီးများသည် ၄င်းတို့၏ သက်ကြီးရွယ်အိုမိဘများအား ပစ်ပယ်ထားပါက အရေးယူခံရမည့် ဥပဒေတစ်ရပ်ကို ဒီဇင်ဘာ ၂၈ ရက်တွင် အတည်ပြုခဲ့သည်။

ဥပဒေတွင် မိဘများထံ အကြိမ်မည်မျှ သွားရောက်ကြည့်ရှုရမည်ဟု တိကျစွာ ဖော်ပြထားခြင်းမရှိသော်လည်း လျစ်လျူရှုထားပါက တရားရုံးမှ အရေးယူမည် ဖြစ်ကြောင်းကို ရှင်းလင်းစွာ ဖော်ပြထားသည်။

တရုတ်နိုင်ငံတွင် ၄င်းတို့သားသမီးများ၏လျစ်လျူရှုထားခြင်း၊သို့မဟုတ် စွန့်ပစ်ထားခြင်းခံရသော ဇရာဖိစီးနေသည့် အဘိုးအဘွားများ အရေအတွက်မှာ တိုး၍တိုး၍လာလျက်ရှိကြောင်းသတင်းများတွင်ဖော်ပြသည်။အသက်(၉၀)ရှိနေပြီ ဖြစ်သည့် မိခင်ကို ၄င်း၏သားကဝက်ခြံအတွင်း၌နေထိုင်စေခဲ့သည်မှာ ၂နှစ်မျှကြာခဲ့ ပြီဖြစ်ကြောင်း ယခုလစောစောပိုင်းတွင် တရုတ်အစိုးရပိုင် မီဒီယာကဖော်ပြခဲ့သည်။

ဂရုမစိုက်ကြ

မိဘများပိုင်ဆိုင်သော ပစ္စည်းဥစ္စာများကို သားသမီးများက အမွေအဖြစ်ရယူ ကြရန် ကြိုးစားနေကြပုံ၊ ၄င်းတို့၏ နေအိမ်အတွင်း၌ မိဘနှစ်ပါး သေလုမျောပါး ဖြစ်နေသည်ကို သားသမီးများက ဂရုမစိုက်ကြပုံစသည်ကဲ့သို့သော သတင်းများကို သတင်းစာများက အပြည့်အစုံ ရေးသားဖော်ပြကြသည်။

နိုင်ငံအတွင်း၌ အသက်(၆၀)ကျော်ဦးရေမှာ ၁၆၇သန်းနီးပါးနှင့် အသက်(၈၀) ကျော်မှာ တစ်သန်းရှိနေပြီး ၄င်းတို့၏ထက်ဝက်ကျော်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း အထီးကျန်စွာ နေထိုင်ကြရသည်ဟု ဆိုသည်။ (ဘီဘီစီ)

-(၃၀-၁၂-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၁ မှ။

ချာချီရဲ့စကားတစ်ခွန်း

ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အတွင်းက ဒေါသပေါက်ကွဲနေသော ဗိုလ်ချုပ်တစ်ဦးအား ဝန်ကြီးချုပ်ချာချီက လေသံအေးအေးဖြင့် ပြောခဲ့သည်မှာ–

"ဗိုလ်ချုပ်ကြီး၊ ခင်ဗျားစိတ်ကို ခင်ဗျားမနိုင်ဘဲ ခင်ဗျားစိတ်က ခင်ဗျားကို နိုင်နေတာပါလား" တဲ့။

-၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ မောင်သင်းဇေဝ၏ 'သည်းခံစိတ်ရှည် အောင်မြင်လေ"ဆောင်းပါးမှ။

ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွဲများထဲက စကားအလင်္ကာ

မြန်မာ့ရုပ်မြင်သံကြားနှင့် မြဝတီရုပ်မြင်သံကြားတို့မှ ထုတ်လွှင့်လျက်ရှိသော ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွဲများကို လူတန်းစားအလွှာမရွေး နှစ်သက်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ ထို့ကြောင့် ကိုရီးယားယဉ်ကျေးမှုသည် မြန်မာ့လူမှုပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်လျက်ရှိသည်။ ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွဲများတွင် ကင်ချီ၊ ဆိုဂျူး၊ မက်ဂျူး၊ အသားကင်၊ မိန်းကလေးအရက်မူး၍ ယောကျ်ားလေးက ကျောပိုး၊ အမေနှင့်သား အရက်အတူသောက်၊ ပေါင်ပေါ်၊ စကတ်တို၊ အိမ်ထောင်ရေးဖောက်ပြန်စသည်တို့ဖြင့် ထုံမွမ်းထား၏။

ယင်းကိစ္စများနှင့်ပတ်သက်၍ ဆောင်းပါးရှင်များကလည်း ကိုရီးယားယဉ်ကျေးမှုစရိုက်များ မြန်မာ့လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်လာပြီဖြစ်ကြောင်း ထောက်ပြကြ၏။ တစ်ချို့ဆောင်းပါးရှင်များက ရာသီဥတုအေး၍ အရက်သောက်ကြသည်ဟု ရေးသားကြ၏။ သို့သော် အေးသောရာသီဥတုတွင် အဘယ့်ကြောင့် စကတ်ပေါင်တိုများ ဝတ်ကြသနည်း။ ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းများမှ မကောင်းတာပယ်၍ ကောင်းတာယူရန်မှာ ခံယူသူ၏အပေါ်၌ မူတည်ပါသည်။

ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွဲများထဲက ဗဟုသုတဖြစ်ဖွယ်ရာ၊ မှတ်သားဖွယ်ရာ ကောင်းတာလေးတစ်ခုကို ထောက်ပြလိုပါသည်။ မြန်မာမှုနယ်ပယ်တွင် စကားပြောရာ၌ ဥပမာ၊ ဥပမေယျ၊ တင်စားမှုများဖြင့် ပြောကြားသကဲ့သို့ ကိုရီးယားတွင်လည်း သူ့လူမျိုး၊ သူ့စရိုက်၊ သူ့ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်အညီ နိုင်းနှိုင်းတင်စား ပြောကြသည်ကို ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွဲများတွင် တွေ့ရှိရသည်။

ကံမကောင်းရင် တည့်သီးစားရင်းနဲ့ သွားပွဲတယ်။

ဇာမထိရဲ့သဘောကို ဇာကလေးက နားလည်မှာလား။

မြောင်းရှင်းပြီး ဂဏန်းဖမ်းမယ်ပေါ့။

လှောင်ချိုင့်ထဲက ငှက်ငယ်က ကောင်းကင်ပြာထဲ ထွက်ချင်တာ သူ့ရဲ့ အိပ်မက်ပဲ။

ကျောင်းမကြိုက်လဲ ကိုယ်တော်က တိတ်တိတ်ထွက်သွားလို့ရတာပဲ။

ဝေလငါးနှစ်ကောင်ရန်ပွဲမှာ ပုဇွန်ကျောရိုးကျိုး။

ငြင်းဆိုမှုများရင် ဖြစ်နိုင်ခြေ များသွားပြီ။

အလင်းရောင်က အဝေးကြီးမှာ မရှိပါဘူး။ အရိပ်ကို မကြောက်ပါနဲ့။

အသက်(၄၀)ကျော်ရင် လှတဲ့မိန်းကလေးရော၊

မလှတဲ့မိန်းကလေးရော အတူတူပဲ။
လူတစ်ယောက်ကို လက်သီးနဲ့ထိုးပြီးမှသကြားလုံးပေးတာ မလွန်ဘူးလား။
ကလဲ့စားချေဖို့ ဆုံးဖြတ်ပြီးရင် မီးပဲမြင်ရမယ်၊ ရေမမြင်ရဘူး။
မျက်မမြင်က အမြင့်ခုန်ချချင်တယ်။
မီးမြိုက်စရာ မရှိဘဲ မီးခိုးခေါင်းတိုင်က မီးခိုးထွက်ပါ့မလား။
ကျောက်တုံးတွေ ခင်းထားလဲ စမ်းသပ်ပြီးမှ သွားရတယ်။
လူကြီးစကားနားထောင်ရင် အိပ်နေရင်းတောင် မုန့်စားရတယ်။
ကြောင်ကို လည်ဆံမွေးတစ်တာနဲ့ ခြသေ့်မဖြစ်ဘူး။
သားမွေးတဲ့သူက သူခိုးကို အပြစ်မပြောရဘူး။
သမီးမွေးတဲ့သူက အပျော်မယ်ကို အပြစ်မပြောရဘူး။
ကျွန်တော်က ဝိကေမို့လား၊ အချိုစုပ်ပြီး ပြန်တွေးရအောင်။
အလှမွေးထားတဲ့ငှက်က အပြင်မှာ မနေနိုင်ဘူး။
မူကြိုကလေးတွေစုပြီး ရပ်ကွက်စစ်သူကြီးလုပ်နေတယ်။
မုန်တိုင်းတိုက်တိုင်း ယိမ်းယိုင်နေရင် သစ်ပင်မှာ မှီတွယ်နေတဲ့ ငှက်ကလေးတွေ ဘယ်လိုနေရမလဲ။
သမင်လိုက်တဲ့လူက ဟိမဝန္တာကို မမြင်ဘူးလို့ဆိုကြတယ်။

စသည်ဖြင့် ကိုရီးယားဇာတ်ကား၏ မကောင်းကွက်ထဲမှ ကောင်းကွက်စကား အသုံးအနှုန်းများကို ဗဟုသုတအလို့ငှာ တင်ပြလိုက်ပါသည်။

-ချစ်လိုင်ဆွေ (ပေါက်ခေါင်း)။ (၁၂-၁၂-၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

ပျော်ရွှင်မှုဆိုတာ

ပျော်ရွှင်မှုဆိုတာ မိမိဘာလုပ်ဖို့ကြိုက်နှစ်သက်သလဲအပေါ်မူမတည်၊ မိမိလုပ်ရမည်ကို ကြိုက်နှစ်သက်ခြင်းအပေါ် မူတည်၏။

Happiness does not come from doing what we like to do but from liking what we have to do.

-၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

အတိတ်ဟူသည် ပြီးခဲ့သော အကြောင်းကိစ္စတစ်ခုသာ ဖြစ်သည်။
အတိတ်ကို ဒရွတ်ဆွဲနေခြင်းဖြင့် မနက်ဖြန်အတွက် ဘယ်လိုမှအရှိန်အဟုန်မရနိုင်။

-ပညာရှင်တစ်ဦး

များများ ဖျားနာ ကြပါကုန်

* ကျွန်တော် ဂျော်နီ၊ သရီးဒီကြောင့်၊
အမ်စီကို ရောက်ခဲ့တယ်။
* မက်စ်ဖတ်ဆစ် အင်္ဂလစ်ရှ်မှာ
ဒစ်စတေးရှင်းတွေ ဖြိုင်ဖြိုင်ဝေတော့
အိုင်အယ်အေလ် ကောင်းခဲ့တယ်။
* မောနင်းကျူရှင် နိုက်ကျူရှင်နှင့်
ကွက်ရှင်ဟူသမျှ အနံ့ရရာ
အိမ်ကကားနဲ့ ပို့ခဲ့တယ်။
* ရီဇတ်အောက်တော့ မျက်နှာမော့၍
ရင်ကော့နိုင်သေး ဘာလိုသေးလဲ
ဆေးကျောင်းဒါရိုက် ရောက်တော့တယ်။
* တစ်ခါတစ်ရံ အင်းလျားကန်မှာ
မှန်ကလေးတစ်ချပ် ဖြတ်ကနဲကွဲ
မြက်ခင်းထဲမှာ လှဲကာလူးကာ
ကောင်းကင်ပြာက ဟိုမှာတစ်လုံး
သည်တစ်လုံးဟု ကြယ်ကုံးရေတွက်
တိမ်ကိုဖက်လျက် သစ်ရွက်ဆုပ်ခြေ
တစ်ညနေက
ရီဝေ ရီဝေ ထွေခဲ့တယ်။
* ထို့နောက်
ဒေါက်တာဂျော်နီ အမ်ဘီဘီအက်စ်နှင့်
ဒေါက်တာမော်လီ အမ်ဘီဘီအက်စ်ဟု
ပြောင်လက်ကြေးသား အထင်းသားဝယ်
ကြွားကြွားရွားရွား ပေါ်ခဲ့တယ်။
* ကားနှင့်တိုက်နှင့် မော်လီနှင့်မို့
တင့်တင့်တယ်တယ် ဖြစ်ခဲ့တယ်။
* အို အလုပ်သမား၊ လယ်သမား၊ ပြည်သူများတို့ .....
ဂျော်နီတို့လင်မယား တန်ခိုးထွားအောင်
များများ ဖျားနာကြပါကုန် ... ။

-ကဗျာဆရာ တင်မိုး။ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် မဟေသီမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၇၈ မှ။

ကျားရေ့မှောက်ရက်လဲ

လေးပင်သော လုပ်ငန်းတာဝန်များမှ ခေတ္တအနားယူရင်း ခရစ်ယာန်ဘုန်းတော်ကြီးလေးပါး သူတို့ပြဿနာများဆိုင်ရာ နေ့စဉ်ဘဝအကြောင်း စပ်မိစပ်ရာ ပြောနေကြသည်။ ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးက "သိကြတဲ့အတိုင်းပဲလေ။ ကျုပ်တို့တွေဟာ သိပ်ပြီးစိတ်ထားကောင်းကြတဲ့ မိတ်ဆွေတွေ မဟုတ်လား။ ဒီတော့ ခုလိုဆုံကြတုန်း ကျုပ်တို့ကို အနှောင့်အယှက်ပေးနေတဲ့ ကိစ္စလေးတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဆွေးနွေးကြရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ"

အားလုံးက သဘောတူကြ၏။ ထိုအခါ ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးက–

"ကျွန်တော့်မှာဝေလိုတဲ့ ကိစ္စကတော့ ကျွန်တော် အရက်အလွန်အကျွံသောက်နေတဲ့ ကိစ္စပဲဗျ"ဟု ပြောလိုက်သည့်အခါ ကျန်သုံးပါးက ပင့်သက်ချလိုက်ကြ၏။ ခဏအကြာ နောက်ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးက–

"ကျုပ်ပြဿနာက လောင်းကစားဗျ။ သိပ်ကြောက်စရာကောင်းတယ်၊ ဒါပေမယ့် ကျုပ်မစွန့်လွှတ်နိုင်တော့ဘူး။ တစ်ခါတစ်ခါမှာ ကျုပ်လေ ... အလှူခံပုံးထဲကငွေကိုတောင် ယူဖို့ကြံမိပါရဲ့"

ပင့်သက်ချလိုက်ကြပြန်၏။ မကြာခင် တတိယဘုန်းတော်ကြီးက–

"အကိုတို့ရေ.. ကျွန်တော်ကမှ တကယ့်ဒုက္ခဖြစ်နေရတာဗျ။ ကျွန်တော်တို့ဘုရားကျောင်းက အမျိုးသမီးတစ်ယောက်နဲ့ ချစ်နေမိတယ်။ သူ့မှာကလည်း အိမ်ထောင်ကြီးနဲ့ဗျ"

အတော်စိတ်မောသွားကြပုံဖြင့် သက်ပြင်းလေးကြီး ချလိုက်ကြ၏။ နောက်ဆုံးဘုန်းတော်ကြီး နှုတ်ဆိတ်နေ၏။ ထို့ကြောင့် ကျန်ဘုန်းတော်ကြီးသုံးပါးက သူ့ပြဿနာကို ဗိုးရိမ်မှုကင်းကင်း ဖွင့်အန်ဖို့ ဖိအားပေးကြ၏။ သည်တော့မှ–

"ကျုပ်မှာ အတင်းပြောတတ်တဲ့ အကျင့်ဝါသနာကို လုံးဝ မဖျောက်နိုင်ဘူး ဖြစ်နေတယ်လေ"ဟု ခပ်လေးလေး ပြောပြလိုက်၏။

–ခင်မောင်ထိုး(မိုးမိတ်)၊ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီ ၁ ရက်နေ့ထုတ်

Trie Mews သစ္စာသတင်းဂျာနယ် တ ၂၃ မှ။

အရက်ဆိုးကျိုး

အရက်မူးပြီးကိုယ့်အိမ်ကိုမီးရှို့

ရေတာရှည် ဒီဇင်ဘာ ၃၀

ဒီဇင်ဘာ ၂၆ ရက် ညနေပိုင်းတွင် ရေတာရှည်မြို့နယ် ဆွာမြို့အရှေ့ ရွှေကဖောင်းကျေးရွာတွင် အရက်မူးနေသူတစ်ဦးက မိမိနေအိမ်ကို မီးရှို့မှု ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်းသိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ယင်းကျေးရွာနေ သန်းစိုး(၃၀)နှစ် အရက်မူး၍ နေအိမ်သို့ ပြန်ရောက်လာစဉ် ဇနီးဖြစ်သူ မသိန်းထွေးမှာ ရန်ရှာမည်စိုးသဖြင့် အိမ်နီးချင်းနေအိမ်သို့ သွားရောက်ရှောင်တိမ်းနေခဲ့သည်။ နေအိမ်ဘက်မှ ဆူညံအော်ဟစ်သံများကြားရပြီးနောက် နေအိမ်တစ်ခြမ်း မီးစွဲလောင်နေသည်ကို တွေ့ရကြောင်း၊ ရွာသူရွာသားများက ဝိုင်းဝန်းငြိမ်းသတ်ပေး၍ ခဏအကြာတွင် မီးညွန့်ကျိုးသွားကာ ကာလတန်ဖိုး တစ်သိန်းခန့် ဆုံးရှုံးပျက်စီးသွားခဲ့သည်။

နေအိမ်အား အရက်မူးပြီး မီးရှို့သူ သန်းစိုးအား ဆွာရဲစခန်းတွင် အမှုဖွင့်တိုင်တန်းခဲ့ရာ ဆွာရဲစခန်းမှု(ပ) ၁၉၁/၂၀၁၂ ပြစ်မှုပုဒ်မ ၄၃၆ ဖြင့် အမှုဖွင့်အရေးယူထားကြောင်း သိရသည်။ (၅၇၈)

–(၃၁–၁၂–၂၀၁၂)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

ချမ်းသာချင်ရင် စာဖတ်

ဒီနေ့လောကကြီးမှာ လူတိုင်းနီးပါးလောက် ပိုက်ဆံရအောင်လုပ်နည်း၊ ချမ်းသာအောင်လုပ်နည်းတွေကို သိချင်ကြပါလိမ့်မယ်။ ...ကျွန်တော်မြင်ထားတာ တစ်ခုကတော့ စာဖတ်တာပါပဲ။ အတ္ထုပ္ပတ္တိစာအုပ်တွေကို ဖတ်သင့်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့်တော့ စီးပွားရေးလောကက အောင်မြင်ကျော်ကြားသူများအကြောင်းကို ဖတ်သင့်ပါတယ်။ လေ့လာသင့်ပါတယ်။ ဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အတွေ့အကြုံကို ကိုယ့်ဘဝမှာ ဘယ်လိုအသုံးချမလဲဆိုတာကို ဆန်းစစ်သင့်ပါတယ်။ အဖြေရှာသင့်ပါတယ်။ လက်တွေ့သုံးသပ်သင့်တယ်လို့ထင်ရင်လည်း လက်တွေ့ချသုံးသင့်ပါတယ်။ ... ဒီပုဂ္ဂိုလ်အများစုရဲ့အကြောင်းက အလွန်စိတ်ဝင်စားဖို့ကောင်းပါတယ်။ အားကျချင်စရာတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။

–သူဌေးဖြစ်နည်း လျှို့ဝှက်ချက်စာအုပ်ပါ
'ကျွန်တော်နှင့်မိုက်ကယ်ဒဲလ်'၊ စာ ၁၄–၁၅မှ။

ကြီးမြွတ်သူတို့ထုံးစံ

ကြီးမြွတ်သူဟူသမျှတို့၊ ယူကြသည့် မြွတ်နေရာ
ရှောင်တစ်ခင် ခုချက်ချင်း၊ လျှဉ်းမရပါ။
များသူတို့ အိပ်နေရာ၊ ညခါပင် သူမနား၊
အမြင့်ကို သူမြင်လို့၊ သူအစဉ် နှစ်ဆတိုးလို့ရယ်
ကြိုးကုတ်လေသား။ *-ဖျော်မြဲဆရာတော် ဦးဥာဏဓိက။*

လိုအပ်တာ ကြိုတင်လုပ်ထားဖို့လို

ကိုယ်ဝန်ဆောင်တစ်ဦး ရေတွင်းထဲကျ၍ သေဆုံး

ရန်ကုန် ဒီဇင်ဘာ ၂၈

ဒီဇင်ဘာ ၂၃ ရက် ညနေ ၄ နာရီခန့်တွင် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်၊ သဃ်န်းကျွန်းကြီးကျေးရွာအုပ်စု ကာယ(၈)လမ်း၊ ခြံအမှတ် (၅၄)တွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီးငယ်တစ်ဦး ရေတွင်းထဲကျ၍ သေဆုံးမှု ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ သေဆုံးသူမှာ ဒေါ်ခိုင်၏ သမီးထွေး မဝင်းဝင်းခိုင် (၁၈)နှစ်ဖြစ်ပြီး သေဆုံးစဉ်က ကိုယ်ဝန်သုံးလရှိသည်ဟု သိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ မဝင်းဝင်းခိုင်သည် အဝတ်လျှော်ရန်အတွက် ခြံဝင်းအနောက်ဘက်ရှိ အချင်း ၁၀ ပေခန့်ရှိသော ရေတွင်းမှ ရေထမ်းပုံးဖြင့် ရေဆွဲငင်ရာ <u>အရှိန်လွန်၍ ဘောင်မရှိသော ရေတွင်းထဲသို့ ကျခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်</u>။

ရေတွင်းထဲကျစဉ်က နေအိမ်တွင် ကလေးငယ်နှစ်ဦးသာရှိပြီး အခြား အိမ်သားများ ရှိမနေကြောင်း သိရသည်။ တစ်နာရီခန့်အကြာတွင် မိခင်ဖြစ်သူ ဒေါ်ခိုင်နှင့် အမဖြစ်သူတို့ ရောက်လာကြပြီး ရှာဖွေကြရာမှ ရေတွင်းဘေးတွင် လျှော်ဖွတ်ဝတ်အဝတ်ပုံနှင့် မဝင်းဝင်းခိုင်၏ ဖိနပ်ကိုတွေ့၍ ရေငုပ်နိုင်သူတစ်ဦးအား အကူအညီတောင်း ရှာဖွေစေပြီး အလောင်းကို ဆယ်ယူရရှိခဲ့သည်ဟု သိရသည်။

ရပ်ကွက်သာရေးနာရေးအသင်းနှင့် သဃ်န်းကျွန်းကြီး နယ်မြေခံရဲစခန်းမှ တာဝန်ရှိသူများ လာရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေး၍ အမှုဖွင့်ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ (ဖေယျာထွန်း) *-(၂၉-၁၂-၂၀၁၂) ကြေးမုံသတင်းစာမှ။*

ရေတွင်းကို ကြိုတင်ဘောင်ခတ်ထားလျှင် အရှိန်လွန်သော်လည်း ကျမသေနိုင်။ လိုအပ်သည်ကို ကြိုတင်လုပ်မထားပါက ဤအဖြစ်မျိုး ကြုံတွေ့ရမည်သာ။ (စိစဉ်သူ)

ရိုက်သင့်ရင် ရိုက်ရမယ်

လူ့စိတ်က မကောင်းမှုမှာ မွေ့လျော်တတ်ပါတယ်။ ပါပသ္မိံ ရမတိ မနော တဲ့။ ကောင်းတာပြုဖို့က ကြိုးစားရတယ်၊ အားထုတ်ရတယ်။ မကောင်းမှုကိုတော့ ပြုလွယ် ပြောလွယ် တွေးတောလွယ်တတ်တယ်။

လူ့စိတ်ဟာ တစ်ခါတစ်ရံ ကလေးဆိုးလေးလိုပဲ မိုက်မဲပါတယ်။ ဒါကို အကြောက်တရားလို အသိနဲ့ ထိန်းရပါတယ်။ အကွပ်ရှိမှ ပရမ်းပတာ မဖြစ်မှာပါ။

တစ်ခါက အမရပူရမြို့တည်နန်းတည် ဗဒုံမင်း ဘိုးတော်ဦးဝိုင်းဟာ ငယ်ကျွန်တော် လူယုံအမတ် ဦးပေါ်ဦးနဲ့ ရုပ်ဖျက်ပြီး အရပ်ထဲ စနည်းနာထွက်သတဲ့။ ရပ်ထဲရွာထဲ တစ်နေရာရောက်တဲ့အခါ လေးငါးနှစ်အရွယ် ကလေးငယ်က နေပူထဲမှာ ဆော့ကစားချင်လို့ထွက်၊ မိခင်ဖြစ်သူက တား၊ သူက နေပူထဲ ထွက်ဆော့၊ မအေပြောတာ မရတော့ ကလေးကို လက်ဆွဲပြီး မိခင်က ဝါးခြမ်းပြားနဲ့ရိုက်တယ်။ ကလေးရဲ့ကျောပြင်ကို သုံးလေးချက်ရိုက်တော့ ကလေးက ငိုတာပေါ့။

ကလေးငိုသံ တမြည်မြည်ကို ရုပ်ဖျက်ထားတဲ့ ခရီးသွားလူနှစ်ယောက်က သစ်ပင်အောက်မှ ငေးကြည့်ရင်း ကြားနေကြတယ်။ ပေါ်ဦးက ဦးဝိုင်းမျက်နှာကို အကဲခတ်တယ်။ ဘုရင့်မျက်နှာ မကြည်သာဘူး။ ကျေနပ်ပုံ မပေါ်။

ဒါနဲ့ နန်းတော်ပြန်ရောက်။ အဝတ်အစား လဲ။ ရေမိုးချိုး။ ညစာစား။ ညညီလာခံ။ ဘုရင်မျက်နှာ မကြည်သာ။

"ဟော့ ... ပေါ်ဦး"

"ဘုရား ... "

"၄–၅နှစ်သားအရွယ် ကလေးငယ်ကို ရိုက်နှက်တဲ့မိခင် မင်းမြင်ခဲ့တယ် မဟုတ်လား"

"မှန်ပါ၊ ကိုယ်တော်နဲ့အတူ မြင်ခဲ့ပါတယ်ဘုရား"

"ကလေးကို မတရားရိုက်တဲ့ မိန်းမ၊ အပြစ်ဒဏ်ပေးရင် သင့်မယ်ထင်တယ် မောင်မင်း"

"စဉ်းစားတော်မူပါဘုရား၊ **ရင်မှဖြစ်သော သားရင်သွေးကို နာကျင်စေတာ မိခင်က မုန်းလို့မဟုတ်ပါဘူး**။ ဝါးခြမ်းပြားနဲ့ သုံးလေးချက်ရိုက်တာ သူမလွန်ပါဘူး။ သည်းခံတော်မူပါဘုရား"

"ကလေးဆိုတာ ရိုက်စရာလားကွ"

"သနားစရာကောင်းပေမယ့် မလိမ္မာရင် တစ်ခါတစ်ရံ အမိုက်အမဲကို ရိုက်ပြီး ဆုံးမသင့်ရင် ဆုံးမရပါတယ်ဘုရား"

"အဲသလို အနိုင်ကျင့်ရင် လူလူချင်း ဘယ်တရားပါတော့မလဲ ငပေါ်ဦးရ"

"အချို့ကိစ္စဟာ ရိုက်မှပဲ ပြီးပြတ်ပါတယ် အရှင်မင်းကြီး"

"ငါ လက်မခံဘူးကွာ"

"ဒါဆို ကျွန်တော်က ကလေးငယ်၊ အရှင်က ကလေးရဲ့မိခင် မရိုက်ဘဲ နေနိုင်မလားဆိုတာ စဉ်းစားဖို့ အစမ်းပြဇာတ် လေ့ကျင့်ပြပါရစေဘုရား"

"အေးကွာ၊ မင်းပူဆာစမ်း။ ငါအလိုလိုက်ပြမယ်။ ရိုက်စရာ မလိုပါဘူးကွ။ ကဲ စမယ်"

"အိုးပုတ်ကလေး လိုချင်တယ်၊ ရွှေအိုးပုတ်၊ ငွေအိုးပုတ်နဲ့ ကစားချင်တယ်"

"ကဲ .. မောင်းမများ၊ ရွှေအိုးပုတ်တွေ ဒီကလေးကို ပေးလိုက်စမ်း"

"ပေးပြီး.."

"ဟဲ့ .. ပြီးရောမဟုတ်လား"

"အဲ ... ဆင်ကြီးလိုချင်တယ်"

"ဟဲ့ .. ဆင်ထိန်း၊ ဆင်တင်းကုပ်က ဆင်တစ်ကောင် ယူခဲ့။ ပြီးရော .. ဘာရိုက်စရာလိုမလဲ။ ဆင်တစ်ကောင် ရှေ့တော်မှောက် ရောက်လာပြီ"

"အမေရယ်၊ အမေရယ်... အဲဒီဆင်ကြီးကို ဟောဒီ ရွှေအိုးပုတ်ထဲ ထည့်ပေးပါ"

"ဟ.. ဒါတော့ ဘယ်ဖြစ်မှာလဲဟဲ့"

"ထည့်ပေးပါ"

"မရဘူးလေ"

"ထည့်ပေးရမှာပဲ .. ဟီး .. ဟီး "

"ဟဲ့ .. ဆင်ကို အိုးပုတ်ထဲထည့်လို့ ဘယ်ရမှာလဲ"

"ရအောင် ထည့်ပေး"

"ဟာ ... ငါစိတ်ဆိုးလာပြီ၊ ရိုက်မိတော့မယ်"

"ရိုက်ပါဘုရား၊ ရိုက်မှသာ ကိစ္စပြီးမှာပါဘုရား"

"ဟား..ဟား.. ငါဝန်ခံပြီ ပေါ်ဦးရေး၊ အသိနည်းစွာ မလိမ္မာလို့ ရိုက်တဲ့ ကလေးငယ်ကို တစ်ခါတစ်ရံမှာ ရိုက်မှပဲ အေးပေတော့တာကိုးကွယ့်"

အားလုံး နားလည်ရပါပြီ။ အရှက်အကြောက်တရားရှိဖို့ လိုပါတယ်။

–ချစ်စွာသော ချစ်နိုင်(စိတ်ပညာ)။ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

၁၃၆၃-ခု၊ နယုန်လဆုတ် (၁)ရက်၊(၂၆-၇-၂၀၀၂) ဗုဒ္ဓဟူးနေ့၊ အာပတ်စဥ် အစည်းအဝေး

ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသီရိန္ဒာဘိဝံသ

(မန္တလေး၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်)မြွက်ကြားသော ဩဝါဒကထာ

ဟန္တာ လဘတိ ဟန္တာရံ၊ ဇေတာရံ လဘတေ ဇယံ။

အက္ကောသကော စ အက္ကောသံ၊ ရောသေတာရဉ္စ ရောသကော။

အထ ကမ္မဝိဝဋ္ဋေန၊ သော ဝိလုတ္တော ဝိလုပ္ပတိ။ (သံ၊ ၁၊ ၈၆)

သူတစ်ပါးကို သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲတတ်သောသူသည် မိမိအား သူတစ်ပါး သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲခြင်းကို ခံရ၏။

သူတစ်ပါးကို အနိုင်ယူသောသူသည် မိမိအား သူတစ်ပါး အနိုင်ခံရ၏။

သူတစ်ပါးကို ဆဲရေးတတ်သောသူသည်မိမိအားသူတစ်ပါးဆဲရေးခြင်းခံရ၏။

သူတစ်ပါးကို ချုပ်ချယ်တတ်သောသူသည် မိမိအား သူတစ်ပါး ချုပ်ချယ်ခြင်းခံရ၏။

စင်စစ် အကျိုးပေးလည်သဖြင့် လုယက်ဖျက်ဆီးတတ်သော ထိုယောကျ်ား သည် တစ်ဖန် လုယက်ခြင်းကို ခံရ၏။

အဓိပ္ပါယ်ကား - သူတစ်ပါးကို သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲလျှင် မိမိလည်း သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲခြင်းခံရမည်။ သူတစ်ပါးကို အနိုင်ကျင့်လျှင် မိမိလည်း အနိုင်ကျင့်ခံရမည်။ သူတစ်ပါးကို ဆဲရေးလျှင် မိမိလည်း ဆဲရေးခြင်းခံရမည်။ သူတစ်ပါးကို ချုပ်ချယ်လျှင် မိမိလည်း ချုပ်ချယ်ခြင်းခံရမည်။ သူတစ်ပါးကို လုယက်ဖျက်ဆီးလျှင် မိမိလည်း လုယက်ဖျက်ဆီးခြင်းခံရမည်ဟု ပြဆိုခြင်းသည် အဘိဓမ္မာသဘောအရ ပရမတ္ထဓမ္မတို့၏“ဇနေတိ သဒိသံ ပါကံ”ဆိုသည်နှင့်အညီ တူသောအကျိုးပေးပုံကို ပြဆိုသည်။

အကျဥ်းအားဖြင့် သူတစ်ပါးအပေါ်၌ မကောင်းမှုတစ်စုံတစ်ခုပြုလုပ်ပါလျှင် မကောင်းမှုအပြုခံရမည်ဖြစ်သည်။

ထိုသဘောအမှန်ကို မသိကြသောကြောင့် ကိုယ်က အခွင့်သာလျှင် သာသလို၊ အပေါ်စီးရလျှင် ရသလို အနိုင်ယူ အနိုင်ကျင့်နေကြသည်မှာ လူ့လောက ၌သာ မဟုတ်၊ ရဟန်းလောက၌ပါ ဖြစ်နေသည်။ ထို့ကြောင့် -

“**ဖားနိုင် ဖားစား၊ ငါးနိုင် ငါး၊ အများတစ်လှည့်စီ။**

ဘ, တစ်ပြန်၊ ကျား တစ်ပြန်၊ ဖန်ဖန်ဖြစ်ကြသည်။

မျောကြ နစ်ကြ၊ ဝဋ်ဘဝ၊ ဖြစ်ရမဆိုးပြီ။

တဏှာလွတ်မှု၊ ဝဋ်ဘဝ၊ ဒုက္ခဇာတ်သိမ်းမည်"ဟု ဆိုသင့်သည်။

ထိုမှတပါး သတ်ဖြတ်မှုစသော မကောင်းမှုတစ်ခုခုကို ပြုလုပ်ရာ၌ သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်အားသာ မကောင်းကျိုးပေးသည်၊ မကောင်းကျိုးခံစားရသည် မဟုတ်။ "ကိုယ်တိုင်, တိုက်တွန်း၊ ချီးမွမ်း, စိတ်တူ၊ ဖြောက်ပွားမှု၊ မှတ်ယူ လေးဆယ်က"ဟု (အံ၊ ၁၊ ၅၇၆-၈)တို့၌ ဟောတော်မူသည်နှင့်အညီ (၁) ကိုယ်တိုင်သတ်သူ (၂) သတ်ရန်တိုက်တွန်းသူ (၃) သတ်ခြင်းကို ချီးမွမ်းသူ (၄)သတ်ခြင်း၌ စိတ်အလိုဆန္ဒတူသူတို့သည်လည်း အသတ်ခံရခြင်းမကောင်းကျိုးပေးသည်၊ မကောင်းကျိုး ခံစားကြရသည်။

အထက်ပါ အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်၌ (၁)ကိုယ်တိုင်သတ်မှု (၂) သတ်ရန်တိုက်တွန်းမှု (၃) သတ်ခြင်းကို ချီးမွမ်းမှု (၄) သတ်ခြင်း၌ စိတ်အလိုဆန္ဒတူညီမှု-ဟူသော ကျူးလွန်မှု ၄-မျိုးလုံးလည်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်သူတွေရော အခြားဘာသာဝင်တွေပါအားလုံးတို့က ကိုယ်တိုင်သတ်မှုတစ်မျိုးကိုသာ ပါဏာတိပါတကံထိုက်သည်ဟု ထင်နေကြသည်။ သတ်ရန်တိုက်တွန်းမှု၊ သတ်ခြင်းကို ချီးမွမ်းမှု၊ သတ်ခြင်း၌ စိတ်အလိုဆန္ဒတူညီမှုတို့ကိုကား ပါဏာတိပါတကံမထိုက်ဟု အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့ ပေါ့ပေါ့ဆဆ သဘောထားကာ လေးစားမှု လုံးဝမရှိတော့ဘဲ ပြောင်ကျကျပင် ကျူးလွန်နေကြပါသည်။ မကြာမီက အိုစမာဘင်လာဒင်ကို သတ်ဖို့ အရေး တစ်ကမ္ဘာလုံးက ထောက်ခံအားပေးနေကြတာမျိုးကို ကြည့်ရခြင်းအားဖြင့် အလွန်ထင်ရှားနေပါသည်။

ထို့အပြင် ခြင်, သန်း, ကြမ်းပိုးစသည်နှင့် သေးငယ်သော အင်းဆက်ပိုးမွှားများ သတ်ခြင်းတို့ကိုလည်းကောင်း၊ လူနှင့် ကျွဲ, နွား, သိုး, ဆိတ် စသည်ကို သတ်ရာ၌ တိုက်တွန်းမှု၊ ချီးမွမ်းမှု၊ စိတ်အလိုဆန္ဒတူညီမှုတို့ကိုလည်းကောင်း အလွယ်တကူ ကျူးလွန်နေကြသောကြောင့် လူတိုင်းလိုလို ပါဏာတိပါတကံထိုက်သူတွေ အများအပြား ဖြစ်ကုန်ကြပါသည်။

ထိုကဲ့သို့သော အကြောင်းတရားမျိုးတို့ကြောင့် တုန်လှုပ်ချောက်ချားလောက်အောင် ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသော တစ်ကမ္ဘာလုံးအစုလိုက် အပြုံလိုက် သေကြေပျက်စီးမှုဆိုးကျိုးများ များပြားလျက်ရှိကြောင်း တွေ့ကြုံနေရပါသည်။

အထက်ပါ အဖြစ်ဆိုးတို့မှ ကင်းဝေးစေရန်အတွက် ပါဏာတိပါတကံ လေးမျိုးလုံး လုံခြုံမှုရှိအောင် ကိုယ်, နှုတ်, နှလုံး သုံးပါးလုံး အထူးသတိထား၍ စောင့်ထိန်းသင့်ပါကြောင်း။ ***-ဘဒ္ဒန္တသိရိန္ဒာဘိဝံသ၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်၊ မန္တလေး။ ဓမ္မဒါန လက်ကမ်းစာစောင်တစ်ခုမှ။***

ဦးနှောက်ပါတာ စဉ်းစားပါ

အဘိုးအို နှင့် အာလူးခင်း

တစ်ခါတုန်းက ရွာတစ်ရွာမှာ တစ်ယောက်တည်းနေတဲ့ အဘိုးအို တစ်ဦး ရှိတယ်။ သူ့ရဲ့အာလူးခင်းကို မြေတွေတူးဆွပြီး စိုက်ပျိုးချင်ပေမယ့် သူ့မှာ ခွန်အားတွေမရှိတော့တဲ့အတွက် အခက်တွေ့နေရတယ်။ ဒါနဲ့ ဟိုး အဝေးတစ်နေရာမှာနေတဲ့ သူ့သားဆီ သူဘာယ်လိုလုပ်ရမလဲဆိုတာ လှမ်းပြီး အောက်ပါအတိုင်း အကူအညီတောင်းလိုက်တယ်–

"သား ... အဖေ ကျန်းမာရေး သိပ်မကောင်းဘူး။ ဒီနှစ်ထဲမှာ အာလူးခင်းကို မြေတူးဆွပြီး ပြန်စိုက်ပျိုးဖို့ အဖေ မတတ်နိုင်ဘူး။ သား .. အဖေ အဲဒီလိုမလုပ်နိုင်တာကို သိပ်မုန်းတယ်သား။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ မင်းအမေဟာ အပင်တွေကို စိုက်ပျိုးရင်း အချိန်ကုန်ဆုံးတာကို အရမ်းနှစ်သက်ခဲ့တယ်။ အဖေဟာ အာလူးခင်းကို ပြန်လည်မြေတူးဆွဖို့ အသက်ကြီးလွန်းနေပါပြီ။ အကယ်၍ သားကူညီမယ်ဆိုရင်တော့ အဖေ အဆင်ပြေပါပြီ။ သား အဖေ့ဆီ လာပြီးတော့ မြေတွေကို တူးဆွပေးနိုင်မလား ...။ ချစ်တဲ့ ... အဖေ။"

သိပ်မကြာခင်မှာပဲ အဖိုးအိုဟာ ကြေးနန်းနဲ့ပြန်စာတစ်ခု ပြန်ရလိုက်တယ်။

"အဖေ ... ဘုရားသခင် ကယ်ပေလို့သာပေါ့ အဖေ။ အဲဒီ အာလူးခင်းကို မတူးဆွပါနဲ့။ အဲဒီ အာလူးခင်းအောက်မှာ သား.. လက်နက်ခဲယမ်းတွေ မြှုပ်ထားတယ် အဖေ။ ... ချစ်တဲ့ .. သား။"

အဲဒီစာရပြီး နောက်တစ်နေ့မနက် လေးနာရီမှာပဲ အဲဒီရွာကို တာဝန်ရှိသူတွေနဲ့ ရဲအရာရှိတွေ၊ မြို့နယ်တာဝန်ခံတွေရောက်လာပြီး အာလူးခင်းကြီး တစ်ခုလုံးကို တစ်နေရာမှ မကျန်အောင် တူးဆွပြီး လက်နက်ခဲယမ်းတွေကို ရှာဖွေကြပါတော့တယ်။ ဒါပေမယ့် ဘာကိုမှ ရှာမတွေ့ဘဲ ပြန်သွားခဲ့ကြပါတယ်။ အဘိုးအိုဟာ နားမလည်နိုင်စွာနဲ့ သူ့သားဆီ ဘာတွေဖြစ်ပျက်နေတာလဲဆိုတာ မေးဖို့ စာတစ်စောင်ရေးပို့လိုက်တယ်။ သူ့သားက စာပြန်ပို့လိုက်တယ် ...

"အဖေ၊ အဖေ... အခု အာလူးခင်းထဲသွားပြီး အာလူးတွေ စိုက်ပျိုးနိုင်ပါပြီ။ ဒါဟာ ကျွန်တော် အဝေးကနေ အဖေ့ကို အကောင်းဆုံး ကူညီလုပ်ဆောင်ပေးခြင်းပါပဲ။ ချစ်တဲ့ .. သား။

... ကိစ္စတော်တော်များများမှာ ကျွန်တော်တို့ဟာ စဉ်းစားဆင်ခြင်ခြင်းမရှိဘဲ လက်ရုံးအားကိုးဖို့ပဲ စဉ်းစားမိကြတယ်။ တကယ်တော့ စဉ်းစားတွေးခေါ်

အမြော်အမြင်ကြီးတတ်ခြင်းဟာလည်း ကိစ္စတော်တော်များများကို ခွန်အား မကုန်ဆုံးစေဘဲ ဖြေရှင်းပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ..ဘာပဲလုပ်လုပ်၊ မလုပ်ခင်မှာ သင်ဘာတွေလုပ်နိုင်သလဲဆိုတာ အရင်စဉ်းစားပါ။ သင်ဘယ်နေရာရောက်နေနေ၊ ဘာတွေပဲဖြစ်နေနေ စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်ခြင်းအသိဉာဏ်နဲ့ ကိစ္စတော်တော် များများကို ဖြေရှင်းပေးနိုင်ပါတယ်။

– Attitude and its importance ***အား ဘာသာပြန်ခံစားသည်။***
Posted by ko thu rein on January 12, 2013 at 12:30am

မြတ်ဗုဒ္ဓမိန့်တော်မူခဲ့သော သံဃာတော်များ လူထွက်ရခြင်းအကြောင်း(၄)ချက်

(၁) ရဟန်းနှင့်ဆိုင်ရာများ ဆိုဆုံးမသည်ကို မလိုက်နာနိုင်သောကြောင့် လည်းကောင်း၊

(၂) စားချင် ဝတ်ချင် သုံးဆောင်ချင်တာများမရဘဲ မစားချင် မဝတ်ချင် မသုံးဆောင်ချင်တာများကို သုံးဆောင်ရလို့လည်းကောင်း၊

(၃) သူများ ကာမဂုဏ်ခံစားတာကို မြင်ပြီး ခံစားချင်စိတ်ဖြစ်သောကြောင့် လည်းကောင်း၊

(၄) လုံခြုံစွာဝတ်ဆင်မထားသော မိန်းမများကိုမြင်ပြီး ကာမစိတ်မထိန်းနိုင်လို့ လည်းကောင်း

သာသနာ့ဘောင်မှ လူ့ဘောင်သို့ ကူးပြောင်းသွားရခြင်းဖြစ်ပေသည်။
(မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိတော်၊ ဘိက္ခုဝဂ်၊ စာတုမသုတ်) (မ၊ ၂၊ ၁၃၉)

–အရှင်ကောမလ (ဆန့်စံနေမင်း)

* အောင်မြင်မှုဟူသည် ဘဝတွင် မိမိရောက်ရှိနေသောအဆင့်နှင့် တိုင်းတွာ ခြင်းမဟုတ်။ ထိုသို့အောင်မြင်သည့်အဆင့်သို့ ရောက်အောင် အခက်အခဲ အတားအဆီးတွေကို ဘယ်လိုကျော်ဖြတ်ခဲ့သလဲဆိုတာနဲ့ တိုင်းတွာတယ်ဆိုတာ ကျွန်တော်နားလည်ခဲ့တယ်။ ***– လူဖြူတို့၏ ကျွန်ပြုခြင်းခံခဲ့ရသော လူမည်းထဲမှတစ်ဦးဖြစ်သူ*** *Booker T/. Washington.*

I have learned that success is to be measured not by the position that one has reached in life as by the obstacles which one has overcame while trying to succeed.

ပုထုဇဉ်ကြက်မကြီး

ကြက်မကြီးက ဘဲလေးတွေကို၊ သူ့သားသမီး ထင်ပြီးနေသလို၊
ပုထုဇဉ်က ရုပ်နဲ့နာမ်ကို၊ သူ့ငါပဲ အမြဲ ထင်သကို။

–လေးဆီမိစု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ။

ယူသင့်၊ ပေးသင့်၊ ပြုသင့်ပြုရန် လျင်လျင်မြန်

မျိုးဆက်သစ် လူငယ်များတို့ ....

(၁) အမှန်မှချ မိမိက ရသင့်ရထိုက်သော စီးပွားချမ်းသာ၊ စည်းစိမ်ဉစ္စာ၊ ဂုဏ်သိန်ရာထူးစသည်တို့ကို အချိန်မနှောင်းစေဘဲ၊ ပေါ့တန်စွာ မနေဘဲ လက်တွင်းရောက်အောင် ယူထိုက်ပေသည်။

အချိန်အရွယ်သက်တမ်းကို ပထမအရွယ်၊ ဒုတိယအရွယ်၊ တတိယအရွယ် ဟူ၍ သုံးပိုင်းပိုင်းထားပါ၏။ ပထမအရွယ်မှာ ပညာသင်ကြားဆည်းပူးပါ။ ဒုတိယအရွယ်မှာ လောကစီးပွားချမ်းသာကို ရှာ၊ တတိယအရွယ်မှာ သံသရာမျိုးစေ့ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုကြရမည်သာ။ သူ့အချိန်၊ သူ့အရွယ်၊ သူ့အလုပ်တို့ကို မဆန့်ကျင်စေဘဲ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ကြမှ လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာအကျိုးစီးပွား ထွန်းကားမည်ဖြစ်ပါ၏။

(၂) မိမိက ပေးသင့်ပေးထိုက်သည်ကိုလည်း နှောင့်နှေးခြင်းမရှိ၊ လျင်မြန်စွာ ပေးကမ်းသင့်ပါ၏။

- သူတစ်ပါးထံမှ ချေးငှားရမ်းထားသည့် ပစ္စည်းကို အလျှင်အမြန် ပြန်၍ပေးသင့်ပါ၏။
- မိမိကို မှီခိုအားထားသူများအားလည်း ပေးကမ်းချီးမြှင့်ထိုက်ပါ၏။
- ပေးကမ်းချီးမြှင့်တတ်သော ဆွေမျိုးဉာတိများနှင့် မိတ်ဆွေသင်္ဂဟများ တို့အားလည်း အချိန်အခါကိုထောက်၍ ချီးမြှင့်ပေးကမ်းသင့်ပါ၏။
- မိမိအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်ပေးကြကုန်သော အခစား အလုပ်သမားများကိုလည်း ထိုက်သင့်သည့်လုပ်ခလစာကို အချိန်သင့်စွာ ပေးအပ်သင့်ပါ၏။
- အခွန်အခတို့ကို မင်းအစိုးရတို့အား အချိန်အခါမီ ပေးဆောင်သင့်ပါ၏။
- မိရိုးဖလာ နတ်ဒေဝတာတို့ကိုလည်း စဉ်လာမပျက် ပသမှု လျင်စွာ ပြုသင့်ပါ၏။
- ထို့ပြင် နောင်သံသရာအကျိုးကိုမျှော်၍ လှူဒါန်းခြင်းသည်လည်း ပေးကမ်း

စွန့်ကြဲခြင်းပင် ဖြစ်ပါ၏။

- ပေးသင့်ပေးထိုက်သည်များကို နှောင့်နှေးခြင်း မရှိစေဘဲ၊ ကြွေး ၃-မျိုး မတင်စေဘဲ ပြေလည်အောင် ပေးဆပ်ရပါမည်။
- နှုတ်ကြွေး၊ ကိုယ်ကြွေး၊ ဥစ္စာကြွေး၊ ကြွေး ၃ မျိုး မတင်စေရန် သတိပြု သင့်ကြပါ၏။

(၃) ယနေ့ပြီးစီးအောင်လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို အချိန်မဆိုင်းဘဲ လျှင်မြန်စွာ ပြုရပါမည်။ အလုပ်ကြွေးတင်လျှင် လုပ်၍မကြေနိုင်အောင် ရှိတတ်ပါ၏။

- ဝီရိယသည် အစ၊ အလယ်၊ အဆုံး၊ ဝီရိယ ၃ မျိုးရှိရာ "မိုးသုံးချက်ညီမှသာ အသီးအနှံဖွံ့ဖြိုးသည်"ဆိုသကဲ့သို့ ဝီရိယ ၃ ချက် ညီညွတ်မှသာလျှင် အကျိုးစီးပွား ဖြစ်ထွန်းစေနိုင်ပါသည်။
- ပျင်းရိခြင်းဝင်လာလျှင် ဝီရိယအရှိန်သေတတ်၍ အလုပ်ကိစ္စ မပြီးမြောက် နိုင်ပါ။
- ရက်ရာဇာ၊ ပြဿဒါး တွက်ချက်စိစစ်လွန်းလျှင် အချိန်ကောင်းမရဘဲ အကျိုးစီးပွား ပျက်စီးတတ်ပါ၏။
- တောင်ထိပ်တက်ရမည့်အလုပ်သည် ဖြည်းဖြည်းနှေးနှေးလုပ်ရမည့် အလုပ် ဖြစ်ပြီး မီးဘေးကြုံ၍ မီးငြိမ်းသတ်ရမည့် အလုပ်မှာကား မြန်မြန်ဆန်ဆန် ပြုလုပ်ရမည်သာ။
- လောကီစီးပွားရှာသောအလုပ်နှင့် လောကုတ္တရာစီးပွားရှာသော အလုပ်(၂) မျိုးကိုလည်း ဉာဏ်ပညာနှင့်ဆင်ခြင်၍ ပြုလုပ်သင့်ကြပါ၏။

လူငယ်များတို့ ....

- ဖော်ပြပါအချက်များကို လယ်တီပဏ္ဍိတ ဆရာကြီး ဦးမောင်ကြီးက သူ၏ "နီတိမဉ္ဇရီကျမ်း"တွင် ...

(၁) ဝိဝိလက်ရ၊ ယူသင့်က၊ ဆောစွ ယူသင့်သည်။

(၂) ပေးသင့်ပေးရာ၊ ရှိပြန်ခါ၊ မြန်စွာ ပေးရမည်။

(၃) ပြုသင့်ပြုရန်၊ မှုကြုံပြန်၊ လျင်မြန် ပြုရမည်။

ဤသုံးကိစ္စ၊ လစ်ဟင်းက၊ ကာလ စားလိမ့်မည်။

နှေးနှေးကန်ကန်၊ ထိုင်းမှိုင်းဟန်၊ ဘေးရန်ဝိုင်းတတ်သည်။ -- ဟူ၍ ဆောင်ပုဒ်လင်္ကာ ရေးသား သတိပေး လမ်းညွှန်ပြသည်ကို သတိပြု ဆင်ခြင် လိုက်နာကြပါကုန်။-***ဦးအောင်မြင့်စိန် (ပညာရေး)။ ပညာ့ရိပ်မွန်(၂၀-၉-၂၀၁၂)***

- ၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် The Light of English စာစောင်မှ။

တန်ဖိုးရှိသောစကားလေးတစ်ခွန်း

ကျွန်တော် စာကြောင်းလေးတစ်ကြောင်း ဖတ်ဖူးတယ်။ အရမ်းကို တန်ဖိုးရှိတဲ့ စာကြောင်းလေးပါ။ စာဖတ်သူ မိဘပြည်သူများအား အတွေးအမြင်လေးတစ်ခု ရစေရန် ရည်ရွယ်ပြီး ပေးပို့လိုက်ရပါတယ်။ စာကြောင်းလေးက "**ရောက်အောင် မသွားသ၍ ဝေးတဲ့လမ်းဟာ ဝေးနေဦးမှာပဲ**"တဲ့။ အင်မတန်မှ တန်ဖိုးရှိတဲ့ စကားလေးပါ။

ကျွန်တော်တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားသဘောနဲ့ကြည့်မယ်ဆိုရင် ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ၊ ဝိပဿနာတို့ကို အချိန်ရှိတုန်း မကြိုးစား အားမထုတ်ကြဘူးဆိုရင် နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေးနေဦးမှာပဲလို့ အဓိပ္ပါယ်သက်ရောက်နေပါတယ်။ စီးပွားရေးအမြင်နဲ့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် တိုးတက်အောင်မြင်အောင် မကြိုးစား မလုပ်ကိုင်သရွေ့ အောင်မြင်မှုနဲ့ ဝေးနေဦးမှာပဲလို့ တွေးမိပြန်ပါတယ်။

နိုင်ငံရေးအမြင်နဲ့ ကြည့်ပြန်ရင်လည်း နိုင်ငံတိုးတက်နိုင်မည့် ကိစ္စရပ်များကို အစိုးရအဖွဲ့အစည်းနဲ့ ပြည်သူများ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ညီညီညွတ်ညွတ် မဆောင်ရွက်နိုင်သရွေ့ နိုင်ငံတိုးတက်မှု ဝေးနေဦးမှာပဲလို့ အဓိပ္ပါယ်သက်ရောက်နေပြန်ပါတယ်။

စကားတိုင်း စကားတိုင်းမှာ သူ့တန်ဖိုးနဲ့သူ ရှိကြပါတယ်။ သူ့နေရာနဲ့သူ အသုံးချတတ်မှသာ အဓိပ္ပါယ်ရှိတဲ့ စကားတစ်ခွန်း ဖြစ်လာမှာပါ။ အဓိပ္ပါယ်ရှိသော၊ အကျိုးရှိသော စကားများကို လက်ခံမှတ်ယူထားပြီး နိုင်ငံအကျိုး၊ လူမှုအကျိုး၊ စီးပွားအကျိုးတို့ကို မိမိတို့တတ်နိုင်တဲ့အင်အားနဲ့ ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက် အလှူဆင်ကြပါလို့ တိုက်တွန်းအကြံပြု တင်ပြအပ်ပါတယ်။

–ဟန်မင်း (micro)။ (၁၆–၁–၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၂ မှ။

ဒီစိတ်ပဲ

အပြစ်မမြင်၊ အနစ်ထင်၊ ချစ်ခင်တာလဲ "ဒီစိတ်ပဲ"။
နှလုံးသာဝင်၊ မပြုံးရွှင်၊ မုန်းချင်တာလဲ "ဒီစိတ်ပဲ"။
ချစ်စရာကောင်း၊ မုန်းဖို့ကောင်း၊ ပြောင်းနေတာလဲ "ဒီစိတ်ပဲ"။

–ကိန္နရာချောင်းမြားစာဆုစ် စာ ၂၉ မှ။

ဝန်းသို့မြို့ ခန္တီးဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ဩဝါဒ

* ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ် အဋ္ဌကထာနှင့်အညီ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာသုံးပါးလုံး နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းချည်းမှတ်။ သို့ရာတွင် အားရှိ၊အားမဲ့၊ အနေး၊အမြန်မှာ မတူကြပေ။ ဒါန၊ သီလသည် ဝေးသောအကြောင်း၊ ဘာဝနာသည် နီးသောအကြောင်း၊ ဤမျှသာ ထူးကြသည်။
* ဒါနသည် ဖောင်နှင့်တူ၏။ သီလသည် လှေနှင့်တူ၏။ ဘာဝနာသည် သင်္ဘောနှင့်တူ၏။ သင်္ဘောကိုတုရွေ့ လှေမမြန်နိုင်။ လှေကိုတုရွေ့ ဖောင် မမြန်နိုင်။
* ဒါနထက် သီလမြန်သည်။ သီလထက် ဘာဝနာမြန်သည်။ ထို့အတူ ဒါနလည်း သံသရာဤမှာဘက်ကမ်းမှ နိဗ္ဗာန်ဟိုမှာဘက်ကမ်းသို့ ရောက် ကြောင်းပဲ။ သီလ၊ ဘာဝနာတို့လည်း အတူတူပဲ။ သို့ရာတွင် သုံးပါးစုံမှ ရွှေဘုံနိဗ္ဗာန်သို့ရောက်နိုင်သည်ကို သတိပြု။ *-တက္ကသိုလ်ဝင်းမွန်။*

၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

မိခင်တစ်ဦးရဲ့ သဘောထားတစ်ခု

ရင်နာစရာအတွေ့ကြုံထူး

.... သင်ကြားရေးဌာနတစ်ခုတွင် သင်တန်းသား ၁၂ ဦးအနက် ကလေးတစ်ဦး ပျက်ကွက်နေကြောင်း ဆရာမက သတင်းပို့၍ ကလေးအိမ်သို့သွားရောက်ကာ မိခင်နှင့်တွေ့ဆုံသည်။ ကလေးမှာ မိုးရွာလျှင် ဆောင်းရန် ထီး၊ မိုးကာမရှိသဖြင့် ဖျားနာမည်စိုး၍ မလွှတ်ကြောင်း သိရသည့်အခါ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးက ထီး၊ မိုးကာ ဝယ်ပေးသည်။ ကလေးက ကျောင်းရောက်မလာ။ ကလေးမိဘများနှင့် တွေ့ဆုံ ဆွေးနွေးရာတွင် ကလေးမိခင် ပြောပြသည်ကို နားထောင်ပြီးမှ ဩချရတော့သည်။

"ကျွန်မသားလေး .. ပဲခင်းထဲ ပဲနှုတ်လိုက်သွားတယ်။ တစ်နေ့လုပ်ခ ၁၅၀၀ ရတယ်။ ကျောင်းတက်လို့ အလုပ်မလုပ်နိုင်ရင် နေ့တွက် ဗိုက်ဆံ မရတော့ဘူး။ အဲဒီ နေ့တွက်ခ ရှင်တို့ပေးမှာလား"တဲ့ဗျာ။

-နိုင်းနိုင်း (လွှန်ဆေး)။

(၁၆-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၁ မှ။

ဆရာအစစ်မဟုတ်သူ

ကိုယ်က သင်ပြပေးနေတုန်းမှာ ကိုယ့်အတွက် သင်ယူဆည်းပူးရကောင်းမှန်းမသိရင် အဲဒီဆရာက တကယ့်ဆရာအစစ် မဟုတ်ဘူး။ *-ဖူလ်တန် ဂျီ ရှိန်း။*

A professor who is not learning while he is teaching is not a real teacher. -Fulton G. Sheen.

--၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ စိုးမြင့်လှိုင်၏ 'နေရာတကာ ဆရာမလုပ်နဲ့'ဆောင်းပါးမှ။

မင်းကွန်းတိပိဋကဓရ ဆရာတော်၏ ဩဝါဒ

* ကလျာဏနွယ်ဝင် သူတော်စင်အပေါင်းတို့ .....

မိမိတို့မှာ ရှေးကုသိုလ်ထောက်မ၍ လူ့အဖြစ်ကို ရရှိကြပြီးလျှင် ဘုရားသာသနာ ပွင့်လင်းရာအခါဖြစ်သည့် ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒနဝမအခွင့်ကောင်းနှင့်လည်း ကြုံတောင့်ကြုံခဲ ကြုံတွေ့ကြရလေပြီ။

* "သစ်တစ်ပင်ကောင်း ငှက်တစ်သောင်းနား"ဆိုသကဲ့သို့ သာသနာတော်၏ အရိပ်ကြီးကား သစ်ရိပ်ဝါးရိပ်တို့ထက် အဆများစွာ မနှိုင်းသာအောင် သာယာအေးမြလှပါသည်။

* ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများ၏ ခိုကိုးရာ အေးရိပ်သာကြီး ဖြစ်သည့်အတိုင်း ထိုသာသနာအရိပ်ကြီး ပွားစီးအောင် ကိုယ်အား ဉာဏ်အား အကြံအားတို့ဖြင့် အားပေးရွက်ဆောင်ကြ၍ မိမိသူတစ်ပါး နှစ်ဦးသား၏ အစီးအပွားကိုကျင့်သည့် ဥဘယဟိတပဋိပန္နပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်ကြပါကုန်လော့ဟူ၍ တိုက်တွန်းနှိုးဆော် ဥယျောဇဉ်စကား ပြောကြားအပ်ပါသည် ကလျာဏနွယ်ဝင် သူတော်စင်အပေါင်းတို့ .... ။

-တိပိဋကဓရ မင်းကွန်းဆရာတော်ကြီး ဦးဝိစိတ္တသာရာဘိဝံသ။
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

စွဲမြဲစွာ လုပ်ပါ

လူ၏တန်ခိုးသည် ဉာဏ်ပညာ၌ မတည်။ အားအင်ဗလ၌လည်း မတည်။ ဇွဲကောင်းခြင်းမှာတည်ကြောင်း ယုန်နှင့်လိပ် အပြေးပြိုင်သောထုံးဖြင့် သိအပ်ပေသည်။ ကြီးမြင့်လိုသောသူသည် လူပြင်းအားကိုး တရှူးထိုးဆိုသည့် စကားလို မလုပ်ရ။ စွဲမြဲစွာ လုပ်ရလေသည်။ *-ဝိမိုးနှင်း၊၊ လောကီလမ်းညွှန်စာအုပ်မှ။*

အရာရာမှာ ဖြူစင်သောစိတ်ထားဖြင့် ဆောင်ရွက်ကြ

* ဖြူစင်သောစိတ်ထားဖြင့် ဆောင်ရွက်သမျှ အေးမြသောအကျိုးကို ရရှိမည်။
* မဖြူစင်သောစိတ်ထားဖြင့် ဆောင်ရွက်လျှင် နောင်အချိန်တွင် အပူအပင်များ ဝင်လာမည်မှာ သေချာပါသည်။
* သို့အတွက် အရာရာမှာ ဖြူစင်သောစိတ်ထားဖြင့် ဆောင်ရွက်ကြစေချင်ပါသည်။ ***-တိပိဋကဓရ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်သုမင်္ဂလာလင်္ကာရ။***

၂၀၁၃၊ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

ဇီးကွက်တရားသမားနှင့်သီဟိုဠ်စေ့တရားသမား

သူတော်ကောင်းပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုတာကတော့ ကိုယ်ဘာလုပ်နေတယ်ဆိုတာကို ထုတ်ဖော်မပြောပါဘူး။ လူရှေ့သူရှေ့မှာကျွန်တစ်ခွဲသားနဲ့ ရှူးရှဲရှူးရှဲနဲ့ တရားရှုမှတ်ပြီးတော့ မနေပါဘူး။ ဦးဖင်းတို့ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီးဆိုရင် ပုတီးစိပ်တာ ဘယ်သူမှတောင် မသိဘူးနော်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပုတီးစိပ်တယ်လို့လဲ ဘယ်သူမှ ထင်မှာမဟုတ်ဘူး။

တကယ့်ထေရဝါဒစစ်စစ် ကျမ်းဂန်တွေပြနေတယ်။ ပုတီးစိပ်ရင် ထေရဝါဒစစ်စစ်မဟုတ်ဘူးလို့လဲ အချို့ကပြောကြတာပေါ့။ ဒါကတော့ ပုတီးကို ဘယ်လိုစိပ်တယ်ဆိုတဲ့အချက်ပေါ်မှာ မူတည်ပါတယ်။

ပုတီးစိတ်တာ ကုသိုလ်အလုပ်လား၊ အကုသိုလ်အလုပ်လား။ ကုသိုလ်အလုပ်

ပါ။ အကုသိုလ်အလုပ်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။သို့သော်ဂုဏ်တော်ပွားတယ်ဆိုတာ အဆင့်မြင့်မြင့်ပွားမယ်၊ အစစ်အမှန်ပွားမယ်ဆိုရင်တော့ စိတ်ထဲကနေပဲ ဘုရားဂုဏ်တော်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်တွေကို ဆင်ခြင်ရမှာပေါ့။

ဒါပေမယ့် စိတ်သက်သက်နဲ့ ပွားများဖို့ မစွမ်းနိုင်သေးလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒါမှမဟုတ် အကြိမ်များများ အရှိန်များများနဲ့ ပွားများဖို့အတွက်ပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ပုတီးသုံးမယ်ဆို သုံးလို့ရပါတယ်။

တစ်ဆက်တည်း စိတ်တခြားလွင့်မသွားအောင် ပွားများချင်တယ်၊ ဒါမှမဟုတ် အရေအတွက်ကလေးမှတ်သားချင်တယ်၊ ဒါမှမဟုတ်တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်သက်သက်နဲ့ ပွားဖို့ အဆင်မပြေတဲ့အခါမျိုး၊ သပ္ပါယမဖြစ်တဲ့အခါမျိုးမှာ စိတ်ပုတီးလေးနဲ့ ပွားများတာမျိုးလည်း ရှိတာပါပဲ။ ထေရဝါဒနဲ့မကိုက်ညီဘူးလို့ ပြောလို့မရပါဘူး။ ပုတီးလုံးသက်သက် တစ်လုံးပြီးတစ်လုံး ဒီအတိုင်းဆွဲချနေရင် ဘာမှကုသိုလ်မရလို့ ထေရဝါဒနဲ့ မကိုက်တာပါ။

ဂုဏ်တော်ပါဠိ သို့မဟုတ် ပါဠိမြန်မာ တစ်ခေါက်ရွတ်ဆိုလိုက် ပုတီးလုံးတစ်လုံး ချလိုက်ဆိုရင်တော့ ဂုဏ်တော်ရွတ်ဆိုမှုအတွက် ကုသိုလ်ရလို့ ထေရဝါဒနဲ့ကိုက်ပါတယ်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပုတီးစိပ်တယ်ဆိုတာ ဘယ်ကျမှသိတုန်းဆိုတော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပျံလွန်တော်မူတော့မှ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ စာရေးစာပွဲ အံဆွဲလေးဖွင့်လိုက်တော့မှ အဲဒီမှာ သက်န်းအခေါက်ကလေးထဲမှာ စိပ်ပုတီးလေး သွားတွေ့တယ်။ ပုတီးသေးသေးလေးတွေ စီထားတာနော်။ (၁၀၈)လုံး ပုတီးတဲ့။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ပုတီးစိပ်တော့မယ်ဆိုမှ သင်္ကန်းခေါက်ထဲက ပုတီး ထုတ်စိပ်၊ စိတ်ပြီးပြီဆိုရင်လည်း သင်္ကန်းခေါက်ထဲ ပြန်ထည့်တာ။ ဆရာတော်ကြီး ပုတီးစိပ်မှန်းတောင် ဘယ်သူမှ မသိဘူးနော်။ နှုတ်တော်ကလည်း ထုတ်မပြောဘူး။ လူမြင်အောင်လည်း ပုတီးကို ပြမထားဘူး။

ယခုခေတ် ပုတီးသမားတွေက ဘယ်လိုတုန်း။ လည်ပင်းဆွဲပြီးတော့ကို နေကြတာနော်။ စိပ်တဲ့အချိန် ဆွဲတာ ထားပါဦး။ မစိပ်ဘဲနဲ့ အလကားနေရင်း လူကြားသူကြားထဲ စိတ်ပုတီးဆွဲထားတာကတော့ တော့်တော့ကို အမြင်မတော်တာနော်။ အချို့လည်း လက်ကောက်ဝတ်မှာ ပတ်ထားကြတာပေါ့လေ။ တကယ်တော့ ပုတီးစိပ်တာ လူသိစရာကို မလိုပါဘူး။

အမှန်ကတော့ သွားရင်းလာရင်း စိပ်ချင်တယ်ဆိုရင်လည်း ပိုက်ဆံအိတ်ထဲ ထည့်ထား။ အင်္ကျီအိတ်ထဲထည့်ထားပေါ့။ စိပ်ချင်တဲ့အခါမှ ထုတ်ပေါ့။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ စိပ်ပုတီးကို သံဃာတော်တွေက အနီးနေတပည့်တွေက ဘယ်လိုနာမည်ပေးထားလဲဆိုတော့ "**ဖီးကွက်ပုတီး**"တဲ့။

ဖီးကွက်ဆိုတာ နေ့ဘက်မှာ အပြင်မထွက်ဘူး။ ညဘက်ကျမှပဲ အပြင်ထွက်တယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ စိပ်ပုတီးကလည်း အလင်းရောင်ရှိတဲ့အချိန်တွေမှာ အပြင်မထွက်ဘူး။ အံဆွဲထဲမှာပဲနေတယ်။ ညဘက်မှောင်ပြီဆိုမှ အပြင်ထွက်တယ်။ သက်တော်ထင်ရှားရှိစဉ် မမြင်တွေ့ရဘူး။ ပျံလွန်တော်မူပြီး ခုလိုအံဆွဲထဲက သက်န်းခေါက်ကို ဖွင့်ကြည့်မှ မြင်တွေ့ရတယ်။ ဒါကြောင့် ဖီးကွက်ပုတီးတဲ့။

အခု ယောဂီတို့ စိပ်နေတဲ့ပုတီးက ဘာပုတီးလဲ။ ဖီးကွက်ပုတီးလား၊ သီဟိုဠ်စေ့ပုတီးလား။

ဖီးကွက်က နေ့မှာ ထင်ထင်ရှားရှား မပြဘူး။ ညကျမှ သူ့ဘာသာသူ အစာရှာထွက်တာ။ ဖီးကွက်ကို လူမြင်ရဲ့လား။ တစ်ခါတစ်ရံ ရှားရှားပါးပါး မြင်တဲ့သူတွေတော့ ရှိချင်ရှိမယ်။ အင်မတန်မြင်ရခဲတာနော်။ ဒါပေမယ့် လှောင်ထားရင်တော့ မြင်ချင်မြင်မှာပေါ့။ သဘာဝအတိုင်းသွားတဲ့ ဖီးကွက်ကတော့ မမြင်နိုင်ဘူး။ သီဟိုဠ်စေ့ကျတော့ မြင်ဖူးတယ်မဟုတ်လား။ သီဟိုဠ်စေ့ အဆန်သက်သက်ပဲ မြင်ဘူးတာလား။ အပင်မှာ သီဟိုဠ်သီး သီးနေတာ မြင်ဖူးတာလား။ အပင်မှာ သီးနေတော့ သီဟိုဠ်စေ့လေးက အထဲမှာလား၊ အပြင်မှာ ထွက်နေတာလား။ အပြင်ဘက်ကို ပြူးနေအောင် ထွက်နေတာနော်။

အများအားဖြင့် အသီးတွေရဲ့ အစေ့ဆိုတာ အသီးရဲ့အတွင်းထဲမှာပဲနေတာ။ သီဟိုဠ်စေ့ကျတော့ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ သီဟိုဠ်သီးရဲ့ အတွင်းထဲမှာ မနေဘဲ အသီးရဲ့အပြင်ဘက်မှာ ထွက်နေတယ်။ ထွက်တာတောင် ရှီးရှီးထွက်နေတာ မဟုတ်ဘူး။ ပြူးနေအောင်ကို ထွက်နေတာ။

အချို့ကတော့ အဲဒီလိုပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လျှို့ဝှက်မထားဘူး။ ပြူးနေအောင် အပြင်ထွက်ပြလေ့ရှိတယ်။ စိပ်ပုတီးလည်ပင်းဆွဲထား၊ လက်ပတ်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ပုတီးက ဖီးကွက်ပုတီးမဟုတ်ဘူး။ သီဟိုဠ်စေ့ပုတီး။ အပြင်မှာ ပြူးနေအောင်ကို ထုတ်ထားတာနော်။ ဒါ ပုတီးစိပ်တာမှ မဟုတ်ဘဲ။ ပုတီးချိတ်ထားတာ။

ကျန်တာလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။ တို့ကတော့ ဘယ်လိုအားထုတ်နေတယ်ဟေ့၊ ဘယ်အဆင့်ရောက်နေပြီဟေ့၊ တရားထူးရနေပြီဟေ့ ဆိုပြီးတော့ တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်ဖြစ်စေ ထုတ်ဖော်ပြီးကြွေးကြော်တယ်ဆိုရင် အဲဒီလူဟာ သီဟိုဠ်သရက်စေ့လိုလူပဲ။ အရှက်မရှိတဲ့ သရက်စေ့ဆိုတာ သီဟိုဠ်သရက်စေ့ကို

ပြောတာ။ အထဲမှာ မနေဘဲ အပြင်ထွက်နေတာ အရက်မရှိလို့ပေါ့။

ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်တဲ့နယ်ပယ်မှာ ယောဂီကို ဖီးကွက်ယောဂီနဲ့ သီဟိုဠ်စေ့ယောဂီလို့ နှစ်မျိုးခွဲလိုက်ပေါ့နော်။ ယောဂီက ဘယ်နှစ်မျိုးရှိတုန်း။ နှစ်မျိုးရှိတယ်။ ဖီးကွက်ယောဂီရယ်၊ သီဟိုဠ်စေ့ယောဂီရယ်။

ဖီးကွက်ယောဂီဆိုတာကတော့ ကိုယ်အားထုတ်နေတာကို သူများအသိမခံဘူး။ ရိပ်သာမှာအားထုတ်တာဆိုရင်တော့ အများနဲ့အားထုတ်တာဆိုတော့ သိသွားမှာပေါ့လေ။ ကိုယ့်ဘာသာ အားထုတ်တယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်အားထုတ်တာ သူများမသိစေရဘူး။ လျှို့လျှို့ဝှက်ဝှက် အားထုတ်တယ်။

တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ဘတ်စ်ကားစီးရင်းနဲ့လည်း အားထုတ်လို့ရတာပဲ။ လမ်းဘေးပလက်ဖောင်းပေါ်မှာ လူအုပ်ကြားထဲ လမ်းလျှောက်သွားရင်းနဲ့လည်း အားထုတ်လို့ရတာပဲ။ ဘုရားရှေ့မှာ မျက်စိမှိတ်၊ တင်ပျဉ်ခွေထိုင်နိုင်မှ မဟုတ်ပါဘူး။ သူလိုကိုယ်လို ပုံမှန်အတိုင်း သွားလာလှုပ်ရှား စားသောက်ပြောဆို လုပ်ကိုင်နေရင်းနဲ့လဲ တရားအားထုတ်လို့ ရပါတယ်။

ဘတ်စ်ကားစီးရင်း တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ မျက်လွှာချပြီးတော့ ရှုံ့မဲ့ရှုံ့မဲ့ ရှုနေရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဘေးလူက "အော် .. သူတရားအားထုတ်နေတယ်၊ မနှောင့်ယှက်နဲ့"၊ အဲဒီလို ပြောရလောက်အောင်ဆိုရင်တော့ တရားအားထုတ်တာကို လူသိအောင် ကြွားနေတာနဲ့ အတူတူပဲ။ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ စိတ်နဲ့ပဲလုပ်ရတာဆိုတော့ ဘေးလူသိစရာတောင် မလိုပါဘူး။ ကိုယ့်စိတ်နဲ့ကိုယ် နှာသီးဝ သတိကပ်၊ ဝင်လေထွက်လေ ရှု၊ လေထိတိုင်း သိ၊ လေတိုးတိုင်း သိ၊ ဒါ သွားရင်းလာရင်း လုပ်လို့ရတဲ့ အလုပ်ပါ။

အဲဒီလို လူများသိအောင် ဂုဏ်မဖော်ဘဲနဲ့ လျှို့လျှို့ဝှက်ဝှက် သိုသိုသိပ်သိပ် ကျစ်ကျစ်လျစ်လျစ်နဲ့ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ "**ဖီးကွက်ယောဂီ**"။

ကိုယ်အားထုတ်တာကို လိုက်ပြီးတော့ ကြွားနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ "**သီဟိုဠ်စေ့ယောဂီ**"။ တို့ကတော့ ဘယ်နှစ်နာရီ ထိုင်နိုင်တယ်၊ တို့ကတော့ ဘယ်ဉာဏ်ရောက်နေပြီ၊ ဘယ်အဆင့်ရောက်နေပြီ၊ သောတာပန်ဖြစ်နေပြီ၊ အနာဂါမ်ဖြစ်နေပြီဆိုပြီးတော့ ရဲရဲထုတ်ဖော်ပြောတဲ့သူလည်း ရှိတာပဲနော်။ အဲဒီလို ကိုယ်တရားအားထုတ်တာကို ထုတ်ပြောတဲ့ယောဂီကျတော့ "သီဟိုဠ်စေ့ယောဂီ"။ အခု တရားပွဲမှာ ထိုင်နေကြတဲ့ ယောဂီတွေက ဘာယောဂီတုန်း။

အံမယ်.. ဖီးကွက်ယောဂီတဲ့။ ဖီးကွက်က အစာရှာထွက်တဲ့ ဖီးကွက်လား၊

အိပ်နေတဲ့ ဖိုးကွက်လား။ အားကိုမထုတ်တဲ့ ယောဂီကျတော့လည်း ဘာယောဂီလို့ ပြောမတုန်း။ အဲဒီကျတော့လည်း "**နဂါးယောဂီ**"လို့ ပြောလိုက်တော့။ နဂါးလို အိပ်နေတဲ့ ယောဂီပေါ့။ ဟိုလို တကယ်အိပ်နေတာ မဟုတ်တောင် မှေးလျှောခြင်းမှာ အိပ်နေတဲ့သူပေါ့။ အစားပဲ သောင်းကျန်းနေတဲ့ ယောဂီကျတော့ "**ဘီလူးယောဂီ**"ပေါ့။ စကားများတဲ့ ယောဂီကျတော့ "**စာကလေးယောဂီ**"ပေါ့။ သာလိကာယောဂီပေါ့။ အဲဒီလိုအားဖြင့် ယောဂီအမျိုးမျိုးကို ခွဲတတ်ရမှာပဲ။

-အရှင်ဆန္ဒာဓိက၊ ၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် လပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၈၈-၈၉ မှ။

သမီးလေးအတွက် ဖခင်ရဲ့ ဥပမာကောင်းလေးတစ်ခု

သမီးဖြစ်သူကို "သမီးကိုတစ်ခုပြမယ် .. အရေးကြီးတယ်နော်"..ဟုပြောပြီး၊ ဖခင်ဖြစ်သူက တစ်စုံတစ်ခုကို အကျီအိတ်ထဲကနိုက်ပြီး လက်ထဲဆုပ်ကိုင်ထားလိုက်ပါတယ်။ သမီးဖြစ်သူက ခေါင်းညိတ်တဲ့အခါမှာတော့-

"ဒါဆို သမီး ထိုင်ထ ၁၀ ခေါက်လုပ်".. သမီးဖြစ်သူက ထိုင်ထလဲလုပ်ပြီးရော ဖခင်ဖြစ်သူက-

"၃ ခေါက်ထပ်လုပ်မှ ပြမယ်"လို့ ဆိုပြန်တယ်။ ၃ ခေါက်လည်း လုပ်ပြီးရော "၅ ခေါက်လုပ်မှ ပြမယ်"လို့ ဆိုပြန်တယ်။

ပြီးတော့ "နောက်ထပ် ၁၀ ခေါက်လုပ်ပြ"လို့ ပြောပြန်တယ်။ ထိုအခါ သမီးဖြစ်သူက ၁၀-ခေါက်လုပ်ပြီးတော့ -

"အဖေရယ်.. သမီးကို ဘာလဲဆိုတာ သိအောင် ပြပါတော့"လို့ ဆိုတော့မှ အဲဒီအခါ ဖခင်ဖြစ်သူက လက်ထဲမှာ ဆုပ်ကိုင်ထားတာလေးကို ဖွင့်ပြလိုက်တော့ အကြွေတစ်မတ်စေ့လေး ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီအကြွေစေ့လေးကို နောက်တစ်ခေါက်ပြန်ဆုပ်ကိုင်လိုက်ပြီးတော့ သမီးဖြစ်သူက "ထိုင်ထ ၁၀ ခေါက်လုပ်ပြရင် နောက်တစ်ခါ ပြမယ်"လို့ပြောတယ်။ အဲဒီအခါ သမီးဖြစ်သူက "သမီး မတွေ့ချင်ပါဘူး။ သမီး တွေ့ပြီးပြီပဲဟာ"လို့ ပြန်ပြောလိုက်တယ်။ ဖခင်ဖြစ်သူက-

"တစ်ခေါက်ပဲလုပ်ပါ သမီးရယ်၊ အဖေ ပြပါ့မယ်"လို့ပြောသတဲ့။

"တစ်ခေါက်လည်း မလုပ်နိုင်ဘူး၊ တွေ့ပြီးမြင်ပြီးသားပဲဟာ"လို့ သမီးက ပြန်ပြောသတဲ့။

"ဒါဆို အလကားပဲ ပြမယ် သမီးရယ် ကြည့်မလား"လို့ ဖခင်က ပြန်မေးတယ်။

"အလကားလည်း မကြည့်ချင်ပါဘူး၊ တွေ့ပြီးမြင်ပြီးသွားရင် ဘာတန်ဖိုးရှိတာမှတ်လို့"ဆိုပြီး သမီးဖြစ်သူက ပြန်ပြောတယ်။ အဲဒီတော့မှ ဖခင်ဖြစ်သူက-

"ဒီဥပမာလေးလိုပဲ သမီးရယ် .. မတွေ့ခင် မမြင်ခင်က တန်ဖိုးကြီးမားပြီး လိုသလို နိုင်းလို့ရတဲ့ ဒီမတ်စေ့လေးဟာ တွေ့မြင်သွားပြီးနောက်မှာ တန်ဖိုး မရှိတော့ဘူး မဟုတ်လား ...။ ဒီလိုပဲ သမီးရေ .. ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမယ့် အရာတွေကိုလည်း အချိန်မတန်ခင်မှာ တန်ဖိုးမဲ့သွားအောင် သူတစ်ပါးကို ပေးမမြင် ပေးမတွေ့သင့်ဘူး။ သမီးတို့ရဲ့ အပျိုစင်ဘဝကိုလည်း ဒီမတ်စေ့လေး လိုပဲ အချိန်မတန်ခင် တန်ဖိုးမဲ့သွားအောင် သူတစ်ပါးကို ပေးမမြင် ပေးမတွေ့ သင့်ဘူး"ဟု ပြောပြလိုက်လေသည်။

Posted by kyisoe on January 13, 2013 at 4:53pm

ပစ် တိုင်း ထောင်

* ပစ်တိုင်းထောင်ရုပ် ကြိုးမရှုပ်
ထိုင်နေ ငုပ်တုပ်တုပ်
ဘယ်လိုလှုပ်လှုပ် မလဲပါ
အမြဲ ခေါင်းထောင်တာ။
အပြုံးဖြာ မျက်နှာပေး
ရှေ့တွန်းနောက်တွန်း ကပြသေး။

* သံချိုအေးအေး သီကျူးလာ
ပန်းပန် အောင်ပွဲဖြာ၊
နောက်ဆုတ်ကာ ရှုံးသူများ
ပစ်တိုင်းထောင် စိတ်ထား။

* ကြိုးစားကြည့်ပါ ညီထွေးရယ်
အောင်စိတ် မွေးရမယ်၊
သတ္တိကြွယ် ရဲရင့်မှ
အခက်အခဲ အနိုင်ရ၊
ပစ်တိုင်းထောင်လို ကြိုးစားကြ။

-ဝန်းသိ-ညီမှိုင်း။ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ်
နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်မဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၈၇ မှ။

၅

* 'မ' ကောင်းမှုကို ရှောင်ကြည်ပါ၊ 'မ'သမာမှု မပြုရာ။
'မ'လိုတမာ စိတ်ထားလည်း၊ 'မ'ဖြစ်ပေါ်အောင် ထိန်းကွပ်ကဲ။
* 'မ'လုံမလဲ ဝတ်စားဆင်၊ 'မ'လွှဲမသွေ ရှောင်စေချင်
စကားဆို ချိုသာကွဲ့၊ 'မ'ကြားဝံ့-'မ'နာသာ 'မ'ဆိုလေနဲ့။
* 'မ'တော်လောဘနဲ့ သက်မွေးတာ၊ 'မ'ပြုမိစေနဲ့ သတိပြုပါ။
'မ'ဟုတ်မဟတ်တာ မလုပ်နဲ့၊ 'မ'နာလို-မရှုစိတ် မဖြစ်စေနဲ့။
* သက်ကြီးသူနဲ့ ဆက်ဆံသော်၊ 'မ'ခန့်လေးစား မပြုနဲ့နော်။
'မ'တော်တရော် မူအကျင့်၊ 'မ'သတိစရာမို့ သတိချင့်။
* 'မ'သန်မစွမ်း ဒုက္ခိတမြင်၊ 'မ'ဆိုင်းမတွ ကူစေချင်။
လမ်းမ-ကူးလျှင် သတိကပ်၊ 'မ'တော်တဆ မဖြစ်အောင် ကြည့်ကာဖြတ်။
* 'မ'အပ်မရာစကား ပြုအမူ၊ အမြဲရှောင်ရှား ကျားမ-မဟူ။
အားငယ်သူကို ဖေးကူမ၊ မြန်မာ့စိတ်ထား သိအောင်ပြ။
ဂုဏ်ယူတတ်ပါစ။ *-ကျော်ဝင်းမောင်(ကျောက်မဲ)။*

၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်မဂ္ဂဇင်း စာ ၁၁၇ မှ။

ဒါဆိုရင်တော့

နိုင်ငံရေးသမားတစ်ဦးကို အခွင့်အရေးလိုချင်သည့် စီးပွားရေးသမားတစ်ဦးက လာဘ်ထိုးသည့်အနေနှင့် ကားအသစ်စက်စက်တစ်စီးပေးပါမည်ဟု ကမ်းလှမ်းပြောဆိုသည့်အခါ နိုင်ငံရေးသမားက စီးပွားရေးသမားကို ပြောသည်မှာ-

"ခင်ဗျားကားကို မလိုချင်ဘူး၊ ဒါ ခင်ဗျား ကျုပ်ကို လာဘ်ထိုးတာပဲ" ။ ဤတွင် စီးပွားရေးသမားက နိုင်ငံရေးသမားအား -

"ဒါဆို ဆရာ့ကို ဒေါ်လာ ၂၀ နဲ့ ရောင်းမယ်ဗျာ"။
ထိုအခါ နိုင်ငံရေး သမားက ပြောလိုက်သည်မှာ-

"အဲဒါဆို ၂-စီးယူမယ်ဗျာ"ဟူသတည်း။

-မောင်ကြည်သစ်၏ ဟာသကဏ္ဍ၊ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်မဂ္ဂဇင်း စာ ၂၇ မှ။

ကြိုး

* "နွယ်"တစ်ပင်လို ....
မထင်မှတ်စွာ နှောင်ဖွဲ့၊ တင်းကြပ်စွာ ချည်ခဲ့
မြင်လည်း မမြင်ရ၊ ဖြည်လည်း ပြေမကျ
ခန့်မှန်းရခက်တဲ့ ပဥ္စလက် ကြိုးတစ်ချောင်းပမာ။
* "ကြိုး"၏ ရစ်ပတ်မှု၊ "ကြိုး"၏ ခိုင်းစေမှု
ရုန်းကန်လည်း မရ၊ ငြင်းဆန်လည်း မရ
မှားမှန်းသိလည်း ရှေ့ဆက်တိုးမိ
ကြိုးတစ်ချောင်းနှင့် ငြိခဲ့၏။
* ဒီ "ကြိုး"မှာ ....
ကရုဏာတွေ ရှိ၊ ရက်စက်ခြင်းတွေ ရှိ
ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ရှိ၊ ငိုကြွေးခြင်းတွေ ရှိ
ကြင်နာခြင်းတွေ ရှိ၊ နာကျင်ခြင်းတွေ ရှိ
ဖြူစင်ခြင်းတွေ ရှိ၊ ဟန်ဆောင်ခြင်းတွေ ရှိ
ဘာတွေပဲ ရှိရှိ၊ ဒီကြိုးနဲ့ ငြိမှတော့
လွတ်နိုင်အောင် ကြိုးစား
"ကြိုး" အမည် ....
"သံယောဇဉ်" ... တဲ့..လား။ *-မြတ်နိုးဆု (ထမာချေ)။*

၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် နိုင်ငံ့ဝတ်ရည်မဂ္ဂဇင်း တ ၁၆၃ မှ။

သန့်ရှင်းသောလက် ဆေးတစ်ခွက်

၁။ မစားခင်မှာ၊ လက်ကိုသာ၊ ဆပ်ပြာတိုက်ပါ ဆေးကြောပါ။
၂။ စားပြီးတော့လည်း၊ လက်ကိုပဲ၊ ဆပ်ပြာသုံးစွဲ ဆေးကြောမြဲ။
၃။ အိမ်သာတက်ကာ၊ ပြီးတိုင်းမှာ၊ ဆပ်ပြာနှင့်သာ လက်ဆေးပါ။
၄။ ကလေး မကျွေးခင်၊ လက်သန့်စင်၊ ဆပ်ပြာနှင့်ပင် ဆေးကြောအစဉ်။
၅။ လက်မဆေးဘဲ၊ စားမိလည်း၊ ပိုးမွှားဗိုက်ထဲ သွင်းတာပဲ။
၆။ ရောဂါပိုးမွှား၊ သေစေတာ၊ ဆေးကြောဆပ်ပြာ အဓိကပါ။
၇။ လက်သန့်ရှင်းဖို့၊ ဆေးကြောလို့၊ ဆပ်ပြာသုံးစွဲကြပါစို့။

-မြန်နီသစ္စာ။ (၂၉-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ တ ၁၄ မှ။

စာတွေ ဘယ်လိုကျက်ကြမလဲ?(သို့) စာကျက်နည်း

စာမေးပွဲနီးလာပြီဖြစ်၍ စာကျက်နည်းလေးတစ်ခုတော့ ရေးသားလိုက်ချင်ပါသည်။ အင်တာနက်ထဲက နည်းလေးပါပဲ။ ဘယ်နိုင်ငံက ကျောင်းသားမဆို ကျောင်းသားဟာ ကျောင်းသားပါပဲဟု ဆိုချင်ပါသည်။ ဘယ်ကျောင်းသားမဆို စာကျက်ရသည့်အခါ ဗီဒီယိုတစ်ကား ထိုင်ကြည့်သလို စိတ်စူးစူးနစ်နစ်ရှိဖို့ကို အတော်ကြိုးစားရပါသည်။ ယခုတင်ပြမည့် ဆောင်းပါးလေးလည်း ဒီသဘောပါပဲ။

ကျောင်းသားအများစု ရင်ဆိုင်ရသည့်ပြဿနာမှာ စာကျက်နေစဉ်တစ်လျှောက်လုံး အာရုံစူးစိုက်မှု အဆက်မပြတ်ရှိနေဖို့ လိုအပ်ခြင်းပင်။ နိုးနိုးကြားကြားရှိနေဖို့ ဆိုတာကလည်း သေးငယ်သော စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်မဟုတ်။ ကျောင်းသားက အတွေ့အကြုံအရ ရှုန်းကန်နေရသည်။ လမ်းကြောင်းမပျောက်ဖို့ ကြိုးစားနေရသည်။ စာမျက်နှာပေါ် မျက်လုံးက စိုက်ကြည့်နေခဲ့သော်လည်း စိတ်တွေက ဟိုရောက်ဒီရောက်ဖြစ်နေသည်။

စိတ်အာရုံစူးစိုက်မှုဆိုတာ ရှုန်းကန်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ စာကျက်ရသည်မှာ နှေးလာသည်။ စိတ်ပျော်ရွှင်မှု မရှိ။ အဆိုးဆုံးမှာ စာပွဲမှာထိုင်နေသော်လည်း ထိရောက်မှုမရှိခြင်းပင်။

ကံအားလျော်စွာ စာကျက်သည့်အခါ ထိထိရောက်ရောက်နှင့် ရှည်ရှည်ကြာကြာ ကျက်နိုင်ဖို့ နည်းလမ်းတစ်ရပ် ရှိခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ခဲတံတစ်ချောင်းနှင့် စာကျက်လျှင် ပို၍ထိရောက်နိုင်သည်။ ဖောင်တိန် သို့မဟုတ် ခဲတံနှင့် စာကျက်ရာတွင် ဆောင်ရွက်ရန် နည်းလမ်းနှစ်မျိုးရှိသည်။

<u>တစ်မျိုးမှာ ထူးခြားသောအချက်တွေ့လျှင် စာအုပ်ထဲတွင် ခဲတံဖြင့် မျဉ်းသားနိုင်သည်။ မှတ်စုထုတ်နိုင်သည်။</u> မှတ်စုထုတ်သည့်နည်းတွင် အကြောင်းအရာ၏ သဘောတရားတွင် မိမိတုန့်ပြန်ချက်ကို ပြန်ရေးနိုင်သည်။ မိမိထင်မြင်ချက်ရှိလျှင် အပြင်ဘက်ဘေးသားတွင် ဝင်ရောက်ရေးသားနိုင်သည်။ သင့်ကိုယ်ပိုင်အတွေးအခေါ် မှတ်ချက်ပြန်ရေးနိုင်သည်။ ရှည်ရှည်လျားလျား မှတ်သားလိုလျှင်တော့ သင်၏မှတ်စုစာအုပ်ကို သုံးနိုင်သည်။

ခဲတံတစ်ချောင်းနှင့် စာကျက်ခြင်းတွင် အကျိုးကျေးဇူးများရှိသည်။ တစ်ခုမှာ သင့်စိတ်ကို နိုးနိုးကြားကြားရှိနေစေသည်။ စာရေးခြင်းနှင့်စာဖတ်ခြင်းကို ပေါင်းစပ်လိုက်ခြင်းအားဖြင့် သင်၏ဦးနှောက်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် အသုံးပြု

နိုင်သည်။ ခဲတံဖြင့် စာကျက်ခြင်းသည် သင့်ကို နိုးကြားနေစေရန် တွန်းအား ပေးသည်။ ဖတ်နေသောအကြောင်းအရာတွင် တိုက်ရိုက်စီးမျောနေသဖြင့် မိမိ ဖတ်နေသော အကြောင်းအရာတွင် ကိုယ်တိုင်ပါဝင်သကဲ့သို့ ဖြစ်နေသည်။ ပို၍ တွေးတောနိုင်ပြီး ပို၍နားလည်လာစေသည်။

စာပိုဒ်များတွင် မျဉ်းသားခြင်း၊ ဘေးအနားတွင် မှတ်ချက်ပြုခြင်း၊ မှတ်စု ထုတ်ခြင်းသည် စာမေးပွဲဖြေသည့်အချိန်တွင် စဉ်းစားသည့်အခါ ပို၍မှတ်မိ လွယ်စေသည်။

လိုအပ်လျှင် အရောင်များဖြင့် စာကြောင်းကို ထင်ရှားအောင် လုပ်နိုင်သည်။ မှတ်စုထုတ်ခြင်း၊ မျဉ်းသားခြင်းတို့သည် စာမျက်နှာအလိုက် နေရာတူညီခြင်းမရှိဘဲ ကိုယ်ကျက်သည့်စာပိုဒ်အလိုက် မှတ်သားမှုနေရာများ အမျိုးမျိုးကွာခြားပေလိမ့်မည်။

ထိုအချက်ကလည်း မိမိဖြေရမည့်စာပုဒ်ကို စာမေးပွဲဖြေစဉ် စဉ်းစားရာတွင် ပိုမိုမှတ်မိနိုင်ကာ ကောင်းစွာဖြေနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ။

-ဦးထင်အောင် (ပျဉ်းမနား)။ (၁၇-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၂ မှ။

မိုက်ကရိုဆော့ဖ် ကုမ္ပဏီကြီးကို တည်ထောင်သူ ဘီလ်ဂိတ်စ်ရဲ့စကားတစ်ခွန်း

"လူတစ်ယောက် အောင်မြင်ဖို့ဆိုရင် မနားမနေ အလုပ်လုပ်ရမယ်။
အောင်မြင်တဲ့အထိ အပြင်းထန်ဆုံး ကြိုးစားရမယ်။
ကိုယ်က ဉာဏ်ရှိမယ်၊ ကိုယ့်ဉာ-ဏ်ကိုလည်း
ဘယ်လိုသုံးမလဲဆိုတာ သိတဲ့လူတစ်ယောက်အဖို့
ကိုယ်လိုချင်တာကို ရလာမှာ မလွဲပါဘူး။
အပြင်းအထန် မကြိုးစားတဲ့လူတစ်ယောက်ဟာ
ဘယ်တော့မှ မအောင်မြင်နိုင်ဘူး။
ကံပေးလို့ ရတာတို့၊ ဘယ်နတ်ဘုရားက စောင်မပေးလို့ ဖြစ်တာတို့
ဆိုတာမျိုးတွေကို ကျွန်တော် လုံဝမယုံပါဘူး"

-၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် သုတပဒေသာစာစောင် စာ ၁၂ မှ။

ရွာက ရေတွင်းကြီး ပြုပြင်ဖို့ အတွက် အလှူခံပါတယ်..
ရေတွင်းရဲ့ အပေါ်ဆုံးက ကျောက်ခွေ အတွက် ဘယ်လောက် ကုန်ကျကုန်ကျ ကျွန်တော်လှူမယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကျောက်ခွေမှာ အလှူရှင် အမည် ကမ္ပည်းထိုး ပေးပါနော်..
အော် ရှင်လေ...
အလှူက အနားယူလိုက်တော့မှပဲ ငါးပါးသီလ စောင့်ဖို့ သတိရတော့တယ်...
2013

ဓမ္မနှင့် အဓမ္မ

၁။ ဓမ္မ,အဓမ္မ၊ ဤနှစ်ဝ၊ မိန့်ဟ မြတ်ဗုဒ္ဓါ။
၂။ ကောင်းမှုကုသိုလ်၊ တရားကို၊ ခေါ်ဆို "ဓမ္မ"သာ။
၃။ မကောင်းမှုမျိုး၊ တရားဆိုး၊ ခေါ်ရိုး "အဓမ္မာ"။
၄။ ဓမ္မ,အဓမ္မ၊ မတူကြ၊ ကွဲရ အကျိုးမှာ။
၅။ အဓမ္မဆိုး၊ မကောင်းကျိုး၊ ပေးရိုး ကေန်သာ။
၆။ ဓမ္မခေါ်ရိုး၊ ကုသိုလ်မျိုး၊ ကောင်းကျိုးပေးမည်သာ။
၇။ အဓမ္မရှား၊ ဓမ္မများ၊ ကြိုးစားအားထုတ်ပါ။
၈။ ကုသိုလ်ဓမ္မ၊ ရှိသူမှ၊ ဒုက္ခကင်းလွတ်ကွာ။
၉။ ထို့ကြောင့်ဓမ္မ၊ ကုသလ၊ မုချပြုလုပ်ပါ။

–တိပိဋကဓရ ပခုက္ကူဆရာတော်ကြီး အရှင်ဓေမိန္ဒ။
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

ဂုဏ်တက် ဂုဏ်ပျက်

ဂုဏီ ဂုဏီ နနိန္ဒာယ၊ ပသံသာယ ဂုဏီ ဂုဏီ။
နိဂ္ဂုံ နိဂ္ဂုံ န ကုပ္ပေယျ၊ န သာဒိယေ ထုတိ ထုတိ။

၁။ ဂုဏ်ရှိသူအား၊ ကဲ့ရဲ့ငြား၊ ဂုဏ်ကား မပျက်ပါ။
၂။ ဂုဏ်မဲ့သူအား၊ ချီးမွမ်းငြား၊ ဂုဏ်ကား မတက်လာ။
၃။ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ၊ တွေ့ကြုံက၊ ဒေါသမဖြစ်ရာ။
၄။ ချီးမွမ်းထောမနာ၊ တွေ့ကြုံလာ၊ သာယာမပြုရာ။

–တိပိဋကဓရ ရေစကြိုဆရာတော် အရှင်ဝါယာမိန္ဒာဘိဝံသ။
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

ချစ်သူ – မုန်းသူ

* ကိုယ့်ကိုချစ်သူ၊ လောကလူ၊ ဘယ်သူဖြစ်သနည်း။
ကောင်းတာပြုသူ၊ ပြော,ကြံသူ၊ ချစ်သူဖြစ်သတည်း။
* ကိုယ့်ကိုမုန်းသူ၊ လောကလူ၊ ဘယ်သူဖြစ်သနည်း။
မကောင်းပြုသူ၊ ပြော,ကြံသူ၊ မုန်းသူဖြစ်သတည်း။
* မုန်းသူမဖြစ်၊ ချစ်သူဖြစ်၊ ပြုကျင့်ကြိုးစားပါ။

–တိပိဋကဓရ အရှင်ဝံသပါလာလင်္ကာရ။

မလုပ်မပြော လုပ်မှပြော

၁။ ကုသိုလ်သုံးပါး၊ ကောင်းမှုများနှင့်၊ ကြီးပွားဖို့ရန်၊ မှုမှီးမှန်၊ မြန်မြန်ပြုကြလေ။
၂။ မပြုမိက၊ ချမ်းသာမှု၊ လျှောကျရတတ်ချေ။
၃။ နောင်ခါပြန်တွေး၊ စိတ်မအေး၊ ပူဆွေးရတတ်ပေ။
၄။ မလုပ်မပြော၊ လုပ်မှ ပြော၊ သဘောစင်လှစေ။
၅။ အပြောသာချဲ့၊ အလုပ်မဲ့၊ ကဲ့ရဲ့မလွတ်ချေ။
၆။ နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ ဒုက္ခပြတ်၊ အမြတ်ချမ်းသာပေ။
၇။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေး၊ မျှော်ခေါ်တွေး၊ မနေးကျင့်ကြလေ။

-တိပိဋကဓရ အရှင်သီလက္ခန္ဓာဘိဝံသ။
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

ဓမ္မကျင့်၍ ဘဝမြှင့်ပါ

* မနုဿတ္တ၊ ဒုလဘမို့၊ ဘဝကောင်းမှာ၊ လူဖြစ်လာ၍၊
သာသနာနှင့်၊ အခွင့်သင့်၏။ ဆင့်ဆင့်ဘဝ၊ မြင့်တက်ကြဖို့၊
ဓမ္မလမ်းစဉ်၊ ကျင့်ခွင့်ယှဉ်၍၊ လိုအင်ဆန္ဒ၊ ဝီရိယနှင့်၊
ဉာဏထောက်ကူ၊ ကြိုးစားယူက၊ နိဗ္ဗူတိုင်ဆင့်၊ ဘဝမြင့်လိမ့်။
အခွင့်ကောင်းသာ၊ ခုချိန်ခါဝယ်၊ ဆရာမိဘ၊ မိတ်ကောင်းရ၍၊
ဓမ္မသွန်းလောင်း၊ စိတ်ထားကောင်းကြောင့်၊ လူကောင်းလူမွန်၊ လူရည်ချွန်နှင့်၊
လူလွန်အဆင့်၊ လူထက်မြင့်မည်၊ ဓမ္မကျင့်၍၊ ဘဝမြှင့်လော့။

-တိပိဋကဓရ အရှင်ဂန္ဓမာလာလင်္ကာရ။

ယဉ်ကျေးအောင်သာ စိတ်ထားပါ

* နိပ်ကွပ်ရန်လဲ၊ သူခက်ခဲ၊ ပြောင်းလဲ သူမြန်သည်။
* လိုရာအာရုံ၊ အဖုံဖုံ၊ အကုန်သူရောက်သည်။
* ထိုစိတ်ကိုပင်၊ ဆုံးမလျှင်၊ အစဉ်ကောင်းလိမ့်မည်။
* ယဉ်ကျေးပြီးပါ၊ ထိုစိတ်မှာ၊ ချမ်းသာဆောင်တော့သည်။

-တိပိဋကဓရ အရှင်အဘိဇာတာဘိဝံသ
(စစ်ကိုင်းဆရာတော်)။

အသိတစ်လုံး အစဉ်သုံး

* အရာရာတိုင်းမှာ သတိသည် အရေးကြီးသည်။
သတိမပါက အလွဲလွဲ အမှားမှား ဖြစ်တတ်သည်။
ထို့ကြောင့် ကာယကံဖြင့် မပြုမီသတိ၊ ပြုဆဲသတိ၊ ပြုပြီးသတိ၊
ဝစီကံဖြင့် မပြောမီသတိ၊ ပြောဆဲသတိ၊ ပြောပြီးသတိ၊
မနောကံဖြင့် မကြံမီသတိ၊ ကြံဆဲသတိ၊ ကြံပြီးသတိအားဖြင့်
၉–ဌာနတို့၌ သတိထားရမည်။

* သတိဥ္စ ခွါဟံ ဘိက္ခဝေ သဗ္ဗတ္ထိကံ ဝဒါမိ။
သတိကိုသာ၊ အရာရာ၊ မုန်စွာလိုအပ်တာ။

* အပ္ပမာဒေါ အမတံ ပဒံ။
သတိသည်သာ၊ မသေရာ၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းပါ။

* အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။
သတိဖြင့်သာ၊ ချိန်တိုင်းမှာ၊ သေချာပြည့်စုံပါ။

–တိပိဋကဓရ အရှင်သုန္ဒရ(ဓွန်းလွန်းဆရာတော်)။

အကြွေး

ကြွေးကျေမှ ချမ်းသာသည်။ ကြွေးတင်လျှင် ဆင်းရဲသည်။

မိမိသည် တိပိဋကစာမေးပွဲအတွက် ကြိုးစားအားထုတ်စဉ် ကြွေးကို မမေ့စေရန် မိမိကိုယ်မိမိ သတိပေးသောအားဖြင့် ဗိုက်ဘုတ်တွင် ဤသို့ စာရေးထားသည် –

"သင့်အား တိပိဋကဖြစ်ရန် အများက မျှော်လင့်နေကြတယ်၊ ပူဇော်ထားကြတယ်။ အဲဒီကြွေးကို သင်ဒီဘဝ မဖြစ်မနေ ဆပ်ရတော့မယ်"ဟူ၍

၁၃၆၅ (၂၀၀၄)ခုနှစ်တွင် တိပိဋကဘွဲ့ကို ဖြေဆိုအောင်မြင်ရရှိသဖြင့် ကြွေးဆပ်နိုင်ခဲ့လို့ အမောပြေပါသည်။ ၂၁–နှစ်ကြာ ပေးဆပ်လိုက်ရသည်။

ကြွေးကျေလို့ အမောပြေပါသည်။ အမောပြေနိုင်ကြပါစေ .... ။

–တိပိဋကဓရ အရှင်ဣန္ဒပါလ(ရမ္မာဝတီဆရာတော်)။

ဘဝနေနည်း

* ကောင်းဆိုးနှစ်တန်၊ လောကဓံ၊ ကေန်တွေ့ရမည်။
တွေ့ကြုံလာက၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခဆင်ခြင်ကြရမည်။
မဆင်ခြင်လျှင်၊ ထိုသူတွင်၊ မှန်ပင်ဒေါသဖြစ်တတ်သည်။
ထိုသို့ဖြစ်က၊ ဝဋ်ဒုက္ခ၊ မုချမလွတ်ပြီ။
လွတ်ချင်ကြလျှင်၊ အနိစ္စပင်၊ တွင်တွင်ရှုရမည်။
လွတ်ချင်ကြလျှင်၊ ဒုက္ခပင်၊ တွင်တွင်ရှုရမည်။

–ထိပိဋကဓရ အရှင်ဣန္ဒာစရိယ(ဘုထလင်ဆရာတော်)၊
၂၀၁၃ မတ်လထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

မကောင်းမှုရှင်း ကောင်းမှုသွင်း

၁။ မကောင်းမှုရှင်း၊ ကောင်းမှုသွင်း၊ စိတ်ရင်း ဖြူပါစေ။

၂။ ဆုဆုဗုဒ္ဓ၊ ဩဝါဒ၊ တိကျလိုက်နာစေဟူသော ဘုရားရှင်များ၏ ဩဝါဒအရ
(က) အကုသိုလ်မှန်သမျှ ကင်းရှင်း၍
(ခ) ကောင်းမှုမှန်သမျှ အားထုတ်ကြပြီးလျှင်
(ဂ) ဖြူစင်သန့်ရှင်းသော စိတ်ရင်းစိတ်ဓာတ် မပြတ်အောင်ထားနိုင်ဖို့ ဘုန်းကြီးတို့နှင့်တကွ သတ္တဝါမှန်သမျှ ကြိုးစားအားထုတ်ရပါမည်။ ကြိုးစားကြပါ သူတော်ကောင်းတို့ .... ။

–ထိပိဋကဓရ ပြည်ဆရာတော် အရှင်ကောသလ္လ။
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။

လျှုတတ်မှ မြတ်သည်

ယတြာနှင့် မလှူ၊ သဒ္ဓါနှင့်လှူသည်။
တဏှာနှင့် မလှူ၊ ပညာနှင့်လှူသည်။
စိတ်အကြံပေါက်ဖို့ မလှူ၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ လှူသည်။
ရှိလို့ မလှူ၊ သိလို့ လှူသည်။
ရှိဖို့ မလှူ၊ သိဖို့ လှူသည်။
စိတ်တွင်အပြီး သခါရခရီးတည်း။

–"သုဂတိဘုံသို့ ဘဝကူးနည်း"
သက်ကမ်းစာစောင်မှ။

ပီတိမင်္ဂလာ

* စာသင်ခန်းဝင်၊ ပြုံးရွှင်မျက်နှာ
"မင်္ဂလာပါ"၊ ချိုသာခွန်းဆက်
နှုတ်ထွက်စကား၊ တပည့်များကြောင့်
ခွန်အားပြည့်ကာ၊ ပီတိဖြာ။

* လမ်းမှာဆုံလျှင်၊ ပြုံးရွှင်မျက်နှာ
"မင်္ဂလာပါ"၊ ကြည်သာခွန်းဆက်
နှုတ်ထွက်ချိုသည့်၊ ငယ်တပည့်ကြောင့်
စွဲထိရင်မှာ၊ ပီတိဖြာ။

* မှတ်ထင်မထား၊ အခြားနေရာ
ရောက်သောခါဝယ်၊ ပြေးလာနှုတ်ဆက်
စိတ်လက်ကြည်သာ၊ "မင်္ဂလာ"ဟု
ပညာစုံဘိ၊ ကိုယ့်တပည့်ကြောင့်
လှိုက်ထိရင်မှာ၊ ပီတိဖြာ။

* ဩော်–ဆရာလျှောက်လှမ်း၊ ပညာလမ်းဝယ်
ပန်းနှင့်တူစွ၊ တပည့်လှတို့
မွေးမြူပွင့်ကာ၊ ပြည်ရွာအတွင်း
ကောင်းသတင်းတည်၊ သင်းပျံ့ကြည်သော်
ပီတိရင်မှာ၊ ရွှန်းဝေဖြာ။
လမင်းတစ်ရာ ထိန်ထိန်သာ။
ဆရာ့တွက်တာ "မင်္ဂလာ"....။

–ညွန့်ဝင်း (ပညာရေး–နတ်ထလင်း)။
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မင်္ဂလာမောင်မယ်တစောင်မှ။

သူတရားခံ

"စိတ်ကို တောင်ရှည်ပုဆိုးကြီးလို အရှည်ကြီး မဝတ်ဘဲ
ခါးတောင်းမြှောင်အောင်ကျိုက်ပြီး အကဲခတ်။
သူက အနီးကပ် မြှောက်ထိုးပင့်ကော်လုပ်လို့
ဒုက္ခရောက်ရတာတွေဟာ ဒီဘဝတွင် မကဘူး၊
သံသရာတစ်လျှောက်လုံး အပါယ်ဆွဲချတာလည်း သူပဲ၊ သူတရားခံ"

–သက္ကျတောင်ဆရာတော်ကြီး။ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။

အတွေးကဗျာ၊ အတွေးစာ၊ အတွေးစု ရတနာ

စာဖတ်ခြင်း

စာဖတ်ခြင်းသည် စိတ်အတွက် လိုအပ်၏။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခြင်းသည် ကိုယ်ကာယအတွက် ထိုနည်းအတိုင်းပင် လိုအပ်၏။ လုပ်သည့်နည်းအတိုင်းပင်။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခြင်းက ကျန်းမာရေး ဖြစ်စေသည်။ အင်အားတိုးတက် သန်စွမ်းစေသည်။ အားမာန်ပြည့်ဖြိုးစေသည်။ အကျင့်စာရိတ္တ ကောင်းမွန်ပြီး ချစ်မြတ်နိုးဖွယ် စိတ်ကူးကောင်းများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်ဟု စာပေပညာရှင်က ဆိုထားသည်။ ***-ဗြိတိသျှ အက်ဆေးဆရာကြီး ဂျိုးဇက် အက်ဒီဆင်။***

Reading

Reading is to the mind what exercise is to the body. As by the one, health is preserved, strengthened and invigorated; by the other, virtue which is the health of the mind, is kept alive, cherished and confirmed.

-**Joseph addison** British Essayist in "The Totler"

-၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် *The Light of English* ***စာစောင်မှ။***

မောင်းလျှင်မမူးနှင့်၊ ဒီလိုဖြစ်တတ်တယ်

အရက်မူးပြီး လှည်းမောင်းသူ လိမ့်ကျ၍ လှည်းကြိတ်မိပြီး သေဆုံး

ရေတာရှည် ဇန်နဝါရီ ၂၃

ဇန်နဝါရီ ၁၈ ညနေ ၆ နာရီခန့်တွင် ရေတာရှည်မြို့နယ် ဆွာမြို့အနောက် မိုင်(၄၀)ခန့်အကွာ သစ်တောကြိုးဝိုင်းဒေသ တောင်ပေါ်လမ်းတွင် လှည်းကြိတ်မိ၍ လူတစ်ဦး သေဆုံးသွားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ သစ်ခါးမကျေးရွာနေ ညိုနိုင်ဌေး(၂၂)နှစ်သည် လယ်ဝေးမြို့နယ် ရေပြာရွာဘက်မှလာသော ဦးဖိုးစော (၄၀)နှစ်၏ ကျွဲလှည်းအား မောင်းနှင်ပြီး လှည်းပေါ်တွင် လယ်ဝေးမြို့နယ် ရေပြာကျေးရွာ ရဲမောင် (၁၀)၊ ချစ်မောင်(၂၀)နှစ်၊ မောင်သိုး(၃၀)နှစ် သစ်ခါးမကျေးရွာနေတို့ကို တင်ဆောင်၍ တောင်ပေါ်လမ်းအတိုင်း မောင်းနှင်လာစဉ် ပုတောက်ပုကြောပေါ်အရောက် အရက်မူးပြီး လှည်းမောင်းသည့် ညိုနိုင်ဌေးမှာ အောက်သို့ပြုတ်ကျကာ လှည်းနှင့်ကြိတ်မိ၍ သေဆုံးသွားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ (၅၇၈) (အသက်သောက် အသက်ပျောက်)

-(၂၄-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

အမြင်မတူ ရန်သူတမျှ ထင်နေက ဒုက္ခတာရှည်ကြလိမ့်မည်

ယနေ့ခေတ်အချိန်အခါတွင် အချို့အချို့သောသူတို့သည် အရာဌာနဟူသမျှ၌ အမြင်မတူသူကို ရန်သူဟူ၍လည်းကောင်း၊ အယူအဆ မတူကြတာကို ရန်သူတမျှ ထင်မှတ်ကာ တစ်ဖက်လူ၏ အားနည်းချက်ကို ထိုးဖောက်၍ တစ်ဖက်သား၏ အားသာချက်ကို တွန်းဖြိုကာ နေကြသည်။

ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာကျော်သော်လည်း ဥဒါန်းက မကျော်နိုင်ဘဲ လိပ်ခဲတင်းရင်း ပြိုင်ဆိုင်ခြင်းများနှင့် အပေါ်စီးက မရသမျှ ဘယ်တော့မှ မကျေနပ်နိုင်ကြဘဲ ရန်မီးမငြိမ်းနိုင်အောင် ဖြစ်နေကြတော့သည်။

-၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် ပေဖူးလွှာရှင်မဂ္ဂဇင်းပါ မောင်သက်၏ 'တရားမပျက် ပေဖူးလွှာဆက်၍'ဆောင်းပါးမှ။

ဒေါသက အိမ်မီးရှို့တတ်တယ်

ဇနီးနှင့်စကားများ အိမ်မီးနဲ့ရှို့

ရန်ကုန် ဇန်နဝါရီ ၂၂

ဇန်နဝါရီ ၁၇ ရက် ၀၀ နာရီ ၄၅ မိနစ်တွင် ခရမ်းမြို့နယ် အိုးဝကျေးရွာ၌ နေအိမ်အား မီးရှို့ကြောင်း သတင်းအရ အိုးဝကျေးရွာနေ နိုင်ဝင်း (၃၄)နှစ်က ဇနီးဖြစ်သူ မလတ်လတ်ဆွေ(၂၀)နှစ်နှင့် စကားများပြီး နေအိမ်အား မီးရှို့သဖြင့် ခနိုမိုး၊ ထရံကာ၊ ပျဉ်ကာ၊ ပျဉ်ခင်း ခုနစ်ပေပတ်လည်ရှိ နေအိမ်တစ်လုံး မီးလောင်ကျွမ်းခဲ့သဖြင့် နေအိမ်အား မီးရှို့သူ နိုင်ဝင်းအပေါ် အရေးယူပေးရန် တိုင်တန်းမှုအား ခရမ်းရဲစခန်းက(ပ) ၂၃/၂၀၁၃၊ ပုဒ်မ ၄၃၆ ဖြင့် ဇန်နဝါရီ ၁၇ ရက်က အမှုဖွင့်ပြီး တရားခံအား စစ်ဆေးဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ (၃၁)

-(၂၃-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

မှတ်ချက် ။ နိုင်ဝင်းအား မီးရှို့ခိုင်းသည့်တရားခံမှာ ဒေါသဖြစ်သည်။
ဒေါသမဖြစ်လျှင် မီးမရှို့ပါ၊ မီးမရှို့လျှင် မီးမလောင်ပါ။

လူတစ်ယောက် ရှောင်ရှားဖြင့်

ရှေး နှစ်ပေါင်း အတိတ်တေမှသည် ယနေ့ခေတ်တိုင် မှန်ကန်နေဆဲ ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်းတရားသည် လူမိုက်ကိုရှောင်ခြင်းဖြစ်သည်။ အတတ်ပညာ၊ အသိပညာ၊ ဥစ္စာပစ္စည်းတို့သည် လူမိုက်ကိုရှောင်လိုက်နိုင်လျှင်ပင် မိမိထံသို့ ရောက်ရှိရန် လမ်းပွင့်သွားသောကြောင့် လူမိုက်ရှောင်မင်္ဂလာသည် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသော ကြီးပွားရာကြီးပွားကြောင်း မင်္ဂလာတရား ၃၈-ပါးတွင် ထိပ်ဆုံးက ပါနေခြင်းဖြစ်သည်။

ခိုးဆိုးလုယက်တိုက်ခိုက် ရန့်ရင်းကြမ်းတမ်းနေမှ လူမိုက်မဟုတ်၊ လူမိုက်ဆိုသည်မှာ သင့်သည် မသင့်သည်ကို မစဉ်းစားတတ်သော၊ မသင့်သောအရာကို ပြုမူလုပ်ကိုင်သောသူတို့ကို ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

လူဆိုသည်မှာ အတုယူတတ်သည်။ မိမိမြင်သူ ကြားသူ အနီးကပ်နေသူ၏ လုပ်ပုံကိုင်ပုံကို လိုက်လံလုပ်ကိုင် သင်ယူတတ်ခြင်းသည် လူ၏မွေးရာပါ ဗီဇ ဖြစ်သည်။ အခြားသူတစ်ဦး(မိခင်ဖခင်စသည်)လုပ်ပုံကိုင်ပုံ ပြောပုံဆိုပုံအတိုင်း အတုယူ လိုက်လံလုပ်ကိုင်တတ်သည့် ဗီဇဖြင့်ပင် လမ်းလျှောက်တတ်၊ စကားပြောတတ်၊ သွားတတ်လာတတ်ပြီး အရွယ်ရောက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ အတူနေရင်း ထိုင်ရင်း ပေါင်းရင်းသင်းရင်း အခြားသူ၏ အမူအကျင့် အပြောအဆိုတို့ မိမိထံသို့ ကူးစက်ရောက်ရှိလာတတ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ မိမိကိုယ်တိုင်ပင် မသိလိုက်ဘဲ အလိုလို အတုခိုးမိပြီး အကျင့်စရိုက်တို့ ပြောင်းလဲသွားတတ်သည်။

လူသည် သတိကပ်မနေလျှင် စိတ်က လူမိုက်မှန်း၊ လူကောင်းမှန်း မခွဲခြားဘဲ အတုယူတတ်သောကြောင့် လူမိုက်ကို ဝေးဝေးရှောင်ထားသည်မှာ အကောင်းဆုံး။ "ငါက မကောင်းတာကို သိတာပဲ၊ သူတို့က ငါ့ကို မလွှမ်းမိုးနိုင်ပါဘူး"ဟု မိမိကိုယ်ကို အရဲကိုးပြီး လူမိုက်များနှင့် မထိတွေ့လိုက်ပါနှင့်။ မှားခြင်းကြီး မှားလိမ့်မည်။ သူတို့ကိုယ်တိုင်က မိမိကို လွှမ်းမိုးရန် မကြိုးစားဘဲနှင့် သူတို့၏ လုပ်ပုံကိုင်ပုံ ပြောပုံဆိုပုံများက မိမိကို ရိုက်ခတ်လိမ့်မည်။ လူမိုက်ကအလိုလို ဒုက္ခပေးနိုင်ပုံကို နိပါတ်တော်လာ ဘုရင့်မင်္ဂလာမြင်းတော်ဇာတ်လမ်းက အကောင်းဆုံး ပြဆိုထားသည်။ ဘုရင့်မင်္ဂလာမြင်းတော်သည် မင်္ဂလာမြင်းတော်ပီပီ ကြန်အင်လက္ခဏာ စုံစုံလင်လင် ပြစ်မျိုးမဲ့မထင်။ သို့သော် လမ်းသွားရာတွင် မြင်းတော်ခြေခွင်နေသည်ကို သတိထားမိလာကြသည်။ မြင်းသမားတော်စုံနှင့်ကုသသော်လည်း မရ။

နောက်ဆုံး ထိုရောဂါကို ကုသရန် ဘုရားလောင်းအား အပ်သည်။ စစ်ဆေးကြည့်ရှုသည့်အခါ ရောဂါလက္ခဏာလည်း မရှိ၊ အကောင်းပကတိ။ မြင်းတော်သည် ဝေဒနာခံစားနေရခြင်းမဟုတ်ကြောင်း ဘုရားလောင်းက အကဲခတ်မိသည်။ မြင်းတော်၏ အနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်ကို အချိန်ယူလေ့လာသောအခါ မြင်းထိန်းသည် ခြေခွင်နေကြောင်း သိလိုက်ရသည်။ ထိုမြင်းထိန်းကို ရာထူးမှဖယ်ရှားပြီး အခြားပုံမှန်မြင်းထိန်းတစ်ယောက် ခန့်အပ်လိုက်သောအခါ မြင်းတော် ခြေခွင်ပျောက်သွားသည်။ မြင်းတော်သည် သူ့မြင်းထိန်းလမ်းလျှောက်သည့်အတိုင်း အတုခိုးပြီး လမ်းလျှောက်ရင်းမှ ခြေခွင်သွားခြင်းဖြစ်သည်။ လူမိုက်သည် အထူးတလည် အားထုတ်ဖျက်ဆီးရန် မလို၊ သူနှင့်နီးစပ်နေခြင်းကိုယ်တိုင်က မိမိပျက်စီးရန် လမ်းစပင်ဖြစ်သည်။

လူမိုက်ကို ရှောင်ရသည်မှာ ယနေ့ခေတ်တွင် ပိုခက်ခဲသိမ့်မွေ့လာသည်။ ဆက်သွယ်ရေးနည်းပညာတို့ အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ခုန်ပျံကျော်လွှား တိုးတက်လာသည့်ခေတ်ကြီးတွင် မိမိဘာသာ အိမ်တွင်နေသည့်ကိုပင် လူမိုက်တို့သည် ဆက်သွယ်ရေး ယန္တယားမှတစ်ဆင့် ရအောင်လိုက်လာနိုင်သည်။ အင်တာနက်၊ တီဗွီ၊ စာအုပ်တို့မှ အရေးများ အတွေးများတို့သည် မသိလိုက် မသိဘာသာ မိမိထံ ဝင်ရောက်လာနိုင်ပြီး မနက်မိုးလင်း ဂျာနယ်ဖတ်လိုက်လျှင်လည်းကောင်း၊ အင်တာနက်ကို ဖွင့်လိုက်လျှင်သော်လည်းကောင်း မိမိထံ လူမိုက်တို့ ခုန်ပေါက်ရောက်ရှိလာနိုင်သည်။ အပြင်မှ လူမိုက်ကို ရှောင်ရန်လွယ်သော်လည်း လူထုဆက်သွယ်ရေး ယန္တယားမှတဆင့် ရောက်လာသည့် လူမိုက်များကို ရှောင်ရန်မလွယ်။ လုလုပပ ပြင်ဆင်ထုပ်ပိုးပြီး ရောက်ရှိလာသည့် လူမိုက်တို့ဆိုလျှင် ရှောင်ရန်ပိုပြီးခက်သည်။ အတော့်ကို သတိထားနိုင်မှ တော်ရုံကျမည်။

လူမိုက်ဆိုသည် အတော်လေးကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းသော သဘောကိုဆောင်သည်။ သွေးနှင့်ကိုယ်၊ သားနှင့်ကိုယ်၊ သူများကိုသာ လူမိုက်ဟု ဆိုလိုသည်မဟုတ်ဘဲ အတွေးအခေါ်မှားများ၊ အကျင့်စရိုက်လွဲများကိုလည်း ဆိုလိုသည်။ တစ်လွဲဆံပင်ကောင်း ရုပ်ရှင်၊ ဝတ္ထု၊ ပုံပြင်များကို ဖတ်မိလျှင် သတိမထားမိ၊ မယူတတ်ပါက အဆိပ်အတောက်များ ဦးနှောက်ထဲသို့ ဝင်ရောက်ပြီး ဦးနှောက်ဆေးခြင်းခံရတတ်သည်။ အတွေးအခေါ်မှားများက မိမိကို လာရောက်ထိတွေ့ခြင်းကို ရှောင်နိုင်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သော်လည်း မရှောင်နိုင်ကြ။ စဉ်းစားတတ်အောင် မိမိကိုယ်ကို လေ့ကျင့်ထားပါ။ ကိုယ်ခံအားကောင်းလျှင် ယူသင့်သည်

ကိုသာယူပြီး၊ ပယ်သင့်သည်ကို ပယ်မည်ဖြစ်သောကြောင့် အတွေးအခေါ်လွဲတို့ မိမိခေါင်းတွင်းသို့ မဝင်နိုင်တော့။ မိမိခေါင်းတွင်းသို့ ထိုခပ်လွဲလွဲ သီအိုရီတို့ မဝင်လျှင် အစေ့အညှောက်မှသည် အမြစ်တွယ်သွားပြီး အညွန့်အခက်အလက်တို့ ဝေဆာလာမည်မဟုတ်။

လူမိုက်တွင် အနီးလူမိုက်၊ အဝေးလူမိုက် ရှိသည်။ အဝေးမှ လူမိုက်ကို ရှောင်ရန်လွယ်သော်လည်း အနီးရှိ မိသားစုတွင်း၊ သူငယ်ချင်း လုပ်ဖော်ကိုင်ဘက် အပေါင်းအသင်းရောင်းရင်း လူမိုက်တို့ကို ရှောင်ရန်မလွယ်။ ရှောင်ရန်မလွယ်ရသည့်အထဲ ယင်းတို့သည် မိမိအနား အချိန်ခပ်များများ ရှိနေတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ဖြစ်သောကြောင့် လွှမ်းမိုးနိုင်ခြေ ပိုများနိုင်သည်။ ချစ်သူခင်သူ လူမိုက်တို့သည် လူမိုက်တကာတို့တွင် အန္တရာယ်အကြီးဆုံး လူမိုက်များဖြစ်သည်။ ဖခင် မလိမ္မာသောကြောင့် မိသားစုတစ်ခုလုံး ဘဝပျက်ခဲ့ရသည့်များ၊ လင်ဆိုးမယား တစ်ဖားဖားများ၊ သားဆိုးအမေ တတွေတွေများ၊ ကျွန်ယုံ တစ်ဖက်ကန်း၊ သားသမီးယုံ စုံလုံးကန်း၊ နောက်ကျောဓားနှင့်ထိုးသော မိတ်ဆွေများသည် အနီးကပ် လူမိုက်တို့၏ နေ့စဉ်ဥပမာများ ဖြစ်သည်။

အရာရာ အပျက်သဘောမြင်လေ့ရှိသည့် အဆိုးမြင်သမားများ(pessimists) သည်လည်း ရှောင်ရှားသင့်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များထဲတွင် ထိပ်ဆုံးက ပါဝင်သည်။ အဆိုးမြင်သမားတို့ကို ရုတ်တရက်ဆိုလျှင် သတိကြီးသူ၊ စဉ်းစားတတ်သူဟု အမှတ်မှားနိုင်သော်လည်း သူတို့အနားတွင်နေခိုက် စိတ်ကို အာရုံပြုကြည့်ပါက အလိုလို စိတ်အားလျော့တတ်ကြောင်း ခံစားနိုင်သည်။ မိမိဘာသာ ကြည်လင်တက်ကြွနေသည့် စိတ်ကလေးသည် အဆိုးမြင်သမားများ အနီးရောက်လျှင် ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီး စိတ်လေးလေးလံလံနှင့် အိမ်ပြန်သွားရသည့်အဖြစ်များ ကြုံဖူးကြလိမ့်မည်။ ထိုသူများကို ယောင်မှားပြီး မိမိဘဝအတွက် အရေးကြီးဆုံးဖြတ်ချက်များ ချခါနီး သွားမတိုင်ပင်လေနှင့်။ ငယ်သောအမှုကြီးစေ၊ ကြီးသောအမှု အကျိုးနည်းစေဖြစ်တတ်ပြီး အဆုံးအဖြတ်များ အလွဲကြီးလွဲသွားတတ်သည်။

သူတို့၏အချိန်ကို မလေးစား၊ အခြားသူတို့၏ အချိန်ကို မလေးစားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များသည်လည်း ခပ်လှမ်းလှမ်းမှ ရှောင်သင့်သောပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်သည်။ အချိန်ကို ဖြုန်းသောသူသည် ဘဝကို ဖြုန်းသောသူ ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်ဘဝ ကိုယ်ဖြုန်းသောသူနှင့်ပေါင်းမိလျှင် မိမိဘဝသည်လည်း အလဟဿ ပြုန်းတီးသွားလိမ့်မည်။ မလွဲသာသောကြောင့် ပေါင်းရသင်းရလျှင် မိမိအချိန်ကို

အလဟဿ ယုတ်လျော့မသွားအောင် သတိထားပြီး ဆက်ဆံရမည်။

မိမိနှင့်အနီးကပ်နေပြီး မိမိကို စနစ်တကျဖျက်ဆီးအန္တရာယ်ပေးသည့် လူမိုက်များမှာ အလွန်နည်းပါးသည်။ အများအားဖြင့် သူတို့ထံမှရလိုက်သည့် အကျင့်ဆိုး အကျင့်မိုက်များသည်သာ မိမိကိုယ်တွင်းတွင် ရှင်သန်ပေါက်ဖွား ကြီးပြင်းပြီး ဘဝကို ပျက်စီးနိမ့်ကျစေလိမ့်မည်။ နောင် လူမိုက်တို့နှင့် နေရာဌာန ကွာလှမ်းသွားသည့်တိုင် ထိုအကျင့်ဆိုးများက မိမိအား ဆက်လက်နှိပ်စက်နေပြီး သေရာပင် ပါသွားတတ်သည်။

လူမိုက်နှင့် မလွဲသာသောကြောင့် ပေါင်းသင်းရပြီဆိုပါစို့။ မိမိကလည်း ဝေးဝေးမရှောင်နိုင်သေး၊ သို့မဟုတ် အနီးကပ် သွေးရင်းသားရင်း လူမိုက်များဆိုလျှင် မရှောင်ရက်ပါက မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။ အကောင်းဆုံးနည်းကတော့ သူတို့ကို ကောင်းအောင် ကြိုးစားပြုပြင်ခြင်းသာ။ သူတို့၏ အမူအကျင့်များ မိမိနှင့်ပေါင်းသင်းရသောကြောင့် ပြောင်းလဲကောင်းမွန်လာလျှင် အတိုင်းထက် အလွန်။ သို့သော် လူ၏အကျင့်ကို ပြင်ရသည်မှာ အပြောလွယ်သလောက် အလုပ်ခက်ကြောင်း သဘောပေါက်ထားရမည်။ မပြုပြင်နိုင်လျှင် ကိုယ်ပေါင်းစိတ်ခွာ သဘောတရားကို လက်ကိုင်ထားရတော့မည်။

"ငါးခုံးမတစ်ကောင်ကြောင့် တစ်လှေလုံးပုပ်"၊ "ပြုပ်သီးနဲ့ရောနေတော့ ကြက်သွန်ပါ အထောင်းခံရတယ်"ဆိုသော မြန်မာစကားပုံတို့က လူမိုက်ကို အစဉ်သတိကြီးကြီးထားခဲ့ကြောင်း ဖော်ပြနေသည်။

လူမိုက်ကို ရှောင်နိုင်လျှင် အရာရာအောင်မြင် အဆင်ပြေလိမ့်မည်။

–မေယုသူ။ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီ ၂၁ ထုတ် The Voice Weekly ဂျာနယ်မှ။

အထင်မှားခြင်း

* ကဝေအို
သမင်ပျို့ ထင်မိ၊
မုဆိုးများ အလိုက်မှားကြတယ် ထောင်ချောက်နှင့်ပြီ ...။

* အနတ္တကို
အတ္တထင်မိ၊
သံသရာမှာ ဆုတောင်းမှားကြတယ် ဒုက္ခဝန်ပိ .... ။

နှောင်းရိပ်ခွေ(ကင်းရွာ)။၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။

ယတြာ

* မမာမကျန်းဖြစ်လို့
ဗေဒင်သွားမေးပါတယ်
ဗေဒင်ဆရာက
ငါးသက်စေ့လွှတ်ရမတဲ့။

* တစ်နေ့တစ်နေ့
ဈေးဗန်းထဲက ငါးခေါင်းတွေကို
ပိသာလေးနဲ့ ထု,ထုလာတာ ကြာပြီ
ကိုယ့်အလှည့်ကျတော့ အကြောက်သား။

* ကြံရာမရ
အိုင်ပက်နေကြတဲ့ ကလေးတွေဆီက
မုန့်ဖိုးပေးဝယ်ပြီး
နီးရာမြောင်းထဲ သွားသွန်ချလိုက်တယ်
"နှင့်အသက် တစ်ခါလွှတ်၊ ငါ့အသက် ဆယ်ခါလွှတ်"

–မောင်လွှမ်းရည်(ရေတောင်)။
၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။

ဒါလေးဖတ်ကြည့်ပါဦး

"**ငါ**" အဲဒါကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
"**ငါတို့**" အဲဒါကို အသုံးပြုပါ။
"**အတ္တ**" အဲဒါကို သတ်ပစ်ပါ။
"**ချစ်ခြင်းမေတ္တာ**" အဲဒါကို တန်ဖိုးထားပါ။
"**အပြုံး**" အဲဒါကို ဆောင်ထားပါ။
"**ကောလာဟလ**" အဲဒါကို လျစ်လျူရှုပါ။
"**အသိပညာဗဟုသုတ**" အဲဒါကို ကြိုးစားရယူပါ။
"**ယုံကြည်မှု**" အဲဒါကို တည်ဆောက်ယူပါ။

–Posted by peacelove, ***အင်တာနက်မှ။***

ပဋိပက္ခတွေရဲ့နောက်ကွယ်မှာ ကမ္ဘာ့လူသားများမသိသေးတဲ့ အမှန်တရားတစ်ခု

လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပတ်လောက်က အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာကျင်းပတဲ့ International Buddhist Confederation (IBC) လို့အမည်တပ်ထားတဲ့ အပြည်ပြည် ဆိုင်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာညီလာခံကြီးတစ်ခုကို ကျွန်ုပ်တက်ရောက်ခွင့်ရခဲ့တယ်။ အဲဒီညီလာခံကြီးကို နိုင်ငံပေါင်း (၄၂)နိုင်ငံမှ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၊ ပညာရှင်များ တက်ရောက်ခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီညီလာခံကြီးမှာ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင် တစ်ယောက်က "ကမ္ဘာ့လူသားများဟာ မတရားဘူးတဲ့။ ဘာ့ကြောင့်လဲဆိုရင် အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဗုဒ္ဓဂယာကို မူဆလင်များ ဖုံးခွဲတိုက်ခိုက်တာကိုတော့ ကမ္ဘာကဝိုင်းဝန်းကန့်ကွက်ခဲ့ကြတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာ မူဆလင်ပေါင်း ငါးသိန်းကျော် သတ်ဖြတ်ခံရတာကိုကျတော့ လျစ်လျူရှုထားကြတယ်။ ဒါမတရားဘူးပေါ့"တဲ့။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့စကားက ဗုဒ္ဓဘာသာတွေကို အံ့အားသင့်စေခဲ့တယ်။ ဒီလိုမှားယွင်းတဲ့ စတိတ်မင့်(statementတစ်ခုကို အခြေခံပြီး ကျွန်ုပ်တို့နားလည် သဘောပေါက်လာခဲ့တာက မီဒီယာသမားများက ဖော်ပြသောသတင်းမှားများသည် (သို့မဟုတ်) ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၏ မှားယွင်းစွာပြောဆိုခဲ့သော သတင်းမှားများသည် ကမ္ဘာ့လူသားများအား မြန်မာနိုင်ငံရှိဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအပေါ် နားလည်မှုများ လွဲမှားစေခဲ့တယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်မိခြင်းပါ။ လူများစုဖြစ်တဲ့ မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များက လူနည်းစုဖြစ်တဲ့ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်များကို တိုက်ခိုက်နေခြင်းဟာ တရားမျှတမှု မရှိ။ အကြမ်းဖက်လုပ်ရပ်ဖြစ်တယ်။ လူများစုက လူနည်းစုကို အနိုင်ကျင့်တိုက်ခိုက်တာကို ကမ္ဘာ့လူသားများက ဝိုင်းဝန်းရှုတ်ချသင့်တယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ်ကို သက်ရောက်စေခဲ့ခြင်းပါ။

ထိုကဲ့သို့သော သတင်းမှားများကြောင့် ဒေါသမီးတောက်များသည် မလေးရှားနိုင်ငံ၊ အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံများသို့ပျံ့နှံ့သွားပြီး မူစလင်အစွန်းရောက်များက ထိုနိုင်ငံများ၌ အလုပ်လုပ်နေကြသော မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များကို တစ်ယောက်ပြီး တစ်ယောက် နေ့တိုင်းနီးနီး(ကလဲ့စားချေတဲ့အနေနှင့်)သတ်ဖြတ်နေခဲ့ကြတယ်။ (ယနေ့ထိမပြီးဆုံးနိုင် သေးပါ)

ကျွန်ုပ်လေ့လာမိသမျှ ပြောရမယ်ဆိုရင် .. ဟစ်စ် ဟိုးလီးနက်စ် (His hiliness) လို့ လူသိများလှတဲ့ တိဘက်ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်ကြီး ဒလိုင်

လားမား လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည်ပင် ဒီလိုသတင်းများတွေကို ယုံကြည်လျက် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာ ရဟန်းတော်များနှင့် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအပေါ် နားလည်မှုလွဲမှားကာ တစ်ဖက်သတ်ဝေဖန်ပြောဆိုမှုတွေ ရှိလာခြင်းပါ။ သူပြောလာတာက "ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာရဟန်းတော်များသည် မူဆလင်များဖြစ်ကြတဲ့ ညီတော်နောင်တော်များအပေါ် ဒေါသတွေဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အခါ မြတ်ဗုဒ္ဓဟောကြားခဲ့တဲ့ မြဟ္မစိုရ်တရားတော်အတိုင်း မေတ္တာတရားများ(သတ္တဝါများအပေါ် အကျိုးစီးပွားလိုလားတဲ့ မေတ္တာစိတ်များ)၊ ကရုဏာတရားများ(သနားကြင်နာစိတ်များ)ကို မွေးမြူနိုင်အောင်ကြိုးစားသင့်ပါကြောင်း" လွန်ခဲ့သောတစ်လခန့်က ပြောကြားသွားခဲ့ခြင်းပါ။

တစ်ဖန် လွန်ခဲ့သောနှစ်ပတ်ခန့်က ဒလိုင်လားမားက ကမ္ဘာသိအောင် တစ်ခါထပ်ပြောပြန်တယ်။ သူပြောခဲ့တာက "လူများစုဖြစ်တဲ့ မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များက လူနည်းစုဖြစ်တဲ့ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်များကို အကြမ်းဖက်သတ်ဖြတ်မှုတွေကို ရပ်တန့်ကြပါ"ပြောခဲ့ပြန်ပါတယ်။ သူ့လိုထင်ပေါ်ကျော်ကြားသူက ပြောလိုက်တဲ့ စကားဟာ ဘယ်လိုအဓိပ္ပါယ်မျိုး သက်ရောက်သွားနိုင်တယ်ဆိုတာကို ပြောသူကိုယ်တိုင် သတိထားမိဟန်မတူပါ။ (မြန်မာတို့ရဲ့ ကံကြမ္မာပဲလို့ ပြောရတော့မှာပါ)

တကယ်တော့ အမှန်တရားကို အမှန်တရားအတိုင်းမသိရှာတဲ့ တိဘက်ရဟန်းတော် ဒလိုင်လားမားကြီးက တစ်ဖက်သတ်ဟိုက်လိုက်လုပ်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာမြန်မာ ရဟန်းတော်များနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မြန်မာများကိုသာ တစ်ဖက်သတ်ကြီး ရှုတ်ချပြောဆိုခြင်းဟာ တစ်ဖက်သားအတွက် (အပြောခံရသူအတွက်) မည်၍မည်မျှ အန္တရာယ်ကြီးမားကြောင်း ပြောသူက သိချင်မှသိမှာပါ။ ကမ္ဘာ့လူထုကြီးက နားလည်မှုများ ဘယ်လိုလွဲမှားသွားနိုင်တယ်ဆိုတာပြောသူကိုယ်တိုင် သတိမူနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ တကယ်တော့ "အကျိုးတရားများဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း အကြောင်းတရား တစ်ခုတည်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းမဟုတ်ဘဲ အကြောင်းပေါင်းများစွာပေါင်းဆုံလာခြင်းကြောင့်ဖြစ်ရတယ်"ဆိုတဲ့ မြတ်ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်နိုင်ဖို့ပါ။

-ဒေါက်တာဝမ္မဝိယ၊၂၀၁၃အောက်တိုဘာ၂၂ထုတ်သမဂ္ဂသတင်းဂျာနယ်စာ၁၂ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ မြန်မာ့မီဒီယာများ ကမ္ဘာ့အဆင့်မမီသေးသမျှ ဤအဖြစ်မျိုး နောင်လည်းတွေ့ကြုံနေရဦးမည်။ ***-စိစ္စသူ။***

ပဋိပက္ခတွေရဲ့ အဓိကအကြောင်း (၃)မျိုး

၁။ စီးပွားမရှိတဲ့ ဆင်းရဲမွဲတေခြင်း၊

၂။ ပညာမရှိတဲ့ ဆင်းရဲမွဲတေခြင်း၊

၃။ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာမရှိတဲ့ ဆင်းရဲမွဲတေခြင်း၊

ဒီသုံးမျိုးဟာ ပြဿနာတွေ၊ ပဋိပက္ခတွေ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ခြင်းရဲ့ အဓိကအကြောင်းရင်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

-ဒေါက်တာဓမ္မပိယ၊ ၂၀၁၃ အောက်တိုဘာ ၂၂ ထုတ် သမဂ္ဂသတင်းဂျာနယ် စာ ၁၂ မှ။

မိဘကို ဓားဖြင့်ခြိမ်းခြောက်သည့်သားမိုက် အရေးယူခံရ

တောင်ငူ အောက်တိုဘာ ၂၃

မိဘကို ဓားဖြင့်ခြိမ်းခြောက်ပြီး အိုးခွက်ပန်းကန်များဖျက်ဆီးခဲ့သည့် သားမိုက်တစ်ဦး အရေးယူခံရမှု အောက်တိုဘာ ၁၉ ရက်က တောင်ငူ၌ ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ အောက်တိုဘာ ၁၉ ရက်ည ၇ နာရီခန့်က တောင်ငူမြို့ (၁၃)ရပ်ကွက်၊ ငြိမ်းချမ်းရေး(၂)လမ်းနေ ဦးတင့်ဆွေ(၆၁)နှစ်နှင့် ဇနီးဒေါ်လှလှဝင်း (၅၆)နှစ်(ဈေးရောင်း)တို့၏နေအိမ်သို့ တောင်ငူမြို့(၁၂)ရပ်ကွက်(၅)လမ်းနေ သားဖြစ်သူ သန်းစိုးအောင်(၃၅)နှစ်သည် လက်ထဲတွင်ဓားမတစ်ချောင်းကိုင်လျက် ၎င်း၏ဇနီးပျောက်နေကြောင်းပြောဆိုကာ အတင်းဝင်ရောက်လာခဲ့သည်။

မိခင်ဒေါ်လှလှဝင်းက ၎င်း၏ဇနီးရောက်မလာကြောင်းပြောဆိုသော်လည်း ပြောမရဘဲ အိမ်ရှိစတီးလ်ဂေါက်တံဖြင့် မီးဖိုချောင်ရှိ အိုးခွက်ပန်းကန်များကို ရိုက်ခွဲဖျက်ဆီးခဲ့သဖြင့် မိဘများမှာ နေအိမ်မှဆင်းပြေးကြကာ ရပ်ကွက်ရာအိမ်မှူး ဦးကျော်မင်းဦးမှတဆင့် တိုင်တန်းချက်အရ တောင်ငူမြို့ အမှတ်(၂)ရဲစခန်းက သန်းစိုးအောင်အား အမှုဖွင့်ဖမ်းဆီးအရေးယူထားကြောင်းသိရသည်။ (၁၂၉)

-(၂၄-၁၀-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ ယယ်ရွယ်စဉ်က ယဉ်ကျေးမှုသင်တန်းများနှင့်ကင်းကွာသူများ ဤလိုအမူအကျင့်မျိုးရှိတတ်သည်။ *-စိစဉ်သူ။*

နိလိုနေ

မြင့်သူတွေကြားထဲမှာ နိမ့်ပါ (မာန)။
နိမ့်သူတွေကြားထဲမှာ မြင့်ပါ (ကိုယ်ကျင့်တရား)။
မနေသူတွေထဲမှာ နေပါ(သူတော်ကောင်းတရား)။
ပျော်သူတွေကြားထဲမှာ မပျော်ပါနဲ့၊
(အပြင်အာရုံ ၆-ပါးနှင့် အတွင်း လောဘ၊ဒေါသ၊မောဟ)။
- *facebook* မှ။

အကြမ်းဖက်ပြီး ရလာတဲ့ငြိမ်းချမ်းမှုဟာ စစ်မှန်သော ငြိမ်းချမ်းမှုမဟုတ်။
-မဟာတ္တမဂန္ဒီ။

တရားဥပဒေ၏ သင်္ကေတ

ဂရိနတ်ဘုရားမ အေသီနာ (Athena)

မျက်စိကို တွင် ဓားကိုကိုင်ကာ ချိန်ခွင်ကို ကိုင်ဆောင်သည် တရားဥပဒေ၏ အဝတ်စည်း၍ လက်တစ်ဖက် အခြားလက်တစ် ဖက်တွင် ထားသော နတ်သမီးရုပ်တု သင်္ကေတ ရုပ်တုတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ဉာဏ်ပညာကြီးမားမှုနှင့် တရားဥပဒေကိုပိုင်စိုးသည့် ဂရိနတ်ဘုရားမ အေသီနာ(Athena)ကို ကိုယ်စားပြု အဆိုပါရုပ်တုသည် တရားဥပဒေမှလွဲ၍ မည်သူ့ကိုမျှ ထောက်ထားညှာတာစရာမရှိ။ တရားမျှတစွာဖြင့် အပြစ်ရှိသူကို အပြစ်ပေးမည်ဟူသော အဓိပ္ပါယ်ကို ညွှန်းဆိုထားခြင်း လည်းဖြစ်သည်။

သို့သော် တရားစီရင်ရေးနှင့်တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးသည် တရားဥပဒေ၏ သင်္ကေတ ဂရိနတ်ဘုရားမ အေသီနာကိုယ်စားပြု ညွှန်းဆိုအဓိပ္ပါယ်အတိုင်း မှန်ကန်မျှတပါရဲ့လားဆိုသည်မှာမူ ဖြေရခက်သည့် ပုစ္ဆာအဖြစ်ရှိနေသည်။ ....

-(၂၄-၁၀-၂၀၁၃) ထုတ် Daily Eleven သတင်းစာ အယ်ဒီတာ့အာဘော် စာ ၄ မှ။

ဆရာတော်ကြီးများ၏ဩဝါဒများ

မင်းကွန်းတိပိဋကဓရဆရာတော်ကြီး၏ဩဝါဒ

* ကလျာဏာနွယ်ဝင် သူတော်စင်အပေါင်းတို့ ... "မိမိတို့မှာ ရှေးကုသိုလ် ထောက်မ၍ လူ့အဖြစ်ကိုရရှိကြပြီးလျှင် ဘုရားသာသနာပွင့်လင်းရာ အခါဖြစ်သည့် ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒနဝမအခွင့်ကောင်းနှင့်လည်း ကြုံတောင့်ကြုံခဲ ကြုံတွေ့ကြရလေပြီ။

* "သစ်တစ်ပင်ကောင်း ငှက်တစ်သောင်းနား" ဆိုသကဲ့သို့ သာသနာတော်၏ အရိပ်ကြီးကား သစ်ရိပ်ဝါးရိပ်တို့ထက် အဆများစွာ မနိှုင်းသာအောင် သာယာ အေးမြလှပါသည်။

* ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများ၏ ခိုကိုးရာအေးရိပ်သာကြီးဖြစ်သည့် အတိုင်း ထိုသာသနာအရိပ်ကြီးပွားအောင် ကိုယ်အား ဉာဏ်အား၊ အကြံအား တို့ဖြင့် အားပေးရှုက်ဆောင်ကြ။ မိမိသူတစ်ပါး နှစ်ဦးသား၏ အစီးအပွားကို ကျင့်သည့် ဉာယပဋိပန္နပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်ကြပါကုန်လော့"။

* မိမိတို့သည် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတစ်ခုခုကို ပြုလုပ်ကြသောအခါ ဘုရား အလောင်း အကိတ္တိပညာရှိရသေ့၏ ဆုတောင်းအတိုင်း "ဤသည့်ပုည၊ ကုသလ ကြောင့်၊ လောဘ,ဒေါသ၊ မောဟကင်းကွာ၊ သံသရာဝယ်၊ ကျင့်ပါရဘီ၊ ပညာရှိ နှင့်၊ ယှဉ်မိပေါင်းသင်း၊ ဉာဏ်မှဲ့ကင်း၍၊ ပြည့်လင်းလှျူဖွယ်၊ လှူစဉ်ဝယ်လည်း၊ သုံးသွယ်စေတနာ၊ ဖြောင့်ညီညာသည်၊ ခေမာအထွတ် တိုင်လိုသော်"။ ဤအတိုင်းဆုတောင်းဖို့ မမေ့ကြပါလင့်။

မဟာစည်ဆရာတော်ကြီး၏ဩဝါဒ

* အရေးကြီးတာက မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်မှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ ကိုယ်တတ်နိုင်သမျှပေါ့လေ ဘုရားအဆုံးအမတွေကို ဆုံးမတော်မူတဲ့အတိုင်း ကောင်းကောင်းမှန်မှန်ကျင့်ဖို့နှင့် သူများတွေကိုလည်း အကူအညီပေးတန်ပေး လုပ်ရတယ်။ ဆောင်ရွက်သင့်တာတွေကိုလည်း ဆောင်ရွက်ရတယ်။ ပေါ့ပေါ့ ဆဆ မနေရဘူး။

* မနာလိုကင်း၊ ဝန်တိုရှင်း၊ လက်ငင်းချမ်းသာကြရမည်။

* အကုသိုလ်များ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊ ကုသိုလ်တရား ပွားများစုံစေ။
မိမိစိတ်ဓာတ် ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊ ဤသုံးပါး ဘုရားဆုံးမပေ။

* အပါယ်ဘေးငြိမ်းခွင့်၊ ဉာဏ်အဆင့်၊ အသင့်ရောက်ပါစေ။

ထိုဉာဏ်ဖြင့်လဲ၊ မတော်ဘဲ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းပါစေ။
ဖြစ်ပေါ်လာငြား၊ စိတ်ကြမ်းများ၊ ပယ်ရှားနိုင်ပါစေ။

* ရာဂ ဒေါသ မောဟတစ်ဖြာ၊ ဖြစ်,အို,သေးရေး ဝိုဆွေးပူတာ။
ကိုယ်,စိတ်ဒုက္ခ ပူရပြင်းစွာ၊ ကိုယ်တွင်းမီး ထိန်းညီးဆယ့်တစ်ဖြာ။

* မြင်,ကြား,သိတိုင်း မဆိုင်းမှတ်ပါ၊ ရုပ်,နာမ်မမြဲ ဆင်းရဲချည်းသာ။
အကောင်းလည်းပျောက် မျက်မှောက်မြင်ကာ၊ ဆယ့်တစ်မီး အငြိမ်းလွှတ်စေရာ။

* သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲဆိုတာ ဘာတွေလဲဆိုရင် ယခုလူတွေ "မြင်၊ကြား၊နံ၊စား၊ထိ၊သိ"နေတာတွေပါပဲ။

ဘိုပိဋကဓရယောဆရာတော်၏ဩဝါဒ

* လူ့ခန္ဓာမှာ သတိတစ်လုံးကျန်နေသေးရင် ရုပ်ခန္ဓာဘယ်လောက်ပဲ ဖောက်ပြန်ဖောက်ပြန် ကုသိုလ်ရအောင် သုံးလို့ဖြစ်နိုင်ပါသေးတယ်။ သတိတစ်လုံးပျောက်ရင်တော့ ဘာတွေပဲကောင်းကောင်း ခန္ဓာအသုံးမတည့်တော့ပါဘူး။

* ဘဝမှာ "လောဘလူသားနဲ့ ဓမ္မလူသား"ရယ်လို့ လူ့အဖြစ်က နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ လောဘနောက်လိုက်ပြီး "အရှိ"ကိုအားကိုးကြသူတွေက "လောဘလူသား"တွေပါ။ ဓမ္မနောက်လိုက်ပြီး "အသိ"ကိုအားကိုးမှ "ဓမ္မလူသား" ရယ်လို့ခေါ်နိုင်တာပါ။

* ဘဝမှာ အရှိတရားတွေထက် အသိတရားက ပိုပြီးတည်ငြိမ်၊ရင့်ကျက်၊ အေးချမ်း၊ ပျော်ရွှင်မှုကို ပေးစွမ်းနိုင်တာပါ။

* အသိတရားကင်းတဲ့အခါ လူ့ခန္ဓာ လူ့ချမ်းသာဆိုတာ မရှိတော့ စိတ်ပူ၊ ရှိလာတော့ စိတ်မအေးဖြစ်ရသလို လူ့ဆန္ဒ လူ့လိုအင်တွေဟာလည်း မရတော့ စိတ်ဆင်းရဲပြီး၊ ရလာတော့ စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်တတ်ပါတယ်။

* "ဘဝ"တာ ရှိတိုင်းချမ်းသာတာမဟုတ်ဘဲ၊
လူချမ်းသာရဲ့အနှစ်သာရဆိုတာ "အသိ"ပါပဲ။

* တရားအသိမရှိရင် ချမ်းသာဖို့ရည်ရွယ်ပြီး ရှာဖွေစုဆောင်းထားတဲ့ပစ္စည်းတွေဟာ စိတ်နဲ့ခလုတ်တိုက်မိပြီး အမြဲတမ်းလိုလို မျက်ရည်ကျရတတ်ပါတယ်။

* အများအားဖြင့် လူတွေဟာ မအားဘူးဆိုတာထက် ရနေတဲ့အချိန်ကို မသုံးတတ်ဘူးဆိုတာက ပိုပြီးမှန်ပါတယ်။

* "မေတ္တာတရား"သည် လောက၏ အကြီးမားဆုံး"ဆွဲအား"။
"ဒေါသတရား"သည် လောက၏ အကြီးမားဆုံး "ခွဲအား"။

ဆရာတော်အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ဩဝါဒ

* ကုသိုလ်ရေးဆိုတာ သူများပြောမှလုပ်ရတယ်ဆိုရင် အရသာမရှိပါဘူး။
* ဘုရားရှင်ကို ကျေးဇူးဆပ်ကြရမယ်။ ဘာနဲ့ကျေးဇူးဆပ်မတုန်းဆိုတော့ ဘုရားစကားတော်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ပါပဲ။
* ဘုရားကို အပြင်မှာသာ တည်ထားကိုးကွယ်နေကြတယ်။ မိမိရင်ထဲ နှလုံးအိမ်ထဲမှာ ဘုရားတည်ကြဖို့က အဓိကပါ။

သပြေကန်ဆရာတော်၏ဩဝါဒ

* သူတစ်ပါးအကျိုးကို မဆောင်သူအဖို့ ကိုယ်ကျိုးဆိုတာ မရှိဘူး။
* မိမိကိုယ်ကိုချစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ကောင်းတဲ့အမှုကို ပြုကြတာချည်းပဲ။
* အချို့က "ဒါန"သည် သံသရာရှည်စေတတ်သောတရားဟု ကြောက်လန့်ဖွယ် အဖြစ် ပြောဆိုကြ၏။ အမှန်တွင် "တဏှာ"သည်သာ သံသရာရှည်ကြောင်းတရားဖြစ်၏။

ဆားတောင်ဆရာတော်ဩဝါဒ

* တရားအားထုတ်တဲ့အခါ "ဝေဒနာ"ကို မကြောက်နဲ့။
"ကြောက်ရင်လွဲ၊ ရဲရင်မင်းဖြစ်"ဆိုတာ ဒီနေရာမှာ သုံးတာ။

ဘုရားကြီးဆရာတော်၏ဩဝါဒ

* သိလျက် မကျင့်၊ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

မိုးရိပ်ဆရာတော်၏ဩဝါဒ

* လောကမှာ ကိုယ်နှင့်ဆန့်ကျင်ဘက်ရန်သူတစ်ယောက်ရှိနေခြင်းသည် အဆင်းရဲဆုံးပဲ။

ဆရာတော်ဦးဇောတိကာ၏ဩဝါဒ

* သူများပါးစပ်လှုပ်တိုင်း ကိုယ့်စိတ်ကလှုပ်ရှားရမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ဘဝဟာ သူများပါးစပ်ဖျားမှာ လမ်းဆုံးသွားမယ်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက၏ဩဝါဒ

* ပယ်သင့်တဲ့တရားကို ပယ်နိုင်တာ မပယ်နိုင်တာ အသာထား၊
ကျင့်သင့်တဲ့တရားကို ကျင့်နိုင်တာ မကျင့်နိုင်တာ အသာထား၊
"ဒါကတော့ ပယ်သင့်တဲ့တရားပဲ၊ ဒါကတော့ ကျင့်သင့်တဲ့တရား"ပဲလို့
အမှန်ကို အမှန်အတိုင်းသိထားဖို့က အရေးကြီးပါတယ်။
အသိမှန်မှ အကျင့်မှန်နိုင်ပြီး၊ အကျင့်မှန်မှလည်း အသိမှန်နိုင်ပါတယ်။
* သတ္တဝါတွေ သေဆုံးသွားပြီးရင် မပြီးသေးပါဘူး။ မိမိပြုခဲ့တဲ့ ကောင်းကံ

ဆိုးကံအားလျော်စွာ သံသရာခရီးဆက်ကြရပါတယ်။

သိတဂူဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ဩဝါဒ

* ဗုဒ္ဓရဲ့ဗောဓိဉာဏ်ကို မယုံကြည်ဘဲ ဗုဒ္ဓရဲ့တရားကိုကျင့်နေမယ်ဆိုရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်အတွက် အဓိပ္ပါယ်မရှိဘူး။

ဘဒ္ဒန္တကိတ္တိသာရ(အောင်ဆန်းတောရ)ဩဝါဒ

* ဇာတိရရင် သေရမှာအမှန်သိလျက်နဲ့ ဇာတိတစ်ဖန်ပြန်ရဖို့ကြိုးစားခြင်းသည် သေဆေးဖော်စားနေကြခြင်းဖြစ်သည်။

* ဓမ္မကိုမြင်ရင် ပုဂ္ဂိုလ်ရှာမတွေ့နိုင်တော့ဘူး။
ပုဂ္ဂိုလ်ကို မြင်ရင်လည်း ဓမ္မကို ရှာမတွေ့နိုင်တော့ဘူး။

အရှင်ရာဟုလာ၏ဩဝါဒ

* ဗုဒ္ဓဝါဒသည် ယုံကြည်မှုထက် "သိမှု"နှင့်"ရှုမြင်မှု"ကိုသာ အဓိကထားသည်။

အရှင်ခေမိန္ဒ(ပဏ္ဍိတာရုံဆရာတော်)၏ဩဝါဒ

* ကြီးပွားတိုးတက်ခြင်းတို့တွင် "အသိပညာ"တိုးတက်မှုကို တန်ဖိုးအရှိဆုံးဟု ဗုဒ္ဓမိန့်တော်မူသည်။

တပ်ကုန်းမင်းကျောင်းပရဟိတဆရာတော်၏ဩဝါဒ

* လက်ရှိပစ္စုပ္ပန်ကာလမှာ ကောင်းသောမျိုးစေ့ကို ချနိုင်လျှင်
အနာဂတ်ကာလမှာ ကောင်းသောအပင်တွေ ပေါက်လာမှာပါ။

ရေစကြို အရှင်သောကာ၏ဩဝါဒ

* "စိတ်"၏လွတ်မြောက်မှုသည် "ဘဝ"ထဲ၌ မရှိ။
"ဘဝ"၏လွတ်မြောက်မှုသည် "စိတ်"ထဲ၌ ရှိသည်။

ခွန်းလွှ[illegible]းဆရာတော်ကြီး၏ဩဝါဒ

* အ[illegible] တိတ်ကိုလည်း မပြန်နဲ့၊ အနာဂတ်ကိုလည်း မကြံနဲ့၊
ပစ္စုပ္ပ[illegible]န်မှာ တည့်တည့်ထား။
အတိတ[illegible]ပြန်တော့ ဒေါသဖြစ်တယ်။ အနာဂတ်ကြံတော့ လောဘဖြစ်တယ်။
ဒါကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ကာလသည်သာ အရေးကြီးတာ။

* ဝိပဿနာလုပ[illegible]တဲ့အခါမှာလည်း ပစ္စုပ္ပန်ရောက်တဲ့အချိန်သာ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်မယ်ဆိုရင် အမှန်ချမ်း[illegible]သာတယ်။

ဆရာတော်အရှင်သေဋ္ဌိလ၏ဩဝါဒ

* ဒါနဝါသနာပါသူနှင့်မပါသူတို့၏သဘောထား လွန်စွာကွာခြားကြောင်း ဆက်ဆံကြည့်ရင် သိနိုင်တယ်။

* လူ့ဘဝသည် ချမ်းသာအမျိုးမျိုးကိုပေးနိုင်သော ပဒေသာပင်ကြီးဖြစ်သဖြင့် လူ့ဘဝတန်ဖိုးကို မည်သူမျှ အကဲမဖြတ်နိုင်။

* လောဘတွေ၊ မလိုမုန်းထားမှုတွေ၊ မသိနားမလည်မှုတွေရှိလို့ ပုထုဇဉ်လို့ ခေါ်ခြင်းဖြစ်တယ်။

-ကျိုက်လတ် သန်းထိုက်(LL.B)၊ ၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် လပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၇၉ မှ။

ဦးကောင်းဘက်မှ ရှေ့နေလိုက်ခြင်း

...အလောင်းမင်းတရားကြီးတည်ထောင်ခဲ့သော ကုန်းဘောင်ခေတ်မြန်မာနိုင်ငံတော်သည် ညီညွတ်ရေးပြိုကွဲပြီး အင်အားချည့်နဲ့နေလေပြီ။ သို့ဖြင့် ၁၈၂၄ ခုနှစ်တွင် အင်္ဂလိပ်နှင့် ပထမစစ်ဖြစ်ရာတွင် အရေးနိမ့်ပြီး ရခိုင်၊ တနင်္သာရီနယ်များကို အင်္ဂလိပ်အား ပေးရသည့်အပြင် စစ်လျော်ကြေး မြန်မာကျပ်ငွေ တစ်ကုဋေပေးလိုက်ရသည်။

အင်္ဂလိပ်-မြန်မာဒုတိယစစ်သည် ၁၈၅၂ ခုနှစ်တွင်ဖြစ်သည်။ ပထမစစ်နှင့် ဒုတိယစစ်အတွင်း (၂၈)နှစ်အချိန်ရသည်။ ထိုအချိန်အတွင်း တိုင်းပြည်ကို စည်းလုံးညီညွတ်အောင်၊ စစ်အင်အားတောင့်တင်းအောင် လုပ်သင့်ပါလျက် မလုပ်နိုင်ကြဘဲ နန်းတွင်းအာဏာလုပွဲများဖြင့်သာ အချိန်ကုန်ခဲ့ကြသဖြင့် ဒုတိယစစ်လည်း ရှုံးပြန်ပြီး မြန်မာနိုင်ငံအောက်ပိုင်းကို ပေးလိုက်ရပြန်သည်။

အလားတူပင် တတိယစစ်ပွဲဖြစ်သော ၁၈၈၅ ခုနှစ်အထိ အချိန် (၃၃)နှစ်ရပါသော်လည်း ကနောင်မင်းသားကြီးလည်းကျဆုံး၊ တိုင်းပြည်စီးပွားရေးလည်း ချွတ်ခြုံကျပြီး စစ်အင်အားမရှိသဖြင့် အင်္ဂလိပ်စစ်သားတစ်သောင်းမျှဖြင့် တစ်နိုင်ငံလုံးအား သိမ်းပိုက်ခြင်း ခံလိုက်ရသည်။

ဤသည်တို့မှာ အတွင်းအကြောင်းတရားများဖြစ်၏။ အပြင်အကြောင်းတရားများကမူ အင်္ဂလိပ်နှင့်ပြင်သစ်တို့ အပြိုင်နယ်ချဲ့ကြခြင်း၊ ပြင်သစ်အား မြန်မာဘုရင်က အချို့အခွင့်အရေးများ ပေးလိုက်ခြင်း၊ ပြင်သစ်စီးပွားရေး အကူအညီကို လက်ခံခြင်း၊ ပြည်တွင်းတွင် ညီညွတ်မှုမရှိဘဲ စိတ်ဝမ်းကွဲနေကြခြင်း၊ မြန်မာစစ်အင်အား ချည့်နဲ့နေခြင်းစသော အကြောင်းများကြောင့် လောဘဇောတိုက်

နေသော အင်္ဂလိပ် နယ်ချဲ့သည် မြန်မာနိုင်ငံအား လက်ဦးမှုယူပြီး အမြန်သိမ်းယူလိုက်ခြင်းဖြစ်လေသည်။

သီပေါမင်းလက်ထက်က ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်၊ ကင်းဝန်မင်းကြီး ဦးကောင်း၊ ရေနံချောင်းဝန်ကြီးစသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် အုပ်ချုပ်ရေးကို သက်ဦးဆံပိုင်စနစ်မှ အင်္ဂလန်မှာကဲ့သို့ စည်းမျဉ်းခံဘုရင်စနစ်အဖြစ် ပြောင်းလဲပြီး တိုင်းပြည်ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ကြိုးပမ်းခဲ့ကြသော်လည်း မအောင်မြင်ခဲ့ပေ။ သီပေါမင်း၊ စုဘုရားလတ်၊ တိုင်တားမင်းကြီးတို့သည် မျိုးချစ်ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်ကြသည် မှန်ပါသော်လည်း သူတို့သည် နိုင်ငံတကာဗဟုသုတခေါင်းပါးပြီး နန်းတော်ထဲတွင် စိတ်ကူးယဉ်နေကြသူများ ဖြစ်ကြလေသည်။ သူတို့သည် ကိုယ့်အင်အားကို အထင်ကြီးပြီး ရန်သူကို အထင်သေးခဲ့ကြသဖြင့် နိဂုံးမလှ ဖြစ်ခဲ့ရလေသည်။

ဦးကောင်းကြောင့် တိုင်းပြည်ကျွန်ဖြစ်ခဲ့ရခြင်းမဟုတ်ပါ။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက် ကြောင့် ကျွန်မဖြစ်နိုင်ပါ။ ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ဝေးလံသောအကြောင်း။ နီးကပ်သော အကြောင်းများ(အဓိကအားဖြင့် အမျိုးသားစည်းလုံးညီညွတ်ရေး ပြိုကွဲမှု)ကြောင့် တစ်နိုင်ငံလုံး သူ့ကျွန်ဘဝသို့ ရောက်ခဲ့ရခြင်းသာ ဖြစ်ပေသည်။

-ရေးသူ- ဒေါက်တာ ဦးသန်းထွန်း(ရွှေဘို)၊
(၂၃-၁၀-၂၀၁၃)ထုတ် ဓံတော်ချိန်နေ့စဉ်သတင်းစာ စာ ၆ မှ။

နှလုံးသားကို ဂရုစိုက်ပါ

တစ်ခါက အက်ဒီဆင်ဟာ မီးလုံးကို တီထွင်ပြီးကာစမှာ သူ့ရဲ့တီထွင်မှုကို မိတ်ဆက်ဖို့ စာနယ်ဇင်းသမားတွေကို ဖိတ်ခေါ်လိုက်ပါတယ်။

စာနယ်ဇင်းသမားတွေရောက်လာပြီး အားလုံးအဆင်သင့်ဖြစ်နေတဲ့ အချိန်မှာတော့ အက်ဒီဆင်က သူ့အိမ်က အလုပ်သမားကောင်လေးတစ်ယောက်ကို သူ့ရဲ့မီးလုံးကို သွားယူခိုင်းပါတယ်။

ကောင်လေးက မီးလုံးကိုယူလာပြီး ရောက်ခါနီးမှ ခလုတ်တိုက်လဲပြီး မီးလုံးဟာ ကျကွဲသွားပါတယ်။ ဒီမီးလုံးဟာ အက်ဒီဆင် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ကြိုးစားအားထုတ်ခဲ့တာ အားလုံးသိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အက်ဒီဆင်ကတော့ ကောင်လေးကို ဘာမှမပြောဘဲ စာနယ်ဇင်းသမားတွေကိုသာ တောင်းပန်လိုက်ပါတယ်။ သူ အသစ်ထပ်မံပြုလုပ်ပြီးရင် ပြန်လည်ဖိတ်ကြားပါမယ်ပေါ့။ ကောင်လေးကတော့ သူ့ရဲ့နမော်နမဲ့နိုင်မှုကြောင့် ဒီလိုဖြစ်သွားရတာကို စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့နေပါသတဲ့။

အက်ဒီဆင်ဟာ ဒီမီးလုံးကို ထပ်မံပြုလုပ်ဖို့ရာ လနဲ့ချီပြီး အချိန်ယူလုပ်ဆောင် လိုက်ရပါသတဲ့။ မီးလုံးပြီးသွားချိန်မှာတော့ စာနယ်ဇင်းသမားတွေကို ထပ်မံဖိတ်ခေါ် လိုက်ပြန်ပါသတဲ့။ သတင်းထောက်တွေရောက်လာပြီး အားလုံးအဆင်သင့်ဖြစ်ချိန် မှာတော့ သူ့ရဲ့မီးလုံးကိုသွားယူဖို့ရာ ယခင်ကောင်လေးကိုပဲ သွားယူခိုင်းပြန်ပါ တယ်။

ကောင်လေးဟာ ဝမ်းသာအားရ သေသေချာချာ ဂရုစိုက်ပြီး ယူလာခဲ့ပါတယ်။ စာနယ်ဇင်းမိတ်ဆက်ပွဲပြီးဆုံးချိန်မှာတော့ သတင်းထောက်တချို့က မေးပါတယ်–

"မစ္စတာ အက်ဒီဆင်ခင်ဗျာ ... မီးလုံးသွားယူတဲ့ကောင်လေးဟာ ဟိုတစ်ခါ သူ့ကြောင့် မီးလုံးကျကွဲသွားတယ်မဟုတ်လား၊ ဆရာ့မှာ တခြားခိုင်းစရာလူတွေ များစွာရှိတဲ့အနက်က ဒီကောင်လေးကို ဘာလို့ပြန်ခိုင်းရတာလဲ၊ ဒီတစ်ခါ ကျကွဲသွားရင် နောက်တစ်ခါ အချိန်အများကြီးပြန်ယူရမှာ မစိုးရိမ်ဘူးလား" လို့မေးပါသတဲ့။ ဒီတော့ အက်ဒီဆင်ဖြေလိုက်ပုံကတော့ –

"ကျုပ်တမင်တကာ သူ့ကိုခိုင်းတာဗျ .. မီးလုံးထပ်ကွဲသွားရင် ကျုပ်ပြန်လုပ် လို့ ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒီတစ်ခါ ဒီကောင်လေးကို မခိုင်းခဲ့ရင် ဒီကောင်လေး ရဲ့နှလုံးသား ကျကွဲသွားမှာဗျ" လို့ ပြန်ဖြေလိုက်ပါတော့သတဲ့။

နှလုံးသားဆိုတာ အင်မတန်နူးညံ့ပါတယ်။ ကွဲကြေသွားတဲ့နှလုံးသားကို ပြန်လည် ကုစားဖို့ဆိုတာ အချိန်ကာလသတ်မှတ်လို့မရနိုင်ပါဘူး။ ကိုယ့်ကြောင့် ဘယ်သူ့ ဘယ်သူ့ရဲ့နှလုံးသားကိုမှ မကွဲကြေပါစေနဲ့ သူငယ်ချင်း ....။

–facebook မှ။

သရဲကားကြည့်ပြီး စိတ်ဖောက်ပြန်ကာ

မိခင်နှင့်ညီမကိုသတ်ခဲ့သည့်အမေရိကန်ဆယ်ကျော်သက်

အမေရိကန် ဆယ်ကျော်သက် လူငယ်တစ်ဦးသည် သရဲကားကြည့်ရှုပြီးနောက် စိတ်ဖောက်ပြန်ကာ မိခင်နှင့်ညီမကို သတ်ခဲ့သည့် ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။

အသက်(၁၇)နှစ်ရှိ ဂျိတ်အီဗန်ဆိုသူ လူငယ်သည် Hallowee အမည်ရှိ သရဲကားကို ရက်သတ္တတစ်ပတ်အတွင်း သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ကြည့်ရှုခဲ့ပြီး စိတ်များ ရှုတ်ထွေးဖောက်ပြန်လာကာ မိခင်ဖြစ်သူနှင့် ညီမဖြစ်သူကို ရက်ရက်စက်စက် သတ်ဖြတ်ခဲ့သည့် ဖြစ်ရပ်တစ်ခု လွန်ခဲ့သည့် အောက်တိုဘာ ၃ ရက်က အမေရိ ကန်နိုင်ငံ တက္ကဆက်ပြည်နယ် အလီဒိုမြို့၌ ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။

အခင်းဖြစ်ပွားပုံ အသေးစိပ်နှင့်ပတ်သက်၍ ဂျိတ်အီဗန်ကိုယ်တိုင် ရေးသားထားသည့် စာမျက်နှာ လေးမျက်နှာ ဇန်နဝါရီ ၂၅ ရက်က ပေါ်ထွက်လာ ခဲ့သည်။ ဂျိတ်အီဗန်၏ ဖွင့်ဟဝန်ခံထားချက်များအရ အီဗန်သည် Hallowee ဇာတ်ကားကို ကြည့်ရှုခဲ့ရပြီးနောက် ၄င်း၏မိသားစုဝင်များသည် ၄င်းအပေါ် လိုလားနှစ်သက်ဟန်မရှိဟု ခံစားမိကြောင်းနှင့် လူများအပေါ် အမုန်းပွားစိတ် ပိုမို ဖြစ်ပေါ်လာသည်ဟု ဆိုသည်။

ယင်းနောက် အီဗန်သည် အဘိုးဖြစ်သူ၏ သေနတ်ကို ခိုးယူကာ မိခင်ဖြစ်သူ ဂျာမိနှင့် ညီမဖြစ်သူ မာလိုရီတို့ကို ပစ်သတ်ခဲ့ကြောင်း၊ သေနတ်ဖြင့် ပစ်ခတ်ပြီး အီဗန်သည် ၄င်း၏အိပ်ခန်းအတွင်းသို့ ပြေးဝင်လာခဲ့ကြောင်း၊ အပြင်တွင် ဆူဆူ ညံညံအသံများကြားရသဖြင့် သူ့ညီမအသက်ရှင်နေသည်ဟု ယူဆကာ ပြန်ထွက် လာပြီး မိခင်ရော ညီမကိုပါ ထပ်မံပစ်သတ်ခဲ့သည်ဟု ဆိုသည်။

အီဗန်သည် အဘိုးအဘွားများအိမ်သို့ သွားကာ အဘိုးအဘွားများနှင့် နမ နှစ်ဦးကိုလည်း သတ်ရန်ကြံစည်ခဲ့သေးသည်ဟု ရေးသားထားသည်။ အခင်း ဖြစ်ပွားသည့်အချိန်တွင် ဖခင်ဖြစ်သူနှင့် အမနှစ်ဦးမှာ အိမ်တွင်မရှိ အပြင်ရောက် နေသည်ဟု သတင်းတွင် ဖော်ပြထားသည်။

၂၀၀၇ ခုနှစ်က ဖြန့်ချိခဲ့သည့် Hallowee ဇာတ်ကားသည် (၁၀)အရွယ် လူငယ်လေးတစ်ဦးက လူအများအပြားကို လိုက်လံသတ်ဖြတ်သည့် ဇာတ်ဝင်ခန်း များကို အခြေခံရိုက်ကူးထားသည့် ထိတ်လန့်ဖွယ်သရဲကားဖြစ်သည်။ (အေဝမ်းစိုး)

-(၂၈-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ သတ္တဝါများသန္တာန်၌ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဓာတ်ခံများ ရှိလေရာ ထိုဓာတ်ခံများကို ထကြွလာစေသည့် အပြင်အာရုံများကို မြင်၊ ကြား၊ တွေ့ကြုံလာရသည့်အခါ ထိုဓာတ်ခံများကို ထိန်းချုပ်နိုင်သည့် အသိဉာဏ်မရှိပါက အထက်ပါဖြစ်ရပ်မျိုး ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည်။ ***-စိစဉ်သူ။***

ဆိုင်းဘုတ်ကြောင့်

ကျောင်းနောက်ကျသည့် ကျောင်းသားတစ်ဦးအား-

ဆရာမ။ "ဘာဖြစ်လို့ ကျောင်းနောက်ကျရတာလဲ"

ကျောင်းသား။ "ဆိုင်းဘုတ်တစ်ခုကြောင့်ပါ ဆရာမ"

ဆရာမ။ "ဘယ်ဆိုင်းဘုတ်လဲ"

ကျောင်းသား။ "ဟိုနားလေးမှာ ရေးထားတဲ့ ဆိုင်းဘုတ်ပါ "ရှေ့တွင် ကျောင်းရှိသည် ဖြည်းဖြည်း"တဲ့။

ကျွန်ုပ်သာ သန်းကြွယ်သူဌေးကြီးဖြစ်ခဲ့လျှင်

ဆရာမက ကျောင်းသားများကို "ကဲ.. ခဲတံနဲ့ စာအုပ်ထုတ်၊ ကျွန်ုပ်သာ သန်းကြွယ်သူဌေးကြီးဖြစ်ခဲ့လျှင်ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်နဲ့ စာစီစာကုံးတစ်ပုဒ် ရေးကြ"ဟု ပြောလိုက်ရာ ကျောင်းသားများအားလုံး ရေးနေကြသော်လည်း ဂျိုးတစ်ယောက်သာ မရေးဘဲ လက်ပိုက်ပြီး နောက်ခုံကို စတိုင်လ်ဖြင့် မှီနေသည်။

ဆရာမ။ "ဘာဖြစ်လို့လဲ .. ဂျိုး"

ဂျိုး။ "ကျွန်တော့်အတွင်းရေးမှူးမလေးကို စောင့်နေတာပါ ဆရာမ"

-အေဝမ်း၊ (၂၅-၁-၂၀၁၃)ထုတ်
ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၂-ပါ ဘဝအမောပြေကဏ္ဍမှ။

ချစ်သူနှင့်အဆင်မပြေခြင်း၊ ကျောင်းစာမလိုက်နိုင်ခြင်းတို့ကြောင့်
ကျောင်းသားတစ်ဦး အဆိပ်သောက်သေဆုံး

ရေနံချောင်းမြို့နယ်၊ ဆုံတိုက် တပင်ရွှေထီးရပ်ရှိ ဘော်ဒါဆောင်၌ အပြင်မြေ စာသင်နေသည့် ကျောင်းသားတစ်ဦး အဆိပ်သောက်သေဆုံးမှု ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ဒေသခံသက်ဆိုင်ရာ မြို့မရဲစခန်းမှ ဒုရဲအုပ်ကျော်စိုးထိုက်နှင့်အဖွဲ့ သည် သတင်းအရ သက်သေများနှင့်အတူ အခင်းဖြစ်နေရာသို့ ဒီဇင်ဘာ ၁၅ ရက် နေ့လယ်ပိုင်းက သွားရောက်စစ်ဆေးခဲ့ရာ အဆိုပါကျောင်းသားသည် အသက် ၁၈ နှစ်အရွယ်ရှိ ရန်နိုင်စိုး၊ ရေနံချောင်းမြို့နယ်နေသူဖြစ်ကြောင်း သိရှိရသည်။ သူသည် အဆိုပါနေ့ နံနက် ၁၀ နာရီအချိန်က ယင်းနှင့်ရည်ငံထားသည့် ရည်းစားနှင့် အဆင်မပြေခြင်းနှင့် ကျောင်းစာများကို မလိုက်နိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် စိတ်ညစ်ညစ်နှင့် အဆိပ်သောက်သေမည်ဟု ယင်း၏သူငယ်ချင်းဖြစ်သူ သော်လှိုင်ဝင်းအား ပြောပြ ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါ ကျောင်းသားအား ရေနံချောင်းမြို့၊ မြို့မပြည်သူ့ဆေးရုံ၌ ဆေး ကုသခဲ့စဉ် သေဆုံးသွား၍ ထိုကျောင်းသား သေဆုံးမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး ဓမ္မတာ အတိုင်း သေဆုံးခြင်းဟုတ်-မဟုတ် သိရှိနိုင်ရန် သက်ဆိုင်ရာ ရေနံချောင်းမြို့နယ် ရဲစခန်းမှ သေမှုသေခင်းအမှတ်စဉ် ၃/၁၂ ဖြင့် အမှုဖွင့်ထားကြောင်း သက်ဆိုင်ရာ ရဲစခန်းမှ စုံစမ်းသိရသည်။ ဥမ္မာခင်(မကွေး)

-၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာ ၂၆ ထုတ် မြန်မာ့ဒီဂျစ်တယ် အချစ်ဝိုင် မှ။

မှတ်ချက်။ ။ တရားသဘောဖြင့်ကြည့်လျှင် ထိုကျောင်းသားကို သတ်လိုက်သော လက်သည်တရားခံမှာ ရည်းစားနှင့် အဆင်မပြေမှု(ဒေါသ)၊ ကျောင်းစာမလိုက်နိုင်မှု(ဉာဏ်ရည်မမီမှု မောဟ)တို့ကြောင့်ဖြစ်သည်။ စိတ်ထွက် ပေါက်ပိတ်နေသည့်အခါတရားဖြင့် ထွက်ပေါက်ရှာနိုင်ရေးအတွက် ငယ်ရွယ်စဉ် ကပင် ဘာသာတရားလိုက်စားထားရန် လိုအပ်ပေသည်။

-စိစဉ်သူ။

အချစ်သည်ကြာရှည်စွာတည်တံ့သွားသည့်တိုင်အောင် အာရုံမှားမှုတစ်ခုသာဖြစ်သည်။ *-ဒေလီလာ။*

Love is only an illusion until it lasts forever. *-Delilah.*

အယ်ဒီတာအဖွဲ့၏မေတ္တာစကား

ကျေးဇူးတော်ရှင် မန်လည်ဆရာတော်ကြီးက ..

