ကျိုးကြောင်းဆက် ပုဂ္ဂလပညတ်

ဒေါက်တာဦးနွယ့်ဝင်း

ကထိက၊ ဌာနမှူး (ငြိမ်း)

ခန္ဓာဗေဒဌာန၊ တိုင်းရင်းဆေးတက္ကသိုလ်

ယေဘုယျရည်မှန်းချက်

ပုဂ္ဂလပညတ် ဆေးပညာသည်-

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဒေသနာနှင့်အညီ ဆေးချက်ချ၍

ကုသော ဆေးပညာတရပ်ဖြစ်ကြောင်း

ဝိသေသရည်မှန်းချက်

(၁) ပုဂ္ဂလပညတ်ကျမ်းရင်းမှ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဟူသော အကိုးအကားများ ရှာဖွေတင်ပြရန်

(၂) ပုဂ္ဂလပညတ် ဆေးပညာ၏ ဆေးချက်ချပုံ အခြေခံတင်ပြရန်

(၃) ပုဂ္ဂလပညတ် ဆေးချက်နှင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နှိုင်းယှဉ်တင်ပြရန်

(၁) တွေ့ရှိချက်နှင့်ဆွေးနွေးသုံးသပ်ချက်

- အထောက်အထားဖွေရှာ - ကျမ်းရင်းမှာ

  ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဟူသော ဒေသနာ

- ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘာဝ စိတ်သာမူလအဓိက

- ပစ္စုပ္ပန် ခန္ဓာ့ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အစ - ဝိညာဏ်က

- လိုချင်၍ တောင့်တ - ကြောင့်ကျ၍ ပြုမိ

  ရရှိသည့်ခန္ဓာ - ဓါတ်လေးပါးအစုပါ

- လေဖြာဓါတ်ရုပ် - တဖြုတ်ဖြုတ်

  ဖြစ်ချုပ်၍ နေတာ - သိန်းသန်းကုဋေပါ

- အာရုံ ပသာဒ တွေ့ဆုံက
  ဝိညာဏ်ဟူ၍ပေါ်လာရ
- ဝိညာဏ်မှသည် - ဝေဒနာဆီ
  ကြိုက်မကြိုက်နှင့် တိုင်းပြန်သည်
- မကြိုက်ဒေါသ ကြိုက်လောဘ
  ပြုမိတာက - ကမ္မဘဝ
- ကံကြောင့်တဖန် ဇာတိပြန်
  တရံမစဲ သံသရာဝဲ
  ငရဲ မျိုးသက်ရှည်တော့သည်။

(၂) ပုဂ္ဂလပညတ် ဆေးပညာ၏ ဆေးချက်

- ပါပသောမ၊ ဖိုမ၊ မိတ်ရန်၊ ရုပ်နာမ်၊ နဝင်း

  ဓါတ်ညှိ၍ ပေးကုခြင်း

- ဆေးဝါးအစာ (နာမ်)ဆေးပါ

  အတွင်းသို့သာ ပေးရမှာ

- မြင်ကြားနံ့ထိ (ရုပ်)ဟုသိ

  တွေ့ထိစေရာ အပြင်ကသာ

ပုဂ္ဂလပညတ် ဆေးချက်နှင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နှိုင်းယှဉ်တင်ပြချက်(၁)

- အသင်္ခတ သင်္ခတ နှစ်ဝရှိလေသည်
- ယင်းနှစ်မျိုးမှာ သင်္ခတာ ခေါ်ရာပညတ်မည်
- လောကီနယ်တွင် ပညတ်ပင် တွင်တွင်လုပ်ရမည်
- သင်္ခတမှာ လုပ်ချင်ရာ လုပ်ပါခွင့်ပြုသည်

(နေလကမ္ဘာ - ဆရာကြီးဦးအေးမောင်)

(၂)

- မမျိုမစား အာရုံများ

  ခေါ်ကြား မည်သို့ ဆေးချက်နည်း?

