**အရောင်းရဆုံး စာရေးဆရာစာရင်းဝင်**

*ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်*

ရဲ့

# Love Is The Only Solution

# ချစ်မေတ္တာသည်သာလျှင် တစ်ခုတည်းသောအဖြေ

- ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်

# မာတိကာ

စာရေးသူ၏ ကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း 3

နိဒါန်းအမှာ : ချစ်မေတ္တာသည်သာလျင် တစ်ခုတည်းသောအဖြေ 4

1 လက်ရှိကမ္ဘာ့အနေအထား 5

2 ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ 8

3 စစ်ပွဲ ရောဂါဘယနှင့် သဘာဝကပ်ဘေးဖြင့် ပြည့်တင်းနေသော လက်ရှိအနေအထားဆီသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်နည်းပုံစံဖြင့် ရောက်ရှိလာရပါသလဲ။ 11

4 **ချစ်မေတ္တာ**သည်သာလျှင် လူ့ဘောင်ပြဿနာအလုံးစုံရဲ့အဖြေ 15

5 ကိုယ်တွင်းငြိမ်းအေးမှုနှင့် ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် တရားရှုမှတ်ခြင်း 24

6 အားလုံးသော စိတ်ဝိညာဉ်နှင့်ဘာသာရေးဦးဆောင်များထံ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်၏ ပန်ကြားချက် 33

7 ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်နှင့်အစိုးရများအားလုံးထံသို့ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်ထံမှ အရေးပေါ်သတင်းစကား 51

8 ဆရာမကြီးထံမှ တိုက်တွန်းအားပေးစကား 78

9 ကမ္ဘာ့ Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုပြန့်ပွားစေရေး ဆုတောင်းခြင်း 82

ကိုးကားစာတမ်းများ 84

# စာရေးသူ၏ ကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း

ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်ကို ဗဟိုအော်လက်ဒေသ (ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ)တွင် မွေးဖွားခဲ့ပြီး၊ 18 နှစ်အရွယ်တွင် အင်္ဂလန်နိုင်ငံသို့ ပြောင်းရွှေ့ပညာသင်ယူခဲ့ပါသည်။ ပညာရေး ပြီးဆုံးပြီးနောက် ကြက်ခြေနီအသင်းသို့ ဝင်ရောက်၍ ပြင်သစ်နှင့် ဂျာမနီသို့ လိုက်ပါလုပ်ကိုင်နေစဉ်အတွင်း ဂျာမန်လူမျိုးဆရာဝန်တစ်ဦးနှင့် အိမ်ထောင်ကျခဲ့ပါသည်။ နှစ်နှစ်တာ ပျော်ရွှင်ဖွယ်အိမ်ထောင်ရေးဘဝကို ဖြတ်သန်းပြီးနောက်မိမိငယ်စဉ်ဘဝကပင် ရည်သန်ထားခဲ့သော ဉာဏ်အလင်းရရှိရေး စူးစိုက်အားထုတ်ရန် ခင်ပွန်းသည်၏လက်ခံကြည်ဖြူမှုဖြင့် အိမ်ထောင်သည်ဘဝကို စွန့်လွှတ်ခဲ့ပါသည်။

ထို့နောက် ဆရာမကြီးသည် နိုင်ငံပေါင်းစုံခရီးကြမ်းများထွက်၍ တရားရှာခဲ့ရာမှ ဟိမဝန္တာတောင်တန်းတစ်နေရာတွင် အတုမဲ့ သက်ရှိလူသားဆရာကြီးတစ်ပါးနှင့် ဖူးတွေ့ကြုံကြိုက်ခွင့်ရခဲ့ပါသည်။ "ကွမ်ရင်နည်းလမ်း" ဟု နောက်တွင် အမည်တွင်လာမည့် တရားအားထုတ်နည်းဖြင့် ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်သည် အထက်နတ်ပြဟ္မာတို့မှ ဆက်သွယ်လာသည့် ကိုယ်တွင်းအသံနှင့် အလင်းရောင်ကို တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။ ပြီးပြည့်စုံသော ဉာဏ်အလင်းကို မလျှော့သော အားထုတ်မှုဖြင့် ရရှိလာပြီးနောက်၌ ၎င်းကွမ်ရင်တရားရှုမှတ်နည်းကို ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်သည် လူမျိုးဘာသာ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုနှင့်ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံမရွေး ဓမ္မတရားရှာဖွေနေသူတိုင်းအား ပို့ချ၍ ၎င်းတို့၏ ဆန္ဒကို ပြည့်ဝစေခဲ့ပါသည်။

သူမ၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေး သတင်းစကားသည် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း လူသားတို့အား ဘဝသစ္စာ၊ ကိုင်ကျင့်သီလနှင့် ဘဝအလှတရားကို အလေးထားလျက် စိတ်ဝိညာဉ်ပိုင်းလွတ်မြောက်ရေး ရရှိနိုင်ရန်မျှော်လင့်ချက်များ ဆောင်ကျဉ်းပေးနေပါသည်။

## နိဒါန်းအမှာ

## ချစ်မေတ္တာသည်သာလျှင် တစ်ခုတည်းသောအဖြေ

"ချစ်မေတ္တာသည် လူ့ဘဝ၏အကြီးမြတ်ဆုံးနှင့် စကြဝဠာကြီးတစ်ခုလုံး၌ အကြီးကျယ်ဆုံးအရာဟု ဆိုနိုင်သော်လဲ ယနေ့ခေတ်တွင် လူအများ၌ အဆိုပါ ချစ်မေတ္တာတရား ခေါင်းပါးနေပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ လူသားမျိုးနွယ်အနေနှင့် ယခုထက်ပိုမို၍ ချစ်မေတ္တာတရား ထားရှိရန် လိုအပ်နေပါသည်။ မိမိတို့၏ အနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်ရှိသူများ၊ အိမ်နီးချင်းမိတ်ဆွေ၊ အပဟိတ်တိရစ္ဆာန်များကို ထား၍ ယုတ်စွအဆုံး မိမိ၏ ရန်သူကိုပင်လျှင် ချစ်မေတ္တာ ထားနိုင်ပါမှသာ ကျွန်ုပ်တို့မှ ဘဝ၏ ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းမှုများကို ကျော်လွှားလျက် ငြိမ်းချမ်းသောဘဝကို ပိုင်ဆိုင်ရရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ချစ်မေတ္တာတရားကို စကားလုံး သက်သက်ဖြင့် မဟုတ်ပဲ လက်တွေ့လုပ်ရပ်ဖြင့်ပါ ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်ရန် လိုသည်။ ကျွန်ုပ်ဆိုလိုသည်မှာ သင့်အနေနှင့် Vegan သက်သတ်လွတ်စားခြင်း (တိရစ္ဆာန်ပစ္စည်းအားလုံးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း)၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုခြင်းနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းအားဖြင့် ကျင့်ကြံ၍ မိမိ၏ချစ်မေတ္တာကို ထင်ရှား ပြသသွားရပါမည်။"[1]

"ဤကမ္ဘာမြေအတွက် မိမိ၏ရင်သွေးငယ်အတွက် မျိုးစိတ်သတ္တဝါတိုင်းအတွက် နောက်ထပ် 1% ခန့် တိုးပြီး သင်၏ချစ်မေတ္တာတရားကို လက်တွေ့ထုတ်ဖော်ပြသလိုက်ပါ။ ရက်စက်၍ ကရုဏာကင်းစွာဖြင့် ရရှိလာသော စားကုန်ပစ္စည်းနှင့်အသားငါးစားသုံးမှုမှ ရသတဏှာကို စွန့်လွှတ်နိုင်အောင်ကို မေတ္တာတရား ရှိနိုင်ရပါမည်။ ချစ်မေတ္တာကို မိမိ၏မိသားစုဝင်သာ မဟုတ်ပဲ ပိုမိုကျယ်ပြန့်စွာ သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် ထားရှိနိုင်ရန်နှင့် ချစ်မေတ္တာတိုင်းသည် မြင့်မြတ်ကြီးကျယ်ကြောင်း စိတ်နှလုံးထဲ၌ စူးနှစ်နေစေရမည်။ မည်သည့် ချစ်မေတ္တာမျိုးမဆို နှစ်လိုဖွယ်ရာ အပေါင်းစွမ်းအင်များ ထုတ်လွှတ်လျက် မိမိ၊ မိမိချစ်ရသူနှင့် မိမိပတ်ဝန်းကျင်ရှိ သတ္တဝါအပေါင်းအား စောင့်ရှောက်ပေးနိုင်သည့် အစွမ်းသတ္တိ ရှိပါသည်။

အချုပ်ဆိုရပါက မိမိ၏ မိသားစုအဝန်းအဝိုင်းမှ အနည်းငယ် ထပ်ချဲ့လျက် မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်ဆီသို့ပါ ချစ်မေတ္တာတရားကို ကျွန်ုပ်တို့တစ်ဦးချင်းစီမှ ဖြန့်ကျက်ထုတ်လွှတ်ပေးမည် ဆိုပါက လုံလောက်သော အတိုင်းအတာ တစ်ရပ်သို့ အဆိုပါ မေတ္တာတရားများ 100% စွမ်းအားပြည့် ပေါင်းစုရောက်ရှိလာသည့်

အချိန်တွင် ကျွန်ုပ်တို့လူသားထုသက်ရှင်ရပ်တည်မှုအား အကြီးမားဆုံး ခြိမ်းခြောက်နေသည့် အရာများကိုပင် ဖယ်ရှားပပျောက်သွားစေနိုင်ပါလိမ့်မည်။"[2]

- *ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်*

# 1 လက်ရှိကမ္ဘာ့အနေအထား

'ကမ္ဘာကြီးသည် ယခင်ကကဲ့သို့ပင် ဒုံရင်းဒုံရင်းဖြင့် အဘယ်ကြောင့် တိုးတက်ကောင်းမွန်လာနိုင်ခြင်း မရှိ ဖြစ်နေရသည့်အကြောင်းရင်းခံကို' ကျွန်ုပ် အတွေးဝင်မိပါသည်။ လုံးဝပြီးပြည့်စုံ ငြိမ်းချမ်းသည့် နတ်ဘုံနိဗ္ဗာန်ကဲ့သို့သော အခြေအနေမျိုးအထိ ရောက်ရှိရန် မဆိုလိုသော်လဲ ယနေ့တိုင် ကမ္ဘာကြီး၌ အလွန်ပင် ရှုပ်ထွေးစွာဖြင့် ဆင်းရဲဒုက္ခများစွာ ကြုံတွေ့နေရဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ ။ မကြာခဏ ဖြစ်ပွား ကျရောက်နေသော ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကြီးများ သာမကပါ။ ဈေးကွက်၌ ရောင်းမရ၍ သတ်ပစ်ရသော တိရစ္ဆာန်များလည်း သိန်းချီ ရှိနေသည့်အပြင် ကြက်၊ ဝက်၊ နွား၊ မြွေပါ စသည့် သတ္တဝါများပါ အစုလိုက် အပြုံလိုက် သိန်းချီ သတ်ဖြတ်သုတ်သင်ခံနေရပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးမှာ တဖြည်းဖြည်း အားပျော့လာပါသည်။ ကပ်ရောဂါကြောင့် လူများစွာ အလုပ်မရှိကြတော့ပဲ ဝင်ငွေနည်းပါးလာပြီး အသုံးစရိတ်များ တက်လာပါသည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ဆိုပါက ထရီလီယံအကြွေးများဖြင့် လက်ရှိ၌ ကြွေးမြီပမာဏသည် ဒေါ်လာ ထရီလီယံ 30 ခန့်အထိ ရောက်ရှိလာပြီဟု ကြားသိရပါသည်။

ယခင်ကဲ့သို့ ပြင်းထန်မှု အတိုင်းအတာ မရှိတော့သော်လဲ အီဘိုလာဟု ခေါ်သော ကူးစက်ရောဂါဆိုးမှာ ဆက်ရှိနေပါသေးသည်။ ထို့အပြင် ကြက်များမှ ကူးစက်သည့် ဆာမိုနဲလားနှင့် အခြားသော ရောဂါ ပိုးမွှားများလည်း အများအပြား ရှိနေပါသည်။ ရာသီစဉ် တုပ်ကွေးရောဂါကြီးကိုလည်း ယနေ့ထိတိုင် အပြီးတိုင် ပပျောက်အောင် မနှိမ်နင်းနိုင်သေးဘဲ လူအများကြားတွင် မကြာခဏ ပြန်လည်ဖြစ်ပွား ကူးစက်နေဆဲ ရှိပါသည်။ အသက်အန္တရာယ် မပေးသည့်တိုင် တစ်ခါတစ်ရံ၌ ခန္ဓာကိုယ်အား ဆိုးရွားစွာ ထိခိုက်စေ၍ ပြင်းစွာသော ဒုက္ခဝေဒနာဆိုးကို ပေးနိုင်ပါသည်။ ဝေဒနာသက်သာစေရန် ပဋိဇီဝဆေးများ သောက်သုံးပါကလည်း ခန္ဓာကိုယ်အတွက် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ရှိနေပါသည်။ ယခင်ကာလများက ကမ္ဘာအနှံ့ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခဲ့ဖူးသော ဆားစ်၊ မားစ် စသည့် ကူးစက်မြန်အသက်ရှူလမ်းကြောင်းရောဂါများ မှာလည်း အသင့်ပုန်းလျှိုးနေလျက် အခါအခွင့်ကောင်းကို စောင့်ဆိုင်းနေပါသည်။ ကိုဗစ်-19 ကဲ့သို့ အထူးမြန်ဆန်စွာ ကူးစက်ပျံ့ပွားမှု မရှိသော်လည်း တဖြည်းဖြည်း ကူးစက်ဖြစ်ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

လက်ရှိအချိန်၌ ကိုဗစ်-19 ကူးစက်ရောဂါအကြောင်းသည် အခြားသော အရေးကိစ္စနှင့်သတင်းကို ဖုံးလွှမ်း မှေးမှိန်သွားစေပါသည်။ ကင်ဆာဝေဒနာရှင်များစွာမှာ လုံလောက်သော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု မရရှိနိုင်ဘဲ ရှိနေပါသည်။ သတင်းစာများတွင် လူထု၏ မကျေနပ်မှုများနှင့် ပြစ်တင်ဝေဖန်သံများကိုသာ မကြာခဏ တွေ့နေရပါသည်။ တီဘီ၊ ငှက်ဖျားနှင့် အခြားနာတာရှည်ရောဂါ ဝေဒနာရှင်များသည်လည်း ကိုဗစ်-19 ၏ အခြေအနေကြောင့် လျစ်လျူရှုခံနေရဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ အရေးပေါ် နှိမ်နင်းကာကွယ်ရမည့် ကပ်ရောဂါအမျိုးအစားသစ် ဖြစ်သောကြောင့် လူအများအားသွားလာခွင့်ပိတ်ပင်၍ လေ့ခ်ဒေါင်းချမှုများ ပြုခဲ့ရကာ ဆေးရုံများတွင် လူနာများ ပြည့်လျှံနေမှုနှင့်အတူ အထူးသဖြင့် သက်ကြီးရွယ်အိုလူနာများသည် လိုအပ်သော ကုသစောင့်ရှောက်မှုများ မရရှိဘဲ အသက်ဆုံးရှုံးနေရပါသည်။

ကပ်ရောဂါများအပြင် လူသားတို့အား အသက်ဆုံးရှုံးစေသည့် အခြားသော သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များလည်း ရှိပါသေးသည်။ ယခင်ကာလများက ဖြစ်ပွားခဲ့ဖူးသော ကူးစက်ရောဂါနှင့် ကပ်ရောဂါများသည်လည်း ယနေ့တိုင် ဆက်လက်ဖြစ်ပွားလျက် ရှိပါသည်။ လက်ရှိ၌ နေရာဒေသအများအပြားတွင် ရေကြီးမှု၊ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းမှု၊ မြေပြိုမှုများအပြင် ကျိုင်းကောင်အုပ်များ ကျရောက်ဖျက်ဆီးမှု၊ ပျားကောင်ရေ လျော့နည်းလာမှု၊ မိုးခေါင်ရေရှားမှု စသော သဘာဝဘေးဒုက္ခများပါ ဆင့်ပွား ဖြစ်ရှိနေသဖြင့် တောင်သူလယ်သမားများမှာ အားကိုးရာမဲ့သည့် အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိနေပါသည်။ ဤကဲ့သို့သော အခြေအနေများသည် ကမ္ဘာကြီးအတွက် စိုးရိမ်စရာ ဖြစ်ပြီး စားနပ်ရိက္ခာပြတ်လပ်မှုဘေးအထိ ဆိုးရွားလာနိုင်သည်ကို အချို့က စိတ်ပူပန်လျက် ရှိနေကြပါသည်။

အဆုံးစွန်စိတ်ဖိစီးမှု အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိသွားသည့်သူများလည်း ရှိပြီ၊ အချို့သော ဆရာဝန်များမှာ မိမိကိုယ်ကို အဆုံးစီရင်လိုက်သည်အထိ ဖြစ်သွားကြရပါသည်။ ဤသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ ပြင်းထန်သော စိတ်ဖိစီးမှုအခြေအနေကြောင့် သာမက ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများက ၎င်းတို့၏ ဦးနှောက်အား တိုက်ခိုက်ပျက်စီးစေရာမှ ဆင်ခြင်တုံတရား ဆုံးရှုံးသွားခြင်းကြောင့်ဟုလည်း ယူဆရပါသည်။ ထိုသို့သော ဖြစ်ရပ်များ အမှန်တကယ် ဖြစ်ပေါ်နေပါသည်။ အမေရိကန်နိုင်ငံမှ အသက်ငယ်ရွယ်လှပသော ဆရာဝန်မတစ်ဦး မိမိကိုယ်ကို အဆုံးစီရင်ခဲ့သည်ကိုပင် တစ်ခါက ကြားသိခဲ့ရပါသည်။ ဤကဲ့သို့သော ဖြစ်ရပ်များ အများအပြား ရှိနေပါသေးသည်။ ဆရာဝန်များ၊ ဆေးရုံဝန်ထမ်းများနှင့် သူနာပြုများသည်လည်း ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရမှုကြောင့် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ သေဆုံးနေရပါသည်။ ကနဦး ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများ အားနည်းခဲ့သဖြင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးပစ္စည်းများ လုံလောက်စွာ မရရှိခဲ့ပဲ အဆင်ပြေသလို

ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရင်းဖြင့် အသက်ဆုံးရှုံးခဲ့ကြရပါသည်။ ၎င်းတို့ မည်မျှ ရဲရင့်ပြီး သူရဲကောင်းဆန်သော စိတ်ဓာတ်ပိုင်ရှင်များ ဖြစ်ကြောင်းကို တွေးထင်မြင်ယောင်ကြည့်စေလိုပါသည်။

အင်္ဂလန်နိုင်ငံတွင် ဆေးရုံများ၏ မေတ္တာရပ်ခံချက်အရ အငြိမ်းစားယူထားသော ဆရာဝန်နှင့် သူနာပြု များစွာသည် အကူအညီလိုအပ်နေသူများအား ကယ်ဆယ်နိုင်ရန် လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းသို့ ရဲဝံ့ စွန့်စားစွာ ပြန်လည်ဝင်ရောက် လုပ်ကိုင်ပေးခဲ့ရာမှ သေဆုံးခဲ့ကြရပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးရင်း ဆရာဝန်အများအပြား စွန့်လွှတ်အသက်ပေးသွားခဲ့ရပါသည်။ အခြေအနေမှာ ကြောက်မက်ဖွယ်ရာ မည်မျှပင် ပြင်းထန်ခဲ့သည်ကို မြင်ယောင်ကြည့်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့၏ မိသားစုဝင်တစ်ဦး အနေနှင့် မည်မျှ စိတ်ထိခိုက်ခံစားရမည်ကို စဉ်းစားကြည့်လိုက်စမ်းပါ။ တစ်လျှောက်လုံး ရုန်းကန်လာခဲ့ပြီးမှ ကျန်ရှိသော ၎င်းတို့၏ ဘဝသက်တမ်းကို ငြိမ်းချမ်းစွာ ဖြတ်သန်းရန် မျှော်လင့်ထားခဲ့ကြသော်လည်း၊ ယခုအခါတွင် ရဲဝံ့စွာ စွန့်လွှတ်အသက်ပေးလိုက်ကြရခြင်းမှာ မည်မျှ မတရားပါသနည်း။[3]

လက်ရှိအချိန်သည် ကြီးမားသော သန့်စင်ရေးနှင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲရမည့် ကာလ ဖြစ်ပါသည်။ ဤကပ်ဘေးကြီးကို ကျွန်ုပ်တို့ ကျော်လွှားသွားနိုင်သည့်တိုင် အခြားသော ကပ်ဘေးဒုက္ခများကို ဆက်လက် ရင်ဆိုင်ရပါအုံးမည်။ ပြဿနာမှာ ဤတစ်ခုတည်းသာ မဟုတ်ဘဲ လက်ရှိအခြေအနေတွင် အီဘိုလာကပ်ရောဂါ၊ ကြက်ခြံများမှ ဆာမိုနဲလားပိုး စသည့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ခြိမ်းခြောက်မှုများလည်း အများအပြား ရှိနေပါသည်။ ထို့အပြင် သားမွေးထည်အတွက် အစုလိုက်အပြုံလိုက် အရေခွံခွာ သတ်ဖြတ် ခံနေရသော မြွေပါ၊ ဖျံစသော တိရစ္ဆာန်မျိုးများ ရှိနေဆဲ ဖြစ်သည်ကိုလည်း သင်တို့ သိရှိပါသလား။ ရောဂါကူးစက်ခံရမည်ကို စိုးရိမ်မှုကြောင့် နယ်သာလန်နိုင်ငံကဲ့သို့သော နိုင်ငံများတွင် ထိုတိရစ္ဆာန် များအား သိန်းနှင့်ချီ၍ သုတ်သင်သတ်ဖြတ်ခဲ့သည့် အဖြစ်ဆိုးမျိုး ရှိခဲ့ဖူးပါသည်။ သို့သော်လည်း ဤတိရစ္ဆာန်များအား မည်မျှပင် သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးပစ်သည်ဖြစ်စေ လူသားတို့၏ ဘဝနေထိုင်မှုပုံစံနှင့် လုပ်ရပ်များကို မပြောင်းလဲပါက သိသာထင်ရှားသည့် အကျိုးထူး ဖြစ်ရှိလာမည်ဟု ယုံကြည်ရန် ခက်ခဲပါသည်။

လူသားတို့သည် သစ်ပင်များကို ဆက်လက်၍ ခုတ်လှဲနေမည် ဆိုပါက မူလသဘာဝအတိုင်း နေထိုင်ရာ တောတောင်ဒေသများ ဆုံးရှုံး၍ တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များ လူနေရပ်ရွာများနှင့် နီးကပ်စွာ ထိစပ်လာရာမှ ၎င်းတို့မှတစ်ဆင့် ရောဂါပိုးများ လူသားများထံ ကူးစက်လာမည်မှာ ဧကန်မုချပင်။ ထိုသို့ တစ်ဦးမှတစ်ဦး အဆင့်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့ကာ ကမ္ဘာကြီးသည် ဘေးဒုက္ခတောကြီးထဲသို့ ကျရောက်သွားပါလိမ့်မည်။ ငြိမ်းချမ်းရေးကို အမှန်လိုလားပါက လူသားတို့သည် တိရစ္ဆာန်များအား ငြိမ်းချမ်းစွာ နေထိုင်ရှင်သန်ခွင့် ပေးရမည် ဆိုသည်မှာ အလွန်ရှင်းနေသော ပကတိအမှန်တရား ဖြစ်ပါသည်။ လူတိုင်းသိပြီးဖြစ်သော ဤအချက်များကို ကျွန်ုပ်အနေနှင့် ထပ်မံ၍ ရှင်းပြနေရန် လိုမည် မဟုတ်ပါ။[4]

# 2 ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ

လက်ရှိသင်တို့အထဲမှ မနည်းလှစွာသည် ကမ္ဘာမြေပူနွေးလာမှု၏ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ အကျိုးဆက်ဖြစ်ရပ်များကို သတိပြုမိကြမည်ဟု ကျွန်ုပ်ယုံကြည်ပါသည်။ ထိုဖြစ်ရပ်များအထဲမှ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနှင့် ကမ္ဘာ့နေရာအသီးသီးတွင် ဖြစ်ပွားနေသော ဖြစ်ရပ်အနည်းငယ်ကို ဤတွင်ရွေးချယ်၍ ကျွန်ုပ်တင်ပြမျှဝေ သွားပါမည်။

အာတိတ်ဒေသ မြောက်ဝင်ရိုးစွန်းတွင် တည်ရှိသော ရေခဲထုအများစုမှာ အရည်ပျော်လျက် ရှိပြီး၊ လာမည့် သုံးနှစ်မှ ခြောက်နှစ်အတွင်း၌ပင် ရေခဲကင်းသည့် နွေရာသီကို ပထမဆုံးအကြိမ် ကြုံတွေ့ရနိုင်ကြောင်း သိပ္ပံပညာရှင်များက ခန့်မှန်းထားပါသည်။ ခန့်မှန်းချက်သာ မှန်ကန်ပါက ဤဖြစ်စဉ်သည် နှစ်ပေါင်း တစ်သန်းအတွင်း လူသားတို့ ပထမဆုံးကြုံတွေ့ရမည့် ရေခဲမဲ့နွေရာသီ ဖြစ်ရှိလာပါမည်။ ကမ္ဘာကြီး ပူနွေးလာမှု၏ အကျိုးဆက်အဖြစ် ဂရင်းလန်းကျွန်းတွင်လည်း နေ့စဉ်ပင် ရေခဲတန်ချိန် 85 သန်းခန့် အရည်ပျော်လျက် ရှိပြီး၊ အရည်ပျော်နှုန်းမှာ နှစ်စဉ် 7 ရာခိုင်နှုန်းအထိ တိုးမြင့်လာလျက် ရှိနေပါသည်။ အန္တာတိကတိုက်အနောက်ဖက်ပိုင်းရှိ ရေခဲထုကြီးများလည်း အရည်ပျော်လျက်ရှိရာ၊ ထိုရေခဲလွှာထု များသာ လုံးဝအရည်ပျော်ပျောက်ပျက်သွားပါက ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်ကို 3.3 မီတာအထိ ထပ်မံ မြင့်တက်လာစေနိုင်ပြီး နယူးယောက်၊ ဝါရှင်တန်ဒီစီနှင့် ဆန်ဖရန်စစ္စကို ကဲ့သို့သော ကမ္ဘာ့မြို့ကြီးများ ရေလွှမ်းမိုးခံရမည်ကို စိုးရိမ်လာရနိုင်ပါသည်။ အန္တာတိကတိုက်တစ်ခုလုံးနှင့် ဂရင်းလန်းကျွန်းရှိ ရေခဲများ အားလုံးသာ အရည်ပျော်သွားမည်ဆိုပါက ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်သည် မီတာ 70 အထိ ထပ်မံ မြင့်တက် လာနိုင်ကာ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ လူသားများ၏ အသက်ဘေးအန္တရာယ်နှင့် စီးပွားရေးပျက်စီးမှုများ ဖြစ်စေပါမည်။

ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ ရေခဲမြစ်များသည် သိပ္ပံပညာရှင်တို့ မျှော်မှန်းထားသည့်နှုန်းထားထက် ပိုမိုမြန်ဆန်စွာ အရွယ်အစား ကျုံ့ဝင်သေးငယ်လာမှုကြောင့် မြစ်ချောင်းအင်းအိုင်များ ပျောက်ကွယ်ကာ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သောက်သုံးရေ ရှားပါးလာ၍ လူသန်းပေါင်းများစွာ ရေရှားပါးမှုနှင့်စားနပ်ရိက္ခာ ပြတ်လပ်မှုကို ရင်ဆိုင်နေရပါသည်။ ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်မြင့်တက်လာမှုကြောင့် တူဗာလူ၊ တွန်ဂါနှင့် အခြား ကျွန်းနိုင်ငံ

စုစုပေါင်း 40 ခန့်သည် ပင်လယ်တွင်းသို့ တဖြည်းဖြည်း နစ်မြုပ်လျက် ရှိနေပြီး၊ အဆိုပါ နိုင်ငံသားများကို အခြား ဒေသသို့ ပြောင်းရွှေ့မှုပေးရေးအား အရေးပေါ်အစီအစဉ်ရေးဆွဲပြင်ဆင်နေရပါသည်။ လက်ရှိ၌ အရေအတွက် သန်း 20 အထိ ရောက်ရှိနေပြီ ဖြစ်သော ရာသီဥတုဘေးရွှေ့ပြောင်းဒုက္ခသည်များအုပ်စု အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားနိုင်သည့်ကံကြမ္မာမျိုးကို အဆိုပါ ကျွန်းနိုင်ငံသားများလည်း ကြုံတွေ့နေရပါပြီး၊ ခရစ်နှစ် 2050 အရောက်၌ ရာသီဥတုဘေးဒဏ်ခံရသည့် ရွှေ့ပြောင်းဒုက္ခသည်ဦးရေသည် သန်း 200 အထိပင် ရှိလာနိုင်သည်ဟု အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများအဖွဲ့(IOM)မှ မှန်းဆထား ပါသည်။

ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတွင် အဖျက်စွမ်းအားအမြင့်မားဆုံး အဆင့် 4 နှင့် အဆင့် 5 ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်းများသည် လွန်ခဲ့သော 35 နှစ်အတွင်း နှစ်ဆခန့် တိုးပွားလာခဲ့ကြောင်း အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုရှိ ဂျော်ဂျီယာ နည်းပညာတက္ကသိုလ်မှ သုတေသီများက ဆိုပါသည်။ လက်ရှိ၌ မြို့ပြများအား ကြီးစွာသော အပျက်အစီး ဖြစ်စေခဲ့သည့် အဆင့် 5 လိုမုန်တိုင်းများ၏ ပြင်းအားနှင့် တိုက်ခတ်မှုကြာချိန်သည် 1970 ပြည့်လွန်နှစ် များမှစတင်၍ 75% အထိ တိုး၍ ပြင်းထန်လာခဲ့ပါသည်။ 2005 ခုနှစ်က အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုအပေါ် ဖြတ်သန်းတိုက်ခတ်ခဲ့သော ကတ်ထရီးနားဟာရီကိန်း မုန်တိုင်းကြီးသည် နယူးအော်လင်း ကဲ့သို့သော မြို့ကြီးများကို အကြီးအကျယ် ဖျက်ဆီးခဲ့ပြီး၊ ယနေ့အထိတိုင်အောင် ထိုဒေသရှိ ပြည်သူများသည် ပျက်စီးဆုံးရှုံးသွားသော အိုးအိမ်နှင့် လူနေမှုဘဝများ ပြန်လည်နာလန်ထူနိုင်ရန် ရုန်းကန်နေရဆဲ ရှိသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ဝမ်းနည်းဖွယ်ရာ ဘေးဒုက္ခများနှင့် ကြုံတွေ့ခဲ့ရသော အမေရိကန်ပြည်သူတို့အတွက် အထူးပင် စိတ်မကောင်းဖြစ်မိကြောင်း ပြောလိုပါသည်။

လက်ရှိ ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာမှုအကျိုးသက်ရောက်မှုအရ ဖျက်ပိုးများ ပိုမိုပေါက်ဖွားရှင်သန် ဝင်ရောက် ဖျက်ဆီးမှုကြောင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ရော့ကီးတောင်တန်းရှိ ထင်းရှူးတောဧက တစ်သန်းနီးပါး ဆုံးရှုံး ခဲ့ရပါသည်။ ကနေဒါ၌လည်း အလားတူပြဿနာမျိုး တွေ့ရပါသော်လည်း အချိန်အကန့် အသတ်ကြောင့် အသေးစိတ် မဖော်ပြတော့ပဲ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနှင့် သက်ဆိုင်သည်ကိုသာ ရွေး၍ ဆက်လက် တင်ပြသွားပါမည်။

မွန်တားနားပြည်နယ် ဂလေစီယာအမျိုးသားဥယျာဉ်တွင်းရှိ နာမည်ကျော် ရေခဲမြစ်များသည်လည်း လာမည့် ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုအတွင်း၌ပင် ပျောက်ကွယ်သွားဖွယ် ရှိပါသည်။ စကရစ်ပ်သမုဒ္ဒရာသိပ္ပံဌာန၏

လေ့လာတွေ့ရှိမှု အသစ်တစ်ရပ်အရ အမေရိကန်အနောက်ပိုင်းပြည်နယ် 7 ခု အတွက် ရေအရင်းအမြစ်ဖြစ်သည့် ထင်ရှားသော ကော်လိုရာဒိုမြစ်သည်လည်း ခန်းခြောက်လာနေပါသည်။ တောင်တန်းပေါ် ရှိ ဆီးနှင်းများ အရည်ပျော်ကျသွားရာမှ ရေအရင်းအမြစ်ကြီးများ လျော့နည်းလာသဖြင့် အမေရိကန်နိုင်ငံ အနောက်ပိုင်းဒေသသည် ပြင်းထန်သောမိုးခေါင်မှုပြဿနာကို ရင်ဆိုင်နေရကြောင်း သုတေသီများက ဆိုပါသည်။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားပြည်နယ်တစ်လျှောက်ရှိ ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်သည် ယခင်နှစ်ပေါင်း 500 တစ်လျှောက်လုံးနှင့်စာပါက 20 ရာစု တစ်ခုတည်း၌ပင် သုံးဆအထိ ပို၍ မြန်ဆန်စွာ မြင့်တက်လာပါသည်။ အမေရိကန်အမျိုးသားသမုဒ္ဒရာနှင့်လေထုစောင့်ကြည့်ရေးဌာန (NOAA) ၏ ထုတ်ပြန်ချက်အရ 2008 ခုနှစ်၌ အမေရိကန်ကုန်းမြေမကြီးပေါ်သို့ အပူပိုင်း ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်း 6 လုံး ဆက်တိုက် သမိုင်းတစ်လျှောက် ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် ဝင်ရောက်ခဲ့သည်ဟု သိရပါသည်။ နေရာဒေသ အားဖြင့် မြောက်အတ္တလန္တိတ်သမုဒ္ဒရာနှင့် အိန္ဒိယသမုဒ္ဒရာဒေသတို့မှာ အားအပြင်းထန်ဆုံး ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်းများ ဖြစ်ပေါ်တိုက်ခတ်လေ့ရှိသည့် ဒေသများဖြစ်သည်။

ဤကဲ့သို့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ယိုယွင်းပျက်စီးလာရခြင်း၏ ပင်မအကြောင်းရင်းတရားခံသည် အဘယ် အရာဟု မေးကောင်း မေးလာနိုင်ပါသည်။ အံ့အားသင့်စရာကောင်းစွာပင် ၎င်းပျက်စီးယိုယွင်းမှုသည် ကျောက်မီးသွေး လေယာဉ် ကား ရထား လှေသင်္ဘောများ သုံးစွဲလည်ပတ်မှုကြောင့် အဓိက မဟုတ်ရပဲ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းမှ ထွက်ရှိလာသော မီသိန်းဓာတ်ငွေ့သည်သာ ပင်မအကြောင်းရင်းခံ ဖြစ်နေပါသည်။

စစ်ပွဲ ရောဂါဘယနှင့် သဘာဝကပ်ဘေးဖြင့် ပြည့်တင်းနေသော လက်ရှိအနေအထားဆီသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်နည်းပုံစံဖြင့် ရောက်ရှိလာရပါသလဲ။ ၊ 11

# 3 စစ်ပွဲ ရောဂါဘယနှင့် သဘာဝကပ်ဘေးဖြင့် ပြည့်တင်းနေသော လက်ရှိအနေအထားဆီသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်နည်းပုံစံဖြင့် ရောက်ရှိလာရပါသလဲ။

## စကြာဝဠာစည်းမျဉ်းဥပဒေသကို လေးစားလိုက်နာရေး

ဘုရားသခင်မှ ဖန်တီးသည့် စကြာဝဠာစနစ်အတွင်း ချမှတ်ထားသော တိကျသေချာသည့် လိုက်နာရန်စည်းမျဉ်း ရှိပါသည်။ သွားလာဆက်သွယ်ရလွယ်ကူစေရေး လမ်းများ၊ ဟိုက်ဝေးအဝေးပြေးလမ်းများ ဖောက်လုပ်ထားရာ၌ လမ်းပေါ် ရှိ ယာဉ်မောင်း လူနှင့် သွားလာနေသူများ ဘေးကင်းစွာဖြင့် ယာဉ်ကြောစီးဆင်းမှုကို ချောမွေ့စေရန် ထိန်းညှိပေးမည့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းမှ လိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဤစည်းမျဉ်းများအရ လိုက်နာ၍ မောင်းနှင်သွားလာကြပါက မတော်တဆမှုများမှ ကင်းရှင်းနိုင်မည် ဖြစ်သလို မလိုက်နာပါက မိမိကိုယ်တိုင်၊ မိသားစုနှင့် မိတ်ဆွေများတွင် အသက်ဆုံးရှုံး ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု စသော ဒုက္ခပြဿနာများ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ဝမ်းနည်းပူဆွေး ရနိုင်ပါသည်။

ဆိုလိုချင်သည်မှာ ဤကမ္ဘာလောကတွင် ဖြစ်ပျက်နေသော ဆင်းရဲဒုက္ခများသည် ဘုရားသခင်ကြောင့် မဟုတ်ရပါ။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဒုက္ခဆင်းရဲ ဖြစ်စေခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ယုံကြည်မှုကို စမ်းသပ်မှုလုပ်ခြင်းမျိုး မပြုဘဲ၊ ဆိုခဲ့သည့် အရာများမှာ လူသားတို့ကိုယ်တိုင်၏ လုပ်ရပ်အပြုအမူကြောင့်သာ ဖြစ်ရှိလာရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ "မိမိစိုက်သည်ကို မိမိရိတ်သိမ်းရမည်" ဟူသော စကားပုံအတိုင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ လက်တွေ့တွင် လူအများသည် မိမိတို့၏အမှားအတွက် နေရာတိုင်းလိုလို ဘုရားသခင်အပေါ် အပြစ်ဖို့နေသည်ကို ကျွန်ုပ် မြင်တွေ့နေရပါသည်။ ၎င်းမှာ အရက်မူးပြီး ညာဘက်မှ ဘယ်ဘက်ယာဉ်ကြောသို့ မှားယွင်းစွာ မောင်းဝင်မိသဖြင့် ယာဉ်တိုက်မှု ဖြစ်ပွားသည့်အခါ ယာဉ်လမ်းစည်းကမ်းဥပဒေရေးဆွဲသူအစိုးရအား အပြစ်တင်သည့် အမူအကျင့်နှင့် အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် အစိုးရ၏အမှား မဟုတ်ဘဲ မိမိ၏ အမှားသာ ဖြစ်ပါသည်။ အရက်သောက်စားပြီး ယာဉ်မောင်းခြင်းကို

စစ်ပွဲ ရောဂါဘယနှင့် သဘာဝကပ်ဘေးဖြင့် ပြည့်တင်းနေသော လက်ရှိအနေအထားဆီသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်နည်းပုံစံဖြင့် ရောက်ရှိလာရပါသလဲ။ ၊12

ဥပဒေဖြင့် တားမြစ်ထားသကဲ့သို့ ယာဉ်ကြောစနစ်ကို မှန်ကန်စွာ လိုက်နာမောင်းနှင်ရန် စည်းမျဉ်းများ ချမှတ်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။

ဘုရားသခင်၏ ပညတ်တော်အတိုင်း မလိုက်နာပါက ကျွန်ုပ်တို့သာ ဒုက္ခရောက်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ "သင်သည် လူ့အသက်ကို မသတ်ရ"ဟု ဘုရားသခင်မှ တားမြစ်ထားသည့်တိုင် ဘိုးဘွားဘီဘင် လက်ထက်မှစ၍ ယနေ့တိုင် ရာစုနှစ်ပေါင်းများစွာ ကျွန်ုပ်တို့၏ အချို့ညီအစ်ကိုမောင်နှမများက ဆက်လက် ကျူးလွန်နေဆဲပင် ရှိပါသည်။ ထိုသူတို့သည် ဘုရားသခင်၏နာမတော်နှင့် သခင်ယေရှု၏ ဂုဏ်တော်ကို ရှေ့တန်းတင်အလွဲသုံးစားပြုလျက် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး တိုက်ခိုက်သတ်ဖြတ်ရန် ဝန်မလေး ကြခြင်းမှာ အလွန်ပင် ဝမ်းနည်းဖွယ်ရာ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် ဘုရားသခင်၏အလိုတော်လည်း မဟုတ်၊ ယေရှုခရစ်တော်၏ ဆန္ဒလည်း မဟုတ်ပါ။ တစ်ဦးကတစ်ဦးအား စ၍သတ်ဖြတ်ပြီး ကျန်တစ်ဦးက ပြန်၍ လက်စားချေပါက ဤအကြမ်းဖက်မှုသံသရာသည် မည်သည့်အခါတွင်မျှ အဆုံးသတ်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ!