"မတန်မရာ၊ သဒ္ဒါလွန်မြောက်
မျောက်ကိုချစ်ပြား၊ ခြူဆွဲမှားသို့
နားမချမ်းသာ၊ ရှိတတ်ရာ၏"လို့

မဃဒေဝလင်္ကာမှာ သတိပေး ရေးသားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

ထင်ရှားအောင် ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့....

ဆရာတော်ကြီး ဩဝါဒက မိဘ၊ ဆရာသမား၊ နိုင်ငံ့ခေါင်းဆောင်၊ လုပ်ငန်းခေါင်းဆောင်ဖြစ်သူများဟာ အသိပညာ၊ အတတ်ပညာမရှိတဲ့ (အလိုက်ကန်းဆိုးလေးလောက်တောင် မသိတတ်ကြတဲ့) ကြီးငယ်မဟူ အောက်ခြေလူတန်းစား အချို့ကို (ဆရာ–တစ်ခါခေါ် ဆယ်ပြားနှုန်းနဲ့ နေ့တွက်ကိုက်အောင် "ဆရာ .. ဆရာ"လို့ ခဏခဏ ခေါ်တတ်ကြတဲ့သူတွေကို) မတန်မရာ လွန်လွန်ကဲကဲ၊ အလွဲလွဲအချော်ချော်၊ မတော်မလျော်မြှောက်စား၊ ဆက်ဆံနေရာပေးမိကြတယ်ဆိုရင် ဖနောင့်မြေမကျတော့ဘဲ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဒုက္ခလှလှပေးတတ်ကြပုံ၊

ခြူဆွဲထားတဲ့မျောက် အငြိမ်မနေလို့ နားငြီးရသည့်နည်းတူ " ငါ.. ဒီကုမ္ပဏီမှာ အရေးပါသူတစ်ယောက်၊ သူဌေးရဲ့သူငယ်ချင်း၊ သူဌေးသား၊ သူဌေးညီ၊ သူဌေးတူ၊ တာဝန်ခံ၊ တွဲဘက်၊ အချက်အချာကျသူ၊ မန်နေဂျင်း"စတဲ့ ကြွားဝါတဲ့ စိတ်ဖျင်းနဲ့ ဂါရဝတရားကို အရေကျိုပြီး၊ ကတညုတ၊ ကတဝေဒီ မင်္ဂလာတရားကို လမ်းခင်းပစ်လိုက်တတ်ကြပုံတွေကို သတိရစေဖို့၊

တစ်နည်းအားဖြင့် အမြှောက်မမှားမိကြစေဖို့ သတိပေးထားတာပါ။ ဖွတ်တွေ မိကျောင်းဖြစ်လာရင် မြစ်ချောင်းအင်းအိုင် ပျက်တတ်တယ် မဟုတ်လား။

ဂေါပကလူကြီးက ကြေးစည်ရိုက်ဖို့ တာဝန်ပေးထားရာမှာ အချိန်အခါမဟုတ်ဘဲ ထုပါ့မယ်တကဲကဲ လုပ်နေတာလောက်က ပြဿနာမဟုတ်ပေမယ့် အာဏာရှိသူကသာ ပုဏ္ဏားလိုလူတွေကိုများ နယ်စားပယ်စားပေးမိရင်တော့ ဆီကျက်အိုးထဲ ရေစက်ကျသလို မငြိမ်မသက်၊ ပတ်ဝန်းကျင်ပါ ဖျစ်ဖျစ်မြည်အောင် ဆူပွက်ပြီး တိုင်းပြည်မြို့ရွာပါမကျန် ပျက်စီးသွားတတ်တာမို့ အမြှောက်မမှားကြဖို့ မေတ္တာစကား ဆိုလိုက်ပါရစေ .... ။ – ***၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။***

သေနည်း ၅ မျိုး

မည်သူမဆို တစ်နေ့ မုချသေရမည်။ နေတတ်ဖို့လိုသလို သေတတ်ဖို့လည်း အရေးကြီးသေးသည်။ သေတတ်အောင် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားဖို့လိုသည်။ သေခါနီး စိတ်ထားမတတ်လို့ ဘဝကူးမကောင်းသူတွေ များလှ၏။ သေပုံသေနည်း မတတ်လို့ ပိတ္တာဖြစ်၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်၊ ငရဲကျသူတွေ အများအပြားရှိ၏။

မည်သူမဆို သတ္တဝါတို့မည်သည် ရေနစ်တဲ့သူဟာ အားကိုးတကြီး တွေ့ရာဆွဲယူတတ်သလို သေခါနီးတဲ့အခါ ဆွဲမိဆွဲရာ ဆွဲတတ်ကြသည်။ မခွဲနိုင်မခွာရက် တပ်မက်စွဲလန်း နေတတ်ကြသည်။ သံယောဇဉ်တွေကို ကြိုတင်ဖြတ်ထားဖို့လိုသည်။ ဇနီး၊ သားသမီး၊ ဆွေမျိုးဉာတကာဆိုသည်မှာ သည်ဘဝတွင် ခဏလာပြီး ဆုံဆည်းကြခြင်းဖြစ်သည်။ ကံစီမံရာအတိုင်း သူ့လမ်းသူသွားကြမှာဖြစ်သည်။ တိုက်တာအိမ်ရာစည်းစိမ် အဆောင်အယောင်တွေ၊ ရာထူးတွေလည်း သေလျှင် ဘာမျှပါသွားမှာမဟုတ်ဘူး။ တွယ်တာဖို့ မလိုဘူး။ စိတ်ကို ရှင်းရှင်းထား။ အားလုံးသံယောဇဉ်ဖြတ်ထားရမည်။ သေခါနီးမှာ ကပ်ပြီးပြုတဲ့ ကောင်းမှုကံသည် သေပြီးနောက်တစ်ဘဝအတွက် အကျိုးပေးသဖြင့် ဘဝကူးအတွက် အလွန်အရေးကြီးသည်။ သေခါနီးကာလဆိုတာ ကိုယ်အားနှုတ်အားတွေ လျော့ပါးနေတဲ့အတွက် ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှုတွေထက် မနောကံကိုသာ အများဆုံးလုပ်နိုင်ခွင့်ရှိတော့သည်ကို သတိပြုရမည်။ မနောကံအလုပ်ဆင်ခြင်မှုကိုသာ အများဆုံး အားထား မှီခိုရပေလိမ့်မည်။ သေခါနီးဆိုတာ များများမလုပ်နိုင်တော့ဘူး။ လုပ်သလောက်ဟာကလေး တိတိကျကျ မိမိရရရှိဖို့ အရေးကြီးသည်။

ဒီဘဝမှာ မသေခင် ဘယ်အရာကို၊ ဘယ်တရားကို အာရုံပြုပြီး ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ကြီး ဆွဲကိုင်ပြီး ဘယ်လိုဘဝကူးမယ်ဆိုတဲ့အချက်ကို ကြိုတင်ရွေးချယ် သတ်မှတ်ထားရမည်။ ဘယ်ပုံ ဝိညာဏ်ချုပ်စေမယ်အထိ ဘဝနိဂုံးချုပ်မယ့် ပုံစံကို တိတိကျကျ ရေးဆွဲထားရမည်။ ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ ဘယ်အနာရောဂါနှင့် ဘယ်နေ့ ဘယ်အချိန် ဘယ်နေရာမှာ သေရမည်ဆိုတာ ဘယ်သူမှ ကြိုတင်မသိနိုင်တဲ့အတွက် သေနည်းကို ကြိုတင်လေ့ကျင့်ထားဖို့ လိုသည်။ ညစဉ်အိပ်ရာဝင်တိုင်း တကယ်သေခါနီးအချိန်လို့ သဘောထားပြီး အစမ်းလေ့ကျင့်ထားဖို့လိုသည်။ အလေ့အထဖြစ်အောင် ခိုင်မာအောင် မကြာခဏ အာရုံပြု လေ့ကျင့်ထားရမည်။ မိမိစိတ်အာရုံတွင် နှစ်သက်ကြည်လင်မှုရှိတဲ့ နည်းတစ်မျိုးကို ထပ်ကာထပ်ကာ

မီးထိုးပေးနေရမည်။ အဖန်တလဲလဲ လေ့ကျင့်နေရမည်။ အာရုံပြုလိုက်လျှင် အချိန်မရွေး ထင်မြင်လာအောင် လုပ်ထားရမည်။ သေနည်းငါးမျိုးအနက် ကြိုက်နှစ်သက်ရာတစ်မျိုးကို ရွေးချယ်ပြီး သေမင်းကို မကြောက်မရွံ့ရင်ဆိုင်နိုင်အောင် အသင့်ပြင်ထားရမည်။

သေနည်း ၅ မျိုး

၁။ သရဏဂုံနှင့်သေနည်း

၂။ ဒါနနှင့်သေနည်း

၃။ သီလနှင့်သေနည်း

၄။ သမထနှင့်သေနည်း

၅။ ဝိပဿနာနှင့်သေနည်း

သရဏဂုံနှင့်သေနည်း

သရဏဂုံတည်ဆောက်ပြီး မကျိုးမပေါက်အောင် စောင့်ထိန်းပါ။ ဘာလုပ်လုပ် သရဏဂုံရွတ်ဆိုပြီးမှ လုပ်ပါ။ အလေ့အထဖြစ်နေအောင် သရဏဂုံနှလုံးသွင်းပြီး သရဏဂုံနှင့် နေသွားပါ။ သေခါနီးမှာ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ(မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏)။ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ (တရားတော်မြတ်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏)။ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ (သံဃာတော်အရှင်မြတ်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏)လို့ အဓိပ္ပါယ်ပါ အာရုံထင်လာအောင် စိတ်ထဲကနေ နှလုံးသွင်း ပွားများပါ။ သရဏဂုံအာရုံနှင့်သေလျှင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်သည်။

ဒါနနှင့်သေနည်း

ဘဝတစ်သက်မှာ မိမိပြုခဲ့တဲ့ ဒါနကောင်းမှုတွေထဲက အကျေနပ်ဆုံး၊ အကြိုက်နှစ်သက်ဆုံး၊ ပီတိအဖြစ်ဆုံး အလှူဒါနကောင်းမှုတစ်ခုကို ရွေးပါ။ ပီတိအားကောင်းမှ အကျိုးပေးထက်သန်တာဖြစ်လို့ ထိုပီတိအဖြစ်ဆုံး ဒါနကောင်းမှုကို ခုလောလောဆယ် လှူနေရသလို အာရုံမြင်ပြီး ကြည်နူးဝမ်းမြောက်ပီတိဖြစ်နေရပါမည်။ သေခါနီး နာမကျန်းဖြစ်နေစဉ် အလှူဒါနပြုပြီး ပြုခဲ့သော အလှူဒါနကို နှလုံးသွင်း ပီတိဖြစ်သည်အထိ အာရုံပြု ပွားများ၍လည်းရပါသည်။ မိမိပြုခဲ့သော အလှူဒါနကို ဝမ်းသာပီတိဖြစ်အောင် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ရပါမည်။ မိမိလှူထားသော အဆောက်အဦ လှူဖွယ်ပစ္စည်းများကို မစွဲလန်းမိရန် သတိပြုရပါမည်။ မိမိပြုခဲ့သော အလှူဒါနကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး ဒါနပီတိစိတ်နှင့်သေရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်သည်။

သီလနှင့်သေနည်း

နေ့စဉ် ပုံမှန် ငါးပါးသီလခံယူပြီး မကျိုးမပေါက်အောင် စောင့်ထိန်းပါ။ သေခါနီး သံယောဇဉ်ဖြတ်ပြီး စိတ်ကိုငြိမ်အောင် ထားပါ။ မိမိသီလကို နှလုံးသွင်းပြီး သီလာနုဿတိဖြစ်နေအောင် အထပ်ထပ် အာရုံပြုဆင်ခြင်ပါ။ သေခါနီးတွင်လည်း ဘုရားအာရုံပြုပြီး ငါးပါးသီလခံယူပါ။ အခု ငါးပါးသီလခံယူပြီးတဲ့အချိန်ကစပြီး ငါးပါးသီလလုံခြုံနေပြီလို့ ဝမ်းသာပီတိဖြစ်နေသည်အထိ နှလုံးသွင်း အာရုံပြုပါ။ သီလပီတိစိတ်နှင့်သေရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်သည်။

သမထနှင့်သေနည်း

သမထဆိုတာ တစ်ခုကိုသာ စူးစိုက်ကာ ရှုခြင်းဖြစ်သည်။ စိတ်ကို ဟိုဒီမပျံ့လွင့်စေဘဲ အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ တည်ငြိမ်နေအောင် စူးစိုက်ပြီးမှ နေခြင်းဖြစ်သည်။ သမထကျင့်စဉ် (၄၀) ရှိသည်။ သေခါနီးသူသည် အများအပြားမလုပ်နိုင်တော့သဖြင့် တိုတိုနှင့်လွယ်ကူရှင်းလင်းသောနည်းကို အာရုံပြုပွားများလျှင် လုံလောက်ပါသည်။ ဘုရားဂုဏ်တော် နှလုံးသွင်းပွားများနည်း အရဟံ (ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား) လို့ အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကိုပါ အာရုံထင်လာအောင် စိတ်ထဲကနေ နှလုံးသွင်းပွားများနေရပါမည်။ မေတ္တာဘာဝနာပွားများနည်း (သတ္တဝါအားလုံး ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ)လို့ စိတ်ထဲကနေ နှလုံးသွင်း ပွားများရပါမည်။ ဘုရားဂုဏ်တော်နှလုံးသွင်းပွားးများနည်းနှင့် မေတ္တာဘာဝနာပွားများနည်းကို ကြိုက်နှစ်သက်ရာတစ်ခုကို ပီတိဖြစ်သည်အထိ နှလုံးသွင်းအာရုံပြုပါ။ သမထဘာဝနာပီတိစိတ်နှင့်သေလျှင် ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်ပါသည်။

ဝိပဿနာနှင့်သေနည်း

ဝိပဿနာဆိုတာ ပေါ်ရာပေါ်ရာမှာ ရှုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်အမှုအရာ ဘာပဲပြုပြု-ပြုနေစဉ်၊ စိတ်အမှုအရာ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်-ဖြစ်နေစဉ် နေ့စဉ်တိုင်း နေ့စဉ်တိုင်းမှာ ဖြစ်နေတဲ့သဘောကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း သတိကပ် ရှုမှတ်သွားရန်ဖြစ်သည်။ ရုပ်နာမ်တရားကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တအားဖြင့် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာဘာဝနာတစ်ခုခုကို ဆရာသမားကောင်းထံ နည်းနာခံပြီး စနစ်တကျ လေ့ကျင့်ထားရမည်။ ရိပ်သာမကြာခဏဝင်ပြီး ဝိပဿနာဘာဝနာ အားထုတ်ရမည်။ အိမ်မှာလည်း နေ့စဉ်မှန်မှန် အားထုတ်ရမည်။ ဝိပဿနာကို နှလုံးသွင်းပြီးသေရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်သည်။

(မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ "ဝေဒနာကုန်ပျောက် နိဗ္ဗာန်ပေါက်"တရား

တော်မှ ဝိပဿနာနှင့်သေနည်းကို အကျဉ်းချုပ် ကောက်နှုတ်ဖော်ပြပါမည်။ ဘုရားရှင်ကသေနည်း၆မျိုးဟောထားပါသည်။ပုထုဇဉ်တို့၏သေနည်းက ၃ မျိုး၊ သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်သေနည်းက ၃ မျိုး၊ ပေါင်း ၆ မျိုးရှိပါသည်။ အဲဒီအထဲမှာ ဆရာတော်ဟောထားသော ပုထုဇဉ်တို့အတွက် အသင့်တော်ဆုံး သေနည်းတစ်မျိုးကို ဖော်ပြပါမည်။ အဲဒီနည်းကတော့ ဘုရားရှင်နှင့်တပည့်သားတို့ထံမှ ကြားနာရသည့်တရားအတိုင်း ဝေဒနာနှင့်ငါ မရောအောင် ကိုယ်တိုင်ရှုမှတ်ပွားများ၍သေနည်း ဖြစ်ပါသည်။ သေခါနီးတွင် ဝေဒနာအမျိုးမျိုး ပေါ်လာပါမည်။ အဲဒီအချိန်မှာ ရှုနည်းအသားကျနေအောင် အခုထဲက ဝေဒနာကို ငါနှင့်မရောဘဲ ကိုယ့်ဉာဏ်နှင့်ကိုယ် ဖြစ်ပျက်ရှုတတ်အောင် ကြိုးစားပြီး အကျင့်လုပ်ထားရမည်။ ဖြစ်ပျက်ရှုမှတ်တဲ့အတွက် ဝေဒနာကို ဖြစ်တာနှင့်ပျက်တာပဲ သိနေပြီး အမှန်သိနေတဲ့အတွက် အဝိဇ္ဇာမလာပါ။ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ မရုန်းထွက်နိုင်အောင် သတ္တဝါတို့အား အလွန်ယစ်မူးတွေဝေစေတတ်သော အာသဝေါတရားလေးပါးလည်း မလာတော့ပါ။ ဒီနည်းက မသေခင် အာသဝေါတရားအကုန်ချုပ်တဲ့နည်း၊ အောက်သံသရာမသွားဘဲ သေတဲ့နည်းဖြစ်သည်။ ဒီလိုဝေဒနာကို ဖြစ်ပျက်ရှုတဲ့အတွက် ရှုတဲ့သူမှာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တွေ ပြတ်နေပြီ။ ဒါကြောင့် ရှုရင်းရှုရင်း သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်အထိရောက်သွားနိုင်သည်။)

–ရေးသူ–အမည်မသိ၏"သုဂတိဘုံသို့ ဘဝကူးနည်း" လက်ကမ်းစာစောင်မှ။

ဆေးရုံပေါ်မှခုန်ချသေဆုံး

ပဲခူး မတ် ၂၉

ပဲခူးမြို့ ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး ခွဲစိတ်ဆောင်အပေါ်ထပ် ခုတင်အမှတ် (၁၅)တွင် ပဲခူးမြို့ အမှတ်(၂)ရဲစခန်းက ယာဉ်(ပ)၄/၂၀၁၃၊ ပြစ်မှုပုဒ်မ ၃၃၇ ဖြင့် အမှုဖွင့်ထားရှိသည့် လူနာဦးသန်းလွင်(၅၂)နှစ် ရွှေပြည်တန်(၃)လမ်း ကလျာဏီရပ်ကွက် ပဲခူးမြို့နေသူမှာ ဆေးဝါးကုသမှုခံယူနေစဉ် မတ် ၂၀ ရက် နံနက် ၁၁ နာရီခွဲက ပဲခူးဆေးရုံခွဲစိတ်ဆောင်ရှေ့ ကော်ရစ်တာမှတစ်ဆင့် အောက်သို့ ခုန်ချသေဆုံးခဲ့သဖြင့် ပဲခူးမြို့ အမှတ်(၁)ရဲစခန်းက သေမှုသေခင်း ၆/၂၀၁၃ ဖြင့် အမှုဖွင့်ထားကြောင်း သိရသည်။ (၈၈)

–(၃၀–၃–၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ စိတ်ဖိစီးမှု စိတ်ပူပန်မှုသောကအားကြီးလျှင် အသက်တိုတတ်သည်။

ငယ်လွန်းတော့လည်း
အန္တရာယ်များလွန်းလို့
စိတ်မချရ
$
အရွယ်ရောက်လာတော့လည်း
စိတ်လေပြီး
လမ်းမှားမှာကြောက်ရ...
တစ်ယောက်ကို
မှန်းနေ...
ဒီအရွယ်က
အခဝင်မပြေတော
အကြောင်းပြုပြီး
ယူကုန်ကြူးခါမှာ
ကြောက်ရ...
တစ်ပါယအရွယ်
ခိုးဆိုးလုယက်
ခံရမှာ
ကြောက်ရပြန်...
အင်း...အခုမှပဲ
စိတ်ချရတော့တယ်..

ကြွေးတင် ရှင်ဘုရင် ဆင်လိမ်မည်

မြတ်စွာဘုရားသည် ကောသလတိုင်း တောအုပ်တစ်ခု၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် ဘာရဒွါဇအနွယ်၊ သမီးခုနစ်ယောက်ရှိသည်ဖြစ်၍ ဗဟုဓိတိကမည်သော ပုဏ္ဏားကြီးသည် ထိုတောအုပ်၏ အနီး၌ နေထိုင်လျက်ရှိသည်။ အရွယ်ရောက်နေသော သမီးများက အိမ်ထောင်ပြုကာ ယောက္ခမအိမ်လိုက်နေကြရ၏။ သားအမိ တစ်ယောက်နှစ်ယောက်စီရှိသောအခါ လင်ယောက်ျားအားလုံးတို့သေဆုံး၍ မုဆိုးမဘဝသို့ရောက်ကြရ၏။ သမီးမုဆိုးမများကို ယောက္ခမတို့က လက်မခံကြတော့ခြင်းကြောင့် ဖခင်ဖြစ်သူ ပုဏ္ဏားကြီးထံသို့ ပြန်လာနေကြသည်။

ဖခင်ဖြစ်သူ ဗဟုဓိတိက (သမီးများရှင်)ပုဏ္ဏားကြီးမှာလည်း သူ့ဒုက္ခနှင့်သူ။ ပစ္စည်းကုန်ခမ်း စိတ်လက်နွမ်းပြီး ဆင်းဆင်းရဲရဲ ပင်ပင်ပန်းပန်းနှင့် နေထိုင်စားသောက်နေရချိန်ဖြစ်သည်။ ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရဆုံးမစာကဲ့သို့–

တညိုးလျှလျှ၊ တတနွမ်းနွမ်း

တသမ်းဟယ်ဟယ်၊ တတွယ်တာတာ

တဟာလိုက်လိုက်၊ တရှိုက်ငင်ငင်

တပင်ပန်းပန်း ဖြစ်နေချိန်။

သည်တွင်မက တစ်ပူပေါ်နှစ်ပူဆင့်၊ ဘူးလေးရာ ဖရုံဆင့်၊ ဒုက္ခပေါ်ဒုက္ခဖြစ်ကာ ကံဆိုးမသွားလေရာ မိုးလိုက်လို့ရွာသော အခြေအနေမျိုးနှင့် ရင်ဆိုင်ရပြန်၏။ ဒုက္ခက အဖော်များနှင့်လာချေပြီတကား ... ။

ပုဏ္ဏားကြီးကို ပိုစိတ်ဆင်းရဲစေသော အကြောင်းများမှာ–

၁။ နွား ၁၄ ကောင် ပျောက်သွားခြင်း၊

၂။ မိုးဖျက်၊ ပိုးဖျက်မှုကြောင့် နှမ်းခင်းအားလုံး ပျက်စီးခြင်း၊

၃။ ဘာမျှမရှိ အချည်းနှီးသော (စည်၊ ဂိုဒေါင်) ကျီတွင်း၌ ကြွက်များသောင်းကျန်း၍ အိပ်မပျော်ခြင်း၊

၄။ ၇–ရက်တိုင်တိုင် မသုတ်သင်နိုင်သော မြက်ဖျာအိပ်ရာခင်းအတွင်းမှ ဥပ္ပါဠကပိုးများ ကိုက်ခဲ၍ အိပ်မပျော်ခြင်း၊

၅။ သမီး ၄ ယောက်တို့ မုဆိုးမဖြစ်ရခြင်း၊

၆။ ကြွေးမြီရှင်များနှင့် အတွေ့မခံရန် အိမ်သူမယားက ခြေဖြင့်ကန်၍ နှိုးခြင်း၊

၇။ မိုးသောက်ယံ၌ ကြွေးမြီရှင်များက အမြဲကြွေးတောင်းကြခြင်း၊

ဤအကြောင်းများကြောင့် ပုဏ္ဏားကြီးမှာ စိတ်ပင်ပန်း လူပင်ပန်း အကြီးအကျယ်ဖြစ်၍နေ၏။

ဤပုဏ္ဏားကြီးသည် နွားပျောက်ရှာရန် အိမ်မှထွက်ခွာခဲ့၍ တောအုပ်အတွင်းသို့ ရောက်လာရာ မြတ်စွာဘုရားကို တွေ့ရ၏။ ထိုအခါ မိမိမှာဆင်းရဲကြောင်း ၇-မျိုးတို့ကြောင့် ဆင်းရဲရသလို ဤရဟန်းမှာ ဆင်းရဲကြောင်း ၇-မျိုးတို့မရှိ၍ ချမ်းသာစွာ နေရပါတကားဟု အံ့အားတသင့်ဖြစ်ပြီး ၇-ဂါထာတို့ဖြင့် ရွတ်ဆိုချီးကျူးလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားကလည်း "ငါမှာ ဆင်းရဲကြောင်း ၇-မျိုးမရှိ၍ ချမ်းသာစွာ နေရကြောင်း"တုံ့ပြန်သောအားဖြင့် "န ဟိ မယှံ ဗြာဟ္မဏ"စသော ၇-ဂါထာတို့ကို ရွတ်ဆိုဟောကြားတော်မူ၏။ ပုဏ္ဏားကြီးသည် လွန်စွာကြည်ညို၍ သရဏဂုံ တည်လျက် မြတ်စွာဘုရားထံ ရဟန်းပြုခွင့် တောင်း၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် ဇေတဝန်ကျောင်းသို့ ခေါ်တော်မူကာ ရဟန်းပြုပေးတော်မူသည်။

နောက်နေ့ ကောသလမင်းကြီး ပင့်လျှောက်ချက်အရ ထိုရဟန်းကြီးကို ခေါ်ဆောင်၍ နန်းတော်သို့ကြွတော်မူကာ မင်းကြီးလည်း ကိုယ်တိုင် ယာဂုများ ကပ်လှူလေ၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် အလှူမခံဘဲ ငြင်းပယ်တော်မူ၏။ မင်းကြီးသည် "တပည့်တော်အပေါ် အပြစ်ရှိပါက သည်းခံတော်မူပါ၊ ယာဂုကို အလှူခံတော်မူပါ"ဟု လျှောက်၏။"မင်းကြီးအပေါ်၌ အပြစ်တစ်စုံတစ်ရာ မရှိပေ၊ ငါဘုရားမှာ ပလိဗောဓတစ်ခုရှိ၍ အလှူမခံခြင်း ဖြစ်သည်"ဟု မိန့်တော်မူ၏။

"အရှင်ဘုရား ... ယာဂုအလှူမခံမီကပင် ပလိဗောဓကို ရအပ်ပါသလော၊ ယာဂုကို အလှူခံတော်မူပါ၊ ပလိဗောဓကို တပည့်တော် သုတ်သင်ပါမည်၊ တာဝန်ယူပါသည်ဘုရား"ဟု လျှောက်၏။ ဗုဒ္ဓသည်ယာဂုကိုအလှူခံတော်မူပြီးသုံးဆောင်တော်မူ၏။ ရဟန်းကြီးကိုလည်း သုံးဆောင်စေ၏။ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတော်မူပြီးသောအခါ ကောသလမင်းကြီးက မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်သည်-

"မြတ်စွာဘုရား... အရှင်ဘုရားတို့သည် ဩက္ကာကမင်းအနွယ်မှ သက်ဆင်း၍ အသမ္ဘိန္နခတ္တိယမင်းမျိုးဖြစ်သည့်အပြင် စကြာမင်းစည်းစိမ်ကိုပင်စွန့်၍ အတုမရှိ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည်။ အရှင်ဘုရားမှာ ပလိဗောဓ (ပြဿနာကိစ္စ)ဟူ၍ မကြားခဲ့ဖူးပါ။ ယခုမှ သိရပါသည်။ အရှင်ဘုရား၏ ပြဿနာကိစ္စ ပလိဗောဓကား အဘယ်ပါနည်းဘုရား"ဟု လျှောက်လေသည်။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက-

"မင်းကြီး .. ငါဘုရားမှာ ပလိဗောဓ မရှိပေ။ ဤရဟန်းကြီး၌ရှိသော ပလိဗောဓသည် ငါဘုရား၌ ပလိဗောဓ ရှိသည်နှင့်အတူတူပင် ဖြစ်သည်"ဟု မိန့်တော်မူ၏။

ထိုအခါ မင်းကြီးသည် ရဟန်းကြီးကို လျှောက်ထားမေးမြန်းရာ ရဟန်းကြီးကလည်း-

"မင်းကြီး ... လက်ချိုး ရေတွက်ကြည့်ပါ"ဟု ဆိုကာ ကြွေးများကို ပြောပြ၏။ မင်းကြီး လက်ချိုးရေတွက်၍ မကုန်နိုင်အောင် ဖြစ်နေသည်။ မှတ်မိရန် မလွယ်ဘဲ ရှိနေ၏။ ကြွေးရှင်တွေက များလွန်းနေ၍ ဖြစ်သည်။

ထို့နောက် ကောသလမင်းကြီးသည် မင်းချင်းတစ်ယောက်ကို ခေါ်၏။ ဗဟုမိတိက ပုဏ္ဏားကြီးထံ ရရန်ရှိသော အကြွေးများကို စာရွက်စာတမ်းနှင့်အတူ နန်းတော်သို့လာရောက်ကြစေဟု အမိန့်ထုတ်ပြန်၏။ အကြွေးများအားလုံးကို ကောသလမင်းကြီးက ပေးဆပ်လေသည်။ ဆပ်ရသော အကြွေးမှာ ရွှေဒင်္ဂါး တစ်သိန်းကျော်မျှ ရှိသည်ဆို၏။ (ယခုခေတ် ရွှေတစ်ကျပ်သား ၆-သိန်းကျော်နှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါလေ)

တဖန် မင်းကြီးက"ရဟန်းကြီးမှာတခြားပလိဗောဓများရှိသေးလား"ဟုမေး၏။

"မင်းကြီးဆပ်ပေးလို့ ကြွေးအတွက်မပူရတော့ပါ။သို့သော်မယားပုဏ္ဏေးမကြီးနှင့် သမီးများအတွက် အနှောင့်အယှက်များရှိနေပါသေးသည်"ဟုပြောပြသည်။

ကောသလမင်းကြီးသည် ရဟန်းကြီး၏ သမီးတို့ကို နန်းတော်သို့ခေါ်၍ မိမိ၏ သမီးရင်းပမာ မွေးစားထား၏။ သင့်လျော်သော ယောကျ်ားနှင့် အိမ်ထောင်ချပေး၏။ ပုဏ္ဏေးမကြီးကိုမူ ဘွားအေအရာ၌ထား၍ စောင့်ရှောက်လေသည်။ ထိုအခါ ကောသလမင်းကြီးက ရဟန်းကြီးကို လျှောက်သည်-

"အရှင်ဘုရား .. ဘုရားတရားတော်ကိုသာ လွတ်လပ်စွာ အားထုတ်တော်မူပါ။ တပည့်တော်မှာရှိတဲ့ ပစ္စည်းအားလုံးကလည်း အရှင်ဘုရားနှင့်တကွ ရဟန်းအားလုံး၏ ပစ္စည်းပါပဲဘုရား"ဟု လျှောက်တင်ကာ ပစ္စည်းလေးပါးဒါယကာအဖြစ် ခံယူလေ၏။ ရဟန်းကြီးလည်း လူမှုပြဿနာကိစ္စ ကင်းရှင်းပြီးဖြစ်၍ စိတ်ရှင်းရှင်းနှင့် ရဟန်းတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ရာ မကြာမီ ရဟန္တာဖြစ်သွားလေ၏။

ဤဖြစ်ရပ်သည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ လူ့သမိုင်းတစ်လျှောက် ပြောစမှတ် တွင်ခဲ့သည်။

"ကြွေးတင် ရှင်ဘုရင် ဆပ်လိမ့်မည်"

(သင်္ဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော် ၁၇၂-နှင့်၊ ၄င်းအဋ္ဌကထာ ၂၁၈၊ ဗဟုမိတရသုတ်)တို့၌ လာသည့် အကြောင်းအရာဖြစ်သည်)

-လေးကော-အရှင်နန္ဒမာလာ။၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။

ငြိမ်း ချမ်း ရေး

* ငါ၏ဒေါသ၊ သူ့ပုံချလျှင်
သူကတစ်ဖန်၊ သည်းမခံ၍
ငါ့ထံရွယ်စူး၊ ပြန်လွှန်ကျူးသော်
နှစ်ဦးမလွဲ၊ အကျိုးနည်းလိမ့်။
* သူ၏ဒေါသ၊ ငါ့ပုံချလျှင်
ငါကတစ်ဖန်၊ သည်းမခံ၍
သူ့ထံရွယ်စူး၊ ပြန်လွှန်ကျူးသော်
နှစ်ဦးမလွဲ၊ အကျိုးနည်းလိမ့်။
* နှစ်ဦးညီတူ၊ ကျိုးမဖြူသည့်
ရင်ပူဟုန်းကြွ၊ စိတ်ဒေါသကို
ငါကလည်းမှန်၊ သူလည်းမှန်၍
သည်းခံဖြေရှင်း၊ မေတ္တာနှင်းမှ
မယွင်းမှန်စွာ၊ ကောင်းကျိုးဖြာမည်
သူ့ငါ ဒေါသ ငြိမ်းကြဖို့ ... ။

-မေတ္တာလင်း (ကန့်ဘလူ)။
၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။

ယနေ့ စာဖတ်၊ အနာဂတ် ခေါင်းဆောင်။
Today the reader, Tomorrow the leader.

သင့်အသက် ဘယ်လောက်ရှိပြီဆိုတာ အရေးမကြီးပါ။
သင့်ရဲ့ဘဝလက်ကျန်ကိုဘယ်လိုလျှောက်မယ် (ဘယ်လိုဖြတ်သန်းမယ်၊
အဓိပ္ပါယ်ရှိအောင် ဘယ်လိုနေမယ်၊
အပြစ်ကင်းအောင် ဘယ်လိုနေမလဲ)ဆိုတာကိုသာ ပြောပါ။

-ဇေအောင်ကြိုင်။ (၃၁-၁-၂၀၁၃)။

နိုင်ငံခြားမှာအလုပ်သွားလုပ်
မလို့ တုတ်ပြီး ဓါးပြီး အန္တရာယ်
ကင်းဆေးထိုးပေးပါဆရာ......
ဗိန္ဓောဆရာ
ရှန်မောင်မောင်
CARTOON
ရှန်မောင်မောင်
2013
ပွင့်လင်း... ထင်သာ... မြင်သာ...

တင်ပလ္လင်ခွေ ဆင်းတုတော်တွင် မွေးညှင်းတော်များပေါက်

မန္တလေး ဧပြီ ၂၃

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မိုးကုတ်မြို့ သစ်ဆိမ့်ကုန်းကျေးရွာနေ ဦးမြမောင် (၄၃)နှစ်၏ နေအိမ်တွင် လွန်ခဲ့သည့် ၁၆ နှစ်ခန့်မှစ၍ကိုးကွယ်ထားသော ဉာဏ်တော်အမြင့် ၅ လက်မခန့်ရှိ ကြေးဆင်းတုတော်၏ ယာပါးတော်တွင် တစ်လက်မခန့်ရှိ အဖြူရောင်မွေးညှင်း ၃၂ ပင် အဖျား၌ အဆူးပါမွေးညှင်းများ ပေါက်လျက်ရှိသည်ကို တွေ့ရှိရသဖြင့် ဧပြီ ၁၉ ရက် နံနက်ပိုင်းမှစ၍ လူအများ လာရောက်ဖူးမြော်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ (မောင်ပြည်သူ-မန္တလေး)

-(၂၄-၄-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၁၁ မှ။

မေတ္တာစကား

အချစ်သည် မီးပုံတစ်ခုဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် ထိုမီးသည် သင်၏မီးလင်းဖိုကို ပူနွေးစေမည်လော၊ သင်၏အိမ်ကို ပြာကျအောင် လောင်မြိုက်မည်လော ဆိုသည်ကိုမူ သင်မည်သည့်အခါမျှ မပြောနိုင်။ ***-ဂျိုးအန် ကရော့ဖို့ဒ်။***

အိပ်ရေးပျက်မှုများပါက ဝေဖန်ပိုင်းခြားမှု ထိခိုက်နိုင်

ညပိုင်းအိပ်ရေးပျက်ပါက အမှားအမှန် ဝေဖန်ပိုင်းခြားမှုစွမ်းအား ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း အမေရိကန်သုတေသနပြုချက်တစ်ရပ်၌ ဖော်ပြသည်။

နှစ်ရက်ခန့် ဆက်တိုက်အိပ်ရေးပျက်ပါက ကိစ္စရပ်များကို လျှင်မြန်စွာ ဆုံးဖြတ်ချက်များချရာတွင်လည်းကောင်း၊ လှုပ်ရှားမှုတွင်လည်းကောင်း ထိခိုက်လာကြောင်းတွေ့ရှိရသည်ဟု အဆိုပါသုတေသနပြုချက်၌ ဖော်ပြသည်။

ဆရာဝန်များအပါအဝင် အခြားပုဂ္ဂိုလ်အများအပြားအနေဖြင့် အိပ်ရေးပျက်မှုများပါက ဆုံးဖြတ်ချက်များကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် မချနိုင်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်ဟု ဆိုသည်။

သုတေသနပညာရှင်များ၏ ပြောကြားချက်အရ လူတစ်ဦးသည် တစ်နေ့လျှင် ရှစ်နာရီခန့် အိပ်စက်အနားယူရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ သို့မှသာ ဦးနှောက် ပုံမှန် အလုပ်လုပ်နိုင်စွမ်းရှိမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

-အင်တာနက်-ကျန်းမာရေး။ (၁၈-၃-၂၀၀၇)ထုတ် မြန်မာ့အလင်းသတင်းစာမှ။

မိုင် ၁၉၀ ခရီးနှင်ကာ နေအိမ်သို့ ပြန်လာနိုင်ခဲ့သော ကြောင်မလေးဟိုလီ

ဟိုလီအမည်ရှိ ကြောင်မလေးတစ်ကောင်သည် ပိုင်ရှင်များနှင့်အတူ အားလပ်ရက်တစ်ရက်၌ ဖလော်ရီဒါပြည်နယ်သို့သွားစဉ် ခွဲထွက်ကျန်ရစ်ခဲ့ပြီးနေအိမ်သို့ မိုင် ၁၉၀ ခန့်လမ်းလျှောက်၍ ပြန်လာနိုင်ခဲ့ကြောင်း ဇန်နဝါရီ ၁၆ ရက် သတင်းများတွင် ဖော်ပြသည်။

ဂျက်ကော့နှင့် ဘွန်နီရစ်ချ်တာက ပြီးခဲ့သည့် နိုဝင်ဘာလအတွင်း ဒေတိုနာ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အမြန်လမ်းမကြီး၌ ၎င်းတို့၏ချစ်လှစွာသော ကြောင်မလေး ဟိုလီသည် မီးရှူးမီးပန်းများကြောင့် ကြောက်လန့်ပြီး အမှောင်ထုထဲသို့ ထွက်ပြေးသွားခဲ့သည်ဟု ဆိုသည်။ အဆိုပါစုံတွဲသည် ဖလော်ရီဒါပြည်နယ် အနောက်ဘက် Palm ကမ်းခြေ၌ နေထိုင်ပြီး ကြောင်မလေးဟိုလီ တစ်ကောင်တည်း အိမ်ကို ပြန်မလာခင်အထိ လက်ကမ်းကြော်ငြာများဖြင့် ရှာဖွေကာ ရက်များစွာ ကုန်ဆုံးခဲ့ကြောင်း ပြောကြားသည်။

ဟိုလီအား သူမ၏နေအိမ်နှင့် တစ်မိုင်အကွာတွင်ရှိသော ပန်းခြံတစ်ခု၌ တွေ့ရှိခဲ့ပြီး သူမ လမ်းလျှောက်လာသော ခရီးသည် မိုင် ၂၀၀ နီးပါးခန့်ရှိသည်။ သို့ရာတွင် သူမအား တွေ့ရှိခဲ့သည့်အချိန်၌ ပိန်လှီပြီး အရိုးပြိုင်းပြိုင်းထခြင်း၊ အားနည်းခြင်းတို့ကြောင့် ခက်ခက်ခဲခဲ ကြိုးစား၍ လမ်းလျှောက်ခဲ့ရပုံရှိကြောင်း၊ ထို့နောက် ဒေသန္တရတိရစ္ဆာန်ဆေးခန်းသို့ သူမအား ပို့ဆောင်ပေးခဲ့ကြောင်း မျက်မြင်တစ်ဦးဖြစ်သူ ဘားရက်မက်ဖိုလာက ပြောကြားသည်။

-မင်းမင်း၊ (၂၁-၁-၂၀၁၃)ထုတ် နိုင်ငံတကာသတင်းဂျာနယ်မှ။

* လူ့လောကမှာ၊ ဓမ္မတာကား
သဘောထားကွဲ၊ ရှိစမြဲတည်း။
* သဘောကွဲတိုင်း၊ သင်မရိုင်းနှင့်၊
ငယ်သူပြန်ပြော၊ ဂါရဝေါနှင့်
ကြီးသူပြောက၊ နိဝါတဖြင့်
နွေးထွေး,ကြင်နာ.. ဆက်ဆံပါ.. ။

နွေးထွေးကြင်နာ ဆက်ဆံပါ

-စောစန်းလွင်(ထရော်ဓါင်)။

အာဂမိခင်

* တစ်နေ့သောခါ၊ ကြက်မ မဒမ်း၊ ပြာခရမ်းမှ
ချိန်ခါရွယ်ရောက်၊ မီး,သား ပေါက်သော်
နေ့လယ်အခါ၊ မနားရှာဘဲ
ခြေဖြင့်ရှပ်ကာ၊ ကျွေးမွေးရှာ၏။
* ညချိန်ရောက်သော်၊ ပေါက်သည့်မီး,သား
ရင်အောက်ထား၍၊ ရန်သူလွတ်ကြောင်း
စေ့စောင်းကြည့်ကာ၊ အိပ်ရရှာ၏။
* တစ်ရက်သောခါ၊ ကံကြမ္မာက
ဖန်လာတစ်မျိုး၊ အဖြစ်ဆိုးနှင့်
ကြုံတိုးသည်မှာ၊ လည်တံကိုမ
ပါးပျဉ်းထ၍၊ မြွေဟောက်မြွေဆိုး
တိုးတိုးကပ်ကာ၊ နားရောက်လာ၏။
* အကယ်၍သာ၊ မဒမ်းပြာမှာ
ရင်သွေးမရှိ၊ လွတ်လပ်ဘိက
ရှောင်၍အဝေး၊ သူထွက်ပြေးလျှင်
သေဘေးမှပင် လွတ်လိမ့်မည်။
* ယခုတွင်ကား၊ သမီး,သားကို
ထောက်ထားညှာတာ၊ ပြေးရက်ရှာဘဲ
ရန်သူမြွေဟောက်၊ အသေပေါက်လည်း
အင်အားရှိသမျှ၊ ငါခံချမည်
သူ့စိတ် အကြံအစည်တည်း။
* သို့ပင်တစေ ...
အင်အားမတူ၊ မြွေရန်သူကို
သူလျှင်ခံချ၊ အားမမှု၍
ခေါင်း,ကိုယ် ယိမ်းယိုင်၊ အနိုင်နိုင်နှင့်
ဆိပ်ပြင်းခံစား၊ သေအံ့ငြားလည်း
မီး,သား မခွာ၊ ဝပ်ပေးရှာသည်
ဩော် .. အာဂမိခင်ပါတကား ... ။

-စောစန်းလွင်(ထရော်ခေါင့်)။

နှစ်ကူးမိဒ္ဒါန် (ပြင်သုံးရန်)

* နှစ်တိုင်းအစဉ်၊ မျိုးကရင်တို့
တိုင်ပင်စုပေါင်း၊ နှစ်သစ်ပြောင်းကြ။
* လပြာသို့ဝင်၊ တစ်ရက်စဉ်ဝယ်
ကျွေးမွေးလှူဒါန်း၊ ဝမ်းပန်းတသာ၊ ပျော်စရာကား၊
အားကစားဖုံဖုံ၊ ဘာသာစုံနှင့်၊
ပုဂ္ဂိုလ်အရ၊ မပိုင်းဖြတ်ဘဲ
ချစ်ကြည်ရင်းနှီး၊ သွေးတူစည်းလျက်
ပေါင်းစုညီညာ၊ လျှောက်လှမ်းရာဟု
ကတိ,သစ္စာ၊ နိုင်မြဲစွာနှင့်
ဆိုလေပန္နက်၊ ဤတစ်ရက်တွင်
တောင်းဆုခါခါ၊ ဆိုလိုက်ပါ၏
ကမ္ဘာတစ်သက် တည်စေသော် .... ။

-စောစန်းလွင်(ထရော်ဒေါင့်)။

* ရှက်သစ်ဝေဖြာ၊ ပွင့်လန်းလာဖို့
ရှက်ဝါကြွေကျ၊ မြေဝယ်ခသို့
လောကလူ့ရွာ၊ လူများမှာလည်း
အသစ်လူသား၊ ထပ်မွေးဖွားဖို့
အိုမင်းလူသား၊ သေဆုံးသွားသည်
ဤကား လောကဓမ္မတာတည်း .... ။

ဓမ္မတာ

-စောစန်းလွင်(ထရော်ဒေါင့်)။

နားလည်မှုဖြင့်သာ

ငြိမ်းချမ်းရေးကို အင်အားသုံးခြင်းဖြင့် မရရှိနိုင်၊
နားလည်မှုရခြင်းတစ်ခုတည်းဖြင့်သာ ရရှိနိုင်သည်။
Peace cannot be kept by force.
It can obly be achieved by understanding.

-ကမ္ဘာကျော် သိပ္ပံပညာရှင် အယ်လ်ဘတ် အိုင်းစတိုင်း။

လူငယ်လေးများ လမ်းမှားသို့ မရောက်စေချင်

ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသော မြို့ကြီးပြကြီးများနှင့် မြို့နယ်ဒေသအသီးသီးတို့တွင် အရက်အပါအဝင် ယမကာအမျိုးမျိုးကို စီးပွားဖြစ်ရောင်းချနေသည့် ဘီယာဆိုင်များနှင့် အရက်ဆိုင်များသည် အလွန်တရာ များပြားလာလျက်ရှိနေခဲ့ပြီး အဆိုပါ ယမကာဆိုင်များတွင် အရက်သေစာ သောက်စားသူများအား တွေ့မြင်နေရသည်မှာ ယနေ့လူငယ်များအတွက် ရင်လေးဖွယ်ဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အရက်ရောင်းချသူများ လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် ဥပဒေတချို့ ထုတ်ပြန်ထားပြီး အဆိုပါ ထုတ်ပြန်ချက်များမှာ အသက်ရှစ်နှစ်အောက် ကလေးသူငယ်များ အရက်ဝယ်ယူခြင်း၊ သောက်သုံးခွင့် မရှိခြင်း၊ အမျိုးသမီးများအနေဖြင့် အရက်ရောင်းချခြင်း မပြုလုပ်ရန်နှင့် အရက်ရောင်းချသူများသည် သတ်မှတ်လိုင်စင်ရှိမှသာ အရက်ကို ရောင်းချခွင့်ရှိခြင်းစသည့် အချက်များကို ပြဌာန်းထားကြောင်း သိရှိရသည်။

ထိုဥပဒေထုတ်ပြန်ချက်ကို အရက်ရောင်းချသူများ လိုက်နာကျင့်သုံးရမည်ကို မသိကြသလို အသိပညာပေးဖြန့်ဝေမှု အားနည်းခြင်းကြောင့် အရက်ဆိုင်များ ပေါ်များလာခြင်း၊ တရားမဝင် ဖွင့်လှစ်ရောင်းချလာခြင်း၊ ဘီယာနှင့်အရက်ဆိုင်များတွင် အမျိုးသမီးများကို ၎င်းတို့၏ထုတ်ကုန်များ ရောင်းချစေခိုင်းမှုများ ဖြစ်ပေါ်စေခဲ့သည်။

အဆိုပါ ဘီယာအရက်အပါအဝင် ယမကာမျိုးစုံကို ရောင်းချနေသည့်ဆိုင်များ ပေါ်များလာခြင်းကြောင့် ယခုခေတ် လူငယ်အများစုအတွက် အရက်ကို အလွယ်တကူ ရရှိဝယ်ယူနိုင်ပြီး အရက်ဆိုင်အတွင်း အမျိုးသမီးများ စာပွဲထိုး ရောင်းချစေခိုင်းမှုများကြောင့် အရက်ဆိုင်များသို့ လာရောက်သူများပြားလာပြီး အရက်ကို စမ်းသပ်သည့်သဘောဖြင့် သောက်သုံးရာမှ အရက်သောက်သုံးသူဦးရေမှာ ပိုမိုများပြားလာနိုင်ပါသည်။

ထို့အပြင် ဆိုင်အတွင်း သရုပ်ပျက် အဝတ်အစားများ ဝတ်ဆင်ထားသည့် မော်ဒယ်၏ပိုစတာများ ကပ်ထားခြင်းသည်လည်း ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်လူငယ်တို့၏ မျက်စိကို ဖမ်းစားစေနိုင်သည့်အပြင် မက်လုံးများကြောင့် အရက်အပေါ် စိတ်ဝင်စားမှု မြင့်တက်စေနိုင်သည်။

သို့အတွက်ကြောင့် နိုင်ငံ၏အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ် လူငယ်လေးများ

လမ်းများသို့မရောက်ရှိရေးအတွက် သက်ဆိုင်ရာ ရပ်မိရပ်ဖများ၊ မိဘအုပ်ထိန်းသူများက လူငယ်များအား ပညာပေးခြင်း၊ စည်းကမ်းပျက် ယမကာဆိုင်များအား စည်းကမ်းချက်များနှင့်ကိုက်ညီအောင် ထိန်းသိမ်းပြုပြင်စေခြင်းဖြင့် အနာဂတ်ကြယ်ပွင့်လေးများ၏ဘဝ ညှိုးနွမ်းမသွားစေရေး ဝိုင်းဝန်းထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးကြရန် လိုအပ်ပါကြောင်းဖြင့် တိုက်တွန်းရေးသားလိုက်ရပါသည်။ ။

-ဇင်ဘို၊ (၄-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၉ မှ။

ဟားဗတ်တက္ကသိုလ်တွင်

ခိုးချသော ကျောင်းသားများကို အရေးယူ

ဝါရှင်တန် ဖေဖော်ဝါရီ ၃

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ဟားဗတ်တက္ကသိုလ်တွင် နောက်ဆုံးနှစ်စာမေးပွဲ၌ မသမာသောနည်းလမ်းသုံး၍ ဖြေဆိုခဲ့ကြသည့် ဒါဇင်နှင့်ချီသော ကျောင်းသားများကို ပညာရေးဆိုင်ရာ အရေးယူမှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း ဌာနမှူးတစ်ဦးက ကျောင်းသားများထံသို့ အီးမေးလ်ပို့ခဲ့ကြောင်း စနေနေ့ ဘီဘီစီသတင်း၌ ဖော်ပြသည်။

စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုခံယူနေကြရသော ကျောင်းသား ၁၂၅ ဦး၏ထက်ဝက်ကျော်ကို အချိန်အပိုင်းအခြားတစ်ခုအထိ တက္ကသိုလ်မှ ထွက်ခိုင်းထားပြီး အခြားကျောင်းသားများမှာ ခံဝန်ဖြင့် နေစေသည်ဟု ဆိုသည်။

ဘွဲ့ကြိုနိုင်ငံရေးသိပ္ပံဘာသာရပ်အတွက် သုတေသနစာတမ်းငယ်တစ်ခုကို ရေးသားဖြေဆိုကြရာတွင် စာတမ်းများမှာ ၏-သည်-မရွေး တူညီနေသည်ကို နည်းပြဆရာတစ်ဦးက သတိထားမိရာမှ စုံစမ်းစစ်ဆေးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ဘီဘီစီ။ (၄-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၄ မှ။

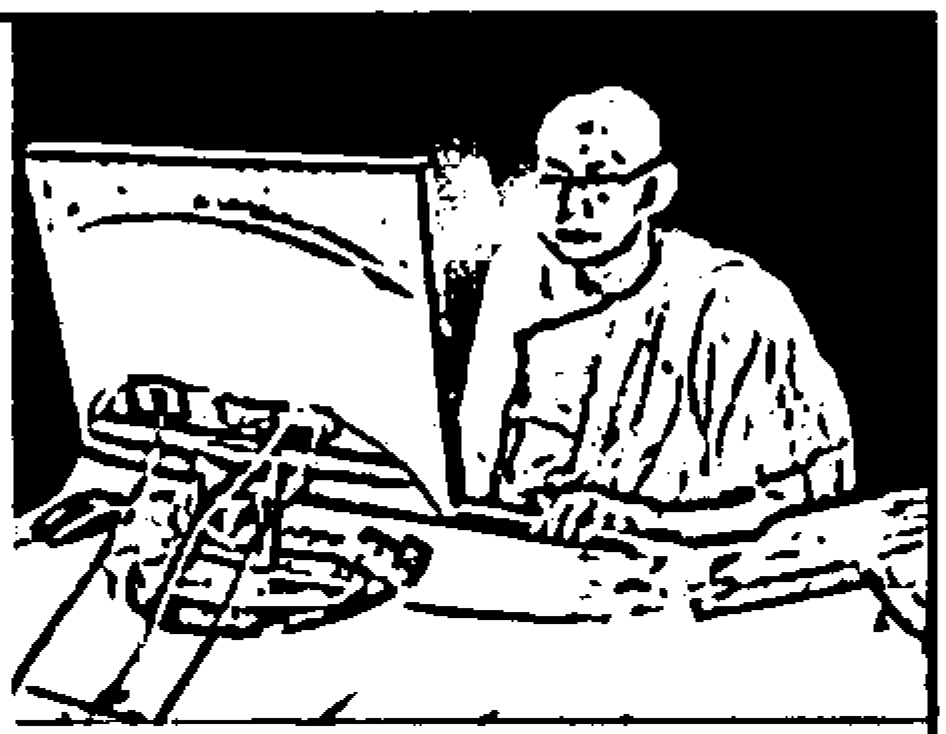
မှတ်ချက်။ ။ ငယ်ရွယ်စဉ်က ခိုးချတတ်လျှင် ကြီးလာသည့်အခါမှာလည်း ခိုးတတ်သည့်အလေ့အကျင့်ပါသွားတတ်သည်။ -စိစဉ်သူ။

* သင့်စိတ်ကို သင်သိပါက သင်သည် ပညာရှိပဏ္ဍိတများကဲ့သို့ပင် အမြော်အမြင်ရှိလာပေလိမ့်မည်။

Know your own mind and you will be as wise as the sages.

-မောင်မြင့်ကြွယ်၊ မောင်မောင်အေး။ (၉-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

မီးသတ်သမားကောင်း



ပူလောင်တတ်တဲ့ မီးဆိုတာ၊
တွင်းမီး့ပြင်မီး နှစ်မျိုးရှိတာ။
ပြင်မီးဆိုတာ အများက၊ ဝိုင်းငြိမ်းနိုင်တဲ့ မီးမျိုးပ။
နှလုံးသားမှ လှုပ်ရှားကာ၊ ပူလောင်တာက အတွင်းမီးပါ။
ထိုမီးမျိုးဟာ တရားနဲ့၊ ငြိမ်းသတ်ရတဲ့ မီးမျိုးကွယ့်။
ငြိမ်းချမ်းလိုတဲ့ များလူရှင်၊ တရားရေအေး ဆောင်စေချင်။
စိတ်ပူရင် တရားလောင်း၊ ဒါမှ "မီးသတ်ကောင်း"။

–လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ။

အသက်ရှည်ချင်တဲ့သူရှိသလို အသက်တိုချင်တဲ့သူလည်းရှိတယ်

ကိုယ့်လည်ပင်းကို ကိုယ်ဓားနှင့်လှီး

မလှိုင် ဖေဖော်ဝါရီ ၄

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မလှိုင်မြို့နယ် လယ်တာအိုရွာ၌ ကိုဌေးမြင့် အသက်(၃၇)သည် ဖေဖော်ဝါရီ ၁ ရက် မွန်းတည့် ၁၂ နာရီ၌ မိမိကိုယ်ကို ကြိုးဆွဲချသေဆုံးရန် ကြံစည်နေစဉ် လယ်တာအိုရွာနေသူတစ်ဦးက တွေ့ရှိပြီး မလုပ်ရန်ပြောခဲ့သည်။ သို့သော် ကိုဌေးမြင့်သည် နောက်တစ်ကြိမ် ဓားဖြင့် လည်ပင်းကို လှီးနေသဖြင့် ကျေးရွာမှ တာဝန်ရှိသူတစ်ဦးမှ မလှိုင်မြို့နယ် ရဲတပ်ဖွဲ့စခန်းသို့ ဖုန်းဖြင့် သတင်းပေးခဲ့ပါသည်။ သတင်းရလျှင်ရချင်း မလှိုင်ရဲစခန်းမှ နယ်ထိန်းခေါင်းဆောင် ဒုရဲအုပ် မျိုးမင်းထွန်းနှင့်အဖွဲ့က ကိုဌေးမြင့် အား မိတ္ထီလာမြို့နယ်ဆေးရုံသို့ ပို့ဆောင်ပေးကာ ဆေးကုသလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။(၁၀၃)

–(၅-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၅ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ လူဖြစ်ရခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို များများနှလုံးသွင်း ရန်လိုအပ်သည်။ –စီစဉ်သူ။

တောင်အာဖရိကသူဌေး ချမ်းသာသမျှထက်ဝက်

ဆင်းရဲသားများကို လှူမည်

ပရီတိုးရီးယား ဖေဖော်ဝါရီ ၂

တောင်အာဖရိကနိုင်ငံ၏ အချမ်းသာဆုံး လူမည်းအမျိုးသား ပက်ထရစ် မော့စီးပီးသည် ၄င်း၏ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုထက်ဝက်ကို ဆင်းရဲသားတို့၏ လူနေမှုဘဝတိုးတက်စေရန်အတွက် လှူဒါန်းမည်ဖြစ်ကြောင်း ကြေညာခဲ့သည်။

ဆင်းရဲသားတို့၏ ပညာရေးနှင့်ကျန်းမာရေးတို့တွင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုရှိစေရန် လှူဒါန်းငွေများကို မော့စီးပီးဖောင်ဒေးရှင်းက ကိုက်တွယ်ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ဓာတ်သတ္တုစီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်ကြီးက ပြောကြားသည်။

ကမ္ဘာ့အချမ်းသာဆုံးပုဂ္ဂိုလ်နှစ်ဦးဖြစ်သည့် ဘီလ်ဂိတ်နှင့် ဝါရင်းဖတ်တို့က ၄င်းတို့၏ ဘီလီယံနှင့်ချီ၍ရှိသော ငွေများကို စေတနာရှင်ကယ်ဆယ်ရေးအဖွဲ့များအား လှူဒါန်းခြင်းက ၄င်းကိုလည်း လှူဒါန်းလိုစိတ်များ ပေါ်ပေါက်လာစေရန် စေ့ဆော်ခဲ့သည်ဟု မစ္စတာမော့စီးပီးက ထုတ်ဖော်ပြောဆိုသည်။

-ဘီဘီစီ၊ (၃-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၄ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ ချမ်းသာသူများက ဆင်းရဲသူများအား လှူဒါန်းကူညီလျှင် ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာ၊ မြို့နယ်၊ ပြည်နယ်၊ တိုင်း၊ နိုင်ငံ တိုးတက်ကြီးပွား၊ အေးချမ်းသာယာရေးကို အထောက်အကူဖြစ်စေသည်။

ကာလ-အနုဂ္ဂဟိတဒါန

မြန်မာလူမျိုးများ၏ ပင်ကိုယ်စိတ်ထားမှာ သဒ္ဓါတရား ထက်သန်သူများ၊ အလှူအတန်းရက်ရောသူများ ဖြစ်ကြပါသည်။ အလှူအတန်းများကိုလည်း မကြာခဏ ပြုတတ်ကြသူများ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ လှူဒါန်းမှုပြုကြရာတွင် လူမှုဘဝ၌ အခက်အခဲရှိနေသူများအတွက် လှူဒါန်းမှုပြုခြင်းသည် အလွန်မွန်မြတ်လှပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်က အယုတ် အလတ် အမြတ်မရွေး လှူဒါန်းမှုပြုသော နန္ဒိယသူဌေးသား၏ လှူဒါန်းမှုတို့မှာ အကျိုးများလှသဖြင့် အတုယူထိုက်ဖွယ် ဖြစ်ပါသည်။ သူဌေးသားသည် နေ့စဉ် ရဟန်းသံဃာတို့ကိုသာမက

အယုတ် အလတ် အမြတ်မရွေး ခရီးသွားဧည့်သည်များနှင့် ဆင်းရဲသူ၊ တောင်းရမ်းစားသောက်သူများပါမကျန် လှူဒါန်းလေ့ရှိသဖြင့် အကျိုးထူးရခဲ့ပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအနေဖြင့် လှူဒါန်းမှုအမျိုးမျိုးရှိသည့်အနက် '**ကာလဒါန**'ဆိုသည်မှာ အချိန်ကာလနှင့် လျော်ညီစွာ လိုအပ်သောအချိန်၊ လိုအပ်သောသူကို လိုအပ်သောပစ္စည်းများ လှူဒါန်းခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသို့လှူဒါန်းရခြင်းကြောင့် မိမိတွင်လည်း အချိန်ကာလနှင့်လျော်ညီစွာ မိမိအလိုရှိသောပစ္စည်းများကိုလည်း ပြန်လည်ရရှိတတ်လေသည်။

နောက်တစ်မျိုးမှာ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အား ချီးမြှောက်လိုစိတ်ဖြင့် လှူဒါန်းခြင်းဖြစ်သည့် '**အနုဂ္ဂဟိတဒါန**'ဖြစ်သည်။ ထိုသို့လှူဒါန်းခြင်းကြောင့် ဖြစ်လေရာဘဝတွင် ချမ်းသာကြီးခြင်း၊ ရရှိသောစည်းစိမ်ဥစ္စာတို့အပေါ်၌ ကျေနပ်စွာ သုံးစွဲနိုင်သည့်အကျိုးများ ရရှိတတ်လေသည်။

မိမိတို့နိုင်ငံသား အများစုမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်ပါသည်။ ယခုတလောလူမျိုးခြား သူဌေးကြီးများပင် ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူများအပေါ် လှူဒါန်းမှုပြုကြပုံများမှာ အတုယူထိုက်ဖွယ်ဖြစ်သည်။ တောင်အာဖရိကနိုင်ငံမှ အချမ်းသာဆုံးလူမည်းသူဌေးကြီး ပက်ထရစ်က ၄င်းပိုင်ဆိုင်သမျှ စည်းစိမ်ဥစ္စာ၏ ထက်ဝက်ကို ဆင်းရဲသားတို့ လူမှုဘဝတိုးတက်စေရန် လှူဒါန်းမည်ဟု ဆိုသည်။

ထိုကဲ့သို့ လှူဒါန်းလိုစိတ် ဖြစ်ခဲ့ရသည်မှာ ကမ္ဘာ့အချမ်းသာဆုံးသူဌေးကြီးနှစ်ဦးဖြစ်သည့် ဘီလ်ဂိတ်နှင့် ဝါရင်းဖက်တို့က ၄င်းတို့ပိုင်ဆိုင်သည့် ဘီလီယံနှင့်ချီသောငွေများကို စေတနာရှင်ကူညီကယ်ဆယ်ရေးအဖွဲ့များအား လှူဒါန်းမှုအစပြုရာ ကာလဒါန၊ အနုဂ္ဂဟိတဒါနဟု ဆိုထိုက်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် မိမိတို့နိုင်ငံရှိ သူဌေးကြီးများကလည်း ဖော်ပြပါသူဌေးကြီးများကဲ့သို့ မိမိပိုင်ဥစ္စာများကို ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူများ၊ အလှူခံထိုက်သူများအား ပါဝင်လှူဒါန်းခြင်းဖြင့် မိမိတို့လည်း အကျိုးထူးများ ရရှိပြီး မိမိနိုင်ငံသား ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူများလည်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ ။

-(၅-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာပါ ကြေးမုံစာတည်းချုပ်ဆောင်းပါး

အများဆုံး အသုံးပြုခံရသောစိတ်က ဝန်ဆောင်မှုအကောင်းဆုံး ပေးလေ့ရှိသည်။
The mind serves best which is used most.

ညီလေးရေ - ၂၁

မင်း ဆီကို စာမရေးဖြစ်တာတောင်ကြာပြီ။ ရာသီဥတုပူတာကတစ်ကြောင်း၊ ဖတ်စရာစာတွေ များနေတာက တစ်ကြောင်းဆိုပါတော့ကွာ။ သူတစ်ပါးအကျိုး စီးပွား တစ်စုံတစ်ရာကို ထိရိုက်အောင် ဘာတစ်ခုမှ မလုပ်ခဲ့ပါဘဲနဲ့ ဘယ်ဘဝ ကမှန်းမသိတဲ့ဝဋ်ကြွေးကို ဘာမှမလွန်ဆန်နိုင်ဘဲ လာဆပ်နေရတဲ့အဖြစ်ကို တွေးမိတဲ့အခါတိုင်း စိတ်ထဲမှာ ခံပြင်းမှုတွေ ဖြစ်မိပေမယ့် ကမ္ဘာအရပ်ရပ်မှာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အနိဋ္ဌာရုံမြင်ကွင်းတွေ၊ သတင်းတွေကို ကြားရမြင်ရတဲ့အခါ ကိုယ့်ထက်အခြေအနေဆိုးတဲ့သူတွေ အများကြီးရှိပါလားဆိုတဲ့ အသိနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်ဖြေသိမ့်ရတယ်။

ဒုက္ခရောက်နေကြတဲ့သူတွေကို ဘာတစ်ခုမှ အကူအညီမပေးနိုင်တဲ့အတွက် စိတ်မကောင်းဖြစ်မိတဲ့ ခံစားချက်ကတော့ သတင်းတွေဖတ်ရတိုင်း ခံစားနေရတုန်း။ လူတိုင်းဟာ ကိုယ့်ဒုက္ခကို အကြီးဆုံးပဲလို့ ထင်တတ်ကြတာ သဘာဝပဲဆိုပေမယ့် အခုအချိန်မှာတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သနားနေရတဲ့အဖြစ်ကို ငါရှက်လာပြီ။ တရုတ်စကားပုံတစ်ခုရှိတယ် "I was angered, for I had no shoes, then I met a man with no feet"တဲ့။ အဓိပ္ပါယ်က "ဖိနပ်မရှိလို့ ငါဒေါသထွက်နေတယ်။ ခဏနေတော့ ခြေထောက်မရှိတဲ့ လူတစ်ယောက်ကို တွေ့တယ်"တဲ့။ မင်းမှာ ခြေထောက်နှစ်ဖက် မရှိဘူးလား။ အဲဒါဆိုလည်း ဒေါသမထွက်နဲ့ဦး။

ဟိုတလောက ဖတ်လိုက်ရတဲ့ စာအုပ်ထဲမှာ ဆေးကျောင်းသူလေးတစ်ယောက် ရထားကြိတ်ခံရပြီး ခြေထောက်နှစ်ဖက်နဲ့ လက်နှစ်ဖက်စလုံး ပြတ်သွားတာ။ အဲဒီ ခြေတုလက်တုတွေတတ်ပြီး ဆေးကျောင်းဆက်တက်တာ အခုဆို ခြေရော လက်ရော လေးဖက်စလုံးမရှိတဲ့ ပထမဆုံးဆရာဝန် ဖြစ်နေပြီတဲ့။

နောက်ပြီး မင်းကြားဖူးမှာပေါ့။ သိပ္ပံပညာရှင် စတီဖင်ဟော့ကင်း သွက်ချာပါဒလိုက်ပြီး လက်ကလေးပဲ လှုပ်နိုင်ပေမယ့် အဲဒီလှုပ်နိုင်တဲ့ လက်ကလေးကိုပဲ သုံးပြီး သိပ္ပံပညာနဲ့ ကမ္ဘာကို ကိုင်လှုပ်နေတာ။ သူက သူ့ရဲ့အရင်မိန်းမကိုတောင် ကွာပြီး သူ့ကို ပြုစုနေတဲ့ သူနာပြုဆရာမလေးနဲ့တောင် ယူလိုက်သေးတယ်။ မင်း *ဘယ်လောက်ပဲ ဆိုးဝါးနေတဲ့ အခြေအနေကို ရောက်နေပါစေ၊ အဲဒီ အခြေအနေမှာ မင်းလုပ်နိုင်တာ တစ်ခုခုတော့ ရှိကိုရှိနေတယ်ဆိုတာ သေချာတယ်။ အဲဒါကို တွေ့အောင်ရှာပြီး အဲဒီကနေ စလုပ်ခြင်းဟာ အဲဒီဆိုးဝါးတဲ့အခြေအနေကို လွန်မြောက်နိုင်ဖို့ လမ်းစပဲ။*

အချို့ကျတော့ အခြေအနေဆိုးတစ်ခုနဲ့ ကြုံရတဲ့အခါ ငါဘာလုပ်နိုင်သလဲ ဆိုတာ မစဉ်းစားဘဲ မလုပ်နိုင်တော့တဲ့အရာတွေကို လွမ်းလွမ်းနေပြီး စိတ်ဓာတ်တွေကျရင်း အချိန်တွေကို အလဟဿ ဖြုန်းတီးပစ်နေကြတော့တာပဲ။ အဲဒီလို လူမျိုးတွေအတွက် ငါကဗျာတစ်ပုဒ်ရေးထားတယ်။ စိတ်အချဉ်ပေါက်နေတုန်း ရေးထားတာပါ။

အလော့ဂျစ်ဖြစ်နေတဲ့စိတ်

ဟောတီလျှောင် အပျက်အစီးပုံတွေအောက်
ဝိတ်မိနေတဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့
တစ်နေ့တာ ဖြတ်သန်းမှုလောက်
ကျွန်တော်တို့တွေ ခက်ခဲခဲ့ကြဖူးသလား ....
မဖြစ်စလောက် ဒုက္ခတွေရဲ့
ညည်းတွားသံ ခပ်ကျယ်ကျယ်တွေက
စိတ်ပျက်စရာ ပွဲထလို့ ...
ထမင်းဝိုင်းမှာ အသားဟင်း မပါလို့
ရှုံ့မဲ့သွားတဲ့ မျက်နှာကို
ငတ်နေတဲ့ ကလေးတွေကို ပြတဲ့အခါ
သူတို့ ဘာပြောကြမလဲ ....
သူတစ်ပါးကို စာနာဖို့ထက်
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သနားနေရတာက
ပိုချိုသလား ....
မြည်းစမ်းကြည့်ဖို့ စဉ်းစားကြည့်ရုံနဲ့
ကျွန်တော့်ရဲ့စိတ်တွေ ခါးလာတယ်
ထားလိုက်ပါလေ ...
ကျွန်တော်အထင်ကြီး လေးစားရလောက်တဲ့အထိ
လူတွေက သတ္တိမရှိဘူး ... အမေ ။ ။

တကယ်တမ်း ဒီကဗျာက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ပြန်ရည်ရွယ်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ငယ်ငယ်တုန်းက ထမင်းလေး နည်းနည်းပျော့သွားတာနဲ့တင် အမေ့ကို စိတ်ကောက်ပြီး မစားတော့တာတို့၊ အလှူမှာ ပုဇွန်မစားလိုက်ရလို့ ရူပုပ်နေတာတို့ကို လုပ်ခဲ့ဖူးတာကိုး။ တကယ်တမ်း အဲဒီလို လူတွေကလည်း အများသားကွ။ ငါ့ခမျာ သနားစရာ၊ ဝက်သားလေးတောင် နပ်မှန်အောင်

မစားနိုင်ဘူးဆိုတာမျိုးလေ။ မင်းရော ဘယ်လိုလဲ။ အရင်လို အစားအစာ ဈေးများ တုန်းပဲလား။ မောင်သစ်မင်းရေးပြီး ကျော်ဟိန်းဆိုခဲ့တဲ့ သီချင်းထဲကလို –

“မှောင်နေရင်လေ မီးထွန်းလိုက်။

နာကျင်သူကို ပြုစုလိုက်။

ဆာလောင်သူကို ကိုယ့်အထဲက တစ်ဝက်ဝေမျှလိုက်”

ဆိုသလိုမျိုး အားလုံးလိုက်လုပ်နိုင်ကြရင် သိပ်ကောင်းမယ်။ လွယ်တယ်လို့ ထင်ရပေမယ့် နည်းနည်းခက်တယ်ဆိုတာကို တကယ်လုပ်ကြည့်ရင် မင်းသိ လိမ့်မယ်။ မှောင်နေရင် မီးထွန်းဖို့ ကိုယ့်မှာ အလင်းရှိဖို့လိုတယ်။ အလင်းတကာ့ အလင်းထဲမှာ ပညာဉာဏ်အလင်းဟာ အတောက်ပ အထွန်းလင်းဆုံးပဲ။

နာကျင်သူကို ပြုစုဖို့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က ကျန်းမာသန်စွမ်းနေဖို့လိုတယ်။

ဆာလောင်သူကို ကိုယ့်အထဲက တစ်ဝက်ဝေမျှဖို့ဆိုတာလည်း မင်းရဲ့ အတ္တစိတ်တွေကို လျှော့ပစ်နိုင်ပြီး လူလူချင်း စာနာထောက်ထားစိတ် ထားရှိ နိုင်ဖို့လိုတယ်။

အဲဒီအဆင့်တွေ မရောက်ခင်မှာရှိတဲ့ ပထမအဆင့်က မှောင်နေတဲ့နေရာတွေ၊ နာကျင်ခံစားနေရသူတွေ၊ ဆာလောင်ငတ်မွတ်နေသူတွေ၊ ကိုယ့်အနီးနားမှာကို အမှန်တကယ်ရှိနေတယ်ဆိုတာကို သိဖို့၊ မြင်အောင်ကြည့်ဖို့ လိုအပ်ခြင်းပဲ။ မျက်စိရှိလျက်နဲ့ မြင်အောင်မကြည့်တဲ့သူဟာ အကန်းနဲ့ ဘာထူးမလဲ။ ဒါပေမယ့် ဝမ်းနည်းစရာကောင်းတာက လူအတော်များများဟာ ကိုယ့်ရဲ့အတ္တဘောင် ကျဉ်းလေးထဲမှာပဲ မောဟအမှောင်တွေနဲ့ နစ်နေကြတော့ အဲဒီအဆင့်ကိုတောင် မရောက်နိုင်ဘဲ တစ်နေကြတယ်။ ဟိုတလောက ဂျာနယ်တစ်စောင်မှာ ဖတ် လိုက်ရတယ်။ အသက်ခုနစ်နှစ်ပဲရှိသေးတဲ့ ချာလီဆင်မ်ဆိုတဲ့ ကလေးလေးက ဟေတီငလျင်ဒုက္ခသယ်တွေရဲ့ သတင်းတွေကို ကြည့်ရပြီး တစ်ခုခုကူညီချင် တယ်လို့ သူ့အမေကို ပြောတယ်။ အဲဒါနဲ့ သူ့အမေနဲ့တိုင်ပင်ပြီး ပန်းခြံထဲမှာ စက်ဘီးစီး အလှူခံတယ်။ အဲဒီအကြောင်းကို အင်တာနက်စာမျက်နှာပေါ် တင် လိုက်တော့ အလှူငွေဒေါ်လာသိန်းချီပြီး ရသွားတယ်တဲ့။ အဲဒီသတင်းလေး ဖတ်ပြီး ငါ့မှာ ကြည့်နူးလိုက်တာ။ ဘန်ကောက်သွား ရှော့ပင်းထွက်လိုက်၊ ဂျပန်သွား ဈေးဝယ်လိုက်လုပ်နေတဲ့ မော်ဒယ်ဂဲလ်လေးတွေနဲ့များ ကွာပါ့ကွာ။

အခုနာမည်ကြီးနေတဲ့ မော်ဒယ်ဂဲလ်တွေကို ဟေတီလို့ သွားပြောရင် အဲဒါ ကိုရီးယားမင်းသားအသစ်လားလို့ ပြန်မေးချင် မေးလိမ့်မယ်။ ဘဝရှင်သန်မှုရဲ့ အနှစ်သာရဟာ ဘာလဲဆိုတဲ့မေးခွန်း ငါ့ကိုယ်ငါ ပြန်မေးဖြစ်တယ်။ အဖြေကို

သိသလိုလိုရှိပေမယ့် အငြင်းပွားစရာတွေ ဖြစ်မှာစိုးလို့ ငါမပြောတော့ပါဘူး။ အချို့က ပြောကြတယ် "ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်နေရင် ပြီးတာပဲ"တဲ့။ ရုတ်တရက်ကြည့်ရင် မှန်သလိုလိုရှိပေမယ့် သေသေချာချာစဉ်းစားကြည့်ရင် ပြဿနာရှိတာကို မင်းတွေ့ရလိမ့်မယ်။ တကယ်တမ်းက ကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ လူအများနဲ့ အတူတကွ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနေတဲ့ အခြေအနေတစ်ခုမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်နေရုံနဲ့ မပြီးဘူးဆိုတာကို တွေ့ရတယ်။ သူတစ်ပါး မျက်ရည်ပေါက်ကြီးငယ်ကျမှ စားဝင်အိပ်ပျော်တဲ့သူတွေ၊ ဘယ်သူသေသေ ငါမာရင် ပြီးရောဆိုတဲ့ ငတေတွေ၊ ငါ့မြင်းငါစိုင်း စစ်ကိုင်းရောက်ရောက်ဆိုတဲ့ လူမျိုးတွေဟာလည်း မကောင်းမှုတွေကို မြိန်ရည်ရှက်ရည်ကျူးလွန်ပြီး သူတို့ဘဝကိုသူတို့ ကျေကျေနပ်နပ်ကြီးနဲ့ သေသည်အထိ နေထိုင်သွားကြတာကို တွေ့ရတဲ့အခါ အဲဒီအဆိုကို နည်းနည်းသံသယဖြစ်လာတယ်။ ကိုယ့်လုပ်ရပ်အတွက် ကိုယ်က ကျေနပ်နေရုံတွင်မဟုတ်ဘဲ အဲဒီလုပ်ရပ်ဟာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို အကျိုးမရှိစေဘူးဆိုရင်တော့ အကျိုးမယုတ်စေဖို့တော့ လိုအပ်လိမ့်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ ငါပြောတဲ့စကားတွေကို မင်းရဲ့ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်စဉ်းစားကြည့်ပါဦး။

ကမ္ဘာလောကကြီးဟာ ကိုယ့်ဒုက္ခတွေကို ပုံကြီးချဲ့ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သနားနေတဲ့လူတွေထက် အခြားသူတွေရဲ့ နာကျင်ခံစားနေရမှုတွေကို နားလည်စာနာပြီး တစ်ခုခု လုပ်ပေးနိုင်ဖို့ ကြိုးစားတဲ့လူတွေကို ပိုလိုအပ်ပါတယ်။ နောက်ပြီး ငါ့လုပ်ရပ်အတွက် ငါကျေနပ်နေရင်ပြီးတာပဲဆိုတဲ့ လူတွေထက် ကိုယ့်လုပ်ရပ်ကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်တိုင်နဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို အကျိုးယုတ်မသွားစေတဲ့ အကျိုးရှိစေတဲ့လူတွေကို ပိုလိုအပ်ပါတယ်။ ဒါမှလည်း ကမ္ဘာလောကကြီးဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားဟောကြားခဲ့တဲ့ မေတ္တာသုတ်တရားတော်ထဲကလို "လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် အထင်အမြင်သေးခြင်း၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ချုပ်ချယ်ကန့်သတ်ခြင်း၊ အချင်းချင်း ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်စေခြင်းတွေ ကင်းရှင်းပြီး အပြန်အလှန် တန်ဖိုးထား လေးစားတဲ့၊ အပြန်အလှန် နားလည်စာနာတတ်တဲ့ မေတ္တာရပ်မြို့တစ်ခု ဖြစ်လာနိုင်တော့မှာပေါ့။

စာလည်းရှည်နေပြီ။ ဒီတစ်စောင်မှာတော့ ဒီလောက်နဲ့ပဲ ရပ်လိုက်တော့မယ်။ ငါ့ညီရေ .. အရာရာကို အသိဉာဏ်ပညာနဲ့ စဉ်းစားဆင်ခြင်ပြီး မိမိကိုယ်ကို ကောင်းမြတ်ခြင်းတရားတွေနဲ့ ဆင်ခြင်ရင်း လောကကို တစ်ထောင့်တစ်နေရာကနေ အလှဆင်နိုင်ပါစေ။

ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို မြတ်နိုးပါ။
ဉာဏ်ပညာကို တန်ဖိုးထားပါ။
အနုပညာကို ခံစားတတ်ပါစေ။

မင်းရဲ့ ကိုလတ်။

-(၃၁-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ပြည်သူ့ခေတ်ဂျာနယ် စာ ၃၀ မှ။

ရေနည်းအိုးကို ဖြည့်ပေးပါ

ပြည့်လျှံသည့်အိုး၊ ရေဖြည့်တိုးသော်
အကျိုးမရှိ၊ ပမာဏသို့
ကြွယ်ဝသူ့ငွေ၊ ကျိုးဆောင်ပေးလည်း
ကျေးဇူးနည်းတင်၊ ပြစ်များမြင်၏။
လို့လအားသည်း၊ သူဆင်းရဲကို
ကင်းစေဒုက္ခ၊ သင်ဖြည့်မသော်
သင့်အားကျေးဇူး၊ မြင်းမိုရ်ဦးသို့
အထူးတင်မှာ၊ မလွဲပါ .. ။

–စောစန်းလွင်(ထရော်ဒေါင့်)။

သမ္မတရာထူးကို ငြင်းပယ်သူ

အစ္စရေးနိုင်ငံက သူတို့နိုင်ငံ၏သမ္မတအဖြစ် လက်ခံရန် အယ်လ်ဘတ်အိုင်းစတိုင်း Albert Einstein ကို ကမ်းလှမ်းသော်လည်း အိုင်းစတိုင်းက လက်မခံဘဲ ငြင်းပယ်ခဲ့လေသည်။

– The book of 101, Splendid Answers စာအုပ်မှ၊
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် ရတနာပန်းခင်းရုပ်စုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၃၇ မှ။

စဉ်းစားမိရဲ့လား?

မိသားစုအတွက် စီးပွားရှာ၊ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ရှာကျွေးပါ။
ဒုစရိုက်များနှင့် ရှာဖွေကျွေး၊ အပါယ်လားရမယ် ကြိုတင်တွေး။
ခံစားတဲ့အခါ အားလုံးပါ၊ အပါယ်သွားရင် တစ်ယောက်ထဲသာ။
တရားရဲ့လား အမောင်ယောက်ျား၊ စဉ်းစားမိရဲ့လား။ *–စောစိန်ပန်း။*

ဖတ်ကြည့်ပါလေ အဆိုအမိန့်တွေ

* စိတ်ပိုင်းအရ စနစ်တကျ လေ့ကျင့်သူသည်
ဥစ္စာစေ တိုးပွားလာဖို့ အလားအလာများ၏။
ပျင်းရိခြင်းက ကျန်းမာခြင်းကိုရော ဥစ္စာနေကိုပါ ချည့်နဲ့စေပါသည်။
* စေတနာသည် လူတိုင်းနှင့် မတန်သည် မဟုတ်၊
လူတိုင်းထားနိုင်ဖို့သာ လိုအပ်ပါသည်။
လူတိုင်းနှင့်တန်သည့် စေတနာမျိုးဖြစ်ဖို့တော့ လိုသည်။
* လေးစားထိုက်တဲ့သူရဲ့စကားကိုမှ နားထောင်ကြသည်။
ကိုယ့်စကားကို နားထောင်စေချင်ရင် လေးစားထိုက်အောင် နေပါ။
* ဘုရားသခင်သည် ငှက်တိုင်းအတွက် တီကောင်ကို ပေးသည်။
သို့သော် အသိုက်ထဲသို့ အရောက်ချပေးမည် မဟုတ်ပါ။
* သူများပေးစာ,ကျွေးစာ တစ်ထောင်ဖိုး စားရတာထက်
ကိုယ့်လုပ်စာ တစ်ကျပ်ဖိုးက ပိုပြီးမြိန်၏။
* စိတ်ချမ်းသာသည့်သူသည် အမြင်မှန်၏။ သဘာဝကျကျ မြင်၏။
အကောင်းအဆိုး ရောနှောနေသည်ဟု မြင်၏။
* စိတ်ဆိုးနေသည့်အခါ စိတ်ကောင်းနဲ့ လဲလိုက်ပါ။
ရှုပ်နေရင် ရှင်းတဲ့စိတ်၊ ပူနေရင် အေးတဲ့စိတ်၊
နောက်နေရင် ကြည်တဲ့စိတ်နဲ့ ချက်ချင်းလဲလိုက်ပါ။
* ကိုယ်ကကြိုက်လို့ ကောင်းတာထက်
ကောင်းတာမို့လို့ ကြိုက်တယ်ဆိုရင် အကောင်းဆုံးကို ရနိုင်သည်။
* သင်သည် လောကကို အကောင်းဆုံးအရာ ပေးလိုက်ပါ။
လောကကြီးကလည်း သင့်ကို အကောင်းဆုံးအရာတို့ဖြင့် တုံ့ပြန်ပါလိမ့်မည်။
* "ဘေး"ကို ကြည့်လွန်းအားကြီးရင် "ဘေး"တွေ့တတ်သည်။
* အမြင့်ရောက်မှ အမြင်ကျယ်တာထက်
အမြင်ကျယ်လို့ အမြင့်ရောက်တာက ပိုကောင်းသည်။
* မိမိလိုချင်တာ ရရှိလိုက်နိုင်မှုသည် "အောင်မြင်မှု"၊
ရရှိထားတာကို နှစ်သက်တန်ဖိုးထားခြင်းသည် "ပျော်ရွှင်မှု"။

* အဟုတ်ပါလားလို့ ထင်ထားသမျှတွေဟာ လွဲနေတတ်သလို
မဟုတ်ဘူးလို့ မြင်သမျှတွေကလည်း မှန်နေတတ်ပြန်သည်။

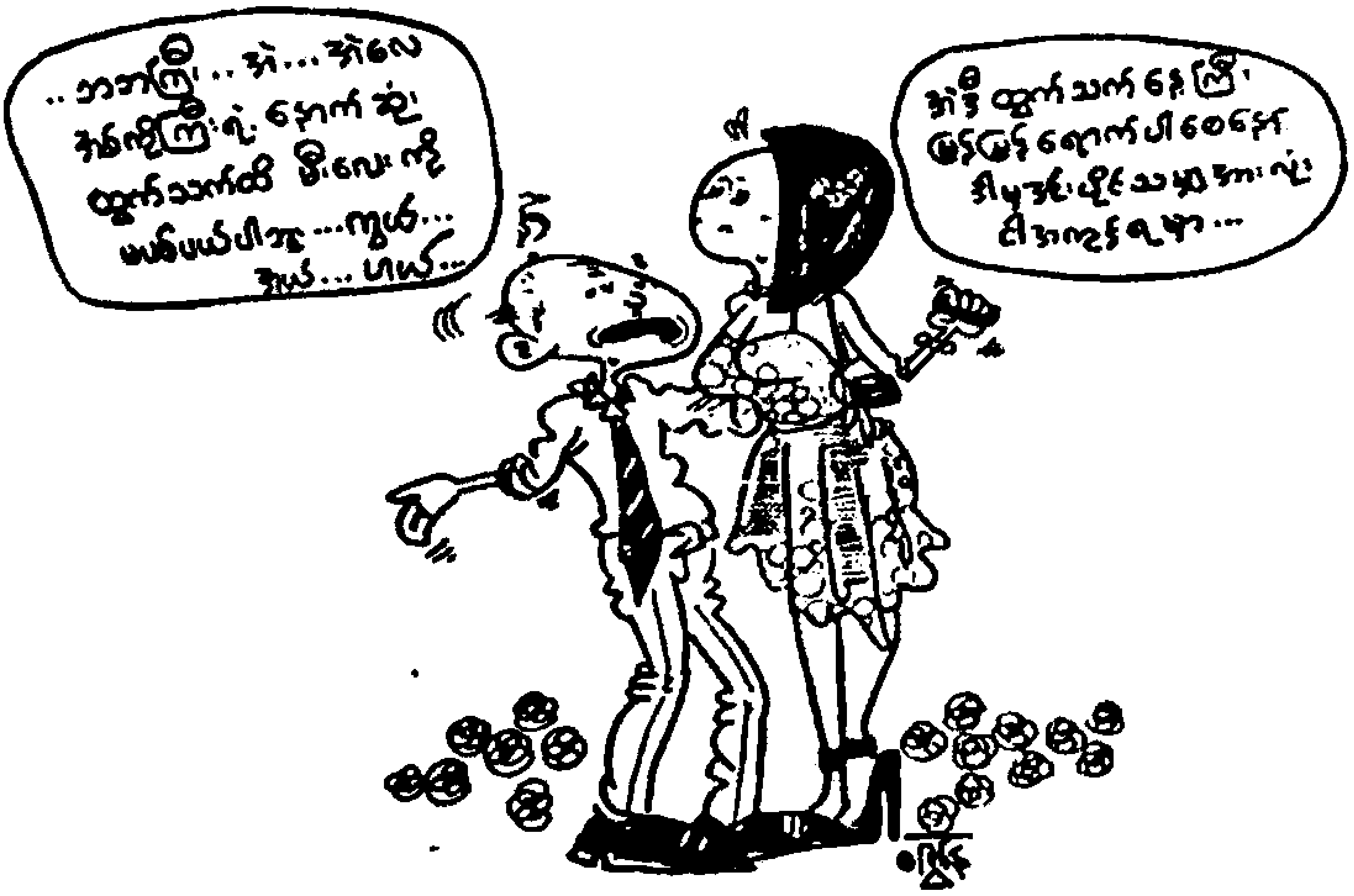
* ပြဿနာဆိုတာ လောကရဲ့ ဂုဏ်ပုဒ်တစ်ခုပါ။
ကိုယ်နဲ့သိပ်မဆိုင်ရင် ပြဿနာက သေးငယ်တယ်။
များများဆိုင်ရင် ပြဿနာက ကြီးမားလာပြီ။
လုံးဝမဆိုင်ရင်တော့ ပြဿနာမရှိတော့ပါဘူး။

* "မများသောရှေ့နေ၊ မသေသော ဆေးသမား"တဲ့။
ဒီဖြေဆေးဟာ ဆေးယဉ်သွားရင် ရောဂါကျွမ်းတတ်တယ်။
မများတာ အကောင်းဆုံးပဲ။ *–အင်တာနက်မှ။*

အသိဉာဏ်

ထန်းပင်ရွက်ဖျား တန်းလန်းချီ၊ စာဝတီးလေး အိမ်ဆောက်တည်။
လက်ရာမြောက်ညီ ခိုင်ခံ့ပါ့၊ စွမ်းရည်တတ်ကျွမ်းလှ။
မိုးဖြိုင်ဖြိုင်ကျ မပူပင်၊ နေပူ့လေတိုက် ခိုလှုံဝင်။
ချမ်းမြေ့ကြည်လင် လုံခြုံသား၊ မိသားစုတို့ ပျော်တပါး။
ထန်းလက်အကြား ငုတ်တုတ်ထိုင်၊ ကျီးကလေး ငေးမောမှိုင်။
မိုးဖြိုင်ဖြိုင်ရွာ ရွှဲစိုလို့၊ အားတော့ နာတယ်ဗျို့။

–စာနည်း၊ ၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် ရတနာပန်းခင်းရုပ်စုံမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၁၂၀ မှ။



တွေ့သိ နှင့် တွေးသိ

အသိပညာကို အတွေ့အကြုံချည်းနှင့်မှ ရနိုင်သည်မဟုတ်ပါ။ တွေးတောဆင်ခြင်ခြင်းဖြင့်လည်း ရနိုင်သည်ဖြစ်ပါ၏။ ရေကန်၏အနက်ကို ရေထဲသို့ဆင်းကြည့်မှ ရနိုင်သည်မဟုတ်။ ကြာရိုးကြာစွယ်ကို ကြည့်၍လည်း ခန့်မှန်းနိုင်ပါသည်။

တွေးတောဆင်ခြင်တတ်သူက မီးခဲကို ကိုင်သဖြင့် အရေပြားစုတ်အောင် အပူလောင်သွားသောသူ၏ အတွေ့အကြုံကို ကြည့်ပြီး "ဤအရာသည် ပူလောင်တတ်ပါတကား"ဟု အသိပညာရအောင် ယူတတ်ပါသည်။

တွေးတောဆင်ခြင်တတ်သူက ဆေးလိပ်ကို ကိုယ်တိုင်သောက်ကြည့်မနေဘဲ ဆေးလိပ်သောက်သူနှင့် မသောက်သူတို့၏ အသားအရည် ကျန်းမာရေးအခြေအနေ စသည်တို့ကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်သောအားဖြင့် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၏ အပြစ်ကို မြင်နိုင်ပေသည်။ အရက်ကို ဂိုးကပ်အောင်သောက်သူတို့ အသည်းကျွမ်းကာ ရေဝေးတို့၊ ထိန်ပင်တို့သို့ စောစောကြီးမြန်းကြပုံကို ကြည့်ပြီး အရက်ကို အလွန်အကျွံသောက်လျှင် အသက်တိုနိုင်ကြောင်း သိမြင်တတ်ကြပေသည်။

တွေးတောဆင်ခြင်တတ်သူများသည် ဖဲသမား၊ လေးကောင်ဂျင်သမား၊ နှစ်လုံးသမား၊ သုံးလုံးသမားတို့၏ ဘဝများကို ကြည့်ပြီး လောင်းကစားဟူသည် မွဲတတ်ပေတကားဟု သိသွားတတ်ကြလေသည်။

ဘဝကို အသိပညာနှင့် ထိန်းကျောင်းရသည်ဖြစ်၍ အသိပညာရအောင် ကြိုးစားကြရပါသည်။ အသိပညာသည် ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံကြည့်ရင်းမှလည်း ရနိုင်သည်။ တွေးတောဆင်ခြင်သုံးသပ်ကြည့်ခြင်းမှလည်း ရနိုင်သည်။

ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီးမှသိရသော အသိမျိုး (ဝါ) တွေ့သိသည် ခိုင်မြဲလှသော်လည်း အဖိုးအခ အလွန်ကြီးမားလှလေသည်။

သူတစ်ပါးတို့၏ အတွေ့အကြုံများကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ကြည့်ခြင်းမှ ရလာအပ်သော အသိမျိုး (ဝါ)တွေးသိကား အရင်းအနှီးများစွာ မကုန်ကျဘဲ ရနိုင်သော အသိမျိုးဖြစ်သည်။

ပညာရှိတို့သည် တွေ့သိကို အားမပြုကြ။ တွေးသိကိုသာ အားပြုကြပေသည်။ ဘဝအတွက် အသုံးဝင်တာချင်းတူလျှင် တွေ့သိက စိုက်ထုတ်ရသည့် အရင်းအနှီးများပြီး တွေးသိက သက်သက်သာသာဖြင့် ရနိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

စာဖတ်သူသည် မိမိအသက်ကို အသိပညာဖြင့် စောင့်ရှောက်လိုလျှင် "တွေးသိ"ကို ရှာတတ်အောင် ကြိုးစားရပေမည်။

-ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၊ ၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် ပေဖူးလွှာမဂ္ဂဇင်း စာ ၉၂ မှ။

ဦးနှောက်အားနည်းနေသလား?

ဦးနှောက်ဆိုတာဟာ လူတစ်ကိုယ်လုံးကို မီးရထားနဲ့ ပုံနှိုင်းရရင် ခေါင်းတွဲလို့ ဆိုရပါလိမ့်မယ်။ ဦးနှောက်ရဲ့စေစားမှုနဲ့ လိုက်ပါလုပ်ဆောင်နေကြရတယ်မဟုတ်လား။ ဦးနှောက်ဟာ အလုပ်လုပ်ဖန်များလာတဲ့အခါ (ဓာတ်ခဲလို အသုံးပြုဖန်များတဲ့အတွက်) အားတွေ ကုန်ခမ်းနည်းပါးသွားတတ်ပါတယ်။ သည့်အတွက် အချို့က ရက်အားတွေယူလို့ အပန်းဖြေခရီးတွေ ထွက်တတ်ကြပါတယ်။ ဒါလဲ ကောင်းတာပါပဲ။ အဲသည်မှာ ဦးနှောက်အားနည်းရောဂါ ကင်းပျောက်ဖို့အတွက် များစွာအထောက်အကူပြုတဲ့ နည်းလမ်းအချို့ကို ရှာဖွေတင်ပြပေးပါ့မယ်။

၁။ နံနက်ပိုင်းမှာ ပန်းသီးတစ်လုံးကို စားပေးပါ။

၂။ မွန်းလွဲ ၂ နာရီလောက်မှာ ပန်းသီးအစိမ်းကို ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေနဲ့အတူ ရောနှောလို့ စားပေးပါ။

၃။ တစ်နာရီ ကြာပြီးတဲ့နောက် ပန်းသီးရသ သတ္တုရည် ဖန်ခွက်နဲ့တစ်လုံး သောက်ပေးရပါမယ်။

၄။ ညစာစားတဲ့အခါမှာလည်း ပန်းသီးစိမ်းကို ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေနှင့် ရောစပ်ပြီး စားပေးပါ။

၅။ ညအိပ်တဲ့အခါ မအိပ်မီ တစ်နာရီလောက်မှာ အလွန်ချိုတဲ့ ပန်းသီးကိုစားပြီး အိပ်ရပါမယ်။

အဲဒီလိုမျိုး တစ်လတိတိ စားသောက်ပြီးတဲ့အခါ ဦးနှောက်အားနည်းသူအဖို့ အားနည်းမှုတွေ ကင်းပျောက်ပြီး ရွှင်လန်းတက်ကြွနေပါလိမ့်မယ်။

-ဦးဦး(မှတ်စုမောင်)၊ ၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် ရတနာပန်းခင်းရုပ်စုံမဂ္ဂဇင်း စာ ၇၄ မှ။

ပြင်ဆင်ထား

အို – သင်ကား မအိုချင်၊ အိုမှာပင်၊ အိုရဲအောင်သာ ပြင်ထားပါ။

နာ – သင်ကား မနာချင်၊ နာမှာပင်၊ နာရဲအောင်သာ ကြိုးစားပါ။

သေ – သင်ကား မသေချင်၊ သေမှာပင်၊ သေရဲအောင်သာ ကျင့်ထားပါ။

-စောစိန်ပန်း။

စောစိန့်ပန်းရဲ့ဒဿန

- သူတစ်ပါးအကြောင်းကို သိဖို့ထက် ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိဖို့က ပိုအရေးကြီးတယ်။
- ဘဝိုတ်မရှိတဲ့ ကားထက် ဘရိတ်မမိတဲ့ပါးစပ်က ပိုပြီးအန္တရာယ်ရှိတယ်။ (သုဘာသိတာစ ယာဝါစာ = ကောင်းသောစကားကို ပြောဆိုခြင်းသည် မင်္ဂလာတစ်ပါးဖြစ်သည်)
- တက်ကြွပါ၊ ဒါပေမယ့် ကြွမတက်စေနဲ့။
  တက်ကြွနေတာလား? သို့မဟုတ် ကြွတက်နေတာလား?
- မှားမှန်းသိလို့ တောင်းပန်တာထက် တောင်းပန်လောက်တဲ့ အမှားမျိုး မမှားမိအောင် သတိဆောင်နိုင်ရင် ပိုကောင်းတယ်။
- ပိုင်ဆိုင်ဖို့အတွက် ရယူခြင်းထက် ပေးဆပ်ဖို့အတွက် ရယူခြင်းက ပိုမြတ်တယ်။
- သူတစ်ပါးအပြစ်ကို မြင်တတ်သလို ကိုယ့်အပြစ်ကိုလည်း မြင်တတ်ပါစေ။
- အပြောကောင်းဖို့ထက် အကောင်းပြောဖို့က ပိုအရေးကြီးတယ်။ (ဖိုးဖိုးရဲ့ဆုံးမစကား)
- မတော်လောဘကို မထိန်းသိမ်းနိုင်သရွေ့ ဘယ်သောအခါမှ လူမွေးမပြောင်။
- လူကြီးလူကြီး အထင်မကြီးနဲ့၊ သိဉာဏ်ကြီးမှ လူကြီးဖြစ်မှာ။
  ကိုယ်ကျင့်ကောင်းမှ လူကြီးဖြစ်မှာ။ သည်းခံတတ်မှ လူကြီးဖြစ်မှာ။
  သည်းမခံတတ်ရင် ကလေးသာ၊ အသက်ကြီးတိုင်း လူကြီးမဖြစ်နိုင်ပါ။
- ကိုယ့်အတွက် အလုပ်မဖြစ်တာနဲ့ သူ့အတွက် အဖြစ်မလုပ်ပါနဲ့။
- (မိခင်ရဲ့ ဆုံးမစကား) မောင်ပန်းရေ- မင်းဘယ်ကို သွားသွား.. မင်းအနားမှာ ဆရာတွေရှိတယ် "ကောင်းတာလည်း ကိုယ့်ဆရာ၊ ဆိုးတာလည်း ကိုယ့်ဆရာ"။
- (ဘဝလှေ) ရေပက်သံ အချက်မှန်သလောက်၊ လှေတက်သံက ပေါ်မလာ။
  လှော်ကာသာ ရှေ့သို့ငေးရတယ်၊ ရောက်ဖို့ရန် ဝေး .. ။
- ကျရှုံးခြင်းသည် အောင်မြင်ဖို့အတွက် ခွန်အားဖြစ်သည်။
- နောက်ဆုတ်သော ခြေလှမ်းသည် ရှေ့သွားဖို့ ခွန်အားသာ ဖြစ်သင့်သည်။
- ယနေ့ပြီးနိုင်သော အလုပ်ကို မနက်ဖြန်သို့ မရွှေ့ပါနှင့်။

–စော်စောထူး။

အချည်းနှီး

ပြောဆိုသင့်ငြား၊ ဆိုစကားကို
ချိန်ခါမတန်၊ ပြောဆိုပြန်က
သင်၏စကား၊ ထောင်တန်ငြားလည်း
ရေမှာရုပ်ရေး၊ ပန်းချီဆေးသို့
အချည်းနှီးသာ၊ ဖြစ်ရမှာ…။

-စောစန်းလွင်(ထရော်ဒေါင့်)။

ရာဇဝတ်မှုများ၏ မိခင်နှင့်ဖခင်

ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုသည် ရာဇဝတ်မှုတို့၏ 'မိခင်'ဟုဆိုလျှင် စိတ်ထားကောင်းမရှိခြင်းမှာ ရာဇဝတ်မှုတို့၏ 'ဖခင်'ပင်ဖြစ်၏။

-ပြင်သစ်သရော်စာ တရေးဆရာ ယန်း၊ဒီ၊လာ၊ဘရူယဲ (၁၆၄၅-၁၆၉၆)

အောင်မြင်မှုဆိုသည်မှာ…

* သင်ဘယ်နေရာမှာ ရှိနေရှိနေ၊ သင့်မှာရှိသမျှ (ခွန်အား၊ လက်နက်၊ ကိရိယာ)နှင့် သင်လုပ်နိုင်သမျှလုပ်ပါ။
Do what you can,with what you have, from where you are. *-အမေရိကန်သမ္မတဟောင်း Theodore Roosevelt.*
* အသက်ရှင်နေထိုင်နေတဲ့လူတွေထဲမှာ မိမိတတ်နိုင်တယ်လို့ ထင်ထားတာထက် ပိုပြီးမလုပ်နိုင်တဲ့သူ မရှိပါ။
There is no man living who is not capable of doing more than he thinks he can do.
- အမေရိကန် ဖို့ဒ်ကားကုမ္ပဏီကြီး၏ ဖခင်ကြီး Henry Ford.
* အတိတ်ဟူသည် ပြီးခဲ့သောအကြောင်းကိစ္စတစ်ခုသာ ဖြစ်သည်။ အတိတ်ကို ဒရွတ်ဆွဲနေခြင်းဖြင့် မနက်ဖြန်အတွက် ဘယ်လိုမှ အရှိန်အဟုန်မရနိုင်။
The past is a dead issue, and we can't gain any momentum moving toward tomorrow if we are dragging the past behind us. *-ပညာရှင်တစ်ဦး။*

* အောင်မြင်မှုဟူသည် ဘဝတွင် မိမိရောက်ရှိနေသောအဆင့်နှင့် တိုင်းတွာခြင်းမဟုတ်၊ ထိုသို့အောင်မြင်သည့်အဆင့်ရောက်အောင် အခက်အခဲ၊ အတားအဆီးတွေကို ဘယ်လိုကျော်ဖြတ်ခဲ့သလဲဆိုတာနဲ့ တိုင်းတွာတယ်ဆိုတာ ကျွန်တော် နားလည်ခဲ့သည်။

I have learned that success is to be measured not by the position that one has reached in life as by the obstacles which one has overcame while trying to succeed.

-Booker T. Washington.

* ရှေ့သို့မျှော်မကြည့်သူသည် နောက်တွင်ကျန်ခဲ့လိမ့်မည်။

He who does not look ahead remains behind.

- ***စပိန်စကားပုံ။***

* အောင်မြင်သူတွေမှာလည်း အမာရွတ်တွေနဲ့ပါပဲ။

Winners got scars, too.

- ***အမေရိကန်အဆိုတော်*** *Johnny Cash.*

* ရရှိထားသော အောင်မြင်မှုပုံရိပ်တစ်ခုနှင့် လျော်ညီအောင် နေထိုင်ဖို့ အလွန်ခဲယဉ်းပါသည်။

It's very hard to live up to an image.

- ***ကမ္ဘာကျော်အဆိုတော်*** *Elvis Preslay.*

* အောင်မြင်သည့်လူတစ်ဦးဖြစ်ရန် မကြိုးစားပါနှင့်၊ တန်ဖိုးရှိသော လူတစ်ဦးဖြစ်ရန်သာ ကြိုးစားပါ။

Try not to become a man of success, but try to become a man of value. *-Albert Einstein.*

-တင်မောင်ဦး၊ *JOHN C MAXWELL* ***၏ တအုပ်မှ***
အချက်အလက်အချို့ကို မှီငြမ်းပါသည်။
၂၀၁၂ နိုဝင်ဘာလထုတ် *Learners English Educative Magazine* ***မှ။***

မှား (၃)မှား

ရေချိုး မမှားစေနဲ့။ အပြော မမှားစေနဲ့။ အစား မမှားစေနဲ့။

တား (၃)တား

နှမြောစာကို မစားနဲ့။ အားနာစာကို မစားနဲ့။ မတည့်တာကို မစားနဲ့။

အဆင့်-၁-၈
သားရေ..

တပည့်မွေးတယ်...
လူစုတယ်ဆိုလို့လာစစ်ဆေးတာ
ဘာလုပ်တာလဲ
ကျူရှင်ဆရာပါခင်ဗျာ
နိုင်ငံရေးသမားမဟုတ်ပါဘူး

မှတ်ဖွယ်မှတ်ရာဆိုဆိုစာ

* လက်စားချေခြင်း၊ အာဃာတထားခြင်း၊ မုန်းမာန်ပွားခြင်း၊ လက်တုံ့ပြန်လိုခြင်းစသည့် အပြုအမူတို့သည် သွေးပျက်စေခြင်း၊ ကျန်းမာပျော်ရွှင်မှုကို ဖျက်ဆီးခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ မကောင်းဆိုးဝါးမှုမှန်သမျှကို စေတနာကောင်းထားမှုကသာ ကုစားနိုင်ပေသည်။

–အိုရိုဆန်မာဒင်။ *

–ဦးသန်းထွတ်၊ ပါမောက္ခ(အငြိမ်းစား)(ပညာရေးတက္ကသိုလ်)။

ရှန်း ရှင်း ကန် ရှင်း

* လေတိုက်တိုင်းသာ၊ ပွင့်ကြွေပါမူ၊
ဘယ်မှာပန်းများ ကျန်မည်နည်း။
* လှိုင်းပုတ်တိုင်းသာ၊ ကမ်းပြိုပါမူ၊
ဘယ်မှာမြေကြီး ကျန်မည်နည်း။
* ကျရှုံးတိုင်းသာ၊ ငိုရပါမူ၊
ဘယ်မှာမျက်ရည် ကျန်မည်နည်း။
* အမှောင်တစ်ဝက်၊ လင်းတစ်ဝက်သည်၊
တစ်ရက်တစ်ခါ၊ ကြုံမြဲသာတည်း။
* အရှုံးတစ်လှည့်၊ နိုင်တစ်လှည့်မှာ၊
မျက်လှည့်ပမာ၊ တွေ့မြဲသာတည်း။
* ဘဝသည်ကား၊ တိုက်ပွဲများပင်၊
လှုပ်ရှားရသော၊ လူ့ရွာတောဝယ်၊
လင်းသော, မှောင်သော၊ အောင်သော, ရှုံးသော၊
မုန်းသော, ချစ်သော၊ သစ်သော, ဟောင်းသော၊
ကောင်းသော, ဆိုးသော၊ ညှိုးသော, လန်းသော၊
ကြမ်းသော, နုသော၊ ပူသော, အေးသော၊
စောကြောစိတ်ဖြာ၊ မနေသာပေ။
* လဲရာက ထ၊ ကျရာက တက်၊
ပျက်ရာက ဆောက်၊ ရှေ့သို့လျှောက်၍
ရောက်ရာဘဝ၊ အားမာန်ပြုရင်း
ရှန်းရ ကန်ရမည်တကား ... ။

–အေးငွေ၊ ၁၉၇၀ ပြည့်၊ ဧပြီလထုတ် ငွေတာရီမဂ္ဂဇင်းမှ။

EVER STRUGGLE!

If flowers all should fall
with every gust of wind,
No flowers would be left at all.
If sea-side cliffs should tumble
With every breaker's rumble,
No land enough could there be.
If tears are to be shed
At every failure, dry
Would be the fountainhead.
Light and dark divide the day
As the Earth rotates away;
As if by magic, victory and defeat
By turn each other e'er succeed;
Life is a battle.
Light or dark, win or lose
Hate or love, old or new
Good or bad, faded and fresh
hot or cold, rough or smooth
Not for us to pick and choose.
Get up where you fall,
climb from where you drop,
Build on wreckage,
And, at every stage,
With blazoned mettle,
Struggle, ever struggle
Forward, friends!

- Translatesd by K.

အဖြစ်မှန်မသိဘဲ ကောက်ချက်ချ မစောသင့်ပါ

သားအဖနှစ်ယောက် ရထားစီးလာပါတယ်။ အသက် ၂၄ နှစ်အရွယ်ရှိတဲ့ သားဖြစ်ပြီး ပြတင်းပေါက်ကနေ လှမ်းကြည့်လို့ ယခုလို စကားဆိုပါတယ် –

"အဖေရေ... သစ်ပင်တွေက ကျန်ခဲ့တယ်ဗျ။ မလိုက်လာဘူး" အသံကျယ်ကျယ်နဲ့ အဲဒီလို အော်ပြောတော့ ရထားတွဲ ခရီးသည်တွေ ရယ်ကုန်ပါတယ်။ ပြီးတော့ သားဖြစ်သူက ဝမ်းသာအားရနဲ့ ထပ်ပြောပါတယ် –

"အဖေရေ ... အိမ်တွေကတော့ ကျွန်တော်တို့နဲ့ အမီလိုက်နေတယ်ဗျ ဟား ဟား ဟား ဟား" ဒီလို အသံကျယ်လောင်စွာနဲ့ ပြောတော့ ဘေးကလူတွေ မနေနိုင်တော့ပါဘူး။ အထင်သေးတဲ့ မျက်နှာနဲ့ အဖေဖြစ်သူကို ယခုလို လှမ်းပြောလိုက်ပါတယ် –

"ခင်ဗျားသားကို ထိန်းပါဦး၊ မြင်မကောင်း ကြားမကောင်းလို့ပါဗျာ၊ ဆရာဝန်လည်း ပြလိုက်ဦး"လို့ ခနဲ့ပြီး ရယ်တဲ့အသံနဲ့ လှမ်းသတိပေးပါတယ်။ သားရဲ့ အဖေဖြစ်သူကတော့ ယခုလို ပြုံးရယ်စွာနဲ့ပဲ ဖြေလိုက်ပါတယ် –

"ဟုတ်ကဲ့ .. ဆရာဝန်ကို ဒီနေ့ပဲပြပြီး ပြန်လာတာပါ၊ ဒါကြောင့် တစ်သက်လုံး အမြင်ဆုံးရှုံးနေတဲ့သားလေး မျက်စိပြန်မြင်တာ ဒါ ပထမဆုံးအကြိမ်မို့လို့ပါ"

သင်ခန်းစာ။ ။ လူတစ်ဦးချင်းစီမှာ မသိနိုင်တဲ့ကိုယ်စီဇာတ်လမ်းလေးတွေ၊ အကြောင်းပြချက်တွေ ရှိတတ်ကြပါတယ်။ ယင်းအကြောင်းပြချက်နဲ့ အမှန်တရားကို သေချာမသိသေးဘဲနဲ့ လူတစ်ဖက်သားကို ဝေဖန်ကောက်ချက်ဆွဲ မစောသင့်ပါ။ အမှန်တရားက ကိုယ့်ဆုံးဖြတ်ချက်ကို နောင်တရစေတတ်ပါတယ်။

–Ref: gr8though, International news for myanmar. facebook မှ။

အောင်မြင်ပျော်ရွှင်ဖို့ လိုအပ်တဲ့အရာ

စာဖတ်လေလေ သိလေလေ။ စာကောင်းဖတ်မှ စိတ်ထားကောင်းမည်။
စိတ်ထားကောင်းမှ အလုပ်ကောင်းမည်။
အလုပ်ကောင်းမှ အောင်မြင်, ပျော်ရွှင်မည်။
ကိုယ့်ဘဝကို အောင်မြင်ပျော်ရွှင်အောင် ဖန်တီးနိုင်မှုသည်
စာဖတ်စွမ်းအားပေါ် မူတည်၏။

–ကောင်းသန့်(အယ်ဒီတာချုပ်) ၊ ၂၀၁၂ ဒီဇင်ဘာလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

သင်အောင်မြင်လိုပါသလား?

ကျွန်တော် သားကို အသိပညာရဖို့ အကြောင်းအရာတွေ ပြောပြတယ်။

ဗုဒ္ဓဟောတာပါဆိုတော့ သားက စိတ်ဝင်စားတယ်။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်းနှစ်ထောင့်ခြောက်ရာကျော်က အလွန်ထူးချွန်သူများ ရှိတယ်။ အဲဒီသူတွေထဲမှာ ဗုဒ္ဓကတော့ ကျွန်တော်တို့ ရှိသေလေးမြတ်ကော်ရော်ပူဇော်ထိုက်သူအဖြစ် လက်ခံပါတယ်(အခြားဘာသာဝင်တွေလည်း သူတို့ကြည်ညိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကို ပူဇော်ကြတယ်)။

ဘာသာရေးသာမက ဘဝအရေးကို အလင်းဓာတ်ပေးသူပါပဲ။

"ဗုဒ္ဓက အသိပညာရကြောင်း အကြောင်းသုံးပါးကို ပြောခဲ့တယ် သား.. "

"ဘယ်မှာ ပြောခဲ့တာလဲ"

"အဖေ့အထင်တော့ အာဠာဝကသုတ္တန်မှာ ထင်တယ်"

"ဘဝကို ဘာနဲ့ဖြတ်သန်းရင် အကောင်းဆုံးလဲ"လို့ အာဠာဝကဘီလူးက မေးတော့ ဗုဒ္ဓက "အသိပညာ"နဲ့ ဖြတ်သန်းဖို့ ပြောခဲ့တယ်။ "ဒါဆိုရင် အသိပညာ ဘယ်လိုရမလဲ"ဆိုတဲ့ နည်းလမ်းကို မေးတော့ ဗုဒ္ဓက အသိပညာရဖို့ စိတ်ဝင်စားရမယ်၊ မေးမြန်းရမယ်၊ နာကြားရမယ်ဆိုတဲ့ အချက်သုံးချက်ကို ဟောခဲ့သတဲ့"

"ဒါဆို• အာဠာဝကဘီလူးကြီး တရားရသွားမှာ အသေအချာပဲ"

"သားက ဘာလို့ အတတ်ပြောနိုင်တာလဲ"

"သူက မေးမြန်းတယ်လေ၊ အမေးအမြန်း အတော်ထူတာပဲ"

"ဟုတ်ပ့ါ .. ဒါကြောင့် သူ တရားအသိ ရရှိသွားတယ်လို့သားဆိုလိုတာလား"

"ဟုတ်တယ်"

"ဒီနေ့ နိုင်ငံတကာသင်ကြားမှု နည်းစနစ်တွေအားလုံးမှာ အဓိကက "မေးမြန်းခြင်း"ပဲ သား"

"အနောက်တိုင်းမှာရောလား"

"ဟုတ်တယ် သား၊ အမေရိကန်တို့ အင်္ဂလန်တို့မှာလည်း ပညာသင်ကြားရေးတွေမှာ ဒီလိုပဲ မေးခွန်းထုတ်တယ်"

"ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမဟာ ယနေ့အထိ ခေတ်မီနေတာပဲ"

"အမှန်တရားတွေလေ .. ကမ္ဘာတည်သရွေ့ တည်နေမှာပါပဲ"

"စာသင်တာဟာ ဆရာတွေချည်း မေးတဲ့စနစ်ပဲ မဟုတ်လား"

"မဟုတ်ဘူး ..သား၊ အတန်းထဲမှာ ကျောင်းသားတွေက မေးခွန်းထုတ်ရတယ်၊ စာမေးပွဲရောက်မှ ဆရာတွေက မေးခွန်းထုတ်ရတယ်"

"ဟုတ်ပါတယ် .. ဒီမှာလည်း သားတို့အတွက် မေးခွန်းမေးတဲ့ အကျင့်တွေကို လုပ်ပေးရင် စာသင်တာ ပိုပြီးထိရောက်မယ်လို့ ယူဆတယ်"

"အေးကွ.. မေးပါများ စကားရပေါ့"

"ခုတော့ ကျောင်းမှာ ပြောနေကြတယ်အဖေ .. မေးပါများ ထိပ်ခေါက်ခံရတဲ့"

"ဟုတ်တယ်လေ ဆရာတွေ မိဘတွေက စိတ်မရှည်ကြဘူး ဟား ဟား ဟား ဟား"

ဒီလိုနဲ့ သားက ကျွန်တော့်ကို မေးခွန်းတွေ မေးရဲလာတယ်။

တစ်ရက်မှာ သားကို ကျွန်တော်က မဇ္ဈိမပဋိပဒါအကြောင်းကို ရှင်းပြတယ်။

"လောကမှာ အောင်မြင်ဖို့ အစွန်းနှစ်ဖက် ရှောင်ရတယ်ကွ"

သားက တကယ်သိလို၍ မေးခြင်းပါ။ "အစွန်းဆိုတာ အစွန်းလို့ပြောရင် နောက်သူမေးရဲတော့မှာ မဟုတ်ဘူး။

သူ့ကို ရှင်းပြရပါတယ်။

"အစွန်းဆိုတာ နားလည်ဖို့ ဖေဖေ ပြောပြမယ်။

"ဟုတ်ကဲ့"

"သား .. မှောင်တဲ့အခန်းထဲမှာ ပိန်းပိန်းပိတ်မှောင်နေရင် ဘာကို မြင်ရမှာလဲ"

"ဘာမှ မမြင်ရဘူးပေါ့ အဖေ"

"အရမ်းမှောင်နေတဲ့ အစွန်း မှတ်ထားနော်"

"ဟုတ်ကဲ့ .. ဒီအစွန်းကို သားမှတ်ထားမယ်"

"ဒါဆိုရင် သားကို ကားမီးတည့်တည့်ထိုးတဲ့အခါ လင်းနေလား မှောင်နေလား"

"လင်းနေတယ် ဖေဖေ"

"ဒီလို လင်းနေရင်ကော သား ဘာမြင်ရမလဲ၊ ရှေ့က ကားတွေ လူတွေကို မြင်ရရဲ့လား"

"မျက်စိတည့်တည့် ထိုးထားရင် မမြင်ရဘူး ဖေဖေ"

"အေးကွ .. **လင်းတာ များလေလေ မမြင်ရလေပဲ**"

"သား သဘောပေါက်သလိုပဲ"

"ဒါပဲ သား၊ မှောင်နေရင်လည်း မမြင်ရ၊ လင်းလွန်းရင်လည်း မမြင်ရဘူး၊ ဒါကို အစွန်းနှစ်ဖက်လို့ခေါ်တယ်"

"ဒါဆို အလယ်အလတ်ဟာ အကောင်းဆုံးပဲပေါ့ နော်"

"မှန်တယ် သား၊ အလယ်အလတ်ကို မရွှီမပဋိပဒါလို့ သိကြတယ်"

"ဘာမဆို အလယ်အလတ်ပေါ့နော်"

"ဟုတ်တယ် .. စာကျက်တာလဲ အလယ်အလတ်ပဲ ကောင်းတယ်"

သား ပျော်သွားတယ်။ သူ့တို့အရွယ် စာကျက်ရ ပျင်းတယ်လေ။ ဒါနဲ့ သူ့ကို ထပ်ပြောရတယ်။

"သားတို့လူငယ်တွေ စာတွေကို သင်၊ နေ့မအား ညမအား စာကျက်၊ ကျူရှင်တွေတက်ဆိုတော့လည်း တစ်ဖက်စွန်းကို ရောက်တယ်"

သားပြုံးနေတယ်။

"နောက်တစ်ဖက်က စာမကျက်ဘဲ ဂိမ်းဆိုင်တွေမှာ အချိန်ဖြုန်းတယ်၊ ဘောလုံးပွဲတွေမှာ အိပ်ပျက်ခံတာလည်း နောက်အစွန်းတစ်ခုပါပဲ"

သား သဘောပေါက်သွားတာကို ကျွန်တော်သိသွားပါတယ်။

–ဒေါက်တာခင်မောင်ညို၊ ၂၀၁၂ ဇီဇင်ဘာလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

ဆရာကောင်းတစ်ယောက်မှာရှိထားရမည့်အရည်အချင်းများ

ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ အရေးအပါဆုံးသော အရည်အချင်းများတွင် နားလည်မှုရှိခြင်း (Understanding)၊ စိတ်ရှည်သည်းခံမှုရှိခြင်း (Patience)နှင့် ကရုဏာတရားရှိခြင်း (Passion)တို့ပါဝင်သည်။ ဖော်ပြပါ ဆရာကောင်းအရည်အချင်းများကို သင်ကြားရေးနယ်ပယ်တွင်းရှိပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ရင်တွင်း နှလုံးသားတွင်း၌ စွဲမှတ်ထားသင့်ပြီး ကျောင်းသူကျောင်းသားများအတွက်သာမက မိမိကိုယ်တိုင်အတွက်ပါ ပိုမိုကောင်းမွန်သောဘဝကို တည်ဆောက်သင့်ပေသည်။

ဆရာဟူသည် ရိုးရိုးရှင်းရှင်း အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုရပါက ကျောင်းပညာကို တစ်ပါးသူတို့အား ဖြည့်ဆည်းပေးနေသော ပုဂ္ဂိုလ်ဟူ၍ပင်။ ဆရာတစ်ယောက်သည် ပညာရပ်နယ်ပယ်တွင် စွမ်းရည်ပြည့်ဝမှုရှိနေရုံသာမက မိမိတို့တပည့်များအပေါ် အကြင်နာတရား (Kindness)ကိုလည်း ပြသင့်သည်သာပင်။ ဆရာ ဆရာမများသည် တပည့်များအား ရင်အုပ်မကွာ ပြုစုစောင့်ရှောက်သင့်ပြီး တပည့်တို့၏ ပြဿနာများကို နားလည်ပေးရန်လည်း အသင့်ရှိနေသင့်ပေသည်။ ဆရာတစ်ယောက်တွင် အရည်အချင်း အမျိုးမျိုးရှိထားသင့်သည်။ သို့မှသာ ကျောင်း၌ စာပေသင်ကြားပို့ချရာတွင် သူတကာထက် သာလွန်မည်ဖြစ်သည်။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသားများနှင့် ဆက်ဆံရေးကောင်းရှိခြင်းက သင်ကြားရေးနှင့်သက်ဆိုင်သော ပြဿနာအများစုကို ဖြေရှင်းပေးနိုင်ပေသည်။

ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ အရည်အချင်းများ

၁။ ယုံကြည်မှု (Confidence)

ယုံကြည်မှုသည် ဆရာ ဆရာမတိုင်း ရှိထားရမည့် အရေးအပါဆုံးသော အရည်အချင်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ကလေးငယ်များနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံရသော အလုပ်သည် မလွယ်ကူပေ။ အထူးသဖြင့် ကလေးငယ်များထားရှိသော သဘောထားများကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် ဆရာ ဆရာမများဘက်မှ ရင့်ကျက်မှုရှိထားရန် လိုအပ်ပေသည်။ အားကြိုးမာန်တက်မရှိသော လုပ်ရပ်များသည် ဆရာဆရာမများ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုရှုထောင့်က ကြည့်မည်ဆိုပါက အကောင်းဘက်တွင်မရှိပေ။ ကလေးငယ်များသည် စာပေသင်ယူလေ့လာမှုပြုရာတွင် နဝေတိမ်တောင်နှင့် စိတ်မပါ လက်မပါ ဖြစ်နိုင်ရုံသာမက ဆရာဆရာမများအပေါ် ဝုန်းဒိုင်းကြဲကာ ရှိုင်းစိုင်းကြမ်းတမ်းသောလုပ်ရပ်များ ရှိနိုင်ပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ အခက်အခဲ အကျပ်အတည်းများနှင့် ကြုံကြိုက်လာရသည့်အခါ တည်ငြိမ်မှုနှင့် ယုံကြည်မှုတို့ လျော့ပါးပျောက်ဆုံးမသွားစေရေးသည် အလွန်တရာမှ အရေးကြီးလှသည်။ ယုံကြည်မှုအပြည့်အဝရှိသော ဆရာဆရာမများသည် အမှားလုပ်မိပြီးနောက် မျှော်လင့်ချက်ပျောက်ဆုံးသွားခြင်း မရှိကြပေ။ အမှားလုပ်မိခြင်းသည် လူ့သဘာဝပင်။ ဆရာဆရာမများသည်လည်း လူထဲကလူပင်ဖြစ်ကြရာ အမှားလုပ်မိကောင်း လုပ်မိကြမည်သာပင်။

၂။ နားလည်မှုရှိခြင်း (Understanding)

စာနာကြည့်တတ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် နားလည်မှုရှိခြင်းတည်းဟူသော အရည်အချင်းသည် ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ အရေးပါဆုံးလက္ခဏာများထဲမှ တစ်ခုပင်။ ကလေးများ၏ တစ်မူထူးကဲသော ပြဿနာများကို နားလည်မှုရှိရန်လိုအပ်ပြီး ၎င်းပြဿနာများကို ကျော်လွှားရန် ချင့်ချင့်ချိန်ချိန်နှင့် တော်တည့်မှန်ကန်သည့် လုပ်ဆောင်ချက်များလည်း လိုအပ်ပေသည်။ ကျောင်းသားများအား လေ့လာစူးစမ်းမှုမပြုဘဲ ဆုံးဖြတ်တတ်လေ့ရှိသော ဆရာတစ်ယောက်သည် အပြုသဘောဆောင်သော ပြောင်းလဲမှုများကို ဖော်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။ သင်ကြားနည်းသင်ကြားဟန်တို့သည် အချို့သောနေရာများတွင် အလွယ်တကူပြောင်းလဲပစ်နိုင်လောက်အောင် ပြုလွယ်ပြောင်းလွယ်ရှိသင့်သည်။ အရေးပါဆုံးမှာ ဆရာတစ်ယောက်သည် တပည့်များ ရှုမြင်နိုင်သောရှုထောင့်မှ စဉ်းစားကြည့်တတ်ဖို့လိုအပ်သည်။ ယင်းက ကျောင်းသားများ၏ ရှုမြင်ပုံကို နားလည်စေရေးအတွက် အထောက်အကူပြုစေရုံသာမက သင်ကြားရေးလုပ်ငန်း

ကိုလည်း အခက်အခဲမရှိ လွယ်ကူသက်သာစေသည်။

၃။ စိတ်ရှည်သည်းခံမှု (Patience)

ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများနှင့်ပတ်သက်ပြီး သည်းခံတတ်သော ဆရာ ဆရာမများကို ဆရာကောင်းဆရာမွန်များဟု မှတ်ယူထားကြသည်။ တစ်စုံတစ်ရာသော သဘောထားအမြင်ကို နားလည်သဘောပေါက်စေဖို့ အမျိုးမျိုးအဖုံဖုံသော ကျောင်းသားများအတွက် ယူရသော အချိန်ကာလသည် အမျိုးမျိုးကွဲပြားမှု ရှိနိုင်သည်။ အချို့သောကျောင်းသားများသည် ဆိုလိုသည့် အကြောင်းအရာကို ဖမ်းယူဆုပ်ကိုင်နိုင်စွမ်း မရှိတတ်ကြပေ။ ယင်းကဲ့သို့သော ကျောင်းသားများကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် စိတ်ရှည်သည်းခံမှုရှိရေးသည် အလွန်တရာမှပင် အရေးကြီးလှပေသည်။ အတန်းထဲတွင် မည်ကဲ့သို့သော အနှောင့်အယှက်ရှိနေစေကာမူ ဆရာတစ်ယောက်၏ နဂိုစိတ်ရင်းကို မထိပါးစေသင့်ပေ။ ယင်းကဲ့သို့သော အခြေအနေမျိုး ကြုံကြိုက်လာပါက တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်ရှိနေနိုင်သော အရည်အချင်းသည် သင်ကြားရေးတွင် ကြီးစွာသော အထောက်အကူကို ဖြစ်စေသည်။ ဆရာကောင်းတို့သည် ယင်းကဲ့သို့သော အခြေအနေမျိုးကို ရှင်းပြဖို့လည်း ဝန်လေးတတ်ကြသည်။ သင်ကြားရေးတွင်သာ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ နှစ်မြှုပ်ထားခြင်းဟူသည် ဆရာများအတွက် စွဲမှတ်ထားရမည့် အရေးပါသည့် အရည်အသွေးတစ်ရပ်ပင် ဖြစ်သည်။

၄။ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်း (Creativity)

ဆရာ၊ ဆရာမများ၏ ရှုထောင့်မှကြည့်ပါက တီထွင်ဖန်တီးနိုင်မှုစွမ်းရည်သည် အလွန်အရေးပါသော အရည်အချင်းနောက်တစ်ခုပင် ဖြစ်သည်။ သင်ရိုးမာတိကာနှင့် သင်ကြားရေးနည်းလမ်းတို့ တစ်နေ့တခြား စံနှုန်းမြင့်လာခြင်းနှင့်အတူ သင်ကြားမှု၊ သင်ယူမှုဖြစ်စဉ်သည်လည်း မွေ့လျော်ဖို့ပင် ခပ်ခက်ခက်ဖြစ်လာသည်။ သို့ရာတွင် ဆရာ၊ဆရာမများသည် စာပေသင်ကြားပို့ချခြင်းကို ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာတို့နှင့်အတိပြီးသော လုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်အောင် ဖန်တီးရာတွင် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသော လေ့ကျင့်ခန်းများနှင့် နည်းနိဿယများကို ပေါင်းစပ်ပေးဖို့ အစွမ်းကုန်ကြိုးစားသင့်ကြပေသည်။ တီထွင်ဖန်တီးမှုပါသော စီမံချက်နှင့်သင်ခန်းစာအစီအမံများက သင်ယူမှုဖြစ်စဉ်တစ်ခုလုံးနှင့်ပတ်သက်ပြီး ကျောင်းသားများအကြားတွင် စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် စူးစမ်းလိုမှုတို့ကို တိုးပွားလာစေရန် အထောက်အကူပြုပေသည်။ ယင်းအတွက်ကြောင့် တီထွင်ဖန်တီးမှုပါသော အတွေးက သင်ကြားရေးနယ်ပယ်တွင် များစွာအထောက်အကူပြုပေသည်။

၅။ ကရုဏာတရား (Passion)

ကရုဏာတရား၊ သို့မဟုတ် စိတ်အားထက်သန်မှုကဲ့သို့သော အရည်အချင်းတို့သည် ဆရာကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်စေရေးတွင် အလွန်တရာမှ အရေးပါလှပေသည်။ ကိုယ့်အလုပ်ကို ကိုယ်တိုင်မြတ်နိုးမှုမရှိသူ မည်သူမဆို ထိုအလုပ်တွင် ရေရှည်မြဲလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။ စိတ်ထက်သန်မှုရှိသူ ဆရာတစ်ယောက်သည် ကျောင်းသား၊ကျောင်းသူများအတွက် ကျောင်းနေပျော်ပြီး ပညာတော်စေဖို့ အပြုသဘောဆောင်သော ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို ဖန်တီးပေးသည်။ ထကြွလုံ့လရှိမှုနှင့် ထက်သန်စိတ်တို့၏ အထောက်အကူဖြင့် ရိုးရှင်းလှပါသည်ဆိုသော သဘောတရားတစ်ခုကိုပင် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းလာအောင် ဖန်တီးနိုင်ပေသည်။

ဆရာဆရာမများအတွက် အကောင်းဆုံး အလေ့အကျင့်များ

သင်ကြားရေးတွင် ဆရာ၊ သို့မဟုတ် ဆရာမတစ်ယောက်မွေးမြူထားသော လက်တွေ့အကျင့်အကြံတို့က ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ အရည်အချင်းများအပေါ် ရောင်ပြန်ဟပ်နေပေသည်။

ဆရာ၊ဆရာမများသည် ကျောင်းသူ၊ကျောင်းသားများကို တွေးစေဖို့၊ မေးခွန်းတွေ မေးစေဖို့၊ လေ့ကျင့်မှု အမြောက်အမြားပြုစေဖို့ တိုက်တွန်းအားပေးသင့်သည်။ သင်ကြားရေးတွင် ကျောင်းသူ၊ကျောင်းသားများ၏ တက်ကြွသော ပူးပေါင်းပါဝင်မှုက အသိပညာရရှိစေရေးတွင် အထောက်အကူပြုသည်။ အခြေခံယူဆချက် သဘောတရားများကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ရှင်းလင်းပြသခြင်းက ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများ အသိပညာရှာဖွေရာတွင် ယုံယုံကြည်ကြည် ရှေ့ဆက်ချီတက်နိုင်စေသည်အထိ ပြည့်စုံကိုလုံမှုရှိပေသည်။ ဘာသာရပ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး သတင်းအချက်ပေးရုံမျှသက်သက်သည် အသုံးဝင်လိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။ အခြေခံများကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းနှင့် ကျကျနန သင်ကြားပေးသင့်သည်။

ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများရှေ့မှောက်တွင် လက်ဝယ်ပိုင်ပိုင် ရယူနိုင်သော ရည်မှန်းချက်များ ချမှတ်စေခြင်းနှင့် ရည်မှန်းချက်ဆီ ချီရာလမ်းကြောင်းကို လမ်းညွှန်မှုပေးခြင်းသည် ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ အရည်အချင်းများထဲမှ တစ်ခုပင်။ ကျောင်းသူ၊ကျောင်းသားများကို လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှု အစီရင်ခံတင်ပြချက်များဖြင့်လည်း မပြတ်မလပ် ဖြည့်ဆည်းပေးသင့်သည်။ ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းများကြောင့် အထိတ်တလန့်ဖြစ်ရခြင်း၊ သို့မဟုတ် ပိုမိုဆိုးဝါးသော ကိစ္စများတွင် ရှောင်ပြောင်ရယ်သွမ်းသွေးပစ်ခြင်းသည် ကျောင်းသူ၊ကျောင်းသားတို့၏ယုံကြည်မှုကို ပွန်းရစေခြင်းကို ဖန်တီးပေးသည်။

ဆရာကောင်းတစ်ယောက်သည် ယင်းကဲ့သို့သော လုပ်ရပ်မျိုးကို ယောင်လို့များ လို့ပင် တွေးမိလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။

သင်ကြားရေးလုပ်ငန်းသည် အခြားသော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းများနှင့်မခြား ခက်ခဲသလောက် အကျိုးကျေးဇူးလည်း များပေသည်။ အထက်တွင်ဖော်ပြခဲ့သော ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ အရည်အချင်းများသည် ဤသင်ကြားရေးဟူသော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းတွင် သူတကာထက် သာလွန်ထူးကဲစေရေးအတွက် အဓိကကျသော သော့ချက်ပင်ဖြစ်သည်။ စောစောပိုင်းက ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်းပင် လူတစ်ယောက်သည် မိမိလုပ်ဆောင်နေသောအလုပ်ကို ချစ်မြတ်နိုးသင့်သည်။ သို့မှသာ ဘဝတွင် ရှေ့တန်းရောက်ပေလိမ့်မည်။ သင်ကြားရေးလုပ်ငန်းသည် အထူးပင်ပြောရန် မလိုအပ်ပေ။ ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ ဤအရေအသွေးများသည် စွမ်းရည်ပြည့်ဝသော ဂုရုတစ်ယောက်ဖြစ်လာစေရန် အထောက်အကူပြုစေမည်မှာ မလွဲကေန်ပင် ဖြစ်လေသည်။ ။

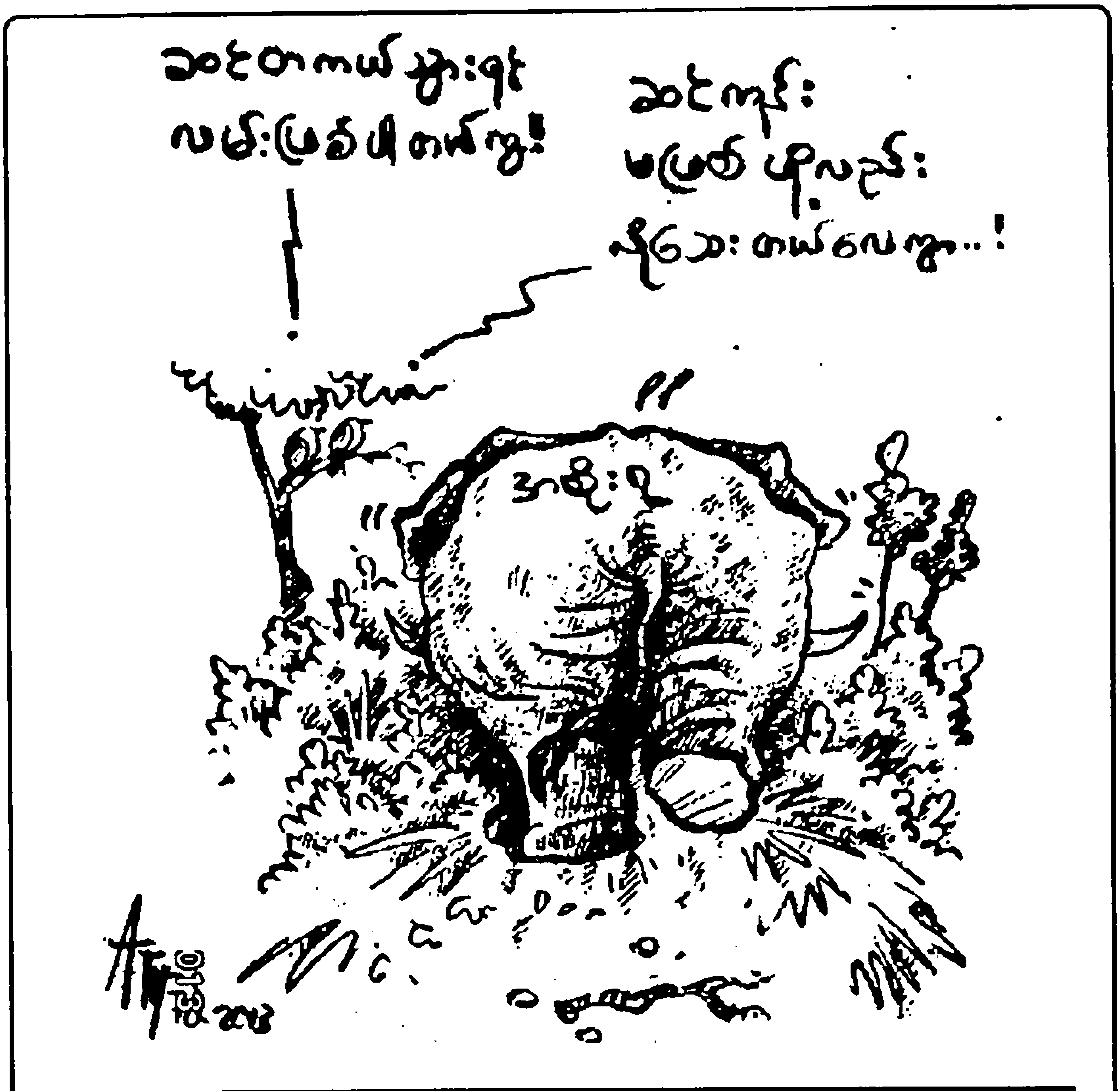
-Ref:"Good Teacher Qualities" by shashank Nakate

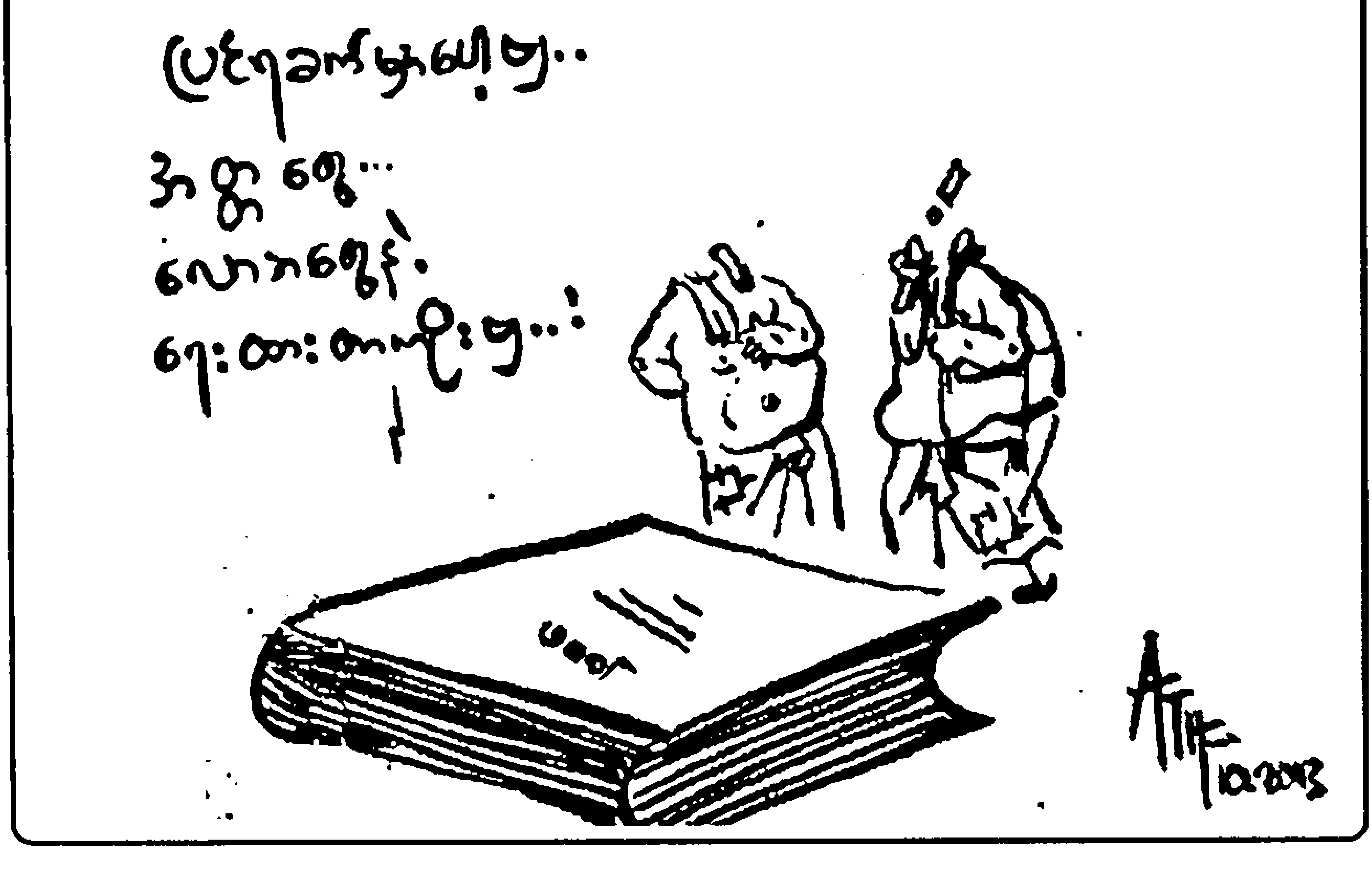
-မြင့်အောင်လေး၊ (၁၀-၁-၂၀၁၃)ရန်ကုန်တိုင်းမ်ဂျာနယ် စာ ၂၄ မှ။

သစ်ကိုင်း ကျိုးရင်, ညှိုးရင် အသီးမသီးနိုင်

စိတ်ဓာတ်ဖွံ့ဖြိုး အသိဉာဏ်တိုးစေနိုင်တဲ့ တရားအလုပ်ကို လုပ်ရာမှာ
ကိုယ်မှု,နှုတ်မှု စင်ကြယ်ဖို့လိုပါတယ်။
ကိုယ်မှု,နှုတ်မှု မစင်ကြယ်ရင် စိတ်မစင်ကြယ်၊
စိတ်မစင်ကြယ်ရင် စိတ်မဖွံ့ဖြိုး၊ အသိဉာဏ် မတိုးနိုင်ပါ။
သစ်ပင်တစ်ပင်ဟာ သစ်ကိုင်းကျိုးနေရင်၊
သို့မဟုတ် ညှိုးနေရင် အသီးမသီးနိုင်၊ မဖွံ့ဖြိုးနိုင်။
ထို့အတူပင် သီလသစ်ကိုင်း ကျိုးနေရင်, ညှိုးနေရင်
မဂ်သီး,ဖိုလ်သီး မသီးနိုင်၊ မဖွံ့ဖြိုးနိုင်ပါ။

-ရွှေတောင်ကုန်း သာသနာ့ရိပ်သာဆရာတော်ကြီး။
၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် ရတနာမွန်စာစောင်မှ။


လမ်းပြခဲ့ပါတယ်ကွ!
အစိုးရ


ပြင်ရခက်မှာပေါ့ဗျ..
လောကတွေနဲ့
ရေးထားတာကိုးဗျ..!

သမိုးပျိုတို့အတွက် တစ်သက်တာနိုတ်

လူတို့သည် ...
သောက်ရေအိုးစင်က ရေကို သောက်ရုံသာ သောက်ကြ၏၊
ဘယ်တော့မှ ခြေမဆေး။
ခြေဆေးရေအိုးက ရေကိုလည်း ခြေဆေးရုံသာ ဆေးကြ၏၊
ဘယ်တော့မှ မသောက်ကြ။
ထို့အတူ၊ **ယောက်ျားအများစုတို့သည် ...**
ကိုယ်ကျင့်သီလနှင့်ပြည့်စုံ၍ ဣန္ဒြေရှိသော မိန်းကလေးကို
ရာသက်ပန် အတည်သာ ကြ၏၊ အပျော်မကြ။
အညာလွယ်၍ ကိုယ်ကျင့်သီလမရှိသော မိန်းမကို
သာယာမှုရှာရုံသာကြ၍ အတည်မကြကြပေ။

–မေတ္တာရှင် ရွှေပြည်သာ။

အကောင်းမြင် သဘောထား

တစ်ခါက အလွန်သေးငယ်တဲ့ ဖားတစ်အုပ်ဟာ အပြေးပြိုင်ပွဲကျင်းပဖို့ စီစဉ်နေကြတယ်။ ပန်းတိုင်ကတော့ အလွန်မြင့်မားတဲ့ မျှော်စင်ထိပ်ရောက်ရှိဖို့ပါ။ အလွန်များပြားတဲ့ ပရိသတ်ဟာ ပြိုင်ပွဲကို ကြည့်ရှုအားပေးဖို့ မျှော်စင်နားကို စုရုံးရောက်ရှိလာပါတယ်။

အပြေးပြိုင်ပွဲ စတင်ပါပြီ။ ပွဲကြည့်ပရိသတ်ဖားတွေဟာ ရိုးရိုးသားသား ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့ ဘယ်ဖားမှ မျှော်စင်ထိပ်ရောက်လိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည် မထားကြပါဘူး။

"မျှော်စင်ထိပ် ဘယ်သူမှ မရောက်ပါဘူးကွာ၊ အောင်မြင်ဖို့အခွင့်အရေးတစ်ခု တလေတောင် မရှိဘူး၊ မျှော်စင်ကလည်း အလွန်မြင့်လွန်းတယ်လေ"စသည့် စကားသံများကိုပဲ ကြားနေရတယ်။

ဆွက်လက်တဲ့ အချိန်နဲ့တက်ရောက်နေတဲ့ ဖားတစ်အုပ်စုမှလွဲ၍ ဖားတွေဟာ တစ်ကောင်ပြီးတစ်ကောင် လက်လျှော့လာတော့တယ်။

"ဒီပြိုင်ပွဲကြီးက အလွန်ခက်ခဲတယ်၊ ဘယ်သူမှ အောင်မြင်အောင် တက်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး"လို့ ပွဲကြည့်ပရိသတ်ကြီးက ဆက်လက်ပြောဆိုကြပြန်တယ်။

မောပန်းအားကုန်ပြီး လက်လျှော့လာတဲ့ ဖားတွေဟာ ပိုပြီးများလာတော့တယ်။ ဒါပေမယ့် ဖားတစ်ကောင်ကတော့ ဆက်လက်ပြီး မြင့်မြင့်မားမားရောက်အောင် တက်ရောက်နေခဲ့တယ်။ ဒီဖားကတော့ လက်လျှော့စွန့်လွှတ်မဲ့ပုံ တစ်စက်မှ မရှိပါဘူး။

နောက်ဆုံးမှာတော့ ဒီဖားတစ်ကောင်မှလွဲ၍ ဖားအားလုံးဟာ မျှော်စင်ပေါ် ဆက်လက်တက်ရောက်ဖို့ စွန့်လွှတ်အရှုံးပေးလိုက်တော့တယ်။ တစ်ကောင်တည်း ကျန်တဲ့ဖားဟာ ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားစိုက်ထုတ်ပြီးနောက် မျှော်စင်ထိပ်ပေါ် တက်ရောက်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီနောက် အခြားဖားတွေက အဲဒီဖား အောင်မြင်မှု ပန်းတိုင်ဆီအရောက် ဘယ်လိုလျှောက်လှမ်းနိုင်ခဲ့တယ်ဆိုတာ သိချင်လာတော့တယ်။

ပြိုင်ပွဲဝင်သူတစ်ဦးက "ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ဆီ ရောက်ရှိအောင်မြင်ဖို့ စွမ်းအားတွေ ဘယ်လိုတွေ့ရှိခဲ့တာလဲ"လို့ မေးမြန်းပါတယ်။ ဒီအခါမှာ အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်ဆီ ရောက်ရှိခဲ့တဲ့ဖားဟာ နားမကြားသူ ဖြစ်နေကြောင်း တွေ့ရှိရပါတော့တယ်။

မိတ်ဆွေတို့ .. **အခြားသူတွေရဲ့ အဆိုးမြင်သဘောထားတွေကို ဘယ်တော့မှ နားမယောင်ပါနဲ့။ အကြောင်းကတော့ သူတို့ဟာ သင့်နှလုံးသားမှာ ရှိနေတဲ့ အံ့ဖွယ်ကောင်းတဲ့ စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေ၊ စိတ်ဆန္ဒတွေကို ယူဆောင်သွားတတ်တဲ့ အတွက်ကြောင့်ပါပဲ။**

Never listen to other people tentendes to be nagative or pessimistic ... because they take your most wonderful dreams and wishes away from you-the ones you have in your heart!

Posted by နေလင်းအောင် on February 9, 2013

နေလင်းအောင် ဘာသာပြန်ဆိုသည်။

Ref; Positive Thought- A Strong Tool Of Success

Author: Unknown

* အကယ်၍ သင့်စိတ်ကို သင်သိသည်ဆိုပါက သင့်စိတ်ကို အကောင်းမြင် အပြုသဘောဆောင်နေအောင် ထားရှိသင့်ကြောင်း သင်သိပါလိမ့်မည်။

If you know your own mind, you know enough to keep it always positive.

