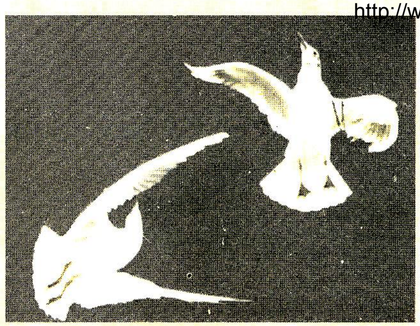
http://www.dhammadownload.com



ပန်းတိုင်

GRADE - 3

ဒုတိယတန်း

စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ

ပန်းတိုင်စာတည်းအဖွဲ့

ပန်းတိုင်

GRADE - 3

ဒုတိယတန်း

စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ

ပန်းတိုင်စာတည်းအဖွဲ့

http://www.dhammadownload.com

အခြေခံပညာ မူလတန်းအဆင့် လေ့ကျင့်စဉ်လက်စွဲ

ပန်းတိုင်

ဒုတိယတန်း

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ

ပြည်လုံးကျွတ် ဖြန့်ချိရေး

ပန်းတိုင် စာပေ

အမှတ် - ၂၃၂ (မြေညီထပ်)၊ ၃၉-လမ်း(အထက်)၊
ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂၄၅၆၁၉၊ ၂၄၅၆၂၀၊ ၀၉၅၁၁၉၁၂၅

http://www.dhammadownload.com

တို့တာဝန်အရေး(၃)ပါး

- ပြည်ထောင်စု မပြိုကွဲရေး .... ဒို့အရေး
- တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်မှု မပြိုကွဲရေး .... ဒို့အရေး
- အချုပ်အခြာအာဏာ တည်တံ့ခိုင်မြဲရေး .... ဒို့အရေး

ပြည်သူ့သဘောထား

- ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများကို ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော် တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီး သူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်၏ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက်နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ။

နိုင်ငံရေး ဦးတည်ချက်(၄)ရပ်

- နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေး၊ ရပ်ရွာအေးချမ်းသာယာရေးနှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး။
- အမျိုးသားစည်းလုံးညီညွတ်မှု ခိုင်မာရေး။
- စည်းကမ်းပြည့်ဝသော ဒီမိုကရေစီစနစ် ရှင်သန်ခိုင်မာအောင် တည်ဆောက်ရေး။
- ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေနှင့်အညီ ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော နိုင်ငံတော်သစ်ကြီးတည်ဆောက်ရေး။

စီးပွားရေး ဦးတည်ချက်(၄)ရပ်

- စိုက်ပျိုးရေးကို ပိုမိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်ပြီး ခေတ်မီစက်မှုနိုင်ငံထူထောင်ရေးနှင့် အခြားစီးပွားရေး ကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
- ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ် ပီပြင်စွာဖြစ်ပေါ်လာရေး။
- ပြည်တွင်းပြည်ပမှ အတတ်ပညာနှင့်အရင်းအနှီးများ ဖိတ်ခေါ်၍ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
- နိုင်ငံတော်၏ စီးပွားရေးတစ်ရပ်လုံးကို ဖန်တီးနိုင်စွမ်းအားသည် နိုင်ငံတော်နှင့်တိုင်းရင်းသား ပြည်သူတို့၏လက်ဝယ်တွင်ရှိရေး။

လူမှုရေး ဦးတည်ချက်(၄)ရပ်

- တစ်မျိုးသားလုံး၏ စိတ်ဓာတ်နှင့်အကျင့်စာရိတ္တမြင့်မားရေး။
- အမျိုးဂုဏ်၊ ဇာတိဂုဏ်မြင့်မားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်များ၊ အမျိုးသားရေးလက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး။
- စစ်မှန်သော မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ်ဖြစ်သည့် ပြည်ထောင်စုစိတ်ဓာတ် ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး။
- တစ်မျိုးသားလုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးနှင့် ပညာရည်မြင့်မားရေး။

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေမှတ်တမ်း

ထုတ်ဝေသူ	-	ဦးသန်းအောင် (မြဲ-၀၄၁၇၇) ပန်းတိုင်စာပေ တိုက်(၈၈/၄)၊ ကမာလမ်း၊ ၂၄-ရပ်ကွက်၊ သုဝဏ္ဏမြို့၊ သင်္ဃန်းကျွန်းမြို့နယ်။
ပုံနှိပ်သူနှင့်မျက်နှာဖုံးရိုက်	-	ဦးသန်းအောင် (မြဲ-၀၈၂၄၄) ပန်းတိုင်အော့ဖ်ဆက် အမှတ်(၂၇၃)၊ ၃၉လမ်း(အထက်)၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
စာအုပ်ချုပ်	-	ရတနာမြေစာအုပ်ချုပ်လုပ်ငန်း
အကြိမ်ရေ	-	ပထမအကြိမ်
ထုတ်ဝေသည့်ကာလ	-	၂၀၁၃-ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ
အုပ်ရေ	-	၁၀၀၀
တန်ဖိုး	-	၅၀၀ ကျပ်

ထုတ်ဝေသည့်စာအုပ် ကက်တလောက်အညွှန်း (CIP)

၃၇၂

စာတည်းအဖွဲ့၊ ပန်းတိုင်

ပန်းတိုင်လေ့ကျင့်စဉ်လက်စွဲ၊ ဒုတိယတန်း စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ

ပန်းတိုင်စာတည်းအဖွဲ့၊ ရန်ကုန်။

ပန်းတိုင်စာပေ၊ ၂၀၁၃။

၈၈-စာ၊ (၁၇.၅ × ၂၀.၅) စင်တီ။

(၁) ပန်းတိုင်လေ့ကျင့်စဉ်လက်စွဲ၊ ဒုတိယတန်း စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

စဉ်		အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	သင်ခန်းစာ (၁၆)	ရှုတိုင်းယဉ် (ကဗျာ)	၅
		တို့မြန်မာ (ကဗျာ)	၁၁
		ဝံသာနုစိတ်ဓာတ် (ကဗျာ)	၁၆
၂။	သင်ခန်းစာ (၁၇)	လမ်း၌ယဉ်ကျေးခြင်း	၁၉
၃။	သင်ခန်းစာ (၁၈)	ကိုယ်ချင်းစာနာတတ်သူ	၂၅
၄။	သင်ခန်းစာ (၁၉)	တာဝန်ကျေသူ (ကဗျာ)	၃၂
၅။	သင်ခန်းစာ (၂၀)	မင်္ဂလာကဗျာ (၆)	၄၃
		လူငမိုက်သား သိကြားမသော်မရ (ပုံဝတ္ထု)	၄၈
၆။	သင်ခန်းစာ (၂၁)	ကောင်းမှုပြုက ကောင်းကျိုးရ	၅၃
		သေကံမရောက်သူ (ပုံပြင်)	၅၆
၇။	သင်ခန်းစာ (၂၂)	မိတ်ဆွေနှစ်ဦး (ပုံပြင်)	၆၀
		ပန်ဒါဝက်ဝံလေး (ပုံပြင်)	၆၃
၈။	သင်ခန်းစာ (၂၃)	အတုယူပါ (ကဗျာ)	၆၇

နောက်ဆက်တွဲ

၇။	အခန်း (၁၆)	မင်္ဂလာကဗျာ (၅)	၇၅
၈။	အခန်း (၁၇)	ဇာတိမာန်နှင့် မျိုးချစ်စိတ်	၇၈
၉။	အခန်း (၁၈)	ကိုယ်ကျင့်တရား	၈၀
၁၀။	အခန်း (၁၉)	မောင်တို့မယ်တို့	၈၂
၁၁။	အခန်း (၂၀)	တာဝန်	၈၅

*   *   *

http://www.dhammadownload.com

သင်ခန်းစာ(၁၆)

ရှုတိုင်းယဉ်(ကဗျာ)

၁။ အဓိကအသိသညာ — မြန်မာတို့သည် ယဉ်ကျေးမှုနှင့်အညီ ဝတ်စားဆင်ယင်သည်။

၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊

ယေဘုယျဦးတည်ချက်၊ — မြန်မာတို့သည် ယဉ်ကျေးမှုနှင့်အညီ ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံကို သိရှိနားလည်စေရန်။

အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ

(၁) မိမိ၏နာမည်ကို မိခင်၊ ဖခင်တို့က ချစ်ခင်မြတ်နိုးစွာ ရွေးချယ်ပေးခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပြောပြတတ်ရန်။

(၂) မြန်မာ သနပ်ခါး၏အနံ့အရသာနှင့် အကျိုးကျေးဇူးကို ပြောပြတတ်ရန်။

(၃) မြန်မာ့ရိုးရာဝတ်စုံတွင် မည်သည့်အဝတ်အစားများ ပါဝင်သည်ကို ပြောပြတတ်ရန်။

(၄) မြန်မာအမျိုးသမီးများ၏ ယဉ်ကျေးမှုအရ ဝတ်ဆင်ပုံကို ပြောပြတတ်ရန်။

၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ

- လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ခြင်း။
- ကဗျာရွတ်ဆိုခြင်း။
- ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း။
- မေးခွန်းများမေးခြင်း။

*

http://www.dhammadownload.com

သင်ခန်းစာမစတင်မီ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ကြားခြင်းဖြင့် မိဘပေးသော မိမိနာမည်ကို မိမိကိုယ်တိုင် နှစ်သက်မြတ်နိုးတတ်ခြင်း၊ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့်အညီ ဝတ်စားဆင်ယင်ထုံးဖွဲ့မှုကို သိရှိခြင်း၊ မြတ်နိုးကျင့်သုံးခြင်းတို့ ရရှိစေလိုပါသည်။

ယနေ့ နေရာဒေသအတော်များများတွင် မိမိယဉ်ကျေးမှုနှင့် မကိုက်ညီသော ဝတ်ဆင်မှုကို အတုယူမှားပြီး ဝတ်ဆင်နေကြပေသည်။ ကလေးသဘာဝအရ ငယ်ဆရာ ပြောသောစကားကို စွဲမြဲစွာမှတ်ယူ၍ ကျင့်သုံးတတ်သည့်အတွက် ဒုတိယတန်းအရွယ် ကလေးများအား ဤသင်ခန်းစာဖြင့် ယဉ်ကျေးမှုအရ ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံကိုသိရှိပြီး ယဉ်ကျေးသောအလေ့ကို သိမြင်ကျင့်သုံးကြစေရန် သင်ကြားပါသည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) **တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါ။**

ဆရာက မိမိအမည်နှင့် မိမိ၏ဖခင်၊ မိခင်တို့၏အမည်ကို ပြောပြ၍ မိဘများသတ်မှတ်ပေးထားတဲ့ ဒီနာမည်ကို ကြိုက်နှစ်သက်ကြောင်း ပြောပါ။

ကလေးများ၏ အမည်နှင့် မိခင်၊ ဖခင်အမည်ကို တစ်ဦးချင်း ပြောစေပါ။

ဆရာက မိခင်၊ ဖခင်တို့က မိမိအတွက် အကောင်းဆုံး၊ အလှဆုံးဖြစ်အောင် ရွေးချယ်သတ်မှတ်ပေးခြင်း၊ မှည့်ခေါ်ခြင်းဖြစ်ကြောင်းကို မိမိ၏ကိုယ်ပိုင်နာမည်(သို့) အခြားနာမည်နှင့်ပတ်သက်၍ ဇာတ်လမ်းအကျဉ်းမျှ ပြောပြပါ။ ဥပမာ- ဇာတ်လမ်းတွင် မိဘများက မိမိကိုဘာကြောင့် ဒီနာမည်မှည့်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း နာမည်နှင့်ပတ်သက်၍ စိတ်ခံစားမှုကို ပြောပြပါ။

ဆရာနှင့်အတူ ကဗျာရွတ်ဆိုပါ။

သားသားမီးမီး နာမည်ဘယ်လိုခေါ်

----- လေး လို့ခေါ်

ဖေဖေ၊ မေမေ သတ်မှတ်ပေး

http://www.dhammadownload.com

ဒီနာမည်လေး ကြိုက်တယ်လေး၊

[(ပျော်တယ်ပေါး) ၂]

လုပ်ငန်း (၂) ကလေးများ၏ မျက်နှာတွင် သနပ်ခါးများနှင့် လှပနေကြောင်း ချီးကျူး၍ အောက်ပါ မေးခွန်းများ မေးပါ။

မေး (၁) ကလေးတို့ မျက်နှာကို ဘာလိမ်းထားသလဲ။

မေး (၂) ဘယ်လိုသနပ်ခါးတွေ လိမ်းထားလဲ (သနပ်ခါးတုံး၊ ဗူး၊ အခဲ)

မေး (၃) ဘယ်သူလိမ်းပေးသလဲ။

မေး (၄) သနပ်ခါး သွေးတတ်သလား။

မေး (၅) အုပ်စုတွင် အလှည့်ကျ သနပ်ခါးသွေးခြင်း။

မေး (၆) လက်တွေ့ပြုလုပ်စေပါ။

မေး (၇) သနပ်ခါး၏အနံ့နှင့် အရသာကိုမေးပါ။ (နမ်းကြည့်၊ စားကြည့်စေပါ။)

မေး (၈) သနပ်ခါးအစိုနှင့်အခြောက် ဘာကွာခြားသလဲ။ (အရောင်၊ အနံ့)

မေး (၉) သနပ်ခါးလိမ်းလိုက်တော့ ဘာကောင်းသလဲ။

မေး (၁၀) ဘယ်လိုနေသလဲ။ (အကျိုးကျေးဇူးများ)

လုပ်ငန်း (၃) ကလေးများပြောသော ကောင်းကျိုးများသည် သနပ်ခါးတုံးကို သွေး၍ရသော သနပ်ခါးကသာ ရနိုင်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ ဝယ်ယူရသော ဘူးထဲမှ သနပ်ခါးများတွင် ဓာတုပစ္စည်းများ ပါဝင်ခြင်း၊ အနံ့မွှေးစေရန် ရေမွှေးများပါဝင်ခြင်းတို့ကြောင့် စားရန်မသင့်ကြောင်း၊ အန္တရာယ်ရှိကြောင်း ပြောပြပါ။

ရှုတိုင်းယဉ်ကဗျာကို ဆရာက နမူနာရွတ်ဆိုပြပါ။ ထို့နောက်ကလေးများလိုက်၍ ရွတ်ဆိုပါစေ။

*

http://www.dhammadownload.com

ရှုတိုင်းယဉ်(ကဗျာ)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) ရှုတိုင်းယဉ်ကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ ရှုတိုင်းယဉ်ကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ–

(က) မြန်မာ့ရိုးရာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို သိရှိဖြတ်နိုးတတ်ခြင်း။

(ခ) မြန်မာ့ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှုကို ထိန်းသိမ်းလိုစိတ်ရှိခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၂) ရှုတိုင်းယဉ်ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ ရှုတိုင်းယဉ်ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ –

(က) မြန်မာ့ရိုးရာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို သိရှိစေရန်နှင့် မြတ်နိုးတတ်စေရန်။

(ခ) မြန်မာ့ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှုကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လိုစိတ် ထက်သန်လာရန် တို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၃) အောက်ဖော်ပြပါ ကဗျာကိုအသံ၊ ဟန်အမူအရာထည့်၍ ဆရာမှတိုင်ပေးပြီး ကလေးများအား အမူအရာဖြင့် ရွတ်ဆိုနိုင်းပါ။

ရွတ်ဆိုရန် **ရှုတိုင်းယဉ်**

အဖေ အမေ မြန်မာသွေးမို့
မြန်မာမလေး အစစ်ပါရှင်။
မြန်မာဆန်အောင် တမင်ရွေးလို့
စပယ်လေးလို့ နာမည်တွင်။
မြန်မာ့အမြင် ရှုမငြီးအောင်
ကြက်တောင်စည်းနဲ့ အလှပြင်။
မြန်မာ့ရိုးရာ သနပ်ခါးနဲ့
ပါးကွက်ကျားလေးပါးမှာတင်၊
ရင်ဖုံးအကျီ ချိတ်ထဘီလုနဲ့

http://www.dhammadownload.com

မြန်မာပီသ ဝတ်စားဆင်။

သူများဟန်ပန် ဘယ်မတုနဲ့

ကိုယ့်ယဉ်ကျေးမှု ကိုယ်ချစ်ခင်။

ရှုတိုင်းယဉ်..... ရှုတိုင်းယဉ်။ (မြေလတ်–မောင်မြင့်သူ)

စကားပြေ

အဖေနှင့် အမေသည် မြန်မာသွေး မြန်မာအစစ်ဖြစ်၍ ကျွန်မသည်လည်း မြန်မာမလေးအစစ် ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာဆန်စေရန် တမင်ရွေးချယ်၍ မစပယ်ဟု နာမည်ပေးထားပါသည်။

မြန်မာ့အမြင်တွင် ရှုမငြီးရလေအောင် ကြက်တောင်စည်းလေးနှင့် အလှပြင်ထားပါသည်။

ပါးပြင်တွင်လည်း မြန်မာ့ရိုးရာ သနပ်ခါးကို သွေးကာပါးကွက်ကျားကလေး ပြုလုပ်လိမ်းခြယ် ထားပါသည်။

ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံမှာလည်း ရင်ဖုံးအင်္ကျီ၊ ချိတ်ထဘီလှလှကလေးနှင့် မြန်မာပီသလှပါသည်။

သူတစ်ပါး၏ ဟန်ပန်အမူအရာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို မတုပကြဘဲ ကိုယ့်ယဉ်ကျေးမှု ကိုယ့် စရိုက်ကို ကိုယ်ချစ်ခင်သင့်သည်။

သို့မှသာ ရှုတိုင်းယဉ်မည် ဖြစ်ပေသည်။

လုပ်ငန်း (၄) သင့်မိဘများသည် မည်သည့်လူမျိုးလဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်မိဘများသည် မြန်မာလူမျိုးများ ဖြစ်ကြပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) သင်သည် မည်သည့်လူမျိုးဖြစ်သလဲ။ ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သည် မြန်မာလူမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၆) သင်တို့ရိုးရာ ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရိုးရာဝတ်စားဆင်ယင်ပုံမှာ ရင်ဖုံးအင်္ကျီ၊ ချိတ်ထဘီဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

သင်ခန်း (၇) မိမိရိုးရာ ဝတ်စုံကို ဝတ်ဆင်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို အတုယူရန် ဝတ်ဆင်ခြင်းနှစ်မျိုးအနက်မှ သင်နှစ်သက်ရာကို ပြောပြပါ။

ဖြေ မိမိရိုးရာဝတ်စုံကို ဝတ်ဆင်ခြင်းကို ကျွန်ုပ်နှစ်သက်ပါသည်။

* *

ဟာမ်ပြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) မြန်မာ့ရိုးရာ ဝတ်စားဆင်ယင်ဟန်ကို သင်နားလည်သလို ပြောပြပါ။

ဖြေ မြန်မာ့ရိုးရာ ဝတ်စားဆင်ယင်ဟန်မှာ ယောက်ျားများသည် ရှပ်အင်္ကျီနှင့် လုံချည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

မေး (၂) သင်ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံမှာ ရှပ်အင်္ကျီနှင့် လုံချည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

မေး (၃) ဆံပင်ကိုပွနေအောင် ကောက်ထားခြင်း၊ အောက်နားခွဲထားသော လုံချည်ကို ဝတ်ဆင်ခြင်း သည် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်ပါသလား။

ဖြေ ဆံပင်ကို ပွနေအောင် ကောက်ထားခြင်း၊ အောက်နားခွဲထားသော လုံချည်ကို ဝတ်ဆင်ခြင်း သည် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု မဟုတ်ပါ။

မေး (၄) မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို ဖျက်ဆီးရမလား၊ စောင့်ထိန်းရမလား။

ဖြေ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို စောင့်ထိန်းရပါမည်။

မေး (၅) သင်ကြီးလာတဲ့အခါ ဘယ်လိုဝတ်စားဆင်ယင်မလဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်ကြီးလာတဲ့အခါ မြန်မာဆန်ဆန် ဝတ်စားဆင်ယင်ပါမည်။

* *

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

ဆရာပေး အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးပါ။

မေး (၁) ကိုယ့်သူငယ်ချင်း ဒီနေ့ဘာအဝတ်အစား ဝတ်လာသလဲ။

မေး (၂) အိမ်မှာရော ဖေဖေ၊ မေမေတို့ အလှူပွဲ၊ မင်္ဂလာပွဲသွားတဲ့အခါ ဘယ်လိုအဝတ်အစားတွေ ဝတ်သလဲ။

http://www.dhammadownload.com

ထို့နောက် ရင်ဖုံး၊ လက်ရှည်--ခါးတို မြန်မာအင်္ကျီ၊ ချိတ်ထဘီ၊ တိုက်ပုံအင်္ကျီ ပဆုပ်း စစ်တို့ကိုပြ၍ တစ်မျိုးပြသည့်အခါတိုင်း အောက်ပါမေးခွန်းများမေး၍ ဆွေးနွေးပါ။

မေး (၃) ဤအင်္ကျီ/ ဤထဘီမျိုး မြင်ဘူးလား။

မေး (၄) ဘယ်မှာမြင်ဖူးသလဲ။

မေး (၅) ဘယ်သူဝတ်သလဲ။

ထို့နောက် ဆရာက အောက်ပါအတိုင်း ရှင်းပြပါ။

မြန်မာလူမျိုးရဲ့ ယဉ်ကျေးမှု အဝတ်အထည်ပုံစံကတော့ အမျိုးသားများသည် ပုဆိုး၊ ရှပ်လက်ရှည်၊ လည်ကတုံးနှင့် တိုက်ပုံအင်္ကျီ ဝတ်ဆင်မှုပုံဖြစ်ကြောင်း။ အမျိုးသမီးများသည် မြန်မာအင်္ကျီလို့ခေါ်တဲ့ ရင်ဖုံး၊ လက်ရှည်ခါးတိုအင်္ကျီနဲ့ အချိတ်ထဘီဖြစ်ကြောင်း၊ မလိုတဲ့ အင်္ကျီ၊ ဖောက်တိုကိုအခွဲများသည် မြန်မာ့ဝတ်စုံမဟုတ်ကြောင်း၊ ရှမ်း၊ ချင်း၊ ကချင်၊ ကယား၊ ရခိုင်၊ မွန်စတဲ့ တိုင်းရင်းသားများသည် မြန်မာများပင် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြုပွဲများတွင် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ဝတ်စုံကိုသာ ဝတ်ဆင်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

ယင်းဆွေးနွေးချက်များကို မှတ်သည်၍ အဲဒီလိုယဉ်ကျေးမှုအရ ဝတ်စားဆင်ယင်တတ်တဲ့ မြန်မာတွေရဲ့ စိတ်နေသဘောထားကို သိရှိနားလည်နိုင်ရန် "တို့မြန်မာ" ကဗျာကို သင်ကြားပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။

* * *

တို့မြန်မာ(ကဗျာ)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) တို့မြန်မာကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ တို့မြန်မာကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ မြန်မာလူမျိုး အကြောင်းသိရှိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၂) တို့မြန်မာကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ တို့မြန်မာကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

http://www.dhammadownload.com

(က) မြန်မာလူမျိုး၏စိတ်ဓာတ်ကို သိရှိစေရန်။

(ခ) မျိုးချစ်စိတ်နှင့် ဇာတိမာန်ထက်သန်စေရန်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၃) အောက်ဖော်ပြပါကဗျာကို သံစဉ်ဖြင့် ဆရာရွတ်ဆို ပြသည့်အတိုင်း ကလေးများလိုက်၍ရွတ်ဆိုပါ။

ရွတ်ဆိုရန် **တို့မြန်မာ**

ကိုယ်အားကိုယ်ကိုး၊ စိတ်ထားရိုး

အမျိုးချစ်တာ တို့မြန်မာ။

လူတစ်ဖက်သား မေတ္တာထား

သနားတတ်တာ တို့မြန်မာ။

ဆင့်တန်းမရွေး ကူညီပေး

လေးစားတတ်တာ တို့မြန်မာ။

ရိုးရာဓလေ့ ခံမင်မွေ့

မမေ့တတ်တာ တို့မြန်မာ။

အလှူအတန်း စွန့်ကြဲကမ်း

စိတ်ဝမ်းဖြူတာ တို့မြန်မာ။

အရေးကြောင်းရှိ သွေးပေါင်းညှိ

သတ္တိရှိတာ... တို့မြန်မာ။

တို့မြန်မာ... တို့မြန်မာ။ **(မြေလတ်-မောင်မြင့်သူ)**

စကားပြေ

စိတ်ထားရိုးသားဖြူစင်၍ ကိုယ့်အားကိုယ်သာ ကိုးတတ်ကြပြီး၊ ကိုယ့်လူမျိုးကို ချစ်တတ်သည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာများ ဖြစ်ပါသည်။ လူတစ်ဖက်သားကို မေတ္တာထားကာ သနားကြင်နာတတ်ကြသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာများဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

နိမ့်သည် မြင့်သည်ဟူ၍ အဆင့်အတန်း မခွဲခြားဘဲ လူအားလုံးကို အကူအညီပေးတတ်ပြီး၊ လူအချင်းချင်း လေးလေးစားစား ဆက်ဆံတတ်သည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာများဖြစ်ပါသည်။

မိမိတို့၏ ရိုးရာဓလေ့များကို ခံမင်မြတ်နိုးကာ အစဉ်တစိုက် လေးစားလိုက်နာကျင့်သုံးတတ်သည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့မြန်မာများ ဖြစ်ပါသည်။

အလှူအတန်း အပေးအကမ်း ရက်ရောပြီး၊ စိတ်ထားဖြူစင် မြင့်မြတ်သည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာများဖြစ်ပါသည်။

အရေးကြီးလျှင် သွေးစည်းကြကာ အရေးကြုံလျှင် ပေါင်းဆုံကြတာ တိုင်းပြည်၏ရန်သူဟူသမျှကို ဘိုးဘွားရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်မှုဖြင့် သတ္တိရှိရှိ ခုခံ၊ တိုက်ခိုက်မောင်းနှင်ထုတ်ခဲ့ကြသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာလူမျိုးများဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၄) သင်သည် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီး အလုပ်လုပ်တတ်သလား။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သည် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီး အလုပ်လုပ်တတ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) သင်သနားသောသူရှိသလား။ ရှိလျှင် မည်သူလဲပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သနားသောသူ ရှိပါသည်။ သူသည် ကျွန်ုပ်၏ အိမ်နီးချင်း၊ မိဘမဲ့ကလေး မောင်ရေချမ်းဖြစ်ပါသည်။ (မိမိကြိုက်ရာ ပြောင်းဖြေနိုင်ပါသည်။)

လုပ်ငန်း (၆) သင်သည် သူတစ်ပါးအား ကူညီဖူးပါသလား။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သည် သူတစ်ပါးအား ကူညီဖူးပါသည်။ ရပ်ကွက်ထဲမှ ဆင်းရဲသောကလေးများကိုကျွန်ုပ်တတ်နိုင်သလောက် အဝတ်အစားများနှင့် စာအုပ်စာတမ်းများ ပေးဝေခဲ့ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၇) သင်သိသော ရိုးရာဓလေ့တစ်မျိုးကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ရိုသေထိုက်သူများကို ရိုသေစွာ ရှိခိုးဦးချခြင်းသည် မြန်မာ့ရိုးရာဓလေ့တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။

