ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း

ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာ

စတုတ္ထတန်း

Grade 4

ဆရာလမ်းညွှန်

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း

ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာ

စတုတ္ထတန်း

Grade 4

ဆရာလမ်းညွှန်

၂၉၃၉၅

ပဉ္စမအကြိမ် ပုံနှိပ်ခြင်း

၂၀၁၄ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ

အုပ်ရေ ၆၀၀၀

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း၏ မူပိုင်ဖြစ်သည်။

ရွှေနိုင်ငံ ပုံနှိပ်တိုက်တွင် (01-400 890, 548 042) ပုံနှိပ်သည်။

မာတိကာ

ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ရိုးညွှန်းတမ်း အမှာစာ ဃ

သင်ခန်းစာ (၁) ပျော်စရာ ဓမ္မစကူးလ် ၁

သင်ခန်းစာ (၂) ဘုရားဆု ပန်တော်မူခြင်း ၆

သင်ခန်းစာ (၃) သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝ ၁၂

သင်ခန်းစာ (၄) သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ်စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်း ၁၆

သင်ခန်းစာ (၅) ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်း ၂၀

သင်ခန်းစာ (၆) သာသနာပြုစေလွှတ်တော်မူခြင်း ၂၄

သင်ခန်းစာ (၇) ကျင့်ကြံစရာ တရားရတနာ ၂၈

သင်ခန်းစာ (၈) တရားထိုင်ကြမယ် ၃၃

သင်ခန်းစာ (၉) ဒုစရိုက်တရားဆယ်ပါး ၃၇

သင်ခန်းစာ (၁၀) လူမှုရေးမင်္ဂလာ ၄၁

သင်ခန်းစာ (၁၁) မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင်မင်္ဂလာ ၄၆

သင်ခန်းစာ (၁၂) ဣန္ဒြေရှင်ကိုရင်လေး ၅၀

သင်ခန်းစာ (၁၃) ဥတ္တမာထေရီ ၅၅

သင်ခန်းစာ (၁၄) မိဘစကားနားထောင်သော ဒီယာဝု ၅၉

သင်ခန်းစာ (၁၅) မိဘကျေးဇူး ၆၃

သင်ခန်းစာ (၁၆) မိတ်ဆွေစစ် ၆၈

သင်ခန်းစာ (၁၇) မေတ္တာရှင်မလေး ၇၂

သင်ခန်းစာ (၁၈) ရွှေရောင်နတ်သမီးလေး ၇၇

သင်ခန်းစာ (၁၉) ဆွမ်း ကပ်လှူမယ် ၈၁

သင်ခန်းစာ (၂၀) ရေချမ်း ကပ်လှူမယ် ၈၅

သင်ခန်းစာ (၂၁) လေးလေးစားစား လှူကြမယ် ၈၈

သင်ခန်းစာ (၂၂) ကျိုက်ထီးရိုးဘုရား သွားကြမယ် ၉၂

သင်ခန်းစာ (၂၃) စင်ကြယ်သော အသက်မွေးမှု ၉၇

သင်ခန်းစာ (၂၄) အကျိုးပျက်ပြား ကုန်းတိုက်စကား ၁၀၁

သင်ခန်းစာ (၂၅) မဆင်မခြင်ပြောသည့် ဆိုးကျိုး ၁၀၅

သင်ခန်းစာ (၂၆) သန့်ရှင်းစေချင် တို့ဝန်းကျင် ၁၀၉

သင်ခန်းစာ (၂၇) ညီညီညွတ်ညွတ် နေကြမယ် ၁၁၃

သင်ခန်းစာ (၂၈) စိတ်ထားဖြောင့်မတ်ခြင်း ၁၁၇

သင်ခန်းစာ (၂၉) အများအကျိုးဆောင် ၁၂၁

သင်ခန်းစာ (၃၀) ပညာရှိခေါင်းဆောင်ကောင်း ၁၂၅

သင်ခန်းစာ (၃၁) ဘုရင်မကြီး ရှင်စောပု ၁၃၀

သင်ခန်းစာ (၃၂) အသက်သခင်ကို ပြစ်မှားသူ ၁၃၄

သင်ခန်းစာ (၃၃) တစ်လုတ်စားဖူး သူ့ကျေးဇူး ၁၃၇

သင်ခန်းစာ (၃၄) ပဏ္ဍာဝုဓ မင်းသား ၁၄၁

သင်ခန်းစာ (၃၅) အမည်နှင့် အရည်အချင်း ၁၄၅

သင်ခန်းစာ (၃၆) လူကောင်းနှင့် လူဆိုး ၁၄၉

သင်ခန်းစာ (၃၇) သူများမကောင်းကြံ ကိုယ့်ဘေးရန် ၁၅၃

သင်ခန်းစာ (၃၈) ပျင်းရိစိတ်များ တို့ပယ်ရှား ၁၅၆

သင်ခန်းစာ (၃၉) ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့ ၁၆၀

သင်ခန်းစာ (၄၀) ဝါဆိုလပြည့်နေ့ ၁၆၅

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း

ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ရိုးညွှန်းတမ်း အမှာစာ

၁။ နိဒါန်း

မြန်မာနိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားတို့သည် ရှေးနှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက ဗုဒ္ဓသာသနာကို ယုံကြည်သက်ဝင်လာခဲ့ကြသည်။ အုပ်ချုပ်သူမင်းများမှစ၍ အောက်ခြေလူတန်းစားများအဆုံး တစ်နိုင်ငံလုံးက ဗုဒ္ဓဘာသာကို အမြတ်တနိုး တန်ဖိုးထား ကိုးကွယ်ကျင့်သုံးခဲ့ကြသည်။ ရှေးမြန်မာမင်းများ၏ နိုင်ငံတော်တည်ဆောက်ရေးတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အခန်းကဏ္ဍမှာ အဓိကနေရာမှ ပါဝင်ခဲ့ပေသည်။ နိုင်ငံ၏ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ပညာရေးနှင့် နိုင်ငံရေးစသောကဏ္ဍများစွာတို့ကို ဆောင်ရွက်သည့်အခါတိုင်း မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမဟောကြားချက်များကို အခြေခံ၍ လုပ်ဆောင်ခဲ့ကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ သို့အတွက်ကြောင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ထုံးတမ်းစဉ်လာများ၊ စာပေ၊ အနုပညာဆိုင်ရာ တိုးတက်ဖြစ်ထွန်းမှုများသည် ဗုဒ္ဓဘာသာအပေါ်တွင် အခြေပြုခဲ့ပါသည်။ ဤသို့အားဖြင့် ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှုနှင့် မြန်မာနိုင်ငံသည် တစ်သားတည်း ခွဲခြားမရအောင် ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများသည် ရှေးမြန်မာတို့၏ ပညာရင်နို့သောက်စို့ရာ ပင်မဌာနကြီး ဖြစ်ခဲ့ကြသည်။ သို့ဖြစ်၍ ရှေးမြန်မာလူမှုဘဝများသည် ဘာသာရေးနှင့် ဒွန်တွဲနေခဲ့သည်။ ရှေးမြန်မာလူငယ်တို့သည် ဘာသာတရားအပေါ်တန်ဖိုးထားကာ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများမှ သင်ကြားပေးလိုက်သော အသိပညာ၊ အတတ်ပညာများဖြင့် ရပ်ရွာအကျိုး၊ နိုင်ငံ့အကျိုး၊ သာသနာ့အကျိုးတို့ကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသည်။ ယနေ့ခေတ် အခါတွင် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာမျိုးဆက်သစ်တို့ကြား ဆက်ဆံရေးမှာ ကင်းကွာလာပြီး တစ်စထက်တစ်စ အားနည်းလာသည်။ ထိုအားနည်းချက်ကို ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်းရန်အတွက် ကလေးလူငယ်များ အပတ်စဉ် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများသို့ သွားရောက်သည့်အလေ့အထ ပြန်လည်ပေါ်ပေါက်ရေးအတွက် အရေးတကြီး ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်နေပါသည်။

ကမ္ဘာပေါ်တွင် ထေရဝါဒငါးနိုင်ငံ ရှိသည့်အနက် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၌ အားကျအတုယူဖွယ် ကောင်းသော ဗုဒ္ဓဘာသာ ပညာရေးစနစ်တစ်ခု ရှိပါသည်။ ထိုပညာရေးစနစ်ဆိုသည်မှာ တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘာသာရပ်ကို သင်ကြားပေးသော ဓမ္မစကူးလ်စနစ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ လွန်ခဲ့သော နှစ်များစွာကတည်းက သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၏ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ကလေးလူငယ်များအားလုံးနီးပါးသည် ဓမ္မစကူးလ်ကျောင်းများတွင် လူငယ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝအတွက် အကျိုးရှိစေမည့် ဗုဒ္ဓအဆုံးအမတရားတော်များကို သင်ယူခွင့် ရခဲ့ကြပါသည်။

လွတ်လပ်ရေးရပြီးနောက်ပိုင်း သီရိလင်္ကာနိုင်ငံကို အုပ်ချုပ်ဦးဆောင်ခဲ့သူ အဆက်ဆက်မှစတင်ပြီး လက်ရှိသမ္မတကြီးအထိ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံခေါင်းဆောင်များသည် ဓမ္မစကူးလ်တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘာသာရပ်ကို ဆည်းပူးသင်ယူခဲ့ကြပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ အုပ်ချုပ်သူ လူတန်းစားမှစ၍ ပညာတတ်လူတန်းစားပါမကျန် အောက်ခြေလူတန်းစားအဆုံး တစ်နိုင်ငံလုံးကို လွှမ်းခြုံထားနိုင်သော ဓမ္မစကူးလ်စနစ်သည် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၏ ဘာသာရေးရေသောက်မြစ်သဖွယ်ဖြစ်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာ တည်တံ့မှုကို ပိုမိုခိုင်မာစေပါသည်။ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတွင် ရဟန်းသံဃာ၊ သီလရှင်အရေအတွက်မှာ မြန်မာနိုင်ငံထက် အဆများစွာ နည်းပါးပါသည်။ သို့သော်လည်း ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ

နိုင်ငံများတွင် နိုင်ငံတကာသို့ ဗုဒ္ဓစာပေများ ရေးသားဖြန့်ဝေမှု၊ ဗုဒ္ဓဝါဒပြန့်ပွားစေရန် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု အားအကောင်းဆုံးနိုင်ငံအဖြစ် အားကျဖွယ် ရပ်တည်နေဆဲဖြစ်သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

ယနေ့ ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်ကြီးတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် ဘာသာရေး၊ လူမျိုးရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုများနှင့် ရင်ဆိုင်နေရပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဘာသာရေး၊ လူမျိုးရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုများကို အခြေခံကောင်းကောင်းနှင့် အုတ်မြစ်ချ တည်ဆောက်ထားနိုင်မည့် လူငယ်မျိုးဆက်သစ်များ မြန်မာနိုင်ငံတော်ကြီးတွင် လိုအပ်နေပါသည်။ အဆိုပါ လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်ရန် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံကဲ့သို့ တစ်နိုင်ငံလုံး လွှမ်းခြုံနေမည့် ဓမ္မစကူးလ်များ ဖွင့်လှစ်ဖို့ မဖြစ်မနေ ကြိုးစားရန် အချိန်တန်နေပြီ ဖြစ်သည်။ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး လမ်းကြောင်းပေါ်တွင် လျှောက်လှမ်းနေသည့် မြန်မာနိုင်ငံတော်ကြီးအတွက် ရေရှည်တည်တံ့မည့် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဓမ္မစကူးလ်ကျောင်းများက ကူညီဖော်ဆောင်ပေးကြပါလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်မိပါသည်။

၂။ အနာဂတ်မျှော်မှန်းချက်များ

(က) ခေတ်မီသင်ကြားနည်းစနစ်များပါဝင်သည့် အတန်းစဉ်အလိုက် ပြဌာန်းထားသော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများဖြင့် သင်ကြားပေးမည့် ဓမ္မစကူးလ်ကျောင်းများ မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့ ပေါ်ပေါက်လာပြီး မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို အခြေခံမှစ၍ လေ့လာသင်ကြားနိုင်စေရန်။

(ခ) ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို သိရှိနားလည်ပြီး ဘာသာတရားကို တန်ဖိုးထားချစ်ခင်မြတ်နိုးကာ ယဉ်ကျေးငြိမ်းချမ်းသော လူ့အဖွဲ့အစည်း ဖြစ်ပေါ်လာစေရန်။

(ဂ) မိရိုးဖလာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မှ ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို လက်တွေ့ဘဝတွင် အသုံးချနိုင်သော စစ်မှန်သည့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်ပေါ်လာစေရန်။

(ဃ) ဆရာနှင့် ဒကာ ညီညာစွာ လက်တွဲ၍ သာသနာပြုလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်သွားစေရန်။

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်းအနေဖြင့် ဓမ္မစကူးလ်သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ ပေါ်ပေါက်ရေး အကောင်အထည်ဖော်ရာ၌ ပထမတန်း (Grade 1) မှ ဆဋ္ဌမတန်း (Grade 6) အထိ ပေါ်ထွက်လာခဲ့ပြီး အထက်တန်းများအတွက် ဆက်လက်ရေးသားနေဆဲဖြစ်သည်။ တစ်ဖက်တွင်လည်း ရေးသားပြီးဖြစ်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများအတွက် ဓမ္မစကူးလ် ဆရာဖြစ်သင်တန်းများ ကျင်းပပြုလုပ်ပေးခဲ့ရာ ဓမ္မစကူးလ် အပတ်စဉ် ဗုဒ္ဓဓမ္မပညာရေးကျောင်းတော်များ မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် အများအပြား ပေါ်ပေါက်လာခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်းသည် ၂၀၁၃ မေလမှစ၍ ဓမ္မစကူးလ် ဆရာဖြစ်သင်တန်းများ ကျင်းပလာခဲ့ရာ ၂၀၁၄ ခုနှစ် ဧပြီလအထိ ဗဟိုအဆင့် ဆရာဖြစ်သင်တန်း (၁၃) ကြိမ်၊ ဆင့်ပွားဆရာဖြစ်သင်တန်း (၁၀၆) ကြိမ် ကျင်းပနိုင်ခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ ယခုအခါတွင် မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြား၌ ဓမ္မစကူးလ်ကျောင်းပေါင်း (၁၅၀၀) ကျော်နှင့် ကျွမ်းကျင်သော ဓမ္မစကူးလ်ဆရာ၊ ဆရာမပေါင်း (၄၅၀၀) ကျော် ပေါ်ထွက်လာပြီ ဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြင့် နောင် (၅) နှစ်ကို မျှော်မှန်းကြည့်ပါက မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာ သင်ခန်းစာများကို စနစ်တကျ သင်ကြားပေးနိုင်မည့် ဓမ္မစကူးလ်ကျောင်းပေါင်း (၁၅,၀၀၀) ခန့်နှင့် သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ ကျွမ်းကျင်

သော ဓမ္မစကူးလ် ဆရာ၊ ဆရာမပေါင်း (၁၀၀,၀၀၀) ခန့်အထိ ပေါ်ပေါက်လာနိုင်ပါသည်။ မျိုးဆက်သစ် ဗုဒ္ဓဘာသာ ကလေးသူငယ်ပေါင်း (၄) သန်း ကျော်သည့် ထိုဓမ္မစကူးလ် ဆရာ၊ ဆရာမများထံမှ ခေတ်မီသင်ကြားနည်းစနစ်များ ပါဝင်သော ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများကို လေ့လာသင်ယူခွင့် ရရှိကြမည်ဖြစ်သည်။

၃။ ရည်ရွယ်ချက်များ

(က) ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်များ၊ ဆရာလမ်းညွှန်စာအုပ်များနှင့် သင်ကြားသင်ယူမှုဆိုင်ရာ နည်းစနစ်အမျိုးမျိုး၊ သင်ထောက်ကူပစ္စည်း အမျိုးမျိုးပါဝင်သော ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းဖြင့် ရေးဆွဲထားသည့် ဗုဒ္ဓဘာသာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ ပေါ်ပေါက်လာစေရန်၊

(ခ) ဓမ္မစကူးလ်ဗုဒ္ဓဘာသာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများကို ထိရောက်စွာ အကောင်အထည်ဖော် သင်ကြားပေးနိုင်မည့် ဆရာ၊ ဆရာမများ မွေးထုတ်ရန်၊

(ဂ) တူညီသော ရည်ရွယ်ချက်များဖြင့် ပါဝင်ဆောင်ရွက်လိုကြသည့် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများ၊ သီလရှင်ကျောင်းများ၊ ဘုန်းတော်ကြီးသင် ပညာရေးကျောင်းများ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းအဖွဲ့များနှင့် ပူးပေါင်း၍ ဓမ္မစကူးလ် ကွန်ရက်ကို ထည်ထောင်ပြီး နိုင်ငံအနှံ့ ဓမ္မစကူးလ်များ တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်ရန်၊

(ဃ) ဓမ္မစကူးလ်လုပ်ငန်းများတွင် စိတ်ပါဝင်စားကြသည့် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများ၊ သီလရှင်ကျောင်းများ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ အသင်းအဖွဲ့များ၊ ပရဟိတ အသင်းအဖွဲ့များ၊ တစ်သီးပုဂ္ဂလ စေတနာရှင်များ၊ ရပ်ရွာလူထုအခြေပြု အသင်းအဖွဲ့များ၊ လူထုဆက်သွယ်ရေး လုပ်ငန်းများနှင့် ပူးပေါင်းလျက် ဓမ္မစကူးလ်ကျောင်းများ တစ်နိုင်ငံလုံး အတိုင်းအတာဖြင့် ကျယ်ပြန့်သည့် ပံ့ပိုးမှုများ ရရှိစေရေး လုပ်ဆောင်သွားရန်။

၄။ ဓမ္မစကူးလ်သင်ရိုးညွှန်းတမ်း

(က) သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များ

၁။ ဗုဒ္ဓသာသနာဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက် ပြန့်ပွားလာခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ဗုဒ္ဓဝင်၊ သာသနာဝင်၊ သမိုင်းဝင်အဖြစ်အပျက်များ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများအကြောင်းကို သိရှိပြီး ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မနှင့် သံဃာတည်းဟူသော ရတနာသုံးပါးကို ပိုမိုသက်ဝင်ယုံကြည် လေးစားကြည်ညိုလာစေရန်၊

၂။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး၏ နေ့စဉ်အလုပ်ဖြစ်သည့် ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာအလုပ်များကို စနစ်တကျနှင့် မှန်ကန်စွာ ကျင့်ကြံအားထုတ် လုပ်ဆောင်တတ်လာစေရန်၊

၃။ ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမများကို မှန်ကန်စွာ နားလည်လက်ခံကျင့်သုံးပြီး လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း တန်ဖိုးရှိသော လူသားတစ်ဦးအဖြစ် နေထိုင်တတ်စေရန်။

၄။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိ ထင်ရှားသော ဘုရားပုထိုးများ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာပွဲလမ်းသဘင်များ၊ နေ့ထူးနေ့မြတ်များနှင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များအကြောင်းကို သိရှိပြီး ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ အဓွန့်ရှည်တည်တံ့ရေး၊ ပြန့်ပွားရေး တို့အတွက် ပါဝင်ကူညီ ဆောင်ရွက်လာစေရန်။

(ခ) သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အခြေခံမူများ

၁။ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ သက်ဝင်ယုံကြည်မှု၊ အတွေးအခေါ် အယူအဆများ၊ အဆုံးအမများနှင့် မြန်မာ့ ယဉ်ကျေးမှု ထုံးတမ်းဓလေ့များကို အခြေခံထားသည်။

၂။ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို သက်ဝင်ယုံကြည်ကိုးကွယ်အားထားရာ ဘာသာရေးသက်သက် သဘောထားရုံမျှ မဟုတ်ဘဲ နေ့စဉ်လူမှုဘဝတွင် လူသားတစ်ဦးအတွက် တန်ဖိုးရှိသော ဘဝနေနည်းလမ်းညွှန်အဖြစ်ကိုပါ အခြေခံ ထားသည်။

၃။ အသိပညာပေးသက်သက်၊ ဗဟုသုတရရှိရုံသက်သက်မဟုတ်ဘဲ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ နှလုံး သုံးပါးလုံး၏ အပြုအမူ၊ အလေ့အထနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ထွန်းရေးအတွက် ရည်ရွယ်ထားသည်။

၄။ သင်ရိုးဝင်အကြောင်းအရာများကို လွယ်ရာမှ ခက်ရာသို့၊ ရိုးရှင်းရာမှ ရှုပ်ထွေးနက်နဲရာသို့၊ ဒြပ်ရှိအသိမှ ဒြပ်မဲ့ အသိသို့ အဆင့်ဆင့် ချဲ့ထွင်သင်ယူနိုင်ရန် အထောက်အကူပြုသည့် ခရုပတ်နည်း (Spiral Method) ဖြင့် ဖွဲ့စည်း ထားသည်။

၅။ သင်ကြားသင်ယူမှု လုပ်ငန်းစဉ်တွင် အပြန်အလှန်ပြောဆို ဆွေးနွေးခြင်း၊ ပူးပေါင်းပါဝင်လုပ်ဆောင်ခြင်း စသော တက်ကြွစွာသင်ယူသည့်နည်းများ ပါဝင်သော ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းဖြင့် စီစဉ်ထားသည်။

(ဂ) သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ဖွဲ့စည်းပုံ

မူလတန်းအဆင့်အတွက် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲရာတွင် ယေဘုယျအားဖြင့် သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် တစ်ခု လျှင် တစ်ရက်၊ စာသင်ချိန် (၄) ချိန်၊ တစ်ချိန်လျှင် မိနစ် (၃၀) နှုန်းဖြင့် စုစုပေါင်း နှစ်နာရီစာ ရေးဆွဲထားပါသည်။ အတန်းအဆင့် တစ်ဆင့်ချင်းစီအတွက်လည်း စုစုပေါင်းသင်ခန်းစာ (၄၀) စီ ပြင်ဆင်ထားပါသည်။ မူလတန်းအဆင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း တစ်ခုလုံးကို ခြုံကြည့်လျှင် အောက်ပါအတိုင်း အဓိကနယ်ပယ်ကြီးခြောက်ခု ပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရှိရမည် ဖြစ်သည်။

(၁) ရတနာသုံးပါး ။ ။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာတည်းဟူသော ရတနာသုံးပါးကို သက်ဝင်ယုံကြည်ပြီး ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်ခြင်းနှင့် ဆိုင်သည့် အကြောင်းအရာများ။

(၂) ဗုဒ္ဓဝင် ။ ။ ဘုရားဆုပန်သည်မှအစ ဖွားတော်မူခန်းမှသည် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသည်အထိ ဗုဒ္ဓ၏ဘဝဖြစ်တော် စဉ်များ။

(၃) မင်္ဂလာတရားတော်များ။ ။ မင်္ဂလသုတ်တရားတော်လာ မင်္ဂလာတရား (၃၈) ပါးနှင့် ဆက်နွှယ်နေသည့် ဇာတက ဝတ္ထုများ။

(၄) ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး၏ ဘာသာရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ ။ ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအနေဖြင့် နေ့စဉ်ကျင့်ကြံ အားထုတ်လုပ်ဆောင်ရမည့် ဘာသာရေးအလေ့အထများ (ဥပမာ- ဘုရားရှိခိုးခြင်း၊ မေတ္တာပို့ခြင်း၊ ဘာဝနာပွားခြင်း၊ တရားထိုင်ခြင်း . . . စသည်)။

(၅) ဗုဒ္ဓဘာသာပုဂ္ဂိုလ်ထူးများနှင့် နေ့ထူးနေ့မြတ်များ ။ ။ သာသနာ့ဝင်၊ သမိုင်းဝင်ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ အလေးအမြတ်ထား ကျင်းပပြုလုပ်သည့် နေ့ထူးနေ့မြတ်များ၊ ပွဲတော်များ။

(၆) ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး၏ လူမှုရေးကျင့်ဝတ်များ ။ ။ ယဉ်ကျေးလိမ္မာပြီး ဉာဏ်အမြော်အမြင်နှင့် ပြည့်စုံသော လူသားတစ်ဦးအဖြစ် ဘဝတွင် ကျင့်ကြံနေထိုင်နိုင်ရေးအတွက် ဗုဒ္ဓ လမ်းညွှန်ခဲ့သည့် အဆုံးအမများ (ဥပမာ- မှန်မှန်ကန်ကန် ပြောဆိုခြင်း၊ အကျိုးရှိစွာပြောဆိုခြင်း၊ ယဉ်ကျေးချိုသာစွာပြောဆိုခြင်း၊ မေတ္တာထားခြင်း၊ မုဒိတာပွားခြင်း . . . စသည်)။

အထက်ဖော်ပြပါ အကြောင်းအရာအားလုံးကို အတန်းတိုင်းတွင် အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ လွှမ်းခြုံမိအောင် သင်ကြားနိုင်ရန် စီစဉ်ထားပါသည်။ မူလတန်းဆင့် ပြီးဆုံးသည်နှင့် ကလေးများအနေဖြင့် အထက်ဖော်ပြပါ အဓိကနယ်ပယ်ကြီးခြောက်ခု၏ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် အရေးကြီးသောအလေ့အထများ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများကို သင်ယူရရှိသွားရန် မျှော်လင့်ထားပါသည်။

(ဃ) သင်ခန်းစာများ စီစဉ်ထားပုံ

မူလတန်းဆင့် ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများကို တစ်ချိန်လျှင် မိနစ် (၃၀) နှင့် သင်ချိန်လေးချိန်၊ စုစုပေါင်းသင်ကြားချိန် (၂) နာရီစာစီ ရေးဆွဲထားပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ တစ်ရက်လျှင် အဆိုပါသင်ချိန် (၄) ချိန်လုံး အပြည့်အဝ သင်ကြားပေးမှသာ သင်ခန်းစာ၏ ရည်ရွယ်ချက် ပေါက်မြောက်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ သင်ချိန်တစ်ချိန်စီအတွင်း လုပ်ဆောင်ရမည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကိုလည်း ဆရာလက်စွဲများတွင် တစ်ဆင့်ချင်းစီ ရှင်းလင်းဖော်ပြထားပါသည်။ သင်ကြားပြသကြမည့် ဆရာ၊ ဆရာမများ အနေဖြင့် ဆရာလက်စွဲပါ လမ်းညွှန်ချက်များကို သေသေချာချာ လေ့လာဖတ်ရှုပြီး သင်ခန်းစာများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပြီးမှ သင်ကြားကြရန် အထူးတိုက်တွန်းပါသည်။ ဆရာလမ်းညွှန်ကို လေ့လာဖတ်ရှုခြင်းမပြုဘဲ သင်ကြားခြင်းမျိုး လုံးဝမပြုလုပ်ကြရန်လည်း မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။

စာသင်ချိန် (၁) ကို စီစဉ်ရာတွင် ယေဘုယျအားဖြင့် သင်ကြားမည့်အကြောင်းအရာသစ်ကို မိတ်ဆက်ပြီး နိဒါန်းပျိုးသည့် သဘောဖြင့်သာ စီစဉ်ထားသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ယခင်ရက်များတွင် သင်ကြားခဲ့သော သို့မဟုတ် ယခင်အတန်းများတွင် သင်ကြားပြီးခဲ့သော အကြောင်းအရာများနှင့် ချိတ်ဆက်ပြီး နိဒါန်းပျိုးရသည့် သင်ခန်းစာများ အများအပြား ပါဝင်ပါသည်။ တတ်နိုင်သမျှ ချိတ်ဆက်သင်ကြားကြရန်လည်း တိုက်တွန်းပါသည်။

စာသင်ချိန် (၂) နှင့် (၃) မှာမူ အဓိကအကြောင်းအရာများ၊ အလေ့အထများကို ကောင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်ပြီး ခံယူကျင့်သုံးတတ်စေရန် ရည်ရွယ်လျက် စီစဉ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ အဆိုပါ သင်ချိန်များတွင်

အဓိကအကြောင်းအရာများကို ရုပ်ပုံများ၊ ပုံပြင်များ၊ ဇာတကဝတ္ထုများ၊ စာပိုဒ်များဖြင့် တင်ပြမိတ်ဆက်ပေးထားသည်ဖြစ်ရာ အဆိုပါ ရုပ်ပုံများ၊ ပုံပြင်ဝတ္ထုများကို ထိထိရောက်ရောက်အသုံးပြုပြီး သင်ကြားစေလိုပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်များကို ထိရောက်စွာ အသုံးပြုရမည့် သင်ကြားချိန်များလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ပုံပြင်များ၊ ဇာတကဝတ္ထုများကို ဆရာ၊ ဆရာမများက ပြောပြရုံသက်သက် မဟုတ်ဘဲ ကလေးများအနေဖြင့် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို ကြည့်ရှုရင်း နားထောင်စေခြင်း၊ ဆရာနှင့်အတူ ဖတ်စေခြင်း၊ အထူးသဖြင့် ဒုတိယတန်းနှင့်အထက် ကလေးများအား ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ဖတ်ရှုစေခြင်းများ ပြုလုပ်စေနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါ ပုံပြင်များ၊ ဇာတကဝတ္ထုများကို နားထောင်ပြီး နောက်ဆက်တွဲအနေဖြင့် ပြုလုပ်ရန် စီစဉ်ထားသည့် မေးခွန်းများဖြေဆိုခြင်း၊ ပုံဆွဲခြင်း၊ ဆေးရောင်ခြယ်ခြင်း၊ သရုပ်ဆောင်ခြင်း စသော လုပ်ငန်းများကိုလည်း မလွဲမသွေ စီစဉ်လုပ်ဆောင်ကြရန် တိုက်တွန်းပါသည်။

နောက်ဆုံးသင်ကြားချိန်ဖြစ်သည့် သင်ကြားချိန် (၄) တွင်မူ အဓိကအကြောင်းအရာမှ အတုယူစရာ၊ သင်ခန်းစာယူစရာ၊ လက်ခံကျင့်သုံးစရာများကို ထုတ်ယူပြီး ကိုယ်တိုင်ဆင်ခြင်သုံးသပ် ကျင့်သုံးလိုက်နာလာစေရေးအတွက် ရည်ရွယ်သည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများဖြင့် စီစဉ်ထားပါသည်။ အဓိကအားဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမများကို အသိပညာဗဟုသုတရရုံသက်သက် မဟုတ်ဘဲ မိမိဘဝနှင့်ဆက်စပ်ပြီး လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများ၊ လုပ်ငန်းများကို ကလေးများကိုယ်တိုင် ရှာဖွေဖော်ထုတ်ကြစေသည့် အချိန်လည်းဖြစ်သည်။ ကလေးတစ်ဦးချင်းဖြစ်စေ၊ အဖွဲ့လိုက်ဖြစ်စေ မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင်အကျင့်၊ ကိုယ်ပိုင် အလေ့အထအဖြစ် ခံယူရရှိသွားစေရေးအတွက်လည်း ရည်ရွယ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ သင်ကြားချိန် (၄) သည် အထူးအရေးကြီးသော သင်ချိန်တစ်ခုလည်း ဖြစ်သည်။

အထက်ဖော်ပြပါ သင်ကြားချိန် (၄) ချိန်အတွင်းတွင် ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် ကလေးများ၏ နားလည်သဘောပေါက်မှုကို စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြည့်လေ့လာ အကဲဖြတ်ရန်လိုပါသည်။ စာသင်ကျောင်းများမှာကဲ့သို့ မေးခွန်းများရေးဖြေပြီး အမှတ်ပေးခြင်း၊ စာမေးပွဲစစ်ဆေးခြင်းများ ပြုလုပ်ရန် မလိုအပ်ပါ။ အမှန်တကယ် နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း ရှိမရှိအတွက်သာ မေးမြန်းဆွေးနွေးရန်ဖြစ်ပြီး နားမလည်သည့်အချက်များကို ဆရာနှင့်တပည့်သော်လည်းကောင်း၊ တပည့်အချင်းချင်းသော်လည်းကောင်း အပြန်အလှန် မေးမြန်းဆွေးနွေးစေခြင်းကိုသာ အဓိကထား လုပ်ဆောင်စေမည် ဖြစ်ပါသည်။

သင်ခန်းစာများကို သင်ကြားပေးရာတွင် အသိပညာပေးသက်သက်၊ ဗဟုသုတရရှိရုံသက်သက်မဟုတ်ဘဲ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ နှလုံး သုံးပါးလုံး၏ အပြုအမူ၊ အလေ့အထနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ထွန်းရေးအတွက် ရည်ရွယ်ထားသည်ဖြစ်ရာ စာသင်ချိန် (၄) ချိန် သင်ပေးလိုက်ရုံမျှဖြင့် အဆိုပါ အလေ့အထများ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ ခိုင်မြဲစွာ ရရှိသွားပြီဟု မဆိုနိုင်ပါ။ ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် စဉ်ဆက်မပြတ် လေ့လာပြီး ပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအနေဖြင့်ဖြစ်စေ၊ လိမ္မာယဉ်ကျေးပြီး ဆင်ခြင်ဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော လူသားတစ်ဦးအနေဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အမြဲကျင့်ကြံအားထုတ် လုပ်ဆောင်ရမည့် အလေ့အထကောင်းများ ဖြစ်ထွန်းရေးမှာ စာသင်ခန်းအတွင်းတွင် သင်ယူရုံဖြင့် မလုံလောက်ဘဲ စာသင်ခန်းပြင်ပတွင်ပါ လက်တွေ့ကျင့်သုံး နေထိုင်သွားရန် ဝိုင်းဝန်းလုပ်ဆောင်ပေးရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။

၅။ ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း

(က) ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းဖြင့် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရသည့် အကြောင်းရင်းများ

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း၊ ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် သင်ခန်းစာများကို စီစဉ်ရေးဆွဲရာတွင် ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းဖြင့် စီစဉ်ရေးဆွဲထားသည်ဖြစ်ရာ သင်ကြားပြသသည့်အခါတွင်လည်း ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်သင်ယူနည်းများကို အသုံးပြုပြီး သင်ကြားပြသကြရန် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်နည်းသည် ကလေးများ၏ အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးရင့်ကျက်လာသည့် အဆင့်တို့နှင့်အညီ လိုအပ်ချက်များ၊ စိတ်ဝင်စားမှုများကို အလေးထားထည့်သွင်းစဉ်းစားကာ သင်ကြားပေးရသည့် ချဉ်းကပ်နည်းဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများကို ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းဖြင့် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရသည့် အကြောင်းရင်းများစွာ ရှိသည့်အနက် အောက်ဖော်ပြပါ အကြောင်းရင်း (၃) ခုကို အလေးထား စဉ်းစားဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

(၁) ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဖန်ဆင်းရှင်၊ တန်ခိုးရှင်တစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ် ကိုးကွယ်ယုံကြည် မှီခိုအားထားပြီး နေထိုင်သွားရသည့် ဘာသာတရား မဟုတ်ဘဲ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရန်အတွက်ဖြစ်စေ၊ မျက်မှောက်ဘဝတွင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ မင်္ဂလာများဖြင့် ပြည့်စုံစွာ နေထိုင်ရှင်သန်နိုင်ရေးအတွက်ဖြစ်စေ၊ ကာယကံရှင်ကမိမိကိုယ်တိုင် ကောင်းမြတ်သော အကျင့်များကို နေ့စဉ် ကျင့်ကြံနေထိုင် လုပ်ကိုင်သွားရသည့် ဘာသာတရားဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဖန်ဆင်းရှင်၊ တန်ခိုးရှင်ကို ဗဟိုမပြုဘဲ လူသားကိုသာ ဗဟိုပြုထားသောဘာသာတရား၏ အယူအဆများ၊ အဆုံးအမများ၊ အလေ့အကျင့်များကို သင်ကြားပေးရာတွင် သင်ယူသူကိုဗဟိုပြုခြင်း တစ်နည်းအားဖြင့် ကလေးကိုဗဟိုပြု၍ သင်ကြားပေးခြင်းသည် အသင့်လျော်ဆုံး ချဉ်းကပ်နည်းဖြစ်မည်ဟု ယူဆပါသည်။

(၂) ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကိုယ်တိုင်ကျင့်ကြံအားထုတ် လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့်သာလျှင် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်နိုင်မည်။ မျက်မှောက်ဘဝတွင် ရင်ဆိုင်နေရသော ဆင်းရဲဒုက္ခများကို ကျော်လွှားနိုင်မည်ဟု ယုံကြည်သည့်ဘာသာ ဖြစ်သည်နှင့်အညီ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအနေဖြင့်လည်း မိမိကိုယ်ကျင့်ကိုသာ အားကိုးပြီး မိမိကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံလုပ်ဆောင်ကြရမည် ဖြစ်သည်။ ဤနေရာတွင်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ ယုံကြည်မှုသည် ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း၏ သဘောတရားနှင့် တစ်ထပ်တည်းကျသည်ဟု ဆိုရမည်ဖြစ်သည်။ သင်ယူသူသည် ကိုယ်တိုင်သင်ယူပါမှ သင်ယူမှုပြီးမြောက်သည်ဟူသော ဥပဒေသနှင့်အညီ ကလေးဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်နည်းတွင် ကလေးများကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင် လွတ်လပ်စွာ တွေးတောကြံဆ၊ ဆွေးနွေးမေးမြန်း၊ စူးစမ်းလေ့လာ၊ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရင်းဖြင့် သင်ယူကြစေရန် အားပေးပါသည်။

(၃) ဗုဒ္ဓဘာသာ အတွေးအခေါ်၊ အယူအဆ၊ အဆုံးအမနှင့် အလေ့အထများသည် အဓိပ္ပာယ် လေးနက်သည်ဖြစ်ရာ ကလေးငယ်များ နားလည်နိုင်ရန်အတွက် လွယ်ကူရိုးရှင်းရာမှ ခက်ခဲနက်နဲရာသို့၊ ဒြပ်ရှိသဘောမှ ဒြပ်မဲ့သဘောသို့ အဆင့်ဆင့် မွမ်းမံချဲ့ထွင်သင်ကြားပေးရန် လိုပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဓမ္မစကူးလ်သို့ လာရောက်ကြမည့်ကလေးများ၏ အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးရင့်ကျက်မှုအဆင့်အလိုက် လိုက်လျောညီထွေရှိသည့် အကြောင်းအရာများ၊ ဥပမာများဖြင့် စီစဉ်ရေးဆွဲကြရပါသည်။ ထိုသို့ စီစဉ်ရေးဆွဲသည့်အခါ ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းကို အသုံးပြုရန် မလွဲမသွေ လိုအပ်ပါသည်။

ကလေးဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်နည်းသည် ပညာသင်ကြားရေးလုပ်ငန်းများနှင့် ပတ်သက်ပြီး နှစ်ပေါင်းများစွာ သုတေသနပြု တွေ့ရှိချက်များကို အခြေခံပြီး ပေါ်ထွက်လာသည့် ချဉ်းကပ်နည်းဖြစ်သည်။ ယနေ့ကမ္ဘာကြီး၏ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး အပြောင်းအလဲများကို ရင်ဆိုင်နိုင်စေရန် ရည်ရွယ်လျက် ပညာသင်ကြားရေးနယ်ပယ်တွင် နိုင်ငံအများအပြား၌ အသုံးပြုနေသောနည်းလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤနည်းကိုပင် တက်ကြွစွာသင်ယူခြင်း (Active Learning)၊ ပါဝင်လုပ်ဆောင်သင်ယူခြင်း (Participatory Learning)၊ ထိရောက်သောသင်ကြားသင်ယူမှု (Effective Teaching and Learning) စသည်အားဖြင့် အမည်အမျိုးမျိုးဖြင့် ခေါ်ကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ အခြေခံအားဖြင့်မူ သမားရိုးကျသင်ကြားနည်းဖြစ်သည့် ဆရာဗဟိုပြုသင်ကြားနည်းမှ ခွဲထွက်ကာ ကလေးများ အနေဖြင့် တစ်စုံတစ်ယောက်က ပေးဝေသော အသိပညာကို အရှိအတိုင်း လက်ခံရယူရုံသက်သက် မဟုတ်ဘဲ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် လွတ်လပ်စွာ တွေးတောကြံဆခွင့်၊ မေးမြန်းဆွေးနွေးခွင့်၊ မေးခွန်းထုတ်ခွင့်၊ စူးစမ်းလေ့လာခွင့်များ ရရှိကြပြီး အသိပညာကို ဖြန့်ကြက်တည်ဆောက်သွားစေနိုင်မည့်နည်း ဖြစ်သည်။

(ခ) ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း၏ အခြေခံသဘောတရားများ

ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းသည် ကလေးများ၏ သင်ယူမှုနှင့်သက်ဆိုင်သည့် အောက်ပါသဘောတရား အယူအဆများအပေါ်တွင် အခြေခံထားသည်။

ကလေးများသည် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် တက်ကြွစွာပါဝင်လုပ်ဆောင်ရင်း မိမိတို့၏ ရှိရင်းစွဲအသိပညာများ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများအပေါ်တွင် အသိပညာအသစ်များ၊ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို ထပ်ဆင့်ဖြန့်ကြက် တည်ဆောက်ယူကြသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ကလေးများအနေဖြင့် ဆရာပြောသမျှကို နားထောင်ပြီး ရယူရုံသက်သက် မဟုတ်ဘဲ သင်ယူမှုတွင် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ နှစ်ပြီး ဉာဏ်ဖွင့်စဉ်းစားခြင်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်း၊ မေးခွန်းများ ဖြေဆိုခြင်း၊ သိလိုသည်များကို မေးခွန်းထုတ်ခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်း၊ ရှင်းပြပြောဆိုခြင်း၊ ငြင်းခုံခြင်း (Debate) စသည့် တက်ကြွစွာ ပါဝင်လုပ်ဆောင်သင်ယူမှုကို ပြုလုပ်ကြရသည်။

ကလေးများသည် အများနှင့်ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရင်းဖြင့်လည်း ပိုမိုသင်ယူတတ်မြောက်နိုင်ကြသည်။ အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ပြောဆိုခွင့်ရသော ကလေးများအနေဖြင့် အသိပညာကိုသာမက လူမှု ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များကိုပါ ပိုမိုရရှိစေနိုင်ပါသည်။ ကလေးများအနေဖြင့် နှစ်ယောက်တစ်တွဲ သို့မဟုတ် အုပ်စုအလိုက် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရသော လုပ်ငန်းများ၊ အုပ်စုအလိုက် ဖြေရှင်းရမည့် မေးခွန်းများနှင့် ပြဿနာ များ၊ ပရောဂျက်လုပ်ငန်းများ စသည်တို့ကို အတူတကွ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရင်းဖြင့် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်သင်ယူ နိုင်ပါသည်။

ထို့အပြင် ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းတွင် မြဲယူဆင်ခြင်သင်ယူနည်း (Inductive Learning) ကိုလည်း အသုံးပြုကြသည်။ ကလေးများအား ပြဿနာတစ်ခုပေးပြီး အရင်စဉ်းစားကြစေကာ အဖြေနှင့်ပတ်သက်သည့် အကြောင်းအရာများကို နောက်မှလေ့လာစေသည့်နည်း ဖြစ်သည်။ ကလေးများအနေဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာခြင်း၊ ရှာဖွေခြင်း၊ ပြဿနာအခြေပြု စဉ်းစားခြင်း၊ ပရောဂျက်လုပ်ငန်းအခြေပြု စဉ်းစားလုပ်ဆောင်ခြင်း စသည့်နည်း များဖြင့် သင်ယူလျှင် မွေးရာပါဗီဇနှင့် စွမ်းရည်များကို အကန့်အသတ်မဲ့ အသုံးပြုနိုင်ပြီး မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှု တိုးပွားစေနိုင်ပါသည်။

မွေစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများတွင် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို စီစဉ်ရေးဆွဲရာ၌ အထက်ဖော်ပြပါ သဘောတရားများကို အခြေခံပြီး သင့်လျော်သည့်နည်းများကို လုပ်ငန်းအလိုက် စီစဉ်ထားပါသည်။ မွေစကူးလ် ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် ဆရာလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း လုပ်ဆောင်သွားမည်ဆိုလျှင် ထိရောက်သော သင်ကြားသင်ယူမှု ဖြစ်ထွန်းမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကလေးများကို ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် စဉ်းစားတွေးတော စိတ်ကူးတတ်လာအောင်၊ မိမိတို့၏ စိတ်ကူးထင်မြင်ချက်များကို အခြားသူများနှင့် ဆွေးနွေးဖလှယ်ရင်း အဖြေရှာတတ်အောင်၊ သိလိုသည်များကို စူးစမ်းလေ့လာ တတ်အောင် ဆရာ၊ ဆရာမများက လမ်းညွှန်ပံ့ပိုးပေးမည်ဆိုပါက ကလေးများအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမများကို နားလည်သဘောပေါက်ရုံသာမက နေ့စဉ် လိုက်နာကျင့်ကြံနေထိုင်သွားနိုင်သည့် အဆင့်သို့ပါ ရောက်ရှိမည် ဖြစ်ပါသည်။

(ဂ) ဆရာ၊ ဆရာမများ၏ အခန်းကဏ္ဍ

ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းဟု ဆိုသည့်တိုင် ဆရာသည် အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍတွင် ရှိနေမြဲဖြစ်သည်။ စင်စစ်မှာ ကလေးဗဟိုပြု စာသင်ခန်းများတွင် ဆရာသည် ပို၍အရေးပါသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ ကလေးများအား အကြောင်းအရာအသစ်၊ အယူအဆအသစ်များကို ရှင်းလင်းပြောပြပေးရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ရာ ဆရာကိုယ်တိုင် သင်ကြားပြသသူအဖြစ် ရှိမြဲရှိနေမည် ဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် ကလေးများသိလိုသည့် အကြောင်း အရာ အချက်အလက်များကို သိနိုင်မည့်နည်းလမ်းများ ညွှန်ပြပေးနိုင်သူ သို့မဟုတ် မိမိကိုယ်တိုင်က ဖြန့်ဝေပြောပြပေးနိုင်သူအဖြစ်လည်း လုပ်ဆောင်ပေးနေရပါမည်။

ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းတွင် ဆရာဗဟိုပြုနှင့် ကွဲပြားသည့် အဓိကအချက်မှာ ဆရာက သင်ယူမှုလုပ်ငန်းကို ပံ့ပိုးပေးသူ (Facilitator) ဖြစ်သည်ဟူသောအချက် ဖြစ်သည်။ ကလေးများကို တစ်ဦးချင်းဖြစ်စေ၊ အုပ်စုလိုက်ဖြစ်စေ မေးခွန်းများ၊ ပြဿနာများကို ကြံဆတွေးတော အဖြေရှာနိုင်အောင်၊ မေးမြန်းဆွေးနွေး နိုင်အောင် ဆရာက ကူညီပံ့ပိုးပေးရမည် ဖြစ်သည်။ အဖြေကို ဆရာကမပေးဘဲ တပည့်များ အဖြေရှာနိုင်အောင် ပံ့ပိုးကူညီခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ ဤသို့ လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းကို ငြမ်းဆင်ပေးခြင်း (Scaffolding) ဟု ခေါ်ပါသည်။ အပေါ်တစ်ဆင့်သို့ တက်လိုသည့်ကလေးကို မ ချီသွားခြင်းသည် ကူညီခြင်း မဟုတ်ပါ။ ငြမ်းဆင်ပေးခြင်း မဟုတ်ပါ။ ကလေးတက်နိုင်အောင် ဘေးမှ ပံ့ပိုးကူညီပေးခြင်း၊ လက်တွဲပေးခြင်းကသာ ငြမ်းဆင်ပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ ဆရာ၊ ဆရာမများသည် ဤသဘောကိုယူကာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် ပံ့ပိုးပေးရမည် ဖြစ်သည်။

ထို့အပြင် ဆရာ၊ ဆရာမများသည် မိမိသင်ကြားမည့် သင်ခန်းစာနှင့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို စနစ်တကျ စီမံခန့်ခွဲရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ ကလေးဗဟိုပြု စာသင်ခန်းများတွင် မကြာခဏ နေရာထိုင်ခင်း အပြောင်းအလဲများ၊ သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ပြောင်းလဲအသုံးပြုမှုများရှိရာ ကလေးများကို စနစ်တကျ တာဝန်ယူဆောင်ရွက်တတ်စေရန် လမ်းညွှန်ပေးနိုင်သည့် စီမံခန့်ခွဲသူကောင်းလည်း ဖြစ်ဖို့လိုပါသည်။ အလားတူပင် မိမိတပည့်များ၏ သင်ယူမှု၊ လုပ်ဆောင်မှုတို့ကို အမြဲမပြတ် စောင့်ကြည့်လေ့လာပြီး အကဲဖြတ်သုံးသပ်နေသူလည်း ဖြစ်ရပါမည်။ သို့မှသာ တပည့်များ၏ အခြေအနေကို သိရှိပြီး လိုအပ်သလို တုံ့ပြန်ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

(ဃ) စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း

ကလေးများ၏ သင်ယူတတ်မြောက်မှုကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ရာတွင် သင်ပြဆဲစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း (Formative Assessment) နှင့် သင်ပြပြီး အချုပ်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း (Summative Assessment) ဟူ၍ အမျိုးအစားနှစ်မျိုးဖြင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်လေ့ရှိရာတွင် ဓမ္မစကူးလ်ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများကို ယေဘုယျအားဖြင့် သင်ပြဆဲစစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုပုံစံဖြင့်သာ လုပ်ဆောင်ရန် စီစဉ်ထားပါသည်။ ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် ကလေးများ၏ သင်ယူတတ်မြောက်မှုကို ပုံမှန်သင်ကြားနေစဉ် အချိန်အတွင်းမှာပင် စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်း၊ မေးခွန်းများမေးမြန်းခြင်း၊ ကလေးများ ရေးသားဖြေဆိုထားသော မှတ်စုစာအုပ်များ၊ လုပ်ဆောင်ထားသော အရာများကို ကြည့်ရှုပြီးလေ့လာခြင်း စသည့်နည်းများဖြင့် ကလေးများ၏ သင်ယူတတ်မြောက်မှုကို အကဲဖြတ်နိုင်ပါသည်။

ဓမ္မစကူးလ် ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ရိုးညွှန်းတမ်း အဆင့်အလိုက် ထူးချွန်စွာ တတ်မြောက်ကြသူများအတွက်ကိုမူ နိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ဓမ္မစကူးလ်ထူးချွန်စာမေးပွဲများ ကျင်းပပြီး ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။ အဆိုပါစာမေးပွဲများမှ ရလဒ်များကိုမူ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ပြန်လည်သုံးသပ် ပြင်ဆင်နိုင်ရေးအတွက် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအားဖြင့် အသုံးပြုနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

(င) သမားရိုးကျချဉ်းကပ်နည်းနှင့် ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း ကွာခြားမှု

	သမားရိုးကျနည်း (ဆရာဗဟိုပြု)	ကလေးဗဟိုပြုနည်း
သင်ယူမှု အဓိကရည်ရွယ်ချက်	အကြောင်းအရာ အချက်အလက်များကို မှတ်မိစေရန်	အကြောင်းအရာ အချက်အလက်များကို နားလည် သဘောပေါက်ပြီး လက်တွေ့ အသုံးပြုတတ်စေရန်
သင်ကြားသင်ယူနည်း	➢ အချက်အလက် မှတ်မိစေရန် အလေးပေး ➢ ဟောပြောရှင်းလင်း ➢ အလွတ်ကျက်မှတ်	➢ ကလေးများ ရသွားစေလိုသည့်အချက်ကို သာမက မည်သို့ သင်ယူကြသည်ကိုပါ အလေးထား ➢ လွတ်လပ်စွာ ကြံဆ၊ ပြောဆို၊ လုပ်ကိုင်ခွင့်ပေး ➢ နားလည်သဘောပေါက်မှုကို အလေးထား ➢ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ ဘဝနှင့် ဆက်စပ်မိစေ (Personalize)
ဆရာ၏ အခန်းကဏ္ဍ	➢ အသိပညာဖြန့်ဝေသူ ➢ ဟောပြောပို့ချသူ	➢ ကလေးများ၏ သင်ယူမှုကို ပံ့ပိုးကူညီသူ ➢ ကလေးများအတွက် အသိပညာပင်မအဖြစ် သိလိုသည့် အချက်များရှိက ရှာဖွေကူညီပေးနိုင်သူ
ကျောင်းသား၏ အခန်းကဏ္ဍ	➢ အသိပညာအချက်အလက်များကို လက်ခံရယူ မှတ်သားသူ	➢ ကိုယ်တိုင်တက်ကြွစွာ ပါဝင်လုပ်ဆောင်သူ ➢ သိလိုသည်ကို မေးမြန်းစူးစမ်းတတ်သူ ➢ ထင်မြင်ချက်ကို ပြောဆိုတတ်သူ
သင်ယူမှုဝန်းကျင်	➢ ငြိမ်သက်တိတ်ဆိတ်ပြီး တစ်ဦးချင်း အာရုံစိုက်မှုကို အလေးထား ➢ စည်းကမ်းသေဝပ်မှု အဓိက ➢ အတန်းလိုက် စနစ်တကျ ထိုင် ➢ ကျား၊ မ သီးသန့် ➢ အမှားကို ပြစ်ဒဏ်ဖြင့် ပြင်ဆင်	➢ သက်ဝင်လှုပ်ရှားမှုကို အလေးပေး ➢ စည်းကမ်းကို တစ်ဦးချင်း တာဝန်ယူမှုဖြင့် ထိန်း ➢ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းအပေါ် မူတည်၍ နေထိုင်ပုံ ပြောင်းလဲ ➢ ကျား၊ မ ရောနှောသင်ယူမှုကို အားပေး ➢ အမှားကို သင်ခန်းစာအဖြစ် ယူစေပြီး အမှန်ကို ပို၍ အလေးပေး ➢ ပျော်ရွှင်တက်ကြွစွာ သင်ယူနိုင်သောဝန်းကျင် ဖန်တီး

၆။ လေ့လာကြီးကြပ်ခြင်း

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း၏ ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းများကို အသုံးပြုပြီး ဓမ္မစကူးလ်များ အကောင်အထည်ဖော်မှု အခြေအနေကို ပုံမှန်လေ့လာ ကြီးကြပ်နိုင်ရန်အတွက် ဗဟိုအဆင့် ကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့ကို ဖွဲ့စည်းဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်သကဲ့သို့ သက်ဆိုင်ရာနယ်မြေ၊ ဒေသအလိုက် ကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့များ ဖွဲ့စည်းဆောင်ရွက်သွားရန် ဖြစ်သည်။ လေ့လာကြီးကြပ်ရာတွင် အပိုင်းနှစ်ပိုင်း ပါဝင်မည်ဖြစ်သည်။

(က) လုပ်ငန်းအကောင်အထည်ဖော်မှု အခြေအနေကို ကြီးကြပ်ခြင်း

(ခ) သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် သင်ကြားနည်းပညာအပိုင်းကို လေ့လာကြီးကြပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

သို့ဖြစ်ရာ လေ့လာကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့များတွင် ဦးဆောင်ဆရာတော်များအပြင် ဗဟိုအဆင့် ဓမ္မစကူးလ်သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ကျွမ်းကျင်သူများ (Dhamma School Resource Team) မှ ကျွမ်းကျင်သူ အဖွဲ့ဝင်များ၊ သင်တန်းနည်းပြများလည်း ပါဝင်သင့်ပါသည်။ ကြီးကြပ်သူများအနေဖြင့် ကွင်းဆင်းလေ့လာမှုများ ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ပြီး၊ ကွင်းဆင်းသည့်အခါ အသုံးပြုရန် စစ်ဆေးချက်စာရင်း (Check List) ကို ပြုစုအသုံးပြုရန် ဖြစ်သည်။ လေ့လာ ကြီးကြပ်မှု ရလဒ်များကို စုစည်းပြီး နှစ်လယ်နှင့် နှစ်ဆုံး သုံးသပ်ညှိနှိုင်း အစည်းအဝေးများတွင် တင်ပြဆွေးနွေးကာ ပိုမိုကောင်းမွန်ရေး အကြံပြုဆွေးနွေးသွားရန် ဖြစ်သည်။

၇။ နိဂုံး

ဓမ္မစကူးလ်များ တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်ပြီး ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ သင်ခန်းစာများကို သင်ကြားပေးခြင်းအားဖြင့် ကလေးဘဝမှ စတင်ကာ ဗုဒ္ဓဝါဒကို အမှန်တကယ် နားလည်သဘောပေါက်ပြီး ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမအတိုင်း နေထိုင်ကျင့်ကြံအားထုတ် လုပ်ဆောင်လာနိုင်ကြမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ ထို့အပြင် ဗုဒ္ဓသာသနာ အဓွန့်ရှည်တည်တံ့အောင် ကာကွယ်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ပြန့်ပွားထွန်းကားရေးအတွက် အားထုတ်လုပ်ဆောင်နိုင်ကြသည့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ပိုမိုများပြားလာနိုင်မည်ဟုလည်း မျှော်လင့်ပါသည်။

ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာသည် ကိုယ်တိုင်ကျင့်ကြံအားထုတ်ခြင်းဖြင့် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်းကို လမ်းညွှန်ပြသသည့် ဘာသာတရားလည်း ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ ကလေးဘဝမှ စတင်ကာ အရာရာကို မိမိကိုယ်တိုင် ပိုင်းခြားဝေဖန် ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး ကျင့်ကြံနေထိုင်နိုင်သည့် အလေ့အထများ ပျိုးထောင်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့ ပျိုးထောင်နိုင်ရေးအတွက် ဓမ္မစကူးလ် ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများကို သင်ကြားရာတွင် ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းသည် အဆီလျော်ဆုံးဖြစ်သည်ဟု ယူဆပြီး ဓမ္မစကူးလ် ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများကို ပြုစုရေးဆွဲထားခြင်း ဖြစ်သည်။ နေ့စဉ်ဘဝတွင် တွေ့ကြုံရမြဲဖြစ်သည့် အမှန်နှင့်အမှား၊ တရားမှုနှင့်မတရားမှု၊ အမုန်းနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ ပညာမဲ့ခြင်းနှင့် ပညာရှိခြင်းသဘော စသည်တို့ကို ကလေးများကိုယ်တိုင် ပိုင်းခြားဝေဖန် ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး မှန်ကန်သောလမ်းကို ရွေးချယ်လျှောက်လှမ်းနိုင်ရေးအတွက် ကလေးဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်းက များစွာအထောက်အကူပြုမည်ဟုလည်း မျှော်လင့်ပါသည်။

ဓမ္မစကူးလ်များတွင် သင်ကြားပို့ချကြမည့် ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် သမားရိုးကျ သင်ကြားနည်းများ မဟုတ်ဘဲ အစီအစဉ်အသစ်များ၊ သင်ကြားနည်းအသစ်များကို အသုံးပြုပြီး သင်ကြားကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးများကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး၏ အလေ့အထကောင်းများ စွဲမြဲစွာရရှိရေးအတွက် ပြုစုပျိုးထောင်ရန် ရည်ရွယ်ဖွင့်လှစ် သင်ကြားခြင်းဖြစ်ရာ တစ်ပတ်လျှင် တစ်ရက်ကျဖြင့် အပတ်စဉ် သင်ကြားပေးရန် စီစဉ်ထားသည်။ ထိုသို့ စီစဉ်ထားခြင်းအားဖြင့် ကလေးများအား ဗုဒ္ဓဘာသာသင်ခန်းစာများ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာအလေ့အထများ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာအဝန်းအဝိုင်းများနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ထိတွေ့နေစေနိုင်မည်လည်း ဖြစ်ပါသည်။ အချိန်ကာလ အတိုင်းအတာတစ်ခုဖြင့် စခန်းသွင်းလေ့ကျင့် သင်ကြားပေးခြင်းမျိုး ဖြစ်နိုင်သည်ဆိုသည့်တိုင် အပတ်စဉ်အချိန်ပေး သင်ကြားခြင်းက ကလေးအတွက် ပိုမို၍ အကျိုးဖြစ်ထွန်းနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး ဓမ္မစကူးလ်ရည်ရွယ်ချက်များကိုလည်း ပိုမိုပေါက်မြောက်စေမည် ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့် ဆရာလမ်းညွှန်တွင် ဖော်ပြထားသော လမ်းညွှန်ချက်များအတိုင်း လေ့လာစီစဉ်ပြီး သင်ကြားပေးကြရန် မေတ္တာရပ်ခံ တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

သင်ခန်းစာ (၁)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ ပျော်စရာ ဓမ္မစကူးလ်
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ ဓမ္မစကူးလ်တွင် လုပ်ဆောင်ကြမည့် လုပ်ငန်းများကို သိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ဆရာက ကလေးများအားလုံးနှင့် မိမိကိုယ်ကို စတင်မိတ်ဆက်ပါ။ ❁ ကလေးအချင်းချင်း မိတ်ဆက်ရန်အတွက် ကလေးအားလုံးကို အုပ်စုနှစ်စုဖွဲ့ပါ။ ❁ အုပ်စု (၁) နှင့် အုပ်စု (၂) ရှိ ကလေးအားလုံး မျက်နှာချင်းဆိုင် တန်းစီ၍ ရပ်နေပါစေ။ ❁ မျက်နှာချင်းဆိုင်ရှိ ကလေးနှစ်ဦးက အပြန်အလှန်အမည်ပြော၍ မိတ်ဆက်ပြီးနောက် အောက်ပါအတိုင်း ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။ ဓမ္မစကူးလ်တက်ဖူးသော ကလေးများက အောက်ပါအချက်များကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။ - ဓမ္မစကူးလ်တက်ဖူးသော အတွေ့အကြုံများ။ - ဓမ္မစကူးလ်တွင် သင်ကြားခဲ့ရသည်များမှ အနှစ်သက်ဆုံး အကြောင်းအရာနှင့် နှစ်သက်ရခြင်း အကြောင်းရင်း။ ဓမ္မစကူးလ်မတက်ဖူးသော ကလေးများက အောက်ပါအချက်များကို ဆွေးနွေးပါစေ။ - အခြားယဉ်ကျေးလိမ္မာသင်တန်းများ တက်ဖူးလျှင် ၎င်းအတွေ့အကြုံများနှင့် အနှစ်သက်ဆုံး အကြောင်းအရာများ။ - ဓမ္မစကူးလ်တွင် သင်ရမည်ထင်သော အကြောင်းအရာများ။ ❁ အထက်ပါ အချက်များကို ကလေးနှစ်ဦးစီက အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပြီးလျှင် မိမိတို့ ဆွေးနွေးပြီးသောအချက်များကို အတန်းရှေ့ထွက်၍ ပြောပြကြပါစေ။ (ဆရာက အချိန်ကို ကြည့်၍ သင့်လျော်သော အတွဲ ၃/၄ တွဲခန့်ကိုသာ ပြောပါစေ။) ❁ ထို့နောက် "ဓမ္မစကူးလ်မှာ ဘာတွေ သင်ကြရမယ်။ ဓမ္မစကူးလ်တက်ပြီးရင် ဘယ်လို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ကြတယ်ဆိုတာကို နောက်တစ်ချိန်မှာ ဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ॥ ॥ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ॥ ॥ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "ယမင်းနှင့် ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်များ" ဖတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။

ယမင်းနှင့် ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်များ

ဒေါ်လေးမေတို့နဲ့အတူ ဘုရားဖူးထွက်ခဲ့တဲ့ ယမင်းတစ်ယောက် အညာမြို့လေးတစ်မြို့ဆီ ရောက်လာခဲ့ပါတယ်။ အရင်ဆုံး မြို့ဦးစေတီတော်ကို သွားရောက်ဖူးမြော်ကြတယ်။ စေတီရင်ပြင်တော်ပေါ် ရောက်ရင်ပဲ ရင်ပြင်တော်တစ်ခုလုံးက သန့်ရှင်းလှပနေတာကို မြင်တွေ့လိုက်ရတော့ ဒေါ်လေးမေရဲ့မျက်နှာက ဝင်းပသွားပြီး "ဘယ်သူတွေများ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ထား ကြတာပါလိမ့် . . . လိမ္မာလိုက်ကြတာ"လို့ ပြောနေသံကို ယမင်းလေး ကြားလိုက်ရပါတယ်။ ဘုရားဝတ်ပြုဖို့ ထိုင်လိုက်တာနဲ့ သန့်ရှင်းလန်းဆန်းတဲ့ ဘုရားပန်းရောင်စုံကို မြင်လိုက်ရတော့ ပန်းကြိုက်တဲ့ ယမင်းလည်း ကြည်နူးဝမ်းသာသွားတယ်။

ဘုရားဝတ်ပြုပြီးလို့ စေတီတော်ကို လက်ယာရစ်တစ်ပတ် လှည့်လည်ဖူးမြော်ကြရင်း ရင်ပြင်တော်ပေါ်မှာ တံမြက်စည်းလှည်းနေကြတဲ့ ယောကျ်ားလေးတွေ၊ သောက်တော်ရေခွက်တွေ ဆေးနေတဲ့ ယမင်းနဲ့ရွယ်တူ မိန်းကလေးတွေကို တွေ့လိုက်ရတယ်။ ဒေါ်လေးမေက သန့်ရှင်းရေးလုပ်နေကြတဲ့ ကလေးတွေကို မေးကြည့်လိုက်တော့ "သားတို့က ဒီမြို့က ဓမ္မစကူးလ် မောင်မယ်တွေပါ၊ အုပ်စုခွဲပြီး နေ့တိုင်း စေတီတော်မှာ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ကြပါတယ်"လို့ ပြန်ဖြေသံကို ကြားလိုက်ရပါတယ်။ အဲဒီအခါ ဒေါ်လေးမေက ကလေးတွေကို ချီးကျူးစကား ပြောလိုက်တယ်။ ယမင်းကတော့ ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်ဆိုတာကို တစ်ခါမှ မကြားဖူးလို့ အထူးအဆန်းဖြစ်နေပြီး စိတ်ဝင်စားနေမိတယ်။

ဒီမြို့လေးကို ရောက်တဲ့နေ့က သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့ဆိုတော့ ဒေါ်လေးမေနဲ့အတူ ယမင်းတို့အားလုံး ရပ်ကွက်ထဲက မီးထွန်းပွဲတွေကို လိုက်ကြည့်ကြတယ်။ ရပ်ကွက်ဓမ္မာရုံတစ်ခုနား ရောက်တော့ စင်မြင့်တစ်ခုဘေးမှာ လူတွေဝိုင်းအုံနေတာ တွေ့လိုက်ရတယ်။ ယမင်းတို့အုပ်စုလည်း အဲဒီစင်ဘက်ကို သွားကြည့်ကြတော့ ကလေးငယ်တွေ ဘုရားအလောင်းတော်ရဲ့အကြောင်း နောက်ခံစကားပြောပြီး သရုပ်ဆောင်နေကြတာကို အံ့ဩဖွယ်တွေ့လိုက်ရတယ်။ စင်ပေါ်က ကလေးတွေကတော့ အုပ်စုလိုက် တစ်ဖွဲ့ပြီးတစ်ဖွဲ့ ပျော်ရွှင်စွာနဲ့ ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင် သရုပ်ဖော်နေကြတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာပဲ ယမင်းဘေးမှာကြည့်နေတဲ့ ဦးလေးကြီးတစ်ယောက်က "ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်တွေ တော်ကြတယ်ဟေ့"လို့ အော်ပြီး လက်ခုပ်တီးအားပေးသံကို ကြားလိုက်ရတော့ စင်ပေါ်က လူငယ်လေးတွေဟာ ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်လေးတွေဆိုတာကို သိလိုက်ရတယ်။ ဒါနဲ့ အဲဒီဦးလေးကြီးကို ယမင်းက "ဘာဖြစ်လို့ သူတို့က မြတ်စွာဘုရားရဲ့အကြောင်းကို သိနေရတာလဲ"လို့ မေးကြည့်လိုက်တော့ "ဓမ္မစကူးလ်မှာက ဗုဒ္ဓဝင်ကို သေသေချာချာ သင်ပေးတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့က မြတ်စွာဘုရားရှင်အကြောင်း ကောင်းကောင်းသိနေကြတာပေါ့"လို့ ပြန်ဖြေပါတယ်။ ယမင်းလည်း စင်ပေါ်က မောင်မယ်လေးတွေကို အားကျစွာငေးကြည့်ပြီး ဒေါ်လေးမေတို့နဲ့အတူ လမ်းတစ်လျှောက် မီးထွန်းအလှဆင်ထားတာတွေကို လှည့်ပတ်ကြည့်ရှုပါတယ်။ လူအုပ်တွေကြားထဲမှာ လျှောက်လာရင်း ယမင်းရဲ့ အသည်းပုံဆွဲကြိုးလေး မရှိတော့တာကို သတိပြုလိုက်မိပြီး ဘေးဘီရှာကြည့်ပေမဲ့ မတွေ့တာနဲ့ ဒေါ်လေးမေကို ဆွဲကြိုးလေး ပျောက်သွားတဲ့အကြောင်း ပြောပြလိုက်ပါတယ်။

ဒေါ်လေးမေတို့အားလုံး ဝိုင်းရှာပေးကြပေမဲ့ ရှာမတွေ့တဲ့အခါမှာတော့ ယမင်းလေး ဝမ်းနည်းပြီး မျက်ရည်တွေ ကျလာပါတယ်။ အဲဒီလို လိုက်ရှာနေတဲ့ အချိန်မှာပဲ အသံချဲ့စက်ကနေ "ဆွဲကြိုးတစ်ကုံး ကောက်ရထားပါတယ်"

ဆိုတဲ့ ကြေညာသံကို ယမင်းတို့အားလုံး ကြားလိုက်ရပါတယ်။ ယမင်းလည်း ကြေညာတဲ့နေရာကို သွားပြီး မေမေ ပေးထားတဲ့ အသည်းပုံဆွဲကြိုးလေးရဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်ကို သေသေချာချာ ပြောပြလိုက်တော့ ရပ်ကွက်လူကြီးတွေက ဆွဲကြိုးလေးကို ပြန်လည်ပေးအပ်ကြပါတယ်။ ယမင်းလည်း ဝမ်းသာအားရနဲ့ ဆွဲကြိုးလေးကို ပြန်ယူလိုက်ပြီး "ဘယ်သူ ကောက်ရတာလဲ"လို့ မေးကြည့်လိုက်တော့ "ဝါဝါ"လို့ ခေါ်တဲ့ ဓမ္မစကူးလ်က စတုတ္ထတန်းကျောင်းသူလေး ဆိုတာကို သိလိုက်ရတယ်။ ယမင်းလေးက ကျေးဇူးတင်လွန်းလို့ ဘာပြောရမှန်းမသိ ဖြစ်နေတယ်။ ဒေါ်လေးမေတို့ အားလုံးကတော့ ဝါဝါကို ကျေးဇူးတင်နေကြတယ်။ ပြီးတော့ "အလွန်တော်ပြီး လိမ္မာရေးခြားရှိတဲ့ ကလေးလေးပဲ"လို့ ချီးကျူးပြောဆိုနေကြပါတော့တယ်။

မနက်မိုးလင်းတော့ ယမင်းတို့အားလုံး ဘုရားဖူးခရီးရှေ့ဆက်ဖို့ ပြင်ဆင်သိမ်းဆည်းရင်း အားလုံးအလုပ်များ နေကြပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ဒေါ်လေးမေက ဘေးအိမ်ဘက်ကိုကြည့်ကာ "ကလေးတွေ ယဉ်ကျေးလိုက်ကြတာ" ဆိုပြီး ပါးစပ်ကလည်း တတွတ်တွတ်နဲ့ ရွတ်နေတာကိုတွေ့တော့ ယမင်းလည်း "ဒေါ်လေးမေတစ်ယောက်ထဲ ဘာတွေ ပြောနေတာလဲ"လို့ သွားမေးကြည့်ရင်း ဒေါ်လေးမေ ကြည့်ရာဘက် လိုက်ကြည့်လိုက်တော့ ဘေးအိမ်က မောင်နှမ နှစ်ယောက် ဘုန်းဘုန်းတွေကို ဆွမ်းလောင်းနေတာ တွေ့လိုက်ရတယ်။ ဒေါ်လေးမေက "ကြည့်ပါဦး ယမင်းလေးရယ်၊ ဟိုမောင်နှမနှစ်ယောက်က ဘုန်းဘုန်းတွေကို လေးလေးစားစားရိုရိုသေသေ ဆွမ်းလောင်းလှူနေကြတာကို တွေ့လား၊ ဘုန်းဘုန်းတွေကိုလည်း ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး ပြောဆိုဆက်ဆံကြတယ်၊ တော်လိုက်ကြတာကွယ်" ဆိုပြီး ပြောပြနေပါ တယ်။

ဒါနဲ့ ယမင်းက တစ်ချက်စဉ်းစားလိုက်ပြီး "ဒေါ်လေးမေ . . . ဒါဆို အဲဒီမောင်နှမ နှစ်ယောက်ကလည်း ဓမ္မစကူးလ် မောင်မယ်တွေပဲလား မသိဘူးနော်"လို့ ပြောလိုက်တော့ "သေချာတာပေါ့ ယမင်းလေးရယ် . . . ဒီမြို့က ကလေးတွေ အားလုံးလိုလို ဓမ္မစကူးလ်တက်ကြတယ်လို့ မနေ့ညက ဓမ္မာရုံလူကြီးတွေ ပြောပြလို့ ဒေါ်လေးမေ သိလိုက်ရတယ်လေ" ဆိုပြီး ဒေါ်လေးမေ ပြောပြနေတာကို နားထောင်ရင်း ယမင်းလည်း ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်တွေ လို ဓမ္မစကူးလ်ကျောင်း တက်ချင်စိတ်တွေ တဖွားဖွားနဲ့ ဖြစ်ပေါ်နေပါတော့တယ်။

❁ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- မြို့ဦးစေတီရင်ပြင်ကို ဘယ်သူတွေက သန့်ရှင်းရေး လုပ်ကြသလဲ။
- ရပ်ကွက်ဓမ္မာရုံအနီးက စင်မြင့်ပေါ်မှာ ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်တွေ ဘာလုပ်နေကြသလဲ။
- ယမင်းရဲ့ ပျောက်သွားတဲ့ ဆွဲကြိုးလေးကို ဘယ်သူကပြန်ပေးသလဲ။ သူက ဘယ်ကျောင်းကလဲ။
- ဒီဇာတ်လမ်းထဲက ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်တွေ ဘာတွေလုပ်ကြသလဲ။
- ဓမ္မစကူးလ်က ဘာတွေကို သင်ကြားပေးတာလဲ။
- ယမင်းက ဓမ္မစကူးလ်တက်ချင်တယ်လို့ ဘာကြောင့်ပြောတာလဲ။
- ဓမ္မစကူးလ်တက်ခြင်းဖြင့် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေ ရနိုင်သလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်တွေအနေနဲ့ ဘယ်လို အမူအကျင့်တွေ ရှိသင့်သလဲ၊ ဘယ်လိုအမူအကျင့်တွေ မရှိသင့်ဘူးလဲ ဆိုတာ အုပ်စုဖွဲ့ စဉ်းစားကြရအောင်"ဟု ပြော၍ သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ❁ အုပ်စုတွင်း ဆွေးနွေးပြီးပါက ကျန်အုပ်စုဝင်များ သိရှိရန် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက အတန်းရှေ့သို့ ထွက်၍ ပြောပြကြပါစေ။ ကလေးများပြောသောအချက်များကို ဆရာက စာရွက်ကြီးပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။ ❁ ပထမအုပ်စုက အတန်းရှေ့ထွက်ပြီး တင်ပြနေစဉ် ကျန်အဖွဲ့များက သေသေချာချာ ကြည့်ရှုနားထောင်ကြပါစေ။ ❁ ကျန်အုပ်စုဝင်များ၏ သဘောတူညီမှုကို ဆရာကမေးမြန်းပါ။ ဥပမာ "ဒီအချက်ကို အားလုံး သဘောတူကြရဲ့လား၊ သဘောမတူရင် ဘာကြောင့် သဘောမတူတာလဲ၊ ကျန်အုပ်စုတွေက ထပ်ဖြည့်လိုတဲ့အချက်တွေကို ဆွေးနွေးပြီး ထပ်ဖြည့်ပါ။" ❁ ဆရာအနေဖြင့် လိုအပ်ပြီး အရေးကြီးသည့် အချက်များကျန်ရှိပါက ဖြည့်စွက်ပါ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးများဆွေးနွေးထားသော အချက်များကို "ဓမ္မစကူးလ်မောင်မယ်များတွင် ရှိသင့်သော အမူအကျင့်များ"ဟု ခေါင်းစဉ်တပ်၍ စာသင်ခန်း၏ မြင်သာသောနေရာတွင် ချိတ်ထားပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ၊ ဓမ္မစကူးလ်သွားကြမယ် တေးကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများအား "ဒီနှစ်ဓမ္မစကူးလ်မှာ ဘာတွေထူးထူးခြားခြား ပြုလုပ်ချင်ကြသလဲ"ဟု မေး၍ စဉ်းစားပြီး အချက်အလက်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။ ❁ ပြီးနောက် ကလေးတစ်ဦးချင်းစီက ပြောပြပါစေ။ (တစ်ဦးပြောပြီးသားအချက်ကို ကျန်ကလေးများ ထပ်မပြောဘဲ မတူသောအချက်ကိုသာ ပြောကြပါစေ။) ❁ ထို့နောက် ယခုနှစ် တစ်နှစ်လုံးအတွက် ဓမ္မစကူးလ်တွင် လုပ်ဆောင်မည့် အစီအစဉ်များကို ဆရာက အကျဉ်းချုံး ပြောပြပြီးလျှင် "သားတို့သမီးတို့ အခုလို ဓမ္မစကူးလ်မှာတက်ရတာ အလွန်ကို ဂုဏ်ယူဖို့ကောင်းတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဓမ္မစကူးလ်မှာ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမတွေကို လေ့လာသင်ယူရတယ်။ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် သုံးပါးလုံး ယဉ်ကျေးစေဖို့လည်း သင်ယူရတယ်။ လူကြီးသူမတွေ၊ ဘုန်းဘုန်း၊ ဆရာလေးတွေနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ ပြောဆိုရပုံတွေ၊ ပြုမူဆက်ဆံရတာတွေ၊ ယဉ်ကျေးတဲ့ အပြုအမူတွေ၊ အပြောအဆိုတွေ ဖြစ်လာစေဖို့ သင်ယူကြရသလို သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင်လည်း လိမ္မာယဉ်ကျေးတဲ့ ကလေးတွေ ဖြစ်လာကြမယ်" စသည်ဖြင့် ပြောကြားပါ။ ❁ နောက်ဆုံးတွင် ဓမ္မစကူးလ်၏ အစနေ့တွင် ရွတ်ဆိုမြဲဖြစ်သော အောက်ပါတေးကဗျာကို ပျော်ပျော်ပါးပါး ရွတ်ဆိုကာ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

ဓမ္မစကူးလ်သွားကြမယ်

လာပါ သူငယ်ချင်း ... ဓမ္မစကူးလ် သွားကြမယ်...

ဘုန်းဘုန်းတွေ့မယ် ... ဆရာလေးတွေ့မယ် ... ကုသိုလ်တွေရမယ် ...

လာပါ သူငယ်ချင်း ... ဓမ္မစကူးလ်သွားကြမယ်...

ယဉ်ကျေးရမယ် ... သိမ်မွေ့ရမယ် ... ပျော်ရွှင်သွားရမယ် ...

လာပါ သူငယ်ချင်း ... ဓမ္မစကူးလ် သွားကြမယ် ...

ဆေးရောင်ခြယ်မယ် ... ပုံပြောပြမယ် ... သီချင်းတွေဆိုကြမယ် ...

လာပါ သူငယ်ချင်း ... ဓမ္မစကူးလ် သွားကြမယ် ...