စစ်ပွဲသည် ၎င်းနှင့်အတူ ဘေးဆိုးဒုက္ခများစွာ သယ်ဆောင်လာပြီး၊ နိုင်ငံ့စီးပွားရေးအခြေခံနှင့် လူသား၏ စွမ်းအားကို ယုတ်လျော့သွားစေသည့်အပြင် လူသားတို့၏ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့်ယုံကြည်မှုကိုပါ အားနည်း သွားစေပါသည်။ ၎င်းအဖြစ်များကြောင့် လူများစွာသည် "ဘုရားသခင်ရှိနေရဲ့သားနဲ့ ကိုယ်တော်မြတ်က စစ်ပွဲတွေကို ဘာကြောင့် ခွင့်ပြုနေသလဲ။ လူအချင်းချင်း သတ်ဖြတ်နေတာတွေ ကျူးလွန်ပြုကျင့်နေတာ တွေကို ဘာကြောင့် ခွင့်ပြုနေရသလဲ'ဟု ဘုရားသခင်ကို ပြန်လှန်မေးခွန်းထုတ် အပြစ်တင်လာပါသည်။

ယနေ့ခေတ်တွင် ကမ္ဘာကြီးကို ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု၊ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးမှုနှင့် ရောဂါဘယ ဘေးဆိုးများမှ ဒုက္ခပေးလျက် ရှိနေသည်ကို ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရားအားနည်းသူတစ်ချို့က ဘုရားသခင်ကိုပင် ပြစ်တင် ပြောဆိုနေပါသည်။ ကျွန်ုပ်ဟောပြောမှု ပြုခဲ့သည့်နေရာတိုင်းလိုလို၌

စစ်ပွဲ ရောဂါဘယနှင့် သဘာဝကပ်ဘေးဖြင့် ပြည့်တင်းနေသော လက်ရှိအနေအထားဆီသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်နည်းပုံစံဖြင့် ရောက်ရှိလာရပါသလဲ။ l 13

'ဘုရားရှင်သာ တကယ်ရှိပါက ဤကဲ့သို့ ဘေးဒုက္ခများ အဘယ်ကြောင့် ဖြစ်နေရသနည်း' လူအများက မေးမြန်းစောဒကတက်လေ့ ရှိပါသည်။ ထိုအရာများကို ဘုရားသခင် မဟုတ်ပဲ ကျွန်ုပ်တို့လူသားများကသာ ဖန်တီးနေခြင်း ဆိုသည်ကို ၎င်းတို့ သတိပြု ကြည့်မြင်သင့်ပါသည်။ ဥပမာ နိုင်ငံတစ်ချို့မှ အန္တရာယ်များသော အက်တမ်ဗုံးနှင့် ဟိုက်ဒရိုဂျင်ဗုံးများကို စမ်းသပ်ဖောက်ခွဲရာမှနေ၍ ကမ္ဘာ့လေထုဖွဲ့စည်းပုံကို လှုပ်ခတ်စေလျက် ကမ္ဘာ၏ အခြေတည်ငြိမ်နေမှုကို ပျက်ပြားစေသည်။ အဆိုပါ ဗုံးများကို လေထု သို့မဟုတ် သမုဒ္ဒရာထဲသို့ ပစ်သွင်း ရုံမျှဖြင့် မည်သည့်ပြဿနာမှ မရှိနိုင်ဟု ၎င်းတို့ ထင်မြင်ကြသော်လည်း စကြာဝဠာ ဆိုသည်မှာ မြင်တွေ့ရသော အစိုင်အခဲများ အပြင် သာမာန်မျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်သော ဒြပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများဖြင့်ပါ ဖွဲ့စည်းထား သဖြင့် ထိုအရာများကို သွားရောက်နှောင့်ယှက်မိရာမှစကြာဝဠာ၏ တည်ငြိမ်မှုနှင့် သဘာဝတရားကြီး၏ စည်းမျဉ်းဥပဒေသကို ပျက်စီးစေနိုင်ပါသည်။

သင်သည် ပြတင်းပေါက်၊ တံခါးနှင့် အခန်းလွတ်ပါ အိမ်တစ်လုံး ဆောက်လုပ်၍ နေထိုင်သည် ဆိုပါစို့။ ထိုအိမ်၏ အိမ်ထောင့်တစ်နေရာ ပေါက်ပြဲပျက်စီးလာသည့် နောင်ကာလတွင် အိမ်ခန်းတွင်း အပူချိန်မှာ မူလဖြစ်နေကျမှ ပြောင်းလဲသွားပါမည်။ အပေါက်အပြဲကို မပြင်ပဲ ပစ်ထားပါက နွေရာသီပင် ဖြစ်စေကာမူ လေအေးနှင့် မိုးများ ဝင်ရောက်မှုကြောင့် ညပိုင်းတွင် အလွန်အေးချမ်းနိုင်ပါသည်။[6]

## ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သွားရမည့် ရဲဝံ့စွန့်စား မေတ္တာစိတ်

ကျွန်ုပ်တို့အတွက် အရေးအကြီးဆုံးမှာ လူသားနှင့် လူသားတို့၏ မေတ္တာစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ထားနိုင်ရန်ပင် ဖြစ်ပြီး၊ မိမိတို့၏ မြင့်မြတ်သီလရှိမှုအရည်အသွေးကို ကျွန်ုပ်တို့ ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ရန် လိုပါမည်။ ကျွန်ုပ်ထပ်ခါတလဲလဲ ပြောလာခဲ့သလိုပင် ကျွန်ုပ်တို့မှ ဤကမ္ဘာပေါ် ရှိ ရုပ်ဝတ္ထုဆိုင်ရာများ အပြင် ကလေးသူငယ်များကိုပါ ကို ကယ်တင် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးသွားရပါမည်။ ဤသို့မှသာ မိမိတို့၏ မြင့်မြတ်သောအတ္တ (ခေါ်) ရဲဝံ့စွန့်စား မေတ္တာစိတ်နှလုံးကိုပါ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း

စစ်ပွဲ ရောဂါဘယနှင့် သဘာဝကပ်ဘေးဖြင့် ပြည့်တင်းနေသော လက်ရှိအနေအထားဆီသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်နည်းပုံစံဖြင့် ရောက်ရှိလာရပါသလဲ။ ၊14

မည်ပါမည်။ ရဲဝံ့စွန့်စားမေတ္တာစိတ်နှလုံးရှိအရည်အသွေးသာ ဆုံးရှုံးသွားရပါက ကမ္ဘာပျက်သည်ထက်ပင် ပိုဆိုးနိုင်သဖြင့် ၎င်းကို မပျောက်ပျက်စေရအောင် ထိန်းသိမ်းထားရပါမည်။

အားနည်းသူ၊ အိုမင်းမစွမ်းသက်ကြီးသူ၊ ကလေးသူငယ်များနှင့် အားကိုးရာမဲ့ တိရစ္ဆာန်များကို မြင့်မြတ်မှန်ကန်၊ ကြင်နာမှု စိတ်ထား၍ ကျွန်ုပ်တို့မှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရမည်။ မိမိတို့၏ မြင့်မြတ်သော ပင်ကိုယ်သဘာဝအား စောင့်ထိန်းထားလျက် ဘုရားသခင်၏ သက်ရှိရှင်သွေးငယ် (သို့) ဗုဒ္ဓ၏နောက်ပါ တပည့်သာဝကများ အလား ကျွန်ုပ်တို့မှ ပြုကျင့် ရှင်သန်နေထိုင်သွားရပါမည်။[7]

စစ်ပွဲ ရောဂါဘယနှင့် သဘာဝကပ်ဘေးဖြင့် ပြည့်တင်းနေသော လက်ရှိအနေအထားဆီသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်နည်းပုံစံဖြင့် ရောက်ရှိလာရပါသလဲ။ ။15

## မေတ္တာထားက မေတ္တာရောင်ပြန်ဟပ်မည်

မေတ္တာရောင်ပြန်ဟပ်ဖို့ မိမိဖက်မှ ဦးစွာ သတ္တဝါများအပေါ် ချစ်မေတ္တာထားပေးရန် လိုသည်။ သတ္တဝါ အားလုံးအပေါ် အဖဘုရားသခင်ကဲ့သို့ပင် ချစ်ခင်ကရုဏာ ထားရှိနိုင်ရမည်။ ၎င်းသည်ပင် ကျွန်ုပ်တို့ သက်သတ်လွတ် စားသုံးရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းပင် ဖြစ်သည်။ ကျန်းမာရေးရှုထောင့်၊ ခရစ်တော် ယေရှု၏ သွန်သင်ဆုံးမမှု၊ ဗုဒ္ဓ၏တားမြစ်ချက်ပညတ် စသည့် အကြောင်းများကြောင့် အသားစားခြင်းမှ ရှောင်ကျဉ်ခြင်း မဟုတ်ရပဲ သတ္တဝါတို့အပေါ် ချစ်မေတ္တာဖြင့် ပြည့်လျှမ်းထုံလွှမ်းနေသူ ဖြစ်လာရန်သာ အဓိကပင်မ ဖြစ်သည်။

"ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်သည်ပင် ဤကမ္ဘာမြေကြီးပေါ် ရှင်သန်လှုပ်ရှားနေသော ဘုရားသခင် ဖြစ်နိုင်ရမည်။ ဘုရားသခင်နှင့် နီးစပ်နိုင်ဖို့ ဘုရားသခင်ကဲ့သို့ ကျင့်ကြံနေထိုင်ရမည်။ လောက၌ ကျွန်ုပ်တို့ကို မည်သည့် ဘုရားသခင်ကမှ ဒဏ်ခတ်ခြင်းမျိုး မရှိပဲ အကြောင်းကြောင့်အကျိုးဖြစ်မှု ကံကံ၏ အကျိုးဆက်သာလျှင် ဖြစ်သည်။ တစ်စုံတစ်ရာနှင့် နီးစပ်လိုပါက ထိုအရာရှိနေသည့် လားရာလမ်းကြောင်းအတိုင်း ရှေးရှု၍ သွားရောက်ရမည်။ ဘုရားသခင်သည် သတ္တဝါများကို ဖန်ဆင်းပြီးနောက် သဘာဝအတိုင်းသာလျှင် ၎င်းတို့ကို ရှင်သန်နေထိုင် သေဆုံးခွင့်ပေးခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့လည်း ထိုနည်းအတိုင်းပင် ၎င်းတို့အား အသက်ရှိအောင် မပြုပေးနိုင်လျှင်တောင်မှ ပျက်စီးစေအောင်မလုပ်မိရန် ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ 'သင်သည် အသတ်သတ်ခြင်း မပြုရ' ဆိုသည့် သမ္မာကျမ်းစာလာ ပညတ်တော်မှာ 'လူ့အသက်ကို' သာမကဘဲ 'မည်သည့်အသက်ကိုမျှ မသတ်ရ'ဟု ဆိုလိုသည်။ မည်သည့်သတ္တဝါမျိုးပင်ဖြစ်စေ ၎င်းကို အသက် ဆုံးရှုံးစေသည့်လုပ်ရပ်သည် သတ်ဖြတ်မှု ပါဏာတိပါတကံ ပြုကျင့်မှုပင် ဖြစ်ပါသည်။"

# 4 ချစ်မေတ္တာသည်သာလျှင် လူ့ဘောင်ပြဿနာအလုံးစုံရဲ့အဖြေ

ဤဖြစ်တည်မှုသင်္ခါရလောကအတွင်း အဖိုးထိုက်ဆုံးသောအရာသည် ချစ်မေတ္တာပင် ဖြစ်သောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့၏ ဇနီးခင်ပွန်းအကြား၊ မိဘနှင့်သားသမီးအကြား၊ မိတ်ဆွေများအကြား ဖြစ်စေ၊ လူသားအချင်းချင်း တိရစ္ဆာန်အချင်းချင်း ဖြစ်စေ၊ လူသားနှင့်တိရစ္ဆာန်အကြားဖြစ်စေ ထားရှိအပ်သည့် မည်သည့် ပုံစံမျိုးဖြင့် မဆိုသော ချစ်မေတ္တာတရား ပြုစုပျိုးထောင် စောင့်ရှောက်ပေးသွားသင့်သည်။ အပင်များသည်လည်း အချင်းချင်းဆက်သွယ်၍ ၎င်းတို့အကြားဂရုတစိုက် ဖေးမစောင့်ရှောက်ကြသည့် မေတ္တာတရားမျိုးရှိကြောင်း သိပ္ပံပညာရှင်တို့မှ အထောက်အထားဖြင့် တင်ပြထားသည်ကို သင်ဖတ်ရှုကြားသိဖူးမှာပါ။ ကမ္ဘာမြေကြီးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်နိုင်ရန် အထူးသဖြင့် လက်ရှိအချိန်ကာလမျိုး၌ စစ်မှန်သော ချစ်မေတ္တာတရားမျိုးကို ကျွန်ုပ်တို့ လိုအပ်နေပါသည်။ ချစ်မေတ္တာတရား လက်ခံရရှိသော အရာရာတိုင်းသည် ဖူးပွင့်ဝေဆာ၍ ပျော်ရွှင်မှုအတိပြီးလျက် တိုးပွားရင့်သန်လာပါမည်။ အချစ်သည် စကားလုံး အဖြစ်သာ မဟုတ်ပဲ သိမြင်နိုင်/ခံစားနိုင်သော လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ချက် ဖြစ်သည်။

တစ်နေရာရာရှိ အချစ်သည် ပိုမို ဖူးပွင့်ဝေဆာလာသည်ဖြစ်စေ ပျက်စီးပျောက်ပြယ်သွားသည်ဖြစ်စေ ၎င်း၏ ပင်ကိုယ်အနှစ်သာရမှာမူ မည်သည့်အခါမျှ ပျောက်ပျက်သွားမည် မဟုတ်ပါ။ အချစ်ကို ဖွံ့ဖြိုးစည်ပင်လာစေမည့် အပြုအမူများ ရှိသလို၊ ၎င်းကို ညှိုးနွမ်းကြွေလွင့်သွားစေနိုင်သည့် လုပ်ရပ်များလည်း ရှိပါသည်။ လုပ်ရပ်အပြုအမူများဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးစည်ပင်လာစေနိုင်သလို မှေးမှိန်ပျောက်ပြယ်သွားနိုင်သော ဤရုပ်ကမ္ဘာလောကကြီးတွင်းရှိ အချစ်များကို ကျွန်ုပ်မှ ဆိုလိုနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိတို့ ရှာဖွေတွေ့ရှိထားသည့် ချစ်မေတ္တာကို အမြတ်တနိုးတန်ဖိုးထားစွာဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးစည်ပင်နေအောင် မိမိ၏ စိတ်ခံစားချက် အတွေး အပြောအဆို လုပ်ရပ်ပိုင်းတို့ဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့မှ ပံ့ပိုးထောက်ကူပေးသွားရမည်။[2]

ပေးကမ်းလှူဒါန်းမှု၊ ဂရုတစိုက်စောင့်ရှောက်မှု၊ သဟဇာတဖြစ်စေမှုတို့ဖြင့် မေတ္တာစိတ်ထားရှိသည့် စံနမူနာကောင်းများ အဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ပြသ ကျင့်ကြံနေထိုင်သွားရပါမည်။ သို့ပါမှသာ ကျွန်ုပ်တို့အား အောက်မေ့သတိရသည့်အခါတိုင်း လူအများ၌ ချစ်မေတ္တာနှင့် နှစ်သိမ့်ပျော်ရွှင်မှု သာမက မြင့်မြတ်မှုကိုပင် ဖြစ်ရှိခံစားစေနိုင်မည့် အပြင် ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင် ကောင်းမြတ်ကြီးကျယ်သော စရိုက်အရည်အသွေးများကို ပိုမိုတောက်ပ ထင်ရှားလာစေနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့မှ အခြားသူများ၏ တွေးထင်၊ ပြုမူပြောဆိုလုပ်ဆောင်မှု ကိစ္စဝိစ္စများ၌ မိမိကိုယ်တိုင်ကို ၎င်းတို့၏ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးနှင့် ဆင်းရဲဒုက္ခအရင်းခံ မဖြစ်မိစေရန် ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

မြင့်မြတ်မှုနှင့် ချစ်မေတ္တာများပေါင်းစုရာရင်းမြစ် အဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်သည် အခြားသူများ အတွက် အထူးသဖြင့် ရှေ့၌ စံနမူနာစွမ်းဆောင်ထားခဲ့သော လူပုဂ္ဂိုလ်တို့ ရှိပါက ပို၍ပင် အားကျအတုယူဖွယ် ဖြစ်အောင် ကျင့်ကြံနေထိုင်ရပါမည်။ မေတ္တာတရား စွဲမြဲစွာထားရှိသူထံသို့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာများ ဧကန်မုချ ရောက်ရှိလာရမည်ဖြစ်ရာ၊ ယခုမှစ၍ မနက်ဖြန်နှင့် အနာဂတ်ကာလအထိ မေတ္တာတရားကို လက်တွေ့လက်ကိုင်ထား ကျင့်သုံးသွားရန် အရေးကြီးပါသည်။ **ကျွန်ုပ်တို့မှ မိမိကိုယ်တိုင်၊ မိသားစု၊ အိမ်နီးနားချင်းများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူအပေါင်းအပေါ် အမြဲမေတ္တာတရား ပေးအပ်ထားရှိသွားရမည်။**

နှလုံးသား၌ အချစ်မရှိသူမှာ ဘာမှမဟုတ်ပဲ မိမိကိုယ်တိုင် မိမိကိုချစ်ခင်သူနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးသာလျှင် ဖြစ်နေပါမည်။ အချစ်ကို နှုတ်ဖျားရှိ စကားလုံးသက်သက်သာ မဟုတ်ပဲ ရင်တွင်းနှလုံးထဲရှိ ခံစားချက် အဖြစ်မှနေ၍ လက်တွေ့လုပ်ရပ်အဖြစ် ထုတ်ယူပြသနိုင်ရမည်။

နှလုံးသားတွင်း မေတ္တာကင်းမဲ့နေသူသည် မိမိကိုယ်တိုင်၊ မိမိအားချစ်မြတ်နိုးသူများနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွက် အရာမရောက်ပဲ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးသာလျှင် ဖြစ်နေမည်။ ချစ်မေတ္တာကို နှုတ်ဖျားမှ စကားလုံး သက်သက်ဖြင့် မဟုတ်ဘဲ၊ ရင်တွင်းနှလုံးသားခံစားချက် အဖြစ်မှနေ၍ ပြင်ပ လက်တွေ့လုပ်ရပ်အဖြစ် ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်ရမည်။

**တိရစ္ဆာန်များအား ချစ်မြတ်နိုးပါက Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးပါ။**

**ဤဂြိုဟ်ကမ္ဘာမြေကို ချစ်မြတ်နိုးပါက ပတ်ဝန်းကျင်စိမ်းလန်းစိုပြည်စေအောင် လုပ်ဆောင်ပါ။**

**ဤလောကကြီးကို ချစ်မြတ်နိုးပါက ဤဂြိုဟ်ကမ္ဘာအား စောင့်ရှောက်ပေးပါ။**[2]

မိမိကိုယ်ကို ကြီးမြတ်သော သတ္တဝါများအဖြစ် သတ်မှတ်ပါက၊ ကြီးမြတ်သာလွန်သော လုပ်ရပ်များကို ကျွန်ုပ်တို့ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။ အားနည်းသူများ၊ မသိနားမလည်သော အပြစ်မဲ့ပြည်သူများကို စောင့်ရှောက်ရပါမည်။ မိမိအပေါ် မည်သည့်ဘေးရန်မှမပြုသောသူများ အထူးသဖြင့် မိမိ၏ မိတ်ဆွေတို့အပေါ် မိမိ၏လုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာကိုအလွဲသုံးစားပြု၍ နစ်နာစေအောင် လုပ်ဆောင်မှုမျိုးများလဲ မပြုသင့်ပါ။ ရှေးယခင်ကာလနှင့် ယနေ့ခေတ် ကြီးမြတ်ပညာရှိသည့် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်ကြီးများ၏ ဩဝါဒ များကို လိုက်နာလျက် တိရစ္ဆာန်များကို ဘုရားသခင် ကောင်းချီးပေးခံ မိမိတို့၏ မိတ်ဆွေများ အဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့သည် လေးစားစွာ ဆက်ဆံပြုကျင့်သင့်ပါသည်။ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ လေးစားမှုနှင့် ကြင်နာမှုတို့၏ အခြေခံကျသော လုပ်ရပ်တစ်ခုအဖြစ် အသားစားသုံးမှုကို ကျွန်ုပ်တို့မှ ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်များအား လေးစားသိမှတ်ကာ မေတ္တာထားခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ စိတ်ဝိညာဉ်ရေးရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ရရှိစေနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့မှ စကြဝဠာတွင်းရှိ သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် အထူးသဖြင့် မိမိနှင့်အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်သော တိရစ္ဆာန် များအပေါ် ချစ်မေတ္တာတရား ပွားများလာနိုင်သည့်အခါ ကျွန်ုပ်တို့၏ စိတ်ဝိညာဉ်သည်လည်း ပိုမို မြင့်မြတ် လာပါမည်။ တိရစ္ဆာန်များနှင့်အတူ ငြိမ်းချမ်းစွာ သတ်ဖြတ်ညှဉ်းဆဲခြင်းမရှိပဲ ယှဉ်တွဲနေထိုင်နိုင်ပါက မကုန်မခမ်းနိုင်သော ကောင်းကင်ဘုံ၏ ကောင်းချီးတရားကို ဆွတ်ခူးရရှိလာပါမည်။ တိရစ္ဆာန်များ အပေါ် ထားရှိအပ်သည့် ဤကရုဏာစိတ်ထားမျိုးကို ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလူသားအားလုံးဆီ ပြန့်ပွားစေနိုင်မည် ဆိုပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာ့လူမှုပတ်ဝန်းကျင်သည် ပိုမိုတည်ငြိမ်အေးချမ်းလာလျက် ချစ်မေတ္တာတရား တို့ဖြင့် ပြည့်လျှမ်းနေသော လောကနိဗ္ဗာန်ဘုံကဲ့သို့ အခြေအနေသို့ပင် ပြောင်းလဲသွားနိုင်ပါသည်။[9]

မိမိတို့အနေဖြင့် ဩဂဲနစ်သီးသန့် Vegan သက်သတ်လွတ်စားသောက်မှုလမ်းစဉ်အရ လိုက်နာကျင့်သုံးပါက သဘာဝတရား၊ ကမ္ဘာမြေကြီး၊ သစ်ပင် စသဖြင့် မြက်တစ်ပင် ပန်းတစ်ပွင့်စီမှ ချစ်မေတ္တာကိုပင် ပိုမို နက်ရှိုင်းစွာ သိရှိခံစားလာရပါမည်။ မိမိ ရှူရှိုက်နေသည့်လေထုထဲ၌၊ မိမိ လျှောက်လှမ်းနေသည့် မြေကြီးဆီ၌ ချစ်မေတ္တာများဖြင့် ပြည့်လျှမ်းလွှမ်းထုံနေတာကို ခံစားရပါလိမ့်မည်။ ဤအရာကို စကားလုံး သက်သက်ဖြင့် ရှင်းပြရန် မဖြစ်နိုင်ဘဲ ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံသိရှိမှသာလျှင်

ခံစားနားလည်နိုင်ပါမည်။ ကျွန်ုပ်မှ မိမိကိုယ်တိုင် ဤခံစားချက်ကို အစဉ်အမြဲ လက်ခံရရှိနေကျ ဖြစ်သော်လည်း၊ ဤဝိညာဉ်ရေးရာ ခံစားသိရှိမှု အမှန်တရားကို အခြားသူများထံ နှုတ်ဖြင့် ပြောပြသိရှိစေရန် မဖြစ်နိုင်ပဲ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ ကြုံတွေ့မှသာလျှင် သဘောပေါက်နားလည်နိုင်ပါမည်။ ကရုဏာတရားကို အခြေခံသည့် သက်သတ်လွတ်စားသောက်မှုပုံစံသို့ ပြောင်းလဲလိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်ုပ်တို့သည် သဘာဝနှင့် မေတ္တာတရားအကြား နက်ရှိုင်းသော ဆက်သွယ်မှုကို တဖြည်းဖြည်း ရှာဖွေတွေ့ရှိလာမည် ဖြစ်ပါသည်။[10]

သို့ဖြစ်ပါ၍ ပထမဦးစွာ Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးကြည့်ပါရန် တိုက်တွန်းလိုပါသည်။ သြဂဲနစ် သဘာဝ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ စားသုံးပါ။ သစ်သီးများ ရှာဖွေမရရှိနိုင်သည့် အခြေအနေတွင်ပင် သက်သတ်လွတ် စားသုံးပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။ ဤသို့ Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးခြင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော အပေါင်းလက္ခဏာဆောင်သည့် အကြင်နာကရုဏာတရား၏ စွမ်းအင်သည် ကမ္ဘာလောကကို ဒိုင်းကာကဲ့သို့ လွှမ်းခြုံကာ ကျွန်ုပ်တို့အား အကာအကွယ် ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ အခြားမည်သည့် စိမ်းလန်းသော စွမ်းအင်မျိုးကမျှ ဤမျှအရေးကြီးသည့် အန္တရာယ်ကာလမျိုးတွင် ကျွန်ုပ်တို့ကို ထိရောက်စွာ ကာကွယ် ပေးနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်အား ယုံကြည်ပေးပါ။ ဤသတင်းစကားကို လာရောက် ပြောကြားရခြင်းမှာ ကျွန်ုပ်အတွက် မည်သည့်အကျိုးစီးပွားမျှ ရရှိလို၍ မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်သည်လည်း သင်တို့ကဲ့သို့ပင် လူသားတစ်ဦး ဖြစ်ပြီး၊ ကျွန်ုပ်၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် ကရုဏာတရားသည် မိမိကိုယ်တိုင်၊ မိမိ၏မိသားစု၊ မိမိ၏ကိုရီးယားလူမျိုး တိုင်းသူပြည်သားများ သာမက လူမျိုးဘာသာမရွေး ကမ္ဘာ့လူသား တိုင်းအပေါ်သို့ အကန့်အသတ်မရှိ ကျယ်ပြန့်စွာ ထားရှိမှုကြောင့်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ချစ်ခင်ကြင်နာ၊ ကရုဏာသက်မှုဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် ဤကမ္ဘာပေါ် ရှိ လူသားတိုင်း၊ သတ္တဝါတိုင်းအား ဘေးအန္တရာယ်မှ ကယ်တင် လွတ်မြောက်စေလိုပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ နိုးထကြပါရန် မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။ မိမိတို့၏ နေအိမ် မီးလောင်ပျက်စီးခြင်း မဖြစ်ပွားမီ နိုးကြားလာစေရန် လူအပေါင်းကို သတိပေးနှိုးဆော်ကြပါ။ ကိုယ်ပြင်ပ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများ အတွက် မဟုတ်ဘဲ မိမိတို့ကိုယ်ကို လွတ်မြောက်ရေးအတွက်

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး အတူလက်တွဲလျက် ဒုက္ခအခက်အခဲများကို ဖြတ်သန်းကျော်လွှားလျက် ဤကမ္ဘာကြီးကို ကယ်တင် သွားကြပါစို့။

ကျွန်ုပ်တို့သည် ကရုဏာတရား ချစ်မေတ္တာ သနားကြင်နာမှု အတိပြီးနေသည့် ဘုရားရှင်လို ဖြူစင်သော မိမိ၏ မူလမြင့်မြတ်မှုအတွင်းအဇ္ဈတ္တသဏ္ဍာန်ကို ကိုယ်တိုင် ကယ်တင်ရမည်။ ဘာသာရေးကျမ်းစာတိုင်း၌ တူညီစွာ ဖော်ပြထားသလိုပင် မိမိတို့ကိုယ်တိုင်သည်လဲ ဗုဒ္ဓ ဖြစ်သည်၊ ဗုဒ္ဓ၏သားသမီးဖြစ်သူ ကျွန်ုပ်တို့ အနေနှင့် ဆန္ဒသာရှိမည်ဆိုပါက မနေ့အမြန်ပင် အသိဉာဏ်ပွင့်လင်းသူဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့မှ စကြဝဠာတွင်း အမြင့်မြတ်ဆုံးဖန်ဆင်းခံများ အဖြစ် မိမိတို့၏ ဂုဏ်သိက္ခာအဆင့်အတန်းကို ထောက်ထား စောင့်ထိန်းရမည်။ ဤလှပသည့် ကမ္ဘာမြေ၏ အာကာသယာဉ်မှူးများဟု ဆိုနိုင်သည့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤဂြိုဟ်ကမ္ဘာမြေကိုသာမက မိမိကိုယ်၊ မိမိစိတ်နှလုံး၊ မြင့်မြတ်မှုနှင့် ဦးစီးခေါင်းဆောင် ဖြစ်မှုကိုလည်း မဆုံးရှုံးရအောင် စောင့်ရှောက်ရမည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ရှေ့ဆောင်လမ်းပြ ပဲ့ကိုင်ရှင်များ ဖြစ်သည်။ မိမိတို့၏ အကောင်းဆုံးစွမ်းရည်ဖြစ်သော အတွင်းဝိဉာဉ်ကို စောင့်ရှောက်ကယ်မလျက် ကမ္ဘာကို ဘေးကင်းရာသို့ ဦးဆောင်ပေးသွားရမည်။

ကျွန်ုပ်တို့ အတူပေါင်းစည်းလျက် အထူးလှပသည့် ဂျေဂျူးမြို့ကြီးနှင့် တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံတစ်ခုလုံးကို နတ်ပြည်နိဗ္ဗာန်ဘုံကဲ့သို့ ဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်သွားနိုင်မည် သာမက ကမ္ဘာကြီးတစ်ရပ်လုံးကိုပါ ကယ်တင်ပေးနိုင်ပါမည်။ သင်တို့အားလုံးသည် ရဲဝံ့စွန့်လွှတ်သူများ အဖြစ် ကျွန်ုပ်၏ သူရဲကောင်းများ ဖြစ်လာပါမည်။ ကျေးဇူးပြု၍ သက်သတ်လွတ်စားပြီး ကမ္ဘာမြေစိမ်းလန်းရေးကို လုပ်ဆောင်ကြပါ။ ချစ်မေတ္တာသည် ကမ္ဘာကြီးအား ပြောင်းလဲစေနိုင်သည်။ ကျေးဇူးတင်ပါသည်။[10]

## တိရစ္ဆာန်များထံမှ သတင်းစကား

မိမိတို့ မြင်တွေ့ခံစားရချက်များကို တိရစ္ဆာန်များသည် လူသားတို့အားလည်း သိရှိနိုင်စေလိုပြီး ဤကမ္ဘာရှိ ရေပွက်ပမာ လက်တစ်ဖျစ်အချိန်လေးအပေါ် တွေဝေရှုးမိုက်နေမှုကို ရပ်တန့်လျက် မသေဆုံးနိုင်မည့် ထာဝရအသက်ဖြစ်ထွန်းရရှိရေးကို ဇောင်းပေးလျက် ကမ္ဘာမြေကို ကယ်တင်စေလိုကြသည်။ ကမ္ဘာမြေကို ကယ်တင်ရေးမှာ ပင်မအနှစ်သာရ မဟုတ်ပဲ လူသားတို့ကို

သုစရိုက်နှင့်ကရုဏာတရားရှိသော စိတ်နှလုံး ပြည့်ဝသည့် ဘဝ ပြန်လည်ရရှိနိုင်ရေးသာလျှင် အဓိကဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဖြစ်လာလျှင် အရာရာ ကောင်းမွန် လာမည်ကို တိရစ္ဆာန်များ သိရှိကြသည်။ လူသားများသာ ကရုဏာစိတ်ထား ပြည့်ဝလာပါက ကမ္ဘာမြေ သည်လည်း အလိုအလျောက် ကယ်တင်ခံရပြီးသား ဖြစ်ပါမည်။ ချစ်မေတ္တာနိယာမအတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံနေထိုင်နိုင်ပါက အရာရာအားလုံး ပြေလည်သွားမည်ကို တိရစ္ဆာန်များ သိနားလည်ထားကြပြီး၊ ၎င်းတို့မှ လူသားများအားလည်း ဤ"ချစ်မေတ္တာ" ဆိုသည့် အရေးကြီးဆုံးသော သဘာဝတရားကို နားလည်စေလိုပါသည်။[11]

အချိန်အတန်ကြာ လိုက်နာကျင့်ကြံပြီးနောက်၌ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိနှင့်တစ်ခြားသူ၊ မိမိ၏ ဖြစ်တည်မှုနှင့် သူတစ်ပါး၏ဖြစ်တည်မှု၊ စကြဝဠာရှိ သောင်းပေါင်းများစွာသော အရာခပ်သိမ်းများ အကြား စသည်တို့၌ ကွဲပြားခြားနားမှုမရှိပဲ တစ်ပေါင်းတစ်စည်းတည်း အတူတူပင် ဖြစ်ကြောင်းကို ခံစားသိရှိလာပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးမှာ ဉာဏ်ပညာ၊ ချစ်မေတ္တာနှင့် သူငါခွဲခြား၍မရနိုင်သောဖြစ်တည်မှု၏ ကိုယ်စားပြု သင်္ကေတဖြစ်ပြီး၊ တစ်ခုတည်းသော ရင်းမြစ်အရာမှ ဆင်းသက်လာသူများ ဖြစ်သဖြင့် စကြဝဠာထဲရှိ လူတစ်ဦး (သို့) သက်ရှိသတ္တဝါတစ်ကောင် ကိုသာ သီးသန့် ရွေးပြီး 'ငါသူ့ကိုချစ်တယ်' ဟုပြောဆိုရန် မတတ်သာတော့ကြောင်းကို သင်လက်ခံပါရဲ့လား! ဟု မေးမြန်းလိုပါသည်။

ဥပမာအားဖြင့် မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်သည် နဖူးမှနေ၍ ခြေဖျားအထိ တစ်ဆက်တည်း ဖြစ်တည်နေသော ရုပ်ဝတ္ထု တစ်ခုဟု မြင်ယောင်ကြည့်ပါ။ ၎င်းခြေချောင်း(သို့)လက်မ တစ်ခုခုကိုသာ 'ဤသည်မှာ ငါ့အချစ်ဆုံး' ဟုဆိုပြီး သီးသန့်ရွေးချယ် ဂရုစိုက်နိုင်ပါမည်လား။ အဓိပ္ပာယ်မရှိသော မဖြစ်နိုင်သည့် ရယ်ရွှင်ဖွယ် အပြုအမူသာ ဖြစ်ပါမည်။ 'လှလိုက်တဲ့ငါ့နှုတ်ခမ်း၊ ငါသိပ်ဂုဏ်ယူရတဲ့ဆံပင်၊ ငါ၏ ချစ်လှစွာသောလက်မ'ဟု ပြောကောင်း ပြောနိုင်မည် ဖြစ်သော်လည်း၊ မိမိ၏ အခြားသော ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းများကိုလည်း တန်းတူပင် ဂရုစိုက်ရန် လိုပါမည်။ ခန္ဓာကိုယ်၏ သက်ဆိုင်ရာ အစိတ်အပိုင်း တစ်ရပ်ရပ် မပါရှိပဲနှင့် ကျွန်ုပ်တို့မှ သက်ရှင်နေထိုင်နိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ခန္ဓကိုယ်အစိတ်အပိုင်း တစ်ရပ်ရပ် ထိခိုက်ပျက်စီး၍ ခွဲစိတ်ဖြတ်တောက်ဖယ်ရှား ခံရပါက ကျွန်ုပ်တို့မှ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာ နေထိုင်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ အာရုံခံစားမှုကောင်းနေသေးသူ၌ ၎င်း၏ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း ထိခိုက်ပျက်စီးရမှုကြောင့် ပြင်းစွာသော နာကျင်မှုဝေဒနာဆိုးကို ခံရမည်မှာ သေချာပါသည်။

ပူသည့်မီးကို ထိကိုင်မှု သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းခိုက်မိသဖြင့် နာကျင်မှုမခံစားရသူမျိုးမှာ အာရုံခံစားမှု ထုံထိုင်းပျက်စီး (သို့) ပြဿနာ ရှိနေသူများသာလျှင် ရှိပါမည်။

ပုံမှန်အာရုံခံစားမှုရှိလူသားသာ ဖြစ်ပါက ၎င်း၏ မည်သည့် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်း၌မဆို ဖြစ်ရှိလာသော နာကျင်မှုကို သိရှိခံစားရမည် ဖြစ်ပါသည်။ သာမန်လူသား ဖြစ်သည့် ကြီးမြတ်သူအစစ် ပညာရှိပင်လျှင် ဝေဒနာဆိုးကို ခံစားရနိုင်ပါသည်။ ဤသည်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသတ္တဝါများ ထိခိုက်နာကျင်မှု မဖြစ်စေအောင် သီလစောင့်ထိန်းမှုနှင့် အသားစားသုံးမှုရှောင်ကြဉ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ Vegan သက်သတ်လွတ် စားခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိကိုယ်တိုင်ကို စောင့်ရှောက်ရုံသာမက သတ္တဝါအားလုံး အပေါ် ချစ်မေတ္တာ တရားပေးအပ်၊ စောင့်ရှောက်နိုင်ပါမည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သတ္တဝါအားလုံးသည် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် တစ်သားတည်း အတူတူ ဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိ၏ကိုယ်တွင်းသန္တာန် စစ်မှန်သော အသိဉာဏ်ပွင့်လင်းမှုကို ရရှိလိုပါက သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် လေးစားရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ထိုသတ္တဝါအသက်တိုင်း သည်လည်း ကျွန်ုပ်တို့၏ အစိတ်အပိုင်းများတစ်ရပ် ဖြစ်နေသောကြောင့်ပင်တည်း။ ဤသို့ လိုက်နာကျင့်ကြံခြင်းသည် တစ်ဦးဦး၏ ပညတ်ချက်များကြောင့် မဟုတ်ဘဲ၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွင်းစိတ်ရင်းမှလာသော စစ်မှန်သည့် ခံစားသိရှိမှုအပေါ် အခြေခံရပါမည်။

မိမိတို့မှ မိုးမြေနှင့်တစ်သားတည်းဖြစ်အောင်ကျင့်ကြံနေထိုင်သွားနိုင်လေလေ စကြဝဠာတွင်းရှိ သတ္တဝါ အပေါင်း၏ ခံစားချက်ကို ပိုမိုသိမြင်လာလေလေ ဖြစ်ကာ ၎င်းတို့၏ သဘာဝအတိုင်း ရှင်သန်နေထိုင်မှုကို သွားမထိခိုက်စေရအောင် ကျွန်ုပ်တို့မှ အလိုအလျောက်ပင် အားထုတ်လာပါမည်။ သက်သတ်လွတ် စားခြင်းကဲ့သို့ ၎င်းသတ္တဝါတို့ ထိခိုက်ဒုက္ခရောက်ရမှု အနည်းဆုံးဖြစ်စေမည့် နည်းလမ်းကို ကျွန်ုပ်တို့ ရွေးချယ်လာပါမည်။ သက်ရှိသတ္တဝါအသားကို မဖြစ်မနေစားရသည်မှ လွဲ၍ မစားလျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါသည်။[12]

Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးခြင်းသည် အကြမ်းမဖက်သော အမြင့်မြတ်ဆုံး အဟိံသတရား ဖြစ်သကဲ့သို့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို လက်တွေ့ထုတ်ယူပြသသောနည်းလမ်းလည်း ဖြစ်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်များကို ချစ်ခင်သည်ဆိုပါက ၎င်းတို့ကို သင်တို့အဘယ်ကြောင့် စားသုံးနေရသနည်း။ "ကျွန်ုပ်တို့သည် တိရစ္ဆာန်များကို ချစ်ပါသည်"ဟု လူအများက လုပ်ရပ်ဖြင့်မဟုတ်ပဲ နှုတ်ဖြင့်သာလျှင် ထုတ်ဖော်ပြောဆိုနေမှုမှာ မည်သို့သော ချစ်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသနည်းဟု မေးမြန်းရပါမည်။ ထို့အပြင် Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးခြင်းဖြင့် ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာမှုကို 80 ရာခိုင်နှုန်းအထိ တားဆီးပေးနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ထမင်းပန်းကန်များ ပေါ်မှ စတင်လိုက်သော ကြမ်းကြုတ်ရက်စက်မှုအပေါင်းကို ရပ်တန့်စေနိုင်ပါမည်။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းတွင် ချစ်ခင်ကြင်နာမှုစွမ်းအင် ဖြစ်ထွန်းလာစေပါမည်။ ရေရှားပါးမှုနှင့် ရေထုညစ်ညမ်းမှုတို့ကို ပပျောက်စေပါမည်။ အစားအစာရှားပါးမှု၊ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးမှုနှင့် စစ်ပွဲများကို ရပ်တန့်စေနိုင်ပါမည်။ သေစေနိုင်သော ရောဂါဆိုးများ မဖြစ်ပွားစေရန် ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါမည်။ ထို့အပြင် ပိုမိုကောင်းမွန်သော ကမ္ဘာကြီးကို ရှေးရှုဖော်ဆောင်နိုင်ရန်၊ အသုံးဝင်စေမည့် အသစ်အဆန်းတီထွင် မှုများနှင့် လူမှုအကျိုးပြုအဖွဲ့အစည်းကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်မည့် အခွန်အခများ၊ များပြားလှသော ဆေးဝါးကုသစရိတ်များ စသည်တို့ကိုများစွာ ချွေတာစေနိုင်ပါလိမ့်မည်။ အကျိုးကျေးဇူးစာရင်းသည် အလွန်ရှည်လျားလွန်းသောကြောင့် ဆက်လက် ဖော်ပြရလျှင် ဆုံးတော့မည် မဟုတ်ပါ။

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ငြိမ်းချမ်းသော ကမ္ဘာကြီး၊ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် မေတ္တာတရားတို့ကို လိုလားကြောင်း ပြောဆိုကြပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါက ယခုအချိန်မှပင်စတင်၍ ငြိမ်းချမ်းရေးကို ကျွန်ုပ်တို့၏ ပန်းကန်ပြားများမှ စတင်လိုက်သင့်ကြောင်း တင်ပြလိုပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရွေးချယ်မှုဖြင့် မေတ္တာတရားကို အစပျိုးပေးရန် လိုသည်။ သက်သတ်လွတ်စားသုံးခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးမှာ မရေမတွက်နိုင်အောင် များပြားလှပါသည်။ စိတ်ဝိညာဉ်ပိုင်းရှုထောင့်မှ ကြည့်လျှင်လည်း လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် အခြား လူ၊ တိရစ္ဆာန် သက်ရှိသတ္တဝါ တစ်ဦးဦးအား သတ်ဖြတ်မှု၌ တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ ပါဝင်ပတ်သက်မိပါက ထိုပုဂ္ဂိုလ်မှာ

လက်စားချေမှုနှင့်အကြမ်းဖက်မှုသံသရာတွင်းသို့ ဝင်ရောက်သွားရပြီး၊ ထိုသံသရာဆိုးကို တစ်ဖက်ဖက်က စတင်၍ ရပ်တန့်လိုက်ပါမှသာလျှင် အဆုံးသတ်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိ၏ ရန်သူကိုပင်လျှင် မေတ္တာထားရမည် ဖြစ်ပါသည်။ မေတ္တာနှင့် ခွင့်လွှတ်ခြင်း တရားများကသာလျှင် မုန်းတီးမှုနှင့် လက်တုံ့ပြန်လက်စားချေမှုတို့၏ မကောင်းသော အကျိုးဆက်ကို ချေဖျက်နိုင်သည့်စွမ်းအား ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ရှေးယခင်ကတည်းကပင် ဤအကြောင်းကို ဆရာသခင်ကြီးများနှင့် ဉာဏ်အလင်းရရှိထားသော သူတော်စင်များအားလုံးမှ ပြောပြဆိုဆုံးမ သွန်သင်ထားတော်မူခဲ့ကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။။[13]

Vegan သက်သတ်လွတ် ကမ္ဘာလောက ဖြစ်လာစေရေးနှင့် ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းမှု ရရှိရေးနိုင်ဖို့ သက်သက်အတွက် ရည်ရွယ်၍ ကျွန်ုပ်ဆုတောင်းဆန္ဒပြုနေပါသည်။ ဤဆန္ဒကို အထက်ပုဂ္ဂိုလ်များမှ ကြားသိပြီး မိမိတို့အား ကူညီကယ်မတော်မူနိုင်ရန် ကျွန်ုပ်မှ နေ့စဉ်မပြတ် အထပ်ထပ် ရွတ်ဖတ်ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သလျက် ရှိပါသည်။ Vegan သက်သတ်လွတ်ကမ္ဘာလောက မဖြစ်ဘဲနှင့် တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးဟူသည် ဖြစ်ရှိလာနိုင်မည် မဟုတ်ဟု ကျွန်ုပ်ယုံကြည်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ Vegan သက်သတ်လွတ် ကမ္ဘာလောက ဖြစ်လာစေရေးအတွက် ဆုတောင်း၊ မေတ္တာဘာဝနာပွားများ ကြရန် လူအများကို ကျွန်ုပ်တိုက်တွန်း နှိုးဆော်အပ်ပါသည်။ ထိုသို့ဆိုပါက ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေး ဆိုသည်လည်း အလိုအလျောက် ဖြစ်ထွန်းရရှိလာပါမည်။ Vegan သက်သတ်လွတ်ကမ္ဘာလောက ပိုမိုဖြစ်ထွန်းလာလေလေ၊ ယခုထက်ပိုမိုသည့် ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးသည်လည်း ဖြစ်ထွန်းရရှိလာလေလေ ဖြစ်သော်လည်း ၎င်းကို ရေရှည်တည်တံ့နေအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးသွားရန်ပါ လိုပါမည်။ ယခင်ကထက် များစွာတိုးတက်ကောင်းမွန်လာပြီဟု ဆိုနိုင်သော်လည်း၊ ကျွန်ုပ် လိုလားသော စံထား အခြေအနေမျိုးသို့မူ မရောက်ရှိသေးပါ။ ယခုခေတ်တွင် လူများစွာ Vegan သက်သတ်လွတ် ပိုမို စားသုံးလာကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ကိုဗစ်-19 ကပ်ရောဂါကာလအတွင်း ၎င်းတို့တွင် အချိန်ပိုများ ရရှိလာကြပါသည်။ မိသားစုလိုက် အတူတကွ စုဝေး၍ဖြစ်စေ၊ တစ်ကိုယ်တည်းဖြစ်စေ၊ ရင်းနှီးသော မိသားစုဝင်များနှင့်ဖြစ်စေ၊ တစ်ဦးချင်း သို့မဟုတ် နှစ်ဦးတစ်စု စသည်ဖြင့် စုဝေးလျက် အဖြစ်အပျက်ကို

ပြန်လည်သုံးသပ် ဆင်ခြင်နိုင်မည့် အချိန်များ ပိုမို ရရှိလာကြပါသည်။ Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးမှု ရေစီးကြောင်းသည် ယခုအခါ ပိုမို အားကောင်းလာ နေသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ မြင်တွေ့နေရပြီး၊ ကမ္ဘာလောကတစ်ခုလုံးကို လွှမ်းခြုံသက်ရောက်မှု ရှိသည်အထိ အားကောင်းလာစေရန် ကျွန်ုပ် တောင်းဆုဆန္ဒပြုပါသည်။ ထိုသို့ ဖြစ်လာပါက မကြာမီပင် ကျွန်ုပ်တို့၏ မြေကမ္ဘာပေါ်တွင် ဆင်းရဲ ဒုက္ခရောက်နေရသော တိရစ္ဆာန်များ၊ စစ်ဘေး၊ အငတ်ဘေးနှင့် အခြားသော ဆင်းရဲဒုက္ခအမျိုးမျိုး ကြုံတွေ့နေရသောသူများ လုံးဝရှိနေတော့မည် မဟုတ်ဟု ကျွန်ုပ်မှ မျှော်လင့် ယုံကြည်ပါသည်။

အားလုံးသော နိုင်ငံ့ခေါင်းဆောင်များအား လူသားများအတွက် မလိုအပ်သော စစ်ပွဲများနှင့် အကျိုးမဲ့ အခြား အလဟဿဖြစ်စေသော ကိစ္စရပ်များအတွက် ငွေကုန်ကြေးကျခံမှု မပြုဘဲ ထိုအစား ၎င်းငွေကြေး များကို ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူတို့အား ကူညီထောက်ပံ့ပေးပါရန် ကျွန်ုပ် အကြံပြုတိုက်တွန်းလိုပါသည်။ ထို့အပြင် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းသစ်များ ထူထောင်ရေး အတွက် ဖြစ်စေ၊ ပညာရေး စိုက်ပျိုးရေး အတွက် ဖြစ်စေ၊ သို့တည်းမဟုတ် လက်ရှိလုပ်နေသည့် မွေးမြူရေးနှင့် သားသတ်လုပ်ငန်းမှနေ၍ သြဂဲနစ် သက်သတ်လွတ် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းသို့ ပြောင်းလဲရေး အတွက် လူတို့အား မိမိတို့၏ ဘဝကို ကိုယ်တိုင် ထူထောင်ရပ်တည်နိုင်စေရန် ငွေကြေးအရင်းအနှီးများ ထောက်ပံ့ပေးရန်ကိုလည်း ကျွန်ုပ် အကြံပြုတင်ပြလိုပါသည်။ ဆိုခဲ့သော ကိစ္စရပ်တို့ကို လုပ်ဆောင်ရန်မှာလည်း အလွန်ပင် ရိုးရှင်းလွယ်ကူ ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါက လူတို့သည် မိမိကိုယ်ကို ကိုယ်တိုင် ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်/ ရပ်တည်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ လူအများပိုမို၍ Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးလာကြလေလေ၊ အစိုးရခေါင်းဆောင်များ အဖို့ စိုးရိမ်ပူပန်ရမှု နည်းပါးသွားလေလေ ဖြစ်ပါမည်။ ဝင်ငွေလုံလောက်စွာဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ရပ်တည် စောင့်ရှောက်နိုင်မည့် အလုပ်အကိုင်များ ရှိနေလျှင်၊ ဒုစရိုက်အကြမ်းဖက်မှုများကို ကျူးလွန်တော့မည် မဟုတ်သကဲ့သို့၊ အစိုးရကို မည်သည့် အခက်အခဲ ပြဿနာများမှလည်း ပေးတော့မည် မဟုတ်ပါ။ ဆင်းရဲဒုက္ခများ၊ နာမကျန်းမှုများ၊ ပြစ်မှုနှင့် ရာဇဝတ်သားများလည်း လျော့ပါးသွားမည် ဖြစ်ပြီး လူတိုင်း အတွက် ပိုမိုနေချင်စဖွယ် ကမ္ဘာကြီး ဖြစ်လာပါမည်။