(သို့မဟုတ်)

နှစ်စဉ် တန်ခူးလတွင် အတာရေသဘင်ပွဲ ဆင်နွှဲခြင်းသည် မြန်မာ့ရိုးရာဓလေ့တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

သုံးသပ်ချက် (၈) သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှ သင်သိသော အလေ့အထတစ်ခုကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်တို့ရပ်ကွက်အတွင်းရှိ မြောင်ရပ်ရှင် ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး ဥပုသ်နေ့တိုင်း သံဃာတော်များကို ပင့်ဖိတ်၍ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းများ လောင်းလှူကြပါသည်။

* *

ထပ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှ သင်သိသော စုပေါင်းညီညာစွာ ဆောင်ရွက်ချက်တစ်ခုကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်တို့ ရပ်ကွက်အတွင်းရှိ လမ်းများ၊ ရေနုတ်မြောင်းများအား ရပ်ကွက်လူ၊ ရပ်ကွက်သားများ စုပေါင်းညီညာစွာဖြင့် ပြုပြင်ရှင်းလင်းနေကြသည်ကို ကျွန်ုပ်တွေ့မြင်ခဲ့ပါသည်။

မေး (၂) မြန်မာလူမျိုးများ၏ စိတ်ဓာတ်ကို သင်သိပါသလား။ ပြောပြပါ။

ဖြေ မြန်မာလူမျိုးများ၏စိတ်ဓာတ်မှာ ရိုးသားဖြူစင်ခြင်း၊ ကိုယ်အားကိုယ်ကိုးတတ်ခြင်း၊ ကိုယ့်အမျိုးကို ချစ်ခင်ခြင်း၊ လူတစ်ဖက်သားကို မေတ္တာထား သနားကြင်နာတတ်ခြင်း၊ ဒီအခင့်အတန်း မရွေးအကူအညီပေးတတ်ခြင်း၊ ရိုးရာဓလေ့ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးလိုက်နာတတ်ခြင်း၊ အလှူအတန်းရက်ရောခြင်း၊ အရေးကြီးလျှင် သွေးစည်းညီညွတ်တတ်ခြင်းနှင့် သတ္တိပြောင်မြောက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

မေး (၃) မြန်မာလူမျိုးဖြစ်ရသည့်အတွက် သင့်ဝမ်းသာကြည်နူးပါသလား။

ဖြေ မြန်မာလူမျိုးဖြစ်ရသည့်အတွက် ကျွန်ုပ်ဝမ်းသာကြည်နူးပါသည်။

မေး (၄) မြန်မာပြည်အတွက် သင်သည်မည်ကဲ့သို့ တာဝန်ထမ်းဆောင်မလဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ မြန်မာပြည်အတွက် ကျွန်ုပ်သည် ပညာရေးဝန်ထမ်းတာဝန်ကို ထမ်းဆောင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

* * *

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

ဆရာကမေး **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

မေး (၁) တို့မြန်မာမလေးတွေ ချက်နာမှာ ဘာလိမ်းကြသလဲ။

မေး (၂) ဆံပင်ကိုရော ဘာလိမ်းလိုထားလဲ။

http://www.dhammadownload.com

မေး (၃) အမျိုးသားတွေရဲ့ ယဉ်ကျေးမှု ဝတ်စုံက ဘာလဲ။

မေး (၄) အမျိုးသမီးတွေရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုဝတ်စုံက ဘာလဲ။

မေး (၅) အဲဒီလို မြန်မာအမျိုးသမီးတစ်ယောက်ရဲ့ လိမ်းတာရော၊ ပြင်တာရော၊ ဝတ်ဆင်တာရော၊ အားလုံးကိုပါအောင် ပြောမယ်ဆိုရင် ဝတ်စားပြင်ဆင်မှုဟု ခေါ်ကြောင်း၊ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုဟုလည်း ခေါ်နိုင်ကြောင်း ပြောပါ။

အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေး၍ဆွေးနွေးပါ။

မေး (၆) 'မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုအရ ဝတ်စားပြင်ဆင်ပုံကိုကြိုက်သလား'။

မေး (၇) 'ကလေးတို့ ကြီးလာရင် အဲဒီလို ဝတ်မလား။' မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုအရ ဝတ်ဆင်ပုံ၊ ပြင်ဆင်ပုံအတိုင်း ဝတ်စားပြင်ဆင်ကြမည်ဆိုလျှင် ကောင်းမွန်ကြောင်း၊ ကြည့်မြင်ရသည်မှာ ယဉ်ကျေးလှပမှုရှိကြောင်း ရှင်းပြပါ။

တို့နောက် ပြီးခဲ့သော အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်မေးမြန်းဆွေးနွေးပါ။

မေး (၈) မြန်မာအမျိုးသား/သမီးတို့ရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုဝတ်စုံက ဘာလဲ။

မေး (၉) မြန်မာတို့ရဲ့ စိတ်နေသဘောထားက ဘယ်လိုလဲ။

ဖြေ ကလေးများပြောသော အဖြေနှင့် ဆက်စပ်၍ ယဉ်ကျေးမှုနှင့်အညီ ဝတ်စားပြင်ဆင်တတ်သော၊ စိတ်သဘောထား ကောင်းမြတ်သော မြန်မာတို့သည် ချစ်ခင်နှစ်သက်ဖွယ်ကောင်းသောကြောင့် ကိုယ့်လူမျိုး၊ ကိုယ့်တိုင်းပြည်ကို ချစ်ခင်ကြရမှာ ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြ၍ အောက်ပါကဗျာကို သင်ကြားပေးပါ။

ဝံသာနုစိတ်ဓာတ်

သားသမီးဝတ်ငါးပါးမှာ တစ်ပါးဝင် အပါ၊

အမျိုးဂုဏ်သာစောင့်ပါမှ အမျိုးချစ်ညေပ။

မြေမျိုသည်က မထောင်းသာ၊ လူမျိုးမပျောက်ပါ။

လူမျိုရင်သာ လူမျိုးပျောက် အားလုံးဒုက္ခရောက်။

http://www.dhammadownload.com

အမျိုးပျောက်မှာ စိုးကြောက်ပါ၊ ကျွန်ဖြစ်နွံနစ်မှာ။

သွေးနှောတာ ငါတို့မုန်း လူမျိုးအညွန့်တုံး။

* * *

ဝံသာနုစိတ်ဓာတ်(ကဗျာ)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) ဝံသာနုစိတ်ဓာတ်ကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ အမျိုးဂုဏ်စောင့်ထိန်းခြင်း၊ မျိုးချစ်စိတ်ရှိစွာ မိမိအမျိုးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် သိစေခြင်း။

လုပ်ငန်း (၂) ဝံသာနုစိတ်ဓာတ်ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှပြောပြပါ။

ဖြေ ဝံသာနုစိတ်ဓာတ်ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

(က) မိမိတိုင်းပြည်နှင့်လူမျိုးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သင့်ကြောင်း သိစေရန်။

(ခ) အမျိုးဂုဏ်ကို ထိန်းသိမ်းခြင်းဖြင့် သားသမီးဝတ်ကျေပွန်သူများဖြစ်စေရန်။

လုပ်ငန်း (၃) အောက်ဖော်ပြပါ ကဗျာရေးသားသော ကားချပ်ကို ချိတ်ဆွဲ၍ ဆရာဆိုသည့်အတိုင်း လိုက်ဆိုပါ။

ရွတ်ဆိုရန် **ဝံသာနုစိတ်ဓာတ်**

သားသမီး ဝတ်ငါးပါးမှာ တစ်ပါးဝင်အပါ။

အမျိုးဂုဏ်သာ စောင့်ပါမှ အမျိုးချစ်မည်ပ။

မြေမျိုသည့်က မထောင်းတာ လူမျိုးမပျောက်ပါ။

လူမျိုရင်သာ လူမျိုးပျောက် အားလုံးဒုက္ခရောက်။

အမျိုးပျောက်မှာ စိုးကြောက်ပါ ကျွန်ဖြစ်နွံနစ်မှာ။

သွေးနှောတာကို ငါတို့မုန်း လူမျိုးအညွန့်တုံး။

F 2.A

http://www.dhammadownload.com

စကားပြေ

သားသမီးတို့၏ဝတ်(၅)ပါးတွင် တစ်ပါးအပါအဝင်ဖြစ်သော မိဘ၏အမျိုးအနွယ်ကို စောင့်ထိန်းမှသာလျှင် အမျိုးကိုချစ်ရာရောက်ပေမည်။

မြေမျိုလျှင် လူမျိုးပျောက်မသွားနိုင်ပါ။ အခြားလူမျိုးများ လာရောက်ဝါးမျိုခဲ့လျှင်မူ မိမိအမျိုးအနွယ် လူမျိုးပျောက်ကာ အတိဒုက္ခရောက်ကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အမျိုးပျောက်မှာ အမျိုးအနွယ် ပျက်သုဉ်းမှာကို စိုးကြောက်မိပါသည်။ ဤသို့အမျိုးပျောက်လျှင် သူ့ကျွန်ဘဝကျရောက်ကာ နှံတွင်းသက်ဆင်းရမည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်ပေသည်။

သွေးနှောခြင်း၊ သွေးရောခြင်းကို ကျွန်ုပ်တို့လည်း လွန်စွာမုန်းတီးပါသည်။ သွေးနှောခြင်းက မိမိတို့လူမျိုး အညွန့်တုံးကာ လူမျိုးပျောက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

*

လုပ်ငန်း (၄) သင်သိသော အရောင်အသွေးများကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သိသော အရောင်အသွေးများမှာ အဝါရောင်၊ အပြာရောင်၊ အနီရောင်၊ အစိမ်းရောင်နှင့်အဖြူရောင်များ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) မတူသောအရောင်နှစ်မျိုးကို ရောစပ်ကြည့်လိုက်ပါ။ မူလအရောင်ရပါသလား။ ပြောပြပါ။

ဖြေ မတူသောအရောင်နှစ်မျိုးကို ရောစပ်ကြည့်လိုက်ပါက မူလအရောင်မရပါ။ ဥပမာ– အဝါရောင်နှင့် အပြာရောင် ရောစပ်လျှင် အစိမ်းရောင်ရပါသည်။

လုပ်ငန်း (၆) သင့်အား ရေနှစ်ခွက်၊ ဆီနှစ်ခွက် ပေးထားခဲ့သော် သင်မည်သို့ ရောနှောချင်ပါသနည်း။ ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်အား ရေနှစ်ခွက်၊ ဆီနှစ်ခွက်ပေးထားခဲ့သော် ကျွန်ုပ်သည် ရေနှစ်ခွက်ကိုလည်းကောင်း၊ ဆီနှစ်ခွက်ကိုလည်းကောင်း ရောနှောချင်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၇) အမျိုးတူချင်း ရောစပ်မှုနှင့် အမျိုးမတူသော အရာရောစပ်မှုတွင် သင်မည်သည်ကို နှစ်သက်သဘောကျပါသနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ ပြောပြပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဖြေ အမျိုးတူချင်း ရောစပ်မှုနှင့် အမျိုးမတူသောအရာ ရောစပ်မှုတွင် ကွဲနိုင်သည် အမျိုးတူချင်း ရောစပ်မှသာ မူလသဘာဝမပျောက်စေဘဲ အမျိုးမတူသောအရာ ရောစပ်ပါက မူလသဘာဝများ ပျက်ပြားသွားတတ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

* *

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

မေး (က) ကလေးတို့ရဲ့နာမည်လှလှလေး၊ ကောင်းကောင်းလေးကို ဘယ်သူက ရွေးချယ်သတ်မှတ်ပေးသလဲ။

မေး (ခ) မြန်မာအမျိုးသားများရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုဝတ်စုံက ဘာလဲ၊ ဘာဝတ်ကြသလဲ။

မေး (ဂ) မြန်မာအမျိုးသမီးများရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုပတ်စုံက ဘာလဲ။

မေး (ဃ) မြန်မာမလေးတစ်ယောက်ရဲ့ ဝတ်စားပြင်ဆင်မှုက ဘယ်လိုလဲ။

*

ဆရာများထပ်မံသိသင့်သောအချက်များ

မြန်မာ့သနပ်ခါးသည် အပူပိုင်းဒေသဖြစ်သည့် ပခုက္ကူ၊ မြင်းခြံ၊ ရွှေဘို၊ ပြည်၊ စစ်ကိုင်း၊ မြိုင်၊ နွားထိုးကြီး၊ တောင်သာမြို့နယ်များမှ အများဆုံးထွက်သည်။

သနပ်ခါးကို နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်း သုံးရာသီလုံး လိမ်းနိုင်ပါသည်။ သနပ်ခါးကိုသွေး၍ (ဝယ်ယူသော သနပ်ခါးဗူးမဟုတ်) လိမ်းခြင်းဖြင့် ကိုယ်တွင်းရှိမမြင်နိုင်သော၊ မတွေ့ရသော အညစ်အကြေးအဆိုးများအား သနပ်ခါးဖြင့် ဆွဲထုတ်ယူသကဲ့သို့ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် အပူကင်းသည် အသားအေးသည်။ အသားအရေဝါဝင်း၍ စိုပြေလှပစေသည်။ နေပူကျဲကျဲတွင် သွားလာလုပ်ကိုင်သည့်အခါ သနပ်ခါးထူထူလိမ်း၍ နေပူရှိန်မှ ကာကွယ်နိုင်သည်။

နွေရာသီတွင် ကလေးများ၌ ဒ ူဖုများထွက်ပါက သနပ်ခါးရေကျဲ လူးပေးခြင်းဖြင့် အလွယ်တကူပျောက်ကင်းနိုင်သည်။ ကလေးတစ်ကိုယ်လုံးအား သနပ်ခါးလိမ်းပေးခြင်း၊ ပါးစပ်အတွင်းသို့ သနပ်

http://www.dhammadownload.com

ပါးခွံ့ကျွေးခြင်းဖြင့် ကျောက်၊ ဝက်သက်မဖြစ်ရန် ကာကွယ်ရာရောက်သည်။ အညှော်နံ့များမိသည့်အခါ၊ သနပ်ခါးစားခြင်း၊ သနပ်ခါးခွံ့ကျွေးခြင်းဖြင့် အညှော်အသင်းကွက်စေပါသည်။ သနပ်ခါးသည် ဆေးတစ်ပါး ဖြစ်သည်ဟု ရှေးလူကြီးများ ပြောစမှတ်ပြုပါသည်။

* * *

သင်ခန်းစာ(၁၇)

လမ်း၌ယဉ်ကျေးခြင်း

၁။ အဓိကအသိသညာ	လမ်းသွားစဉ် လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် အမူအကျင့်ကောင်းများ ရှိသည်။
၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊	
ယေဘုယျဦးတည်ချက်၊	လမ်းသွားစဉ် မည်သို့သွားလာရမည်နှင့် ယာဉ်စီးစဉ် မည်သို့ စီးနင်းရမည်ကို သိရှိရန်၊
အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ	(၁) လမ်းသွားစဉ် လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် အမူအကျင့်များကို ပြောပြတတ်စေရန်။
	(၂) ယာဉ်ပေါ်တွင် မည်ကဲ့သို့စီးနင်းရမည်ကို ရှင်းပြတတ်ရန်။
၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ	– မြေပုံဖြင့် ခရီးသွားခြင်း၊
	– တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးခြင်း၊
	– ရုပ်ပြကာတွန်းကြည့်ရှုခြင်း၊
	– လက်တွေ့အသိအမြင်များကို ပြောပြစေခြင်း၊
	– ရုပ်ပုံကားချပ်ပြ၍ မေးခွန်းမေးခြင်း၊

http://www.dhammadownload.com

– ကဗျာရွတ်ဆိုခြင်း၊

– ကစားခြင်း၊

*

သင်ခန်းစာမစတင်မီ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

လူတို့သည် စား၊ ဝတ်၊ နေရေးအတွက် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လမ်းများပေါ်တွင် လှုပ်ရှားသွားလာနေကြသည်။ ထိုသို့ လှုပ်ရှားသွားလာသူများထဲတွင် ငယ်ရွယ်နုနယ်သော ကလေးငယ်များ ပါဝင်နေပေသည်။ လမ်းပေါ်တွင် မောင်းနှင်နေကြသော ယာဉ်များနှင့် သွားလာနေကြသော လူများ၏ စည်းကမ်းမလိုက်နာမှုကြောင့် နှစ်စဉ်လိုလိုပင် ကလေးငယ်များ၏ ယာဉ်တိုက်ခံရမှုသတင်းကို ဝမ်းနည်းကြေကွဲဖွယ်ရာကြားကြရသည်။ ယာဉ်တိုက်မှုဖြစ်လျှင် မည်သူပဲ မှန်သည်ဖြစ်စေ၊ မှားသည်ဖြစ်စေ အသက်ဆုံးရှုံးမှု၊ ဘဝ ပလျှောက်လုံး ဒုက္ခိတဘဝနဲ့ နေထိုင်ရမှု ကြုံတွေ့ကြရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် လမ်း၌ယဉ်ကျေးခြင်း သင်ခန်းစာကို သင်ကြားခြင်းဖြင့် ကလေးများ လမ်းပေါ်သွားနေစဉ် မည်သည်တို့ကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ မည်သည့်တို့ကိုလိုက်နာရမည်ကို သိရှိလိုက်နာခြင်းဖြင့် ယာဉ်တိုက်ခံရမှု အန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးကြရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် လမ်း၌ယဉ်ကျေးခြင်း သင်ခန်းစာကို ရန်ကုန်၊ မန္တလေးစသည့် မြို့ကြီးများသာမက အခြားကျေးလက်ဒေသ မြို့ကလေးများ၌လည်း အလေးထား၍ သင်ကြားပေးသင့်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင်၏ကျောင်းမှ ကလေးငယ်ကျောင်းသားများလည်း မြို့ကြီး၊ ပြကြီးများသို့ တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်တွင် ရောက်ရှိလာနိုင်ပါသည်။ ဤသင်ခန်းစာ သင်ထားခြင်းဖြင့် ယာဉ်အန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ရမည့်နည်းလမ်းများကို သိရှိနိုင်ပေသည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) **ဆရာက မေးခွန်းမေး၍ နိဒါန်းပျိုးပါ။**

မေး (၁) သင်ဘယ်နေရာတွေကို ရောက်ဖူးပါသလဲ။

မေး (၂) ဘာနဲ့သွားသလဲ။

http://www.dhammadownload.com

– အုပ်စုတစ်စုလျှင် မြေပုံတစ်ခုပေးပါ။

– အုပ်စုဝင်များသည် မြေပုံပေါ်ရှိနေရာများကို လေ့လာ၍ သွားလိုသော နေရာတစ်ခုကို အများသဘောတူ ရွေးချယ်ကြရန် ပြောပါ။

– မိမိတို့ရွေးချယ်ထားသော နေရာသို့ရောက်အောင် ဘယ်လမ်းကသွားမလဲ။ မြေပုံပေါ်တွင် ခဲတံဖြင့်ဆွဲသားပါစေ။

– တစ်အုပ်စုလျှင် တစ်ဦးကျ မိမိတို့သွားမည့် လမ်းများကို ပြပါစေ။

လုပ်ငန်း (၂) **ဆရာက မေးခွန်းများမေးပါ။**

မေး (၁) လမ်းသွားရင်း (သို့) ရုပ်ရှင်ထဲတွင် ကားတိုက်ခံရတာမြင်ဖူးသလား။ (ဘာကြောင့် ဒီလိုဖြစ်သလဲ။)

မေး (၂) လမ်းဖြတ်ကူးချိန်မှာ အဖမ်းခံရတတ်တဲ့အကြောင်း ကြားဖူးသလား။ မြင်ဖူးသလား။ ဘာကြောင့် ဒီလိုဖြစ်သလဲ။

မေး (၃) မြေပုံပေါ်တွင် ဆွဲထားတဲ့ လမ်းတွေမှာ ဘယ်နေရာတွေမှာ ကလေးတို့ အန္တရာယ်ရှိနိုင်သလဲ။ ဘယ်လို အန္တရာယ်လဲ။ (မဖြစ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။)

လုပ်ငန်း (၃) **တစ်တန်းလုံးကို မေးခွန်းမေးပါ။**

မေး (၁) သင်ကျောင်းကို ဘာနဲ့လာပါသလဲ။

မေး (၂) လမ်းလျှောက်လာသူ လက်ညှိုးထောင်ပါ။

မေး (၃) သင်ဘယ်နေရာက လမ်းလျှောက်ခဲ့သလဲ။

မေး (၄) သင်လမ်းကူးခဲ့ပါသလား။

မေး (၅) သင်လမ်းကူးလျှင် ဘယ်နေရာက ကူးခဲ့သလဲ။

မေး (၆) ကားစီးလာသူ လက်ညှိုးထောင်ပါ။

မေး (၇) ကားစီးလျှင် ဘယ်လိုနေရာမှာ ထိုင်စီးချင်ပါသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

မေး (၈) အပေါက်နားမှာ ထိုင်စီးလျှင် ဘာတွေမလုပ်သင့်ဘူးလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

http://www.dhammadownload.com

မေး (၉) ကားပေါ်မှာ အစာစားပြီးလျှင် အမှိုက်ကို ဘယ်မှာပစ်ပါသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

မေး (၁၀) ဆိုက်ကား၊ စက်ဘီး၊ လှည်း၊ လှေ စီးလာသူများ လက်ညှိုးထောင်ပါ။

မေး (၁၁) ဘယ်နေရာမှာ ထိုင်စီးချင်ပါသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

မေး (၁၂) စီးလာချိန်တွင် ဘာတွေမလုပ်သင့်ဘူးလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

လုပ်ငန်း (၄) **ရုပ်ပြကာတွန်းကြည့်ရှုခြင်း။**

- တစ်အုပ်စုလျှင် ရုပ်ပြကာတွန်းပိုစတာတစ်ခုစီ ပေးပါ။
- စကားပြောသော အကွက်ထဲတွင် စာသားမပါ၍ ဘာပြောသောဖြစ်နိုင်မလဲ စဉ်းစားပါစေ။
- တစ်အုပ်စုလျှင် တစ်ဦးကျ မိမိတင်သော စဉ်းစားထားသော စကားများကို ပြောပါစေ။
- ထို့နောက် ရုပ်ပြကာတွန်းပိုစတာကို ကြည့်စေပြီး၊ ဆရာက ပိုစတာပါ စကားပြောများကိုတစ်ခုချင်း ပြောပြပါ။

လုပ်ငန်း (၅) **ရုပ်ပုံကားချပ်များပြ၍ မေးခွန်းမေးပါ။**

- ဘာပုံလဲ။
- တွေ့ဖူးလား။ ဘယ်မှာတွေ့ဖူးတာလဲ။
- အရောင်က ဘာရောင်တွေလဲ။
- ဘာအရောင်ကိုတွေ့လျှင် လမ်းကူးရမလဲ။
- ဒီပုံကို ဘယ်နေရာမှာ တွေ့ဖူးလဲ။
- ဒီပုံကိုတွေ့ရင် ဘယ်နေရာနဲ့ နီးပြီလဲ။

*

လုပ်ငန်း (၆) **ဆရာက ဦးဆောင်၍ ကဗျာရွတ်ဆိုပါ။**

- (လမ်း)၂ လမ်းလေး ကူးမှာလား။
- (လမ်း)၂ လမ်းလေး ကူးဟဲ့ခါ။

http://www.dhammadownload.com

- ဘယ်ကြည့်ညာကြည့် ကြည့်လိုက်ပါ။
- ဘယ်ဘက်တစ်ခေါက် ထပ်ကြည့်ပါ။
- (ကား)၂ ကားများရှင်းရင် မျဉ်းကျားကနေ ကူးလိုက်ပါ။

*

လုပ်ငန်း (၇) **အတန်းပြင်ထွက်၍ လမ်းကူးတန်းကစားပါ။**

- မြေပြင်တွင် မျဉ်းခွဲ၍ မျဉ်းကျားလုပ်ပါ။
- အစိမ်း၊ အဝါ၊ အနီကတ်ပြားများပြ၍ ဘယ်အရောင်ဆို လမ်းကူးမလဲ မေးပါ။ (သို့) လူကူးမီးပွိုင့်ပုံ ကားချပ်ကိုပြ၍ ဘာအရောင်ဆို လမ်းကူးမလဲမေးပါ။
- ကလေးများအား လမ်းကူးရမည့် အနီရောင်၊ အစိမ်းရောင် (လူကူးမီးပွိုင့်ရှိလျှင်) ကတ်ပြားပြလျှင် လမ်းကူးပါစေ။

*

လုပ်ငန်း (၈) **တစ်အုပ်စုလျှင် ရုပ်ပြကာတွန်းပိုစတာ တစ်ခုစီပေးပါ။**

- စကားပြောသော အကွက်ထဲတွင် စာသားမပါ၍ ဘာတွေပြောတာ ဖြစ်နိုင်မလဲ စဉ်းစားပါစေ။
- တစ်အုပ်စုလျှင် တစ်ဦးကျစီ မိမိတို့ထင်သော၊ စဉ်းစားထားသော စကားများကို ပြောပါစေ။
- ထို့နောက် ရုပ်ပြကာတွန်း ပိုစတာကိုကြည့်စေပြီး၊ ဆရာက ပိုစတာပါ စကားပြောများကို တစ်ခုခြင်းပြောပြပါ။

လုပ်ငန်း (၉) **အုပ်စုတစ်စုလျှင် မြေပုံတစ်ခုပေးပါ။**

- ပထမအချိန်က ရွေးချယ်ထားသော နေရာကို ဘယ်လိုသွားရင် အမှန်ကန်ဆုံးဖြစ်မလဲ။ ပြန်၍အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားပါစေ။
- တစ်အုပ်စုလျှင် တစ်ဦး မိမိတို့သွားမည့်နေရာကို ဘယ်နေရာက သွားရမည်ကို ပုံပြ၍ ပြောပါစေ။

http://www.dhammadownload.com

– အခြားအုပ်စုများကို ဟုတ်/မဟုတ် မေးပါ။ လိုအပ်လျှင် ဖြည့်၍ပြောပါစေ။

တစ်တန်းလုံးအား မေးခွန်းမေးခြင်း။

မေး (၁) လမ်းသွားလျှင် ဘယ်နေရာက လမ်းလျှောက်မလဲ။

မေး (၂) လမ်းပေါ်မှာ ဘာတွေမလုပ်ရဘူးလဲ။

မေး (၃) ယာဉ်စီးနေစဉ် ဘာတွေမလုပ်ရဘူးလဲ။

မေး (၄) လမ်းကူးရင် ဘယ်နေရာက ကူးရမလဲ။

မေး (၅) သင်လမ်းကူးရင် ကားမောင်းသူမြင်အောင် ဘယ်လိုလမ်းကူးရင် ကောင်းမလဲ။

မေး (၆) ညအမှောင်ထဲမှာ သင့်ကိုကားမောင်းသူမြင်ရန် ဘယ်လိုအရောင်မျိုးကို ရွေး၍ဝတ်ဆင်မလဲ။

