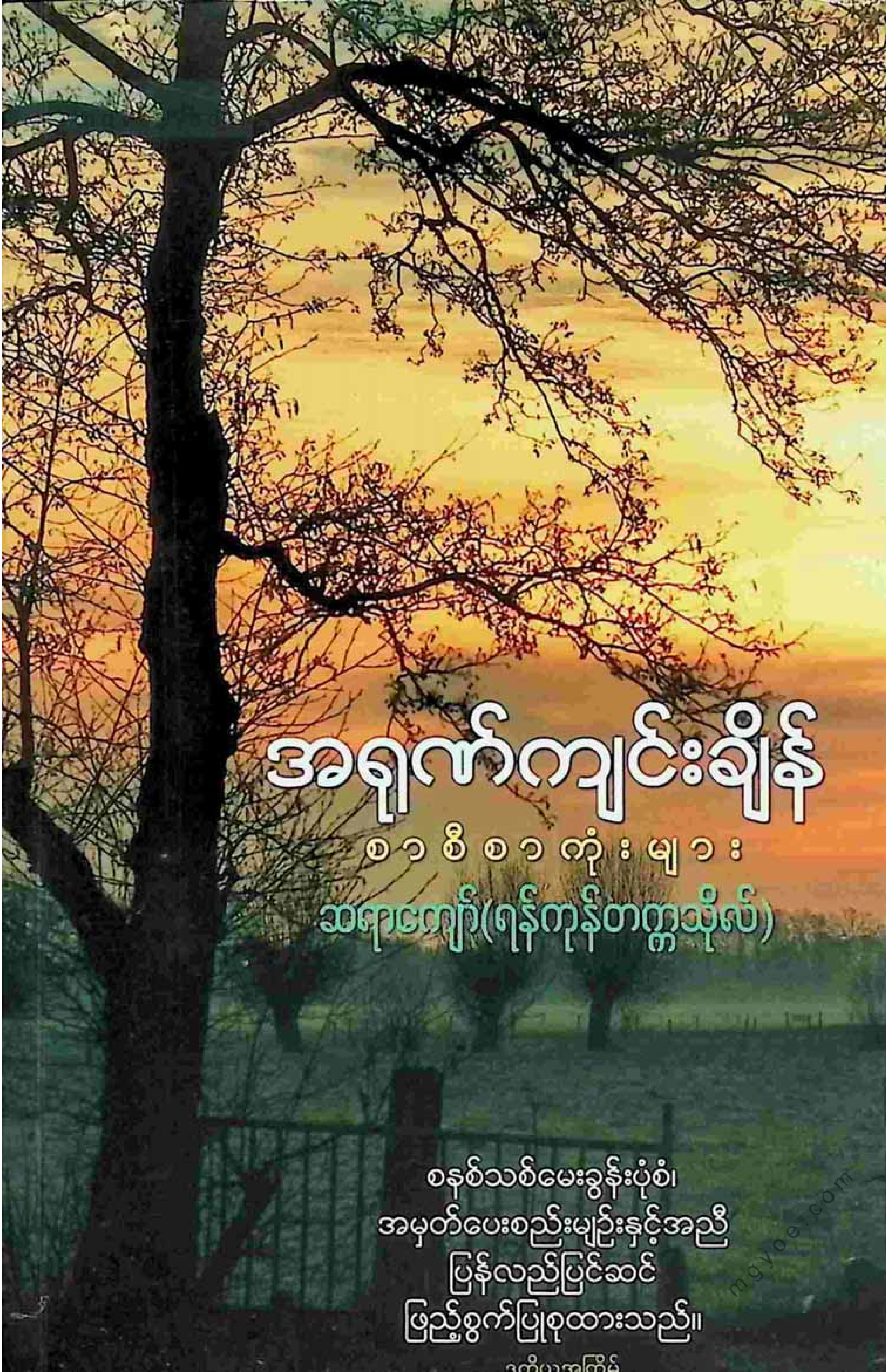
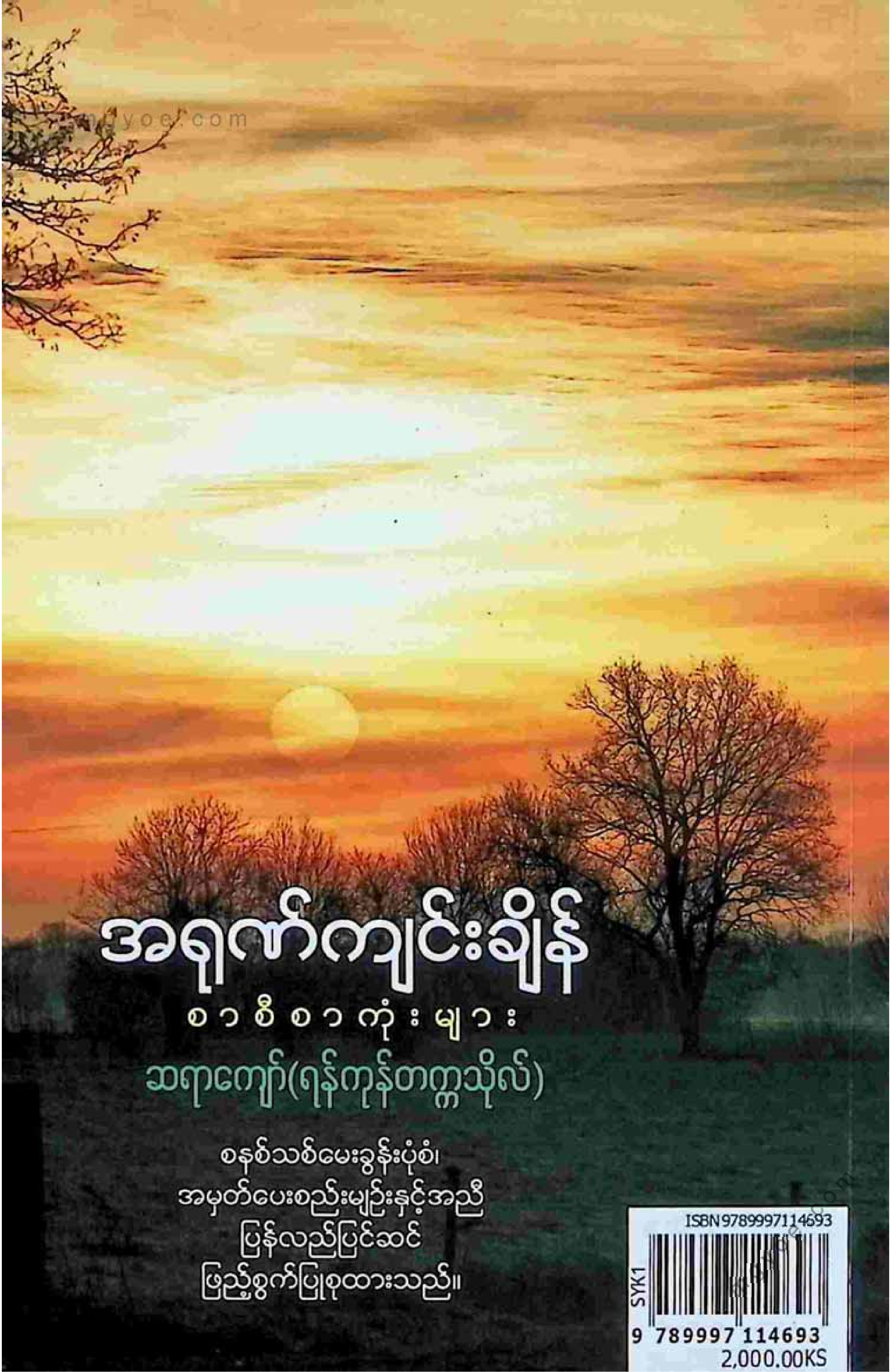

အရက်ကျင်းချိန်
စာစီစာကုံးများ
ဆရာကျော်(ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)
စနစ်သစ်မေးခွန်းပုံစံ၊
အမှတ်ပေးစည်းမျဉ်းနှင့်အညီ
ပြန်လည်ပြင်ဆင်
ဖြည့်စွက်ပြုစုထားသည်။
mgyoe.com



အရုဏ်ကျင်းချိန်

စာစီစာကုံးများ

ဆရာကျော်(ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)

စနစ်သစ်မေးခွန်းပုံစံ၊
အမှတ်ပေးစည်းမျဉ်းနှင့်အညီ
ပြန်လည်ပြင်ဆင်
ဖြည့်စွက်ပြုစုထားသည်။

ISBN 9789997114693
SYK1
9 789997 114693
2,000.00KS

myoe.com

mgyoe.com

အရထ်ကျင်းချိန်စာစီစာကုံးများ။ ဆရာကျော်(ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)
စာမျက်နှာ ၂၂၇ မျက်နှာ၊ ၁၃ စင်တီ× ၂၀.၅ စင်တီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ဂ၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကုန်။
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။
၂၀၁၉၊ ဇန်နဝါရီလ၊ ဒုတိယအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀၊
၂၀၀၈ စိတ်ကူးချိုချို၏ ပထမအကြိမ်မူကို ပြင်ဆင်ဖြည့်စွက်ရိုက်နှိပ်ခြင်း။

ရောင်းဈေး ၂၀၀၀ ကျပ်

email: skccph@gmail.com ; P.O.Box: 705
www.facebook.com/SKCCmyanmarbook
www.skccmyanmarbook.com

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်

အရုဏ်ကျင်းချိန်

စာစီစာကုံးများ

ဆရာကျော်
(ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)

ဒုတိယအကြိမ်၊ ၂၀၀၄

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

မာတိကာ

– စာရေးသူ၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း ... က
– အမှာစကား ... င
၁။ စည်းကမ်းရှိမှ တိုးတက်မည် ... ၁
၂။ ကျေးဇူးကြီးလှ မိနှင့်ဖ ... ၆
၃။ ခါသကြ်န် (သို့မဟုတ်) ကျေးလက်သင်္ကြန်ပွဲ ... ၁၀
၄။ ယဉ်ကျေးမှုအစစ် လူ့အနှစ် ... ၁၆
၅။ အကျွန့်မွေးရပ်မြေ ... ၂၁
၆။ ရိုးရိုးကျင့် မြင့်မြင့်ကြံ ... ၂၆
၇။ ဆောင်းရာသီ သဘာဝအလှ ... ၃၀
၈။ မြတ်ပညာ ... ၃၄
၉။ စည်းလုံးခြင်းသည် ခွန်အား ... ၃၈
၁၀။ စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ ... ၄၂
၁၁။ နှုတ်ချို သျှိုတစ်ပါး ... ၄၆
၁၂။ ဝသန်ခါမိ မိုးပန်းချီ ... ၅၁
၁၃။ ခါနွေဦး ... ၅၆
၁၄။ ကျန်းမာခြင်းသည် လာဘ်တစ်ပါး ... ၆၀
၁၅။ အကျွန့်မေမေ ... ၆၅

mgyoe.com

mgyoe.com

၁၆။ မြန်မာ့ရိုးရာ အားကစား တစ်ခု ၇၀
၁၇။ လူငယ်နှင့် စာဖတ်ဝါသနာ ၇၅
၁၈။ မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်း ၇၉
၁၉။ အရက်ကျင်းချိန် ၈၄
၂၀။ စိတ်ဝင်စားဖွယ် စိန်ရတု ၈၈
၂၁။ အရိုးကို အရွက်မဖုံးစေနှင့် ၉၂
၂၂။ ညနေဆည်းဆာ ၉၆
၂၃။ အချိန်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက် ၁၀၀
၂၄။ စိုက်ပျိုးစွမ်းအား ပြည်ထွန်းကား ၁၀၄
၂၅။ ကျောင်းသားနှင့် အားကစား ၁၀၈
၂၆။ ရေအသက် တစ်မနက် ၁၁၂
၂၇။ ကြိုတင်ပြင်မှ အောင်ပွဲရ ၁၁၆
၂၈။ အနှစ်သက်ဆုံး ကဗျာတစ်ပုဒ် ၁၂၀
၂၉။ အကျွန့် အိမ်နီးချင်းများ ၁၂၄
၃၀။ အလိမ္မာ စာမှာရှိ ၁၂၈
၃၁။ ရှုခင်းသာယာ ပြည်မြန်မာ ၁၃၃
၃၂။ ဖွဲ ၁၃၈
၃၃။ ကျောင်းပိတ်ရက်တွင် ခရီးသွားခြင်း ၁၄၂
၃၄။ ဆရာ့ကျေးဇူး ၁၄၇
၃၅။ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ခြင်း ၁၅၁
၃၆။ လူငယ်နှင့် ဇာတိမာန် ၁၅၅
၃၇။ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင် အလှ ၁၅၉
၃၈။ ညာဏ်စမ်းပြိုင်ပွဲ ပါဝင်နွှဲ ၁၆၄
၃၉။ မြန်မာ့အလှူပွဲ ၁၆၈
၄၀။ ဈေးမြင်ကွင်း ၁၇၂
၄၁။ သစ္စာတရား ၁၇၇
၄၂။ ရိုင်းပင်းကူညီလိုစိတ် ၁၈၁
၄၃။ စာဖတ်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူး ၁၈၆

mgyoe.com

mgyoe.com

၄၄။ နှစ်သက်ဖွယ်ရာ မြန်မာ့အစားအစာ ၁၉၀
၄၅။ ဆရာနှင့် တပည့် ၁၉၄
၄၆။ လူငယ်နှင့် ယဉ်ကျေးမှု ၁၉၉
၄၇။ အလေ့အကျင့်ကောင်း ၂၀၃
၄၈။ လူငယ်နှင့် စည်းကမ်း ၂၀၇
၄၉။ အာဇာနည်နေ့ တို့မမေ့ ၂၁၁
၅၀။ သည်းခံစိတ် ၂၁၆
၅၁။ စေတနာအလှ မြတ်ဒါန ၂၂၀
၅၂။ လမ်းပန်းဆက်သွယ်မှု အကျိုးတရားများ ၂၂၄

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

စာရေးသူ၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း

- ✱ အမည်ရင်း ဦးကျော်တင့် ဖြစ်သည်။
- ✱ ရန်ကုန်ဇာတိ ဖြစ်သည်။ အဖ ဦးထွန်းကြည်၊ အမိ ဒေါ်မြကြည် တို့၏ ဒုတိယမြောက်သားကြီး ဖြစ်သည်။
- ✱ ၁၉၆၄ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၂၀ ရက်နေ့တွင် မွေးဖွားသည်။
- ✱ ၁၉၈၀ တွင် တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းကို အ.ထ.က (၂) ဒဂုံမှ အောင်မြင်သည်။
- ✱ ၁၉၈၀ တွင် ရန်ကုန်ဒေသကောလိပ် (၁) သိပ္ပံ–သင်္ချာဘာသာတွဲ ဖြင့် ပညာသင်ကြားခဲ့သည်။
- ✱ အလယ်တန်း၊ အထက်တန်း ကျောင်းသားဘဝကပင် မြို့နယ် အဆင့်၊ တိုင်းအဆင့် စာစီစာကုံး ပြိုင်ပွဲများတွင် ဆုများ ရရှိခဲ့ သည်။
- ✱ ၁၀ တန်းအောင်သည့်အချိန်မှစ၍ ဗိုလ်တထောင် သတင်းစာတွင် ပညာပေးသုတဆောင်းပါး ရေးပြီး စာပေနယ်သို့ စတင် ဝင် ရောက်ခဲ့သည်။ ကျော်တင့်ဝင်း ဟူသော ကလောင်အမည်ကို ခံယူ ခဲ့သည်။ ထို့နောက်တွင် သတင်းစာ၊ စာစောင်၊ မဂ္ဂဇင်း တို့၌ ကျော်တင့်ဝင်း၊ ကျော်စိန်တင့်၊ အယ်ဒီတာအဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး အမည် တို့ဖြင့် စာပေ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ သုတ၊ ခရီးသွားဆောင်းပါးများ ရေးသားခဲ့သည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

* ၁၉၈၄ တွင် စာပေလုပ်သားအဖွဲ့ဝင် တစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့သည်။
* တက္ကသိုလ်ကျောင်းသားဘဝဖြင့် စာပေလုပ်ငန်းကို စိတ်ပါဝင်စားမှု အားကြီးစွာဖြင့် 'အတွေးအမြင်' စာစောင်တွင် လက်ထောက်အယ်ဒီတာ၊ 'သတင်းထူး'၊ 'ဘက်စုံ'၊ 'ခေတ်မြန်မာ' ဂျာနယ်တို့တွင် အယ်ဒီတာအဖြစ် စာပေတာဝန်ကို ထမ်းရွက်ခဲ့သည်။
* ဒုတိယနှစ် အောင်မြင်သောအခါ မိမိဝါသနာပါရာ မြန်မာဘာသာကို ပြောင်းရွှေ့လျှောက်ထားပြီး မြန်မာစာ ကျောင်းသားအဖြစ် ခံယူခဲ့သည်။
* စတုတ္ထနှစ် ဘွဲ့ယူစာတမ်းအဖြစ် 'ငွေတာရီမဂ္ဂဇင်း လေ့လာချက်' စာတမ်းကို ပြုစုပြီး ဝိဇ္ဇာဘွဲ့ မြန်မာစာကို ၁၉၈၅ တွင် ရရှိသည်။
* မြန်မာစာ ဂုဏ်ထူးတန်း ကျောင်းသားဘဝတွင် 'မောင်ရင်မောင်မမယ်မ ဝတ္ထုလေ့လာချက်'၊ 'ရွှေစည်းခုံမွန်ကျောက်စာ လေ့လာချက် (ကျဉ်း)' 'လှိုင်ထိပ်ခေါင်တင်၏ ဘဝနှင့်စာပေ'၊ 'စကားပြေတွင် ရေးဟန်၏သဘော' စာတမ်းများ ပြုစု၍ ဝိဇ္ဇာ ဂုဏ်ထူးဘွဲ့ မြန်မာစာကို ၁၉၈၆ တွင် ရရှိခဲ့သည်။
* 'မန္တလေးရတနာပုံခေတ် သံရောက်စာတမ်းများ လေ့လာချက်' စာတမ်းဖြင့် မဟာဝိဇ္ဇာ (မြန်မာစာ) ဘွဲ့ကို ၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင် ရရှိခဲ့သည်။
* ၁၉၈၀ ဒီဇင်ဘာမှ ၁၉၈၈ မေလအထိ ဗိုလ်တထောင် သတင်းစာတိုက်၊ အယ်ဒီတာဌာနတွင် သုတေသနဌာန တာဝန်ခံအဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။
* ၁၉၈၆ တွင် လုပ်သားများကောလိပ် မြန်မာစာဌာနတွင် အချိန်ပိုင်း နည်းပြအဖြစ် စတင် အမှုထမ်းသည်။
* ၁၉၈၉ မှ ၁၉၉၁ ထိ နိုင်ငံတော် ပရိယတ္တိ သာသနာ့တက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်) အုပ်ချုပ်ရေး ဗဟိုအဖွဲ့ရုံးတွင် ရုံးအုပ်အဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။
* ၁၉၉၁ တွင် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် မြန်မာစာဌာနတွင် နည်းပြအဖြစ် ပြောင်းလဲ၍ လည်းကောင်း၊ ၁၉၉၃ တွင် ဒဂုံတက္ကသိုလ် မြန်မာစာဌာနတွင် လည်းကောင်း၊ ၁၉၉၉ မှ ၂၀၀၃ ထိ မြစ်ကြီး

mgyoe.com

mgyoe.com

နား တက္ကသိုလ် မြန်မာစာဌာနတွင် လ/ထ ကထိကအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။

ထို့နောက်တွင် တစ်ဖက်မှ မြန်မာစာပေကို ခုံမင်ပျော်ပါးစွာ သင်ကြားရင်း တစ်ဖက်မှာလည်း စမ်းချောင်းမြို့နယ် စာရေးဆရာအသင်း အဖွဲ့ဝင် တစ်ဦးအဖြစ် စာပေတာဝန်ကို ထမ်းဆောင်လျက် ရှိသည်။

ထို့အပြင် ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန ဂျပန် ဒိုင်တိုပညာသင်ဆု ရွေးချယ်ရေး အဖွဲ့ဝင်အဖြစ် လည်းကောင်း၊ မြန်မာနိုင်ငံ မူးယစ်ဆေးဝါး ဆန့်ကျင်ရေး အသင်းအဖွဲ့ဝင် တစ်ဦးအဖြစ် လည်းကောင်း နိုင်ငံ့တာဝန်များကို ထမ်းဆောင်လျက် ရှိပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com
mgyoe.com

mgyoe.com

အမှာစကား

၂၀၁၈–၂၀၁၉ ပညာသင်နှစ်မှစ၍ တက္ကသိုလ်ဝင်တန်း မေးခွန်းပုံစံ အသစ်ကို ဘာသာရပ်တိုင်းလိုလို ပြုပြင်ပြောင်းလဲခဲ့ပါသည်။

မြန်မာစာ မေးခွန်းတွင်လည်း စာစီစာကုံး မေးခွန်း အမှတ် ၂၀ ဖိုးကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲခဲ့ပါသည်။

မေးခွန်းနံပါတ် ၆ (က) စာစီစာကုံး ၂ ပုဒ် မေး ၁ ပုဒ် ဖြေ။

၁၀ မှတ်နှင့် မေးခွန်းနံပါတ် ၆ (ခ) ကန့်ကွက်/ထောက်ခံ အဆိုအချေ စာစု ၂ ပုဒ် မေး၊ ၁ ပုဒ်ဖြေ ၁၀ မှတ်တန်တို့ကို ပြုပြင်လိုက်ပါသည်။

စိတ်ကူးချိုချို စာပေတိုက်မှ လွန်ခဲ့သော ၁၀ နှစ်ကျော်က ထုတ်ဝေခဲ့သော စာစီစာကုံးများကို မေးခွန်းပုံစံသစ်၊ စာစီစာကုံး နိဒါန်း၊ စာကိုယ်၊ နိဂုံး ၇ ပိုဒ် ဖြေစနစ်အဖြစ် ပြန်လည်ပြုစုပေးလိုက်ပါသည်။

လေ့လာဖတ်မှတ်သူ တပည့်များအားလုံး စာစီစာကုံး ပုံစံသစ်ကို လေ့လာပြီး ဂုဏ်ထူးမှတ်လွန် ရကြပါစေဟု။

ဆန္ဒပြုလျက်
ဆရာကျော် (ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

စည်းကမ်းရှိမှ တိုးတက်မည်

၁။ စည်းကမ်းသည် လိုက်နာစောင့်ထိန်းရန် လိုပုံ။
၂။ စည်းကမ်းသည် ကျင့်ဝတ်ကောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပုံ။
၃။ စည်းကမ်းနှင့် ပတ်သက်၍ အဆိုအမိန့်။
၄။ နေရာ၊ ဒေသအားလုံးတွင် စည်းကမ်းအရေးပါပုံ။
၅။ စည်းကမ်းရှိခြင်း၏ အကျိုးနှင့် စည်းကမ်းမရှိခြင်း၏ ဆိုးကျိုး။

mgyoe.com

mgyoe.com

စည်းကမ်းရှိမှ တိုးတက်မည်

"စည်းကမ်းရှိမှ တိုးတက်မည်" ဟူသော ဆိုရိုးစကားလေးသည် တောရော၊ မြို့ပါ နေရာအနှံ့ တွေ့မြင်နေရသော စာသားလေး ဖြစ်ပါသည်။ အစိုးရဌာနများ၊ စာသင်ကျောင်းများ၊ မြို့ရွာရပ်ကွက်များ၏ လမ်းထိပ်လေးတွင် ဤဆိုင်းဘုတ်ကလေးသည် နေရာယူထားပါသည်။ ဤစာသားလေးသည် စာလုံးရေအားဖြင့် ခုနစ်လုံးသာ ရှိသော်လည်း အနက်အဓိပ္ပာယ်အားဖြင့် အလွန်ပင် ကျယ်ဝန်းလှပါသည်။ အနက်အဓိပ္ပာယ် ကျယ်ဝန်းသလို ကျေးဇူးအကျိုးတရားကလည်း ကြီးမားလှပါသည်။ စည်းကမ်းဟူသည် လိုက်နာစောင့်ထိန်းရမည့် ကျင့်ဝတ် ဖြစ်ပါသည်။ လူ့ဘောင်လောကကြီး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သာယာစေရန် စည်းကမ်းသည် အလွန်ပင် အရေးကြီးလှပေသည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်မှသည် မိသားစု၊ မိသားစုမှသည် ကျေးရွာရပ်ကွက်၊ ထိုမှ မြို့နိုင်ငံအထိ စည်းကမ်းရှိပါမှ အရာရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ပေမည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ယခုခေတ်နှင့် ဆီလျော်သော စံနမူနာယူအပ်သော ဆိုရိုးလေးပင် ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့ ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော နိုင်ငံများကို ကြည့်လျှင် စည်းကမ်းဟူသော ကျင့်ဝတ်ကောင်း တစ်ခုကြောင့် ခေတ်မီနိုင်ငံတစ်ခုအဖြစ် တည်ဆောက်နိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ နေရာဒေသ လူတစ်စုတည်း ကွက်၍ စည်းကမ်းရှိနေရုံဖြင့် အရာမထင်ပေ။ လူတိုင်း လူတိုင်း စည်းကမ်းရှိဖို့ လိုအပ်

mgyoe.com

mgyoe.com

ပါသည်။ စည်းကမ်းနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ကုန်းဘောင်ခေတ်စာဆို အချုပ်တန်း ဆရာဖေ၏ တေးထပ်ကလေးက မြန်မာလူမျိုးများအတွက် နည်းနာယူစရာပင်။ စာဆိုက...