ဘုရားသခင်၏ နာမတော်အားဖြင့် Vegan သက်သတ်လွတ် ကမ္ဘာလောကကြီး ဖြစ်ရှိလာပါစေ၊ ကမ္ဘာလောက ငြိမ်းချမ်းပါစေဟု ကျွန်ုပ် ဆုတောင်းဆန္ဒပြုပါသည်။ ဤဆုတောင်းအရ ဘုရားသခင်၏ ကရုဏာတော် အားဖြင့် မနေ့အမြန် ပြည့်စုံအောင်မြင်ပါစေကြောင်း ဆုမွန်ကောင်း တောင်းအပ်ပါသည်။[14]

# 5 ကိုယ်တွင်းငြိမ်းအေးမှုနှင့် ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် တရားရှုမှတ်ခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ဦးချင်းစီမှဖြစ်စေ၊ အများပေါင်းစု၍ဖြစ်စေ ငြိမ်းချမ်းရေးကို စတင်ဖော်ဆောင်မည်ဆိုလျှင် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးသည် တဖြည်းဖြည်း ငြိမ်းချမ်းလာမည် ဖြစ်ပါသည်။ တရားရှုမှတ်၍ အသားစားသုံးမှုမှ ရှောင်ကြဉ်နိုင်မည် ဆိုပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွင်းစိတ်သည် ပိုမို ငြိမ်းချမ်းလာပါမည်။ ငြိမ်းချမ်းလာသော ကျွန်ုပ်တို့ထံမှ မမြင်နိုင်သော ချမ်းမြေ့သည့် စွမ်းအင်တစ်မျိုး ဖြာထွက်လာပြီး မိမိတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူများအပေါ်သို့ ဖြာထွက်ကျရောက်စေမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအခါ၌ စကားလုံးဖြင့် ထုတ်ဖော် ပြောဆိုမှု ပြုမနေရတော့ပဲ၊ တိုက်တွန်းခြင်း ပြုမနေရတော့ပဲ ငြိမ်းချမ်းရေးသည် အလိုအလျောက် ဖြစ်တည် ရရှိလာပါမည်။[15]

တရားရှုမှတ်ခြင်းသည် ယနေ့ခေတ်ကာလတွင် အလွန်တွင်ကျယ်လျက် ရှိပါသည်။ လူအများသည် ဘုရားသခင်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိရုံ သက်သက်မဟုတ်ပဲ စိတ်အပန်းပြေစေရန်၊ ပိုမို ကျန်းမာသက်ရှည် နေထိုင်ရကောင်းစေရန်နှင့် အောင်မြင်မှုရရှိရန် စသည်တို့ အတွက်ပါ တရားရှုမှတ်လာကြပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့မှ မည်သည့် နယ်ပယ်ကဏ္ဍတွင်မဆို အောင်မြင်မှု ရရှိနိုင်ရန် တစ်နေ့တာ အတွင်း သတ်မှတ်အချိန်တစ်ခု၌ အိပ်စက်ခြင်း မဟုတ်သော တရားရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်အား အနားပေးရန် လိုအပ်ပါသည် ။ သိပ္ပံပညာက သက်သေခံပေးထားသည့် ဤအကျိုးတရားကို လူတိုင်း နီးပါး သိရှိကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နေ့တာအတွင်း အချိန်တစ်ခု သတ်မှတ်၍ ဖြေလျှော့အနားယူခြင်း သို့မဟုတ် တရားရှုမှတ်ခြင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါက ကျွန်ုပ်တို့သည် ပိုမို ကျန်းမာသန်စွမ်းလာမည် ဖြစ်ပါသည် ။ ဤအတွက် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းတစ်ရပ်မှာ တရားထိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ချုပ်၍ ဆိုရပါက နေ့စဉ်အချိန်တစ်ခု သတ်မှတ်၍ တရားထိုင်အားထုတ်ပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဤအားထုတ်မှုအချိန်ပိုင်းသည် သင်အမြတ်တနိုး တန်ဖိုးထားသင့်သော အချိန်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည် ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် လောကကြီးနှင့် အခြားသူများကိုသာ ဂရုထားရင်း တစ်နေ့တာလုံး အလုပ်များခဲ့ကြ ပါသည်။ တရားရှုမှတ်ချိန်သည် မိမိသီးသန့် အတွက် ဖယ်ချန်ထားသည့် ကိုယ်ပိုင်အချိန် ဖြစ်ပါသည်။

ပထမဦးဆုံးအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိကိုယ်ကို ချစ်ခင်ရပါမည်။ အခြားသူများကို ချစ်ခင်သကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကိုလည်း ချစ်မြတ်နိုးရမည် ဖြစ်ပါသည်။

တရားရှုမှတ်ခြင်းသည် မိမိအတွက်အလွန် ကောင်းမွန်သော အရာတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည် ။ မွေးဖွားလာချိန်မှစ၍ သေဆုံးသည်အထိတိုင်အောင် မိမိအတွက် တန်ဖိုးအရှိဆုံးသော အချိန်သည် တရားရှုမှတ်ချိန် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်မှာ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်အတွက် မိမိလုပ်ဆောင်နိုင်သည့် အကောင်းဆုံးသော အရာဖြစ်ပြီး၊ ဤအရာကို အခြားမည်သူကမျှ မိမိအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည် မဟုတ်ဘဲ၊ မိမိကိုယ်တိုင်ကသာလျှင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ မိမိကိုယ်တိုင်အတွက် ဤသို့ လုပ်ဆောင်ရာ၌ အလိုအလျောက် အခြားသူများသည်လည်း အကျိုးကျေးဇူး ခံစားရရှိကြမည် ဖြစ်ပါသည် ။ မိမိ၏ မိသားစုဝင်များ၊ ဆွေမျိုး သားချင်းများ၊ ခွေး၊ ကြောင် အစရှိသည့် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များ သာမက သစ်ပင်ပန်းမာန်များသည် ပင်လျှင် အကျိုးကျေးဇူး ခံစားရရှိကြမည် ဖြစ်ပါသည်။[16]

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် တရားရှုမှတ်ခြင်းသည် မိမိအတွက် စစ်မှန်သော ဒိုင်းအကာအကွယ် ဖြစ်၍ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအချိန်အခါ၌ မိမိသည် ကိုယ်တွင်းရှိ ကြီးမြတ်သည့် စွမ်းအင်၊ မိမိအား ဝန်းရံလျက် ပံ့ပိုးဖေးမ ကူညီပေးမည့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ ကောင်းချီးမင်္ဂလာနှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုတို့ဖြင့် စကြဝဠာစွမ်းအားတို့နှင့် ချိတ်ဆက်နေသည့် အခိုက်အတန့် ဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဤလောက၌ မိမိအား အမှန်စင်စစ် အကာအကွယ်ပေးနိုင်မည့် အခြားမည်သည့် စွမ်းအားကမျှ မရှိပါ။ ဤသည်မှာ လူအများ မသိရှိကြသော လျှို့ဝှက်ချက်၊ လူအများ သိရှိခွင့်မရကြသည့်၊ နားမလည်ကြသည့် စကြဝဠာ လျှို့ဝှက်ချက် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအချက်ကို ပေါ့ပေါ့ဆဆ သဘောထားကြသည့် တစ်ချို့သူများသည် ဒုက္ခဆင်းရဲ၊ နာမကျန်းမှု စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ကြုံတွေ့ကြရပါသည်။ နာမကျန်းဖြစ်ရာ၌ ပြင်ပ ဆေးရုံ ဆေးခန်းများ၌ ကုသမှုဝင်ရောက်ခံယူလျက် ကုသပေးသူ ဆရာဝန်များအားသာလျင် ကျေးဇူးသိမှတ်တတ်ကြပါသည်။ မိမိ၌ စိတ်ဝိညာဉ်ပိုင်း လုံလောက်သည့် ကြံ့ခိုင်မှု မရှိသည့်အခါမျိုး၌ သို့မဟုတ် ဝိပါတ်ကံကြမ္မာ ဖိစီးမှုအခိုက်အတန့်သို့ ရောက်ရှိ၍ ဖျားနာလာသည့်အခါမျိုး၌ ဆရာဝန်ထံ သွားရောက် ကုသမှု ခံယူခြင်းလုပ်ရပ်မှာ မှန်ကန်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်တွင်း၌ပင် ဖြေဆေးကုထုံး ရှိနေပါသည်။ အမြဲတစေ ကျန်းမာသန်စွမ်းစွာဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင်ကိုကယ်မမှု နှင့်အတူ ကမ္ဘာလောက၏

ဝန်ကို ကူညီထမ်းပိုးကြရန်အတွက် လူအများအား ပိုမိုနိုးကြား ပါဝင်လာအောင် ကျွန်ုပ်တို့မှ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်သွားနိုင်ပါသည်။[17]

## ကျွန်ုပ်တို့ကမ္ဘာ့လူသား၏ ရည်ရွယ်ချက်ဆန္ဒ

ကျွန်ုပ်တို့ အသီးသီး လူ့ဘဝအဖြစ် ရရှိလာခြင်းသည် ဘုရားသခင်ကို တွေ့မြင်သိရှိနိုင်စေရန် ဟူသော ရည်ရွယ်ချက် တစ်ခုတည်းသာ ရှိပါသည် ။ ဤဘဝပေးတာဝန်ကို ပျက်ကွက်ခဲ့ပါက ယခု လက်ရှိဘဝတွင်သာမက အခြား မည်သည့်ဘဝ၌ပင်ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့သည် ပျော်ရွှင်သုခ ရရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ ဟုတ်မှန်ရာ ဆိုရပါက လူသားတို့ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ရမှုများသည် တစ်ခြား မည်သည့်ကြောင့်မှ မဟုတ်ရပဲ ဆိုခဲ့သည့် အကြောင်းရင်းခံ တစ်ခုတည်းသာ ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သန္ဓေတည်သည့်မှစ၍ မိခင်ဝမ်းတွင်းမှ ထွက်လာသည်အထိ မည်မျှ ရုန်းကန်ခဲ့ရပုံ၊ ယခင် အတိတ်ဘဝများမှ အမှားများအတွက် မည်မျှ သံဝေဂနောင်တရခဲ့ပုံ၊ ယခုလက်ရှိဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ပြည့်ဝစွာအသုံးချ၍ သာသနာ့ဝန်ကို မည်သို့ ထမ်းဆောင်ပါမည်ဟု ဘုရားသခင်ထံ ကတိသစ္စာထားခဲ့ပုံတို့ကို ယခု သိရှိနားလည်နိုင်လာမည် ဆိုပါက လက်ရှိ မိမိတို့ ရနိုင်သမျှ အချိန်တိုင်းတွင် ဘုရားသခင်အား တွေ့မြင်သိရှိနိုင်ရန် အကောင်းဆုံး ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်းမှအပ အခြားမည်သည့်အရာအတွက် တစ်စက္ကန့်မျှပင် အချိန်ဖြုန်းတော့မည် မဟုတ်ပါ။

သို့ရာ၌ ဤလူ့ဘုံလောကသို့ မွေးဖွားရောက်ရှိလာသောအခါတွင် အရာအလုံးစုံကို ကျွန်ုပ်တို့ မေ့လျော့သွားကြပါသည် ။ အတိတ်ဘဝကာလအကြောင်းအရာများကို လူသားတို့ မေ့လျော့သွားရခြင်းသည် ဤရုပ်လောက၏ ဖြစ်မြဲဓမ္မတာသဘောတရားပင် ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်သောကြောင့် မိခင်၏ ဝမ်းတွင်း၌ နေစဉ် ကျွန်ုပ်တို့မှ ဘုရားသခင်အား ပေးခဲ့သော ကတိသစ္စာကို ပြန်လည်အမှတ်ရလာသည်အထိ ဆရာသခင်တစ်ဦးဦးမှ မပြတ်လာရောက် သတိပေးနှိုးဆော်နေရန် လိုအပ်ပါသည် ။ ရုပ်ဦးနှောက် အားဖြင့် မှတ်မိချင်မှ မှတ်မိမည် ဖြစ်သော်လည်း၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ပင်ကိုယ်အသိဉာဏ်နှင့် မူလစိတ်ဝိညာဉ် တို့ကမူ လုံးဝ ထိုအချက်ကို မေ့လျော့သွားမည် မဟုတ်ပါ။ [18]

## တရားရှုမှတ်ခြင်းနည်းလမ်းဖြင့် - မိမိ၏ ကိုယ်တွင်းသဘာဝအစစ်အမှန်ကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိမှု

မိမိ၏စိတ်ကို အကြောင်းအရာ တစ်ခုတည်းအပေါ်၌ အာရုံစူးစိုက်မှုအပြည့်ဖြင့် စူးစိုက်နှစ်မြှုပ်ထားမှုကို တရားရှုမှတ်ခြင်းဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ လတ်တလောအားဖြင့် ကိုယ်တွင်းစွမ်းအား၊ သနားကြင်နာတတ်မှု၊ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် ဘုရားသခင်၏ ကရုဏာတော်ပိုင်းကိုသာလျှင် အလေးပေး၍သာ တရားရှုမှတ်သွားစေလိုပါသည်။ တရားရှုမှတ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်အား ထိရောက်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဦးစွာ မိမိတစ်ဦးတည်းသီးသန့် တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်သော နေရာတစ်ခုကို ရှာဖွေ၍ ထိုင်ရပါမည်။ သို့သော် နေရာတစ်ခု၌ ဆိတ်ငြိမ်စွာ ထိုင်နေရုံမျှဖြင့် တစ်စုံတစ်ရာကို အလိုအလျောက် ရရှိလာမည် မဟုတ်ပါ။ ပထမဦးစွာ မိမိအနေဖြင့် ပြဆိုခဲ့သော အတွင်းစွမ်းအားနှင့် ဆက်သွယ်လျက် ထိုအတွင်းစွမ်းအားကို အသုံးပြု၍ တရားရှုမှတ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်ကို 'ကိုယ်တွင်းနိုးကြားခြင်း'ဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။ တရားရှုမှတ်ရာတွင် သေမျိုးဖြစ်သော လူသားဦးနှောက်၏ နားလည်သဘောပေါက်မှုဖြင့် မဟုတ်ဘဲ၊ အတွင်းရှိ စစ်မှန်သည့် ပင်ကိုယ်စွမ်းအားကို နိုးကြားလာစေရန် ပြုလုပ်၍ တရားရှုမှတ်ရပါမည်။ သို့မဟုတ်ပါက မိမိသည် အတွေးများစွာဖြင့် တစ်ဝဲဝဲလည်နေမည် ဖြစ်ပြီး၊ ကိုယ်တွင်းကိလေသာများကို နှိမ်နင်းနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ နိုးကြားလာသော ကိုယ်တွင်းမှ စစ်မှန်သည့် စွမ်းအင်၊ မိမိ၏ အတွင်းပိုင်းမှ ဘုရားသခင်၏ စွမ်းအားဖြင့်သာလျှင် စိတ်၏ ပြေးလွှားဖြစ်ပျက်မှုများကို ထိန်းချုပ်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ စစ်မှန်သော ဆရာသခင်တစ်ဦး၏ သွန်သင်ညွှန်ပြမှု အကူအညီဖြင့် နိုးကြားလာမှသာလျှင် စစ်မှန်သော တရားရှုမှတ်ခြင်းကို လက်တွေ့ သိရှိခံစားနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည် ။ သို့မဟုတ်ပါက မိမိ၏ ကိုယ်၊ စိတ်၊ အတွေးများနှင့် ဗျာများကာ အချိန်ဖြုန်းတီးသည့်အဖြစ်သို့သာ ရောက်ရှိသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

## ဆရာသခင်ဆိုတာ အဘယ်နည်း။ သူ့ကို ကျွန်ုပ်တို့ အဘယ်ကြောင့် လိုအပ်ရသနည်း။

"ဆရာသခင်ဟူသည်မှာ မိမိကိုယ်တိုင်သည်လည်း ၎င်းဆရာကဲ့သို့ပင် ဖြစ်သည်ဟူသောအချက်နှင့် မိမိနှင့် ဘုရားသခင်သည် တစ်သားတည်း ဖြစ်သည်ဟူသောအချက်ကို သိရှိနားလည်လာစေရန်

လမ်းညွှန်မှုပေးနိုင်မည့် ပင်မသော့ချက်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်သာလျှင် ဆရာသခင်၏ တစ်ခုတည်းသော အခန်းကဏ္ဍတာဝန် ဖြစ်ပါသည်။"

"ဆရာသခင်များဟူသည် မိမိတို့၏ အချိန်၊ ငွေကြေးနှင့် စွမ်းအင် အလုံးစုံကို လောကအတွက် ပေးဆပ်စွန့်လွှတ်လျက်၊ မိမိတို့၏ အသိပညာကို လိုလားဆန္ဒရှိသူ မည်သူ့ကိုမဆို မျှဝေပေးလျက်ရှိကြသည့် မိမိတို့၏ မူလဘဝဇာစ်မြစ်ကို အမှတ်ရနိုင်ကြသော သူတော်စင်လူပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်ကြပါသည်။ မိမိတို့သည်လည်း ဆရာသခင်၏ အဆင့်အတန်းမျိုးဆီသို့ ရောက်ရှိလာသည့်အခါတွင် မိမိတို့၏ မူလဘဝဇာစ်မြစ်ကို သိရှိလာနိုင်ရုံ သာမက၊ အခြားသူများကိုလည်း ၎င်းတို့၏ စစ်မှန်သောတန်ဖိုးကို နားလည်သိရှိလာစေရန် ကူညီလမ်းညွှန်ပေးသွားနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာသခင်၏ လမ်းညွှန်သွန်သင်မှုအတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံကြသူများသည် စစ်မှန်သော အသိပညာ၊ အလုတရားနှင့် ဂုဏ်အရည်အသွေး တို့ဖြင့် ပြည့်စုံသော ကမ္ဘာသစ်တစ်ခုသို့ မကြာမြင့်မီပင် ရောက်ရှိသွားနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပါသည်။"

## ဂိုဏ်းဝင်အဖြစ် အစပြုဝင်ရောက်ခြင်း

ဂိုဏ်းဝင်အဖြစ် အစပြုဝင်ရောက်ခြင်း ဆိုသည်မှာ စနစ်သစ်တစ်ရပ်ဖြင့် ဘဝသစ်တစ်ခု စတင်လိုက်မှုကို ဆိုလိုပါသည်။ ဆိုရပါက ဆရာသခင်မှ သင့်ကို သူတော်စင်များအသိုင်းအဝန်းထဲသို့ လက်ခံဆွဲခေါ်သွင်း လိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ဆွဲခေါ်သွင်းမှုကို လက်ခံမှုရရှိပြီးနောက် သင်သည် သာမန်လူတစ်ဦးအဖြစ်မှ ပိုမို၍ အဆင့်မြင့်တက်သွားပါမည်။ တက္ကသိုလ်ကျောင်းသား အဖြစ် စာရင်းသွင်း ခံလိုက်ရပြီးနောက်၌ အထက်တန်းကျောင်းသားတစ်ဦးအဖြစ်မှ သင်လွန်မြောက်သွားသည့် အလားသဏ္ဍာန်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ရှေးက ဤသည်ကို နှစ်ခြင်းမင်္ဂလာပြုအပြစ်ဆေးကြောခြင်း တနည်းအားဖြင့် ဆရာသခင်၏ ရင်ခွင်ထံ ဝင်ရောက်ခိုလှုံဆည်းကပ်ခြင်းဟု ခေါ်ဝေါ် ခဲ့ကြပါသည်။

"ဂိုဏ်းဝင်အဖြစ်အစပြုဝင်ရောက်ခြင်း"မှာ အမှန်စင်စစ်၌ ဝိညာဉ်ပွင့်လင်းရေးဆိုင်ရာ အသုံးအနှုန်းတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘဝတွင် မြင်နိုင်/မမြင်နိုင်သော အတားအဆီးအမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ပြည့်နှက်လျက်ရှိသည်ကို သတိပြုကြည့်လျှင် သိနိုင်ပါမည်။ သို့ဖြစ်သောကြောင့် "ဂိုဏ်းဝင်အဖြစ်အစပြု ဝင်ရောက်ခြင်း" ဟူသည် ဉာဏ်ပညာတံခါးချပ်ကို ဖွင့်လှစ်၍ ဉာဏ်ပညာများကို ဤကမ္ဘာလောကနှင့် အတ္တဟုခေါ်သော မိမိအတွင်းသန္တာန်ဆီသို့ စီးဝင်လာလျက် ကောင်းချီးမင်္ဂလာဖြစ်စေမည့် လုပ်ငန်းစဉ် ဖြစ်ပါသည်။ စစ်မှန်သော ပင်ကိုယ်အတွင်းသန္တာန်မှာမူ ပင်ကိုအားဖြင့် ဘုန်းတန်ခိုးနှင့် ဉာဏ်ပညာတို့ဖြင့် ပြည့်စုံနေလျက်ရှိသောကြောင့် ကောင်းချီးမင်္ဂလာပေးရန်မလိုအပ်ပါ။

**ကွမ်ရင်နည်းလမ်း - အတွင်းအလင်းနှင့် အတွင်းအသံတော်ဖြင့် တရားရှုမှတ်အားထုတ်ခြင်း**

အတွင်းအလင်း (သို့မဟုတ် ဘုရားသခင်၏ အလင်း) သည် 'ဉာဏ်အလင်းရခြင်း' ၌ ဆိုထားသော အလင်းရောင်နှင့် တစ်ထပ်တည်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ အတွင်းအသံတော် ဟူသည်ကား သမ္မာကျမ်းစာ၌ ပါရှိသော "အစအဦး၌ နှုတ်ကပတ်တော်ရှိ၏၊ နှုတ်ကပတ်တော်သည်ပင် ဘုရားသခင် ဖြစ်၏။" ဟူသော 'နှုတ်ကပတ်တော်'(Word)ကို ရည်ညွှန်းပါသည် ။ ဤအတွင်းအလင်းနှင့် အတွင်းအသံတော်တို့၏ ရှေ့ဆောင်လမ်းပြမှုအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင်အား ရှာဖွေသိရှိရမည် ဖြစ်သည်။

"သို့ဖြစ်သောကြောင့် ဤနှုတ်ကပတ်တော်၊ အတွင်းအသံတော် စီးကြောင်းတို့နှင့် တစ်နည်းနည်းဖြင့် ဆက်သွယ်နိုင်မည်ဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင်ထံ ပေါက်ရောက်လျက် ဘုရားသခင်အား သိရှိလာနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤနှုတ်ကပတ်တော်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့ ဆက်သွယ်နိုင်သည် ဆိုသည်ကို မည်သို့ အထောက်အထားဖြင့် သိရှိနိုင်မည်နည်း။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤကိုယ်တွင်းရှိ တစ်ခုသော လှုပ်နှုန်းနှင့်ဆက်သွယ်နိုင်ပြီးနောက် မိမိ၏ဘဝသည် ပိုမိုကောင်းမွန်သော အခြေအနေသို့ ပြောင်းလဲရောက်ရှိ

လာပါမည်။ ယခင်က မသိရှိနိုင်ခဲ့သော အရာများစွာကို သိရှိလာကြပါမည်။ ယခင်က မတွေးမိ မသိမြင်ခဲ့ဖူးသော အရာများစွာကို နားလည်သဘောပေါက်လာကြပါမည် ။ ယခင်က စိတ်ကူးအိပ်မက်မျှပင် မမက်ခဲ့ဖူးသော အရာများစွာကို ဆောင်ရွက်ပြီးမြောက်အောင်မြင် လာနိုင်ကြပါမည်။ ပိုမို၍ ဘုန်းတန်ခိုးကြီးမားလာလျက် နေရာတိုင်း၌ မိမိ၏ ဖြစ်တည်မှု တည်ရှိနေသည်အထိ စွမ်းအား ပိုမိုကြီးမားကျယ်ပြန့် လာပါမည် ။ ထိုအခါ၌ ဘုရားသခင်နှင့် မိမိသည် တစ်ခုတည်းပင် ဖြစ်သည်ဟူသောအချက်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိခံစားလာကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။"

**စောင့်ထိန်းမှုငါးပါးသီလ**

ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်သည် နောက်ခံအမျိုးမျိုးနှင့် ဘာသာရေး ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုအမျိုးမျိုးမှ လူပုဂ္ဂိုလ်များကို ဂိုဏ်းဝင်အဖြစ် လက်ခံ၍ တရားပြနေပါသည်။ ဤသို့ ဂိုဏ်းဝင်ရောက်ရာ၌ မိမိ၏ လက်ရှိကိုးကွယ်ရာ ဘာသာတရား သို့မဟုတ် ယုံကြည်မှုကို ပြောင်းလဲရန် မလိုပါ။ သင်၏ လက်ရှိ ဘဝလူနေမှုပုံစံနှင့် မကိုက်ညီသော အဖွဲ့အစည်းတစ်ရပ်ရပ်သို့ ဝင်ရောက်စေခြင်း၊ တစ်နည်းနည်းဖြင့် ပါဝင်ပတ်သက်စေခြင်းများ ပြုစေမည် မဟုတ်သော်လဲ Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးရန်ကိုမူ ကတိတောင်းခံ ပါလိမ့်မည်။ ဘဝတစ်သက်တာ Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးခြင်းသည် ဂိုဏ်းဝင် ဝင်ရောက်မှု၌ မဖြစ်မနေ စောင့်ထိန်းထားရှိရမည့် ဂုဏ်အရည်အချင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဂိုဏ်းဝင်အဖြစ် အခမဲ့ ဝင်ရောက်နိုင်ပါသည်။ ဂိုဏ်းဝင်အဖြစ် သင့်အား လက်ခံလိုက်ပြီးနောက်တွင် သင်သည် ကွမ်ရင်နည်းလမ်းဖြင့် တရားထိုင်ခြင်းနှင့် ငါးပါးသီလစောင့်ထိန်းခြင်းကို နေ့စဉ်မပျက် ပြုရပါမည်။ မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အခြား သက်ရှိသတ္တဝါများ ဘေးကင်းနိုင်ရန် လမ်းပြပေးနေသည့် အောက်ပါသီလစည်းမျဉ်းအချက်များကို သင်စောင့်ထိန်းလိုက်နာသွားရပါမည်။

သက်ရှိသတ္တဝါအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ အသား၊ ငါး၊ ကြက်ဘဲ၊ နို့ထွက်ပစ္စည်း (သို့) ဥများကို ရှောင်ကျဉ်လျက် ဤသီလအချက်ကို တင်းကျပ်စွာ လိုက်နာစောင့်ထိန်း၍ Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးရမည်။

မမှန်သော မုသားစကား ပြောခြင်းမှ ရှောင်ကျဉ်ရမည်။

သူတစ်ပါးမပေးသည့် ဥစ္စာပစ္စည်းကို ခိုးဝှက်ယူငင်ခြင်းမှ ရှောင်ကျဉ်ရမည်။

သူတစ်ပါးသားမယားအား လွန်ကျူးပြုကျင့်ခြင်း (ကာမဂုဏ်၌မှားယွင်းစွာကျင့်ခြင်း)မှ ရှောင်ကျဉ်ရမည်။

မူးယစ်စေသောအရာများ သုံးစွဲခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ အရက်သေစာ၊ မူးယစ်ဆေးဝါး၊ ဆေးလိပ်၊ လောင်းကစား၊ ညစ်ညမ်းရုပ်ပုံ/စာပေနှင့် ကြမ်းတမ်းရက်စက်မှုများပါရှိသော ရုပ်ရှင်/စာပေ စသည့် အဆိပ်အတောက်တိုင်းသည် ဤတားမြစ်ချက်ထဲ၌ အကျုံးဝင်ပါသည်။

- ထို့အပြင် တစ်နေ့၂ နာရီခွဲအထိ အတွင်းအလင်းနှင့် အတွင်းအသံတော်၏ လမ်းပြဦးဆောင်မှုဖြင့် တရားရှုမှတ်ရန်ကိုလည်း စည်းမျဉ်းချမှတ်ထားပါသည်။

ဤကျင့်ကြံမှုအလေ့အထများသည် ကနဦး ဉာဏ်အလင်းရရှိနိုင်မည့် အတွေ့အသိကို ပိုမို နက်ရှိုင်း ခိုင်မာစွာဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင်အမြင့်ဆုံးနိုးကြားခြင်း (ခေါ်) ဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ အဆုံး၌ ရောက်ရှိစေပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့မဟုတ်ပဲ နေ့စဉ်မှန်မှန်ကျင့်ကြံရန် ပျက်ကွက်ပါကလည်း ဉာဏ်အလင်းရရှိမှုကို မုချမသွေ သင်ဆုံးရှုံးလျက် မိမိ၏ စိတ်ဝိညာဉ်သည် အောက်အဆင့်သို့ ပြန်လည်ထိုးဆင်းသွားပါလိမ့်မည်။[18]

အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့သော မြင့်မြတ်မှုအရာအားလုံးကို ပြန်လည်ရရှိအောင် ကျွန်ုပ်တို့ အစဉ် လုပ်ဆောင် နိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ရိုးသားမှုနှင့်ဂုဏ်သိက္ခာအလုံးစုံကို သက်သေပြု၍ ဤသို့ အကယ်စင်စစ် ပြန်လည် ရယူနိုင်ကြောင်းကိုလည်း ကတိသစ္စာ ဆိုပါသည်။ ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ပတ်သက်၍ ယခင်က မည်သည့် အတွေ့အကြုံမျှ မရှိခဲ့စေကာမူ၊ မည်သည့် ပါရမီဓာတ်ခံမျှ မရှိခဲ့စေကာမူ၊ မည်သည့်မည်ပုံ တရားရှုမှတ် အားထုတ်ရမည်ကို မသိရှိစေကာမူ ဤနေရာ၌ ရောက်ရှိ နားထောင်နေကြသော အသက်အရွယ်မရွေး လူပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းသည် ကျင့်ကြံအားထုတ်မှုနည်းလမ်းမှန်ဖြင့် အဆိုပါ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုများကို တစ်ဖန် ပြန်လည် ရရှိပိုင်ဆိုင်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ပင်ကိုယ်သဘာဝအရပင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကြင်နာတတ်သောသတ္တဝါ ဖြစ်သောကြောင့် ပထမခြေလှမ်း အဖြစ် မိမိကိုယ်ကို ပိုမို ကရုဏာတရားထားရှိသော လူနေမှုဘဝပုံစံသို့ ပြောင်းလဲလိုက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ကရုဏာတရားနှင့် ပြည့်စုံသော Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးမှုပုံစံသည် မြင့်မြတ်သော လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အခြေခံ လမ်းစဉ်ဖြစ်သကဲ့သို့၊ စစ်မှန်သော လူသားတစ်ဦး၏ အမှတ်လက္ခဏာလည်း ဖြစ်ပါသည်။ စစ်မှန်သော လူသားတစ်ဦးသည် သတ်ဖြတ်ခြင်းကို မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မပြုလုပ်ပါ။ စစ်မှန်သော လူပုဂ္ဂိုလ်သည် အသက်အန္တရာယ် ရှိစေကာမူ အခြားသူတစ်ဦးအား မည်သည့်အခါမျှ ထိခိုက်စေမည် မဟုတ်ပါ။ မြင့်မြတ်စစ်မှန်သူသည် သတ္တဝါအားလုံး အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်နေသည် ဟူသည်ကို လည်းကောင်း၊ အသက်တစ်ချောင်းကို သတ်ဖြတ်ခြင်းအားဖြင့် မိမိ၏ လူ့ဝိညာဉ်ကို ညှိုးနွမ်းစေပြီး ထိုသတ်ဖြတ်မှု၏ ဝဋ်ကြွေးဆိုးကျိုးများ

မိမိအပေါ်သို့ ကျရောက်လာမည်ဟူသည်ကို လည်းကောင်း နားလည်သဘောပေါက်သဖြင့် ပညာရှိပီသစွာသာ ကျင့်ကြံနေထိုင်ပါသည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့် ကမ္ဘာ၏ စိတ်ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဆင့်အတန်း မြင့်မားလာစေရေး တာဝန်သည် လက်ရှိမျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ၌သာ တည်မှီနေသည် မဟုတ်ဘဲ၊ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးမှ အတူတကွ ကမ္ဘာမြေအား ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ပိုမိုနီးစပ်လာစေရန် လုပ်ဆောင်သွားရပါမည်။ အလွန် ရိုးရှင်းသည့် ဤကိစ္စကို ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး အတူလက်တွဲ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ဂိုဏ်းအဖွဲ့တွင်းရှိ ငါးနှစ်၊ ခြောက်နှစ်အရွယ် ကလေးသူငယ်များပင်လျှင် တရားအားထုတ်ရှုမှတ်မှုဖြင့် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်တွင်းမှ သံစဉ်ကြိမ်နှုန်းအား ကြားသိလျက် ဘုရားသခင်နှင့် စကားပြောဆိုနိုင်ကြပါသည်။ ကောင်းကင်ဘုံအား ကမ္ဘာမြေပေါ်သို့ ရောက်ရှိလာစေရန် ကျွန်ုပ်တို့မှ အမှန်တကယ်သာ ဆန္ဒရှိပါက၊ ထိုအတိုင်းပင် ကေန်မုချ ဖြစ်ရှိလာရမည် ဖြစ်ပါသည်။[19]

**ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာ**

သင်သည် ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်၏ ကွမ်ရင်နည်းလမ်းဂိုဏ်းဝင်အဖြစ်ဝင်ရောက်မှုကို ပိုမို သိရှိလိုပါက အောက်စာရင်းဇယားပါ သင်အိမ်အနီးအနားရှိ ကျွန်ုပ်တို့၏ တရားစခန်းတစ်ခုခုထံ ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

www.GodsDirectContact.org.tw/eng/cp/index.htm

# 6 အားလုံးသော စိတ်ဝိညာဉ်နှင့်ဘာသာရေးဦးသျှောင်များထံ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်၏ ပန်ကြားချက်

အထူးလေးစားကြည်ညိုရပါသော အရှင်သူမြတ်များ၊ ဘာသာအသီးသီးမှ ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်များ၊ ဘုန်းတော်ကြီးများ၊ ရဟန်းသံဃာများနှင့် သီလရှင်မြတ်များထံသို့ ဘုရားသခင်၏ ကရုဏာတော်အားဖြင့် ကျန်းမာတော်မူကြပါစေကြောင်း ကျွန်ုပ်မှ ချစ်မေတ္တာများဖြင့် ရိုကျိုးနှိမ့်ချစွာ ဆုမွန်ကောင်း တောင်းအပ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အထူးတင်းကျပ်စောင့်ရှောက်ရသည့် အဖိုးတန်လှသော တရားအားထုတ်မှုကာလ အတောအတွင်း ရောက်ရှိနေသဖြင့် အချိန်အား သိပ်မရသည်ကိုပင် မိမိတို့ မှီတင်း နေထိုင်ရာ ဤကမ္ဘာဂြိုလ်နှင့်လောကကြီး၏ တုံ့နှေးလျစ်လျူရှုထား၍မရသည့် အရေးအတွက် ပူပင်မိသဖြင့် ကမ္ဘာမြေငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးလာ စေရေးအတွက် ရည်စူးဆန္ဒဖြင့် လေးစားကြည်ညိုရပါသော အရှင်သူမြတ်များ ထံ အရေးတကြီး စာရေး၍ သတင်းစကား ပေးပို့အပ်ပါသည်။ ကြီးမြတ်သော ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်များဖြစ်သူ အရှင်တို့သည်လည်း ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာဂြိုလ်ပေါ်၌ ဖြစ်ပျက် နေသည့် ထိခိုက်ဆုံးရှုံးရမှုများကို သတိပြုမိကြပါမည်။ အဆိုပါ ထိခိုက်ပျက်စီးဆုံးရှုံးရမှု များသည် လူသားတို့၏ ရက်စက်အကြင်နာတရားကင်းသော အလေ့အထအပြုအမူ များမှ အခြေတည်လာသည့် တစ်စတစ်စ ဆိုးရွားပြင်းထန်လာသော ကမ္ဘာ့ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုကြီးနှင့် တိုက်ရိုက် ပတ်သက်ဆက်စပ်နေပါသည်။ ဂရုဏာမေတ္တာတရားကို လက်ကိုင်ထား ကျင့်သုံးလိုက်ရုံနှင့်ပင် မခက်ခဲပဲ အဆိုပါ အလေ့အထအပြုအမူ ဆိုးများ ကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်သည်ဆိုသည့် ဖြစ်ရှိမှုအမှန်တရားအား အရှင်တို့၏ နောက်လိုက် ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူများအား ကျေးဇူးပြု၍ ဆိုဆုံးမ ပြောကြားပေး စေလိုပါသည်။

ပြောင်းကို ပြောင်းလဲမှ ရမည် ဆိုသည်ကို သူတို့ သိရှိအောင် ပြောပြပေးကြစေလိုပါသည်။ **ဘုရားသခင်၏ တခြားသော သားသမီးများကို ဆက်လက် သတ်ဖြတ်နေပါက မိမိကိုယ်ကို ဘုရားသခင်၏ သားသမီးပါဟု ကျွန်ုပ်တို့မှ ပြောနိုင်ဖွယ် ရှိတော့မည် မဟုတ်ပါ။ လူသားအသွင်ဖြစ်စေ တိရစ္ဆာန်အသွင်ဖြစ်စေ လောကတွင်း၌ ရှိနေကြသော တစ်ခြားသော ဘုရားလောင်းတော်သတ္တဝါများကို ယခုကဲ့သို့ အစုလိုက် အပြုံလိုက် သတ်ဖြတ်နေလျက် မိမိသည် အနာဂတ် ဘုရားလောင်း ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့မည်သို့ ပြောနိုင်တော့မည်နည်း။ နှုတ်မှ ဘုရားသခင်ကို ချစ်သည်ဟု ထုတ်ပြောပြီး ကိုယ်တော်၏ ဖန်ဆင်းခံ သတ္တဝါများကို ပျက်စီးအောင် ကျွန်ုပ်တို့ လိုက်လုပ်နေလို့ မရနိုင်ပါ။ လက်ရှိ ပြောနေစဉ် မှာပင်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင် ဖန်ဆင်းထားသည့် ကမ္ဘာမြေကို ဖျက်ဆီးနေဆဲ ရှိပါသည်။** သူတော်စင်၏ မေတ္တာကရုဏာ အမှတ်သင်္ကေတ ဖြစ်သူ အရှင်တို့မှ မိမိတို့၏နောက်၌ ထပ်ချပ်မကွာ လိုက်ပါဆည်းကပ် ယုံကြည်အားထားစွာ ကိုးကွယ်နေကြသော တပည့်တပန်း သာဝကများအား ကျေးဇူးပြု၍ ဤအကြောင်းကို ထပ်ခါတစ်လဲလဲ ဆိုမြည်ဆုံးမသွန်သင်ပေးစေလိုပါသည်။ ဘုရားသခင်၏ မေတ္တာတော် အားဖြင့် အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း။

အထူးလေးစားကြည်ညိုရပါသော အရှင်သူမြတ်များ၊ ဘာသာအသီးသီးမှ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၊ ဘုန်းတော်ကြီးများ၊ ရဟန်းသံဃာများနှင့် သီလရှင်များထံသို့ ဘုရားသခင်၏ ကရုဏာတော်အားဖြင့် ကျန်းမာတော်မူကြပါစေကြောင်း ကျွန်ုပ်အနေနှင့် ချစ်မေတ္တာများဖြင့် ရိုကျိုးနှိမ့်ချစွာ ဆုမွန်ကောင်း တောင်းပေးလိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အထူးတင်းကျပ်စောင့်ရှောက်ရသည့် အဖိုးတန်လှသော တရားအားထုတ်မှုကာလအတောအတွင်း ရောက်ရှိနေသဖြင့် အချိန်အား သိပ်မရသည့်ကိုပင် မိမိတို့ မှီတင်းနေထိုင်ရာ ဤကမ္ဘာဂြိုလ်နှင့်လောကကြီး၏ တုံ့နှေးလျစ်လျူရှုထား၍မရသည့် အရေးအတွက် ပူပင်မိသဖြင့် ကမ္ဘာမြေငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် သက်သတ်လွတ်စားသုံးလာစေရေးအတွက် ရည်စူးဆန္ဒဖြင့် လေးစားကြည်ညိုရပါသော အရှင်သူမြတ်များထံ အရေးတကြီး စာရေး၍ သတင်းစကား ပေးပို့အပ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် မိမိ၏ နေအိမ် မီးလောင်နေပါလျက် 'ငါဒါကို ရှင်းဖို့ အချိန်မရှိဘူး!' ဟု အကြောင်းပြ ၍ မရနိုင်သည်မှာ ထင်ရှားပါသည်။ ယခုအဖြစ်အပျက်မှာမူ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာဂြိုဟ်တည်း ဟူသော နေအိမ်ကြီး မီးလောင်နေခြင်း!! ဖြစ်ပါသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ဤပေးစာ၏ ဆိုလိုရင်းမှာ အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤပေးစာကို စာတိုက်မှ တစ်ဆင့်ပေးပို့ရန် မူလက ရည်ရွယ်ခဲ့ပါသော်လည်း အရှင်တို့အား ပိုမို ဆောလျင်စွာ လက်ခံသိရှိစေလိုသဖြင့် ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် ဖတ်ကြားတင်ပြလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အရေးကြီးအလျင်အမြန် ဆောင်ရွက်ရမည့် ကိစ္စအခြေအနေမျိုး၌ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် စောင့်ဆိုင်းလုပ်ကိုင်နေရသည့် ဗျူရိုကရေစီလုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကြောင့် နှောင့်နှေးနိုင်သဖြင့် စာကို ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် ဖတ်ကြားပြအပ်ပါသည်။

လေးစားကြည်ညိုရသော အရှင်သူမြတ်များအပေါင်းတို့... ဂိုဏ်းဂဏကျင့်စဉ်အားဖြင့် ကွဲပြားသော်လည်း မိမိတို့အားလုံး တူညီသည့် ဘုရားတစ်ဆူတည်းကိုသာ ကိုးကွယ်ကြသည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်မိပါသည်။ လေးစားကြည်ညိုရပါသော အရှင်သူမြတ်အပေါင်းမှ နှစ်ပေါင်းများစွာ စူးစိုက် ကြိုးပမ်းလာခဲ့ကြသည့် လူသားများနှင့် ဖန်ဆင်းခံသတ္တဝါများအားလုံးအတွင်း အနန္တတန်ခိုးရှင်၏ ချစ်မေတ္တာတော်နှင့် ကြင်နာမှု ကရုဏာတရား သတင်းစကားကို ဖြန့်ဝေပေးခြင်းဖြင့် လူသားမျိုးနွယ်အား စည်းလုံးမှု ဖြစ်ရှိစေသည့် မြင့်မြတ်သော လုပ်ငန်းဆောင်တာများအတွက် အရှင်တို့အား ကျွန်ုပ်မှ အထူးပင် ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်၊ အမှန်ပင် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ ဘုရားသခင်သည် အရှင်တို့ဘက်၌ အမြဲထာဝစဉ် ရှိတော်မူပါစေ။

ကြီးမြတ်သော ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်များဖြစ်သူ အရှင်တို့သည်လည်း ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာဂြိုလ်ပေါ်၌ ဖြစ်ပျက်နေသည့် ထိခိုက်ဆုံးရှုံးရမှုကို သတိပြုမိကြပါမည်။ အဆိုပါ ထိခိုက်ပျက်စီးဆုံးရှုံးရမှုများသည် လူသားတို့၏ ရက်စက်အကြင်နာတရားကင်းသော အလေ့အထအပြုအမူများမှ အခြေတည်လာသည့် တစ်စတစ်စ ဆိုးရွားပြင်းထန်လာသော ကမ္ဘာ့ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုကြီးနှင့် တိုက်ရိုက် ပတ်သက်ဆက်စပ်နေပါသည်။ ဂရုဏာမေတ္တာတရားကို လက်ကိုင်ထား ကျင့်သုံးလိုက်ရုံနှင့်ပင် မခက်ခဲလှစွာဖြင့် အဆိုပါ အလေ့အထအပြုအမူဆိုးများကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်သည်ဆိုသည့် ဖြစ်ရှိမှုအမှန်တရားအား အရှင်တို့၏ နောက်လိုက် ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူများအား ကျေးဇူးပြု၍ ပြောဆိုဆုံးမပေးစေလိုပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ သူတို့အား ဆက်ဆက် မိန့်ဆိုပေးပါ၊ ထပ်ခါထပ်ခါ ပြောကြားသတိပေးပါ။ အရှင်တို့ ယခင်က လုပ်ဆောင်ထားခဲ့ပြီးသည်ကို ကျွန်ုပ်သိရှိထားပါသော်လဲ ယခုထက်ပင် ပိုမို၍ ကျွန်ုပ်တို့ လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသေးသည်။ ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ အပြောင်းအလဲပြုလိုက်ရန်သာ ကျွန်ုပ်တို့ အတွက် လိုအပ်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ပြောင်းကို ပြောင်းလဲမှ ရမည် ဆိုသည်ကို သူတို့ သိရှိအောင် ပြောပြပေးကြစေလိုပါသည်။ မိမိကိုယ်ကို လူသားပါဟု၊ အနာဂတ်၏ ဘုရားလောင်းပါဟု၊ ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများပါဟု သတ်မှတ်လိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ ပြောင်းလဲမှ ရပါမည်! **ဘုရားသခင်၏ တခြားသော သားသမီးများကို ဆက်လက် သတ်ဖြတ်နေပါက မိမိကိုယ်ကို ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများပါဟု ကျွန်ုပ်တို့မှ ပြောနိုင်ဖွယ် ရှိတော့မည် မဟုတ်ပါ။**