*

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

သင်ခန်းစာပါ အချက်အလက်များကို မေးခွန်းမေးခြင်း။

(က) လမ်းပေါ်မှာ မလုပ်သင့်သည့်အချက် (၃)ချက်ကိုမေးပါ။

(ခ) မယဉ်မြသည် လမ်းလျှောက်လျှင် ပလက်ဖောင်းပေါ်မှ အမြဲလမ်းလျှောက်ပါသည်။ ယာဉ်အန္တရာယ်မှကင်းဝေးမည်လို့ သင်ထင်ပါသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

(ဂ) လမ်းကူးတိုင်း ဘယ်နေရာက ကူးမလဲ။

(ဃ) ကားစီးနေစဉ် (သို့) ယာဉ်တစ်မျိုးမျိုးစီးနေစဉ် ဘာတွေမလုပ်သင့်ဘူးလဲ။ (၃)ချက်လောက်ရေးပြပါ။

(င) တံတားပေါ်မှ လမ်းသွားသည့် အလေ့အကျင့်ရရန် သင်ဘယ်လို လုပ်မလဲ။

*

ဆရာများထပ်မံသိသင့်သောအချက်များ

လမ်းဖြတ်ကူးနေစဉ် (သို့) စက်ဘီး၊ ဆိုက်ကားနှင့် မော်တော်ဆိုင်ကယ်များ စီးနေစဉ် မတော်တဆထိခိုက်မှု အန္တရာယ်အများဆုံးဖြစ်ကြောင်း ကလေးများအား ပြောပြပါ။ မော်တော်ကားစီးနေစဉ်

http://www.dhammadownload.com

ခေါင်းမပြူရန်၊ လက်မထုတ်ရန်နှင့် မော်တော်ဆိုင်ကယ်စီးနေစဉ် ဆိုင်ကယ်ဦးထုပ်ဆောင်းရန်လည်း ပြောပြပါ။ ညအချိန်တွင် စက်ဘီး၊ ဆိုက်ကားစီးရာတွင် ယာဉ်မောင်းသူကောင်းစွာ မြင်နိုင်ရန် အရောင်တောက်ပသော အဝတ်အစားများဖြစ်သည့် အဖြူရောင်(သို့) အစိမ်းရောင် (သို့) လိမ္မော်ရောင်တို့ကို ဝတ်ဆင်ရမည်။ (သို့) အလင်းရောင်ပြန်သော ရောင်ပြန်ပြားများကို အသုံးပြုရမည်။

ယခုအခါ ယာဉ်စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေး ကော်မတီက ကလေးများအန္တရာယ်ကင်းစွာ လမ်းဖြတ်ကူးနိုင်ရန် စီစဉ်ပေးထားသည်။ ကျောင်းရှေ့မှာ လူကူးမျဉ်းကျား ပြုလုပ်ထားသည်။ ကလေးများအတွက်လည်း အလံထည့်ထားသော ခြင်းတောင်းများထားပေးသည်။ ကလေးများသည် အလံလေးများကိုကိုင်၍ လမ်းဖြတ်ကူးနိုင်သည်။ (သို့) ကလေးများကို လမ်းဖြတ်ကူးရန် ကူညီသူက ကိုင်ဆောင်သွားရမည်။ လမ်းဖြတ်ကူးပြီးနောက် အလံများကို ပြန်သိမ်းရမည်ဆိုသည့် အသိတရားကို ကလေးများရရှိရန် အလံထည့်ရန်ခြင်းကိုချထားရမည်။ ထိုအလံများ မပျောက်ဆုံးရန် ကျောင်းက တာဝန်ယူရမည်။

* * *

သင်ခန်းစာ(၁၈)

ကိုယ်ချင်းစာနာတတ်သူ

၁။ အဓိကအသိသညာ — ရိုးသားဖြောင့်မတ်၍ ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်ရှိရမည်။

၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊

(က) ယေဘုယျဦးတည်ချက် — ရိုးသားဖြောင့်မတ်၍ ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်ရှိရန်။

(ခ) အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ —

(၁) ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်းကို လက်ခံ၍ ကျင့်သုံးတတ်စေရန်။

(၂) ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ် ထားတတ်ရန်။

(၃) တွေ့မြင်ရသော သူတစ်ပါး၏ အခက်အခဲများကို တတ်နိုင်သမျှ ကူညီတတ်ရန်။

၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ — တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးခြင်း၊

F.4.A

http://www.dhammadownload.com

- ပုံပြောခြင်း၊
- ကဗျာရွတ်ဆိုခြင်း၊

*

သင်ခန်းစာမစတင်မီ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

ကလေးများသည် လုပသောအရာကလေးများကို စိတ်ဝင်စားကြ၍ နှစ်သက်လိုချင်တတ်ကြသည်။ မိမိပစ္စည်းထက် သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို ပို၍စိတ်ဝင်စားတတ်ကြသည်။ တစ်ခါတရံ လိုချင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်လာတတ်ကြသည်။ သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို ပိုင်ရှင်မသိဘဲယူခြင်းသည် မကောင်းကြောင်း၊ မိမိပစ္စည်းကို မိမိက မပေးဘဲ အခြားလုယူခြင်းကို မကြိုက်နှစ်သက်သကဲ့သို့ အခြားလူကလည်း နှစ်သက်မည်မဟုတ်ကြောင်း ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ် ထားတတ်ရန် လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးရမည်။ ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် ရိုးသားဖြောင့်မတ်လျှင် လူအများ၏ ချစ်ခင်ယုံကြည်မှုကို ခံရမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရှိနားလည်စေရမည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း	(၁)	**မေးခွန်းမေး၍ နိဒါန်းပျိုးပါ။**
မေး	(၁)	မိသားစုနဲ့ ဘယ်တွေသွားဖူးသလဲ။
မေး	(၂)	လမ်းသွားရင်း ပစ္စည်းကောက်ရဖူးသလား။
မေး	(၃)	ကျောင်းကိုလာရင်း လမ်းမှာပစ္စည်းကောက်ရဖူးလား။
မေး	(၄)	ကျောင်းမှာရော ဘာပစ္စည်း ကောက်ရဖူးသလဲ။
မေး	(၅)	ခု စာသင်ခန်းထဲမှာ ဘာပစ္စည်း ကောက်ရဖူးသလဲ။
မေး	(၆)	ကောက်ရတဲ့ပစ္စည်းကို သင်ဘာလုပ်သလဲ။

*

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း (၂) **ဆရာက ရိုးရိုးဆိုတဲ့ ကလေးတစ်ယောက်အကြောင်းကို ပြောပြပါ။**

"ရိုးရိုး"ဆိုတဲ့ကောင်ကလေးတစ်ယောက် အ.မ.က( )၊ ဒုတိယတန်းမှာ စာသင်ကြားနေတယ်။ ရိုးရိုးဟာကျောင်းပိတ် ရက်တစ်ရက်မှာ မိသားစုနဲ့ ပန်းခြံတစ်ခုကို သွားလည်ကြတယ်။ လျှောက်လည်ရင်း လမ်းမှာဦးထုပ်ကလေးတစ်လုံး ကောက်ရတယ်။ ဦးထုပ်ကလေးက အရမ်းလှတော့ "ရိုးရိုး"လေးက လိုချင်တာပေါ့။ ဒါပေမယ့် ရိုးရိုးရဲ့မိဘတွေက ဦးထုပ်ပျောက်လို့ ပိုင်ရှင်လေး ငိုနေတော့မှာ "လာလာ... ပန်းခြံထဲက ရုံးခန်းကို သွားပေးကြရအောင်" ဆိုပြီးထွက်လာကြတာပေါ့။

လမ်းတစ်နေရာမှာ ကလေးတစ်ယောက်က ဟိုမှာသားပျောက်သွားတဲ့ ဦးထုပ်လေးတွေ့ပြီဆိုပြီး 'ရိုးရိုး'တို့ဆီ ပြေးလာတယ်တဲ့။

'ရိုးရိုး'တို့လည်း ဦးထုပ်ပိုင်ရှင်လေးကို ဦးထုပ်ပြန်ပေးလိုက်တာပေါ့။ ပိုင်ရှင်လေးက "ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ခင်ဗျာ။ ဦးထုပ်ပျောက်လို့ ကျွန်တော် အရမ်းနှမြောနေတာ။ ခုပြန်တွေ့လို့ သိပ်ပြီးပျော်တယ်လို့"ပြောသွားသတဲ့။

အတွေ့အကြုံများကို မေးမြန်းပါ။

မေး (၁) ပစ္စည်းကောက်ရလျှင် ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၂) ပိုင်ရှင်မသိလျှင် ဘာလုပ်မလဲ။ (လိုအပ်လျှင် ဆရာက ဖြည့်စွက်ပြောပြပါ။)

မေး (၃) ပိုင်ရှင်တွေ့၍ ပစ္စည်းပြန်ပေးဖူးတဲ့သူ ရှိပါသလား။

လုပ်ငန်း (၃) **တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါ။**

မေး (၁) ကလေးတို့ ပစ္စည်းပျောက်ဖူးပါသလား။

မေး (၂) ဘာပစ္စည်းလဲ။

မေး (၃) ပစ္စည်းပျောက်လျှင် စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုဖြစ်သလဲ။

မေး (၄) မနေ့က ပုံပြင်ထဲက 'ရိုးရိုး'လေးဟာ ကောက်ရတဲ့ ဦးထုပ်ကို ဘာလုပ်သလဲ။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း (၄) **ပုံပြင်ကိုဆက်၍ပြောပါ။**

'ရိုးရိုး'လေးဟာ ဦးယုပ်လေးမှမဟုတ်ဘူး၊ ကျောင်းမှာရော၊ အတန်းထဲမှာရော ပစ္စည်းကောက်ရတိုင်း ပိုင်ရှင်သိရင် ပိုင်ရှင်ကိုပြန်ပေးကယ်။ ပိုင်ရှင်မသိရင် ဆရာမကို သွားအပ်တယ်တဲ့။

တစ်နေ့မှာ ရိုးရိုးလေးဟာ စာရေးမယ်ဆိုပြီး ပေတံထုတ်တော့ ပေတံကိုရှာမတွေ့ဘူးတဲ့။ 'ဟယ်... ငါ့ပေတံလေး ဘယ်ရောက်သွားပါလိမ့်'ဆိုပြီး လွယ်အိတ်ကို ကြည့်လိုက်တာပေါ့ကွယ်။ အိတ်ကပေါက်နေတယ်တဲ့။ 'ငါ့ပေတံလေးတော့ ပျောက်ပါပြီ' ဆိုပြီး စိတ်မကောင်းဖြစ်နေတာပေါ့။

ဒီအချိန်မှာ အခြားအတန်းက ဆရာမတစ်ယောက် ဝင်လာပြီး "ကလေးတို့ ဒီမှာကြည့်စမ်း ပေတံတစ်ချောင်း ကောက်ရထားတယ်။ ဘယ်သူ့ပေတံလဲ"လို့ မေးတယ်တဲ့။

ရိုးရိုးလေး ကြည့်လိုက်တော့ "ဟာ... ငါ့ပေတံလေး'။ 'ဆရာမ သားဟာ'လို့ ပြောသတဲ့။ ရိုးရိုးလေးဟာ ပေတံလေးကို ပြန်ရလို့ သိပ်ပျော်နေတာပေါ့။

လုပ်ဆောင်ချက်များကို မေးမြန်းပါ။

မေး (၁) ရိုးရိုးလေး ပစ္စည်းကောက်ရရင် ဘာလုပ်သလဲ။

မေး (၂) ရိုးရိုးရဲ့ ပစ္စည်းပျောက်တော့ ပြန်တွေ့ပါသလား။

မေး (၃) ကလေးတို့ ပစ္စည်းကောက်ရဖူးသလား။

မေး (၄) ကောက်ရလျှင် ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၅) ကလေးတို့ ပစ္စည်းပျောက်ဖူးသလား။

မေး (၆) ပစ္စည်းပျောက်လျှင် စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုဖြစ်သလဲ။

မေး (၇) ပစ္စည်းပြန်တွေ့လျှင် သင့်စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုဖြစ်သလဲ။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း (၅) **တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါ။**

မေး (၁) သင့်အိမ်မှာ ဘာတွေကူညီဖူးသလဲ။

မေး (၂) အတန်းထဲမှာ ဘာတွေကူညီဖူးသလဲ။

မေး (၃) ကျောင်းမှာရော ဘာတွေကူညီဖူးသလဲ။

မေး (၄) လမ်းမှာရော ဘာတွေကူညီဖူးသလဲ။

လုပ်ငန်း (၆) **ရှိုးရှိုးအကြောင်း ဆက်ပြောပါ။**

ရှိုးရှိုးလေးဟာ ကောက်ရတဲ့ပစ္စည်းကို ပြန်ပေးရုံတင် မကဘူး၊ တစ်နေ့ ကျောင်းကို အလာမှာ ရထားလမ်းက ဖြတ်လျှောက်တုန်း ရထားသံလမ်းကြီးပြုတ်ပြီး တံတား အောက်ကို ကျနေတာပေါ့။

ဒါကိုတွေ့တော့ ရှိုးရှိုးဟာ 'ရထားလာရင် ဒုက္ခပဲ'ဆိုပြီး ပြုတ်နေတဲ့ သံလမ်းကြီးကို မ,လိုက်ကော့ "အောင်မလေး... လေးလိုက်တာ"လို့ အော်လိုက်သတဲ့။ ပြီးတော့ သံလမ်းကို ပြန်ဆက်ဖို့ ကြိုးစားတယ်။

ဒါပေမယ့် ကလေးဆိုတော့ ဘယ်မ,လို့ရပါ့မလဲ။ ရှိုးရှိုးဟာ စဉ်းစားသတဲ့ 'ဟုတ်ပြီ၊ ရထားလာတဲ့အထိ ငါထိုင်စောင့်မယ်'ဆိုပြီး စောင့်နေသတဲ့။ အချိန်အတော်ကြာတော့ အဝေးမှာ ရထားကြီးဟာ 'တူ... တူ'ဆိုပြီး အရှိန်ပြင်းပြင်းနဲ့ မောင်းလာတာ တွေ့တာ ပေါ့။

ဒီတော့ ရှိုးရှိုးဟာ သူ့ရဲ့အင်္ကျီအဖြူလေးကို တုတ်မှာချည်ပြီး ရထားလာမယ့် လမ်း အတိုင်းပြေးပြီး တုတ်ကိုဝှေ့ယမ်းပြတာပေါ့။ ရထားမောင်းတဲ့သူကလည်း 'ဟာ– အဝေးမှာ ကလေးတစ်ယောက် အဖြူရောင်အစနဲ့ ဝှေ့ယမ်းပြနေပါလား။ တစ်ခုခု တော့ ဖြစ်မယ်ထင်တယ်'ဆိုပြီး ရထားကြီးကို ကျွီခနဲ ဘရိတ်အုပ်လိုက်တယ်။ ရထား လဲ ရပ်ရော ရထားပေါ်မှာပါတဲ့ သူတွေလည်း ကြောက်လန့်တကြားနဲ့ ပြေးလာကြ တာပေါ့။

"ကလေး... ဘာဖြစ်လို့လဲ"လို့မေးတော့ မောနေတဲ့ကြားက ရှိုးရှိုးဟာ ရထားလမ်း

http://www.dhammadownload.com

အပြတ်ကြီးကို ပြသာကဲ့။ လူဇတွဟာ "အမလေး... လေး... ကံကောင်းလိုက်တာ" ဆိုပြီး ရှိုးရှိုးလေးကို အသက်ကယ်တဲ့သူဆိုပြီး ကျေးဇူးသိပ်တင်ကြတာပေါ့။ ရှိုးရှိုးလေးဟာ ကျောင်းရောက်တာ သိပ်နောက်ကျနေတာပေါ့။

ဆရာမက 'ရှိုးရှိုး ကျောင်းနောက်ကျလိုက်တာ ဘာဖြစ်လို့လဲ'လို့ မေးနေတုန်း အတန်းထဲကို ဆရာကြီးနဲ့ လူကြီးအချို့ရောက်လာပြီး ဖြစ်တဲ့အကြောင်းတွေကို ပြောပြသတဲ့။ ရှိုးရှိုးလေးကိုလည်း ဂုဏ်ပြုတဲ့ပွဲလေးတစ်ခု လုပ်ပေးတယ်တဲ့။

တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါ။

မေး (၁) သူတစ်ပါး ဒုက္ခဖြစ်နိုင်သော ကိစ္စများတွေ့လျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။

အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

မေး (၂) အိမ်၌ လူကြီးမရှိချိန် ညီလေး/ ညီမလေး ငိုနေလျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၃) ကျောင်းသားကြီးများ ရန်ဖြစ်တာတွေ့လျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၄) သင်ရှေ့တွင် ချော်လဲသူတစ်ဦးတွေ့လျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၅) သူငယ်ချင်းများ ရန်ဖြစ်နေလျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။

လုပ်ငန်း (၄) **ဆွေးနွေးပါ။**

မေး (၁) သင့်ပစ္စည်းကောက်ရလျှင် ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၂) ပိုင်ရှင်မသိလျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၃) မိမိရှေ့တွင် ဒုက္ခဖြစ်စေနိုင်သော အဖြစ်အပျက်များတွေ့လျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။

မြွေကစားပါ။

ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်ရှိသူ၏ အပြုအမူများကို ကလေးတို့ သိ/မသိ ကြည့်ရအောင်။ မြွေလှေခါးကစားနည်းကို ကစားကြမယ်ဟုပြောပြီး၊ မြွေလှေခါး ကစားရန် အုပ်စုတိုင်းအား ရုပ်ပုံကားချပ်တစ်ခုစီ ပေးပါ။

*

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း (၆) **ဆရာက ဦးဆောင်၍ ကဗျာသီဆိုပါ။**

လှူကလေးနှင့်ခဲတံ

ဟိုနားက ကျွန်တော်လေ

ခဲတံကောက်ရပေ

သေသေချာချာ ကြည့်လိုက်မှ

မောင်ထွေးခဲတံဗျ။

လှလှကလေး ဒီခဲတံ

ကျွန်တော်လိုချင်ပြန်။

ကျကျန်ခဲ့တဲ့ မောင်ထွေးတော့

ငိုလို့နေမှာပေါ့။

သော့သော့ကလေး ကျွန်တော်ပြေး

သူ့ကိုသွားလို့ပေး။ (မြင့်တလှူ)

*

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

ဆရာစာသင်နေချိန်တွင် မေးခွန်းများဖြေကြားနိုင်မှု၊ စိတ်ဝင်စားမှု၊ အသိများကို ဖော်ထုတ်တတ်မှုတို့ကို အကဲဖြတ်မည်။

လိုအပ်ချက်တွေ့လျှင် ရှင်းလင်းဖြည့်စွက်ပေးမည်။ အခန်းဆုံးစစ်ဆေးမှုအတွက် ဤသင်ခန်းစာသင်ချိန်တွင် မေးမြန်းခဲ့သော မေးခွန်းလေးများကို ပြန်လည်၍ ရိုးရှင်းလွယ်ကူသော မေးခွန်းအဖြစ် မေးသင့်သည်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

သင်ခန်းစာ(၁၉)

တာဝန်ကျေသူ (ကဗျာ)

၁။ အဓိကအသိသညာ — အသက်အရွယ်အလိုက် ပြုလုပ်နိုင်သော တာဝန်များရှိသည် (မိမိတာဝန်၊ အိမ်တာဝန်၊ ကျောင်းတာဝန်)

၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊

(က) ယေဘုယျဦးတည်ချက် — အသက်အရွယ်အလိုက် ပြုလုပ်နိုင်သော တာဝန်များကို ဆောင်ရွက်တတ်ရန်။

(ခ) အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ —

(၁) မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုအပြည့်ဖြင့် မိမိတာဝန်ကို လုပ်ကိုင်တတ်ရန်။

(၂) မိမိအသက်အရွယ်အလိုက် ပြုလုပ်နိုင်သော မိသားစုတာဝန်များကို ကူညီလုပ်ကိုင်တတ်စေရန်။

(၃) ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတိုင်း လုပ်ဆောင်ရမည့် ကျောင်းတာဝန်များကို ပါဝင်လုပ်ဆောင်တတ်စေရန်။

(၄) အိမ်နှင့်ကျောင်းတွင် လုပ်ဆောင်ရမည့် တာဝန်များကို ပြောပြတတ်ရန်။

၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ —

- အတွဲလိုက် လေ့လာကြည့်ရှုခြင်း၊
- ကစားခြင်း၊
- အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးခြင်း၊
- လက်တွေ့လုပ်ကိုင်စေခြင်း၊
- ရုပ်ပုံဖြင့် ပုံပြောခြင်း၊

*

http://www.dhammadownload.com

သင်ခန်းစာမစတင်မီ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ကြားခြင်းဖြင့် ကလေးများသည် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုရှိ၍ မိမိတာဝန်များကို သိရှိလုပ်ကိုင်တတ်သော အလေ့အကျင့်ရရှိစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

မိသားစုဝင် အများစုသည် ကလေးများကို ငယ်ပါသေးတယ်ဆိုသည့် အသိဖြင့် ဘာမျှလုပ်ကိုင်ခွင့်မပေးဘဲ၊ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးများဖြစ်သည့် သွားတိုက်၊ မျက်နှာသစ်ကိုပင် လုပ်ကိုင်ပေးတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ကလေးများသည် သူများလုပ်ကိုင်ပေးသည်ကိုပင် ကျေနပ်စွာ ခံယူတတ်ကြသည်။ မိမိကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင် နိုင်သည်ကိုပင် မသိဘဲ ဖြစ်နေကြသည်။ ထိုသို့သော ကလေးအများစုသည် ကျောင်းသို့မလွဲမသွေ ရောက်လာကြမည်ဖြစ်သည်။ ဆရာသည် ထိုကလေးများကို "မိမိကိုယ်တိုင် လုပ်ကိုင်နိုင်သည်"ဆိုသည့် အသိများကိုပေးရမည်ဖြစ်သည်။ ဆရာသည် ထိုအသိများကိုပေးရာတွင် စဉ်းစားချိန်၊ ကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင်ချိန် များများပေးရပါမည်။ ကလေးများ လုပ်ကိုင်သည်ကို အသိအမှတ်ပြု ချီးကျူးစကားပြောပေးပါ။ သို့မှကလေးများသည် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုရှိလာပြီး၊ မိမိလုပ်ကိုင်နိုင်သည့် တာဝန်များတွေ့လာလျှင် မလွဲမသွေ လုပ်ဆောင်တော့မည်ဖြစ်သည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) **ဆရာသည် ကလေးများကို အောက်ပါမေးခွန်းများမေး၍ နိဒါန်းပျိုးပါ။**

မေး (၁) အိပ်ယာကနိုးလျှင် သင်ဘာလုပ်ပါသလဲ။

မေး (၂) သူများက လုပ်ပေးသလား။

မေး (၃) ကိုယ်တိုင်လုပ်သလား။

အုပ်စုလိုက် ကြည့်ရှုလေ့လာပါစေ။ ဆရာက ကလေးများကို ၄င်းအုပ်စုတွင်းမှ သူငယ်ချင်းများ ရေချိုးခဲ့လား၊ သနပ်ခါးလိမ်းခဲ့သလား၊ ခေါင်းဖြီးခဲ့သလား၊ ခြေသည်းလက်သည်း ညှပ်ခဲ့ရဲ့လား၊ အပြန်အလှန် ကြည့်ရှုစစ်ဆေးရန်ပြောပါ။

http://www.dhammadownload.com

ကလေးများအား မလုပ်ခဲ့လျှင် အဘယ်ကြောင့်မလုပ်ခဲ့ကြောင်း၊ လုပ်လာလျှင် ကိုယ်တိုင်လုပ်ခဲ့တာလား၊ ဘယ်သူတွေ လုပ်ပေးတာလဲ။

တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြန်အလှန် မေးခိုင်းပါ။ ထို့နောက် အုပ်စုလိုက် အတန်းသို့ ပြန်လည်ပြောခိုင်းပါ။

တစ်တန်းလုံး ကြည့်ရှုလေ့လာပါစေ။

ကိုယ်တိုင်လုပ်ခဲ့သူကို အတန်းရှေ့သို့ထွက်၍ ဘာကြောင့် ကိုယ်တိုင်လုပ်ခဲ့ရကြောင်း ပြောပြပါစေ။

လုပ်ငန်း (၂) **ဆရာက အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေး၍ အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားပါစေ။**

မေး (၁) မျက်နှာသစ်၊ သွားတိုက်၊ ရေချိုး၊ ခေါင်းလျှော်၊ အင်္ကျီလဲ၊ ခေါင်းဖြီး၊ ခြေသည်းလက်သည်းညှပ်ခြင်းတို့ကို ကိုယ်တိုင်လုပ်နိုင်မည် ထင်ပါသလား။ ကိုယ်တိုင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ လက်တွေ့ သရုပ်ပြပါစေ။

လုပ်ငန်း (၃) **ဆရာက ကလေးများကို အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။**

မေး (၁) ကျောင်းမလာခင် ဘာတွေလုပ်ခဲ့ပါသလဲ။

မေး (၂) ကလေးတို့ကို ဘယ်သူတွေက လုပ်ပေးသေးလဲ။

ကျောင်းခန်းပြင်ပတွင် ကစားပါစေ။ ဆရာမှ ကလေး ၅ ယောက် (သို့) ၇ ယောက်ကိုတစ်စုခွဲ၍ အင်္ကျီများကိုချထားပြီး၊ ဆရာအချက်ပေးလျှင် အင်္ကျီကိုဝတ်၍ ဆရာ့ဆီအရောက်ပြေးရပါမည်။

ဆရာမှ အင်္ကျီဝတ်ပုံ ဟုတ်/မဟုတ် စစ်ဆေးပါ။ လိုအပ်လျှင် ဖြည့်စွက်၍ လုပ်ပြပါ။

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

မေး (၃) ကစားရတာ ပျော်ပါသလား။

မေး (၄) ကစားရင်းနဲ့ ကလေးတို့ ဘာလုပ်တတ်သွားပြီလဲ။ အခြား ဘာတွေလုပ်တတ်ပါသေးလဲ။

*

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း (၄) **ဆရာကဦးဆောင်၍ ကဗျာကို ရွတ်ဆိုပါစေ။**

မောင်တို့မယ်တို့

ကိုယ့်စွမ်းကိုယ်စု ထုတ်ဖော်သူ

ကိုယ်ကျင့်ကိုယ်ပိုင်မှု

ဘယ်သူလုပ်သုပ် မလုပ်လုပ်

ကိုယ့်အလုပ်ကို ကြိုးကြိုးကုတ်။

မဆုတ်မနစ် ဖွဲ့မယ္ဘိုင်

ချိတက်ကြ ပန်းတိုင်

ယှဉ်ပြိုင်ခြင်းသာ အဓိက

ရင်ဆိုင်ရဲရင့်မှ

လောကအလှသရဖူ

မောင်တို့မယ်တို့ ဆောင်းမည့်သူ

ကျင့်မှုစာဂ ကောင်းဖို့ရေး

နေ့စဉ်မှန်မှန် ကျင့်ကြမွေး။

ဆိုရေးရှိက ဆိုအပ်စွာ

ဆည်းပူး မြတ်ပညာ

အလိမ္မာ စာမှာရှိ

ဆုံးဖြတ်ပိုင်နိုင်ဘိ။ ။ **(အဖျောက်မြေ-မောင်ဆွေမွန်)**

လုပ်ငန်း (၅) **တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါစေ။**

ဆရာက ကလေးများကို အောက်ပါမေးခွန်းများမေးပါ။

မေး (၁) 'ဖေဖေ၊ မေမေတို့က ကလေးတို့ကို ဘာတွေလုပ်ပေးပါသလဲ'