ယဉ်ကျေးရမယ် ... သိမ်မွေ့ရမယ် ... ပျော်ရွှင်သွားရမယ် ...။ ။

သင်ခန်းစာ (၂)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။	။ ဘုရားဆု ပန်တော်မူခြင်း
သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။	။ ဘုရားအလောင်း ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို သိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁) ။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။	။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်း သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်း သရုပ်ဖော်ပုံများကို တစ်ပုံပြီးတစ်ပုံ ကြည့်စေပြီး "ဒီလိုရုပ်ပုံမျိုးကို မြင်ဖူးသလား၊ ရုပ်ပုံထဲကလူတွေကို ဘယ်သူတွေလို့ ထင်သလဲ။ ဘာလုပ်နေကြသလဲ။ ဘာကြောင့် အဲဒီလိုလုပ်နေတာလို့ ထင်သလဲ" စသည့် မေးခွန်းများဖြင့် ရုပ်ပုံပါအကြောင်းအရာများကို အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးမေးမြန်းပါ။ ❁ အထက်ပါပုံများကို ဆက်စပ်၍ ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ကလေး ၃/၄ ဦးခန့်က နားလည်သည့်အတိုင်း ပြောပြကြပါစေ။ ❁ ကလေးများပြောပြီးလျှင် အောက်ပါစကားလုံးများကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးပြပါ။ (ခက်ခဲသော စကားလုံးများကို ကလေးများ ဖတ်နိုင်အောင် ဆရာက ကူညီပါ။) - ပစ္စည်းထိန်း၊ ရသေ့၊ သုမေဓာ၊ ဒီပင်္ကရာ၊ ရမ္မာဝတီ၊ သုမိတ္တာ၊ ဈာန်၊ ဗျာဒိတ်၊ ပါရမီ၊ စွန့်ခြင်းကြီး။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။ - ဒီစကားလုံးတွေကို ကြားဖူးကြလား။ ဖတ်ပြပါ။ - ဒီစကားလုံးတွေရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို သိသလောက်ပြောပြပါ။ ❁ ကလေးများနားလည်သလို ပြောပြီးပါက ဆရာက ဖြည့်စွက်ရှင်းပြပါ။ ❁ "နောက်တစ်ချိန်ကျရင် ဒီစကားလုံးတွေပါတဲ့ ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင် ဖတ်ကြရမယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။ **ခက်ဆစ်အဖွင့်** ဈာန် = စူးစူးစိုက်စိုက် အထူးမြဲမြံစွာ ရှုခြင်း။ ဗျာဒိတ် = မြတ်စွာဘုရားက နောင်ဖြစ်မည့်အရာနှင့်ပတ်သက်၍ ကြိုတင်မိန့်ကြားသော စကား။ ပါရမီ = မြင့်မြတ်သောသူတို့ ဖြည့်ဆည်းအပ်သော ဒါန၊ သီလ စသော အလုပ်။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❋ ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ကလေးများအားလုံး အစမှအဆုံးထိ အသံတိတ်ဖတ်ပါစေ။ ထို့နောက် ကလေးအချို့ကို တစ်ယောက်တစ်ပိုဒ်စီ ဖတ်ကြပါစေ။ **ဘုရားဆု ပန်တော်မူခြင်း** သတ္တဝါအားလုံးတို့ရဲ့ ကိုးကွယ်အားထားရာ အစစ်ဖြစ်တော်မူတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ဘုရားဖြစ်တော်မမူခင် လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်းများစွာက အမရဝတီ မင်းနေပြည်တော်မှာ သုမေဓာလို့ခေါ်တဲ့ သူဌေးသားတစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့တယ်။ သူဌေးသားဟာ ရုပ်ရည်ချောမောပြီး ကိုယ်ကျင့်သီလလည်း ကောင်းတဲ့သူဖြစ်တယ်။ သူငယ်စဉ်ကတည်းက မိဘတွေ ကွယ်လွန်သွားတဲ့အတွက် မိဘမဲ့သူဌေးသားလေးအဖြစ် နေထိုင်ခဲ့ရတယ်။ သူဌေးသားလေး ပိုင်ဆိုင်တဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ပစ္စည်းထိန်းက ထိန်းသိမ်းပေးထားရတယ်။ သုမေဓာသူဌေးသားလေး ၁၆ နှစ်အရွယ်ရောက်တဲ့အခါ အတတ်ပညာမျိုးစုံကို တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်တယ်။ အဲဒီအခါ ပစ္စည်းထိန်းက သုမေဓာသူဌေးသားလေးကို ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ပြန်အပ်လိုက်တယ်။ သုမေဓာသူဌေးသားလေးဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ကြည့်ပြီး "ငါ့မိဘဘိုးဘွားတွေဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ရှာရှာရှာတတ်ပြီး ကိုယ့်နောက်ပါအောင် မလုပ်တတ်ကြဘူး။ ငါကတော့ ကိုယ့်နောက်ပါအောင် ယူသွားရမယ်"လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ အဲဒီနောက် သူပိုင်ဆိုင်တဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ဆင်းရဲသားတွေ၊ အကူအညီလိုအပ်သူတွေ၊ မြင့်မြတ်သူတွေကို လှူဒါန်းပြီး ရှင်ရသေ့ပြုလိုက်တယ်။ ရသေ့ဝတ်ပြီး ခုနစ်ရက်အကြာမှာ ဈာန်ရပြီး ကောင်းကင်မှာ လှည့်လည်သွားလာနိုင်တယ်။ အဲဒီအချိန်က ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူတဲ့အချိန် ဖြစ်တယ်။ ဒီပင်္ကရာ မြတ်စွာဘုရားဟာ သံဃာပေါင်းများစွာ ခြံရံပြီး ရမ္မာဝတီနေပြည်တော်ကို ကြွလာတော်မူခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကြွလာတော်မူမှာ ဖြစ်တဲ့အတွက် မြို့သူမြို့သားတွေ လမ်းပြင်နေခဲ့ကြတယ်။ သုမေဓာရှင်ရသေ့က ကောင်းကင်မှာ ဈာန်နဲ့သွားနေရင်း မြို့သူမြို့သားတွေ လမ်းပြင်နေကြတာကို တွေ့လိုက်ရတယ်။ ဒါကြောင့် မြေပြင်ပေါ်ဆင်းပြီး သွားမေးတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကြွလာတော်မူမှာဖြစ်တဲ့အတွက် လမ်းပြင်နေကြကြောင်း ပြောပြတယ်။ သူလည်း လမ်းပြင်ပေးလိုကြောင်း ပြောတဲ့အခါ လူတွေက ပြင်ဖို့ခက်တဲ့ ရွှံ့ဗွက်အိုင်နေရာကို ပေးကြတယ်။ သုမေဓာဟာ တန်ခိုးနဲ့ ပြင်လိုက်ရင် အလွယ်တကူ ပြီးနိုင်ပေမဲ့ ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်ချင်တဲ့အတွက် တန်ခိုးကို အသုံးမပြုခဲ့ဘူး။ ဒါကြောင့် ဘုရားရှင်ကြွလာတော်မူတဲ့အချိန်မှာ လမ်းပြင်လို့မပြီးသေးဘဲ ဖြစ်နေခဲ့တယ်။ သုမေဓာဟာ အဝေးက ကြွလာတော်မူနေတဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို လှမ်းမြင်ရတဲ့အခါ အခုလို မြင့်မြတ်တဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို ရွှံ့ညွှန် မပေစေရဘူးလို့ တွေးပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကို ဝမ်းလျားမှောက်ကာ တံတားသဖွယ် ခင်းလှူခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန် ဘုရားဖူးလာကြတဲ့ လူအုပ်ကြီးထဲမှာ သုမိတ္တာလို့ခေါ်တဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ဦးလည်း ပါတယ်။ သုမိတ္တာက သုမေဓာရသေ့ရဲ့ ပြုမူပုံကို စိတ်ဝင်စားစွာ ကြည့်နေရင်း နှစ်သက်ကြည်နူးသွားခဲ့တယ်။ ဒါကြောင့် သူယူဆောင်ခဲ့တဲ့ ကြာပန်းရှစ်ခိုင်ထဲက ငါးခိုင်ကို သုမေဓာရသေ့ကို ပေးလိုက်ပြီး သူက ကျန်တဲ့ကြာပန်းသုံးခိုင်နဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်လိုက်တယ်။ သုမေဓာရသေ့ကလည်း ကြာပန်းငါးခိုင်နဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်လိုက်တယ်။ သုမေဓာရသေ့ဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို ပူဇော်နေရင်း သတ္တဝါများကို ကြီးပွားချမ်းသာအောင် လမ်းညွှန်ဆုံးမနိုင်တဲ့ ဘုရားဖြစ်ဖို့ ဆုပန်ခဲ့တယ်။ ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားကလည်း "ဤရသေ့သည် နောင်အချိန်တွင် ငါကဲ့သို့ ဘုရားတစ်ဆူ ဖြစ်လိမ့်မည်"လို့ ဗျာဒိတ်ပေးတော်မူခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီအချိန်ကစပြီး သုမေဓာရသေ့ဟာ ဘုရားဖြစ်ဖို့အတွက် ပါရမီဆယ်ပါးကို ကြိုးစားဖြည့်ကျင့်တော်မူတဲ့အပြင် သာမန်လူတို့ စွန့်နိုင်ခဲတဲ့ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါးကိုလည်း စွန့်လှူပြီး သတ္တဝါများစွာကို ကြီးပွားချမ်းသာအောင် လမ်းညွှန်ဆုံးမနိုင်တဲ့ မြတ်စွာဘုရားဖြစ်ဖို့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ ပထမတွဲ (ပထမပိုင်း)၊ ၃၈-၇၁။

- အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။
  - သုမေဓာသူဌေးသားဟာ ကွယ်လွန်သွားတဲ့ သူ့မိဘတွေရဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ကြည့်ပြီး ဘယ်လိုဆုံးဖြတ်လိုက်သလဲ။ ပြီးတော့ ဘာလုပ်သလဲ။
  - သုမေဓာရသေ့ကို ဗျာဒိတ်ပေးတော်မူတဲ့ ဘုရားရှင်ရဲ့ဘွဲ့တော်က ဘယ်လိုခေါ်သလဲ။
  - ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရား ကြွတော်မူရာလမ်းမှာ သုမေဓာရှင်ရသေ့က ဘာလုပ်ခဲ့သလဲ။
  - သုမေဓာရသေ့ကို ဘယ်သူက ကြာပန်းငါးခိုင် ပေးသလဲ။
  - သုမေဓာရသေ့ဟာ ဘာဆုကို ပန်ခဲ့သလဲ။ ဘာကြောင့်လို့ ထင်သလဲ။
  - ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားကရော ဘယ်လို ဗျာဒိတ်ပေးခဲ့သလဲ။
  - ဗျာဒိတ်ခံယူပြီးနောက် သုမေဓာရှင်ရသေ့ဟာ ဘာတွေ လုပ်ဆောင်ခဲ့သလဲ။
- ကလေးများဖြေပြီးသောအခါ ပါရမီဆယ်ပါးနှင့် စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါးကို နောက်အချိန်များတွင် သိရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ပါရမီဆယ်ပါးကို ရေးသားထားသော ကတ်ပြား။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားက သုမေဓာရှင်ရသေ့ကို ဗျာဒိတ်ပေးပြီးနောက်ပိုင်းမှာ ရှင်ရသေ့ဟာ ဘုရားဖြစ်ဖို့ ပါရမီတော်တွေကို ဖြည့်ကျင့်ဆည်းပူးခဲ့တယ်ဆိုတာ သိပြီးပြီနော်။ အဲဒီပါရမီတော်တွေကရော ဘာတွေလဲ သိကြလား" ဟု မေးကာ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
❁ ကလေးများအတွက် ပါရမီဆယ်ပါး ရေးသားထားသော ကတ်ပြားဆယ်ခုနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် ကတ်ပြားဆယ်ခုကို ဆရာက ကြိုတင်ရေးထားပါ။ (ကလေးအရေအတွက်အလိုက် ကတ်ပြားများကို စီစဉ်ထားပါ။)
❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၂) စုခွဲပါ။
❁ ပထမအုပ်စုမှ ကလေးအားလုံးအား ပါရမီဆယ်ပါးပါဠိလိုရေးထားသော ကတ်ပြားများကို ဝေပေးပါ။ ဒုတိယအုပ်စုမှ ကလေးအားလုံးအား ပါရမီဆယ်ပါး၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် ရေးထားသော ကတ်ပြားများကို ဝေပေးပါ။
❁ ထို့နောက် ကလေးများက ပါဠိနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်တူရာကို ရှာဖွေ၍ နှစ်ယောက်တစ်တွဲ တွဲကြပါစေ။ တွဲပြီးလျှင် အတွဲအားလုံးက မိမိရရှိသော ပါရမီကို အလှည့်ကျ ဖတ်ပြကြပါစေ။
❁ ကလေးများပြောပြပြီးသောအခါ ပါရမီဆယ်ပါးကို အောက်ပါအစီအစဉ်အတိုင်း စီနိုင်အောင် ဆရာက ကူညီပံ့ပိုးပေးပါ။

ပါရမီ ဆယ်ပါး

၁။ ဒါနပါရမီ (အလှူဒါနပြုခြင်း)
၂။ သီလပါရမီ (ကိုယ်ကျင့်သီလ ဆောက်တည်ခြင်း)
၃။ နေက္ခမ္မပါရမီ (တောထွက်ခြင်း)
၄။ ပညာပါရမီ (အကြောင်းအကျိုးကို ဆက်စပ်မြော်မြင်နိုင်ခြင်း)
၅။ ဝီရိယပါရမီ (ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း)
၆။ ခန္တီပါရမီ (သည်းခံခွင့်လွှတ်ခြင်း)
၇။ သစ္စာပါရမီ (မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း)
၈။ အဓိဋ္ဌာန (အဓိဋ္ဌာန်)ပါရမီ (အလုပ်ကိစ္စတစ်ခုကို ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ရန် စိတ်ဆုံးဖြတ်ခြင်း)
၉။ မေတ္တာပါရမီ (ချစ်ခင်ကြင်နာစိတ်ရှိခြင်း)
၁၀။ ဥပေက္ခာပါရမီ (မချစ်မမုန်းဘဲ အသင့်အတင့် သဘောထားခြင်း)

ဆရာသိရန်

၁။ ဒါနပါရမီ (အလှူဒါနပြုခြင်း)

ပါရမီဆယ်ပါးတွင် ဒါနပါရမီသည် ဒေသနာစဉ်အရ ဦးစွာဖြည့်ကျင့်ရမည့် ပါရမီဖြစ်သည်။ အလှူဒါနပြုမှုကြောင့် သီလဆောက်တည်ရန်၊ ဘာဝနာပွားများရန် စိတ်နှလုံးသည် နူးညံ့လာတတ်သည်။ ဒါနပါရမီ ဖြည့်ကျင့်ရာတွင် ဘုရားအလောင်းတော်တို့သည် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကို မရွေးချယ်ဘဲ ဘုရားဖြစ်ရန်သာ ရည်ရွယ်ပြီး ဖြည့်ကျင့်တော်မူကြသည်။

၂။ သီလပါရမီ (ကိုယ်ကျင့်သီလ ဆောက်တည်ခြင်း)

သီလပါရမီဟူသည် ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှုတို့ကို သိမ်မွေ့နူးညံ့အောင် ပြုကျင့်ပြီး ကုသိုလ်တရားများကိုသာ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလ စသည့် သီလပါရမီကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့သည်။

၃။ နေက္ခမ္မပါရမီ (တောထွက်ခြင်း)

နေက္ခမ္မပါရမီဟူသည် တောထွက်၍ ရသေ့ရဟန်းပြုလုပ်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် လေးအသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလအတွင်း နေက္ခမ္မပါရမီကို ဘဝပေါင်းများစွာ ဖြည့်ကျင့်ခဲ့လေသည်။

၄။ ပညာပါရမီ (အကြောင်းအကျိုးကို ဆက်စပ်မြော်မြင်နိုင်ခြင်း)

အတတ်ပညာဟူသမျှကို သင်ယူတတ်မြောက်ခြင်း၊ လူတို့၏ ကောင်းကျိုးကို ဆောင်နိုင်သော အတတ်ပညာ၊ အသိပညာအားလုံးကို တတ်ကျွမ်းနားလည်ခြင်းနှင့် အကြောင်းအကျိုးကို ဆက်စပ်မြော်မြင်နိုင်ခြင်းသည် ပညာဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ထိုပညာဖြင့် သတ္တဝါတို့၏ ကောင်းကျိုးကို ဆောင်ရွက်တော်မူခဲ့သည်။

၅။ ဝီရိယပါရမီ (ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း)

မိမိရည်မှန်းချက် ပြည့်ဝအောင်မြင်ရန် မည်သည့်အခက်အခဲမျိုးနှင့် ရင်ဆိုင်ရစေကာမူ နောက်မတွန့်ဘဲ အခက်အခဲမှန်သမျှကို ကြိုးစားကျော်ဖြတ်ပြီး ရည်မှန်းချက်သို့ရောက်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်မှုသည် ဝီရိယဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ဝီရိယပါရမီတော်ကို နောက်မဆုတ်တမ်း ဖွဲလုံ့လအပြည့်ဖြင့် ကြိုးစားဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့သည်။

၆။ ခန္တီပါရမီ (သည်းခံခွင့်လွှတ်ခြင်း)

ခန္တီဟူသည် သည်းခံခွင့်လွှတ်မှု ဖြစ်သည်။ ခန္တီ၏သဘောမှာ အဒေါသ (အမျက်ဒေါသ မထွက်ခြင်း) ပင်ဖြစ်သည်။ သည်းခံခြင်းသည် မြင့်မြတ်သော အကျင့်ဖြစ်သည့်အပြင် ငြိမ်းချမ်းသော အောင်မြင်မှုကို ပေးစွမ်းနိုင်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ခန္တီပါရမီကို ဘဝပေါင်းများစွာ ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့သည်။

၇။ သစ္စာပါရမီ (မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း)

မဟုတ်မမှန်သော စကားကို ပြောဆိုမှုမှ ရှောင်ကြဉ်၍ မှန်ကန်ဖြောင့်မတ်စွာ ပြောဆိုခြင်းသည် သစ္စာပါရမီ ဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ဖြစ်လေရာဘဝတိုင်း၌ သူတစ်ပါးအကျိုးပျက်အောင် မုသားစကားမဆိုဘဲ သစ္စာပါရမီကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့သည်။ မှန်ကန်စွာပြောဆိုသော သစ္စာစကားကြောင့် လိုအပ်သောအကျိုး ပြည့်စုံနိုင်ပါသည်။

၈။ အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီ (အလုပ်ကိစ္စကို စွဲမြဲစွာ ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်မည်ဟု ဆောက်တည်ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း)

အလုပ်တစ်ခုကို သတ်မှတ်ထားသည့်အတိုင်း ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ မိမိစိတ်ဆုံးဖြတ် ရည်မှန်းထားသည့်အတိုင်း ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် အဓိဋ္ဌာန်ဖြစ်သည်။ မိမိအဓိဋ္ဌာန်ထားသောအလုပ်ပေါ်တွင် စိတ်နှစ်ခွမဖြစ်ဘဲ ပြီးမြောက်အောင် သေသေချာချာ ဆောင်ရွက်ရမည် ဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ဒါနပါရမီ စသော ပါရမီတော်တို့ကို ဖြည့်ကျင့်ရာ၌ ကြိုတင်အဓိဋ္ဌာန်ပြုကာ အဓိဋ္ဌာန်ထားသည့်အတိုင်း ပြည့်စုံပြီးမြောက်အောင် အားထုတ်ခဲ့သည်။

၉။ မေတ္တာပါရမီ (ချစ်ခင်ကြင်နာစိတ်ရှိခြင်း)

သူတစ်ပါးတို့၏ အကျိုးစီးပွား ဖြစ်ထွန်းမှုကို လိုလားခြင်း၊ ချစ်ခင်ကြင်နာစိတ်ရှိခြင်းသည် မေတ္တာဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် လေးအသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလအတွင်း ဘဝပေါင်းများစွာ မေတ္တာပါရမီတော်ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့လေသည်။

၁၀။ ဥပေက္ခာပါရမီ (မချစ်မမုန်းဘဲ အသင့်အတင့် သဘောထားခြင်း)

ဥပေက္ခာဟူသော စကား၏အဓိပ္ပာယ်မှာ အညီအမျှရှိခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ဥပေက္ခာပါရမီဟူသည် လျစ်လျူရှုခြင်းသဘော မဟုတ်ဘဲ၊ မချစ်မမုန်း အသင့်အတင့် သဘောထားကာ ဘက်မလိုက် တည့်မတ်သောစိတ်ဖြင့် ဖြည့်ကျင့်ရသော ပါရမီဖြစ်သည်။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် မိမိအား ပြစ်မှားသူများကိုလည်း မုန်းခြင်းမရှိ၊ ပူဇော်သူများကိုလည်း ချစ်ခြင်းမရှိဘဲ ချိန်ခွင်လျှာသဖွယ် တည့်မတ်သည့် သဘောရှိသော ဥပေက္ခာပါရမီကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့လေသည်။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ စွန့်လွှတ်တယ်ဆိုတာကို နားလည်ကြသလား။ ❁ "သားတို့သမီးတို့ ပိုင်ဆိုင်တဲ့ အရာဝတ္ထုပစ္စည်းတွေ (ဥပမာ - ဘောပင်၊ ခဲတံ၊ ကွန်ပါဗူး၊ အရုပ် . . . စသည်)ကို သူများကို အပိုင်ပေးဖူးကြလား။ ကိုယ်ပေးလိုက်တဲ့ အရာအတွက် ဘာမှပြန်မမျှော်လင့်တာကို စွန့်လွှတ်တယ်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီလိုမျိုး ကိုယ့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းတွေကို စွန့်လွှတ်ဖူးကြသလား။ စွန့်ရောစွန့်လွှတ်နိုင်ကြသလား။ ဘာကြောင့်လဲ" စသည်ဖြင့် မေးပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ ထို့နောက် "ဘုရားဆုပန်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို လေ့လာခဲ့ကြတုန်းက ဘုရားလောင်းဟာ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါးကို စွန့်လွှတ်တော်မူခဲ့တယ်"လို့ သိခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါးက ဘာတွေလဲ" စသည်ဖြင့် မေးကြည့်ပါ။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါးကို ရှင်းပြပါ။ **စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါး** ၁။ တိုင်းပြည်နိုင်ငံ၊ ထီးနန်းစည်းစိမ်၊ ဥစ္စာပစ္စည်းများကို စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ၂။ သားသမီးတို့ကို စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ၃။ ဇနီးမယားကို စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ၄။ မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများကို စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ၅။ မိမိအသက်ကို စွန့်လွှတ်ခြင်း။ ❁ အဆိုပါ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါးတို့သည် သာမန်လူများ မလုပ်နိုင်သော၊ မစွန့်နိုင်သော လုပ်ရပ်များဖြစ်ကြောင်း၊ သားသမီးတို့ကို စွန့်ခြင်း၊ မိမိ၏ ဇနီးမယားကို စွန့်ခြင်းဟူသော စွန့်ခြင်းကြီးတို့သည် သာမန်လူသားတို့အမြင်အရ ရက်စက်သော အပြုအမူဟု ထင်ရသော်လည်း မြတ်စွာဘုရား အလောင်းတော်သည် သတ္တဝါအားလုံးတို့ကို သနားတော်မူသည့်အတွက်ကြောင့် ဒါနပါရမီကို ဖြည့်ဆည်းသည့်အနေဖြင့် စွန့်လွှတ်ရခြင်းဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် ရှင်းပြပါ။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါမေးခွန်းကို မေး၍ အနှစ်ချုပ်ပါ။ - သုမေဓာရှင်ရသေ့ဟာ ဘုရားဆုပန်ပြီးတဲ့ အချိန်ကစပြီး ဘယ်လိုကြိုးပမ်း အားထုတ်ခဲ့သလဲ။ - ဘယ်သူတွေရဲ့ အကျိုးအတွက် အဲဒီလို ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခဲ့တာလဲ။

သင်ခန်းစာ (၃)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ **သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝ**

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ **သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝ အကြောင်းကို သိရှိစေရန်။**

စာသင်ချိန် (၁) ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝအကြောင်း သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများအား ၎င်းတို့၏ ငယ်ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ ထူးထူးခြားခြား မှတ်မိသည့်အချက်များကို မေးမြန်းပါ။ ❁ ထို့နောက် ဆရာက "ကလေးတို့မှာလည်း ငယ်စဉ်ကလေးဘဝ ရှိခဲ့သလို ဆရာတို့ ဘုရားအလောင်းတော်မှာလည်း ငယ်စဉ်ကလေးဘဝ ရှိခဲ့တယ်"ဟု ပြော၍ ဘုရားအလောင်း ငယ်စဉ်ကလေးဘဝနှင့် ပတ်သက်ပြီး မည်ကဲ့သို့သော ထူးခြားမှုများရှိသည်ကို အောက်ပါအတိုင်း မေးမြန်းပါ။ မှတ်မိသလောက် ပြောကြပါစေ။ - ဘုရားအလောင်းမွေးပြီးပြီးချင်း ဘာလုပ်ပါသလဲ။ (ခြေလှမ်းခုနစ်လှမ်းနှင့် စကားကြီးသုံးခွန်း) - ဘုရားအလောင်း မင်းသားငယ်ကို ဘယ်သူတွေက ရှိခိုးကြသလဲ။ - လယ်ထွန်မင်္ဂလာ ကျင်းပနေစဉ် သပြေပင်ကြီးအောက်မှာ ဘုရားအလောင်း မင်းသားငယ် ဘာလုပ်နေတာကို တွေ့ရသလဲ။ ❁ ထို့နောက် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ရုပ်ပုံများကို ပြ၍ ဘုရားအလောင်းငယ်စဉ် ကလေးဘဝအကြောင်းကို ကလေးများအား မေးပါ။ - ဒီပုံထဲမှာ ပါတဲ့သူတွေကို ဘယ်သူတွေလို့ထင်လဲ။ သူတို့ ဘာတွေလုပ်နေကြလဲ။ (ဆရာက ပုံများကို ကြည့်၍ အခြားသင့်လျော်သော မေးခွန်းများကိုလည်း မေးနိုင်ပါသည်။) ❁ "ဒီအကြောင်းအရာတွေကို နောက်စာသင်ချိန်မှာ ဆက်လက်လေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ॥ ॥ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ॥ ॥ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝ အကြောင်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝအကြောင်းကို ကလေးများကိုယ်တိုင် ဖတ်ကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် ဆရာက ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ရုပ်ပုံများဖြင့် ချိတ်ဆက်ပြသ၍ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေး ဘဝအကြောင်းကို ထပ်မံဖြည့်စွက်ပြောကြားပါ။ **သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝ** ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ လေးအသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလပတ်လုံး ပါရမီဆယ်ပါး၊ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါးကို ဖြည့်ကျင့်ဆည်းပူးတော်မူပြီး ဘုရားဖြစ်ရေးအတွက် မနားမနေ ကြိုးပမ်းအားထုတ်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ နောက်ဆုံးဘဝမှာ ကပိလဝတ်ပြည်ကို အုပ်ချုပ်မင်းလုပ်တဲ့ သုဒ္ဓေါဒနဘုရင်နဲ့ မာယာဒေဝီတို့က ဖွားမြင်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ ဖွားမြင်တဲ့နေရာက ကပိလဝတ်နဲ့ ဒေဝဒဟ နှစ်ပြည်ထောင်အကြားမှာရှိတဲ့ လုမ္ဗိနီ အင်ကြင်းတော ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ မွေးဖွားပြီးပြီးချင်း မြောက်အရပ်ဘက်ကို ခြေလှမ်းခုနစ်လှမ်း ကြွလှမ်းတော်မူပါတယ်။ ခြေလှမ်းခုနစ်လှမ်း ကြွလှမ်းတော်မူပြီး စကားကြီးသုံးခွန်းကိုလည်း ကြွေးကြော်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီစကားကြီးသုံးခွန်း ကတော့ . . . ၁။ လောကတွင် ငါသာ အမြတ်ဆုံး၊ ၂။ လောကတွင် ငါသာ အကြီးဆုံး၊ ၃။ လောကတွင် ငါသာ အချီးမွမ်းအပ်ဆုံး တို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်ရဲ့ မယ်တော်မာယာဒေဝီဟာ အလောင်းတော်ကို မွေးဖွားပြီးနောက် ခုနစ်ရက်မြောက်နေ့မှာ ကွယ်လွန်သွားခဲ့တယ်။ ဒါကြောင့် မာယာဒေဝီရဲ့ညီမတော် မဟာပဇာပတိဂေါတမီက သားအရင်းပမာ ပြုစုစောင့်ရှောက်ခဲ့ပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ပါရမီတော်တွေကို သူမတူအောင် ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့တဲ့အတွက် မွေးဖွားရာမှာလည်း အများနဲ့မတူ ထူးခြားတဲ့အဖြစ်အပျက်တွေ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တယ်။ ထိုစဉ်က ဘုရင်သုဒ္ဓေါဒန ကိုးကွယ်တဲ့ အသိတလို့ခေါ်တဲ့ တန်ခိုးကြီးတဲ့ ကာဠဒေဝိလ ရသေ့ကြီးတစ်ပါး ရှိပါတယ်။ သူဟာ ထူးခြားတဲ့ မင်းသားလေးတစ်ပါး မွေးဖွားလာတဲ့ သတင်းကို ကြားကဲ့အတွက် နန်းတော်ကို ကြွလာခဲ့တယ်။ ဘုရင်သုဒ္ဓေါဒနဟာ ရသေ့ကြီးကို ဦးချဖို့ရန် သားတော်လေးကို ခေါ်လာတယ်။ ရသေ့ကြီးရှေ့ ရောက်တဲ့အခါ သားတော်လေးရဲ့ ခြေတော်အစုံဟာ ရသေ့ကြီးရဲ့ ဦးခေါင်းထက်မှာ တည်နေခဲ့တယ်။ အဲဒီအဖြစ်အပျက်ကို တွေ့မြင်ရတဲ့ မင်းမှူးမတ် ပရိသတ်တွေအားလုံး အံ့သြငေးမောသွားကြတယ်။ အနာဂတ်ကို ကြိုတင်သိမြင်တဲ့ ရသေ့ကြီးဟာ ထူးခြားဆန်းကြယ်တဲ့ အဖြစ်အပျက်ကြောင့် မင်းသားငယ်လေးကို လက်အုပ်ချီမိုး ရှိခိုးဦးချလိုက်ပါတယ်။ ရသေ့ကြီးကိုယ်တိုင် ဦးချနေတာကို တွေ့မြင်လိုက်ရတဲ့ သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးလည်း မနေနိုင်တော့ဘဲ သားတော်လေးကို ရှိခိုးမိသွားတယ်။ မွေးဖွားပြီး ငါးရက်မြောက်နေ့မှာ ဘုရားအလောင်းတော်ကို "သိဒ္ဓတ္ထ"လို့ အမည်ပေးခဲ့ကြတယ်။ "သိဒ္ဓတ္ထ"ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က "အကျိုးစီးပွားကို ပြီးမြောက်စေသူ"လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အမည်ပေးမင်္ဂလာပွဲမှာ ဗေဒင်လက္ခဏာ ကျွမ်းကျင်တဲ့ ပညာရှိတွေကို ပင့်ဖိတ်ပြီး ဘုရားအလောင်းတော် မင်းသားလေးရဲ့ လက္ခဏာတော်တွေကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးစေတယ်။ ပညာရှိတွေက "မင်းသားလေးဟာ လူ့ဘဝနဲ့နေရင် ကမ္ဘာကိုအုပ်စိုးတဲ့ စကြဝတေးမင်း ဖြစ်လိမ့်မယ်။ တောထွက်ရဟန်းပြုရင် ဘုရားဖြစ်လိမ့်မယ်"လို့ စကားနှစ်ခွ ပြောကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ အသက်အငယ်ဆုံးပညာရှိ

ကောဏ္ဍညက လက်တစ်ချောင်းတည်းထောင်ပြီး "မင်းသားလေးဟာ ကေန်စင်စစ် ဘုရားဖြစ်လိမ့်မယ်"လို့ တထစ်ချ ဟောပြောလိုက်ပါတယ်။

ဘုရားအလောင်းတော်ရဲ့ ငယ်စဉ်ကလေးဘဝမှာ ထူးခြားတဲ့အဖြစ်အပျက်တွေထဲက လူသိများတဲ့ အဖြစ်အပျက်တစ်ခု ရှိပါတယ်။ ကပိလဝတ်ပြည်မှာ နှစ်စဉ်ကျင်းပမြဲဖြစ်တဲ့ လယ်ထွန်မင်္ဂလာပွဲမှာ ဖခင်သုဒ္ဓေါဒနနဲ့ မင်းညီမင်းသားတို့ဟာ မင်းသားလေးကို အထိန်းတော်များနဲ့ ထားခဲ့ပြီး လယ်ထွန်မင်္ဂလာပွဲကို ဆင်နွှဲနေကြတယ်။ အထိန်းတော်တွေကလည်း လယ်ထွန်မင်္ဂလာပွဲကို ကြည့်ချင်လို့ မင်းသားလေးကို (ဇမ္ဗု)သပြေပင်အောက်မှာ သိပ်ထားခဲ့ကြတယ်၊ အဲဒီအချိန်မှာ ဘုရားအလောင်းတော် မင်းသားလေးဟာ တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ကာ ထွက်သက် ဝင်သက် တရားရှုမှတ်နေရာ ချစ်ခင်ကြည်ညိုဖွယ် အသွင်သဏ္ဍာန် ဖြစ်နေခဲ့တယ်။ ပြန်ရောက်လာတဲ့ အထိန်းတော်တွေလည်း အဲဒီမြင်ကွင်းကို တွေ့ရပြီး ဘုရင်ကြီးဆီကို သတင်းပို့ကြတယ်။ ဖခင်သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးဟာ သားတော်လေးရဲ့ ထူးဆန်းတဲ့ မြင်ကွင်းကြောင့် ဒုတိယအကြိမ်မြောက်အနေနဲ့ သားတော်လေးကို လက်အုပ်ချီမိုးကာ ရှိခိုးဦးချမိပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ ဒုတိယတွဲ၊ ၁-၁၂၁။

- **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**
    - ဘုရားအလောင်းတော်ရဲ့ မိခင်ဖခင်တွေက ဘယ်သူတွေလဲ။
    - ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ မွေးဖွားပြီးပြီးချင်း ဘယ်လိုကြွေးကြော်ခဲ့သလဲ။
    - မိခင်မာယာဒေဝီ နတ်ရွာစံတော့ ဘုရားအလောင်းတော်ကို ဘယ်သူက ကျွေးမွေးပြုစုခဲ့သလဲ။
    - ဘုရားအလောင်းတော်ကို ဘယ်လို နာမည်ပေးသလဲ။
    - သိဒ္ဓတ္ထရဲ့အဓိပ္ပာယ်က ဘာလဲ။
    - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားလေးကို ဗေဒင်ပညာရှိတွေက ဘယ်လို နိမိတ်ဖတ် ဟောပြောပေးသလဲ။
    - ဘုရားအလောင်းငယ်စဉ်ဘဝမှာ ထူးခြားတဲ့အဖြစ်အပျက်တွေက ဘာတွေလဲ။
    - ဖခင်သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးက သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားလေးကို ဘာကြောင့် ရှိခိုးတာလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွှတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ငယ်စဉ်ကလေးဘဝနှင့် ပတ်သက်၍ ထပ်မံသိရှိသော အကြောင်းအရာအသစ်များကို မေးမြန်းပါ။
- ထို့နောက် ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။
- အုပ်စုတိုင်းအား စာရွက်လွှတ်များ ဝေပါ။
- သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားလေး၏ သာမန်လူသားများနှင့် မတူသော ထူးခြားချက်များကို ရှာဖွေစဉ်းစားကြစေကာ စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။
- အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ရေးထားသည်များကို ပြောပြကြပါစေ။
- အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်များ ပြောပြသွားသည်များကို မှတ်သားထားပြီး လိုအပ်သောအချက်များကို ဖြည့်စွက်ပေး၍ အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားရဲ့ ငယ်စဉ်ကလေးဘဝအကြောင်းနဲ့ သူ့ရဲ့သာမန်လူများနဲ့မတူတဲ့ ထူးခြားချက်တွေကိုလည်း လေ့လာပြီးသွားပြီ။ အဲဒီထူးခြားချက်တွေထဲက သားတို့သမီးတို့ စိတ်ဝင်စားဆုံးအချက်ကို စာရွက်ပေါ်မှာ ရေးပေးပါ။ ရေးပြီးရင် ဘာကြောင့် အဲဒီအချက်ကို စိတ်ဝင်စားသလဲဆိုတာကို စဉ်းစားပြီး ပြောပြကြရမယ်"ဟု ပြောပြီး ကလေးများအား စာရွက်ပိုင်းတစ်ခုစီ ဝေပေးပါ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးတစ်ဦးစီအား အတန်းရှေ့ထွက်၍ မိမိရေးသားထားသော စာရွက်တွင် ပါဝင်သည့် အကြောင်းအရာကို ဖတ်ပြပြီး အဘယ်ကြောင့် ထိုအချက်ကို စိတ်အဝင်စားဆုံးဖြစ်ကြောင်း ပြောပြကြပါစေ။ ကလေးတစ်ဦးစီက မိမိတို့ ပြောပြပြီးသော စာရွက်များကို သင်ပုန်းတွင် ကပ်ကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို အသိအမှတ်ပြုပေးပြီး လိုအပ်ချက်များကို ဆရာက ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေး၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပေးပါ။

သင်ခန်းစာ (၄)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်း

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ်စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို သိရှိစေရန်၊

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်းအကြောင်း သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သရုပ်ဖော်ပုံများကို ကြည့်စေပြီး သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားတော်မူခြင်း နှင့် တောထွက်တော်မူခြင်း အကြောင်းကို မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - ဒီပုံထဲကလူတွေက ဘယ်သူတွေလို့ထင်သလဲ။ - ဘာလုပ်နေကြတာလို့ ထင်သလဲ။ - ဘာကြောင့် အဲဒီလိုလုပ်တယ်လို့ ထင်သလဲ။ ❁ ထို့နောက် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ်စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်း အကြောင်းကို ရုပ်ပုံပါ အကြောင်းအရာများဖြင့် ဆက်စပ်၍ ကလေး ၃/၄ဦးခန့်က နားလည်သလို ပြောပြပါစေ။ ❁ ကလေးများပြောပြီးလျှင် အောက်ပါမေးခွန်းများကို သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေး၍ ကလေးများအားလုံးကို မေးပါ။ - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ ဘယ်လိုစည်းစိမ်တွေကို စံစားခဲ့ရသလဲ။ - ဘုရင်ကြီးက သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားလေးကို ဘယ်လိုဖြစ်စေချင်တယ်လို့ ထင်သလဲ။ - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားလေးက ဘာကြောင့်တောထွက်တယ်လို့ ထင်သလဲ။ - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားလေး တောထွက်ပြီးတဲ့နောက် ဘာတွေဆက်ဖြစ်မယ်လို့ ထင်သလဲ။ ❁ အထက်ပါမေးခွန်းများကို ကလေးများဖြေဆိုပြီးလျှင် "သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို နောက်စာသင်ချိန်မှာ ဆက်လက်လေ့လာကြမယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန် ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ်စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်းအကြောင်း သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
● သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ကလေးများကိုယ်တိုင် ဖတ်ကြပါစေ။

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ်စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်း

ဘုရားအလောင်းတော် ကလေးငယ်ဘဝက ဗေဒင်လက္ခဏာတတ်ကျွမ်းတဲ့ ပညာရှိတွေက စကြဝတေးမင်း (သို့မဟုတ်) ဘုရားဖြစ်မယ်လို့ နိမိတ်ဖတ်ဟောကြားခဲ့တယ်။ ဖခင်သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးဟာ သူ့ရဲ့သားတော်ကို စကြဝတေးမင်းသာ ဖြစ်စေချင်တယ်။ ဘုရားဖြစ်သွားမှာ အလွန်စိုးရိမ်တော်မူခဲ့တယ်။ ဒါကြောင့် ဘုရားအလောင်းတော် မင်းသားကို နန်းတော်တွင်းမှာ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့အောင် စည်းစိမ်အမျိုးမျိုး ဖန်တီးပေးထားတယ်။ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ဖွယ်ကောင်းတဲ့ ဥယျာဉ်တွေ၊ ကြာမျိုးစုံဖူးပွင့်နေတဲ့ ရေကန်ကြီးတွေကို ဖန်တီးတည်ဆောက်ပေးထားတဲ့အပြင် ဆောင်းရာသီမှာ စံမြန်းဖို့ ရမ္မနန်းဆောင်၊ မိုးရာသီမှာ စံမြန်းဖို့ သုဘနန်းဆောင်နဲ့ နွေရာသီမှာ စံမြန်းဖို့ သုရမ္မနန်းဆောင်တွေကို ဆောက်လုပ်ပေးထားတယ်။

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား အသက် ၁၆ နှစ်အရွယ်ရောက်တဲ့အခါ မင်းသားတို့ တတ်သင့်တတ်ထိုက်တဲ့ အတတ်ပညာအမျိုးမျိုးကို တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်တော်မူတယ်။ ဖခင် သုဒ္ဓေါဒနဟာ ကပိလဝတ်ထီးနန်းကို လွှဲအပ်ပြီး ဘုရင်အဖြစ် တင်မြှောက်ပေးခဲ့တယ်။ ကြင်ရာတော်အဖြစ် ဒေဝဒဟပြည် သုပ္ပဗုဒ္ဓမင်းရဲ့ သမီးတော် ယသောဓရာကို ရွေးချယ်ခဲ့ပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော် မင်းသားဟာ ယသောဓရာမင်းသမီးကို မိဖုရားကြီးအဖြစ် တင်မြှောက်ပြီး ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို စံမြန်းတော်မူပါတယ်။ ဘုရားအလောင်း သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ ရွှေနန်းတော်ပြင်ပက ပြည်သူတွေရဲ့ ဘဝအခြေအနေတွေကို မမြင်တွေ့ရဘဲ ယသောဓရာနဲ့အတူ ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် စံစားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို စံစားပြီး အချိန်ကြာမြင့်လာတဲ့အခါ ဘဝပေါင်းများစွာက ဖြည့်ကျင့်ခဲ့တဲ့ ပါရမီအရှိန်အဟုန်တွေရဲ့ စေ့ဆော်မှုကြောင့် ဘဝအပေါ်ထားရှိတဲ့ အမြင်တွေ တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲလာခဲ့တယ်။ အဲဒီလို ပြောင်းလဲလာတဲ့အမြင်က ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားရတာ မပျော်မရွှင်ဖြစ်အောင် လှုံ့ဆော်လာခဲ့တယ်။ ဘဝအပေါ်မှာ လေ့လာစူးစမ်းတတ်တဲ့အမြင်တွေ တိုးပွားလာနေတဲ့ ဘုရားအလောင်းတော် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ သူအို၊ သူနာ၊ သူသေနဲ့ ကြည်ညိုဖွယ်ရာရဟန်းဆိုတဲ့ နိမိတ်ကြီးလေးပါးကို တွေ့မြင်သွားခဲ့တယ်။ ပထမနိမိတ်ကြီး သုံးပါးကြောင့် သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံး ဒုက္ခနဲ့မကင်းနိုင်ပုံတို့ကို သိရှိသွားပြီး နောက်ဆုံးမြင်ကွင်းကြောင့် လူ့ဘဝရဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို အဆုံးသတ်နိုင်မယ့် လမ်းစကို ရှာဖွေလိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ ယသောဓရာ မိဖုရားထံမှ သားတော်ဖွားမြင်ကြောင်း သံတော်ဦးတင်လာကြတယ်။

ကြင်ရာတော် ယသောဓရာနဲ့ သားတော်လေးတို့အပေါ် ကျေပွန်အောင် ထမ်းဆောင်ရမယ့် တာဝန်ဝတ္တရားတွေကို သိမြင်တော်မူပေမဲ့ မိမိရဲ့မိသားစုနဲ့ လူနည်းစုတို့ရဲ့ ကောင်းကျိုးကို ထမ်းဆောင်ခြင်းထက် သတ္တဝါအားလုံးရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိသူတစ်ဦး ဖြစ်လိုတဲ့အတွက် သူ့ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ပြင်ဆင်ဖို့ စိတ်ကူးတော်မမူခဲ့ပါဘူး။ အဲဒီည သန်းခေါင်ယံအချိန်မှာ ကဏ္ဍကမြင်းကို အဆင်သင့်ပြုလုပ်ထားဖို့ ဖွားဖက်တော် ဆန္နအမတ်ကို အမိန့်ပေးခဲ့တယ်။ ထွက်ခွာခါနီးအချိန်မှာ ယသောဓရာနဲ့ သားတော်လေးတို့ကို ကြည့်ရှုချင်လို့ နန်းဆောင်တွင်းကို ဝင်လာခဲ့တယ်။ သားတော်လေးကို နောက်ဆုံးနှုတ်ဆက်တဲ့အနေနဲ့ ပွေ့ချီချင်ပေမဲ့ တောထွက်ဖို့ကိစ္စ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်မှာစိုးတဲ့အတွက် တံခါးဝကပဲ ကြည့်ရှုပြီး လှည့်ပြန်ခဲ့တယ်။

အဲဒီနောက် သတ္တဝါအားလုံးအတွက် ငြိမ်းချမ်းမှုနဲ့ အမှန်တရားကို ရှာဖွေဖို့ ဆန္ဒအမတ်နဲ့အတူ တောထွက်တော်မူခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ အသက် ၂၉ နှစ်ရှိပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားဖြစ်မှာစိုးရိမ်နေတဲ့ မာရ်နတ်ရဲ့တားမြစ်မှုကို အနိုင်ယူကျော်ဖြတ်ပြီး အနော်မာမြစ်ကမ်းကို ရောက်ရှိခဲ့ပါတယ်။ အနော်မာမြစ်ကမ်းကို ရောက်တဲ့အခါ ဆံတော်ကို ပယ်ကာ ရှင်ဘုရင်ဝတ်စုံတွေကို လဲလှယ်ပြီး ဃဋိကာရဗြဟ္မာ လှူဒါန်းတဲ့ သင်္ကန်းကို ဆင်မြန်းတော်မူခဲ့တယ်။ ဆန္ဒအမတ်ကိုလည်း ဝတ်စုံများနဲ့အတူ နန်းတော်ကို ပြန်လွှတ်လိုက်ပြီး အမှန်တရားနဲ့ ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် တောထဲမှာ တရားရှာတဲ့ခရီးစဉ်ကို စတင်တော်မူခဲ့တယ်။

မှီငြမ်း။ ။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ ဒုတိယတွဲ၊ ၂၂-၂၀၉။

- "သားတို့သမီးတို့ . . . ဒီအကြောင်းကို မဖတ်ခင်က သိသလောက် ပြောခဲ့ပြီးကြပြီ။ အခု ဖတ်ပြီးတော့ ဘာတွေ ထပ်သိသွားတယ်ဆိုတာကို သိရအောင် မေးခွန်းတွေကို ဖြေကြည့်ကြမယ်"ဟု ပြော၍ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

  - သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးဟာ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားကို နန်းတော်ထဲမှာ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာ နေနိုင်အောင် ဘာတွေ လုပ်ပေးခဲ့သလဲ။ ဘာကြောင့်လို့ ထင်သလဲ။
  - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ တတ်သင့်တဲ့ပညာတွေကို ဘယ်အရွယ်မှာ တတ်မြောက်ခဲ့သလဲ။
  - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ ထီးနန်းစည်းစိမ်တွေကို ဘယ်လိုစံစားခဲ့သလဲ။
  - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား မြင်တွေ့ရတဲ့ နိမိတ်ကြီးလေးပါးက ဘာတွေလဲ။ အဲဒီလေးပါးကို မြင်တွေ့ပြီး ဘယ်လို ဆုံးဖြတ်ခဲ့သလဲ။
  - သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ ဘာကြောင့် တောထွက်ခဲ့တာလဲ။ စသည့်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါလုပ်ငန်းစဉ်ဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
  - စာသင်ချိန် (၂)တွင် ဖတ်ခဲ့သော အကြောင်းအရာများကို ပြောလိုသောကလေးအချို့က နားလည်သလို ပြောပြကြပါစေ။
- ကလေးများကို အုပ်စု (၄)စု ဖွဲ့ပါ။
- ထို့နောက် ဆရာက ဗုဒ္ဓဝင်သင်ခန်းစာများကို အကျဉ်းပြန်လည်ပြောပြပေးပါ။ ထိုသင်ခန်းစာများတွင် ပါဝင်သော အမည်များကို မှတ်သားထားကြရမည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့ အပြန်အလှန်မေးခွန်းများ မေးမြန်းကြရမည် ဖြစ်ကြောင်းကို ကလေးများအား ကြိုတင်ပြောပြထားပါ။
- အုပ်စု (၁)က မေးခွန်းတစ်ခုမေးလျှင် ကျန်အုပ်စုများမှ ဖြေဆိုလိုသော ကလေးများက လက်ထောင်ကြရမည်။
  (ဥပမာ 'သ' နဲ့စတဲ့ နာမည်ဟု အုပ်စုတစ်ခုကမေးလျှင် ဖြေဆိုလိုသူ အုပ်စုများက လက်ထောင်ပြီးဖြေရမည်။ ပထမဦးဆုံး လက်ထောင်သောအုပ်စုက ဖြေရမည်။ အဖြေ မှန်၊ မမှန်ကို အုပ်စုအချင်းချင်း သဘောတူညီမှု ယူ၍ အဖြေမမှန်ပါက အခြားအုပ်စုများကို ထပ်မေးနိုင်သည်။ "သိဒ္ဓတ္ထ"ဟု ဖြေလျှင် "သိဒ္ဓတ္ထ" အကြောင်းကို

အကျဉ်းချုပ် ပြောပြရမည်။) ဤနည်းအတိုင်း အုပ်စုအားလုံး အပြန်အလှန် အမေးအဖြေ ပြုလုပ်ကြပါစေ။ ကလေးများပြောသော အမည်များကို ဆရာက သင်ပုန်းတွင် မှတ်တမ်းတင်ပေးပါ။
❁ ကလေးများ ပြောပြသောအချက်များထဲတွင် လိုအပ်ချက်ရှိလျှင် ဆရာက ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားတော်မူခြင်းနှင့် တောထွက်တော်မူခြင်းအကြောင်း သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ထီးနန်းစည်းစိမ် စံစားခြင်းနဲ့ တောထွက်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ဖတ်လည်းဖတ်ပြီးပြီ။ မေးခွန်းတွေနဲ့ အမေးအဖြေလုပ်ပြီး အကြောင်းအရာ အကျဉ်းချုပ်ကိုလည်း ပြောပြီးပြီ။ အခု သားတို့သမီးတို့ လုပ်ကြရမှာက ရုပ်ပုံကိုကြည့်ပြီး သရုပ်ဖော်စာရေးတဲ့ လုပ်ငန်းကို လုပ်ကြရမှာဖြစ်တယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
❁ ထို့နောက် ကလေးများကို တစ်ဖွဲ့လျှင် ခြောက်ဦးပါဝင်သော အုပ်စုများဖွဲ့ပြီး တစ်ဖွဲ့လျှင် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ရုပ်ပုံတစ်ပုံစီပေး၍ ရုပ်ပုံကိုသရုပ်ဖော်သော စာကြောင်းငါးကြောင်းစီ ရေးပါစေ။ (ဆရာက ရုပ်ပုံ အောက်တွင်ပါဝင်သော စာများကို ကလေးများမမြင်နိုင်အောင် စီစဥ်ထားပါ။)
❁ မိမိတို့အုပ်စုရသောပုံကို အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေး၍ သရုပ်ဖော်သောစာများ ရေးပြီးလျှင် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက အတန်းရှေ့ထွက်၍ ဖတ်ပြပါစေ။
❁ ကလေးများတင်ပြပြီးသောအခါ လိုအပ်သည်များကို ဆရာက ဖြည့်စွက်ပြောပြပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၅)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်း

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို သိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်း သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်းနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘာတွေသိထားသလဲ"ဟု မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ကလေးများပြောပြသောအချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။
❁ ထို့နောက် ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်း ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ရုပ်ပုံတစ်ပုံစီကို ကလေးတစ်ဦးစီအား ကြည့်စေ၍ မည်သို့နားလည်ကြောင်း ပြောပြကြပါစေ။ (ကလေးအားလုံး ပါဝင်ပါစေ။) ကလေးများပြောပြီးသောအခါ "နောက်စာသင်ချိန်မှာ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ဆက်ပြီးလေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများအား အုပ်စု (၆)စု ဖွဲ့ပါ။ ထို့နောက် အုပ်စု (၁)က ပထမစာပိုဒ်၊ အုပ်စု(၂)က ဒုတိယစာပိုဒ် စသည်ဖြင့် အုပ်စုတစ်စုကို စာပိုဒ်တစ်ပိုဒ်စီဖြင့် ဖတ်ပါစေ။
❁ ဖတ်ပြီးသွားသောအခါ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ဖတ်ထားသည်များကို ပြန်လည်ပြောပြကြပါစေ။
ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်း
ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ နန်းတော်ထဲနေစဉ်တုန်းက အကောင်းဆုံး အစားအသောက်၊ အသုံးအဆောင်များကိုသာ စားသောက်သုံးဆောင်ခဲ့ရတယ်။ တောထွက်တော်မူပြီးတဲ့နောက်မှာတော့ ရသမျှနဲ့ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲတော်မူခဲ့တယ်။ အရင်တုန်းက ရွှေနန်းသုံးဆောင်မှာ အထက်တန်းကျကျ စံမြန်းခဲ့ရပေမယ့် အခုအခါမှာတော့ သစ်တစ်ပင်ရင်း ဝါးတစ်ပင်အောက်မှာ ဆင်းဆင်းရဲရဲ ပင်ပင်ပန်းပန်းနဲ့ နေထိုင် အိပ်စက်ရတယ်။
အဲဒီလိုနေထိုင်ပြီး အမှန်တရားကို ရှာဖွေရင်း အာဠာရနဲ့ဥဒကဆိုတဲ့ ရသေ့ကြီးနှစ်ပါးကို ဆည်းကပ်ခွင့် ရခဲ့တယ်။ ဒီရသေ့ကြီးတွေ ရရှိထားတဲ့ လောကီဈာန်တရားတွေကိုလည်း ရက်အနည်းငယ်အတွင်း နည်းခံရရှိခဲ့တယ်။ ရသေ့ကြီးနှစ်ပါးက အလောင်းတော်ကို သဘောကျပြီး တပည့်ပရိသတ်တွေကို ဝိုင်းဝန်းအုပ်ချုပ်ပေးဖို့ ကမ်းလှမ်း

ကြတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်က သူ့ရဲ့ရည်မှန်းချက် မပြည့်စုံသေးလို့ ရသေ့ကြီးတွေရဲ့ ကမ်းလှမ်းချက်ကို ငြင်းပယ်ခဲ့တယ်။

အဲဒီနောက်မှာတော့ ဥရုဝေလတောကို ကြွတော်မူပြီး ဒုက္ကရစရိယာအကျင့် (ခက်ခဲဆင်းရဲပင်ပန်းသောအကျင့်)ကို ကျင့်သုံးခဲ့တယ်။ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးက အလောင်းတော်ကို ပြုစုလုပ်ကျွေးကြတယ်။ အလောင်းတော်ဟာ အစားအသောက်ကို ခြိုးခြံလွန်းတဲ့အတွက် အသားအရေတွေ တဖြည်းဖြည်း ညှိုးမည်းခြောက်သွေ့လာပြီး အရိုးနဲ့ အရေသာ ကျန်တော့တယ်။ နောက်ဆုံးမှာ အာဟာရပြတ်ပြီး လဲကျတဲ့အထိ ဖြစ်ခဲ့တယ်။ အလောင်းတော်ဟာ အဲဒီ ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်ကို ခြောက်နှစ်တိုင်အောင် ကျင့်တော်မူပြီးတဲ့ အခါမှာတော့ "ဒီနည်းနဲ့ တရားထူးရနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး"လို့ ဆင်ခြင်မိပြီး အစားအသောက်ကို ပြန်လည် မှီဝဲသုံးဆောင်တယ်။ အလယ်အလတ်လမ်းစဉ်ကိုလည်း ပြောင်းလဲပြီး ကျင့်သုံးခဲ့တယ်။ ဒီအခါမှာ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးတို့က "အပြင်းအထန်ကျင့်တာတောင် ဘုရားမဖြစ်တာ၊ အခုလို ကျင့်နေလို့တော့ ဘုရားဖြစ်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး"လို့ ယူဆပြီး ဘုရားအလောင်းတော်ကို စွန့်ခွာသွားကြတယ်။

ကဆုန်လပြည့်နေ့ နံနက်စောစောအချိန်မှာ အလောင်းတော်ဟာ ညောင်ပင်တစ်ပင်အောက်မှာ ထိုင်နေတော်မူတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ သုဇာတာ သူဌေးသမီးဟာ အလောင်းတော်ကို "ဒီနတ်မင်းဟာ ငါ့ကို သားဆုပေးတဲ့ နတ်မင်းပဲ"လို့ မှတ်ထင်ပြီး ယနာနို့ဆွမ်းကို ရွှေခွက်နဲ့အတူ ကပ်လှူပူဇော်ခဲ့တယ်။ အလောင်းတော်ဟာ နေရဉ္ဇရာ မြစ်ကမ်းမှာ ယနာနို့ဆွမ်းကို ဘုဉ်းပေးတော်မူပြီး "ယနေ့ ဘုရားဖြစ်မည် မှန်ပါက ဤရွှေခွက်သည် ရေညာသို့ ဆန်တက်ပါစေသတည်း"လို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီး မြစ်ထဲကို မျှောလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါမှာတော့ ရွှေခွက်ဟာ ရေညာကို ဆန်တက်သွားတယ်။

အဲဒီနောက် အလောင်းတော်ဟာ ညနေချမ်းအချိန်မှာ ဗောဓိညောင်ပင်ဆီကို ကြွတော်မူတယ်။ လမ်းမှာ မြက်ထမ်းသမား သောတ္ထိယ လှူဒါန်းတဲ့ မြက်ရှစ်ဆုပ်ကို ဗောဓိပင်ခြေရင်းမှာ ကြဲဖြန့်ပြီး "ဘုရားမဖြစ်သမျှ ကာလ ပတ်လုံး ဤနေရာမှ ငါမထတော့"လို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီး တရားအားထုတ်တော်မူခဲ့တယ်။

မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃ ခု၊ ကဆုန်လပြည့်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ နေမဝင်မီ မာရ်နတ်ရဲ့ရန်ကို အောင်မြင်တော်မူပြီး အဲဒီနေ့နံနက် အရုဏ်တက်ချိန်မှာ "သိစရာမှန်သမျှကို အကြွင်းအကျန်မရှိ ကိုယ်တော်တိုင် သိမြင်တဲ့ ဘုရားရှင်" အဖြစ်ကို ရောက်တော်မူခဲ့တယ်။ (သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် နေအရုဏ်လည်း တက်လေ တော့သည်။)

မိုးငြိမ်း ။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ ဒုတိယတွဲ၊ ၂၀၉-၃၅၁။

မှတ်ချက်။ ။ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် နေ့တစ်နေ့အကူးကို ည ၁၂ နာရီဟု မသတ်မှတ်ဘဲ အရုဏ်တက်ဖြင့် သတ်မှတ်သည်။

❋ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- ဘုရားအလောင်းတော်မင်းသားဟာ နန်းတော်ထဲမှာ ဘယ်လိုနေထိုင်ခဲ့ရသလဲ။
- ဘုရားအလောင်းတော်တရားကျင့်ကြံတဲ့အခါ ဘယ်လိုနေထိုင် စားသောက်ရသလဲ။
- ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ တောထဲမှာ တရားရှာရင်း ဘယ်သူတွေနဲ့ တွေ့ဆုံခဲ့သလဲ။
- ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ဥရုဝေလတောမှာ ဘယ်လိုကျင့်ကြံခဲ့သလဲ။
- ဘုရားအလောင်းတော်ကို ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးက ဘာကြောင့်စွန့်ခွာသွားတယ်လို့ ထင်သလဲ။
- ယနာနို့ဆွမ်းကို မည်သူက ကပ်လှူခဲ့သလဲ။
- ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ဘုရားဖြစ်အောင် ဘယ်လမ်းစဉ်နဲ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်ခဲ့သလဲ။
- ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ဘယ်ခုနှစ်၊ ဘယ်လ၊ ဘယ်နေ့မှာ ဘုရားဖြစ်ခဲ့သလဲ။

၂၀၃၉၅

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သရုပ်ဖော်ပုံများနှင့်စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ရေးသားတင်ပြရန် ကလေးများကို အုပ်စု (၅)စုဖွဲ့၍ တစ်ဖွဲ့လျှင် စာရွက်လွတ်တစ်ရွက်စီဝေပေးပါ။ ကလေးများအား ရေးသားချိန် ၁၅ မိနစ်ပေးပါ။ ကလေးများကို လွတ်လပ်စွာ တီထွင်ဖန်တီးခွင့်ပေးပါ။ ❁ အုပ်စုလိုက်ရေးသားတင်ပြထားသော ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို နံရံ၌ကပ်ထားစေပြီး ကလေးအားလုံးက လိုက်လံကြည့်ရှုကြပါစေ။ ❁ ကလေးများလှည့်လည်ကြည့်ရှုရင်း မေးမြန်းဆွေးနွေးလိုသော အချက်များရှိလျှင် ရေးသားသူများက ပြန်လည်ရှင်းပြကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ၏ တင်ပြချက်များတွင် မရှင်းလင်းသော၊ လွဲမှားနေသော အချက်များရှိလျှင် ကလေးအချင်းချင်း ပြင်ဆင် ဖြည့်စွက်စေပြီး၊ လိုအပ်မှသာ ဆရာက ဖြည့်စွက်ပေးပါ။ ❁ ထို့နောက် ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအကြောင်း အဓိကအချက်များကို ကလေးများနှင့် အပြန်အလှန် အမေးအဖြေပြုလုပ်ကာ အနှစ်ချုပ်ပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကဗျာများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ဘုရားဆုပန်ခြင်းမှစ၍ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းအထိ လေ့လာခဲ့ပြီးသော သင်ခန်းစာများကို ဆရာနှင့် ကလေးများ အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆွေးနွေးခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးများအား အောက်ပါကဗျာများကို ရွတ်ဆိုကြပါစေ။ **ဘုရားအလောင်း ဖွားတော်မူခန်း** သုဒ္ဓေါဒန ဖခင်ပါ၊ မိခင် မယ်မာယာ။ ထူးခြားစွာ ဆင်အိပ်မက်၊ မယ်မာယာမြင်မက်။ အင်ကြင်းတောဘက် မွေးဖွားမြင်၊ ဘုရားအလောင်း တို့အရှင်။ ဖွားမြင်စဉ် နတ်အပေါင်း၊ ပူဇော် တသောင်းသောင်း။ ။

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား

ကြင်နာသနားတတ်တဲ့သူ၊
စိတ်ထားကောင်းမြတ်သူ။
သဘောဖြူကာ လူယဉ်ကျေး၊
သိဒ္ဓတ္ထတဲ့လေး။
ရှိုးသား အေးဆေး သူ့ဟန်ပန်၊
အတုယူကြရန်။
စံနမူနာ ယူကာပြ၊
ဘုရားအလောင်းရဲ့ ငယ်ဘဝ။ ။

တောထွက်ခန်း

သိဒ္ဓတ္ထဆိုတဲ့ မင်းသားဟာ၊
ထီးနန်း စံမြန်းရာ။
နန်းတော်ထဲမှာ စံစားဘိ၊
အိုနာသေ မသိ။
ဉယျာဉ်ကြည့်ဖို့ လှည့်လည်ရာ၊
လူအိုကို တွေ့ကာ။
လူနာလူသေ သူတွေ့က၊
ပွားများ သံဝေဂ။
ရဟန်းတွေ့မှ အားကျသူ၊
သူ့ကို အတုယူ။
ငြိမ်းချမ်းမှုကို သူလိုလား၊
တရားရှာဖို့ တောထွက်သွား။ ။

အောင်ပွဲ

ဘုရားအလောင်းတော် မင်းသားဟာ၊
တရား ကျင့်ကြံကာ။
တောထဲမှာ လွန်ခက်ခဲ၊
မလျှော့သော သူ့ဇွဲ။
မာရ်နတ်ကလည်း နှောင့်ယှက်ပြန်၊
မေတ္တာနဲ့ တွန်းလှန်။
မာရ်နတ်ရန် အောင်မြင်သွား
တို့ရဲ့ မြတ်ဘုရား။ ။

❁ ထို့နောက် ကဗျာများ၏ အဓိပ္ပာယ်များကို ကလေးများကိုယ်တိုင် ပြောပြကြပါစေ။ လိုအပ်ချက်ရှိလျှင် ဆရာက ဖြည့်စွက်ပေးပြီးနောက် စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၆)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ သာသနာပြုစေလွှတ်တော်မူခြင်း

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ မြတ်စွာဘုရားရှင် သာသနာပြု စေလွှတ်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို သိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ . . . ပြီးခဲ့တဲ့စာသင်ချိန်တွေမှာ ဘုရားရှင်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ အများကြီး ဆွေးနွေးခဲ့ကြပြီ။ မြတ်စွာဘုရားရှင်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့အကြောင်းအရာတွေကို ဘယ်လောက်မှတ်မိသလဲ"ဟု မေးပြီး အောက်ပါ လုပ်ငန်းကို ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
- ကလေးများကို အုပ်စု (၄)စုဖွဲ့ပြီး သင်ပုန်းပေါ်တွင် ဆရာက အောက်ပါအချိန်မျဉ်းကို ဆွဲပါ။

ဘုရားရှင်၏ ဘဝအကြောင်း

(၁)	(၂)	(၃)	(၄)
ဘုရားဆုပန်	ငယ်စဉ်ဘဝ	တောထွက်	ဘုရားဖြစ်

- အုပ်စု (၄)စုကို မဲနှိုက်စေပြီး အချိန်မျဉ်းတွင် ဖော်ပြထားသော မြတ်စွာဘုရား၏ ဖြစ်တော်စဉ်လေးခုမှ မိမိတို့ မဲကျရာ ဖြစ်စဉ်ကို အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပြီး အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက တင်ပြပါစေ။ အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေး နေစဉ် ဆရာက လိုက်လံကြည့်ရှုပြီး ကူညီပေးပါ။
- အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက တင်ပြရာတွင် လိုအပ်ချက်များရှိလျှင် အခြားအုပ်စုများက ဖြည့်စွက်ပေးကြပါ စေ။ လိုအပ်မှသာ ဆရာက ဖြည့်စွက်ပေးပါ။
- ထို့နောက် ဆရာက "မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါအားလုံးကို ကယ်တင်ဖို့ ဘုရားဖြစ်အောင်ကြိုးစားခဲ့တယ်။ ဘုရားဖြစ်ပြီးတဲ့နောက်မှာ ဘာတွေဆက်လုပ်ခဲ့တယ် ဆိုတာကို နောက်စာသင်ချိန်မှာ လေ့လာကြရအောင်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သာသနာပြုစေလွှတ်တော်မူခြင်း အကြောင်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❋ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သာသနာပြု စေလွှတ်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ကလေးများဖတ်ကြပါစေ။ **သာသနာပြုစေလွှတ်တော်မူခြင်း** မြတ်စွာဘုရားရှင် ဘုရားဖြစ်ပြီးစ ၄၉ ရက်မြောက်နေ့မှာ တပုဿနဲ့ ဘလ္လိကဆိုတဲ့ ကုန်သည်ညီနောင်နှစ်ယောက်ဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို မုန့်ကြွက်ကျစ်နဲ့ ပျားဆုပ်မုန့်တွေကို လှူဒါန်းခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားကလည်း သူတို့ကို အနုမောဒနာတရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပြီးနောက် ညီနောင်နှစ်ယောက်တို့ဟာ ဘုရားနဲ့တရားဆိုတဲ့ ရတနာနှစ်ပါးကို ပထမဆုံးကိုးကွယ်ခွင့်ရသူတွေ ဖြစ်သွားခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီနောက်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ မိဂဒါဝုန်တောသို့ ကြွတော်မူပြီး ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးကို ဓမ္မစကြာသုတ်တော်နှင့် အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်ကို ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။ အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်ကို ဟောတော်မူတဲ့ ဝါဆိုလပြည့်ကျော် ငါးရက်နေ့မှာ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးလုံး ရဟန္တာဖြစ်တော်မူခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး သံဃာရတနာ စတင်ပေါ်ပေါက်လာကာ သာသနာတော်မှာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာဆိုတဲ့ ရတနာသုံးပါး ပြည့်စုံလာခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးနဲ့အတူ မိဂဒါဝုန်တောမှာပဲ သီတင်းသုံးနေတော်မူပါတယ်။ အဲဒီအချိန် သေနာနိဂုံးက သူဇာတာသူဌေးကတော်ကြီးရဲ့သား ယသဟာ လောကစည်းစိမ်တွေမှာ ငြီးငွေ့လာတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားရှိရာ မိဂဒါဝုန်တောထဲကို ရောက်ရှိလာခဲ့တယ်။ ယသသူဌေးသားရဲ့ဖခင် သူဌေးကြီးဟာ သားဖြစ်သူ အိမ်က ထွက်သွားတဲ့အတွက် စိတ်ပူပြီး လိုက်ရှာခဲ့ရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်နဲ့ သားဖြစ်သူရှိရာကို ရောက်လာခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က သူဌေးကြီးကို တရားဟောတော်မူပါတယ်။ တရားအဆုံးမှာ သူဌေးကြီးဟာ ဘုရားသာသနာတော်မှာ ရတနာသုံးပါးကို ပထမဆုံးယုံကြည်တဲ့ သောတာပန်ဒါယကာ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ သူဌေးကြီးကို မြတ်စွာဘုရားက တရားဟောနေစဉ်မှာပဲ ယသလည်း ရဟန္တာဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။ သူဌေးကြီးဟာ မြတ်စွာဘုရားကို ဆွမ်းဘုဉ်းပေးဖို့ ပင့်ဖိတ်ပြီး အိမ်ပြန်သွားခဲ့တယ်။ ယသသူဌေးသားဟာ မြတ်စွာဘုရားထံမှာ ရဟန်းပြုခွင့်တောင်းပြီး ဘုရားသားတော် ရဟန်းတစ်ပါး ဖြစ်သွားခဲ့တယ်။ နောက်တစ်နေ့မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ အရှင်ယသနဲ့အတူ သူဌေးကြီးအိမ်ကို ဆွမ်းဘုဉ်းပေး ကြွတော်မူပါတယ်။ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတော်မမူမီ မြတ်စွာဘုရားရှင် တရားဟောတော်မူတဲ့အခါ သူဌေးကတော်ကြီး သုဇာတာနဲ့ အရှင်ယသရဲ့ ဇနီးဟောင်းတို့ဟာ ပထမဆုံး ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ကိုးကွယ်တဲ့ သောတာပန် ဒါယိကာမများ ဖြစ်လာခဲ့ကြပါတယ်။ အရှင်ယသရဲ့ သူငယ်ချင်း လေးယောက်တို့လည်း ယသသူဌေးသား ရဟန်းပြုသွားကြောင်း သိရတဲ့အခါ "ငါတို့သူငယ်ချင်း ယသဟာ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ အများကြီး ရှိပါလျက် အကုန်လုံးကို ထားခဲ့ပြီး ရဟန်းပြုသွားတယ်။ ဒါဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာတော်ဟာ မြင့်မြတ်လို့ ဖြစ်လိမ့်မယ်"လို့ တွေးပြီး အရှင်ယသရှိရာကို လိုက်သွားခဲ့ကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရားထံမှာ သူဌေးသား လေးယောက်တို့လည်း ရဟန်းပြုပြီး ရဟန္တာများ ဖြစ်သွားခဲ့ကြတယ်။ ထို့အတူပဲ အရှင်ယသရဲ့ ငယ်သူငယ်ချင်း ၅၀ တို့လည်း အရှင်ယသရဲ့သတင်းကို ကြားပြီးနောက် မြတ်စွာဘုရားရှင်ထံကို သွားရောက်ပြီး ရဟန်းပြုခွင့် တောင်းခဲ့ကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရား တရားဟောပြီးတဲ့အခါ သူငယ်ချင်း ၅၀ တို့လည်း ရဟန္တာဖြစ်ကာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ တပည့်သာဝကများ ဖြစ်လာခဲ့ကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦး၊ အရှင်ယသ၊ အရှင်ယသရဲ့ ငယ်သူငယ်ချင်း ၅၄ ပါး၊ စုစုပေါင်း ဘုရားရှင်ရဲ့ တပည့်သာဝက ရဟန္တာ

အရှင်မြတ် အပါး ၆၀ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ဝါကျွတ်တဲ့အခါ တပည့်သာဝက ရဟန္တာအရှင်မြတ် အပါး ၆၀ ကို ခေါ်ပြီး လောက ကောင်းကျိုးအတွက် အရပ်ဒေသများစွာကို ခရီးလှည့်လည် တရားဟောကြားဖို့နဲ့ လမ်းခရီးတစ်ခုကို တစ်ပါးတည်း သာကြွရောက်ကြဖို့ တိုက်တွန်းပြီး သာသနာပြု စေလွှတ်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

ကိုးကား။ ။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ ဒုတိယတွဲ၊ ၃၉၄-၅၃၀၊

- ❁ **အောက်ပါမေးခွန်းများမေးပါ။**

- ဘုရားနဲ့တရားဆိုတဲ့ ရတနာနှစ်ပါးကို ပထမဆုံးကိုးကွယ်ခွင့်ရသူတွေဟာ ဘယ်သူတွေလဲ။
- ဘုရားဖြစ်ပြီးစအချိန်မှာ ဘယ်သူတွေကို တရားဟောခဲ့ပါသလဲ။
- ဘုရားဖြစ်ပြီးစအချိန်မှာ ဘာသုတ်တော်တွေကို ဟောကြားခဲ့တာလဲ။
- သံဃာရတနာဟာ ဘယ်အချိန်ကစတင် ပေါ်ပေါက်ခဲ့သလဲ။
- ယသသူဌေးသားက ဘာကြောင့်ရဟန်းပြုသွားတယ်လို့ ထင်သလဲ။
- ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ကိုးကွယ်ခဲ့တဲ့ ပထမဆုံး သောတာပန် ဒါယိကာမတွေက ဘယ်သူတွေလဲ။
- မြတ်စွာဘုရားရှင်က တပည့်သာဝကရဟန္တာများကို ဘာကြောင့်သာသနာပြု စေလွှတ်ခဲ့တာလဲ စသည့် မေးခွန်းများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၃)   ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း   ။ ။ မဲလိပ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို "သာသနာပြုစေလွှတ်တော်မူခြင်းအကြောင်းကို အသံတိတ်ဖတ်ကြည့်ရအောင်"ဟု ပြော၍ အသံမထွက်ဘဲ ဖတ်ကြပါစေ။
❁ ကလေးများ ဖတ်ပြီးသောအခါ "ကုန်သည်ညီနောင်၊ ပဉ္စဝဂ္ဂီ၊ ယသ၊ ယသ၏သူငယ်ချင်းလေးယောက်၊ သူဌေး ကြီး၊ သုဇာတာ၊ အရှင်ယသ၏ ဇနီးဟောင်း"ဟူသော အမည်များဖြင့် ကလေးအရေအတွက်အလိုက် မဲလိပ်များ ပြုလုပ်ထားပါ။ ထို့နောက် အမည်တူရာချင်းစု၍ အုပ်စု (၇)စု ဖွဲ့ပါ။
❁ မိမိကျရာ အမည်ကို အုပ်စုအတွင်း ဆွေးနွေးပြီး ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ (ဥပမာ။ ။ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးဆိုတာ ဘယ်သူတွေလဲ၊ သူတို့က ဘာထူးခြားလဲ . . . စသည်ဖြင့်)
❁ အုပ်စုအားလုံးတင်ပြပြီးသောအခါ ဆရာက လိုအပ်သည်များကို ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါမေးခွန်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ "သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဟာ ဘုရားဖြစ်အောင် ဘာကြောင့် ကြိုးစားခဲ့တယ်လို့ထင်သလဲ" ❁ ကလေးများဖြေပြီးလျှင် ဆရာက "သတ္တဝါတွေကို ကယ်တင်ဖို့၊ အများအကျိုး ဆောင်ရွက်ဖို့၊ အမှန်တရားကို သိရှိပြီး သတ္တဝါတွေ ငြိမ်းချမ်းဖို့အတွက် ဘဝပေါင်းများစွာ စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံပြီး ပါရမီတွေဖြည့်ကာ ဘုရားဖြစ်အောင် ကြိုးစားတော်မူခဲ့တယ်။ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်းကို ဘုရားပွင့်တော်မူခြင်းလို့လည်း ခေါ်တယ်"ဟု ရှင်းပြပါ။ ❁ ထို့နောက် "ဘုရားပွင့်လာပြီး ဘာတွေထူးခြားသလဲ"ဟု ဆက်မေးပါ။ (ကလေးများကို စဉ်းစားချိန်ပေး၍ ဖြေတတ်သလို ဖြေကြပါစေ။) ❁ ကလေးများဖြေပြီးလျှင် ဆရာက အောက်ပါအတိုင်းပြောပြပါ။ "ဘုရားပွင့်လာတဲ့အတွက် ဒါကတော့ ကုသိုလ် (ကောင်းတဲ့အလုပ်)ပဲ၊ ဒါကတော့ အကုသိုလ် (မကောင်းတဲ့အလုပ်)ပဲ ဆိုတာ ခွဲခြားသိရတယ်။ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်တွေရဲ့ ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးတွေကိုလည်း ခွဲခြားသိရတယ်။ အကျိုးအများကြီးရှိတယ်"ဟု ပြောပြီး အောက်ပါမေးခွန်းကို ဆက်၍မေးပါ။ - ဘုရားမပွင့်ပေါ်ခဲ့ဘူး ဆိုရင်ရော ဘာတွေဖြစ်လာနိုင်သလဲ။ ❁ "ဘုရားရှင်ပွင့်တော်မမူဘူးဆိုလျှင် ဒါကတော့ကုသိုလ် (ကောင်းတဲ့အလုပ်)ပဲ၊ ဒါကတော့ အကုသိုလ် (မကောင်းတဲ့အလုပ်)ပဲ ဆိုတာ ခွဲခြားမသိနိုင်ဘူး။ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်တွေရဲ့ ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးတွေကိုလည်း ခွဲခြားမသိနိုင်ဘူး။ အပြစ်တွေ အများကြီးဖြစ်လာနိုင်တယ်"စသည်ဖြင့် ပြောပြပါ။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါကဗျာကို သင်ပုန်းတွင်ရေးပြပြီး ရွတ်ဆိုကြပါစေ။ ဘုရားရှင်တော်၊ မပွင့်ပေါ်လျှင် လူတော်အများ၊ စိတ်ကောင်းထားလည်း ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့် ထိုထိုဘုံဘဝ၊ မသိရ၊ များလှအပြစ်တွေ။ ဘုရားရှင်တော်၊ ပွင့်ထွန်းပေါ်၍ ဟောဖော်ညွှန်ကြား၊ မြတ်တရားကြောင့် ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့် ထိုထိုဘုံဘဝ၊ သိကြရ၊ များလှကျေးဇူးတွေ။ (အရှင်ဇနကာဘိဝံသ) ❁ "မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ လောကကောင်းကျိုးအတွက် ကိုယ်တိုင် တရားဟောကြားတော်မူတဲ့အပြင် တပည့်သာဝကများကိုလည်း အရပ်ဒေသများစွာသို့ ခရီးလှည့်လည်တရားဟောကြားရန် စေလွှတ်ခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း နေထိုင်ကျင့်ကြံကြလျှင် ကောင်းကျိုးများစွာရနိုင်တယ်" ဟု ဆရာက ပြောပြပြီး သင်ခန်းစာကို အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

သင်ခန်းစာ (၇)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။	။ ကျင့်ကြံစရာ တရားရတနာ
သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။	။ တရားဂုဏ်တော်များကို သိရှိပြီး ပီသရှင်းလင်းစွာ ရွတ်ဖတ်တတ်စေရန်နှင့် တရားတော်၏ သဘောသဘာဝကို အကျဉ်းအားဖြင့် သိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁) ။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။	။ ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါးကို ကွက်လပ်ဖြည့်ရန် ရေးထားသော စာရွက်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ပထမတန်းတွင် လေ့လာခဲ့ပြီးသော "ဘုရားရှိခိုးကြမယ်" သင်ခန်းစာနှင့် ဒုတိယတန်းတွင် လေ့လာခဲ့ပြီးသော "ရွှေဥဒေါင်းမင်း" သင်ခန်းစာကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက်ပြောပြပါ။
- "သားတို့သမီးတို့ 'ဘုရားရှိခိုးကြမယ်' သင်ခန်းစာမှာ ဘာတွေလေ့လာခဲ့လဲ၊ မှတ်မိကြသေးလား" ဟုမေးပါ။ (ဩကာသကန်တော့ချိုး)
- "ရွှေဥဒေါင်းမင်း သင်ခန်းစာမှာရော ဘာတွေ လေ့လာခဲ့သလဲ"ဟု ဆက်၍မေးပါ။ (ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါး)
- "ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါးကို မှတ်မိတဲ့သူရှိလား၊ ပြန်ရွတ်ပြပါဦး"ဟု ပြော၍ ကလေးများ ရွတ်ဆိုပြကြပါစေ။
- ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် အောက်ပါ ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါးကို ရေးပြ၍ ကလေးများအား မိမိတို့မှတ်စုစာအုပ်တွင် မှတ်သားထားကြပါစေ။

ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါး

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ -

၁။ အရဟံ၊
၂။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊
၄။ သုဂတော၊
၅။ လောကဝိဒူ၊
၆။ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ၊
၇။ သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ၊
၈။ ဗုဒ္ဓေါ၊
၉။ ဘဂဝါ။

- ထို့နောက် အောက်ပါ နမူနာအတိုင်း ရေးထားသော စာရွက်များကို ကလေးများအား တစ်ယောက် တစ်ရွက်စီ ဝေပေးပါ။

နမူနာ - ဣတိပိ သော ------ ။

------ ရဟံ။
သမ္မာ ------ ။
------ စရဏ ------ စသည်ဖြင့်။

- စာရွက်ပါ ကွက်လပ်များကို ရေးဖြည့်ကြပါစေ။
- ထို့နောက် ဘေးမှသူငယ်ချင်းများနှင့် အဖြေမှန်ကို အပြန်အလှန် စစ်ဆေးကြပါစေ။
- ပြီးနောက် စာရွက်များကို ဆရာဆီသို့ လာပေးကြပါစေ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါး ကွက်လပ်ဖြည့်ရန် ရေးထားသော စာရွက်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့က ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါးကို ရွတ်လည်းရွတ်ပြီးသွားပြီ၊ ရေးလည်းရေးပြီးသွားပြီဆိုတော့ အခု တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ပါးကို ရွတ်တတ်အောင် အရင်ဆုံးသင်ပေးမယ်နော်"ဟု ပြော၍ အောက်ပါတရားဂုဏ်တော် ခြောက်ပါးကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးပြပြီး အသံထွက် ပီသမှန်ကန်အောင် ရွတ်ဆိုပြ၍ ဂုဏ်တော်တစ်ခုစီ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြပါ။

တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါး

၁။ သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော = ကောင်းမွန်စွာ ဟောတော်မူအပ်သော တရားတော်ဖြစ်သော ဂုဏ်။
၂။ သန္ဒိဋ္ဌိကော = ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ သိမြင်သဘောပေါက်ရသော ဂုဏ်။
၃။ အကာလိကော = ချက်ချင်းလက်ငင်း အကျိုးပေးနိုင်သော ဂုဏ်။
၄။ ဧဟိ ပဿိကော = မယုံလျှင် လက်တွေ့လာကျင့်ကြည့်ပါဟု ဖိတ်ခေါ်ရဲသော ဂုဏ်။
၅။ ဩပနေယျိကော = စိတ်ထဲ၌ အမြဲမပြတ် ဆောင်ထားအပ်သော ဂုဏ်။
၆။ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ = ပညာရှိတို့ တစ်ဦးချင်းစီ သိမြင်ခံစားအပ်သော ဂုဏ်။

- တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ပါးကို ကလေးများ ကူးယူမှတ်သားကြပါစေ။
- ထို့နောက် အောက်ပါနမူနာအတိုင်း ရေးထားသော စာရွက်များကို ကလေးများအား တစ်ယောက်တစ်ရွက်စီ ဝေပေးပါ။

နမူနာ - သွာက္ခာတော ------ ဓမ္မော။
------ ကော။
------ ကော။
ဧဟိ ------ စသည်ဖြင့်။

- စာရွက်ပါ ကွက်လပ်များကို ရေးဖြည့်ကြပါစေ။
- ထို့နောက် ဘေးမှ သူငယ်ချင်းများနှင့် အဖြေမှန်ကို အပြန်အလှန် စစ်ဆေးကြပါစေ။
- ပြီးနောက် စာရွက်များကို ဆရာဆီသို့ လာပေးကြပါစေ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘုရားဖြစ်တော်မူတဲ့အချိန်ကစပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်စံတဲ့အထိ တရားများကို ဟောတော်မူခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေကို နာရလို့ တရားထူးရသွားကြတဲ့သူတွေလည်း အများကြီးပဲ။ အဲဒီထဲမှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို နာကြားလိုက်ရတဲ့ ဖားလေးတစ်ကောင်အကြောင်းကို ဖတ်ကြည့်ကြမယ်" စသည်ဖြင့် ပြောကာ စာသင်ချိန်ကိုစတင်ပါ။ **ဖားနတ်သားလေး** တစ်ခါတုန်းက ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ဟာ စမ္ပာပြည်မှာရှိတဲ့ ဂဂ္ဂရာလို့ခေါ်တဲ့ ရေကန်အနီးမှာ သီတင်းသုံးနေထိုင်ပြီး ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူတွေကို တရားဟောတော်မူတယ်။ ဘုရားရှင်တရားဟောနေစဉ်မှာပဲ ဖားလေးတစ်ကောင်ဟာ ရေကန်ထဲက ထွက်လာတယ်။ ပရိသတ်အစွန်တစ်နေရာမှာ ဝပ်ပြီး "ဒီအသံဟာ တရားသံပဲဖြစ်မယ်"လို့ အာရုံပြုကာ နာယူပါတယ်။ အဲဒီအခါ နွားကျောင်းသား တစ်ယောက်ကလည်း မြတ်စွာဘုရားတရားဟောတဲ့ နေရာကို ရောက်လာပြီး တရားနာယူတယ်။ တရားနာတဲ့အခါ သူဟာ နွားမောင်းတဲ့ နှင်တံတုတ်ကို ထောက်ပြီး နာယူပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သူ့နှင်တံတုတ်ဟာ ဖားငယ်ရဲ့ ဦးခေါင်းပေါ်ကို မတော်တဆ ထောက်မိသွားပြီး ဖားငယ်ဟာ အဲဒီနေရာမှာပဲ သေဆုံးသွားရှာတယ်။ ဖားငယ်ဟာ တရားတော်ရဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို မသိရှာပါဘူး။ ဒါပေမယ့် တရားတော်ကို အာရုံပြုနေလို့ ကြည်သာရွှင်လန်းတဲ့ စိတ်အစဉ် ရှိနေတုန်းမှာ သေဆုံးသွားတဲ့အတွက် တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာ နတ်သားဖြစ်သွားပါတယ်။ မဏ္ဍူကဒေဝပုတ္တ (ဖားနတ်သား)လို့ အမည်တွင်ပြီး ရွှေဗိမာန်မှာ နတ်သမီး အခြံအရံပေါင်း များစွာနဲ့ စံစားရပါတယ်။ ဖားနတ်သားဟာ အတိတ်ဘဝက ဖားသူငယ်ဖြစ်ခဲ့ပုံနဲ့ ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို နာခဲ့ရလို့ အခုလို နတ်သားဖြစ်လာခဲ့ရပုံတို့ကို ဆင်ခြင်မိပြီး ဘုရားရှင်ကို သွားရောက်ဖူးမြော်တယ်။ ဘုရားရှင်က ဖားနတ်သားရဲ့ ဖြစ်ကြောင်းကုန်စင်ကို တန်ခိုးတော်နဲ့ သိမြင်တော်မူပြီးဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် တရားနာပရိသတ်တွေကိုလည်း ထင်ထင်ရှားရှား သိစေလိုတဲ့အတွက် ဖားနတ်သားကို အကျိုးအကြောင်း မေးမြန်းတယ်။ ဖားနတ်သားကလည်း ဖြစ်ပျက်ပုံ အလုံးစုံကို လျှောက်ထားလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ ဘုရားရှင်က တရားနာခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကို ရှင်းလင်းဟောပြတော်မူပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားကိုလည်း ဆက်လက်ဟောတော်မူပါတယ်။ တရားဒေသနာအဆုံးမှာ ဖားနတ်သားဟာ သောတာပန်တည်သွားပြီး အခြားတရားနာပရိသတ်တို့လည်း ထူးမြတ်တဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတွေကို ခံစားရရှိသွားပါတယ်။ မှီငြမ်း ။ ၃၈ ဖြာမင်္ဂလာပုံပြင်များ၊ မင်းယုဝေ၊ ၁၃၅-၁၃၆၊ ဝိမာနဝတ္ထု၊ ဌ၊ ၂၀၁။ ❁ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။** - မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘယ်နေရာမှာ ဘယ်သူတွေကို တရားဟောခဲ့သလဲ။ - မြတ်စွာဘုရား တရားဟောနေစဉ်မှာ ဖားငယ်လေးဟာ ဘာကြောင့် တရားနာတာလဲ။

- နွားကျောင်းသားကရော ဘယ်လိုပုံစံမျိုးနဲ့ တရားနာသလဲ။
- ဖားငယ်လေး တရားနာနေရင်းနဲ့ ဘာဖြစ်သွားတာလဲ။ ဘယ်သူ့ကြောင့်လဲ။
- ဖားငယ်လေးသေတော့ ဘယ်ကို ရောက်သွားတာလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သားတို့၊ သမီးတို့ရော တရားနာဖူးကြလား။ ဘယ်လို နာဖူးကြသလဲ။
- တရားနာယူနေစဉ်မှာ ဘယ်လိုခံစားရလဲ စသည့်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ၊ ဖားနတ်သားလေး တေးကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ဆရာက "ကလေးတို့လည်း တရားဂုဏ်တော်တွေကို မှန်မှန်ကန်ကန် ရွတ်ဆိုနိုင်ကြပြီ။ တရားတော်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို နားမလည်တဲ့ ဖားနတ်သားလေးတောင်မှ ကြည်ညိုစိတ်ကြောင့် နတ်သားဖြစ်နိုင်တယ်ဆိုရင် ကလေးတို့လည်း ရိုရိုသေသေ ရွတ်ဆိုနာကြားကြရင် ပိုပြီးအကျိုးထူးနိုင်တယ်"စသည်ဖြင့် ပြောကြားပေးပြီး အောက်ပါတေးကဗျာကို သံပြိုင်ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

ဖားနတ်သားလေး

ဖားကလေးတွေက စွေစွေခုန် တောအုပ်မြိုင်ကြီးစိမ်းစိုစို
ရဟန်းသူတော်တို့ သီတင်းသုံးရာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ကြွရောက်လာ
တရားရေအေး တိုက်ကာကျွေး အေးမြစိတ်ကြည်သာ
မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သံသာသာ တရားဟောစဉ်အခါ
ဖားလိမ္မာလေး တစ်ကောင်ဟာ စူးစိုက်နားထောင်ရှာ
မတ်တတ်ရပ်လို့ တုတ်ထောက်ကာ နွားကျောင်းသားလေးတရားနာ
ဖားလိမ္မာလေး သနားစရာ တုတ်နဲ့ ထောက်မိကာ
ဘုရားရှင်တရားရဲ့ သံသာသာ ကြည်ညိုသဒ္ဓါပွားစဉ်မှာ
သေဆုံးသွားတဲ့ ဖားလိမ္မာ ဖားနတ်သားလေး ဖြစ်သွားတာ။ ။

- ထို့နောက် ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပြီး စာရွက်လွတ်များ ဝေပေးပါ။
- အုပ်စုတိုင်းက အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။
  - မကောင်းမှုဆိုတာ ဘာလဲ။
  - ကောင်းမှုဆိုတာ ဘာလဲ။
  - စိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ဘယ်လိုထားကြမလဲ။
- ကလေးများ ဆွေးနွေးပြီးရေးကြပါစေ။ ရေးထားသည်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ထွက်၍ ပြောပြကြပါစေ။
- ကလေးများပြောသွားသော အချက်များကို ဆရာက မှတ်သားထားကာ မကောင်းမှုများဖြစ်သည့် ကာယဒုစရိုက် သုံးပါး၊ ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးနှင့် မနောဒုစရိုက်သုံးပါးတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ကာ မိမိ၏စိတ်ကို ဖြူစင်အောင်ထားသင့်

သည့်အပြင် ကောင်းမှုကုသိုလ်များကို ဖြစ်စေနိုင်သည့် သုစရိုက်တရားများကိုသာ ပြုမူ၊ ပြောဆို၊ ကြံစည်သင့်ကြောင်း စသည်ဖြင့် ဖြည့်စွက်ပြောပြပေးပါ။ (မှတ်ချက်။ ။ ကာယဒုစရိုက် သုံးပါး၊ ဝစီဒုစရိုက် လေးပါး၊ မနောဒုစရိုက် သုံးပါးကို သင်ခန်းစာ (၉)တွင် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။)

- ပြီးနောက် "မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေထဲမှာ လိုက်နာကျင့်ကြံစရာ ဆုံးမဩဝါဒတွေ အများကြီးရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ စာစောက သားတို့သမီးတို့ကို ပြောပြလိုက်တဲ့ အချက်သုံးချက်ကတော့ တရားတော်တွေရဲ့ အကျဉ်းချုပ်ပဲဖြစ်တယ်။ အခု အဲဒီအချက်သုံးချက်ကို ဆောင်ပုဒ်လေးနဲ့ ဆိုကြည့်ရအောင်"ဟု ပြော၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံး သတ်ပါ။

"မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင် စိတ်ကိုထား"

သင်ခန်းစာ (၈)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ တရားထိုင်ကြမယ်

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ နည်းလမ်းတကျ တရားထိုင်တတ်စေရန်နှင့် တရားထိုင်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သိရှိစေရန်၊

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်များ၊ ပုံဆွဲရန် လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ။

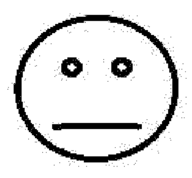
သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ဒီနေ့ သားတို့သမီးတို့နဲ့ ဆွေးနွေးမှာကတော့ 'တရားထိုင်ကြမယ်' ဆိုတဲ့ သင်ခန်းစာ ဖြစ်တယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

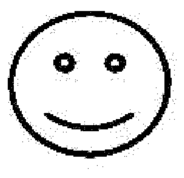
  "အခု သားတို့သမီးတို့ စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုခံစားနေရလဲ။ ပျော်ရွှင်နေလား၊ စိတ်ညစ်နေလား၊ ဘယ်လိုဖြစ်နေတယ်ဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ကြပါ။ သားတို့သမီးတို့ ခံစားနေရတဲ့ စိတ်အခြေအနေကို ပုံတွေနဲ့ဖော်ပြမယ်။ အခု ဆွဲပြထားတဲ့ ပုံတွေထဲမှာ သားတို့သမီးတို့ ဘယ်ပုံထဲကလို ဖြစ်နေသလဲ"စသည်ဖြင့် ပြောပြီး အောက်ပါပုံများကို သင်ပုန်းတွင် ဦးစွာဆွဲပြပါ။

ပုံ (၁)

ပုံ (၂)



ပုံ (၃)



- "ဒီပုံတစ်ပုံစီက ဘယ်လိုခံစား နေရတဲ့ပုံတွေလို့ ကလေးတို့ ထင်သလဲ"ဟု မေးမြန်း ဆွေးနွေးပြီး ဆရာက "ပုံ (၁)က စိတ်ညစ် နေတဲ့ပုံ။ ပုံ (၂)က စိတ်လည်း မညစ်ဘူး၊ ပျော်ရွှင်နေတာလည်း မဟုတ်ဘူး ပုံမှန်အတိုင်းပဲ။ ပုံ (၃)ကတော့ ပျော်ရွှင်နေတဲ့ပုံ ဖြစ်တယ်။ သားတို့သမီးတို့ အခု လက်ရှိ ခံစားနေရတဲ့ ပုံတစ်ပုံကို ဆွဲပြပါ"ဟု ပြောပြီး ပုံတစ်မျိုးစီကို ဆွဲကြပါစေ။
- ထို့နောက် ၎င်းတို့ ဆွဲထားသောပုံကို သင်ပုန်း (သို့မဟုတ်) နံရံပေါ်တွင် ကပ်ကြပါစေ။ ထိုသို့ ကပ်ရာတွင် အမျိုးအစားတူရာပုံများကို စု၍ ကပ်ကြပါစေ။
- သင်ပုန်း (သို့မဟုတ်) နံရံပေါ်ရှိ စာရွက်များကို ကလေးများအချင်းချင်း လိုက်လံကြည့်ရှုကြပါစေ။
- ထို့နောက် ဆရာက ပြောဆိုချင်သောကလေး အချို့အား ဘာကြောင့် စိတ်ညစ်ရကြောင်း (သို့မဟုတ်) ဘာကြောင့် ပျော်ရွှင်ရကြောင်းကို မေးမြန်းပါ။ (အချိန်ပေါ်မူတည်ပြီး ကလေးများကို မေးနိုင်သည်။)
- ကလေးများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီးသောအခါ "စိတ်တည်ငြိမ်ပြီး စိတ်ချမ်းသာအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမယ် ဆိုတာကို နောက်တစ်ချိန်မှာ ဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ပုလင်းလွတ်နှစ်လုံး၊ သဲနှင့်ရေ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ စာသင်ချိန် (၁)တွင် ကလေးများကပ်ထားခဲ့သော သင်ပုန်း(သို့မဟုတ်) နံရံပေါ်ရှိ ပုံများကို ညွှန်ပြ၍ ဆရာက "ဒီပုံတွေမှာဆိုရင် တချို့ကလေးတွေက ပျော်ရွှင်နေကြတယ်။ တချို့ကတော့ စိတ်ညစ်နေကြတာကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒီလို မျက်နှာမှာပေါ်နေတဲ့ စိတ်ခံစားမှုဟာ ဘာနဲ့တူသလဲ ဆိုတာကို ဆရာက ဒီဥပမာနဲ့ လုပ်ပြမယ်" ဟု ဆိုကာ ပုလင်းလွတ်နှစ်လုံးကို ယူ၍ တစ်လုံးထဲသို့ ရေကြည်ထည့်ပြီး ကျန်တစ်လုံးထဲသို့ မြေမှုန့်နှင့်ရေများ ထည့်ပါ။
❁ ပြီးနောက် မြေမှုန့်နှင့်ရေများ ထည့်ထားသော ပုလင်းကို ယူ၍ "ဒီပုလင်းကို လှုပ်လိုက်မယ်ဆိုရင် ဘာဖြစ်သွားမယ်လို့ ထင်သလဲ"ဟု မေးပါ။ ထို့နောက် ပုလင်းကို လက်တွေ့လှုပ်ကြည့်လိုသူ ကလေး ၃/၄ ဦးခန့်အား အတန်းရှေ့သို့ ခေါ်ထုတ်ကာ လက်တွေ့လှုပ်ကြည့်ကြပါစေ။
❁ ထိုကဲ့သို့ နောက်ကျိနေသော ရေပုလင်းကို ကြည်လင်နေသော ရေပုလင်းနှင့် ယှဉ်ပြပြီး "ဒီရေပုလင်း နှစ်လုံးဟာ ဘယ်လိုကွာခြားနေသလဲ"ဟု မေးကာ ကလေးများနားလည်သလို ဖြေကြပါစေ။
❁ ကလေးများဖြေဆိုပြီးသောအခါ ဆရာက . . .
"ဟောဒီ မြေမှုန့်ထည့်ထားတဲ့ပုလင်းကို လှုပ်လိုက်လို့ဖြစ်လာတဲ့ နောက်ကျိနေတဲ့ရေနဲ့ ဆရာတို့ သားတို့သမီးတို့ရဲ့စိတ်မှာ ဖြစ်နေတာတွေနဲ့ အတူတူပဲ။ ဆရာတို့ရဲ့စိတ်မှာ အတွေးတွေ အများကြီးရှိတယ်။ သားတို့သမီးတို့ရဲ့ မိဘတွေ၊ လူကြီးသူမတွေမှာဆိုရင် မိသားစုစားဝတ်နေရေး၊ အလုပ်အကိုင် စတာတွေအတွက် စဉ်းစားစရာ ပူပန်စရာတွေ အများကြီးရှိတယ်။
သားတို့သမီးတို့ဆိုရင်လည်း နေပူမိုးရွာမရှောင် ကျောင်းတက်ရတာ၊ အိမ်စာလုပ်ရတာ၊ ဆော့ကစားရတာ၊ မောင်နှမတွေနဲ့ စကားများတာ၊ သူငယ်ချင်းအချင်းချင်း စကားများရတာ၊ လိုချင်တာမရတာတွေ ရှိနိုင်တယ်။ အဲဒီလို အလုပ်တွေ၊ အခက်အခဲတွေ၊ အတွေးတွေ များနေမယ်ဆိုရင်တော့ စိတ်ညစ်လာမယ်၊ စိတ်ညစ်လာရင် အမှားအယွင်းတွေ ဖြစ်လာနိုင်တယ်"
ထို့နောက်ဆရာက ကြည်လင်နေသော ရေပုလင်းကို ပြ၍ -
"ဆရာတို့ သားတို့သမီးတို့ရဲ့ စိတ်တွေ တည်ငြိမ်နေမယ်၊ စိတ်ကြည်လင်သန့်ရှင်းနေမယ်ဆိုရင် ဒီရေပုလင်းထဲက ကြည်လင်နေတဲ့ရေလိုပဲ သန့်ရှင်းနေမယ်။ တည်ငြိမ်နေမယ်။ ဒါဖြင့် စိတ်တည်ငြိမ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို နောက်တစ်ချိန်မှာ ဆက်ပြီးဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ တရားထိုင်နည်းလင်္ကာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကလေးများအား စိတ်တည်ငြိမ်ပြီး ပျော်ရွှင်လာအောင် မည်သို့လုပ်သင့်သည်ကို မေးမြန်းပါ။
- ကလေးများ ဖြေပြီးသောအခါ ဆရာက "စိတ်တည်ငြိမ်မှ ပျော်ရွှင်နိုင်မှာဖြစ်တဲ့အတွက် စိတ်တည်ငြိမ်အောင် တရားထိုင်ကြရမယ်"ဟု ပြောပြပြီး ကလေးများ အောက်ပါလင်္ကာကို ရွတ်ဆိုကြပါစေ။ (ဤသင်ခန်းစာကို သင်ကြားရာတွင် ဆရာအနေဖြင့် အသံကို အေးဆေးတည်ငြိမ်စွာ ဖြစ်နေရန် ကြိုးစားထားသင့်သည်။)