'မြန်မာတွေ စည်းကမ်းဖောက်လို့

ထီးနန်းပျောက်ပြီ

မိပစ်လို့ ဖရှောင်သွေသည်

ခွေကောင်တွေ ခွေးဖြစ်ပေါ့ဗျို့'ဟု ဆိုကာ မြန်မာလူမျိုးများ ယခင်က စည်းကမ်းမရှိမှုကြောင့် တိုင်းပြည် သူတစ်ပါးလက်အောက် ကျရောက်ခဲ့ပုံကို ဖော်ပြခဲ့သည်။ ထို့အတူ ကျွန်ုပ်တို့၏ဖခင် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကလည်း ဖဆပလ ပြည်သူ့ညီလာခံ မိန့်ခွန်းတွင် မြန်မာလူမျိုးများ စည်းကမ်းရှိကြဖို့၊ စည်းကမ်းကို လိုက်နာကြဖို့၊ စည်းကမ်းမလိုက်နာသော နိုင်ငံသည် ဘယ်လိုနိုင်ငံ ဖြစ်သွားမည်အထိ ပြည်သူများ အသည်းထဲစွဲအောင် ပြောကြားခဲ့ပါသည်။

မြန်မာ့ကျေးလက်တွင် ရွာအမည်များကို ကြည့်လျှင် ရွာသာယာ၊ သာယာကုန်းကျေးရွာ၊ ပြည်သာယာ စသည်ဖြင့် မိမိတို့ဒေသ၏ သာယာမှုကို ဖော်ကျူးသော နာမည်ပေးသလို သူတို့၏ ကျေးရွာများကို သာယာလှပအောင် သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်ထားကြသည်။ ဤသည်မှာ ကျေးရွာတစ်ရွာ၏ စည်းကမ်း ဖြစ်သည်။ ရွာတွင် ဘုန်းကြီးကျောင်း ရှိသည်။ ဘုရားစေတီ ရှိသည်။ ရွာသောက်ရေကန် ရှိသည်။ ဇရပ်ရှိသည် ဆိုရုံနှင့်မပြီး ထိုရွာတွင် ရွာသူရွာသားတို့ကို စည်းကမ်းတကျ အုပ်ချုပ်ရန် ရွာသူကြီး ရှိရပေမည်။ ရွာသူရွာသားတို့ စည်းလုံးမှုရှိရသည်။ အများအတွက် ချမှတ်ပေးထားသော စည်းကမ်းကို လိုက်နာရသည်။ ရွာလယ်က လမ်းမကို သန့်ရှင်းအောင် ထားရမည်။ မိမိတို့ ခြံဝင်းအတွင်း အမှိုက်သရိုက်များကို ရှင်းလင်းထားသည်။ ရွာ၏ ခြံစည်းရိုးကို တောကိုရစ္ဆာန်များ၏ ရန်နှင့် သူခိုးဓားပြတို့ရန်မှ ကာကွယ်ရန် အသေအချာ ပြုလုပ်ထားသည်။ အများ၏ အကျိုးကိစ္စကို ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ကြသည်။ လမ်းသွားရင်း ဆေးလိပ်မသောက်၊ ကြီးသူကို ငယ်ရွယ်သူများက ရိုသေလေးစားကြသည်။ ငယ်ရွယ်သူတို့ကို ညှာတာ ထောက်ထားကြသည်။ ဤကဲ့သို့ လူ့ကျင့်ဝတ်၊ ရွာကျင့်ဝတ်၊ ရွာစည်းကမ်းကို လိုက်နာလျှင် ထိုရွာသည် အေးချမ်းသည်၊ သာယာသည်၊ စည်းကမ်းရှိသည်။ တိုးတက်သည်မှာ မဆန်းပေ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျေးရွာ၏ စည်းကမ်းကောင်းမှုသည် ထိုရွာ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အတွက် အထောက်အကူပြုသလို မြို့ပြ၏ စည်းကမ်းရှိမှုကလည်း ကျေးလက် ဒေသထက် ပိုပြီး လိုအပ်ပါသည်။ မြို့ပြသည် ကျေးလက်ထက် တိုက်တာ အိမ်ခြေ ပိုများသည်။ လူနေထူထပ်သည်။ မြို့ပြ၏ သန့်ရှင်းရေးကို အစိုးရ အား အားကိုးနေ၍ မရ။ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ပါဝင်ပြီး ဆောင်ရွက်မှ မိမိ၏မြို့ သန့်ရှင်းမည်။ ရောဂါဘယ ကင်းဝေးမည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက် မဟုတ်ဘဲ လူတိုင်း ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှသာ မြို့၏ သန့်ရှင်းရေးသည် ပြည့်စုံပေလိမ့်မည်။ အမှိုက်ကို စနစ်တကျ သိမ်းဆည်းမည်။ ရေနုတ်မြောင်းများ တူးဖော်မည်။ ခြင်၊ ယင်၊ ကြွက် မခိုအောင်းစေရန် စီစဉ်မည်။ အိမ်တိုင်းရှိ ရေကန်၊ ရေအိုး များကို ပိုးလောက်လန်း မရှိစေရန် အမြဲတစေ ကြည့်ရှုမည်ဆိုလျှင် ထိုမြို့တွင် ခြင်၊ ယင်၊ ကြွက်ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါဘယများ ကင်းဝေးပေမည်။ မိမိနေထိုင်ရာအိမ် သန့်ရှင်းပါမှ မိမိ၏လမ်း သန့်ရှင်းပေမည်။ လမ်းသန့်ရှင်း ပြီးပါမှ မြို့သန့်ရှင်းပေလိမ့်မည်။ အများပြည်သူ အပန်းဖြေရာ ပန်းဥယျာဉ် များတွင် ပန်းပင်များကို အလှအပ မျက်စိပသာဒဖြစ်အောင် ပြုပြင်ထားရှိ သည်။ ကားလမ်းတစ်လျှောက်တွင် အရိပ်ရအပင်များသာမက အလှပန်းပင် များပါ စိုက်ပျိုးထားသည်။ ဤသည်မှာ မြို့၏ အလှကျက်သရေ တိုးတက်မှု ပင် ဖြစ်သည်။ ထိုအလှကို ဖျက်ဆီးလျှင် ထိုသူသည် မြို့ကြီးသား မပီသသူ၊ စည်းကမ်းမရှိသူသာ ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။

စည်းကမ်းမရှိခြင်း၏ အကျိုးတရားကား လူတစ်ဦးတစ်ယောက် အတွက်သာမက လူအများအတွက်ပါ ဒုက္ခရောက်စေနိုင်သည့် သာဓကများ စွာပင် ရှိပါသည်။ စည်းကမ်းမဲ့သော ယာဉ်မောင်း တစ်ဦးကြောင့် ပြည်သူတို့ ၏ အသက်ပေါင်းများစွာ ဆုံးရှုံးနိုင်သလို စည်းကမ်းမဲ့သော အစားအသောက် ကြောင့် လူအများ ဒုက္ခရောက်ကြသည်မှာ တွေ့ကြုံကြားသိနေရစမြဲပင် ဖြစ် ပါသည်။ စည်းကမ်းဟူသည် လူ၏ တန်ဖိုးဟု မြန်မာမှုနယ်ပယ်တွင် ပြောဆို ကြသည်မှာ အလကား မဟုတ်ပေ။ စည်းကမ်းရှိသောသူသည် တန်ဖိုးရှိသော သူပင် ဖြစ်ပါသည်။ စည်းကမ်းမရှိသောသူသည် တန်ဖိုးမဲ့သူပင် ဖြစ်သည်။ လူ၏ ဘဝတွင် အောက်ကျနောက်ကျဖြင့် ဘဝဇာတ်သိမ်း မကောင်းတတ်ကြ ပေ။

mgyoe.com

mgyoe.com

မြန်မာမှု နယ်ပယ်တွင် စည်းစနစ် ဟူသော စကားသည် ရှေးပဝေသဏီကပင် သုံးနှုန်းလာခဲ့ကြသည်။ စည်းစနစ်ကြီးသော မိသားစုသည် စည်းကမ်းရှိသော၊ စည်းလုံးမှုရှိသော မိသားစုဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည်။ 'အိမ်၊ လမ်း၊ ရွာ၊ ကျောင်း သန့်ရှင်းကြောင်း စုပေါင်းအမှိုက်သိမ်း၊ ခြေလက်မျက်နှာ ဆေးကြောပါ၊ ကျန်းမာသန့်ရှင်း ရောဂါကင်း' ဟူသည့် စကားလေးအတိုင်း စည်းကမ်းရှိသော လူမှုအဖွဲ့အစည်းသည်သာ တိုးတက်မှု ရှိသည်။ သာယာမှု ရှိပါသည်။ ထိုလူ့အဖွဲ့အစည်း အဝန်းအဝိုင်းရှိသော မြို့ရွာသည်သာ စည်းကမ်းရှိမှုကြောင့် အမြဲတမ်း လှပနေမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ လှပမှုရှိမှလည်း ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုရှိမည် ဖြစ်ပါသည်။

အချုပ်ဆိုရလျှင် ကျေးလက်မှသည် မြို့ရွာအထိ ပြည်သူအားလုံး စည်းကမ်းရှိသော လူ့ဘောင်ဘဝကို တည်ဆောက်နိုင်သော ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော နိုင်ငံတော်ကို ဖော်ဆောင်နိုင်မည် ဖြစ်ပါတော့သည်။ ထို့ကြောင့် စည်းကမ်းရှိလျှင် တိုးတက်မှုရှိမည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျေးဇူးကြီးလှ မိနှင့်ဖ

၁။ မိဘကျေးဇူး ကြီးမားပုံ။
၂။ မိဘဝတ္တရားငါးပါး၊ သားသမီးဝတ္တရား ငါးပါး။
၃။ မိဘကို မပြစ်မှားသင့်ပုံနှင့် မြတ်စွာဘုရား မိဘကျေးဇူးဆပ်ပုံ။
၄။ မိဘကို ပြုစုလုပ်ကျွေးသော သာဓက။
၅။ စာတွေ့ကိုယ်တွေ့ သာဓကများ၊ မိမိ၏အမြင်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျေးဇူးကြီးလှ မိနှင့်ဖ

'မြင်းမိုရ်တောင်ဦး မကကျူးသည့် ကျေးဇူးကြီးလှ မိနှင့်ဖ' ဟူသော စကားနှင့်အညီ မိဘနှစ်ပါး၏ ကျေးဇူးတော်ကား မြင်းမိုရ်တောင်ထက်ပင် ပို၍ ကြီးမားမြင့်မြတ်လှပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့အဖို့ အမိအဖတို့ကို မြတ်စွာဘုရားသခင်နှင့် တစ်ဂိုဏ်းတည်းထား၍ ညွတ်တွားရှိသေ အလေးအမြတ်ပြုကြသည်မှာ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုအရသာမက မြန်မာ့ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှု အစဉ်အလာ တစ်ရပ်ကို မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းခြင်းလည်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အနန္တော၊ အနန္တငါးပါး အပါအဝင်ဖြစ်သည့် မိဘတို့၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ကုန်စင်အောင် ဖော်ပြနိုင်ခြင်းမှာ မစွမ်းသာ ဖြစ်ပေသည်။

မိဘကျေးဇူးကား အတိုင်းမသိ ကြီးမြတ်လှပါဘိသည်။ ကလလရေကြည် သန္ဓေတည်ချိန်မှစ၍ မိခင်ဖြစ်သူမှာ ပူလောင်စပ်ခါး စားချင်ဖွယ်ရာများကို နှစ်ခြိုက်စွာ စားသုံးချင်ပါလျက် သားသမီး၌ဖြစ်သော မေတ္တာကြီးမားရကား အောင့်အည်းသည်းခံ ရှောင်ကြဉ်ရသည်။ ကိုးလလွယ် ဆယ်လဖွားဝမ်းမှ ကျွတ်ပြန်ပါကလည်း ကျန်းမာပျော်ရွှင် လူလားမြောက်ရေးအတွက် 'ဖဝါး လက်နှစ်လုံး၊ ပခုံး လက်နှစ်သစ်' မှသည် မှက်၊ ခြင်၊ ယင် ဘေးမှ ကင်းဝေးအောင်လည်း စောင့်ရှောက်ပေးရသည်။ မည်မျှပင်ပန်းဆင်းရဲစေ တုန်လှုပ်တွေဝေခြင်း အလျင်းမရှိ။ သားသမီးနှင့် ပျော်မွေ့ရသော မိဘတို့အဖို့

mgyoe.com

'ရေတွေ့သော ကြာအလား' ထာဝရ ရွှင်လန်းသည်သာ ဖြစ်၏။ အမြဲလေးစား အောက်မေ့ရှိခိုးထိုက်သော မိဘများပင် ဖြစ်တော့သည်။

'သားသမီးများသည် ငယ်စဉ်တောင်ကျေး ကလေးဘဝမှသည် လူလားမြောက်၍ အရွယ်ရောက်သည်အထိလည်း မိဘတို့ ဝတ္တရားကား ကြီးမားလှပေစွ။ 'မကောင်းမြစ်တား၊ ကောင်းရာညွှန်လတ်၊ အတတ်သင်စေ၊ ပေးဝေနှီးရင်း၊ ထိမ်းမြားခြင်းလျှင်၊ ဝတ်ငါးအင်၊ ဖခင်မယ်တို့တာ' ဟူ၍ မိဘတို့ ဝတ္တရားများကို ဖော်ကျူးခဲ့ကြရသည်။ ကျေးဇူးကြီးလှသော မိဘများကို အစဉ်ရိုကျိုး ရှိခိုးကြရမည်သာ ဖြစ်၏။ မိဘတို့သည် သားသမီးအပေါ် မည်မျှကြည်နူးရသည်ကို ပညာရှင်များက 'သားတို့ရုပ်ရည်၊ သီတာမည်သား၊ ရေကြည်ချမ်းမြ၊ တစ်ပေါက်ကျက၊ မိဘတို့ဝမ်း ငြိမ်းစေတမ်း' ဟု ဆိုထားခဲ့သည်။ လောကထုံးတမ်းအရ ဆိုရိုးစကားမှာလည်း 'တောင်းဆို့၊ ပလုံးဆိုးသာ ပစ်ရိုးထုံးစံရှိသည်။ သားဆိုး သမီးဆိုးကိုမူ ပစ်ရိုးထုံးစံမရှိ' ဟု ဆိုရိုးရှိ၏။ သို့ဖြစ်ရာ မိဘတို့က မိမိရင်မှဖြစ်သော သားသမီးကို ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဆိုးသည်ဖြစ်စေ၊ အပြစ်မမြင်၊ ခွင့်လွှတ်စိတ်ဖြင့် အစဉ်ထာဝရ မြတ်နိုးသည်သာ ဖြစ်သည်။ ဤမျှ ကျေးဇူးကြီးမားလှသော မိဘတို့ကို သားသမီးတို့သည် ကိုယ်၊ နှုတ်၊ နှလုံး သုံးပါးဖြင့်ပင် မပြစ်မှားသင့်ပါ။ သားသမီးဝတ္တရားငါးပါး ဖြစ်သော 'ကျွေးမွေးမပျက်၊ ဆောင်ရွက်စီမံ၊ မွေခံ ထိုက်စေ၊ လှူမျှဝေ၍၊ စောင့်လေမျိုးနွယ်၊ ဝတ်ငါးသွယ်၊ ကျင့်ဖွယ်သားတို့တာ' ဟူ၍ မိဘတို့အား မည်သို့ ကျေးဇူးဆပ်ရမည်ကို သိမှတ်သင့်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားသခင်သည် တာဝတိံသာနတ်ပြည်တွင် ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး အဘိဓမ္မာ တရားဟောကာ မယ်တော် မိနတ်သားအား မွေးကျေးဇူးဆပ်တော်မူသော်လည်း နို့တစ်လုံးဖိုးမျှပင် မကျေဟူ၍ ပညာရှိတို့ ဆိုထုံးပြုခဲ့ကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ပုထုဇဉ်လူသားများအဖို့မူ မိဘကျေးဇူးကို ကျေအောင်ဆပ်နိုင်ဖို့ကား ဝေးလေစွ၊ ထိုသို့ ကျေးဇူးကြီးမားသော မိဘကျေးဇူးဆပ်မကုန်နိုင်ပုံကို အတုလ ဆရာတော် ခင်ကြီးဖျော်က…

'မိကို လက်ယာ၊ ဖကို လက်ဝဲ အမြဲထမ်းလျက်
ပခုံးထက်တွင်၊ သို့ပင်နှိစ္စ၊ လုပ်ကျွေးကြလည်း
ရှေးကပြုဖူး၊ မွေးကျေးဇူးကို၊ အထူးခိုင်မြဲ၊ မဆပ်နိုင်တည့်' ဟူ၍

ရေးဖွဲ့တော်မူခဲ့ပေသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

'မိဘကျေးဇူး အထူးအောက်မေ့သူများမှာ သွားလေရာ မျက်နှာပွင့်လန်း၍ စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာ ရှိကြသည်။ ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ၌ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာလျက် ဘဝကူးကောင်းကြမည် ဖြစ်သည်။ ဘုရားဟော ကျမ်းဂန်များတွင်လည်း မိဘကျေးဇူး သိတတ်သော ဘုရားလောင်း သုဝဏ္ဏသာမသည် မြားဆိပ်သင့်၍ မိန်းမောနေရာမှ မိဘများ၏ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ကြောင့် ပြန်လည်အသက်ရှင်လာကာ မျက်မမြင် မိဘနှစ်ပါးလည်း စက္ခုနှစ်ကွင်း အလင်းရကြသည့် သာဓက ရှိပါသည်။ ထို့အတူ မိဘကို လုပ်ကျွေးသော လင်းတမင်း၊ မိအို၊ ဖအိုတို့ကို လုပ်ကျွေးသော ကေဒါရကျေးမင်း၏ ထုံးကို လည်း မှတ်သားဖွယ် ကောင်းလှပါသည်။

သင်ကြားနာယူခဲ့ဖူးသော စာပေသာဓကအရလည်း ကိုလိုနီခေတ်တွင် ဘိလပ်သို့ ငွေကြေးအကုန်အကျများစွာခံ၍ သားဖြစ်သူ မောင်သောင်းဖေအား ဝတ်လုံဘွဲ့ ရယူစေခဲ့သော ဖခင်ဦးရာကျော်နှင့် မိခင် ဒေါ်ဇာယုတို့၏ မေတ္တာကြီးမားပုံမှာ မိဘကျေးဇူးကို ဖော်ညွှန်းနေပါသည်။ ထို့အတူ သားဖြစ်သူ မောင်ရင်မောင်အတွက် ဆင်းရဲဒုက္ခအမျိုးမျိုး၊ အနစ်နာ အမျိုးမျိုးခံခဲ့သော ငယ်စဉ်က ကျေးမွေးပြုစုခဲ့သော အမိဒေါ်ဇာယု၏ မေတ္တာသည်လည်း ထင်ရှားလှပါသည်။ နဝမတန်း စကားပြေလာ အမျိုးသားပညာဝန် ဦးဖိုးကျား၏ မင်းကတော်ဝတ္ထုပါ သမီးဖြစ်သူ မညွန့်မေ၊ မင်းကတော် ဖြစ်ရေးအတွက် ဒုက္ခဆင်းရဲအမျိုးမျိုးခံခဲ့ရသော ဘူးသီးကြော်သည် ဒေါ်ခင်၊ သားသမီးက ပစ်ထားသဖြင့် သေသည်အထိ ဒုက္ခအမျိုးမျိုး ကြုံတွေ့ရသော်လည်း အပြစ်မယူ၊ ငြိုစူခြင်း မရှိ၊ သမီးအပေါ် မေတ္တာကြီးမားပုံမှာ ရင်နင့်ဖွယ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ နည်းမျိုးစုံဖြင့် မိဘ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြစ်မှားသူများမှာ အမြဲထာဝရ ညှိုးမှိန်ကာ စိတ်ဆင်းရဲ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲနှင့်သာ ဘဝကို အဆုံးသတ်သွားစေနိုင်ပါသည်။

သို့ဖြစ်ရာ ကျေးဇူးကြီးမားလှသော မိဘနှစ်ပါး၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို အစဉ်သဖြင့် အောက်မေ့လျက် သားသမီးတိုင်းလည်း မိဘတိုင်းအား သားသမီး ဝတ္တရားငါးပါးနှင့်အညီ ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် ကျေးဇူးဆပ်သင့်လှပေသည်။ မိဘကျေးဇူးကား အတိုင်းမသိ အတုမရှိ ကြီးမားလှပါတော့သည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ခါသင်္ကြန် (သို့မဟုတ်) ကျေးလက်သင်္ကြန်ပွဲ

၁။ သင်္ကြန်ချိန်သည် နှစ်ဟောင်းကုန်၍ နှစ်သစ်ကူးချိန်ဖြစ်ပုံ။
၂။ သင်္ကြန်ကာလ ဗိတောက်ပန်းများ ပွင့်လန်းပုံနှင့် ကျေးလက်သင်္ကြန်ပွဲလေး၏ မြင်ကွင်း။
၃။ သက်ကြီးပူဇော်ပွဲ ကျင်းပပုံ၊ ဘေးမဲ့လွှတ်ပွဲ ကျင်းပပုံ။
၄။ စုပေါင်း တရားနာယူကြပုံ။
၅။ သင်္ကြန်ပွဲ ပိတ်သိမ်းပုံ၊ မိမိ၏ အမြင်ခံစားမှု။

mgyoe.com

mgyoe.com

ခါသင်္ကြန် (သို့မဟုတ်) ကျေးလက်သင်္ကြန်ပွဲ

သင်္ကြန်အချိန်အခါသည်ကား နွေရာသီကာလ ကျောင်းပိတ်ချိန် နှစ်ဟောင်းကုန်၍ နှစ်သစ်ကူးချိန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာလူမျိုးတို့၏ ခါသင်္ကြန်ပွဲတော်သည်ကား နှစ်စဉ် တန်ခူးလ၊ ဧပြီလအတွင်း ကျရောက်လေ့ ရှိပါသည်။ မြန်မာတို့နှင့် သင်္ကြန်ပွဲတော်သည် မေ့မရ၊ ဖျောက်မရသော အလှူဒါနပွဲကြီးဟု ဆိုလျှင်လည်း ရနိုင်ပါသည်။

တပေါင်းကုန်၍ တန်ခူးလရောက်သည်နှင့် သင်္ကြန်၏ အငွေ့အသက်တို့ကို ထိတွေ့လာရပြီ ဖြစ်ပါသည်။ မြစိမ်းရောင် ပင်ယံထက်တွင် ပိတောက်ပန်းများသည် ရွှေရောင်တဝင်းဝင်းနှင့် ပင်လုံးကျွတ် ပွင့်ကြပါပြီ။ ထိုပန်းများသည် ဝေဝေဆာဆာပွင့်ကာ ပိတောက်ပန်းရနံ့များက မွှေးပျံ့ကြိုင်လှိုင်၍ ရှိနေပါပြီ။ သင်္ကြန်မတိုင်မီ ရက်များတွင် ကောင်းကင်ပြင် တစ်ခွင်လုံး၌ မိုးသားတို့ တလိပ်လိပ်နှင့် တက်လာနေပေပြီ။ သင်္ကြန်လက်ဆောင်မိုးများက ပိတောက်ပန်းပွင့်ရန့် သင်္ကြန်ကို ကြိုရန် ရွာသွန်းသော မိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ နံနက်စောစောတွင် လူအများ အိပ်ရာမှ နိုးထချိန် ပိတောက်ပန်းရနံ့ကို ရှူရှိုက်ရသည်မှာလည်း အလွန်ပင် စိတ်ကြည်နူးဖွယ် ကောင်းလှပါသည်။