**လူသားအသွင်ဖြင့်ဖြစ်စေ တိရစ္ဆာန်အသွင်ဖြင့်ဖြစ်စေ လောကတွင်း၌ ရှိနေကြသော တစ်ခြားသော ဘုရားလောင်းတော်သတ္တဝါများကို ယခုကဲ့သို့ အစုလိုက် အပြုံလိုက် သတ်ဖြတ်နေလျက် မိမိသည် အနာဂတ် ဘုရားလောင်း ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့၏ မည်သို့ ပြောနိုင်တော့မည်နည်း။** ဗုဒ္ဓဘာသာကျမ်းအရ သကျမုနိမြတ်စွာဘုရားသည်ပင်လျှင် တိရစ္ဆာန်အဖြစ် မရေမတွက်နိုင် ဘဝပေါင်းများစွာ ဝင်စားဖြစ်ရှိခဲ့သည်ဟု သိရှိရပါသည်။ ဘုရားသခင်သည် တိရစ္ဆာန်များ စားသုံးနိုင်ရန် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များနှင့် ကျွန်ုပ်တို့လူသားအတွက်လည်း အရာပစ္စည်းများစွာကို ဖန်ဆင်းခဲ့သည်လို့ မိန့်ဆိုထားကြောင်းကို သမ္မာကျမ်းစာများအရ သိရပါတယ်။

တိရစ္ဆာန်များသည် မည်သည့် အရေးပါမှုမှ မရှိပါလျှင် ၎င်းတို့ စားသုံးနိုင်မည့်အရာတွေကို ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းပေးခဲ့မှာ မဟုတ်ပါ။ ချစ်မေတ္တာဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့လူသားများ စားသုံးနိုင်သက်ရှင်ရန် အရာများ အပြင် တိရစ္ဆာန်များအတွက်လည်း ဘုရားသခင်မှ ဖန်ဆင်းပေးထားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့

စားသုံးနိုင်ရန် ဘုရားသခင်မှ စိုက်ပျိုးခင်းများထဲတွင် အသီးအနှံနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို ဖန်ဆင်းပေးခဲ့ကြောင်း သမ္မာကျမ်းစာထဲ၌ ဆိုထားပါသည်။ (သမ္မာကျမ်းစာ၊ ကမ္ဘာဦးကျမ်း 1:29)

**နှုတ်မှ ဘုရားသခင်ကို ချစ်သည်ဟုပြောပြီး ကိုယ်တော်၏ ဖန်ဆင်းခံ သတ္တဝါများကို ပျက်စီးအောင် ကျွန်ုပ်တို့ လိုက်လုပ်နေလို့ မရနိုင်ပါ။ လက်ရှိ ပြောနေစဉ်အတွင်း၌ပင်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင် ဖန်ဆင်းထားသည့် ကမ္ဘာမြေကို ဖျက်ဆီးနေဆဲ ရှိပါသည်။**

သို့သော် လူတို့စားသုံးမှုအတွက် ကုန်းနေတိရစ္ဆာန်ချည်းများပင် တစ်နှစ်အကောင်ရေ 74 ဘီလီယံကျော် ကရုဏာကင်းမဲ့စွာ အစုလိုက်အပြုံလိုက် သတ်ဖြတ်ခံနေရပါသည်။ လူသားတို့မှ အကြောင်းခံလာသည့် ဖန်လုံအိမ်ဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်မှုစုစုပေါင်း၏ 87% မှာ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းနှင့် ဘေးထွက်ထုတ်ကုန် ပစ္စည်းများကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ မိမိတို့ စားသုံးသည့်အရာဖြင့် ကမ္ဘာဂြိုလ်ကို ပြန်၍ဖျက်ဆီးနေရုံသာမက ဘာမှမသိနားမလည်သည့် အပြစ်ကင်းသော တိရစ္ဆာန်များအပေါ် ဖော်မပြနိုင်လောက်သော ကျွန်ုပ်တို့၏ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုဟုလည်း ဆိုရပါမည်။ တိရစ္ဆာန်များကို ကျွန်ုပ်တို့၏ မိတ်ဆွေနှင့်ကူညီဖော် အဖြစ် ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းပေးခဲ့ခြင်းသာ ဖြစ်ပြီး၊ ဤသို့ လူမဆန်စွာ သတ်ဖြတ်စားသောက်ရန် မဟုတ်ပါ! ကျေးဇူးပြု၍ ဘုရားသခင်မျက်နှာတော်ကို ထောက်ထားတော်မူကြပါ။ ယနေ့ ကျွန်ုပ်တို့မှာ အရိုင်းအစိုင်း ခေတ်မဟုတ်သည့် 21 ရာစုနှစ်အတွင်းသို့ပင် ချဉ်းနင်း ဝင်ရောက်နေပြီ ဖြစ်ပါသည်။

သမ္မာကျမ်းစာလာ ယောဘဝတ္ထု 12:7-8 တွင်း မိန့်ဆိုထားသည်မှာ - "သို့သော် တိရစ္ဆာန်များကို မေးမြန်းလော့၊ သူတို့ သင့်ကို သွန်သင်ကြလိမ့်မည်။ မိုးကောင်းကင်၌ ကျင်လည်သော ငှက်များကို မေးမြန်းလော့၊ သူတို့ သင့်ကို ပြောပြကြလိမ့်မည်။ သို့မဟုတ် မြေကြီးအား စကားပြောလော့၊ သူမှ သင့်ကို သွန်သင်လိမ့်မည်။ သို့မဟုတ် ပင်လယ်ငါးတို့အား သင့်ကို ပြောပြကြစေလော့။" ဤစကားကို ထောက်၍ ဘုရားသခင်၏ ဖန်ဆင်းခံတိရစ္ဆာန်များနှင့် ကမ္ဘာမြေကြီးသည် ပညာရှိ၍ လေးစားဖွယ် သတ္တဝါများ ဖြစ်ကြပြီး၊ ၎င်းတို့၏ တည်ရှိနေမှုသည် လူသားတို့အတွက် ကြီးမားသော ကောင်းချီးမင်္ဂလာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ဘုရားသခင်ပညတ်တော်ကို ဆန့်ကျင်၍ ကောင်းကင်ဘုံအရှင် အဘခမည်းတော်၏ ဖန်ဆင်းခံသတ္တဝါတို့အပေါ် ကျွန်ုပ်တို့ မည်သည့် ခွင့်မလွှတ်နိုင်ဖွယ် လုပ်ရပ်အပြုအမူများ ကျူးလွန်နေကြသနည်း။ ဆိုရပါက ကုန်းမြေပေါ်မှစ၍ ပင်လယ်ထဲအထိတိုင်အောင် ဘုရားသခင်၏ ဖန်ဆင်းခံသတ္တဝါများကို ကျွန်ုပ်တို့ ဖျက်ဆီးနေကြပါသည်! ခာတ်ခွဲခန်း၊ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်း၊ ငါးဖမ်းလုပ်ငန်း၊ ဥနှင့်နို့စားလုပ်ငန်း၊ သားမွေးထည်လုပ်ငန်း၊ အလှကုန်ပစ္စည်းလုပ်ငန်းများ တို့၌ အပြစ်မဲ့သတ္တဝါများအပေါ် စက်ဆုပ်ဖွယ် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုကို ကျွန်ုပ်တို့ ပြုကျင့်ကျူးလွန်နေကြပါသည်။ ၎င်းလုပ်ငန်းများသည် လူမဆန် ခြောက်ခြားကြောက်မက်ဖွယ် ကြောင်း ငြင်းဆန်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ ဤအဖြစ်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် အတူနေဖော် ဘုရားသခင်၏ နူးညံ့သိမ်မွေ့ အပြစ်ကင်းသော တိရစ္ဆာန်များမှာ မည်သည့် ခုခံကာကွယ်မှု နှင့် အကူအညီတောင်းခံမှုမှ ပြုရန် မတတ်သာပဲ အကျဉ်းချခံရခြင်း၊ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခံရခြင်း စသည့် နည်းလမ်းပေါင်းစုံဖြင့် အားကိုးရာမဲ့ ကျူးလွန်ခံနေရပါသည်။ နွားမ၊ ဝက်မကြီးမှ ၎င်း၏ သားငယ်ကို ခေါ်ဆောင်၊ ရိုက်နှက်၊ ကန်ကျောက်၊ သတ်ဖြတ်နေပါသည်ဟု အော်မြည်ငိုကြွေး အကူအညီတောင်းခံ လာပါသည့် တိုင်အောင် ဂရုစိုက်မည့်သူ ရှိလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။ ငါးနှစ်အရွယ်ကလေးငယ်ပင် ၎င်းတို့၏ စိတ်ခံစားချက်ကို သိနားလည်နိုင်ပါသည်။ ငရဲပေါင်းများစွာထက်ပင် ပိုဆိုးသည်ဟု ဆိုရပါမည်! သူတို့သာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရင်သွေး၊ ဆွေမျိုးသားချင်း၊ မိတ်ဆွေ သို့မဟုတ် မိမိကိုယ်တိုင်သာ ဖြစ်သည်ဟု မြင်ယောင် စဉ်းစားကြည့်လျှင် သိလာပါမည်! သူတို့သည်လည်း တွေးတောကြံစည်နိုင်သော စိတ်ခံစားချက် ရှိသည့် သက်ရှိသတ္တဝါများပင် ဖြစ်ကြပါသည်။ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များနှင့် လက်ပွန်းတတီးနေလာဖူးသူများ သိကြ ပါမည်။ သူတို့၌ သီးသန့်ကိုယ်ပိုင် စရိုက်လက္ခဏာ ရှိသလို မေတ္တာ၊ ဂရုစိုက်မှု၊ နာကျင်မှု၊ ဝမ်းနည်းမှု၊ ပျော်ရွှင်မှုနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများအား သိရှိခံစားတတ်ကြပါသည်။ ထို့အပြင် အကြွင်းမဲ့ သစ္စာတရားဖြင့် သစ္စာရှိမှု ရှိပါသည်။ ၎င်းတို့ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ခြောက်ခြားဖွယ် သားရဲတိရစ္ဆာန်စက်ရုံများအတွင်းရှိ စုပြုံကြပ်တည်းသော လှောင်အိမ် သို့မဟုတ် ကျဉ်းမြောင်းသည့် အကာအရံများအတွင်း ရာသီဥတုအအ အလီလီ နေပူပူ မိုးရွာရွာ အမိုးအကာမရှိ မြင်ယောင်တွေးတောလို့ပင် မရနိုင်သော မကောင်းဆိုးဝါး အခြေအနေအမျိုးမျိုးအောက်၌ အကျဉ်းချခံနေရပြီး၊ နောက်ဆုံး သားသတ်ရုံတွင်း၌ လူ၏ အစားအစာ အဖြစ် ၎င်းတို့၏ အသက်ကို အကြမ်းနည်းဖြင့် စတေးလိုက်ရသော တခြားသားရဲတိရစ္ဆာန်များနှင့် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်

အကြား၌ မည်သည့် ကွာခြားမှုမှ မရှိပါ။ လက်ရှိ ဖြစ်ပျက်နေသည့် အခြေအနေမျိုးမှာပင်လျှင် မိမိကိုယ်ကို လူသားဖြစ်သည်လို့ ကျွန်ုပ်တို့ ထင်မြင်နေကြသေးပါရဲ့လား။

ပိုမိုသိရှိလိုပါက အကယ်ဒမီ ဆုရရုပ်ရှင်များ ဖြစ်သည့် "Cowspiracy" "Earthlings" "Dominion" နှင့် ဆုအမည်စာရင်းတင်သွင်းခံ "What the Health" စသည့် မှတ်တမ်းရုပ်ရှင်များကို သွားရောက် ကြည့်ရှုပါရန် အကြံပြုပါသည်။ ထို့အပြင် "From Crisis to Peace" ရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားကြီးကိုလည်း Crisis2Peace.org ထဲသို့ ဝင်ရောက်၍ အခမဲ့ ဒေါင်းလုဒ်ရယူနိုင်ပါသည်။

" သူတစ်ပါးအား မိမိအပေါ် ပြုမူစေလိုသည့်အတိုင်း မိမိဖက်ကလည်း သူတစ်ပါးအပေါ် ပြုမူပါ" နှင့် "သင်သည် သူ့အသက်ကို မသတ်ရ" အကြမ်းမဖက်ရေး "အဟိံသတရားကိုကျင့်သုံးပါ" စသဖြင့် တူညီ အခြေခံမှုများ ဤကမ္ဘာပေါ် ရှိ ပင်မဘာသာတရားကြီးများအားလုံးတွင် ရှိကြပါသည်။ ဤကမ္ဘာပေါ် ရှိ ပင်မဘာသာရေးယုံကြည်မှုများနှင့် မွန်မြတ်သော ဆုံးမသြဝါဒများတိုင်း၌ မည်သည့် သက်ရှိသတ္တဝါ တိရစ္ဆာန်မျိုးကိုမဆို လုံးဝ မစားသုံးရန် တားမြစ်ထားသည်မှာ ရှင်းလင်းပါသည်။ သို့သော် ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်ကြံ့ခိုင်စေရန် တိရစ္ဆာန် အသား ငါး ဥနှင့် နို့တို့ကို စားသုံးရမည် ဆိုသည့် မဟုတ်မှန်သော လမ်းညွှန်ချက်အယူအဆများကြောင့် ဘုရားသခင်၏ သားသမီး၊ ဘာသာဝင်များစွာမှာ ဤအခြေခံ လမ်းညွှန်ချက်ကိုပင် မလိုက်နာကြပါ။ အမှန်မှာတော့ ပြောင်းပြန်ပင် ဖြစ်ပါသည် - တိရစ္ဆာန်များကို စားသုံးခြင်းသည် လူသားအား ကင်ဆာရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါနှင့် အခြား မရေမတွက်နိုင်သော ရောဂါများ ဖြစ်ရှိစေလျက် အချိန်မတိုင်မီ အသက်ဆုံးရှုံးရစေကြောင်းကို သိပ္ပံနှင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ခိုင်မာသည့် သက်သေအထောက်အထားများ ရှိပါသည်။ ၎င်းကြောင့် ကာယကံရှင်လူနာများကိုယ်တိုင်သာ မကဘဲ ၎င်းတို့၏ ဆွေမျိုးသားချင်းများ၊ မိတ်ဆွေများ၊ မိသားစုဝင်များနှင့် ချစ်ခင်ရသူများပါ အဆုံးမဲ့သော ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှု၊ ဆင်းရဲဒုက္ခများ ဆက်လက် ခံစားနေစေရပါသည်။

ဒီလို လွန်မင်းသော ကြမ်းတမ်းရက်စက်မှု ရောပြွမ်းနေတဲ့ ရုပ်ပိုင်းရော ဝိညာဉ်ရေးရာအရပါ အကျိုးမရှိ၊ ကျန်းမာရေးနဲ့ မညီညွတ်၊ ရက်စက်သော အလေ့အကျင့်ဆိုးတွေကနေ နိုးထပြီး ပြောင်းလဲပစ်လိုက်ဖို့ အချိန်တန်ပါပြီ။ ဧဒင်ဥယျာဉ်မှာ မူလပထမ ကျွန်ုပ်တို့ စားသုံးသော အစားအစာဟာ Vegan သက်သတ်လွတ် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ စားသုံးမှုသည် ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်းအပြင် ဝိညာဉ်ရေးရာ

ကောင်းကျိုးချမ်းသာတို့ကို ပွားများ မြှင့်တင်ပေးနိုင်ပါသည်။ အပင်မှရသော အစားအစာ သက်သက်ကိုသာ စားသုံးမှီဝဲရင်း ကျန်းမာ ထွားကြိုင်း ပျော်ရွှင်စွာဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ ရှင်သန်နေထိုင်သွားနိုင်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သည့် အပင်အခြေခံ အစားအစာသီးသန့်ကို ရွေးချယ်စားသုံးနေထိုင်နေကြသော အမျိုးသမီး/အမျိုးသား သရုပ်ဆောင်၊ အားကစားသမား၊ ကိုယ်ခံပညာချန်ပီယံ၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်၊ သိပ္ပံပညာရှင်၊ နိုဘယ်ဆုရှင် စသဖြင့် သက်ရှိထင်ရှား နမူနာပြများ အများကြီး ရှိပါသည်။ အကြမ်းမဖက်သော "အဟိံသတရား" ဖြစ်သည် "သင်သည် သူ့အသက်ကို မသတ်ရ" ပညတ်ချက်ကိုလည်း လိုက်နာရာ ရောက်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်အသား စားသုံးခြင်းသည် ဘုရားသခင်၏ မိန့်ဆိုပညတ်ချက်ကို ဆန့်ကျင်ရာ ရောက်ပါသည်။ ကိုယ်တိုင် မသတ်ဘူး ဆိုသည့်တိုင်အောင် မိမိတို့ စားသုံးနိုင်ဖို့ တစ်ယောက်ယောက်မှ သတ်ပေးနေရပါသည်။ အပင်မှရသော တခြားအစားအစာများနှင့် အစားထိုးနိုင်သည့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အသားပါ ထမင်းတစ်နပ်အတွက် တိရစ္ဆာန်များစွာသည် တူညီစွာ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက် အသက်ဆုံးရှုံး နေရပါသည်။ ယနေ့ခေတ်တွင် သက်သတ်လွတ်စားသုံးရန် ပိုမို၍ပင် လွယ်ကူလာနေပါသည်။ တိရစ္ဆာန် တွေကို စားသုံးဖို့ သတ်ဖြတ်ရာမှ မိမိတို့၏ လက်များသည် အပြစ်မဲ့သူတွေ၏ သွေးများဖြင့် ရွှဲနစ်နေပါပြီ။ သူတော်စင်၏ မေတ္တာ ကရုဏာ အမှတ်သင်္ကေတ ဖြစ်သူ အရှင်တို့မှ မိမိတို့၏နောက်၌ ထပ်ချပ်မကွာ လိုက်ပါဆည်းကပ် ယုံကြည်အားထားစွာ ကိုးကွယ်နေကြသော တပည့်တပန်း သာဝကများအား ကျေးဇူးပြု၍ ဤအကြောင်းအရာကို  ထပ်ခါတစ်လဲလဲ ဆုံးမ သွန်သင်ပေးစေလိုပါသည်။ ထိုသို့ ဆိုပါက ၎င်းတို့သည် အရှင်တို့၏ စကားကို ကြားသိနားထောင် လက်ခံလာကြပါလိမ့်မည်! **ဘုရားသခင်၏ အလိုတော်နဲ့ ဆန့်ကျင်လျက် မိမိတို့၏ မွေးရာပါ ဉာဏ်ပညာနဲ့ ကြင်နာတတ်သော သဘာဝအား ဆန့်ကျင်ပြီး စေတန်နတ်ဆိုး မာရ်နတ် သရဲတစ္ဆေ အဆိုးစွမ်းအားများမှ ကျွန်ုပ်တို့ကို လမ်းမှား ရောက်စေအောင် မှျားခေါ်သိမ်းသွင်းနေမှုကို ဆက်လက်ပြီး ခွင့်ပြု၍ ရနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပါ။**

ယခုပေးစာကို မဆက်မီ ကမ္ဘာ့ပင်မဘာသာတရားကြီးများမှ တိရစ္ဆာန်အသားမစားသုံးရန်တားမြစ်ချက် တစ်ချို့အား ကျွန်မ ဖတ်ကြားပြပါမည်။ အရှင်မြတ်တို့ အပြင် မိမိတို့ရဲ့ သက်ဆိုင်ရာ ဘာသာတရား၏ ဆုံးမပညတ်ချက်များအား မေ့လျော့နေနိုင်သည့် လာရောက်နားဆင်နေသူ တခြားတစ်ဦးတစ်ယောက်

အတွက် ဖြစ်ချင်လည်း ဖြစ်ပါမည်။ အက္ခရာစဉ်အတိုင်းအစဉ်လိုက် ယခုပင် ကျွန်မ စတင်၍ ဖတ်ကြားပြ သွားပါမည်။

## ဗဟာအီကိုးကွယ်ယုံကြည်မှု

"တိရစ္ဆာန်အသားစားသုံးခြင်းနှင့် ၎င်းအားရှောင်ကြဉ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အသင်သည် ဤသို့ ဧကန်မုချ သိမှတ်လော့ - ဖန်ဆင်းမှုကနဦးအစ၌ပင် ဘုရားသခင်သည် သက်ရှိသတ္တဝါတိုင်း၏ အစားအစာကို သတ်မှတ်ပေးတော်မူခဲ့ပြီး ဖြစ်၍၊ ထိုသတ်မှတ်ချက်နှင့် ဆန့်ကျင်သည့် စားသုံးခြင်းမျိုးကို ခွင့်မပြုပါ။"

*~ ကျန်းမာရေးနှင့်ကုသစောင့်ရှောက်ရေးရှုထောင့်မှနေ၍ ဗဟာအီကျမ်းမှကောက်နုတ်ချက်*

## ဗုဒ္ဓဘာသာ

".. သတ္တဝါများ သတ်ဖြတ်စားသုံးလိုက်သော အသားပိုင်ရှင် မည်သည့်သက်ရှိမဆိုသည် ၎င်းတို့ ကိုယ်တိုင်၏ ဆွေမျိုးများပင် ဖြစ်ကြကုန်၏။"

~ လင်္ကာဝတာရသုတ် (ပိဋကတ်သုံးပုံ အမှတ် 671)

"ထို့အပြင် ကလေးမီးဖွားပြီးစမိခင်အား အသားဟင်းအမြိန်စာများဖြင့် ကျွေးမွေးရန်အတွက် တိရစ္ဆာန် သတ်ဖြတ်ခြင်းနှင့် ဆွေမျိုးသားချင်းများစုဝေး၍ သေရည်သေရက်နှင့် အသားမှီဝဲစားသုံးခြင်း မပြုရန် အလေးထား ရှောင်ကျဉ်ရမည်... ခက်ခဲကြမ်းတမ်းသည့် ကလေးမွေးဖွားချိန်အတွင်း အန္တရာယ်ပြင်းသော လူ့သွေးသားကို နှစ်ခြိုက်သည့် မကောင်းဆိုးဝါး မိစ္ဆာဘီလူး၊ သရဲသဘက်များ များစွာ လာစုဝေး၍ နေသောကြောင့် ဖြစ်သည်... မသိနားမလည်ဘဲ စားသုံးရန် တိရစ္ဆာန်ကို သတ်ဖြတ်ခြင်းအားဖြင့်...

မိခင်အပေါ်၌ရော မွေးကင်းစကလေးငယ် အပေါ်၌ပါ ကပ်ဆိုးသင့်၍ ဘေးဖြစ်စေနိုင်၏။"
~ *ကိတ္တိဂဗ္ဘသုတ် အခန်း(8)*

သုတ္တန်တော် (၁)ပုဒ်၌ :

"တစ်ဦးတစ်ယောက် သေဆုံးကွယ်လွန်ပြီး၍ မကြာမြင့်မီရက်များအတွင်း နတ်ဘီလူးများကို ပူဇော်ပသရန်ဟု ဆို၍ သူတစ်ပါးအသက် သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးသည့် မကောင်းမှုကံမှ အလေးထား ရှောင်ကျဉ်ရမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုသို့ သတ်ဖြတ်ပူဇော်ပသမှုသည် **သေလွန်သူအတွက် မြူတစ်မှုံမျှပင် အကျိုးမဖြစ်စေနိုင်ပါ၊ ယခုပြုသည့်မကောင်းမှုကံကြောင့် ယခင်ပြုဖူးသည့် ကုသိုလ်အကုသိုလ်ကံများကို မကောင်းကျိုးပေးသည့်ဖက်သို့ အလေးသာစေလျက် သေသူ၏ ကောင်းရာသုဂတိဘုံသို့ လားရောက်မှုကို ဖင့်နှေးသွားစေနိုင်ပါသည်။**"အလျင်အမြန် ငရဲသို့ပင် ပို့ဆောင်နိုင်သည့်အကျိုးဆက် ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။
~ *ကိတ္တိဂဗ္ဘသုတ်၊ အခန်း (7)*

"ကံ" ဆိုသည်မှာ ဝိပါတ်အကျိုးကို ဆိုလိုပါသည်။ ၎င်းသည် သက္ကတဘာသာစကားပါ ကံ၏အဓိပ္ပာယ်ပင် ဖြစ်ပါတယ်။ "မိမိစိုက်တာကိုပဲ မိမိရိတ်သိမ်းရမည်။" ဟု သမ္မာကျမ်းစာတွင်း၌ ဆိုထားပါသည်။

နောက်သုတ္တန်တော်တစ်ပုဒ်၌ :

"ဘိက္ခုရဟန်းသည် ပိုးကောင်မှရသောပိုးထည်၊ ဒေသထွက် သားရေနှင့်သားမွေးထည်ဝတ်ဆင်မှုနှင့် နို့ ဒိန်ခဲ ထောပတ် မှီဝဲစားသုံးမှုတို့မှ ရှောင်ကြဉ်နိုင်ပါက စစ်မှန်သည့် လွတ်မြောက်မှုကို ရရှိလိမ့်မည်။ အကြင်သူသည် မိမိ၏ ကိုယ်စိတ်နှလုံးကို ထိန်းချုပ်ပြီး အသားငါးစားသုံးမှုနှင့် တိရစ္ဆာန်ထွက်ပစ္စည်းများ ဝတ်ဆင်အသုံးပြုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါက ထိုသူသည် စစ်မှန်သည့် လွတ်မြောက်မှုကို ရရှိလိမ့်မည်ဟု ငါဘုရား မိန့်တော်မူ၏။"

* *"ဘိက္ခုရဟန်း"* - ရဟန်းသံဃာ ဘုန်းတော်ကြီးများကို ဆိုလိုသည်။
*~ သုရင်္ဂမသုတ်*

နောက်ထပ်သော သုတ္တန်တော်တစ်ပုဒ်၌ :

"ငါဘုရား၏ တပည့်သာဝကဖြစ်သူသည် ကောင်းစွာဆင်ခြင်မှုမရှိဘဲ အသားကို ဆက်လက် မှီဝဲစားသုံးနေသေးလျှင် ထိုသူသည် စဏ္ဍာလမျိုးရိုးမှ ဖြစ်ကြောင်း သိအပ်၏။ **ထိုသူသည် ငါဘုရား၏ တပည့် မဟုတ်၊** ငါဘုရားသည်လည်း သူ၏ ဆရာ မဟုတ်။ မဟာမတိ၊ ဤအကြောင်းကြောင့် အကြင်သူသည် ငါဘုရားနှင့် ဆွေမျိုးတော်စပ်လိုလျှင် **မည်သည့်အသားကိုမျှ မှီဝဲသုံးဆောင်ခြင်း မပြုအပ်။**"

- *"စဏ္ဍာလ"* ဆိုသည်မှာ သူ့အသက်သတ်သူ / လူသတ်သမားကို ဆိုလိုသည်။

*~ လင်္ကာဝတာရသုတ်*

**ကောင်ဒိုင်ဘာသာ**

"အရေးကြီးဆုံးအချက်မှာ သတ်ဖြတ်ခြင်းကို ရပ်တန့်ရန် ဖြစ်သည်... တိရစ္ဆာန်များ၌လည်း လူသားတို့ကဲ့သို့ ခံစားသိရှိနိုင်သည့် စိတ်ဝိညာဉ် ရှိသောကြောင့် ဖြစ်သည်... **သူတို့အား သတ်ဖြတ်စားသောက်မိပါက ကျွန်ုပ်တို့မှ သူတို့အပေါ် သွေးကြွေး တင်ရှိနေပါလိမ့်မည်။**"
*~ သူတော်စင်တို့၏ ဆုံးမသြဝါဒများ၊ သီလပုဒ်ဆယ်ပါးစောင့်ထိန်းခြင်းအကြောင်း – သတ်ဖြတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ အပိုင်း (2)*

### ခရစ်ယာန်ဘာသာ

"အစားအသောက်တို့သည် ဝမ်းအဖို့၊ ဝမ်းသည်လည်း အစားအသောက်တို့အဖို့ ဖြစ်သည်မှန်စေတော့။ သို့သော်လည်း ဘုရားသခင်သည် ထိုနှစ်ပါးကို ဖျက်ဆီးတော်မူလိမ့်မည်။"

*1 ကောရိန္သုဩဝါဒစာ 6:13၊ သမ္မာကျမ်းစာ*

သိက္ခာပုဒ် တစ်ပုဒ်၌ :

"သူတို့၏ သွားကြား၌ အသားကို သွင်း၍ မဝါးမျိုစဉ်တွင်ပင်လျှင် ထာဝရဘုရားသည် ထိုလူတို့၌ လွန်စွာ အမျက်ထွက်၍ အလွန်ကြီးစွာသော ဘေးဒဏ်ဖြင့် သူတို့ကို ဒါဏ်ခတ်တော်မူ၏။"
*~ တောလည်ရာကျမ်း 11:33 ၊ သမ္မာကျမ်းစာ*

### ကွန်ဖြူးရှပ်ဝါဒ

"လူသားအားလုံး၌ပင် သူတစ်ပါးဆင်းရဲဒုက္ခရောက်သည်ကို မြင်ရခြင်း၌ မခံမရပ်နိုင်သောစိတ် ရှိကြ၏။"
*~ မင်စီးယပ်စ်၊ ဂေါင်စွန်ချောင်း၊ အခန်း 6*

"လူကြီးလူကောင်း ဆိုပါက အသက်ရှိတိရစ္ဆာန်များ သေကြေကြရမည်ကို မြင်ယောင်ခံစားနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ ၎င်းတို့၏ သေခါနီးအော်ငိုမြည်တမ်းသံကို ကြားရပြီးနောက် **၎င်းတို့၏ အသားကို စားသုံးရန် မည်သို့တတ်နိုင်ပါတော့မည်နည်း။**"
*~ မင်စီးယပ်စ်၊ ဝေ့ပြည်ထောင်ဘုရင်ဟွေ့၊ အခန်း 4*

**ဒေါင်ဒူဝါဘာသာ**

"ငြိမ်းချမ်းမှု ရရှိနိုင်ရန် လူသားမျိုးနွယ်သည် ပထမဦးစွာ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေး ရှိရမည်။ မိမိတို့ စားသုံးမှုအတွက် ၎င်းတို့ကို သတ်ဖြတ်နေမှုမှ ရှောင်ကျဉ်ရပ်ဆိုင်းလိုက်ပါက လူသားမျိုးနွယ်ထုအကြား၌ ငြိမ်းချမ်းရေး ရရှိလာလိမ့်မည်။"

*~ နမ်းကွက်ဖှက် ဘုရားကျောင်း*

**အက်စီးန်ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှု**

"ငါသည် ယဇ်ပူဇော်ခြင်းများနှင့် သွေးပွဲတော်များကို အဆုံးသတ်ရန် လာခဲ့၏။ **သင်တို့သည် အသားနှင့် သွေးကို ပူဇော်၊ စားသုံးခြင်းမှ မရပ်တန့်လျှင်** ဘုရားသခင်၏ အမျက်တော်သည်လည်း သင်တို့အပေါ် ရပ်စဲလိမ့်မည်မဟုတ်။"

*~ သူတော်စင်ဆယ့်နှစ်ပါး ဧဝံဂေလိကျမ်း*

**ဟိန္ဒူဘာသာ**

"သင်၏ သတ်ဖြတ်ခံတိရစ္ဆာန်များမှာ အသက်ပြန်မရှင်နိုင်တော့သောကြောင့် ၎င်းတို့ကို သတ်ဖြတ်ခြင်း အတွက် သင့်၌ တာဝန်ရှိပြီး၊ သင်သည် လွတ်မြောက်လမ်းမရှိပဲ ငရဲသို့သာ လားရလိမ့်မည်။ "

*~ အာဒိလီလာ၊ အခန်း ၁၇၊ အပိုဒ် 159-165*

တစ်ပုဒ်သော သုတ္တန်၌ ：

"တစ်ပါးသော သတ္တဝါတို့၏ အသားကို စားသုံး၍ မိမိ၏ အသားကို တိုးပွားစည်ပင်လိုသူသည် မည်သည့် ဘဝမျိုး၌ မွေးဖွားသည်ဖြစ်စေ ဆင်းရဲဒုက္ခတွင်း၌ ကျရောက်နေထိုင်ရတတ်၏။"

*~ မဟာဘာရတ၊ အနု 115.47။ အက်ဖ်အက်စ် ဧာ 90*

နောက်တစ်ပုဒ်သော သုတ္တန်၌ ：

"အို မြတ်သောမင်းကြီး! အခြားသူများအား ထိခိုက်နစ်နာစေပြီးမှ ရရှိလာသည့်အရာဖြင့် မည်သည့် မင်္ဂလာရှိအပ်သော အမှုကိစ္စကိုပင် ဆောင်ရွက်သည်ဖြစ်စေ မိမိလိုလားသည်နှင့် ဆန့်ကျင်ဘက် အကျိုးရလဒ်ကိုပင် ဖြစ်စေတတ်ကုန်၏။"

*~ ဒေဝီ ဘဂဝတမ်၊ စတုတ္ထကျမ်း၊ အခန်း 4 ၊ အပိုဒ် 32*

**အစ္စလာမ်ဘာသာ**

"အခြားသော သက်ရှိသတ္တဝါများအပေါ် ကရုဏာထားရှိသောသူများမှအပ အခြားမည်သူ့ကိုမျှ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် ကရုဏာတော် ပေးသနားတော်မူလိမ့်မည် မဟုတ်။"

*~ တမန်တော် မုဟမ္မဒ် (ဆွလ္လလ္လာဟု အလိုင်ဟိ ဝစလ္လမ်)၊ ဟဒီးစ်တော်*

တစ်ခုသော ပညတ်ချက် :

"သင်တို့၏ ဝမ်းဗိုက်များကို တိရစ္ဆာန်တို့၏ သင်္ချိုင်းများ ဖြစ်မသွားစေကြကုန်နှင့်!"

*~ တမန်တော် မုဟမ္မဒ် (ဆွလ္လလ္လာဟု အလိုင်ဟိ ဝစလ္လမ်)၊ ဟဒီးစ်တော်*

**ဂျိန်းဘာသာ**

"ရဟန်းစစ်သည် မိမိအတွက်ရည်စူးပြီး **သက်ရှိသတ္တဝါများကို သတ်ဖြတ်စီမံထားသည့် အထူးထူးသော စားသောက်ဖွယ်ရာများအား လက်မခံသင့်။**"

*~ သုတြကြိတင်*

**ဂျူးဘာသာ**

"အကြင်ဣသရေလအမျိုးသား ဖြစ်စေ၊ လာရောက်အခြေချနေထိုင်နေကြသော တိုင်းတပါးအမျိုးသား ဖြစ်စေ သွေးပါသော အရာတစ်ခုခုကို စားသုံးလျှင် **ထိုသွေးမှီဝဲစားသုံးသောသူကို ငါကိုယ်တော်သည် ငြင်းပယ် မျက်နှာလွှဲတော်မူလျက်** ၎င်း၏အမျိုးအဆွေတောထဲမှ ပယ်ရှင်းထုတ်မည်။"

*~ ဝတ်ပြုရာကျမ်း 17:10၊ သမ္မာကျမ်းစာ*

* "သွေး" - ဆိုသည်မှာ သွေးပါရှိနေသည့်"အသား" ကို ဆိုလိုသည်။

**ဆစ်ခ်ဘာသာ**

"ဘိန်းဆေးခြောက်၊ အသား နှင့် ဝိုင်သေရည်သေရက်တို့ကို စားသုံးမှီဝဲသော သေမျိုးတို့သည် - မည်မျှသော ဘုရားဖူးကုသိုလ်ပြုခရီး၊ ဥပုသ်သီလစောင့်ထိန်းမှုနှင့် ပူဇော်ပသအစီအရင်မျိုးကို ပြုလုပ်သည်ဖြစ်စေ ငရဲသို့သာ အားလုံး လားကြရလိမ့်မည်။"
*~ ဂုရု ဂရန့် ဆာဟိဘ်၊ စာမျက်နှာ 1377*

**တာအိုဝါဒ**

"တောတောင်ထဲ၌ ငှက်များကိုထောင်ဖမ်းခြင်း၊ ရေတွင်း၌အဆိပ်ခတ်၍ ငါးကြီးငါးသေးများ ဖမ်းဆီးခြင်း၊ ကျွဲနွားများ သတ်ဖြတ်စားသုံးခြင်း မပြုပါနှင့်။"
*~ ငြိမ်ချမ်းမှုလမ်းစဉ်ကျမ်း*

**တိဗက် ဗုဒ္ဓဘာသာ**

"သက်ရှိသတ္တဝါကို သတ်ဖြတ်၍ အသားကို နတ်ဒေဝါများအား ပူဇော်ခြင်းသည် မိခင်တစ်ဦးအား ၎င်း၏ သားသမီးအသားကို တင်မြှောက်ပူဇော်ခြင်းနှင့် အလားတူသဖြင့် ကြီးစွာသောအပြစ် ဖြစ်၏။"
*~ နောက်လိုက်သာဝက၏အထွတ်အထိပ်လမ်းစဉ် - ဂုရုများ၏ ဆုံးမသြဝါဒများ၊ အပြစ်ကြီးဆယ့်သုံးပါး၊ မဟာဂုရုဂမ်ပိုပ*

**ဇိုရိုအက်စတာဘာသာ**

"ငါ့အား သစ္စာစောင့်သိသူတို့အတွက် အစာအာဟာရကို ပေးရန်နှင့် အကျိုးပြုနွားမများ စားသုံးနိုင်မည့် စားကျက်ခင်းများ ရှင်သန်ဖြစ်ထွန်းစေရန် (ငါဘုရားသခင်) အဟူရာမာဇဒါသည် ကမ္ဘာမြေပေါ် ရှိ

ထိုအပင်အမျိုးမျိုး တို့အပေါ် မိုးရွာသွန်းစေ၏။"

*~ အဗက်စတာ*

စသဖြင့် စသဖြင့် နောက်ထပ် အများကြီးကို ရှိပါသေးသည်။ ဥပမာသာဓကအနည်းငယ်ကိုပဲ အထက်မှာ ကျွန်ုပ် တင်ပြထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

နောက်ထပ်သော အချက်အလက်များ အတွက် SupremeMasterTV.com မှာ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှု နိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် မည်သည့် ဘာသာတရားကိုပင် ယုံကြည်ကိုးကွယ်သည်ဖြစ်စေ လူသားအားလုံးတိုင်းသည် အရေးကြီးဆုံးသော အကြမ်းမဖက်ရေး အဟိံသတရား ဖြစ်သည့် "သူ့အသက်ကို မသတ်ရ။" ဆိုသော သိက္ခာပုဒ်ကို လိုက်နာစောင့်ထိန်းသွားရန် လိုပါသည်။

ကိုယ်တော်၏ သားသမီးတိုင်းအတွက် ဖန်ဆင်းရှင်ကိုယ်တော်မြတ်၏ မူလရည်ရွယ်ချက်ဖြစ်သော - ဂုဏ်သိက္ခာ၊ လေးစားမှု၊ ငြိမ်းချမ်းမှု၊ မေတ္တာတရား များဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့လူသားမျိုးနွယ်သည် မိမိတို့၏ မြေကမ္ဘာနေအိမ်ကြီးကို ကောင်းမွန်စွာ စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းသူအဖြစ် ပြန်လည်နေထိုင်ကျင့်သုံးရန် အချိန်ကျရောက်လာပါပြီ။ ဤအကြောင်းအရာများကို အရှင်တို့အား ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်သူများအား ကျေးဇူးပြု၍ အပြည့်အစုံ မိန့်ဆိုပြောကြားပေးကြပါ။ အရှင်တို့ လုပ်ဆောင်ထားပြီးခဲ့သည်ကို ကျွန်ုပ် သိရှိပါသော်လဲ ဤအချက်သည် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်တွင်းစိတ်ဝိညာဉ် အတွက် သာမက ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာဂြိုလ်နှင့် လောကကြီးအတွက် အလွန်အရေးကြီးကြောင်း ကျေးဇူးပြု၍ ထပ်ခါထပ်ခါ ရှင်းလင်း ပြောပြပေးတော်မူပါ။ တိရစ္ဆာန်အားလုံး၏ ဆင်းရဲဒုက္ခများ ဆုံးခန်းတိုင်ရန် အချိန်ရောက်လာပါပြီ။ ဘုရားသခင် မူလရည်ရွယ်ထားသည်နှင့်အညီ သဘာဝတရားထဲ၌ ၎င်းတို့သည်လည်း ၎င်းတို့၏ ချစ်ခင်ရသူများ နှင့်အတူ ငြိမ်းချမ်းမှု၊ လွတ်လပ်မှုနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာ အပြည့်ဖြင့် နေထိုင်သွားပိုင်ခွင့် ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ကျေးဇူးပြု၍ ဘုရားသခင်၏ဖန်ဆင်းခံသတ္တဝါများကို ကူညီကယ်မတော်မူပါ။ အပြစ်ကင်းမဲ့သူများ၏ ဆင်းရဲဒုက္ခကို အဆုံးသတ်ပေးနိုင်ရန် ကူညီတော်မူပါ။ လူသားများသည် မိမိတို့အချင်းချင်းကြား အပြင်

တိရစ္ဆာန်များ နှင့်လည်း စစ်ပြု သတ်ဖြတ်နေကြပါသည်။ ဤလုပ်ရပ်အပြုအမူများမှာ လွဲမှားနေပါသည်။ ၎င်းသည် ဘုရားသခင်၏ ပညတ်တော်နှင့် အလိုတော်များနှင့် ဆန့်ကျင်ကြောင်းကို ကျေးဇူးပြု၍ မိမိတို့၏ နောက်လိုက်ကိုးကွယ်သူများအား သတိပေးတော်မူပါ။ ဤပြောင်းလဲမှုကြီးကို လေးစားရသော အရှင်သူမြတ်တို့၏ ပညာဉာဏ်ဖြင့် ဦးဆောင်သွားနိုင်မည်ကို ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ထားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ပြောင်းလဲရပါမည်။ လေးစားရပါသော အရှင်သူမြတ်များအားလုံးမှ ဤကြီးမားသော ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ရှိရေးအတွက် ဦးဆောင်သွားကြမည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ပါသည်။ သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် လေးစားမှုနှင့် မေတ္တာ ကရုဏာများ ပြည့်လျှမ်းနေသော Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးရေးလူနေမှုပုံစံကို အလေးပေး လျက် ဘုရားသခင်၏ ပညတ်တော်အတိုင်း လိုက်နာကြစေရန် ဦးဆောင်ပေးတော်မူပါ။ ဤသတင်းစကား ကို ကျေးဇူးပြု၍ အရှင်တို့၏ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၊ ရဟန်းသံဃာများ၊ သီလရှင်များနှင့် ယုံကြည် ဆည်းကပ်သူများ အားလုံးထံ ပေးပို့ကြစေလိုပါသည်။

အရှင်တို့၏ ဦးဆောင်မှုနောက်သို့ လိုက်ပါကြရန် အရှင်တို့၏ ဩဇာနှင့် အပ်နှင်းခံ အခွင့်အာဏာဖြင့် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံသူနိုင်ငံသားများအား ထိရောက်စွာ တွန်းအားပေးနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ကျေးဇူးပြု၍ "ခေတ်၏ သူရဲကောင်း" အဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ရှင်တွဲနေထိုင်ဖက် မည်သည့် ဘေးအန္တရာယ်မှ မပေးတတ်သော ဤအဟိတ်တိရစ္ဆာန် အပြစ်မဲ့သတ္တဝါများကို ကယ်တင်တော်မူကြပါ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကြီး အတွက် ကောင်းချီးမင်္ဂလာ ဖြစ်သည့် ဤသတ္တဝါတို့သည် လူသားများအပေါ်၌ သာမက ၎င်းတို့၏ ဘဝတူတိရစ္ဆာန်များအပေါ်၌ပါ ချစ်ခင်ကြင်နာတတ်ကြသည့် ထူးအံ့လှသည့်အရာ ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ Supreme Master Television တွင် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမှ ရိုက်ယူထားသော တိရစ္ဆာန်တို့၏ ချစ်ခင်ကြင်နာမှု ဆိုင်ရာ အထောက်အထားမှတ်တမ်းများ အလုံအလောက် စုံလင်စွာ ရှိနေပါသည်။ အရှင်တို့အား ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူများအား ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုကြရန် ကျေးဇူးပြု၍ မိန့်ကြားအသိပေး တော်မူပါ။ ဘုရားသခင်ချစ်မြတ်နိုးတော်မူသော ဖန်ဆင်းခံများကို ငရဲဘုံအလား အစုလိုက်အပြုံလိုက် သွေးအေးအေးဖြင့် သတ်ဖြတ်နေ သည်ကို လက်ခံခွင့်ပြုနေပါလျက် လောကငရဲကို ဖန်တီးနေပါလျက် ကောင်းကင်ဘုံသို့ တက်ရောက်ရန် ကျွန်ုပ်တို့ မည်သို့မှ မျှော်မှန်း၍ ရနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင်၏ အခြားသားသမီးများဖြစ်သည့် တိရစ္ဆာန်များအပေါ် ကရုဏာမဲ့စွာဖြင့် ဖျက်ဆီးနေပါက ကောင်းကင်ဘုံ၏ ကရုဏာကို ခံယူရရှိနိုင်ခွင့်ရှိမည် မဟုတ်ပါ။