တရားထိုင်နည်းလင်္ကာ

တင်ပျဉ်ခွေကာ ထိုင်နေပါ၊
ခါးမှာ ဖြောင့်ဖြောင့်ထား။
မလှုပ်ကွန္တြေ ငြိမ်ငြိမ်နေ၊
စိတ်တွေ မလွင့်ပါး။
မျက်စိမှိတ်ကာ ခေါင်းတည့်ပါ၊
နှာသီးဝမှာ စိတ်ကိုထား။
ထွက်လေဝင်လေ စူးစိုက်ကာ၊
မှတ်ပါ ကလေးများ။ ။

မှတ်ချက်။ ။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ လင်္ကာကို ကလေးများနှင့် သင့်လျော်အောင် ပြုပြင်ထားပါသည်။

- လင်္ကာရွတ်ဆိုပြီးလျှင် လင်္ကာကို မည်သို့နားလည်ကြောင်း ကလေးများကိုယ်တိုင် ပြောပြပါစေ။ ကလေးများ ပြောပြီးလျှင် တရားထိုင်နည်းကို ဆရာက အောက်ပါအတိုင်း ဖြည့်စွက်ပါ။

အခြေခံတရားရှုမှတ်နည်း

၁။ တင်ပျဉ်ခွေ၍ သက်သောင့်သက်သာထိုင်ပါ။ (ဘယ်ခြေကို အောက်ကထား၍ ညာခြေကို အပေါ်က ထားပြီး သက်သက်သာသာ ထိုင်ပါ။)
၂။ ဘယ်ဘက်လက်ဝါးပေါ် ညာဘက်လက်ဝါးတင်ကာ လက်မထိပ်ချင်း ထိပြီးထားပါ။
၃။ ခန္ဓာကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာထားပါ။ (စိတ်ဖြင့်ဆောင်ထားသော အကြောများကို လျှော့ချထားပါ။ တင်းအောင်ပြုလုပ်၍ မထားရပါ။ ခါး၊ ကျော၊ ခေါင်းတို့ကို တုတ်ချောင်း ထောင်ထားသလို တင်းတောင့် ထောင်မတ် မထားရ။)
၄။ မျက်စိကို အိပ်ခါနီးအချိန်မှာ မှိတ်သလို သက်သာစွာ မှိတ်ထားပါ။ ဖိ၍မှိတ်မထားရပါ။ မှိတ်တုတ်မှိတ် တုတ်လည်း မဖြစ်စေရပါ။
၅။ ပါးစပ်ကို စကားမပြောဘဲနေတဲ့အခါ စေ့ထားသလို သက်သာစွာ စေ့ထားပါ။
၆။ လက်၊ ခြေထောက်များ မလှုပ်ရပါ။
၇။ စိတ်ကို နှာသီးဖျား (သို့မဟုတ်) နှာသီးဝ၌ ထားပါ။
၈။ အသက်ရှူနေတာကို အာရုံပြုထားပါ။

(နှာသီးဝ၌ လေများတိုးဝင်သွားလိုက် တိုးထွက်လာလိုက်၊ တိုးဝင်သွားလိုက် တိုးထွက်သွားလိုက် ဖြစ်နေတာ

ကို သိနေပါ။ တိုးဝင်သွားလိုက် တိုးထွက်သွားလိုက်ကို သိလားဟု စောင့်ကြည့်ပြီး လေးငါးကြိမ်မေးပါ။ မသိရင် ထပ်စောင့်ကြည့်ပါ။)

ကလေးများ သိနိုင်လောက်ပြီဟု ယူဆသောအခါ "လေတိုးဝင်သွားရင် ဝင်တယ်လို့ စိတ်ထဲမှာမှတ်ပါ။ လေတိုးထွက်လာရင် ထွက်တယ်လို့ စိတ်ထဲမှာ မှတ်ပါ။ ထိုနည်းအတိုင်း ဝင်တယ် ထွက်တယ်လို့ မှတ်နေပါ"ဟု ဆရာက ပြောပြပါ။

မှီငြမ်း။ ။ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော် မြန်မာပြန်၊ မဟာဝဂ်၊ အာနာပါနသတိကထာ ဝေါဒါနဉာဏ်အကျယ်ပြခြင်း၊ ၁၅၉၊၂၁၇။

- ထို့နောက် ဆရာက "အခုလေ့လာခဲ့တာ တရားထိုင်ပုံ ထိုင်နည်းဖြစ်ပြီး နောက်စာသင်ချိန်မှာ အခုပြောခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းအတိုင်း လက်တွေ့တရားထိုင်ကြမယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ကလေးတို့အားလုံး တရားထိုင်ရင် ဘယ်လိုထိုင်ရမယ်ဆိုတဲ့ တရားထိုင်ပုံ ထိုင်နည်းကို စာသင်ချိန် (၃)မှာ သိခဲ့ပြီးပြီ။ အခုစာသင်ချိန်မှာ ငါးမိနစ်ခန့် လက်တွေ့တရားထိုင်ကြမယ်။ တရားမထိုင်ခင် အရင်ဆုံးနေရာယူရအောင်"ဟု ဆိုကာ ကလေးများကို တစ်တန်းလျှင် ရှစ်ယောက်ဖြင့် အတန်းငါးတန်းကို ရှေ့နောက် ညီညာစွာ တန်းစီ၍ ထိုင်ကြပါစေ။ (ကလေးအရေအတွက်ပေါ်မူတည်၍ ဆရာက စီစဉ်ပါ။)
- ထို့နောက် စာသင်ချိန် (၃)တွင် ဆိုခဲ့သော တရားထိုင်နည်းလင်္ကာကို ပြန်လည်ရွတ်ဆိုစေပြီး အထက်ပါ တရားထိုင်နည်းအတိုင်း ကလေးများ ထိုင်ကြပါစေ။
- ကလေးများ အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီဆိုလျှင် ဆရာက "အခု သားတို့သမီးတို့က ဝင်လေ၊ ထွက်လေပေါ်မှာ အာရုံစူးစိုက်ထားပါ။ နှာသီးဖျားကနေ ဝင်လာတဲ့လေက အေးနေပြီးတော့ ပြန်ထွက်သွားတဲ့အချိန်မှာ လေက နွေးနေတာကို သတိပြုပါ။ တရားထိုင်နေရင်းနဲ့ ခန္ဓာကိုယ်က နာလာတာ၊ ခေါင်းယားလာတာ၊ ခါးညောင်းလာတာ တွေလည်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်တယ်။ အဲဒီလိုဖြစ်လာခဲ့ရင် သားတို့သမီးတို့က အဲဒီနာကျင်ကိုက်ခဲလာတဲ့ နေရာလေးကို သတိထား ကြည့်ရမယ်။ ခဏကြာတဲ့အချိန်မှာ အဲဒီနာကျင်မှုလေးဟာ သူ့ဘာသာသူ ပျောက်သွားတာလည်း တွေ့ရမယ်။ မပျောက်တာလည်း တွေ့ရမယ်။ ပြီးရင် ဝင်လေထွက်လေပေါ်မှာပဲ ပြန်အာရုံစိုက်ပြီး ရှုမှတ်ပါ၊ သတိထားနေပါ"ဟု ပြောကြားပေးပါ။ (တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ "လျှောက်၊ ထိုင်၊ သွား၊ ရပ်"ဆိုတဲ့ ကိုယ်အမူအရာလေးမျိုးနဲ့ ရှုမှတ်လို့ ရတယ်။ လျှောက်ရင် 'လျှောက်တယ်'၊ ထိုင်ရင် 'ထိုင်တယ်'၊ သွားရင် 'သွားတယ်'၊ ရပ်ရင် 'ရပ်တယ်'လို့လည်း ရှုမှတ်လို့ ရတယ်"ဟု ရှင်းပြပါ။)
- ထို့နောက် တရားမထိုင်ခင် ဖြစ်ပေါ်နေသောစိတ်နှင့် တရားထိုင်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသောစိတ် အခြေအနေကို ကလေးများနှင့် ဆွေးနွေးပါ။ ဆွေးနွေးချက်များကို ဆရာက မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။
- "တရားထိုင်ခြင်းအားဖြင့် စိတ်ကြမ်းတွေ၊ စိတ်ရှုပ်တွေ၊ စိတ်ရိုင်းတွေ ငြိမ်းချမ်းသွားပြီး စိတ်တည်ငြိမ်လာမယ်၊ စိတ်ချမ်းသာလာမယ်။ စိတ်ချမ်းသာလာရင် ဉာဏ်လည်းကောင်းမယ်၊ စာလည်းတော်မယ်။ ဒါဆိုရင် သားတို့သမီးတို့ဟာ သားလိမ္မာ သမီးလိမ္မာလေးတွေ ဖြစ်လာမယ်။ ဒါကြောင့် သားတို့သမီးတို့ဟာ နေ့စဉ် တရားထိုင်တဲ့ အလုပ်ကို ကြိုးစားပြီး လုပ်ဆောင်ကြပါ"ဟု ပြောပြီး သင်ခန်းစာကို အနှစ်ချုပ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၉)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါး

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါး အကြောင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ ဆိုးကျိုးများကို သိရှိစေရန်၊

စာသင်ချိန် (၁) ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါးကိုရေးထားသော စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ . . . မကောင်းမှုတွေကို ကိုယ်နဲ့လည်း ပြုလုပ်တတ်ကြတယ်။ နှုတ်နဲ့လည်း ပြောဆိုတတ်ကြတယ်။ စိတ်နဲ့လည်း ကြံစည်တတ်ကြတယ် ဆိုတာကို ဆွေးနွေးခဲ့ဖူးတာ မှတ်မိကြသေးလား။ အဲဒီမကောင်းမှုတွေကို ဘာလို့ခေါ်လဲ"ဟု မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ (ကလေးများ အခက်အခဲဖြစ်နေလျှင် ဆရာက အစဖော် ပြောပြပေးပါ။)

- ထို့နောက် "ကိုယ်နဲ့ပြုလုပ်တဲ့ ကာယဒုစရိုက်သုံးပါးက ဘာတွေလဲ၊ နှုတ်နဲ့ပြောဆိုတဲ့ ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးက ဘာတွေလဲ၊ စိတ်နဲ့ကြံစည်တဲ့ မနောဒုစရိုက်သုံးပါးက ဘာတွေလဲ" စသည်ဖြင့် ကလေးများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး ကလေးများပြောသော အချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။ လိုအပ်ချက်များကို အောက်ပါအတိုင်း ဖြည့်စွက်ပေးပါ။

ကာယဒုစရိုက် (ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်သော မကောင်းမှု) သုံးပါး

၁။ ပါဏာတိပါတ (သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ဖြတ်ခြင်း)
၂။ အဒိန္နာဒါန (သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း)
၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ (သူတစ်ပါးသားမယားကို လွန်ကျူးပြစ်မှားခြင်း)

ဝစီဒုစရိုက် (နှုတ်ဖြင့် ပြောဆိုသော မကောင်းမှု) လေးပါး

၁။ မုသာဝါဒ (လိမ်ညာပြောဆိုခြင်း)
၂။ ပိသုဏာဝါစာ (ကုန်းတိုက်စကားပြောဆိုခြင်း)
၃။ ဖရုသဝါစာ (ကြမ်းတမ်းသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း)
၄။ သမ္ဖပ္ပလာပ (အကျိုးမရှိသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း)

မနောဒုစရိုက် (စိတ်ဖြင့် ကြံစည်သော မကောင်းမှု) သုံးပါး

၁။ အဘိဇ္ဈာ (သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို ကိုယ့်ပစ္စည်းဖြစ်ရင် ကောင်းမှာပဲဟု ကြံစည်မှု)
၂။ ဗျာပါဒ (သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်ရင် ကောင်းမှာပဲဟု ကြံစည်မှု)
၃။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (အယူမှားခြင်း။ ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို မယုံကြည်မှု စသည်)

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ အောက်ပါ ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ အားလုံးဖတ်ကြပါစေ။ ကလေးများ နားမလည်သော စကားလုံးများ ပါရှိပါက ရှင်းပြပေးပါ။

အနာထပိဏ်သူဌေးနှင့် တံခါးစောင့်နတ်

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက သာဝတ္ထိပြည်မှာနေထိုင်တဲ့ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးဟာ အလှူဒါနပြုလုပ်ရာမှာ လေးစားအတုယူထိုက်တဲ့ သူဌေးကြီးတစ်ဦး ဖြစ်တယ်။ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ကြီးကို ၅၄ ကုဋေ (သန်းပေါင်း ၅၄၀) အကုန်အကျခံကာ လှူဒါန်းရတာကို အားရတင်းတိမ်မှုမရှိဘဲ တစ်နေ့သုံးကြိမ် ဘုရားသီတင်းသုံးရာ ကျောင်းတော်ကို သွားလှူလေ့ရှိတယ်။ မနက်သွားရင် ယာဂု (ဆန်ပြုတ်)၊ နေ့လယ်မှာ ဖျော်ရည်၊ ညနေဆိုရင် ပန်းနံ့သာတွေ ယူဆောင်သွားလေ့ရှိတယ်။

တစ်ချိန်မှာ သူဌေးကြီးဟာ စီးပွားရေးမပြေမလည်ဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲနွမ်းပါးသွားတယ်။ သူဌေးကြီးဆီက ချေးငှားထားတဲ့ လူတွေကလည်း နောက်ပိုင်းမှာ ငွေတွေကို ပြန်မဆပ်ကြတော့ဘူး။ မြစ်ကမ်းနားမှာ မြေမြှုပ်သိမ်းထားတဲ့ ငွေတစ်ဆယ့်ရှစ်ကုဋေလည်း ကမ်းပြိုပြီး ရေထဲပါသွားတယ်။ အဲဒါကြောင့် သူဌေးကြီးပိုင်ပစ္စည်းတွေ အများကြီး လျော့သွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ လှူဒါန်းတာကို မလျှော့ဘဲ ဆက်လှူဒါန်းနေပါတယ်။ သူဌေးကြီး အိမ်ရဲ့ စတုတ္ထတံခါးစောင့်ဖြစ်တဲ့ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ဟာ အလှူအတန်းတွေ ပြုလုပ်နေတာကို သဘောမကျနိုင် ဖြစ်နေတယ်။ သူဌေးကြီးအိမ်ကို ရဟန်းသံဃာတွေ ကြွလာတဲ့အခါမှာလည်း သူ့နေရာကနေ ခဏခဏ ဖယ်ပေးနေရလို့ အလိုလို ဒေါသထွက်ပြီး စိတ်ဆိုးနေတယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ဟာ စိတ်ဆိုးပြီး သူဌေးကြီးကို ကိုယ်ထင်ပြကာ "သူဌေးကြီး . . . သင်ဟာ နောင်ရေးကို မကြည့်ဘဲ ဂေါတမဘုရားရဲ့ သာသနာကိုပဲ အလကားလှူပစ်နေတော့ ပစ္စည်းတွေကုန်ပြီး ဆင်းရဲသွားတာ။ မလှူနဲ့တော့။ ဘာမှအကျိုးမရှိဘူး"လို့ အပြစ်တင်စကား ပြောတယ်။

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ဟာ မိစ္ဆာအမြင်နဲ့ အလှူဒါနကို မပြုလုပ်ဖို့ တားတဲ့အခါ သူဌေးကြီးက မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ကို အိမ်မှာ နေခွင့် မပေးတော့ဘဲ နှင်ထုတ်လိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် တံခါးစောင့်နတ်ဟာ ခိုကိုးရာမဲ့ဖြစ်ကာ သိကြားမင်းဆီသွားပြီး သူဌေးကြီး ကျေနပ်တဲ့အထိ တောင်းပန်ဖို့ နည်းလမ်းသွားမေးတယ်။

သိကြားမင်းက "သူဌေးကြီးဟာ အလှူလုပ်ရာမှာ အလွန်ဝါသနာပါသူဖြစ်တဲ့အတွက် တားလို့မရဘူး၊ ဒါပေမဲ့ အခုအချိန်မှာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ နွမ်းပါးနေတဲ့အတွက် သူဌေးကြီးဆီကနေ ချေးငှားထားသူတွေကို ပြန်ပေးကြဖို့ မင်းက လိုက်ပြီး နှိုးဆော်ပေးရမယ်"လို့ ပြောပြလိုက်တယ်။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ဟာ သိကြားမင်းအကြံပေးတဲ့အတိုင်း ချေးယူထားသူတွေကို လိုက်လံဆော်သြပေးရာ အကြွေးယူသူအားလုံးက ပြန်ဆပ်ကြတဲ့အတွက် သူဌေးကြီးဟာ အရင်လိုပြန်ပြီး ချမ်းသာကြွယ်ဝလာခဲ့တယ်။

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ဟာ သူ့အမှားကို ခွင့်လွှတ်ပေးဖို့ သူဌေးကြီးကို တောင်းပန်တယ်။ သူဌေးကြီးက ခွင့်လွှတ်ပေးပြီး မြတ်စွာဘုရားဆီ ခေါ်သွားတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက တရားဟောတဲ့အခါ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ဟာ အယူမှားတွေ ကင်းစင်ပြီး သောတာပန် ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ အနာထပိဏ္ဍိကသေဋ္ဌိဝတ္ထု၊ ဓမ္မပဒဝတ္ထု မြန်မာပြန်၊ တတိယတွဲ၊ ၁၇၉။ ဓမ္မ၊ ၄၊ ၂၊ ၇။

ခက်ဆစ်အဖွင့်

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ = မှားယွင်းသောအယူရှိခြင်း၊ (ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို မယုံကြည်ခြင်း)

- **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- ဇာတ်လမ်းထဲမှာပါတဲ့ သူဌေးကြီးနာမည်က ဘယ်လိုခေါ်သလဲ။
- သူဌေးကြီးက ဘယ်လို လှူဒါန်းလဲ။ ဘယ်လောက် လှူဒါန်းသလဲ။
- သူဌေးကြီး အဲဒီလို လှူဒါန်းနေတာကို သဘောမကျနိုင် ဖြစ်နေတဲ့သူက ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့် သဘောမကျတာလဲ။
- မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနတ်ဟာ သူဌေးကြီးကို ဘယ်လို ပြောသလဲ။
- ဒီဇာတ်လမ်းကို လေ့လာကြည့်ခြင်းအားဖြင့် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာကို သားတို့သမီးတို့အနေနဲ့ ဘယ်လို နားလည်လိုက်သလဲ။

- **ထို့နောက် အောက်ပါအချက်များ ပါဝင်စေလျက် စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။**

"မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိတဲ့သူဟာ ဘုရားကိုလည်း မယုံကြည်ဘူး၊ တရားကိုလည်း မယုံကြည်ဘူး၊ သံဃာကိုလည်း မယုံကြည်ဘူး။ ပြီးတော့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာကို ယုံကြည်ဆည်းကပ်နေတဲ့သူတွေ၊ လှူဒါန်းနေတဲ့သူတွေကို ပြစ်တင်ပြောဆိုတတ်တဲ့သူ ဖြစ်တယ်"

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကတ်ပြားများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါ ကတ်ပြားများကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် ချိတ်ဆွဲပြထား၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ဖြတ်ခြင်း	ပါဏာတိပါတ
သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းဥစ္စာများကို ခိုးယူခြင်း	အဒိန္နာဒါန
သူတစ်ပါး၏ သားမယားကို လွန်ကျူးပြစ်မှားခြင်း	ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ
စကားကို လိမ်ညာပြောဆိုခြင်း	မုသာဝါဒ
ကုန်းတိုက်စကား ပြောဆိုခြင်း	ပိသုဏဝါစာ
ကြမ်းတမ်းသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း	ဖရုသဝါစာ
အကျိုးမရှိသော စကားကို ပြောဆိုခြင်း	သမ္ဖပ္ပလာပ
သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းဥစ္စာများကို ကိုယ့်ပစ္စည်းဖြစ်ရင်	အဘိဇ္ဈာ
သူတစ်ပါးကို သေကျေပျက်စီးရင် ကောင်းမှာပဲဟု ကြံစည်ခြင်း	ဗျာပါဒ
အယူမှားခြင်း။ ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို မယုံကြည်ခြင်း	မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ

- ကလေးများအား သင်ပုန်းပေါ်ရှိ ကတ်ပြားပါ စာသားများကို ဖတ်စေကာ မှတ်သားထားကြပါစေ။
- ပြီးနောက် ထိုကတ်ပြားများအား ကလေးတစ်ဦးလျှင် တစ်ကတ်စီ ဝေပေးပါ။ ကလေးအရေအတွက်နှင့် ကိုက်ညီအောင် ဆရာက ကတ်ပြားများကို စီစဉ်ထားပါ။
- အထက်ပါ ကတ်ပြားများ စီစဉ်ထားပုံအတိုင်းဖြစ်စေရန် ကလေးအချင်းချင်း မိမိအတွဲကို လိုက်လံရှာဖွေကြပါစေ။ ထို့နောက် မိမိရရှိသော အတွဲအလိုက် နေကြပါစေ။
- တစ်တွဲစီက ၎င်းတို့ ရရှိထားသော စာကြောင်းများကို ဖတ်ပြကြပါစေ။
- ထို့နောက် ဆရာက ကာယဒုစရိုက်သုံးပါးဟု "အော်"လျှင် ကာယဒုစရိုက်သုံးပါးဆိုင်ရာ ကတ်ပြားများ ရရှိထားသော ကလေးများက အတွဲလိုက်စု၍ ရပ်နေပြီး မိမိတို့ အတွဲလိုက်ရထားသော အကြောင်းအရာကို ဖတ်ပြပါစေ။

ဤနည်းအတိုင်း ဝစီဒုစရိုက်လေးပါး၊ မနောဒုစရိုက်သုံးပါးကိုလည်း ပြုလုပ်ပါစေ။ နောက်ဆုံးတွင် ဆရာက "ဒီဒုစရိုက်ဆယ်ပါးဟာ ကလေးတို့ ရှောင်ကြဉ်ရမယ့် ဒုစရိုက်တရားတွေ ဖြစ်တယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကလေးများအား အုပ်စု (၃)စု ဖွဲ့ပြီး အုပ်စု (၁)၊ အုပ်စု (၂)၊ အုပ်စု (၃) ဟူ၍ အမည်အသီးသီး ပေးထားပါ။
- အုပ်စု (၁) အား ကာယဒုစရိုက်သုံးပါးကိုသော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စု (၂) အား ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးကိုသော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စု (၃) အား မနောဒုစရိုက်သုံးပါးကိုသော်လည်းကောင်း ရှောင်ကြဉ်ခြင်းအားဖြင့် မည်ကဲ့သို့ အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်မည်ဆိုသည်ကို အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားဆွေးနွေးကြပါစေ။ ထို့နောက် ဆွေးနွေးချက်များကို စာရွက်လွတ်တွင် ရေးသားစေပြီး အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက တင်ပြပါစေ။
(မှတ်ချက်။ ။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းတာ ဖြစ်မယ်၊ မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းတာဖြစ်မယ်။)
- အုပ်စုတစ်စုစီက တင်ပြနေချိန်တွင် ဆရာနှင့်ကျန်သောအုပ်စုများက သေချာစွာ နားထောင်ပြီး အရေးကြီးသော အချက်များမပါလျှင် ဆရာက ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေး၍ "ဒုစရိုက်ဆယ်ပါးကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး ကောင်းတဲ့ အပြုအမူ၊ ကောင်းတဲ့ အပြောအဆို၊ ကောင်းတဲ့ စိတ်ထား၊ ကောင်းတဲ့ အကြံအစည်တွေကိုသာ ဆောင်ရွက်တတ်တဲ့ လိမ္မာတဲ့ ကလေးတွေ ဖြစ်ကြပါစေ"ဟု ဆို၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၀)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ လူမှုရေးမင်္ဂလာ

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ လူမှုရေးမင်္ဂလာများကို သိရှိစေရန်နှင့် လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ သင်ခဲ့ပြီးသော မင်္ဂလာ ကဗျာများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ကို မင်္ဂလာတရား ၃၈ ပါးရှိတယ်လို့ ပြောခဲ့ပြီးပြီနော်။ အဲဒီ မင်္ဂလာတရား ၃၈ ပါးထဲက ဘယ်မင်္ဂလာတွေကို လေ့လာပြီးခဲ့ပြီလဲ။ မှတ်မိသလောက် ပြောကြည့်ကြပါလား" စသည်ဖြင့်မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
- ပြီးနောက် ဒုတိယတန်းနှင့် တတိယတန်းတွင် လေ့လာခဲ့ပြီးသော မင်္ဂလာကဗျာလေးပုဒ်ကို ကလေးအားလုံး ရွတ်ဆိုကြပါစေ။ ၎င်းကဗျာများကို ကလေးများ မရွတ်ဆိုနိုင်ပါလျှင် ဆရာက အဆင်သင့် ရေးသားထားသော မင်္ဂလာကဗျာ လေးပုဒ်ကို သင်ပုန်းတွင် ကပ်ပေးပါ။

ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး မင်္ဂလာ

လူမိုက်ဆိုလျှင် ရှောင်သွေလွှဲလို့၊
မမှီဝဲနဲ့ ကင်းအောင်နေ။
ပညာရှိကို အရည်တွဲလို့၊
မှီဝဲဆည်းကပ် နည်းယူစေ။
သုံးပါးရတနာ မိဘများနှင့်၊
ဆရာသမားကို ပူဇော်လေ။
ချမ်းသာကိုပေး ဆက်ဆံရေး၊
မျှော်တွေး သုံးချက်ပေ။
အဲဒါမှ "ဗုဒ္ဓဝါဒ" ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။ ။

ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမင်္ဂလာသုံးပါး

၁။ လူမိုက်ကို မပေါင်းသင်းခြင်း၊
၂။ ပညာရှိလူလိမ္မာကို မှီဝဲဆည်းကပ်ခြင်း၊
၃။ ပူဇော်ထိုက်သူကို ပူဇော်ခြင်း။

နေထိုင်ရေး မင်္ဂလာ

ကုသိုလ်ပညာ ဥစ္စာရဖို့၊
သင့်ရာဒေသ အမြဲနေ။
ရှေးကတင်ကြို ပြုခဲ့ဖူးသည့်၊
ကောင်းမှုအထူးရှိပါစေ။
မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင်ထိန်းလို့၊

မတိမ်းစေနဲ့ ဆောက်တည်လေ၊
ဥစ္စာကိုပေး နေထိုင်ရေး၊
မျှော်တွေး သုံးချက်ပေ၊
အဲဒါမှ "ဗုဒ္ဓဝါဒ" ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ၊ ။

နေထိုင်ရေးမင်္ဂလာသုံးပါး

၁၊ သင့်တော်ကောင်းမွန်သောအရပ်တွင် နေထိုင်ခြင်း၊
၂၊ ရှေးက ပြုဖူးသောကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိခြင်း၊
၃၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးကို ကောင်းစွာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း။

ပညာရေး မင်္ဂလာ

တတ်ကောင်းတတ်ရာ ဟူသမျှကို၊
ကြားမြင်သုတ ရှိပါစေ၊
အိုးအိမ်တည်ထောင် ဝမ်းစာရေးနဲ့၊
အသက်မွေးဖို့ အတတ်သင်လေ၊
လူနှင့်ဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်များကို၊
ကောင်းစွာသင်ကြား နားလည်စေ၊
မှန်ကန်ယဉ်ကျေး ချိုသာအေး၊
ဆိုရေး တတ်ပါစေ၊
အဲဒါမှ "ဗုဒ္ဓဝါဒ" ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ၊ ။

ပညာရေးမင်္ဂလာလေးပါး

၁၊ အကြားအမြင် ဗဟုသုတများခြင်း၊
၂၊ တတ်သင့်တတ်ထိုက်သော အတတ်ပညာများ တတ်မြောက်ထားခြင်း၊
၃၊ ကျင့်ဝတ်တရားများကို သိရှိရန်သင်ကြား၍ လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၊
၄၊ မှန်ကန်ယဉ်ကျေးသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း။

ပြုစုလုပ်ကျွေးရေးနှင့် အသက်မွေးမှုမင်္ဂလာ

မြင်းမိုရ်ရွှေတောင် မိဘကျေးကို
ကောင်းစွာဆပ်ပေး ဝတ်ကျေကျေ၊
ကြွေးသစ်ချကာ သားနှင့်မယားကို၊
မြောက်စားချီးမြှင့် ဝတ်ကုန်စေ၊
အလုပ်တာဝန် မလစ်ဟင်းနဲ့၊
အပြစ်ကင်းအောင် လုပ်ပါလေ၊
စည်းစိမ်ကိုပေး ပြုစုရေး၊
မျှော်တွေး သုံးချက်ပေ၊
အဲဒါမှ "ဗုဒ္ဓဝါဒ" ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ၊ ။

ပြုစုလုပ်ကျွေးရေးနှင့် အသက်မွေးမှုမင်္ဂလာသုံးပါး

၁၊ မိဘများကို ကျေးဇူးဆပ်ရခြင်း (မိဘများကို ပြုစုလုပ်ကျွေးရခြင်း)၊

၂။ သားသမီး၊ ဇနီးမယားတို့ကို လုပ်ကိုင်ကျွေးမွေးရခြင်း၊
၃။ အပြစ်ကင်းသော (မိမိ သူတစ်ပါး မထိခိုက်သော၊ မရှုပ်ထွေးသော) စီးပွားရေး အလုပ်များကို လုပ်ကိုင်ခြင်း။

- ရွတ်ဆိုပြီးသောအခါ ဆရာက လေ့လာခဲ့ပြီးသော မင်္ဂလာကဗျာများ၏ အနှစ်ချုပ်ကို ပြန်လည်ရှင်းပြပေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ လူမှုရေးမင်္ဂလာ ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ဆွေးနွေးပြီးခဲ့တဲ့ မင်္ဂလာ ၁၃ ပါးကို မှတ်မိပြီဆိုတော့ အခု လူမှုရေးနဲ့ဆိုင်တဲ့ မင်္ဂလာတရားလေးပါးကို ထပ်ပြီး ဆွေးနွေးကြမယ်။ မဆွေးနွေးခင် အဲဒီမင်္ဂလာတွေနဲ့ဆိုင်တဲ့ ကဗျာလေးကို အရင်ဆိုကြည့်ကြရအောင်"ဟု ပြောကာ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် ပါဝင်သည့် လူမှုရေးမင်္ဂလာ ကဗျာကို ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

လူမှုရေးမင်္ဂလာ

သုံးတန် စေတနာ ဖြူစင်လန်းလို့၊
ပေးကမ်းဝေမျှ လှူနိုင်စေ။
ကိုယ်နှုတ်စိတ်ကြံ မမိုက်မှားနဲ့၊
သုစရိုက်တရားကို ကျင့်ပါလေ။
ဆွေမျိုးတွေကို ပြင်ပမထားနဲ့၊
သင်္ဂဟတရားနဲ့ ချီးမြှောက်လေ။
သန့်စင်ပြစ်မျိုး လူထုအကျိုး၊
သယ်ပိုးရွက်ဆောင်စေ။
အဲဒါမှ "ဗုဒ္ဓဝါဒ" ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။ ။

- ကဗျာရွတ်ဆိုပြီးသောအခါ ကဗျာ၏ဆိုလိုရင်းကို ကလေးများအား မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး နားလည်သလို ပြန်လည် ပြောကြပါစေ။
- ကလေးများ ပြောပြီးသောအခါ ကဗျာပါ အကြောင်းအရာများကို ကလေးများ နားလည်လွယ်အောင် ဥပမာများဖြင့် ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပေးပြီး အောက်ပါအချက်များ ပါဝင်စေလျက် စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

လူမှုရေးမင်္ဂလာလေးပါး

၁။ ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း၊
၂။ ကောင်းသော အကျင့်၊ မှန်ကန်သော အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်း၊
၃။ ဆွေမျိုးများအား ကူညီထောက်ပံ့ခြင်း၊
၄။ လူအများ အကျိုးရှိစေမည့် ကောင်းသော အလုပ်၊ အပြစ်ကင်းသော လူမှုရေးအလုပ်များကို လုပ်ဆောင်ခြင်း။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
• "အခု လူမှုရေးမင်္ဂလာ လေးပါးကို သိသွားကြပြီ။ ဒီလူမှုရေးမင်္ဂလာတွေထဲက ဘယ်အချက်ကို ကျင့်သုံးသင့်တယ်ဆိုတာသိရအောင် ဒီဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြည့်ကြရအောင်"ဟု ပြော၍ ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။ (ဇာတ်လမ်းထဲတွင် ကလေးများ နားမလည်သော စကားလုံးများပါရှိပါက ရှင်းပြပေးပါ။) **အသက်ရှည်ကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းများ** ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက "ဓမ္မပါလ" လို့အမည်တွင်တဲ့ ရွာလေးတစ်ရွာရှိတယ်။ တရားစောင့်တဲ့ သူတွေနေလို့ ဓမ္မပါလရွာလို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီရွာက ဇနီးမောင်နှံမှာ သားလေးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ သားလေး အရွယ်ရောက်တဲ့အခါ တက္ကသိုလ်ပြည် ဒိသာပါမောက္ခဆရာကြီးထံမှာ ပညာသင်ဖို့ စေလွှတ်ခဲ့တယ်။ သားငယ်လုလင်ဟာ အတတ်ပညာများကို ကြိုးစားဆည်းပူးပြီး လက်ထောက်ကထိကဆရာ ဖြစ်သွားတယ်။ တစ်နေ့တော့ ပါမောက္ခဆရာကြီးရဲ့သားငယ်တစ်ယောက် ဆုံးသွားတယ်။ လုလင်က "ဆရာကြီးရဲ့ သားဟာ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ ဘာကြောင့် သေဆုံးသွားရတာလဲ" ဆိုပြီး သူ့တပည့်တွေကို အံ့သြစွာမေးတယ်။ ဒီအခါ တပည့်တွေက "ဆရာကလည်း လူဆိုတာ သေမျိုးချည်းပဲ၊ ကြီးကြီးငယ်ငယ် သေမှာပဲ"လို့ ပြန်ပြောကြတယ်။ ဒါကို လုလင်က သဘောမကျ ဖြစ်နေတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူတို့ရွာမှာ အသက် ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေရိုးထုံးစံ မရှိလို့ပဲ ဖြစ်တယ်။ လုလင်တို့ရဲ့ ဓမ္မပါလရွာမှာ အသက်ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေရိုးထုံးစံ မရှိဘူးဆိုတာကို ကြားရတော့ ဒိသာပါမောက္ခဆရာကြီးက မယုံနိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် "လက်တွေ့သိရအောင် စုံစမ်းမယ်"ဆိုပြီး ဆိတ်ရိုးတွေကို လွယ်အိတ်ထဲထည့်ကာ ဓမ္မပါလရွာကို ထွက်လာခဲ့တယ်။ ဓမ္မပါလရွာကိုရောက်တော့ လုလင်ရဲ့မိဘတွေဆီ သွားပြီး "သင်တို့သားဟာ မမျှော်လင့်ဘဲ ရောဂါတစ်ခုနဲ့ သေဆုံးသွားပါတယ်"လို့ သတင်းပေးစကားပြောပြီး လွယ်အိတ်ထဲက အရိုးတွေကို ထုတ်ပြတယ်။ ဒီအခါ လုလင်ရဲ့ ဖခင်က အားရပါးရ ရယ်မောကာ "မဖြစ်နိုင်တာကို မပြောပါနဲ့ ဆရာကြီးရယ်၊ ကျွန်ုပ်ရဲ့သားဟာ အသက်ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေဆုံးတယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုမှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး၊ ကျွန်ုပ်တို့မျိုးရိုး၊ ကျွန်ုပ်တို့ရွာမှာ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေရိုးထုံးစံ မရှိပါဘူး၊ ဒီအရိုးတွေကလည်း သတ္တဝါတစ်ကောင်ကောင်ရဲ့ အရိုးတွေသာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်"လို့ ပြောလိုက်တယ်။ ဒီအခါကျမှ ဆရာကြီးက သူရောက်လာရတဲ့ အကြောင်းအရင်းအမှန်ကို ပြောပြပြီး ဓမ္မပါလရွာမှာ အသက်ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေရိုးထုံးစံ မရှိရတဲ့အကြောင်းရင်းကိုလည်း မေးမြန်းတယ်။ လုလင်ရဲ့ဖခင်က "ဆရာကြီး၊ ကျွန်ုပ်တို့ဟာ သူ့အသက် သတ်ခြင်း၊ သူ့ဥစ္စာ ခိုးယူခြင်း၊ လိမ်ညာ ပြောဆိုခြင်း၊ အပြောအဆို ကြမ်းတမ်းခြင်း၊ အရက်သေစာ သောက်စားမူးယစ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးသားမယားကို လွန်ကျူးစော်ကားခြင်း စတဲ့ ဒုစရိုက်တရားတွေကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး ကောင်းတဲ့သုစရိုက်တရားတွေကိုသာ ဆောင်ရွက်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ရဟန်းသံဃာတွေ၊ သူတော်စင်သူတော်ကောင်းတွေ၊ ခရီးသွားလာသူတွေ၊ တောင်းရမ်း စားသောက်သူတွေ၊ သူဆင်းရဲတွေကို လှူဒါန်းပေးကမ်းတာတွေ အခါမပြတ် ပြုလုပ်ကြပါတယ်။ ဒီလိုမြင့်မြတ်တဲ့အကျင့် သုစရိုက်တရားတို့ကိုသာ လုပ်ဆောင်တတ်တဲ့အတွက် ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ အသက်မသေရခြင်း ဖြစ်တယ်"လို့ ရှင်းပြပေးတယ်။ ပြီးတော့ ပါမောက္ခဆရာကြီးကိုလည်း ဧည့်ဝတ်ကျေပွန်စွာ ကျွေးမွေးဧည့်ခံတယ်။

ဆရာကြီးလည်း ပုဏ္ဏားကြီး ပြောပြသမျှ "ဓမ္မပါလ" ရွာသူရွာသားများရဲ့ ကောင်းမှု သုစရိုက်ကျင့်စဉ်တရားတွေကို ပေလ္လာပေါ်မှာ ရေးမှတ်ထားပြီး အသက်ရှည်နည်းအဖြစ် မှတ်တမ်းတင်ကာ တက္ကသိုလ်ပြည်ကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ပြန်လာခဲ့ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ မဟာဓမ္မပါလဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ တတိယတွဲ၊ မြင့်၊ ဇာ၊ ၄၊ ၄၊ ၄၉၊

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- "ဓမ္မပါလ"ဆိုတာ ဘာ အဓိပ္ပာယ်လဲ။
- လုလင်ဟာ ဘယ်မှာ ပညာသွားသင်သလဲ။
- ဒီသာပါမောက္ခဆရာကြီးက အသက်ရှည်ခြင်း အကြောင်းအရင်းကို သိရအောင် ဘယ်လို စုံစမ်းခဲ့သလဲ။
- ဓမ္မပါလရွာမှာ အသက် ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေရိုးထုံးစံ မရှိတာ ဘာကြောင့်လဲ။
- ဓမ္မပါလရွာသူ ရွာသားတွေဟာ လူမှုရေးမင်္ဂလာလေးပါးထဲက ဘယ်မင်္ဂလာတရားကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးကြတယ်လို့ ထင်သလဲ။
- ဒီဇာတ်လမ်းကနေ ဘယ်လိုသင်ခန်းစာတွေ ရရှိလိုက်သလဲ။
- ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ပြီးတဲ့အခါ သားတို့သမီးတို့ရဲ့ နေ့စဉ်လူမှုဘဝမှာ ဘယ်လို ကျင့်ကြံနေထိုင်သင့်တယ်လို့ ထင်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အသက်ရှည်ကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းများ ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ မှတ်မိသလောက် ပြန်လည်ပြောပြကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ❁ လူမှုရေးမင်္ဂလာတရား လေးပါးနှင့်ပတ်သက်၍ မိမိတို့ ပြုလုပ်ခဲ့ဖူးသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို အုပ်စုတွင်း ဆွေးနွေးစေပြီး ရေးကြပါစေ။ ❁ အဖွဲ့အသီးသီး၏ ဆွေးနွေးရေးသားထားသော စာရွက်များကို သင်ပုန်းတွင် ကပ်ပါစေ။ ထို့နောက် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် အားလုံးက ရှေ့သို့ထွက်လာပြီး မိမိ၏ စာရွက်ရှေ့တွင် ရပ်နေပါစေ။ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ယောက် တင်ပြနေချိန်တွင် အခြားကိုယ်စားလှယ်များက မိမိစာရွက်တွင် ရေးသားထားသော အချက်များနှင့် တူသောအချက်များကို မှတ်သားထားပြီး မိမိအလှည့်ရောက်လျှင် မတူသောအချက်များကိုသာ တင်ပြပါစေ။ ❁ ကလေးများအားလုံး တင်ပြပြီးသောအခါ ဆရာက "သားတို့၊ သမီးတို့ . . . အခုတင်ပြသွားတဲ့ အချက်တွေဟာ တကယ်လုပ်ခဲ့ဖူးတာတွေ ဖြစ်တဲ့အတွက် နောင်လည်း ဆက်ပြီးတော့ လုပ်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြရမယ်" ဟု ပြောပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၁)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင်မင်္ဂလာ
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်မင်္ဂလာများကို သိရှိစေရန်နှင့် လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်စေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ လေ့လာခဲ့ပြီးသော မင်္ဂလာ ကဗျာများ၊ စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ . . . မင်္ဂလာတရား ဘယ်နှပါးရှိပါသလဲ"ဟု မေး၍ ကလေးများ ပြောသမျှကို နားထောင်ပေးပါ။
- ဆရာက "အဲဒီ မင်္ဂလာတရား ၃၈ ပါးထဲက ဘယ်မင်္ဂလာတွေကို မှတ်မိသလဲ။ ပြန်ပြောပြပါလား"ဟု မေးကာ ကလေးများ မှတ်မိသလောက် ပြောပြကြပါစေ။
- ကလေးများဖြေပြီးလျှင် သင်ခဲ့ဖူးသော မင်္ဂလာကဗျာများကို ပြန်လည်ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

လေ့လာခဲ့ပြီးသော မင်္ဂလာတရား ၁၇ ပါးကို စာရွက်ပိုင်းများဖြင့် ရေးသားဖော်ပြစေပြီး အောက်ပါခေါင်းစဉ်များ အောက်တွင် ကပ်ကြပါစေ။ (ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမင်္ဂလာ၊ နေထိုင်ရေးမင်္ဂလာ၊ ပညာရေးမင်္ဂလာ၊ ပြုစုလုပ်ကျွေးရေးနှင့် အသက်မွေးမှုမင်္ဂလာ၊ လူမှုရေးမင်္ဂလာဟု ခေါင်းစဉ်တပ်ထားသော စာရွက်ပိုင်းများကို စာသင်ခန်း၏ သင့်လျော်သောနေရာတွင် ကြိုတင်ကပ်ထားပါ။)

ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမင်္ဂလာသုံးပါး

၁။ လူမိုက်ကို မပေါင်းသင်းခြင်း၊

၂။ ပညာရှိလူလိမ္မာကို မှီဝဲဆည်းကပ်ခြင်း၊

၃။ ပူဇော်ထိုက်သူကို ပူဇော်ခြင်း။

နေထိုင်ရေးမင်္ဂလာသုံးပါး

၁။ သင့်တော်ကောင်းမွန်သောအရပ်တွင် နေထိုင်ခြင်း၊

၂။ ရှေးက ပြုဖူးသောကုသိုလ် ကောင်းမှုရှိခြင်း၊

၃။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးကို ကောင်းစွာထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း။

ပညာရေးမင်္ဂလာလေးပါး

၁။ အကြားအမြင် ဗဟုသုတများခြင်း၊

၂။ တတ်သင့်တတ်ထိုက်သော အတတ်ပညာများ တတ်မြောက်ထားခြင်း၊

၃။ ကျင့်ဝတ်တရားများကို သိရှိရန် သင်ကြား၍ လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၊

၄။ မှန်ကန်ယဉ်ကျေးသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း။

ပြုစုလုပ်ကျွေးရေးနှင့် အသက်မွေးမှုမင်္ဂလာသုံးပါး

၁။ မိဘများကို ကျေးဇူးဆပ်ရခြင်း (မိဘများကို ပြုစုလုပ်ကျွေးရခြင်း)၊

၂။ သားသမီး၊ ဇနီးမယားတို့ကို လုပ်ကိုင်ကျွေးမွေးရခြင်း၊

၃။ အပြစ်ကင်းသော (မိမိ သူတစ်ပါး မထိခိုက်သော၊ မရှုပ်ထွေးသော) စီးပွားရေး အလုပ်များကို လုပ်ကိုင်ခြင်း။

လူမှုရေးမင်္ဂလာလေးပါး
၁။ ပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း၊
၂။ ကောင်းသော အကျင့်၊ မှန်ကန်သော အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်း၊
၃။ ဆွေမျိုးများအား ကူညီထောက်ပံ့ခြင်း၊
၄။ လူအများ အကျိုးရှိစေမည့် ကောင်းသော အလုပ်၊ အပြစ်ကင်းသော လူမှုရေးအလုပ်များကို လုပ်ဆောင်ခြင်း။

- လေ့လာခဲ့ပြီးသော မင်္ဂလာကဗျာများကို အနှစ်ချုပ် ပြန်လည်ရှင်းပြပေးပြီးနောက် "ဒီနေ့ နောက်ထပ် မင်္ဂလာတရားတော်လေးပါးကို ဆက်ပြီးလေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကလေးများအား'ပ'စောက်ပုံ ဝိုင်းထိုင်ပါစေ၊ 'ပ'စောက်တစ်ဝိုင်းဖြင့် မဆံ့ပါက 'ပ'စောက်ပုံ နှစ်ထပ် ထိုင်ပါစေ၊ ဆရာက ကလေးများနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင် ရော၍ထိုင်ပါ။
- ထို့နောက် "မကောင်းမှုကို ရှောင်နိုင်သူ" ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများအားလုံး ဖတ်ပါစေ။ ဖတ်ပြီးသောအခါ ပြောလိုသူ ကလေးအချို့က မိမိနားလည်သလို ပြန်လည်ပြောပြကြပါစေ။

မကောင်းမှုကို ရှောင်နိုင်သူ

တစ်ခါတုန်းက မိခင်တစ်ယောက်ဟာ ခင်ပွန်းသေဆုံးသွားလို့ သားနှစ်ယောက်ကို အားကိုးအားထားပြုပြီး နေထိုင်ရတယ်။ သားနှစ်ယောက်ကလည်း မိခင်ကို ရိုရိုသေသေ လုပ်ကျွေးပြုစုကြတယ်။ တစ်နေ့တော့ မိခင်မှာ အဖျားရောဂါ စွဲကပ်လာပါတယ်။ ရောဂါကပြင်းလို့ ဆေးဆရာကို ခေါ်ယူပြသရပါတယ်။ ဆေးဆရာက လူနာရဲ့ ရောဂါကို စမ်းသပ်ပြီးတဲ့နောက် ညီအစ်ကိုနှစ်ဦးကို "သင်တို့မိခင်ရဲ့ရောဂါ ပျောက်ကင်းအောင် ယုန်သားဓာတ်စာ ကျွေးရမယ်"လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီတော့ အစ်ကိုဖြစ်သူက ညီငယ်ကို "တောထဲသွားပြီး ယုန်ထောင်ပါ၊ ယုန်သားကို ရအောင်ယူခဲ့ပါ"လို့ ဆိုလိုက်တယ်။

ဒီလိုနဲ့ ညီငယ်လည်း ယုန်ထောင်ဖို့ တောထဲကို ထွက်လာခဲ့တယ်။ တောစပ်ကို ရောက်တော့ ယုန်ငယ် တစ်ကောင်ကို တွေ့ပါတယ်။ အလွယ်တကူပဲ ယုန်ငယ်ကို ဖမ်းယူလိုက်တယ်။ ယုန်ကလေးကတော့ ကြောက်လွန်းလို့ တစ်ကိုယ်လုံး တုန်နေရှာပါတယ်။ ညီငယ်ဟာ မိမိလက်ထဲ ရောက်နေတဲ့ ယုန်ကလေးရဲ့ ဖြစ်အင်ကို ကြည့်ပြီး စာနာစိတ် ဖြစ်မိသွားပါတယ်။

သတ္တဝါဆိုတာ သေရမှာကို ကြောက်ကြသူချည်းပင်။ ငါလည်း သေရမှာကို ကြောက်တယ်။ ငါ့မိခင်လည်း သေရမှာကို ကြောက်တယ်။ ယုန်ကလေးလည်း သေရမှာကို ကြောက်လိမ့်မယ်။ ငါ့မိခင် အသက်မသေအောင် ယုန်ကလေးအသက်ကို သတ်ရမယ်ဆိုတာ တရားပါ့မလားလို့ ညီငယ်က တွေးတောဆင်ခြင်မိပါတယ်။

နောက်ဆုံးမှာတော့ ယုန်ကလေးကို မသတ်သင့်ဘူးလို့ဆုံးဖြတ်ကာ လွှတ်ပေးလိုက်ပါတယ်။ ယုန်ငယ်လည်း အားရဝမ်းသာ ထွက်ပြေးသွားပါတယ်။ ညီငယ် အိမ်ပြန်ရောက်တော့ အစ်ကိုကြီးကို အကျိုးအကြောင်း ပြန်ပြောပြလိုက်တယ်။ အစ်ကိုကြီးက မကျေမနပ်ဖြစ်ကာ ညီငယ်ကို "သင်ဟာ မိခင်ရဲ့အကျိုးကို ပစ်ပယ်သူဖြစ်တယ်"လို့ ကြိမ်းမောင်းပြစ်တင်တယ်။ ဒီတော့ မိခင်က "သားငယ်မှာ အပြစ်မရှိပါဘူး၊ သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းဟာ မကောင်းမှု

ဖြစ်တယ်၊ ဒါ့ကြောင့် သားငယ်ရဲ့ လုပ်ရပ်ဟာ မှန်ကန်တယ်”လို့ ဆိုကာ အားရဝမ်းသာ သာဓုခေါ်လိုက်ပါတယ်။

ဒီအခါမှာ ညီငယ်က “ကျွန်ုပ်သည် သိတတ်သည့် အရွယ်ကစ၍ သိလျက်နှင့် သူတစ်ပါးအသက်ကို မသတ်ခဲ့ပါ။ ဤစကားမှန်ပါက မိခင်၏ ရောဂါသည် ပိန်းကြာဖက်တွင် ရေမတင်သလို ကင်းစင်ပပျောက်ပါစေသတည်း”လို့ သစ္စာပြုလိုက်တယ်။ အဲဒီလို မှန်ကန်တဲ့ သစ္စာစကားကြောင့် မိခင်ရဲ့ရောဂါဟာ ချက်ချင်း ပျောက်ကင်းသွားပါတော့တယ်။

မကောင်းမှုကို ကိုယ်၊ နှုတ်ဖြင့် ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဟာ ကောင်းမြတ်တဲ့ မင်္ဂလာဖြစ်တယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ကြီးပွားခြင်းရဲ့ အကြောင်းတစ်ရပ်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ၃၈ ဖြာ မင်္ဂလာပုံပြင်များ၊ မင်းယုဝေ၊ ၉၇၊ စတ္တုနဉ်ပါသကာဝတ္ထု၊ အဘိ၊ ဌ၊ ၁၊ ၁၄၆။

❁ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- မိခင်ကို သားနှစ်ယောက်က ဘယ်လို လုပ်ကျွေးကြသလဲ။
- မိခင်ရဲ့ရောဂါပျောက်အောင် ဘာကျွေးရမယ်လို့ ဆေးဆရာက ပြောသလဲ။
- ညီငယ်က ဖမ်းမိတဲ့ယုန်ကလေးကို ဘာကြောင့်မသတ်တာလဲ။
- ယုန်ကလေးအား ပြန်လွှတ်လိုက်တဲ့ညီငယ်ကို အစ်ကိုကြီးက ဘယ်လိုပြောသလဲ။
- ယုန်ကလေးကို မသတ်ဘဲ ပြန်လွှတ်လိုက်တဲ့အတွက် မိခင်က သားငယ်ကို ဘယ်လိုပြောသလဲ ။
- မိခင်ရဲ့ရောဂါ ဘာကြောင့် ချက်ချင်း ပျောက်ကင်းသွားရသလဲ။
- ညီငယ်က ဘယ်လိုသစ္စာဆိုသလဲ။
- သားတို့သမီးတို့သာ ညီငယ်နေရာမှာဆိုရင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင် မင်္ဂလာကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ “ရှေ့ကလေ့လာခဲ့တဲ့ မင်္ဂလာ ၁၇ ပါးကို ပြန်မှတ်မိပြီဆိုတော့ အခု မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင်တာနဲ့ ဆိုင်တဲ့ မင်္ဂလာတရားလေးပါးကို ထပ်ဆွေးနွေးကြမယ်။ မဆွေးနွေးခင် အဲဒီမင်္ဂလာတွေနဲ့ဆိုင်တဲ့ ကဗျာလေးကို အရင်ဆိုကြည့်ရအောင်”ဟု ပြော၍ မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင် မင်္ဂလာကဗျာကို ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင်မင်္ဂလာ

မကောင်းမှုတွေ ဟူသမျှကို၊
မတွေ့ခင်က ရှောင်ကြဉ်လေ။
တွေ့ကြုံလာရင် မလွန်ကျူးနဲ့၊
အထူးသဖြင့် စောင့်စည်းနေ။
အရက်သေစာ မသောက်စားနဲ့၊
မှောက်မှားတတ်တဲ့ အရာပေ။
လုပ်ကိုင် ပြောကြား သတိထား၊
တရားမမေ့စေ။

အဲဒါမှ "ဗုဒ္ဓဝါဒ"ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။ ။

- ကဗျာ၏အဓိပ္ပာယ်နှင့် ကဗျာပါ အကြောင်းအရာများကို ဥပမာများနှင့်တကွ ကလေးများသိသလောက် စဉ်းစား တင်ပြကြပါစေ။ ထို့နောက် အောက်ပါ မင်္ဂလာတရားလေးပါးကို ကလေးများအား မှတ်စုစာအုပ်တွင် ကူးယူမှတ်သားထားစေပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင်မင်္ဂလာတရားလေးပါး

၁။ မကောင်းသော ဒုစရိုက်တရားများကို ကြိုတင်၍ အဝေးက ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

၂။ မကောင်းသော ဒုစရိုက်တရားများကို ရင်ဆိုင်တွေ့သော်လည်း မလုပ်ဘဲ အထူးရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

၃။ အရက်သေစာ၊ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်စားမူးယစ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

၄။ ကောင်းမှုကုသိုလ်တရားများကို မမေ့မလျော့ သတိရှိခြင်း။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်မင်္ဂလာ ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကလေးများကို အုပ်စု (၄)စု ဖွဲ့၍ အောက်ပါမေးခွန်းများကို အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေးကြပါစေ။
  - အဖွဲ့(၁) အတွက် "မကောင်းတဲ့ဒုစရိုက်ဆိုတာ ဘယ်လိုဟာမျိုးတွေလဲ"
  - အဖွဲ့(၂) အတွက် "ကောင်းမှုကုသိုလ်ဆိုတာ ဘယ်လိုဟာမျိုးတွေလဲ"
  - အဖွဲ့(၃) အတွက် "မကောင်းတဲ့ဒုစရိုက်ကို ဘယ်လိုရှောင်ကြဉ်ရမလဲ"
  - အဖွဲ့(၄) အတွက် "ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ဘယ်လို လုပ်ဆောင်ရမလဲ"
- ကလေးများ ဆွေးနွေးနေစဉ် မတူညီသောအဖြေ များများရရှိအောင် ဆရာက ကူညီပံ့ပိုးပေးပါ။ ထို့နောက် အုပ်စု ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။
- အုပ်စုအသီးသီး ဆွေးနွေးပြီးပါက ထပ်မံဖြည့်စွက်ပြောလိုသည့် ကလေးများအား မိမိတို့ပြုလုပ်မည့် မကောင်းမှု ရှောင် ကောင်းမှုဆောင်သော မင်္ဂလာများအကြောင်းကို ပြောပြပါစေ။
- ထို့နောက် "မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင် မင်္ဂလာ" ကဗျာကို သံပြိုင်ရွတ်ဆိုပြီးနောက် ကဗျာပါ အကြောင်း အရာများနှင့် အဖွဲ့လေးဖွဲ့၏ ဆွေးနွေးချက်များကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက်၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၂)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ဣန္ဒြေရှင် ကိုရင်လေး

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ကိုရင်လေးများကို လေးစားတတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
• "သားတို့သမီးတို့က အခုဆိုရင် စတုတ္ထတန်းကို ရောက်လာပြီ။ ပြီးခဲ့တဲ့နှစ်တွေမှာ ကိုရင်၊ ရှင်သာမဏေတွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့အကြောင်းတွေလည်း အများကြီး လေ့လာခဲ့ရပြီးပြီ။ ဒီတော့ သားတို့သမီးတို့ ဘယ်လောက်မှတ်မိလဲဆိုတာကို မေးကြည့်မယ်။ ကိုရင်တွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာ ဘယ်နခုလေ့လာပြီးပြီလဲ။ ကိုရင်လေးတွေရဲ့နာမည်နဲ့ သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်တွေကို အရင်ပြောပြရမယ်" စသည်ဖြင့် မေးမြန်းပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ထို့နောက် ဆရာက စာရွက်ကြီးတစ်ရွက်တွင် ကိုရင်လေးများ၏ အမည်များကို ရေးထားပါ။ (အောက်ဖော်ပြပါ ဇယားနှင့်စာသားကို စာရွက်ကြီးတွင်ဖြစ်စေ သင်ပုန်းပေါ်တွင်ဖြစ်စေ ခပ်ကြဲကြဲရေးထားပါ။)

ရာဟုလာ	သုမန
ဘုန်းကံကြီးလှ ကိုရင်တိဿ	ကိုရင်ငယ် လေးပါး

• ဇာတ်လမ်းများကို မှတ်မိသလို ပြန်လည်ပြောပြနိုင်သူ ကလေးများက လက်ထောင်ပြကြပါစေ။ ထိုကလေးများထဲမှ ကလေးလေးဦးကို အတန်းရှေ့သို့ ခေါ်ထုတ်၍ မျက်စိမှိတ်စေပြီး စက္ကူလုံး (စက္ကူစလေးများကို လုံးထားသောအလုံး) ဖြင့် သင်ပုန်းကို တစ်ဦးစီ အလှည့်ကျ ပစ်ကြပါစေ။ (အကယ်၍ ကိုရင်လေး တစ်ပါး/နှစ်ပါး (သို့) နှစ်ပါး/သုံးပါးအကြောင်းကိုသာ သိသော ကလေးများ လက်ထောင်ပါကလည်း ဆရာက သင့်လျော်သလို စီစဉ်ပေးပါ။)

(ရေးသားထားသော အမည်များမှ စက္ကူလုံးဖြင့်ထိမိသော ကိုရင်လေးအကြောင်း ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ပြောတတ်သလို ပြောပြရမည်။ တစ်ဦးက ပြောပြီးလျှင် ပြောပြီးသော ကိုရင်၏အမည်ကို ဖျက်ပစ်ရမည်။)

• ကလေးများပြောပြီးသောအခါ ဆရာက အောက်ပါအချက်များ ပါဝင်အောင် ဖြည့်စွက်ပြောပြပေးပါ။

"ကိုရင်လေး ရာဟုလာက ဆိုဆုံးမစကားများကို သဲတွေလို များများရပါစေလို့ အမြဲဆုတောင်းပြီး ဆုံးမစကားတွေကိုလည်း နာခံတတ်တဲ့အတွက် လေးစားထိုက်တာ ဖြစ်တယ်။

ဘုန်းကံကြီးမားတဲ့ ကိုရင်တိဿကတော့ အခြားရဟန်းသံဃာတွေအပေါ်မှာ စာနာတတ်ပြီး အဝတ်သင်္ကန်းတွေ အလှူခံပေးတယ်။ သူ့အလှူခံတိုင်းလည်း ရတယ်။ ဘုန်းကံလည်း ကြီးမားတယ်။ ကိုရင်လေးရဲ့ စာနာစိတ်၊ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်က တကယ့်ကို လေးစားအတုယူထိုက်တယ်။

နောက်ထပ် ကိုရင်ငယ်လေးပါးကတော့ တန်ခိုးအရာမှာ လေးစားဖွယ်ကောင်းလှတယ်။ ကိုရင်လေးသုမနကတော့ ဆရာ့အပေါ်မှာ အလွန်သိတတ်တယ်။ ဆရာ ခံစားနေရတဲ့ ဝေဒနာတွေ ပျောက်ဖို့အတွက် အန္တရာယ်တွေကို ဂရုမစိုက်ဘဲ နဂါးမင်းဆီကဆေးကို ရအောင် ယူပေးခဲ့တာဖြစ်တယ်"

ထို့နောက် "အခုပြောသွားတဲ့ ကိုရင်လေးတွေအားလုံးဟာ သူ့ဂုဏ်ရည်နဲ့သူ လေးစားထိုက် အတုယူထိုက်တာ ချည်းပဲ။ နောက်စာသင်ချိန်မှာ တည်ကြည်၊ တည်ငြိမ်ပြီး ကျန်ခြွေကြီးတဲ့ ကိုရင်လေးတစ်ပါးအကြောင်းကို ထပ်လေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကမ္ဘာ့မြေပုံ၊ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါမေးခွန်းဖြင့် စတင်ဆွေးနွေးပါ။

"ကျန်ခြွေဆိုတဲ့စကားကို ကြားဖူးလား။ ကျန်ခြွေဆိုတာကို ဘယ်လိုနားလည်ပါသလဲ"

- ကလေးများ ပြောပြသွားသော အချက်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်သားထားပြီး ဆရာက "ကျန်ခြွေဆိုတာ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် သွားလာနေထိုင် ပြုမူခြင်း ဖြစ်တယ်"ဟု ရှင်းပြပေးပါ။
- "အခု ဆရာ/ဆရာမတို့ ကျန်ခြွေအလွန်ကြီးပြီး ကြည်ညိုစရာကောင်းတဲ့ နိဂြောဓသာမဏေလေးအကြောင်း လေ့လာကြမယ်"ဟု ဆိုကာ နိဂြောဓသာမဏေ ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။ (ကမ္ဘာ့မြေပုံကို ပြ၍ အိန္ဒိယနိုင်ငံ တည်ရှိရာကို ပြောပြပါ။ ကလေးများ နားမလည်နိုင်သော စကားလုံးများ ပါရှိပါက ရှင်းပြပေးပါ။

ဥပမာ။ ။ ရာဇပလ္လင်= ရှင်ဘုရင်ထိုင်သောပလ္လင်

တက္ကတွန်းဘုန်းကြီး= အဝတ်မဝတ်သော သာသနာပရဟန်း

နိဂြောဓ သာမဏေ

ရှေးအခါက အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ "အသောက"အမည်ရတဲ့ ဘုရင်ကြီးတစ်ပါး ရှိခဲ့တယ်။ သူဟာ အလွန်ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်တဲ့ ဘုရင်ကြီးတစ်ပါး ဖြစ်တယ်။ ဘုရင်မဖြစ်ခင်မှာ ညီနောင်မင်းသားတွေကို ရက်ရက်စက်စက် သတ်ဖြတ်ပြီး အိန္ဒိယထီးနန်းကို သိမ်းပိုက်ကာ ဘုရင်အဖြစ် ကြေညာခဲ့တယ်။ ဘုရင်ဖြစ်ပြီးစအခါမှာလည်း အိမ်နီးချင်းတိုင်းပြည်တွေကို တိုက်ခိုက်သိမ်းပိုက်ခဲ့ပြန်တယ်။ သူဟာ စစ်ပွဲတွေမှာ အလွန်ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်တဲ့ ဘုရင်တစ်ပါးလို့ နာမည်ကြီးပါတယ်။ သူ့ကြောင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံကြီးဟာလည်း တဖြည်းဖြည်း ကျယ်ဝန်းလာခဲ့တယ်။

အသောက ဘုရင်မဖြစ်မီက ညီအစ်ကိုမင်းသားတွေကို သတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ညီအစ်ကို မင်းသားတွေရဲ့ ကြင်ရာတော်တွေဟာလည်း ခြေဦးတည့်ရာ ထွက်ပြေးကြရတယ်။ အဲဒီလို ထွက်ပြေးတဲ့ မိဖုရားတွေထဲမှာ သုမနာလို့ ခေါ်တဲ့ မိဖုရားတစ်ပါးလည်း ပါတယ်။ သုမနာဒေဝီဟာ အသောကကို ကြောက်တဲ့အတွက် ကိုယ်ဝန်ကြီးနဲ့ ထွက်ပြေးရင်း သူတောင်းစားတွေနေတဲ့ ရွာတစ်ရွာကို ရောက်သွားခဲ့တယ်။ အဲဒီရွာက ညောင်ပင်ကြီးအောက်မှာ သားတော်လေးတစ်ပါးကို မွေးဖွားတယ်။ သားတော်လေး ခုနစ်နှစ်အရွယ် ရောက်တော့ ကိုရင်ဝတ်ပေးလိုက်တယ်။ ကိုရင်လေးကို "နိဂြောဓ"လို့ ဘွဲ့အမည်ပေးတယ်။ ကိုရင်လေးက ပါရမီဉာဏ်ကောင်းတဲ့အတွက် ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ တရားအသိအမြင်တွေ ရရှိသွားခဲ့တယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ အသောကဘုရင်ကြီးကလည်း ဘုန်းတန်ခိုး အလွန်ကြီးမားနေတယ်။ နောက်ပြီး ဘုရင်ကြီးဟာ အဝတ်မဝတ်တဲ့ တက္ကတွန်းဘုန်းကြီးတွေကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်နေသူလည်း ဖြစ်တယ်။ နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း တက္ကတွန်းဘုန်းကြီးတွေဟာ နန်းတော်ထဲမှာ ဆွမ်းလာစားကြတယ်။

တစ်နေ့မှာ ဘုရင်ကြီးက ပြတင်းပေါက်ကနေ အပြင်ကို ငေးကြည့်နေတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ကိုရင်လေး နိဂြောဓဟာ မျက်လွှာလေးကို ချ၊ သင်္ကန်းကို သပ်သပ်ရပ်ရပ် ရုံ၊ ခြေလှမ်းကိုလည်း မစိတ်မကျဲ လှမ်း၊ သပိတ်ကလေးကို ပိုက်ပြီး ဆွမ်းခံကြွလာတယ်။ စိတ်ငြိမ် ကိုယ်ငြိမ်ပြီး အလွန်ကြမ်းတမ်းရက်စက်တဲ့ ဘုရင်ကြီးဟာ အလွန်တရာ နူးညံ့သိမ်မွေ့ပြီး ကြည်ညိုဖွယ်ကောင်းတဲ့ ကိုရင်လေးကို တွေ့မြင်တော့ အလွန်စိတ်ဝင်စားသွားတယ်။ ကိုရင်လေးကိုလည်း ချက်ချင်း တွေချင်စိတ်တွေ ဖြစ်သွားခဲ့တယ်။

ဒါနဲ့ ဘုရင်ကြီးဟာ အနီးနားမှာ ခစားနေတဲ့ အမတ်တစ်ယောက်ကို "ကိုရင်ကို သွားပင့်ချေ" ဆိုပြီး လွှတ်လိုက်တယ်။ တွေ့ချင်စိတ်အားကြီးနေတာနဲ့ အမတ်ပြန်အလာကို မစောင့်နိုင်ဘူး။ ကြာလွန်းတယ်ဆိုပြီး နောက်တစ်ယောက်ကို စေလွှတ်ပြန်တယ်။ ဒီလိုနဲ့ အမတ်တွေ တစ်ယောက်ပြီးတစ်ယောက် စေလွှတ်လိုက်တာ ကိုရင်လေး နန်းတော်ထဲကို ကြွလာတဲ့အချိန်ရောက်တော့ ကိုရင်လေးနောက်မှာ အမတ်တွေ အများကြီး ခြံရံနေခဲ့တယ်။

နန်းတော်ထဲ ရောက်တော့ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်လှတဲ့ အသောကဘုရင်ကြီးဟာ ကိုရင်လေးကို သေသေချာချာ အကဲခတ်တယ်။ ကိုရင်လေးကတော့ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ ကြည်ညိုစရာပုံစံ ပြောင်းမသွားဘူး။ ဘုရင်ကိုးကွယ်တဲ့ တက္ကတွန်းဘုန်းကြီးတွေတောင် ဘုရင်ကြီးကိုတွေ့ရင် မျက်နှာချိုသွေးပြီး စကားပြောချင်ကြတယ်။ ပြီးရင် ဘုရင်ကြီးထိုင်တဲ့ ထိုင်ခုံထက် မြင့်တဲ့နေရာတွေမှာ မထိုင်ရဲကြဘူး။ အခု ကိုရင်လေး ရောက်လာတော့ ကိုရင်လေးက ဘုရင်ကြီးကို တည်ငြိမ်တဲ့ဣန္ဒြေနဲ့သာ ကြည့်ရှုလိုက်တယ်။

အဲဒီအခါ ဘုရင်ကြီးက "ကိုရင်လေး . . . သင့်တော်တဲ့နေရာမှာ ထိုင်ပါ"လို့ ပြောလိုက်တယ်။ ကိုရင်လေးလည်း အခန်းထဲမှာ ကိုယ့်ထက်အသက်ကြီးတဲ့ ထေရ်ကြီးဝါကြီး ရဟန်းတော်များ၊ ကိုရင်များ ရှိမရှိ ကြည့်လိုက်တယ်။ မရှိကြောင်း သိတဲ့အခါ အသောကဘုရင်ကြီးထိုင်တဲ့ ရာဇပလ္လင်ကြီးပေါ်ကို တက်သွားပြီး ဣန္ဒြေအပြည့်နဲ့ ထိုင်နေပါတော့တယ်။

ဘုရင်ကလွဲပြီး ဘယ်သူ့ကိုမှ ထိုင်ခွင့်မပေးတဲ့ ရာဇပလ္လင်ပေါ်ကို ကိုရင်လေးက တက်ထိုင်လိုက်တော့ မြင်ရသူအားလုံး အံ့ဩသွားခဲ့ကြတယ်။ ဘုရင်ကြီးက စိတ်ဆိုးပြီး ကိုရင်လေးကို သတ်ပစ်တော့မလားလို့လည်း စိုးရိမ်နေခဲ့ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘုရင်ကြီးက စိတ်မဆိုးတဲ့အပြင် လေးစားကြည်ညိုသွားခဲ့တယ်။ ကိုရင်လေးဆီက မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်တွေကို နာကြားလိုက်ရတဲ့အတွက် အဲဒီနေ့ကစပြီး ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်တဲ့ ဘုရင်ကြီးကနေ နူးညံ့သိမ်မွေ့ပြီး တိုင်းသူပြည်သားအားလုံးအပေါ်မှာ တရားမျှတစွာနဲ့ အုပ်ချုပ်တဲ့ သူတော်ကောင်း ဘုရင်ကြီးတစ်ပါး ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။

မှီငြမ်း၊ ။ ဝိ၊ ဠ၊ ၁၊ ၃၄-၃၆။

- အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ဘုရင်ကြီးနာမည်က ဘယ်သူလဲ။ ဘယ်နိုင်ငံကို အုပ်ချုပ်သလဲ။
- ဘုရင်ကြီးဟာ အိန္ဒိယထီးနန်းကို ဘယ်လို ရယူခဲ့တာလဲ။
- ကိုရင်လေးရဲ့ ဘွဲ့အမည်က ဘယ်လိုခေါ်သလဲ။
- ဘုရင်ကြီးဟာ နိဂြောဓ သာမဏေနဲ့ မတွေ့ခင်က ဘယ်သူတွေကို ကိုးကွယ်ခဲ့သလဲ။
- ဘုရင်ကြီးမြင်တွေ့သွားတဲ့ ကိုရင်လေးက ဘယ်လို ပုံစံမျိုးလဲ။
- ဘုရင်ကြီးက ကိုရင်လေးကို ဘာကြောင့် ကြည်ညိုသွားတာလဲ။
- ကိုရင်လေးနဲ့ တွေ့ပြီးနောက်ပိုင်းမှာ ဘုရင်ကြီးရဲ့ စိတ်တွေ၊ လုပ်ရပ်တွေက ဘယ်လို ပြောင်းလဲသွားသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ရဟန်းသာမဏေ တို့ရှိသေ ကဗျာနှင့် နိုကြောဓသာမဏေ ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "အသက်ငယ်ပေမဲ့ ဣန္ဒြေကြီးပြီး တည်ငြိမ်မှုရှိတဲ့ ကိုရင်လေးနိုကြောဓက ကြည်ညိုလေးစားဖို့ ကောင်းတယ်နော်။ ဒါ့ကြောင့် ဆရာတို့က "ရဟန်းသာမဏေ တို့ရှိသေ" ဆိုတဲ့ ကဗျာလေးနဲ့ ကိုရင်လေးကို ကန်တော့လိုက်ကြရအောင်" စသည်ဖြင့် ပြောကြားပြီး အောက်ပါကဗျာကို ရွတ်ဆိုကြပါစေ။ **ရဟန်းသာမဏေ တို့ရှိသေ** ဘုရားသားတော် ရဟန်းသံဃာ၊ ရှိသေလေးစားမှာ။ လက်အုပ်ချီကာ ဦးနှိမ်ချ၊ အမြဲရှိခိုးကြ။ ငယ်စဉ်ကတည်းက ကျင့်ကြံပေ၊ ထူးတဲ့ သာမဏေ။ တို့တစ်တွေ ရှိခိုးလို့၊ ကုသိုလ်ယူကြစို့။။ ❁ ကလေးများ ကဗျာကို ရွတ်ဆိုပြီးသောအခါ ကဗျာ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို နားလည်သလို ပြောပြကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါကဗျာကို ကလေးများမှတ်မိသည်အထိ ရွတ်ဆိုကြပါစေ။ **နိုကြောဓသာမဏေ** နိုကြောဓခေါ် သာမဏေ၊ ဣန္ဒြေ ကြီးမားပေ။ ပါရမီတွေ လွှန်ပြည့်ဝ၊ တရားသိမြင်ရ။ အသောကမင်း ပင့်ဖိတ်ရာ၊ ပလ္လင်ပေါ် တက်ကာ။ တည်ငြိမ်စွာပင် တရားဟော၊ မြင်သူတိုင်း အံ့သြ။ ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ နိဗြောဓသာမဏေ ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ဆရာက နိဗြောဓသာမဏေ ဇာတ်လမ်း၏ အဓိကအချက်များကို ကလေးများနှင့် ပြန်လည်မေးမြန်းဆွေးနွေးပါ။ ကလေးများအားလုံး ပါဝင်ကြပါစေ။
❁ ထို့နောက် ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။
❁ "တည်ငြိမ်တဲ့သူ၊ ဣန္ဒြေရှိတဲ့သူ ဖြစ်အောင် ဘယ်လိုနေထိုင် ပြုမူရမလဲ"ဟူသော မေးခွန်းကို အုပ်စုတိုင်းက ဆွေးနွေးကြပါစေ။
❁ ထို့နောက် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက မိမိတို့အုပ်စု ဆွေးနွေးထားသည်များကို အတန်းရှေ့သို့ထွက်၍ ပြောပြကြပါစေ။ ကလေးများ တင်ပြဆွေးနွေးထားသော အချက်များပေါ်မူတည်ပြီး ဆရာက အနှစ်ချုပ် ပြောပြပေးပါ။ ထို့နောက် "နိဗြောဓသာမဏေ" ကဗျာကို အမူအရာဖြင့် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ပြန်လည်ရွတ်ဆိုပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၃)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ဥစ္စာမာထေရီ

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ မိမိတတ်နိုင်သည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုအလုပ်များကို ပြုလုပ်တတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
● အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - ကုသိုလ် ဆိုတာ ဘာကိုပြောတာလဲ။ ကုသိုလ်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က ဘာလဲ။ ● ထို့နောက် "အပြစ်ကင်းသော၊ မိမိနှင့် သူတစ်ပါး ကောင်းကျိုးဖြစ်စေတတ်သော၊ ကောင်းသောအပြုအမူ၊ အပြော အဆို၊ အတွေးအကြံများကို ကုသိုလ်"ဟု ခေါ်ဆိုကြောင်း ကလေးများနားလည်အောင် ရှင်းပြပေးပါ။ ("အပြစ်ကင်း တယ်" ဟူသော စကားလုံးကိုလည်း နားလည်အောင် ရှင်းပြပေးရန် လိုသည်။) ● ပြီးလျှင် ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ● "ကုသိုလ်ရမယ့် အလုပ်တွေက ဘာတွေလဲ"ဟု မေးကာ အုပ်စုတိုင်းကို စဉ်းစားချိန်ပေးပါ။ ● စဉ်းစားပြီးသောအခါ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ၎င်းတို့ စဉ်းစားထားသည်များကို အတန်းရှေ့သို့ထွက်၍ ပြောပြကြပါစေ။ ● ကလေးများ၏ အဖြေများကို မှတ်သားထားပြီး "ကုသိုလ်ရမယ့် အလုပ်တွေက ရှင်ပြုတာ၊ အလှူပေးတာ၊ ပေးကမ်းလှူဒါန်းတာ၊ အလှူမှာ ဝိုင်းဝန်းကူညီပေးတာ၊ သီလစောင့်ထိန်းတာ၊ ဘုရားရှိခိုးတာ၊ မေတ္တာပို့တာ၊ အမျှဝေတာ၊ သာဓုခေါ်တာ စတာတွေက ကုသိုလ်ရမယ့်အလုပ်တွေ ဖြစ်တယ်"ဟု ဆရာက ပြောပြပါ။ ● ထို့နောက် "ပစ္စည်းဥစ္စာမရှိဘဲနဲ့ ဘယ်လို ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုမလဲ၊ အဲဒီလိုပြုရင် ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရနိုင်သလဲ"ဟူသော မေးခွန်းကို မေးမြန်း၍ ကလေးများ၏ အဖြေကို လက်ခံနားထောင်ပေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ပစ္စည်းဉစ္စာမရှိဘဲနဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုရင် ဘာဖြစ်နိုင်သလဲဆိုတာသိဖို့ ဇာတ်လမ်းလေးတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်ကြည့်ကြရအောင်"ဟု ဆိုကာ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဉတ္တမာထေရီ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။
- ကလေးများ ဖတ်ပြီးပါက နားမလည်နိုင်သော စကားလုံးများကို ရှင်းလင်းပြောပြပေးပါ။

ဉတ္တမာထေရီ

တစ်ခါက သူတစ်ပါးအိမ်မှာ အစေခံလုပ်ရရှာတဲ့ သူဆင်းရဲမလေး တစ်ယောက်ရှိတယ်။ သူဆင်းရဲမလေးက ဉစ္စာဆင်းရဲပေမဲ့ အသိဉာဏ်ပညာ ချမ်းသာတယ်။ ဘာသာတရားကို ရှိသေကိုင်းရှိုင်းပြီး ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာကို ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူ ဖြစ်တယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်ပြီး ငါးပါးသီလကိုလည်း အမြဲစောင့်ထိန်းတယ်။ ဆင်းရဲလွန်းလို့ အလှူဒါနမပြုနိုင်ပေမဲ့ သူလုပ်နိုင်တဲ့ဘက်ကနေ ကုသိုလ်တွေရအောင် ပြုလုပ်လေ့ရှိပါတယ်။

သူဆင်းရဲမလေးဟာ ညစဉ်ဘုရားရှိခိုး၊ ဘုရားဂုဏ်တော်တွေ ရွတ်ဖတ်ပွားများပြီး သတ္တဝါတွေကို မေတ္တာပို့အမျှဝေတယ်။ တရားဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်တယ်။ အလှူဒါန ပြုလိုစိတ် ထက်သန်ပေမဲ့ ပစ္စည်းဉစ္စာ ဆင်းရဲပြီး သူတစ်ပါးအိမ်မှာ အလုပ်အကျွေး ပြုနေရတဲ့အတွက် မလှူနိုင်ရှာဘူး။ ဒါပေမဲ့ သူဆင်းရဲမလေးက ဉာဏ်ပညာ ချမ်းသာတဲ့သူဖြစ်တော့ တခြားလူတွေရဲ့ အလှူဒါနပြုမှုကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သာဓုခေါ်ပြီး ကုသိုလ်ယူလေ့ရှိတယ်။

တစ်နေ့မှာ သူဆင်းရဲမလေးက "ငါက ငွေကြေးဉစ္စာမချမ်းသာလို့ သူတစ်ပါးအိမ်မှာ အိမ်စေ ဖြစ်နေရတယ်။ အလှူဒါနပြုချင်ပေမဲ့လည်း မလှူနိုင်ဘူး။ ဒီတော့ ငါလုပ်နိုင်တာက သီလကို မကျိုးပေါက်အောင် စောင့်ထိန်းခြင်းပဲ။ ငါးပါးသီလကို စောင့်ထိန်းရုံသာမက ဥပုသ်နေ့မှာလည်း ရှစ်ပါးသီလစောင့်ထိန်းနိုင်ဖို့ သူဌေးဆီမှာ ခွင့်တောင်းရမယ်" လို့ ကြံစည်မိတယ်။ ဒါနဲ့ပဲ သူဌေးဆီမှာ ခွင့်တောင်းလိုက်တယ်။ သူဌေးကလည်း ဘာသာတရားကို ရှိသေကိုင်းရှိုင်းသူပီပီ သူဆင်းရဲမလေးကို ဥပုသ်စောင့်ခွင့် ပြုလိုက်တယ်။

ဥပုသ်နေ့တစ်နေ့မှာ သူဆင်းရဲမလေးဟာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာနဲ့ သီလခံယူဆောက်တည်ပြီး ဘုရားရှင်ဟောကြားတဲ့ တရားတော်များကို နာယူတယ်။ သီလကိုလည်း မကျိုးပေါက်အောင် အမြဲတမ်း ဆင်ခြင်အောက်မေ့ပြီး စောင့်ထိန်းတဲ့အတွက် ပီတိဖြစ်နေတယ်။ သူဆင်းရဲမလေး သေသွားတဲ့အခါ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ နတ်စည်းစိမ်တွေကို ခံစားရရှိရုံသာမက ဘဝများစွာ အပါယ်လေးပါးသို့ မကျရောက်ရဘဲ ကောင်းတဲ့ဘဝ၊ မြင့်မြတ်တဲ့ ဘဝတွေကိုသာ ရရှိခဲ့တယ်။

ဒီလိုနဲ့ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်လက်ထက်မှာ အဲဒီသူဆင်းရဲမလေးက သူဌေးကြီးတစ်ယောက်ရဲ့ သမီးဖြစ်လာတယ်။ သူဌေးသမီးလေးကို မိဘတွေက "ဉတ္တမာ"လို့ အမည်ပေးတယ်။ ငယ်စဉ်ကတည်းက "ဉတ္တမာ"ဟာ ဘာသာတရားကို ကိုင်းရှိုင်းတယ်။ အသက် ခုနစ်နှစ်အရွယ်မှာ သာမဏေမ (အမျိုးသမီး သာမဏေ) အဖြစ်ခံယူပြီး တရားဘာဝနာ ပွားများအားထုတ် ခဲ့တယ်။ "ဉတ္တမာ"ဟာ သူဆင်းရဲမလေး ဘဝတုန်းက ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ကောင်းမှုအကျိုးတွေကြောင့် "ဉတ္တမာထေရီ"ဆိုတဲ့ ဘွဲ့အမည်ကို ခံယူပြီး တရားထူးကို အလျင်အမြန်ရရှိကာ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားတယ်။

မှီငြမ်း ။ ။ ဉတ္တမာထေရီ အပဒါန်၊ ထေရီအပဒါန်ဝတ္ထုတော်ကြီး၊ ၄၈၀။ အပ၊ ၃၊ ၄၈။ အပ၊ ၂၊ ၁၂၁။

- အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။
  - သူဆင်းရဲမလေးဟာ ဘယ်လိုအကျင့်စာရိတ္တရှိသူလဲ။
  - သူဆင်းရဲမလေးဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာမလှူနိုင်တော့ ဘယ်လို ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ ပြုလုပ်သလဲ။
  - သူဆင်းရဲမလေးဟာ သီလစောင့်ထိန်းပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်တဲ့အတွက် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေကို ရရှိသလဲ။
  - ဒီဇာတ်လမ်းကနေ ဘာသင်ခန်းစာ ရလိုက်သလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
• အောက်ပါအမည်များဖြင့် ကလေးအရေအတွက်အတိုင်း စာရွက်ပိုင်းများကို စီစဉ်ထားပြီး ကလေးတစ်ဦးလျှင် စာရွက်ပိုင်းတစ်ခုစီ ဝေပေးပါ။ (အခြားကုသိုလ်ကောင်းမှု အမည်များကိုလည်း ဆရာက ဉာဏ်ရှိသလို စီစဉ်နိုင်သည်။) - ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခြင်း၊ အလှူကြီးပြုလုပ်ခြင်း၊ ဘုန်းကြီး၊ သီလရှင်များကို လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ ဆက်ကပ်ခြင်း၊ ဘုရားရှိခိုးခြင်း၊ အခြားသူများ အလှူပြုလုပ်သည်ကို ပီတိဖြစ်ပြီး သာဓုခေါ်ခြင်း၊ သီလခံယူဆောက်တည်ခြင်း၊ တရားအားထုတ်ခြင်း၊ မိဘများကို ရှိခိုးကန်တော့ခြင်း။ • မိမိရရှိထားသော စာရွက်ပိုင်းကို ဖတ်ပြီးပါက အောက်ပါခေါင်းစဉ် နှစ်ခုအနက်မှ မိမိစာရွက်ပိုင်းနှင့် ဆီလျော်သော ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် သွား၍ရပ်နေကြပါစေ။ - ကိုယ့်မှာ ငွေကြေးဥစ္စာမရှိဘဲ/ ငွေကြေးဥစ္စာမလိုဘဲ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုလုပ်လို့ရတဲ့အဖွဲ့ - ငွေကြေးဥစ္စာရှိမှ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုလုပ်လို့ရနိုင်တဲ့အဖွဲ့ • အဖွဲ့နှစ်ဖွဲ့တွင်ပါဝင်သော ကလေးတစ်ဦးစီက စာရွက်ပါအကြောင်းအရာများကို အတန်းသို့ ပြောပြပြီးနောက် စာရွက်များကို မိမိစာရွက်ပိုင်းနှင့် ဆီလျော်သော ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် ကပ်ထားခဲ့ကြပါစေ။ • ထို့နောက် ဘာကြောင့် ငွေကြေးမလိုဘဲ ပြုနိုင်သည်၊ ဘာကြောင့် ငွေကြေးရှိမှ ပြုနိုင်သည်ဟူသော အကြောင်းပြချက်များနှင့် စိတ်ကူးအယူအဆများကို ဆရာက ဆွေးနွေးမေးမြန်းပြီး အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ॥ ॥ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ॥ ॥ ကောင်းမှုတစ်ခု နေ့စဉ်ပြု ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "ဥတ္တမာထေရီဇာတ်လမ်းထဲမှာ သူဆင်းရဲမလေးက သူလုပ်နိုင်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်သွားတာကို လည်း သိသွားကြပြီနော်။ တကယ်တော့ ဆင်းရဲတာ ချမ်းသာတာ အဓိကမဟုတ်ဘဲ ကိုယ်တတ်နိုင်တဲ့ဘက်က နေ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ပြုလုပ်ဖို့ကသာ အဓိကဖြစ်တယ်"ဟု ပြောကြားပြီးနောက် အောက်ပါ ကဗျာကို ဟန်ပန်အမူအရာနှင့် ရွတ်ဆိုကြပါစေ။ **ကောင်းမှုတစ်ခု နေ့စဉ်ပြု** ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ လှူဒါန်းတာ၊ အဲဒါ ဒါနပါ။ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ချမ်းသာဖို့၊ ဒါနပြုကြစို့။ ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်ထိန်းတာ၊ အဲဒါ သီလပါ။ ကောင်းရာဘဝ ရရှိဖို့ သီလစောင့်ကြစို့။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်တာ၊ အဲဒါ ဘာဝနာ။ ဒုက္ခကင်းကွာ ချုပ်ငြိမ်းဖို့၊ ဘာဝနာတရား ပွားများစို့။ ဒါန သီလ ဘာဝနာ၊ အဲဒါ အားကိုးရာ။ နေ့စဉ်တိုင်းသာ တိုးပွားဖို့၊ အမြဲ ကြိုးစားစို့။ ❁ ကဗျာကို ရွတ်ဆိုကြပြီးနောက် "သားတို့သမီးတို့ နေ့စဉ်ပြုလုပ်ကြမယ့် ကောင်းမှုတစ်ခုစီကို ပြောကြရအောင်"ဟု ဆိုကာ ကလေးများအား စဉ်းစားစေပြီး အလှည့်ကျပြောကြပါစေ။ ကလေးများ၏ အဖြေကို နားထောင်ပေးပြီး ထိုအလုပ်များကို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ပြုလုပ်ကြရန် တိုက်တွန်းအားပေး၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၄)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ မိဘစကားနားထောင်သော ဒီယာဝ