ထိုပိတောက်ပန်းကိုပင် ခူးကာ ဘုရားတင်သည်။ အိမ်နီးနားချင်းများကို ဝေသည်။ မိန်းကလေးတို့က မိမိတို့ ခေါင်းတွင် အမြတ်တနိုး ပန်ဆင်ကြပါသေးသည်။ တစ်နှစ်တွင် တစ်လ၊ တစ်လတွင် တစ်ရက်သာ ပွင့်သော

mgyoe.com

mgyee.com

ပိတောက်ကို လူအများက နှစ်သက်သလို သင်္ကြန်ပွဲတော်ကိုလည်း တစ်နှစ်တွင် တစ်ကြိမ် ကြုံရသဖြင့် ကျွန်တော်တို့အားလုံး ပါဝင်သည်မှာ ယနေ့တိုင်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် သုံးခွမြို့နယ်၊ ဘန့်ဘွေးကုန်းရွာတွင် ကြီးပြင်းခဲ့သူတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် သင်္ကြန်ရောက်လျှင် ရွာကို သတိရမြဲ ဖြစ်ပါသည်။ သင်္ကြန်ကျလျှင် ရွာကိုပြန်၍ ပျော်ရသည်မှာ အလွန်ပင် ကြည်နူးစရာကောင်းလှပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ရွာသည် ရေပတ်လည်ဝိုင်းနေသော ရွာကလေး ဖြစ်ပါသည်။ ရွာ၏ မြောက်ဘက်တွင် မော်ဝန်းချောင်း၊ ရွာအနောက်ဘက်တွင် ဘန့်ဘွေးချောင်းနှင့် ရွာအရှေ့ဘက်တွင် ရိုးကြီးတစ်ခု ကာဆီးထားပါသည်။ သင်္ကြန်မကျမီ တစ်ရက်နှစ်ရက်အလိုတွင် ရွာမှ လူကြီးများသည် ရွာဦးဘုန်းကြီးကျောင်းသို့သွားကာ မဏ္ဍပ်ကြီးကို ဆောက်ကြပါသည်။ အကြိုနေ့ မနက်စောစောတွင် ရွာမှ ဈေးမော်တော်ဖြင့် ကျောက်တန်းမြို့သို့သွားကာ အတာအိုးများ ဝယ်ကြပါသည်။ မော်တော်ပြန်လာလျှင် ကျွန်တော်တို့ အလွန်ပျော်ကြပါသည်။ သင်္ကြန်တွင် ကစားစရာ ရေပြွတ်များ၊ ဖလားများကို ရွာဦးဘုန်းကြီးက အကြိုနေ့ညနေတွင် ရွာရှိကလေးများကို မဲဖောက်ပေးသည့် အစဉ်အလာ ရှိပါသည်။ ထိုပစ္စည်းများကို မော်တော်ဦးပိုင်းတွင် ချထားသည်ကို မြင်ရသည်နှင့် ကျွန်တော်တို့အတွက် သင်္ကြန်သည် ပျော်စရာအတိပင် ဖြစ်ပါသည်။

သင်္ကြန်သည် အကြို၊ အကျ၊ အကြတ်၊ အတက်နှင့် နှစ်ဆန်းတစ်ရက် ဟူ၍ရှိရာ တစ်ရွာလုံးသည် အကြိုနေ့တွင် သိကြားမင်းကို ကြိုရန် အတာပန်းအိုးများကို မိမိတို့အိမ်ရှေ့တွင် ပြင်ဆင်ထားရပါသည်။ ညနေစောင်းတွင် ရွာရှိ သင်္ကြန်နှင့်ဆိုင်သော ဆုံးမစကားများကို ဟောကြားပါသည်။ သင်္ကြန်သည် ကူးပြောင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ နှစ်ဟောင်းမှ အညစ်အကြေးများကို နှစ်သစ်တွင် ပါမလာအောင် ဆေးကြောရမည်။ ဒါန၊ သီလ အားထုတ်ရမည် စသည့်တရားများကို ဟောပါသည်။ ထို့နောက် ကျွန်တော်တို့ ကလေးများကို တန်းစီစေကာ သင်္ကြန်တွင် ကစားစရာများကို မဲနှိုက်ပါတော့သည်။ မဲပေါက်ရာ ပစ္စည်းရပြီးသည်နှင့် အိမ်သို့ ပြန်လာကြပါသည်။

သင်္ကြန်အကြိုနေ့ ညနေပိုင်းတွင် မိုးက ရွာသွန်းပါတော့သည်။ အကျနေ့နံနက်တွင် တစ်ရွာလုံးရှိ ပိတောက်ပင်များတွင် ပိတောက်ပန်းများက

mgyee.com

ဝါထိန်စွာ ဖူးပွင့်နေပါသည်။ လေတိုက်လိုက်တိုင်းလည်း ပိတောက်ရနံ့က သင်းပျံ့လှပါသည်။ အပင်ပေါ် တက်ခူးသူ ခူး၊ တံချူနှင့် ချူသူက ချူဖြင့် ဆူညံ၍နေပါတော့သည်။ ထိုစဉ် ရွာဦးကျောင်းမှ ကျောင်းသားလေးများက ကြေးစည်တီးကာ မဏ္ဍပ်တွင် မုန့်လုံးရေပေါ် စားရန် နှိုးဆော်သံကိုလည်း ကြားရပါသည်။ သို့နှင့် ကျွန်တော်တို့သည် ရွာဦးကျောင်းသို့ သုတ်ခြေတင်ခဲ့ ကြပါသည်။ ကျောင်းရှေ့မဏ္ဍပ်တွင် အလှူရှင် ဦးဘမိုးနှင့် ဒေါ်စိမ်းတို့၏ မုန့်အလှူ စာတန်းနှင့်အတူ မဏ္ဍပ်ထဲတွင်လည်း ရွာရှိ လူများ ပြည့်နေပါ သည်။ မုန့်လုံးသူလုံး၊ ထန်းလျက်လှီးသူလှီး၊ အုန်းသီးခြစ်သူခြစ်နှင့် ပျော်စရာ တစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် မုန့်စားပြီးသည်နှင့် ကျောင်းရှေ့ ရေကန်ထဲ ဆင်းပြီး ရေပြွတ်များ ရေဖြည့်ကာ ရွာလယ်လမ်း တစ်လျှောက် တွေ့ရသူကို ရေဖြင့် ပက်ပါတော့သည်။ ဥပုသ်စောင့်မည့်သူကိုတော့ မပက် ပါ။ ရွာလယ်မှ ဒေါ်ဂျမ်းစိန်က ကျွန်တော်တို့ကို မုန့်ကျွေးမည်ဟု ညာခေါ်ပြီး အိုးမည်းသုတ်ခြင်းကိုလည်း ခံရပါသည်။ သို့သော် သင်္ကြန်ဖြစ်၍ စိတ်မဆိုး ပါ။ ပျော်ရွှင်စွာပင် ရေကစားကြပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ ရွာလေး တစ်ခုမှာ သင်္ကြန်တွင်း၌ ရွာဘေးချောင်းထဲတွင် ဘဲကို လွှတ်ကာ လူများက ရေငုပ်၍ ဘဲလိုက်ဖမ်းကစားခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဘဲကိုမိလျှင် ဆုငွေ ၁၀၀ နှင့် ထိုဘဲကို ရပါသည်။ ချောင်းစပ်ကမ်းနားထိုင်၍ ဘဲဖမ်းပွဲ ကြည့်ရသည်မှာ အရသာတစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ရွာတွင် အကြတ်နေ့ဆိုလျှင် သက်ကြီးပူဇော် ပွဲကို ကျင်းပကြပါသည်။ သင်္ကြန်ရက်များတွင် ရွာရှိ လူအားလုံးသည် ဘုန်း ကြီးကျောင်း၌သာ ထမင်းစားကြပါသည်။ မိမိတို့အိမ်တွင် ထမင်းချက်လေ့ မရှိကြပါ။ ရွာလူကြီးများက ဦးဆောင်ပြီး စားသောက်ရေးအတွက် ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားသလို စေတနာသဒ္ဓါတရားဖြင့် အလှူကုသိုလ် ပါဝင်လျှင်လည်း လက်ခံကြပါသည်။ လူကြီးများက သင်္ကြန်ရက်အတွင်း တရားနာသလို လူငယ်များကလည်း ရွာတွင် ခေါင်းလျှော်ရည်ဝေခြင်း၊ လူကြီးသူမများကို ခေါင်းလျှော်ပေးခြင်း၊ လက်သည်းညှပ်ပေးခြင်း စသည့် ကိစ္စတို့ကို ရွာအရှေ့၊ အနောက် လူစုခွဲပြီး ကုသိုလ်ယူကြပါသည်။ ထိုရက်များတွင် ရွာဦးစေတီရှိ ဘုရားပန်းအိုးတို့၌ ဘုရားပန်းတို့က ဝေဆာ၍နေပါသည်။ ညဆိုလျှင်လည်း ဆီမီးတထိန်ထိန်နှင့် အလွန်ပင် ကြည်ညိုစရာ ကောင်းလှပါသည်။

သင်္ကြန်အတက်နေ့ကား ရွာရှိ ကလေး၊ လူကြီးအားလုံး ပျော်စရာ အတိနေ့ပင် ဖြစ်ပါသည်။ နံနက်အရုဏ်တက် ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင် သီလယူ

mgyee.com

mgyoe.com

ပြီးသည်နှင့် ဥပုသ်သည်များကို ကာလသားများက အမွှေးနံ့သာကို ရေဖလား ထဲတွင် ထည့်၍ သပြေခက်ဖြင့် ရေကုသိုလ်ယူကြသည်။ ကျွန်တော်တို့ရွာမှ ကွမ်းတောင်ကိုင် အစ်မများကို ရေလိုက်ပက်ကြသည်။ အချို့ အစ်မများက ရက်တတ်သော ကာလသားများကို အတင်းချုပ်ကာ အိုးမည်းဖြင့် မျက်နှာကို အပြည့်သုတ်ကြသည်။ ထိုပွဲကို ကြည့်ရသည်မှာလည်း ရယ်စရာ တစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုနေ့ နေ့လယ်ပိုင်းမှစ၍ ရွာရှိ လူအကုန်သည် မအားကြတော့ပေ။ နှစ်ဆန်းတစ်ရက်တွင် ငါးလွှတ်ရန်၊ ရွာရှိ အသက်ကြီးသော ခိုင်းမရသော ကျွဲ၊ နွားတို့ကို ဘေးမဲ့လွှတ်ရန်၊ အန္တရာယ်ကင်း ပရိတ်ရွတ်ရန်၊ ရွာဦးစေတီကို ဆွမ်းတော်ကြီးကပ်ရန်၊ ပရိတ်တရားနာယူရန် အိုးစည်ဒိုးပတ်ဝိုင်းဖြင့် ဖျော်ဖြေရန် ပြင်ဆင်ကြလေပြီ။ မဏ္ဍပ်ထဲတွင် နှစ်ဆန်းတစ်ရက် တစ်ရွာလုံးကို ကျွေးရန် လူကြီးများက စီမံချက်ပြုတ်နေကြပါသည်။ လူငယ်များက ဘေးမဲ့လွှတ်မည့် ကျွဲ၊ နွား (၄) ကောင်ကို ရွာထဲမှခေါ်ကာ ကျောင်းရှေ့သစ်ပင်ရိပ်တွင် အစာကျွေးပြီး ပြသထားသည်။ ၎င်းတို့အနီးတွင် ဘေးမဲ့လွှတ်မည့် လိပ်နှင့် ငါးတို့ကိုလည်း သစ်သားစည်ကြီးဖြင့် ထည့်ထားလေသည်။ ကျွန်တော်တို့ ကလေးတစ်သိုက်ကား မဏ္ဍပ်သို့လည်း မဝင်၊ ဘေးမဲ့သတ္တဝါတို့ကိုလည်း မကြည့်အားပါ။ ရွာလူကြီး ဦးဖိုးမှန်တို့ အိမ်ရှေ့ကနားဖျင်းတွင် အတီးတိုက်နေသော ဒိုးပတ်ဝိုင်းတွင်သာ ယောင်လည်လည် လုပ်နေမိကြပါသည်။ ထမင်းမေ့ ဟင်းမေ့နှင့် ထိုနေ့က ညစာ မစားဖြစ်ခဲ့ကြပါ။

နှစ်ဆန်းတစ်ရက်နေ့ နံနက်စောစောတွင်မတော့ အမေက အိပ်ရာက စောစော နှိုး၍ ထခဲ့ရပါသည်။ အလင်းရောင်မထွက်မီတွင် ရွာဦးစေတီကို မိသားစု ကန်တော့ရန် မျက်နှာသစ်၊ အဝတ်အစားလဲပြီး မိဘများနှင့် လိုက်လာခဲ့ပါသည်။ ဘုရားတွင် ဝတ်ပြုကန်တော့ပြီး မဏ္ဍပ်ထဲ၌ ဘဲသားဆန်ပြုတ်ကို အဝသောက်ခဲ့ပါသည်။ ရွာကာလသားများ၏ အိုးစည်ဝိုင်းကလည်း ဦးရွှေရိုးအကနှင့် မဏ္ဍပ်ထဲတွင် ဖျော်ဖြေနေပါပြီ။ အရုဏ်တက်ပြီး မနက်တွင်ပင် ဘေးမဲ့လွှတ်ပွဲကို ရွာဦးကျောင်း ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် ဦးဆောင်ပြီး ကျင်းပကြပါသည်။ ကျွဲ၊ နွား (၄) ကောင်ကို ချိုတွင် သဇ‌ပြေပန်းပန်ကာ နံ့သာလိမ်းပြီး ရွာအရှေ့ဘက် ဖုန်းဆိုးတောဘက်သို့ ဘေးမဲ့ လွှတ်လိုက်ပါသည်။ လိပ်နှင့် ငါးများကိုတော့ ဘုန်းကြီးကျောင်းဘေးရှိ ကြာကန်ကြီးထဲ ဆင်း၍ လွှတ်ကြပါသည်။ ကလေးသဘာဝ "နှင့် အသက် တစ်ခါလွှတ်၊

mgyoe.com

ငါ့အသက် ဆယ်ခါလွတ်" ဟု ရတတ်သမျှ ဆုတောင်းကိုလည်း ရွတ်မိပါသည်။ နံနက် (၁၀) နာရီတွင် ဘုန်းကြီးတရားနာကြပြီး ထမင်းစားကြပါသည်။ နေ့လယ်တွင် အိမ်သို့ ပြန်လာပါသည်။ ညနေတွင် ရွာလယ်လမ်းမကြီးထိပ်၌ အန္တရာယ်ကင်း ပရိတ်တရားတော်ကို နာကြားပြီး ကျွန်တော်တို့ရွာ၏ သင်္ကြန်ပွဲလည်း ပြီးဆုံးခဲ့ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျေးလက်၏ သင်္ကြန်နှင့် မြို့ပြ၏ သင်္ကြန်သည် ပျော်ရွှင်မှု အဓိပ္ပာယ် ကွာခြားလှပါသည်။ မြို့မှာလို ကားဖြင့်မလည်၊ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် နာလိုခံခက်စကားမဆိုဘဲ ဘာသာရေးကို အလေးထားသော ကျေးလက်သင်္ကြန်ကား ကုသိုလ်လည်းရ၊ ဝမ်းလည်းဝ ဆိုသလို ပျော်ရွှင်မှုသုခအပေါင်းကို ပေးနိုင်သော ရိုးရာမပျက် ကျင်းပသော သင်္ကြန်ပွဲဟု ဆိုချင်ပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ယဉ်ကျေးမှုအစစ် လူ့အနှစ်

၁။ ယဉ်ကျေးမှုဟူသည်။
၂။ မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုကို စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းသင့်ပုံ။
၃။ မြန်မာတို့၏ ရှေးဟောင်းမြို့ပြမှ ယဉ်ကျေးမှု။
၄။ ဘာသာစာပေ၊ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုနှင့် ယဉ်ကျေးမှု။
၅။ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုကို ဝိုင်းဝန်းထိန်းသိမ်းရန် လိုအပ်ပုံ၊ စာတွေ့ ကိုယ်တွေ့ သာဓကများ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ယဉ်ကျေးမှုအစစ် လူ့အနှစ်

ယဉ်ကျေးမှုဟူသော စကားသည် လူမျိုးတစ်မျိုး၏ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှု၊ ဘာသာတရား၊ လူနေမှု ဓလေ့ထုံးစံ၊ အတွေးအခေါ်၊ အယူအဆ၊ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု၊ စာပေ၊ ဂီတ အနုပညာရပ်များကို စုရုံးခေါ်ဆိုခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ယဉ်ကျေးမှုဖြင့် လူမျိုးတစ်မျိုး၏ အဆင့်အတန်း၊ တန်ဖိုးကို တိုင်းတာရပါသည်။ သို့မှသာ အနှစ်သာရ ပြည့်ဝသော လူ့ယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်ထွန်းမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် "ယဉ်ကျေးမှုအစစ် လူ့အနှစ်" ဟူသော စကားသည် မြန်မာမှုနယ်ပယ်တွင် ဖြစ်တည်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

မြန်မာလူမျိုးတို့သည် ယဉ်ကျေးသော ဓလေ့ထုံးစံရှိသူများ ဖြစ်ကြသည်။ ထိုယဉ်ကျေးမှုကို အရိုးနှင့် နှိုင်း၍ရသည်။ အရွက်နှင့် နှိုင်းရမည့် အခြား တိုင်းတစ်ပါး ယဉ်ကျေးမှု ဖုံးလွှမ်းသွားပါက မြန်မာလူမျိုးတို့၏ အစဉ်အလာ ဓလေ့ထုံးစံများ ပျောက်ကွယ်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များ မပျောက်ပျက်စေရန် "အရိုးကို အရွက် မဖုံးစေနှင့်" ဟု ဆိုခဲ့ခြင်းလည်း ဖြစ်ပေသည်။ မိမိတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုကို အစဉ်အဆက် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခဲ့ကြသည်။

မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုသည် ရှေးနှစ်ပေါင်းများစွာကပင် ထွန်းကားခဲ့သည်။ မြန်မာ့မြေတွင် ထွန်းကားခဲ့သော ဗိဿနိုး၊ သရေခေတ္တရာ၊ ဟန်လင်း စသည့် မြို့ပြနိုင်ငံများ၊ ရခိုင်၊ ဝေသာလီနှင့် မွန်တို့၏ သုဝဏ္ဏဘူမိ စသည့် မြို့ပြနိုင်ငံ၏ ယဉ်ကျေးမှု အဆင့်အတန်းသည် မြင့်မားစွာ တည်ရှိခဲ့ပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

မြန်မာလူမျိုးတို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကိုးကွယ်ကြသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဆုံးအမဖြင့် ကိုယ်၊ နှုတ်၊ နှလုံး သိမ်မွေ့ကြသည်။ ကြီးသူကို ရိုသေ၊ ရွယ်တူကို လေးစား၊ ငယ်သူကို သနားတတ်ကြသည်။ ကိုယ်ချင်းစာတရား ရှိသည်။ စေတနာ၊ သဒ္ဓါတရား ထက်သန်သည်။ တစ်ဦးကို တစ်ဦး ကူညီရိုင်းပင်းတတ်သည်။ ရင်းနှီးစွာ ခင်မင်တတ်သည်။ ထို့ကြောင့် မြန်မာလူမျိုးတို့၏ စိတ်အလှ ယဉ်ကျေးမှုသည် အလွန်ပင် ချစ်ခင်ဖွယ် ကောင်းလှသည်။ ထို့ အပြင် ရပ်ရေး၊ ရွာရေး၊ သာရေး၊ နာရေး ကိစ္စရပ်များကို တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဝိုင်းဝန်းကူညီကြသည်။ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် မြန်မာ့ ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့သည် အခြားလူမျိုးများ၏ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လုံးဝ ကွဲပြားခြားနား၍ နေသည်။

ဘာသာစကားတွင် ကိုယ်ပိုင်ဘာသာစကားရှိပြီး မြန်မာဘာသာ စကားသည် ရုံးသုံးဘာသာစကားလည်း ဖြစ်ပါသည်။ စာပေဘက်တွင် ပုဂံ၊ ပင်းယ၊ အင်းဝ၊ တောင်ငူ၊ ညောင်ရမ်း၊ ကုန်းဘောင် အစဉ်အဆက်မှ ယနေ့ ခေတ်တိုင်အောင် တိုးတက်ခဲ့သည်။ ပုဂံခေတ်ကို လေ့လာကြည့်လျှင် ကျောက် စာ၊ မင်စာ၊ စဥ့်ကွင်းစာ၊ အုတ်ခွက်စာများ ပေါ်ထွန်းခဲ့သည်။ ပင်းယခေတ်တွင် ကာချင်းကဗျာများ ခေတ်စားခဲ့သည်။ အင်းဝခေတ်တွင် ပေလေးပင် ရှင်လေး ပါး အပါအဝင် ရှင်မဟာသီလဝံသနှင့် ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ စသည့် စာဆိုတို့၏ ပျို့၊ ကဗျာများသည် ယနေ့တိုင် မရိုးနိုင်ခဲ့ပေ။ ရှင်မဟာသီလဝံသ၏ ပါရာ ယနဝတ္ထုသည် မြန်မာစာပေလောကတွင် စာပေ မှတ်တိုင် တစ်ခု ဖြစ်သည်။ တောင်ငူခေတ်တွင် နတ်သျှင်နောင်၊ နဝဒေးတို့၏ ရတုများ လွှမ်းမိုးသော ခေတ် ဖြစ်သည်။ ညောင်ရမ်းခေတ်တွင် ဆင်းရဲသား ပြည်သူတို့၏ ဘဝကို ဖော်ကျူးသော ဝန်ကြီးပဒေသရာဇာ၏ တျာချင်းများ၊ တောင်တွင်း ရှင်ငြိမ်း မယ်၏ အိုင်ချင်းကဗျာများ၊ အဲချင်းများ ခေတ်စားခဲ့သည်။ ကုန်းဘောင်ခေတ် တွင် အနောက်နန်းမတော် မမြလေး၊ လှိုင်ထိပ်ခေါင်တင် စသော အမျိုးသမီး စာဆိုများ၏ ဘောလယ်များ၊ ပတ်ပျိုးများ ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။ ကိုလိုနီခေတ် တွင်လည်း စာဆိုတို့သည် မိမိတို့၏ စာပေလက်နက်ဖြင့် နယ်ချဲ့ကို တော်လှန် ခဲ့ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ခေတ်အဆက် စာပေအရာတွင် မနိမ့်ကျခဲ့ခြင်း ဖြစ် သည်။ ထိုစာပေများ အဆင့်အတန်း မနိမ့်သဖြင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုသည် လည်း မနိမ့်ကျဘဲ စာပေနှင့် ရင်ပေါင်တန်းနိုင်ခဲ့သည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