- အာရုံဟူက နှလုံးသွင်းမှ

  မှချပါတ်ခိုက်မည်

- သတိမမူ ငေးလျှစ်လျူ

  ဆေးမူ မတိုက်ပြီ

- အာရုံတိုင်းတွင် ဇောစိတ်ယှဉ်

  ဤတွင်ဆေးဖြစ်သည်။

- မကောင်းဇောက ဘေးဒုက္ခ

  မှချကြုံရမည်။

(၃)

- ဇောစိတ်ဟူက ဟဒယ

  မှချတည်မှီသည်

- ဟဒယမှသည် သွေးရည်ကြည်

  ခန္ဓာကိုယ်လုံး နှံ့တော့သည်

- ဆေးချက်ဓါတ်ချက် တုန့်ပြန်ချက်

  ပျောက်ချက် မြန်လေသည်

အာရုံတိုင်းမှာ နှလုံးသွင်းမှု မနသိကာရရှိရမည်

- စက္ခါလောက ရူပထင်ပြီ မနသိ လေးလီစက္ခုဖို့
- သောတာကာသ သဒ္ဒထင်ပြီ မနသိ လေးလီသောတဖို့
- ဃာနဝါတ ဂန္ဓထင်ပြီ မနသိ လေးလီဃာနမို့
- ဇိဝှာအာပ ရသထင်ပြီး မနသိ လေးလီဇိဝှာမို့
- ကာယ ဆဒ္ဓ ဖေါဋ္ဌထင်ပြီ မနသိ လေးလီကာယဖို့

ဓါတ်သည် ထိခိုက်လောက်အောင်

အားရှိဘို့လိုသည်

လူနာက နှလုံးသွင်းမိအောင်

ဓါတ်က အားရှိဘို့လိုသည်

အမြင်အာရုံဆေးချက် တစ်ဝီထိ၏စိတ်အစဉ်

မျက်စိ ← ရူပါရုံ နှင်းဆီပန်း

(၁) တီ၊န၊ဒ၊ပ၊စ၊သံ၊ဏ၊ဝု၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ရုံ၊ရုံ (အဆင်းမြင်ဝီထိ)

(တဒါရမ္မဏဝါရစက္ခုဒွါရိက အတိမဟန္တာရုံဝီထိ)

(၂) န၊ဒ၊မ၊ ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ရုံ၊ရုံ (ဆက်ဖြစ်ဝီထိ)

(အတီတဂ္ဂဟဏဝါရ၊ တဒနုဝတ္တက မနောဒွါရ ဝီထိ)

(၃) န၊ဒ၊မ၊ ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ရုံ၊ရုံ (ဒြပ်သိဝီထိ)

(အတ္ထဂ္ဂဟဏဝါရ၊ တဒနုဝတ္တက မနောဒွါရဝီထိ)

(၄) န၊ဒ၊မ၊ ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ဇ၊ရုံ၊ရုံ (အမည်သိဝီထိ)

(နာမဂ္ဂဟဏဝါရ၊ တဒနုဝတ္တက မနောဒွါရဝီထိ)

အင်အားရှိသမျှ နည်းပညာ ဘက်စုံ ယူ၍အသုံးပြုတာ ပုဂ္ဂလပညတ်ဆေးပညာ

ပါပသောမ (အပူအအေး) တေဇော

သောမနသ္သ ဒေါမနသ္သ (အပူအအေး) တေဇော

ဖို့ဓါတ်မဓါတ် (ကမ္ဘာ-နိယာမသဘာဝ)

မီးရေလေ မြေ (ဓါတ်ကြီးလေးပါးမိတ်ရန်သဘာဝ)

ရုပ်နာမ် (ခန္ဓာ၏သဘာဝ)

နဝင်း (သိဒ္ဓိဝင်းကိန်း)

အာရုံ-ဒွါရ (ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဓမ္မနိယာမ)

အကြံပြုတင်ပြခြင်း

(၁) ဒေသနာမှုကို အလေးထားပေးကုလျှက်ရှိကြသော တိုင်းရင်းသမားတော်များမှ ပုဂ္ဂလပညတ် ဓါတ်ပညာအပေါ် စိတ်ဝင်စားလာကြစေရန်

(၂) တိမ်မြုတ် ပျောက်ကွယ်လုနီးပါးဖြစ်နေသော ပုဂ္ဂလပညတ် ဆေးပညာကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ်ထိန်းသိမ်းကြရန်

(၃) မျိုးဆက်သစ် တိုင်းရင်းဆေးပညာရှင်များသို့လည်း ဘာသာရပ်တခုအဖြစ် သင်ကြားနိုင်ရေး စဉ်းစားပေးနိုင်ကြ ပါရန်