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ မိဘစကားနားထောင်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သိရှိစေရန်၊

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို တစ်ဖွဲ့လျှင် ငါးယောက်ပါသော အုပ်စုများဖွဲ့ပါ။ ❁ "သားတို့သမီးတို့ကို မိဘတွေက ဘာတွေလုပ်ပေးသလဲ။ ဘာကြောင့် လုပ်ပေးတာလဲ"ဟူသော မေးခွန်းကို အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားဆွေးနွေးကြစေပြီးလျှင် စာရွက်ပေါ်တွင် ချရေးကြပါစေ။ ဆွေးနွေးနေစဉ် အချက်အလက်များများရအောင် ဆရာက ပံ့ပိုးကူညီပေးပါ။ ❁ ရေးပြီးသောအချက်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက အလှည့်ကျ ပြောပြပါစေ။ ❁ အဖွဲ့ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးက ပြောပြသည်ကို အခြားအဖွဲ့များက နားထောင်ပြီးနောက် "ဘယ်အချက်ကို အကြိုက်ဆုံးလဲ၊ ဘာကြောင့်ကြိုက်သလဲ" ဆိုသည်ကို အလှည့်ကျ ပြန်လည်ပြောပြကြပါစေ။ ကလေးများ ပြောသော အဖြေများကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်သားထားပါ။ ❁ ကလေးများ၏ အဖြေကို လက်ခံပေးပြီးနောက် ဆရာက "မိဘတွေက သားတို့သမီးတို့ကို ယဉ်ကျေးလိမ္မာဖို့အတွက် ကောင်းစေချင်တဲ့ဆန္ဒနဲ့ သွန်သင်ဆုံးမပေးတဲ့အတွက် သားတို့သမီးတို့ကလည်း မိဘတွေရဲ့ဆုံးမစကားကို နားထောင်ရမယ်" စသည်ဖြင့် ဖြည့်စွက်ပေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . အခု မိဘစကား နားထောင်တဲ့ မင်းသားလေးတစ်ပါးအကြောင်း လေ့လာကြမယ်"ဟု ဆိုကာ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။ **မိဘစကား နားထောင်သော ဒီယာဝ** ရှေးအခါက ဗာရာဏသီပြည်မှာ ဗြဟ္မဒတ်မင်းအုပ်ချုပ်နေတယ်။ ဗာရာဏသီပြည်ဟာ ကြွယ်ဝချမ်းသာပြီး စစ်အင်အားလည်း တောင့်တင်းတယ်။ အိမ်နီးချင်း ကောသလတိုင်းနိုင်ငံမှာတော့ ဒီဃီတိကောသလမင်း အုပ်ချုပ်တယ်။ ကောသလတိုင်းနိုင်ငံဟာ ဆင်းရဲတယ်။ စစ်အင်အားလည်း ချည့်နဲ့တယ်။ အင်အားနည်းပါးတာကို အခွင့်ကောင်းယူပြီး ဗြဟ္မဒတ်မင်းဟာ ကောသလတိုင်းကို တိုက်ခိုက်သိမ်းပိုက်တယ်။ ပြန်ခုခံရင် မနိုင်မှန်းသိလို့ ဒီဃီတိကောသလမင်းဟာ မိဖုရားကြီးကိုခေါ်ပြီး တိတ်တဆိတ် ထွက်ပြေးကာ ဗာရာဏသီပြည်ရဲ့ အစွန်အဖျားအရပ်မှာရှိတဲ့ အိုးထိန်းသည်တစ်ဦးရဲ့အိမ်မှာ ပရိဗိုဇ်ရဟန်းအသွင်နဲ့ မထင်မရှား နေပါတယ်။ အဲဒီအိမ်ကိုရောက်ပြီး မကြာမီမှာ မိဖုရားကြီးဟာ သားတစ်ယောက် ဖွားမြင်တယ်။ အဲဒီ သားလေးကို

'ဒီယာဝု'လို့ နာမည်ပေးလိုက်တယ်။ ဒီယာဝုမင်းသားလေး အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါ အတတ်ပညာမျိုးစုံတို့ကို သင်ကြားပေးတယ်။ ပင်ကိုက ဉာဏ်ကောင်းတဲ့ မင်းသားလေးဟာ မကြာမီမှာပဲ ပညာမျိုးစုံကို ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်လာတယ်။ ဒီဃီတိကောသလမင်းဟာ သူ့ရဲ့သားတော် ဒီယာဝုမင်းသားကို ဗြဟ္မဒတ်မင်းရဲ့ရန်က ကင်းလွတ်အောင် မြို့ပြင်မှာထားတယ်။

တစ်နေ့မှာ ဒီဃီတိကောသလမင်းရဲ့ ဆတ္တာသည်က ဗြဟ္မဒတ်မင်းထံကို ချဉ်းကပ်ပြီး ဒီဃီတိကောသလမင်းရှိတဲ့နေရာကို သတင်းပေးလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ ဗြဟ္မဒတ်မင်းက "ဒီဃီတိကောသလမင်းနဲ့ မိဖုရားတို့ကိုဖမ်းပါ။ ပြီးရင် လက်ပြန်ကြိုးတုပ် ခေါင်းတုံးရိတ်ပြီး တစ်လမ်းဝင် တစ်လမ်းထွက် လှည့်လည်ကာ မြို့ရဲ့တောင်တံခါးက ထွက်ပြီး လေးပိုင်းဖြတ်ကာ ပစ်ကုန်လော့"လို့ မင်းချင်းယောကျ်ားတွေကို အမိန့်ပေးလိုက်တယ်။ မင်းချင်းတွေကလည်း ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီး စေခိုင်းတဲ့အတိုင်း ဆောင်ရွက်ကြတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ ဒီယာဝုမင်းသားဟာ မိဘတွေကို တွေ့ဆုံဖို့ ဗာရာဏသီပြည်ကို ပြန်လာတယ်။ မြို့အဝင်မှာ မိဘနှစ်ပါးကို မင်းချင်းယောကျ်ားတွေက ခေါ်ဆောင်လာကြတာကို ရင်နင့်ဖွယ်တွေ့မြင်ရတယ်။ သူ့အသက်အန္တရာယ်စိုးရိမ်ရလို့ မိဘတို့ထံ တိုးတိုးတိတ်တိတ် ချဉ်းကပ်တယ်။ ဒီဃီတိကောသလမင်းက ဒီယာဝုမင်းသားကို "ချစ်သား ဒီယာဝု . . . ရန်တုံ့မူသဖြင့် ရန်တို့သည် မငြိမ်းကုန်၊ ရန်တုံ့မမူမှသာလျှင် ရန်တို့သည် ငြိမ်းကုန်၏"လို့ ခပ်လှမ်းလှမ်းက ပြောဆိုဆုံးမတယ်။ ဒီယာဝုမင်းသားလည်း ခပ်လှမ်းလှမ်းကပင် ဖခင်၏ ဆုံးမစကားကို နာယူမှတ်သားခဲ့တယ်။

မကြာမီပင် မင်းချင်းယောကျ်ားတို့က ဒီဃီတိကောသလမင်းနဲ့ မိဖုရားတို့ကို လေးပိုင်းပိုင်း ကွပ်မျက်ပြီး အရပ်လေးမျက်နှာသို့ စွန့်ပစ်ကာ အစောင့်အရှောက်တွေကို စောင့်ကြည့်နေစေပြီး ပြန်သွားကြတယ်။ ဒီယာဝုမင်းသားဟာ အခြေအနေအရပ်ရပ်ကို အကဲခတ်ပြီး ဗာရာဏသီမြို့တွင်းသို့ဝင်ကာ အစောင့်တွေကို သေရည်တိုက်တယ်။ အစောင့်တွေ မူးလဲနေစဉ်မှာ ထင်းတွေကို စုပုံပြီး မိဘနှစ်ပါးတို့ရဲ့ အလောင်းတွေကို မီးသင်္ဂြိုဟ်ကာ လက်အုပ်ချီပြီး လက်ယာရစ် သုံးကြိမ် လှည့်လည်ပူဇော်တယ်။

မိဘတို့ရဲ့ အလောင်းတွေကို ကောင်းမွန်စွာ သင်္ဂြိုဟ်ပြီးနောက် ဒီယာဝုမင်းသားဟာ ဗာရာဏသီမြို့ထဲကို ဝင်ပြီး နန်းတော်အနီး ဆင်တင်းကုပ်ကိုသွားကာ ဆင်ဆရာရဲ့အိမ်မှာ နေခွင့်တောင်းပြီး နေတယ်။ အဲဒီအိမ်မှာနေရင်း ဒီယာဝု မင်းသားဟာ သီချင်းသံနဲ့ စောင်းသံကို ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီး ကြားအောင် သာယာဖွယ် တီးခတ်သီဆိုတယ်။ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီး ကြားတော်မူတဲ့အခါ အလွန်နှစ်သက်သဘောကျလို့ အနီးအပါးမှာ ခစားဖို့ ဆင့်ခေါ်တယ်။ ဒီလိုနဲ့ ခစားရင်း မကြာမီမှာပဲ ဒီယာဝုမင်းသားဟာ မင်းကြီးရဲ့ လူယုံတော် ဖြစ်လာခဲ့တယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီးဟာ ဒီယာဝုမင်းသားကို မြင်းရထားမောင်းစေပြီး တောကစားထွက်ခဲ့တယ်။ ဒီယာဝုမင်းသားဟာ မြင်းရထားကို မင်းကြီးရဲ့ ကိုယ်ရံတော်စစ်တပ်နဲ့ လမ်းကွဲသွားအောင် အပြင်းမောင်းနှင်တယ်။ ခရီးပေါက်လာတာနဲ့အမျှ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီးဟာ ပင်ပန်းလာတဲ့အတွက် ခေတ္တအိပ်စက်အနားယူဖို့ မြင်းရထားကို ဖြုတ်ခိုင်းတယ်။ ဒီယာဝုမင်းသားဟာ မြင်းရထားကို ဖြုတ်ပြီး မြေကြီးပေါ်မှာ တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ကာ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီးကို ရင်ခွင်မှာ အိပ်စေတယ်။ မင်းကြီးဟာ ပင်ပန်းနေတဲ့အတွက် တခဏလေးနဲ့ အိပ်ပျော်သွားတယ်။

အဲဒီအခါ ဒီယာဝုမင်းသားဟာ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကို လက်စားချေဖို့ သန်လျက်အိမ်ကနေ သန်လျက်ကို ဆွဲထုတ်လိုက်တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ "ချစ်သားဒီယာဝု . . . ရန်တုံ့မူသဖြင့် ရန်တို့သည် မငြိမ်းကုန်၊ ရန်တုံ့မမူမှသာလျှင် ရန်တို့သည်ငြိမ်းကုန်၏"ဆိုတဲ့ ခမည်းတော်ရဲ့ ဆုံးမစကားကို နားထဲမှာ ကြားယောင်လာပြီး သန်လျက်ကို ပြန်သွင်းလိုက်တယ်။ ဒီလိုနဲ့ သွင်းလိုက် ထုတ်လိုက်နဲ့ သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ချီတုံချတုံ ဖြစ်နေတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီးဟာ လန့်နိုးလာတယ်။ ဒီယာဝုမင်းသားက "ဘာကြောင့် လန့်နိုးပါသလဲ"လို့ မင်းကြီးကို မေးတယ်။ မင်းကြီးက "အိပ်မက်ထဲမှာ ငါ့ကို ဒီဃီတိကောသလမင်းကြီးရဲ့သား ဒီယာဝုမင်းသားက သန်လျက်နဲ့ လိုက်တဲ့အတွက် လန့်နိုးရခြင်းဖြစ်တယ်"လို့ ပြောတယ်။ အဲဒီအခါ ဒီယာဝုမင်းသားဟာ လက်ဝဲလက်နဲ့ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီးရဲ့ ခေါင်းကိုကိုင်ပြီး လက်ယာလက်နဲ့ သန်လျက်ကို ထုတ်ကာ "ဒီဃီတိကောသလမင်းရဲ့သား

ဒီယာဝုမင်းသားဟာ ကျွန်ပ်ပဲဖြစ်တယ်။ ယခု အသင်မင်းကြီးကို လက်စားချေတော့မယ်"လို့ ဒေါသနဲ့ ပြောဆိုတယ်။ အဲဒီအခါ ဖြဟ္မဒတ်မင်းကြီးဟာ အလွန်ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်စွာနဲ့ ဒီယာဝုမင်းသားရဲ့ ခြေအစုံကို ဦးခိုက်ကာ "ချစ်သားဒီယာဝု . . . ငါ့အသက်ကို ချမ်းသာပေးပါ" လို့ အကြိမ်ကြိမ် တောင်းပန်ပါတော့တယ်။ အဲဒီအခါ ဒီယာဝု မင်းသားဟာ မိဘစကားကို နားထောင်ပြီး မင်းကြီးရဲ့အသက်ကို ချမ်းသာပေးလိုက်တယ်။ သူ့အသက်ကိုလည်း ချမ်းသာပေးဖို့ ပြန်ပြီး တောင်းပန်တယ်။ မင်းကြီးကလည်း ချမ်းသာပေးပါမယ်လို့ ကတိပြုတယ်။

အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ကတိပြုကြပြီးနောက် ဖြဟ္မဒတ်မင်းနဲ့ ဒီယာဝုမင်းသားတို့ဟာ ဗာရာဏသီပြည်ကို ပြန်လာခဲ့ကြတယ်။ ဗာရာဏသီမြို့ကို ပြန်ရောက်တဲ့အခါ ဖြဟ္မဒတ်မင်းကြီးဟာ ဒီယာဝုမင်းသားကို သမီးတော်နဲ့ လက်ထပ်ပေးကာ သူ့ခမည်းတော်ပိုင်ဆိုင်ခဲ့တဲ့ ကောသလတိုင်းပြည်ကိုလည်း ပြန်လည်အပ်နှင်းလိုက်တယ်။

ကိုးကား ။ ဒီဃီတိကောသလဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်တော်၊ တတိယတွဲ၊ ၈၉-၉၂၊ ဝိ၊ ၃၊ ပါ၊ ၄၈၇၊ ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၉၇၊

ခက်ဆစ်အဖွင့်

ပရိဗိုဇ်ရဟန်း = သာသနာပ ရဟန်းတစ်မျိုး

ဆတ္တကာသည် = ဆံပင်မုတ်ဆိတ်၊ ခြေသည်း၊ လက်သည်းတို့ကို ရိတ်ဖြတ်ပြုပြင်ခြင်းဖြင့် အသက်မွေးသူ

- **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**
  - ဇာတ်လမ်းထဲက မင်းသားလေးရဲ့ နာမည်ကို ပြောပြပါ။
  - မင်းသားလေးရဲ့ မိဘတွေဟာ ဘာကြောင့် သေဆုံးသွားရတာလဲ။
  - ဒီယာဝုမင်းသားလေးကို သူ့မိဘတွေက မသေခင်မှာ ဘာတွေမှာကြားခဲ့သလဲ။
  - မင်းသားလေးဟာ ရန်သူဘုရင်ကို သတ်ဖို့ အခွင့်အရေးရခဲ့ပေမဲ့ ဘာကြောင့် မသတ်တာလဲ။
  - မင်းသားလေးက ရန်သူဘုရင်ကြီးကို သတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာနိုင်မယ်လို့ ထင်သလဲ။
  - မင်းသားလေးဟာ မိဘစကားနားထောင်တဲ့အတွက် ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိခဲ့သလဲ။
  - မင်းသားလေးက မိဘစကားကို ဘာကြောင့် နားထောင်ခဲ့တာလို့ ထင်သလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကြည်နူးစရာ တို့ကမ္ဘာ တေးကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❋ ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ❋ "ကြည်နူးစရာတို့ကမ္ဘာ" တေးကဗျာကို မှုဟန်အသွယ်သွယ်ဖြင့် သီဆိုပြနိုင်ရန် အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးကြပါစေ။ ❋ ဆွေးနွေးပြီးပါက တေးကဗျာကို အုပ်စုလိုက် ဟန်ပန်အမူအရာဖြင့် အလှည့်ကျ သီဆိုကြပါစေ။ **<u>ကြည်နူးစရာ တို့ကမ္ဘာ</u>** ကျေးဇူးကြီးလှ မိနဲ့ဘ ဆိုဆုံးမတဲ့စကား မှတ်သားကြ တန်ဖိုးကြီးလှ မိဘစကား ရိုသေယုံကြည်စွာ အမြဲနားထောင်ပါ ရန်ကိုရန်ချင်း မတုံ့ပြန်နဲ့ကွာ စကားချိုသာ လိမ္မာယဉ်ကျေးပါ

မေတ္တာရှေ့ထား စိတ်နှလုံးချမ်းသာ
ချစ်သူခင်သူများ နှစ်သက်ကြည်နူးစရာ တို့ကမ္ဘာ။ ။

- ကလေးများသီဆိုပြီးလျှင် ဆရာက တေးကဗျာကို အသံနေအသံထားဟန်ပန်အမူအရာဖြင့် သီဆိုပြပါ။ ထို့နောက် ကလေးများနှင့်အတူ သံပြိုင်သီဆို၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စကားလုံးဖြတ်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
- ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ စာလုံးဖြတ်ဆက်နည်းကို အသုံးပြုရန် "ကြည်နူးစရာ တို့ကမ္ဘာ" ကဗျာပါ ဖြတ်ပိုင်း ၁၇ ပိုင်းကို အုပ်စုတစ်စုစီ၏ ရှေ့တွင် ချထားပေးပါ။

ကျေးဇူးကြီးလှ	မိန့်ဘ	ဆိုဆုံးမတဲ့စကား	မှတ်သားကြ	တန်ဖိုးကြီးလှ	မိဘစကား	ရှိသေယုံကြည်စွာ
အမြဲနားထောင်ပါ	ရန်ကိုရန်ချင်း	မတုံ့ပြန်နဲ့ကွာ	စကားချိုသာ	လိမ္မာယဉ်ကျေးပါ	မေတ္တာရှေ့ထား	
စိတ်နှလုံးချမ်းသာ	ချစ်ခင်သူများ	နှစ်သက်ကြည်နူးစရာ	တို့ကမ္ဘာ			

- စာရွက်ပိုင်းများအားလုံးကို ကလေးများဖတ်ပြီးပါက မိမိတို့ထင်မြင်ယူဆချက်အတိုင်း ရှေ့နောက်စီစဉ်ကြပါစေ။
- စီစဉ်ပြီးသော ကဗျာကို အုပ်စုအသီးသီးက အလှည့်ကျဖတ်ပြပါစေ။ ဖတ်ပြရာတွင် တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့ အသံနေအသံထား ပုံစံမတူအောင် တစ်ဖွဲ့က ကဗျာဆိုဟန်၊ အခြားတစ်ဖွဲ့က သီချင်းဆိုဟန်၊ အခြားတစ်ဖွဲ့က အနေးဆို၊ တစ်ဖွဲ့က အမြန်ဆို စသည်ဖြင့် ဖတ်ပြပါစေ။
- နောက်ဆုံးတွင် ဆရာက "ဒီနေ့ကစပြီး သားတို့သမီးတို့ဟာ လိမ္မာယဉ်ကျေးတဲ့၊ မိဘတို့ရဲ့ ဆိုဆုံးမစကားတွေကို လိုက်နာတဲ့ ကလေးအလိမ္မာလေးတွေ ဖြစ်ကြပါစေ"ဟု ဆုတောင်းပေးပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၅)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ မိဘကျေးဇူး

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ မိဘကျေးဇူးကို သိတတ်စေရန်နှင့် ကျေးဇူးတုံ့ပြန်တတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။ - အသက် ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။ - ဒီအသက်အရွယ် ရောက်လာတဲ့အထိ မေမေက ဘာတွေ လုပ်ပေးခဲ့သလဲ။ - ဖေဖေကရော ဘာတွေ လုပ်ပေးခဲ့သလဲ။ (ယခုလက်ရှိအရွယ်၊ ကျောင်းနေစအရွယ်၊ မွေးစအရွယ် စသည်ဖြင့် မေးရန်ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးချင်းမေးရာတွင် ကလေးများ၏ အခြေအနေအလိုက် မိဘမရှိလျှင် မိဘကိုယ်စား တာဝန်ယူလုပ်ဆောင်ပေးခဲ့သည့် အုပ်ထိန်းသူ ပုဂ္ဂိုလ်အကြောင်းကိုလည်း ပြောပြပါစေ။) ❁ ကလေးများ၏ ပြောကြားချက်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်သားထားပါ။ ❁ ထို့နောက် မိမိတို့အပေါ်၌ ကျေးဇူးရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များအကြောင်း သုံးချက်မှ ငါးချက်ခန့်ကို ကလေးတစ်ဦးစီက ရေးသားပါစေ။ ရေးသားဖော်ပြပြီးသော အချက်များကို အားလုံးမြင်သောနေရာတွင် ကပ်စေပြီး ကလေးအားလုံး လှည့်လည်ဖတ်ရှုကြပါစေ။ ❁ "သားတို့သမီးတို့ရဲ့ မိဘတွေ၊ မိဘမဟုတ်ပေမယ့် သားတို့သမီးတို့ကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသူတွေရဲ့ကျေးဇူးက အလွန်ကြီးမားတယ်ဆိုတာ အခုသားတို့သမီးတို့ဖော်ပြသွားတဲ့ အချက်တွေအရ သိရတယ်။ နောက်စာသင်ချိန်မှာ မိဘကျေးဇူးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဖတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို လေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။ ကလေးများ နားမလည်နိုင်သော စကားလုံးများကို ရှင်းပြပေးပါ။ ကလေးများဖတ်ပြီးလျှင် ပုဏ္ဏားကြီး ရွတ်ဆိုသော စကားများကို ကလေးများ သေသေချာချာ နားလည်စေရန်အတွက် အပြန်အလှန် မေးမြန်းဆွေးနွေးပါ။

မိဘကျေးဇူး

ရှေးအခါက သာဝတ္ထိပြည်မှာ ငွေအသပြာရှစ်သိန်း ကြွယ်ဝချမ်းသာတဲ့ ပုဏ္ဏားကြီးဇနီးမောင်နှံရှိတယ်။ သူတို့မှာ သားလေးယောက်ရှိတယ်။ သားလေးယောက်တို့ အိမ်ထောင်ပြုကြတဲ့အခါ တစ်ယောက်ကို အသပြာ တစ်သိန်းစီ ခွဲဝေပေးလိုက်တယ်။

အဲဒီနောက် သိပ်မကြာခင် ပုဏ္ဏေးမကြီး ကွယ်လွန်သွားတဲ့အခါမှာတော့ သားလေးယောက်တို့ဟာ "အဖေ နောက်အိမ်ထောင်ပြုသွားရင် ကျန်အသပြာလေးသိန်းနဲ့ တခြားပစ္စည်းဉစ္စာတွေကို ငါတို့ ရမှာမဟုတ်တော့ဘူး" တွေးမိပြီး စိုးရိမ်လာကြတယ်။ ဒါ့ကြောင့် တစ်နေ့မှာ ဖခင်ပုဏ္ဏားကြီးကို "အဖေ . . . သားတို့ တစ်သက်လုံး ပြုစုလုပ်ကျွေးပါ့မယ်၊ ကျန်တဲ့ အသပြာငွေ လေးသိန်းနဲ့ တခြားပစ္စည်းဉစ္စာတွေကို သားတို့ကို ခွဲပေးပါ" လို့ တောင်းဆိုကြတယ်။ ပုဏ္ဏားကြီးလည်း သားတွေစကားကို ယုံစားပြီး ပစ္စည်းဉစ္စာတွေကို ခွဲဝေပေးလိုက်တယ်။ အရင်ဆုံး သားကြီး၏ အိမ်မှာ သွားနေတယ်။ သားကြီးနဲ့ ချွေးမတို့လည်း ဖခင်ကြီးကို နှစ်ရက်သုံးရက် ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ပြုစုလုပ်ကျွေးကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရက်အနည်းငယ် ကြာလာတဲ့အခါမှာတော့ မကြည်မဖြူ ဖြစ်လာကြတယ်။

တစ်နေ့ ပုဏ္ဏားကြီး ရေချိုးရာက ပြန်အလာ တံခါးမှာ ရပ်ပြီးတော့ ချွေးမက "အဘ . . . သင်ဟာ သားကြီးကို ငွေတစ်ရာ၊ တစ်ထောင် ပိုပေးခဲ့တာ ရှိလို့လား၊ ညီတူညီမျှပဲ ပေးခဲ့တာ မဟုတ်လား၊ တခြားသားတွေရဲ့ အိမ်ကို မသွားတော့ဘူးလား"လို့ ကြိမ်းမောင်းပြောဆိုပါတော့တယ်။ ချွေးမရဲ့ စကားကို မမျှော်လင့်ဘဲ ကြားရအခါမှာ ပုဏ္ဏားကြီးဟာ စိတ်မသက်မသာနဲ့ သားကြီးအိမ်ကနေ ထွက်လာခဲ့ပြီး အခြားသားတစ်ယောက် အိမ်ကို သွားပြန်တယ်။ အဲဒီအိမ်မှာလည်း အလားတူ အပြောအဆို ခံရပြီး အခြားသားအိမ်ကို ဆက်သွားပြန်တယ်။ နောက်ဆုံးမှာ သွားစရာနေစရာ အိမ်မရှိတော့ဘဲ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့ဘဝနဲ့ လှည့်လည်တောင်းရမ်းပြီး စားသောက်နေရရှာတယ်။

အဲဒီလိုစားရမဲ့သောက်ရမဲ့ ဖြစ်လာချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို သတိရလာပြီး "ငါ့ကို ကူညီကောင်း ကူညီနိုင်လိမ့်မယ်" ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်နဲ့ မြတ်စွာဘုရားဆီကို ချဉ်းကပ်သွားတယ်။ အသားအရေ ခြောက်ကပ် ညှိုးနွမ်းနေတဲ့ ပုဏ္ဏားကြီးကို မြင်တဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အကြောင်းရင်းကို မေးတော်မူတယ်။ ပုဏ္ဏားကြီးက လည်း သူကြုံခဲ့သမျှကို အစအဆုံး လျှောက်ထားတယ်။ အဲဒီအခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်က "ပုဏ္ဏားကြီး . . . ဒါဆိုရင် ဂါထာအချို့ကို ငါ သင်ပေးမယ်၊ ဒီဂါထာတွေကို မှတ်ပြီးတော့ လူအများစည်းဝေးရာ တရားသဘင်မှာ သွားရောက် ရွတ်ဆိုပါ" လို့ မိန့်တော်မူပြီး သင်ပေးလိုက်တယ်။

ပုဏ္ဏားကြီးဟာ ဂါထာတွေကို သင်ယူပြီးတော့ လူအများစည်းဝေးရာ တရားသဘင်ဆီ သွားတယ်။ အဲဒီ တရားသဘင်မှာ သူ့ရဲ့ သားလေးယောက် ရှိနေတာကို သိလို့ ပရိသတ်အလယ်မှာ မတ်တတ်ရပ်ပြီး ဂါထာတွေကို ရွတ်ဆိုတယ်။

"သားတို့ကို ငါသည် အလွန်အမင်း ချစ်ခဲ့၏။ သားတို့၏ ကြီးပွားချမ်းသာခြင်းကို လိုလားတောင့်တခဲ့၏။ ခွေးတို့သည် ဝက်ကို ဟောင်၍ နှင်ထုတ်ကြသကဲ့သို့ သားတို့သည် မယားတို့နှင့် တိုင်ပင်ကာ ငါ့ကို နှင်ထုတ်ကြ၏။"

"ဘီလူးတို့သည် သားအသွင် ဟန်ဆောင်၍ ငါ့ကို "ဖခင်၊ ဖခင်"ဟု ခေါ်ခဲ့ကြ၏။ ယုတ်မာသော သားတို့သည် အိုမင်းလာသော ငါ့ကို စွန့်ပစ်ကြကုန်၏။"

"အိုမင်းပြီ ဖြစ်၍ အသုံးမကျသော မြင်းကို အစာမကျွေးဘဲ ဖယ်ထားသကဲ့သို့ သားမိုက်တို့သည် ငါ့ကို အိမ်မှ နှင်ထုတ်ကြ၏။ သားမိုက်တို့၏ ဖခင်အိုသည် အိမ်တကာလှည့်လည် တောင်းရမ်းစားသောက် နေရ၏။"

"ငါ၏ သားတို့သည် လက်စွဲတောင်ဝှေးလောက်မျှ အသုံးမကျပေ။ တောင်ဝှေးသည် ကြမ်းတမ်းသောခွေး၊ နွားရိုင်းတို့ကို တားမြစ်နိုင်၏။ အမှောင်ထဲ၌ အဖော်ဖြစ်နိုင်၏။ လဲကျသောအခါ တောင်ဝှေး၏ အကူအညီဖြင့်

ပြန်ထနိုင်၏။"

ထိုခေတ်အခါက သာဝတ္ထိပြည်တွင် "မိဘတို့အား ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်း မရှိသော သားဆိုးသမီးဆိုးကို သတ်အပ်၏" ဆိုတဲ့ ထုံးစံတစ်ခုရှိတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ပုဏ္ဏားကြီး ဂါထာရွတ်ဆိုပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် သားလေးယောက်တို့ဟာ သေရမှာ ကြောက်ကြတဲ့အတွက် ဖခင်ပုဏ္ဏားကြီးရဲ့ ခြေတွေကို ဖက်ပြီးတော့ သူတို့ကို ခွင့်လွှတ်ဖို့ တောင်းပန်ကြတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ပုဏ္ဏားကြီးကလည်း ဖခင်မေတ္တာနဲ့ သားလေးယောက်တို့ကို ကြည်ကြည်သာသာပဲ ခွင့်လွှတ်စကား ပြောတယ်။ ဒါ့နောက် သားလေးယောက်တို့ဟာ ဖခင်ပုဏ္ဏားကြီးကို အိမ်ကို ထမ်းခေါ်လာကြပြီး ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ပြုစုလုပ်ကျွေးကြတယ်။ ဖခင်ကြီးကို ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ပြုစုလုပ်ကျွေးကြရမယ်၊ မလုပ်ကျွေးရင် ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဒဏ်ပေးခံရမယ်လို့ မယားတွေကိုလည်း ခြိမ်းခြောက်ပြောဆိုထားကြတယ်။

အဲဒီနေ့ကစပြီး ပုဏ္ဏားကြီးဟာ သားလေးယောက်ဆီက ထမင်းလေးအုပ် နေ့တိုင်း ရတယ်။ အဝတ်အထည်များလည်း ရတယ်။ ပုဏ္ဏားကြီးဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို အလွန်ကျေးဇူးတင်တဲ့အတွက် ပုဆိုးတစ်စုံ လှူဒါန်းလိုက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ပုဏ္ဏားကြီးရဲ့ အလှူဒါနကို လက်ခံတော်မူပြီး တရားဟောကြားရာ တရားတော်ရဲ့အဆုံးမှာတော့ ပုဏ္ဏားကြီး သရဏဂုံ တည်သွားတယ်။ အဲဒီအခါမှာတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်အပေါ် ပိုမို ကြည်ညိုလာပြီး ထမင်းနှစ်အုပ်ကို မြတ်စွာဘုရားရှင်အား လှူဒါန်းလိုကြောင်း လျှောက်ထားတယ်။

တစ်နေ့မှာ သားကြီးဟာ အလှူမင်္ဂလာတစ်ခု ပြုလုပ်လိုတဲ့အကြောင်း ဖခင်ကြီးကို ပြောတဲ့အခါ ဖခင်ကြီးက မြတ်စွာဘုရားရှင်နှင့် ရဟန်းတော် ၅၀၀ ကို ပင့်ဖိတ်ပြီး အလှူပေးလိုကြောင်း ပြောတယ်။ သားကြီးကလည်း သဘောတူတယ်။ ဒါ့ကြောင့် နောက်နေ့နံနက်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်နှင့် ရဟန်းသံဃာတော်တို့ကို ပင့်ဖိတ်ပြီး ရေမရောတဲ့ ယနာနို့ဆွမ်းနှင့် မွန်မြတ်သော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တွေကို ဆက်ကပ်လှူဒါန်းတယ်။

ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်က "သင်တို့ရဲ့ အလုပ်ဟာ ကောင်းမွန်ပါပေတယ်။ အမိအဘတို့ကို ပြုစုလုပ်ကျွေးတယ်ဆိုတာ ရှေးပညာရှိတို့ရဲ့ အလေ့အကျင့်ပဲ ဖြစ်တယ်"လို့ တရားတော်ကို ဟောတော်မူတယ်။ အဲဒီနေ့ကစပြီးတော့ ပုဏ္ဏားကြီးနှင့် သားလေးယောက်တို့လည်း ဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမနဲ့အညီ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေထိုင်သွားကြတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ဓမ္မပဒဝတ္ထု မြန်မာပြန်၊ စတုတ္ထတွဲ၊ ၂၆၇။ ပရိဇိဏ္ဏပြဟ္မဏပုတ္တဝတ္ထု၊ ဓမ္မ၊ ဋ၊ ၂။ ၃၁၁။

❁ **အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။**

- ပုဏ္ဏားအိုကြီးမှာ သား ဘယ်နှယောက် ရှိသလဲ။
- ပုဏ္ဏားအိုကြီးက သားတွေကို ဘယ်လို အမွေခွဲဝေပေးသလဲ။
- ပုဏ္ဏားကြီးက သားတွေရဲ့ အိမ်မှာ ဘယ်လို အခက်အခဲတွေ ကြုံတွေ့ခဲ့ရသလဲ။
- ပုဏ္ဏားကြီးဟာ ခိုကိုးရာမဲ့ပြီး ဘယ်သူ့ဆီကို ရောက်သွားသလဲ။
- မြတ်စွာဘုရားရှင်က ပုဏ္ဏားကြီးကို ဘာတွေ ရွတ်ဆိုစေသလဲ။
- ဘုရားရှင်ပေးတဲ့ ဂါထာတွေကို ပုဏ္ဏားကြီး ရွတ်ဆိုလိုက်တဲ့အတွက် ဘာတွေ ဆက်ဖြစ်လာသလဲ။
- သားတွေက တောင်းပန်တဲ့အချိန်မှာ ပုဏ္ဏားကြီးက ခွင့်လွှတ်လိုက်သလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- ဘုရားရှင်က ပုဏ္ဏားကြီး၊ သားများနဲ့ ချွေးမတို့ကို ဘယ်လို ဆုံးမစကား မိန့်ဆိုသလဲ။
- ကလေးတို့အနေနဲ့ မိဘတွေကို ဘယ်လို ကျေးဇူးဆပ်မှာလဲ။ ဘာကြောင့် ဆပ်သင့်တယ်လို့ ထင်သလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါမေးခွန်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကိုစတင်ပါ။ ကလေးများအားလုံး စဉ်းစားဖြေဆိုကြပါစေ။ "မိဘကျေးဇူး ကြီးမားကြောင်းကို နှိုင်းယှဉ်လို့ရသလား။ ဘာကြောင့်လဲ" ❁ မေးခွန်းကို ကလေးများနှင့် အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးဖြေဆိုပြီးနောက် ကလေးများအား နှစ်ယောက်တစ်ဖွဲ့ (သို့မဟုတ်) သုံးယောက်တစ်ဖွဲ့စီ ဖွဲ့ပါ။ ထို့နောက် တစ်ဖွဲ့လျှင် စာရွက်အလွတ် တစ်ပိုင်းစီ ဝေပေးပါ။ ❁ စာသင်ချိန် (၂)တွင် လေ့လာခဲ့သောဇာတ်လမ်းကို ပြန်လည်ဖတ်ရှုစေကာ စိတ်ကြိုက်ခေါင်းစဉ် အသစ်တစ်ခုကို အဖွဲ့လိုက်စဉ်းစားစေပြီး စာရွက်ပိုင်းပေါ်တွင် ချရေးကြပါစေ။ (ကလေးများ အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေးနေစဉ် ဆရာက လှည့်လည်ကြည့်ရှုပြီး ကလေးများစဉ်းစားနိုင်အောင် ကူညီပေးပါ။) ❁ ရေးထားသော စာရွက်ပိုင်းကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် လာကပ်ကြပါစေ။ ❁ သင်ပုန်းပေါ်ရှိ စာရွက်ပိုင်းများပေါ်တွင် ရေးထားသော ခေါင်းစဉ်များကို လိုက်လံကြည့်ရှုကြစေကာ မိမိအကြိုက်ဆုံး ခေါင်းစဉ်သုံးခုကို (√) ခြစ်ကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် (√) အများဆုံးရသော ခေါင်းစဉ်အမည်ကို ကြေညာပေးကာ ထိုခေါင်းစဉ်ကို ရေးသားသော အုပ်စုက အဘယ့်ကြောင့် ထိုခေါင်းစဉ် ရေးသားရကြောင်းကို ရှင်းပြပါစေ။ ❁ ကလေးများ၏ အဖြေကို နားထောင်ပြီးလျှင် ဆရာက ရည်ရွယ်ချက်ကို ရရှိအောင် အနှစ်ချုပ်ပေးကာ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ကာ နေရာခွဲ၍ ထိုင်ကြပါစေ။ ❁ အုပ်စုတိုင်းအား စာရွက်လွတ်များ ဝေပါ။ ❁ "မိဘတွေက သားတို့သမီးတို့အတွက် လုပ်ပေးခဲ့တာတွေ အများကြီးပဲ။ အဲဒီ လုပ်ဆောင်ချက်တွေ၊ ကျေးဇူးတရားတွေကို သားတို့သမီးတို့က ပြန်သိတတ်ရမယ်၊ ကျေးဇူးပြန်ဆပ်တတ်ရမယ်၊ ဒီတော့ ကျေးဇူးပြန်ဆပ်ဖို့အတွက် ဘာတွေ လုပ်ဆောင်မယ်၊ ဘာတွေ ရှောင်ကြဉ်မယ် ဆိုတာကို အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားကြရမယ်၊ ပြီးရင် စဉ်းစားထားတာတွေကို ချရေးထားကြရမယ်"ဟု ပြော၍ အုပ်စုလိုက်စဉ်းစားဆွေးနွေးကြစေကာ လုပ်ဆောင်မည့် အချက်များ၊ ရှောင်ကြဉ်မည့် အချက်များကို ခွဲပြီး ရေးထားကြပါစေ။ ရေးထားသော စာရွက်များကို မိမိတို့အုပ်စု နေရာတွင် ကပ်ထားကြပါစေ။

- ထို့နောက် ကပ်ထားသော စာရွက်များကို အုပ်စုများ အချင်းချင်း လိုက်လံ ကြည့်ရှုကြစေကာ အဘယ့်ကြောင့် ထိုသို့ ရေးထားရကြောင်း မေးလာသည်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ရှင်းပြကြပါစေ။
- နောက်ဆုံးတွင် အောက်ပါအတိုင်း . . .

"မိဘကျေးဇူးဟာ ကြီးမားတယ်။ သားတို့သမီးတို့ဟာ မိဘကျေးဇူးကို သိတတ်ရမယ်။ မိဘကို ပြုစုလုပ်ကျွေးမှုမရှိတဲ့ ပုဏ္ဏားအိုကြီးရဲ့ သားဆိုးသားမိုက်တွေကို ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်က လိမ္မာယဉ်ကျေးပြီး မိဘကျေးဇူး ကြီးမားကြောင်း နားလည်လာအောင် ဆိုဆုံးမခဲ့ပုံကို ဇာတ်လမ်းထဲမှာ လေ့လာခဲ့ကြပြီးပြီ။ ဒါ့အပြင် မိဘတို့ကို ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်းဟာ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့ရဲ့ အလေ့အကျင့်ကောင်း ဖြစ်တယ်လို့ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်က မိန့်တော်မူခဲ့တယ်" စသည်ဖြင့် မိဘကျေးဇူးအကြောင်းကို အကျဉ်းချုပ်ပြော၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၆)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ မိတ်ဆွေစစ်

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ မိတ်ဆွေစစ် မိတ်ဆွေကောင်းတို့တွင် ရှိသော အရည်အချင်းများကို သိရှိလိုက်နာတတ်စေရန်။

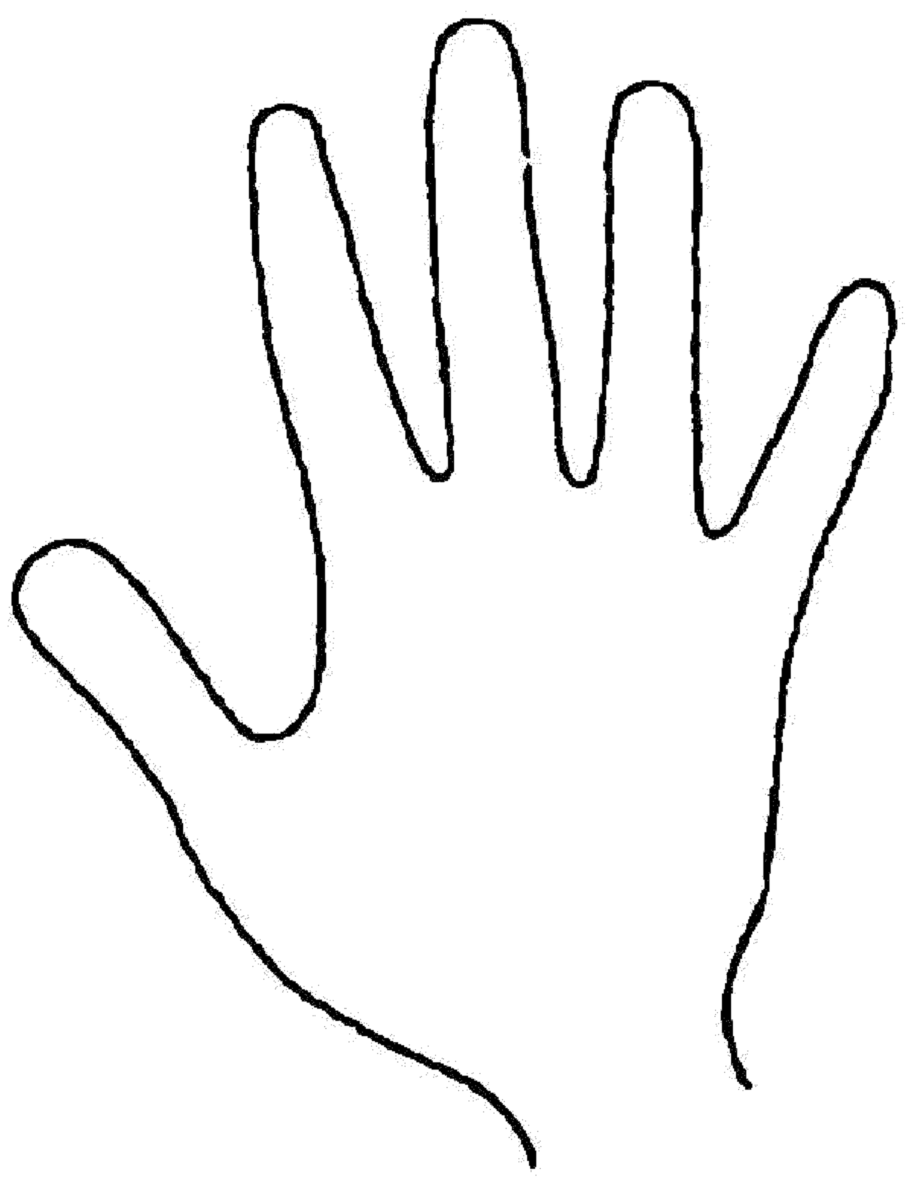
စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်၊ ခဲတံ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကလေးများကို ဘေးမှသူငယ်ချင်းနှင့် နှစ်ယောက်တစ်တွဲ တွဲပေးပါ။
- တစ်တွဲလျှင် စာရွက်လွတ် တစ်ရွက်စီ ဝေပါ။
- အတွဲတိုင်း သူငယ်ချင်း၏ လက်ဖဝါးကို စာရွက်ပေါ်တွင်ချစေပြီး ခဲတံနှင့်လက်ဖဝါးပုံကို အပြန်အလှန် ရေးဆွဲကြပါစေ။
- ထို့နောက် ထိုလက်ဖဝါးပုံထဲတွင် သူငယ်ချင်း၏ အမည်၊ အသက်၊ အတန်း၊ ကျောင်း စသည်တို့အပါအဝင် သူငယ်ချင်းနှင့် ပတ်သက်သမျှ ရေးလိုသောအကြောင်းများကို အပြန်အလှန် ရေးသားပါစေ။ ရေးသားပြီးနောက် အတွဲအချို့က မိမိသူငယ်ချင်းအကြောင်းကို အတန်းသို့ အပြန်အလှန်တင်ပြပြီး သင်ပုန်းတွင် ကပ်ကြပါစေ။

ဥပမာ-



- ထို့နောက် ကျန်သော ကလေးအားလုံးက ၎င်းတို့ဆွဲထားသော လက်ဖဝါးပုံများကို သင်ပုန်းတွင် လာကပ်ကြပါစေ။
- ဆရာက "နောက်စာသင်ချိန်မှာ မိတ်ဆွေနှစ်ဦးရဲ့အကြောင်း ဖတ်ကြည့်ကြမယ်"ဟု ဆိုကာ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

* မိတ်ဆွေစစ် ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။

မိတ်ဆွေစစ်

ရှေးအခါက တောအုပ်ကြီးအတွင်း လိုဏ်ဂူတစ်ခုမှာ ခြင်္သေ့နဲ့ကျားတို့ဟာ မိတ်ဆွေဖွဲ့ပြီး အတူတကွ နေထိုင်ကြတယ်။ အဲဒီတောအုပ်မှာ ခြင်္သေ့နဲ့ကျားတို့ရဲ့ စားကြွင်းစားကျန်တွေကို စားသောက်နေတဲ့ မြေခွေးတစ်ကောင်လည်း ရှိတယ်။ တစ်နေ့မှာ မြေခွေးဟာ "ငါဟာ ခြင်္သေ့သား၊ ကျားသားကို တစ်ခါမှ မစားဖူးဘူး၊ သူတို့ရဲ့ ချစ်ခင်ရင်းနှီးမှုကို ပျက်ပြယ်စေကာ ခိုက်ရန်ဖြစ်အောင် လုပ်ပြီး သူတို့အသားကို စားရရင် ကောင်းမယ်"လို့ ကြံစည်နေတယ်။

အဲဒီလိုအကြံနဲ့ မြေခွေးဟာ ခြင်္သေ့ထံဆီ သွားပြီး "အရှင်ခြင်္သေ့မင်း . . . အရှင်ဟာ ကျားနဲ့ ခိုက်ရန်ဖြစ်ဖူးသလား" လို့ မေးတယ်။ "အချင်းမြေခွေး . . . မဖြစ်ဖူးပါ" လို့ ခြင်္သေ့က ပြန်ဖြေတဲ့အခါ "အရှင်ခြင်္သေ့မင်း . . . အကျွန်ုပ် အရှင့်ဆီလာတဲ့ လမ်းမှာ ကျားနဲ့တွေ့တော့ ကျားက ခြင်္သေ့ရဲ့ အဆင့်အတန်းဟာ သူ့ကို မမီဘူးလို့ ကဲ့ရဲ့စကား ပြောဆိုတယ်"လို့ မြေခွေးက ကုန်းတိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ ခြင်္သေ့က "သင်ထွက်သွား၊ ငါ့သူငယ်ချင်း ကျားဟာ ဒီစကားမျိုး မပြောဘူး"လို့ ပြောဆိုပြီး မြေခွေးကို မောင်းထုတ်လိုက်တယ်။

အဲဒီအခါမှာ မြေခွေးဟာ ခြင်္သေ့ကို ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ကျားထံဆီလည်း ကုန်းတိုက်စကား သွားပြောပြန်တယ်။ ကျားဟာ မြေခွေးရဲ့ ကုန်းတိုက်စကားကို ကြားပြီး မြေခွေးပြောတဲ့အတိုင်း ဟုတ်၊ မဟုတ် ခြင်္သေ့ဆီသွားပြီး မေးမြန်းတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ခြင်္သေ့က "မိတ်ဆွေကျား . . . မြေခွေးကုန်းတိုက်တဲ့စကားကို တကယ်ထင်မှတ်ပြီး သင်က ငါ့ကို ပြစ်မှားခဲ့မိရင် ငါတို့အချင်းချင်း မိတ်ပျက်ကြလိမ့်မယ်"လို့ ပြောတယ်။

ထပ်ပြီး ခြင်္သေ့က "တစ်စုံတစ်ယောက်ဟာ သေသေချာချာ စုံစမ်းစိစစ်မှု မရှိဘဲ ကုန်းတိုက်စကားကို ယုံကြည်ခဲ့မယ်ဆိုရင် အချင်းချင်း မိတ်ပျက်မယ်၊ စကားများပြီး ခိုက်ရန် ဖြစ်ကြလိမ့်မယ်၊ တကယ်လို့ တခြားသူက ကုန်းတိုက်စကား ပြောလာသည့်တိုင် သတိထားမယ်ဆိုရင် မိတ်မပျက်ဘူး။ မိတ်ဆွေစစ်ဟာ အချင်းချင်း မိတ်ဆွေအဖြစ် ခိုင်မြဲနေတာကို အစဉ်အမြဲ လိုလားတယ်၊ တစ်ပါးသူရဲ့ စကားကြောင့် မိတ်အပျက်မခံဘူး၊ မိတ်ဆွေစစ်မှန်ရင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် သံသယမရှိဘူး၊ ကြောက်ရွံ့မှု မရှိဘူး၊ ဥပမာပြောရမယ်ဆိုရင် သားတစ်ယောက်ဟာ မိခင်ရင်ခွင်မှာ ကြောက်ရွံ့မှု မရှိ အိပ်စက်သလိုပဲ" လို့ ပြောပြန်တယ်။

အဲဒီအခါမှာ ကျားက "အဆွေခြင်္သေ့ . . . ကျွန်ုပ်မှာ အပြစ်ရှိပါတယ်" လို့ ပြောဆိုပြီး ခြင်္သေ့ကို တောင်းပန်တယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ ခြင်္သေ့နှင့်ကျားတို့ဟာ ယခင်အတိုင်း ချစ်ချစ်ခင်ခင် ညီညီညွတ်ညွတ် နေထိုင်သွားကြတယ်။ ကုန်းတိုက်တဲ့မြေခွေးကတော့ သူရဲ့အကြံ မအောင်မြင်ဘူးဆိုတာ သိရှိသွားတဲ့အခါ အခြားတစ်နေရာကို ထွက်ပြေးသွားပါတော့တယ်။

မှီငြမ်း ။ ဝဏ္ဏာရောဟဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်တော်၊ တတိယတွဲ၊ ၅၇-၆၁၊ ဇာ၊ ဌ၊ ၃၊ ၁၇၆၊

* အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ခြင်္သေ့မိသားစုနဲ့ ကျားမိသားစုတို့ဟာ ဘယ်လို နေထိုင်စားသောက်ကြသလဲ။
- သူတို့ရဲ့ပိုလျှံနေတဲ့ အစားအသောက်တွေကို ဘယ်သူက လာစားသလဲ။

- မြေခွေးက ဘယ်လို အကြံအစည်မျိုးနဲ့ ကုန်းတိုက်စကားဆိုတာလဲ။
- ခြသေ့်နဲ့ကျား စိတ်ဝမ်းကွဲအောင် မြေခွေးက ဘယ်လိုလုပ်သလဲ။
- မြေခွေးရဲ့ကုန်းတိုက်စကားကြောင့် ကျားက ဘယ်လိုတွေးမိသလဲ။
- သူတို့ ဘယ်လို ဖြေရှင်းလိုက်ကြသလဲ။
- မိတ်ဆွေစစ်ဆိုတာ ဘယ်လိုမျိုးလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ၊ မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါးကဗျာ၊ မာကာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ . . . သူငယ်ချင်းကောင်း၊ မိတ်ဆွေကောင်းတွေရဲ့ ကျင့်ဝတ်တွေကို မှတ်မိကြသေးလား" ဟု မေးကာ ကလေးများ မှတ်မိသလောက် ပြောပြကြပါစေ။
- မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါးကို ပြောပြပြီးလျှင် ကျင့်ဝတ်တစ်ခုချင်းစီ၏ အဓိပ္ပာယ်များကို နားလည်သလို ပြန်လည် ပြောပြကြပါစေ။
- ဆရာက မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါးကဗျာနှင့် အဓိပ္ပာယ်များကို လိုအပ်သလို ဖြည့်စွက်ပြောပြပေးပါ။

မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါး

ပေးကမ်းချီးမြှင့်၊ ကိုယ်နှင့်ယှဉ်ထား၊
စီးပွားဆောင်ရွက်၊ နှုတ်မြွက်ချိုသာ၊
သစ္စာမှန်စေ၊ ဝတ်ငါးထွေ၊
ကျင့်လေမိတ်သဟာ။ ။

၁။ လိုအပ်သည့်အချိန်တွင် ပေးကမ်းကူညီခြင်း
၂။ ချမ်းသာ၊ ဆင်းရဲ မခွဲခြားဘဲ ကိုယ်နှင့်တန်းတူ သဘောထားခြင်း
၃။ အကျိုးစီးပွားဆောင်ရွက်ပေးခြင်း
၄။ စကားပြော ချိုသာခြင်း
၅။ သစ္စာရှိခြင်း

- ထို့နောက် ဇာတ်လမ်းကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက် ပြောပြပြီးလျှင် "ဒီဇာတ်လမ်းထဲမှာပါတဲ့ ခြသေ့်နဲ့ ကျားတို့ကရော မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါးထဲက ဘယ်အချက်တွေနဲ့ ကိုက်ညီသလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ" စသည်ဖြင့်မေးကာ ကလေးများ နားလည်သလို ဖြေဆိုကြပါစေ။
- ကလေးများကို စာရွက်တစ်ရွက်စီပေးပြီး စာရွက်ပေါ်တွင် အသည်းပုံဆွဲကြပါစေ၊ အတန်းအတွင်းရှိ သူငယ်ချင်း တစ်ဦးအပေါ် မိမိလုပ်ပေးခဲ့ဖူးသော မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါးမှ အချက်များကို ထိုအသည်းပုံပေါ်တွင် ရေးသား ကြပါစေ၊ အသည်းပုံ ရေးသားထားသော စာရွက်ကို ထိုသူငယ်ချင်းအား ပေး၍ ဖတ်ပါစေ။
- ကလေးများ ဖတ်ပြီးသောအခါ ဆရာက "မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်တွေထဲက တချို့အချက်တွေကို သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ခဲ့ကြပြီးပြီ၊ နောင်မှာလည်း ဒီမိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်တွေကို သူငယ်ချင်းအားလုံးအပေါ်မှာ အမြဲလုပ် ဆောင်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြရမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . မိတ်ဆွေစစ် ဇာတ်လမ်းကို လေ့လာခဲ့ကြပြီးပြီ။ အခုချိန်မှာ မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်များနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆွေးနွေးကြအောင်"ဟု ပြော၍ ကလေးများကို အုပ်စု (၃)စုဖွဲ့ပါ။ ❁ အုပ်စုတစ်စုစီမှ ကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီကို ရွေးချယ်ပါစေ။ ထိုကိုယ်စားလှယ်များကို လက်ဖက်ရည်ဆိုင် ပိုင်ရှင်အဖြစ် သတ်မှတ်စေပြီး ကျန်ကလေးများကို စားသုံးသူများအဖြစ် သတ်မှတ်ပါ။ ❁ မိမိအုပ်စု၏ ဆိုင်အမည်ကို အုပ်စုဝင်အားလုံး စဉ်းစားရွေးချယ်ကြပါစေ။ ထို့နောက် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီကို စာရွက်ကြီးတစ်ရွက်စီပေး၍ ဆိုင်အမည်ကို ရေးပါစေ။ ❁ ဆိုင်ရှင်သုံးဦးသည် မိမိဆိုင်တွင် လာရောက်စားသုံးသူများနှင့် စကားဝိုင်းဖွဲ့ မှတ်တမ်းတင်ရန် သတ်မှတ်နေရာ သုံးနေရာတွင် နေရာယူပါစေ။ စားသုံးသူများသည် မိမိဆိုင်တွင် ဆွေးနွေးပြီးပါက အခြားဆိုင်နှစ်ဆိုင်သို့ သွားရောက်၍ စကားဝိုင်းဖွဲ့ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ ❁ စကားဝိုင်းစတင်မည့် အချိန်ကို ဆရာက သတ်မှတ်ပေးပါ။ ဆိုင်ပြောင်းရွှေ့ကာ စကားဝိုင်းပြောင်းရန်ကိုလည်း ဆရာက အချက်ပေးပါ။ (ဆရာက စကားဝိုင်းပြောင်းရမည့်အချိန်ကို သင့်လျော်သလို စီစဉ်ပေးပါ။) ❁ အုပ်စု (၁) သည် "မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်ငါးပါးအတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါက ဘယ်လို ကောင်းကျိုးတွေ ရရှိမလဲ" ဟူသောမေးခွန်းကို ဆွေးနွေးပါစေ။ ❁ အုပ်စု (၂) သည် "မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်ငါးပါးအတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း မရှိပါက ဘယ်လို ဆိုးကျိုးတွေ ရရှိမလဲ" ဟူသောမေးခွန်းကို ဆွေးနွေးပါစေ။ ❁ အုပ်စု (၃) သည် "မိတ်ဆွေကောင်း တစ်ယောက်ဖြစ်အောင် မိမိကိုယ်တိုင် ဘယ်လို နေထိုင်ကြရမလဲ" ဟူသော မေးခွန်းကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် မေးခွန်းအားလုံးမှ ရရှိသော ဆွေးနွေးမှုရလဒ်များကို ဆိုင်ရှင်တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ ❁ ကလေးများ၏ တင်ပြမှုများကို ဆရာက နားထောင်ပြီး လိုအပ်သည်များကို ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေး၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၇)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ မေတ္တာရှင်မလေး

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ မေတ္တာတရား၏ အစွမ်းထက်ပုံကို သိရှိပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မေတ္တာပို့နည်း လင်္ကာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါမေတ္တာပို့နည်းများကို စာရွက်ကြီး/သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသားပြီး ကလေးများအား ရွတ်ဆိုစေခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

မေတ္တာပို့

ဘုန်းဘုန်းလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
ဆရာလေးလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
ဖေဖေလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
မေမေလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
ဘိုးဘိုးလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
ဘွားဘွားလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
ဦးဦးလည်း ကျန်းမာပါစေ။ ချမ်းသာပါစေ။
ဒေါ်ဒေါ်လည်း ကျန်းမာပါစေ။ ချမ်းသာပါစေ။
ကိုကိုလည်း ကျန်းမာပါစေ။ ချမ်းသာပါစေ။
မမလည်း ကျန်းမာပါစေ။ ချမ်းသာပါစေ။
ညီလေးလည်း ကျန်းမာပါစေ။ ချမ်းသာပါစေ။
ညီမလေးလည်း ကျန်းမာပါစေ။ ချမ်းသာပါစေ။
ဆရာလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
ဆရာမလည်း ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။
သူငယ်ချင်းတွေလည်း ကျန်းမာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

- ရှည် တို အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
- ကြီး ငယ် အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
- ဆူ ကြုံ အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
- လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။
- အထင်သေးခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။
- ဆင်းရဲလိုခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

- ကလေးများ ရွတ်ဆိုပြီးလျှင် "မေတ္တာဆိုတာ ဘာကို ပြောတာလဲ" ဟုမေး၍ ဖြေဆိုလိုသူ ကလေးများက ဖြေဆိုကြပါစေ။
- ကလေးများ ဖြေဆိုပြီးသောအခါ "တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ချစ်ချစ်ခင်ခင် ပြုမူ၊ ပြောဆို၊ တွေးကြံတာကို မေတ္တာထားတယ်လို့ ဆိုလိုတယ်" စသည်ဖြင့် မေတ္တာထားခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြပေးပါ။ (မှတ်ချက်။ ။ ကာယကံ

မေတ္တာ၊ ဝစီကံ မေတ္တာ၊ မနောကံ မေတ္တာ စသည်တို့ အကြောင်းကိုလည်း ရှင်းပြပါ။)

- ထို့နောက် "သားတို့သမီးတို့ရဲ့ သူငယ်ချင်းတွေထဲမှာ ကိုယ်ကကောင်းပေမဲ့ ကိုယ့်ကိုအမြဲတမ်း ရန်စနေတဲ့သူ ရှိလား၊ အဲဒီအခါ ဘယ်လိုခံစားရသလဲ၊ ဘယ်လိုပြန်ဆက်ဆံသလဲ" စသည်ဖြင့်မေး၍ ကလေးများကို စဉ်းစားစေပြီး ဖြေဆိုလိုသော ကလေးအချို့အား ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများကို ပြောပြကြပါစေ။ ကလေးများ ပြောပြီးသောအခါ "နောက်တစ်ချိန်မှာ မေတ္တာနှင့်ပတ်သက်တဲ့ ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို ဆက်လက်လေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- မေတ္တာရှင်မလေး ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။

မေတ္တာရှင်မလေး

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် လက်ထက်တုန်းက ရာဇဂြိုဟ်မြို့မှာ ဥတ္တရာဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးလေး တစ်ဦးရှိတယ်။ သူဟာ မိဘစကားကို နားထောင်တယ်။ ဆရာတော်သံဃာတော်တွေကို ရိုသေလေးစားပြီး အလှူအတန်းလည်း ရက်ရောတယ်။ မေတ္တာစိတ်လည်း အလွန်ကြီးမားတဲ့အတွက် သူ့ကို "မေတ္တာရှင်မလေး"လို့ အားလုံးက ခေါ်ကြတယ်။ နောက်ပြီး သူဟာ ဉာဏ်ပညာထက်မြက်ပြီး ချောမောလှပတဲ့အတွက် ယောက်ျားလေးတွေက ချစ်မြတ်နိုးပြီး လိုချင်ကြတယ်။ နောက်ဆုံးတော့ မိဘတွေသဘောတူတဲ့ နန္ဒသူဌေးသားနဲ့ လက်ထပ်လိုက်တယ်။

လက်ထပ်ပြီးတဲ့အခါမှာ မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာဟာ ဇနီးမယားဝတ္တရား ကျေပွန်အောင် လုပ်ဆောင်ပေးတယ်။ မေတ္တာရှင်မလေးရဲ့ ခင်ပွန်းကတော့ အလှူအတန်း စိတ်မဝင်စားဘဲ အပျော်အပါး၊ အသောက်အစားနဲ့သာ အချိန်ကုန်နေတယ်။ နောက်ပြီး ဘာသာခြားလည်းဖြစ်တော့ သံဃာတော်တွေကိုလည်း မရိုသေဘူး။

ဒီလိုနဲ့ မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာဟာ သံဃာတော်တွေကိုလည်း မဖူးရ၊ တရားတော်လည်း မနာရတာကြာလာတော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားကို နာကြားချင်စိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်နေတယ်။ အဲဒါနဲ့ သူ့အိမ်မှာ ဘုရားအမှူးရှိတဲ့ သံဃာတော်တွေကို ဆွမ်းလှူဒါန်းဖို့ စီစဉ်တယ်။ ဆွမ်းလှူဒါန်းနေချိန်မှာ မယားဝတ္တရား လစ်ဟင်းသွားမှာ စိုးတဲ့အတွက် သူ့ခင်ပွန်းကို ပြုစုဖို့ သီရိမာလို့ခေါ်တဲ့ မိန်းမချောတစ်ယောက်ကို ငွေအသပြာပေးပြီး ငှားလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ဆွမ်းကပ်ဖို့အတွက် အခိုင်းအစေတွေနဲ့အတူ သူကိုယ်တိုင် ပါဝင်ချက်ပြုတ်နေတယ်။

ဆွမ်းကပ်ဖို့အတွက် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ချက်ပြုတ်နေတဲ့ မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာကို ငှားထားတဲ့ မိန်းမချော သီရိမာက ကြည့်ပြီး "သူဌေးသားနန္ဒက ငါ့ကို ဇနီးမယားတစ်ယောက်လို အရေးပေးတယ်။ ငါ့ကိုလည်း ချစ်ပုံရတယ်။ နန္ဒသူဌေးသားရဲ့ စည်းစိမ်တွေကလည်း အများကြီးပဲ။ ငါသာ နန္ဒသူဌေးသားရဲ့ တကယ့်ဇနီး ဖြစ်လိုက်ရင် ဘယ်လောက်ကောင်းမလဲ"ဆိုပြီး ယုတ်မာတဲ့အကြံကို ကြံစည်နေတယ်။ ပြီးတော့ "ဟုတ်ပြီ၊ လှူဖို့လောက်ပဲသိတဲ့ သူ့မိန်းမသာ မရှိရင် ငါသူဌေးကတော်ဖြစ်ပြီ"လို့ တွေးမိသွားပြီး ပွက်ပွက်ဆူနေတဲ့ထောပတ်ပူတွေနဲ့ မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာ အပေါ်ကို လောင်းချလိုက်တော့တယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ မေတ္တာရှင်မလေးက "ငါဟာ မိန်းမချောသီရိမာရဲ့ ကျေးဇူးကြောင့် ဘုရားအမှူးရှိတဲ့ သံဃာတော်တွေကို ဆွမ်းလှူဒါန်းခွင့်ရတာ"လို့ တွေးပြီး မေတ္တာပွားနေပါတယ်။ သူ့ရဲ့ မေတ္တာတရားကြောင့် မိန်းမချော

သီရိမာ လောင်းလိုက်တဲ့ ထောပတ်ပူတွေဟာ ရေလိုအေးမြသွားပြီး မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာမှာ ဘာမှမဖြစ်လိုက်ဘူး။ အဲဒါကို မြင်ရတဲ့ မိန်းမချောသီရိမာဟာ သူ့ရဲ့အမှားကို သိသွားပြီး မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာရဲ့ခြေကို ခေါင်းနဲ့တိုက်ကာ ခွင့်လွှတ်ဖို့ တောင်းပန်တယ်။

မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာကလည်း မေတ္တာတရားကြီးမားသူပီပီ မိန်းမချောသီရိမာကို ခွင့်လွှတ်ပေးလိုက်တဲ့အပြင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကိုလည်း နာယူစေတယ်။ မိန်းမချောသီရိမာလည်း မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာရဲ့ ကျေးဇူးကြောင့် သူကိုယ်တိုင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ဥတ္တရာဥပါသိကာဝတ္ထု၊ ဓမ္မပဒဝတ္ထုမြန်မာပြန်၊ စတုတ္ထတွဲ၊ ၆၂-၇၅၊ ဓမ္မ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၉၉-၂၀၂။

❁ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- ဥတ္တရာကို "မေတ္တာရှင်မလေး" လို့ ဘာကြောင့် ခေါ်ကြတာလဲ။
- သူက ဘယ်လိုကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်သလဲ။
- မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာကို မကောင်းကြံတဲ့သူက ဘယ်သူလဲ။
- မိန်းမချော သီရိမာက မေတ္တာရှင်မလေးကို ဘာလုပ်လိုက်သလဲ။
- မေတ္တာရှင်မလေး ဥတ္တရာဟာ ထောပတ်ပူနဲ့ လောင်းခံရပေမယ့် ဘာကြောင့် အပူမလောင်တာလဲ။
- ဒီဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ပြီးတော့ သားတို့သမီးတို့ ဘာသင်ခန်းစာတွေရလိုက်သလဲ။
- ကိုယ့်အပေါ် မကောင်းတဲ့သူကို မေတ္တာထားကြည့်ဖူးလား။ ဘာကြောင့်လဲ စသည့် မေးခွန်းများကို မေးမြန်းပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကတ်ပြားများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ "သားတို့သမီးတို့က မေတ္တာရဲ့အဓိပ္ပာယ်ကို သိသွားကြပြီ၊ မေတ္တာထားခြင်းဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုတယ် ဆိုတာကိုလည်း သိသွားပြီ၊ မေတ္တာလည်း ပို့ကြည့်ခဲ့ပြီးပြီ။ အခု မေတ္တာပို့သခြင်းရဲ့ အကျိုးတွေကို ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

❁ "မေတ္တာအကျိုး ဘယ်နပါးရှိသလဲ။ ဘာတွေလဲ"ဟု မေးမြန်းပြီး ကလေးများနားလည်သလို ပြောပါစေ။

❁ ကလေးများပြောပြီးပါက ကြိုတင်ရေးသားထားသော မေတ္တာအကျိုး ၁၁ မျိုး ကတ်ပြားများကို ကလေးတစ်ဦးစီအား ဝေပေးပါ။ (ကလေးအရေအတွက်ပေါ် မူတည်၍ ကတ်ပြားများကို လုံလောက်အောင် ကြိုတင်စီစဉ်ထားပါ။)

မေတ္တာအကျိုး ၁၁ မျိုး

၁။ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရခြင်း၊
၂။ ချမ်းသာစွာ နိုးရခြင်း၊
၃။ မကောင်းသော အိပ်မက်များကို မမြင်မက်ခြင်း၊
၄။ လူအများ၏ ချစ်ခင်နှစ်သက်မှုကို ခံရခြင်း၊
၅။ နတ်ဘီလူးတို့၏ ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုကို ခံရခြင်း၊
၆။ နတ်များ၏ စောင့်ရှောက်ကူညီမှုကို ရရှိခြင်း၊

၇။ အဆိပ်၊ မီး၊ ဓား စသောလက်နက်များ မကျရောက်နိုင်ခြင်း၊
၈။ လျင်မြန်စွာ စိတ်တည်ကြည်ခြင်း၊
၉။ မျက်နှာအဆင်း ကြည်လင်ခြင်း၊
၁၀။ မတွေမဝေဘဲ သေရခြင်း၊
၁၁။ မဂ်ဖိုလ်ကို မရသေးသည်ရှိသော် ဗြဟ္မာ့ပြည်သို့ လားရောက်ရခြင်း။

မှီငြမ်း။ ။ ပိဋကသုံးပုံ သရုပ်စုံ အဘိဓာန်၊ ၄၈၆၊

- ဆရာက ရေးထားရမည့် ကတ်ပြားပုံစံ

ချမ်းသာစွာ	အိပ်ရခြင်း	ချမ်းသာစွာ	နိုးထရခြင်း	အိပ်မက်ဆိုးတို့ကို	မမြင်မက်ခြင်း	နတ်တို့က	စောင့်ရှောက်ခြင်း
လူအများ	ချစ်ခင်ခြင်း	မီးဘေး	မသင့်နိုင်ခြင်း	အဆိပ်၊ လက်နက်	မသင့်ရောက်နိုင်ခြင်း	စိတ်	တည်ကြည်ခြင်း
မျက်နှာ	ကြည်လင်ခြင်း	တွေဝေစွာ	မသေရခြင်း	သေလွန်လျှင်	ဗြဟ္မာ့ပြည် ရောက်နိုင်ခြင်း		

- ထို့နောက် မှန်ကန်သော ကတ်ပြားအတွဲဖြစ်အောင် အချင်းချင်း ရှာဖွေကြပါစေ။
- ရှာဖွေပြီးသောအခါ ကတ်ပြားများကို အစီအစဉ်အလိုက်ထား၍ နှစ်ယောက်တစ်တွဲစီက ၎င်းတို့ကတ်ပြားပေါ်ရှိ မေတ္တာအကျိုးကို ဖတ်ကြပါစေ။
- ကလေးအားလုံး ဖတ်ပြီးသောအခါ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ မေတ္တာအကျိုးပြလင်္ကာကို ရွတ်ဆို၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

မေတ္တာအကျိုးပြလင်္ကာ

ချမ်းသာအိပ်နိုး၊ အိပ်မက်ဆိုးကင်း၊ ချစ်ခြင်းလူနတ်၊ နတ်စောင့်တတ်လျက်၊ လက်နက်ဆိပ်မီး၊ မရောက်ပြီးခဲ့၊ စိတ်လည်း တည်စွာ၊ မျက်နှာ ကြည်လင်၊ သေလျှင် မတွေ၊ သေသောအခါ၊ ဗြဟ္မာ့ရွာ၊ လားရာ မေတ္တာကျိုး။

(အရှင်ဇနကာဘိဝံသ)

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကဗျာများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
- မေတ္တာရှင်မလေး ဇာတ်လမ်းနှင့် မေတ္တာအကျိုး ၁၁ မျိုးတို့ကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက် ပြောဆိုဆွေးနွေးပြီး အောက်ပါ ကဗျာများကို ရွတ်ဆိုစေခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

ညီပုလေးရဲ့ မေတ္တာ

ညီပုလေး ညီပုလေး၊
ဘုရားရှိခိုးတဲ့ ညီပုလေး။
ညီပုလေး ညီပုလေး၊
မေတ္တာပို့တဲ့ ညီပုလေး။
ညီပုလေးက မေတ္တာဝေ၊
ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
မေတ္တာဝေတဲ့ ညီပုလေး၊
မျက်နှာ ရွှင်ချိုအေး။ ။

မာစေသာစေ မေတ္တာဝေ

ကျန်းမာချမ်းသာ လန်းဖြာဝေ၊
ဖေဖေနဲ့ မေမေ။
သား/သမီးတို့တစ်တွေ ဦးထိပ်ထား၊
ဘိုးဘိုးနဲ့ ဘွားဘွား။
သူငယ်ချင်းများ နေထိုင်ရာ၊
ငြိမ်းချမ်း ဤကမ္ဘာ။
(ရန်ဘေးဘယာ ဝေးကွာဖို့၊
တောင်းဆုမေတ္တာပို့)၂။ ။

- ကလေးများ ကဗျာရွတ်ဆိုပြီးသောအခါ "မေတ္တာဘယ်လိုထားမလဲ၊ ဘယ်သူတွေကို မေတ္တာပို့မလဲ"ဟု မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး ရရှိသောအချက်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ပါ။

- ထို့နောက် ဆရာက "မေတ္တာဘယ်လိုထားရမလဲ မေတ္တာဘယ်လို ပို့ရမလဲဆိုတာကို သိသွားပြီဆိုတော့ အခု ကိုယ်နဲ့ အဆင်မပြေတဲ့သူ၊ ကိုယ့်ကို ရန်လုပ်နေတဲ့သူတွေကို မျက်စိမှိတ်ပြီး စိတ်ထဲမှာ မြင်အောင်ကြည့်ပါ။ သူ့ရဲ့မျက်နှာ ပေါ်လာပြီဆိုရင် စိတ်ထဲကနေ 'သူငယ်ချင်း . . . ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ' လို့ လိုက်လိုက်လှဲလှဲ မေတ္တာပို့ကြည့်ပါ"ဟု ညွှန်ကြားပါ။

- "ကဲ အခု မေတ္တာပို့ပြီးပြီဆိုတော့ ကလေးတို့စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုခံစားရသလဲ"ဟု မေးကာ ကလေးများ ခံစားမိသလို ဖြေကြပါစေ။

- ကလေးများဖြေပြီးပါက "ဆရာတို့တတွေက ကိုယ်ချစ်တဲ့၊ ခင်တဲ့သူတွေကိုပဲ မေတ္တာထားကြတာများတယ်။ တကယ်တော့ ကိုယ်ချစ်တဲ့ ခင်တဲ့သူတွေကိုသာ မေတ္တာထားရမှာ မဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်ကို အမြဲတမ်းရန်ရှာနေတဲ့သူ၊ ကိုယ်နဲ့ အဆင်မပြေတဲ့သူ၊ ကိုယ်က ကြည့်မရတဲ့သူတွေ အားလုံးအပေါ်မှာလည်း မေတ္တာထားရမှာဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို မေတ္တာထားလိုက်တာနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့စိတ်က အေးချမ်းလာမယ်။ မေတ္တာရဲ့တန်ခိုးကြောင့် လူချစ်လူခင်လည်း ပေါများလာလိမ့်မယ်။ မေတ္တာတရားဆိုတာဟာ မေတ္တာထားသူရော၊ မေတ္တာထားခံရသူအတွက်ပါ ကောင်းကျိုး ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာတို့၊ သားတို့သမီးတို့ဟာ ဒီနေ့ကစပြီး လူတိုင်းအပေါ်မှာ မေတ္တာထားနိုင်အောင် ကြိုးစားကြရမယ်" စသည်ဖြင့် ပြောကြားပေးပြီး သင်ခန်းစာကို နိဂုံးချုပ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၈)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ ရွှေရောင်နတ်သမီးလေး
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ အလှူဒါနပြုလုပ်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ပုံများကို ပြ၍ အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆွေးနွေးပါ။
  - ဒီရုပ်ပုံက ဘယ်သူလို့ ထင်သလဲ။
  - သူ့ရဲ့ အသုံးအဆောင်တွေဟာ ဘာအရောင်ရှိသလဲ။
  - ဘယ်လို ကောင်းမှုတွေပြုလုပ်လို့ အခုလိုစည်းစိမ်တွေ စံစားရတယ်လို့ ထင်သလဲ။
    (အကယ်၍ "အလှူဒါနပြုခဲ့လို့" စသည်ဖြင့်ဖြေကြလျှင် "ဘယ်လိုလှူဖွယ်ပစ္စည်းတွေ လှူခဲ့တယ်လို့ထင်သလဲ" ဟု ဆက်မေးပါ။)
- "နတ်သမီးလေး ဒီလို စည်းစိမ်တွေစံစားရတာ ဘာတွေလုပ်ခဲ့လို့လဲဆိုတာ သိရအောင် အခု လေ့လာကြည့်ကြမယ်"ဟု ဆိုကာ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။

ရွှေရောင်နတ်သမီးလေး

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ အလွန်ချောမောလှပတဲ့ ရွှေရောင်နတ်သမီးလေးတစ်ပါး စံမြန်းနေတယ်။ နတ်သမီးလေးရဲ့ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါတွေကလည်း တောက်ပလွန်းလို့ အခြားနတ်တွေထက် ထူးထူးခြားခြား ထင်ရှားပေါ်လွင်လျက်ရှိတယ်။

အဲဒီနတ်သမီးလေးဟာ ရွှေရောင်အဝတ်၊ ရွှေခြေကျင်း၊ ရွှေလက်ကောက်တွေကို ဝတ်ဆင်ထားပြီး ရွှေဝါရောင်စန္ဒကူးတို့ကိုလည်း လိမ်းခြယ်ထားတယ်။ ခေါင်းပေါ်မှာလည်း ရွှေကြာပန်းကို ဆင်မြန်းထားပြီး ရွှေပြာသာဒ်၊ ရွှေစုတင်၊ ရွှေပလ္လင်၊ ရွှေအိပ်ရာတွေပေါ်မှာ နေရတယ်။ အသုံးပြုတဲ့ ရေအိုးရေခွက်တွေကလည်း ရွှေအိုးရွှေခွက်တွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ဆောင်းတဲ့ထီးကလည်း ရွှေထီးဖြစ်ပြီး ယပ်တောင်ဟာလည်း ရွှေဝါရောင် ဖြစ်တယ်။ စီးတဲ့ရထားက ရွှေဝါရောင်ဖြစ်ပြီး ရွှေမြင်းတို့ကိုလည်း တပ်ဆင်ထားတယ်။ ဒီလိုနဲ့ နတ်သမီးလေးဟာ ရွှေရောင်လွှမ်းနေတဲ့ အသုံးအဆောင်မှန်သမျှကို သုံးဆောင်ခံစားလို့ နေတော့တယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ သိကြားမင်းက ဥယျာဉ်ကစားသွားတဲ့အခါ နတ်ကချေသည်တို့ရဲ့ အလယ်မှာ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါတွေနဲ့ အခြားနတ်တွေကို လွှမ်းမိုးနေတဲ့ ရွှေရောင်နတ်သမီးလေးကို မြင်ရတယ်။ အဲဒီအခါ သိကြားမင်းက "နတ်သမီး . . . ဘယ်လိုကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ပြုလုပ်ခဲ့လို့ အခုလိုကြီးကျယ်တဲ့ အရောင်အဝါကို ရရှိရတာလဲ" လို့ မေးမြန်းတယ်။

အဲဒီအခါ နတ်သမီးလေးက "အရှင်သိကြားမင်း . . . ဘုရားရှင် ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်တော်မူတော့ ရှစ်ပြည်ထောင်မင်းတို့ဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဓာတ်တော်တို့ကို ခွဲဝေယူကြပါတယ်။ အဇာတသတ်မင်းက မိမိဝေစုရတဲ့ သရီရဓာတ်တော်တွေကို စေတီတည်ထားပြီး ပူဇော်ပွဲပြုလုပ်ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်က ကျွန်တော်မဟာ ရာဇဂြိုဟ်မြို့တော်ကြီးမှာ အမျိုးကောင်းသမီး တစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ တစ်နေ့နံနက်ခင်းမှာ ကိုယ်လက်သုတ်သင်ပြီး "မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဓာတ်တော်တွေတည်ရှိရာ စေတီတော်ကို ပူဇော်မယ်"လို့ တွေးပြီး လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ရတဲ့ သပွတ်ခါးပန်းလေးပွင့်ကို

ယူပြီး စေတီတော်ရှိရာကို သွားခဲ့ပါတယ်။ စေတီတော်ကို မရောက်မီ လမ်းခရီးမှာ ကျွန်တော်မကို နို့စို့သားငယ်ရှိတဲ့ နွားမက ဦးချိုနဲ့ ဝှေ့ခတ်လို့ ကျွန်တော်မ ကွယ်လွန်ခဲ့ရပါတယ်။ ရည်စူးထားတဲ့ သပွတ်ခါးပန်းလေးပွင့်ကို စေတီတော်အား လှူဒါန်းခွင့် မရခဲ့ပေမဲ့လည်း ပူဇော်ဖို့ရည်မှန်းပြီး ယူဆောင်သွားတဲ့ ကောင်းမှုစေတနာကြောင့် အခုလို ကြီးကျယ်ခမ်းနားတဲ့ နတ်စည်းစိမ်တွေကို ရရှိခံစားနေရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီပန်းလေးပွင့်ကို လှူဒါန်းခွင့်သာ ရခဲ့မယ်ဆိုရင် အခု ထက်ပိုပြီး အဆပေါင်းများစွာ သာလွန်တဲ့ နတ်စည်းစိမ်တွေကို ရရှိမှာ ဧကန်ပင်ဖြစ်ပါတယ်"လို့ ပြန်လည်ဖြေကြားလိုက်တယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ဝိတဝိမာနဝတ္ထု၊ ပုံတော်စုံ ဝိမာနဝတ္ထုတော်ကြီး၊ အရှင်ဓမ္မသာမိဘိဝံသ၊ ၂၄၅-၂၅၀၊ ဝိမာန၊ ၅၊ ၁၈၄။

- ❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။
  - နတ်သမီးလေးရဲ့ ရုပ်ရည်အဆင်းက ဘယ်လိုရှိသလဲ။
  - နတ်သမီးလေးက ဘယ်လိုအသုံးအဆောင်မျိုးတွေနဲ့ နေရသလဲ။
  - နတ်သမီးလေး အဲဒီလိုနေရတာ ဘယ်လို ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ လုပ်ခဲ့လို့လဲ။
  - နတ်သမီးလေးက တန်ဖိုးကြီးတဲ့ ပစ္စည်းတွေလှူဒါန်းလို့ အခုလို အကျိုးခံစားရတာလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
  - ဒါနကုသိုလ်ပြုလုပ်တဲ့အခါ၊ ဘာက အရေးကြီးဆုံးလို့ ထင်သလဲ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဒါနအကျိုးငါးသွယ် ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ❁ ဇာတ်လမ်းထဲက အဓိကအချက်များကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက် ပြောပြပြီးလျှင် အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးပါ။
  - သားတို့သမီးတို့တွေ အလှူဒါနပြုဖူးကြလား။
  - ဘာတွေ လှူဖူးလဲ။
  - ဘယ်နေရာတွေမှာ လှူတာလဲ။
  - ဘယ်သူတွေကို လှူတာလဲ။
  - ဘယ်လိုစိတ်နဲ့ လှူတာလဲ။
  - ဘာကြောင့် အဲဒီလို အလှူဒါနပြုလုပ်တာလဲ။
- ❁ ထို့နောက် အုပ်စု(၄)စုဖွဲ့ပြီး "ဒါနအကျိုးငါးသွယ်" ကဗျာကို အုပ်စုလိုက် အလှည့်ကျဖတ်စေပြီး ကဗျာပါ အကြောင်းအရာကို အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေး၍ ကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။

ဒါနအကျိုးငါးသွယ်

အများးချစ်အပ်၊ သူမြတ်တို့ချဉ်း
ကောင်းသတင်းကြွယ်၊ ပွဲလယ်ဝင်ရဲ
ခန္ဓာစဲသော်၊ ရောက်မြဲနတ်ထံ
ဤငါးတန်၊ ရရန်လှူကျိုးတွေ။ ။

- ❁ ကလေးများအားလုံး တင်ပြပြီးသောအခါ အောက်ပါ ဒါနအကျိုးငါးပါး ရှင်းလင်းချက်ကို ကလေးများအား ဖတ်စေပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

ဒါနအကျိုးငါးပါး

၁။ လူအများ၏ ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုကို ခံရခြင်း၊
၂။ သူတော်ကောင်းများ အလှူရှင်ထံ ချဉ်းကပ်လာခြင်း၊
၃။ ကောင်းသတင်းကျော်စောခြင်း၊
၄။ မည်သည့် ပရိသတ်ထဲသို့မဆို ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ဝင်ရောက်နိုင်ခြင်း၊
၅။ သေပြီးနောက် နတ်ပြည်ရောက်ရခြင်း။ (အံ၊ ၂၊ ၃၃။ အံ၊ မြန်၊ ၂၊ ၄၂။)

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်များ
❁ ကလေးများအား "သားတို့သမီးတို့ကို အလှူဒါနပြုလုပ်ရင် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူး ရရှိမယ်ဆိုတာကို ဆွေးနွေးပြီး သွားပြီ။ ဒီတစ်ချိန်မှာတော့ ဆရာက သားတို့သမီးတို့ကို ပြန်မေးကြည့်မယ်။ အဝတ်အထည်၊ အစားအသောက်၊ နေရာထိုင်ခင်း၊ ရွှေ၊ ငွေကြေး၊ စာအုပ်စာတမ်း စတာတွေကို အလှူဒါနပြုတဲ့အခါ 'လှူတဲ့သူအတွက်ပဲ ကောင်းကျိုးရတာလား' 'အလှူလက်ခံသူတွေမှာရော အကျိုးတွေ ရရှိနိုင်သလား' 'ဘယ်လို အကျိုးတွေ ရနိုင်သလဲ' ဆိုတာကို ဆက်ပြီးဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးများကို အုပ်စု(၃)စုဖွဲ့ပါ။ ထိုအုပ်စု သုံးစုထဲတွင် အုပ်စုတစ်စုစီမှ "အိမ်ကိုစောင့်မည့်သူ"နှင့် "ပညာတော်သင် သွားမည့်သူ"ဟူ၍ နှစ်စုစီ ထပ်ခွဲထားပါ။ အိမ်စောင့်အဖွဲ့အား အလှူရှင်တစ်ဦး ထားရှိရမည့် စိတ်ထားကို ဆွေးနွေးစေပြီး ပညာတော်သင်အဖွဲ့ကိုလည်း အလှူလက်ခံသူတွေမှာ ဘယ်လိုအကျိုးတွေ ရနိုင်တယ် ဆိုတာကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။ (သတ်မှတ်ချိန်ပြည့်ပါက ထိုမေးခွန်းနှစ်ခုကို မိမိအဖွဲ့အတွင်း အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးကြပါစေ။) ❁ အုပ်စုအတွင်း ဆွေးနွေးပြီးနောက် ကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ ❁ ကလေးများ၏ ဆွေးနွေးချက်အပေါ်မူတည်၍ "ကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုလုပ်တဲ့အခါ စေတနာက အလွန်အရေးကြီးတယ်၊ စေတနာကြီးမားရင် ကောင်းကျိုးတွေ ပိုပြီး ခံစားရတယ်။ ဒါကြောင့် အလှူဒါနပြုလုပ်မယ်ဆိုရင် စေတနာ ကောင်းတွေထားပြီး ပြုလုပ်လှူဒါန်းကြပါ"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို စာရွက်ပိုင်းများ ဝေပါ။ ❁ "သားတို့သမီးတို့က အခုဆိုရင် အလှူဒါနပြုတဲ့သူတွေ ထားရှိအပ်တဲ့ စိတ်နေစိတ်ထားနဲ့ အလှူခံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ရရှိတဲ့ အကျိုးတရားတွေကို သိသွားကြပြီနော်။ အဲဒီတော့ အခု ဘယ်လိုလှူဖွယ် ပစ္စည်းတွေကို လှူဒါန်းချင်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတာကို ဆွေးနွေးပြီး ရရှိတဲ့အချက်အလက်တွေကို ချရေးကြရမယ်"ဟု ဆိုကာ စာရွက်ပိုင်းများပေါ်တွင် ရရှိသော အချက်အလက်များကို ရေးစေပြီး သင်ပုန်းတွင် လာကပ်ကြပါစေ။ (ကလေးများ ဆွေးနွေးနေကြစဉ်တွင် ဆရာက လှည့်လည်ကြည့်ရှုပြီး လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ အမျိုးစုံအောင် ကူညီဖော်ထုတ် ဆွေးနွေးပေးပါ။)

- ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်ရှိ စာရွက်ပိုင်းများကို မျိုးတူရာစု၍ အားလုံးမြင်သာသော နေရာတွင်ကပ်ပြကာ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက အတန်းရှေ့သို့ ထွက်၍ ပြောပြပါစေ။
- ကလေးများ ဆွေးနွေးတင်ပြပြီးသောအခါ ဆရာက "အလှူပေးတယ်ဆိုတာ အမှန်တကယ် လိုအပ်နေတဲ့သူတွေ၊ လိုအပ်နေတဲ့ နေရာတွေမှာ အသုံးပြုနိုင်ဖို့အတွက် မိမိတတ်စွမ်းသမျှ ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း၊ ကူညီပေးခြင်းဖြစ်တယ်။ ပေးကမ်းလှူဒါန်းနေစဉ်မှာ အလှူရှင်ကိုယ်တိုင် စိတ်ထဲမှာ ကျေနပ်ဝမ်းသာတယ်၊ ပီတိဖြစ်တယ်၊ တကယ်လိုအပ်နေတဲ့သူတွေ၊ လိုအပ်တဲ့ နေရာတွေအတွက်လည်း အထောက်အပံ့ အကူအညီတွေ ရနိုင်တယ်။ စိတ်ချမ်းသာမှုတွေလည်း ဖြစ်စေတယ်။ အလှူဒါန ပြုတဲ့အခါ အရေးအကြီးဆုံးကတော့ စေတနာကောင်းထားတတ်ဖို့ပဲဖြစ်တယ်" စသည်ဖြင့် ပြောဆိုပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၉)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ဆွမ်း ကပ်လှူမယ်

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ဆွမ်းလှူဒါန်းခြင်း၏ အကျိုးများကို သိရှိပြီး ဆွမ်းကပ်လှူတတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါမေးခွန်းကို မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ "ဆွမ်း၊ ထမင်း၊ စားသောက်ဖွယ်ရာတွေကို လှူဒါန်းတာ တွေ့ဖူးလား။ သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင်ရော လှူဒါန်းဖူးလား"ဟု မေး၍ ကလေးများ၏ အတွေ့အကြုံများကို ပြောပြကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးများကို အုပ်စု (၅)စု ဖွဲ့ပါ။ ❁ "အဲဒီလို လှူဒါန်းလိုက်တဲ့ အတွက်ကြောင့် အလှူခံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိနိုင်သလဲ"ဟု မေးကာ အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားဆွေးနွေးစေပြီး ဆွေးနွေးထားသည်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။ ❁ ပြီးလျှင် အုပ်စုတိုင်းက ၎င်းတို့အဖွဲ့ ဆွေးနွေးထားသည်များထဲမှ တစ်ချက်စီကို အုပ်စုဝင်တစ်ဦးစီက အလှည့်ကျ ဖတ်ကြပါစေ။ ❁ ဆရာက ကလေးများ၏ တင်ပြချက်များကို မှတ်သားထားပြီး "နောက်စာသင်ချိန်မှာ အလှူဒါနနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆက်လေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ လယ်သမား ဇနီးမောင်နှံ ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။ **လယ်သမား ဇနီးမောင်နှံ** ရှေးအခါက သူဌေးကြီးတစ်ဦးထံမှာ အလုပ်လုပ်နေရတဲ့ မောင်ပုဏ္ဏနဲ့ မယ်ဥတ္တရာလို့ခေါ်တဲ့ ဆင်းရဲသား ဇနီးမောင်နှံနှစ်ယောက် ရှိကြတယ်။ မနက်မိုးလင်းပြီဆိုတာနဲ့ ခင်ပွန်းဖြစ်သူဟာ လယ်တောထဲကို ထွန်ယက်ဖို့ သွားရတယ်။ ဇနီးဖြစ်သူကတော့ နေ့လယ်စာချက်ပြုတ်ပြီး ထမင်းကို ခင်ပွန်းစားရန် လယ်တောထဲကို သွားပို့လေ့ရှိတယ်။ သူတို့မှာ အဝတ်အစားဆိုလို့လည်း တစ်ထည် နှစ်ထည်လောက်ပဲရှိတယ်။ ပွဲတော်ရက်တွေမှာဆိုရင်လည်း သူများတွေလို ဝတ်ကောင်းစားလှတွေ ဝတ်ချင်ပေမဲ့ မဝတ်နိုင်ကြဘူး။ အဲဒီလို ဘဝလေးမှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ဆင်းဆင်းရဲရဲနဲ့ နေထိုင်ကြရတယ်။ တစ်နေ့မှာ ခင်ပွန်းဖြစ်သူဟာ လယ်တောထဲကို အစောကြီး ရောက်လာခဲ့တယ်။ နေထွက်စအချိန်မှာ နိရောဓ

သမာပတ်မှထလာပြီး လယ်တောဘေးကနေ ဆွမ်းခံကြွလာတဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်ကို တွေ့လိုက်တယ်။ သူဟာ မထေရ်ကို မြင်မြင်ခြင်း လှူချင်စိတ်တွေ တဖွားဖွား ဖြစ်လာတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့မှာ လှူစရာက ဘာမှမရှိတဲ့ အတွက် မျက်နှာသစ်ရေနဲ့ သွားတိုက်ဖို့ ဒန်ပူ(တမာကိုင်း)ကို ကပ်လှူလိုက်တယ်။ လယ်သမားဟာ သူပြုလုပ်လိုက် ရတဲ့ အလှူအတွက် အလွန်ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်သွားခဲ့တယ်။ ဇနီးသည်ရောက်လာရင် ဝမ်းသာစရာအဖြစ် ပြောပြ ဦးမယ်လို့ တွေးပြီး ချွေးတလုံးလုံးနဲ့ ထွန်ယက်နေခဲ့တယ်။

နေမွန်းတည့်တဲ့အထိ ဇနီးသည်ပေါ်မလာတော့ မျှော်နေမိတယ်။ တစ်မနက်လုံး ကြိုးစားပမ်းစား အလုပ်လုပ် ထားရတော့ ဗိုက်ကလည်း အလွန်ဆာနေပြီ။ ရောက်နေကျအချိန် ရောက်မလာတော့ ဘာဖြစ်လို့များ ရောက်မလာ တာပါလိမ့်၊ လမ်းမှာ တစ်ခုခုများ ဖြစ်နေသလားလို့ တွေးတောပူပန်ကာ လာနေကျလမ်းဆီကို တမျှော်မျှော်ဖြစ်နေချိန် မှာ ဇနီးသည်ဟာ အမောတကောနဲ့ အပြေးကလေး ရောက်လာခဲ့တယ်။ နောက်ကျသွားတဲ့အတွက် သူ့ကိုခွင့်လွှတ်ဖို့ လည်း တောင်းပန်တယ်။ ပြီးမှ သူနောက်ကျရခြင်း အကြောင်းရင်းကို ရှင်းပြတယ်။

မနက်တုန်းက ထမင်းထုပ်ကိုရွက်ပြီး လယ်တောကို အလာ၊ လမ်းမှာ မထေရ်မြတ်တစ်ပါးကို ဖူးတွေ့ရလို့ စိတ်ထဲမှာ လှူချင်စိတ် အလွန်ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ကြောင်း၊ ဒါကြောင့် ယူလာခဲ့တဲ့ ထမင်းထုပ်ကို မထေရ်မြတ်အား လှူဒါန်းခဲ့ ကြောင်း၊ အခုယူလာတဲ့ ထမင်းထုပ်က နောက်တစ်ကြိမ် အိမ်ပြန်ပြီး ချက်ပြုတ်ထားတာဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြခဲ့တယ်။ ဇနီးသည် ရှင်းပြပြီးတဲ့အခါ ခင်ပွန်းဖြစ်သူက ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်ပြီး သာဓုသုံးကြိမ် ခေါ်ဆိုခဲ့တယ်။ သာဓုခေါ်ပြီး တဲ့အခါ သူ့မှာလည်း ပြောစရာရှိကြောင်း၊ မနက်အစောကြီးက မထေရ်မြတ်တစ်ပါးကို မျက်နှာသစ်ရေနဲ့ သွားတိုက်ဖို့ ဒန်ပူ (တမာကိုင်း)လှူဒါန်းခဲ့ကြောင်း ပြောပြတော့ ဇနီးသည်ကလည်း ဝမ်းသာစွာနဲ့ သာဓုသုံးကြိမ် ခေါ်ဆိုခဲ့တယ်။

ဇနီးခင်ပွန်းနှစ်ယောက်ဟာ ကိုယ်စီပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြောပြပြီး ထမင်းကို အားရပါးရစားကာ လယ်တောဘေးက အရိပ်ရသစ်ပင်ကြီးအောက်မှာ တရေးတမောအိပ်နေခဲ့ကြတယ်။ သူတို့နိုးလာတဲ့အခါ လယ်တော ထဲကို ကြည့်လိုက်တော့ လယ်တစ်ကွင်းလုံး ရွှေတွေနဲ့ပြည့်နေတာကို အံ့သြစွာတွေ့ခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီအခါ မောင်ပုဏ္ဏ တို့ ဇနီးမောင်နှံက "ဒီရွှေတွေဟာ တိုင်းပြည်ရဲ့ ဘဏ္ဍာဖြစ်တဲ့အတွက် ဘုရင်နဲ့သာဆိုင်တယ်"ဟု တွေးကာ ပထမဆုံး ရွှေတုံးတချို့ကို အိုးထဲထည့်ပြီး ဘုရင်မင်းထံ သွားရောက်ဆက်သတယ်။ အဲဒီနောက် လယ်ကွင်းထဲမှာလည်း ရွှေတွေ ကျန်သေးကြောင်း လျှောက်တင်တဲ့အခါ မင်းကြီးက မင်းချင်းတွေကို လှည်းနဲ့သွားယူဖို့ စေလွှတ်လိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းချင်းတွေက ရွှေတွေကိုသယ်ဖို့ ထိလိုက်တယ်ဆိုရင်ပဲ ရွှေတုံးတွေဟာ မြေကြီးခဲတွေ ဖြစ်ကုန်တယ်။ မင်းချင်းတွေ က ဘုရင်ကြီးကို အကြောင်းစုံ လျှောက်တင်ကြတယ်။ ဒီအခါ ဘုရင်ကြီးက "မောင်ပုဏ္ဏရဲ့ ရွှေတုံးတွေ၊ မောင်ပုဏ္ဏရဲ့ ဥစ္စာတွေ"ဟု ပြောပြီး ကောက်ယူကြရန် ညွှန်ကြားလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါကျမှပဲ မြေကြီးခဲတွေဟာ ရွှေတုံးတွေဖြစ်ကုန် ကြတယ်။ အဲဒီရွှေတုံးတွေ နန်းတော်ကို ရောက်တဲ့အခါမှာ ဘုရင်ကြီးက မောင်ပုဏ္ဏတို့ဇနီးမောင်နှံကို "ဒီရွှေခဲတွေ ဟာ သင်တို့နဲ့သာ ထိုက်တန်တယ်၊ သင်တို့ပဲယူကြ"လို့ ဆိုကာ မောင်ပုဏ္ဏတို့ကို ပေးလိုက်တယ်။ ကုသိုလ်ကံထူးတဲ့ မောင်ပုဏ္ဏတို့ဟာ ဆွမ်းလှူဒါန်းရတဲ့အကျိုးကြောင့် သူဌေးကြီးဇနီးမောင်နှံဘဝကို ရောက်သွားခဲ့ကြတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ဥတ္တရာဥပါသိကာမဝတ္ထု၊ ဓမ္မပဒ မြန်မာပြန်၊ စတုတ္ထတွဲ၊ ၆၂-၇၂။ ဓမ္မ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၉၆၆။

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- လယ်သမားက ဘာတွေ လှူဒါန်းခဲ့သလဲ။
- ဇနီးသည်ကရော ဘာလှူလိုက်သလဲ။
- ဇနီးမောင်နှံနှစ်ယောက် တစ်ယောက်ပြုလုပ်တဲ့အလှူကို တစ်ယောက်ကြားရတဲ့အခါ ဘာလုပ်ကြသလဲ။
- ဇနီးမောင်နှံနှစ်ယောက်လုံး အိပ်ရာကနိုးတဲ့အခါ ဘာတွေထူးခြားနေတာကို တွေ့လိုက်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- နောက်ဆုံးမှာ သူတို့ဘဝ ဘယ်လိုဖြစ်သွားကြလဲ။
- ဒီဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ပြီး ဘာတွေသိရှိသွားသလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဆွမ်းလှူရခြင်း အကျိုးပြလင်္ကာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အလှူဒါနပြုခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို ကလေးများနှင့် ပြန်လည်ဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ ထို့နောက် "ဆွမ်းတော်ကပ်လှူရခြင်းဖြင့် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေ ရမယ်လို့ထင်သလဲ"ဟု မေးပါ။ ကလေးများ နားလည်သလို ဖြေကြပါစေ။ ကလေးများဖြေဆိုသော အချက်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။ ❁ ကလေးများအားလုံး ပြောပြပြီးသောအခါ အောက်ပါဆွမ်းလှူရကျိုးလင်္ကာနှင့် အဓိပ္ပာယ်ကို ရွတ်ဆို ရှင်းလင်းပြပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။ (ဆွမ်းလှူရခြင်း အကျိုးပြလင်္ကာနှင့် ရှင်းလင်းချက်ကို ကလေးများ မှတ်စုစာအုပ်တွင် ရေးမှတ်သွားပါစေ။) **ဆွမ်းလှူရခြင်း အကျိုးပြလင်္ကာ** သက်ရှည် ဆင်းလှ၊ ချမ်းသာရ၊ ဗလ ဉာဏ်ပညာ၊ ဆွမ်းလှူအကျိုး၊ ဤငါးမျိုး၊ တန်ခိုးကြီးလှစွာ။ **ဆွမ်းလှူရကျိုး** ထမင်းမစားရလျှင် အသက်မရှည်၊ ခန္ဓာကိုယ်ညှိုး၍ အဆင်းမလှ၊ ကိုယ်စိတ်မချမ်းသာ၊ ခွန်အားလည်းမရှိ၊ ဉာဏ်လည်းမထွက်၊ ထမင်းစားရမှ သက်ရှည်ဆင်းလှ ချမ်းသာရ၍ ခွန်အားဗလတိုးလျက် ဉာဏ်လည်းထွက်၏။ ထို့ကြောင့် ဆွမ်းပေးလှူသူတိုင်းမှာ တူသောအကျိုးငါးမျိုးကို ရမြဲဖြစ်သည်။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဆွမ်းတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း စာသားများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါ ဆွမ်းကပ်လှူရာတွင် ရွတ်ဆိုရမည့် စာသားများကို မှတ်စုစာအုပ်တွင် ရေးစေပြီး ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။ **ဆွမ်းတော်ကပ်** ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဟာကရုဏာသခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား . . . ဤ မွန်မြတ်သော ဆွမ်း၊ ခဲဖွယ်၊ ဘောဇဉ်တို့ကို လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။ ဤဆွမ်း၊ ခဲဖွယ်၊ ဘောဇဉ်တို့ကို လှူရသော ကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။ ❁ "သားတို့သမီးတို့အနေနဲ့ ခုလိုလှူဒါန်းရခြင်းအတွက် ပြန်ပြီးဆုတောင်းနိုင်တယ်"ဟု ဆိုကာ အောက်ပါ ဆုတောင်း စာသားကို ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

ဆုတောင်း

ရသာမွှေးကြူ၊ ဆွမ်းဖွေးဖြူကို၊ ပေးလှူပါရ၊ ဤပုညကြောင့်၊ ဘဝတိုင်းဝယ်၊ ပညာကြွယ်လျက်၊ မြန်ယံရွှေနင့်၊ အသရေတင့်၊ အဆင့်ဆင့်မြင့်ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

- "သားတို့သမီးတို့ . . . ဆွမ်းလှူဒါန်းရတဲ့အကျိုးကိုလည်း သိပြီးပြီ ဆွမ်းတော်ကပ်လှူပုံနဲ့ ဆုတောင်းကိုလည်း သိရပြီဆိုတော့ လက်တွေ့ ဆွမ်းတော်ကပ်လှူကြည့်ကြရအောင်"ဟု ဆို၍ ဆရာနဲ့အတူ ကလေးများ လက်တွေ့ ဆွမ်းတော်ကပ်ကြပါစေ။ (ဆွမ်းတော်ကပ်ချိန် မဟုတ်ပါက သရုပ်ပြရန်သာ ဖြစ်သည်။)

- ထို့နောက် ဆရာက ကလေးများအား "မိမိတို့အိမ်၊ မိမိတို့ကျောင်းမှာ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ဘုရားရှင်ကို ဆွမ်းတော်ကပ်လှူနိုင်တဲ့ ကလေးတွေ ဖြစ်ကြပါစေ"ဟု ပြော၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၂၀)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ရေချမ်း ကပ်လှူမယ်

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ရေချမ်းကပ်လှူခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သိရှိပြီး ရေချမ်းကပ်လှူတတ်စေရန်၊

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ရေလှူရခြင်း အကျိုးပြလင်္ကာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❋ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကိုစတင်ပါ။ - သားတို့သမီးတို့ ဘုရားဖူးသွားဖူးကြသလား။ - ဘုရားမှာ ကလေးတို့ ဘာတွေ လုပ်ကြသလဲ။ (ရေသပ္ပာယ်တယ်၊ ရေချမ်းကပ်တယ် ဟူသော အဖြေများ ပါအောင် ဆရာက လမ်းကြောင်းပေးပါ။) - သူများတွေရော ဘာတွေလုပ်တာ တွေ့ဖူးသလဲ။ - အိမ်မှာရော ဘုရားကို ရေချမ်း ကပ်လှူကြသလား။ - အဲဒီလို ရေချမ်း ကပ်လှူတဲ့အတွက် ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိနိုင်တယ်လို့ ထင်သလဲ။ ❋ ကလေးများ ဖြေဆိုပြီးသောအခါ အောက်ပါ ရေလှူရကျိုးလင်္ကာနှင့် အဓိပ္ပာယ်ကို လေ့လာကြစေပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။ **ရေလှူရခြင်း အကျိုးပြလင်္ကာ** သက်ရှည် ဆင်းလှ၊ ချမ်းသာရ၊ ဗလ ဉာဏ်ပညာ။ စင်ကြယ်သန့်ရှင်း၊ ကျော်စောခြင်း၊ ခပင်းခြွေရံကာ။ ရေမငတ်ပြား၊ လျင်မြန်သွား၊ ဆယ်ပါးရေကျိုးလာ။ **ရေလှူရကျိုး** ရေမသောက်ရလျှင် အသက်မရှည်၊ အဆင်းမလှ၊ ချမ်းသာမရ၊ ခွန်အားဗလမရှိ၊ ဉာဏ်လည်းမရှိ၊ ရေမချိုးရလျှင်၊ မစင်ကြယ် မသန့်ရှင်း၊ ထို့ကြောင့် ရေလှူသူ ရေပေးသူတို့သည် အသက်ရှည်ခြင်း၊ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း စသော အကျိုးများ ရရှိနိုင်ပါသည်။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❋ "ဘုရားရှင်လက်ထက်တုန်းက ရဟန်းတော်တွေကို ရေချမ်းကပ်လှူလိုက်လို့ ကောင်းကျိုး ရရှိသွားတဲ့ ဇာတ်လမ်း လေးတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်ကြည့်ရအောင်။ ဖတ်ပြီးရင် ဇာတ်လမ်းရဲ့ အကျဉ်းချုပ်ကို နားလည်သလို ပြန်ပြောပြရမယ်" ဟု ပြော၍ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။

ရွှေလှေစီး နတ်သမီးလေး

ဘုရားရှင်လက်ထက်မှာ ရဟန်း ၁၆ ပါးတို့ဟာ ဘုရားရှင်ကို ဖူးမြင်ပြီး တရားနာချင်ကြတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရား သီတင်းသုံးရာ သာဝတ္ထိပြည်ကို ကြွလာကြတယ်။ ခရီးအဝေးကြီးက လာရတဲ့အတွက် ရဟန်းတို့ဟာ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်နေပြီး ရေဆာနေကြတယ်။ ဒါကြောင့် ရေရနိုင်မယ့်ရွာကို ကြွသွားကြတယ်။ လမ်းမှာ ရေအိုးရွက်လာတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ဦးကို တွေ့တော့ အဲဒီအမျိုးသမီးရဲ့အနားမှာ ရပ်လိုက်ကြတယ်။ အမျိုးသမီးကလည်း ရဟန်းတော်တွေ ရေဆာနေတာကို ရိပ်မိတဲ့အတွက် ရဟန်းတော်တွေကို ကြည်ညိုတဲ့စိတ်နဲ့ ရေကို ရိုရိုသေသေ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းလိုက်တယ်။ ရဟန်းတို့ကလည်း အဲဒီအမျိုးသမီးကို ရေလှူရတဲ့ အကျိုးတရားတွေကို ဟောကြားပေးပြီး သာဝတ္ထိပြည်ကို ဆက်လက် ကြွချီလာခဲ့ကြတယ်။

ရေလှူခဲ့တဲ့ အမျိုးသမီးလည်း သူရေလှူဒါန်းခဲ့တဲ့ ကောင်းမှုကို မကြာမကြာ ပြန်တွေးပြီး ပီတိဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီအမျိုးသမီး ကွယ်လွန်တဲ့အခါ ရေလှူဒါန်းခဲ့ရတဲ့ ကောင်းမှုကြောင့် တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ နတ်သမီးဖြစ်သွားပြီး ကြီးကျယ်ခမ်းနားတဲ့ ဘုံဗိမာန်ကြီးမှာ နေရတယ်။ အဲဒီဗိမာန်ကြီးရဲ့ဘေးမှာ သာယာဖွယ်ကောင်းပြီး ညင်ညင်သာသာ စီးဆင်းနေတဲ့ မြစ်တစ်စင်းလည်း ရှိတယ်။ ဥယျာဉ်ဗိမာန် တံခါးဝမှာလည်း ပဒုမ္မာကြာတွေ ဖွေးဖွေးလှုပ်ပွင့်နေတဲ့ လေးထောင့်ရေကန်ကြီး ရှိတယ်။ နတ်သမီးက အဲဒီရေကန်ကြီးထဲမှာ ရွှေလှေကြီးကို စီးပြီး နတ်သမီးအခြံအရံများနဲ့ မြူးတူးကစားလျက် နေရတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ပဌမနာဝါဝိမာနဝတ္ထု၊ ပုံတော်စုံ ဝိမာနဝတ္ထုတော်ကြီး၊ ၂၃-၂၆၊ ဝိမာန၊ ၄၊ ၃၄၊

- ဖတ်ပြီးသောအခါ ပြောလိုသောကလေးများက မိမိနားလည်သလို ဇာတ်လမ်းကို အကျဉ်းချုပ် ပြန်ပြောပြကြပါစေ။
- **ထို့နောက် အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။**
  - အမျိုးသမီးလေးဟာ ဘယ်လို ကောင်းမှုတွေပြုခဲ့လို့ ဘာစည်းစိမ်ချမ်းသာကို ခံစားရရှိသလဲ။
  - အမျိုးသမီးလေးက ဘယ်သူတွေကို ရေလှူဒါန်းခဲ့တာလဲ။
  - ရဟန်းတော်တွေကို ရေလှူတဲ့အခါမှာ သူက ဘယ်လိုစိတ်ထားပြီး လှူဒါန်းခဲ့သလဲ။
  - ကလေးတို့ ရေလှူတဲ့အခါ ဘယ်လိုစိတ်ထားမျိုးနဲ့ လှူသင့်တယ်လို့ ထင်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ရွှေလှေစီးနတ်သမီးလေး ဇာတ်လမ်းထဲက အမျိုးသမီးဟာ ရေလှူလိုက်လို့ အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိသွားတာကို သိခဲ့ကြပြီးပြီ။ အဲဒီအမျိုးသမီး ရေလှူလိုက်တဲ့အတွက် ရဟန်းတွေမှာရော ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိသွားနိုင်သလဲ" ဆိုသည်ကို ကလေးများ အားလုံးနှင့် မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး ဆွေးနွေးချက်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။
- ကလေးများနှင့် မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီးပါက "ဘုရားမှာ ရေချမ်းကပ်လှူသလို အခြားဘယ်နေရာတွေမှာ ရေလှူတာတွေ တွေ့ဖူးလဲ။ အဲဒီလို လှူဒါန်းလိုက်တဲ့အတွက် ရေလှူသူမှာရော အလှူခံရရှိတဲ့သူတွေမှာရော ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိသွားလဲ"ဟု မေးကာ ကလေးများအားလုံး ၎င်းတို့ အတွေ့အကြုံများကို စာရွက်ပိုင်းပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။ (စာရွက်ပေါ်တွင် အချက်နှစ်ချက်ကိုသာ ရေးရန် ဆရာက သတိပေးပါ။)

- ရေးပြီးသော စာရွက်များကို တစ်ယောက်ချင်း အလှည့်ကျဖတ်ပြပါစေ။ ဖတ်ပြီးသောအခါ သင်ပုန်းပေါ်တွင် ကပ်ကြပါစေ။
- ကလေးများအားလုံး လုပ်ဆောင်ပြီးသောအခါ ဆရာက ကလေးများ ဆွေးနွေးထားသော အချက်များကို ခြုံငုံသုံးသပ်၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ရေတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း စာသားများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ဘုရားမှာ ရေချမ်းကပ်လှူတဲ့အခါ ဘယ်လိုရွတ်ဆိုရမယ် ဆိုတာကို လေ့လာကြမယ်" စသည်ဖြင့် ပြောကြားပြီး ရေချမ်းကပ်လှူပုံ စာသားကို ကလေးများ ဖတ်စေပြီး မှတ်စုစာအုပ်တွင် ရေးမှတ်ကြပါစေ။

ရေတော်ကပ်

ဘုန်းတော် အနန္တ၊ ဂုဏ်တော် အနန္တ၊ ဉာဏ်တော် အနန္တ၊ တန်ခိုးတော် အနန္တတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဟာကရုဏာသခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား ဤကြည်လင်သန့်ရှင်းအေးမြသော ရေချမ်းတော်ကို လှူဒါန်းဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ဤရေလှူရသော ကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

- "သားတို့သမီးတို့အနေနဲ့ ခုလို ရေချမ်းလှူဒါန်းရတဲ့အတွက် ပြန်ပြီး ဆုတောင်းနိုင်တယ်"ဟု ဆို၍ အောက်ပါဆုတောင်းစာသားကို ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

ဆုတောင်း

ကြည်လင်အေးမြ၊ ရေလှူရ၍၊ ဘဝတိုင်းဝယ်၊ ပညာကြွယ်လျက်၊ ကိုယ်ဝယ်တွင်းပြင်၊ ညစ်ကြေးစင်၊ ကြည်လင်အေးမြရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

- "ကလေးတို့ ရေလှူဒါန်းရတဲ့အကျိုးကိုလည်း သိပြီးပြီ ရေချမ်းကပ်လှူပုံနဲ့ ဆုတောင်းကိုလည်း သိရှိရပြီဆိုတော့ ဆရာနဲ့အတူ ဘုရားမှာ ရေချမ်းကပ်လှူကြည့်ရအောင်"ဟု ပြော၍ ကလေးများနှင့် လက်တွေ့ ရေတော်ကပ်လှူကြပါစေ။ ထို့နောက် ဆရာက ကလေးများအား "မိမိတို့အိမ်၊ မိမိတို့ကျောင်းမှာ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ဘုရားရှင်ကို ရေချမ်းကပ်လှူနိုင်တဲ့ ကလေးတွေ ဖြစ်ကြပါစေ"ဟု ပြော၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၂၁)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ လေးလေးစားစား လှူကြမယ်

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ လိုအပ်နေသူများကို ပေးကမ်းလှူဒါန်းရာတွင် ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ထား၍ ရှိသေလေးစားစွာ လှူဒါန်းသင့်ကြောင်း သိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ နေကြာစေ့ (သို့) ပဲလှော်စေ့များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့၍ အုပ်စုတစ်စုလျှင် ကလေးဦးရေ ငါးဦး သို့မဟုတ် ခြောက်ဦး ပါဝင်ပါစေ။ ❁ နေကြာစေ့ (သို့) ပဲလှော်စေ့ တစ်ထုပ်စီကို ဖောက်၍ အုပ်စုတစ်စုစီ၏ အလယ်တွင် စုပုံထားပေးပါ။ ❁ ဆရာက အုပ်စုများ၏ အလယ်တွင် စုပုံထားသော နေကြာစေ့ကို မိမိတို့ကြိုက်သလောက်ယူပြီး လက်ထဲတွင် ကိုင်ထားရန် ပြောပါ။ ❁ အုပ်စုဝင်များအချင်းချင်း နေကြာစေ့ရရှိမှု အနည်းအများကို လေ့လာပါစေ။ ထို့နောက် နေကြာစေ့များများရသူများက နည်းနည်းရသူများကို ဝေမျှပေးရန် ဆရာကပြောပါ။ ❁ နေကြာစေ့ ဝေမျှပေးသူများကို "ကျေးဇူးတင်ပါတယ်" ဟု ကလေးများက ပြောကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးပါ။ - (နေကြာစေ့ လက်ခံရရှိသော ကလေးများကို မေးရန်) သူငယ်ချင်းက နေကြာစေ့ ဝေပေးတဲ့အခါ ဘယ်လို ပုံစံနဲ့ ဝေပေးသလဲ။ ကျေနပ်တဲ့ပုံစံနဲ့ ဝေပေးသလား၊ မကျေနပ်တဲ့ပုံစံနဲ့ ဝေပေးသလား။ အဲဒီအခါ စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုခံစားရလဲ။ - မကျေမနပ်ဝေပေးတဲ့လူရဲ့ မျက်နှာအမူအရာနဲ့ ကိုယ်ဟန်အမူအရာက ဘယ်လိုရှိနေလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ။ - တကယ်လို့ သူငယ်ချင်းက မကျေမနပ်နဲ့ ဝေပေးတာကို ယူရမယ်ဆိုရင် ကလေးတို့စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လို ခံစားရလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။ ❁ "ဒါဆိုရင် ကိုယ်ကလဲ အခြားသူတစ်ဦးကို ပေးကမ်းလှူဒါန်းမယ်ဆိုရင် မျက်နှာအမူအရာနဲ့ ကိုယ်ဟန်အမူအရာက ဘယ်လိုဖြစ်သင့်သလဲ။ သူတစ်ပါးကို ပေးကမ်းရာမှာ ဘယ်လိုပေးကမ်းသင့်သလဲ ဆိုတာကို ဆက်လက် ဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❋ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သရုပ်ဖော်ပုံများကို အသုံးပြုပြီး ကြံခင်းပိုင်ရှင် ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။

ကြံခင်းပိုင်ရှင်

မြတ်စွာဘုရားရှင် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်မှာ သီတင်းသုံးနေတဲ့အချိန်တုန်းက အမျိုးသားတစ်ဦးဟာ ကြံစည်းကို ထမ်းရင်း ကြံတစ်ချောင်းကို ကိုက်စားကာ အိမ်ကို လမ်းလျှောက်ပြန်လာတယ်။ လူကြီးတစ်ဦးနှင့် ကလေးငယ်တစ်ယောက်လည်း သူ့နောက်ကနေ ကပ်ပါလာတယ်။ ကလေးငယ်က ငိုယိုပြီးတော့ "ကြံပေးပါ၊ ကြံပေးပါ"လို့ အော်တောင်းနေတယ်။ ဒါနဲ့ လူကြီးက ကလေးကို သနားပြီး "အို . . . မိတ်ဆွေ၊ ကျေးဇူးပြု၍ ကလေးကို ကြံတစ်ပိုင်းလောက် ပေးလိုက်ပါဗျာ"လို့ ပြောတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ကြံစည်းပိုင်ရှင်က မပေးချင်ပေးချင်နဲ့ ကြံတစ်ပိုင်းကို နောက်ပြန်ပစ်ပြီး ပေးလိုက်တယ်။ လိုချင်တာကို ရသွားတော့မှပဲ ကလေးလည်း အငိုတိတ်သွားတော့တယ်။

ဒီလိုနဲ့ ကြံစည်းပိုင်ရှင် သေသွားတဲ့အခါ အလွန်ကျယ်ဝန်းတဲ့ ကြံညိုတောကြီးကို အပိုင်စားရတဲ့ ပြိတ္တာတစ်ကောင်ဖြစ်လာတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူဟာ ကြံခင်းထဲကကြံတွေကို ဘယ်လိုမှချိုးယူစားလို့ မရဘူးဖြစ်နေတယ်။ ကြံချောင်းကို ချိုးမယ်ဆိုပြီး အနားကို ရောက်သွားတိုင်း ကြံချောင်းတွေက ယိမ်းနွဲ့ပြီး သူ့ကို ပြန်ရိုက်ကြတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲကြိုးစားကြိုးစား ယူလို့မရဘူး။ နောက်ဆုံးတော့ သူလည်း လက်လျှော့လိုက်ပြီး အငတ်ခံနေရရှာတယ်။

တစ်နေ့မှာ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်မထေရ်မြတ် ရာဇဂြိုဟ်ပြည်ကို ဆွမ်းခံကြွလာတယ်။ ကြံခင်းပိုင်ရှင် ပြိတ္တာဟာ မထေရ်မြတ်ကို မြင်တဲ့အခါ "အရှင်ဘုရား. . . တပည့်တော်မှာ စားသောက်လို့မကုန်နိုင်အောင် ကျယ်ဝန်းလှတဲ့ ကြံတောကြီး ရှိနေပေမဲ့ ဘယ်လိုမှ ချိုးယူစားသောက်လို့ မရဘူး ဖြစ်နေပါတယ်ဘုရား။ အားတွေလည်း ပြတ်နေပါပြီဘုရား၊ ခန္ဓာကိုယ်လည်း အလွန်ပူလောင်နေပါပြီဘုရား၊ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ပြီး အမြဲမပြတ် အော်ဟစ်နေရပါတယ်၊ ဒီလို ဖြစ်နေရခြင်းဟာ ဘယ်လို အကုသိုလ်မျိုးကို ပြုလုပ်ခဲ့မိလို့ပါလဲဘုရား" လို့ မေးလျှောက်လိုက်တယ်။

အဲဒီအခါမှာ မထေရ်မြတ်က "သင်ဟာ လူ့ဘဝတုန်းက ကြံကိုစားပြီး လမ်းလျှောက်သွားစဉ် ကလေးငယ်တစ်ယောက်က ကြံကို ငိုယိုပြီး တောင်းတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ လူကြီးတစ်ယောက်ဟာ ကလေးငိုနေတာကို မကြည့်ရက်လို့ သင့်ဆီက ကြံကို တောင်းပေးခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ သင်ဟာ ကြံတစ်ပိုင်းကို နောက်ပြန်ပစ်ပြီး ပေးခဲ့တယ်၊ အဲဒီလို ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံကြောင့်ပဲ"လို့ ပြောကြားလိုက်တယ်။ မထေရ်မြတ်က ဆက်လက်ပြီး "သင်ဟာ ကြံကို ပေးခဲ့သည့်အတိုင်း နောက်ပြန်ဆွဲနုတ်လျှင် သင်အလိုရှိတဲ့ ကြံကို သုံးဆောင်ရပါလိမ့်မယ်"လို့ မိန့်ကြားလိုက်တယ်။

ကြံခင်းပိုင်ရှင် ပြိတ္တာလည်း အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်မထေရ်မြတ် စေခိုင်းတဲ့အတိုင်း ကြံခင်းထဲကကြံကို နောက်ပြန်ယူပြီး စိတ်ကြိုက် စားသောက်ရုံသာမက မထေရ်မြတ်ကိုလည်း ကြံစည်းတွေကို ကပ်လှူလိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ မထေရ်မြတ်က ကြံစည်းတွေကို မြတ်စွာဘုရားရှင်နှင့်တကွ ရဟန်းသံဃာတော်များကို လှူဒါန်းစေတယ်။ ဒါကြောင့် ပြိတ္တာဟာ ကြံစည်းတွေကို ထမ်းပြီး မထေရ်မြတ်နောက်ကနေ မြတ်စွာဘုရား သီတင်းသုံးရာ နေရာကို လိုက်လာပြီး ကြံစည်းတွေကို လှူဒါန်းလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတဲ့ တရားတော်တွေကို နာယူပြီး ဘုရားရှင်ကို ကြည်ညိုတဲ့စိတ်နဲ့ ရှိခိုးဦးချပြီး ပြန်လာခဲ့တယ်။ အဲဒီနေ့ကစပြီး ကြံခင်းပိုင်ရှင်ပြိတ္တာလည်း ကြံတွေကို စိတ်ကြိုက် ချိုးယူ စားသောက်နိုင်တော့တယ်။ ကြံခင်းပိုင်ရှင်ပြိတ္တာ ကွယ်လွန်တဲ့အခါ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ နတ်သားတစ်ပါး ဖြစ်သွားပါတယ်။

မှီငြမ်း ။ ။ ဥစ္ဆုပေတဝတ္ထု၊ ပုံတော်စုံ ပေတဝတ္ထုတော်ကြီး၊ ၄၁၇-၄၂၃။ ဥစ္ဆုပေတဝတ္ထု၊ ပေတ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၄၀။

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဖြေပါ။

- ကြံစည်းပိုင်ရှင် လမ်းလျှောက်ပြီး အိမ်ပြန်လာတဲ့အခါမှာ ဘယ်သူတွေက သူ့နောက်က ပါလာခဲ့သလဲ။
- ကလေးငယ်က အော်ငိုပြီးတော့ ဘာကိုတောင်းခဲ့သလဲ။
- ကြံစည်းပိုင်ရှင်က ကြံကို ဘယ်လို ပေးလိုက်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- နောက်ဘဝမှာ ကြံခင်းပိုင်ရှင် ဖြစ်လာရပေမဲ့ သူပိုင်တဲ့ကြံတွေကို စိတ်ကြိုက်ချိုးယူ စားသောက်လို့ ရရဲ့လား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သားတို့သမီးတို့ သူတစ်ပါးကို ပေးကမ်းလှူဒါန်းတဲ့ အခါမှာ ဘယ်လို ပေးကမ်းလှူဒါန်းမလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ A4 စာရွက်/စာရွက်လွှတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။

❁ အုပ်စုတိုင်းအား A4/စာရွက်လွှတ် စာရွက်တစ်ရွက်စီ ဝေပေးပြီးလျှင် သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးထားသော အောက်ပါ မေးခွန်းကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။

- သားတို့သမီးတို့ရဲ့ သူငယ်ချင်းတွေမှာ အစားအစာ၊ အဝတ်အထည်၊ ငွေကြေး၊ ဆေးဝါး၊ စာအုပ်စာတမ်း၊ အသုံးအဆောင် ပစ္စည်းတွေမရှိရင် ဘယ်လိုအခက်အခဲတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ၊ ဘယ်လို ခံစားကြရမယ် ထင်သလဲ။ သားတို့သမီးတို့အနေနဲ့ ဘယ်လိုကူညီပေးနိုင်မလဲ။

❁ ထို့နောက် ဆွေးနွေးမှုရလဒ်များကို စာရွက်ပေါ်တွင် အောက်ပါနမူနာအတိုင်း ဇယားဆွဲ၍ ရေးသားကြပါစေ။

ဥပမာ-

ဖြစ်နိုင်သော အခြေအနေ	ဖြစ်နိုင်သောအခက် အခဲများ	ကူညီပေးနိုင်သောနည်းလမ်းများ
အစားအစာ မရှိလျှင် (သို့မဟုတ်) အစာမစားရလျှင်	ဝဖြိုးမှုမရှိဘဲ ပိန်ကပ်နေမည်။ အလုပ်ကောင်းစွာမလုပ်နိုင်။ ဦးနှောက်မှတ်ဉာဏ်လည်း မကောင်းနိုင်။	
အဝတ်အထည် မရှိလျှင်		
ငွေကြေး မရှိလျှင်		
ဆေးဝါး မရှိလျှင်		
စာအုပ်စာတမ်း မရှိလျှင်		
အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ မရှိလျှင်		

❁ ဆွေးနွေးပြီးသောအခါ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက မိမိတို့ရေးထားသည်များကို ပြောပြကြပါစေ။ ပြောပြီးလျှင် ဇယားဆွဲထားသော စာရွက်ကို သင်ပုန်းတွင် ကပ်ကြပါစေ။

- အုပ်စုတစ်စုပြောပြီးတိုင်း လက်ခုပ်တီးကာ ချီးကျူးအားပေးပါ။
- ကလေးများ၏ ဆွေးနွေးချက်များအပေါ် မူတည်၍ ဆရာက လိုအပ်သလို အနှစ်ချုပ် ပြောပြပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ အလှူဒါနပြုကြမယ် ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့က ကြံခင်းပိုင်ရှင်ဇာတ်လမ်းလည်း နားထောင်ပြီးပြီ၊ ပြီးတော့ အစားအစာ၊ အဝတ်အထည်၊ ငွေကြေး၊ ဆေးဝါး၊ စာအုပ်စာတမ်း၊ အသုံးအဆောင်ပစ္စည်း စတာတွေမရှိရင် ဘယ်လိုအခက်အခဲတွေ ဖြစ်နိုင်လဲ၊ ဘယ်လိုခံစားကြရမလဲ ဆိုတာကို ဆွေးနွေးခဲ့ကြပြီးပြီ။ ဒီတစ်ချိန်မှာတော့ လှူဒါန်းတဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုစိတ်မျိုး ထားပြီး လှူဒါန်းသင့်တယ်၊ လှူဒါန်းသူရဲ့ ကိုယ်ဟန်အမူအရာကလည်း ဘယ်လိုဖြစ်သင့်တယ်ဆိုတာကို စဉ်းစား ကြရမယ်"ဟု ပြောပါ။
- ကလေးများ အချင်းချင်း စဉ်းစားဆွေးနွေးကြပါစေ။
- စဉ်းစားဆွေးနွေးထားသည်များကို ကလေးတစ်ဦးစီ အလှည့်ကျ ပြောပြကြပါစေ။ (ကလေးတစ်ဦး ပြောနေချိန် တွင် ကျန်ကလေးများက ဂရုစိုက်၍ နားထောင်စေရန် ညွှန်ကြားပါ။)
- ကလေးများ ပြောပြသွားသည်များကို ဆရာက မှတ်သားထားပြီး ပြောသွားသော အကြောင်းအရာများ တူညီနေ လျှင် ထပ်မပြောကြစေရန် ကြိုတင်ညွှန်ကြားပါ။
- ကြံခင်းပိုင်ရှင်ဇာတ်လမ်းနှင့်တကွ အထက်ပါစာသင်ချိန်များကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက်ပြောပြကာ ဆရာက အောက် ပါအတိုင်း ရှင်းပြပေးပါ။
    - "ရဟန်းသံဃာများ၊ သီလရှင်များ၊ မိဘထက်အသက်ကြီးသူ၊ အသက်အရွယ်တူသူ၊ ငယ်သူများ မည်သူ့ကို မဆို လှူဒါန်းပေးကမ်းရာမှာ "ငါသာ သူ့နေရာမှာဆိုရင်" ဆိုတဲ့ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ထားပြီး ရိုသေလေးစားစွာ လှူဒါန်းသင့်တယ်"
- နောက်ဆုံးတွင် အောက်ပါကဗျာကို ရွတ်ဆို၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

အလှူဒါန ပြုကြမယ်

ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ လှူဒါန်းတာ၊
မြတ်သောဒါနပါ၊
စေတနာ ကောင်းစွာထား၊
ကုသိုလ်အလွန်များ။
သူတစ်ပါးလည်း စိတ်ချမ်းသာ၊
ကိုယ်လည်းစိတ်ချမ်းသာ။
အကျိုးမှာ ဘယ်မနေး၊
ဇကန်မုချပေး။ ။

သင်ခန်းစာ (၂၂)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ ကျိုက်ထီးရိုးဘုရား သွားကြမယ်
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားအကြောင်းနှင့် ထူးခြားချက်များကို လေ့လာသိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ စာရွက်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့၍ အုပ်စုတိုင်းအား စာရွက်များ ဝေပေးပါ။   ❁ အုပ်စုအသီးသီးက ၎င်းတို့ သိထား၊ ကြားထားဖူးသော ဘုရားစေတီများ၏ အမည်များ၊ ဘယ်အချိန်က ဘယ်သူ တည်ခဲ့သလဲ စသည်ဖြင့် ဘုရားသမိုင်းများကို ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပြီး ချရေးကြပါစေ။   ❁ ရေးပြီးသောအခါ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် အသီးသီးက ၎င်းတို့ရေးထားသော ဘုရားစေတီများ အကြောင်းကို အကျဉ်းချုပ် ပြောပြကြပါစေ။   ❁ ကလေးများ၏ တင်ပြချက်များကို ဆရာက မှတ်သားထားပြီး လိုအပ်သလို အနှစ်ချုပ် ပြောပြပြီးနောက် "နောက် တစ်ချိန်မှာ ဆရာက သားတို့သမီးတို့ကို ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားအကြောင်း လေ့လာကြမယ်"ဟု ဆိုကာ စာသင်ချိန် ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၃) စု ဖွဲ့ပါ။   ❁ အုပ်စုအသီးသီးက တစ်အုပ်စုလျှင် ကိုယ်စားလှယ်သုံးဦးကို မိမိတို့စိတ်ကြိုက် ရွေးချယ်ကြစေကာ တစ်ဦးက နောက်ခံစကားပြောသူ၊ နောက်တစ်ဦးက ဘိုးဘိုး၊ နောက်ဆုံးတစ်ဦးက မြေးမလေးချောစုအဖြစ် "ကျိုက်ထီးရိုး ဘုရား သွားကြမယ်" ဇာတ်လမ်းကို အသံနေအသံထားဖြင့် ဖတ်ပြရမည်ဖြစ်ကြောင်း ဦးစွာပြောပါ။ (စာဖတ်ပြီးပါ က မေးခွန်းတစ်ခုစီကို ဖြေဆိုရမည်ဖြစ်ကြောင်းလည်း ကလေးအားလုံးကို သိပါစေ။)   ❁ ထို့နောက် အုပ်စုအသီးသီး၏ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် သုံးဦးက ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားအကြောင်းကို အသံနေအသံ ထားဖြင့် အလှည့်ကျ ဖတ်ပြကြပါစေ။   **ကျိုက်ထီးရိုးဘုရား သွားကြမယ်**   နောက်ခံစကားပြောသူ - ချောစုတို့မြေးအဘိုးနှစ်ယောက်ဟာ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားဖူးခရီး ထွက်ခဲ့ ကြတယ်။ ချောစုဟာ သူရောက်ဖူးချင်တဲ့ နေရာကို ရောက်တော့မှာမို့ သိပ်ပျော်နေပါတယ်။ ချောစုတို့မြေးအဘိုးဟာ ကင်ပွန်းစခန်းကနေ ရသေ့တောင်အထိ ကားနဲ့တက်ခဲ့ကြတယ်။ လေတဖြူးဖြူးတိုက်နေတော့ တောင်ပေါ်တက်နေ

တဲ့ ကားလမ်းဟာ စိတ်လှုပ်ရှားစရာ ကောင်းပါတယ်။ ကားပေါ်မှာ ချောစု စကားမပြောဘဲ ပတ်ဝန်းကျင်က ရှုခင်းတွေကို ငေးမောရင်း ပါလာခဲ့တယ်။ ဒီလိုနဲ့ ရသေ့တောင်ကို ရောက်လာခဲ့တယ်။ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူတွေနဲ့ မသန်စွမ်းသူတွေ ရသေ့တောင်ကနေ ကျိုက်ထီးရိုးတောင်ပေါ်ကို အထမ်းပုခက်တွေနဲ့ တက်ကြတာကို တွေ့ရတယ်။ ချောစုတို့ မြေးအဘိုးနှစ်ယောက် တက်လာတဲ့ လမ်းတစ်လျှောက်မှာတော့ ချောစုသိချင်တာတွေ ဘိုးဘိုးကို မေးလာခဲ့တယ်။

ချောစု - ဘိုးဘိုး ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားက မွန်ပြည်နယ်၊ ကျိုက်ထိုမြို့နယ်မှာ ရှိတာနော်။

ဘိုးဘိုး - ဟုတ်တာပေါ့မြေးရဲ့။

ချောစု - ကျိုက်ထီးရိုးလို့ ဘာလို့ခေါ်တာလဲ ဘိုးဘိုး ။

ဘိုးဘိုး - အင်း . . . ဘိုးဘိုးမြေးကတော့ စပ်စုပြီဟေ့။ ဒါပေမဲ့ မြေးမေးတာ ကောင်းတယ်။ ဒါကို မြေးတို့ သိထားသင့်တာပေ့ါ။ ကျိုက်ထီးရိုးဟာ ကျိုက်က္ကသိယိုးဆိုတဲ့ မွန်စကားက ဆင်းသက်လာတယ်။ 'ကျိုက်' ဆိုတာ 'ဘုရား' ကို ခေါ်တာ။ 'က္ကသိ' ဆိုတာကတော့ 'ရသေ့' လို့ ဆိုလိုတယ်။ 'ယိုး' ဆိုတာက 'ရွက်ထားတာ'လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။ အပြည့်အစုံဆိုရင်တော့ 'ရသေ့ ရွက်ထားသောဘုရား'လို့ ဆိုလိုတယ်။ 'ကျိုက်က္ကသိယိုး' လို့ ခေါ်ရင်းကနေ နောက်ပိုင်းမှာ 'ကျိုက်ထီးရိုး' ဆိုပြီး ဖြစ်လာတာပဲ။

ချောစု - ဘယ်သူတည်ခဲ့တာလဲဟင် ဘိုးဘိုး။

ဘိုးဘိုး - "မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဆံတော်သုံးဆူကို ဌာပနာပြီး တိဿရသေ့ကြီးက သိကြားမင်းနဲ့သုဝဏ္ဏဘူမိ ဘုရင်ကြီးတို့ရဲ့ အကူအညီနဲ့ တည်ထားခဲ့တာတဲ့။

နောက်ခံစကားပြောသူ - ဒီလိုနဲ့ ချောစုတို့ မြေးအဘိုးနှစ်ယောက် စကားပြောလာကြရင်း ကျိုက်ထီးရိုးစေတီတော်ကြီးကို လှမ်းမြင်နေရပြီ။ ချောစုလှမ်းပြီး ကြည့်လိုက်တော့ ထူးဆန်းတာ တစ်ခုကို တွေ့လိုက်ရတယ်။ ဒါနဲ့ . . .

ချောစု - ဘိုးဘိုး ထူးဆန်းတာတွေ့လား၊ ကျောက်တုံးကြီးက ရသေ့ဦးခေါင်းနဲ့ တူတယ်၊ တွေ့လား ဘိုးဘိုး။

ဘိုးဘိုး - အေး. . . တွေ့တာပေါ့မြေးရဲ့၊ အရင်တုန်းကဆို ရသေ့ရွက်ဘုရားလို့တောင် ခေါ်ခဲ့ကြတာ။ တချို့ကလည်း ဆင်ဦးခေါင်းပုံသဏ္ဍာန် ရှိတယ်လို့ ပြောတယ်မြေးရဲ့။

ချောစု - ဘိုးဘိုး ဘုရားက တောင်စောင်းလေးပေါ်မှာ တင်နေတာ ထူးဆန်းတယ်နော်။

ဘိုးဘိုး - ဟုတ်တယ် မြေးရဲ့၊ အဲဒီတောင်ထိပ်နဲ့ စေတီနဲ့အကြား အပ်ချည်တစ်မျှင်စာလောက် လွတ်နေသေးတယ်။

ချောစု - ဟုတ်လား၊ တော်တော်ထူးဆန်းတာပေ့ါနော်။

ဘိုးဘိုး - ဒါပေ့ါ မြေးရဲ့၊ နောက်ထပ်လည်း အံ့ဩစရာတွေ အများကြီး ရှိသေးတယ်။

ချောစု - ဟုတ်လား ဘိုးဘိုး၊ သမီးသိချင်တယ်၊ ပြောပြပါလား။

ဘိုးဘိုး - ပြောပြမှာပေ့ါ မြေးလေးရဲ့၊ သေချာနားထောင်ပြီး မှတ်ထားနော်။

သိကြားမင်းက တိဿရသေ့ကြီးရဲ့ ဦးခေါင်းနဲ့တူတဲ့ ကျောက်တုံးကြီးကို သမုဒ္ဒရာထဲက ဆယ်ယူပြီး ကျိုက်ထီးရိုးကျောက်ဆောင်ထိပ်မှာ တင်ထားတယ်။ အဲဒီ ကျောက်တုံးကြီးက ကျောက်တောင်စောင်းထိပ်မှာ ရှိနေပေမဲ့ လျှောင်လှုပ်ရင်လည်း ရွေ့သွား၊ လှုပ်သွားတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဆံတော်ကိုလည်း ဌာပနာထားတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ကျိုက်ထီးရိုးစေတီနဲ့တူတဲ့ စေတီမရှိဘူး။ ဘုရားဖူးတွေဟာ ခက်ခက်ခဲခဲနဲ့ တောတောင်၊ လျှိုမြောင်တွေကို ဖြတ်ကျော်ပြီး ဘုရားဖူးရတယ်။ ဘုရားဖူးတွေက အဲဒီလိုခက်ခက်ခဲခဲ ဖူးရတာတောင် ဖူးမဝဖြစ်ကြရတယ်။

ဘုရားဖူးတွေဟာ ဘေးရန်အန္တရာယ်မရှိ ကြည်နူးချမ်းသာရတယ်။ ဒါတွေဟာ ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားရဲ့ အံ့ဖွယ်တွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ကျိုက်ထီးရိုး ဘုရားဖူးလာရတာ ကုသိုလ်လည်းရတယ်၊ ဒေသန္တရဗဟုသုတလည်းရတယ်။ တော၊ တောင်၊ ရေ၊ မြေ အနေအထား၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်တို့ကိုလည်း လေ့လာနိုင်တယ်။

နောက်ခံစကားပြောသူ - မြေးအဘိုးနှစ်ယောက် စကားတပြောပြောနဲ့ တက်လာလိုက်တာ ရင်ပြင်တော်ပေါ်ကို ရောက်လာခဲ့တယ်။

ချောစု - ဘိုးဘိုး ဘုရားကို အရင်သွားဖူးကြရအောင်။

ဘိုးဘိုး - ကောင်းတာပေါ့ မြေးရဲ့။

ချောစု - ဘိုးဘိုး ဟိုမှာ အစ်ကိုကြီးတွေ ဘာလုပ်နေကြတာလဲ။

ဘိုးဘိုး - ဩော် ဒါလား၊ အဲဒါ ဘုရားကို ရွှေသင်္ကန်းကပ်နေကြတာ။

ချောစု - ဟုတ်လား၊ ဒါဆို သမီးကိုလည်း ရွှေသင်္ကန်း ဝယ်ပေးပါ ဘိုးဘိုး၊ သမီးလည်း ကပ်ချင်တယ်။

ဘိုးဘိုး - ဩော်. . . မြေးရယ် သမီးက မိန်းကလေးမို့လို့ အဲဒီနေရာကို ဝင်လို့မရဘူး။

ချောစု - ဘာဖြစ်လို့လဲဟင် ဘိုးဘိုး၊ မိန်းကလေး ဝင်လို့မရဘူးလို့ ဘုရားက ဟောခဲ့တာလား။

ဘိုးဘိုး - အဲဒီလိုတော့ ဘုရားရှင်က တားမြစ်မထားဘူး မြေးရဲ့။ လူတွေက ရတနာသုံးပါးကို အလွန်လေးစား ကြည်ညိုလွန်းပြီး ဖြစ်သွားတဲ့ ဓလေ့ထုံးစံပဲဖြစ်တယ် မြေးရဲ့၊ အဲဒီတော့ မြေးကိုယ်စား ဘိုးဘိုးကပဲ ရွှေသင်္ကန်း ကပ်ပေးပါ့မယ်နော်။

နောက်ခံစကားပြောသူ - ချောစုတစ်ယောက် ဘိုးဘိုး ရွှေသင်္ကန်းကပ်တာကို ငေးကြည့်ပြီး ကြည်ညိုစွာနဲ့ ဘုရားကို ဦးချကန်တော့လိုက်ပါတယ်။ ဘိုးဘိုး ရွှေသင်္ကန်းကပ်တာ၊ ဘုရားဝတ်ပြုတာကို စောင့်နေပြီးမှ ဘိုးဘိုးနဲ့အတူ တည်းခိုဆောင်ကို ထွက်လာခဲ့တယ်။

ချောစု - ဘိုးဘိုး . . . ပြီးရင် သမီးကို ဘယ်လိုက်ပို့ပေးမှာလဲ။

ဘိုးဘိုး - ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားရောက်ရင် လူတိုင်းသွားတတ်တဲ့နေရာတွေဖြစ်တဲ့ မုဆိုးတောင်၊ ကျီးကန်းပါးစပ်ဂူ၊ ကျောက်ထပ်ကြီးဘုရား စတဲ့ နေရာတွေကို လိုက်ပို့ပေးမှာပေါ့ မြေးရဲ့၊ အခုတော့ ရေချိုးပြီး နားကြမယ်လေ။

ချောစု - ဟုတ်ကဲ့ ဘိုးဘိုး။

နောက်ခံစကားပြောသူ - ချောစုတစ်ယောက် ပါးစပ်ကသာ "ဟုတ်ကဲ့" လို့ပြောပေမဲ့ စိတ်ထဲမှာတော့ "ဘိုးဘိုး လိုက်ပို့တဲ့ နေရာတွေမှာ မသိတာတွေ ရှိသေးရင်လည်း မေးရမယ်၊ ခရီးကပြန်လို့ ကျောင်းရောက်ရင်လည်း သူငယ်ချင်းတွေကို ပြန်ပြောပြရမယ်။ ဓမ္မစကူးလ်က ဆရာ၊ ဆရာမတွေကိုလည်း ပြန်ပြောပြရမယ်"လို့ တွေးနေပါတော့တယ်။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၅)စု ဖွဲ့ပါ။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါ အချက်များကို သင်ပုန်းတွင် ရေးသားထား၍ အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားဆွေးနွေးရေးသားပြီး ရလဒ်များကို ကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ - ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားဟူသော အမည် ဖြစ်ပေါ်လာပုံ၊ ကျိုက်ထီးရိုး၏ အဓိပ္ပာယ်နှင့် တည်နေရာ - ကျိုက်ထီးရိုးဘုရား၏ ကြည်ညိုစရာ အံ့ဖွယ်အဖြာဖြာ - ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားပတ်ဝန်းကျင်ရှိ တောတောင်သဘာဝ - ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားအနီးရှိ သွားလာလည်ပတ်စရာ - ကျိုက်ထီးရိုးသို့ သွားနိုင်သော နည်းလမ်းများ ❁ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီ တင်ပြပြီးလျှင် ဆရာက "သားတို့သမီးတို့ အခု ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားအကြောင်းကို သိသွားကြပြီဆိုတော့ ကိုယ်တိုင် ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားဆီကို ဘုရားဖူးသွားကြရမယ်ဆိုရင် ဘာကြောင့်သွားချင်တာလဲ၊ ဘာတွေလုပ်ကြမလဲ ဆိုတာကို နောက်တစ်ချိန်ကျရင် ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်၊ ကျိုက်ထီးရိုး ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို စာရွက်တစ်ရွက်စီပေး၍ စာရွက်၏ထိပ်တွင် မိမိတို့အမည်များကို ရေးသားထားကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် "သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင် ကျိုက်ထီးရိုးကို ဘုရားဖူးသွားကြမယ်ဆိုရင် ဘာကြောင့် သွားချင်တာလဲ၊ ဘာတွေလုပ်ကြမလဲ"ဟု မေး၍ စဉ်းစားကြစေကာ စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ ရေးထားသော စာရွက်များအားလုံးကို ဆရာက စုစည်းရောမွှေ၍ ကလေးများကို တစ်ဦးလျှင် တစ်ရွက်စီ ပြန်လည်ဝေပေးကာ အလှည့်ကျ ဖတ်ပြကြပါစေ။ ဥပမာ - ကျွန်တော်ကိုင်ထားတဲ့ စာရွက်ကတော့ သူငယ်ချင်း . . . . ရဲ့စာရွက် ဖြစ်ပါတယ်။ သူရေးထားတာက "ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားကြီးက ထူးဆန်းလို့ သွားချင်တာ။ ကျိုက်ထီးရိုးရောက်ရင် ဘုရားလည်းဖူးမယ်၊ သဘာဝအလှအပတွေကိုလည်း ခံစားမယ်" စသဖြင့် ပြောကြပါစေ။ ❁ "သားတို့သမီးတို့က ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားအကြောင်းကိုလည်း သိသွားကြပြီ၊ ဘာကြောင့် သွားချင်ကြတယ် ဆိုတာကိုလည်း ပြောပြီးသွားကြပြီဆိုတော့ အခု ကျိုက်ထီးရိုးဘုရားအကြောင်းကို ရေးစပ်ထားတဲ့ ကဗျာတစ်ပုဒ်ကို ရွတ်ဆိုကြရအောင်"ဟု ပြော၍ အောက်ပါကဗျာကို ရွတ်ဆိုစေပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

ကျိုက်ထီးရိုး

ရသေ့ခေါင်းပေါ် စေတီတော်လို့၊
နာမည်ကျော်တဲ့ ဘုရားရှင်။
ထူးဆန်းအံ့ဖွယ် ကျိုက်ထီးရိုးလို့၊
ဟိုးဟိုးကျော်လို့ သမိုင်းတွင်။
မြို့ကျိုက်ထိုဝင် ကင်ပွန်းစခန်းက၊
တက်လှမ်းကြပေါ့ တို့အစဉ်။
စေတီကြီးတွင် လုံးတော်ပြည့်ပတ်၊
ရွှေသင်္ကန်းမြတ် ကပ်လှူတင်။
ရောက်ဖူးသူများ သဒ္ဓါပွား၊
စည်ကား အမြဲပင်။
အဲဒါကြောင့် ဆံတော်ရှင်ဘုရား၊
ကုသိုလ်ပွား အများဖူးစေချင်။ ။

သင်ခန်းစာ (၂၃)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ စင်ကြယ်သော အသက်မွေးမှု ၄

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ သူ့အသက်သတ်ခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများကို သိရှိနားလည်စေရန်နှင့် စင်ကြယ်သော အသက်မွေးမှု ပြုတတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း အလုပ်ဆိုတာ ကြားဖူးလား၊ ကြားဖူးတယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုနားလည်သလဲ။ သားတို့ သမီးတို့ သိသလောက် ပြောပြပါလား"ဟု မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။   ❁ ကလေးများ ဖြေသမျှကို ဆရာက လက်ခံထားပါ။ ကလေးများ ဖြေဆိုပြီးလျှင် "အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း အလုပ်ဆိုတာ လူတိုင်း စားဝတ်နေရေး အဆင်ပြေအောင် နေ့စဉ်လုပ်နေရတဲ့ အလုပ်တွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ဥပမာ- အိမ်က ဖေဖေမေမေတို့ နေ့တိုင်း လုပ်နေရတဲ့ အလုပ်၊ အရောင်းအဝယ် . . ." စသည်ဖြင့် ဆရာက ရှင်းပြပါ။   ❁ "အခု သားတို့သမီးတို့ နေ့တိုင်းတွေ့မြင်နေရတဲ့၊ ကြားဖူးနေရတဲ့ အလုပ်တွေကို သိသလောက်၊ ကြားဖူးသလောက် အုပ်စုဖွဲ့ ဆွေးနွေးကြရအောင်"ဟု ပြော၍ ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။   ❁ ကလေးများ၏ ဆွေးနွေးထားမှု ရလဒ်များကို စာရွက်လွတ်များပေါ်တွင် ရေးမှတ်ထားကြပါစေ။   ❁ ပြီးလျှင် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက အတန်းရှေ့သို့ ထွက်၍ ပြောပြပါစေ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ၊ စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။   **ဝက်သတ်သမား စုန္ဒ**   မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်အခါက စုန္ဒလို့ခေါ်တဲ့ လူတစ်ယောက်ရှိခဲ့တယ်။ သူဟာ ဝက်တွေကို သတ်ပြီး ရောင်းချတဲ့အလုပ်ကို လုပ်တယ်။ စုန္ဒရဲ့အိမ်မှာ ဝက်ခြံအကျယ်ကြီးရှိပြီး ဝက်တွေကို ဝယ်ယူကာ ကောင်းကောင်း ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ထားတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူက ဝက်တွေအရွယ်ရောက်လို့ သတ်တဲ့အချိန်ရောက်ရင်တော့ ရက်ရက်စက်စက် သတ်ဖြတ်တယ်။ စုန္ဒဟာ အဲဒီဝက်ရဲ့ အသွေး၊ အသားတွေကို ချက်ပြုတ်ပြီး သူ့ရဲ့ဇနီး၊ သားသမီးတွေနဲ့ အတူတူ မြိန်ရည်ယှက်ရည် စားသောက်တယ်။ ပြီးတော့ ရောင်းလည်းရောင်းတယ်။ အဲဒီလို သူလုပ်လာတာဟာ နှစ်ပေါင်း ၅၅ နှစ်တောင် ရှိခဲ့တယ်။   သူ့ရဲ့အိမ်နဲ့ မနီးမဝေး မြို့ဦးကျောင်းမှာ မြတ်စွာဘုရား သီတင်းသုံးနေထိုင်တဲ့ ကျောင်းရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူဟာ မြတ်စွာဘုရားကို မကိုးကွယ်ဘူး။ ဆွမ်းလည်း မလှူဘူး။ ပန်းလည်း မကပ်ဘူး။ ဘာအလှူမှ မလုပ်ဘူး။

တစ်နေ့ သူနေမကောင်းဖြစ်တဲ့အချိန်ရောက်တော့ သူလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်က သူ့ကို ပြန်ပြီး အကျိုးပေးတော့တယ်။ အသက်ရှိနေဆဲမှာပင် သူ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးမှာ အဝီစိငရဲမီးတွေ တောက်လောင်နေသလို မခံမရပ်နိုင်အောင် ပူလောင်နေတယ်။ သူဟာ အဲဒီပူလောင်နေတဲ့ ဝေဒနာကို မခံစားနိုင်လို့ သူသတ်ခဲ့တဲ့ ဝက်တွေလိုပဲ လေးဘက်ထောက်ပြီး အော်ဟစ်ပြေးလွှားနေရတယ်။

သူ့ရဲ့မိသားစုကလည်း သူအဲဒီလိုဖြစ်နေတာကို ဘာမှ လုပ်မပေးနိုင်ဘူး။ အိမ်ထဲကနေ ထွက်မသွားအောင် တံခါးတွေ ပိတ်ပြီး စောင့်ကြည့်နေရတယ်။ အဲဒီဝေဒနာကို ခုနစ်ရက်လုံးလုံး ခံစားရပြီး ခုနစ်ရက်မြောက်နေ့မှာ သေဆုံးသွားတယ်။ သေပြီးပြီးချင်းပဲ အဝီစိငရဲကို ကျသွားတယ်။

အဲဒီလို စုန္ဒအိမ်မှာ ဖြစ်နေတာကို သူ့အိမ်ရှေ့က ဖြတ်သွားတဲ့ ရဟန်းတွေက ကြားပြီး မြတ်စွာဘုရားကို မေးလျှောက်တဲ့အခါ သူလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်က သူ့ကို ပြန်အကျိုးပေးပြီး အဝီစိငရဲကျသွားကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားရှင်က ရှင်းပြတော်မူကာ မကောင်းမှုလုပ်တဲ့သူဟာ နောက်ဘဝအထိတောင် မနေဘဲ အခုဘဝမှာပဲ မကောင်းကျိုးပေးတတ်ကြောင်း ဆက်လက်ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ စုန္ဒသူကရိကဝတ္ထု၊ ဓမ္မပဒဝတ္ထု၊ မြန်မာပြန်၊ ပထမတွဲ၊ ၁၇၆-၁၇၇၊ ဓမ္မ၊ ၄၊ ၁၊ ၈၀-၈၂။

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- စုန္ဒက ဘာအလုပ်အကိုင်နဲ့ အသက်မွေးသလဲ။
- အဲဒီအလုပ်က ကောင်းတဲ့အလုပ်လား။ အကျိုးရှိတဲ့ အလုပ်လား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- အဲဒီလို အလုပ်နဲ့ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်ကြာအောင် လုပ်ကိုင်သလဲ။
- စုန္ဒဟာ မြတ်စွာဘုရားကို ဘာလှူဒါန်းဖူးသလဲ။
- စုန္ဒဟာ ဘယ်လိုရောဂါ ဝေဒနာခံစားပြီး သေဆုံးသွားရသလဲ။ ဘာကြောင့် အဲဒီလို ဝေဒနာတွေ ခံစားပြီး သေရတာလဲ။
- မကောင်းမှုလုပ်တဲ့သူဟာ နောင်ဘဝကျမှ မကောင်းကျိုးပေးတာလား၊ ယခုဘဝမှာရောပဲ မကောင်းကျိုး မပေးဘူးလား။
- ဝက်သတ်ပြီး အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းရပေမယ့် မြတ်စွာဘုရားကို ဆွမ်းကပ်ခြင်း အစရှိတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်ရင်ရော ဘယ်လိုဖြစ်မယ်ထင်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

❁ ကလေးများနှင့် အမေးအဖြေ ပြုလုပ်ပြီးလျှင် ဆရာက "ဘယ်သက်ရှိသတ္တဝါကိုမဆို သတ်တဲ့သူဟာ သေတဲ့အခါမှာ ငရဲကျတတ်တယ်။ ငရဲကလွတ်ပြီး လူပြန်ဖြစ်လာရင်လည်း ဆိုးကျိုးတွေ ရတတ်တယ်" ဟုပြော၍ သင်ပုန်း/စာရွက်ကြီးတွင် ရေးသားထားသော အောက်ပါ သူ့အသက်သတ်ခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများကို ရှင်းပြ၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

၁။ ခြေလက်အင်္ဂါ ချို့တဲ့တတ်ခြင်း
၂။ ရုပ်ဆိုးခြင်း
၃။ အားအင် ချည့်နဲ့ခြင်း
၄။ လျင်မြန်ဖျတ်လတ်မှု မရှိခြင်း
၅။ ကြောက်တတ်ခြင်း
၆။ သူတစ်ပါးသတ်၍ သေရခြင်း
၇။ အနာရောဂါများခြင်း
၈။ အခြွေအရံပျက်စီးခြင်း
၉။ အသက်တိုခြင်း

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ကြီးများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . မလုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်တွေက ဘာတွေလဲဆိုတာကို ဆွေးနွေးကြရအောင်"ဟု ပြော၍ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ❁ ဆရာက အုပ်စုအားလုံးရှေ့တွင် စာရွက်ကြီးတစ်ရွက် ချထားပေးပါ။ အုပ်စုတစ်အုပ်စုစီက မိမိတို့အုပ်စု ဆွေးနွေးထားသော အချက်များကို စာရွက်ကြီးပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။ ❁ မိမိအုပ်စု ရေးထားသော အချက်များနှင့် အခြားအုပ်စု ရေးထားသောအချက်များ တူညီနေလျှင် ထပ်၍မရေးတော့ဘဲ မတူညီသော အချက်များကိုသာ ရေးကြရန် ဆရာက ကြို၍ပြောပြထားပါ။ ❁ အုပ်စုအားလုံး ရေးပြီးသွားပါက "ဒီအလုပ်တွေ အားလုံးက သားတို့သမီးတို့အားလုံး သတ်မှတ်ထားတဲ့ မလုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်တွေနော်"ဟု သတိပေးပါ။ ❁ ထို့နောက် ဆရာက ဘုရားရှင်ဟောကြားထားခဲ့သည့် မလုပ်အပ်သော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း ငါးမျိုးကို ပြောပြပါ။ ၁။ လက်နက်ရောင်းဝယ်ခြင်း၊ ၂။ လူရောင်းဝယ်ခြင်း၊ ၃။ တိရစ္ဆာန်များကို သတ်ရန် ရောင်းဝယ်ခြင်း၊ ၄။ အရက်၊ ဘိန်း စသည့် မူးယစ်ဆေးဝါးရောင်းဝယ်ခြင်း၊ ၅။ သေစေတတ်သော အဆိပ်ရောင်းဝယ်ခြင်း။ ❁ "ဘာကြောင့် ဒီအလုပ်တွေကို မလုပ်အပ်သော အသက်မွေးဝမ်းကြောင်း အလုပ်တွေလို့ ဘုရားရှင်က သတ်မှတ်ခဲ့တယ် ထင်သလဲ"ဟု ကလေးများကို မေးပါ။ ကလေးများ၏ အဖြေကို ရယူပြီးမှ အောက်ပါအတိုင်း အနှစ်ချုပ်ပါ။ "မိမိ၏ အကျိုးစီးပွား၊ သူတစ်ပါး အကျိုးစီးပွားကို ထိခိုက်စေတဲ့ အလုပ်တွေကို မစင်ကြယ်တဲ့ အလုပ်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ မကောင်းတဲ့၊ မစင်ကြယ်တဲ့ အလုပ်တွေကို မလုပ်ဘဲ ကောင်းမွန်စင်ကြယ်ပြီး ကုသိုလ်ရမယ့် အလုပ်မျိုးကိုပဲ လုပ်ကြရမယ်"

မာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . အခု အသက်မွေးမှုနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဇာတ်လမ်းလည်း လေ့လာပြီးသွားပြီ၊ သူ့အသက်သတ်ရင် ခံစားရမယ့် ဆိုးကျိုးတွေကိုလည်း သိသွားပြီ။ မလုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်တွေကိုလည်း သိသွားပြီ။ အခု လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်တွေကို စဉ်းစားဆွေးနွေးကြရအောင်" စသည်ဖြင့် အစပျိုး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ ကလေးများအား စာရွက်လွတ် တစ်ရွက်စီ ဝေပေးပါ။ ❁ ပြီးလျှင် "သားတို့သမီးတို့ အရွယ်ရောက်လာရင် ဘယ်လို အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း အလုပ်တွေ လုပ်ချင်လဲ၊ ဘာကြောင့် လုပ်ချင်တာလဲ။ စဉ်းစားပြီး ချရေးထားကြရအောင်"ဟု ပြောပါ။ ❁ ရေးပြီးသွားလျှင် အခြားသူငယ်ချင်းများ ကြားအောင် ပြောပြကြပါစေ။ ❁ ကလေး၏ အဖြေများတွင် လိုအပ်ချက်များရှိပါက ဆရာက ဖြည့်စွက်ပေးပါ။ ❁ ထို့နောက် ဆရာက "မကောင်းမှု လုပ်တဲ့သူဟာ နောင်ဘဝအထိ မနေဘဲ အခုဘဝမှာပဲ မကောင်းကျိုး ပေးတတ်တယ်။ သားတို့သမီးတို့ဟာ မကောင်းတဲ့၊ မစင်ကြယ်တဲ့ အလုပ်တွေကို မလုပ်ကြဘဲ မိမိလည်းအကျိုးရှိ၊ သူတစ်ပါးလည်း အကျိုးရှိ၊ စင်လည်းစင်ကြယ်ပြီး ကုသိုလ်လည်းရတဲ့ အလုပ်တွေကိုသာ လုပ်ကြပါ" ဟုပြော၍ သင်ခန်းစာကို နိဂုံးချုပ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၂၄)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ အကျိုးပျက်ပြား ကုန်းတိုက်စကား
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ ကုန်းတိုက်စကား၏ ဆိုးကျိုးများကို သိရှိပြီး ချစ်ချစ်ခင်ခင် နေထိုင်တတ်စေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ ကတ်ပြားများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- သင်ခန်းစာ (၉)၊ စာသင်ချိန်(၃)တွင် အသုံးပြုခဲ့သော ကတ်ပြားများကို ကလေးဦးရေအလိုက် စီစဉ်ပါ။ ကလေးတစ်ဦးစီကို ကတ်ပြားတစ်ခုစီပေးပါ။ မိမိရရှိထားသော ကတ်ပြားများကို ဖတ်၍ တူရာစုစေပြီး ဆရာက ဘာဒုစရိုက်လဲဟု မေးကာ အဖွဲ့ခွဲပေးပါ။ ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါးကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက် ပြောပြပေးကာ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။
  - ဒုစရိုက်တရား ဘယ်နှပါးရှိသလဲ။ ဘာတွေလဲ။
  - ကာယဒုစရိုက် ဘယ်နှပါးရှိသလဲ။ ဘာတွေလဲ။
  - ဝစီဒုစရိုက် ဘယ်နှပါးရှိသလဲ။ ဘာတွေလဲ။
  - မနောဒုစရိုက် ဘယ်နှပါးရှိသလဲ။ ဘာတွေလဲ။

ဝစီဒုစရိုက်လေးပါး (နှုတ်ဖြင့်ပြုလုပ်သော မကောင်းမှု)

၁။ မုသာဝါဒ (လိမ်ညာ ပြောဆိုခြင်း)
၂။ ပိသုဏာဝါစာ (ကုန်းတိုက်စကား ပြောဆိုခြင်း)
၃။ ဖရုသဝါစာ (ကြမ်းတမ်းသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း)
၄။ သမ္ဖပ္ပလာပ (အကျိုးမရှိသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း)

- ထို့နောက် ကလေးများကို ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးမှ ကုန်းတိုက်ခြင်းအကြောင်းကို သဘောပေါက် နားလည်စေရန် အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပါ။
  - သားတို့၊ သမီးတို့တွေ "ကုန်းတိုက်တယ်" ဆိုတာ ကြားဖူးလား။
  - "ကုန်းတိုက်တယ်" ဆိုတာ ဘာကို ပြောတာလဲ။
  - သူများတွေ ကုန်းတိုက်စကားပြောတာကိုရော ကြားဖူးလား။ ဘယ်လိုပြောတာလဲ။
  - ကိုယ်တိုင်ရော ကုန်းတိုက်စကား ပြောဖူးလား၊ ဘယ်လိုပြောတာလဲ။
  - ကုန်းတိုက်တယ်ဆိုတာ ကောင်းလား၊ မကောင်းဘူးလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
  - ကုန်းတိုက်ရင် ဘာတွေဖြစ်လာနိုင်သလဲ။
  - တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး သိပ်ချစ်ကြတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေ သူများတွေရဲ့ ကုန်းတိုက်စကားကြောင့် ကွဲသွားကြတာကို မြင်ဖူး၊ ကြားဖူးလား။

  ("ကုန်းတိုက်တယ်"ဆိုတာ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတည့်အောင် မဟုတ်မမှန် စကားပြောပြီး သွေးခွဲခြင်းကို ဆိုလိုကြောင်း ဆရာက ပြောပြပါ။)

- ထို့နောက် ဆရာက "နောက်စာသင်ချိန်မှာ ဝစီဒုစရိုက်ထဲမှာပါတဲ့ ပိသုဏာဝါစာ (ကုန်းတိုက်စကား ပြောဆိုခြင်း)နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်ကြည့်ပြီး ဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❀ "အကျိုးပျက်ပြား ကုန်းတိုက်စကား ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြည့်ကြရအောင်"ဟု ပြော၍ ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။

အကျိုးပျက်ပြား ကုန်းတိုက်စကား

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက ဗာရာဏသီပြည်မှာ နွားကျောင်းသားလေးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ သူဟာ နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း နွားတွေကို တောထဲမှာ ကျောင်းလေ့ရှိတယ်။ အဲဒီတောထဲမှာ ခြင်္သေ့တွေ၊ ကျားတွေ၊ ဆင်တွေစတဲ့ တော သတ္တဝါမျိုးစုံ နေထိုင်ကျက်စားကြတယ်။ တစ်နေ့မှာ နွားကျောင်းသားလေးဟာ သူ့နွားတွေကို မြို့ထဲမောင်းလာပြီး နွားခြံမှာ သွင်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ မွေးဖွားခါနီး ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထားတဲ့ နွားမကြီးတစ်ကောင်ကို တောထဲမှာ မေ့ကျန် ထားရစ်ခဲ့တယ်။ နွားမကြီးဟာ သူ့အဖော်တွေကို တတ်နိုင်သလောက် လိုက်ရှာပေမဲ့ တောကြီးထဲမှာ မျက်စိလည်ပြီး ဘယ်လိုမှ မတွေ့နိုင်တော့လို့ တောထဲက တောင်ကြားလေးမှာ သနားစဖွယ် နေခဲ့ရရှာတယ်။ အဲဒီတောင်ကြားထဲမှာ ခြင်္သေ့ဇနီးမောင်နှံတို့လည်း နေထိုင်ကြတယ်။ ခြင်္သေ့မကလည်း မွေးဖွားခါနီး ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထားရတယ်။ ကိုယ်ဝန် သည်တွေဖြစ်တဲ့ ခြင်္သေ့မနဲ့ နွားမတို့ဟာ နေ့စဉ်တွေမြင်လာကြတော့ ခင်မင်ရင်းနှီးလာကြတယ်။

အဲဒီတောထဲမှာ သားကောင်တွေကို ပစ်ခတ်စားသောက်နေတဲ့ မုဆိုးတစ်ယောက်လည်းရှိတယ်။ မုဆိုး ဟာ အဲဒီတောင်ကြားထဲကို ရောက်တော့ အတူတူနေထိုင်ကြတဲ့ ခြင်္သေ့မိသားစုနဲ့ နွားမမိသားစုကို တွေ့သွားတယ်။ သူတစ်သက်လုံး တစ်ခါမှ မမြင်ဖူးတဲ့အတွက် အံ့ဩသွားခဲ့တယ်။ သူမြို့ကိုသွားတော့ ဘုရင်နဲ့တွေ့တဲ့အခါ အဲဒီအ ကြောင်းကို လျှောက်တင်တယ်။ အဲဒီအခါ ဘုရင်က စောင့်ကြည့်ထားဖို့ အမိန့်ရှိလိုက်တယ်။

တစ်နေ့မှာ တောထဲမှာနေတဲ့ မြေခွေးတစ်ကောင်က "ငါဟာ ခြင်္သေ့သားလည်း မစားဖူးဘူး။ ဒီလောက် ကြီးတဲ့ နွားသားလည်း မစားဖူးဘူး။ ဒီအသားနှစ်မျိုးကို စားရအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ"လို့ အကြံထုတ်နေခဲ့တယ်။ အကြံရတဲ့အခါ ခြင်္သေ့နဲ့နွားတို့ရှိရာ တောင်ကြားကို သွားပြီး မိတ်ဆွေဖွဲ့လိုက်တယ်။ မြေခွေးဟာ မိတ်ဆွေဖွဲ့ပြီး ကတည်းက ခြင်္သေ့မနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ နွားမ မကောင်းကြောင်း၊ နွားမက ခြင်္သေ့အပေါ်မှာ မကောင်းကြံနေကြောင်း ကုန်းတိုက်စကား ပြောပါတယ်။ နွားမနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ ခြင်္သေ့ မကောင်းကြောင်း၊ ခြင်္သေ့က နွားအသားများကို စားဖို့ ကြံစည်နေကြောင်း စသည်ဖြင့် ကုန်းတိုက်စကား ပြောပါတယ်။ အဲဒီလို ပြောဖန်များလာတဲ့အခါ ခြင်္သေ့မိသားစုနဲ့ နွားမိသားစုဟာ တဖြည်းဖြည်း မယုံမကြည် ဖြစ်လာကြတယ်။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ချစ်ခင်ကြင်နာစိတ်တွေလည်း ကုန် ခန်းလာပြီး မုန်းတီးလာကြတော့တယ်။

နောက်ဆုံးမှာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး သည်းမခံနိုင်ဖြစ်ပြီး ခိုက်ရန်ဖြစ်ရာက ခြင်္သေ့မရော နွားမပါ အသက်ဆုံးရှုံး သွားကြရတယ်။ အဲဒီအခါ မိတ်ဆွေနှစ်ယောက် ခိုက်ရန်ဖြစ်အောင် ကုန်းတိုက်ပေးတဲ့ မြေခွေးဟာ ခြင်္သေ့သားနဲ့ နွားသားတွေကို ပျော်ရွှင်ဝမ်းမြောက်စွာနဲ့ အားရပါးရစားသောက်နေပါတော့တယ်။ အဲဒီအခါ ချုံပုတ်ထဲကနေ ချောင်းကြည့်နေတဲ့ မုဆိုးက စိတ်ထားယုတ်ပြီး သူတစ်ပါး ခိုက်ရန်ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်တဲ့မြေခွေးကို မြားနဲ့ပစ်လိုက်တာ မြေခွေးလည်း အဲဒီနေရာမှာပဲ အသက်ဆုံးရှုံးသွားရပါတော့တယ်။

မှီငြမ်း။ ။ သန္ဓိဘေဒဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ဒုတိယတွဲ၊ ၈၅၆၊ ဇာ၊ ဠ၊ ၃၊ ၁၃၇၊

❀ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- ဒီဇာတ်လမ်းထဲက ဇာတ်ကောင်တွေက ဘယ်သူတွေလဲ။
- မြေခွေးမှာ ဘယ်လို အကြံအစည် ရှိသလဲ။

- ခြင်္သေ့မိသားစုနဲ့ နွားမိသားစု ဘာကြောင့် အချင်းချင်း မုန်းတီးသွားသလဲ။
- မိတ်ဆွေနှစ်ဦးရဲ့အသားကို ဘယ်သူက စားချင်တာလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သားတို့၊ သမီးတို့ဆိုရင်ရော သူများပြောတာကို အလွယ်တကူယုံကြမှာလား။ ဘာဖြစ်လို့လဲ။
- ကုန်းတိုက်ရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။