သဘင်၊ ဂီတ၊ ဇာတ်သဘင်တွင်လည်း ခေတ်အဆက်ဆက် မြန်မာမှု၊ မြန်မာ့ဟန် ဂီတသံများ ရှိခဲ့သည်။ ကိုလိုနီခေတ် ရောက်လာသောအခါမှသာ တိုင်းတစ်ပါး ဂီတသံများ ရောနှောလာပြီး မြန်မာ့ဂီတတွင် တိုင်းတစ်ပါး တေးသံများ လွှမ်းမိုးခဲ့သည်။ မြန်မာ့ဇာတ်သဘင်သည် ရှေးအခါက မြေဝိုင်း အနုပညာ၊ ထီးသုံးနန်းသုံးဇာတ်များ ရှိခဲ့ကြသည်။ ယခုအခါ အနောက်တိုင်း ဂီတသံများ လွှမ်းမိုးလာခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် ရိုးရာတေးဂီတများ ပြန်လည် ဖော်ထုတ်သည့်အနေဖြင့် နိုင်ငံတော်မှ ဆို၊ က၊ ရေး၊ တီး ပြိုင်ပွဲများ ကျင်းပ ပေးနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အဟောင်းအဟောင်းတို့နေရာတွင် အသစ်အသစ်တို့ ဝင်ရောက်၍ မူလ ယဉ်ကျေးမှုများ ပျောက်ကွယ်သွားတတ်ပါသည်။ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့စရိုက်၊ ရာသီဥတုနှင့် ကိုက်ညီသော ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများကို မြန်မာ တို့ ဝတ်ဆင်ခဲ့ကြသည်။ ယခုအခါ တိုင်းတစ်ပါး ယဉ်ကျေးမှုများ ဝင်ရောက် လာပြီး မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့စရိုက်နှင့် မကိုက်ညီသော ဝတ်စားဆင်ယင် မှုများကို တွေ့ရသည်။ မိမိတို့ ရိုးရာအစဉ်အလာ ယဉ်ကျေးမှု မပျောက်ပျက် ရေး၊ တစ်နည်းအားဖြင့် အရိုးကို အရွက် မဖုံးအုပ်စေရေးအတွက် ထိန်းသိမ်းရ မည်မှာ မြန်မာလူမျိုးတို့၏ တာဝန်ပင် ဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် ရာသီအလိုက် ကျင်းပလေ့ရှိသော မြန်မာ့ရိုးရာ သင်္ကြန်ပွဲတော်၊ ညောင်ရေသွန်းပွဲတော်၊ သီတင်းကျွတ် မီးထွန်းပွဲတော်၊ တန်ဆောင်တိုင် ပွဲတော်တို့သည် ထင်ရှားသော မြန်မာ့ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဘာသာတရားကို ကိုင်းရှိုင်းမှုတို့ကို ဖော်ထုတ် ပြသသည့် ပွဲတော်များ ဖြစ်သည်။ ထိုရာသီပွဲများသာမက မြန်မာ့ရိုးရာ လေ့ သဘင်ပွဲတော်၊ မြင်းခင်းသဘင်ပွဲတော်၊ နွားအလှပြိုင်ပွဲ၊ သစ်သီးဝလံပန်းမန် ပြိုင်ပွဲတို့မှာလည်း မြန်မာတို့၏ ယဉ်ကျေးမှု အစဉ်အလာနှင့် အဆင့်အတန်း ကို ဖော်ကျူးပြသလျက် ရှိပါသည်။ ယဉ်ကျေးမှု ထိန်းသိမ်းသည်ဆိုရာ၌ ရှေးဟောင်းယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များကို ထိန်းသိမ်းရန် လိုအပ်ပါသည်။ မြန်မာတို့၏ ရှေးဟောင်း အမွေအနှစ်များ စုဝေးရာ ပုဂံရှိ ဘုရား၊ ပုထိုး၊ စေတီများ ပြန်လည်ပြုပြင် မွမ်းမံထိန်းသိမ်း ခြင်း၊ ပင်းယ၊ အင်းဝ၊ ဗိဿနိုး၊ ဟန်လင်း၊ သရေခေတ္တရာ စသော မြို့များရှိ ရှေးဟောင်း အဆောက်အအုံ ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့သည်လည်း ရိုးရာ ဗိသုကာ ပညာရပ်များကို မပျောက်ပျက် စေရန် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

မြန်မာလူမျိုးတို့သည် ယဉ်ကျေးမှုအစစ် လူ့အနှစ် စသော စကားအတိုင်း စစ်မှန်သော ယဉ်ကျေးမှု အစဉ်အလာများဖြင့် ဝင့်ထည်မှုရှိသော လူမျိုးတစ်မျိုး ဖြစ်သည်။ အမျိုးမစစ်သူတို့က မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို ဖျက်ဆီးလိုကြသည်။ ထို့ကြောင့် အနောက်တိုင်း ယဉ်ကျေးမှုဖြင့် မြန်မာ့ ယဉ်ကျေးမှုကို ဖျက်ဆီးလိုကြသည်။ ထိုသို့သော အန္တရာယ်ဆိုးကို ကာကွယ်ရန် နိုင်ငံတော်က အမျိုးဂုဏ်၊ ဇာတိဂုဏ်၊ မြင့်မားရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး ဟူသော လူမှုရေး ဦးတည်ချက် ချမှတ်ကာ ယဉ်ကျေးမှု ထိန်းသိမ်းရေး လုပ်ငန်းများကို အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်လျက် ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်းသည် မြန်မာတစ်မျိုးသားလုံး တက်တက်ကြွကြွ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှ အောင်မြင်မည့်ကိစ္စ ဖြစ်သည်။ သတိတရား လက်ကိုင်ထားသော ယဉ်ကျေးမှု အစဉ်အလာကောင်းများ မတိမ်ကော မပပျောက်အောင် ထိန်းသိမ်းရမည်မှာ မြန်မာတစ်မျိုးသားလုံး၏ သမိုင်းပေး တာဝန်ပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

mgyoe.com

အကျွန်ုပ်မွေးရပ်မြေ

၁။ လူတိုင်းသည် မွေးရပ်မြေကို ခင်မင်တွယ်တာပုံ။
၂။ မွေးရပ်မြေ၏ နေရာဒေသနှင့် ဇာတိမြေ၏ ဘာသာရေးပွဲ။
၃။ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးဖွယ်ကောင်းပုံနှင့် ကြည်ညိုဖွယ်ရာ စေတီပုထိုးများ။
၄။ မြစ်ပြင်အလှနှင့် မြို့ပန်းရလှပပုံ။
၅။ ဇာတိမြေ၏ စိတ်ဝင်စားဖွယ် ပျော်ရွှင်ကြည်နူးဖွယ်ရာများကြောင့် သတိရအောက်မေ့ပုံ။

mgyoe.com

mgyoe.com

အကျွန့်မွေးရပ်မြေ

'မွေးရပ်မြေ' ဟု ဆိုလိုက်သည်နှင့် ကျွန်တော် ငယ်စဉ်က ကြီးပြင်းခဲ့ရာ နေရာဒေသလေးကို ပြန်လည်မြင်ယောင်မိပါသည်။ ထိုဒေသသည်ကား မြေလတ်ပိုင်းဟုခေါ်သော မကွေးတိုင်း၊ အောင်လံမြို့လေးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အိမ်သည် စမ်းချောင်းရပ် ကမ်းနားထိပ်တွင် ရှိပါသည်။ အိမ်ဘေးတွင် ဧရာဝတီမြစ်ကမ်းသာ ရှိပါသည်။ အိမ်ရှေ့လမ်းသည်ကား လူအများ ရေဆင်းချိုးရာ ရေချိုးဆိပ်လည်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် မြစ်ကမ်းနားတွင် ကြီးပြင်းလာသူဖြစ်သဖြင့် ရေကို ကြောက်တတ်သူ တစ်ယောက် မဟုတ်ပါ။ မြစ်ကမ်းဘေးတွင် ရေကူးရင်း ဆော့ကစားရင်းဖြင့် ဧရာဝတီ၏ အလှ၊ မြေနုကျွန်း၏ သဘာဝ၊ နေဝင်ဆည်းဆာအလှတို့ကို ငယ်စဉ်ကပင် ထိတွေ့ခံစားခဲ့ရပါသည်။

ဝါဆိုဝါခေါင်လများတွင် ဧရာဝတီမြစ်ရေသည် ပြည့်လျှံ၍ နေပါသည်။ ထိုအချိန်တွင် ကမ်းနားသစ်ပင်ပေါ်မှ မြစ်ထဲသို့ ဒိုင်ဗင်ထိုးချပြီး ရေချိုး၊ ရေကူးရသည်မှာ ပျော်စရာတစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ လပြည့်လကွယ်နေ့များ ရောက်လျှင် မိဘတို့က မြစ်တစ်ဖက်ကမ်းရှိ ဇာလီတောင်သို့သွားကာ ဥပုသ်သီလ စောင့်ကြပါသည်။ ရေပြည့်နေသော ဧရာဝတီမြစ်ကို ပဲ့ထောင်လှေလေးဖြင့် ဖြတ်ရသည်မှာ ကြောက်စရာ ကောင်းလှသော်လည်း ကျွန်တော်တို့သည် ပျော်ရွှင်မိပါသည်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းရောက်ရန် မြစ်တစ်ဖက်ကမ်းရှိ ချောင်း

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျဉ်းလေးအတိုင်း (၃) မိုင်ခန့် ဝင်ရပါသည်။ ချောင်းလေးထဲ ဝင်မိသည်နှင့် ချောင်းဘေးဝဲယာတွင် ပြောင်းဖူးခင်းများ၊ နှမ်းခင်းများက စိမ်းစိမ်းစိုစိုနှင့် ရှိနေပါသည်။ ရွာဟူ၍ မရှိဘဲ ကျွန်တော်တို့ အောင်လံကမ်းခြေမှ လာရောက်ကာ တောင်ယာလုပ်သူများသာ ရှိပါသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ဓာလီတောင်နားရောက်လျှင် လှေကို ကမ်းကပ်ပြီး သစ်ပင်ကြီးနှင့် ချည်ထားခဲ့ပါသည်။ လယ်ကွင်းရိုးကို ဖြတ်လျှောက်ရမည်ဖြစ်၍ ဖိနပ်ကိုလည်း လှေပေါ်တွင်ပင် ထားခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် တောင်ခြေသို့ရောက်အောင် လယ်ကွက် ၄ ကွက်လောက်ကို ဖြတ်ခဲ့ရပါသည်။ စိမ်းစိုနေသော ပြောင်းဖူးခင်းများသည် လေအဝှေ့တွင် တရှဲရှဲ အသံပေးကာ ယိမ်းထိုး၍နေပါသည်။ လေတိုက်လိုက်တိုင်း ရေလှိုင်းများ ပြေးသွားသလို မို့လိုက်မောက်လိုက်နှင့် ရှေ့တိုးနောက်ငင် ယိမ်းနွဲ့လျက် ရှိနေပါသည်။

ဓာလီတောင်ပေါ်သို့ လှေကားထစ်များအတိုင်း တက်လာရာ တောင်ပေါ်ရောက်တော့ သီလယူမည့်သူများနှင့် ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင် စည်ကားနေပါပြီ။ ကျွန်တော်တို့ မိသားစုမှာ ဓမ္မာရုံတွင် နေရာမရတော့၍ ဘုရားရင်ပြင်တော်ပေါ်တွင် ပါလာသော ပစ္စည်းတို့ကိုချကာ နေရာယူပါသည်။ လူကြီးများက သီလယူသွားချိန်တွင် ကျွန်တော်က ဘုရားပေါ်မှ တောင်ခြေရှိ မြင်ကွင်းစုံ ဧရာဝတီမြစ်နှင့် အောင်လံဘက် ရှုခင်းကို ကြည့်ကာ စိတ်ကြည်နူးနေမိပါသည်။ အားလုံးကို အပေါ်စီးမှ မြင်ရသည်မှာ အရသာ တစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ မြို့ခိုးတို့ဆိုင်းနေသော အောင်လံမြို့ရှိ တာဝတိံသာတောင်နှင့် ဘုရားမှာ မမြင်ရ တစ်လှည့်၊ မြင်ရတစ်လှည့် ရှိနေပါသည်။ ဧရာဝတီမြစ်တွင် ကူးလာဆန်ခတ်သွားနေကြသော အညာဆန် သင်္ဘောကြီးများ၊ ကိုတံငါတို့၏ လှေကလေးများ၊ ပဲ့ထောင် မော်တော်လေးများကိုလည်း သေးသေးသာ မြင်ရပါသည်။

ထိုအချိန်တွင် တောင်အောက်မှ တောင်ပေါ်သို့ ပျံတက်လာသော ငှက်ကလေးများကို မြင်ရသည်မှာ စိတ်ချမ်းမြေ့စရာ ကောင်းလှပါသည်။ အုပ်စုဖွဲ့ပျံသန်းနေကြသော စာကလေးအုပ်၊ ကြက်တူရွေးငှက်များ ဤဒေသတွင် ပေါလှပါသည်။ ညို့မှိုင်းသော တောင်တန်း၊ စိမ်းလန်းသော ကွင်းပြင်နှင့် ငှက်ကလေးတို့၏ တေးသီနေပုံတို့မှာ လှပသော ပန်းချီကား တစ်ချပ်နှင့်ပင် တူနေပါသည်။ ကြည့်ရင်းကြည့်ရင်း အရသာရှိလှပါသည်။ ကျွန်တော်သည်

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်တော်တို့ အိမ်နှင့် မန်ကျည်းပင်ကိုရှာရာ မန်ကျည်းပင်အုပ်အုပ်ကိုသာ မှုန်ပျပျ တွေ့ရပါသည်။ အိမ်မှာကား သစ်ပင်များ ပိတ်ဖုံးနေ၍ မမြင်ရပါ။ ထိုရှုခင်းကို မည်မျှကြာအောင် ငေးနေမိသည် မသိပါ။ အမေက ထမင်းစား လာခေါ်မှသာ ထိုနေရာမှ ခွာလာခဲ့ပါသည်။

ထမင်းစားပြီး လူကြီးများက တစ်ရေးတစ်မောအိပ်ကာ ညနေ ၃ နာရီ လောက်တွင် ပြန်လာခဲ့ကြပါသည်။ ကျွန်တော်သည် အိမ်ထဲသို့ မဝင်တော့ဘဲ အိမ်ရှေ့ရေချိုးဆိပ်ကို လာခဲ့ပါသည်။ ထိုနေရာမှ မြို့တစ်ဖက်ကမ်းကို ကြည့် ရသည့် မြင်ကွင်းက ပို၍ပင် လှပနေပါသည်။ ညနေချိန် နေလုံးကြီးက မိုး သား ကိမ်လိပ်တို့ကို ထွင်းဖောက်ကာ မြစ်ပြင်ပေါ် ဖြာကျနေပါသည်။ တံငါ လှေတစ်စင်း၏ မြစ်ရေကို ဆန်ကာ လှော်ခတ်နေပုံမှာလည်း နေခြည်အောက် တွင် အားတက်စရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ မန်ကျည်းပင်ပေါ်တွင် စာကလေးငှက် များ၊ ဆက်ရက်ငှက်များက အိပ်တန်းတက်ရန် ရောက်လာကြလေပြီ။ ၎င်းတို့ ၏ စီညံညံ အသံများက လှိုင်းပုတ်သံနှင့်အပြိုင် နားထောင်ကောင်းသလို ရှိနေပါသည်။ သရက်ဘိလပ်မြေစက်ရုံမှ မာကျူရီမီးများက စောစီးစွာ ထွန်း ထားရာ မြူခိုးဝေသော ယခုလိုညနေချိန်၌ အလင်းရောင်တို့မှာ ပြောက်တိ ပြောက်ကျား ဖြစ်နေပါသည်။ ဇာလီတောင်ထိပ်မှ ကျွန်တော်တို့ သွားခဲ့သော ဘုရားလေးကား မာကျူရီမီးထွန်းထားရာ မီးကိုသာ မြင်ရပြီး ကျန်သော အရာများကို မမြင်ရတော့ပါ။ ညနေချိန်ဖြစ်၍ ဧရာဝတီမြစ်ရေသည် တဟဲဟဲ အသံပေးကာ အဆင်းကြမ်းလာပါသည်။ မြစ်ရေထဲတွင် ထင်းတုံးများ၊ အမှိုက် စများ၊ သစ်ပင်များ မျောပါနေကြပါသည်။

မိုးတွင်းကာလ၌ ဧရာဝတီသည် တောင်ကျချောင်းရေကြောင့်ပင် ရေ ပိုစီးပါသည်။ ရေစီးကြမ်းလှပါသည်။ ရေစီးသန်လှသော ဤအချိန်တွင် မြစ် ကို စုန်ဆင်းရသည်မှာ သက်သာသော်လည်း ဆန်တက်ရသည်မှာ အလွန်ပင် ပင်ပန်းလှပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ ဧရာဝတီမှာ အစုန်သာရှိပြီး အဆန်မရှိပါ။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် မြစ်ထဲမျောနေသော ထင်းတုံးများကို လိုက်ဆယ်နေကြ သည့် လှေကလေးများကိုလည်း တွေ့ရပါသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် လှေခဏ ခဏ မှောက်သဖြင့် မြစ်ထဲတွင် လူကြီးများက ထင်းဆယ်ခွင့် မပေးတော့ပါ။

တော်သလင်း၊ သီတင်းကျွတ်ဆိုလျှင် မြစ်ရေကျစပြုပြီ ဖြစ်ပါသည်။ မြစ်လယ်တွင် မြေနုကျွန်းများ ပေါ်လာပါပြီ။ ကျွန်တော်တို့အိမ်ဘေး တည့်

mgyoe.com

mgyoe.com

တည့် မြစ်လယ်တွင်ပေါ်သော မြေနုကျွန်းကို ဖိုးကျော်လုတို့ သားသမီးများက လုပ်ကိုင်ကြပါသည်။ ကြက်သွန်၊ မြေပဲ၊ ပြောင်းဖူး၊ နှမ်း၊ ခရမ်းချဉ်သီးတို့ကို စိုက်ကြပါသည်။ ကျွန်းပေါ်သွားကာ မြေပဲကို အပင်မှ နုတ်၍ မီးဖုတ်စားရသည်မှာ အရသာရှိသလို ကြည်လင်သော မြစ်ပြင်အလှကို ကျွန်းပေါ်မှ ကြည့်ရသည်မှာလည်း ထူးခြား၍နေပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ကျွန်တော် မွေးဖွားကြီးပြင်းခဲ့ရာ မွေးရပ်ဒေသ ရှုခင်းမြင်ကွင်းအလှ၊ သာယာမှုကို ဘယ်သောအခါမှ မေ့ပျောက်နိုင်မည် မဟုတ်တော့ပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ရိုးရိုးကျင့် မြင့်မြင့်ကြံ

၁။ ရိုးရိုးကျင့်ခြင်းသည် လောကတွင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပုံ။
၂။ ရိုးသားခြင်း၏ ရလဒ်။
၃။ ရိုးသားခြင်းနှင့် ပတ်သက်သော စာတွေ့၊ ကိုယ်တွေ့ သာဓကများ။
၄။ ရိုးသားစွာ ကျင့်ပြီး အဆင့်တန်းမြင့်စွာ ကြံစည်ရန် လိုအပ်ပုံ။
၅။ မိမိ၏ အမြင်အတွေး ခံစားမှု။

mgyoe.com

mgyoe.com

ရိုးရိုးကျင့် မြင့်မြင့်ကြံ

"ရိုးရိုးကျင့် မြင့်မြင့်ကြံ" ဟူသော စကားသည် မြန်မာတို့၏ ဆိုရိုးစကား တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ ကြီးပွားချမ်းသာလိုသူတို့သည် ရိုးသားရမည်။ မိမိ၏ ရည်ရွယ်ချက် မြင့်မားရမည်ကို ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အတွက် သူ၏ ဘဝတွင် ရိုးသားမှုသည် အလိုအပ်ဆုံးပင် ဖြစ်သည်။ ရိုးသားမှုရှိသူကို လူအများက လက်ခံကြသည်။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံလိုကြသည်။ အရိုးသားဆုံးသည် လူ့ဘဝအတွက် အကောင်းဆုံးပင် ဖြစ်သည်။ ရိုးသားမှုမရှိသူသည် လောကတွင် ရေရှည်မတည်မြဲပေ။ လူအများ၏ ရှောင်ဖယ်ခြင်း၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်းတို့ကိုသာ တွေ့ကြုံရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ရိုးသားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ ပြောရလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လွတ်လပ်ရေးကို ရယူပေးခဲ့သော ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကို ပြောရမည်ပင် ဖြစ်သည်။ ဗိုလ်ချုပ်သည် ငယ်စဉ်ကာလ ကလေးဘဝကပင် ရိုးသားမှုရှိသူ ဖြစ်သည်။ မိခင်ဖြစ်သူ နှမ်းအရောင်းအဝယ်နှင့် ဈေးစကားပြောရာတွင် စီးပွားရေးကို သူ မသိ၊ သူ့အမေက တစ်ဖက်လူကို ဈေးပိုပြောသည်သာ သိပြီး အမေကို ဈေးအမှန်အတိုင်းပြောရန် စကားဆိုခြင်းက ဗိုလ်ချုပ်၏ ငယ်စဉ်က ရိုးသားမှုမှာ အံ့သြစရာပင်။ ဗိုလ်ချုပ်သည် ခေါင်းဆောင်ဘဝဖြင့် အင်္ဂလန်သို့ လွတ်လပ်ရေးအတွက် သွားရောက် အရေးဆိုခဲ့သည်။ "ဘိလပ်က ပြန်လာတော့ ဘာပါသလဲလို့ ကျုပ်ကို မေးကြမယ်။ ကျုပ်မှာ ဘောင်းဘီတစ်စုံပဲ ပါလာ

mgyoe.com

mgyoe.com

တယ်" ဟု ရိုးရိုးရှင်းရှင်း ပြောခဲ့သည်။ ဗိုလ်ချုပ်၏ ရိုးသားသန့်ရှင်းမှုတွင် လာဘ်မစားခြင်း၊ ဖြောင့်မတ်ခြင်း၊ နှိုင်းချိန်တတ်ခြင်း၊ ထောက်ထားညှာတာ တတ်ခြင်းတို့ကို တွေ့ရပေသည်။ လူအများ၏ အရည်အချင်းကို အကဲဖြတ် တတ်ပြီး အရည်အချင်း တန်ဖိုးကို ကိုယ်တိုင်လေးစားသူ ဖြစ်လေရာ လူ အများက ဗိုလ်ချုပ်၏ ရိုးသားမှုအပေါ် ကိုးစားယုံကြည်ကြသည်မှာ ပြောစရာ မလိုတော့ပေ။

ငယ်စဉ်က အဘိုးအဘွား ပြောပြသော ညအိပ်ရာဝင် ပုံပြင်ကလေး သည်လည်း ရိုးသားမှု၏ ရလဒ်ကို ဖော်ပြ၍ နေလေသည်။ တစ်ခါက သစ် ခုတ်သမား တစ်ဦးသည် မြစ်ကမ်းနံဘေးတွင် သစ်ပင်ကြီးအား သူ၏ ပုဆိန် ဖြင့် ခုတ်နေလေသည်။ ခုတ်နေရင်း သူ၏ ပုဆိန်သည် မြစ်ထဲသို့ ကျသွားလေ သည်။ သစ်ခုတ်သမားမှာ ဆင်းရဲသဖြင့် ပုဆိန်အသစ်ဝယ်ရန် ငွေကလည်း မရှိဘဲ သစ်ပင်အောက်တွင် ထိုင်၍ ငိုနေလေသည်။ ထိုအခါ မြစ်စောင့်နတ် သည် သစ်ခုတ်သမား၏ ရိုးသားမှုကို စမ်းလိုသဖြင့် ကိုယ်ထင်ပြကာ အဖြစ် အပျက်များကို မေးမြန်းလေသည်။ သစ်ခုတ်သမားကလည်း သစ်ပင်ခုတ်ရင်း သူ၏ ပုဆိန် မြစ်ထဲကျသွားကြောင်း ပြောလေသည်။ ထိုအခါ မြစ်စောင့်နတ် က ရွှေပုဆိန်ကိုပြကာ သူ့ပုဆိန်လား မေးသည်။ သစ်ခုတ်သမားက မဟုတ်ဟု ဆိုသည်။ ငွေပုဆိန်ပြသည်။ သစ်ခုတ်သမားက ငြင်းပြန်သည်။ နောက်ဆုံး သံပုဆိန် ပြသည်။ သူ့ပုဆိန်ဖြစ်ကြောင်း ပြောလေသည်။ ထိုအခါ မြစ်စောင့် နတ်သည် သစ်ခုတ်သမား၏ ရိုးသားမှုကို နှစ်သက်သဘောကျပြီး ရွှေပုဆိန်၊ ငွေပုဆိန်၊ သံပုဆိန် ၃ ခုစလုံးကို ပေးလိုက်လေသည်။ ဤသည်မှာ သစ်ခုတ် သမား၏ ရိုးသားမှုကြောင့်ပင် ဖြစ်လေသည်။