ကျေးဇူးပြု၍ ၎င်းတို့၏ ခြောက်ခြားတုန်လှုပ်ဖွယ် ဒုက္ခဆင်းရဲအခြေအနေကို လျစ်လျူမရှုတော်မူပါနှင့်။ ၎င်းတို့ နေ့စဉ်ခံစားနေရသည့် ကြေကွဲနာကျင်ရမှုကို ဘုရားသခင် သိရှိတော်မူပါသည်။ ကောင်းကင်ဘုံနှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးမှ သူတို့၏ နာကျင်ကြေကွဲရမှုကို သက်သေပြုနေပါသည်။ ၎င်းတို့၏ ငိုကြွေးသံများသည် ကောင်းကင်ဘုံများအားလုံးနှင့် သတ္တဝါများစွာတို့၏ စိတ်နှလုံးကို ပြင်းစွာ တုန်လှုပ်စေခဲ့ရပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ ၎င်းတို့ကိုယ်စား ပြောကြား ကူညီပေးတော်မူပါ၊ ၎င်းတို့ကို ကူညီခြင်းအားဖြင့် ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှု အရှိန်မြင့်တက်လာခြင်း ဖြစ်ရပ်ဆိုးမှနေ၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကြီး ပြန်လည် နာလန်ထ ကောင်းမွန်လာစေပါမည်။ အရှင်တို့၏ မြင့်မြတ်သော လုပ်ရပ်အပြုအမူကို ကောင်းကင်ဘုံမှ ထာဝစဉ် မှတ်တမ်းတင်ထားပါမည်။ ဤလုပ်ရပ်သည် ကမ္ဘာမြေပေါ်သက်ရှိတိုင်းအတွက် အရေးပါသော ကမ္ဘာ့ရပ်ဝန်းကောင်း၊ ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ရာသီဥတုတည်ငြိမ်ကောင်းမွန်ရေးကို အထောက်အကူ ပြုနိုင်ပါလိမ့်မည်။ အားလုံးသောသတ္တဝါတို့၏အသက်သည် အရှင်တို့၏ ကရုဏာလုပ်ရပ်အပေါ်တည်မှီ နေပါသည်။

ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားများ၊ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ နောင်မျိုးဆက်များသည် အရှင်တို့၏ သူရဲကောင်းဆန်ပြီး ကြင်နာသနားတတ်သော လုပ်ရပ်အပြုအမူများကို ထာဝစဉ် အမှတ်ရလျက် အရှင်တို့ ပျော်ရွှင်၊ ချမ်းသာ၊ ကျန်းမာစွာဖြင့် သက်ရှည်ပါစေကြောင်း ဘုရားသခင်၏ နာမတော်အားဖြင့် ဆုမွန်ကောင်း တောင်းပေးကြပါလိမ့်မည်။ အစဉ်ကရုဏာကြီးမားတော်မူသော ကောင်းကင်ဘုံမှလဲ နှစ်သက်အားရတော်မူပါလိမ့်မည်။ အတူမှီတင်းနေထိုင်ကြသည့် ချစ်ခင်ကြင်နာဖွယ် တိရစ္ဆာန်တို့၏ အသက်များကို ကျွန်ုပ်တို့မှ လွှတ်ပေးသကဲ့သို့ပင် အနန္တမေတ္တာရှင် ဘုရားသခင်သည်လည်း ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြစ်များကို ခွင့်လွှတ်တော်မူလျက် အသက်ရှည်ကြာစွာ နေထိုင်သွားနိုင်ခွင့် ပေးသနားပါလိမ့်မည်။

လေးစားရပါသော အရှင်သူမြတ်များအားလုံးကို ဘုရားသခင် ကောင်းချီးပေးတော်မူပါစေ၊ အရှင်တို့၏ မြတ်သော သာသနာ့အရေးဆောင်ရွက်ချက်ကိုလည်း ကြီးစွာ ကောင်းချီးပေးတော်မူပါစေ၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ လောကကြီးကိုလည်း ကောင်းချီးပေးတော်မူပါစေ။

အာမင်။ ကျေးဇူး၊ ကျေးဇူးပါ။ ကျေးဇူး အထူးတင်ပါသည်။
ဘုရားသခင်၏ မေတ္တာတော်အားဖြင့် အထူး ကျေးဇူးတင်ပါသည်။

# 7 ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်နှင့်အစိုးရများအားလုံးထံသို့ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်ထံမှ အရေးပေါ်သတင်းစကား

လေးစားအပ်ပါသော ခေါင်းဆောင်ကြီးများနှင့် အစိုးရအရာရှိကြီးများ၊ ယနေ့အထိ ကမ္ဘာကြီးကို မနေမနား ကယ်တင်ရန် သင်တို့၏ ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခဲ့မှုများအတွက် ကျွန်ုပ်မှ အထူးကျေးဇူးတင်ပါသည်။ မည်သည့်အရာကို မှန်သည်မှားသည်ဟု သင်တို့ ခွဲခြားသိရှိနိုင်သူများ ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုပ်သိနားလည် ယုံကြည်ထားပါသောကြောင့် ယခုပေးစာမှာ  သင်တို့သတိဝင်လာအောင် လက်တို့လိုက်သည့် သဘောသာလျှင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်ပြောလိုရင်းမှာ သင်တို့သည် မိမိတို့အုပ်ချုပ်ကြီးကြပ်မှုအောက်ရှိ "တိရစ္ဆာန်" ဟုခေါ်သော လူသားများနှင့် အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ဖက် သက်ရှိသတ္တဝါတိုင်းအားကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးသွားရန် တာဝန် ရှိပါသည်။ ထိုတိရစ္ဆာန်များသည် လူသားတို့ ထားရာနေစေရာသွားဘဝ၌ သနားစဖွယ် အားကိုးရာမဲ့ ဖြစ်နေကြပါသည်။ အမှန်ဆိုရပါက **လူသားဆန်သော သတ်ဖြတ်မှု ဟူ၍ မရှိပါ**။ အပြစ်မဲ့သူများအား အစုလိုက်အပြုံလိုက်သတ်ဖြတ်နိုင်သည့် တရားဝင်မှုမျိုး မရှိပါ။ **ကမ္ဘာကြီး မီးလောင်နေပါသည်။** အချိန်မရွေး ပိုမို ဆိုးရွားလာနိုင်သည့် ခြိမ်းခြောက်မှုအန္တရာယ်အောက်၌ **လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များ စိုးရိမ်ဖွယ်ရာနှုန်းထားဖြင့် သေကြေပျက်စီးနေကြပါသည်။** တစ်နေ့တစ်ခြား ပိုမိုထူးခြားသစ်ဆန်းသော ရောဂါဘယဒုက္ခများဖြင့် ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ကမ္ဘာမြေကြီးသည် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဒဏ်ပေးနေပါသည်။

သေကြေပျက်စီးမှုနမိတ်လက္ခဏာ များသည် နေရာတိုင်းလိုလို၌ သိသာထင်ရှားစွာ ပေါ်ထွက်လျက် ရှိနေပါသည်။ ထင်ရှား သိသာသော **အဝါရောင်အဆင့် သတိပေးလက္ခဏာများ** ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း ပေါ်ထွက်နေ ပါသည်! ရာသီဥတုပြောင်းလဲမတည်ငြိမ်မှုမှာ အရှိန်မြှင့်တက်လျက် ရှိနေပါသည်။ တိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေး၊ အသားငါး၊ ဥ၊ နို့ထွက်ပစ္စည်း စသည့် တိရစ္ဆာန်ထုတ်ကုန်များဆိုင်ရာ စက်မှုလုပ်ငန်းများမှန်သမျှသည် ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာစေမှုအရင်းခံဖြစ်သည့် အန္တရာယ်ကြီးသော မီသိန်းဓာတ်ငွေ့များစွာအဆိုးဆုံး ထုတ်လွှတ်နေသည့် ရင်းမြစ်နေရာများဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤသူ့အသက်သတ် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်လှသော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို ရပ်တန့်လိုက်ခြင်းသည်ပင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဂြိုဟ်ကမ္ဘာမြေကို အမြန်ဆုံးအေးမြလာစေနိုင်မည့် နည်းလမ်း ဖြစ်သည်။ ဆိုခဲ့သည့် အရာများကို ရပ်တန့်ပစ်နိုင်သောစွမ်းပကား သင်တို့၌ ရှိကြပါသည်။ **တိရစ္ဆာန်များ သေကြေပျက်စီး ဒုက္ခရောက်စေရသော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို လုံးဝကင်းရှင်း ပပျောက်စေမည့် Vegan သက်သတ်လွတ် ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်းအကောင်အထည်ဖော်နိုင်သော** အခွင့်ထူးကြီး သင်တို့၌ ရှိနေပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် လူသားနှင့်တိရစ္ဆာန် အပါအဝင်သတ္တဝါအားလုံးသည် ထိခိုက်နာကျင်ရမှု ဒုက္ခဝေဒနာ နှင့်သောကပရိဒေဝများမှ ကင်းရှင်းနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ အကြင်နာတရား ထားရှိသူက အကြင်နာမေတ္တာတရား ပြန်ရမည် ဖြစ်သလို သနားကရုဏာထားရှိသူ သည်လည်း ကရုဏာတရားကို ပြန်လည်ရရှိမည် ဆိုသော ဥပဒေသကြီးကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကရုဏာတရားဖြင့် ကောင်းကင်ဘုံ၏ ကရုဏာတော်ကို ပြန်လည်ရရှိစေပါ လိမ့်မည်။ ထို့အပြင် **ဤ Vegan**

**သက်သက်လွတ်စားသုံးမှုဥပဒေသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ကယ်တင်ရန် အထိရောက်ဆုံးသော နည်းလမ်းပင်** ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ မည်သို့မှ ရှောင်လွှဲမရနိုင်သော ဤဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရမည်ကို ဆက်လက် ခေါင်းရှောင်မနေပဲ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေ ပြဋ္ဌာန်းပြီး လက်မှတ်ရေးထိုး အတည် ပြုပေးလိုက်ပါ။** နောင်မှ နောင်တမရစေအောင် အချိန်မနှောင်းမီ မှန်ကန်သော ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ရွေးချယ် ချမှတ်ကြပါ။ ပိုမိုဆိုးဝါး ပြင်းထန်သော ရာသီဥတု၊ ကပ်ရောဂါဆိုးများ၊ ထိတ်လန့် ခြောက်ခြားဖွယ်ဖြစ်ရပ်များ၊ အသက်သေကြေပျက်စီးရ မှုများ၊ အဖိုးတန်သယံဇာတ လေလွင့်ပျောက်ကွယ်ရမှုများ၊ ငွေကြေးအကြပ်ဆိုက်မှုများ စသဖြင့် ဘုရားသခင်၏ အမျက်တော် ကျွန်ုပ်တို့အပေါ်သို့ ပိုမိုကျရောက်လာခြင်းမရှိမီ အချိန်မီ ဆုံးဖြတ်ချက်ချ ဆောင်ရွက်ရန် လိုနေပါသည်။ ဘုရားသခင်နှင့်အတူ ကိုယ်တော်၏ အမှုတော်ကို တာဝန်ယူ ထမ်းရွက်ပေးပါ။ **ယခုချက်ချင်းပင် မှန်ကန်သော အရာကို အရေးယူ လုပ်ဆောင်လိုက်ခြင်းအားဖြင့်** သင်တို့၌ ပေါ့ပါးစင်ကြယ်မှုနှင့် ချမ်းမြေ့ပျော်ရွှင်မှုတို့ ရရှိခံစားနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ကမ္ဘာလောကကြီးအား ကယ်တင်ရန် **သက်သက်လွတ်စားသုံးမှု ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်းလိုက်ပါ။ သက်သက်လွတ် စားသုံးခြင်းကို ဥပဒေအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်း သတ်မှတ်ပေးလိုက်ပါ။**

7 ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်နှင့်အစိုးရများအားလုံးထံသို့ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်ထံမှ
အရေးပေါ်သတင်းစကား | 54

ဤအိတ်ဖွင့်ပေးစာသည် ကမ္ဘာ့ဦးစီးခေါင်းဆောင်များနှင့် အစိုးရများ အားလုံးအတွက် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ဦးစွာအားဖြင့် တိုင်းသူပြည်သားများ၏ လူနေမှုဘဝအဆင့်အတန်းကို ပိုမိုနှစ်လိုဖွယ်ရာအဆင့်သို့ အဖက်ဖက်၌ မြှင့်တင်ပေးနိုင်ရန်အလို့ငှာ ပုံသေမသတ်မှတ်နိုင်သည့် ရှည်လျားလှစွာသော အလုပ်ချိန်များဖြင့် မိမိတို့၏ တစ်ကိုယ်ရေတစ်ကာယပျော်ရွှင်မှု၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးကျန်းမာရေးနှင့် အဖိုးတန်ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ချိန်များကို စွန့်လွှတ်လျက်၊ ရံဖန်ရံခါ၌ ဝေဖန်ပြစ်တင်မှုများကိုပင် ခံယူရင်းဖြင့် ဆောင်ရွက်နေသည့် သင်တို့၏ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုများအတွက် စိတ်ရင်း စေတနာအမှန်ဖြင့် ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း ကျွန်ုပ်မှ ပြောကြားလိုပါသည်။ မိမိတို့ ရနိုင်သမျှ ရင်းမြစ်များဖြင့် အကောင်းဆုံးကြိုးပမ်း စီမံလျက်ရှိကြကုန်သော ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်များ၊ အစိုးရအဖွဲ့၏ အရေးပါသူ ဝန်ကြီးများနှင့် ရာထူးတာဝန်အကြီးပိုင်းများအား အထူးသဖြင့် ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း ကျွန်ုပ်မှ ထပ်ဆင့်၍ ပြောကြား လိုပါသည်။ ကျွန်ုပ်မှ သင်တို့ကို ဤကဲ့သို့ ထိစမ်းမြင်တွေ့မှု မပြုနိုင်သော စိတ်ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများအားဖြင့် သင့်တို့အား ကူညီပေးနေပါသည်။ အကြွင်းမဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ လေးစားမှုနှင့် စေတနာမွန်များဖြင့် သင်တို့၏ မေးခွန်းသံသယများအား ဖြေကြားပေးရန်နှင့် ယခင်ပေးပို့စာများတွင်းရှိ မရှင်းလင်းလှသေးသော ကျွန်ုပ်၏ရည်စူးဆန္ဒကို ထပ်ဆင့် ရှင်းလင်းသွားစေရန် ရည်ရွယ်လျက် ဤစာကို ယခုလေလျှင်းမှတစ်ဆင့် ပေးပို့လိုက်ပါသည်။ မသေမှုချပင် အရေးကြီးဆုံးသော အဖြေမှာ လူသားဆန်စွာ မည်သို့သတ်ဖြတ်ရမည် ဆိုသည် မဟုတ်ဘဲ၊ **လုံးဝအသက်မသတ်ရေး၊** တိရစ္ဆာန်ထွက်ပစ္စည်းများ လုံးဝ လက်မခံရေးသာ ဖြစ်ပါသည်။

လေးစားရပါသော ခေါင်းဆောင်များနှင့် အစိုးရအရာရှိကြီးများ၊ မိမိတတ်စွမ်းသမျှ ယနေ့အချိန်အထိ ကမ္ဘာလောကကြီးကို အကောင်းဆုံး ထောက်ပံ့ကူညီ ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သမျှအတွက် ကျွန်ုပ်မှ အမှန်ပင် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဘုရင်မင်းမြတ်များ၊ မိဖုရားခေါင်ကြီးများ၊ မင်းသားများ၊ မင်းသမီးများ၊ ဝန်ကြီးချုပ်များ၊ သမ္မတများ၊ ဌာနဆိုင်ရာအသီးသီးမှ ဝန်ကြီးများ စသည့် အမြင့်ဆုံးခေါင်းဆောင်မှု ရာထူးနေရာများ အသီးသီးရှိ လူပုဂ္ဂိုလ်များကိုလဲ အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း ပြောကြားလိုပါသည်။ အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ သင်တို့လုပ်ဆောင်ပေးလာခဲ့သမျှအတွက် ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားများ ကိုယ်စား ကျွန်ုပ်မှ လေးမြတ်စွာ အသိအမှတ်ပြုပါသည်။ ခေါင်းဆောင်မှုအခန်းကဏ္ဍတာဝန်ဖြင့် မတူကွဲပြားသည့် စရိုက်အမြင်ရှိသူများနှင့် အတူလက်တွဲလုပ်ကိုင်ရမှုမှာ သင်တို့အတွက် လွယ်ကူသော အရာမဟုတ်ကြောင်း ကျွန်ုပ်သိနားလည်ပါသည်။ ဆိုင်ရာအကြောင်းကိစ္စကို မည်သို့မှန်မှန်ကန်ကန်

လုပ်ဆောင်ရမည်ကို သင်တို့ သိပြီးသားဟု ကျွန်ုပ်နားလည်ပါသောကြောင့် ယခုပေးစာမှာ သင်တို့ သတိပြုနိုင်ရန် ကျွန်ုပ်၏ လက်တို့လိုက်မှုသာ ဖြစ်ပါသည်။ ဟုတ်ပါသည်။ အကူအညီ လိုအပ်နေသည့် မိမိတို့ အပါအဝင် မိမိတို့နှင့် အတူမှီတင်းနေထိုင်ဖော်တိရစ္ဆာန်များအား နေရာကဏ္ဍတိုင်း၌ ရှေ့ဆောင်၍ အကူအညီပေးနိုင်ရန် ရွေးချယ်ခံထားရသူ သင်တို့သည် ဉာဏ်ပညာ ကြီးမားသူများ ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအရာကိစ္စများကို မသိနားမလည်ဘဲ ရှိမည် မဟုတ်ပါ။ သင်တို့ မိမိဘာလုပ်ရမည်ကို ကောင်းကောင်း သိကြပါသည်။ ကမ္ဘာလောကအတွက် အမှန်စင်စစ် လုပ်ဆောင်ပေးစရာ အရာကိစ္စများမှာ မည်သည်တို့ ဖြစ်ကြောင်းကို သင်တို့၏ စိတ်နှလုံးထဲမှ သိရှိပါသည်။ တရားမျှတမှုကို ဖော်ဆောင်၍ ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများကို စောင့်ရှောက်ရန်မှာ ကမ္ဘာမြေပေါ် ရှိ သင်တို့၏ အလုပ်တာဝန်ဝတ္တရား ဖြစ်သည်ဟု ကောင်းကင်ဘုံမှ သတ်မှတ်ထားကြောင်းနှင့် ထိုတာဝန်ကို မှန်ကန်ကျေပွန်စွာ မထမ်းရွက်ပေးခြင်း၏ အကျိုးဆက်ကိုလည်း သင်တို့ သိရှိကြပါသည်။ သင်တို့သည် မိမိတို့၏ ကြီးကြပ်စောင့်ရှောက်မှုအောက်ရှိ တိုင်းသူပြည်သားချင်းများနှင့် တိရစ္ဆာန်ဟုခေါ်သော အတူမှီတင်းနေထိုင်သူသတ္တဝါတိုင်းကို ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ပေးသွားရပါမည်။ ထိုတိရစ္ဆာန်များသည် လူသားတို့ စိတ်လိုသလို ထားရာနေ စေရာသွား ဘဝ၌ သနားစဖွယ် အားကိုးရာမဲ့ ဖြစ်နေကြပါသည်။ အစိုးရအဖွဲ့တွင်း တာဝန်ထမ်းဆောင်နေကြသော သင်တို့ထံ စာအစောင်ရေများစွာ ကျွန်ုပ်ရေးသားပေးပို့ခဲ့ရာ၌ မေးမြန်း စာပြန်လာသည်များ များစွာ ရှိပါသည်။ ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်ရန် အချိန်ယူသုံးသပ်နေဆဲ ဖြစ်တန်ရာသည့် လူတစ်ချို့မှာမူ စာပြန်ကြားလာခြင်း မရှိသေးပါ။ နှလုံးကြေကွဲဖွယ်ရာပင် ဖြစ်သည် မဟုတ်ပါလား။ တိရစ္ဆာန်တို့၏ ပြင်းစွာသော ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် အော်ဟစ်သံများကို ကျွန်ုပ်ပင် ကြားသိနိုင်ပါလျှင် အသင်တို့ အဘယ်ကြောင့် မကြားသိဘဲ ရှိရမည်နည်း။ သင်တို့တွင် ကျန်းမာရေး စသည့် အရေးကိစ္စ များအတွက် ပိုမိုသော ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုများ ရရှိကြပါသည်။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူ တိုင်းသူပြည်သား များမှာမူ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခံရမှု ပိုမို နည်းပါးကြပြီး၊ အများစုမှာ မိမိတို့ လိုအပ်နေသော ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ရေးဝန်ဆောင်မှုကို လက်လှမ်းမမှီနိုင်ကြပါ။ တိရစ္ဆာန်များ ဖြစ်ပါမူ ထုတ်ဖော်ပြောဆို ရွေးချယ်ခွင့် တစ်စုံတစ်ရာ လုံးဝ မရှိကြသည့်အပြင် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးမည့် မည်သည့် ရှေ့နေမှုလည်း မရှိပါ။ ကျွန်ုပ်တို့အပေါ်နှင့် တိရစ္ဆာန်များအပေါ် ကောင်းကင်ဘုံ၏ သနားကြင်နာမှု ကရုဏာတော် သက်ရောက်ပါစေကြောင်း ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သအပ်ပါသည်။ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်စွာ ပြုမူခံနေရသော အကူအညီ လုံးဝကင်းမဲ့နေသည့် ၎င်းတို့၏ အခြေအနေကို ကိုယ်ချင်းစာကြည့်ကြပါရန်

တိုက်တွန်းလိုပါသည်။ ဤကိစ္စတို့နှင့် ပတ်သက်၍ သင်တို့ စဉ်းစားနေသေးတုံးပင်လား။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကိုလည်းကောင်း၊ ဤဂြိုဟ်ကမ္ဘာပေါ် ရှိ သတ္တဝါအားလုံးကိုလည်းကောင်း ကောင်းကင်ဘုံမှ ပေးသနားတော်မူသော အကူအညီများအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ အာမင်။

တိရစ္ဆာန်များ၌ စိတ်ဝိညာဉ် ဉာဏ်ပညာ အသိဗဟုသုများ အပြင် မြင်တွေ့/မမြင်တွေ့ရသော အချို့အဲ့ဖွယ်စွမ်းရည်ထူးများကိုပင် ပိုင်ဆိုင်ထားကြပြီး၊ ရံဖန်ခါရံခါ ထိုအံ့သြဖွယ်ရာအရာကို ကျွန်ုပ်တို့မြင်တွေ့ရတတ်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့သော အကြောင်းအရာများအထဲမှ ကျွန်ုပ်ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည့်အဖြစ်အပျက်ကို သင်တို့အား ပြန်လည် ဖောက်သည်ချ ပြောပြလိုပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အတော်အတန်ခေါင်ကျမြင့်မားသည့် တောင်တန်းဒေသ၌ နေထိုင်ပြီး၊ ကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်အနီးလာ၍သစ်မြစ်အချို့ တူးဖော်စားသောက်ကြသော မျောက်အချို့ ရှိပါသည်။ ထိုမျောက်များလာတိုင်းအစားအစာအချို့ကို ကျွန်ုပ်ပေးကမ်းလာခဲ့ရာ ၎င်းတို့မှ အမြဲပင် ကျွန်ုပ်အား "ကျေးဇူးပါ" ဟုဆိုကြပါသည်။ ထိုအခါ ကျွန်ုပ်မှ သူတို့အား "ကောင်းကင်ဘုံကိုသာ ကျေးဇူးတင်ပါ။ ကျွန်ုပ်မှာကောင်းကင်ဘုံ၏ လက်ဆောင်မွန်ကို သင်တို့ထံ တစ်ဆင့်ပေးပို့ပေးသူသာ ဖြစ်ပါသည်" ဟုပြန်ပြောပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ၎င်းတို့သည် ကျွန်ုပ်နှင့် တွေ့ဆုံသည့်အခါတိုင်း "ဝူး! ဝူး!" ဟုဆိုမြည်၍"အသင်ကျန်းမာချမ်းသာပါစေ"ဟု နှုတ်ခွန်းဆက်သမှု၊ "အဲရ်" ဟု အသံပြု၍ ကျေးဇူးတင်မှု ပြုလေ့ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်အနေနှင့် အမြဲတမ်း ၎င်းတို့အား စောင့်ဆိုင်းအစာကျွေးရန် မဖြစ်နိုင်သောကြောင့်အစားအစာကို အပြင်ဘက်တွင် ထားရှိပြီး အတွင်း၌ မိမိကိစ္စကို ဆောင်ရွက်နေသည့် အခါမျိုး၌အစာစားပြီးသွားသည့်တိုင်အောင် ၎င်းတို့မှ ကျွန်ုပ်အား ဆက်လက် စောင့်ဆိုင်းနေစမြဲ ဖြစ်ပါသည်။မျောက်အုပ်စုအကြီးအကဲသည် ကျွန်ုပ် အပြင်သို့ ထွက်လာသည်အထိ သို့မဟုတ် ပြတင်းပေါက်တစ်နေရာ၌ ကျွန်ုပ်အား မြင်တွေ့ရသည်အထိ စောင့်ဆိုင်းကာ "အဲရ်!" ဟု ကျေးဇူးတင်စကားဆိုနှုတ်ဆက်ပြီးမှသာ ပြန်သွားလေ့ ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်အား ကူညီခဲ့ကြသော သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏အသိဉာဏ်ကို ထင်ရှားပြခဲ့ကြသော တိရစ္ဆာန်များကို ကျွန်ုပ်ကြိမ်ဖန်များစွာ ကြုံတွေ့ရဖူးပါသည်၊သို့ရာတွင် ဤနေရာ၌ ထိုဇာတ်ကြောင်းအားလုံးကို ပြန်ပြောင်းပြောပြရန် ကျွန်ုပ်တို့၌ အချိန်များစွာမရှိပါ။ ကျွန်ုပ်၏အသက်ကို ကယ်ဆယ်ခဲ့ဖူးသော ပင့်ကူနောက်တစ်ကောင်အကြောင်းကို ပြောပြလိုပါသေးသည်။ ကျွန်ုပ်၏ လက်ဖဝါးထက်ပင် ပိုလွန်သည့် အလွန်အကောင်ကြီးသောပင့်ကူ ဖြစ်ပြီး၊ကျွန်ုပ်၏ ဆန့်ထုတ်လိုက်သော လက်ဖဝါး အရွယ်အစားခန့်မျှ ရှိပါသည်။ တစ်ည တရားထိုင်ပြီးနောက်

နံနက်နှစ်နာရီခန့်တွင် နေ့စဉ်မှတ်တမ်း၌ တစ်စုံတစ်ခု ရေးမှတ်လိုသောကြောင့် ကျွန်ုပ် တရားထိုင်ရာမှ ထလိုက်ရာတွင် ပင့်ကူကြီးကို ကျွန်ုပ်တွေ့မြင်လိုက်ရပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်ုပ်အား သတိပေးရန် လာရောက်ခြင်း ဖြစ်ပြီး၊ ဤသည်မှာ ဒုတိယအကြိမ်မြောက် ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်မှ "ဒီကနေ့ဘာကိစ္စလဲ"ဟု မေးမြန်းရာ ၎င်းက ကျွန်ုပ်အား "မီးမပိတ်လိုက်ပါနှင့်။ ဆိုဖာနှင့် ခပ်ခွာခွာနေပါ" ဟုပြောသဖြင့် "အဘယ်အကြောင်းကြောင့်လဲ"ဟု စဉ်းစားနေစဉ်မှာပင် ကျွန်ုပ်ထိုင်ရာ နေရာဆီသို့ ရောက်လုနီးပါး တွားသွားဝင်လာနေသည့် မြွေတစ်ကောင်ကို မြင်လိုက်ရပါသည်။ ထိုအဖြစ်ကြောင့် ကျွန်ုပ်သည် အကောင်ဗလောင်ဖမ်းလိပ်ပြာပိုက်ကွန်ဖြင့် ထိုမြွေအား ခပ်ယူထည့်သွင်းပြီး အပြင်၌ သွားရောက်လွှတ်ပေးခဲ့ပါသည်။ အလွန်အဆိပ်ပြင်းသော မြွေဖြစ်ကြောင်းကို ၎င်း၏ အရောင်အဆင်းနှင့် တြိဂံပုံသဏ္ဍာန်ဦးခေါင်းအား ကြည့်ခြင်းဖြင့် သိရှိနိုင်ပြီး၊ ထိုနေ့က ကျွန်ုပ်အသက်ကို ကယ်ဆယ်ခဲ့သော ပင့်ကူကြီးကို စိတ်ထဲမှ နှစ်နှစ်ကာကာပင် ကျေးဇူးတင်မိပါသည်။ ဆိုခဲ့သည့် မျောက်များဇာတ်လမ်းမှာ ပိုမိုရှည်လျားစွာ ရှိပါသေးသော်လည်း စာရှည်လျားနေမည် စိုးသဖြင့် ထိုတိရစ္ဆာန်များအကြောင်းကို သင်တို့အား ဆက်၍ မပြောပြတော့ပါ။ အဆိုပါ အကြောင်းအရာများအား နောင်အကြောင်းသင့်သော အချိန်၌ ကျွန်ုပ်၏တပည့်တပန်းများကိုမူ ပြန်လည် ပြောပြဖြစ်ကောင်း ပြောဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ဆိုခဲ့သည့် မျောက်နှင့် ပင့်ကူများအပြင် ၎င်းတို့၏ ဉာဏ်ရည်နှင့် စိတ်ထားကောင်းကို ပြခဲ့ကြသော ရှဉ့် စသည့် အခြားတိရစ္ဆာန်များအကြောင်း များစွာ ရှိပါသေးသည်။ ခုနအကြောင်းအရာကို ပြန်ဆက်ရပါက "အသင် ကျွန်ုပ်အား ကူညီခဲ့သည်မှာ ဒုတိယအကြိမ် ရှိပါပြီ။ အသင်သည် ကျွန်ုပ်အပေါ် အဘယ့်ကြောင့် ဤမျှ ကောင်းရပါသနည်း။"ဟု မမေးမနေနိုင် ကျွန်ုပ်မှ ထိုပင့်ကူအား မေးမြန်းခဲ့ပါသည်။ ထိုအခါ ပင့်ကူက "အသင်သည် ကျွန်ုပ်တို့ကိုသတ်ဖြတ်ရန် ဘယ်အခါမျှ မကြိုးစားခဲ့ဖူးသည့် စိတ်ထားအလွန်ကောင်းသူ ဖြစ်ခြင်းကြောင့်ပါ" ဟု ပြန်ဖြေပါသည်။ ကျွန်ုပ်ကလည်း "အသင့်ကို သတ်ဖို့လား! ဤအတွေးမျိုး တစ်ခါမှ မဝင်မိပါ" ဟု ပြန်လည် ပြောကြားခဲ့ပါသည်။ "ကျွန်ုပ်တို့ပင့်ကူတစ်မျိုးတည်းသာ မဟုတ်ဘဲ အသင်သည် မိမိ၏ အိမ်တွင်းရှိ အင်းဆက်ပိုးမွှားများကိုလည်း ဒုက္ခမရောက်စေခဲ့ဖူးပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ အင်းဆက်ပိုးမွှားအနွယ်များအား မည်သည့်အခါမှ အသင် မသတ်ဖြတ်ခဲ့ဖူးပါ။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ ကလည်း အသင့်အား ပြန်လည် ကူညီခြင်း ဖြစ်ပါသည်"ဟု ပင့်ကူမှ ပြန်ပြောခဲ့ပါသည်။ ထိုအတိုင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

တိရစ္ဆာန်များသည် အံ့သြဖွယ် ကောင်းလှပါသည်။ သတ္တဝါအားလုံး အချင်းချင်း ဘာသာစကားမလိုဘဲ ဆက်သွယ်ရန် အလွန်အဆင်ပြေသော တစ်လောကလုံးသုံး စိတ်ချင်းဆက်သွယ်မှုစွမ်းရည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ မစောင့်ရှောက်ထားနိုင်ခြင်းမှာ ဝမ်းနည်းဖွယ်ရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ ထွေပြားလှသော ဘာသာစကားများ ကျွန်ုပ်တို့တွင် ရှိနေသလို တိရစ္ဆာန်များ၌လည်း ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ဘာသာစကားများ ရှိနေခြင်းကြောင့် အတွင်းစိတ်သုံးဆက်သွယ်မှုစွမ်းရည်ကိုသာ ကျွန်ုပ်တို့ ပြန်လည်အောက်မေ့အမှတ်ရနိုင်ခဲ့ပါက ပိုများစွာ အဆင်ပြေမည် ဖြစ်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်များသာမက အပင်တို့ပင် ကြိမ်ဖန်များစွာ ကျွန်ုပ်ကို ကူညီခဲ့ကြပြီး ကျွန်ုပ်အပေါ် ၎င်းတို့၏ ကျေးဇူးကြွေးများစွာ ရှိပါသည်။

မကြာသေးမီကအထိ ကျွန်ုပ်သည် ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့်တိရစ္ဆာန်များငြိမ်းချမ်းရေးဆိုင်ရာ ဟောပြောပွဲ မိန့်ခွန်းများစွာကို ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး၊ ထိုမှ ဆက်နွယ်အကြွင်းအကျန် အဖျက်စွမ်းအားများသည် ကျွန်ုပ်အား လာရောက် အနှောင့်အယှက်ပေးလျက် အမျိုးမျိုးသော အခက်အခဲများဖြစ်အောင် ဖန်တီးနေကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်အား တိုက်ရိုက်အနှောင့်ယှက်ပေးရန် မဖြစ်နိုင်သည့်တိုင်အောင် ကျွန်ုပ်၏ လက်ထောက် စသည့် ကျွန်ုပ်အနီးအနားလူများကို တစ်စုံရာရာ လာရောက်ဒုက္ခပေးနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ ကျွန်ုပ်၏ အချိန်ပြုန်းတီးစေပြီး၊ ပြင်းထန်သော တရားအားထုတ်မှုအပေါ် အာရုံပျက်ပြား အနှောင့်အယှက်ပေးရန် သက်သက်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် တရားကျင့်စဉ်ကာလထဲတွင် ရှိနေဆဲဖြစ်သော်လည်း သင်တို့ထံ စာပို့သတင်းစကားပါးရန် ဘုရားသခင်မှ ကျွန်ုပ်အား မိန့်ကြားလာခဲ့ပါသည်။ သို့သော် ယခင်ကကဲ့သို့ သင်တို့ တစ်ဦးချင်းစီထံသို့ အမြဲမပြတ် စာရေးသား သတိပေးနေရန် လောလောဆယ် ကျွန်ုပ်၌ အချိန်လုံလောက်စွာ မရှိသဖြင့် သင်တို့အတွက် သတင်းစကားကို နားထောင်ရန် ပိုမို အဆင်ပြေနိုင်ကောင်းသည့် လေလှိုင်းမှတစ်ဆင့် ဤစာသားသတင်းစကားကို ပေးပို့လိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆိုရပါက **Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုပုံစံ၊ Vegan သက်သတ်လွတ်ကမ္ဘာ** သည်သာပင် ကမ္ဘာမြေပေါ်ရှိ သတ္တဝါအားလုံးအတွက် ခိုင်မြဲသည့် ထာဝရ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် အတူ ကမ္ဘာဂြိုဟ်ကို ကယ်တင်နိုင်မည့် တစ်ခုတည်းသာ အဖြေ ဖြစ်ပါသည်။ သင်တို့ အနေနှင့် မိမိတို့ ဘာလုပ်ရမည်ကို သိရှိပြီး ဖြစ်မည်ဟု ကျွန်ုပ်မှ အဟုတ်အမှန် မျှော်လင့်ယူဆပါသည်။ Vegan သက်သတ်လွတ်ကမ္ဘာလောကဆီသို့ ဦးတည်နေသော ကောင်းမြတ်သော ကနဦး ခြေလှမ်းငယ် အချို့ကို ကျွန်ုပ်မြင်နေရပါသည်။ အနည်းဆုံးအားဖြင့် များစွာသော ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများသည် နိမ့်ပါးသော နိုင်ငံများနှင့်

အကူအညီလိုအပ်နေသူတို့အား ကူညီထောက်ပံ့နေသည်ကို တွေ့နေရပြီး ထိုအတွက် ကျွန်ုပ်အလွန်ပင် ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ ဤသည်မှာ ဘုရားသခင်၏ ကျေးဇူးတော်ကြောင့်ပင် ဖြစ်ပြီး၊ ဘုရားသခင်၏ ကောင်းချီးမင်္ဂလာများ သင်တို့အပေါ် ကျရောက်ပါစေဟု ကျွန်ုပ်ဆုမွန်ကောင်း တောင်းပေးအပ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကသည် ပိုမို ကောင်းမွန်လာနေသည်မှာ မုချအမှန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ **သို့ရာတွင် ယခုလက်ရှိ ကျွန်ုပ်တို့မှ Vegan "သက်သတ်လွတ်"ဟု ခေါ်ဆိုသည့် နောက်ထပ် လှမ်းစရာ ခြေလှမ်းတစ်လှမ်း ကျန်ရှိနေပါသေးသည်**။ ထိုသို့ ဖြစ်လာပါက အရာခပ်သိမ်း ပြီးပြည့်စုံသွားလိမ့်မည်ကို သင်တို့ ကေန်မုချ တွေ့မြင်ကြရပါလိမ့်မည်။ အရာခပ်သိမ်း ငြိမ်းချမ်းသွားပြီး၊ လူသားတိုင်း စိတ်အေးချမ်းသာစွာ ပျော်ရွှင်မှု ရကြပါလိမ့်မည်။ ယခုထက် ပိုမိုသည့် ပျော်ရွှင်ငြိမ်းချမ်းမှုဖြင့် သာယာဝပြောသော နတ်ပြည်သုခဘုံပင် ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

သို့ရာတွင် Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေတစ်ရပ် ထွက်ရှိလာစေရန်၊ လူတိုင်း Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးကြရန် ၊ အသား ငါး ဥ နို့ စားသုံးမှုများ ပပျောက်စေရန် မည်သို့ပြောကြားဆောင်ရွက်ရမည်ကို သင်တို့ ချီတုံချတုံ စဉ်းစားနေကြဆဲ ဖြစ်ဟန်တူပါသည်။ အသားဆိုရာ၌ ငါးအပါအဝင် လှုပ်ရှားသွားလာနိုင်သော သက်ရှိသတ္တဝါတိုင်းကို ကျွန်ုပ်ဆိုလိုပါသည်။ ဥများပင်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့အတွက် သတ်ဖြတ်မှုများစွာ ပြုလုပ်ပြီးမှ စားသုံးရသည့် မကောင်းသောအရာသာ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် မည်သည့်တိရစ္ဆာန် မွေးမြူခြင်းမဆိုမှ  မီသိန်းဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်မှုနှင့် လုပ်ငန်းလည်ပတ်လုပ်ကိုင်မှုဆိုင်ရာ အခြားဆက်စပ် ပြဿနာအမျိုးမျိုး တို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ဂြိုဟ်ကမ္ဘာကြီးရာသီဥတုကို ပိုမိုဆိုးရွားစွာ ပြောင်းလဲလာ စေပါသည်။ သင်တို့ စဉ်းစားရခက်နေဆဲ ဖြစ်ပါသလား။ ဤသို့ဖြစ်နေပါက ကျွန်ုပ်တို့ကမ္ဘာလောက သားအား သေကြေမှု အများဆုံးဖြစ်စေသော ရန်သူနှင့်ရင်ဆိုင်တွေ့ရမှုမှ ရှောင်ရှားရန် သင်တို့ အထူး ကြိုးစားနေကြခြင်း ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထိုရန်သူသည် လူသားဂုဏ်အဆင့်အတန်းကို နိမ့်ကျစေခြင်း၊ နေ့စဉ်မပြတ် လူသားတို့နှင့် တိရစ္ဆာန် ဘီလီယံပေါင်းများစွာကို သေကြေပျက်စီးစေခြင်း၊ အခြားသော သက်ရှိသတ္တဝါ ဘီလီယံပေါင်းများစွာကို ကိုယ်လက်အင်္ဂါချို့တဲ့စေခြင်းနှင့် မသန်မစွမ်းဖြစ်စေခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နေသည့် တရားခံ ဖြစ်ကြောင်းကို သတိချပ်စေလိုပါသည်။!!! ဤသို့စဉ်းစားနေရန် ကျွန်ုပ်တို့၌ အချိန်မရှိတော့ပါ။ **ကျေးဇူးပြု၍ အဆောတလျင် အရေးယူ ဆောင်ရွက်ကြပါ။ ဆိုခဲ့သည့် အရာခပ်သိမ်းကို ကျွန်ုပ်တို့ လုံးဝ တားဆီးရပ်တန့်ရပါမည်**။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ယဉ်ကျေးမှုရှိသော၊

ဉာဏ်ပညာရှိသော သက်ရှိသတ္တဝါမျိုးနွယ် ဖြစ်ပါသည်။ ယခုပင် 21 ရာစုနှစ်တွင်းသို့ ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်နေပါပြီ။ သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် မေတ္တာ ကရုဏာတရား ထားရှိကြရန်ကို ကျွန်ုပ်တို့ထံ ဆရာသခင်အဆူဆူ ကြွရောက်သင်ပြပေးလာခဲ့ကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ အခြားသောသတ္တဝါနှင့် လူသားများကို ဆက်လက် သတ်ဖြတ်နေခြင်းအား ကျွန်ုပ်တို့ လက်ခံခွင့်ပြုရန် မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ဤအရာအားလုံးကို ရပ်တန့်စေနိုင်သော ဩဇာအာဏာ သင်တို့၌ ရှိပါသည်။ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်းအကောင်အထည်ဖော်လျက် တိရစ္ဆာန်များ နာကျင်ကြေကွဲ ဒုက္ခဆင်းရဲရောက်စေသည့် လုပ်ငန်းများ လုံးဝ မရှိစေတော့အောင် လုပ်ဆောင်ရန်၊** လူသားများနှင့် တိရစ္ဆာန်များ အပါအဝင် သတ္တဝါအားလုံးတွင် နာကျင်ခြင်း၊ ပြင်းစွာဝေဒနာခံစားရခြင်း စသည့် အဖြစ်မျိုး လုံးဝမရှိစေတော့အောင် လုပ်ဆောင်ရန် သင်တို့၌ အခွင့်ထူး ရှိကြပါသည်။ **တိရစ္ဆာန်နှင့်စပ်ဆိုင်ရာဥပဒေ / တိရစ္ဆာန် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး ဥပဒေ** ထုတ်ပြန်ပြဋ္ဌာန်းပေးခြင်းသည်သာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ဆိုလိုသည်မှာ **Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးရေးဥပဒေ** ထုတ်ပြန်ရန် ဖြစ်ပြီး၊ ဤသို့အားဖြင့် တိရစ္ဆာန်တို့အပေါ် မည်သည့် ထိခိုက်နစ်နာမှု၊ နာကျင်မှု၊ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မှုများကိုမျှ ထပ်မံ မဖြစ်ပွားစေရန် ဖြစ်ပါသည်။ မေတ္တာသည် မေတ္တာတရားကို မွေးဖွားစေတတ်ပြီး၊ ကရုဏာတရား သည်လည်း ကရုဏာတရားကိုပင် ပြန်လည်ရရှိစေတတ်သည့် သဘောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ကြင်နာ သနားမှုဖြင့် ကောင်းကင်ဘုံ၏ ကရုဏာတော်ကို သင်တို့ ပြန်လည် ရရှိကြပါလိမ့်မည်။ “သင်စိုက်သည့် အရာကို သင်ပြန်ရိတ်သိမ်းရလိမ့်မည်” ဆိုသည့် သမ္မာကျမ်းစာလာ သဘောအတိုင်းပင် ဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာ့ပင်မဘာသာကြီးများအားလုံးက ထိုသဘောတရားကိုပင် သွန်သင်ထားပါသည်။ အချုပ်ဆိုရပါက **ဤသက်သတ်လွတ်ဥပဒေသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ကယ်တင်ရန် အထိရောက်ဆုံးသော နည်းလမ်းပင် ဖြစ်ပါသည်။**