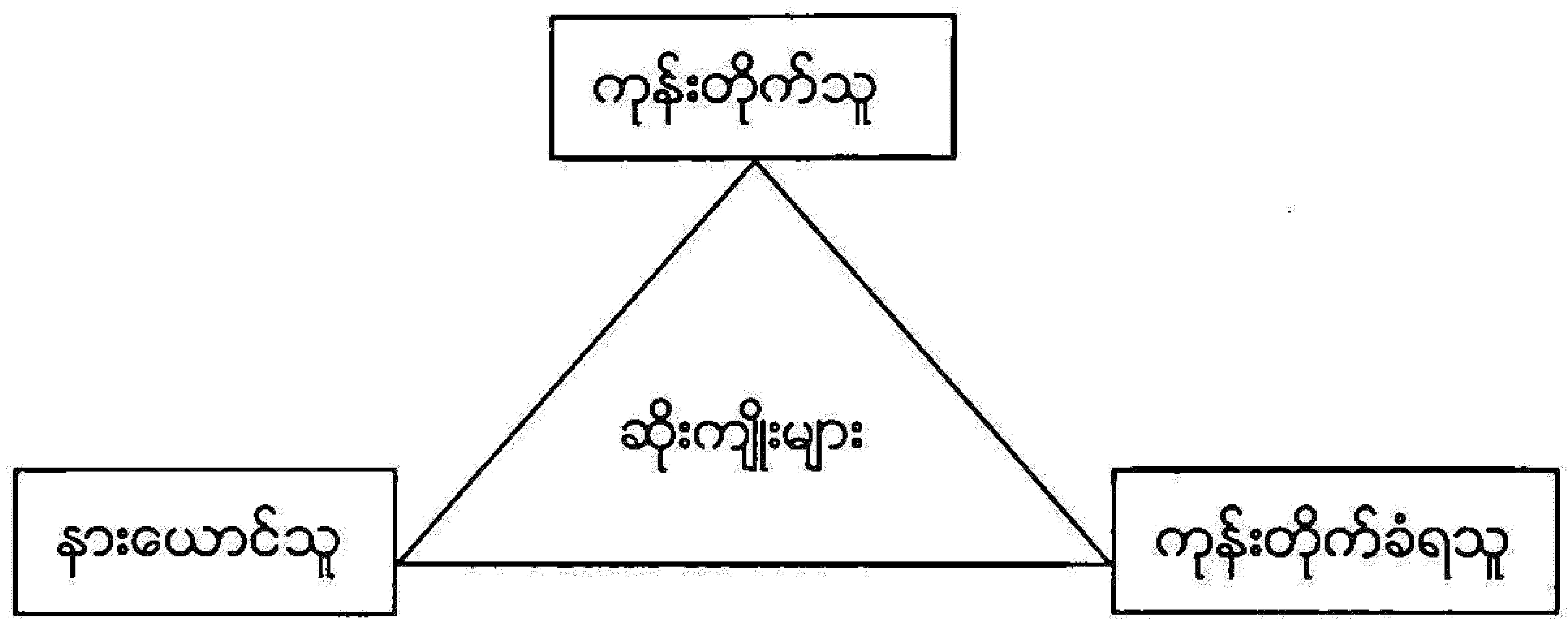
စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မဲလိပ်များ၊ ပန်းချီဆွဲရန် လိုအပ်သောစာရွက်များနှင့် ရောင်စုံခဲတံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "အခု သားတို့သမီးတို့ကို ပန်းချီဆွဲခိုင်းမယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်ကြိုက်ရာမဟုတ်ဘဲနဲ့ မဲကျရာကို ဆွဲရမယ်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ တစ်ဖွဲ့လျှင် ငါးယောက်ပါသော အုပ်စုများကို ဖွဲ့ပါ။ ❁ **တောအုပ်၊ နွားမ၊ ခြင်္သေ့၊ မြေခွေး၊ မုဆိုး** ဟု ရေးထားသောမဲလိပ် ငါးခုကို ဆရာက ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထား၍ တစ်အုပ်စုလျှင် တစ်စုံစီပေးပြီး မဲနှိုက်ကြပါစေ။ ထို့နောက် ကလေးတစ်ဦးစီက မိမိရသော မဲလိပ်အတိုင်း ပုံဆွဲပါစေ။ မိမိဆွဲထားသော ပုံအောက်တွင် ကုန်းတိုက်သူ၊ ကုန်းတိုက်စကားကြောင့် ဒုက္ခရောက်သွားသူ စသည်ဖြင့် ရေးသားဖော်ပြကာ သင်ပုန်းတွင် ကပ်ကြပါစေ။ ❁ ပြီးလျှင် "အခုလို စုပေါင်းပန်းချီဆွဲခိုင်းရတာ ချစ်ချစ်ခင်ခင်နဲ့ စုပေါင်းညီညွတ်တာကို သိစေချင်တဲ့အတွက် ဖြစ်တယ်။ ဇာတ်လမ်းထဲမှာ မြေခွေးကုန်းတိုက်စကား မပြောခင်က ခြင်္သေ့နဲ့နွားတို့ဟာ ချစ်ချစ်ခင်ခင် နေခဲ့ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ မြေခွေးရဲ့ ကုန်းတိုက်စကားကြောင့် နှစ်ဦးလုံးပျက်စီးခဲ့ရတယ်။ ဒါကြောင့် သားတို့သမီးတို့ဘဝမှာ သူများကို ကုန်းတိုက်စကား မပြောမိအောင်နေကြပါ။ သူများရဲ့ ကုန်းတိုက်စကားကြောင့်လည်း သူငယ်ချင်းအချင်းချင်း၊ မိတ်ဆွေအချင်းချင်း ချစ်ခင်စည်းလုံးမှု မပျက်ကြပါစေနဲ့" စသည်ဖြင့် ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပြီး အောက်ပါမေးခွန်းများကို အုပ်စုလိုက်စဉ်းစားပြီး ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ပြောကြပါစေ။
- ကုန်းတိုက်ရင် ဘယ်လို ဆိုးကျိုးတွေ ရလာနိုင်သလဲ။ (ချစ်ခင်မှု ပျက်ပြားမယ်၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်မယ်၊ မုန်းတီးမယ်၊ စိတ်ညစ်ရမယ်၊ ပြဿနာတွေ ဖြေရှင်းရမယ် . . .)
❁ အောက်ဖော်ပြပါပုံကို ကလေးများအား အုပ်စုလိုက်ဆွဲစေ၍ ကုန်းတိုက်သူ၊ နားယောင်သူ၊ ကုန်းတိုက်ခံရသူတို့ ရရှိသော ဆိုးကျိုးများကို ရေးမှတ်စေပြီး အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ပြောကြပါစေ။

❁ ထို့နောက် ကလေးများ ဆွေးနွေးထားသော အချက်များကို ဆရာက မှတ်သားထားပြီး "သားတို့ သမီးတို့ . . . ကုန်းတိုက်သူရော၊ ကုန်းတိုက်စကားကို နားယောင်သူတွေရော၊ ကုန်းတိုက်ခံရသူတွေရော သုံးဦးလုံး ဘယ်သူမှ အကျိုးမရှိလို့ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ချစ်ချစ်ခင်ခင်နေထိုင်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။ ဒါကြောင့် ကုန်းတိုက်ခြင်းကို ရှောင်ရှားပြီး သူတစ်ပါးအတွက်ရော မိမိအတွက်ပါ အကျိုးရှိတဲ့ စကားကိုသာ ပြောကြရမယ်"ဟု ပြော၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၂၅)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ မဆင်မခြင်ပြောသည့် ဆိုးကျိုး

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ စကားပြောရာတွင် ဆင်ဆင်ခြင်ခြင် ပြောဆိုတတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မဲလိပ်နှစ်လိပ်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "စကားရည်လုပွဲလေးတစ်ခု ပြုလုပ်မယ်။ စကားရည်လုပွဲမှာ ဘယ်လိုပါဝင်ကြရမလဲဆိုတာ ပြောပြမယ်"ဟု ဆိုကာ ဆရာက အောက်ပါအတိုင်း ရှင်းပြပေးပါ။ "စကားရည်လုပွဲမှာ ကိုယ်ရထားတဲ့ ခေါင်းစဉ်နဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ အကြောင်းအရာဘက်က ရပ်တည်ပြီး တစ်ဖက်အဖွဲ့ကို ခိုင်လုံတဲ့အကြောင်းပြချက်တွေနဲ့ ပြန်လည်ချေပပြောဆိုနိုင်အောင် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပြီး ပြင်ဆင်ကြရမယ်၊ နှစ်ဖွဲ့လုံးအတွက် အချိန်သတ်မှတ်ပေးမယ်၊ ဆရာစီစဉ်ပေးတဲ့အတိုင်း တစ်ဖွဲ့စီက တစ်လှည့်စီ ပြောရမယ်"စသည်ဖြင့် ရှင်းပြပြောဆိုပြီးလျှင် အဖွဲ့နှစ်ဖွဲ့၏ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီအား အောက်ပါမဲလိပ်များကို နှိုက်ပါစေ။ မဲလိပ်(၁) **စကားများများပြောတာ ကောင်းတယ်** မဲလိပ်(၂) **စကားနည်းနည်းပြောတာ ကောင်းတယ်** ❁ စကားရည်လုပွဲတွင် ပါဝင်သူ ကလေးအရေအတွက်ကို ဆွေးနွေးချိန်ပေါ်တွင် မူတည်၍ ဆရာက သတ်မှတ်ပေးပါ။ (ဥပမာ- ဆွေးနွေးချိန် ၄းမိနစ်သတ်မှတ်လျှင် တစ်ဖွဲ့စီမှ ၄းဦးပြောပါစေ။) အုပ်စုနှစ်ခုလုံး၏ ဆွေးနွေးတင်ပြမှုများကို အားလုံးက လက်ခုပ်တီး၍ အားပေးကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ၏ စကားရည်လုပွဲပြီးဆုံးလျှင် ဆရာက အောက်ပါအတိုင်း အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။ "ဒီစကားရည်လုပွဲက အနိုင်အရှုံး ဆုံးဖြတ်ဖို့ မဟုတ်ဘူး။ စကားကို နည်းနည်းပြောရတာရှိသလို များများပြောမှ ကောင်းတာလည်းရှိတယ်။ ဘယ်အချိန်မှာ စကားကို ဘယ်လိုပြောရမလဲဆိုတာ ဆုံးဖြတ်နိုင်ဖို့ပဲလိုတယ်။"

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "စာသင်ချိန် (၁) မှာ စကားရည်လုပွဲလေး ပြုလုပ်လိုက်တဲ့အတွက် သားတို့သမီးတို့ဟာ စကားပြောခြင်းရဲ့ ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးတွေ သိသွားပြီနော်။ ဆရာအပါအဝင် သားတို့သမီးတို့အားလုံးဟာ ကိုယ်နဲ့လည်း ကောင်းတာတွေ လုပ်ရမယ်၊ နှုတ် (ပါးစပ်) နဲ့လည်း ကောင်းတာတွေ ပြောရမယ်၊ စိတ်ထဲမှာလည်း ကောင်းတဲ့အတွေးတွေ ဖြစ်နေအောင် ကြိုးစားကြရမယ်။ အခု ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်ကြည့်ကြမယ်"ဟု ဆိုကာ အောက်ပါ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ပါစေ။

မဆင်မခြင်ပြောသည့် ဆိုးကျိုး

တစ်ခါတုန်းက သောဏလို့ခေါ်တဲ့ ဥပါသကာတစ်ဦးဟာ မထေရ်တစ်ပါးဆီမှာ ချဉ်းကပ်ပြီးတော့ ဆွမ်းလုပ်ကျွေးခြင်း၊ တရားဓမ္မနာကြားခြင်း၊ တရားဓမ္မဆွေးနွေးခြင်း စတာတွေကို အမြဲမပြတ် ပြုလုပ်လေ့ရှိတယ်။ မထေရ်မြတ်ရဲ့ တရားအဆုံးအမတွေကို ကြားနာရဖန် များလာတဲ့အခါ သောဏဥပါသကာဟာ သတိသံဝေဂရပြီး တရားကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားထုတ်တော့တယ်။

တစ်နေ့မှာ သောဏဟာ ကုန်အရောင်းအဝယ်ကိစ္စနဲ့ အခြားမြို့တစ်မြို့ကို သွားတဲ့ ကုန်သည်တစ်စုနဲ့အတူ လိုက်ပါသွားတယ်။ ညနေမှောင်စပျိုးလာတဲ့အခါ လမ်းခရီးတစ်နေရာမှာ အိပ်စက်အနားယူဖို့ ရပ်နားလိုက်ကြတယ်။ တရားအားထုတ်ရာမှာ မွေ့လျော်လေ့ရှိတဲ့ သောဏက ကုန်သည်တို့နဲ့ ရောရောနှောနှော ဆူဆူညံညံ မအိပ်လိုတဲ့အတွက် မလှမ်းမကမ်း တစ်နေရာသွားပြီး အိပ်တယ်။

မနက်မိုးလင်းတဲ့အခါ ကုန်သည်တွေက သောဏကိုခေါ်ဖို့ သတိမရကြဘဲ ခရီးဆက်လက် ထွက်ခွာသွားကြတယ်။ မိုးထိန်ထိန်လင်းလို့ နေရောင်လာတဲ့အခါမှာ သောဏဟာ အိပ်ရာကနိုးလာတယ်။ ကုန်သည်တွေကို မတွေ့ရလို့ ဘေးအနီးပတ်ဝန်းကျင်မှာ လိုက်ရှာတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ကုန်သည်တို့ ဆက်လက်ထွက်ခွာသွားကြပြီဆိုတာကို သိလိုက်ရပြီး သောဏဟာ ကုန်သည်တို့ သွားတဲ့လမ်းအတိုင်း လျင်မြန်စွာလိုက်သွားတော့ လမ်းခရီးတစ်နေရာက ညောင်ပင်ကြီးတစ်ပင်ရဲ့ အနီးကို ရောက်လာတယ်။

သောဏဟာ အဲဒီနေရာမှာ အလွန်ထူးခြားတဲ့ အသွင်သဏ္ဌာန်နဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးကို အံ့သြဖွယ်ရာ တွေ့ရတော့တယ်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ အလွန်ကြီးမားတယ်။ အလွန်အရုပ်ဆိုးပြီး ကြောက်မက်ဖွယ်လည်း အလွန်ကောင်းတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်း အရိုးပြိုင်းပြိုင်း ထနေတယ်။ သူရဲ့ အသားတွေကိုလည်း သူကိုယ်တိုင်ပြန်ပြီးတော့ စားနေတယ်။ သောဏဟာ တရားဓမ္မတွေကို နှစ်ပေါင်းများစွာ အားထုတ်ထားသူဖြစ်လို့ ကြောက်လန့်ခြင်း လုံးဝမရှိဘူး။ ကြောက်လန့်ခြင်း မဖြစ်ရုံသာမက "သင်ဘယ်သူလဲ" လို့တောင် မေးလိုက်သေးတယ်။ ကြောက်မက်ဖွယ် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက "ကျွန်ုပ်ဟာ ပြိတ္တာဖြစ်ပါတယ်"လို့ ပြန်ဖြေတယ်။ ဒီအခါ သောဏက "ဘယ်လို မကောင်းမှု အကုသိုလ်မျိုးကို ကျူးလွန်ခဲ့လို့ အခုလို ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ခံစားနေရတာလဲ"လို့ ထပ်မေးတယ်။

အဲဒီအခါ ပြိတ္တာကြီးက "အကျွန်ုပ်ဟာ ရှေးဘဝတုန်းက ဘာရုကစ္ဆကမြို့မှာ ကုန်သည်တစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီဘဝမှာ ကျွန်ုပ်ဟာ သူများတွေရဲ့ ပစ္စည်းဉစ္စာတွေကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားပြီး ရယူခဲ့ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ဆွမ်းခံကြွတဲ့ ရဟန်းသာမဏေတွေကိုလည်း 'သင်တို့ရဲ့ အသားကို ကိုယ်တိုင်ပြန်စားကြ'လို့ ပြောဆိုစော်ကားခဲ့မိပါတယ်။ အဲဒီလို မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံတွေကြောင့် အခုလို ဆင်းရဲဒုက္ခတွေကို ခံစားနေရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်"လို့ ပြန်လည်ဖြေကြားတယ်။

သောဏဥပါသကာဟာ ပြိတ္တာကြီးရဲ့ စကားကို ကြားရတဲ့အခါ အလွန်သတိသံဝေဂ ဖြစ်မိတယ်။ ဒါ့အပြင် အခြားသူတွေကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားရင် ဖြစ်လေရာဘဝတိုင်းမှာ ရုပ်ဆိုးသူ ဖြစ်တတ်ကြောင်း၊ မြင့်မြတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ရိုင်းပျစွာ ပြောဆိုစော်ကားရင် ပြိတ္တာဘဝသို့ ရောက်တတ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံတို့ရဲ့ ဆိုးဝါးတဲ့ အကျိုးဆက်တွေကို ဆက်လက်ဆင်ခြင်လို့ နေပါတော့တယ်။

မိုဖြမ်း၊ ၊ သာရတ္ထ၊ ဋီ၊ ၃၊ ၂၉၆၊

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ပြိတ္တာကြီးက သောဏဥပါသကာကို ဘယ်လိုပြန်ပြောသလဲ။
- ပြိတ္တာကြီးဟာ ကုန်သည်ဘဝတုန်းက ဘယ်လိုစီးပွားရှာခဲ့သလဲ။ အဲဒီအကျိုးဆက်ကြောင့် ဘာတွေ ဖြစ်ခဲ့သလဲ။
- ပြိတ္တာကြီးဟာ ကုန်သည်ဘဝတုန်းက ဆွမ်းခံကြွတဲ့ ရဟန်းသာမဏေတွေကို ဘယ်လိုပြောဆို စော်ကားခဲ့

သလဲ။ အဲဒီအကျိုးဆက်ကြောင့် ဘာတွေဖြစ်လာသလဲ။

- အခြားသူများကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားလျှင် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။
- မြင့်မြတ်တဲ့ ရဟန်းသံဃာတွေကို ရိုင်းပျစွာပြောဆို စော်ကားလျှင် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။
- စကားကို ပြောသင့်မပြောသင့် မစဉ်းစားဘဲ နှုတ်မစောင့်စည်းဘဲ ပြောမယ်ဆိုရင် ဘာတွေဖြစ်လာနိုင်တယ်လို့ ထင်သလဲ။

- ကလေးများ၏ အဖြေများကို လက်ခံနားထောင်ပေးပြီး "လိုအပ်သော အခြေအနေ အချိန်အခါတွင် စကားများများ ပြော၍၊ စကားပြောခြင်းကြောင့် မိမိသူတစ်ပါး ထိခိုက်နစ်နာနိုင်ပါက စကားကို ချင့်ချိန်၍ ပြောဆိုကြဖို့၊ အကျိုးမရှိတဲ့စကားကို လုံးဝမပြောကြဖို့ အားလုံးမှတ်သားထားကြရမယ်"ဟု ဆရာက အနှစ်ချုပ် ပြောပြပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ လူသုံးမျိုး အကြောင်း ရေးထားသော စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ဇာတ်လမ်းနှင့် ပြန်လည်ချိတ်ဆက်ပြောဆိုကာ "အခု ဘုရားဟောတဲ့ စကားသုံးမျိုးနဲ့ လူသုံးမျိုး အကြောင်းကို ပြောပြမယ်"
- "မြတ်စွာဘုရားဟောထားတော်မူတဲ့ စကားသုံးမျိုးက. . .

မစင်နဲ့တူတဲ့ စကား
ပန်းနဲ့တူတဲ့ စကား
ပျားရည်နဲ့တူတဲ့ စကားလို့ မှတ်ထားပါ။ အခု သားတို့သမီးတို့တွေ ဖတ်ကြရမယ့် ဖြစ်ရပ်သုံးခုထဲမှာ ဘယ်သူ က ဘယ်စကားကို ပြောတဲ့သူဖြစ်သလဲဆိုတာ ဆုံးဖြတ်ကြရမယ်"ဟု ဆိုကာ မောင်ရန် မောင်မုန်နှင့် မောင်စံ စာပိုဒ် တစ်ပိုဒ်စီကို ဖတ်ကြပါစေ။

- ဆရာက အောက်ပါစာပိုဒ်များကို ကြိုတင်ရေးသားထားပါ။

၁။ မောင်ရန်

မောင်ရန်လို့ခေါ်တဲ့ လူတစ်ယောက်ရှိတယ်။ လူအများနဲ့ စကားပြောတဲ့အခါ မသိနားမလည်ဘဲ လိမ်ညာပြောဆိုတတ်တယ်။ လူအများကြားထဲမှာ သူ့ကို တစ်ခုခုမေးလိုက်ရင် မမြင်တာကိုလည်း မြင်ပါတယ်လို့ ဖြေတတ်တယ်။ မသိတာကိုလည်း သိတယ်လို့ ဖြေတတ်တယ်။ မသိဘူးပြောရင် သိက္ခာကျမှာ စိုးတဲ့အတွက် ဘာပဲမေးမေး သိတယ်လို့ ပြောတယ်။ တစ်ခါတလေ လာဘ်စားထားတဲ့အတွက်ကြောင့် မမြင်ဘဲ မြင်တယ်လို့ ပြောတယ်။ မသိဘဲ သိတယ်လို့ ပြောတယ်။

၂။ မောင်မုန်

မောင်မုန်လို့ခေါ်တဲ့ လူတစ်ယောက်လည်း ရှိတယ်။ လူအများကြားမှာ သူ့ကို တစ်ခုခုမေးလာရင် သူ မသိတဲ့ဟာဆိုရင် မသိဘူးလို့ ဖြေတယ်။ သူ နားမလည်တဲ့ဟာဆိုရင် နားမလည်ဘူးလို့ ဖြေတယ်။ သူ မမြင်တဲ့ဟာဆိုရင် မမြင်ဘူးလို့ ဖြေတယ်။

၃။ မောင်စံ

မောင်စံလို့ခေါ်တဲ့ လူတစ်ယောက်လည်း ရှိတယ်။ သူဟာ စကားပြောတိုင်း ဆင်ဆင်ခြင်ခြင်နဲ့ ချိုချို သာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ ပြောတယ်။ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးနဲ့ လူအများ နားထောင်ကောင်းအောင်လည်း ပြောတတ် တယ်။ လူအများ သဘောကျတဲ့ စကားကိုပဲ ပြောတတ်တယ်။

မိုငြမ်း။ ။ အံ၊ ၁၊ ၁၂၅၊ ဝုထသာဏီသုတ်၊ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်။

- **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- မစင်နဲ့တူတဲ့ စကားရှိသူက ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့်သူ့ကို အဲဒီလို ပြောရတာလဲ။
- ပန်းနဲ့တူတဲ့ စကားရှိသူက ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့်သူ့ကို အဲဒီလို ပြောရတာလဲ။
- ပျားရည်နဲ့တူတဲ့ စကားရှိသူက ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့်သူ့ကို အဲဒီလို ပြောရတာလဲ။
- သားတို့၊ သမီးတို့ရော အဲဒီသုံးယောက်ထဲက ဘယ်သူ့ကို ကြိုက်လဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သားတို့သမီးတို့ရော စကားပြောရင် ဘယ်လိုစကားမျိုးကို ပြောကြမလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဖြစ်ရပ်သုံးခု။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
- အဖွဲ့ (၃)ဖွဲ့ ခွဲပါ။ - အဖွဲ့ တစ်ဖွဲ့စီကို ဖြစ်ရပ် တစ်ခုစီပေးပါ။ "ဖြစ်ရပ် တစ်ခုကို ကိုယ်တိုင်ခံစားပြီး အဖြေတွေ ဆုံးဖြတ်ပေးကြရမယ်။ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပေးရမယ်"ဟု ရှင်းပြပါ။ - ဖြစ်ရပ် သုံးခုကို ဆရာက ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။ ဖြစ်ရပ်(၁) စိတ်တိုနေတဲ့ ညီလေး/ ညီမလေးက ကိုယ့်ကို စကားကောင်းကောင်း မပြောတဲ့အခါ သင်က ဘယ်လို ပြန်ပြောမလဲ။ ဖြစ်ရပ် (၂) စိတ်မကောင်းဖြစ်နေတဲ့ သူငယ်ချင်းက သူစိတ်မကောင်းဖြစ်တဲ့အကြောင်းကို ပြောပြရင် သင်က ဘယ်လို ပြန်ပြောမလဲ။ ဖြစ်ရပ် (၃) သင် စာမရလို့ စိတ်ညစ်နေတဲ့အခါ သူငယ်ချင်းက စာလာမေးရင် သင်က ဘယ်လို ပြန်ပြောမလဲ စသည်ဖြင့် မေး၍ ကလေးများက ပြောပြကြပါစေ။ - နောက်ဆုံးတွင် ဆရာက ကလေးများ၏ အဖြေများအပေါ် မူတည်၍ ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း ရအောင် အနှစ်ချုပ် ပေးပါ။

သင်ခန်းစာ (၂၆)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ **သန့်ရှင်းစေချင် တို့ဝန်းကျင်**
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ **မိမိနေထိုင်သည့်ဝန်းကျင်ကို ချစ်တတ်ပြီး သန့်သန့်ရှင်းရှင်း နေထိုင်တတ်စေရန်။**
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါမေးခွန်းများမေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - သားတို့သမီးတို့ နေ့တိုင်း သွားလာနေထိုင်တဲ့ နေရာတွေက ဘယ်နေရာတွေလဲ။ (ကလေးများပြောသမျှကို ဆရာက မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။) - ဘယ်နေရာတွေက သန့်ရှင်းပြီး၊ ဘယ်နေရာတွေက ညစ်ပတ်နေလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ။ - ကိုယ်နေ့တိုင်းသွားလာနေတဲ့ နေရာတွေမှာ ညစ်ပတ်နေရင် ဘယ်လိုခံစားရသလဲ၊ သန့်ရှင်းနေရင်ရော ဘယ်လိုခံစားရသလဲ။ ❁ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ❁ "ဘယ်နေရာမှာ နေချင်လဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ"ဆိုတာကို အုပ်စုတွင်း ဆွေးနွေးကြပါစေ။ ❁ အုပ်စုတွင်းဆွေးနွေးထားသည်များကို ပြန်လည်ပြောပြကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ ဆွေးနွေးထားသည်များထဲမှ ဆရာက လိုအပ်သည်များကို ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေး၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ရုပ်ပုံများကိုကြည့်စေပြီး သိချင်သော မေးခွန်းများကို ကလေးများကိုယ်တိုင် မေးကြပါစေ။ (ဆရာက မေးခွန်းများကို ချက်ချင်း အဖြေမပေးဘဲ သင်ပုန်းတွင် မှတ်တမ်းတင်ပေးပါ။) ❁ သန့်ရှင်းစေချင်တို့ဝန်းကျင် ဖတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။ **သန့်ရှင်းစေချင် တို့ဝန်းကျင်** တစ်ခါတုန်းက စာပေကျမ်းဂန်တွေ သင်ယူချင်တဲ့ ကိုရင်လေးတစ်ပါးဟာ တောရွာလေး တစ်ရွာကနေ မြို့ပေါ်ကို တက်လာခဲ့တယ်။ သူဟာ မြို့ကဘုန်းကြီးကျောင်းကို ရောက်တော့ အဲဒီဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ ဓမ္မစကူးလ် တက်ဖို့ ကျောင်းလာအပ်တဲ့သူတွေနဲ့ တွေ့တယ်။ အဲဒီလို လာအပ်ကြတဲ့သူတွေထဲမှာ သူရ၊ နိုင်နိုင်၊ ကိုဖြိုး၊ ဇော်ဇော်၊

ချောချောတို့က သူတို့အိမ်တွေကို ဆွမ်းခံကြွဖို့ ပင့်ဖိတ်ကြတယ်။ အဲဒါနဲ့ နောက်နေ့ ဆွမ်းခံကြွတော့ ပထမဆုံး သူရတို့နေတဲ့ လမ်းထဲကို ကြွခဲ့တယ်။ လမ်းထဲကို ဝင်လိုက်တယ်ဆိုရင်ပဲ လမ်းထိပ်မှာရှိတဲ့ အမှိုက်ပုံမှာ ယင်ကောင်တွေ တဝီဝီနဲ့ အနံ့ကလည်း နံစော်နေတယ်။ အပင်တွေကလည်း ကျိုးတိုးကျဲတဲနဲ့ တစ်လမ်းလုံး အရိပ်မရှိဘူး။ သူရတို့ခြံထဲမှာလည်း အမှိုက်တွေ ပွနေတယ်။ အမှိုက်တွေနဲ့ မသန့်ရှင်းတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကြောင့် ကိုရင်လေးလည်း စိတ်တွေမကြည်မလင် ဖြစ်သွားတယ်။

သူရတို့အိမ်က ထွက်ပြီးတော့ နောက်တစ်လမ်းမှာရှိတဲ့ ခိုင်ခိုင်တို့အိမ်ကို ဆွမ်းခံဆက်ကြွပါတယ်။ လမ်းထိပ်မှာ အမှိုက်ပုံတော့မရှိဘူး၊ ဒါပေမဲ့ တစ်လမ်းလုံး အမှိုက်တွေပွပြီး ခွေးချေးတွေက ဟိုနေရာတစ်ပုံ၊ ဒီနေရာတစ်ပုံနဲ့ လမ်းတောင် ဖြောင့်အောင် လျှောက်လို့မရဘူး။ ကိုရင်လေးလည်း သည်းခံပြီး ခိုင်ခိုင်တို့အိမ်ကို ဝင်သွားတော့ ပလတ်စတစ်အိတ်ခွံတွေ ဟိုတစ်စ ဒီတစ်စနဲ့ အမှိုက်တွေရော ခွေးချေးတွေပါ တွေ့ရတာကြောင့် ခပ်မြန်မြန်ပဲ ပြန်ထွက်လာခဲ့တယ်။

ကိုရင်လေးဟာ ဆွမ်းခံဆက်ထွက်ဖို့ စိတ်မပါတော့ပေမဲ့လည်း ပင့်ဖိတ်ထားသူတွေအပေါ် ဝတ္တရားကျေချင်တာကြောင့် ကိုဖြိုးတို့လမ်းထဲကို ရင်တထိတ်ထိတ်နဲ့ ဝင်လာခဲ့တယ်။ လမ်းထိပ်ကနေပြီး လှမ်းကြည့်လိုက်တော့ ကိုဖြိုးတို့လမ်းဟာ သန့်ရှင်းနေတာကို တွေ့ရတာကြောင့် အံ့သြသွားတယ်။ လမ်းဘေး ဝဲယာမှာ အပင်ရိပ်လည်း ရှိတယ်။ လမ်းလေးကလည်း ဖြူးနေတော့ ကိုဖြိုးတို့အိမ်ကို ရောက်မှန်းမသိ ရောက်လာခဲ့တယ်။ ခြံထဲမှာလည်း အမှိုက်တွေမရှိ၊ အိမ်ထဲမှာလည်း သန့်ရှင်းသပ်ရပ်နေတော့ စိတ်ချမ်းသာသွားတယ်။ နောက်နေ့တွေမှာလည်း ကိုဖြိုးတို့အိမ်ကို အမြဲတမ်း ဆွမ်းခံကြွဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

ကိုရင်လေးလည်း စိတ်ကြည်ကြည်လင်လင်နဲ့ ကိုဖြိုးတို့အိမ်က ထွက်လာပြီး နောက်တစ်လမ်းမှာရှိတဲ့ ချောချောတို့အိမ်ကို လာခဲ့တယ်။ ချောချောတို့လမ်းကလည်း ကိုဖြိုးတို့လမ်းလိုပဲ သစ်ပင်ရိပ်များနဲ့ သန့်ရှင်းနေတော့ ကိုရင်လေး စိတ်တွေ ပိုပြီးကြည်လင်သွားတယ်။ ချောချောတို့ခြံထဲမှာ သစ်ပင် ပန်းပင်တွေနဲ့ အိမ်လေးကလည်း ကြည်နူးစရာ လှပတယ်။ သစ်ပင် ပန်းပင်တွေရှိပေမဲ့ သစ်ရွက်ခြောက်တွေမရှိ၊ အမှိုက်သရိုက်တွေမရှိဘဲ သန့်ရှင်းနေတယ်။ အိမ်ထဲမှာလည်း သန့်ရှင်းပြီး သပ်ရပ်နေတယ်။ အိမ်ပေါက်ဝမှာ အမှိုက်ပုံးထားပြီး အမှိုက်တွေကို စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ကြတယ်။ ချောချောလေးဟာ သူကစားပြီးတဲ့ အရုပ်တွေကို သေချာပြန်ပြီး သိမ်းနေတာကိုလည်း တွေ့လိုက်ရတော့ ကိုရင်လေးက စိတ်ချမ်းသာသွားပြီး နောက်နေ့တွေမှာ ချောချောအိမ်ကိုလည်း ဆွမ်းခံကြွရမယ်လို့ တွေးနေတယ်။

ကိုရင်လေးဟာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ဇော်ဇော်တို့အိမ်ကို ဆက်ပြီး ဆွမ်းခံကြွလာတယ်။ ကိုဖြိုးနဲ့ ချောချောတို့လမ်းလိုပဲမှတ်ပြီး စိတ်ချလက်ချနဲ့ ဝင်လာလိုက်တာ ဇော်ဇော်တို့ လမ်းထဲလည်းရောက်ရော ငှက်ပျောခွံတက်နင်းမိလို့ ချော်လဲသွားတယ်။ ကိုရင်လေး ချော်လဲတဲ့ အသံကြောင့် ဇော်ဇော်တို့မိသားစု အပါအဝင် လမ်းထဲက လူတွေရော၊ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေရော ထွက်ကြည့်ကြတယ်။ ကိုရင်လေး ချော်လဲပြီး ဒူးမှာ ဒဏ်ရာရသွားတာကို ဇော်ဇော်က တွေ့လိုက်တော့ သူတို့လမ်းထဲမှာ စည်းကမ်းမရှိ အမှိုက်ပစ်လို့ လမ်းက မသန့်ရှင်းတဲ့အတွက် ကိုရင်လေး ချော်လဲရတယ် ဆိုပြီး စိတ်မကောင်း ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီအချိန် သူငယ်ချင်းတွေ အကုန်လုံးက ဇော်ဇော်ကို ကျောင်းသွားဖို့ လာခေါ်တော့ ကိုရင်လေးရဲ့ အဖြစ်အပျက်ကို တွေ့သွားကြတယ်။

ကိုရင်လေးကို သူတို့သူငယ်ချင်းတွေ အားလုံးစုပြီး ဘုန်းကြီးကျောင်းလိုက်ပို့ကြတယ်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းရောက်တော့ ကိုရင်လေးကို ဇော်ဇော်က တောင်းပန်တယ်။ သူတို့လမ်းမှာ စည်းကမ်းမရှိ အမှိုက်ပစ်ပြီး ပတ်ဝန်းကျင် မသန့်ရှင်းလို့ ချော်လဲရတာပါ၊ နောက်ဆို စည်းကမ်းတကျနဲ့ အမှိုက်ပစ်ပါ့မယ်၊ ကိုယ့်လမ်း၊ ကိုယ့်ရပ်ရွာ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်း သန့်ရှင်းအောင်လုပ်ပါ့မယ်၊ နောက်နေ့တွေမှာလည်း သူတို့အိမ်ကို ဆက်ပြီး ဆွမ်းခံကြွပေးပါလို့ တောင်းပန်တယ်။ သူရနဲ့ ခိုင်ခိုင်တို့က သူတို့ရဲ့လမ်းတွေကလည်း မသန့်ရှင်းတဲ့အတွက် ကိုရင်လေးဆွမ်းခံကြွဖို့ စိတ်ညစ်နေမှာစိုးပြီး ဇော်ဇော်လိုပဲ တောင်းပန်ကြတယ်။ ကိုရင်လေးလည်း စိတ်ချမ်းသာသွားပြီး "စိတ်မပူပါနဲ့၊ နောက်နေ့တွေလည်း သူငယ်ချင်း ငါးယောက်စလုံးရဲ့ အိမ်ကို ဆွမ်းခံကြွမှာပါ"လို့ မိန့်လိုက်တော့ သူငယ်ချင်းတွေအားလုံး ပျော်ရွှင်သွားကြတယ်။

- ဇာတ်လမ်းဖတ်ပြီးလျှင် ကလေးများထုတ်ထားသော မေးခွန်းများကို တင်ပြစေ၍ ဆရာနှင့် အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပါ။

- **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

  - ဇာတ်လမ်းထဲမှာပါတဲ့ ဇာတ်ကောင်တွေက ဘယ်သူတွေလဲ။
  - ကိုရင်လေးက ဘာကြောင့် မြို့ကို လာတာလဲ။
  - ကိုရင်လေး ပထမဆုံး ဆွမ်းခံကြွတဲ့ အိမ်က ဘယ်သူ့အိမ်လဲ။
  - ဘယ်သူတွေနေတဲ့လမ်းက ညစ်ပတ်နေတာလဲ။
  - ကိုရင်လေးက ဘယ်သူတွေရဲ့အိမ်ကို ဆွမ်းခံကြွဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တာလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
  - သားတို့သမီးတို့သာ ကိုရင်လေးဆိုရင် ဘယ်နေရာတွေကို ဆွမ်းခံကြွမှာလဲ။
  - သူရတို့ အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်လို ညစ်ပတ်တဲ့နေရာတွေ ရောက်ဖူးလား။ ဘယ်လို ခံစားရသလဲ။
  - ချောချောတို့ အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်လို သန့်ရှင်းတဲ့နေရာတွေ ရောက်ဖူးလား။ ဘယ်လိုခံစားရသလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများ မှတ်မိအောင် စာသင်ချိန် (၂) ကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက်ပြောပြပါ။ ❁ "သားတို့သမီးတို့ အခု ဇာတ်လမ်းလေးကို ဖတ်ပြီးသွားပြီဆိုတော့ အုပ်စုဖွဲ့ ဆွေးနွေးကြရအောင်"ဟု ပြော၍ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ❁ ထို့နောက် "ဇာတ်လမ်းထဲက ဖော်ဖော်၊ သူရနဲ့ ခိုင်ခိုင်တို့ရဲ့ အိမ်နဲ့လမ်းဟာ ဘာကြောင့် အခုလို ညစ်ပတ်နေတာလဲ။ အဲဒီလိုညစ်ပတ်နေတဲ့အတွက် ဘယ်လိုအကျိုးဆက်တွေ ဖြစ်နိုင်သလဲ"ဟု မေးကာ ကလေးများ အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားဆွေးနွေးကြပါစေ။ ❁ အုပ်စုတွင်း ဆွေးနွေးထားသည်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ယောက်က ပြန်လည် ပြောပြကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ ဆွေးနွေးထားသော အချက်များပေါ် မူတည်၍ ဆရာက အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ သန့်ရှင်းရေး ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကိုယ်နေထိုင်တဲ့ ရပ်ရွာပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းအောင်လုပ်ဖို့ ဘယ်သူတွေမှာ တာဝန်ရှိလဲ။ တာဝန်ရှိသူတွေ အနေနဲ့ ဘာတွေလုပ်ဆောင်သင့်သလဲ ဆိုတာကို ဆရာက ကလေးများနှင့် အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးပါ။ ❁ "သားတို့သမီးတို့ နေတဲ့ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းအောင် ဘာတွေလုပ်ကြမလဲ"ဟူသော မေးခွန်းကို အောက်ပါခေါင်းစဉ်များဖြင့် အုပ်စု (၅) စုဖွဲ့ပြီး ဆွေးနွေးကြပါစေ။ - အုပ်စု (၁) တစ်ဦးချင်း - အုပ်စု (၂) မိသားစု - အုပ်စု (၃) စတုဒ္ဒတန်း ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများ - အုပ်စု (၄) ဓမ္မစကူးလ် ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများ - အုပ်စု (၅) ရပ်ကွက်သူ ရပ်ကွက်သားများ ❁ ကလေးများအားလုံး ဆွေးနွေးပြီးလျှင် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေး ကဗျာကို ကလေးအားလုံး ရွတ်ဆိုစေပြီး ဆရာက သင်ယူမှုဦးတည်ချက် အတိုင်း အနှစ်ချုပ်ပါ။ **သန့်ရှင်းရေး** အမှိုက်တစ်စ တွေ့ရှိက၊ ချက်ချင်းကောက်လိုက်ကြ။ သန့်ရှင်းကြမှ တို့ဝန်းကျင်၊ လှပရောဂါစင်။ မြင်မြင်သမျှ ကြည်လင်အေး၊ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေး။ ။

သင်ခန်းစာ (၂၇)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ညီညီညွတ်ညွတ် နေကြမယ်

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ စည်းလုံးညီညွတ်စွာ နေထိုင်ခြင်း၏အကျိုးကို သိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ အပင်အမည်များ ရေးထားသော စာရွက်ငယ်လေးများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို အပင်အမည်များ ရေးထားသော စာရွက်ပိုင်းလေးများ ဝေပေး၍ အစအကန္တရာတူရာ အပင်အမည်များဖြင့် တစ်ဖွဲ့လျှင် ငါးဦးပါသော အုပ်စုများ ဖွဲ့ကြပါစေ။ (ဥပမာ - ကံ့ကော်၊ ကုက္ကို၊ ကျွန်း၊ ကြံ၊ ကညွတ်၊ ခရေ၊ ခရမ်း၊ ဂေါ်ရခါး၊ အင်ကြင်း၊ အင်ပင်၊ အုန်းပင် စသည့် အက္ခရာမျိုးစုံပါသော အပင်အမည်များ) ❁ ထို့နောက် အောက်ပါ မေးခွန်းတစ်ခုချင်းစီကို အုပ်စုလိုက် အလှည့်ကျ စဉ်းစားဆွေးနွေး တင်ပြကြပါစေ။ - သက်တမ်းအရှည်ဆုံးအပင်က ဘယ်အပင်ဖြစ်မလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။ - လူတွေအတွက် အကျိုးအပြုဆုံးအပင်က ဘယ်အပင်ဖြစ်မလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။ ❁ ကလေးများအားလုံးကို မျက်စိမှိတ်ထားစေပြီး "သားတို့သမီးတို့အားလုံး မျက်စိထဲမှာ ပန်းဥယျာဉ်ကြီးတစ်ခုကို မြင်ကြည့်ကြပါ။ ပန်းဥယျာဉ်ထဲမှာဆိုရင် အနီရောင်၊ အဝါရောင်စတဲ့ ရောင်စုံပန်းကလေးတွေ၊ မြက်ခင်းစိမ်းစိမ်းလေးတွေနဲ့ လှပနေတယ်လို့ မြင်ကြည့်ကြပါ။ ဒါ့အပြင် အရိပ်ရအပင်ကြီးတွေနဲ့ ဥယျာဉ်ကြီး အတွင်းမှာလည်း အေးမြနေတယ်လို့ ခံစားကြည့်ကြပါ"ဟု ပြောပါ။ ❁ ပြီးနောက် မျက်စိများကို ပြန်ဖွင့်စေပြီးလျှင် အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။ - အကယ်၍ ပန်းဥယျာဉ်ကြီးထဲမှာ ရောင်စုံပန်းကလေးတွေမရှိရင် ဥယျာဉ်ကြီးဟာ ရှုချင်စဖွယ် လှပနေပါ့မလား။ - ရောင်စုံပန်းကလေးတွေတော့ရှိပြီး အရိပ်ရအပင်တွေ မရှိရင်ရော ဥယျာဉ်ကြီး ပြည့်စုံပါ့မလား။ ဘာကြောင့်လဲ။ - လေပြင်းတိုက်တဲ့အချိန်မှာ တစ်ပင်တည်း ထီးထီးကြီးရှိနေတဲ့အပင်ဟာ ဘယ်လိုဖြစ်သွားနိုင်မလဲ။ - လေပြင်းတိုက်တဲ့အချိန်မှာ အစုလိုက် စုစည်းတည်ရှိနေတဲ့ အပင်တွေကရော ဘယ်လိုဖြစ်သွားမလဲ။ ❁ ကလေးများ၏ အဖြေအပေါ် မူတည်၍ "အပင်တွေအားလုံးမှာ ကိုယ်စီအလှတရားတွေ၊ တန်ဖိုးတွေရှိကြတယ်။ အဲဒီလို အလှတရားတွေရှိတဲ့၊ တန်ဖိုးရှိတဲ့ အပင်တွေအားလုံး ပေါင်းစုတည်ရှိမှသာ တကယ့်ကို သာယာဖွယ်ကောင်းတဲ့ အလှတရားက ပိုပြီးပေါ်လွင်မှာ ဖြစ်တယ်" စသည်ဖြင့် ပြောကြားပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ စည်းလုံးခြင်းအင်အား ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။

စည်းလုံးခြင်း အင်အား

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက ဗာရာဏသီပြည်က တောအုပ်ကြီးတစ်ခုမှာ နေထိုင်တဲ့နတ်တွေကို အုပ်ချုပ်ဖို့ ဝေဿဝဏ်လို့ခေါ်တဲ့ နတ်မင်းအသစ်တစ်ပါး ရောက်လာတယ်။ တစ်နေ့မှာ အဲဒီ ဝေဿဝဏ်နတ်မင်းက ရုက္ခစိုးနတ် (သစ်ပင်စောင့်နတ်) တွေကိုခေါ်ပြီး "ဒီနေ့ကစပြီး သင်တို့နှစ်သက်ရာ သစ်ပင်တွေကို ရွေးချယ်နေထိုင်နိုင်ကြတယ်" လို့ နေထိုင်ခွင့် ပြုလိုက်တယ်။

ရုက္ခစိုးနတ်တွေထဲက ပညာရှိတဲ့ ရုက္ခစိုးနတ်တစ်ပါးဟာ သူ့ရဲ့ဆွေမျိုးတွေ၊ အပေါင်းအဖော်တွေကို "သင်တို့ဟာ လွင်ပြင်မှာရှိတဲ့ သစ်ပင်တွေမှာ မနေကြနဲ့။ ငါနဲ့အတူ တောထဲမှာပဲ တစ်စုတစ်စည်းထဲ နေကြပါ"လို့ ဆုံးမတယ်။ အဲဒီအခါမှာ စဉ်းစားဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှိတဲ့ ရုက္ခစိုးနတ်တွေဟာ ပညာရှိရဲ့စကားကို နားထောင်ပေမဲ့ တချို့ကတော့ နားမထောင်ကြဘဲ "တောထဲမှာနေလို့ ဘာမှအကျိုးမရှိဘူး။ မြို့နားရွာနား နီးနီးနေမှ လူတွေပူဇော်ပသတဲ့ လာဘ်လာဘ၊ လှူဖွယ်ပစ္စည်းတွေကို ရမှာပေါ့။ ဒါကြောင့် မြို့နားနီးနီး နေကြစို့"လို့ ဆိုပြီး မြို့နားရွာနားက ကွင်းပြင်ကျယ်မှာရှိတဲ့ သစ်ပင်ကြီးတွေကိုသာ ရွေးချယ်ပြီး နေကြတယ်။

အဲဒီလို မြို့နားရွာနားက သစ်ပင်တွေမှာနေတော့ လူတွေနဲ့နီးနေတဲ့အတွက် ကလေးတွေက သစ်ပင်ပေါ်တက်ဆော့ကြတယ်။ ထင်းအဖြစ်သုံးဖို့ ကိုင်းလာချိုးကြသူတွေလည်း ရှိတယ်။ ပြီးတော့ သစ်ပင်ရင်းမှာ အညစ်အကြေးစွန့်ကြသူတွေလည်း ရှိတယ်။ ရုက္ခစိုးနတ်တွေက သူတို့မျှော်လင့်သလို လာဘ်လာဘ၊ လှူဖွယ်ပစ္စည်းတွေ အများကြီးမရဘဲ စိတ်ညစ်စရာတွေကိုသာ တွေ့နေရတော့တယ်။ တောထဲက ရုက္ခစိုးတွေကတော့ အေးအေးချမ်းချမ်း နေကြရတယ်။

ဒီလိုနဲ့ နေလာရင်း မိုးဥတုတစ်ရက်မှာ မုန်တိုင်းကြီး ကျရောက်လာတယ်။ လေက အလွန်ပြင်းထန်စွာ တိုက်ခတ်တဲ့အတွက် မြို့နားရွာနား ကွင်းပြင်မှာရှိတဲ့ သစ်ပင်တွေဟာ အကိုင်းအခက်တွေ ကျိုးကုန်ကြတယ်။ အမြစ်ကြီးများ စွဲမြဲစွာရှိနေတဲ့ သစ်ပင်ကြီးတွေတောင် လဲပြိုကုန်တယ်။ ဒါပေမဲ့ တောထဲက သစ်ပင်တွေကတော့ တစ်ပင်နဲ့တစ်ပင် စုပေါင်းညီညွတ်စွာ အမှီအတွယ်ရှိနေကြတဲ့အတွက် ပျက်စီးမှု အလွန်နည်းပါးတယ်။

မုန်တိုင်းပြီးသွားတော့ မုန်တိုင်းဒဏ်ကြောင့် သစ်ပင်တွေ ပြိုလဲသွားလို့ နေထိုင်စရာ ဗိမာန် မရှိတော့တဲ့အတွက် မြို့နားက သစ်ပင်တွေမှာနေတဲ့ ရုက္ခစိုးနတ်တွေအားလုံး တောထဲကို ပြန်ရောက်လာခဲ့ကြတယ်။ တောထဲမှာနေတဲ့ ရုက္ခစိုးနတ်တွေက ဒုက္ခသည် ရုက္ခစိုးနတ်တွေကို ကောင်းမွန်စွာ လက်ခံကူညီကြတယ်။ ပညာရှိရုက္ခစိုးနတ်က "လောကမှာ အဆွေအမျိုးများခြင်းဟာ ကောင်းကျိုးတစ်ပါး ဖြစ်တယ်။ ဒီလိုပဲ တောမှာဖြစ်တဲ့ သစ်ပင်ဆိုတာလည်း များများစုနေမှ ကောင်းတယ်။ တစ်ပင်တည်းရှိနေတဲ့ သစ်ပင်ဟာ ဘယ်လောက်ပဲကြီးကြီး လေပြင်းတိုက်ရင် လဲနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ညီညီညွတ်ညွတ်နေမှသာ ချမ်းသာခြင်းကို ရနိုင်တယ်"လို့ ဆုံးမစကား ပြောဆိုပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ရုက္ခဓမ္မဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ပထမတွဲ၊ ၃၀၄၊ ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၄၆၊

- ❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။
  - နတ်မင်းကြီးက ရုက္ခစိုးနတ်တွေကို ဘယ်လို ခွင့်ပြုလိုက်သလဲ။
  - ပညာရှိ ရုက္ခစိုးနတ်က ဘယ်လို ဆုံးမသလဲ။
  - ပညာရှိစကားကို နားမထောင်တဲ့ ရုက္ခစိုးနတ်တွေက ဘယ်လို ပြန်ပြောသလဲ။
  - မြို့နားရွာနားမှာ နေထိုင်တဲ့ ရုက္ခစိုးနတ်တွေ ဘယ်လို ဒုက္ခကို ခံစားကြရသလဲ။
  - မုန်တိုင်းကျရောက်တဲ့အခါမှာ သူတို့နေထိုင်တဲ့သစ်ပင်တွေ ဘယ်လို ဖြစ်ကုန်သလဲ။
  - တောထဲက ရုက္ခစိုးနတ်တွေ နေထိုင်တဲ့ သစ်ပင်တွေဟာ မုန်တိုင်းဒဏ်ကြောင့် ပျက်စီးကြသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
  - ပညာရှိရုက္ခစိုးနတ်က ဒုက္ခသည်ရုက္ခစိုးနတ်တွေကို ဘယ်လိုဆုံးမလိုက်သလဲ။
  - ဒီဇာတ်လမ်းကနေ သားတို့သမီးတို့ ဘဝအတွက် ဘာသင်ခန်းစာ ရလိုက်သလဲ စသည့်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ၊ စည်းလုံးခြင်း အင်အား တေးကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ အောက်ပါတေးကဗျာကို ရွတ်ဆိုစေခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

စည်းလုံးခြင်းအင်အား

မိုးဦးမိုးအခါ ဝင်ရောက်လာ
မိုးသက်မုန်တိုင်း ပြင်းထန်စွာ
ကွဲလွဲသစ်ပင် အဖော်မဲ့ကာ
ကြီးမားအမြစ်တွယ် စွဲမြဲစွာ
ရှိပေမဲ့လေ ခံနိုင်အား လဲပြိုပျက်စီးသွား
ပေါင်းစပ်ယှက်နွယ် ညီညီညာ တောထဲသစ်ပင်ပမာ
စည်းလုံးခြင်းရဲ့ တို့အင်အား ကောင်းကျိုးဆင့်ကာပွား။ ။

❁ ကလေးများအား သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့၍ စာရွက်လွတ်များ ဝေပေးပါ။

❁ ထို့နောက် "သားတို့သမီးတို့ကို စည်းလုံးညီညွတ်စွာ နေထိုင်ရမယ်၊ နေထိုင်သင့်တယ် ဆိုတာကို ပြောပြပြီးသွားပြီ။ ဒီတော့ စည်းလုံးညီညွတ်စွာ နေထိုင်မယ်ဆိုရင် ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိနိုင်မလဲ၊ စည်းလုံးမှုမရှိရင်ရော ဘယ်လို ဒုက္ခဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်လာနိုင်မလဲ ဆိုတာကို စဉ်းစားကြရမယ်။ ပြီးရင် သင်ပုန်းမှာ ဆွဲပြထားတဲ့ ပုံအတိုင်း စာရွက်ပေါ်မှာ ချရေးကြရမယ်"ဟု ဆိုကာ သင်ပုန်းပေါ်တွင် အောက်ပါပုံကို ဆွဲပြပါ။ ဆွဲထားသော ပုံအတိုင်း အုပ်စု အသီးသီးက ဆွေးနွေးတင်ပြကြပါစေ။

စည်းလုံးမှုရှိလျှင် ရရှိလာမည့် အကျိုးကျေးဇူးများ	စည်းလုံးမှုမရှိလျှင် ရရှိလာမည့် ဆိုးကျိုးများ

- ကလေးများ ဆွေးနွေးတင်ပြသွားသည်များကို မှတ်သားထားပြီး "စည်းလုံးညီညွတ်မှု မရှိလျှင် ဆိုးကျိုးများစွာ ရရှိနိုင်တယ်၊ စည်းလုံးညီညွတ်မှုရှိလျှင် ကောင်းကျိုးများစွာ ရနိုင်တဲ့အတွက် သားတို့သမီးတို့ဟာ စည်းစည်းလုံးလုံး နေထိုင်ကြရမယ်"ဟု ပြော၍ အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ညီညွတ်ခြင်းအကြောင်းတရားခြောက်ပါးကို ရေးထားသော ကတ်ပြား။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
(see below)

- "စည်းလုံးညီညွတ်အောင် ဘယ်လိုနေထိုင်ပြုမူရမလဲဆိုတာ ပြောခဲ့ပြီးပြီ။ အခု မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူခဲ့တဲ့ အောက်ပါ ညီညွတ်ခြင်းအကြောင်းတရား ခြောက်ပါးကို အဖွဲ့ခြောက်ဖွဲ့ခွဲပြီး ဆွေးနွေးကြရအောင်"ဟု ပြော၍ တစ်ဖွဲ့လျှင် တစ်ပါးစီကို အောက်ပါ အချက်နှစ်ချက် ပါဝင်စေလျက် ဆွေးနွေးကြပါစေ။

  - မြတ်စွာဘုရားက ဘာကြောင့် ဒီညီညွတ်ခြင်း အကြောင်းတရားကို ဟောခဲ့တယ် ထင်သလဲ။
  - ဒီအကြောင်းတရားနဲ့ မညီညွတ်ရင် ဘာဖြစ်မယ် ထင်သလဲ။

ညီညွတ်ခြင်း အကြောင်းတရား ခြောက်ပါး

၁။ ကိုယ်အမူအရာဖြင့် အချင်းချင်း ချစ်ခင်ကြင်နာခြင်း၊
၂။ နှုတ်အပြောအဆိုဖြင့် အချင်းချင်း ချစ်ခင်ကြင်နာခြင်း၊
၃။ စိတ်အတွေးအကြံဖြင့် အချင်းချင်း ချစ်ခင်ကြင်နာခြင်း၊
၄။ အချင်းချင်း ဝေမျှသုံးစွဲခြင်း၊
၅။ အကျင့်သီလ တူညီအောင် အားထုတ်ခြင်း၊
၆။ အယူဝါဒ တူညီအောင် အားထုတ်ခြင်း။ **(အံ၊ ၂၊ ၂၅၆၊) (မ၊ ၁၊ ၃၉၆၊)**

- ဆွေးနွေးထားသည်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးက အတန်းရှေ့သို့ ထွက်ပြောကြပါစေ။
- နောက်ဆုံးတွင် လူအများနှင့် စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ရသော အလုပ်မှန်သမျှ ညီညီညွတ်ညွတ် လုပ်ဆောင်မှသာ အောင်မြင်နိုင်ကြောင်းနှင့် ကလေးများလည်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ချစ်ချစ်ခင်ခင် ညီညီညွတ်ညွတ် နေထိုင်ပြုမူရမည် ဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် ပြောကြားပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၂၈)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ စိတ်ထားဖြောင့်မတ်ခြင်း

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ဖြောင့်မတ်သောစိတ် ထားတတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကြည့်မှန်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို အောက်ပါမေးခွန်းများမေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - သားတို့သမီးတို့ မှန်ကြည့်ဖူးလား။ - မှန်ထဲမှာ ဘယ်လိုပုံပေါ်နိုင်တယ်ထင်သလဲ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးများကို အုပ်စု(၅)စုဖွဲ့၍ မှန်ကြည့်ကစားခြင်းဖြင့် စတင်ပါ။ ❁ အုပ်စုတစ်စုလျှင် မှန်တစ်ချပ်စီပေးပြီး ကလေးတိုင်းကို မှန်ကြည့်စေ၍ မိမိလုပ်လိုသည့် မျက်နှာအမူအရာ လုပ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။ ❁ ကလေးအားလုံး မှန်ကြည့်ပြီးပါက ကလေးအချို့ကို "ဘယ်လို အမူအရာ လုပ်ခဲ့လဲ။ မှန်ထဲမှာ ဘယ်လိုတွေ့ရလဲ" စသည်ဖြင့် မေးမြန်းပါ။ ❁ "အခု မှန်ထဲမှာပေါ်တဲ့ပုံဟာ ကိုယ်လုပ်တဲ့ အမူအရာအတိုင်းပေါ်တာလား။ ဘယ်လိုပုံစံ မျိုးပေါ်သလဲ" စသည်ဖြင့် ကလေးများအား မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး အောက်ပါ အချက်အလက်များကို ပြောပြ၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။ - "ကိုယ်လုပ်တဲ့ အမူအရာအတိုင်း မှန်ထဲမှာပေါ်သလို သူတစ်ပါးအပေါ် ထားရှိတဲ့ ကိုယ့်ရဲ့အပြုအမူနဲ့ စိတ်စေတနာအတိုင်း သူတစ်ပါးကလည်း ကိုယ့်ကို ပြန်လည်ပြုမူတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် လူတိုင်းအပေါ် ညီညွတ်မျှတတဲ့စိတ် ထားရှိရမယ်"

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင် စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းကို ကလေးများအားလုံး အသံတိတ် ဖတ်ကြပါစေ။ **သံကိုကြွက်စား သားကိုစွန်ချီ** ရှေးအခါက ဗာရာဏသီပြည်မှာ ကုန်သည် "မောင်ကောက်" နဲ့ "မောင်ဖြောင့်" ဆိုတဲ့ မိတ်ဆွေနှစ်ဦး ရှိတယ်။ သူတို့နှစ်ယောက်ဟာ ခင်ခင်မင်မင် နေလာကြရင်း တစ်နေ့မှာ မောင်ဖြောင့်က သံထွန်သွားတွေကို မောင်ကောက်ဆီမှာ ခဏအပ်ခဲ့ပြီး ခရီးထွက်သွားတယ်။ မောင်ကောက်က အဲဒီထွန်သွားတွေကို ရောင်းစားလိုက်

တယ်။ အဲဒီနောက် ထွန်သွားတွေ ထားတဲ့နေရာမှာ ကြွက်ချေးတွေကို ကြဲထားလိုက်တယ်။

မောင်ဖြောင့် ခရီးမှပြန်လာတဲ့အခါ သူ့ထွန်သွားတွေကို လာယူတယ်။ မောင်ကောက်က "မင်းရဲ့ထွန်သွားတွေကို ကြွက်စားသွားပြီ။ ဒီမှာ ကြွက်ချေးတွေ တွေ့လား"လို့ ပြောတဲ့အခါ မောင်ဖြောင့်က "အေးလေ. . . ကြွက်စားသွားတော့လည်း ဘယ်တတ်နိုင်မလဲ"လို့ အေးအေးဆေးဆေး ပြောဆိုပြီးတော့ မောင်ကောက်ရဲ့သားကို ခေါ်ပြီး ရေချိုးဆိပ်ကို သွားတယ်။

မောင်ဖြောင့်ဟာ ရေချိုးဆိပ်မရောက်ခင် မိတ်ဆွေအိမ်တစ်အိမ်မှာ သားငယ်ကို အပ်ထားခဲ့ပြီး "အပြင်မထွက်ပါစေနဲ့"လို့ မှာခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီနောက် ရေချိုးပြီး မောင်ကောက်အိမ်ကို ပြန်လာတယ်။ အိမ်ရောက်တဲ့အခါ "သူငယ်ချင်း ရေဆိပ်မှာ ငါရေချိုးနေတုန်း မင်းရဲ့သားကို စွန်တစ်ကောင်က ချီသွားတယ်။ ငါလက်ခုပ်တီးပြီး ခြောက်လှန့်ပေမဲ့ စွန်က သားကို လွှတ်မချဘဲ ကောင်းကင်ပေါ် ပျံတက်သွားတယ်"လို့ ပြောတယ်။ အဲဒီအခါ မောင်ကောက်က "မင်းပြောတာ လုံးဝမဖြစ်နိုင်ဘူး။ သူငယ်ကို ချီပြီး ပျံနိုင်တဲ့စွန်ဆိုတာ မရှိနိုင်ဘူး။ မင်းကို တရားရုံးမှာ တရားစွဲမယ်၊ လိုက်လာခဲ့ပါ"လို့ ပြောလိုက်တော့ မောင်ဖြောင့်က သဘောတူ လိုက်ပါလာတယ်။

တရားသူကြီးထံရောက်တော့ "တရားသူကြီးမင်း ဒီလူဟာ ကျွန်တော့်သားကို ရေချိုးဆိပ်ခေါ်သွားပြီး ပြန်လာတော့ သားပြန်ပါမလာတော့ဘူး။ သူက ကျွန်တော့်သားကို စွန်ချီသွားတယ်လို့ ပြောပါတယ်။ တရားသဖြင့် ဆုံးဖြတ်ပေးပါခင်ဗျာ"လို့ မောင်ကောက်က တိုင်တယ်။ တရားသူကြီးမင်းက မောင်ဖြောင့်ကို မေးတော့ "မောင်ကောက်ပြောတဲ့အတိုင်း မှန်ပါတယ်"လို့ ပြန်ပြောတယ်။

တရားသူကြီးက "လောကမှာ သူငယ်ကို ချီနိုင်တဲ့စွန်ဆိုတာ မရှိပါဘူး"လို့ ပြန်ပြောတော့ မောင်ဖြောင့်က "ဒါဆိုရင် ကျွန်တော်ကလည်း တရားသူကြီးကို မေးလိုပါတယ်။ စွန်ဟာ သူငယ်ကိုချီပြီး မပျံနိုင်ဘူးဆိုရင် ကြွက်တွေကရော သံတွေကို စားနိုင်ပါ့မလား"လို့ မေးလိုက်တယ်။ တရားသူကြီးက "မင်း ပြောတဲ့စကားက ဘာအဓိပ္ပာယ်လဲ"လို့ မေးတဲ့အခါ မောင်ဖြောင့်က အကြောင်းစုံ ရှင်းပြတယ်။ အဲဒီနောက် တရားသူကြီးကို "တရားသဖြင့် ဆုံးဖြတ်ပေးပါ"လို့ တောင်းဆိုတယ်။

တရားသူကြီးက "မင်းဟာ ကောက်ကျစ်တတ်တဲ့သူကို ဘယ်လိုပညာပေးရမယ်ဆိုတာ တွေးတောတတ်ပါပေတယ်"လို့ မောင်ဖြောင့်ကို ချီးကျူးစကားပြောပြီး မောင်ကောက်ဘက် လှည့်ကာ "ထွန်သွားကို ကြွက်စားနိုင်တယ်ဆိုရင် သူငယ်ကိုလည်း စွန်ကချီနိုင်ပါတယ်။ လှည့်စားတတ်သူဆိုတာ လှည့်စားတတ်သူနဲ့ပဲ တွေ့တတ်တယ်။ ထွန်သွားတွေကို ပြန်ပေးလိုက်ပါ။ မင်းကလည်း သားကို ပြန်ပေးလိုက်ပါ"လို့ ဆုံးဖြတ်ပေးလိုက်တယ်။ အဲဒီလို ပြောလိုက်တော့မှ မောင်ကောက်လည်း ဆက်မလိမ်နိုင်တော့ဘဲ ထွန်သွားတွေကို ပြန်ပေးပါတယ်။ အဲဒီအခါမှ မောင်ဖြောင့်ကလည်း သားငယ်ကို ပြန်ခေါ်လာပေးလိုက်ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ကူဋဝါဏိဇဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ဒုတိယတွဲ၊ ၂၈၅၊ ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၆၅။

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- မောင်ဖြောင့်က ဘယ်သူ့ဆီကို ဘာပစ္စည်းအပ်သွားသလဲ။
- မောင်ဖြောင့်ခရီးက ပြန်လာတော့ ပစ္စည်းပြန်ရလား၊ ဘာကြောင့်လဲ။
- မောင်ဖြောင့်က သူ့ပစ္စည်းပြန်မရတော့ ဘာဖြစ်သွားလဲ။ ဘယ်လို ပြန်လုပ်သလဲ။
- သားတို့ သမီးတို့သာ မောင်ဖြောင့်နေရာမှာဆိုရင် ဘာလုပ်မလဲ။
- မောင်ကောက် ဘာဖြစ်လို့ အဲဒီလို ပြန်ခံရတာလဲ။
- မောင်ဖြောင့်လို ပြန်လုပ်သင့်သလား။ သည်းခံခွင့်လွှတ်သင့်သလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သူတစ်ပါးအပေါ် လှည့်စားမယ် ကောက်ကျစ်မယ်ဆိုရင် ဘာတွေဖြစ်လာနိုင်သလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို ဇာတ်လမ်းတွင်ပါဝင်သော ဇာတ်ကောင်များအတိုင်း သရုပ်ဆောင်ရန်အတွက် အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ (အုပ်စုတစ်စုတွင် ပါဝင်သော ကလေးအရေအတွက်သည် ဇာတ်လမ်းပါ ဇာတ်ကောင်အရေအတွက်အတိုင်း ရှိနေပါစေ။) ❁ အုပ်စုတွင် မည်သူက မည်သည့်နေရာတွင် သရုပ်ဆောင်မည်ကို အချင်းချင်းညှိနှိုင်း ရွေးချယ်၍ ဇာတ်လမ်းကို လေ့ကျင့်ကြပါစေ။ ဖွဲ့ထားသောအုပ်စုများထဲမှ အုပ်စုနှစ်စု (သို့မဟုတ်)သုံးစုကိုသာ မဲနှိုက်၍ သရုပ်ဆောင်ကြပါစေ။ တစ်ဖွဲ့က သရုပ်ဆောင်နေလျှင် ကျန်အဖွဲ့များက သေချာစွာ ကြည့်ရှုနေကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ သရုပ်ဆောင်ပြီးသောအခါ ကြည့်ရှုနေသော ကလေးများအား အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။ - ဒီဇာတ်လမ်းကနေ ဘာသင်ခန်းစာတွေရသလဲ။ - မောင်ဖြောင့်က ဘယ်လိုပြုလုပ်သလဲ။ - မောင်ကောက်ကလည်း ဘာတွေလုပ်သလဲ။ - ဘယ်သူ့လုပ်ရပ်က ကောင်းသလဲ စသည့်မေးခွန်းများ မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဖြစ်ရပ်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ အောက်ပါဖြစ်ရပ်ကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသား၍ ကလေးများ လေ့လာဆွေးနွေးကြပါစေ။ **ဖြစ်ရပ်** မောင်မောင်နှင့် အောင်အောင်သည် အတန်းဖော်များ ဖြစ်ကြသော်လည်း အောင်အောင်သည် မောင်မောင့်အား အမြဲတမ်း အနိုင်ကျင့်လေ့ရှိသည်။ နောက်ဆုံးစာမေးပွဲ ဖြေခါနီးတွင် မောင်မောင်သည် အတန်းသန့်ရှင်းရေးတာဝန်ကျ၍ တံမြက်စည်းလှည်းရာ အောင်အောင်၏ စာမေးပွဲမှတ်စုစာအုပ် ခုံပေါ်တွင် ကျန်ခဲ့သည်ကို တွေ့သွားသည်။ အောင်အောင်မှာ မိမိမှတ်စုစာအုပ် မည်သည့်နေရာတွင် ကျန်ခဲ့မှန်းမသိ၍ စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်နေသည်။ ထိုစာအုပ်ကို မောင်မောင်ယူထားလိုက်ပြီး နောက်တစ်နေ့တွင် အောင်အောင်၏အိမ်သို့သွား၍ ထိုစာမေးပွဲမှတ်စုစာအုပ်ကို ပြန်ပေးလိုက်လေသည်။ ❁ ဖြစ်ရပ်ကို ဖတ်ရှုလေ့လာပြီးသောအခါ အောက်ပါမေးခွန်းများကို အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးစေပြီး ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ - မောင်မောင်ရဲ့လုပ်ရပ်ကို ကလေးတို့ဘယ်လိုထင်သလဲ။ - မောင်မောင်နေရာမှာ ကလေးတို့သာဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

- မောင်မောင်က မှတ်စုစာအုပ်ကို ပြန်ပေးလိုက်တဲ့အခါ အောင်အောင် ဘယ်လိုခံစားရမယ် ထင်သလဲ။
- သူတို့နှစ်ယောက်မှာ ဘယ်သူက စိတ်ထားဖြောင့်မတ်သူဖြစ်မယ်လို့ ကလေးတို့ ထင်သလဲ။

❁ အုပ်စုအားလုံး တင်ပြပြီးသောအခါ ဆရာက အောက်ပါအချက်အလက်များ ပါဝင်အောင် ဖြည့်စွက် ဆွေးနွေးပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

"စိတ်ထားဖြောင့်မတ်သူဟာ မိမိရဲ့ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်သုံးပါးကို ကောင်းအောင်ကြိုးစားတယ်။ သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်အောင် ဘယ်တော့မှ မလုပ်ဘူး။ ကလေးတို့လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်ထားဖြောင့်မတ်သူ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားနေထိုင်ကြပါ။ လူတိုင်းအပေါ်မှာ ကိုယ်ချင်းစာတရားနဲ့ ဆက်ဆံပြုမူကြပါ"

သင်ခန်းစာ (၂၉)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ အများအကျိုးဆောင်

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ အများအကျိုး ဆောင်ရွက်လိုသောစိတ်ဖြင့် လုပ်ကိုင်တတ်စေရန်၊

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
● အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးမြန်းဆွေးနွေးခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - ပရဟိတ ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ကြားဖူးလား။ - ပရဟိတလုပ်ငန်းတွေက ဘယ်လိုလုပ်ငန်းမျိုးတွေလဲ စသည့်မေးခွန်းများကို ဆရာက မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး ကလေးများ ဖြေကြားသောအချက်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ပါ။ ● ထို့နောက် ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့၍ အောက်ပါမေးခွန်းများကို အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးကြပါစေ။ - ကလေးတို့သိတဲ့ ပရဟိတ လုပ်ငန်းတွေကို ပြောပြပါ။ - အဲဒီလုပ်ငန်းတွေကို ဘယ်သူတွေလုပ်ကြသလဲ။ - ပရဟိတလုပ်တဲ့သူတွေဟာ ဘယ်လိုစိတ်ထားမျိုး ရှိကြမယ်လို့ ထင်သလဲ။ ဘာကြောင့် အဲဒီလိုအလုပ်တွေကို လုပ်တယ်လို့ ထင်သလဲ။ ● အုပ်စုတွင်းဆွေးနွေးပြီးပါက အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်များ တင်ပြပြီးသောအခါ ဆရာက "အခု ပြောသွားတဲ့သူတွေလိုပဲ အများအကျိုး ဆောင်ရွက်ခဲ့တဲ့သူ တစ်ယောက်အကြောင်းကို နောက်တစ်ချိန်ကျရင် လေ့လာကြမယ်"ဟု ဆိုကာ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင် စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
● "သိကြားမင်း" နှင့် "မဃ" ဟူသော စကားလုံးနှစ်လုံးကို သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေး၍ ၎င်းတို့ကို ကြားဖူးခြင်း ရှိမရှိ မေးပါ။ ကြားဖူးလျှင် မည်သည့်နေရာတွင် ကြားဖူးကြောင်းနှင့် မည်သည့်အဓိပ္ပာယ်ဖြစ်ကြောင်း မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ● ကလေးများ ဖြေဆိုပြီးသောအခါ နတ်ပြည်တွင်ရှိသော နတ်အပေါင်းကို အုပ်ချုပ်ရသောမင်းကို သိကြားမင်းဟု ခေါ်ဆိုကြောင်း၊ မဃဟူသော စကားလုံးမှာ သိကြားမင်း၏ နာမည်တစ်မျိုးပင်ဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် ရှင်းပြပါ။ ● ထို့နောက် "သိကြားမင်းမဖြစ်ခင် အရင်ဘဝမှာလည်း သူ့နာမည်က မဃပဲ ဖြစ်တယ်။ သိကြားမင်းမဖြစ်ခင် မဃ လုလင်ဘဝအကြောင်းကို အခု လေ့လာကြမယ်"ဟု ဆိုကာ အောက်ပါ မဃလုလင်ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။

မဃလုလင်

ရှေးအခါက ရာဇဂြိုဟ်ပြည်က တောရွာလေးတစ်ရွာမှာ လူငယ်အသင်းအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ ရှိခဲ့တယ်။ အဲဒီအဖွဲ့ကို ဦးဆောင်တဲ့သူက မဃလုလင် ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့ အဖွဲ့ကိုလည်း "မဃလူငယ်အဖွဲ့"ဆိုပြီး နာမည်ပေးထားတယ်။ သူတို့အဖွဲ့အမှာ အဖွဲ့ဝင် ၃၃ ယောက်ရှိတယ်။

မဃလူငယ်အဖွဲ့ဟာ ငါးပါးသီလ စောင့်ထိန်းခြင်း၊ လမ်းပြင်ခြင်း၊ တံတားဆောက်ခြင်း၊ ရေတွင်းရေကန် တူးဖော်ခြင်းစတဲ့ ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေး လုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ကြတယ်။ ရပ်ရွာကလူတွေကိုလည်း သူတို့နဲ့အတူ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ပေးဖို့ တိုက်တွန်းနိုးဆော်တယ်။ ဒါကြောင့် ရွာသူရွာသားတွေဟာ ဒုစရိုက်ပြုလုပ်မှု တဖြည်းဖြည်း လျော့နည်းလာပြီး ရပ်ရွာကလည်း အရင်ကထက် ပိုမို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခဲ့တယ်။

ဒါပေမဲ့ ရွာသူကြီးကတော့ မဃလူငယ်အဖွဲ့ရဲ့လုပ်ဆောင်မှုတွေကို မလိုလားဘူး။ ရွာမှာ ဒုစရိုက်မှုတွေ လျော့နည်းလာတော့ သူ့အတွက် လာဘ်ရရှိမှု နည်းပါးသွားတယ်။ ဒါကြောင့် မင်းကြီးကို "အရှင်မင်းကြီး၊ သူခိုးတွေဟာ ရွာကို လာရောက်ဖျက်ဆီးနေကြပါတယ်"လို့ လျှောက်ထားတယ်။ မင်းကြီးကလည်း ထပ်မံစစ်ဆေးမှု မပြုလုပ်ဘဲ "သူခိုးများကို ဆင်ဖြင့်နင်း၍သတ်စေ"ဆိုပြီး အမိန့်ချလိုက်တယ်။

မင်းမှုထမ်းတွေက မဃလုလင် အဖွဲ့သားတွေကို သတ်ဖို့ ဆင်တွေကို ထုတ်ယူလာခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင် မဃလုလင်က သူ့အဖွဲ့သားတွေကို "ကျွန်ုပ်တို့ ဆောက်တည်ခဲ့တဲ့ သီလနဲ့ ပရဟိတအလုပ်တွေကို ပြန်လည်အောက်မေ့ပြီး ရွာသူကြီး၊ မင်းနှင့် ဆင်တို့ကို မေတ္တာပို့ကြပါ"လို့ တိုက်တွန်းစကား ဆိုခဲ့ပါတယ်။ အဖွဲ့ဝင်အားလုံးဟာ ခေါင်းဆောင်ရဲ့စကားကို လိုက်နာလက်ခံကြပါတယ်။

မင်းမှုထမ်းတွေ လွှတ်လိုက်တဲ့ဆင်ဟာ မဃလူငယ်အဖွဲ့သားတွေနားကို ရောက်လာတဲ့အခါ ရှေ့ကို မတိုးဝံ့တော့ဘဲ နောက်သို့ချည်း ပြန်လှည့်ပြေးနေတယ်။ မင်းကြီးက "မဃလူငယ်အဖွဲ့မှာ ဆင်တွေကို ထွက်ပြေးစေနိုင်တဲ့ အဆောင်လက်ဖွဲ့ တစ်မျိုးမျိုး ရှိလိမ့်မယ်"ဆိုပြီး မေးမြန်းစစ်ဆေးစေတယ်။ ခေါင်းဆောင် မဃလုလင်ကလည်း "ရှိပါတယ်၊ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ အဆောင်လက်ဖွဲ့ကောင်းက ကိုယ်ကျင့်သီလကောင်းမွန်ခြင်းနဲ့ အများအကျိုးကို အနစ်နာခံ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းပါပဲ"လို့ ပြန်လျှောက်လိုက်တယ်။ ဒီတော့မှ ဘုရင်ကြီးက မဃလူငယ်တို့အဖွဲ့မှာ အပြစ်ကင်းကြောင်းကို သိသွားပြီး ရွာသူကြီးကိုတော့ ရာထူးချလိုက်တယ်။

မင်းကြီးဟာ မဃလူငယ်အားလုံးကို ချက်ချင်းပဲ လွှတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့် ပေးလိုက်တဲ့အပြင် ရွာစားရာထူးနှင့် ပစ္စည်းဥစ္စာများလည်း ပေးအပ်ချီးမြှင့်လိုက်တယ်။ လူငယ်များဟာ ရပ်ရွာကို ပြန်ရောက်တဲ့အခါ လမ်းလေးခွဆုံမှာ ဓမ္မာရုံကြီး တစ်ခုကို ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီဓမ္မာရုံကြီးအနီးမှာ ဥယျာဉ်နဲ့ ရေကန်တစ်ကန်ကိုပါ ပြုလုပ်လှူဒါန်းခဲ့ကြတယ်။ ဒီလိုနဲ့ ခေါင်းဆောင်မဃလုလင် ကွယ်လွန်သွားတဲ့အခါ သိကြားမင်း ဖြစ်သွားတယ်။ မဃလူငယ် အဖွဲ့သားများလည်း တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ နတ်သားများ ဖြစ်သွားကြတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ကုလာဝကဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ပထမတွဲ၊ ၁၃၁၊ ဇာ ဌ၊ ၁၊ ၂၁၄၊

မှတ်ချက်။ ။ "မဃကုမာရော"ဟူသော မူရင်းပါဠိအရ "မဃ" ဟု သုံးထားသည်၊

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။

- မဃလူငယ်အဖွဲ့က ဘာတွေလုပ်ဆောင်ကြသလဲ။
- ရွာသားတွေ သီလဆောက်တည်ပြီး ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေလုပ်ကြတော့ ရွာသူကြီးက သဘောကျ ကျေနပ်သလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သူကြီးက ဘုရင်ကြီးကို တိုင်လိုက်တဲ့အခါ ဘယ်လို အမိန့်ချလိုက်သလဲ။
- ဘုရင်ကြီးရဲ့လုပ်ရပ်ဟာ မှန်တယ်လို့ ထင်ပါသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

- မယလုငယ်တို့အဖွဲ့ကို ဘာကြောင့် ဆင်တွေက မနင်းတာလဲ။
- ဆင်တွေက မယလုငယ်တို့ အဖွဲ့ကို မနင်းဘဲ ထွက်ပြေးတာနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘုရင်ကြီးက သူတို့အဖွဲ့ကို ဘယ်လိုပြောသလဲ။
- မယလုငယ်တို့ရဲ့ အဆောင်လက်ဖွဲ့က ဘာလဲ။
- မယလုငယ်နဲ့ အဖွဲ့ဟာ နောင်ဘဝမှာ ဘာတွေ ဖြစ်သွားကြသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သားတို့သမီးတို့ဆိုရင်ရော ဘာအဆောင်လက်ဖွဲ့တွေ ဆောင်ကြမလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွှတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "ကိုယ့်ရပ်ရွာထဲမှာရှိတဲ့ ပရဟိတအသင်းအဖွဲ့တွေရဲ့ အမည်ကို ပြောပြပါ"ဟု မေးမြန်း၍ ကလေးများပြောသမျှကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ပါ။ ထို့နောက် မှတ်တမ်းတင်ထားသော အသင်းအဖွဲ့များမှ ငါးခုကိုသာ ရွေးချယ်၍ ဆွေးနွေးကြပါစေ။ ကလေးများပြောသော အသင်းအဖွဲ့များတွင် "ဝတ်ရွတ်အသင်း၊ ဆွမ်းလောင်းအသင်း၊ သန့်ရှင်းရေးအသင်း၊ သာရေးနာရေးအသင်း၊ စာကြည့်တိုက်အသင်း"စသော အမည်များ မပါပါက ဆရာက မေးခွန်းမေးခြင်းဖြင့် ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပါ။ (မိမိဒေသတွင် လက်ရှိလုပ်ကိုင်နေသော အသင်းအဖွဲ့များ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဦးစားပေးဆွေးနွေးဆောင်ရွက်ပါစေ။)
❁ ကလေးများနှင့် ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပြီးသောအခါ အထက်ပါအသင်း ငါးခု၏ အမည်ဖြင့် အုပ်စု (၅)စု ဖွဲ့ပါ။ "အဲဒီအသင်းတွေက ဘာတွေလုပ်ဆောင်သလဲ။ ဘာကြောင့် အများအကျိုးဆောင်တယ်လို့ ပြောနိုင်သလဲ" စသည့် မေးခွန်းများဖြင့် အုပ်စုအတွင်း ဆွေးနွေး၍ စာရွက်လွှတ်တွင် ရေးစေပြီး အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။
❁ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်များ တင်ပြနေချိန်တွင် ဆရာက အရေးကြီးသောအချက်များကို ရေးမှတ်ထားပြီး လိုအပ်ချက်များကို မေးခွန်းအဖြစ်ပြောင်းလဲကာ ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပါ။ ထို့နောက် အောက်ပါအချက်များ ပါဝင်စေ၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။ "အများကောင်းကျိုးအတွက် မိမိအကျိုးအမြတ်ကို မကြည့်ဘဲ အပင်ပန်းခံ အနစ်နာခံပြီး စေတနာ ထက်သန်စွာနဲ့ ဆောင်ရွက်ပေးသူတွေဟာ အများအကျိုး ဆောင်သူတွေဖြစ်ကြတယ်"

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ပိုင်းများနှင့် မယလုလင် တေးကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါလုပ်ငန်းများဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - ကလေးများကို အုပ်စု(၅)စုဖွဲ့၍ စာရွက်ပိုင်းများ ဝေပေးပါ။ ထို့နောက် ဆရာက "သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင်လည်း လုပ်ချင်တယ်၊ လူအများအတွက်လည်း အကျိုးရှိတဲ့ အလုပ်သုံးမျိုးက ဘာတွေလဲ"ဟု မေး၍ ထိုမေးခွန်းကို အုပ်စုအတွင်း အချင်းချင်း မဆွေးနွေးစေဘဲ မိမိ၏စိတ်ကူးများကိုသာ စာရွက်ပိုင်းများပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။ ❁ ထို့နောက် အုပ်စုအတွင်း လုပ်ချင်သောအလုပ်များ အချင်းချင်းတူရာ စုကြပါစေ။ ၄င်းအလုပ်များထဲမှ အရေးအကြီးဆုံး လုပ်သင့်သောအလုပ်ကို အဘယ့်ကြောင့်လုပ်သင့်ကြောင်း အချင်းချင်းအပြန်အလှန် ဆွေးနွေးစေကာ အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးဦးမှ တင်ပြပါစေ။ ❁ ကလေးများတင်ပြနေချိန်တွင် ဆရာက မှတ်သားထားပြီး လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပါ။ ❁ ထို့နောက် မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် အများအကျိုး ဆောင်ရွက်လိုသောကြောင့် ဘုရားဆုပန်ပြီး ဘဝများစွာ၌ အမျိုးမျိုး အနစ်နာခံ ကိုယ်ကျိုးစွန့်ပြီး အများအကျိုးအတွက် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း၊ မိမိကိုယ်ကျိုးကို မကြည့်ဘဲ အများအကျိုး ဆောင်ရွက်သူကို လွန်စွာနှစ်သက်တော်မူကြောင်း၊ ချီးမွမ်းတော်မူကြောင်းနှင့် ယခုအချိန်ကစ၍ မွန်မြတ်သော စိတ်ဓာတ်ကို မွေးမြူပြီး အများအကျိုးအတွက် မိမိတတ်နိုင်သရွေ့ ဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြား၍ အောက်ပါ မယလုလင် တေးကဗျာကို ရွတ်ဆိုစေ၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။ **မယလုလင်** မယလုလင် သူ့တရားကျင့်စဉ် ငါးပါးလုံခြုံ သီလဂုဏ် တံတားခင်းလမ်းခင်း ရေတွင်းရေကန် တူးဖော်ကာ စေတနာခွန်အား ကုသိုလ်ပွား အများအကျိုးသယ်ပိုးသွား အများအကျိုးဆောင် ကိုယ့်အကျိုးအောင် မယလုလင်ဟာ သူ့ရဲ့ကုသိုလ် စေတနာသဒ္ဓါ ခန္ဓာစွန့်သောအခါ တာဝတိံသာ အထက်က သိကြားမင်းဖြစ်လာ။ ။

သင်ခန်းစာ (၃၀)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ပညာရှိ ခေါင်းဆောင်ကောင်း

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ပညာရှိသူအား ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ရမည်ကို သိရှိစေရန်နှင့် ပညာရှိခေါင်းဆောင်ကောင်း၏ အပြုအမူများကို အတုယူတတ်စေရန်၊

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါ ခေါင်းဆောင်ရှာကစားနည်းဖြင့် သင်ခန်းစာကို စတင်ပါ။ - ကလေးများအားလုံး စက်ဝိုင်းပုံစံ ရပ်နေကြပါစေ။ ထို့နောက် ခေါင်းဆောင်ရှာမည့် ကလေးတစ်ယောက်ကို ဆရာက မဲလိပ်နှိုက်၍ ရွေးချယ်ပါ။ ခေါင်းဆောင်ရှာမည့် ကလေးအား စက်ဝိုင်းပုံစံရပ်နေသော ကလေးများကို မမြင်နိုင်လောက်သော နေရာတွင် နေပါစေ။ စက်ဝိုင်းပုံရပ်နေသော ကလေးများထဲမှ တစ်ယောက်က အမူအရာ တစ်ခုကို ဦးဆောင်ပြုလုပ်ပြီး ကျန်ကလေးများက ထိုအမူအရာအတိုင်း လိုက်လုပ်ပါစေ။ ထိုသို့ အမူအရာ တစ်ခုကို ပြုလုပ်နေစဉ်တွင် ခေါင်းဆောင်ရှာမည့် ကလေးကို စက်ဝိုင်းအတွင်းသို့ ဝင်လာစေပြီး ဦးဆောင်ပြုလုပ်သူကို ရှာပါစေ။ (ဦးဆောင်ပြုလုပ်သူက ခေါင်းဆောင်ရှာနေသည့် ကလေးမသိအောင် အမူအရာအမျိုးမျိုးကို ပြောင်းလဲပြုလုပ်ပါစေ။) ❁ ကစားပြီးသောအခါ "ဒီကစားနည်းကနေ ဘာတွေသိရှိသွားသလဲ"ဟု ကလေးများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပါ။ ❁ ထို့နောက် အောက်ပါမေးခွန်းများကို ကလေးများအား တစ်ခုချင်းစီ မေးမြန်းဆွေးနွေး၍ ကလေးများ ပြောဆိုသောအချက်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ပါ။ - ခေါင်းဆောင်ဆိုတာ ဘယ်လိုလူမျိုးကို ခေါ်သလဲ။ - ပညာရှိဆိုတာ ဘယ်လိုလူမျိုးလဲ။ - ပညာမဲ့ဆိုတာဘယ်လိုလူမျိုးလဲ။ ❁ ကလေးများနှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပြီးသောအခါ ဆရာက ခေါင်းဆောင်တွေထဲမှာ ပညာရှိတဲ့ခေါင်းဆောင်တွေ ရှိသလို ပညာမဲ့တဲ့ခေါင်းဆောင်တွေလည်း ရှိတယ်။ နောက်စာသင်ချိန်မှာတော့ ပညာရှိခေါင်းဆောင် တစ်ယောက်အကြောင်းကို ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြမည်ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။

ပညာရှိ ခေါင်းဆောင်ကောင်း

ဗာရာဏသီပြည်မှာ ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီး အုပ်ချုပ်စဉ်က ပညာရှိခေါင်းဆောင် ခွေးမင်းဟာ အခြွေအရံနောက်လိုက် ခွေမျိုးခွေးများနဲ့အတူ သင်္ချိုင်းတစ်ခုမှာ နေထိုင်ခဲ့ပါတယ်။

တစ်နေ့မှာ မင်းကြီး ဥယျာဉ်ကစားထွက်ရာက ပြန်လာတော့ မိုးတွေ ရွာနေတဲ့အတွက် ရထားမှာ ကာရံထားတဲ့ သားရေပြား၊ သားရေကြိုးတွေဟာ ရေနူးပြီးပွကုန်တယ်။ သားရေအနံ့တွေလည်း ထွက်လာတယ်။ အဲဒီအနံ့တွေကြောင့် နန်းတော်ထဲမှာရှိတဲ့ ခွေးတွေဟာ အဲဒီသားရေတွေကို လာပြီးစားပစ်လိုက်ကြတယ်။

နန်းတွင်းသားတွေကလည်း မင်းကြီးကို ကြောက်တဲ့အတွက် "နန်းတော်အပြင်က ခွေးတွေ စားပစ်လိုက်ကြပါတယ်" ဆိုပြီး မင်းကြီးကို လျှောက်ထားကြတယ်။ ဒါနဲ့ မင်းကြီးက "နန်းတော်ပြင်ပက ခွေးအားလုံးကို သတ်စေ" ဆိုပြီး အမိန့်ပေးလိုက်တယ်။ နန်းတွင်း အလုပ်သမားတွေဟာ နန်းတော်အပြင်မှာရှိတဲ့ ခွေးတွေကို လိုက်သတ်ကြတယ်။ တစ်တိုင်းပြည်လုံးက ခွေးတွေဟာ သေမှာကြောက်လန့်နေကြတဲ့အတွက် ဒုက္ခများနေခဲ့ကြတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ခွေးမင်းရှိရာ သင်္ချိုင်းကို လာရောက်စုဝေးကြတယ်။ ခွေးမင်းကို ကူညီပေးဖို့ တောင်းပန်ပြောကြားကြတယ်။

ခွေးမင်းက "ငါ့ရဲ့ အခြံအရံနောက်လိုက် ခွေမျိုးတွေကို အသက်ဘေးက ကယ်တင်မယ်" ဆိုတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ချခဲ့တယ်။ အဲဒီနောက် အများအကျိုးဆောင်ရွက်လိုတဲ့ဆန္ဒနဲ့ မေတ္တာဘာဝနာပွားကာ "ငါ့ကို ဘယ်သူမှ အန္တရာယ် မပြုနိုင်ပါစေနဲ့" လို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြုရင်း မြို့တွင်းသို့ ဝင်လာခဲ့တယ်။