မေး (၂) 'ကလေးတို့က ဘာတွေပြန်လုပ်ပေးဖူးပါသလဲ'

http://www.dhammadownload.com

အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပါစေ။

ကလေးများ ၅ ယောက် (သို့) ၇ ယောက်လျှင် တစ်စုဖွဲ့ပါ။

ဆရာက သင်ပုန်းတွင် အောက်ပါမေးခွန်းများကို ရေးပေးပြီး၊ အုပ်စုလိုက် **ဆွေးနွေး** ဖြစ်အောင် ကူညီပါ။

မေး (၃) (က) ဖေဖေ့ကို ဘာတွေကူညီလုပ်ကိုင် ပေးပါသလဲ။

(ခ) မေမေ့ကို ဘာတွေကူညီလုပ်ကိုင် ပေးပါသလဲ။

မေး (၄) ဆွေးနွေးရရှိသော အချက်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးချထားပါစေ။

အုပ်စုတစ်စုလျှင် တစ်ယောက်က ဆွေးနွေးရရှိချက်များကို တစ်တန်းလုံးကြားအောင် ဖတ်ပြပါစေ။

လုပ်ငန်း (၆) **ဆရာက ကလေးများကို အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။**

မေး (၁) အိမ်မှာ မိသားစု ဘယ်နှစ်ယောက်ရှိသလဲ။ မိသားစုဝင်များကို ပြောပြပါစေ။

မေး (၂) သူတို့က ကလေးတို့ကို ဘာတွေလုပ်ကိုင်ပေးပါသလဲ။

မေး (၃) ကလေးတို့က ဘာပြန်လုပ်ပေးဖူးပါသလဲ။

လုပ်ငန်း (၇) **တစ်တန်းလုံး ကြည့်ရှုလုပ်ကိုင်ပါစေ။**

ဆရာသည် ကလေးများအား စာအုပ်၊ ခဲတံ၊ ခဲဖျက်၊ ပေတံ၊ ရေခွက်၊ တံမြက်စည်း စသည့် စာသင်ခန်းသုံးပစ္စည်းများကို အုပ်စုလိုက်အပြိုင် ဆရာစားပွဲ (သို့) အတန်းရှေ့၌ ကြိုက်သလိုထားပါစေ။

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

မေး (၁) ခုဆရာ့စားပွဲနှင့် အတန်းရှေ့ကို ကြည့်လိုက်ပါ။ ကြည့်၍ ကောင်းပါသလား။

မေး (၂) ဘာဖြစ်နေပါသလဲ။

မေး (၃) ဘာလုပ်ရင်ကောင်းမလဲ။

မေး (၄) ကလေးများကိုယ်တိုင်လာ၍ အလှည့်ကျလုပ်ပါစေ။

http://www.dhammadownload.com

မေး (၅) ပစ္စည်းများ နေသားတကျ သေသပ်လှပစွာထားပြီးလျှင် ဆရာစားပွဲနှင့် အတန်းထဲမှာ ခု ဘာဖြစ်သွားပြီလဲ။ မေးခွန်းမေးပါ။

တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါ။

ခမေး (၆) ခုလို ပစ္စည်းများ နေသားတကျနှင့် သေသပ်လှပအောင် ကလေးတို့အိမ်မှာ ဘာတွေ လုပ်ပေးနိုင်မလဲ။

– ဆရာမှ သင်ပုန်းပေါ်တွင် ကလေးများပြောသည့် အချက်များကိုရေးပါ။

– ကလေးများ အားလုံးဖတ်ပါစေ။

လုပ်ငန်း (၈) **အောက်ဖော်ပြပါ ကဗျာကို ဆရာမှတိုင်ပေးပြီး၊ ကလေးများရွတ်ဆိုပါ။**

ရွတ်ဆိုရန်

ကျောင်းပိတ်ရက်

ကျောင်းပိတ်ရက်ဝယ် အိမ်မှာနားတော့
ဆော့ကစားလို့ မနေသင့်တယ်။
နိုင်တဲ့ဝန်ကို ပါဝင်ထမ်းလို့၊
တတ်စွမ်းသမျှ ကူကြကွယ်။
ကိုယ့်အိမ်ကိုယ့်ရာ သန့်သန့်ရှင်းနဲ့
အမှိုက်လှည်းကျင်းနေရမယ်။
အားလပ်ချိန်မှာ စာကိုဖတ်တော့
မှတ်စုမှက်ရာ၊ သုတကြွယ်။
စည်းကမ်းရှိသေ ယဉ်ယဉ်ကျေးနဲ့
လိမ္မာရေးခြား တို့လူငယ်။
နောင်တစ်ခေတ်မှာ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်တော့
စည်းစနစ်က အခြေခံတယ်။
ကြိုးစားကွသ် တိုးပွားမယ်။ ။

အောင်သန်းဦး(ရေနံ့သာ)

http://www.dhammadownload.com

စကားပြေ

ကျောင်းပိတ်ရက်တွင် အိမ်မှာနားနေချိန်၌ ဆော့ကစားမနေသင့်ပါ။ မိမိထမ်းဆောင်နိုင်သည့် အိမ်တာဝန်များကို မိမိတက်စွမ်းသမျှ ပါဝင်ကူညီ ထမ်းဆောင်သင့်ပါသည်။ မိမိအိမ်ရာကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်နေစေရန် အမှိုက်များလှည်းကျင်းနေကြရမည်။

အားလပ်ချိန်များတွင် စာဖတ်ခြင်းဖြင့် ဗဟုသုတ ကြွယ်ဝစေပါသည်။ စည်းကမ်းရှိသေလေးစား၍ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသော လူငယ်ကလေးများဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြပါလေ။

သို့မှသာလျှင် နောင်တစ်ချိန်ဝယ် ခေါင်းဆောင်များ ဖြစ်လာသည့်အခါ စည်းစနစ်ကျခဲ့သော အခြေခံများ ရရှိခဲ့ပြီးဖြစ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းများ ဖြစ်လာနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ကြိုးစားကြပါ။ သို့မှသာ ကြီးပွားတိုးတက်မည် ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၄) ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ သင်ဘာလုပ်ပါသလဲ။

ဖြေ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ ကျွန်ုပ်သည် အိမ်အလုပ်များကို ကူညီလုပ်ကိုင်ပါသည်။ အားလပ်ချိန်များတွင် စာဖတ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) သင့်အိမ်မှာ သင်ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးနိုင်သော အလုပ်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်အိမ်မှာ ကျွန်ုပ်ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးနိုင်သော အလုပ်များမှာ အမှိုက်လှည်းကျင်းခြင်း၊ ရေခပ်ပေးခြင်း၊ သစ်ပင်ရေလောင်းပေးခြင်းနှင့် ပန်းကန်ကူညီဆေးကြောပေးခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၆) သင်အားလပ်တဲ့အခါ စာဖတ်သလား။

ဖြေ ကျွန်ုပ်အားလပ်သောအခါ စာဖတ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၇) သင်ကြီးလာသောအခါ ခေါင်းဆောင်တစ်ဦး ဖြစ်ချင်ပါသလား။

ဖြေ ကျွန်ုပ်ကြီးလာသောအခါ ခေါင်းဆောင်တစ်ဦး ဖြစ်ချင်ပါသည်။

* *

http://www.dhammadownload.com

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) ကျောင်းပိတ်ရက်တွေမှာ မည်သို့နေထိုင်လုပ်ကိုင်သင့်သလဲ။

ဖြေ ကျောင်းပိတ်ရက်တွေမှာ အိမ်အလုပ်များကို ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးပြီး အားလပ်ချိန်များတွင် စာဖတ်နေသင့်ပါသည်။

မေး (၂) စာဖတ်လျှင် ဘာတွေရရှိလာမလဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ စာဖတ်လျှင် ဗဟုသုတများရရှိ ကြွယ်ဝလာပါမည်။

မေး (၃) လူငယ်ဘဝမှာ ဘာတွေရှိသင့်သလဲ။

ဖြေ လူငယ်ဘဝမှာ စည်းကမ်းရှိသေလေးစား၍ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ကာ လိမ္မာရေးခြားရှိသင့်ပါသည်။

မေး (၄) ခေါင်းဆောင်ကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ဖို့အတွက် ဘာတွေလိုအပ်သလဲ။

ဖြေ ခေါင်းဆောင်ကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ဖို့အတွက် စည်းစနစ်ကျရန် လိုအပ်ပါသည်။

မေး (၅) သင်မည်သည့်နေရာမှာ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ချင်သလဲ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သည် နိုင်ငံ၏ခေါင်းဆောင် ဖြစ်ချင်ပါသည်။

*

လုပ်ငန်း (၉) **ဆရာက ကလေးများကို အောက်ပါမေးခွန်းများမေးပါ။**

မေး (၁) ကလေးတို့ အိမ်မှာ ဘာတွေကူညီလုပ်ပေးပါသလဲ။

မေး (၂) ကျောင်းမှာရော ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးသင့်ပါသလား။

အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပါစေ။

မေး (၃) ကျောင်းမှာ ဘာတွေလုပ်ကိုင်ပေးချင်ပါသလဲ။

မေး (၄) စာသင်ခန်းထဲမှာ ဘာတွေလုပ်ကိုင် ပေးဖူးပါသလဲ။

ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် အထက်ပါမေးခွန်းများကိုရေးပေး၍ အုပ်စုတစ်စုလျှင် မေးခွန်းတစ်ခုစီ ဆွေးနွေးပါစေ။

ဆွေးနွေးရရှိသောအချက်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးချပါစေ။

http://www.dhammadownload.com

အုပ်စုတစ်စုလျှင် တစ်ယောက်က ဆွေးနွေးရရှိချက်များကို တစ်တန်းလုံးကြားအောင် ဖတ်ပြပါစေ။

အထက်ပါဆွေးနွေး ရရှိချက်များကို အုပ်စုတစ်စုလျှင် တစ်မျိုးစီလုပ်ပါစေ။

*

လုပ်ငန်း (၁၀) **တစ်တန်းလုံးနှင့် ဆွေးနွေးပါ။**

- ကျောင်းမလာခင် သင်ဘာတွေလုပ်ခဲ့ပါသလဲ။
- အိမ်မှာ ဘာတွေကူညီလုပ်ပေးခဲ့ပါသလဲ။
- ကျောင်းမတက်ခင် ကျောင်း မှာ ဘာတွေလုပ်ထားပါသလဲ။

တာဝန်ကျေသူ

ထမင်းချက်ဖို့ မေမေပြင်
မီးဖိုးထဲကို ဝင်။
ပန်းကန်စင်စင် ဆေးဖို့တော့
သမီး/သား တာဝန်ပေါ့။
အလုပ်အားတဲ့ ညနေတွင်
ဖေဖေ စာဖတ်လျှင်။
စာအုပ်စင်ကို ရှင်းဖို့တော့
သမီး/ သား တာဝန်ပေါ့။
ဆရာမလေး ကျောင်းခန်းဝင်
သင်ခန်းစာကိုသင်။
ကျောင်းတွင်း၊ ကျောင်းပြင် သန့်ဖို့တော့
သမီး/ သား တာဝန်ပေါ့။ ။

စကားပြေ

ထမင်းချက်ရန် မေမေ မီးဖိုခန်းထဲဝင်ချိန်တွင် ပန်းကန်များစင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောရန်မှာ သမီးတာဝန်ဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

အလုပ်အားလပ်သည့် ညနေခင်းအချိန်တွင် မေမေစာဖတ်လျှင် စာအုပ်စင်ကို ရှင်းလင်းပေးရန်မှာ သမီးတာဝန်ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာမလေး ကျောင်းခန်းသို့ဝင်ရောက်၍ စာမသင်မီ ကျောင်းတွင်းကျောင်းပြင် သန့်ရှင်းရေး လုပ်ထားပေးရန်မှာ သမီးတာဝန်ဖြစ်ပေသည်။

လုပ်ငန်း (၂) တာဝန်ကျေကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် မည်သည့်အသိပညာများရရှိစေသနည်း။

ဖြေ တာဝန်ကျေကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် အသက်အရွယ်လိုက် ပြုလုပ်နိုင်သော မိမိတာဝန်၊ အိမ်တာဝန်၊ ကျောင်းတာဝန်များကို ယူရမည်ကို သိစေရပါသည်။

လုပ်ငန်း (၃) တာဝန်ကျေသူကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ရေးပါ။

ဖြေ တာဝန်ကျေသူကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ –

(က) အိမ်ထောင်စုအတွင်းရှိ မိသားစုတာဝန်များ ကျေပွန်စွာ လုပ်ကိုင်တတ်စေရန်။

(ခ) ကျောင်းသားကျောင်းသူတိုင်း လိုက်နာရမည့် ကျောင်းတာဝန်များကို ပါဝင်လုပ်ဆောင်တတ်စေရန်။

လုပ်ငန်း (၄) သနေ့ကျောင်းသို့မလာမီ မိဘများကို ကူညီခဲ့ပါသလား။ မည်သို့ကူညီခဲ့သည်ကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ယနေ့ကျောင်းသို့မလာမီ မိဘများကို ကူညီခဲ့ပါသည်။ အိမ်၌တံမြက်စည်းလှည်း ခြင်း၊ ရေခပ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) ျောင်းသန့်ရှင်းရေးတာဝန်ကို မည်သို့ထမ်းဆောင်ကြသလဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျောင်းသန့်ရှင်းရေးတာဝန်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ဘုရင့်နောင်အသင်း တာဝန်ကျသောနေ့တွင် ကျောင်းတွင်းကျောင်းပြင် အားလုံးသန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ရပါသည်။

လုပ်ငန်း (၆) သင့်မိဘအိမ်တွင် သင်ကူညီလုပ်ကိုင်နိုင်သည့် တာဝန်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်မိဘအိမ်တွင် ကျွန်ုပ်ကူညီလုပ်ကိုင်နိုင်သည့် တာဝန်များမှာ တံမြက်စည်းလှည်း ခြင်း၊ ရေခပ်ခြင်း၊ ပန်းကန်ဆေးခြင်းနှင့် သစ်ပင်ရေလောင်းခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

*

http://www.dhammadownload.com

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) ကဗျာထဲမှ တာဝန်ကျေသူသမီးသည် အိမ်နှင့်ကျောင်းတွင် မည်သည့်တာဝန်များ ထမ်းဆောင်ရသနည်း။

ဖြေ ကဗျာထဲမှ တာဝန်ကျေသူသမီးသည် အိမ်တွင် ပန်းကန်များဆေးကြောခြင်း၊ စာအုပ်စင်များ သန့်ရှင်းခြင်းနှင့် ကျောင်းတွင် ကျောင်းတွင်းကျောင်းပြင် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်းဖြင့် တာဝန်များကို ထမ်းဆောင်ပါသည်။

မေး (၂) သင်၏အိမ်နှင့်ကျောင်းတွင် ထမ်းဆောင်သော တာဝန်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သည် အိမ်တွင်ပစ္စည်းများစနစ်တကျထားခြင်း၊ ရေခပ်ခြင်း၊ သစ်ပင်ရေလောင်းခြင်းများ ပြုလုပ်၍ ကျောင်းတွင် ကျောင်းတွင်းကျောင်းပြင် သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ခြင်း၊ ကျောင်းဥယျာဉ်တွင် သစ်ပင်စိုက်ခြင်း၊ ရေလောင်းပေါင်းသင်ခြင်း တာဝန်များကို ထမ်းဆောင်ပါသည်။

* *

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်းနှင့် မေးခွန်းများမေးခြင်း

မေး (၃) သင့်အိမ်မှာ ဘာတွေလုပ်ကိုင်ပေးပါသလဲ။

မေး (၄) သင်ဒီနေ့ ကျောင်းမလာခင် အိမ်မှာ ဘာတွေလုပ်ကိုင်ခဲ့ပါသလဲ။

မေး (၅) သင်ကျောင်းမှာ ဘာတွေလုပ်ကိုင်ပေးပါသလဲ။

*

ဆရာများထင်မြင်သိသင့်သောအချက်များ

- စာသင်သလို သင်ကြား၍ မရနိုင်ပါ။
- မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုအပြည့်အဝရရှိရန် ဆရာက ကူညီပါ။ ကလေးများ လုပ်ကိုင်နိုင်မှု/လိုက်နာမှုများကို တွေ့တိုင်းချီးကျူးစကားပြောပေးပါ။
- အမိန့်ပေးသလိုမျိုး မဖြစ်သင့်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

- ကလေးများ မိမိတာဝန်ကို သိရှိနားလည်လက်ခံပြီး၊ မိမိကိုယ်မိမိ သုစိဆောင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်သင့်သည်။
- ကလေးများ စိတ်အနှာတရဖြစ်အောင် (ဆိုလိုသည်မှာ ရိုက်နှက်ခြိမ်းခြောက်ပေးခြင်း၊ အများရှေ့တွင် ပြစ်တင်ပြောဆိုခြင်း)လုံးဝ မပြုလုပ်သင့်ပါ။

* * *

သင်ခန်းစာ(၂၀)

မင်္ဂလာကဗျာ (၆)

၁။ အဓိကအသိသညာ — ရိုးရိုးသားသား ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ရမည်။

၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊

(က) ယေဘုယျဦးတည်ချက် — ရိုးသားစွာနှင့် ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့် ကြီးပွားမှု ရယူနိုင်ကြောင်းကိုသိရှိရန်။

(ခ) အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ —

(၁) ပညာမရှိလျှင် အကောင်း၊ အဆိုး၊ အမှား၊ အမှန်ကို ခွဲခြားနိုင်ရန် မငွေယ်ကူကြောင်း ပြောပြတတ်ရန်။

(၂) အလုပ်မလုပ်ဘဲ သောက်စားပျော်ပါးခြင်းကြောင့် ဆုံးရှုံးရင်းကိုသိရှိပြောပြတတ်ရန်။

၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ —

- မေးခွန်းမေးခြင်း၊
- ကဗျာရွတ်ဆိုခြင်း၊
- ပုံပြောခြင်း၊

*

http://www.dhammadownload.com

သင်ခန်းစာမခထင်မိ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

ကလေးများသည် ငယ်ရွယ်နုနယ်သေး၍ မိမိပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့ရသည်များကို စူးစမ်းလိုစိတ်၊ အတုယူလိုစိတ်များ ရှိနေသည်မှာ မလွဲကေန်ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဖယောင်းကဲ့သို့ လိုရာပုံကိုသွင်းယူနိုင်သော ကလေးငယ်များကို သူတို့ကြိုက်နှစ်သက်သော ပုံပြင်ကလေးများ၊ ကဗျာကလေးများဖြင့် မှန်ကန်သော အသိများရရှိသွားအောင် ဆွဲဆောင်နိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ပုံပြင်ကလေးများကို ကားချပ်ကလေးများဆွဲ၍ သင်ကြားနိုင်လျှင် အထူးကောင်းမွန်သည်။ အထူးအကြံပေးလိုသည်မှာ ဆရာသည် နံနက်(သို့) မုန့်စားကျောင်းတက်ပြီးချိန်တွင် (၅)မိနစ်ခန့် ပုံပြင်စာအုပ်ဖတ်ပြခြင်း၊ ပုံပြင်ပြောခြင်းများကို နေ့စဉ်ပုံမှန် လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကစ်နှစ်ကုန်လျှင် ကလေးများအသိပညာများ ပိုမိုတိုးပွားစေနိုင်ကြောင်း အသိပေးတင်ပြအပ်ပါသည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) ပညာမရှိသော သူဌေးသား ကဗျာကိုကလေးများ ဖတ်ပါစေ။

– ကဗျာလေးထဲက မောင်ငယ်လေးအကြောင်းကို ဘယ်သူပြောနိုင်မလဲ။

– ထိုပုံပြင်ကို ကလေးသုံးဦးအား တစ်ပိုင်းစီပြောစေပါ။

– ကလေးတစ်ဦးအား အရင်ဦးဆုံး ပြောစေပါ။ ဒုတိယကလေးကို ပထမကလေး ပြီးဆုံးသည့်နေရာမှ စတင်၍ပြောစေပါ။ ဤသို့ဖြင့် ကလေးတစ်ဦးပြီးတစ်ဦးဆက်၍ အဆုံးအထိပြောစေပါ။

မေးခွန်းမေးပါ။

မေး (၁) မောင်ငယ်လေးဟာ ဘယ်လောက်ချမ်းသာသလဲ။

မေး (၂) မောင်ငယ်လေးဟာ ဘာကြောင့် ဆင်းရဲသွားတယ် ထင်ပါသလဲ။

*

http://www.dhammadownload.com

မင်္ဂလာကဗျာ(၆)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) မင်္ဂလာကဗျာ(၆)ကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ မင်္ဂလာကဗျာ(၆)ကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ –

(က) မကောင်းမှုကို ရှောင်ကြဉ်တတ်ခြင်း။

(ခ) အရက်သေစာ သောက်စားမှုမပြုခြင်း။

(ဂ) သတိရှိစွာ ပြောဆိုလုပ်ကိုင်တတ်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၂) မင်္ဂလာကဗျာ(၆)၏ သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ မင်္ဂလာကဗျာ(၆)၏ သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များမှာ–

(က) မကောင်းသော ကြံစည်ခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်း၊ လုပ်ဆောင်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်တတ်စေရန်။

(ခ) အရက်သေစာ သောက်စားခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများကို သိရှိပြီး ရှောင်ကြဉ်တတ်စေရန်။

(ဂ) အရာရာတွင် သတိရှိစွာ ကြံစည်ပြောဆိုလုပ်ကိုင်တတ်စေရန်။

လုပ်ငန်း (၃) အောက်ဖော်ပြပါ မင်္ဂလာကဗျာကို ရွတ်ဆိုပါ။

ရွတ်ဆိုရန် **မင်္ဂလာကဗျာ(၆)**

မကောင်းမှုတွေ ဟူသမျှ၊
မတွေ့ခင်က ရှောင်ကြဉ်လေ။
တွေ့ကြုံလာလျှင် မလွန်ကျူးနဲ့၊
အထူးသဖြင့် စောင့်စည်းနေ။
အရက်သေစာ မသောက်စားနဲ့၊
မှောက်မှားတတ်တဲ့ အရာပေ။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ကိုင်ပြောကြား သတိထား

တရားမမေ့စေ။

အဲဒါမှ 'ဗုဒ္ဓဝါဒ' ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။ ။ (ခင်ဦးထွန်းမြင့်)

စကားပြေ

မကောင်းမှု ပြုသူမျှကို မတွေ့ကြုံခင်ကပင် ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ကြရပါမည်။ (မကောင်း-ကို မပြုမှု၍ ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ရခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

မကောင်းမှုနှင့် တွေ့ကြုံခဲ့လျှင်လည်း မလွန်ကျူးမေတဲ့ စောင့်စည်းကြရပါမည်။ (မကောင်းသော အမှုကို မပြုပြီးဟု အလူးသဖြင့် ရှောင်ကြဉ်ရခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

အရက်သေစာများ မူးယစ်ဆေးဝါးများကို သောက်စားသုံးစွဲခြင်းမပြုကြပါနှင့် ယင်းတို့သည် ဘဝကိုမှောက်မှားစေမည့် အရာများဖြစ်ပေသည်။ (သေမျိုးယစ်မျိုးငါးပါးကို သောက်စားခြင်းမှ စောင့်စည်းရခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

အလုပ်လုပ်ကိုင်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ စကားပြောဆိုရာတွင်လည်းကောင်း၊ သတိလက်လွှတ် မပြောကြားကြဘဲ ဘုရားဟောနှင့်အညီ သတိထားကာ ပြောကြားကြပါလေ။ (ကုသိုလ် တရားဆယ်ပါးတို့၌မမေ့မလျော့ရခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

အထက်ပါတို့သည် ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့သော မင်္ဂလာတရားများ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၄) မကောင်းသော အပြုအမူများကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။ (သို့မဟုတ်) မကောင်းသော အလုပ်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ မကောင်းသော အပြုအမူများမှာ –

(က) သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်း၊

(ခ) သူ့ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း၊

(ဂ) သူ့မယား သူ့အိမ်ရာကို ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်း၊

http://www.dhammadownload.com

(ဃ) မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုခြင်း၊

(င) အရက်သေစာ မူးယစ်ဆေးဝါးများ သောက်သုံးမှီဝဲခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) သင်သည် အရက်သမားကို ချစ်ခင်ပါသလား။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သည် အရက်သမားကို မချစ်ခင်ပါ။

လုပ်ငန်း (၆) သူတစ်ပါးအား ထိခိုက်ဒဏ်ရာရအောင် ပြုမူခြင်းသည် ကောင်းသောအလုပ်ဖြစ်သလား။

ဖြေ သူတစ်ပါးအား ထိခိုက်ဒဏ်ရာရအောင် ပြုမူခြင်းသည် ကောင်းသောအလုပ်မဟုတ်ပါ။

လုပ်ငန်း (၇) သင်ရှောင်ကြဉ်သောအလုပ်များကို ပြောပြပါ။ (သို့မဟုတ်) ကောင်းသောအလုပ်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်ရှောင်ကြဉ်သောအလုပ်များမှာ –

(က) သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်း၊

(ခ) သူ့ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း၊

(ဂ) မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုခြင်း၊

(ဃ) မကြားပွဲစရာ ဆဲရေးတိုင်းထွာခြင်း၊

(င) သူတစ်ပါးကို ပျက်စီးအောင် ကြံစည်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

*

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) မထွေ့ကြုံ၊ မကျူးလွန်ရန် ရှောင်ကြဉ်အပ်သော အပြုအမူ (၅)မျိုးကို ပြောပြပါ။

ဖြေ မထွေ့ကြုံ၊ မကျူးလွန်ရန် ရှောင်ကြဉ်အပ်သော အပြုအမူ (၅)မျိုးမှာ –

(က)သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်း၊

(ခ) သူ့ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း၊

http://www.dhammadownload.com

(ဂ) မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုခြင်း၊

(ဃ)အရက်သေစာ သောက်စားမူးယစ်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

မေး (၂) အရက်သောက်ခြင်းသည် မည်သည့်ဆိုးကျိုးများကို ရနိုင်ပါသနည်း။

ဖြေ အရက်သောက်ခြင်းသည် အောက်ပါဆိုးကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

(က)ဥစ္စာပစ္စည်း ဆုတ်ယုတ်ပျက်ပြားခြင်း၊

(ခ) ငြင်းခုံခြင်း၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားတတ်ခြင်း၊

(ဂ) ရောဂါဘယ ထူပြောလာတတ်ခြင်း၊

(ဃ)လူအများတို့ လေးစားမှု ကင်းတတ်ခြင်း၊

(င) ကိုယ်အင်္ဂါ မယုံခြုံဖြစ်တတ်ခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