ကုလသမဂ္ဂ၏ သိပ္ပံသုတေသနအစီရင်ခံစာများနှင့် သတိပေးချက်များအရ အသား ငါး ဥ နို့ မွေးမြူဖမ်းဆီး စားသုံးမှုနှင့် သားရေထည်လုပ်ငန်း၊ တိရစ္ဆာန်ခွဲစိတ်စမ်းသပ်မှု စသဖြင့် **အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်ဖြစ်စေ သားရိုင်းတိရစ္ဆာန် ဖြစ်စေကို ထိခိုက်နာကျင်အောင် လုပ်ဆောင်ချက်မှန်သမျှသည် ကမ္ဘာလောကကြီး အတွက် ဆိုးကျိုးဖြစ်စေကြောင်းကို** ယခုအခါ သင်တို့ကောင်းစွာ သိရှိထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ အသီးသီးသည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုအရှိန်လျှော့ချရေး၊ လေထုညစ်ညမ်းမှု လျှော့ကျစေရေးတို့ကို

ပြောဆိုနေကြသော်လည်း အသားငါး၊ ဥ၊ နို့ မွေးမြူထုတ်လုပ်ရေး စသည့် တိရစ္ဆာန်နှင့်စပ်ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းမှန်သမျှ ကမ္ဘာဂြိုဟ်အပူချိန်မြင့်တက်စေသည့် အဆိုးရွားဆုံး မီသိန်းဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်သူ ဖြစ်ကြောင်းကိုမူ ထုတ်မပြောပဲ နှုတ်ဆိတ်နေကြပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သော ဤသားသတ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို ရပ်တန့်စေခြင်းသည်သာလျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာမြေကို အမြန်ဆုံး ပြန်လည်၍ အေးမြစေနိုင်မည့်နည်းလမ်း ဖြစ်ပါသည်။

စကားမစပ် ပင်လယ်တွင်း နူးညံ့သိမ်မွေ့သည့် 'ငါးကြီးများ'အမည်ရ ဝေလငါးများမှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ကယ်တင်ပေးနေသည့် အောက်ဆီဂျင်ထိန်းသိမ်းပေးသူများ ဖြစ်သည်ကို သင်တို့လည်း သိရှိကြပါမည်။ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်($CO_2$)များကို ၎င်းတို့၏ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အလွန်ကြာမြင့်သော ကာလတစ်လျှောက် ထိန်းသိမ်းထားလျက် ကမ္ဘာ့လေထုတွင်းသို့ 50 ရာခိုင်နှုန်းထက်မနည်းသော အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်ကို ပြန်လည် ထုတ်လွှတ်ပေးနေသည်ကို မျက်လုံးထဲ၌ မြင်ယောင်မိကြပါရဲ့လား။ သို့သော်လည်း အစာအတွက်ဖြစ်စေ၊ သိပ္ပံသုတေသနပြုမှု စသည့် အကြောင်းအချက်များပေး၍ ဖြစ်စေ လူတစ်ချို့မှ ၎င်းတို့အား အမဲလိုက်သတ်ဖြတ်နေကြဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ ပင်လယ်တွင်း နှစ်သိန်းပေါင်းများစွာ ကြာအောင် ရှင်သန်တည်ရှိလာခဲ့ကြသော ထိုငါးကြီးများနှင့် ပတ်သက်၍ မည်သည့် သုတေသနမျိုးကို ကျွန်ုပ်တို့ ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်နေပါသေးသနည်း။ သဘာဝအလျောက် ဘေးကင်းစွာ သက်ရှင်နေထိုင်နိုင် အောင်သာ ၎င်းတို့ကို လွှတ်ပေးထားလိုက်ပါ၊ ကျန်သည်ကို ဘုရားသခင်မှပင် တာဝန်ယူ၍ ၎င်းတို့အား စောင့်ရှောက်ပေးတော်မူပါလိမ့်မည်။ ကျွန်ုပ်မှ အစီရင်ခံစာတစ်စောင်ကို သင်တို့အား ဖတ်ကြားပြပါမည်။ မကြာသေးမီက ကျွန်ုပ်တို့၏ Supreme Master Television တွင်ထုတ်လွှင့်ခဲ့သော 2019 ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ 28 ရက်နေ့ Noteworthy News အစီအစဉ်တွင် ပါဝင်ခဲ့သည့် ဒေါက်တာ[ရဲလ်ဖ်] ချမီ ([Ralph] Chami)၊ ဒေါက်တာသောမတ်စ် ကိုစီမာနို (Thomas Cosimano)၊ ဒေါက်တာကွန်နယ် ဖူလန်ကမ့်ပ် (Connel Fullenkamp)နှင့် ဆီနာ အော့ဇ်တိုဆွန်(Sena Oztosun)တို့၏ အစီရင်ခံစာ ဖြစ်၍ သင်တို့ ကိုးကားသိရှိနိုင်ရန် ဤနေရာတွင် ထပ်၍ဖော်ပြအပ်ပါသည်- “အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ငွေကြေးရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (IMF) ၏ အစီရင်ခံစာမှ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန် ဝေလငါးများကို အရေးတကြီး

ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ခြင်း”ဟု ဆိုပါသည်။ ဥာဏ်ပညာကြီးမားလှပါသည်တကား။ “အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှ စီးပွားရေးပညာရှင်များသည် ဝေလငါးများ၏ ကာဗွန်ဖမ်းယူထိန်းသိမ်းထားမှုအခန်းကဏ္ဍနှင့် ပတ်သက်သော သုတေသနများကို လေ့လာဆန်းစစ်ခဲ့ကြပြီး၊ IMF ၏ ‘ဘဏ္ဍာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု (Finance & Development)’ စာစောင်ပါအရ ဝေလငါးတစ်ကောင်သည် ၎င်း၏ သက်တမ်းတစ်လျှောက် ကာဗွန် 33 တန်ခန့်ကို သိုလှောင် ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ပြီး၊ နှိုင်းယှဉ်မှုအားဖြင့်မူ သစ်ပင်တစ်ပင်သည် တစ်နှစ်လျှင် ကာဗွန် 22 ကီလိုဂရမ်အထိသာ စုပ်ယူပေးထားနိုင်သည် ဟု ဆိုထားပါသည်။ ထိုကာဗွန်ဓာတ်များကို ဝေလငါး၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ သိုလှောင်ထားရှိပြီး၊ ၎င်းသေဆုံးသွားပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း ရာနှင့်ချီတိုင်အောင် လေထုအတွင်းသို့ ပြန်မရောက်အောင် တားဆီးထားနိုင်ပါသည်။” ဟု ဆိုပါသည်။ ၎င်းကာဗွန်ဓာတ်ကို ကျွန်ုပ်တို့ကမ္ဘာကြီး၏ လေထုတွင်း ပြန်လည် မရောက်ရှိအောင် ဝေလငါး၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ဖမ်းယူပေးထားနိုင်စွမ်းကို စိတ်ကူးမြင်ယောင်ကြည့်လိုက်ပါ။ အဆိုပါ တိရစ္ဆာန်များအသွင်ဖြင့် ကောင်းကင်တမန်၊ ကယ်တင်ရှင်များကို ကျွန်ုပ်တို့အား ကူညီရန် ဘုရားသခင်မှ ဖန်ဆင်းပေးထားတော်မူခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဝေလငါးများသည် ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာတွင်း၌ သက်ရှင်နေထိုင်ကြပြီး၊ သဘာဝအရ ပင်လယ်တွင်း၌ပင် သက်တမ်းကုန်လွန် သေဆုံးသွားပါက ၎င်းတို့သည် ထိုနေရာ၌ပင် ဆက်လက်ရှိနေကြမည် ဖြစ်ပါသည်။ “ထို့အပြင် ဝေလငါးများ၏ ဘဝရှင်သန်နေထိုင်မှုပုံစံသည် ဖိုက်တိုပလန်တန်မွှားလေးများ၏ ပွားများရှင်သန်နိုင်ရန်ကိုလည်း အားပေးပါသည်။” “ဝေလငါးများသည် လေထုတွင်း အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်ပမာဏ အနည်းဆုံး 50 ရာခိုင်နှုန်းကို ထောက်ပံ့ပေးနေသော ဖိုက်တိုပလန်တန်မွှားလေးများ ထုတ်လုပ်ရာ၌ အကူအညီ ဖြစ်စေလျက် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းနှစ်စဉ်ထုတ်လွှတ် ကာဗွန်ဓာတ် 40 ရာခိုင်နှုန်းကို ဖမ်းယူ ထိန်းသိမ်းပေးနေပါသည်” ဟု ထပ်ပြောပါမည်။ ရာခိုင်နှုန်းလေးဆယ်တောင်ပါ။ ဝေလငါးများသည် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းနှစ်စဉ်ထုတ်လွှတ်နေသည့် စုစုပေါင်းကာဗွန်ပမာဏ၏ 40 ရာခိုင်နှုန်းကို ဖမ်းယူထိန်းသိမ်းပေးနေပါသည်။ ၎င်းတို့၏ သက်တမ်းတစ်လျှောက်လုံး ဖမ်းယူထိန်းသိမ်းပေးသည့် ကာဗွန်ပမာဏသည် တွေးကြည့်ပါက အံ့ဖွယ်အတိပင် ဖြစ်သည်။ ဝေလငါးအားလုံး ထိုအတိုင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်မှာ ၎င်းတို့၏ ဘဝပေးတာဝန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ “ဝေလငါးများသည် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း နှစ်စဉ်ထုတ်လွှတ်သည့် စုစုပေါင်းကာဗွန်ပမာဏ၏ 40 ရာခိုင်နှုန်းကို ဖမ်းယူထိန်းသိမ်းပေးနေသည်” ဟု ကျွန်ုပ်ထပ်ပြောပါမည်။ ထိုသည်ကို ဝေလငါးများ ပြုလုပ်ပေးနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ပြောကြားချက်နှင့်စပ်လျဉ်း၍

သင်တို့ ဖတ်ရှုသုံးသပ်နိုင်ရန် ဝက်ဘ်ဆိုက်လိပ်စာကို ဖော်ပြလိုပါသည်။ သင်တို့ ဖတ်ရှုနိုင်ရန် ၎င်းကို မော်နီတာစခရင်ပေါ်၌ တင်ပေးလိုက်ပါမည်။ ဟုတ်ပါရဲ့လား။

https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/2019/12/natures-solution-to-climate-change-chami.htm

ကျွန်ုပ်တို့၏ ရာသီဥတု အခြေအနေသည် အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ပိုမိုဆိုးရွားလာနေပြီး၊ ကမ္ဘာကြီးသည် အန္တရာယ်ဇုံတွင်း ကျရောက်လျက် ရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် သင်တို့သည် မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်ကို ဆိုသည့် အတွေးဝဲသြဃထဲ တဝဲလည်လည်ဖြင့်သာ ရုန်းမထွက်နိုင်ပဲ ရှိနေကြပါသည်။ သင်တို့သည် အဓိကပင်ရင်းအချက်မှ သွေဖယ်လျက် ဟိုဟိုဒီဒီ တောပြောတောင်ပြော ပြောဆိုနေကြဆဲ ရှိပါသည်။ အခြားသော အရေးကဏ္ဍများစွာကို ဂရုစိုက်နေကြသော်လဲ အဓိကအချက်ကိုမူ မည်သူမှ အလေး မထားကြပါ။ ခြေအိတ်မချွတ်ပဲ ခြေအိတ်ထူကြီး၏ အပြင်ဖက်မှ ကုတ်နေခြင်းကြောင့် အယားမပြေ သကဲ့သို့ ဖြစ်ပါသည်။ ယနေ့ခေတ်တွင် သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုသည် ကမ္ဘာကြီး ပူနွေးလာမှု လျော့ကျစေရန်၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု လျှော့ချ/ရပ်တန့်စေလျက် ရာသီဥတု တည်ငြိမ်အောင် ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ရန် အကောင်းဆုံးနှင့် အထိရောက်ဆုံး နည်းလမ်းဖြစ်ကြောင်းနှင့် အငှားနေထိုင်သူ ကျွန်ုပ်တို့လူသားနှင့် အတူမှီတင်းနေထိုင်သည့် တိရစ္ဆာန်များအားလုံးအတွက် အကျိုးရှိသည် ဆိုသည်ကို သိပ္ပံပညာရှင်များမှ အကြိမ်ပေါင်းမရေမတွက်နိုင် သက်သေအထောက်အထားများစွာဖြင့် ထပ်ခါတလဲလဲ သတိပေးလာခဲ့ကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ဟုတ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤဂြိုဟ်ကမ္ဘာအိမ်ကြီး၏ အိမ်ငှားများ သာလျှင် ဖြစ်ပြီး၊ ကမ္ဘာကြီးပျက်စီးသွားပါက ဆိုးရွားပြင်းထန်သော အကျိုးဆက်ကို မိမိတို့ မခံစားရဘဲ ကင်းလွတ်နိုင်မည်ဟု ပင်မတရားခံဖြစ်သူ မိမိတို့အနေနှင့် မည်သို့မှုစိတ်ကူးယဉ်နေ၍ မဖြစ်နိုင်ပါ။

ဤစာကို စိတ်ထဲပေါ်လာသည့်အတိုင်း စနစ်တကျ စာစီစာကုံးထားခြင်း မရှိဘဲ ချရေးနေခြင်း ဖြစ်သဖြင့် ဖတ်ရှုရ အဆင်မပြေမှုရှိပါက နားလည်ခွင့်လွှတ်ပါရန် တောင်းပန်ပါသည်။ ပြင်းစွာ ပူလောင်နေရသော စိတ်နှလုံးအခြေအနေကြောင့် ချိုချိုသာသာ ဖြစ်စေ၊ ကွေ့ဝိုက်၍ဖြစ်စေ ပြောရန် ကျွန်ုပ် မတတ်သာပါ။ ကမ္ဘာမြေသက်ရှိသတ္တဝါတိုင်းအတွက် ရေရှည်တည်တံ့သော **ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေး** ရရှိနိုင်ရန် **ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးစေရေး** အတွက် စိတ်နှလုံးတွင်း ပြင်းပြသည့် ရည်စူးဆန္ဒ မေတ္တာဖြင့် ဘုရားသခင်၏ လမ်းညွှန်စေစားချက်အရ ဤစာကို ကျွန်ုပ်ရေးသားနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်!

ကျေးဇူးပြုပြီး ဘုရားသခင်ထံ ဆုတောင်း၍ မိမိတို့တာဝန်ကို ထမ်းရွက်ကြပါ။ ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားတို့ကို မှန်ကန်သော ဘဝလမ်းစဉ်သို့ ရှေ့ဆောင်လမ်းပြလျက် ကောင်းကင်ဘုံ၊ ကမ္ဘာမြေကြီးနှင့် သတ္တဝါများ ကျေနပ်အားရ စေအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်သည့်စွမ်းအား သင်တို့၌ ရှိပါသည်၊ သင်တို့ လုပ်နိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားတရား ခန့်ညားရိုသေ၊ ဥပဒေလေးစားလိုက်နာသည့် ရိုးသား အရွယ်ရောက်ပြီးသူ နိုင်ငံသားများ ဖြစ်ကြသဖြင့် ဟန်ဆောင်မြှောက်ပင့် ချီးမွမ်းပြောဆိုရန် လိုအပ်တော့မည် မထင်ပါ။ ကျွန်ုပ်သည် သင်တို့၏ ဖြစ်တည်မှုအနေအထားနှင့် သင်တို့၏ အသိဉာဏ်ပညာကို လေးစားစွာဖြင့် ရိုးသားမှုနှင့် အမှန်တရားမှ သွေဖယ်လျက် အခြား မည်သည့်မဟုတ်မဟတ်အရာမျိုးကိုမျှ သင်တို့အား လာရောက် ပြောကြားမည် မဟုတ်ပါ။ ထို့အပြင် ကောင်းကင်ဘုံ၏ မျက်မှောက်တော်အောက်၌ ကျွန်ုပ်တို့မည်သူမဆို တစ်စုံတစ်ရာကို ဖုံးကွယ်ထားရန် မည်သို့မျှ မဖြစ်နိုင်ပါ။ နေ့စဉ် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသော ပြောမပြနိုင်ဖွယ် ဆင်းရဲဒုက္ခများစွာကို ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ကမ္ဘာမြေကြီးမှ မှတ်တမ်းတင်ထားပါသည်။

ကမ္ဘာလောကတွင်းရှိသတ္တဝါများ သေကြေပျက်စီးစေရမှု အဓိကတရားခံသည် အသားစားသုံးမှု ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး သိရှိကြပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤအချက်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ အစိုးရအချို့သည် အခါများစွာပင် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှု အလွန်နည်းပါးသော၊ လုံးဝမရှိသော အခြား အဖြစ်အပျက်များထံ လူတို့အား အာရုံလွှဲလျက် ဖုံးကွယ်ရန်ပင် ကြိုးပမ်းနေသလို ရှိသည်ဟု ကျွန်ုပ်မြင်ပါသည်။ ဘုရားသခင် (သို့) လူသားဆန်သူဘက်၌ ရပ်တည်လိုပါသလား သို့တည်းမဟုတ် လူသတ်သမားတို့၏ ဘက်၌ပင် ရပ်တည်လိုပါသလားဟု ကျွန်ုပ်တို့ မိမိကိုယ်ကိုပြန်၍ မေးခွန်းထုတ်ကြည့်သင့်ပါသည်။ မိမိကိုယ်ကို ပြန်ဖြေလျက် မိမိစိတ်ရင်းအမှန်ဖြင့်ဖြေဆိုချက်အရ ကျေးဇူးပြု၍ ယခုချက်ချင်းပင် ဆောင်ရွက်ကြပါ။ ဘုရားသခင်၏ ကရုဏာတော်ဘက်မှ ရပ်တည် ဆောင်ရွက်ကြပါ၊ သို့မဟုတ်ပါက လူသတ်သမားများ အဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့ သမိုင်းတွင်သွားကြရပါလိမ့်မည်။ ဤသို့ပြောရခြင်းမှာ ယခုအရေးကိစ္စသည် ယနေ့အထိ ဖြစ်ပွားလာခဲ့သမျှ စစ်ပွဲနှင့်တိုက်ခိုက်သတ်ဖြတ်မှုများအားလုံးပေါင်းထက်ပင် ပိုမိုဆိုးရွားပြင်းထန်သည့် အကျိုးဆက် ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သင်တို့သည် ဉာဏ်ပညာထက်မြက်သူ ဖြစ်ကြသောကြောင့် ထိုအရာကို သိရှိကြမည် ဖြစ်ပါသည်။ လူအများတကာ၏ ခေါင်းဆောင်များအဖြစ် ဆောင်ရွက်စေရန် ရွေးချယ်ခံရသူသည် လိမ္မာပါးနပ်မည်မှာ မလွဲပါ။ အာရှနိုင်ငံအချို့တွင် ခေါင်းဆောင်များနှင့် အစိုးရကို "လူထုမိဘ" ဟုပင် ခေါ်ဆိုကြပါသည်။ အကယ်၍ ကျွန်ုပ်၏စကားကြောင့် သင်တို့၌ တစ်စုံတစ်ရာ

စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်ခဲ့ရပါက စိတ်ရင်းအမှန်ဖြင့် အနူးအညွတ် တောင်းပန်အပ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤသို့ အတင်းလာရောက်ပြောဆိုနေရခြင်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့လူသားနှင့် တိရစ္ဆာန်များအားလုံးပင် မျိုးတုန်း ပျောက်ကွယ်မည့်အန္တရာယ်နှင့် ရင်ဆိုင်နေရခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဤကမ္ဘာလောကကြီးသည် မီးလောင်တိုက်သွင်းခံနေရလျက် အချိန်နှင့်အမျှ ပိုမို ဆိုးရွားလာနိုင်ဖွယ် ရှိကာ လူသားနှင့် တိရစ္ဆာန် များသည် စိုးရိမ်ဖွယ်ရာနှုန်းထားဖြင့် သေကြေပျက်စီးနေကြသောကြောင့် ဤသို့ ဖွင့်ဟပြောဆိုရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ယခင်က မရှိဖူးသော ပိုမို ဆန်းသစ်သည့် ရောဂါဘယ အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့အား ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ကမ္ဘာမြေကြီးမှ ဒဏ်ခတ်လျက်ရှိပါသည်။ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးတွင် အဝါရောင်အဆင့် သတိပေးချက်များဖြင့် ပျက်စီးခြင်းလက္ခဏာကို နေရာတိုင်းတွင် သိသာထင်ရှားစွာ တွေ့နေရပါသည်။

ဤကိစ္စအတွက် တစ်ယောက်ယောက်မှ ပိုမိုကျယ်လောင်စွာ ဖွင့်ဟပြောဆိုပေးရန် လိုအပ်နေပါသဖြင့် ကျွန်ုပ်အနေနှင့် မလွဲမရှောင် ထုတ်ပြောနေရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အစိုးရအဖွဲ့အားလုံးလိုလိုသည် သားငါး စားသုံးမှုလျှော့ချရေး သဘောတူညီချက်ကို လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ကြသော်လည်း တိကျခိုင်မာသည့် မည်သည့်အရေးကိုမျှ မဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ကြပါ။ အို! အဖဘုရားသခင်၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကြီးကို ကယ်မပေးတော်မူပါ! ကျွန်ုပ်တို့၏လက်များသည် အပြစ်မဲ့သူတို့၏ သွေးများဖြင့် စွန်းပေနေသဖြင့် ဘုရားသခင်မှ ကျွန်ုပ်တို့အသံကို မကြားလိုတော့ဘဲ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆုတောင်းစကားများကို မျက်နှာတော် လွှဲထားခဲ့သည်လည်း ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သင်တို့အများစု သိရှိထားပြီးသော သမ္မာကျမ်းစာမှ ဟေရှာယအနာဂတ္တိကျမ်း အခန်းကြီး 1 အခန်းငယ် 15 ကို ကိုးကားဖော်ပြအပ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသက်ရှိသတ္တဝါများကို အစုလိုက်အပြုံလိုက် သတ်ဖြတ်ခြင်းဖြင့် ကျူးလွန်ခဲ့သော အပြစ်များမှ မိမိတို့ကိုယ်လက်ကို ဆေးကြောသန့်စင်ရန် မိမိတို့၏ ဘဝလမ်းစဉ်နေထိုင်မှုပုံစံကို ပြောင်းလဲခြင်း မပြုပါလျှင်၊ ဘုရားသခင်သည်လည်း ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆုတောင်းသံများကို ကြားနာလိုတော်မူလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။ အဘယ်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင်၏ အလိုတော်နှင့် ဆန့်ကျင်သော အမှုများကို ပြုလုပ်နေကြပါသနည်း။ အဘယ်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့မှ မိမိတို့၏ အသိစိတ်ခံတရားနှင့် ဆန့်ကျင်သော အမှုများကို ပြုလုပ်နေကြပါသနည်း။ ဉာဏ်ပညာရှိသူလူမျိုးနွယ်စု ရှိအပ်သည့် ဆင်ခြင်တုံတရားနှင့် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်မှုတို့နှင့် ဆန့်ကျင်လျက် အဘယ်ကြောင့် ပြုလုပ်နေကြပါသနည်း။ ကျွန်ုပ်တို့သည် "အရာအားလုံးထဲ၌ အထွတ်အထိပ်ဖန်ဆင်းခံ"၊ ဘုရားသခင်သားသမီး၊ အနာဂတ်ဗုဒ္ဓဘုရားလောင်းများ ဖြစ်ကြရမည် မဟုတ်ပါလော။

ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ဖက်၌ မည်သည့်ထိခိုက်ညှဉ်းပန်းနာကျင်စေရမှုမျိုးမဆိုမှ တိရစ္ဆာန်များကို ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ပေးသည့် ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းထားပြီး ဖြစ်ကြောင်း ဆိုကြပါသည်။ သို့သော် အခြားတစ်ဖက်၌မူ မသေဆုံးခင် ပြောမပြနိုင်လောက်ဖွယ် ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှုများဖြင့် ၎င်းတို့ကို အစုလိုက်အပြုံလိုက် ရက်ရက်စက်စက် သတ်ဖြတ်နေကြဆဲ ရှိပါသည်။ **ဤသို့ အပြောတခြား အလုပ်တခြား ဆန့်ကျင်ဖီလာ ဖြစ်နေမှုကို ကျွန်ုပ်မည်သို့ နားလည်ပေးရမည်နည်း**။ သို့တည်းမဟုတ် ကျဉ်းမြောင်းပိတ်လှောင်ခံနေရာ များ၌ ၎င်းတို့ကို ထိုးသိပ်ချုပ်နှောင်ထားခြင်း၊ ချည်နှောင်ထားခြင်း၊ ပိုးသတ်ဆေးကန်များတွင်း ထည့်၍ နှစ်ခြင်း၊ အရှင်လတ်လတ်လည်လှီးခြင်း စသည့် လုပ်ရပ်တို့သည် မေတ္တာကရုဏာဖြင့် ပြုမူ၊ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်ဟု သင်တို့မှ ထင်မြင်ယူဆနေကြပါသလား ။ မေတ္တာကရုဏာဖြင့် ပြုမူ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်း ဟုတ်ပါမည်လား။ အကယ်ပင် တရားမျှတသည့်ဥပဒေ ဟုတ်ပါမည်လား။ အမှန်မှာ **လူသားဆန်သော သတ်ဖြတ်ခြင်းဟူ၍ လုံးဝ မရှိပါ**၊ အပြစ်မဲ့သူများကို အစုလိုက်အပြုံလိုက် တရားဝင် သတ်ဖြတ်ခွင့် ဆိုသည်မျိုးလည်း လုံးဝ ရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ ၎င်းတို့သည် ကျွန်ုပ်တို့အား မည်သည့် ထိခိုက်နစ်နာမှုမှ ဖြစ်စေအောင်ပြုလုပ်ခြင်း မရှိကြပါ။ ၎င်းတို့သည် မည်သည့် ပြစ်မှုကိုမှ ကျူးလွန်ခြင်း မရှိကြပါ။ ထိုအရာသည် မတရားပါ။ တရားမျှတမှု မရှိပါ။ ကျေးဇူးပြု၍ ထိုအကြောင်း ကိစ္စကို အလျင်အမြန် ပြန်လည်သုံးသပ်လျက် လက်ရှိနှင့်ဆန့်ကျင်ဘက်ကို လုပ်ဆောင်ပေးသွားရန် လိုပါသည်။ **တိရစ္ဆာန်များဒုက္ခဝေဒနာခံစားရပြီးမှ ထုတ်လုပ်သော မည်သည့် ထုတ်ကုန်မျိုးမဆို လုံးဝ မရှိစေရန် Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေကို ကျေးဇူးပြု၍ ယခုပင် ကြေညာပြဋ္ဌာန်းလိုက်ကြပါ**။ ၎င်းသည် အလွန့်အလွန်ပင် လွယ်ကူရိုးရှင်းလှပါသည်။ ယခုမှစ၍ လူတိုင်းအား မည်သည့်သက်ရှိ သတ္တဝါထံမှ မဆို ရရှိသော သွေးစွန်းနေသည့် အသားနှင့်ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းများအား စွန့်လွှတ်လိုက်ကြစေ လိုပါသည်။ ထိုအရာအားလုံးကို တားမြစ်ပိတ်ပင်လိုက်ရပါမည်။ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်း လက်မှတ်ရေးထိုး အတည်ပြုလိုက်ပါ**။ မိမိတို့၏ မကောင်းမှုအပြစ်ကြွေးကို ပြန်လည်ပေးဆပ်၍ ကမ္ဘာဂြိုဟ်ကို ကယ်တင် လိုပါလျှင် တိရစ္ဆာန်များ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်စေရသော လုပ်ငန်းစဉ်အားလုံးကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ရပါမည်။ ထိုသို့ဆိုလျှင် ပိုမိုသော ကောင်းချီးမင်္ဂလာကို ဘုရားသခင်မှ ကျွန်ုပ်တို့ကို ပေးသနားတော်မူပါလိမ့်မည်။ သမ္မာကျမ်းစာ၌ "တိရစ္ဆာန်ဖြင့် ပူဇော်သက္ကာရ ပြုခြင်းကို ကိုယ်တော်တိုင် အတွက်ပင် အလိုမရှိကြောင်း" ကို "ငါ့ထံသို့ ပူဇော်သက္ကာရများကို နောက်ထပ် မယူဆောင်လာကြနှင့်။ တိရစ္ဆာန် ပူဇော်သက္ကာရများကို နောက်ထပ် မပြုကြနှင့်"ဟု ဘုရားသခင်မှ မိန့်ကြားထားပါသည်။

ထိုအတိုင်းပါ။ ထပ်၍ သမ္မာကျမ်းစာ၏ အခြားတစ်နေရာတွင်လည်း ဖော်ပြထားပါသေးသည်။ "သင်တို့မှ လက်များချီမြှောက် ဆုတောင်းပတ္ထနာ ပြုပါသော်လည်း ငါသည် ကြည့်ရှုတော်မူမည်မဟုတ်။ သင်တို့သည် များစွာသော ဆုတောင်းပတ္ထနာကို ပြုကြသော်လည်း ငါသည် နားထောင်မည်မဟုတ်၊ အကြောင်းမူကား သင်တို့၏ လက်များသည် အပြစ်မဲ့ သားကောင်တို့၏သွေးများဖြင့် ဖုံးလွှမ်းလျက်ရှိသော ကြောင့်တည်း။" ၎င်းတိရိစ္ဆာန်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ သားကောင်အဖြစ် အကယ်ပင် ကျရောက် နေကြပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ဤလက်ပတ်အဝတ်စဖြူကို ပတ်ထားပါသည်။ ၎င်းသည် ဝမ်းနည်းခြင်းအထိမ်းအမှတ်ပြ အာရှဓလေ့ထုံးစံတစ်ရပ် ဖြစ်ပြီး၊ ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်နှင့်အတူတူ ဝမ်းနည်းပူဆွေးပေးကြစေလိုပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ မရေမတွက်နိုင်သော ကပ်ကမ္ဘာ၊ နှစ်ထောင်ပေါင်းများစွာ ကာလမှစ၍ လူသားတို့ပြုသလို နေနေရသည့် ဘဝ၌ စစ်ပွဲကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အစာအတွက်ဖြစ်စေ ပြင်းစွာသော ဒုက္ခဝေဒနာ ခံစားလျက် သတ်ဖြတ်ခံခဲ့ကြရသော အပြစ်မဲ့ဝိညာဉ်ဘုံသားအားလုံးတို့အတွက်၊ ၎င်းတို့၏ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သပေးကြပါ။ မြင့်မြတ်သော ကောင်းကင်ဘုံဘဝ၌ သွားရောက် နားခိုခွင့်ရစေနိုင်ရန်၊ ပြင်းစွာသော ဒုက္ခဝေဒနာ ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှု အမုန်းတရားတို့မှ လွတ်မြောက်နိုင်အောင် ၎င်းတို့အတွက် ဆုတောင်းပေးကြပါ။ ဘုရားသခင်သည် ကိုယ်တော်တိုင် အတွက်ပင် မည်သည့် တိရစ္ဆာန်ပူဇော်သက္ကာရ ကိုမျှ အလိုမရှိတော်မူပါလျှင်၊ ၎င်းတို့၏ သွေးစွန်းသောအသားကို ကျွန်ုပ်တို့မှ သတ်ဖြတ်စားသုံးနေမှုကို အဘယ်သို့ အလိုရှိတော်မူနိုင်ပါမည်နည်း။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ဤမဖြစ်မနေ ချမှတ်ရမည့် ဆုံးဖြတ်ချက် အတွက် ထပ်မံ ခေါင်းရှောင်နေခြင်း မပြုပါနှင့်တော့။ မျက်မှောက်ခေတ်၌ အလွန်အရသာရှိသော Vegan သက်သတ်လွတ် အစားအစာများ နေရာတိုင်းတွင် ရရှိနေနိုင်ကြပြီ ဖြစ်ပြီး၊ ၎င်းသည် လူသားအပါအဝင် အခြားသတ္တဝါများအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါသည်။ Vegan သက်သတ်လွတ် ဥပဒေကို ပိုစောစွာ ဆုံးဖြတ်ပြဋ္ဌာန်း ချမှတ်နိုင်လေလေ၊ ဤကမ္ဘာဂြိုဟ်ပေါ်ရှိ အားလုံးသော ကျွန်ုပ်တို့၏အသိတရား နိုးကြားမှုအကျိုးအတွက် ပိုကောင်းလေလေဖြစ်ကာ၊ ဘုရားသခင် ၏ တရားစီရင်ပြစ်ဒဏ်ချခံရခြင်းမှ ကင်းလွတ်ခွင့် ရရှိကြမည်ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ မိမိတို့၏ မွေးရာပါရှိ ထားသည့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာသဘောသဘာဝအရ လိုက်နာ လုပ်ဆောင်ကြစေလိုပါသည်။ အို၊ ကြင်နာတတ် သော ကျွန်ုပ်၏အဖော်လူသားမျိုးနွယ်များ၊ ဘုရားသခင်သည် ဤကမ္ဘာလောကကို စောင့်ရှောက်ရန်

စွမ်းပကားအား သင်တို့ကို ပေးသနားထားတော်မူခဲ့ပါသည် ။ ထိုစွမ်းပကားဖြင့် သင်တို့ အဘယ်အရာကို ပြုလုပ်နေကြပါသနည်း။ ကျေးဇူးပြု၍ ယခုပင် အရေးတယူဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ကယ်တင် ပေးကြပါ။ သင်တို့လုပ်ရမည်မှာ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေကို လက်မှတ်ရေးထိုး ပြဋ္ဌာန်းလိုက်ရုံသာ ဖြစ်ပါသည်**။ အချိန်မနှောင်းမီ၊ နောင်မှ နောင်တမရစေရန်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့အပေါ်သို့ ဘုရားသခင်၏ အမျက်တော်ဖြင့် ဆိုးဝါးပြင်းထန်သော ရာသီဥတု၊ ကပ်ဘေးရောဂါဆိုး၊ ခြောက်ခြားထိတ်လန့်ဖွယ်ရာ အဖြစ်အပျက်များ၊ အသက်ပေါင်းများစွာဆုံးရှုံးရမှု၊ အဖိုးတန်သယံဇာတပျောက်ပျက်ရမှု၊ ဘဏ္ဍာရေး အကျပ်အတည်း စသည်တို့ ပိုမိုကျရောက် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့လာရခြင်း မရှိမီ မှန်ကန်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက် ကို ရွေးချယ်ချမှတ်စေလိုပါသည်။ ရှေးယခင်က ဒါဝိဒ်မင်းကြီးသည် လူတစ်ဦးတည်းကိုပင် မှားယွင်း သတ်မိခဲ့သည့်တိုင်အောင် သူ၏ပြည်သူပြည်သားတို့သည် သုံးရက်အထိတိုင်တိုင် ကပ်ရောဂါဖြင့် ဒဏ်ခတ်ခြင်းကို ခံခဲ့ကြရပါသည်။ ထိုအတိုင်းသာ ဆိုပါက လက်ရှိခေတ်၌ မပြီးဆုံးနိုင်ဖွယ် တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်တိုက် ကြုံတွေ့နေကြသည့် အောက်ပါ ကပ်ရောဂါဆိုးများကို ကျွန်ုပ်တို့ မည်သို့မည်ပုံ ထွက်ပြေး ရှောင်ရှား ပုန်းခိုလွတ်မြောက်နိုင်ပါအံ့နည်း။

## တိရစ္ဆာန်များမှ စတင်၍ လူသားများဆီသို့ မူလအစ ကူးစက်ခဲ့သော သေစေနိုင်သည့် ကပ်ရောဂါများ

အိချ်အိုင်ဗွီ(HIV) / အေအိုင်ဒီအက်စ်(AIDS) – ချင်ပန်ဇီမျောက်များထံမှ ကူးစက်လာ

နွားရူးရောဂါ – နွားများထံမှ ကူးစက်လာ

အိချ်5အင်1 (H5N1) ငှက်တုပ်ကွေးရောဂါ – ကြက်၊ ဘဲ၊ ငန်းများမှ ကူးစက်လာ

ဆားစ် SARS (ပြင်းထန်အသက်ရှူလမ်းကြောင်းရောဂါလက္ခဏာစု) – ကြောင်ကတိုးများမှ ကူးစက်လာ

အိချ်1အင်1 (H1N1) ဝက်တုပ်ကွေး – ဝက်များမှ ကူးစက်လာ

မားစ် MERS (အရှေ့အလယ်ပိုင်းအသက်ရှူလမ်းကြောင်းရောဂါလက္ခဏာစု) – ကုလားအုတ်များမှ ကူးစက်လာ

အီဘိုလာ (Ebola) – လင်းနို့များမှ ကူးစက်လာ

ကိုဗစ် 19 (COVID-19) – လင်းနို့များမှတစ်ဆင့် သင်းခွေချပ်ဆီသို့နှင့် လူတို့ထံ ကူးစက်လာ

ဤရောဂါများအားလုံးသည် မူလအစအားဖြင့် **တိရစ္ဆာန်များထံမှနေ၍ လူသားတို့ထံသို့** ကူးစက်ပြန့်ပွားလာခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤဖြစ်ရပ်ဆိုးများမှ ရှောင်ရှားရန် ကျွန်ုပ်တို့ အခြားတစ်နေရာသို့ ပြောင်းရွှေ့နိုင်ပါသလား။ ကျွန်ုပ်တို့တွင် ဤတစ်လုံးတည်းသော ဂြိုဟ်ကမ္ဘာသာ ရှိပါသည်။ ထို့အပြင် ပြင်းထန်သော တောမီး၊ တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်း၊ ငလျင်၊ ဆူနာမီ သဘာဝဖြစ်ရပ်ဆိုး တို့မှာလည်း အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပွားလျက်ရှိပါသည်။ ကမ္ဘာမြေပေါ် ရှိ မိမိတို့နှင့် အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ဖက် လူသားနှင့်တိရစ္ဆာန်များအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့မှ ကျူးလွန်သော ရက်စက် ကြမ်းကြုတ်မှုများကို မြင်တွေ့နေရသောကြောင့်၊ ကောင်းကင်ဘုံနှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးသည် နှလုံးခိုက်အောင် တုန်လှုပ်လျက် ရှိနေကာ၊ ကျွန်ုပ်တို့အနေနှင့် ကျရောက်လာအံ့ဆဲဆဲ နောက်ထပ်သော ဘေးဒုက္ခဆိုး အမျိုးမျိုးကို မည်သို့မှ မရှောင်လွှဲသာပါ။ လတ်တလောကမှ ဖြစ်ပွားခဲ့သည့် ဝူဟန်ကပ်ရောဂါကြောင့် လူအမြောက်အမြား သေဆုံးရမှုနှုန်းထားသည် ဆက်လက် မြင့်တက်နေဆဲ ဖြစ်သလို ရောဂါကူးစက် ပျံ့နှံ့မှု မဆိုးဝါးရစေအောင် လူသန်းပေါင်းများစွာသည်လည်း နေရာသီးခြားခွဲခံထားရပါသည်။ ပြည်သူ လူထု အလန့်တကြားဖြစ်မှုနှင့် စီးပွားရေးကိုလာ၍ထိခိုက်သက်ရောက်မည်ကို စိုးရွံ့သဖြင့် အချို့သော အစိုးရများသည် သေဆုံးသူနှင့်နေရာကန့်သတ်သီးခြားခွဲခံထားရသူ အရေအတွက်ကို လျှော့ပေါ့၍ ဖော်ပြသော်လည်း မြေပြင်အခြေအနေမှာ အမှန်ပင် ဆိုးရွားလျက်ရှိပါသည်! ဤသည်ကို သင်တို့အားလုံး သိကြမည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ သင်တို့၏ မျက်စိ၊ စိတ်၊ နှလုံးသားများကို ဖွင့်လျက် မိမိတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်အဖြစ်မှန်ကို သိမြင်နားလည်ပေးကြပါ။ ဘုရားသခင်မှ ပေးသနားထားသော အခွင့်အာဏာကို အသုံးပြု၍ မိမိတို့၏ ကမ္ဘာလောကကြီးအတွက် မှန်ကန်သည့်အရာကို ဆောင်ရွက်ပေးကြပါ။ ဤကမ္ဘာဂြိုဟ်ပေါ် ရှိ လူတိုင်းအား စောင့်ရှောက်ရန်၊ မှန်ကန်ရာကို ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်၊ ကောင်းမွန်သော ရှေ့ဆောင်ကြီးကြပ်သူများအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ပေးရန် ဤမြင့်မားသော ရာထူးနေရာများတွင် သင်တို့မှ တာဝန်ပေးအပ်ခံထားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ သင်တို့၏အချိန်များနှင့် ဘုရားသခင်၏ ကောင်းချီးမင်္ဂလာတော်ကို ကျေးဇူးပြုပြီး ဆက်လက်မဖြုန်းတီးကြပါနှင့်တော့။ ကိစ္စဖြစ်ရပ်ဆိုးများ ပို၍ ထိန်းမနိုင်သိမ်းမရ ဖြစ်မလာမီ စဉ်းစားမနေတော့ပဲ ယခုချက်ချင်းပင် အရေးယူ ဆောင်ရွက်လိုက်ကြပါ၊ ရုတ်တရက်ကျရောက်လာတော့မည့်

ဘေးဒုက္ခများကို တုံ့ပြန်ချိန်ရှိနေသေးသည့် ယခုလက်ရှိ၌ပင် ပြုပြင် ပြောင်းလဲမှု ပြုကြပါ။ ကျွန်ုပ်၏ ပို့သဆုတောင်းမေတ္တာသည် သင်တို့နှင့်အတူ ရှိနေပါသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ မေတ္တာရှင်အဖော်များ၏ ဆုတောင်းမေတ္တာသည်လည်း သင်တို့နှင့်အတူ ရှိပါသည်။ ဘုရားသခင်အတွက် အတူရင်ဘောင်တန်း တာဝန်ထမ်းရွက်ကြပါ။ ထိုအခါ သင်တို့၏ ကိုယ်၊ စိတ်၊ ဝိညာဉ် သုံးပါးစလုံး ပိုမို အားအင်ရှိ ပျော်ရွှင်လာပါမည်။ စိတ်နှလုံးတွင်း အပြစ်ရှိသလိုခံစားရမှု လျှော့ဆင်းပြေပျောက်သွားပြီး သင်တို့လွတ်မြောက်မှု ရရှိလာပါမည်။ **ယခုချက်ချင်းပင် မှန်ကန်သောအမှုကို ပြုလုပ်လိုက်ခြင်းအားဖြင့်** သင်တို့၌ ပေါ့ပါးစင်ကြယ်မှုနှင့် ချမ်းမြေ့မှုတို့ကို ခံစားရပါလိမ့်မည်။ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်း၍** ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ကယ်တင်ပါ။ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဝါဒကို ဥပဒေအဖြစ် ပြဋ္ဌာန်း သတ်မှတ်ပေးကြပါ။**

ဘုရားသခင်သည် မည်သည့် သတ္တဝါကိုမျှ ဒုက္ခဝေဒနာ ခံစားရစေရန် အလိုရှိတော် မမူပါ။ တိရစ္ဆာန်နှင့် အခြားမည်သည့် သက်ရှိသတ္တဝါ၏ အသွေးအသားဖြင့်မဆို ပူဇော်စားသုံးခြင်းကိုမျှ အလိုရှိတော်မမူပါ။ လိင်တံအရေခွံလှီးဖြတ်ထုတ်ခြင်းကိုပင်လျှင် အလိုရှိတော် မမူပါ။ မည်သည့် အကြောင်းကြောင့်နည်း။ အားကိုးရာမဲ့ သနားစရာ ကလေးငယ်များ ဒုက္ခဝေဒနာ ခံစား၍ သေဆုံးစေခြင်းအားဖြင့် ဘုရားသခင်၌ မည်သည့် ကောင်းကျိုး ရနိုင်ပါအံ့နည်း။ ဤဓလေ့ထုံးတမ်းရှိလာခဲ့သည်မှစ၍ သွေးလွန်ခြင်း၊ ရောဂါပိုး ဝင်ခြင်း စသည့် နောက်ဆက်တွဲ အကျိုးဆက်များဖြင့် အမိဝမ်းတွင်းမှ ထွက်လာကာစ ကလေးငယ်များ ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် မရေမတွက်နိုင်အောင် သေဆုံးခဲ့ကြရပြီးပါပြီ။ မိဘများမည်မျှ ဝမ်းနည်းပူဆွေးရမည်ကို ကိုယ်ချင်းစာကြည့်ကြပါ။ ဘုရားသခင် အဘယ်သို့ ခံစားရမည်ကို တွေးကြည့်ကြပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင်ကိုပါ စိတ်နာကျင်စေရပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့အား ဘုရားသခင်မှ ကိုယ်တော်၏ သားသမီး၊ ကိုယ်ပွားများအဖြစ် ဖန်ဆင်းထားခဲ့သောကြောင့် ဖြစ်ပြီး၊ သားသမီးများ ဒုက္ခဝေဒနာ ခံစားရသလိုပင် ဘုရားသခင်၌လည်း နာကျင်ခံစားရပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ ကိုယ်တော်၏အလိုတော် လုံးဝ မဟုတ်ကြောင်းနှင့် စိတ်နှလုံးဖြူစင်သည့် သဒ္ဓါအားနည်းသော ယုံကြည်သူများကို အကျိုးယုတ်စေရန် တိုက်ခိုက်သည့် ကိုယ်တော့်နာမတော်ကို အလွဲသုံးစားပြုသူစာတန်နတ်ဆိုး၏ လက်ချက်သာ ဖြစ်ကြောင်း ဘုရားသခင်မှ ကျွန်ုပ်အား မြွက်ကြားခဲ့ပါသည်။ အမိနိုင်ငံတော် လူဦးရေတိုးပွားအင်အားကောင်း၍ စည်ပင်ဝပြော သာယာစေနိုင်မည့် နောင်လာနောက်သား အမျိုးကောင်းသားများကို ပိုသေဆုံးစေမည့် လုပ်ရပ်အားဖြင့် ပိုမိုသော ဒုက္ခဝေဒနာအတွင်းသို့ ကျရောက်စေရန် ကျော့ကွင်းဆင်မှုသာ ဖြစ်သည်။ စဉ်းစားကြည့်ကြပါ၊