နန်းတော်ကို ရောက်တဲ့အခါမှာ မင်းကြီးစံမြန်းတဲ့နေရာအောက်သို့ ပြေး၍ ဝပ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီအခါ မင်းချင်းတွေက ခွေးမင်းကို ရိုက်ပုတ်နှင်ထုတ်မယ်လို့ ပြုလုပ်ဆဲမှာ မင်းကြီးက ဝင်ရောက် တားမြစ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီနောက် ခွေးမင်းက ခေတ္တအပန်းဖြေပြီး မင်းကြီးရှေ့ကို ထွက်လာခဲ့တယ်။ ပြီးတော့ မင်းကြီးကို ရှိခိုးပြီး "အရှင်မင်းကြီး . . . နန်းတော်ပြင်က ခွေးအားလုံးကို သတ်စေဆိုတဲ့အမိန့် အရှင်မင်းကြီး ပေးထားပါသလား" ဟု မေးလျှောက်ခဲ့တယ်။ မင်းကြီးကလည်း ဟုတ်မှန်ကြောင်း ဝန်ခံတယ်။ ဒါနဲ့ ခွေးမင်းက သတ်မိန့်ပေးရတဲ့ အကြောင်းရင်းကို ထပ်မံမေးလျှောက်တော့ မင်းကြီးက "ရထားသားရေတွေကို နန်းတော်ပြင်ပက ခွေးတွေ ကိုက်ဖြတ်ပစ်တဲ့အတွက် သတ်ရတာဖြစ်တယ်"လို့ ပြန်ပြောပြလိုက်တယ်။

အဲဒီအခါ ပညာရှိခွေးမင်းက "မင်းကြီး . . . ရထားသားရေကို ကိုက်ဖြတ်တဲ့ တရားခံတွေကို ကျွန်တော်မျိုး အခုဖော်ထုတ်ပေးမယ်"လို့ ပြောပြီး မင်းကြီးရဲ့အလုပ်သမားတွေကို နေစာမြက်တွေ ယူခိုင်းစေတယ်။ အဲဒီနေစာမြက်တွေကို ထုထောင်းခိုင်းပြီး ရက်တက်ရည်နဲ့ ဖျော်စပ်ခိုင်းတယ်။ ပြီးတော့ နန်းတွင်းခွေးတွေကို တိုက်ခိုင်းလိုက်တာ နန်းတွင်းခွေးတွေဟာ သားရေစတွေ ပြန်အန်ထုတ်ကြတယ်။

အဲဒီတော့မှ မင်းကြီးလည်း အဖြစ်မှန်ကို သိသွားပြီး သတ္တဝါအားလုံးကို ဘေးမဲ့ပေးလိုက်တယ်။ အများအကျိုးကို လိုလားတဲ့စိတ်နဲ့ အမှန်တရားကို ဖော်ထုတ်ပေးလိုက်တဲ့ ပညာရှိခေါင်းဆောင် ခွေးမင်းကို မင်းကြီးက လေးစားသွားပြီး ဆုလာဘ်များစွာ ပေးအပ်တယ်။ ဒါ့အပြင် ပညာရှိခေါင်းဆောင် ခွေးမင်းနဲ့တကွ အခြံအရံနောက်လိုက် ခွေမျိုးခွေးအပေါင်းတို့ကိုလည်း ကောင်းမွန်ပြည့်စုံတဲ့ အစားအသောက်တွေနဲ့ နေ့စဉ်မပြတ် ကျွေးမွေးပါတော့တယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ကုက္ကုရဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ပထမတွဲ၊ ၁၀၁။ ဇာ၊ ဋ၊ ၁၊ ၁၉၀။

ခက်ဆစ်အဖွင့်

နေစာမြက် = မြေစာမြက်

ရက်တက်ရည် = ထောပတ်ထုတ်ယူပြီးသော နို့ရည်ကြည်

- အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ခွေးမင်းဟာ သူ့ရဲ့ အခြံအရံဆွေမျိုးတွေ၊ အခြံအရံနောက်လိုက်တွေနဲ့အတူ ဘယ်မှာနေသလဲ။
- နန်းတော်ထဲကခွေးတွေက ရထားသားရေတွေကို ဘာလုပ်ပစ်လိုက်သလဲ။
- မင်းကြီးက ဘယ်လို အမိန့်ပေးလိုက်သလဲ။
- ခွေးမင်းက ပြဿနာဖြေရှင်းရန် မင်းကြီးဆီရောက်အောင် ဘယ်လိုသွားခဲ့သလဲ။
- ခွေးမင်းက ပြဿနာကို ဘယ်လို ဖြေရှင်းသလဲ။
- ဆွေမျိုးတွေကို ကယ်တင်တဲ့ ခွေးမင်းဟာ ဘယ်လို ကောင်းကျိုးတွေ ရရှိသွားသလဲ။
- ခွေးမင်းသာ မကယ်ရင် တစ်ပြည်လုံးမှာရှိတဲ့ ခွေးတွေ ဘာဖြစ်သွားနိုင်သလဲ။
- ခွေးမင်းသာ ပြဿနာကို ဖြေရှင်းမပေးရင် မင်းကြီးမှာ ဘယ်လို အကျိုးဆက်တွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။
- သေသေချာချာ မစုံစမ်းဘဲ အပြစ်မရှိတဲ့ခွေးတွေကို သတ်ပစ်ခိုင်းတဲ့ မင်းကြီးကို ဘယ်လို မြင်သလဲ။
- ခွေးမင်းကို ခေါင်းဆောင်ကောင်းလို့ ဘာကြောင့်ထင်သလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စစ်သူကြီးဖြစ်ရပ် ရေးသားထားသော စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ပညာရှိခေါင်းဆောင်ဖြစ်တဲ့ ခွေးမင်းအကြောင်းကို သားတို့သမီးတို့ သိပြီးပြီဆိုတော့ အခု ဆက်လက်ပြီးတော့ ဖြစ်ရပ်တစ်ခုကို လေ့လာကြရအောင်"ဟု ပြော၍ သင်ခန်းစာကို စတင်ပါ။

- ကလေးများကို အုပ်စု (၄)စု ဖွဲ့၍ သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသားထားသော အောက်ပါဖြစ်ရပ်ကို ဖတ်ပြီး မေးခွန်းသုံးခုကို အုပ်စုအတွင်း ဆွေးနွေးစေ၍ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက တင်ပြပါစေ။

တစ်ခါက စစ်သူကြီးတစ်ယောက်ဟာ သူ့သမီးလေးရဲ့ ရှစ်နှစ်ပြည့်မွေးနေ့ ရောက်ခါနီးမှာ ရှေ့တန်းထွက်ပြီး စစ်တိုက်ရတယ်။ သမီးလေးကိုတော့ "ဖေကြီးပြန်လာခဲ့မယ်" ဆိုပြီး ချော့မော့ ပြောထားခဲ့တယ်။ စစ်သူကြီးဟာ ရှုပ်ရှုပ်ချွံချွံ ကြိုးစားပြီး တိုက်ပေမဲ့ သူ့စစ်တပ်ဟာ ရန်သူအင်အားနဲ့မမျှဘဲ ရန်သူတွေ ဝိုင်းထားတာကို ခံနေရတယ်။ စားနပ်ရိက္ခာတွေလည်း ပြတ်လပ်ကုန်တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ရန်သူစစ်တပ်ခေါင်းဆောင်က "ခေါင်းဆောင်စစ်သူကြီးကို ပေးပါ၊ ကျန်တဲ့စစ်သားတွေကို လွှတ်ပေးမယ်၊ စစ်ပွဲကိုလည်း အဆုံးသတ်ပေးမယ်"လို့ တောင်းဆိုနေတယ်။ စစ်သူကြီးအနေနဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချဖို့ ဝေဝါးနေတယ်။ သူနဲ့အတူ စစ်တိုက်နေတဲ့ စစ်သားရဲဘော်တွေအတွက်လည်း စဉ်းစားမိတယ်။ အိမ်မှာ မွေးနေ့ပွဲကျင်းပဖို့ သူ့ကိုစောင့်နေတဲ့ သမီးလေးအတွက်လည်း စဉ်းစားမိပြီး အခက်အခဲ ဖြစ်နေတယ်။

- စစ်သူကြီးက ဘာလုပ်မယ်လို့ ထင်သလဲ။
- စစ်သူကြီးက သူ့ရဲ့ရဲဘော်တစ်ယောက်ကို သူ့ကိုယ်စားထည့်ပေးလိုက်မယ် ထင်သလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သမီးဆီကို ပြန်မယ်လို့ ထင်သလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

- အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် အသီးသီးက တင်ပြဆွေးနွေးပြီးသောအခါ ဆရာက လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပြီး အောက်ပါအတိုင်း အနှစ်ချုပ်ပြောပေးပါ။

"ပညာရှိဆိုတာ ကိုယ်ကျင့်သီလနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူ၊ ပညာဆင်ခြင်ဉာဏ်ကြီးမားသူ၊ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ပြဿနာ/ကိစ္စရပ်တွေကို စဉ်းစားချင့်ချိန်တတ်တဲ့သူ၊ မိမိရော သူတစ်ပါးပါ ကောင်းကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမယ့်

အပြုအမူ အပြောအဆိုမျိုးကိုသာ ပြုမူပြောဆိုတတ်တဲ့သူ ဖြစ်တယ်။ ဒါ့အပြင် ပညာရှိဟာ ကိုယ်နဲ့ ပြုလုပ်တဲ့ မကောင်းမှု သုံးပါး၊ နှုတ်နဲ့ပြောဆိုတဲ့ မကောင်းမှု လေးပါး၊ စိတ်နဲ့ကြံစည်တဲ့ မကောင်းမှု သုံးပါးဆိုတဲ့ ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါးကိုလည်း ရှောင်ရှားတတ်သူ ဖြစ်တယ်"

"ပညာမဲ့သူ ဆိုတာကတော့ ကိုယ်ကျင့်သီလနဲ့လည်း ပြည့်စုံမှုမရှိဘူး။ စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်တဲ့ ဉာဏ်ပညာလည်း မရှိဘူး။ မိမိရော သူတစ်ပါးပါ ကောင်းကျိုး ဖြစ်ထွန်းစေမယ့် အပြုအမူ၊ အပြောအဆိုမျိုးကိုလည်း ပြုမူပြောဆိုလေ့မရှိဘူး။ ဒါ့အပြင် ပညာမဲ့သူဟာ ကိုယ်နဲ့ပြုလုပ်တဲ့ မကောင်းမှု သုံးပါး၊ နှုတ်နဲ့ ပြောဆိုတဲ့ မကောင်းမှု လေးပါး၊ စိတ်နဲ့ကြံစည်တဲ့ မကောင်းမှု သုံးပါးဆိုတဲ့ ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါးတို့ကို ပြုလုပ်တတ်သူ ဖြစ်တယ်"

ခေါင်းဆောင်ဆိုတာ အနစ်နာခံနိုင်ရတယ်။ ဆင်ခြင်တွေးတောနိုင်ရတယ်။ လက်အောက်ငယ်သားတွေ ဒုက္ခရောက်မယ့်အရေးကို အနစ်နာခံကာကွယ်ပေးနိုင်တဲ့သူ ဖြစ်ရမယ်။ မ၊ ၃၊ ၂၀၈၊

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ကို ပညာရှိနဲ့ ပညာမဲ့တွေမှာရှိတဲ့ စရိုက်လက္ခဏာတွေအကြောင်းကို ဇာတ်လမ်းထဲမှာ လေ့လာခဲ့ကြပြီးပြီ။ အခုပညာရှိတဲ့လူက ဘယ်လိုစရိုက်မျိုးရှိသလဲ၊ ပညာမဲ့တဲ့သူက ဘယ်လိုစရိုက်မျိုး ရှိသလဲ"ဟု မေး၍ ကလေးများပြောသော အချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် အောက်ပါအတိုင်း မှတ်တမ်းတင်ပါ။

ပညာရှိခေါင်းဆောင်၏ စရိုက်များ	ပညာမဲ့ခေါင်းဆောင်၏ စရိုက်များ

- ကလေးများဆွေးနွေးထားသော အချက်အလက်များပေါ်မူတည်၍ ဆရာက လိုအပ်သည်များကို ဖြည့်စွက်ပါ။

(မျှော်မှန်းအဖြေများ။ ။ အများအကျိုးလိုလားသည်၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သည်၊ သာတူညီမျှစိတ်မရှိပါ၊ ကိုယ်ကျိုးစွန့်သည်၊ ကိုယ့်အကျိုးသာကြည့်သည်၊ သနားငဲ့ညှာသည်၊ လောဘကြီးသည်၊ အနစ်နာခံသည်၊ စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်သည်၊ အနိုင်ကျင့်တတ်သည်၊ လောဘစိတ်မရှိ၊ ဒေါသကြီးသည်၊ အပြစ်ကိုဝန်ခံတတ်သည်၊ မိုက်ရူးရဲဆန်သည်၊ ဒေါသကို ချုပ်ထိန်းနိုင်သည်၊ သာတူညီမျှစိတ်ရှိသည်၊ အပြစ်ကို ရှောင်လွှဲတတ်သည်၊ ပညာရှိ ယောင်ဆောင်သည်။)

- ထို့နောက် အောက်ပါ တေးကဗျာကို စုပေါင်းရွတ်ဆို၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

ခေါင်းဆောင်ကောင်း

ခေါင်းဆောင်တို့မည်သည်
ဦးဆောင်ကာကွယ်သည်
ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ အခိုင်အမာချ ရဲဝံ့ပြတ်သားစွာ
တွန်းလှန်ခုခံသည် အသိဉာဏ်အမြော်အမြင်ဆီ
စဉ်းစားသုံးသပ် တွက်ချက်စိစစ်ကာ
အများအကျိုးတွေ ဖြစ်ထွန်းရာ
မြင်အောင်ကြည့်တတ်တာ ခေါင်းဆောင်ကောင်းတွေပါ။

သင်ခန်းစာ (၃၁)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ဘုရင်မကြီး ရှင်စောပု

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ဘုရင်မကြီး ရှင်စောပု သာသနာပြုပုံနှင့် အလှူဒါနပြုလုပ်ပုံအကြောင်း သိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျန်စစ်သားမင်း ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ . . . သာသနာပြုလုပ်ငန်းတွေ လုပ်ဆောင်ခဲ့တဲ့ မင်းနှစ်ပါးအကြောင်းကို လေ့လာခဲ့ဖူးတယ်နော်။ အဲဒီမင်းတွေက ဘယ်သူတွေလဲ"ဟု မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
- ထို့နောက် ကလေးများအား အောက်ပါအတိုင်း ညွှန်ကြားပြီး သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။

  "သားတို့သမီးတို့က အနော်ရထာမင်းနဲ့ ကျန်စစ်သားမင်း နှစ်ပါးထဲက မဲလိပ်ကျရာ မင်းအကြောင်းကို ပြောပြ ရမယ်။ သူတို့ ဘာကြောင့် ထင်ရှား (လူသိများ) ရတာလဲ ဆိုတာကိုလည်း ပြောပြရမယ်။ ပြည့်ပြည့်စုံစုံနဲ့ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ပြောကြရမယ်နော်"

- မဲလိပ်ကျရာ မင်းအကြောင်းကို အုပ်စုအလိုက် အလှည့်ကျ ပြောပြကြပါစေ။
- အုပ်စုတစ်စုပြောပြီးတိုင်း ကျန်အုပ်စုများက ဆရာနှင့်တကွ လက်ခုပ်တီးကာ ချီးကျူးအားပေးကြပါစေ။
- ပြီးနောက် အောက်ပါ ကျန်စစ်သားမင်း ကဗျာကို ပြန်လည်ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

ကျန်စစ်သားမင်း

ရာဇဝင်တွင်ရစ်တဲ့၊
ကျန်စစ်မင်းစေတနာ၊
လေးစားဖွယ်ရာ။
ပုဂံခေတ်သာသနာ၊
စည်ပင်ကာပြန့်ပွား။
ရွှေစည်းခုံ၊ အာနန္ဒာနဲ့၊
စေတီသာ ကုသိုလ်များရယ်၊
အံ့ဖွယ်မြောက်မြား။ ။

- ထို့နောက် ကလေးများအား "ရှင်စောပုဘုရင်မ"ဆိုတာကို ကြားဖူးခြင်း ရှိမရှိ မေးမြန်းပြီး နောက်အချိန်တွင် ရှင်စောပု ဘုရင်မအကြောင်းကို သိရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဘုရင်မကြီးရှင်စောပု ဓာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

* "သားတို့သမီးတို့ . . . ပထမတစ်ချိန်က ပြောသွားခဲ့တဲ့ အနော်ရထာမင်းနဲ့ ကျန်စစ်သားမင်းတို့လို မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ သမိုင်းမှာ ထင်ရှားတဲ့ တစ်ဦးတည်းသော ဘုရင်မကြီးအကြောင်းကို ဖတ်ကြည့်ရအောင်"ဟု ပြော၍ အောက်ပါ ဘုရင်မကြီး ရှင်စောပု အကြောင်းကို ကလေးများအား ဖတ်ခိုင်းပါ။

ဘုရင်မကြီး ရှင်စောပု

ရှင်စောပုဟာ မြန်မာ့သမိုင်းတစ်လျှောက်မှာ ထင်ရှားတဲ့ တစ်ဦးတည်းသော ဘုရင်မကြီးတစ်ပါး ဖြစ်တယ်။ ရှင်စောပုဟာ ဟံသာဝတီဘုရင် ရာဇာဓိရာဇ်ရဲ့ သမီးတော်လည်း ဖြစ်တယ်။ ဟံသာဝတီ ပြည်သူတို့မှာ ဘုရင်များရဲ့ စစ်ဘေးစစ်ဒဏ်ကို မခံနိုင်ကြတော့လို့ ဘာသာတရားကိုင်းရှိုင်းတဲ့ ရှင်စောပုကို ဘုရင်မအဖြစ် တင်မြှောက်ကြတယ်။ ဘုရင်မကြီး နန်းတက်တဲ့အချိန်မှာ သူ့ရဲ့အသက်ဟာ ၅၉ နှစ် ရှိပြီဖြစ်ပါတယ်။ ရှင်စောပု ဘုရင်မဖြစ်လာတဲ့အချိန်မှာ ပြည်သူတွေဟာ စစ်ဘေးစစ်ဒဏ်က ကင်းဝေးပြီး တိုင်းပြည်ရဲ့ စီးပွားရေးလည်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခဲ့ပါတယ်။ ဘုရင်မ မဖြစ်ခင်ကတည်းက ဘာသာတရား ကိုင်းရှိုင်းပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အများကြီးလုပ်ခဲ့တဲ့ ရှင်စောပုဟာ ဘုရင်မ ဖြစ်လာပြီးနောက်ပိုင်းမှာ ပိုမိုလုပ်ဆောင်လာခဲ့တယ်။ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးကို အားသွန်ခွန်စိုက် အထူးမွမ်းမံပြုပြင် ပူဇော်တဲ့ ဒါယိကာမတစ်ဦးလည်း ဖြစ်တယ်။

ရှင်စောပုဟာ ရွှေတိဂုံစေတီရဲ့ အနောက်ဘက်မှာ မြို့သစ်တည်ပြီး ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီး သပ္ပာယ်သည်ထက် သပ္ပာယ်အောင် မွမ်းမံရေး၊ ရွှေတိဂုံစေတီတော်တည်ထားတဲ့ ကုန်းမြေကို သာယာခိုင်ခံ့ ကျယ်ဝန်းအောင် ပြုပြင်ရေး၊ စေတီတော်အား ဖူးမြော်သူတို့ သဒ္ဓါထက်သန် တိုးပွားရေး၊ ကုသိုလ်တော်တွေ အစွန့်ရှည်တည်တံ့ ခိုင်မြဲအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးတို့ကို လုံ့လ၊ ဝီရိယ၊ စေတနာ ထက်သန်စွာ ဆောင်ရွက်ခဲ့တယ်။ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးအတွက် ရွှေသင်္ကန်း လုံးတော်ပြည့် ကပ်လှူနိုင်ရန် ကိုယ်အလေးချိန်နဲ့ ညီမျှတဲ့ ရွှေစင်တွေကို လှူဒါန်းခဲ့တယ်။ ရွှေတိဂုံစေတီတော်အတွက် မြေနေရာများ လှူဒါန်းခဲ့တယ်။ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးရဲ့ အောက်ခြေကို မြေအုတ်၊ ကျောက်အုတ်တို့နဲ့ သမံတလင်း ခင်းပြီး လှူဒါန်းခဲ့တာအပြင် စောင်းတန်း၊ လှေကား၊ ရွှေသပိတ်၊ ရွှေပန်းကန်၊ ငွေပန်းကန်၊ ရွှေဖွန်း၊ ငွေဖွန်းတို့ကိုလည်း လှူဒါန်းခဲ့ပါတယ်။ ထူးခြားသောအလှူမှာ ကမ္ပည်းကျောက်စာ လှူဒါန်းခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးရဲ့ သမိုင်းကိုလည်း မွန်ဘာသာ၊ မြန်မာဘာသာ၊ ပါဠိဘာသာတို့ဖြင့် ကျောက်စာ ရေးထိုးခဲ့တယ်။

ရှင်စောပုဘုရင်မကြီးဟာ မွန်ပြည်နယ် ကျိုက်မရောဘုရားမှာလည်း ကုသိုလ်တော်တွေ ပြုလုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ရှင်စောပုဘုရင်မကြီးရဲ့ ကောင်းမှုတွေဟာ အဘက်ဘက်က ပြည့်စုံပြီး စနစ်တကျလည်း ရှိခဲ့တယ်။ ဒါ့အပြင် သူဟာ အမြော်အမြင် ကြီးမားပြီး ဖွဲ့သတ္တိနဲ့လည်း ပြည့်စုံသူ တစ်ယောက်ဖြစ်တယ်။ စနစ်တကျ စီမံခန့်ခွဲနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်ကိုလည်း ပိုင်ဆိုင်ထားတယ်ဆိုတာကို သူရွေးချယ်တင်မြှောက်ခဲ့တဲ့ ဓမ္မစေတီမင်းက သက်သေပြနေပါတယ်။

ဘုရင်မကြီးဟာ နန်းသက်ခုနစ်နှစ်မှာ သူ့ရဲ့သမက်ဖြစ်တဲ့ ဓမ္မစေတီမင်းကို ထီးနန်းလွှဲအပ်ခဲ့တယ်။ ထီးနန်း ဆက်ခံသူ ရွေးချယ်တာ မှန်ခဲ့တဲ့အတွက် ဟံသာဝတီဟာ အေးချမ်းသာယာပြီး ဆက်လက်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခဲ့တယ်။ ဘုရင်မကြီးဟာ သက်တော် ၇၈ နှစ်မှာ နတ်ရွာစံသွားပေမဲ့ သူပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကတော့ အခုထက်ထိ တည်ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ အနော်ရထာနှင့် တို့ဘိုးဘွားများ၊ မင်းယုဝေ၊ ၂၃၃-၂၃၄၊

- **အောက်ပါမေးခွန်းများမေးပါ။**

  - မြန်မာနိုင်ငံသမိုင်းရဲ့ တစ်ဦးတည်းသော ဘုရင်မကြီးနာမည်က ဘယ်သူလဲ။
  - သူဟာ ဘယ်ဘုရင်ရဲ့ သမီးတော်လဲ။
  - ရှင်စောပုဟာ အသက် ဘယ်လောက်မှာ နန်းတက်ခဲ့သလဲ။
  - ဘုရင်မကြီးဟာ ဘယ်လိုလုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ခဲ့သလဲ။
  - ဘုရင်မကြီး ရှင်စောပုဟာ ဘယ်လို အရည်အချင်းတွေနဲ့ ပြည့်စုံသလဲ။
  - ဘုရင်မကြီးရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေထဲမှာ ဘယ်လုပ်ဆောင်ချက်ကို အကြိုက်ဆုံးလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွှတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကလေးများအားအုပ်စု (၅)စုဖွဲ့ပြီး စာရွက်လွှတ်များ ဝေပေးပါ။
- ထို့နောက် ဘုရင်မကြီးရှင်စောပုအကြောင်းကို အောက်ပါအချက်များပါဝင်စေလျက် အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပြီး စာရွက်လွှတ်များတွင် တစ်ရွက်လျှင် တစ်ချက်စီ ရေးသားကြပါစေ။

  - စိတ်နေသဘောထား
  - အရည်အချင်း
  - ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ချက်များ
  - ဘုရင်မကြီးထံမှ အတုယူစရာများ

- ရေးပြီးသောစာရွက်များကို အားလုံးဖတ်ရှုနိုင်သော နေရာတွင် ကပ်ကြပါစေ။ ကပ်ထားသော စာရွက်များကို ကလေးအားလုံး လိုက်လံဖတ်ရှုကြပါစေ။ လိုက်လံဖတ်ရှုစဉ် မပြည့်စုံသော အချက်ရှိပါက မှတ်သား၍ ဖြည့်စွက်ပေးနိုင်ကြောင်း ဆရာကပြောပါ။
- နောက်ဆုံးတွင် "ဘုရင်မကြီးရှင်စောပုဟာ အမြော်အမြင်ကြီးမားတဲ့ ဘုရင်မကြီးဖြစ်တယ်၊ စစ်ဘေးဒဏ်က ကင်းဝေးပြီး တိုင်းပြည်အေးချမ်းသာယာအောင် လုပ်ဆောင်ခဲ့တယ်၊ ဘာသာတရား ကိုင်းရှိုင်းသူဖြစ်ပြီး ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးကိုလည်း အထူးမွမ်းမံပြုပြင် ပူဇော်ခဲ့တယ်။ စနစ်တကျ စီမံခန့်ခွဲတတ်ခြင်း၊ ထီးနန်းဆက်ခံသူ ရွေးချယ်ရာတွင် မှန်ကန်ခြင်း စတဲ့စွမ်းရည်တွေဟာ အတုယူဖို့ အကောင်းဆုံးအချက်တွေ ဖြစ်တယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
* "ကလေးတို့ . . . ပြီးခဲ့တဲ့စာသင်ချိန်မှာ ဘုရင်မကြီးရှင်စောပုရဲ့ အတုယူစရာကောင်းတဲ့ အချက်တွေကို ဆွေးနွေးခဲ့ပြီးပြီ။ သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင်ရော ဘုရင်မကြီးရှင်စောပုလိုပဲ သာသနာတော်အကျိုးအတွက် ဘာလုပ်ပေးချင်လဲ။ ဘာတွေလုပ်ပေးနိုင်မလဲဆိုတာ ဆွေးနွေးရအောင်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ * ကလေးများကို အုပ်စု(၅)စုဖွဲ့၍ အထက်ပါမေးခွန်းနှစ်ခုကို အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပြီး စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးကြပါစေ။ ဆွေးနွေးရရှိသော အချက်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက တင်ပြပါစေ။ တင်ပြပြီးသော အချက်များထဲက တူနေသော အချက်များကို မတင်ပြစေဘဲ မတူသောအချက်များကိုသာ ပြောရန် ဆရာက ပံ့ပိုးကူညီပေးပါ။ * အုပ်စုအားလုံး တင်ပြပြီးလျှင် လိုအပ်ချက်များကို ဆရာက ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပါ။ * နောက်ဆုံးတွင် "ဒီနေ့ကစပြီး သားတို့သမီးတို့ဟာ အမြော်အမြင်ကြီးမားသူ၊ ဖွဲ့သတ္တိရှိသူ၊ စနစ်တကျ စီမံခန့်ခွဲတတ်သူများ ဖြစ်ကြပါစေ။ ဘာသာတရားကိုင်းရှိုင်းတဲ့ လိမ္မာယဉ်ကျေးသူများ ဖြစ်ကြပါစေ"ဟု ဆုတောင်းပေးပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၃၂)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ အသက်သခင်ကို ပြစ်မှားသူ

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ သူတစ်ပါးကျေးဇူးကို သိပြီး ပြန်ဆပ်တတ်စေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❀ ဆရာက အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - "ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ရှင်/ခင်ဗျာ" "ကျေးဇူးပါပဲ"လို့ ပြောတာကို ကြားဖူးလား။ - သားတို့သမီးတို့ကိုယ်တိုင်ရော "ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ရှင်/ခင်ဗျာ"လို့ ဘယ်သူတွေကို ပြောဖူးလဲ။ ဘာကြောင့် ပြောတာလဲ။ ❀ "သားတို့သမီးတို့မှာ ကျေးဇူးတင်သင့်တဲ့သူတွေ ရှိမှာပဲ။ အဲဒီလူတွေက ဘယ်သူတွေလဲ၊ ဘာကြောင့် ကျေးဇူးတင်သင့်တာလဲ"ဟု စဉ်းစားခိုင်းပြီး ကလေးများ၏ မှတ်စုစာအုပ်တွင် ရေးကြပါစေ။ ❀ ချရေးထားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များထဲမှ မိမိကြိုက်နှစ်သက်သည့် တစ်ဦးအကြောင်းကို မတ်တတ်ရပ်၍ တစ်ဦးချင်းစီက ပြောပြကြပါစေ။ ❀ ကလေးများ၏ တင်ပြချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်သား၍ လိုအပ်ချက်များရှိလျှင် ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးကာ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❀ ကလေးများအား "ကိုယ့်အပေါ်ပြုဖူးတဲ့ ကျေးဇူးကို သိတတ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်၊ ဒါပေမယ့် တချို့လူတွေကတော့ ကျေးဇူးကို မသိတတ်ရုံသာမက ကျေးဇူးတောင် ကန်းကြသေးတယ်။ ဒါနဲ့ပတ်သက်လို့ ဇာတ်လမ်းလေး တစ်ပုဒ်ကို ဖတ်ကြည့်ရအောင်"ဟု ပြော၍ ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်လုံးကို ကလေးတိုင်းက ဖတ်ကြပါစေ။ **အသက်သခင်ကို ပြစ်မှားသူ** ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက ရွာတစ်ရွာမှာ လယ်သမားတစ်ယောက်ရှိတယ်။ တစ်နေ့မှာသူဟာ နွားတွေကို စားကျက်မှာ လွှတ်ထားပြီး ပေါက်တူးပေါက်နေတယ်။ နွားတွေက စားကျက်မှာ စားသောက်နေရင်းနဲ့ တောအုပ်ထဲကို ဝင်သွားကြတယ်။ လယ်သမားဟာ နွားပျောက်ရှာရင်း တောအုပ်ထဲမှာ မျက်စိလည် လမ်းမှားနေတယ်။ ထမင်းမစားရတာလည်း ခုနစ်ရက်တောင်ရှိနေပြီ။ ဒီလိုနဲ့ အိမ်ပြန်လမ်းရှာရင်း တည်ပင်တစ်ပင်နားရောက်တော့ တည်သီးစားဖို့ အပင်ပေါ် တက်ခူးတာ ခြေချော်ပြီး ချောက်ကမ်းပါးထဲကို ပြုတ်ကျသွားတယ်။ ချောက်ကမ်းပါးက အလွန်နက်တော့ အပေါ်

ကို ပြန်မတက်နိုင်ရှာဘူး။

ဆယ်ရက်လောက် ကြာသွားတဲ့အချိန်မှာ ခွန်အားကြီးတဲ့ မျောက်မင်းတစ်ကောင်ဟာ တည်သီးစားဖို့ တည်ပင်ပေါ် တက်ရင်း ချောက်ကမ်းပါးထဲ ပြုတ်ကျနေတဲ့ လယ်သမားကို တွေ့သွားတယ်။ ဒါကြောင့် လယ်သမားကို သူ့ကျောပေါ်တင်ပြီး ချောက်ကမ်းပါးထဲကနေ ခက်ခက်ခဲခဲနဲ့ ကယ်တင်ခဲ့တယ်။ ကုန်းပေါ်ကို ရောက်တော့ မျောက်မင်းက "ကျွန်ုပ် အလွန်ပင်ပန်းနေတဲ့အတွက် ခေတ္တခဏမျှ အနားယူပါဦးမယ်၊ ကျွန်ုပ်ကို စောင့်နေပါ"လို့ ပြောပြီး ကျောက်ဖျာပေါ်မှာ ပက်လက်လှန် အနားယူရင်း အိပ်ပျော်သွားတယ်။

မျောက်မင်း အိပ်ပျော်နေတဲ့အချိန်မှာ လယ်သမားက "တောထဲမှာရှိတဲ့ တိရစ္ဆာန်ဆိုတာ လူတွေရဲ့ အစာဖြစ်တယ်၊ ဒါ့ကြောင့် ဒီမျောက်ကြီးကို သတ်ပြီးစားလို့ရတယ်၊ ငါလည်း ဆာလောင်နေတယ်၊ ဒီမျောက်သားကို ယူသွားရမယ်၊ တောအုပ်ထဲက ထွက်ဖို့ ရိက္ခာလိုတယ်" ဟု ကြံစည်ပြီး အနီးအနားမှာရှိတဲ့ ကျောက်တုံးနဲ့ မျောက်မင်းရဲ့ ခေါင်းကို ထုရိုက်လိုက်တယ်။ မျောက်မင်းလည်း နိုးသွားပြီး သစ်ပင်ပေါ်ကို ခုန်တက်လိုက်တယ်။ ထို့နောက် မျောက်မင်းက "အို . လူသား . . . သင်မြေပြင်က သွားပါ၊ ကျွန်ုပ်က သစ်ခက်တွေနဲ့ သင့်ကို လမ်းညွှန်ခေါ်ဆောင်သွားပါ့မယ်" လို့ ပြောပြီး သစ်ပင်ပေါ်ကနေ လမ်းပြခေါ်ဆောင်သွားတယ်။ ရွာအနီးနားကို ရောက်တဲ့အခါ မျောက်မင်းက လယ်သမားကို ထားခဲ့ပြီး တောအုပ်ထဲကို ပြန်ဝင်လာတယ်။

မကြာမီမှာ လယ်သမားဟာ ကျေးဇူးရှင် သူတော်ကောင်းမျောက်မင်းကို ကိုယ်ထိလက်ရောက် စော်ကားမိတဲ့အတွက် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး အနာတွေ ပေါက်လာတယ်။ အနာတွေက ယားယံပြီး ပူလောင်လွန်းတဲ့အတွက် ငှက်ပျောရွက်တွေ ခင်းပြီးတော့ အိပ်ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဝေဒနာက သက်သာမလာဘဲ ခုနစ်နှစ်ကြာ ဆင်းရဲစွာ ခံစားရပြီး ကွယ်လွန်သွားပါတယ်။ လယ်သမားဟာ ကျေးဇူးရှင်ကို ပြစ်မှားစော်ကားမိတဲ့ အကုသိုလ်ကံကြောင့် လက်ရှိဘဝမှာပဲ ဒုက္ခခံစားသွားရပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ မဟာကပိဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ စတုတ္ထတွဲ၊ ၇၀၈၊ ဇာ၊ ၄၊ ၅၊ ၆၉၊

❁ ဆရာက အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ဒုက္ခရောက်နေသူဟာ ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့် ဒုက္ခရောက်တာလဲ။
- လယ်သမားကို ကူညီပေးတဲ့သူဟာ ဘယ်သူလဲ။ ဘယ်လို ကူညီခဲ့တာလဲ။
- မျောက်မင်းဟာ လယ်သမားကို ဘယ်လိုစိတ်နဲ့ ကူညီကယ်တင်ပေးတာလဲ။
- လယ်သမားဟာ မျောက်မင်းကို ဘာလုပ်လိုက်သလဲ။
- လယ်သမားဘယ်လို သေဆုံးသွားရသလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ။
- လယ်သမားနေရာမှာ သားတို့သမီးတို့သာဆိုရင် မျောက်မင်းကို ဘယ်လို တုံ့ပြန်မလဲ။
- မျောက်မင်းနေရာမှာ သားတို့သမီးတို့သာဆိုရင် ကိုယ့်အပေါ် မကောင်းတဲ့သူတွေကို ဆက်ကူညီနိုင်ပါဦးမလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- ကိုယ့်ကို ကူညီပေးတဲ့သူတွေအပေါ် ဘယ်လိုကျေးဇူးတုံ့ပြန်မလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ခင်ပွန်းကြီး ဆယ်ပါး ရေးထားသော စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "ခင်ပွန်းကြီးဆိုတာ ကြားဖူးသလား"ဟု ဆရာက မေး၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ကလေးများ ဖြေဆိုသမျှကို လက်ခံ ပေးပါ။ ❁ နောက်ဆုံးတွင် ဆရာက "ကျေးဇူးရှိတဲ့သူ၊ မပြစ်မှားအပ်တဲ့သူကို ခင်ပွန်းကြီးလို့ ခေါ်တယ်၊ ခင်ပွန်းကြီး ဆယ်ပါး ရှိတယ်"ဟု ပြော၍ အောက်ပါအတိုင်း ရှင်းပြပါ။ ၁။ ဗုဒ္ဓ= သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရား ၂။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓ = သီးခြားပွင့်တော်မူသည့် ဘုရားငယ် ၃။ အရဟန္တ = အာသဝေါကုန်ခန်းပြီးသော ရဟန္တာ ၄။ အဂ္ဂသာဝက = မြတ်စွာဘုရား၏ လက်ဝဲရံ၊ လက်ယာရံ တပည့်ကြီးများ ၅။ မာတာ= မိခင် ၆။ ပိတာ= ဖခင် ၇။ ဝုမုပစာယန = အသက်၊ သိက္ခာစသည် မိမိထက်ကြီးမြတ်၍ ရှိသေအပ်သူများ ၈။ အာစရိယ = သွန်သင်ဆုံးမ ပညာပေးသော ဆရာမြတ် ၉။ ဟိတကာရ = မိမိ၏အကျိုးစီးပွားကိုဆောင်ရွက်ပေးသည့် ကျေးဇူးရှိဖူးသူ ၁၀။ ဓမ္မကထိက = တရားဟော၊ တရားပြပေးသူ ❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . မြတ်စွာဘုရားက ခင်ပွန်းကြီးဆယ်ပါးကို မပြစ်မှားအပ်ဘူးလို့ ဘာကြောင့် ဟောခဲ့တယ်ထင် သလဲ။ စာသင်ချိန် (၂)မှာ ဖတ်ခဲ့တဲ့ ဇာတ်လမ်းထဲက မျောက်မင်းဟာ ခင်ပွန်းကြီး ဆယ်ပါးထဲက ဘယ်သူဖြစ်မယ် ထင်သလဲ"ဟု မေးမြန်းပါ။ (အဖြေ။ ။ ဟိတကာရ = မိမိ၏အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက်ပေးသည့် ကျေးဇူးရှိဖူးသူ)

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၅)စု ဖွဲ့ပြီး အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆွေးနွေးပါစေ။ - သားတို့သမီးတို့ကို ဘယ်သူတွေက ကူညီခဲ့သလဲ။ (မိဘနှင့် အခြားသူများ) - ဘယ်လိုကူညီခဲ့သလဲ။ (စားဝတ်နေရေး၊ ပညာရေးနှင့် အခြားအကူအညီများ) - အဲဒီကျေးဇူးတွေကို ဘယ်လိုပြန်ဆပ်မလဲ။ (အဖြေအမျိုးမျိုးရှိနိုင်) ❁ ဆွေးနွေးထားသောအချက်များကို စာရွက်လွတ်တွင်ရေးပြီး အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်အသီးသီးက အလှည့်ကျတင်ပြ ပါစေ။ ❁ ကလေးများ အလှည့်ကျတင်ပြပြီးလျှင် ဆရာက အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။ ❁ နောက်ဆုံးတွင် အောက်ပါအတိုင်း ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။ "သူတစ်ပါးကို ကူညီရမယ်၊ ကိုယ့်အပေါ် ကျေးဇူးပြုဖူးသူတွေအပေါ်လည်း ကျေးဇူးသိတတ်ရမယ်လို့ ဆရာတို့ရဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အမြဲဆုံးမလေ့ရှိတယ်။ အဲဒီလိုပြုမှုရင် ကောင်းကျိုးလိုရာဆန္ဒ ပြည့်ဝမယ်။ အကယ်၍ သူတစ်ပါးရဲ့ကျေးဇူးကို မသိတတ်ရင် ကိုယ့်အကျိုး ပျက်တတ်တယ်လို့ ဆုံးမခဲ့တယ်။ ဒါ့ကြောင့် သားတို့သမီးတို့ တတွေလည်း သူတစ်ပါးလိုအပ်ချိန်မှာ အတတ်နိုင်ဆုံး ကူညီပေးတတ်တဲ့၊ ကိုယ့်အပေါ် ကျေးဇူးပြုဖူးသူတွေကို လည်း ကျေးဇူးသိတတ်တဲ့ သားလိမ္မာသမီးလိမ္မာလေးများ ဖြစ်ကြပါစေလို့ ဆုတောင်းပေးလိုက်ပါတယ်"

သင်ခန်းစာ (၃၃)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	တစ်လုတ်စားဖူး သူ့ကျေးဇူး
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	မိမိအပေါ် ကျေးဇူးပြုဖူးသူများကို ကျေးဇူးပြန်ဆပ်တတ်စေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါမေးခွန်းများကို ကလေးများနှင့် အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
  - တစ်လုတ်စားဖူး သူ့ကျေးဇူးဆိုတာ ကြားဖူးကြသလား။ ဘယ်လိုနားလည်ပါသလဲ။
  - အပြန်အလှန်၊ အတုံ့အလှည့်ဆိုတာရော သိကြသလား။
  - သားတို့သမီးတို့ အခြားသူတွေကို အကူအညီပေးဖူးသလား။ ဘယ်လိုအကူအညီတွေ ပေးဖူးသလဲ။
  - သားတို့သမီးတို့ကိုရော အခြားသူတွေက အကူအညီပေးကြသလား။ ဘယ်သူတွေက ဘယ်လိုအကူအညီတွေ ပေးကြသလဲ။
- ကလေးများနှင့် အထက်ပါအတိုင်း ဆွေးနွေးပြီးသောအခါ "သားတို့သမီးတို့ . . . လောကမှာ အခြားသူတွေကို လိုအပ်သလို အကူအညီပေးတတ်တဲ့သူ၊ ကိုယ့်အပေါ် အကူအညီပေးဖူးတဲ့ သူတွေကို ပြန်လည် ကျေးဇူးဆပ်တတ်တဲ့သူဟာ လူတော်လူကောင်းဖြစ်တယ်" စသည်ဖြင့် ပြောပါ။
- ထို့နောက် အချိန်အပေါ်မူတည်၍ ယခင်အတန်းများတွင် သင်ကြားခဲ့ပြီးသော ကျေးဇူးတရားနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဇာတ်လမ်းများကို မှတ်မိခြင်း ရှိမရှိ မေးမြန်းပါ။
- ပြန်ပြောလိုသူများကို အတန်းရှေ့ထွက်၍ ပြောကြပါစေ။ လိုအပ်လျှင် ဆရာက လမ်းကြောင်းပေးပါ။

ဆရာသိရန် -

- ပထမတန်းတွင် သင်ကြားခဲ့သော "မိဘများကို ကူညီမယ် (သင်ခန်းစာ ၁၇)"
- ဒုတိယတန်းတွင် သင်ကြားခဲ့သော "သုတနုဆင်းရဲသားလေး (သင်ခန်းစာ ၂၀)"
- တတိယတန်းတွင် သင်ကြားခဲ့သော "မိဘကို လုပ်ကျွေးသော ဆင်ဖြူတော်လေး (သင်ခန်းစာ ၁၄)"၊ "သူ့ကျေးဇူးကို သိတတ်ပါ (သင်ခန်းစာ ၁၉)"၊ "နမ်းခိုးစားသော မင်းသားငယ် (သင်ခန်းစာ ၂၁)" တို့ကို ကြိုတင်သိရှိထားရန် လိုအပ်သည်။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဖတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❀ "အခု ဆရာ/ဆရာမတို့ သူတစ်ပါးကျေးဇူးကို သိတတ်တဲ့ နွားလိမ္မာလေး တစ်ကောင်အကြောင်း ဖတ်ကြရအောင်"ဟု အစပျိုးပြီး အောက်ပါဖတ်လမ်းကို ကလေးများအား ဖတ်ကြပါစေ။

ကျေးဇူးသိတတ်သော နွားလိမ္မာ

ရှေးအခါက ဗာရာဏသီပြည်မှာ နွားငယ်လေးတစ်ကောင်ရှိတယ်။ သူ့သခင်က နွားငယ်လေးကို ငယ်စဉ်ကတည်းက အမေအိုတစ်ယောက်ဆီမှာ အခကြေးငွေပေးပြီး အပ်ထားတယ်။ အမေအိုက နွားငယ်ကို သားအရင်းလိုချစ်ပြီး ယာဂုထမင်း စတာတွေကို တိုက်ကျွေးပြီး ကောင်းမွန်စွာ မွေးထားတယ်။

ဒီလိုနဲ့ နွားငယ်လေး အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါ အလွန်သန်စွမ်းပြီး အကျင့်လည်းကောင်းပါတယ်။ အလွန်လိမ္မာတဲ့အတွက် နွားလိမ္မာလို့လည်း ခေါ်ကြတယ်။ ကလေးတွေက နွားလိမ္မာရဲ့ချိုကို ဆွဲပြီးကစားကြတယ်။ အမြီးကိုကိုင်ပြီး ကစားကြတယ်။ ကျောပေါ်ကို တက်စီးကြတယ်။ နွားလိမ္မာလေးက ရန်မပြုဘဲ သည်းခံကာ ကလေးတွေနဲ့ အတူတူ ကစားတယ်။ တစ်နေ့မှာ နွားလိမ္မာလေးက "ငါ့အမေဟာ ငါ့ကို ပင်ပင်ပန်းပန်း ကျွေးမွေးထားရတယ်။ ငါ့ကို သားအရင်းလိုလည်း ချစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ငါဟာ အခစားအလုပ်ကို လုပ်ပြီး အမေ့ကို ကျေးဇူးပြန်ဆပ်ရမယ်"လို့ စဉ်းစားမိတဲ့နေ့က စပြီး အလုပ်ရှာဖွေတော့တယ်။

တစ်နေ့မှာ လှည်းကုန်သည်တစ်ဦးက လှည်းငါးရာနဲ့ ကုန်သွယ်လာရင်း နွားလိမ္မာတို့ ရွာအနီးမှာ ရှိနေတဲ့ ဗွက်ထနေသော ရေဆိပ်တစ်ခုသို့ ရောက်လာတယ်။ အဲဒီ ဗွက်ထနေသောရေဆိပ်ကို လွန်မြောက်အောင် ကုန်သည်ရဲ့ နွားတွေဟာ မစွမ်းနိုင်ကြဘူး။ အဲဒီအခါ ကုန်သည်က လှည်းတွေကို ဆွဲထုတ်ဖို့ နွားရှာထွက်လာခဲ့တယ်။ ကုန်သည်ဟာ နွားလက္ခဏာကျမ်းကို ကျွမ်းကျင်သူ ဖြစ်တဲ့အတွက် နွားလိမ္မာကို မြင်တဲ့အခါ သူ့ရဲ့လှည်းတွေကို ဆွဲနိုင်မယ်ဆိုတာ သိလိုက်တယ်။

ဒါနဲ့ ကုန်သည်ဟာ "ဒီနွားကို ဘယ်သူပိုင်သလဲ။ ငါ့လှည်းတွေကို ဆွဲခိုင်းချင်ပါတယ်"လို့ နွားကျောင်းသားတွေကို မေးမြန်းစုံစမ်းတယ်။ "ဒီနွားရဲ့ပိုင်ရှင်ဟာ ဒီနေရာမှာ မရှိဘူး။ ယူပြီး ခိုင်းနိုင်ပါတယ်"လို့ နွားကျောင်းသားတွေက ပြန်ပြောတဲ့အတွက် ကုန်သည်လည်း နွားလိမ္မာကို လှည်းမှာတပ်ဖို့ ခေါ်တယ်။

နွားလိမ္မာက "ဒီလူဟာ ငါ့ကို ငွေဘယ်လောက် ပေးမယ်ဆိုတာ မပြောသေးဘူး။ ငွေပေးမှ ငါလိုက်မယ်"လို့ ကြံစည်ပြီး မလှုပ်ဘဲနေလိုက်တယ်။ ကုန်သည်လည်း နွားရဲ့အလိုကို သိတော့ "သင်သာ ဒီလှည်းတွေကို ဆွဲပေးရင် လှည်းတစ်စီးကို နှစ်ကျပ်ကျနဲ့ ငွေတစ်ထောင်ပေးပါ့မယ်"လို့ ပြောတဲ့အခါကျမှ နွားလိမ္မာက လက်ခံပြီး လှည်းတွေဆီသွားတယ်။ ပြီးတော့ လှည်းတွေကို တစ်စီးမကျန် ဆွဲတင်ပေးတယ်။

လှည်းတွေအားလုံး ဆွဲတင်ပြီးသွားတဲ့အခါ ကုန်သည်က ငွေငါးရာကိုသာထုပ်ပြီး နွားလိမ္မာရဲ့လည်မှာ ချည်ထားပေးလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ နွားလိမ္မာက "ဒီလူဟာ ငါ့ကိုပြောထားတဲ့ အဖိုးအခပြည့်အောင် မပေးဘူး။ ဒါကြောင့် သူ့ကိုလည်း ငါသွားခွင့်မပြုနိုင်သေးဘူး"လို့ ကြံစည်ပြီး လှည်းအုပ်ကြီးရဲ့ ရှေ့ကနေရပ်နေတယ်။ ကုန်သည်က ဆွဲဖယ်ပေမဲ့ နွားလိမ္မာက မဖယ်ပေးဘူး။

ကုန်သည်လည်း "ဒီနွားဟာ ငွေမပြည့်တာကို သိနေပါလား"လို့ ပြောပြီး ငွေတစ်ထောင်ပြည့်အောင် ပြန်ဖြည့်ပေးလိုက်တယ်။ နွားလိမ္မာဟာ ငွေတစ်ထောင်ထုပ်ကို ယူဆောင်ပြီး အမေအိုဆီကို ပြန်လာတယ်။ လမ်းမှာ ကလေးတွေက "ဘာထုပ်ဆွဲထားသလဲ"လို့ မေးပြီး အနားကပ်လာတာကိုတောင် မကပ်စေဘဲ ခြောက်လှန့်ထုတ်တယ်။ နွားလိမ္မာဟာ လှည်းငါးရာကို ဆွဲခဲ့ရတဲ့အတွက် ပင်ပန်းလွန်းပြီး မျက်စိတွေလည်း နီနေတယ်။

အမေအိုဟာ ငွေထုပ်ကို မြင်တဲ့အခါ "ဘယ်နေရာက ရလာသလဲ"လို့ မေးတယ်။ ဒီအခါ နွားကျောင်းသားတွေက အဖြစ်အပျက်အားလုံးကို ပြောပြကြတယ်။ အမေအိုက "သားရယ်. . . ငွေရှာပြီး အမေ့ကို လုပ်ကျွေးလို

သလား။ ကျေးဇူးသိတတ်လွန်းတဲ့ သားလေးရယ်၊ ဘာလို့ ဒီလောက်တောင် အပင်ပန်းခံရတာလဲ”လို့ ပြောပြီး နွားလိမ္မာလေးကို ရေချိုးနဲ့ ချိုးပေးတယ်။ ပြီးတော့ အစားကောင်းတွေ ကျွေးမွေးတယ်။ အမေအိုဟာ နွားလိမ္မာလေး အစာစားနေတာကို ကြည့်ပြီး ကျေးဇူးသိတတ်လွန်းတဲ့ နွားငယ်လေးအတွက် ပီတိဖြစ်နေတယ်။ ဒီလိုနဲ့ အမေအိုနဲ့ နွားလိမ္မာဟာ အသက်ထက်ဆုံး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် အတူတကွ နေထိုင်သွားကြပါတယ်။

မှီငြမ်း ။ ကဏ္ဍဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ပထမတွဲ၊ ၁၂၅၊ ဇာ၊ ဌ၊ ၁၊ ၂၀၉၊

- အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။
  - အမေအိုဟာ နွားလိမ္မာလေးကို ဘယ်လို ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ထားသလဲ။
  - နွားလိမ္မာလေးဟာ ဘယ်လိုတွေးမိပြီးတော့ အလုပ်ရှာဖွေတာလဲ။
  - နွားလိမ္မာလေးဟာ ဘယ်လိုကျေးဇူးဆပ်ခဲ့သလဲ။
  - အခကြေးငွေ ဘယ်လောက်ရသလဲ။
  - အဲဒီအခကြေးငွေက ဘယ်သူ့ကို ကျေးဇူးဆပ်ဖို့လဲ။
  - နွားလိမ္မာလေး ဘာကြောင့် လှည်းအုပ်ကြီး ရှေ့ကနေ ရပ်နေတာလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် စတင်ပါ။
  - နွားငယ်လေးက မလိမ္မာဘူး၊ ကျေးဇူးမသိတတ်ဘူးဆိုရင် အမေအိုက ချစ်ပါ့မလား။ အစားအသောက် ကောင်းတွေရော ကျွေးမှာလား။ ဘယ်လိုထင်သလဲ။
  - နွားငယ်လေးကို အမေအိုကြီးက ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်သလိုပဲ သားတို့သမီးတို့ကိုရော ဘယ်သူတွေက ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ထားသလဲ။ သားတို့သမီးတို့ စားဖို့၊ ဝတ်ဖို့၊ ပညာတတ်ဖို့အတွက် ဘယ်သူတွေက အကူအညီပေးသလဲ။
- အောက်ပါမေးခွန်းများကို သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေး၍ ကလေးများအား အုပ်စု(၅)စုဖွဲ့ကာ အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေး၍ စာရွက်လွတ်တွင် ရေးစေပြီး အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်က အလှည့်ကျ တင်ပြပါစေ။
  - ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်သူအပြင် အခြားသူတွေဆီက အကူအညီရတာမျိုး ရှိဖူးသလား။
  - ဘယ်သူတွေ ဆီကလဲ။ ဘယ်လိုအကူအညီမျိုးတွေလဲ။
- ကလေးများ ဆွေးနွေးပြီးနောက် အောက်ပါအတိုင်း အနှစ်ချုပ်ပါ။

“သားတို့သမီးတို့ . . . လောကမှာ တွေ့ရခဲသူ နှစ်ဦးရှိတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောတော်မူထားတယ်။ သူတို့ကတော့ . . .

၁။ ပုဗ္ဗကာရီ = ရှေးဦးစွာကျေးဇူးပြုသူ။

၂။ ကတညုတ = သူတစ်ပါးက ပြုဖူးသော ကျေးဇူးကိုသိတတ်၊ ပြန်ဆပ်တတ်သူတို့ဖြစ်တယ်။ (အံ၊ ၁၊ ၈၆)

ဒါကြောင့် ကိုယ့်အပေါ်မှာ နည်းနည်းပဲဖြစ်ဖြစ် များများပဲဖြစ်ဖြစ် အကူအညီပေးဖူးသူဟာ ကျေးဇူးရှိတာပါပဲ။ အဲဒီလို ကူညီပေးတဲ့သူတွေကို ဘယ်လိုကျေးဇူးဆပ်မယ်ဆိုတာ နောက်တစ်ချိန်မှာ ဆွေးနွေးကြမယ်”

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မင်္ဂလာကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၅)စုဖွဲ့ပြီး အောက်ပါအတိုင်း ဆွေးနွေးပါ။ "သားတို့သမီးတို့ကို ဘယ်သူတွေက အကူအညီပေးခဲ့တယ်။ ဘယ်လိုကူညီခဲ့တယ် ဆိုတာကို စာသင်ချိန် (၃)မှာ ဆွေးနွေးခဲ့ပြီးပြီ။ အခုစာသင်ချိန်မှာတော့ ကိုယ့်ကိုကျေးဇူးပြုခဲ့ကြသူ၊ ကူညီခဲ့တဲ့သူတွေကို ဘယ်လို ကျေးဇူး ပြန်ဆပ်ရင် ကောင်းမလဲဆိုတာ အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးပြီး စာရွက်ပေါ်မှာ ချရေးကြရအောင်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ❁ ဆွေးနွေးထားသော အချက်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ဖတ်ပြကြပါစေ။ ❁ နောက်ဆုံးတွင် ဆရာက "လောကမှာ ကိုယ့်ကို ကျေးဇူးပြုခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို သိပြီး ကျေးဇူးပြန်ဆပ်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားတဲ့သူဟာ လူတော်လူကောင်းဖြစ်တယ်။ အဲဒီကျေးဇူးပြုခဲ့တဲ့ သူတွေထဲမှာ "မိဘ"က ကျေးဇူးအကြီးမားဆုံး ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် မိဘနဲ့ ကိုယ့်ကို ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ခဲ့သူတွေကို ကျေးဇူးပြန်ဆပ်ကြပါ"ဟု အနှစ်ချုပ်ပေးပြီး အောက်ပါ မင်္ဂလာကဗျာကို ရွတ်ဆိုခြင်းဖြင့် သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။ (ကိုယ့်ပေါ်ပြုဖူး သူ့ကျေးဇူး စာကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဆရာက ရှင်းပြပါ။) **မင်္ဂလာကဗျာ** အသက်ဂုဏ်ဝါ ကိုယ့်ထက်ကြီးက၊ ဆည်းကပ်ခစား ရှိသေလေး။ မာနတံခွန် ဂုဏ်မကြွနဲ့၊ ကိုယ့်ကိုနှိမ့်ချ အမြဲနေ။ လောဘအပို လိုမလိုက်နဲ့၊ ကိုယ်ထိုက်တာနဲ့ ကျေနပ်လေ။ ကိုယ့်ပေါ်ပြုဖူး သူ့ကျေးဇူး၊ အထူးသိတတ်စေ။ ကောင်းကျိုးဆင့်ပွား မြတ်တရား၊ နာကြားမပြတ်ပေ။ အဲဒါမှ "ဗုဒ္ဓဝါဒ" ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။ ။

သင်ခန်းစာ (၃၄)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ပဋ္ဌာဝုဓ မင်းသား

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ကောင်းသော အလုပ်များကို လုပ်ရာ၌ ရဲစွမ်းသတ္တိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - ရဲစွမ်းသတ္တိဆိုတာ ဘာလဲ။ ဘယ်လို နားလည်သလဲ။ (ကလေးများအား စဉ်းစားချိန်ပေးပါ။ ကလေးများ နားလည်သည့်အတိုင်း ဖြေကြပါစေ။) ❁ ကလေးများဖြေဆိုပြီးပါက "ရဲစွမ်းသတ္တိဆိုတာ အခက်အခဲတွေ၊ အန္တရာယ်တွေနဲ့ ကြုံတွေ့လာရင် မကြောက်မရွံ့ ရင်ဆိုင်ရဲတာကို ခေါ်တယ်"စသည်ဖြင့် ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ ❁ ထို့နောက် ကလေးများကို နှစ်ယောက်တစ်တွဲစီတွဲ၍ အောက်ပါမေးခွန်းကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။ (နှစ်ယောက်တစ်တွဲ ဆိုရာတွင် တွဲချင်သူနှင့် တွဲခြင်းမဟုတ်ဘဲ မိမိနှင့်ကပ်လျက် ထိုင်နေသူနှင့်သာ တွဲရမည်။ ညာဘက်/ဘယ်ဘက် ကြိုက်နှစ်သက်ရာဘက်မှ တွဲနိုင်သည်။) - ရဲစွမ်းသတ္တိဆိုတာ နေရာတိုင်းမှာ ရှိသင့်သလား။ ဘယ်လိုနေရာမျိုးတွေမှာ ရဲစွမ်းသတ္တိရှိရင် ပိုကောင်းမလဲ။ ❁ ဆွေးနွေးချက်များကို နှစ်ဦးသဘောတူ ညှိနှိုင်း၍ မှတ်စုစာအုပ်တွင်ရေးစေပြီး တစ်ဦးက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ ကျန်သောအတွဲများက ဆက်လက်တင်ပြရာတွင် မတူသော အချက်များကိုသာ တင်ပြကြပါစေ။ ❁ ကလေးများ၏ ဆွေးနွေးတင်ပြချက်များကို ဆရာက မှတ်သားထားပြီး လိုအပ်ချက်များရှိပါက ဖြည့်စွက်ပေး၍ "ရဲစွမ်းသတ္တိဆိုတာ ဘယ်လိုနေရာမျိုးမှာ ရှိသင့်ကြောင်း ဖော်ပြထားတဲ့ ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို နောက်စာသင်ချိန်မှာ လေ့လာကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . ပဋ္ဌာဝုဓမင်းသားဆိုတာ ကြားဖူးကြလား။ ပဋ္ဌာဝုဓမင်းသားလို့ ဘာကြောင့်ခေါ်တယ်လို့ ထင်သလဲ"ဟု ဆရာကမေးပါ။ ကလေးများ နားလည်သည့်အတိုင်း ဖြေဆိုကြပါစေ။ ကလေးများ ဖြေဆိုပြီးသောအခါ "ကလေးတို့ရဲ့ အဖြေ မှန်မမှန်သိရဖို့ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြည့်လိုက်ကြရအောင်"ဟု ပြော၍ ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ကြပါစေ။

ပဥ္စာဝုဓ မင်းသား

ရှေးအခါက ဗာရာဏသီပြည်တွင် ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီးနဲ့ မိဖုရားကြီးတို့မှ သားတော်လေးတစ်ပါးကို ဖွားမြင်ပါတယ်။ သားတော်လေးကို နာမည်ပေး ကင်ပွန်းတပ်တဲ့နေ့မှာ ပညာရှိအမတ်ကြီးတွေကို ခေါ်ပြီး သားတော်လေးရဲ့ ဘဝကံကြမ္မာကို မေးတယ်။ ပညာရှိအားလုံးက သားတော်ဟာ ကြီးမြတ်တဲ့ ဘုရင်ကြီးတစ်ပါး ဖြစ်လာပြီး ဂုဏ်ကျက်သရေနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ဘဝကို ရရှိလိမ့်မယ်လို့ တညီတညွတ်တည်း ဟောကြတယ်။ အဲဒီအပြင် လက်နက်ငါးမျိုးကို ကျွမ်းကျင်စွာ ကိုင်တွယ်နိုင်တဲ့ မင်းသားလည်း ဖြစ်လိမ့်မယ်လို့ ထပ်ပြီး ဟောခဲ့ကြတယ်။ ဘုရင်ကြီးက ဝမ်းသာသွားပြီး ပညာရှိအမတ်တွေကို ဆုတော်လာဘ်တော်တွေ အများကြီး ချီးမြှင့်လိုက်တယ်။

မင်းသားလေးကို ပညာရှိ အမတ်တွေက လက်နက်ငါးမျိုးကို ကျွမ်းကျင်စွာ ကိုင်တွယ်နိုင်တဲ့မင်းသား ဖြစ်မယ်လို့ ဟောတဲ့အတွက် "ပဥ္စာဝုဓမင်းသား"လို့ နာမည်ပေးလိုက်တယ်။ မင်းသားဟာ အရွယ်ရောက်လာတော့ တက္ကသိုလ်ပြည်က ဆရာကြီးဆီကိုသွားပြီး ပညာသင်ကြားခဲ့တယ်။ ပညာသင်ပြီး ပြန်လာတော့ ဆရာကြီးက မင်းသားကို လက်နက်ငါးမျိုး လက်ဆောင်ပေးလိုက်တယ်။ မင်းသားလေးက ဆရာကြီးပေးတဲ့ လက်ဆောင်ကိုယူပြီး သူ့တိုင်းပြည်ကို ပြန်လာခဲ့တယ်။ တိုင်းပြည်ပြန်လာတဲ့လမ်းက တောအုပ်ထဲမှာ စေးကပ်တဲ့ အမွေးတွေရှိတဲ့ ဘီလူးတစ်ကောင် နေထိုင် ကျက်စားနေကြောင်း၊ တောအုပ်ထဲ ရောက်လာတဲ့လူ မှန်သမျှကို သတ်စားလေ့ရှိကြောင်း လူတချို့ပြောတာကို မင်းသားလေး ကြားရတယ်။ အဲဒါနဲ့ မင်းသားလည်း ဘီလူးကြီးကို နှိမ်နင်းမယ်ဆိုပြီး တောအုပ်ထဲကို ဝင်သွားခဲ့တယ်။

မင်းသားကိုတွေ့တော့ ဘီလူးကြီးဟာ "ဒီတောအုပ်ထဲ ရောက်လာတဲ့သူမှန်သမျှ ငါစားခဲ့တာ၊ အခု မင်းကိုလည်း စားမယ်"ဆိုပြီး ကြုံးဝါးတော့ မင်းသားက ကြောက်ရွံ့ခြင်းမရှိဘဲ ရဲစွမ်းသတ္တိအပြည့်နဲ့ "ဒီတောထဲဝင်လာတာ မင်းကို မကြောက်လို့ပဲ၊ အခု မင်းကို မြားနဲ့ပစ်သတ်မယ်"ဆိုပြီး မြားနဲ့ပစ်လိုက်တာ မြားက ဘီလူးကြီးရဲ့ အမွေးမှာ သွားကပ်နေတယ်။ မင်းသားမှာရှိတဲ့ မြားတွေလည်း ကုန်သွားရော ဘီလူးကြီးက ရှေ့ကိုတိုးလာတယ်။ မင်းသားက လည်း မကြောက်ဘဲ ပါလာတဲ့ ဓားကိုထုတ်ပြီး ဘီလူးကြီးကို ခုတ်လိုက်တယ်။ ခုတ်လိုက်တဲ့ဓားကလည်း စေးကပ်နေတဲ့ ဘီလူးကြီးရဲ့အမွေးမှာ သွားကပ်နေပြန်တယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းသားက ထိတ်လန့်မသွားဘဲ လှံနဲ့ထပ်ပစ်တယ်။ လှံကလည်း ကပ်နေပြန်တယ်။ မင်းသားဟာ စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ တင်းပုတ်နဲ့ ထပ်ထုတယ်။ တင်းပုတ်ကလည်း ဘီလူးရဲ့ချိုင်းအောက်မှာရှိတဲ့ ထူထဲနေတဲ့ အမွေးမှာ ထပ်ကပ်နေတယ်။

မင်းသားဟာ သူ့မှာပါလာတဲ့ လက်နက်တွေ ကုန်သွားတာတောင် ကြောက်ရွံ့မသွားဘဲ "ဘီလူး . . .ငါဟာ လက်နက်ငါးမျိုးမင်းသားဖြစ်တယ်။ ဒီတောထဲဝင်လာကတည်းက ငါ့ရဲ့လက်နက်တွေကို ယုံကြည်လို့ ဝင်လာတာ ဖြစ်တယ်။ လက်နက်တွေမရှိလည်း အခု ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်ထားပြီး သင့်ကို ချေမှုန်းပစ်မယ်ဆိုပြီး ညာလက်သီးနဲ့ ထိုးတယ်။ ပြီးတော့ ဘယ်လက်သီးနဲ့ ထပ်ထိုးတယ်။ လက်နှစ်ဖက်လုံး ဘီလူးရဲ့အမွေးမှာ ကပ်နေပြန်တယ်။ လက်နှစ်ဖက်ပြီးတော့ ခြေထောက်နဲ့ ထပ်ပြီးကန်ပြန်တယ်။ ခြေထောက်နှစ်ဖက်လည်း ဘီလူးရဲ့ အမွေးမှာ ထပ်ပြီး ကပ်နေပြန်တယ်။ မင်းသားလေးဟာ ခြေရော၊ လက်ရော ဘီလူးကြီးရဲ့အမွေးတွေမှာ ကပ်နေပေမဲ့ "သင့်ကို ဖုန်မှုန့်ဖြစ်အောင် ချေမှုန်းပစ်မယ်"ဆိုပြီး ခေါင်းနဲ့ ထပ်တိုက်တယ်။ မင်းသားရဲ့ခေါင်းဟာ ဘီလူးကြီးရဲ့ အမွေးတွေမှာ ကပ်နေပေမဲ့ ပဥ္စာဝုဓ မင်းသားက လုံးဝမကြောက်တော့ ဘီလူးကြီးက အံ့သြနေတယ်။

"မင်းသား . . . သင့်ရဲ့တစ်ကိုယ်လုံး ငါ့အမွေးတွေမှာ ကပ်နေပေမဲ့ ဘာဖြစ်လို့ မကြောက်ရတာလဲ"လို့ မေးလိုက်တော့ "ဘီလူး၊ ငါ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှာ ဓားတစ်ချောင်းရှိတယ်။ သင်က ငါ့ကိုစားပေမဲ့လည်း အဲဒီဓားကို ကြေအောင် စားနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီဓားက သင့်ရဲ့ကလီစာတွေကို နုပ်နုပ်စဉ်းသလိုဖြစ်ပြီး ငါသေသလို သင်လည်း သေရမှာမို့ ငါမကြောက်ပါ"လို့ ပြန်ဖြေလိုက်တယ်။ မင်းသားပြောတဲ့ဓားက သူ့ရဲ့ဉာဏ်ပညာကို ရည်ရွယ်ပြောတာဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘီလူးကြီးက မင်းသားလေးရဲ့ စကားကို ကြောက်ရွံ့သွားပြီး မင်းသားကို မသတ်တော့ဘဲ လွှတ်ပေးလိုက်တယ်။ ပဥ္စာဝုဓ မင်းသားက "ဘီလူး . . . သင်ဟာ အရင်ဘဝက ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ မလုပ်ခဲ့လို့ ဒီဘဝမှာ အသားစားတဲ့ ဘီလူးကြီး ဖြစ်နေရတာ၊ အခု ဘဝမှာလည်း ဒီမကောင်းတဲ့ အကုသိုလ်အလုပ်

တွေ လုပ်နေမယ်ဆိုရင် ဒီထက်ဆိုးတဲ့ ဘဝတွေ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ရောက်လိမ့်မယ်"ဆိုပြီး ဆုံးမလိုက်တော့ ဘီလူးဟာ "ဘယ်တော့မှ လူမသတ်တော့ပါဘူး"လို့ မင်းသားလေးကို ကတိပေးလိုက်ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ပဉ္စာဝုဓဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ပထမတွဲ၊ ၂၃၂။ ဇာ၊ ၄၁၊ ၁၊ ၂၉၀။

- **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**
  - မင်းသားရဲ့နာမည်က ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့် အဲဒီလို ခေါ်ရတာလဲ။
  - ဆရာကြီးက မင်းသားလေးကို ဘာတွေပေးလိုက်လဲ။
  - လက်နက်ငါးမျိုးက ဘာတွေလဲ။
  - မင်းသားလေးဟာ တောထဲကို ဘာကြောင့်ရောက်လာတာလဲ။
  - မင်းသားလေးက ဘီလူးကြီးကို ကြောက်လား။ ဘာကြောင့်လဲ။
  - မင်းသားလေးက ဘီလူးကြီးကို ဘယ်လိုလက်နက်တွေနဲ့ အဆင့်ဆင့် တိုက်ခိုက်ခဲ့တာလဲ။ နောက်ဆုံး ဘာလက်နက်နဲ့ အနိုင်ရခဲ့သလဲ။
  - ဘီလူးကြီးက မင်းသားလေးကို ဘာကြောင့် ကြောက်တာလဲ။
  - မင်းသားလေးက ဘီလူးကြီးကို ဘယ်လိုဆုံးမလိုက်သလဲ။
  - ကလေးတို့ဆိုရင်ရော ဘာလက်နက်ကို အမြဲဆောင်ထားမလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
    (မျှော်မှန်းအဖြေ = ဉာဏ်ပညာ လက်နက်)

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် သင်ခန်းစာကို စတင်ပါ။

  "ဇာတ်တော်ထဲက မင်းသားလေးလို ရဲစွမ်းသတ္တိရှိတဲ့ အခြားဘယ်သူတွေကို သားတို့သမီးတို့ ကြားဖူး၊ သိဖူးသလဲ။ ဘာကြောင့် သူတို့ကို ရဲစွမ်းသတ္တိရှိသူတွေလို့ ပြောရတာလဲ" (ကလေးများအား စဉ်းစားချိန်ပေး၍ တစ်ဦးစီ ဖြေဆိုကြပါစေ။)

- ကလေးများဖြေဆိုသော ရဲစွမ်းသတ္တိရှိသူ၏ အရည်အချင်းများကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ပေးပါ။ ထိုအကြောင်းအရာများကို ဆရာက ကလေးများနှင့်ဆွေးနွေးပြီး အောက်ပါအချက်များ မပါရှိပါက ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပေးပါ။

  - "မှန်လည်း မှန်တဲ့၊ အကျိုးလည်း ရှိတဲ့ လုပ်ရပ်ကိုလုပ်သူ၊ အခက်အခဲအန္တရာယ်တွေနဲ့ ကြုံတွေ့လာရင် မကြောက်မရွံ့ဘဲ ရင်ဆိုင်ရဲသူကို ရဲစွမ်းသတ္တိရှိတဲ့သူလို့ သတ်မှတ်ကြတယ်"ဟု ဆရာကပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဖြစ်ရပ်နှစ်ခု ရေးသားထားသော စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၅)စု ဖွဲ့၍ သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးသားထားသော အောက်ပါ ဖြစ်ရပ်နှစ်ခုကို ဖတ်ကြပါစေ။ ဖြစ်ရပ်(၁) စတုတ္ထတန်း ကျောင်းသားတစ်ဦးဖြစ်သော အောင်အောင်သည် ကျောင်းဆင်းချိန်တွင် ခုံပေါ်တက် မတ်တတ်ရပ်၍ "မင်းတို့ထဲက ဘယ်သူသတ္တိရှိလဲ။ ငါနဲ့ဘယ်သူ လက်သီးချင်း ယှဉ်ထိုးရဲလဲ"ဟု အတန်းဖော် သူငယ်ချင်းများကို စိန်ခေါ်နေသည်။ ဖြစ်ရပ်(၂) မောင်ကျော်သူသည် သူတစ်ပါးကို ကူညီတတ်သော ကျောင်းသားတစ်ဦး ဖြစ်သည်။ မောင်ကျော်သူနှင့် သူငယ်ချင်းများသည် တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဓမ္မစကူးလ်တက်ရန် ရွာဦးဘုန်းကြီးကျောင်းသို့ သွားရသည်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းသို့ ရောက်ရန် တံတားတစ်ခုကို ကူးရသည်။ တစ်နေ့တွင် မောင်ကျော်သူသည် တံတားကို ဖြတ်ကူးစဉ် သူ့ရှေ့တွင်ရှိသော ကလေးငယ်တစ်ယောက် တံတားပေါ်မှ ရေထဲသို့ ပြုတ်ကျသွားသည်ကို တွေ့လိုက်သည်။ ထိုခဏချင်းပင် မောင်ကျော်သူသည် ရေထဲသို့ခုန်ဆင်း၍ ကလေးငယ်ကို ကယ်တင်လိုက်လေသည်။ ❁ အထက်ပါ ဖြစ်ရပ်နှစ်ခုတွင် မည်သူ၏အပြုအမူက ရဲစွမ်းသတ္တိရှိသော အပြုအမူလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ ကိုယ့်အုပ်စုအလိုက် ဆွေးနွေးစေပြီး အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးချင်းစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ ❁ ကလေးများ ဆွေးနွေးတင်ပြနေစဉ် ဆရာက အရေးကြီးသည့်အချက်များကို မှတ်သားထားပြီး အောက်ပါအချက်များ ပါအောင် အနစ်ချုပ်ပေးပါ။ "သူတစ်ပါးကို ဒုက္ခရောက်အောင်လုပ်တာ၊ ရန်ဖြစ်တာ၊ သူတစ်ပါးအသက် သတ်တာ၊ သူတစ်ပါးပစ္စည်း ခိုးတာ စတဲ့အရာတွေမှာ ရဲစွမ်းသတ္တိ မရှိသင့်ဘူး။ အဲဒါတွေကို လုပ်ရဲခြင်းက ရဲစွမ်းသတ္တိမဟုတ်ဘူး၊ မိုက်မဲခြင်းသာ ဖြစ်တယ်။ အများကောင်းကျိုးအတွက် သာသနာရေး လုပ်ငန်းတွေလုပ်တာ၊ ပရဟိတ လူမှုရေးလုပ်ငန်းတွေ လုပ်တာ စတဲ့နေရာတွေမှာတော့ ရဲစွမ်းသတ္တိ ရှိသင့်တယ်။ ဘဝရဲ့အခက်အခဲတွေကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်ဖို့အတွက် ဇွဲ၊ လုံ့လ ဝီရိယ၊ ရဲစွမ်းသတ္တိနဲ့ ဉာဏ်ပညာရှိဖို့လိုတယ်။ သားတို့သမီးတို့ဟာ ရဲစွမ်းသတ္တိရှိပြီး ဉာဏ်ပညာ အမြော်အမြင် ရှိစွာနဲ့ အခက်အခဲတွေကို ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားနိုင်တဲ့ သားလိမ္မာသမီးလိမ္မာလေးတွေ ဖြစ်ကြပါစေ"

သင်ခန်းစာ (၃၅)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ အမည်နှင့် အရည်အချင်း

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ လူတစ်ယောက်အတွက် အမည်ထက် အရည်အချင်းက ပိုအရေးကြီးကြောင်း သိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အမည်ဝှက်တမ်းကစားခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ ဆရာက "ကလေးတို့ရဲ့ သူငယ်ချင်းက အသားညိုတယ်၊ မျက်လုံးမှေးတယ်၊ ပါးချိုင့်ပါတယ်။ စကားပြောရင် ပြုံးပြုံးလေး ပြောတတ်တယ်။ သူဘယ်သူလဲ" စသည်ဖြင့် နမူနာပြောပြပါ။ ထို့နောက် ဆရာက ကလေးငါးဦးခန့်ကို ဖိတ်ခေါ်၍ ထိုနည်းအတိုင်း အမည်ဝှက်တမ်း ကစားကြပါစေ။ (အမည်ရှင်၏ အားနည်းချက်ကို ထည့်မပြောဘဲ အားသာချက်များကိုသာ ပြောရန် ကလေးများအား သတိပေးပါ။ စိတ်ခံစားလွယ်သူဖြစ်ပါက ဆရာက ပါးနပ်စွာ ထိန်းသိမ်း၍ နှစ်သိမ့်ပေးပါ။) ❁ မိမိ၏ အမည်ကို မကြိုက်သူ (သို့) မိမိအမည်ကို "မလှဘူး"ဟု ထင်သူကို လက်ထောင်စေပြီး အမည်နှင့် ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့၏ ခံစားချက်ကို အတန်းရှေ့ ထွက်ပြောကြပါစေ။ ❁ ကလေးများပြောပြီးနောက် ဆက်လက်၍ "လူတစ်ယောက်အတွက် အမည်နဲ့အရည်အချင်းမှာ ဘယ်ဟာက ပိုအရေးကြီးသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ"ဟု ဆက်မေးပါ။ ❁ ကလေးများအားလုံး ပြောပြီးလျှင် ဆရာက "လူတစ်ယောက်မှာ နာမည်က အဓိကမကျဘူး၊ သူ့ရဲ့လုပ်ရပ်နဲ့ အရည်အချင်းကသာ အဓိကဖြစ်တယ်"ဟု ပြောဆို၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါ "အမည်နှင့် အရည်အချင်း" ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများအားလုံး အသံတိတ် ဖတ်ကြပါစေ။ ❁ ဖတ်ပြီးပါက ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ နားလည်သည့်အတိုင်း ရှေ့ထွက်ပြောကြပါစေ။ (ကလေးကို အမည်တပ်မခေါ်ပါနှင့်၊ ရှေ့ထွက်ပြောလိုသူကိုသာ ပြောခွင့်ပေးပါ။ ဇာတ်လမ်းထဲမှ စကားလုံးများအတိုင်း အတိအကျဖြစ်ရန် မလိုပါ။ မေ့နေလျှင် ဆရာက ထောက်ပေးပါ။) **အမည်နှင့် အရည်အချင်း** ရှေးအခါက တက္ကသိုလ်ပြည်က ဆရာကြီးတစ်ဦးထံမှာ တပည့်ပေါင်းငါးရာ ပညာသင်ယူနေကြတယ်။ တပည့်တစ်ယောက်ရဲ့ အမည်က "မောင်ဆိုးပေ"ဆိုတော့ တခြားသူတွေက "ဆိုးပေ ဆိုးပေ"ဆိုပြီး ခေါ်ကြ

တယ်။ ဒါကို မောင်ဆိုးပေက "ငါ့ကို ငဆိုးပေလို့ ခေါ်နေတာကို ကြားရတာ မင်္ဂလာမရှိလိုက်တာ။ ငါ့နာမည်ကို ပြောင်းပေးဖို့ ဆရာကြီးကို ပြောမှပဲ"လို့ တွေးမိတယ်။

ဒါနဲ့ ဆရာကြီးဆီကို သွားပြီး "ဆရာကြီး၊ ကျွန်တော့်နာမည်ဟာ မင်္ဂလာမရှိဘူး၊ ကျက်သရေမရှိဘူး၊ ဒါကြောင့် ကောင်းတဲ့နာမည်တစ်ခု မှည့်ပေးပါ"လို့ ပြောတယ်။ ဆရာကြီးက "ကောင်းပြီ၊ တစ်ရွာဝင် တစ်ရွာထွက် တစ်မြို့ဝင် တစ်မြို့ထွက် လှည့်လည်ပြီး သင်လိုလားနှစ်သက်တဲ့ နာမည်ကို ရှာကြည့်ပါ၊ တွေ့ရင်ပြန်လာခဲ့၊ သင့်နာမည်ကို ငါပြောင်းပေးမယ်"လို့ ပြန်ပြောလိုက်တယ်။

မောင်ဆိုးပေလည်း ဝမ်းသာအားရနဲ့ လိုအပ်တာတွေယူဆောင်ပြီး အမည်ရှာဖို့ နေရာအနှံ့ လှည့်လည်သွားလာတော့တယ်။ ရွာတစ်ရွာကိုရောက်တော့ အသုဘတစ်ခု ချလာတာနဲ့ဆုံတယ်။ မောင်ဆိုးပေက လူသေရဲ့ နာမည်ကို စုံစမ်းလိုက်တော့ "မောင်သက်ရှည်"လို့ ခေါ်တယ်ဆိုတာ သိလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ "ဟင် . . . မောင်သက်ရှည်လို့ ဆိုပြီးတော့ သေတာပဲလား"လို့ မေးလိုက်တော့ "မောင်သက်ရှည်လို့ နာမည်ရှိတဲ့သူရော မရှိတဲ့သူရော သေကြတာပဲ၊ နာမည်ဆိုတာ ပညတ် (အခေါ်အဝေါ်)ပဲ၊ လူမှန်ရင် သေတာပဲ၊ သင် ရူးနေတာလား"လို့ လူအများက ပြက်ရယ်ပြုပြီး ပြန်ပြောဆိုကြတယ်။

အဲဒီရွာက ထွက်လာပြီး မြို့တစ်မြို့ကို ရောက်တော့ မိန်းမတစ်ယောက်ကို လူတစ်စုက ဝိုင်းဝန်းအပြစ်တင် ပြောဆိုနေကြတယ်။ "ဘာများ ဖြစ်တာလဲ" ဆိုပြီး စုံစမ်းလိုက်တော့ အကြွေးမပေးနိုင်လို့ အပြစ်တင်ခံနေရတာကို သိရတယ်။ သူလည်း နာမည်သိချင်တာနဲ့ အဲဒီမိန်းမရဲ့နာမည်ကို ထပ်စုံစမ်းလိုက်တဲ့အခါ "မဋ္ဌေး"လို့ ခေါ်ကြောင်း သိရပြီး "မဋ္ဌေးဆိုတဲ့ နာမည်မှည့်ထားပြီး ဆင်းရဲတာပဲလား"လို့ ပြန်ပြောမိတယ်။ "မဋ္ဌေးလို့ မှည့်ထားလည်း ဆင်းရဲတာပဲ၊ မမှည့်ထားလည်း ဆင်းရဲတာပဲ၊ နာမည်ဆိုတာ ပညတ်ပဲ၊ သင် မသိဘူးလား"ဆိုပြီး အားလုံးက ဝိုင်းဝန်း ပြစ်တင် ပြောဆိုကြပြန်တယ်။

အဲဒီကနေ ထွက်လာရင်း လမ်းခရီးမှာ လမ်းမှားပြီး မိုင်နေတဲ့ အမျိုးသားတစ်ယောက်ကို တွေ့ပြန်တယ်။ နာမည်ကို စုံစမ်းတော့ "လမ်းပြကြယ်"လို့ ခေါ်ကြောင်းသိပြီး "လမ်းပြကြယ်ဆိုပြီး လမ်းမှားရသလား"လို့ ဆိုလိုက်ပြန်တယ်။ "လမ်းပြကြယ်လည်း လမ်းမှားတတ်တာပဲ၊ လမ်းပြကြယ်မဟုတ်လည်း လမ်းမှားတတ်တာပဲ၊ လမ်းမှားလို့ စိတ်ညစ်နေရတဲ့ကြားထဲ ဘာတွေလာပြောနေတာလဲ၊ သင်ရူးနေတာလား"လို့ ကြိမ်းမောင်းတဲ့အတွက် မောင်ဆိုးပေလည်း ထွက်ပြေးလာရတယ်။

ဒီလိုနဲ့ ဆရာကြီးထံ ပြန်ရောက်လာတော့ "ဘယ်လိုလဲ ငါ့တပည့်၊ သင်နှစ်သက်တဲ့ နာမည်ကို တွေ့ပြီလား" လို့ မေးတော့ "ဆရာကြီး . . . 'မောင်သက်ရှည်'လို့ မှည့်လည်း သေတာပဲ၊ 'မဋ္ဌေး'လို့ မှည့်လည်း ဆင်းရဲတာပဲ၊ 'လမ်းပြကြယ်'လို့ မှည့်ထားလည်း လမ်းပျောက်တာပဲ၊ နာမည်ဆိုတာ ပညတ်ပါ။ နာမည်ကြောင့် ဘာအကျိုးမှ မရပါဘူး။ အလုပ်နဲ့အရည်အချင်းကြောင့်သာ အကျိုးရတတ်တာကို ကျွန်တော်သိပါပြီ"လို့ ဝန်ခံတယ်။ ဆရာကြီးက လည်း "မှန်တယ် ငါ့တပည့်၊ လူတစ်ယောက်အတွက် အရေးကြီးတာ နာမည်မဟုတ်ဘူး၊ သူရဲ့ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ အရည်အချင်းတွေပဲ ဖြစ်တယ်"လို့ ပြောဆိုချီးကျူးပြီး ဆုလာဘ်များ ပေးအပ်လိုက်ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ နာမသိဒ္ဓိဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ပထမတွဲ၊ ၄၁၀။ ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၄၂၆၊

ခက်ဆစ်အဖွင့်

ကျက်သရေ = တင့်တယ်ခြင်း၊ မင်္ဂလာရှိခြင်း
အသုဘ = မတင့်တယ်ခြင်း
ပြက်ရယ်ပြု = သရော်သည်၊ ပြောင်လှောင်သည်
ပညတ် = အခေါ်အဝေါ်

❁ **အောက်ပါ မေးခွန်းများ မေးပါ။**

- မောင်ဆိုးပေက သူ့အမည်ကို ကြိုက်သလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- မောင်ဆိုးပေက သူ့အမည်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ဆရာကြီးကို ဘယ်လို ပြောသလဲ။
- မောင်ဆိုးပေက သူ့အတွက် အမည်ကောင်းကို လိုက်ရှာရင်း ဘာတွေ တွေ့ကြုံခဲ့သလဲ။
- နောက်ဆုံးမှာ ဆရာကြီးကို သူဘယ်လို ဝန်ခံခဲ့သလဲ။
- ဆရာကြီးကရော ဘယ်လို ချီးကျူးစကား ပြောပေးခဲ့လဲ။
- လူတွေမှာ အမည်နဲ့ အရည်အချင်း ဘယ်ဟာက ပိုအရေးကြီးတယ်လို့ ကလေးတို့ထင်သလဲ။
- အရည်အချင်းရှိအောင် ဘယ်လိုပြုမူဆောင်ရွက်ကြမလဲ။