-မောင်မြင့်ကြွယ်၊ မောင်မောင်အေး။ (၉-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

စဉ်းစားရင်း နိုင်ငံတည်

နိုင်ငံကို မည်သို့သောစနစ်ဖြင့် တည်ဆောက်တည်ဆောက်၊ မည်သည့်ခေါင်းဆောင်ပင်တက်တက် စဉ်းစားတတ်သောသူများ မွေးထုတ်မပေးနိုင်လျှင်၊ မစဉ်းစားကြလျှင်၊ မစဉ်းစားနိုင်လျှင် ရှေ့သို့ တိုးပေါက်နိုင်မည်မဟုတ်။

စဉ်းစားတတ်ရန်၊ စဉ်းစားခြင်းကို အားပေးဖို့ရန်လိုသည်။ စဉ်းစားတတ်ခြင်းသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း၏ စရိုက်၊ အားထုတ်မှုနှင့်သက်ဆိုင်သော်လည်း အဓိကမှာ ပညာရေးပင်ဖြစ်သည်။

ပညာရေး၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်သည် စဉ်းစားတတ်ရန်ဖြစ်သည်။ ပါရဂူဘွဲ့နှစ်ထပ်ကွမ်း၊ သုံးထပ်ကွမ်းပင် ရထားပါစေ မစဉ်းစားတတ်လျှင် ပညာမတတ်သေး။ အတန်းပညာ မည်မျှရှိရှိ မစဉ်းစားတတ်လျှင် ပညာတတ်သည်မမည်။ ဘွဲ့ရသာဖြစ်သည်၊ ပညာတတ်မဖြစ်နိုင်။ တက်ခဲ့သောကျောင်းများ၊ ကျောင်းနေခဲ့သောနှစ်အရေအတွက်၊ တက္ကသိုလ်ရောက်ခြင်း မရောက်ခြင်းသည် စဉ်းစားတတ်ခြင်းကို အာမခံနိုင်ခြင်းမရှိဘဲ သွယ်ဝိုက်တိုင်းတာခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

အတန်းပညာ မတတ်ဘဲ၊ အတန်းပညာနည်းပါးသော်လည်း ဘဝတွင်အောင်အောင်မြင်မြင် နေနိုင်ကြသူများကို လေ့လာကြည့်လျှင် စဉ်းစားတတ်သောသူများ၊ စဉ်းစားတတ်အောင် လေ့ကျင့်ထားသောသူများ ဖြစ်သည်ကိုတွေ့ရသည်။ အမေရိကန်သမ္မတများအနက် အအောင်မြင်ဆုံး သမ္မတတစ်ဦးဖြစ်သူ လင်ကွန်းသည် စုစုပေါင်း အတန်းပညာတစ်နှစ်ခန့်သာ ရှိခဲ့၏။ အာရှမှ ပထမဦးဆုံး ကုလသမဂ္ဂအထွေထွေအတွင်းရေးမှူးချုပ် ဦးသန့်သည် တက္ကသိုလ်ဒုတိယနှစ်သာ ရောက်သည်။ Windows, Office စသည့် ကွန်ပျူတာထုတ်လုပ်သည့် Microsoft တည်ထောင်သူ Bill Gates သည် တက္ကသိုလ်တစ်နှစ်၊ နှစ်နှစ်သာတက်ပြီး ကုမ္ပဏီတည်ထောင်ခဲ့သည်။ Apple တည်ထောင်သူ Steve Jobs တစ်ယောက်လည်း တက္ကသိုလ်တွင် ခဏသာနေခဲ့သည်။ မည်သည့်အခါမျှနှင့်မတူသော အရှိန်ဖြင့် ကမ္ဘာတိုးတက်အောင်၊ သာမန်လူများလက်တွင်း ကွန်ပျူတာရောက်လာအောင် တစ်တပ်တစ်အားစွမ်းဆောင်နိုင်ခဲ့သော Gates နှင့် Jobs တို့နှစ်ယောက်သည် ကျောင်းပညာရေး တစ်ဝက်တစ်ပျက်ဖြစ်ခဲ့သော်လည်း အမြဲတစေ ထိုးထွင်း စဉ်းစားနေကြသူများဖြစ်သည်။ လင်ကွန်း၏ စဉ်းစားနိုင်စွမ်းသည် သူ၏ပညာရေးနှင့်တိုက်ရိုက်အချိုးမကျ။ ဦးသန့်၏လက်ထောက်များသည် ပါရဂူဘွဲ့ရ ကမ္ဘာ့အဆင့် ပညာရှင်များဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံကို ရေရှည်တည်ဆောက်မည်ဆိုလျှင် ပညာရေးကို အဓိကထား တည်ဆောက်ရမည်မှာ အားလုံးအသိ။ ပညာရေးကို တည်ဆောက်ခြင်းသည် စဉ်းစားတတ်အောင် လေ့ကျင့်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

ပညာသင်ရာတွင် အဓိကအားဖြင့် ၂–မျိုးရလေ့ရှိသည်။ (၁) သက်ဆိုင်ရာ ဘာသာရပ်နှင့် ပတ်သက်သော သီးသန့်အကြောင်းအရာများ ကျွမ်းကျင်စေရန်။ ဆရာဝန်ပညာသင်လျှင် ဆေးဝါး၊ လူနာကုသမှုနှင့်ပတ်သက်သောအရာများ၊ စီးပွားရေးပညာသင်လျှင် စီးပွားရေး။ (၂) အခြားနယ်ပယ်တွင်ပါ အသုံးချနိုင်သော အထွေထွေအကြောင်းအရာများ ကျွမ်းကျင်စေရန်။ စဉ်းစားတတ်အောင် လေ့ကျင့်ပေးခြင်းသည် ယခုဒုတိယအချက်တွင် ပါဝင်သည်။ ထို့ကြောင့် မည်သည့်ဘာသာရပ်သင်သင် စဉ်းစားတတ်အောင် လုပ်ရန်လိုသည်။ စဉ်းစားတတ်သွားလျှင် အင်ဂျင်နီယာက သမ္မတလုပ်နိုင်သလို၊ ဆရာဝန်ကလည်း စီးပွားရေးလုပ်၍ရသည်။

စဉ်းစားတတ်ခြင်းသည် မေးခွန်းမေးတတ်ခြင်းနှင့်ဆိုင်သည်။ မေးခွန်းမေးတတ်ခြင်းမှာ သိလိုစိတ်ကို ဖော်ပြသည်။ သိလိုခြင်းစည် စဉ်းစားခြင်း၏ အစဖြစ်သည်။ မေးခွန်းမေးရာမှ အဖြေကို ရှာလိုစိတ် ပေါ်လာရသည်။ အဖြေကို ရှာရန် စဉ်းစားရတော့သည်။ ညီလာခံများ၊ ဟောပြောပွဲများတွင် မြန်မာတို့သည် မေးရန်မြန်းရန် ဝန်လေးတွန့်ဆုတ်ကြသည်။ ရှက်သောကြောင့်လား၊ အတွေ့အကြုံ နည်းသောကြောင့်လား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုမရှိသောကြောင်းလားမသိ။ မေးသည်ဆိုသောကြောင့် လူအများကြားအောင် မေးခွန်းထုတ်စရာ၊ အပြင်သို့ ဖွင့်ဟမေးစရာလိုချင်မှလိုမည်။ မိမိဘာသာ စိတ်ထဲတွင် မေးခွန်းထုတ်၊ မိမိဘာသာ ဖြေနိုင်အောင် ကြိုးစားခြင်းဖြင့်လည်း စဉ်းစားတတ်လာစေသည်။ မေးခွန်းထုတ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်လျှင် ကျွန်တော်အကြိုက်ဆုံးမှာ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားခဲ့သည့် ကာလာမသုတ်ဖြစ်သည်။ အစဉ်အလာဖြစ်သောကြောင့်လည်း မယုံနှင့်၊ ဆရာပြောသောကြောင့်လည်း မယုံနှင့်၊ အများလက်ခံထားသောကြောင့်လည်း မယုံနှင့် စသည်စသည်ဖြင့် အလွယ်တကူ မယုံဘဲ မိမိဉာဏ်ဖြင့် စဉ်းစားချင့်ချိန်ပြီး ယုံသင့်မယုံသင့် ဆုံးမထားသည်မှာ စဉ်းစားတတ်အောင် ဆုံးမထားခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

"ငှက်များသည် ပျံရင်း သေကြရသည်။ လူများသည် ကြံရင်း သေကြရသည်"ဆိုသည့်စကားက လူတို့၏ အားသာချက်ကို ဖော်ပြသည်။ တိရစ္ဆာန်နှင့် လူသားတို့အကြား အဓိကကွာခြားချက်မှာ စဉ်းစားတတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ လူဟူ၍ ဖြစ်လာပြီး မစဉ်းစားလျှင် လူ့အခွင့်အလမ်းကို အသုံးမချ တတ်ခြင်းဖြစ်ပြီး

တိရစ္ဆာန်နှင့် နင်လားငါလားအဆင့်သို့ ရောက်သွားပေမည်။ စဉ်းစားခြင်း သည်လည်း အခြားသောအရည်အချင်းများကဲ့သို့ပင် လေ့ကျင့်ယူခြင်းဖြင့်သာ တိုးတက်ပေရာ အကျင့်မလုပ်လျှင် တဖြည်းဖြည်း အားနည်းယိုယွင်းတတ်ပြီး ကြက်ရေးငှက်ရေးအချိန်ရောက်မှ မည်မျှ ခေါင်းပူအောင် စဉ်းစားစဉ်းစား အကြံကောင်း ဉာဏ်ကောင်း မထွက်နိုင်တော့။

ပညာရေးတွင် အလွတ်ကျက်ဖြေမှု ရှေ့တန်းရောက်လာခြင်းသည် စဉ်းစားခြင်း ကို ချိုးနှိမ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဓါ် သည် မရှေး အလွတ်ကျက်ဖြေခြင်းသည် မှတ်ဉာဏ်ကို ကောင်းလာစေသော်လည်း စဉ်းစားဉာဏ်ကို ဖျက်ဆီးလိုက်ရာ ရောက်သည်။ တက္ကသိုလ်အဆင့်တွင်ပင် ဒါသင်၊ ဒါမေး၊ ဒါဖြေဟု စနည်းနည်းသာ ရွေးသင်ပြီး ထိုအထဲမှ မေးခွန်းထုတ် ဖြေစေခြင်းကြောင့် စဉ်းစားပြီးဖြေသူများထက် အလွတ်ကျက်သမားများသည် အမှတ်ကောင်း၊ အဆင့်ကောင်းကြသည်မှာ သံဝေ ရစရာ။ ထိုသို့မြန်မာနိုင်ငံစာမေးပွဲများတွင် အမှတ်များ မယုံနိုင်လောက်အောင် ကောင်းသူအချို့သည် နိုင်ငံရပ်ခြားမှစစ်သော စာမေးပွဲများနှင့်ကြုံလျှင် ခွက်ခွက် လန်အောင် အရှုံးပြတော့သည်။

စဉ်းစားပုံ စဉ်းစားနည်း အားနည်းသူသည် Unseen ခေါ် မမြင်ဖူးသော ပုစ္ဆာများကို ဖြေရှင်းရသည့်အခါ ဘယ်...စ၊ ဘယ်လိုကိုင်ရမှန်းမသိတော့။ ဘဝတွင် ဖြေရှင်းရမည့်ပြဿနာများ၊ ပုစ္ဆာများသည် Unseen များသာဖြစ်ရာ ငယ်ငယ်က အလွတ်ကျက်ပြီး တစ်နှစ်တစ်တန်းအောင်၊ အဆင့်မြင့်မြင့်အောင်ခဲ့သူများသည် မည်သို့ဖြေရှင်းကြမည်နည်း။ ထိုသူတို့ ရာထူးကြီးများ၊ အလုပ်အကိုင်ကြီးများ မတော်တဆရကြလျှင် တစ်နွယ်ငင်၊ တစ်စင်ပါ အားလုံးဒုက္ခရောက်ကြရတော့ မည်။

ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲကို သိခြင်း (How) သည် စဉ်းစားသည့်အဆင့်တွင် အောက်နားတွင်သာ ရှိသေးသည်။ ဘာ့ကြောင့် ဒီလိုလုပ်ရသလဲ (Why) ကို သိဖို့လိုသည်။ အဆင့်နိမ့်ပညာရေးသည် (How)ကိုသာ ပေးပြီး အဆင့်မြင့်ပညာရေးသည် How ကိုရော Whyကိုပါ ပေးသည်။ တစ်ခုခုကို သိရလျှင်၊ မြင်ရလျှင် Why လုပ်တတ်ဖို့လိုသည်။ ယင်းသို့ Whyလုပ်တတ်လျှင် မအတော့။ အထူးသဖြင့် ယနေ့ခေတ်သည် သတင်းခေတ် ဖြစ်၏။ သတင်းမရမှာ မပူရဘဲ သတင်းသောင်းခြောက်ထောင်ထဲမှ အမှန်တရားကို ရွေးထုတ်ယူနိုင်ဖို့သာ ပူရသောခေတ် ဖြစ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် ယနေ့သတင်းခေတ်ကြီးထဲတွင် Why လုပ်နိုင်ရန် ပိုမိုလိုအပ်လာသည်။

စာစီစာကုံးများရေးစေခြင်းသည် စဉ်းစားတတ်အောင် လေ့ကျင့်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ စာစီစာကုံးစာအုပ်များထဲမှ စာစီစာကုံးများကို အလွတ်ကျက်ပြီး ဖြေကြခြင်းမှာ စဉ်းစားဉာဏ် စဉ်းစားကျင့်ကို သတ်ပစ်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ စာစီစာကုံး သေသေချာချာ မရေးတတ်သော မျိုးဆက်သည် အနည်းဆုံး တစ်ဆက်ရှိနေသည်။ စဉ်းစားတတ်သောအကျင့်ကို ငယ်ငယ်ကတည်းက မရခဲ့လျှင် မစဉ်းစားတတ်ခြင်းသည် သေရာပါသွားနိုင်သည်။ မစဉ်းစားတတ်သောသူများသည် မိမိကောင်းကျိုး၊ မိသားစုကောင်းကျိုးကို ဖြစ်အောင် စဉ်းစားဆုံးဖြတ်နိုင်မည်လား။ မစဉ်းစားတတ်သောသူများနှင့် တည်ဆောက်ထားသောနိုင်ငံသည် စဉ်းစားတတ်ပါမည်လား။ မစဉ်းစားတတ်လျှင် မိမိနိုင်ငံအတွက် မှန်ကန်သောဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်နိုင်ပါမည်လား။ စဉ်းစားတတ်သောနိုင်ငံများနှင့် ရင်ဆိုင်ယှဉ်ပြိုင်နိုင်ပါမည်လား။

ဒီမိုကရေစီအောင်မြင်ရန် စဉ်းစားတတ်သော နိုင်ငံသားများ လိုအပ်သည်။ အာဏာရှင်ခေတ်တွင် ထိပ်ပိုင်းခေါင်းဆောင်များ စဉ်းစားတတ်လျှင် ရသည်။ ဒီမိုကရေစီခေတ်တွင်မူ ပြည်သူများက ခေါင်းဆောင်များကို ရွေးချယ်ရသည်။ စဉ်းစားတတ်သည့် ခေါင်းဆောင်ကို ပြည်သူလူထုက စဉ်းစဉ်းစားစား ရွေးချယ်နိုင်မှသာ နိုင်ငံကို ရှေ့သို့ရောက်အောင် ဦးဆောင်နိုင်မည့် ခေါင်းဆောင်ကို ရမည်။ တစ်ဖန် အကြောင်းကြောင်းကြောင့် ပြည်သူလူထုထောက်ခံမှုနည်းသော မူဝါဒများသည် ကောင်းပင်ကောင်းသော်လည်း အဆိုပြုအကောင်အထည်ဖော်ရန် ခေါင်းဆောင်များသည် လက်တွန့်တတ်ကြသည်။ ကောင်းသောမူဝါဒကို ကောင်းကြောင်းသိရန်၊ မကောင်းသောမူဝါဒကို မကောင်းကြောင်းသိရန်မှာ စဉ်းစားတတ်ရန်လိုသည်။ လွတ်လပ်စွာ ပြောဆိုရေးသားခွင့်အရ အတွေးလွဲ၊ အမြင်လွဲများကို ပြောဆိုရေးသားဖော်ပြနေပါစေ စဉ်းစားတတ်သူများကမူ ယုံကြည်ကြမည်မဟုတ်။ မစဉ်းစားတတ်လျှင်မူ အလွယ်တကူ ယုံကြည်ကြမည်။ စဉ်းစားတတ်သော ပြည်သူများသည် ဒီမိုကရေစီ၏ အဓိကလိုအပ်ချက်ဖြစ်ကြောင်း ထိုသို့သော အကြောင်းများကြောင့် နိုင်ငံရေးသိပ္ပံပညာရှင်များက မိန့်ဆိုကြခြင်းဖြစ်သည်။

နိုင်ငံဆိုသည် ထိုနိုင်ငံတွင်း မှီတင်းနေထိုင်သူများဖြင့် တည်ဆောက်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ခေါင်းဆောင်များအပါအဝင် နိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်အားလုံး၏ပေါင်းလဒ်(Collection of all decisions)သည် ထိုနိုင်ငံ လက်ရှိရပ်တည်နေသော နေရာပင်ဖြစ်သည်။ ရာထူးဌာန၊ အလုပ်အကိုင်၊

အသက်အရွယ်၊ နေထိုင်သည့်နေရာ၊ ဥတုရာသီ၊ ဩဇာအရှိန်အဝါပေါ် မူတည်ပြီး မိမိဆုံးဖြတ်ချက်သည် နိုင်ငံအပေါ် သက်ရောက်မှုအတိုင်းအတာ ကွာဟမည်ဖြစ်သော်လည်း ဆုံးဖြတ်ချက်တိုင်း သက်ရောက်မှုရှိသည်ချည်း ဖြစ်သည်။ တစ်ဦးချင်းဆုံးဖြတ်မှုအားနည်းသောကြောင့် တစ်ဦးချင်းတိုးတက်မှုနည်းပါးလျှင် နိုင်ငံတိုးတက်မှု နှံ့နဲ့မည်သာ။ ထို့ကြောင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ကောင်းများ ချနိုင်ရန် စဉ်းစားတတ်ဖို့လိုသည်။

နိုင်ငံတည်ဆောက်ရေးသည် စဉ်းစားတတ်ရေးသာ။

–ဖေယျာသူ၊ (၁၁–၂–၂၀၁၃)ထုတ် The Vioce Weekly) ဂျာနယ် တ ၂၀ မှ။

တီဗွီ ၁-နာရီကြည့်တိုင်း အသက် ၂၂မိနစ်တို

ထူးထူးခြားခြား လေ့လာတွေ့ရှိချက်တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ အမေရိကန်နိုင်ငံ Yale တက္ကသိုလ်မှ ဆေးပညာရှင်များက စစ်တမ်းအရ ရှာဖွေတွေ့ရှိထားခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

တီဗွီကို ၁ နာရီပတ်လုံး ထိုင်ကြည့်တဲ့အခါ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများ မရှိတဲ့အတွက် အဆီတက်စေပါတယ်။ ကိုယ်တွင်း ကယ်လိုရီလောင်ကျွမ်းမှု အားနည်းပြီး သွေးကြောပိတ်ခြင်း၊ သွေးကြောကျဉ်းခြင်း၊ Fatty acid တိုးခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေပါတယ်။ ၁ နာရီပတ်လုံး ယင်းဖြစ်စဉ်များ ဆက်တိုက်ဖြစ်ရင် ကိုယ်တွင်း ဇီဝလောင်ကျွမ်းမှုစနစ် အလုပ်လုပ်ဆောင်မှု နှေးကွေးပြီး အကြော အားနည်းတာတို့၊ ဦးနှောက်သို့ သွေးစီးဆင်းမှု နှေးကွေးတဲ့အတွက် ခေါင်းမူးတာတို့ ဖြစ်စေပါတယ်။

ဒါကြောင့် မလှုပ်မရှက်ဘဲ တီဗွီ ၁ နာရီထိုင်ကြည့်ခြင်းဟာ ပျမ်းမျှအားဖြင့် တီဗီမကြည့်တဲ့လူထက် ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်မှုက ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော် လျော့နည်းသွားပြီး အသက်နဲ့တွက်လိုက်ရင် ၂၂ မိနစ်စာ လျော့နည်း (အသက်တို) သွားစေပါတယ်။

ဒါကြောင့် ၁ ရက်ကို ၆ နာရီကြာ တီဗွီကြည့်သူဟာ သာမန်လူတွေထက် ၅ နှစ်လောက် အသက်တိုတာကိုလည်း လေ့လာတွေ့ရှိခဲ့ပါတယ်။

–Posted by eH&dk; on February 9, 2013 ***အင်တာနက်မှ။***

[illegible]

တစ်စုံတစ်ခု၊ မျှော်မရှုဘဲ၊ အပြုချွတ်ယွင်း၊ သတိကင်းက၊ မှုခင်းထွေလာ၊ ဖြစ်တတ်စွာရှင့်။

–မဃဒေဝလင်္ကာ။

ပင်ပန်းခံမှ အောင်မြင်တယ်

အောင်မြင်သူတိုင်းမှာ ပင်ပန်းဆင်းရဲတဲ့ ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ် ရှိဖူးပါတယ်။

ပင်ပန်းဆင်းရဲတဲ့ ဇာတ်လမ်းတိုင်းမှာလည်း

အောင်မြင်တဲ့ ဇာတ်သိမ်းတစ်ခု ရှိပါတယ်။

–ဓမ္မဂါးဒင်းဆရာတော်၊ facebook မှ။

ဂရမ်မီဆုပေးပွဲတွင်မလုံ့တလုံအဝတ်အစားများ

မဝတ်ဆင်ကြရန် မေတ္တာရပ်ခံထား

(၅၅)ကြိမ်မြောက် ဂရမ်မီဆုပေးပွဲအခမ်းအနားကို ဖေဖော်ဝါရီ (၁၀)ရက် (တနင်္ဂနွေနေ့)တွင် လော့စ်အိန်ဂျလိစ်မြို့ စတေပယ်လ်စင်တာ၌ ကျင်းပမည်ဖြစ်ပြီး ယင်းအခမ်းအနားသို့တက်ရောက်မည့် အနုပညာရှင်များအား မလုံ့တလုံ လျှပ်ပေါ်လော်လည်သော အဝတ်အစားများ ဝတ်ဆင်ခြင်းမပြုကြရန် အဆိုပါအခမ်းအနားကို တိုက်ရိုက် ရိုက်ကူးထုတ်လွှင့်မည့် စီဘီအက်စ်ရုပ်သံလိုင်းမှ မေတ္တာရပ်ခံထားကြောင်း သိရသည်။

အနုပညာရှင်များအနေဖြင့် အဆိုပါအခမ်းအနား၌ တိုက်ရိုက်ရိုက်ကူးထုတ်လွှင့်နေစဉ်အတွင်း ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများအား လုံခြုံစွာ ဖုံးအုပ်ထားသော အဝတ်အစားများကိုသာ ဝတ်ဆင်ပေးကြပါရန်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကို အတိုင်းသားမြင်တွေ့စေနိုင်သော ပါးလွှာသည့် အဝတ်အစား ဒီဇိုင်းများ ဝတ်ဆင်ခြင်းမှ ရှောင်ရှားပေးနိုင်ကြပါရန် အဆိုပါရုပ်သံလိုင်းက ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် အမှာစာပေးပို့ မေတ္တာရပ်ခံထားကြောင်း သိရသည်။ ။

–(၁၀-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၂ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ မြန်မာပြည်မှာလည်း နေရာဌာနအားလျော်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက် ထုတ်ပြန်ရန် လိုအပ်သည်။ –စိစဉ်သူ။

အပြစ်တင် မစောပါနဲ့

ဆရာဝန်တစ်ယောက် ပြေးလာပါတယ်။ မိုးသဲသဲထဲကနေ ရေစိုရွှဲစွာနဲ့ ခွဲစိတ်ခန်းနားအထိ ပြေးလာပါတယ်။ သူနောက်ကျနေလို့ဖြစ်ပါတယ်။ ရောက်ရောက်ချင်း မိုးကာအကျီချွတ်လို့ ခွဲစိတ်ခန်းဝတ်စုံ ဝတ်ဆင်လိုက်ပါတယ်။ ခွဲစိတ်ခန်းဝင်ခါနီးမှာပဲ လူနာရှင်ကလေးငယ်ရဲ့မိဘများက ယခုလို ပြောလာပါတယ်–

"ခင်ဗျား .. ဘာလို့ နောက်ကျတာလဲ၊ ကလေးသေရင် ကျုပ်တို့ဘယ်လို ခံစားရမလဲ၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားလေး ထားပါဦး"

ဆရာဝန်က အေးဆေးစွာနဲ့ပဲ "ဟုတ်ကဲ့ပါဗျာ၊ လောကမှာ ဘယ်အရာမှ အစိုးမရပါဘူး၊ စိတ်ကိုသာ အေးအေးဆေးဆေးထားပါ၊ ခင်ဗျားတို့သားကို အတတ်နိုင်ဆုံး ကယ်ဆယ်ပေးပါ့မယ်"လို့ မျက်နှာထားချိုသာစွာနဲ့ ပြောပြီး ခွဲစိတ်ခန်းထဲ ဝင်လိုက်ပါတယ်။

အချိန်အတော်ကြာ အော်ပရေးရှင်းဝင်ပြီးတဲ့နောက် ခွဲစိတ်ခန်းက ပြန်ထွက်လာတော့ ဆရာဝန်က "ခင်ဗျားတို့ကလေး အသက်ရှင်ပါတယ်၊ လပိုင်းအတွင်း မူလအနေအထားကို ပြန်ရောက်မှာပါ၊ အသေးစိတ်ကို သူနာပြုထံ မေးမြန်းနိုင်ပါတယ်"လို့ ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင် ဖြေကြားပြီး လှည့်ထွက်သွားပါတယ်။

ဒီတော့ ဆရာဝန် ဘာလို့ ဒီလောက် အေးအေးဆေးဆေး ပြောသလဲဆိုတာ သိချင်လို့ သူနာပြုကို မေးတဲ့အခါ သူနာပြုက မျက်ရည်အနည်းငယ်ဝဲပြီး ခုလိုဖြေပါတယ် –

"ဆရာရဲ့ တစ်ဦးတည်းသော သားငယ်လေး ဒီရက်ပိုင်းအတွင်း ကွယ်လွန်သွားပါတယ်။ ဒီနေ့က ဈာပနလေ။ သားအတွက် အချိန်မပေးနိုင်ခဲ့လို့ အသုဘမှာတော့ အချိန်ပြည့်ရှိရမယ်လို့ သူဆုံးဖြတ်ချက်ထားတာ။ အခုလူကြီးမင်းတို့ ကလေးငယ်ကလည်း အသက်လုပြီး ခွဲစိတ်ကုသပေးရမှာဆိုတော့ ဈာပနအခမ်းအနား မပြီးသေးဘဲ သူပြေးလာတာပါ"

လင်မယားနှင်ဦး ဘာသံမှ မထွက်နိုင်တော့ပါဘူး။ သူတို့ပြောခဲ့မိတဲ့ "ကိုယ်ချင်းစာတရားလေး ထားပါဦး"ဆိုတဲ့ စကားလေးကို ပြန်အမှတ်ရနေပါတော့တယ် ... ။

–Posted by ပါရမီဖြည့်ဘက်လေး on February 10, 2013 at 12:00pm

အလုပ်ရဲ့တန်ဖိုး The Value Of Work

သဘာဝ + လုပ်အား = တန်ဖိုး

Nature + Labour power = Value

ငါတို့ဟာ ရွှံ့ကို အလကားရခဲ့တာနော်။ သူ့ချည်းတုန်းက... ဘာတန်ဖိုးမှ မရှိဘူး။ မင်းက လောက်စာလုံး လုံးလိုက်တော့မှ တန်ဖိုးက တက်လာတာ။ ဒီတော့ **သဘာဝ + လုပ်အား = တန်ဖိုး**ဆိုတာ ထင်ရှားမလာပေဘူးလား။

ဒီထက် ထင်ရှားတာလေးကို ပြောရဦးမယ်။ မင်းတို့ငါတို့ အသက်ရှင်ဖို့အတွက် ဘာလုပ်ရသလဲ။ လေကိုရှူရတာပဲ မဟုတ်လား။ လေကို ရလိုက်လို့ လေဖိုးပေးရသလား။ လေကိုသာ ပိုက်ဆံပေးပြီး ရှူနေရရင် မခက်ဘူးလား။ လေကို အလကားရတယ်နော်။ မင်းက ကားတာယာပြင်ဆိုင်မှာ မော်တော်ကားဘီးကို လေသွားပြီး ဖြည့်ပါပြီတဲ့၊ "ခင်ဗျားနယ်ဗျာ၊ အလကားရတဲ့လေကို ပိုက်ဆံယူမနေပါနဲ့"လို့ ပြောကြည့်ပါလား။ အရှူးဆိုပြီး ပါးရိုက်မလွတ်ရင် ကံကောင်းပေါ့။ ..

ဒီတော့ အလကားရတဲ့သဘာဝကို ဖယ်လိုက်ရင် ညီမျှခြင်းဟာ ..

Nature + Labour power = Value

သဘာဝ + လုပ်အား = တန်ဖိုး

အခု သဘာဝကို ဖယ်လိုက်တော့ **'လုပ်အား + တန်ဖိုး'**လို့ ဖြစ်မလာပေဘူးလား။ ဒါကြောင့် လောကမှာ တန်ဖိုးဟူသမျှဟာ လုပ်အားကြောင့် ပေါ်လာတာတွေချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် <u>တန်ဖိုးဟူသမျှကို တန်ဖိုးစိုက်ထုတ်လိုက်တဲ့သူတွေသာလျှင်ရထိုက်တယ်</u>။..ကောင်းပြီ။ ဒီရွှံ့ပမာဏကို မင်းက လောက်စာလုံး မလုံးတော့ဘူး။ အိုးပုတ်ကလေးတစ်လုံးလုပ်ပြီး ရောင်းမယ်ဆိုပါတော့။ အိုးပုတ်က ပိုပြီးဈေးရမှာပဲ မဟုတ်လား။ ဈေးပိုပြီးရတာလည်း မပြောနဲ့။ အိုးပုတ်က လောက်စာလုံးထက် ပိုပြီးလက်ဝင်တယ်၊ လုပ်အားပိုတယ်မဟုတ်လား။ ကဲ နောက်တစ်ဆင့်တက်ပြီး အိုးလေးတစ်လုံး လုပ်ဦးမယ်။ အဲဒီအိုးမှာ ကနုတ်ပန်းတွေနဲ့ အလှဖော်လိုက်မယ်ဆိုပါတော့။ ပိုလို့ တန်ဖိုးတက်မသွားပြန်ဘူးလား။ တက်မှာပဲပေါ့။ လုပ်အားက ထပ်ပြီးဝင်သွားပြန်တော့တာကိုး။

–စာရေးဆရာအောင်သင်း၏ 'လက်ဆင့်ကမ်းခဲ့သော လုပ်အားတန်ဖိုး"စာအုပ်မှ။

ရမ္မက်သာလျှင် ပဓာနဖြစ်နေကြတယ်

ငါတို့လူ့လောကကြီးတစ်ခုလုံး လုပ်နေသမျှကို သုံးသပ်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် လိုအပ်လို့လုပ်နေတာထက် ရမ္မက်ကြောင့် လုပ်နေတာက ပိုများနေတယ်ဆိုတဲ့ အချက်ပါပဲ။ ငါတို့တစ်တွေဟာ ဆာလို့စားနေကြတာမဟုတ်ဘူး။ အရသာကို မက်လို့စားတာက များနေကြပြီ။ ဝမ်းဝဖို့အတွက် ရှာတာဖွေတာထက် အရသာမက်လို့ ရှာတာဖွေတာ ဖြစ်နေကြပြီ။ အရသာအတွက် ပင်ပန်းနေကြရတာ များနေပြီ။ မင်းတို့ကိုယ်တိုင် ကြုံနေရတာလေးတွေကို ဥပမာပေးလိုက်ချင်ပါသေးတယ်။

ဆိုကြပါစို့။ စားသောက်ဆိုင်ကို သွားကြတာဟာ မူလရင်းမြစ်ကို စိစစ်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် စားဖို့သောက်ဖို့ပဲ မဟုတ်လား။ ဒါပေမယ့် ကောင်မလေးတွေ သီချင်းဆိုတဲ့၊ ကာရာအိုကေတွေ ဘာတွေရှိတဲ့ဆိုင်ကို သွားနေကြတယ်မဟုတ်လား။ စားဖို့က ပဓာနမဟုတ်တော့ဘူး။ ရမ္မက်ကြောင့်ဆိုတာ ပဓာနဖြစ်နေတယ်မဟုတ်လား။

လောကကြီးတစ်ခုလုံးဟာ ရမ္မက်နောက်ကို အငန်းမရ လိုက်နေကြတာပါပဲ။ စား၊ဝတ်၊နေရေးဆိုတဲ့ အရေးသုံးပါးထက်၊ အသက်ရှင်နေရေးဆိုတာထက်၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိရှိ အသက်ရှင်နေရေးဆိုတာထက် ရမ္မက်သာလျှင် ပဓာနသာလျှင် ပဓာနဆိုတာမျိုးဖြစ်နေပြီ။ ဂျာမန်လူမျိုးတစ်ယောက်က ငါ့ကို သင်ပေးသွားတာလေး ပြောလိုက်ရဦးမယ်။

ဒေါက်တာဘရောင်း

(၁၉၇၃)လောက်က ငါက ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်၊ မြန်မာစာဌာနမှာ လက်ထောက်ကထိကပါ။ အဲဒီအချိန်မှာ ဂျာမန်လူမျိုး ပါဠိသုတေသီ 'ဒေါက်တာဘရောင်း'ဆိုတာနဲ့ အတော်ကလေး ရင်းရင်းနှီးနှီး ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ သူက ပါဠိမှာတော့ အတော်ကြီးကို ကျွမ်းပါတယ်။ ပါဠိသုတေသီဖြစ်နေတော့ မြန်မာပြည်က ဆရာတော်ကြီးတွေနဲ့တော့ အတော်ကိုရင်းနှီးတယ်။

သူပြန်ခါနီးမှာ သူက ငါ့ကို ဌာနမှာပဲ နံနက်စာကျွေးပါတယ်။ အထူးအထွေ မဟုတ်ပါဘူး။ သစ်သီးသုံးလေးမျိုးနှင့် နို့တစ်ခွက်ပါပဲ။ သူက အသီးအနံ့ အလွန်ကြိုက်တာကိုလည်း သိနေလို့ပါပဲ။ သူ့ဇနီးဆီကို မြန်မာပြည်မှာ သစ်သီးတွေ ပေါလှကြောင်း၊ ဒီလောက်လတ်ဆတ်တဲ့အသီးတွေကို ပို့မပေးနိုင်တာ စိတ်မကောင်းကြောင်း စာရေးမိတယ်လို့ပြောပါတယ်။ ဒါနဲ့ ခွဲခွာခါနီးတော့ မျက်ရည်

တွေလည်ပြီး ငါ့ကိုဖက်ပြီးနှုတ်ဆက်ရင်း ဒီလောက်ကြွယ်ဝတဲ့ မြေပြင်ကို ခွဲရမှာ စိတ်မကောင်းကြောင်း ပြောပါတယ်။ (I am so sorry to leave such a rich land.) ဒီတော့ ငါက 'ကြွယ်ဝတဲ့မြေပြင်လို့ ဘာကြောင့် ပြောပါသလဲ' လို့မေးကြည့်လိုက်မိပါတယ်။

သူက စိတ်အားထက်ထက်သန်သန်နဲ့ ပြန်ပြောတာက –

"ကိုအောင်သင်း ... ကျွန်တော်တို့ အနောက်နိုင်ငံ တိုင်းပြည်တွေမှာ ရုပ်ပစ္စည်းတွေ ပေါများလွန်းတာကြောင့် ချမ်းသာနေတယ်လို့ ထင်နေသလား။ ရုပ်ပစ္စည်းတွေ ပေါတာကြောင့် လူတွေလည်း အလွန်ပျော်နေကြတယ်လို့ ထင်နေသလား။ ဒီမယ် ကိုအောင်သင်း ... ကျွန်တော်တို့ဆီမှာ ဖြစ်နေတာက ဟိုဘက်အခန်းက ရေဒီယိုရှိနေရင် ဒီဘက်ခန်းက လူတွေက သူတို့မှာ မရှိသေးလို့ စိတ်မကောင်းဘူး။ ဒီဘက်ခန်းက လူတွေက တီဗီတစ်လုံးဝယ်လိုက်ပြန်တော့ ဟိုဘက်ခန်းက လူတွေကလည်း ဝယ်နိုင်အောင် ကြိုးစားနေရပြန်တာပဲ။ ရလိုက်ရင် ပျော်တယ်။ အဲ .. ပျော်တယ်လို့ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ထင်လိုက်မိကြတာပါပဲ။ ခဏရှိတော့ နောက်တစ်မျိုးလိုချင်တာကြောင့် စိတ်ညစ်ရပြန်တာပဲ။ ရအောင် ကြိုးစားပြီး ရလိုက်တော့ ပျော်တယ်လို့ ထင်လိုက်မိကြပြန်ပါရော။

ကိုအောင်သင်း .... ဒီမှာရှိနေတဲ့ ဝေဘုဆရာတော်တို့၊ မဟာစည်ဆရာတော်တို့လို ကြီးမြတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ဥရောပတစ်တိုက်လုံးမှာ လည့်ပြီးရှာရင်တောင်မှ တစ်ပါးတလေ တွေ့နိုင်မယ်များ ထင်နေသလား။ ခင်ဗျားတို့ဆီမှာ ဒီပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ကြီးတွေ အများကြီးရှိတယ်။ ဒီလိုတိုင်းပြည်ကိုမှ ကြွယ်ဝတယ် မပြောရင် ဘယ်တိုင်းပြည်ကို ပြောရမလဲ။

သူက အင်္ဂလိပ်လိုမှာ(Great people)လို့ သုံးပါတယ်။ ဒါနဲ့ ငါက "ခင်ဗျားက သူတို့ကို ရဟန္တာလို့ ဆိုလိုတာလား"လို့ မေးလိုက်တယ်။ သူက "ရဟန္တာဟုတ်မဟုတ် ကျွန်တော်မပြောဘူး။ ဒါပေမယ့် သေချာတာကတော့ သူတစ်ပါးနဲ့မတူအောင် ကြီးမြတ်တာတော့ အမှန်ပဲ"လို့ ပြန်ပြောတယ်။ ဒါနဲ့ ငါကလည်း "ခင်ဗျား ဘယ်လိုလုပ်သိသလဲ"လို့ ဆက်ပြီးမေးလိုက်တယ်။ ပြန်ပြီးဖြေလိုက်တာက "ခင်ဗျား ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေနဲ့ အတူနေဖူးသလား"(Have you ever been with such people?)လို့ ပြန်မေးတယ်။ မနေဖူးပါဘူးလို့ ပြောလိုက်တော့ သူက"ကိုအောင်သင်း...**သူတို့နဲ့အတော်ကြာကြာနေဖူးမှ သိနိုင်တာ**"လို့ ပြောပါတယ်။ သူက မြန်မာပြည်မှာ(၉)လလောက် နေသွားတယ်ထင်ပါတယ်။

သူကတော့ ပါဠိသုတေသီဖြစ်တဲ့အတိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာအနေနဲ့ ပြောသွားတာပေါ့လေ။ ဒီနေရာမှာ ပဓာနထားပြီးပြောချင်တာက ဘာသာရေးမဟုတ်ပါဘူး။ သူပြောတဲ့အထဲက ပစ္စည်းသစ်တွေနောက်ကို တကောက်ကောက်လိုက်ရင်း ရလိုက်တိုင်း ပျော်လိုက်ရင်းဖြစ်နေတဲ့ သူတို့တိုင်းပြည်က လူတွေရဲ့ဘဝအကြောင်းကို သရုပ်ဖော်သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီတော့ ဆက်ပြီး စဉ်းစားလိုက်မိတာက ငါတို့တစ်တွေကောဆိုတဲ့ မေးခွန်းပါပဲ။ ငါတို့လည်း အဲဒီလို ဖြစ်နေကြတာပဲမဟုတ်လား။ ပစ္စည်းတွေနောက် တကောက်ကောက်လိုက်နေကြပြီ။ အဲဒီလို လိုက်နေရင်းကပဲ ရန်ဖြစ်ကြ၊ လိမ်လိုက်ကောက်လိုက်ကြ၊ မဟုတ်မတရားတာတွေ လုပ်လိုက်ကြ၊ ကိုယ်မရသင့်မရထိုက်တာတွေကိုရအောင် အကြံအဖန်တွေလုပ်လိုက်ကြ ဖြစ်နေကြတာပါပဲ။ .....

ဒေါက်တာဘရောင်းက ဘာ့ကြောင့် ဒီဆရာတော်ကြီးတွေကို ကြီးမြတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပါပဲလို့ မှတ်ချက်ချခဲ့သလဲဆိုတာကို နောက်တစ်ဆင့်တက်ပြီး စဉ်းစားလိုက်ပြန်တော့ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ ရမ္မက်ကို လျှော့ပါးအောင် ကျင့်နည်းကို သင်ကြားပေးတာကြောင့် သာလျှင်ဖြစ်တယ်လို့ အောက်မေ့လိုက်မိပြန်ပါတယ်။

-စာရေးဆရာအောင်သင်း၏ 'လက်ဆင့်ကမ်းခဲ့သော လုပ်အားတန်ဖိုး'' စာအုပ်မှ။

သေးနုပ်သိမ်ဖျင်းသောအကျင့်

ဟန်မလုပ်နှင့်၊ မကြွားနှင့်။
စကားတစ်ခွန်းပြောမည်ရှိသည့်အခါ
ကြွားဝါသော အရိပ်အငွေ့ပါသလားဟု သတိထား။
ကြွားဝါသောအသံသည် သီသာ၏။
သေးနုပ်သိမ်ဖျင်းသောအကျင့် ဖြစ်၏။

-ဝိမိုးနှင်း၊ ဘဝတိုက်ပွဲစာအုပ်မှ။

သတိမထားပြုမိမှားက

ဆိုင်းလင့်မရှိ၊ သတိမထား၊ ပြုမိမှားသား၊
နည်းပါးပညာ၊ သူတို့မှာကား၊ နောင်ခါနောင်တ၊ ပူပန်ရ၏။

- လောကနီတိပျို့။

'ယဉ်ကျေးလိမ္မာ' သင်တန်းက
ကလေးတွေ အတွက် ချည်းမဟုတ်ပဲ
တချို့လူကြီးတွေ အတွက်လည်း
ဖွင့်... သင့်ပြီ...
ဒီဗိုက်ရှေ့ဆီကို
စောင့်ကြည့်တာ
ပါကွာ
ကောင်မလေး
တွေကို စောင့်
ကြည့်တာ မဟုတ်
ပါဘူး
ဘယ်တော့
ဗလာဖြစ်
မလဲမသိဘူး

ပါကစ္စတန်တွင်သူစိမ်းအမျိုးသားကိုလည်ပြန်လှည့်ကြည့်မိသောသမီးဖြစ်သူအား

မိခင်က အက်ဆစ်လောင်းသတ်မှုဖြစ်ပွား

ပါကစ္စတန်နိုင်ငံတွင် အသက် ၁၅ နှစ်အရွယ် သမီးဖြစ်သူအား မိခင်က အက်ဆစ်လောင်းသတ်ခဲ့သော ဖြစ်ရပ်ဆိုးတစ်ခု ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ယင်းအမျိုးသမီးငယ်သည် သူစိမ်းအမျိုးသားတစ်ဦးကို လည်ပြန်လှည့်ကြည့်ခဲ့ခြင်းဖြင့် အမျိုးဂုဏ်အား ညစ်နွမ်းစေခဲ့သည်ဟု မိဟာမက်ဇာဖာနှင့် ဇာဟင်းအမည်ရ မိဘများက အောက်တိုဘာလ ၂၉ ရက် အဖြစ်အပျက်အား အချုပ်ခန်းတွင်းမှ အသေးစိတ် ပြန်လည်ပြောကြားခဲ့သည်။

ဆိုင်ကယ်တစ်စီးဖြင့် နံဘေးမှဖြတ်သန်းသွားသော အမျိုးသားငယ်တစ်ဦးအား သမီးဖြစ်သူလှည့်ကြည့်လိုက်ခြင်းသည် မှားယွင်းသော အပြုအမူဖြစ်ကြောင်း သူမ၏ ဖခင်က ဆုံးမခဲ့သည်ဟုဆိုသည်။ သမီးကမူ တမင်တကာရည်ရွယ်၍ လှမ်းကြည့်ခဲ့ခြင်း မဟုတ်ကြောင်း၊ နောက်ထပ်လှမ်းကြည့်မည်မဟုတ်ကြောင်း ပြန်လည်ပြောပြခဲ့သည်ဟု သိရသည်။ ယင်းပြောဆိုမှုအပြီး ယင်းအမျိုးသမီးငယ်၏မိခင်က အက်ဆစ်ဖြင့် လှမ်းပက်နှင့်ပြီးဖြစ်ကြောင်း၊ ဤသည်ပင်လျှင် ယင်းအမျိုးသမီးငယ် သေဆုံးရခြင်း အကြောင်းရင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အက်ဆစ်ဖြင့် အပက်ခံရသူ၏အမဖြစ်သူကြောင့်လည်း သူတို့မိသားစုသည် အများ၏ကဲ့ရဲ့မှုကို ယခင်က ခံခဲ့ရဖူးကြောင်း ဖခင်ဖြစ်သူက ပြောကြားခဲ့သော်လည်း အသေးစိတ်ကိုမူ ဖွင့်ဟခြင်းမရှိခဲ့ချေ။

ယင်းဖြစ်ရပ်ဆိုးမှာ အက်ဆစ်ဖြင့်အပက်ခံရသူနှင့် ယင်းအမျိုးသားငယ်တို့အကြား လူငယ်သဘာဝ ချစ်ရေးချစ်ရာ ပတ်သက်ဆက်နွှယ်မှုရှိနိုင်သည်ဟု ထင်မှတ်ယူဆခံရသဖြင့် ဖြစ်ပွားခဲ့ခြင်းဖြစ်မည်ဟု ပါကစ္စတန်အစိုးရတာဝန်ရှိသူများက အစောပိုင်းတွင် ထင်မြင်ယူဆခဲ့ကြသည်။ ပါကစ္စတန်လူ့အခွင့်အရေးကော်မရှင်၏ အစီရင်ခံစာအရ ပါကစ္စတန်နိုင်ငံ၌ **'ဂုဏ်သိက္ခာထိခိုက်စေမှု'** ဆိုသည့် ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် ယမန်နှစ်အတွင်း **အမျိုးသမီး ၉၄၃ ဦး** သေဆုံးခဲ့ရကြောင်း သိရသည်။ *Ref: AP* (မြန်မာပြည်၌ မိန်းမဖြစ်ရသည်မှာ ကံကောင်း၏)

-(၁၄-၁၁-၂၀၁၂) Weekly Eleven ဂျာနယ် စာ ၂၄ မှ။

နွားနို့စည်ထဲက ဖားနှစ်ကောင်

ဝဖြိုးသော ဖားတစ်ကောင်နှင့် ပိန်သေးသောဖားတစ်ကောင်တို့သည် နွားနို့စည်အတွင်းသို့ မတော်တဆ ပြုတ်ကျသွားကြသည်။ နွားနို့စည်၏ ဘေးနံရံများသည် အလွန်ချောမွတ်နေသဖြင့် ဖားနှစ်ကောင် အပြင်ထွက်၍ မရတော့ပေ။ ဝဖြိုးသော ဖားကြီးက ပိန်သေးသော ဖားလေးကို ဤသို့ပြောသည် -

"ညီလေးရေ.. ငါတို့တွေ ဆက်ပြီးတော့ ယက်ကန်ယက်ကန်နဲ့ ကူးနေလည်း အကြောင်းမထူးတော့ပါဘူးကွာ၊ နွားနို့ထဲ နစ်ပြီးသေမှာက သေမှာပဲကွ၊ ဒါကြောင့် လက်လျှော့လိုက်တာပဲ ကောင်းမယ်"

"တောင့်ထားပါဦး အကိုရယ် ... ဆက်ပြီးကူးပါဦး၊ တစ်ယောက်ယောက် ကျွန်တော်တို့ကို တွေ့သွားပြီး ဒီအထဲက ထုတ်ပေးမှာပါ"

"ငါတော့ ဆက်ပြီး မကူးနိုင်တော့ဘူး၊ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ငါတို့ နွားနို့ထဲ နစ်သေမှာပဲဆိုတော့ ဒီလိုလုပ်နေလို့လဲ ဘာအဓိပ္ပါယ်မှ မရှိဘူး၊ ဘာအကျိုး ရှိမှာမို့လိုလဲ"

ဖားကြီးသည် လက်လျှော့အရှုံးပေးစိတ်ဖြင့် ကူးခတ်နေခြင်းကို ရပ်တန့်လိုက်သည်။ ထို့ကြောင့် နွားနို့ထဲ နစ်သွားတော့သည်။ သို့သော် ဖားပိန်လေးက ကူးခတ်မြဲကူးခတ်နေသည်။

အချိန်အတော်ကြာလာသောအခါဖားပိန်လေးသည်သူ၏ခြေထောက်အောက်ရှိ နွားနို့များ မာကြောလာသည်ကို ခံစားမိသည်။ သူမရပ်မနား မွှေနှောက်ကူးခတ်နေမှုကြောင့် နွားနို့များ ထောပတ်အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲသွားပေပြီ။ ထို့ကြောင့် ဖားပိန်လေးသည်နွားနို့စည်အပြင်ဘက်သို့ခုန်ဆွခုန်ဆွနှင့် ထွက်လာနိုင်ခဲ့ပေသည်။

ကြီးမားသော အခက်အခဲတစ်စုံတစ်ရာနှင့်ကြုံလာတိုင်း ကျွန်ုပ်တို့ အလွယ်တကူ လက်လျှော့အရှုံးပေးတတ်လေ့ရှိပါသည်။ အခက်အခဲကို အောင်မြင်သည်အထိ ကြံ့ကြံ့ခံမကြိုးစားဘဲ ဘာမှအကျိုးရှိလာမှာမဟုတ်ပါဘူးဟူသော အပျက်မြင်စိတ်ဖြင့် လုပ်ကိုင်နေသောအရာများကို ရပ်တန့်ပစ်လေ့ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဖားနှစ်ကောင်ထံမှ သင်ခန်းစာရယူသင့်ပေသည်။ မည်သည့်အခြေအနေတွင်မဆို ဖွဲမလျှော့ဘဲ အားသွန်ခွန်စိုက် ကြိုးစားမည်ဆိုလျှင် အဆိုးဆုံးဟုထင်ရသော အခြေအနေမှပင် အကောင်းဆုံးသော အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိလာမည်မှာ ကေန်ပင်ဖြစ်ပါတော့သည်။

-စည်သူထက် (မန္တလေးတက္ကသိုလ်)၊ အကိုး အင်တာနက်။ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် မင်္ဂလာမောင်မယ်စာစောင်မှ။

* စစ်မှန်သော ဆရာသမားသည် သင်ကိုယ်တိုင်ပင် ဖြစ်သည်။

Your real boss is the one who walks around under your hat.

-မောင်မြင့်ကြွယ်၊ မောင်မောင်အေး။ (၉-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

* အသိဉာဏ်ပညာ ရှိသော်ငြားလည်း ရည်မှန်းချက်မရှိပါက အတောင်မဲ့သော ငှက်တစ်ကောင်ပမာတည်း။

-အယ်လ်ဗေဒေါ်ဒါလီ။

Intelligence without ambition is like a bird without wings.

- *Salvadore Dall.*

* ဘဝ၏အတွေ့အကြုံများက သင်မည်သူမည်ဝါဖြစ်သည်ကို ပြဌာန်းသည်။

-ဓိရှယ် အိုဘားမား။

တို့ပြည်အတွက်အဓိဋ္ဌာန်

တို့ပြည်ကိုနင်း၊ တို့မင်းကိုခေါ်
တို့ပေါ်ကိုစီး၊ တို့ထီးကိုပယ်
တို့နယ်ကိုယူ၊ တို့လူကိုနိုင်
တို့ပိုင်ရာစား၊ တို့ဓားကိုချိုး
တို့မျိုးကိုဖျက်၊ တို့သက်ကိုခြွေ
တို့ရေနဲ့ဆေး၊ တို့သွေးကိုခွဲ
တို့သည်းကိုဖွဲ့၊ တို့ရှုံးခဲ့နေ့
တို့မမေ့ဘဲ၊ တို့ဖွဲ့ကိုတင်း
တို့မင်းတို့မျိုး၊ တို့ကျိုးကိုဆောင်
တို့ပြည်ထောင်ကို၊ တို့တည်ထောင်လျက်
တို့လက်တို့စွဲ၊ တို့မခွဲပါ
တို့မြန်မာပိုင်၊ တို့နိုင်ငံအား
တို့များကာရံ၊ တို့ဓိဋ္ဌာန်တည်း ... ။

-မောင်ခွေနှောင်း၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် မင်္ဂလာမောင်မယ်စာစောင်မှ။

ဘဝပေး အသိ

* ငယ်စဉ်တောင်ကျေး
ကလေးဘဝ၊ အချိန်ကတည်း၊
ဘာမှနားမလည်၊ သိမကြွယ်၍၊
ရက်ဖွယ်ရှုံ့ဖွယ်၊ ကောင်းဆိုးနှစ်သွယ်ကို၊
ရွေးချယ်သုံးသပ်၊ မဆုံးဖြတ်နိုင်။
* ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ၊ ပေါ်ပေါက်လာသည့်၊
ဘယ်ရာမဆို၊ စိတ်အလိုတိုင်း၊
ချိန်မဆိုင်းဘဲ၊ ဒုန်းဒိုင်းကြဲအောင်၊
အမြဲပြုလုပ်၊ နောက်မဆုတ်နှင့်၊
ဟုတ်လှပြီထင်၊ စိတ်ဘဝင်
ဝန်းကျင်ကိုပင် ထိမထင်။
* သက်အရွယ်က၊ ရလာမှပင်
ဘဝတွေ့ကြုံ၊ ဖြစ်မျိုးစုံက
ဘယ်ပုံဘယ်နည်း၊ ဘယ်ခရီးကို
ဆက်ပြီးလျှောက်မှ၊ ချောမွေ့ရဟု
တိကျပီပြင်၊ ညွှန်ပြသင်ခဲ့။
* သက်ရွယ်ဘဝ၊ သွန်သင်ပြ၍
ငယ်ကလုပ်ရပ်၊ အမိုက်ဇာတ်တွက်
ရက်တတ်ကြောက်တတ်၊ ရှုံ့မုန်းတတ်နှင့်
နောက်ထပ်သည့်လိုမျိုး၊ အဖြစ်ဆိုးတို့
မတိုးရရေး၊ ကင်းလွတ်ရေးတွက်
တွေးခေါ်ဆကြံ၊ အသိဉာဏ်နှင့်
မှားမှန်တိကျ၊ ဆုံးဖြတ်ရပြီ
ဘဝပေးအသိနှင့်ပါတကား .... ။

–အောင်ထွန်းလင်း(ချောက်)၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် မင်္ဂလာမောင်မယ်စာစောင်မှ။

* အချစ်၏ သာယာမှုက တဒင်္ဂမျှသာပါ။ အချစ်အတွက် ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်းကတော့ တစ်ဘဝ ကြာမြင့်ပါသည်။ *–အမည်မသိ။*

တစ်ယောက်ချမ်းသာ ကိုယ့်ဖို့ရှာ၊ သတ္တဝါအပေါင်း ဆင်းရဲကြောင်း။

* သင့်စိတ်ကို သင်က ပိုင်ဆိုင်သည်။

ထို့ကြောင့် ၎င်းအား အသုံးပြုပုံပြုနည်းအတွက် သင့်တွင် တာဝန်ရှိသည်။

Your mind is your own, and so is the responsibility as to how you use it.

-မောင်မြင့်ကြွယ်၊ မောင်မောင်အေး။

(၉-၁-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

အားဆေးဘူးခွံအတွင်း ထည့်ထားသော ပိုးသတ်ဆေးသောက်မိ၍ အသက်ဆုံးရှုံး

သီပေါ ဖေဖော်ဝါရီ ၁၂

သံဓာတ်အားဆေးဘူးခွံအတွင်း ထည့်ထားသော ပိုးသတ်ဆေးကို အားဆေးထင်မှတ်၍ သောက်သုံးမိရာမှ မိသားစုငါးဦးအနက် မိဘနှစ်ဦးမှာ ပါးစပ်မှ အမြှုပ်များထွက်လျက် သေဆုံးသော ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ဖေဖော်ဝါရီလ ၁၁ ရက် နံနက် ၂ နာရီခွဲတွင် ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း) သီပေါမြို့နယ် ပန်စောက်မိန်းကျေးရွာအုပ်စု မြို့ဟောင်း(ဗိုင်းကောင်)ကျေးရွာ၌ ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ဖေဖော်ဝါရီလ ၁၁ ရက် နံနက် ၂ နာရီခွဲတွင် တောင်ယာလုပ်ငန်းဖြင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပြုသူ ဦးစိုင်းအိုက်မောင် (၄၁)နှစ်နှင့် ၎င်း၏ဇနီးဖြစ်သူ (၃၃)နှစ်တို့မှာ အဆိပ်မိသည့်လက္ခဏာတွေ့ရှိရပြီး သတိရလျက်တွေ့ရှိရသူ ၎င်းတို့၏သားသမီးများဖြစ်ကြသည့် စိုင်းခမ်းလိပ်(၁၆)နှစ်၊ တတိယတန်းကျောင်းသား စိုင်းရွှေအေး(၁၁)နှစ်နှင့် မူကြိုနေ နန်းနှင်းနု(၅)နှစ်တို့ မောင်နှမသုံးဦးအား သီပေါပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးသို့ အချိန်မီတင်ပို့နိုင်ခဲ့သဖြင့် အသက်ဘေးမှ လွတ်မြောက်သွားခဲ့ကြသည်။ ....

ထို့ကြောင့် ... ဒုရဲအုပ်ကျော်စိုးဝင်းက တရားလိုပြုလုပ်၍ သေမှုသေခင်း အမှတ်စဉ် ၁/၂၀၁၃ ဖြင့် အရေးယူဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

-(၁၃-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ အပေါ်ယံအခွံနှင့် အတွင်းရှိပစ္စည်း ကိုက်ညီမှုမရှိလျှင် အမှတ်မှား၍ ဒုက္ခတွေ့တတ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ အမှတ်မမှားစေရန် စာရေးထားခြင်း၊ ကြိုတင်သတိပေးထားခြင်းများပြုလုပ်ရန် လိုအပ်သည်။ *-စီစဉ်သူ။*

မြန်မာမိန်းကလေးများ သတိပြုအတုယူစေချင်

(၅၅)ကြိမ်မြောက် ဂရမ်မီဆုပေးပွဲအခမ်းအနားကို ဖေဖော်ဝါရီ ၁၀ ရက် တနင်္ဂနွေနေ့က လော့စ်အိန်ဂျလိစ်မြို့မှာ ကျင်းပမည်ဖြစ်၏။ တကယ့်အခမ်းအနား ကြီးမှာ တက်မဲ့အနုပညာရှင်တွေကလည်း တကယ့်နာမည်ကျော် အနုပညာ ရှင်တွေ။ နယ်နယ်ရရလူတွေ မဟုတ်။ အဲဒီအခမ်းအနားကို တက်ရောက်မယ့် အနုပညာရှင်တွေကို မလုံ့တလုံ လျှပ်ပေါ်လော်လည်တဲ့ အဝတ်အစားတွေ ဝတ်ဆင်ခြင်းမပြုဖို့ တိုက်ရိုက်ရိုက်ကူးထုတ်လွှင့်မယ့် စီဘီအက်စ်(CBS)ရုပ်သံက မေတ္တာရပ်ခံ ထားခဲ့ပါတယ်။

အနုပညာရှင်တွေအနေနဲ့ အခမ်းအနား တိုက်ရိုက် ရိုက်ကူးနေစဉ်အတွင်း ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတွေကို လုံခြုံအောင်ဖုံးအုပ်ထားတဲ့ အဝတ်အစားတွေသာ ဝတ်ဆင်ကြဖို့၊ ခန္ဓာကိုယ်ကို အတိုင်းသားမြင်တွေ့စေနိုင်တဲ့ ပါးလွှာတဲ့ အဝတ်အစားဒီဇိုင်းတွေ ဝတ်ဆင်တာတွေ ရှောင်ရှားပေးကြပါဆိုပြီး အဲဒီရုပ်သံလိုင်း က ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ကတည်းက အမှာစာပေးပို့ မေတ္တာရပ်ခံထားခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီသတင်းလေးကို ဖတ်လိုက်ရတော့ ဝမ်းသာတဲ့စိတ် ဖြစ်မိပါရဲ့။ အမေရိကန်လို နိုင်ငံကြီးတောင်မှ ဂရမ်မီဆုပေးပွဲ အခမ်းအနားလိုမျိုးမှာ ဝတ်စား ဆင်ယင်မှုနဲ့ပတ်သက်ပြီး မေတ္တာရပ်ခံထားလို့ အနုပညာရှင်တော်တော်များများ လည်း ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်း ဝတ်စားဆင်ယင်ခဲ့ကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။ စာရေးသူတို့နိုင်ငံက အနုပညာရှင်တွေ သတိပြုစရာပါ။

တချို့မိန်းကလေးတွေဆိုရင် ရန်ကုန်မြို့ထဲမှာ အတွင်းခံသာသာ ဘောင်းဘီ တိုနံ့နံ့တွေနဲ့ ရဲရဲတင်းတင်း ဝတ်စားဆင်ယင်တဲ့ အပြုအမူကိုလည်း ဆင်ခြင်ဖို့ အချိန်ရောက်ပြီထင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ခုတလော သတိထားမိတာရှိပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်လောက်ကစပြီး မြန်မာမိန်းကလေးတွေ တိုင်းရင်းသားလုံချည်၊ ပြည်တွင်းဖြစ်လုံချည်တွေကို ဝတ်စားဆင်ယင်တာ များလာတယ်။ မြန်မာပြည်ရဲ့ မြို့ကြီးတွေမှာ တိုင်းရင်းသားဝတ်စုံလေးတွေ စတိုးဆိုင်တော်တော်များများနဲ့ ဈေးတွေမှာ နေရာယူလာတာ တွေ့ရပါပြီ။ ကုမ္ပဏီရုံးတွေမှာ ယူနီဖောင်းကို မြန်မာဝတ်စုံလှလှလေးတွေနဲ့ အလုပ်လာ၊ အလုပ်ပြန်ချိန်တွေမှာ တွေ့ရတော့ အမြင်တင့်တယ်လိုက်တာ၊ ကျက်သရေရှိလိုက်တာ။ ဒါ ကောင်းတဲ့ အလားအလာ မဟုတ်ပါလား။ မြန်မာလူမျိုးဆိုတာ မြန်မာဝတ်စုံနဲ့ အလှဆုံးပဲပေါ့။

တိုင်းရင်းသားဝတ်စုံဖြစ်တဲ့ ကချင်၊ ချင်း၊ မွန်၊ ရှမ်း၊ ကရင်တို့ရဲ့ ပြည်တွင်းဖြစ်

ဝတ်စုံလေးတွေ၊ လုံချည်လေးတွေကလည်း အဆင်အသွေး ရောင်စုံလေးတွေနဲ့ ဈေးနည်းနည်းကနေ တန်ဖိုးကြီးတဲ့ ပြည်တွင်းဖြစ် လုံချည်၊ အင်္ကျီလေးတွေက မြန်မာမိန်းကလေးတွေကို ဆွဲဆောင်လို့နေတယ်။ တချို့လုံချည်လေးတွေက ဈေးသိပ်မများပေမယ့် ရောင်စုံအဆင်အသွေးနဲ့မို့ ဝတ်ပျော်တယ်ဆိုရမယ်။

မြန်မာမိန်းကလေးတွေဟာ မြန်မာတိုင်းရင်းသား၊ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ကိုက်ညီတဲ့ မြန်မာဝတ်စုံလေးတွေနဲ့ အလှဆုံး၊ အယဉ်ဆုံး၊ အချောဆုံး၊ အလိုက်ဖက်ဆုံးပါ။ မယုံရင် မြန်မာမိန်းကလေးတွေ မြန်မာတိုင်းရင်းသား ဝတ်စုံလေးတွေ ဝတ်ကြည့်ကြပါလား။ အလှစစ်ကို ရှာတတ်၊ မြင်တတ်၊ ကြည့်တတ်သူတိုင်း "မြန်မာမိန်းကလေးတွေ မြန်မာဝတ်စုံနဲ့ လှတယ်"လို့ ပြောကြမှာ အမှန်ပါပဲ။

–အတွေးအရေး ခင်လပြည့်ဝန်း၊

(၁၃–၂–၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၀ မှ။

စာနယ်ဇင်း နှင့် မီဒီယာ

"**စာနယ်ဇင်း**"ဟူသော မြန်မာဝေါဟာရကို အများသိကြသည်။ အတိုကောက်ဝေါဟာရသည် "**သတင်းစာ၊ ဂျာနယ်၊ မဂ္ဂဇင်း**"တို့ကို ဖော်ညွှန်းသော ဝေါဟာရသစ်ပင် ဖြစ်သည်။ "သတင်းစာ"သည် မြန်မာဝေါဟာရဖြစ်သည်။ "သိစေရန် ပြောသော စကား"ကို ရှေးခေတ်က "**သိတင်း**"ဟု ဆိုကြသည်။ ယင်းမှသည် "သတင်း"ဖြစ်လာသည်။ "ဂျာနယ်"သည် အင်္ဂလိပ်ဝေါဟာရဖြစ်သည်။ ယင်းဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ပြောပြလိုပါသည်။ Journal (ဂျာနယ်)ဟူသော ယနေ့သုံး ဝေါဟာရသည် ရှေးက Diurnal မှ ဆင်းသက်လာသည်။ "**ဒိယားနဲလ်**"ဟု အသံထွက်ရာမှ ရွေ့လာ၍ "ဂျာနဲလ်"ဖြစ်လာသည်။ အသံထွက်ကိုလိုက်၍ စာလုံးပေါင်းရသောအခါ Journal ဖြစ်လာသည်။

Diurnal ဟူသော ဝေါဟာရသည် Diem ဟူသော ပင်ယင်းဝေါဟာရမှ ပွားထွက်လာသည်။ Diem ၏အဓိပ္ပါယ်သည် "နေ့"ဖြစ်သည်။ (အင်္ဂလိပ်လို Day ဟု အသံပြောင်း၊ စာလုံးပြောင်း၍ လက်တင်ဝေါဟာရ Diem မှ အင်္ဂလိပ်ဝေါဟာရ ဖြစ်လာခြင်းပင်)။ Diurnal ၏အဓိပ္ပါယ်သည် အင်္ဂလိပ်ဝေါဟာရ Daily ဟူသော နာမဝိသေသန၊ သို့တည်းမဟုတ် နာမ်၏အဓိပ္ပါယ်နှင့် တူညီသည်။ ထို့ကြောင့် (Diurnal) သို့မဟုတ် (Journal)သည် "နေ့စဉ်"ဟူသော အဓိပ္ပါယ်ကို ဆောင်သည်။

နေ့စဉ်မှတ်တမ်းအဖြစ် ထုတ်ဝေသော သတင်းစာ (Newspaper) ကို ရှေးခေတ်က (Journal)ဟု ခေါ်ကြသည်။

ယခုခေတ်အထိ အချို့သောနိုင်ငံများမှ သတင်းစာအချို့ကို Journalဟူသော အမည်ဖြင့် ခေါ်နေကြသေးသည်။ Journal ဟူသော ဝေါဟာရသည် အင်္ဂလိပ်လို Day Book ဟူလေရာ အရောင်းအဝယ်ကိစ္စများတွင် နေ့စဉ်ရောင်းရငွေ ပမာဏကို မှတ်သားသောစာအုပ်ကို "ဂျာနယ်"ဟု ခေါ်ကြသည်။ စီးပွားရေး စာရင်းအင်းပညာရပ်တွင် ဤဝေါဟာရ တွေ့ပါလိမ့်မည်။ Diem (Day) မှပင် Diary (ဒိုင်ယာရီ) "နေ့စဉ်မှတ်တမ်း"ဖြစ်လာသည်။

Journal (ဂျာနယ်)နှင့် Newspaper (သတင်းစာ)တို့သည် အချိန်ကာလအလျောက် တဖြည်းဖြည်း လမ်းခွဲလာကြသည်မှာ Journal ကို နေ့စဉ်ထုတ်ဝေသည်ထက် တစ်ပတ်တစ်ကြိမ်၊ သို့မဟုတ် တစ်လနှစ်ကြိမ် စသည်ဖြင့် ထုတ်ဝေကြသည်။ ထို့ကြောင့် သတင်းစာနှင့် ဂျာနယ်တို့သည် တစ်မျိုး တစ်စားတည်းဖြစ်ရာမှ သတင်းစာ၊ ဂျာနယ်(စာနယ်)ဟူ၍ ခွဲခြားသတ်မှတ်လာ ကြသည်။

"စာနယ်ဇင်း"တွင် "ဇင်း"သည် အများသိကြသည့်အတိုင်း "မဂ္ဂဇင်း"၏ အတိုကောက်ဖြစ်သည်။ ယခု မြန်မာဝေါဟာရ လုံးလုံးလျားလျား ဖြစ်နေပါပြီ။ "မဂ္ဂဇင်း"၏ အဓိပ္ပါယ်ရင်းသည် 'လက်နက်တိုက်ခန်း' 'သေနတ်ကျည်အိုး' ဖြစ်သည်။ စာစောင် မဂ္ဂဇင်းသည်လည်း ဘဝတိုက်ပွဲအတွက် 'ပညာလက်နက် တိုက်'ဖြစ်သည်။ ပညာဗဟုသုတမျိုးစုံစုစည်းထားသော စာစောင်၊ စာအုပ် ဖြစ်သည်။

မြန်မာမဂ္ဂဇင်း အစကာလတွင် ရှေးအကျဆုံးစာစောင်ဖြစ်သော မဂ္ဂဇင်း အမည်သည် "**မဂ္ဂဇိနီး**"ဟူ၏။ ထိုအမည်ကို ပေးပုံမှာ 'မဂ္ဂ' = လမ်း + 'ဇိနီး' = 'ဇိန' = အောင်မြင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ 'အောင်မြင်ခြင်းလမ်း'ဟု အဓိပ္ပါယ်ရစေသည်။ အင်္ဂလိပ်ဝေါဟာရ၏ အသံထွက်ကို မှီ၍ သုံးသော အမည်ဖြစ်သည်။

'စာ–နယ်–ဇင်း'ကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် စုပေါင်းဖော်ပြသော ဝေါဟာရ တစ်လုံးရှိသည်။ ယနေ့ခေတ်စားနေသည်။ ယင်းသည်ကား Media (မီဒီယာ) ဖြစ်သည်။ အဓိပ္ပါယ်မှာ 'အလယ်'ဖြစ်သည်။ 'သက်ဆိုင်သူမှ သက်ဆိုင်သူသို့' ဆိုသလို အကြောင်းခြင်းရာ ဖြစ်ပေါ်ရာမှ လူအများကြားသိစေရန် သတင်းပို့ရာတွင် 'စာနယ်ဇင်း' နှင့် အသံလွှင့်၊ ရုပ်မြင်သံကြားစသည့် ဆက်သွယ်ရေးကိရိယာတို့ကို

စုပေါင်းဖော်ပြသော Media မီဒီယာဟူသော ဝေါဟာရသည် ယခုခေတ်၌ လူသိများ ထင်ရှားလျက်ရှိသည်။ Media သည် Median ၏ ဗဟုဝုစ်ကိန်း နာမ် ဖြစ်သည်။ အဓိပ္ပါယ်မှာ Middle (အလယ်) ဖြစ်သည်။ ယခုခေတ်ကို အများက Information Age ဟု ခေါ်ဆိုနေကြသည်။ Information = ကြားသိစေအပ်ခြင်း၊ Age = ခေတ်) တစ်နည်းဆိုသော် "သတင်းခေတ်" ဖြစ်သည်။

သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာတို့၏ ကြီးပမ်းမှုကြောင့် "ကွန်ပျူတာ"ပေါ်ထွန်းလာသည်။ ယင်းကို အသုံးပြုကာ သတင်းဖြန့်ချိရေး၊ သတင်းသိမ်းရေးစသည့် အရေးတို့သည် တိုးတက်အောင်မြင်လျက်ရှိပေသည်။

လူ့သမိုင်းတစ်လျှောက်တွင် ခေတ်အဆက်ဆက်ရှိခဲ့သည်။ နောင်လည်း ရှိဦးမည်သာပင်။ တစ်ခေတ်ပေါ်တိုင်း လူတို့သည် ခေတ်မီအောင် ကြိုးစားကြသည်။ ယင်းသို့ ကြိုးစားခိုက်မှာပင် ခေတ်သစ်တစ်ခု ပေါ်လာပြန်သည်။ ယခင်ခေတ်သစ်သည် ယခုခေတ်ဟောင်း ဖြစ်ရချေသည်။ ယခင်က ထူးဆန်းသည် ထူးဆန်းသည်ဟု အမွှမ်းတင်ရသော အရာတို့သည် နောက်တက်လာသည့်ခေတ်၌ ရိုးကုန်ကြ၏။ အထူးအဆန်းသစ်များ၊ ထူးခြားချက်အသစ်များသည် ခေတ်သစ်နှင့်အတူ လိုက်လာကြသည်။ လူတို့သည် ခေတ်မီအောင် ကြိုးစားရပြန်၏။ ယင်းသို့လျှင် သံသရာလည်နေတော့သည်။

ခေတ်တွေပြောင်း၍ အသစ်တွေဟောင်းရသည်။ အသစ်၏အသစ်သည် ပေါ်လာပြန်၏။ ယင်းသို့လျှင် ဖြစ်ပြီးလျှင် အတန်ကြာ တည်၏။ တည်နေရင်းလည်း ပျက်နေကြသည်။ အပြောင်းအလဲတို့သည် နိယာမတရားတို့ကို တစ်နည်းအားဖြင့် ဖော်ထုတ်လျက်ရှိကြချေသည်။

သတင်းစာနှင့်မီဒီယာ မည်သို့ဆက်စပ်ပတ်သက်နေသည်ကိုမူ သတိပြုကြည့်ရှုလေ့လာရန် အမှန်လိုပေသည်။ (ဆရာတက်တိုး၏ မီဒီယာနှင့် သတင်းခေတ်ကို မှီငြမ်းပါသည်)။

-တက္ကသိုလ်တင်ဓ၊ (၁၅-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၉ မှ။

အသက်ရှည်အောင် စားနည်း

မနက်စာကို သူဌေးလို (နည်းနည်း)စား။

နေ့လယ်စာကို သူဌေးလို (ကျကျနန)စား။

ညစာကို အကမင်းသားလို (လျှော့)စား။

မသေခင် သရဏဂုံ တင်သင့်

ကျွန်တော် အငြိမ်းစားဝန်ကြီးချုပ် သူရဦးထွန်းတင်၏ အသက်မှာ(၉၃)နှစ်ထဲ အဝင်၊ ဇနီးဖြစ်သူ ဒေါ်မြင့်မြင့်သိန်း၏ အသက်မှာလည်း (၈၅)နှစ်ထဲအရောက် ကျွန်တော် ကျွန်မတို့၏ ရုပ်+နာမ်နှစ်ပါးရှိနေစဉ် မဟာသံဃနာယကအဖွဲ့ဝင် သုဝဏ္ဏဘုမ္မိ သထုံလယ်ဝန်ကျောင်းတိုက်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသီရိန္ဒနှင့်တကွ သံဃာတော် အရှင်သူမြတ်ငါးပါးတို့အား (၆-၁၂-၂၀၁၂) ကြာသပတေးနေ့ တွင် ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ နဝကမ္မနှင့် စာရေးတံမဲဖောက် ကပ်လှူပူဇော်ပြီး သရဏဂုံ တင်ထားပါသည်။

နတ်တော်လပြည့် (၂၈-၁၂-၂၀၁၂)ရက်တွင်လည်း ပါရမီ ဝိဇ္ဇောတာရုံ ကျောင်းတိုက်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တဝိဇ္ဇောတနှင့် သံဃာတော်အရှင်သူမြတ် ၂၅ ပါးတို့အား သင်္ကန်းတော်မြတ် လှူဖွယ်ဝတ္ထုအစုစုနှင့် နဝကမ္မများ ကပ်လှူ ပူဇော်ပြီး သရဏဂုံ သီလဆောက်တည်ကြပါသည်။

သီတိ = အေးချမ်းသော၊ သန္တိ= ငြိမ်းချမ်းသော မင်္ဂလိနိမ္မာန်ကို ရည်စူး၍ ကျောင်းရှိသံဃာတော်အရှင်သူမြတ် (၁၇၀)ပါးအား နံနက်အရုဏ်ဆွမ်း၊ နေ့ဆွမ်း၊ ညနေ-အချိုရည် ကပ်လှူပူဇော်လှူဒါန်းပါသည်။

"သုခိနော ခေမိနော ဟောန္တု၊ သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ"

-(၃-၁-၂၀၁၃)ထုတ် 7 day news ဂျာနယ် စာ ၆ မှ။

အခက်နှင့်အရှက်

သူများအတွက်၊ ခံယူချက်၊ "**အခက်**"တွေ့မည်မှတ်။
မဆိုင်ဘဲလျက်၊ ဝင်ရောက်စွက်၊ "**အရှက်**"ရမည်မှတ်။

အကောင်းဆုံး လက်ဖက်ရည်ကြမ်း သောက်ချင်သလား?

"ရွက်သစ်မှန်စေ၊ ကရားမြေ၊ မိုးရေ့မန်ကျည်းထင်း"။
မြေကရားအိုးထဲ မိုးရေထည့်၍ မန်ကျည်းသားထင်းဖြင့် ရေနွေးအိုးတည်ပြီး ပွက်ပွက်ဆူသောအခါ လက်ဖက်ရွက်သစ်ကို ခပ်သောက်ပါ။

ပါးစပ်ရှိမှ အစာတွေဝင်နိုင်တယ်

သီလဟာ ပါးစပ်နဲ့တူတယ်။
ပါးစပ်ရှိမှ အစာတွေ ဝင်နိုင်တယ်။
အစာတွေ ဝင်နိုင်မှ ခန္ဓာ"**ကိုယ်အင်အား**"ရှိပါတယ်။
သီလပါးစပ်ရှိမှ သမာဓိ၊ ပညာအစာတွေ ဝင်နိုင်တယ်။
သမာဓိ၊ ပညာအစာတွေဝင်မှ "**စိတ်အင်အား**"ရှိပါတယ်။

-ပဏ္ဍိတာရာမ ရွှေတောင်ကုန်းဆရာတော်ကြီး။
-၂၀၁၃ ဧပြီလထုတ် ရတနာမွန်စာစောင်မှ။

ပြည့်တန်ဆာဘဝမှ ရဟန္တာမ-ဖြစ်လာသူများ

* ပြည့်တန်ဆာမဘဝမှာ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ကို ဖြားယောင်းခဲ့ရာကနေ အကျွတ်တရားရလာပြီး ရဟန္တာမဖြစ်ခဲ့တဲ့ "**ဝိမလာထေရီ**"၊
* ရဟန္တာထေရီတစ်ပါးကို အမျက်ဒေါသနဲ့ 'ပြည့်တန်ဆာမ'လို့ ဆဲရေးမိတာရယ်၊ ကဿပဘုရားရှင်ရဲ့တပည့်မ ရဟန္တာထေရီကို ဆဲရေးမိတာရယ်၊ အဲဒီမကောင်းမှုကံကြောင့် ပြည့်တန်ဆာမဖြစ်လာရပြီး အကျွတ်တရားရလာတဲ့အခါမှာ ရဟန္တာမဖြစ်ခဲ့တဲ့ "**အဍ္ဎကာသီထေရီ**"၊
* ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါလှပမှုမာန်မာနကြောင့် သိခီဘုရားရှင်ရဲ့တပည့် ရဟန္တာထေရီတစ်ပါးကို 'ပြည့်တန်ဆာမ၊ အကျင့်ပျက်မ၊ သာသနာဖျက်မ'လို့ ဆဲရေးမိလို့ ငရဲကျ၊ ငရဲကလွတ်ပြန်တော့ ဘဝတစ်သိန်းတိုင်တိုင် ပြည့်တန်ဆာမဖြစ်ခဲ့ရပြီးမှ အကျွတ်တရားရလို့ ရဟန္တာမဖြစ်ခဲ့ရတဲ့ "**အမ္ဗပါလီထေရီ**"တို့ဟာ ပြည့်တန်ဆာ ဘဝကနေ သာသနာ့ဘောင်ဝင်ပြီး ရဟန္တာထေရီတွေ ဖြစ်ခဲ့ကြတယ်။

-(၁၈-၂-၂၀၁၃)ထုတ် မှုခင်းနှင့်သတင်းဂျာနယ်ပါ
မောင်ငြိမ်းသူ(ကြို့ပင်ကောက်)၏
'မြစ်မှုကြီးငယ် အသွယ်သွယ်ရဲ့ သော့ချက်'ဆောင်းပါး တ ၂ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ နိမ့်ကျသည့်ဘဝရောက်နေသော်လည်း ပြုပြင်ချင်စိတ်ရှိပါက ဘဝအဆင့်မြင့်လာနိုင်သည်။ -စိစဥ်သူ။

ဆေးလိပ်သောက်ခွင့်မရှိသောနေရာများ

အောက်ဖော်ပြပါ ပရိဝုဏ်၊ အဆောက်အအုံ၊ အခန်းနှင့်နေရာများသည် ဆေးလိပ်လုံးဝသောက်ခွင့်မရှိသော နေရာများ ဖြစ်ပါတယ်။

- ဆေးရုံအဆောက်အအုံ၊ ရုံးခန်း၊ ပရိဝုဏ်နှင့် ပရိဝုဏ်အတွင်းရှိ အခြားအဆောက်အအုံများ (ဝန်ထမ်းအိမ်ရာနှင့် အိမ်ခန်းများမှအပ)
- ဆေးကုဂေဟာနှင့် ဆေးခန်းများ
- ကျောင်းပရိဝုဏ်ရှိ သင်ကြားရေးအဆောက်အအုံ၊ စာသင်ခန်း၊ ရုံးခန်း၊ ပရိဝုဏ်နှင့် ပရိဝုဏ်အတွင်းရှိ အခြားအဆောက်အအုံများ(ဝန်ထမ်းအိမ်ရာနှင့် အိမ်ခန်းများမှအပ)
- တက္ကသိုလ်၊ ဒီဂရီကောလိပ်၊ ကောလိပ်နှင့်သိပ္ပံတို့၏ သင်ကြားရေးအဆောက်အအုံ၊ စာသင်ခန်းနှင့် ရုံးခန်းများ
- ကလေးကစားရုံနှင့် ကစားကွင်းများ
- အားကစားရုံနှင့် အမိုးအကာရှိသည့် အားကစားကွင်းများ
- ဇာတ်ရုံ၊ ရုပ်ရှင်ရုံ၊ ဗီဒီယိုရုံနှင့် အခြားပွဲ ကျင်းပပြသသည့် အဆောက်အအုံများ
- ကုန်တိုက်၊ ကုန်ပဒေသာဆိုင်၊ စတိုးဆိုင်နှင့် အမိုးအကာရှိသည့် ဈေးရုံများ
- ပြတိုက်၊ မော်ကွန်းတိုက်၊ အများပြည်သူသုံး စာကြည့်တိုက်နှင့် စာဖတ်ခန်းများ
- ဓာတ်လှေကားနှင့် ရွေ့လျားစက်လှေကားများ
- ခရီးသည် သယ်ယူပို့ဆောင်သော မော်တော်ယာဉ်နှင့် လေယာဉ်များ
- လေအေးစက်တပ်ဆင်ထားသော အများပြည်သူသုံး ဆေးခန်းများ
- အများပြည်သူသုံး ခန်းမကြီးများ
- ဘာသာရပ်သင် ကိုယ်ပိုင်သင်တန်းနှင့် သင်တန်းကျောင်းများ၏ သင်ကြားရေးအဆောက်အအုံနှင့် စာသင်ခန်းများ
- ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနက အမိန့်ကြော်ငြာစာ ထုတ်ပြန်၍ သတ်မှတ်သည့် အများပြည်သူဆိုင်ရာ အခြားပရိဝုဏ်၊ အဆောက်အအုံနှင့် နေရာများ

ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်း၏အကျိုးကျေးဇူးများ

ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်ခြင်းအားဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးများစွာ ရရှိစေနိုင်ပါတယ်။

- ကျန်းမာရေး ပိုမိုကောင်းမွန်လာပြီး မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှသူများအတွက်လည်း ဆေးလိပ်ငွေ့အန္တရာယ် ကင်းဝေးသွားစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- ယခင်ကထက် အသားအရည် ကြည်လင်လာပြီး အရွယ်မတိုင်မီ အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းမှလည်း ကာကွယ်ပြီးဖြစ်ပါတယ်။
- ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်ခြင်းကြောင့် စုဆောင်းမိလာသော အပိုဝင်ငွေများကို မိမိနှင့်မိသားစုအတွက် ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးစသည်တို့တွင် အကျိုးရှိစွာ သုံးစွဲနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်ခြင်းကြောင့် လက်ငင်းရလဒ်အနေဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် အဆိပ်များ တဖြည်းဖြည်း သန့်စင်လာပါတယ်။
- ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှ နီကိုတင်း (nicotine) ဓာတ်သည် ဆေးလိပ်ဖြတ်ပြီး ၈ နာရီအတွင်း ထက်ဝက်လျော့နည်းသွားနိုင်၍ ကာဗွန်မိုနောဆိုက်(CO) ဓာတ်သည်၂၄ နာရီမှ ၄၈ နာရီအတွင်း ဆေးလိပ်မသောက်သူကဲ့သို့ လျော့နည်းသွားနိုင်ပါတယ်။
- သွေးထဲရှိ အောက်ဆီဂျင် (oxygen)ပမာဏ ပိုမိုများလာပြီး အသက်ရှူရ ပိုကောင်းလာခြင်း၊ နှလုံးခုန်နှုန်းမှန်လာခြင်းစသည့် အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိစေပါတယ်။
- ထို့ပြင် အနံ့၊ အရသာခံစားမှု ပိုမိုကောင်းမွန်လာခြင်း၊ သွားများကို ဖြူစင်လာစေခြင်း၊ ခံတွင်းအနံ့ဆိုးများ လျော့နည်းပျောက်ကင်းသွားခြင်းစသည့် အကျိုးကျေးဇူးများလည်း ရရှိလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ဆေးလိပ်ဖြတ်ပြီး ၂ ပတ်မှ ၁၂ ပတ်အကြာတွင် သွေးလည်ပတ်မှု ပိုမိုကောင်းမွန်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ၃ လမှ ၉ လအကြာ ဆေးလိပ်မသောက်ပါက ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အသက်ရှူကျပ်ခြင်းနှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများ လျော့နည်းသွားနိုင်ပါတယ်။
- ဆေးလိပ်ဖြတ်ပြီး ၁ နှစ်အကြာတွင် နှလုံးထိခိုက်ခံရမှုသည် ထက်ဝက်နီးပါး လျော့နည်းသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ဆေးလိပ်ကို ၁၀ နှစ်ကြာ ဖြတ်ပြီးသူဖြစ်ပါက အဆုတ်ကင်ဆာဖြစ်နိုင်မှု ထက်ဝက်ခန့် လျော့နည်းသွားပါတယ်။
- ၁၂ ကြာလျှင် အဆုတ်ကင်ဆာဖြစ်နိုင်မှုသည် သာမန်ဆေးလိပ်မသောက်သူကဲ့သို့ အန္တရာယ်နည်းသွားစေနိုင်ပါတယ်။ သို့သော်လည်း တစ်နေ့ ဆေးလိပ် အလိပ် ၂၀ ကျော်သောက်သူများမှာမူ သာမန်အဆင့်သို့ရောက်ရန် ခက်ခဲနိုင်ပါတယ်။

- ဆေးလိပ်ဖြတ်ပြီး ၁၅ နှစ်အကြာမှာတော့ နှလုံးထိခိုက်ခံရမှုသည် ဆေးလိပ် မသောက်သူကဲ့သို့ လျော့နည်းသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန်နည်းလမ်းများ

ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန်အတွက် မိမိ၏စိတ်ကို ဆေးလိပ်ပြတ်အောင် ဖြတ်မည်ဟု ယတိပြတ် ဆုံးဖြတ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၁။ ဆေးလိပ်ဖြတ်မည့်နေ့ကို အတိအကျ သတ်မှတ်ပါ။ သတ်မှတ်ထားသည့်နေ့ကို စိတ်အလိုလိုက်၍ ရက်နောက်ဆုတ်ခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။

၂။ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်သောအရာများ(ဆေးလိပ်၊ ဆေးလိပ်ဘူးခွံ၊ ဆေးလိပ်ခွက်၊ မီးခြစ်)ကို မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှ ဖယ်ရှားပစ်ပါ။

၃။ ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်ခြင်းကြောင့် မိမိကျန်းမာရေး၊ မိသားစုကျန်းမာရေး တစ်နေ့တခြား ပိုမိုကောင်းမွန်လာပြီဟု အမြဲတွေးပါ။ ဆေးလိပ်တစ်ရက်ပြတ်တိုင်း မိမိရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်နှင့် တစ်ရက်ပိုနီးလာပြီဟု မှတ်ယူပါ။

၄။ ဆေးလိပ်ဖြတ်နေစဉ်အတွင်း ဆေးလိပ်သောက်ရန် ဆွယ်သူများအား လုံးဝငြင်းပယ်ပါ။ ဆေးလိပ်တစ်လိပ်ပင်ဖြစ်စေ လုံးဝ ပြန်မသောက်မိပါစေနှင့်။

၅။ ယခင် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့် တွဲလုပ်မိတတ်သော အရက်သောက်တတ်၊ ကော်ဖီသောက်တတ်ခဲ့ပါက အရက်၊ ကော်ဖီသောက်ခြင်းအား ရှောင်ပါ။

၆။ ဆေးလိပ်ဖြတ်နေစဉ်အတွင်း ဆေးလိပ်သောက်ချင်သော အာသီသပြင်းထန်တတ်ခြင်း၊ ရုံဖန်ရံခါ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ စိတ်မကြည်မလင်ဖြစ်ခြင်း၊ စိတ်တိုလွယ်ခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ အိပ်ချိန်ပြောင်းခြင်း၊ ဝလာခြင်း စသည်တို့ဖြစ်တတ်သော်လည်း ၂ ပတ်၊ ၃ ပတ်ကြာလျှင် လျော့နည်းပျောက်ကင်းသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ၄င်းလက္ခဏာများ ခံစားနေရသောအချိန်တွင် စိတ်မပယိုင်စေဘဲ မိမိရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ရောက်အောင် ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် အရေးကြီးလှပါတယ်။ စိတ်ကို အနားပေးခြင်း၊ ရေများများသောက်ပေးခြင်း၊ အသီးအနှံ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ အချိုမပါသော ပီကေစသည်ဖြင့် ပြောင်းလဲဝါးခြင်း၊ ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းများ ပြုလုပ်ခြင်း၊ အသက်ပြင်းပြင်းရှူခြင်း၊ အခြားသို့ အာရုံလွှဲထားခြင်းစသည်တို့ ပြုလုပ်ပေးပါ။

၇။ မိမိစိတ်ဝင်စားစရာ အကျိုးရှိသောအလုပ်များ၊ စာဖတ်ခြင်း၊ စာရေးခြင်း၊ သီချင်းနားထောင်ခြင်း၊ အားကစားလုပ်ခြင်း၊ သစ်ပင်စိုက်ခြင်းတွင် အာရုံထား လုပ်ဆောင်ပါ။

၈။ လူမှုရေး အကျိုးပြုလုပ်ငန်းများတွင် တတ်အားသရွေ့ ကူညီလုပ်ဆောင်ပါ။
၉။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု ရရှိစေရန် တရားမှတ်ခြင်း၊ တရားထိုင်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။
၁၀။ ဆေးလိပ်သောက်ချင်စိတ် ပေါ်လာခဲ့ပါက ချက်ချင်း အာရုံပြောင်းလိုက်ပါ။ စိတ်အလိုလိုက်ပြီး လုံးဝ ပြန်မသောက်မိပါစေနှင့်။
၁၁။ အကယ်၍ ဆေးလိပ်ပြန်သောက်မိပါက ရှုံးနိမ့်သွားပြီဟု စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ နောက်တစ်ကြိမ်ဆေးလိပ်ဖြတ်နိုင်ရန် ဆက်လက်ကြိုးစားပါ။

-ဒေါက်တာအေးအေးဝင်း။ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် ဓီဝကမဂ္ဂဇင်း စာ ၅၆-၅၇ မှ။

ဓမ္မကထိကအင်္ဂါ၅ချက်

၁။ အစဉ်အတိုင်းဖြစ်သော တရားစကား (အနုပုဗ္ဗိကထာ)ကို ဟောကြားမည်ဟု နှလုံးသွင်းလျက် ဟောရခြင်း၊
၂။ အကြောင်းအကျိုးပြလျက် ဟောကြားမည်ဟု နှလုံးသွင်းလျက် ဟောရခြင်း၊
၃။ အစဉ်သနားခြင်းကို အစွဲပြု၍ ဟောကြားမည်ဟု နှလုံးသွင်းလျက် ဟောရခြင်း၊
၄။ အာမိသကို မငဲ့ဘဲ ဟောကြားမည်ဟု နှလုံးသွင်းလျက် ဟောရခြင်း၊
၅။ မိမိကိုယ်ကိုလည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးကိုလည်းကောင်း မထိပါး၊ မပုတ်ခတ်မူ၍ ဟောရခြင်း။

- ပိဋကတ်သုံးပုံ သရုပ်စုံအဘိဓာန် စာ ၂၅၅ မှ။

စာရိတ္တနဲ့ပညာအတွက်လှူ

ဒီ(နတ်မောက် ကွန်ပျူတာစာသင်ကျောင်းဆောင်)ကို ဘာဖြစ်လို့ လှူရသလဲ ဆိုတော့ **တိုင်းပြည်အောက်ခြေဖြစ်တဲ့ စာရိတ္တ၊ တိုင်းပြည့်မျက်လုံးဖြစ်တဲ့ ပညာရေး၊** အဲဒီနှစ်ခုကို ရည်မှန်းပြီးတော့ လှူဒါန်းတည်ဆောက်ရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

-သီတဂူ ဒေါက်တာ အရှင်ဉာဏိဿရ၊ ၂၀၁၃ မတ်လ ၂၈ ရက် နတ်မောက် ကွန်ပျူတာစာသင်ကျောင်းဆောင်ဖွင့်ပွဲ၌ ပြောသောစကား၊ ပြည်သူ့ခေတ်ဂျာနယ် စာ ၄ မှ။

ကြေးမုံ အမှုထမ်းကောင်း

အမှုထမ်းတို့ဟူသည် နိုင်ငံဖြစ်တည်၍ အုပ်ချုပ်မင်းလုပ်သော ရှေးအတိတေ ကာလကတည်းက ရှိပြီးဖြစ်ပါသည်။ ထိုအမှုထမ်းတို့၏ ဂုဏ်အင်္ဂါရပ်များနှင့် ပတ်သက်၍ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ဟောကြားတော်မူသော ကျမ်းဂန်များနှင့် နီတိကျမ်းများတွင်ပါ ပါရှိပြီးဖြစ်ပါသည်။

နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ အမှုတော်ကို ထမ်းရွက်ကြသော တစ်နည်း ပြည်သူ့ဝန်ကို ထမ်းဆောင်ကြသော အမှုထမ်းတို့သည် ကျမ်းဂန်လာ အင်္ဂါရပ်များနှင့်ပြည့်စုံသော နိုင်ငံအတွက် ဝန်ထမ်းကောင်းများဖြစ်ပြီး တိုးတက်ကြီးပွားလာမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကျမ်းဂန်လာ အမှုထမ်းကောင်း အင်္ဂါရပ်များမှာ - (၁) အကြားအမြင်ဗဟုသုတများရှိခြင်း (၂) ကိုယ်နှုတ်အမူအရာယဉ်ကျေး၍ သင့်တင့်သော ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါနှင့် ပြည့်စုံခြင်း (၃) ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်သူဖြစ်ခြင်း (၄) ရဲရင့်သူ(ရဲစွမ်း သတ္တိရှိသူ) ဖြစ်ခြင်း (၅) ဖွဲ့လုံ့လဝီရိယရှိသူဖြစ်ခြင်း (၆) ကာယဗလ ဉာဏဗလ ဖွံ့ဖြိုးခိုင်မာခြင်း (၇) ဥစ္စာကို မမက်မောခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

ဤအမှုထမ်းကောင်း အင်္ဂါရပ် ၇ ချက်မှာ ဘုရားဟော ကျမ်းဂန်နှင့်အညီဖြစ်ပြီး မှတ်သားရလွယ်ကူစေရန်အတွက် မဃဒေဝလင်္ကာသစ်အဖွင့်ကျမ်းတွင် လေ့လာနိုင်ပါသည်။ ထိုအင်္ဂါရပ်များညီညွတ်မှသာ အမှုထမ်းကောင်းအင်္ဂါရပ်နှင့် ညီညွတ်မည်ဖြစ်ပါသည်။

မျက်မှောက်ကာလတွင် ထိုအင်္ဂါရပ်များ ညီညွတ်စေရန်အတွက် ဝန်ထမ်းရွေးချယ်ရာ၌ စံနှုန်းသတ်မှတ်၍ အနီးစပ်ဆုံး ဆောင်ရွက်ကြသည်ကို တွေ့ရပေရာ ကောင်းမွန်သောအုပ်ချုပ်ရေးစနစ်၊ သန့်ရှင်းသောအစိုးရဖြစ်စေရန်အတွက် အားတက်ဖွယ်သာ ဖြစ်သည်။

သို့ရာတွင် အသစ်အမှုထမ်းများအတွက် စံနှုန်းနီးစပ်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သော်လည်း အမှုထမ်းဖြစ်ပြီးမှ အဆိုပါအင်္ဂါရပ်များနှင့် မညီညွတ်ခြင်း၊ နီးစပ်ပြီး ပတ်သက်ရာ ပတ်သက်ကြောင်း ဆောင်ရွက်မိခြင်းတို့ကြောင့် အမှုထမ်းကောင်း အင်္ဂါရပ်တို့ ချွတ်ယွင်းအားနည်းလျက်ရှိသည်ကို တွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

လက်ရှိတွင် လူတို့၏သဘောသဘာဝနှင့် ရှိပြီးအင်္ဂါရပ်များအရ ထိုစံနှုန်း ၇ ချက်နှင့်ကိုက်ညီရန်အတွက် အလွန်ခက်ခဲမည် ဖြစ်ပါသည်။ လက်ရှိအမှုထမ်း

များတွင် အဆိုပါအင်္ဂါရပ်များနှင့် နီးစပ်သင့်သလောက်နီးစပ်သည့် အမှုထမ်းကောင်းများရှိသကဲ့သို့ ထိုအင်္ဂါရပ်အားလုံးနီးပါး အချို့အဝက်လိုအပ်ချက်ရှိနေသူများလည်း ရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့အမှုထမ်းလောကတွင် [၁] **အကြားအမြင်ဗဟုသုတ**နည်းပါးသော အမှုထမ်းအချို့ကို ရယ်ရွှင်ဖွယ်၊ စိတ်ပျက်ဖွယ် တွေ့ရတတ်ပါသည်။ [၂] **ဉာဏဗလ**တည်းဟူသော ပညာအရည်အချင်းကို ပိုင်းဖြတ်ရာ၌ ယနေ့လက်ရှိလက်မှတ်များမှာ အလုပ်မဖြစ်သည်ကို တွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

မူလက [၃] **ကိုယ်ကျင့်တရား**မပျက်သော်လည်း ဗဟုသုတနည်းပါးသဖြင့် ပျက်လွယ်ပါသည်။ [၄] **ကိုယ်နှုတ်အမူအရာ** ယဉ်ကျေးပါသည်ဟုဆိုရာ၌လည်း လုပ်ပိုင်ခွင့်အပေါ် ယစ်မူး၍ မိမိလိုအင်နှင့်မတွေ့လျှင် ကိုယ်နှုတ်အမူအရာပြောင်းလဲတတ်သည်ကို သတိပြုရမည်။

[၅] **ဖွဲ့လုံ့လဝီရိယ**ဟုဆိုရာ၌လည်း ဝတ်ကျေတန်းကျေလုပ်ကိုင်တတ်မှု၊ သက်သာရာသက်သာကြောင်း ရှာဖွေတတ်မှုတို့ကို ရှောင်ရှားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ကာယဗလနှင့် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်မှုဆိုရာ၌ အမှုထမ်း၏ ကျန်းမာကြံ့ခိုင်မှုကို အလေးထားပေးရမည်ဖြစ်သလို အမှုထမ်းကလည်း မိမိကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်ရပါမည်။

[၆] **ဥစ္စာမမက်မောခြင်း**မှာ ကိုယ်ကျင့်တရား ကြံ့ခိုင်မှုအပေါ်တွင် မူတည်ပါသည်။ [၇] **ရဲစွမ်းသတ္တိရှိသူ**တို့မှာ လုံခြုံရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးအမှုထမ်းတို့တွင် ရှိပြီးဖြစ်ပါသည်။ ထိုအချက်အလက်များအားကောင်းလျှင် ပြည်သူတို့နှင့် အုပ်ချုပ်သူတို့၏ ယုံကြည်ကိုးစားအားထားကြမည်ဖြစ်ပြီး ထိုအချက်များအားနည်းလျှင် အထင်အမြင်လွဲမှားမှုနှင့် ပျက်ပြားမှုတို့သာ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကောင်းမွန်သောအုပ်ချုပ်မှု၊ သန့်ရှင်းသော အစိုးရဖြစ်ထွန်းစေရန်အတွက် အဆိုပါအင်္ဂါရပ်များနှင့် ပြည့်စုံညီညွတ်ရန် ကြိုးစားအားထုတ်ကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ အင်္ဂါရပ်များကို မကြည့်ဘဲ နီးစပ်မှု၊ ရင်းနှီးမှုအရ ရွေးချယ်မိလျှင် လုပ်ငန်းစဉ်များ မအောင်မြင်ဘဲ ပျက်ယွင်းခြင်းသာ ဖြစ်စေနိုင်ပေရာ အဂတိကင်းရှင်းသည့် ရွေးချယ်ခြင်းဖြင့် အမှုထမ်းကောင်းများ ပေါ်ထွန်းစေရန် အားထုတ်သင့်ကြောင်း ရှုမြင်ပါသည်။

-(၁၉-၂-၂၀၁၃) ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာပါ ကြေးမုံစာတည်းရှုထောင့်မှ။

စာဖတ်ခြင်း ၃ မျိုး

"စာပေမြင့်မှ လူမျိုးတင့်မည်"ဟူသောစကားရှိသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိတိုင်းပြည်တွင် အသိပညာရှင်၊ အတတ်ပညာရှင်များ ကြွယ်ဝစေရန် လူတိုင်း စာဖတ်ကြရန်လိုပါသည်။ စာဖတ်ရာတွင် -

မျက်စိဖြင့် စာဖတ်ခြင်း၊

နားဖြင့် စာဖတ်ခြင်း၊

ခြေထောက်ဖြင့် စာဖတ်ခြင်းဟူ၍ "စာဖတ်နည်းသုံးနည်း"ရှိသည်။

"မျက်စိဖြင့်စာဖတ်ခြင်း"ကို အထူးပြောစရာမလိုသည့်အပြင်၊ မျက်စိဖြင့် စာဖတ်ခြင်းအလေ့အထသည် နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် ရှိခဲ့ပါသည်။ သို့သော် အခြားနိုင်ငံများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံရှိ စာကြည့်တိုက်များတွင် စာဖတ်သူများများမရှိဘဲ စာဖတ်အားနည်းနေသည်ကို တွေ့ရ၏။

"နားဖြင့်စာဖတ်ခြင်း"အတွက် အသိပညာဗဟုသုတများ တိုးပွားစေမည့် စာပေဟောပြောပွဲများကို နှစ်ပေါင်းလေးဆယ် ကျော်ကျော် ကန့်သတ်ခဲ့ရာမှ ပြန်လည်ဖွင့်လှစ်ပေးခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ စားဝတ်နေရေးကြောင့် စာဖတ်ရန်အချိန်မပေးနိုင်သူများအတွက် စာပေဟောပြောပွဲများကို သွားရောက်နားထောင်ခြင်းအားဖြင့် အသိပညာ တိုးပွားစေပါသည်။ ပြည်သူများ မျက်စိပွင့်၊ နားပွင့်၊ အမြင်ကျယ်စေရေးအတွက် တစ်နိုင်ငံလုံးအတိုင်းအတာဖြင့် စာပေဟောပြောပွဲများကို အစဉ်သဖြင့် ကျင်းပပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

စာပေဟောပြောပွဲများ နားထောင်သလို တရားပွဲများတွင်လည်း တရားနာယူရန်လိုသည်။ သို့မှသာ ဘာသာရေးဗဟုသုတနှင့် အသိပညာများ ရရှိနိုင်ပါမည်။

သာသနာတော်ကြီး အဓွန့်ရှည်စေရေးအတွက် ဆရာဒကာများတွင် တာဝန်ရှိသည်ဖြစ်ရာ ဒကာ/မများ အသိပညာရရှိစေမည့် ဓမ္မကထိကကောင်းများပေါ်ထွက်ရေးအတွက် ဓမ္မကထိကအကျော်အမော်များမွေးဖွားရာ ပရိယတ္တိစာသင်တိုက်များသည် အရေးပါသကဲ့သို့ နားဖြင့်စာဖတ်ခြင်းမည်သော တရားဟောတရားပြ ဓမ္မကထိက ပဋိပတ္တိပုဂ္ဂိုလ်များ၏ အခန်းကဏ္ဍသည်လည်း အရေးကြီးလှပါ၏။

ပရိယတ္တိ၊ ပဋိပတ္တိတည်းဟူသော ခက်မများ ခိုင်မာသန်စွမ်းပါက ပဋိဝေဓ ဟူသောပင်စည်လည်းခိုင်မာပြီး သာသနာတော်ကြီး စည်ပင်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် နေပေမည်။

စာဖတ်နည်း ၃ နည်းမှ တတိယနည်းဖြစ်သော "ခြေထောက်ဖြင့် စာဖတ်ခြင်း"မှာ တစ်မြို့မှတစ်မြို့၊ တစ်နယ်မှတစ်နယ်၊ တစ်နိုင်ငံမှတစ်နိုင်ငံ ခရီးသွားလာခြင်းဖြင့် မိမိမသိသေးသော ဓလေ့ထုံးစံယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့စရိုက်များ သိရှိနိုင်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် "အလိမ္မာ စာမှာရှိ"ဆိုသည့်စကားအတိုင်း အသိအလိမ္မာတိုးပွားပြီး လူမျိုးဂုဏ်ကျက်သရေတိုးမြင့်စေလိုသူတိုင်း အထက်ပါစာဖတ်နည်း ၃ မျိုးအနက် မိမိအတွက် အဆင်ပြေမည့် တစ်နည်းနည်းဖြင့် မပျက်မကွက် စာကြည့်ကြပါရန် တိုက်တွန်းလိုက်ရပေသည်။

-အယ်ဒီတာအဖွဲ့၏ မေတ္တာစကား၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် 'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်းမှ။

မည်သူမဆို သင်ယူခြင်းကို ရပ်ဆိုင်းလိုက်ပါက အသက် ၂၀၊ သို့မဟုတ် ၈၀-ပင် ရှိစေကာမူ အိုမင်းသည်။- *ဟင်နရီဖို့ဒ်။*

Anyone who stops learning is old, whether twenty or eighty.

-Henry Ford.

အသက်ရှည်ရခြင်း လျှို့ဝှက်ချက်များ

အိမ်ထောင်ရေးဘဝပျော်ရွှင်မှုရှိခြင်း၊ မိသားစုအတွင်း ရှိသေလေးစားမှုခံရခြင်းနှင့် ကျေးလက်တွင်နေထိုင်ခြင်းတို့သည် အသက်ရှည်စွာ နေရခြင်း၏ လျှို့ဝှက်ချက်များဖြစ်သည်ဟု တာ့စ်သတင်းဌာနက စနေနေ့က ဖော်ပြသည်။

အာမေးနီးယန်းလူမျိုးများသည် ဆိုဗီယက်ပြည်ထောင်စုရှိ အခြားနေရာများတွင် နေထိုင်သည့်လူများထက် ခြောက်နှစ်ခန့် အသက်ပိုရှည်ပြီး ပျမ်းမျှအားဖြင့် အသက် ၇၀ ဒသမ ၅ နှစ်ရှိခဲ့ကြောင်း ဆိုဗီယက်သုတေသနပညာရှင်များက တွေ့ရှိခဲ့သည် ဟု တာ့စ်သတင်းဌာနက ဖော်ပြသည်။

အာမေးနီးယန်းသမ္မတနိုင်ငံတွင် လင်မယားကွာရှင်းမှုနည်းပါးသည့်အပြင် ဝှင်း၏တောတောင်များ၊ သန့်ရှင်းသော လေများ၊ စမ်းချောင်းများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများကို လေးစားတတ်မှုများကြောင့် ထိုသို့အသက်ရှည်ကြခြင်းဖြစ်သည် ဟု ဆိုသည်။ *-အင်အေဘီ၊ ရိုက်တာ၊(၅-၄-၈၈)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။*

ဝိပဿနာကိုစွဲစွဲမြဲမြဲအားထုတ်ထိုက်သည်

"အာနာပါနစသော ကမ္မဋ္ဌာန်းမျိုးသည် ဟောပြောမှု အလွန်လွယ်၏။ နိမိတ်အထင်ရအောင် အားထုတ်နိုင်မှု အလွန်ခဲယဉ်း၏။ အိမ်၌ စီးပွားနှင့် တွဲဖက်ခြင်းငှာ မရ။ ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ထွက်၍ အပြင်းအထန်အားထုတ်နိုင်မှ နိမိတ်ကို ရနိုင်၏။ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းမူကား ဉာဏ်အလုပ်ဖြစ်၍ လယ်လုပ်ရင်းလည်း ဖြစ်နိုင်၏။ ယာလုပ်ရင်းလည်း ဖြစ်နိုင်၏။ လှေလှော်ရင်း၊ ဝန်ထမ်းရင်း၊ ရောင်းရင်းဝယ်ရင်း အစရှိသဖြင့် အိမ်အလုပ် အိမ်စီးပွားနှင့် တွဲဖက်၍ စွဲမြဲကြသူ အလွန်များ၏။

ထိုစကားမှန်၏။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်းပေါက်ရောက်သူ လူ၌ အလွန်နည်း၏။ ရဟန်းတို့၌သာ များ၏။ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းပေါက်ရောက်၍ သောတာပန်အရိယာဖြစ်ကြသူကား အလွန်များ၏။ လူသောတာပန်တစ်ထောင်ကို ရဟန်းသောတာပန်တစ်ယောက်ကျထား၍ ရေတွက်သော်လည်း ရဟန်ဘက်ကသာ ကုန်ပေရာ၏။ လူဘက်မှာ မကုန်လေရာ။ ဤမျှလောက် များပြားရိပ်ထင်၏။

အဘယ့်ကြောင့်နည်း။ လောက၌ ရှိရင်းကပင် ရဟန်းအလွန်နည်း၏။ လူကမူ မရေမတွက်နိုင်အပြည့်ရှိ၏။ လူသောတာပန်လည်း ပြည့်မတတ်ပင် များလှ၏။ ထိုသို့များလှခြင်းကား အိမ်စီးပွားနှင့် ဝိပဿနာ တွဲချင်တိုင်း တွဲသာလှသောကြောင့်တည်း။

အယုတ်အားဖြင့် အစေခံ၊ အိမ်ကျွန်မ၊ ကုလီပင်ဖြစ်သော်လည်း သံဝေဂ သတိကောင်းကောင်းဖြင့် ရှုပါလျှင် ဝိပဿနာတွဲနိုင်တော့သည်သာတည်း။ ဤမျှသော စကားစုဖြင့် ဝိပဿနာကိုမူ လူတို့သည် စွဲခြင်းငှာ အလွန်ကောင်းလှကြောင်း လိုရင်းစကားတည်း"

–လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၊

လယ်တီဒီပနီပေါင်းချုပ်၊ တတိယတွဲ၊ အာဟာရဒီပနီကျမ်း၊ စာ ၃၁၆ မှ။

ထမင်းပွဲနဲ့ ညီညွတ်ရေး

"တပည့်တော်ကတော့ မိသားစုလေး မကွဲကွာကြသေးခင် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေချင်တာပေါ့။ ခုတော့ အဲဒီတပည့်တော်ရဲ့ ဆန္ဒတွေဟာ အပြင်မှာ တကယ်မဖြစ်နိုင်တဲ့ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်လို ဖြစ်နေတယ်။ ထမင်းစားပွဲမှာတောင် အားလုံးညီညီညာညာ မဖြစ်ကြပါဘူးဘုရား။

တပည့်တော်က ထမင်းစားကြဖို့ ခေါ်လိုက်တော့ အမေက ကိုရီးယားကား ကြည့်နေတာမို့ ပြီးမှ စားမယ်တဲ့။ ညီမလေးကလည်း အမေ့လိုပဲတဲ့။ အဖေနဲ့ အကို့ကို ခေါ်ပြန်တော့ ဘောလုံးပွဲကြည့်နေတုန်း လာခေါ်ရမလားဆိုပြီး ဝေါက်ငမ်း လွှတ်လိုက်တယ်ဘုရား။ လောင်းကစားရှုံးတိုင်း အဖေနဲ့အမေ ရန်ဖြစ်ကြတာ ကလဲ ခဏခဏပါပဲ ဘုရား" ... ။

–မောင်ထွန်းအေးရဲ့ ရင်ဖွင့်သံ၊ ၂၀၁၃မတ်လထုတ် 'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်း ၇၆မှ။

မြန်မာပြည်ရဲ့ သာသနာကွယ်ပျောက်လုနီးနေပြီလား?

.... လူအများစုသည် "ပစ္စည်းဝတ္ထုများဖြင့်သာ လူ့စိတ်ဆန္ဒများကို ပြည့်စုံစေ၏၊ လူတို့၏ချမ်းသာခြင်းအမျိုးမျိုးကို ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်၏"ဟု ယူဆထားကြပေသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း ပစ္စည်းဝတ္ထုများ၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာများကို တိုးပွားသည်ထက် တိုးပွားအောင်၊ ရှိသထက်ရှိအောင် ကြိုးစားရှာဖွေနေကြပေ သည်။ ထို့ပြင် ပညာရပ်များကိုလည်း စီးပွားဖြစ်စေသော ပညာရပ်များလောက်ပဲ အဓိကထား သင်ယူကြသည်။ သားသမီးများကိုလည်း ထိုကဲ့သို့ သင်ယူစေကြပေ သည်။ ထို့ကြောင့် သားသမီးများမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဟု အမည်ခံထားပါသော်လည်း ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမနှင့်ကိုက်ညီသောလက္ခဏာများ မတွေ့မြင်ကြရချေ။ လိမ္မာရေးခြား မရှိကြပေ။ မိဘများကိုယ်တိုင်ကပင် ဘာသာတရားနှင့် အထိအတွေ့ကင်း သလောက် ဖြစ်နေလေတော့ သားသမီးတွေဆိုလျှင် ပို၍ ဆိုးနေလိမ့်မည်။

မြန်မာပြည်ရှိ ဗုဒ္ဓဘာသာအများစုသည် ဘာသာရေးကို မှတ်ပုံတင်ထဲတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဟု ရေးထိုးထားရုံဖြင့် ပြီးပြည့်စုံပြီဟု ယူဆနေကြသည်ထင်ပါ၏။ စီးပွားရေးတိုးတက်ဖို့ဆိုပြီး နတ်တွေကိုလည်း ကိုးကွယ်ကြပြန်သေး၏။ နတ် ကိုးကွယ်လျှင် သရဏဂုံပျက်သည်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မပီသဘူးဆိုတာကိုလည်း သူတို့ဂရုမစိုက်ပေ။ နတ်ကိုးကွယ်ရမည်ဆိုလျှင် အလွန်သတ္တိရှိတတ်ကြလွန်းပေ သည်။ သူတို့အတွက်တော့ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်စုံသထက် ပိုမိုပြည့်စုံလာဖို့ ဂုဏ်၊

အာဏာ၊ အောင်မြင်ကျော်ကြားမှုတို့ကသာ သူတို့ဘဝအတွက် အလိုအပ်ဆုံးဟု ယူဆထားတတ်ကြပေသည်။

ထိုမှုမက ခေတ်သစ်တိုင်း ခေတ်သစ်တိုင်းမှာ ပေါ်လာသမျှ ပစ္စည်း အရာဝတ္ထုတိုင်းကို သူတို့ အများနည်းတူ သုံးစွဲနိုင်ရေးတို့သည် လူ့ဘဝ၏ တကယ့်ချမ်းသာအစစ်၊ လူ့ဘဝ၏ တကယ့်အနှစ်သာရအစစ်ဟု လက်ခံထားကြ၏။ ထို့ကြောင့်လည်း စီးပွားဥစ္စာရရှိဖို့ဆိုလျှင် အကုသိုလ်ဖြစ်မှာကိုလည်း မကြောက်တတ်ကြတော့သလို အပါယ်ငရဲကျရောက်စေတတ်သည်ဆိုသည်ကိုပါ မကြောက်တတ်ကြတော့ပါ။ ကြာလေကြာလေ လူတွေသည် ဂုဏ်မဂုဏ်နှံ့ထဲ နစ်သည်ထက်နစ်သွားကြပေမည်။ ထိုအခါ သာသနာတော်သည် မှေးမှိန်သည်ထက် မှေးမှိန်သွားပေလိမ့်မည်။ မှေးမှိန်ခြင်း၊ ခေါင်းပါးခြင်းတို့ဟူသည် တိမ်မြုပ်၊ ကွယ်ပျောက်သွားနိုင်ခြင်း၏ နိဒါန်းဖြစ်ပေသည်။

နောက်ပိုင်းကာလများတွင် နိုင်ငံကြီးသားများကဲ့သို့ လက်တွေ့ တစ်ခဏအတွင်း ချမ်းသာစေပြီး လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသော ကိုးကွယ်မှုများကို ယုံကြည်လာကြပေလိမ့်မည်။ အမှန်မှာတော့ သာသနာကွယ်ခြင်းဆိုသည်မှာ အခြားဘာသာမှ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက လာရောက်တိုက်ခိုက်ဖျက်ဆီးခြင်းကြောင့် မဟုတ်ပေ။ မိမိတို့ဘာသာ၏ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၏ သွေးအေးမှု၊ လျော့ရိလျော့ရဲနိုင်မှု၊ ဘာသာရေး တည်တံ့၊ ပြန့်ပွားအောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု အားနည်းသောကြောင့်သာ ဖြစ်ပေသည်။

ထို့ပြင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မိဘများ၏ သားသမီးများကို လက်ဆင့်ကမ်းခြင်း အားနည်းကြမှု၊ မိဘတွေကိုယ်တိုင်ကပင် ဘာသာတရား၌ အားထုတ်ခြင်း နည်းပါးသဖြင့် ရှေ့ဆောင်လမ်းပြ မလုပ်နိုင်မှု၊ ဘာသာတရားဘက်ကို အားထုတ်ရန် အားပေးမှု နည်းပါးခြင်းတို့ကြောင့်လည်း ဖြစ်သည်။

ဘာသာအရေးကို တကယ်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားကြတာ မှန်သည်ဆိုလျှင် လှူစရာရှိတဲ့အခါ သွားလှူလိုက်ရုံ၊ ဥပုသ်သီတင်းကာလမှာ ဥပုသ်သီလ သွားရောက်ဆောက်တည်ကြရုံ၊ မိမိအခက်အခဲကြုံမှ ဆရာတော်တွေထံသွားရောက် အကူအညီတောင်းရုံလောက်မျှဖြင့် ဘာသာဝင်ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးရဲ့ တာဝန်ကျေပြီဟု ယူဆနေ၍ မရပေ။ ဒါက ပြောရလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ အသေးစားလုပ်ငန်း၊ အခြေခံလုပ်ငန်းလောက်သာရှိပါသေးသည်။ တကယ်တမ်းလုပ်ရမည့်လုပ်ငန်းကြီးတွေကတော့ မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမဖြစ်တဲ့ တရားတော်တွေကို သိရှိအောင်၊ သိသလောက်နှင့် ကျေနပ်မနေဘဲ လက်တွေ့ကျကျ ကျင့်သုံး လိုက်နာကြည့်ခြင်းတို့ကို ပြုရပါမည်။

မိမိသိထားသမျှ၊ တတ်ထားသမျှတွေ၊ ကျင့်သုံးလိုက်နာခဲ့သမျှ၊ အားထုတ်ခဲ့သမျှတွေကို မိမိ၏မိသားစု၊ မိမိနေထိုင်ရာပတ်ဝန်းကျင်တို့တွင် လက်ဆင့်ကမ်း သင်ကြားပေးခြင်း၊ နည်းနာနိဿယပေးခြင်း၊ လမ်းညွှန်တိုက်တွန်းပေးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ကြရပေမည်။ အထူးအားဖြင့် ဗုဒ္ဓအခါတော်နေ့တွေ၊ ဗုဒ္ဓပူဇနိယပွဲတော်တွေ၊ ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်တွေကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနိုင်ဖို့က အလွန် အရေးကြီး လှပေသည်။ ယင်းသည် အဆင့်မြင့်ဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏ လမ်းစဉ်ပဲ ဖြစ်ပါသည်။

ယခုအခါမှာတော့ ဘာသာရေးလုပ်ငန်းတွေမှာ စိတ်ပါဝင်စားတဲ့သူကို 'ဘုရားဖြစ်မယ့် အုတ်နီခဲ'စသည်ဖြင့် ကြည်စယ်နေကြတာ၊ ပျက်ရယ်ပြုသည့်သဘောကဲ့သို့ ပါဝင်နေခဲ့ပေပြီ။ မိမိတို့ကိုယ်တိုင်က မကျင့်နိုင်ရင်တောင် လုပ်နေသူကို တွေ့မြင်ပါက အားပေးသင့်သည်၊ ကူညီသင့်သည်၊ ထောက်ပံ့သင့်ပေသည်။ ယခုနောက်ပိုင်းမှာ စက်မှုလက်မှုတွေ(ရုပ်ဝတ္ထုပိုင်းတွေ) ထွန်းကားလာသည်နှင့်အမျှ လူတွေ၏စိတ်ဓာတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ကိုယ်ကျင့် သီလပိုင်းဆိုင်ရာတွေမှာ လွန်စွာ ဆုတ်ယုတ်ကျဆင်းသွားခဲ့ခြင်းကို လူတွေ သတိမထားမိကြပါ။

ဥပမာအားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ပြန်စစ်ဆေးကြည့်လျှင် တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ အထူးအားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ပို၍စိစစ်သင့်ပါသည်။ ထို့နောက် ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်များ ပို၍ပို၍ စိစစ်သင့်ပေသည်။ ပထမဆုံးအနေနှင့် စာရေးသူ ကိုယ်တိုင် ပြန်လည်စိစစ်လိုက်ပါဦးမည်။

တစ်ချိန်က အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသာ သီးသန့်နေထိုင်ရာ နိုင်ငံတစ်ခုအဖြစ်ဖြင့် ထင်ရှားကျော်ကြားခဲ့ဖူးပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာထွန်းကားသည်ထက် အဆပေါင်းမြောက်မြားစွာ သာလွန်ခဲ့ပေသည်။ သို့သော် နောက်ပိုင်းမှာတော့ ထိုဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ လျော့ရဲလျော့ရဲနိုင်သော နေထိုင်မှု၊ တစ်ပါးသူတွေ လုပ်ပါလိမ့်မယ်ဆိုပြီး တိမ်းရှောင်သွားမှုများကြောင့် တစစနှင့် ကွယ်ပျောက်သွားကာ ယခုလို ဘာသာခြားများသာ သီးသန့်နေထိုင်ရာ နိုင်ငံကြီး ဖြစ်သွားခဲ့ရခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ထိုအချက်ကို ထောက်ရှုကာ ယခု မြန်မာနိုင်ငံရှိ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ လျော့ရဲလျော့ရဲနိုင်မှု၊ ပေါ့ဆမှု၊ တစ်ပါးသူတွေ လုပ်ပါလိမ့်မယ်ဆိုပြီး တိမ်းရှောင်သွားမှုများသည် ဘာသာတရားကွယ်ပျောက်တော့မည့် ရှေးပြေးသဖွယ် ဖြစ်နေလေသလားဟု တွေးမိကာ "ဩော် .. မြန်မာပြည်ရဲ့ သာသနာ ကွယ်ပျောက်လုနီးပြီလား"ရယ်လို့ ရင်လေးမိလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

–အရှင်တိက္ခသာရ (ရန်ကုန်ဗုဒ္ဓထေရ္ဂသိုလ်)၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် 'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်း စာ ၇၉–၈၀ မှ။

မြန်မာဆန်ဆန်ပဲ ကောင်းပါတယ်

"တစ်ခုအရေးကြီးတာက ဂါရဝတရားပေါ့။ ကြီးသူကို ရိုသေ၊ ရွယ်တူကို လေးစား၊ ငယ်သူကို သနားရတယ်။ အနုပညာလောကမှ မဟုတ်ဘူး။ နယ်ပယ်တိုင်းမှာပေါ့။ အမေတို့ခေတ်ကဆိုရင် ဂါရဝတရားက အရေးကြီးတယ်။ ယနေ့ခေတ်ကတော့ မာန်တွေများပြီး ဂါရဝတရားနည်းနေတယ်လို့ အမေထင်တယ်"

"မြန်မာအမျိုးသမီးလေးတွေကြားထဲမှာ ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွေ ထိုးဖောက်နေတယ်။ အဲဒီဇာတ်လမ်းတွေထဲက အတုခိုးရမှာကတော့ အပြင်က ပြန်လာရင် 'ပြန်လာပြီ'လို့ နှုတ်ဆက်တယ်။ လူကြီးမစားဘဲနဲ့ အရင်မစားဘူး။ မိဘက ကန့်ကွက်တဲ့အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စကို အလေးအနက်ထား စဉ်းစားတယ်။ ဒါတွေက အတုခိုးရမှာ။ စကတ်တို ဝတ်တာတွေကို အတုခိုးရမှာ မဟုတ်ဘူး။ အမေကတော့ မြန်မာအမျိုးသမီးလေးတွေ မြန်မာဆန်ဆန်ပဲ ဝတ်စေချင်ပါတယ်။ မြန်မာမလေးတွေ ခေတ်မမီဘူးပဲ ပြောပြော၊ ခေတ်ညံ့တယ်ပဲ ပြောပြော မြန်မာမလေးပဲ ကောင်းပါတယ်"

–ဒေါ်ခွဲ့စွဲ့စမ်း၊ (၈–၁၀–၂၀၁၂)ထုတ် Education Digesti ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် ဗေဒေါ်ဝါဒီနီလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်း စာ၂၁ မှ။

ကံကောင်းသူဆိုတာ

အချစ်ရေးမှာ ကံကောင်းသူဆိုတာ 'လူပျိုကြီး'လို့ ခေါ်တယ်။

A man lucky in love is called a bachelor.

–၂၀၁၃ မတ်လထုတ် ဗေဒေါ်ဝါဒီနီလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်း စာ ၁၀၅ မှ။

အကျင့်ဆိုးဆိုတာ

"အကျင့်ဆိုးဆိုတာ စွန့်ပစ်ချင်ပေမယ့် ပြတင်းပေါက်ကနေ လွယ်လွယ်လေး လွှင့်ပစ်ချလိုက်လို့ရတဲ့ အရာမျိုး မဟုတ်ဘူး။ လှေခါးထစ် တစ်ထစ်ချင်းဆီ ချော့ခေါ်ပြီး ဆွဲချသွားကာ တံခါးအပြင်ထုတ်လိုက်မှ (ဟူး ...) မိမိအကျင့်ဆိုးက ပပျောက်သွားတာမျိုး"

–အမေရိကန်စာရေးဆရာ မတ်တွိန်း၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် ဗေဒေါ်ဝါဒီနီလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်း စာ ၁၀၉ မှ။

ရှေးလူကြီးများရဲ့ညြဝါဒ

စီးပွားဖြစ်ချင်လျှင် ကုသိုလ်လုပ်။
စီးပွားဖြစ်လာလျှင် ကုသိုလ်လုပ်။
စီးပွားဆုတ်ယုတ်လာလျှင် ကုသိုလ်လုပ်။

-ကိုကိုလှ(တမာမြေ)၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် 'မေတ္တာရှင်'မဂ္ဂဇင်း တ ၈၃ မှ။

လောကကြီးက တံခါးဖွင့်ပေးထားပါတယ်

လက်နှစ်ဖက်မရှိသဖြင့် ခြေထောက်၊ ပါးစပ်တို့ဖြင့် ပန်းချီဆွဲရသော တရုတ်ပြည်မှ နာမည်ကျော် ပန်းချီဆရာကြီး ဟွမ်ဂူဖူး Huang Guofu (၄၁ နှစ်)၏ လူငယ်များသို့ အားပေးသည့်စကား -

"ကျွန်တော်ကတော့ မျိုးဆက်သစ်လူငယ်တွေကို သိစေချင်တာကလေးတွေ ရှိတယ်ဗျာ။ ဘဝမှာ တကယ့်ကို ခက်ခဲတဲ့ အဟန့်အတား၊ အတားအဆီးဆိုတာ မရှိပါဘူး။ တကယ့်အခက်အခဲက မိမိရဲ့ကိုယ်ပေါ်မှာ မူတည်တယ်။ ကိုယ်ရည်မှန်းထားတဲ့ အလုပ်တစ်ခုကို တကယ်ဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်ချင်စိတ် ရှိ-မရှိ ဆိုတာပါ။ တကယ်ဖြစ်ချင်လို့ တကယ်လုပ်ရင် အဟုတ်ဖြစ်ရမှာပေါ့။ ကျွန်တော့်မှာ အယူအဆတစ်ခု ရှိတယ်ဗျ -

"လောကကြီးက သင့်အတွက် တံခါးပေါက်ကို ပိတ်လိုက်တဲ့အခါ တစ်ချိန်တည်း တပြိုင်တည်းမှာပဲ လောကကြီးက သင့်အတွက် အခြားတံခါးတစ်ပေါက်ကို ဖွင့်ပေးပြီးပါပြီ"

When life closes one door to you,
it must have opened another at the same time.

(အလုပ်တစ်ခု လုပ်လို့မရလောက်အောင် လမ်းစပိတ်ပြီး အဟန့်အတား ပြုထားရင် တပြိုင်နက်တည်းမှာပဲ အခြားအလုပ်တစ်ခု လုပ်လို့ရအောင် အခြား လမ်းစတစ်ခုကို ဖွင့်ပေးပြီးပါပြီ)ဆိုတာပါပဲ။

-၂၀၁၃ မတ်လထုတ် ဧဒေါ်ဝါဒီလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ မောင်သိန်းလွင်၏ 'မယုံကြည်နိုင်လောက်အောင် ထူးခြားသော ပါရမီရှင် ပန်းချီဆရာ' ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

တရားနာနာရှု

စိတ်ညစ်တဲ့ခါ တရားမေ့၊ ပို၍ပို၍ ဒုက္ခတွေ့။
ဒုက္ခမတွေ့စေဖို့ရာ၊ တရားနာနာ ရှုရမှာ။
တရားနာနာရှုပေးမှ၊ ငြိမ်းအေးတည်ငြိမ် တိုး၍လှ။ *လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ။*

ဤအရည်အချင်းရှိမှ ငွေပုံကြီးပေါ် ထိုင်မိမည်

သင်သည် ဘယ်နယ်ပယ်သို့ ရောက်စေကာမူ ရောက်သောနယ်ပယ်တွင် ကျွမ်းကျင်မှုသည် လိုအပ်၏။ ကျောင်းဆရာဖြစ်ပါကလည်း စာသင်ကျွမ်းရမည်။ ကျောင်းသားအကြောင်းကို နားလည်နေရမည်။ တံငါသည်ဖြစ်ပါကလည်း ရေကို ကုန်းနမ်းလျှင် ရေထဲ၌ ဘာငါးရှိသည်ကို သိရမည်။ ထိုသို့ကျွမ်းကျင်မှုရှိမှ သင်သည် သူဌေးဖြစ်စေမည့် ပုဆိုးစကို စတင်ဆွဲမိမည် ဖြစ်သည်။ ကျွမ်းကျင်မှုဟူသော နယ်ပယ်သည်ပင်လျှင် အမျိုးမျိုးရှိသည်။ အချို့အလုပ်များသည် အလွယ်တကူ ကျွမ်းကျင်နိုင်သောအလုပ် ဖြစ်၏။ အချို့အလုပ်များကား လေ့ကျင့်မှုများမှ ကျွမ်းကျင်ပါ၏။

ကျွမ်းကျင်ရန် ခက်ခဲသောအလုပ်၊ ကျွမ်းကျင်ရန် လွယ်ကူသောအလုပ်ဟူ၍ အလုပ်အမျိုးအစားပေါ်မူတည်၍လည်း ဝင်ငွေအနည်းအများ ကွာဟမှုရှိ၏။ အလုပ်တစ်ခုသည် လူအများအပြား အလွယ်တကူ ကျွမ်းကျင်စေနိုင်သော အလုပ်ထက် ကျွမ်းကျင်မှုရရှိရန် ခက်ခဲသောအလုပ်ကို လုပ်သူများက ပို၍ဝင်ငွေကောင်း၏။ ဥပမာ- လေယာဉ်မောင်းသောအလုပ်နှင့် ကုန်တင်ကားမောင်းသော အလုပ်နှစ်ခုတွင် ယာဉ်တစ်ခုခုကို မောင်းတာချင်းအတူတူ ကုန်တင်ယာဉ် မောင်းမှုသည် လေ့ကျင်ရန်လွယ်၏။ မောင်းနိုင်သူမောင်းတတ်သူလည်း ပေါ သောကြောင့် လေယာဉ်မောင်းသူက ကုန်တင်ကားမောင်းသူထက် ဝင်ငွေပိုရ၏။

ကျွမ်းကျင်မှုသည် အရေးကြီးနေပြီဖြစ်၏။ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို ဘယ်အရပ် ဘယ်နေရာတွင် ရှာကြမည်နည်း။ သင်၏ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို ရရှိရန်အတွက် နည်းလမ်းတစ်ရပ်မှာ စာအုပ်အစုံကို ဖတ်ရမည်ဖြစ်၏။ သို့မှသာ သင်၏ဉာဏ်မျက်စိဖြင့် မသိသေးသော အရာများ၊ အခွင့်အလမ်းများကို ပို၍ မြင်တွေ့လာမည်ဖြစ်၏။

-၂၀၁၃ မတ်လထုတ် ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ ချစ်စံဝင်း၏ 'ဤအရာရှိမှ ငွေပုံကြီးပေါ် ထိုင်မိမည်'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

ဘုရားပေးသောသတ္တိ

တစ်မျိုးမျိုးသောအလုပ်ကိစ္စမရှိရင် ဘုရားကို အမှတ်ရနေပါ။
အခါမရွေး အမှတ်ရနေရင် ကောင်းပါတယ်။
ဒီလို ဘုရားအာရုံယူနေတော့ သတ္တိအလိုလို ထက်မြက်လာတယ်။
စိတ်တွေဟာ ဘုရားအာရုံ အမြဲယူနေရတော့ တည်ကြည်မှု(သမာဓိ)ကို ရလာတယ်၊
ဒီလိုတည်ကြည်လာတော့ ရဲရင့်ထက်မြက်တဲ့ သတ္တိကောင်းတွေ ပေါ်လာရတာပဲ။

-မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီး၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် 'မေတ္တာရှင်' မဂ္ဂဇင်း စာ၅၅မှ။

စစ်မှန်သော ကြီးပွားချမ်းသာရေး

"ကြီးပွားသည်ဆိုရာ၌ ငွေကြေးများစွာ ရရှိခြင်းကို မဆိုလို။ မသမာမှုဖြင့် ရထားသော ငွေများကို အကြောင်းပြု၍ ထိုသူအား ကြီးပွားသူဟု မခေါ်ကြစေလို။ လူမှုရေးရာ၌ ကျေပွန်အောင် ဆောင်ရွက်ကာ မိမိအဖို့သာမက အများအကျိုးကိုပါ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါမှ ကြီးပွားသည်ဟု ခေါ်ရပေမည်"

ချမ်းသာမှုအစစ်

"ကံတရားကို လေးနက်စွာ သက်ဝင်ယုံကြည်သူအဖို့ အောင်၍လည်း သွေးမတက်၊ ရှုံး၍လည်း စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ 'ကြိုးပမ်းမှုမှာ လူ့ဝတ္တရားပါတကား' ဟူသော ယူဆချက် တည်မြဲမှုကြောင့် ဆက်လက်ကြိုးပမ်းနေလိမ့်မည်။ လောက၌ အောင်မြင်ခြင်း၊ ရှုံးနိမ့်ခြင်း အကျုံးဝင်လာသော လောကဓံတရားသည် အကြောင်းမထူးသည့် အကြောင်းအချက်တို့သာ ဖြစ်သည်။ လူဖြစ်လာလျှင် လူ့ဝတ္တရားကို ဆောင်ရွက်ရမည်ဟူ၍ နှလုံးသွင်းတတ်ပါမှ၊ လူဖြစ်မရှုံးတော့ဘဲ တည်ငြိမ်သော စိတ်ဓာတ်မှ သက်ဆင်းပေါ်ထွန်းလာသည့် ချမ်းသာမှုကို ရရှိပေမည်။ ထိုချမ်းသာမှုသည်သာလျှင် လူတို့လိုလိုလားလား ရှာဖွေဆည်းပူးရမည့် ချမ်းသာမှုပင် ဖြစ်၏။ ယင်းသည်သာလျှင် ချမ်းသာမှုအစစ်ဖြစ်၏" ...

ကြီးပွားချမ်းသာရေးနှင့်ပတ်သက်၍ စိတ်ဓာတ်အခြေပျက်၍ မသင့်မရာတို့အပေါ်၌ တန်ဖိုးထားမှု များပြားနေသော အခိုက်အခါဝယ် မှန်ကန်သော တန်ဖိုးထားမှု ပြန်လည်ဖြစ်ထွန်းစေရန် အားလုံးက ဝိုင်းဝန်းကြိုးပမ်းသင့်ကြပေသည်။

-၂၀၁၃ မတ်လထုတ် ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် လှုငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ

တက်တိုး၏ 'စစ်မှန်သော ကြီးပွားချမ်းသာရေး'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နှုတ်ဖော်ပြသည်။

ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်၏ ပညာနှင့်သတ္တိ

နိုင်ငံရေးတာဝန်ထမ်းဆောင်နေသူများသည် မြန်မာ့သမိုင်း ရတနာပုံခေတ်၌ ထင်ရှားခဲ့သော ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်အကြောင်းကို လေ့လာသိရှိသင့်ကြပေသည်။

ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်သည် ကုန်းဘောင်မင်းဆက် သာယာဝတီမင်းလက်ထက်တွင် ထင်ရှားခဲ့သူ **ယင်းတောဝန်ကြီး**၏ သားအငယ်ဆုံးဖြစ်သည်။ ဦးဖိုးလှိုင်၏ဇာတိမှာ မြင်းခြံခရိုင်၊ ရွာပုလဲဖြစ်သည်။ ကုန်းဘောင်မင်းဆက် သာယာဝတီမင်းထံတွင် ခစားတာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော ရေနံချောင်းမြို့စား ယင်းတောဝန်ကြီးသည် သာယာဝတီမင်းကိုယ်တိုင် ထိုးသတ်သော လှံချက်ဖြင့် အသက်ဆုံးရှုံးခဲ့ရရှာသည်။

နောင်အခါတွင် ယောအတွင်းဝန်အဖြစ် အမည်နာမည်သတင်း ထင်လင်းကျော်စောလာမည့် မောင်လှိုင်သည် သာယာဝတီမင်း၏သား မင်းတုန်းမင်းသားထံတွင် ငယ်စဉ်ကတည်းက ခစားထမ်းရွက်ခဲ့သည်။ သာယာဝတီမင်း၏နောက် နန်းတက်လာသော ပုဂံမင်းကို မင်းတုန်းမင်းသားနှင့် ကနောင်မင်းသားတို့က တော်လှန်ပုန်ကန်ပြီး မင်းတုန်းမင်းသား ရှင်ဘုရင်ဖြစ်လာသောအခါ ငယ်ကျွန်တော်အမှုထမ်း မောင်ဖိုးလှိုင်ကို ရာထူးအဆင့်ဆင့်တက်၍ ခန့်ထားခဲ့ရာ ရတနာပုံရွှေနန်းတွင် ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်ဟု ထင်ရှားကျော်ကြားလာခဲ့သည်။

တစ်နေ့သောအခါ မင်းတုန်းမင်းတရားထံ ဆက်သွင်းသော သဝဏ်လွှာတစ်စောင်၌ ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်က ဤသို့လျှောက်သွင်းသည်။

အမိ,နမ၊ သမီးကကို
စ၍ဆက်သွင်း၊ လက်ဆောင်နှင်း၍
စိုးမင်းချစ်မြတ်၊ ထိုအမတ်သည်
အတတ်မရှိ၊ သတ္တိကင်းကွာ၊ ဘုန်းကြီးလာမူ၊
ပြည်ရွာပျက်ကြောင်း တစ်ပါးတည်း။

ထိုကဗျာလင်္ကာသည် စင်စစ် မင်းတုန်းမင်းတရားကြီးထံပါး မျက်နှာလိုမျက်နှာရ ခစားထမ်းရွက်နေသော ရှင်ဘုရင်ချစ် အမတ်တစ်ဦးကို ထေ့ငေါ့ရေးသားခဲ့ကြောင်း ထင်ရှားလှသည်။ မင်းတုန်းမင်းကြီးသည် ထိုကဗျာလင်္ကာဆက်သွင်းလာသူ ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်အပေါ် ဒေါသအမျက် ခြောင်းခြောင်းထွက်ပြီး မင်းတုန်းမင်းကြီးသည် လက်စွဲတော်လှံကို ဆွဲယူလိုက်၍ ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်၏ ရင်ဝသို့ ချိန်ရွယ်လိုက်သည်။

"လှိုင်၊ နင် ဒီလုံအကြောင်း သိရဲ့လား"

"မှန်လှပါ၊ သိပါတယ်ဘုရား။ အရှင့်ခမည်းတော် သာယာဝတီမင်းတရားကြီးရဲ့ လက်စွဲတော် လုံပါဘုရား"

"ငါ့ခမည်းတော်က ဒီလုံနဲ့ ဘယ်သူ့ကို စီရင်ခဲ့ဖူးသလဲ"

"မှန်လှပါ၊ ကျွန်တော်မျိုး၏ ဖခင်ဖြစ်သူ ယင်းတောဝန်ကြီးကို စီရင်ထိုးသတ်ခဲ့ဖူးပါသည်ဘုရား"

"မောင်မင်း လှိုင်၊ ဒီလုံနဲ့ စီရင်တာ ခံလိုသလား"

ထိုအခါတွင် ယောမင်းကြီး ဦးဖိုးလှိုင်သည် မတ်မတ်ရပ်၍ ရင်ကော့ကာ "ထိုးတော်မူပါဘုရား"ဟု ရဲဝံ့စွာ လျှောက်ထားလေသည်။ မင်းတုန်းမင်းကြီးသည် ဒေါသကို ချုပ်တည်း၍ လုံကို ကိုင်ကာ အတွင်းတော်သို့ ဝင်သွားလေတော့သည်။

ထိုအခါ အနီးမှာရှိနေသော ဝန်ကြီး၊ မှူးမတ်တို့သည် ယောမင်းကြီး ဦးဖိုးလှိုင်ကို ဝေဖန်ပြစ်တင်ကြ၏။

"ကိုလှိုင်နှယ်၊ ရဲလွန်းရန်ကောဗျာ။ ဘယ့်နှယ် တည့်တိုးကြီး လျှောက်တင်ရတာလဲ"

ထိုအခါ ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်က ဤသို့ ပြန်ကြားပြောဆို တုံ့ပြန်လေသည်။

"ဝန်မင်းတို့ရယ်၊ နေရာတကာမှာ ရှင်ဘုရင့်အလိုကြိုက် မှန်ပါ့ဘုရား လိုက်ပြီး အသက်ရှင်နေရသည့်ထက် ရင်ဝကို လုံထိုးခံပြီး သေရတာက မြတ်ပါတယ်။ မင်းကြီးအလိုလိုက် မင်းကြီးအကြိုက်ဆောင်ရွက်၍ တိုင်းပြည်ကြီးငါးပါးမှောက်ခဲ့သော် သမိုင်းအစဉ်အဆက် ကွဲရဲ့စရပေတော့မှာပ။ နိုင်ငံတာဝန်ထမ်းမယ့်သူမှာ မှန်ကန်သည့်ထင်ရာကို ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ပြတ်ပြတ်သားသား လုပ်ရဲရပေမယ်ဗျ"

ယောမင်းကြီး ဦးဖိုးလှိုင်ကဲ့သို့ ရဲရင့်ပြတ်သားသော နိုင်ငံ့ခေါင်းဆောင်မျိုးကား ရှားပါဘိတော့၏။ ..

မှန်ပါသည်။ ယနေ့ နိုင်ငံခေါင်းဆောင်လုပ်နေသူတွေ၊ လုပ်မယ့်သူတွေ ယောမင်းကြီး ဦးဖိုးလှိုင်၏ ပညာ၊ သတိ၊ သတ္တိမျိုးကိုဆောင်ပြီး နိုင်ငံရေး၊ ဒီမိုကရေစီဖော်ဆောင်ရေးမှာ ကိုယ့်သမိုင်းကို ကိုယ်တိုင် လှလှပပ ရေးနိုင်ကြပါစေဟု ဆန္ဒပြုလိုက်ရပါသည်။ ။

-(၂၁-၂-၂၀၁၃)ထုတ် The Hot News Weekly ဂျာနယ်ပါ ထက္ကသိုလ်စိန်ထင်၏ 'ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်၏ ပညာနှင့်သတ္တိ'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

မြန်မာ့သမီး ရှုမငြီး

* တစ်ခေတ်တုန်းက၊
ရင်ဖုံးအင်္ကျီ၊ ပင်ဖျင်နီနှင့်
ထဘီချိတ်ဆင်၊ ယဉ်လည်းယဉ်စွ
ဆံပင်ရှည်ထုံး၊ မင်ဝိတုန်းသို့
မှုန်းချယ်သစ်ဆင်း၊ လှယမင်းဟု
ကောင်းခြင်းခါတန်၊ မှတ်ကျောက်မှန်ခဲ့။

* ယခုခေတ်ကား၊ ဆိုးဆေးများဖြင့်
ဖြူ ကျား ဝါ ညို၊ ဆံပင်တိုနှင့်
နဂိုအလှ၊ ကွယ်ပျောက်ရသေး
မေးငေါ့ရှုတ်ချ၊ ကဲ့ရဲ့ကြ၏။
မလုံ့တလုံ့၊ ဝတ်စားပုံလည်း
ကြံ့ရှုမြင်ခိုက်၊ သဲဖိုလှိုက်ဖွယ်
စရိုက်လော်မာ၊ ခေတ်အခါဟု
အပြစ်သာ တင်နေသင့်သလော။

* မြန်မာ့သမီး၊ ရှုမငြီးတို့
ကိုယ့်စည်းကိုယ့်တာ၊ ကိုယ့်သိက္ခာဖြင့်
မြန်မာပီသ၊ ယဉ်ကျေးမှုလျှင်
မွှေးမြဂုဏ်ပေါင်း၊ ချစ်ဖွယ်ကောင်းလိမ့်
နှစ်ထောင်းဖြူစင်၊ လူ့ဂုဏ်အင်တည့်
ဆင်ယင်ဝတ်စား၊ မလွဲမှားသင့်။
အသွားအလာ၊ မူရာနေထိုင်
ကိုယ်ပိုင်ဓလေ့၊ ကိုယ်တိုင်မွေ့လျက်
မမေ့စဉ်လာ၊ စောင့်ထိန်းကာဖြင့်
မြန်မာဆန်ဆန်၊ ပန်းကောင်းပန်လို့
စံပြုဂုဏ်ယူ၊ ဖိုးထိုက်သူဟု
ကျင့်မှုဆောင်တတ် သမီးမြတ်။

—ရွှေမြိုင် ဖြူးလှဲ့မော်၊ ၂၀၁၃ဖေဖော်ဝါရီလထုတ်
မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်မဂ္ဂဇင်း စာ ၁၆ မှ။

ဝေဘူဆရာတော်၏ သန္နိဋ္ဌာနကမ္မဋ္ဌာန်းစဉ်

၁။ ဘုရားအဆုံးအမဖြစ်တဲ့ ပိဋကတ်သုံးပုံ အကုန်လုံးဟာ "ဆင်းရဲမှ လွတ်မှု တစ်ခု"ဖြစ်၍ နည်းတွေများသော်လည်း အားလုံး အတူတူပဲ။ အကုန်လုံး လိုက်ပြီး လုပ်စရာမလိုဘူး။ အများကြီးထဲက ကြိုက်ရာတစ်ခုခုကို ဝီရိယ မှန်မှန်နှင့် သန်သန်လုပ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။

၂။ စရဏနှင့်ဝိဇ္ဇာ တပြိုင်နက်ဖြစ်အောင် လုပ်ရတယ်။ တစ်ချိန်ထဲမှာ အလုပ် နှစ်ခုပြီးတာ ဒါပဲရှိတယ်။ (အလုပ်လုပ်ရင်း ရအောင်ရှုပါ)

၃။ ဝိပဿနာတရားဆိုတာ ထင်ရှားရှိတဲ့တရားကို မြင်အောင်ရှုမှတ်ခြင်းပင် ဖြစ်တယ်။ ထင်ရှားရှိတဲ့တရားကို မြင်အောင်မရှုနိုင်ရင် ဝိပဿနာ မဖြစ်ဘူး။

၄။ ထင်ရှားရှိတဲ့တရားဆိုတာ တခြားမှာသွားပြီး ရှာရတာမျိုးမဟုတ်။ ရှောင်မရ၊ တိမ်းမရ၊ မမြင်ချင်၍မနေရအောင် ကိုယ်မှာ အမြဲထင်ရှားရှိနေတဲ့ ရုပ်နာမ် တရားတွေပဲ ဖြစ်တယ်။

၅။ ကိုယ်မှာ အမြဲထင်ရှားရှိနေတဲ့ ရုပ်နာမ်တရားတွေထဲမှာ လူတိုင်းနားလည် လွယ်တာက "အာနာပါန=**ထွက်လေ,ဝင်လေ**"ရှုမှတ်မှု ဖြစ်တယ်။

၆။ ဝိပဿနာဖြစ်ဖို့ရာအတွက် ထွက်လေဝင်လေထိရာ နှာဝနှာဖျားမှာ ဝင်တိုင်း ထွက်တိုင်း ရိပ်ရိပ်ရိပ်ရိပ်နဲ့ တထိထဲထိနေတာကို တသိထဲ သိနေအောင် ဒလစပ်သိမြင်နေအောင် ကြည့်ရှုနေရမယ်။ အိမ်အမိုးကို စပ်အောင် ထူထူမိုးမှ နေပူဒဏ် မိုးရွာဒဏ်ကို ခံနိုင်တယ်။(၂၄ နာရီ တစ်စပ်ထဲ ရပါစေ)

၇။ ထိတာကို သိနေလျှင် သိက္ခာသုံးပါး၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှအစ ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇ပါး၊ ပိဋကတ်သုံးပုံ အလုံးစုံ တပြိုင်နက် ပါဝင်ပြီး ဖြစ်တယ်။

၈။ 'ထိ'တာဟာ ရုပ်သဘောဖြစ်တယ်။ 'သိ'တာဟာ နာမ်သဘောဖြစ်တယ်။

၉။ တရိပ်ရိပ်နှင့် ထိတိုင်းပျောက်တိုင်း(ရုပ်နာမ်)ဖြစ်မှုပျက်မှုတွေ ဖြစ်ပျက်၍ နေခြင်း ဖြစ်တယ်။

၁၀။ တရိပ်ရိပ်နှင့် နှာဖျားနှာဝမှာ ထိလိုက်ပျောက်လိုက်နေတာတွေကိုသာ တစ်ဆက်ထဲ သိမြင်အောင် ကြည့်ရှုနေရင် ကြာလျှင် ဝိပဿနာ၊ သမာဓိ၊ တစ်စထက်တစ်စ တစ်ခဏထက်တစ်ခဏတိုးတက်ပြီး အားကြီးလာတဲ့ အခါ နှာဖျားနှာဝတွင်သာမက ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်း အလိုလို တရိပ်ရိပ် တရွရွတွေ ဖြစ်ပျက်နေတာကို တွေ့ရမယ်။

၁၁။ တစ်ကိုယ်လုံး တရိပ်ရိပ် တရွရွ အမြဲမပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတာကို တွေ့လာရတဲ့ အခါ (အနိစ္စကို ကောင်းစွာမြင်သောကြောင့်) ဒုက္ခနှင့်အနတ္တဟာ အလိုလို ထင်မြင်လာလိမ့်မယ်။ ပါးစပ်က ဆိုနေဖို့ မလိုဘူး။ ဝိပဿနာအလုပ်ဟာ 'ထိ'မှုကို ကြည့်ရှု'သိ'နေရုံသာ ဖြစ်တယ်။ ကြည့်ရှုနေရင်း၊ ရှုမှတ်နေရင်း သိထိုက်သမျှကို အလိုလို တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ တိုးပြီးတိုးပြီး သိလာ လိမ့်မယ်။

၁၂။ အဲဒီလို တရိပ်ရိပ်နဲ့ ထိမှုသိမှုတို့ကို ကြည့်ရှုနေရင်း မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် ဆိုက်လာပြီဆိုရင် အလွန်သိသာလှပါတယ်။ ဘယ်လိုသိသလဲဆိုတော့ "ရေငတ်၍နေသောသူသည် ရေကိုသောက်ရသည်ရှိသော် ရေငတ်ပြေ သကဲ့သို့" ဖြစ်သွားတော့တယ်။ သူများမေးစရာမလို၊ ကိုယ်တိုင်သိမယ် (သန္ဒိဋ္ဌိကော)။

-ရွှေမြတ်၊ ၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြန်မာ့ဝဏ်ရည်မဂ္ဂဇင်း စာ ၂၉ မှ။

တီးဟန် ဆိုဟန် မြန်မာ့ဟန်

* ရင်ဖုံးအင်္ကျီ လက်ရှည်လေးနှင့်၊ ယဉ်ကျေးပါဘိ သူ့မူဟန်။
နားဝင်ပီယံ ငြိမ့်ငြိမ့်အေးတဲ့၊ ဆိုတေးသံက သာယာပြန်။
သဖြန် ဘောလယ် ယိုးဒယားက၊ တေးသွားအလိုက် နန်းဆန်ပြန်။
သီချင်းခံ တေးထပ် သာယာကြိုးက၊ မရိုးနိုင်တဲ့ သူ့ဆိုဟန်။
ခုန်ပြန်ပြေးလွှား သူ့လျက်များက၊ စောင်းကြိုးများကို လှုပ်ခတ်ပြန်။
သွယ်လျမူဟန် စောင်းကိုခတ်တော့၊ ဘုံကြိုးပြတ်တဲ့ နတ်မိသဏ္ဍာန်။
တီးဟန် ဆိုဟန် မြန်မာ့ဟန်မို့၊ အမှန်လေးစား ဂုဏ်ယူပြန်။
မလေး အသံ ... မလေး ဟန်....။

-မဥ္ဇူခင်(သာယာဝတီ)။ ၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် မြန်မာ့ဝဏ်ရည်မဂ္ဂဇင်း စာ ၈၉ မှ။

လော - ကွယ် - ကန်း

အမေးမရှိခင် ဖြေခြင်းသည် **စိတ်လောခြင်း** မည်၏။
အမေးရှိလျက် မဖြေခြင်းသည် **ဖုံးကွယ်ခြင်း** မည်၏။
အရိပ်အကဲကို မတွေ့မြင်ဘဲ စကားဆိုခြင်းသည် **ကန်းခြင်း** မည်၏။

-ကွန်မြူးရှပ်။

အပေးအယူမျှပါစေ

အလဟဿကုန်ကျသော အသုံးစရိတ်များအတွက် လင်မယားနှစ်ယောက် အကြီးအကျယ်စကားများ ရန်ဖြစ်ကြ၏။ နောက်ဆုံးတွင် ဇနီးဖြစ်သူက အော်ကြီးဟစ်ကျယ် ဆုတောင်းလိုက်သည်မှာ –

"ဘုရားသခင်၊ တပည့်တော်မယောက်ျား မှားသည်ဆိုပါက သူသေပါစေ၊ တပည့်တော်မ မှားသည်ဆိုပါက မုဆိုးမဖြစ်ပါရစေဘုရား"

A husband and wife were having a bitter quarrel over wasteful expenditures. Finally, the wife started praying loudly, "Please God, if my husband is wrong, let him die. And if I am wrong, may I become a widow."

–ဝိတိ၊ ၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် The Best English တစောင်မှ။

ဆာရာယေဗိုမှ ချစ်သူနှစ်ဦး ဖက်လျက်သေဆုံးနေ

ဆရာယေဗို မေ ၂၆ (တကယ်ချစ်နေသူများမှာ လူမျိုးရေးအမြင်မရှိ)

ဆာရာယေဗိုမြို့အနီး မီးချက်တာမြစ်ကမ်းနားတွင် ချစ်သူနှစ်ဦးမှာ တစ်ဦးကိုတစ်ဦးဖက်တွယ်လျက် သေနေကြောင်းဖြင့် ရိုက်တာက ယနေ့ဖော်ပြလိုက်သည်။

စစ်ဘေးစစ်အဏ်ခံနေရသော မြစ်ကမ်းနားဒေသရှိ ဗရာနာတံတားအနီးတွင်လွန်ခဲ့သည့်လေးရက်က ထိုနှစ်ဦးသေဆုံးခဲ့ရခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုနေရာ၌ လက်နက်ကြီးများဖြင့် တရစပ်ပစ်ခတ်မှုကြောင့် သစ်ပင်များလဲကာ အကိုင်းအခက်များပြတ်ကျနေသည်။ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးလိုင်းမှာလည်း အိကျလျက်ရှိသည်ဟု ရိုက်တာက ဖော်ပြသည်။

ထိုမျှအန္တရာယ်များသောနေရာသို့ မည်သူမျှ မသွားရဲကြသဖြင့် ချစ်သူနှစ်ဦး၏အလောင်းကို သယ်ယူခြင်းမပြုဘဲထားရသည်။ ချစ်သူနှစ်ဦးမှာ အထက်တန်းကျောင်းသား ကျောင်းသူဘဝကပင် ချစ်ကြိုက်လာခဲ့ကြခြင်းဖြစ်ပြီး ယခုအခါတွင် အသက် ၂၅ နှစ်ကိုယ်စီရှိကြပြီဖြစ်၏။

ဆာ့ဘ်နှင့်မွတ်ဆလင်တို့ တိုက်ခိုက်နေကြသည့် ဘော့စနီးယားတွင် ချစ်သူနှစ်ဦးဖြစ်သူ ကောင်လေးက ဆာ့ဘ်အမျိုးသား၊ အမီရာအစွမ်ဗ်မှာ မွတ်ဆလင်အမျိုးသမီးဖြစ်ကြပြီး အဝိုင်းခံနေရသော ဆာရာယေဗိုမြို့မှ ထွက်ပြေးရန် မေလ ၁၉ ရက်က ကြိုးပမ်းစဉ် လက်ဖြောင့်တပ်သားတို့၏ လက်ချက်ဖြင့် နှစ်ဦးစလုံး အသက်ဆုံးရှုံးခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရိုက်တာက ဖော်ပြထားသည်။

–၁၉၉၃ မေလထုတ် လုပ်သားပြည်သူ့နေ့စဉ်သတင်းစာမှ။

၁၀ အရိပ်

အရိပ်ကိုရှာ၊ သင့်သက်တာတွင်
မိုးရွာ,နေပူ၊ စိုးကြောက်မှုကား
သင်ရှာအရိပ်၊ ဘယ်မှာတွေ့လိမ့်။
အရိပ်ကိုရှာ၊ သင့်သက်တာတွင်
နေပူ,မိုးရွာ၊ မကြောက်ပါမှ
သင်ရှာအရိပ်၊ မကြာတွေ့လိမ့်။

–စောဝင်းလွင်(ထရော်ဓေါင့်)။

အာလယအောက်မှာ

* ဆေးလိပ်ကို ငါ ဖွာ
ကွမ်းယာကို ငါ ဝါး
သေရည်များအား ငါသောက်။

* အလိုဆန္ဒ လောဘအစုစုကို
ဘဝတစ်ခုနှယ် ငါတည်ဆောက်
ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ရောက်။

* ဆေးလိပ်တွေက ငါ့ကို ဖွာ
ကွမ်းယာတွေက ငါ့ကို ဝါး
သေရည်များက ငါ့ကို သောက်။

* လောဘတွေက ငါ့ကို လို
မျိုချကာ တဏှာစွဲသန်သလောက်၊
မာယာလုံး မပြေပျောက်သမျှ
ဆာမဆုံး အာလယအောက်မှာ
ငါ့ကို မွှေနှောက်။

–နှင်ဆီ(မင်းဘူး)။၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ်
ပေဗ္ဗာရွှင်မဂ္ဂဇင်းမှ။

အပေးအယူမျှပါစေ့

အလဟဿကုန်ကျသော အသုံးစရိတ်များအတွက် လင်မယားနှစ်ယောက် အကြီးအကျယ်စကားများ ရန်ဖြစ်ကြ၏။ နောက်ဆုံးတွင် ဇနီးဖြစ်သူက အော်ကြီးဟစ်ကျယ် ဆုတောင်းလိုက်သည်မှာ –

“ဘုရားသခင်၊ တပည့်တော်မယောက်ျား မှားသည်ဆိုပါက သူသေပါစေ၊ တပည့်တော်မ မှားသည်ဆိုပါက မုဆိုးမဖြစ်ပါရစေဘုရား”

A husband and wife were having a bitter quarrel over wasteful expenditures. Finally, the wife started praying loudly, "Please God, if my husband is wrong, let him die. And if I am wrong, may I become a widow."

–ဝိတ်၊ ၂၀၁၃ ဖေဖော်ဝါရီလထုတ် The Best English စာစောင်မှ။

ဆာရာယေဗိုမှ ချစ်သူနှစ်ဦး ဖက်လျက်သေဆုံးနေ

ဆရာယေဗို မေ ၂၆ (<u>တကယ်ချစ်နေသူများမှာ လူမျိုးရေးအမြင်မရှိ</u>)

ဆရာယေဗိုမြို့အနီး မီးချက်တာမြစ်ကမ်းနားတွင် ချစ်သူနှစ်ဦးမှာ တစ်ဦးကိုတစ်ဦးဖက်တွယ်လျက် သေနေကြောင်းဖြင့် ရိုက်တာက ယနေ့ဖော်ပြလိုက်သည်။

စစ်သားစစ်အကာခံနေရသော မြစ်ကမ်းနားဒေသရှိ ဗရာနာတံတားအနီးတွင်လွန်ခဲ့သည့်လေးရက်က ထိုနှစ်ဦးသေဆုံးခဲ့ရခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုနေရာ၌ လက်နက်ကြီးများဖြင့် တရစပ်ပစ်ခတ်မှုကြောင့် သစ်ပင်များလဲကာ အကိုင်းအခက်များပြတ်ကုန်သည်။ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးလိုင်းမှာလည်း အိကျလျက်ရှိသည်ဟု ရိုက်တာက ဖော်ပြသည်။

ထိုမျှအန္တရာယ်များသောနေရာသို့ မည်သူမျှ မသွားရဲကြသဖြင့် ချစ်သူနှစ်ဦး၏အလောင်းကို သယ်ယူခြင်းမပြုဘဲထားရသည်။ <u>ချစ်သူနှစ်ဦးမှာ အထက်တန်းကျောင်းသား ကျောင်းသူဘဝကပင် ချစ်ကြည်လာခဲ့ကြခြင်းဖြစ်ပြီး ယခုအခါတွင် အသက် ၂၅ နှစ်ကိုယ်စီရှိကြပြီဖြစ်၏။</u>

ဆာ့ဘ်နှင့်မွတ်ဆလင်တို့ တိုက်ခိုက်နေကြသည့် ဘော့စနီးယားတွင် <u>ချစ်သူနှစ်ဦးဖြစ်သူ ကော့စကို ရက်ကစ်မှာ ဆာ့အမျိုးသား၊ အဒ်မီရာအစ္စမစ်မှာ မွတ်ဆလင်အမျိုးသမီးဖြစ်ကြပြီး အုပ်ချုပ်ခံနေရသော ဆာရာယေဗိုမြို့မှ ထွက်ပြေးရန် မေလ ၁၉ ရက်က ကြိုးပမ်းစဉ် လက်ဖြောင့်တပ်သားတို့၏ လက်ချက်ဖြင့် နှစ်ဦးစလုံး အသက်ဆုံးကြရခြင်းဖြစ်ကြောင်း</u> ရိုက်တာက ဖော်ပြထားသည်။

–၁၉၉၃ မေလထုတ် လုပ်သားပြည်သူ့နေ့စဉ်သတင်းစာမှ။

သတင်းကွေ မီးလောင်သေ

အိပ်ပျော်သွားသည့်အဖိုးအို မီးလောင်သေဆုံး

ဖျာပုံ မတ ၈

မတ် ၂ ရက် ည ၁၁ နာရီခန့်တွင် ဖျာပုံမြို့နယ် သလိပ်ကြီးကျေးရွာအုပ်စုရှိ နေအိမ်၌ လူတစ်ဦး မီးလောင်သေဆုံးနေကြောင်း သိရသည်။ ဖြစ်စဉ်မှာ သလိပ်ကြီး ချောင်းဖျားကျေးရွာ သလိပ်ချောင်းဘေး ဓနိခြံအတွင်း ဦးနီ၏ နေအိမ်၌ ည ၁၀ နာရီ ၁၅ မိနစ်ခန့်တွင် မီးစတင်လောင်ကျွမ်းပြီး ဦးနီမှာ မီးလောင်ဒဏ်ရာဖြင့် သေဆုံးနေကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

ဦးနီမှာ တစ်ဦးတည်းနေထိုင်၍ ကော်ဓာတ်ဘူးအပေါ် ဖယောင်းတိုင်မီး တင်ထွန်းရာမှ မီးလောင်ကျွမ်းပြီး ခန်းဆီးသို့ မီးကူးစက်၍ တစ်အိမ်လုံး မီးလောင်ကျွမ်းခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ (၅၅၂)

–၂၀၁၃ မတ်လ ၉ ရက်နေ့ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

ဒါ တည်းခိုခန်းမဟုတ်လို့ ဘာလဲကွာ

တစ်ခါတုန်းက ဂျပန်ဘုန်းကြီးတစ်ပါးဟာ နန်းဆောင်ထဲကို ဝင်လာခဲ့ပါတယ်။ သူဝင်လာချိန်မှာ အစောင့်တွေက မတားဆီးလိုက်နိုင်ပါဘူး။ ဒီတော့ ဘုရင်ကြီးဆီကို တန်းရောက်သွားပါတယ်။ ဘုရင်ကြီးကလည်း ဂျပန်ဘုန်းကြီးကို တွေ့လိုက်ရတော့ ချက်ချင်းပဲ မေးလိုက်ပါတယ် –

"အရှင်ဘုရား၊ ဘာများ အလိုရှိပါသလဲဘုရား"

"ငါအိပ်ဖို့ အခန်းကောင်းကောင်းတစ်ခု အလိုရှိတယ်"

"အို .. အရှင်ဘုရား၊ နေရာမှားလာပြီ။ ဒါ တည်းခိုခန်းမဟုတ်ဘူး၊ နန်းတော်ဘုရား"

"နေပါဦး၊ မေးပါဦးမယ်၊ မင်းပြောတဲ့ ဒီနန်းတော်မှာ မင်းအရင် ဘယ်သူ နေသွားသလဲ"

"တပည့်တော်အရင် တပည့်တော်အဖေ နေသွားပါတယ်။ အခု တပည့်တော်အဖေ မရှိတော့ပါဘူး"

"မင်းအဖေအရင်ကော ဘယ်သူနေသွားသေးလဲ"

"တပည့်တော်အဘိုး နေသွားပါတယ်။ အခု သူလဲ မရှိတော့ပါဘူး"

"မင်းအဘိုး အရင်ကော"

"တပည့်တော်အဘေး နေသွားပါတယ်"

"ဒါများကွာ ... နန်းတော်တဲ့။ မင်းအဖေလည်း နေပြီး ထွက်သွားရပြီ။ မင်းအဘိုးလည်း နေပြီး ထွက်သွားရပြီ။ မင်းအဘေးလည်း နေပြီး ထွက်သွားရပြီ။ မင်းလည်း နေပြီး ထွက်သွားရဦးမယ်။ ဒါ တည်းခိုခန်းမဟုတ်လို့ ဘာလဲကွာ"

(ဂျပန်ရှင်ပုံဝတ္ထု)

ဂျပန်ဘုန်းကြီးရဲ့စကားကို ကြားလိုက်ရတော့ ဘုရင်ကြီးလည်း တစ်ခါမှ မစဉ်းစားဘူးတဲ့ "ဩော် .. ငါဟာ တည်းခိုခန်းမှာ နေနေပါလား"ဆိုတဲ့ အသိဉာဏ် တစ်ခု လင်းခနဲ ဝင်းသွားပါတော့သတဲ့။

တကယ်တော့ ဂျပန်ဘုန်းကြီးပြောသလို အားလုံးအားလုံးဟာ လူ့ဘဝ ဆိုတဲ့တည်းခိုခန်းမှာ ခေတ္တခဏ ဝင်တည်းနေကြရတာပါ။ **အချိန်တန်ရင်၊** သတ်မှတ်ရက် စေ့ရင် အိမ်ပြန်ကြရတော့မှာပါ။ ဒီတော့ လူ့ဘဝဆိုတဲ့ တည်းခိုခန်းမှာ ဘယ်လောက် တည်းခိုခွင့်ရဦးမှာလဲ ?

–Posted by နန်းအိစံ on February 23, 2013 at 7:30pm

လူစိတ်ပျောက်နေတဲ့ လူ့တိရစ္ဆာန် မုဒိမ်းကောင်တွေရဲ့ အန္တရာယ်ကို ကြိုတင်ကာကွယ်ကြပါစို့

7 day News ဂျာနယ်ပါ 'ဆရာမငြိမ်းငြိမ်းနိုင်၏' ဆောင်းပါးတွင် "မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ ဒုတိယအများဆုံးဖြစ်တဲ့ မုဒိမ်းမှုတွေထဲက တက်ဝက်နီးပါးဟာ (၁၆)နှစ်အောက် ကလေးငယ်တွေ ဖြစ်နေကြပြီး အသက်(၁၄)နှစ်မှ (၂၅)နှစ် အရွယ်အထိဟာ သားမယားပြုကျင့်မှု အများဆုံးခံရနေရသည်"ဟု ပါရှိ၏။ ၂၀၁၁ ခုနှစ်အတွင်း မုဒိမ်းမှုပေါင်း (၆၀၅)မှု ဖြစ်ပွားခဲ့တာမှာ ကလေးသူငယ် အမှုက(၃၅၉)မှုပါသည်။ ၂၀၁၂ ခုနှစ်အတွင်း(၆၅၄)မှု ဖြစ်ပွားခဲ့တာမှာ ကလေး သူငယ်အမှုက (၃၁၈)မှုပါသည်။ မုဒိမ်းမှုထက်ဝက်ကျော်သည် ကလေးသူငယ် အမှုဖြစ်နေသည့်အတွက် နိုင်ငံ၏အနာဂတ်အတွက် ရင်လေးစရာကောင်းလှပေ သည်။ သို့ဖြစ်၍ အောက်ပါအချက်အလက်များကို လေ့လာထားသင့်ကြပေသည်။

မုဒိမ်းမှု ...

မုဒိမ်းမှုဆိုသည်မှာ အမျိုးသမီးတိုင်းအတွက် အချိန်မရွေး အန္တရာယ်ရှိသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်တိုက်ခိုက်မှုဖြစ်ပါသည်။ လူမျိုး/ဘာသာနှင့် ဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး မည်သည့်အသက်အရွယ်ရှိ အမျိုးသမီးများမဆို မုဒိမ်းမှုကို ကာလ၊ ဒေသ၊ နေရာမရွေး ကြုံတွေ့နိုင်ပါသည်။

မုဒိမ်းမှုဖြစ်ပွားရခြင်း အကြောင်းရင်း ...

- မိန်းကလေးများ တစ်ဦးတည်းနေထိုင်မှုကြောင့် စော်ကားခံရခြင်း၊
- အိမ်ထောင်ရေးဖောက်ပြန်မှုကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်း၊
- ညစ်ညမ်းဗီဒီယိုများကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်း၊
- သမီးရည်းစားချိန်းတွေ့ရာမှ ကျူးလွန်တတ်ကြပြီး ထိမ်းမြားမှုမပြုလုပ်၍ ဖြစ်ပွားရခြင်း၊
- အရွယ်မရောက်မီ မိန်းကလေးများ ၁၅/၁၆ နှစ်ယောကျ်ားလေးများနှင့် လည်းကောင်း၊ အခြားယောကျ်ားလေးများနှင့် လည်းကောင်း ရင်းနှီးစွာ နေထိုင်ရာက ဖြစ်ပွားတတ်ခြင်း၊
- မယားပါသမီးနှင့် ပထွေးများ၊ ဖနီးဘက်မှ တူမ ခယ်မများ၊ ပထွေး ခဲအို ဦးလေးများနှင့် ရင်းရင်းနှီးနှီးနေထိုင်ပြီး တစ်ဦးတည်းထားခဲ့ရာမှ ဖြစ်ပွားတတ်ခြင်း၊
- ဘိုးတော်တု၊ ဆရာတုများနှင့် ဆေးကုရာမှ ဖြစ်ပွားခြင်း။

အောက်ပါတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပါ ...

- အမျိုးသမီးများ၏ အရှက်သိက္ခာကို ထိခိုက်စေသော မလုံမခြုံ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများ၊
- ယောကျ်ားသားများကို လိုအပ်သည်ထက် လိုက်လျောမှုပြုမိသော နီးကပ်စွာ ထိတွေ့ဆက်ဆံမှုများ၊
- အနောက်တိုင်း ယဉ်ကျေးမှုပုံစံကို အတုခိုးသည့် ဖို/မဆက်ဆံရေး အတွေ့အထိ ဖြစ်ပွားစေမှုများ၊
- ညစ်ညမ်းဗီဒီယိုခွေ၊ ညစ်ညမ်းစာပေ၊ ဓာတ်ပုံ၊ ဓာတ်လမ်းများ ကြည့်ရှုမှုကို ကြပ်မတ်တားမြစ် ဆုံးမမှုမရှိခြင်း၊
- ကာမရာဂစိတ်ကို နိုးကြွစေသော ဆေးဝါးများကို အလွယ်တကူ ဝယ်ယူ သုံးစွဲခြင်း၊
- အိမ်ထောင်ရှင်များက မမြင်သင့်သည်ကို အနေအထိုင် မဆင်ခြင်ကြခြင်း၊
- အဆုံးအမ အထိန်းအကွပ် အားနည်းခြင်း၊
- အရွယ်မရောက်သေးသော မိန်းကလေးများကို ကျူးလွန်ခြင်းမခံရနိုင်ဟူသော စိတ်ဖြင့် စိတ်ချလက်ချ တစ်ဦးတည်း စေလွှတ်ခြင်း၊
- ခြိမ်းခြောက်ခေါ်ဆောင်ခြင်း၊ ဖြားယောင်းခံရခြင်း။

မုဒိမ်းမှုကျူးလွန်လျှင် ဤသို့ပြစ်ဒဏ်ကျခံရမည် ....

- ပြစ်မှုဆိုင်ရာ ဥပဒေပုဒ်မ ၃၇၆ အရ မုဒိမ်းမှုကျူးလွန်လျှင် တစ်သက်

တစ်ကျွန်းဒဏ်ဖြစ်စေ၊ ဆယ်နှစ်ထိ ထောင်ဒဏ်တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်စေ ပြစ်ဒဏ်ကျခံရမည့်အပြင် ငွေဒဏ်လည်း ချမှတ်နိုင်သည်။

- မိန်းမက ခွင့်ပြုသည်ဖြစ်စေ၊ ခွင့်မပြုသည်ဖြစ်စေ ထိုမိန်းမက အသက် (၁၄) နှစ်အောက် အရွယ်ရှိသူဖြစ်လျှင် မုဒိမ်းမှုမြောက်သည်။ မုဒိမ်းပြုကျင့်ခံရသော မိန်းမသည် မိမိ၏မယားဖြစ်၍ အသက်(၁၂)နှစ်အောက် မဟုတ်လျှင်မူကား မုဒိမ်းကျင့်သော ထိုလင်ကို (၂)နှစ်ထိ ထောင်ဒဏ်တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်စေ၊ ငွေဒဏ်ဖြစ်စေ၊ ဒဏ်နှစ်ရပ်လုံးဖြစ်စေ ချမှတ်ခံရမည်။

အောက်ပါတို့ကိုလေ့လာ၍ လိုက်နာကြစေလိုပါသည် ....

- (နေအိမ်နှင့်အလုပ်အတွင်း) တစ်ဦးတည်းရှိစဉ် နေအိမ်အဝင်/အထွက် တံခါးများနှင့် ပြတင်းတံခါးများကို လုံခြုံစိတ်ချမှုရှိစေရန် ဂရုပြုပါ။
- တံခါးရွက်အပြင် သံပန်းတံခါးကို အမြဲတစေ သော့ခတ်ခြင်းဖြင့် အလွယ်တကူ ဝင်/ထွက်နိုင်မှုကို ဟန့်တားပါ။
- သူစိမ်းယောက်ျား ရောက်ရှိပါက ချက်ချင်းတံခါးဖွင့်ခြင်း မပြုပါနှင့်။ အကူအညီ ပေးနိုင်သူကို ခေါ်ယူ၍ မေးမြန်းစစ်ဆေးပြီးမှ စကားပြောပါ။ မိသားစုမှတပါး မည်သူ့ကိုမဆို ယုံကြည်အားနာမှုလွန်ကဲစွာဖြင့် အလွယ်တကူဝင်/ထွက်ခွင့် မပြုပါနှင့်။
- ရပ်ကွက်များရှိ နေအိမ်များတွင် နေထိုင်ရသူများဖြစ်ပါက အိပ်စက်အနားယူသည့်အခါ တံခါးအားလုံးကို လုံခြုံစွာ ပိတ်ထားပါ။
- မလုံမခြုံ အိပ်စက်နေထိုင်ခြင်း မပြုပါနှင့်။
- ကျေးလက်တောရွာများ၌ နေထိုင်သူ အမျိုးသမီးများသည် တစ်ဦးတည်း အဖော်မဲ့ဖြင့် ရေခတ်၊ ထင်းခွေ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်ချူး၊ ကြွေးတောင်း၊ ပစ္စည်းငှား၊ အိမ်လည်ခြင်းမျိုးကို ရှောင်ရှားပါ။
- အုပ်ထိန်းသူမရှိချိန်တွင် အကာအကွယ်ပေးနိုင်သည့် အစောင့်အဖော်မျိုး ထားရှိ၍ ညအိပ်အနားယူခြင်းပြုပါ။

မုဒိမ်းမှုပြုကျင့်မှု မခံရစေရေး လိုက်နာရန်အချက်များ ....