မည်သို့သော ဘုရားသခင်မျိုးသည် အပြစ်ကင်းသနားစရာကောင်းသော အားကိုးရာမဲ့ ကလေးသူငယ်ကို ဖြစ်စေ၊ အရွယ်ရောက်သူ အမျိုးသားများကိုပင်ဖြစ်စေ နာကျင်စေလိုပါမည်နည်း။ အဘယ်အကျိုးငှာ ဘုရားသခင်သည် ၎င်းတို့၏ မိဘများအား စိုးရိမ်ပူပန်ရမှုနှင့် ခံစားနာကျင်ရမှုတို့ ဖြစ်စေလိုပါမည်နည်း။ ၎င်းတို့သည်လည်း ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများပင် မဟုတ်ပါလော။ ၎င်းတို့သည် ကျွန်ုပ်၏သားသမီး၊ ကျွန်ုပ်သည် ၎င်းတို့၏မိဘ မဟုတ်သည့်တိုင်အောင် ၎င်းတို့၏ ဝမ်းနည်းပူဆွေးရမှု နှင့် နာကျင်ရမှုတို့ အတွက် အထူးသဖြင့် အားကိုးရာမဲ့ ကံဆိုးရှာသော ကလေးငယ်များအတွက် ကျွန်ုပ်၏ စိတ်နှလုံး၌ပင် နက်ရှိုင်းစွာ အခံရခက်ပါလျှင် အကြွင်းမဲ့မေတ္တာရှင်ဘုရားသခင်မှာမူ မည်သို့ဆိုဖွယ် ရှိတော့မည်နည်း။ ထိုကဲ့သို့သော အမိန့်တော်မျိုးကိုပင် ကိုယ်တော်ချမှတ်တော်မူခဲ့သည်ဟု ပြောပါက အခြားဆိုဖွယ်ရာပင် ရှိတော့မည် မဟုတ်ပါ။

တရားသဖြင့် အမြင့်မြတ်ဆုံး အနန္တကရုဏာတော်ရှင် ဘုရားသခင်နာမတော်ကို အမှူးပြု၍ ရှေးသံသရာ အစမထင်ကာလမှစ၍ လူသားတို့မှ ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဖြစ်စေ၊ မရည်ရွယ်ဘဲဖြင့် ဖြစ်စေ နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်း သတ်ဖြတ်လာခဲ့သော မရေမတွက်နိုင်သည့် အပြစ်မဲ့သတ္တဝါအားလုံးအား လူသားတို့၏ လုပ်ရပ်အတွက် ခွင့်လွှတ်တော်မူပါရန် ကျွန်ုပ်မှ အနူးအညွတ် တောင်းပန်အပ်ပါသည်။ လက်ရှိယနေ့ခေတ် 21 ရာစုနှစ်၌ ကျွန်ုပ်တို့သည် ပိုမို ယဉ်ကျေးစွာဖြင့် အယူသီး ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သည့် ဓလေ့ထုံးတမ်းအစဉ်အလာကို ရပ်တန့်ပစ်ရပါမည် ။ အပြစ်မဲ့ကလေးငယ်၊ တိရစ္ဆာန်များနှင့် အခြား လူသားတို့ကို ထိခိုက်နစ်နာစေသည့် လုပ်ရပ်အား ရပ်တန့်ပစ်ရပါမည်။ သတ္တဝါများအား မည်သည့် ဆင်းရဲဒုက္ခမျိုးမဆို စတင်ဖြစ်ရှိစေသူမှာ စာတန်နတ်ဆိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းမှာ သူ၏ပင်ကိုယ်ငရဲသားအမူအကျင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ သူကိုယ်တိုင် သည်ပင် ငရဲဘုံ ဖြစ်ပြီး၊ ဝမ်းနည်းပူဆွေးဆင်းရဲဒုက္ခရောက်မှု နာကျင်မှုသောကဝေဒနာနှင့် မှောင်မည်း အနှုတ်ဆောင် ဆိုးရွားသော နာကျင်ခံစားချက် ဖြစ်ရှိစေမှုမှန်သမျှ၏ ပြယုဂ်လည်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြု၍ မိမိတို့၏ အပြစ်မဲ့ကလေးသူငယ်များကို ကယ်တင်ကြပါ။ စာတန်နတ်ဆိုးသည် အမျိုးသား ဖြစ်သည့် ရင်သွေးငယ်၊ ကလေးသူငယ်၊ လူကြီးကို အဘယ်ကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ ခံစားရစေလိုသည်ကို ကျွန်ုပ်ပြောပြပါမည် ။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသည်ကို ကျွန်ုပ် ပြောပြပါမည်။

၎င်းဖြစ်ပျက်မှုသည် ကိုယ်တော်၏ အလိုတော် မဟုတ်ပါ၊ ထကြွသောင်းကျန်းသူ စာတန်မိစ္ဆာနတ်ဆိုး၏ လက်အောက်ငယ်သားများလက်ချက်သာ ဖြစ်ကြောင်းကို ကရုဏာရှင်ဘုရားသခင်မှ ကျွန်ုပ်အား ဤသို့

မိန့်ကြားခဲ့ပါသည်။ ၎င်းနတ်ဆိုးတို့သည် စစ်ပွဲနှင့် ပဋိပက္ခကြောင့် ဝေဒနာပြင်းစွာခံလျက် သေဆုံးသွားရသူတို့၏ အသွေးအသားမျိုးကို ခုံမင်စားသုံးလိုကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်ကိုလည်း အလွန်အကျွံ လာရောက်အနှောင့်ယှက်ပြုနေကြပြီး၊ ကျွန်ုပ်အနေနှင့် ၎င်းတို့ကို ဆက်လက်၍ သည်းခံနိုင်ခြင်း မရှိတော့ပါ။ သို့ရာ၌ ဤမိစ္ဆာများ၏ 80 ရာခိုင်နှုန်းခန့်ကို မူလစကြဝဠာ ဘုရားသခင်များ၏ အစောင့်အရှောက်တို့မှ ငရဲဘုံသို့ မကြာသေးမီကပင် ဆွဲခေါ်ချပေးသွားခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းမိစ္ဆာများသည် စာတန်နတ်ဆိုးကိုယ်တိုင် မဟုတ်သော်လည်း၊ စာတန်နတ်ဆိုး၏ အမှုတော်ကို ထမ်းရွက်နေသူများဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ဗျာပါဒ မလိုမုန်းတီးစိတ်ဖြင့် လူသားများအချင်းချင်း၊ လူသားနှင့်တိရစ္ဆာန်များအကြား၊ တိရစ္ဆာန်များ အချင်းချင်းနှင့် သတ္တဝါအားလုံး အကြားတွင် အမုန်းတရားဖြစ်စေရန် အစဉ်တစိုက် လှုံ့ဆော်ကြိုးပမ်း နေကြပါသည်။ ၎င်းမိစ္ဆာတို့သည် ပြင်းထန်သော ဝေဒနာဆိုးဖြင့် သေဆုံးသွားရသည့် သတ္တဝါတို့၏ အသွေးအသားများကို မှီဝဲလျက် မလိုမုန်းတီးဗျာပါဒစိတ်စွမ်းအားဖြင့် ရှင်သန်နေထိုင်ကြပါသည်။ ကမ္ဘာမြေငြိမ်းချမ်းရေး ရပါက မည်သည့်အရာမျှ ၎င်းတို့ စားသုံးရန်အတွက် ရှိတော့မည် မဟုတ်သဖြင့် ထိုထကြွသောင်းကျန်းသောမိစ္ဆာ(နာနာဘာဝများ)သည် ကမ္ဘာမြေငြိမ်းချမ်းရေးအား မလုပ်ဆောင်ရန်ကို ကျွန်ုပ်အား လာရောက်ပြောကြားကြပါသည်။ "သင်တို့၏ အလိုဆန္ဒကို ကျွန်ုပ် မဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ပါ။ ကျွန်ုပ်နောက်ပါးမှနေ၍ မိမိနေရင်းအရပ်သို့ ကောင်းကင်ဘုံသို့ သင်တို့ပြန်သွားကြပါ။ ထိုမျှသာလျှင် သင်တို့အား ကျွန်ုပ်ကတိပေးနိုင်ပါသည်။ ဤကမ္ဘာဂြိုဟ်ပေါ် ရှိ လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များ ဒုက္ခဝေဒနာ ခံစားနေရသည်ကို ကျွန်ုပ်ဆက်လက်ခွင့်မပြုနိုင်တော့ပါ။ ယခုပင် တော်လောက်ပြီ၊ လွန်နေပြီ။!" ဟု သူတို့ကို ကျွန်ုပ် ပြန်ပြောခဲ့ပါသည်။ သို့ရာ၌ အခြား မည်သည့်အရာကိုမျှ သူတို့မစားသုံးနိုင်ကြောင်း ၎င်းတို့က အထွန့် ပြန်တက်ကြပါသည်။ ၎င်းတို့အား "သင်တို့မှ သဘာဝအရသေဆုံးသွားသော တိရစ္ဆာန်အလောင်းကောင် သို့မဟုတ် စွန့်ပစ်ခံအသေကောင် စသည်တို့အား မစားသုံးနိုင်ကြဘူးလား"ဟု ကျွန်ုပ်မှ မေးမြန်းခဲ့ရာတွင် မတူညီသောစွမ်းအင်ဓာတ်မျိုး ဖြစ်သဖြင့် မစားသုံးနိုင်ကြောင်း ၎င်းတို့က ပြန်ပြော ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ပြင်းစွာသော ဆင်းရဲဒုက္ခဝေဒနာ၊ မုန်းတီးမှု၊ ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှု၊ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်မှုတို့ ခံစားရလျက် သေဆုံးသွားသည့် အသားမျိုးကို စားသုံးလိုကြပါသည်။ အခြားတစ်ပါးသော အသားမျိုးဖြစ်ပါက စွမ်းအင် မတူညီသဖြင့် ၎င်းတို့ စားသုံးနိုင်ခြင်းမရှိဟု ပြန်ပြောကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်မှ "မည်သို့ပင် ဖြစ်စေ သင်တို့၏ လုပ်ရပ်ကို ပြောင်းလဲရမည်။ စားသုံးနိုင်ရန်အလို့ငှာ သင်တို့မှ စစ်ပွဲနှင့်သတ်ဖြတ်မှုများ ဖန်တီးနေခြင်းကို ကျွန်ုပ် ဆက်လက်

ခွင့်မပြုပေးနိုင်တော့ပါ”ဟု ပြောကြား ခဲ့ပါသည်။ ဆိုခဲ့သည့် ပြင်းစွာသောဝေဒနာနှင့် ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မှု စွမ်းအားပါရှိနေသည့် အသားစ အနည်းငယ်ကို ရရုံမျှနှင့်ပင် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ၎င်းတို့ ကျေနပ်နိုင်ကြောင်း ၎င်းတို့က ပြောကြား ပြန်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်မှ “မည်သည့်နည်းနှင့်ဖြစ်ဖြစ် ဤအလေ့အထကို၊ သင်တို့၏ တောင်းဆိုချက်ကို ကျွန်ုပ်ခွင့်မပြုနိုင်ပါ။ ကျွန်ုပ် လူသားများကို ချစ်သည်၊ တိရစ္ဆာန်များကို ချစ်သည်။ ဝိညာဉ်အားလုံးသည် ဤကမ္ဘာဂြိုဟ်ပေါ်သို့ ကံအကြောင်းမလှစွာ သက်ဆင်း ကျရောက်မှု မခံရသေးခင်အထိ အပြစ်ကင်းမဲ့ကြ ပါသည်။ ၎င်းတို့နောက်ထပ် ဒုက္ခဝေဒနာခံစားရစေရန် ကျွန်ုပ်ခွင့်ပြုတော့မည်မဟုတ်။ သို့ဖြစ်၍ အကောင်းဆုံးမှာ သင်တို့ ကျွန်ုပ်နောက်သို့ လိုက်ပါ၍ မိမိလာရာ အိမ်အရပ်သို့ ပြန်သွားကြရန်သာ ဖြစ်သည်” ဟု ပြောကြားခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ပြောစကားကို အလွန် နည်းပါးလှသည့် အရေအတွက်ဖြင့် သာ ၎င်းတို့အချို့မှ လိုက်နာခဲ့ကြပါသည်။ အမှန်၌ ယနေ့အချိန်အထိ ဤမိစ္ဆာနတ်ဆိုးများ၏ 82 ရာခိုင်နှုန်းမှာ ငရဲဘုံသို့ ဆွဲခေါ်ချခံသွားရပြီးပါပြီ။ ကျွန်ုပ်အား လာရောက် အနှောင့်အယှက်ပေးခဲ့ကြ သောကြောင့် ၎င်းတို့ကို ထိုသို့ ကျွန်ုပ်ပြုလုပ်ခဲ့ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျေးဇူးပြု၍ မိမိတို့၏ အဖိုးမဖြတ်နိုင်သော ကလေးသူငယ်များကို ကယ်တင်ကြပါ။ ၎င်းတို့ ဒုက္ခဝေဒနာ ခံစားရလျက် တစ်ချို့ဖြစ်ရပ်၌ သေဆုံးမှုအထိပင် ဖြစ်ရမှုသည် မည်သည့် အကျိုးကျေးဇူးမျှ မရှိကြောင်း သင်တို့ သိမြင်နိုင်ပါသည်။ အမေရိကန်နိုင်ငံတွင် လိင်တံအရေပြားလှီးဖြတ်မှု၏ အကျိုးဆက်များကြောင့် နှစ်စဉ် ကလေးငယ် 100 ဦးခန့်ထက်မနည်း သေဆုံးနေရကြောင်း အစီရင်ခံထားသည်များ ရှိပါသည်။ မိမိ၏ရင်သွေးငယ်သေဆုံးရမှုကို အချို့မိဘများက တိုင်ကြားလာခြင်း မရှိကြသဖြင့် အမှန်၌ ဆိုခဲ့သည့် အရေအတွက်ထက်ပင် ပိုနိုင်ပါသေးသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသည်ကို သင်တို့ နားလည်နိုင်ပါသည်။ တိုင်ကြားရန် ခေါင်းထဲ၌ မထည့်နိုင်ကြလောက်အောင် ၎င်းတို့၌ အလွန် ပူလောင်သောကရောက်နေခြင်း၊ ထိုအကြောင်းကို ထုတ်ပြောရန်ပင် အလိုမရှိခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့သော သူတစ်ပါးနာကျင်မှု အပေါ် ပျော်မွေ့သည့် “ဘုရား”မျိုးကို ကိုးကွယ်ခြင်းအားဖြင့် မည်သည့် ကောင်းကျိုးမျှ မဖြစ်နိုင်သည်ကို သမိုင်းကို လေ့လာကြည့်ပါက သင်တို့ သိမြင်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းသူမျိုးသည် ဘုရားသခင် မဟုတ်နိုင်ပါ။ ဘုရားသခင်သည် ဂရုစိုက်တော်မူသော၊ သနားကြင်နာတော်မူသော မေတ္တာရှင်၊ ကရုဏာရှင်၊ ချစ်မေတ္တာ တရားပိုင်ရှင် ဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်တော့်ကိုယ်ပွားတော် ကလေးငယ်နှင့် လူသားများကို ဖန်ဆင်းခဲ့သည့် ဘုရားရှင်သည် မိမိ၏ရင်နှစ်သည်းချာများကို ဒုက္ခဆင်းရဲခံစေရန် အဘယ်သို့

အလိုရှိတော်မူပါမည်နည်း။ ကျိုးကြောင်းမဆီလျော်ကြောင်း ပညာရှိသူသင်တို့မှ သိနားလည်ကြပါမည်။ အတိတ်သမိုင်းကို ဖြစ်စေ၊ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်၌ ဖြစ်နေသည်မှုဖြစ်စေ ပြန်ကြည့်လိုက်ပါက ဤသို့သော သူတစ်ပါး၏ နာကျင်မှု၌ ပျော်မွေ့သည့် မိစ္ဆာမျိုးများကို ကိုးကွယ်ခြင်းသည် မည်သည့် ကောင်းကျိုးမှုမရှိကြောင်းနှင့် အဆုံးမဲ့ စစ်ပွဲများ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခတောများ၊ အပြစ်မဲ့ကလေးငယ်များစွာ သေကြေပျက်စီးရမှုများသာ ဖြစ်ရှိခဲ့သည်ကို တွေ့မြင်ရပါလိမ့်မည်။

ထို့အပြင် မကြာသေးခင် ဆယ်စုနှစ်များက ဖြစ်ပျက်ခဲ့သော လူမျိုးတုန်းသတ်ဖြတ်မှုကြီးကို သင်တို့ မှတ်မိ သိရှိကြပါမည်။ ၎င်းလုပ်ရပ်မျိုးကို ကျေးဇူးပြု၍ ရပ်တန့်ပေးကြပါ။ ကျေးဇူးပြု၍ မိမိတို့၏ ရင်သွေး ကလေးငယ်ကို၊ မိမိတို့ကိုယ်ကို၊ မိမိတို့၏မိတ်ဆွေများကို ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်းမှ ရပ်တန့်ကြပါ။ နိုးထ၊ နိုးထကြ၊ နိုးထကြပါ။ သင်တို့၏ ရင်သွေးကလေးငယ်များကို ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်စေသည့် ထိုသို့သော ဘုရားသခင်မျိုး အမှန် မရှိပါ။ သင်တို့၏ ရင်သွေးကလေးငယ်များသည် အလွန်ပင် အဖိုးထိုက်သည်ကို ဘုရားသခင် သိရှိတော်မူပါသည်။ ဘုရားသခင်သည် သင်တို့ကို စိတ်ပိုင်းအရ ဖြစ်စေ၊ ရုပ်ပိုင်းအရ ဖြစ်စေ၊ သို့တည်းမဟုတ် သင်တို့၏ ရင်သွေးကလေးငယ်များကို ဖြစ်စေ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ရန် အလိုရှိတော်မမူပါ။ မည်သည့်အတွက် ထိုသို့ လုပ်ရမည်နည်း။ ကိုယ်တော်သည် သတ္တဝါတို့၌ လွန်မင်းစွာ နာကျင်ဆင်းရဲ ဖြစ်စေမှု စသည့် အနိမ့်ဆုံးအားဖြင့် အကျိုးဆက်များကို သိရှိတော်မူပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ လူကြီးများပင် မိမိလက်ချောင်းအား အနည်းငယ် လှီးဖြတ်မိသည်တောင် အလွန်နာကျင်ခံခက်လှသည်ဟု ဆိုလျှင် ကလေးငယ်တစ်ဦး ဖြစ်ပါက မည်သို့ဆိုဖွယ်ရာ ရှိပါတော့မည်နည်း၊ အဘယ်သို့ ခံနိုင်အံ့ပါမည်နည်း။ သင်တို့အား တစ်နည်းနည်းဖြင့် စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေမိခဲ့ပါက ကျွန်ုပ် တောင်းပန်အပ်ပါသည်၊ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်၏စိတ်နှလုံးတွင်း ပွက်ပွက်ဆူနေသလို အလွန်အမင်း ပူလောင်နေရပါသည်။ ကျွန်ုပ်မှ ဤကလေးငယ်များအကြောင်းနှင့် လုံးဝကူရာကယ်ရာမဲ့စွာ ဤအခြေအနေသို့ ၎င်းတို့မှ ပို့ဆောင်ခံရစဉ် မည်သို့ ခံစားကြရမည်ကို စိတ်ကူးထဲ၌ပေါ်လာတိုင်း ဤသို့ ပြင်းစွာ ခံစားရပါသည်။ မွေးဖွားလာသည်မှာ ရက်အနည်းငယ်မျှသာ ရှိသေးသော နုနုနယ်နယ်ကလေးငယ်များပါ၊ အို အဖဘုရားသခင်။ **ကျေးဇူးပြု၍ ၎င်းကို ရပ်တန့်ပေးတော်မူပါ**! သို့မဟုတ်ပါက ဘုရားသခင်၏ဒဏ်ခတ်မှုကို သင်တို့ ပိုမို ခံရပါလိမ့်မည်။ သင်တို့နိုင်ငံအား အင်အားချည့်နဲ့စေလိုသူမှာ မိစ္ဆာနတ်ဆိုးများသာဖြစ်ကြောင်း သင်တို့ မသိမြင်ကြပါ သလော။ ၎င်းတို့သည် ယောကျ်ားသား လူငယ်လူရွယ်၊ လူကြီးများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ အနာဂတ်များ ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။ အထူးသဖြင့် ယောကျ်ားကလေးငယ်များသည် အနာဂတ် ဘာသာရေးဆရာ၊

ခေါင်းဆောင်သမ္မတ၊ နိုင်ငံတော်ကိုကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးမည့်သူများ ဖြစ်သဖြင့် နတ်ဆိုးများသည် ၎င်းတို့အား ထိခိုက်နာကျင်၊ သေကြေစေခြင်းဖြင့် သင်တို့၏ နိုင်ငံတော် အင်အားချည့်နဲ့သွားမည်ကို လိုလားကြပါသည်။ နိုင်ငံအင်အားတောင့်တင်းခိုင်မာစေမည့် မိမိတို့၏ နိုင်ငံ၊ လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွက် များစွာသော လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ထမ်းဆောင်ပေးနိုင်မည့် အမျိုးသားဦးရေ နည်းပါးသွားစေရန် သူတို့ လိုလားပါသည်။ ဤသည်ကို သင်တို့ မမြင်ကြပါသလော။ သင်တို့အား အမှန်တရားကို ကျွန်ုပ် လာရောက် ပြောကြားနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အခြားမည်သည့်အကြောင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်ထိုသို့ ပြုရမည်နည်း။ သင်တို့စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်အောင် အသက်ဘေးစွန့်စား၍ ကျွန်ုပ်အဘယ်ကြောင့် ပြုရမည်နည်း။ နတ်ဆိုးများသည် နေရာတိုင်း၌ ရှိနေကြပါသည်။ ၎င်းတို့သည် မိမိတို့ကိုယ်ကို ဂုဏ်သိက္ခာရှိ လူသားများ အသွင် (သို့) ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင်သည်ပင် ဘုရားသခင် (သို့) သူတော်စင်များအသွင် ပုံမှားရိုက်လျက် သင်တို့အား ထင်ယောင်ထင်မှား ဖြစ်အောင် သိမ်းသွင်းပြောဆိုကြပါလိမ့်မည် ။

ရှောလမုန်မင်းကြီး၏ ဇာတ်ကြောင်းကို ပြန်ပြောင်းကြည့်လိုက်ပါ။ သူသည် သုံးနှစ်တိုင်တိုင် ပြည်နှင်ဒဏ် ခံခဲ့ရပြီး၊ မိစ္ဆာများက သူ၏ရာဇပလ္လင် အိမ်တော်နှင့်နိုင်ငံကို သိမ်းပိုက်ကာ အလွန် စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ် ကောင်းသော၊ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သော အမှုများစွာကို ပြုလုပ်ခဲ့ကြပါသည်။ ဤသည်ကို ရှောလမုန် မင်းကြီး မပြုလုပ်ခဲ့သော်လည်း မင်းကြီးလုပ်သည်ဟုပင် လူတို့က ထင်မှတ်မှား ခဲ့ပါသည်။ သုံးနှစ်လုံးလုံး ပြည်နှင်ဒဏ်ခံနေခဲ့ပြီး ပြန်ဝင်လာပြီးမှသာ ရှောလမုန်မင်းကြီးမှ နတ်ဆိုးများကို မောင်းနှင် ထုတ်နိုင်ခဲ့ပါ သည်။ ယေရှုခရစ်တော်သည်လည်း သဲကန္တာရတွင်း တရားအားထုတ်နေစဉ် မိစ္ဆာနတ်ဆိုး လာရောက်၍ သူ့အား သွေးဆောင်သည်ကို ကြုံခဲ့ရပါသည်။ ယေရှုမှ အနည်းငယ်မျှပင် စာတန်အား ဦးညွှတ်လိုက်ပါလျှင် လက်ဆောင်အဖြစ် ကမ္ဘာလောကတစ်ခုလုံးကို ပေးပါမည်ဟု ကမ်းလှမ်းခဲ့ပါသည်။ ဤသည်၌ ယေရှု မည်သို့ မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသနည်း။ “ငါ့နောက်သို့ ဆုတ်လော့ (ထပ်မမြင်ရစေနှင့်)” ဟု မိန့်ကြားတော် မူ၍ မောင်းထုတ်! လိုက်ခဲ့သည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ မာရ်နတ်မိစ္ဆာမှ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကို သွေးဆောင် ဖြားယောင်းရန် ရောက်လာစဉ် ကိုယ်တော်သည်လည်း အလားတူပင် ပြုမူတော်မူခဲ့ပါသည်။ သို့ရာ၌ စိတ်ကိုယ်ခံအားနည်းသည့် အပြစ်မဲ့ယုံကြည်သက်ဝင်သူမှာမူ ထိုကဲ့သို့ မိစ္ဆာနတ်ဆိုးလာရောက် ပြောကြားသည်ကို နားကြားလွဲ အဓိပ္ပါယ်ဖော်ကာ ဘုရားသခင်၏ အသံတော်ပင်ဟု ထင်မှတ်မှားသွား နိုင်ပါသည်။ ဤအကြောင်းတို့ကြောင့် ကိုယ်တော့်နာမတော်ကို ရှင်းလင်းစေရန်၊ ကိုယ်တော့်မိန့်မှာချက်

မဟုတ်သော လွဲမှားသည့် အမိန့်တော်ကို ရှင်းလင်းပြင်ဆင်ရန် ဘုရားသခင်သည် တမန်တော်များကို စေလွှတ်လျက် ကိုယ်တော်မှ မည်သည့် တိရစ္ဆာန်အသွေးအသားကိုမှ အလိုမရှိကြောင်း သတင်းစကားပါးစေတော်မူခဲ့ပါသည်။ တမန်တော်မြွက်ကြားချက်အရ ကိုယ်တော်သည် ကလေးသူငယ်များ ထိခိုက်နစ်နာစေရန် အဘယ်သို့ပင် အလိုရှိတော်မူပါမည်နည်း။ ကိုယ်တော်သည် တိရစ္ဆာန်များကို လွန်မင်းစွာ ချစ်မြတ်နိုးသဖြင့် ၎င်းတို့ ဒုက္ခဝေဒနာ ခံစားရမည်ကို အလိုမရှိတော်မူပါ၊ ထိုသို့ဖြစ်လျှင် သင်တို့၏ နုနယ် ချစ်စဖွယ် ရင်သွေးကလေးငယ်များ သေဆုံးစေမည့်ဘေးကိုပင် မဆိုထားနှင့်၊ ၎င်းတို့ ဆင်းရဲဒုက္ခဝေဒနာ ခံစားစေရန်ကိုပင် အဘယ်သို့ အလိုရှိတော်မူပါမည်နည်း။ စဉ်းစားကြည့်ပါစေလိုသည်။ ဟုတ်ပါရဲ့လား။

အဓိပ္ပါယ်ဖော်မှု လွဲမှားခြင်းကြောင့် အပြစ်မဲ့သူသန်းပေါင်း၊ ဘီလီယံပေါင်းများစွာအသက်ကို ပျက်ပြီးစေခဲ့ ရဖူးပါသည်။ သာဓကအားဖြင့် ရိဂ်ဗေဒကျမ်း 10.18.7 ၌ ရှေးအိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ခင်ပွန်းသည်ဆုံးပါးသွား ရသော မုဆိုးမများကို ဘဝခရီး ရှေ့ဆက်လှမ်းရန် လမ်းညွှန်ထားပါသည်။ သို့ရာ၌ ကျမ်းစာတွင်းရှိ "ရှေ့ဆက်လှမ်း"ဟု အဓိပ္ပာယ်ရသော 'အဂ္ဂရေ'(agre)စကားလုံးကို 'မီး'ဟု အဓိပ္ပာယ်ရသော 'အဂ္ဂနိ' (agne) ဟု မှားယွင်းစွာ ကောက်ယူအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရာမှ ထိုဂါထာပိုဒ်သည် "ဤဇနီးမယားတို့သည် မျက်ရည်မကျ၊ မည်သည့် ဝေဒနာမျှ မခံစားရစေဘဲ၊ ကောင်းစွာ ဆင်ယင်တန်ဆာဆင်လျက် ထင်းမီးပုံ အတွင်းသို့ ဦးစွာ ခြေချလှမ်းဝင်ကြပါစေ" ဟူ၍ ဖြစ်သွားခဲ့ပါသည်။ ဤသည်ကြောင့် လုံးဝပင် ဆန့်ကျင် ကွဲပြားသော အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် ဖြစ်သည့် "ရှေ့သို့လှမ်းပါ" အစား "မီးပုံထဲသို့ဝင်ပါ" ဖြစ်လာခဲ့ပါသည်။ အမျိုးသမီးများစွာသည် သေလွန်သူသဂြိုဟ်သည့် မီးပုံအတွင်းသို့ အတင်းလိုက်ခုန်ဆင်း အသေခံစေခဲ့ ကြရပါသည်။ ခင်ပွန်းသည်သေဆုံး၍ ရှို့သည့်ထင်းမီးပုံဖြင့် ဇနီးဖြစ်သူ သူမသည်လည်း အလားတူ အရှို့ခံ ရပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ရှေးအခါက အမျိုးသမီးများစွာသည် 'အဂ္ဂရေ'(agre) စကားလုံးအဓိပ္ပာယ်အတိုင်း မိမိတို့၏ ဘဝခရီးကို ရှေ့ဆက် လျှောက်လှမ်းရမည့်အစား ၎င်းတို့၏ ခင်ပွန်းများနှင့်အတူ မီးပုံအတွင်း၌ အတင်းအကျပ် မီးရှို့ခံခဲ့ကြရပါသည်။ အလွန်ဆိုးရွားသည့် ဖြစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အတူပင် အကိုးကား ခံရဆုံး အာထဗ္ဗန်ဗေဒဝေဒကျမ်း 18.3.1 ၌လည်း ခင်ပွန်းဆုံးပါးသွားသော ဇနီးသည်ကို ခင်ပွန်းသည်နှင့်အတူ မီးရှို့အသေခံစေဟု မှားယင်းစွာ ယူထားပုံမှာ - "မိမိခင်ပွန်းသည်၏ လောကကို ရွေးချယ်လျက်၊ အို လူသား၊ ဤအမျိုးသမီးသည် သက်မဲ့ခန္ဓာကိုယ်နံဘေး၌ မိမိကိုယ်ကို လဲလျောင်းချလျက်

ရှေးထုံးတမ်း အစဉ်အလာကို သစ္စာရှိစွာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်၏။ သူမကို စည်းစိမ်ဥစ္စာနှင့်အမွေခံသားသမီးရတနာ နှစ်မျိုးစလုံးကို ပေးသနားပါလော့”ဟု ပါရှိရာ၌ “ခင်ပွန်းသည်၏ လောကကို ရွေးချယ်လျက်” ဟူသော စကားရပ်ကို ဆုံးပါးသွားသောခင်ပွန်းသည်နောက် နောင်တမလွန်လောက၌ ဇနီးသည်အား လိုက်လံ ပေါင်းဖက်ရန် ပြောဆိုချက်ဟု အဓိပ္ပာယ်လွဲမှားကောက်ယူလျက် ဇနီးသည်သည် မိမိခင်ပွန်းသည်၏ သင်္ဂြိုဟ်ထင်းမီးပုံ၌ အတူ အရှင်လတ်လတ် မီးရှို့ခံခဲ့ရပါသည်။ ကွယ်လွန်သူခင်ပွန်းသည်ရုပ်အလောင်းနှင့်အတူ ဇနီးမယား မုဆိုးမအား အရှင်လတ်လတ် မီးရှို့သတ်စေသည့် ဤအလေ့အထကို အိန္ဒိယနိုင်ငံ၌ 1829 ခုနှစ်မှ စတင်၍ ဥပဒေဖြင့် တားမြစ်ခဲ့ပါသည်။ သို့ရာတွင် ၎င်းမှာ အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏ အမြင့်မြတ်ဆုံး ပေးဆပ်စတေးခံမှု ပုံစံအဖြစ် မှတ်ယူထားဆဲဖြစ်သော ဟိန္ဒူဘာသာဝင်အချို့ကြောင့် ယနေ့တိုင်အောင် မီးရှို့ခံရမှုဖြစ်ရပ်များ ရှားရှားပါးပါး ဖြစ်ပွားနေဆဲ ရှိပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ အဓိပ္ပါယ်ကောက်ယူဘာသာပြန်ဆိုမှု လွဲမှားခြင်းကြောင့် အပြစ်မဲ့သူကို အသက်ဆုံးရှုံးမှုနှင့် ကြောက်မက်ဖွယ်ရာ အဖြစ်ဆိုးဖြင့် သေဆုံးစေနိုင်ကြောင်း သင်တို့ တွေ့နိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုပိုင်းနှင့် စပ်လျဥ်း၍ သတိကြီးစွာ ထားရပါမည်။ ဘုရားသခင်၏ အလိုတော်နှင့်အညီ လိုက်နာကျင့်ကြံလိုပါလျှင် ဉာဏ်ပညာနှင့်ဆင်ခြင်တုံတရားတို့ဖြင့် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်သည့် အရာမျိုးကိုသာ လက်ခံနာထောင် လိုက်နာကိုးကွယ်ရပါမည်။ သာဓကအနေဖြင့် တူညီသည့် ဝေဒကျမ်းတစ်စောင်တည်း၌ပင် အခြားတစ်နေရာ၌ ဆန့်ကျင်ကွဲလွဲသော ဖော်ပြချက် ရှိနေသည်ကို ပြလိုပါသည်။ အာထဗ္ဗန်ဗေဒကျမ်း 18.3.2 ၌ ဤသို့ဖော်ပြထားပြန်ပါသည်- “အို အမျိုးသမီး၊ ထလော့၊ ရှင်သန်နေသော လောကထဲသို့ လာလော့။ လာလော့၊ သင်လဲလျောင်းနေသော နံဘေးမှပုဂ္ဂိုလ်သည် အသက်မဲ့နေပြီ” ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤမန္တန်ပိုဒ်အရယူပါက အမျိုးသမီးသည် ခင်ပွန်း၏ အလောင်းကောင်ကို စွန့်၍ ထလာလျက် ဤရှင်သန်နေသောလောကနှင့်အတူ ရှေ့ဆက်လျှောက်လှမ်းသွားသင့်ကြောင်း ပြဆို ထားပါသည်။ ထို့အပြင် ဝေဒကျမ်းစာထဲ၌ပင် မုဆိုးမဇနီးသည်အား နောက်အိမ်ထောင်ပြုရန်ကိုလည်း ထပ်မံဖော်ပြထားပါသည်။ သို့ပါ၍ မှားယွင်းစွာ အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူခြင်းကြောင့် အပြစ်မဲ့သူများစွာကို အသက်ဆုံးရှုံးစေရနိုင်ပါသည်။ အချုပ်အားဖြင့် လူတို့သည် အကြောင်းမသင့်ပါက နားကြားလွဲမှားခြင်း၊ အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူမှု လွဲမှားခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်ဟု ကျွန်ုပ်ပြောလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ သင်တို့၏ ရင်သွေးကလေးငယ်၊ လူငယ်လူရွယ်၊ လူကြီးအမျိုးသားများကို ကိုယ်အင်္ဂါ ပြည့်စုံစွာဖြင့် ကျန်းမာချမ်းသာစွာ

အသက်ရှင်နေထိုင်နိုင်ခွင့်ရအောင် ကယ်တင်ပေးကြပါ။ ဘုရားသခင်၏ အလိုတော် နှင့်ဆန့်ကျင်လျက် ဘုရားသခင်မှ ပြီးပြည့်စုံစွာ ဖန်ဆင်းပေးထားတော်မူခဲ့သည့် ၎င်းတို့၏ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း တစ်စုံရာရာကို ထိခိုက်၊ ယုတ်လျော့စေအောင် ကျွန်ုပ်တို့ မပြုလုပ်သင့်ပါ။

သို့ဖြစ်ပါ၍ သင့်ကိုယ်ပိုင် အကျိုးစီးပွား၊ အသိဉာဏ်၊ ကျင့်ဝတ်နှင့် ဂုဏ်သိက္ခာ တို့အတွက် ကျေးဇူးပြုပြီး **Vegan သက်သတ်လွတ် ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်း၍** တစ်ခုတည်းသော မှန်ကန်ရာကို ယခုချက်ချင်းပင် ပြုလုပ် လိုက်ပါ။ **အပြစ်မဲ့တိရစ္ဆာန်နှင့် လူသားတို့ နောက်ထပ် မသေကြကြရပါစေနှင့်တော့**။ တိရစ္ဆာန်များ နောက်ထပ် ဆင်းရဲဒုက္ခ မရောက်ရစေအောင် Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေ ပြဋ္ဌာန်းနိုင်အောင် မိမိတို့၏ အစိုးရကို အားပေး ကူညီကြပါဟု ဤကမ္ဘာပေါ် ရှိ တိုင်းသူပြည်သားကိုလည်း ကျွန်ုပ်မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။ ဘုရားသခင်သည် သင်တို့၏ ရင်သွေးကလေးငယ်များကို ထိခိုက်နာကျင်စေရန် အလိုရှိတော်မမူပါ။ ကျေးဇူးပြု၍ ၎င်းတို့ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးကြပါ။ ၎င်းတို့အား ချစ်မြတ်နိုးစွာဖြင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးသွားရန်ကို ဘုရားသခင်မှ အလိုရှိတော်မူပါသည်။ သို့မှသာ ၎င်းတို့ကြီးပြင်း လာသောအခါ သင်တို့၏ အမိနိုင်ငံ၊ ၎င်းတို့၏ မိသားစုအတွက် မွန်မြတ်သော ဘာသာရေးဆရာ၊ ဘုန်းတော်ကြီး၊ ရဟန်းသံဃာတော်၊ ကောင်းမြတ်သော သမ္မတခေါင်းဆောင် သို့တည်းမဟုတ် စွမ်းရည်ကောင်းသော လုပ်သားကောင်းများ ဖြစ်လာနိုင်ကြပါမည်။ ထိုကဲ့သို့သော အရှင်မြတ်မျိုး သည်သာလျှင် ကျွန်ုပ်သိရှိထားသော အားလုံးကို ခွင့်လွှတ်ပေးတော်မူသည့် စစ်မှန်သော ဘုရားသခင် ဖြစ်ပါသည်။ သင်တို့သည် နောင်တဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ယခု ပြုပြင်ပြောင်းလဲပါလျှင် ဘုရားသခင်၏ ခွင့်လွှတ်တော်မူခြင်း ခံရမည်ဖြစ်ကြောင်းကို ကျွန်ုပ်၏ ရှိရှိသမျှ ဂုဏ်သိက္ခာဖြင့် အာမခံနိုင်ပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်အား ယုံကြည်ပါ။ ဘုရားသခင်သည် အားလုံးကို ခွင့်လွှတ်တော်မူနိုင်သော အကြွင်းမဲ့မေတ္တာရှင် ဖြစ်ပါသည်။ နောက်ကြောင်းပြန်လှည့်၍ မှန်ကန်သောအမှုကို ပြုလုပ်ကြပါ။ နောင်တဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲကြပါ။ ဘုရားသခင်သည် သင်တို့ကို 100% ခြွင်းချက်မဲ့ ခွင့်လွှတ်တော်မူ ပါလိမ့်မည်။ ထိုအရှင်မျိုးသည်သာလျှင် စစ်မှန်သော ဘုရားသခင် ဖြစ်တော်မူသည်၊ သင်တို့၏ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို အထူးကြောင့်ကြစိုက်လျက် ကောင်းကင်ဘုံဆီသို့ လားရောက်နိုင်စေမည့် အရှင်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်၏ အသားစားသုံး၊ အသွေးကိုသောက်သုံးကာ ကလေးသူငယ်များနှင့် အထူးသဖြင့် နိုင်ငံ၊ မိသားစု၏ မှီခိုအားထားရာ အင်အား၊ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှု၊ စွမ်းပကားနှင့် ရဲစွမ်းသတ္တိ၊ စံနမူနာပြပိုင်ရှင် အမျိုးသားတို့ကို ထိခိုက်နစ်နာစေလိုသော ဘုရားသခင်မျိုး လောက၌ မရှိနိုင်ပါ။ သို့ဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်တို့သည် မည်သည့်

ယောက်ျားလေး ကလေးငယ်၊ လူငယ်လူရွယ်၊ အမျိုးသား ကိုမျှ ထိခိုက်နစ်နာစေရန် မတတ်သာပါ။ ၎င်းတို့အား ကျွန်ုပ်တို့ လိုအပ်ပါသည်။ အမျိုးသမီး များကိုလည်း အလားတူ အခြေအနေမျိုးဖြင့် ထိခိုက်ညှဉ်းဆဲနေသော ဓလေ့ထုံးတမ်း သို့မဟုတ် ဆိုးညစ်သော ရိုးရာဓလေ့များသည်လည်း အခြားနေရာများ၌ ရှိနေကြဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ မလိင်အင်္ဂါကို ဖြတ်တောက်ခြင်း မျိုးဖြင့် အမျိုးသမီးတို့၌ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ သွေးလွန်မှု၊ ရောဂါပိုးဝင်မှုနှင့် အသက်ဆုံးရှုံးမှု အထိပင် ဖြစ်စေတတ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို များသောအားဖြင့် ထုံဆေး၊ မေ့ဆေး မပါဘဲ အစိမ်းသက်သက် ဖြတ်တောက် လုပ်ဆောင်ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မြင်ယောင်ကြည့်လိုက်ပါ။ ထိုသို့သော နာကျင်ခံခက် ပြင်းစွာသော ဝေဒနာဆိုးဆီသို့ အားကိုးရာမဲ့ တွန်းပို့ခံနေရသည့် အခြေအနေမျိုး၌ သင်တို့ကိုယ်တိုင် ကျရောက်နေပါက မည်သို့ ခံစားရမည်ကို ကိုယ်ချင်းစာနာကြည့်ကြပါ။

ဆိုခဲ့သည့် အရာခပ်သိမ်းကို ရပ်တန့်ပေးတော်မူကြပါ။ အိုပညာရှိအစိုးရအပေါင်းတို့၊ ဤရိုင်းစိုင်းရက်စက် အယူသီးမှုကို ရပ်တန့်ပေးနိုင်သည့် စွမ်းပကားအာဏာ သင်တို့၌ ရှိကြပါသည်။ ဆိုခဲ့သမျှအရာခပ်သိမ်းကို ရပ်တန့်ရန် သင်တို့တွင် လုံလောက်သော ပညာအရည်အချင်းနှင့် စွမ်းပကားအာဏာ ရှိကြပါသည်။ သို့မဟုတ်ပါလျှင် ဘုရားသခင်သည် မည်သည့်အခါမှ ကျွန်ုပ်တို့အား ခွင့်လွှတ်တော်မူမည် မဟုတ်ပါ။ အခြားသော မိမိတို့နှင့် အတူတကွမှီတင်းနေထိုင်ဖော်များကို ထိခိုက်သေကြေအောင် လုပ်နေသည်ကို ဘုရားသခင်သည် အမြဲသည်းခံစိတ်ရှည်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ နောင်တဖြင့် မိမိတို့၏ လုပ်ရပ်အပြုအမူကို ရပ်တန့်၍ ပြန်လည်ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်ကြပါမူ ကျွန်ုပ်တို့၏ ယခင်အပြစ်လုပ်ရပ်အတွက် ဘုရားသခင်၏ မေ့လျော့ ခွင့်လွှတ်တော်မူမှုကို ခဏမဆိုင်း ရရှိလျက်၊ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ဤဘဝ၌ ဥစ္စာပစ္စည်း ပေါများကြွယ်ဝစွာဖြင့် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာ နေထိုင်သွားရမည် ဖြစ်သလို ဤလောကမှ သေလွန်ထွက်ခွာ ရသောအခါ တွင်လည်း ကောင်းကင်ဘုံသို့ လားရောက်နိုင်ကြပါလိမ့်မည်။ ဤသို့ ကျွန်ုပ်အာမခံကတိပေး သည်ကို ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ဘုရားသခင်သည် သက်သေအဖြစ် ရှိကြပါစေကုန်။ ဤဂြိုဟ်ကမ္ဘာသည် ဆက်လက် ရှင်သန်ရပ်တည်ကောင်း ရပ်တည်နေနိုင်ပါလိမ့်မည်၊ ဤကမ္ဘာလောကမှာလည်း ဆက်လက် တည်တံ့ကောင်း တည်တံ့နေနိုင်ပါလိမ့်မည်။ သို့ရာ၌ မိမိတို့၏ မူလအသိစိတ်အခံကို လျစ်လျူရှုလျက် တိရစ္ဆာန်သတ်ဖြတ်စားသုံးခြင်း စသဖြင့် အခြား အပြစ်မဲ့သတ္တဝါများ၏ ဒုက္ခဝေဒနာအပေါ် မှီဝဲရှင်သန် နေထိုင်သူများမှာမူ ဘုရင်းသခင်၏ တရားစီရင်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်ခွင့်ရလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။ သို့ဖြစ်ပါ၍ မိမိတို့၏ မွေးရာပါ ချစ်ခြင်းမေတ္တာဖြင့် ပြည့်ဝနေပြီးသားဖြစ်သည့် ပင်ကိုယ်သဘာဝအရ