ကျေးဇူးတင်လွှာ

ဤစာတမ်းကို ဖတ်ကြားခွင့်ပြုပါသော တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီး ဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်နှင့် ညွှန်ကြားရေးမှူးများ၊ ရွေးချယ်ရေး ကော်မတီဝင်များအားရင်း၊ ကျမ်းကိုးအညွှန်းပါ ကျမ်းပြု ဆရာတော်များနှင့် ပုဂ္ဂလပညတ်ကျမ်းပြုဆရာများအားရင်း၊ ကွယ်လွန်သူ မိဘနှစ်ပါးနှင့် သင်ဆရာ၊ မြင်ဆရာ၊ ကြားဆရာ အားလုံးတို့ ထာဝရဦးခိုက် ကျေးဇူးတင်လျှက်ရှိပါကြောင်း တင်ပြရင်း နိဂုမ်းချုပ်အပ်ပါသည်။

ဒေါက်တာနွယ့်ဝင်း

ကထိက၊ဌာနမှူး(ငြိမ်း)

တိုင်းရင်းဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေးမြို့

၂၀/၆/၂၀၁၃ (ကြာသပတေး)

၁၃၇၅ခု၊ နယုန်လဆန်း (၁၂)ရက်

ကျမ်းကိုးအညွှန်း

၁။ ပုဂ္ဂလပညတ်သုံးစောင်တွဲကျမ်း၊ ဂျာနယ်ကျော်မမလေး။

၂။ ပုဂ္ဂလပညတ်အခြေခံဓါတ်ကျမ်း၊ ဆရာကြီးဦးသာတင့်။

၃။ နေလကမ္ဘာပုဂ္ဂလပညတ်ဓါတ်ကျမ်း၊ သခင်ဗသွင်၊ ၁၉၆၉။

၄။ ပုဂ္ဂလပညတ်ဓါတ်အလင်းပြကျမ်း၊ ပထမကျော်ဆရာသိန်း၊ ၁၉၈၂။

၅။ မြန်မာ့ဆေးပညာဆောင်းပါးပေါင်းချုပ်၊ ဂျာနယ်ကျော်မမလေး၊ ၁၉၆၂။

၆။ သီတဥဏှပါစကတေဇာဓါတ်ကျမ်း၊ အခြေခံပထမတွဲ၊
နေလဝိဇ္ဇာဓါတ်ဆရာဦးကျော်လင်း၊ ၂၀၀၄။

၇။ နေလပညာနှင့်ပါစကတေဇာဓါတ်ကျမ်း၊ နေလဝိဇ္ဇာဓါတ်
ဆရာဦးကျော်လင်း၊ ၂၀၀၄။

၈။ ပုဂ္ဂလပညတ်ဆေးပညာအဖွင့်ကျမ်းဖြစ်သော နေလဝိဇ္ဇာ
ဆေးပညာဓါတ်ကျမ်း၊ နေလဝိဇ္ဇာဓါတ်ဆရာ ဦးကျော်လင်း၊ ၂၀၀၉။

၉။ အခြေပြုပဌာန်းဆရာတော် အမရပူရမြို့၊ မဟာဂန္ဓာရုံတိုက်ဆရာတော် အရှင်ဇနကါဘိဝံသ၊ ၂၀၀၂။

၁၀။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ပဟောစဉ်အမှတ် (၅၇)(၆၀)(၈၀)၊ ဉာတပရိညာအတွဲ(၁)၊ အတွဲ(၂)။

၁၁။ ဆုထူးပန်ဆရာဟန်၏ "သံသရာလမ်းညွှန်ပညာ-ဆုထူးပန်အဘိဓမ္မာ" ဒုတိယအဆင့်ဝိထိပိုင်း။

၁၂။ ဦးဗဂျီငို၏ ဂမ္ဘီရဝိပဿနာရှုဘွယ်ကျမ်း (တတိယတွဲ)။

၁၃။ တိုင်းရင်းဆေးတက္ကသိုလ်မှ ထုတ်ပြန်သော MEUBULLETIN OCTOBER ၂၀၁၀ မှ ဒေါက်တာနွယ့်ဝင်း၏ ကျိုးကြောင်းဆက်ပုဂ္ဂလပညတ်(၁၆)။

အားလုံးကိုကျေးဇူးတင်ဂါရဝဖြင့် ထာဝရ လေးစားလျှက်

ဒေါက်တာနွယ့်ဝင်း

ကထိက၊ဌာနမှူး (ငြိမ်း)

ခန္ဓာဗေဒဌာန

တိုင်းရင်းဆေးတက္ကသိုလ်

၂၀-၆-၂၀၁၃

၁၃၇၅ ခု၊ နယုန်လဆန်း (၁၂)ရက်