ဤသည်ကို သစ်ခုတ်သမား၏ အိမ်နီးချင်း တစ်ယောက်က သိပြီး သစ်ခုတ်သမားလို ချမ်းသာချင်သဖြင့် မြစ်ကမ်းဘေးတွင် သစ်ခုတ်ပြီး ပုဆိန် ကို မြစ်ထဲပစ်ချကာ ငိုနေလေသည်။ မြစ်စောင့်နတ်က ယခင်အတိုင်း မေးပြီး ရွှေပုဆိန်ကိုပြရာ သူ့ပုဆိန်ပါဟု ပြောသဖြင့် ပုဆိန်ရော နတ်ပါ ပျောက်သွား လေသည်။ ထိုအခါ မရိုးသားသူ အိမ်နီးချင်းမှာ သူ၏ မမှန်မကန်စိတ်ကြောင့် ဆုံးရှုံးမှုနှင့် ကြုံရလေသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် လောကတွင် ရိုးရိုးသားသား ကျင့်ကြံနေထိုင်လျှင် မချမ်းသာလျှင်တောင်မှ မဆင်းရဲပေ။ လူထဲတွင် တန်ဖိုး ထားခြင်းခံရကာ လူအများ၏ နှစ်လိုမှုကို ခံယူရမည် ဖြစ်ပါသည်။

mgyoe.com

ထို့အပြင် ရိုးသားစွာကျင့်ပြီး အဆင့်အတန်းမြင့်မားစွာ ကြံစည်တွေး တောရန်လည်း လိုပေသည်။ "လူနေချုံကြား စိတ်နေဘုံဖျား" စိတ်ကို ပြော ခြင်း မဟုတ်ပေ။ မိမိပြုလုပ်သော အလုပ်အကိုင်၊ အကြံအစည်သည် ပထမဦး စွာ ရိုးသားရမည်။ မိမိကြံစည်သော အမှုကိစ္စသည် သာမန်ဟု သဘောမထား အပ်ပေ။ 'ရင်လောက်တင်မှ ဒူးလောက်ကျ' ဆိုသလို မိမိ၏ အမှုကိစ္စအတွက် အကျိုးခံစားရမည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ အထွတ်အမြတ်ထားရာ သဗ္ဗညုတ ရွှေဉာဏ်ရှင် မြတ်စွာဘုရားသည် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ရန်အတွက် မြင့် မြတ်သော အကြံကို လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်းများစွာ သုမေဓာ ရှင်ရသေ့ဘဝဖြင့် ဒီပင်္ကရာ မြတ်စွာဘုရားထံ ဆုပန်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဘဝပေါင်း မြောက်မြားစွာ ပါရမီဖြည့်ကျင့်ခဲ့ရသည်။ ထိုသို့ ဖြည့်ကျင့်ရာတွင် မရိုးမသားဖြည့်ကျင့်ခြင်း မဟုတ်ပေ။ ရိုးသာစွာဖြင့် ပါရမီဖြည့်ကျင့်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံး ဝေဿန္တရာမင်းကြီးဘဝတွင်ပင်လျှင် ဇနီးနှင့် သားသမီးတို့ကို သဗ္ဗညုတ ရွှေဉာဏ်တော်ကိုရရန်အတွက် ပုဏ္ဏားကို လှူခဲ့သည်။ သတ္တဝါအားလုံးတို့၏ ကိုးကွယ်ရာ၊ မှီခိုရာ၊ ဆည်းကပ်ရာ လူ့ဘဝမှ ကျွတ်လွတ်စေရန် သဗ္ဗညုတ ရွှေဉာဏ်ရှင်ဘုရားအဖြစ် ဆုပန်ခဲ့ခြင်းသည် မြင့်မားသော အကြံကို ကြံစည်ခဲ့ ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့်ပင် ကျွန်ုပ်တို့ ကျောင်းသားကျောင်းသူတို့သည် ငယ်စဉ် အရွယ် ကလေးဘဝကပင် ရိုးရိုးကျင့် မြင့်မြင့်ကြံ စိတ်ဓာတ်ကို မွေးမြူရန် လိုအပ်လှပါသည်။ ထိုစိတ်ဓာတ်ဖြင့်သာ လောကတွင် အောင်မြင်မှု တက် လမ်းကို ဆွတ်ခူးနိုင်မည် ဖြစ်ပါတော့သည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ဆောင်းရာသီ သဘာဝအလှ

၁။ ဆောင်းရာသီကို အနှစ်သက်ဆုံး ဖြစ်မိပုံ။
၂။ ရာသီ၏ သဘာဝ အခြေအနေနှင့် ပွဲတော်များ။
၃။ ဆောင်းရာသီတွင် ပွင့်သော ရာသီပန်းတို့အလှနှင့် ချမ်းအေးမှု ပေးသော ရာသီဖြစ်ပုံ။
၄။ အားကစား လေ့ကျင့်ခန်း ပြုလုပ်ကြပုံ။
၅။ စိတ်ကြည်လင်ချမ်းမြေ့ဖွယ်ကောင်းသော ရာသီဖြစ်ပုံ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ဆောင်းရာသီ သဘာဝအလှ

ရာသီတကာ့ ရာသီများတွင် အနှစ်သက်ဆုံး ရာသီကို ပြပါဆိုလျှင် ဆောင်းရာသီကို ညွှန်ပြရပေတော့မည်။ ဆောင်းရာသီသည် မိုးရာသီ ကုန်ဆုံးပြီးသည်နှင့် ရောက်ရှိလာပေတော့သည်။ တန်ဆောင်မုန်းလသည် မိုးအကုန် ဆောင်းအကူးကာလ ဖြစ်ပါတော့သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခွင်တစ်ပြင်တွင် မြူနှင်းမှုန်များ ဝေ့ဝဲကာ ကျဆင်းလျက် ရှိပါသည်။ မြောက်ပြန်လေတဖြူးဖြူး တိုက်ခတ်လာသည်နှင့်အတူ အေးမြမှု အရသာကိုပါ တစ်ပါတည်း ခံစားရသော ကာလလည်း ဖြစ်ပါသည်။ သစ်ပင်တို့သည် နှင်းရည်နှင်းစက်တို့ကြောင့် စိမ်းလန်းစိုပြည်လျက် ရှိပါတော့သည်။

ဆောင်းရာသီ၏ အဖော်အဖက်ဖြစ်သော နှင်းစက်နှင်းမှုန်တို့သည် ဆောင်း၏အလှ၊ ဆောင်း၏ သဘာဝပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။ မိုးရာသီ ကုန်ဆုံးသည်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မြူမှုန်များက ဝေ့ဝဲ၍ နေပါသည်။ အချိန်ကာလကား တန်ဆောင်မုန်းအချိန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ မိုးနံ့မပြယ်သလို ဆောင်းရနံ့ကလည်း ပီပြင်မှု မရှိသေးပါ။ ထိုအချိန်တွင် မြန်မာလူမျိုးတို့၏ အလှူကထိန်သင်္ကန်းနှင့် တန်ဆောင်တိုင်ပွဲတော်ကို မြို့ရွာအနှံ့ ကျင်းပကြပါသည်။ ဆောင်းဦးအစတွင် ကျင်းပသော တန်ဆောင်တိုင်ပွဲတော်သည် ပြည်သူများအတွက် ပျော်စရာ၊ ရွှင်စရာ ရိုးရာပွဲတော် တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

မြူနှင်းမှုန်မှုန်တို့ကြားတွင် အိမ်တိုင်း၌ ရောင်စုံမီးပုံးလေးများကို ထွန်းညှိကြသည်။ ကောင်းကင်တွင် လမင်းက ထိန်ထိန်သာ၍ နေပါသည်။ တန်ဆောင်တိုင်ပွဲ အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် မီးပုံးပျံပွဲ၊ တေးသရုပ်ဖော်ပွဲတို့ဖြင့် မြို့ရွာ

mgyoe.com

mgyoe.com

တိုင်းတွင် စည်ကားနေချိန်လည်း ဖြစ်ပါသည်။ လူကြီးများက တန်ဆောင်မုန်းလသည် ကြယ်တာရာနက္ခတ်များ စုံလင်သောလဖြစ်သည်ဟု ပြောကြပါသည်။ ဆေးပေါင်းခသောလ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မယ်ဇလီဖူး သုပ်၍ စားကြသည်မှာလည်း အိမ်တိုင်းလိုလိုပင် ဖြစ်သည်။

နတ်တော်လသို့ ရောက်ပြီ ဆိုလျှင်လည်း မြန်မာနိုင်ငံ တစ်ဝှမ်းလုံးတွင် စာဆိုတော်ပွဲများကို ကျင်းပကြပါသည်။ မြန်မာ့ရိုးရာ နတ်ကန်တော့သော လလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆောင်းရာသီ၏ သရုပ်ကို အပီပြင်ဆုံး ဖော်ကျူးသော လများကား ပြာသို၊ တပို့တွဲလပင် ဖြစ်ပါသည်။ "နှာရည်စို့ရွဲ၊ တပို့တွဲ" ဟု ဆိုရလောက်အောင် အေးမြသောအချိန် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုလများတွင် မြန်မာ့ရိုးရာ မြင်းခင်းသဘင်ပွဲတော်ကို ကျင်းပကြသည်။ မြင်းခင်းသဘင် ကျင်းပခြင်းသည် ရှေးယခင်က မြန်မာ့ တပ်မတော်တွင် မြင်းစစ်သည်တော်ကောင်းများ ပေါ်ထွန်းလာစေရန် ရည်ရွယ်ပြုလုပ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထမနဲပွဲများ ကျင်းပပြုလုပ်ခြင်းကို တပို့တွဲလတွင် ပြုလုပ်ကြပါသည်။ လူအများ စုပေါင်း၍ နှမ်းမနဲခေါ် ထမနဲထိုးကာ ဘုရားကို ကပ်လှူခြင်း၊ အများကို လှူဒါန်းခြင်းများ ပြုလုပ်ကြသည်မှာ အေးမြသော ဆောင်းရာသီအချိန်ပင် ဖြစ်သည်။

ဆောင်းရာသီတွင် ပွင့်သော ပန်းများကို ကြည့်ပါကလည်း ရာဇဝင်တွင် စာတင်ရမည် အမှန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ပန်းမြတ်တော်ဝင်သဇင်၊ ခဝဲ၊ ခွာညို၊ ပေါက်လဲတို့သည် ဆောင်းရာသီ၏ ရာသီပန်းများ ဖြစ်ပါသည်။ ဆောင်းသဇင်သည် ပင်မြင့်စံပန်းဖြစ်ပြီး နှင်းရည်နှင်းစက်တို့ ထိတွေ့မှ ပွင့်သောပန်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ရာမရကန်စာဆို ဦးတိုးက...

"စိမ့်ကြီး မြိုင်ကြီး ရိပ်ကြီးတောတောင်
နေရောင်မခံ၊ ပန်းပျံပင်ဆင့်
နွေလသန်ပေါက် ယဉ်ချိန်ရောက်ခါမှ
နှင်းသောက်ကယ်ရွှင်ရွှင်၊ ပွင့်ဖူးတွေ ဆင်ကြသည်" ဟု ဆိုခဲ့သည်။

ဆောင်း၏ အေးမြမှုကို စာဆို အချုပ်တန်း ဆရာဖေကလည်း ဤသို့ စာပန်းချီ ခြယ်ထားခဲ့ပြန်ပါသေးသည်။

"ငွေနှင်းငယ်မှုန်
လေညင်းရယ် တသုန်သုန်နှင့်

ချမ်းပုံမှာ ကမ်းကုန်ရစ်တာမို့" ဟု ဆိုကာ ငွေနှင်းမှုန်များ ကျဆင်းနေသောအချိန်၊ လေညင်းတိုက်ခတ်နေစဉ်တွင် ကမ်းကုန်အောင် ချမ်းစိမ့်သော ဆောင်း၏ သရုပ်ကို ဖော်ထုတ်ပြခဲ့ပြန်ပါသည်။

ကျေးလက်တောရွာများတွင် ရွှေဝါရောင် စပါးခင်းများသည် မြူမှုန်များအကြား၌ အလွန်ပင်လှပ၍ နေပါတော့သည်။ နှင်းရည်များ စိုနေသော စပါးနှံများသည် ငိုက်ဆင်းလျက် လေအဝှေ့တွင် ယိမ်းနွဲ့နေသည်မှာ တစ်မျိုးချစ်စရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ တောင်သူဦးကြီးတို့သည် ဤဆောင်းရာသီတွင်ပင် ရွှေဝါရောင် စပါးများကို ရိတ်သိမ်းကာ စပါးလှေ့ခြင်း၊ စပါးနယ်ခြင်း ကိစ္စတို့ကို ပြုလုပ်ကြသည်မှာ အလွန်ပင် အားရကျေနပ်ဖွယ် ကောင်းလှပါတော့သည်။ ဆောင်းရာသီတွင် ကျင်းပသော မြန်မာနိုင်ငံ၏ အမျိုးသားနေ့၊ လွတ်လပ်ရေးအောင်ပွဲ၊ ပြည်ထောင်စုပွဲတို့သည် အထင်ကရ ပွဲတော်များပင် ဖြစ်နေပြန်ပါသည်။

"စာစာအိပ်လို့

စာစာထလို့

စာစာ လမ်းလျှောက်ကြပါစို့" ဟူသော သီချင်းသံနှင့်အတူ အားကစား လေ့ကျင့်သူများ၊ လမ်းလျှောက်သူများ၊ ကျန်းမာရေး လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သူများဖြင့် စည်ကား၍နေပါတော့သည်။ ထိုသို့ အားကစားကို လေ့လာလိုက်စား ဝါသနာပါကြသဖြင့် ရန်ကုန်တွင် မာရသွန်ပြိုင်ပွဲများ၊ အားကစားပွဲတော်များကို ယခင်ကထက်ပို၍ ကျင်းပပြီး အားကစားအဆင့်ကို မြှင့်တင်ပေးခဲ့ကြပါသည်။ ထိုပွဲများအားလုံး ကျင်းပချိန်သည် ဤအေးမြသော ဟေမန်ဆောင်းရာသီပင် ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာလူမျိုးတို့၏ ရိုးရာဓလေ့ပွဲတော်များ ကျင်းပရာ အချိန်သည် ဤဆောင်းရာသီပင် ဖြစ်ပါသည်။ ပတ်ဝန်းကျင် တစ်ခွင်တစ်ပြင်တွင် နှင်းမှုန်များက ကျဆင်းနေသည်။ သစ်ရွက်တို့က နှင်းစက်တို့ကြောင့် မြစိမ်းရောင်လွှမ်းထားသလို ရှိနေသည်။ မြောက်ပြန်လေအဝှေ့တွင် အလွမ်းဓာတ်ခံရှိသူတို့အတွက် ရာသီသဘာဝက ပို၍ အေးချမ်းမှုကိုပေးသော စိတ်ကြည်လင်ချမ်းမြေ့ရသော ရာသီဥတုပင် ဆိုချင်ပါတော့သည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

မြတ်ပညာ

၁။ ပညာ၏ အဝိပ္ပာယ်။

၂။ ပညာနှင့် စပ်ဆိုင်သော စကားပုံဆိုရိုးများ။

၃။ ငယ်စဉ်အခါ ပညာရှာအပ်ပုံ။

၄။ ပညာတတ်ခြင်း၏ ကောင်းကျိုးနှင့် ပညာမတတ်ခြင်း၏ ဆိုးကျိုး။

၅။ ပညာနှင့် ပတ်သက်၍ စာတွေ့ ကိုယ်တွေ့ သာဓကများနှင့် မိမိအမြင်။

mgyoe.com

mgyoe.com

မြတ်ပညာ

"ပညာသမာ အာဘာနတ္ထိ" ပညာနှင့်တူသော အရာသည် မရှိ။ ပညာဖြင့် အသက်မွေးမှုသည် အမြတ်ဆုံးဟု မြတ်ဗုဒ္ဓက ဟောကြားခဲ့ပါသည်။ ပညာဟူသည် အကျိုးအပြစ်ကို ခွဲခြားနိုင်သော ဉာဏ်ပညာပင် ဖြစ်သည်။ ပညာရှိသောသူသည် မြင့်မြတ်သော စိတ်ထားရှိ၍ သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်ခြင်း၊ ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်ခြင်း ဟူသော ဆင်ခြင်တုံတရားတို့ကို လက်ကိုင်ထားနိုင်သူ ဖြစ်သည်။ ပညာဖြင့်သာ လောက၏ ကောင်းကျိုးတရားများကို ဖန်တီးနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ပညာသည် အလွန်မွန်မြတ်၍ တန်ဖိုးရှိသောကြောင့် "ပညာရွှေအိုး၊ လူမခိုး"၊ "ပညာရှိရင် ပွဲလယ်တင့်" ဟု တင်စားခေါ်ဝေါ်ကြခြင်း ဖြစ်သည်။

ပညာရှာရာတွင် မိမိကိုယ်ကို နှိမ့်ချကျိုးနွံစွာဖြင့် ပညာရှာရပေမည်။ စာဆို ကျည်းကန်ရှင်ကြီးက ပညာရှာခြင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး "ပညာရှာ မာန်သာ နှိမ့်ချထား၊ သုတရှာ ပမာသူဖုန်းစား" ဟု ဆိုခဲ့ပါသည်။ ပညာရှာရာတွင် အရှက်တရား အကြောက်တရားကို ပယ်ရှားရန်လည်း အရေးကြီးပေသည်။ အရှက်အကြောက် မပယ်နိုင်သ၍ ပညာတတ်ဖြစ်ရန် မလွယ်ပေ။ သင်ကြားပြသပေးသည့် ဆရာပေါ်တွင်လည်း ဂါရဝတရား၊ နိဝါတတရားများ ထားရန် လိုအပ်ပေသေးသည်။

ဝိဓုရသိပ္ပ လူ့ကိစ္စကဗျာတွင် ဆရာတော် ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရက ငယ်စဉ်အခါ ပညာရှာအပ်ကြောင်း ငယ်စဉ်အခါ ပညာမရှာလျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်

mgyoe.com

mgyoe.com

ကြောင်း လမ်းညွှန်ဆုံးမခဲ့သည်။ ပညာမတတ်လျှင် လူ့လောကအလယ်၌ မတင့်တယ်။ စကားအပြောအဆိုမတတ်။ လူအများ၏ ရယ်စရာ ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။ မိဘ၊ ဘိုးဘွားတို့ ကြည့်ရှုစောင်မ၍ မတောင့်မတ နေရသော်လည်း ပညာမတတ်သောကြောင့် ပြာသာဒ်ဖျား၌ နားသည့် ကျီးနှင့် တူနေပေမည်။ ပညာမတတ်သူကို လူ့ပေါက်ပန်းနှင့် တူကြောင်း ဆုံးမခဲ့ပါသည်။

ပညာတတ်ခြင်းကြောင့် အကျိုးခံစားရပုံ သာဓကများ ရှိပါသည်။ မိတ္ထီလာကန်တော်အနီး ဝန်ဇင်းရွာတွင် မောင်ညို (စာဆိုငညို) အမည်ရှိ လူတစ်ဦး ရှိပါသည်။ ပညာအရာ၌ နှံ့စပ်သူလည်း ဖြစ်သည်။ သက္ကရာဇ် ၇၃၀ တွင် မိတ္ထီလာကန် ကျိုးပေါက်၍ အင်းဝဘုရင်သည် အင်အားစုစည်းကာ ဆည်ဖို့ပြုပြင်ရာတွင် မိန်းမရုပ်နှင့် နတ်ကွန်းကို မြင်၍ မေးရာ တစ်ဦး တစ်ယောက်မှ မသိကြ၍ စာတိုငညိုအား မေးမှသာ အနော်ရထာမင်း မိဖုရားတစ်ဦး၏ ရွှေစင်ရုပ်နှင့်တူသော သစ်သားပုံရုပ်ဖြစ်ကြောင်းကို ရှင်းလင်းပြောကြားနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် 'စည်းတပစ်' ဘွဲ့နှင့် အမတ်ခန့်၍ နေပြည်တော်သို့ ခေါ်ဆောင်မြှောက်စားခံခဲ့ရသည်။

ဗာရာဏသီပြည်တွင်လည်း ငယ်စဉ်က ပညာမသင်ခဲ့မိ၍ ကြီးသောအခါတွင် ခွက်လက်ဆွဲကာ တောင်းစားနေရသော သူဌေးသားအကြောင်းလည်း ရှိပါသည်။ ခွက်ဆွဲတောင်းစားပါသော်လည်း လူဆိုးလူမိုက်ဟု ဝိုင်းဝန်း ရိုက်ပုတ်သောကြောင့် အသေဆိုးဖြင့် သေခဲ့ရပေသည်။ သဗ္ဗညုတ ရွှေဉာဏ်တော်နှင့် ပြည့်စုံသော မြတ်စွာဘုရားသည် သတ္တဝါတို့အား သံသရာမှ လွတ်မြောက်အောင် ကယ်တင်နိုင်သည်မှာ ပညာအရာ၌ အမြင့်မြတ်ဆုံး ရရှိထားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုပါရမီများ ရရှိရန် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း၊ ရှစ်သင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း စသည်များဖြင့် ဖြည့်ကျင့်ခဲ့ရပါသည်။ ဘဝပေါင်းများစွာ ကျင်လည်၍ မဟောသဓာ ဘဝ၌ အမှုများစွာကို ပညာဖြင့် တရားစီရင်ခဲ့ရသည်။ နွားတရားစီရင်ခြင်း၊ သားတရားစီရင်ခြင်း၊ ပတ္တမြား တရားစီရင်ခြင်းများကိုလည်း ပညာအရာဖြင့် အံ့သြလောက်ဖွယ် ဖြေရှင်းပေးနိုင်ပါသည်။

သဗ္ဗညုတဘုရားရှင်လက်ထက်တွင် ဘုရားရှင်အား တရားဟောကြားရန် ခမည်းတော် သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးက အမတ်ကြီး ကိုးယောက်၊ နောက်လိုက်နောက်ပါ တစ်ထောင်ဖြင့် တရားဟောရန် ပင့်သော်လည်း ဘုရားရှင်သည်

mgyoe.com

ကြွမလာပေ။ ပညာရှိ ကာဠုဒါယီ အမတ်ကြီးက ပင့်လျှောက်မှသာ ဘုရားရှင် ကြွတော်မူလာပေသည်။

ထို့ကြောင့်ပင် ကိုးခန်းပျို့၌လည်း "သိပ္ပခေါင်အား၊ တက်မြောက်များ မှု၊ တောသားရန်အောင်၊ ခြသေ့ယောင်သို့၊ မရှောင်မညာ၊ တင်းတင်းမာ၍၊ ပညာရဲရင့်၊ ပွဲလယ်တင့်လိမ့်" ဟု ပညာအရာ၌ ပြည့်စုံသောသူသည် ပွဲ အလယ်၌ တင့်တင့်တယ်တယ် ရှိလိမ့်မည်ဟု ဆိုထားပါသည်။ ကမ္ဘာ့သမိုင်း တွင် ထင်ရှားကျော်ကြားခဲ့သော ပုဂ္ဂိုလ်ကျော်ကြီး တစ်ဦးဖြစ်သည့် အမေရိကန် သမ္မတကြီး 'အေဗရာဟင်လင်ကွန်း' သည် သစ်ခုတ်သမား ဘဝမှ ပညာရဲရင့် ၍ သမ္မတကြီးအဖြစ် ပွဲလယ်တင့်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ပညာကို ကြိုးစားဆည်း ပူးခဲ့သည့် အကျိုးကျေးဇူးများကို ခံစားရခြင်း ဖြစ်သည်။

ပညာရှိသူသည် အဆိုးအကောင်းကို ခွဲခြားသိမြင်သည့်အတွက် ကောင်းကျိုးများကိုသာ ခံစားကြရပေသည်။ ပညာမရှိလျှင် အဆင်းသာရှိ၍ အချင်းမရှိသော "လူ့ပေါက်ပန်း" ဟု လည်းကောင်း၊ "ကျီးအာသီး" ဟု လည်း ကောင်း ခိုင်းနှိုင်းတတ်ပါသည်။ လူတို့၏ အရွယ်သုံးပါးရှိရာတွင် ပထမ အရွယ်တွင် ပညာရှာ၊ ဒုတိယအရွယ်တွင် ဥစ္စာရှာ၊ တတိယအရွယ်တွင် တရား ရှာဟူ၍ ရှိပါသည်။ အသိပညာ၊ အတတ်ပညာများကို သင်လွယ်တတ်လွယ် သည့် ပထမအရွယ်တွင် ပညာကို ရှာဖွေမှသာ နောင်ရေးအတွက် ရတက်အေး ရပေလိမ့်မည်။ "ဥစ္စာလိုသော်၊ မငြင်းနှင့်၊ ပညာလိုသော် မပျင်းနှင့်" ဟူသည့် စကားအတိုင်း ပညာကို မပျင်းမရိ၊ မရှက်မကြောက် ရှာဖွေသင့်ပါသည်။ "ပညာပြည့်ဝ နှလုံးလှ" ရန်အတွက် ကြိုးစားလိုက်နာ သင်ယူမှသာ ပညာရဲရင့် ပွဲလယ်တင့်ပြီး အောင်မြင်ခြင်း ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

