

# ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်ပတ်သက်သည့်သတင်းရေးသားခြင်း

ဗုဒ္ဓဆိုသည့် စကားလုံးသည် သက္ကတဘာသာအားဖြင့် 'သိသူ' ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။ အရိုးရှင်းဆုံးဆိုရပါမူ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အခြေခံအဆုံးအမများမှာ 'မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား' ပင်ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ကျင့်စဉ်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ခြင်းနှင့် နေ့စဉ်ဘဝတွင် သတိပဋ္ဌာန်ပွားများခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ ယခုအခါ အမေရိကန်နိုင်ငံသား ၇ ရာခိုင်နှုန်းသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များကို ပြောကြားကြပြီး ပိုမိုသက်ဝင်ယုံကြည်မှုများလည်း ရှိလာကြသည်။

## နောက်ခံအကြောင်းအရာ

ကမ္ဘာပေါ်တွင် ယခုအခါ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပေါင်း သန်း ၄၈၀ ခန့် ရှိနေပြီး ယခုခေတ် နီပေါဟုခေါ်ဆိုသော အိန္ဒိယနိုင်ငံမြောက်ပိုင်းတွင် လွန်ခဲ့သည့်နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ခန့်က စတင်ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။ ထို့နောက် ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ကမ္ဘာ့အနှံ့ပျံ့နှံ့သွားသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်ပတ်သက်၍ နိုင်ငံအသီးသီးတွင် လက်ခံကျင့်သုံးမှု ပုံစံအမျိုးမျိုး ရှိနေသည်။ ဟောပြောမှုနှင့်ကိုးကွယ်ဆုတောင်းမှုတို့တွင်လည်း အချိန်ကာလနှင့် နေရာအလိုက် ကွာခြားမှုတို့ ရှိနေသော်လည်း ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ ကျမ်းဂန်များနှင့်ပတ်သက်၍ တစ်သမတ်တည်းရှိနေသည်။

ဂျာနယ်လစ်များအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်ပတ်သက်၍ နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ကြုံတွေ့ရနိုင်သည်။ မိရိုးဖလာကိုးကွယ်သူ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲလာသူ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မဟုတ်ဘဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်သူတို့ ရှိကြသည်။

ကမ္ဘာ့ဘာသာကြီးငါးခုတွင် တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်သည့် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ဘီစီ ၅ ရာစုမှ ၆ ရာစုအတွင်း သက်ရှင်နေထိုင်ခဲ့သည့် သိဒ္ဓတ္ထထ ဂေါတမဘုရား၏ အဆုံးအမများပင် ဖြစ်သည်။ ဂေါတမသည် သစ္စာတရားကို ရှာဖွေရန်အတွက် စည်းစိမ်ဥစ္စာများကို စွန့်လွှတ်ခဲ့ကာ အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခဲ့သောကြောင့် ဗုဒ္ဓ သို့မဟုတ် သိသူ ဟု သတ်မှတ်ခံခဲ့ရခြင်းဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအနေဖြင့် ဂေါတမအား နတ်ဘုရားတစ်ပါးအဖြစ် မသတ်မှတ်။

ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ရာ ဆရာတစ်ဆူအဖြစ် သတ်မှတ်သည်။ ထို့ကြောင့် အချို့က ဗုဒ္ဓဘာသာကို အတွေးအခေါ်ပညာတစ်ရပ်အဖြစ်သာ ခေါ်ဝေါ်ပြီး ဘာသာတစ်ခုအဖြစ် မခေါ်ဝေါ်ပေ။

သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရရှိပြီးနောက် ဂေါတမသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံမြောက်ပိုင်း ဒေသများကို လှည့်လည်ကာ တရားဓမ္မများကို ဟောကြားခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓက မိမိရရှိသော သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို သစ္စာလေးပါးတရား အခြေခံကာ ဟောကြားခဲ့သည်။ ဒုက္ခတရားများရှိနေသော ဘဝသည် တပ်မက်မှုတကုာကြောင့် ဖြစ်ရပြီး မဇ္ဈိမပဋိပဒါ (အလယ်အလတ်) မဂ္ဂင် ရှစ်ပါးကျင့်စဉ်ဖြင့် ဒုက္ခကို အဆုံးသတ် နိုင်သည်။ မဂ္ဂင် ရှစ်ပါးမှာ ကောင်းစွာရှုမြင်သုံးသပ်ခြင်း၊ ကောင်းစွာ ကြံစည်ခြင်း၊ ကောင်းစွာ ပြောဆိုခြင်း၊ ကောင်းစွာ ကျင့်ကြံခြင်း၊ ကောင်းစွာအသက်မွေးခြင်း၊ ကောင်းစွာ