လိုက်နာပြုကျင့် ဆောင်ရွက်ကြပါ။ နိုင်ငံတကာအစိုးရအဖွဲ့နှင့် ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားများရှင့်၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ပိုမိုနေပျော်ဖွယ် နေရာဌာနတစ်ခု ဖြစ်လာစေရန်၊ မိမိတို့၏ မျိုးဆက်သစ်ကလေးငယ်များအတွက် ပိုမို ကောင်းမွန်သော ကမ္ဘာဂြိုဟ်ကို အမွေအဖြစ် ချန်ထားပေးနိုင်ရန် တစ်စိတ်တစ်ဝမ်းတည်း ညီညွတ်စွာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပေးကြပါ။ ဘုရားသခင် သင်တို့နှင့်အတူ ရှိနေပါစေ။ ဘုရားသခင်သည် သင်တို့၏ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေ** ကျင့်သုံးရေးဆုံးဖြတ်ချက်ကို ကောင်းချီးပေးပါစေ။ ဘုရားသခင်၏ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ် အမှုကိစ္စကို မကြောက်မရွံ့ ရဲရင့်သူရသတ္တိရှိစွာဖြင့် လုပ်ဆောင်ကြပါ၊ သီလရှိပြီး ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်ကြပါ။ အားလုံးသော ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်၊ အစိုးရအဖွဲ့နှင့် တိုင်းသူပြည်သား တို့ရှင့်၊ ကျေးဇူးပြု၍ အပြစ်မဲ့ တိရစ္ဆာန်၊ ကလေးငယ်နှင့် လူသားတို့ကို သတ်ဖြတ်နေခြင်းမှ ရပ်တန့်ပေး ကြပါ။ သင်တို့ကို ကောင်းကင်ဘုံသည် ဘေးမှနေ၍ လိုက်ပါစောင့်ရှောက် ကူညီပေးတော်မူပါလိမ့်မည်။ **Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေ**ပြဋ္ဌာန်း **လက်မှတ်ရေးထိုးအတည်ပြုလျက်** လိုက်နာစေကြပါ။ ၎င်းသည်သာလျှင် ဤကမ္ဘာလောကရှိ အစိုးရအဖွဲ့၊ ခေါင်းဆောင်နှင့် တိုင်းသူပြည်သား အားလုံးတို့အတွက် **မှန်ကန်သည့် တစ်ခုတည်းသော ဆောင်ရွက်ချက်** ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ကောင်းမွန်စွာ တည်တံ့ရှင်သန်ရပ်တည်စေလိုပါလျှင်၊ **ငရဲမီးလောင်မြိုက်ဒဏ် ခတ်ခံရမှုမှ ရှောင်ရှားလိုပါလျှင်** ဤသည်သာလျှင် ယခုချက်ချင်းဦးစားပေး ဆောင်ရွက်ရမည့်အရာ ဖြစ်ပါသည်။ ဤအတွက် ကျွန်ုပ်သည် သင်တို့အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ ဤကမ္ဘာလောကရှိ သက်ရှိသတ္တဝါများသည်လည်း သင်တို့အားလုံးကို ကျေးဇူး တင်ရှိကြနေပါမည်။ **မှန်ကန်သောအမှုကို ပြုလုပ်ကြပါ ။ Vegan သက်သတ်လွတ်ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်းပေးကြပါ၊** လက်မှတ်ရေးထိုး၍ အတည်ပြုလျက် ၎င်းအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံး ဆောင်ရွက်ကြပါ။ Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးကျင့်ကြံနေထိုင်ကြပါဟု ထပ်မံတိုက်တွန်းပါရစေ။ **ဤမှန်ကန်သောအမှု** မျှကိုသာလျင် သင်တို့ လုပ်ဆောင်ရန် လိုပါသည်။ ထိုသို့ဆိုပါက ကျန်သည်များလည်း သူ့အလိုအလျောက် နေရာတကျ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။ သင်တို့ ထိုသို့ ပြုလုပ်ပါလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတွင် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ ကြင်နာမှုတရားနှင့် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုတို့ အတိပြီးနေပါလိမ့်မည်။ ကျွန်ုပ်၏ အကြွင်းမဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ ဆန္ဒမွန်ကောင်းများဖြင့် ဘုရားသခင် ကောင်းချီးပေးပါစေ။ သင်တို့ကို ကျေးဇူးတင်ပါကြောင်း ထပ်မံ ပြောကြားလိုပါသည်။ ကျွန်ုပ်ဆိုလို သည်ကို သင်တို့အားလုံး နားလည် သဘောပေါက်ကြပါသည်၊

၎င်းကို ကျေးဇူးပြု၍ ဆောင်ရွက်ပေး တော်မူကြပါ။ တစ်ခုတည်းသော ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်ရာ အမှုဖြစ်သည့် **Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံး ဥပဒေနှင့် သက်သတ်လွတ်စားသုံးနေထိုင်မှု ဘဝပုံစံ**သာကို ရွေးချယ်ကျင့်သုံး ကြပါ။ ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို ဆက်လက်၍ ကောင်းချီး ပေးသနားတော်မူပါစေ။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့ အားလုံးနှင့်အတူ ဆက်လက် ရှိနေတော်မူပါစေ။[21]

# 8 ဆရာမကြီးထံမှ တိုက်တွန်းအားပေးစကား

Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုပုံစံဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာဂြိုဟ်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆီသို့ အစောင့်အရှောက် အကာအကွယ်နှင့် မေတ္တာဓာတ်တို့ဖြင့် ပြည့်လျှမ်းနေသော မြင့်မြတ်သည့် စွမ်းအင်ရပ်ဝန်းဖြစ်ရှိစေ၍ ကျွန်ုပ်တို့အား ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးစေနိုင်ပါမည်။ ဤသည်မှာ သက်သေမပြနိုင်သော်လည်း အလွန်ကျိုးကြောင်းသင့်ဆီလျော်မှု ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ပြုကျင့်လိုက်သမျှ မည်သည့်ကံအမှုကိစ္စ မဆို၏ ဝိပါတ်အကျိုးသည် မိမိတို့အပေါ် ပြန်လည်သက်မည်မှာ ဧကန်မုချပင် ဖြစ်ပါသည်။ Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးခြင်းသည် တိရစ္ဆာန်များအပေါ် သနားကြင်နာမှု ထားရှိခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ မြေကမ္ဘာဂြိုဟ်ကို ကယ်တင်လိုမှုဆန္ဒဖြင့် Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုစိတ်ရင်းအခြေခံသည် အလွန် ကြီးမားသော မေတ္တာကရုဏာတရားပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤကမ္ဘာဂြိုဟ်ပေါ်တွင် လူသားနှင့် တိရစ္ဆာန်များ အပါအဝင် သတ္တဝါဘီလီယံပေါင်း မရေမတွက်နိုင်မည်မျှရှိနေသည်ဟု သင်ထင်မြင်ပါသနည်း။ မရေမတွက်နိုင် များပြားလှသည့် ၎င်းတို့အပေါ် ကျွန်ုပ်တို့မှ ဤသနားကြင်နာမှုအခြေခံ အသိစိတ်ဓာတ်ရှိပါလျှင် ကျွန်ုပ်တို့တွင် အလွန်ကြီးမားသော ကရုဏာတရားဖြစ်ထွန်းနေလျက်၊ ကရုဏာတရားစွမ်းအားကြီးဖြင့် မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာအားလုံးအပေါ်၌လည်း အထူးမေတ္တာပြည့်လျှမ်းနေသည့် အကျိုးတရားများ ဖြစ်ထွန်းစေပါမည်။ ကမ္ဘာဂြိုဟ်ပေါ် ရှိ လူတိုင်းတွင် ထိုသို့သော မေတ္တာဓာတ်ပြည့်ဝစွမ်းအင်မျိုး ဝိုင်းပတ်နေပါက ကမ္ဘာဂြိုဟ်သည် သုခကောင်းကင်ဘုံကဲ့သို့ တစ်ဖန် ပြန်လည် ဖြစ်ထွန်းလာပါလိမ့်မည်။ ကမ္ဘာဂြိုဟ်သည် ကယ်တင်ခြင်း ခံရရုံသာမက ယခုလက်ရှိ အခါထက် များစွာ ပိုမိုလှပ နေချင်စဖွယ်ကောင်း ပေါများကြွယ်ဝမှု ရရှိလာမည် ဖြစ်သလို ကျွန်ုပ်တို့၏ တောင့်တမှုဆန္ဒတိုင်းသည်လည်း ပြည့်ဝလာပါလိမ့်မည်။

ကျွန်ုပ်ဆိုလိုနေသည့်အရာကို လူတိုင်းနားလည်ကြပါစေဟု အကယ်ပင် လိုလားဆန္ဒရှိပါကြောင်းနှင့် နားထောင်ပေးလာသည့် အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါကြောင်း ကျွန်ုပ် ပြောလိုပါသည်။ စွမ်းအင်စွမ်းအားဟူသည်မျိုးမှာ လက်ဆုပ်လက်ကိုင် မပြနိုင်သော်လည်း ခံစားသိရှိနိုင်သည့် အရာမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင့်တွင် နေ့စဉ်ဘဝကို အတူဖြတ်သန်းနေထိုင်နေသည့် လက်တွဲဖော်တစ်ဦး ရှိပြီး၊ တစ်နေ့၌ သင်တို့အချင်းချင်း စကားများအငြင်းအခုံ ဖြစ်ကြသည် ဆိုပါစို့။ ထိုစကားများသည့်နေ့တွင်

သင်တို့ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ငြင်းခုံမှုစကားပြောမှု မပြုကြသော်လည်း၊ စာအုပ် စသည်ဖြင့် ပစ်ပေါက်ခြင်း မပြုကြသော်လည်း အလွန်ဆိုးရွားသည့် ခံစားချက်မျိုး ရရှိကြသည် မဟုတ်ပါလော။ ဤသည်မှာ အချင်းချင်းသဟဇာတမဖြစ်၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုလစ်ဟာလျက် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ကင်းမဲ့နေသော အိမ်တွင်းစွမ်းအင် မငြိမ်းချမ်းမှုကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

၎င်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ သက်သေမပြနိုင်သည့်တိုင် ရှိနေမြဲ စွမ်းအင်သဘောတရားသဘာဝပင် ဖြစ်ပါသည်။ လူ့စွမ်းအင်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ သိပ္ပံပညာရှင်တို့မှ တွေ့ရှိချက်များစွာ ရထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ တစ်စုံတစ်ဦး အမျက်ဒေါသထွက်သောအခါ ၎င်း၏စွမ်းအင်သည် နိမ့်ကျရာဖက်သို့ စီးဆင်းသွားကြောင်းနှင့် ထိုနှင့် ဆန့်ကျင်ဖက် ပျော်ရွှင်တက်ကြွသောအခါမျိုးတွင်မူ ၎င်း၏စွမ်းအင်သည် ပိုမိုသော မေတ္တာဓာတ်ဖြင့် ပြည့်ဝနေလျက် အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းပိုကြောင်းကို တိုင်းတာတွေ့ရှိထားပါသည်။

သို့ဖြစ်၍၊ တိရစ္ဆာန်များကို ချစ်မြတ်နိုးမှုကြောင့်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ကမ္ဘာဂြိုဟ်ကို ကယ်တင်လိုမှုအားဖြင့်ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့ ဖန်တီးဖြစ်ရှိစေလိုက်သော စွမ်းအင်သည် အတိုင်းအဆမရှိ ကြီးမားလှပြီး၊ ၎င်းသည် မိမိတို့ကို လည်းကောင်း၊ မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာအားလုံးဆီကိုလည်းကောင်း အကျိုးသက်ရောက်စေပါမည်။ သို့ဖြစ်၍ အချုပ်အားဖြင့် အကျိုးအကြောင်းသင့် ဆိုရပါက Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုပုံစံသည် ကျွန်ုပ်တို့ လိုအပ်သော အကာအကွယ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအကာအကွယ်အစောင့်အရှောက်စွမ်းအင်ကို ကျွန်ုပ်တို့ လိုအပ်ပါသည်။[22]

ကြီးမားသော ချစ်ခြင်းမေတ္တာတရား ထားရှိပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်တွင်း မြင်တွေ့ရသောအရာအားလုံးကို ချစ်မြတ်နိုးစိတ် ထားရှိပေးပါ။ ပိုကြီး၊ ပိုကြီး၊ ပိုကြီးလေ ပိုကောင်းလေဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၌ မည်သည့် ဆုံးရှုံးနစ်နာစရာမျှ မရှိပါ။ တိရစ္ဆာန်အသေကောင်အသားတစ်အစား အရသာရှိ၍ အပင်မှရသည့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော ပရိုတိန်းအမျိုးမျိုးဖြင့် အစားထိုးလိုက်ရန်သာ ဖြစ်သည်။ Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုကိုကျင့်သုံး၍ ငြိမ်းချမ်းရေးကို တည်ဆောက်ကြပါ။ ချစ်မေတ္တာတရားနှင့် အတူတကွ ဤမျှသာလျင် ကျွန်ုပ်တို့ ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ စစ်ပွဲများ မဖန်တီးကြပဲ မိမိတို့ အလိုရှိသလောက် ချစ်မေတ္တာတရား ထားရှိသွားနိုင်ပါသည်။ အားလုံးကို အထူး ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးကို ကောင်းချီးပေးသနားတော်မူပါစေ။[2]

ကျွန်ုပ်တို့သည် သူတစ်ပါးအပေါ် သနားကြင်နာကရုဏာထားတတ်မှုနှင့် ဂရုစိုက်တတ်မှု ရှိကြပါသည်။ ဤအတွက်ကြောင့်ပင်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် အလိမ်လည်ခံနေရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ လက်ရှိအချိန်အထိ ကျွန်ုပ်တို့သည် မှားယွင်းသော သတင်းအချက်အလက်များသာ ရရှိခဲ့ပြီး၊ အဖြစ်မှန်ကို မသိရှိခဲ့ကြပါ။ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးခြင်းသည် ယဉ်ကျေးမှုအားလုံးကို ပေါင်းစည်းမြင့်တင်ပေးလျက် လူသားများနှင့် တိရစ္ဆာန်များအပေါ် တူညီသည့် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်မည့် အကြင်နာ မေတ္တာတရား တိုးတက်လာမှု လက္ခဏာရပ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

သက်ရှိတိုင်းအပေါ် လေးစားတန်ဖိုးထားမှုဖြင့် သတ်ဖြတ်မှုရှောင်ကျဉ်ခြင်းမှ ဖြစ်ရှိလာသော အတွင်းစိတ် ငြိမ်းချမ်းမှုသည် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း လှိုင်းလုံးကြီးပမာ ပျံ့နှံ့လျက် လူသားတို့စိတ်နှလုံးကို မြင့်မြတ်လာစေပြီး၊ ကမ္ဘာမြေပေါ်တွင် သာယာဝပြောသော ဒေင်ဥယျာဥ်နတ်ဘုံနတ်နန်း ဖန်တီးလျက် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးကို ထာဝရတည်တံ့သော ရွှေရောင်ခေတ်ကြီးဆီသို့ ပို့ဆောင်ပေးပါလိမ့်မည်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားသလို ကျွန်ုပ်တို့၏ ပင်ကိုယ်သဘာဝ၌ ချစ်မေတ္တာနှင့် သနားကြင်နာမှု ကရုဏာတရား ရှိထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ဘဝအဆက်ဆက် မသိနားမလည်မှု အဝိဇ္ဇာကြောင့်သာ ကျွန်ုပ်တို့ လမ်းမှားလာခဲ့ကြပြီး၊ ဤဘုံဘဝ၏အမိုက်မှောင်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့မှာ ပို၍ သတိလစ်ဟင်းမေ့လျော့သည့် အခြေအနေသို့ သက်ဆင်းကျရောက်နေကြရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆိုခဲ့သည်ကြောင့် လူသားတို့မှ မိမိကိုယ် ကိုဖြစ်စေ၊ တိရစ္ဆာန်များကိုဖြစ်စေ ချစ်ခင်ကြင်နာတတ်ရန် မေ့လျော့နေခြင်းနှင့် မိမိတို့၏ စစ်မှန်သော ပင်ကိုယ်သဘာဝ ချစ်မေတ္တာတရားရှိမှုကို အမှတ်မရနိုင်ပဲ ရှိနေကြခြင်းအတွက် မည်သည့်အခါမျှ ကျွန်ုပ် အပြစ်မဆိုခဲ့ဖူးပါ။

လူ့ဘဝသည် ချစ်မေတ္တာဖြင့်ဖွဲ့စည်း မွေးဖွားဖြစ်ရှိလာခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤသည်ကို လူသားတို့မှ ပြန်လည် အမှတ်ရရန် အချိန်တန်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။ သို့မဟုတ်လျှင် မိမိတို့ကိုယ်တိုင်၏ လက်ချက်ဖြင့်ပင် ကျွန်ုပ်တို့ လူသားမျိုးနွယ်သည် မျိုးသုဉ်းပျောက်ကွယ်ခြင်းနှင့် ရင်ဆိုင်ကြရပါလိမ့်မည်။ တိရစ္ဆာန်များကို ချစ်ခင်ရန် နည်းလမ်းတစ်ခုမှာ ၎င်းတို့ မည်သို့ ကြုံတွေ့ခံစားရသည်ကို စာနာနားလည်ပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ လုပစွာ ထုပ်ပိုးထားသော အသားတုံးနောက်ကွယ်ရှိ တကယ်ဖြစ်ရှိနေသော ကြောက်လန့်စိုးရိမ်မှု၊ ပြင်းစွာသော ဝေဒနာဆိုးများခံနေရမှုကို သိရှိနိုင်ရန် သားသတ်ရုံသို့ သွားရောက်၍ ဆိတ်၊ မြင်း၊ သိုး၊ ကြက်၊ ဝက်များ သတ်ဖြတ်ခံနေရသည်ကို လက်တွေ့ သွားကြည့်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ရုပ်မြင်သံကြား၊ ဗီဒီယိုတွင် ရှာဖွေ ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ ဤတိရစ္ဆာန်များ ခံစားနေရသော

ငရဲပမာအဖြစ်ဆိုး ကြောက်မက်ဖွယ် အမှန်တရားကိုသာ သိရှိလာရပါက ထိုသူသည် ၎င်းအသားတစ်တုံးကို မျိုချနိုင်ရန် ခဲယဉ်းပေပါလိမ့်မည်။

မိမိတို့၏ ချစ်ခင်ကြင်နာတတ်မှုအရည်အသွေးကို မည်သို့မြှင့်တင်နိုင်မည်နည်းဟု သင်မှ မေးလာဖွယ်ရာ ရှိပါသည်။ ၎င်းအရည်အသွေးကို ချစ်ခင်ကြင်နာမှုအရည်အသွေး (LQ) ဟု ကျွန်ုပ်ခေါ်ဆိုပြီး၊ လူသားတို့၌ IQ ၊ LQ ၊ GQ (ဘုရားသခင်နှင့် တူညီသော အရည်အသွေး) စသဖြင့် Q များစွာ ရှိကြပါသည်။ တိရစ္ဆာန် နှင့်လူသားတွင်ပါ ဤချစ်ခင်ကြင်နာမှုအရည်အသွေး (LQ) ရှိကြပါသည်။ ကံကောင်း ထောက်မစွာပင် လူသားများ၌ မိမိတို့၏ ကြွက်သားထုကို အသုံးချလေ့ကျင့်သလို မေတ္တာတရားကို လေ့ကျင့်ဖွံ့ဖြိုးစေ၍ ချစ်ခင်ကြင်နာမှုအရည်အသွေး(LQ)ကို မြှင့်တင်နိုင်သော ပိုမိုသည့် အခွင့်ထူး ရှိကြပါသည်။ ဆိုရပါက ကျွန်ုပ်တို့ အနေနှင့် မည်သည့် သီးသန့်လေ့ကျင့်ခန်းမှ ပြောင်းလဲပြုလုပ်ရန်မလိုဘဲ မိမိတို့၏ နံနက်စာ၊ နေ့လယ်စာနှင့် ညစာစားသုံးချိန်များ၌ တစ်ပါတည်းပင် မိမိတို့၏ ချစ်မေတ္တာကြွက်သားများကို လေ့ကျင့် ဖွံ့ဖြိုး သန်မာစေအောင် လုပ်ဆောင်သွားနိုင်ပါသည်။

Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးခြင်းဖြင့် သင်၏ မိသားစု၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်၊ မိတ်ဆွေ၊ ရန်သူများ အားလုံးအပေါ် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ပြသပါ။ ဤချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ကမ္ဘာပေါ်အတူနေ သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံး အပြင် သစ်ပင်၊ ပန်းမာန်လ်၊ ကျောက်တုံးကျောက်ခဲများ အထိတိုင်အောင် တိုး၍ ပျံ့နှံ့စေပါ။ Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးရုံမျှဖြင့် ရက်ပေါင်း (သို့) ရက်သတ္တပတ်ပေါင်း အနည်းငယ်မျှ အတွင်း ကိုယ်တွင်း၌ တစ်စုံတစ်ရာ အပြောင်းအလဲ ဖြစ်လာသည်ကို အလိုအလျောက် ခံစားသိရှိလာပါ လိမ့်မည်။ သင်၏ ပင်ကိုယ် ချစ်ခင် ကြင်နာတတ်သော သဘာဝသည် အထူးအားထုတ်ရစရာမလိုဘဲ မေတ္တာစမ်းရေကဲ့သို့ တသွင်သွင် စီးဆင်းကျလာပါလိမ့်မည်။ သင်သည် နေ၊ လ၊ နက္ခတ်တာရာ၊ သဘာဝတရားအားလုံးနှင့် အတူတွဲဖက် နေထိုင်သူ သက်ရှိသတ္တဝါတို့ထံမှ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် ကောင်းချီးမင်္ဂလာများကို ပိုမို လက်ခံရရှိလာပါ လိမ့်မည်။ ထို့ပြင် တိရစ္ဆာန်များသည် အလွန် လှပ၊ ဖော်ရွေ၊ လိမ္မာ၊ ချစ်ခင်ဖွယ်စဖွယ်ကောင်းသော အဟုတ်အမှန် မိတ်ဆွေများ အိမ်နီးချင်းများ အဖြစ်သို့ ရုတ်ချည်း ပြောင်းလဲလာသည်ကို မြင်တွေ့ရ ပါလိမ့်မည်။

ထိုအချိန်ရောက်သောအခါ ၎င်းတို့ကို ချစ်ခင်တတ်ရန်မှာ အလွန်ပင် လွယ်ကူလာပါလိမ့်မည်။ ၎င်းတို့ကို ဝေဒနာဆိုး ခံစားစေလျက် ရရှိလာခဲ့သော အသားကိုစားသုံးရန် မဆိုထားနှင့်၊ သွယ်ဝိုက်၍ ၎င်းတို့အား

နောက်တစ်ကြိမ် ထိခိုက်နာကျင်စေအောင်လုပ်ဖို့ စိတ်ကူးကြည့်ရန်ပင် အလွန်အမင်း ခက်ခဲသွားပါလိမ့်မည်။

# 9 ကမ္ဘာ့ Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှု ပြန့်ပွားစေရေး ဆုတောင်းခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့ စုပေါင်းဆုတောင်းမှု ပြုကြရအောင်။ သက်သတ်လွတ် ယခု မစားသုံးနိုင်သေးလျှင်ပင် မကြာမီ စားသုံးနိုင်ရန် ဆုတောင်းယူကြပါ။ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံး Vegan သက်သတ်လွတ် ဖြစ်လာစေရေးအတွက် နေ့စဉ် ဟောင်ကောင်စံတော်ချိန် ည 9 နာရီမှ 10 နာရီအတွင်း ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူပေါင်းစည်း၍ ဆုတောင်းခြင်း/ တရားထိုင်ခြင်း ပြုပေးပါ။ သို့မှသာ ထာဝရတည်တံ့သော ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးကို ကျွန်ုပ်တို့ ရရှိနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကောင်းကင်ဘုံ၏ ကောင်းချီးမင်္ဂလာအဖြာဖြာကို သင်တို့ ရရှိနိုင်ကြပါစေ။ အထူးပင် ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့မှ ဆုတောင်းဆန္ဒပြုလိုက်မှုများသည် ကောင်းကင်ဘုံ၊ သူတော်စင်များနှင့် ဘုရားသခင်၏ တန်ခိုးတော်တို့ဖြင့် အားဖြည့်ခံထားရသောကြောင့် ယခင်က ကျွန်ုပ်တို့ သိမထားဖူးသော အလွန်ကြီးမားသည့် တန်ခိုးစွမ်းအား ရှိနေပါသည်။ အထူးသဖြင့် ယခုကဲ့သို့ ကျွန်ုပ်တို့ အတူတကွ ဆုတောင်းမှုနှင့်အတူ ဆုတောင်းဖော် သင်တို့သည်လည်း Vegan သက်သတ်လွတ် စားသုံးခြင်း၊ စားသုံးနိုင်ရန်ကို ဆန္ဒပြုနေခြင်း၊ Vegan သက်သတ်လွတ် စတင်စားသုံးလိုက်တော့မည် ဆိုသည့် ကောင်းမြတ်သော ကိုယ်တွင်းစိတ် အာရုံပြုမှု များကြောင့် ဤတောင်းဆုသည် အလွန် ထိရောက်မှု ရှိပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးစေရေးအတွက် ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူ ဆုတောင်းပေးကြရန် သင်၏ မိသားစုဝင်၊ မိတ်ဆွေ၊ အသိအကျွမ်း၊ တွေ့ကြုံဆုံဆည်းရသူများကို ပြောပြပေးပါ။ ၎င်းသည် သူတို့ အတွက်လည်း ကောင်းမွန် အကျိုးရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ နေ့စဉ်အတူတကွ တစ်နာရီခန့် ဆုတောင်း၊ တရားထိုင်လျက် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးရေး ဖြစ်မြောက်လာသည်အထိ ဆက်လက် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက် သွားကြရအောင်။

"ငါးမိနစ်၊ မိနစ်နှစ်ဆယ်ခန့် စေတနာဖြူသန့်စွာဖြင့် ဆုတောင်း/တရားထိုင်ခြင်းသည်ပင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာလောကကို သန့်စင်စေရန်၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရင်သွေးငယ်များကို ကယ်တင်နိုင်ရန်နှင့် ဘုရားသခင်၏ သားသမီးအဖြစ် နှင့်အညီ အဆင့်အတန်းမီ ဂုဏ်ရှိ မြင့်မြတ်သည့် ဘဝဖြင့် ရှင်သန်နေထိုင်သွားရန် အထောက်အကူ ပြုပါသည်။ အပြစ်ကင်းမဲ့သူများကို ကယ်တင်ရန်၊ မိမိတို့၏ ကမ္ဘာလောကကြီးကို

ကယ်တင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူ ပူးပေါင်းပါဝင်ကြပါ။ ဘုရားသခင်သည် သင့်အား ဤလောက်ရှိဘဝနှင့် နောင်ဘဝအဆက်ဆက် ကောင်းချီးမင်္ဂလာအဖြာဖြာ ပေးသနားတော်မူပါစေ။

ဘယ်နေရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာကိုလုပ်ဆောင်နေသည် ဖြစ်ပစေ

ဟောင်ကောင်စံတော်ချိန် ည 9 နာရီမှ 10 နာရီအတွင်း

ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း Vegan
သက်သတ်လွတ်စားသုံးမှုဖြစ်မြောက်ရေးအတွက်

ခဏလေးရပ်တန့်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူ ဆုတောင်းပေးနိုင်ဖို့

နှိုးစက်တစ်ခု ပေးထားလိုက်ကြရအောင်။ [24]

# ကိုးကားစာတမ်းများ

| နိဒါန်းအမှာ | |
|---|---|
| 1. | ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်၏ ပတ်ဝန်းကျင်ရေးရာ မိန့်ကြားချက်– " စိတ်နှလုံးပြောင်းလဲ၍ မြင့်မြတ်သော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ချမှတ်ပြီး ကမ္ဘာမြေကို ကယ်တင်နိုင်သည်" - 2008 ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ 20 ရက်နေ့ အော်လက်ဒေသ (ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ)ရှိ အသင်းဝင်များနှင့် ပြုလုပ်သော ဗီဒီယိုကွန်ဖရင့်မှ။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(839)<br>http://video.godsdirectcontact.net/daily/2008.09.26/BMD743.wmv |
| 2. | "စစ်မှန်သောချစ်မေတ္တာ" – နှလုံးသားများစည်းလုံးစေသည့်ဂီတစည်းချက်။ 2011 ခုနှစ်၊ သြဂုတ်လ 27 ရက်နေ့ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ်၌ ပြုလုပ်သော တယ်လီကွန်ဖရင့် အစည်းအဝေးမှ။ |
| **အခန်း(1)** | |
| 3. | "ဤသန့်စင်ရေးအချိန်အခါ၌ နိုးထလျက် Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးကြရအောင် " – 2020 ခုနှစ် ဇွန်လ 26 ရက်နေ့၌ Supreme Master Television အဖွဲ့နှင့် ပြုလုပ်သော ကွန်ဖရင့်အစီအစဉ်မှ။<br>suprememastertv.com/en1/v/102385733924.html |
| 4. | "ဤသန့်စင်ရေးအချိန်အခါ၌ နိုးထလျက် Vegan သက်သတ်လွတ်စားသုံးကြရအောင် " – 2020 ခုနှစ် ဇွန်လ 26 ရက်နေ့၌ Supreme Master Television အဖွဲ့နှင့် ပြုလုပ်သော ကွန်ဖရင့်အစီအစဉ်မှ။<br>suprememastertv.com/en1/v/102057990937.html |
| **အခန်း(2)** | |
| 5. | လူသားမျိုးနွယ်ရဲ့ ရွှေခေတ်ဆီသို့ လျှောက်လှမ်းကူးပြောင်းခြင်း – 2009 ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ 8 ရက်နေ့ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ဝါရှင်တန်ဒီစီ၌ ကျင်းပသော နိုင်ငံတကာညီလာခံမှ။<br>suprememastertv.com/en1/v/131957486562.html |
| **အခန်း(3)** | |

| | |
|---|---|
| 6. | ဘုရားသခင်အားချစ်ခင်မြတ်နိုးသည်ဆိုပါက ကိုယ်တော်၏ပညတ်တော်များအရ ကျင့်ကြံစောင့်ထိန်းရန် လိုသည် - 1989 ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ 29 ရက်နေ့ ပနားမားနိုင်ငံ၌ ပြောကြားသည့် မိန့်ခွန်း။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(106)<br>http://www.suprememastertv.tv/bbs/board.php?bo_table=download&wr_id=8423&goto_url=&sfl=wr_content&stx=To+Keep+Hiers+Commandments&sst=wr_num&sop=and&url=link2&year=&month=&day=<br>"ဉာဏ်အလင်းပွင့်ရေးသော့ချက်" စာအုပ်အမှတ်(3)၊ စာမျက်နှာ 104-106။<br>http://www.smchbooks.com/ebook/data/english/E-The%20Key-E3.pdf |
| 7. | ကမ္ဘာ့စည်းလုံးညီညွတ်မှု –သက်ရှိသတ္တဝါအသက်ကို အတူပေါင်းစည်းလက်တွဲ ကယ်တင်ခြင်း – 2009 ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ ၃ ရက်နေ့ ဟောင်ကောင်၌ ကျင်းပသော နိုင်ငံတကာညီလာခံမှ။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(882-1)<br>http://video.godsdirectcontact.net/daily/2009.11.22/WOW1165.wmv |
| 8. | "ဘုရားသခင်ကိုယ်စားပြု မီးရှူးတန်ဆောင်မျိုး ဖြစ်ပါစေ" – 1999 ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ 25 ရက်နေ့ တောင်အာဖရိကနိုင်ငံ ဂျိုဟန္နက်စဘတ်မြို့၌ ကျင်းပသော အများပြည်သူ့ဟောပြောပွဲမှ။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(667)<br>suprememastertv.com/en1/v/99665258964.html |
| **အခန်း(4)** | |
| 9. | ဒီအိုင်းရစ်ရှ်ဒေါ့ဂ်ဂျာနယ် (The Irish Dog Journal) ၏ 2009 ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ 16 ရက်နေ့ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်နှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်းအင်တာဗျူး။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(899)<br>http://video.godsdirectcontact.net/daily/2010.03.24/WOW1287.wmv |
| 10. | ကလေးများကျန်းမာရေးနှင့် ရေရှည်တည်တံ့သောကမ္ဘာမြေ – 2009 ခုနှစ် စက်တင်ဘာလ 21 ရက်နေ့ တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံ ဂျယ်ဂျူးကျွန်း၌ ကျင်းပသော နိုင်ငံတကာညီလာခံမှ။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(881-3)<br>http://video.godsdirectcontact.net/daily/2009.11.10/WOW1153.wmv |

| | |
|---|---|
| 11. | ချစ်မေတ္တာဥပဒေသတရားနှင့်အညီ မြင့်မြတ်သောဘဝဖြင့် ရှင်သန်နေထိုင်ခြင်း – 2008 ခုနှစ် ဇူလိုင်လ 31 ရက်နေ့ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု လော့စ်အိန်ဂျလိစ်မြို့၌ အသင်းဝင်များနှင့် ပြုလုပ်သော ဗီဒီယိုကွန်ဖရင့်မှ။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(842)<br>http://video.godsdirectcontact.net/download/2008.10.31/Between_Master_and_Disciples_2008.10.31_778.wmv |
| 12. | ကိုယ်ကျိုးစွန့်အနစ်နာခံမှုများဖြင့် ပြီးပြည့်စုံမှုကို ဆုပ်လှမ်းရယူခြင်း – 1993 ခုနှစ် မတ်လ 7 ရက် စင်္ကာပူနိုင်ငံ စုပေါင်းတရားထိုင်ပွဲမှ။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(326) |
| 13. | ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်နှင့် မီဒီယာအင်တာဗျူး – Spiritual Awakening Radio မှ ဂျိမ်းစ်ဘီးန်(James Bean)၊ Environmentally Sound Radio မှ ဘော့ဘ် လယ်ဘန်စိုးလ်ဒ် (Bob Lebensold)၊ Irish Independent သတင်းစာမှ မစ္စအန်ဒရီယာ ဘွန်နီ (Ms. Andrea Bonnie) တို့နှင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနှင့် အိုင်ယာလန်နိုင်ငံ တို့တွင် 2008 ခုနှစ် ဇူလိုင်လ 29 ရက် စက်တင်ဘာလ 11 ရက် နှင့် နိုဝင်ဘာလ 21 ရက်နေ့ အင်တာဗျူးမေးမြန်းချက်။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(854-1)<br>http://video.godsdirectcontact.net/download/2008.09.28/Words_of_Wisdom_2008.09.28_745.wmv |
| 14. | "ကမ္ဘာ့ Vegan သက်သတ်လွတ်ဝါဒကသာ ထာဝရကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်" – 2020 ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ 24 ရက်နေ့ Supreme Master Television အဖွဲ့နှင့် ပြုလုပ်သော ဗီဒီယိုကွန်ဖရင့်မှ။<br>suprememastertv.com/en1/v/118282097128.html |
| **အခန်း(5)** | |
| 15. | ဘုရင်မင်းမြတ်ကြီး ပြန်လည်ကြွချီလာခြင်း။<br>suprememastertv.com/en1/v/126653410185.html<br>"ကျွန်ုပ်တို့ဖက်မှ အစပြု၍ ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်ကြရအောင်" – 1989 ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ 1ရက် မလေးရှားနိုင်ငံ၌ ကျင်းပသော အများပြည်သူ့ဟောပြောပွဲမှ။<br>ဗီဒီယိုအမှတ်(99) |

| | |
|---|---|
| 16. | တရားထိုင်ခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ကောင်းချီးပေးခြင်း – ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်၏ "မိမိဘဝကို အရောင်အသွေး ဖြည့်ဆည်းခြင်း" စာအုပ်မှကောက်နုတ်ချက်။ supremematertv.com/en1/v/129254659480.html |
| 17. | "တရားထိုင်ခြင်းသည် သင်၏အကာအကွယ်အစောင့်အရှောက်ပင် ဖြစ်သည်" – 2020 ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ 2 ရက်နေ့ Supreme Master Television အဖွဲ့နှင့် ပြုလုပ်သော ကွန်ဖရင့်ဆွေးနွေးပွဲမှ။ suprememastertv.com/en1/v/111118523935.html |
| 18. | ကွမ်ရင်နည်းလမ်း – အတွင်းအလင်းနှင့် အတွင်းအသံတော်ကို အာရုံပြု၍ တရားရှုမှတ်ခြင်း။ suprememastertv.com/en1/meditation |
| 19. | လူသားမျိုးနွယ်ရဲ့ ရွှေခေတ်ဆီသို့ လျှောက်လှမ်းကူးပြောင်းခြင်း – 2009 ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ 8 ရက်နေ့ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ဝါရှင်တန်ဒီစီ၌ ကျင်းပသော နိုင်ငံတကာညီလာခံမှ။ ဗီဒီယိုအမှတ်(818-2) suprememastertv.com/en1/v/132161236579.html |
| **အခန်း(6)** | |
| 20. | အားလုံးသော စိတ်ဝိညာဉ်နှင့်ဘာသာရေးဦးဆောင်များထံ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်၏ ပန်ကြားချက် –2020 ခုနှစ် မတ်လ 2 ရက်နေ့ထုတ် ဗီဒီယိုသတင်းစကား။ suprememastertv.com/en1/v/88425789933.html |
| **အခန်း(7)** | |
| 21. | ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်နှင့်အစိုးရများအားလုံးထံ ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်၏ အရေးပေါ်သတင်းစကား – 2020 ခုနှစ် မတ်လ 24 ရက်နေ့ထုတ် ဗီဒီယိုသတင်းစကား။ suprememastertv.com/en1/v/90753335579.html |
| **အခန်း(8)** | |
| 22. | ကောင်းကင်ဘုံအနုပညာ (အင်္ဂလိပ်ဘာသာမူတွဲ) –အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု လော့စ်အိန်ဂျလိစ်မြို့ 2008 ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ 12 ရက်နေ့တွင် ပြုလုပ်သည့် ပွဲဦးထွက် နိုင်ငံတကာစာအုပ်များမိတ်ဆက်ပွဲမှ။ ဗီဒီယိုအမှတ်(852-2) |

| | |
|---|---|
| | http://video.suprememastertv.com/daily/2009.01.14/WOW853.wmv |
| 23. | ရာစုနှစ်များရဲ့ ချစ်မေတ္တာ (မွန်ဂိုလီးယားဘာသာမှုတွဲ) – မွန်ဂိုလီးယားနိုင်ငံ အူလန်ဘာတာမြို့ 2011 ခုနှစ် ဧပြီလ 22 ရက်နေ့တွင် ပြုလုပ်သည့် ပွဲဦးထွက် နိုင်ငံတကာစာအုပ်များမိတ်ဆက်ပွဲမှ။ ဗီဒီယိုအမှတ်(950-1)<br>http://video.suprememastertv.com/daily/2011.06.01/WOW1721.wmv |
| **အခန်း(9)** | |
| 24. | ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်၏ မိမိတို့ကမ္ဘာလောကကိုကယ်တင်ဖို့ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း Vegan သက်သတ်လွတ် ဖြစ်လာစေရေး ဆုတောင်းပေးရန် အရေးပေါ်ပန်ကြားချက် –2020 ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ 6 ရက်နေ့ထုတ် ဗီဒီယိုသတင်းစကား။<br>suprememastertv.com/en1/v/85783840493.html |

Love Is The Only Solution


စာရေးသူ - ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်



ထုတ်ဝေသူ - လဗ်အိုရှင်းခရီယေတိဗ်အင်တာနေရှင်နယ်ကုမ္ပဏီ
စာတိုက်အမှတ် 109-973 တိုင်ပေ၊ တိုင်ပေမြို့
11099 ထိုင်ဝမ် (တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံ)
ဖုန်း - 886-2-87896317
အီးမေးလ် - service@loveoceancreative.com

http://www.smchbooks.com

အီး-စာအုပ် (ပထမထုတ်ဝေမှု) - မေလ 2025
ISBN: 979-8-218-69243-8



လဗ်အိုရှင်းခရီယေတိဗ်အင်တာနေရှင်နယ်ကုမ္ပဏီ©2021
ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီးချင်းဟိုင်©2021

မူပိုင်ခွင့်ထိန်းသိမ်းထားပြီး၊ အခွင့်မရှိဘဲ ကူးယူဖော်ပြခြင်းမပြုရ။


ပိုမိုသော အချက်အလက်များအတွက် ကျေးဇူးပြု၍
www.SupremeMasterTV.com သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

" ချစ်မေတ္တာသည်သာလျင် တစ်ခုတည်းသောအဖြေ" အမည်ရ ဤလက်စွဲစာအုပ်လေး၌ လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုအရေးကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်သူ၊ အနုပညာရှင်နှင့် ဝိညာဉ်ရေးရာ ရှေ့ဆောင်လမ်းပြသူ ဖြစ်သည့် အရောင်းရဆုံး နိုင်ငံတကာစာရေးဆရာစာရင်းဝင် ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်မှနေ၍ လက်ရှိဖြစ်ပွားနေသော ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ကပ်ရောဂါဆိုး၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု၊ မသင့်မတင့်ပဋိပက္ခ ဖြစ်ရှိမှုများ နှင့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ နှင့်စပ်ဆိုင်ရာ ကမ္ဘာ့အခြေအနေပေါင်းစုံ နှင့်အတူ ၎င်းတို့ ဖြစ်ရှိလာရမှုအကြောင်းရင်းနှင့် ဖြေရှင်းမှုနည်းလမ်းများကိုပါ ရှင်းလင်းဖော်ပြထားပါသည်။

တိရစ္ဆာန်များအပေါ်ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ သဘာဝကိုချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအကြား မိသားစုဝင်များအကြား အပြင် ရန်သူများအပေါ်၌ပင် ချစ်မေတ္တာ ထားရှိခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကမ္ဘာမြေပေါ်တွင် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့သော ဒေဝဉယျာဉ်တစ်ခု ဖန်တီးနိုင်ပါမည်။ **ချစ်မေတ္တာတရား**စွမ်းအင်၏ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးမှုအကျိုးစွမ်းအားဖြင့် ကမ္ဘာဂြိုဟ်နာမကျန်းနေမှုကို ကုစားပေးနိုင်ရုံသာမက ၎င်း၌ မှီတင်းနေထိုင်သူများကိုလည်း ပို၍မြင့်မြတ်သော အသိစိတ်အဆင့်သို့ မြှင့်တင်ပေးစေနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ထို့အပြင် မိမိတို့၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အားနွဲ့သော၊ အရေးဆိုပြောဆိုပိုင်ခွင့်မရှိသော တိရစ္ဆာန်များနှင့် အားကိုးရာမဲ့ အကူအညီလိုအပ်နေသူအားလုံးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သည့် လက်တွေ့လုပ်ရပ်အဖြစ် ကြိုးစားပြောင်းလဲသွားရန်ကို ဆရာမကြီးမှ တိုက်တွန်းထားပါသည်။

မေတ္တာတရား၏ ပင်ကိုယ်အနှစ်သာရသည် မည်သည့်အခါမျှ ပျက်စီးမသွားဟု ဆိုသည့်တိုင် အခြေအနေ တစ်ရပ်ရပ်၌ ချစ်မေတ္တာသည် ရှင်သန်တိုးပွားလာနိုင်သကဲ့သို့ ယိုယွင်းလျော့ပါး ပျက်စီးသွားနိုင်ပါသည်။ ချစ်မေတ္တာကို ဖူးပွင့်ဝေဆာ ဖွံ့ဖြိုးစည်ပင်လာစေနိုင်သော လုပ်ရပ်များ ရှိသလိုပင်၊ ချစ်မေတ္တာကို ညှိုးရော်ခန်းခြောက် သေဆုံးသွားစေနိုင်သော အပြုအမူများလည်း ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်ဆိုလိုသည်မှာ လောကီရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချစ်မေတ္တာ၊ ဤသတ္တလောကကြီးအတွင်းရှိ ချစ်မေတ္တာတရားကို ဆိုလိုပါသည်။ မေတ္တာတရားကို တိုးပွားစည်ပင်စေနိုင်သော အပြုအမူများ ရှိသကဲ့သို့ မေတ္တာတရားကို ယုတ်လျော့ ကျဆင်းသွားစေနိုင်သော လုပ်ရပ်များလည်း ရှိပါသည်။ ချစ်မေတ္တာတရားအား တွေ့ရှိထားသူသည် ၎င်းကို အမြတ်တနိုး တန်ဖိုးထားစွာဖြင့် မိမိတို့၏

ISBN 979-8-218-69243-8
90000>
9 798218 692438

အတွေးအခေါ်၊ အပြောအဆိုနှင့် လုပ်ရပ်အပြုအမူ တို့ဖြင့် ထောက်ကူစောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းပေးသွားရပါမည်။

*ထိပ်ခေါင်ဆရာမကြီး ချင်းဟိုင်*

ISBN 979-8-218-69243-8

90000>

9 798218 692438