စည်းလုံးခြင်းသည် ခွန်အား

၁။ စည်းလုံးမှုသည် အရေးပါပုံ။
၂။ စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်း၏ သဘော။
၃။ စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်းပြ သာဓကနှင့် စည်းလုံးညီညွတ်မှု မရှိခြင်း၏ သဘော။
၄။ စည်းလုံးမှုနှင့် ပတ်သက်သည့် စာတွေ့ကိုယ်တွေ့ သာဓကများ။
၅။ စည်းလုံးညီညွတ်မှုရှိရန် လိုအပ်ပုံ။

mgyoe.com

mgyoe.com

စည်းလုံးခြင်းသည့် ခွန်အား

ယနေ့ကမ္ဘာသည် တစ်ဦးကောင်း တစ်ယောက်ကောင်း၏ အစွမ်းသတ္တိဖြင့် ဗိုလ်လုပ်နိုင်သော ကမ္ဘာ မဟုတ်ချေ။ သူ့ရဲကောင်းဆန်ဆန် လူ့စွမ်းပြရသော ကမ္ဘာလည်း မဟုတ်ချေ။ တစ်ဦးကောင်း တစ်ယောက်ကောင်းကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်သော ကမ္ဘာလည်း မဟုတ်ချေ။ ယနေ့ကမ္ဘာသည် စုပေါင်းသော ကမ္ဘာ၊ စည်းလုံးသောကမ္ဘာ ဖြစ်သည်။ စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်း၏ ခွန်အားသည် သမိုင်းမတင်မီခေတ်ကပင် အထင်အရှား တွေ့မြင်နိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ရှေးဇာတ်နိပါတ်များတွင် လည်းကောင်း၊ ဒဏ္ဍာရီ ပုံပြင်များတွင် လည်းကောင်း၊ ကမ္ဘာ့သမိုင်းတွင် လည်းကောင်း ဖတ်ရှုမှတ်သားနိုင်ပေသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အရိုးဆုံး ဖြစ်သော်လည်း အဆန်းဆုံးပုံကလေး ရှိ၏။ အဘိုးအိုနှင့် သူ၏သားများ ပုံပြင် ဖြစ်သည်။ ရှေးအခါက အဘိုးအိုတစ်ဦးတွင် သားများ ရှိ၏။ မိမိမျက်ကွယ်ပြုသွားပြီးနောက် သားများကို စည်းလုံးညီညွတ်စွာ နေစေလို၏။ ထို့ကြောင့် သားတစ်ယောက်ကို ထင်းတစ်ချောင်းစီ ချိုးခိုင်း၏။ သားတို့သည် ထင်းတစ်ချောင်းစီကို ချိုးနိုင်သော်လည်း ထင်းစည်းကို ချိုးနိုင်စွမ်းမရှိချေ။ ထိုအခါ အဘိုးအိုက စည်းလုံးညီညွတ်စွာ နေထိုင်သင့်ကြောင်း သွန်သင်ဆုံးမခဲ့လေသည်။ ဤသည်ကား စည်းလုံး ညီညွတ်ခြင်း၏ ခွန်အားကို မီးမောင်းထိုးပြထားသော သာဓက တစ်ခုပင် ဖြစ်သည်။

ရှေးအခါက စီတြဂီဝါခိုမင်းနှင့် ခိုအပေါင်းသည် မုဆိုး၏ ပိုက်ကွန်၌ ဖမ်းမိကြသည်။ ခိုအပေါင်းသည် မိမိတို့၏ စွမ်းအားဖြင့် မညီမညွတ် ရုန်းထွက်နေကြသော်လည်း မအောင်မြင်ချေ။ ထိုအခါ စီတြဂီဝါခိုမင်းက ခို

mgyoe.com

mgyoe.com

အပေါင်းတို့အား စုပေါင်းစွမ်းအားဖြင့် ညီညီညွတ်ညွတ် ပျံသန်းလော့ဟု အမိန့်ပေးခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် ခိုအပေါင်း၏ စည်းလုံးညီညွတ်မှု စွမ်းအားဖြင့် အသက်ဘေးမှ လွတ်မြောက်ခဲ့ကြသည်။ ဤသည်ကား စည်းလုံးခြင်း၏ အားပင် ဖြစ်ကြောင်း သိသာနိုင်ပေသည်။ တစ်ဖန် ဘီလုံးငှက်မ၊ ယင်နှင့် ဖားတို့သည် စည်းလုံးညီညွတ်စွာဖြင့် ရန်သူဆင်ပြောင်ကြီးကို တောင်ပေါ်မှ လိမ့်ကျအောင်နိုင်ခဲ့သည်မှာလည်း စည်းလုံးခြင်း၏ သရုပ်ပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လိပ်၊ သမင်နှင့် ခေါက်ရှာငှက် သုံးဦး၏ စည်းလုံးညီညွတ်မှု စွမ်းအားကြောင့် မုဆိုး၏ ဘေးရန်မှ လွတ်မြောက်ခဲ့သည်။ ၎င်းအပြင် ဘုရားလောင်း ခေါင်းဆောင်သော လှည်းသားငါးရာတို့သည် တောမြိုင်ကန္တာရခရီးကြမ်းတွင် ရေမတွေ့သဖြင့် သေဘေးနှင့် ကြုံနေရသည်။ သို့သော် လှည်းသားတို့၏ စုပေါင်းစွမ်းအားကြောင့် ရေကြည်ရခဲ့သဖြင့် အသက်ဘေးမှ လွတ်မြောက်ခဲ့ပေသည်။

မဟာဝင်ကျမ်းတွင် ဝေသာလီပြည်၌ စည်းလုံးညီညွတ်သဖြင့် တိုင်းပြည် သာယာတိုးတက်ခဲ့သည်။ လိစ္ဆဝီမင်းသားတို့၏ စည်းလုံးညီညွတ်မှု အားဖြင့် မည်သူမျှဖြိုခွဲ၍ မရနိုင်အောင် ခိုင်မာလှ၏။ သို့သော် ဝဿကာရ ပုဏ္ဏားတို့၏ ခြေထိုးမှုကြောင့် စည်းလုံးမှုပြိုကွဲကာ ဝေသာလီပြည်ကြီး ပျက်စီးခဲ့ရသည်။ စည်းလုံးညီညွတ်မှု၏ အကျိုးနှင့် ညီညွတ်မှု ပျက်ပြားခြင်း၏ အပြစ်ကို ထင်ရှားစွာ လေ့လာနိုင်ပေသည်။

မြန်မာ့ရာဇဝင်ကို ပြန်လည်ငဲ့စောင်းကြည့်ပါက စည်းလုံးခြင်း၏ အကျိုးနှင့်အပြစ်ကို တွေ့မြင်နိုင်ပေသည်။ ပုဂံခေတ် အနော်ရထာမင်း၊ ကျန်စစ်သားမင်းလက်ထက်တွင် စည်းလုံးညီညွတ်ခဲ့ရာ ဤကမ္ဘာတွင် ပြည်မြန်မာဟု ထင်ရှားခဲ့ရသည်။ ဝင့်ကြွားဂုဏ်ယူခဲ့ရသည်။ တရုတ်ပြေးမင်းခေါ် နရသီဟပတေ့မင်းလက်ထက်တွင် ဝါးအစည်းပြေသကဲ့သို့ စည်းလုံးညီညွတ်မှု ပြိုကွဲခဲ့ရာ ပုဂံနေပြည်တော်ကြီး ပျက်စီးသွားရသည်။ တစ်ဖန် အင်းဝခေတ် သတိုးမင်းဖျား လက်ထက်မှစ၍ စည်းလုံးညီညွတ်ခဲ့ရာ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ စာပေယဉ်ကျေးမှု တိုးတက်ခဲ့ရသည်။ သို့သော် ဟံသာဝတီရောက်မင်းလက်ထက်တွင်မူ စည်းလုံးမှု ပျက်ပြားခဲ့သဖြင့် ဟံသာဝတီ မွန်ဘုရင်၏ လက်အောက်သို့ ကျရောက်ခဲ့သည်။ ထိုမှတစ်ဖန် တတိယ မြန်မာနိုင်ငံတော်ကို တည်ထောင်ခဲ့သော အလောင်းမင်းတရား လက်ထက်မှစ၍ စည်းလုံးညီညွတ်

mgyoe.com

ခဲ့သဖြင့် တိုင်းပြည်တိုးတက်သာယာခဲ့၏။ ဝပြောစည်ပင်ခဲ့၏။ သို့သော် သီပေါမင်းလက်ထက်တွင် အမျိုးသား စည်းလုံးညီညွတ်မှု ပြိုကွဲခဲ့သဖြင့် နယ်ချဲ့အင်္ဂလိပ်တို့၏ စစ်ဖိနပ်အောက်သို့ ပြားပြားဝပ်ကျရောက်ခဲ့ရသည်။ ဤအတွေ့အကြုံများကို သင်ခန်းစာယူမိသော ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းသည် တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်ရေးဖြင့် မြန်မာ့ လွတ်လပ်ရေးကို အရယူခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်း၏ အကျိုးနှင့်အပြစ်ကို ထင်ရှားစွာ ဆင်ခြင်နိုင်ပါသည်။

မြန်မာ့သမိုင်းသာမက ကမ္ဘာ့သမိုင်းကို လေ့လာပါက စည်းလုံး ညီညွတ်ခြင်း၏ အကျိုးတရားကို အံ့မခန်း တွေ့ရလေသည်။ နယ်ချဲ့အင်္ဂလိပ်၏ ကျွန်ဘဝကို ကျရောက်ခဲ့သော အိန္ဒိယနိုင်ငံသည် အမျိုးသား စည်းလုံးညီညွတ်မှုကို ပြန်လည်တည်ဆောက်ခဲ့သဖြင့် လွတ်လပ်ရေး ရရှိခဲ့ပါသည်။ တစ်ဖန် ဥရောပတိုက်သားတို့၏ ခွဲဝေလက်ဝါးကြီးအုပ်မှုကို ခံခဲ့ရသော တရုတ်ပြည်ကြီးသည် မော်စီတုံးလက်ထက်တွင် အမျိုးသားစည်းလုံး ညီညွတ်မှုဖြင့် စည်းလုံးသော အင်အားကြီးနိုင်ငံ တစ်နိုင်ငံကို တည်ထောင်ခဲ့သည်။ မဟာအင်အားကြီး နိုင်ငံများဖြစ်သော ဆိုဗီယက် ပြည်ထောင်စုနှင့် အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတို့တွင် လီနင်နှင့် ဂျော့ချ်ဝါရှင်တန်တို့ လက်ထက်မှစ၍ စည်းလုံးညီညွတ်ခဲ့သဖြင့် ယနေ့ ထိပ်တန်းနိုင်ငံကြီးများ ဖြစ်ခဲ့ရသည်။

ထို့ကြောင့် "နှမ်းတစ်လုံးနှင့် ဆီမဖြစ်" ဟု အများက ဆိုကြသော်လည်း ဆီဖြစ်သည့် နှမ်းစေ့ပေါင်း စုစည်းလိုက်သောအခါ သုံးမကုန်နိုင်သော ဆီများ ဖြစ်လာကြသည်။ ဝါတစ်ပွင့်ဖြင့် အထည်မဖြစ်နိုင်သော်လည်း ဝါပွင့်များစွာ စုပေါင်းလိုက်ပါက တောင်လိုပုံသော အဝတ်အထည်များ ရလာ၏။ အုတ်တစ်လွှာ သဲတစ်ပွင့်ဖြင့် အဆောက်အအုံများ ဖြစ်လာရသည်။ အရာရာတွင် အောင်မြင်တိုးတက်လိုပါက စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်းသာ အဓိက ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ပျော်ပါးမွေ့လျော် လဲလျောင်းရာ ကမ္ဘာကြီးပင်လျှင် မြေမှုန့်ကလေးများ တစ်ပွင့်စီ စုပေါင်းစပ်ထားခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်းသည်သာ တကယ့်ခွန်အား စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်းသည်သာ အောင်မြင်ခြင်းဖြစ်သော လောကသစ္စာတရားပင် ဖြစ်ပေသည်။

mgyoe.com

စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ

၁။ စာအုပ်စာပေသည် လူသားတို့အတွက် မိတ်ဆွေစစ်ဖြစ်ပုံ။
၂။ စာပေသည် လူသားတို့အတွက် လက်နက်တစ်မျိုးဖြစ်ပုံ။
၃။ လူမျိုးတစ်မျိုး၏အကြောင်းကို စာပေဖြင့် အဆုံးအဖြတ်ပြုပုံ။
၄။ စာပေသည် လူ့ဘောင်လောကကို ကောင်းကျိုးပြုပုံ။
၅။ စာပေကြောင့် ကောင်းကျိုးခံစားရသည့် စာတွေ့ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်ရပ်များ။
၆။ လူမျိုး၏ အဆင့်အတန်းကို စာပေဖြင့် အဆုံးအဖြတ်ပြုပုံ။

mgyoe.com

mgyoe.com

စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ

"လူသည် ဆက်ဆံရေးသတ္တဝါ ဖြစ်သည်။ တစ်ဦးတည်း နေထိုင်၍ မရချေ။ အပေါင်းအစု အသင်းအဖွဲ့ စသည်တို့ဖြင့် နေထိုင်ကြသည်။ လူမှုဆက်ဆံရေးများ ပေါ်ပေါက်လာရသည်။ လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်တွင် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းများလည်း တွေ့ရပေမည်။ မိတ်ဆွေတု မိတ်ဆွေယောင်များလည်း ကြုံရပေမည်။ သို့ဖြစ်ရာ လူမှုဝန်းကျင်ဝယ် မိတ်ဆွေစစ်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ မိတ်ဆွေတု ဟူ၍ လည်းကောင်း စိစစ်ခွဲခြားရသည်မှာ အတော်ပင် ခက်ခဲလွန်းလှပေသည်။ သို့သော် လူ့ဘဝအတွက် အမြဲလက်တွဲသင့်သော မိတ်ဆွေစစ်အဖြစ် သိသိသာသာ ထင်ထင်ရှားရှား သတ်မှတ်နိုင်သော အရာကား စာအုပ်စာပေပင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

စာအုပ်စာပေဟူသည် ပျို့၊ ကဗျာ၊ လင်္ကာ၊ ရတု၊ ပြဇာတ်၊ ဝတ္ထု၊ ဆောင်းပါး စသည့် ပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုး၊ အကြောင်းအမျိုးမျိုးဖြင့် စာပေနယ်၌ တည်ရှိနေသည်။ စာအုပ်စာပေသည် လူတစ်ဦးချင်းစီမှ ပြည်သူတစ်ရပ်လုံးအထိ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ပညာရေး၊ စာပေယဉ်ကျေးမှု စသောအသိဉာဏ်ပညာကို ရင့်ကျက်စေပါသည်။ ဘဝအတွေ့အကြုံ ဗဟုသုတကိုလည်း ပေးစွမ်းနိုင်ပေသည်။ စာအုပ်စာပေသည် ထက်မြက်လှသော လူသားလက်နက်တစ်မျိုး ဖြစ်ပေသည်။

ရှေးဟောင်းစာပေ၊ ရတု၊ ပျို့၊ ကဗျာ၊ ပြဇာတ်၊ မော်ကွန်း၊ ချေင်း စသည်တို့သည် အနုပညာ ရသစာပေများ ဖြစ်ကြသည်။ ယင်းသို့သော စာပေမျိုးသည် လူသားတို့၏ နှလုံးသားကို ကြည်နူးချမ်းမြေ့စေ၏။ ပျော်ရွှင်စေ၏။

mgyoe.com

mgyoe.com

တက်ကြွစေ၏။ သနားကြင်နာမှုကို ပေး၏။ ဆိုရပါလျှင် လူသားဝါဒ၊ လူသားမေတ္တာတို့ မွေးဖွားပေးစေ၏။ ဘာသာရေးစာပေများ၊ မြန်မာ့ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးတမ်းများ စသော ယဉ်ကျေးမှုစာပေများသည် ဘာသာ တရားကို ကြည်ညိုကိုင်းရှိုင်းစေ၏။ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု၊ မြန်မာ့ဓလေ့ကို မြတ်နိုးတတ်၏။ နှစ်သက်တတ်၏။ တန်ဖိုးထားတတ်၏။ တီထွင်ရကောင်းမှန်း သိမြင်လာ၏။ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရကောင်းမှန်း သိမြင်လာ၏။ မိမိ အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှု အမွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တတ်ခြင်းသည် စာအုပ်စာပေ၏ ကျေးဇူးပင် ဖြစ်သည်။

ကမ္ဘာပေါ်တွင် တိုးတက်လာသော နိုင်ငံများသည် စာဖတ်ကြ၏။ နိုင်ငံရေးစာအုပ်များ၊ စီးပွားရေး စာအုပ်များ၊ လူမှုရေး စာအုပ်များ၊ သိပ္ပံဆိုင်ရာ စာအုပ်များ စသည့် မိမိတို့ ဝါသနာသန်ရာ ဖတ်ကြသည်။ ထိုမှ ခေတ်မီသော နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ပညာရေး စသည့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲ တည် ထောင်ကြပေသည်။ ထိုနည်းတူ ဖွံ့ဖြိုးဆဲ နိုင်ငံတော်ကို တည်ထောင်ကြရပေ မည်။ စာအုပ်စာပေသည် အတိတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်နှင့် အနာဂတ် ဆက်သွယ်ပေး သော ပေါင်းကူးတံတားလည်း ဖြစ်သည်။

စာအုပ်စာပေသည် လူ့ဘဝကိုလည်း အကျိုးပြုပေသည်။ ဘဝကို လည်း ပြောင်းလဲစေသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ အမျိုးသား ခေါင်းဆောင်ကြီး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းသည် နိုင်ငံရေး စာပေများကို ဖတ်ရှုရာမှတစ်ဆင့် မျိုးချစ် စိတ်ဓာတ်၊ နိုင်ငံချစ်စိတ်ဓာတ် ပေါက်ဖွားလာခဲ့သည်။ ထိုမှ မြန်မာနိုင်ငံကို လွတ်လပ်ရေးရသည်အထိ စွမ်းဆောင်ပေးခဲ့သည်။ အရောင်အဝါ ထွန်းလင်း တောက်ပသော နေမင်းသည် ကမ္ဘာလောကကြီး တစ်ခုလုံးကို အလင်းရောင် ပေးနိုင်သကဲ့သို့ စာအုပ်စာပေသည်လည်း လူ့ဘဝအတွက် အကျိုးပြုခဲ့သည်။ ငယ်စဉ်က အင်္ဂလိပ်ဆန်၍ မာနတက်ခဲ့သော အိန္ဒိယခေါင်းဆောင်ကြီး မဟတ္တမ ဂန္ဒီသည် 'ရွှတ်ရပ်စကင်း' ၏ 'Unto this last' စာအုပ်ကို ဖတ်မိရာမှ ဘဝ တစ်ခုလုံးကို ပြောင်းလဲစေခဲ့သည်။ မိမိ အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှုကို မြတ်နိုးစေ ခဲ့သည်။ မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ်ကို ထက်သန်စေခဲ့သည်။ ကလောင်သွားသည် ဓားသွားထက် ထက်သည် ဟူ၍ လူကြီးသူမများ ဆိုရိုးရှိခဲ့၏။ ဓားသွားသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုသာ ထိခိုက်သေစေနိုင်၏။ ကလောင်သွားသည် ကား လူသန်းပေါင်းများစွာ၏ အသည်းနှလုံးကို ထိထိရောက်ရောက် ထိုး

mgyoe.com

ဖောက်နိုင်စွမ်း ရှိ၏။ အမှောင်ဘဝမှ အလင်းဘဝကို ခေါ်ဆောင်သွားနိုင်၏။ ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းသော ကန္တာရ ခရီးကြမ်းမှ ပန်းခင်းသောလမ်းသို့ ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးနိုင်၏။

မြန်မာနိုင်ငံ သမိုင်းကို ပြန်လည်ငဲ့စောင်းကြည့်မိပါသည်။ ဆရာကြီး အချုပ်တန်း ဆရာဖေ ကဗျာများသည် နယ်ချဲ့ဆန့်ကျင်ရေးနှင့် လွတ်လပ်ရေး အတွက် ပြည်သူ့ဘက်မှ တိုက်ပွဲဝင်ခဲ့သည်။ ဆရာကြီး သခင်ကိုယ်တော်မှိုင်း ၏ လေးချိုးကြီးများကြောင့် မြန်မာပြည်သူတို့ မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ် ထက်သန်ကာ လွတ်လပ်ရေးကို အရယူခဲ့သည်ပင်။ ဆရာဇေယျ၏ မြတ်လေး ရွှေစားမိုလ်ဝတ္ထု၊ ဒဂုန်ခင်ခင်လေး၏ ရွှေစွန်ညိုဝတ္ထုတို့သည် သွေးအေးနေသော မြန်မာတို့ကို သွေးနွေးစေခဲ့သည်။ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီးမတိုင်မီက ဆရာမင်းသုဝဏ်၏ သပြေညိုကဗျာ၊ ဆရာဇော်ဂျီ၏ မျိုးချစ်ကဗျာစုံတို့သည် မြန်မာ့လွတ်လပ်ရေး တိုက်ပွဲအတွက် သဲတစ်ပွင့် အုတ်တစ်လွှာပမာ ပါဝင်ခဲ့သည်။ စာအုပ်စာပေသည် မြန်ပြည်သားတို့အတွက် လွတ်လပ်ရေးကို ပေးစွမ်းနိုင်ခဲ့သည်။ ကမ္ဘာ့သမိုင်းကို လှမ်းမျှော်ကြည့်သော် စာအုပ်စာပေသည် အက်ဒီဆင်၊ မာကိုနီ စသော သိပ္ပံပညာရှင်များကို မွေးထုတ်ပေးသည်။ လင်ကွန်း၊ ဆွန်ယက်ဆင်၊ ဟိုချီမင်း စသော နိုင်ငံရေး အာဇာနည်များ ထွန်းတောက်လာသည်။ စာပေနယ်ပယ်တွင် ရှိတ်စပီးယား၊ ဂေါကီ၊ တဂိုး ဟူသော စာပေသူရဲကောင်းကြီးများ မွေးဖွားလာခဲ့သည်။ စာပေသည် အစွမ်းထက်လှပေသည်။

ရေ၏ အတိမ်အနက်ကို ကြာရိုးကြာစွယ်ကို ကြည့်၍ သိနိုင်သည်။ လူမျိုးတစ်မျိုး၏ အဆင့်အတန်းကို ကြည့်လျှင် စာပေအဆင့်အတန်းကို ကြည့်၍ သိနိုင်သည်။ စာအုပ်စာပေသည် ဘဝအတွက် နေမင်းပမာ ထွန်းတောက်စေ၏။ လမင်းပမာ အေးချမ်းစေ၏။ လေယာဉ်ပမာ ပို့ဆောင်ပေးနိုင်၏။ လက်နက်ပမာ ထက်မြက်လှ၏။ ထို့ကြောင့် လူတို့သည် မိမိတို့၏ မိတ်ဆွေစစ်၊ မိတ်ဆွေမှန်ဖြစ်သော စာအုပ်စာပေနှင့် ကင်းကွာ၍ မရပေ။ လမင်းနှင့် ကြယ်တာရာတို့သည် ည၏ အလှဟု ဆိုနိုင်သကဲ့သို့ လူ့ဘဝ၏ အလှကား စာအုပ်စာပေပင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ စာအုပ်စာပေသည် လူ့ဘဝ အတွက် အလိုလားအပ်ဆုံးသော အရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ လူသားမိတ်ဆွေသည် စာအုပ်စာပေပင် ဖြစ်သည်ဟု ထာဝစဉ် မှတ်ယူရပေမည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