မေး (၃) အရာရာတွင် မည်သို့ပြောဆို လုပ်ကိုင်ရမည်နည်း။

ဖြေ အရာရာတွင် သတိလက်လွှတ် မပြောကြား၊ မလုပ်ကိုင်ဘဲ တရားတော်နှင့်အညီ သတိထား ပြောကြားလုပ်ကိုင်ကြရပါမည်။

* *

လူငမိုက်သား သိကြားမသော်မရ(ပုံဝတ္ထု)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) လူငမိုက်သား သိကြားမသော်မရ ပုံဝတ္ထုကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာ များကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ လူငမိုက်သား သိကြားမသော်မရ ပုံဝတ္ထုကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာ များမှာ–

(က) အပျော်အပါးကြောင့် ဒုက္ခဖြစ်ရသည်ကို သိစေခြင်း၊

(ခ) မူးယစ်သောက်စားပျော်ပါးခြင်း၏ ဆိုးကျိုးကို သိစေခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၂) လူငမိုက်သား သိကြားမသော်မရ ပုံဝတ္ထု၏သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိ သမျှ ပြောပြပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဖြေ မူးယစ်သောက်စား ပျော်ပါးခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများကို သိရှိပြီး ရှောင်ကြဉ်တတ်စေရန် တို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၃) အောက်ဖော်ပြပါ လူ့ငမိုက်သား သိကြားမသော်မရ ပုံဝတ္ထုကို ဆရာကဖတ်ပြ ရှင်းပြ၍ တပည့်များက တစ်ဦးချင်းနားလည်သလောက် ပြန်ပြောခိုင်းပါ။

ပြန်ပြောရန် **လူ့ငမိုက်သား သိကြားမသော်မရ**

ရှေးသရောအခါ သူဌေးကြီးတစ်ဦးတွင် သားတစ်ယောက်ရှိသည်။ ထိုသားသည် ဖခင်၏ အရှိန်အဝါဖြင့် မောက်မာဝင့်ကြွားသည်။ သူငယ်ချင်းများနှင့်လည်းပတ် ပျော်ပါးလျှက် ဖဲရိုက်၊ အရက်သောက်ခြင်းဖြင့်သာ အချိန်ကုန်လွန်သည်။

ဖခင်သူဌေးကြီးမှာ ရတနာသုံးပါးအရိပ်အာဝါသအောက်၌ ခိုလှုံနေသူဖြစ်၏။ သူတော်ကောင်းတရားများကို ကျင့်သုံး၏။ ထို့ကြောင့် ကွယ်လွန်အနိစ္စရောက်သော အခါ တာဝတိံသာနတ်ပြည်၌ သိကြားမင်းဖြစ်လေသည်။

ကျန်ရစ်လေသူသားလူမိုက်သည် အမွေပစ္စည်းများကို သုံးစွဲပျော်ပါး၊ အရက်သေစာသောက်စားမြဲ ဖြစ်သောကြောင့် နောက်ဆုံးတွင် ပစ္စည်းများ ကုန်ဆုံးပြီး၊ ဆင်းရဲသွားလေတော့သည်။

သိကြားမင်းသည် လူ့ပြည်သို့ဆင်းပြီး သားဖြစ်သူကို ဒိုးကလေးတစ်လုံးပေးသည်။ 'သင်အလိုရှိလျှင် ဤဒိုးထဲကို နှိုက်လိုက်ပါ။ ရွှေ၊ ငွေ၊ ကျောက်သံပတ္တမြား တို့ကို ရပါလိမ့်မည်။ ယင်းတို့ဖြင့် အသက်မွေးလော့'ဟုဆိုကာ နတ်ပြည်သို့ ပြန်သွားသည်။

သူဌေးသားသည် လိုတိုင်းရ ဒိုးကလေးရသည့်အချိန်မှစ၍ တိုးကာမိုက်လေသည်။ အရက်ကိုပိုသောက်ကာ အပျော်အပါး ပိုကျူးလေတော့သည်။ တစ်နေ့တွင် သူဌေးသားသည် အရက်မူးနေစဉ် အသင့်ပါလာသော လိုတိုင်းရဒိုးကလေးကို မြှောက်ကစားသည်။ လေတွင်မြှောက်ပြီး ပြန်အကျတွင် မိအောင် မဖမ်းနိုင်သောကြောင့် မြေသို့ကျကာ ကွဲသွားလေတော့သည်။

http://www.dhammadownload.com

သိကြားမင်း ဤမျှမိုက်တွင်းနက်သည့်သား ငါသိကြားကယ်မသော်မှ မချမ်းသာလျှင် ဘယ်တော့မှ ချမ်းသာမည်မဟုတ်။ ရှိစေတော့ဟုဆိုကာ လျှစ်လျူရှုထားလိုက်တော့၏။

ချစ်ဦးနိုင် (ပျဉ်းမနား)(မြတ်မင်္ဂလာပုံပြင်)

*

လုပ်ငန်း (၄) သင်တို့မိသားစုနှင့် သင်တို့ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အရက်သောက်၊ ဖဲရိုက်၊ ရမ်းကားနေသူများရှိပါသလား။ ထိုသူများအကြောင်းကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်တို့ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အရက်သောက်၊ ဖဲရိုက်၊ ရမ်းကားနေသူများ ရှိပါသည်။ ထိုသူများသည် တစ်နေ့လုံး ဖဲရိုက်ပြီး ညနေအချိန်တွင် အရက်သောက်ကာ အော်ဟစ်ရမ်းကားနေတတ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) သောက်စားမူးယစ်ရမ်းကားနေသူများသည် မည်သို့သော ဆိုးကျိုးများကို ရရှိမည်နည်း။ ပြောပြပါ။

ဖြေ သောက်စားမူးယစ်ရမ်းကားနေသူများသည် ကျန်းမာရေးပျက်တတ်ပါသည်။ စီးပွားရေးလည်းပျက်ပြားပါမည်။ ထို့ပြင် ရမ်းကားသဖြင့် ရာဇဝတ်မှုများ ဖြစ်လာနိုင်ပြီး အချုပ်အနှောင် ထောင်တန်းကျနိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၆) သင်ကြီးလာလျှင် မူးယစ်သောက်စား ရမ်းကားမှုကို ပြုမည်လား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

ဖြေ ကျွန်ုပ်ကြီးလာလျှင် မူးယစ်သောက်စား ရမ်းကားမှုကို မပြုပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မူးယစ်သောက်စား ရမ်းကားခြင်းသည် ကောင်းကျိုးမပေးဘဲ ဆိုးကျိုးကိုသာ ပေးသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၇) လိမ္မာယဉ်ကျေးသူတစ်ယောက်အကြောင်း ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်၏ အိမ်နီးချင်း မောင်ယဉ်ထွေးသည် လိမ္မာယဉ်ကျေးသူ ဖြစ်ပါသည်။ သူသည် လူကြီးမိဘ ဆရာသမားများကို ရိုသေလေးစားစွာ ဆက်ဆံပါသည်။ ပညာကြိုးစား

http://www.dhammadownload.com

သူလည်းဖြစ်ပါသည်။ သောက်စားမူးယစ်ခြင်းကင်း၍ ဘာသာရေးကိုင်းရှိုင်းသူ ဖြစ်ပါသည်။ မိဘများ၏ အလုပ်များကိုလည်း ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးပါသည်။

*

ကတ်မြှောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) သူဌေးကြီး၏သားသည် မည်သည့်အကျင့်ဆိုးများ ရှိသနည်း။

ဖြေ သူဌေးကြီး၏သားသည် ဖခင်၏အရှိန်အဝါဖြင့် မောက်မာဝင့်ကြွားသည်။ သူငယ်ချင်းများနှင့်လည်း လည်ပတ်ပျော်ပါးလျက် ဖဲရိုက်၊ အရက်သောက်ခြင်းဖြင့်သာ အချိန်ကုန်လွန်သည်။

မေး (၂) သူဌေးသားလူမိုက်သည် မိဘအမွေအနှစ်ပစ္စည်းများကို မည်သို့ပြုလုပ်၍ မည်သို့ဖြစ်သွားသနည်း။

ဖြေ သူဌေးသားလူမိုက်သည် မိဘအမွေအနှစ်ပစ္စည်းများကို သုံးဖြုန်းပျော်ပါး အရက်သေစာ သောက်စားမြဲဖြစ်သောကြောင့် နောက်ဆုံးတွင် ပစ္စည်းများကုန်ခန်းပြီး ဆင်းရဲသွားလေတော့သည်။

မေး (၃) သိကြားမင်းသည် သူဌေးသားအား မည်သို့သဘောထား၍ လျစ်လျူရှုသနည်း။

ဖြေ သိကြားမင်းသည် သူဌေးသားအား ဤမျှမိုက်တွင်းနက်သည့်သား၊ ငါသိကြားမသော်မှ မချမ်းသာလျှင် ဘယ်တော့မှ ချမ်းသာမည်မဟုတ်။ ရှိစေတော့ဟုဆိုကာ လျစ်လျူရှုထားလိုက်သည်။

လုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) **အုပ်စုလိုက် မေးခွန်းများ စဉ်းစားပါစေ။**

မေး (၁) လိုတရမ္ဘေအိုးလေးရတဲ့ သူဌေးသားလေး ဘာကြောင့် ဆင်းရဲသွားတယ် ထင်ပါသလဲ။

မေး (၂) ကလေးတို့သာ လိုတရမ္ဘေအိုး ရခဲ့ရင် ဘာတွေလုပ်မလဲ။

လုပ်ငန်း (၂) **အောက်ပါမေးခွန်း မေး၍ နိဒါန်းပျိုးပါ။**

မေး (၁) ကလေးတို့ ကောင်းတဲ့အလုပ် လုပ်ဖူးပါသလား။

မေး (၂) ဘာအလုပ် လုပ်ဖူးသလဲ။

http://www.dhammadownload.com

မေး (၃) ကလေးတို့ရဲ့ ကိုကို၊ မမ၊ သူငယ်ချင်းတွေက ကျောင်းမတက်ဘဲ၊ ကစားကွင်းသွားဖို့ ခေါ်လျှင် လိုက်သွားမလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

မကောင်းတဲ့ အလုပ်တွေကို ရှောင်ရှားနိုင်တာဟာလည်း ကောင်းတဲ့အလုပ်ကို လုပ်နိုင်ခဲ့တာဖြစ်ကြောင်း ပြောပြပါ။

*

လုပ်ငန်း (၃) ဆရာက ဦးဆောင်၍ ကဗျာရွတ်ဆိုပါ။

မင်္ဂလာကဗျာ (၆)

မကောင်းမှုတွေ ဟူသမျှကို
မတွေ့ခင်က ရှောင်ကြဉ်လေ။
တွေ့ကြုံလာလျှင် မလွန်ကျူးနဲ့
အထူးသဖြင့် စောင့်စည်းနေ။
အရက်သေစာ မသောက်စားနဲ့
မှောက်မှားတတ်တဲ့ အရာပေ။
လုပ်ကိုင်ပြောကြား သတိထား
တရားမမေ့စေ။
အဲဒါမှ 'ဗုဒ္ဓပါဒ' ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။ ။ ဒဂုံဦးထွန်းမြင့်

*

ကဗျာ၏ ဆိုလိုရင်း အဓိပ္ပာယ်ကို ကလေးများ ပြောပါစေ။

အုပ်စုလိုက် မေးခွန်းများ စဉ်းစားစေပါ။

- ကလေးတို့ ရှောင်ကြဉ်သင့်တဲ့ အလုပ်တွေက ဘာတွေလဲ။
- အုပ်စုတွင်း စဉ်းစားရရှိချက်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးသားထားစေပြီး၊ အုပ်စုတစ်စုလျှင် တစ်ဦးစီ ထွက်ဖတ်ပြပါစေ။
- ကျန်အုပ်စုများကို နားထောင်ပါစေ။

*

http://www.dhammadownload.com

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

မေးခွန်းမေးခြင်း

(၁) မကောင်းတဲ့ အပြုအမူများထဲမှ (၃)မျိုးခန့် ပြောပြပါ။

(၂) သူတစ်ပါး ထိခိုက်ဒဏ်ရာရအောင် ပြုမူခြင်းသည် ကောင်းသောအလုပ်ဖြစ်ပါသလား။

(၃) သင်ရှောင်ကြဉ်ခဲ့သော အလုပ်(၂)မျိုးခန့် ပြောပါ။

*

ဆရာများထပ်မံသိသင့်သောအချက်များ

ကလေးများသည် ဆရာပြောသော စကားကိုလုံး၀ အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ထားတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် အရက်သောက်ခြင်းသည် ကောင်းသောအလုပ် မဟုတ်ကြောင်း၊ ဆရာပြောပြလိုက်ခြင်းဖြင့် ကလေးသည် သူ့ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ရှိသော အရက်သောက်သူများအားလုံးကို လူဆိုး၊ လူမိုက်များဟု ထင်မှတ်သွားနိုင်သည်။ အထူးသဖြင့် သူတို့၏ ဖခင်အရက်သောက်လျှင် လူဆိုး၊ လူမိုက်ဟု ထင်မှတ်သွားပြီး ဖခင်၏ စကားကိုနားထောင်ရကောင်းမှန်းမသိဘဲ အများအမြင်တွင် ဖခင်စကားနားမထောင်သော ကလေးတစ်ဦးဖြစ်သွားနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် အရက်ကို အလွန်အကျူးသောက်ခြင်းသည် မကောင်းကြောင်း ကလေးသေချာနားလည်အောင် ဆရာက ရှင်းပြပေးသင့်သည်။

* * *

သင်ခန်းစာ(၂၁)

ကောင်းမှုပြုက ကောင်းကျိုးရ

၁။ အဓိကအသိသညာ — ကောင်းသော အမှုကိုပြုလုပ်ပါက ကောင်းကျိုးကို ခံစားရသည်။

၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊

(က) ယေဘုယျဦးတည်ချက် — ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် ကောင်းသောအလုပ်များကိုသာ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်တတ်ရန်။

http://www.dhammadownload.com

(ခ) အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ (၁) အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်သည် ကောင်းသောအလုပ်ကိုပြုလုပ်မည်ဆိုပါက ကောင်းကျိုးကို ခံစားရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြတတ်ရန်။

(၂) ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် ကောင်းသောအလုပ်များကိုသာ ပြုလုပ်သင့်ကြောင်း ပြောပြတတ်ရန်။

၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ
- ပုံပြောခြင်း၊
- မေးခွန်းမေးခြင်း၊

*

သင်ခန်းစာမစတင်မီ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

ကလေးများသည် ကောင်းသောအလုပ်ကို ပြုလုပ်မည်ဆိုပါက ကောင်းကျိုးကို ခံစားရမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရှိရန်လိုအပ်သည်။ ၎င်းပြင် မည်သူ့အတွက်မှ အကျိုးမရှိသော မကောင်းသော အပြုအမူများကို ရှောင်ရှားရန် လိုအပ်ကြောင်းလည်း သိရှိရပေမည်။ ဆရာများသည် ကလေးများကို ကောင်းသောအပြုအမူများဖြစ်ပေါ် လာစေရန် တစ်ခါတစ်ခါ လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးခြင်းအားဖြင့် ကောင်းသောအပြုအမူ အလုပ်များကိုသာ ပြုလုပ်တတ်သော အလေ့အထများ စွဲမြဲရရှိသွားစေမည် ဖြစ်သည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) **အောက်ပါပုံပြင်ကို ပြောပြပါ။**

နေသာတဲ့ နေ့လေးတစ်နေ့မှာ ငှက်ကလေးတစ်ကောင်ဟာ ဟိုဟိုဒီဒီ ပျံရင်းနဲ့ အတောင်ညောင်းလာလို့ အပင်တစ်ပင်မှာ နားလိုက်တယ်။

ဒီအချိန်မှာပဲ ...

"ကယ်ကြပါဦးဗျို့... ကယ်ကြပါဦးဗျို့"လို့ အော်သံကြားလို့ ကြည့်လိုက်တော့ ချောင်းလေးထဲမှာ ပုရွက်ဆိတ်ကလေးတစ်ကောင် ရေနစ်နေတာတွေ့တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာက မေးပါ။

'တကယ်လို့ သားတို့၊ သမီးတို့ဟာ ငှက်ကလေးဖြစ်ရင် ဘာလုပ်မလဲ'

'ဘာကြောင့်လဲ'

ငှက်ကလေး၊ ပုရွက်ဆိတ်ကလေး ရေနစ်နေတာမြင်တော့ သစ်ပင်ပေါ်က အရွက် တစ်ရွက်ခြွေချပြီး ကယ်လိုက်တယ်။

ပုရွက်ဆိတ်ကလေးက ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ခင်ဗျာ။ ကျွန်တော် တစ်နေ့နေ့မှာ ကျေးဇူးပြန်ဆပ်ပါမယ်လို့ ပြောတယ်။

ဒါပေမယ့် ငှက်ကလေးရဲ့ စိတ်ထဲမှာတော့ ပုရွက်ဆိတ်ငယ်ငယ်ကလေးက ဘာကျေးဇူး ဆပ်မှာပါလိမ့်လို့ တွေးနေတယ်။

ဒီလိုနဲ့ ရက်တွေအတော်ကြာခဲ့တာပေါ့။ တစ်နေ့မှာတော့ ငှက်ကလေး သစ်ပင်ပေါ် မှာနားနေတုန်း မုဆိုးကြီးက သေနတ်နဲ့ပစ်ဖို့ ချိန်နေတာကို ပုရွက်ဆိတ်ကလေးက မြင်လိုက်တယ်။

ဆရာက မေးပါ။

"သားတို့၊ သမီးတို့ ပုရွက်ဆိတ်ကလေး ဘာလုပ်မယ်လို့ ထင်သလဲ"

ကလေးများ ဖြေဆိုကြပါမည်။

ပုရွက်ဆိတ်ကလေးက မုဆိုးကြီးရဲ့ ခြေထောက်ကို တအားကိုက်လိုက်တယ်။

'ဘာကြောင့် ပုရွက်ဆိတ်ကလေးက မုဆိုးကြီးရဲ့ ခြေထောက်ကို ကိုက်လိုက်တာပဲ'

ကလေးများ ဖြေဆိုကြပါမည်။

'အား... နာလိုက်တာ'လို့ မုဆိုးကြီးက အော်တယ်။ မုဆိုးကြီး အော်သံကြားလို့ ငှက်ကလေးလဲ လန့်ပြီးပျံထွက်သွားလို့ အသက်ဘေးက လွတ်သွားတယ်။

ငှက်ကလေးကလည်း အသက်ဘေးက လွတ်သွားလို့ ဝမ်းသာပြီး ပုရွက်ဆိတ်ကလေး ကိုကျေးဇူးတင်နေသတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ပုရွက်ဆိတ်ကလေးကလည်း ဝမ်းသာနေသတဲ့။

'ဘာကြောင့် ပုရွက်ဆိတ်ကလေး ဝမ်းသာနေတယ်လို့ ထင်သလဲ'

ကလေးများ ဖြေဆိုကြပါမည်။

ဆရာက ငှက်ကလေးဟာ ပုရွက်ဆိတ်ကလေးကို ကယ်တင်သော ကောင်းမှုပြုတဲ့အတွက် ပုရွက်ဆိတ်ကလေးက ပြန်လည်ကယ်တင်ပြီး အသက်ဘေးက လွတ်မြောက်သော ကောင်းကျိုးကို ရတယ်'ဟု ပြောပြပါ။

ထို့နောက် ဆရာက 'ပုရွက်ဆိတ်ကလေးဟာ ငယ်ပေမယ့် သူ့အရွယ်အလိုက် သူတစ်ပါးကို ကူညီနိုင်တာရှိသလို၊ သားတို့၊ သမီးတို့ဟာလည်း ကိုယ့်အရွယ် အလိုက် သူတစ်ပါးကို ကူညီနိုင်တာ ရှိတယ်။ အဲဒီအကြောင်းကို မနက်ဖြန် ပြောကြမယ်။' ဟုပြော၍ နိဂုံးချုပ်ပါ။

လုပ်ငန်း (၂) **ဆရာက အောက်ပါမေးခွန်းကို မေးပါ။**

မေး (၁) 'ကလေးတို့ ကျောင်းမလာခင် ဘာတွေလုပ်ခဲ့ကြသလဲ'

လုပ်ခဲ့ကြသည့် ကလေးများဆီမှ အဖြေကိုယူ၍ အောက်ပါအတိုင်း ဆက်မေးပါ။

မေး (၂) 'ကလေးတို့ ဒီလိုလုပ်ပေးတာ ကောင်းသလား။'

မနေ့က ကလေးတို့ အရွယ်အလိုက် ကူညီနိုင်တာတွေကို စဉ်းစားခိုင်းလိုက်တယ်။

မေး (၃) 'အိမ်မှာ ဘာတွေ ကူညီနိုင်သလဲ။'

မေး (၄) 'ကျောင်းမှာ ဘာတွေကူညီနိုင်သလဲ။'

မေး (၅) အရပ်ထဲမှာ ဘာတွေကူညီနိုင်သလဲ။'

မေး (၆) ဘယ်အခါတွေမှာ လုပ်ပေးနိုင်သလဲ။'

*

သေကာမရောက်သူ(ပုံပြင်)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) သေကာမရောက်သူပုံဝတ္ထုကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ဖော်ပြပါ။

ဖြေ သေကာမရောက်သူပုံဝတ္ထုကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ–

http://www.dhammadownload.com

(က) ဆရာသမားတို့၏ ပြောစကားနားထောင်ရမည်ကို သိစေခြင်း၊

(ခ) သနားကြင်နာစိတ်ရှိကာ သူတစ်ပါးတို့အား ကူညီရမည်ကို သိစေခြင်း၊

(ဂ) တာဝန်သိစိတ်ရှိကာ အများကောင်းကျိုး ဆောင်ရွက်ရမည်ကို သိစေခြင်း၊

(ဃ) ကောင်းသောအလုပ်လုပ်ပါက ကောင်းကျိုးခံစားရမည်ကို သိစေခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၂) သေကံမရောက်သူ ပုံဝတ္ထု၏သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ သေကံမရောက်သူ ပုံဝတ္ထု၏သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များမှာ– အများအကျိုးဖြစ်စေမည့် လုပ်ငန်းများကို မည်သူ၏ခိုင်းစေချက်မှုမပါဘဲ အသိစိတ်ဖြင့် တာဝန်ယူလုပ်ကိုင်လိုစိတ်ရှိစေရန်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၃)

သေကံမရောက်သူ

ရှေးသရောအခါ ဆရာကြီးတစ်ဦးသည် မိမိထံပညာသင်ကြားရန် ရောက်ရှိလာသော လုလင်ပျိုလေးမှာ (၇)ရက်ကြာလျှင် သေရတော့မည်ကို သူ၏ပညာဖြင့် သိမြင်သည်။ ထို့ကြောင့် ပညာသင်ကြား၍ အချည်းအနှီးမဖြစ်စေရန် 'နောက်(၇)ရက်ကျော်လွန်မှ သင်ကြားလျှင် ကတ်မြောက်ရန် လွယ်ကူမည်။ ယခုနေရပ်သို့ပြန်ပါ။ (၇)ရက်ကျော်လွန်ပြီးမှ ဆရာ့ထံ ဆက်ဆက်ပြန်လာပါ' ဟုမှာကြားလိုက်သည်။

လုလင်ပျိုသည် ဆရာ့ထံမှ ပြန်လာခဲ့လေရာ လမ်းချိုးတွင် ရေသောက်ရန် အတွက် ရေအရှာတွင် ရေအိုင်ငယ်တစ်အိုင်တွေ့ရှိသည်။ ထိုရေအိုင်ငယ်မှာ ရေအနည်းငယ်သာရှိပြီး၊ ခမ်းခြောက်စပြုနေသည်။ ရေအိုင်အတွင်းရှိ ငါးများသည် (၄–၅)ရက်ကြာလျှင် ရေခန်းခြောက်၍ သေရတော့မည်။ လုလင်ပျိုသည် ငါးများကိုဖမ်း၍ ရေများစွာရှိရာ ရေအိုင်သို့ ပြောင်းရွှေ့လွှတ်ပြီးလျှင် ခရီးဆက်လာခဲ့သည်။

တဖန်လမ်းတွင် ညောင်ပင်ကြီးတစ်ပင်မှ အကိုင်းတစ်ကိုင်းသည် လူသွားလမ်းပေါ်သို့ကိုင်းကျနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ ထိုအခါ လုလင်ပျိုသည် လူအသွားအလာ လွယ်ကူစေရန်လည်းကောင်း၊ လူတို့ကောင်းစွာ အရိပ်ခိုနိုင်ရန်လည်းကောင်း၊ သစ်သားခွတိုင်တစ်ခုကို ရှာ၍ကိုင်းကျနေသော ညောင်ကိုင်းကို မထောက်ပြီး၊ ညောင်ပင်

http://www.dhammadownload.com

အောက်ရှိ ရေတွင်းမှ ရေညှိများကို ဖယ်ရှားသန့်စင်ကာ ခရီးဆက်၍ လာခဲ့ပြန်သည်။ လမ်းခရီးတွင် ရေမြောင်းငယ်နှင့် ဖွက်အိုင်တစ်ခုသည် လမ်းနှင့်မလွတ်ဘဲ ရှိသည်ကို တွေ့ရပြန်သည်။ ဤဖွက်အိုင်ထဲသို့ လူများပင်ပန်းခက်ခဲစွာဆင်း၍ မသွားရလေအောင် သစ်၊ ဝါးများကိုရှာ၍ တံတားငယ်တစ်ခုပြုလုပ်ထားခဲ့ပြန်သည်။ ထို့နောက် ခရီးဆက်ခဲ့ရာ မိမိနေထိုင်ရာသို့ ရောက်ရှိလေသည်။

လုလင်ပျိုသည် (၇)ရက်ကျော်လွန်လျှင် ကဏ္ဍသိုလ်ဆရာကြီးထံ ပြန်ရောက်လာသည်။ (၇)ရက်နေ့တွင် အမှန်သေရမည်။ 'ဤလုလင်သည် အဘယ်သို့ ငါ့ထံ ရောက်နိုင်သနည်း'ဟု ဆရာကြီးသည် အံ့အားသင့်လျက်ရှိသည်။ ဆရာကြီးက လုလင်ပျိုအား 'ငါ့တပည့် ဆရာထံက ပြန်သွားသည့်အခါ မည်သည့်အကြောင်းအရင်းများ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသနည်း'ဟု မေးလေသည်။

လုလင်ပျိုက ငါးလွှတ်ခြင်း၊ ညောင်ထောက်ခြင်း၊ တံတားခင်းခြင်းစသည့် ကုသိုလ်များကို ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်'ဟု ဆရာကြီးအား ပြောကြားလေသည်။ ဆရာကြီးက 'မြော်– ဤကုသိုလ်အကျိုးများကြောင့် ငါ့တပည့် အသက်ရှင်လျက် သေကံ ရောက်ပေသည်။ ကောင်းပေစွ၊ ကောင်းပေစွ'ဟုဆိုကာ အတတ်ပညာများကို ကောင်းစွာသင်ကြားလေသည်။

နွေးနွေးနိုင်(မြတ်မင်္ဂလာပုံပြင်များ)