- အကူအညီမဲ့နေရာများနှင့် အချိန်အခါမဲ့ အချိန်များတွင် အဖော်မဲ့ မသွားပါနှင့်။
- ပုရိသများ၏ စိတ်အာရုံကို နှိုးဆွသည့် ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို ရှောင်ရှားပါ။
- အကူအညီရရှိမှု အလှမ်းဝေးရာ လယ်ယာစိုက်ခင်းများ၊ အလုပ်ဌာနများ၌ အလုပ်လုပ်ရသည့်အခါ အဖော်ထားရှိပါ။ သတိရှိပါ။
- အလုပ်သွား အလုပ်ပြန် အချိန်နှောင်းလျှင် အဖော်ကိုအကြိုအပို့လုပ်ခိုင်းပါ။

- မည်သည့်အသက်အရွယ်ရှိ ပုရိသများနှင့်မဆို အတင့်ရဲစွာ ဖက်လှဲတကင်း မနေထိုင်ပါနှင့်။
- ယုံကြည်စွာလိုက်ပါခြင်းနှင့် ကျွေးမွေးညှော့ခံသမျှကို ယုံကြည်စိတ်ချစွာ စားသောက်ခြင်း မပြုပါနှင့်။
- အုပ်ထိန်းသူ၏ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေးကို အကြောင်းပြု ခေါ်ဆောင်လျှင် ချက်ချင်း စုံစမ်းမှုပြုပါ။ သင်္ကာမကင်းစိတ် အမြဲထားပါ။
- လိုအပ်ပါက မည်သူ့ကိုမဆို ချက်ချင်း အကူအညီတောင်းခံပါ။
- ချစ်သူရည်းစားများအနေဖြင့် အကူအညီမဲ့ ဆိတ်ကွယ်ရာတွင် ချိန်းဆိုတွေ့ဆုံခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- မည်သည့်နည်းလမ်းဖြင့်မဆို မိတ်ဆက်လာသူကို လေ့လာမှုမပြုဘဲ အတူတကွ ပူးတွဲနေထိုင်ခြင်း မပြုပါနှင့်။ *-မောင်ငြိမ်းသူ(ကြို့ပင်ကောက်)၊ (၂၅-၂-၂၀၁၃)ထုတ်မှုခင်းရှုထောင့်ဂျာနယ်စာ ၂ မှ။*

ကျည်ဆံကို မားဖြင့်ပိုင်းဖြတ်နိုင်သော ခေတ်သစ်ဆာမူရိုင်း

စူပါသူရဲကောင်းများအနေဖြင့် ကျည်ဆံကို ဓားဖြင့် ထက်ပိုင်းပြတ်သွားအောင် ခုတ်ဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိသော သူရဲကောင်းကို မျှော်လင့်ထားကြသည်။ ယခုအခါ ခေတ်သစ် ဆာမူရိုင်း သူရဲကောင်းတစ်ဦးက အရှိန်အဟုန်ပြင်းစွာဖြင့် ဖြတ်သန်းသွားသော ကျည်ဆံကိုပင် ထက်ပိုင်းတိခနဲပြတ်သွားအောင် ဓားဖြင့်ခုတ်ဖြတ် နိုင်စွမ်းရှိသူ ပြင်ပလောကတွင် အမှန်တကယ်ရှိသည်ကို သိရှိရသောအခါ တအံ့တဩဖြစ်သွားကြမည် ဖြစ်သည်။

ဂျပန်နိုင်ငံမှ **အီဆာအိုမာချီအီ**သည် ၄င်း၏ဓားစွမ်းကို အသက် ၅ နှစ် သားအရွယ်မှစပြီး လက်ရည်သွေးခဲ့သည်။ ယခုအခါ ၄င်းသည် ပေ ၇၀အကွာအဝေးမှ ၄င်းအား ချိန်ရွယ်ပြီးပစ်ခတ်သည့် တစ်နာရီလျှင် မိုင် ၂၀၀ နှုန်းဖြင့် တဟုန်ထိုးပျံသန်းလာနေသော ပဲစေ့အရွယ် ကျည်ဆံအား ဓားဖြင့် နှစ်ပိုင်းပြတ်သွားအောင် တိခနဲ ခုတ်ဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိသူ ဖြစ်လာခဲ့သည်။ (ကြိုးစားလျှင် အဟုတ်ဖြစ်၏)

-၂၀၁၃ မတ်လထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်းမှ။

မသန်သော်လည်းစွမ်းသည့် မစုပုံချစ် ဩစတြေးလျသို့ ပညာတော်သင်ထွက်ခွာ

ရန်ကုန် ဖေဖော်ဝါရီ ၂၃

မြန်မာနိုင်ငံမှ မသန်စွမ်း မစုပုံချစ်သည် ဩစတြေးလျနိုင်ငံ ဆစ်ဒနီမြို့ရှိ The University of New South Wales တက္ကသိုလ်တွင် Master of Political Studies ဘာသာရပ်ဖြင့် ၁၈ လကြာပညာတော်သင်ရန် ဖေဖော်ဝါရီ ၂၁ ရက် မွန်းလွဲ ၂ နာရီခွဲတွင် ရန်ကုန်အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလေဆိပ်မှ လေယာဉ် ဖြင့် ထိုင်းနိုင်ငံမှတစ်ဆင့် ထွက်ခွာသွားသည်။

၂၀၀၅ ခုနှစ်တွင် တက္ကသိုလ်ဝင်စာမေးပွဲကို ဂုဏ်ထူးလေးဘာသာဖြင့် အောင် မြင်ခဲ့ပြီး အင်းစိန်မြို့ ကြို့ကုန်းရှိ နည်းပညာတက္ကသိုလ်တွင် M.E ဆက်လက် တက်ရောက်ခဲ့သည်။ ယခု ဩစတြေးလျနိုင်ငံအစိုးရက ပညာသင်ဆု ရွေးချယ် ခြင်းခံရပြီး M.E တန်းကို တစ်ဝက်ဖြင့် ရပ်နားခဲ့ကြောင်း မစုပုံချစ်က ပြောကြား သည်။ ယခုလို ပညာတော်သင်သွားရသည်ကို အတိုင်းမသိ ဝမ်းသာမိပြီး မိဘ နှစ်ပါးနှင့် ကျေးဇူးတင်ထိုက်သူအားလုံးကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါကြောင်း ထပ်မံ ပြောကြားခဲ့သည်။

"သမီး မစုပုံချစ်နှင့်အတူနေထိုင်ရန် ညီမဝမ်းကွဲတော်စပ်သူ ဦးရဲ့တူမလေး မသဲစုမွန်ကိုလည်း ဩစတြေးလျနိုင်ငံအစိုးရကစရိတ်ငြိမ်းထောက်ပံ့ပေးပါတယ်"ဟု ၄င်း၏ဖခင် ဦးအုန်းကျော်က ပြောသည်။ (သန့်ဇင်ဝင်း)

-(၂၄-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၂ မှာ။

မှတ်ချက်။ ။ ပညာရေးမှာ စိတ်ဓာတ်ကျနေသူများ အားကျ အတုယူသင့်သည်။ – **စိစဥ်သူ**။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကူညီစောင့်ရှောက်သူများအား ဘုရားသခင် က ကူညီစောင့်ရှောက်သည်။

–မဏ္ဍစိကာန် စကားပုံ။

မတွေးခေါ်ဘဲသင်ယူခြင်းသည် လုပ်အား အဟောသိကံပင် ဖြစ်၏။

–ကွန်ဖြူးရှပ်။

မြန်မာနိုင်ငံ၏အားသာချက်နှင့်အားနည်းချက်များ

အာရှဖွံ့ဖြိုးရေးဘဏ်က ထုတ်ဝေသော စာတမ်းတစ်စောင်၌ မြန်မာနိုင်ငံ၏ အားသာချက်၊ အကန့်အသတ်၊ အခွင့်အလမ်းများနှင့် အန္တရာယ်များကို ဖော်ပြထားသည်။ <u>အားသာချက်များအပိုင်းတွင်</u> –

၁။ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများပြုလုပ်ရန် သန္နိဋ္ဌာန်ချမှတ်ထားခြင်း၊

၂။ လူဦးရေ၏အများစုမှာ လူငယ်များဖြစ်ပြီး နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုကို ဆွဲဆောင်နိုင်ရန်အတွက် စရိတ်သက်သာသောလုပ်ငန်း ဖြစ်စေနိုင်ခြင်း၊

၃။ မြေယာ၊ ရေ၊ သဘာဝဓာတ်ငွေ့နှင့် သတ္တုပေါ်ကြွယ်ဝသော သဘာဝသယံဇာတများ အလျှံပယ်ပေါ်များခြင်း၊

၄။ ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအား မြှင့်တင်နိုင်မည့် စိုက်ပျိုးရေးစွမ်းအားစုများ ကြွယ်ဝခြင်း

၅။ ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွားလုပ်ငန်းအတွက် အလားအလာကောင်းများရှိနေခြင်း တို့ကို ထောက်ပြထားသည်။

<u>တစ်ဖက်တွင် အားနည်းချက်များ၊ အကန့်အသတ်များရှိရာ</u> –

၁။ စျေးကွက်ယန္တရားနှင့်ပတ်သက်၍ အတွေ့အကြုံ မရှိခြင်း၊ နိုင်ငံအဆင့် စီးပွားရေးစီမံခန့်ခွဲမှု အားနည်းခြင်း၊

၂။ ငွေကြေးအရင်းအမြစ်များ စုစည်းအသုံးချနိုင်မှု အားနည်းခြင်း၊

၃။ ဘဏ်လုပ်ငန်းများ မဖွံ့ဖြိုး မတိုးတက်ခြင်း၊

၄။ အထူးသဖြင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး၊ လျှပ်စစ်စွမ်းအား၊ ဆက်သွယ်ရေး အသုံးအဆောင်များ အပါအဝင် အခြေခံအဆောက်အအုံများ မလုံလောက်ခြင်း၊

၅။ ပညာရေးနှင့်ကျန်းမာရေးအဆင့်အတန်း နိမ့်ကျခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။

<u>အလားအလာကောင်းများ၊ အခွင့်အလမ်းကောင်းများနှင့်ပတ်သက်၍</u> –

၁။ မဟာဗျူဟာမြောက်သော အချက်အချာကျသည့်နေရာတွင် တည်ရှိခြင်း၊

၂။ ပြန်လည်ဖြည့်တင်းနိုင်သည့် စွမ်းအင်တွေ အများအပြား ထုတ်ဖော်နိုင်ခြင်း၊

၃။ နယ်ပယ်အသီးသီး၊ ကဏ္ဍအသီးသီးတွင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံနိုင်မည့် အခွင့်အလမ်းများ ရှိနေခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

<u>တွေ့ကြုံရနိုင်သည့် စွန့်စားရမှုများနှင့်ပတ်သက်၍</u> –

၁။ စီးပွားရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများနှင့် ဖြေလျှော့မှုများအပေါ် မူတည်၍ လည်းကောင်း၊

၂။ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုအပေါ် မူတည်၍လည်းကောင်း စွန့်စားရမှုများ၊ အန္တရာယ်များ ပေါ်ပေါက်နိုင်ပြီး စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများမှ ညစ်ညမ်းမှုများ၊ တိုင်းရင်းသား ပဋိပက္ခများ ကြုံတွေ့နိုင်ကြောင်း ထောက်ပြထားသည်။

ရှေ့ဆက်ရမည့်ခရီး

မြန်မာနိုင်ငံတွင် မကြာမီက ပြုလုပ်ခဲ့သည့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများသည် လူအတော်များများအတွက် အံ့အားသင့်စရာ ဖြစ်ခဲ့သလို ကျေနပ်စရာလည်း ဖြစ်ခဲ့ကြောင်း၊ ထိုပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများသည် မပြီးဆုံးသေးကြောင်း၊ မြန်မာအစိုးရကလည်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ကြေညာထားပြီး နည်းပညာအကူအညီများလည်း ရရှိထားပြီးဖြစ်ကြောင်း၊ ထိုပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရန်လိုအပ်ကြောင်း **ဩစတြေးလျနိုင်ငံမှ ပါမောက္ခရှောင်တာနဲလ်က** မကြာမီက ရေးသားသုံးသပ်ထားပါသည်။

-(၂၈-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ပြည်သူ့ခေတ်ဂျာနယ် စာ ၃၄-ပါ ခင်မောင်ညို(ဘောဂဗေဒ)၏" "ဘဏ်များ၏ အလားအလာ"ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

စာကို များများဖတ်ရန်ထက် တွေးတောစဉ်းစားရန်လို

စာပေလောကသို့ဝင်ခါစ၊ ဘွဲ့ရပြီးခါစ စာရေးဆရာအောင်သင်းကို ဆရာမြို့မမောင်က -

"မောင်ရင် ဘွဲ့ရပြီးပြီဆိုတော့ ဘွဲ့ရပြီးတဲ့ လူငယ်တစ်ယောက်အနေနဲ့ စာတွေအတော်ဖတ်ခဲ့ပြီပဲ။ စာတွေ အများကြီးဖတ်နေဖို့လိုမယ် မထင်ပါဘူး။ စာတွေဖတ်ပြီး ဘာမှ မတွေးခေါ် မစဉ်းစားဘဲ ဘာမှ မလုပ်ရင် ဗဟုသုတတွေများတဲ့ လူညံ့တစ်ယောက် ဖြစ်နေမှာပေါ့။ စာနည်းနည်းပဲ ဖတ်ပြီး များများစဉ်းစားပေးဖို့လိုတယ်"ဟု ပြောကြားလေသည်။

ဆရာအောင်သင်းက ထိုအကြောင်းကို ဖေဖူးလွှာမဂ္ဂဇင်းမှာ ဆောင်းပါးရေးခဲ့ဖူးပါသည်။ ထိုဆောင်းပါးကို သတိရတိုင်း ဆရာကြီး မြို့မမောင်၏ အဆိုအမိန့်ကို မကြာခဏ သတိရနေမိပါ၏။ ယနေ့လူငယ်များ များများစဉ်းစားကြပါကုန်။

-မြတ်စိုး၊ (၁၇-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသထင်းစာ စာ ၂ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ စာများများဖတ်ပြီး မစဉ်းစားရင် ဗဟုသုတများတဲ့ လူညံ့ဖြစ်သည်။

မြန်မာဝတ်စုံနှင့် မြန်မာ့ရိုးရာ အစားအစာကို ချစ်မြတ်နိုးသည့်
ကိုရီးယားမင်းသမီးလေး ဂျောင်ဆိုယောင်း

နာမည်ကြီး ကိုရီးယားရုပ်သံတစ်ခုဖြစ်သော KBS ရုပ်သံရိုက်ကူးရေးအဖွဲ့နှင့်အတူ ကိုရီးယားမင်းသမီးလေး ဂျောင်ဆိုယောင်းသည် မြန်မာ့နန်းတွင်း အစား အစာနှင့် တိုင်းရင်းသားရိုးရာအစားအစာများအကြောင်း စီစဉ်တင်ဆက်မည့် ရသာစုံလင် လောကတစ်ခွင် (Delicious Planet)အစီအစဉ် ရိုက်ကူးရန် ဖေဖော်ဝါရီ ၁၄ ရက်က မြန်မာနိုင်ငံသို့ ရောက်ရှိခဲ့သည်။

မြန်မာနိုင်ငံစားသုံးသူကာကွယ်ရေးအသင်း၏ အစီအစဉ်ဖြင့် ဖေဖော်ဝါရီ၁၅ရက် တွင် ဒဂုံမြို့နယ် ခရေပင်လမ်းရှိ ပဒုမ္မာ စားသောက်ဆိုင်တွင် ကိုရီးယား မင်းသမီးလေး ဂျောင်ဆိုယောင်းက မြန်မာဝတ်စုံကို ဝတ်ဆင်၍ မြန်မာ့ရိုးရာ အစားအစာများကို ကိုယ်တိုင်ချက်ပြုတ်သောအစီအစဉ်ကိုစားသောက်ဆိုင်ဝန်ထမ်းများနှင့် အတူရိုက်ကူးခဲ့သည်။ စားသုံးသူကာကွယ်ရေးအသင်းဥက္ကဋ္ဌဒေါ်ခိုင်က "မြန်မာမိန်းကလေးတွေက ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွဲတွေကြည့်ပြီး ဒူးပေါ်၊ ပေါင်ပေါ် ဝတ်စားဆင်ယင်မှု တွေ အတုခိုး၊ ကိုရီးယားနိုင်ငံက ရာသီဥတုအခြေအနေအရ မိန်းကလေးတွေ ဆိုဂျူအရက်သောက်တာကို မြန်မာမိန်းကလေးတွေက တလွဲဆံပင်ကောင်းပြီး အရက်တွေ လိုက်သောက်နေတဲ့အချိန်မှာ နာမည်ကြီး ကိုရီးယားမင်းသမီးဂျောင်ဆို ယောင်းက မြန်မာဝတ်စုံနဲ့ မြန်မာ့ရိုးရာအစားအစာကို ခုံခုံမင်မင်မြတ်မြတ် နိုးနိုးရှိတယ်လို့ ပြောတာကြားရတော့ မြန်မာမိန်းကလေးတွေ နမူနာယူစေချင်လို့ ဒီအစီအစဉ်ရိုက်ကူးရေးမှာ အကူအညီပေးနေတာပါ"ဟု ပြောသည်။

ယခုအခါ ကိုရီးယားမင်းသမီး ဂျောင်ဆိုယောင်းနှင့်အဖွဲ့သည် ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ကြီး၊ အင်းလေးဒေသတစ်ဝိုက်တွင် တိုင်းရင်းသားရိုးရာအစားအသောက်များအစီအစဉ်ရိုက်ကူးနေပြီး အပြန်တွင် မြန်မာစားသုံးသူကာကွယ်ရေး အသင်းဝင်တစ်ဦး၏ နေအိမ်၌ မြန်မာနန်းတွင်းအစားအစာ ချက်ပြုတ်စားသောက်သည့် အစီအစဉ်ကို ရိုက်ကူးမည်ဟု သိရသည်။ အဆိုပါ KBS ရုပ်သံသည် ကိုရီးယားနိုင်ငံတွင်သာမက အမေရိကန်နိုင်ငံ၊ ဥရောပနိုင်ငံများ၊ အာဖရိကနှင့်အာရှနိုင်ငံများကိုလည်း Channel များစွာဖြင့်ထုတ်လွှင့်နေသောရုပ်သံလိုင်းတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။*(ဆင်းရဲ) (၂၈-၂-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၂ မှ။*

မိန်းကလေးတွေအတွက် အကြံဉာဏ်(၁၄)ချက်

၁။ စာဖတ်ဝါသနာရှိပါစေ၊
၂။ အဆင့်အတန်းရှိပါစေ၊
၃။ ဘဝထဲက အလှတွေကို ရှာဖွေတတ်ပါစေ၊
၄။ အတွေးအခေါ်ကောင်းသူတွေနဲ့ မိတ်ဆွေဖွဲ့တတ်ပါစေ၊
၅။ အနှစ်သာရမရှိတဲ့ ရုပ်ရှင်ကားတွေကို ဝေးဝေးရှောင်နိုင်ပါစေ၊
၆။ သည်းခံခွင့်လွှတ်တတ်ဖို့ သင်ယူနိုင်ပါစေ၊
၇။ ကျန်းမာတဲ့စိတ်နှလုံး မွေးမြူနိုင်ပါစေ၊
၈။ လှပတင့်တယ်ခြင်းက သင့်ရဲ့ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုဖြစ်ပါစေ၊
၉။ ဘယ်ယောကျ်ားကိုမှ အားမကိုးတဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရှင်သန်နိုင်သူဖြစ်ပါစေ၊
၁၀။ ငွေရေးကြေးရေး စီမံခန့်ခွဲတတ်အောင် သင်ယူနိုင်ပါစေ၊
၁၁။ အချစ်နဲ့အိမ်ထောင်ရေး အတူတကွ ပူးတွဲနိုင်ပါစေ၊
၁၂။ ယောကျ်ားတွေနဲ့ တန်းတူညီမျှ ရင်ဘောင်တန်းနိုင်ပါစေ၊
၁၃။ သင့်စိတ်ကူးအိပ်မက်ကို ကူညီအကောင်အထည်ဖော်ပေးမယ့် ယောကျ်ားကို ရှာယူနိုင်ပါစေ၊
၁၄။ နုပျိုခြင်းကို စွန့်လွှတ်ရသည့်တိုင် အပြုံးကို ချိတ်ဆွဲထားနိုင်ပါစေ။

-နိုင်းနိုင်းစနေ၊ facebook မှ။

အလေးလံဆုံး ဝန်ထုပ်

ငွေနှင့်အချိန်သည် လူ့ဘဝတွင် အလေးလံဆုံးသော ဝန်ထုပ်ကြီးများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့အနက် တစ်ခုခုကို ကိုယ်သုံးတတ်သည်ထက် ပိုရှိရနေသောသူများက စိတ်အဆင်းရဲခံဆုံးသောလူများ ဖြစ်ပေတော့သည်။

Money and time are the heaviest burdens of life, and ... the unhappiest of all mortals are those who have more of either than they know how to use. -Samuel Johnson .

-ဆင်မြူယယ် ဂျွန်ဆင်(၁၇၀၉-၁၇၈၄)
အင်္ဂလိပ်လူမျိုးစာရေးဆရာကြီး။

အထက်ပိုင်းဗလာနှင့်အမြင်ရှိန်းသော ကကွက်များဖြင့် ဖျော်ဖြေခြင်းတို့နှင့်လည်း ပတ်သက်ပြီး မေးခွန်းထုတ်လာကြသည်။

ယင်းဥပဒေကြောင့် ကိုရီးယားဖျော်ရေးလုပ်ငန်းများကို ထိခိုက်နိုင်သလား၊ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းလုံခြုံမှုမရှိသောဝတ်စားဆင်ယင်ခြင်းမပြုလျှင် ကိုရီးယား အမျိုးသမီးဖျော်ဖြေရေး အနုပညာရှင်များအတွက် လုပ်ငန်းအောင်မြင်မှုရနိုင်ပါ့မလား စသည့်မေးခွန်းတို့ဖြင့် တောင်ကိုရီးယားပြည်သူတို့အကြား အငြင်းပွားလျက်ရှိသည်။

-(၂-၄-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၂ မှ။

ချစ်သော ညီမလေး သိပါစေ

လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်ခွင့်ရှိပါတယ်။
စည်းတော့ မကျော်စေနဲ့ပေါ့....
ပွင့်လင်းစွာ ပြောဆိုခွင့်ရှိပါတယ်
မရိုင်းစေနဲ့ပေါ့ ....
ပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့ အလှ
လူတကာမြင်အောင် ပြချင်ရင်တော့
မိန်းကလေးတွေရဲ့ တန်ဖိုး
ဘယ်သူတွေကို လက်ညှိုးထိုးပြရမလဲ ..
ခုခေတ်ကြီးမှာပေါ့ကွယ် ...
သနပ်ခါးကို ဘယ်ညာလိမ်း
ထမီကို ထိုင်မသိမ်း ဝတ်စရာ မလိုဘူး
မိန်းကလေးတွေရဲ့ အလှ
ပေါ်အောင်ပြမှ ...
ဒီနေ့ခေတ်မှာ အဆင်ပြေမယ်ထင်တဲ့ စိတ်
လွှင့်ပစ်နိုင်ပါစေ ...
စကာတ်တို ပေါင်ခွဲ
ယဉ်ကျေးမှုတွေ ရှောင်လွှဲလို့
ဒီမိုကရေစီ စကားလုံးနဲ့အပြိုင်
မိန်းမတို့သိက္ခာတွေ မယိုင်ပါစေနဲ့ကွယ် ...

စောင့်ထိန်းရမယ့် သိက္ခာ ...
လိုက်နာရမယ့် ကျင့်ဝတ်
ကိုယ်တွေလက်ထဲမှာ အဆင်သင့် မဖြစ်ခဲ့ရင်
"**သားကောင်းမိခင်**" စကားလုံး
အဆင်ပြေပြေ သုံးနိုင်မယ် မထင်ဘူး .....
တွေ့မြင်တုန်း ခဏ
ဟင်..ဟင်.. ဆိုတဲ့ အာမေဋိတ်သံကြားမှာ
ဂုဏ်ယူချင်တဲ့ စိတ် ...
တိတ်တဆိတ် ပယ်ဖျောက်နိုင်ပါစေ ...
'ကျား'တို့သဘာဝ
တစ်မက်စိတ်က လွှဲရင်
တန်ဖိုးထားတဲ့ စိတ်ထား ....
တစ်ပြားသားမှ မရတဲ့ အလှ
ဘာလို့များ ရချင်နေတာပါလိမ့် ....
ယောက်ျားလေး တစ်ယောက်
ညနက်သန်းခေါင်အထိ လမ်းပေါ်မှာရောက်နေသေးရင်
"**အိမ်ပြေး**"စကားလုံးထက် ပိုမရဘူး ...
မိန်းကလေး တစ်ယောက်
ညနက်သန်းခေါင်အထိ လမ်းပေါ်မှာရောက်နေသေးရင်
ညကြေးတွေ ခွဲ
"**မကောင်းတဲ့မိန်းမပဲ**"လို့ တန်းစွပ်စွဲကြဖို့များတယ်
ယောက်ျားလေး တစ်ယောက်
ပေါ်အောင်ပြတဲ့ အလှ
ဝိတ်မတဲ့ ကာလ
ပင်ပင်ပန်းပန်းလုပ်ရတဲ့ တဒင်္ဂပဲ ရှိတယ်
မိန်းကလေး တစ်ယောက်
ပေါ်အောင်ပြတဲ့ အလှ
SEXYကျတယ်ဆိုတဲ့ စကားလုံးထက် ပိုမရဘူး

ဒီတော့ ညီမလေးရယ် ....
ဘယ်နေရာ ဘယ်ဒေသကို သွားသွား
ညီအကိုမောင်နှမ မျက်နှာလေးတွေတော့
ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ထားခွင့်ပြုနိုင်ပါစေ ...
ပြောင်းလွဲလာတဲ့ ခေတ်ယဉ်ကျေးမှုအရ
ပေါင်ပေါ်အောင်ပြရမှ ကျေနပ်နိုင်မယ်ဆိုရင်လဲ
သေချာတာတစ်ခု သတိပြုနိုင်ပါစေကွယ်
"ပေါ်ပေါ်သောသောရတဲ့ အလှ
ဘယ်သူမှ ထာဝရ တန်ဖိုးမထားနိုင်ဘူး" ဆိုတာကိုပေါ့။

-ပုံရိပ်စစ်။ Facebook မှ။

အမေ့ဂန္ထဝင်ဖတ်စာ

* အမေ့မှာ .... မနာလို ဝန်တိုတာ မရှိဘူး။
* အမေ့မှာ .... ကွေ့တာ ကောက်တာ မရှိဘူး။
* အမေ့မှာ .... တွန်းတာ တိုက်တာ မရှိဘူး။
* အမေ့မှာ .... မာယာမျက်နှာ မရှိဘူး။
* အမေ့မှာ .... ကုန်းချောတာ ကဲ့ရဲ့တာ မရှိဘူး။
* အမေ့မှာ .... လိမ်ညာပြောတာ မရှိဘူး။
* အမေ့မှာ .... အပြစ်တင်တာ ဝေဖန်တာတွေ မရှိဘူး။
* အမေ့မှာ .... ပူးတာ ကပ်တာ ချွာတာတွေ မရှိဘူး။
* အမေဟာ .... ယုံချင်စရာမရှိတဲ့ ပုံပြင်တွေကို ရှာဖွေမပြောတတ်ဘူး။
* အမေဟာ .... ရှေ့မှာတစ်မျိုး နောက်မှာတစ်မျိုး အမျိုးမျိုး ကုလားဖန်ထိုးတဲ့ အပြုအမူမျိုး မလုပ်တတ်ဘူး။
* အမေဟာ .... သိုးရေခြုံထားတဲ့ ဝံပုလွေ မဟုတ်ဘူး။
* အမေဟာ .... မနောအတွင်းထဲမှာ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ စရိုက်ဆိုးတဲ့ မြေခွေးလိုစိတ်ဓာတ်မျိုး မထားဘူး။
* အမေဟာ .... ဘယ်အခါမှ ကြီးနိုင်ငယ်ညှင်း မလုပ်ဘူး။
* အမေဟာ .... ဘယ်အခါဖြစ်ဖြစ် သူတစ်ပါးအပေါ် အပုပ်မချဘူး။

* အမေဟာ .... လူတကာအပေါ် ပြဿနာရှာ လောင်မီးမွှေး ရန်တိုက်ပေးနေတဲ့သူ မဟုတ်ဘူး။
* အမေဟာ .... နေရာတိုင်းမှာ အငြိုးဖွဲ့ သွေးထိုးနေတဲ့သူ မဟုတ်ဘူး။
* အမေဟာ .... အများကြိုးဆွဲရာက ငိုပြ ရယ်ပြတတ်တဲ့သူ မဟုတ်ဘူး။
* အမေဟာ .... မဟုတ်တာ ထိုးဇာတ်လုပ်ဇာတ်ခင်း သရုပ်ဆောင်စာရင်းထဲမှာ မရှိဘူး။
* အမေဟာ .... မမှန်တာ လက်ခုပ်တီး ခေါင်းညိတ်ပြီး အားပေးတတ်တဲ့သူ မဟုတ်ဘူး။
* အမေဟာ .... မြတ်စွာဗုဒ္ဓမကြိုက်တဲ့ ဒုစရိုက်နဲ့ အသက်မမွေးဘူး။
* ဒီမှာ မိတ်ဆွေ၊ အမေဟာ ....

ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါး ဦးထိပ်မှာထားပြီး၊
ထာဝရ အကောင်းမြင်ဝါဒကျင့်သုံး၊ အားလုံးကို အပြုံးပေးလျှ၊
ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတိုင်းကို သနား၊ ကျောသား ရင်သား မခွဲခြား၊
ဖြူစင်တဲ့ အကြင်နာနှလုံးသားနဲ့ ဒါန သီလ ဘာဝနာတရား
ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာကို အလေးအနက် တန်ဖိုးထား၊
တည်ကြည်ဖြောင့်မတ် ရိုးသားခြင်းဂုဏ်ပုဒ်၊
မေတ္တာတရားနှင့် သစ္စာတရားကို ကိုင်ဆုပ်၊
နှောင်ကြိုးမဲ့ချစ်ခြင်းပြယုဂ်နဲ့ ညီမျှတဲ့ သမာဓိစိတ်ဓာတ်ပိုင်ရှင်၊
အတ္တမဖက် ပရမတ်ဘက်မှာ ခြေစုံရပ်၊
ကောင်းမြတ်တဲ့ ဗုဒ္ဓလမ်းစဉ် ဝိပဿနာဉာဏ်မြင်အတွေး
မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တရား ပိုက်ထွေး၊
အပါယ် ကိလေသာ သံသရာတွေ ငြိမ်းအေး၊
အို၊ နာ၊ သေဘေး ကင်းဝေးတဲ့ နိဗ္ဗာန် ...
အဲဒါ အမေလှမ်းဝင်မယ့် ပန်းတိုင်၊ ခင်ဗျား ငြင်းနိုင်ရဲ့လား မိတ်ဆွေ ....။

-ရှင်ခေမာဝုဓ(ကျော်ဝင်းသက်)၊ 'အဲဒါ ငါ့အမေနှင့် မိဘမေတ္တာရသစာစုများ' စာအုပ်မှ။

အဖြေကို ရှာဖွေမတင်ပြမီ မေးခွန်းများမေးပြီး လိုအပ်ချက်များကို ခွဲခြားထုတ်ဖော်ပါ။

-ဘင်ဘတ္တက်။

-စိန်ဝင်းဖေ။ ၂၀၁၃ ဇန်နဝါရီလထုတ် နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်မဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၁၆၃ မှ။

အောင်မြင်တာတွေက
စာရွက်နဲ့အပြည့်ပါလား
ဒါနဲ့......
ကျရှုံးတာတွေကရော?
ဟိုမှာလေ
CARTOON

ထိရောက်သော ကာကွယ်မှု

၁၁၁ သာခြားများအတွက် ဆင်းရဲသားများသည် အကွက်ကောင်းတစ်ခု ဖြစ်နေ၏။ ဆင်းရဲသားများထံ ဗုဒ္ဓသာသနာများ ရောက်အောင်ပို့ဆောင်နိုင်လျှင် ဘာသာခြားတို့က ငွေကြေးခနဖြင့် စည်းရုံးသော်လည်း မေတ္တာရှင်ဆရာတော်၏ စာအုပ်မှ အဘစ်လို အငတ်သာခံမည်။ မိမိဘာသာကို စွန့်တော့မည်မဟုတ်။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ အရှည်တည်တံ့ရန် မြန်မာအမျိုးသမီးများ၊ ကလေးများ၊ ဆင်းရဲသားများအပေါ် များစွာမှီတည်နေသည်။ .....

ဗုဒ္ဓသာသနာ ဝိုင်းဝန်းကာကွယ်ဖို့လို

ဗုဒ္ဓသာသနာ အရှည်တည်တံ့ရန် ဘက်ပေါင်းစုံမှ ဝိုင်းဝန်းလုပ်ဆောင်ရပေမည်။ ဗုဒ္ဓသာသနာ ရှည်ကြာ တည်တံ့ရေးကိစ္စသည် တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း လုပ်ဆောင်၍ ရစကောင်းသောအရာ မဟုတ်ပေ။ ဘက်ပေါင်းစုံဟူသည် နိုင်ငံတော် အစိုးရ၊ ဘုန်းတော်ကြီးများ၊ သီလရှင်များ၊ ကျောင်းဆရာ ဆရာမများ၊ အနုပညာရှင်များ၊ ပြည်သူများ ဖြစ်ပေသည်။

နိုင်ငံတော်အစိုးရကလည်း အားပေးသင့်၏။ ဥပမာ– ဗုဒ္ဓဓမ္မများကို ကျောင်းသုံးအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းပြီး စာသင်ကျောင်းများ၌ သင်စေခြင်းစသဖြင့် ကျောင်းဆရာ ဆရာမများကိုယ်တိုင် ဗုဒ္ဓဓမ္မများကို လေ့လာလိုက်စားကာ ကျောင်းသူကျောင်းသားများအား သင်ကြားပေးသင့်၏။ ဘုန်းတော်ကြီးများ သီလရှင်များကလည်း တရားဓမ္မဟောကြားခြင်း၊ သွန်သင်ခြင်း၊ ဆုံးမခြင်းတို့ကို ကြိုးကြိုးစားစား တွင်တွင်ကျယ်ကျယ် ပြုလုပ်သင့်၏။

သာသနာ၏အန္တရာယ်များကိုလည်း သိဖို့ရန် ဟောသင့်

"ဒေသေထ ဘိက္ခဝေ ဓမ္မံ"အရ တရားဟော ဓမ္မကထိကဆရာတော်များက ဗုဒ္ဓတရားတော်များ ဟောကြားခြင်းသည် အမှန်တကယ်ကောင်းပါ၏။ သို့သော် ဗုဒ္ဓသာသနာအရှည်တည်ရန် ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာတရားများသာမက သာသနာ၏ ရန်စွယ်အန္တရာယ်များကိုလည်း ပြည်သူလူထုသိရှိရန်ဟောပြောသင့်၏။ ညွှန်ပြသင့်၏။

ယနေ့ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အန္တရာယ်များကား လွန်စွာပေါလှ၏။ ယင်းတို့အနက် ငွေကြေးဥစ္စာဖြင့် သိမ်းသွင်းခြင်း၊ လူမျိုးဝါးမျိုခြင်း (သွေးနှောခြင်း)ဘာသာခြား အန္တရာယ်မှာ အဆိုးဆုံးဖြစ်၏။ ထိုအန္တရာယ်ကို ပြည်သူလူထုသိရှိရန် လိုအပ်၏။ အန္တရာယ်ကိုသိမှ ရှောင်နိုင်မည်ဖြစ်၏။ ထို့နောက် ကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်၏။

အမြစ်ပိုးကို ညွှန်ပြရန်လို

ဆိုခဲ့ပြီးအန္တရာယ်သည် သစ်တစ်ပင်ပြိုလဲရန် အမြစ်မှ ကိုက်စားသည့် ပိုးပမာဖြစ်၏။ ယင်းပိုးကို ကာကွယ်နိုင်မှ သစ်တစ်ပင် မပြိုလဲဘဲ ရှိချေမည်။ ဓမ္မကထိကဆရာတော်များက ဗုဒ္ဓသာသနာ၏ အမြင့်ဆုံးသော ဝိပဿနာ၊ မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်တရားများ ဟောကြားသည်မှာ သစ်ပင်၏ အသီးအပွင့်များကို ဖော်ပြသည်နှင့်တူ၏။ အသီးအပွင့်များ မည်မျှပင် ဝေဆာနေစေကာမူ အမြစ်ပိုးနှင့်တူသည့် ဘာသာခြားအန္တရာယ်ကို ဟောပြောညွှန်ပြရာ၏။ ဥပမာ– ဝိရသူ ဆရာတော် စသည်ကဲ့သို့တည်း။

စာချဆရာတော်များအပိုင်း

စာချဆရာတော်များကလည်း စာချခြင်းသည် သာသနာတည်ရန် အကျိုးများသော်လည်း ထိုမျှနှင့်မလုံလောက်ပါ။ သင့်သလို ဒကာ၊ ဒကာမ၊ အများပြည်သူအား ဘာသာခြားအန္တရာယ်ကို သိအောင် ဟောပြောသင့်၏။ ဘာသာခြားတို့၏ လူမျိုးရေးဝါးမျိုခံရ၍ ဗုဒ္ဓသာသနာပျောက်ကွယ်ခဲ့လျှင် ၎င်းစာချဆရာတော်များသည် မည်သူ့အား စာသွားပို့ချမည်နည်း။ **သီလရှင်ဆရာလေးများကလည်း 'တစ်အိမ် တစ်ဖွန်းဆိုသလို' ဆွမ်းဆန်ခံရောက်တိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာအိမ်များတွင် ဟောပြောသင့်၏။**

အနုပညာရှင်များ၏ကဏ္ဍ

ဗုဒ္ဓဘာသာ ရှည်ကြာရေးမှာ အနုပညာရှင်များ၏ကဏ္ဍသည်လည်း အရေးကြီး၏။ မေ့ထား၍ မဖြစ်ပေ။ ကလောင်ရှင်တို့က ကလောင်ဖြင့် ဘာသာခြားအန္တရာယ်ကို ညွှန်ပြရေးသားကြရာ၏။ ကလောင်အစွမ်းကား ထက်မြက်လှဘိ၏။ အနုပညာရှင်တို့ကလည်း ပညာပေးဝတ္ထု၊ ဇာတ်လမ်း ဇာတ်ကွက်များ ရေးသားကပြ အသုံးတော်ခံသင့်ကြ၏။

ဘာသာခြားနှင့် မငြိစွန်းဖို့

ယနေ့ခေတ်သည် အရေးအဖတ်ရော၊ အဟောအပြောဘက်ပါ လွတ်လပ်စွာ လုပ်ကိုင်နိုင်သောခေတ်ဖြစ်ရာ၊ ကိုယ့်ဘာသာ၊ ကိုယ့်လူမျိုး၊ ကိုယ့်နိုင်ငံကို ကာကွယ်ရေး ပညာပေးဇာတ်လမ်းများ၊ စာပေများ ရေးသားထုတ်ဝေလျှင် အလွန်ထိရောက်မှုရှိသည်။ မိဘများကလည်း ကိုယ့်သားသမီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ အပေါ် စိတ်ဝင်စားမှုရှိအောင်လုပ်ဆောင်သင့်၏။ အထူးသဖြင့် ကိုယ့်သားသမီးများ ဘာသာခြားနှင့် မငြိစွန်းအောင် အထူးကြပ်မတ်ဆုံးမသင့်၏။ အကျွန်ုပ်တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာမြန်မာတို့သည် မိမိတို့သားသမီးများ ဘုန်းကြီးများနှင့် မငြိစွန်းရန်

ဆုံးမကြသလို၊ ဘာသာခြားနှင့်လက်မထပ်ရန် သွန်သင်ရမည်။ ဘုန်းကြီးနှင့် လက်ထပ်သော အမျိုးသမီးကို 'သာသနာဖျက်မ' ဟု ပုဒ်မတပ်ကြ၏။ ဘာသာခြားနှင့်လိုက်သွားပြီး မိခင်ဗုဒ္ဓဘာသာကို ခြေစုံကန်သွားသော မြန်မာအမျိုးသမီးများကိုတော့ မည်သည့်ပုဒ်မ တပ်ကြမည်နည်း။ သာသနာဖျက်ခြင်းအတူတူ ဘုန်းကြီးနှင့်လက်ထပ်သော မိန်းမကမှ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ခွင့်ရှိသေး၍ မွေးလာသော သားသမီးများ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ခွင့်ရသေး၏။ ဘာသာခြားနှင့် ယူသွားလျှင်ဖြင့် သားရှင်ပြု၊ သမီးနားသ၊ ဘုရားသွား၊ ကျောင်းတက်ပျက်သဖြင့် သာသနာကွယ်ရချေတော့မည်။

ထိရောက်သော ကာကွယ်ရေး

ကာကွယ်ရေးသည် နေရာတိုင်းမှာရှိရမည့်အရာ ဖြစ်၏။ လူမျိုးရေး၊ ဘာသာရေး၊ နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာများ၌ ရှိအပ်သည့်အရာဖြစ်၏။ သို့သော် ထိရောက်သောကာကွယ်ရေး ဖြစ်ဖို့တော့ လိုအပ်၏။ သာသနာပြုသည်ဆိုရာ၌ ထိရောက်သော အကျိုးရှိသော သာသနာပြုမျိုး ဖြစ်ရန်လို၏။ သို့မှ သာသနာ အရှည်တည်တံ့မည်ဖြစ်၏။ သာသနာအရှည်တည်မှု၌ ကိုယ့်ဘာသာ ကိုယ်ကာကွယ်နိုင်မှ ဖြစ်ပေမည်။ ကာကွယ်ရာ၌ အရေးကြီးဆုံး ဘာသာခြားအန္တရာယ်ကို သိမှဖြစ်မည်။ သို့မှ ကာကွယ်နိုင်ပေမည်။ အန္တရာယ်ကိုသိပြီး ရှောင်ရန်၊ ကာကွယ်ရန် ဖြစ်၏။ ဘာသာခြားများကို အမုန်းပွား၊ အငြိုးထားစရာမလို၊ အာဃာတဖွဲ့စရာမလို။

အကယ်၍ အမုန်းပွား၊ ရန်ငြိုးထားလျှင် ဗုဒ္ဓ၏မေတ္တာလမ်းစဉ်မှ သွေဖည်သွားပေမည်။ အချုပ်ဆိုရသော် ထိရောက်သော ကာကွယ်ရေးဖြစ်ဖို့အတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာအချင်းချင်းသာ အိမ်ထောင်ပြုကြရန်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်များ၌သာ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားမှုပြုရန်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၏ နှလုံးသားထဲ ဗုဒ္ဓဓမ္မများ စိမ့်ဝင်စေရန်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဆင်းရဲသားများ၏ဘဝ မြင့်မားရန်၊ သာသနာပြုစိတ်ဓာတ်အနေမျိုးဖြင့် ဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်ပေသည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်နိုင်ခဲ့လျှင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာ အရှည်တည်တံ့နိုင်မြဲမှာ မလွဲပါဆိုသောအချက်ကို မမှိတ်မသုန် ယုံကြည်ထိုက်ပါသတည်း။

စာကြွင်း။ ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဈေးဆိုင်များမှာ ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ သံဃ စာလုံးများကို ဆိုင်းဘုတ်၌ တပ်ထားခြင်းသည် အလွန်မင်္ဂလာရှိ၏။ ထိုသို့ တွင်တွင်ကျယ်ကျယ် ထုတ်နိုင်လျှင် အလွန်ကောင်းလေစွ။

– ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းပါ ရွှေမန်း သာမဏေကျော်၏ 'ထိရောက်သောကာကွယ်ရေး'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

မြင်ကွင်းလေးတစ်ခု

မြင်ကွင်းလေးတစ်ခုကို ပြောပြချင်ပါတယ်။

တစ်နေ့ ကားဂိတ်တစ်ခုမှာရှိတဲ့ သောက်ရေအိုးစင်ဆီကို လူနှစ်ယောက် အပြေးလျှောက်လာတာ စာရေးသူ မြင်မိပါတယ်။ ချွေးသံတွေ ရွှဲနေတဲ့ သူတို့ရဲ့ ဟန်ပန်အမူအရာ၊ ပေတေညစ်နွမ်းနေတဲ့ အဝတ်အစားကို ကြည့်တာနဲ့၊ အလုပ်ကြမ်းသမားတွေလို့ မပြောဘဲနဲ့ သိနိုင်ပါတယ်။ ကုန်ထမ်းအလုပ်သမားဖြစ်ဖို့ များပါတယ်။ ရေတော်တော်ဆာနေပုံရပါတယ်။

ရာသီဥတုကလည်း သိပ်ပူပြင်းတဲ့ မန္တလေးနွေပဲလေ။ နှစ်ယောက်သား ရေလုသောက်ဖို့ တွန်းတွန်းထိုးထိုး ဝင်လာကြတာ ရေအိုးစင်တောင် လဲလုမတတ် ယိမ်းထိုးလှုပ်ခါသွားပါတယ်။

ရေအိုးက တစ်လုံးတည်း၊ ရေခွက်က တစ်ခုတည်းပါ။ အရပ်ရှည်ရှည်နဲ့လူက ရေခွက်ရသွားပါတယ်။ အိုးအဖုံးဖွင့်ပြီး ရေအပြည့်ခပ်လိုက်တယ်။

စာရေးသူက အဲဒီလူ အမောတကော အားရပါးရ သောက်တာကို ကြည့်မယ် လို့ တွေးနေတုန်း အဲဒီလူက ရေမသောက်ပါဘဲ သူနဲ့ရေခွက်လုဘက်ဖြစ်တဲ့ သူ့အဖော်ကို ပေးသောက်စေပါတယ်။ သူ့အဖော်က အံ့သြတဲ့အမူအရာနဲ့ ကြည့် ရင်း ရေခွက်ကို ယူလိုက်ကာ တဂွတ်ဂွတ်နဲ့ သောက်ချလိုက်ပါတယ်။

ပြီးတော့ ရေခွက်နဲ့ ရေအိုးထဲမှ ရေအပြည့်ခပ်ယူလိုက်ပါတယ်။ သူ့ အဖော်ဖြစ်သူကို ရေပြန်တိုက်လိုက်ပါတယ်။ အဲဒီကျမှ အရင်လူက ရေသောက်ပါ တယ်။ ရေခွက်အရင်ရသူက နောက်မှ ရေသောက်တာဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ကြည့်ပြီး ရယ်နေကြရော။ စာရေးသူ သတိထား မိတာက <u>သူတို့နှစ်ယောက်ဟာ ကိုယ်သောက်မယ့်ရေကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင် မခပ် လိုက်ရပါဘူးဆိုတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လှလိုက်တဲ့ မြင်ကွင်းလေးပါ</u>။ မြင်ရတာ သိပ်ကြည်နူးသွားတယ်။ '**ကောင်းလိုက်တဲ့ ပရဟိတ**'လို့ စာရေးသူ မှတ်ချက် ပြုလိုက်တယ်။ သူတို့နှစ်ယောက်ရဲ့ အမူအရာတွေကို (camera)ကနေပြီး ဓာတ်ပုံအကြိမ်ကြိမ် ရိုက်လိုက်မိပါတယ်။

ဒီပုံရိပ်တွေဟာ တစ်သက်တာ ပျောက်နိုင်မယ် မထင်ပါဘူး။ "**လူပြီး ရန်ဖြစ် ကြမယ့်အစား၊ လူပြီး ချစ်အောင်နေသွားကြရင်လည်း ဖြစ်တာပါပဲလား**" ဆိုတဲ့ အသိတစ်ခု လင်းကနဲ လက်သွားခဲ့ပါတယ်။

–ဦးညာဏရေး မန္တလေးမြို့၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တရာဇာဝမ္ဗာဘိဝံသ မဟာထေရ်မြတ်၏ 'မှတ်မှတ်သားသား ဩဝါဒစကား'စာအုပ်မှ။

လူသုံးမျိုး

လောကမှာ လူအတန်းအစားတွေ ခွဲကြည့်ရင် သုံးမျိုးတွေ့နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အညံ့စား ပုဂ္ဂိုလ်၊ အလတ်စား ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ အမြင့်စား ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ဆိုလိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။

"**အညံ့စား**"ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ တွေးလိုက်ရင်လည်း ခေတ်မမီ၊ ပြောလိုက်ရင်လည်း အရာမရောက်၊ လုပ်လိုက်ရင်လည်း အမှားများ၊ သူရဲ့ ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယက အပျော့စားများဖြစ်ပြီး ယောင်ချောက်ဆယ်စာရင်းဝင် ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေ လောကထဲမှာ များမှများလှပါတယ်။

"**အလတ်စား**"ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာကတော့ သာမန်အဆင့်ပါပဲ။ သူများအောက် မရောက်သလို သူများထက်လည်း မသာတဲ့သူပေါ့။ ရိုးရိုးသွား၊ ရိုးရိုးစား၊ ရိုးရိုးအလုပ်လုပ်တဲ့သူပါ။ ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း လောကထဲမှာ အများအပြားပါပဲ။

"**အမြင့်စား**"ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာကတော့ ကောင်းကျိုးအဖြာဖြာ အရာရာ သူများထက်သာအောင်လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်။ အရာရာပေါက်မြောက်တဲ့သူပဲပေါ့။

–ဦးညာဏရေး မန္တလေးမြို့၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တရာဇာဓမ္မာဘိဝံသ မဟာထေရ်မြတ်၏ 'မှတ်မှတ်သားသား ဩဝါဒစကား'စာအုပ်မှ။

ကိုယ့်နှင့်မဆိုင်သလို မနေပါနှင့်

ကမ္ဘာ့သကာ၊ လူမိုလ်ပါတို့၊

ငါနှင့်မဆိုင်၊ မတတ်နိုင်ဟု၊

မပြိုင်ခင်ရှုံး၊ စိတ်နှလုံးကို၊

ဒုန်းဒုန်းကြီးချ၊ ရှိချေကမူ၊

ဗုဒ္ဓသာသနာ၊ ကွယ်ပျောက်ရာ၏။

အမျိုး,ဘာသာ၊ ကွယ်ပျောက်ရာ၏။

–တောင်တော်ဆရာတော်နှင့် ဆီးပန်းနီဆရာတော်။

သူတို့အလုပ် သူတို့လုပ်ကြတာပါ

ကြားဖူးမှတ်သားဖူးတာလေးတစ်ခု ထပ်ပြောချင်ပါသေးတယ်။

တစ်ခါက မင်းကွန်း တိပိဋကဓရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး သီတင်းသုံးရာ 'ဓမ္မနာဒကျောင်း'မှာ အထက်အရာရှိကြီးများ ရောက်ရှိနေပြီး ဆရာတော်အား ပူဇော်ကြည်ညို ဓမ္မသြဝါဒများ ခံယူနေကြပါသတဲ့။ အဲဒီအချိန်မှာ ဆရာတော်ရဲ့ ကျောင်းခေါင်းရင်းမှာ ကိုရင်ငယ်လေးများက ပြေးကြလွှားကြ ဆော့ကစားနေကြတာပေါ့။ ကလေးတွေဆိုတော့ ဘယ်အလိုက်သိမှာလဲ။ အော်သူအော်၊ ဟစ်သူဟစ်၊ ဆူညံသံတွေက ဆရာတော်နဲ့ လူကြီးများနားမှာ အတိုင်းသား ကြားနေရပါသတဲ့။

ဒါပေမယ့် ဆရာတော်က ဟန့်တားမှု၊ ဟန့်တားစေမှု မပြုဘဲ သူပြောစရာရှိတာသာ ဆက်ပြောနေတာပါပဲတဲ့။

အဲဒီအခါမှာ မနေနိုင်သူ အရာရှိဒကာကြီးတစ်ဦးက ဆရာတော်ကို လျှောက်ထားပါတယ် "ဆရာတော်ဘုရား ... ကိုရင်လေးတွေက သိပ်ဆော့ကြတာပါပဲလား၊ နေ့စဉ် ဒီအတိုင်းသာဆိုရင် ဆရာတော့်အတွက် အနှောင့်အယှက် မဖြစ်ဘူးလားဘုရား"တဲ့။

အဲဒီလို လျှောက်တဲ့အခါ မင်းကွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီး အမိန့်ရှိခဲ့တာ ကလေး မှတ်သားကြည့်ကြပါဦး –

"ဒကာကြီး ... ကလေးတွေက သူတို့အလုပ် သူတို့လုပ်ကြတာပါ။ ကလေးဆိုတာ စားမယ်၊ အိပ်မယ်၊ ကစားမယ်၊ ဆော့မယ်၊ ပြီးရင် ရန်ဖြစ်ကြမယ်၊ ငိုကြမယ်။ ဒါ သူတို့အလုပ်ပဲ။ ဒါတွေ မလုပ်ရဘူးဆိုပြီး ကန့်ကွက်ပိတ်ပင်လိုက်ရင် ကိုရင်လေးတွေ လူထွက်ကုန်မှာပေါ့။ ကိုရင်မရှိရင် ရဟန်းဖြစ်လာနိုင်ပါ့မလား။ ဒါဆိုရင် စာတတ်ရဟန်းတွေကော ဖြစ်ထွန်းလာနိုင်ပါတော့မလား။ သူ့အရွယ် သူ့အလုပ်နဲ့ ပျော်စေပြီး၊ တဖြည်းဖြည်း သိမ်းသွင်းသွန်သင်ပြီးမှ ဣန္ဒြေကို ရင့်ကျက်စေရတာပေါ့ ဒကာကြီး ..."တဲ့။

အဲဒီလို ဆရာတော်က အမိန့်ရှိလိုက်မှ ကိုရင်လေးတွေအပေါ် ဒကာကြီးက ကြည်ညိုသွားတတ်ပါသတဲ့။

–ဦးဉာဏအရေး မန္တလေးမြို့၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်ဆရာတော် အဒ္ဓဂ္ဂရာဇာဓမ္မာဘိဝံသ မဟာထေရ်မြတ်၏ 'မှတ်မှတ်သားသား သြဝါဒစကား'စာအုပ်မှ။

ခင်ပွန်းဖြစ်သူ အိပ်စက်နေစဉ် ဓာတ်ဆီလောင်း မီးရှို့ထွက်ပြေး

ပုသိမ် မတ် ၂၆

ရွှေသောင်ယံမြို့နယ် ဂျိုင်လယ်ကျေးရွာနေ လင်းအောင်(ခ) မောင်လေး (၂၅)နှစ်သည် မတ် (၂၁)ရက်နေ့ည ၉ နာရီခွဲတွင် နေအိမ်ပေါ်၌ အိပ်ပျော်နေစဉ် ဇနီးဖြစ်သူ မမိုးမိုးက ခင်ပွန်းဖြစ်သူ၏ ကျောကုန်းပေါ်သို့ ဓာတ်ဆီလောင်း မီးရှို့ထွက်ပြေးသွားသည်။ အိပ်ပျော်နေသည့် လင်းအောင်(ခ)မောင်လေး၏ ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်း ကျောကုန်းမီးလောင်ခံရရာမှ လန့်နိုးအော်ဟစ်စဉ် ရွာသူ ရွာသားများနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးလှနိုင်တို့က ၎င်းအား ကယ်ဆယ်နိုင်ပြီး ငွေမြို့ဆေးရုံသို့ တင်ပို့ကုသပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ (ပုသိမ်လှကြည်)

–၂၀၁၃ မတ်လ ၂၇–ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ ချစ်သော်သက်နှုန်း မုန်းသော်ရန်သူ။

ကံကြံဖန်ဖန် သေမှုသေခင်း

ပဲခူး မတ် ၁၄

ပဲခူးမြို့နယ် မှော်လုံးကျေးရွာအုပ်စု ထုံးကလေးကျေးရွာ ပဲခူးမြစ်အတွင်း မတ် ၁၁ ရက် နံနက် ၅ နာရီခန့်က လူငယ်တစ်ဦး မြစ်အတွင်းပြုတ်ကျ၍ ရေနစ်သေဆုံးကြောင်း သိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ရေနစ်သေဆုံးသူမှာ လှစိုး(၁၉)နှစ် ကျားတက်ကျေးရွာ ကဝမြို့နယ်နေသူဖြစ်ပြီး ၎င်းနှင့်နေသူ တစ်ရွာတည်းနေ မျိုးနိုင်(၂၅)နှစ်၊ ကျော်အောင် (၂၇)နှစ်တို့မှာ စက်လှေဖြင့် ရန်ကုန်မှ ကျားတက်ကျေးရွာသို့ပြန်ရန် မြစ်ရေအတက်စောင့်နေစဉ် လှစိုးမှာ စက်လှေ၏ကျောက်ကြိုးအား မြစ်အတွင်းသို့ ပစ်ချရာ ဝဲဘက်ခြေကျင်းဝတ်ကို ကြိုးရစ်ပတ်ကာ မြစ်အတွင်းသို့ ပြုတ်ကျရေနစ် သေဆုံးခဲ့သဖြင့် ဆယ်ယူရရှိခဲ့ပြီး ရဲဆေးစာဖြင့် ဓမ္မတာအတိုင်း သေဆုံးခြင်း ဟုတ်မဟုတ် စစ်ဆေးရန် ပဲခူးဆေးရုံသို့ပို့ကာ အင်းတကော်ရဲစခန်းက သေမှုသေခင်းအမှတ်စဉ် (၂/၂၀၁၃)ဖြင့် အရေးယူဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ (ဆွေနိုင်–ပဲခူး)။

–(၁၅–၃–၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ ပါဏာတိပါတအကုသိုလ်ကံများကို တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ပါ။ အကုသိုလ်ကံရှိလျှင် သူများမသတ်သော်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေသလို ဖြစ်တတ်သည်။ –စီစဉ်သူ။

ဗုဒ္ဓဘာသာ အမှတ်တံဆိပ်တော် ရှင်းလင်းချက်

၁။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ရောင်ခြည်တော်ခြောက်ပါးကို အကြောင်းပြုရည်ရွယ်ကာ ပြုလုပ်ထားသော သာသနာ့အလံတော်ကို နောက်ခံထားသည်။

၂။ **ဓမ္မစက္က ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ** – ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါး၊ တရားဂုဏ်တော် (၆)ပါး၊ သံဃာ့ဂုဏ်တော် (၉)ပါးကို ရည်ရွယ်သည်။

၃။ **အသောကကျောက်တိုင် အဓိပ္ပါယ်** – ခြင်္သေ့၊ ဆင်၊ မြင်း၊ နွား အရုပ်များ ပါရှိသည်။ အသောကမင်း၏ သာသနာတော် ထွန်းကားပြန့်ပွားရေး ဆောင်ရွက်ချက်ကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံတော်တွင် သာသနာတည်ရှိနေခြင်း၏ ကျေးဇူးတရားများကို မမေ့သင့်ပါ။

အသောကမင်းကြီး၏သာသနာပြုစိတ်ဓာတ်

ခြင်္သေ့မင်းလို ဝီရိယမလျော့ပါနှင့်

* များအကျိုးကို၊ ဆောင်ရွက်လို၊ "**ခြင်္သေ့**"လိုကျင့်ရမည်။
ယုံငယ်မှာလည်း၊ မလျော့ဘဲ၊ အမြန်ခုန်အုပ်သည်။
မြတ်လုံ့လလဲ၊ မလျော့ဘဲ၊ အမြဲလုပ်ရမည်။

ဆင်လို သက်လုံကောင်းပါစေ

* များအကျိုးကို၊ ဆောင်ရွက်လို၊ "**ဆင်**"လိုကျင့်ရမည်။
လက်နက်မှန်လည်း၊ မလျော့ဘဲ၊ စစ်ပွဲဆင်နွှဲမည်။
ဘာပဲကြုံကြုံ၊ ကိုယ်မပြုံ၊ သက်လုံကောင်းရမည်။

မြင်းလို လျင်မြန်ရမည်

* များအကျိုးကို၊ ဆောင်ရွက်လို၊ "**မြင်း**"လိုကျင့်ရမည်။
သွက်လက်လျင်မြန်၊ အားသန်သန်၊ ပန်းတိုင်မှန်ကို လျှောက်ရမည်။
ပန်းတိုင်မရောက်ခင်၊ လက်မပြောက်၊ တောက်လျှောက်ကျင့်ရမည်။

နွားလို လောကဓံကို သည်းခံနိုင်ရမည်

* အများအကျိုးကို၊ ဆောင်ရွက်လို၊ "**နွား**"လိုကျင့်ရမည်။
ရိုက်နှက်သော်လည်း၊ စိတ်မဆိုးဘဲ၊ အမြဲသည်းခံမည်။
ဤလောကဓံ၊ သည်းညည်းခံ၊ အမှန်ကျင့်ရမည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာအမှတ်တံဆိပ်တော်
လိုက်နာရှောင်ကျဉ်ရန်စည်းကမ်းများ၊

၁။ အမှတ်တံဆိပ်တော်ကို အသုံးပြုရာ၌ သရဏဂုံသုံးပါးကို ရွက်ဆို၍တပ်ပြီး လက်အုပ်ချီကာ "ဗုဒ္ဓသာသနံ စိရံ တိဋ္ဌတု" သုံးကြိမ် အဓိဋ္ဌာန်ရွက်ဆို၍ ရိုသေစွာ ပြီးဆုံးစေရမည်။

၂။ အမှတ်တံဆိပ်တော်ကို မြင့်မြတ်သော၊ သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော နေရာများ၌သာ အသုံးပြုရမည်။

၃။ အမှတ်တံဆိပ်တော်ကို ပုံစံတူ မှုမကွဲ တစ်သားတည်းဖြစ်အောင် တစ်နိုင်ငံလုံး အတိုင်းအတာဖြင့် မြတ်ဗုဒ္ဓအလိုကျ ညီညွတ်မှုကို ဖော်ဆောင်ကြရမည်။

၄။ အမှတ်တံဆိပ်တော်ကို အခြားဘာသာဝင်များ ပိုင်ဆိုင်သော အိုးအိမ်၊ တိုက်တာ၊ ဆိုင်၊ ကား၊ ဆိုင်ကယ် အစရှိသော ယာဉ်များနှင့် အသုံးအဆောင် ပစ္စည်းများတွင် ဟန်ဆောင်လှည့်ဖျား၍ အသုံးပြုပါက ထိရောက်အောင် အရေးယူဆောင်ရွက်မည်။ (ဘာသာဝင်များ သတင်းပေးပါ။)

၅။ အမှတ်တံဆိပ်တော်၏ ဂုဏ်သိမ်ကို ညှိုးနွမ်းစေသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ပြုမူ၊ ပြောဆို၊ ကြံစည်မှုများကို မြင်တွေ့ကြားသိရပါက သာသနပါလက ဂဏဝါစက သံဃာ့အဖွဲ့မှ ထိရောက်အောင် အရေးယူမည်။ (ဘာသာဝင်များ သတင်းပေးပါ။)

-အထက်ပါ သံဃာ့အဖွဲ့မှ ဖြန့်ဝေသော လက်ကမ်းစာစောင်မှ။

ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်၊ ဓမ္မကထိကဆရာတော်များအား မော်လမြိုင်မြို့ သာသနပါလက ဂဏဝါစက သံဃာ့အဖွဲ့မှ လျှောက်ထားလွှာ

ရိုသေစွာ ရှိခိုးဦးခိုက်လျှောက်ထားအပ်ပါသည် အရှင်မြတ်ဘုရား ....

အရှင်မြတ်ဘုရား၏ ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်တည်းဟူသော မြတ်ဗုဒ္ဓ သာသနာတော်အကျိုး၊ အသိဉာဏ်ဖြန့်ဝေခြင်းတည်းဟူသော လောက ကောင်းကျိုးများကို သဒ္ဓါ၊ မေတ္တာ၊ ဉာဏ်ပညာစွမ်းအင်များဖြင့် ကြိုးစား အားထုတ် တော်မူနေသည့်အတွက် ဘုရားတပည့်တော်များ သာသနပါလက ဂဏဝါစက သံဃာ့အဖွဲ့မှ ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူ သာဓုခေါ်ပါသည် အရှင်မြတ်ဘုရား ...

ဘုရားတပည့်တော်များ လျှောက်ထားတောင်းပန်လိုသည်မှာ အရှင်မြတ် ဘုရား၏ လက်ရှိရည်မှန်းချက်အတိုင်း အင်တိုက်အားတိုက် အမျိုးဘာသာ သာသနာအတွက် ဆောင်ရွက်နေသလို ...

ဆရာတော်များ၏ လုပ်ငန်းစဉ်များထဲမှာ ...

၁။ အမျိုးဘာသာ သာသနာချစ်စိတ်ဓာတ်အားနည်း၊ အမြော်အမြင် အသိပညာမဲ့၊ အချင်းချင်းမညီညွတ်၊ ဖရိုဖရဲ ပြိုကွဲနေသော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ကို ကူညီစောင့်ရှောက်သောအားဖြင့် "**၉၆၉**"ဗုဒ္ဓဘာသာ အမှတ်တံဆိပ်တော်တို့ကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း စနစ်တကျ အသုံးပြုနိုင်အောင် တိုက်တွန်းဖြန့်ဝေပေးစေလိုပါသည်ဘုရား။

၂။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များကို ဘာသာခြား လူမျိုးခြား အန္တရာယ်များမှ ကြိုတင်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သောအားဖြင့်၄င်း၊ အမျိုးဘာသာ သာသနာကို ချစ်ခင်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားတတ်သော၊ မြင့်မြတ်သော မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ ပေါ်ထွန်းများပြားလာစေရန်အတွက်၄င်း၊ **တစ်လ(၄)ကြိမ်၊ တစ်ပတ်(၁)ကြိမ် သင်ကြားပို့ချသော ဓမ္မစကူးလ် ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်းများကို** နေရာ ဒေသအသီးသီးရှိ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းတိုင်း၊ သီလရှင်ကျောင်းတိုင်း၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဓမ္မာရုံတိုင်းတွင် မြန်မြန်နှင့်များများ ပေါ်ပေါက်လာစေရန် တိုက်တွန်းချီးမြှောက်ပေးတော်မူပါရန် ရိုသေလေးမြတ်စွာ ရှိခိုးဦးခိုက် လျှောက်ထားပန်ကြားအပ်ပါသည် အရှင်မြတ်ဘုရား။

ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ကျန်းကျန်းမာမာ ချမ်းချမ်းသာသာဖြင့် သာသနာကောင်းကျိုး၊ အမျိုးဘာသာကောင်းကျိုး သယ်ပိုးဆောင်ရွက်နိုင်ပါစေ အရှင်မြတ်ဘုရား ... ။

လျှောက်ထားတောင်းပန်ရခြင်းအကြောင်း တစ်စိတ်တစ်ဒေသ(သို့မဟုတ်) ဗုဒ္ဓဘာသာခေါင်းဆောင် ရဟန်းသံဃာတော်များနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာရှေ့ဆောင် လူကြီး၊ မိဘများအားလုံး အောက်ပါအချက်လေးများကို သတိပြု ကြည့်ရှု သုံးသပ်တော်မူနိုင်ပါရန် တင်ပြပါရစေ။

၁။ ဘာသာခြားဆရာ(ဘာသာခြားခေါင်းဆောင်)တွေက သူတို့ဘာသာအတွက် တိုးပွားဖို့ နည်းလမ်းမျိုးစုံသုံးပြီး အားကြိုးမာန်တက် ဆောင်ရွက်နေချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာခေါင်းဆောင် ရဟန်းသံဃာများက စာသင်စာချခြင်း၊ တရားဟော တရားပြခြင်းတို့ဖြင့် သာမန်ရိုးရိုးစနစ်ကိုသာ အများဆုံး ကျင့်သုံးနေခြင်း။

၂။ ဘာသာခြားမိဘများက ရင်သွေးငယ်များကို အသက်၅-နှစ်မှစ၍ သူတို့ရဲ့ဘာသာရေးသင်တန်းကျောင်းသို့ ပို့နေချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာ မိဘ

များက သားသမီးများကို ကျူရှင်နှင့် စာသင်ကျောင်းလောက်သာ စိတ်ဝင်စားနေခြင်း၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်း (ဓမ္မစကူးလ် ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်း)များကို ကျူရှင်တစ်ခါတက်လောက်တောင်တန်ဖိုးမထားတတ်ခြင်း၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ ခေါင်းဆောင်များက ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လူကြီးမိဘ၊ ဒကာ–ဒကာမများကို ဗုဒ္ဓ၏ ဓမ္မသင်တန်းများကို ကျူရှင်တစ်ခါတက်လောက်တောင်တန်ဖိုးထားတတ်ဖို့မဟောပြောမစည်းရုံးနိုင်ခြင်း။

၃။ ဘာသာခြား ကလေးသူငယ်များက သူတို့လူမျိုး၊ သူတို့ဘာသာအတွက် အားတက်သရော ဘာသာရေးသင်တန်းတက်နေချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ကလေး သူငယ်များက ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုနှင့် အလှမ်းကွာဝေးနေခြင်း။

၄။ ဘာသာခြားလူငယ်များက စီးပွားရေးကို အင်တိုက်အားတိုက် သူတို့လူမျိုး၊ သူတို့ဘာသာအတွက်ရှာဖွေနေချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာလူငယ်များက ပွဲလမ်းသဘင် အပျော်အပါး(ဘောလုံး၊ ချဲ၊ ထီ) အလောင်းအစား၊ အသောက်အစားများဖြင့် အချိန်ကုန်နေခြင်း။

၅။ ဘာသာခြား သမီးပျိုများက ဖိနပ်ခံရ၍ အိမ်တွင်းပုန်းနေချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာတိုင်းရင်းသူများက လူတကာနှင့်ရင်ဘောင်တန်း၍ လွတ်လပ်စွာ လုပ်ရှားသွားလာခွင့်ရှိနေပြီး နည်းမျိုးစုံသုံးကာ အမဲဖမ်းနေသော ဘာသာခြားလူမျိုးခြားအန္တရာယ်ကို မသိကြခြင်း။

၆။ ဘာသာခြား လူမျိုးခြား အမျိုးသားများက တိုင်းရင်းသူများကို တရားသည်ဖြစ်စေ၊ မတရားသည်ဖြစ်စေ နည်းမျိုးစုံသုံးပြီး ရသလောက် ဝါးမျိုနေချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ရဟန်းရှင်လူများက မသိကျိုးကျွံ မဆိုင်သလိုနေကြခြင်း (ကြွက်ထောင်ချောက်ပုံပြင်ကို သတိမမူခြင်း)။

၇။ ဘာသာခြား လူမျိုးခြား အမျိုးသားများက မိန်းမတွေ ရသလောက်ယူပြီး လူမျိုးပွားနေချိန်မှာ မြန်မာနိုင်ငံ၌ ရဟန်းသံဃာများ ၊ အပျိုကြီး၊ လူပျိုကြီးများ များပြားနေ၍ လူဦးရေတိုးပွားမှု နည်းပါးနေခြင်း (တရုတ်ပြည်ကဲ့သို့ လူဦးရေမွေးဖွားမှု ထိန်းချုပ်သည့်ဥပဒေမရှိခြင်း)။

၈။ ဘာသာခြားများက သူတို့ဆိုင်များမှာသာ ဈေးဝယ်ယူအားပေးနေကြချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာတိုင်းရင်းသားများက အသိဉာဏ် အမြော်အမြင်နည်းပါးကာ ကိုယ့်ဘာသာအချင်းချင်းဆိုင်မှာ ရွေးချယ်အားပေးဝယ်သူမှုနည်းနေရုံမက ဘာသာခြားဆိုင်များကို အားပေးဝယ်ယူနေခြင်း။

၉။ အခြားဘာသာဝင်များက သူတို့ဘာသာ သူတို့လူမျိုးအတွက် တစ်နေ့(၅)

ကြိမ် စည်းဝေးပြီး(အထူးအားဖြင့် တနင်္ဂနွေ၊ သောကြာနေ့တိုင်း) စည်းလုံးညီညွတ် စည်းဝေးတိုင်ပင်နေချိန်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များက ဥပုသ်နေ့တစ်ရက်တောင် ကျောင်းသို့မရောက် ဖရိုဖရဲ ပြန့်ကျဲနေပြီး စည်းလုံးမှုမရှိသေးခြင်း။

၁၀။ နိုင်ငံတော်က အမျိုးဂုဏ် ဇာတိဂုဏ်မြှင့်မားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နိုင်ဖို့ ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုသင်တန်းများ ချမှတ်ပေးနေချိန်မှာ အကောင်အထည်ဖော်မှု နည်းပါးနေခြင်း၊ ဓမ္မစကူးလ် ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်းများ ဗုဒ္ဓဘာသာကလေးသူငယ်ဦးရေနှင့်မမျှ နည်းပါးနေသေးခြင်း။

၁၁။ အခြားနိုင်ငံများ၌ အန္တရာယ်ကြီးမားသည့် နယ်စပ်များကို အထူးစစ်ဆေးနေကြသော်လည်း မြန်မာနိုင်ငံ၌ အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့ ပေါ့ပေါ့တန်တန် ရှိနေသေးခြင်း။

၁၂။ အခြားနိုင်ငံများ၌ သူတို့ဘာသာ သူတို့လူမျိုးအတွက် အမျိုးစောင့်ဥပဒေရှိသကဲ့သို့ မြန်မာနိုင်ငံ၌ ကိုယ့်လူမျိုး ကိုယ့်ဘာသာကို ကာကွယ်သည့် အမျိုးစောင့်ဥပဒေ မရှိသေးခြင်း။

၁၃။ အခြားနိုင်ငံများ၌ ငြေ့သည်ဘာသာရေးကို နှိပ်ကွပ်ထားသော်လည်း မြန်မာနိုင်ငံ၌ ငြေ့သည်တို့၏ဘာသာရေးကို အိမ်ရှင်တို့နှင့်တန်းတူ အခွင့်အရေးပေးထားရုံမက ကြောက်ရွံ့သလို ဖြစ်နေခြင်း။

၁၄။ အခြားနိုင်ငံများ၌ ကိုယ့်လူမျိုး ကိုယ့်ဘာသာအတွက် အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသည့် မှတ်ပုံတင်ကိစ္စများကို တင်းကျပ်စွာ ကိုင်တွယ်နေကြသော်လည်း မြန်မာနိုင်ငံ၌ လူမျိုးခြား ဘာသာခြားများကို လူကိုမကြည့်၊ ငွေကိုကြည့်ကာ မှတ်ပုံတင် လုပ်ပေးနေသူများ ရှိနေခြင်း။

၁၅။ အတိတ်တစ်ချိန်က အိန္ဒိယနိုင်ငံကြီးမှာ ရဟန်းသံဃာတော် (၁၀)သန်းကျော်ရှိပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာတက္ကသိုလ် (၁၀)ခုရှိကာ ယင်းတက္ကသိုလ်တိုင်းမှာ သံဃာနှစ်သောင်းကျော်ရှိခဲ့ပါလျက် လျှင်လျှင်မြန်မြန်ကြီး ဆုံးရှုံးပျောက်ကွယ်ခဲ့ရခြင်း၊ ထိုနည်းအတူ တစ်ချိန်က ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ခဲ့သော မလေးရှား၊ အင်ဒိုနီးရှား၊ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်စသောနိုင်ငံများ ယခုဗုဒ္ဓဘာသာတွေ များစွာဆုံးရှုံးပျက်စီးခဲ့ရခြင်းစသည်များကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်တော်မူကြ၍ မိမိတို့၏အမျိုးဘာသာ သာသနာကို မိမိတတ်နိုင်သည့်ဘက် ဝိုင်းဝန်းကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးတော်မူကြပါကုန်။

–အထက်ပါ သံဃာ့အဖွဲ့မှ ဖြန့်ဝေသော လက်ကမ်းစာစောင်မှ။

မှတ်သားဖွယ်ရာ
ယနေ့ခေတ် ဆုံးမစာလင်္ကာ

၁။ လမ်းလျှောက်ထီးထမ်း၊ လူ့သရမ်း၊ ငမ်းငမ်းကြိုက်တဲ့ "ခေတ်"။
၂။ လူကြီးနှင့်အပျိုစင်၊ တွဲလျှောက်ယှဉ်၊ ပွဲသဘင်ကတဲ့"ခေတ်"။
၃။ ဘိုင်စကုတ်နှင့်ပြည့်တန်ဆာ၊ စီးပွားရှာ၊ ပျိုကညာတို့အတုခိုးတဲ့ "ခေတ်"။
၄။ တစ်ဦးညစ္စာ၊ ပြည့်စုံရာ၊ မနာလိုတဲ့ "ခေတ်"။
၅။ တရားသဘော၊ ဘယ်လိုဟော၊ မောရှုံရှိတဲ့ "ခေတ်"။
၆။ ပေါင်းဖော်သားချင်း၊ မေတ္တာကင်း၊ အတင်းပြောတဲ့ "ခေတ်"။
၇။ မယားကြီးရှိပြန်၊ တကယ်မှန်၊ အငယ်ခံတဲ့ "ခေတ်"။
၈။ လူငယ်လူကြီး၊ ပြောဆိုနည်း၊ လူကြီးရှုံးတဲ့ "ခေတ်"။
၉။ အရွယ်မရောက်၊ အပျိုပေါက်၊ လင့်နောက်လိုက်တဲ့ "ခေတ်"။
၁၀။ ဥပုသ်စောင့်များ၊ ကျောင်းသို့သွား၊ ပါဝါများတဲ့ "ခေတ်"။
၁၁။ ဘုန်းကြီးများထံ၊ သီလခံ၊ ဆူညံနေအောင် ပြောတဲ့ "ခေတ်"။
၁၂။ ရွှေငွေဝတ်ဆင်၊ လူခေါ်ချင်၊ ဂုဏ်အင်ကြီးတဲ့ "ခေတ်"။
၁၃။ လပြည့်လကွယ်၊ ဥပုသ်သည်၊ အောင်သွယ်ပြောတဲ့ "ခေတ်"။
၁၄။ လူကြီးမျက်မှောက်၊ မရှက်ကြောက်၊ နောက်ပြောင်ကျီစယ်နေတဲ့ "ခေတ်"။
၁၅။ ဆရာ,ဆရာမ၊ စာသင်ပြ၊ စိတ်မချရတဲ့ "ခေတ်"။
၁၆။ ရှေ့ကွဲနောက်ကွဲ၊ ဝတ်ဆင်ရဲ၊ အသဲယားစရာကောင်းတဲ့ "ခေတ်"။
၁၇။ ကိုယ်ကပ်,လည်ဟိုက်၊ ဝတ်ဆင်ခိုက်၊ စိတ်မိုက်ဝင်တဲ့ "ခေတ်"။
၁၈။ သားရေးသမီးရေး၊ ပေါင်းဖော်ရေး၊ မစဉ်းစားဘဲ ပေးတဲ့ "ခေတ်"။
၁၉။ ဆိုဆုံးမသံ၊ နားမခံ၊ ပြန်လှန်ပြောတဲ့ "ခေတ်"။
၂၀။ မိန်းမယောက်ျား၊ သွင်မခြား၊ ခွဲခြားမရတဲ့ "ခေတ်"။
၂၁။ ဘုန်းကြီးကျောင်းပင်၊ အိမ်ဟုထင်၊ တွင်တွင်ပေါ်တဲ့ "ခေတ်"။
၂၂။ မာနရှင်များ၊ မာနထား၊ တို့များနေတဲ့ "ခေတ်"။
၂၃။ ကျောင်းသူကျောင်းသား၊ စာသင်သွား၊ ရည်းစားထားတဲ့ "ခေတ်"။

Posted by yar zar htwe on March 15, 2013 at 11:00am

မန္တလေးမြို့၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်ဆရာတော်

ဘဒ္ဒန္တရာဇာဓမ္မာဘိဝံသ မဟာထေရ်မြတ်၏ ဩဝါဒများ

ဦးညာဏရေး မန္တလေးမြို့၊ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်ဆရာတော်

ဘဒ္ဒန္တရာဇာဓမ္မာဘိဝံသမဟာထေရ်မြတ်၏ "မှတ်မှတ်သားသား ဩဝါဒစကား" စာအုပ်မှ ကူးယူမျှဝေသည်။

အသက်ကြီးလေ သေဖို့နီးလေ

"အသက်ကြီးလာတာဟာ အသက်ရှည်တာ မဟုတ်ဘူးကွ၊ သေဖို့တဖြည်းဖြည်းနီးလာတဲ့အတွက် အသက်တိုလာတာ"

နွားအလား ဥပမာ

ကျွန်းမာရေးအရ လမ်းလျှောက်ထွက်တယ်ဆိုပေမယ့် မင်းတို့လမ်းလျှောက်တာက အုပ်စုဖွဲ့ထွက်ကြတာ၊ တစ်လမ်းလုံးပြည့်လို့။ လမ်းကို ပိတ်ဆို့ပြီး သွားနေသလိုဖြစ်တယ်။ မြို့ဆိုတာက စက်ဘီး၊ ဆိုင်ကယ်၊ ကား အသွားအလာ မပြတ်ဘူး။ မင်းတို့က သူတို့ရဲ့ရှေ့မှာ ပိတ်ထားတော့ သူတို့မှာ အသွားခက် အလာခက်ဖြစ်ရော။ မင်းတို့က ဘုန်းကြီးတွေဆိုတော့ လူတွေက မပြောရဲကြဘူးပေါ့ကွ၊ ဟုတ်လား။ ဒါကို အခွင့်အရေးယူပြီး သွားချင်သလို သွားနေကြတယ်။ ဒီလို မဖြစ်စေကြနဲ့ကွ။ လမ်းသွားလမ်းလာ အားလုံးအတွက် အနှောင့်အယှက် မဖြစ်အောင် လမ်းချန် လမ်းပေးပြီး သွားမှပေါ့။ **လမ်းအပြည့် သွားတာ "ဘုန်းကြီးနဲ့နွား နှစ်ခုပဲရှိတယ်"**လို့ ပြောစရာ ဖြစ်နေပြီ(ရယ်လျက်) ။ မင်းတို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘာနဲ့တူလို့တူမှန်း မသိကြဘူး။ တရှုန်းရှုန်းနဲ့ တော်တော် အုပ်စုဖွဲ့ချင်ကြတာ။ နောက်ကို သူများကြည့်ညိုဖွယ်ဆောင်ပြီး သွားကြ။ ဆင်ခြင်တတ်မှ ရမှာပေါ့ကွ။

သူတောင်းစားတောင် ထမင်းမငတ်ပါဘူးကွ

စာမလုပ်ချင်ရင် ထွက်ကြ။သာသနာ့ဘောင်မှာမနေကြနဲ့။ဆန်ကုန်မြေလေးတာပဲ အဖတ်တင်မယ်။ ဒီမှာက အချောင်နေ အချောင်စားတော့မရဘူး။ စာမှ မလုပ်ချင်ဘဲနဲ့ကတော့ သင်္ကန်းဝတ်နဲ့ မနေကြပါနဲ့ကွ။ လူထွက်တာမှ ကောင်းလိမ့်မယ်။ လူ့ဘဝမှာ ပျင်းလို့ အလုပ်မလုပ်ချင်ရင်တောင် တောင်းစားလို့ရတယ်။ တို့နိုင်ငံက သူတောင်းစားတောင် ထမင်းမငတ်ပါဘူးကွ။

စမ်းသပ်မရတဲ့ ရောဂါ

စာဝါတက်သည့်နေ့ ဦးဇင်းတစ်ပါး စာမတက်ဘဲနေရာ–

ဆရာတော်။ ။ "... ဘယ်သူမပါပါလား၊ ဘယ်သွားလဲ"
အနီးရှိတပည့်။ ။ "ခေါင်းခဲ ခေါင်းမူးလို့တဲ့ဘုရား"
ဆရာတော်။ ။ "မင်းတို့ရောဂါတွေက စမ်းသပ်မရတဲ့ ရောဂါတွေပါကွာ၊ အေး... မနက်ဖြန် ပါပစေ"

ထန်းရွက်တဲနဲ့ပဲ နေမယ်

နယ်ဝေးရပ်ဝေးကနေ ဒီမှာလာပြီး စာသင်နေကြတာ ဒါ စွန့်စားခြင်း တစ်မျိုးဖြစ်တယ်လို့ ဆိုရမှာပေါ့။ အခက်အခဲဆိုတာတွေ ရှိတယ်ပေါ့ကွာ။ အစားဆင်းရဲမယ်၊ အနေဆင်းရဲမယ်၊ ဒီတော့ မင်းတို့က ခံယူချက်ပြင်းထန်ဖို့လိုတယ်။ စာကို တကယ်တတ် တကယ်တော်အောင် ကြိုးစားဖို့လိုတယ်။ ရှော့တိရှော့ရဲနဲ့ စာမလုပ်ချင်ရင်တော့ ဒီမှာ လာမနေကြပါနဲ့။ ဒီမှာနေရင်တော့ စာလုပ်ရမှာပဲ။ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်တွေနဲ့ မညီရင် ဒီမှာက မင်းတို့ကို ထားမှာမဟုတ်ဘူး။ ဒီတော့ ရပ်ရွာက မိဘဆွေမျိုးနဲ့ ဆရာသမားတွေ မျက်နှာမပျက်ရအောင် မင်းတို့က ကြိုးစားရမှာပေါ့ကွ။

တို့ မစိုးရိမ်တိုက်ကြီး နှစ်တိုက်က စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်ပြုထားတာ တစ်ခုရှိတယ်။ မန္တလေး သကျသီဟစာမေးပွဲမှာ စာသင်တန်း စာချတန်းပြီးသွားရင် တို့မစိုးရိမ်မှာ ကျောင်းတစ်ကျောင်းရဲ့နာယကအဖြစ် အပ်နှင်းပြီး စာချခွင့် အုပ်ချုပ်ခွင့် ပေးတယ်ပေါ့ကွာ။ ဒီတော့ တို့မစိုးရိမ်မှာ နာယကဖြစ်ချင်ရင် အသင်းစာမေးပွဲလုပ်ပြီး သကျသီဟ "အဘိဝံသ"ဘွဲ့ရအောင် ကြိုးစားကြ။ မင်းတို့ကြိုးစားလို့၊ အောင်ခဲ့ကြလို့၊ နာယကတွေ များလာလို့ ကျောင်းပေးစရာ မရှိတော့ဘူးဆိုရင် "ငါနေတဲ့ တိုက်ပေါ်ကနေ ငါဆင်းပေးမယ်၊ ငါက ထန်းရွက်တဲ ထိုးပြီးတော့ နေမယ်"

ဘိနပ်စည်းကမ်းရှိကြပါ

ကျောင်းတိုက်တွေမှာ ဘိနပ်စင်တွေ ထားပေးထားတယ်။ ဘိနပ်စင်ဆိုတာ ဘိနပ်တင်ဖို့ပဲ။ လိုအပ်လို့ လုပ်ပေးထားတာပဲကွ။ မင်းတို့က ချွတ်ချင်ရာ ချွတ်ကြတာ။ ကိုယ့်ဘိနပ်ကို ကိုယ်ထားရမယ့် သတ်မှတ်နေရာမှာ ထားကြ။ ဟိုနေရာချွတ် သည်နေရာချွတ် မလုပ်ကြနဲ့။ သန့်ရှင်းမှုလည်း ရှိသလို ဟိုရောက် သည်ရောက်နဲ့ ပျောက်လည်းမပျောက်တော့ဘူးပေါ့ကွ။ နောက်ပြီး နေပူထဲ ချွတ်ထားလို့ နေလောင်ရင် ဘိနပ်လည်း ပျက်စီးတယ်။ နေလောင်ထားတဲ့ ဘိနပ်စီးရင် မျက်စိဥပါဒ်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒီတော့ ဘိနပ်ကို ဘိနပ်စင်မှာ သပ်သပ်ရပ်ရပ် ထားကြ။ ထားနေကြ ယူနေကြ ဖြစ်သွားရင် ကိုယ့်ဘိနပ်ကို မကြည့်ဘဲနဲ့တောင် တင်နိုင်ယူနိုင်မယ်။ မင်းတို့ ဘိနပ်စည်းကမ်း ရှိကြပါ။

မိသားစုစိတ်ဓာတ် ရှိကြပါ

ဒီမှာ လာပြီး စာသင်နေကြတာ အားလုံး နယ်ကချည်းပဲကွ။ မြို့ကြီးသား တစ်ယောက်မှ မပါဘူး။ ဒီတော့ အားလုံးစုပြီး နေနေကြတဲ့အခိုက် "မိသားစု စိတ်ဓာတ်"ရှိကြပါ။ စားဝတ်နေရေး အားလုံး မျှတပြီး သုံးစွဲကြ။ ညီအကိုတွေလို သဘောထားပြီး တစ်ယောက်အခက်အခဲကို တစ်ယောက်က ကူညီကြ။

အထူးသဖြင့် ကျန်းမာရေးမကောင်းတဲ့အခါ ပိုပြီးတော့ ဂရုတစိုက် ပြုစု ပေးကြပါ။ လူဆိုတာ နေမကောင်းရင် အားငယ်တတ်ကြတယ်။ ဒါသဘာဝပဲ။ ဒီတော့ ဆေးခန်းလိုက်ပို့တာတို့၊ ဆွမ်းခံမထွက်နိုင်တဲ့အခိုက် ဆွမ်းကျွေးတာတို့ကို အကူအညီပေးကြ။ ဘုရားသားတော်ပီပီ မင်းတို့ ဒါတွေကို စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်ပေး ကြပါ။ အချင်းချင်းအပြန်အလှန် စောင့်ရှောက်ကြတာ ဒါ "မိသားစုစိတ်ဓာတ်" ပဲကွ၊။ အားလုံး မိသားစုစိတ်ဓာတ် ထားတတ်ကြဖို့လိုတယ်။

မကြည့်ညိုရင် ကျောင်းပြန်ဖြုတ်သွား

ကျောင်းအမ။ ။ ဆရာတော် ... ညည ပွဲသွားကြတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေ မနည်းဘူးဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ အိမ်ကနေ ကြားနေရ မြင်နေရတယ်ဘုရား၊ ဘိနပ်သံတွေ တရှပ်ရှပ်နဲ့ ပြတ်ကိုမပြတ်တော့ဘူးဘုရား။

ဆရာတော်။ ။ ဒကာမကြီး ... အဲဒီ ပွဲကြည့်တဲ့ ဘုန်းကြီးတွေဟာ ခင်ဗျားရဲ့ကျောင်းက သံဃာတွေပဲ၊ မကြည့်ညိုရင်လည်း ခင်ဗျားကျောင်းကို ပြန်ဖြုတ်ယူသွားပေါ့၊ ဟုတ်လား။ ဒါပေမယ့် မနက်မိုးလင်းကနေ ည ၁၀ နာရီ ကျော်အထိ ခင်ဗျားကျောင်းက သံဃာတွေ ဘာလုပ်နေမယ်ထင်သလဲ။ တစ်နေကုန် လာကြည့်လှည့်။ ဒီကောင်တွေကို စာဝါ၊ စာအံကျောင်းတွေနဲ့ တစ်နေကုန် ကြပ်ထားတာ။ အပတ်စဉ် စာမေးပွဲတွေနဲ့ ဖိထားတာ။ သူတို့ နားချိန်တောင် မရဘူး။ ည ၁၀ နာရီအထိ စာဝါ၊ စာအံကျောင်းထဲမှာပဲ ရှိတယ်။ ည ၁၀ နာရီကျော်ရင်တော့ ဒါ သူတို့ကိုယ်ပိုင်အချိန်ပဲ။ သူတို့လည်း ငယ်ရွယ် သူတွေ ပွဲကြည့်ချင်မှာပေါ့။ အဲဒီတော့ ပွဲကြည့်ကြတဲ့ သံဃာတွေကို ခင်ဗျား ကျောင်းကချည်းပဲလို့ မှတ်လိုက်။ မကြည့်ညိုရင် ခင်ဗျားကျောင်းကို ပြန်ဖြုတ် ယူသွား။

ဘူမွေးရရသွား ဘူမွေးရရပြန်

မင်းတို့ကို ပွဲမကြည့်ရဘူးလို့ ငါ မတားမြစ်ဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ငါလဲ ငယ်ငယ်က ပွဲကြည့်ခဲ့တာပဲကွ။ ငါလည်း ငယ်ရာက ကြီးလာခဲ့တာပဲ။ ငါ ငယ်ငယ် က မလိုက်နာနိုင်တာကို မင်းတို့ကိုလည်း မပိတ်ပင်ဘူး။ မင်းတို့ ပွဲဝါသနာ

ပါတယ်ဆိုတာ ငါ့ဘယ်မှီမှာလဲ။ ငါတို့က မြေကြီးကို နားနဲ့ကပ်ပြီး နားထောင်လိုက်တာနဲ့ ဘယ်နေရာမှာ ပွဲရှိတယ်ဆိုတာ တန်းသိတယ်(ရယ်လျက်)။ ဒါပေမယ့် တို့က မင်းတို့လို မဟုတ်ဘူး။ ဣန္ဒြေရရသွား ဣန္ဒြေရရပြန်တယ်။ မင်းတို့က ဒီလို မဟုတ်ဘူး။ ပွဲသွားလည်း ဆူဆူညံညံ၊ ပွဲပြန်တော့လည်း ဆူဆူညံညံနဲ့။ ဒီလို မဖြစ်စေနဲ့။ မနေနိုင်လို့ကြည့်လည်း ဣန္ဒြေရရသွားကြ ပြန်ကြပေါ့။ အေး .. ပွဲကြည့်ချင်သလောက်ကြည့်၊ စာဝါပျက်ရင် အပတ်စဉ်စာမေးပွဲကျရင်တော့ ကိုယ့်အိပ်ရာလိပ် ကိုယ်ထမ်းရမှာပဲ။

မနေနိုင်ရင် ပြောင်းကြ

ဒီနှစ် ကျောင်းတွေ ပြန်ဖွင့်ပြီ။ သံဃာအသစ်တွေလည်း ပါမပေါ့ကွာ။ အဟောင်းတွေကတော့သိပြီးသားပဲ။ဒါပေမယ့်အသစ်တွေသိအောင်ထပ်ပြောမယ်။ တို့ဆီမှာက တခြားကျောင်းတွေနဲ့ တူချင်မှ တူမယ်။ စည်းကမ်းကတော့ ကြပ်နေမှာပဲ။ စာသင်ချင်လို့လာတာ၊စာကိုတကယ်လုပ်ရမယ်။မလုပ်ချင်ရင်မလုပ်နိုင်ရင် အခုကတည်းကကျောင်းပြောင်းနေကြ။ မန္တလေးမှာကျောင်းတွေပေါပါတယ်ကွ။ဒီမှာကတော့ လျော့ရဲရဲတော့ မရဘူး။ မင်းတို့ကတော့ပြောမှာပေါ့ကွာ "ဝတ်ခါစဘောင်ဘီဆိုတာ ခပ်ကြပ်ကြပ်ပဲ၊နောက်တော့အလိုလိုချောင်သွားမှာပါ"လို့။

အေး ... တို့က ဒီလို မဟုတ်ဘူး။ ဝတ်ခါစလည်း ကြပ်မှာပဲ၊ နောက်လည်း ကြပ်မှာပဲ။ အခုရော နောက်ရော ကြပ်နေမှာပဲ။ မနေနိုင်ရင် ပြောင်းကြ။ စာမလုပ်တဲ့နဲ့ကတော့ ကျွဲ့ ချေးပြည့်ရုံပဲ ရှိမယ်။ ဒီမှာ နေရင်တော့ စာလုပ်ရမယ်။

အသံတိတ် ဩဝါဒ

လူကြီးလုပ်တယ်ဆိုတာ လူကြီးနဲ့တူအောင် နေထိုင်ပြနိုင်ရတယ်။ လူငယ်တွေဆိုတာ လူကြီးလုပ်တာတွေကို အတုခိုးလေ့ရှိကြတယ်၊ ဟုတ်လား။ အဲဒီအခါမှာ လူကြီးလုပ်သူက အနေအထိုင်မတတ်၊ အပြောအဆိုမတတ်နဲ့ဆိုရင် ဒီတပည့်တွေလည်း ဆရာလိုပဲ အနေအထိုင် အပြောအဆိုမတတ်တာတွေ ဖြစ်ကုန်ရော။ ဒီတော့ တို့က စံပြခေါင်းဆောင်ဖြစ်အောင် နေထိုင်ပြနေတာဟာ မင်းတို့ကို ဒီလိုနေထိုင်ရတယ်ဆိုတဲ့ ဩဝါဒကို နှုတ်က မပြောဘဲနဲ့ အမူအရာနဲ့ ဆုံးမပြတာပဲကွ။

သံဃာ့ဘုန်းကံ

ဒီမှာက သံဃာတွေ တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် တိုးလာနေတယ်။ နေရာအခက်အခဲရှိလို့ လက်မခံတော့ဘူးဆိုတာတောင် "ဖြစ်သလိုနေပါ့မယ်ဘုရား"လို့ဆိုပြီး မရမက လာနေကြတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျောင်းတိုက်လှူမယ့်သူတွေတော့

ရောက်ရောက်လာတယ်ပေါ့ကွာ။ တို့နာယကသုံးပါးထဲမှာ ဒကာဒကာမတွေ ကျောင်းဆောက်လှူချင်လာအောင် ဟောနိုင်ပြောနိုင်တဲ့ဘုန်းကြီး တစ်ပါးမှ မပါပါဘူး။ သုံးပါးစလုံး တိုတိုတုတ်တုတ် လိုရင်းကလွဲလို့ ဘာမှဆွဲဆောင် မပြောနိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ကျောင်းတိုက်တွေကတော့ တိုးလာခဲ့တယ်။ ဒါ ဘာလဲလို့ကြည့် သံဃာ့ဘုန်းကံကြောင့်ပဲကွ၊ ဟုတ်လား။ ဒါ ငါတို့ဘုန်း မဟုတ်ဘူး။ မင်းတို့ရဲ့ဘုန်းကွ။ ရေးစက်ချလှူတဲ့အခါလည်း သံဃိကလှူဒါန်းဖို့ တိုက်တွန်းရတယ်။ လှူရတဲ့သူ အကျိုးကြီးအောင်လို့ပေါ့ကွာ။

တို့က ဘုရားမျက်နှာကိုပဲ ကြည့်မယ်

တို့ ဆရာသမားတွေ တင်းတင်းကြပ်ကြပ် အုပ်ချုပ်တယ်ဆိုတာက မင်းတို့ကို တို့က ဇိကုပ်ပြီး နတ်ပြည်တင်ပေးတာကွ၊ ဟုတ်လား။ ဒါကို မင်းတို့က မြင့်တယ်ဆိုပြီး ခုန်ချချင်ကြတယ်။ ပြတ်ပြတ်သားသား တင်းတင်းကြပ်ကြပ် အုပ်ချုပ်တာကို တို့ဆိုးတယ်လို့ မင်းတို့က ထင်ကြတယ်။ တို့ဆိုးတယ်ထားပါဦး ကွာ၊ တကယ်တော့ မင်းတို့ကောင်းဖို့အတွက် တို့က ဆိုးပေးရတာပါ။ ... ငါပြောချင်တာက လူမှန်းမှားကို ငါမကြောက်ဘူး။ ကံမှန်းမှာကိုသာ ကြောက်တာပါ။ သာသနာအတွက်ကတော့ နောက်မဆုတ်တဲ့ ရှေ့တိုးပြီး လုပ်ကြရမှာပဲကွ။ ဘုရားမျက်နှာကိုပဲ တို့က ကြည့်မယ်။

ညီညွတ်မှ စိတ်ချမ်းသာမယ်

တို့ စာသင်သားဘဝက မစိုးရိမ်တိုက်ဟောင်း အလယ်တိုက်ကြီးမှာ နေခဲ့ရစဥ်ကပေါ့ကွာ။ အခန်းတစ်ခုမှာ ရဟန်းတွေ အတူနေခဲ့ကြရတယ်။ ဆောင်းရာသီဆိုတော့ လေအေးတွေ မဝင်အောင် ပြတင်းပေါက်တံခါးကို ပိတ်ထား ကြတာပေါ့။ အဲဒီအထဲမှာ အအေးဒဏ်မခံနိုင်တဲ့၊ တစ်နည်းပြောရရင် အအေး မကြိုက်တဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးကလည်း တံခါးပေါက်အနီးမှာပဲ နေတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း သူ့ကိုငဲ့ပြီး ပြတင်းပေါက်ကို သိပ်မဖွင့်ကြဘူးပေါ့ကွာ။ တစ်နေ့မှာ အခြားရဟန်းတစ်ပါးက အဲဒီ ပြတင်းတံခါးကို ထပြီးဖွင့်လိုက်တယ်။ ဒါကို အအေးမကြိုက်တဲ့ ကိုယ်တော်က –

''ဘာဖြစ်လို့ တံခါးဖွင့်တာလဲ''လို့ ခပ်ဆတ်ဆတ်မေးတော့ ဖွင့်တဲ့ ကိုယ် တော်က –

''မိုက်လို့ဖွင့်တာ''လို့ ချက်ချင်း ပြန်ဖြေလိုက်တယ်။ ဒီမှာတင် အအေး မကြိုက်သူက ''ကိုယ်တော်စကားပြောတာ ရင့်လှချည်လား''ဘာလားနဲ့ သူ့ကို ချဲလင်းစကားပြောတယ်ဆိုပြီး ရှူးရှူးရှဲရှဲဖြစ်လာတာကို တံခါးဖွင့်တဲ့ ကိုယ်တော်က

ကြောင်ပြီးရပ်ကြည့်နေတယ်။ ဒီမှာတင် ငါက ကြားကနေ ပြန်ဖြေပေးရတာပေါ့ကွာ။ အအေးမကြိုက်သူဘက် လှည့်ပြီး –

"မဟုတ်ဘူး ကိုယ်တော်၊ သူပြောတဲ့စကားက အရှင်ဘုရားကို ပမာမခန့် ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ မှောင်မိုက်နေလို့ တံခါးဖွင့်တာလို့ ဆိုလိုရင်းဖြစ်တယ်။ အရှင်ဘုရားကို သူက စိန်ခေါ်တာ မဟုတ်ပါဘူး"လို့ ငါက ကြားဝင်ပေးတော့မှ တံခါးဖွင့်တဲ့ကိုယ်တော်ကလည်း "ဟုတ်တယ်၊ တပည့်တော်က ဒီအဓိပ္ပါယ်နဲ့ ပြောတာ"လို့ ပြောလိုက်မှ အအေးမခံနိုင်တဲ့ ဦးပဥ္စင်း ငြိမ်သွားတယ်ကွ။

ဒါကြောင့် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် စကားပြောကြတဲ့အခါ ဝေါဟာရ ကွဲလွဲမှုကို သတိထားတတ်အောင် မင်းတို့ကို ကြိုတင် သတိပေးတာပေါ့ကွာ။ စကားပြောတဲ့အခါ နှိုင်းနှိုင်းချိန်ချိန် ပြောကြ။ ညီညွတ်အောင်နေတတ်မှ စိတ်ချမ်းသာမှု ရှိကြမှာပေါ့ကွ။

သမဂ္ဂစိတ်ဖြစ်အောင် နေကြ

မင်းတို့ ဆွမ်းစားကြတဲ့အခါ တချို့က ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းပြည့်စုံတဲ့သူရှိသလို မပြည့်စုံတဲ့သူလည်း ရှိမှာပေါ့ကွာ။ စာသင်သားဘဝဆိုတာကတော့ ဒီလို ရှန်းကန် ရတာမျိုးက ဓမ္မတာပဲ။ ဒီတော့ ကိုယ့်ဆွမ်းဟင်းမှာ ကောင်းတဲ့ဟင်းလေးတွေပါရင် "ဘုဉ်းပေးကြပါဘုရား"လို့ဆိုပြီး ဆွမ်းဟင်းကို ရွေ့တိုးပို့ပေးကြပါ။ မျှမျှတတ ညီအကိုစိတ်ဓာတ်တွေနဲ့ ဆွမ်းစားကြပါ။ ဒါမှ "သမဂ္ဂစိတ်"ပိုပြီး ဖြစ်စေတာပေါ့။

ရန်ဖြစ်ရင် နှင်ထုတ်ရမှာပဲ

မင်းတို့က ရွှေဘိုကဆိုတော့ လူမိုက်တွေလို့ နာမည်ကြီးတယ်ကွ။"ရွှေဘိုသား လူမိုက်"တဲ့။ တို့ဆီမှာနေရင် မင်း ရန်မဖြစ်ရဘူးနော်။ ရန်ဖြစ်ရင် နှင်ထုတ်ရမှာပဲ။

တို့က အရှင်မောဂ္ဂလာန်ရဲ့ ဘက်တော်သား

ပရိသတ်မွေးတဲ့၊ အဂ္ဂသာဝကဖြစ်တဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာနဲ့ အရှင်မောဂ္ဂလာန် တို့နှစ်ပါးမှာ အရှင်သာရိပုတ္တရာက ပရိသတ်ကို ကောင်းစွာမထိန်းနိုင်ဘူးတဲ့။ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ကတော့ ပရိသတ်ဘယ်လောက်များများ နိုင်အောင်ထိန်းနိုင် တယ်ပေါ့ကွာ။အေး..ပရိသတ်ထိန်းတဲ့နေရာမှာတော့တို့ကအရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန် ရဲ့ ဘက်တော်သားပဲ။ ပရိသတ်လည်း မွေးမယ်၊ နိုင်အောင်လည်းထိန်းမယ်။

စာဖတ်စည်းကမ်းရှိပါ

မင်းတို့ ဒီမှာ လာနေကြတာက စာသင်ကြဖို့ပဲ။ အနေဆင်းရဲ အစားဆင်းရဲနဲ့ နေကြရတာက ရည်မှန်းချက်တစ်ခု အောင်မြင်ရရှိရရှိကြဖို့ပဲ။ စာမေးပွဲတွေ အောင်ပြီး စာတတ်သွားကြဖို့ အဓိကမဟုတ်လားကွ။ အချိန်ဆိုတာတွေက

သိပ်တန်ဖိုးရှိတယ်။ စာအုပ်တွေဖတ်ကြတာ ကောင်းပေမယ်လို့ ဒီအချိန်က (အပြင်)စာအုပ်တွေဖတ်ပြီး အချိန်ကုန်ရမယ့်အခါ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်စာကို ကိုယ်ကြိုးစားရမယ့် အချိန်ပဲ။

မင်းတို့က ကိုယ်လုပ်ရမယ့် စာကိုတော့ ဟုတ်တိပတ်တိ မလုပ်ချင်ကြဘူး။ ဟိုစာယောင်ယောင် ဒီစာယောင်ယောင်နဲ့ ဟန်ကြည့်ပန်ကြည့် လုပ်ချင်ကြတာ။ အလကား အချိန်ဖြုန်းတာ။ ဖတ်ပါဆိုတဲ့ အချိန်ကျတော့ မင်းတို့ ဖတ်ချင်မှ ဖတ်မှာ။ ငါလည်း စာဖတ်တာပါပဲကွ။ ဘာစာအုပ်မျိုးမဆို ငါဖတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ငါတို့က "စာဖတ်စည်းကမ်း"ရှိတယ်။ အချိန်မတန်ရင် ဝါသနာကြီးတဲ့အရာကို တောင် ခဏစွန့်ထားရတယ်။ ဒါ မင်းတို့ မြဲမြဲမှတ်ထား။ ရော့ ... ဟိုကောင် (အပြင်စာအုပ်ဖတ်တဲ့ဦးဇင်း) ဒီစာအုပ် ပြန်သိမ်းထား။

လောကဝတ်နဲ့ နှုတ်မဆက်ဘူး

ဘုန်းကြီးက တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို နှုတ်ဆက်ရင် လောကဝတ်နဲ့ နှုတ်မဆက်ဘူး။ ဥပမာ- ဒီအထဲမှာ ကျောင်းအမကြီး ဒေါ်နိုင်ပါတယ်။ သူက မြက်တွေကို စည်းပြီး ရောင်းတဲ့အလုပ်ကို လုပ်တယ်။

သူကျောင်းလာတဲ့အခါ "ဒကာမကြီး ... မြက်တွေ စည်းလာရဲ့လား၊ လုပ်ငန်းလုပ်ဖြစ်ရဲ့လား" အဲဒီလို ဘုန်းကြီး ဘယ်တော့မှ နှုတ်မဆက်ဘူး၊ ဟုတ်ရဲ့လား ဒကာမကြီး (ပရိသတ်ထဲမှ ဒေါ်နိုင်အား လှမ်းမေးပါသည်။ ဒေါ်နိုင်က ပြုံးရုံသာ ပြုံးပြီးနေပါသည်)

ဘုန်းကြီးက ဓမ္မဝတ်နဲ့ပဲ နှုတ်ဆက်တယ် "ဒကာမကြီး ... ဥပုသ်စောင့်ရဲ့လား၊ ပုတီးစိပ်ရဲ့လား၊ တရားထိုင်ဖြစ်ရဲ့လား"။ ဒီလိုပဲ ဘုန်းကြီးက ဓမ္မဝတ်နဲ့ပဲ နှုတ်ဆက်တယ်။

စာမရေးချင်နဲ့

မင်းတို့ စာမရေးချင်နဲ့။ ငါကိုယ်တိုင် စာရေးဆရာ လုပ်လာတာကွ။ စာမူခ ဘာမှလည်း ရတာမဟုတ်ဘူး။ သူတို့ပေးတာက နည်းနည်း၊ ပြီးတော့ သူတို့က စာပြင်ချင်ကြသေးတယ်။ ဒီတော့ ငါက အယ်ဒီတာကို ပြောတယ် "မင်းတို့ စာမူခ မပေးချင်နေ၊ ငါ့စာကိုတော့ မပြင်ကြနဲ့"လို့။

ကြိုက်ရင် လိုက်ပြော

မင်းတို့ လမ်းပေါ်မှာ မိန်းကလေးတွေကို စကြ၊ ပြောင်ကြ၊ နောက်ကြတာမျိုး မလုပ်ကြနဲ့။ အဲဒါ သိပ်ပြီး အောက်တန်းကျတဲ့ အလုပ်ကွ။ ဣန္ဒြေသိပ်မဲ့တယ်။ လူဝတ်ကြောင်တွေတောင်မှ မိကောင်းဖကောင်းသားသမီးဆိုရင် ဒီလို

မလုပ်ကြဘူး။ မင်းတို့က ရဟန်းတွေ၊ ဣန္ဒြေသိက္ခာ ရှိရမယ့်သူတွေ။ ဒီလို စတာ ပြောင်တာက လမ်းသရဲတွေ အလုပ်ကွ။ တခြား ဘာသာဝင်တွေ တွေ့သွားရင်လည်း တို့သာသနာ ရှုတ်ချခံရမှာပေါ့ကွ။

အေး... တစ်ခုတော့ ပြောမယ်။ မင်းတို့ တကယ်ကြိုက်ရင်တော့ မိသားဖသားပီပီ လိုက်ပြော။ မနေနိုင်ရင် လူထွက်ပေါ့ကွ၊ ဟုတ်လား။ စတာ ပြောင်တာတော့ လုပ်ကိုမလုပ်နဲ့။ ကိုယ်တကယ်ကြိုက်လို့ လိုက်ပြောတာကတော့ ဒါ ကမ္ဘာ့နိယာမအနေနဲ့ ခွင့်လွှတ်ရမှာပဲကွ၊ ဟုတ်လား။ သာသနာညှိုးနွမ်းပြီး အောက်တန်းကျတဲ့ အလုပ်ကိုတော့ မင်းတို့ မလုပ်ကြနဲ့။ ဒါ အလွန်ရှက်ဖို့ကောင်းတာပဲ။ ကိုယ့်မိဘ၊ ကိုယ့်ဆရာသမား၊ ကိုယ့်သာသနာနဲ့ ကိုယ်ရောက်နေတဲ့နေရာကို မြင်အောင် ပြန်ကြည့်ကြ။ ရဟန်းဘဝမှာ မာတုဂါမနဲ့ပတ်သက်သမျှ ရှောင်နိုင်အောင် ရှောင်ကြ။

ဒီလိုပြောတော့ မင်းတို့က ငါ့ကို ပြန်မေးစရာရှိတယ်။ " အရှင်ဘုရားကော .. ဒီကိလေသာစိတ် မရှိတော့ဘူးလား"လို့။ ဒါ မေးထိုက်ပါတယ်။ ငါ ပုံတစ်ခု ပြောပြမယ် –

ဟိုး ... အရင်က .. တပည့်တွေကို ပညာသင်ပေးနေတဲ့ ဆရာကြီးတစ်ဦး ရှိသတဲ့။ တပည့်တွေကလည်း ဆရာကြီးဆီမှာ ချစ်ကြောက်ရိုသေမှုတွေနဲ့ ပညာသင်ကြားကြတယ်ပေါ့ကွာ။ ဆရာကြီးကလည်း အနေအထိုင် အပြောအဆို သိပ်သည်းကျစ်လျစ်ပြီး အသင်အပြကောင်း၊ မနောကောင်းကြီးပေါ့။ ဒီလို ဂုဏ်သိက္ခာတွေနဲ့ ပြည့်ဝနေတဲ့ ဆရာကြီးကို တပည့်တွေက သိပ်လေးစားကြတယ်။

တစ်နေ့ပေါ့ကွာ၊ ဆရာကြီးဆီကို ဗေဒင်ဆရာတစ်ယောက် ရောက်လာတယ်။ ဆရာကြီးကိုဗေဒင်တွက်ချက်ပြီးဟောသတဲ့။ဘယ်လိုဟောလဲဆိုရင်–

"ရာဂတဏှာ သိပ်အားကြီးပါလား"တဲ့။

အဲဒီအခါမှာ ကြားရတဲ့ တပည့်အားလုံးက ဟားတိုက်ပြီး ရယ်ကြသတဲ့။ သူတို့ဆရာအကြောင်း သူတို့ကောင်းကောင်း သိထားကြတာ မဟုတ်လား။။

ဆရာကြီးက အနေအထိုင်ခပ်အေးအေး တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ သွားတာ၊ စားတာ၊ ပြောတာ၊ ဆိုတာကအစ သိမ်မွေ့လွန်းတယ်ပေါ့ကွာ။ လျှပ်ပေါ်လော်လီမှု မရှိတာတွေကို တပည့်တွေက သိထားကြတော့ ဗေဒင်ဆရာဟောတာ 'မှားပြီ'ဆိုပြီး ပျက်ရယ်ပြု ရယ်မောကြတာပေါ့ကွာ။ ဒီတော့ ဆရာကြီးက သူ့တပည့်တွေကို လက်ကာပြပြီး ဘယ်လို ပြန်ပြောတယ်မှတ်လဲ ...

သိပ်တန်ဖိုးရှိတယ်။ စာအုပ်တွေဖတ်ကြတာ ကောင်းပေမယ်လို့ ဒီအချိန်က (အပြင်)စာအုပ်တွေဖတ်ပြီး အချိန်ကုန်ရမယ့်အခါ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်စာကို ကိုယ်ကြိုးစားရမယ့် အချိန်ပဲ။

မင်းတို့က ကိုယ်လုပ်ရမယ့် စာကိုတော့ ဟုတ်တိပတ်တိ မလုပ်ချင်ကြဘူး။ ဟိုစာယောင်ယောင် ဒီစာယောင်ယောင်နဲ့ ဟန်ကြည့်ပန်ကြည့် လုပ်ချင်ကြတာ။ အလကား အချိန်ဖြုန်းတာ။ ဖတ်ပါဆိုတဲ့ အချိန်ကျတော့ မင်းတို့ ဖတ်ချင်မှ ဖတ်မှာ။ ငါလည်း စာဖတ်တာပါပဲကွ။ ဘာစာအုပ်မျိုးမဆို ငါဖတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ငါတို့က "စာဖတ်စည်းကမ်း"ရှိတယ်။ အချိန်မတန်ရင် ဝါသနာကြီးတဲ့အရာကို တောင် ခဏစွန့်ထားရတယ်။ ဒါ မင်းတို့ မြဲမြဲမှတ်ထား။ ရော့ ... ဟိုကောင် (အပြင်စာအုပ်ဖတ်တဲ့ဦးဇင်း) ဒီစာအုပ် ပြန်သိမ်းထား။

လောကဝတ်နဲ့ နှုတ်မဆက်ဘူး

ဘုန်းကြီးက တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို နှုတ်ဆက်ရင် လောကဝတ်နဲ့ နှုတ်မဆက်ဘူး။ ဥပမာ– ဒီအထဲမှာ ကျောင်းအမကြီး ဒေါ်နိုင်ပါတယ်။ သူက မြက်တွေကို စည်းပြီး ရောင်းတဲ့အလုပ်ကို လုပ်တယ်။

သူကျောင်းလာတဲ့အခါ "ဒကာမကြီး ... မြက်တွေ စည်းလာရဲ့လား၊ လုပ်ငန်းလုပ်ဖြစ်ရဲ့လား" အဲဒီလို ဘုန်းကြီး ဘယ်တော့မှ နှုတ်မဆက်ဘူး၊ ဟုတ်ရဲ့လား ဒကာမကြီး (ပရိသတ်ထဲမှ ဒေါ်နိုင်အား လှမ်းမေးပါသည်။ ဒေါ်နိုင်က ပြုံးရုံသာ ပြုံးပြီးနေပါသည်)

ဘုန်းကြီးက ဓမ္မဝတ်နဲ့ပဲ နှုတ်ဆက်တယ် "ဒကာမကြီး ... ဥပုသ်စောင့်ရဲ့လား၊ ပုတီးစိပ်ရဲ့လား၊ တရားထိုင်ဖြစ်ရဲ့လား"။ ဒီလိုပဲ ဘုန်းကြီးက ဓမ္မဝတ်နဲ့ပဲ နှုတ်ဆက်တယ်။

စာမရေးချင်နဲ့

မင်းတို့ စာမရေးချင်နဲ့။ ငါကိုယ်တိုင် စာရေးဆရာ လုပ်လာတာကွ။ စာမူခ ဘာမှလည်း ရတာမဟုတ်ဘူး။ သူတို့ပေးတာက နည်းနည်း၊ ပြီးတော့ သူတို့က စာပြင်ချင်ကြသေးတယ်။ ဒီတော့ ငါက အယ်ဒီတာကို ပြောတယ် "မင်းတို့ စာမူခ မပေးချင်နေ၊ ငါ့စာကိုတော့ မပြင်ကြနဲ့"လို့။

ကြိုက်ရင် လိုက်ပြော

မင်းတို့ လမ်းပေါ်မှာ မိန်းကလေးတွေကို စကြ၊ ပြောင်ကြ၊ နောက်ကြတာမျိုး မလုပ်ကြနဲ့။ အဲဒါ သိပ်ပြီး အောက်တန်းကျတဲ့ အလုပ်ကွ။ ဣန္ဒြေသိပ်မဲ့တယ်။ လူဝတ်ကြောင်တွေတောင်မှ မိကောင်းဖကောင်းသားသမီးဆိုရင် ဒီလို

မလုပ်ကြဘူး။ မင်းတို့က ရဟန်းတွေ၊ ဣန္ဒြေသိက္ခာ ရှိရမယ့်သူတွေ။ ဒီလို စတာ ပြောင်တာက လမ်းသရဲတွေ အလုပ်ကွ။ တခြား ဘာသာဝင်တွေ တွေ့သွားရင်လည်း တို့သာသနာ ရှုတ်ချခံရမှာပေါ့ကွ။

အေး... တစ်ခုတော့ ပြောမယ်။ မင်းတို့ တကယ်ကြိုက်ရင်တော့ မိသားဖသားပီပီ လိုက်ပြော။ မနေနိုင်ရင် လူထွက်ပေါ့ကွ၊ ဟုတ်လား။ စတာ ပြောင်တာတော့ လုပ်ကိုမလုပ်နဲ့။ ကိုယ်တကယ်ကြိုက်လို့ လိုက်ပြောတာကတော့ ဒါ ကမ္ဘာနိယာမအနေနဲ့ ခွင့်လွှတ်ရမှာပဲကွ၊ ဟုတ်လား။ သာသနာညှိုးနွမ်းပြီး အောက်တန်းကျတဲ့ အလုပ်ကိုတော့ မင်းတို့ မလုပ်ကြနဲ့။ ဒါ အလွန်ရှက်ဖို့ ကောင်းတာပဲ။ ကိုယ့်မိဘ၊ ကိုယ့်ဆရာသမား၊ ကိုယ့်သာသနာနဲ့ ကိုယ်ရောက်နေ တဲ့နေရာကို မြင်အောင် ပြန်ကြည့်ကြ။ ရဟန်းဘဝမှာ မာတုဂါမနဲ့ ပတ်သက်သမျှ ရှောင်နိုင်အောင် ရှောင်ကြ။

ဒီလိုပြောတော့ မင်းတို့က ငါ့ကို ပြန်မေးစရာရှိတယ်။ " အရှင်ဘုရားကော .. ဒီကိလေသာစိတ် မရှိတော့ဘူးလား"လို့။ ဒါ မေးထိုက်ပါတယ်။ ငါ ပုံတစ်ခု ပြောပြမယ် –

ဟိုး ... အရင်က .. တပည့်တွေကို ပညာသင်ပေးနေတဲ့ ဆရာကြီးတစ်ဦး ရှိသတဲ့။ တပည့်တွေကလည်း ဆရာကြီးဆီမှာ ချစ်ကြောက်ရိုသေမှုတွေနဲ့ ပညာသင်ကြားကြတယ်ပေါ့ကွာ။ ဆရာကြီးကလည်း အနေအထိုင် အပြောအဆို သိပ်သည်းကျစ်လျစ်ပြီး အသင်အပြကောင်း၊ မနောကောင်းကြီးပေါ့။ ဒီလို ဂုဏ်သိက္ခာတွေနဲ့ ပြည့်ဝနေတဲ့ ဆရာကြီးကို တပည့်တွေက သိပ်လေးစား ကြတယ်။

တစ်နေ့ပေါ့ကွာ၊ ဆရာကြီးဆီကို ဗေဒင်ဆရာတစ်ယောက် ရောက်လာ တယ်။ ဆရာကြီးကိုဗေဒင်တွက်ချက်ပြီးဟောသတဲ့။ဘယ်လိုဟောလဲဆိုရင်–

"ရာဂတဏှာ သိပ်အားကြီးပါလား"တဲ့။

အဲဒီအခါမှာ ကြားရတဲ့ တပည့်အားလုံးက ဟားတိုက်ပြီး ရယ်ကြသတဲ့။ သူတို့ဆရာအကြောင်း သူတို့ကောင်းကောင်း သိထားကြတာ မဟုတ်လား။

ဆရာကြီးက အနေအထိုင်ခပ်အေးအေး တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ သွားတာ၊ စားတာ၊ ပြောတာ၊ ဆိုတာကအစ သိမ်မွေ့လွန်းတယ်ပေါ့ကွာ။ လျှပ်ပေါ်လော်လီမှု မရှိတာတွေကို တပည့်တွေက သိထားကြတော့ ဗေဒင်ဆရာဟောတာ 'မှားပြီ'ဆိုပြီး ပျက်ရယ်ပြု ရယ်မောကြတာပေါ့ကွာ။ ဒီတော့ ဆရာကြီးက သူ့တပည့်တွေကို လက်ကာပြပြီး ဘယ်လို ပြန်ပြောတယ်မှတ်လဲ ...

"မင်းတို့ မရယ်ကြနဲ့တဲ့၊ ဒီပေဒင်ဆရာဟောတာ သိပ်မှန်တယ်တဲ့၊ ငါ့ရဲ့အတွင်းစိတ်ကို ငါပဲ သိတယ်တဲ့။ ဒါပေမယ့် တပည့်တွေရဲ့ရှေ့မှာ ဂုဏ်သရေရှိအောင် နေပြရတာက ဆရာကောင်းတစ်ဦးရဲ့ အရေးအကြီးဆုံး လိုအပ်တဲ့ အရည်အချင်းဖြစ်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် ငါ့ရဲ့အတွင်းစိတ်ကိုသည်းခံပြီး ဆရာကောင်းတစ်ဦးရဲ့ နေထိုင်ခြင်းမျိုးနဲ့ ငါနေပြရတာပေါ့"လို့ အဲဒီဆရာကြီးက သူ့တပည့်တွေကို ရှင်းပြသတဲ့ကွ။

အေး ... ငါလည်း အဲဒီဆရာကြီး အဖြေမျိုး၊ မင်းတို့ မေးခဲ့ရင် ဒီလိုဖြေသင့်ရင် ဖြေရမှာပဲကွ၊ ဟုတ်လား။ ဒါပေမယ့် လမ်းသရဲဆန်လွန်းတဲ့ အပြုအမူမျိုးတော့ အောက်တန်းကျလွန်းတယ်ကွ၊ ဘယ်တော့မှ မလုပ်ကြနဲ့။

အာဏာလွှဲအပ်ခြင်း

ဒီနှစ် သံဃာတွေ တဖြည်းဖြည်း တိုးလာတယ်ပေါ့ကွာ။ ဒီတော့ နိုင်နိုင်နင်းနင်း အုပ်ချုပ်နိုင်အောင် စည်းမျဉ်းတစ်ခု ထပ်တိုးမယ်။ အကြီးတန်းမအောင်သေးသူ မှန်သမျှ အနီးကပ်ကြီးကြပ်မဲ့ အာမခံနိုင်တဲ့ ရဟန်း(၂)ပါး ရာကြ။ ဓမ္မာစရိယတန်းက သံဃာတွေကပဲ အာမခံခွင့်ရှိမယ်ပေါ့ကွာ။

အေး .. သူတို့က အာမခံတယ်ဆိုရင် မင်းတို့ ဒီမှာ နေထိုင်ခွင့်ရမယ်။ အာမခံ(၂)ပါး မရှိရင်တော့ ဒီမှာ နေထိုင်ခွင့် မရှိဘူး။ ဘာလို့ ဒီလို လုပ်ရတာလဲဆိုတော့ ဆိုးတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ စာလုပ်တယ်၊ စာမလုပ်ဘူးဆိုတာ မင်းတို့ အချင်းချင်းကသာ အနီးကပ် သိနိုင်တာပဲကွ။ ဒီတော့ အာမခံတဲ့သူက အနီးကပ် ဆုံးမနိုင်တာပေါ့။ ငါ့ထက် အာမခံတဲ့သူက ပိုပြီး ထိန်းကြပ်နိုင်တာပေါ့ကွာ။

အေး.. အာမခံတဲ့သူက ဆိုဆုံးမလို့ မနာခံဘူး၊ စည်းကမ်းမလိုက်နာဘူးဆိုရင် မင်းတို့ အာမခံယူထားတဲ့သူကို မင်းတို့ကိုယ်တိုင် နှင်ထုတ်ခွင့်ရှိတယ်။ မင်းတို့ နှင်ထုတ်တာကို ငါမကန့်ကွက်ဘူး၊ ငါ တားပိုင်ခွင့် မရှိဘူး။ အကယ်၍ ငါက မကြိုက်လို့ နှင်ထုတ်တဲ့သူ ရှိလာပြီဆိုပါစို့၊ ဒါပေမယ့် မင်းတို့က "တပည့်တော် အာမခံပါတယ်ဘုရား၊ နောက် ဒီလိုမဖြစ်စေရပါဘူး"လို့ အာမခံသူက တာဝန်ယူရင် ငါပြန်ထားမယ်။

အေး ... ဆိုလိုတာက အာမခံသူဖြစ်တဲ့ မင်းတို့နှင်ထုတ်ထားသူကို ငါ တားပိုင်ခွင့် မရှိဘူး၊ ငါနှင်ထုတ်ထားသူကို (အာမခံရင်) မင်းတို့ ထားပိုင်ခွင့်ရှိတယ်၊ ဒါ မင်းတို့ကို ငါက အာဏာလွှဲပေးတာပဲ။ ဒီလို ဝိုင်းဝန်းထိန်းသိမ်းတော့ ပရိသတ် ပိုပြီးသန့်တာပေါ့ကွ၊ ဟုတ်လား။ ဒါပေမယ့် စည်းကမ်းပျက်သူတွေရှိပါလျက်နဲ့ အာမခံသူ ၂-ဦးကလည်း မဆုံးမဘူးဆိုရင်တော့ မင်းတို့၃-ဦး ၃-ဖလှယ်စလုံး

ကျောင်းက ထွက်ကြရမှာ။ ဒါကြောင့် အာမခံပေးမဲ့သူကလည်း မင်းတို့ တကယ် လက်ခံနိုင်မှ အာမခံပေးကြ။ အာမခံမရှိရင်လည်း မင်းတို့ ဒီမှာ မနေကြနဲ့။ ကိုယ့်ကို အာမခံပေးချင်အောင်လည်း မင်းတို့ အနေအထိုင်ကောင်းကောင်းနဲ့ စာကြိုးစားပေါ့ကွာ။ ဒါ မင်းတို့အတွက် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းပဲ။

မင်းပြန်မှ ပြီးမှာလား

"ဒီကောင်ကြီး ဘာတုံး"

"တပည့်တော် .. မနက်ဖြန် အရပ်ကို ခဏပြန်ချင်လို့ပါဘုရား"

"အောင်မာ .. ရွာ ဘာလုပ်ဖို့လဲ"

"ရွာမှာ ဘုရားပွဲ ရှိလို့ပါဘုရား"

"နေပါဦး .. အဲဒီဘုရားပွဲက မင်းပြန်မှ ပြီးမှာလားကွ၊ အလုပ်မရှိ အလုပ်ရှာ အချိန်ဖြုန်းတဲ့ကောင်တွေ၊ နှစ်ရက်ထက် ပိုမကြာစေနဲ့ သွား ... သွား ...။

ဗေဒင်တဲ့လား

တစ်နေ့တွင် ပိတ်ဖြူဝမ်းဆက်ဝတ် ပုဏ္ဏားတစ်ယောက် ဆရာတော်ထံ ရောက်လာ၏။

"ဘာကိစ္စလဲ"

"တပဲ့တော်.. ဗေဒင်လက္ခဏာလေး ဘာလေး ဟောပါတယ်ဖရား"

"ကိုယ့်လက္ခဏာကိုသာ ကိုယ်ပြန်ဟောပါ"

လမ်းသွားရင် ဖင်မလှန်နဲ့

ရဟန်းဆိုတာ လူတွေထက် နည်းရတယ်၊ သိမ်မွေ့ရတယ်ကွ။ စားတဲ့နေရာ သွားတဲ့နေရာ ဝတ်တဲ့နေရာအားလုံး လူတွေထက် သာရတယ်၊ ဟုတ်လား။ ဘုရားသားတော်ဆိုတဲ့အမည်ခံထားရင် ကျင့်ဝတ်နဲ့ညီမှ ဘုရားသားတော်ဖြစ်မှာ။ အထူးသဖြင့် မင်းတို့ အပြင်ထွက်တဲ့အခါ ရဟန်းပီပီ သပ်သပ်ရပ်ရပ် ဝတ်စားပြီး အများကြည်ညိုဖွယ်ဆောင်မှ သာသနာတော်ရဲ့ အရည်အသွေး တက်မှာပေါ့ကွ။ အခုတော့ မင်းတို့က ပတ်ဝန်းကျင်လည်း ဂရုမစိုက်၊ ငါဘုန်းကြီးပဲကွဆိုတဲ့ နိမ့်ကျ တဲ့စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ချင်ရာလုပ်နေကြတာ။ မင်းတို့အပြုအမူက တို့ဘုရား ကိုတောင် သိက္ခာကျစေတယ်။ ဒီတော့ မင်းတို့ အပြင်ထွက်ရင် သပ်သပ်ရပ်ရပ် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ဝတ်ကြ။ သေသေသပ်သပ် ဝတ်ဆင်တာဟာ ကိုယ့်ရဲ့ တန်ဖိုး ဖြစ်သလို သာသနာတော်ရဲ့ တန်ခိုးလည်း ဖြစ်တယ်။

အခုတော့ မင်းတို့က ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ လူမြင်ကွင်းမှာ ဖင်လန်ပြီး သွားချင်ကြတာ(သံဃာအားလုံး ရယ်ကြ၏)။ ဟုတ်တယ်၊ တစ်နေ့က ငါကိုယ်တိုင်

''မင်းတို့ မရယ်ကြနဲ့တဲ့၊ ဒီဗေဒင်ဆရာဟောတာ သိပ်မှန်တယ်တဲ့၊ ငါ့ရဲ့အတွင်းစိတ်ကို ငါပဲ သိတယ်တဲ့။ ဒါပေမယ့် တပည့်တွေရဲ့ရှေ့မှာ ဂုဏ်သရေရှိအောင် နေပြရတာက ဆရာကောင်းတစ်ဦးရဲ့ အရေးအကြီးဆုံး လိုအပ်တဲ့ အရည်အချင်းဖြစ်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် ငါ့ရဲ့အတွင်းစိတ်ကိုသည်းခံပြီး ဆရာကောင်းတစ်ဦးရဲ့ နေထိုင်ခြင်းမျိုးနဲ့ ငါနေပြရတာပေါ့''လို့ အဲဒီဆရာကြီးက သူ့တပည့်တွေကို ရှင်းပြသတဲ့ကွ။

အေး ... ငါလည်း အဲဒီဆရာကြီး အဖြေမျိုး၊ မင်းတို့ မေးခဲ့ရင် ဒီလိုဖြေသင့်ရင် ဖြေရမှာပဲကွ၊ ဟုတ်လား။ ဒါပေမယ့် လမ်းသရဲဆန်လွန်းတဲ့ အပြုအမူမျိုးတော့ အောက်တန်းကျလွန်းတယ်ကွ၊ ဘယ်တော့မှ မလုပ်ကြနဲ့။

အာဏာလွှဲအပ်ခြင်း

ဒီနှစ် သံဃာတွေ တဖြည်းဖြည်း တိုးလာတယ်ပေါ့ကွာ။ ဒီတော့ နိုင်နိုင်နင်းနင်း အုပ်ချုပ်နိုင်အောင် စည်းမျဉ်းတစ်ခု ထပ်တိုးမယ်။ အကြီးတန်းမအောင်သေးသူ မှန်သမျှ အနီးကပ်ကြီးကြပ်မဲ့ အာမခံနိုင်တဲ့ ရဟန်း(၂)ပါး ရာကြ။ ဓမ္မာစရိယ တန်းက သံဃာတွေကပဲ အာမခံခွင့်ရှိမယ်ပေါ့ကွာ။

အေး .. သူတို့က အာမခံတယ်ဆိုရင် မင်းတို့ ဒီမှာ နေထိုင်ခွင့်ရမယ်။ အာမခံ(၂)ပါး မရှိရင်တော့ ဒီမှာ နေထိုင်ခွင့် မရှိဘူး။ ဘာလို့ ဒီလို လုပ်ရတာလဲ ဆိုတော့ ဆိုးတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ စာလုပ်တယ်၊ စာမလုပ်ဘူးဆိုတာ မင်းတို့ အချင်းချင်းကသာ အနီးကပ် သိနိုင်တာပဲကွ။ ဒီတော့ အာမခံတဲ့သူက အနီးကပ် ဆုံးမနိုင်တာပေါ့။ ငါ့ထက် အာမခံတဲ့သူက ပိုပြီး ထိန်းကြပ်နိုင်တာပေါ့ကွာ။

အေး.. အာမခံတဲ့သူက ဆိုဆုံးမလို့ မနာခံဘူး၊ စည်းကမ်းမလိုက်နာဘူးဆိုရင် မင်းတို့ အာမခံယူထားတဲ့သူကို မင်းတို့ကိုယ်တိုင် နှင်ထုတ်ခွင့်ရှိတယ်။ မင်းတို့ နှင်ထုတ်တာကို ငါမကန့်ကွက်ဘူး၊ ငါ တားပိုင်ခွင့် မရှိဘူး။ အကယ်၍ ငါက မကြိုက်လို့ နှင်ထုတ်တဲ့သူ ရှိလာပြီဆိုပါစို့၊ ဒါပေမယ့် မင်းတို့က ''တပည့်တော် အာမခံပါတယ်ဘုရား၊ နောက် ဒီလိုမဖြစ်စေရပါဘူး''လို့ အာမခံသူက တာဝန်ယူရင် ငါပြန်ထားမယ်။

အေး ... ဆိုလိုတာက အာမခံသူဖြစ်တဲ့ မင်းတို့နှင်ထုတ်ထားသူကို ငါ ထားပိုင်ခွင့် မရှိဘူး၊ ငါနှင်ထုတ်ထားသူကို (အာမခံရင်) မင်းတို့ ထားပိုင်ခွင့်ရှိတယ်၊ ဒါ မင်းတို့ကို ငါက အာဏာလွှဲပေးတာပဲ။ ဒီလို ဝိုင်းဝန်းထိန်းသိမ်းတော့ ပရိသတ် ပိုပြီးသန့်တာပေါ့ကွ၊ ဟုတ်လား။ ဒါပေမယ့် စည်းကမ်းပျက်သူတွေရှိပါလျက်နဲ့ အာမခံသူ ၂–ဦးကလည်း မဆုံးမဘူးဆိုရင်တော့ မင်းတို့၃–ဦး ၃–ဖလှယ်စလုံး

ကျောင်းက ထွက်ကြရမှာ။ ဒါကြောင့် အာမခံပေးမဲ့သူကလည်း မင်းတို့ တကယ် လက်ခံနိုင်မှ အာမခံပေးကြ။ အာမခံမရှိရင်လည်း မင်းတို့ ဒီမှာ မနေကြနဲ့။ ကိုယ့်ကို အာမခံပေးချင်အောင်လည်း မင်းတို့ အနေအထိုင်ကောင်းကောင်းနဲ့ စာကြိုးစားပေါ့ကွာ။ ဒါ မင်းတို့အတွက် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းပဲ။

မင်းပြန်မှ ပြီးမှာလား

"ဒီကောင်ကြီး ဘာတုံး"

"တပည့်တော် .. မနက်ဖြန် အရပ်ကို ခဏပြန်ချင်လို့ပါဘုရား"

"အောင်မာ .. ရွာ ဘာလုပ်ဖို့လဲ"

"ရွာမှာ ဘုရားပွဲ ရှိလို့ပါဘုရား"

"နေပါဦး .. အဲဒီဘုရားပွဲက မင်းပြန်မှ ပြီးမှာလားကွ၊ အလုပ်မရှိ အလုပ်ရှာ အချိန်ဖြုန်းတဲ့ကောင်တွေ၊ နှစ်ရက်ထက် ပိုမကြာစေနဲ့ သွား ... သွား ...။

ဗေဒင်တဲ့လား

တစ်နေ့တွင် ပိတ်ဖြူဝမ်းဆက်ဝတ် ပုဏ္ဏားတစ်ယောက် ဆရာတော်ထံ ရောက်လာ၏။

"ဘာကိစ္စလဲ"

"တပဲ့တော်.. ဗေဒင်လက္ခဏာလေး ဘာလေး ဟောပါတယ်ဖရား"

"ကိုယ့်လက္ခဏာကိုသာ ကိုယ်ပြန်ဟောပါ"

လမ်းသွားရင် ဖင်မလှန်နဲ့

ရဟန်းဆိုတာ လူတွေထက် နည့်ရတယ်၊ သိမ်မွေ့ရတယ်ကွ။ စားတဲ့နေရာ သွားတဲ့နေရာ ဝတ်တဲ့နေရာအားလုံး လူတွေထက် သာရတယ်၊ ဟုတ်လား။ ဘုရားသားတော်ဆိုတဲ့အမည်ခံထားရင် ကျင့်ဝတ်နဲ့ညီမှ ဘုရားသားတော်ဖြစ်မှာ။ အထူးသဖြင့် မင်းတို့ အပြင်ထွက်တဲ့အခါ ရဟန်းပီပီ သပ်သပ်ရပ်ရပ် ဝတ်စားပြီး အများကြည်ညိုဖွယ်ဆောင်မှ သာသနာတော်ရဲ့ အရည်အသွေး တက်မှာပေါ့ကွ။ အခုတော့ မင်းတို့က ပတ်ဝန်းကျင်လည်း ဂရုမစိုက်၊ ငါဘုန်းကြီးပဲကွဆိုတဲ့ နိမ့်ကျတဲ့စိတ်ဓာတ်နဲ့ လုပ်ချင်ရာလုပ်နေကြတာ။ မင်းတို့အပြုအမူက တို့ဘုရားကိုတောင် သိက္ခာကျစေတယ်။ ဒီတော့ မင်းတို့ အပြင်ထွက်ရင် သပ်သပ်ရပ်ရပ် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ဝတ်ကြ။ သေသေသပ်သပ် ဝတ်ဆင်တာဟာ ကိုယ့်ရဲ့ တန်ဖိုးဖြစ်သလို သာသနာတော်ရဲ့ တန်ခိုးလည်း ဖြစ်တယ်။

အခုတော့ မင်းတို့က ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ လူမြင်ကွင်းမှာ ဖင်လန်ပြီး သွားချင်ကြတာ(သံဃာအားလုံး ရယ်ကြ၏)။ ဟုတ်တယ်၊ တစ်နေ့က ငါကိုယ်တိုင်

တွေ့လိုက်ရတာပဲ။ အေး .. အမှုအရာဆိုတာကလည်း အရေးကြီးတာပဲကွ။ ပေါ့ပေါ့တန်တန် အသေးအဖွဲလေးပဲဆိုပြီး အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့ မနေရဘူး။ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုတာ ရှိတယ်။ ဒီအရွယ်မှာ သေးသေးလေးကအစ ဂရုစိုက် စောင့်ထိန်းရမှာပေါ့ကွ၊ ဟုတ်လား။ "အစကောင်းမှ အနှောင်းသေချာ"ဆိုတဲ့စကား မင်းတို့ကြားဖူးတယ် မဟုတ်လား။ တစ်နေ့က ဟိုတစ်ကောင် ဖင်လှန်ပြီး သွားနေတာ အဲဒါ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဂရုမစိုက်တာပဲ။ နောက်ကို အပြင်ထွက်ရင် သပ်သပ်ရပ်ရပ်နဲ့သွားကြ။

သိဖို့ ကျင့်ဖို့

ဆရာတော်။ "ကိုယ်တော်ကြီး ... အသက်ရလာမှ ရဟန်းဖြစ်လာတာနဲ့တူတယ်"

ဦးပဉ္စင်းကြီး။ "ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား၊ တပည့်တော် လူဝတ်တုန်းက ရုံးလုပ်ငန်းမှာ လုပ်ကိုင်ခဲ့ပါတယ်ဘုရား။ နောက်တော့ လူဝတ်ဘဝ ငြီးငွေ့တာကတစ်ကြောင်း၊ လူလွတ်ဖြစ်တာကတစ်ကြောင်း၊ ဘာသာရေးလည်း ဝါသနာပါတာက တစ်ကြောင်းကြောင့် တပည့်တော် သင်္ကန်းဝတ်ခဲ့တာပါဘုရား။ စာသင်ချင်တဲ့စိတ်လည်းရှိတာနဲ့ စာသင်ခဲ့တာပါဘုရား"

ဆရာတော်။ "အသက်ရပေမယ့် စာသင်ချင်စိတ် ရှိခဲ့တာ၊ ဒါ ချီးကျူးရမှာပဲ။ ဘယ်လို ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ စာသင်ချင်တာလဲ"

ဦးပဉ္စင်းကြီး။ "တပည့်တော် .. ဘုရားဟောတဲ့ တရားတွေကို သိချင်ပါတယ်ဘုရား။ ဒါ့ကြောင့် စာကြည့်တတ်ချင်လို့ အသက်ကြီးပေမယ့် မရှက်မကြောက် လူငယ်တွေထဲလာပြီး စာသင်တာပါဘုရား။ ကျင့်ကြံတဲ့အခါလည်း မှန်မှန်ကန်ကန်ဖြစ်ချင်ပါတယ်ဘုရား"

ဆရာတော်။ "ဒါ မှန်တာပေါ့ကိုယ်တော်။ စာသင်တယ်ဆိုတာ သိသင့်တာတွေသိပြီး ကျင့်သင့်တာကို ကျင့်ဖို့က အဓိကပဲ၊ ဟုတ်လား။ သိပြီး မကျင့်ရင်လည်း အလကားပဲ။ ဒါကြောင့် သိအောင်လုပ်ပြီး ဖြစ်အောင်ကျင့်နိုင်ဖို့က အရေးကြီးတယ်။ ပရိယတ်မရှိရင်လည်း ပဋိပတ်အတွက်က မလွယ်ဘူး။ စာမေးပွဲဆိုတာကတော့ လမ်းသွားဟန်လွှဲသဘောပါပဲ၊ ဟုတ်လား။ ကောင်းတယ် ကိုယ်တော်၊ ဒါ အမှန်ကန်ဆုံး စာသင်ယူမှုပဲ"

မင်္ဂလာမောင်နှံသို့ ဩဝါဒ

"လင်နဲ့မယား လျှာနဲ့သွား"လို့ ဆိုတယ်မို့လားကွ။ တခါတရံ လျှာနဲ့သွားဟာ ကိုက်မိတတ်တယ်လို့ အများနားလည်ထားတဲ့အတိုင်း လင်နဲ့

မယားလည်း တခါတရံ ရန်ဖြစ်တတ်ကြတယ်လို့ သဘောပေါက်ကြတယ်။ ငါက ဒီလို မယူချင်ဘူး။ လျှာနဲ့သွားဟာ အတူတူနေပြီး အတူတူ အလုပ်လုပ်ကြတယ်။ လျှာက ပို့ပေးစရာရှိတဲ့ အစားအစာကို ကျင်ကျင်လည်လည် ပို့ပေးနိုင်တယ်။ သွားကလည်း လျှာပို့ပေးတဲ့ အစားအစာကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင် ကြိတ်ချေဝါးပေတယ်ပေါ့။ ဒီလောက် တဒိုင်းဒိုင်း ကြိတ်ချေနေတဲ့ သွားနဲ့လျှာ အနေနီးကပ်သလောက်ကိုက်မိဖို့ခဲယဉ်းတယ်။ တကယ်ဆို ခဏခဏကိုက်မိချင်စရာကောင်းတယ်ကွ။

ဒါပေမယ့် လျှာက အရှောင်အတိမ်းတတ်တယ်လို့ ဆိုရမှာပေါ့။ သွားကလည်း ကိုက်ဝါးမှု ပါးနပ်တယ်လို့ ဆိုရမယ်။ အနီးကပ်ဆုံး အနေအထားနဲ့ တစ်နေကုန် "ဝါး"နေတဲ့ သူတို့နှစ်ခု ထိခိုက်မှု မရှိဘူး။ ဒီလိုပဲ မင်းတို့ ဇနီးမောင်နှံကလည်း လောကထဲမှာ အတူလျှောက်လှမ်း၊ ဘဝကို အတူတူထောင်ကြတဲ့ အခိုက်မှာ အိမ်ရှင်မကလည်း အရှောင်အတိမ်း ပါးနပ်ရမယ်။ အပို့အယူလည်း စနစ်ရှိရမယ်။ အိမ်ရှင်ယောကျ်ားကလည်း ထိခိုက်မှုမရှိအောင် အပြောအဆိုကအစ နေရာတိုင်း လိမ္မာရမယ်။ အဲဒီလို ညီညွတ်ရင် "ဇနီးမောင်နှံ ရာသက်ပန်"ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း ခိုင်မြဲတဲ့ အိမ်ထောင်ရေးဘဝကို ပိုင်ဆိုင်ကြမှာပေါ့ကွာ။ ဒီတော့ <u>အိမ်ရှင်မ ဖြစ်သူက အိမ်ထောင်ယောကျ်ားကို အလိုလိုက် အကြိုက်ဆောင်ပြီး နေထိုင်ရမှာဖြစ်သလို အိမ်ရှင်ယောကျ်ားကလည်း အိမ်ရှင်မကို အလိုလိုက်ပြီး တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး အကြင်နာပိုကြရင် "လျှာနဲ့သွားလို" အထိအခိုက်မရှိ အားလုံး အဆင်ပြေချောမွေ့တဲ့ဘဝကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြမှာ ဖြစ်တယ်</u>။

<u>အတက်အဆင်း ဖြည်းဖြည်းနင်း</u>

ဒီမှာက အထပ်ကျောင်းတွေချည်းဆိုတော့ လှေကားတွေ ကျောင်းတိုင်းရှိကြတယ်။ လှေကားမှာ ဆင်းတဲ့အခါပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တက်တဲ့အခါပဲဖြစ်ဖြစ် ဖြည်းဖြည်းဆင်း ဖြည်းဖြည်းတက်ကြ။ ပြေးဆင်းပြေးတက် မလုပ်ကြနဲ့။ မတော်တဆ ထိခိုက်အနာတရ ဖြစ်ကြရင် မကောင်းဘူး။ ပြေးတာလွှားတာက ရဟန်းသာမဏေတွေအနေနဲ့ သိပ်ကျွန္တြမဲ့တယ်။ နောက်ပြီး ပြေးသွားတဲ့သူနဲ့ မှန်မှန်သွားတဲ့သူ ခလုတ်တိုက်တာချင်းအတူတူ ပြေးသွားတဲ့သူက ပိုပြီး အထိနာတယ်၊ ဒဏ်ရာပိုပြင်းတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နေရာတကာမှာ ဆင်ခြင်နိုင်မှ သက်သာရာ ရမှာပဲကွ။ ဒီတော့ သတိနဲ့တက်၊ သတိနဲ့ ဆင်းကြ။

ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည် အင်တာဗျူး

ခလီမန့်။ ၁၉၈၉ မှာ ဒေါ်စုကို အကျယ်ချုပ်ချလိုက်တဲ့အခါ နောက်ကွယ်က ဦးနေဝင်း ရှိနေသလား။

ဒေါ်စု။ အဲဒီအကြောင်း ကျွန်မ မသိဘူး။ ဒါပေမယ့် တစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ တိုင်းပြည်ကို ဦးနေဝင်းအုပ်ချုပ်လိုက်လို့ တိုင်းပြည်ပျက်စီးသွားတာလို့ ကျွန်မ သူ့ကိုစပြီး ဝေဖန်တိုက်ခိုက်လိုက်တာနဲ့ ကျွန်မကို အကျယ်ချုပ်ချလိုက်တာပဲ။

ခလီမန့်။ ဦးနေဝင်းကို တွေ့ဖူးလား။

ဒေါ်စု။ ငယ်ငယ်တုန်းက တွေ့ဖူးတာ။

ခလီမန့်။ ကျွန်တော်က ဦးနေဝင်းဆိုတဲ့ အမည်ကို ဒီလို ထည့်ပြောနေရတာက အကြောင်းရှိတယ်။ ဒီနေ့ မြန်မာပြည်မှာ ဦးနေဝင်းရဲ့ ပုံရိပ်က သမားရိုးကျ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ထက် ပိုကြီးနေတာကို ကျွန်တော်တို့ တွေ့နေရတယ်။ တစ်နည်း ပြောရရင် ဦးနေဝင်းက ဒီနေ့ကမ္ဘာကြီးထဲမှာ အာဏာရှင်ဘဝနဲ့ နှစ်ပေါင်း ၃၅ နှစ်လောက် ကြာရှည်လျားစွာ ရပ်တည်ခဲ့တဲ့ ယောကျ်ားဘသားကြီး။ ဒေါ်စုက လွတ်လပ်ရေးနဲ့ အကြမ်းမဖက်ရေးဆိုတဲ့မူကို ခိုင်ခိုင်မာမာဆွဲကိုင်ပြီးရပ်တည်နေတဲ့ အမျိုးသမီး။ ဒေါ်စုနဲ့ ဦးနေဝင်းကြားမှာ ရောမ ဝိရောဓိကြီး ဖြစ်နေကြ။ ယောကျ်ား သဘာဝက မိန်းမသဘာဝနဲ့ လုံးဝကို ခြားနားနေပါလား။ လက်နက်နဲ့ ဆွေးနွေးမှု အပြိုင်ကြံရတဲ့ပွဲ ဖြစ်နေတယ်။ ဖိနှိပ်မှုကို စွန့်လွှတ်မှုနဲ့ ပွဲဖက်လိုက်တယ်။ "ရဲ မင်းဖြစ်"ဆိုတဲ့ ယောကျ်ားတွေက ဖိနှိပ်ပြီး အုပ်ချုပ်တဲ့ ပုံစံဟောင်းကြီးကို ကြင်နာမှုကနေ ဆင်းသက်လာတဲ့ တန်းတူညီမျှမှု ဂုဏ်သိက္ခာ စွမ်းရည်သတ္တိဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးအမြင်က စိန်ခေါ်ပြလိုက်တယ်။ အဓိကရုဏ်းဖြစ်တဲ့ အချိန်ကနေစပြီး သမ္မာကျမ်းထဲက ပေးဆပ်မှုမျိုးတွေ ပေါ်ပေါက်လာတယ်။ တစ်နည်းပြောရရင် သုံးရာစုနှစ်အတွင်းက အသောကမင်းကြီးရဲ့နှလုံးသားပြောင်းလဲသွားသလိုမျိုးပေါ့။ ဦးနေဝင်းဟာ ပေးဆပ်မှုတွေနဲ့အတူ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အခိုင်အမာဖြစ်သွားပြီး မြန်မာ့သမိုင်းမှာ ခေတ်သစ်အသောက ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ဒေါ်စု ထင်ပါသလား။ အခွင့်အရေးတော့ ရှိတယ်။ သူ့မှာ အချိန်ရှိသေးတယ်။ ဦးနေဝင်းက မကွယ်လွန်မီ နှစ်ပိုင်းတွေမှာ လယ်တီဆရာတော်ကြီးနည်းနဲ့ တရားအားထုတ်ပြီးတော့ "စောစောပိုင်းကသာ သူဟာ တရားအားထုတ်ဖြစ်ခဲ့ရင် ၆၂–ခုနှစ်က အာဏာ သိမ်းဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး"လို့ ဝန်ခံသွားတာကို ကိုကိုမောင်ကြီးရဲ့ "**တစ်ရံရောအခါက**"စာအုပ်ထဲမှာ ဖတ်လိုက်ရတယ်။ သူပြောတာ တကယ်မှန်ရင် သူ့အတွက်

သာခုခေါ်စရာပါပဲ။ ဒါမှမဟုတ် ဗုဒ္ဓဘာသာမြန်မာနိုင်ငံမှာ ဒီစကားမျိုးပြောရင် အားလုံးက ကြိုက်ကြမှာပဲဆိုပြီး ပျားရည်နဲ့နှပ်ချလိုက်တာလား။ အဲဒါဆိုရင်တော့ စိတ်ပျက်စရာပဲ (ဘာသာပြန်သူ)။

ဒေါ်စု။ မြန်မာအများစုက ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေပဲလေ။ ဒါပေမယ့် မိဘတွေက ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဖြစ်လို့ မိရိုးဖလာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ ဖြစ်နေတာက များတယ်။ အများစုက အခြေခံ ငါးပါးသီလအပြင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နက်နက်နဲနဲ တကယ် မလေ့လာဖူးကြဘူး။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လို့ အာမခံထားတဲ့ သဘောပဲ။ ကျွန်မတို့က ကျွန်မတို့ အမွေအနှစ်ဖြစ်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ပိုပြီးနက်နက် စိတ်ဝင်စားကြမယ် ဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာလို့ ပြောနေရုံသာမကဘဲ ဗုဒ္ဓဘာသာအကျင့်တွေကို လေးလေး နက်နက် ကျင့်သုံးကြမယ်ဆိုရင် အရမ်းကြီးကျယ်တဲ့ အိုင်ဒီယာကြီး ဖြစ်သွား နိုင်တယ်လို့ ကျွန်မထင်တယ်လေ။

ခလိမန်။ ဗုဒ္ဓဘာသာရှုထောင့်ကို အသိဉာဏ်ရှိရှိ စဉ်းစားနိုင်တာထက် ပိုအတွင်း ကျကျ လက်ခံနိုင်တယ် မဟုတ်လား။

ဒေါ်စု။ ရှင် သိတဲ့အတိုင်းပဲ ... ကျွန်မတို့က ငါးပါးသီလကို လိုက်နာ ကျင့်သုံးရင်ကိုပဲ လက်မထောင်နိုင်နေပြီ(ရယ်ပြီးပြော)။

ခလိမန်။ ငါးပါးသီလထဲမှာ ပထမဦးဆုံး သိက္ခာပုဒ်က သက်ရှိသတ္တဝါတွေကို ထိခိုက်နစ်နာအောင် မလုပ်တာ မဟုတ်လား။

ဒေါ်စု။ ဒီလောက်နဲ့ မလုံလောက်သေးဘူးရှင့် ...

ခလိမန်။ ဒုတိယသိက္ခာပုဒ်က မခိုးတာနော်။

ဒေါ်စု။ အဲဒီသိက္ခာပုဒ်က အတော်ကျယ်ပြန့်သွားပြီ။ တတိယသိက္ခာပုဒ် ကတော့ လက်မထောင်နိုင်လောက်တဲ့ အနေအထားရှိလာတယ်ရှင့် ...။ ဒါပေ မယ်လို့မလုံလောက်သေးဘူး။ တကယ်တော့ ငါးပါးလုံးကို လုံဖို့လိုအပ်တယ်လေ။

ခလိမန်။ ရှင်းပြစရာ မလိုလောက်အောင် ရှင်းပါတယ်၊ အဲ .. ဒေါ်စုက ကျောက်ခေတ်လူသားတွေရဲ့ အသိစိတ်အဆင့်လောက်ပဲရှိတဲ့ ရေးကျတဲ့ ခံစားချက်တွေနဲ့ ထုဆစ်ထားတဲ့ နဝတစစ်ဗိုလ်ချုပ်တွေနဲ့ ဆက်စပ်ပတ်သက် နေရတော့ ပိုသိသာထင်ရှားတာပေါ့လေ။ အဲ ... ကျွန်တော် ပြောခဲ့သလိုပါပဲ ... ကျွန်တော်က ပေးဆပ်တာကို ယုံကြည်တယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ ဒါက ဆန္ဒ အားကြီးလွန်းတဲ့ အတွေးပဲ ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒေါ်စုရော ဘယ်လိုထင်လဲဗျ ...။ တချို့ပြည်သူတွေရော တော်တော်ရှေ့ရောက်သွားကြပြီလား။ မကယ်တင် နိုင်တာကတော့ ကိစ္စမရှိပါဘူး။

ဒေါ်စု။ ဗုဒ္ဓဘာသာအလိုအရ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ကိုယ်တိုင်က မကယ်တင်နိုင်ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် ကျွန်မတို့က ဘယ်သူတွေမို့ လူတိုင်းကို ကယ်တင်နိုင်စွမ်းရှိတယ်လို့ ရှင်းပြရမလဲ။ ဒါ့ကြောင့်မို့ဘယ်သူကတော့ကယ်တင်နိုင်တယ်၊ ဘယ်သူကတော့ မကယ်တင်နိုင်ဘူးဆိုတာ ကျွန်မတို့မှာ ကြိုးစားဖို့ တာဝန်ရှိတယ်။ ကျွန်မတို့က တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို လက်မခံဖွယ်သဘောနဲ့ အရေးမပါဘူးလို့ သဘောမထားနိုင်ဘူး။

–၂၀၁၃ မတ်လ ၁၀ ရက်နေ့ထုတ် The Reporter သတင်းဂျာနယ် စာ ၈ ပါ မောင်ဆန်းကြယ်၏ 'အောင်ဆန်းစုကြည် အင်တာဗျူး'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

စီးသောရေ မပုပ်၊ လှုပ်သောတံခါး ပိုးမစား၊ လှုပ်ရှားခန္ဓာ ကျန်းမာလာ

လူမှုရေး မုသာဝါဒ

အဆိပ်သောက် သေကြောင်းကြံစည်မှုဖြင့် အမှုဖွင့်စစ်ဆေး

ရန်ကုန် မတ် ၈

မတ် ၃ ရက် မွန်းလွဲ ၁ နာရီခန့်တွင် သုံးခွဆေးရုံ၌ အဆိပ်သောက်ထားသော အမျိုးသမီးတစ်ဦးရောက်ရှိနေကြောင်း သတင်းရသဖြင့် သုံးခွရဲစခန်းမှ တာဝန်မှူး ဒုရဲအုပ် သက်နောင်စိုးနှင့်အဖွဲ့ သွားရောက်စစ်ဆေးရာ သောက်သုံးသူမှာ သုံးခွမြို့နယ် တဲတန်း–လက်ပန်ကျိုးကျေးရွာအုပ်စုနေ မခင်လုံး(၁၈)နှစ်ဖြစ်ပြီး ဘုရားကြီးကျေးရွာနေ ကိုပိုက်နှင့်ချစ်ကြိုက်ကာ ခိုးရာလိုက်ပြေးရန် ချိန်းဆိုထားသော်လည်း မရောက်လာသဖြင့် စိတ်ညစ်ပြီး ပိုးသတ်ဆေးမှုန့်သောက်၍ မိဘဆွေမျိုးများက ဆေးရုံသို့ ပို့ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ မိမိကိုယ်ကို သေကြောင်းကြံစည်သူ မခင်လုံးအပေါ် သုံးခွရဲစခန်းက (ပ) ၉၀/၁၃၊ ပုဒ်မ ၃၀၉ ဖြင့် အမှုဖွင့်ပြီး စစ်ဆေးဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ (ခင်ညို)

–၂၀၁၃ မတ်လ ၉ ရက်နေ့ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ ချိန်းဆိုသည့်အတိုင်း မလာလျှင် လိမ်ညာရာရောက်၏။ လိမ်ညာမှု မုသာဝါဒကံကြောင့် အထက်ပါဒုက္ခမျိုး ကြုံတွေ့ရတတ်သည်။

–စိစဥ်သူ။

ယကြာအရ ခွေးကို လက်ထပ်တဲ့သူ

P.Selvakumar ဆိုတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ကျိန်စာသင့်နေတဲ့ လူတစ်ယောက် ဖြစ်ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၁၅ နှစ်လောက်က သူဟာ ခွေးနှစ်ကောင်ကို ကျောက်ခဲနဲ့ ရက်ရက်စက်စက် ပေါက်သတ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီဖြစ်ရပ်က သူ့အတွက် ကျိန်စာဖြစ်ခဲ့ပြီး သူဟာ နောက်ပိုင်းမှာ လက်တွေ လှုပ်ရှားလို့မရတော့ဘဲ နားပါ မကြားရတော့တဲ့အထိ ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။

သူဟာ နည်းလမ်းပေါင်းစုံနဲ့ ဒီကျိန်စာကို ကုသဖို့ ကြိုးစားခဲ့ပေမယ့် မအောင်မြင်ခဲ့ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် လွန်ခဲ့တဲ့ သုံးနှစ်လောက်မှာတော့ သူဟာ ဗေဒင်ဆရာတစ်ယောက်ဆီ သွားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ ခွေးတစ်ကောင်ကို လက်ထပ်ဖို့ပါ။ ခွေးတစ်ကောင်ကို လက်ထပ်လိုက်ခြင်းအားဖြင့် သူအရင်က ခွေးနှစ်ကောင်အပေါ် ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အပြစ်တွေအတွက် ပေးဆပ်ရာရောက်ပါတယ်။

အဲဒီဖြစ်ရပ်မျိုးဟာ တကယ်ဆို အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ ထူးခြားတဲ့ ဖြစ်ရပ်မျိုးတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ အိန္ဒိယလူမျိုးတွေဟာ ဒီဖြစ်ရပ်မျိုးကို ယုံကြည်ကြပြီး တိရစ္ဆာန်တွေနဲ့ လက်ထပ်ရုံသာမက သက်မဲ့အရာတွေနဲ့ လက်ထပ်ပွဲတွေကိုပါ ဆင်နွှဲလေ့ရှိကြပါတယ်။

အိန္ဒိယရုပ်ရှင်မင်းသမီး Ashwarya Rai ဆိုရင်လည်း လူနဲ့စေ့စပ်ထားတဲ့ Bollywood မင်းသားအန္တရာယ်ကင်းစေဖို့ သစ်ပင်တစ်ပင်နဲ့ လက်ထပ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလို လက်ထပ်ပွဲတွေဟာ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ တရားဝင် ပြုလုပ်ကြတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။

အခုဖြစ်ရပ်မှာလည်း သတို့သမီးလို့ခေါ်တဲ့ ခွေးမလေးကို အဝါရောင် ဆာရီလေးခြုံပေးပြီး ဘုရားကျောင်းကို ခေါ်လာကာ သစ္စာစကားဆိုပြီး လက်ထပ်ခဲ့ကြပါတယ်။ ရွာသားတွေက ဒီလက်ထပ်ပွဲကို ချီးမြှောက်ခဲ့ကြပြီး သိပ်မကြာခင်မှာပဲ Selvakumar ခံစားနေရတဲ့ ကျိန်စာဟာ လုံးဝပျောက်ဆုံးသွားခဲ့ကြောင်းကို သိရှိရပါတယ်ဗျာ ... ။

Posted by ပါရမီဖြည့်ဘက်လေး on March 10, 2013 at 5:14pm
http:// wlovestory. blogspot.com
/ 2013/ 03/blog-post 9460.html

Myawady News

၈ နှစ်သားက ၆၁ နှစ်သမီးနှင့် ဂဟေဆက်

ရာဝိန်း(တောင်အာဖရိက) မတ် ၁၀

ကွယ်လွန်သူ ဖိုးအေ၏ဝိညာဉ်ဆန္ဒအရ တောင်အာဖရိကမှ ၈–နှစ်သားကလေးက ကလေး ၅ ယောက်မိခင် ၆၁–နှစ်သမီးနှင့် လက်ထပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ဆန်နီလီမက်ဆီလီနားဆိုသူ သူငယ်လေးက ဖွားအေ အရာယ်ဟယ်လင်ရှာဘန်ဂူး အမည်ရ အမျိုးသမီးကြီးနှင့် လက်ဆက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

အဖိုးဝိညာဉ်၏ ဆန္ဒအရ ရာပိန်းမြို့သားလေး ဆန်နီလက်ဆက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ရာ ယင်းသို့လက်မထပ်လျှင် ဒဏ်ခတ်ခံရမည်ကို စိုးရွံ့သောကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုသည်။ မင်္ဂလာပွဲတွင် သတို့သားဘက်မှ ပေါင်စတာလင် ၅၀၀–နှင့် သတို့သမီးဘက်မှ ပေါင် ၁၀၀၀–လက်ဖွဲ့ခဲ့ကြရာ ၂–လာကြာ အချိန်ယူ စီစဉ်ခဲ့ရသည့် ပွဲကြီးလည်းဖြစ်သည်။

ရွှေပွဲလာ ၁၀၀–ရှေ့မှောက် လက်ထပ်လက်စွပ်လဲလှယ်ခဲ့ကြပြီး လူအများက ယင်းသို့ဂဟေဆက်ခြင်းကို မလိုလားကြသော်လည်း ဆိုင်ရာမိသားစုများကမူ တရားဝင်သဘော လက်ဆက်ခြင်းမဟုတ်၊ ထုံးတမ်းစဉ်လာအတိုင်းလုပ်ခြင်းဟု ဆိုသည်။

"ဆန်နီအဖိုးက လူလူသူသူ မင်္ဂလာမဆောင်ဖူးဘဲ အနိစ္စရောက်သွားခဲ့တယ်။ သူက ခုသတို့သမီးကို ချစ်တယ်လေ။ ဒါကြောင့် သူ့မြေးကို လက်ထပ်ခိုင်းခဲ့တာ"ဟု ၄၆–နှစ်အရွယ် ဆန်နီလီမိခင်က ဆိုသည်။ "မိဘဘိုးဘွားတွေ လုပ်စေချင်တာ လုပ်ပေးရရှိး အစဉ်အလာရှိပါတယ်။ ဒါမှ လွန်လေပြီးသူတွေ စိတ်ချမ်းသာမှာပေါ့"။

သတို့သမီး သတို့သားတို့အနေဖြင့် လက်ထပ်စာချုပ်တွင် လက်မှတ်ထိုးစရာ မလိုသကဲ့သို့ အတူတူနေထိုင်ရန်လည်း မလိုဟု ဆိုသည်။ သတို့သမီးတွင် အသက် ၂၇–နှစ်၊ ၃၇–နှစ်အတွင်းရှိ သားသမီး ၅ ဦးရှိပြီး၊ နှစ် ၃၀–ကြာ ပေါင်းသင်းခဲ့သည့် ခင်ပွန်းသည်ကလည်း ဝမ်းနည်းဝမ်းသာဖြစ်မိကြောင်းဆိုသည်။

S.T , Ref: Dailymail online , Popular

ဗုဒ္ဓတရားတော်နှင့် ဗိုလ်ချုပ်ကြီးနေဝင်း

၂၀၁၁–ခုနှစ်အတွက် အမျိုးသားစာပေဆုချီးမြှင့်ရာတွင် နိုင်ငံရေးစာပေဆုအတွက် "ကျွန်တော်သိသော တရုံရောအခါမျှား"စာအုပ်ဖြင့် ဆရာကိုကိုမောင်ကြီးက အမျိုးသားစာပေဆု ဆွတ်ခူးရရှိခဲ့သည်။ ဆရာဦးချစ်လှိုင်(ကိုကိုမောင်ကြီး)သည် မုံးမိုးမောင်မောင်၊ မောင်သစ္စာ၊ ကိုကိုမောင်၊ မောင်ချစ်ကြည်၊ ရဲဘော်ချစ်ကြည်၊ မောင်ချစ်လှိုင်စသည့် ကလောင်အမည်များဖြင့်လည်း ရေးသားခဲ့သူဖြစ်သည်။ ပြင်သစ်နိုင်ငံ၊ ပါရီမြို့၊ ဆော်ဘွန်းတက္ကသိုလ်နှင့် ဆိုဗီယက်ပြည်ထောင်စု၊ မော်စကိုမြို့၊ ကွန်မြူနစ်ပါတီတက္ကသိုလ်တို့တွင် ဘောဂဗေဒနှင့်နိုင်ငံရေးဘာသာရပ်များကို သင်ယူခဲ့သူဖြစ်သည်။

သူသည် လွတ်လပ်ရေးကြိုးပမ်းမှုကာလ မြန်မာ့တပ်မတော်တွင် တပ်သားဘဝမှ ဗိုလ်အဆင့်အထိ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။ ၁၉၅၆–ခုနှစ်မှ ၁၉၇၂–ခုနှစ်အထိ ကာကွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန၊ စိတ်ဓာတ်စစ်ဆင်ရေးဌာန(မင်္ဂလာဒုံ)တွင် သုတေသနအရာရှိချုပ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ထို့နောက် တော်လှန်ရေးကောင်စီခေတ်တွင် ဗဟိုနိုင်ငံရေးသိပ္ပံနည်းပြချုပ်အဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။လွတ်လပ်ရေးမော်ကွန်းဝင်(ပထမဆင့်)၊ ဇေယျကျော်ထင်ဘွဲ့နှင့် နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်(ပထမဆင့်)တို့ ချီးမြှင့်ခြင်းခံရသူဖြစ်သည်။ ၁၉၂၆–ခုနှစ်တွင် ဖွားမြင်ရာ အမျိုးသားစာပေဆုရချိန်၌ အသက် ၈၇–နှစ်အရွယ်ရှိသည်။

ဆရာကိုကိုမောင်ကြီးရေးသော "ကျွန်တော်သိသော တရုံရောအခါမျှား" စာအုပ်သည် နိုင်ငံရေးလောကတွင် သူဖြတ်သန်းလာခဲ့သော အတွေ့အကြုံ၊ ကြုံတွေ့ခဲ့ရသောပုဂ္ဂိုလ်များအကြောင်း ရှင်းလင်းပြတ်သားသောစကားပြေဖြင့် ရေးသားထားသည်မှာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသည်။ မှတ်သားဖွယ်လည်းဖြစ်သည်။ ဗဟုသုတရဖွယ်လည်း ဖြစ်သည်။

ထိုစာအုပ်တစ်နေရာတွင် ဗိုလ်ချုပ်ကြီးနေဝင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အောက်ပါအတိုင်းရေးသားထားသည်မှာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းလှသည်။

"ယနေ့သည် ၁၉၉၅–ခု၊ ဇူလိုင်လ ၂၇–ရက်နေ့ ဖြစ်ပါသည်။ ဇူလိုင်လ ၂၆–ရက်နေ့ဖြစ်သော မနေ့ကပင် ကျွန်တော်တို့သည် တော်လှန်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌလည်းဖြစ်၊ အငြိမ်းစား တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်လည်းဖြစ်၊ အငြိမ်းစားနိုင်ငံတော်သမ္မတလည်းဖြစ်ခဲ့သူ ဗိုလ်ချုပ်ကြီးဟောင်း ဦးနေဝင်းနှင့်

တွေ့ဆုံနှုတ်ဆက် ဂါရဝပြုကာ အချိန်အတော်ကြာအောင် စကားပြောဆိုခွင့်ရခဲ့ပါသည်။ ...

ဦးနေဝင်းနှင့် ဦးတင်အောင်ဟိန်းတို့ အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆွေးနွေးကြပါသည်။ ဆွေးနွေးသော အကြောင်းအရာမှာ ကမ္ဘာ့ဒ္ဓာန်းတရားထိုင်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်ပါသည်။ ဦးနေဝင်းက သူသည် လယ်တီဆရာတော် ဘုရားစီရင်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကို လက်ကိုင်ထားပြီး ရှုမှတ်ဖွယ်ရာတရားကို ရှုမှတ်လေ့ကျင့်နေသည်ဟု ပြောပါသည်။ ရှေးဦးစွာ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို လေ့ကျင့်ပြီးနောက် ဝိပဿနာအလုပ်ဖြစ်သော လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို ရှုမှတ်ပွားများလေ့ကျင့်မှုပြုနေသည်ဟု ပြောပါသည်။ ဥက္ကဋ္ဌကြီး ဦးနေဝင်းကို ကြည့်ရသည်မှာ ဝိပဿနာဘာဝနာအမှုကို ပြုနေရခြင်း၌ မွေ့လျော်နေပုံရပါသည်။

မွန်းလွဲ ၂-နာရီကျော်ကျော်တွင် စကားဝိုင်းကို ခေတ္တနားလိုက်ပါသည်။ ယင်းအခိုက်မှာပင် ဥက္ကဋ္ဌကြီး ဦးနေဝင်းက ကျွန်တော်တို့ မမျှော်လင့်သော စကားတစ်ရပ်ကို ရုတ်တရက် ပြောဆိုလိုက်ပါတော့သည်။

"ကိုယ့်လူတွေနဲ့ကြုံတုန်း ပြောလိုက်ရဦးမယ်။ ကိုယ့်အနေနဲ့ ဒီသံသရာတရားတွေ၊ သစ္စာတရားတွေ၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတရားတွေကို ဒီနေ့သိမြင်သလိုမျိုး ဟိုတုန်းက သိခဲ့မယ်ဆိုရင် ၁၉၆၂-ခုနှစ်၊ မတ်လကကိစ္စကို ကိုယ်မလုပ်ခဲ့ပါဘူး"ဟူသော စကားရပ်ပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

ကျွန်တော်၏နားကို ကျွန်တော်မယုံနိုင်အောင် ဖြစ်သွားပါသည်။ ဦးတင်အောင်ဟိန်းသည် ဦးနေဝင်း၏စကားကို အာရုံစိုက်နေပါသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ဘာမျှပြန်မပြောကြဘဲ ဦးနေဝင်း၏ ဆက်လက်ပြောကြားမည့်စကားကိုသာ စောင့်နေကြပါသည်။ ဥက္ကဋ္ဌကြီး ဦးနေဝင်းသည် စကားကို ဆက်မပြောသေးဘဲ ခေတ္တမျှ စဉ်းစားနေပုံရှိပါသည်။ သည့်နောက်တွင် ဆက်ပြောပါသည်။

"ဟုတ်တယ်၊ အဲဒီတုန်းကသာ ဒီတရားတွေကို သိနေခဲ့ရင် ၁၉၆၂-ခုနှစ်က လုပ်ခဲ့တဲ့အလုပ်မျိုးကို ကိုယ်မလုပ်ခဲ့ဘူး"ဟု ပြောပါသည်။ ၁၉၆၂-ခုဟူသော စကားလုံးကို အင်္ဂလိပ်လို အသံထွက်ဖြင့် ပြောခဲ့ပါသည်။ မနေ့က ကြားခဲ့သော ထိုစကားရပ်ကို ယနေ့ ဤစာကြောင်းများ ရေးနေချိန်မှာ ကြားယောင်နေမိပါသည်။ နောင်တွင်လည်း သတိရတိုင်း ကြားယောင်နေမိမည် ထင်ပါသည်"။

အထက်ပါ ရေးသားချက်ကို ဖတ်ရှုရပြီး ကျွန်ုပ်တို့ များစွာ အံ့ဩမဆုံး

ဖြစ်ခဲ့ရပါသည်။ ဗိုလ်ချုပ်ကြီးနေဝင်း ၁၉၆၂–ခုနှစ်တွင် အာဏာသိမ်းပြီးသည့်မှစ၍ ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံသည် တစ်စတစ်စ နိမ့်ကျ၍ ပျက်စီးယိုယွင်းလာခဲ့ပါသည်။ ဒီမိုကရေစီ ဆိတ်သုဉ်းကာ စစ်အာဏာရှင်များ လက်အောက်သို့ ကျရောက်ခဲ့သည်။ အခိုင်အခံ့ရှိသော လုပ်ငန်းများသည် ပြည်သူပိုင်အသိမ်းခံခဲ့ရသည်။ လယ်ယာများ ပြည်သူပိုင်အသိမ်းခံခဲ့ရသည်။ တရားရေးမဏ္ဍိုင် ယိမ်းယိုင်ပျက်စီးခဲ့ရသည်။ ခြစားမှု လာဘ်စားမှုများလည်း ဖော်ပြနိုင်စွမ်းမရှိလောက်အောင်ပင် ကြီးထွားလာခဲ့သည်။ စာနယ်ဇင်းများလည်း အမှန်ကို ထုတ်ဖော်ရေးသားနိုင်ခွင့်မရဘဲ အမှန်တရား ဆိတ်သုဉ်းခဲ့ရသည်။ လူတစ်စုသာ ကောင်းစား၍ ပြည်သူလူထုမှာ မွဲသည်ထက်မွဲ၍ ဆင်းရဲသည်ထက် ဆင်းရဲခဲ့ရပါသည်။ ယခင်က ချမ်းသာကြွယ်ဝသော မြန်မာနိုင်ငံသည် ကမ္ဘာ့အဆင်းရဲဆုံးသော နိုင်ငံများစာရင်းတွင် ပါဝင်ခဲ့ရသည်။ အကျင့်ပျက်ခြစားသော နိုင်ငံစာရင်းတွင် ပါဝင်ခဲ့ရသည်။ အကျင့်ပျက် ခြစားသော နိုင်ငံစာရင်းဝင် ဖြစ်လာခဲ့ရသည်။

ယခု နိုင်ငံတော်သမ္မတဦးသိန်းစိန်လက်ထက်တွင်မှ ဒီမိုကရေစီလမ်းသို့ လျှောက်လှမ်းနိုင်ကာ ထိုထိုအဖြစ်ဆိုးများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲလျက်ရှိသည်။ တိုးတက်သာယာသော နိုင်ငံသစ်ဆီသို့ ချီတက်လျက်ရှိသည်။

အကယ်၍ ဗိုလ်ချုပ်ကြီးဟောင်း ဦးနေဝင်းသည် ၁၉၆၂–ခု အာဏာမသိမ်းမီက ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို လေ့လာကျင့်ကြံပွားများခဲ့မည်ဆိုလျှင် ဤအဖြစ်ဆိုးမျိုးသို့ ကျွန်ုပ်တို့မရောက်ရှိနိုင်ဟု ယူဆမိပါသည်။ စင်စစ် ဗုဒ္ဓတရားတော်သည် အထူးမှန်ကန် ကောင်းမွန်၍ လူသားတို့အား ကိုယ်၊ နှုတ်၊ နှလုံး သုံးပါးလုံးကို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စေသော တရားတော်မြတ်ဖြစ်သည်။ အကောင်းအဆိုးကို ဝေဖန်သိမြင် ပိုင်းခြားနိုင်သော တရားတော်ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ခြင်းသည် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတရားတို့ကို ခန္ဓာဉာဏ်ရောက်သိရှိစေကာ ဘဝတွင် အနေတတ် အသေမြတ်စေသော တရားတော်ဖြစ်သည်။

ထိုတရားတော်ကို ဗိုလ်ချုပ်ကြီးဟောင်း ဦးနေဝင်းသည် နောက်ပိုင်းတွင်မှ သိရှိခြင်းသည် မြန်မာနိုင်ငံအတွက် ကံဆိုးမှုကြီးဖြစ်ပါသည်။ ယခင်ကသာ ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို ဦးနေဝင်း ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ခဲ့မည်ဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်ကြီးသည် ဒီမိုကရေစီအရသာကို ခံစားရလျက် ကြီးပွားတိုးတက်နေမည်မှာ မလွဲကေန် ဖြစ်ပါတော့သည်။ ။

–၂၀၁၃ ဧပြီလထုတ် မြတ်မင်္ဂလာစာစောင် အယ်ဒီတာ့အာဘော်မှ။

မြို့လယ်ကောင်မှာ
မြို့စွန် တို့
ဆင်ခြေဖုံး တို့ ကို
သွား -

ပီနန်ဆရာတော်ကြီး ဦးပညာဝံသ၏ ဩဝါဒ

ပညာသင်ကြား ကြိုးစားလုပ်ပါ၊
အကျိုးအမျိုးမျိုး ရရှိးသေချာ။
အများအကျိုး သယ်ပိုးမှသာ၊
ကိုယ့်အကျိုး ပြည့်ဖြိုးဝေဝေဆာ။

- ပထမအကြိမ် ဓမ္မစကူးလ်ဆောင်ဖေးရှင်း
နှစ်ပတ်လည်အစည်းအဝေး၌ မိန့်ကြားသော ဩဝါဒ

အရက်နှင့်ဓာတ်မြေဩဇာ မှားသောက်မိ၍ သေဆုံး

ရန်ကုန် မတ် ၂၄

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး လှည်းကူးမြို့နယ် ငါးဆူတောင်ကျေးရွာအုပ်စုနေ အမျိုးသားတစ်ဦးသည် ရွက်ဖျန်းဓာတ်မြေဩဇာအား အရက်နှင့်မှားယွင်းပြီး သောက်မိသဖြင့် သေဆုံးသွားသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ မတ် ၁၉ ရက်နေ့ နံနက် ၅ နာရီ ၃၅ မိနစ်ခန့်တွင် လှည်းကူးမြို့နယ် ငါးဆူတောင်ကျေးရွာအုပ်စု (၃)ရပ်ကွက်နေ မောင်လီရှင်ဖူး (၂၉)နှစ်သည် ၎င်း၏ နေအိမ် အခန်းတွင်း၌ TD WIN ရွက်ဖျန်းဓာတ်မြေဩဇာကို အရက်နှင့်မှားယွင်းပြီး သောက်မိသဖြင့် နံနက် ၆ နာရီခန့်တွင် အင်းစိန်ဆေးရုံသို့ ပို့ဆောင်ခဲ့ရာ မွန်းလွဲ ၁ နာရီ ၁၅ မိနစ်တွင် သေဆုံးသွားခဲ့သဖြင့် ငါးဆူတောင် ရဲတပ်ဖွဲ့စခန်းမှ သေမှုသေခင်းအမှတ် ၂/၂၀၁၃ ဖြင့် ဖွင့်လှစ်ဆောင်ရွက်ထားကြောင်း သိရသည်။

ဇော်ကြီး(ပထိတ)
-(၂၅-၃-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၄ မှ။

* သင်၏စိတ်တံခါးပေါက်ကို အခြားတစ်ယောက်ယောက်အား ဖွင့်မပြလိုက်သရွေ့ မည်သူကမျှ သင့်ကို စိတ်ဆိုးအောင် ပြုလုပ်နိုင်မည် မဟုတ်ချေ။

No one can make you angry unless you open the door of your mind to him.