နှုတ်ချိုသျှိုတစ်ပါး

၁။ မြန်မာ့ရိုးရာ စကားပုံ တစ်ခု။
၂။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် စကားသည် အရေးပါပုံ။
၃။ လူမှုဆက်ဆံရေး နယ်ပယ်တွင် စကားချိုသာစွာ ပြောခြင်းသည် အောင်မြင်မှုရနိုင်ပုံနှင့် စာတွေ့ကိုယ်တွေ့ သာဓကများ။
၄။ စကားချိုသာခြင်းကြောင့် အောင်မြင်မှုရပုံ။
၅။ နှုတ်၏ ကြမ်းခြင်းကြောင့် ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ခံရပုံ။

mgyoe.com

mgyoe.com

နှုတ်ချိုသျှိုတစ်ပါး

အဖိုးမဖြတ်နိုင်သော လူမှုဆက်ဆံရေး စကားပုံပင် ဖြစ်ပေသည်။ မြန်မာလူမျိုးတို့အတွက်သာမက လူသားအားလုံး လိုက်နာအပ်သော စကားပုံ တစ်ခု ဖြစ်သည်။ လူမှုဆက်ဆံရေး နယ်ပယ်တွင် မှန်ကန်ချိုသာသော စကားကို ပြောတတ်ခြင်းသည် အောင်မြင်တိုးတက်ခြင်း တစ်ပါး ဖြစ်သည်ဟု ဆိုလိုပေသည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ချိုသာမှန်ကန်သော စကားကို ဆိုခြင်းသည် အမှုကိစ္စအဖုံဖုံ၊ လိုအင်ဆန္ဒအဝဝကို အောင်မြင်ပြီးမြောက်စေသည့် အကြောင်းတစ်ပါး ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပေသည်။

လူသည် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး သတ္တဝါ ဖြစ်သည်။ အများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနေထိုင်ရတတ်သည်။ တစ်ဦးတည်း တစ်ယောက်တည်း နေထိုင်၍မရချေ။ လူသားအချင်းချင်း ပညာရေး၊ စီးပွားရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ နိုင်ငံရေး၊ ဘာသာရေး စသည့် နယ်များတွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၊ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ဆက်သွယ်ပေါင်းသင်းနေကြရသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း လူသားအချင်းချင်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံကြသော လူမှုဆက်ဆံရေးလည်း ဖြစ်ပေါ်လာရပေသည်။

လူသားအချင်းချင်း ဆက်ဆံရာတွင် ဆက်သွယ်ရေး ပစ္စည်းအဖြစ် စကားကို အသုံးပြုကြပေသည်။ အသိဉာဏ်နည်းပါးသော သတ္တဝါတို့သည် အချင်းချင်း၊ အသံ၊ အမူအရာတို့ဖြင့် ဆက်သွယ်ကြသည်။ အသိဉာဏ်ရှိသော

mgyoe.com

 mgyoe.com

သူတို့သည်ကား ကြားခံပစ္စည်းအဖြစ် နှုတ်ပြောစကားကို အသုံးချခဲ့ကြသည်။ ယဉ်ကျေးသော လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် နှုတ်ပြောစကားသည် မရှိမဖြစ်သော ဆက်သွယ်ရေး ကိရိယာပင် ဖြစ်လာတော့သည်။ နှုတ်ပြောစကားသည် လူ့လောကကြီး တစ်ခုလုံးကို ရုန်းကန်လှုပ်ရှားလာစေသည်။ လောကဌ် လူသားအချင်းချင်း စီးပွားရေးအရ ပေါင်းသင်းရ၏။ ပညာရေးအရ နှီးနှောရ၏။ နိုင်ငံရေးအရ ပြောဆိုရ၏။ ဘာသာရေးအရ ဆွေးနွေးရ၏။ ထိုသို့ တိုင်ပင်ကြ၊ ဆွေးနွေးကြ၊ နှီးနှောကြရာဌ် အောင်မြင်မှုရစေရန် အဓိက သော့ချက်သည် မှန်ကန်ချိုသာသော နှုတ်ပြောစကားပင် ဖြစ်သည်။ စီးပွားရေး သဘောအရ သူ့အကျိုး၊ ကိုယ့်အကျိုး ကြည့်ရသည်။ ပညာရေး သဘောအရ သူ့အတွက် ကိုယ့်အတွက် ပြင်ရ၏။ ထိုသို့ အတ္တပရသဘောကျမျှတမှသာ တိုးတက်သော အသွင်ဆောင်သည်။ အောင်မြင်ရေး လမ်းကြောင်းပေါ်သို့ ရောက်ကြရသည်။ အောင်မြင်ရေး လမ်းကြောင်းပေါ် ရောက်လာစေရန် ဆွေးနွေးကြ၊ ပြောဆိုကြသည့် စကားများသည် မှန်ကန်ဖြောင့်မတ်သော မျှတချိုသာသော စကားများသာ ဖြစ်သည်။

အချို့သည် လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်တွင် စကားကို ပရမ်းပတာ ပြောတတ်ကြ၏။ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြောတတ်ကြ၏။ အချို့မှာ စကားကို "နှိုင်းနှိုင်းချိန်ချိန် သုခမိန်" ဟူသော စကားနှင့်အညီ စဉ်းစားဝေဖန် ချင့်ချိန်ပြီးမှ သာယာချိုသာစွာ ပြောတတ်ကြပေသည်။ အချို့မှာ စကားကို အလွန်အကျွံ ပြောတတ်ကြ၏။ လူမှုရေးနယ်ပယ်ဌ် စကားကို ပရမ်းပတာ ပြောတတ်သောသူ၊ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြောတတ်သူ၊ အလွန်အကျွံ ပြောတတ်သူတို့သည် လူအပေါင်းတို့၏ ကဲ့ရဲ့ခြင်း၊ ပြစ်တင်ခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်း၊ ကြဉ်ခြင်းကို ခံရပေသည်။ လောကတွင် လူအပေါင်းတို့ မနှစ်မြို့ကြချေ။ မိမိ၏ နှုတ်ပြောစကားကြောင့် ဂုဏ်သိက္ခာ ကျဆင်းခဲ့ရသည်။ စကားကို နှိုင်းနှိုင်းချိန်ချိန်၊ မှန်မှန်ကန်ကန်၊ ချိုချိုသာသာ ပြောတတ်သူတို့သည် လူတို့၏ ချစ်ခင်ခြင်း၊ လေးစားခြင်း၊ ကြည်ညိုခြင်းကို ခံရပေသည်။ မိမိ နှုတ်ထွက်စကားကြောင့် ဂုဏ်သိက္ခာ မြင့်တက်လာကြသည်။ မိမိ၏ အလုပ်အကိုင် အကြံအစည် အောင်မြင်ကြသည်။

လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်တွင် ဆရာနှင့်တပည့်၊ မိဘနှင့် သားသမီး၊ အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမား၊ ဆရာနှင့်ဒကာ စသည်ဖြင့် ရှိကြရသည်။ ဆရာသည် "အတတ်လည်းသင် ပဲ့ပြင်ဆုံးမ" ဟူသော စကားအရ တပည့်များကို

mgyoe.com

လူတော်လူကောင်းများ ဖြစ်စေရန် သွန်သင်ရာတွင် လည်းကောင်း၊ ဆုံးမရာတွင် လည်းကောင်း ချိုသာယဉ်ကျေးစွာ သွန်သင်ဆုံးမရ၏။ တပည့်က ဆရာကို ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် ပြေပြစ်ချိုသာစွာ ပြောဆိုရပေမည်။ သို့မှသာ အစစအရာရာ အောင်မြင်တိုးတက်လာပေမည်။ မိဘနှင့် သားသမီးတို့အကြား ဆက်ဆံရာတွင် "မကောင်းမြစ်တား၊ ကောင်းရာညွှန်လတ်၊ အတတ်သင်စေ" ဟူသော မိဘဝတ္တရားနှင့်အညီ ပြောဆိုဆုံးမရာတွင် ပြေပြစ်ချိုသာစွာဖြင့် စည်းရုံးပြောဆို ဆုံးမရပေမည်။ ထိုနည်းတူ အလုပ်သမားနှင့် အလုပ်ရှင် ဆက်ဆံရာတွင်လည်း ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ကြိမ်းမောင်းပြောဆိုခြင်းထက် ယဉ်ကျေးချိုသာစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံရပေမည်။ သို့မှသာ ကုန်ထုတ်လုပ်မှု အောင်မြင်တိုးတက်ပေမည်။ ထိုမှ ဆရာနှင့် ဒကာ ဆက်ဆံရာတွင် လည်းကောင်း၊ ထိုမှ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ ဆက်ဆံရာတွင်လည်း ယဉ်ကျေးပျူငှာရမည်။ ပြေပြစ်ချိုသာရပေမည်။ သို့မှသာ အောင်မြင်တိုးတက်လာပေမည်။

လူ့လောကတွင် နှုတ်ရေးချိုသာမှုသည် လွန်စွာ အရေးကြီးလှပေသည်။ "မိမိကို ချစ်ခင်စေလိုလျှင်လည်း ခံတွင်းလက်လေးသစ်၊ မုန်းစေလိုလျှင်လည်း ခံတွင်းလက်လေးသစ်" ဟူ၍ လူကြီးသူမ ပြောသကဲ့သို့ နှုတ်မှုရေးရာ ကျွမ်းကျင်ချိုသာရန် လိုအပ်ပေသည်။ ရှေးပညာရှိများကလည်း ဆုံးမခဲ့ပေသည်။ အင်းဝခေတ် ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ ဆရာတော်က "တစ်ယောက်စကား၊ တစ်ယောက်နားမှာ၊ မခါးရအောင်၊ သတိဆောင်၍၊ မောင်တို့ဆိုလေ၊ ပျားသကာသို့ ချိုလှစေ" ဟူ၍ ဆုံးမခဲ့ပေသည်။ မြတ်စွာဘုရားသခင်ကလည်း "ကောင်းသော စကားကို ဆိုရာ၏။ တရားနှင့်ညီသော စကားကို ဆိုရာ၏။ ချစ်ခင်ဖွယ်သော စကားကို ဆိုရာ၏။ မှန်သောစကား၊ နူးညံ့သိမ်မွေ့သော စကား၊ အကျိုးနှင့်စပ်သော စကားကိုသာ ပြောဆိုရမည်" ဟု အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၊ ပဉ္စကနိပါတ်၊ ဝါစာသုတ်၌ ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။ တစ်နည်းဆိုသော် မုသာဝါဒ (လိမ်လည်သော စကား)၊ ပိသုဏဝါစာ (ကုန်းချောသော စကား)၊ ဖရုသဝါစာ (ကြမ်းတမ်းသော စကား)၊ သမ္ဖပ္ပလာပဝါစာ (သိမ်ဖျင်းသော စကား) များကို မဆိုသင့်ဟု ဆုံးမညွှန်ပြတော်မူခဲ့သည်။ မှတ်သားနာယူဖွယ် ကောင်းလှပေသည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် လူမှုရေးဆိုင်ရာ ဇာတ်တော်များကို ဟောကြားတော်မူသည်။ ငါးရာ့ငါးဆယ် ဇာတ်တော်လာ သံဝရဇာတ်တွင် သံဝရမင်း

mgyoe.com

သားသည် ညီနောင် ၁၀၀ ရှိသည့်အနက် အငယ်ဆုံး ဖြစ်၏။ နောင်တော် ၉၉ ယောက်တို့ကို ချိုသာယဉ်ကျေးသော စကားဖြင့် ပြောဆိုဆက်ဆံသောကြောင့် ဗာရာဏသီထီးနန်းကို အုပ်စိုးခဲ့ဖူးသည်။ သုဇာတ ဇာတ်တော်တွင် ဘုရားလောင်း ဗာရာဏသီမင်းသည် နှုတ်လျှာကြမ်းလှသော မယ်တော်ကို တရားပြလိုသဖြင့် ဥယျာဉ်တော်သို့ ခေါ်သွား၏။ လမ်းခရီးတွင် တစ်တီတူးငှက်၏ အော်မြည်သံကို ကြားသော ပရိသတ်တို့သည် နားနှစ်ဖက်ကို ပိတ်ထားကြ၏။ ဥသြငှက် တွန်မြည်သံကို ကြားရသော် နှစ်လိုဝမ်းသာကြ၏။ ထိုပရိသတ်တို့၏ အမူအရာကို ညွှန်ပြလျက် မယ်တော်ကို တရားပြခဲ့ရာ မယ်တော်သည် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သွားတော့သည်။ ဝိဓူရဇာတ်တော်တွင် ဝိဓူရ အမတ်ကြီး၏ မှန်ကန်ချိုသာသော တရားစကားကြောင့် ပုဏ္ဏကဘီလူး၏ရန်မှ ကင်းဝေးရဖူး၏။ သုဝဏ္ဏသာမ ဇာတ်တော်၌လည်း သုဝဏ္ဏသာမနှင့် ခမည်းတော်၊ မယ်တော်တို့၏ ချိုသာသော စကားကြောင့် အသက်အန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်ခဲ့ဖူးသည်။ ငါးရာ့ငါးဆယ် ဇာတ်တော်လာ နန္ဒိဝိသာလ ဇာတ်တော်တွင် နန္ဒိဝိသာလ၊ နွားလား ဥသဘသည် သခင်ပုဏ္ဏားကို ကျေးဇူးဆပ်လိုသဖြင့် "လှည်းတစ်ရာကို မိမိ တစ်ကောင်တည်း ရုန်းမည်" "အသပြာ တစ်ထောင်ကြေး လောင်းလော့" ဟု ဆို၏။ လောင်းပွဲတွင် ပုဏ္ဏားက ရန့်ရင်းကြမ်းတမ်းစွာ ကြိမ်းမောင်းသဖြင့် မရုန်းဘဲနေတော့၏။ သခင်ပုဏ္ဏားလည်း ရှုံးတော့သည်။ နောက်တစ်ကြိမ် လောင်းပွဲတွင် ချိုသာစွာပြော၍ မောင်းနှင်သောကြောင့် အနိုင်ရခဲ့ဖူး၏။ ထို့ကြောင့် တိရစ္ဆာန်ပင် ချိုသာစွာ ပြောဆိုမှုကို ကြိုက်နှစ်သက်၏။ ထို့ကြောင့် ချိုသာမှုသည် ဘဝအောင်မြင်ရေးအတွက် သော့ချက်ပင် ဖြစ်လေသည်။

ရှေးလူကြီးသူမများကလည်း နှုတ်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ "နှုတ်ချိုသျှိုတစ်ပါး"၊ "နှုတ်ကောင်းလျှင် ပြည်စိုး"၊ "နှုတ်ကြောင့်သေ၊ လက်ကြောင့်ကြေ"၊ "ကြမ်းကျွံ နှုတ်ရ၊ စကားကျွံ နှုတ်မရ" စသည့် ဆောင်ရန် ရှောင်ရန်များကို အမြော်အမြင်ကြီးစွာ ဆုံးမခဲ့ပေသည်။ "ဥစ္စာရင်လို ဥစ္စာရင်ခဲ" ဟူသော စကားအရ ဘဝအောင်မြင်ရေးအတွက် နှုတ်ပြောစကား ချိုသာပြေပြစ်ရန် အထူး လိုအပ်သည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ဝသန်ခါမိ မိုးပန်းချီ

၁။ မိုးရာသီ၏ သဘာဝအလှ။

၂။ မိုးရာသီတွင် တိမ်များ၏ အလှ။

၃။ မိုးရာသီ သစ်ပင်ပန်းမန်များ၏ သဘာဝအလှနှင့် ရာသီပန်း။

၄။ ရာသီပွဲတော်များ ကျင်းပပုံ။

၅။ မိုးရာသီနှင့် ကျောင်းများ စတင်ဖွင့်ချိန်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ဝသန်ခါမီ မိုးပန်းချီ

ဝသန်ခါမီ မိုးပန်းချီမို့ လျှပ်ပန်းလျှပ်နွယ် အသွယ်သွယ် နယ်ရှစ်ခွင် သိုင်း၊ ရစ်မှိုင်းနေကြသည်။ အရပ်ရှစ်မျက်နှာ တစ်ခွင်ပြင်လုံး ပိန်းပိတ်နေကြ သည်။ ရှိုက်ကြီးတငင် ငိုတော့မည့် မျက်နှာနှင့်ညိုရာမှ မှောင်၊ မှောင်ရာမှ မည်းကာ မျက်နှာမည်းကြီးသဖွယ် ညို့ညို့မှိုင်းနေပါတော့သည်။ ထက်အာ ကာယံတွင် မိုးသားတိမ်လိပ် ဖြူညို၊ မည်းတို့သည် အနက်ရောင်ဝတ်စုံကို ဝတ်ဆင်ကာ မော်ဒယ်လ်လေးများနှယ် ယိမ်းနွဲ့နေကြသည်။ မိုးရာသီ သဘာ ဝကို စာသလို့ ဆိုစေဦးတော့ မိအုံမထင်။ အလှမဟေသီ မိုးပန်းချီပင် ဖြစ်ပေ တော့သည်။

တိမ်ရောင်စုံတို့ကလည်း ဝေဟင်တွင် လေဟုန်စီးကာ ရီးလေးခို၍ စိန်ပြေးလိုက်တမ်း ဆော့နေကြပါသည်။ အပူအပင်မရှိ၊ သောကမသိဖြင့် ခြေဦးတည့်ရာ လေလွင့်နေသော ဂျစ်ပစီမိုးတိမ်များကလည်း ဝေဟင်ခရီးမှ ကမ္ဘာပတ်နေကြသည်။ ပြာတချို့၊ ညိုတစ်ခါ၊ မည်းတစ်လှည့်၊ မှောင်တစ်ချိန် ဖြင့် တိမ်ပွဲတော် ခင်းကျင်းကာ လူယဉ်ကျေး တိမ်ရွေးနေကြသကဲ့သို့ပင်။ ဆင်းရဲဒုက္ခဟူသည်ကိုပင် သူတို့ သိကြလေရဲ့လားဟု တောင်တောင်အီအီ တွေးတော့မိပါသည်။ လေရူးပျောက်၍ လေမုတ်သုံက တရကြမ်း တိုက်ခတ် လာတော့သည်။ လေအဝှေ့တွင် အပင်ပျိုတို့သည် လေယူရာ ယိမ်းနွဲ့နေကြ သည်။ စည်းချက်ကျကျ လေသိမ်းတိုင်း လှနေသော သစ်ပင်ပျိုများတည်း။

mgyoe.com

mgyoe.com

နွေရာသီ၏ မီးတမျှ ပူပြင်းလှသော အပူဒဏ်၏အောက်တွင် အလူးအလဲခံရသော သစ်ပင်ပန်းမန်တို့သည် စိမ်းစိုလန်းဆန်း နေကြသည်။ မြသားကမ္ဗလာ လွှမ်းခြုံထားသည့် သစ်ရွက်ကြီးများအောက်တွင် ညိုတိုတို သစ်ခေါက်တို့က နေရာယူထားသည်။ မိုးပုလဲပန်းများ ရွာသွန်းလိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ပတ်ဝန်းကျင် တစ်ခို စိမ်းစိမ်းစိုနေတော့သည်။ အပူကင်းသည့် မိုးဦးကျသည်။ ဤသည်ကို ကြည့်ရင်း မုန်တိုင်းပြီး၊ လေငြိမ် ဟူသော စကားကို အမှတ်ရမိသည်။ ဆူးခင်းလမ်းကို ဖြတ်ကျော်ပြီးလျှင် ပန်းမွေ့ရာပေါ်တွင် လဲလျောင်းနေပေသည်။

တောင်လေ တရှန်းရှန်း တိုက်ခတ်၍ မိုးက တအုန်းအုန်း ရွာသော မိုးဦးကျတွင် စိန်ပန်းတောများသည် ကတ္တီပါ ကော်ဇောသဖွယ် ဟီထလာကြသည်။ ရဲရဲနီသော စိန်ပန်းများသည် မြင်ရသူအပေါင်းအား အားမာန်အပြည့်အဝ ပေး၏။ "တောင်လေတရှန်းရှန်း၊ မိုးခတ်အုန်း၊ ကင်ပုန်း ပွင့်ချီချယ်၊ ပွင့်ချီချယ်" ဟူသည့်အတိုင်း မြင်စိုင်းရွှေမြေတွင် မိုးရာသီ၏ သင်္ကေတများအဖြစ် ကင်ပုန်းပင်များ ချီချီကြွကြွ ပွင့်လန်းနေမည်လောဟု တွေးတောကာ ဟိုတစ်ခေတ်က ရွှေထီးဆောင်းခဲ့သော ပြည်တော်မြင်စိုင်းကို မှန်းဆကာ တမ်းတနေမိပါသည်။ "ပန်းသတင်း လေညင်းဆောင်" ဟူသကဲ့သို့ ပန်းစံပယ်ရနံ့များ၊ လေထဲတွင် လူးလာခေါက်တုံ့ လျှောက်နေကြသည်။ "စံပယ်ဖြူပန်ချင်သူက များ" ဟူသော သီချင်းထဲကအတိုင်း စံပယ်ပန်းသည်များ လက်ဖျားတွင် ငွေသီးနေကြသည်။ ခတ္တာနှင့် မြတ်လေးတို့ ကလည်း မိခင်မြေကြီးကို သူ့ထက်ငါ လုယက်ကာ အလှဆင်နေကြသည်။ ဘယ်ပန်းချီရေးလို့ မမီသော မိုးရာသီ၏ ရှုခင်းတစ်ခုပင်။

မိုးမင်းကြီးသည် အငြိုးနှင့် သည်းကြီးမည်းကြီး ရွာချလိုက်သောအခါတွင် ပန်းကလေးများသည် မြေသို့ ကြွေကျရရှာသည်။ မြေပြင်ညိုညိုတွင် ရေမျောပန်းပွင့်ကလေးများကို တွေ့ရသည်။ ထိုပန်းလေးများသည် ဘယ်သောင်၊ ဘယ်ကမ်း၊ ဘယ်စခန်းတွင် ဆိုက်ကပ်မည် မသိ။ မတွေးရဲစရာပင်။ မိုးတစ်ပြိုက် နှစ်ပြိုက် ရွာချလိုက်သည်နှင့် မြက်ပင်ရှည်ကြီးများသည် "သေသောသူများ ပြန်ရှင်လာသည့်အလား" စိမ်းစိုထိုးထောင်လာပါတော့သည်။ ထိုမြက်ပင်ရိုင်းများသည် နတ်ကြိမ်လုံးနှင့် အတို့ခံလိုက်ရသောသူများပမာ၊ ညိုးရာမှ ရှင်လာတော့သည်။ အရှင်မိုးနတ်မင်းကြီးကို မြေသားညိုပေါ်မှနေ၍

mgyoe.com

mgyoe.com

ဂါရဝပြုနေတော့သည်။ ကျေးဇူးသိတတ်သော မြက်ပင်ရှည်များပင်။ ရွာချလိုက်သည့် မိုးဖွဲနှင့်အတူ ပုလဲစက်များနှယ် ရွာကျလာတော့သည်။ "သခွတ်ပွင့်ချိန်၊ အသူရိန်၊ ဝတိသာဆင်း" ဆိုသည့် ဆိုရိုးအတိုင်း မိုးနတ်မင်း အရှင်သိကြားမင်းသည် အသူရိန်ပြည်နှင့် စစ်ခင်းနေကြသည်။ ဂျုန်းဂျုန်းဂျက်ဂျက်နှင့် ဒိုးခတ်ညံနေတော့သည်။ ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသော မိုးသံများကြားတွင် ထိတ်လန့်နေသဖြင့် နွေးထွေးလှသော အမေ့ရင်ခွင်ထဲ တိုးဝင်ခဲ့ရသည်။ ကလေးဘဝကို တမ်းတကာ လွမ်းဆွတ်လှပါသည်။