*

လုပ်ငန်း (၄) သင်သည် သူတစ်ပါးအသက်ကို ကယ်ဖူးပါသလား။

ဖြေ ကျွန်ုပ်သည် သူတစ်ပါးအသက်ကို ကယ်ဖူးပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အများကောင်းကျိုး ဆောင်ရွက်သူတစ်ဦးအကြောင်း ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အများကောင်းကျိုး ဆောင်ရွက်သူတစ်ဦးအမည်မှာ ဦးမြတ်စံ ဖြစ်ပါသည်။ ဦးမြတ်စံသည် ရပ်ရွာထဲရှိ လမ်းများကို နေ့စဉ်တံမြက်လှည်းခြင်း၊ ရေပက်ဖျန်းပေးခြင်းနှင့် ပျက်စီးနေသော လမ်း၊ တံတားများ ပြုပြင်ခြင်းကို ဆောင်ရွက်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း (၆) အများကောင်းကျိုးကို ဆောင်ရွက်သဖြင့် ကောင်းကျိုးရရှိသည့် ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ------- ။

* *

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) လုလင်ပျိုသည် လမ်းခရီးတွင် မည်သည့်လုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်ခဲ့သနည်း။

ဖြေ လုလင်ပျိုသည် လမ်းခရီးတွင် ငါးလွှတ်ခြင်း၊ ညှောင်ထောက်ခြင်း၊ တံတားခင်းခြင်းစသည့် လုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်ခဲ့ပါသည်။

မေး (၂) ဆရာကြီးက ပညာသင်ကြားပေးရန် အဘယ်ကြောင့် ဆိုင်းငံ့ထားသနည်း။

ဖြေ ဆရာကြီးသည် လုလင်ပျိုလေးမှာ (၇)ရက်ကြာလျှင် သေရတော့မည်ကို သူ၏ပညာဖြင့် သိမြင်သဖြင့် ပညာသင်ကြား၍ အချည်းအနှီးမဖြစ်စေရန် ဆိုင်းငံ့ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မေး (၃) အများအကျိုးပြုလုပ်သဖြင့် လုလင်ပျိုမှာ မည်သည့်ကောင်းကျိုးများ ရှိခဲ့သနည်း။

ဖြေ အများအကျိုးပြုလုပ်သဖြင့် လုလင်ပျိုမှာ (၇)ရက်အကြာတွင် သေကံမရောက်ဘဲ အသက်ရှင်ခဲ့ပါသည်။

ထို့နောက် ဆရာက အောက်ပါမေးခွန်းကို မေးပါ။

မေး (၄) 'ဘာကြောင့် လုလင်ပျိုဟာ သေဘေးကလွတ်လာတယ် ထင်သလဲ။'

မေး (၅) ဆရာက ကောင်းသောအလုပ်ကို ပြုလုပ်သောသူသည် ကောင်းကျိုးခံစားရကြောင်း ပြောကြားပြီး နိဂုံးချုပ်ပါ။

*

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

ကလေးများ ပုံပြင် နားထောင်စဉ်နှင့် မေးခွန်းများ ဖြေဆိုစဉ် ၎င်းတို့၏ အပြုအမူကို လေ့လာ၍ အကဲဖြတ်ရန်ဖြစ်သည်။

*

http://www.dhammadownload.com

ဆရာများထပ်မံသိသင့်သောအချက်များ

ကောင်းသောအလုပ်ကို ပြုလုပ်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘဝတွင်အောင်မြင်ခြင်း၊ အန္တရာယ်မှကင်းလွတ်ခြင်း၊ ငြိမ်းချမ်းခြင်းစသော ကောင်းကျိုးချမ်းသာများကို ရရှိနိုင်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာကို သက်ဝင်ယုံကြည်သူများအနေဖြင့် ကောင်းသောအလုပ်ကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် အငြိမ်းအေးဆုံးဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကိုပင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည်ဟု ယူဆကြသည်။

* * *

သင်ခန်းစာ(၂၂)

မိတ်ဆွေနှစ်ဦး

၁။ အဓိကအသိသညာ — မိတ်ဆွေကောင်း၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို သိရှိစေမည်။

၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊

(က) ယေဘုယျဦးတည်ချက် — မိတ်ဆွေကောင်း၏လက္ခဏာများကို သိရှိပြီး၊ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း မိတ်ဆွေကောင်း တစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ပြုမူနေထိုင်တတ်စေရန်။

(ခ) အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ — မိတ်ဆွေကောင်း၏ လက္ခဏာများ ပြောပြတတ်ရန်။

၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ

- ပုံပြောခြင်း၊
- မေးခွန်းမေးခြင်း၊

*

သင်ခန်းစာမစတင်မီ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

ဒုတိယတန်းကလေးများအတွက် မိတ်ဆွေကောင်း၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို သိရှိရန်လိုအပ်သည်။ ဆရာများသည် ကလေးများကို တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်ဘဲ မိမိသူငယ်ချင်းများ အကူအညီ

http://www.dhammadownload.com

ဖို့သောအခါ ကူညီလိုစိတ်ရှိရန်နှင့် ကူညီတတ်ရန် လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးရမည်။ ကလေးများသည် ၎င်းတို့ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် အခြားသူများအတွက် မိတ်ဆွေကောင်း ပီသစွာပြုမူနေထိုင် သွားနိုင်ရန် လိုအပ်ပေသည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

ဆရာက မိတ်ဆွေနှစ်ဦးပုံပြင်ကို ပြောပြပါ။

လုပ်ငန်း (၁) ''မိတ်ဆွေနှစ်ဦး''

ပြေ တစ်ခါက မိတ်ဆွေနှစ်ဦးသည် တောတစ်ခုကို ဖြတ်သန်းသွားရမည်ဖြစ်ရာ ပထမ မိတ်ဆွေက ''အဆွေ သည်တောမှာ သားရဲတိရစ္ဆာန်ဟုပြောသည်ဟု ကြားရသည်။ ဘေးရန်ပေါ်လျှင် သင်နှင့်ငါ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ကူညီမှုဖြစ်မည်။ ငါ့တွင် ဘေးရန်ကျရောက်လျှင် သင်က ကူညီပါ။ သင့်တွင်ဘေးရန် ကျရောက်လျှင် ငါက ကူညီမည်'' ဟုဆိုရာ 'ကောင်းပါပြီ'ဟု ဒုတိယမိတ်ဆွေကလည်း ကတိပြုသည်။

သို့နှင့် တောအုပ်အလယ်သို့ရောက်သောအခါ ဝက်ဝံကြီးတစ်ကောင်သည် သူတို့ထံ ရန်ပြုရန်ပြေးလာသည်ကို တွေ့ရသည်။ ဒုတိယမိတ်ဆွေက 'အဆွေ... ဘာမှမစိုးရိမ်နှင့် သင်နှင့်ငါနှစ်ဦးပေါင်း တိုက်ခိုက်လျှင် ဝက်ဝံကို အလွယ်တကူ ရနိုင်မည်'ဟု ဆိုကာ လက်ထဲတွင်ပါသော တုတ်ကို ကျစ်ကျစ်ပါအောင် ဆုပ်ကိုင်ထားသည်။

သို့ရာတွင် ပထမမိတ်ဆွေမှာ ဝက်ဝံကိုမတိုက်ဝံ့။ ကတိပြုခဲ့သည်ကိုလည်း မလိုက်နာ။ ကိုယ်လွတ်ရုန်းကာ ထွက်ပြေးပြီး၊ အနီးရှိ သစ်ပင်ပေါ်သို့ ပြေးတက်လေသည်။

ဆရာက...

'မင်းတို့သာ ဒုတိယမိတ်ဆွေဆိုရင် မင်းတို့ဘယ်လို ခံစားရမလဲ'ဟု ကလေးတစ်ဦးချင်းကို မေးပါ။

ကလေးများက ၎င်းတို့၏ ခံစားချက်များကို တင်ပြကြပါလိမ့်မည်။

(ဥပမာ– ကြောက်ရွံ့တယ်... စသည်ဖြင့်)

http://www.dhammadownload.com

ဆရာက မေးခွန်းများ မေးပါ။

'ဘာလို့ကြောက်တာလဲ' ဟု ခက်မေးပါ။

(ဥပမာ– အဖော်မရှိတော့လို့ စသည် ဖြင့်)

'ကိုယ့်သူငယ်ချင်းကိုထားခဲ့ပြီး တစ်ယောက်တည်း ထွက်ပြေးသွားတာ ကောင်းသလား' ဟုမေးပါ။

'တကယ်လို့ မင်းတို့မိတ်ဆွေကောင်း၊ သူငယ်ချင်းကောင်း ဖြစ်ချင်ရင် ဘာလုပ်ရမလဲ'ဟု မေးပါ။

ဆရာက ပုံပြင်ကိုဆက်ပြောပါ။

ဒုတိယမိတ်ဆွေမှာ အဖော်မရှိသဖြင့် ဝက်ဝံကိုဝိုက်ရန် အသက်ကြံသွားသည်။ သို့သော် ချက်ခြင်းအကြံရကာ လူသေဟန်ဆောင်နေလိုက်သည်။ ဝက်ဝံသည် ထိုသူ့အနီးသို့ရောက်လာကာ နမ်းကြည့်သည်။ လူသေထင်မှတ်ကာ နေရာမှ ထွက်ခွာသွားသည်။

ဘေးရန်ကင်းသောအခါ ဒုတိယမိတ်ဆွေသည် နေရာမှလူးလဲထကာ ခရီးဆက်မည်ပြုသည်။ ထိုစဉ် ကိုယ်လွတ်ရုန်းသော ပထမမိတ်ဆွေ သစ်ပင်ပေါ်မှ ဆင်းလာပြီး 'အဆွေ၊ ဝက်ဝံက သင့်ကိုတစ်စုံတစ်ရာ ဘေးရန်မပြု။ အနီးသို့ချဉ်းကပ်၍ ဘာတွေ တီးတိုးပြောသွားပါသနည်း'ဟု မေးသည်။ 'အရေးကြုံလျှင် အားမကိုးရ၊ ကိုယ်လွတ်ရုန်းတတ်သော သစ်ပင်ပေါ်မှ သင့်လိုမိတ်ဆွေမျိုးကို ရှောင်ပါ။ မပေါင်းသင်းပါနှင့်' ဟူ၍ ဝက်ဝံက ဂါအားသတိပေးသွားပါသည်'ဟု ပြန်လည်ပြောကြားလိုက်သည်။

မင်းယုဝေ(မြတ်မင်္ဂလာပုံပြင်)

*

ဆရာက မေးခွန်းများ မေးပါ။

မေး (၆) 'ပထမမိတ်ဆွေဟာ မိတ်ဆွေကောင်းလား။'

မေး (၇) 'ဘာကြောင့်လဲ'

မေး (၈) 'တကယ်လို့ ကလေးတို့ မိတ်ဆွေကောင်းဖြစ်ချင်ရင်၊ ပထမမိတ်ဆွေလို လုပ်ရမလား'

http://www.dhammadownload.com

မေး (၉) 'မိတ်ဆွေကောင်း ဖြစ်ချင်ရင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ'

လုပ်ငန်း (၇) ဆရာက ကလေးများအား အောက်ပါအခြေအနေတစ်ခုကို ပြောပြပါ။

'တစ်နေ့တော့ ကျော်ကျော်ဟာ မောင်မောင်သမ်းပေါ်မှာ လဲကျနေတာကို မြင်တယ်'

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

'မင်းတို့သာ ကျော်ကျော်ဆိုရင် ဘာလုပ်မလဲ'

ဆရာက ကလေးများအား အောက်ပါအခြေအနေ တစ်ခုကို ပြောပြပါ။

"မင်းတို့သူငယ်ချင်း မော်မော်ဟာ အတန်းထောင့်မှာ ထိုင်ငိုနေတယ်"

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

'မင်းတို့ ဘာလုပ်မလဲ'

'တကယ်လို့ မော်မော် ငိုတာ ဆာလို့ငိုတာဆိုရင်ရော မင်းတို့ ဘာလုပ်မလဲ'

ဆရာက ကလေးများအား အောက်ပါအခြေအနေတစ်ခုကို ပြောပြပါ။

"မော်မော် နေမကောင်းလို့ ကျောင်းမတက်တာ သုံးရက်ရှိပြီ။ သူကျောင်းပျက်လို့ စာကျူးချင်လို့ စာအုပ်ငှားချင်တယ်"

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

"မော်မော် စာအုပ်ငှားချင်နေတယ်။ မင်းတို့ ဘယ်လိုလုပ်မလဲ"

"ကဲ... ကလေးတို့ မင်းတို့မိတ်ဆွေကောင်း ဖြစ်ချင်ရင် ဘာလုပ်ရမလဲ"

*

လုပ်ငန်း (၈) ဆရာက 'ပန်းဒါဝက်ဝံကလေး'ပုံပြင်ကို ပြောပြပါ။

ပန်းဒါဝက်ဝံကလေး

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက ဝက်ဝံမိသားစုမှာ ဝက်ဝံအဖေကြီးရယ်၊ အမေကြီးရယ်၊ ဝက်ဝံကလေးရယ်၊ ညီမလေးရယ် ရှိကြတယ်။ ညီမလေးမှာ သိပ်လှတဲ့ ဇက်သီးလေး တစ်စီးရှိတယ်။

တစ်နေ့တော့ ပန်းဒါဝက်ဝံကလေးဟာ တောထဲသွားပြီး ပန်းသီးသွားနူးမယ်ဆိုပြီး သူ့ အဖေနဲ့ အမေကို ခွင့်တောင်းတယ်။ အဖေနဲ့ အမေက သူ့ကို သွားခွင့်ပြုလိုက်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒါပေမယ့် ဘယ်လိုသွားမလဲလို့ မေးတယ်။ ပန်ဒါဝက်ဝံကလေးက သူ့ညီမရဲ့ စက်ဘီးကို ငှားသွားမယ်လို့ ပြောတယ်။

ထို့နောက် ဆရာက မေးပါ။

"မင်းဟို့သာ ညီမလေးဖြစ်ရင် စက်ဘီးကို အစ်ကို့ကို ငှားမလား"

"ဘာကြောင့်လဲ"

ဆရာက ပုံပြင်ကို ဆက်ပြောပါ။

ပန်ဒါဝက်ဝံလေးက "ညီမလေး၊ ကိုကို စက်ဘီး ငှားချင်တယ်။ ကိုကိုပြန်လာရင် ပန်းသီးတွေယူလာ ပေးမယ်နော်"လို့ ပြောတယ်။ ညီမလေး "ယူသွားပါ"လို့ ပြန်ပြောတယ်။ ဒါကြောင့် ဝက်ဝံလေးဟာ စက်ဘီးယူပြီး ထွက်ခဲ့တော့တယ်။ ဝက်ဝံလေးဟာ ခြင်းတောင်းကို စက်ဘီးနောက်ခုံပေါ်မှာ ကြိုးနဲ့ချည်လိုက်တယ်။ ပြီးတော့ တောထဲက ပန်းသီးပင်တွေရှိရာကို သွားတယ်။

သူတောထဲက ပန်းသီးပင်ဆီကိုရောက်တော့ သစ်ပင်ပေါ်မှာထိုင်နေတဲ့ မျောက်တစ်ကောင်ကိုတွေ့တယ်။ ဝက်ဝံလေးက သစ်ပင်ပေါ်ကိုတက်ဖို့ ကြိုးစားတယ်။ ဒါပေမယ့် သူတက်လို့မရဘူး။ ဒါကြောင့် သစ်ပင်ပေါ်က မျောက်ကို မော့ကြည့်ပြီး "ဟေး–ကိုမျောက်၊ သစ်ပင်ပေါ် ဘယ်လိုတက်သလဲ။ ကျွန်တော်တော့ တက်တာပဲ။ တက်လို့လဲ မရဘူး။ ကျွန်တော့်ကို ကူညီလို့ရမလား"

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

'တကယ်လို့ မင်းသာ မျောက်ဆိုရင် မင်းကူညီမလား'

'ဘာကြောင့်လဲ'

ဆရာကပုံပြင်ကို ဆက်ပြောပါ။

မျောက်က 'ငါမင်းကို ကူညီပါ့မယ်။ ဒါပေမယ့် ငါ တောထဲကို လျှောက်လည်ချင်လို့ ငါ့ကို စက်ဘီးလေး ငှားပါနော်'လို့ ပြန်ပြောတယ်။

F.8.A

http://www.dhammadownload.com

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

'မင်းတို့သာ ဝက်ဝံလေးဆိုရင်ကော စက်ဘီးငှားမလား'

'ဘာကြောင့်လဲ'

ဆရာက ပုံပြင်ကိုဆက်ပြောပါ။

ဝက်ဝံလေးက 'ကောင်းပြီငှားမယ်၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အပြန်အလှန်ကူညီရတာ သိပ်ကောင်းတာပဲ'လို့ ပြန်ပြောတယ်။ အဲဒီလိုပြောပြီး မျောက်က ဝက်ဝံလေး သစ်ပင်ပေါ်တက်လို့ရအောင် ကူညီပေးတယ်။ ပြီးတော့ မျောက်ကလေးဟာ စက်ဘီးစီးပြီး ထွက်သွားတယ်။ ဝက်ဝံလေးကတော့ သစ်ပင်ပေါ်က ပန်းသီးတွေခူးနေတာပေါ့။ ပန်းသီးတွေ အများကြီးခူးပြီးတော့ မျောက်ကလေးပြန်အလာကို မျှော်တာပေါ့။ မျောက်ကလေး ပြန်ရောက်မလာဘူး။ ဒါပေမယ့် နွားကြီးက 'ဟေ့... ဝက်ဝံလေး၊ မင်းဘာလုပ်နေလဲ'လို့ မေးတယ်။ ဝက်ဝံလေးက ကျွန်တော် အိမ်ပြန်ချင်တယ်။ ဒါပေမယ့် မျောက်ကလေးက 'ကျွန်တော့် စက်ဘီးငှားသွားတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော် သူ့ကိုစောင့်နေတာ'လို့ ပြန်ပြောလိုက်တယ်။ ဒါနဲ့နွားကြီးက ''ဒီလိုဆိုရင် ငါမင်းကို အိမ်ပြန်နိုင်အောင် ကူညီပါ့မယ်၊ လာ.. ငါ့ကျောပေါ်ကိုတက်'လို့ ပြောတယ်။

ဆရာက ပုံပြင်ကို ခေတ္တရပ်၍ မေးခွန်းမေးပါ။

'နွားကြီးဟာ မိတ်ဆွေကောင်းလား'

'ဘာကြောင့်လဲ'

ထို့နောက် ဆရာက ပုံပြင်ကိုဆက်ပြောပါ။

ဝက်ဝံလေးဟာ ပန်းသီးတွေကို ပွေ့ပိုက်ပြီး နွားကြီးရဲ့ကျောကုန်းပေါ်မှာ စီးပြီး အိမ်ပြန်လာတယ်။ ရွာနားရောက်တော့ ဝက်ဝံလေးက 'ကိုနွားကြီးရယ်၊ ကျွန်တော့်ကို ဒီနားမှာပဲ ချပေးပါ။ ကျွန်တော် လမ်းလျှောက်ပြီး အိမ်ပြန်ပါ့မယ်။ ကိုနွားကြီးလည်း မောနေပြီ။ ကိုနွားကြီးစားဖို့ ပန်းသီးယူသွားပါ'လို့ ပြောပြီး၊ ကိုနွားကြီးကို ပန်းသီးတွေပေးလိုက်တာ လူ့လက်ထဲမှာ ပန်းသီးတစ်လုံးဘဲ ကျန်တော့တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

'ပန်းသီးတစ်လုံးဟာ ဘယ်သူ့အတွက် ဖြစ်မယ်ထင်သလဲ'' ဟု မေးပါ။

''ဘာကြောင့် ပန်းသီးတစ်လုံး ချန်ထားတာလဲ''

လို့နောက်ဆရာက ပုံပြင်ကိုဆက်ပြောပါ။

အဲဒီနောက် ဝက်ဝံလေးဟာ ပန်းသီးလေးတစ်လုံးကို ကိုင်ပြီး အိမ်ကိုလမ်းလျှောက်ပြန်လာတယ်။

လမ်းမှာငိုနေတဲ့ ယုန်ကလေးတစ်ကောင်ကို တွေ့တယ်။ ''ဘာဖြစ်လို့ ငိုနေတာလဲ'' လို့ သူကမေးလိုက်တယ်။ 'ယုန်ကလေးက ငါဗိုက်ဆာတယ်။ ငါ့မှာ စားစရာလည်း မရှိဘူး'လို့ ပြန်ပြောတယ်။

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

'မင်းတို့သာ ဝက်ဝံလေးဖြစ်ရင် ဘာလုပ်မလဲ' ဟုမေးပါ။

'ဘာကြောင့်လဲ'

ဆရာက ပုံပြင်ကိုဆက်ပြောပါ။

အဲဒီအခါ ဝက်ဝံလေးက 'ဟော ...ဒီမှာပန်းသီး၊ တိတ်တိတ်၊ မငိုနဲ့တော့နော်'လို့ပြောပြီး၊ ကျန်တဲ့ပန်းသီးတစ်လုံးကို ယုန်ကလေးအား ပေးလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ဝက်ဝံလေးက ပြန်လာခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်ဟာ တော်တော်မှောင်နေပြီ။ သူအိမ်ပြန်ရောက်တော့ သူ့အဖေက ''မင်းဘာကြောင့် နောက်ကျတာလဲ၊ တို့က မင်းကိုစိတ်ပူနေကြတယ်'လို့ ပြောတယ်။ ညီမလေးကလဲ ''ကိုကို စက်ဘီးဘယ်မှာလဲ''လို့မေးတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ အိမ်ရှေ့က တံခါးခေါက်သံပေါ်လာတယ်။ ဝက်ဝံလေးကလဲ တံခါးဖွင့်လိုက်ရော မျောက်ကလေးကို တွေ့ရတယ်။ စက်ဘီးနောက်ခုံပေါ်မှာတော့ ပန်းသီးတစ်ခြင်းပေါ့။ မျောက်ကလေးက အဲဒီပန်းသီးခြင်းကို ဝက်ဝံလေးကို ပေးလိုက်တယ်။

ဒါကြောင့် ဝက်ဝံလေးတို့ မိသားစုဟာ အရမ်းပျော်ရွှင်သွားကြပြီး၊ ပန်းသီးတွေကို အားရပါးရ စားကြသတဲ့။ ပြီးတဲ့နောက် သူတို့အားလုံး မိုက်တွေတင်းပြီး အိပ်ကြတော့သတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာက မေးခွန်းမေးပါ။

'ဘာလို့ မျောက်ကလေးက ဝက်ပံလေးကို ပန်းသီးတစ်ခြမ်း ပေးတာလဲ'

မိတ်ဆွေကောင်းတို့၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို ထပ်မံပြောပြ၍ နိဂုံးချုပ်ပါ။

*

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

ဆရာက ကလေးများ ပုံပြင်နားထောင်စဉ်နှင့် မေးခွန်းများဖြေဆိုစဉ် အပြုအမူကို အကဲဖြတ်နိုင်သည်။

*

ဆရာများထပ်မံသိသင့်သောအချက်များ

လူသားတို့၏ဘဝတွင် မိတ်ဆွေကောင်းရရှိရန် အထူးအရေးကြီးသည်။ မိတ်ဆွေကောင်းကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘဝတွင် တိုးတက်မှု၊ အောင်မြင်မှုများ ရရှိနိုင်သည်။ မိတ်ဆွေကောင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့အား စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်မှုရှိရန် အားပေးနိုင်သကဲ့သို့ ပြဿနာကြုံတွေ့ပါကလည်း ကူညီဖြေရှင်းပေးရန် အသင့်ရှိသူလည်းဖြစ်သည်။ မိတ်ဆွေကောင်းရှိလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် အမြင့်ဆုံးသော စိတ်ကျေနပ်မှုကိုရရှိနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘဝတွင် မိတ်ဆွေကောင်းရလိုလျှင် မိမိကိုယ်တိုင်လည်း အခြားသူများအပေါ် မိတ်ဆွေကောင်းပီသအောင် ပြုမူနေထိုင်ရမည်။

* * *

သင်ခန်းစာ(၂၃)

အတုယူပါ(ကဗျာ)

၁။ အစိကအသိသညာ — လိမ္မာယဉ်ကျေးသော အမူအရာများ သိရှိမည်။

၂။ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်၊

(က) ယေဘုယျဦးတည်ချက် — ကိုယ်၊ နှုတ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးသူများဖြစ်အောင် မည်သို့နေထိုင်ရမည်ကို သိရှိနားလည်ရန်။

http://www.dhammadownload.com

(ခ) အသေးစိတ်ဦးတည်ချက်များ (၁) ကိုယ်၊ နှုတ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးသူများ၏ အမူအရာများကို ပြောပြတတ်ရန်။

(၂) အတုယူသင့်သည်များကိုသိရှိ၍ အတုယူတက်သည့် အလေ့အကျင့်များကို ဖော်ပြတတ်ရန်။

၃။ ပါဝင်သည့်လုပ်ငန်းများ

- အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးခြင်း၊
- ပုံပြောခြင်း၊
- မေးခွန်းမေးခြင်း၊
- ကဗျာရွတ်ဆိုခြင်း၊

*

သင်ခန်းစာမစတင်မီ

ဆရာများအတွက် နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်များ

ဒုတိယတန်းမှ 'အတုယူပါ' သင်ခန်းစာည် ကလေးများ မိမိအိမ်၊ ကျောင်း၊ ရပ်ရွာပတ်ဝန်းကျင်တွင် ယဉ်ကျေးလိမ္မာသော ကလေးငယ်များဖြစ်လာစေရန် ရည်ရွယ်၍ သင်ကြားစေသော 'ကဗျာ'တစ်ပုဒ်ဖြစ်သည်။ ကလေးတိုင်းသည် လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေထိုင်တတ်သည့် အလေ့အထရှိသည်။ ဤအချက်ကို လူကြီးမိဘ၊ ဆရာသမားများက သိရှိပြီး၊ မိမိပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ကလေးများကို ဆုံးမကြိမ်းမောင်းပြောဆိုဆုံးမခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရပေမည်။ ကလေးများကို သူတို့ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လိမ္မာယဉ်ကျေးသော ကလေးများ၏ အမူအရာလေးများကို ချီးကျူးစကားပြောခြင်းဖြင့် ဂရုပြုမိပြီး၊ အတုယူတတ်သည့် အလေ့အထရအောင် လုပ်ဆောင်ပေးသင့်သည်။ စာသင်ကြားသည့် ပုံစံမျိုးမဖြစ်စေရန် အထူးဂရုစိုက်သင့်ပေသည်။

*

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) မိမိ၏ မိသားစုအကြောင်းကို မိမိစိတ်ကြိုက် ပြောဆိုပါစေ။

အုပ်စုလိုက် အောက်ပါမေးခွန်းများကို စဉ်းစားပါစေ။

စဉ်းစားရရှိသည့်အချက်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးထားပါစေ။

http://www.dhammadownload.com

သင်၏ဘိုးဘိုး၊ ဘွားဘွား၊ ဖေဖေတို့ ရှေ့မှာလမ်းသွားလျှင် ဘယ်လိုသွားသလဲ။ နေထိုင်လျှင် ပြောဆိုလျှင် စသော မေးခွန်းများကိုလည်း ထည့်သွင်းမေးပါ။