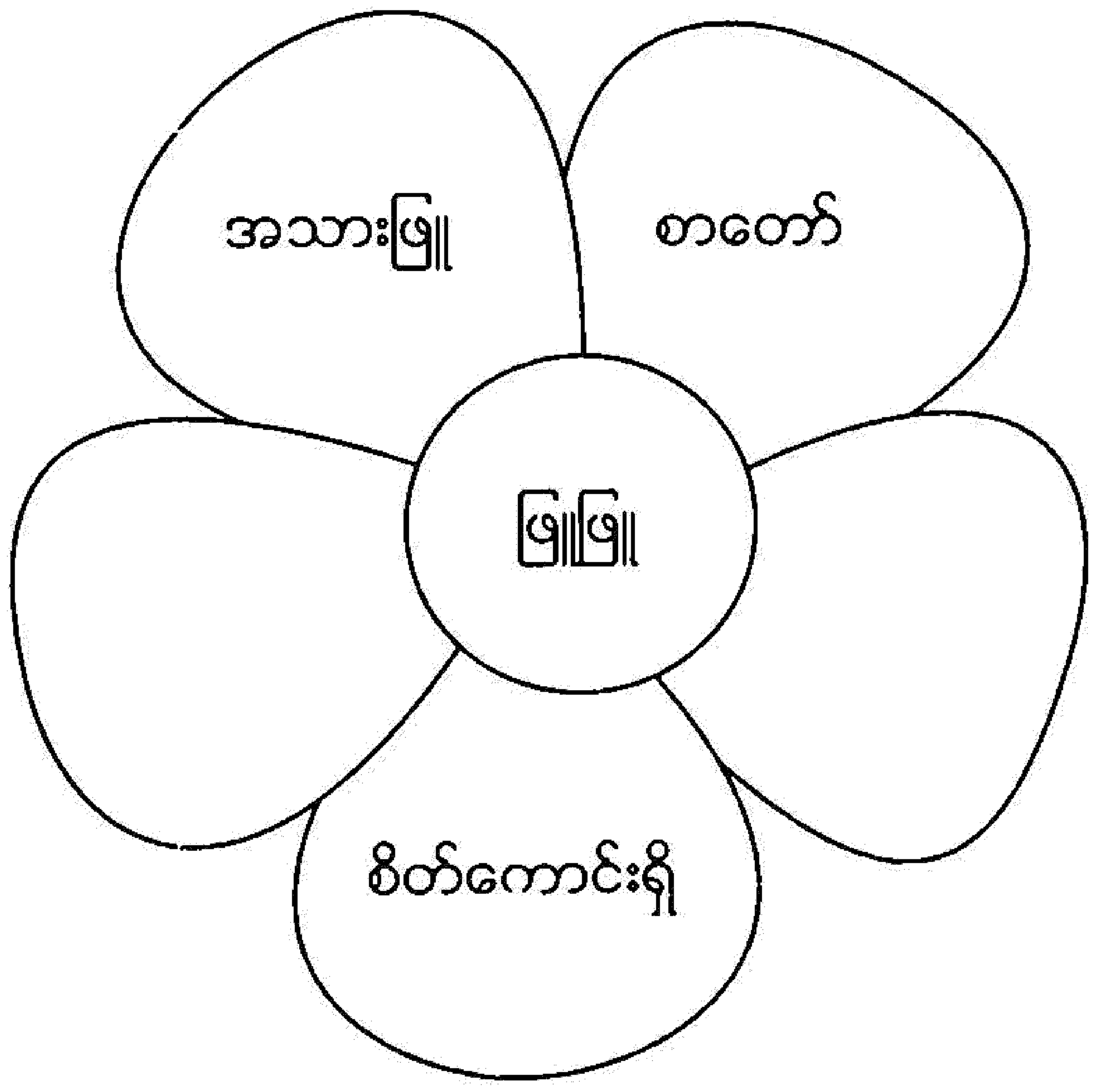
စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ ကလေးများကို စာရွက်လွတ်များ ဝေပေးပါ။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီကို အတန်းထဲက သူငယ်ချင်း တစ်ယောက် ယောက်၏ အမည်နှင့် ထိုသူငယ်ချင်းတွင်ရှိသော အရည်အချင်းအကြောင်း စဉ်းစားပါစေ။ ကလေးများ စဉ်းစား ထားပြီးသော သူငယ်ချင်း၏အမည်ကို အောက်တွင် ဥပမာပြထားသည့်အတိုင်း အလယ်မှရေး၍ ထိုအမည်ရှင်၏ ရှိပြီးသော အရည်အချင်းများ၊ ထိုအမည်ရှင်အား ရှိစေချင်သော အရည်အချင်းများကို ဘေးပတ်လည်တွင် ရေးပါစေ။ တစ်ယောက် ထက်ပို၍ ရေးလိုပါကလည်း ရေးပါစေ။

ဥပမာ -



❁ ဤဥပမာအတိုင်း မိမိရေးလိုသော အရည်အချင်း ငါးခုရှိလျှင် ပွင့်ဖတ် ငါးခု၊ အရည်အချင်း ခြောက်ခုရှိလျှင် ပွင့်ဖတ် ခြောက်ခု စသည်ဖြင့် လိုအပ်သည့်အတိုင်း ဖြည့်သွင်းရေးသားပါစေ။

❁ ရေးသားပြီးသော စာရွက်များကို စာသင်ခန်းနံရံများတွင် ကပ်ကြပါစေ။ ထို့နောက် မည်သူက ပွင့်ဖတ်အများဆုံး ရရှိသည်ကို လိုက်လံကြည့်ရှုစေပြီး မှတ်စုစာအုပ်တွင် မှတ်သားထားပါစေ။ ထို့နောက် ဆရာက "ဒီလိုပွင့်ဖတ် တွေအများကြီးရအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို နောက်တစ်ချိန်မှာ ဆွေးနွေးအဖြေရှာ ကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

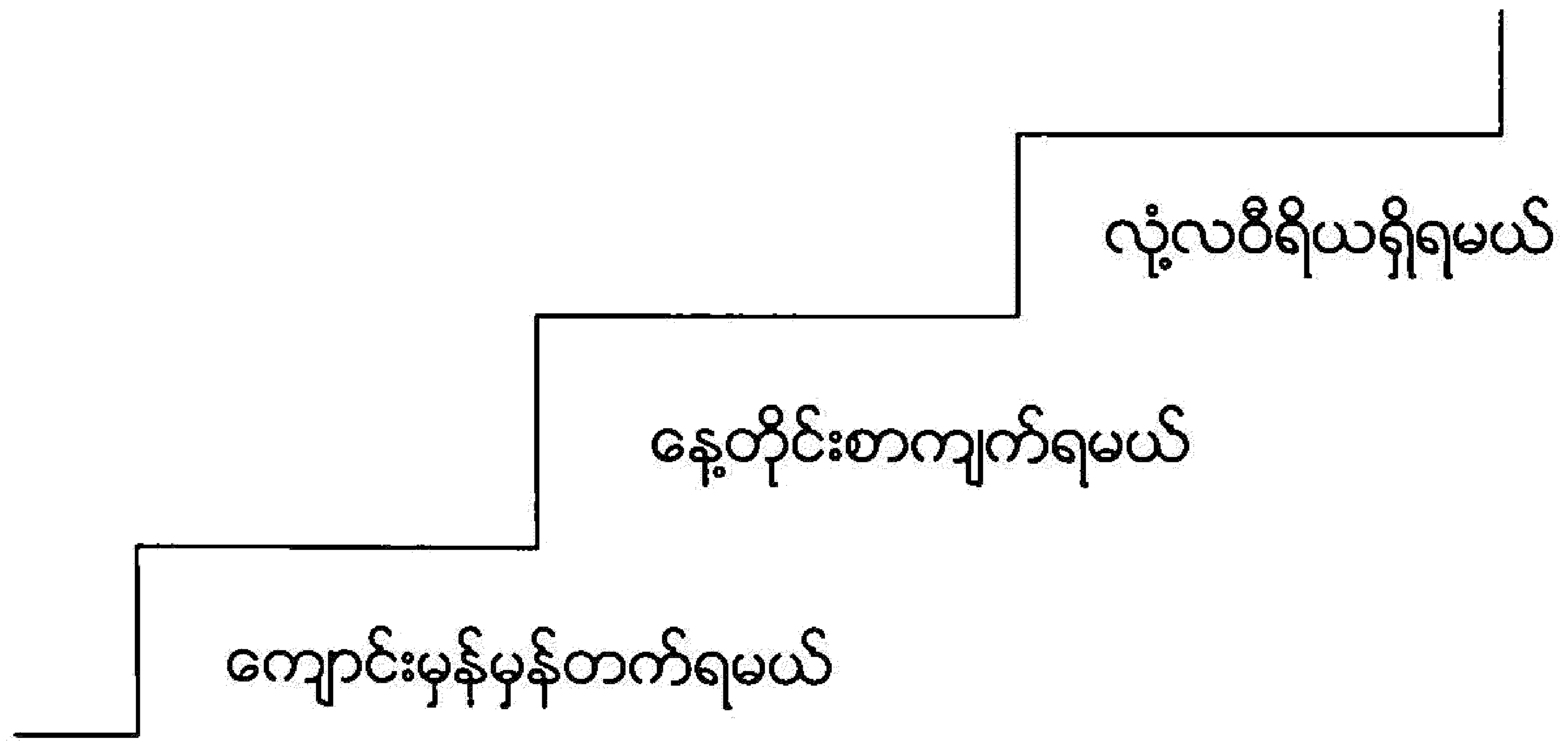
❁ အောက်ပါခေါင်းစဉ်များဖြင့် အုပ်စု (၅)စု ဖွဲ့ပါ။

၁။ စာတော်စေချင်သည်
၂။ လိမ္မာစေချင်သည်
၃။ ကျန်းမာစေချင်သည်
၄။ ဘာသာတရား ကိုင်းရှိုင်းစေချင်သည်
၅။ အားကစား ထူးချွန်စေချင်သည်

❁ အုပ်စုတစ်စုစီမှ ခေါင်းစဉ်တစ်ခုချင်းအလိုက် ဖြစ်စေလိုသော အရည်အချင်းများ ရရှိအောင် မည်ကဲ့သို့ လုပ်ရမည့်အကြောင်းကို လှေကားထစ်ပုံစံဖြင့် ဆွေးနွေးရေးသားကြပါစေ။ ထို့နောက် အုပ်စုအချင်းချင်း စုံအောင် လဲလှယ်ဖတ်ရှုစေ၍ လိုအပ်သည်ထင်သော အချက်များကို ဖြည့်စွက်ကြပါစေ။ ထိုသို့ ဖြည့်စွက်ပြီးနောက် စာရွက်များကို သင်ပုန်းတွင်ကပ်စေပြီး လိုအပ်ချက်များကို ဆရာက ထပ်မံဖြည့်စွက်ပေးပါ။

ဥပမာ -

စာတော်စေချင်သည်



❁ မိမိတွင် ရှိပြီးသား အရည်အချင်းများကို ရှိအောင် မည်သို့လုပ်ဆောင်ခဲ့ကြောင်းကို ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးကြပါစေ။ ဆွေးနွေးပြီးသောအခါ ဆရာက "လူတစ်ယောက်မှာ ပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့ အသိပညာ၊ အတတ်ပညာ၊ စိတ်ကောင်း စေတနာရှိမှု၊ ဖော်ရွေပျူငှာမှု၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီလိုစိတ်ရှိမှု၊ အနစ်နာခံနိုင်မှု စတာတွေဟာ အရည်အချင်း တွေပဲပေါ့။ ဒီအရည်အချင်းတွေကို ရုပ်လှလှ မလှလှ၊ နာမည်လှလှ မလှလှ လူတိုင်း ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြတယ်"ဟု ပြောဆိုညွှန်ပြ၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၃၆)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ လူကောင်းနှင့် လူဆိုး

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ လူကောင်းနှင့်လူဆိုးကို ခွဲခြားသိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ အကျင့်စရိုက်အမျိုးမျိုးရှိတဲ့ လူတွေကို တွေ့ဖူးကြမှာပါ။ ပြီးတော့ ဒီလူက လူကောင်း၊ ဒီလူကတော့ လူဆိုးလို့ ပြောဆိုတာတွေကိုလည်းပဲ ကြားဖူးကြတယ်မဟုတ်လား။ ဒါနဲ့ပတ်သက်ပြီး သားတို့သမီးတို့ကို အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားဆွေးနွေးရမယ့် လုပ်ငန်းလေးတစ်ခုပေးမယ်" စသည်ဖြင့် ပြောပြီး ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။
❁ "လူကောင်းဆိုတာ ဘယ်လိုလူမျိုးလဲ၊ လူဆိုးလူမိုက်ဆိုတာ ဘယ်လိုလူမျိုးလဲ"ဟူသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် အုပ်စုအလိုက် ဆွေးနွေးပြီး ရရှိသောအချက်များကို မှတ်စုစာအုပ်တွင် ရေးကြပါစေ။
❁ ထို့နောက် ရေးထားသည်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးစီက ပြောပြပါစေ။ တူညီနေသောအချက်များကို ထပ်မပြောဘဲ အခြားအချက်များကိုသာ ပြောရန် ဆရာက ကြိုတင်မှာထားပါ။ ကလေးများပြောသော အချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်း/စာရွက်ကြီးပေါ်တွင် လိုက်၍ ရေးပေးပါ။
❁ အုပ်စုအားလုံး ပြောပြီးသွားသောအခါ "အခု လူကောင်းဆိုတာ ဘယ်လိုလူမျိုးလဲ၊ လူဆိုးလူမိုက် ဆိုတာကရော ဘယ်လိုလူမျိုးလဲဆိုတာကို သားတို့သမီးတို့ ဆွေးနွေးထားတဲ့ အချက်တွေအပေါ် မူတည်ပြီး ခွဲခြားလို့ ရမယ်နော်" စသည်ဖြင့် ပြောကြားပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

<table>
<tr><th>သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်</th></tr>
<tr><td>❁ "သားတို့သမီးတို့က လူကောင်းဆိုတာ ဘယ်လိုလူမျိုးလဲ၊ လူဆိုးဆိုတာကရော ဘယ်လိုလူတွေလဲဆိုတာ သိပြီး သွားပြီ၊ အခု ဒီဇာတ်လမ်းထဲက လူကရော ဘယ်လိုလူမျိုးလဲဆိုတာ ဖတ်ကြည့်ကြရအောင်"ဟု ပြော၍ အောက်ပါ ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများဖတ်ကြပါစေ။ (ကလေးတစ်ယောက်က ပထမတစ်ပိုဒ်ကို ဖတ်ပြီးလျှင် ဒုတိယတစ်ပိုဒ်ကို မည်သူဖတ်ရမည်ဟု ကြိုတင်အသိမပေးဘဲ သေချာစွာ နားထောင်နေကြစေ၍ ဖတ်ရမည့် အချိန် ရောက်မှသာ ဆရာကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်၍ ဖတ်ပါစေ။)

သူ့ကိုရှို့တော့ ကိုယ့်ကိုလောင်

ဘုရားရှင်လက်ထက်မှာ တစ်ကိုယ်လုံး မီးတောက်လောင်နေတဲ့ စပါးကြီးမြွေပြိတ္တာကြီးတစ်ကောင် ရှိတယ်။ ရဟန်းတွေဟာ မြွေပြိတ္တာကြီးရဲ့ အတိတ်ကြောင်းကို သိလိုတဲ့အတွက် ဘုရားရှင်ကို မေးမြန်းတော့ ဘုရားရှင်က အဲဒီမြွေကြီးရဲ့ ရှေးဘဝမှာ ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကို ဟောကြားပါတယ်။</td></tr>
</table>

မြွေကြီးဟာ ရှေးဘဝတစ်ခုမှာ သူခိုးတစ်ယောက်ဖြစ်ခဲ့တယ်။ တစ်ညသ ခိုးရာကအပြန် ဇရပ်တစ်ဆောင်မှာ အိပ်နေတယ်။ အဲဒီအချိန် သူဌေးကြီးတစ်ဦးက ဘုရားကျောင်းတော်ကိုအလာ ဇရပ်ထဲ ခဏဝင်နားခိုက် သူခိုးကို မြင်တော့ "ဒီလူ့ခြေထောက်တွေဟာ ရွှံ့တွေပေနေပါလား။ ဒီလူဟာ ညမှာကျက်စားပြီး နေ့မှာအိပ်သူဖြစ်ရမယ်"လို့ ပြောမိတယ်။

သူခိုးကလည်း သူ့ကို ဒီလိုပြောရကောင်းလားဆိုပြီး သူဌေးကြီးကို ရန်ငြိုးထားလိုက်တယ်။ အဲဒီနောက် အခွင့်အခါကိုစောင့်ပြီး သူဌေးကြီးရဲ့လယ်တွေကို ခုနစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် မီးရှို့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မကျေနပ်သေးဘဲ သူဌေးရဲ့ နွားတွေကို ခုနစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် ခြေထောက်တွေကို ဖြတ်ပစ်တယ်။ ဒ့ါအပြင် သူဌေးကြီးရဲ့ အိမ်ကိုလည်း ခုနစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် မီးရှို့တယ်။

အဲဒီလောက် လက်စားချေရတာကို မကျေနပ်နိုင်သေးဘဲ မြတ်စွာဘုရား ဆွမ်းခံကြွချိန်မှာ သောက်ရေသုံးရေအိုးတွေကို ရိုက်ခွဲပြီး သူဌေးကြီးလှူဒါန်းထားတဲ့ ကျောင်းတော်ကိုပါ မီးရှို့လိုက်တော့တယ်။ သူဌေးကြီးက အဲဒီကျောင်းတော်ကို အမြတ်နိုးဆုံး ဖြစ်ပေမဲ့လည်း စိတ်မဆင်းရဲတဲ့အပြင် "ဒီကျောင်း မရှိတော့ရင် နောက်ထပ်တစ်ကျောင်း ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းခွင့်ရမယ်၊ ဝမ်းသာစရာပဲ"လို့ ပြောပြီး ကျောင်းတစ်ဆောင် ထပ်မံဆောက်လုပ်လှူဒါန်းတယ်။

အဲဒီလို နည်းမျိုးစုံသုံးပြီး ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဖျက်ဆီးခံရပေမဲ့ သူဌေးကြီးက မတုန်လှုပ်ဘူး။ ဒီတော့ သူခိုးက မကျေမချမ်း ပိုပိုဖြစ်လာပြီး သူဌေးကြီးကိုသတ်ဖို့ ကြံစည်တယ်။ ခုနစ်ရက်လုံးလုံး စောင့်နေပေမဲ့ အခွင့်မသာခဲ့ဘူး။ ဒါကြောင့် ကျောင်းအလှူ ရေစက်ချချိန်မှာ ဝင်ရောက်လာပြီး အခွင့်ကောင်းကို ချောင်းပြန်တယ်။

ရေစက်ချချိန်မှာ သူဌေးကြီးက "အရှင်ဘုရား . . . လူတစ်ယောက်ဟာ တပည့်တော်ရဲ့ လယ်တွေ အိမ်တွေကို ခုနစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် မီးရှို့ပါတယ်။ နွားတွေကိုလည်း ခုနစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် ဓားနဲ့ခုတ်ပါတယ်။ ကျောင်းတော်ကို မီးရှို့တာလည်း သူပဲဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ အခု ဒီအလှူကရတဲ့ ကုသိုလ်အဖို့ကို တပည့်တော် သူ့ကို အရင်ဆုံး အမျှပေးဝေလိုပါတယ်"လို့ လျှောက်လိုက်တာကို သူခိုးကကြားသွားတဲ့အခါ နောင်တကြီးစွာရပြီး သူဌေးကြီးရဲ့ ခြေရင်းမှာ ဝပ်စင်းကန်တော့ကာ တောင်းပန်တယ်။ သူဌေးကြီးကလည်း ဝမ်းမြောက်စွာနဲ့ပဲ ခွင့်လွှတ်လိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူပြုခဲ့ဖူးတဲ့ မိုက်ပြစ်တွေကတော့ သူ့ကို ခွင့်မလွှတ်ခဲ့ပါဘူး။ သူခိုးဘဝကနေ သေလွန်တဲ့အခါ အဲဒီအကုသိုလ်ကံတွေကြောင့် အဝီစိငရဲ၌ နှစ်ပေါင်းများစွာ ခံခဲ့ရပြီး အဝီစိငရဲမှ လွတ်မြောက်သောအခါ ဒီဘဝမှာ တစ်ကိုယ်လုံး မီးတောက်လောင်နေသော မြွေပြိတ္တာ ဖြစ်သွားတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူသည်။

မှီငြမ်း ။ ။ အဇာရပေတဝတ္ထု၊ ခမ္မပဒ၊ တတိယတွဲ၊ ၂၃၆၊ ခမ္မ၊ ၃၊ ၂၊ ၃၉၊

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- သူခိုးကိုမြင်တော့ သူဌေးကြီးက ဘယ်လိုပြောလိုက်မိသလဲ။
- သူခိုးဟာ သူဌေးကြီးကို ဘာဖြစ်လို့ ရန်ငြိုးထားသလဲ။
- သူခိုးဟာ သူဌေးကြီးရဲ့ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ဘယ်နကြိမ် မီးရှို့သလဲ။
- သူဌေးကြီးဟာ သူ့ကျောင်းအလှူမှာ ဘယ်သူ့ကို အရင်ဆုံး အမျှပေးဝေသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သူခိုးဟာ နောက်ဆုံးမှာ ဘာဖြစ်သွားသလဲ။
- သူခိုးရဲ့စိတ်ဓာတ်ဟာ ဘယ်လိုစိတ်ဓာတ်မျိုးလဲ။
- သူဌေးကြီးကရော ဘယ်လိုစိတ်ထားရှိသလဲ။
- သားတို့သမီးတို့သာ သူဌေးကြီးရဲ့နေရာမှာဆိုရင် သူခိုးကို ဘာလုပ်မလဲ။
- ဒီဇာတ်လမ်းကနေ သားတို့သမီးတို့ ဘယ်လို သင်ခန်းစာတွေ ရလိုက်သလဲ။
- ဒီဇာတ်လမ်းထဲမှာ ဘယ်သူက လူကောင်းလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

- မေးခွန်းများ ဖြေပြီးသောအခါ ဆရာက မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အောက်ပါစကားနှင့် ဆက်စပ်ပြောပြပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

"လူဆိုးလူမိုက်ဟာ မကောင်းမှုကို ပြုစဉ်အခါမှာ နောင်တစ်ချိန် ခံစားရမယ့်အပြစ်ကို မသိဘူး။ ဒီလို ပညာမဲ့သူဟာ မိမိပြုခဲ့တဲ့ မကောင်းမှုကံကြောင့် နောင်အခါမှာ မီးလောင်ခံနေရသလို အစဉ်အမြဲ ပူပန် နေရတယ်"

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့၍ အောက်ပါခေါင်းစဉ်များကို ဆွေးနွေးကြပါစေ။ (အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးရာတွင် အနည်းဆုံးအချက် ငါးချက်ရအောင် စဉ်းစားကြပါစေ။) - လူကောင်းနဲ့ပေါင်းရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။ - လူဆိုးနဲ့ပေါင်းရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။ ❁ ဆွေးနွေးပြီးသော အချက်များကို အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက အတန်းသားအားလုံးကို ပြန်လည်ပြောပြပါစေ။ ❁ ကလေးများ ဆွေးနွေးထားသော အချက်များကို ဆရာက ပြန်လည်အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ဆရာက အောက်ပါလုပ်ငန်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ "သားတို့သမီးတို့ အတန်းထဲမှာ သတိထားမိတဲ့ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်ရဲ့ အမူအကျင့်တစ်ခုကို ရေးပေးပါ" ဟု ပြောပြီး ကလေးများကို စာရွက်ပိုင်းများ ဝေပေးပါ။ ❁ အတန်းရှေ့တွင် ကတ်ပုံးတစ်ခုထား၍ ရေးပြီးသောစာရွက်များကို လာရောက်ထည့်ကြပါစေ။ အားလုံးထည့်ပြီးလျှင် ဆရာက ရောမွှေ၍ တစ်ခုချင်းဖတ်ပြပြီး "ကောင်းတဲ့အမူအကျင့်လား၊ မကောင်းတဲ့ အမူအကျင့်လား" ဟု မေးပါ။ အမူအကျင့်တစ်ခုချင်းစီ၏ ကောင်းသည်၊ မကောင်းသည်ကို အပြန်အလှန်ဆွေးနွေး၍ ကောင်းသော အမူအကျင့်ဖြစ်လျှင် ကောင်းသောဘက်တွင်ကပ်၍ မကောင်းသော အမူအကျင့်ဖြစ်လျှင် မကောင်းသော ဘက်တွင် ဆရာက ကပ်ပေးပါ။ (အောက်ပါပုံကို ဆရာက စာရွက်ကြီး/သင်ပုန်းပေါ်တွင် ကြိုတင် ရေးဆွဲထားပါ။)

ကောင်းသောအမူအကျင့်	မကောင်းသောအမူအကျင့်

- "အခု ကောင်းတဲ့အမူအကျင့်တွေက ဘာတွေ၊ မကောင်းတဲ့အမူအကျင့်တွေက ဘာတွေဆိုတာ ကလေးတို့ သိသွားကြပြီဆိုတော့ လူကောင်းတစ်ယောက်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး မေးခွန်းလေးတွေကို ဆွေးနွေးကြည့်ရအောင်"ဟု ဆရာက ပြောပြီး အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆရာနှင့်ကလေးများ အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပါ။

  - လူကောင်းတစ်ယောက်ဆိုတာ ဘယ်လိုနေထိုင်သလဲ။
  - လူကောင်းတစ်ယောက်ရဲ့ အပြုအမူတွေဟာ ဘယ်လိုလဲ။
  - လူကောင်းတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်လို ပြောဆိုသလဲ။

- နောက်ဆုံးတွင် ဆရာက "လူကောင်းဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် သုံးပါးလုံးကို ကောင်းအောင် ကြိုးစားတယ်၊ ကိုယ်နဲ့ ဆက်စပ်တဲ့ အရာအားလုံးကိုလည်း ကောင်းအောင် ကြိုးစားတယ်" စသည်ဖြင့်ပြောကာ ဇာတ်လမ်းနှင့် ချိတ်ဆက်၍ သော်လည်းကောင်း၊ ရှေ့စာသင်ချိန်များနှင့် ချိတ်ဆက်၍ သော်လည်းကောင်း အနှစ်ချုပ်ပေးပါ။

သင်ခန်းစာ (၃၇)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ သူများမကောင်းကြံ ကိုယ့်ဘေးရန်
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ သူတစ်ပါးအား နစ်နာအောင်ပြုလုပ်လိုက်သော မကောင်းမှုသည် မိမိထံသို့ ပြန်လာတတ်ကြောင်းကို သိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ စာရွက်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို စာရွက်ပိုင်းများ ဝေပေးပါ။ စာရွက်ပေါ်တွင် အခြားသူတစ်ဦးအား ပေးလိုသည့် မိမိမကြိုက်သော ပစ္စည်းတစ်ခုကို ရေးပါစေ။ မိမိရေးထားသော ပစ္စည်း၏အမည်ကို မှတ်သားစေကာ အတန်းရှေ့တွင် ချထားသော ပုံးတစ်ပုံးထဲသို့ ထည့်ကြပါစေ။ ထိုစာရွက်များကို ဆရာက ရောမွှေ၍ ကလေးတစ်ဦးလျှင် တစ်ရွက်စီ ယူပါစေ။ ❁ ကလေးများအား မိမိရသည့် စာရွက်ပိုင်းကို ဖတ်စေပြီး ဆရာက "မကြိုက်ဘူးလား၊ လဲချင်တာရှိလား"ဟု မေးပါ။ မကြိုက်လျှင် ပိုင်ရှင်ကိုရှာ၍ ပြန်ပေးပါစေ။ (ဤနည်းအတိုင်း မကြိုက်လျှင် ထပ်ခါထပ်ခါ လဲခြင်းဖြင့် ကစားသွားရမည် ဖြစ်သည်။ အချိန်ပေါ်မူတည်၍ ကစားကြပါစေ။) ❁ ကစားပြီးသောအခါ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။ - ကိုယ်မလိုချင်တဲ့ပစ္စည်း သူများကိုပေးတဲ့အခါ အဲ့ဒီပစ္စည်းဟာ ကိုယ့်ဆီ ပြန်ရောက်လာတတ်တယ် ဆိုတာ လက်ခံပါသလား။ လက်ခံတယ်ဆိုရင် ဘာကြောင့်လဲ။ - ဒီကစားနည်းကနေ ဘယ်လိုသင်ခန်းစာ ရလိုက်သလဲ။ ❁ မိမိလုပ်ရပ်သည် မိမိထံသို့ပင် ပြန်ရောက်လာတတ်ကြောင်း ဇာတ်တော်လာအကြောင်းအရာတစ်ခုကို နောက်စာသင်ချိန်တွင် ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြမည်ဟု ပြောကာ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❀ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သရုပ်ဖော်ပုံများကို ကြည့်စေပြီး အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကိုစတင်ပါ။ - ဒီပုံထဲကလူတွေက ဘယ်သူတွေလို့ ထင်သလဲ။ - ဘာလုပ်နေကြတာလို့ ထင်သလဲ။ - ဘာ့ကြောင့်အဲဒီလို လုပ်တယ်လို့ထင်သလဲ။ - ကလေးတို့ ထင်ထားတဲ့အတိုင်း ဟုတ်မဟုတ်သိရအောင် ဇာတ်လမ်းလေး တစ်ပုဒ်ကို ဖတ်ကြည့်ကြပါစို့။ **သူများမကောင်းကြံ ကိုယ့်ဘေးရန်** ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက ဗာရာဏသီပြည်ရဲ့ ရွာတစ်ရွာမှာနေထိုင်တဲ့ သူဌေးကြီးမှာ "မောင်သာ"လို့ ခေါ်တဲ့ သားလေးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ တစ်နေ့မှာ မောင်သာလေးက ကစားဖော်သူငယ်ချင်းတွေနဲ့အတူ အရိပ်ကောင်းတဲ့ ညောင်ပင်ကြီးအောက်မှာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ကစားနေတယ်။ အဲဒီရွာအနီးအနားက တခြားရွာတစ်ရွာမှာနေတဲ့ ဆေးဆရာတစ်ယောက်ဟာ ဆေးမကုရတာ ကြာပြီဖြစ်လို့ ဆေးကုဖို့လူနာ တွေ့လိုတွေငြား ရွာစဉ်တစ်လျှောက် ထွက်လာတယ်။ အဲဒီလို ထွက်လာရင်း မောင်သာတို့ ကစားနေကြတဲ့ ညောင်ပင်ရိပ်ကို ရောက်လာတယ်။ ညောင်ပင်ခွကြားမှာ အိပ်နေတဲ့မြွေကို မြင်တဲ့အခါ "ငါဆေးမကုရတာ ကြာပြီ၊ အခုထွက်လာတဲ့ ရွာမှာလည်း ဆေးမကုခဲ့ရလို့ ငွေလည်းမရခဲ့ဘူး၊ အခု ဒီသူငယ်တွေကို လိမ်ညာပြီး မြွေကိုက်အောင် လုပ်ရမယ်၊ မြွေကိုက်တဲ့အခါမှ ငါဆေးကုရမယ်၊ ဆေးကုပေးကာမှ ငွေရမယ်"လို့ တွေးမိတယ်။ အဲဒီလိုအကြံရပြီး မောင်သာတို့ကို "ဒီသစ်ပင်ခွကြားမှာ ဆက်ရက်ငှက်လေး တစ်ကောင်ရှိတယ်။ တက်ဖမ်းကြပါလား"လို့ ပြောလိုက်တယ်။ မောင်သာလည်း တကယ်ထင်ပြီး သစ်ပင်ပေါ်တက်ကာ ဆက်ရက်ငှက်ကို ဖမ်းပါတယ်။ အဲဒီလို ဖမ်းလိုက်တဲ့အချိန် သစ်ပင်ခွကြားမှာအိပ်နေတဲ့ မြွေရဲ့လည်ပင်းကို ဆုပ်ကိုင်မိတယ်။ မောင်သာဟာ မြွေကို ကိုင်မိမှန်းလည်းသိရော ကြောက်လန့်ပြီး အလျင်အမြန် အောက်ကို ပစ်ချလိုက်တယ်။ အဲဒီမြွေက ဆေးဆရာရဲ့ လည်ပင်းပေါ် ကျသွားတယ်။ မြွေက လည်ပင်းကို ရစ်ပတ်ကာ ကိုက်ပြီးပြေးသွားတယ်။ အနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေ ဝိုင်းအုံလာတယ်။ ဆေးဆရာကတော့ ပြင်းထန်တဲ့ မြွေဆိပ်ကြောင့် နေရာမှာပဲ သေဆုံးသွားတယ်။ ဆေးဆရာဟာ ကလေးသူငယ်တွေကို မကောင်းကြံခဲ့မိတဲ့ မကောင်းကျိုးကို သူပြန်ခံခဲ့ရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ မှီငြမ်း ။ သာဠိယဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ တတိယတွဲ၊ ၇၅-၇၈၊ ဇာ၊ ဠ၊ ၃၊ ၁၈၈၊ ❀ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။** - ဆေးဆရာက မောင်သာကို ဘာကြောင့် သစ်ပင်ပေါ် တက်ခိုင်းရတာလဲ။ - မောင်သာက သစ်ပင်ပေါ်မှာ ဘာကိုတွေ့သလဲ။ အဲဒါနဲ့ မောင်သာ ဘာလုပ်လိုက်သလဲ။ - ဆေးဆရာ ဘာဖြစ်သွားသလဲ။ - ဆေးဆရာ အဲဒီလိုဖြစ်ရတာ ဘာကြောင့်လဲ။ - ဒီဇာတ်လမ်းကနေ ဘာသင်ခန်းစာ ရရှိလိုက်သလဲ။ - သားတို့သမီးတို့သာ ဆေးဆရာနေရာမှာဆိုရင် ဘာလုပ်မလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ မရှိ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်အောင် ပြုလုပ်လို့ ပြုလုပ်သူကိုယ်တိုင်ရော၊ ပြုလုပ်ခံရသူရော ဘယ်လိုမကောင်းကျိုးတွေ ခံစားခဲ့ရတယ်ဆိုတာကို ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ တွေ့ဖူးလား"ဟု မေး၍ ကလေး ၂/၃ ဦးခန့်အား ပြောပါစေ။
❁ ထို့နောက် "သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်စေ၊ ထိခိုက်စေနိုင်တဲ့ အလုပ်တွေက ဘာတွေလဲ"ဟု မေးမြန်းပြီး ကလေးများဖြေဆိုသော အချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။
❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၅) စုဖွဲ့၍ သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးထားသော အချက်များပေါ်မူတည်ပြီး ပြုလုပ်သူရော၊ အပြုခံရသူပါ မည်ကဲ့သို့သော ဆိုးကျိုးများရနိုင်သနည်း ဆိုသည်ကို ဆွေးနွေးစေကာ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက ပြန်လည်တင်ပြပါစေ။ ထို့နောက် ဆရာက ဆွေးနွေးချက်များကို မှတ်သားထားပြီး လိုအပ်ချက်များရှိပါက ဖြည့်စွက်ပေးကာ အောက်ပါအတိုင်း အနှစ်ချုပ်ပြောဆို၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။ "သူတစ်ပါး နစ်နာအောင်၊ ဒုက္ခရောက်အောင် ပြုလုပ်ခြင်းဟာ မကောင်းတဲ့အလုပ် ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို သူတစ်ပါးပျက်စီးအောင် ပြုလုပ်ရင် ပြုလုပ်သူကိုယ်တိုင်လည်း ပျက်စီးတတ်တယ်။"

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ အမြဲကိုယ်ချင်းစာ တေးကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ အောက်ပါ တေးကဗျာကို ဟန်ပန်အမူအရာများနှင့်တကွ သင်ပေးပါ။ **အမြဲကိုယ်ချင်းစာ** ချစ်ချစ်ခင်ခင် သူငယ်ချင်းများနဲ့ လိမ္မာသူတွေပါ ... စနောက်တာတွေ အရမ်းကြီးတော့ ... မလွန်စေနဲ့ကွာ ... သူများမကောင်းကြံရင် ကိုယ်လည်းတစ်နေ့တော့...အလှည့်ရောက်မှာသေချာ ... စိတ်ဓာတ်ဖြူစင် သူငယ်ချင်းကောင်းတို့ ... အမြဲပဲ ကိုယ်ချင်းစာ ... ။ ။
❁ တေးကဗျာကို ရွတ်ဆိုပြီးနောက် ကဗျာပါ အကြောင်းအရာများကို အောက်ပါအတိုင်း ဆွေးနွေးမေးမြန်းပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။ - ဒီကဗျာထဲမှာ ကလေးတို့ကို သူငယ်ချင်း အချင်းချင်း ဘယ်လိုနေထိုင်ရမယ်လို့ ပြောထားသလဲ။ - သူတစ်ပါးကို ထိခိုက်အောင်လုပ်ရင် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေ ရနိုင်သလဲ။ - ကလေးတို့ကိုယ်တိုင် သူငယ်ချင်းကောင်းဖြစ်အောင် ဘယ်လိုနေထိုင်သင့်သလဲ။

သင်ခန်းစာ (၃၈)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ ပျင်းရိစိတ်များ တို့ပယ်ရှား
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ ပျင်းရိသောစိတ် မရှိမှသာ အလုပ်များပြီးမြောက်အောင်မြင်နိုင်ကြောင်း သိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ ပျင်းရိခြင်းအကြောင်း ခြောက်ပါး သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ဆရာက အောက်ပါအတိုင်းမေးပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ - မြတ်စွာဘုရားဟာ လူသားလား။ ဖန်ဆင်းရှင်လား။ ❁ သင်ကြားခဲ့ပြီးသော ဘုရားရှင် ဒုက္ကရစရိယာ ကျင့်တော်မူခြင်း အကြောင်းကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက်ပြောပြပြီး မြတ်စွာဘုရားသည် လူသားစင်စစ်ဖြစ်ပြီး ဘုရားအဖြစ်ကို ရရှိရန်အတွက် လွန်စွာကြီးမားသော လုံ့လဝီရိယကို စိုက်ထုတ်ကာ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ခဲ့ရကြောင်း၊ ပျင်းရိခြင်း၊ ငြီးငွေ့ခြင်း လုံးဝမရှိခဲ့ကြောင်း ပြောပြပါ။ ❁ ပထမတန်းတွင် လေ့လာခဲ့ပြီးသော ဇနကမင်းသားလေး အကြောင်းကို ပြန်လည်ချိတ်ဆက်၍ ဇနကမင်းသား လေး၏ လုံ့လ၊ ဝီရိယနှင့် ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းမရှိ ကြိုးစားခဲ့သည်များကို ပေါ်လွင်အောင် ပြောပြပေးပါ။ ❁ ထို့နောက် ပျင်းရိခြင်းအကြောင်း ခြောက်ပါးကိုဖော်ပြသောရုပ်ပုံများကို ပြ၍ - ဘာပုံတွေလဲ။ - ဒီပုံတွေကို ကြည့်ပြီး သားတို့သမီးတို့ ဘယ်လို နားလည်သလဲ. . . စသည်ဖြင့်မေးပါ။ (ပျင်းရိခြင်းအကြောင်း ခြောက်ပါးကို ဖော်ပြသောရုပ်ပုံများကို ဆရာက ကြိုတင်ရှာထားပါ။) ❁ ဆက်လက်၍ "ကလေးတို့ရော အလုပ်တစ်ခုလုပ်မယ်ဆိုရင် ဒီရုပ်ပုံတွေထဲကလို အကြောင်းပြချက်တွေ ပေးဖူး လား" စသည်ဖြင့် မေးမြန်းပါ။ ❁ နောက်ဆုံးတွင် အချိန်သည် လွန်စွာတန်ဖိုးရှိကြောင်း၊ ဘယ်အရာနဲ့မှ ဝယ်လို့၊ လဲလို့ မရကြောင်း၊ မိမိလုပ်ရမည့် အလုပ်ကို မည်သည့်အကြောင်းပြချက် (ဆင်ခြေ) ကိုမှ မပေးဘဲ (သို့မဟုတ်) ပျင်းရိမနေဘဲ ကြိုးကြိုးစားစား လုပ်မှသာ ပြီးမြောက် အောင်မြင်နိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ယခုအချိန်မှစ၍ ပျင်းရိစိတ်များကို ဖယ်ရှားကြဖို့ လိုကြောင်း စသည်တို့ကို အနှစ်ချုပ်ပြောပြ၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ ဇာတ်လမ်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ မောင်ပျင်း ဇာတ်လမ်းကို ကလေးများ ဖတ်ကြပါစေ။

မောင်ပျင်း

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက တက္ကသိုလ်ပြည် ဆရာကြီးတစ်ဦးထံမှာ တပည့်ပေါင်းငါးရာ ပညာသင်ယူကြတယ်။ တပည့်တွေဟာ ဆရာကြီးကို ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ပြုစုပေးကြတယ်။ ဒါ့အပြင် ဆရာကြီးရဲ့ အိမ်နဲ့ကျောင်းအတွက် လည်း ဝိုင်းဝန်းလုပ်ကိုင် ပေးကြတယ်။

တစ်နေ့မှာ တပည့်ငါးရာဟာ တောထဲသွားပြီး ထင်းခုတ်ကြတယ်။ အဲဒီတပည့်တွေထဲမှာ အလွန်ပျင်းတဲ့ မောင်ပျင်းဆိုသူ ရှိတယ်။ တခြားတပည့်တွေက တာဝန်ကျရာ ထင်းခုတ်နေကြပေမဲ့ မောင်ပျင်းကတော့ "အချိန်ရှိပါ သေးတယ်။ ခဏအိပ်လိုက်ဦးမယ်။ ဒီသစ်ပင်က ခြောက်သွေ့နေပြီပဲ။ အိပ်ရာကနိုးမှ သစ်ကိုင်းခြောက်တွေကို ချိုးယူပြီး ပြန်မယ်"လို့ ကြံစည်ပြီး အိပ်နေလိုက်တယ်။

တခြားတပည့်အားလုံး ထင်းခုတ်ပြီး ပြန်ခါနီးအချိန် အိပ်နေတဲ့ မောင်ပျင်းကိုတွေ့တော့ နှိုးကြတယ်။ အဲဒီအခါမှ မောင်ပျင်းက ထလာပြီး မျက်စိကိုပွတ်ကာ သစ်ပင်ပေါ်တက်တယ်။ အိပ်ချင်စိတ်မပြေသေးဘဲ သစ်ပင် ပေါ် အမြန်တက်လိုက်တာ သစ်ကိုင်းတစ်ကိုင်းက ကျိုးပြီး အဲဒီသစ်ကိုင်းစွန်းနဲ့ သူ့မျက်စိကို ထိုးဖောက်သွားလို့ မောင်ပျင်းလည်း မျက်စိတစ်ဖက်ကိုပိတ်ကာ ရရာသစ်ကိုင်းစိုကိုသာ ချိုးပြီးပြန်လာတယ်။ ကျောင်းကို ပြန်ရောက်တဲ့ အချိန် သစ်ကိုင်းစိုကို ထင်းပုံပေါ် ပစ်ထားလိုက်တယ်။

အဲဒီနေ့မှာပဲ တခြားရွာသားတစ်ဦးက ဗေဒင်ကျမ်းများကို ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ဖို့ လာဖိတ်တယ်။ ဆရာကြီးက "တပည့်တို့ . . . မနက်ဖြန်ကျရင် ဟိုဖက်ရွာကို သွားရမယ်။ အစာမစားဘဲ မသွားကြနဲ့။ မနက်စောစော ယာဂု (ဆန်ပြုတ်) ကျိုခိုင်းပြီး သောက်သွားကြ။ ဟိုရောက်လို့ လုပ်စရာရှိတာ လုပ်ပေးပြီးရင် ကိုယ်ရသင့်တာကိုယူပြီး ပြန်လာကြ"လို့ ပြောလိုက်တယ်။

ဒါနဲ့ တပည့်ငါးရာက ထမင်းချက်ကို မနက်စောစော ယာဂု (ဆန်ပြုတ်) ကျိုပေးဖို့ ပြောထားတယ်။ ထမင်း ချက်လည်း မနက်စောစောထပြီး မီးမွှေးတဲ့အခါ ထင်းပုံပေါ်က ထင်းအစိုကိုသာ ယူလိုက်မိပြီး မီးမတောက်နိုင် ဖြစ်နေတယ်။ ကြိုးစားပြီး မီးမွှေးပေမဲ့ ထင်းအစိုတွေကြောင့် မိုးလင်းတဲ့အထိ မီးက မတောက်ဘူး။ ဒါနဲ့ တပည့် တွေက အချိန်လွန်သွားတဲ့အတွက် ဗေဒင်ရွတ်သွားဖို့ အဆင်မပြေတော့ကြောင်း ဆရာကြီးကို လာပြောပြကြတယ်။

ဆရာကြီးက "ဘာကြောင့် အချိန်နောက်ကျပြီး မသွားဖြစ်ကြတော့တာလဲ"လို့ မေးလိုက်တော့ တပည့်တွေ က အကြောင်းစုံ ရှင်းပြကြတယ်။ ဒါနဲ့ မောင်ပျင်းကို ဆရာကြီးက "သင်ဟာ မိုက်မဲတဲ့သူပဲ၊ အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်ရ မယ့် အချိန်မှာမလုပ်ဘဲ အချိန်လွန်မှလုပ်တဲ့အတွက် ခုလိုဆုံးရှုံးရတာဖြစ်တယ်။ သင့်ရဲ့ပျင်းရိမှုကြောင့် အခုအားလုံး အခက်အခဲ တွေ့နေရပြီ။ နောင်ကို ဒီလိုမလုပ်ပါနဲ့"လို့ ဆုံးမစကား ပြောတယ်။ မောင်ပျင်းလည်း သူ့ရဲ့အပြစ်ကို ဝန်ခံပြီး "နောင်ကို မပျင်းတော့ပါဘူး"လို့ ဆရာကြီးကို ကတိပေးလိုက်တယ်။

မူရင်း။ ။ ဝရဏဇာတ်၊ ပုံတော်စုံ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ပထမတွဲ၊ ၂၀၉၊ ၈၁၊ ၄၊ ၁၊ ၃၃၄၊

❁ **အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။**

- တပည့်တွေက ဆရာကြီးကို ဘာတွေ လုပ်ပေးကြသလဲ။
- တခြားတပည့်တွေ ထင်းခုတ်နေတဲ့အချိန်မှာ ထင်းမခုတ်ဘဲ အိပ်နေတာ ဘယ်သူလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- မောင်ပျင်းက ထင်းစိုတွေကို ထင်းပုံပေါ်မှာ ပစ်ထားလိုက်တဲ့အတွက် ဘာတွေ ဆက်ဖြစ်သလဲ။
- ယာဂုချက်တဲ့သူကရော ထင်းအခြောက်တွေကို ဘာလို့ ယူမသုံးသလဲ။
- ဆရာကြီးက မောင်ပျင်းကို ဘယ်လို ဆုံးမလိုက်သလဲ။
- မောင်ပျင်းကရော ဘယ်လို ကတိပေးလိုက်သလဲ။
- မောင်ပျင်းနေရာမှာ သားတို့သမီးတို့သာဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စကားပုံ ဖြတ်ပိုင်းများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ ကလေးများကို အုပ်စု (၂)စုခွဲပါ။

❁ အောက်ပါစကားပုံများကို နှစ်ပိုင်းခွဲ၍ ကလေးတစ်ဦးလျှင် တစ်ပိုင်းစီပေးပါ။

❁ အားလုံးဝေပေးပြီးသောအခါ မိမိရထားသော စကားပုံ၏ ကျန်အပိုင်းကို ကလေးများအချင်းချင်း လှည့်လည် ရှာဖွေကြပါစေ။ တွေ့လျှင် အတန်းရှေ့ထွက်၍ ရပ်ကြပါစေ။

ဥပမာ-

နေပူတုန်း	စပါးလှန်း	လသာတုန်း	ဗိုင်းငင်
မိုးရွာတုန်း	ရေခံ	စစ်ရောက်မှ	မြားချွန်
အချိန်ရှိခိုက်	လှံ့လစိုက်	မိုးလွန်မှ	ထွန်ချ

❁ အားလုံးစုံသောအခါ နေရာတွင် ပြန်ထိုင်စေပြီး စကားပုံတစ်ခုအတွက် သက်ဆိုင်ရာ အတွဲတစ်တွဲစီကို အတန်းရှေ့သို့ ထွက်စေ၍ ၎င်းတို့၏ စကားပုံကတ်ပြားများကို အတန်းသားများအား ရွတ်ဆိုပြကြပါစေ။ ထို့နောက် စကားပုံ၏ အဓိပ္ပာယ် (ဆိုလိုရင်းအချက်)ကို ၎င်းတို့ နားလည်သလို ပြောပြကြပါစေ။ (စကားပုံတစ်ခုချင်းစီကို အထက်ပါကဲ့သို့ ပြုလုပ်ပါ။ လိုအပ်လျှင် ဆရာက ဖြည့်စွက်ပြောပြပါ။)

❁ ထို့နောက် "ဒီစကားပုံတွေထဲမှာ ဘယ်စကားပုံတွေကို ဆောင်သင့်လဲ။ ဘယ်စကားပုံတွေကို ရှောင်သင့်လဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတာကို ပြောပြရမယ်"ဟု ဆိုကာ ဆရာက ကလေးများအားလုံးနှင့် အပြန်အလှန် စဉ်းစားဆွေး နွေးပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ နိုးကြားတက်ကြွ ကြိုးစားကြ ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "သားတို့သမီးတို့ . . . ပထမတန်းတုန်းက လေ့လာခဲ့ဖူးတဲ့ ပျင်းရိခြင်းအကြောင်း ခြောက်ပါးက ဘာတွေလဲ၊ သိကြသေးလား"ဟု ဆရာကမေးပြီး ကလေးများ၏ ပြောဆိုချက်များကို ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် မှတ်တမ်းတင်ပေးပါ။
- ထို့နောက် ပျင်းရိခြင်းအကြောင်း ခြောက်ပါးကို ကလေးတို့ ပြန်မှတ်မိပြီနော်။ အခုအချိန်မှာ ပျင်းရိတာရဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်ဖြစ်တဲ့ 'နိုးကြားတက်ကြွ ကြိုးစားကြ'ဆိုတဲ့ သီချင်းကဗျာတစ်ပုဒ်ကို ဆိုကြည့်လိုက်ကြရအောင်" ဟု ဆို၍ ကလေးများ သီဆိုကြည့်ကြပါစေ။

နိုးကြားတက်ကြွ ကြိုးစားကြ

ပန်းဖူးလေးတွေ အချိန်မီစွာ
သူ့တာသူ့ထမ်း သူ့အလှပွင့်လန်း
မိုးလင်းခဲ့ပြီ သူငယ်ချင်းတို့ရေ . . .
ကိုယ့်တာကိုယ်ထမ်း ကိုယ့်ရဲ့လုပ်ငန်း
ပျင်းရိစိတ်တွေ ပယ်ရှားကာ
နိုးကြားတက်ကြွကြိုးစားကြမှ
အောင်မြင်ခြင်းရဲ့ ပန်းတိုင်ဆီ
ရာသီအချိန်မီ တို့ရောက်နိုင်မည်။ ။

- သီချင်းကဗျာကို သီဆိုပြီးသောအခါ "ပန်းကလေးတွေက ဘယ်လိုတာဝန် ထမ်းဆောင်သလဲ၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကော ဘယ်လိုတာဝန် ထမ်းဆောင်သင့်သလဲ၊ အောင်မြင်ခြင်းပန်းတိုင်ကို ရောက်ဖို့ ဘယ်လိုကြိုးစားရမလဲ"ဟု မေးခွန်းများမေးပါ။
- နောက်ဆုံးတွင် အချိန်သည် လွန်စွာတန်ဖိုးရှိကြောင်း၊ ဘယ်အရာနဲ့မှ ဝယ်လို့လည်းမရကြောင်း၊ မိမိလုပ်ရမည့် အလုပ်ကို ပျင်းရိမနေဘဲ တက်တက်ကြွကြွ ကြိုးစားမှသာ ပန်းတိုင်ကို အချိန်မီရောက်မည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပြီး သီချင်းကဗျာကို စုပေါင်းရွတ်ဆို၍ သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၃၉)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ် ။ ။ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့

သင်ယူမှုဦးတည်ချက် ။ ။ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့အကြောင်းကို သိရှိစေရန်။

စာသင်ချိန် (၁) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ညောင်ရေသွန်းပွဲ ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ "သားတို့သမီးတို့ . . . ဒီကဗျာလေးကို ဆိုဖူးကြလား" ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

ညောင်ရေသွန်းပွဲ

ညောင်ရေလောင်းမယ် ဆုတောင်းမယ်၊
ထိုနေ့ရောက်ရင်ကွယ်။
ဘုရားမွေးတယ် ထိုရက်နေ့၊
တို့တွေဘယ်မမေ့။
လပြည့်နေ့ပေါ့ နွေကဆုန်၊
ပူလို့ဆွေ့ဆွေ့ခုန်။
အေးချမ်းရုံ ဆင်ခါနွဲ၊
ညောင်ရေသွန်းတဲ့ပွဲ ။ ။

❁ ကဗျာရွတ်ဆိုပြီးပါက အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ညောင်ရေသွန်းလောင်းတဲ့နေ့က ဘယ်နေ့လဲ။ ဘာကြောင့် မမေ့နိုင်တာလဲ။
- ဗောဓိညောင်ပင်ကိုမှ ဘာဖြစ်လို့ ရေလောင်းရတာလဲ။
- ကဆုန်လက ဘယ်ရာသီထဲမှာ ပါသလဲ။

❁ မေးခွန်းများကို ဆွေးနွေးဖြေဆိုပြီးနောက် မြတ်စွာဘုရား ဖွားမြင်တော်မူသည့် ကဆုန်လပြည့်နေ့တွင် ညောင်ရေသွန်းပွဲ ကျင်းပကြကြောင်း၊ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်စား ဗောဓိညောင်ပင်ကို စိုက်ကြခြင်း ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို ဗောဓိညောင်ပင် ရှင်သန်ရန်အတွက် ရေလောင်းကြခြင်းဖြစ်ကြောင်း ကလေးများအား ရှင်းပြခြင်းဖြင့် စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ကျောင်းသားအုပ်စာအုပ်ပါ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့ အကြောင်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- "ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့အကြောင်းကို ဆရာနဲ့အတူတူ ဖတ်ကြရအောင်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။

ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့

ကဆုန်လပြည့်နေ့ကို "ဗုဒ္ဓနေ့"ဟု သတ်မှတ်ကြတယ်။ "ဘာကြောင့် ဗုဒ္ဓနေ့ လို့သတ်မှတ်ကြသလဲ" ဆိုလျှင် ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရဲ့ ထူးခြားတဲ့ ဖြစ်စဉ်တွေ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တာကြောင့်ပဲ ဖြစ်တယ်။ ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ ဘုရားရှင်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ထူးခြားဖြစ်စဉ် လေးခုရှိတယ်။ အဲဒီဖြစ်စဉ်တွေက . . .

၁။ ဗျာဒိတ်ခံတော်မူခြင်း
၂။ ဖွားတော်မူခြင်း
၃။ ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်း
၄။ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူခြင်းတို့ ဖြစ်တယ်။

(၁) ဗျာဒိတ်ခံတော်မူခြင်း

ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား အလောင်းတော်ဟာ ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်တော်အခါက သုမေဓာ ရသေ့ ဖြစ်ခဲ့တယ်။ သုမေဓာရသေ့ဘဝမှာ ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားရှင်နဲ့ သံဃာတော်တွေ ကြွချီလာတဲ့ အချိန်မှာ သူပြင်နေတဲ့ လမ်း မပြီးသေးလို့ ခန္ဓာကိုယ်ကို တံတားအဖြစ်ခင်းပြီး လှူခဲ့တယ်။ အဲဒီလို လှူနေတဲ့အချိန်မှာ "ဒီလို ခန္ဓာကိုယ်ကို တံတားအဖြစ်ခင်းပြီး လှူရတဲ့အကျိုးကြောင့် ဘုရားဖြစ်ရပါလို၏"လို့ ဆုတောင်းလိုက်တယ်။ ဒီပင်္ကရာ မြတ်စွာဘုရားက ဉာဏ်မျက်စိနဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်တော့ နောက်လေးအသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်းမှာ ဘုရားဖြစ် တော်မူမယ်ဆိုတာ သိတော်မူတဲ့အတွက် ဗျာဒိတ်ပေးတော်မူခဲ့တယ်။ "ဗျာဒိတ်ပေးတယ်" ဆိုတာ နောင်အခါ မလွဲ မသွေဖြစ်လာမယ့်အရာကို မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင် နှုတ်က ထုတ်ဖော်ပြောကြားတဲ့စကား ဖြစ်ပါတယ်။

(၂) ဖွားမြင်တော်မူခြင်း

မြတ်စွာဘုရားရှင်ဖြစ်မယ့် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားကို အင်ကြင်းတောမှာ ဖွားမြင်တော်မူခဲ့တဲ့နေ့ဟာ ကဆုန် လပြည့်နေ့ပဲ ဖြစ်တယ်။

(၃) ဘုရားဖြစ်တော်မူခြင်း

မာရ်နတ်နဲ့ စစ်သည်အပေါင်းအား အောင်မြင်ပြီး ဉာဏ်အမျိုးမျိုးကို တစ်ဆင့်ချင်းရရှိခဲ့ကာ မိုးလင်းခါနီး နံနက် အရုဏ်တက်ချိန် ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ ဘုရားအဖြစ်ကို ရောက်ခဲ့တယ်။

(၄) ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူခြင်း

မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာပဲ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ အဲဒီလို ထူးခြားတဲ့ဖြစ်စဉ်တွေ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တဲ့အတွက် ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့လို့ ခေါ်ဆိုကြခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြန်မာ လူမျိုးတွေဟာ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့မှာ ဘုရားရှင်ကို အောက်မေ့ အမှတ်ရတဲ့အနေနဲ့ ဘုရားရှင်ပွင့်တော်မူခဲ့တဲ့

ဗောဓိညောင်ပင်ကို ရေသွန်းလောင်းပူဇော်ကြခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဗောဓိညောင်ပင်ကို ရေသွန်းလောင်းပူဇော်တဲ့ အစဉ်အလာဟာ မြတ်စွာဘုရားသက်တော် ထင်ရှားရှိစဉ်ကတည်းက အစပြုခဲ့တယ်လို့ ဆိုနိုင်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က သာဝတ္ထိပြည်ရှိ ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့ဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို ဖူးမြော်ရန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ကို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း လာရောက်လေ့ရှိကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ဒေသစာရီ ကြွချီတော်မူခိုက် မြတ်စွာဘုရားကို ဖူးမြော်ခွင့်မရရှိတဲ့အခါ စိတ်မကြည်မရွှင် ဖြစ်ကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ဖို့ ယူဆောင်လာခဲ့ကြတဲ့ ပန်း၊ ရေချမ်း၊ ဆီမီး၊ နံ့သာတို့ကို မြတ်စွာဘုရားရှင်အား ရည်မှန်းကာ ဂန္ဓကုဋီတိုက်ရဲ့ ဝင်ပေါက်တံခါးမှာ ချထားလှူဒါန်းခဲ့ကြတယ်။

အဲဒီအဖြစ်ကို အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးတွေ့မြင်တော့ မြတ်စွာဘုရားမရှိခိုက် မြတ်စွာဘုရားကိုယ်စား ပူဇော်စရာ တစ်ခုရှိနေရင် ကောင်းမှာပဲလို့ အကြံဖြစ်တယ်။ အဲဒီအကြံကို အရှင်အာနန္ဒာအား လျှောက်ထားလိုက်တယ်။ အရှင်အာနန္ဒာက မြတ်စွာဘုရားရှင်အား ဆက်လက်လျှောက်ထားရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က မိမိကိုယ်စား ဗောဓိပင် စိုက်ပျိုးစေကာ ပူဇော်ခွင့်ပြုခဲ့တယ်။ အရှင်အာနန္ဒာ ဦးဆောင်စိုက်ပျိုးခဲ့လို့ အဲဒီဗောဓိပင်ကို အာနန္ဒာဗောဓိပင်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး သာဝတ္ထိပြည် ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့ဟာ ဇေတဝန်ကျောင်းမှာ မြတ်စွာဘုရားမရှိခိုက် အာနန္ဒာဗောဓိပင်ကို ပန်း၊ ရေချမ်း၊ ဆီမီး၊ နံ့သာတို့နဲ့ လှူဒါန်းပူဇော်ကြတယ်။ အဲဒီလို လှူဒါန်းပူဇော်မှုပြုတာကို အစွဲပြုလို့ ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံတွေမှာ ယနေ့တိုင် ကဆုန်လပြည့်နေ့ရောက်တိုင်း ဗောဓိညောင်ပင်ကို ရေသွန်းလောင်းကာ ပူဇော်လေ့ ရှိကြတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ ဆယ့်နှစ်ရာသီ မြန်မာ့ရိုးရာ ရာသီပွဲတော်များ၊ ဦးအေးနိုင်၊ ၄၉-၅၀။ ဇာ၊ ၃၊ ၄၊ ၂၂၈။

❁ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

- သားတို့သမီးတို့ ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ မိဘတွေနဲ့အတူ ဘုရားသွားဖူးကြလား။ ဘာတွေလုပ်ကြသလဲ။
- ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ ပြုလုပ်တဲ့ပွဲက ဘာပွဲလဲ။ ဘာကြောင့် ပြုလုပ်တယ်လို့ ထင်သလဲ။
- ကဆုန်လပြည့်နေ့ကို ဘာကြောင့်ဗုဒ္ဓနေ့လို့ ခေါ်သလဲ။
- ကဆုန်လပြည့်နေ့ရဲ့ ထူးခြားဖြစ်စဉ်တွေက ဘာတွေလဲ။
- ဗောဓိညောင်ပင်ကို ဘယ်အချိန်က စတင်ပူဇော်ခဲ့တာလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- အာနန္ဒာဗောဓိလို့ ဘာကြောင့်ခေါ်တာလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဗုဒ္ဓနေ့ ကဗျာ ရေးထားသော စာရွက်ကြီး။

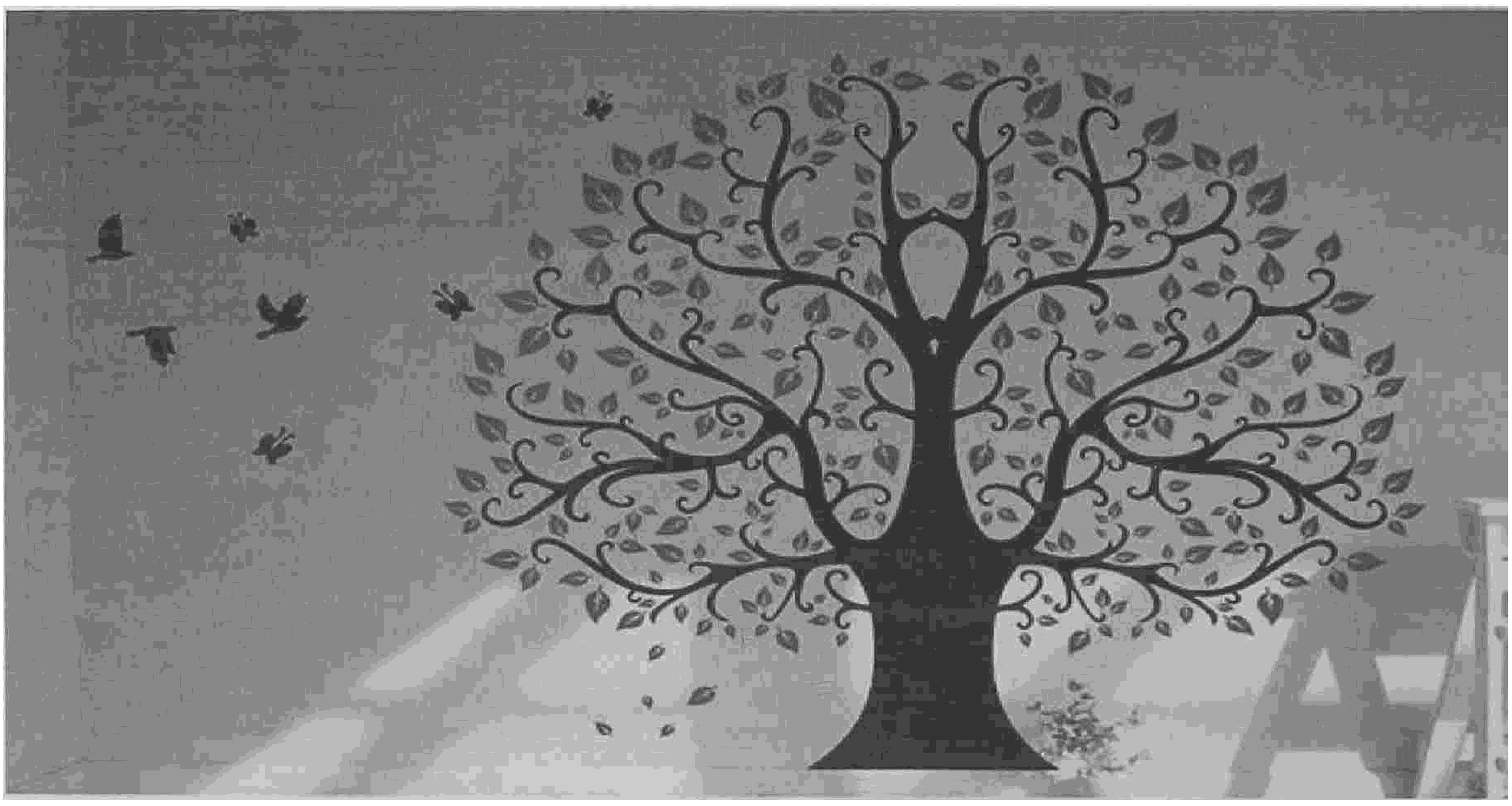
သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ စာရွက်ကြီး/သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးထားသော ဗုဒ္ဓနေ့ကဗျာကို ကလေးများနှင့် အတူတူရွတ်ဆို၍ အောက်ပါ မေးခွန်းကို မေးပါ။ **ဗုဒ္ဓနေ့** တံတားအဖြစ် လဲလျောင်းကာ၊ ဘုရားဆုပန်ကာ။ သုမေဓာ ရှင်ရသေ့၊ ဗျာဒိတ်ခံတဲ့နေ့။ ကဆုန်လပြည့် နေ့မြတ်တွင်၊ ဗုဒ္ဓ မွေးဖွားမြင်။ သဗ္ဗညုတ်စဉ် လင်းထိန်လက်၊ လပြည့်နေ့ ဤရက်။ ရုပ်နာမ်စဉ်ဆက် ချုပ်ငြိမ်းပြန်၊ ပရိနိဗ္ဗာန်စံ။ ထူးခြားအမှန် ဤနေ့မြတ်၊ ဗုဒ္ဓနေ့ သတ်မှတ်။ မပြတ်နှစ်စဉ် နှစ်တိုင်းပါ၊ ကဆုန်လပြည့်မှာ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဂုဏ်ရည်မွေ့၊ ညောင်ရေ သွန်းတဲ့နေ့။ ။ - ကဗျာထဲမှာပါတဲ့ ဗုဒ္ဓရဲ့ ထူးခြားဖြစ်စဉ်တွေက ဘာတွေလဲ။ သတိထားမိကြလား။ ❁ ကလေးများပြောသော ထူးခြားဖြစ်စဉ်များကို ဆရာက ကဗျာပေါ်တွင် ထင်ရှားသော အမှတ်အသားဖြင့် မှတ်သားထားပါ။ ❁ ထို့နောက် ကဗျာပေါ်တွင် မှတ်သားထားသော အချက်များကို ထောက်ပြကာ ကလေးများအား "ဘယ်ဖြစ်စဉ်က အရင်ဖြစ်တာလဲ၊ နောက်ဖြစ်စဉ်က ဘာဖြစ်မလဲ" စသည်ဖြင့် မေးမြန်းသဘောတူညီမှုယူ၍ အစဉ်အတိုင်း သတ်မှတ်ပါ။ ❁ ဘုရားရှင်၏ ထူးခြားသောဖြစ်စဉ် လေးခုကို နံပါတ်အစဉ်အတိုင်း ကလေးများ မှတ်မိသည်အထိ အလှည့်ကျ ရွတ်ဆိုစေပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

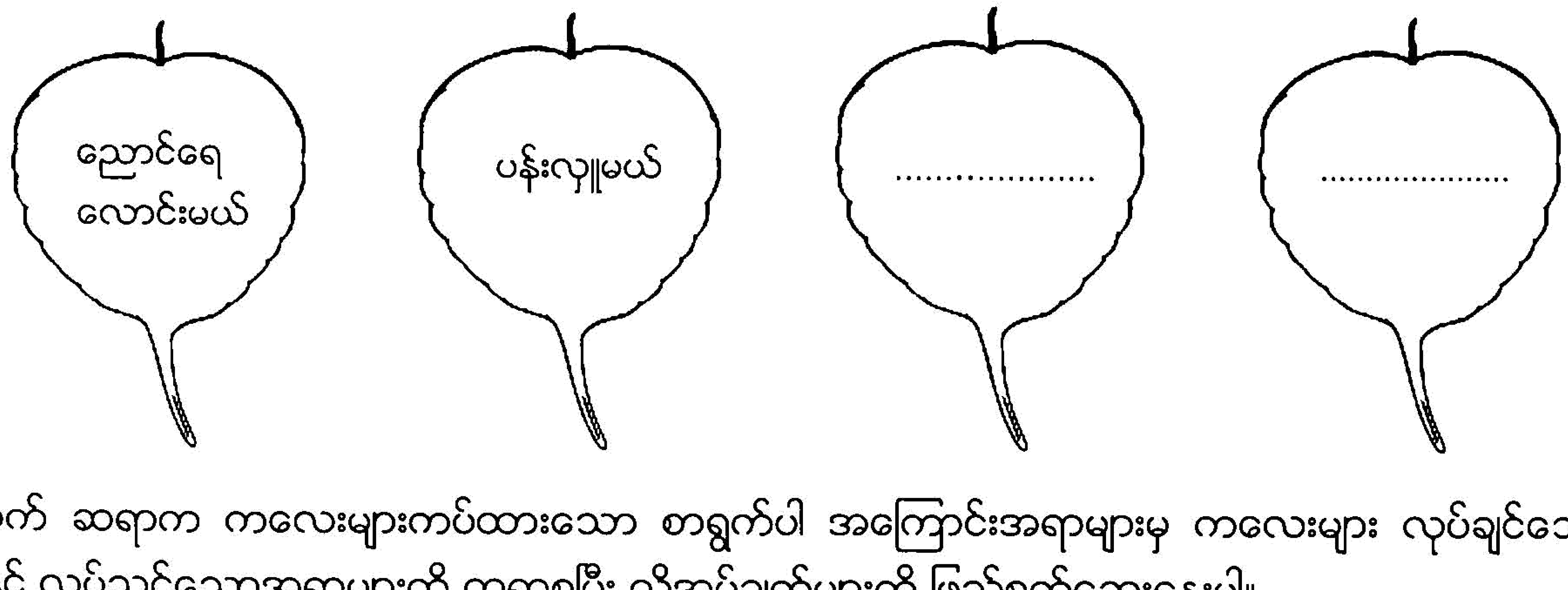
စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ညောင်ပင်ပုံ စာရွက်ကြီးနှင့် စာရွက်ငယ်များ၊ ဗုဒ္ဓနေ့ ကဗျာရေးထားသော စာရွက်ကြီး။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❀ ဆရာက သင်ပုန်းပေါ်တွင် ညောင်ပင်ပုံတစ်ပုံကပ်ထားပြီး စာရွက်ငယ်များအား ညောင်ရွက်ပုံစံ ညှပ်ထားပါ။ ၎င်းစာရွက်များကို ကလေးတိုင်းအားဝေပေးပါ။ (ဆရာအနေဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင်မလုပ်ဘဲ ကလေးများကိုယ်တိုင် စာရွက်များကို ညောင်ရွက်ပုံများဖြစ်အောင် ညှပ်ခိုင်းနိုင်ပါသည်။)

❀ ပြီးနောက် "ကဆုန်လပြည့်နေ့ဟာ ဘာကြောင့်ထူးခြားတာလဲ၊ ဗုဒ္ဓနေ့လို့ ဘာကြောင့်ခေါ်ရတာလဲ ဆိုတာကို သိသွားကြပြီဆိုတော့ အဲဒီလိုထူးခြားမွန်မြတ်တဲ့ ဗုဒ္ဓနေ့မှာ သားတို့သမီးတို့ ဘာတွေလုပ်ချင်လဲ။ ဘာလုပ်ရင် ကောင်းမယ်လို့ ထင်သလဲဆိုတာကို သားတို့သမီးတို့ကို ဝေထားတဲ့စာရွက်လေးတွေပေါ်မှာ တစ်ရွက်ကို တစ်ချက်စီ ချရေးကြရမယ်။ ပြီးရင် သင်ပုန်းပေါ်မှာ ကပ်ထားတဲ့ ညောင်ပင်ရဲ့ အရွက်နေရာမှာ လာကပ်ရမယ်"ဟု ပြောပါ။ (သင့်လျော်သလို အချိန်သတ်မှတ်ပေးပြီး ကလေးတစ်ဦးချင်းစီရေးပါစေ။)





❀ ထို့နောက် ဆရာက ကလေးများကပ်ထားသော စာရွက်ပါ အကြောင်းအရာများမှ ကလေးများ လုပ်ချင်သော အရာနှင့် လုပ်သင့်သောအရာများကို တူရာစုပြီး လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပါ။

❀ နောက်ဆုံးတွင် ဗုဒ္ဓနေ့ကဗျာကို ပြိုင်တူရွတ်ဆိုကြစေပြီး သင်ခန်းစာကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၄၀)

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်	။	။ ဝါဆိုလပြည့်နေ့
သင်ယူမှုဦးတည်ချက်	။	။ ဝါဆိုလပြည့်နေ့၏ ထူးခြားချက်များကို သိရှိစေရန်။
စာသင်ချိန် (၁)	။	။ ၃၀ မိနစ်
သင်ထောက်ကူပစ္စည်း	။	။ ဆယ့်နှစ်လရာသီ ကဗျာနှင့် ဝါဆိုပွဲ ကဗျာ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

- အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။
  - မြန်မာနိုင်ငံမှာ ရာသီဥတု ဘယ်နှခု ရှိသလဲ။
  - တစ်နှစ်မှာ ဘယ်နှလ ရှိသလဲ။ ဘာတွေလဲ။
- ထို့နောက် "ဆယ့်နှစ်လရာသီ ကဗျာကိုရော မှတ်မိကြသေးလား" ဟုမေး၍ အောက်ပါ ဆယ့်နှစ်လရာသီ ကဗျာကို ကလေးများ ရွတ်ဆိုကြပါစေ။

ဆယ့်နှစ်လရာသီ

တန်ခူး ကဆုန် နယုန်လ
အဖူး အငုံ အစုံပြ။
ဝါဆို ဝါခေါင် တော်သလင်း
မြစ်နဒီတွင်း သင်ဖြူးခင်း။
သီတင်းကျွတ် တန်ဆောင်မုန်း လနတ်တော်
ကောက်ဦးပေါ်လို့ မုန့်ဆန်းလှော်။
ပြာသို တပို့တွဲ လတပေါင်း
အားသစ် မာန်သစ် ရွက်သစ်လောင်း။
နှစ်သစ်ကူးလို့ပြောင်း။ ။

- ပြီးနောက် "အဲဒီ ၁၂ လ ထဲက ဝါဆိုလအကြောင်းကို ပထမတန်းတုန်းက သားတို့သမီးတို့ အကျဉ်း လေ့လာခဲ့ကြပြီး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီဝါဆိုလအကြောင်းကို သားတို့သမီးတို့ ဘယ်လောက်မှတ်မိသလဲ။ ဘာတွေမှတ်မိသလဲ"ဟု မေးကာ ကလေးများ ဝါဆိုလနှင့် ပတ်သက်၍ မှတ်မိသလောက် ပြောပြကြပါစေ။
- ကလေးများ၏ အဖြေကို ဆရာက မှတ်သားထားပြီး အနှစ်ချုပ် ပြောပေးပါ။
- "ဝါဆိုလဆိုတာ ကျောင်းတွေဖွင့်တဲ့လ ဖြစ်တယ်။ ဝါဆိုလမှာ မိုးတွေဖြိုင်ဖြိုင် ရွာတယ်လေ။ သားတို့ သမီးတို့က မိုးကာလှလှလေးတွေ၊ ထီးလှလှလေးတွေနဲ့ ကျောင်းကိုလာတဲ့အချိန်ပေါ့" စသည်ဖြင့် ကလေးများ ဝါဆိုလ မြင်ကွင်းကို မြင်သာအောင် ပြောပြပေးပါ။
- နောက်ဆုံးတွင် အောက်ပါ "ဝါဆိုပွဲ" ကဗျာကို ပြန်လည်ရွတ်ဆိုစေကာ "နောက်စာသင်ချိန်မှာ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ အကြောင်းကို ဆရာတို့ ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြမယ်"ဟု ပြော၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

ဝါဆိုပွဲ

လမြတ်ဝါဆို သည့်ကာလမို့၊
ပန်းခူးကြစို့ ကပ်လှူရန်။
မလေးအသံ ညံ့ညံ့ပေးတော့၊
မြန်မြန်ပြေးပေါ့ မထွေးဇံ။
စေတီမြတ်ထံ ပန်းကပ်ပြီးသော်၊
ဘုန်းကြီးကျောင်းပေါ် သွားမယ့်ဟန်။
သင်္ကန်းလှူရန် အတူနွဲလို့၊
အလှူပွဲမို့ ပျော်ကြပြန် ...။
ပျော်ကြပြန် ... ပျော်ကြပြန် ။ ။

စာသင်ချိန် (၂) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ အကြောင်းနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

❁ အောက်ပါ ဝါဆိုလပြည့်နေ့အကြောင်းကို တစ်ပိုဒ်စီ အလှည့်ကျဖြင့် ကလေးအချို့က ဖတ်ကြပါစေ။

ဝါဆိုလပြည့်နေ့

ဝါဆိုလပြည့်နေ့ရဲ့ ထူးခြားချက်ကို "သန္ဓေ၊ တောထွက်၊ ဓမ္မစက်၊ တစ်ချက်ပြာဋိဟာ"လို့ ဆိုးရိုးပြခဲ့ကြပါတယ်။ "သန္ဓေ" ဆိုတာက ဘုရားအလောင်းတော် ဝါဆိုလပြည့်နေ့မှာ ပဋိသန္ဓေယူခဲ့တာကို ရည်ညွှန်းခြင်း ဖြစ်တယ်။ "တောထွက်" ဆိုတာက ဘုရားအလောင်းတော် ဝါဆိုလပြည့်နေ့မှာ တောထွက်တော်မူခြင်းကို ရည်ညွှန်းခြင်းဖြစ်တယ်။ "ဓမ္မစက်" ဆိုတာက ကောဏ္ဍည၊ ဝပ္ပ၊ ဘဒ္ဒိယ၊ မဟာနာမ်၊ အဿဇိဆိုတဲ့ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးကို မြတ်စွာဘုရားရှင် ဓမ္မစကြာတရားဦး ဟောတော်မူခြင်းကို ရည်ညွှန်းခြင်းဖြစ်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် ဝါဆိုလပြည့်နေ့ကို ဓမ္မစကြာအခါတော်နေ့လို့ ခေါ်ပြီး ဓမ္မစကြာသုတ္တန်ဒေသနာတော်ကို အဲဒီနေ့မှာ အထူးရွတ်ဖတ် ပူဇော်ကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

"ပြာဋိဟာ" ဆိုတာကတော့ ရေမီးအစုံစုံဖြင့် မြတ်စွာဘုရားရှင် တန်ခိုးပြာဋိဟာ ပြတော်မူခြင်းကို ရည်ညွှန်းခြင်းဖြစ်တယ်။ တစ်နေ့မှာ ကောသလမင်းကြီးက မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို "အဘယ်အရပ်မှာ တိတ္ထိတွေနဲ့ပြိုင်ပြီး တန်ခိုးပြာဋိဟာ ပြတော်မူမှာလဲဘုရား" လို့ လျှောက်ထားရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က "မင်းကြီး . . . ကဏ္ဍမ္ဗသရက်ပင် အနီးမှာ ပြတော်မူမယ်" လို့ ပြန်လည်မိန့်ကြားတော်ပါတယ်။ အဲဒီအကြောင်းကို ကြားတဲ့အခါ တိတ္ထိတွေဟာ သာဝတ္ထိပြည်နဲ့ တစ်ယူဇနာဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ သရက်ပင်မှန်သမျှကို ပေါက်သစ်စ အပင်ပါမကျန် ခုတ်လှဲနုတ်ပယ် ရှင်းလင်းပစ်ကြတယ်။

ဝါဆိုလပြည့်နေ့နံနက်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ သာဝတ္ထိမြို့တွင်းသို့ ဆွမ်းခံဝင်တော်မူဖို့ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ကနေ ထွက်တော်မူတယ်။ လမ်းခရီးမှာ ကောသလမင်းကြီးရဲ့ ဥယျာဉ်မှူး ကဏ္ဍက မြတ်စွာဘုရားရှင်အား သရက်သီးမှည့်တစ်လုံးကို ဆက်ကပ်လှူဒါန်းတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ အဲဒီသရက်သီးကို ဘုန်းပေးတော်မူပြီးတော့ သရက်စေ့ကို အဲဒီနေရာမှာပဲ ကဏ္ဍအား စိုက်ပျိုးခိုင်းလိုက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ အဲဒီသရက်စေ့ရဲ့ အထက်မှာ လက်တော်ကို ဆေးကြောတော်မူတယ်။ ဆေးပြီးလျှင်ပြီးခြင်းပဲ သရက်ပင်ဟာ ခက်မငါးဖြာနဲ့ တရိပ်ရိပ်

ကြီးထွားလာပြီး အမြင့် အတောင်ငါးဆယ်၊ အဝန်းအဝိုင်း အတောင်ငါးဆယ်ရှိတဲ့ အပင်ကြီး ဖြစ်လာခဲ့တယ်။

အဲဒီနောက် မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ သရက်ပင်ကြီးရဲ့ အနီးမှာ အလွန်ကြီးမားကျယ်ပြန့်တဲ့ ရတနာစင်္ကြံကြီးကို ဖန်ဆင်းတော်မူပြီး အဲဒီရတနာစင်္ကြံမှာပဲ လူပရိသတ်၊ နတ်၊ ပြဟ္မာပရိသတ်တို့ကို ရေမီးအစုံစုံနဲ့ တန်ခိုးပြာဋိဟာ ပြတော်မူတယ်။ အဲဒီလိုတန်ခိုးပြာဋိဟာအမျိုးမျိုး ပြတော်မူပြီးနောက် အဘိဓမ္မာတရား ဟောတော်မူဖို့ တာဝတိံသာနတ်ပြည်သို့ ကြွတော်မူပါတယ်။

ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံတွေမှာတော့ ဝါဆိုလပြည့်နေ့မှာ ရဟန်းတော်များကို ဝါဆိုသင်္ကန်း လှူဒါန်းတဲ့ပွဲတွေ ပြုလုပ်လေ့ရှိကြတယ်။ ဝါဆိုလပြည့်ကျော်တစ်ရက်နေ့မှာတော့ ရဟန်းတော်များဟာ ဝါဆိုတော်မူကြရတယ်။ ရဟန်းတော်တွေဟာ "ဘုရားတပည့်တော်သည် ဤဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး ဤကျောင်း၌ နေပါမည်"လို့ ရွတ်ဆိုပြီး မိမိတို့ ကျောင်းတိုက်မှာပဲ နေတာကို ဝါဆိုတယ်လို့ ခေါ်တာဖြစ်တယ်။ ရဟန်းတော်များ ဝါဆိုတဲ့အလေ့အထနဲ့ ဝါဆိုတဲ့ကာလကို ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင်က သတ်မှတ်ပေးတော်မူခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုသတ်မှတ်မပေးမီက ရဟန်းတော်တွေဟာ တစ်နှစ်ပတ်လုံး ခရီးသွားလေ့ရှိကြပါတယ်။ မိုးတွင်းကာလခရီးသွားတဲ့အခါ လူတို့ရဲ့ သီးနှံစိုက်ခင်းတွေ ပျက်စီးကုန်ကြလို့ လူတွေက ရဟန်းတော်တွေကို ပြစ်တင်ပြောဆိုကြတယ်။ အဲဒီအကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားရှင် သိတော်မူတဲ့အခါ ဝါဆိုလ ပြည့်ကျော် တစ်ရက်နေ့မှ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့အထိ သုံးလပတ်လုံး ညအိပ်ညနေ ခရီးမသွားကြဘဲ မိမိတို့ကျောင်းတိုက်အတွင်းမှာသာ သီတင်းသုံးနေထိုင်ကြဖို့ သတ်မှတ်ပေးတော်မူခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး ဒီကနေ့တိုင်အောင် ထေရဝါဒနိုင်ငံများမှာ ရဟန်းတော်များ ဝါဆိုတဲ့ အလေ့အထ ဆက်လက်တည်မြဲ နေပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ ဝါဆိုလပြည့်နေ့မှာ အလှူဒါနပြုခြင်း၊ သီလဆောက်တည်ခြင်းစတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို အထူးပြုလုပ်လေ့ရှိကြတယ်။ ဝါဆိုလမှာ ဖူးပွင့်တဲ့ သပြေပန်း၊ ပုန်းညက်ပန်း စတဲ့ ပန်းတွေနဲ့ စေတီပုထိုးတွေကို လှူဒါန်းလေ့ရှိကြတယ်။ အဲဒီလိုထူးခြားချက်တွေကြောင့် ရှေးမြန်မာမင်းတွေ လက်ထက်ကစပြီးတော့ ဒီနေ့အထိ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ကို နေ့ထူးနေ့မြတ်အဖြစ် အစဉ်အလာ သတ်မှတ်ထားခဲ့ကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

မှီငြမ်း။ ။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ တတိယတွဲ၊ ၅၀၄-၅၃၅။

❁ ထို့နောက် အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေး၍ စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

- ဝါဆိုလပြည့်နေ့ရဲ့ ထူးခြားချက်က ဘာတွေလဲ။
- ဝါဆိုလပြည့်နေ့ကို ဘယ်လို ခေါ်သေးသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- ဝါဆိုလမှာ ဘာပွဲတွေ ပြုလုပ်ကျင်းပကြသလဲ။
- ဝါဆိုလပြည့်နေ့ကို ဘာကြောင့် အလေးအမြတ်ထားသင့်တာလဲ။
- ဝါဆိုတယ်ဆိုတာ ဘာလဲ။
- ဝါဆိုကာလဟာ ဘယ်လကနေ ဘယ်လအထိလဲ။ ဘယ်သူသတ်မှတ်ပေးခဲ့တာလဲ။
- ကလေးတို့ရော ဝါဆိုလပြည့်နေ့မှာ ဘာတွေလုပ်ကြမလဲ။

စာသင်ချိန် (၃) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ ဝါဆိုလပြည့် တေးကဗျာ၊ စာရွက်လွတ်များ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ "သားတို့သမီးတို့ဟာ ဝါဆိုလပြည့်နေ့အကြောင်းကို လေ့လာပြီးကြပြီဆိုတော့ ဆရာတို့ အခု ဝါဆိုလပြည့်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ တေးကဗျာလေးကို ဆိုကြည့်ကြရအောင်"ဟု ပြောပြီး စာသင်ချိန်ကို စတင်ပါ။ **ဝါဆိုလပြည့်** ဘုရားအလောင်းတော်သည် အမိဝမ်းကြာတိုက်ဆီ ပဋိသန္ဓေတည်တဲ့နေ့ ဝါဆိုလပြည့်။ သစ္စာလေးပါး အသိတရားတွေ တွေ့မြင်နိုင်အောင် တောထွက်တော်မူသောနေ့ ဝါဆိုလပြည့်။ ထိုးထွင်းအသိဉာဏ် နိဗ္ဗာန်လမ်းမှန် သိမြင်ပြန့်ပွား တရားဦးဓမ္မစကြာ ဝါဆိုလပြည့် ရက်မြတ်ချိန်ခါ ပဥ္စဝဂ္ဂီ ငါးဦးစုံညီ မြတ်ဗုဒ္ဓ ဟောကြားခဲ့လေသည်။ တန်ခိုးတော်အနန္တ ပြာဋိဟာ အမျိုးစုံပြ ဝါဆိုလပြည့် အခါသမယ။ ။ ❁ တေးကဗျာ သီဆိုပြီးသောအခါ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့ပါ။ ကဗျာတွင် ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများကို အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးရေးသားစေပြီး ရရှိထားသော အချက်များကို အုပ်စုအချင်းချင်း လဲလှယ်၍ ဖတ်ကြပါစေ။ ဖတ်ပြီးသောအခါ လိုအပ်သည် ထင်သောအချက်များကို ဖြည့်စွက်ကြပါစေ။ ထို့နောက် ဖြည့်စွက်ပြီးသော စာရွက်များကို စာသင်ခန်းအတွင်း ကပ်စေပြီး စာသင်ချိန်ကို အဆုံးသတ်ပါ။

စာသင်ချိန် (၄) ။ ။ ၃၀ မိနစ်

သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ။ ။ စာရွက်များ၊ ရောင်စုံခဲတံများ။

အမှတ် ၂၉၃၉၅
ရက်စွဲ ၂၄.၇.၁၅

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်
❁ ကလေးများကို သင့်လျော်သလို အုပ်စုဖွဲ့၍ စာရွက်များ ဝေပေးပါ။ ❁ ထို့နောက် "ဝါဆိုလပြည့်နေ့မှာ ဘာတွေ လုပ်ဆောင်ကြတယ်၊ ဘာပွဲတွေ ကျင်းပကြတယ်ဆိုတာကို ပြောပြပြီး သွားပြီ ဆိုတော့ သားတို့သမီးတို့ ကိုယ်တိုင်ရော ဝါဆိုလပြည့်နေ့ကို ရောက်တဲ့အခါ ဘာတွေလုပ်မယ်ဆိုတာကို အုပ်စုလိုက် စဉ်းစားပြီး ရေးထားရမယ်။ ပြီးရင် ဝါဆိုပွဲအတွက် ဘာပန်းတွေခူးပြီး ဘယ်လိုကပ်လှူပူဇော်မယ် ဆိုတာကို ပုံဖော် ရေးဆွဲကြမယ်"ဟု ဆိုကာ ကလေးများစိတ်ကြိုက် လွတ်လပ်စွာ စဉ်းစားပုံဖော် ရေးဆွဲကြပါစေ။ (အုပ်စုအလိုက် ပုံရေးဆွဲနေစဉ် ဆရာက လှည့်လည်ကြီးကြပ် ကြည့်ရှုပါ။) ❁ ထို့နောက် အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးစီက အတန်းရှေ့သို့ ထွက်ပြောပြီးလျှင် ၎င်းတို့အုပ်စု ဆွဲထားသော ပုံများကို သင်ပုန်းတွင် ကပ်ပါစေ။ ❁ နောက်ဆုံးတွင် ဆရာက အုပ်စုကိုယ်စားလှယ်များ တင်ပြသွားသော အကြောင်းအရာများနှင့် သင်ပုန်းပေါ်ရှိ ပုံများအပေါ် မူတည်၍ လိုအပ်သလို အနစ်ချုပ်ပါ။

ဓမ္မစကူးလ်ဖောင်ဒေးရှင်း