* လူတစ်ယောက်၏ ဘဝတိုးတက်မှုသည် ၎င်း၏စိတ်ထဲမှသာ အစပြုလေ့ရှိပြီး ထိုနေရာ၌ပင် အဆုံးသတ်လေ့ရှိသည်။

A man's progress in life begins in his own mind and ends in the same place.

-မောင်မြင့်ကြွယ်၊မောင်မောင်အေး။(၉-၁-၂၀၁၃)ထုတ်ကြေးမုံသတင်းစာမှ။

နောင်တ...တရေးနိုး

၁။ အမေရိကန်ပြည်က
WCT အဆောက်အဦ ညီနောင်ကို
ဘင်လာဒင်တို့ အယ်လ်ကိုင်းဒါးအဖွဲ့က
လေယာဉ်နဲ့ဝင်တိုက် လောင်မြိုက်ပြိုကျ
လူသုံးထောင်လောက် သေရသတဲ့။
ကျုပ်အမျိုးတစ်ယောက်မပါ၊ အနေသာကြီး။
ဒါပေမယ့်လေ .. ဗုဒ္ဓဘာသာမို့ မေတ္တာပို့မှ
သတ္တဝါတွေ ဘေးကင်းချမ်းသာကြပါစေ။

၂။ အာဖဂန်နစ္စတန်မှာ တာလီဘန်တွေက
ဗုဒ္ဓရုပ်ပွား ကျောက်သားဆင်းတု နှစ်ဆူကို
ဒုံးကျည်နဲ့ ပစ်ချဖြိုခွဲ .. အောင်ပွဲခံကြသတဲ့။
အို ... ကျုပ်တို့နဲ့ အဝေးကြီး။
ဒေါသမီး အကျည်းတန်တယ်.. သည်းခံ၊ သည်းခံ။

၃။ ထိုင်းနိုင်ငံတောင်ပိုင်းမှာ
ဂျမားအစ္စလာမီးယား အဆက်အနွယ်တွေက
ဗုဒ္ဓဘာသာရဟန်းတွေကို ခေါင်းဖြတ်
ကျောင်းဆရာ ဆရာမတွေကို ဖုံးခွဲသတ်သတဲ့၊
ထိုင်းနိုင်ငံမှာပါ .. ထိုင်းတွေညံ့လို့ ခံရတာ
သူ့ထိုက်နဲ့သူ့ကံ .. ခံကြ။

၄။ ရခိုင်ပြည်နယ်မှာ ရိုဟင်ဂျာဆိုသူတွေက
အနောက်ဖက်စည်းရိုးကို ချိုးဖွဲ့ဝင်ရောက်
တိုင်းရင်းသူတစ်ယောက်ကို စော်ကား
အဆောက်အဦများကို မီးရှို့ဖျက်ဆီး
လူသတ်မှုကြီးတွေ ကျူးလွန်နေသတဲ့။
အဲ ... တို့တိုင်းပြည်ထဲ ရောက်လာ
ငါနဲ့.. ဘာဆိုင်တာ မှတ်လို့ ...
ဒါ ... အစိုးရအလုပ်၊ စစ်တပ်က လုပ်လိမ့်မယ်။

၅။ သည်နေ့က ဓမ္မကထိကဆရာတော်က
"ရဇဒ"အန္တရာယ် ဟောကြားမယ်တဲ့။
ဘာလဲ "ရဇဒ" ချဲ့ဂဏန်းလား ...?
ဒေါ်ဟာလီမာရဲ့ ဒန်ပေါက်ဆိုင်နဲ့
ဒါဝတ်ဘိုင်တို့ ဆောက်လုပ်ရေးရုံးခန်းထဲ
ချိတ်ဆွဲထားတဲ့ ဂဏန်းပဲ။
အဲဒါက ဘာအန္တရာယ်ရှိလို့လဲ။
အိပ်ရေးပျက်တယ် သွားကြ.. သွားကြ။
မင်းတို့ပဲ .. သွားနာကြ။
ငါတော့ ခေါင်းပြားအောင် အိပ်မှ။

၆။ **အိပ်ကောင်းကောင်းနဲ့**
ဘယ်လောက်ကြာရှည် အိပ်ပျော်သွားသည် မသိ၊
မြေးတစ်သိုက် စာအော်ကျက်သံနဲ့
ကျုပ်, သူတို့အဖိုး ... လန့်နိုးလာခဲ့။
နေပါဦး ... သင်းတို့ ဖတ်နေကြတာ..
'အာရဗီစာ'တွေပဲ ...
သူတို့ ဘာလို့ ဒါတွေကျက် ...
တွေးရခက် .. စိတ်ရှုပ် ... ခေါင်းကိုကုပ်တော့
သံပုရာခွံ ဦးထုပ်တစ်လုံး
ကျုပ်ခေါင်းမှာ ဆောင်းလျက်သားပါလား။
ဘာတွေဖြစ်ကုန်တာလဲ စဉ်းစား ... စဉ်းစား ..
မေးဖျားပွတ်လို့ စဉ်း .... စား ...
အားပါးပါး ... ကျုပ်အိပ်နေတုန်း
ကျုပ်မေးမှာ မုတ်ဆိတ်မွေးတွေ ပေါက်ရောက်
တစ်ထွာလောက် ရှည်နေပါ့ ...
ဒုက္ခ ဒုက္ခတွေများ
ကျုပ်တော့ ... မှားပြီ
ဗုဒ္ဓဘုရား .... ကယ်တော်မူပါ။

–ဒေါက်တာသိန်းမြင့်၊ ၁၃၇၄–ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည့်ထုတ်
'ဓမ္မစကြာစာပန်းကုံး'စာစောင် စာ ၂၆ မှ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယုံကြည်ပါ

ဘဝ၌ ဝတွင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုမရှိသူသည် အောင်မြင်မှုသရဖူကို ဘယ်တော့မှ မဆောင်းနိုင်။ မိမိလိုချင်တာကို သိသူ၊ ထိုအရာကို ရရှိအောင် မဖြစ်မနေကြိုးစားသူ၊ "မဖြစ်နိုင်ပါဘူး"ဟူသော စကားလုံးကို လုံးဝလက်မခံသူနှင့် သာလျှင် အောင်မြင်မှုသရဖူ ထိုက်တန်၏။

အမေရိကန်နိုင်ငံမှ အအောင်မြင်ဆုံး အာမခံလုပ်ငန်း အရောင်းမန်နေဂျာ တစ်ဦးသည် တစ်နေ့တွင် အရောင်းဝန်ထမ်းအားလုံးကိုခေါ်၍ ပြောသည် -

"ခင်ဗျားတို့အားလုံး လုပ်ငန်းခွင်မဝင်ခင် မနက်တိုင်း မှန်ရှေ့မှာ ငါးမိနစ် လောက်ရပ်ပြီး ကိုယ့်မျက်နှာကိုယ် ကြည့်ကြစေချင်တယ်။ 'ငြိုးတော့ မင်းဟာ အတော်ဆုံး အရောင်းသမားဖြစ်တယ်၊ အဲဒီတော့ အဲဒါကို ကနေ့သက်သေပြပါ၊ မနက်ဖြန်လည်း သက်သေပြပါ၊ နေ့တိုင်းသက်သေပြပါ'လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောကြစေချင်တယ်"

ထို့နောက်တွင် အရောင်းမန်နေဂျာနှင့် ကြိုတင်စီစဉ်ထားချက်အရ အရောင်း ဝန်ထမ်းတိုင်းက နံနက်တိုင်း "မင်းဟာ အတော်ဆုံး အရောင်းသမားတစ်ယောက် ဖြစ်တယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒါကို ကနေ့ သက်သေပြပါ"ဟု ရွတ်ဆိုပြီး အလုပ်ခွင်သို့ ထွက်သွားကြသည်ကို ဇနီးမယားအသီးသီးက လိုက်ပို့ကြ၏။

ဤနည်းဖြင့် ထိုအရောင်းဝန်ထမ်းများသည် သူတို့"လိုင်း"တွင် အတော်ဆုံး အရောင်းသမားများ ဖြစ်လာကြသည်။ သူတို့သည် အာမခံ ပရီမီယံစာချုပ်များကို ယခင်ကလို အပျော်တမ်း မရောင်းကြတော့။ စီးပွားဖြစ် ရောင်းကြတော့သည်။

လူတစ်ယောက်၏ "မသိစိတ်"တွင် အကန့်အသတ်မရှိသော တန်ခိုး သတ္တိရှိသည်။ ထိုမသိစိတ်ကို မိမိလိုရာသို့ လမ်းညွှန်ခေါ်ယူနိုင်သည်။ လမ်းညွှန် ခေါ်ယူနည်းကလည်း အလွန်လွယ်ကူသည်။ သို့သော် လူအများစုက မသိစိတ်၏ စွမ်းအားကို အလွန်လျော့တွက်တတ်ကြ၏။ အချုပ်ဆိုရသော် မသိစိတ်ကို မမြင်ရသော လူသားတစ်ဦးလို သဘောထားပြီး စကားပြောခြင်းဖြင့် လမ်းညွှန် ခေါ်ယူနိုင်သည်။ မိမိလုပ်စေချင်သောအရာကို လုပ်ခိုင်းနိုင်သည်။ ထိုအခါ မသိစိတ်သည် သင်၏ အတော်ဆုံး အမှုထမ်းတစ်ဦးပမာ သင်ခိုင်းရာကို အကောင်းဆုံးလုပ်ပေးရန် အဆင်သင့် နာခံနေလိမ့်မည်။

မသိစိတ်တွင် ထူးခြားသော စရိုက်လက္ခဏာတစ်ခုရှိသည်။ ယင်းစိတ်သည် ပြောသမျှကို ယုံကြည်ပြီး ခိုင်းသမျှကို လုပ်ပေးသည်သာမဟုတ်၊ တစ်စုံ

တစ်ယောက်၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများကိုလည်း ယုံကြည်လက်ခံတတ်သည်။ အထူးသဖြင့် ယုံကြည်မှု သို့မဟုတ် စိုးရိမ်မှုကြောင့် စိတ်ခံစားမှု အလွန်ပြင်းထန်သော စိတ်ကူးစိတ်သန်းများကို ပို၍ယုံကြည်လက်ခံတတ်၏။

မသိစိတ်သည် ထပ်ပြန်တလဲလဲ စိတ်ကူးများနှင့် စကားလုံးများကိုလည်း အလွန်တုံ့ပြန်လွယ်သည်။ ဤအချက်သည် ကောင်း၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် လူတစ်ဦးသည် မိမိ၏ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရေးအတွက် မသိစိတ်ကို မိမိအစား အလုပ်လုပ်ခိုင်းနိုင်သည့် လွယ်ကူသောနည်းလမ်းဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ထို့ပြင် လူတစ်ဦး၏မသိစိတ်တွင် ဆင်းရဲခြင်း၊ ဆုံးရှုံးခြင်း၊ မကျန်းမာခြင်းစသည့် မကောင်းသော အတွေးခေါ်များသာ လွှမ်းမိုးနေလျှင်လည်း ထိုသူအနေဖြင့် ထိုအရာများကိုသာ ရရှိလိမ့်မည်။

အောင်မြင်သောပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းမှာ စနစ်ကောင်းတစ်ခု ရှိသည်။ ထိုစနစ်မှာ အခြားမဟုတ်၊ မိမိရွေးချယ်သော ရည်မှန်းချက်နှင့် မသိစိတ်ကို ကိုက်ညီအောင် မိမိစိတ်ကို ပြုပြင်ယူတတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ မလိုအပ်သောအရာများ ဝင်ရောက်မလာနိုင်အောင် စိတ်အားထက်သန်စွာ တားဆီးခြင်းဟုလည်း ဆိုနိုင်၏။ မိမိဖြစ်ချင်ရာကို ထပ်တလဲလဲ စားမြုံ့ပြန်ခြင်းဖြင့် မသိစိတ်နှင့် ဆက်သွယ်မှု ရရှိနိုင်လျှင် မည်သည့်စနစ်မဆို ကောင်းသည်။

ထို့ကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုထူထောင်နိုင်ရန် "မသိစိတ်"ကို အသုံးချပါ။ သင်လုပ်သမျှ အရာရာတွင် အကောင်းဆုံး အလုပ်အကျွေးပြုရန် သင့်စိတ်ကို သင်လေ့ကျင့်ပေးရလိမ့်မည်သာတည်း။

–မောင်ပေါ်ထွန်း၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် သုတပဒေသာစာစောင်၊

Ref; Have confidence in Yourself, By Napolean Hill.

ရန်ပွဲ

၁၉၆၅

"ရန်ဖြစ်တယ်ဆိုတာ အောက်တန်းကျသကွယ့်သားရဲ့"လို့ ကျွန်တော့်ရဲ့ ဖိုးအေက ဆုံးမထားတာမို့ ရန်ဖြစ်ရမှာ အင်မတန်စိုးရွံ့ပါတယ်။

မူလတန်းကျောင်းသားဘဝပဲ ရှိပါသေးတယ်။ ရွာကကျောင်းဆိုတော့ လယ်ကွင်းထဲက သဲလမ်းကနေ ကျောင်းသွားရတာပါ။ ကျောင်းအဆင်းမှာ ဗလကြီးတဲ့ ကျောင်းသားက ကိုယ်လုံးနဲ့ ဘေးလုံးတိုက်ချလိုက်လို့ ရွံ့ဗွက်ထဲ ပြုတ်ကျပြီး

အဝတ်တွေကို ရွံ့ရည်တွေ ပေကျံနေတော့ အမေဆူမှာကြောက်ပြီး ရှုံ့မဲ့ရှုံ့မဲ့နဲ့ အိမ်ပြန်ခဲ့ရတာပါ။

ရန်ဖြစ်တာ မကောင်းတဲ့အလုပ် မဟုတ်လား။

"ငါ့သားကို ဘယ်သူ အနိုင်ကျင့်လိုက်တာလဲ။ နောက်ဆိုရင် သူများက ကိုယ့်ကို အနိုင်ကျင့်ရင် ပြန်ပြီးခုခံရတယ်။ ငုံ့ခံမနေနဲ့။ ဒါမှ ယောက်ျားပီသမှာပေါ့ သားရဲ့" အဖေကတော့ အားပေးနှစ်သိမ့်ရှုံ့သာမက ခုခံဖို့ပါ တိုက်တွန်းပြန်ပါတယ်။

ခြောက်တန်းလောက်ရောက်လာတော့ ငယ်ငယ်တုန်းက ကိုယ့်ကို အနိုင်ကျင့်ထားတဲ့ သူငယ်ချင်းကို လမ်းဘေးတွေ့တဲ့ ပုဖွန်ကျစ်စာခဲနဲ့ ကောက်ထုပြီး "အဲဒါ ငါ့ကို လေးတန်းတုန်းက ဗွက်ထဲတွန်းချခဲ့လို့ကွ"ဆိုပြီး ကြွေးကြော်လိုက်ပါတယ်။ သူငယ်ချင်းကလည်း လက်သီးနဲ့ ပြန်ထိုးလို့ ကိုယ့်နှဖူး အာလူးသီးထွက်သွားပြီး ကိုယ်က နောက်ထပ်ခဲလုံးနဲ့ ထပ်ထုလိုက်တာ လမ်းဘေးပုံကျပြီး မနည်းတွဲခေါ်ကြရပါတယ်။ လူကြီးတွေ ထိပ်တိုက်စကားပြောကြရပြီး ကလေးချင်းကိစ္စမို့ အားလုံး ကျေအေးလိုက်ကြပါတယ်။

အမေကြီးကတော့ နဖူးကို ပရုပ်ဆီလူးပေးရင်းနဲ့…

"ငါ့သား ခတ်ကွဲဆိုတာ ချိုချက် ဘယ်ကင်းပါ့မလဲ၊ သူတော်စင်မဟုတ်သေးတော့လည်း ရန်ပွဲနဲ့မကင်းသေးဘူးပေါ့ကွယ်"ဟု ပြောသောအခါ သူတော်စင်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို မသိသိအောင် မေးကြည့်ဖို့ ဆွံ့အနေခဲ့ပြန်တယ်။

၁၉၇၄

အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝရောက်တော့ မြို့ပြကို ရောက်လာပြီး ကျောင်းပညာသင်ကြားရင်း ပန်းချီပညာကိုလည်း သင်ကြားခွင့်ရခဲ့။ ကျေးလက်သကြန်နဲ့မတူတဲ့ မြို့ပြသကြန်ကိုလည်း ဆင်နွှဲခွင့်ရခဲ့ပေါ့။ အဲဒီသကြန်မှာ ထပ်ပြီးကြုံရတာက ရန်ပွဲပါ။

သည်းခံခွင့်လွှတ်စိတ်၊ ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်ကင်းပြီး အပျော်ကြူးနေတဲ့အချိန်မို့ တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက် မခံချင်အောင် စနောက်ကြရာကစတဲ့ ရန်ပွဲဟာ ဆေးရုံရောက်သူရောက်၊ ရဲစခန်းရောက်သူရောက်နဲ့ ပျော်ရက်မရှည်ဘဲ လွမ်းစရာရက်စွဲတွေ ဖြစ်ခဲ့ရတယ်။

၁၉၈၁

ရန်ကုန်မြို့ကြီးမှာ ကားမောင်းရတဲ့အကြောင်း ပေါ်လာတော့လည်း စည်းပျက်ကမ်းပျက် ကိုယ့်အတွက်ပဲသိ၊အများအတွက် မကြည့်တတ်တဲ့အတ္တကြီးသူတွေ၊ လိုင်းကားကြီးတွေ ကျော်ခွတက်၊ ပိတ်မောင်း၊ ဖြတ်ဝင်၊ ခေါင်းထိုးထည့်တာတွေကြောင့် သည်းမခံနိုင်တော့တဲ့အခါ ရန်ပွဲတွေဖြစ်ရ။

တက္ကသိုလ်ရောက်တဲ့အခါ ရန်ပွဲဆိုတာ မျက်နှာချင်းဆိုင်ပြီး လက်သီးထိုးမှ မဟုတ်တဲ့ အတွင်းစိတ်ချင်း တိုက်ခိုက်တဲ့ရန်ပွဲ၊ စာမျက်နှာပေါ်က ရန်ပွဲ၊ ပါးစပ်ထဲက ရန်ပွဲ၊ မျက်လုံးထဲက ရန်ပွဲတွေ ရှိတယ်ဆိုတာ သိခွင့်ရခဲ့ပြန်ပါရော။

– ဒီရန်ပွဲဆိုတာ စစ်တွေရဲ့ အခြေခံလား၊
– အနိုင်ကျင့်တတ်သူတွေကြောင့် ရန်ပွဲဖြစ်လာသလား၊
– ကိုယ့်ရပ်တည်မှုအတွက် ကာကွယ်ရင်းဖြစ်တဲ့ ရန်ပွဲလား၊
– စည်းကမ်းမသိ အတ္တကြီးတတ်သူတွေကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရန်ပွဲလား၊

ဘယ်လို ရန်ပွဲတွေပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းစေတဲ့ တရားဓမ္မဟာ ရန်ပွဲကို ရပ်တန့်စေမယ့် ဉာဏ်ပညာဖြစ်တယ်။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ထိနမိဒ္ဓတို့နဲ့ လွတ်ကင်းရာဟာ ရန်ပွဲတွေ ကင်းဝေးရာဖြစ်တယ်။ သူတော်စင်တွေမှ ရန်ပွဲကင်းတယ်ဆိုတာ .... ဒါလား။

ဒါပေမယ်လည်း ခက်သားကလား။

လူ့ဗျ။

ရန်ဖြစ်စရာမရှိရင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးနဲ့စိတ်နဲ့ တစ်ယောက်တစ်ခွန်း စကားများ ရန်ဖြစ်နေကြတာ။

ဒါကြောင့် နေထိုင်မကောင်း ဖြစ်နေကြတာ။

၂၀၁၃

... မြန်မာနှစ်သစ်မှာ လူသားအားလုံး နေထိုင်ကောင်းကြပါစေဗျာ....။

–ကိုနိုင်ကြီး၊ ဓိဝကမဂ္ဂဇင်း (အယ်ဒီတာချုပ်)၊ ၂၀၁၃ ဧပြီလထုတ် ဓိဝကမဂ္ဂဇင်းမှ။

လွတ်အောင်ရှန်း

ရန်သူကို မိတ်ဆွေထင်နေရာမှ ရန်သူကို ရန်သူဟု အမှန်အတိုင်း သိမြင်လာသူသည်

ရန်သူ့ဘေးမှ လွတ်မြောက်ရန် စိတ်အားထက်သန်စွာ ကြိုးစား ရုန်းကန်သကဲ့သို့

မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ သဘောသာဖြစ်သော ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို ငါ၊ သူ၊ လူ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဟု ထင်နေရာမှ

"မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ သဘောသာဖြစ်သည်၊ ငါ၊ သူ၊ လူ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ မရှိ"ဟု အမှန်အတိုင်း သိမြင်လာသူသည်

ရုပ်နာမ်=ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်အောင် စိတ်အားထက်သန်စွာ ကြိုးစားအားထုတ်လေတော့၏။

သီတဂူဆရာတော်ကြီး၏ပြောဝါဒ

"လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ ဥပဒေမဟုတ်ပါဘူး။

ဘယ်နိုင်ငံကိုမှ ချုပ်ကိုင်လို့မရဘူး။

သူတို့မကြိုက်ရင် သူတို့ကတော့ လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်တယ်ဆိုပြီး အော်မှာပဲ။ ကြိုက်သလောက်အော်ပါစေ။

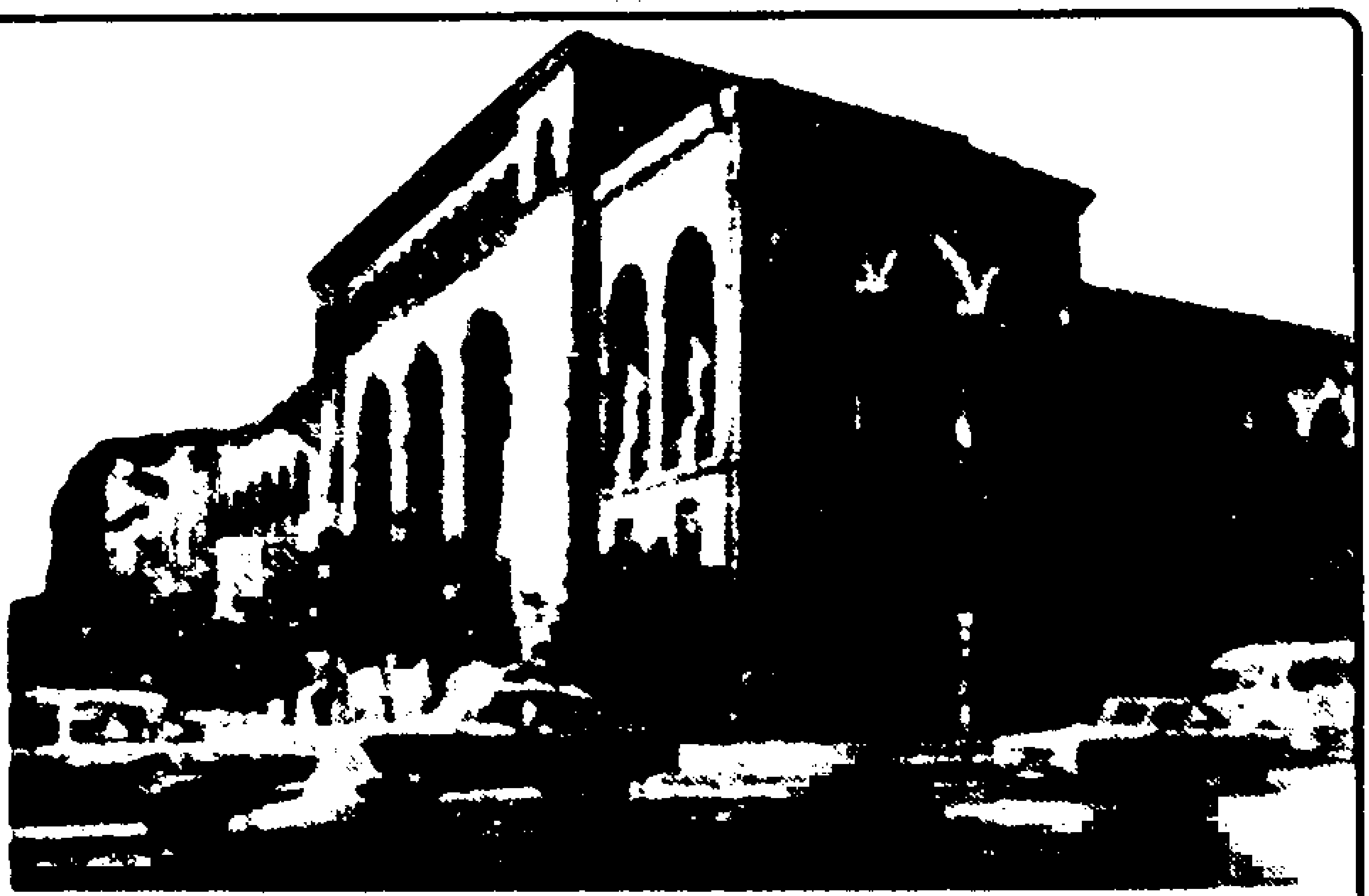
ငါတို့ကတော့ မြန်မာတိုင်းရင်းသားအားလုံးအတွက် အကျိုးစီးပွားကိုပဲ ကြည့်ရမယ်။

ဒါ့ကြောင့် အမျိုးသားရေးဝါဒကို ဆုပ်ကိုင်ထားရမယ်။

အမျိုးသားရေးဝါဒဆိုတာ အကုသိုလ်တစ်ခုမှ မပါဘူး။ လုပ်ကိုလုပ်ရမယ်"

-ပြည်မြန်မာနေ့စဉ် (၂၂-၆-၂၀၁၃)။ အရှင်နန္ဒာစာရ(တောကျောင်း)၏ဆောင်းပါး (၄-၁၀-၂၀၁၃)ထုတ်သာကီသွေးဂျာနယ် စာ ၁၁ မှ။

အလိမ္မာ စာမှာရှိ



ဖော်ပြပါ အဆောက်အအုံကြီးသည် စာကြည့်တိုက်ဖြစ်ပြီး ဘာကူး၏ အဇာဘိုင်ဂျန်တွင် အလှပဆုံးအဆောက်အအုံများထဲ၌ တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်သည်။ ၁၉၁၃ ခုနှစ်တွင် ဆိုဗီယက်ရုရှား၌ ပြည်သူ့စာကြည့်တိုက်(၁,၃၀,၀၀၀)ရှိပြီး ထိုစာကြည့်တိုက်များထဲတွင် စာအုပ်ပေါင်း (၁၄၆၃)သန်း ရှိသည်။ သိပ္ပံနှင့်စက်မှုဆိုင်ရာစာအုပ်များအတွက် သီးသန့်စာကြည့်တိုက်ပေါင်း (၅၉,၀၀၀)ရှိသည်။ စာအုပ်အမျိုးအစားပေါင်း သန်း(၅၀၀)မျှရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ စာကြည့်တိုက်များ၊ စာအုပ်စာတမ်းများသည် စာဖတ်သူတို့အား အကျိုးပြုနိုင်သော မိတ်ဆွေများအဖြစ်တည်ရှိနေကြောင်း အခိုင်အမာသိရှိနိုင်လေသည်။

-၂၀၁၃ နိဝင်ဘာလထုတ် လပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၂၆၁ မှ။

ကြိုတင်မသိနိုင်တဲ့ အချက်(၅)ချက်

၁။ ဤ၍ဤမျှ၊ သက်ရှည်ရ၊ မုချ မသိပါတကား။

၂။ မည်သည့်ရောဂါ၊ နှိပ်စက်ကာ၊ သေမှာ မသိပါတကား။

၃။ နံနက်,နေ့ည၊ ဘယ်ကာလ၊ သေရ မသိပါတကား။

၄။ မည်သည့်ဌာန၊ သေမည်ပ၊ မုချ မသိပါတကား။

၅။ သေပြီးနောက်မှ၊ ဘယ်ဘဝ၊ မုချ မသိပါတကား။

–မှဲ့ မွေ့ဒွတ အရှင်ကောသလကျ၊

၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် လပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၈၄ မှ။

ကြုံမှကြုံတတ်ပလေ

၁၉၇၅ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လတွင် အတ္တလန္တိတ်သမုဒ္ဒရာ၏ ဟိုဘက်ဒီဘက်ရှိ သတင်းစာများတွင် (၁၇)နှစ်သားလေး အာစကားလောရင့်စ်အက်ဘက်အား စက်ဘီးပေါ်မှ လွင့်စင်ကျသွားအောင် ဘာမြူဒါကျွန်းရှိ ဟယ်မီလ်တန်၌ တက္ကစီတစ်စီး၏ တိုက်မှုကြောင့် သေဆုံးသွားသောသတင်းက ဟိုးလေးတကျော်ဖြစ်ခဲ့သည်။

ဖြစ်ပုံက လွန်ခဲ့သော ဇူလိုင်လကပင် ထိုကလေး၏အကိုလည်း ဤလမ်းပေါ်၌ပင် သေဆုံးခဲ့ရသည်။ တက္ကစီတစ်စီး၏တိုက်မှုကြောင့်ပင် ကလေးနှစ်ဦးက သေဆုံးချိန်တွင် (၁၇)နှစ်စီရှိကြပြီး တစ်နှစ်ခြားကာလတွင် ကားတိုက်ခံခဲ့ကြရသည်။ သူတို့စီးခဲ့ကြသော စက်ဘီးမှာလည်း တစ်စီးတည်းအတူတူပင်။ ဟုတ်ပေမည်။ စက်ဘီးများက အန္တရာယ်များလှသည်။ ပြီးလျှင် သူတို့က မဆင်မခြင် စီးနင်းကြပေမည်။ ဤကိစ္စမျိုးက ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ညီအကိုနှစ်ဦးစလုံးကို တိုက်သတ်ခဲ့သော တက္ကစီမှာတစ်စီးတည်းသာပင်။ ယာဉ်မောင်းကလည်း အတူတူ၊ တစ်ဦးတည်း။ ခရီးသည်ကလည်း အတူတူပင်။ ကြုံမှကြုံတတ်ပလေ။

–၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် လပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၂၆၄ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ အချို့ဖြစ်ရပ်မှန်များသည် စိတ်ကူးထားသည်ထက်ဆန်းကြယ်၏။

အစားအစာစားရာတွင် လိုက်နာသင့်သည့်အချက်များ

အမြဲထာဝရ သက်ရှည်ကျန်းမာ ပျော်ရွှင်လိုလျှင် အစားအစာစားရာတွင် လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်သော အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာပါရန်။

၁။ အစားလောဘမကြီးပါနှင့်။ စားတိုင်းမကောင်းသည်ကို သတိထား၍ လျှော့စားခြင်းကို ပြုလုပ်ပါ။

၂။ မဆာလောင်ဘဲနှင့်၊ စားချင်စိတ်မရှိဘဲနှင့် ပြီးပြီးတာပဲဟု သဘောထား မစားပါနှင့်။ ထိုသို့စားခြင်းသည် အကျိုးမဖြစ်ပါ။ စားသည့်အလုတ်တိုင်း ခံတွင်းတွေ့မှ စားပါ။

၃။ မဆာဘဲ မည်သည့်အစာကိုမျှ စားဖြစ်အောင် မတိုက်တွန်းပါနှင့်။

၄။ အစာမစားဘဲနေခြင်းသည် အစာအိမ်ကို အနားပေးပြီး အစာချက်မှု အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများကို သန့်စွမ်းစေသဖြင့် ရံဖန်ရံခါဆိုသလို အစာမစား သောလေ့ကျင့်မှု (ဝါ) ရှစ်ပါးသီလစောင့်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။

၅။ သန့်ရှင်းလတ်ဆတ်သော အစားအစာများကိုသာ ဦးစားပေးစားပါ။ အစိမ်းစားရသော အသီးအရွက်များကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောပြီး များများစားပေးပါ။

၆။ အသားထက် အသီးအရွက်များကို ဦးစားပေးပါ။

၇။ စိတ်ချမ်းသာမှုရှိနေချိန်တွင်မှ စားပါ။ သို့မဟုတ် စားနေချိန်တွင် စိတ်ကို ကြည်လင်စွာထားပြီး စားပါ။ သို့မှသာ အာရုံကြောများ သန့်စွမ်းပြီး အစာ ကြေချက်သည့် အရည်များကို ထုတ်လုပ်သဖြင့် စိတ်ကြည်လင်မှ စားသမျှ အကျိုးရှိနိုင်သည်ဖြစ်၍ ထမင်းစားချိန်တွင် စိတ်မတိုရ၊ စိတ်မဆိုးရ၊ စိတ်မညစ်ရပါ။

၈။ အသားငါးထက် အသီးအရွက်ကို ခံတွင်းတွေ့အောင် ဖွယ်ဖွယ်ရာရာချက်၍ စားပေးပါ။

၉။ ထမင်းစားပြီးပြီးချင်း ရေအဝမသောက်ပါနှင့်။ ထမင်းစားပြီး တစ်နာရီကျော်မှ ရေသောက်ပါ။

၁၀။ စားမည့်အစားအသောက်များတွင် အစာအုပ်စုများနှင့် ဗီတာမင်အုပ်စုများ စုံအောင်၊ မျှတအောင်၊ ပါဝင်အောင် စားပါ။

၁၁။ မိမိနှင့်မတည့်သည့်အစာများ၊ တွဲဖက်မစားသင့်သည့်အစာများကို သတိထား ရှောင်ပါ။

ပြဆိုခဲ့ပြီးသောအချက်များကို ကြေညက်စွာလေ့လာ၍ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အသက်ရှည်၊ ကျန်းမာစွာနေထိုင်လျက် လုပ်သင့်သောဘဝပေးတာဝန်များကို ပျော်ရွှင်စွာ လုပ်သွားနိုင်ပါက ရှာဖွေတင်ပြရကျိုးနပ်ပေပြီ။

–သုနန္ဒာစိုး(ရွှေရင်အေး)၊ ၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် လုပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၂၇၅ မှ။

ပျောက်သောသူ ရှာလျှင်တွေ့

အင်္ဂလန်မှ မိုက်ကယ်ဒစ်က ပျောက်ဆုံးနေသော သူ၏သမီးလီစာကို မမြင်တွေ့ရသည်မှာ (၁၀)ပင် ရှိခဲ့လေပြီ။ ၂၀၀၇ ခုနှစ်တွင် မိုက်ကယ်က သူမကိုရှာဖွေရသည်မှာ ရှုးမတတ်ပင်။ မိုက်ကယ်က သတင်းစာတစ်စောင် "suffolk free Press" ကို အကူအညီတောင်းသည်။ သတင်းစာကလည်း မိုက်ကယ်တို့ မိသားစု၏ အခက်အခဲပြဿနာကို သတင်းဆောင်းပါးရေးသား ဖော်ပြရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ လီစာ စိတ်ပြန်လည်လာစေရန် မိသားစုဓာတ်ပုံကိုပါ ဖော်ပြပေးမည်ဟု ကမ်းလှမ်းခဲ့သည်။

သို့နှင့်မိသားစုက အိမ်ရှေ့လမ်းတွင်ထွက်လျက် စုရုံးကြကာ ဓာတ်ပုံဆရာက ဓာတ်ပုံရိုက်ယူသည်။ ဟုတ်ပေသည်။ မိသားစုဓာတ်ပုံက အထာကျသွားခဲ့၏။ မိုက်ကယ်ဒစ်နှင့်မိသားစုတို့က နောက်နှစ်ရက် အကြာတွင် လီစာနှင့်ပြန်ပေါင်းထုပ်ခဲ့ကြသည်။

ဓာတ်ပုံသတင်းစာကို ကောင်းစွာကြည့်ပြီး လီစာက တစ်စုံတစ်ခုကို သဘောပေါက်လိုက်သည်။ ဓာတ်ပုံရိုက်နေစဉ် သူမက မြင်ကွင်းနောက်မှ ဖြတ်လျှောက်သွားခဲ့သည်။ သူမက ဓာတ်ပုံရိုက်နေမှန်းမသိသလို သူ့မိသားစုများ ဓာတ်ပုံအရိုက်ခံနေမှန်း မသိခဲ့။ ဆယ်စုနှစ်မျှ ကွဲကွာခဲ့ပြီးနောက် မိသားစုက သတင်းစာအတွက် ဓာတ်ပုံရိုက်နေကြစဉ် သူမက ကိုက် ၂၀ အကွာတွင် ရပ်နေမိလျက်ရှိနေသည်။

သူမက ဖြစ်စဉ်ကို "အလွန်ထူးဆန်းသည်"ဟု ဖော်ညွှန်းသည်။ ပြီးလျှင်ပြောသည်။ "**နောက်ဆုံးတော့ ကံကြမ္မာပါပဲလေ**"

–၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် လုပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၂၉၉ မှ။

ခံသင့်မှခံမည်

တစ်ခါတုန်းက ကျေးရွာနဲ့မနီးမဝေး တောအုပ်ကြီးတစ်ခုအတွင်းမှာ ဆာဒူး ယောဂီကြီးတစ်ဦးဟာ တစ်ကိုယ်တည်း ကေစာရီကျင့်သုံးနေပါတယ်။ သူ့ရဲ့ရှေ့မှာ စာတန်းတစ်ခုကို ချိတ်ဆွဲထားတာက –

"**ခန္တီ သည်းခံခြင်းသည် အရာရာကို အောင်မြင်စေနိုင်သည်**"တဲ့။

ဒီစာတန်းကပ်ပြီးလို့မကြာခင် ပထမတစ်ရက်မှာ နွားကျောင်းသားတွေက ဆာဒူးကြီးကို ခဲလုံးတွေနဲ့ပစ်ပေါက်ပြီး အနှောင့်အယှက်ပေးကြပါတယ်။ ဆာဒူးကြီး က လုံးဝမတုန်မလှုပ်နဲ့ပေါ့။

ဒုတိယရက်ကျတော့ ခဲတွေသာမကတော့ဘူး၊ ဒုတ်တွေနဲ့ပါ လာရိုက်ကြ ပြန်တယ်။ ဆာဒူးကြီး မသိမသာလှုပ်လာမိတယ်။

တတိယမြောက်နေ့မှာတော့ ဆာဒူးကြီးရှေ့ကစာတန်းကိုဖတ်ပြီး ဘယ်နွား ကျောင်းသားမှ အနားကို ကပ်မလာရဲတော့ပါဘူး။ ဆာဒူးကြီးအသစ်ရေးထားတဲ့ စာတန်းက ဘာလဲဆိုတော့ ...

"ဟော့ ... **ခံသင့်မှခံတော့မည်**" ဟူသတည်း။

ဥပဒေသ။ ။ လူသိဖို့ထက် ကျင့်နိုင်ဖို့က ပိုအရေးကြီးသည်။

၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် လပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်း စာ ၂၈၇ မှ။

ဘာသာရေးကို အခြေခံအုတ်မြစ်အဖြစ်ခံယူပါ

.... တန်ဖိုးဖြတ်၍မရနိုင်သော မြတ်ဗုဒ္ဓအဆုံးအမများတည်တံ့စေရန် ရှေ့ရေးကို မျှော်တွေးပြီး အရှင်မဟာကဿပမထေရ်မြတ်ကြီးနှင့်သံဃာအပေါင်း အဇာတသတ် မင်း၏အကူအညီဖြင့် ပထမသင်္ဂါယနာတင်တော်မူခဲ့သည်။ နိုင်ငံအုပ်ချုပ်သည့် မင်းမှ သာသနာကိုချီးမြှောက်လျှင် သာသနာအဓွန့်ရှည်စွာတည်၏။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ သာသနာဖျက်မင်းများအုပ်ချုပ်လျှင် သာသနာကွယ်ပျောက်ရ၏။

သင်္ဂါယနာခြောက်ကြိမ်တင်တော်မူရာ၌ နိုင်ငံအုပ်ချုပ်သည့်မင်းများ၏ အကူအညီများကို ရယူခဲ့ရပေသည်။ ယခုအခါ လောကငြိမ်းချမ်းရေးကို ပေးစွမ်း နိုင်သော၊ လောကမှလွန်မြောက်ပြီး ငြိမ်းအေးရာအမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကိုပေးစွမ်းနိုင်သော မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမ သစ္စာတရားများထက် လောကနိုင်ငံအုပ်ချုပ်သည့် မင်းအစိုးရများသတ်မှတ်သော ဥပဒေများက ပို၍တန်ခိုးကြီးနေ၏။

ဘာသာ သာသနာ၏အဆုံးအမကို မကြောက်၊ နိုင်ငံဥပဒေကိုသာ ကြောက်ကြသည့် ဘာသာဝင်များ၏နောင်ရေးကို မျှော်တွေးမိသဖြင့် ဆရာတော်သံဃာတော်များသည် မျိုးစောင့်ဥပဒေကို လွှတ်တော်သို့တင်သွင်းရန် စီစဉ်ကြရပေသည်။ မြန်မာနိုင်ငံလူဦးရေ သန်း ၆၀–မျှ တိုးတက်များပြားလာ၏။မြန်မာတိုင်းရင်းသားစစ်စစ်များနှင့် တရုတ်ကပြား၊ ကုလားကပြားများနှင့် တန်းတူမျှရှိလာချေပြီ။

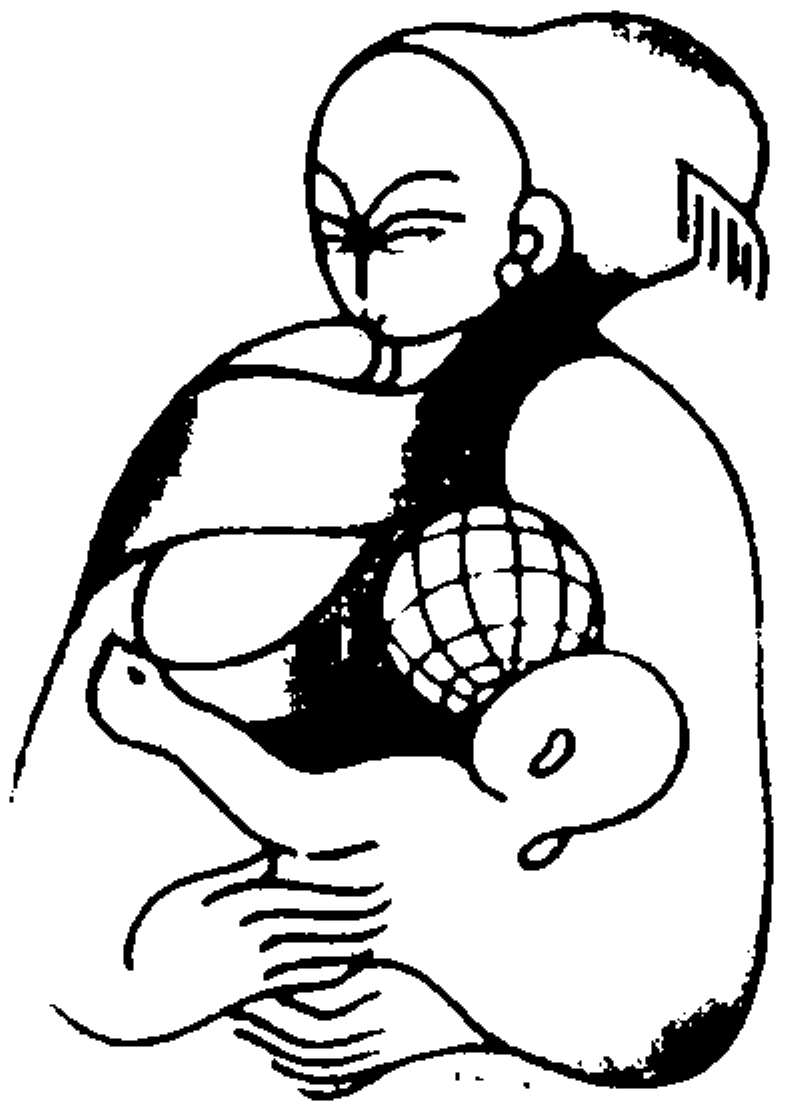
ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုကိုအခြေပြု၍ လူမျိုးခြားမယားဖြစ်ကုန်ကြလေပြီ။ ကြာလျှင်လူမျိုးပျောက်ချေတော့မည်။ လူမျိုးပျောက်လျှင် အဆုံးအမသာသနာပါ ကွယ်ပျောက်မည်စိုးပါသဖြင့် အမျိုး ဘာသာ သာသနာမကွယ်ပျောက်ရေး မင်းဥပဒေဖြင့် ပြဋ္ဌာန်းမှ သင့်တော်မည်ဟု ဆရာတော်သံဃာတော်များက စဉ်းစား၍ ဤမျိုးစောင့်ဥပဒေကို ရေးဆွဲကြခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပဒေပညာရှင်များဖြင့် တိုင်ပင်ရေးဆွဲသည့် မျိုးစောင့်ဥပဒေအပေါ် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များထဲကပင် "အမျိုးသားရေးကို ဦးစားပေးလျှင် တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်ရေး၊ လူ့အခွင့်အရေးကို ထိခိုက်နိုင်သည်"ဟု ဆိုလာသူများက ဆိုကြပြန်သည်။ မြန်မာတိုင်းရင်းသားအချို့သည် အခြားသောမိမိတို့ယုံကြည်ရာ အခြားဘာသာများကို ကိုးကွယ်ကြသူများလည်းရှိပါ၏။ ထိုသူတို့သည်"အခြားဘာသာဝင်၊ တိုင်းရင်းသားတို့နှင့် စည်းလုံးညီညွတ်ရေးကို မထိခိုက်သည့်အချက်များကို အကြံပေးသင့်ကြ၏။ ဆန္ဒပြခြင်းထက် ပွင့်လင်းမြင်သာစွာ အပြုသဘောဆောင်ခြင်းဖြင့် လိုအပ်ချက်ကို တင်ပြသင့်၏။

ယခုအခါ ဒီမိုကရေစီ လူ့အခွင့်အရေးကို ပွင့်လင်းစွာ ပြောခွင့်၊တင်ပြခွင့်ရနေပြီ ဖြစ်၍ အမျိုးဘာသာ သာသနာတော်အတွက် 'တိုင်းရင်းသားစည်းလုံး ညီညွတ်ရေးလည်းမပျက်၊ မျိုးစောင့်ဥပဒေလည်း အတည်ပြုနိုင်စေရန်' မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမသာသနာကို ခံယူကြသည့်ဘာသာဝင်တိုင်း၌ တာဝန်ရှိပေသည်။ ဘာသာရေးကို အခြေခံအုတ်မြစ်အဖြစ်ခံယူပြီး တောင်းဆိုသောလူ့အခွင့်အရေးသည် လူမျိုးကိုပါတည်စေ၍ သာသနာကိုလည်း တည်စေနိုင်ပေသည်။ ဘာသာတရားကို လျစ်လျူရှု၍ လူ့အခွင့်အရေးတစ်ခုကိုသာ ခံစားလိုပါက လူမျိုးပျောက်၍ သာသနာပါကွယ်ပျောက်နိုင်ပေသည်။

–မော်ကျွန်းသား–မြတ်ဦး၊ ၄–၁၀–၂၀၁၃)ထုတ် သာကီသွေးဂျာနယ် စာ ၁၄ မှ။

အမေများသို့



* အမေ ...
မြန်မာပြည်အတွက်
မျိုးဆက်သစ်ရတနာ
သမီးကညာတွေမွေး
ကျေးဇူးပဲ မေမေ ...
* ဒါပေမဲ့ မေမေ ...
မြန်မာပြည်မှာကြီးပြင်း
အမေ့သမီးရင်းက
မျိုးမတူ ဘာသာကွဲကိုမှ
လက်တွဲကာ အဖော်လုပ်
ဒါ... မျိုးမြန်မာပြုတ်ဖို့အရေးဆိုတာ
မတွေးမိလေရောသလား အမေ ...
* အမေ ...
ဒီလိုအဖြစ်အပျက်တွေဟာ
တစ်ယောက်ကစ တစ်ရာဆိုသလို
အမေလို အမေမျိုးတွေ
သားတို့မြန်မာပြည်မှာ
ဘယ်လောက်တောင် များနေပြီလဲ အမေ..
* အမေ ... အမေဟာ
မြန်မာပြည်ကိုချစ်
မြန်မာသွေးစစ်တယ်ဆိုရင်
(အမေ့သမီးအတွက်)
မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ်နဲ့အတူ
အမေ့ပါးက ပါးကွက်ကျားနဲ့
ရတနာသုံးပါးဆိုတဲ့အမွေ
ပေးခဲ့ပါ အမေ.... ။

-မေတ္တာနှယ်(အရိမဒ္ဒနပူရ)၊
(၄-၁၀-၂၀၁၃)ထုတ် သာကီသွေးဂျာနယ် စာ ၅ မှ။

ကိုးနဝင်းဖတ်စာ

ဘာအရေးအကြီးဆုံးလဲ? သင်ဘာရွေးမလဲ?

၁။ အရိယာဖြစ်လိုသူအတွက် သက္ကာယဒိဋ္ဌိပယ်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်။ သူ့အတွက် ဦးခေါင်းမှာလောင်နေသည့်မီးကို ငြိမ်းသတ်နိုင်ဖို့ ထက်ပင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိပယ်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်။

၂။ တိုက်ပွဲဝင်သူအတွက် တိုက်ပွဲအောင်နိုင်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်။

၃။ မကျန်းမာသူအတွက် ရောဂါပျောက်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်။

၄။ အာဏာရှင်အတွက် အာဏာရဖို့က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်။

၅။ နိုင်ငံရေးလုပ်စားသူအတွက် ရွေးကောက်ပွဲအောင်နိုင်ဖို့နှင့် သမ္မတဖြစ်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သည်။

၆။ အမျိုးချစ်သူအတွက် မျိုးစောင့်ဥပဒေပေါ်ပေါက်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သည်။

၇။ အမျိုးဖျက်လိုသူအတွက် မျိုးစောင့်ဥပဒေ မဖြစ်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သည်။

၈။ ဘာသာချစ်သူအတွက် ဘာသာရေးစောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းဖို့က အရေး အကြီးဆုံးဖြစ်သည်။

၉။ အမျိုး ဘာသာ သာသနာဖျက်လိုသူအတွက် အမျိုး ဘာသာ သာသနာ ပျက်သုဉ်းဖို့က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်။

–အရှင်တိလောကာဘိဝံသ(အင်းစိန်)၊

(၄–၁၀–၂၀၁၃)ထုတ် သာကီသွေးဂျာနယ် စာ ၃၂ မှ။

ကြိုးစားစို့....

ငှက်ကလေးတွေ စိုးစီ စိုးစီ၊ အရုဏ်ကျင်းလေပြီ။
နေခြည်ရွှေရည် ဖြန်းကာပက်၊ အစာရှာဖို့ ထွက်။
မနက်ကတည်းက နိုးကြားစွာ၊ပျင်းရိမနေပါ။
အလိမ္မာ သမီးနဲ့သား၊ ငှက်ကလေးများကို ပမာထား။
ကြိုးစားကြစို့လား။

–မေဆက်နိုင်၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် လွင်ယဉ်မဂ္ဂဇင်း စာ ၆၀ မှ။

စာရိတ္တဗလပျိုးထောင်ကြ

စာရိတ္တကို အဘိဓာန်က "ကိုယ်ကျင့်တရား၊ အကျင့်"ဟူ၍ အနက်ဖွင့်သည်။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် Character ဟူ၍ပြန်ဆိုသည်။ Character ကို အဘိဓာန်ဆရာကြီး ဒေါက်တာဘဟန်က "အကျင့်စာရိတ္တ၊ စရိုက်၊ သိက္ခာ" ဟူ၍ ဖွင့်ဆိုပါသည်။ Character၏ သဘောတရားကို ဤသို့ ပညာရှင်တို့က အစိပ်ပိုင်းဖွင့်ဆိုကြသည်မှာ သတိပြုစရာဖြစ်ပါသည်။

အကျင့်စာရိတ္တ၊ စရိုက်၊ သိက္ခာ

Character is destiny. Character is that on which the destiny of a nation is built. One cannot have a great nation with men of small character.

ထိုစာပိုဒ်ကို အောက်ပါအတိုင်း ဆီလျော်အောင် ဘာသာပြန်ပါသည်။

"ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ ဘဝကံကြမ္မာသည် သူ၏အကျင့်စာရိတ္တ၊ စရိုက်နှင့် သိက္ခာအပေါ်တွင် တည်သည်။ လူမျိုးစုများ၊ နိုင်ငံကြီးတစ်ခု တည်ထောင်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ တည်ထောင်နှင့်ပြီး ရှိပါကလည်း စုစုစည်းစည်း ရှိနေစေရန်မှာလည်း အကျင့်စာရိတ္တ၊ စရိုက်နှင့်သိက္ခာပေါ်တွင် အဓိကအခြေခံ၍ တည်ထောင်ကြရသည်"။ ထို့ကြောင့် စုစုစည်းစည်းရှိသော လူမျိုးစု နိုင်ငံကြီးတစ်ခုအဖြစ် အစဉ်အဆက် တည်မြဲနေရန် အကျင့်စာရိတ္တ၊ စရိုက်နှင့်သိက္ခာ ခိုင်မြဲသောပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ခေါင်းဆောင်ပိုင်း၌ လိုသည်။

အကျင့်စာရိတ္တကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် Morality ဟူ၍ အနက်ပြန်သည်။ အဘိဓာန်ဆရာကြီး ဦးထွန်းငြိမ်းက "ဟီရိ ဩတ္တပ္ပတရား၊ လောကဝတ်တရား၊ လောကပါလတရား၊ ဖြူစင်သော လောကပါလတရား၊ တရားခြင်း ဖြောင့်မှန်ခြင်း၊ စင်ကြယ်ခြင်း၊ သန့်စင်ခြင်း၊ မညစ်ညမ်းခြင်း၊ လောကဓံဝတ်၊ ကျင့်ဝတ်များ"ဟူ၍ အကျယ်ဖွင့်ဆိုပြပါသည်။

လူ့လောကတွင် ကိုယ်ကျင့်တရား စာရိတ္တသည် လွန်စွာအရေးကြီးလှပါသည်။ ဂန္ဒီက ယခုလို အမိန့်ရှိသည်ကို သတိပြုရပါမည်။

"Morality is the basis of things and
truth is the substance of all morality".

"လူမှုရေးကိစ္စအဝဝတွင် စာရိတ္တသည် အခြေခံတရား ဖြစ်သည်။
သစ္စာတရားသည် စာရိတ္တဟူသမျှ၏ တံခွန်ဖြစ်သည်"။

ထို့ကြောင့် နိုင်ငံတည်ဆောက်ရေးတွင် ပြည်သူပြည်သား နိုင်ငံသားအပေါင်း၏ စာရိတ္တကိုယ်ကျင့်တရားသည် အဓိက အရေးပါလှပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ဂရိပညာကျော် အရစ္စတိုတယ်က–

States are made not from rocks and trees,

but from the characters of their citizens. - Aristotle.

"တိုင်းပြည်နိုင်ငံများကို သစ်များ ကျောက်များဖြင့် တည်ဆောက်၍ မရ၊ နိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားတို့၏ အကျင့်စရိုက်ကောင်းများဖြင့်သာ တည်ဆောက်နိုင်ပါသည်" ဟူ၍ အမိန့်ရှိခဲ့ပါသည်။

သဘောတရားမှာ နိုင်ငံတော်ကို တည်ဆောက်ရာတွင် အကျင့်ပျက်၊ စာရိတ္တပျက်၊ သီလပျက်သူများနှင့် တည်ဆောက်၍ မရနိုင်ကြောင်း ဆိုလိုရင်းပင် ဖြစ်သည်။

" A nation is built in its educational institutions."

"Character is the destiny of a nation".

"တည်တံ့ငြိမ်းချမ်းသာယာသော နိုင်ငံတော်တစ်ခုသို့ ပညာရေးအဆောက်အအုံဖြင့် တည်ဆောက်ရသည်။ ထိုနိုင်ငံတော်မျိုး၏ ကံကြမ္မာသည်ပင်လျှင် နိုင်ငံတော်၏ အဖွဲ့အစည်းအမျိုးမျိုး၊ ဝန်ကြီးဌာနအမျိုးမျိုးနှင့် အစိုးရအဖွဲ့အစည်းနှင့်မဆိုင်သော နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းအမျိုးမျိုး၏ ခေါင်းဆောင်ပိုင်း အဆင့်ဆင့်တို့၏ အကျင့်စာရိတ္တ၊ စရိုက်၊ သိက္ခာပေါ် တည်နေပေသည်"။ အလွန်မှတ်သားဖွယ်၊ နာယူလိုက်နာ ကျင့်ကြံဖွယ် သတိပြုရမည့် အချက်များ ဖြစ်ပါသည်။

၁၉၂၆–ခုနှစ်တွင် မြင်းခြံမြို့ရှိ အထက်တန်းကျောင်းအုပ်အဖြစ် အမှုထမ်းခဲ့သည့် ဆရာကြီး ဦးထွန်းအောင်က အထက်တန်းပြဆရာ ဦးထွန်းရင်အား အမိန့်ရှိခဲ့ပုံကို သတိပြုမိပါသည်။

"တို့စာသင်ကျောင်းဆိုတာ နုနယ်တဲ့ကလေးတွေကို ကာယ၊ ဉာဏ၊ စာရိတ္တ၊ ဘောဂ၊ မိတ္တဆိုတဲ့ ဗလငါးတန်နဲ့ပြည့်စုံတဲ့ အနာဂတ် လူကောင်းလူတော်လေးတွေဖြစ်အောင် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးရတဲ့နေရာ ဖြစ်တယ်"

ဗလငါးတန်ဖွံ့ဖြိုးရန် အမှန်ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေး၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးလုပ်ငန်းမှန်သမျှ ဆောင်ရွက်ကြရာတွင် ကိုယ်ကျင့်တရား၊ စာရိတ္တကောင်းခြင်းကို အခြေခံကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အရာရာ မဆုံးရှုံးကြရလေအောင် အောက်ပါဆောင်ပုဒ်ကို

သတိပြုကြရန် နှိုးဆော်လိုက်ပါသည်။

1. When wealth is lost, nothing is lost;

2. When health is lost, something is lost;

3. When character is lost, all is lost.

-ဦးသန်းထွတ်(ပါမောက္ခ-ငြိမ်း၊ ပညာရေးတက္ကသိုလ်)

မှီငြမ်း ။ ။ ကိုကြီးညို(မန္တလေး) အကျင့်စာရိတ္တ၊ သိက္ခာနှင့် ပညာသင်ကြားမှု၊ မန္တလေးမြို့၊ အမျိုးသားနေ့ စိန်ရတုသဘင်မဂ္ဂဇင်း (၁၉၂၀-၁၉၉၅)။

ဇနီးသည်(၄)ယောက်

ဇနီးသည် ၄ ယောက်ရှိတဲ့၊ ချမ်းသာတဲ့ ကုန်သည်ကြီးတစ်ယောက် ရှိခဲ့တယ်။ သူက စတုတ္ထဇနီးသည်ကို အချစ်ဆုံးဖြစ်တဲ့အတွက် ဝတ်ကောင်းစားလှတွေ ဆင်ပေးပြီး စားကောင်းသောက်ဖွယ်တွေကိုလည်း ကျွေးတယ်။ သူမကို အထူးဂရုစိုက်ပြီး အကောင်းဆုံးဆိုတာတွေကိုပဲ ပေးတယ်။

တတိယဇနီးကိုလည်း သူအလွန်ချစ်ပါတယ်။ သူမနဲ့ပတ်သက်လို့ ဂုဏ်ယူဝင့်ကြွားစွာနဲ့ သူ့အပေါင်းအဖော်တွေကို ဂုဏ်ယူကြွားဝါလေ့ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် ကုန်သည်ကြီးက တခြားသူတွေနဲ့များ လိုက်ပါသွားလေမလားဆိုပြီး သူမအပေါ်မှာ အမြဲပဲ အကြီးအကျယ် စိုးရိမ်နေမိတယ်။

ဒုတိယဇနီးကိုလည်း သူချစ်ပါတယ်။ သူမကတော့ အတော်တွေးတွေးခေါ်ခေါ်ရှိတယ်။ စိတ်ရှည်သည်းခံပြီး တကယ်တမ်း ကုန်သည်ကြီးရဲ့ ယုံကြည်လေးစားမှုကို ရရှိသူဖြစ်တယ်။ ပြဿနာတစ်ရပ်ရပ်နဲ့ကြုံတိုင်း ကုန်သည်ကြီးက ဒုတိယဇနီးသည်နဲ့ တိုင်ပင်သလို သူမကလည်း အမြဲပဲကူညီတဲ့အတွက် ပြေလည်မှုတွေ ရသွားတတ်တယ်။

ကုန်သည်ကြီးရဲ့ ပထမဇနီးက အလွန်သစ္စာရှိတဲ့ ကြင်ဖော်ကြင်ဖက်ဖြစ်ပြီး လုပ်ငန်းတွေနဲ့ ဥစ္စာဓန ထိန်းသိမ်းမှုတွေမှာ ပါဝင်ပြီး အိမ်ထောင်မှုကိစ္စတွေမှာလည်း ဂရုတစိုက်ရှိလှသူဖြစ်တယ်။ သူမက ဘယ်လောက်ပဲ လေးလေးနက်နက်ချစ်ပေမယ့် ကုန်သည်ကြီးက ပထမဇနီးကို မချစ်ဘူး။ သူမအပေါ်မှာ ဂရုစိုက်ခဲ့တယ်။

တစ်နေ့မှာ ကုန်သည်ကြီး မကျန်းမမာဖြစ်လာတယ်။ မကြာခင် သူသေရတော့မယ်ဆိုတာ သိတယ်။ သူ့ရဲ့စည်းစိမ်ရှိလှတဲ့ဘဝကို တွေးမိရာက “အခု..

ငါ့မှာ ဇနီးလေးယောက် ရှိတယ်။ ငါသေသွားရင် တစ်ယောက်တည်း သွားရမှာ ဘယ်လောက်များ အထီးကျန်ဖြစ်လိုက်မလဲ''လို့ ရေရွတ်နေမိတယ်။

ဒါနဲ့ စတုတ္ထဇနီးကို ''ငါ မင်းကို အချစ်ဆုံးပဲ၊ ဝတ်ကောင်းစားလှတွေ ဆင်ပေးပြီး မင်းကို ငါ သိပ်ဂရုစိုက်ခဲ့တယ်၊ အခု ငါသေရတော့မယ်၊ ငါနဲ့ အဖော်လိုက်မလား''လို့ မေးတော့ ''မလိုက်နိုင်ဘူး''လို့ ပြောပြီး နောက်ထပ်စကားမပြောတော့ဘဲ ထွက်ပြေးသွားတယ်။

သူမရဲ့အဖြေက ကုန်သည်ကြီးရဲ့ နှလုံးသားကို ဓားထက်ထက်နဲ့ လှီးလိုက်သလိုပါပဲ။ စိတ်မကောင်းဖြစ်နေတဲ့ ကုန်သည်ကြီးက တတိယဇနီးကိုခေါ်ပြီး ''ငါ့တစ်သက်မှာ မင်းကို အတော်ချစ်ခဲ့တာ၊ အခုတော့ ငါသေရတော့မယ်၊ ငါနဲ့ လိုက်ပြီး အဖော်လုပ်ပေးမလား''လို့ မေးတော့ ''မသေနိုင်ပါဘူး၊ ဘဝဆိုတာ အတော်နေပျော်တာပဲ၊ ရှင်သေရင် ကျွန်မ နောက်အိမ်ထောင်ပြုဦးမှာ''လို့ ပြောတယ်။ ကုန်သည်ကြီးဟာ စိတ်ဓာတ်ကျသွားပြီး အေးစက်သွားတော့တယ်။

အဲဒီနောက် ဒုတိယဇနီးကို ''ငါ အကူအညီလိုရင် မင်းဆီမှာ တောင်းရသလို မင်းကလည်း အမြဲကူညီခဲ့တယ်၊ အခုလည်း ငါအကူအညီလိုပြန်ပြီ၊ ငါသေသွားရင် ငါနဲ့လိုက်ပြီး အဖော်လုပ်ပေးပါလား''လို့ ပြောတော့ ''စိတ်မကောင်းပါဘူး၊ ဒီတစ်ကြိမ်မှာတော့ ကျွန်မ မကူညီနိုင်တော့ပါဘူး၊ အလွန်ဆုံး ရှင့်အုတ်ဂူအထိတော့ လိုက်ပို့မှာပါ''လို့ ဒုတိယဇနီးက ပြောတယ်။ ပေးလိုက်တဲ့ အဖြေက မိုးကြိုးသွားလို ထိမှန်ပြီး ကုန်သည်ကြီးလည်း သွေးပျက်သွားတော့တယ်။

အဲဒီနောက်''ရှင်နဲ့အတူ ကျွန်မထွက်မယ်၊ ရှင်ဘယ်ကိုသွားသွား၊ ရှင့်နောက်က ကျွန်မလိုက်မယ်''ဆိုတဲ့အသံတစ်သံ ပေါ်လာတယ်။ ကုန်သည်ကြီးက မော့ကြည့်လိုက်တော့ ပထမဇနီးကို တွေ့လိုက်ရတယ်။ သူမကိုကြည့်ရတာ အာဟာရ ဓာတ်ချို့တဲ့ပြီး အရိုးပေါ်အရေတင် ဖြစ်နေတယ်။ အကြီးအကျယ်စိတ်မကောင်းစွာနဲ့ ကုန်သည်ကြီးက ''ငါတတ်နိုင်တုန်းက မင်းကို ငါပိုပြီးဂရုစိုက်ခဲ့ရမှာ''လို့ ပြောလိုက်တယ်။

တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဘဝမှာ ဇနီးသည် ၄-ဦးရှိကြသူတွေပါ။

(က) စတုတ္ထဇနီးက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ခန္ဓာပါ။ ဘယ်လောက်ပဲ အချိန်ယူပြီး ကြည့်ကောင်းအောင် ဆင်သခဲ့ကြပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ သေသွားတဲ့အခါ ထိုအရာက ကျွန်တော်တို့ကို စွန့်ခွာသွားမှာပါ။

(ခ) တတိယဇနီးက ဘယ်သူလဲ? ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှု၊ အဆင့်

အတန်း၊ မနေ့ဥစ္စာ၊ ကျွန်တော်တို့သေသွားတဲ့အခါ တခြားလူတွေဆီ သွားကြမှာပါ။

(ဂ) ဒုတိယဖနိုးက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ မိသားစုနဲ့မိတ်ဆွေတွေပါ။ ဘယ်လောက်ပဲ နီးစပ်တယ်ပြောပြော အသက်ရှင်နေတဲ့အခိုက်ပါပဲ။ အုတ်ဂူထဲရောက်သွားတဲ့အခါ အဝေးဆုံးမှာ ကျန်ခဲ့မယ့်သူတွေပါ။

(ဃ) တကယ်တမ်းပြောရရင် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပြုလုပ်မှုကံတရားက ပထမဇနီးပါ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လေ့လာလိုက်စားမှု၊ ဥစ္စာခနနဲ့ အာရုံခံစားမှုတွေကနေ အမြဲလိုလို လျစ်လျူရှုခံရတဲ့အခါပါ။

ဘာဆိုတာ ခန့်မှန်းကြည့်ပါ။ ကျွန်တော်တို့သေသွားတဲ့အခါ သွားလေရာရာ လိုက်ပါလာမယ့် တစ်ခုတည်းသောအရာပါ။ သေအံ့မူးမူး အိပ်ရာထဲလဲနေချိန်အထိ စောင့်နေတာနဲ့စာရင် အခုကတည်းက အားကောင်း မောင်းသန်ဖြစ်စေဖို့ ပြုစုပျိုးထောင်မယ်ဆိုရင် စိတ်ကူးကောင်းတစ်ခု ဖြစ်လာမှာပါ။

-ကျော်မြင့်ကျော် *Fef: " The 4 Motivational Stories.*

-၂၀၁၃ မတ်လထုတ် *The Litht of English* ***တစောင်မှ။***

ကျွန်တော်သိသော မစ္စတာ ရမ် ကွမ်း ဆေးများ

ကျွန်တော့်အသိမိတ်ဆွေများထဲတွင် မစ္စတာရမ်ကွမ်းဆေး များစွာရှိသည့်အနက် လူ့ဘဝတွင် မရှိတော့သော မစ္စတာရမ်ကွမ်းဆေးသုံးဦးအကြောင်းကို ယနေ့ပြောပြချင်သည်။ လက်ရှိ ရှိနေသော မစ္စတာရမ်ကွမ်းဆေးအသစ်များ၏ အကြောင်းကိုလည်း အမြဲနားစွင့်နေပြီး မစ္စတာရမ်ကွမ်းဆေး အခန်းဆက်အဖြစ် ဆက်လက်ရေးသားရန် ပေါ်ပေါက်လာပါက ရေးသားဖော်ပြသွားပါမည်။

ပထမဆုံးသိကျွမ်းခဲ့သည့် မစ္စတာရမ်ကွမ်းဆေး၏ အမည်မှာ **ကိုအောင်ငယ်** ဖြစ်သည်။ ကိုအောင်ငယ်က အညာသား။ သူမန္တလေးတက္ကသိုလ်တက်စဉ် ဒုတိယနှစ်လောက်ကတည်းက ဦးလေးပိုင် ကုန်ကားကြီးများကို မောင်းသည်။ ကျောင်းပြီးတော့လည်း ဝန်ထမ်းအလုပ်ကို ဝင်မလုပ်ဘဲ ကားမောင်းသည့် အလုပ်ကိုသာ ဆက်လုပ်သည်။ ကုန်ကားယာဉ်မောင်းမို့ လမ်းခရီးတွင် အိပ်မငိုက်စေရန် ကွမ်းယာအဆက်မပြတ် စားသည်။ အိပ်ရင်တောင် ပါးစပ်ထဲ ကွမ်းငုံပြီး အိပ်သည်။ ကိုအောင်ငယ်၏ သွားများက ကွမ်းကြိုက်သူဟု

အမည်တပ်နိုင်လောက်အောင် မည်းချိပ်နေသည်။ အရက်ကိုလည်း အလုပ်ပင်ပန်းမှုကို ဖြေဖျောက်ရန် အစပိုင်းမှာတော့ ညနေအလုပ်နားချိန် သောက်သည်။

နောက်တော့ နေ့ခင်းပိုင်း ကားနားစဉ်သောက်တတ်လာသည်။ တဖြည်းဖြည်းလစ်မစ်တက်လာသည်က အရက်တစ်လုံးလောက်သောက်တာတောင် မမူးဆိုသည့်အနေအထား ဖြစ်လာသည်။ ဒါတောင် သူက အရက်ဖြူနဲ့ အာမီရမ်ကလွဲလို့ သောက်သူမဟုတ်။ "မင်းတို့ ဘီယာတွေ ဝိုင်တွေက ဗိုက်ပြည့်ရုံပဲရှိတာ"ဟု ဆိုကာ သူက အပြင်းမှ အပြင်းသမားသက်သက်။ ဆေးလိပ်ကလည်း ငယ်စဉ်ကတည်းက အဖွားဓါဖက်လိပ်ကြီးတွေကို မီးညှိပေးရင်း သောက်လာသူမို့ ဆေးလိပ်ကိုလည်း ကြိုက်သည်။ စီးကရက် ခဲသည်။ ပါးစပ်က မီးခိုးခေါင်းတိုင်အတိုင်း ဖြစ်နေသည်။

အသားညိုညို၊ ရေကိုလည်း ကြောက်တတ်သော၊ တစ်လနေလို့ ရေတစ်ကြိမ်ချိုးဖို့ အတင်းပြောရသောသူ၊ ကွမ်းချေးများနှင့် မည်းချိပ်နေသောသွားများ၊ ပြာနှမ်းနေသော နှုတ်ခမ်းများ၊ ဆေးလိပ်မီးပေါက်များကျနေသည့် အင်္ကျီလုံချည် ဝတ်ဆင်ထားသော၊ အမြဲရီဝေရီဝေဖြစ်နေသောသူ့ကို သူ့မိတ်ဆွေများက အမည်ရင်း မခေါ်ဘဲ "**မစ္စတာရမ်ကွမ်းဆေး**"ဟု ခေါ်သည်။

ကုန်ကားကြီးများနှင့် အထက်/အောက် စုန်ဆန်တက်နေပြီး လမ်းခရီးတွင် ကိုအောင်ငယ်တစ်ယောက် လမ်းကြုံလိုက်တတ်သော ညဥ့်ငှက်မလေးများနှင့် ဆုံသည်။ လူက ပျော်ပျော်နေတတ်သူမို့ တချို့အဖွဲ့ကျသွားသည့် ကောင်မလေးတွေက ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် သူ့ကားပေါ်တွင် ရက်ရှည်နေပြီး ပျော်နေတတ်သည်။ သူကလည်း ကုန်ကားမောင်းနေသမျှတော့ ငွေကမပြတ်သည်မို့ လူပျိုးလည်းလူပျိုဖြစ်ရာ ကဲသလားတော့မမေးနဲ့ အစားထဲက ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်နှင့် ကိုအောင်ငယ်တွေ့ကြသည်က ပြည်မှာ။ ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်း ကိုဝင်းဇော်(အဂီး)တို့၊ ကိုသိန်းဇော်ဝင်းတို့နှင့်ဆက်စပ်ပြီး ၁၉၈၈ ခုနှစ်တွင် စတင်သိကျွမ်းခဲ့သည်။ ဒီလိုနှင့် ကိုအောင်ငယ်တစ်ယောက် ၁၉၉၂ ခုနှစ်လောက်တွင် ကျန်းမာရေးယိုယွင်းလာပြီး ၁၉၉၃ ခုနှစ်တွင် မန္တလေးဆေးရုံ၌ တက်ရောက်၍ တစ်လခန့်အကြာ ကိုအောင်ငယ်ဆုံးသည်။ လိုင်းစုံသူမို့ ကုရာနတ္ထိဆေးမရှိနဲ့မိသွားခြင်းဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော်သိတော့ စိတ်မကောင်း ဖြစ်မိသော်လည်း အံ့ဩခြင်းတော့ မရှိခဲ့ပါ။ ကိုအောင်ငယ် သေဆုံးချိန်တွင် အသက်(၃၀)ခန့်သာ ရှိသေးသည်။

ဒုတိယမိတ်ဆွေတစ်ဦးမှာ **ကိုဖိုးဇော်** ဖြစ်သည်။ ကိုဖိုးဇော်နှင့်ကျွန်တော် ၁၉၉၅ ခုနှစ်တွင် ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်းမှာ ဆုံခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ကိုဖိုးဇော်က ဝန်ထမ်းတစ်ဦး။ အသားလတ်လတ်နှင့် သာမန်အားဖြင့် ကြည့်ပျော်ရှုပျော်ရှိသည်။ အသံသြဇာကောင်းသည်။ သူ့စကားသံကို ကြားရသည့်နေရာမှ နားစွင့်ပြီး ဘာပြောနေတာလဲဟု စိတ်ဝင်စားချင်လာအောင် အသံသြဇာရှိသည်။ သို့သော် အကျင့်ကတော့ တော်တော်ထူးဆန်းသည်။ "ကပ်တီး မူးလဲ၊ ဆွဲထူတော့ အော်ဆဲ"ဆိုသည့်စကားကို သာမန်ကြားဖူးရာမှ ကိုဖိုးဇော်နဲ့တွေ့တော့ နားလည်လိုက်ရသည်။ သူက တော်တော်တန်တန်တော့ သူ့ဘာသာ ဆေးလိပ်၊ အရက်၊ ကွမ်းယာကို ဝယ်မသောက်။ သူများသောက်နေတာတွေ့လျှင် စကားရောဖောရောဝင်လုပ်ပြီး ဆေးလိပ်ဝင်နှိုက်မည်၊ ကွမ်းယာ ယူစားမည်၊ အရက်ဝိုင်းဝင်ပြီး ခွက်ခံသောက်မည်။

ဒါက ဘာမှမဟုတ်ဟုဆိုလျှင်တောင် ပွဲပြီးချိန်တွင် အရက်တိုက်သည့်သူကို၊ အရက်ကပ်သောက်ခွင့်ပေးသူကို ပြဿနာရှာတတ်သည့်အကျင့်ကတော့ တော်တော့ကို ဆိုးရွားလွန်းလှသည်။ ဒါကလည်း ရံဖန်ရံခါမဟုတ်။ အကြိမ်များစွာ မူးလာလျှင် ရစ်သည်။ "<u>တွေ့တဲ့လူနဲ့ မတည့်အောင်ပေါင်းနိုင်တာ ငါ့အရည်အချင်း</u>"ဟု ကြွေးကြော်တတ်သူ။ "<u>မမူးရင်တော့ ကြောက်တယ်။ မူးလာရင်တော့ အေအိုင်ဒီအက်စ်မကလို့ သူ့ဘိုးအေတောင် မကြောက်ဘူးကွ</u>"ဟု ကြွေးကြော်တတ်သူ လူထူးလူဆန်းတစ်ဦးဖြစ်သည်။ သူက ဟိုကတစ်ဖက် ဒီကတစ်ဖက်ဖြင့် မမူးသည့်ဟူ၍မရှိ။ ဆေးလိပ်ကွမ်းယာ ပြတ်သည်မရှိ။ မျက်နှာလည်း ပြောင်သော၊ ဆေးလိပ် ကွမ်းယာ အရက်လည်းကြိုက်သော ကိုဖိုးဇော်ကိုလည်း သူ့ပတ်ဝန်းကျင်က "<u>လိုင်းပေါင်းစုံကြီး .. ရမ်ကွမ်းဆေးကြီးလာပြီ၊ ရှောင်ကြ၊ ရှားကြ</u>"ဟု သတိပေးလေ့ရှိကြသည်။ သူမို့လာလျှင် ပုလင်းတွေဖွက်ကြ၊ ခွက်တွေဖွက်ကြ၊ ဆေးလိပ်ဘူးတွေသိမ်းကြ၊ ကွမ်းယာထုပ်တွေ လက်စဖျောက်ကြနှင့် သူမျက်စိနှင့်မြင်နေရသော်လည်း အရှက်မရှိ။ "မင်းတို့က လူကို လူလို မဆက်ဆံဘူး၊ မင်းတို့တိုက်မှ သောက်ရတာမဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်ပိုက်ဆံနဲ့ ကိုယ်သောက်နိုင်တယ်ကွ၊ ခင်လို့မင်လို့ပေါင်းတာကို လာမနှိမ်နဲ့၊ သတ္တိရှိရင်ထွက်ခဲ့ "... ဘာညာနှင့် ချဲလင်းခေါ်နေတတ်သေးသည်။ သူက အပြင်းတွေ၊ အပျော့တွေ၊ ထန်းရည်တွေ သိပ်ရွေးမနေ။ ဆေးပေါ့လိပ်တွေ၊ စီးကရက်တွေ ရွေးမနေ။ နှပ်ဆေးတွေ၊ ဆေးပေါင်းတွေ၊ ဆေးရွက်ကြီးတွေ ရွေးမနေ။ ချဉ်ချဉ်တူးတူး မူးပြီးရောလူစား။

သူ့မှာ အပေါင်းအသင်းက သိပ်မရှိ။ ရှိချင်စရာလည်း မကောင်းသူ။

သူ့လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် ကိုလှမိုးတို့၊ ကိုမြတ်သူတို့ပင် သူ့ကိုရှောင်သည်။ နောက်ဆုံးတော့ မိန်းမလျာအုပ်စုတစ်ခုနဲ့ ရောသောဖောရောလုပ်နေတာ တွေ့ရသည်။

၁၉၉၇ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလတွင် ကိုဖိုးဇော်၏သတင်းကို ကြားရ၏။ ဓားထိုးခံရပြီး သေဆုံးသွားသည်တဲ့။ သူ့အမှုက မထူးသော်လည်း နည်းနည်းဆန်းပြားသည်။ ကြားရသည်က သူနှင့်အတူနေ မိန်းမလျာသုံးဦးနှင့် ပြဿနာတွေဖြစ်ပြီး သူမှူးနေစဉ် မိန်းမလျာများက ဓားဖြင့်ထိုးသတ်ကာ အလောင်းကို View Point အနီးရှိ ချောက်ကမ်းပါးထဲ ပစ်ချထားခဲ့ကြသည်။ ထိုကာလက သူ့အမှုသည် အဲဒီဒေသတစ်ဝိုက်တွင် တော်တော်ရေပန်းစားခဲ့သည်။ ရှုပ်ရှုပ်ထွေးထွေး အမှုဖြစ်စဉ်ကြီးကို စစ်ကြဆေးကြနှင့် တစ်နှစ်ကျော်အကြာမှ တရားခံများကို ပြစ်ဒဏ်အသီးသီးချခဲ့သည်။ ရှားပါးသောအကျင့်ရှိသည် ရမ်ကွမ်းဆေး ကိုဖိုးဇော်တစ်ယောက် အသက် (၃၂)နှစ်တွင် ဆန်းဆန်းပြားပြား ဇာတ်သိမ်းခဲ့ရရှာသည်။

နောက်တစ်ယောက်ကတော့ **နိုင်ကြီး** ဖြစ်သည်။ နိုင်ကြီးက ဌာနဆိုင်ရာ အရာထမ်းတစ်ဦးဖြစ်သည်။ ထိုကာလက ဂိတ်များတွင် စစ်ရဆေးရသည့် အရေးပါအရာရောက်သော ဌာနတစ်ခုတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရသည်။ အရက်ဆို ဘလက်မှ၊ ရက်မှ၊ ကော့ညှက်မှ၊ ချီးပက်စ်မှ သောက်သည်။ ၅၅၅ မှ၊ ဗင်ဆင်မှ၊ နိုင်ငံခြားစီးကရက်ကိုမှ သောက်သည်။ ရွှေကွမ်းယာဆိုတာမျိုးကို သံပူးထဲတွင် နှပ်ထားပြီးမှ စားသည်။ အသုံးအဖြုန်းကလည်း ကြီးသည်။ လက်ဖျားငွေသီးနေချိန်ဆိုတော့ ဒါတွေက အသေးအမွှား။ ဒီလိုနဲ့ ၁၉၉၃ ခုနှစ်လောက်မှာ ဘိန်းဖြူကို ကိုယ်တိုင်လည်းသုံးပြီး မူးယစ်ဆေးဝါး အရောင်းအဝယ် ကိုယ်တိုင်လုပ်နေသည့် မိန်းမလှလှလေးတစ်ဦးနှင့် စတွေ့သည်။ နှစ်နှစ်ခန့် ဆန်ပေးသူနှင့် ဆီပေးသူ အကြောင်းအပေါင်း သင့်နေကြသည်။ ထိုမှ ၁၉၉၅ ခုနှစ်ထဲမှာ သူတို့တရားဝင်လက်ထပ်သည်။

သူ့ကို စေတနာထားသူများက စေတနာစကား ဆိုကြသည်။ လမ်းကြမ်းလွတ်အောင် အကြံအစည်ဖြင့် ချဉ်းကပ်လာသူတစ်ဦးဖြစ်ကြောင်း သတိပေးကြသော်လည်း သူက နားမဝင်။ သူနှင့် သင်တန်းအတူတက်ဖက်များဖြစ်သော ကိုကျော်ဆွေဦးတို့၊ ကိုမြင့်အောင်ကြီးတို့က အတန်တန်တားသည် မရ။ သူကိုယ်တိုင်လည်း မိန်းမလှလေး၏ မူးယစ်ဆေးဝါးတွေ တတိတိနှင့် မသိသလို သိသလိုပေးသုံးမှုတွင် ပျော်မွေ့နေပြီဖြစ်သည်။ ၁၉၉၆ ခုနှစ်ထဲတွင် သူ့အမျိုးသမီးကို မူးယစ်ဆေးဝါးများနှင့် လက်ပူးလက်ကြပ်မိသည်။ ထောင်ကျ

သည်။ နိုင်ကြီးကို အလုပ်မှ ထုတ်ပယ်လိုက်သည်။ အဲဒီအချိန်မှာ သူရော သူ့အမျိုးသမီးရော နှစ်ယောက်စလုံးတွင် အိတ်ချ်အိုင်ဗွီပေါ့စတစ် ဖြစ်နေသည်ကို ကိုယ်တိုင်သိကြပြီ။ သူက အမှားတွေ၊ နောင်တတွေ၊ သံဝေဂတွေ နားလည်သူ မဟုတ်။ သူသုံးစွဲနေသည့် အရက်တွေ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးတွေက ငွေရှိမှဖြစ်မည်။ ဒီတော့ သူအရဲကိုးတော့သည်။ သူကိုယ်တိုင် မူးယစ်ဆေးဝါး အရောင်းအဝယ် အချိကြီးလုပ်ရန် သူတာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သော ဂိတ်မှ ဖြတ်ဖို့ ကြိုးစားသည်။ သူ့ကို ထိုဂိတ်မှာပင်ဖမ်း၍ ပြစ်မှုထင်ရှားသဖြင့် ထောင်ချလိုက်သည်။ ထောင်ထဲတွင် နှစ်နှစ်လောက်နေပြီး သူ့ရောဂါရင်းဖြင့်ပင် အသက် (၃၀)ဝန်းကျင်အရွယ်တွင် သေဆုံးသွားခဲ့သည်။ ဤတွင် ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်းမှ ရမ်ကွမ်းဆေး တစ်ယောက်၏ဇာတ်လမ်း ရှုပ်ဆိုးအကျည်းတန်စွာ ပြီးဆုံးသည်။

မျက်စိရှေ့တွင် နေ့စဉ် ရမ်ကွမ်းဆေးတွေ များစွာ တွေ့တွေ့လာရသည်။ တစ်မျိုးလောက် စမ်းသုံးကြည့်သည်။ နှစ်မျိုးလောက်သုံးသည်ဆိုလျှင် ထွက်ပေါက်တို့၊ အပန်းဖြေတာတို့၊ ဒီလောက်တော့ရှိမှာပေါ့စသည့် အကြောင်းပြချက်များဖြင့် အမြင်မတော်သော်လည်း နားလည်၍ရသေးသည်။ စည်းစိမ်ခံသည့်အဆင့် မဟုတ်ဘဲ လွန်လွန်ကျူးကျူး သုံးစွဲနေကြသော အရက်၊ ဆေးလိပ်၊ ကွမ်းယာ ကြိုက်နှစ်သက်သူတို့ကိုမြင်လျှင် သိခဲ့ဖူးသည့် ရမ်ကွမ်းဆေးသုံးယောက်ကို ပြန်လည်မြင်ယောင်နေမိသည်။

ငွေကြေးလည်းကုန်သော၊ ရောဂါလည်းရသော၊ ဘာမှုလည်း အကျိုးမရှိသော ဒီသုံးမျိုးသာမက အခြားအပျော်အပါး၊ အသောက်အစားများသူတို့၏ ဇာတ်လမ်းများကိုလည်း မှတ်စုကို ရေးမှတ်ယူထားသည်။ သူတို့ဇာတ်သိမ်းလေးတွေသိရလျှင် အများသူငါအတွက် သင်ခန်းစားယူနိုင်ဖို့၊ ဗဟုသုတဖြစ်စေဖို့ မှတ်မှတ်ရရ ဆက်လက်ရေးသားလိုက်ပါဦးမည်။ ။

-ကိုကိုသက်၊ (၁၇-၃-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၀ မှ။

ပညာရေးသည် အိုမင်းချိန်အတွက် အကောင်းဆုံးပြင်ဆင်မှုဖြစ်သည်။

-အရစ္စတိုတဲလ်။

Education is the best provision for old age.

တစ်ရံရောအခါများ၏ ဆိုလိုရင်းသဘောတရား

သမိုင်းဆိုသည်ကား အခြားမဟုတ်။ လူသားတို့၏ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတည်းဟူသော ကံသုံးပါးလုံးပါဝင်သည့် အလုပ်များကို အကြောင်းပြု၍ ဖြစ်ပျက်ပြုပြင်လာခဲ့သော အကြောင်းစဉ် အကျိုးဆက်တို့ပင် ဖြစ်ပေသည်။ ယင်းသို့ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲခဲ့သော သမိုင်းအစဉ်ကြီးသည် ကောင်းကျိုးနှင့်ဆိုးကျိုး၊ အမှားနှင့်အမှန်၊ ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်ဟူသော ဆန့်ကျင်ဘက်အကြောင်းအရာများ အပြန်အလှန်ဒွန်တွဲရင်း လွန်ဆွဲနေသည်ကို တွေ့ရှိရပေသည်။

လူ့သမိုင်းသည် အကုသိုလ်များ၊အဆိုးများ၊အမှားအယွင်းများဟူ၍ ယူဆရသောအကြောင်းတရားများကိုအစဉ်မပြတ်ပြန်လည်ပြင်ဆင်ပြုပြင်နေလေ့ရှိပေသည်။

အကုသိုလ်သည် **အရေအတွက်အားဖြင့်** များပြားလေ့ရှိသည်။ ကုသိုလ်စွမ်းအင်သည် **အရည်အချင်းအားဖြင့်** အလွန်တရာ အားကောင်းလေ့ရှိသည်။ စွမ်းအင်တန်ခိုးလည်း အလွန့်အလွန်ကြီးမားနေလေ့ရှိသည်။ အကုသိုလ်က အရေအတွက်အားဖြင့် အလွန်တရာအားကောင်းလေ့ရှိသည်။ အကုသိုလ်၏ အရေအတွက်ထက် ကုသိုလ်၏အရည်အချင်းစွမ်းအင်က သာလွန်အားကောင်းလေ့ရှိသည်။ ထက်သန်လေ့ရှိသည်။

ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်တို့၏ အားပြိုင်ပွဲတွင် ကုသိုလ်အင်အားစုက ရေရှည်၌ အောင်နိုင်လေ့ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် လူတို့သည် သမိုင်း၏အနာဂတ်တွင် ကောင်းမွန်သည့်ကာလဖြစ်နိုင်ရန် ဆုတ်ကပ်ဟုခေါ်ကြသော ကာလမှာပင် လူတို့သည် ကုသိုလ်အလုပ်၊ ကောင်းမွန်သည့်အလုပ်တို့ကို လုပ်နေသည့်အတွက်ကြောင့်ပင် ကောင်းသောကာလကြီးရောက်လာနိုင်စရာ အလားအလာ ရှိတတ်လာပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် အခါကောင်း၊ ခေတ်ကောင်းတို့သည် ရောက်၍ရောက်၍ လာပေလိမ့်မည်။

ဤအကြောင်းများကြောင့် လူသားတို့သည် စိတ်ပျက်အားလျော့ခြင်း မဖြစ်ကြဘဲ၊ အားငယ်ခြင်းမဖြစ်ကြဘဲ ကောင်းမွန်သော အနာဂတ်ကို ဖန်တီးကြမည်ဟူ၍ အစဉ်မပြတ်ကြိုးပမ်းနေရမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် **"မိမိကိုယ်မိမိ အစဉ်သဖြင့် ပြန်လည်ပြင်ဆင်နေလေ့ရှိခြင်းသည် လူ့သမိုင်း၏ ထုံးတမ်းစဉ်လာ ဓမ္မတာသာ ဖြစ်သောကြောင့်ပေတည်း"**။ ။

–ကိုကိုမောင်ကြီး(ဦးချစ်လှိုင်)၏'ကျွန်တော်သိသောတစ်ရံရောအခါများ'စာအုပ်စာ ၄၂၇မှ။

အဓမ္မိက ကာမဒါန ရှောင်ကြဉ်ကြ

မောင်မယ်တို့ရေ မလှူကောင်းတဲ့၊ ဒါနများကို ပြောပြမယ်။
မိန်းမ,နွား,ပန်းချီ, သေအရက်နဲ့၊ အဆိပ်,လက်နက် မလှူနဲ့ကွယ်။
လက်ထိပ်,နှောင်အိမ်, ချိန်ခွင်တုနဲ့၊ ကြက်,ဝက်အရှင်လဲ မလှူနဲ့ကွယ်။
ဇာတ်ပွဲ,ရုပ်ရှင်,တီဗွီကြည့်ဖို့၊ ဒကာမလုပ်နဲ့ ရှောင်ရမယ်။
ဒါတွေလှူရင် အပါယ်ကျလို့၊ ဒုက္ခအမျိုးမျိုး တွေ့ရမယ်။
အဲဒါကြောင့် အဓမ္မိက ကာမဒါန ရှောင်ကြ တို့မောင်မယ်။

-လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ။ ဓိလိန္ဒပဉှာပါဠိတော်ကိုမှီးသည်။

၉၆၉ တံဆိပ်ဖျက်ဆီးသူကို ထောင်ဒဏ် ၂ နှစ်ချ

တောင်ငူ ဧပြီ ၂၄

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး တောင်ငူခရိုင် ကျောက်ကြီးမြို့နယ်တွင် **၉၆၉** အမှတ်တံဆိပ်ပါ စတစ်ကာကို ဖျက်ဆီးခဲ့သူ ကျောက်ကြီးမြို့နယ် မုန်းမြို့အမှတ် (၅) ရပ်ကွက်တွင် နေထိုင်သူ ဦးအာမင်(ခ) စိုးလွင်ကို တရားရုံးက ဧပြီလ ၂၃ ရက်နေ့တွင် အလုပ်ကြမ်းနှင့်ထောင်ဒဏ် ၂ နှစ်ချမှတ်ခဲ့ကြောင်း မြို့နယ်တရားသူကြီး ဦးမြင့်ကျော်က The Voice သို့ပြောကြားသည်။

အဆိုပါ အသက် ၄၂ နှစ်အရွယ်အမျိုးသားကို <u>လူတစ်စု ကိုးကွယ်ယုံကြည်သော ဘာသာ သာသနာကို တမင်ညစ်နွမ်းအောင် ဆောင်ရွက်သော ပြစ်မှုဆိုင်ရာ</u> ဥပဒေပုဒ်မ ၂၉၅-က ဖြင့် အမိန့်ချမှတ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ၄င်းက ပြောကြားသည်။

ဧပြီလ ၂၀ ရက်နေ့ည ၁၁ နာရီက မုန်းမြို့ ရပ်ကွက်(၅)ရှိ ကွမ်းယာဆိုင်ရှိ <u>ကြည့်မှန်တွင် ကပ်ထားသော ၉၆၉ အမှတ်တံဆိပ်ပါ စတစ်ကာကို ဦးအာမင်(ခ)</u> စိုးလွင်က ဆိုင်ကယ်သော့တံဖြင့် ထိုးသွားခဲ့သည်ဟုဆိုကာ မုန်းမြို့အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးစစ်သိန်းက မုန်းမြို့ရဲစခန်းသို့ တိုင်ကြားခဲ့ကြောင်း မုန်းမြို့ရဲစခန်းထံ ကနဦးတိုင်ကြားချက်များအရ သိရှိရသည်။

အဆိုပါအမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး မုန်းရဲတပ်ဖွဲ့စခန်းက (ပ)၁/၂၀၁၃ လူတစ်ဦး၊ လူတစ်စု ကိုးကွယ်ယုံကြည်သော ဘာသာ သာသနာကို တမင်ညစ်နွမ်းအောင် ဆောင်ရွက်သော ပြစ်မှုဆိုင်ရာ ဥပဒေပုဒ်မ ၂၉၅-ကဖြင့် ကျောက်ကြီးမြို့နယ် တရားရုံးသို့ ဧပြီလ ၂၂ ရက်နေ့က တရားစွဲဆို တင်ပို့ခဲ့ကြောင်း တောင်ငူခရိုင်ရဲတပ်ဖွဲ့မှူးရုံးထံမှ သိရှိရသည်။

-(၂၅-၄-၂၀၁၃)ထုတ် The Voice Daily သတင်းစာ စာ ၆ မှ။

ဟယ်...အချစ်
ဝင်ငွေ
ထွက်ငွေ
ဓ မိန်းမရ၊ ယောက်ျားရ၊ သားသမီးရ
နောင်တ...ရ

ရည်မှန်းချက်တိတိကျကျရှိဖို့လို

(မင်းသားသုံးယောက်ပုံပြင်) မိမိမရှိတော့သည့်နောက် ထီးမွေနန်းမွေကို မည်သည့်သားကို ပေးထိုက်သည်ကို ရွေးချယ်လိုသော ဘုရင်ကြီးသည် သား သုံးယောက်တို့အား တောအုပ်တစ်ခုသို့ ခေါ်သွားကာ သစ်ပင်တစ်ပင်ပေါ်မှာ နားနေသော ငှက်ကိုပြ၍ လေးမြားဖြင့် ပစ်စေသည်။

ပထမဆုံး သားကြီးကို ပစ်စေ၏။ မပစ်မီ ဘာမြင်သလဲဟု မေးရာ ကောင်းကင်ရော တိမ်တိုက်တွေရော မြင်ကြောင်းဖြေ၍ လေးကို ချနိုင်းလိုက်ပြီး ဒုတိယသားကို လေးနှင့်မြားပေး၍ ချိန်စေပြန်သည်။ မပစ်မီ အလားတူမေးခွန်းကိုပင် မေးကြည့်ပြန်ရာ သစ်ကိုင်းတွေ သစ်ရွက်တွေ မြင်ကြောင်းဖြေ၍ ပစ်မခိုင်းတော့ဘဲ လေးကို ချစေသည်။

အငယ်ဆုံးသားကို အလားတူချိန်စေပြီး အထက်က မေးခွန်းကိုပင် မေးသည့်အခါ ငှက်၏တောင်ပံနှစ်ခုအကြားကနေရာကို မြင်ကြောင်း ဖြေလည်းဖြေ၊ လေးခလုတ်ကိုလည်း ဖြုတ်ချလိုက်ရာ ငှက်သည် သစ်ပင်ပေါ်မှ ဖုတ်ခနဲကျလာလေသည်။ ဘုရင်ကြီးသည် အငယ်ဆုံးသားအား ထီးနန်းလွှဲအပ်လိုက်လေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘဝတွင် အထက်ပါ အကြီးမင်းသားနှစ်ပါးကဲ့သို့ပင် ကိုယ်ပစ်ရမည့်ပစ်မှတ်ကို ကွဲကွဲပြားပြား မမြင်မိဘဲနေတတ်သည်။ ချိန်တာလည်းမှန်၍ ပစ်ရမည့်နေရာကိုလည်း တိတိကျကျ မြင်ထားပါမှ ငှက်ကို ရအောင်ပစ်နိုင်ကြောင်း သတိမူကြရပါမည်။ ကိုယ့်မျက်စိထဲမှာ မြင်တာတွေများနေလျှင် ပစ်ရမည့်နေရာက ဘာမှန်းမသိဘဲ ဖြစ်သွားတတ်ပါ၏။ ကိုယ့်အိပ်မက်သည် ဘာပဲဟူ၍ ကွဲကွဲပြားပြား သိထားသူသည် ကိုယ်ဖြစ်ချင်သော ရည်မှန်းချက်နှင့်ဆန့်ကျင်သော အမှုများကို မပြုတော့ဘဲ ကိုယ့်ခွန်အားနှင့်အချိန်ကို ဘယ်နေရာမှာ ပို၍စိုက်ထုတ်သွားရမည်ကို နားလည်သွားပါသည်။

-ဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၊ ၂၀၁၃ ဧပြီလထုတ် ပေဖူးလွှာမဂ္ဂဇင်း စာ ၇၀ မှ။

သတိသမ္ပဇဉ် ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်

ငယ်ရွယ်စဉ်က ပျိုမြစ်နုနယ်၊ ကြီးလာတော့လဲ အိုရပြန်တယ်။
အချိန်ကျက သေရလိမ့်မယ်၊ တရားလုပ် အားထုတ်သင့်ပေတယ်။

-ဦးအရိယ(ညောင်ဝိုင်း၊ကဝမြို့နယ်)။

မိဘလုပ်ကျွေး နတ်ဆေးပမာ

* သုံးလူ့ထွဋ်ထား ဘုရားနှင့်သာ၊ နှိုင်းယှဉ်စံပြ မိဘ,ဆရာ။
ဂုဏ်အင်ကြီးမား သိထားပြီးကာ၊ နံနက်,ည ဦးချ,ကန်တော့ပါ။

* မိဘများရဲ့ ထားတဲ့မေတ္တာ၊ မြင်းမိုရ်မေရု ပုံပြုပမာ။
အနှိုးနဲ့ထွေး ချေးသေးမရွံ့ရှာ၊ လျစ်လျူရှု ပြုစုခဲ့ကြတာ။

* လူငယ်အများ သိထားစေရာ၊ မိဘလုပ်ကျွေး နတ်ဆေးပမာ။
သား–သမီး ပုံပြုပမာ၊ ဘိလူးဘေး ကင်းဝေးစေခဲ့တာ။

–ဦးအရိယ(ညောင်ဝိုင်း၊ကဝမြို့နယ်)။

တရုတ်နိုင်ငံတွင် ကြွက်သတ်ဆေးရည်ထည့်ထားသော ဒိန်ချဉ်သောက်မိသဖြင့် ကလေးငယ်နှစ်ဦးသေဆုံး

ပေကျင်း မေ ၅

တရုတ်နိုင်ငံမြောက်ပိုင်း ဟေပေးပြည်နယ်မှ မိန်းကလေးငယ်နှစ်ဦးသည် ၎င်းတို့၏အဖွားဖြစ်သူ လမ်းပေါ်မှ ကောက်ယူလာသော ကြွက်သတ်ဆေးရည် ထည့်ထားသည့် ဒိန်ချဉ်အား သောက်သုံးပြီးနောက် သေဆုံးခဲ့သည်ဟု အစိုးရပိုင်း သတင်းဌာနတစ်ခုက ထုတ်ပြန်ကြေညာခဲ့သည်။ သေဆုံးသည့် ကလေးငယ်နှစ်ဦးအနက် တစ်ဦးသည် ဆေးရုံသို့မရောက်မီ သေဆုံးခဲ့ပြီး အခြားတစ်ဦးသည် မေ ၁ ရက်တွင် သေဆုံးခဲ့သည်ဟု သိရသည်။

ကနဦးစုံစမ်းစစ်ဆေးချက်အရ ယင်းဒေသမှ မူကြိုကျောင်းပိုင်ရှင် အမျိုးသမီး တစ်ဦးသည် ပြိုင်ဘက်မူကြိုကျောင်းမှ ကျောင်းသားများအတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ပြိုင်ဘက်ကျောင်းကို အယုံအကြည်ကင်းမဲ့စေရန်အတွက် အဆိပ်ပါကြွက်သတ် ဆေးရည်ထည့်ထားသော ဒိန်ချဉ်ကို မုတ်စုစာအုပ်များနှင့်အတူ လမ်းဘေး၌ ချထားရန် အမျိုးသားတစ်ဦးအား စေခိုင်းခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်ဟု ရဲတပ်ဖွဲ့၏ပြောကြား ချက်ကို ကိုးကား၍ သတင်းဌာနတစ်ခုက ဖော်ပြခဲ့သည်။

ကျေးလက်ဒေသများရှိ ကလေးငယ်များ၏မိဘများသည် အလုပ်ရှာဖွေ လုပ်ကိုင်ရန် မြို့များသို့ပြောင်းရွှေ့သွားသဖြင့် ၎င်းတို့၏ဘိုးဘွားများကသာ ကလေးငယ်များအား ထိန်းသိမ်းစောင့်ရသည်ဟု သိရသည်။ ***(အင်တာနက်)***

–(၆–၅–၂၀၁၃)ထုတ် မြဝတီသတင်းစာ တ ၄ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ မနာလိုစိတ်သည် လူကို အသက်သေစေတတ်သည်။

အသေတတ်အနေတတ်

ရဲကြီးမျိုး

ယုံကြည်ကိုးကွယ်ရာ ဆရာသမားများက 'အနေတတ်ကြပါ၊ အသေတတ်ကြပါ'ဟု ဆုံးမသည့်စကားကို ကြားဖူးနားဝရှိကြမည်ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ပုထုဇဉ်များအတွက် အနေတတ်ဖို့၊ အသေတတ်ဖို့ များစွာခက်ခဲကြလိမ့်မည်ဟု ထင်မြင်ယူဆမိပေသည်။

အမှန်တွင် မိမိတို့၏စိတ်အစဉ်ကို ကောင်းသည့်ဘက်တွင်ထားရှိ၍ မကောင်းသည့်စိတ်ထားများ ဝင်မလာအောင် ပိတ်ပင်တားဆီး ဟန့်တားကာ မိမိတို့၏ ထွက်သက်ဆုံးသည်အထိ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ထားရှိမည်ဆိုလျှင် မည်သူမဆို ခက်လှမည်မထင်ပါ။

မိမိတို့၏စိတ်တွင် အကုသိုလ်ကင်းသောစိတ်ထားများကို ကျွမ်းကျင်သော မော်တော်ယာဉ်မောင်းနှင်နေသူတစ်ဦးကဲ့သို့ နေ့စဉ်စိတ်ထား ထားရှိသွားမည်ဆိုလျှင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ မော်တော်ယာဉ်မောင်းနှင်သူသည် မိမိယာဉ်ကို မောင်းနှင်နေစဉ်အတွင်း၌ နား၊ မျက်စိ၊ ခြေ၊ လက်တို့ကို မျက်ခြည်မပြတ် သတိချပ်ထားရသည် မဟုတ်ပါလော။

ယာဉ်မောင်းသည် မော်တော်ယာဉ်မောင်းနှင်နေစဉ် မိမိယာဉ်ရှေ့၌ အန္တရာယ်ကို ကြုံတွေ့လိုက်လျှင် ၎င်း၏လက်က စတီယာရင်ကိုကိုင်၍ ခြေထောက်က ဘရိတ်ကို နင်းကာ ဘေးအန္တရာယ်မတွေ့အောင် ကာကွယ်သကဲ့သို့ ကောင်းသော စိတ်ထားများ နှလုံးသွင်းထားသူတစ်ဦးသည် ရှေ့စိတ်ကဖောက်ပြန်၍ အကုသိုလ်ဘက်သို့ ဆောလျင်စွာသွားလျှင် နောက်စိတ်က လိုက်၍တားဆီးတတ်သည် သဘောပင်ဖြစ်သည်။

ကုသိုလ်စိတ်များ ပွားနေသူသည် အကုသိုလ်စိတ်များ ဖြစ်ခွင့်မရ၊ ဖြစ်ခွင့်မရအောင် တားဆီးနိုင်သဖြင့် တရားသဘောအရ အောက်သို့ဆင်းသည်မရှိ၊ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ အထက်သို့သာ တက်လေသည်။ သူတော်ကောင်းတို့သည် ငါးပါးသီလကို ခါးဝတ်ပုဆိုးကဲ့သို့ မြဲသဖြင့် ပါရမီနည်းသေးလျှင် တစ်ဘဝ၊ များလျှင် ခုနစ်ဘဝဖြင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပုံကို ကျမ်းဂန်များတွင် အခိုင်အမာ ပြဆိုထားရာ ယင်းသည် လူတစ်ဦးအတွက် **အနေတတ်ပုံ**ဖြစ်ပါသည်။

လူတိုင်း ခံစားမှုဝေဒနာကို ကြုံဖူးမည်ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးအချိန် ခန္ဓာကြွေမည့်ကာလ၌ မည်သူမဆို ဝေဒနာဖောက်ပြန်မှု အနည်းနှင့်အများ ရင်ဆိုင်

ကြရပါသည်။ ရှောင်လွှဲ၍ မရပါ။ ထိုအချိန်တွင် အတ္တတည်းဟူသော သံယောဇဉ် ကပ်ငြိလျှင် လားရာဂတိလွဲ၍ အရင်းရှုံးမည်ကို သတိပြုရမည်ဖြစ်သည်။

ဘုရား၊ တရား တ,ရုံဖြင့် ဘဝပြတ်မည် မဟုတ်ချေ။ မိမိအားထုတ်ခဲ့သည့် ဝေဒနာသဘောကို ဆင်ခြင်၍ သည်းခံခြင်းနှင့်အသိကပ်ကာ ကောင်းသည့်ဘဝကို ရှေးရှုဖို့ဖြစ်သည်။ ကျောင်းသားတစ်ယောက်သည် စာမေးပွဲခန်း မဝင်မီကတည်းက ဖြေဆိုဖွယ်ရာများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသဖြင့် အောင်ပွဲဝင်သကဲ့သို့၊ ကြိုတင် ပြင်ဆင် ကျက်မှတ်ထားခြင်းမရှိသော ကျောင်းသားတစ်ယောက်သည် စာမေးပွဲ ခန်းသို့ဝင်ရာတွင် ကိုးကွယ်ရာမရ ချွေးတဒီးဒီးကျပြီး ကျရှုံးရသကဲ့သို့ လူ့ဘဝ နောက်ဆုံးအချိန်အတွက် ဖော်ပြပါ အသိ,သတိဖြင့် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားမှသာ **အသေတတ်မည်** ဖြစ်ပါသည်။

လူတို့သည် ဘာဖြစ်လျှင် ဘာလုပ်မည်၊ ထီဆုကြီးပေါက်လျှင် ဘာလုပ်မည် ဟု တွေးတောထားခြင်းထက် ထိုက်ထူးမှုထက် ပို၍နီးစပ်သော တစ်နေ့ မလွဲ မသေ့ပေါက်မည့် မရဏထီပေါက်လျှင် မိမိဘာလုပ်မည်၊ မည်သို့ပြင်ဆင် ထားမည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ မမေ့အပ်ချေ။

လူ့ဘဝဟူသည် တိုတောင်းလှသည်ဖြစ်၍ ကွေးသောလက် မဆန့်မီ၊ ဆန့်သောလက် မကွေးမီ မိမိတို့ဘဝအတွက် အသေတတ်၊ အနေတတ်အောင် ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ကြဖို့လိုမည်ဖြစ်သည်။ မည်သည့်ယုံကြည်မှုရှိသည် ဖြစ်စေ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ပြီး ကောင်းသောကံများ တိုးပွားအောင်၊ ကောင်းသောစိတ်ထားများ၊ ကောင်းသောအားထုတ်မှုများ၊ ကောင်းသော စိတ်နှလုံးများ ထားရှိမွေးမြူသွားကြရန် တိုက်တွန်းနိုးဆော်အပ်ပါသည်။ ။

-(၇-၅-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာပါ ကြေးမုံစာတည်းရှုထောင့်မှ။

တိုင်းပြည်ကိုချစ်၊ လူမျိုးချစ်နှင့်
အနှစ်ဘာသာ၊ ချစ်တတ်လာအောင်
ကာလငယ်စဉ်၊ မသွန်သင်က
ပြင်ပဘာသာ၊ ဆွဲခေါ်ရာကို၊ ပါသွားလေမှ....
မိုက်လှသမီး၊ ရှိုက်ငိုညည်းလည်း
ကြွေပြီးသား ပန်း၊ ပြန် မလန်းပြီ။

ပန်းကလေးများ
မနှမ်းစေချင်

- facebook မှ။

ကိုယ့်ဝါဒကျယ်ပြန့်ထွန်းကားစေချင်ရင် သူ့ဝါဒ သူ့ဓလေ့ကို မထိပါး မပုတ်ခတ်ရဘူး

ဒေးဒရဲမှာပြုလုပ်တဲ့ အရှင်အာဒိစ္စဝံသအထိမ်းအမှတ်ပွဲမှာ နေ့ခင်းပိုင်းစကားဝိုင်း ပြန်စတော့ ဒေးဒရဲကွင်းကျောင်းဆရာတော်က ဆရာတော်အရှင်သေဋ္ဌိလကို–

''ဆရာတော်၊ ဒီမှာ အခုရောက်လာကြတဲ့ ရဟန်းငယ်တွေထဲမှာ တချို့က ပြည်တွင်းမှာ ကိုယ်စွမ်းနိုင်ရာရာက သာသနာပြုနေကြတာလဲ ရှိတယ်။ တချို့ ကလည်း ဆရာတော်လိုပဲ တစ်ချိန်မှာ နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေအထိ သာသနာ ပြုကြဖို့ ရည်ရွယ်ကြိုးစားနေကြတာလဲ ရှိတယ်။ သူတို့တွေ မှတ်သားနည်းယူဖို့ ဆရာတော်ရဲ့ ကမ္ဘာ့သာသနာပြုအတွေ့အကြုံကိုလည်း မိန့်ကြားပါဦး''လို့ လျှောက်ပါတယ်။

ဆရာတော်ကြီး ဦးသေဋ္ဌိလက–

''သာသနာပြုတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ဝါဒ ထွန်းကားကျယ်ပြန့်အောင် လုပ်တာပဲ။ အရေးကြီးတာက ကိုယ့်ဝါဒ ကျယ်ပြန့်ထွန်းကားစေချင်ရင် သူ့ဝါဒ သူ့ဓလေ့ကို မထိပါး မပုတ်ခတ်ရဘူး။ ဘယ်နိုင်ငံ ဘယ်ဒေသ ဘယ်လူမျိုးမှာမဆို သူတို့ရဲ့ မိရိုးဖလာ အယူဝါဒ ဓလေ့ထုံးစံဆိုတာ ရှိတယ်။ ဒါတွေကို အလကား မိစ္ဆာဝါဒ တွေ၊ ရူးကြောင်ကြောင်အလုပ်တွေဆိုတဲ့ ပုံစံမျိုးနဲ့ မဝေဖန်မိဖို့ အရေးကြီးတယ်။ မြတ်စွာဘုရားပွင့်တော်မူလာတဲ့အချိန်က မဇ္ဈိမဒေသဆိုတဲ့ အိန္ဒိယမှာ ဝါဒစွဲ၊ အမျိုးဇာတ်စွဲ၊ ဓလေ့ထုံးစံစွဲတွေ ရှုပ်ထွေးနေတာပေါ့။ ဒီကြားထဲမှာ ဘုရားရှင် ဘယ်လိုသာသနာပြုတော်မူသွားတယ်ဆိုတာ မျက်ခြေမပြတ်စေနဲ့၊ လေ့လာရ တယ်၊ အတုယူရတယ်။ ဘုရားသာသနာပြုမဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဘုရားကို အတုယူ ကျင့်သုံးရမှာပေါ့။

အရှင်ဘုရားတို့ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်တွေထဲမှာ မြက်မနုတ်ရ၊ သစ်ပင်မခုတ်ရ ဆိုတာမျိုးတွေ တွေ့တယ်မို့လား။ ဒါတွေဟာ လောကအနေနဲ့ကြည့်ကြည့်၊ ဓမ္မအနေနဲ့ကြည့်ကြည့် အကုသိုလ်လို့ပြောစရာ ဘာရှိလို့တုန်း။ ဒါပေမယ့် မြတ်စွာဘုရားက 'အဲဒါတွေကို မလုပ်ရ'လို့ ဘာလို့ ပညတ်ထားသလဲ။ အကျိုးမရှိ ဘဲနဲ့ မပညတ်ဘူး။ အကျိုးရှိလို့ ပညတ်တာ။

အဲဒီခေတ်မှာ တချို့စွဲလန်းလက်ခံထားတဲ့ ဓလေ့စွဲတစ်ခုက သစ်ပင်ကို ခုတ်ထစ်တာဟာလဲ ဣန္ဒြေတစ်ခုရှိတဲ့ သတ္တဝါကို ညှင်းဆဲတာပဲလို့ မှတ်ယူ

ထားကြတာ။ "အပဏိသာပရမော ခမ္မော = မညှင်းဆဲခြင်းသာ အမြတ်ဆုံး တရား"ဆိုတာ ဒီလိုအယူအစွဲရှိသူတွေရဲ့ လက်သုံးစကားပေါ့။ ဒါကို ဖောက်ဖျက် ကျူးလွန်ရင် လူယဉ်ကျေးလို့တောင် စာရင်းမသွင်းဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာ ဘုရားက ကိုယ့်ဝါဒမကျယ်ပြန့်မထိရောက်သေးဘဲ သူ့ဝါဒနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် လုပ်လိုက်ရင် ကိုယ့်စကားကို နားထောင်မဲ့သူတောင် ရှိမှာမဟုတ်လို့ သူ့ဝါဒနဲ့ မဆန့်ကျင်အောင် ဒီသိက္ခာပုဒ်တွေကို ပညတ်တာ။ ဒါကို ပညတ်လိုက်လို့ ကိုယ့်ဝါဒမှာလည်း ဘာမှထိခိုက်နစ်နာစရာအကြောင်းမရှိဘူး။ ဒါကို သဘော ပေါက်ဖို့ အရေးကြီးတယ်"

လို့ မိန့်ကြားပါတယ်။

နတ်မှီတောရဆရာတော်ကြီးကတော့—

"အယူဝါဒ ခလေ့ထုံးတမ်းဆိုတာ မုန်တာမှားတာ အပထား၊ သူတို့က ဦးထိပ်မှာထားပြီး လေးစားကိုးကွယ်နေကြတာဆိုတော့ ဒါကို ထိပါးပုတ်ခတ်လိုက်ရင် ဦးခေါင်းကို ထိပါးပုတ်ခတ်တာထက် နာကြည်းတတ်တယ်။ ဒါဟာ ဘာသာဝါဒ တိုင်းမှာ ဖြစ်တတ်တဲ့သဘာဝပဲ။ ဘယ်ဝါဒနဲ့မှ ထိပ်တိုက်မတိုးရဘူး။ ပိဋကတ်တော် တွေထဲမှာ မြတ်စွာဘုရားက .. အဲဒီခေတ်က ဂိုဏ်းဆရာကြီးတွေအပေါ် ပြောဆိုသုံးစွဲတဲ့ ဝေါဟာရတွေကို ကြည့်ပါလား။ တိတ္ထိကြီးတွေ၊ ဂိုဏ်းဆရာကြီး တွေကိုခေါ်တဲ့ ဝေါဟာရတွေလေ။'သင်္ဃီ= အပေါင်းအစုခေါင်းဆောင်၊ ဂဏီ= ဂိုဏ်းရဲ့ခေါင်းဆောင်၊ ဂဏာစရိယော= ဂိုဏ်းဆရာ၊ ဉာတော = ထင်ရှား ကျော်ကြားသူ၊ ယသဿီ = အခြံအရံအသိုင်းအဝိုင်းရှိသူ၊ တိတ္ထကရော = အယူ ဝါဒကို ပြုတတ်သူ၊ သာဓုသမ္မတော ဗဟုဇနဿ =လူအများက သူတော် ကောင်းလို့ သတ်မှတ်ထားသူ"ဆိုတာတွေဟာ ဘုရားလက်ခံသုံးစွဲတဲ့ ဝေါဟာရ တွေဖြစ်လို့ ပိဋကတ်မှာ ထည့်သွင်းပြီး သင်္ဂါယနာတင်ထားတာတွေပေါ့။ ဒါတွေဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ သူတော်ကောင်းစိတ်ထားကို ဖော်ပြတဲ့စကားတွေပဲ။ သူတော်ကောင်းဆိုတာ ဘယ်တော့မှ သူတစ်ပါးကို ထိခိုက်ပုတ်ခတ် မပြောဘူး"

လို့ ဖြည့်စွက်ပြောပါတယ်။

ဒေးဒရဲကွင်းကျောင်းဆရာတော်ကြီးကတော့ .. ဆေးပညာကို နားလည် ကျွမ်းကျင်တာဆိုတော့ ....

"လူမမာ ဆေးကုရသလိုပေါ့ဘုရား၊ အပူလွန်တယ်ဆိုပြီး ဆန့်ကျင် ဘက်ဆေးအေးတွေ တွန်းတိုက်လိုက်ရင် တစ်ခါတည်း လူမမာငန်းဖမ်းပြီး

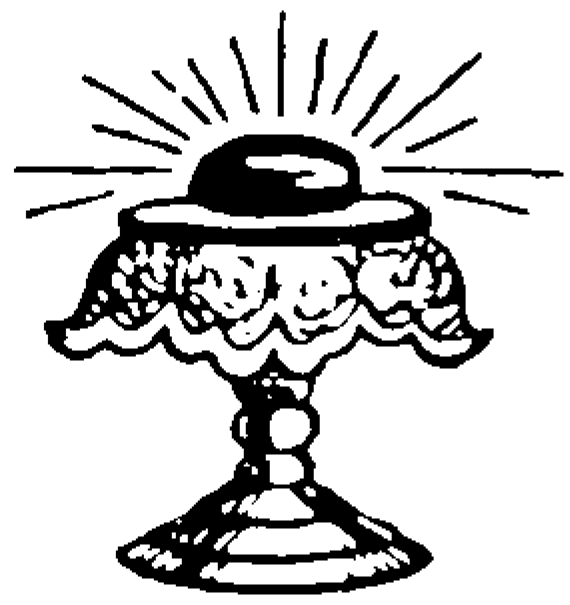
သေသွားတတ်တယ်။ တဖြည်းဖြည်းချင်း ဆေးချက်သွင်းရတယ်။ ကိသာဂေါတမီကို မြတ်စွာဘုရားက တရားဆေးနဲ့ ကုသလိုက်ပုံ ကြည့်ပါလား။ သားသေကို ကုသပေးဖို့ဆိုတာ ဘယ်လိုမှ မဖြစ်နိုင်တဲ့ကိစ္စပဲ။ ဒါပေမယ့် ဟိုက အားကိုးတကြီးနဲ့လာတာ။သောကမီးကလည်း တောက်နေတာ။ တရားဟောလိုက်ရင်လဲ သောကပူနဲ့ တရားအအေးနဲ့ ဖြောင့်ဖြောင့်ဆန့်ကျင်နေတော့ အကျိုးမရှိတဲ့အပြင် တရားကို ကလန်ကဆန်လုပ်မိလို့ ဓမ္မန္တရာယ်ဖြစ်ဦးမယ်။ သေသူဆိုတာ ကုလို့ရတာမျိုးမဟုတ်ဘူးလို့ တိုက်ရိုက်ကြီး ပြောလိုက်ပြန်လဲ အပူမီးတောက်နေသူအတွက် နေပူကလာသူကို အရိပ်ကနေ ဆီးကန်လွှတ်သလို ဖြစ်သွားမှာ။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက သူ့အပူသူငြိမ်းနိုင်အောင် ပရိယာယ်နဲ့ လူမသေတဲ့အိမ်က မုန်ညင်းစေ့ရှာခိုင်းတယ်။ မရတော့ 'သေတယ်ဆိုတာ အိမ်တိုင်းနဲ့ဆိုင်တဲ့တရားပဲ'လို့ သဘောပေါက်ပြီး သောကအပူအေးသွားတော့မှ တရားရေအေး တိုက်ကျွေးလိုက်တော့ အနာနဲ့ဆေး တစ်ခါတည်းကိုက်ပြီး အရိယာဖြစ်သွားသလိုပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဒီလိုနည်းပရိယာယ်မျိုးကို လေ့လာအတုယူရမှာပေါ့"လို့ ကောက်ချက်ချပြီး စကားဝိုင်းကို ရပ်နားလိုက်တယ်။

" နာတိမညေထ ကတ္ထစိ န ကိဉ္စိ =
ဘယ်အရပ်မှာမဆို ဘယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ
မထီမဲ့မြင် မပြုပါစေလင့်"

—ဓမ္မဘေရီ အရှင်ဝီရိယ။

ဆရာဂုဏ်ရည်(၇)ရပ်

T	*Tablent*	အရည်အချင်း
E	*Educated*	ပညာ
A	*Active*	တက်ကြွ
C	*Clever*	တော်
H	*Honest*	ရိုးသား
E	*Expert*	ကျွမ်းကျင်
R	*Research*	ရှာဖွေ



—တောင်ဥက္ကလာ အထက(၁)၊ ရွှေရတုမဂ္ဂဇင်းမှ။

ပညာ = Education

"ပညာ"ဆိုတာ ဘာလဲ? ဆိုတဲ့ မေးခွန်းဟာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းလှပါတယ်။ပညာကိုဘာ့ကြောင့်သင်ကြရသလဲ၊ ဘယ်အရွယ်မှာ သင်ယူရမလဲ၊ဘယ်မှာ သင်ယူရမလဲဆိုတဲ့ မေးခွန်းတွေဟာလည်း စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းလှပါတယ်။

ပညာဆိုတာ ဘာလဲ? အကျိုးအကြောင်း အဆိုးအကောင်းနဲ့ အမှားနဲ့အမှန် ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်ခြင်းဟာ ပညာပါပဲ။

ဘယ်အရွယ်မှာ သင်ယူရမလဲ ? မွေးသည့်မှ သေဆုံးသည့်တိုင် (တစ်နည်း) အသက်နဲ့ခန္ဓာ တည်မြဲနေသမျှ သင်ယူကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်မှာသင်ရမလဲ ? ကျောင်းမှာလည်း သင်ရမယ်။စာအုပ်စာပေတွေဆီမှာလည်း သင်ကြရမယ်။ မိဘဆရာသမားထံမှာလည်း သင်ကြရမယ်။ သင်ရမယ့်နေရာတွေကတော့ သင်ယူလိုသူအဖို့ နေရာမရွေးပါဘူး။ နောက်ဆုံး တိရစ္ဆာန်ဆီမှာတောင် သင်ယူနိုင်သေးတယ်။ ကြိုးတွေဆီမှ လုံ့လဝီရိယရှိပုံ၊ အမျိုးကိုစောင့်ရှောက်တတ်ပုံကို သင်ယူနိုင်တယ်။ ခွေးထံမှ သခင်ကို ခင်မင်တတ်ပုံ၊ သစ္စာရှိပုံတွေကို သင်ယူနိုင်တာပဲ။

ပညာကတော့ လေ့လာလိုက်စားလို့ မိုးမဆုံး လေမဆုံး တစ်သက်လုံး သင်ယူလို့ မကုန်နိုင်ပါဘူး။ လိုချင်တဲ့ စိတ်ဆန္ဒရှိဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်။

"Nothing is difficult to a willing mind" ပါပဲ။

-မျိုးဂုဏ်ရည်၊ ၂၀၁၃ မတ်လထုတ် The Litht of English တစောင် တ ၁၁၂မှ။

ကြိုးစားပါ၊ တစ်နေ့ အောင်မြင်မည် ....

ဘယ်နေရာ ဘယ်ဒေသပဲရောက်ရောက် ကိုယ်နဲ့သင့်တော်တဲ့နေရာ တစ်ခုတော့ ရှိပါတယ်။ သင့်တော်တဲ့နေရာမှာ ကိုယ်တတ်စွမ်းသလောက် လုပတဲ့ အပွင့်တွေကို ဖူးပွင့်ကြရအောင် ...

တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းမအောင်တဲ့ မိန်းကလေးတစ်ယောက်က တောရွာတစ်ရွာမှာ ဆရာမသွားလုပ်တယ်။ ကျောင်းသားတွေနားလည်အောင် စာကို ရှင်းမပြတတ်တော့ အလုပ်ထုတ်ခံလိုက်ရတယ်။ ပါးပြင်ပေါ်ကျလာတဲ့ မျက်ရည်တွေကို အမေက ပွတ်သပ်ပေးရင်း"သမီးနဲ့ သင့်တော်တဲ့အလုပ်တစ်ခုတော့ ရှိမှာပါ"လို့ သူ့ကိုနှစ်သိမ့်တယ်။

အဲဒီနောက် သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ မြို့ပေါ်တက်ပြီး အလုပ်သွားလုပ်ခဲ့တယ်။

မကြာဘူး ... အကျီစညှပ်ရာမှာ နေးကွေးလွန်းတယ်ဆိုပြီး အလုပ်ထုတ်ခံလိုက်ရပြန်တယ်။ "မကျွမ်းကျင်သေးတဲ့အလုပ်မှာ စစချင်း နေးကွေးတာ ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ သမီးက ဘာမှမလုပ်ဖူးဘဲ ကျောင်းပဲတက်ခဲ့လို့ဖြစ်လိမ့်မယ်"လို့ အမေက သူ့ကိုနှစ်သိမ့်ပြန်တယ်။

အလုပ်ပေါင်းစုံကို သူလုပ်ခဲ့တယ်။အလုပ်တိုင်းတစ်ဝက်တစ်ပျက်နဲ့အထုတ်ခံလိုက်ရတာချည်းပဲ။ စိတ်ပျက်အားငယ်ပြီး အိမ်ပြန်လာတဲ့သူ့ကို အမေက အပြစ်မတင်ဘဲ အမြဲနှစ်သိမ့်အားပေးခဲ့တယ်။

သူအသက်(၃၀)မှာ တတ်ထားတဲ့ ပညာနဲ့ ဆွံ့အနားမကြားကျောင်းမှာ အလုပ်ဝင်ခဲ့တယ်။ အဲဒီနောက် မသန်မစွမ်းကလေးတွေအတွက် ကျောင်းတစ်ကျောင်းဖွင့်နိုင်ခဲ့တယ်။ နောက်ထပ် မသန်စွမ်းသူတွေသုံးစွဲနိုင်တဲ့ ပစ္စည်းတွေကို ဖြန့်ဝေခဲ့တယ်။ အခုဆိုရင် သူဟာ အောင်မြင်တဲ့သူဌေးတစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့ပါပြီ။

တစ်နေ့မှာ အောင်မြင်တဲ့သမီးတစ်ဦးက အိုမင်းနေတဲ့ အမေရှေ့မှာ ထိုင်ပြီး နှစ်ရှည်လကြာ သူသိချင်နေတဲ့ မေးခွန်းတစ်ခုကို မေးခဲ့တယ်။ အဲဒါက "သူကျရှုံးနေတဲ့အချိန်၊ အနာဂတ်တွေ မဲမှောင်နေတဲ့အချိန်၊ ရှေ့ဆက်ဖို့ လမ်းတွေပျောက်နေတဲ့အချိန်မှာ အမေက ဘာအကြောင်းကြောင့် သူ့အပေါ် ယုံကြည်မှုတွေရှိနေသေးသလဲ"ဆိုတာ ဖြစ်တယ်။

အမေရဲ့အဖြေက ရှင်းရှင်းလေးပါ။ အမေက ပြောတယ်-

"မြေတစ်ကွက်မှာ ဂျုံစိုက်လို့ မဖြစ်ထွန်းရင် ပဲပြောင်းစိုက်ကြည့်ပါ။ ပဲစိုက်လို့လည်း မဖြစ်ထွန်းရင် နေကြာစိုက်ကြည့်ပါ။ နေကြာစိုက်လို့လည်း အဆံတွေမပြည့်ခဲ့ရင် တခြားအပင်တွေ ပြောင်းလဲစိုက်ကြည့်ပါ။ ပန်းပွင့်မှာတော့ သေချာတယ်။ မြေတစ်ကွက်အတွက် သင့်တော်တဲ့ ပျိုးပင်တစ်ပင်တော့ ရှိပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ အောင်အောင်မြင်မြင်နဲ့ ရိတ်သိမ်းနိုင်ပါလိမ့်မယ်"

အမေ့ရဲ့စကားကိုကြားတော့ သူငိုမိတယ်။ မိခင်ရဲ့မေတ္တာ၊ ယုံကြည်မှုနဲ့ အားပေးမှုတွေက မျိုးမသန့်တဲ့ ပျိုးတစ်ပင်ကိုတောင် အညှောင့်ပေါက်စေကြောင်း သူနားလည်လိုက်တယ်။

မြေတစ်ကွက်အတွက် သင့်တော်တဲ့ ပျိုးတစ်ပင်တော့ ရှိပါတယ်။ ပူပြင်းခြောက်သွေ့တဲ့ သဲကန္တာရမှာ ရှားစောင်းပင်တွေတောင် လှပတဲ့အပွင့်နဲ့ ရှင်သန်ပေါက်ရောက်နိုင်သေးတယ်။ ဘယ်နေရာ ဘယ်ဒေသပဲရောက်ရောက် ကိုယ်နဲ့ သင့်တော်တဲ့နေရာတစ်ခုတော့ ရှိပါတယ်။ သင့်တော်တဲ့နေရာမှာ ကိုယ်တတ်စွမ်းသလောက် လှပတဲ့အပွင့်တွေကို ဖူးပွင့်ကြရအောင်ပါ .... ။ *–acebook* မှ။

အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးတို့၏ ဦးနှောက်စွမ်းရည်ကွာခြားချက်

ဆေးသိပ္ပံပညာရှင်များက လူသားများရဲ့ ဦးနှောက်ကိုခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာကြည့်တဲ့အခါ ကျား+မတို့ဦးနှောက်စွမ်းရည် ကွာခြားချက်ကို အောက်ပါအတိုင်း လေ့လာတွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။

၁။ အာရုံဖြန့်ကြက်ခြင်း

အမျိုးသမီးများသည် တီဗွီကြည့်ခြင်း၊ ဖုန်းပြောခြင်း၊ ထမင်းဟင်းချက်ပြုတ်ခြင်းစသည် မတူညီသော လုပ်ဆောင်ချက်များကို တစ်ချိန်တည်း တစ်ပြိုင်တည်းမှာပြီးမြောက်သည်အထိ အာရုံစိုက်လုပ်ဆောင်နိုင်သော်လည်း အမျိုးသားများကတော့တစ်ခုချင်းစီသာ အာရုံစူးစိုက်နိုင်ကြသည်။

၂။ ဘာသာစကား

အမျိုးသမီးများသည် ဘာသာစကား မြောက်မြားစွာကို လွယ်လွယ်ကူကူလေ့လာတတ်ကျွမ်းလေ့ရှိကြောင်း၊ ပျမ်းမျှအားဖြင့် သုံးနှစ်အရွယ်မိန်းကလေးများသည် အသက်ရွယ်တူ သုံးနှစ်အရွယ် ယောကျ်ားလေးများထက် (စာလုံးပေါင်းသတ်ပုံ)များကို သုံးဆမျှ ပိုမိုမှတ်သားနိုင်ကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရသည်။

၃။ အသေးစိတ် လေ့လာခြင်း

အမျိုးသား အများစုသည် အချိန်တိုအတွင်း ဂရပ်ဖစ်ဒီဇိုင်းများ၊ ရှုပ်ထွေးသောမြေပုံများ၊ ခက်ခဲသောပုစ္ဆာများကို ဦးနှောက်ဖြင့် ပဟေဠိအဖြေညှိနိုင်သလောက်အမျိုးသမီးအများစုကတော့ စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးချမှတ်သားလေ့လာပြီးမှသာအဖြေထွက်လာနိုင်သည်။

၄။ ယာဉ်မောင်းခြင်း

ယာဉ်မောင်းခြင်းအတတ်ပညာများဖြစ်သော လမ်းအကျယ်အနေအထား၊ အနေးအမြန်၊ ရုတ်တရက်ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အချိန်အဆပြောင်းလဲမှုစသည်တို့ကိုအမျိုးသားများသည် လျှပ်တစ်ပြက်အတွင်း ဦးနှောက်က အဖြေထုတ်ပေးနိုင်သော်လည်း အမျိုးသမီးများကတော့ မစွမ်းဆောင်နိုင်ချေ။

၅။ လိမ်ညာပြောဆိုနိုင်ခြင်း

မျက်နှာချင်းဆိုင် ထိပ်တိုက်တွေ့ဆုံ၍ လိမ်ညာပြောဆိုရသည့်အခါ အမျိုးသားများသည် စကားထစ်ငေါ့ မျက်နှာပျက်ယွင်း၍ ယုတ္တိမရှိပေ။ အမျိုးသမီးများကတော့ရှုပါဦးနှောက်ကို အသုံးချကာ မျက်နှာအမူအရာ ၇၀ ရာခိုင်နှုန်း၊ ခြေလက်ခေါင်း

မျက်နှာပေးအမူအရာ ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် ယုတ္တိရှိရှိ အလိမ်အညာစကားလုံး ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းတို့ဖြင့် သရုပ်ဆောင်နိုင်ကြသည်။

၆။ ပြဿနာဖြေရှင်းမှု

အမျိုးသားများသည် အမျိုးသမီးများလောက် ဖြတ်ထိုးဉာဏ်မကောင်းသော်လည်း ပြဿနာတစ်စုံတစ်ရာ ဖြေရှင်းနိုင်မှုအရာမှာတော့ သာလွန်ကောင်းမွန်သည်။ အမျိုးသားများသည် ပြဿနာပေါင်းစုံကို မရောထွေးဘဲ ဦးနှောက်ထဲ တစ်ကန့်ချင်းစီ ခွဲထား၍ မိမိဘာသာ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဖြေရှင်းနိုင်သော်လည်း အမျိုးသမီးများသည် ပြဿနာများနှင့် ရင်ဆိုင်ရပါက လွန်စွာ ရတက်မအေးနိုင်ဘဲ တစ်ဖက်သားကိုရင်ဖွင့် ညီးတွား အကူအညီတောင်းခံလေ့ရှိသည်။

၇။ တပ်မက်မှု

အမျိုးသားများသည် အဆင့်အတန်း(နေရာတစ်နေရာ) အောင်မြင်မှု စွမ်းဆောင်ရည် စသည်တို့ကို ခုံမင်တပ်မက်လေ့ရှိပြီး အမျိုးသမီးများသည် ဖက်လဲတကင်း ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်ခြင်း၊ မျက်နှာသာပေး အရေးတယူနှင့် ဖေးမမှုစသည်တို့မှာ နှစ်သက်ပျော်မွေ့ကြသည်။

၈။ မပျော်ရွှင်မှု

အမျိုးသမီးများသည် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး အဆင်မပြေသောအခါ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အာရုံစူးစိုက်မှု မရှိတော့ပေ။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် မပျော်ပိုက်သော အမျိုးသားများသည် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် တဖြည်းဖြည်း အားနည်းသွားတတ်သည်။

၉။ ဆိုခဲစေ မြဲစေ ...

အမျိုးသမီးများသည် စကားပြောဆိုရာတွင် လိုရင်းမရောက်တတ်ဘဲ အမျိုးသားများကတော့ ထိထိမိမိပြောတတ်သည်။

၁၀။ စိတ်ကူးယဉ်ခြင်း

အမျိုးသမီးများသည် စကားကြွယ်သလောက် အတွေးလွန်လေ့ရှိပြီး အမျိုးသားကတော့ အတွေးမခေါင်တတ်ပေ။ *-(၁၄-၅-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာမှ။*

ဆရာဟူသည်

ဆရာဟူသည်၊ တူညီနှိုင်းဆို
မြင်းမိုရ်တောင်ဦး၊ မကကျူးသည့်
ကျေးဇူးတရား၊ ဘုရားနှင့်နှိုင်း
တစ်ဂိုဏ်းတည်းပြု၊ "အနန္တဂုဏ်ဝင်"
"ကျေးဇူးရှင်"။

-မြတ်ဆရာမဟူဇင်းမှ။

စေတနာက ဝေဒနာဖြစ်

စေတီပရိဝုဏ်အတွင်း ချိန်းတွေ့သည့်စုံတွဲအား

ဟန့်တားသည့်ဆရာတော် ဓားထိုးခံရ

ပြည် မေ ၁၅

ပြည်မြို့၊ ရွာဘဲနယ်မြေ၊ ပွင့်လှသိမ်ကုန်းရပ်ရှိ ပုညရှင်စေတီ ဓမ္မာရုံကျောင်းတိုက်၏ ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်အား လူငယ်တစ်ဦးက ကျောင်းတွင်းသို့ ဝင်ရောက်၍ ဓားဖြင့်ထိုးခဲ့သဖြင့် ပြည်ဆေးရုံကြီး ခွဲစိတ်ကုသဆောင်၌ အတွင်းလူနာအဖြစ် တက်ရောက်ကုသနေကြောင်း ပြည်မြို့ အမှတ်(၂) ရဲစခန်းမှ သတင်းရရှိသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ မေ ၁၃ ရက် မွန်းလွဲ ၃ နာရီခန့်တွင် ရတနာထီးဖြူရပ်ကွက်နေ ရဲဝင်း(ခ)ရဲနိုင်သည် ရည်းစားဖြစ်သူနှင့် စေတီပရိဝုဏ်အတွင်း ချိန်းတွေ့စဉ် ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်က မသင့်လျော်သဖြင့် တားမြစ်ခဲ့ကြောင်း၊ ထိုကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ မကျေနပ်သဖြင့် မေ ၁၄ ရက် ၂ နာရီခန့်တွင် ကျောင်းသို့ ရောက်ရှိပြီး ဆရာတော်အား ဓားဖြင့်ထိုးကာ ထွက်ပြေးသွားကြောင်း ရဲမှတ်တမ်းများအရ သိရသည်။

သက်တော်(၈၂)နှစ်၊ ဝါတော်(၅၆)ဝါရှိ ဆရာတော် ဦးသောဘိတသည် ဝမ်းဗိုက်ထိုးသွင်းဒဏ်ရာနှင့် အခြားပြတ်ရှဒဏ်ရာများ ရရှိခဲ့သည်။ ဓားဖြင့်ထိုးခဲ့သူ ရဲနိုင်ကို မေ ၁၅ရက် နံနက် ၂ နာရီ ၅မိနစ်ဝန်းကျင်ခန့်ဖမ်းဆီးနိုင်ခဲ့ပြီး ပြည်မြို့ အမှတ်(၂)ရဲစခန်းမှ ပြစ်မှုဆိုင်ရာ ဥပဒေပုဒ်မ ၃၂၆ အရ အမှုဖွင့် အရေးယူ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ **(ဇော်မင်းထိုက်)**

-၂၀၁၃ မေလ ၁၆ ထုတ် သတင်းစာမှ။

ဥပဒေသ။ ။ **လောဘော အတ္တံ န ဇာနာတိ၊**

လောဘော ဓမ္မံ န ပဿတိ = လောဘဖြစ်လာလျှင် လက်ရှိ မိမိလောဘဖြစ်နေသည်ကိုလည်း မသိ၊ နောက်ဖြစ်လာမည့် ဆိုးပြစ်ကိုလည်း မသိတော့။ (လောဘဖြစ်ချိန်တွင် အသိဉာဏ်ပညာ ကန်းကွယ်သွားသဖြင့် မလုပ်သင့်တာ လုပ်မိသွားတော့သည်)။

နေရာတိုင်းမှာ
အကျင့်ပျက်တာတွေ ရှိနေတယ်ဗျာ
လုံးဝ မပျောက်သွားအောင်
မလုပ်နိုင်ကြဘူးလား
လုပ်နိုင်ရင်
လာဘ်မျိုး မပျောက်
လာဘ်မျိုး ပျောက်မည်...
လာဘ်မျိုးများလာ
တယ်နော်...

သူများတန်ဖိုးထားတဲ့အရာကို သွားမစော်ကားနဲ့၊ ပြဿနာရှိတယ်။

စီးပွားရေးနှင့်လူမျိုးရေး

စီးပွားရေးကျဆင်းလျှင် ဆယ်စုနှစ်လောက် ကြိုးစားလျှင် ရနိုင်သည်။
လူမျိုးရေးကျဆင်းလျှင် ရာစုနှစ်နှင့်ချီ၍ ကြိုးစားသော်လည်း မရနိုင်။

–"ရွာမပရိယတ္တိစာသင်တိုက် အနှစ်လေးဆယ်ခရီး"စာအုပ်မှ။

လူတွေရဲ့ ထူးဆန်းတဲ့ အမူအကျင့်

လူတွေဟာ ငယ်ရွယ်စဉ်မှာ မြန်မြန်ဆန်ဆန် အသက်ကြီးချင်ကြတယ်။
အသက်ကြီးလာတဲ့အခါ ငယ်ချင်သွားပြန်တယ်။
လူတွေဟာ ကျန်းမာရေးအထိခိုက်ခံပြီး ပိုက်ဆံရှာကြတယ်။
ရှာလို့ရလာတဲ့ ပိုက်ဆံကို ကျန်းမာရေးအတွက် ပြန်သုံးစွဲကြပြန်တယ်။
လူတွေဟာ ပစ္စုပ္ပန်ကို မေ့လျော့ပြီး အနာဂတ်အတွက် တွေးပူကြတယ်။
နိဂုံးမှာတော့ လူတွေဟာ ပစ္စုပ္ပန်မှာလည်း ရှင်သန်ခွင့် မရလိုက်ဘူး၊
အနာဂတ်မှာလည်း ရှင်သန်ခွင့် မရလိုက်ဘူး။

–အတွေးလေး၊ facebook မှ။

လူတိုင်းကြုံရတဲ့အရာ

* အခက်အခဲဆိုတာ လူတိုင်းကြုံရတဲ့အရာ။
  အဲဒီအခက်အခဲကို **"မကြာခဏ လာလည်တတ်တဲ့ မိတ်ဆွေလို"** သဘောထားတတ်ကြရမယ်။
* တချို့က နည်းနည်းလုပ်ပြီး များများအနားယူတတ်ကြတယ်။
  အလုပ်တစ်ခုကနေ နောက်တစ်ခု အပြောင်းအလဲပေါ်မှာ အာရုံပြောင်းခြင်းနဲ့ အနားယူရင်လဲ ရပါတယ်။

–ဆရာဦးကျော်ရင်၊ တောင်ဥက္ကလာ အထက(၁)၊ ရွှေရတုမဂ္ဂဇင်းမှ။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိနှင့်ကြံရည်

တရားအားထုတ်တဲ့နေရာမှာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို လွှတ်လို့မရပါဘူး။

မဟာဝဂ္ဂသံယုတ် အဋ္ဌကထာ (သံ၊ဋ္ဌ၊၃၊၂၃၉)မှာ–

ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို တရားအားထုတ်သူတွေအတွက် ကြံရည်နဲ့ ဥပမာပေး တိုက်တွန်းထားပါတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ ကြံရည်ကြိတ်ဖို့ ကြံချောင်းတွေ ထမ်းပြီး နွေခေါင်ခေါင်မှာ လျှောက်လာပါတယ်။ ကြံချောင်းတွေ ထမ်းရင်း မောပန်းလာတော့ သစ်ပင်ရိပ်အောက်မှာ ကြံချောင်းတွေ ခဏချပြီး နားပါတယ်။ နားရင်းနဲ့ ထမ်းလာတဲ့ကြံကိုစုပ်ပြီး အမောဖြေပါတယ်။ ကြံစုတ်လို့ အမောပြေတော့ လိုရာခရီးကို ဆက်သွားသလို တရားအားထုတ်တဲ့ယောဂီဟာလည်း တရားအားထုတ်လို့ ကိုယ်ပင်ပန်း စိတ်ပင်ပန်းဖြစ်လာတဲ့အခါ၊ စိတ်တွေ ငြီးငွေ့လာတဲ့အခါ အားထုတ်နေတဲ့ ဝိပဿနာတရားကို ခေတ္တရပ်ပြီး ဗုဒ္ဓါနုဿတိကြံရည်ကို သောက်ပေးရပါတယ်။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကြံရည်သောက်လို့ စိတ်ပင်ပန်းငြီးငွေ့မှုပျောက်သွားတဲ့ အခါ ကြံသမား လိုရာခရီးကို ဆက်သွားသလို မူလအားထုတ်နေဆဲ ဝိပဿနာတရားကို ဆက်အားထုတ်သွားရမှာပါ။

ဒါလည်း မှတ်သားလောက်စရာ ဗဟုသုတတစ်ခုပါပဲ။ တရားအားထုတ်သူတိုင်း တွေ့ကြုံရတဲ့ ဖြစ်စဉ်လေးတစ်ခုမို့ပါ။

တချို့ကျတော့လည်း တရားအားထုတ်လို့ စိတ်ပင်ပန်းငြီးငွေ့လာရင် "ဟင်း"ဆိုပြီး သက်ပြင်းကြီးကိုချပြီး မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို မမှတ်တော့ဘဲ ၎တ်တုတ်ကြီး ဒီအတိုင်းကို ထိုင်နေလိုက်တော့တာပါ။ ကိုယ်ချလိုက်တဲ့ သက်ပြင်းကြီးကို ဘေးက ထိုင်နေသူတွေဟောင် ကြားလိုက်ရပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် သက်ပြင်းချလို့ နားလို့ အားရပြီဆိုမှ "ဟယ် .. မဖြစ်သေးပါဘူးလေ"ဆိုပြီး မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပြန်အားထုတ်ကြတာပါ။

စာထဲကအတိုင်းဆိုရင် သက်ပြင်းကြီးချပြီး စိတ်လွှတ်ကိုယ်လွှတ် နားရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အားထုတ်လို့ စိတ်ပင်ပန်းပြီး ငြီးငွေ့လာရင် ဗုဒ္ဓါနုဿတိကြံရည် ကိုသောက်ပြီး အမောဖြေရမှာပါ။ အမောပြေမှ မူလကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပြန်အားထုတ် ရမှာပါ။ ဒါတွေကတော့ ဂုဏ်တော်ပွားရင် စိတ်ချမ်းသာခြင်းနဲ့ ဝိပဿနာအခြေခံ သမာဓိရခြင်း အကြောင်းတရားလေးတွေပါ။

–ရဝေနွယ်(အင်းမ)၊ (၂၀–၅–၂၀၁၃)ထုတ် The Voice ဂျာနယ် စာ ၂၃ မှ။

ကုသိုလ်ဟူသည် မိမိတို့အဖို့ အမြဲတမ်းအားတိုးစေသည့် အားဆေးတစ်ခုပင် ဖြစ်၏။ —သာပြေကန်ဆရာတော်။

လူငယ်တွေ စိတ်ဓာတ်မကျနဲ့

အသက်(၈၀)အရွယ် ဂျပန်အဖိုးအို ဧဝရက်တောင်ထိပ်သို့ရောက်ရှိ

ခတ္တမန္ဒူ၊ မေ ၂၃

အသက်(၈၀)အရွယ် ဂျပန်လူမျိုးအဖိုးအို ယူအီချိုရှိမူရာသည် ဧဝရက်တောင်ထိပ်ပေါ်သို့ တက်ရောက်နိုင်သည့် ကမ္ဘာ့အသက်အဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ကြောင်း ဆင်ဟွာသတင်းဌာနက မေ ၂၃ ရက်၌ သတင်းထုတ်ပြန်သည်။

ယူအီချိုရှိမူရာသည် ကမ္ဘာ့အမြင့်ဆုံးတောင်ဖြစ်သော ဧဝရက်တောင်ထိပ်သို့ မေ ၂၃ ရက် နံနက် ၉ နာရီ ၁၅ မိနစ်တွင် ရောက်ရှိခဲ့ကြောင်း ခရီးသွားလုပ်ငန်းနှင့် မြို့ပြလေကြောင်းဌာနအောက်ရှိ ခြေလျင်နှင့်တောင်တက်ဌာနမှ တာဝန်ရှိသူ ဂါနန်ဒရာက ပြောကြားသည်။

၂၀၀၈ ခုနှစ် မေလက အသက်(၇၆)နှစ်ရှိ နီပေါအဘိုးအို မင်းဘဟာ ဒူးရှားချန်းသည် ဧဝရက်တောင်ထိပ်သို့ တက်ရောက်နိုင်သော အသက်အကြီးဆုံးပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် မှတ်တမ်းတင်နိုင်ခဲ့သည်။ (ဆင်ဟွာ)

—(၂၄-၅-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၄ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ ဆန္ဒထက်သန်သူမှာ မပြီးနိုင်သောကိစ္စ မရှိ။

အလှတရားက အတွင်းမှာသာရှိသည်ဟု ချယ်ရီကိုးလ်ဆို

လန်ဒန် မေ ၂၅

"အလှတရားဆိုတာ မိတ်ကပ်ဘူးတွေထဲက လာတာမဟုတ်ဘဲနဲ့ မိမိရဲ့အတွင်းသဘောကသာ လာတာဖြစ်တယ်"။

"ရှင်တို့ရဲ့ အတွင်းသဘောလှပတယ်ဆိုရင်
တကယ့်အလှလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်နေရမယ်။
ဒါဟာ သိပ်လွယ်တဲ့ကိစ္စတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကြိုးစာရပါမယ်"။

—Girls Aloud အဖွဲ့ဝင်ဟောင်း အဆိုတော် ချယ်ရီကိုးလ်။

(၂၆-၅-၂၀၁၃)ထုတ် The Voice သတင်းစာ စာ ၁၉ မှ။

မြန်မာပြည်မှာ ဒီလိုနေရာမျိုးလည်းရှိတယ်

သတ္တသတ္တာဟမဟာဗောဓိစေတီတော်အနီးအံ့သြဖွယ်ဆွဲငင်အားတစ်ခုရှိ

နေပြည်တော် မေ ၂၃

နေပြည်တော် တပ်ကုန်း အမှတ်(၁)လမ်းမကြီးပေါ်ရှိ မိုင်တိုင်အမှတ် ၆ မိုင် ၅ ဖါလုံတွင် ထူးဆန်းသည့် ဆင်ခြေလျှော ကုန်းဆင်းလေးတစ်ခုရှိနေသည်ကို မေ ၂၂ ရက်က မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့မြင်ခဲ့ရသည်။ အဆိုပါ ဆင်ခြေလျှော ကုန်းဆင်း၏ အဆင်းပိုင်းနေရာသို့ရောက်ပါက တံတောင်ဆစ်ကွေ့ငယ်လေး တစ်ခုရှိသည်။ ထို့အတွက် မော်တော်ယာဉ်များအနေဖြင့် ကုန်းအဆင်းဆင်ခြေလျှောဖြစ်သည့် ထိုနေရာသို့ရောက်လျှင် ဂီယာဖြုတ်ကာ အရှိန်ဖြင့် အသာအယာ လိမ့်ဆင်းမောင်းနှင်သွားနိုင်ပေသည်။

သို့သော် အဆိုပါ မိုင်တိုင်နှင့် တည့်တည့်ကျသည့်နေရာတွင် ကားကို ခေတ္တ စက်ပိတ်ရပ်တန့်ပါက ယင်းမော်တော်ယာဉ်သည် ကုန်းအဆင်းဆင်ခြေလျှော အတိုင်း ထိုးဆင်းသွားရမည့်အစား ကုန်းအတက်ဘက်ဆီသို့ နောက်ပြန် (ဘက် ဂီယာမထိုးဘဲ) အရှိန်နှင့်တက်သွားသည်ကို မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ ကြုံခဲ့ရသည်။

အများပြောသည်ကို မယုံကြည်သည့် ယာဉ်မောင်းများစွာ ထိုနေရာတွင် လာရောက်စမ်းသပ်ကြည့်ရှုကြသည်ကိုလည်း တွေ့မြင်ခဲ့ရသည်။ အချို့က လူကိုယ်တိုင် ကားပေါ်မှဆင်းကာ ကားလမ်းမပေါ်မှ မတ်တတ်ရပ် ကြည့်ရှုကြသည်။ အံ့သြဖွယ်ရာကောင်းလောက်အောင်ပင် အနည်းဆုံး ပေ ၅၀ မှ ပေ ၁၀၀ ခန့်အထိ ကုန်းအတက်ဆီ နောက်ပြန်ထိုးတက်သွားသည့် ကားများကို တွေ့မြင်ရပေသည်။

နိုင်ငံတကာအတွေ့အကြုံရှိသူတစ်ဦး၏ ခန့်မှန်းပြောဆိုချက်အရ ကမ္ဘာပေါ်တွင် ယင်းသို့သောနေရာမျိုး အလွန်နည်းပါးစွာရှိနေကြောင်း၊ အနီးကပ်ဆုံး အိမ်နီးချင်း နိုင်ငံဖြစ်သည့် ထိုင်းနိုင်ငံတွင်လည်း ယခုကဲ့သို့ ထူးဆန်းသည့်နေရာတစ်ခု ရှိနေကြောင်း၊ ယင်းဖြစ်စဉ်မျိုးမှာအလွန်ရှားပါးသည့် ဖြစ်စဉ်ဖြစ်ရပ်မျိုးဖြစ်ကြောင်းနှင့် အင်အားကြီးသည့် သံလိုက်စက်ကွင်း၏ ဆွဲငင်မှုကြောင့်ဖြစ်နိုင်ကြောင်းသိရသည်။

အဆိုပါနေရာသည် နေပြည်တော်တွင် တည်ထားကိုးကွယ်သည့် သတ္တသတ္တာဟ မဟာဗောဓိစေတီတော်မြတ်ကြီးနှင့် ခုနစ်ဖါလုံခန့်အကွာတွင် တည်ရှိပြီး မိုင်တိုင်အမှတ် ၆ မိုင် ၆ ဖါလုံတွင် တည်ရှိသည့် အောင်သီရိကျေးရွာနှင့် တစ်ဖါလုံ ခန့်သာ ကွာဝေးကြောင်း၊ ထူးဆန်းဖွယ်နေရာ တစ်နေရာဖြစ်သည့်အတွက် ဗဟုသုတရာမိုးလေ့လာသူများ သွားရောက်ကြည့်ရှု လေ့လာနိုင်ပါကြောင်းဖြင့် ရေးသားတင်ပြအပ်ပါသည်။ *–ကိုပေါက် (နေပြည်တော်)၊ (၂၄–၅–၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ ရှေ့မျက်နှာဖုံးမှ။*

အလယ်လမ်း

ဆရာကြီးနန္ဒာသိန်းဇံ၏ စာတစ်အုပ်မှ ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ကို ဖတ်ဖူးသည်။ အရပ်ဝန်းကျင်ထင်ရှားသော ပညာရှိတစ်ဦးကို အရက်သမား လူရမ်းကားတစ်စုက အရှက်ခွဲဖို့ ကြံစည်ကြသည့်အကြောင်း၊ ပညာရှိလာရာလမ်းတွင် ထိုလူစုက ငှက်ကလေး တစ်ကောင်ကို ဆုပ်ကိုင်ကာ ပြဿနာရှာဖို့ စောင့်နေကြခြင်း။ တွေ့လျှင် လက်ထဲက ငှက်ကိုပြပြီး အရှင်လား၊ အသေလားမေးမည်။ အရှင်ဟုဖြေပါက သတ်ပစ်လိုက်မည်။ အသေဆိုလျှင် လွှတ်ပေးလိုက်မည်။ လူမိုက်ပီပီ ဉာဏ်တိမ်တိမ်နှင့် ရေပက်မဝင် ပြင်ဆင်ထားကြသည်။ ပညာရှိ၏ လိုရင်းတိုရှင်း အဖြေစကားမှာ"**မောင်သဘောအတိုင်းပါပဲ**"ဟူ၍ ဖြစ်သည်။ ပြဿနာတစ်ရပ်ကို သယ်ဆောင်လာသူများသို့ ပြန်ပို့ဖြေရှင်းနိုင်းလိုက်ခြင်း။ ငါးကြင်းဆီနှင့် ငါးကြင်းကို ပြန်ကျော်လိုက်ခြင်း။ တစ်နည်း "ရှဉ့်လည်းလျှောက်သာ ပျားလည်းစွဲသာ"၊ "မြွေမသေ တုတ်မကျိုး"အဖြေစကားမျိုးဖြစ်သည်။

ပြဿနာတစ်ရပ်ကို ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့လာရသည့်အခါ ဆင်ခြင်စရာ နမူနာ ပြယုဂ်ပုံပြင်ကောင်းလေး ဖြစ်ပါသည်။

ကြာသည် နွံမှပေါက်ပွားကာ ရေမှာရှင်သန်နေငြားလည်း ရေမစို နွံမရှိ ပကတိ သန့်စင်နေဘိသကဲ့သို့ ထို့အတူ အလယ်လမ်းဟူသည် အစွန်းနှစ်ဖက်ကြားမှာ ထိုအစွန်းနှစ်ဖက်နှင့်အတူရှိနေငြားလည်း မငြိမတွယ် ကင်းလွတ်နေခြင်းသဘော။ ဤဖြစ်စဉ်ဖြစ်ရပ်များကို နိုင်ငံရေး၊ ဘာသာရေးနယ်ပယ်များတွင် အထင်အရှား မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။ သာဓကအားဖြင့် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံရေးနယ်ပယ်တွင် တစ်ချိန်က "ဘက်မလိုက်လှုပ်ရှားမှု" The Non aligned Monement (NAM) ဟူသော ဝေါဟာရစကားတစ်ရပ် တွင်ကျယ်ခဲ့သည်။ စစ်အေးကာလ လက်ဝဲ လက်ယာအဖွဲ့အစည်းများကြားတွင် ၎င်းအဖွဲ့အစည်းများနှင့် အယူအစွဲ မတူကွဲပြားပါလျက် အတူလက်တွဲနေနိုင်ခဲ့သော ကြားနေအုပ်စု၊ တတိယ ကမ္ဘာဟုလည်း ခေါ်တွင်ခဲ့သည်။ ၁၉၆၁ ခုတွင် စတင်တည်ထောင်ခဲ့သော ဤ လှုပ်ရှားမှုသည် ယနေ့ထိတိုင် အခြေခိုင်ရှင်သန်ရှိနေဆဲ။ အလယ်လမ်း၏ နမူနာပြယုဂ်ကောင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

ဘာသာရေးတွင် ဗုဒ္ဓ၏လမ်းကြောင်းမှန်မှာလည်း အစွန်းနှစ်ဖက်လွတ်ကင်းသည့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အလယ်လမ်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နည်း အလယ်လမ်းဟူသည်

အမှားနှစ်ရပ် (သို့) အစွန်းနှစ်ဖက်ကြားတွင်ရှိ သမ္မာဒိဋ္ဌိအမြင်မှန်ရပ်ဝန်းဖြစ်သည်။ အစွန်းနှစ်ဖက်ဆိုသည်မှာလည်း ခံယူတတ်လျှင် လမ်းကြောင်းမှန်အတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်သွားရသည်။

ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်တိုင် ထိုအစွန်းနှစ်ဖက် အမှားနှစ်သွယ်ကို ဦးစွာထိတွေ့ကာ အကြောင်းခံ အရင်းပြုလျက် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အလယ်လမ်းကို ထိုးထွင်းသိမြင်တော်မူခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မိမိတို့ စာနယ်ဇင်းသမားများသည်လည်း အလယ်လမ်းသမား အလယ်လူများဖြစ်ကြသည်။ "စာနယ်ဇင်းနှင့် မီဒီယာ"ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်တွင်

"**စာ၊ နယ်၊ ဇင်း ကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် စုပေါင်းဖော်ပြသော ဝေါဟာရတစ်လုံးကို တင်ပြထားသည်။ ယင်းသည်ကား Media ဖြစ်သည်။ မီဒီယာ အဓိပ္ပါယ်မှာ "အလယ်"ဖြစ်သည်။ Media သည် Median ၏ ဗဟုဝုစ်ကိန်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ အဓိပ္ပါယ်မှာ Medle (အလယ်)ဖြစ်သည်**"။

သတင်းစာဆရာတစ်ဦးကလည်း "**ဗဟုဿုတဖြစ်အောင်သည် မည်သည့်ပါတီအဖွဲ့အစည်းကိုမှ ကိုယ်စားမပြု၊ အပြုသဘော အတည့်သွား၊ အကောင်းဆုံးလုပ်ဆောင်ကြရမည်**"ဟု အလယ်လမ်း၏ နိမိတ်ပုံစကား ပြောခဲ့ဖူးသည်။

စာရေးဆရာကြီး သော်တာဆွေက စာပေသမားတစ်ဦး၏ နေရာမှန်နှင့်ပတ်သက်၍ "**စာရေးဆရာတို့မည်သည် အယူမသီးအပ်၊ တစ်ဖက်သတ်မကြည့်အပ်၊ အမျိုးဘာသာ၊ ရန်သူမိတ်ဆွေ၊ မုန်းသူနှင့်ချစ်သူ မခွဲခြားအပ်၊ မျက်နှာမလိုက်အပ်၊ အမှားအမှန်ကိုသာ ကြည့်ရမည်။ ယင်းအမှားအမှန်ကိုလည်း အပေါ်ယံကြောနှင့် မဆုံးဖြတ်အပ်**"ဟု ဖွင့်ဆိုထားသည်။

သို့ဖြစ်ရာ မည်သည့်ကိစ္စ မည်သည့်အမှုကို ဆောင်ရွက်သည်ဖြစ်စေ အမှားနှင့်အမှန် အဆိုးနှင့်အကောင်းတွင် အလင်းနှင့်အမှောင် အဖြူနှင့်အမည်းသာ သဲကွဲစေလိုပြီးအစွန်းနှစ်ဖက်ကင်းလွတ်သည့် အလယ်လမ်းသည်သာ အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါကြောင်း။ ။

-(၂၅-၅-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ ကြေးမုံစာတည်းရှုထောင့်မှ။

နောက်ကျမှသိရသော တန်ဖိုးသုံးခု

ကျန်းမာရေး၏တန်ဖိုးကို မကျန်းမာသောအခါမှ သိရ၏။
လွတ်လပ်ရေး၏ တန်ဖိုးကို သူ့ကျွန်ဘဝရောက်မှ သိရ၏။
လူ့ဘဝ၏တန်ဖိုးကို ငရဲပြည်ရောက်မှ သိရ၏။ *-မေတ္တာရှင် အရှင်ဇဝန။*

ဘာသာ သာသနာ လူမျိုးဆုတ်ယုတ်ခြင်း အကြောင်းရင်း

ကလေးသူငယ်များကို သူ့ခေတ်နှင့်သူ့ခါ လူရာဝင်အောင် ပညာသင် မပေးနိုင်ခြင်းဟာ ဘာသာ သာသနာ လူမျိုး လျှော့ကျခြင်း၏ မူရင်းဖြစ်သည်။

–ဆရာတော် အရှင်နေကာဘိဝံသ။

ဒေါက်တာယဉ်ငြိမ်း၏ ဒေါသပြေနည်း

ကျွန်ုပ်သည် (စိတ်ဆိုးစရာနှင့်ကြုံသည့်အခါ) လွှတ်ခနဲ စိတ်ဆိုး၍ မဆဲမိစေရန် သတိထားပါသည်။ စိတ်ဆိုးလာလျှင် ရေတစ်ခွက် ကမန်းကတန်း ပြေးသောက်ပါသည်။ လုပ်ငန်းတာဝန်ထမ်းဆောင်ရင်း စိတ်ဆိုးတိုင်း ရေတစ်ခွက်သောက်ရသော ရေများကို ပြန်လည်ချင့်တွက်ပါက ဂါလံပေါင်းများစွာ ရှိမည်ထင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဆဲရေးခြင်းတော့ မရှိတော့ပါ။

–ဒေါက်တာယဉ်ငြိမ်း (ရင်ချင်းဆက်အမှာ အေးအေးငြိမ်း၊ အိအိငြိမ်းကို ခွဲစိပ်ပေးသော ဆရာဝန်ကြီး)ရေး "ဆရာဝန်ဘဝ အတွေ့အကြုံနှင့် ပရလောကဖြစ်ရပ်ဆန်းများ"စာအုပ် စာ ၂၃၈ မှ။

စကားအားလုံးကို သတိထား

မြားနဲ့သတ်လို့ သေနိုင်သလို
ဓားနဲ့သတ်လို့သေနိုင်သလို
စကားနဲ့သတ်လို့လည်း သေနိုင်တယ်။
ဒါကြောင့် **သူ့စကား၊ ကိုယ့်စကား၊**
ပြီးတော့ **ကြားစကား၊**
စကားအားလုံးကို သတိထား။

–နန္ဒာသိန်းဇံ။

ကိုယ်သန့်ရှင်းအောင်၊နှုတ်သန့်ရှင်းအောင်၊စိတ်သန့်ရှင်းအောင် အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ လူ့ကျင့်ဝတ် လူ့တရား လူ့ကျက်သရေတွေ ဆောင်နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ တကယ့်အနှစ်သာရရှိတဲ့လူတွေလို့ ဆိုရတယ်။ ***–သပြေကန်ဆရာတော်။***

အခြားဘာသာဝင်များက အစ္စလာမ်ဘာသာအပေါ် လွဲမှားထင်မြင်မှုများရှိနေသောကြောင့်

အစ္စလာမ်ဘာသာ အဝန်းအဝိုင်းကို ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ချင်သည်ဟု ဆုတောင်းပြည့်အစ္စလာမ်ဗလီဒု–ဥက္ကဋ္ဌမှပြောကြား

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း အခြားဘာသာဝင်များက အစ္စလာမ်ဘာသာအပေါ် လွဲမှားထင်မြင်မှုများရှိနေသောကြောင့် အစ္စလာမ်ဘာသာ အဝန်းအဝိုင်းကို ပြောင်းလဲမှု ပြုလုပ်ချင်သည်ဟု ဆုတောင်းပြည့်အစ္စလာမ်ဗလီ ဒု–ဥက္ကဋ္ဌဖြစ်သူ ဦးစန်းအောင်က မေလ ၂၆ ရက်နေ့တွင်ပြုလုပ်ခဲ့သော ဘာသာပေါင်းစုံချစ်ကြည် ညီညွတ်ရေးနှင့် သဟဇာတဖြစ်ရေးအခမ်းအနား၌ ထည့်သွင်းပြောကြားခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

လက်ရှိလွဲမှားထင်မြင်မှုများဖြစ်သော ၇၈၆ ဂဏန်းပြဿနာ၊ ဘာသာခြား မိန်းကလေးများကို ပိုက်ဆံမက်လုံးများပေး၍ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်အဖြစ်သို့ အတင်းသိမ်းသွင်းခြင်း၊ အစ္စလာမ်ဘာသာဝတ်ပြုကျောင်းဗလီများတွင် ဘာသာ ခြားများ ဝင်ရောက်ခွင့်မရှိခြင်းနှင့် ဂျီဟတ်ဆိုသည်မှာ ဘာသာရေးစစ်ပွဲ မဟုတ်ကြောင်းစသည့် ထင်မြင်လွဲမှားမှုများကို အခြားဘာသာဝင်များ သိရှိစေရန် အတွက် အချိန်ယူပြီး ဖြေရှင်းသွားမည်ဖြစ်ကြောင်းကို အဆိုပါပွဲတွင် ၎င်းက ပြောကြားခဲ့သည်။

''*ကျွန်တော်တို့ အစ္စလာမ်ဘာသာအပေါ် စွပ်စွဲလွဲမှား ထင်မြင်မှုတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ ဒီကိစ္စတွေကို အချိန်ယူပြီး ဖြေရှင်းသွားမှာပါ။ ကျွန်တော်တို့အနေထားနဲ့ ဒါတွေကို မရှင်းဘူးဆိုရင် အခြားဘာသာသာသနာနဲ့ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူတကွ ယှဉ်တွဲနေထိုင်သွားဖို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ မွတ်ဆလင် ဘာသာဝင်တွေအနေနဲ့လည်း မိမိတို့ဘာသာခြားညီနောင်တွေနဲ့ သဟဇာတ ဖြစ်အောင် နေထိုင်သွားရပါမယ်။ ကျွန်တော်တို့အစ္စလာမ်ဘာသာ အဝန်းအဝိုင်း လေးကို ပြောင်းလဲချင်ပါတယ်*''ဟု ဆုတောင်းပြည့်အစ္စလာမ်ဗလီ၏ ဒု–ဥက္ကဋ္ဌဖြစ်သူ ဦးစန်းအောင်က ပြောကြားခဲ့သည်။ (ဝေလင်းအောင်၊ အောင်ကျော်ထက်)

–(၃၀–၅–၂၀၁၃)ထုတ် The Daily Eleven သတင်းစာ စာ ၁၇ မှ။

မေတ္တာထားချင်ရင်ကောင်းကွက်ကိုကြည့်

လူတစ်ယောက်အပေါ်မှာ မေတ္တာထားချင်ရင် ကောင်းကွက်ကလေးတွေကို ကြည့်၊ ဆိုးကွက်တွေ သွားမကြည့်နဲ့။

လူဟာ အကောင်းနဲ့အဆိုးရောနေတာပဲ။ ဘယ်တော့မှ အကောင်းချည်း မရှိဘူး။

-ထေရဝါဒတက္ကသိုလ် ပါချုပ် ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ။

လျှောက်ထားပန်ကြားလွှာ

တိုင်း/မြို့နယ်သံဃနာယကအဖွဲ့ဆရာတော်များ၊ ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်များ အမှူးပြုသော ဘာသာရေး၊ လူမှုရေး၊ ပရဟိတအသင်းအဖွဲ့ဦးဆောင်ပုဂ္ဂိုလ် များသို့ လျှောက်ထားပန်ကြားလွှာ

အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာနှင့် တိုင်းပြည်၊ လူမျိုးမကွယ်ပျောက်စေရေး၊ တာဝန်သိသူတိုင်း အမျိုးသားရေးအသိ၊ သတိ၊ ပညာ ဉာဏ်ဦးစီးလျက် ဗုဒ္ဓအလိုကျ မိမိတို့ရပ်ရွာ၊ မြို့နယ်ဒေသအသီးသီးတွင် တာဝန်ကိုယ်စီရှိကြသည်ဟု ခံယူချက်ဖြင့် အောက်ပါလုပ်ငန်းစဉ်များကို အကောင်အထည်ဖော် ဦးဆောင် ဆောင်ရွက်တော် မူကြပါရန် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားတောင်းပန်အပ်ပါသည် အရှင်မြတ်တို့နှင့် သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့ ....