ဦးဦး၊ ဒေါ်ဒေါ်၊ ကိုကို၊ မမ၊ မောင်လေး၊ ညီမလေးတို့နှင့် ပြောင်းလဲမေး၍ စဉ်းစားပါစေ။

စဉ်းစားရရှိချက်များကို အုပ်စုတစ်စုစီမှ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီထ၍ ဖတ်ပါစေ။

အုပ်စုငယ်တင်ပြချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသားထားပါ။

လိမ္မာယဉ်ကျေးတဲ့ ကလေးများ၏ နေထိုင်သွားလာ ပြောဆိုပုံတို့ကို သင်ပုန်းပေါ်ရှိ တင်ပြချက်များကိုဖတ်၍ ရွေးချယ်ပါစေ။

*

လုပ်ငန်း (၂) ဆရာက မရှုပ်တေးဆိုတဲ့ ကျောင်းသူလေးတစ်ယောက်အကြောင်းကို ပြောပြပါ။

မြို့လေးတစ်မြို့မှာ မရှုပ်တေးဆိုတဲ့ ကလေးမလေးတစ်ယောက်ရှိတယ်။

တစ်နေ့မှာ မရှုပ်တေးကို သူငယ်ချင်းက ကျောင်းသွားဖို့ လာခေါ်တော့ 'ငါလာပြီဟေ့' ဆိုပြီး လူကြီးတွေရှေ့က ပြေးပြီးထွက်သွားတယ်။ သူ့မေမေက 'ဟဲ့... သမီး ရိုင်းလိုက်တာနော်'

လူကြီးတွေရှေ့က သွားရင် ခါးကိုင်းပြီး ခေါင်းငုံ့သွားရတယ်။

မရှုပ်တေးက 'သိသားပဲဆိုပြီး'

နှုတ်ခမ်းစူ၊ ခြေထောက်ဆောင့်ပြီး ထွက်သွားတယ်။

ကျောင်းသွားရင်း လမ်းမှာ အဘွားအိုတစ်ယောက် ဖြည်းဖြည်းဖြည်းဖြည်းနဲ့ လမ်းလျှောက်နေလို့ မရှုပ်တေး စိတ်မရှည်တော့ဘဲ ကျော်တက်လိုက်တာ ဝင်တိုက်မိပြီး အဘွားအိုဟာ ချော်လဲမလို ဖြစ်သွားတယ်။ မရှုပ်တေးက 'လမ်းလျှောက်တာ နှေးလိုက်တာ။ ကျောင်းနောက်ကျတော့မယ်'လို့ အော်ပြီးထွက်သွားတယ်။ သူ့သူငယ်ချင်းက 'ဟဲ့... ဒီလိုမပြောနဲ့၊ အဘွားသနားပါတယ်။ အဘွား ကန်တော့နော်။

http://www.dhammadownload.com

ကန်တော့''လို့ တောင်းပန်လိုက်တယ်။

ကျောင်းရောက်တော့ မရှုပ်တေးဟာ ဆရာမကို နှုတ်မဆက်ချင်လို့ မမြင်ယောင်ဆောင်သွားတယ်။

သူ့ သူငယ်ချင်းကတော့ ဆရာမကို 'မင်္ဂလာပါ ဆရာမ' လို့ လက်အုပ်ချီပြီး နှုတ်ဆက်တယ်ကွဲ့။

မရှုပ်တေးရဲ့ သွားလာနေထိုင်ပုံကို ကြိုက်ပါသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

မင်းတို့ရော လူကြီးတွေရှေ့က သွားရင် ဘယ်လိုသွားသလဲ။

မင်းတို့ဆရာမ (သို့) ရင်းနှီးသော လူကြီးများနှင့် လမ်းမှာတွေ့ရင် ဘာလုပ်မလဲ။

စဉ်းစား၍ ရရှိသောအချက်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးထားပါစေ။

တစ်အုပ်စုလျှင် တစ်ဦးကျ မိမိတို့စဉ်းစားရရှိသော အချက်များကို ဖတ်ပြပါ။

အတန်းသားများက လိုအပ်လျှင် ဖြည့်စွက်ပေးပါ။

*

လုပ်ငန်း (၃) ဆရာက ညီထွေး အကြောင်းပြောပြပါ။

တစ်ခါက ညီထွေးဆိုတဲ့ ကလေးတစ်ယောက်ရှိတယ်။

ညီထွေးလေးဟာ 'မေမေသား ကျောင်းသွားတော့မယ်' လို့ နှုတ်ဆက်ပြီးမှ ကျောင်းကိုထွက်သွားလေ့ရှိတယ်။

ကျောင်းသွားရင်းလမ်းမှာ အဘွားအိုတစ်ယောက်က 'မြေးရယ်၊ အဘွားလမ်း ကူးချင်တယ် ကူပါလို့' ပြောတယ်။ ညီထွေးလည်း အဘွားရဲ့ လက်မောင်းလေးကိုတွဲပြီး လမ်းကူးပေးလိုက်တယ်။

မေး (၁) ကလေးတို့ရော ဘယ်သူတွေကို ကူညီဖူးလဲ။

မေး (၂) ကူညီပြီးရင် စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုခံစားရသလဲ။

ဒီလိုနဲ့ ညီထွေးလေးက ကျောင်းကိုခြေလျင်လျှောက်ပြီး လာခဲ့တယ်။ တစ်နေရာ

http://www.dhammadownload.com

ရောက်တော့ သူငယ်ချင်း ကိုဖြိုးရဲ့ အဖေကိုတွေ့လို့ "ဦးဦးဘယ်က ပြန်လာတာလဲ ခင်ဗျ" ကိုဖြိုးရော ကျောင်းသွားပြီလားလို့ နှုတ်ဆက်လိုက်သေးတယ်။

ကျောင်းရောက်တော့ စာသင်ခန်းအဝင်မှာ ဆရာမ ရပ်နေလို့ ခါးလေးကိုင်း ခေါင်းလေး ငုံ့ပြီးဝင်ခဲ့ရတယ်တဲ့။

မေး (၃) ညီထွေးလေးနဲ့ မရှုပ်တေး ဘယ်သူကို လူတွေက ချစ်မလဲ။

မေး (၄) ညီထွေးလေးနဲ့ မရှုပ်တေး တို့မတူညီတဲ့အချက်တွေက ဘာတွေလဲ။

မေး (၅) ကလေးငို့ ညီထွေးလေး လိုနေမလား။

မေး (၆) မရှုပ်တေးလိုနေမလား၊ ဘာကြောင့်လဲ။

*

အတုယူပါ(ကဗျာ)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း (၁) အတုယူပါကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ အတုယူပါကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ အမူအရာယဉ်ကျေးလိမ္မာခြင်း၊ ကောင်းသော အတုယူခြင်းကို ပြုကျင့်တတ်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၂) အတုယူပါကဗျာ၏ သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ အတုယူပါကဗျာ၏ သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များမှာ –

(က) ကိုယ်အမူအရာ၊ နှုတ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသူဖြစ်အောင် ကြိုးစားနေထိုင်တတ်စေရန်။

(ခ) အတုယူဖွယ်ကို သိရှိစေရန်နှင့် အတုယူတတ်စေရန်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၃) အောက်ပါကဗျာကို ဆရာက အသံထွက်မှန်ကန်စွာ ငိုင်ပေး၍ ကလေးများကို ရွတ်ဆိုခိုင်းပါ။

http://www.dhammadownload.com

မှတ်ဆိုရန် **အတုယူပါ**

ညီထွေးလေး ချစ်စရာ
ယဉ်ကျေးပါလို့ လွန်လိမ္မာ။
ရှိသေစွာ ခေါင်းကိုငုံ့၊
လူကြီးရှေ့ဆို ခပ်ကျုံ့ကျုံ့။
မိဘ ဆရာ ဆွေသဟာ၊
ဆုံးမပါက နာယူကာ။
ခွန်းတုံ့ပြန်ကာ သူမငြင်း၊
မှတ်သားနာယူ နှလုံးသွင်း။
လူကြီးသူမ တွေ့တဲ့ခါ၊
ဆီးကြိုသမှု သူပြုကာ။
မင်္ဂလာပါ နှုတ်ခွန်းဆက်၊
ယဉ်ကျေးမှု မပျက်။
ညီထွေးလေးကို တုယူပါ၊
ရွှေသွေးတို့လည်း လိမ္မာရာ။
ကိုယ်နှုတ်မှုရာ ယဉ်ကျေးကြောင်း၊
ကြိုးစားကြစို့ကောင်း။ ။

ဉာဏ်ရှင်စိုး

စကားပြေ

ညီထွေးလေးသည် ချစ်စရာကောင်းလှပါသည်။ အလွန်ယဉ်ကျေး လိမ္မာသူလေးဖြစ်ပါသည်။ လူကြီးများရှေ့တွင် ခေါင်းကိုငုံ့၍ ခပ်ကျုံ့ကျုံ့ကလေးဖြင့် ရိုသေလေးစားစွာ နေထိုင်ပါသည်။

မိဘ၊ ဆရာသမားနှင့် ဆွေမျိုးသားချင်းများက ဆုံးမစကားပြောကြားပါက ခွန်းတုံ့ပြန်ခြင်း၊ ငြင်းဆိုခြင်းမပြုဘဲ၊ ကောင်းစွာ မှတ်သားနာယူ နှလုံးသွင်းလေ့ရှိပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

လူကြီးသူမများနှင့် တွေ့သည့်အခါ ခရီးဦးကြိုပြုကာ မင်္ဂလာပါဟု နှုတ်ခွန်းဆက်လျက် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုအစဉ်အလာကို မပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းလေ့ရှိပါသည်။

ကလေးငယ်တို့သည် ညီထွေးလေးကို အတုယူကာ လိမ္မာရေးခြားရှိကြပါ။ ကိုယ်နှုတ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးစေကြောင်း ကြိုးစားထိန်းသိမ်းကြပါလေ။

*

လုပ်ငန်း (၄) လူကြီးသူမများ ရှေ့တွင် သင်မည်ကဲ့သို့နေထိုင်ပါသလဲ။

ဖြေ လူကြီးသူမများရှေ့တွင် ကျွန်ုပ်သည် ခေါင်းကိုငုံ့၍ ကိုယ်ကိုကျုံ့ကာ ရိုသေစွာ နေထိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၅) ဆရာ၊ မိဘတို့ ဆုံးမသွန်သင်သည့်အချိန်တွင် သင်၏နားထောင်ပုံ၊ ပြုမူပုံကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ဆရာ၊ မိဘတို့ ဆုံးမသွန်သင်သည့်အချိန်တွင် ကျွန်ုပ်သည် ခွန်းတုံ့ပြန်ခြင်း၊ ငြင်းဆိုခြင်းမပြုဘဲ ကောင်းစွာမှတ်သား နာယူလျက် လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၆) လူကြီးမိဘ ဆရာသမားတို့အား ဆီးကြို နှုတ်ဆက်ဖူးပါသလား။ သင်ဘယ်လို နှုတ်ဆက်သလဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ လူကြီးမိဘ ဆရာသမားတို့အား ဆီးကြို နှုတ်ဆက်ဖူးပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ခရီးဦးကြိုပြုကာ မင်္ဂလာပါဟု နှုတ်ခွန်းဆက်ပါသည်။

လုပ်ငန်း (၇) သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှ သင်သဘောကျသော အပြုအမူ အပြောအဆိုကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ကျွန်ုပ်ပတ်ဝန်းကျင်မှ ခင်ခင်သည် အလွန်ယဉ်ကျေးလိမ္မာသူလေး ဖြစ်ပါသည်။ လူကြီးသူမ၊ ဆရာသမားကိုတွေ့လျှင် ခရီးဦးကြိုပြုကာ မင်္ဂလာပါဟု နှုတ်ခွန်းဆက်လေ့ရှိပါသည်။ ထို့ပြင် ခေါင်းကိုငုံ့၍ ကိုယ်ကိုကျုံ့ကာ ရိုသေစွာ နေထိုင်ပါသည်။ လူကြီးများက ဆုံးမစကား ပြောကြားလျှင်လည်း ခွန်းတုံ့ပြန်ခြင်း၊ ငြင်းဆိုခြင်းမပြုဘဲ၊ ကောင်းစွာမှတ်သားနာယူလေ့ရှိပါသည်။

* *

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး (၁) ညီထွေးလေးသည် ဘာကြောင့် ချစ်စရာကောင်းပါသလဲ။ သင်နားလည်သလိုပြောပြပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဖြေ ညီထွေးလေးသည် ကိုယ်နှုတ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့၍ လိမ္မာရေးခြားရှိသူဖြစ်ခြင်းကြောင့် ချစ်စရာကောင်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

မေး (၂) ညီထွေးလေးသည် မိဘဆရာ ဆုံးမသည့်အခါ မည်သို့နေထိုင်ပါသလဲ။

ဖြေ ညီထွေးလေးသည် မိဘဆရာ ဆုံးမသည့်အခါ ခွန်းတုံ့ပြန်ခြင်း၊ ငြင်းခုံခြင်း မပြုဘဲ ကောင်းစွာမှတ်သားနာယူ နှလုံးသွင်းလေ့ရှိပါသည်။

မေး (၃) ညီထွေးလေးသည် လူကြီးသူမများနှင့် တွေ့ဆုံတဲ့အခါ ဘယ်လိုနှုတ်ဆက်ပါသလဲ။

ဖြေ ညီထွေးလေသည် လူကြီးသူမများနှင့် တွေ့ဆုံတဲ့အခါ မင်္ဂလာပါဟု နှုတ်ဆက်ပါသည်။

မေး (၄) ညီထွေးလေး၏ အပြုအမူနှင့် သင့်အပြုအမူ တူညီပါသလား။ ဘယ်အချက်တူညီပါသလဲ။

ဖြေ ညီထွေးလေး၏ အပြုအမူနှင့် ကျွန်ုပ်၏ အပြုအမူ တူညီပါသည်။ လူကြီးများရှေ့တွင် ခေါင်းငုံ့၍ ကိုယ်ကိုကျုံ့ကာ ရိုသေလေးစားစွာ နေထိုင်တတ်ခြင်းတွင် တူညီပါသည်။

မေး (၅) ညီထွေးလေးကို အတုယူပြီး၊ နေထိုင်သင့်တယ်လို့ သင်ထင်ပါသလား။ ဘာကြောင့်လဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ ညီထွေးလေးကို အတုယူပြီး နေထိုင်သင့်တယ်ဟု ကျွန်ုပ်ထင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် ညီထွေးလေးသည် ကိုယ်၊ နှုတ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၍ လိမ္မာရေးခြားရှိသူ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် **ဖြစ်ပါသည်**။

* *

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

မေး (၁) သင် လူကြီးများရှေ့က သွားရင် ဘယ်လိုသွားပါသလဲ။

မေး (၂) သင့်အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်မှ လူကြီးများကို သင်လမ်းမှာတွေ့ရင် ဘာလုပ်မလဲ။

မေး (၃) ညီထွေးလေးနဲ့ မရှုပ်တေး မတူညီတဲ့အချက် (၂)ချက်ပြောပြပါ။

* * *

http://www.dhammadownload.com

နောက်ဆက်တွဲ

ရှေ့မှာဖော်ပြခဲ့သော သင်ခန်းစာများသည် ပြဋ္ဌာန်းချက်အသစ်အရ အားလုံးပြည့်စုံပြီးဖြစ်သည်။

သို့သော် အချို့သောမြို့နယ်များမှ ယခင်သင်ခန်းစာအဟောင်းမှ ခေါင်းစဉ်များကို မေးမြန်းလာပါသည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍၊ အသုံးပြုလိုက အသုံးပြုနိုင်ရန်၊ အောက်တွင် ဖော်ပြ ပေးလိုက်ပါသည်။

ပန်းတိုင်စာတည်းအဖွဲ့

* * *

အခန်း(၁၆)
မင်္ဂလာကဗျာ(၅)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း(၁) ။ မင်္ဂလာကဗျာ(၅)ကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသောအသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ ။ ။ မင်္ဂလာကဗျာ(၅)ကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသောအသိပညာများမှာ -

(က) ပေးကမ်းလှူဒါန်းလိုစိတ်ရှိခြင်း။

(ခ) ကောင်းသောအကျင့်ကို ကျင့်ကြံခြင်း။

(ဂ) ဆွေမျိုးကို စောင့်ရှောက်ရန်သိစေခြင်း။

(ဃ) အပြစ်ကင်းသော အလုပ်၊ အများအကျိုးရှိသော အလုပ်များကို လုပ်ကိုင်ရန် သိစေခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၂) ။ မင်္ဂလာကဗျာ(၅)၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ မင်္ဂလာကဗျာ(၅)၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

(က) ပေးကမ်းလှူဒါန်းလိုစိတ်ရှိခြင်း။

(ခ) ကောင်းသောအကျင့်ကို ကျင့်ကြံခြင်း။

(ဂ) ဆွေမျိုးမိတ်သင်္ဂဟများကို ကူညီတတ်စေရန်။

(ဃ) အပြစ်ကင်းသော အလုပ်၊ အများအကျိုးရှိသော အလုပ်များကို လုပ်ကိုင်ရန် သိစေခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၃) ။ အောက်ဖော်ပြပါ မင်္ဂလာကဗျာကို ဆရာက အသံထွက် မှန်ကန်စွာ ရွတ်ဆို၍ တပည့်များ လိုက်၍ ရွတ်ဆိုပါ။

http://www.dhammadownload.com

ရွတ်ဆိုရန် မင်္ဂလာကဗျာ (၅)

သုံးတန်ခုံစေတနာ ဖြူစင်လန်းလို့
ပေးကမ်းပေးလှူ လှူနိုင်စေ။
ကိုယ်နှုတ်စိတ်ကြံ မငိုက်မှားနဲ့၊
သုစရိုက်တရားကို ကျင့်ပါလေ။
ဆွေမျိုးဘွဲကို ပစ်မထားနဲ့၊
သင်္ဂဟတရားနဲ့ ချီးမြှောက်လေ။
သန့်စင်ပြစ်မျိုး ... လူထုအကျိုး ...
သယ်ပိုးဆောင်ရွက်စေ။
အဲဒါမှ 'ဗုဒ္ဓဝါဒ' ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ ။ (ဒဂုံဦးထွန်းမြင့်)

စကားပြေ

စေတနာ သုံးတန် ပြည့်စုံ၍ လှူဒါန်းပေးကမ်းနိုင်ကြပါစေ။ (အလှူပေးခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

ကိုယ်စိတ်နှစ်လုံး မမိုက်မှားမိစေဘဲ ကောင်းမြတ်သောတရားကို ကျင့်ကြံကြပါလေ။ (တရားကို ကျင့်ရခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

ဆွေမျိုးသားချင်းများကို လျစ်လျူရှုမထားဘဲ ချီးမြှင့်ထောက်ပံ့ကြပါလေ။ (အဆွေအမျိုးတို့အား သင်္ဂြိုလ်ထောက်ပံ့ရခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သော အပြစ်မရှိသော အမှုတို့ကိုပြု၍ လူအများအကျိုးကို သည်ပိုးဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေ။ (အပြစ်မရှိသော အကြင်အမှုတို့ကို ပြုရခြင်းသည်လည်း မင်္ဂလာတစ်ပါး။)

အထက်ပါတို့သည် ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့သော မင်္ဂလာတရားဖြစ်ပါသည်။

*

လုပ်ငန်း(၄) ။ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှ သင်သိသော အလှူတစ်ခုအကြောင်း ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်ပတ်ဝန်းကျင်မှ သူဌေးဦးထွန်းညို မိသားစုမှ အလှူဒါယကပြု၍ ရှင်အပါး တစ်ရာ ရှင်ပြုပွဲကို ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၅) ။ ယနေ့ သင်စည်းစားကြံစည်မိသော အကြောင်းအရာလေးကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ယနေ့ ကျွန်ုပ်စဉ်းစားကြံစည်မိသော အကြောင်းအရာလေးမှာ စနေနေ့တွင် ပြုလုပ်မည့် ရပ်ကွက်စုပေါင်း သန့်ရှင်းရေးလုပ်အားပေးပွဲတွင် ကိုယ်တိုင်ပါဝင် လုပ်အားပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း(၆) ။ သင်နှင့် ခေတ်ပြိုင်စာပေသမားများ အမည်ကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်နှင့် ခေတ်ပြိုင်စာပေသမားများအမည်မှာ ဦးအောင်မြင့်၊ ဒေါ်ခင်ကြည်၊ ကိုအေးထွန်း၊ မသီတာနှင့် မောင်မျိုးကျော်ကိုဖြစ်ပါသည်။
လုပ်ငန်း(၇) ။ သင်သိသော အများအကျိုးဆောင်ရွက်ခြင်း လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်သိသော အများအကျိုးဆောင်ရွက်ခြင်း လုပ်ငန်းတစ်ခုမှာ ရပ်ကွက်အတွင်းရှိ ပေါက်နေသော လမ်းများ ဖာထေးပြုပြင်ခြင်းနှင့် ရေနုတ်မြောင်းများ တူးဖော်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

* *

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး(၁) ။ စေတနာ(၃)မျိုးကို ဖော်ပြပါ
ဖြေ ။ ။ စေတနာ(၃)မျိုးမှာ -
(က) ဒါနမပြုမီ ရှေ့အဖို့ ဖြူစင်ခြင်း။
(ခ) ဒါနပြုဆဲမှာ စင်ကြယ်ခြင်း။
(ဂ) ဒါနပြုပြီးနောက် တွေးပြီးဝမ်းမြောက်ခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။
မေး(၂) ။ ပြုကျင့်ရမည့် သုစရိုက်အကျင့်များမှ သင်သိသော သုစရိုက်(၅)မျိုးကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ ပြုကျင့်ရမည့် သုစရိုက်အကျင့်များမှ ကျွန်ုပ်သိသော သုစရိုက်(၅)မျိုးမှာ -
(က) သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
(ခ) သူ့ဥစ္စာခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
(ဂ) သူ့မယား၊ သူ့အိမ်ရာကို ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
(ဃ) မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
(င) သူတစ်ပါး ပျက်စီးရအောင် ကြံစည်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။
မေး(၃) ။ အဆွေအမျိုးတို့အား မည်ကဲ့သို့ ဆက်ဆံပေါင်းသင်းရမည်နည်း။
ဖြေ ။ ။ အဆွေအမျိုးတို့အား လျစ်လျူရှုမထားဘဲ ချီးမြှင့်ထောက်ပံ့ရပါသည်။
မေး(၄) ။ သင်ကြီးလာတဲ့အခါမှာ ဆောင်ရွက်ချင်သော အများအကျိုးပြု လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်ကြီးလာသောအခါ ဆောင်ရွက်ချင်သော အများအကျိုးပြု လုပ်ငန်းတစ်ခုမှာ လူထု အကျိုးပြု စာပေများ ရေးသားပြုစုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

* * *

http://www.dhammadownload.com

အခန်း(၁၇)
ဇာတိမာန်နှင့်မျိုးချစ်စိတ်
ရဲဇာနည်မျိုး ပီပါစေ

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း(၁) ။ ရဲဇာနည်မျိုးပီပါစေကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ရဲဇာနည်မျိုးပီပါစေကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ -

(က) မိမိနိုင်ငံ မိမိလူမျိုးအတွက် ဂုဏ်ယူရမည်ကို သိစေခြင်း။

(ခ) မြန်မာသူရဲကောင်းများ အားကျ အတုယူသင့်ကြောင်း သိစေခြင်း။

(ဂ) မိမိနိုင်ငံနှင့် မိမိလူမျိုးကို ဘယ်ကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည်ကို သိစေခြင်း။

လုပ်ငန်း(၂) ။ ရဲဇာနည်မျိုးပီပါစေကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ရဲဇာနည်မျိုးပီပါစေကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

(က) မြန်မာနိုင်ငံ သူရဲကောင်းများကို သိရှိစေရန်။

(ခ) သူရဲကောင်းများ၏ စွမ်းရည်သတ္တိများကို သိရှိ၍ ဂုဏ်ယူအားကျအတုယူတတ်စေရန်။

(ဂ) ဇာတိသွေး၊ ဇာတိမာန် တက်ကြွလာစေရန်။

လုပ်ငန်း(၃) ။ ကဗျာရေးထားသောကားချပ်ကို ချိတ်ဆွဲပါ။ ဆရာမှ တက်ကြွသော အသံနေအသံထား ဟန်ပန်အမူအရာဖြင့် ရွတ်ဆိုပြခြင်းကို ကလေးများ လိုက်၍ ရွတ်ဆိုပါ။

ရွတ်ဆိုရန် ရဲဇာနည်မျိုး ပီပါစေ

မင်းကျန်စစ်နဲ့ နော်ရထာ
ပုဂံသားတွေပါ။
ဘုရင့်နောင်ဟာ တောင်ငူသား
ကုန်းဘောင် လောင်းဘုရား။
ကျော်ကြားပေတဲ့ တို့ဂုဏ်ရောင်
သူ့ခေတ်မှာ ထွန်းပြောင်။
မြန်မာ့ဂုဏ်ဆောင် ဗန္ဓုလာ
ထို့တူ မိုလ်တောဇ။
ဘမျိုးဘိုးတူ တို့တစ်တွေ
သတ္တိရဲသွေး နိုးပါစေ။
ကိုယ့်မြေတွက်ဆို မရှောင်တမ်း

http://www.dhammadownload.com

လူမျိုးအတွက်ဆို မဖယ်တမ်း
သက်စွန့်ကြိုးပမ်း။ (အေးချမ်းမောင်)

စကားပြေ

ကျွန်စစ်သားမင်းကြီးနှင့် အနော်ရထာမင်းတရားတို့သည် ပုဂံခေတ်မင်းများဖြစ်ကြပါသည်။

ဘုရင့်နောင်မင်းတရားကြီးမှာ တောင်ငူခေတ်မင်းဖြစ်၍ အလောင်းဘုရားမှာ ကုန်းဘောင်ခေတ်မင်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုမင်းများသည် သူ့ခေတ်သူ့အခါတွင် ထွန်းကားထင်ရှားကျော်ကြားခဲ့ပြီး မြန်မာ့ဂုဏ်ရောင်ကို ထွန်းပြောင်စေခဲ့ပါသည်။

မြန်မာ့ဂုဏ်ဆောင် ထင်ရှားကျော်ကြားသော သူရဲကောင်းမှာ စစ်သူကြီး မဟာဗန္ဓုလဖြစ်၍ ဗိုလ်ဝေဇ (ခ) ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းသည်လည်း ထို့အတူပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဘမျိုးဘိုးတူဖြစ်သော ကျွန်ုပ်တို့တစ်တွေသည်လည်း ရဲစွမ်းသတ္တိနှင့် ပြည့်စုံ၍ ရဲသွေးနီသူများဖြစ်ပါသည်။

ကိုယ့်မြေ ကိုယ့်နိုင်ငံအတွက်ဆိုလျှင် ရှောင်လွဲမသွားစတမ်း ကိုယ့်လူမျိုးအတွက်ဆိုလျှင် ဘေးဖယ်မနေစတမ်း သက်စွန့်ကြိုးပမ်း ဆောင်ရွက်ကြပါစို့။