"မိုးရွာရင် မိုးရေချိုးမယ်၊ မေမေလာရင် နို့စို့မယ်၊ ဖေဖေလာရင် အုန်းသီး ခွဲစားမယ်" ဟု ခုနစ်သံချီကာ မိုးရေချိုးခဲ့ရသည်။ မိုးနေ့များကို သတိရပါသည်။ အပူအပင်ကင်းမဲ့သော ကလေးဘဝတွင် စက္ကူလှေလေးများ လွှတ်ခဲ့သည်မှာ အမှတ်ရစရာပင်။ မိုးတစ်နေ့၏ အမှတ်ရဖွယ်၊ မိုးရာသီ၏ အမှတ်တရများအား ကျွန်ုပ်၏ နှလုံးအိမ်ထဲတွင် အမြစ်တွယ်နေပါသည်။ မိုးလေးညို့လာလျှင် လွမ်းမျက်ရည်လေး လည်ရမယ့်အစား ပျော်ရွှင်မြူးတူးနေမိပါတော့သည်။ မိုးနှင့် ချစ်ကျွမ်းဝင်ခဲ့ရသူ ကျွန်မအဖို့ မိုးရွာခြင်း၏ အနှစ်သာရကို အပြည့်အဝ ခံစားချင်ပါသည်။ မိုးရွာလျှင် ထခုန်မိမတတ် ပျော်ရသည်။ သို့သော် မိုးခိုနေသော ငှက်မောင်နှံကို အမွေးစုတ်ဖွားဖြင့် တွေ့ရသောအခါ အသနားပိုမိပါသည်။ အကယ်၍ ငြိမ်သက်စွာ ခံယူမည်ဆိုလျှင် ခေါင်းဖြီးကာ အနွေးထည် ဝတ်ပေးချင်ပါသည်။ တစ်ချက်တစ်ချက်တွင် "အုံးအွမ်" ဟု ဆွဲဆွဲငင်ငင် အော်လိုက်သော ဖားအော်သံများကိုလည်း ကြားရပါသည်။ ဖားအော်သံတို့သည် သံစဉ် အနိမ့်အမြင့် မညီသော ဂီတသံပမာ ထွက်ပေါ်လာပါသည်။ သို့သော် ကျွန်ုပ်၏ နားထဲတွင်တော့ သာယာ ချိုအေးသည့် မင်္ဂလာတေးပမာပင်။ မိုးကို ချစ်သော ကျွန်မသည် မိုး၏ ဖွားဖက်တော် ဖားအော်သံများကိုလည်း မြတ်နိုးရမည် မဟုတ်ပါလော။

"ဝါဆိုဝါခေါင် ရေဖောင်ဖောင်၊ သပြေသီးမှည့် ကောက်ရအောင်" ဆိုရသည့်အတိုင်း မြစ်ချောင်းများထဲတွင် ရေများ ပြည့်လျှံနေသည်။ ချောင်းမြောင်းများ၌ ခရမ်းရောင် ပန်းဗေဒါတို့ဖြင့် ပြည့်နှက်နေပါသည်။ လှိုင်းက ပုတ်သော်လည်း ဘဲများက ကူးခတ်သော်လည်း မဗေဒါတို့ကမူ "ဗေဒါပျံ၊ အံကိုခဲ၊ ပန်းပန်လျက်ပဲ" ဟု မာန်တင်းထားကြသည်။ လောကဓံတရားကို ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်သော ရွှေဗေဒါတို့တည်း။

mgyoe.com

မိုးရွာသည်ဆိုလျှင်ပင် မြစ်ကမ်းချောင်းကမ်းများ၌ သစ်များ မျှောနေသည်ကိုလည်း တွေ့ရသည်။ "မိုးရွာမှ ဖားအော်၊ ဖားအော်မှ ဆင်ဆွဲ၊ ဆင်ဆွဲမှ သစ်ချ၊ သစ်ချမှ ပြည့်ဝ" ဟူသည့်အတိုင်း မိုးရာသီ၏ သစ်ထုတ်လုပ်သားများကို တွေ့ရသည်။ လှိုင်းလုံးများ၏ အထက်တွင် ရေယာဉ်စီးပြီး ပေါလောပေါ်နေသော သစ်လုံးများကား မိုးရာသီ၏ သဘာဝ ရတနာများပင်။ "မိုးရွာပြီးစခဏကြာ၊ သက်တံထွက်ပေါ်လာ၊ သက်တံဆုံးရာ လိုက်သွားပါ၊ ရွှေအိုးကိုတွေ့မှာ" ဟူသည့် လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်း သက်တံဆုံးရာကို မိုးအဆုံး မြေအဆုံးကို လိုက်သွားချင်ပါသည်။ မိုးမင်းကြီးနှင့် နေနတ်သားတို့အား သက်တံကလေး မွေးထုတ်ပေးသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ သက်တံရောင်စဉ်ဖြစ်ပေါ်လာရန် သူရိန်နေမင်းနှင့် ပဇ္ဇုန်မိုးတို့အပေါ် အထူး တည်မှီနေသည်မဟုတ်ပါလော။

မိုးစက်ကလေးများကို တွေ့ရကတည်းက ကျောင်းဖွင့်တော့မည် ဟူသော အသိကြောင့် ကျွန်မ၏ ရင်သည် တလှပ်လှပ် ခုန်နေတော့သည်။ နှလုံးသား အစုံသည်လည်း မိုးခြိမ်းသံနှင့်အပြိုင် ဒုန်းဒိုင်းညံနေသည်။ ရင်ခုန်သံကို ညံစေသော ဝသန်ခါမီ မိုးရာသီပင်တည်း။ ကျွန်မ ထင်ပါသည်။ တစ်နှစ်တစ်ခါ မှန်မှန်ပေါ်ဟာသော်လည်း လူမမုန်းသည်မှာ ကျောင်းဖွင့်ချိန်နှင့် မိုးရာသီပင် ဖြစ်၏။ ခေတ်တွေဟောင်း၊ စနစ်တွေ ပြောင်းခဲ့သော်လည်း မိုးပုလဲပေါက်များကား သူ့အချိန်ရောက်သည်နှင့် ကျွန်မ၏ ရှေ့မှောက် အခစား ရောက်မြဲပင်။ မိုးရိပ်မိုးယောင် သမ်းလာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်မ၏ စိတ်အစဉ်သည် ဂျစ်ပစီကဲ့သို့ လေလွင့်နေတတ်သည်။ မည်သို့ဆိုစေ၊ သီတာ ရေမြေဆုံးတိုင်၊ မမုန်းနိုင်သည်ကား၊ ဝသန်ခါမီ မိုးရာသီပင် ဖြစ်ပေတော့သတည်း။

mgyoe.com

ခါနွှေဦး

၁။ နွေရာသီ၏ သဘာဝ။
၂။ ရာသီပန်းများ ပွင့်လန်းပုံ။
၃။ ကျေးငှက်သာရကာများ ပျော်ရွှင်မြူးထူးပုံ။
၄။ ရာသီပွဲတော်များ ကျင်းပကြပုံ။
၅။ သာယာဖွယ်အပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံပုံ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ခါနွေဦး

ရွက်ဟောင်းများ ကြွေကျမြေခလေပြီ။ သစ်ပင်များသည် မြစိမ်းရောင် သစ်ရွက်တို့ ကင်းမဲ့ကာ အဝါရောင် အကွက်တို့က မင်းမူနေလေပြီ။ လေပြည် ညင်းတို့က ဟိုမှသည်မှ တိုက်ခတ်နေသလို လေအဝှေ့တွင် ရော်ရွက်ဝါတို့က လေနှင့်အတူ မြူးထူးပျော်ပါးလျက် ရှိနေပေပြီ။ အချို့သော ရိုးတံများကြားမှ ရွက်သစ်ရွက်နု ပုရစ်ဖူးလေးများက အစီအရီ ထွက်ပြူစ ပြုနေပါပြီ။ ဤအချိန် သည်ကား နွေရာသီကာလပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။ နွေရာသီတွင် ရာသီပန်း များဖြစ်သော သရဖီ၊ ပိတောက်၊ စကားဝါပန်းတို့က ပွင့်လန်းလျက် ရှိကြ သည်။ ဥသြငှက်ကလေး၏ တွန်ကျူးသံက သာယာနာပျော်ဖွယ် ကောင်းလှ ပေသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် စာဆို ရှင်ဥတ္တမကျော်က…

သစ်ရွက်ရော်ရီ၊ ဣန္ဒနီဝယ်
သင်္ဂီတစ်ဝက်၊ ဖက်၍ဆေးစုံ
ခြယ်သောပုံသို့” ဟူ၍ ညွှန်းဆိုခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

နွေရာသီသည် တပေါင်း၊ တန်ခူး၊ ကဆုန်လတို့တွင် ကျရောက်ပေ သည်။ နွေရာသီ၏ သဘာဝအရ ရာသီဥတုသည် ပူပြင်းသည်။ ခြောက်သွေ့ သည်။ ညတွင် အအေးဓာတ် မပြယ်ချင်သေးပေ။ ထို့ကြောင့် “နေ့ပူညချမ်း၊ တပေါင်းလသရမ်း” ဟု ခေါ်ဆိုခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ကျေးငှက်သာရကာတို့ကလည်း နွေရာသီတွင် ပျော်ရွှင်မြူးထူးကြ သည်။ တောမြိုင်တစ်ခွင်တွင် ကျေးငှက်တို့၏ အသံဖြင့် ညံစီ၍ နေပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

"လက်ပံပွင့်ချိန် ကျေးဥချိန်"သည် နွေရာသီပင် ဖြစ်သည်။ မြစ်ကမ်းချောင်းနားတွင်ရှိသော ကျေးလက်ဒေသတို့တွင် တပေါင်းလရာသီ၌ သဲပုံစေတီပွဲတော်ကို ကျင်းပကြသည်မှာ ရိုးရာဓလေ့ ယဉ်ကျေးမှုသဖွယ် ဖြစ်၍နေပါသည်။

ထိုအချိန်တွင် မြစ်အတွင်း၌ ကိုတံငါတို့က ငါးဖမ်းကြသည်။ အညာဒေသတွင် သာယာဖွယ်ကောင်းပုံကို စာဆို ဦးယာက...

"မူးမြစ်ကယ် ကမ်းယံ

ငါးထွေ၊ ငါးမြင်း၊ ငါးပူတင်းတို့

သောင်ရင်းဝယ် ဆန်သည်၊ ငါးတန်ငယ်ဝဲခိုလို့

ပိုက်ခြေသို့ ဆင်း"ဟု ဆိုကာ နွေရာသီ မူးမြစ်၏ ရှုခင်းကို ရေးဖွဲ့တင်ပြခဲ့ပါသည်။ ထိုနွေရာသီတွင် အညာဒေသ ထန်းသမားတို့က ထန်းတက်လုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်ကြပါသည်။ နွေဦးကာလ မြူမှုန်များကျနေချိန် နံနက်စောစောတွင် ထန်းသမားကြီးသည် ရင်းထောင်၊ ရင်းဆွဲ၊ ထန်းလှီး ဓားတို့ကို ယူပြီး ထန်းသမားတို့ ထန်းတက်လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ကြပါသည်။ ဤသည်မှာလည်း နွေရာသီ၏ မြင်ကွင်းတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ ရာသီတပေါင်းလချိန်ခါတွင် မြတ်စွာဘုရားသခင်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည်မှ ကပိလဝတ်ပြည်သို့ ဒေသစာရီခရီး ကြွချီခဲ့ရသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် တပေါင်းလ၏ တောတောင်ရေမြေ အခြေအနေ သာယာပုံများကို ကာဠုဒါယီအမတ်ကြီးက ဂါထာခြောက်ဆယ်ဖြင့် လျှောက်တင်ခဲ့သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ဤရာသီသည် အလွန်ပင် သာယာလှသောကြောင့် ဈာန်အဘိညာဉ်ရသော ရသေ့သူတော်စင်တို့ပင် ဥဏှာမခိုင်ဘဲ ဈာန်ယိုင်လျှောရသော ရာသီလည်း ဖြစ်ပေသည်။

ဤနွေရာသီ တပေါင်းလတွင်ပင် မြန်မာပြည်သူပြည်သားတို့သည် ဖက်ဆစ်ဂျပန်တို့ကို မြန်မာ့မြေပေါ်မှ မောင်းထုတ်နိုင်ခဲ့ကြသည်။ တော်လှန်ရေးအောင်ပွဲ ဆင်မြန်းနိုင်ခဲ့၍ နှစ်စဉ် နွေဦးဆန်းစ တပေါင်းလတွင်လည်း နွေရာသီ၏ ဓလေ့တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

လက်ပံပွင့်ချိန် ဤရာသီတွင် အညာကျေးလက် လုံမပျိုလေးတို့၏ လက်ပံပွင့်ကောက် ထွက်ကြသည်မှာလည်း နွေရာသီ၏ ဓလေ့တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ထို့ကြောင့် လတကာလတွင် တပေါင်းလသည် အသာယာဆုံး ဖြစ်သည်။ နွေဦးကာလ သည်အချိန်တွင် တောတောင်တစ်ခွင်သည် သာမောဖွယ် အတိဖြစ်၍ နေသည်။ ရေပြင်ကလည်း ကြည်လင်အေးမြလျက် ရှိသည်။ သဲသောင်ပြင်တို့ကလည်း ဖြူလွလွနှင့် ငှက်အပေါင်းတို့ ပျော်ရွှင်မှုက အံ့ချီးစရာ မကုန်နိုင်တော့ပေ။

တောတောင်တစ်ခွင်သည် တောင်ယာဝလေ့ တောမီးရှို့ရာမှ ပေါ်ထွက်လာသော မီးခိုးများသည် ပျံ့ဝဲ၍နေသည်။ မီးခိုးများနှင့် မင်းလွင် မြူခိုးများ မှုန်ဖွှိုင်းကာ ကောင်းကင်သည် တိမ်အရောင်မျိုးစုံ ခြယ်ထားသလို လှပ၍နေပါသည်။ နွေရာသီ တိမ်အလှကလည်း အလွန်ပင် ကြည်နူးစရာ ကောင်းလှပါသည်။

"တိမ်ညိုမိုလ္လာ၊ တိမ်စုကာနှင့်

တိမ်ပြာရောယှက်၊ မရန်းဖက်၍

တိမ်သက်တံ့ရောင်၊ အဝါဘောင်ဝယ်" ဆိုရမလောက် နွေရာသီ တိမ်အလှက လူတို့ကို ဆွဲဆောင်လွန်းလှပါသည်။ သားငှက်တိရစ္ဆာန်မျိုးစုံတို့ကလည်း ရွက်နုစိမ်းစိမ်းများတွင် ပျော်ပါးမြူးထူးနေကြသည်မှာ ဤနွေရာသီပင် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင် ခါနွေဦးသည် စံမမီသောအလှ ပန်းချီရှုံးသောအလှ ဖြစ်သည်။ ခါနွေဦး၏ အလှသည် တက်ကြွသောအလှ ကြည်နူးသောအလှဟု ဆိုချင်ပါသည်။

mgyoe.com

ကျန်းမာခြင်းသည် လာဘ်တစ်ပါး

၁။ လူတိုင်းအတွက် ကျန်းမာရေး အရေးကြီးပုံ။
၂။ ကိုယ်၊ စိတ်၊ နှစ်ပါးစလုံး ကျန်းမာရန် လိုအပ်ပုံ။
၃။ စားဝတ်နေရေးတွင် ကျန်းမာရေးသည် အရေးကြီးပုံ။
၄။ ကျန်းမာရေး ဆောင်ရွက်ချက်များ ရှိသင့်ပုံ။
၅။ ကျန်းမာရေးကို ဆုလာဘ်ကြီး တစ်ခုအဖြစ် ခံယူဆောင်ရွက်သင့်ပုံ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျန်းမာခြင်းသည် လာဘ်တစ်ပါး

လူသားတိုင်းအတွက် ကျန်းမာရေးသည် အဓိက အရေးကြီးဆုံးအရာ ဖြစ်ပါသည်ဟု ကျွန်တော် ဆိုချင်ပါသည်။ လူသားတို့၏ အသက်ရှင်သန်ရေး အတွက် ကျန်းမာရေးသည် အထူးလိုအပ်လှပါသည်။ ထို့ကြောင့် လူတို့သည် ကျန်းမာရေးကို မိမိအသက်နှင့်ထပ်တူ စောင့်ရှောက်သင့်ပါသည်။ ကျန်းမာ ရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်သည် "ကျန်းမာခြင်းကို ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ" ဟု မှတ်ယူထားပါသည်။

လူတို့၏ အသက်ရှင် ရပ်တည်ရေးအတွက် လိုအပ်ချက် တစ်ခုမှာ စားမှု၊ ဝတ်မှု၊ နေထိုင်မှု ဟူသော စားဝတ်နေရေးကိစ္စပင် ဖြစ်သည်။ ပထမဆုံး ကျန်းမာရေးအတွက် ပဓာနကျသည်မှာ စားသောက်ရေးပင် ဖြစ်သည်။ နေ့စဉ် လူတို့သည် အသက်ရှင်ရပ်တည်ရေးအတွက် သင့်တင့်မျှတသော ခွန်အား ဖြစ်စေနိုင်သော အစားအစာတို့ကို စားရပေသည်။ ထိုသို့ စားရာတွင်လည်း "တန်ဆေး လွန်ဘေး" ဆိုသကဲ့သို့ ဘေးဥပါဒ်မဖြစ်အောင် စားရပေသည်။ တော်သင့်ရုံ သင့်တင့်မျှတအောင် စားခြင်းသည်သာ ဆေးကဲ့သို့ ကျန်းမာစေ နိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကျန်းမာသန်စွမ်းစေရန် အာဟာရရှိသော အစား အသောက်တို့ကို ဂရုပြု စားသုံးရပေမည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားသည် ဆေးဟူ၍ ဆေးဝါးကို ထည့်သွင်းထားပါသည်။ ဆေးဝါးသည် ကျန်းမာရေးအတွက် အရေးကြီးပုံကို ပေါ်လွင်ထင်ရှားစေပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျန်းမာရေးအတွက် ဒုတိယ အရေးကြီးဆုံးမှာ အဝတ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ လူတို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာကို အပူအအေးဒဏ်မှ ကာကွယ်ရန် အဝတ်ကို ဝတ်ဆင်ရပါသည်။ အေးမြနေသောအချိန်တွင် အဝတ်ထူထူကို ဝတ်ဆင်ရပါမည်။ ပူအိုက်သောအချိန်တွင် အပူဒဏ်ကို ကာကွယ်ရန် အင်္ကျီပါးပါးကို ဝတ်ဆင်ရပါသည်။ ရာသီဥတုနှင့် မသင့်လျော်သော အဝတ်ကို ဝတ်ခြင်းသည် ကျန်းမာရေးနှင့် မသင့်လျော်ပါ။ ထို့ကြောင့် ဝတ်စားဆင်ယင်ရာတွင် မိမိကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေးနှင့် လျော်ညီအောင် ဝတ်ဆင်ရပါမည်။

ကျန်းမာရေး ဆောင်ရွက်ချက် အများအပြားတွင် သန့်ရှင်းရေးသည်လည်း အလွန် လိုအပ်လှပါသည်။ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း နေထိုင်လျှင် ကျန်းမာရေးအတွက် ရာခိုင်နှုန်းတစ်ဝက် စိတ်ချရပါသည်။ သန့်ရှင်းရေး ဆိုရာတွင်လည်း တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းခြင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းခြင်း နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ လူတစ်ဦးချင်း သန့်ရှင်းမှ ပတ်ဝန်းကျင် တစ်ခုလုံး သန့်ရှင်းလာနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

သန့်ရှင်းအောင် မိမိကိုယ်ကို ရေနေ့စဉ် ပုံမှန်ချိုးရန် လိုအပ်ပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်တွင် ကပ်ငြိနေသော ပိုးမွှားများကို ရေမှန်မှန်ချိုးခြင်းဖြင့် ပယ်ပျောက်စေနိုင်၍ ဖြစ်ပါသည်။ ခြေသည်း၊ လက်သည်းတို့ကို ပုံမှန် လှီးဖြတ်ရမည်။ သို့မှ ချေးများသည် အစာစားသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်တွင် မဝင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါသည်။ သန့်ရှင်းသော အဝတ်အထည် ဝတ်ဆင်ရပါမည်။ မိမိနေထိုင်ရာ အိုးအိမ်တိုက်တာ အခန်းတို့ကို လေဝင်လေထွက် ကောင်းအောင် အလင်းရောင်ဝင်အောင် ပြုပြင်ထားရမည်။ အစားအသောက်တို့ကို လုံခြုံစွာ ထားရမည်။ သို့မှသာ ရောဂါပိုးသယ်နိုင်သော ကြွက်၊ ခြင်၊ ယင်တို့ အန္တရာယ်မှ ကာကွယ်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ထို့အပြင် တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေး၊ ပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းရေးတို့ကို ကျန်းမာရေး ဌာနမှလည်း စာစောင်များ၊ ကြော်ငြာများဖြင့် တစ်ပြည်လုံးသို့ ဖြန့်ချိကာ ကျန်းမာရေး အသိပေးလျက် ရှိပါသည်။ စုပေါင်း လိုက်နာကြရန်သာ လိုပါသည်။ ငယ်စဉ်ကလေးဘဝက သင်ခဲ့ရသည့် "စောစောထ၊ သွားတိုက်၊ မျက်နှာသစ်" ဟူသော ဆောင်ပုဒ်သည် ကျန်းမာရေးအတွက် အရေးပါသလို "အိမ်၊ လမ်း၊ ရွာ၊ ကျောင်း သန့်ရှင်းကြောင်း စုပေါင်း အမှိုက်သိမ်း" ဆိုရိုးလေးကလည်း ကျန်းမာရေးအတွက် ကူညီပေးနေပြန်ပါသည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျန်းမာရေးတွင် အိပ်စက်အနားယူခြင်း၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား အားကစားခြင်းတို့သည်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ လူတစ်ဦးသည် တစ်ရက်တွင် ၈ နာရီခန့် အိပ်စက်ရန် လိုအပ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤတွင် ကာယလုပ်သားများထက် အသိဉာဏ် ဦးနှောက်ကို အသုံးပြုနေရသောသူက ပို၍ အိပ်စက်ရန် အနားယူရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားခြင်းတွင် ဉာဏလုပ်သားများက ပို၍ လိုအပ်ပါသည်။ အကောင်းဆုံး ကျန်းမာရေး လှုပ်ရှားမှုမှာ လမ်းလျှောက်ခြင်းနှင့် ရေကူးခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်ပင် မြန်မာ့အသံမှ ဆောင်းရာသီရောက်ပြီဆိုလျှင် "စောစောအိပ်လို့ စောစောထလို့ စောစော လမ်းလျှောက်ကြပါစို့" ဟူသော သီချင်းသံကို ကြားကြရပါပြီ။ လမ်းလျှောက်ခြင်းကြောင့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုကို ပေးသည်သာမက လေကောင်းလေသန့်ကိုပါ ရှူရှိုက်ခွင့်ရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျန်းမာရေးသည် လူတိုင်းအတွက် အရေးပါဆုံး၊ ပဓာနအကျဆုံး လိုအပ်ချက် ဆုလာဘ်ကြီး ဖြစ်ပါသည်။ ကျန်းမာခြင်းနှင့် ပြည့်စုံမှသာ အခြားသော လူတို့၏ လိုအင်ဆန္ဒကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ မကျန်းမာလျှင် လူ့ဘဝသည် ပျော်ရွှင်ဖွယ် မကောင်းတော့ပါ။ ကျန်းမာနေမှသာ ပညာကို ရှာဖွေနိုင်မည်။ ဥစ္စာရှာဖွေနိုင်မည်။ ပျော်ရွှင်မှုကို ရှာဖွေနိုင်ပါမည်။ မကျန်းမာလျှင် ထိုအရာများကို မရတော့ပါ။ ထို့ကြောင့် ကျန်းမာခြင်းကို တန်ဖိုးဖြတ်၍မရသော ဆုဟု သတ်မှတ်ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ကျန်းမာခြင်း အရေးကြီးပုံကို ကျန်းမာနေသူတို့သည် သတိမပြုမိကြပေ။ ရောဂါဝေဒနာ ခံစားရမှသာ ကျန်းမာမှု၏ တန်ဖိုးကို သတိပြုမိတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျန်းမာရေးကို မိမိကိုယ်တိုင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရပါမည်။ လူအချို့သည် ကျန်းမာရေးကို ဂရုမစိုက်ဘဲ စီးပွားဥစ္စာရှာကြသည်။ ပုထုဇဉ်တို့သဘာဝ လောကီလူ့စည်းစိမ်ကို အပြည့်အဝ ခံစားချင်၍ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ကျန်းမာရေး ဂရုမပြုမိ၍ စည်းစိမ်ကို ရေရှည် မခံစားခဲ့ရပါ။

ထို့ကြောင့် ကျန်းမာခြင်းဆုနှင့် ပြည့်စုံရန် ရောဂါဖြစ်စေနိုင်သော အစား၊ အသောက်၊ အနေအထိုင်၊ အသွားအလာတို့ကို ဆင်ခြင်သမှု ပြုရပေမည်။ ရောဂါတစ်ခုခုဖြစ်ပြီ ဆိုပါကလည်း နားလည်တတ်ကျွမ်းသော ဆရာဝန်ကြီးများထံသွား၍ ကုသမှု ခံယူသင့်ပါသည်။ ရောဂါဖြစ်လျှင်ဖြစ်ချင်း ကုသမှု ခံယူရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထို့အပြင် "ကုသခြင်းထက် ကာကွယ်ခြင်း

mgyoe.com