လုပ်ငန်းစဉ် (၁)

- ဗုဒ္ဓအဆုံးအမနှင့် ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှုကို သိရှိ၊ နားလည်၊ တန်ဖိုးထား၊ လိုက်နာ၊ ကျင့်သုံးနေထိုင်၍ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသော၊ ထူးချွန်ထက်မြက်သော လူကောင်း လူတော် မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ ဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက်စေရေး၊
- မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာ၊ ယဉ်ကျေးမှုအစဉ်အလာများနှင့် ဝံသာနုရက္ခိတစိတ်ဓာတ်များကို ခိုင်မာစွာ ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်တတ်ရေး၊
- မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များတွင် လောကအကျိုး စွန့်လွှတ်ပေးဆပ်တတ်သော ပရဟိတစိတ်ဓာတ်များနှင့် မိမိကိုယ်ကို တာဝန်ယူတတ်သောစိတ်ဓာတ်များ ဖြစ်ထွန်းရှင်သန်လျက် ပြဟ္မစိုရ်တရားများထွန်းကားသော ငြိမ်းချမ်းသာယာ သည့် လူ့ဘောင်လောကအဖြစ် အလှဆင် ရှင်သန်နေထိုင်ရေး၊

- ကလေး၊ လူငယ်လူရွယ်များမှစတင်၍ နှလုံးသားဝယ်ဘုရားတည်စေနိုင်ရန် တစ်ပတ်(၁)ရက်၊ တစ်နေ့ (၂)နာရီမျှ ဘုရားကျောင်းကန် ဘာသာရေးဌာနများတွင် ကလေးသူငယ်များကို စုစည်းစေလျက်

(က) အသက် (၁၅)နှစ်အောက် ကလေးငယ်များအတွက် ဓမ္မကျောင်းတော်၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်းများ ဖွင့်လှစ်တက်ရောက်စေခြင်း၊

(ခ) အသက်(၁၅)နှစ်အထက် လူငယ်များအတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာလူငယ်စကားဝိုင်း (အမြင်ဖွင့်၊ အသိပညာပေးဆွေးနွေးပွဲ)များ၊ ဝတ်တက်၊ ဝတ်ရွတ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပေးခြင်း၊

လုပ်ငန်းစဉ် (၂)

- အမျိုးတူ ဘာသာတူအချင်းချင်း ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေးအစ အတတ်နိုင်ဆုံး ကူညီစောင့်ရှောက်ရေး၊ ဝံသာနုရက္ခိတစိတ်ဓာတ်ရှင်သန်ရေး၊ ဆရာတော် သံဃာတော်များမှ ဆွမ်းစားကွမ်းစား ရေစက်ချတရားများမှစ၍ ဒကာ/ဒကာမများအား ဟောကြားစည်းရုံးခြင်း၊
- အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် မိမိတို့ဘာသာမှ အခြားဘာသာသို့ ကူးပြောင်းသွားလျက် ဒုက္ခမျိုးစုံ ကြုံတွေ့နေရသူများကိုလည်း ပစ်ပယ်မထားဘဲ ညီရင်းအကို မောင်ရင်းနှမ ရင်ဝယ်မွေးဖွား သားသမီးပမာ မေတ္တာထားလျက် နွေးထွေးကြင်နာ ကရုဏာဖြင့် ဝိုင်းဝန်းစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း။

လုပ်ငန်းစဉ် (၃)

- ပဋိပက္ခကြီးထွားမှုသည် အခြေအမြစ် မခိုင်မာသော ကောလာဟလသတင်းများနှင့် ပညာဉာဏ်အားနည်းမှုတို့ကို အရင်းခံသဖြင့် အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများ ကာကွယ်ရန်အတွက် ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဂိုဏ်းဂဏ၊ အဖွဲ့အစည်းအစွဲ မထားရှိကြဘဲ အမျိုးသားရေးတာဝန်အဖြစ် ဆရာဒကာအားလုံးညီညွတ်စွာတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၊ တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့၊ တစ်မြို့နှင့်တစ်မြို့ ချိတ်ဆက် ဆက်သွယ်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြခြင်း၊ (နောက်နောင်သမိုင်းမရိုင်းစေရန် သတိကြီးကြီး ဉာဏ်ကြီးကြီးဖြင့် စောင့်ရှောက်ရန်)

လုပ်ငန်းစဉ် (၄)

- အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာနှင့် တိုင်းပြည်လူမျိုးနှင့် အချုပ်အခြာ အာဏာကို ထိပါးစေမည့်အရေး ဥပဒေနှင့်အညီ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး၊
- မျိုးစောင့်ဥပဒေ ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ရေး၊

- နိုင်ငံတော်အစိုးရနှင့် ပြည်သူတစ်ရပ်လုံး ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ရေး စုပေါင်းမေတ္တာရပ်ခံ တင်ပြခြင်း၊

အထက်ပါ လုပ်ငန်းစဉ်များကို ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သော အခြေအနေ အချိန်အခါသို့ ကျရောက်နေပြီဖြစ်သဖြင့် မဖြစ်မနေ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်တော်မူကြ ပါရန် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပန်ကြားအပ်ပါသည်

-အမျိုးဘာသာ သာသနာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးအဖွဲ့။

မြန်မာစာပေ နှင့် သတ်ပုံ၏နေရာ

မြန်မာပညာရှင်ကြီးများ၏ အဆိုအမိန့်အရ မြန်မာသတ်ပုံ၏ အခြေခံသည် "အပင့်နှင့်အရစ်၊ တ-သတ်နှင့် ပ-သတ်၊ န-သတ်နှင့် မ-သတ်၊ သေးသေးတင်" ဟူသော ရေးထုံးသုံးမျိုးတွင် အခြေခံသည်။ မြန်မာသတ်ပုံအရေးအသား၌ ထိုရေးနည်းသုံးမျိုးသည် အများဆုံး မှားယွင်းရောနှောနိုင်သည်။ ထိုရေးထုံးသုံးမျိုး ကို မှားရေးမိလျှင် အနက်အဓိပ္ပါယ်ပြောင်းလဲသွားသည့်အတွက် အတိမ်းအစောင်း မခံသော ရေးထုံးများဟု အဆိုပြုခဲ့ကြသည်။ စာရေးသားရာတွင် သတ်ပုံသည် စာပေ၏ အထိန်းအကွပ်ဖြစ်သည်။ စာရေးသားရာတွင် သတ်ပုံသည် အရေးကြီးသော ကဏ္ဍတစ်ရပ်သာ ဖြစ်သောကြောင့် အထိမ်းအကွပ်သဘော မျိုးသာ သတ်မှတ် လက်ခံ အသုံးပြုသင့်သည်ဟူ၍ မျက်မှောက်ခေတ် စာဆို ပညာရှင်များက မိန့်ဆို လမ်းညွှန်ခဲ့သည်။

ရှေးမြန်မာမင်းများလက်ထက်တွင် သတ်ပုံနေရာ သတ်မှတ်မှုကို "ညောင်ရမ်း ခေတ် သာလွန်မင်းလက်ထက်၌ မြို့ဝန်ကို "နသတ်"ဖြင့်မရေး "သေးသေးတင်"ဖြင့် ရေးသားခဲ့သောကြောင့် မြို့ဝန်မဟုတ်ပြီ၊ တောထဲမှ "ဝံ"ဖြစ်သည်ဟု စာကို ပစ်လိုက်ဖူးချေသည်။ စာရေးကိုလည်း မောင်းထုတ်တော်မူခဲ့ဖူးချေသည်" ဟူ၍ လည်းကောင်း။

ကုန်းဘောင်ခေတ်ဘကြီးတော်(စစ်ကိုင်းမင်း)လက်ထက်တွင်လည်းလွှတ်တော် စာရေးသည် ရွှေကြက်ယက်သို့ သစ်ရောက်သည်ကို စာပေးရာ၌'ရွှေကြက်ယက်' ကို 'ရွှေကျက်ယက်'ဟု သတ်ပုံမှားရေးသားခဲ့သောကြောင့် သစ်ပိုင်ရှင် ပညာရှိက လွှတ်တော်က စာမဟုတ်၊ စာလုပ်သာဖြစ်သည်ဟု ပြောဆို၍ အတင်းအမာနေလျှင် လွှတ်တော်ဝန်က စာရေးအား ရာဇဝတ်တော်ခံစေ၍ သစ်ရှင်ပညာရှိအား စကားမလွှင့်အောင် လက်ဆောင်ဖြင့် ငွေပေးရဖူးလေ၏"ဟူ၍လည်းကောင်း။

ကုန်းဘောင်ခေတ်စာဆို စာတော်ပြန်ဆရာကြီး ဦးပညာ၏ သားရွှေဥဆုံးမစာ

တွင် မြန်မာစာပေတွင် သတ်ပုံ၏နေရာတွင် အရေးပါပုံကို "**မြို့ဝန်စာဟု၊ ရေးရာမှာလျှင်၊ သေးသေးတင်၍၊ အထင်အရှား၊ မှားတောင်းမှားသော်၊ မင်းများမိန့်ဟန်၊ ၎င်းမြို့ဝန်သည်၊ တိရစ္ဆာန်ညစ်၊ တောဝံဖြစ်ပြီး၊ သစ်သီးရှာဖွေ၊ စားပစေဟု၊ ရှေ့ပြည့်မှလျှင်၊ တောသို့နှင်စေ**" ဟူ၍လည်းကောင်း။

"**ရွှေကြက်ယက်ကို၊ ပင့်လျက်ဤမှာ၊ ယခုပါခဲ့၊ လွှတ်စာမပီ၊ အင်မည်ဟု၊ မထိစိတ်၌၊ ပစ်လွှင့်လိုက်သော်၊ ခိုက်ခိုက်တုန်မျှ၊ မျက်မာန်ထလျက်**" ဟူ၍လည်းကောင်း။

သတ်ပုံမှားလျှင် လက်ဖြတ်ခံခဲ့ရသည်အထိ ပြစ်ဒဏ်ပေးမှုကိုလည်း "**စာရေးစာမှတ်၊ လူမတတ်ကို၊ လက်ဖြတ်မင်းဒဏ်၊ စီရင်ဖန်၏**"ဟု မှတ်တမ်းတင်ရေးဖွဲ့ခဲ့သည်။ ....

သို့သော် သတ်ပုံကို ရေးတန်းတင်ကာ အချိန်ရှိသရွေ့ သတ်ပုံကို အာရုံပြုနေလျှင်သတ်ပုံမှအပဖြစ်သောအခြားကိစ္စများတွင်လစ်ဟင်းသွားတတ်ပါသည်။...

သတ်ပုံကို အားပြုလွန်းသူသည် သတ်ပုံကိုသာ ကြည့်၍ အကဲဖြတ်ချင်တတ်ပါသည်။ ...

ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စလည်းမပါ၊ အရေးအသား အတင်အပြလည်း မပြေပြစ်သောစာမျိုးကို သတ်ပုံအမှားနည်းကာမျှဖြင့် စာကောင်းဟု မဆိုသင့်ပါ။ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စလည်းပါ၊ အရေးအသား အတင်အပြလည်း ပြေပြစ်သော စာမျိုးကို သတ်ပုံအမှား များကာမျှဖြင့် စာညံ့ဟုမဆိုသင့်ပါ။ စာရေးသားမှုတွင် သတ်ပုံထက် ပို၍အရေးပေးသင့်သော၊ ပို၍ရှေ့တန်းတင်သင့်သော အရည်အသွေးများရှိနေပါသည်။ စာပေနှင့်ပတ်သက်သော နေရာတိုင်းတွင် ထို့အတူ သဘောထားသင့်သည်ဟု ထင်ပါသည်။ – ***၂၀၁၃ ဇွန်လ ၉ ရက် Daily ELEVEN သတင်းစာ စာ ၂၆ ပါ လှမြင့်(ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)၏ "မြန်မာစာပေနှင့် သတ်ပုံ၏နေရာ" ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။***

မုန်း၊ ချစ်၊ ပြောင်းလဲ ဒီစိတ်ပဲ

အပြစ်မမြင်၊ အနှစ်ထင်၊ ချစ်ခင်တာလဲ "ဒီစိတ်ပဲ"။
နှလုံးဘဝင်၊ မပြုံးရွှင်၊ မုန်းချင်တာလဲ "ဒီစိတ်ပဲ"။
ချစ်စရာကောင်း၊ မုန်းဖို့ကောင်း၊ ပြောင်းနေတာလဲ "ဒီစိတ်ပဲ"။

–ကိန္နရာချောင်းမြားစာအုပ် စာ ၂၅ မှ။

နှိုးဆော်သံ

ဗုဒ္ဓဘာသာ ရှင်လူများ၊ သတိတရား ထားသင့်ပြီ။
အခြားဘာသာ တိုးတက်ရေးကို၊ အခြားသူများ ဆောင်ရွက်သည်။
ဗုဒ္ဓဘာသာ တို့တွေအဖို့၊ သွေးအေးနေလို့ မသင့်ပြီ။
သွေးအေးနေရင် သာသနာပျောက်လို့၊ လူမျိုးပျောက်ဖို့ ကြုံလိမ့်မည်။
အဲဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓတရား ပြန့်ပွားအောင် ကူညီ။

–လေးအိမ်စု အရှင်ဝိစိတ္တသာရ။

ဗြိတိန် ပေါင် ၉.၇ သန်း ထီပေါက်သော်လည်း အမှိုက်ကောက်သမားဘဝ ပြန်ရောက်သူ

သက္ကရာဇ် ၂၀၀၂ နှစ်တုန်းကပါ။ ဗြိတိန်နိုင်ငံက Michael Carroll လို့ခေါ်တဲ့ အမှိုက်ကောက်သမားတစ်ဦးဟာ ဗြိတိန် ပေါင် ၉.၇ သန်းတန် ထီဆုကြီး ပေါက်ခဲ့ပါတယ်။ အမေရိကန်ဒေါ်လာနဲ့တွက်ရင် ၁၄.၃ သန်းဖြစ်ပါတယ်။

သို့ပေမယ့် ၂၀၁၀ နှစ်မှာ အမှိုက်ကောက်သမားဘဝ ပြန်ရောက်သွားပါတယ်။ ဖြစ်ပုံက ဒီလိုပါ–

ထီပေါက်ပြီးရတဲ့ငွေတွေနဲ့ ၈ နှစ်ပတ်လုံး ဘာအလုပ်မှ မလုပ်ပါဘူး။ တစ်ပတ်ကို ပျမ်းမျှအားဖြင့် ကန်ဒေါ်လာ တစ်သိန်းခွဲနီးပါး သုံးစွဲပါတယ်။ ဈေးအကြီးဆုံးကား ဝယ်စီးပါတယ်။ အိမ်ကောင်းမှာ နေပါတယ်။ မူးယစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲပါတယ်။ မိန်းမအပျော်အပါး လိုက်စားပါတယ်။ နောက်တော့ အကြွေးတွေ တင်ပြီး တစ်ချပြီးတစ်ခု ပြန်လည်ရောင်းချလိုက်ရာမှာ ၂၀၁၀ ခုနှစ်ရောက်တော့ အမှိုက် ကောက်သမားအလုပ်ကို ပြန်လုပ်ဖို့ အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာနကို မှတ်ပုံတင် ပြန်လျှောက်ပါတယ်။ အခုတော့ အမှိုက်ကောက်သမား ဘဝနဲ့ပဲ ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ လုပ်ကိုင်လျက်ရှိပါတယ်။

–Ref: dailymail

ပြည်ဖာရာဏာပုံပြင်တစ်ပုဒ်လိုပဲ အပြင်မှာ တကယ်ဖြစ်ခဲ့တာလေးပါ။

သင်ခန်းစာ။ ။ လက်ထဲမှာ ငွေရှိပြီး အကျိုးရှိရှိ အသုံးမချတတ်သူဟာ ပိုက်ဆံကို မီးရှို့ပြီး မီးလှုံနေသူနဲ့ အတူတူပါပဲ။ ***–အောင်ခမ်း၊ facebook မှ။***

အာဃာတထားမိသူတစ်ယောက်ရဲ့ ဝန်ခံချက်

ဂျွန်ဦးစောသည် ကြိုးပေးခံရမည့်ဆဲဆဲ ရက်ပိုင်းအတွင်းတွင် သမီးဖြစ်သူ မေသန်းစောခေါ် ဘေဘီစောထံ သက်ဆိုင်ရာ အာဏာပိုင်များမှတဆင့် ဒေါသနှင့် အာဃာတသည် ဘဝကို ကောင်းကျိုးမပေးကြောင်း မှာတမ်းစာတစ်စောင် ရေးသား ပေးပို့ခဲ့သည်။ စာထဲတွင် ....

"ဒေါသနှင့် အာဃာတတရားများသည် ကောင်းကျိုးကိုမပေးဘဲ ဆိုးကျိုးကိုသာ ပေးသည်။ သူသည် ဒေါသမီးကို ရင်ဝယ်ပိုက်ပြီး အာဃာတတရား ကြီးမားလွန်း ခဲ့သဖြင့် သူ၏ဘဝကို တိုတိုနှင့်ပိုင်းကာ ဇာတ်သိမ်းဆိုးခဲ့ရသည်။

အကယ်၍ ဒေါသမီးကို ရင်ဝယ်မပိုက်ဘဲ ငြိမ်းသတ်နိုင်ခဲ့ပြီး အာဃာတ တရားကိုလည်း ဖျောက်ဖျက်ပစ်နိုင်မည်ဆိုလျှင် ယခုလို အသက်ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ် နှင့် ဘဝကို တိုတိုပိုင်းရမည်မဟုတ်ပေ။

သူမြတ်နိုးသော ဇနီး၊ သူချစ်သော သမီးတို့နှင့် အိုအောင်မင်းအောင် နေထိုင်ရပြီး တိုင်းပြည်ကျိုးကို သယ်ပိုးထမ်းဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ယခုမူကား လွန်ခဲ့လေပြီ၊ ပြီးခဲ့လေပြီ။ သို့တစေလည်း ဖခင်ဖြစ်သူ၏ အမှားမျိုး၊ နောင်တမျိုး၊ သံဝေဂမျိုးကို သမီးဖြစ်သူ မကြုံတွေ့ရလေအောင် ဖခင်၏ဘဝသင်ခန်းစာကိုယူ၍ ဒေါသမီးကို ရင်ဝယ်မပိုက်ထွေးဘဲ ငြိမ်းသတ်ပစ်ပါ။ မည်သူ့အပေါ်မှ ရန်ငြိုးမဖွဲ့ ရန်ငြိုးမထားဘဲ အာဃာတတရားကို ဖျောက်ဖျက် မေ့ပျောက်ပစ်ပါလေ ချစ်သမီး"ဟူ၍ ဖော်ပြ ထားလေသည်။

၎င်း၏ရည်ညွှန်းလိုရင်းမှာ ....

၁၉၄၆ ခု၊ ဦးစော မြန်မာနိုင်ငံသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိပြီးနောက် မျိုးချစ်ပါတီနှင့် ဂျွန်တပ်ဖွဲ့များ ပြန်လည်ပြင်ဆင်ဖွဲ့စည်းရန်နှင့် စည်းရုံးရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေစဉ်အတွင်း ၁၉၄၆ ခု၊ စက်တင်ဘာလ ၂၀ ရက်၊ ညနေ ၅ နာရီတွင် ဘုရင်ခံ ဆာဟူးဘတ်ရန့်စ်နှင့်တွေ့ဆုံပြီး ဘုရင်ခံအိမ်မှအပြန် ပြည်လမ်းအတိုင်း ပြန်လာခဲ့ရာ မြေနီကုန်းလမ်းဆုံအဝိုင်းကိုကျော်၍ စိန့်ဖလိုမီနာကျောင်း (ယခု အထက ၂၊ စမ်းချောင်း)ရှေ့အရောက်တွင် ဦးစောအား အစိမ်းရောင်စစ်ယူနီဖောင်း ဝတ်သူသုံးဦးသည် ဂျစ်ကားတစ်စီးဖြင့် လိုက်၍ သေနတ်ဖြင့်ပစ်ရာ ဦးစောကို ကျည်မထိသော်လည်း မော်တော်ကားမှန်ကွဲသော မှန်ငယ်တစ်ခုရှသဖြင့် ဝဲဘက် မျက်လုံးနှင့် မျက်လုံးအောက် အထက်ပိုင်း၌ အနည်းငယ် ရှပ်မှန်ဒဏ်ရာရသည်ဟု ကြားရပါသည်။

ဦးစော အတွေးခေါင်ပြီး အတွေးလွဲ၏။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းသည် ဘီအိုင်အေ ခေတ်မှစ၍ မြန်မာ့လက်နက်ကိုင်တော်လှန်ရေးအင်အားစုကို ဦးစီးခဲ့သူဖြစ်သည့်အလျောက် မိမိကို သေကြောင်းကြံသူသည် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း၏ ဂိုဏ်းဝင်ဖြစ်ရမည်ဟူ၍သာ ဦးစော ယူဆခဲ့၏။

ထိုယူဆချက်မှာ တက်တက်စင် လွဲသည်။ ထိုသေကြောင်းကြံစည်မှု၌ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းပယောဂမပါကြောင်း၊ ထိုကိစ္စကို တစ်စွန်းတစ်စမျှ ဗိုလ်ချုပ်ကြိုတင်မသိခဲ့ကြောင်း၊ ဗိုလ်ချုပ်နှင့်ရင်းနှီးသူအားလုံး ကောင်းကောင်းသိကြပါသည်။ ဗိုလ်ချုပ်သည် အချင်းချင်း နိုင်ငံရေးသတ်ဖြတ်မှုကို အလွန်စက်ဆုပ်သူဖြစ်သည်။ အခြားသူများလည်း မိမိကဲ့သို့ပင် နိုင်ငံရေးသတ်ဖြတ်မှုကို လိုလားကြမည် မဟုတ်ဟူသော ဗိုလ်ချုပ်ယုံကြည်ချက်သည်ပင် လုပ်ကြံလိုသူများအဖို့ အခွင့်အလမ်းသာသွားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ဤသေနတ်ပစ်ခံရမှုကို ဗိုလ်ချုပ်လက်ချက်၊ ဗိုလ်ချုပ်၏ပယောဂဖြစ်ကြောင်း တစ်ထစ်ချယူဆပြီး ဗိုလ်ချုပ်အပေါ် ပြန်လည်လက်စားချေလုပ်ကြံရန် အမျက်ဒေါသနှင့် အာဃာတတရားများကို အငြိုးအတေးကြီးစွာထားပြီး မဖြစ်မနေ "နိုင်ငံတော်လုပ်ကြံမှုကြီး"ကို ဖန်တီးခဲ့ပါသည်။

ဤသည်ကို နောင်တရစွာဖြင့် သမိုင်းဖြစ်သူထံရေးသောစာ၌ "အမျက်ဒေါသနှင့် အာဃာတတရားကို ဖျောက်ဖျက်မေ့ပျောက်ပစ်ပါလေချစ်သမီး"ဟုဝန်ခံဆိုလိုရင်းဖြစ်ပေသည်။

(လူအချင်းချင်း အထင်သေးခြင်း၊ လူအချင်းချင်း လှည့်ပတ်ခြင်းများနှင့် ဒေါသ အာဃာတတရားများ ပယ်ဖျောက်နိုင်ပြီး ကိုယ်နှင့်အမျှ မေတ္တာတရား ပွားများနိုင်ကြပါစေ)

–၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် လပြည့်ဝန်းမဂ္ဂဇင်းပါ နေဝန်းနီ၏ "ဂျူနီဦးစော၏ နောက်ဆုံးတနှစ်စောင်နှင့် နောက်ဆုံးနေ့"ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

ငွါရဲ့မှာတမ်း

* ငွါအသုဘ ရှုကြသူတွေ၊ သင်တို့လဲပဲ ငွါနဲ့မသွေ။
တစ်နေ့ကျတော့ သေရမှာပေ၊ ယခုက ပြုကြ ကုသိုလ်တွေ။
* 'ဒါန'ပြုကြ 'သီလ'စောင့်လေ၊ 'သမထ'လဲ အားခဲနိုင်စေ။
ရုပ်နာမ်နှစ်ချက် ဖြစ်ပျက်ပုံတွေ၊ အမြဲတမ်း ရှုစမ်း အို... မိတ်ဆွေ။

တိတ်တိတ်နေ

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ၊ ယဉ်ကျေးလှတဲ့သူတွေပါ။
ယဉ်ကျေးသူဟာ ဆူညံမှု၊ ဘယ်သောခါမှ သူမပြု။
စကားလုပြော ဆူညံသူ၊ **'လူရိုင်း'**တွေနဲ့တူ။
'ယဉ်ကျေးသူ' ဖြစ်လိုက၊ တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် နေထိုင်ကြ။

ကျန်းမာရေးမကောင်းရင် လူ့ဘုံဟာပြိတ္တာဘုံနဲ့မခြားဘူး

"လာဘ်တကာ့လာဘ်ထဲမှာ ကျန်းမာတာဟာ အကောင်းဆုံးလာဘ်ပဲ။
ကျန်းမာရေးမကောင်းရင် လူ့ဘုံဟာ ပြိတ္တာဘုံနဲ့ မခြားဘူး"။

"ကျန်းမာခြင်းသည် လာဘ်တစ်ပါး"ဆိုသော စကားကို
လူတိုင်းလိုလို ကြားဖူးပါသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့သည်
ထိုလာဘ်ကိုကျော်ပြီး တခြားလာဘ်ကို မျှော်ကြသည်။
ကျွန်တော်တို့သည် နာမည်ကြီးချင်ကြသည်။ ဂုဏ်လိုချင်ကြသည်။
ငွေကို မက်မောကြသည်။ ရာထူးကို တောင့်တကြသည်။
အာဏာကို ခံတွင်းတွေ့ကြသည်။
အမိန့်ပေးစေခိုင်းတာကို ပီတိဖြစ်သည်။ သူများအထက်က နေချင်သည်။
သူများကို အနိုင်ကျင့်ချင်သည်။
ကိုယ့်ကို သူများကြောက်နေရတာကို လိုချင်သည်။
စသည့်စသည့် လာဘ်တို့ကို အချိန်တိုင်း တောင့်တမျှော်လင့်နေမိသည်။
ကျွန်တော်တို့မျက်စိရှေ့မှာပင် တခြားလာဘ်ကိုရှာရင်း
ကျန်းမာခြင်းလာဘ် ဆုံးရှုံးသွားရသူတွေကို တွေ့ဖူးပေါင်းများလှပါပြီ။
သို့သော် သင်ခန်းစာယူရကောင်းမှန်းမသိ။ တကယ့်အကောင်းဆုံးလာဘ်ကို
မေ့လျော့နေကြပါသည်။ (ကျန်းမာခြင်းကို တန်ဖိုးထားနိုင်ကြပါစေ)

-(၁၆-၆-၂၀၁၃)ထုတ် The Daily Eleven ပါ
မောင်ကြည်၏'အကောင်းဆုံးလာဘ်'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်မှုဝေသည်။

အမျိုးစောင့်ဥပဒေနှင့်ပတ်သက်၍

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာအမျိုးသမီးများ ဘာသာခြားနှင့်လက်ထပ်ထိန်းမြားခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဥပဒေမူကြမ်းတစ်ခုအား သံဃာတော်များရေးဆွဲ၍ လွှတ်တော်သို့ တင်ပြနိုင်ရန် ရေးဆွဲသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း"**ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ဆိုင်ရာ ဩဝါဒ ခံယူပွဲနှင့် အကြံညှိနှိုင်းဆွေးနွေးပွဲ**"မှ သိရသည်။ ......

အမျိုးစောင့်ဥပဒေရေးဆွဲရခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ **ဆရာတော်ဝီရသူ(မစိုးရိမ်)**က "ဦးဇင်းတို့နိုင်ငံမှာ အမေလဲ မသိလိုက်ရ၊ အဖေလဲ မသိလိုက်ရ၊ ဆွေမျိုးသားချင်းလဲ မသိလိုက်ရဘဲ ဒီကနေ့ မှတ်စလင်နဲ့လိုက်ပြေးတယ်။ ဒီညပဲ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင် ဖြစ်သွားတယ်။ ဗလီထဲမှာ 'နေကာ'ဖတ်ရတယ်။ စာချုပ်ချုပ်တဲ့အခါ အစ္စလာမ် ဘာသာဝင်အဖြစ်ချုပ်ကြတယ်။ အဲဒီလို လွတ်လပ်စွာကိုးကွယ်ခွင့်ချိုးဖောက်တဲ့ သူတွေများနေတယ်။ ဒါနဲ့ပတ်သက်ပြီး လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်တယ်လို့ သတ်မှတ်ရင် မလေးရှားလဲ ချိုးဖောက်တာပါပဲ။ စင်္ကာပူလဲ ချိုးဖောက်တာပါပဲ။ ဦးဇင်းတို့ရဲ့ ဘာသာ၊ သာသနာကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တာပါ။ လွတ်လပ်စွာ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခွင့်ရှိပါတယ်"ဟု မိန့်ကြားခဲ့သည်။

ယင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဆရာတော် **ဒေါက်တာဓမ္မပိယ**က "မြန်မာအမျိုးသမီး ၈၅ ရာခိုင်နှုန်းက လူနည်းစုဘာသာကို လိုက်နေရတဲ့အစား လူနည်းစုက လိုက်ရ မှာပါ။ အဲဒီလိုမှမဟုတ်ဘူး၊ မိမိသဘောနဲ့ယူချင်တယ်ဆိုရင်လဲ ကုလသမဂ္ဂက ချမှတ်ထားတဲ့ လူ့အခွင့်အရေးကို လိုက်နာပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အများစုက အနည်းစုကို အနိုင်ကျင့်တာမဟုတ်ဘဲ အနည်းစုက အများစုကို အနိုင်ကျင့်နေ တာတွေရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် သံဃာတော်များက အမျိုးဘာသာ စောင့်ရှောက်ရေး ဆိုပြီး ဖြစ်လာတာပါ"ဟု မိန့်ကြားခဲ့သည်။

-(၁၀-၆-၂၀၁၃)ထုတ် News Watch Weekly စောင့်ကြည့်သတင်းဂျာနယ် အချပ်ပို(စ)မှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

သွေးမဆူပါဘူး

"ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ သွေးမဆူပါဘူး။ သွေးအေးအေးပါပဲ။ သံဃာတော်တွေက ငြိမ်းချမ်းရေးကို တည်ဆောက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ(Peace Maker)တွေဖြစ်တယ်" TIMEမဂ္ဂဇင်းပါ ဆောင်းပါးနှင့်ပတ်သက်၍ အင်းစိန် သံဃာ့ညီလာခံ၌ သီတဂူ ဆရာတော် အရှင်ဉာဏိဿရ၏တုန့်ပြန်ပြောကြားချက်။

-(၂၈-၆-၂၀၁၃)ထုတ် ပြည်မြန်မာနေ့စဉ်သတင်းစာ စာ ၂၁ မှ။

ဝိသမလောဘတက်ပြီး
တကိုယ်ကောင်းဆန်ရွာ ဘယ်
သူ့သေသေ ငတေမှာ ပြီးရော
ဆိုပြီး
အတင်းသိမ်းပိုက်
တဲ့သူတွေကို မောင်ပိုင်
စီးတယ်လို့ခေါ်
ကြတယ်
အသက်ကြီး
လာတော့ စီးပိုင်
ပေါ့နော်.

ထိုတက်မှုတော့
ထိုးတက်တာ မြန်တယ်နော့
CMM.

လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ရသစာပေဟာ အကျိုးရှိစေပါတယ်

လူငယ်တွေအနေနဲ့ ရသရော သုတရော နှစ်ခုစလုံးကို ရသလောက် ကြိုးသလောက် ဖတ်သင့်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သုတဖတ်ရင် ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမယ်။ ရသဖတ်ရင် နှလုံးသားဖွံ့ဖြိုးမယ်။ ခုအချိန်မှာ ရသရော သုတရော ဖတ်ပြီးတော့ ဦးနှောက်ရော နှလုံးသားရော ဖွံ့ဖြိုးဖို့က တအားလိုအပ်နေပြီ။ ဒါ့ကြောင့် စာများများဖတ်ကဲ့ အလေ့အကျင့်တွေ များများလုပ်ကြပါလို့ ပြောချင်ပါတယ်။ လူတစ်ယောက်က ဦးနှောက်ချည်းရှိလို့လည်း မရဘူး။ နှလုံးသားချည်းရှိလို့လည်း မရဘူး။ နှလုံးသားနဲ့ ဦးနှောက်နဲ့ နှစ်မျိုးစလုံး တွဲရှိနေမှ။ နှလုံးသားမရှိရင် ဘယ်လိုပြောရမလဲ ပညာမတတ်ဘူးပေါ့။ သည်းမခံတတ်ဘူး။ မခံစားတတ်ဘူး။ အဲဒါတွေက လောကကြီးပျက်စီးရပျက်စီးကြောင်းတွေပေါ့နော်။

လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ရသစာပေဟာ အင်မတန်အကျိုးရှိစေပါတယ်။ ဥပမာတစ်ခုပြောမယ်။ ဦးနှောက်ကောင်းလို့ နိုင်ငံ့ခေါင်းဆောင်ဖြစ်သွားမယ်ပေါ့၊ အဲဒီခေါင်းဆောင်မှာ နှလုံးသားမရှိရင် အဲဒီနိုင်ငံကလူတွေ ဒုက္ခရောက်သွားမယ်လေ။ သူမှ မစာနာတတ်တာ။ သူ့အတွက်ပဲ သူ့ကြည့်နေမှာလေ။ ဒါ့ကြောင့် ရသစာပေဟာ လိုအပ်တယ်။

–မောင်စိန်ဝင်း(ပုတီးကုန်း)၊ (၉–၄–၂၀၁၃)ထုတ် ပေါ်ပြူလာဂျာယ်ပါ ဖွင့်ရေးသည့် 'လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ရသစာပေဟာ အကျိုးရှိစေပါတယ်'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

အတွင်းရန်တစ်မျိုး၊ အပြင်ရန်နှစ်မျိုး

ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အပြင်ရန်တစ်မျိုး၊ အတွင်းရန်နှစ်မျိုးရှိတယ်။
အပြင်ရန်ကတော့ ဘာသာခြားပေါ့။
အတွင်းရန်နှစ်မျိုးကတော့ မိုးပြာဂိုဏ်းတို့လို ဗုဒ္ဓကိုဝေဖန်၊ ဓမ္မကိုဝေဖန်၊ သံဃာကို ဝေဖန်နေတဲ့သူမျိုးနဲ့
နောက်တစ်မျိုးက သံဃာတု သံဃာယောင်တွေပဲ။

–ဟသ်ာတ မိုးကောင်းပရိယတ္တိစာသင်တိုက်ဆရာတော် ဦးသုမင်္ဂလာစာရာဘိဝံသ၏(၂၇–၆–၂၀၁၃) အင်းစိန် သံဃာ့ညီလာခံ၌ မိန့်ကြားချက်

ဓမ္မစကူးလ်တွေ ဖွင့်ဖို့လိုပြီ

ကျွန်မသည် Dhamma School(ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်း) နှင့်ပတ်သက်သော စာစောင်များဖတ်ရှုပြီး Dhamma School ဆိုတာ ဘာလဲ၊ ဖွင့်လှစ်ရတဲ့အကြောင်းရင်း၊ ဘယ်နေရာမှာ ဖွင့်လှစ်သင့်သလဲ၊ ရရှိနိုင်သောအကျိုးကျေးဇူးများက ဘာတွေလဲစသည်ဖြင့် တင်ပြလိုပါသည်။

Dhamma School ဆိုသည်မှာ အပတ်စဉ်၊ တစ်ပတ်တွင်တစ်ရက် (ရုံးပိတ်ရက်၊ သို့မဟုတ် သင့်တင့်သောနေ့) တစ်ရက်တွင် ၂-နာရီ၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာရေး အခြေခံသင်တန်းများ ဖွင့်လှစ်သင်ကြားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ (ကျွန်မတို့ မိဘများလက်ထက် ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင် ဘုရားရှိခိုး၊ မင်္ဂလသုတ်၊ မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော်များသင်ကြားပေးသည်နှင့်တူပါသည်။)ယခုအခါ၌နွေရာသီ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်း Dhamma School မျှနှင့် မလုံလောက်တော့ဘဲ အပတ်စဉ် Dhamma School (Sunday School)များ ဖွင့်လှစ်ရတော့မည့် အချိန်ရောက်နေပါပြီ။

သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၌ နှစ်ပေါင်း(၁၀၀)ကျော်ကတည်းက Dhamma School များကို သူငယ်တန်းမှ နောက်ဆုံး အဆင့်(၁)၊ အဆင့်(၂)အထိ အတန်းပေါင်း(၁၃)တန်း၌ (ငါးရာ့ငါးဆယ်ဇာတ်တော်များ၊ ဓမ္မပဒလာ ဘုရားလက်ထက်တော်က အဖြစ်အပျက်များ၊ ဓမ္မကဗျာများ၊ ပါရမီ(၁၀)အကြောင်း၊ ဒါန,သီလစသော ပုညကြိယဝတ္ထုတို့၏အဓိပ္ပါယ်၊ ဘုရားဖြစ်စဉ် ဗုဒ္ဓဝင်အကြောင်း၊ ပရိတ်ကြီး ပါဠိနှင့်အဓိပ္ပါယ်၊ သုတ္တနိပါတပါဠိတော်လာ မှတ်သားဖွယ်တရားများ၊ သီရိလင်္ကာ ဗုဒ္ဓဘာသာသမိုင်း၊ ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်ပတ်သက်သည့် ရှေးဟောင်းယဉ်ကျေးမှု ဝိသုကာများအကြောင်း၊ ရာဇဝင်များ၊ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာများနှင့် မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏ ကွဲပြားခြားနားပုံတို့ကို သူ့အတန်းနှင့်သူ ခွဲခြားပြီး မိခင်ဘာသာစကားနှင့်သင်ပေး၍ အင်္ဂလိပ်စာ ဒီပလိုမာတန်းကိုပင် ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။ သင်ရိုးပဋ္ဌာန်းစာအုပ်တွေကို သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနက ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေ၍ အခမဲ့ဖြန့်ဝေပြီး၊ စာမေးပွဲကို သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနကပင် တာဝန်ယူပြီး ဒီဇင်ဘာလ ပထမပတ်မှာ ကျင်းပပေးပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် Dhamma School ဖွင့်လှစ်ရသည့်အကြောင်းမှာ ယနေ့ခေတ် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာလူငယ် မောင်မယ်များသည်-

၁။ တိုင်းတစ်ပါးယဉ်ကျေးမှုကို အထင်ကြီးကာ အတုခိုးနေကြခြင်း၊

၂။ ခေတ်ပညာတတ် လူငယ်မောင်မယ်များပင် ဘာသာရေးစိတ်ဓာတ် အခြေမခိုင်သဖြင့် မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင်ယဉ်ကျေးမှုကို တန်ဖိုးထားမှု လျော့နည်းလာနေခြင်း၊

၃။ ရဟန်းသံဃာ မိဘဆရာတို့အပေါ်၌ ရိုသေလေးစားမှု ခေါင်းပါးလာခြင်း၊

၄။ အကျင့်စာရိတ္တ ယိုယွင်းပျက်စီးပြီး ရိုင်းပျကြမ်းကြုတ်ခြင်း၊

၅။ စာသင်ကြားချိန်၌ပင် မူးယစ်ဆေးဝါးများ သုံးစွဲလာကြခြင်း၊

၆။ ဆယ်ကျော်သက်လူငယ်များ ရာဇဝတ်မှုခင်း များလာခြင်း၊

၇။ အသက်(၁၀)နှစ်အရွယ် ကလေးလူငယ်များပင်(Homosexual)၌ ဖြစ်မှုကျူးလွန်မှုရှိနေခြင်း၊ (Living together)ကို အကျင့်ကောင်းတစ်ခုအဖြစ် ပြောင်ကျကျ ကျင့်သုံးလာခြင်း၊

၈။ မြန်မာမိန်းကလေးများသည် အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှု၏ အထွတ်ဖြစ်သည့် သင်္ကြန်ကာလ၌ပင် အရက်သေစာ သောက်စားမူးယစ်ကာ လူပုံအလယ်မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့်ဆန့်ကျင်သော အပြုအမူအနေအထိုင်တို့ကို အရှက်အကြောက်ကင်းမဲ့စွာ ပြုမူနေကြခြင်း၊

၉။ သောက်စားမူးယစ်ခြင်းကို ဂုဏ်ရှိသည့်အထင်နှင့် ပြုလုပ်နေကြသဖြင့် လူငယ်၊ လူလတ်များ သက်တမ်းမစေ့ဘဲ သေနေရခြင်း၊

၁၀။ ခေတ်ပညာကို ဦးစားပေးပြီး ဗုဒ္ဓအဆုံးအမ မျက်ခြည်ပြတ်သဖြင့် သားသမီးများ ဆိုးသွမ်းလာမှ မိဘများရင်ကျိုးရခြင်း

စသည်ဖြင့် လူငယ်တို့၏ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုမှအစ အနေအထိုင်၊ အပြောအဆို၊ စိတ်နေစိတ်ထားတို့သည် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်သို့ အလွန်လျင်မြန်သော အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ပြောင်းလဲနေခြင်းကို လစ်လျူရှုထား၍ မဖြစ်နိုင်တော့သဖြင့် အခြားဘာသာဝင်တို့သည် သူတို့၏ကလေးများအား ဘာသာရေးအသိအမြင်ကို စွမ်းအားပြည့် ပေးဝေနေကြပြီဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်တို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မိဘများအနေဖြင့်လည်း မိမိတို့၏ရပ်ရွာရှိ ဘုန်းကြီးကျောင်း၊ သို့မဟုတ် ဓမ္မာရုံသို့ လူငယ်လူရွယ်များကို အမြန်ဆုံးပို့ဆောင်ကာ ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှုနှင့် စာရိတ္တပညာရပ်ကို သင်ကြားနိုင်ရန်အတွက် Dhamma Schoolကို နိုင်ငံအဝှမ်း အမြန်ဆုံး ဖွင့်လှစ်သင်ကြားသင့်ပေပြီ။

တိုင်းပြည်အဝှမ်း ဆောင်ရွက်သဖြင့် သီရိလင်္ကာ၌ ကလေးသူငယ်များသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏တန်ဖိုးကို ကိုယ်တိုင်သိရှိသောကြောင့် မိမိဘာသာကို ဘယ်သောအခါမှ ကျောမခိုင်းတော့သကဲ့သို့ မြန်မာနိုင်ငံ၌လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ကလေးသူငယ်

များသည် လူတော်လူကောင်း (မကောင်းမှုမလုပ်ရဲဘဲ ကောင်းမှုကို လုပ်ရဲသူများ) ဖြစ်၍ အနာဂတ်ဗုဒ္ဓသာသနာကို ထိန်းသိမ်းနိုင်သူများ၊ ဒါယကာ ဒါယိကာမ ကောင်းများ ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။

အချုပ်အားဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံ (ရန်ကုန်မြို့အပါအဝင်)တွင် Dhamma School ပေါင်း(၁၀၀)ကျော်ရှိပြီး ထပ်မံတိုးချဲ့ ဖွင့်လှစ်နေပါသည်။ ဆရာတော်များကလည်း (၁၁)တန်းစာ ပြဌာန်းစာများ ရေးသားနေလေပြီ။ ယခုမှ စတင်သော်လည်း အချိန် မနှောင်းသေးပါ။ ထို့ကြောင့် ကျွန်မတို့ဓမ္မမိတ်ဆွေများလည်း Dhamma Schoolများ ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် တာဝန်ကိုယ်စီရှိကြသဖြင့် သင်ကြားသူ၊ ထောက်ပံ့သူ၊ ကလေးငယ်များကို ပို့ဆောင်သူများအဖြစ် ပူးပေါင်းပါဝင်ကြပါရန် နှိုးဆော်တိုက်တွန်းလိုက်ပါသည်။

-ဒေါ်ယုယုနိုင်၊ ကိုးကားသည့် စာစောင်များ --ဓမ္မစကူးလ် (အရှင်ဓေဝိန္ဒာဘိဝံသ)၊ ဓမ္မစကူးလ် (မော်လမြိုင် ဟိတဝရကောင်အေးရှင်း)၊ ဓမ္မကျောင်းတော်(ရန်ကင်းတောင်စာစဉ်-၂၄)။ (၁-၉-၂၀၁၂)ထုတ် 'ဓမ္မစကြာ့တပန်းကုံး'စာစောင် တ ၆ မှ။

သတိပြုစရာ

မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးတွင်ဘင်္ဂါလီမွတ်စလင်ဦးရေ ၁ဒသမ၃၃သန်းရှိပြီး ရခိုင်ပြည်နယ်တစ်ခုတည်းတွင် ၁ ဒသမ ၀၈ သန်းရှိ

"နှစ်စဉ် အောက်တိုဘာလ ၁ ရက်နေ့တိုင်း လူဦးရေစာရင်း ထုတ်ပြန်လေ့ရှိပါတယ်။ နောက်ဆုံး ၂၀၁၂ အောက်တိုဘာလ ၁ ရက်နေ့ ထုတ်ပြန်ချက်အရ လူဦးရေ ၆၀ ဒသမ ၉၈ သန်းလို့ ထုတ်ပြန်ထားပါတယ်။ ယနေ့ကောက်ထားတဲ့အခြေအနေအရ မြန်မာတစ်ပြည်လုံးမှာ ဘင်္ဂါလီမွတ်စလင်ဦးရေ ၁ ဒသမ ၃၃ မီလျံရှိပါတယ်။ ရခိုင်တစ်ခုတည်းမှာ ၁ ဒသမ ၀၈ မီလျံရှိပါတယ်။ ဒါ လက်ရှိစာရင်းအရပါ"

-လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့်ပြည်သူ့အင်အားဦးစီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးခင်ရီက မီဒီယာများနှင့်တွေ့ဆုံစဉ် ပြောကြားချက်၊ (၃၀-၆-၂၀၁၃)ထုတ် The Daily Eleven သတင်းစာ တ ၁၀ မှ။

အယ်ဒီတာ့စကား

စကားကြီးသုံးခွန်း

လူငယ်များအတွက် စကားလက်ဆောင် ပေးချင်သည်။ များများမဟုတ်ပါ။ သုံးခွန်းတည်းပါပဲ။

ဘဝခရီးကြမ်းကို ဖြတ်သန်းကြရမည့်လူငယ်တိုင်း အောင်မြင်မှုရကြစေချင်သည်။ တချို့က ဘဝကို ရေစုန်မျောနေကြ၏။ အချိန်အခါကို မသိ။ ဘာလုပ်ရမှန်းမသိ ဖြစ်နေကြ၏။ လုပ်တော့လုပ်နေကြတာပဲ။ ဘယ်လိုလုပ်နေမှန်းမသိ။ သွားတော့ သွားနေတာပဲ။ ဘယ်ရောက်နေမှန်းမသိ။ မသိခြင်းတွေနှင့် ပျော်မောနေကြ၏။ ထိုသို့သော လူငယ်များအတွက် စကားကြီးသုံးခွန်း လက်ဆောင်ပေးပါရစေ။

၁။ ဘာပဲလုပ်လုပ် အကောင်းဆုံးလုပ်

၂။ ဘာတွေပဲရှုံးရှုံး နာမည်တစ်လုံး မဆုံးရှုံးစေနဲ့

၃။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်မညစ်နဲ့၊ အချိန်တန် ဟန်ကျမယ်

၁။ ဘာပဲလုပ်လုပ် အကောင်းဆုံးလုပ်

သိလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မသိလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ခိုင်းလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အားနာလို့ဖြစ်ဖြစ် လူတိုင်းတစ်ခုခုတော့ လုပ်နေကြရသည်။ တချို့လည်း စိတ်ပါလက်ပါ။ တချို့က ဝါသနာမပါ။ တချို့က တာဝန်ကျေရုံပဲ။ တချို့က အပြောလွတ် ပြီးရော။ အားထည့်၍လုပ်ကြသူနည်း၏။ ဘာပဲလုပ်လုပ်၊ လုပ်ရပြီဆိုကတည်းက တောင်တောင်အီအီတွေးမနေပါနဲ့။ အကောင်းဆုံးသာ လုပ်လိုက်ပါ။ ကေသရာဇာခြင်္သေ့မင်းစိတ်မျိုးမွေးလိုက်ပါ။ ကေသရာဇာခြင်္သေ့မင်းတို့မည်သည် သားကောင်ကြီးကြီးသေးသေး အားထုတ်လုံ့လစိုက်မှုကို တစ်ရွေးသားမျှ မလျှော့။ မမိမိအောင် ဖမ်းတတ်၏။ လူငယ်တွေ ဘာပဲလုပ်လုပ် အကောင်းဆုံးလုပ်။

၂။ ဘာတွေပဲရှုံးရှုံး နာမည်တစ်လုံး မဆုံးရှုံးစေနဲ့

လူ့လောကတွင် ယုံကြည်မှုသည် အရေးကြီး၏။ လူတစ်ယောက်၊ လူတစ်စု၊ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုယုံကြည်မှုရအောင် တည်ဆောက်ရသည်မှာ မလွယ်။ အချိန်ကြာမြင့်စွာတည်ဆောက်ရ၏။ ယုံကြည်မှုရခဲ့သော ကိုယ့်နာမည်တစ်လုံးနှင့် တစ်သက်လုံး လူရှိသေအောင် နေထိုင်လုပ်ကိုင်စားလို့ရသည်။ လူမှုအရှုပ်အရှင်းကင်း၊ ငွေကြေးကိစ္စ စိတ်ချ၊ စကားတစ်ခွန်းဆိုတစ်ခွန်း ယုံကြည်ရသည်ဟု နာမည်ကောင်းသာရှိ၊ လူလေးစားခံရသည်။ ယုံကြည်အားကိုးခြင်းခံရမည်။

ကိုယ်က အကူအညီတောင်းလျှင် ပေးမည့်သူတွေ အဆင်သင့်။ ထိုနာမည်ကောင်းကို တန်ဖိုးထားရကောင်းမှန်းမသိဘဲ သိက္ခာကို ရိက္ခာနှင့်လဲပြီး အပျော်မက်ပြီး နာမည်ပျက်ခဲ့သော် လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် ရှင်လျက်နှင့် သေသူဖြစ်သွားလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် လူငယ်တွေ ဘာတွေပဲရှုံးရှုံး၊ နာမည်တစ်လုံးတော့ မဆုံးရှုံးကြပါစေနဲ့။

၃။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်မညစ်နဲ့၊ အချိန်တန် ဟန်ကျမယ်

လူ့ဘဝဆိုတာ ဒုက္ခတွေကြားထဲမှာ အောင်မြင်ပျော်ရွှင်အောင် အားထုတ်ကြိုးပမ်းနေရတဲ့ နေရာမို့ ဘယ်သူမှ ဒုက္ခနဲ့ လွတ်လွတ်ကင်းကင်းနေလို့ မရပါ။ သောကတွေ၊ စိတ်ညစ်စရာတွေနဲ့ အတူတွဲနေထိုင်ရတာမို့ တစ်နေ့မဟုတ်တစ်နေ့ တစ်ချိန်မဟုတ်တစ်ချိန်တော့ အကြီးအကျယ် စိတ်ညစ်စရာ ကြုံတတ်ပါသည်။ ထိုသို့ကြုံတွေ့တဲ့အခါ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်းမဟုတ်ဘူးဆိုတာ သတိရပါ။ အခြားလူတွေလည်း ဤကဲ့သို့ ကြုံတွေ့ကြပြီး အချိန်တန်သောအခါ ကျော်လွှားဖြတ်သန်းသွားကြစမြဲပါပဲ။ ကိုယ်လည်း အချိန်တန်လျှင် ထိုစိတ်ညစ်စရာစက်ကွင်းမှ လွတ်ကင်းသွားပါလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်မညစ်ပါနှင့်၊ အချိန်တန် ဟန်ကျသွားလိမ့်မည်ဟု တိုက်တွန်းအားပေးလိုက်ပါ၏။

-ကောင်းသန့်(အယ်ဒီတာချုပ်)၊ ၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်း စာ ၅ မှ ကူးယူမျှဝေသည်။

မမေးနဲ့

အမေရိကန်သမ္မတ ဂျွန်အက်ဖ်ကနေဒီက ပြောပါတယ် "မမေးနဲ့"တဲ့။
မင်းနိုင်ငံက မင်းကို ဘာလုပ်မပေးလဲ၊ "မမေးနဲ့"တဲ့။
မင်းမိဘက မင်းကို ဘာလုပ်ပေးမလဲ၊ "မမေးနဲ့"တဲ့။
မင်းပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းက မင်းကို ဘာလုပ်ပေးမလဲ၊ "မမေးနဲ့"တဲ့။
မင်းက မင်းနိုင်ငံ၊ မင်းမိဘ၊ မင်းပတ်ဝန်းကျင် အသိုင်းအဝိုင်းကို ဘာလုပ်ပေးမလဲ၊ အဲဒါကို "မင်းမေးပါ"တဲ့။
"လောကမှာ ကိုယ်မြင်ချင်တဲ့ အပြောင်းအလဲ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲ ဖြစ်စေပါ"လို့ မဟာတ္တမဂန္ဒီက တိုက်တွန်းပါတယ်။

-(၁၄-၅-၂၀၁၃)ထုတ် ဂျာနယ်ပါ ဓမ္မာထက်၏ 'သင့်ဘဝကို မပြောင်းတဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှာ သင့်ဘဝကို မရောင်းပါနဲ့'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နှုတ်ဝေမျှသည်။

ဒါနအကျိုး

အများချစ်အပ်၊ သူမြတ်တို့ချဉ်း၊ ကောင်းသတင်းကြွယ်၊ ပွဲလယ်ဝင်ရဲ၊ ခန္ဓာစဲသော်၊ ရောက်မြဲနတ်ထံ၊ ဤငါးတန်၊ ရရန်လှူကျိုးတွေ။

သီလအကျိုး

စီးပွားတိုးတက်၊ ကောင်းထွက်သတင်း၊ ရဲဝံ့ခြင်းနှင့်၊ သေခြင်းမတွေ၊ သေလျှင်ကောင်းရာ၊ ရောက်မြဲသာ၊ မှတ်ပါငါးမျိုး၊ သီလကျိုး။

မေတ္တာပွားများခြင်း(သမထ)အကျိုး

တစ်နေ့သုံးခါ၊ အိုးတစ်ရာဖြင့်၊ ချက်ကာထမင်း၊ ပေးလှူခြင်းထက်၊ မယွင်းစင်စစ်၊ နို့တစ်ညှစ်စာ၊ ကြိမ်သုံးခါမျှ၊ မေတ္တာပွားများ၊ ကျိုးကြီးမားသည်၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ မိန့်ခွန်းတည်း။

ဝိပဿနာရှုရကျိုး

စိတ်ဓာတ်ဖြူဖွေး ငို့ဆွေးကင်းပြန်၊ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းမြဲအမှန်။

မဂ်ဉာဏ်လည်းရ မြင်ရနိဗ္ဗာန်၊ တရားရှု ရမှု ကျိုးငါးတန်။

အထက်ကား အောက်ရှူး

ယနေ့ သာသနာ့ရေသောက်မြစ်သဖွယ်ဖြစ်ကြသော ရှင်ငယ်လူငယ်တို့သည် ယုယမှု၊ ဦးစားပေးမှု၊ အားပေးချီးမြှောက်မှု၊ စောင့်ရှောက်မှုတို့ နည်းပါးလာကြသဖြင့် တဖြည်းဖြည်း ညှိုးခြောက်လာနေကြပါသည်။ အမြစ်ညှိုးခြောက်လျှင် ပင်စည်ညှိုး ခြောက်ပါမည်။ ပင်စည်ညှိုးခြောက်လျှင် အကိုင်းအခက်တို့ ညှိုးခြောက်ပါမည်။ အကိုင်းအလက်တို့ ညှိုးခြောက်ပါလျှင် အသီးအပွင့်တို့ မသီးမပွင့်နိုင်ကြတော့ပါ။ ဤသို့ဖြင့် သာသနာ့သစ်ပင်ကြီးသည် တဖြည်းဖြည်း ညှိုးခြောက်သွားမည်ကို ဤနိုင်ငံ၊ ဤလူမျိုးအတွက် စိုးကြောက်ဖွယ်ဖြစ်ပါသည်။ ယနေ့ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော်၏ အခြေအနေသည် အောက်ခြေလူငယ် အင်အားစုနည်းပါးပြီး အထက်ပိုင်းလူကြီးအင်အားစုဖြင့်သာ ကျေနပ်နေသော "အထက်ကား အောက်ရှူး" သဏ္ဌာန်ဖြင့် တည်ရှိနေပါသည်။

ပရိယတ်ဟူသော သင်ကြားမှုအပိုင်းတွင်လည်း အခြေခံသင်ကြားမှုအင်အား နည်းပါးသော "အထက်ကား အောက်ရှူး"သဏ္ဌာန်ဖြင့် ရပ်တည်နေပါသည်။

ပဋိပတ်ဟူသော ကျင့်ကြံမှုပိုင်းတွင်လည်း သီလအင်အား၊ သမာဓိအင်အား နည်းပါးပြီး ဝိပဿနာစကား များများပြောသော "အထက်ကား အောက်ရှုး" သဏ္ဌာန်ဖြင့် တည်ရှိနေပါသည်။ "အထက်ကား အောက်ရှုး"နေခြင်းသည် အလွန်အန္တရာယ်များလှပါသည်။ အထက်-အောက် မျှတအောင် ဆောင်ရွက်ပေးဖို့ လိုနေပါသည်။ လူငယ်အင်အားစု အများဆုံးပါဝင်သော ဗုဒ္ဓဘာသာရေးဖြစ်ရန် "အခြေခံသင်ကြားမှုပြည့်စုံသော ပရိယတ္တိသင်ကြားရေးစနစ်ဖြစ်ရန်၊ အခြေခံကျင့်ကြံမှုပြည့်စုံသော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လူငယ်များကို စနစ်တကျပျိုးထောင်လေ့ကျင့်ရေး၊ ရှင်ငယ်ရဟန်းငယ်တို့ကို စနစ်တကျ ပျိုးထောင်လေ့ကျင့်ရေးတို့ကို စီမံကိန်းဖြင့် မူချပြီး တဖြည်းဖြည်း ဆောင်ရွက်သင့်ကြပါသည်။ ဤကား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အားလုံးတို့ သိသင့်သိထိုက်သောယနေ့ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော်၏ ပကတိအခြေအနေဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် သာသနာ့ရေသောက်မြစ်ကြီး အစဉ်ရှင်သန်လျက် အန္တရာယ်မှ လွတ်ကင်းအောင်၊

(၁) **ဘုရားမှန်မှန် ရှိခိုးကြစို့၊**

(၂) **အခြေခံဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်တို့ကို သင်ယူကြစို့၊**

(၃) **ဘာသာတူခြင်း လက်ထပ်ကြစို့**-ဟူသော

စည်းသုံးတန်ဖြင့် တားဆီးကြပါစို့ဟု အမျိုး ဘာသာ သာသနာတော်အတွက် အဖော်ညှိ တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

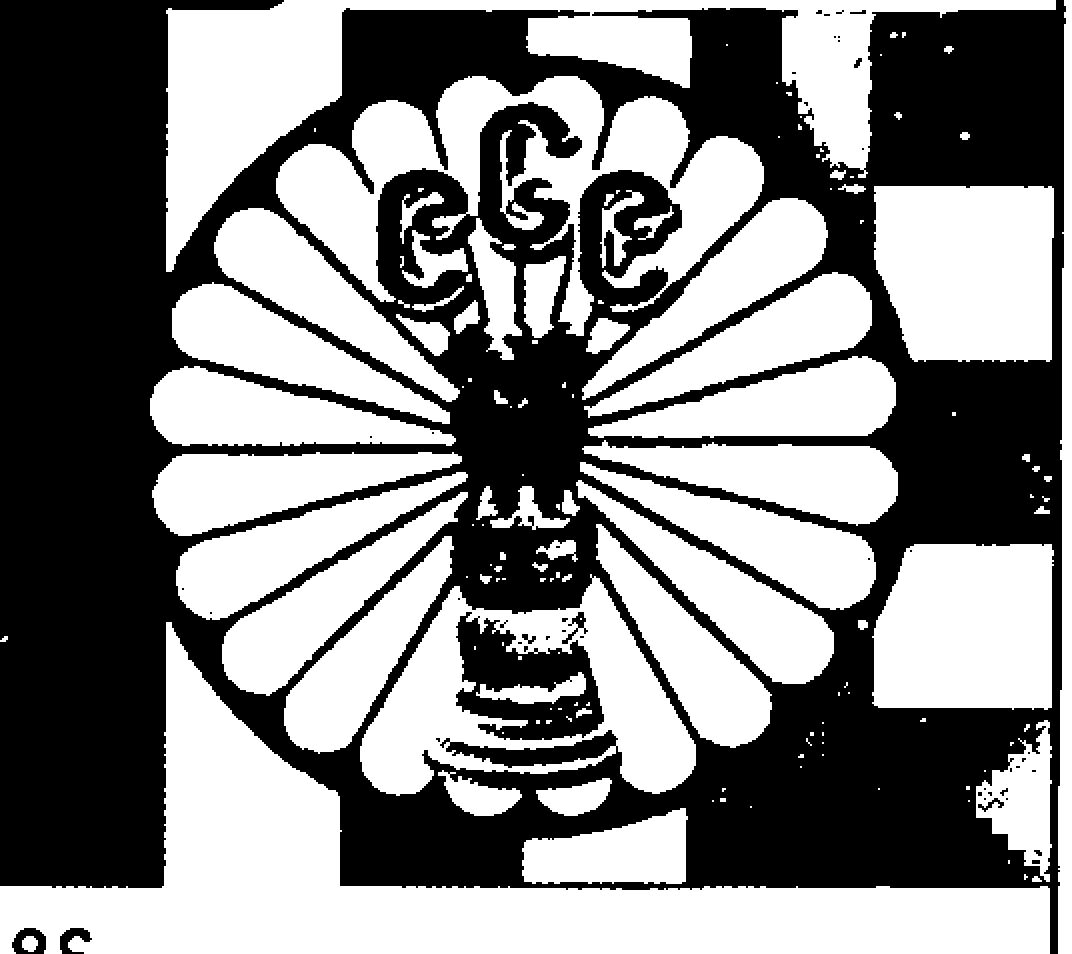
-ဓမ္မဗျူဟာ ဦးမြသောင်း(သာကီနွယ်)၊
၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် ဓမ္မဗျူဟာစာစောင်မှ။

မေတ္တာကြီးမားတော်မူသောဆရာတော်

"တပည့်တော်ဘဝမှာ လောကီအဖွဲ့အစည်းကိစ္စနဲ့ပတ်သက်လို့ ပါဝင်ပြီးတော့ ထောက်ခံကြောင်းလက်မှတ်ထိုးဖူးတာ ဒါ..ပထမဆုံးပါ"လို့ တိပိဋကရေ မွေဘဏ္ဍာဂါရိက ယောဆရာတော်ကြီးက အမျိုးစောင့်ဥပဒေကို ထောက်ခံကြောင်းလက်မှတ်ရေးထိုးစဉ် မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ကြောင်း တိပိဋကရေ မွေဘဏ္ဍာဂါရိက အရှင်သီလက္ခန္ဓာဘိဝံသက အင်းစိန်သံဃာ့ညီလာခံ၌ မိန့်ကြားတော်မူခဲ့သည်။

-အရှင်ဓေမာနန္ဒ မိုးသု (မန္တလေး)။

ဗုဒ္ဓနည်းကျပဋိပက္ခဖြေရှင်းခြင်းနှင့် "၉၆၉"



မဟ္ဂုတဓေတဝန်တောရ ဆေက်န္တာရာမ ကျောင်းတိုက်တွင် နှစ်ရက်ကြာပြုလုပ်ခဲ့သော 'ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ဆိုင်ရာ ဩဝါဒခံယူပွဲနှင့် အကြံညှိနှိုင်းဆွေးနွေးပွဲ'မှ ဖွန်၁၄ရက်တွင် ကြေညာချက်တစ်ရပ် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ အဆိုပါထုတ်ပြန်ချက်တွင်–

၁။ ပဋိပက္ခကိုဗုဒ္ဓနည်းကျဖြေရှင်းရေးကဏ္ဍ၊
၂။ ငြိမ်းချမ်းစွာ နေထိုင်ရေးအတွက် ဥပဒေဆိုင်ရာကဏ္ဍ၊
၃။ နိုင်ငံသားအာလုံး ငြိမ်းချမ်းစွာ နေထိုင်ရေးကဏ္ဍ၊
၄။ ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဦးတည်သော ပညာရပ်လေ့လာရေးကဏ္ဍ၊
၅။ သတင်းနှင့်ပြန်ကြားရေးကဏ္ဍ၊
၆။ အဖွဲ့အစည်းအဆင့်ဆင့် စေ့စပ်ညှိနှိုင်းရေးကဏ္ဍ၊
၇။ ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဦးတည်သော အသိပေးစည်းရုံးရေးကဏ္ဍဟူ၍ ပါရှိပါသည်။

'ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ဆိုင်ရာ ဩဝါဒခံယူပွဲနှင့် အကြံညှိနှိုင်းဆွေးနွေးပွဲ'သို့ နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကဥက္ကဋ္ဌ၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ဗန်းမော်ကျောင်းတိုက် ဆရာတော် ဒေါက်တာဘဒ္ဒန္တကုမာရာဘိဝံသကိုယ်တိုင် တက်ရောက်ချီးမြှင့်ခဲ့ကာ ဆရာတော် သံဃာတော် အပါး (၂၀၀)ကျော် တက်ရောက်ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းခဲ့ကြပြီး ယခုကဲ့သို့ ကြေညာချက်ထုတ်ပြန်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ထုတ်ပြန်ချက်တွင် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးနှင့် ပဋိပက္ခဖြေရှင်းရေးအတွက် ရပ်တည်ရမည့်အချက်များ ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ပြင်ပဋိပက္ခများကို ဖြေရှင်းရာတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးသို့ဦးတည်ကာ ဗုဒ္ဓနည်းကျ လက်တွေ့ဖြေရှင်းနိုင်မည့်အချက်များ ပါဝင်နေသည်မှာ ကောင်းမွန်မှန်ကန်သော လုပ်ဆောင်ချက်များ ဖြစ်ပါသည်။

ယခုအစည်းအဝေးမှ ထုတ်ပြန်ချက်များသည် ခေတ်နှင့်လျော်ညီပြီး ပဋိပက္ခများကို လက်တွေ့ဖြေရှင်းရာတွင် အထောက်အကူပြုလိမ့်မည်ဟုလည်း ယူဆပါသည်။ နိုင်ငံ၏အုပ်ချုပ်ရေး၊ တရားစီရင်ရေးနှင့် ဥပဒေပြုရေးတို့တွင် ဘာသာရေးမှ ဝင်ရောက်စွက်ဖက်ခြင်း မပြုရသော်လည်း နိုင်ငံတည်ငြိမ်အေးချမ်းမှုအတွက်တွင်မူ ဘာသာတရား၏ အဆုံးအမ၊ တရားဓမ္မဖြင့် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးရသည့် သာဓကများ ရှိပါသည်။

ထို့ပြင် '၉၆၉'ဂဏန်းသည် ရတနာသုံးပါးကို ကိုယ်စားပြုသော ငြိမ်းချမ်းရေး

သင်္ကေတဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို ညှိုးနွမ်းစေနိုင်မည့် နေရာမျိုးတွင် အသုံးမပြုရန်" ဟူသောအချက် ထုတ်ပြန်ချက်တွင် ပါရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် ၉၆၉ ဂဏန်းကို အသုံးပြု၍ အခြားဘာသာဝင်များအား တိုက်ခိုက်ခြင်းနှင့် အကျိုးစီးပွားထိခိုက်အောင် လုပ်ဆောင်ခြင်းစသည့် ဗုဒ္ဓအဆုံးအမနှင့် ကိုက်ညီခြင်း မရှိသည့် လုပ်ဆောင်မှုမျိုး မပြုလုပ်ရန် ယင်းအချက်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ခြင်းအား The Daily Eleven သတင်းစာက ကြိုဆိုထောက်ခံအပ်ပါသည်။

-၂၀၁၃ ဇွန် ၁၅ ထုတ် သတင်းစာ အယ်ဒီတာ့အာဘော်မှ။

လင်ယူမများစေနှင့်

တရုတ်,ကုလား လင်ထားသူဟာ၊ ဘာသာတရား ပျက်ပြားရရှာ။
လျှင်ခဏဖြင့် ကျနသေချာ၊ ကြာရှည်ဝါး ခါးရပေတော့သာ။
ဘိုးဘွားစဉ်ဆက် ဆင်းသက်မြန်မာ၊ ခုလက်ထက်မှ ပျက်ရပေတာ။
ကုမ္မာရီများ ဖောက်ပြားလို့သာ၊ လူစင်စစ် မျောက်ဖြစ်ပေရရှာ။

-ရေးသူမသိ၊ ၉၄ ဇူလိုင်လထုတ် မြက်ခင်းသစ်မဂ္ဂဇင်းကဖော်ပြသော ၁၉၂၄ ဒီဇင်ဘာလထုတ် 'အံ့ဩဖွယ်ရာမဂ္ဂဇင်း' ပါကဗျာ။

ဘာသာခြားနှင့်အိမ်ထောင်ပြုခြင်း ဆိုင်ရာ သိကောင်းစရာ

ရေးသူ- ရှေ့နေ ဦးအေးပိုင် (ထေရဝါဒဓမ္မကွန်ရက် ဥပဒေအကြံပေးပညာရှင်)

အိမ်ထောင်မှုဘုရားတည်

လောကတွင် 'လူ' ဟူ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အခါ တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း ရပ်တည်မနေကြဘဲ အဖော်ရှာလာကြသည်။ ယောကျ်ား-မိန်းမ သဘာဝအရ အိမ်ထောင်ပြုခြင်း၊ သားမွေးခြင်းများကို ပြုလုပ်လာကြသည်။ ထိုအခါ ပြဿနာများလည်း ပေါ်ပေါက်လာကြပါသည်။ မြန်မာစာဆိုရှင် စလေဦးပုည က-

"**အိမ်ထောင်မှု,ဘုရားတည်၊ ဆေးမင်ရည် စုတ်ထိုး။**

ဤသုံးမျိုး ချက်မပိုင်လျှင်၊ နောင်ပြင်ရန် ခက်သည့်အမျိုး" ဟု စပ်ဆိုပြီး သတိပေးထားပါသည်။ အိမ်ထောင်ပြုမှုများလျှင် ဘာသာ သာသနာကိုပါ ဆုံးရှုံးစေခြင်းကြောင့် ဘဝတစ်ခုလုံး ဆုံးရှုံးလိုက်ရခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဗြိတိသျှကိုလိုနီနယ်ချဲ့တို့သည် ဆန်၊ စပါး၊ ဝါဂွမ်း၊ ကျွန်းသစ်၊ ရေနံ၊ ကျောက်သံပတ္တမြားအစရှိသည့် မြေပေါ်မြေအောက် အဖိုးတန်ပစ္စည်းများကို နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ရယူခဲ့ကြသည်။

အိန္ဒိယကုလားများကို ခေါ်ယူလာပြီး လယ်ယာလုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်စေခဲ့ကြသည်။ ထို့ကြောင့် မြန်မာလယ်သမားကြီးများသည် နောက်ဆုံး လယ်ယာမြေများ လက်လွတ်ဆုံးရှုံးကြရသလို အကြွေးမဆပ်နိုင်၍ သမီးပျိုများပင်လျှင် သိမ်းပိုက်ခံရခြင်းကြောင့် လက်လွတ်ဆုံးရှုံးကြရသည်။

ထို့အတူ တရုတ်လူမျိုးများကိုလည်း ဝင်ရောက်လာစေခဲ့ပြီး စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအမျိုးမျိုးတို့ကို လုပ်ကိုင်စေခဲ့ကြသည်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင် တရုတ်လူမျိုးများကလည်း မြန်မာမိန်းကလေးများကို လက်ထပ်ယူကြသည်။

ထို့ကြောင့် ဒဂုံဆရာတင်က "**ငွေကိုယူသည်၊ ရွှေကိုယူသည်၊ လူကိုယူသည်၊ အမျိုးပျောက်မှာ စိုးကြောက်လှပါသည်**" ဟု သီချင်းစပ်ဆိုပြီး သတိပေးထားပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများအနေဖြင့် နိုင်ငံခြားသား၊ လူမျိုးခြား၊ ဘာသာခြားများနှင့် လက်ထပ်ရခြင်းအကြောင်းကို လေ့လာကြည့်လျှင်–

၁။ ငွေကြေးအခက်အခဲကြောင့် လက်ထပ်ရခြင်း၊

၂။ ပစ္စည်းဥစ္စာထောက်ပံ့ကူညီမှုကြောင့် လက်ထပ်ရခြင်း၊

၃။ ကျန်းမာရေးအထောက်အပံ့အပါအဝင် ပညာရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးထောက်ပံ့မှုအစရှိသော အကြောင်းအချက်များကြောင့် လက်ထပ်ရခြင်းဖြစ်ကြောင်းတွေ့ရှိရသည်။

လက်ထပ်ပြီးနောက်ပိုင်းတွင် ဘာသာရေးမတူညီမှု၊ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံမတူညီမှုတို့ကြောင့် ကြီးစွာသော လူမှုဒုက္ခများကို နဖူးတွေ့ ဒူးတွေ့ ကြုံတွေ့ကြရသည်။ နောင်တကို နောင်မှရကြရသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများသည် ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားများနှင့် လက်ထပ်ပြီးနောက်တွင် တရားဝင်မယားမဖြစ်ဘဲ အပျော်မယားဖြစ်ကြသည်။ အပျော်မယားဘဝဖြင့် အမွေမခံထိုက်သည့် သားသမီးများကို မွေးကြရသည်။ ထိုအခါတွင် နိုင်ငံခြားသား၊ လူမျိုးခြား၊ ဘာသာခြားတို့က သူတို့ဘာသာသို့ သွပ်သွင်းခြင်းကို ခံကြရသည်။

ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတို့က ဘာသာကိုရော လူမျိုးကိုပါ ဝါးမျိုခဲ့ကြသည်။ ဝါးမျိုနေကြသည်။ ဝါးမျိုလာကြဦးမည်။ ထို့ကြောင့် ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြား၊

နိုင်ငံခြားသားတို့၏ ဥပဒေများ၊ ဓလေ့ထုံးစံများကို နားလည်ထားကြစေရန် တင်ပြလိုပါသည်။

အစ္စလာမ်ဘာသာ(မဟာမေဒင်ဘာသာ)

အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်မဟုတ်သူနှင့် လက်ထပ်ခြင်းကို ဥပဒေအရ တားမြစ်ထားသည်။ ထိုသို့သောပုဂ္ဂိုလ်နှင့် လက်ထပ်ထားလျှင် အသိအမှတ်မပြု။

ဟိန္ဒူဘာသာ

ဟိန္ဒူတရားဥပဒေအရ ဟိန္ဒူဘာသာဝင်အချင်းချင်းပင်လျှင် ဇာတ်မတူသူနှင့် လက်ထပ်ခြင်းမပြုနိုင်။ ဗြာဟ္မဏဇာတ်၊ ခတ္တိယဇာတ်၊ ဝေသဇာတ်၊ သုဒ္ဒဇာတ်ဟု ဇာတ်လေးမျိုးရှိရာ ဇာတ်တူသူချင်းသာ လက်ထပ်နိုင်သည်။ ဇာတ်မတူသူများနှင့် လက်ထပ်ခြင်းကို ခွင့်မပြု။ ထို့အတူပင် ဘာသာခြားများနှင့် လက်ထပ်ခြင်းကိုလည်း ခွင့်မပြု။ လက်ထပ်ခွင့်မရှိ။

ခရစ်ယာန်ဘာသာ

အခြားဘာသာဝင်များနှင့် လက်ထပ်ခွင့်မရှိ။ အကယ်၍လက်ထပ်ခဲ့လျှင် ၎င်းတို့ဘာသာသို့မဝင်လျှင် လက်ထပ်ခြင်းသည် တရားမဝင်။

တရုတ်ဗုဒ္ဓဘာသာ

တရုတ်ဓလေ့ထုံးစံဖြင့် လက်ထပ်ခြင်းမဟုတ်လျှင် တရားမဝင်။

ဘာသာကူးပြောင်းကြရပုံများ

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများသည် နိုင်ငံခြားသား၊ ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားများနှင့် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် လက်ထပ်ခဲ့ရပြီးနောက် တရားမဝင်ကြောင်း၊ တရားဝင်မယားမဖြစ်ကြောင်းနောင်အခါမှ သိခွင့်ရရှိကြသည်။ တရားဝင်မယားမဖြစ်လျှင် မိသားစုခံစားခွင့်၊ မိသားစုရပိုင်ခွင့်မရှိတော့ခြင်း၊ ၎င်းတို့၏ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းမှသာလျှင် တရားဝင်လက်ထပ်ခြင်းဖြစ်၍ မိသားစုခံစားခွင့်၊ မိသားစုရပိုင်ခွင့် ရရှိနိုင်သည်ကို သိရှိလာခြင်းတို့ကြောင့် ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြား၊ ယောကျ်ားဖြစ်သူတို့၏ ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းကြရသည်။

ဤနည်းဖြင့် ဘာသာလည်း ပျောက်ကြရသည်။ လူမျိုးလည်း ပျောက်ကြရသည်။ ယနေ့အချိန်တွင် တဖြည်းဖြည်း ပို၍ပို၍များပြားလာကြသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာအမျိုးသားများ၊ မြန်မာအမျိုးသမီးများ အထူးသတိထားရမည့်အချိန်ဖြစ်နေပါပြီ။ ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတို့နှင့် လက်ထပ်မှုကြောင့် ကြုံတွေ့ရသော ပြဿနာများကို လေ့လာကြည့်ကြပါစို့။

<u>အစ္စလာမ်ဘာသာ</u>

၁။ **မဆိုင်းနှင့် ကိုဒါမှိုင်ရှင်(8 BLR.16)။ ဆိုနာဟာလာနှင့်မခင်(9 BL R. 206)**အမှုတွင် မြန်မာမိန်းကလေး (မဆိုင်း၊ မခင်)တို့သည် အစ္စလာမ် ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းပြီး မွတ်စလင်ယောကျ်ားနှင့် လက်ထပ်ခဲ့ကြသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ ပြန်ကူးပြောင်းလျှင် အစ္စလာမ်ဥပဒေအရ လက်ထပ်ခြင်းသည် အလိုလို ပျက်ပြယ်သွားသည်။ ယောကျ်ားက ကွာရှင်းရန် မလိုပေ။ အမျိုးသမီး သည် မည်သည့်ခံစားခွင့်ကိုမျှ မရပေ။

၂။ **ကိုအေးနှင့် ရာဖူးဘိုင်ဘိုင်(1950 BLR. H.C)288** အမှုတွင် သမီးတစ်ဦးရှိသူ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မုဆိုးမတစ်ဦးသည် အစ္စလာမ်ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းပြီး မွတ်စလင်ယောကျ်ားနှင့် အိမ်ထောင်သစ်ပြုခဲ့သည်။ ထိုမိန်းမ ကွယ်လွန်သောအခါ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သမီးသည် မိခင်၏အမွေကို မတောင်းနိုင်ပေ။ အစ္စလာမ်ဥပဒေအရ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်မဟုတ်လျှင် အမွေတောင်းခွင့်မရှိပေ။

၃။ **တရားဝင်လွှဲပြောင်းသူနှင့် မလှထွေး(AIR-1927 ရန်ကုန်၊ စာ-၃၅၀)**အမှုတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အမျိုးသမီးသည် လက်မထပ်မီ အစ္စလာမ်ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းခြင်းမရှိလျှင် ထိမ်းမြားမှုကို တရားမဝင်ဟု သတ်မှတ်သည်။

<u>ဟိန္ဒူဘာသာ</u>

မောင်မန်းနှင့်ဒိုရာမို (3 LBR.244) အမှုတွင် ဒိုရာမိုနှင့်မရွှေပဲတို့သည် ၁၆-နှစ်မျှ လင်မယားအဖြစ်ပေါင်းသင်းခဲ့ကြသော်လည်း ဟိန္ဒူတရားဥပဒေနှင့်အညီ လက်ထပ်ခဲ့ခြင်းမဟုတ်၍ တရားဝင်လင်မယားမဟုတ်ပေ။ အမွေဆက်ခံခွင့်မရနိုင်။ (မောင်မန်းသည် မရွှေပဲ၏ကိုယ်စားလှယ်ဖြစ်သည်)။

<u>ခရစ်ယာန်ဘာသာ</u>

မောင်ကြိုက်နှင့်မကြီး(2 UBR. 1897-188) အမှုတွင် ခရစ်ယာန်ဘာသာ သို့ ကူးပြောင်းပြီး ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင်နှင့် လက်ထပ်ခဲ့သည်။ ခရစ်ယာန်ဘာသာ မှ ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ ပြန်ကူးပြောင်းခဲ့သည်။ ထိုအခြေအနေတွင် မူလခရစ်ယာန် ဘာသာဝင်နှင့်လက်ထပ်ခဲ့ခြင်းသည် မပျက်ပြယ်။

<u>တရုတ်ဗုဒ္ဓဘာသာ</u>

တီးဝိန်ရှိန်နှင့်မနှင်းလှိုင် (BKT. 224) အမှုတွင် တရုတ်ရိုးရာဓလေ့နှင့် အညီ လက်ထပ်မှ တရားဝင်သည်။

<u>မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာ(မြန်မာ့ဓလေ့ထုံးတမ်းဥပဒေ)</u>

ဓမ္မသတ်ကျမ်း၌ရင်း၊ ဓလေ့ထုံးစံ၌ရင်း၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မြန်မာများအား ဘာသာ ခြားနှင့် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းကို ပိတ်ပင်မှုမရှိပါ။

ပစ္စည်းခန့်ခွဲရရှိမှု(ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ)

(က) အမျိုးသား–အမျိုးသမီး တန်းတူအခွင့်အရေးရှိသည်။

(ခ) ပစ္စည်းခန်း လက်ထက်ပွား အတူပိုင်သည်။

(ဂ) မယားသေလျှင် လင်ပိုင်သည်၊ လင်သေလျှင် မယားပိုင်သည်။

(ဃ) သေတမ်းစာရေးခွင့်မရှိပါ။

ပစ္စည်းခန့်ခွဲရရှိမှု (အခြားဘာသာဝင်များ)

(က) အမျိုးသား–အမျိုးသမီး တန်းတူအခွင့်အရေး မရှိ။

(ခ) ယောက်ျားရှာ၍ရသောပစ္စည်းသည် လင်ယောက်ျားနှင့်သာ ဆိုင်သည်။ မိန်းမရှာ၍ရသောပစ္စည်းသည် မိန်းမနှင့်သာဆိုင်သည်။ ပေးမှသာလျှင် ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ မပေးလျှင် မရ။

(ဂ) အမွေရသောပစ္စည်းသည် အမွေရသူယောက်ျားသာ ဆိုင်သည်။ (သို့) အမွေရသူမိန်းမသာ ဆိုင်သည်။

(ဃ) သေတမ်းစာရေးခွင့် ရှိသည်။

ကွာရှင်းခြင်း

(က) ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ– နှစ်ဦးသဘောတူကွာရှင်းခွင့်ရှိသည်။

(ခ) ခရစ်ယာန်ဘာသာ– တရားရုံးမပါဘဲ ကွာရှင်းခွင့်မရ။

(ဂ) ဟိန္ဒူဘာသာ– မည်သည့်အကြောင်းဖြင့်မျှ ကွာရှင်းခွင့်မရှိ။

(ဃ) အစ္စလာမ်ဘာသာ– တစ်ဖက်သက် ကွာရှင်းခွင့်ရှိသည်။

ထိုသို့ကွာရှင်းကြရာတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများသည် ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားယောက်ျားနှင့် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခဲ့လျှင် အစ္စလာမ်ဘာသာအရ လက်ထပ်မည့်အခါ ၎င်းတို့၏ဘာသာသို့မဝင်လျှင် တရားဝင်မယားမဖြစ်ဘဲ အပျော်မယားဘဝ ရောက်ကြရသည်။ ယောက်ျားက မိန်းမကို မကျေနပ်လျှင် အလွယ်တကူ ကွာရှင်းခြင်းခံကြရသည်။ မည်သည့်ခံစားခွင့်ကိုမျှ မရကြပေ။

ထို့အတူ ခရစ်ယာန်ဘာသာအရ လက်ထပ်သည့်အခါ ၎င်းတို့၏ ဘာသာသို့မဝင်လျှင် တရားဝင်မယားမဖြစ်ဘဲ အပျော်မယားဘဝရောက်ကြရသည်။ ၎င်းတို့၏ဘာသာသို့ဝင်ပြီးမှ လက်ထပ်ခဲ့လျှင်လည်း ကွာရှင်းခွင့်မရတော့သဖြင့် ဘာသာကူးပြောင်းရန် ခက်ခဲကြရပြန်သည်။ အကယ်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ ပြန်ကူးပြောင်းခဲ့လျှင် မိန်းမ၏ ခံစားခွင့်မရတော့ဘဲ ဆုံးရှုံးကြရပြန်သည်။

သို့ဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများသည် ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတို့နှင့် လက်ထပ်လိုက်လျှင် ကြီးမားသော ဘဝနွံထဲ အနှစ်ခံလိုက်ရသလိုဖြစ်ပြီး

ဘာသာဆုံးရှုံး၊လူမျိုးဆုံးရှုံးခံလိုက်ကြရသည်။ အခြားဘာသာများမှာ "ဘာသာမတူလျှင် လက်မထပ်ရန်" ဥပဒေရှိသည်။

ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတို့က ဘာသာရေးဥပဒေများကို ထိုသို့ပြဌာန်းထားခြင်းကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများ၏ အခက်အခဲကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန် လိုအပ်သောဥပဒေများကို နိုင်ငံတော်က ပြဌာန်းသည်။ နိုင်ငံတော်ကပြဌာန်းထားသည့် ဥပဒေများကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများ သိရှိကြမည်ဆိုပါက အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဘာသာခြားနှင့်လက်ထပ်လိုက်ရပါသော်လည်း မိမိတို့၏ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို စွန့်လွှတ်ရန်မလိုကြောင်း၊ မိမိတို့၏ မိန်းမအခွင့်အရေး ဆုံးရှုံးရန်မလိုကြောင်း တင်ပြလိုပါသည်။

၁၉၅၄-ခုနှစ်
ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာမိန်းကလေးများ အထူးထိမ်းမြားလက်ထပ်ခြင်းနှင့် အမွေဆက်ခံခြင်းဆိုင်ရာ အက်ဥပဒေ

ဤဥပဒေပုဒ်မ ၂၀-တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများအနေဖြင့် မည်သည့် နိုင်ငံခြားသား၊ ဘာသာခြားနှင့် လက်ထပ်စေကာမူ ၎င်းတို့၏ဘာသာမှာ မည်သို့ပင် သတ်မှတ်ထားစေကာမူ မိန်းမအခွင့်အရေး ဆုံးရှုံးမှုမရှိခြင်း၊ လင်မယားကွာရှင်းခွင့်ရှိခြင်း၊ ပစ္စည်းခွဲဝေရပိုင်ခွင့်ရှိခြင်း၊ သားသမီးထိန်းသိမ်းခွင့်ရှိခြင်းတို့ကို မြန်မာ့ဓလေ့ထုံးတမ်းအတိုင်း အခွင့်အရေးရှိကြောင်း ပြဌာန်းထားသည်။

အောက်ပါစီရင်ထုံးများဖြင့် လမ်းညွှန်ထားသည်။

မောင်ရင်နှင့်မဖြိုင်(၂၆-အိုင်စီ ၇၀၀)အမှုတွင် ထိမ်းမြားလက်ထပ်ပြီးနောက် လင်ဖြစ်စေ၊ မယားဖြစ်စေ အခြားဘာသာသို့ ကူးပြောင်းကိုးကွယ်စေကာမူ ထိမ်းမြားမှုသည် မပျက်ပြယ်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။

ဒေါ်သိုက်(ခ) ဂေါ်မသိုက်နှင့်စီရောင်လင်း(၁၉၅၁-ပတစ၊ စာ-၁၃၃)အမှုတွင် နိုင်ငံခြားသားတစ်ဦးသည် ၎င်း၏ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ ဥပဒေကို မြန်မာနိုင်ငံတွင်းသို့ ယူဆောင်ခွင့်မရှိ။

ဒေါ်စောနှင့်ကွယ်လွန်သူ အီးအမ်မက်ထွန်း(ပစ္စည်းကိစ္စ၊ ၁၉၉၆-မတစ၊ စာ-၈၈) အမှုတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မိန်းမများသည် အခြားဘာသာဝင်ယောက်ျားနှင့် နှစ်ပေါင်းများစွာ ပေါင်းသင်းနေထိုင်ကာ သားသမီးတစ်ကျိပ်ပင် ထွန်းကားခဲ့စေကာမူ တရားဝင်မယားမဖြစ်ကြရဘဲ အမြှောင်မယား၊ အပျော်မယားအဆင့်၌သာ တင်းတိမ်ခဲ့ကြရသည်။ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေးစသည့် အဘက်ဘက်၌ နစ်နာဆုံးရှုံးခြင်း ခံခဲ့ကြရသည်။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မိန်းမများ၏ အခွင့်အရေးကို အကာ

အကွယ်ပေးရန် "**၁၉၅၄-ခုနှစ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မိန်းမများအထူးထိမ်းမြားမှုနှင့် အမွေဆက်ခံမှု အက်ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်းခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်**"ဟု ဆုံးဖြတ်ထားသည်။

ဆက်လက်၍ မိခင်ဖြစ်သူက အစ္စလာမ်ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းသွားရာတွင် ကျန်ရှိနေသောဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သားသမီးများနှင့် ပတ်သက်သည်တို့ကို လေ့လာကြည့်ကြပါစို့။

ဒေါ်မလား-ပါ(၅)ဦးနှင့်ဒေါ်မြင့်မြင့်နိုင်-ပါ(၄)၊ ၂၀၀၄-ခုနှစ်၊ တရားမအထူးအယူခံမှု အမှတ်(၄၇)အမှုတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သမီးဖြစ်သူသည် အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်ဖြစ်သော ကွယ်လွန်သူ(အမေ)၏ ကျန်ရစ်သည့်အမွေပစ္စည်းကို အမွေဆက်ခံခွင့်မရှိကြောင်း ကောက်ယူဆုံးဖြတ်ခြင်းသည် မှန်ကန်သည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။

ရုပ်ရှင်မင်းသားဝင်းဦး၏ အမွေစံပြဿနာအမှု

နိုင်ငံကျော် ရုပ်ရှင်မင်းသားကြီးဝင်းဦး(ခ)လှမြင့်(ဗိုလ်ကြီးဟောင်း)အမှုတွင် မိဘနှစ်ပါးစလုံး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များဖြစ်ကြပြီး ၎င်းကိုယ်တိုင်သည်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်သည်။ ၂၃-၉-၁၉၇၂ တွင် တပည့်တစ်ဦးကို မွေးစားသားအဖြစ် မွေးစားရန် မွေးစားစာချုပ်ပေါ် ၅-ကျပ်တန် တံဆိပ်ခေါင်းကပ်၍ စာချုပ်ဖြင့်မွေးစားခဲ့သည်။

သို့သော် မင်းသားကြီးဝင်းဦးသည် (၃၀-၁၂-၁၉၇၆) တွင် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် ယုဒသန်ဘုရားရှိခိုးကျောင်း၌ ခရစ်ယာန်ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းခဲ့သည်။ ထိုသို့ကူးပြောင်းခြင်းမှာ "နိုင်ငံရပ်ခြားခရီးသွားလိုလျှင် အကူအညီရလိုသောကြောင့်ဖြစ်သည်"ဟု အကြောင်းပြခဲ့သည်။

၎င်းမကွယ်လွန်မီ (၂၈-၁၁-၁၉၈၈)တွင် သေတမ်းစာရေးခဲ့သည်။ ထိုသေတမ်းစာအရ ၎င်း၏ပိုင်ဆိုင်မှုစီမံခန့်ခွဲပိုင်ခွင့်အတွက် ဒေါ်အိုင်းရင်းတင်လှကို ခန့်ခဲ့သည်။ ထို့နောက် (၁၄-၁၂-၁၉၈၈) တွင် ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီး၌ ကွယ်လွန်ခဲ့သည်။ ရုပ်ရှင်မင်းသားကြီးဝင်းဦး၏အမွေကို အကြောင်းပြု၍ "မွေးစားသားနှင့် ဒေါ်အိုင်းရင်းတင်လှ"တို့ အမှုဖြစ်ကြသည်။

ထိုအမှုတွင် မွေးစားခြင်းသည် ရုပ်ရှင်မင်းသားဝင်းဦး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်ချိန်က မွေးစားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ သေတမ်းစာရေးခြင်းသည် ခရစ်ယာန်ဘာသာသို့ ကူးပြောင်းပြီးမှ သေတမ်းစာရေးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သေတမ်းစာအရသာ ဆုံးဖြတ်ရမည်ဟူ၍ ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ သေတမ်းစာရေးခွင့်မရှိ၊ ခရစ်ယာန်ဘာသာ၌ သေတမ်းစာရေးခွင့်ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ဘာသာကူးပြောင်းခဲ့လျှင် ကျန်ရစ်သူသားသမီးများ၊ ဆွေမျိုးများမှာ နစ်နာဆုံးရှုံးမှုများ ရှိခဲ့ကြသည်။

နိုင်ငံခြားသား၊ ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားများသည် ၎င်းတို့နှင့်လက်ထပ်ပြီးဖြစ်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာအမျိုးသမီးများကို နိုင်ငံခြားသို့ ခေါ်ယူသွားကြသည်။ တစ်ဖက်နိုင်ငံသို့ ရောက်သည့်အခါ ဘာသာခြားဥပဒေများအရ ဆုံးဖြတ်ကြသည်။ ဆုံးဖြတ်ခြင်းခံကြရသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများ အမှုရှုံးကြရပြီး အပျော်မယားအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိကြရသည်။

ထို့ကြောင့် နိုင်ငံတော်တရားရုံးချုပ်က "ညွှန်ကြားလွှာအမှတ် ၂/၉၈"ဖြင့် "မြန်မာအမျိုးသမီးများသည် နိုင်ငံခြားသားနှင့် ထိမ်းမြားလက်ထပ်ခြင်းမပြုရ" ဟူသည့် ညွှန်ကြားချက်ကို ထုတ်ပြန်ထားသည်။

ဤအချက်အလက်များကို လေ့လာကြည့်လျှင် "**ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများသည် ဘာသာခြားယောကျ်ားကို လက်ထပ်လိုက်လျှင် အပျော်မယားဘဝသို့ ရောက်ကြရသည်။ မိမိဘာသာကို စွန့်လွှတ်ကြရသည်။ လူမျိုးခြားသွေးနှောမှုကြောင့် အမျိုးပါပျောက်ရမည့်အခြေအနေများ ပေါ်ပေါက်လာကြသည်**"ကို တွေ့ရသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မြန်မာမိန်းကလေးများအတွက် "ဘာသာကူးပြောင်းမှုမရှိစေရန်၊ အခွင့်အရေးမဆုံးရှုံးစေရန်" ဥပဒေဖြင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုပြုလုပ်ပေးခဲ့သော်လည်း သိနားလည်သူနည်းလှသေးသည်။ ထို့ကြောင့် ဘာသာခြားနှင့် လက်ထပ်လိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက်ပင် ဘာသာခြား၏ဘာသာသို့အလွယ်တကူကူးပြောင်းကြလေသည်။ ဤဖြစ်စဉ်ကြီးသည် တစ်နေ့တခြား များပြားလာပေသည်။

သို့ဖြစ်၍ ဘာသာခြားများမှာ "**ဘာသာမတူလျှင် လက်မထပ်ရန် ဥပဒေရှိ**" သကဲ့သို့ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာလည်း"ဘာသာမတူလျှင် လက်မထပ်ရ"ဟူသောတားမြစ်ချက်ကို ဥပဒေတစ်ရပ်အဖြစ် ပေါ်ထွက်လာအောင် ပြုလုပ်သင့်သည့်အချိန်သို့ ရောက်ရှိ နေပါပြီ။ နိဂုံးချုပ်အားဖြင့် တိုက်တွန်းလိုသည်မှာ– ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မြန်မာမိန်းကလေးများသည် နိုင်ငံခြားသား၊ ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတို့နှင့် လက်ထပ်လိုက်လျှင် မိမိတို့အခွင့်အရေးများ ဆုံးရှုံးကြရပြီး ဘာသာရောလူမျိုးပါ ဆုံးရှုံးနေကြရပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဘာသာခြားများနှင့် လက်မထပ်သင့်ကြပေ။

အကယ်၍ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် လက်ထပ်ရပါကလည်း ဘာသာကူးပြောင်းမှု မပြုကြပါရန်၊ **၁၉၅၄-ခုနှစ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာမိန်းကလေးများ အထူး လက်ထပ်ထိမ်းမြားမှုနှင့် အမွေဆက်ခံခြင်းဥပဒေအရ** အကာအကွယ် ရယူနိုင်ကြစေရန် အသိပေးလိုက်ရပါသည်။

အားလုံး ကျန်းမာချမ်းသာပြီး အမျိုး, ဘာသာ, သာသနာတော်ကို ကာကွယ် စောင့်ရှောက်နိုင်ကြပါစေ။

ရွှေနေ ဦးအေးပိုင် (ထေရဝါဒမွေကွန်ရက် ဥပဒေအကြံပေးပညာရှင်)
၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် မွေရံသီမွေမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၈-၁၃ မှ။

ဗုဒ္ဓသာသန် စိရံ တိဋ္ဌတု

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ငြိမ်းချမ်းရေးသာသနာ

အဓွန့်ရှည်ပါစေ

- အမျိုးဘာသာ သာသနာ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး ... ဒို့အရေး
- အမျိုးစောင့်ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းရေး ... ဒို့အရေး
- အချုပ်အခြာအာဏာတည်တံ့ခိုင်မြဲရေး ... ဒို့အရေး

<u>ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှုဖြင့် နိုင်ငံတည်ထောင်ခြင်း</u>

ကမ္ဘာပေါ်မှာရှိတဲ့ လူမျိုးတိုင်း နိုင်ငံတိုင်းမှာ ကိုယ်ပိုင်ယဉ်ကျေးမှုအမှတ် လက္ခဏာ ဆိုတာရှိပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ယဉ်ကျေးမှု အမှတ်လက္ခဏာဆိုတာ ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုဖြစ်ပါတယ်။ ယဉ်ကျေးမှုဆိုတာ ကိုးကွယ်ရာ ဘာသာ တရားက မွေးဖွားသန့်စင်ပေးလိုက်တာပါ။ ဟိန္ဒူယဉ်ကျေးမှုဆိုတာ ဟိန္ဒူဘာသာ ရဲ့ သင်ကြားချက်ဖြစ်သလို ခရစ်ယာန်၊ အစ္စလာမ်တို့ရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုဆိုတာလည်း သူတို့ဘာသာတရားရဲ့ လမ်းညွှန်မိန့်ကြားချက်များဖြစ်ပါတယ်။

မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုဆိုတာ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ရဲ့ ဩဝါဒအဆုံးအမများကို လိုက်နာ ကျင့်သုံးတဲ့ ယဉ်ကျေးမှုဖြစ်ပါတယ်။ ဘာသာတရားများရဲ့ဦးတည်ချက်ဟာ လူ့တန်ဖိုး၊ လူ့စွမ်းရည်၊ လူ့သိက္ခာကို အစွမ်းကုန်မြှင့်တင်ပေးဖို့ပါပဲ။ မြန်မာ့ယဉ် ကျေးမှုဟာ ပုဂံခေတ် ပထမမြန်မာနိုင်ငံတည်ထောင်ခဲ့တဲ့ အနော်ရထာမင်းကြီး လက်ထက်က စတင်ရှင်သန်ခိုင်မာအားကောင်းခဲ့တာ ဒီနေ့ဆိုရင် နှစ်ပေါင်း တစ်ထောင်နီးပါး အဓွန့်ရှည်ခဲ့ပါပြီ။အရှင်အရဟံမထေရ်မြတ်ရဲ့လမ်းညွှန်သွန်သင်မှု အောက်မှာ အနော်ရထာမင်းကြီးဟာ နိုင်ငံတော်ကို ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုအားဖြင့်

တည်ဆောက်ခဲ့ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ နိုင်ငံတော်တည်ဆောက်ရေးသဘော တရား လမ်းပြမြေပုံလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

အနော်ရထာနဲ့ ၉၆၉

၉၆၉ ရဲ့ ကြီးမြတ်တဲ့အောင်ပွဲ

တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင်ပါပဲ၊ အနော်ရထာမင်းကြီးဟာ အေဒီ (၁၀၄၄) ခုနှစ်မှာ ထီးနန်းတက်ခဲ့တာမို့ ဒီနှစ် (၂၀၁၃) ခုနှစ်မှာ အနော်ရထာမင်း ထီးနန်းတက်ခြင်း (၉၆၉)နှစ်ပြည့်နဲ့ တိုက်ဆိုင်နေပါတယ်။ ဒီနေ့အမျိုးဘာသာ သာသနာ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ရေး (၉၆၉)လှုပ်ရှားမှုများ ကျယ်ပြန့်အားကောင်းလာခြင်းနဲ့ အနော်ရထာထီးနန်းတက်ခြင်း (၉၆၉)နှစ်ပြည့်ခြင်းတို့ တိုက်ဆိုင်နေတာ မတော်တဆမဟုတ်ဘဲ အင်မတန်အဓိပ္ပါယ်ရှိတဲ့၊ လေးနက်ခိုင်မာတဲ့ တိုက်ဆိုင်မှု ဖြစ်ပါတယ်။ (၉၆၉)အမျိုးဘာသာ သာသနာ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးလှုပ်ရှားမှု များဟာ ဘိုးဘွားတို့ရဲ့ ကြီးမြတ်တဲ့သမိုင်းအမွေကို ဆက်ခံပြီး အနာဂတ် မျိုးဆက်သစ်များသို့ လက်ဆင့်ကမ်းလိုက်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ခေတ်ပြိုင်သမိုင်းရဲ့ မဟာအောင်ပွဲအဖြစ် ကမ္ပည်းမော်ကွန်း ရေးထိုးသွားပါလိမ့်မယ်။

(၉၆၉) မျိုးစောင့်တရားရဲ့ ဦးတည်ချက်

(၉၆၉)အမျိုး ဘာသာ သာသနာ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးလှုပ်ရှားမှုများဟာ ငြိမ်းချမ်းရေးနဲ့ တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးကို ဦးတည်ချက်ထားတဲ့ လှုပ်ရှားမှုများ ဖြစ်ပါတယ်။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းပေါ်မှာ အကြမ်းမဖက် အစွန်းမရောက်တဲ့ ငြိမ်းချမ်းတဲ့လှုပ်ရှားမှုဖြစ်ပါတယ်။ ပဋိပက္ခနဲ့ အဓိကရုဏ်းတွေ၊ ပြဿနာတွေ မဖြစ်ရအောင် (၉၆၉) လှုပ်ရှားမှုများက စွမ်းဆောင်ကာကွယ်ပေးပါလိမ့်မယ်။

ဗုဒ္ဓမွေဆောင်ကြဉ်းလာခဲ့ပါတယ်။ မျိုးစောင့်တရားကို ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ကိုယ်တော် မြတ်ကြီးက သိင်္ဂါလသုတ်မှာ "**စောင့်လေမျိုးနွယ်**"လို့ သားသမီးတွေ ကျင့်ဆောင်ရ မယ့် ဝတ္တရားငါးပါးထဲမှာ အတိအလင်း ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ မျိုးစောင့် တရားဟာ မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ ထမ်းဆောင်ရမယ့် သမိုင်းပေးတာဝန်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် နစဉ်အခါက ခွေးဖြစ်တော့လည်း ခွေးမျိုးမတုံးရေး၊ မျောက်ဖြစ်တော့လည်း မျောက်မျိုးမတုံးရေး၊ ငုံးဖြစ်တော့လည်း ငုံးမျိုးမတုံးရေးတို့ကို အသက်ပေးပြီး မျိုးစောင့်တရားကို စံပြလုပ်ဆောင်သွားခဲ့ပါတယ်။

ကိုယ့်အမျိုးစောင့်ဖို့ ပြောနေတာ၊ သူ့အမျိုးဖျက်ဖို့ ပြောနေတာမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်တိုင်းပြည်ကာကွယ်ပါလို့ပြောနေတာ၊ သူ့တိုင်းပြည်ကို ကျူးကျော်စော်ကားဖို့

မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်ယဉ်ကျေးမှုတည်ဆောက်ပါ ပြောနေတာ၊ သူ့ယဉ်ကျေးမှု ဖြိုချဖျက်ဆီးဖို့ မရည်ရွယ်ပါဘူး။ အမျိုးဘာသာကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး (ဓမ္မ) လှုပ်ရှားမှုမရှိရင် နောင်နှစ်(၅၀)၊ နှစ်(၁၀၀)မှာ တိုင်းပြည်လည်းပျောက်၊ လူမျိုးလည်းပျောက်၊ ယဉ်ကျေးမှုဆိုတာ အစအနတောင် ရှာလို့ရတော့မှာ မဟုတ်ဘူး။

ဘာ့ကြောင့် အမျိုးစောင့်ရသလဲ

ဘာ့ကြောင့် အမျိုးစောင့်ရသလဲဆိုတော့ အဖြေက ရှင်းနေပါတယ်။ အမျိုးဖျက်သူတွေရှိနေလို့ မျိုးစောင့်တရားနဲ့ ကာကွယ်ရပါတယ်လို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း အဖြေပေးချင်ပါတယ်။ အမျိုးဘာသာ သာသနာ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး လှုပ်ရှားမှုများဟာ ဒီနေ့ အသစ်တစ်ဖန် ရှင်သန်နိုးကြားအားကောင်းလာခဲ့ပါတယ်။ တကယ်တော့ ဒီလှုပ်ရှားမှုစတင်ခဲ့တာ (၁၈၈၅) ခု၊ ဗြိတိသျှအင်္ဂလိပ်တို့ရဲ့ ကိုလိုနီသူ့ကျွန်ဘဝရောက်သွားခဲ့စဉ်ကတည်းက စတင်ခဲ့တယ်ဆိုတာ သမိုင်းသက်သေ အခိုင်အမာရှိခဲ့ပါတယ်။ သူ့ကျွန်ဘဝမှာ မြန်မာတန်ခိုး ညှိုးငယ်ခဲ့ရ ဘာသာ သာသနာ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး ဘက်စုံအောက်ကျခဲ့တယ်။ အထူးသဖြင့် မြန်မာအမျိုးသမီးတွေဟာ ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတွေရဲ့ လင်ကျွန်ဘဝသို့ ရောက်ခဲ့ရတယ်။ မြန်မာအမျိုးသမီးတွေကို ဖျက်ဆီးလိုက်ခြင်းဟာ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုမျိုးဆက်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းဖြစ်တယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတို့ရဲ့ မျိုးတုံးစီမံကိန်းဖြစ်တယ်။ မြန်မာ့ဇာတိမာန် နာလန်မထူနိုင်အောင် ချိုးနှိမ်လိုက်ခြင်းဖြစ်တယ်။ မြန်မာကို ပြန်ပြီးဖိနှိပ်သတ်ဖြတ်မယ့် အင်အားစုကို မြန်မာအမျိုးသမီးတွေက ပြန်မွေးဖွားပေးရတဲ့သဘောဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးတရားတွေကို ဆရာတော် သံဃာတော်များက စတင်လှုံ့ဆော်ဟောကြားခဲ့ရတယ်။ နိုင်ငံရေးအရ မနိုးကြားသေးမီ ဘာသာရေးဘက်က စတင်တပ်လှန့်ခဲ့ခြင်းဆိုတာ ငြင်းလို့မရနိုင်ပါဘူး။ တိုင်းဖျက်ပြည်ဖျက် အမျိုးဘာသာဖျက်ဆီးခြင်းဆိုတဲ့ အမှောင်တိုက်ကြီးကို သံဃာတော်များရဲ့ မျိုးစောင့်တရားနဲ့ ဖြိုခွင်းအလင်းရောင်ပေးခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ မျိုးစောင့်တရားနဲ့ မြန်မာ့ဇာတိမာန်ကို စတင်ဖော်ထုတ်ခဲ့တဲ့ လူပုဂ္ဂိုလ်စာဆိုတော်ကြီးကတော့ ဆရာကြီးသခင်ကိုယ်တော်မှိုင်းဖြစ်ပါတယ်။ နယ်ချဲ့အရင်းရှင်စနစ်က မြန်မာ့စီးပွားရေး မွဲပြာကျ ဆင်းရဲသွားအောင် ဂုတ်သွေးစုပ်လိုက်ပြီးနောက် မြန်မာအမျိုးသမီးတွေကိုပါ လင်ကျွန်ပြုလိုက်ကြပါတော့တယ်။ ဆရာကြီးသခင်ကိုယ်တော်မှိုင်းက ဗိုလ်ဋီကာတွေရေးပြီး မြန်မာအမျိုးသမီးတွေဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြား ဖြားယောင်းအနိုင်ကျင့်ခြင်းမခံရအောင် လှုံ့ဆော်သတိပေးရေးသားခဲ့ပါ

တယ်။ အဲဒီနောက် ခေတ်အဆက်ဆက်မှာလည်း အမျိုးစောင့်ဖို့ ပျက်ကွက်ခဲ့တဲ့အတွက် တိုင်းပြည်လွတ်လပ်ရေးရသော်လည်း မြန်မာအမျိုးသမီးတွေရဲ့ဘဝဟာ လွတ်လပ်ရေးမရဘဲ ဘာသာခြား၊ လူမျိုးခြားတို့ရဲ့ လိင်ကျွန်ဘဝသို့ သက်ဆင်းနေရဆဲဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာအမျိုးသမီးတွေ အဖျက်ဆီးခံရခြင်းဟာ တိုင်းပြည်ရဲ့ လူမျိုးဘာသာ သာသနာ ယဉ်ကျေးမှုအဖျက်ဆီးခံရခြင်းလည်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို နှိပ်စက်ဖျက်ဆီးခံရခြင်းတွေကို ဥပဒေနဲ့ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းမပြုနိုင်ခဲ့တဲ့အတွက် အမျက်ဒေါသနဲ့ပေါက်ကွဲတာ၊ ပဋိပက္ခနဲ့ အဓိကရုဏ်းတွေ ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါတယ်။ တရားဥပဒေဖြင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်နိုင်ခဲ့ရင် ဒီပြဿနာတွေ ဖြစ်လာစရာအကြောင်းမရှိပါဘူး။

အမျိုးစောင့်ဥပဒေ ပြဋ္ဌာန်းရေး

ဘာသာခြားတွေမှာ သူတို့ဘာသာကို ကာကွယ်တဲ့ မျိုးစောင့်ဥပဒေတွေ တရားဝင်ပြဋ္ဌာန်းပြီးဖြစ်ပါတယ်။ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြရပါသော် -

- **ဟိန္ဒူ**။ မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ တရားဝင်လက်ထပ်ရန်မဖြစ်နိုင်ဟု စီရင်ထုံးအဟောင်းများက ပြဆိုထားသည်။
- **ခရစ်ယာန်**။ ၎င်းတို့၏ထုံးတမ်းနည်းလမ်းအတိုင်းလက်ထပ်မှ တရားဝင်သည်။ အခြားနည်းလမ်းများ တရားမဝင်၊ ဥပဒေမလိုက်နာလျှင် ငွေဒဏ်နှင့်ထောင်ဒဏ် (၁၀)နှစ်အထိ အပြစ်ပေးနိုင်သည်။
- **အစ္စလာမ်**။ ဘာသာကွဲနှင့်လုံးဝလက်ထပ်ခွင့်မပြု၊ ဘာသာကွဲဖြစ်သူသည် အစ္စလာမ်သို့ တရားဝင်ကူးပြောင်းပြီးမှ လက်ထပ်ခွင့်ရှိသည်။

အထက်ပါ ဘာသာခြားများရဲ့ဥပဒေဟာ တရားဝင် အက်ဥပဒေအဖြစ် လက်ခံထားရပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအတွက် "**မြန်မာ့ဓလေ့ ထုံးတမ်းဥပဒေနဲ့ ၁၉၅၄ ခုနှစ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မိန်းမများနှင့် အမွေဆက်ခံမှု**"ဥပဒေပဲ ရှိပါတယ်။

ပြဋ္ဌာန်းဥပဒေနဲ့ဓလေ့ထုံးတမ်းဥပဒေတို့ အခြေအတင်ဖြစ်လာပါက ပြဋ္ဌာန်းဥပဒေကိုသာ အနိုင်ပေးလေ့ရှိပါတယ်။ ဘာသာခြားတွေမှာ တရားဝင်ပြဋ္ဌာန်းဥပဒေရှိပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာမြန်မာတွေမှာတော့ တရားဝင်ပြဋ္ဌာန်းဥပဒေမရှိတာ အကာအကွယ်မဲ့နေကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြန်မာအမျိုးသမီးဘဝလုံခြုံရေးနဲ့ မျိုးဖျက်အန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ရေးအတွက် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာအမျိုးသမီးများ လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းဆိုင်ရာ အရေးပေါ်ဥပဒေကို ဒီနေ့တာဝန်သိသူ၊ တာဝန်ရှိသူများက ရေးဆွဲပြဋ္ဌာန်းဖို့ အချိန်တန်ပါပြီ။

ဒါဟာ မြန်မာအမျိုးသမီးတွေရဲ့ လူ့တန်ဖိုး၊ လူ့ဂုဏ်သိက္ခာကို ကာကွယ်၊

စောင့်ရှောက်၊ မြှင့်တင်ပေးခြင်းဖြစ်တဲ့အတွက် သာမန်လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာထက် ပိုပြီးလေးနက်ပါတယ်။ မြန်မာအမျိုးသမီးတွေကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းဟာ အမျိုးဘာသာ သာသနာနဲ့ နိုင်ငံတော်ရဲ့အချုပ်အခြာအာဏာကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းလည်းဖြစ်တဲ့အတွက် တခဲနက်ထောက်ခံအတည်ပြုပေးဖို့ နှိုးဆော်တိုက်တွန်းအပ်ပါတယ်။

မောင်သွေးချွန် မော်ကွန်းထင်သည်။

၁၅-၆-၂၀၁၃(ဆင်္ဂါနေ့)၄င်း၏လက်ကမ်းစာစောင်မှ။

ဓမ္မစကူးလ်တွေ ဘာ့ကြောင့်ဖွင့်ရသလဲ?

၁။ လောကကောင်းကျိုးတွေကို ဆရာ/ဒကာညီညာလက်တွဲ ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့၊

၂။ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်တွေကိုယ်စား ဆုံးမပေးဖို့။

၃။ လူကြီးမိဘတွေကိုယ်စား ဆုံးမပေးဖို့၊

၄။ ဆရာ/မတွေကိုယ်စား ဆုံးမပေးဖို့၊

၅။ ဘာသာရေး အသိအမြင် အတွေးအခေါ် မှန်ကန်စေဖို့၊

၆။ လူတိုင်းလူတိုင်း အေးချမ်းသောဘဝကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ဖို့၊

၇။ ဓမ္မစကူးလ်ထွန်းကားသော နေရာတိုင်းတွင်
အေးချမ်းသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်စေဖို့၊
ငြိမ်းချမ်းသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်စေဖို့၊
မြင့်မြတ်သော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်စေဖို့၊

အဖွားပြောတဲ့ မျိုးစောင့်ဥပဒေ

ခေတ်မီတဲ့ ဖွားဖွား

မေမေငယ်ငယ်တုန်းက အမေ့ကို ဖွားဖွားက ပြောဖူးတယ်-
"ငါ့သမီး လင်ယူမယ်ဆိုရင် လင်၂-လင်ကို ရှောင်"တဲ့။
၁။ မူဆလင် ၂။ သူများလင် တဲ့။ ကဲ.. မှတ်သားထားပေတော့။
မှတ်ချက်။ ။ အဖွားက ပညာမတတ်ပါ။

-facebook မှ။

ပထမ မစိုးရိမ်ဆရာတော်၏ဩဝါဒများ

ကုသိုလ်ပြုရေး ဂိုဏ်းမရွေး

"တပည့်တော်တို့ မြန်မာပြည်မှာ ဘုန်းကြီးကိုးကွယ်တာ ဒကာဒကာမ နှစ်မျိုးတွေ့ရတယ်။ တစ်မျိုးက သံဃာမှန်သမျှကိုးကွယ်တဲ့ ဒကာဒကာမနဲ့ သူ့ဂိုဏ်းကိုယ့်ဂိုဏ်းရွေးပြီးကိုးကွယ်တဲ့ ဒကာဒကာမဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိတယ်။ ဂိုဏ်းမရွေးဘဲကိုးကွယ်တဲ့ ဒကာဒကာမတွေမှ သံသရာမှာ အထက်တန်းက နေရမှာ"

"ဘာဖြစ်လို့လဲ ဆရာတော်"

"ဂိုဏ်းဂဏမရွေးတဲ့သူက ဘုန်းကြီးမှန်ရင် ဘယ်ဘုန်းကြီးဖြစ်ဖြစ် ဝတ်ချမှာပဲ။ လှူစရာရှိ လှူမှာပဲ။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးနဲ့တွေ့တိုင်း ကုသိုလ်ဖြစ်တာပေါ့"

"ပုဂ္ဂိုလ်ရွေးချယ်ပြီး လှူရမယ်လို့ ရှိတယ်မဟုတ်လား"

"အဲဒီက ဉာဏ်နုသူတွေအတွက်ဟောတဲ့ တရားပဲ။ လယ်လုပ်တတ်သူဟာ မြေဩဇာကောင်းတဲ့နေရာမှာစိုက်စိုက် မြေဩဇာမကောင်းတဲ့နေရာမှာစိုက်စိုက် နောက်ဆုံး တောင်ထိပ်တက်ပြီး လယ်လုပ်ဦး၊ အသီးအနှံ ထွက်လာတာပဲ။ ဒါကြောင့် <u>လယ်လုပ်တတ်တဲ့သူဟာ မြေနေရာကို ရွေးစရာမလိုဘူး။ မလှူတတ်တဲ့သူသာ ပုဂ္ဂိုလ်ရွေးတဲ့သဘောပေါ့</u>"

-------o-------

မလှူချင်လဲ လှူ

ဆရာတော်သည် လှူရေးတန်းရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ဒကာဒကာမများကို ဆုံးမ၏။

"မလှူချင်လဲလှူ၊ လှူချင်လဲလှူ ဒကာဒကာမတို့...

ကျောင်းသားတွေ ငယ်စဉ်က စာကျက်ကြတာ စာကိုလိုချင်လို့ ကျက်တာလား"

"မလိုချင်ဘဲ ကျက်ကြတာပါဘုရား"

"လိုချင်ချင် မလိုချင်ချင် ကျက်ရင် အချိန်တန် ရကြတာပဲမဟုတ်လား။ လှူရာတန်းရာမှာလည်း လှူချင်စိတ်မရှိဘဲလှူလည်း ကုသိုလ်ရတာပဲ။ စေတနာသုံးတန် မပြည့်စုံလို့ ဖွံ့ဖွံ့ဖြိုးဖြိုး အကျိုးမပေးပေမယ့် ပိန်ပိန်ညှောင်ညှောင်လေး အကျိုးပေးလည်း မဆိုးဘူးဗျ။

ဒါကြောင့် လှူချင်လဲ လှူ၊ မလှူချင်လဲ လှူကြဗျ။

အကုသိုလ်သာ နည်းနည်းရော များများပါ မလုပ်မိအောင် ရှောင်ကြ၊ နားလည်လား"

-------o-------

ရန်သူကိုပင် လှူနိုင်အောင်လုပ်

ဆရာတော်သည် လှူရေးတန်းရေးနှင့်ပတ်သက်လျှင် မိမိတို့ အမြဲတမ်း မလိုမုန်းထား ဖြစ်နေသူကိုပင် ဝမ်းမြောက်စွာ လှူနိုင်၏။

ဆရာတော် ကိုရင်ဘဝက သမင်ခြံရွာမှ ဦးပဥ္စင်း ဦးနာဂိန္ဒနှင့် မိုးကောင်း ကျောင်းတိုက်တွင် နေကြရာ–

"ဟင် .. ဦးပဥ္စင်း၊ တပည့်တော် ဆွမ်းပန်းကန် ဘယ်ရောက်သွားလဲ"

"သိဘူးလေ ငါမှ မယူတာ"

"ဦးပဥ္စင်း သိပ်စတာပဲ"

ယင်းသို့ ကစားသဖြင့် ကိုရင်သူရိယက ထိုဦးပဥ္စင်းကို "ဒီလောက်ဖြစ်လှတာ သူ့ကိုလည်း နာအောင်ပြန်လုပ်ရမယ်"ဟု တွေးပြီး ဤသို့ ပြန်စသည်–

"လောသကတိဿ"

"ဘာ.. မင်းက ငါ့ကို လောသကတိဿလို့ဆိုတယ်"

ဦးနာဂိန္ဒသည် ယင်းသို့အခေါ်ခံရသဖြင့် ကိုရင်သူရိယအပေါ် အမျက်ရှသွားပြီး

"ဟင်း ငါက ကျီစယ်တာ၊ မင်းက ဒီလို ပြောတယ်၊ သင်းကို ဒီတစ်သက် မကျေဘူးမှတ်"

ဦးနာဂိန္ဒ၏ အမျက်ဒေါသသည် ကိုရင်သူရိယမှ ဦးသူရိယ၊ ဦးသူရိယမှ မစိုးရိမ်ဆရာတော်ဖြစ်လာသည်အထိ မပြေပျောက်။

"မှန်လှပါ မစိုးရိမ်ဆရာတော်ကြီးက ..."

"တော် တိတ်.. ငါ့ကို သူ့အကြောင်း လာမပြောနဲ့"

ဦးသူရိယအကြောင်းကို မည်သည့်အခါမှ အကောင်းမပြော၊ အမျက်ရန်ငြိုးကား ကြီးလေစွ–

"သင်းကို ငါ ဒီတစ်သက် မကျေဘူး"

"သူ့ကို လောသကတိဿလို့ ခေါ်မိတဲ့အတွက် ငါ့ကို ရန်ငြိုးဖွဲ့လို့ မဆုံးပေဘူး"

ဆရာတော်သည် ဦးနာဂိန္ဒ အမျက်ပြေစေရန်အတွက် ပစ္စည်းအထူးအဆန်း ရလျှင် သွားရောက်လှူဒါန်း၏။

"အလှူခံတော်မူပါဘုရား"

"မလိုဘူး"

အကြိမ်ပေါင်းများစွာ မရေမတွက်နိုင်အောင် လှူဒါန်းပြီး ကန်တော့စေကာမူ ဦးနာဂိန္ဒကား အမျက်ရန်ငြိုး မပြေသေး။

"မလိုဘူးလို့ ဘယ်နှစ်ခါ ပြောရမလဲ"

တစ်နေ့တွင် ထိုခေတ်က ငွေနှစ်ဆယ့်ငါးကျပ်တန် စော်ဘွားများသုံးသော ဝတ္ထုပစ္စည်းအထူးအဆန်းတစ်မျိုးရလာ၏။

"ဒါ စော်ဘွားတွေဆီက တပည့်တော် အလှူခံရတဲ့ ပစ္စည်းပါဘုရား၊ အဖိုးတန်ပစ္စည်းလေးမို့ တပည့်တော် မသုံးရက်ဘဲ အရှင်ဘုရားသုံးဆောင်ဖို့ လှူဒါန်းပါတယ်ဘုရား"

ဦးနာဂိန္ဒသည် စော်ဘွားသုံးပစ္စည်းကို အတော်သဘောကျသွားသည်။

"အင်း .. မဆိုးဘူး"

သံဃာ့ပရိသတ် လူ့ပရိသတ်ရှေ့၌ "ဒါ မစိုးရိမ်ဆရာတော် ဦးသူရိယ လှူတာကွ"

ထိုပစ္စည်းလှူလိုက်သည့်အချိန်မှစ၍ ဆရာတော်ဦးသူရိယအပေါ် အမျက်ပြေသွားဟန်တူ၏။

"စော်ဘွားသုံးဆိုတော့ တော်တော်အဖိုးတန်မှာပဲ"

နောက်တွင် ဆရာတော်ဦးသူရိယ၏ မကောင်းကြောင်း မပြောတော့ချေ။

"မင်းတို့ဆရာတော်ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်လို့ ပြောလိုက်ပါကွာ"

ဆရာတော်ဦးသူရိယသည် ထိုအဖြစ်အပျက်ကို အနီးနေတပည့် ဦးသိရိန္ဒ (မစိုးရိမ်တိုက်သစ် ဓမ္မဝိနယရုံသီကျောင်းနာယက) စသူတို့အား **"ရန်သူကိုပင် လှူနိုင်အောင် စိတ်ထား"**ဟု ဩဝါဒပေးခဲ့သည်။

ယင်းအဖြစ်အပျက်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆရာတော်သည် ဦးနာဂိန္ဒကိုချည်း အပြစ်မမြင်ဘဲ –

"အမှန်တော့ ကျုပ်လဲ မှားတာပါပဲ၊ သူ့ကို လောသကတိဿ (သာသနာ့အပယ်ခံ)လို့ နစ်နာအောင်ပြောမိတဲ့ အပြစ်ကို ဝန်ခံရမှာပဲ။ ဒါကြောင့် ကျုပ်ရဲ့ဝစီကံ အပြစ်ကိုပျောက်အောင် အကြိမ်ကြိမ်အခါခါ ကြိုးစားခဲ့ရတာဗျ"

သူတော်ကောင်းတို့၏နှလုံးသားသည် များစွာအတုယူ မှတ်သားလောက်ပေ၏။

–၂၀၁၃ နှစ်လထုတ် ပုံပြင်ကမ္ဘာကလေးရုပ်စုံစာစောင်မှ။

ချမ်းသာကြီးပွား၊ မြင့်မားခိုင်ခံ့သော လူကြီးလူကောင်းဖြစ်ဖို့

မျိုးဆက်သစ် လူငယ်များသို့ ...

မျက်မှောက်ဘဝမှာ ချမ်းသာကြီးပွား၍ မြင့်မားခိုင်ခံ့သော လူကြီးလူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်မြောက်ရန် ..

၁။ ခံတွင်း၌ သစ္စာစကား တည်စေရမည်။

၂။ နား၌ အကြားအမြင်ဗဟုသုတ စုဆောင်းရမည်။

၃။ လက်ရုံးမှာ အောင်မြင်ခြင်းမင်္ဂလာကို တည်စေရမည်။

၄။ စိတ်နှလုံးထဲမှာ ဖွဲ့ကောင်းစွာ သည်းခံခြင်းနှင့်ရဲရင့်ခြင်းကို တည်စေရမည်။

၅။ မျက်စိ၌ လောကမျက်မှန် (ကမ္ဘာ့မျက်မှန်)ကို တပ်ရမည်။

(၁) **သစ္စာစကား**။ ။ လူအချင်းချင်း ဆက်ဆံပေါင်းသင်းကြသည်မှာ ယုံကြည်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ ယုံကြည်ခြင်းသည် အမှန်အတိုင်း ပြောဆိုခြင်း သစ္စာစကားပင် ဖြစ်သည်။ မှန်သောသစ္စာစကားကို ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်စွာ ကျင့်သုံးသူကို လူအပေါင်းက ကြည်ညိုလေးစား၊ တိုင်ပင်နှီးနှောခြင်း ပြုတတ်ကြပါ၏။ သစ္စာရှိသူ၏ ပြောစကားတို့မှာ တည်တံ့ကာ လူအပေါင်းက လေးစားလိုက်နာလေ့ရှိကြပါ၏။ သစ္စာရှိသူမှာ ဩဇာအာဏာလည်းပြည့်စုံ၊ အဟန့်လည်း ကောင်းနေပေမည်။ "မန္တာန်တွင် သစ္စာ၊ အအေးတွင် မေတ္တာ"ဆိုရိုးအတိုင်း သစ္စာစကားကို အမြဲမြွက်ကြားပါလျှင် ချမ်းသာကြီးပွား မြင့်မားခိုင်ခံ့သော လူကြီးလူကောင်းတစ်ဦး ဖြစ်လာပေမည်။

(၂) **ကြားတတ်သော နား**။ ။ လူရေးလူရာ ကျွမ်းကျင်လိမ္မာမှုတွင် ကြားနာတတ်သောနားသည် အလွန်အရေးကြီးလှပါ၏။ နားဖြင့်သာ အကြားအမြင်ဗဟုသုတကို စုဆောင်းကြရကုန်၏။ နားဖြင့် ကြားသမျှကို (နမူး၊ နတူး၊ နားယောင်မနေဘဲ) ဂရုစိုက်၍ စိတ်နှလုံး၌ မှတ်သားရပါမည်။ သတင်းစာကြည့်ရှုခြင်း၊ ဗဟုသုတရှာမှီးခြင်းများကို အစဉ်မြဲစွာ ပြုကျင့်ရပါမည်။ နားဖြင့် ကြားသိရသမျှ ဗဟုသုတများကို နှလုံးသားဘဏ္ဍာတိုက်ကြီးတွင် သိုလှောင်သိမ်းဆည်း ထားရပေမည်။ သုတကြားမြင်များသူကိုသာ လူအပေါင်းက မှီခိုကြမည်သာ။

(၃) **လက်ရုံးမှာ အောင်ခြင်းမင်္ဂလာ**။ ။ လက်ရုံးရည်ဖြင့် ဆောင်ရွက်စရာကို လက်ရုံးရည်ဖြင့်သာ အောင်မြင်စေရာသည်။ စစ်သည်

ရဲမက်တို့သည် ပြည့်လက်ရုံးများ ဖြစ်ကြပါ၏။ လူအပေါင်းတို့သည် အသက်မွေးမှု မှစ၍ ကိစ္စတိုင်းမှာ မိမိတို့လက်ရုံးကိုသာ အသုံးပြုကာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြ ရပါမည်။ လက်ရုံးမှာ အောင်ပွဲတည်အောင် ကြံ့ခိုင်စွာ စိတ်ကိုတင်း၍ ထားရ မည်သာ။

(၄) **သည်းခံခြင်းနှင့်ရဲရင့်ခြင်း။** ။ ထိုနှစ်ပါးသည် စိတ်ကို ထက်သန်တောင့်တင်းအောင် ပြုတတ်ပါ၏။

"ကြောက်လျှင် လာဘ်လွဲ၊ ရဲလျှင် လာဘ်ရ" ဆိုစကားအရ မည်သည့် အရာကိုမျှ အမှုမထားဘဲ စွန့်စားပြုလုပ်သူသည် မြင့်မြတ်သော ဂုဏ်ကျက်သရေကို ရရှိပိုင်ဆိုင်တတ်ပေသည်။

(၅) **ကမ္ဘာ့မျက်မှန်**(လောကမျက်မှန်)။ ။ ကမ္ဘာလောကကြီးသည် လူတို့၏မျက်မှန်ကဲ့သို့ မျက်စိရှေ့တွင် ကပ်လျက်တည်ရှိလေသည်။ ဤကမ္ဘာ မျက်မှန်ကြီးကို အစဉ်မပြတ်တပ်လျက် မြင်သမျှကို သတိ,ပညာမလွတ်ကင်းစေဘဲ အမြဲနှလုံးသွင်းပိုက်၍သွားပါက အရာရာမှာ လိမ္မာချေငံသူ၊ အမြင်ကျယ်သူတစ်ဦး ဖြစ်လာပေလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိမှာ လောကမျက်မှန်ကို တပ်ဆင်ရမည်သာ။

ဆိုခဲ့ပြီးသော အချက်ကြီးများကို "လယ်တီပဏ္ဍိတ ဦးမောင်ကြီး" က "နီတိမဉ္ဇရီ" ကျမ်းတွင် ...

"**မျက်မှောက်ထင်လင်း၊ ကြီးပွားခြင်းကား၊ ခံတွင်းသစ္စာ၊ နားမှာသုတ၊ ဓယလက်ရုံး၊ နှလုံးအတွင်း၊ သည်းခံခြင်းနှင့်၊ ရဲတင်းတဲ့တည်၊ စိတ်ဝယ်ရည်၍၊ မျက်ကြည်အဝ၊ ကမ္ဘာ့မျက်မှန်၊ ဆောင်ထိုက်တန်သည်၊ သိဉာဏ်နက်ကျယ် လမ်းညွှန်တည်း**" ဟု ဆောင်ပုဒ်လင်္ကာဖြင့် စာပန်းချီခြယ်ခဲ့သည်ကို လူငယ် မောင်မယ်များ သတိမူကြပါကုန်။ ။

–ဦးအောင်မြင့်စိန်(ပညာရေး)၊ ၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် The Light of English တစောင် စ ၅၇ မှ။

နေပြည်တော် အမြန်လမ်းနှင့်ပတ်သက်၍

တစ်ခါတစ်ရံ လောကကြီးတွင် မယုံကြည်နိုင်ဖွယ်ရာကိစ္စများ ဖြစ်တတ်ကြပါသည်။ ထိုကိစ္စများကို ယုံကြည်ပြီး အစွဲအလမ်းကြီးစွာ ထား၍လည်း မဖြစ်သလို၊ မယုံကြည်ဟူ၍ အရွဲ့တိုက်သော လုပ်ရပ်မျိုးကိုလည်း မလုပ်သင့် ဟူ၍ ထင်ပါသည်။

–သိန်းထက်အောင်၊ ၂၄–၇–၂၀၁၃ ထုတ် The Voice Daily မှ။

အထစ်အငေါ့တွေ မဖြစ်စေချင်ရင်

ဘဝမှာ အထစ်အငေါ့တွေ မဖြစ်စေချင်ဘူးဆိုရင် အောက်ပါအတိုင်း လိုက်လုပ်ကြည့်ရအောင်–

* လူတိုင်းနဲ့သင့်မြတ်အောင် ဆက်ဆံနိုင်ရမယ်။ ရှင်းရှင်းနှင့်ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းဆက်ဆံပါ။ကိုယ်သိတာကို လိုရင်းတိုရှင်း အပိုမပါ ပြောပါ။ အမြဲရိုးသားစွာ ဆက်ဆံပါ။

* တကယ့်တည်ကြည်ခံ့ညားသူဖြစ်အောင် နေတတ်ရမယ်။ အဖွဲ့လိုက်၊ အုပ်စုလိုက် လှုပ်ရှားမှုတွေထဲမှာ ကိုယ်တိုင်ပါဝင်ပတ်သက်ရတော့မယ်ဆိုရင် လေးစားအောင်နေ၊ မှုတစွာဆက်ဆံ၊ တစ်ကိုယ်ကောင်း မဆန်ပါနဲ့။

* ကိုယ့်ကို ဆရာနေရာမှာထားလာရင် ကိုယ်နဲ့တွဲလုပ်ဖူးတဲ့ လူကြီးတွေထဲက စံပြထားသူတစ်ယောက်ယောက်ကို တွေးလိုက်ပါ။ သူ့ငါ့ကို ဒီလိုအခြေအနေ ရောက်အောင် ဘယ်လိုပြုစုပျိုးထောင်သလဲဆိုတဲ့ ဆရာ့ဂုဏ်ကို သတိရလိုက်ပါ။ အလားတူ ကိုယ့်အဖွဲ့ကိုလည်း ကိုယ့်တုန်းက ဆရာပြုစုပျိုးထောင်ပေးခဲ့သလို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးပါ။

* မကြာခဏ လေ့ကျင့်ပေးပါ။ လုပ်ငန်းခွင့်မှာ အမြဲခေတ်မီတိုးတက်နေပါစေ။ ခေတ်နဲ့လျော်ညီတဲ့ တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုတွေ ဖြစ်နေပါစေ။

* လုပ်ငန်းခွင်မှာ အောင်နိုင်ရေးကို အလေးထားပါ။ ကိုယ့်အဖွဲ့သားတွေ နားထောင်နိုင်ဖို့ အခြားအောင်မြင်တဲ့သူတွေကို ညွှန်းသည်အဖြစ် ဖိတ်ခေါ်ပြီး ဟောပြောဆွေးနွေးခိုင်းပါ။ တိုးတက်တဲ့ အမြင်တွေကို လက်ခံပါ။ ပြင်သင့်တာပြင်ပြီး ပြင်ဆင်သင့်တာ ပြင်ဆင်လိုက်ပါ။ အောင်မြင်မှုတွေ ဆီကနေ အတုယူပါ။

* ကိုယ့်အတွေ့အကြုံကို ထိရောက်စွာ အသုံးချပါ။ ကိုယ့်လမ်းညွှန်ချက်တွေ၊ ဦးဆောင်မှုတွေကြောင့် ကိုယ့်အဖွဲ့ဟာ တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်နေပါစေ။

* မျက်နှာကို ပြုံးရွှင်နေပါစေ။ ကိုယ့်အပြုံးဟာ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေကို မိုင်ပေါင်းများစွာ သွားလိုစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါတယ်။ သူများပြောတာတွေ နားစိုက်ထောင်ပေးပါ။ အလေးအနက်ထားပြီးနားထောင်ပေးပါ။ဘယ်သူ့ကိုတာလုပ်ပေးဖို့လိုတယ်ဆိုတာချက်ချင်းဆုံးဖြတ်နိုင်အောင်ကြိုးစားပါ။

* ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တွန်းအားပေးပါ။ စိတ်ဓာတ်ကျမသွားအောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားပေးနေပါ။ ကိုယ်ကထက်သန်တက်ကြွနေရင် ကိုယ့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေလည်း စိတ်အားတက်လာတတ်ပါတယ်။

–၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် သုတပဒေသာစာစောင်ပါ တင်ညွန့်၏
'လူငယ်နှင့်လုပ်ငန်းခွင်'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

ဆုတောင်းတိုင်းသာ ပြည့်မယ်ဆိုရင်

အသက် ၄၀ အရွယ်ဖနီးမောင်နှံက ၄င်းတို့၏ ၁၅ နှစ်မြောက် မင်္ဂလာနှစ်ပတ်လည်ပွဲကို ကျင်းပလျက်ရှိသည်။ ထိုစဉ် နတ်သမီးတစ်ပါးပေါ်လာကာ ၄င်းတို့ကို ဂုဏ်ပြုသည့်အနေဖြင့် လိုရာဆုတစ်ခုစီ တောင်းခွင့်ပြုသည်။

ဖနီးသည်က ခင်ပွန်းနှင့်အတူ ကမ္ဘာတစ်ပတ်ခရီးထွက်လိုကြောင်း ဆုတောင်းရာ အပျော်စီးသင်္ဘောလက်မှတ်နှစ်စောင် သူ့လက်ထဲရောက်လာလေ၏။

ခင်ပွန်းသည်၏အလှည့်တွင် ၄င်းက သင်္ဘောလက်မှတ်များကိုကြည့်ကာ မိမိထက် အသက်များစွာငယ်သော မိန်းကလေးနှင့် ခရီးအတူတကွထွက်လိုကြောင်း ဆန္ဒပြု၏။

ချက်ချင်းဆိုသလိုပင် သူက အသက် ၇၅ နှစ်အရွယ် အဘိုးအိုတစ်ဦး ဖြစ်သွားလေတော့၏။

–မော်(သံလျင်)၊ ၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် သုတပဒေသာစာစောင်မှ။

လူငယ်ဒဿန

ပစ်မှတ်လွဲချော်သွားတဲ့အခါ လေးနှင့်မြားကို အပြစ်တင်ကြတယ်။ ပစ်မှတ်ကို ထိသောအခါ မိမိအရည်အချင်းကို ချီးကျူးကြလေတော့သည်။

–ထူးဧပရယ်မောင်(ကျောင်းကုန်း)။

အားနာတတ်ပြီး မပြတ်မသားနဲ့ တွေဝေနေတတ်ခြင်းဟာ ရှုံးနိမ့်ခြင်းရဲ့ နိဒါန်းပါပဲ။ *–မိုးမိုးနိုင်(စစ်ကိုင်း ပညာရေးတက္ကသိုလ်)။*

မနက်ဖြန်သည် ယနေ့လောက် မသေချာပါ။

–သက်သက်အောင်(ကသာမြို့နယ်)။

ဘဝကို မြတ်နိုးလျှင် အချိန်ကို မဖြုန်းနှင့်။ *–မိုးညာထ(ဆည့်ကူး)။*

သူတစ်ပါးကို အပြစ်မတင်ခင် မိမိကိုယ်ကို အပြစ်ကင်းရဲ့လား ဆိုတာ ပြန်ပြီးဆန်းစစ်ပါ။ *–မစိုးစိုးငယ်(ကလေးမြို့)။*

–၂၀၁၃ ဩဂုတ်လထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

သံဃာရတနာအတွက်တောင် နေရာမပေးနိုင်တော့ဘူးလား

တလောတုန်းက The Voice ဂျာနယ်မှာ သတင်းတစ်ပုဒ်ဖတ်လိုက်ရပါတယ်။ သတင်းကို ဖတ်ပြီးတော့ စိတ်မကောင်းဖြစ်ရသလို အံ့ဩ ထိတ်လန့်ခြင်းလည်း ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။ သတင်းကတော့ ရန်ကုန်မြို့တွင် ပြေးဆွဲနေတဲ့ ယာဉ်လိုင်းတစ်လိုင်းက ကားတစ်စီးပေါ်ကို သံဃာတော်တစ်ပါး တက်ရောက်လာပါတယ်။ ယာဉ်နောက်လိုက်က ထိုင်ခုံနေရာ မရှိတော့ဘူးဆိုပြီး သံဃာတော်ကို ပြန်ဆင်းခိုင်းတာ ဆင်းပေးလိုက်ရပါတယ်။ ..အခြားတစ်နေရာမှာလည်း ဒီလိုမျိုး အဖြစ်အပျက်တစ်ခု ထပ်မံဖြစ်ပွားခဲ့တယ်။

တကယ်တော့ ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံတစ်ခုမှာ အထူးသဖြင့် ထေရဝါဒ သာသနာတော်ထွန်းကားတဲ့ မြန်မာနိုင်ငံမှာ ဒီလိုဖြစ်စဉ်မျိုးရှိတယ်ဆိုတာ "အရပ်ရပ်နေပြည်တော်ကြားလို့မတော်"တဲ့ကိစ္စပါ။ဒီဖြစ်စဉ်ကြောင့်ကာယကံရှင် သံဃာတော်ရဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာညှိုးနွမ်းခံရသလို သာသနာတော်ရဲ့ပုံရိပ်လည်း ညှိုးနွမ်းရပါတယ်။ ဖြစ်စဉ်မှာပါဝင်ခဲ့တဲ့ ယာဉ်နောက်လိုက်တွေရဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ ယဉ်ကျေးမှုအားနည်းနေတာ တွေ့ရမှာဖြစ်သလို ဖြစ်စဉ်ကိုတွေ့မြင်၊ သိရှိလိုက်ကြတဲ့ ယာဉ်စီးခရီးသည်တွေရဲ့ ဘာသာရေးအသိရေချိန်နဲ့ နိုင်ငံကြီးသားဝိသမှု(Civic Responsibility)ဟာလည်း မေးခွန်းတွေ ထုတ်စရာဖြစ်လာပါတယ်။ ဖြစ်စဉ်မှာ သံဃာတော်နှစ်ပါးလုံးရဲ့ တုံ့ပြန်မှုက ကြည်ညိုစရာကောင်းပါတယ်။ ယာဉ်နောက်လိုက်က နှင်ချတာကို ဆင်းပေးလိုက်တယ်။ ပြီးတော့မှ သက်ဆိုင်ရာ အကြီးအကဲတွေဆီကို ပြုပြင်ဆုံးမပေးဖို့ စာနဲ့အကြောင်းကြားတယ်။ အရေးယူတာကိုလည်း လျှော့ပေါ့ပေးဖို့ မေတ္တာရပ်ခံပေးသေးတယ်ဆိုတော့ သီလ၊ သိက္ခာထိန်းသိမ်းသလို မေတ္တာ၊ ကရုဏာကြီးမားတဲ့ သံဃာတော်တွေဖြစ်ကြောင်း ထင်သာမြင်သာရှိပါတယ်။

ပြောစရာဖြစ်တာကတော့ ယာဉ်နောက်လိုက်တွေရဲ့ ဘာသာရေးအသိ အားနည်းတာရယ်၊ ကားပေါ်ပါလာတဲ့ ခရီးသည်တွေက ဒီဖြစ်စဉ်ကို တွေ့ကြ၊ မြင်ကြ၊ သိကြတဲ့သူတွေရယ်ပါ။ သူတို့ထဲက တစ်ယောက်ယောက်ကသာ ဘာသာရေးအသိ(သို့မဟုတ်) လူမှုရေးအသိနှင့် ဝင်ရှင်းပေးရင်လည်း ကြေလည်သွားမှာပါ။ ရဟန်းတော်ကို နေရာဖယ်ပေးလိုက်ခြင်းအားဖြင့် နေရာလှူဖြစ်သလို၊ ခရီးစဉ်ယာဉ်အလှူလည်း ဖြစ်သွားမှာပါ။ တကယ်လိုအပ်နေတဲ့ အချိန်မှာ လှူရတာကြောင့် ကာလဒါနလည်း မြောက်ပါတယ်။ ဒီအသိနက်နဲတဲ့ ဘာသာရေး

အသိအရ မဟုတ်တောင် အနည်းဆုံး လူ့ယဉ်ကျေးမှုအသိအရ နေရာဖယ်ပေးသင့်တာပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်နှင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုထွန်းကားတဲ့နိုင်ငံဆိုတာ အမည်ပဲကျန်တော့တာလားလို့ စိုးရိမ်စရာဖြစ်လာပါတယ်။ ဘယ်တုန်းကမှ မကြားဖူးတဲ့ ဖြစ်စဉ်ပါ။ ခုတော့ ကြားနေရပါပြီ။ ဘာ့ကြောင့် ဒီလိုတွေဖြစ် ကုန်တာလဲ။ ဆန်းစစ်ကြည့်ရမှာပါ။ အကျိုးတစ်ခုအတွက် အကြောင်းတွေများစွာ စုဆုံလာခဲ့ပါတယ်။ ခုကိစ္စမှာလည်း အကြောင်းကြောင်းသော အကြောင်းတွေရှိမှာပါ။

မောင်ဒီပတို့ကတော့ ပညာရေးလောကသားဆိုတော့ ပညာရေးရှုထောင့်ကပဲ အဖြေထုတ်မှာပါ။ အခြားအခြားသော အကြောင်းတွေတော့ မဆွေးနွေးတော့ပါဘူး။ "အရင်းစစ်တော့ အမြစ်မြေက"ဆိုသလိုပါပဲ။ ဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေက ငယ်စဉ်ဘဝက ဘာသာရေးအဆုံးအမ ကောင်းစွာမရခဲ့ကြဘူး။ အကယ်၍ ရခဲ့သည့်တိုင်အောင် မကျင့်သုံးခဲ့ကြဖူးဆိုတာ တွေ့ရမှာပါ။ လူကြီးဘဝမှာရှိနေတဲ့ အမူအကျင့်တွေ၊ အလေ့အထတွေဟာ ငယ်ငယ်တုန်းကတည်းက ပါလာကြတာပါ။ **"ငယ်ငယ်ကအစွဲ ခေါင်းထဲအထိပါတယ်"**ဆိုသမို့လား။ ငယ်ကျင့်ငယ်စရိုက်တွေဟာ သေတဲ့အထိ ခေါင်း(တလား)ထဲအထိ ပါသွားတတ်ကြောင်း ပြဆိုထားတဲ့ စကားပါ။ အင်္ဂလိပ်ကလည်း ဒီလိုပြောထားတာ ရှိပါသေးတယ်။ "Child is the father of the man"ပါတဲ့။ **"ကလေးသည် လူကြီး၏ ဖခင်ဖြစ်သည်"** ပါတဲ့။

ပြောချင်တာကတော့ လူကြီးဘဝမှာရှိနေတဲ့ စရိုက်တွေက ကလေးဘဝက မွေးဖွားပေးလိုက်တာလို့ ဆိုချင်တာပါ။ ဒါကြောင့် ငယ်ဘဝမှာ မိဘနဲ့ဆရာသမားတွေက အလေ့အကျင့်ကောင်းတွေ စွဲမြဲသွားအောင် သင်ကြားလေ့ကျင့်ပေးကြရမှာပါ။ ခုကာလမှာတော့ မိဘတွေက သားသမီးတွေကို ဘာသာရေးအသိ၊ လူမှုရေးအသိ ပေးနိုင်တာ အလွန်နည်းပါးနေပါတယ်။ ပေးနိုင်တဲ့မိဘမျိုးက ရှိတော့ရှိတယ်၊ ရှားတယ်ဆိုတဲ့အထဲ ပါနေတယ်။ ကလေးတွေကို အသိပေးနိုင်တာက မိဘနှင့် ဆရာသမားတွေပါ။

အများစုသော မိဘတွေဘက်က ဒီတာဝန်မကျေပွန်ကြတာ များတယ်ဆိုတော့ ဆရာ၊ဆရာမတွေဘက်လှည့်ကြည့်ကြရအောင်ပါ။ ဆရာ၊ဆရာမတွေဆီကလည်း အရနည်းပါတယ်။ ဒီလိုဆိုပြီး သူတို့(ဆရာ၊ဆရာမ)တွေကိုလည်း အပြစ်ပြောလို့မရပါဘူး။ မောင်ဒီပတို့ပညာရေးမှာ ဘာသာရေးနဲ့ဝေးခဲ့တာ

ကြပါပြီ။ မောင်ဒီပတို့ကျောင်းသားဘဝတုန်းကတော့ နဝမတန်းအထိ ဗုဒ္ဓဘာသာ စာမေးပွဲတွေ ဖြေခဲ့ရပါသေးတယ်။ တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းရောက်တော့ မဖြေရ တော့ပါဘူး။ အဲဒီကာလ(၁၉၆၆)လောက်ကတည်းကကျောင်းတွေမှာ ဘာသာရေး သင်ကြားမှုနှင့်ဝေးကွာသွားတာ ယနေ့အထိပါပဲ။ဒါပေမယ့်အချို့သောကျောင်းတွေ ကတော့ မိမိအသိနဲ့ပဲ ဘာသာရေးအလေ့အထတွေ သင်ကြားပေးနေကြတာတွေ တော့ ရှိပါတယ်။ များသောအားဖြင့်ကတော့ ကျောင်းတော်တော်များများမှာ ဘာသာယဉ်ကျေးမှု အလေ့အကျင့် အထိအတွေ့တွေ ခေါင်းပါးသွားပါတယ်။

အဲဒီလိုဖြစ်ခဲ့တဲ့အကြောင်းတွေကြောင့် ဒီကနေ့အကျိုးဆက်တွေ ခံစားနေရ တာပါ။ ဘယ်ဘာသာကိုးကွယ်တဲ့တိုင်းပြည်ဖြစ်ဖြစ် သူတို့ကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာ တရားကို မျိုးဆက်သစ်တွေထံ ကောင်းကောင်းလက်ဆင့်ကမ်း အမွေပေးကြ တာချည်းပါပဲ။ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း အရင်တုန်းက စာသင်ကျောင်းတွေမှာ ကလေးတွေကို ဘာသာတရားအခြေခံတွေ သင်ပေးခဲ့တာပါပဲ။ မောင်ဒီပတို့လည်း ကလေးဘဝ ကျောင်းနေစဉ်တုန်းက ရခဲ့တဲ့ ဘာသာရေးအသိနဲ့ပဲ ရှင်သန်ခဲ့တာ ပါပဲ။ ခုနောက်ပိုင်းတော့ နှစ်ပေါင်း(၄၀)ကျော်ကာလမှာ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတွေ ဘာသာရေး အမွေမခံခဲ့ရရှာပါဘူး။ မောင်ဒီပတို့ နိုင်ငံသား တွေက ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံဆိုပြီး ဟန်ကြီးပန်ကြီးတော့ တော်တော် လုပ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် တကယ်တန်းကျတော့ တော်တော်ရှက်စရာကောင်းတဲ့ အနေအထားပါ။ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးစတာတွေမှာ အရာရာကို ဟန်ပြ(for show)ပဲ လုပ်ခဲ့ကြသလို ဘာသာရေးကိုလည်း ဟန်ပြပဲ လေးစားပြနေကြတာပါ။ ရင်ထဲက နှစ်နှစ်ကာကာ မရှိကြပါဘူး။ ကွန်မြူနစ် ဘာသာ အနေအထားပါပဲ။

အခြားဘာသာတွေကို ကြည့်ကြည့်ပါ။ ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင်ကလေးတွေ ဟာ တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဘုရားကျောင်း(Church)ကို သွားကြပါတယ်။ အစ္စလာမ် ဘာသာဝင်ကလေးတွေကလည်း သောကြာနေ့တိုင်းဗလီ(Mosque)ကို သွားကြ ပါတယ်။ ဟိန္ဒူကလေးတွေကလည်း ကြာသပတေးနေ့တိုင်း ဘုရားကျောင်း (Temple) ကို သွားကြတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာကလေးတွေ ဘယ်နေ့ မှာ ဘုန်းကြီးကျောင်း(ဒါမှမဟုတ်) ဘုရားကို ပုံမှန်သွားတယ်ဆိုတာရှိလား။ ဥပုသ်နေ့ဆိုတာရှိပေမယ့် လူကြီးတွေတောင် ဟုတ်ဟုတ်ဟုတ်ဟုတ် မလိုက်နာ ကြပါဘူး။ ကလေးကတော့ ဝေးရောပေါ့။ အခြားဘာသာဝင်ကလေးတွေ သူတို့ သတ်မှတ်ရက်အလိုက် ဘုရားကျောင်းသွားကြတယ်ဆိုတာ လူကြီးတွေက ပို့ပေး

လို့ပါ။ အဲဒီလူကြီးတွေက သူတို့ကိုယ်တိုင်လည်း ဘုရားကျောင်းသွားကြသလို ကလေးတွေကိုလည်း ငယ်ငယ်ကတည်းက အလေ့အကျင့်လုပ်ပြီးခေါ်သွားပေးထားတာဆိုတော့ အစဉ်အလာကောင်းက မြဲသွားတော့တာပေါ့။

မောင်ဒီပတို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ရွှေမြန်မာတွေကတော့ မိရိုးဖလာဗုဒ္ဓဘာသာလို့ သတ်မှတ်ဖို့တောင် ခက်ခဲပါသေးတယ်။ ဟန်ပြဗုဒ္ဓဘာသာတွေ များနေပါတယ်။ ဒါကလည်း ခေါင်းကမှ မိုးမလုံတော့ တံစက်မြိတ်တွေက ဒဟပေါ်ဖြစ်ကုန်တာ မဆန်းပါဘူး။ ဘာသာတရားကင်းကွာတော့ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေလည်း စာထဲပေထဲမှာပဲ ရှိတော့တာပေါ့။ ကိုယ်ကျင့်တရားကို တည့်ဆောက်ပေးနိုင်တာ ဘာသာရေးပါ။ ဘယ်ဘာသာကမှ လူဆိုးဖြစ်အောင် မသွန်သင်ပါဘူး။ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းအောင် သွန်သင်ဆုံးမကြတာပါ။ ဒီလိုသွန်သင်မှုကိုလည်း ငယ်ငယ်ကလေးဘဝကတည်းက ရခဲ့ကြသင့်ပါတယ်။ ဒီလိုရဖို့ဆိုရင် စာသင်ကျောင်းတွေမှာ ဘာသာရေးကို မဖြစ်မနေကို သင်ကြားပေးရမှာပါ။

မြန်မာ့ဂုဏ်ဆောင် ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂအတွင်းရေးမှူးချုပ်တာဝန်ကို နှစ်ကြိမ်ဆက်တိုက် ထမ်းဆောင်ဖူးတဲ့ **ဦးသန့်**ကလည်း "စာသင်ကျောင်းနှင့် စာရိတ္တမဏ္ဍိုင်"ဆိုတဲ့ ဆောင်းပါးထဲမှာ ဒီလိုရေးခဲ့ဖူးပါတယ်။ "**စာရိတ္တမဏ္ဍိုင် တည်ဆောက်ရာ၌ စာသင်ကျောင်းသည် အလွန်အရေးပါအရာရောက်သော ဌာနကြီးတစ်ခုဖြစ်လေသည်။ စာသင်ကျောင်းများ၌ ဘာသာရေးသင်ခန်းစာကို မသင်မနေရပညာတစ်ရပ် ပြုပြင်လုပ်ပေးရန် ယခုစာရေးသူသည် နှစ်ပေါင်းနှစ်ဆယ်ကျော် ရေးသားတိုက်တွန်းခဲ့သူဖြစ်လေသည်** "။

ဒါ့ကြောင့် နိဂုံးချုပ်ရရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေအတွက် အနန္တဂိုဏ်းဝင် ကျေးဇူးရှင် သံဃာတော်တွေကိုတောင် အသိအမှတ်မပြုတတ်တော့တဲ့အထိ ရောက်နေလို့ အခြေအနေကို အမြန်ဆုံးပြုပြင်နိုင်ရေးအတွက် ကလေးသူငယ်တွေကို ဘာသာရေးအခြေခံတွေ စာသင်ကျောင်းတွေကနေ မဖြစ်မနေ ပြန်လည်သင်ကြားပေးကြပါမည့်အကြောင်း ...။

–၂၀၁၃ ဩဂုတ်လထုတ် လှူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ မောင်ဒီပ(ပညာရေး)၏"သံဃာရတနာအတွက်တောင် နေရာမပေးနိုင်တော့ဘူးလား"ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဝေမျှသည်။

ကျောင်းရောက်-ဦးချ ကုသိုလ်ရ၊ အိမ်ပြန်-ရှိခိုး ကုသိုလ်တိုး။

– ဆရာတော်ဦးဇနိမှာ(ဝေါ)။

မင်းကွန်းတိပိဋကဓရဆရာတော်ကြီး၏ဩဝါဒ

၁။ လူ့နတ်ချမ်းသာ၊ လိုချင်ရှာ၊ ပြုပါ "**ဒါန**"သာ။
၂။ အနာရောဂါ၊ ကင်းချင်ရှာ၊ စောင့်ပါ "**သီလ**"သာ။
၃။ စိတ်ဆင်းရဲတာ၊ လွတ်ချင်ရှာ၊ လုပ်ပါ "**သမထ**"သာ။
၄။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ၊ လိုချင်ရှာ၊ ရှုပါ "**ဝိပဿနာ**"။

လူလူချင်း တန်ဖိုးထားဖို့

(၅-၈-၂၀၁၀) နေ့က

ချီလီနိုင်ငံ၊ ကော်ပီရာပိုမြို့အနီး စန့်ဂျိုစ်ကြေးနီမိုင်းတွင်း ပြိုကျတယ်တဲ့။

ပြိုကျတဲ့အတွက် မြေအောက် ပေ(၂၃၀၀)အနက်မှာ အလုပ်သမား (၃၃)ယောက် အသက်ရှင်လျက်ရှိနေတယ်ဆိုတာ ကယ်ဆယ်ရေးအဖွဲ့တွေဟာ သိခဲ့ရတယ်။ သူတို့အသက်ရှင်နေသေးကြောင်းကို လွန်တူးစက်ရဲ့လွန်သွားမှာ စာတိုတစ်စောင်ရေးပြီး မြေပြင်ပေါ်ကို သတင်းပို့လို့ သိခဲ့ရခြင်းဖြစ်တယ်။သိသိချင်း ကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ကြတော့တာပေါ့။ ..

အသက်ရှင်လျက်ရှိတဲ့သူတွေကို ကယ်ဖို့အတွက် ခန့်မှန်းကုန်ကျငွေ စရိတ်ဟာ တစ်ပေကို အမေရိကန်ဒေါ်လာ (၂၀၀၀)ရှိတယ်။ မြန်မာငွေဆိုရင်တော့ တစ်ပေကို သိန်း(၂၀)လောက်ကုန်ကျမယ်ပေါ့။ ပေ(၂၃၀၀)နဲ့သာ မြှောက်ကြည့်ပေတော့။ လူတွေကို အဲဒီလောက်ထိ တန်ဖိုးထားတယ်။ ကယ်ဆယ်ရေးအတွက် ကုန်ကျစရိတ်ကိုလည်း ကုမ္ပဏီတွေက လှူကြ၊ တန်းကြ၊ ဝေမျှ.. ကျခံကြတယ်။....

ဒီလိုနဲ့ သူတို့အားလုံးဟာ ၂၀၁၀၊ နိုဝင်ဘာလဆန်းမှာ မြေပြင်ပေါ်ကို ပြန်ရောက်ခဲ့ကြတယ်။

ကျွန်တော်စဉ်းစားကြည့်တယ်။ ကယ်ဆယ်တဲ့သူတို့ရဲ့ နှုတ်ဖျားမှာ ဒုလဘ္ဘာတရားတို့၊ လူအဖြစ်ရခဲတယ်တို့၊ ဘာတွေညာတွေ ရေးကြီးခွင်ကျယ် လုပ်ပြီး မပြောကြပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သူတို့စိတ်ထဲမှာ လူတစ်ယောက် အသက်ရှင်သန်မှုကို တန်ဖိုးထားကြတယ်။ လူ့တန်ဖိုးကို သိတယ်၊ လူလူချင်း ချစ်တတ်တယ်။ လူလူချင်း မေတ္တာရှိတယ်။ လူကို လူလို့မြင်တယ်။ လူကို လူတွေကသာ ကူညီလို့ရတယ်။ နတ်တွေ တန်ခိုးရှင်တွေကို တမ်းတမနေဘူး။ ပူဇော်မနေဘူး။ လုပ်သင့်တာကို လက်တွေ့ကျကျလုပ်တယ်။

သူတို့ရဲ့လုပ်ရပ်တွေကိုကြည့်ရင် သူတို့ဟာ လူ့အဖြစ်ရခဲ့တယ်ဆိုတဲ့ တန်ဖိုးကို သိနေကြသလိုပဲ။

ဟော... ကျွန်တော်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကြည့်လိုက်ကြစမ်းပါ။ ငါ့အသက်ရှင်ဖို့က သူ့အသက်ရှင်ဖို့ထက် ပိုပြီးအရေးကြီးနေတယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ငါ့အတွက်၊ ငါ့ရှိနေမှ ဖြစ်မယ်။ ငါ့မိသားစုအတွက် ငါရှိနေမှ ဖြစ်မယ်။

ငါ .. ငါ .. ငါ .. ပြောလိုက်တဲ့တရား၊ ပြောလိုက်တဲ့စကား၊ထိုင်လိုက်တဲ့ တရား၊ ပို့လိုက်တဲ့ မေတ္တာ၊ ရွတ်လိုက်တဲ့ မင်္ဂလသုတ်၊ ကလေးတွေတောင် ပဋ္ဌာသမ္ပဒ်ကို အလွတ်ရနေပြီ။ မေတ္တာပို့သလွှန်းလို့ တီးလိုက်ရတဲ့ ကြေးစည်၊ ပတ်ချာကိုရမ်းပြီး မူးနေပြီ။ ကြေးစည်တီးတဲ့ သစ်သားတူလေးလည်း အရိုးကျိုးနေပြီ။ အရပ်ဆယ်မျက်နှာလည်း မေတ္တာရည် မွှမ်းနေလောက်ပြီ။

ကျွန်တော်စဉ်းစားမိတာလေးတစ်ခုရှိတယ်။ မေတ္တာအကြောင်းပါ။ စိတ်နဲ့ပို့သတဲ့မေတ္တာကို မနောကံမေတ္တာလို့ ဆိုကြတယ်။နှုတ်နဲ့ပို့သတဲ့မေတ္တာကိုတော့ ဝစီကံမေတ္တာလို့ ဆိုကြတယ်။ ကျွန်တော်က အဲဒီလိုမေတ္တာကို ပိုပြီး လုပ်လေ့ရှိပါတယ်။

ဒါပေမယ့် **မေတ္တာနဲ့ပတ်သက်ရင် လက်တွေ့ကျင့်ဆောင်တဲ့ ကာယကံမေတ္တာက ပိုပြီးအရေးကြီးမယ်လို့ထင်ပါတယ်။**

+ ------ +

ချီလီမိုင်းတွင်းက အသက်ရှင်လျက်ရှိတဲ့ လူ(၃၃)ယောက်အကြောင်းကို တစ်ကမ္ဘာလုံးမှာရှိနေတဲ့ လူတွေအားလုံး သိကြပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ လူလူချင်း တန်ဖိုးထားမှုကိုလည်း တစ်ကမ္ဘာလုံးက လေးစားနေကြပါတယ်။

ကျွန်တော်ပြောချင်တာက လူအဖြစ်ရဖို့ တကယ်ခက်ခဲတယ်လို့ယုံကြည်တယ်ဆိုရင် ...

ကျွန်တော်လည်း လူ၊ ခင်ဗျားလည်း လူ၊ သူလည်း လူ။

လူတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့အတွက်–

ကျွန်တော်လည်း ခက်တယ်၊ ခင်ဗျားလည်း ခက်တယ်၊ သူလည်း ခက်တယ်။

ကျွန်တော်လည်း ဒုလ္လဘ၊ ခင်ဗျားလည်း ဒုလ္လဘ၊ သူလည်း ဒုလ္လဘ။

ဒါဆိုရင် လူအချင်းချင်း တန်ဖိုးထားသင့်တာပေါ့ဗျာ။

–(၂၀၁၃) ဩဂုတ်လထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်းပါ ဦးဘုန်း(ဓာတု)မန္တလေး၏ 'ကျွန်တော်.. ခင်ဗျား...သူ'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

မှန်းစရာကောင်းတဲ့လူ

မိဘစကား ပယ်ရှားသူ၊ မုန်းစရာကောင်းတဲ့ လူ။
ဆရာ့စကား နားမထောင်သူ၊ မုန်းစရာကောင်းတဲ့ လူ။
လိမ်လည်လှည့်ဖြား ပြောတတ်သူ၊ မုန်းစရာကောင်းတဲ့ လူ။
ဆဲကာဆိုကာ ရိုင်းပျသူ၊ မုန်းစရာကောင်းတဲ့ လူ။
စာနာထောက်ထား ခေါင်းပါးသူ၊ မုန်းစရာကောင်းတဲ့ လူ။
မုန်းစရာလူ မဖြစ်ရေး၊ ငယ်ရွယ်စဉ်က ပြုပြင်ပေး။
မှတ်ကြ ညီလေး .. ညီမလေး။

-မြေလတ်မောင်မြင့်သူ၊ 'အလှကိုယ်စီပန်းလိုသီ' ကလေးကဗျာစာအုပ်မှ။

အိတ်ပေါက်နဲ့ဖားကောက်

ငယ်စဉ်ခါက ပညာမသင်၊ ကြီးတော့ လူရာမဝင်။
ဆင်ခြင်မသိ ဉာဏ်မရှိ၊ ဘောင်ဘင် အိုးမပြည့်။
ကသိကအောက် လူ့ပြည်ရွာ၊ က,ချင်လျက် လက်နာ။
အပြီးလိုရာ ဘယ်မရောက်၊ အိတ်ပေါက်နဲ့ဖားကောက်။

-မြေလတ်မောင်မြင့်သူ၊ 'အလှကိုယ်စီ ပန်းလိုသီ' ကလေးကဗျာစာအုပ်မှ။

စည်းလုံးညီညွတ်ပါ

သတ္တိရှိစွာ၊ ထက်မြက်ပါ၊ စည်းလုံးညီညွတ်ပါ။
ချက်ကောင်း,အခွင့်ကောင်း၊ အစဉ်ချောင်း၊ ရန်ပေါင်းအောင်နိုင်တာ။
မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ၊ သတ္တိရှိစမ်းပါ။
မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ၊ ထက်မြက်ကြစမ်းပါ။
မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ၊ စည်းလုံးကြစမ်းပါ။
မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ၊ ညီညွတ်ကြစမ်းပါ။
မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ၊ ချက်ကောင်း ချိန်ပစ်ပါ။
မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ၊ ခွင့်ကောင်း စောင့်ဖမ်းပါ။
မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ၊
လက်ထိပ်ကို မကြောက်နဲ့၊ ဘွဲ့တံဆိပ်ကို ကြောက်။

-ဦးဝိရသူ၊ 'မကြောက်ပါနဲ့ ရွှေမြန်မာ' ထရားမှ။

မျှော်လင့်ချက်ကိုယ်စီ

ဘဝကြင်ဖော် အိမ်ထောင်ဘက် ရွေးချယ်ရာတွင်-

ယောက်ျားလေးများ ဘက်က မျှော်လင့်ထားသော အင်္ဂါရပ် (၆)ခုရှိသည်။

၁။ ယဉ်ကျေးမှုမြင့်မြတ်နိုးသူဖြစ်ရမည်။

၂။ ရိုးသားသူဖြစ်ရမည်။

၃။ အလိုက်သိတတ်သူဖြစ်ရမည်။

၄။ သစ္စာရှိသူဖြစ်ရမည်။

၅။ အိမ်ထောင်မှုကို အလေးထား ထိန်းသိမ်းတတ်သူဖြစ်ရမည်။

၆။ ကိုယ်ခန္ဓာအချိုးအစား လှပပြေပြစ်မှုရှိသူဖြစ်ရမည်။

မိန်းကလေးများဘက်က မျှော်လင့်ထားသော အင်္ဂါရပ် (၈)ခုရှိသည်။

၁။ ရိုးသားသူဖြစ်ရမည်။

၂။ အလိုက်သိတတ်သူဖြစ်ရမည်။

၃။ သစ္စာရှိသူဖြစ်ရမည်။

၄။ အိမ်ထောင်မှုကို အလေးထား ဦးစီးနိုင်သူဖြစ်ရမည်။

၅။ မိဘတို့ သဘောတူလက်ခံသူဖြစ်ရမည်။

၆။ ကြင်နာတတ်သူဖြစ်ရမည်။

၇။ အမြော်အမြင်ကြီးသူဖြစ်ရမည်။

၈။ မိမိအပေါ် ချစ်မြတ်နိုးသူဖြစ်ရမည်။

- ဘဒ္ဒန္တကောသလ္လ(ကမ္ဘာအေး၊ စံပြသာသနာပြုကျောင်း)ရေး
'လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးအတွေးအမြင်'တအုပ် စာ ၂၉ မှ။

ထိုမှနောက်သော် ...