✳

လုပ်ငန်း(၄)	။	သင်နေထိုင်သော မြို့နယ်(သို့)ပြည်နယ်/တိုင်းကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။	။	ကျွန်ုပ်နေထိုင်သောမြို့နယ်မှာ ဘုတလင်မြို့နယ် ဖြစ်ပါသည်။
လုပ်ငန်း(၅)	။	သင်နေထိုင်ရာဒေသမှ သင်သိသော ရှေးခေတ်သူရဲကောင်းတစ်ဦး၏အမည်ကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။	။	ကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ ဘုတလင်မြို့နယ်မှ ကျွန်ုပ်သိသော ရှေးခေတ်သူရဲကောင်းတစ်ဦး၏ အမည်မှာ စစ်သူကြီး မဟာဗန္ဓုလဖြစ်ပါသည်။
လုပ်ငန်း(၆)	။	သင်နေထိုင်သော ကျေးရွာ(သို့)မြို့နယ်သို့ တစ်ပါးသော ကျေးရွာ(သို့)မြို့နယ်မှ လူများလာရောက် ရန်ပြုလာလျှင် သင်မည်ကဲ့သို့ ပြုမူချင်စိတ်ဖြစ်သနည်း။ ပြောပြပါ။
ဖြေ ။	။	ကျွန်ုပ်နေထိုင်သော ကျေးရွာ(သို့)မြို့နယ်သို့ တစ်ပါးသော ကျေးရွာ(သို့)မြို့နယ်မှ လူများလာရောက် ရန်ပြုလာလျှင် ကျွန်ုပ်သည် ရန်မမူရန် ဖျောင်းဖြပြောဆိုလိုပါသည်။ ဖျောင်းဖြမှုကို လက်မခံဘဲ ဆက်လက်ရန်ပြုလာလျှင် ဥပဒေနှင့်အညီ သက်ဆိုင်ရာသို့ တိုင်တန်း၍ ကာကွယ်မှုကို ရယူလိုစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း(၇) ။ သင့်နိုင်ငံသို့ တိုင်းတစ်ပါး နိုင်ငံမှ ကျူးကျော်ရန်ပြုလာခဲ့သော် သင်မည်ကဲ့သို့ ပြုမူချင်ပါသလဲ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်နိုင်ငံသို့ တိုင်းတစ်ပါးမှ ကျူးကျော်ရန်ပြုလာခဲ့သော် ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံသား မျိုးချစ်များနှင့်အတူ လက်တွဲ၍ ခုခံကာကွယ်တိုက်ထုတ်ကြမည်ဖြစ်ပါသည်။

* *

ဘာတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး(၁) ။ သူရဲကောင်းတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ကို သင်နားလည်သလို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ သူရဲကောင်းဆိုသည်မှာ မှန်ကန်သည်ကို ရဲရဲဝံ့ဝံ့စွာစွန့်စားဆောင်ရွက်တတ်သူကို ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မေး(၂) ။ မြန်မာနိုင်ငံမှ သင်သိသော သူရဲကောင်း(၅)ဦး၏ အမည်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ မြန်မာနိုင်ငံမှ ကျွန်ုပ်သိသော သူရဲကောင်း(၅)ဦး၏ အမည်များမှာ (၁) စစ်သူကြီး မဟာဗန္ဓုလ၊ (၂) ဗိုလ်မင်းရောင်၊ (၃) ဝန်းသိုစော်ဘွားကြီးဦးအောင်မြတ်၊ (၄) စော်လဖော် နှင့် (၅) ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

မေး(၃) ။ သင့်သတ္တိများကို မည်သည့်အချိန်အခါတွင် အသုံးချသင့်ပါသနည်း။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်၏သတ္တိများကို တိုင်းပြည်နှင့်လူမျိုးအတွက် အရေးကြုံလာသည့် အချိန်အခါမျိုးတွင် အသုံးချသင့်ပါသည်။

မေး(၄) ။ အသက်ကိုပင်စွန့်၍ ကြိုးပမ်းသင့်သည်က မည်သူ့အတွက် ဖြစ်ပါသနည်း။

ဖြေ ။ ။ အသက်ကိုပင်စွန့်၍ ကြိုးပမ်းသင့်သည်က တိုင်းပြည်နှင့်လူမျိုးအတွက် ဖြစ်ပါသည်။

* * *

အခန်း(၁၈)
ကိုယ်ကျင့်တရား
လူကလေးနှင့် ခဲတံ

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း(၁) ။ လူကလေးနှင့်ခဲတံကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ ။ ။ လူကလေးနှင့်ခဲတံကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသောအသိပညာများမှာ -

(က) ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်ရှိသင့်ကြောင်း သိစေခြင်း။

(ခ) ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုကို လက်ခံဂုဏ်ယူစိတ်ရှိခြင်း။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း(၂) ။ လူကလေးနှင့်ခဲတံကဗျာ၏ သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ လူကလေးနှင့်ခဲတံကဗျာ၏ သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

(က) ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်ရှိစေရန်။

(ခ) ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်းကို လက်ခံ၍ အားကျလိုက်နာတတ်စေရန်။

(ဂ) ပစ္စည်းကောက်ရလျှင် ပိုင်ရှင်ထံပြန်ပေးသော အလေ့အကျင့်ကောင်း ရရှိစေရန် တို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၃) ။ အောက်ပါကဗျာကို ဆရာမှ အသံဟန်ဖြင့် သရုပ်ပြရွတ်ဆို၍ ကလေးများ အမူအရာဖြင့် လိုက်ဆိုပါ။

ရွတ်ဆိုရန်

လူကလေးနှင့်ခဲတံ

ဟိုနားက ကျွန်တော်လေ
ခဲတံကောက်ရပေ၊
သေသေချာချာ ကြည့်လိုက်မှ
မောင်ထွေးခဲတံဗျ။
လှလှကလေး ဒီခဲတံ
ကျွန်တော် လိုချင်ပြန်၊
ကျကျန်ခဲ့တဲ့ မောင်ထွေးတော့
ငိုလို့နေမှာပေါ့။
သော့သော့ကလေး ကျွန်တော်ပြေး
သူ့ကိုသွားလို့ပေး ။ ။ (မြင့်တလှ)

စကားပြေ

ဟိုနားက ခဲတံကလေးတစ်ချောင်းကို ကျွန်တော်ကောက်ရပါသည်။ ခဲတံကို သေသေချာချာ ကြည့်လိုက်ရာ မောင်ထွေးခဲတံဖြစ်နေပါသည်။ ခဲတံလှလှကလေးကို ကျွန်တော်လိုချင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်မိပါသည်။ ကျကျန်ရစ်ခဲ့သော မောင်ထွေးမှာမူ ငိုနေပေလိမ့်မည်။

ကျွန်တော်သည် ခပ်မြန်မြန်ကလေးပြေး၍ မောင်ထွေးကို ခဲတံကလေးပေးလိုက်ပါသည်။

*

လုပ်ငန်း(၄) ။ သင့်ပစ္စည်းကျပျောက်ဖူးပါသလား။ သင့်စိတ်ထဲမှာ မည်သို့ဖြစ်သနည်း။ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်ပစ္စည်း ကျပျောက်ဖူးပါသည်။ ကျွန်ုပ်စိတ်မှာ နှမြောတသစိတ်ဖြစ်ပေါ်မိပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း(၅) ။ ။ သင်သည် ပစ္စည်းတစ်ခုခုကောက်ရပြီး ပိုင်ရှင်ကိုသိလျှင် သင်မည်သို့ လုပ်မည်နည်း။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်ပစ္စည်းတစ်ခုခုကောက်ရပြီး ပိုင်ရှင်ကိုသိလျှင် အမြန်သွား၍ ပြန်ပေးလိုက်ပါမည်။

လုပ်ငန်း(၆) ။ ။ သင်သည် ပစ္စည်းတစ်ခုခု ကောက်ရသော်လည်း ပိုင်ရှင်ကို မသိလျှင် သင်မည်သို့ လုပ်မည်နည်း။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်သည် ပစ္စည်းတစ်ခုခု ကောက်ရသော်လည်း ပိုင်ရှင်ကို မသိလျှင် အတန်းပိုင်ဆရာမထံ သွား၍ အပ်နှံပါမည်။

* *

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး(၁) ။ ကဗျာကို ဟန်အမူအရာဖြင့် ရွတ်ဆိုပြပါ။

ဖြေ ။ ။ xxxx

မေး(၂) ။ ကလေးနှစ်ယောက်သည် အတန်းရှေ့ထွက်၍ တစ်ယောက်သည် မောင်ထွေး၊ တစ်ယောက်သည် ကျွန်တော်အဖြစ် သရုပ်ဆောင်ခိုင်းပါ။ အတန်းမှကဗျာကို ရွတ်ဆိုပါ။

ဖြေ ။ ။ xxxx

မေး(၃) ။ ပေးထားသော ရုပ်ပုံကားချပ်များကို အစီအစဉ်တကျ စီပေးပါ။

ဖြေ ။ ။ xxxx

* * *

အခန်း(၁၉)
မောင်တို့မယ်တို့

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း(၁) ။ မောင်တို့မယ်တို့ကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ဖော်ပြပါ။

ဖြေ ။ ။ မောင်တို့မယ်တို့ကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ အလုပ်လုပ်ရာတွင် အောင်မြင်သည်အထိ မခိုမကပ်ဘဲ လုပ်ရန်သိစေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၂) ။ မောင်တို့မယ်တို့ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ မောင်တို့မယ်တို့ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

(က) မခိုမကပ်သော စိတ်ထားထားတတ်စေရန်။

(ခ) အလုပ်ကို အောင်မြင်သည်ထိ လုပ်တတ်ရန်။

(ဂ) ကောင်းသောအကျင့်ကို နေ့စဉ် ကျင့်ကြံရန် တို့ဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း(၃) ။ အောက်ဖော်ပြပါ ကဗျာကို ဆရာက ရွတ်ဆိုပြသည့် အတိုင်းလိုက်၍ ရွတ်ဆိုပါ။

ရွတ်ဆိုရန်

မောင်တို့မယ်တို့

ကိုယ့်စွမ်းကိုယ်စ ထုတ်ဖော်ယူ
ကိုယ်ကျင့်ကိုယ်ပိုင်မှု၊
ဘယ်သူလုပ်လုပ် မလုပ်လုပ်
ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ် ကြိုးကြိုးကုတ်။
မဆုတ်မနစ် ဇွဲမလျှော့ိုင်
ချီတက်ကြပန်းတိုင်၊
ယှဉ်ပြိုင်ခြင်းသာ အဓိက
ရင်ဆိုင်ရဲရင့်မှ။
မောင်တို့မယ်တို့ ဆောင်းမည့်သူ၊
ကျင့်မှုစာဂ ကောင်းဖို့ရေး
နေ့စဉ်မှန်မှန် ကျင့်ကြံမွေး။
ဆိုရေးရှိက ဆိုအပ်စွာ
ဆည်းပူးမြွတ်ပညာ။
အလိမ္မာ စာမှာရှိ
ဆုံးဖြတ်ပိုင်နိုင်ဘိ။ ။ **(အဖျောက်မြေ-မောင်ခွေးနှမ်)**

စကားပြေ

ကိုယ်ချင်းကိုယ်စ ထုတ်ကာ၊ ကိုယ်ပိုင်မှုထား၍ ကျင့်ကြံလုပ်ကိုင်ကြရပါမည်။ အခြားသူများ လုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ မလုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ့်အလုပ်ကို ကြိုးကြိုးကုတ်ကုတ် လုပ်ကိုင်ကြရပါမည်။

မဆုတ်မနစ် နောက်မတွန့်သော ဇွဲသတ္တိကို မလျှော့ပြုကာ မိမိရည်မှန်းရာ ပန်းတိုင်ရောက်သည့် တိုင်အောင် ချီတက်ကြရပါမည်။ မည်သည့်အရေးအရာ၌မဆို ရှုံးခြင်း၊ နိုင်ခြင်းကို အဓိကမထားဘဲ ယှဉ်ပြိုင်ခြင်းသာ အဓိကဖြစ်၍ ရဲရဲရင့်ရင့် ရင်ဆိုင်လုပ်ကိုင်ကြပါလေ။

အောင်မြင်မှု သရဖူဆောင်းမည့် မောင်တို့မယ်တို့သည် အကျင့်စာရိတ္တ ကောင်းမွန်ရေးအတွက် နေ့စဉ်မှန်မှန် ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြ၊ မွေးမြူကြရပါမည်။

ပြောရန်ဆိုရန် အကြောင်းပေါ်ပေါက်လာပါက ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ပြောဆိုကြပါမည်။ ပညာရဲရင့်ပွဲလယ်တင့်ရန် ပညာဗဟုသုတများကို ဆည်းပူးလေ့လာကြရပါမည်။ အလိမ္မာစာမှာရှိသဖြင့် ပညာပြည့်ဝခဲ့သော် မှန်မှန် ကန်ကန် ဆုံးဖြတ်ဆောင်ရွက်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

*

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း(၄) ။ အလုပ်လုပ်ရာတွင် မည်သူမျှ မတိုက်တွန်းဘဲ အလုပ်လုပ်လိုသည့် စိတ်ဓာတ်ရှိသလား။
ဖြေ ။ ။ အလုပ်လုပ်ရာတွင် မည်သူမျှ မတိုက်တွန်းဘဲ အလုပ်လုပ်လိုသည့် စိတ်ဓာတ်ရှိပါသည်။
လုပ်ငန်း(၅) ။ ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ဖူးသော ပြိုင်ပွဲအမည်ကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ဖူးသော ပြိုင်ပွဲအမည်မှာ ဘောလုံးပွဲ (သို့မဟုတ်) ထုပ်ဆီးတိုးပြိုင်ပွဲ ဖြစ်ပါသည်။
လုပ်ငန်း(၆) ။ သင်၏နေ့စဉ် အလုပ်များကိုပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်၏နေ့စဉ်အလုပ်များမှာ မိဘကိုကူညီလုပ်ကိုင်ပေးခြင်း၊ ကျောင်းတက်၍ ပညာသင်ယူခြင်း၊ အိမ်စာများရေးခြင်း၊ ကျက်မှတ်ခြင်းများ ဖြစ်ပါသည်။
လုပ်ငန်း(၇) ။ သင်သည် ကျောင်းပြင်ပ စာအုပ်များကို ဖတ်ပါသလား။ သင်ဖတ်သော စာအုပ်များကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်သည် ကျောင်းပြင်ပစာအုပ်များကို ဖတ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်ဖတ်သော စာအုပ်များမှာ ပုံပြင်စာအုပ်များနှင့် ကာတွန်းစာအုပ်များဖြစ်ပါသည်။

* *

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး(၁) ။ အလုပ်လုပ်ကိုင်ရာတွင် မည်ကဲ့သို့လုပ်ကိုင် သင့်ပါသလဲ။ သင်နားလည်သလို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ အလုပ်လုပ်ကိုင်ရာတွင် အခြားသူများလုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ မလုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ မိမိအလုပ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် ကြိုးကြိုးကုတ်ကုတ် လုပ်ကိုင်သင့်ပါသည်။

မေး(၂) ။ အောင်မြင်မှု ပန်းတိုင်ရရှိဖို့အတွက် သင်မည်သို့ချီတက်ရမည်နည်း။
ဖြေ ။ ။ အောင်မြင်မှု ပန်းတိုင်ရရှိဖို့အတွက် ကျွန်ုပ်သည် မဆုတ်မနစ်၊ နောက်မတွန့်ဘဲ ဇွဲသတ္တိအပြည့်အဝဖြင့် ချီတက်ရပါမည်။

မေး(၃) ။ နေ့စဉ်ကျင့်ကြံရမည့်အချက်ကို ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ နေ့စဉ်ကျင့်ကြံရမည့်အချက်မှာ အကျင့်စာရိတ္တကောင်းမွန်ရေးအတွက် ကျင့်ကြံအားထုတ်မွေးမြူရေးပင်ဖြစ်ပါသည်။

မေး(၄) ။ စာပေ၏ကျေးဇူးကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ စာပေ၏ကျေးဇူးမှာ လူအများအလယ်တွင် ရဲရဲဝံ့ဝံ့ မှန်မှန်ကန်ကန် ပြောဆိုနိုင်ခြင်း၊ စာပေ၏အဆုံးအမများကြောင့် လိမ္မာရေးခြားရှိခြင်း၊ ကိစ္စအဝဝကို မှန်မှန်ကန်ကန်ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဆုံးဖြတ်လုပ်ကိုင်နိုင်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

မေး(၅) ။ စာပေသင်ကြားရသည့်အတွက် သင့်စိတ်မှာ မည်သို့ဖြစ်နေပါသနည်း။ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ စာပေသင်ကြားရသည့်အတွက် ကျွန်ုပ်စိတ်မှာ ကြည်နူးဝမ်းမြောက်မှု ဖြစ်ပေါ်နေပါသည်။

* * *

အခန်း(၂၀)

တာဝန်

ကျောင်းပိတ်ရက်

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း(၁) ။ ကျောင်းပိတ်ရက်ကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျောင်းပိတ်ရက်ကဗျာကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများမှာ အားလပ်ချိန်ကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချတတ်ခြင်း၊ တာဝန်ယူတတ်သော အလေ့အကျင့် ရရှိခြင်း၊ စည်းကမ်းရှိခြင်း၊ စနစ်ကျခြင်း၏ တန်ဖိုးကို သိနားလည်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၂) ။ ကျောင်းပိတ်ရက်ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျောင်းပိတ်ရက်ကဗျာ၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

(က) ကျောင်းပိတ်ရက်ကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချတတ်စေရန်။

(ခ) နိုင်ငံတာဝန် ယူတတ်သော အလေ့အကျင့် ရရှိစေရန်။

(ဂ) ခေါင်းဆောင်ကောင်း တစ်ယောက်အတွက် စည်းကမ်းရှိခြင်း၊ စနစ်ကျခြင်း တို့လိုကြောင်း သိရှိစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၃) ။ အောက်ဖော်ပြပါကဗျာကို ဆရာမှတိုင်ပေးပြီး ကလေးများရွတ်ဆိုပါ။

ရွတ်ဆိုရန်

ကျောင်းပိတ်ရက်

ကျောင်းပိတ်ရက်ဝယ် အိမ်မှာနားတော့
ဆော့ကစားလို့ မနေသင့်တယ်။
နိုင်တဲ့ဝန်ကို ပါဝင်ထမ်းလို့
တတ်စွမ်းသမျှ ကူကြကွယ်။
ကိုယ့်အိမ်ကိုယ့်ရာ သန့်သန့်ရှင်းနဲ့
အမှိုက်လှည်းကျင်းနေရမယ်။
အားလပ်ချိန်မှာ စာကိုဖတ်တော့
မှတ်စုမှတ်ရာ သုတကြွယ်။
စည်းကမ်းရှိသေ ယဉ်ယဉ်ကျေးနဲ့
လိမ္မာရေးခြား တို့လူငယ်။

http://www.dhammadownload.com

နောင်တစ်ခေတ်မှာ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်တော့

စည်းစနစ်က အခြေခံတယ်။

ကြိုးစားကွယ် တိုးပွားမယ် ။ ။ အောင်သန်းဦး(ရေနံ့သာ)

စကားပြေ

ကျောင်းပိတ်ရက်တွင် အိမ်မှာနားနေချိန်၌ ဆော့ကစားမနေသင့်ပါ။ မိမိထမ်းဆောင်နိုင်သည့် အိမ်တာဝန်များကို မိမိတတ်စွမ်းသမျှ ပါဝင်ကူညီ ထမ်းဆောင်သင့်ပါသည်။ မိမိအိမ်ရာကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်နေစေရန် အမှိုက်များလှည်းကျင်းနေကြရမည်။

အားလပ်ချိန်များတွင် စာဖတ်ခြင်းဖြင့် ဗဟုသုတ ကြွယ်ဝစေပါသည်။ စည်းကမ်းရှိသေလေးစား၍ ယဉ်ကျေးလိမ္မာသော လူငယ်ကလေးများဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြပါလေ။

သို့မှသာလျှင် နောင်တစ်ချိန်ဝယ် ခေါင်းဆောင်များဖြစ်လာသည့်အခါ စည်းစနစ်ကျခဲ့သော အခြေခံများရရှိခဲ့ပြီးဖြစ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းများ ဖြစ်လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ကြိုးစားကြပါ သို့မှသာ ကြီးပွားတိုးတက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

✳

လုပ်ငန်း(၄) ။ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ သင်ဘာလုပ်ပါသလဲ။

ဖြေ ။ ။ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ ကျွန်ုပ်သည် အိမ်အလုပ်များကို ကူညီလုပ်ကိုင်ပါသည်။ အားလပ်ချိန်များတွင် စာဖတ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၅) ။ သင့်အိမ်မှာ သင်ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးနိုင်သော အလုပ်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်အိမ်မှာ ကျွန်ုပ်လုပ်ကိုင်ပေးနိုင်သော အလုပ်များမှာ အမှိုက်လှည်းကျင်းခြင်း၊ ရေခပ်ပေးခြင်း၊ သစ်ပင်ရေလောင်းပေးခြင်းနှင့် ပန်းကန်ကူညီဆေးကြောပေးခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၆) ။ သင်အားလပ်တဲ့အခါ စာဖတ်သလား။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်အားလပ်သည့်အခါ စာဖတ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၇) ။ သင်ကြီးလာသောအခါ ခေါင်းဆောင်တစ်ဦးဖြစ်ချင်ပါသလား။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်ကြီးလာသောအခါ ခေါင်းဆောင်တစ်ဦးဖြစ်ချင်ပါသည်။

✳ ✳

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး(၁) ။ ကျောင်းပိတ်ရက်တွေမှာ မည်သို့နေထိုင်လုပ်ကိုင်သင့်သလဲ။

ဖြေ ။ ။ ကျောင်းပိတ်ရက်တွေမှာ အိမ်အလုပ်များကို ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးပြီး အားလပ်ချိန်များတွင် စာဖတ်နေသင့်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

မေး(၂) ။ စာဖတ်လျှင် ဘာတွေရရှိလာမလဲ။ ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ စာဖတ်လျှင် ဗဟုသုတများရရှိ ကြွယ်ဝလာပါမည်။
မေး(၃) ။ လူငယ်ဘဝမှာ ဘာတွေရှိသင့်သလဲ။
ဖြေ ။ ။ လူငယ်ဘဝမှာ စည်းကမ်းရှိသေလေးစား၍ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ကာ လိမ္မာရေးခြားရှိသင့်ပါသည်။
မေး(၄) ။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ဖို့အတွက် ဘာတွေလိုအပ်သလဲ။
ဖြေ ။ ။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ဖို့အတွက် စည်းစနစ်ကျရန် လိုအပ်ပါသည်။
မေး(၅) ။ သင်မည်သည့်နေရာမှာ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ချင်သလဲ။
ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်သည် နိုင်ငံ၏ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ချင်ပါသည်။

*

သစ္စာအဓိဋ္ဌာန် (၄)ချက် (သီချင်း)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်း(၁) ။ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်(၄)ချက်သီချင်းကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသော အသိပညာများကို ရှင်းပြပါ။
ဖြေ ။ ။ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်(၄)ချက်သီချင်းကို သင်ယူရခြင်းဖြင့် ရရှိသောအသိပညာများမှာ -
(က) ကျောင်းသားလူငယ်မှ အရွယ်ရောက်သည်အထိ တာဝန်အဆင့်ဆင့်ရှိကြောင်း သိစေခြင်း။
(ခ) အရွယ်နှင့်လျော်ညီသော တာဝန်ကိုသိခြင်း။
လုပ်ငန်း(၂) ။ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်(၄)ချက်(သီချင်း)၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို သင်သိသမျှ ပြောပြပါ။
ဖြေ ။ ။ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်(၄)ချက်(သီချင်း)၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်မှာ -
(က) ကျောင်းသားလူငယ်များ တာဝန်အဆင့်ဆင့်ကို သိစေရန်။
(ခ) အဓိဋ္ဌာန်(၄)ချက်ကို နားလည်လိုက်နာစေရန် တို့ဖြစ်ပါသည်။
လုပ်ငန်း(၃) ။ အောက်ဖော်ပြပါ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်(၄)ချက်ကို ဆရာမှ မှန်ကန်သော အသံထွက်ဖြင့် သီဆိုပြသည့်အတိုင်း တပည့်များ လိုက်ဆိုပါ။
ဖြေ ။ ။

သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်(၄)ချက်

မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင်ကြိုးစားမည်။
မိမိအတန်းကို ကောင်းအောင် ကြိုးစားမည်။
မိမိကျောင်းကို ကောင်းအောင် ကြိုးစားမည်။
မိမိတိုင်းပြည်အတွက် ကောင်းအောင်ကြိုးစားမည်။

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ငန်း(၄) ။ သင်သည် မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင် ကြိုးစားပါသလား။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်သည် မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင် ကြိုးစားပါသည်။

လုပ်ငန်း(၅) ။ သင်၏ကောင်းသော ကြိုးစားမှုတစ်ခုကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်ကောင်းသော ကြိုးစားမှုတစ်ခုမှာ လူကြီးသူမ ဆရာသမားများကို ရိုသေလေးစားစွာ ဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၆) ။ သင့်အတန်းကောင်းဖို့အတွက် သင့်အတန်းထဲရှိ ကျောင်းသားကျောင်းသူ မည်မျှကောင်းရမည်လဲ။ ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်အတန်းကောင်းစေရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့အတန်းထဲရှိ ကျောင်းသားကျောင်းသူအားလုံး ကောင်းရန်လိုအပ်ပါသည်။

လုပ်ငန်း(၇) ။ သင့်ကျောင်းကောင်းဖို့အတွက် မည်သူတွင် တာဝန်ရှိသလဲ။ သင်နားလည်သလို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်တို့ကျောင်းကောင်းရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ ကျောင်းသူကျောင်းသား အားလုံးတွင် တာဝန်ရှိပါသည်။

* *

တတ်မြောက်မှုစစ်ဆေးခြင်း

မေး(၁) ။ သင့်အတန်းကောင်းဖို့အတွက် လုပ်ဆောင်သော သင့်အလုပ်များကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်အတန်းကောင်းဖို့အတွက် လုပ်ဆောင်ရသော ကျွန်ုပ်၏အလုပ်များမှာ အမှိုက်လှည်းခြင်း၊ ရေခပ်ခြင်းနှင့် စည်းကမ်းရှိစွာ နေထိုင်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

မေး(၂) ။ သင့်ကျောင်း၏ ထူးခြားကောင်းမွန်ချက်တစ်ခုကို ပြောပြပါ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်တို့ကျောင်း၏ ထူးခြားကောင်းမွန်ချက်တစ်ခုမှာ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မေး(၃) ။ သင်ကြီးလာသည့်အခါ တိုင်းပြည်အတွက် မည်သည့်အလုပ်မျိုးကို လုပ်ချင်ပါသလဲ။

ဖြေ ။ ။ ကျွန်ုပ်ကြီးလာသည့်အခါ တိုင်းပြည်အတွက် အကျိုးပြုမည့်အလုပ်မျိုးကို လုပ်ချင်ပါသည်။

* * *

ပြီးပါပြီ။

ထူးထူးချွန်ချွန် အောင်မြင်ကြပါစေသတည်း။