မျိုးဖျက်ခံထား၊ သင့်ရင်ဖွား၊ သင့်အားတော်လှန်မည်။

သင့်အိမ်ကနေ၊ သင့်တိုင်းပြည်၊ ခွဲဝေစိတ်ပိုင်း တောင်းတော့မည်။

မျိုးဘာသာရေး၊ တိုင်းပြည်ရေး၊ သဘောသူ့တိုင်း ထားရမည်။

တစ်ယောက်ကပျက်၊ တစ်ရာဆက်၊ မျိုးဖျက်ရောဂါ ကြီးနေပြီ။

နက်ဖြန်မရွှေ့၊ သည်ယနေ့၊ ဝလေ့မျိုးနွယ် ကွယ်ပမည်။

-မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်။ ၁၉၉၅ မတ်လထုတ် ကဝိဗန္ဓနကထာ စာ ၁၂၇ မှ။

[redacted]

"လူစီယာနိုပါဗရော့တီ"သည် အီတာလျံလူမျိုး ကမ္ဘာသိအဆိုတော်တစ်ယောက်ဖြစ်သည်။ ပါဗရော့တီက သူ့ဘဝနောက်ကြောင်းကို ဤသို့သုံးသပ်ပြောဆိုခဲ့သည်။

အီတလီနိုင်ငံတွင် ကျွန်တော်နေသော မိဒေနာမြို့၌ အာရီဂိုပိုလာဆိုသည့် အဆိုသင်ဆရာတစ်ယောက်ရှိသည်။ အဖေက ကျွန်တော့်ကို ထိုဆရာထံအပ်နှံပေး၏။

ဂီတအနုပညာကို ထိုဆရာ့ထံ၌ လေ့လာလိုက်စားရင်း တစ်ဖက်က ဆရာအတတ်သင်ကောလိပ်သို့ တက်ရောက်ပညာသင်ယူခဲ့သည်။ ကောလိပ်ကျောင်းမှ ကျောင်းဆင်းသောအခါ ကျောင်းဆရာလုပ်သင့်သလား၊ အဆိုတော်လုပ်သင့်သလားဟု ဖခင်ကို မေးခဲ့သည်။

"ပါဗရော့တီ ...၊ မင်း ကုလားထိုင်နှစ်လုံးကို ထိုင်ဖို့ကြိုးစားရင် အဲဒီကုလားထိုင်နှစ်လုံးကြားထဲ လိမ့်ကျမှာပဲ၊ မင်းဘဝအတွက် ကုလားထိုင်တစ်လုံးပဲ ရွေးရလိမ့်မယ်"ဟု ဖခင်က သူ့သဘောထားကို ပြော၏။

အဖေ့စကားကို စဉ်းစားပြီး ကျွန်တော် ကုလားထိုင်တစ်လုံးသာ ရွေးလိုက်သည်။ ထို့နောက်ပညာရှင်အဆင့်နှင့် စင်ပေါ်စတင်တက်ခွင့်ရရှိရေး (၇)နှစ်တိတိ လေ့လာသင်ယူခဲ့ရသည်။ စိတ်ညစ်စရာ စိတ်ဆင်းရဲစရာများလည်း အကြိမ်ကြိမ်ကြုံတွေ့ခဲ့၏။ တစ်ဖန် မက်ထရိုပိုလီတန် အော်ပရာဇာတ်ရုံကြီးတွင် ဖျော်ဖြေခွင့်ရရှိရေး နောက်ထပ်(၇)နှစ် ကြိုးစားရပြန်သည်။

လောကမှာ အုတ်စီသောအလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လက်သမားအလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အခြားဘယ်အလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် မိမိရွေးချယ်သည့်အလုပ်ကို ဘဝမြှုပ်နှံလုပ်ဆောင်ဖို့လိုအပ်သည်။ ယင်းသို့ အလုပ်ထဲ ဘဝမြှုပ်နှံလုပ်ဆောင်သူမှ အောင်မြင်တိုးတက်မှာဖြစ်သည်။ ဤနည်းလမ်းသာ အောင်မြင်မှု၏ အဓိကသော့ချက်ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာ ကုလားထိုင်တစ်လုံးသာ ရွေးပြီး ထိုကုလားထိုင်မှာ ပြတ်ပြတ်သားသား ထိုင်ရန်ဖြစ်သည်။

– သဒ္ဓမ္မကောသလ္လ(ကမ္ဘာအေး၊ စံပြသာသနာပြုကျောင်း)ရေး
'လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေးအတွေးအမြင်'စာအုပ် စာ ၁၁၁ မှ။

၅။ ကမ္ဘာကျော်သူဌေးကြီးသုံးဦး

'ကတ်ရှအမ်ဘဲနီ'သည် အိန္ဒိယသူဌေးကြီးတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံ မွမ်ဘိုင်းမြို့တွင် **အန်တီလာ** စံအိမ်ကြီးကို တည်ဆောက်ခဲ့သည်။ ထိုစံအိမ်ကြီးတွင် အထပ်ပေါင်း ၂၇ ထပ်ရှိသည်။ ကမ္ဘာတွင် တန်ဖိုးအကြီးဆုံးသော စံအိမ်ကြီးဖြစ်သည်။ မှန်သားပြင်အများစုဖြင့် ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ထားသည်။ တည်ဆောက်မှုကုန်ကျစရိတ်မှာ ဒေါ်လာတစ်ဘီလီယံတန်ဖိုးရှိသည်။ စံအိမ် ဝန်ထမ်းပေါင်း (၆၀၀)ထားရှိသည်။ ပိုင်ရှင်သူဌေးကြီးမှာမွမ်ဘိုင်းမြို့လောင်စာဆီနှင့် ဓာတုပစ္စည်းလုပ်ငန်း ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင်ကြီးဖြစ်သည်။ကမ္ဘာတွင်ပဉ္စမမြောက်အချမ်းသာဆုံးသူဌေးတစ်ဦးဖြစ်သည်။

ဒုတိယကမ္ဘာကျော်သူဌေးကြီးမှာ“**လမ်ဆေးဝင်**”ဖြစ်သည်။ဟောင်ကောင် ကျော်ကြားသူဌေးကြီးဖြစ်သည်။ သူဌေးကြီးလမ်ဆေးဝင်သည် အလွန်ကြွယ်ဝ ချမ်းသာသည်။ အလွန်လည်း စည်းစိမ်ခံသူကြီးဖြစ်သည်။ နေအိမ်တွင် အသုံး ပြုသော ရေချိုးခန်းနှင့် တွဲလျက်ရှိသောရေအိမ်ကို ရွှေအစစ်များဖြင့် တန်ဆာဆင် ထားသည်။ ဟောင်ကောင်ဒေါ်လာ ၂၇ သန်း (အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၃ ဒသမ ငါးသန်း)ကုန်ကျခံထားသည်။ ကမ္ဘာတွင် ရေအိမ်နှင့်ရေချိုးခန်းကို တန်ဖိုး အကြီးဆုံးထားရှိသူအဖြစ်ဂင်းနစ်မှတ်တမ်းတွင်မှတ်တမ်းတင်ခံထားရသူဖြစ်သည်။ ထိုသူဌေးကြီးသည် ၂၀၀၈ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ၊ အသက် ၅၃ နှစ်တွင် ကွယ်လွန်သည်။ အဆိုပါ သူဌေးကြီးနှစ်ဦးသည် ချီးကျူးစရာမဟုတ်ကြပါ။

တတိယကမ္ဘာကျော်သူဌေးကြီးမှာ **'ဘီလ်ဂိတ်'နှင့် 'မယ်လင်ဒါဂိတ်'** ဇနီးမောင်နှံဖြစ်ပါသည်။ ကမ္ဘာကျော်မေတ္တာရှင်၊ ကရုဏာရှင်သူဌေးမောင်နှံ ဖြစ်ပါသည်။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုလျှော့ချရေးအတွက် လှူဒါန်းထောက်ပံ့ ခဲ့သည်။ ဘီလ်ဂိတ်နှင့်မယ်လင်ဒါဂိတ်ဖောင်ဒေးရှင်းကို တည်ထောင်လျက် ဝန်ထမ်းပေါင်း (၁၀၀၀)ကျော်ခန့်ထားသည်။ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်ရှိ လူနာများ၊ နွမ်းပါးသူများ၊ စိုက်ပျိုးရေးတိုးတက်မှုလုပ်ငန်း၊ ပညာရေးတိုးတက်မှုလုပ်ငန်း၊ စာကြည့်တိုက်များတည်ထောင်ရေးလုပ်ငန်း၊ ပရဟိတလုပ်ငန်းများစသည့် လူသားအကျိုးပြုလုပ်ငန်းများအတွက် လှူဒါန်းထောက်ပံ့လျက်ရှိပါသည်။

၁၉၄၄ ခုနှစ်မှ ၂၀၁၂ ခုနှစ်အထိ လှူဒါန်းထောက်ပံ့ခဲ့သော ငွေစုစုပေါင်း မှာ ၁၆ ဒသမ ၂ ဘီလီယံရှိကြောင်းသိရ၏။ သူဌေးကြီးဇနီးမောင်နှံ၏ ကူညီပေးမ

ပရဟိတ မွန်မြတ်လှသော လူ့အကျိုးပြုလုပ်ငန်းစဉ်များအတွက် သာဓု အကြိမ်ကြိမ်ခေါ်ဆိုပါသည်။ ပစ္စည်းဥစ္စာသူဌေးကြီးဖြစ်ရသည့်ထက် ကုသိုလ်သူဌေး ဖြစ်ကြရအောင် ကြိုးစားသင့်လှပါကြောင်း။

မိုးညှင်း - ၂၀၁၃ ခုနှစ်၊ မေ မြတ်မင်္ဂလာ။
ဦးသန်းထွတ်(ပါမောက္ခ-ငြိမ်း၊ ပညာရေးတက္ကသိုလ်)၊
၂၀၁၃ ဩဂုတ်လထုတ် Youth လူငယ်မဂ္ဂဇင်းမှ။

ငယ်ရွယ်သူများ ဘာသာရေးလိုက်စားသင့်[illegible]လား?

လိုက်စားသင့်ပါသည်။ စောစောဘာသာရေးလိုက်စားလျှင် အကျိုးစီးပွား ကျေးဇူးများကို စောစောရပါသည်။

ဘာသာရေးက ဘာတွေပေးမလဲ? ပညာပေးမယ်။ သတ္တိပေးမယ်။ ယုံကြည်မှုပေးမယ်။ ငြိမ်းချမ်းမှုပေးမယ်။

-ရွှေဥမင်ဆရာတော်ကြီး၏ဩဝါဒ။

ဆိတ်ကွယ်ရာမရှိသော

ကလေးတို့ရေ ....

တစ်ခါတုန်းက သူဌေးကြီးတစ်ယောက်ရှိသတဲ့။ သူဟာ ပိုက်ဆံချမ်းသာပေမယ့် ထောင်ထောင်လွှားလွှား မနေတတ်ဘူး။ ဆင်းရဲသူတွေကိုလည်း အမြဲပဲ ကူညီတတ်သူဖြစ်သတဲ့။ တစ်ခါတလေမှာ ဆင်းရဲတဲ့သူဟာ ဘယ်လိုသွား၊ ဘယ်လိုစား၊ ဘယ်လိုနေတယ်ဆိုတာ သိရဖို့ သူ့ကိုယ်သူ အဝတ်အစား နွမ်းနွမ်းတွေ ဝတ်ဆင်ပြီး သူတို့နဲ့အတူ ရောနှောနေတတ်လေ့ရှိတယ်။ အဲဒီလို နေရင်းကနေ ကူညီရမယ့်သူတွေ တွေ့တဲ့အခါကျတော့လည်း ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးတာပေါ့ကွယ်။

တစ်နေ့မှာ သူဌေးကြီးက ဘတ်စ်ကားစီးပြီး မြို့လယ်ကနေ ဆင်ခြေဖုံးဘက်ကို ထွက်လာခဲ့တယ်။ သူစီးတဲ့ကားက ဂိတ်ကစ,ထွက်စဆိုတော့ လူသိပ်မပါသေးဘူးပေါ့။ သူ့ဘေးမှာ ဆင်းရဲနွမ်းပါးပေမယ့် ရုပ်ရည်သန့်တဲ့လူတစ်ယောက် ထိုင်လာတယ်။ ကားစပယ်ယာက ပိုက်ဆံကောက်တဲ့အခါ အဲဒီလူက ပိုက်ဆံ ငါးဆယ်ပဲ ထုတ်ပေးလိုက်တယ်။ ငါးဆယ်တန်ခရီးတစ်ဖြတ် ဆုံးသွားတဲ့အချိန်မှာ ဒီလူက မဆင်းသေးတော့ သူဌေးကြီးက "ဒီလူ တစ်မတ်တိုင် နှစ်မှတ်တိုင်လောက်

မို့ တစ်ရာမပေးဘဲ ဆက်စီးတာနေမှာ”လို့ တွေးပြီး သူဆင်းမဲ့မှတ်တိုင်ကို စိတ်ဝင်တစား စောင့်ကြည့်နေတယ်။ ဒါပေမယ့် နှစ်ရာတန်ခရီး ရောက်တဲ့အထိ ဒီလူဟာ မဆင်းသေးဘဲ ပိုက်ဆံလည်း ထပ်မပေးပါဘူး။ ဒီတော့ သူဌေးကြီးက တွေးလိုက်တယ် “ဒီလူ့မှာ ပိုက်ဆံမပါလို့ ကားခိုးစီးတာဖြစ်မယ်။ ကားခကို သူစိုက်ပေးလိုက်မယ်ပေါ့”။ အဲဒီအချိန်မှာ ကားခ မီးပွိုင့်မှာ အကြာကြီးရပ်တဲ့ အချိန်ဆိုတော့ ကားနားကို ဈေးသည်တွေ လာရောင်းကြတယ်။ ဒီလူက ရေသန့်တစ်ဘူးကို သုံးရာနဲ့ဝယ်ဖို့ ငါးရာတန်တစ်ချပ် ထုတ်ပေးပြီး ပိုတဲ့နှစ်ရာကို သူ့အိတ်ထဲထည့်တာ တွေ့လိုက်ရတယ်။

အဲဒီလူ ကားခိုးစီးတာ သေချာသွားတော့ သူဌေးကြီးက သူ့ကို သေချာ မှတ်မိသွားတယ်။

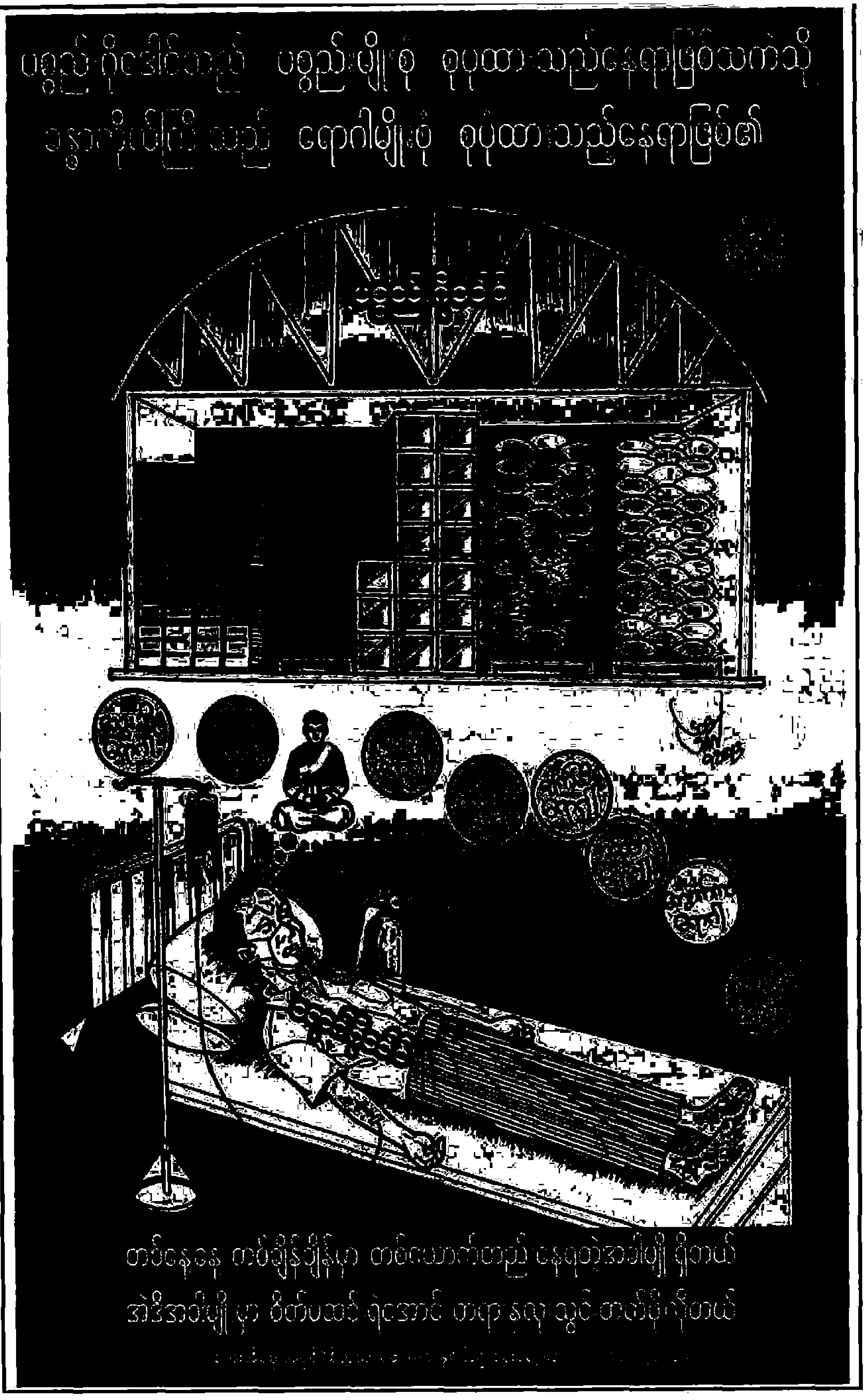
ဒီလိုနဲ့ နောက်တစ်လလောက်ကြာတဲ့အခါ သူဌေးကြီးက သူ့ရဲ့စက်ရုံမှာ အဆောက်အဦးဆောက်ဖို့ လိုအပ်လို့ လက်သမားဆရာ ငှားဖို့ သူ့ရဲ့မန်နေဂျာကို ပြောရတယ်။ လုပ်ငန်းပမာဏကြီးလို့ လက်သမားဆရာကို သူနဲ့ပေးတွေ့ဖို့လည်း မှာထားတယ်။ မန်နေဂျာက သူ့သူငယ်ချင်း လက်သမားဆရာတစ်ယောက်ကို ညှိနှိုင်းပြီး သူဌေးကြီးနဲ့တွေ့ဖို့ ချိန်းဆိုလိုက်ပါတယ်။

ချိန်းဆိုတဲ့နေ့မှာ လက်သမားဆရာက သပ်သပ်ရပ်ရပ်ဝတ်စားပြီး မန်နေဂျာနဲ့အတူ သူဌေးကြီးရုံးခန်းထဲကို ဝင်လာကြတယ်။ သူဌေးကြီးက သူဆောက်မဲ့ အဆောက်အဦးပုံစံကို သေချာရှင်းပြပြီး လုပ်ငန်းညှိနှိုင်းမှုကိုလုပ်တယ်။ နောက်တစ်ပတ်မှာ သူ့ကို ငှား၊မငှား အကြောင်းပြန်မယ်လို့ သူဌေးကြီးက ပြောလိုက်တယ်။

သူဌေးကြီးက လက်သမားဆရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သေချာတွေးနေမိတယ်။ ဒီလူဟာ သူ့အလုပ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ပိုင်နိုင်ကျွမ်းကျင်တာတော့ အမှန်ပါ။ ဒါပေမယ့် သူ့စိတ်ထဲစွဲနေတဲ့ ဘတ်စ်ကားခကို အပြည့်မပေးဘဲ စီးတဲ့သူဖြစ်နေတာက သူ့ကို စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်နေစေတယ်။ (၂၀၀)ပေးရမယ့်နေရာမှာ (၅၀)ပဲပေးတဲ့ ဒီလူဟာ သိန်း(၅၀)ကုန်မယ့်နေရာမှာ သိန်း(၂၀၀)တောင်းတဲ့သူ ဖြစ်မလား တွေးစရာဖြစ်နေတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ယုံကြည်စွာနဲ့ ဆက်ဆံလို့မရတဲ့သူအဖြစ် ဆုံးဖြတ်ပြီး ဒီလက်သမားကို မငှားဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

ပိုက်ဆံ(၁၅၀)ကို မပေးချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် လက်သမားဆရာဟာ လုပ်ငန်းကြီး တစ်ခုကို ဘာကြောင့်မှန်းမသိဘဲ ဆုံးရှုံးခဲ့ရသတဲ့ကွယ်။

-ဇီတု၊ ၂၀၁၇ ဇွန်လထုတ် ပုံပြင်ကမ္ဘာကလေးရုပ်စုံစာစောင်မှ။


ပစ္စည်းဂိုဒေါင်သဖွယ် ပစ္စည်းမျိုးစုံ စုပုံထားသည့်နေရာဖြစ်သကဲ့သို့
ခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် ရောဂါမျိုးစုံ စုပုံထားသည့်နေရာဖြစ်၏
တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ တစ်ယောက်တည်း နေရတဲ့အခါမျိုး ရှိတယ်
အဲဒီအခါမျိုးမှာ စိတ်ပသာဒ်ရအောင် တရားနှလုံးသွင်းတတ်ဖို့လိုတယ်

၉ – ၆ – ၉ သည် ငြိမ်းချမ်းရေးသင်္ကေတ

၉–၆–၉ ဟာ ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက်၊ အားကိုးထိုက်တဲ့ ဂုဏ်တော်တွေ။
အမျိုး ဘာသာ သာသနာအတွက်ကို၊ အကြမ်းမဖက်ဖို့ ပုံဖော်နေ။
ရတနာသုံးပါး ဦးထိပ်ထားလို့၊ ရိုးသား နိုးကြား ကြိုးစားလေ။
အမျိုးသားရေး သွေးမအေးနဲ့၊ အမြဲတစေ နွေးပါစေ။

ခြသေ့ံ,မြေခွေး ချစ်ကြည်ရေး

ဘာသာမျိုးစုံ လူမျိုးစုံ၊ ပြည်စုံ တို့တိုင်းပြည်။
နိုင်ငံ့ကျေးဇူး၊ ပြည့်ကျေးဇူး၊ အထူးသိရမည်။
မြေထု,ရေထု၊ ကျေးဇူးထု၊ လူထုမှာ ကိုယ်စီ။
ခြသေ့ံ,မြေခွေး၊ ချစ်ကြည်ရေး၊ ကျေးဇူးသိမှ တည်။

–ဆရာတော် ဝီရသူ(ဦးဝိစိတ္တာဘိဝံသ)၊
'သွေးမျိုးဆိုတာ မှားလေကောင်းလေ'တရားမှ။

စိန်ရတနာဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသာသနဝရ၏ဩဝါဒ

ဆရာ,ဆရာမ၊ ဟူလတ်က၊ စ-၅လုံး စုံရ။
စိတ်ဓာတ်, စေတနာ၊ စာရိတ္တ၊ စာဖတ်, စိစစ်ကြ။

လွတ်လပ်ရေးဆုံးရှုံးရင် ပြန်တိုက်လျှင် ရ,သေး။
သာသနာဆုံးရှုံးက ပြန်ရဖို့ ဝေး။

မြန်မာနိုင်ငံသားမဟုတ်

ငါ၏ရင်နှင့်သည်းခြာ ချစ်လှစွာသော သားတော်ပင်ဖြစ်လင့်ကစား တိုင်းသူပြည်သားအကျိုး၊ နိုင်ငံတော်အကျိုး၊ သာသနာအကျိုးကို မဆောင်ရွက်ဘူးဆိုရင် ငါ၏အမျိုးအနွယ်မဟုတ်။ ငါ၏ရင့်နှင့်သည်းခြာ သားသမီးရတနာမဟုတ်။ မြန်မာနိုင်ငံ၌ပင် မွေးဖွားနေထိုင်ကြီးပြင်းခဲ့လင့်ကစား မြန်မာပြည်သူတို့၏အကျိုးနှင့် မြန်မာနိုင်ငံတော်အကျိုးအား မဆောင်ရွက်သူသည် မြန်မာနိုင်ငံသားမဟုတ်။

–အလောင်းမင်းတရားကြီး ဦးအောင်ဇေယျ။

ကိလေသာနဲ့ဘုန်းကံ

ကိလေသာနဲ့ဘုန်းကံဆိုတာ ချိန်ခွင်တစ်ဘက်စီမှာ ထည့်ထားတဲ့ အလေးတွေလိုပဲ။ ကိလေသာဘက်က လျော့လာသလောက် ဘုန်းကံဘက်က တက်လာတာမျိုးပါ။

-မင်းကွန်းတိပိဋကဓရဆရာတော်ကြီး၊
(၁၁-၂-၂၀၀၂)ထုတ် အတွေးသစ်ဂျာနယ်မှ။

သစ်တစ်ပင်ကောင်း ငှက်တစ်သောင်းနား

* ခန္ဓာအရှိ၊ သတိကပ်ထား၊ လုံ့လအားပြု၊ ဉာဏ်ဖြင့်ရှု၊ ရမှုမင်္ဂဖိုလ်သာ။
* မင်္ဂဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ မပျောက်ရန်၊ ဓမ္မကွန်မပျောက်မှ။
* ဓမ္မကွန်မပျောက်၊ ထွန်းတောက်ရှည်ကြာ၊ တည်စေ့ငှာ၊
  လွှန်စွာ သင်အံ ချပို့မှ။
* စိတ်ကောင်းစာတတ်၊ အကျင့်မြတ်၊ လိုအပ်သာသနာ။
* သူ့ဓါကျေးဇူး၊ ရှိခဲ့ဖူး၊ အထူးပြန်ဆပ်နိုင်စေသော်။
* မဆပ်နိုင်နေ၊ ရှိပါစေ၊ မချေမဖျက်မိစေသော်။
* သင်ကဘာလဲ၊ ငါဘာလဲ၊ ပြိုင်ပွဲမဝင်မိစေသော်။
* **သစ်တစ်ပင်ကောင်း၊ ငှက်တစ်သောင်း၊**
  အပေါင်းကိုယ့်ကြောင့်အေးစေသော်။

-ကလျာဏာရာမရွှေကျင်ကျောင်းမှ။

လူငယ် နှင့် အချိန်

လူတစ်ယောက်၏ဘဝတွင် ပထမအရွယ်၊ ဒုတိယအရွယ်၊ တတိယအရွယ်ဟူ၍ အသက်အရွယ်အပိုင်းအခြားသုံးမျိုးရှိပါသည်။ ထိုအရွယ်သုံးပါးတွင် ပထမအရွယ်ဖြစ်သည့် လူငယ်ဘဝသည် အရေးအကြီးဆုံးအချိန်ဖြစ်ပါသည်။ လူတစ်ယောက်အား အဆောက်အအုံတစ်ခုအဖြစ်သဘောထားလျှင် လူငယ်ဘဝသည် ထိုအဆောက်အအုံ၏ အခြေခံအုတ်မြစ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ အုတ်မြစ်မခိုင်မာသော အဆောက်အအုံတစ်ခုသည် ခိုင်မြဲစွာတည်တံ့နေစေရန် မစွမ်းသာပါ။ ထို့အတူ လူငယ်ဘဝတွင် အခြေခံမကောင်းခဲ့သောသူတစ်ယောက်သည်လည်း ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် အောင်မြင်မှုများရနိုင်ရန် စွမ်းဆောင်နိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ လူငယ်ဆိုသည်မှာတစ်ချိန်တွင် တိုင်းပြည်၏ဦးဆောင်သူများဖြစ်လာမည်ဖြစ်သည့်အတွက် လူငယ်များ၏ အနာဂတ်သည် တိုင်းပြည်၏ အနာဂတ်ပင်ဖြစ်သည်။

လူငယ်ဘဝတွင် အရေးကြီးဆုံးအရာသည် အချိန်ကိုအကျိုးရှိစွာ အသုံးချနိုင်ရေးပင်ဖြစ်သည်။ အချိန်ဆိုသည်မှာ လူတစ်ယောက်အတွက် အစားထိုးပြန်မရနိုင်သည့် အရာတစ်ခုဖြစ်သည်။ လူငယ်ဘဝသည် အချိန်ကို ပေါပေါများများ ရရှိနိုင်သည့်အရွယ်ဖြစ်ပြီး ထိုအချိန်တွင် မိမိ၏တန်ဖိုးရှိသောအချိန်များကို ကောင်းမွန်အကျိုးရှိစွာ အသုံးချရမည့်အချိန်ဖြစ်ပါသည်။ လူငယ်ဘဝတွင် အချိန်ကို ကောင်းမွန်စွာအသုံးချနိုင်မည်ဆိုပါက အောင်မြင်မှုများကိုရရှိခံစားနိုင်ပါသည်။ ထို့အတူ လူငယ်ဘဝတွင် ရရှိခဲ့သောအချိန်များကို တန်ဖိုးမဲ့စွာဖြုန်းတီးခဲ့ပါကလည်း တစ်ချိန်ချိန်တွင် နောင်တတရား၏ နှိပ်စက်မှုဒဏ်ကိုခံစားရပါလိမ့်မည်။ အချိန်ကို အကျိုးမဲ့ဖြုန်းတီးခြင်းသည် မိမိဘဝကို မိမိလက်ဖြင့်ဖျက်ဆီးခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ယခုအခါတွင် လူငယ်အတော်များများသည် မိမိ၏တန်ဖိုးရှိသော အချိန်များကို ဘဝတိုးတက်ရေးအတွက် အကျိုးရှိစွာအသုံးပြုရမည့်အစား အကျိုးမဲ့ကိစ္စရပ်များစွာတွင် ဖြုန်းတီးပစ်လျက်ရှိနေသည်ကို ဝမ်းနည်းစွာမြင်တွေ့ရလျက်ရှိသည်။ လူတိုင်းလူတိုင်းသည် မိမိကံကြမ္မာ မိမိဖန်တီးရသည်သာဖြစ်သည်။ ထို့အတွက် အချိန်ကို တန်ဖိုးရှိစွာ အသုံးပြုခြင်းမပြုခြင်းသည်လည်း မိမိ၏ဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်းသာဖြစ်သည်။ အချိန်ကို ကောင်းမွန် အကျိုးရှိစွာ အသုံးချနိုင်ခဲ့ပါက ထိုအတွက်တန်ဖိုးကို ခံစားရမည်ဖြစ်သလို မိမိဖြုန်းတီးခဲ့သော အချိန်များအတွက် နှမြောတသနေမည်ကလည်း မိမိသာဖြစ်သည်။

အချိန်လွန်မှရသောနောင်တသည် ကောင်းကျိုးတစ်စုံတစ်ရာမရှိနိုင်ပါ။

ကုန်ဆုံးသွားသည့်အချိန်များကိုအစားထိုးပြန်ရနိုင်မည်လည်းမဟုတ်ပါ။

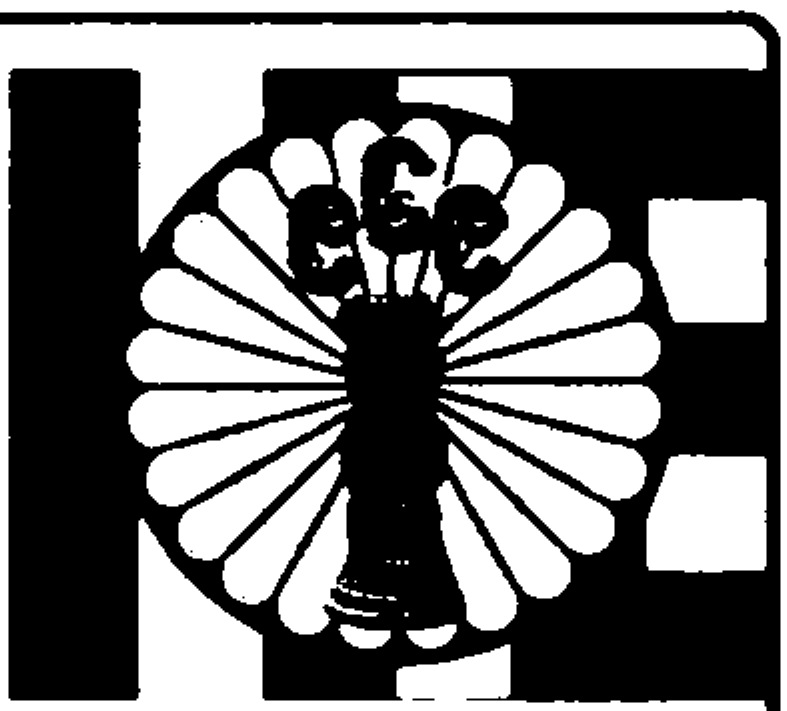
ထို့ကြောင့် –

လူငယ်များအနေဖြင့် "**ကမ္ဘာပေါ်တွင် ထိပ်တန်းအဆင့်ရောက်နေသည့် ရောက်ခဲ့သည့်သူတိုင်း သည်အချိန်ကို တန်ဖိုးရှိစွာ အသုံးချခဲ့သူများဖြစ်သည် ဆိုသည်**"အချက်ကို သတိပြုရင်း ....

အချိန်၏တန်ဖိုးကို နားလည်သဘောပေါက်လာကာ အကျိုးရှိစွာအသုံးချကြပါရန် The Daily Eleven နေ့စဉ်သတင်းစာက တိုက်တွန်းရေးသားအပ်ပါသည်။

–၂၀၁၃၊ ဇူလိုင်လ ၁၁၊
Daily Eleven သတင်းစာ စာ ၄ မှ။

"ဥဗြဲ" အနုသတိ



ညဘက်အိပ်ရင် စိတ်ထဲတွင်၊ "ဥဗြဲ"ကို မြင်
အိပ်ရာထရင် သတိရ၊ "ဥဗြဲ"တဲ့ဗျ။
ဈေးဝယ်ပါက သတိယှဉ်၊ "ဥဗြဲ"ဆိုင်ဝင်
ဘာသာတူရင် အားပေးကြ၊ "ဥဗြဲ"တဲ့ဗျ။
အိမ်ထောင်ပြုရင် သတိယှဉ်၊ အမျိုးသားရေးအမြင်
ဘာသာတူလျှင် လက်ထပ်လို့၊ မျိုးဂုဏ်စောင့်ထိန်းစို့။
သားသား၊မီးမီး အရွယ်ရောက်ရင်၊ "ဥဗြဲ"ကို သင်
နိုးစပ်ရာ ဓမ္မစကူးလ်များ၊ တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ပို့စို့လား။
အပျင်းမကြီးနဲ့ မိဘတွေ၊ ဓမ္မစကူးလ်ပို့စို့လေ
တီတီတာတာ ရတနာများ၊ "ဗုဒ္ဓနို့ချို"တိုက်စို့လား ။ *facebook*မှ။

သင်္ဂဟတရား ၄-ပါး

အပေးရက်ရော^၁ အပြောချိုသာ^၂၊ အကျိုးဆောင်ရွက် မပျက်စေရာ^၃။
တန်းတူကိုယ်နှင့် အသင့်ထားပါ^၄၊ "**စည်းထုံးမှု လေးခုသင်္ဂဟာ**"။
–မဟာစည်ဆရာတော်။

စာ အမှားပြင်တာ
ဖတ်ဖူးတယ်
စကား အမှားပြင်တာ
မကြားဖူးဘူး

အမြဲတမ်း ...
အမြစ်ညို ဒေါ်သန့်
အမြဲတဲ့ မြန်နေတာပဲ
မသိဘူးနော်
ညျာ့သုံ့တာကို
လူတွေ သိမှာစိုးလို့
မြန်မှာပေါ့
CMM...

လူကောင်းတွေလိုပါသည်

* လူကောင်း၏အဓိကလက္ခဏာသည် အကျင့်စာရိတ္တကောင်းခြင်းပင်ဖြစ်သည်။
* လူကောင်းများတွင်ရှိတတ်သော အခြားအရည်အသွေးတစ်ခုမှာ ပရဟိတစိတ်ဓာတ်ဖြစ်သည်။
* လူကောင်းဟူသည်မှာ ခွင့်လွှတ်စိတ်နှင့် နှိမ့်ချစိတ်လည်း ရှိရပေမည်။
* လူကောင်းသူကောင်း၏ အရည်အချင်းများမှာ (၁) သစ္စာတရားကို အလေးထားခြင်း၊ (၂) ရိုးသား၍ကြိုးစားခြင်း၊ (၃) စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းရှိခြင်း၊ (၄)စည်းကမ်းတကျ နေထိုင်ဆောင်ရွက်တတ်ခြင်း၊ (၅) အလုပ်ကိုလေးစား၍ တာဝန်ကျေပွန်ခြင်း၊ (၆) ကိုယ်ချင်းစာတရားရှိခြင်း၊ (၇)ကျေးဇူးသိတတ်ခြင်း၊ (၈) ကြင်နာသနားတတ်ခြင်း စသည်တို့ပင်ဖြစ်ပါသည်။
* လုပ်နိုင်းသည်ကိုလုပ်၍ တားမြစ်ထားသည်ကို မလုပ်ဘဲနေခြင်းသည် "**စည်းကမ်းလိုက်နာခြင်း**"ဖြစ်သည်။

- ၉၅ နှစ်လထုတ် မြက်ခင်းသစ်မဂ္ဂဇင်းပါ မုံရွာဝင်းဖေ၏ 'လူကောင်းတွေလိုပါသည်' ဆောင်းပါးမှ။

ကိုယ်မပါဖို့လို

သတင်းခေတ်ကြီးမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေရဲ့စိတ်သဘောထားတွေကို မေတ္တာလမ်းကြောင်းက လွဲသွားစေဖို့ လွှတ်လပ်စပြုလာတဲ့ ဂျာနယ်တွေ၊ သတင်းစာတွေ၊ လူမှုရေးကွန်ရက်တွေ၊ ဘလော့ခ်တွေကနေ အတင်းကြေညာချက်တွေ၊ အတင်းဆောင်းပါးတွေနဲ့ ဖွနေကြမှာပါ။ ဒါတွေဖတ်ပြီး ကိုယ်က မပါဖို့လိုတယ်။ ကိုယ်ကပါလိုက်ရင် သူတို့နဲ့ကိုယ် တစ်တန်းစားတည်း ဖြစ်သွားမှာပါ။

အကောင်းဆုံးခံစစ်၊ အကောင်းဆုံးတိုက်စစ်

ဗုဒ္ဓလက်ထက်က အဆဲသန်တဲ့ပုဏ္ဏားကြီးတစ်ဦးကဗုဒ္ဓကိုတစ်နေ့လုံးနီးပါး ဆဲနေလိုက်တာတဲ့။ သူပြန်မယ်လုပ်တော့ ဗုဒ္ဓက "ဟဲ့ ... ပုဏ္ဏားကြီး၊ သင့်အဆဲတွေ ငါမယူဘူး၊ ပြန်ယူသွားတော့"လို့ ဆိုလိုက်ချိန်မှာ ပုဏ္ဏားကြီးသဘောပေါက်ပြီး ဗုဒ္ဓကိုကြည်ညိုသွားတယ်လို့ဆိုပါတယ်။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့အကောင်းဆုံးခံစစ်ဖြစ်သလို ပုဏ္ဏားကြီးအရှုံးပေးလိုက်ရတဲ့ ဗုဒ္ဓရဲ့အကောင်းဆုံး တိုက်စစ်ပဲ မဟုတ်ပါလား။

-ရှင်ဆန္ဒာဓိက(ပေလေးပင်နတ်မှီတောရ)၊ ၂၀၁၃ ဇူလိုင် ၆ ရက်ထုတ် UNITY WEEKLY NEWS စာ ၂၀ မှ။

ပြိုင်စံရှားဖျော်ရည်

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှာ ၂၀၁၃ နှစ်ဦးပိုင်းမှစ၍ လူပြောများနေပြီး တရုတ်ရိုးရာဆေးမြီးတိုအဖြစ် တွင်ကျယ်စွာ သောက်သုံးနေကြတဲ့ ဖျော်ရည်နဲ့ မိတ်ဆက်ပေးလိုပါတယ်။ ဒီသစ်သီးဖျော်ရည်ကို တရုတ်ပြည်မှာ ရှေးကျသောကာလများကတည်းက ကင်ဆာကုထုံးဓာတ်စာအဖြစ် သောက်သုံးခဲ့ကြတယ်လို့ဆိုပါတယ်။ သောက်ပြီး သုံးလအတွင်း အောက်ပါ ကျန်းမာရေး အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိလာတယ်လို့ သောက်ဖူးသူတိုင်းက ညွှန်းဆိုနေကြပါတယ်။

အခွံခွာထားသော သကြားမုန်လာဥ၊ မုန်လာဥနီနဲ့ ပန်းသီးတို့ကို ဆတူရောကြိတ်ထားတဲ့ ဖျော်ရည်လေးပါပဲ။ တရုတ်ပြည်မှာ''သကြားမုန်လာဖျော်ရည်''လို့ ခေါ်ဆိုကြပြီး အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှာတော့(ဝါ) ပြိုင်စံရှားဖျော်ရည်လို့ အမည်တွင်ပါတယ်။ (အရသာပိုကောင်းပြီး ရနံ့မွှေးအောင် သံပုရာသီး(သို့မဟုတ်) ရှောက်သီးစိတ်ကလေး ညှစ်ထည့်ဖျော်သောက်နိုင်ပါတယ်)

ဒီဖျော်ရည်လေးက လုပ်ရတာလွယ်ကူပြီး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး လုံးဝမရှိဘဲ အောက်ပါအတိုင်း အစွမ်းထက်မြက်တယ်လို့ ညွှန်းဆိုထားတာကြောင့် သောက်ဖြစ်အောင် သောက်ကြည့်စေလိုပါတယ်။

(၁) ကင်ဆာဆဲလ်များ ကြီးထွားပြန့်နှံ့မလာအောင် ကာကွယ်ပေးပါတယ်။ အထူးသဖြင့် အဆုတ်ကင်ဆာဆဲလ်များကို သေစေပါတယ်။

(၂) အသည်း၊ ကျောက်ကပ်၊ ပန်ကရိယတို့ကို ကောင်းကျိုးပြု၍ ကိုယ်တွင်း ကိုယ်ပ အနာများကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေပါတယ်။

(၃) အဆုတ်အားကောင်းစေပြီး နှလုံးရောဂါကို ကာကွယ်ပေးကာ သွေးတိုးလည်း ကျစေပါတယ်။

(၄) သောက်ပြီးနှစ်ပတ်အတွင်း ကိုယ်ခံစွမ်းအား သိသိသာသာ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာပါတယ်။

(၅) မျက်စိနီရဲခြင်း၊ မျက်စိခြောက်သွေ့ခြင်းနှင့် မျက်စိအာရုံစိုက်များ၍ အမြင်အာရုံ မကြည်လင်ခြင်းတို့ကို တိုးတက်ကောင်းမွန်စေပါတယ်။

(၆) အားကစားပြင်းပြင်းထန်ထန်လုပ်၍ ကြွက်သားများ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို သက်သာပြေလျော့စေပါတယ်။ ကိုယ်အလေးချိန် ကျစေပါတယ်။

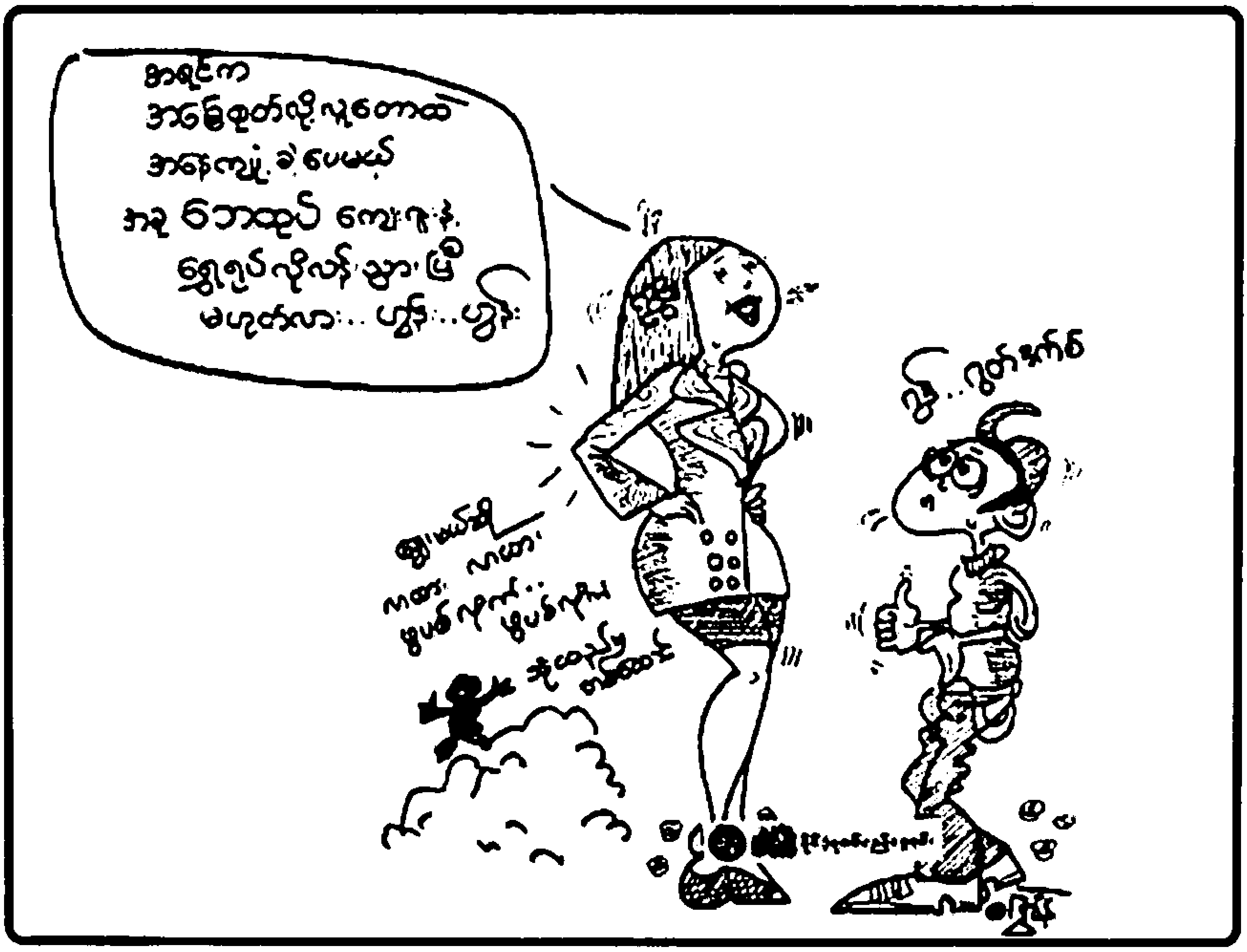
(၇) အူသိမ်အူမတို့ကို ကောင်းစွာ အလုပ်လုပ်စေလို့ ဝမ်းမချုပ်စေပါဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း အဆိပ်အတောက်ပြေစေတဲ့အတွက် အသားအရေ စိုပြည်တောက်ပလာကာ ဝက်ခြံများ ပျောက်စေလို့ "ဘုရားသခင်ပေးသော ဝက်ခြံပျောက်ဆေး"လို့ သမုတ်ကြပါတယ်။

(၈) အစာမကျေခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်းတို့ကို သက်သာစေတဲ့အပြင် ခံတွင်းရနံ့လည်း ကောင်းစေပါတယ်။

(၉) ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်းကို သက်သာစေပါတယ်။

(၁၀) ဝတ်မှုန့်/ဖုန်မှုန့်တို့ကြောင့် နှာစေး၊ ချောင်းဆိုး၊ မျက်ရည်ယို၊ လည်ချောင်းနာခြင်းတို့နှင့် တွဲဖြစ်တတ်သည့် အဖျားရောဂါများကို လည်း သက်သာစေပါတယ်။

-ပေါက်ပေါက်၊ ၂၀၁၃ ဇူလိုင် ၈ ရက်ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၇ မှ။



အမျိုးမတူ၊ ဘာသာကွဲပြား၊ လူမျိုးခြားအား၊ ယူမိမှားက၊ ဒူးနဲ့မျက်ရည်သုတ်ရမည်။

ဘာသာရေးကို အကြောင်းပြုပြီး အစွန်းရောက်သူများ၏ ရေးသားပြောဆိုမှုများကို အရေးယူနိုင်သည့် ဥပဒေ

ဘာသာရေးကို အကြောင်းပြုပြီး အစွန်းရောက်သူများ၏ ရေးသား ပြောဆိုမှုများကို အရေးယူနိုင်သည့် ဥပဒေမှာ မြန်မာနိုင်ငံ၏ တည်ဆဲဥပဒေအချို့တွင် ပြဋ္ဌာန်းထားပြီး ရာဇသတ်ကြီးအခန်း ၂၂၊ ရာဇဝတ်မကင်းသောခြောက်လှန့်မှု၊ စော်ကားမှုနှင့် စိတ်ငြိုငြင်စေမှုမှုများအခန်းပါ ပုဒ်မ ၅၀၅(ဂ)တွင်–

"မည်သူမဆို ဖော်ပြချက်ကိုဖြစ်စေ၊ ကောလာဟလကိုဖြစ်စေ၊ သတင်းကိုဖြစ်စေပြုရာတွင်၊ သို့တည်းမဟုတ် ထုတ်ပြန်ကြေညာရာတွင်၊ သို့တည်းမဟုတ် ဖြန့်ချိရာတွင် လူ့အမျိုးအစားအချင်းချင်းဖြစ်စေ၊ လူမျိုးစုအချင်းချင်းဖြစ်စေ၊ တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက် ပြစ်မှုကျူးလွန်အောင် လှုံ့ဆော်ရန်အကြံရှိလျှင်၊သို့တည်းမဟုတ်လှုံ့ဆော်ခြင်းကိုဖြစ်စေ၊အဆိုပါလှုံ့ဆော်ခြင်းကို ဖြစ်စေတန်ရာသည့် အကြောင်းရှိလျှင် ထိုသူကို နှစ်နှစ်အထိ ထောင်ဒဏ်တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်စေ၊ ငွေဒဏ်ဖြစ်စေ၊ ဒဏ်နှစ်ရပ်လုံးဖြစ်စေ ချမှတ်ရမည်"ဖြစ်ကြောင်း ပြဋ္ဌာန်းထားသည်။

ထို့ပြင် ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုသောနေရာကို ဖျက်ဆီးခြင်း၊ ယုတ်ညံ့စေခြင်း၊ လူတစ်စား ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာ သာသနာကိုဖြစ်စေ၊ ဘာသာ သာသနာရေး ယုံကြည်မှုကိုဖြစ်စေ စော်ကားခြင်းဖြင့် လိုလူတစ်စား၏ ကိုးကွယ်ရာဘာသာရေးစိတ်ဓာတ်ကို နာကြည်းစေရန် ကြံရွယ်၍ မသမာစိတ်ဖြင့် တမင်ကျူးလွန်သောပြုလုပ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပါက ရာဇသတ်ကြီး အခန်း–၁၅၊ ဘာသာ သာသနာဆိုင်ရာပြစ်မှုများအခန်း ပုဒ်မ–၂၉၅ နှင့် ၂၉၅(က)အရ ထောင်ဒဏ်ချမှတ်ခံရနိုင်သည်။

–၂၀၁၃ ခုနှစ် ၂ ရက်ထုတ် သတင်းစာ ၁၇–ပါ ၂၀၁၃ ခုနှစ် ၂၀ ရက်က ပြုထုတ်သော အမုန်းတရားပွားများလာစေရန်ရည်ရွယ်သည့် လှုံ့ဆော်မှုများကို ဥပဒေအရ ကာကွယ်သင့်မသင့် ဆွေးနွေးပွဲဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြသည်။

ဆရာဒကာ ညီညွတ်စွာ

ဆရာ,ဒကာ၊ ညီညွတ်စွာလျှင်၊ သာသနာကျိုး၊ ဆထက်တိုးဖို့၊ သယ်ပိုးကိုယ်စီ၊ ရှေ့သို့ချီမည်၊ ရွှေပြည်အမတ တိုင်အောင်တည်း။

-အရှင်အဘယ(နယူးယောက်)၊ ၉၃ မေလထုတ် မွေ့ရံသိမ်ဂွင်း၊ စာ ၂၀ မှ။

ဒီလိုအဖြစ်မျိုးလည်း ရှိတယ်

သီရိလင်္ကာတွင် လျှပ်စစ်မီတာခ တောင်းခံလွှာကြောင့် အမျိုးသားတစ်ဦး နှလုံးရောဂါဖြင့် သေဆုံး

သီရိလင်္ကာတွင် တုန်လှုပ်စရာ လျှပ်စစ်ဓာတ်မီတာခဓာတ်အား တောင်းခံလွှာကို ရရှိခဲ့ပြီးနောက် အသက်(၆၁)နှစ်အရွယ်ရှိ အမျိုးသားတစ်ဦးသည် နှလုံးရောဂါဖြင့် သေဆုံးသွားကြောင်း Ceylon today သတင်းစာက ဖွန် ၂၉ ရက်တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အသက် ၆၁ နှစ်အရွယ် အဆိုပါအမျိုးသားသည် ၄င်း၏နေအိမ်အတွက် တောင်းခံသည့်ဓာတ်အားခ ရုတ်တရက် အဆမတန်မြင့်တက်သွားသောကြောင့် ဖွန် ၂၈ ရက်တွင် ကိုလံဘိုမြို့ရှိ Ceylon flectricity Board အဖွဲ့ကို ဆန္ဒပြခဲ့ကြောင်း ယင်းသတင်းစာက ဖော်ပြခဲ့သည်။ ဓာတ်အားခမြင့်တက်သွားရခြင်းမှာ လွန်ခဲ့သည့်လက ဓာတ်အားအခွန်များစွာ တိုးမြှင့်သွားခြင်းကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း ၄င်းကို အကြောင်းပြန်ခဲ့သော်လည်း မြို့တော်လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးရုံးချုပ်တွင် ကုလားထိုင်ဖြင့် ထိုင်နေရာမှ နှလုံးရောဂါဖြင့်လဲကျသွားခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး ဆေးရုံအရောက်တွင် သေဆုံးသွားခြင်းဖြစ်ကြောင်း သတင်းစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

သေဆုံးသူ၏အမည်မှာ အက်စ်ပီ ဆာမာရာဒါဆာဖြစ်ပြီး ၄င်းပေးဆောင်ရမည့် ဓာတ်အားခပမာဏကိုဖော်ပြမထားသော်လည်းရာခိုင်နှုန်း၅၀တိုးမြှင့်လိုက်သည့်အခွန်နှုန်းထားအတိုင်း ကောက်ခံခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သတင်းစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

သီရိလင်္ကာသည် အာရှတွင် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားခံအမြင့်ဆုံးနိုင်ငံတစ်နိုင်ငံဖြစ်ပြီး ဓာတ်အားခ တစ်ကီလိုဝပ်တွင် ၃၇ ဆင့်အထိ ကျသင့်သည်။ ၂၀၁၃ ခုနှစ်အတွင်း ဒေါ်လာသန်း ၇၅၀ အရှုံးပေါ်နိုင်ကြောင်း အစိုးရဓာတ်အားပေးရေးအဖွဲ့က ကြေညာထားပြီး မေလတွင် ဓာတ်အားခွန်တိုးမြှင့်ကောက်ခံမှုကြောင့် ဆုံးရှုံးမှု ဒေါ်လာ ၂၂၅ သန်းသို့ လျော့ကျသွားနိုင်ကြောင်း ထုတ်ပြန်ထားသည်။

Ref: AFP *-(၃၀-၆-၂၀၁၃)ထုတ် The Daily Elevenသတင်းစာ စာ ၁၀ မှ။*

အင်းစိန်ရွာမဆရာတော်ကြီး၏ဩဝါဒ

လုပ်သင့်တာကို မလုပ်ရင် တာဝန်မကျေရာရောက်တယ်။
အမျိုး ဘာသာ သာသနာအရေး ရှောင်နေလို့မရဘူး။
မသိကျိုးကျွံပြုနေရင် ဘုရားလမ်းစဉ်မလိုက်ရာကျမယ်။
လူမှုရေးလုပ်ငန်းတွေနဲ့ ရဟန်းသံဃာတွေ ဘာဆိုင်လဲပြောကြတာကတော့ အင်မတန်စိတ်မကောင်းစရာဖြစ်တယ်။
လိုအပ်ရင် သားဖွားခန်းထဲဝင်ပြီး အင်္ဂုလိမာလသုတ်ဟောခွင့်ရှိတယ်။
ဒါလည်း လူမှုရေးလုပ်တာပဲ။

စေတနာကောင်းမှ ကံကောင်းမည်

လူသည် ဘာပဲလုပ်လုပ် စေတနာကောင်းရန်လိုသည်။ စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းသည်။ စေတနာညံ့သည် ကံညံ့သည်။ မည်သည့်လုပ်ငန်းမဆို စေတနာမပါဘဲ လုပ်ကိုင်လျှင် ရေရှည်တွင်အောင်မြင်နိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ စေတနာဟူသော စကားသည် ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံတွင် အတော်ကြီးတွင်တွင်ကျယ်ကျယ် သုံးနေသော်လည်း လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ချက်က တခြားစီဖြစ်နေတတ်၏။

အနောက်နိုင်ငံများတွင် စေတနာဟူသောဝေါဟာရ သူတို့အဘိဓာန်တွင် မရှိပါ။ အလုပ်ခွင်တွင် စေတနာစကား မပြောကြပါ။ သို့သော် သူတို့အလုပ်ကို သူတို့ကောင်းမွန်ပြီးစီးအောင် အချိန်မီလုပ်ကြသည်။

အလုပ်မလုပ်လျှင် သူ့ဘာသာသူ သိသလို ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲသူကလည်း သိသည်။ ရာထူးတိုး၊ ဝင်ငွေတိုးသည့်ကိစ္စသည် သူ့အလုပ်ပေါ်မှာ တည်သည်။ မြန်မာပြည်မှာလို လုပ်သက်ပေါ်၌ မတည်။

ဒီမှာက မလုပ် မရှုပ် မပြုတ်မှု ကျင့်သုံးပြီး 'ခ'သုံးလုံးကျေပါက ရာထူးတိုးနိုင်သည်။ ကိုယ့်အလုပ်ကို တာဝန်ကျေအောင် မလုပ်။ သူများကိစ္စများတွင်လည်း ဝင်မပါ။ ခေါ်ရင်သွား၊ ခိုင်းတာလုပ်၊ ခံမပြောလျှင် 'ခ'သုံးလုံးကျေပြီး ရာထူးတက်နိုင်၏။

စေတနာစကား တွင်တွင်ပြောပြသော်လည်း အလုပ်က စေတနာမပါ။ ဗလချာ။ ဒီလိုလူမျိုးတွေများနေလျှင် တိုင်းပြည်မတိုးတက်နိုင်။

စေတနာပါပါ အလုပ်လုပ်ကြသော လူတွေများမှ ဟန်ကျပါမည်။

"သင်ပြုသောကံ သင့်ထံပြန်" ကိုယ့်စေတနာမှန် ကိုယ့်စီပြန်တတ်၏။

သည်အကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ပုံပြင်လေးတစ်ပိုဒ်လောက် ပြောပြချင်သည်။

တစ်ခါတုန်းက လက်သမားဆရာကြီးတစ်ယောက်ရှိသည်။ အလွန်ရိုးသား ဖြောင့်မတ်ပြီး လက်ရာကောင်းမွန်သေသပ်၏။ ငွေရေးကြေးရေးကိစ္စလည်း တိကျမှန်ကန်၏။

သူ့ကို အလုပ်အပ်သော ကန်ထရိုက်သည် သူ့တန်ဖိုးကို သိ၏။ ထိုလက်သမားဆရာကြီးကြောင့် ကန်ထရိုက်ထံ အလုပ်အပ်နှံသူတွေ များပြားပြီး စီးပွားတက်၏။ ထို့ကြောင့် လက်သမားဆရာကြီးကို ကျေးဇူးရှင်အဖြစ် ကန်ထရိုက်က သတ်မှတ်ထား၏။

တစ်နေ့သောအခါ လက်သမားဆရာကြီးက ကန်ထရိုက်ကို ပြော၏။ သူ့အသက်ကြီးပြီ။ သူ့အတွက် အိမ်ကောင်းကောင်းတစ်လုံးဆောက်ပြီး နားတော့မည်ဟု ဆိုသည်။

ကန်ထရိုက်က ပြန်ပြောသည်။ နောက်ဆုံးအနေနဲ့ အိမ်လေးတစ်လုံးတော့ ဆောက်ပေးသွားပါဦး။

လက်သမားဆရာကြီးက မလုပ်ချင်လုပ်ချင်နှင့်ဆောက်ပေးသည်။ဈေးပေါ်ပေါ် သစ်တွေ၊ သံတွေ၊ သွပ်တွေသုံးသည်။ ကန်ထရိုက်က အလုပ်နားချင်သော သူ့ဆန္ဒကို မလိုက်လျောဘဲ နောက်ထပ်ခိုင်းသဖြင့် စိတ်မပါဘဲ ပြီးစလွယ်လုပ်ပေးလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။

အိမ်ပြီး၍အပ်သောအခါ ကန်ထရိုက်က လက်သမားဆရာကြီးကို မမျှော်လင့်သောစကား ပြောသည်။ "**ဆရာကြီးဟာ ကျွန်တော့်ကို ကျေးဇူးအများကြီးပြုခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဆရာကြီးကို ကျေးဇူးဆပ်တဲ့အနေနဲ့ ဆရာကြီးရဲ့ နောက်ဆုံးလက်ရာ ဒီအိမ်ကြီးကို လက်ဆောင်အဖြစ် ပေးပါတယ်**"

ကန်ထရိုက်ရဲ့စကားကြားတော့ လက်သမားဆရာကြီး ယူကြုံးမရ နောင်တရသွားပါသတဲ့။

သူ့စေတနာ သူ့အကျိုးပေးဆိုတာ ဒါမျိုးထင်ပါရဲ့။

ဘာပဲလုပ်လုပ် စေတနာစကားမပြောဘဲ တာဝန်ကျေကျေ ကောင်းမွန် အချိန်မီအောင် လုပ်ပေးဖို့လိုပါသည်။

စေတနာမှန်လျှင် ကံကောင်းကြပါလိမ့်မည်။

ကောင်းသော စိတ်စေတနာနှင့် အလုပ်လုပ်ကြရန် နှိုးဆော်တိုက်တွန်းအပ်၏။

-ခင်မောင်ကြွယ် (အယ်ဒီတာချုပ်)၊ ၂၀၁၃မေလထုတ် *The Best English* ***တစောင်မှ။***

စိတ်ရင်း

(ရေးသူ - စာရေးဆရာကြီး တက်တိုး)

စိတ်ရင်းဟူသည် ပင်ကိုစိတ် ဖြစ်သည်။ ပင်ကိုစိတ်သည် မွေးကတည်းက ပါလာသော အရင်းခံစိတ်ထားဖြစ်သည်။ လူမမယ်အရွယ်ကတည်းကပင် စိတ်ရင်း၏ အရိပ်အရောင်ကို အမူအရာဖြင့်ပြသည်။ မိဘတို့က သတိပြု၍ ကြည့်လျှင် မြင်နိုင်သည်။ မိမိ၏သားသမီးများကိုသော်လည်းကောင်း၊ မိမိ၏ သားသမီးတို့၏ သားသမီးများကိုသော်လည်းကောင်း မွေးကင်းစအရွယ်မှသည် အခါလည်ကျော် လူမမယ်အရွယ်လောက်ကတည်းကပင် စိတ်ရင်းကို မြင်သိနိုင်သည်။ လူတွေအပြောရှိသည်။ "ဒီကလေးကတော့ ညာဥ်ဆိုးတယ်"စသည်ဖြင့် ပြောလေ့ရှိကြသည်။ သူတို့သည် "စိတ်ရင်း"ကို ညွှန်းဆိုကြသည်။

တစ်မိတစ်ဖတည်းမှ ပေါက်ဖွားသော သားသမီးတို့၌ နကိုစိတ်ထားခြင်း မတူကြချေ။ ငယ်စဉ်ကတည်းက အရိပ်အရောင်ပြလာသည်။ ကြီးလာသောအခါ ပို၍ သိသာလာစေသည်။ လူမှန်းမသိတသိ အရွယ်ကတည်းက စရိုက်သဘာဝကို ပြနေသည်။ တချို့ကလေးသည် အေးသည်။ အချို့သည် ပူဆောင့်ပူဆာပြုသည်။ အချို့ကလေးသည် အတော်အတန်နှင့် မငိုဘဲ၊ အေးချမ်းစွာ သူနေတတ်သလို နေသည်။ အချို့ကလေးကမူ ငယ်ကတည်းက ပူဆောင့်ပူဆာပြုသည်။ နို့ဝ၍ အေးအေးဆေးဆေး လှုပ်ရှားကစားနေသော ကလေးရှိသလို နို့ဝသော်လည်း တအီအီလုပ်နေသည်။ အကြောင်းမဲ့ ငိုနေသည်။ လူကြီးတွေကို အမြဲဒုက္ခပေးသည်။ "ကလေးပဲ.. ဘယ်သိတတ်ဦးမှာလဲ"ဟု ဆိုကြ၏။ သို့သော် မသိတတ်ခင်ကပင် အေးသောကလေးရှိသည်။ ပူသောကလေး ရှိသည်။ ပင်ကိုစရိုက်သဘာဝကို သူတို့၏လှုပ်ရှားမှု အထွေထွေဖြင့် ဖော်ပြနေကြသည်။ တစ်နည်းဆိုလျှင် သူတို့၏ "စိတ်ရင်း"ကို ဖော်ပြနေခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ စိတ်၏အရင်းခံ အခြေအနေသည် မွေးရာပါဖြစ်သည်။ တစ်မိတစ်ဖတည်းမှ မွေးဖွားလာသော ညီအကိုမောင်နှမတို့သည် စိတ်ချင်းမတူကြပေ။ အတော်အတန်တူသည်ဆိုစေကာမူလည်း ကွဲပြားကြသေးသည်။ အချို့မှာမူ အဖြူနှင့်အနက်ကဲ့သို့ ဖြောင့်ဖြောင့်ဆန့်ကျင်လျက်ရှိကြ၏။ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ၏ ဩဇာကြောင့် ကွဲပြားသည်ဟု မဆိုသာပေ။ ဤမိဘ ဤအမျိုးအနွယ် ဤနေထိုင်မှုအခြေအနေ၊ ဤပတ်ဝန်းကျင်မှုချည်းဖြစ်သော်လည်း ညီအကိုမောင်နှမချင်း စိတ်ရင်းချင်း မတူကြပေ။ "ဗီဇ"ချင်း မတူညီသည်ကို သိပ္ပံဆေးပညာက အဖြေရှာ၍ မရသေးချေ။ အမျိုးမျိုး

လှေလာ၍ အမျိုးမျိုးအဆိုများပြုကြသော်လည်း ဗိဇကိစ္စ၌ ယတိပြတ်အဖြေကို ရှာ၍ မရသေးချေ။

မှန်ပါသည်၊ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ၏ ဩဇာသည် ကြီးပါ၏။ သို့သော် နွားချေးပုံမှ ကြာပေါက်သကဲ့သို့ ဆိုးဝါးလှသော ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေထဲမှ ပတ်ဝန်းကျင်၏ဩဇာကို မခံယူဘဲ သီးသန့်ထွက်ပေါ်လာသည့် သာဓကတို့သည် မြောက်မြားလှပေသည်။ညီရင်းအကိုနှစ်ယောက်၊တစ်ယောက်ကသူတော်ကောင်း၊ တစ်ယောက်က သူယုတ်မာ၊ တစ်ယောက်၏စိတ်ရင်းက ကောင်းသည်။ တစ်ယောက်၏ စိတ်ရင်းမှာမကောင်း။ ယယ်စဉ်ကတည်းက တစ်ယောက်ကရိုးရိုးမှန်မှန် ပြုတတ်သည်။တစ်ယောက်ကကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသည်။သို့ဆိုလျှင်ကောင်းသော စိတ်ရင်းကို ကောင်းလာအောင်ပြုချင်၍ မရတော့ဘူးဟု ဆိုနိုင်ပါသလား။

မဆိုနိုင်ပါ။ သို့သော် မလွယ်ကူပါ။ လူဆိုးကြီးတစ်ယောက်က လူတော်ကောင်း ဖြစ်လာနိုင်ရန် အကြောင်းလမ်းရှိသည်။ သို့သော် လူယုတ်မာတစ်ယောက်က သူတော်စင်တစ်ဦးဖြစ်လာဖို့ အလွန်ခဲယဉ်းသည်။ ပြုပြင်မှု၏ အင်အားကြီးမား ထိရောက်သည့်အလျောက် ယုတ်မာသည့်စိတ်ထားသည် မြုပ်နေကောင်းမြုပ် နေမည်။ အကြောင်းသင့်ပါလျှင် အနာဟောင်းပြန်ထသကဲ့သို့ဖြစ်မည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာသမိုင်း၌ လူဆိုးကြီးများ သူတော်စင်ဖြစ်သွားသော သာဓက တို့ကိုရှာ၍ရနိုင်ပါသည်။ အချို့မှာ အလွန်ထင်ရှားကြသည်။ ထိုလူဆိုးကြီးတို့ သည် စိတ်ရင်းဆိုးသူများ မဟုတ်ပေ။ ဆိုးကြ မိုက်ကြခြင်းမျှသာဖြစ်သည်။ အမှန်တရား၏အလင်းရောင်ရသည်နှင့်တပြိုင်နက် နဂိုစိတ်ရင်းပေါ်လွင်လာကာ လူကောင်းသူကောင်းများ ဖြစ်လာကြသည်။

ဒေဝဒတ်လို လူယုတ်မာသည် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကောက်ကျစ်ယုတ်မာ သော အမှုများကို ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ သို့သော် ရှေးပါရမီအဆက်ကလေးကြောင့် ဆိုရပေမည်။ နောက်ဆုံး၌ နောင်တရ၍ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားထံသို့ ဝန်ချ ကန်တော့ရန်သွားသည်။ သို့သော် သူ့အပြစ်ဝန်ထုပ်ကြီး၏ဒဏ်ကို မဟာပထဝီ မြေကြီးက ဆက်၍ထမ်းမထားနိုင်သဖြင့် သူသည် မြေမျိုခြင်းကို ခံရလေသည်။ ဒေဝဒတ်လို နောင်တရခြင်းမျိုးသည်ပင်လျှင် လူယုတ်မာတို့အဖို့ ခဲယဉ်း လှချေသည်။ သေသည်အထိ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသွားသည်ကများသည်။ နဂိုစိတ်ရင်းက ညစ်ထေးနေသောကြောင့် ပြုပြင်မှုဖြင့် ဆေးကြောလျှော် ဖွတ်စေကာမူ ဖြူစင်လာဖို့အကြောင်း နည်းပါးလှချေသည်။

ဆိုးမိုက်ခြင်းနှင့် ယုတ်မာခြင်းတို့သည် ကွဲပြားလှ၏။ ထိုနှစ်မျိုးတို့၏သရုပ်ကို

စာပေအနုပညာက ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖော်ထုတ်လာခဲ့သည်မှာ နှစ်၊ လ ကြာရှည် လေသည်။ အစာကျွေးသောလက်ကို ကိုက်သောခွေးသည် ယုတ်မာ၏။ ချောက်ကမ်းပါးမှ ဆွဲတင်ကယ်ဆယ်ခဲ့သော ဘုရားအလောင်းမျောက်မင်းကြီးကို သတ်ဖို့ ကြံစည်ကြိုးစားသော ဒေဝဒတ်အလောင်းပုဏ္ဏားသည် ယုတ်မာ၏။ အလားတူ သာဓကတွေ တစ်ပုံတစ်ပင်ရှိလေသည်။

လူ့လောက၌ ကျက်သရေအရှိဆုံးပုဂ္ဂိုလ်သည် လူတော်လူကောင်းဖြစ်သည်။ တော်လည်းတော် ကောင်းလည်းကောင်းသူသည် လောကအကျိုးကို ဆောင်ရွက် နိုင်သည်။ လူတော်လူကောင်းများစွာရှိသော တိုင်းနိုင်ငံသည် သာယာစိုပြည်၍ ကြီးပွားတိုးတက်သည်။ သို့သော် အကောင်းနှစ်မျိုးတွဲသည်။ မပေါ်များချေ။ အချို့တော်၏ မကောင်း။ အချို့ကောင်း၏ မတော်။ တော်၍မကောင်းသူသည် မလိုလားအပ်သူ ဖြစ်၏။ ကောင်း၍မတော်သူသည် အကျိုးထူးမပေးနိုင်စွမ်းစေကာမူ ဆိုးကျိုးမပေးချေ။ လူကောင်းသည် လူတော်ထက်ပို၍ လိုလားအပ်၏။ အဆိုး အယုတ်တွေ ပေါ်များသော လူ့လောက၌ အကောင်းအမြတ်သည် လွန်စွာမှုပင် လိုလားအပ်သည်။

တော်ပြီးဆိုးသူ၊ တော်ပြီးယုတ်ယူဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိရာ၌ တော်ပြီးဆိုးသူကို ချွတ်ရလွယ်သည်။ နကိုကတည်းက စိတ်ရင်းမဆိုးလှသူကို စိတ်ရင်းကောင်းအောင် ဆွဲဆောင်စည်းရုံးဖို့ မခက်လှပေ။ တော်နေသူဖြစ်သဖြင့် ဦးနှောက်ကောင်းပြီး သောကြောင့် အကောင်းအဆိုးကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်သူဖြစ်သဖြင့် သူ့ကို အကောင်း ဘက်သို့လိုက်ရန် တောင်းပန်ပြောဆိုစည်းရုံးနိုင်ပေသည်။ တစ်ခါတရံထိုလူတော် သည် သိလျက်နှင့်ဆိုးနေသူ ဖြစ်နိုင်သည်။ သူ့မှာ နာကျည်းချက်တစ်ခုခုကြောင့် ဆိုးနေခြင်းဖြစ်နိုင်၏။ အကြောင်းအလှည့်များက သူ့ကို အဆိုးဘက်သို့ ပို့လိုက် သောကြောင့် ဆိုးနေခြင်းလည်း ဖြစ်နိုင်၏။ အဆိုးကို မြင်လာသည်နှင့်တပြိုင်နက် သူသည် လူတော်လူကောင်း ဖြစ်လာနိုင်ပေလိမ့်မည်။

လူတော်လူယုတ်သည်သာလျှင် အချွတ်ရအခက်ဆုံးဖြစ်သည်။ ပင်ကို စိတ်ဓာတ်"စိတ်ရင်း"မကောင်းလေသောကြောင့် သူသည် ယုတ်မာနေသည်။ ဦးနှောက်ကောင်းပြီး စိတ်ရင်းညံ့သည်နှင့်အမျှ သူတစ်ပါး လူအများအား ဒုက္ခ အမျိုးမျိုးပေးနိုင်သည်။ စိတ်ရင်းညံ့သောကြောင့် သူတစ်ပါးကို အကောင်းမထင်၊ သူ့စိတ်ကြိုက်မကျသူကို ရန်သူအဖြစ်ထားပြီး "ပညာရှိနှိပ်စက်နည်း"အမျိုးမျိုးဖြင့် နှိပ်စက်တတ်သည်။ လူတော်ဖြစ်သောကြောင့် ပရိယာယ်များသည်။ အပေါ်ယံ လိမ္မာသည်။ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သည်။ အများအမြင်အားဖြင့် နှစ်သက်လိုလား

ဖွယ်ကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်နေသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးအဖို့ ယုတ်မာရာမှ မြင့်မြတ်လာအောင် အခြားပုဂ္ဂိုလ်က ပြုပြင်ပေးဖို့ မဖြစ်နိုင်လောက်အောင် မလွယ်ချေ။ သူကိုယ်တိုင်က တကယ်တမ်းအမှားမြင်ပြီးပြုပြင်ပါမှရနိုင်ကောင်း၏။

ယုတ်မာသူသည် ယုတ်မာသောစိတ်ရင်းရှိသူ ဖြစ်သည်။ စိတ်ရင်းမှာပင် အကောင်းကို အဆိုးမြင်တတ်သော အတ္တစွဲအားကြီးနေသဖြင့် သူတစ်ပါးအပေါ်တွင် ကောင်းသောစေတနာ မထားတတ်ချေ။ မိမိ၏အကျိုးရှိနိုင်သည်ကို ရင်းနှီးခင်မင်အောင် ဆက်ဆံပေါင်းသင်းပြီးလျှင် သုံးမည်။ မိမိ၏ကိစ္စပြီး၍ ထိုသူ၏ အသုံးဝင်မှု ကုန်ဆုံးသည်နှင့်တပြိုင်နက် ကန်ထုတ်လိုက်မည်။ မိမိ၏အကြောင်းကို အတွင်းသိဖြစ်နေလျှင် ထိုသူကို ပျက်စီးသေကြေသည်အထိ ရက်စက်မှုအမျိုးမျိုးရှိစေမည်။

ယုတ်မာသူ၏ နှလုံးသားသည် မည်းမှောင်နေသောနှလုံးသားဖြစ်သည်ဟု ဆို၏။ နှလုံးသား မည်းမှောင်နေလျှင် စိတ်၏ပင်ကိုကြည်လင်ခြင်း၊ အပြစ်မဲ့ခြင်းတို့သည် ပျောက်ကွယ်နေပေမည်။ မကောင်းသော စေတသိက်တို့သာ စိတ်ကို လွှမ်းခြုံနေချေမည်။

ညာဉ်ကို မယုံကြည်သူအချို့ရှိသည်။ ရုပ်ဝါဒအစွဲကြီးသူတို့သည် ညာဉ်ကို မယုံကြည်ကြချေ။ ရုပ်ပစ္စည်းများကောင်းလျှင် ကောင်းသောစိတ်ရှိမည်၊ ရုပ်ပစ္စည်းများ မပြည့်စုံသောကြောင့်သာ စိတ်ဓာတ်ပျက်စီးရသည်ဟု ယူဆကြ၏။ သို့ရာတွင် ထိုရုပ်ကြမ်းဝါဒသည် သူ့အချိန်ကုန်နေချေပြီ။ လူသား၌ ရုပ်ပိုင်းဘဝ၊ စိတ်ပိုင်းဘဝ အညမညဖြစ်နေသည့်အဖြစ်ကို လူအများသိမြင်လာကြပေသည်။ "ဗိဇ"ဟူသော အခြေခံတရားကို သိပ္ပံပညာရှင်တို့ သုတေသနပြုဆဲဖြစ်သည်။ ရုပ်ပိုင်းမှာသာ ရှာနေ၍ မရနိုင်ကြောင်းလည်း သိလာကြပေပြီ။

ယုတ်မာသော လူတော်သည် အားလုံး၏ ရန်သူဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် လူတော်တိုင်းကို မယုံစား အားမကိုးနိုင်ပေ။ သို့ဆိုလျှင် မတော်သောသူတို့ထဲမှာ ယုတ်မာသူရှိသည်။ ထိုလူညံ့ လူယုတ်မာကိုလည်း ကြောက်ရမည်မဟုတ်ပါလားဟု မေးနိုင်ဖွယ်ရှိ၏။ လူညံ့လူယုတ်သည် လူတော်လူယုတ်လောက် ကြောက်စရာမကောင်းပေ။ ညံ့သောကြောင့် ဉာဏ်နီဉာဏ်နက် မထုတ်တတ်။ သူလုပ်သမျှသည် ပရိယာယ်မသုံးတတ်။ ဟန်လုပ်ချင်၍ လုပ်သော်လည်း ဗိဗိရိရိ မရှိလေသောကြောင့် ပေါ်လောပေါ်နေတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် သူ့အဖို့ ယုတ်မာခွင့် မသာလှချေ။ သို့သော် ယုတ်မာသူသည် ယုတ်မာ၍သာ နေချေမည်။ မယုတ်မာသူ လူကောင်းသူကောင်းတို့က သူ့ကို ရှောင်နိုင်သည်။ နှိမ်နင်းနိုင်သည်။

လူကောင်းကို လူတော်ထက်ပို၍ အားကိုးနိုင်သည့် အကြောင်းရင်းမှာ လူကောင်း၌ ရိုးသားမှုရှိခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်၍ အကျင့်သီလရှိမှသာ လူကောင်းဟု ခေါ်ရပေမည်။ မသမာမှု မပြုရဲသူ၊ ပြုခွင့်မသာသေး၍ မပြုသူတို့သည် လူကောင်းအစစ်များ မဟုတ်ချေ။ မသမာမှုပြုချင်သော်လည်း နောင်ကာလ၌ ပေါ်ပေါက်ရောက်ရှိလာမည့် ဆိုးကျိုးတို့ကို လှမ်း၍မြင်သောသူသည် မသမာမှုကို မပြုရဲပေ။ ထိုသူသည် လူယုတ်မာထက် ကောင်း၏။ သို့သော် လူကောင်းအစစ် မဟုတ်သေးပေ။ တစ်ဖန် မသမာမှုပြုခွင့်မသာသေး၍ မပြုသူ သည် ထိုသူထက် ပို၍ဆိုးသည်။ ပြုခွင့်သာသည်နှင့်တပြိုင်နက်လက်နှေးနေမည် မဟုတ်ချေ။

မသမာမှုသည် တရားမျှတခြင်း မရှိ၊ သစ္စာမဲ့ခြင်းမျှသာဖြစ်သည်ဟု ကောင်းစွာ သိနားလည်ပြီးလျှင်၊ မသမာမှုကို မနှစ်မြို့ မလိုလားသည့်အလျောက် မသမာမှု ပြုခွင့်သာသည့်တိုင်အောင် မပြုလုပ်ဘဲ၊ စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်သူသာလျှင် လူကောင်း အစစ်ဖြစ်သည်။လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်လျှင် လူကောင်းအစစ်သည် လူတော်အစစ်ဖြစ်ကြောင်း သိမြင်လာပေလိမ့်မည်။ မကောင်းမှုကို မကောင်းမှုမှန်း ကြည်လင်သော ဉာဏ်အမြင်ဖြင့် မြင်သည့်အလျောက် ပြုခွင့်သာသော်လည်း မပြု၊ ပြုရန်ဆွဲဆောင်မှုများကို ကြံ့ကြံ့ခံ၍ တွန်းလှန်လျက် မပြုဘဲနေသူ၏ သတ္တိ သည် အဆင့်မြင့်လှပေ၏။ ထိုသတ္တိကိုပိုင်သောသူသည် လူတော်အစစ်ဖြစ်၏။

အချုပ်အားဖြင့် **စိတ်ရင်းကောင်းပြီးလျှင် အမှားအမှန်ကို ဝေဖန်ပိုင်းခြား တတ်သောသူသည် လူကောင်းအစစ် ဖြစ်သည်**။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် မှားသောအမှု (မသမာမှု)ကို မပြုမိအောင် ဆင်ခြင်တုံတရားရှိ၍ ဆွဲဆောင်မှုအရပ်ရပ်ကို တွန်းလှန်နိုင်သော သတ္တိရှိသူဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် "**လူတော်အစစ်သည် လူကောင်း အစစ်ဖြစ်၏**"ဟူသော နောက်ဆုံးအဖြေမှန်ကို ရပါလေသတည်း။

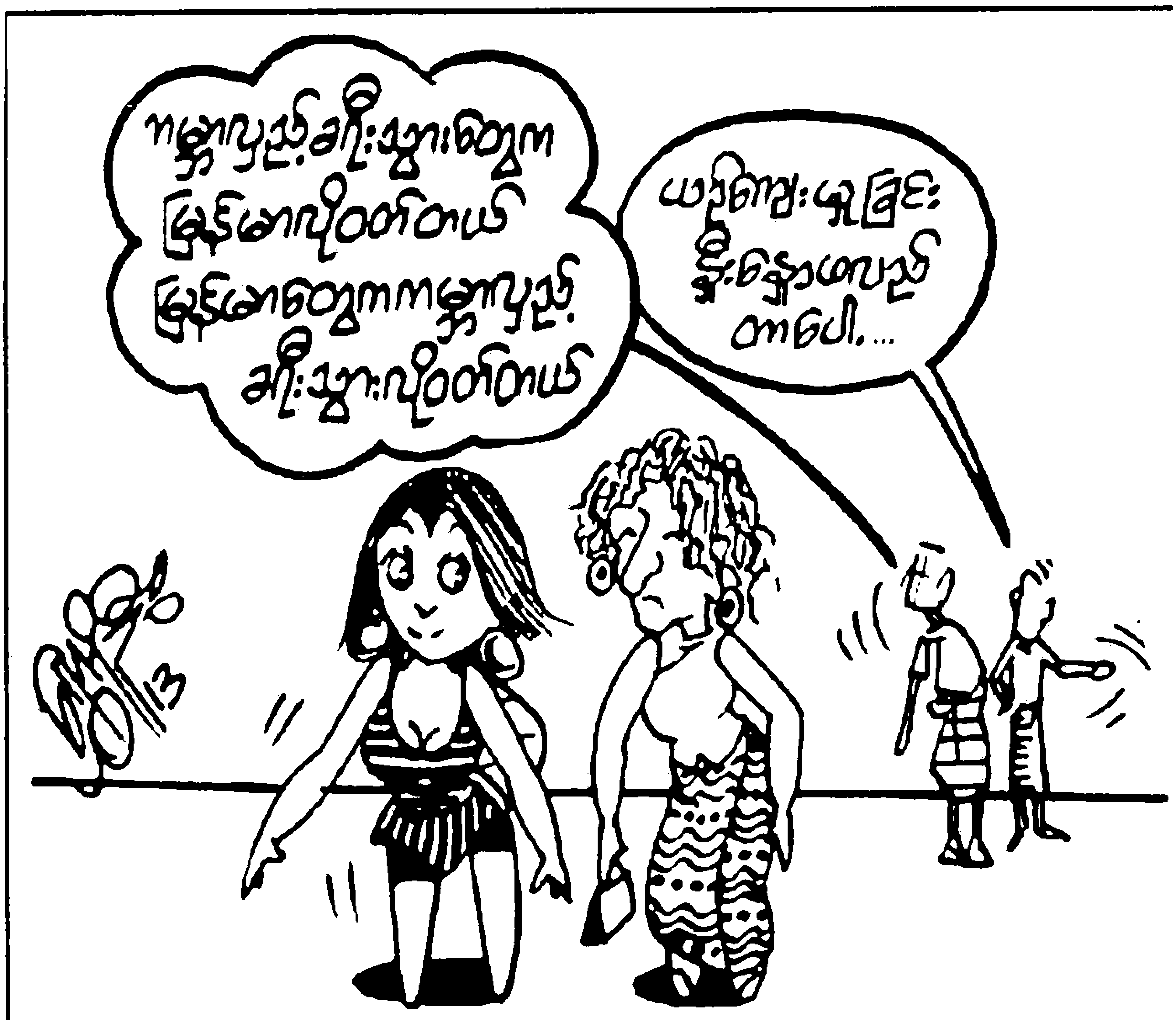
– ထက်တိုး၊ ၂၀၁၃ ဇူလိုင်လထုတ် လူငယ်မဂ္ဂဇင်း စာ ၂၁မှ ကူးယူဖော်ပြသည်။

အလဟဿပညာ

လူငယ်များကို လိမ္မာယဉ်ကျေးသော အမူအကျင့်ဖြစ်လာအောင် လုပ်မပေးနိုင်လျှင် သူတို့သင်ခဲ့သမျှပညာသည် အလဟဿ အချည်းနှီးဖြစ်သည်။

ဘာသာရေးအခံအမကို စွန့်ပစ်ထားခြင်းသည် လယ်မြေကို အသုံးမပြုဘဲ ပေါင်းမြက်များပေါက်လာအောင် ပစ်ထားသည်နှင့်တူ၏။

–မဟာတ္တမဂန္ဒီ၏ ဒဿနကထာ၊၉၅ မေလထုတ် ငွေရှုပ်စုံမဂ္ဂဇင်းမှ။


ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွားတွေက
မြန်မာလိုဝတ်တယ်
မြန်မာတွေကကမ္ဘာလှည့်
ခရီးသွားလိုဝတ်တယ်
ယဉ်ကျေးမှုခြင်း

တို့ဝယ်ထာတဲ့
ခုလိုအခြေအနေမျိုးမှာ
အဆင်ပြေဆုံးပဲ။

ကိုယ့်စည်းကိုယ်လုံဖို့ (သို့) ခေါင်းနဲ့ကိုယ် မပြတ်ရေး

ဘုန်းဘုန်းတို့ ပြောချင်တဲ့စကားရှိတယ်။ ဘုန်းဘုန်းတို့ဟာ ကိုယ့်ဘာသာ ကိုယ့်သာသနာအတွက် ဘယ်လိုကာမှရလဲဆိုတဲ့အပိုင်းမှာ ဟိုတုန်းက အင်္ဂလိပ်လက်အောက်ကျခဲ့သော်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာမညှိုးမှိန်ခဲ့ဘူး။ ဒီနောက်ပိုင်းကျမှ ဘာလို့ ညှိုးမှိန်လာရတာလဲ။ ဒီအချက်ကလေးကို ဘုန်းဘုန်းသိစေချင်တယ်။ အဲဒီအရာသည် ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ရှေးတုန်းက အင်္ဂလိပ်လက်ထက်က တို့ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာလူမျိုးတွေသည် လောကီနဲ့လောကုတ္တရာကို လောကရေးရာနဲ့ ဘာသာရေးရော၊ နိုင်ငံရေးနဲ့ ဘာသာရေး၊ စီးပွားရေးနဲ့ ဘာသာရေး၊ လူမှုရေးနဲ့ ဘာသာရေး၊ ကျန်းမာရေးနဲ့ ဘာသာရေး၊ အဲဒီအလုပ်တိုင်း အလုပ်တိုင်းမှာ တွဲတွဲပြီးတော့ သွားခဲ့တယ်။ အဲဒါကြောင့် တိုင်းတစ်ပါးခြား၊ ဘာသာခြားအုပ်ချုပ်သော်လည်းပဲ ဗုဒ္ဓဘာသာမညှိုးမှိန်ခဲ့ဘူး။

အခုဖြစ်နေတဲ့အခြေအနေမှာက အားလုံး ဘုန်းဘုန်းတို့ ဘာသာရေးအမြင် နိုင်ငံရေးလုပ်နေတဲ့သူတွေကော၊ စီးပွားရေး လုပ်နေတဲ့သူတွေ၊ လူမှုရေး အတွက်လုပ်နေတဲ့လူတွေ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေ တော်တော်များများမှာ ဘာသာရေးနဲ့ သူတို့ခွဲလိုက်တယ်။ အဲဒီလိုခွဲလိုက်ခြင်းသည် ဘုန်းဘုန်းတို့ဗုဒ္ဓဘာသာအတွက် အားနည်းခြင်းရဲ့အကြောင်းလို့ ဘုန်းဘုန်းက မြင်တယ်။ ကိုယ့်စည်း ကိုယ်လုံချင်ရင်တော့ အလုပ်တိုင်းမှာ စီးပွားရေးလည်း ဘာသာရေးတွဲလုပ်၊ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေးတွေ အရေးတွေ ကိစ္စမှန်သမျှမှာ ဘာသာရေးနဲ့တွဲပြီးလုပ်ဖို့ ဘုန်းဘုန်းတို့က ပြောချင်တယ်။ အဲဒီလိုလုပ်ခြင်းဖြင့်ကိုယ့်စည်းကို ကာရာရောက်ပါလိမ့်မယ်။

နောင်ဆိုရင်လည်း ရေရှည် ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့မြန်မာပြည်၊ ဘာနဲ့တူလဲဆိုတော့ 'ခေါင်းနဲ့ကိုယ်'လိုပဲ။ မြန်မာနိုင်ငံသားမှန်ရင် 'ကိုယ်'နဲ့တူတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ 'ခေါင်း'နဲ့တူတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ခေါင်းဆိုတာ တွဲနေမှ။ တကယ်လို့ လက်တွေ ခြေတွေ မရှိတောင်၊ဆိုကြပါစို့ခြေထောက်ပြတ်နေရင် ခြေတုတပ်သွားလို့ရတယ်။ လက်ပြတ်ရင်တောင် လက်တုတပ်ပြီးလုပ်လို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ခေါင်းနဲ့ပြတ်နေရင်တော့ ဘာမှလုပ်လို့မရဘူး။ ဘုန်းဘုန်းတို့နိုင်ငံသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတဲ့ ခေါင်းရှိရမယ်။ နောက်မြန်မာနိုင်ငံသားသည် ကိုယ်။ ဒါကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံသားဆိုရင် အားလုံးက ခုအချိန်ထိလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။ မြန်မာနိုင်ငံသားလို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာလို့ သိပြီးသား။ အဲဒီလို ခေါင်းနဲ့ကိုယ်

မပြုတ်ရေးကိစ္စသည် ဘာသာရေးနဲ့တင် ဆိုင်လာတာဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဘုန်းဘုန်းတို့က မြန်မာပြည်ကြီးကို ဘာသာရေးအမြင်နဲ့ရှုထောင့်က မြန်မာပြည်သားတွေ၊ တိုင်းသူပြည်သားတွေအားလုံး ခေါင်းနဲ့ကိုယ် မပြုတ်ရေး၊ ဘုန်းဘုန်းတို့က ဘာသာရေးဘက်က ကြိုးစားပေးမယ်။

–မြန်နန်းဆရာတော် အရှင်သဒ္ဓမ္မ၊ ၂၀၁၃ ဧပြီ ၆ ရက်ထုတ် မြန်မာ့သံတော်ဆင့်ဂျာနယ်ပါ 'မြန်နန်းဆရာတော် အရှင်သဒ္ဓမ္မအား တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း' အင်တာဗျူး စာ ၂၄ မှ ကောက်နှုတ်ဖော်ပြသည်။

ကြေားမျှ

ဝိဇ္ဇာအသိနှင့် သိပ္ပံအတတ်

ရောင်စုံအလှတွင် ဖြာဝေနေသည့် ကျောင်းဥယျာဉ်ကြီးများသည် ကျက်သရေရှိလှပါပေသည်။ အနာဂတ်မြန်မာနိုင်ငံတော်အတွက် အားထားရမည့် သားကောင်းသမီးမွန်များ မွေးဖွားပေးရာ ဌာနကြီးများလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ငယ်စဉ် ကလေးဘဝမှစတင်ကာ ဝိဇ္ဇာ"အသိ"နှင့် သိပ္ပံ"အတတ်"ပညာများပူးတွဲ၍လေ့လာပါက အကျိုးများစွာရှိလာမှာ အမှန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သော ၁၉၆၅–၁၉၆၆ ပညာသင်နှစ် မန္တလေးတက္ကသိုလ် ရူပဗေဒအဓိကကျောင်းသူတစ်ဦးအနေဖြင့် "မောင်မယ်သစ်လွင်ကြိုဆိုပွဲ"တွင် လေ့လာသိရှိကြားသိခဲ့ရသော ပါမောက္ခချုပ်ဆရာကြီး ဦးလှရွှေ၏ မိန့်ခွန်းတချို့ကို ပြန်လည်၍ မျှဝေပေးပါရစေ။

ဆရာကြီးသည် မြန်မာစာထူးချွန်သည့် "ဝိဇ္ဇာ"ပညာရှင် ဆရာကြီးတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ ထိုစဉ်ကာလက "သိပ္ပံ"ကို ဦးစားပေးနေသည့်အချိန်လည်း ဖြစ်ပါသည်။ ခန်းမကြီးထဲတွင် "ဝိဇ္ဇာ"ဘာသာရပ်အဓိကဖြင့် ကျောင်းသားကျောင်းသူများက တစ်ဖက်ခြမ်း၊ "သိပ္ပံ"ဘာသာရပ်အဓိကဖြင့် ကျောင်းသားကျောင်းသူများက တစ်ဖက်ခြမ်း ထိုင်ရပါသည်။

ဆရာကြီးသည် အဓိကဘာသာရပ်တစ်ခုချင်းစီ၏ တန်ဖိုးများကို ပြောကြားပြီးနောက်ဆုံး၌ "ဝိဇ္ဇာ"ရော"သိပ္ပံ"ပါ လူ့ဘဝအတွက် အရေးကြီးကြောင်း ဥပမာတစ်ခုဖြင့် ကျောင်းသားကျောင်းသူများခေါင်းထဲတွင် စွဲကျန်နေစေရန် ပြောသွားခဲ့ပါသည်။

ထိုဥပမာမှာ သိပ္ပံပညာရှင်များသည် ရထားတွဲတွေကို မောင်းနှင်ရသည့် ထိပ်ဆုံးမှနေရသော ရထားစက်ခေါင်းမောင်းသူနှင့် တူကြောင်း ပြောလိုက်သော

အခါ "သိပ္ပံ"ဘာသာယူသည့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများမှာ ဝမ်းသာမဆုံး တပြုံးပြုံးနှင့် လက်မထောင်သူကထောင်၊ တဖက်ခြမ်းမှ "ဝိဇ္ဇာ"ဘာသာရပ်ယူသော သူငယ်ချင်းများကို အကျီကော်လံ ထောင်ပြသူက ထောင်ပြနှင့် ပြုလုပ်နေကြပုံကို စင်မြင့်ပေါ်ရှိ ဆရာကြီးက ပြုံးပြုံးကြီးနှင့် ကြည့်နေပါသည်။

"ဝိဇ္ဇာ"ကျောင်းသားကျောင်းသူများမှမူ တို့ဆရာကြီးက "ဝိဇ္ဇာ"သမား ဖြစ်ရက်သားနဲ့ကွာ၊ တို့"ဝိဇ္ဇာ"ကိုတော့ အရင်မပြောဘူးဆိုတဲ့ အတွေးတွေနဲ့ မချင့်မရဲ ဖြစ်နေကြပါတော့သည်။

ဆရာကြီးက ဘာမှဆက်မပြောသေးဘဲ ခဏရပ်နားနေပါသည်။ ပြီးမှ "တို့ .."ဝိဇ္ဇာ"သမားတွေကတော့ ကွာ"ဟု ပြောပြီး ကျောင်းသားကျောင်းသူများကို ကြည့်လိုက်၊ ခဏနားပြီးမှ "တို့ .."ဝိဇ္ဇာ"သမားတွေကတော့ ကွာ"ဟုပြောပြီး ခဏနားလိုက် လုပ်နေပါတော့သည်။

ကျောင်းသားကျောင်းသူများ၏ စိတ်ထဲတွင် "ဝိဇ္ဇာ"သမားတွေက ဘယ်နေရာက လိုက်ရမယ့်သူ ဖြစ်မှာပါလိမ့်ဟု တွေးတောနေကြပါသည်။

အခန်းထဲတွင် ငြိမ်နေပါတော့သည်။ အတန်ကြာမှ ဆရာကြီးက "တို့.. "ဝိဇ္ဇာ"သမားတွေကတော့ ရထားတွဲနောက်ဆုံးက လိုက်ရတဲ့ ဂတ်ဗိုလ်နဲ့ တူတယ်"လို့ပြောလိုက်ရာ "ဝိဇ္ဇာ"ကျောင်းသူကျောင်းသားမှာ 'ဟင်'ခနဲဖြစ်ပြီး "သိပ္ပံ" သမားကျတော့ ရှေ့ဆုံးကနေရပြီး "ဝိဇ္ဇာ"သမားကျတော့ နောက်ဆုံးက ထားရတယ်လို့ ... တို့ဆရာကြီးကတော့လုပ်ပြီဟု တွေးတောနေကြပုံကို ဆရာကြီးက ကြည့်ရင်း ...

"ရထားမောင်းတဲ့သူက ဒီရထားကို ဘယ်လောက်ပဲ မောင်းချင်နေပေမယ့် နောက်ဆုံးကနေရတဲ့ ဂါတ်ဗိုလ်က အလံနီထောင်ပြလိုက်ရင် ကျိခနဲ ရပ်တန့်ရတယ်။ အလံစိမ်းထောင်ပြမှ မောင်းရတယ် တပည့်တို့ ...၊ အဲဒီဥပမာအတိုင်းပဲ "သိပ္ပံ"တွေ ထွန်းကားချင်တိုင်းထွန်းကားနေတဲ့ ဒီခေတ်မှာ "ဝိဇ္ဇာ"အသိမရှိရင် လူတွေ သတ္တဝါတွေအားလုံး ဒုက္ခရောက်ကုန်မှာပေါ့။ ဒါကြောင့် လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ဝိဇ္ဇာ"အသိ"နှင့် သိပ္ပံ"အတတ်"တို့ ပေါင်းစပ်ပြီး ရှိကြရမယ်။ ဒါတွေကို မောင်တို့ မယ်တို့ ဘဝတစ်ခုလုံးအတွက် သေသေချာချာ မှတ်သားကြပါ"ဟု နိဂုံးချုပ် ပြောကြားလိုက်ရာ ခန်းမကြီးတစ်ခုလုံး ပီတိအပြုံးတွေနဲ့ လက်ခုပ်သံများ ဆူညံ သွားပါတော့သည်။

–ငွေရည်လှိုင်(ဟသ်ာတ)၊

(၁၇–၆–၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၆ မှ။

သူလည်းလူ .... ကိုယ်လည်းလူ

ကာမ၊ ရူပ၊ အရူပရယ်လို့ ဘုံသုံးပါးရှိတဲ့အနက် လူဆိုတာက ကာမဘုံသား ဖြစ်ပါတယ်။ ပုထုဇဉ်ရယ်၊ အရိယာသူတော်စင်ရယ်လို့ ခွဲခြားကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ကမ္ဘာပေါ်မှာ ပုထုဇဉ်က မရေမတွက်နိုင်လောက်အောင် များပါတယ်။ "ပုထုဇဉ်ဆိုတာက ကိလေသာထူပြောသောပုဂ္ဂိုလ်"လို့ အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။

ကိလေသာဆိုတာက သတ္တဝါတွေရဲ့ သန္တာန်မှာကပ်ပြီး ပူလောင်စေတတ်တဲ့ တရားဆိုးတွေပါပဲ။ လောဘစိတ်၊ ဒေါသစိတ်၊ မောဟစိတ်ဆိုတဲ့ မူလ အကုသိုလ်စိတ်သုံးပါးမှာ လာရောက်မှီတွယ်ပြီး ဆိုးကျိုးတွေပဲဖြစ်အောင် ခြယ်လှယ်တတ်တဲ့သဘောရှိပါတယ်။

လူတစ်ဦးရဲ့ အားနည်းချက်ကို ဖိနှင်းပြီး နှိမ့်ချ၊ ပြုမူ၊ ပြောဆို၊ ဆက်ဆံခံရတဲ့အခါ ရင်တွင်းမှာ စိတ်ရဲ့ဒုက္ခဖြစ်တဲ့ ဒေါမနဿဝေဒနာ ခံစားရစမြဲပါ။ ပရိဒေဝ၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသမီးတွေ ရင်ထဲမှာ တောက်လောင်စမြဲပါ။ ကိုယ့်ကို အသိအမှတ်ပြု ဆက်ဆံခံရတဲ့အခါ စိတ်ရဲ့သုခဖြစ်တဲ့ သောမနဿဝေဒနာ ခံစားနေရတာပါပဲ။

ဒီလို စိတ်ရဲ့ သုခနဲ့ဒုက္ခ ခံစားချက်တွေဟာ ဘယ်လိုလူမျိုး၊ ဘယ်ဘာသာဝင်မဆို လူမှန်ရင် ခံစားရစမြဲဖြစ်တဲ့ ဝေဒနာတွေပါပဲ။

ဘာ့ကြောင့်လဲ?

အားလုံးဟာ 'လူသားမျိုးနွယ်'တွေ ဖြစ်နေလို့ပါပဲ။

သူလဲလူ၊ ကိုယ်လည်းလူ ဖြစ်နေလို့ပါပဲ။

ဒါဆို '**သူ့နေရာမှာ ကိုယ်ဆိုရင်**'ဆိုတဲ့ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်လေး ထားလိုက်မယ်ဆိုရင် စော်ကား၊ တိုက်ခိုက်၊ ရန်လိုမှုတွေ အလိုလိုရပ်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

လူမျိုး၊ ဘာသာ၊ နိုင်ငံဆိုတဲ့ စည်းတွေ ကန့်သတ်ထားပေမယ့် လူဆိုတာလူပါပဲ။ သူ့စည်းကိုယ့်စည်းထားပြီး ကိုယ့်စည်းအတွင်းမှာ ကိုယ်လွတ်လပ်စွာ စည်းကမ်းတကျ တွေးခေါ်၊ ယုံကြည်၊ ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်နိုင်တာပဲ။

စည်းမကျော်ကြဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

လူသားမျိုးနွယ်စုကြီး ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ကြဖို့ဘာသာတိုင်းရဲ့ခေါင်းဆောင်တွေက လိုလားကြမှာပါ။

လူသားတို့ရဲ့ကိုးကွယ်ရာ ဘုရားအသီးသီးမှာ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာမြင့်မြတ်မှုတွေ ကိန်းနေတာပါပဲ။

ကျွန်မက ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပါ။ 'ဗုဒ္ဓ'ဆိုတာ Law of Nature ဖြစ်တဲ့ သစ္စာလေးပါးကို ကိုယ်တိုင်ထိုးထွင်းသိမြင်ပြီး မိမိသိထားတဲ့ သစ္စာတရားတွေကို လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာများကို သိမြင်ကျွမ်းဝင်လာအောင်၊ အနိုင်းမဲ့ငြိမ်းအေးတဲ့ ချမ်းသာသုခ(Noble Peace)ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ မြင်တွေ့နိုင်အောင် မေတ္တာတရားကြီးမားစွာနဲ့ ပြန်လည်ဟောကြား သင်ကြားပို့ချနိုင်တဲ့ လူသားဘုရားပါပဲ။

ထူးခြားတာက ဒီဘဒ္ဒကမ္ဘာမှာပွင့်ခဲ့ပြီးတဲ့ ဘုရားလေးဆူလုံးရဲ့ ဟောပြောသွန်သင်ခဲ့တဲ့ အဆုံးအမကတော့ တစ်ထပ်တည်း အတူတူဖြစ်နေတာ တွေ့ရပါတယ်။ ဒါ့ကြောင်း 'The teaching of the Buddhas'လို့ သုံးထားတယ်။ ဩဝါဒပါတိမောက်မှာ ဘုရားရှင်တိုင်းရဲ့ အဆုံးအမကို ဖော်ပြထားပါတယ်။ သုံးဂါထာရှိတဲ့အနက် လူအများစု သိနေ ကြားဖူးနေကြတဲ့ အဆုံးအမ မြန်မာပြန်လေးကတော့ ...

"**မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား**"ဆိုတဲ့ စကားပါပဲ။

ဒီအဆုံးအမကို လိုက်နာသူ မည်သူမဆို ချမ်းသာစေတဲ့ အဆုံးအမပါပဲ။ "ငါ့ကို ကိုးကွယ်မှ၊ ငါ့အဆုံးအမ၊ ငါ့ကျင့်စဉ်၊ ငါ့သွန်သင်မှုကို လိုက်နာခွင့်ရှိတယ်"လို့ ဘယ်သောအခါမှ မဆိုခဲ့ပါဘူး။ မည်သူမဆို လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ပြီး လိုက်နာသူ မည်သူမဆို ချမ်းသာမှုကို ရစေပါတယ်။

သတ္တဝါအားလုံးအပေါ်မှာ ကြီးမားသော သနားခြင်းရှိလို့ ဗုဒ္ဓကို "**မဟာကရုဏာရှင်**"လို့ ဆိုထားပါတယ်။

ကမ္ဘာပေါ်က တချို့လူတွေမှာ ဥပါဒါန်တွေဖုံးလွှမ်းကြတော့ အတ္တတွေကြီးမားလာပြီး လူသားအချင်းချင်း ဆင်းရဲမှုတွေကို ဖြစ်စေတော့တာပါပဲ။ သမုဒယကြောင့် ဒုက္ခတွေဖြစ်လာကြတာပါ။ ပရမတ္ထသစ္စာတရားတွေကို အမှန်မြင်အောင် ကြည့်တတ်ကြဖို့လိုပါတယ်။

အမျိုး၊ ဘာသာဆိုတဲ့ အပေါ်ယံအလွှာကို ဖယ်ကြည့်လိုက်တာနဲ့ လူဟာ လူပါပဲ။

ကိုယ်ချင်းစာစိတ်နဲ့ ဆက်ဆံကြည့်လိုက်ပါ။

ကိုယ့်ကိုစော်ကားတာ မကြိုက်ရင် သူ့ကို မစော်ကားနဲ့။

ကိုယ့်ကိုဒုက္ခရောက်အောင်လုပ်တာ မကြိုက်ရင် သူများကို ဒုက္ခရောက်အောင် မလုပ်နဲ့။

လူသားတိုင်းမှာ လူ့တန်ဖိုးတွေ ရှိနေပါတယ်။ လူသားချင်း တန်ဖိုးထား ဆက်ဆံပါ၊ လေးစားပါ။

ကိုယ့်မြေ၊ ကိုယ်နိုင်ငံ၊ ကိုယ့်တိုင်းပြည်ဆိုတဲ့နေရာမှာတော့ သမ္မတိသစ္စာနယ်က စည်းတား၊ ပိုင်းခြားကန့်သတ်မှုတွေကို လိုက်နာရပါမယ်။ သက်ဆိုင်ရာနိုင်ငံ၊ တိုင်းပြည်က ချမှတ်ထားတဲ့၊ သဘောတူထားတဲ့ စည်းမျဉ်း၊ စည်းကမ်း၊ ဥပဒေနဲ့အညီ ဘက်မလိုက်ဘဲ ဆောင်ရွက်သွားကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမှ လူ့အဖွဲ့အစည်းဟာ တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှာပါ။

ကျောက်ခေတ်၊ ကြေးခေတ်မဟုတ်တဲ့ ဒီနေ့ IT ခေတ်မှာ လူ့ယဉ်ကျေးမှုတွေ ထွန်းကားလာရမယ့်အစား လူရိုင်းစိတ်တွေနဲ့ သတ်ကြ၊ ဖြတ်ကြ၊ ညှဉ်းဆဲကြဖို့ မတော်ပေဘူးလို့ အသီးသီး သံဝေဂဉာဏ်တွေ ဖြစ်ချိန်တန်ပါပြီ။

မကောင်းတဲ့စိတ်၊ စရိုက်တွေကို ရပ်တန်းကရပ်ကြဖို့ မေတ္တာရပ်ခံလိုပါတယ်။

"သူလည်း လူ၊ ကိုယ်လည်း လူပဲလေ"၊ လူသားချင်း စာနာစိတ်မွေးပါ။ မကောင်းတဲ့ ကံဟောင်းတွေကို ချုပ်ငြိမ်းစေပြီး ကောင်းတဲ့ကံအသစ်တွေကို ထပ်ဆင့်ထပ်ဆင့် ပြုနိုင်ကြပါစေ။

ဆင်းရဲဒုက္ခ ကြုံတွေ့နေရသော ကပ်ဘေးသင့် လူသားများအားလုံးအတွက် ဆင်းရဲကင်းပျောက် ချမ်းသာရောက်စေရန် ရည်ရွယ်ရေးသားလိုက်ရပါတယ်။

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ..... ။

-ရှင်ငြိမ်းရှင်၊ (၂၃-၆-၂၀၁၃)ထုတ် ကြေးမုံသတင်းစာ စာ ၁၇ မှ။

သပြေကန်ဆရာတော်၏အဆိုအမိန့်များ

* သာဓုခေါ်တာ ကြာပန်းအနံ့လို ပါးစပ်မွှေးတယ်လို့ဆိုတယ်၊ ဘာမှုမပင်ပန်းတဲ့အလုပ်၊ အမြတ်များများရတဲ့အလုပ်။
* ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရောဂါဖြစ်နေရင် အဲဒီရောဂါကို အသာထားပြီး စိတ်မှာဖြစ်တဲ့ ရောဂါကို အရင်ကုပေး။
* ဒါနဆိုတာ စိန္တာမဏိပတ္တမြားရတနာကြီးနဲ့လည်းတူတယ်၊ ပဒေသာပင်ကြီးနဲ့လည်း တူတယ်။

-၂၀၁၃ ဧပြီလထုတ် ရတနာ့တံခွန်စာစောင်မှ။

ပညာတတ်မှ တိုးတက်မည်

* ပညာမတတ်တဲ့သူဟာ ပညာတတ်သူရဲ့ရှေ့ကို ဘယ်တော့မှ မရောက်ဘူး။ အဲဒါကို နိုင်ငံနဲ့ချီပြီး စဉ်းစားကြည့်။
* ပညာမတတ်ကြရင် တို့အမျိုးသားတွေအဖို့ ဘယ်လောက်ရင်နာစရာကောင်းမလဲ။
* ပညာတတ်ကြမှ ပညာတတ်များမှ တိုးတက်ကြမှာ။
* တိုင်းပြည်တစ်ပြည်ရဲ့ အတောက်ပဆုံးအရောင်ဟာ ပညာရောင်ပဲ။ ပညာရောင် မှေးမှိန်တဲ့ နိုင်ငံဟာ အရာရာမှေးမှိန်နေမှာ။

-ဗိုဒ်(လိုင်းသစ်)၊ ၂၀၁၃ မေလထုတ် ပေဖူးလွှာမဂ္ဂဇင်းမှ။

ဒီလိုအဖြစ်မျိုးလည်း ရှိတယ်

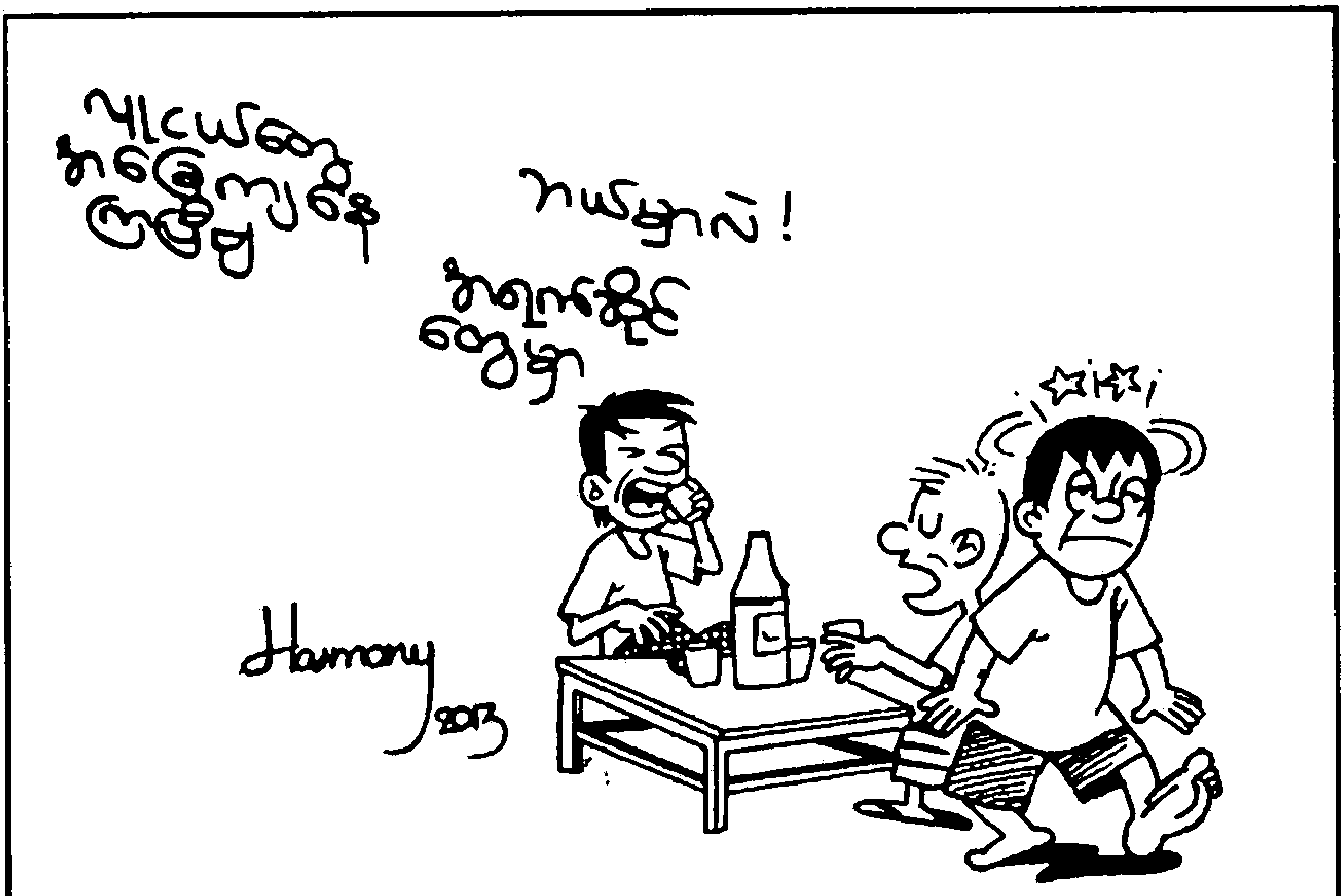
ဂျူးတို့အထွတ်အမြတ်ထားရာ ရင်ပြင်တွင် 'အလ္လာ'ဟု အော်သူကို လုံခြုံရေးက ပစ်သတ်

ဂျူးတို့က အမြင့်မြတ်ဆုံးနေရာဟု သတ်မှတ်ထားသော ဂျူးဘာသာဝင်တို့ ဝတ်ပြုဆုတောင်းရာ ဂျေရုဆလင်မြို့ရှိ Western Wall ရင်ပြင်တွင် လာရောက်သူတစ်ဦးကို ဇွန် ၂၁ ရက်တွင် အစ္စရေးလုံခြုံရေးတစ်ဦးက ပါလက်စတိုင်း အကြမ်းဖက်သမားဟုယူဆကာ ပစ်သတ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

သို့သော် ပစ်ပတ်ခံရသူသည် ပါလက်စတိုင်းလူမျိုးမဟုတ်ဘဲ ဂျူးဘာသာဝင် အစ္စရေးနိုင်ငံသားပင်ဖြစ်ပြီး ရင်ပြင်ရှိ သန့်စင်ခန်းအတွင်း အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာကြောင့် "အလက္ဗာ"ဟု အော်ဟစ်ခဲ့ရာတွင် လုံခြုံရေးအစောင့်တစ်ဦးက သေနတ်ဖြင့် အချက်ပေါင်းများစွာ ပစ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသူသည် ရရှိသော ဒဏ်ရာများကြောင့် သေဆုံးသွားခဲ့သည်ဟု ရဲတပ်ဖွဲ့က ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ ....

မျက်မြင်သေသေများက အန္တရာယ်မရှိသည့် ခပ်ကြောင်ကြောင်ဖြစ်ပုံရသော လူတစ်ဦးကိုသေနတ်ဖြင့်ဆယ်ချက်ခန့်အထိ ပစ်ခတ်ခဲ့ခြင်းမှာ တရားမျှတမှုမရှိဟု ပြောခဲ့ကြသည်။ Ref: AFP

- ၂၀၁၃ ဇွန် ၂၂ ထုတ် *The Daily Eleven* သတင်းစာ စာ ၁၃ မှ။


ဘယ်မှာလဲ !
Harmony 2013

စိတ်မကောင်းပါဘူးဗျာ ....
အထက်ကညွှန်ကြားလို့ တာဝန်အရ
လုပ်ရတာပါ...
စိတ်မကောင်း
ပါဘူးဗျာ အထက်က
ညွှန်ကြားလို့ တာဝန်အရ
လုပ်ရတာပါ

အသိနဲ့သတိ ဘာကွာသလဲ?

ကွာတယ်။ အသိက အသိပဲ။ သတိက သတိဆိုတော့ ကွာခြားနေတာတွေ့ရမယ်။ ဟုတ်တယ်လေ၊ သိတဲ့သူတိုင်း သတိရှိတဲ့သူတွေမှ မဟုတ်ဘဲ။ သတိရှိသူတိုင်းလဲ အသိရှိတာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ "**ပညာရှိ သတိဖြစ်ခဲ**"လို့ ရှေးပညာရှိများ ဆိုထားခဲ့တယ်မဟုတ်လား။

အသိနဲ့သတိ ဘယ်ဟာက ပိုအရေးကြီးသလဲဆိုတာကတော့ ဝိဝါဒကွဲနိုင်တယ်။ သူက အရေးကြီးတယ်၊ ငါက အရေးကြီးတယ်လို့ ငြင်းလာနိုင်တယ်။ အမှန်က အသိရှိလို့လဲ သတိဆိုတာ ရှိတာပေါ့။ သတိရှိလို့လဲ အသိနောက်လိုက်ပြီး အသိတရား ရာကြတာပေါ့။ ဘယ်အရာက ပိုအရေးကြီးတယ်လို့ ပြောမယ့်အစား မရှိမပဋိပဒါ နှစ်ခုစလုံးအရေးကြီးတယ်လို့ပြောရင် မမှားတော့ဘူး။ အသိနဲ့သတိ ဒီနှစ်ခုဟာ တစ်ခုလစ်ဟာသွားရင် နောက်တစ်ခုက ကပ်မပါလာတော့ဘူး။ ဒီတော့ လူငယ်တွေမှာ အသိလည်းရှိရမယ်၊ သတိလည်းရှိရမယ်။

"သတိမမူ ဂုမြင်၊ သတိမူတော့ မြူကိုပင်မြင်"ဆိုတဲ့စကားဟာလည်းဆင်ခြင်စရာကောင်းလှတယ်။ သတိကင်းမဲ့တော့ ဂူကို ဝင်တိုးမိတာပေါ့။ သတိကတော့ ပိုတယ်ရယ်မရှိ၊ အမြဲလိုလျက်ရှိတယ်။

အသိနဲ့သတိ မတူဘူးဆိုတာကို အင်္ဂလိပ်စာက ထောက်ပြတယ်။ သတိ "care" ။ ဥပမာ Take great care of your health. ကျန်းမာရေးကို အထူးဂရုစိုက်ပါနော်။ ဒါမှမဟုတ် "attenttion" ဂရုစိုက်ခြင်း၊ Pay attention to your teacher. ဆရာကို သတိထားပါ၊ ဂရုစိုက်ပါပေါ့။

အသိကတော့ Knowledge လည်းဖြစ်တယ်။ Wisdom လို့လည်းပြောလို့ရတယ်။ ဘာပဲပြောပြော အသိမရှိတဲ့သူဟာ သတိထားရမယ်ဆိုတဲ့ အသိသူ့မှာမရှိဘူး။ အလားတူပဲ သတိအမြဲကပ်ထားမှလည်း မသိတာကို သိအောင်လုပ်မယ်။ မရှိတာကို ရှိအောင်ကြိုးစားမယ်။ ဒီတော့ လူငယ်တွေမှာ အသိကိုလည်း မှတ်ထားရမယ်။ သတိကိုလည်း ကပ်ထားရမယ်။ self consicious ဖြစ်နေရမယ်။ ဒါမှ မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှု self confidence အပြည့်ရှိမယ်။

Knowledge ဆိုတဲ့ အသိနဲ့ Wisdom ဆိုတဲ့ ဉာဏ်ပညာရှိရုံလေးနဲ့တော့ ပြီးပြည့်စုံတဲ့ဘဝ မရသေးဘူး။ အဲဒီအသိတရားနဲ့ ဉာဏ်ပညာနောက်ကို

မျက်ခြည်မပြတ်ဘဲ သတိနဲ့ယှဉ်ထားပါမှ ပြည့်စုံတဲ့ဘဝ၊ ရင့်ကျက်နိုင်မှာတဲ့ဘဝကို ရယူပိုင်ဆိုင်နိုင်မှာဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ လူငယ်တွေ သတိကို လက်မလွှတ်စေဘဲ အသိကိုလည်း တိုးသထက်တိုးပြီး အတွေးအမြင်စွမ်းအားတွေ မြင့်မားတဲ့ ဘက်စုံလူငယ်တွေ (All-round developed youths) ဖြစ်လာရေး ရှေးရှုအားပေးလိုက်ပါတယ်။

–၂၀၁၃ ခုနှစ်လထုတ် The Light of English တစောင် တ ၁၁၂ မှ။

သစ်ခုတ်သမားပုံပြင်မှ ဥပဒေသ

စိတ်ထားစင်ဖြူ၊ ရိုးဖြောင့်သူ၊ နတ်လူနှစ်သက်သည်။

တစ်ဦးဦးက၊ တစ်နေ့ကျ၊ စောင်မ ချီးမြှင့်မည်။

အမြီးပြတ်မြေခွေးပုံပြင်မှ ဥပဒေသ

အများကောင်းအောင်၊ လိုလားယောင်၊ ဟန်ဆောင်ပြောတတ်သည်။

တိုက်တွန်းပြောကြား၊ သူ့စကား၊ စဉ်းစားယုံရမည်။

"သင့်အမြီးအပြတ်မခံရလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့လှပတဲ့အမြီးဖြတ်ပစ်ဖို့ ပြောမှာမဟုတ်"

"And my clever friend, I don't think you would want us to cut off our pretty tails if you hadn't got caught in trap and lost your own."

–ဦးသန်းထွေး(ပါမောက္ခ–ငြိမ်း)၊

–၂၀၁၃၊ ခုနှစ်လထုတ် The Light of English တစောင်မှ။

မသေချာခြင်းများထဲက သေချာခြင်း — Cartainty in Uncertainty

လာလမ်း ဘယ်မသိ၊	I don't know where I come from.
ပြန်လမ်း ဘယ်မသိ၊	I don't know where I'll go to.
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကိုယ်မသိ၊	I don't know myself.
သေရမှာသာ သိပါ၏။	But I know that I will die one day.

–ရေကြည်မောင်(ဆိပ်ခွန်)၊ ၂၀၁၃ ခုနှစ်လထုတ် The Light of English တစောင်မှ။

လူ

* လုပ်ရန်အခွင့်၊ သင့်,မသင့်ကို၊
နှိုင်းချင့်တိုင်းတာ၊ ကောင်းစွာသိတတ်၊
ဆုံးဖြတ်တတ်၊ မချွတ် "လူ"ခေါ်ရ။
* ထက်မြက်စွန့်စား၊ စိတ်ထားမှန်ကန်၊
မြင့်မားပြန်၊ ကေန် "လူ"ခေါ်ရ။
* မိဘ,ဆရာ၊ ကောင်းစွာပြောကြား၊
မြွတ်စကားကို၊ မှတ်သားနာယူ၊
စိတ်ထားဖြူ၊ ထိုသူ "လူ"ခေါ်ရ။

-တိပိဋကဓရ ယောဆရာတော်၊
(၁၄-၆-၂၀၁၃) The Public Image လူထုပုံရိပ်သတင်းဂျာနယ် စာ ၄ မှ။

အမျိုးသမီးအင်္ဂါ ၁၆-နှစ်တာ ထင်ရှားခဲ့ပြီးမှ

အမျိုးသားအဖြစ် လုံးဝပြောင်းလဲသွားမှု နတ္တလင်းတွင် ဖြစ်ပွား

နတ္တလင်း ဇွန် ၃ (သုတလင်း)

အမျိုးသမီးအဖြစ် အသက် တစ်ဆယ့်ခြောက်နှစ်တိုင်တိုင် နေထိုင်ခဲ့ပြီးမှ အမျိုးသားအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားသည့်ဖြစ်စဉ် ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး နတ္တလင်းမြို့နယ်တွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။

အမျိုးသားအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားသူ မောင်မြတ်မွန်မှာ ယခင်က အမျိုးသမီးအဖြစ် နတ္တလင်းမြို့နယ် ရွာမရပ်ကွက်တွင်း နေထိုင်သူဖြစ်ပြီး မွေးစဉ် ကျား-မအင်္ဂါနှစ်မျိုးလုံး ပါဝင်ခဲ့ကြောင်း ၄င်း၏မိခင်ဖြစ်သူ ဒေါ်ချိုချိုဝင်းက ပေါ်ပြူလာနယူးစ်သို့ ပြောကြားသည်။

အင်္ဂါနှစ်မျိုးပါဝင်သော်လည်း အမျိုးသမီးအင်္ဂါသာ ပိုမိုသိသာထင်ရှားခဲ့ပြီး အမျိုးသားအင်္ဂါမှာမူ အသားပိုမျှသာ ပါဝင်ခဲ့သည်ဟု ၄င်းက ဆက်ပြောသည်။

"ကျွန်မတို့က သမီးလေးလိုချင်လို့ အင်္ဂါတစ်မျိုးပဲ ယူဖို့စဉ်းစားပေမယ့် မလုပ်ဖြစ်ခဲ့ဘူး"ဟု ၄င်းက ပြောသည်။

"အမျိုးသမီးအင်္ဂါက လုံးဝပိတ်သွားပြီး သားအိမ်လည်းမရှိတော့ဘူးဆိုပြီး

ဆရာဝန်ကြီးက စစ်ဆေးပြီးပြောတယ်"ဟု ဒေါ်ချိုချိုဝင်းက ပြောသည်။

အဆိုပါ အမျိုးသားငယ်မှာ နတ္တလင်းမြို့နယ် အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း၌ နဝမတန်းတက်ရောက်နေရာ ကျောင်းသားတစ်ဦးအဖြစ် စာရင်းသွင်းပြောင်းလဲပြီးဖြစ်သည်။

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး နတ္တလင်းကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနကမူ ၂၀၁၃ ခုနှစ်၊ မေလ ၃၀ ရက်နေ့ရက်စွဲဖြင့် ၄င်းအမျိုးသမီးမှာ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက်များအရ ယောက်ျားအင်္ဂါများ ဖွံ့ဖြိုးကျန်းမာနေပြီး ယောက်ျားလေးတစ်ဦးဖြစ်သည်မှာ မှန်ကန်ကြောင်း ထောက်ခံချက် ထုတ်ပေးခဲ့သည်။ အဆိုပါအမျိုးသားငယ်မှာ အပျိုဘော်ဝင်စအရွယ်၌ ဓမ္မတာမလာသဖြင့် သွေးဆေးများတိုက်သော်လည်း ခေါင်းမူးခေါင်ကိုက်ခြင်းမျိုးပင် မဖြစ်ခဲ့ဘဲ ယခုအသက်ဆယ့်ခြောက်နှစ်အရွယ်တွင် အမျိုးသားအဖြစ် လုံးဝပြောင်းလဲသွားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်ဟု မိခင်ဒေါ်ချိုချိုဝင်းက ပြောသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်အရ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ၏ အကျိုးဆက်အဖြစ် လိင်ပြောင်းလိင်လွဲ ဖြစ်တတ်သည်။ ငါးပါးသီလကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းကြပါကုန်။

–၂၀၁၃ ဇွန် ၆ ထုတ် Popular News ဂျာနယ် စာ ၁၄ မှ။

မြန်မာ့သမိုင်းမှ သားနှစ်ယောက်အကြောင်း

ပုဂံခေတ်သမိုင်းစဉ်တွင် ကျန်စစ်သားမင်းကြီးသည် မြန်မာသက္ကရာဇ် ၄၇၄ ခုနှစ်(ခရစ်နှစ်–၁၁၁၂ ခုနှစ်)တို့၌သေအံ့ဆဲဆဲ နာမကျန်းဖြစ်နေချိန်တွင် **သားတော်ရာဇကုမာရ်မင်းသားသည်** ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို မရရှိခဲ့သော်လည်း ဖခင်၏ကျေးမွေးသော ကျေးဇူးကို ရည်စူးလျက် အလှူဒါနပြုပေးခဲ့သည်။ သေလုဆဲဆဲဖြစ်နေသော ခမည်းတော်၏လက်တော်ဖြင့် ရေစက်ခွက်ကို ကိုင်စေ၍ သံဃာတော်မထေရ်မြတ်တို့၏ ရှေ့မှောက်တွင် သာဓုခေါ်စေခဲ့သည်။ ဘဝကူးကောင်းစေရန် ရည်စူးလျက် မွေးကျေးဇူးနှင့် ကျွေးကျေးဇူးဆပ်ခဲ့သည်။ ရာဇကုမာရ်ကျောက်စာဖြင့် မှတ်တမ်းတင်ခဲ့သည်။ မြန်မာ့သမိုင်းစဉ်တွင် မိဘကျေးဇူးသိတတ်သော သားလိမ္မာအဖြစ် ခေတ်သမိုင်းအဆက်ဆက်၌ နာမည်ကောင်းနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ပတ်ဝန်းကျင်လူ့အသိုင်းအဝိုင်းမှ ဂုဏ်တင်ခဲ့သည်။

ပုဂံခေတ်သမိုင်းစဉ်တွင်ပင် ကျန်စစ်သားမင်းကြီး၏ ထီးနန်းအမွေကို

ဆက်ခံခွင့်ရရှိခဲ့သော မြေးတော်အလောင်းစည်သူမင်းကြီးနှင့်အလောင်းစည်သူမင်းကြီး၏ သားတော်ဖြစ်သော နရသူတို့၏ သားအဖဇာတ်လမ်းကို မှန်နန်းရာဇဝင်တော်ကြီး ပထမတွဲ၌–

"အလောင်းစည်သူမင်းကြီး သည်းထန်စွာ နာမကျန်းဖြစ်သောအခါ **သားတော်နရသူ**သည် ခမည်းတော်ကို ထီးနန်းမှချ၍ ရွှေဂူဘုရားအတွင်း၌ ထား၏။ မင်းကြီးလည်း သတိရတော်မူလျှင် ငါ့နန်းမဟုတ်တကားဟု မိန့်တော်မူ၏။ ကိုယ်လုပ်တော်လည်း နန်းတော်မဟုတ်၊ ကောင်းမှုတော်ဘုရားဟု နားတော်လျှောက်၏။ အသူ့အတက်နန်းဟု မိန့်တော်မူ၏။ သားတော်နရသူ အစိအရင်တည်းဟု နားတော်လျှောက်သော် ကြီးစွာသော အမျက်တော်ဖြစ်၏။

ထိုအခါ သားတော်နရသူသည် မင်းကြီး အနာမှ ထမြောက်တော်မူချေသော် ငါပျက်စီးခြင်းသို့ရောက်မည်အကြံဖြစ်၍ မင်းကြီးကို အဝတ်ပုဆိုးတို့ဖြင့်ဖိ၍ အနိစ္စရောက်တော်မူစေ၏"ဟူ၍ သမိုင်းမှတ်တမ်းတင် ဖော်ပြထားသည်။

ပုဂံကျုန်စစ်သားမင်းကြီးနှင့် ရာဇကုမာရ်မင်းသားတို့၏ သားအဖသမိုင်းပုံရိပ်နှင့် အလောင်းစည်သူမင်းကြီးနှင့် နရသူမင်းတို့၏ သားအဖပုံရိပ်သည် နာမည်နှင့်လူ၏သမိုင်းစဉ်၌ နာမည်ကောင်းနှင့် နာမည်ဆိုးဟူသော ဘဝအလင်းနှင့်အမှောင်၊ အကောင်းနှင့်အဆိုးဟူ၍ သမိုင်းမှတ်တမ်း အထင်အရှားဖြစ်နေသည်။ ပုဂံခေတ်သမိုင်းစဉ်တွင် "**ရာဇကုမာရ်သားလိမ္မာ**" ဟူ၍လည်းကောင်း၊ "**မင်းဆိုးမင်းညစ်ကုလားကျမင်းနရသူ**"ဟူ၍လည်းကောင်း သမိုင်းမော်ကွန်းတင်လျက် ကျန်ခဲ့လေသည်။ *–(၃–၆–၂၀၁၃)ထုတ် ဂျာနယ်ပါ လှမြင့်(စက်မှုတက္ကသိုလ်)၏ 'နာမည်နှင့်လူ'ဆောင်းပါးမှ ကောက်နုတ်ဝေမျှသည်။*

အလှူမှ တရားခွေဖွင့်သည်ကို ဆဲရေးတိုင်းထွာသော ဝက်သတ်သမားတစ်ဦး သွေးအန်၍ ဆေးရုံတင်ခဲ့ရ

အောက်တိုဘာလ ၂၈ ရက်နေ့က မိတ္ထီလာမြို့၊ ရန်မျိုးအောင်ရပ်ကွက်၊ နယ်မြေ ၁၄ တွင် ဥပုသ်နေ့အပတ်စဉ် ဆန်ပြုတ်အလှူတွင် တရားခွေများဖွင့်သည်ကို ဝက်သတ်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ ဦး .... က ဆဲရေးတိုင်းထွာမှုများပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ထိုသို့ ဆဲရေးတိုင်းထွာပြီး သုံးရက်မြောက်သောနေ့ အောက်တိုဘာလ ၃၁ ရက်နေ့တွင် သွေးများအန်သဖြင့် မိတ္ထီလာမြို့ ဖော်အထူးကုဆေးခန်းသို့ပို့ကာ ဆေးကုသမှု ခံယူနေရကြောင်းသိရသည်။

ရန်မျိုးအောင်ရပ်ကွက်တွင် နေထိုင်သူတစ်ဦးက "ကျွန်တော်တို့ အလှူ လုပ်တဲ့နေ့က တရားခွေဖွင့်တာကို ဖွင့်ရကောင်းမလားဆိုပြီးဆဲတယ်။ နောက် ဖွင့်ရဲဖွင့်ကြည့် ငါ့အကြောင်းသိမယ်လို့လည်း ကြိမ်းသွားသေးတယ်။ ကျွန်တော် တို့က အလှူလုပ်ကြတာဆိုတော့ ပြဿနာမတက်ချင်ဘူးပေါ့ဗျာ။ ဒါနဲ့ ကြည့် နေတာ။ အခုတော့ ကျွန်းကျွန်းမာမာကြီးကနေ သွေးအန်လို့ ဆေးရုံကိုတင် လိုက်ရပြီ"ဟု ဆိုသည်။

အဆိုပါ ဆဲရေးတိုင်းထွာသူမှာ ဇော်အထူးကဆေးခန်းမှ ဆေးကုသမှုခံယူပြီး ယခုနေအိမ်တွင် ပြန်လည်အနားယူနေပြီဖြစ်ကြောင်း သိရပါသည်။

(မောင်သစ္စာ-မိတ္ထီလာ)

-(၁၂-၁၁-၂၀၁၃)ထုတ် သမဂ္ဂဂျာနယ် စာ ၁၉ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ **အကုသိုလ်သည် နောင်ဘဝအထိမဆိုင်းပဲလည်း အကျိုးပေးတတ်သည်။**

လူ(၄)မျိုး

လူ့သမိုင်းစဉ်ကို လေ့လာသုတေသနပြုလျှင် နာမည်နှင့်လူသည် လေးမျိုး လေးစား ရှိသည်ဟု ပညာရှင်များက မိန့်ဆိုလမ်းညွှန်ခဲ့သည်။

(၁) လူသေသော်လည်း နာမည်မသေသောသူ၊

(၂) လူမသေသော်လည်း နာမည်သေသွားသောသူ၊

(၃) လူလည်းသေ နာမည်လည်းသေသွားသောသူ၊

(၄) လူလည်းမသေ နာမည်လည်းမသေသောသူဟူ၍ဖြစ်သည်။

ထိုသို့သော 'နာမည်နှင့်လူ' လေးမျိုးအနက် လူလည်းမသေ နာမည်လည်း မသေသူသည် အမွန်မြတ်ဆုံးဖြစ်သည်။ လူသေသော်လည်း နာမည် မသေသော သူသည် လူ့လောက၏ လူ့သမိုင်းထဲ မီးရှူးတန်ဆောင်ဖြစ်သည်။ လူမသေသေးသော်လည်း နာမည်သေသွားသောလူသည်ကား လူ့လောက နှင့်လူ့သမိုင်းတွင်လည်းကောင်း၊ လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်တွင်လည်းကောင်း လိုလားအပ်သူမျိုး မဟုတ်နိုင်ပေ။

-(၃-၆-၂၀၁၃)ထုတ် ဂျာနယ်ပါ လှမြင့်(စက်မှုတက္ကသိုလ်)၏ 'နာမည်နှင့်လူ' ဆောင်းပါးမှ ကောက်နှုတ်ဖော်ပြသည်။

ဆရာကန်တော့ပွဲရန်ပုံငွေအတွက် ဘီယာသောက်ပွဲတော်ကျင်းပ

ကော့သောင်းမြို့တွင် ဆရာကန်တော့ပွဲကျင်းပလို၍ ရန်ပုံငွေရရှိရန်အတွက် ဘီယာသောက်ပွဲတော်ကို အောက်တိုဘာ ၂၂ ရက်မှ ၂၆ ရက်ထိကျင်းပခဲ့သည်။ ဘီယာသောက်ပွဲတော်ကို ထိုင်းနိုင်ငံ ဆင်းဂါးဘီယာကုမ္ပဏီမှ လာရောက်ပြုလုပ်ပြီး တစ်ခွက်လျှင် ငါးရာဖြင့်ရောင်းချကာ ရရှိသည့်အမြတ်အပေါ်မူတည်၍ ဆင်းဂါးဘီယာမှ ကော့သောင်းမြို့ မိဘဆရာကန်တော့ရန်အတွက် ကန့်ကျခံပေးမည်ဖြစ်သည်။

ထိုဘီယာသောက်ပွဲတော်ကို ကော့သောင်းမြို့ အားကစားကွင်းအတွင်း ပြုလုပ်ပြီး တစ်ရက်လျှင် လူဦးရေတစ်ထောင်ဝန်းကျင် လာရောက်သောက်သုံးအားပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။

–(၃၀–၁၀၂၀၁၃)ထုတ် 7day News စာ အချပ်ပို G မှ။

မှတ်ချက်။ ။ **ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းသောင်လည်း ရန်ပုံငွေရှာဖွေသည့်နည်းလမ်းမှာ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့်ဆန့်ကျင်နေသည်ဟုထင်သည်။ –စိစဉ်သူ။**

ရှိုးဂုဏ်

မမလေး။ "ဦးချစ်မောင် .. လောကမှာ ဂုဏ်အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ ဘယ်ဂုဏ်ဟာအကောင်းဆုံးလဲ။ ဘယ်ဂုဏ်ကို အနှစ်ခြိုက်ဆုံးလဲ။ ဘယ်ဂုဏ်ကို ရွေးချယ်သင့်သလဲ"

ဦးချစ်မောင်။ "ကျွန်တော်တော့ ရှိုးဂုဏ်ကိုကြိုက်ပါတယ်။ မြန်မာများဟာ ရှိုးဂုဏ်လိုနေပါတယ်။ ဘာသာကောင်းပါလျက်နဲ့ အကျင့်ပျက်နေကြပါတယ်။ လောကမှာ စိတ်ပျော်မွေ့ဖွယ်ရာအကောင်းဆုံးဟာ လူရိုးလူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင်လုပ်တာ၊ ကြိုးစားတာဖြစ်တယ်လို့ ကျွန်တော်ထင်ပါတယ်။ ဒီလိုလူရိုးလူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်စည်းရတာ မလွယ်လှကြောင်းကိုလည်း ကျွန်တော်သိပါတယ်။ မလွယ်သော်လည်း မဖြစ်နိုင်တာမဟုတ်လို့ ကြိုးစားပြီး လူရိုးလူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ကျင့်မယ်လို့ကြံပါတယ်။ ဘယ်လောက်အောင်မြင်မယ် ပျက်ကွက်မယ်ကိုတော့ ကျွန်တော်ရဲ့ကျန်ရှိသေးတဲ့ သက်တမ်းက သက်သေခံပါလိမ့်မယ်။ ဒီသက်သေခံကို မတင်တင်လိုပုဂ္ဂိုလ်များက စစ်ဆေးဖို့ဖြစ်ပါတယ်။

–ဂျာနယ်ကျော်မမလေး၏"သူလိုလူ"စာအုပ်မှ။

ဝိပဿနာရှုနည်းလင်္ကာ

၁။ မျက်စိ+အဆင်းဓာတ် ရိုက်ခတ်လေရာ၊ "မြင်သိ"တရား ဖြစ်ပွားပေါ်လာ။
ဖြစ်ပြီးပျက်ရ "**အနိစ္စ**"ပါ၊ ဖြစ်ပျက်မှု ကြည့်ရှုဖန်ခါခါ။
ဖြစ်ပျက်ဟူသမျှ "**ဒုက္ခ**"သစ္စာ၊ လိုချင်လောဘ "**သမုဒယ**"သစ္စာ။
ဖြစ်ပျက်ချုပ်က "**နိရောဓ**"သာ၊ ဖြစ်ပျက်မှု ရှုကြံ"**မဂ္ဂ**"သာ။

၂။ နား+အသံဓာတ် ရိုက်ခတ်လေရာ၊"ကြားသိ"တရား ဖြစ်ပွားပေါ်လာ။

၃။ နှာခေါင်း+အနံ့ဓာတ် ရိုက်ခတ်လေရာ၊ "နံသိ"တရား ဖြစ်ပွားပေါ်လာ။

၄။ လျှာ+ရသာဓာတ် ရိုက်ခတ်လေရာ၊ "စားသိ"တရား ဖြစ်ပွားပေါ်လာ။

၅။ ကိုယ်+အတွေ့ဓာတ် ရိုက်ခတ်လေရာ၊ "ထိသိ"တရား ဖြစ်ပွားပေါ်လာ။

၆။ မနော+သဘာဝ ရိုက်ခတ်လေရာ၊ "ကြံသိ"တရား ဖြစ်ပွားပေါ်လာ။
ဖြစ်ပြီးပျက်ရ "**အနိစ္စ**"ပါ၊ ဖြစ်ပျက်မှု ကြည့်ရှုဖန်ခါခါ။
ဖြစ်ပျက်ဟူသမျှ "**ဒုက္ခ**"သစ္စာ၊ လိုချင်လောဘ "**သမုဒယ**"သစ္စာ။
ဖြစ်ပျက်ချုပ်က "**နိရောဓ**"သာ၊ ဖြစ်ပျက်မှု ရှုကြံ"**မဂ္ဂ**"သာ။

-မဟာ့ ဥက္ကဋ္ဌဆရာတော်ဘုရားကြီး ဒေါက်တာဘဒ္ဒန္တကုမာရာဘိဝံသ၊
ပြည်သူ့ဥယျာဉ် တရားတော်မှ။

သေဆုံးသူက အိပ်မက်ပေးလို့ ရှာဖွေရာမှ အလောင်းပြန်တွေ့

အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏အလောင်းကို အိပ်မက်ပေးသည့်နေရာအတိုင်း အောက်တိုဘာလ (၂၉)ရက်က သွားရောက်ရှာဖွေရာ ဒဏ်ရာများဖြင့် ပုပ်ပွသေဆုံးနေကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့သည်ဟု လှည်းကူးမြို့နယ်၊ ငါးဆူတောင်နယ်မြေရဲစခန်းမှ သိရသည်။

အဆိုပါသေဆုံးသူသည် အောက်တိုဘာ (၂၁)ရက် ညနေ(၃)နာရီခန့်က စက်ဘီးဖြင့်ဈေးဝယ်သွားရာမှ ပြန်ရောက်မလာသဖြင့် ၎င်း၏ခင်ပွန်းဖြစ်သူက လိုက်လံရှာဖွေသော်လည်း မတွေ့ရသဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးခြံအနီးကျေးရွာများထံ အကူအညီတောင်းကာ အောက်တိုဘာ(၂၂)ရက်မှစ၍ နေ့စဉ်ရှာဖွေသော်လည်း မတွေ့ခဲ့ရကြောင်းသိရသည်။ ကိုးရက်မြောက်နေ့တွင် ယင်းအမျိုးသမီး လုပ်ကိုင်ခဲ့သည့် စိုက်ပျိုးရေးခြံမှ အလုပ်သမတစ်ဦးကို သေဆုံးသူက ၎င်းရှိရာနေရာကို

အိပ်မက်ပေးသည်ဆိုသဖြင့် ရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များနှင့်လူများမှာ မယုံသော်လည်း သွားရောက်ရှာဖွေခဲ့ရာမှ အလောင်းကို တွေ့ရှိခဲ့ကြောင်းသိရသည်။

သေဆုံးသူ၏အလောင်းကို ငါးဆူတောင်အုပ်စု ကေ(၁၀၀)ခြံအတွင်းရှိ လျှိုအဆင်းတွင် ပုပ်ပွလျက်တွေ့ရှိရပြီး ဦးခေါင်းတွင် ပေါက်ပြဲဒဏ်ရာနှစ်ချက်၊ ညာဘက်ဝမ်းဗိုက်အောက် ပေါက်ပြဲဒဏ်ရာတစ်ချက်တို့ကို တွေ့ရှိရကြောင်း သိရသည်။ အဆိုပါအလောင်းကို လှည်းကူးဆေးရုံသို့ ပီအာရီ ၇၇/၁၃ ဖြင့် ပို့ဆောင်စစ်ဆေးလျက်ရှိပြီး ငါးဆူတောင်ရဲစခန်းက (ပ)၅၄/၁၃ ပြစ်မှုပုဒ်မ ၃၀၂ ဖြင့် အမှုဖွင့်ကာ တရားခံဖမ်းဆီးရမိနိုင်ရေးအတွက် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

-(၇-၁၁-၂၀၁၃)ထုတ် Myanmar News Week ဂျာနယ် စာ ၂၄ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ **အစွဲအလန်းနှင့်သေလျှင် မကျွတ်မလွတ်ဖြစ်တတ်သည်။**

ဇနီးဖြစ်သူ၏ရုပ်အလောင်းကို ၃၅-ရက်ကြာ ထိန်းသိမ်းထားခဲ့သူ

မလေးရှားနိုင်ငံ၊ ဒါမိုင်အင်ပီယံတွင်နေထိုင်သည့် အသက် ၄၇ နှစ်အရွယ်ရှိ ကန်ထရိုက်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူတစ်ဦးက ၎င်း၏အသက် ၄၂ နှစ်အရွယ်ရှိ ဇနီးဖြစ်သူ၏ရုပ်အလောင်းကို ၎င်းတို့နေထိုင်သည့်နှစ်ထပ်အိမ်၏အိပ်ခန်းအတွင်း၌ ၃၅ ရက်ကြာ ထိန်းသိမ်းထားရှိခဲ့ပြီး အသက်ရှင်နေသူတစ်ဦးပမာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နေခဲ့သည်။

မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများက ၎င်းကို ဇနီးဖြစ်သူအကြောင်း မေးမြန်းကြသောအခါ ဇနီးဖြစ်သူသေဆုံးသွားပြီဖြစ်ကြောင်း အရိပ်အမြွက်မျှ ပြောကြားခြင်းမရှိဘဲ မရေမရာသာ ဖြေဆိုခဲ့သည်။ သို့ရာတွင် ၎င်းတို့၏ အသက် ၁၆ နှစ်အရွယ်ရှိ သားဖြစ်သူက မိခင်သေဆုံးသွားကြောင်းသိရှိပြီး ဖခင်ဖြစ်သူကို မိခင်သေဆုံးသွားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ အမှန်တရားကိုလက်ခံရန် ဖျောင်းဖျနေခဲ့သည်။

နောက်ဆုံးတွင်တော့ ထိုသူက အလန်ဒါမိုင်ရဲစခန်းသို့ အောက်တိုဘာလ ၂၆ ရက်တွင် သွားရောက်ကာ ဇနီးဖြစ်သူမှာ စက်တင်ဘာလ ၂၁ ရက်က နှလုံးရောဂါဖြင့် ကွယ်လွန်သွားခဲ့ကြောင်း ဝန်ခံထွက်ဆိုခဲ့သည်။

ရင်ခွဲစစ်ဆေးချက်အရလည်း လူသတ်မှုလက္ခဏာမတွေ့ရှိရဘဲ အိမ်နီးချင်းများကလည်း ထိုစုံတွဲကို အလွန်ချစ်ခင်ကြသောစုံတွဲအဖြစ် သက်သေခံခဲ့ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ခင်ပွန်းဖြစ်သူမှာ ဖမ်းဆီးခြင်းမခံရပေ။ သို့ရာတွင် ၎င်းသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာစစ်ဆေးမှုများခံယူရမည်ဖြစ်ပြီး ဇနီးဖြစ်သူသေဆုံးမှုအတွက် ၄၈ နာရီအတွင်း အမျိုးသားမှတ်ပုံတင်ဌာနသို့သတင်းပို့ရန်ပျက်ကွက်မှုကို ရင်ဆိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။ *(ဥက္ကာအောင်)*

-(၈-၁၁-၂၀၁၃)ထုတ် The Hot News ဂျာနယ် တ ၃၉ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ **အစွဲအလန်းအားကြီးပါက သေသော်လည်း မစွန့်ပစ်ရက်။**

iphone ဝယ်ရန် သမီးကိုရောင်းချခဲ့သော

တရုတ်ဇနီးမောင်နှံ ဖမ်းဆီးခံရ

ကမ္ဘာကျော် Apple ကုမ္ပဏီမှထုတ်လုပ်သော iphone တစ်လုံးဝယ်ယူရန်အတွက် သမီးဖြစ်သူကို ရောင်းစားခဲ့သော တရုတ်ဇနီးမောင်နှံကို အာဏာပိုင်များက ဖမ်းဆီး၍ တရားစီရင်နေပြီဖြစ်ကြောင်း ပြည်တွင်းမီဒီယာများက အောက်တိုဘာ ၁၈ ရက်နေ့တွင် ပြောကြားသည်။

အဆိုပါလင်မယားသည် ၎င်းတို့၏ တတိယမြောက်ကလေးအား မွေးစားမည့်သူကို အွန်လိုင်းမှတဆင့် အရောင်းအဝယ်စကားပြောကြားပြီးနောက် ငွေဖြင့်လဲလှယ်ရောင်းချခဲ့သည်။ ရှန်ဟိုင်းအစိုးရရွေ့နေများက ယင်းစုံတွဲကို လူကုန်ကူးမှုဖြင့် အမှုဖွင့်ထားကြောင်း လစ်ဘရေးရှင်းနေ့စဉ်သတင်းစာက ဖော်ပြသည်။

အဆိုပါစုံတွဲသည် ကလေးကိုရောင်း၍ရသောငွေများထဲမှ iphone ကို ဝယ်ယူခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် အလွန်ဈေးကြီးသော အားကစားရှူးဖိနပ်နှင့် အခြားပစ္စည်းများကို ဝယ်ယူပြီး အွန်လိုင်းမှလည်းဝယ်ယူခဲ့ကြောင်း စုံစမ်းစစ်ဆေးရေးအရာရှိများက ဆိုသည်။ ကလေး၏မိခင်ကို အရင်တွေ့ရှိခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး မိခင်၏အမည်ကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားခြင်းမရှိခဲ့ပေ။

Apple ထုတ်ကုန်များသည် တရုတ်နိုင်ငံတွင် အလွန်လူကြိုက်များနေပြီး လွန်ခဲ့သောနှစ်အတွင်း တရုတ်ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦးသည် ကျောက်ကပ်ရောင်း၍ iphone နှင့် ipad များ ဝယ်ယူခဲ့သည်။

ဖမ်းဆီးခံရသော မိဘနှစ်ဦးစလုံးက ကလေးကို ၎င်းတို့တတ်နိုင်သည်ထက် ပိုမိုကောင်းမွန်သောဘဝမျိုးရောက်စေလိုကြောင်းနှင့် မိမိတို့ထံတွင် ကလေးနှစ်ဦးရှိနှင့်ပြီးသားဖြစ်သောကြောင့်ဟု ပြောဆိုခဲ့သည်။

"ကလေးကို ပေးလိုက်ရလို့ ဘာအကျိုးမှမရဘူး။ သူ့ဘဝအာမခံချက် ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ပဲဖြစ်ပါတယ်"ဟု အဆိုပါစုံတွဲမှ တစ်ဦးက ဆိုသည်။ ရှန်ဟိုင်းရဲများက မှတ်ချက်တစ်စုံတစ်ရာမပေးသလို ယင်းစုံတွဲရရှိခဲ့သော ငွေကြေးပမာဏကိုလည်း ပြောကြားခဲ့ခြင်းမရှိပေ။

သို့သော် ကလေးကို ယွမ် သုံးသောင်းမှ ငါးသောင်း(အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၄၉၀၀ မှ ၈၂၀၀ အထိ ရောင်းဈေးဖြင့် အွန်လိုင်းပေါ်တွင် ကြေညာခဲ့သည်။

Apple သည် ပြီးခဲ့သောကာလအတွင်းက ၎င်းတို့၏နောက်ဆုံးမျိုးဆက် iphone 5S ကို ထုတ်လုပ်ခဲ့သည်။ ရွှေရောင်မော်ဒယ်မှ အခြားအရောင်မျိုးစုံပါဝင်သော ဟန်းစက်များရောင်းချခဲ့ပြီး ပလပ်စတစ်အခွံဖြင့်ပြုလုပ်ထားသော iphone 5S ကိုလည်း ဈေးနှုန်းတစ်မျိုးဖြင့် တစ်ချိန်းတည်းထုတ်လုပ်ဖြန့်ချိခဲ့သည်။ *AK. Ref: AFP*

–၂၀၁၃ အောက်တိုဘာလထုတ် သမ္ဘဂျာနယ် စာ ၃၆ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ မြန်မာပြည်မှာ သားသမီးကို မရောင်းစားအောင် မည်သို့ကြိုတင်ကာကွယ်ကြမည်နည်း။ ကြိုတင်နည်းလမ်းရှာထားကြဖို့လိုသည်။

–စိစဉ်သူ။

မြန်မာလေးတွေ မဟာဆန်တယ်ဆိုလို့ ကြည့်တာပါဗျာ
ကိုရီးယားလိုလို ထိုင်းလိုလိုနဲ့
နိုင်ငံခြားကားလား
မဟုတ်ဘူး မြန်မာကား
ပဂေး၂၀၁၃

(၁၄)နှစ်အရွယ်မွေးစားသမီးအား မွေးစားဖခင်က အဓမ္မပြုကျင့်

ဒက္ခိဏာရီ (ပျဉ်းမနား) နေပြည်တော် နိုဝင်ဘာ ၄

နေပြည်တော် ဒက္ခိဏာသီရိမြို့နယ်၊ ရွှေခဲအင်းကျေးရွာအုပ်စု၊ ရွှေခဲအင်းတဲစုနေ ဒေါ်... မှ ရန်ကုန်မြို့သို့သွားနေစဉ်မွေးစားသမီး(တူမ)ဖြစ်သူ မ.... (၁၄)နှစ်အား ခင်ပွန်းဖြစ်သူနှင့်အိမ်တွင်အတူထားခဲ့ရာမှမွေးစားသမီးဖြစ်သူအား အဓမ္မပြုကျင့်ခဲ့သဖြင့် ခင်ပွန်းဖြစ်သူအား နိုဝင်ဘာ ၁ရက်က ဒက္ခိဏာသီရိရဲစခန်းသို့ တိုင်တန်းခဲ့သော မှုခင်းဖြစ်စဉ်တစ်ရပ် ဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်းသိရသည်။

ရန်ကုန်က ပြန်လာမှသိ

ရွှေခဲအင်းကျေးရွာအုပ်စု ရွှေခဲအင်းတဲစုနေ ဒေါ်.... (၅၇)နှစ်သည် ရန်ကုန်မြို့သို့ အလုပ်ကိစ္စနှင့် အောက်တိုဘာ(၂၇)ရက်က ခရီးထွက်သွားစဉ် မွေးစားသမီး မ.... (၁၄)နှစ်အား နေအိမ်၌ ခင်ပွန်းဖြစ်သူ ရန်အောင် (၃၃)နှင့်အတူထားခဲ့ကြောင်း၊ ရန်ကုန်မှပြန်ရောက်ပြီးနောက်တစ်ရက်တွင် သမီးဖြစ်သူ မ ....မှာ ငိုနေသဖြင့် မေးမြန်းရာ ခင်ပွန်းဖြစ်သူရန်အောင်က ၎င်းရန်ကုန်သွားသည့်ည၌ အဓမ္မပြုကျင့်ခဲ့ပြီး ပြန်ပြောလျှင်သတ်ပစ်မည်ဟုပြော၍ မပြောဘဲနေကြောင်း သမီးကပြောပြ၍ သိရှိရသော်လည်း ဆွေမျိုးများသိကုန်မည်စိုးသောကြောင့် ၎င်းကလည်းမပြောဘဲ နေခဲ့သည်ဟုဆိုသည်။

စစ်ဆေး

အောက်တိုဘာ ၃၁ ရက်နေ့ည ၇ နာရီခန့်တွင် ခင်ပွန်းဖြစ်သူ ရန်အောင်က သမီးဖြစ်သူအား မီးခြစ်ပေးစဉ် မ .....၏ရင်ဘတ်အား လှမ်းကိုင်သည်ကိုတွေ့မြင်ရသဖြင့် ရန်အောင်အား သစ်သားတုတ်နှင့်ရိုက်နှက်ခဲ့ပြီး မ.....အား အဓမ္မပြုကျင့်သူ ခင်ပွန်းဖြစ်သူ ရန်အောင်အား အရေးယူပေးရန် ဒေါ်.....က နိုဝင်ဘာ ၁ ရက်တွင် ဒက္ခိဏာသီရိမြို့နယ် ရဲစခန်းသို့တိုင်တန်းသဖြင့် (ပ)၁၂၂/၂၀၁၃၊ ပြစ်မှုပုဒ်မ ၃၇၆ အရရေးဖွင့်ပြီး ရဲအုပ်အောင်ကျော်ဦးမှ စစ်ဆေးဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

-(၅-၁၁-၂၀၁၃)ထုတ် ဝိတော်ချိန်နေ့စဉ် စာ ၁၁ မှ။

ဥပဒေသ။ ။ လူတိုင်းလူတိုင်း ဘာသာရေး လေ့လာလိုက်စား ကျင့်သုံးသင့်သည်။

လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်

ဒေါ်ခင်ဝိုင်းကြည်၏ သာစုဓေါ် ထိုက်တဲ့စကား

“မျိုးစောင့်ဥပဒေဆိုတာ အမျိုး ဘာသာ သာသနာတော်ကို ထိန်းသိမ်းကာကွယ်တဲ့ဥပဒေတစ်ရပ်ပါ။ ဒါကို မရှိမဖြစ်ပြဋ္ဌာန်းသင့်ပါတယ်။ ဒီမျိုးစောင့်ဥပဒေမရှိခဲ့ရင်၊ ဥပဒေအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းမှုမရှိခဲ့ရင် မြန်မာနိုင်ငံဟာ နောင်အနှစ်နှစ်ဆယ်မကြာတော့ဘူး။ ဘာသာခြားတွေလက်ထဲရောက်သွားလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ဘယ်လိုပဲ၊ ဘယ်သူတွေကပဲ ဝေဖန်တိုက်ခိုက်ကြပါစေ၊ မေတ္တာ စေတနာတွေနဲ့ အရင်းပြုထားတဲ့ ဆရာတော်ကြီးများရဲ့ မျိုးစောင့်ဥပဒေကို ကျွန်မအနေနဲ့ မဖြစ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားပြီးတော့ကို တင်မှာပါ။

ကန့်ကွက်ကြတဲ့ အတိုက်အခံတွေလည်း ရှိနေကြပါတယ်။ ....ပါတီကတော့ အဆိုးဆုံးပေါ့။ မျိုးစောင့်ဥပဒေဆိုတာ မလိုအပ်ဘူး။ ကျဉ်းမြောင်းတဲ့ အကာအရံကြီးတစ်ခု၊ ဘာသာခြားတွေအပေါ် ဘာသာရေးအရ နှိပ်ကွပ်ရာရောက်မယ်ဆိုပြီးတော့၊ ဒေါ်.....၊ ဒေါ်.....တို့ဆိုရင် ဒေါကန်ပြီး ကန့်ကွက်နေကြပါတယ်။

ဒီဥပဒေအတည်ပြုပြဋ္ဌာန်းရေးကိစ္စကို တင်သွင်းခဲ့ရင် ကျွန်မတစ်ယောက်တည်းကို ဝိုင်းပြီးတော့ စကားစစ်ထိုးကြတော့မယ်ဆိုတာ သိနေပေမယ့် တင်ကိုတင်ပေးရမယ့်ဥပဒေမို့ ဖြစ်မြောက်အောင်ကြိုးစားသွားမှာပါ။ အစည်းအဝေးတစ်ခုမှာ ဒေါ်..... ပြောတာကတော့ “ဒီမျိုးစောင့်ဥပဒေ တင်မယ်လို့ပြောတာဟာ ဘာသာရေးကို အရိပ်အယောင်ပြုပြီးတော့ နိုင်ငံရေးကို အမြတ်ထုတ်တာ”လို့ ပြောဆိုခဲ့ပါတယ်။ ပြီးတော့လည်း “လူ့အခွင့်အရေးကို ချိုးဖောက်ရာလည်းရောက်တယ်၊ ပဋိညာဉ်ကို ချိုးဖောက်ရာကျတယ်၊ စီဒေါကို ချိုးဖောက်တယ်”ဆိုပြီး ပြောခဲ့ကြတယ်။ နိုင်ငံတွင်းမှာ နောက်ထပ်ပဋိပက္ခတွေကို ဆောင်ကျဉ်းလာမယ့် ဖန်တီးမှုတွေကို လက်မခံနိုင်ဘူးဆိုပြီး ကန့်ကွက်ကြပြန်တယ်။

ကျွန်မကတော့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်းပြတ်သားတတ်တာမို့ “ကျွန်မ ဒေါ်ခင်ဝိုင်းကြည်ကိုယ်တိုင် မျိုးစောင့်ဥပဒေကိုတင်မယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ဆရာတော်ဘုရားတွေ မေတ္တာစေတနာအရင်းခံနဲ့ ပြုစုထားကြတဲ့ဥပဒေဟာ နောင်အနာဂတ်အတွက် အကြောင်းအကျိုးရှိလို့သာ ဒီဥပဒေကို တရားဝင်ပြဋ္ဌာန်းစေတာလို့ ယုံကြည်တဲ့အတွက်ကြောင့်ပဲ။ အမျိုး ဘာသာ သာသနာနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ အခု တစ်ကမ္ဘာလုံး မှာဖြစ်နေတဲ့အခြေအနေ၊ မြန်မာနိုင်ငံမှာဖြစ်နေတဲ့ အခြေအနေ

အားလုံးကိုကြည့်ပြီးတော့ ကိုယ့်တိုင်းပြည် ကိုယ့်လူမျိုး လုံလုံခြုံခြုံဖြစ်နေဖို့ အရေးကြီးနေတယ်။

စစ်မှန်တဲ့ မျိုးစောင့်ဥပဒေဟာ နောင်ရေးအတွက် သင့်တော်ပြီး တစ်မျိုးသားလုံးအတွက် ကောင်းမွန်တဲ့မျိုးစောင့်တရားကို ကာကွယ်နိုင်တဲ့ ဥပဒေကောင်းတစ်ရပ်ဖြစ်လာနိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်မျှော်ကိုးတဲ့အတွက် တင်ဖြစ်အောင်ကို တင်ပေးမှာပါ။ ဒီကိစ္စနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ နိုင်ငံရေးလုပ်စားတယ်လို့ပဲ စွပ်စွဲချင် စွပ်စွဲနိုင်တယ်။ ဒီထက်ပြင်းထန်တဲ့စွပ်စွဲပုတ်ခတ်နေလည်း ဆက်လုပ်မှာပဲ။ ဒါဟာ ကျွန်မတို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေရဲ့ ဘုရား၊တရား၊သံဃာတော်တို့အပေါ်မှာ ယုံကြည်မှုရှိပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာမြန်မာနိုင်ငံရဲ့ကောင်းကျိုးအတွက်မို့ အတိုက်အခံ အန္တရာယ်တွေကြားက တင်ဖြစ်အောင်ကို တင်ပေးမှာပါ"

-from zaya. ag www. mmdailystar.com မှ။

သီတဂူဆရာတော်ကြီး၏ ရဋ္ဌပါလမိန့်ခွန်း

အခုခေတ်ကြီးမှာ သာသနာ့ဘေးရန်တွေက များနေပြီ။ "သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန မလိုတော့ဘူး" လို့ ပြောလာတဲ့ အဖွဲ့အစည်းတွေရှိတယ်။ အားလုံး သတိထားတော်မူကြပါ။ "သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနဖျက်သိမ်းပေးပါ" လို့ စာတွေဘာတွေတောင် ထွက်နေပြီ။

လက်ရှိအစိုးရက "ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံတော်" လို့ မကြေညာပါဘူး။ သို့သော် မြန်မာနိုင်ငံမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာအစိုးရကနေပြီးတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာကိုထောက်ပံ့တာ ထုံးတမ်းစဉ်လာရှိပါတယ်။ ဒီအစဉ်အလာတွေကို ဖျက်လို့ဘယ်ရမလဲ။ အစ္စလာမ်နိုင်ငံများမှာ "အစ္စလာမ်ဘာသာသည်သာလျှင် တရားဝင်ဘာသာ" ဆိုပြီး သတ်မှတ်တာတွေ အများကြီးပဲ။ တပည့်တော်တို့ဘာပြောလို့လဲ။သူတို့နိုင်ငံ သူတို့လူမျိုးရဲ့အစဉ်အလာပဲဆိုပြီး ဘာမှ မပြောခဲ့ပါဘူး။

တပည့်တော်နိုင်ငံရဲ့ ကိုးကွယ်မှုဘာသာအစဉ်အလာတွေ၊ ယဉ်ကျေးမှုတွေ သီးသန့်ထောက်ပံ့တာကျတော့ သူတို့က လက်မခံနိုင်ဘူးတဲ့။ ဒါသဘာဝမကျဘူး။ ဒါမျိုး လုံးဝလက်မခံနိုင်ပါဘူး။

"ဗုဒ္ဓဘာသာအစိုးရကနေပြီးတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာကိုထောက်ပံ့တာ သဘာဝကျပါတယ်။ နိုင်ငံတကာမှာလည်း သူတို့ဘာသာကို ဦးစားပေးထောက်ပံ့ကြတာပဲ"။

-အင်းစိန်သံဃာ့ညီလာခံ၌ မိန့်ကြားသည့်စကား။

၂၀၁၃ ဩဂုတ်လ ၂၁ ထုတ် သာကီသွေးဂျာနယ် စာ ၁၁ မှ။

ပုဂံခေတ်က မျိုးစောင့်ဥပဒေ

အတိတ်က ဖြစ်ရပ်တို့သည် လက်ရှိပစ္စုပ္ပန်အတွက် "သင်ခန်းစာတစ်ရပ်"ပင် ဖြစ်သည်။ သို့သော် ယူတတ်ဖို့တော့လိုသည်။ ယူတတ်လျှင် ထိုအတိတ်က ဖြစ်ရပ်တို့သည် အနာဂတ်နိုင်ငံတော်အတွက် "အကောင်းဆုံး သင်ရိုးညွှန်းတမ်း" များပင် ဖြစ်ပေသည်။

တစ်ချိန်က ဖြစ်ရပ်။

ကျန်စစ်သားမှာ သားတစ်ယောက်၊ သမီးတစ်ယောက်။ သားတော်က "**ရာဇကုမာရ**"၊ သမီးတော်က "**ရွှေအိမ်စည်**"။ သမီးတော် ရွှေအိမ်စည် အရွယ်ရောက်တော့ ဘာသာခြားလူမျိုးဖြစ်တဲ့ ပဋိက္ကရား(ကုလား)က အပိုင်ကြံ၏။ ဤကဲ့သို့ အပိုင်ကြံခြင်းသည်ပင် "**ကုလားကျင့် ကုလားကြံ**"ဖြစ်၏။

သမီးတော်လေးက ငယ်ရွယ်သူဖြစ်နေတော့ သူတို့အကြံကို မသိရှာပေ။ ထိုအခါ တကယ့်မေတ္တာစစ်ထင်ပြီး ပဋိက္ကရားကို လက်ခံလိုက်၏။ "ငါ့အကြံ အောင်ပြီ" ဆိုပြီး ပဋိက္ကရားသည် လက်ခမောင်းခတ်လေတော့၏။

မင်းကျန်စစ်ကလည်း သမီးတော်၏အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စကို သိပ်အရေးမကြီးဟု ထင်နေ၏။ သို့သော် ကုလားကျင့် ကုလားညဥ့်ကို ကောင်းကောင်းကြီး ရိပ်စားမိသော ဝန်ကြီးတွေ အမတ်ကြီးတွေက ဘယ်လိုမှ လက်မခံနိုင်ကြ။ သမီးတော်လေး အိမ်ထောင်ပြုများလျှင် လူမျိုးခြားသွေး ရောယှက်သွားနိုင်သည့်အတွက် ပုဂံပြည်ကြီး သပွတ်အူဖြစ်သွားနိုင်ကြောင်း ရိပ်စားမိကြ၏။

ဝန်ကြီးများက မင်းကျန်စစ်ထံသွား၍ သံတော်ဦးတင်ကြ၏။

"မင်းကြီး၊ သမီးတော်ကို ကုလားနဲ့ပေးစားလိုက်ရင် မြန်မာပြည်ကြီးသည် ကုလားပြည်ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကျွန်တော်မျိုးတို့ သဘောမတူနိုင်ပါ"တဲ့။

ဤကား ပုဂံခေတ်က မျိုးစောင့်ဥပဒေတည်း။

ဝန်ကြီးများက ထိုသို့သံတော်ဦးတင်သောအခါ မင်းကျန်စစ် သဘောပေါက်သွား လေတော့သည်။ "သွေး"ကား အရေးကြီးသည် မဟုတ်ပါလား။ မင်းကျန်စစ်သည် မြန်မာပြည်ကိုချစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မြန်မာသွေးထဲ မည်သည့်လူမျိုးခြားသွေးမှ အရောက်မခံနိုင်။

ထို့ကြောင့် ဝန်ကြီးများ၏ အကြံပြုချက်အတိုင်း သမီးတော်လေး ရွှေအိမ်စည်ကို တူတော်ဖြစ်တဲ့ စောယွန်း(စောလူးမင်းရဲ့သား)နှင့် ပေးစားလိုက်လေသည်။

အကယ်၍သာ သမီးတော်ရွှေအိမ်စည်သည် ကုလားကိုသာ ယူလိုက်ရင် မြန်မာပြည်သည် မတွေးဝံ့လောက်အောင် အခြေအနေဆိုးဖြင့် ရင်ဆိုင်ရပေမည်။ ယခုတော့ တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ်နေကြတဲ့ မင်း,ဝန်းကြီးတွေ၊ စစ်သူကြီးတွေက ရဲရဲတောက်သံတော်ဦးတင်ကြလို့သာ"မြန်မာပြည်သည် ဒို့ပြည်"ဟု ကြွေးကြော် နိုင်ပေတော့သည်။

"အို ပုဂံပြည်၊ သင်ယခုလို ဝင့်ဝင့်ထည်ထည် ရပ်တည်နိုင်ခြင်းသည် ပုဂံခေတ်က မျိုးစောင့်ဥပဒေကြောင့်ပါ။ ထိုမျိုးစောင့်ဥပဒေသာ မရှိခဲ့လျှင် ပုဂံပြည်ကြီးသည် ဘာသာခြားများ၏လက်အောက်မှာ ပြားပြားဝပ်နေရတော့မည်တကား"

-သီတဂူ အရှင်ဉာဏိဿရ(စစ်ကိုင်းတောင်ရိုး)၊

၂၀၁၃ ဩဂုတ်လထုတ် ၆ ရက်နေ့ထုတ် သာကီသွေးဂျာနယ် စာ ၁၃ မှ၊

သာသနာ့အလံကို ရိုက်ချိုးခဲ့သူအား

ထောင်ဒဏ်ရှစ်ရက်ချမှတ်

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၃၁

(၅၂)ကြိမ်မြောက် နိုင်ငံတော်သာသနာတော်နေ့တွင် စိုက်ထူထားသော သာသနာ့အလံများကို ရိုက်ချိုးခဲ့သူအား ထောင်ဒဏ်ရှစ်ရက်ချမှတ်ပေးခဲ့ကြောင်း ရပ်ကွက်နေပြည်သူများထံမှ သိရသည်။ တောင်ဒဂုံမြို့နယ် ၂၆ ရပ်ကွက်တွင် နိုင်ငံတော်သာသနာနေ့အတွက် ပြည်ထောင်စုလမ်းမကြီး တစ်လျှောက် တစ်ဖက်တစ်ချက်စိုက်ထူထားသော သာသနာ့အလံများကို ဩဂုတ် ၂၆ ရက် နံနက် ၁ နာရီခန့်တွင် ရိုက်ချိုးခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်းသိရသည်။

သာသနာ့အလံများကို ရိုက်ချိုးခဲ့သူမှာ သံလျင်ဘက်မှဖြစ်ကြောင်းနှင့် အရက်သေစာ သောက်စားတတ်သူဖြစ်ပြီး မူးယစ်ရမ်းကား သာသနာ့အလံများကို ရိုက်ချိုးခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရပ်ကွက်နေပြည်သူများ ထံမှသိရသည်။

ယင်းက "နိုင်ငံသာသနာနေ့အတွက် စိုက်ထူထားတဲ့ သာသနာ့အလံသုံးချောင်းကို ချိုးသွားတာပါ။ဒီရပ်ကွက်က မဟုတ်ပါဘူး။ ဖြစ်နိုင်ရင် ဒီထက်ကြီးလေးတဲ့အပြစ်မျိုး ပေးသင့်တယ်" ဟု ပြောသည်။ ယင်းကဲ့သို့ အလံများကို ရိုက်ချိုးခဲ့သည့်အတွက် တောင်ဒဂုံမြို့မရဲစခန်းမှ (ပ)၁၁၉၁/၂၀၁၃ ရဲအက်(၄၇)ဖြင့် အမှုဖွင့်ကာ အမှုစစ်တရားလို တပ်ကြပ်လှကြိုင်မှ စုံစမ်းစစ်ဆေးခဲ့ခြင်း ဖြစ်ကြောင်းသိရသည်။ ယင်းကဲ့သို့အမှုမျိုးကို ထိထိရောက်ရောက် ကိုင်တွယ်သင့်ကြောင်းနှင့် ပုဒ်မ ၂၉၅ (က)၏ အရေးယူသင့်ကြောင်း တရားလွှတ်တော်ရှေ့နေ တစ်ဦးက ပြောသည်။

-(၃-၉-၂၀၁၃) The Flower News စာ အချပ်ပို A မှ။

ဒီမိုကရေစီစနစ်ပါ...
ပွင့်လင်းမြင်သာမှု
ရှိရမယ်တဲ့....
မယ်ပြိုင်ပွဲတွေ
မှုးလာတာ
ကောင်းတယ်ဗျာ
ကျုပ်တို့
အသက်ရှည်
တကယ်ပါ!
ဟိုး

မူဆလင်(၃)မျိုး

"မြန်မာနိုင်ငံမှာ မူဆလင်(၃)မျိုးရှိတယ်။

၁။ မြန်မာပြည်မှာနေပြီး မြန်မာပြည်ကိုချစ်တဲ့ မူဆလင်၊

၂။ မြန်မာပြည်မှာနေပြီး အစ္စလာမ်တိုင်းပြည်တွေကိုပဲချစ်တဲ့ မူဆလင်၊

၃။ မြန်မာပြည်မှာနေပြီး မြန်မာပြည်ကြီးကို အစ္စလာမ်တိုင်းပြည်အဖြစ် သွတ်သွင်းသိမ်းပိုက်ချင်နေတဲ့ မူဆလင်။

* မြန်မာပြည်မှာနေပြီး မြန်မာပြည်ကိုချစ်တဲ့ မူဆလင်တွေ အကြောင်းကတော့ ပြောစရာမရှိပါဘူး။

* မြန်မာပြည်မှာနေပြီးတော့ အစ္စလာမ်တိုင်းပြည်တွေကိုပဲချစ်တဲ့ မူဆလင်တွေလည်း လွတ်လပ်စွာချစ်ခွင့်ရှိပါတယ်။ ဒါလည်း မပြောတော့ပါဘူး။

* မြန်မာပြည်မှာနေပြီး မြန်မာပြည်ကြီးကို အစ္စလာမ်တိုင်းပြည်အဖြစ် သွတ်သွင်းသိမ်းပိုက်ချင်နေတဲ့ မူဆလင်တွေကိုတော့ ပြောစရာရှိရုံတင်မဟုတ်ဘူး။ **ကျုပ်တို့က ကျုပ်တို့နိုင်ငံနဲ့ အမျိုးဘာသာသာသနာကို စောင့်ရှောက်ကာကွယ်ပိုင်ခွင့် ရှိတယ်။ ဝီရသူက တိုင်းပြည်နဲ့လူမျိုးအတွက် အမျိုးဘာသာ သာသနာ အတွက် အသက်ပေးထားပြီးသားဆိုတာ အားလုံး အသိပါပဲ"**

(၉-၁၁-၂၀၁၃) ဆရာတော်ဦးဝီရသူနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေးကွန်ရက် တာဝန်ခံ ဒိုင်းမွန်ရွှေကြည်တို့အဖွဲ့ မြောက်ဥက္ကလာပမြို့နယ် အမှတ်(၂) ရပ်ကွက် ဘုန်းကြီးလမ်းအတွင်းရှိ ပဏ္ဍိတာရာမပရိယတ္တိစာသင်တိုက်ကြီးတွင် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးပွဲကျင်းပခဲ့စဉ်က ဆရာတော်ဦးဝီရသူမှ ဆွေးနွေးပွဲ တက်ရောက်လာသော သူများအား ယခုမြန်မာနိုင်ငံမှာ မူဆလင်(၃)မျိုးရှိကြောင်း အထက်ပါအတိုင်းမိန့်ကြားခဲ့ပါသည်။

- (11-11-2013) Dhamma Wizaya. facebook မှ။

ပိုင်ဆိုင်မှုနည်းလေ ဂုဏ်ရှိလေ

ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသော မျက်မှန်လေးတစ်လက်

မျက်မှန်လေးတစ်လက်ပိုင်ရှင်ကတော့ အိန္ဒိယနိုင်ငံရဲ့အမျိုးသားခေါင်းဆောင်ကြီး မဟတ္တမဂန္ဒီပဲဖြစ်ပါတယ်။

ဂန္ဒီကြီးကို ၁၈၆၉ ခုမှာမွေးပြီး ၁၉၄၈ ခုမှာ ကွယ်လွန်ခဲ့ပါတယ်။ ၁၈၈၈ မှာ လန်ဒန်သို့သွားရောက်ပြီး ဥပဒေဘွဲ့သင်တန်း(Bar-At-Law Program)ကို တက်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။ ဂန္ဒီဟာ မျိုးချစ်စိတ်ပြင်းပြသူဖြစ်ပြီး ဗြိတိသျှကိုလိုနီနယ်ချဲ့ကို အတိုက်အခံပြုခဲ့သူဖြစ်ပါတယ်။ ဗြိတိသျှရဲ့နေမဝင်အင်ပါယာကြီးပိုင်ရှင်၊ ရေကြောင်း၊ကြည်းကြောင်း၊လေကြောင်းတပ်တို့ရဲ့ပိုင်ရှင် ဗြိတိသျှအစိုးရကို အန်တုရာမှာ ဂန္ဒီမှာလက်နက်ဆိုလို့ လောက်လေးခွတောင်မရှိဘဲ ဗြိတိသျှကို စိန်ခေါ်တာဖြစ်လို့ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတိုက်အခံလုပ်သူအဖြစ် ကမ္ဘာကျော်ခဲ့ပြီး သူဟာ အိန္ဒိယရဲ့ အမျိုးသား ခေါင်းဆောင်ကြီး (National Leader)ဖြစ်ပါတယ်။

ဂန္ဒီ၏စုစုပေါင်းအားပမာဏ

ဂန္ဒီသေတဲ့အခါ ကျန်ရှိတဲ့ပစ္စည်းတွေ စာရင်းကောက်တော့

- မျက်မှန်တစ်လက်၊
- ဒိုဘီဝတ်စုံနှစ်စုံ၊
- သောက်ရေခွက်တစ်ခွက်၊
- ဖောင်တိန်တစ်ချောင်း၊
- ဗိုင်းငင်ကိရိယာလေးတစ်ခု၊
- ထမင်းစားပန်းကန်ပြားတစ်ချပ်၊
- အိတ်ဆောင်နာရီတစ်လုံးပဲ ရှိပါတော့တယ်။

မျက်မှန်ကလည်း အဲဒီခေတ်က ပုံစံတုံးတုံး မျက်မှန်လေးပါ။

(မှတ်ချက်။ ယခုအခါတော့ ဂန္ဒီရဲ့အမှတ်တရရှေးဟောင်းပစ္စည်းဖြစ်လို့ လေလံဈေးအရ အဖိုးတန်နေပါပြီ)

ဂန္ဒီရှိစဉ်ကတော့ အဖိုးမတန်တဲ့ သာမန်မျက်မှန်လေးပဲဖြစ်လို့ ဂန္ဒီဟာ ဟိတ်တွေဟန်တွေမရှိဘူးလို့ ကောက်ချက်ချနိုင်လို့ ဂုဏ်ယူစရာမျက်မှန်လေး ဖြစ်ပါတယ်။

ပို၍ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသော အဝတ်အစားသေတ္တာလေးနှစ်လုံး

ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသောထက် ပို၍ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသော

အဝတ်အစားသေတ္တာလေးနှစ်လုံးပိုင်ရှင်ကတော့ အိန္ဒိယသမ္မတကြီး မစ္စတာ အဗ္ဗဒူလာကာရန်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ကို ၁၉၃၁ မှာ မွေးဖွားခဲ့ပါတယ်။ သူဟာ ဒုံးပျံပညာရှင်လည်းဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

၂၀၀၂ မှ ၂၀၀၇ အထိ အိန္ဒိယမှာ သမ္မတကြီးအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

သူဟာ အိမ်ထောင်မရှိသူ လူပျိုကြီးဖြစ်ပါတယ်။ ၂၀၀၇ မှာ သမ္မတသက်တမ်းကုန်လို့ သမ္မတအိမ်တော်ကနေ ပြောင်းပေးရပါတယ်။ အိမ်ပြောင်းတဲ့အခါ သမ္မတကြီးရဲ့ပစ္စည်းတွေသယ်ယူဖို့ ကုန်တင်ကား မလိုပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ပစ္စည်းဆိုလို့ သေတ္တာနှစ်လုံးပဲရှိလို့ပါ။ သူ့ရဲ့သေတ္တာနှစ်လုံးကိုဆွဲပြီး သမ္မတအိမ်တော်ကနေ ဆင်းလာတဲ့ပုံဟာ ကမ္ဘာ့ဂျာနယ်အသီးသီးမှာ ကျော်ကြားခဲ့ပါတယ်။ အိန္ဒိယသမ္မတကြီးမှာ နေစရာကိုယ်ပိုင်အိမ်မရှိတော့ အခိုက်အတန့်ဟိုတယ်တစ်ခုကို သေတ္တာနှစ်လုံးနဲ့ဆင်းသွားပြီးနောက်ပိုင်းမှာတော့ အိန္ဒိယဆောက်လုပ်ရေးဝန်ကြီးဌာနက အငြိမ်းစားသမ္မတကြီးအတွက် အိမ်ဆောက်ပေးမယ်လို့ဆိုပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် သမ္မတကြီးရဲ့သေတ္တာနှစ်လုံးကတော့ ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသောထက် ပို၍ဂုဏ်ယူစရာဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသော ယာတောထဲကအိမ်တစ်လုံးနှင့်ဖောက်စ်ဝက်ဂွန်းကားစုတ်လေးတစ်စီး

ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသောထက် ပို၍ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသော အိမ်နှင့်ကားလေးကို ပိုင်သူကတော့ ဥရုဂွေးနိုင်ငံသမ္မတကြီး ဟိုဆေးမူဂျီကာဖြစ်ပါတယ်။ သူဟာ သမ္မတလစာရဲ့ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းကို လစဉ်လှူနေလို့ ၁၀ ရာခိုင်းနှုန်းသော လစာကိုသာ သုံးရပါတယ်။ သူဟာ ယာခင်းထဲက အိမ်ငယ်လေးမှာနေထိုင်ပြီး အိမ်ထဲမှာ ရေချိုးခန်းအိမ်သာတွဲလျက် ဖိမ်ခံရေချိုးခန်းမရှိလို့ ခြံထဲက ရေတွင်းထဲကရေကို ခပ်ရပါတယ်။ သမ္မတကြီးစီးတဲ့ကားကတော့ ဖောက်စ်ဝက်ဂွန်းကားစုတ်ကလေး တစ်စီးပဲဖြစ်ရာ သူ့ကို ကမ္ဘာ့အဆင်းရဲဆုံးသမ္မတအဖြစ် မှတ်တမ်းတင်ကြပါတယ်။ သူဟာ အသက် ၇၇ နှစ်ရှိပြီး အကျင့်ပျက်ခြစားတာမရှိလို့ ဂုဏ်ယူစရာကောင်းသော အရာထက်ပို၍ဂုဏ်ယူစရာကောင်းတာကို လုပ်ပြလိုက်တယ်လို့ဆိုနိုင်ပါတယ်။လူငယ်တွေဟာဂုဏ်ယူစရာဖြစ်အောင်ကြိုးစားတာထက် ဂုဏ်ယူစရာထက်ပိုပြီး ဂုဏ်ယူရအောင် ကြိုးစားသင့်လှပါကြောင်း။

-ဒေါက်တာထွန်းဝင်း၊ (၇-၁၁-၂၀၁၃)ထုတ်

Venus News Weekly ဂျာနယ် စာ ၁၀ မှ။

သီတဂူဆရာတော်ဒေါက်တာမိန့်ခွန်း

"မူဆလင်ညီအကိုမောင်နှမတွေကို ပြောချင်တာတစ်ခုရှိပါတယ်။
သင်တို့ဟာ ဖွံ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေက
လူတိုင်းကို မိမိနှစ်သက်ရာဘာသာကိုးကွယ်ခွင့်ပြုထားတဲ့နိုင်ငံမှာ
နေထိုင်ကြတဲ့သူတွေဖြစ်တယ်။
ရောမရောက်ရင် ရောမလိုကျင့်ရမယ် ဆိုတဲ့စကားလို
သင်တို့ဟာ သင်တို့နေထိုင်တဲ့နိုင်ငံရဲ့ဓလေ့ထုံးစံနဲ့ယဉ်ကျေးမှုကို
လေးစားလိုက်နာဖို့လိုပါတယ်"

–သီတဂူဆရာတော် ဒေါက်တာအရှင်ဉာဏိဿရ၊ ၂၀၁၃ အောက်တိုဘာ(၁)ရက်နေ့ ကမ္ဘာ့ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်)တွင်ကျင်းပသော "ငြိမ်းချမ်းရေး ညီညွတ်ရေးနှင့် အတူလက်တွဲနေထိုင်ရေးဆိုင်ရာ ကမ္ဘာ့ဘာသာပေါင်းစုံတွေ့ဆုံနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ"တွင် ပြောကြားသောမိန့်ခွန်း။ ၂၀၁၃ အောက်တိုဘာ ၈–၁၄ ထုတ် Flower News ဂျာနယ် စာ ၂ မှ။

၇၈၆–အဓိပ္ပါယ်
အစ္စလာမ်ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များတရားဝင်ရှင်းလင်း

အစ္စလာမ်ဘာသာအပေါ် အခြားဘာသာများက သံသယဖြစ်နေသည်ဆိုသည့် ၇၈၆ အဓိပ္ပါယ်မှာ ၂၁ ရာစုတွင် ကမ္ဘာကို အစ္စလာမ်ဘာသာလွှမ်းမိုးရန်ဆိုသည့် အဓိပ္ပါယ်မဟုတ်ကြောင်း အစ္စလာမ်ဘာသာရေး ကျွမ်းကျင်သူများနှင့် မြန်မာနိုင်ငံသား အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်ကွန်ရက်ပေါင်းစု(Unity For Peace Networks)က မီဒီယာများကိုဖိတ်ကြားကာ တရားဝင် ထုတ်ပြန်ရှင်းလင်းသည်။

၇၈၆ ဆိုသည့် ကိန်းဂဏန်းမှာ ဘာသာခြားများကို ခွဲခြားဆက်ဆံရန် မဟုတ်ကြောင်း ယင်းကွန်ရက်က ဖွန်လ ၁၂ ရက်နေ့တွင် ရန်ကုန်မြို့တော် သိမ်ဖြူလမ်းရှိ YMCA ခန်းမ၌ကျင်းပသည့် အဆိုပါသတင်းစာရှင်းလင်းပွဲတွင် ပြောကြားသည်။

မပြုတ်မစဲ ကရုဏာထားတော်မူသောအရှင်၊ အနန္တကောင်းချီး ကရုဏာတော် အရှင်၊ အလက္ကာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမတော်ဖြင့်အစပြုပါ၏ဟုအဓိပ္ပါယ်ရသော အာရဗီစာသားကို အိန္ဒိယနိုင်ငံမှ မွတ်ဆလင်တို့က သင်္ချာဗေဒနှင့် အက္ခရာစာလုံး အစားထိုးနည်း(Numerology)ဖြင့် ၇၈၆ ကိန်းဂဏန်းဖြင့် တွက်ချက် ဖလှယ်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်ဟု အဆိုပါ ကွန်ရက်က ထုတ်ပြန်သည်။

အစ္စလာမ်ဘာသာနှင့် မွတ်ဆလင်များအပေါ် အထင်အမြင်နားလည်မှု လွဲမှားမှုများနှင့် ပတ်သက်၍(Unity for Peace Networks)က ပြုလုပ်သည့် သတင်းစာရှင်းလင်းပွဲတွင် ၇၈၆ အဓိပ္ပါယ်အပြင် သားဖောက် သာသနာ ပြုသည့် ကိစ္စ၊ ဂျီဟာဒ်ကိစ္စအပါအဝင် အချက်ကိုးချက်ကို အဓိကထား ရှင်းလင်းခဲ့သည်။

ဗလီများနှင့်ပတ်သက်၍ ဖြစ်ပွားနေသော သံသယများအတွက်လည်း မည်သည့်ဘာသာဝင်များမဆို လာရောက်လေ့လာရန် ဗလီများက တံခါးဖွင့် ထားကြောင်း ဘင်္ဂါလီစွန်နီဂျာမေဗလီ၏ ရှေ့ဆောင်ဆရာတော် ဦးတင်မြင့်က ပြောကြားသည်။

၇၈၆-သည် အစ္စလာမ်ကမ္ဘာက အသိအမှတ်ပြုထားသည့် သင်္ကေတ မဟုတ်သကဲ့သို့ အစ္စလာမ်တရားတော်တွင်လည်း လုံးဝမပါရှိကြောင်း၊ အစ္စလာမ် ဘာသာဝင် အဖွဲ့အစည်း ၁၄ ခုဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည့် (Unity for Peace Networks)က ထုတ်ပြန်သည်။

၇၈၆-အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့်ပတ်သက်ပြီး အဓိပ္ပါယ်အမျိုးမျိုးကွဲလွဲနေသဖြင့် ၂၁ ရာစုတွင် မြန်မာနိုင်ငံကို အစ္စလာမ်ဘာသာက သိမ်းပိုက်ရန် ရည်ရွယ်ချက် မရှိကြောင်းနှင့် ယင်းလမ်းစဉ်အတိုင်း ဆက်လက်ကျင့်သုံးသည့် အစ္စလာမ်ဘာသာဝင် များကို ပန်ကြားပါကအရေးယူမည်ဟု မြန်မာနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ အစ္စလာမ်ဘာသာရေး အဖွဲ့ကြီးက တရားဝင်ထုတ်ပြန်ပေးရန်လိုအပ်ကြောင်း မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက် ဆရာတော် ဦးဝီရသူက ပြောကြားသည်။

-(၁၇-၆-၂၀၁၃)ထုတ် The Voice daily ဓာ ၅ မှ။

ဘဝမှာအဆင်ပြေချင်ရင်

ကိုယ့်ဘဝမှာ အဆင်ပြေချင်တယ်ဆိုရင် မနက်အိပ်ရာက နိုးကတည်းက ကုသိုလ်စိတ်ကလေး၊ ကောင်းတဲ့စိတ်ကလေးနဲ့ နေတဲ့ အလေ့အကျင့်ကို လုပ်ပါ။

-ဆရာတော် ဦးဇောတိက၊ အင်တာနက်မှ။

ဂုဏ်အားလုံးတို့ရဲ့ စုဝေးရာဟာ "သည်းခံခြင်း"ပဲ။

သဗ္ဗဂုဏာနံ အဓိဝါသနဘူမိ။ -ဗုဒ္ဓ၊ စရိယာပိဋက။

ကျောက်ဆည်မြို့တွင် သမီးရည်းစားချိန်းတွေ့ရာမှ လူသတ်မှုဖြစ်ပွား

ကျောက်ဆည် နိုဝင်ဘာ ၁၁

ကျောက်ဆည်မြို့တွင် နိုဝင်ဘာ ၁၀ ရက်က သမီးရည်းစားချိန်းတွေ့ရာမှ လူသတ်မှုဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း မန္တလေးတိုင်းရဲတပ်ဖွဲ့မှူးရုံးမှ သိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ယင်းနေ့ညနေ ၃ နာရီ ၁၅ မိနစ်က ကျောက်ဆည်မြို့၊ မင်းရပ်ရပ်ကွက်၊ စိုက်ပျိုးရေးခြံဝင်း အတွင်းလမ်း အုန်းပင်အောက်တွင် အမျိုးသမီးတစ်ဦးလည်ပင်း၌ ပြတ်ရှဒဏ်ရာတစ်ချက်ဖြင့် သေဆုံးနေကြောင်း သတင်းအရ မြို့မရဲစခန်း(ကျောက်)ဆည်မှ တာဝန်ရှိသူများ သွားရောက်စစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

အမျိုးသမီးတစ်ဦးသေဆုံးမှုနှင့်ပတ်သက်၍ တာဝန်ရှိသူများကစုံစမ်းရာ သေဆုံးသူမှာ မ -------- (၂၂)နှစ် မိုခို၊ သတ္တဗေဒ(ဘွဲ့ရ)၊ ကျောက်ဆည်မြို့နယ်နေသူဖြစ်ကြောင်းသိရသဖြင့် ဆက်လက်စစ်ဆေးရာ မအိအိနွယ်သည် ရည်းစားဖြစ်သူ ---- (၂၁)နှစ် သစ်တောင်းငယ်ကျေးရွာ၊ စဉ့်ကိုင်မြို့နယ်နေသူနှင့်အခင်းဖြစ်နေရာတွင်ချိန်းတွေ့ခဲ့ပြီး နှစ်ဦးမှာ မိဘချင်းသဘောတူထားကာ လက်ထပ်ရန် ဖိတ်စာများ ရိုက်ထားကြောင်း၊ ချိန်းတွေ့စဉ် ...မှ မယူလိုကြောင်းပြောသည့်ကိစ္စနှင့်ပတ်သက်ပြီး စကားများရန်ဖြစ်ကာ ----က အသင့်ပါလာသော အရိုးအသွားရှစ်လက်မခန့် ဓားဦးချွန်ဖြင့်ထိုးလိုက်ရာ မ---- မှာ ဒဏ်ရာရရှိပြီး သေဆုံးခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဖြစ်စဉ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ညနေ ၅ နာရီခွဲအချိန်တွင် ----အား မြို့မရဲစခန်း(ကျောက်ဆည်)မှ (ပ)၄၃၆/၂၀၁၃ ပြစ်မှုပုဒ်မ ၃၀၂ အရ အမှုဖွင့် ဖမ်းဆီးစစ်ဆေးလျက် ရှိကြောင်း သိရသည်။ **(သက်ထွန်းအောင်)**

-(၁၂-၁၁-၂၀၁၃)ထုတ် Daily Eleven သတင်းစာ စာ ၂၄ မှ။

<u>**မှတ်ချက်။ ။ ပိုင်ဆိုင်ချင်တာက "လောဘ"၊ ပိုင်ဆိုင်ခွင့်မရသဖြင့် စိတ်ဆိုးတာက "ဒေါသ"၊ ဆိုကျိုးဖြစ်လာမည်ကို မသိတာက "မောဟ"၊ လောဘ+ဒေါသ+မောဟအရင်းခံ၍ လူသတ်မှုဖြစ်လာသည်။**</u> ***-စိစဉ်သူ။***

ကျောက်ကပ်ပျက်စီးစေနိုင်သည့် အကျင့်(၁၀)မျိုး

၁။ နံနက်အိပ်ရာထခါစမှာ ဆီးမသွားခြင်း။
၂။ ရေလုံလုံလောက်လောက် မသောက်ခြင်း။
၃။ ဆား အစားများလွန်းခြင်း။
၄။ ဆီးလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်ခြင်းကို သေချာစွာ မကုသခြင်း။
၅။ အသားစား များလွန်းခြင်း။
၆။ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး အသုံးပြုလွန်းခြင်း
၇။ ဆေးသောက်ဖို့ မေ့လျော့နေခြင်း။
၈။ အရက်အလွန်အကျွံသောက်ခြင်း။
၉။ အပြည့်အဝ အနားမရခြင်း။
၁၀။ အစာ အပြည့်အဝ မစားခြင်း။

–၂၀၁၃ နိုင်ဝင်ဘာလထုတ် အာရောဂျံမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၄ မှ။

ဘဝတွင်နေထိုင်ရန် ကျန်သောအချိန်

တွက်ပြသည့်နာရီ

Tikkerအမည်ရှိနာရီသည် အသုံးပြုသူ၏ လူ့ဘဝတွင် ရှင်နေထိုင်ရန် နောက်ဆုံးကျန်ရှိတော့သည့်အချိန်ကို တွက်ပြသည်။ အဆိုပါနာရီကို အသုံးမပြုမီ အသုံးပြုသူ၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေ၊ ကိုယ်အလေးချိန်၊ အရက်၊ ဆေးလိပ်၊ ကိုယ်ကာယလေ့ကျင့်ခန်း၊ မိသားစုတွင်း မျိုးရိုးလိုက်စရာရှိမရှိစသော မေးခွန်းများကို အရင်ဆုံးဖြေဆိုရသည်။

ထိုအခါ နာရီက အသုံးပြုသူ၏အသက်နှင့် ထိုအချက်များအပေါ်အခြေခံပြီး နာရီအသုံးပြုသူ၏ ဘဝတွင် ရှင်သန်နေထိုင်ရန် နောက်ဆုံး လက်ကျန် အချိန်ကို ခန့်မှန်းတွက်ချက်ပေးပြီး ဘဝတစ်ပါးသို့ပြောင်းရန် ကျန်ရှိတော့သည့်အချိန်ကို သတိပေးဖော်ပြသည်။

–ပိုင်စိုးဟန်၊ ၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် သုတစွယ်စုံမဂ္ဂဇင်း၊ စာ ၁၆ မှ။

သေခါနီး အရေးကြီး

သေခါနီးဖြစ်တဲ့စိတ်ဟာ အရမ်းအရေးကြီးပါတယ်။ လားရာသုဂတိကို ချက်ချင်း အကျိုးပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီအကြောင်းကို ကျမ်းဂန်မှာ ခုလိုပါရှိပါတယ်။

နွားကျောင်းသားဟာ နေဝင်လို့နွားကို ခြံထဲသွင်းတဲ့အခါမှာ နွားပျို၊ နွားပေါက်စ ကလေးတွေက ရှေ့ဆုံးကနေ တိုးဝှေ့ပြီးဝင်ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် မသန်စွမ်းတော့တဲ့ နွားအိုကြီးတွေကတော့ ဘယ်လောက်ပဲ ရိုက်နှင်ခြောက်လှန့်သည်ဖြစ်စေ ဖြည်းဖြည်းချင်းပဲ နောက်ဆုံးကနေဝင်ကြတယ်။ နောက်ဆုံးနွားခြံကို ပိတ်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာတော့ နွားအိုကြီးတွေက ခြံပေါက်ဝမှာပဲ အိပ်ကြရတယ်။ ဒါပေမယ့် နောက်တစ်နေ့ နွားတွေကို ခြံထဲကပြန်ထုတ်တဲ့အခါမှာတော့ ခြံဝမှာအိပ်နေတဲ့ နွားအိုကြီးတွေကပဲ အရင်ထွက်ခွင့် ရပါတယ်။ နွားပျို၊ နွားငယ်တွေကတော့ နောက်ဆုံးမှပဲ ထွက်ကြရပါတယ်။

အဲဒီလိုပဲ သေခါနီး ခိုကိုးရာမဲ့နေချိန်တဲ့စိတ်ဟာ အရင်ဆုံးအကျိုးပေးပါတယ်လို့ ကျမ်းဂန်မှာ ပါရှိပါတယ်။ ဝိပဿနာအသိမရှိတဲ့ လူ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ သေရရင်ဖြင့် အရမ်းကိုကြောက်ဖို့ကောင်းပါတယ်။ ကြည့်လေရာ မြင်လေရာ ကိုယ့်ဘဝ တစ်ခုလုံး စွဲလန်းခဲ့တဲ့အရာတွေချည်းပါပဲ။ အိမ်တွေ၊ အသုံးအဆောင်တွေ၊ အဝတ်အစားတွေ၊ သားသမီး လင်မယားတွေ၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်တွေ။ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိတာတွေအကုန်လုံးက ကိုယ့်ကို အပါယ်ဆွဲချမယ့်အရာတွေချည်းပဲ။

ဒါ့ကြောင့် တချို့နားလည်သဘောပေါက်တဲ့လူတွေဟာ သူတော်ကောင်းနေရာ၊ မေတ္တာဓာတ်လွှမ်းခြုံတဲ့နေရာ၊ ဆိတ်ငြိမ်တဲ့နေရာတွေမှာ ကြိုတင်စီစဉ်ပြီး သေဆုံးလေ့ရှိကြပါတယ်။ သေမဲ့အချိန်ကို ကြိုမသိနိုင်ပေမယ့် အဲဒီလိုနေရာမျိုးတွေမှာပဲ ဘဝရဲ့နောက်ဆုံးအချိန်တွေကို ဖြတ်သန်းသွားကြပါတယ်။

ကြောက်မယ်ဆိုရင် ကြောက်စရာပါပဲ၊ အပါယ်ရောက်သွားပြီးမှ ဘွာတေး လုပ်လို့ မရပါဘူး။ အကုသိုလ်အစွဲအလန်းတွေ အားကြီးလွန်းလို့ သေခါနီး ဝိညာဉ်မချုပ်နိုင်ဘဲ ဆန့်တငင်ငင်ဖြစ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိပါတယ်။ တချို့ကလည်း အကုသိုလ်စေတနာ၊ ကုသိုလ်စေတနာ သိပ်ကြီးကြီးမားမားမရှိ၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ကလည်းမရှိတော့ သူ့ကံကသူ့ကိုဘယ်ပို့ရမှန်းမသိဘဲဟိုစိတ်ရောက်လိုက် ဒီစိတ်ရောက်လိုက်နဲ့ ကြာနေတာတွေရှိပါတယ်။ ဒါကိုပဲ ဘေးကလူက ဟိုလူ့စောင့်သလိုလို၊ ဒီလူ့စောင့်သလိုလို၊ သားကိုပဲမျှော်သလိုလို၊ သမီးကိုပဲမျှော်သလိုလို ထင်တော့တာပါပဲ။

"သားလေးရောက်လာပြီ၊ သမီးလေးရောက်လာပြီ ထကြည့်ပါဦး"လို့ ဘေးကများ ကုန်းအော်လိုက်လို့ကတော့ သေတဲ့သူ တစ်ခါတည်းသွားရော့ ဇရဲအိုးပဲ...။ အပါယ်လေးဘုံကို တန်းနေအောင်ပြေးပါတော့တယ်။ သေတဲ့သူကို ဆွဲခါလှုပ်ယမ်းဖက်ပြီး အော်ငိုတာကတော့ အဆိုးဆုံးပါပဲ။ ကျုလှကျုခင်ဖြစ်နေတဲ့သူကို ချစ်သလိုလိုနဲ့ ဆောင့်ကန်ချလိုက်တာပါပဲ။

ဒါကြောင့် "ငါသေရင်မငိုကြနဲ့၊ ဆူဆူညံညံလည်း လုပ်ကြနဲ့၊ ငါ့ဘေးနားလည်း မနေကြနဲ့၊ ငါ့တရားနဲ့ငါနှလုံးသွင်းပြီး ငြိမ်းငြိမ်းချမ်းချမ်းသေမယ်"လို့ အဲလိုကြိုတင်ပြီး မိသားစုကို မှာထားရမယ်။ .... အဖေရယ် အမေရယ် နိမိတ်မရှိသေစကားမပြောပါနဲ့။ အဲလိုပြောလာရင် "ဟဲ့.. နိမိတ်မရှိမလုပ်နဲ့၊ ငါက သေရင်ဒီနိမိတ်နဲ့ပဲသွားရမှာ။ အဲဒီလိုပြတ်ပြတ်သားသားမှာထားရမယ်"လို့ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက အထပ်ထပ်အခါခါ သတိပေးသွားခဲ့တာပါ။

တချို့က ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေတော့ လုပ်ခဲ့ပါရဲ့၊ ဒါပေမယ့် သေခါနီးကျတော့ လှူတုန်းကဖြစ်ခဲ့တဲ့စေတနာကို ပြန်မစွဲဘဲ ကျောင်းစွဲ ဘုရားစွဲ ဇရပ်စွဲ အဲလိုစွဲတော့ ကျောင်းစောင့်၊ ဘုရားစောင့်၊ စေတီစောင့်တွေပဲ ဖြစ်ကြရတယ်။ ရိပ်သာမှာ အားထုတ်ခဲ့ပေမယ့် ဝိပဿနာစိတ်မဖြစ်ဘဲ ရိပ်သာစွဲသေတော့ ရိပ်သာစောင့် ဖြစ်ရပြန်တယ်။ အဲဒါကတော့ အသက်ရှင်နေထိုင်တုန်းမှာ ဝိပဿနာကို မြင့်မြတ်စွာ ကျင့်ကြံအားထုတ်ပြီး အသေတတ်အောင်ကြိုးစားဖို့ပါပဲ ...။

သစ္စာတရားကို နှလုံးသားမှာ ယုံမှားသံသယမရှိအောင် ကျင့်ကြံသွားနိုင်တဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ပတ်ဝန်းကျင်ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် မတုန်လှုပ်တော့ပါဘူး။ အရိယာတို့ရဲ့လားရာသုဂတိဟာ မြဲသွားပြီဖြစ်တဲ့အတွက် သူသွားရမယ့်လမ်းကို ဖြောင့်ဖြောင့်တန်းတန်းပဲသွားပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလိုမှ မကျင့်ကြံနိုင်တဲ့ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်ကတော့ သေခါနီးအချိန်နဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ဟာ ကိုယ့်အတွက် နောက်ဆုံးအခွင့်အရေး၊ နောက်ဆုံးကျည်ဆံဖြစ်တဲ့အတွက် အလွန်အင်မတန်မှ အရေးကြီးလှပါတယ်။

မှတ်ချက်။ ။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ "သေခါနီးဝင်လာတတ်သော စိတ်တရား"မှ ကောက်နှုတ်ရေးသားချက်ဖြစ်ပါတယ်။

-facebook မှ။

ဘဝမမေ့နဲ့၊ ဘဝင်မမြင့်နဲ့၊ ဘဝမြင့်အောင်လုပ်။

-မဟိုးရိပ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ အင်တာနက်မှ။

စာလုံးပေါင်းကြည့်မိသော ဘဝများ

(၁) မနေပျော်တဲ့ဘဝမှာ နေရာတာကိုက ငရဲလိုပူတယ်
ကျီးလန့်စာစား နေ့ရက်တွေထဲမှာ
ဟို.. ငယ်ငယ်ကလို
ညောင်ပင်တစ္ဆေသီချင်းတွေပဲ အော်ဆိုချင်မိတယ်။
ခေါင်းစဉ်လေးကွဲသွားလိုက်ပုံများ
လူတွေက လူနဲ့မတူကြတော့ဘူး
အမဲဖျက်ခွေးတွေလို
ကိုယ့်အဆင့်အတန်း ကိုယ်ခိုးကြောင်ခိုးဖေါက်ထုတ်ပြကြ။
(၂) သူကောင်းဖြစ်ချင်လို့ တစ်ရွာပြောင်းကာမှ
လူယုတ်မာတွေနဲ့ပဲ ရေစက်ဆုံနိုင်လွန်းတယ်
တစ်နယ်တစ်ကျေးမှာ မင်းကိုမင်း ဂရုစိုက်ပါသူငယ်ချင်း
မင်းရဲ့ ဝင်သက်ထွက်သက်တိုင်းမှာ
မင်းမိသားစုရဲ့ မျှော်လင့်ချက်တွေရှိတယ်
ကျောင်းမပြီးသေတဲ့
မင်းညီမလေးရဲ့ အိပ်မက်လှလှလေးတွေရှိတယ်။
ကျန်းမာရေးချူချာတဲ့
မင့်ညီမလေးရဲ့ မျက်ဝန်းတစ်စုံရှိတယ်
နိုင်ငံ ခြားရုံတင်မကဘူး .. ကမ္ဘာပါ ခြားနေပါစေ
မင့်ကို မျှော်လင့်နေသူတွေ ရှိတယ်
ရှိတယ် ... ရှိတယ်...ရှိတယ်။
(၃) ဒီတစ်မိုးကုန်တော့မယ်
ဒီအကြွေးတွေ မကုန်နိုင်သေးသမျှ
အောင့်ကာနမ်းနေရတဲ့ ဒီအလုပ်ရုံထဲမှာ
ကိုယ့်ပရိယေသနကို ဖြစ်သလို စာလုံးပေါင်းနေရ
'ထ,ထမင်းပွဲ လက်ဆုံနွှဲ'တဲ့၊ ဒီကဗျာရွတ်မိတိုင်း အိမ်ပြန်ချင်တယ်
Super Market တွေ မှိုလိုပေါက်နေပေမဲ့
အမေ့အိမ်နောက်ဖေးက ဈေးဆိုင်လေးကို လွမ်းနေမိတုန်း ..။

မိုးပျံရထားတွေ ပေါ်သလောက်
အမေ့အိမ်က လှည်းယဉ်လေးကို သတိရနေမိတုန်း ..။
(၄) နောင် အနာဂတ်လှပဖို့
ဒီနေ့ အတွေးအခေါ်တွေ စိမ်းလန်းဖို့လိုမယ်တဲ့
ခွေးရူးတစ်ကောင်လို ထိုးထိုးဟောင်နေတဲ့ ခေတ်ထဲမှာ
ကိုယ့်ဘဝ ကိုယ့်သိကြ။
ဘဝမေ့တယ်ဆိုတာ ဉာဏ်နည်းသူတွေအတွက် ရှာတဲ့မိုးပဲ
အညာရနံ့တွေနဲ့ တစ်လတစ်ခါ စကားပြောဖြစ်အောင် ပြောပါ။
ပြီးရင် ...
တမာရွက်လေးတွေ ဘယ်လိုမျှော်လင့်နေကြတယ်ဆိုတာ နားထောင်ပါ။
နောက်ပြီး ...
လေယာဉ်ပျံမြင်တိုင်း
ကောင်းကင်မော့ကြည့်နေတတ်တဲ့ မင့်အမေကို သတိရပါ။

-အရှင်ဉာဏိန္ဒ(ထန့်ဆည်)၊ facebook မှ။

အောက်စ်ဖို့ဒ်တက္ကသိုလ် ကျောင်းသားကျောင်းသူများ၏ ၂၀၁၄ ခုနှစ်အတွက် အဝတ်မပါပြက္ခဒိန်ထွက်ရှိ

စက်တင်ဘာ ၁၃

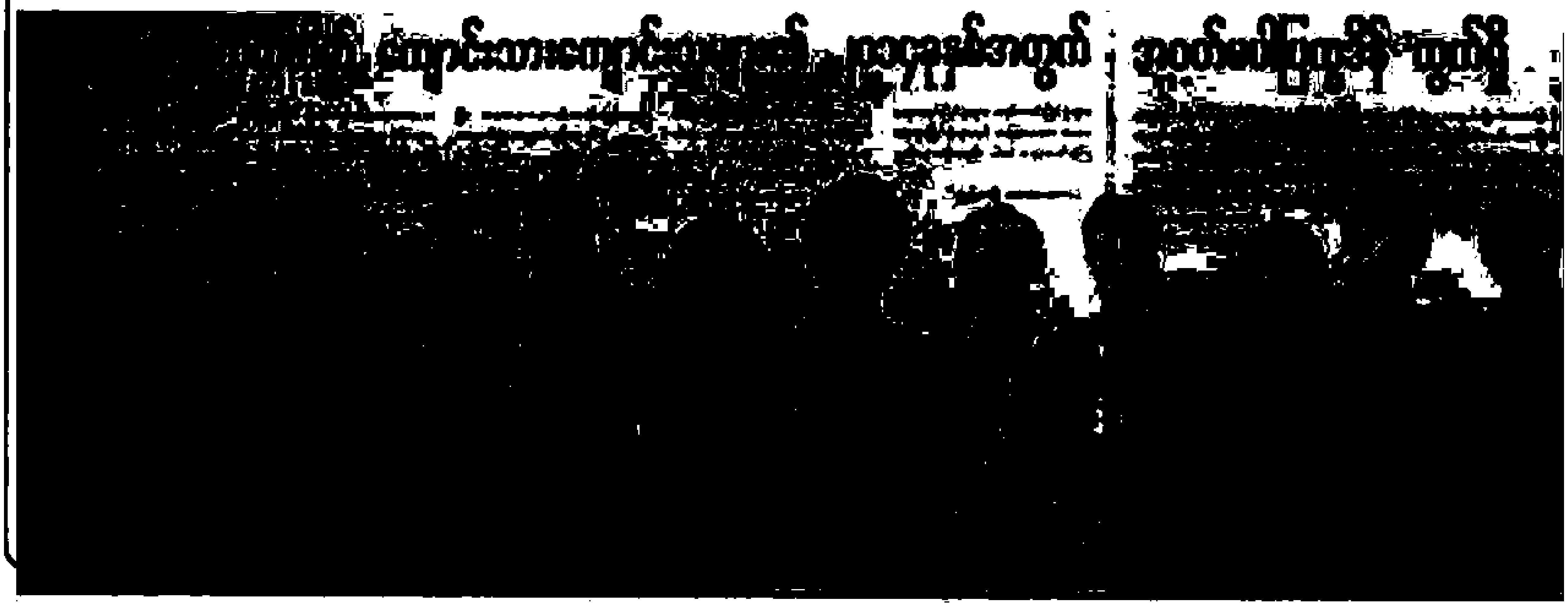
Oxford ကျောင်းသားကျောင်းသူလေးများ၏ အဝတ်အစားမပါဘဲ ဆော့ကစားခဲ့ကြသော အားကစားပုံရိပ်များပါဝင်သည့် **၂၀၁၄ ခုနှစ်၊အဝတ်မလာပြက္ခဒိန်**ကို ထုတ်ဝေခဲ့သည်။ အဆိုပါပြက္ခဒိန်တွင် လက်ရွေးစင်အားကစားသမား ၇၀ ပါဝင်ကစားထားသောပုံရိပ်များပါဝင်ပြီး ဈေးနှုန်းမှာ **ပေါင် ၁၀** သတ်မှတ်ရောင်းချခဲ့သည်။ ထိုသို့ရောင်းချပြီးရရှိလာသောငွေများကို နိုင်ငံတကာ ပညာရေးရန်ပုံငွေတွင် ထည့်မည်ဖြစ်ပြီး အစားအသောက်ဘဏ်တွင်လည်း ထောက်ပံ့ပေးသွားမည်ဟု သိရသည်။

ထိုပြက္ခဒိန်တွင် Oxford ကျောင်းသားကျောင်းသူလေးများ၏ အံ့မခန်းအားထုတ်မှုများကို တွေ့မြင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ပြက္ခဒိန်တွင် လိင်ဆွဲဆောင်မှုရှိလှသော ကျောင်းသားလေးများပါဝင်ပြီး ဟော်ကီကစားပွဲများ၊ လှေလှော်ပြိုင်ပွဲများ၊ ခရစ်ကက်ပြိုင်ပွဲများ၊ ရေကူးပြိုင်ပွဲများနှင့် တခြားသော ကစားနည်းများကိုလည်း ပါဝင် သရုပ်ဖော်ခဲ့ကြသည်။

"ကျွန်မတို့ ခဏတာလေးပဲ ဓာတ်ပုံအရိုက်ခံခဲ့ကြတာပါ။ တကယ့်ကို အဆင်ပြေပါတယ်"ဟု ပြကွဒိန်တွင် ပါဝင်ဓာတ်ပုံရိုက်ကူးခံခဲ့သူ ဂရေ့စ်ဆီဂယ်က ပြောခဲ့သည်။အသက်၁၉နှစ်ရှိသော ကောလိပ်ကျောင်းသူတစ်ဦးကလည်း"ဒီအစီအစဥ်က သိပ်ကောင်းပါတယ်။ အားကစားပြကွဒိန်မှာ ရသတစ်မျိုးပါတာပေါ့။ ဒီပြကွဒိန်မှာကျွန်မလည်းပါခဲ့ပါတယ်။ဘာလို့လဲဆိုတော့ပုံမှန်မဟုတ်တဲ့ နည်းလမ်းနဲ့ အလှူငွေရှာပေးရလို့ပါပဲ"ဟု ပြောခဲ့သည်။

-(၁၇-၉-၂၀၁၃)ထုတ် Flower News ဂျာနယ် စာ ၃၀ မှ။

မှတ်ချက်။ ။ လုပ်သင့်မလုပ်သင့်မစဥ်းစားဘဲ သူများတွေလုပ်သမျှ အတုခိုးလိုက်လုပ်လျှင် မြန်မာ့ယဥ်ကျေးမှုပျက်စီးမည်။ မြန်မာလူမျိုးမှန်လျှင် ဟိရိဩတ္တပ္ပခေါ် အရှက်အကြောက်ရှိသင့်ကြသည်။ ***-စီစဥ်သူ။***



ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း အမှုဆောင်အဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသာသနဝရ၏

CCA (Child centred Approch)

(ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်သင်ကြားနည်း)ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ပြုံးပါ ချိုပါ၊ လေးစားပါ၊ ဂရုစိုက်ကာ ကြည့်ကြပ်ကြ။
၂။ မျက်စိတူခြင်း၊ ပြုပြင်ခြင်း၊ ချင်းချင်း မေးစေကြ။
၃။ ဖြေချိန်ပေးကာ၊ လှည့်ပေးကာ၊ လိုရာ ဖြေစေကြ။
၄။ သူ့ယူလက်ခံ၊ မေးမြန်းခံ၊ ဖြေရန် ကြိုးစားကြ။
၅။ နိဒါန်း လှုံ့ဆော်၊ တွေးခေါ်မေးခြင်း၊ ပေါင်းစုခြင်း၊ တွေးခြင်း ပြောခြင်းပေး။
၆။ အားလုံးပါစေ၊ လုပ်ဆောင်စေ၊ ကူတွေ သုံးပြုပေး။
၇။ ပံ့ပိုးပေးတယ်၊ နှစ်လိုဖွယ်ရှိ၊ အာရုံစိုက်ဘိ၊ တွေ့ရှိ ပြောခွင့်ပေး။
၈။ အဓိကကျတာ၊ ရေးပြကာ၊ စမ်းကာ အချို့မေး။
၉။ ကျောင်းအပြင်ထွက်ခြင်း၊ သဘာဝအတွင်း၊ ကွင်းဆင်း လေ့လာစေ။
၁၀။ ရုပ်ပုံကိုပြ၊ သင်တန်းစ၊ ပြောပြ ပုံပြင်တွေ။
၁၁။ မေးခွန်းကိုမေး၊ ပညာပေး၊ အတွေး နယ်ချဲ့စေ။
၁၂။ အမေးပုစ္ဆာ၊ ထုတ်ပြကာ၊ စုကာ ဖြေကြစေ။
၁၃။ CCAမည်၊ ဆရာသည်၊ ကူညီ ကြပေးလေ။
၁၄။ မြစ်ဆိပ် ကမ်းခြေ၊ တောင်ပေါ်တွေ၊ ခေါ်လေ ကလေးတွေ။
၁၅။ CCAမည်၊ ဆရာသည်၊ ကူညီ လမ်းပြလေ။
၁၆။ ယုံကြည်ပြန်လှန်၊ ကောင်းဆက်ဆံ၊ အမှန်လိုအပ်ပေ။
၁၇။ ပြုံးရွှင်၍သာ၊ ကြင်နာစွာ၊ ခင်စွာ ဆက်ဆံလေ။
၁၈။ ကိုယ်ချင်းစာနာ၊ ကောင်းဆိုးမှာ၊ ဝင်ကာ ခံစားလေ။
၁၉။ မျက်လုံးဆုံကာ၊ ထက်သန်စွာ၊ စိုက်ကာ ပြောကြားလေ။
၂၀။ ကလေးကိုယ်စီ၊ တစ်ဦးစီ၊ လှည့်လည် ကြည့်ရှုလေ။
၂၁။ မေးခွန်းမေးရန်၊ ဆွေးနွေးရန်၊ ဖန်ဖန် တိုက်တွန်းလေ။
၂၂။ လေးနက်ပြင်းထန်၊ စဉ်းစားရန်၊ ဖန်ဖန် တိုက်တွန်းလေ။
၂၃။ ကလေးများတွင်၊ ချို့ရာတွင်၊ ပါဝင် ရောနှောလေ။
၂၄။ စာရေးခုံများ၊ Uအလား၊ ယပ်အလား ချထားလေ။

၂၅။ ဆုလက်မှတ်များ၊ တံဆိပ်များ၊ များများ ချိတ်ထားလေ။
၂၆။ ထင်ရှားကျော်ကြား၊ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ပုံများ ချိတ်ထားလေ။
၂၇။ ကလေးဆွဲထား၊ ရုပ်ပုံများ၊ ချိတ်ထား ပြထားလေ။
၂၈။ ကလေးချင်းကြား၊ ဆရာနှင့်ကြား၊ ပြန်သွား ဆွေးနွေးစေ။
၂၉။ တိကျ မြင်သာ၊ ဥပမာကာစ်၊ အထပ်ထပ်၊ သုံးသပ် အကဲဖြတ်စေ။
၃၀။ ပြည်သူအများ၊ စိတ်ဝင်စား၊ ကြိုးစား ပါဝင်စေ။
၃၁။ လစဉ် သရုပ်ပြ၊ ဆွေးနွေးကြ၊ ကောင်းလှ နမူနာတွေ။
၃၂။ အကြီးအကဲများ၊ ကျောင်းအုပ်များ၊ လာသွား ကြီးကြပ်စေ။
၃၃။ ကိုယ်တိုင်သိကာ၊ ဖြေရှင်းကာ၊ ကောင်းစွာ တီထွင်စေ။
၃၄။ သူတို့သိတာ၊ ကိုယ်တိုင်သာ၊ ကောင်းစွာ ပြောကြစေ။
၃၅။ ကူညီပေးကာ၊ ပြန်လှန်ကာ၊ ကောင်းစွာ ပြောဆိုစေ။
၃၆။ စာနှင့်ဘဝ၊ တစ်ထပ်တည်းကျ၊ ကောင်းလှ ပြန်လှန်ပေ။
၃၇။ စုပေါင်းလုပ်တတ်၊ ဆွေးနွေးတတ်၊ ဆုံးဖြတ် ဖြေရှင်းစေ။
၃၈။ တွေ့ရှိကြရ၊ ဗဟုသုတ၊ ဝေမျှ ခံစားစေ။
၃၉။ သင်ယူပြီးရာ၊ သင်စဉ်စာ၊ ဘဝမှာ အသုံးချစေ။
၄၀။ တံ့ပြန်စွမ်းများ၊ ဗီဇများ၊ အခြားစွမ်းများ တိုးတက်စေ။
၄၁။ လေးနက်ပြည့်ဝြား၊ နားလည်မှုများ၊ ထားရှိကြပါလေ။
၄၂။ ကလေးမိဘ၊ သူ့ဒေသ၊ ဆက်စပ်ကြပါလေ။
၄၃။ စိတ်လည်းဝင်စား၊ တီထွင်သွား၊ စဉ်းစားတတ်စေမည်။
၄၄။ လွယ်ကူလျက်၊ ဆွဲဆောင်လျက်၊ လက်တွေ့ကျရမည်။
၄၅။ ပြန်လှန်ဆက်ဆံ၊ ကောင်းဆက်ဆံ၊ ခြံရံထောက်ကူစေ။
၄၆။ လက်တွေ့သုံးပြု၊ ဖွဲ့အုပ်စု၊ ပေါင်းစု လုပ်ကိုင်စေ။
၄၇။ ပျော်ရွှင် စိတ်ပါ၊ တက်ကြွကာ၊ ယုံလာ ဘဝမှာ သုံး။
၄၈။ နှုတ်စွမ်းမြင့်မား၊ တွေးမြင့်မားကာ၊ ပြဿနာရှင်းနိုင်၊ ကိုယ်တိုင်ကောင်းစွာ၊ တစ်သက်တာမှတ်မိ၊ အသိပညာ၊ အရာရာ၊ ကောင်းစွာ အသုံးချနိုင်။
၄၉။ အုပ်ချုပ်ဝန်းကျင်၊ သင်ထောက်ကူရာ၊ ဆရာဆရာမ၊ ကျောင်းပြင်ပ၊ ငါးဝ ကဏ္ဍာတွေ။
၅၀။ ကျောင်းအုပ်လည်းပါ၊ ဆရာနှင့်တွဲ၊ ဆရာကလည်းဖလှယ်၊ ကျောင်းဝယ် သာယာ၊ ဖန်တီးတာ၊ အဲဒါ အုပ်ချုပ်ရေး။
၅၁။ ကလေးလက်ရာ၊ မြှစ္စာမွမ်းမံ၊ ရံဖန်ပြောင်းလဲ၊ ကလေးလည်းစုံပါ၊ ကလေး

ဘာသာလုပ်–တွေး၊ ဖော်ထုတ်ရေးပါ၊ ဆရာနှင့်ပြန်လှန်၊ မြဲဆက်ဆံ၊ မှတ်ရန် ပတ်ဝန်းကျင်။

၅၂။ ကြောင်းရာခြေပြု၊ ဆွဲဆောင်မှုရှိကာ၊ လက်တွေ့ပါကျ၊ အကူအညီရ၊ မှတ်ကြ သင်ထောက်ကူ။

၅၃။ ရင်းနှီးလှစွာ၊ ဆက်ဆံကာဖြင့်၊ လေ့လာတစ်ဦးချင်း၊ တန်းတွင်းပါစေ၊ ကူညီလေဘိ၊ ဖန်တီးဘိ၊ မှတ်သိ ဆရာတွေ။

၅၄။ မိဘရပ်ရွာ၊ ကူညီတာ၊ အဲဒါ ပြင်ပတွေ။

၅၅။ ကလေးရှိထား၊ စွမ်းပကား၊ များများ အသုံးချလေ။

၅၆။ ကလေးများ၏၊ စိတ်ဝင်စားချက်၊ မျှော်လင့်ချက်၊ တွက်ချက် စီစဉ်လေ။

၅၇။ စိတ်ဝင်စားစရာ၊ ပုံပြောတာ၊ အဲဒါ CCA။

၅၈။ ဘာမျှမရှိလျှင်၊ ဆရာတီထွင်၊ ဒါပင် CCA။

၅၉။ ပုံပြော ဖတ်ပြ၊ တီးခတ်ပြ၊ စ၍ သင်ကြားလေ။

၆၀။ သူငယ်တန်းမှာ၊ စိတ်ကူးတာ၊ ကောင်းစွာ ဖော်ထုတ်လေ။

၆၁။ ပထမတန်းမှာ၊ စိတ်ကူးရာ၊ မှန်စွာ ရေးပါစေ။

၆၂။ ဒုတိယတန်းမှာ၊ ပေါင်းစုကာ၊ ပြဿနာ ဆွေးနွေးစေ။

၆၃။ ကျောင်းသားများရာ၊ စုခွဲကာ၊ ပြဿနာ ဆွေးနွေးစေ။

၆၄။ ကလေးငယ်များ၊ စိတ်ဝင်စားရာ၊ သိလိုရာ၊ ကောင်းစွာ ပြင်ဆင်လေ။

၆၅။ သင်တန်းထဲဝင်၊ သင်နေစဉ်၊ ပျော်ရွှင်စွာ သင်လေ။

၆၆။ ကလေးများတွေးရာ၊ သိချင်ရာနှင့်၊ စိတ်ပါဝင်စား၊ အချက်များ၊ ကြိုးစား လေ့လာလေ။

၆၇။ သင်ခန်းစာအား၊ ကလေးများတို့၊ စိတ်ဝင်စားစေရန်၊ အဖန်ဖန်၊ ကေန် စီစစ်လေ။

၆၈။ စိတ်ဝင်စားရာ၊ သင်ခန်းစာ၊ ကောင်းစွာ ဖန်တီးလေ။

၆၉။ မင်းသားပမာ၊ ပီပြင်စွာ၊ ကောင်းစွာ သရုပ်ဆောင်လေ။

၇၀။ ကြင်နာစွာပြောကြား၊ လေးလေးစားစားနားထောင်၊ ရယ်ရွှင်အောင်ရှင်းပြ၊ ဤသုံးဝ၊ ဆရာ့တာဝန်တွေ။

၇၁။ မိဘခေါ်ကာ၊ တစ်ရက်မှာ၊ သင်တာ ကြည့်ရှုစေ။

၇၂။ မိဘခေါ်ကာ၊ ကလေးပြဿနာ၊ ကောင်းစွာ ဆွေးနွေးလေ။

၇၃။ ကလေးအိမ်သွားကာ၊ တစ်နေ့တာ၊ နေတာ ကြည့်ရှုလေ။

၇၄။ ဆရာမိဘ၊ မကြာခဏ၊ ထာဝရ ဆက်ဆံလေ။

၇၅။ သင်ခန်းစာအား၊ သေချာကျန၊ သင်ပြီးမှ၊ စကြ CCA။
၇၆။ ခြုံငုံဦးတည်၊ အစိတ်ဦးတည်ချက်၊ ဤနှစ်ချက်၊ ကွက်ကွက်ထင်ထင် သိမြင်စေ။
၇၇။ ခေါင်းစဉ်နှင့်ဆက်စပ်၊ အရပ်ရပ်၊ ကြပ်ကြပ် စဉ်းစားလေ။
၇၈။ အရေးကြီးတာ၊ ရှေးဦးစွာ၊ သေချာ ရွေးချယ်လေ။
၇၉။ အုပ်စုဖွဲ့စေ၊ ဆက်သွယ်စေနှင့်၊ တစ်ထွေနှစ်ယောက်တွဲ၊ ပုံဆွဲတင်ပြ၊ အဝဝ၊ ကျန ဆောင်ရွက်စေ။
၈၀။ သင်မည့်ပုံသွင်၊ ကြိုကြိုတင်၊ အရင် စဉ်းစားလေ။
၈၁။ နိဒါန်း သင်မှု၊ နိဂုံးဟု၊ သုံးခု အချိန်ပေ။
၈၂။ အစပျိုးကာ၊ သင်ပြပါ၊ ဆုံးမှာ သုံးသပ်လေ။
၈၃။ နိုးဆွသင်ပြ၊ သုံးသပ်ပြ၊ ဆက်စပ်ပြပါလေ။
၈၄။ အကြောင်းအရာနှင့်ပါ၊ သင့်အောင်သာ၊ ခန်းမှာ ပြင်ဆင်လေ။
၈၅။ သင်စိတ်ဖြစ်စေ၊ လွယ်ကူစေ၊ ကလေးတွေ အားပေးကြ။
၈၆။ တန်းတွင်းလေ့လာ၊ စီကုံးတာစစ်၊ တတ်မှုစစ်၊ စစ်နည်း များများသုံး။
၈၇။ ကလေးအဆင့်သိ၊ တိုးမြှင့်ဘိ၊ ထိမိ အစီရင်ခံ။
၈၈။ ခန်းတွင်းလေ့လာ၊ စီကုံးတာစစ်၊ လပတ်စစ်၊ စစ်နည်း သုံးမျိုးပါ။
၈၉။ စိတ်ဝင်စားမှု၊ လေ့လာမှု၊ ပါဝင်မှုမှာ၊ အကဲခတ်ပါ။
၉၀။ အမည်ခေါ်ပေး၊ မေးခွန်းမေးကာ၊ သင်ခန်းစာသစ်ပြော၊ စစ်ကြောပြဿနာ၊ ကိုယ်သုံးတာ၊ ပြန်ကာ စစ်ဆေးကြ။
၉၁။ အသစ်စပ်ကာ၊ ပြန်ကာရှင်းပြ၊ လွယ်လှဥပမာ၊ သင်ကူပါသုံး၊ ကိုယ့်အသုံး၊ စစ်အုံး ပြန်လှန်ကာ။
၉၂။ အသစ်စပ်လေ၊ ပါစေအုပ်စု၊ အုပ်စုပါမှ၊ မှတ်သိစေ၊ အကြံဉာဏ်တွေ၊ ပြုစေ အလေးထား။
၉၃။ ကလေးများ၏၊ စိတ်ဝင်စားမှု၊ သုတစု၊ ခြေပြု ပြင်ဆင်ပါ။
၉၄။ နိုးဆွပေးမှု၊ အားပေးမှုနှင့်၊ သင်မှုလေ့လာ၊ ဦးတည်တာပြ၊ ရလဒ်ကိုပင်၊ အားဖြည့်လျှင်၊ သင်စဉ် အလုပ်များ။
၉၅။ တတ်မှုစစ်ဆေး၊ ကလေးသုံးသပ်၊ စာသုံးသပ်၊ ရလဒ် ကလေးပြ။
၉၆။ ကြင်နာမှုပေး၊ ပြောဆိုပေး၊ မေးလည်းမေးလေ စဉ်းစားစေ။
၉၇။ အရေးကြီးချက်၊ ဦးတည်ချက်၊ ဆက်ဆက် နားလည်စေ။
၉၈။ အထောက်ကူပါ၊ ပြင်ဆင်ကာ၊ လျော်စွာ သုံးတတ်စေ။

၉၉။ စမ်းသပ်ချက်များ၊ လုပ်ငန်းများ၊ ကျင့်ထားရမည်လေ။
၁၀၀။ ဦးတည်သင်ကာ၊ အားပေးကာ၊ ကြည့်ကာ ပြုပြင်ကြ။
၁၀၁။ စိတ်ဝင်စားမှု၊ ပူးပေါင်းမှု၊ သိမှုလိုရင်ပြင်။
၁၀၂။ သိရှိအားလုံး၊ တွေးခေါ်သုံး၊ သီကုံး ရေးဖြေစေ။
၁၀၃။ နားလည်မှုစစ်၊ သုံးချစစ်၊ ခန်းဆုံး စစ်ဆေးလေ။
၁၀၄။ ခင်မင်လှစွာ၊ ပြောဆိုကာပေး၊ ဆက်ဆံပေး၊ မေးစေ စဉ်းစားစေ။
၁၀၅။ မိဘပါမှု၊ ဖိတ်ကြားပြုရှု၊ ကြည့်ရှုလေ့လာ၊ ကွင်းဆင်းကာ၊ ပါဝင် သရုပ်ဆောင်စေ။
၁၀၆။ ဆွေးနွေးလစဉ်၊ အလှည့်ကျသင်ပြ၊ သင်ရတွေ့ကြုံ၊ ထောက်ကူစုံနှင့်၊ တွေ့ကြုံပြဿနာ၊ ရှင်းနည်းပါ၊ ကောင်းစွာ ဖလှယ်ကြလေ။
၁၀၇။ အကြီးအကဲများ၊ ကျောင်းအုပ်များ၊ ညွှန်ကြား ကြီးကြပ်လေ။
၁၀၈။ အကြီးအကဲစု၊ ကျောင်းအုပ်စု၊ ပေါင်းစု ညှိနှိုင်းလေ။
၁၀၉။ နိဒါန်းစသော်၊ ရှင်ပျော်ပျော်၊ လှုံ့ဆော် ဆွဲဆောင်လေ။
၁၁၀။ အသစ်ကို စ၊ ပြီး ဆက်ပြ၊ နှိုးဆွပေးပါလေ။
၁၁၁။ နိဒါန်းပျိုးက၊ ရုပ်ပုံပြရင်း၊ ပုံပြောခြင်း၊ မေးခြင်း ကစားစေ ပြောပြစေ။
၁၁၂။ နိဒါန်းပျိုးကာ၊ ပြီး ဆက်ရာ၊ ပုစ္ဆာမေးလေ၊ ချုပ်ပြောစေ။
၁၁၃။ တစ်ဦးနှစ်ဦးဆိုင်၊ အုပ်စုဆိုင်၊ တန်းလုံးဆိုင်တာ မေး။
၁၁၄။ သင်/ကူသုံးကာ၊ ညွှန်ကြားကာ၊ တန်းမှာ လှည့်လည်လေ။
၁၁၅။ အချိန်ပေးလေ၊ သင်/ကူတွေ၊ ကိုယ်တိုင် သုံးကြစေ။
၁၁၆။ တွေ့ရှိချက်တွေ၊ အဖြေတွေ၊ ကိုယ်တိုင် ဖော်ထုတ်စေ။
၁၁၇။ တွေ့ရှိချက်တွေ၊ အဖြေတွေ၊ ကိုယ်တိုင် ရှင်းပြစေ။
၁၁၈။ ဉာဏ်ရင့်စေကာ၊ ဖြေတစ်သာရှိ၊ မျိုးမျိုးရှိ၊ မေးကြည့် မေးခွန်းတွေ။
၁၁၉။ စ ဖော်ပေးကာ၊ ဖြေနိုင်ရာ၊ ကောင်းစွာ ဩဘာပေး။
၁၂၀။ ဖြေနှေးနေငြား၊ ကလေးအား၊ ကြိုးစား အားပေးလေ။
၁၂၁။ မဖြေနိုင်လျှင်၊ မေးခွန်းပြင်၊ ပြင်ဆင် အားပေးလေ။
၁၂၂။ အနှစ်ချုပ်မေးလေ၊ ရေးပြလေ၊ ကိုယ်တိုင် ရေးကြစေ။
၁၂၃။ အဓိကကျတာ၊ သင်ပြနိုင်မှု၊ သင်ယူမှု၊ နှစ်ခု အကဲဖြတ်လေ။

–မွေစကားလက်ဆောင်အေးရှင်း အမှုဆောင်အဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသာသနဝရ၏ CCA ဆောင်ပုဒ်များစာအုပ်မှ ကူးယူမှုဝေသည်။ အထက်ပါဆောင်ပုဒ်များ၏ အဓိပ္ပါယ်ကို သိလိုပါက ထိုစာအုပ်မှာ ရှာဖွေကြည့်ရှုပါ။

CCA (သို့မဟုတ်) ဂုရုဗ္ဗာသယရှေ့အိုး

CCAဟူသည်

(Child centred Approch)၏ အတိုကောက်စာလုံးဖြစ်သည်။

"**ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း**"ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။

ကလေးများကို ဘက်ပေါင်းစုံမှ ဆွေးနွေးယုယ ကြင်နာစွာ သင်ကြားပေးသော နည်းဖြစ်သည်။ ဤနည်းသည် -

- သိပ္ပံနည်းကျသည်။
- ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့်လည်းညီညွတ်သည်။
- ကလေးများ၏ပင်ကိုယ်ဉာဏ်ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေသည်။
- ကိုယ်တိုင်သိရှိနားလည်သဘောပေါက်စေသည်။
- ကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်ချစေနိုင်သည်။
- မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်၍ ဦးဆောင်နိုင်စွမ်းရှိစေသည်။
- အများနှင့်ပူးပေါင်း၍ နေတတ်၊ ထိုင်တတ်၊ ပေါင်းသင်းဆက် ဆံတတ်၊ ဆောင်ရွက် တတ်စေသည်။
- ဤနည်းကို စာသင်ကျောင်းမှာ၊ ဘ-ကကျောင်းများနှင့် ပရိယတ္တိစာသင်တိုက် စသော ပညာရေးဌာနများသာမက ကဏ္ဍအသီးသီး၊ ဌာနအသီးသီး၊ နယ်ပယ် အသီးသီး၌ အသုံးပြုနိုင်သည်။

ထို့ကြောင့် CCAသည် "**ဂုရုဗ္ဗာသယရှေ့အိုး**"သဖွယ် ဖြစ်ပေတော့သည်။

-မွေစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း အမှုဆောင်အဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသာသနဝရ။

အပျို၊ အပျိုစစ်နှင့်အပျိုစင်

အပျို၊ အပျိုစစ်နှင့်အပျိုစင်ဆိုတဲ့ ဒီပို့စ်လေးကို ညီမငယ်လေးတွေ ခွဲခြားသိမြင်အောင်လို့ ရေးလိုက်တာပါ။ မိန်းမဦးကာကြီးကို ကျေညက်လို့လည်း မဟုတ်ရပါ။

....

ပြီးခဲ့သော ချစ်သူများနေ့ ... ချစ်သူများနေ့ဆိုတာ မြန်မာတွေရဲ့ နေ့ထူးနေ့မြတ်တော့မဟုတ်ပါ။ ... ဒါပေမယ့် ချစ်သူတွေရဲ့ကြား တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ဂရုစိုက်ကြင်နာမှု၊ အပြန်အလှန်ပန်းစည်းလေးတွေပေး၊ ချော့ကလက်လေးတွေပေးနဲ့ ချစ်သူနှစ်ဦးအနေနှင့်ရော တွေ့မြင်ရသူတွေပါ ကြည်နူးစရာမြင်ကွင်းလေးမို့ ကိုယ့်နိုင်ငံရဲ့ နေ့ထူးနေ့မြတ်မဟုတ်ပေမယ့် လက်ခံနိုင်ပါတယ် ... ။ အဲ .. လက်မခံနိုင်တာက ဘာလဲ...။ လက်မခံနိုင်တာက ချစ်သူတွေချင်း လက်ဆောင်ပစ္စည်းချင်းတွင်မက ဘဝချင်းပင် လဲယူကြတဲ့အထိ ဖြစ်ကြတာကိုပင် ...။

ကိုကို၊ မောင်မောင်တွေကလည်း ချစ်သူများနေ့အထိမ်းအမှတ်ဆိုပြီး မတောင်းသင့် မတောင်းအပ်သည်များကိုတောင်း၊ လိုက်လျောသူကလည်း လိုက်လျောနှင့် ကြည်နူးရသည်ထက် ကြေကွဲခဲ့ရသည်ကပိုသော အခြေအနေမျိုးရောက်ရှိ လာခဲ့ပါသည်...။ ချစ်သူများနေ့မှာ ဟိုတယ်တွေ၊ မိုတယ်တွေဟာ အရင်နေ့တွေထက် လူတွေပြည့်လို့ အပြင်ကနေ တိုကင်နှင့်စောင့်ယူရသည့်အထိပင်တဲ့ ...။ ဒါ မြန်မာနိုင်ငံမှာနော် ...။ တို့မြန်မာလူမျိုးတွေဖြစ်နေတာ ...။ ကဲ... ဒီတော့ ထိန်းသိမ်းရန်ဆိုတဲ့ အခြေအနေတစ်ခုကိုမေ့တတ်သူ ညီမငယ်လေးများအား သတိပေးရန် ရေးလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အပျို ...

အပျိုဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုသလဲ ...။

အားလုံးသိကြမှာပါ..။ အပျိုဆိုတာ အိမ်ထောင်မရှိသေးတဲ့သူ၊ တရားဝင်လက်မထပ်ရသေးတဲ့သူဟာ အပျိုပါပဲ...။ အိမ်ထောင်မရှိဘူး၊ လက်မထပ်ရသေးဘူး ဆိုပေမယ့် ချစ်သူလည်း ရှိခဲ့ဖူးချင်ရှိခဲ့ဖူးမယ်...။ ချစ်သူရှိတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာတောင် သမီးရည်းစားဆိုတဲ့အခြေအနေတွေထက် ကျော်လွန်ခဲ့ရင်လည်းကျော်လွန်ခဲ့မယ်...။ ဒါကို ကိုယ်တိုင်ကပဲ သိပါလိမ့်မယ်...။ ဒါပေမယ့် အားလုံးအမြင်မှာ သူဟာ အပျိုပါပဲ...။ ဒါကို အပျိုလို့ခေါ်ပါတယ် ...။ ဒီအပျိုဆိုတဲ့ စာရင်းထဲမှာ လက်မထပ်ရသေးသည့် အမျိုးသမီးအားလုံး ပါဝင်ပါတယ်။

အပျိုစစ် ...

အပျိုစစ်ဆိုတဲ့နေရာမှာတော့ လက်မထပ်ရသေးသူအားလုံး မပါဝင်နိုင်တော့ပါဘူး...။ သူဟာ ချစ်သူရှိခဲ့ဖူးသူဖြစ်ပေမယ့် သာမန်သမီးရည်းစားဆိုတဲ့ အခြေအနေနှင့်သာရှိပြီး လက်ရှိအပျိုရည်ကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်သူ၊ အမှားအယွင်းမရှိသူကို ဆိုလိုပါတယ်...။ ချစ်သူနှုတ်ခမ်းနမ်းဖူးတယ်ဆိုတဲ့ အခြေအနေမျိုးတော့ ရှိနိုင်မှာပါ...။ ဒါပေမယ့်သူမဟာကာမဆန္ဒဖောက်ပြားခဲ့ဖူးခြင်းမရှိသည့်အတွက်အပျိုစစ်လို့ ခေါ်ဆိုနိုင်ပါတယ်။

အပျိုစင် ...

အပျိုစင်ဆိုတဲ့နေရာမှာတော့ အမျိုးသမီးငယ်တွေအားလုံး မပါဝင်နိုင်တော့ပါဘူး...။ ခုလိုအခြေအနေမှာ အတော်လေးကို ရှားပါးလာပြီလို့လည်း ပြောလို့ရပါတယ်။ အပျိုစင် ဆိုတာ ဘာလဲ...။ အပျိုစင်ဆိုတာ ယောက်ျားတစ်ယောက်ကို ချစ်ခဲ့ရင်ချစ်ခဲ့လိမ့်မယ် ..။ ဒါပေမယ့် ဘယ်ယောက်ျားများနှင့်မှထိတွေ့ခဲ့ဖူးခြင်းမဆိုထားနှင့် သူမ၏စိတ်နှလုံးထဲတွင်ပင် ညစ်ညမ်းသောအတွေးအခေါ်မရှိ၊ ပကတိဖြူစင်သော မိန်းမပျိုလေးများပင်ဖြစ်သည်။ ယနေ့လို အနောက်တိုင်းယဉ်ကျေးမှု တိုက်စားခံရသည့် အခြေအနေတွင် အတော်လေးကို ရှားပါးခဲ့ပြီ။

အပျိုစင်မပြောနှင့်၊ အပျိုစစ်ဆိုလျှင်တောင် ကံကောင်းတယ်မှတ်ပါလို့များ သက်ပြင်းတွေ ရှိုက်ကုန်ကြပြီလား ...။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုထိန်းသိမ်းရမှာ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ရဲ့ တာဝန်ပါ။ တခြားသူက မည်မျှပင်ထိန်းသိမ်းစေကာမူ ကိုယ်တိုင်မှ မထိန်းသိမ်းခဲ့လျှင် ဘဝကြီးရေစုန်မျောပြီပင်။

ဒါကြောင့် ညီမငယ်များ အပျိုစင်ဆိုတဲ့အခြေအနေမျိုးကို မပိုင်ဆိုင်ခဲ့ရင်တောင်မှ အပျိုစစ်ဆိုတဲ့ အခြေအနေမျိုးကို ကိုင်စွဲထားနိုင်ဖို့ ကြိုးစားစေချင်ပါတယ်။

ခုလို မြန်မာ့စီးပွားရေးကြီး ချွတ်ခြုံကျနေတဲ့အခြေအနေမှာ မိသားစုဝင်တွေမှာ မိဘနှစ်ပါးလုံးက အလုပ်တွေလုပ်နေရတော့ သားသမီးများအား ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန် အချိန်တွေက နည်းပါးလာခဲ့တယ်။ ရင်အုပ်မကွာစောင့်ရှောက်မှုတွေ နည်းပါးလာတာနဲ့အမျှ သားသမီးတွေဟာလည်း လွတ်ချင်တိုင်း လွတ်နေကြတာ များလာပါပြီ။ ဒီအခြေအနေမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ထိန်းသိမ်းကြပါ ညီမလေးတို့ရယ်။

<u>ကိုယ်ကိုယ်တိုင်တန်ဖိုးထားမှ အခြားသူတွေကလည်း ကိုယ့်ကိုတန်ဖိုးထားမှာပါ။ အကြွေပန်းကို ကောက်နမ်းချင်တယ်ဆိုတဲ့သူတွေက ရှားပါးပါတယ်...။ ခရေပန်းလိုအကြွေကို ကောက်နမ်းခံရဖို့က ခရေပန်းလိုကြွေခဲ့ပေမယ့် မွှေးရနံ့လေး</u>

ရှိအောင် အရည်အချင်းတွေ ပြည့်စုံနိုင်ရမှာနော်...။ ဒါတောင် ဆယ်ပွင့်ကြွေလို့ တစ်ပွင့်အကောက်ခံရချင်မှ အကောက်ခံရမှာ...။ ဘယ်သူမှမကောက်မိဘဲ အခြောက်ခံသွားရတာနဲ့ အနင်းခံသွားရတဲ့ ခရေပန်းတွေ အပင်အောက်မှာ အများကြီးကျန်ခဲ့ပါတယ်...။

ကိုယ့်ချစ်သူဆိုတာနဲ့ပဲ ကိုယ့်ညီမတွေ အစွမ်းကုန်အလိုမလိုက်ကြပါနဲ့ ...။ ချစ်သူဆိုတာ လက်ထပ်ထားတဲ့သူ မဟုတ်သေးပါဘူး..။ အချိန်မတန်ခင် မကြွေလိုက်ကြပါနဲ့နော်...။ ကိုယ့်အပျိုစင် ဘဝလေး ငွားငွားစွင့်စွင့် ပွဲလယ်တင့်တဲ့ ပန်းလေးတစ်ပွင့်ဖြစ်အောင် "မေ့"ညီမတွေ ကြိုးစားကြပါ...။ နေကြာပန်းလို နေရှိရာကို ကောက်ကောက်ပါလိုက်တဲ့ အဖြစ်နဲ့ ဘဝကို ပုံမအပ်လိုက်ကြပါနဲ့။ ကိုယ့်ကို စစ်မှန်စွာချစ်တဲ့သူဟာ ဥယျာဉ်မှူးလို ပန်းတစ်ပွင့်ကို အရိပ်တကြည့်ကြည့် ကြည့်ပြီး စောင့်ရှောက်ပေးမှာပါ။အရိပ်နေနေအခက်ချိုးချိုးဆိုတာမျိုးလိုကိုယ့်ဘဝ ကိုချိုးယူပြီး ချိုးစရာ အကိုင်းအခက်ကုန်သွားရင် အခြားအပင်ကို ကူးမည့်သူ မဟုတ်ပါဘူး ...။

"မေ့"ညီမတွေ အချစ်နဲ့ရာဂကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်ကြပါစေ ...။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အပျို၊ အပျိုစစ်နဲ့ အပျိုစင်ဆိုတာ ခွဲခြားသိမြင်ပြီး ကိုယ်ပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့ဘဝလေးကို တန်ဖိုးထားတတ်ကြပါစေ ...။ *-မေသခင်(အေးမြသာစည်ရွာ)၊*

၂၀၁၃ နိုဝင်ဘာလထုတ် လွင်ယမဂ္ဂဇင်း စာ ၇၁ မှ။

ခေါင်းတုံးစတိုင်
ဆိုက်တဲ့ မိန်းမမျိုးရှိမှ များတော့
ဗယ်၊ ဆံပင်ခွေးဆိုးတဲ့ စတိုင်၊
ပေါင်းတင်စတိုင်၊ ကောက်စတိုင်နဲ့
မြှောင့်စတိုင်ဆိုတဲ့ ကမြှန်းစတိုင်တွေ
သက်သတော့ ကသုံးစတိုင်တွေ
ထွက်လာမယ်လေ
CHK
အွာ ဖော့ဖော့နော်
"ဟိုရို" နဲ့ ပြတပွဲဆိုကာ
နောက်တက် မော်ဒယ်လေ
တွေလာ ဟင်း... ဟိုး....
တရေးဆရာမတွေပါတဲ့
နေကလဲ.... ခိခိ....
မြတ်စွာဘုရား

အတွဲ(၁)၊ အမှတ်(၄၄)
တနင်္ဂနွေ၊ ၂၇၊ အောက်တိုဘာ၊ ၂၀၁၃

ဥမင်္ဂလာတရားတော်အတိုင်း နေထိုင်စေချင်ပါတယ်

သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၊ ဦးဆန်း၊ဆင့်နှင့်တွေ့ဆုံခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံတွင်ဖြစ်ပေါ်နေသည့် လူမျိုးရေးပဋိပက္ခများနှင့်ပတ်သက်၍ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးဆန်းဆင့်ကို မေးမြန်းဖြစ်သည်များမှ အချို့ကို စာဖတ်ပရိသတ်များအတွက် ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။

မေး။ ။ လူမျိုးရေးပဋိပက္ခဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းအရင်းကို ရှင်းပြပေးစေလိုပါတယ်။ ဘယ်လိုအချက်တွေကို လိုက်နာမယ်ဆိုရင် ပဋိပက္ခတွေ ပြေလည်သွားနိုင်မယ်လို့ ဝန်ကြီးအနေနဲ့ ထင်ပါသလဲခင်ဗျာ။

ဖြေ။ ။ မြန်မာနိုင်ငံက ဒီမိုကရေစီသစ်ဆီသွားနေတဲ့အချိန် မကြာမီက ဖြစ်ပွားခဲ့တဲ့ လူမှုရေးပဋိပက္ခတွေဟာ လူမျိုးရေးပဋိပက္ခမဟုတ်ဘဲ သာမန်လူမှုရေးဖြစ်ပွားမှုသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ယခင်ကဒေသစွဲ၊ လူမျိုးစွဲထားခဲ့လို့ လူမျိုးစုတစ်ခုချင်း၊ အဖွဲ့အစည်းအစုင်းချင်း အာဃာတထားပြီး လက်နက်စွဲကိုင် တိုက်ခိုက်ရာက သောင်းကျန်းသူအဖွဲ့အစည်းအမျိုးမျိုးရှိလာပြီး တစ်ဖက်နဲ့တစ်ဖက် အပြန်အလှန် အဖျက်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေမှုကြောင့် လူမျိုးရေးပဋိပက္ခတွေဖြစ်ပေါ်ကာ အမျိုးသားစည်းလုံးညီညွတ်ရေး၊ တိုင်းရင်းသားသွေးစည်းညီညွတ်ရေးကို ထိခိုက်လာတဲ့အတွက် တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုကို အလေးထားတည်ဆောက်ခဲ့ကြရပါတယ်။ မိမိနိုင်ငံရဲ့ အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံတွေမှာ လူဦးရေပေါက်ကွဲမှု Population Burst ဖြစ်ပွားလျက်ရှိရာမှာ အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံတွေကနေ ဘင်္ဂါလီလူမျိုးနဲ့ အခြားလူမျိုးများ တစ်စတစ်စဝင်ရောက်လာမှုကြောင့် ဒေသတွင်း လူဦးရေများလာကာ ရခိုင်ပြည်နယ်တွင် စားဝတ်နေရေးနဲ့ စီးပွားရေးအခက်အခဲများ ဖြစ်ပွားခဲ့ပါတယ်။ ဒေသတွင်း

လူများ ထူထပ်သိပ်သည်းမှု၊ အချိုးမညီမှုတို့က ပဋိပက္ခဖြစ်လာတတ်တာ ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိတဲ့ သဘာဝဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် နယ်စပ်ဖြတ်ကျော်မှုများကို ထိန်းသိမ်းကြပ်မတ်ခြင်း၊ ဒေသတွင်း စားဝတ်နေရေးအဆင်ပြေအောင် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း၊ တရားမဝင်ဆောင်ရွက်မှုများ မရှိအောင် ကြပ်မတ်ခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပါက ပဋိပက္ခတွေပြေလည်သွားနိုင်ပါတယ်။

*

မေး။ ။ အရှေ့မြန်မာနိုင်ငံမှာ လူမျိုးရေးကို အခြေခံတဲ့ ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားနေတဲ့ အပေါ်မှာ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေ ဘာသာတရားနဲ့ ထိန်းချုပ်မှုရအောင် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးဖို့ အစီအစဉ်များ ရှိပါသလား၊ ကြေညာချက်ထုတ်ပြန်ဖို့ရော အစီအစဉ်ရှိပါသလား။

ဖြေ။ ။ ယနေ့ကမ္ဘာနဲ့ နိုင်ငံတကာမှ အသားအရောင်မတူလို့ ခွဲခြားဆက်ဆံတဲ့ ကိစ္စတွေ၊ လူမျိုးရေးပဋိပက္ခတွေနေရာအနှံ့ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပြီး ကမ္ဘာနေရာအနှံ့အပြားမှာ ပဋိပက္ခတွေ၊ ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှုတွေနဲ့ပြည့်နှက်နေကာ တည်ငြိမ်မှုမရှိဖြစ်နေပါတယ်။ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့တရားတော်များဟာ အဟိံသဝါဒ–မြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးအပေါ် အခြေခံသော သတ္တဝါများကို မညှဉ်းဆဲတဲ့ ဝါဒဖြစ်ပါတယ်။ ခရစ်ယာန်သမ္မာကျမ်းစာ၊ ဓမ္မသစ်ကျမ်း၊ ရောမသြဝါဒစာ စာမျက်နှာ ၁၂၈၀ အခန်းကြီး(၁၃)၊ အခန်းငယ် (၁)တွင် Everyone must submit himself to the governing authorities "အစိုးရသော မင်းအာဏာစက်အုပ်စိုးခြင်းကို လူတိုင်းနာခံစေ" ဆိုလိုသည်မှာ မိမိတို့နေထိုင်သော အစိုးရအပေါ် သစ္စာရှိရမည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်တို့ရဲ့ ကုရ်အာန်ကျမ်း အခန်း(၄) စာပိုဒ် ၅၉ တွင်လည်း "အသင်တို့သည် အလက္ကာရှင်မြတ်၏ အမိန့်တော်များကိုလည်းကောင်း၊ ရေရှုတမန်တော်၏ အမိန့်တော်များကိုလည်းကောင်း၊ တိုင်းပြည်ကို စီမံအုပ်ချုပ်သော အစိုးရတို့၏ အမိန့်ကိုလည်းကောင်း လိုက်နာကြလေကုန်" ဆိုလိုသည်မှာ အလက္ကာရှင်မြတ်၊ တမန်တော်နှင့် အစိုးရတို့၏အမိန့်ကို နာခံရမည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပြီး ဘူခါရီကျမ်း Book 89, Judgement 2015 တွင် Whoever obeys the ruler I appoint, obeys me. "ငါညွှန်ပြသည့်အတိုင်း အစိုးရအာဏာပိုင်များ၏အမိန့် နာခံကြလော့၊ ထိုသို့ နာခံပါက ငါ၏သြဝါဒကိုလည်း နာခံသည်မည်၏"ဟု ဆိုထားပါတယ်။ ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံ ဂျီနီဗာအခြေစိုက် နိုင်ငံတကာပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအဖွဲ့ International Coalition for the Advancement of Religious and Spirituality (ICARUS)အဖွဲ့က ၂၀၀၉ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကမ္ဘာ့အကောင်းဆုံးဘာသာအဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့

ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ဘာသာရေးစစ်ပွဲ၊ သွေးချောင်းစီး တိုက်ပွဲများ တစ်ခုမျှ မရှိခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် အကောင်းဆုံးဘာသာအဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့တာ ဖြစ်ကြောင်း သိရပါတယ်။ အရှင်သုံးပါး ဘုရားတစ်ဆူ Trinity ကိစ္စကို အနည်းငယ် ရှင်းပြလိုပါတယ်။ ပါလက်စတိုင်းတို့ရဲ့ အီဆု (Esak)နဲ့ ဂျူးရဟူဒီ တို့ရဲ့ဂျက်ကော့ (Jacob)တို့ဟာ ညီအစ်ကိုဝမ်းကွဲများဖြစ်ပြီး ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင်များ၏ အိုက်စ် (Has)နှင့် အစ္စလာမ်ဘာသာဝင်များ၏ အစ္စမေးတို့မှာ ဖအေတူမအေကွဲဆွေမျိုးသားချင်းများဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ယုံကြည်မှုမတူညီ ကွဲပြားကြသော်လည်း ဆွေမျိုးသားချင်းများဖြစ်တာကြောင့် အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦးသံသယကင်းရှင်းရေး၊ ချစ်ခင်ရင်းနှီးရေးနဲ့ အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ရေးတို့ကို အဓိကထား ဆောင်ရွက်နေပါတယ်။ အခြားသီးခြားထုတ်ပြန်ကြေညာဖို့ မရှိပါဘူး။

*

မေး။ ။ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနရောက်ရှိပြီးနောက်ပိုင်း ဝန်ကြီးလက်ထက်မှာဖြစ်ပေါ်ခဲ့တဲ့ ထူးထူးခြားခြားပြောင်းလဲမှုရှိခဲ့ရင် ပြောပြပေးပါခင်ဗျာ။

ဖြေ။ ။ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနရောက်ရှိပြီးနောက် ဖြေလျှော့ပေးခဲ့တာတွေကတော့ -

(က) ရန်ဟန်း၊ သာမဏေ၊ သီလရှင်၊ ယောဂီများနိုင်ငံကူးလက်မှတ် လျှောက်ထားခြင်းအပေါ် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနသို့ အဆင့်ဆင့်ထောက်ခံချက်တောင်းရန်မလိုဟု ဖြေလျှော့ပေးခဲ့တယ်။

(ခ) သာသနာရေးအဆောက်အအုံများ ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ ပြင်ဆင်ခြင်း၊ မူလပုံစံမပျက်ဆောက်လုပ်ခြင်း၊ အသစ်ဆောက်လုပ်ခြင်းတို့နှင့်ပတ်သက်ပြီး သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနသို့တင်ပြခွင့်ပြုချက် အဆင့်ဆင့်ရယူရန် မလိုဘဲ (သဘောထားသာပေးခြင်း)။

(ဂ) ရှင်ပြု၊ ပဒ္ဒင်းခံ၊ တရားဓမ္မပွဲလမ်းသဘင်များစသည့် ဘာသာရေးပွဲမိန့်များကို သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနသို့ခွင့်ပြုချက်တောင်းခံရန်မလိုဘဲ ဒေသဆိုင်ရာ အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့တို့၏ ခွင့်ပြုမိန့်ဖြင့်သာ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြောင်း ဖြေလျှော့ပေးခဲ့တယ်။

(ဃ) တိုင်းဒေသကြီးနဲ့ပြည်နယ်အသီးသီးရှိ ဆရာတော်ကြီးများ၏ သာသနာပြုလုပ်ငန်းများအဆင်ပြေစေရေး၊ မော်တော်ယာဉ်တင်သွင်းရန် မေတ္တာရပ်ခံလာပါက ကုန်ပို့လွှာတင်ပြရန် မလိုဘဲ သတ်မှတ်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနဲ့

အညီတင်သွင်းခွင့်ရရှိရေး ထောက်ခံပေးတယ်။ ဒါ့အပြင် ဘာသာကြီးလေးခု အနက်လူအများစု ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာအဆုံးအမ တရားတော်များသည် လေ့လာစရာ ကျယ်ပြန့်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာရဟန်းသံဃာ ငါးသိန်းကျော်ရှိတဲ့ သံဃာ့အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရာများ ကလည်း များပြားတဲ့အပြင် အခြားဘာသာများနဲ့ စပ်လျဉ်းပြီးညှိနှိုင်းရမှုတွေ၊ ဖြေရှင်းရမှုတွေလည်းရှိပါတယ်။ **သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ ထပ်မံပြီး ပြင်ဆင်ပြောင်းလဲဖြေလျှော့ဖို့ လျာထားမှုတွေကတော့–**

(၁) ဘုရား၊ စေတီ(ဂေါပကအဖွဲ့) စည်းမျဉ်းဥပဒေများကို ဒီမိုကရေစီစံနှုန်းများနဲ့ ကိုက်ညီအောင် တရားဓမ္မ၊ ကျမ်းဂန်၊ အစဉ်အလာများ နှင့်လည်းကိုက်ညီအောင် အသစ်ပြင်ဆင်ရေးဆွဲဖို့။

(၂) ဘာသာအသီးသီး၏ ဘာသာရေးဆောင်ရွက်ချက်များကို သက်ဆိုင်ရာ စာပေကျမ်းဂန်နှင့်ကိုက်ညီအောင် ဆောင်ရွက်စေခြင်း၊ ဘာသာရေး ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှုအခမ်းအနားပွဲများ၌ အခါတော်ပေးများနှင့် ဝေဒ၊ နက္ခတ်၊ ရိုးရာအစွဲလန်းကြီးသူများ၊ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်အချို့တို့၏ အယူအဆ အသီးသီးတို့ ဒေသအလိုက် အယူအဆကွဲပြားမှုကို ဓမ္မစာပေ၊ ကျမ်းဂန်နှင့် အညီ ဆရာတော်ကြီးများ၏ ဩဝါဒအစဉ်အလာများနှင့်အညီဆောင်ရွက်ဖို့။

(၃) ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ဘွဲ့တံဆိပ်များရွေးချယ်မှုတွင် အချိန်မီ မှန်မှန်ကန်ကန် ရွေးချယ်ရေး၊ သတ်မှတ်ထားသည့်စည်းမျဉ်း၊ စည်းကမ်းများနှင့်ကိုက်ညီသည့် ဘွဲ့တံဆိပ်များဖြစ်ရေးနှင့် ထိုက်တန်သည့်ဘွဲ့တံဆိပ်များ ရွေးချယ်နိုင် ရေးတို့ကို စိစစ်ကြပ်မတ်ဆောင်ရွက်ဖို့။

(၄) အရင်တုန်းက ဗုဒ္ဓဂယာဘုရားဖူးစေလွှတ်ခြင်းကို သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ ကြပ်မတ်မှုဖြင့်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး ဘုရားဖူးအဖွဲ့ငါးဖွဲ့ကို သာသနာရေးဝန်ကြီး ဌာနက တိုက်ရိုက်ကိုင်တွယ်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။ ယခုအခါ မြန်မာနိုင်ငံလုံး ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာအဖွဲ့ချုပ်နှင့် နယ်စပ်တောင်တန်းဒေသ သာသနာ့နုဂ္ဂဟအသင်းမှဘုရားဖူးစေလွှတ်ရေးကြီးကြပ်မှုကော်မတီကို ဖွဲ့စည်းစေပြီး ယင်းကော်မတီကြပ်မတ်မှုဖြင့် ဘုရားဖူးစေလွှတ်ရေး ကုမ္ပဏီများမှရွေးချယ်ထားသည့် ကိုယ်စားလှယ်များပါဝင်သော ဘုရားဖူး စေလွှတ်ရေးလုပ်ငန်းကော်မတီဖွဲ့စည်းကာ ဝန်ကြီးဌာနမှ ဆောင်ရွက်ခြင်း မပြုဘဲ ဗုဒ္ဓဂယာဘုရားဖူးစေလွှတ်မှုကို လွတ်လပ်စွာ ဆောင်ရွက်စေဖို့။

(၅) ဟာ့ဂျ်ဘုရားဖူးစေလွှတ်ရေးကိုလည်း အရင်က သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ ကြပ်မတ်မှုဖြင့် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး မက္ကာမြို့တွင်အခမဲ့တည်းခိုနေထိုင်ခွင့်ဗီဇာ

၃၅၀-ကို သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနက တိုက်ရိုက်ကိုင်တွယ်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။ ယခုအခါ အစ္စလာမ္မစ်ဘာသာရေးအဖွဲ့ငါးဖွဲ့မှ ကိုယ်စားလှယ်များဖြင့် ဟာ့ဂျ်ဘုရားဖူး စေလွှတ်ရေးကြီးကြပ်မှုကော်မတီကို ဖွဲ့စည်းခဲ့ပါတယ်။ ယင်းကော်မတီ၏ ကြပ်မတ်မှုဖြင့် ဟာ့ဂျ်ဘုရားဖူးစေလွှတ်ရေးလုပ်ငန်းကော်မတီဖွဲ့စည်းကာ ဟာ့ဂျ်ဘုရားဖူးစေလွှတ်မှုကို ဆောင်ရွက်စေပါတယ်။ ယခင်က သာသနာရေးဝန်ကြီး ဌာနမှ ကိုင်တွယ်ဆောင်ရွက်သည့် မက္ကာမြို့တွင် အခမဲ့တည်းခိုနေထိုင်ခွင့် ဗီဇာ ၃၅၀-ကိုလည်း ဘုရားဖူးစေလွှတ်ရေးကြီးကြပ်မှုကော်မတီနှင့် လုပ်ငန်းကော်မတီသို့ လွှဲအပ်ပေးခဲ့ပြီး ဟာ့ဂျ်ဘုရားဖူးစေလွှတ်မှုကို လွတ်လပ်စွာဆောင်ရွက်စေဖို့။

(၆) အရင်က ထင်မြင်ယူဆနေကြသော သံဃာ့အဖွဲ့အစည်းအဆင့်ဆင့်သည် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၏သဘောဆန္ဒအတိုင်းသာ ဦးစားပေးဆောင်ရွက်မှုများ ရှိနေသည်ဆိုသည်မှာမဟုတ်ဘဲ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် သံဃာ့အဖွဲ့အစည်းအဆင့်ဆင့်ရှိ ဆရာတော်ကြီးများ၏ဩဝါဒကိုခံယူပြီး သာသနာ့တာဝန်နှင့် နိုင်ငံ့တာဝန်နှစ်ရပ်ကို အလေးထားဆောင်ရွက်နေဖို့။

(၇) သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနသည် ဘာသာ၊ သာသနာလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုများကို အစိုးရတစ်ခုတည်း၊ ဝန်ကြီးဌာနတစ်ခုတည်းအနေဖြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ အများဆန္ဒသဘောထားနှင့်အညီဆောင်ရွက်ဖို့။

(၈) သာသနာရေးဆိုင်ရာအဆောက်အအုံများ၊ စေတီပုထိုး၊ ကျောင်း၊ ဇရပ်ကိစ္စများ၊ တက္ကသိုလ်၊ မွေးရုံများနှင့် လုပ်ငန်းကြီး၊ သာမန်လုပ်ငန်းများအားလုံး ပွင့်လင်းမြင်သာသည့် တင်ဒါစနစ်ဖြင့် အားလုံးယှဉ်ပြိုင်ခွင့်ပေးတဲ့စနစ်နဲ့ စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်။

*

မေး။ ။ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့သံဃာတော်တွေ ပဋိပက္ခမှာ တစ်နည်းနည်းနဲ့ပတ်သက်မှုရှိတာကို တားမြစ်ဖို့ အစီအစဉ်ရှိပါသလား။ ဘာကြောင့်ပါလဲ။

ဖြေ။ ။ လတ်တလောဖြစ်ပေါ်ခဲ့တဲ့ မိတ္ထီလာ၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးအနောက်ခြမ်းနဲ့ လားရှိုးဖြစ်စဉ်တွေမှာ ကိုယ်တိုင်ပါဝင်ပြီး ဖြေရှင်းပေးခဲ့ပါတယ်။ မြို့နယ်သံဃနာယကအဖွဲ့ဆရာတော်များ၊ ဒေသခံဆရာတော်များနဲ့ စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေးသံဃာတော်များက ဝိုင်းဝန်းပြီးပြဿနာမပြန့်ပွားအောင် ထိန်းသိမ်းဆောင်ရွက်ခဲ့တာတွေက ဘယ်သူမှငြင်းနိုင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ အထက်မှာဖော်ပြသကဲ့သို့ ဖြစ်စဉ်များတွင် ဆရာတော်၊ သံဃာတော်များမှ ထိန်းသိမ်းစောင့်ကြပ်ပေးသော်လည်း

သံဃာတော်တွေအပေါ် ထိုကဲ့သို့ တစ်နည်းနည်းနဲ့ပတ်သက်နေတယ်လို့ ပြောဆိုနေခြင်းမှာ မည်သို့သောသဘောဖြင့် ပြောဆိုခြင်းဖြစ်သည်ကို စဉ်းစား တွေးဆနိုင်ပါတယ်။ ဘာသာရေးပြင်ထန်သူတွေကို ဆရာတော်၊ သံဃာတော်တွေက မေတ္တာတရားနဲ့ ထိန်းသိမ်းပေးရန်သာ လိုအပ်ပါတယ်။

*

မေး။ ။ ၉၆၉ အဖွဲ့ကိုရော အဖွဲ့အစည်းအနေနဲ့လှုပ်ရှားခွင့်သာသနာရေးက မပေးဘူးဆိုတဲ့စကားနဲ့ပတ်သက်လို့ ပြည်သူတွေ အမြင်ရှင်းအောင် ဖြေကြားပေးပါဦးခင်ဗျာ။

ဖြေ။ ။ ၉၆၉ ဆိုတာ The Supreme Attributes of Three Gems ဆိုတဲ့ ရတနာမြတ်သုံးပါးရဲ့ အနိုင်းမဲ့ဂုဏ်ရည်တွေကို ရည်ညွှန်းထားတာဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်းသည် ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါး၊ တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါး၊ သံဃာ့ဂုဏ်တော်ကိုးပါးဟူသော ရတနာသုံးပါးမှတစ်ပါး ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ရာမရှိဟု ခံယူတဲ့အပြင် အနန္တောအနန္တငါးပါးကိုလည်း ဦးထိပ်ထားကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြပါတယ်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာရတနာသုံးပါးပျောက်ကွယ်မည်စိုး၍ ပြန်လည်ဖော်ဆောင်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ၁၉၉၁ ခုနှစ်တွင် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၌ သာသနာထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာနအဖြစ် အသစ်ဖွဲ့စည်းခဲ့ရာ ထိုစဉ်က ညွှန်ကြားရေးမှူး(စာမေးပွဲဌာနခွဲ)က ဦးကျော်လွင်(နှစ်ဖက်လှဦးကျော်လွင်)အား ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ခန့်အပ်ခဲ့ပါတယ်။ ကမ္ဘာအေးဘုရားရှေ့ရှိ မိတ္တူကူးဆိုင်အမည်ပေးရန် ဦးကျော်လွင်အား အကြံဉာဏ်တောင်းခံခဲ့ရာ ၉၆၉ ဟုဆိုင်အမည်ပေးခဲ့သည်ကို သိရှိရပြီး ဦးကျော်လွင်၏အခြားစာအုပ်ဆောင်းပါးများ၌ ၉၆၉ အကြောင်းဖော်ပြမှုမရှိကြောင်း တွေ့ရပါတယ်။ ဦးကျော်လွင်မှာ ၂၀၀၂ ခုနှစ်တွင် ကွယ်လွန်သွားခဲ့ပြီး **သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် ၉၆၉ သည် ဆိုင်နာမည်သာဖြစ်၍ လှုပ်ရှားမှုမရှိခဲ့သလို ယခုအခါတွင်လည်း ရတနာသုံးပါးကို ကိန်းဂဏန်းဖော်ဆောင်ခြင်းသာဖြစ်ကြောင်း ပြောလိုပါတယ်။**

အနိုင်းမဲ့သော ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးကိုယ်စားပြု ၉၆၉ အမည်ကို အခြားနေရာ၌မလိုလားအပ်တဲ့ အသုံးချမှုမဖြစ်အောင် နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့က ထိန်းသိမ်းလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ရဲ့ဩဝါဒကိုခံယူပြီး သက်ဆိုင်ရာဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနဲ့အညီဆောင်ရွက်ရတာဖြစ်ပါတယ်။

*

မေး။ ။ သာသနာတော်ကြီးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့ အဘအနေနဲ့ အဖြစ်ချင်ဆုံးဆန္ဒတစ်ခုကို လုပ်ခွင့်ရမယ်ဆိုရင် အဘ ဘယ်အချက်ကို အရင်လုပ်မှာပါလဲခင်ဗျာ။

ဖြေ။ ။ သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာနကို ၁၉၉၁ ခုနှစ်၊ မေ ၉ ရက်က စတင်ဖွဲ့စည်းခဲ့ပြီး သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးအတွက် အောက်ပါ ရည်ရွယ်ချက်များ ချမှတ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။

(၁) နိုင်ငံတကာတွင်လည်း ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးကို အင်တိုက်အားတိုက် ဆောင်ရွက်သွားဖို့။

(၂) အခြားဘာသာများကို တတ်နိုင်သမျှ ကူညီစောင့်ရှောက်ဖို့။

(၃) ထိုသို့ သာသနာပြုရာတွင် အထောက်အကူပြုစေရန်အတွက် ပိဋကတ် ဘာသာပြန်လုပ်ငန်း၊ နိုင်ငံတကာနှင့် ဆက်ဆံရေးလုပ်ငန်း၊ သာသနာပြု ကျောင်းများ ထောက်ပံ့ရေးလုပ်ငန်း၊ ဗုဒ္ဓကျမ်းစာပြုစုရေးလုပ်ငန်း၊ ဟောပြော ပို့ချရေးလုပ်ငန်းစသည်တို့ကို စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်သွားဖို့။

သာသနာပြုတယ်ဆိုတာ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမကို မိမိ၊ သူတစ်ပါးနှစ်ဦးသားတို့ရဲ့ သန္တာန်မှာ ကိန်းအောင်းတည်စေရန် ဆောင်ရွက်ပေးရတာဖြစ်ပါတယ်။

အတ္တာနမေဝ ပဌမံ ပတိရူပေ နိဝေသယေ ဆိုသည့်အတိုင်း အရင်ဆုံး မိမိကိုယ်မိမိ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့အောင်ပြုပြင်ပြီးမှသာ သူတစ်ပါးကိုပြောဆိုဆုံးမသွန်သင်ရမည်ဟု လေ့လာမှတ်သားဖူးပါတယ်။ ဒါ့အပြင် "နိဓိနံဝ ပဝတ္တာရံ၊ ယံ ပဿေ ဝဇ္ဇဒဿိနံ = ကိုယ့်ရဲ့အပြစ်ကို ထောက်ပြဆုံးမတတ်သူကို ရွှေအိုးကိုညွှန်ပြသူကဲ့သို့ ရှုမြင်ရမည်မည်"ဟု လေ့လာသိရှိရပါတယ်။ မိမိသွားမည့်နေရာကိုရောက်ရင် မိမိကိုယ်ကို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာပြောဆိုနေထိုင်ပြီး ဒေသခံတွေနဲ့သဟဇာယ်မျှအောင် နေထိုင်သွားရန်လိုပါတယ်။ အထက်ကခိုင်းလို့လာတာ၊ ငါတို့ပြောသလို လုပ်ပေး ရမယ်ဆိုတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တဲ့ဆန္ဒကို ရှေ့တန်းမတင်ဘဲ ကာလဒေသအခြေ အနေကိုကြည့်ပြီး ဒေသခံတွေရဲ့ဆန္ဒနဲ့ကိုက်ညီအောင် နေထိုင်ပြီးမှသာ ပြုသာပြုပါ မလုပ်ပါနဲ့ ဆိုရိုးစကားအတိုင်း ဆောင်ရွက်ဖို့နဲ့ <u>၃၈ ဖြာ မင်္ဂလာတရားတော်ကို လူတိုင်းကို လိုက်နာကျင့်ကြံစေချင်တာက အဖြစ်ချင်ဆုံးဆန္ဒပါ</u>။

*

မေး။ ။ မြန်မာနိုင်ငံမှာရှိတဲ့ အခြားဘာသာကြီးတွေဖြစ်တဲ့ ခရစ်ယာန်၊ မွတ်စလင်နဲ့ ဟိန္ဒူဘာသာဝင်တွေကို အရင်က ထောက်ပံ့ကြေးပေးခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ အဲဒီအထောက်အပံ့တွေကို ပေးနေသေးတာမျိုးတွေရှိပါသလား။ ရှင်းပြပေးပါ။

ဖြေ။ ။ အခြားဘာသာတွေကို ထောက်ပံ့ပေးခြင်းကို ယခင်ကတည်းက ထောက်ပံ့ပေးခဲ့ရာ ၂၀၁၂ ခုနှစ်အထိ –

– **ဗုဒ္ဓဘာသာ** (တောင်တန်းဒေသ) ၂၉ ဒသမ ၃ ရာခိုင်နှုန်း၊

– **ခရစ်ယာန်ဘာသာ** ၁၃ ဒသမ ၂ ရာခိုင်နှုန်း၊

– **အစ္စလာမ်ဘာသာ** ၂၅ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်း၊

– **ဟိန္ဒူဘာသာ** ၉ ဒသမ ၈ ရာခိုင်နှုန်း၊

– **နတ်ကိုးကွယ်မှု** ၂၂ ဒသမ ၁ ရာခိုင်နှုန်းသာ နှစ်စဉ်ထောက်ပံ့ ပေးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

၂၀၁၃ ခုနှစ်တွင် ငွေပမာဏတိုးမြှင့်၍–

– **ဗုဒ္ဓဘာသာ** (တောင်တန်းဒေသ) ၂၄ ဒသမ ၇ ရာခိုင်နှုန်း၊

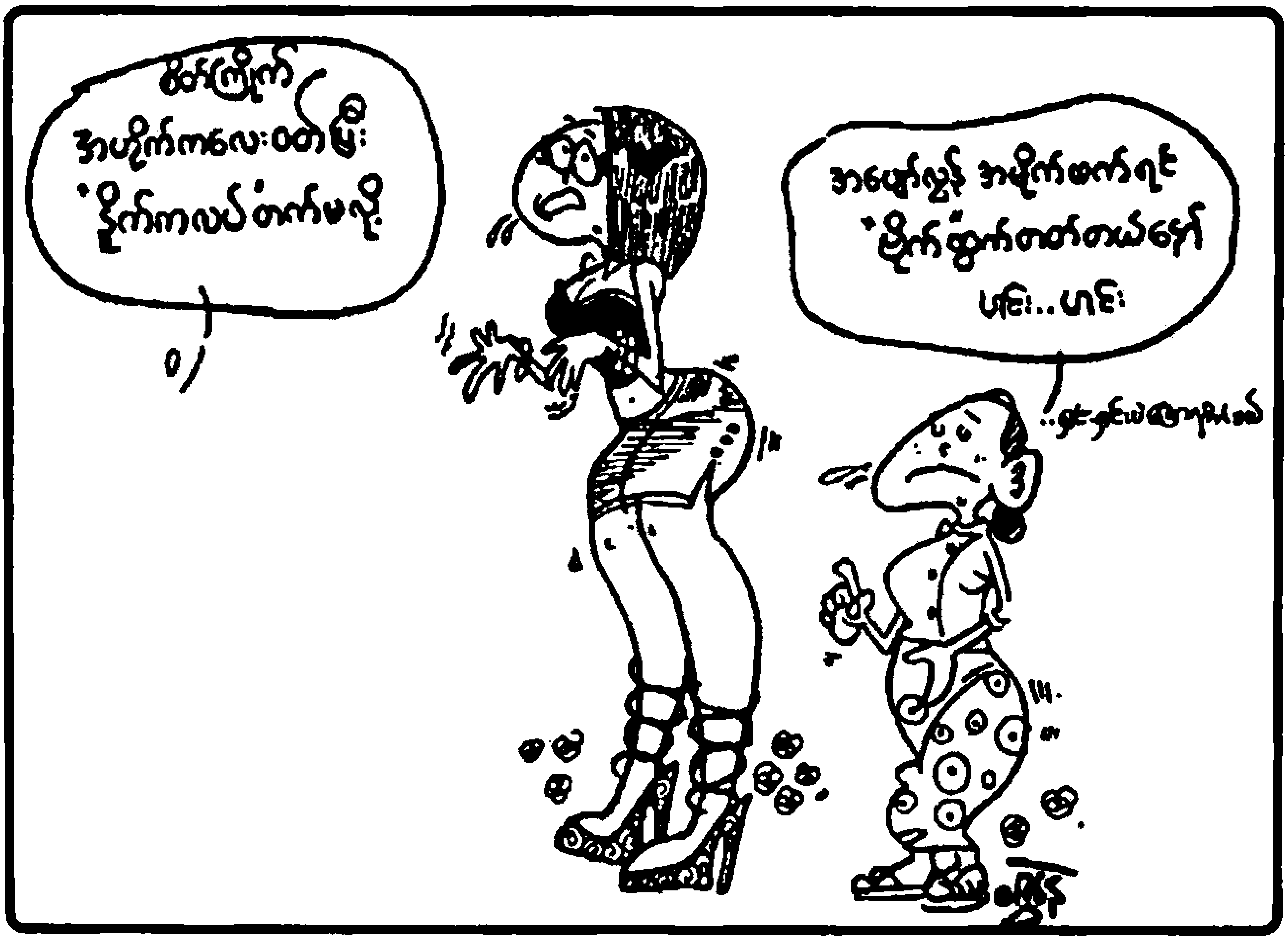
– **ခရစ်ယာန်ဘာသာ** ၂၁ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်း၊

– **အစ္စလာမ်ဘာသာ** ၂၁ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်း၊

– **ဟိန္ဒူဘာသာ** ၁၂ ဒသမ ၉ ရာခိုင်နှုန်း၊

– **နတ်ကိုးကွယ်မှု** ၁၉ ဒသမ ၃ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

–မျိုးမင်းထွန်း–ဧရာဝတီ(မြစ်မဝ)၊ အတွဲ(၁) အမှတ်(၄၄)၊ ၂၀၁၃ အောက်တိုဘာ(၂၇)ထုတ် မှန်းထည့်နေကျွာနယ် စာ ၁၂ မှ ကူးယူမှုဖော်သည်။



၁၉၉၅–ခုနှစ် ဘာသာသွေးမဂ္ဂဇင်းတွင် ပါရှိသော

မောင်ရင့်ကျူး (မြောင်းမြ)၏

ကိုးခြောက်ကိုး (၉၆၉) ဆောင်းပါး

ကျွန်တော်သည် ဆရာနှစ်ဖက်လှဦးကျော်လွင်ထံမှ လက်ကမ်းကြော်ငြာတစ်စောင် ရရှိပါသည်။ ဗုဒ္ဓနည်းကျနှစ်ဖက်လှဝိပဿနာ စူဠသောတာပန်အဆင့် (၇)ရက် တရားစခန်းဖွင့်လှစ်ရန် ကြော်ငြာဖြစ်သည်။ ကြော်ငြာ၏ မျက်နှာဖုံးစာမျက်နှာတွင် ပထမဦးဆုံး ၉၆၉ ဂဏန်းသုံးလုံးကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ အထွက်အမြတ် အမှတ်အသားအနေဖြင့် ဖော်ပြထားသည်။ ထို ၉၆၉ ဂဏန်းသုံးလုံးကို မြင်လိုက်သည်နှင့် ကျွန်တော် ကောင်းစွာသဘောပေါက် နားလည်နေပါသည်။ မကြာသေးမီကလည်း ဆရာ နှစ်ဖက်လှထံမှ **"အထူးသန့်စင်သော အကျင့်လမ်း"** အမည်ဖြင့် နှစ်ဖက်လှယောဂီ များအတွက် **ဗုဒ္ဓနည်းကျနှစ်ဖက်လှဝိပဿနာ (စူဠသောတာပန်အဆင့်) ဝိသုဒ္ဓိ မဂ်စာအုပ်**ကို ဓမ္မလက်ဆောင်အဖြစ် ရရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုစာအုပ်တွင်လည်း မျက်နှာဖုံးကို ဖွင့်လိုက်သည်နှင့် ပထမဦးဆုံး ၉၆၉ ဂဏန်းသုံးလုံးကို ရိုက်နှိပ် ဖော်ပြထားပါသည်။ ဆရာနှစ်ဖက်လှ၏ ရည်ရွယ်ချက်ကို ကျွန်တော်မြင်မြင်ချင်း သဘောပေါက်ခဲ့ပါသည်။

"အထူးသန့်စင်သော အကျင့်လမ်း" ယောဂီလက်စွဲစာအုပ်ကို ကျွန်တော်ဖတ်ရှုနေစဉ်၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် အရှေ့တိုင်းပညာဌာနမှ နည်းပြဆရာမ ဒေါ်စံပယ်ရောက်လာသည်။ ဆရာမကလည်း စာပေသမားပီပီ စာအုပ်ကိုမြင်လိုက်သည်နှင့် ကျွန်တော့်လက်ထဲမှ ခေတ္တတောင်း၍ မည်းစမ်းကြည့်သည်။ ခဏအကြာတွင် ကျွန်တော့်အား ၉၆၉ ဂဏန်း၏အဓိပ္ပါယ်ကို မေးပါတော့သည်။ ကျွန်တော်က "ဆရာမစဉ်းစားကြည့်ပါအုံး၊ သိမှာပါ"ဟု ပြောလိုက်တော့မှ ဆရာမဒေါ်စံပယ်က အော်.. ဆိုသော အာမေဋိတ်သံ တစ်ချက်ထွက်၍ ကောင်းလိုက်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော့်ကိုပြောပါတော့သည်။

ဆရာမပြောသလို ကောင်းတဲ့ရည်ရွယ်ချက်ဖြစ်တဲ့ အမှတ်အသား ၉၆၉ ဂဏန်းကို ကျွန်တော်တို့ ဖော်ထုတ်ဖို့လိုကြောင်း ပြောပါသည်။ ကျွန်တော့် အိမ်ပေါက်ဝ တံခါးမကြီး အဝင်အထွက်ပေါ်မှာ ၉၆၉ ဂဏန်းကို ပလပ်စတစ်ပြား (သို့) ကြေးပြားဖြင့် ရေးထိုးပြီးကပ်ထားမည့်အကြောင်း ဆရာမကိုပြောပြသည်။ ဆရာမဒေါ်စံပါယ်လည်း ဆရာမ၏တပည့်တွေနှင့် ဓမ္မမိတ်ဆွေများကို လက်ဆင့်ကမ်း မွေ့ဒါနပြုပေးရန် ပြောလိုက်ပါသည်။ ထို့ပြင် မိမိစီးမည့်ကား ရှေ့မှန်တွင်လည်း ၉၆၉ ဂဏန်းကို ပလပ်စတစ်-စတစ်ကာနှင့် ကပ်ထားပါက အန္တရာယ်ကင်းကြောင်း အကြံပေးလိုက်ပါသည်။

ဂုဏ်တော်ကိုးပါ ပါဠိနှင့် စကားပြေမှာ-

"ဣတိပိ သော ဘဂဝါ အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော၊ လောကဝိဒူ၊ အနုတ္တရောပုရိသ ဒမ္မသာရထိ၊ သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ"။

"ဘုန်းတော်ကြီးမား ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် -

၁။ မြဟ္မာနတ်လူတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော အကြောင်းကြောင့်လည်း "**အရဟံ**"မည်တော်မူ၏။

၂။ တရားအလုံးစုံကို အမှန်အတိုင်း ဆရာမရှိ သိတော်မူသောအကြောင်းကြောင့်လည်း "**သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ**"မည်တော်မူ၏။

၃။ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်၊ အကျင့်စရဏနှင့် ပြည့်ဝစုံလင်တော်မူသော အကြောင်းကြောင့်လည်း "**ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္န**"မည်တော်မူ၏။

၄။ ကောင်းသောစကားကို ဆိုတော်မူတတ်သောအကြောင်းကြောင့်လည်း "**သုဂတ**"မည်တော်မူ၏။

၅။ လောကသုံးပါးကို အကြွင်းမဲ့သိတော်မူသောအကြောင်းကြောင့်လည်း "**လောကဝိဒူ**" မည်တော်မူ၏။

၆။ ဆုံးမထိုက်သော သတ္တဝါတို့ကို အယဉ်ကျေးဆုံးဖြစ်အောင် အတုမဲ့ဆုံးမ ပဲ့ပြင်တတ်သောအကြောင်းကြောင့်လည်း "**အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ**" မည်တော်မူ၏။

၇။ ကုန်သည်ကြီးမှူး ဦးစီးပမာ၊ သတ္တဝါတို့ကို သံသရာခရီးခဲမှ ထုတ်ဆောင်ကယ်တင်တော်မူတတ်သော အကြောင်းကြောင့်လည်း "**သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ**"မည်တော်မူ၏။

၈။ သစ္စာလေးပါးမြတ်တရားကို ကိုယ်တော်တိုင်လည်းသိ၊ ဝေနေယျတို့ကို

လည်း သိစေတော်မူတတ်သော အကြောင်းကြောင့်လည်း "ဗုဒ္ဓ"မည်တော်မူ၏။

၉။ ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောအကြောင်းကြောင့်လည်း "**ဘဂဝါ**"မည်တော်မူ"ဟူ၍ အောက်မေ့ကြရပါမည်။

တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ပါး ပါဠိနှင့် စကားပြေမှာ

ဘုရားဂုဏ်တော်ကို မအောက်မေ့သည်ရှိသော်၊ တရားဂုဏ်တော်ကို အောက်မေ့ကြ ကုန်လော့။

"သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော၊ သန္ဒိဋ္ဌိကော၊ အကာလိကော၊ ဧဟိပဿိကော၊

ဩပနေယျိကော၊ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ"။

"မြတ်စွာဘုရားသည်-

၁။ တရားတော်ကို ကောင်းစွာဟောကြားတော်မူအပ်ပါပေ၏။

၂။ ကောင်းစွာဟောအပ်သော တရားတော်မြတ်သည် ကိုယ်တွေ့သိမြင်အပ်သော တရားတော်ပါပေတည်း၊

၃။ အခါမလင့် အကျိုးကိုပေးတတ်၏၊

၄။ လာလှည့် ရှုလှည့်ဟု ဖိတ်ခေါ်ထိုက်သော တရားတော်ဖြစ်၏၊

၅။ အရေးတကြီး စိတ်မှာစွဲအောင် အမြဲဆောင်ထိုက်ပါပေ၏၊

၆။ တရားသိမြင် ပညာရှင်တို့သည် အသီးသီး မိမိသန္တာန်၌ သိမြင်အပ်ပါပေ၏" ဟူ၍ အောက်မေ့ကြရပါမည်။

<u>**သံဃာ့ဂုဏ်တော်ကိုးပါး ပါဠိနှင့် စကားပြေမှာ-**</u>

"သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
သာမိစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ။
ဧသ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
အာဟုနေယျော၊ ပါဟုနေယျော၊
ဒက္ခိဏေယျော၊ အဉ္ဇလိကရဏီယော၊
အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ"။

တရားဂုဏ်တော်ကို မအောက်မေ့သည်ရှိသော်၊ သံဃာဂုဏ်တော်ကို အောက်မေ့ကြကုန်လော့။

၁။ "ဘုရားရှင်၏ တပည့်သားသံဃာတော်သည် ကောင်းစွာကျင့်တော်မူတတ်ပါပေ၏။

၂။ ဖြောင့်မတ်စွာကျင့်တော်မူတတ်ပါပေ၏။

၃။ နိဗ္ဗာန်ရရေး အလေးပေးကာ ကျင့်တော်မူတတ်ပါပေ၏။

၄။ နတ်လူတို့၏ အရိုအသေခံထိုက်အောင် ကျင့်တော်မူတတ်ပါပေ၏။

၅။ အစုံအားဖြင့်လေးစုံ အသီးသီးအားဖြင့်ရှစ်ပါးသော ဤဘုရားသားတော် သံဃာတော်သည် အဝေးမှဆောင်ယူအပ်သော အလှူကိုသော်ပင် ခံယူတော် မူထိုက်ပါပေ၏။

၆။ ဧည့်သည်ကောင်းတို့အတွက် စီမံအပ်သော ပစ္စည်းဝတ္ထုကိုပင် ခံယူတော် မူထိုက်ပါပေ၏။

၇။ အလှူကောင်း အလှူမွန်ကို ခံယူဖို့ ထိုက်တန်တော်မူပါပေ၏။

၈။ လက်အုပ်ချီမိုး ရှိခိုးခြင်းကို ခံယူတော်မူထိုက်ပါပေ၏။

၉။ တစ်လောကလုံးအတုမရှိသော ကောင်းမှုမျိုးစေ့ကို စိုက်ပျိုးရာ လယ်ယာ မြေကောင်းသဖွယ် ဖြစ်တော်မူပါပေ၏" ဟုအောက်မေ့ကြရပါမည်။

မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးပူဇော်လျှင် တန်ခိုးကြီးပါ၏။

တရားတော်မြတ်ကို အားကိုးပူဇော်လျှင် ဉာဏ်ပညာ ထက်မြက်ကြီးရင့် ပါ၏။

သံဃာတော်မြတ်ကို အားကိုးပူဇော်လျှင် စည်းစိမ်လာဘ်လာဘတိုးပွား များပြားပါ၏။

(၉၆၉)ကိုပေါင်းလျှင် (၂၄) ရသည်၊ ပဋ္ဌာန်း ၂၄ ပစ္စည်းကို ရည်ညွှန်း ပါသည်။

လောကီအလိုအားဖြင့် လောကီဓာတ် (မြေဓာတ်)ရပါသည်။

၉၆၉ သည် မင်္ဂလာ၊ ၉၆၉ သည် အန္တရာယ်ကင်း၊

၉၆၉ သည် ရန်ပုံခွင်းပင် ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏ တိုက်တာ၊ အိမ်၊ ဈေးဆိုင်၊ ယာဉ် စသည်တို့၌ ဂုဏ်ယူဝင့်ကြွားစွာ ၉၆၉ ကို တပ်ဆင်ကြပါစို့။

–မောင်ရင့်ကျူး (မြောင်းမြ)။

၉၆၉ လှုပ်ရှားမှုသာ အမျိုးဘာသာ သာသနာကို ကာကွယ်နိုင်မည်

မြန်မာနိုင်ငံမှာ ၉၆၉ လှုပ်ရှားမှု ပေါ်ပေါက်ခဲ့တယ်။ ဒါကို မာဂျေ လုံးဝ ထောက်ခံတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ၉၆၉ ဆိုတာ ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါး၊ တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါး၊ သံဃာ့ဂုဏ်တော်ကိုးပါးကို ရည်ညွှန်းတာဖြစ်တယ်။ သားဖြစ်သူက "အဖေ ၉၆၉ ဆိုတာ ဘာလဲ"လို့ မေးကတည်းက ၉၆၉ လှုပ်ရှားမှု အောင်မြင်သွားပြီဆိုတာ မာဂျေသိလိုက်တယ်။

၉၆၉ လှုပ်ရှားမှုဟာ သူများဘာသာကို တိုက်ခိုက်ဖို့မဟုတ်ဘဲ မိမိဘာသာ သာသနာနဲ့ မိမိအမျိုးကို ကာကွယ်ဖို့သာဖြစ်တယ်။ ၉၆၉ လှုပ်ရှားမှုဟာ သူများဘာသာကို တိုက်ခိုက်တာ မဟုတ်ဘူး။ မိမိအမျိုးကို ချစ်ဖို့၊ မိမိဘာသာကို စောင့်ရှောက်ဖို့၊ မိမိအမျိုးသားစီးပွားရေးကို အားပေးဖို့ဆိုတဲ့ ဝံသာနုရက္ခိတတရားပဲ ဖြစ်တယ်။

ဒါပေမယ့် ၉၆၉ လှုပ်ရှားမှု ကြီးထွားလာမှာစိုးလို့ ပြည်ပက ဒေါ်လာစား မီဒီယာတွေကလည်း ၉၆၉ဟာ နာဇီလက်သစ်ဝါဒဖြစ်တယ်လို့ စွပ်စွဲလာကြတယ်။ အဲဒီစွပ်စွဲချက်ကို မာဂျေလုံးဝရှုတ်ချတယ်။ ပြည်တွင်းမီဒီယာတွေကလည်း ကောလာဟလတွေ ထုတ်လွှင့်လာကြတယ်။ အိမ်မှာ သားဖြစ်သူက သူ့ရဲ့ကားမှာ ၉၆၉ စတစ်ကာကပ်တာကို အမေလုပ်သူက ခွာပစ်တယ်။ အကြောင်းပြကတော့ "နင် အဖမ်းခံရလိမ့်မယ်"တဲ့။

တစ်ချိန်ထဲမှာ ၉၆၉ စတစ်ကာဝေတဲ့ လူငယ်တစ်ယောက်ကို လူမျိုးခြားတွေက ဓားနဲ့ထိုးတယ်ဆိုတဲ့သတင်း ထွက်လာတယ်။ ၉၆၉ စတစ်ကာ ရိုက်ပေးတဲ့စက်ကို ဘာသာခြားတွေက ခြိမ်းခြောက်လို့ နောက်ထပ်မရိုက်ရဲပါဘူးဆိုတဲ့ သတင်းတွေ ထွက်လာတယ်။ ဒါဟာ ၉၆၉ လှုပ်ရှားမှုကို ဘာသာခြားတွေ ဘယ်လောက် ကြောက်တယ်ဆိုတာ ပြတာပဲ။ သူတို့ဆိုင်တွေအားလုံးမှာ သူတို့ဘာသာ အမှတ် တံဆိပ် ကပ်ရဲချိန်မှာ မာဂျေတို့က ဘာဖြစ်လို့ ၉၆၉ စတစ်ကာ မကပ်ရဲရမှာလဲ။

သီတဂူဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အတိအလင်း မြွက်ကြားထားတာ ရှိတယ်။ အိမ်ရှင်ရဲ့ဘာသာကို ဧည့်သည်က မစော်ကားရဘူး၊ လေးစားရမယ်ဆိုတာ။ ၉၆၉ စတစ်ကာဝေလို့ ဖုန်းဆက်ခြိမ်းခြောက်ရင် ဆက်သွယ်ရေးကို တိုင်လို့ ရပါတယ်။ ဆက်သွယ်ရေးမှာ ဘယ်ဖုန်းကနေ ဘယ်ဖုန်းကို ဘယ်အချိန်မှာ ဘာပြောတယ်ဆိုတဲ့ အထောက်အထားနဲ့ အသံခွေတွေရှိပါတယ်။ အရေးယူလို့ ရပါတယ်။

ကိုယ်တွေ့တစ်ခု ပြောပြချင်တယ်။ အတန်တန်တားနေတဲ့ကြားက တပည့်မ တစ်ဦး ဘာသာခြားနဲ့ကြိုက်တယ်။ တစ်ရုံးလုံးပုဂံကို ဘုရားဖူးသွားချိန်မှာ ဘုရားဖူး သွားရမလားဆိုပြီး တစ်ချိန်လုံး ဘာသာခြားက ဖုန်းဆက်နှောင့်ယှက်တယ်။ ဘာလို့နှောင့်ယှက်သလဲဆိုတော့ သူနဲ့ကြိုက်နေလျက်နဲ့ ဘုရားဖူးလို့တဲ့။ တပည့်မ မှာ ဘုရားသာ ဖူးနေရတယ်။ ဟိုက တစ်ချိန်လုံး နှောင့်ယှက်နေလို့ မျက်ရည်နဲ့ မျက်ခွက်။ ဘယ်လိုလုပ်ကုသိုလ်ရတော့မှာလဲ။ကဲ..ဘယ်လောက်တောင်စော်ကား ထားသလဲ။

ဒီလိုဖြစ်မှ တပည့်မ အမြင်မှန် ရသွားတယ်။ လူမျိုးခြား အသိုက်အဝန်းထဲ မဝင်ရသေးတာတောင် ဒီလောက် အနိုင်ကျင့်၊ ဗိုလ်ကျနေရင် တကယ်သာ အိမ်ထောင်ရက်သား ပြုမိခဲ့ရင်ဒုက္ခဆိုပြီး နောက်ဆုတ်လိုက်တယ်။ မာဂျေရေးခဲ့ ဖူးပါတယ်။ မြန်မာမလေးတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ဘာသာခြားတွေအတွက် လူကပြား သားဖောက်စက်တွေလို အသုံးတော်ခံနေရတာ ကြာနေပါပြီ။ တချို့သားသမီးတွေ (အထူးသဖြင့် သမီးတွေ)ကို မိဘတွေက မနိုင်ကြဘူး။

တချို့ကတော့ သားသမီးလုပ်စာတွေကို မှီခိုစားသောက်နေရလို့ မပြောရဲ ကြတာတွေ ကိုယ်တွေ့ကြုံဖူးပါတယ်။ အဲဒီလို ပါးစပ်ပိတ်ပြီး ကိုယ့်သားသမီးကို မဆုံးမရဲရင်ဖြင့် နောင်တချိန် အမျိုးဘာသာ သာသနာကွယ်ရင် အဲဒီမိဘတွေမှာပါ တာဝန်ရှိပါတယ်။ လူမျိုးခြားနဲ့ယူလိုက်တဲ့ သမီးတွေကော ဒီဘဝမှာ စိတ် ချမ်းချမ်းသာသာ နေရတာကို ဘယ်မိဘများ မြင်ဖူးပါသလဲ။ "မာဂျေရယ် .. မင်းပြောသလို မဟုတ်ပါဘူး။ ငါတို့သမီးတွေ လူမျိုးခြား ဘာသာခြားနဲ့ယူပြီး အေးအေးချမ်းချမ်း၊ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာ နေရပါတယ်"ဆိုတဲ့ မိဘများရှိရင် မာဂျေ့ကို ဆက်သွယ်ပျာ။ ပြန်ပြီး ရေးပေးမယ်။

နှစ်ဆန်းတစ်ရက်နေ့က ရွှေတိဂုံတောင်ဘက်မုခ်ဝမှာ တောင်းရမ်းနေတဲ့ မြန်မာမိန်းကလေးငယ်တစ်ဦးကို တွေ့လိုက်ရတယ်။ ဘေးနားမှာလဲ ကလေး နှစ်ယောက်နဲ့။ ကလေးတွေက ဘာသာခြားရုပ်တွေ၊ ဒါနဲ့ စိတ်ဝင်စားပြီး ကားရပ်၊ အလှူငွေနည်းနည်းပေးပြီး "ဒါ.. နင့်ကလေးတွေလား"မေးကြည့်တော့ "ဟုတ်တယ်" တဲ့။ "နင်က မြန်မာ၊ နင်မွေးထားတာလေးတွေက လူမျိုးခြားရုပ်တွေ ပေါက်နေ ပါလား၊ နင့်ယောကျ်ားက နင်ဒီလိုတောင်းတာ ခွင့်ပြုသလား"မေးတော့ ကလေး နှစ်ယောက်ရတော့ သူ့ကို ကလေးတွေနဲ့ ထားခဲ့ပြီး ပစ်သွားလို့တဲ့။

နောက်ဆုံးတော့ ဘာသာခြားယူမိတဲ့ မိန်းကလေးဟာ သူတောင်းစားဘဝ ရောက်ရတော့တာပဲ။ အဲဒီမိန်းကလေးရဲ့ မိဘသာ ရှိခဲ့ရင်၊ ဒီလို တောင်းရမ်း

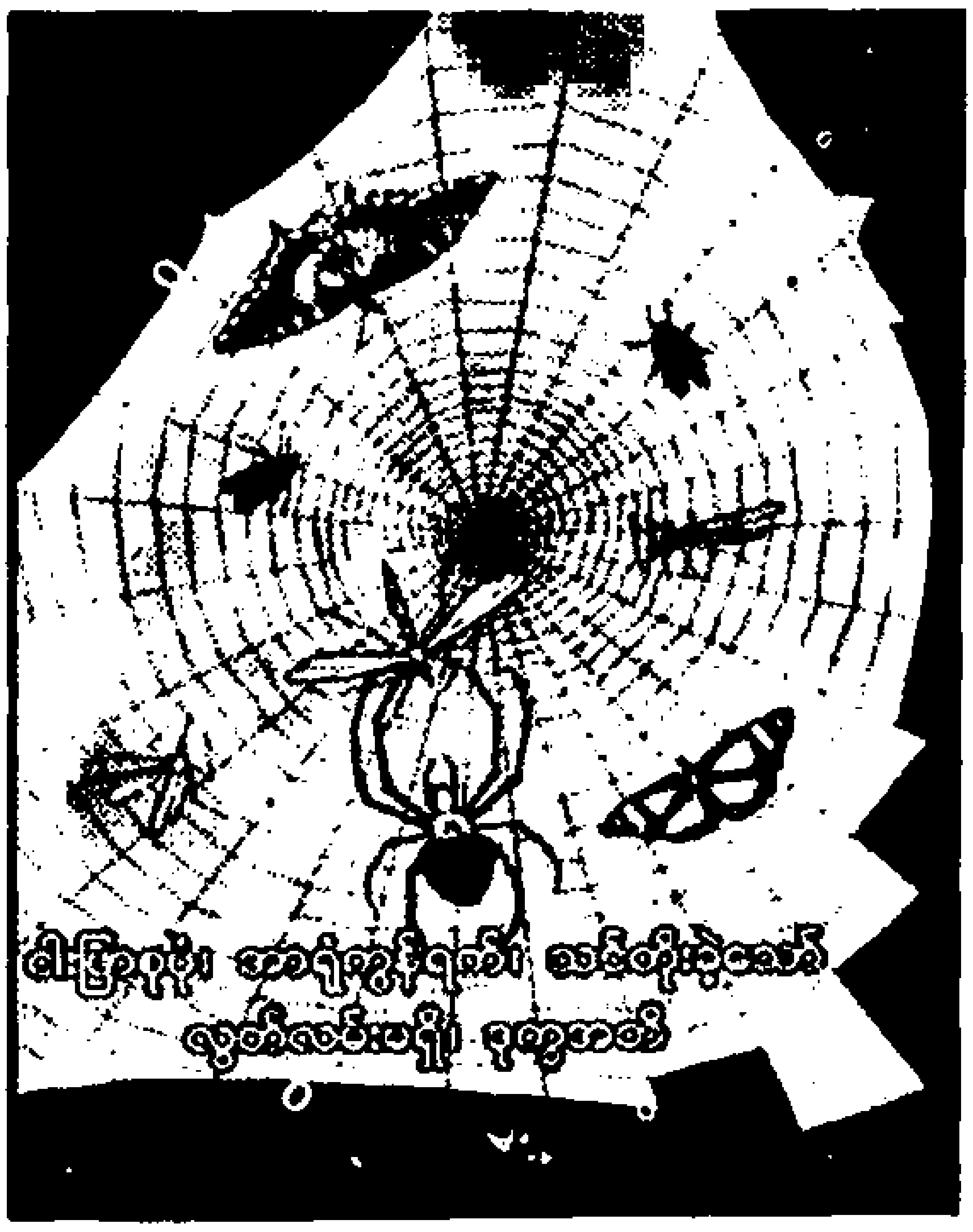
စားသောက်ရတာကို မြင်ခဲ့ရင် ဘယ်လိုခံစားရမလဲ။ မိဘတွေသတိကြွပ်ကြွပ်ပြုပါ။ မီးဆိုတာ မလောင်ခင် တားရသတဲ့။ ဖြစ်ပြီးမှ သမီးလည်း ဒုက္ခရောက်၊ မိဘတွေလည်း စိတ်ဆင်းရဲရရင် အားလုံးရှုံးတာပါပဲ။

မြန်မာလူမျိုးတွေကိုလဲ သတိပေးချင်ပါတယ်။ ကိုယ့်အမျိုးဘာသာ သာသနာကို ကာကွယ်ဖို့အရေးမှာ မကြောက်ကြပါနဲ့။ ကိုယ့်ဘာသာက သူများဘာသာကို စော်ကားတဲ့ဘာသာမှ မဟုတ်တာ။ ကိုယ့်အထဲက ပဲ့ပါမသွားအောင်သာ ကာကွယ်တဲ့ဘာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်နည်းပြောရရင် မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ အဓွန့်ရှည်ဖို့ ၉၆၉ ဆိုတာ ဖြစ်လာတာပါ။ မိမိအိမ်မှာ မိမိဆိုင်မှာ၊ မိမိကားမှာ၊ မိမိရုံးမှာ ၉၆၉ တံဆိပ်ကို ရဲရဲကပ်ပြီး မိမိတို့ဟာ အမျိုးဘာသာ သာသနာကို စောင့်ရှောက်သူတွေဖြစ်ကြောင်း ရဲရဲတ္တံ့ခံယူကြပါ။ ၉၆၉ လှုပ်ရှားမှုဟာ ကောက်ရိုးမီးလို ဟုန်းခနဲ့ထပြီး ဟုန်းခနဲပျောက်သွားတာ မဖြစ်စေလိုပါဘူး။

တကယ်တော့ အမျိုး ဘာသာ သာသနာ ရေရှည်တည်တံ့ဖို့ နိုင်ငံရေးပါတီတွေလည်း မစွမ်းနိုင်ပါဘူး။ တပ်မတော်လည်း မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ ပြည်သူတစ်ရပ်လုံးရဲ့ ဝံသာနုရက္ခိတစိတ်ကသာ လုပ်နိုင်၊ ကာကွယ်နိုင်မှာမို့လို့ ၉၆၉ လှုပ်ရှားမှုမှာ ပြည်သူအားလုံး ဝိုင်းဝန်းပါဝင်သင့်ကြောင်း ဒီနေရာကနေ နှိုးဆော်လိုက်ရပါတယ်ခင်ဗျာ။ ။

မာဃေ

-(၂၀-၄-၂၀၁၃)ရွှေနိုင်ငံသစ်နေ့စဉ်သတင်းစာပါ"မာဃေျက ဒါတွေပြောချင်တယ်"ကဏ္ဍမှ ကူးယူဖော်ပြသည်။ ၂၀၁၃ ဧပြီလထုတ်ထေရဝါဒမွေ ကွန်ရက်က စီစဉ်ထုတ်ဝေသည့်"ထေရဝါဒမော်ကွန်း"စာစောင်နောက်ကျောဖုံးမှ။



ဗုဒ္ဓဘာသာကို ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်၏ နိုင်ငံတော်ဘာသာ သာသနာ ပြဋ္ဌာန်းခဲ့သည့် ဥပဒေနှင့်သမိုင်းမှတ်တမ်း

၁။ နိုင်ငံတော်ဘာသာ ပြဋ္ဌာန်းခြင်း အက်ဥပဒေ အမှတ်(၁၇)၁၉၆၁ ခုနှစ် ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံအခြေခံဥပဒေ(တတိယအကြိမ်ရိုက်) အက်ဥပဒေ အပြည့်အစုံ(မြန်မာ)

၂။ နိုင်ငံတော်ဘာသာ သာသနာချီးမြှောက်ထောက်ပံ့ရေး အက်ဥပဒေ အမှတ်-၂၄ (မူရင်း-အပြည့်အစုံ)

၃။ မြန်မာနိုင်ငံ ဥပဒေများနှင့် ပြင်ဆင်ချက်အညွှန်း (ကောက်နုတ်ချက်) ရှေ့နေ ရုံးချုပ်မှ ထုတ်ဝေသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းနိုင်ရန် ခေတ်အဆက်ဆက် ကြိုးပမ်းခဲ့ကြသူများ

၁။ လွတ်လပ်ရေးအကြိုကာလ အင်္ဂလိပ်အစိုးရခေတ်ကပင် မြန်မာတိုင်းရင်းသားရဟန်းရှင်လူအပေါင်းတို့က ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာ ပြဋ္ဌာန်းရေးအတွက် နှိုးဆော်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသည်။

၂။ ၁၉၄၇ ခုနှစ်၊ မေလ၊ဂျူဗလီဟောလ် ဖ.ဆ.ပ.လ ပဏာမညီလာခံတွင် အာဇာနည်ခေါင်းဆောင်ကြီး ဒီးဒုတ်ဦးဘချိုက လွတ်လပ်ရေးရသည့်အခါတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းသင့်ကြောင်း အဆိုတင်သွင်းခဲ့သည်။

၃။ ၁၉၅၁-ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ ၂၈ရက်တွင် ပြည်သူ့လွှတ်တော်၌ ပါလီမန်အမတ် ဒေါ်ခင်လှ(စမ်းချောင်း)က ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်ကို ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံတော်အဖြစ် အတိအလင်းကြေညာပေးပါရန် အဆိုတင်သွင်းခဲ့သည်။ ပါလီမန်အမတ် မိုလ်ခင်မောင်က ထောက်ခံသည်။ သာသနာရေးဝန်ကြီး ဦးဝင်းက ကန့်ကွက်၍ အတည်မပြုနိုင်ခဲ့။

၄။ ၁၉၅၅ ခုနှစ်တွင် သံမဏိဦးဝမ်းမောင်နှင့် သခင်ဘသောင်းတို့ တည်ထောင်သော ရိပတ်ဘလီကင်ပါတီ၊ ၁၉၅၈ ခုနှစ်တွင် ဆာအမ်အေ မောင်ကြီး အပါအဝင် နိုင်ငံရေးသမားကြီး ၉-ဦးပါဝင်သော ( )နှင့် ၁၉၅၉ ခုနှစ်တွင်

သီပေါမင်း၏ တတိယသမီးတော် အသျှင်ထိပ်စုမြတ်ဖုရား နာယကအဖြစ် ဆောင်ရွက်သော နိုင်ငံတော်ဘာသာဖြစ် မြောက်ရေးအဖွဲ့တို့က နိုင်ငံတော်ဘာသာပြဋ္ဌာန်းနိုင်ရေးအတွက် နှိုးဆော်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသည်။

၅။ ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်တွင် နိုင်ငံတော်ဘာသာပြဋ္ဌာန်းရေးဆိုင်ရာ အကြံပေးအဖွဲ့နှင့် စုံစမ်းရေးကော်မရှင်များကို ဖွဲ့စည်းသည်။

၆။ ၁၉၆၁ ခုနှစ် ဩဂုတ်လ ၁၇ ရက်တွင် နိုင်ငံတော်ဘာသာ အက်ဥပဒေကျမ်းကို ဝန်ကြီးချုပ်ဦးနုက လွှတ်တော်၌ တင်သွင်းသည်။

၇။ ၁၉၆၁ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၂၆ ရက်တွင် လွှတ်တော်နှစ်ရပ်၌ မဲခွဲဆုံးဖြတ် အတည်ပြုကာ သမ္မတအိမ်တော်တွင် မွန်းလွဲ ၁ နာရီ၌ သမ္မတ မန်းဝင်းမောင်က အခမ်းအနားဖြင့် လက်မှတ်ရေးထိုး၍ ပြဋ္ဌာန်းခဲ့သည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာ ပြဋ္ဌာန်းရေး ခေတ်အဆက်ဆက် ကြိုးပမ်းမှုရက်စွဲများ

၁၉၄၇ ခုနှစ်၊ မေလ

မြန်မာနိုင်ငံ ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံ အခြေခံဥပဒေရေးဆွဲရေးအတွက် ဖဆပလ ပဏာမပြင်ဆင်မှုညီလာခံတွင် ဆရာတော်၊ သံဃာတော်များက ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ကြေညာရန် စာအုပ်များ၊ စာရွက်များ၊ ကြော်ငြာစာများ၊ တိုက်တွန်းစာများကို ဂျူဗလီဟော ဖဆပလ ပဏာမညီလာခံ၌ ဝေငှခဲ့သည်။ ထိုညီလာခံတွင်ပင် ဘာသာရေးကိုင်းရှိုင်းသည့် ဒီးဒုတ်ဦးဘချိုက လွတ်လပ်ရေးရသည့်အခါတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းရန်သင့်ကြောင်း အဆိုတင်သွင်းသည်။ သို့သော် အောင်မြင်မှုမရခဲ့။

၉၄၇ ခုနှစ်၊ ဖွန်လ ၁၀ ရက်

တိုင်းပြည်ပြုလွှတ်တော် အမတ်ပေါင်းစုံ ပထမညီလာခံကျင်းပနေစဉ် ရဟန်းတော်အချို့နှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာခေါင်းဆောင်အချို့သည် အခြေခံဥပဒေတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ထည့်သွင်းပေးရန် သတင်းစာများမှ တစ်ဆင့် တောင်းဆိုခဲ့ကြသည်။ သို့သော် မအောင်မြင်ခဲ့ချေ။

၁၉၄၈ ခုနှစ်

မြန်မာနိုင်ငံလွတ်လပ်ရေးရသည်နှင့် နိုင်ငံတော်အစိုးရကကြီးမှူး၍ တိပိဋက ရွေးချယ်ရေးစာမေးပွဲများ ကျင်းပခဲ့သည်။

၁၉၅၀ ပြည့်နှစ်၊ ဧပြီလ ၂ ရက်

သာသနာရေးဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာနတစ်ခု ဖွဲ့စည်းပေးပြီး ပထမဆုံးဝန်ကြီးအဖြစ် ကာကွယ်ရေး၊ ပြည်ထဲရေးနှင့် သာသာနာရေးဌာနဝန်ကြီး ဦးဝင်းကို တာဝန်ပေးအပ်ခဲ့သည်။

၁၉၅၀ ပြည့်နှစ်၊ မေလ ၂၉ ရက်

သံဃဝိနိစ္ဆယဌာန အက်ဥပဒေပြဌာန်း၍ ရန်ကုန်မြို့တွင် စတင်အာဏာတည်ခဲ့သည်။ မန္တလေးမြို့တွင် ဇွန်လ(၁၀)ရက်မှ စ၍ အာဏာတည်ခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ပါဠိတက္ကသိုလ်နှင့် ဓမ္မာစရိယအက်ဥပဒေများ ပြဌာန်းပေးခြင်း၊ ဗုဒ္ဓသာသနာကောင်စီဖွဲ့စည်းပေးခြင်းစသည်တို့ကို ပြုလုပ်ပေးခဲ့သည်။

၁၉၅၁ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ ၂၆ ရက်

ပြည်သူ့လွှတ်တော်၌ ပါလီမန်အမတ် ဒေါ်ခင်လှ (ရန်ကုန်မြို့မ၊ ကြည့်မြင်တိုင်) (ဒေါ်ခင်လှ -စမ်းချောင်း ဟုလည်း ခေါ်သည်)က ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံကို ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံတော်အဖြစ် အတိအလင်းကြေညာပေးပါရန် အစိုးရအား ပါလီမန်က အကြံပေးထောက်ခံကြောင်းအဆိုကို တင်သွင်းခဲ့လေသည်။ ယင်းအဆိုကို ပါလီမန်အမတ် ဗိုလ်ခင်မောင် (ပဲခူးကျေးလက်၊ မြောက်ပိုင်း)က ထောက်ခံခဲ့သည်။ သို့သော် ထိုစဉ်က ပြည်ထဲရေးနှင့် သာသနာရေးဌာနဝန်ကြီး ဦးဝင်းက ကန့်ကွက်ခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် လွှတ်တော်က သဘောမတူသဖြင့် အတည်မပြုနိုင်ခဲ့ပေ။

၁၉၅၄ ခုနှစ်

နိုင်ငံတော်အစိုးရကကြီးမှူး၍ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာဝင် နိုင်ငံပါးနိုင်ငံစုပေါင်းကာ ကမ္ဘာအေးကုန်းမြေ၊ မဟာပါသာဏလိုဏ်ဂူတော်တွင် ဆဋ္ဌသံဂါယနာတင်ပွဲကို ကျင်းပခဲ့လေသည်။ ဆဋ္ဌသံဂါယနာတင်ပွဲနောက်ပိုင်းတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ပြဌာန်းပေးရန် အလေးအနက်တောင်းဆိုမှုများ ပိုမိုများပြားလာခဲ့သည်။ ထိုစဉ်က သံဃာ့အဖွဲ့အစည်းများ ဖြစ်သော မဟာသောတုဇနအဖွဲ့ (ရန်ကုန်)၊ ရဟန်းပျိုအဖွဲ့ (မန္တလေး)နှင့် ရခိုင်သောတုဇနသံဃာ့အဖွဲ့ချုပ်တို့က သံဃာ့အစည်းအဝေးကြီးများကျင်းပ၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်ကာ အထူးပင်တောင်းဆိုခဲ့ကြပေသည်။ ဆဋ္ဌသံဂါယနာတင်ပွဲ အောင်မြင်ရေးအတွက် ကြိုးပမ်းတော်မူခဲ့ကြသော ဩဝါဒါစရိယဆရာတော်ကြီးများနှင့် ကျမ်းတတ်အကျော်ဆရာတော်ကြီးများကလည်း အစိုးရအား မေတ္တာရပ်ခံတောင်းဆိုခဲ့ကြပေသည်။

၁၉၅၅ ခုနှစ်

မြန်မာနိုင်ငံရေးလောက၌ အဖွဲ့အစည်းသစ်တစ်ရပ် ပေါ်ပေါက်လာခဲ့သည်။

အဆိုပါအဖွဲ့အစည်းမှာ သံမဏိဦးဝမ်းမောင်နှင့် သခင်ဘသောင်းတို့တည်ထောင်သည့် ရီပတ်ဗလီကင်ပါတီ (Republican Party) ခေါ် သမ္မတဂိုဏ်းပါတီပင်ဖြစ်သည်။ ယင်းပါတီက ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းရေးကို ထောက်ခံခဲ့သည်။

၁၉၅၆ ခုနှစ်၊ မေလ ၂၇ ရက်

ဆဋ္ဌသံဂါယနာအောင်ပွဲနှင့် သာသနာနှစ် ၂၅၀၀ ပြည့်အထိမ်းအမှတ်ပွဲ၏ နောက်ဆုံးနေ့တွင် ကမ္ဘာအေးကုန်းမြေ၊ မဟာပါသာဏလိုဏ်ဂူတော်အတွင်း၌ ဆဋ္ဌသံဂါယနာတင် ဩဝါဒါစရိယသံဃနာယကအဖွဲ့နှင့် ဝန်ဆောင်သံဃာ့အဖွဲ့ ဆရာတော်၊ သံဃာတော်များရှေ့မှောက်တွင် ဝန်ကြီးချုပ်ဦးနုက ဘာသာရေးအပေါ် ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံတော်အစိုးရ၏သဘောထားကို လျှောက်ထားရာတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာပြုလုပ်ရေးကိစ္စကို ထည့်သွင်းလျှောက်ထားလေသည်။

၁၉၅၆ ခုနှစ်၊ ဇွန်လတွင် ဦးနုသည် ဝန်ကြီးချုပ်အဖြစ်မှ နုတ်ထွက်ပေးပြီးနောက် ဖဆပလအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းနိုင်ရေးအတွက် လုပ်ဆောင်ရမည့်လုပ်ငန်းများကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။

၁၉၅၈ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ

အိမ်စောင့်အစိုးရလက်ထက် ဆာအမ်အေမောင်ကြီးဦးဆောင်သော နိုင်ငံရေးသမားဟောင်းကြီးများဖြစ်ကြသည့် ဦးဘတင်၊ ဦးထွန်းအောင်၊ ဦးသော်၊ တိုးတက်ရေးဦးစိန်၊ ဦးကြဲစု၊ ဦးထွန်းစိန်၊ နန်းရင်းဝန်ဟောင်းဦးပုနှင့် ဦးထွန်းဝင်းတို့ ကိုဦးသည် ဗုဒ္ဓဝါဒပြည်သူ့ဆန္ဒအဖွဲ့ချုပ် (The Buddhist Democratic Party) အမည်ရသော နိုင်ငံရေးအဖွဲ့သစ်တစ်ရပ်ဖွဲ့စည်း၍ ပါတီ၏ လမ်းစဉ်များ ရေးဆွဲရာတွင် ပထမအချက်၌ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံ၏ နိုင်ငံတော်ဘာသာအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းရေးဆွဲခဲ့သည်။ ယင်းအဖွဲ့ချုပ်သည် ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာ ပြဋ္ဌာန်းရေးအတွက် စည်းရုံးလှုပ်ရှားခဲ့ကြသည်။

၁၉၅၉ ခုနှစ်၊ မတ်လ

ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာဖြစ်မြောက်ရေးအဖွဲ့ တစ်ရပ်ကိုလည်း ဖွဲ့စည်းကြသည်။ လူပုဂ္ဂိုလ်များသာပါဝင်ပြီး မည်သည့်နိုင်ငံရေးပါတီနှင့်မျှလည်း အဆက်အသွယ်မရှိသည့် အဆိုပါအဖွဲ့သည် နိုင်ငံတော်ဘာသာကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ လူထုအစည်းအဝေးများကျင်းပခြင်း၊ စာရွက်စာတမ်းများဝေငှခြင်းဖြင့် လူအများ စိတ်ဝင်စားလာအောင် စည်းရုံးခဲ့သည်။ အဖွဲ့၏နာယကမှာ အသျှင်ထိပ်စု

မြတ်ဘုရား (သီပေါမင်းကြား တတိယသမီးတော်)ဖြစ်၍ အတွင်းရေးမှူးမှာ သီပေါမင်း၏မြေးတော်သူ ဦးသန့်ဖင် (တော်ဘုရားလေးအောင်ဇေ)ပင်ဖြစ်သည်။

၁၉၅၉ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၂၆ ရက်

ကမ္ဘာအေးကုန်းမြေ၌ကျင်းပသော သန့်ရှင်းဖဆပလ ပြည်လုံးကျွတ်ညီလာခံတွင် ဥက္ကဋ္ဌဦးနုက ဗုဒ္ဓဘာသာကို နိုင်ငံတော်ဘာသာလုပ်ရေးကိစ္စနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဘာသာခြားခေါင်းဆောင်များနှင့် ထပ်မံဆွေးနွေးညှိနှိုင်းမည်ဟု ကတိပြုသည်။

၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်၊ မေလ ၄ ရက်

ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော်ကို နိုင်ငံတော်ဘာသာ သာသနာအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းသတ်မှတ်ရေးဆိုင်ရာ အကြံပေးအဖွဲ့ကို ဝန်ကြီးချုပ်ဦးနုက ဖွဲ့စည်းပေးခဲ့သည်။ အကြံပေးအဖွဲ့တွင် ပခုက္ကူမြို့ မဟာဝိသုတာရာမတိုက်ဆရာတော် အရှင်သုန္ဒရ (အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ)အမှူးပြုသော ဩဝါဒါစရိယဆရာတော် ၂၃ ပါးနှင့် သိက္ခာတော်ရ နိုင်ငံတော်တရားဝန်ကြီးချုပ် ဒေါက်တာ ဦးသိမ်းမောင် (သတိုးသီရိသုဓမ္မ၊ အဂ္ဂမဟာသရေစည်သူ)က ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ်ဆောင်ရွက်သော လူပုဂ္ဂိုလ် ၂၀ ဦး ပါဝင်သည်။

၁၉၆၁ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၁၇ ရက်

၁၉၆၁ ခုနှစ် ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံ အခြေခံဥပဒေ (တတိယပြင်ဆင်ချက်) အက်ဥပဒေကြမ်းကို ဝန်ကြီးချုပ် ဦးနုက လွှတ်တော်တွင် တင်သွင်းသည်။

၁၉၆၁ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၂၆ ရက်

လွှတ်တော်နှစ်ရပ် တွဲဖက်ညီလာခံအစည်းအဝေးတွင် နိုင်ငံတော်ဘာသာ အက်ဥပဒေကို ထောက်ခံမဲ (၃၂၄) မဲ၊ ကန့်ကွက်မဲ (၂၈) မဲဖြင့် အတည်ပြုခဲ့သည်။ မွန်းလွဲ (၁) နာရီတွင် နိုင်ငံတော်သမ္မတကြီးက လွှတ်တော်နှစ်ရပ်က အတည်ပြုပြီးသော အက်ဥပဒေကို သမ္မတအိမ်တော်၌ အခမ်းအနားဖြင့် လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သည်။

၁၉၆၁ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၁၉ ရက်

သာသနာရေးဝန်ကြီး ဦးဘစောက နိုင်ငံတော်ဘာသာ သာသနာ ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့ရေးဥပဒေကြမ်းကို လွှတ်တော်သို့ တင်သွင်းရာ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးနှင့် သစ်တောဝန်ကြီး သခင်တင်မောင်က ထောက်ခံ၍ လွှတ်တော်က အတည်ပြုသည်။

နိုင်ငံတော်ဘာသာအက်ဥပဒေကြမ်းကို တင်သွင်းချိန်မှစ၍ ဥပဒေဖြစ်လာ

သည့်ကာလအတွင်း အစိုးရခေါင်းဆောင်ကြီးများသည် ကုသိုလ်ကောင်းမှုများ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ သမ္မတကြီးဦးဝင်းမောင်ကိုယ်တိုင် သီလဆောက်တည်ခြင်း၊ သက်သတ်လွတ်စားခြင်း၊ သံဃာတော်များအား ဆွမ်းကပ်လှူခြင်းများ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ဩဂုတ်လ ၂၅ရက်တွင် ဝန်ကြီးချုပ်ဦးနုက နိုင်ငံတော်ဘာသာ အောင်မြင်ခြင်းအထိမ်းအမှတ်အဖြစ် တိရစ္ဆာန်အကောင်ရေ (၅၄၀) ကို ဘေးမဲ့လွှတ်သည်။ အကျဉ်းသား (၉၈) ဦးကို သေဒဏ်မှ ကျွန်းဒဏ်သို့ ပြောင်းလဲပေးပြီး အခြားအကျဉ်းသားများကို လျှော့ရက်ပေးခဲ့သည်။

ကောက်နုတ်ထင်ပြသူ

– မဟာဓါန်ထုလင်

၁၉၆၁ ခုနှစ် ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံအခြေခံဥပဒေ(တတိယပြင်ဆင်ချက်) အက်ဥပဒေ

(၁၉၆၁ ခုနှစ်။ အက်ဥပဒေ အမှတ် ၁၇)

(၁၉၆၁ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၂၆ ရက်)

အောက်ပါအတိုင်း အက်ဥပဒေအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်းလိုက်သည်။

၁။ (၁) ဤအက်ဥပဒေကို ၁၉၆၁ ခုနှစ် ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံ အခြေခံဥပဒေ(တတိယပြင်ဆင်ချက်)အက်ဥပဒေဟု ခေါ်တွင်စေရမည်။

(၂) ဤဥပဒေသည် နိုင်ငံတော်သမ္မတ အမိန့်ကြော်ငြာစာဖြင့် သတ်မှတ်သည့်နေ့ရက်တွင် စတင်အာဏာတည်ရမည်။

၂။ ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံ အခြေခံဥပဒေပုဒ်မ ၂၁ တွင်–

(က) ပုဒ်မခွဲ(၁)အစား၊ အောက်ပါကို ပုဒ်မခွဲ(၁)အဖြစ် ထည့်သွင်းရမည်။

"(၁) **ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော်သည် နိုင်ငံတော်၏ နိုင်ငံသားအများဆုံး ကိုးကွယ်ရာဘာသာကြီးဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ နိုင်ငံတော်ဘာသာ သာသနာ ဖြစ်စေရမည်။**"

(ခ) ပုဒ်မခွဲ(၄)နောက်တွင် အောက်ပါကို ပုဒ်မခွဲ(၅)အဖြစ် ထည့်သွင်းရမည်။

"(၅) ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံအစိုးရသည် မိမိနှစ်စဉ် သာမန်သုံးငွေ၏ အနည်းဆုံး ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် ညီမျှသော ငွေကို ဘာသာသာသနာရေးအတွက် ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့ရမည်။

ရှင်းလင်းချက်။ ။ '**ဘာသာ သာသနာ**'ဆိုသည်မှာ ဤပုဒ်မရှိ ပုဒ်မခွဲ(၁)နှင့်(၂)

တို့တွင် ဖော်ပြထားသည့် ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာ၊ အစ္စလာမ်ဘာသာ သာသနာ၊ ခရစ်ယာန်ဘာသာ သာသနာ၊ ဟိန္ဒူဘာသာ သာသနာ၊ နတ်ကိုးကွယ်သော ဘာသာတို့ကို ဆိုလိုသည်။"

၃။ ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံ အခြေခံဥပဒေပုဒ်မ ၂၁ တွင် အောက်ပါတို့ကို ပုဒ်မ ၂၁–က၊ ၂၁–ခ၊ ၂၁–ဂနှင့် ၂၁–ဃအဖြစ် ထည့်သွင်းရမည်။

"၂၁–က။ ။ ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော်မှာ ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံ၏ နိုင်ငံတော်ဘာသာ သာသနာဖြစ်သည်နှင့်အညီ ပြည်ထောင်စု နိုင်ငံအစိုးရသည်–

(က) ပရိယတ္တိသာသနာ၊ ပဋိပတ္တိသာသနာ၊ ပဋိဝေဓသာသနာတည်းဟူသော ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော်သုံးရပ်ကို စည်ပင်ပြန့်ပွားအောင် ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့ရမည်။

(ခ) ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာတည်းဟူသော ရတနာသုံးပါးကို ချီးမြှောက်ပူဇော်ရမည်။

(ဂ) အဆိုပါ သာသနာသုံးရပ်နှင့် ရတနာသုံးပါးတို့ကို ရေးသားခြင်းအားဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ မြွက်ဆိုခြင်းအားဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ အခြားနည်းအားဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ စော်ကားမှု၊ မဟုတ်မမှန်စွပ်စွဲမှုစသော ဘေးရန်အန္တရာယ်ခပ်သိမ်းမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်။

ရှင်းလင်းချက်။ ။ 'သံဃာရတနာ'ဆိုသည်မှာ ရဟန်းတော်တစ်ပါးစီ မဟုတ်ဘဲ၊ ရဟန်းတော်အားလုံး ဂိုဏ်းဂဏမရွေးပါဝင်သော သံဃာကို ဆိုလိုသည်။

၂၁–ခ။ ။ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံတော်အစိုးရသည်–

(က) ဆဋ္ဌသံဂါယနာတင် ပိဋကတ်ပါဠိတော် အဋ္ဌကထာနှင့် ဋီကာစာမူများကို ကောင်းစွာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ထားရမည်။

(ခ) ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံအတွင်း ထိုပိဋကတ်သုံးပုံပါဠိတော်၊ အဋ္ဌကထာနှင့် ဋီကာစာမူများကို ပုံနှိပ်ကြရာတွင် အမှားအယွင်းမပါရအောင် စည်းကမ်းများသတ်မှတ်၍ ထိုစည်းကမ်းများအတိုင်း လိုက်နာသူများကိုသာ ပုံနှိပ်ခွင့်ပြုရမည်။

၂၁–ဂ။ ။ ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံအစိုးရသည် မန္တလေးတောင်ခြေအနီး မဟာလောကမာရဇိန်ကုသိုလ်တော် ဘုရားပရဝုဏ်အတွင်းရှိ ပဥ္စမသံဂါယနာတင် ပိဋကတ်ပါဠိတော်ကျောက်စာများနှင့် ထိုဘုရားအနီး စန္ဒာမုနိဘုရားပရဝုဏ်အတွင်းရှိ အဋ္ဌကထာနှင့် ဋီကာကျောက်စာများကို ကောင်းမွန်စွာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ထားရှိစေရမည်။

၂၁–ဃ။ ။ ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံအစိုးရသည် တစ်နှစ်လျှင် အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ်

အောက်ပါဆရာတော်ကြီးများအား ပင့်ဖိတ်၍ နိုင်ငံတော် ဘာသာ သာသနာအတွက် မိမိတို့ဆောင်ရွက်ခဲ့ပုံများကို တင်ပြရမည့်အပြင်၊ ထိုဆောင်ရွက်ခဲ့ပုံများနှင့်စပ်လျဉ်းသည့် ဆရာတော်ကြီးများ၏ ဝေဖန်ချက်၊ အကြံပေးချက်နှင့် ဩဝါဒများကိုလည်း ကြားနာကြရမည်။

(က) အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရုဆရာတော်ကြီးများ

(ခ) အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတဆရာတော်ကြီးများ

(ဂ) နိုင်ငံတော်ဩဝါဒါစရိယဆရာတော်ကြီးများနှင့်

(ဃ) နိုင်ငံတော်ဝိနည်းဓိုရ်ဆရာတော်ကြီးများ။"

၄။ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံ အခြေခံဥပဒေပုဒ်မ ၄၃ နောက်တွင် အောက်ပါတို့ကို ပုဒ်မ ၄၃-ကနှင့် ၄၃-ခအဖြစ် ထည့်သွင်းရမည်။

၄၃-က။ ။ နိုင်ငံတော်သည် ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံအတွင်း ရှေးမင်းများ တည်ထားကိုးကွယ်တော်မူခဲ့ကြ၍ မြတ်စွာဘုရား၏ ဓာတ်တော်မွေတော်များ ကိန်းဝပ်ရာဟူ၍ သာသနာသမိုင်းတွင် ထင်ရှားကျော်စောသော ရှေးဟောင်းစေတီပုထိုးများ၊ စစ်ဘေး၊ သူပုန်ဘေး၊ လျှော်ဘေးစသော ဘေးအန္တရာယ်များကြောင့် ပျက်စီးလျှင် ထိုစေတီ၊ ပုထိုးများကို ပြုပြင်၊ ပြန်လည်တည်ထောင်ရာ၌ ကူညီထောက်ပံ့ရမည်။

၄၃-ခ။ ။ နိုင်ငံတော်သည် ဝိနည်းဒေသနာတော်နှင့် မဆန့်ကျင်စေရန် ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံတစ်ဝန်းလုံးတွင် လူပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ဆေးရုံနှင့် တစ်မိုး တစ်ထရံတည်းမဟုတ်မူ၍ ဘုန်းတော်ကြီးများနှင့်အပ်စပ်သော သံဃာ့ဆေးရုံများ ထားရှိစေရမည်။ ထိုဆေးရုံကြီးများ၌ ဘုန်းတော်ကြီးများအား ပြုစုကျွေးမွေးရာတွင်လည်း ဝိနည်းဒေသနာတော်နှင့်မဆန့်ကျင်စေဘဲ ပြုစုကျွေးမွေးရမည်။"

ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံအခြေခံဥပဒေအရ ကျွန်ုပ်လက်မှတ်ရေးထိုးသည်။

ဦးဝင်းမောင်

နိုင်ငံတော်သမ္မတ၊

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်။

ရန်ကုန်မြို့၊ ၁၃၂၃ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လပြည့်နေ့။
(၁၉၆၁ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၂၈ ရက်)

အမိန့်အရ
သာထက်
နိုင်ငံတော်သမ္မတ၏အတွင်းဝန်။

ထေရဝါဒဝမ္မကွန်ယက်(မြန်ကြားရေးအဖွဲ့)က
လေ့လာတင်ပြသည်ဂုံ။

အလုပ်မရှိ၊ စာပေကြည့်၊ တိုး၏အသိဉာဏ်။
အလုပ်လုပ်လျက်၊ စာလေ့ကျက်၊ တိုးတက်အသိဉာဏ်။
ကလေး ကလေး အထင်မသေးနဲ့
ကလေးက လူကြီးဖြစ်တာ
ကလေးကောင်းမှ လူကြီးကောင်းမှာ
လူကြီးကောင်းမှ အားလုံးကောင်းမှာ

ဇာတိမာန်သီချင်း

ရေးသူ – ရွှေတိုင်ညွန့်၊ သီဆိုသူ – ဥညြဘသောင်

(ဒါ တို့တိုင်းတို့ပြည် တို့မြန်မာတွေ)၂၊ (မြင့်မြတ်တဲ့ ဂုဏ်ကျက်သရေ၊ ကျုပ်တို့ရဲ့ ရွှေထီးရွှေနန်း တင့်ဆန်းပေ)၂၊ အာဇာနည် ဗုဒ္ဓဘာသာ အမျိုးသားတိုင်းပြည်၊ ရာဇဝင်ရေးထုံးစဉ်လာ ထွန်းတောက်ခဲ့ပေ၊ ပိုင်ဆိုင်သူ ဘိုးဘွားဘီဘင်တို့အမွေ တို့ပြည်တို့မြေ။

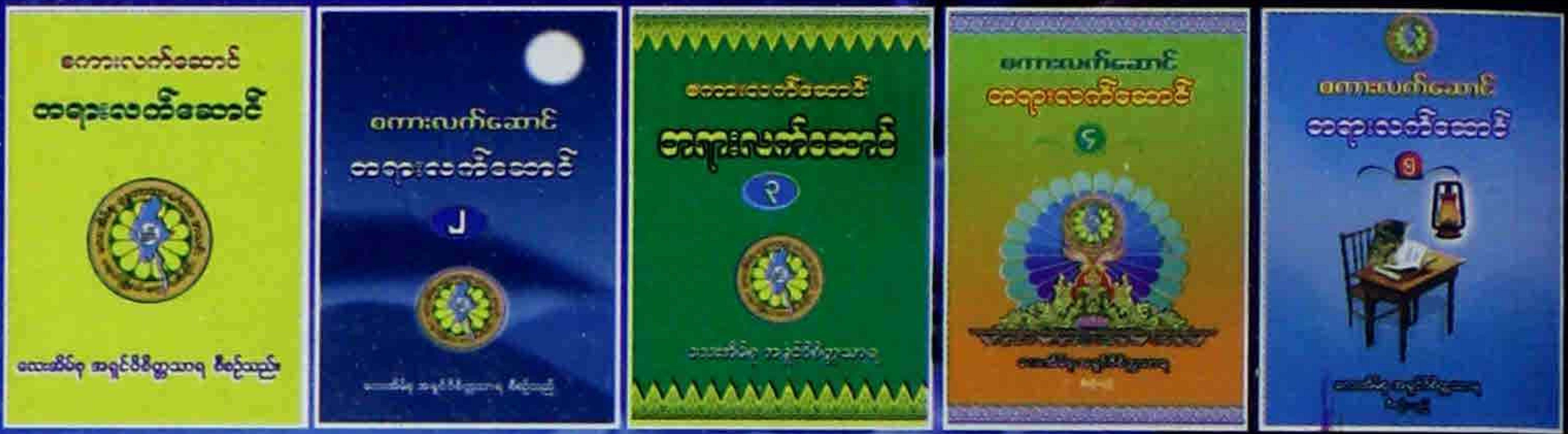
သံပြိုင်။ ။ (ရိုးရာအခြေ၊ မညှိုးပါသလေ၊ မျိုးသာကီနွယ် ဆင်းသက်ပေ၊ ဒါတို့ရွှေထီး၊ ဒါတို့မြေကြီး၊ စည်ထီးခရိုင် ကိုယ်ပိုင် မြန်မာပြည်၊ (တက်လူတွေ)၂၊ လုံလဝီရိယရှိကြစေ၊ မျိုးဂုဏ် တက်အောင် ရှက်ဆောင်လေ၊ တို့တာဝန်မှန်ပေ၊ အာဇာနည် ဗုဒ္ဓဘာသာ အမျိုးသားတိုင်းပြည်၊ ရာဇဝင်ရေးထုံးစဉ်လာ ထွန်း တောက်ခဲ့ပေ၊ပိုင်ဆိုင်သူဘိုးဘွားဘီဘင်တို့အမွေတို့ပြည်တို့မြေ)၂။

(မျိုးရိုးနဲ့ တန်ခိုးရှိခဲ့သလေ၊ ထီးနန်းနဲ့ စံမြန်းလာတာတွေ)၂၊ (ကမ္ဘာမိုးမြေ၊ တေဇာတော်ဖြိုးဝေ၊ မဟာမျိုးတွေ စိတ်အားတက် ကြစေ)၂၊ (ရွှေမှန်းကင်းအစစ် ဝင်းဝင်းတောက်ခဲ့ပေ၊ နောင်လာ နောက်သားတွေ သိအပ်ကြတဲ့အခြေ)၂၊ မြန်မာချင်း ယှိုင်းပင်းစေ၊ ဘုန်းတန်ခိုးတိုးတက်ကြဖို့ ခေတ်ကောင်းရောက်ပေါ့လေ့။

(မျိုးကျက်သရေ၊ တိုးတက်စေ၊ အောင်ကြောင်းမင်္ဂလာအခြေ၊ မိုးအောက်မြေ၊ တန်ခိုးတောက်ပေ၊ ခေတ်ကောင်း ရောက်ပြီလေ/ ပေါ့လေ)၂၊ အောက်ကျမခံဘူးဟော့ အမျိုးသမီးတို့ရေ၊ အောက်ကျ မခံဘူးဟော့ အမျိုးသားတို့ရေ၊ မြန်မာချင်း ယှိုင်းပင်းလေ အာဇာနည် တွေ၊ တိုင်းပြည်လုံးပဲ နယ်လုံးပဲ ညီညွတ်ကြစေ၊ မျိုးရိုးက အထက် တန်းစားတွေ။

သံပြိုင်။ ။ ရိုးရာအခြေ .... တို့မြေ။

–မြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာန၊ 'မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ်ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး ခေတ်ပေါင်းတေးများ'စာအုပ် စာ ၇ မှ။



**ယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်းတွေ၊ ဓမ္မစကူးလ်တွေ
ဘာ့ကြောင့်ဖွင့်ရသလဲ ?**

၁ လောကကောင်းကျိုးတွေကို ဆရာ–ဒကာ ညီညာလက်တွဲ ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့၊

၂ ကလေးလူငယ်တွေကို ယဉ်ကျေးလိမ္မာအောင် ရဟန်းသံဃာတွေကိုယ်စား သင်ကြားပေးဖို့၊

၃ လူကြီးမိဘတွေကိုယ်စား သင်ကြားပေးဖို့၊

၄ ဆရာ–ဆရာမတွေကိုယ်စား သင်ကြားပေးဖို့၊

၅ ဘာသာရေးအသိအမြင်, အတွေးအခေါ် မှန်ကန်စေဖို့၊

၆ လူတိုင်းလူတိုင်း အေးချမ်းသောဘဝကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ဖို့၊

၇ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ ဓမ္မစကူးလ်ထွန်းကားသောနေရာတိုင်း
- ယဉ်ကျေးသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်စေဖို့၊
- ငြိမ်းချမ်းသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်စေဖို့၊
- မြင့်မြတ်သော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်စေဖို့

ဖွင့်လှစ်ရသည်။