အားထုတ်ခြင်း၊ ကောင်းစွာ သတိရှိခြင်း၊ ကောင်းစွာတည်ကြည်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓသည် ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုး၊ သေဆုံးခြင်းနှင့် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းတို့ကို ယုံကြည်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အခြေခံအနှစ်ချုပ်အဆုံးအမများနှင့်ပတ်သက်၍ အောက်ပါတို့ကို ဖတ်ရှုနိုင်သည်။

Basic Buddhism Guide-- အဆိုပါ စာအုပ်ကို သြစတြေးလျအခြေစိုက် Buddha Dharma Education Association Inc., က စီစဉ်ထားသည့် BuddhaNet ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင် ဖတ်ရှုနိုင်သည်။ BuddhaNet ဝက်ဘ်ဆိုက်သည် အကျိုးအမြတ်မယူသော၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဆုံးအမများနှင့် လူမှုဘဝကို လိုက်နာကျင့်သုံးနေသူများ၏ cyber sangha အဖွဲ့က လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ရှေးဟောင်းဓလေ့ထုံးတမ်းစဉ်လာကို သတင်းအချက်အလက်နည်းပညာဖြင့် ပေါင်းစပ်ထားသည်။

Basics of Buddhism— ဗုဒ္ဓဘာသာ မိတ်ဆက်ဖြစ်ပြီး ထိုင်းနိုင်ငံတွင် PBS နှင့် ပူးပေါင်းကာ တင်ထားခြင်းဖြစ်သည်။

Buddhism Religion Library— Patheos စာကြည့်တိုက်တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ မူလအစ၊ သမိုင်းကြောင်းကိုးကွယ်ဆုတောင်းမှု၊ ယုံကြည်မှု၊ ကိုယ်ကျင့်များကို ဖတ်ရှုနိုင်သည်။ အဆိုပါ စာကြည့်တိုက်တွင် မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာ၊ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်ဝါရာယန ဗုဒ္ဓဘာသာတို့ကို ဖတ်ရှုနိုင်သည်။ Patheos သည် ၎င်း၏စာကြည့်တိုက်၊ အွန်လိုင်းဆွေးနွေးမှုများ၊ ဘလော့ဂ်နှင့် အခြားနည်းလမ်းများဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်အတွေးအခေါ်အယူအဆများကို ကမ္ဘာပေါ်မှ ကြည့်ရှုသူများ ဆွေးနွေးနိုင်ရန် စီစဉ်ထားသည့်ဝက်ဘ်ဆိုက်ဖြစ်သည်။

Resources for the Study of Buddhism— ဆန်ဖရန်စစ္စကို ပြည်နယ်တက္ကသိုလ်မှ အငြိမ်းစား ပါမောက္ခတစ်ဦးဖြစ်သူ Ron Epstein က စုစည်းစီစဉ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာသမိုင်းကြောင်း၊ ထေရဝါဒနှင့်မဟာယနတို့မှ အဆုံးအမများ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် ကလေးများ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် သိပ္ပံပညာတို့ကဲ့သို့ ဗုဒ္ဓဘာသာစာပေများ ပါဝင်သည်။

**ဝိုက်ကွဲများနှင့်အုပ်စုများ**

ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမများသည် မြောက်ဘက်တွင် တရုတ်၊ တိဘက်၊ မွန်ဂိုလီးယား၊ ဆီးဗီးယား၊ကိုရီးယားနှင့် ဂျပန်နိုင်ငံများသို့လည်းကောင်း၊ တောင်ဘက်တွင် သီရိလင်္ကာ၊ မြန်မာ၊ ထိုင်းနှင့် အခြားအရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများသို့လည်းကောင်း ရောက်ရှိသွားသည်။ ဥရောပတိုက်မှ ပညာရှင်များက ဗုဒ္ဓဘာသာကို အနောက်ဥရောပသို့ ၁၈၀၀ ပြည့်နှစ်နောက်ပိုင်းတွင် ဆောင်ယူလာပြီး အမေရိကန်နိုင်ငံတွင်မူ ၁၈၉၀ ပြည့်လွန်နှစ်များတွင် ရောက်ရှိလာသည့် အထောက်အထားများ တွေ့ရှိရသည်။ ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးအပေါ် မူတည်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာ ကျောင်းကြီးများနှင့်

ကျောင်းခွဲများသည် အခက်အခဲအတိုက်အခိုက် အနည်းငယ်ဖြင့် ဆယ်စုနှစ်များစွာ ကြာပြီးနောက် ပေါ်ထွက်လာခဲ့သည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် အောက်ပါ အဓိက ဂိုဏ်းကွဲများ ပါဝင်သည်။  
ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ-- ရှေးအကျဆုံး ဗုဒ္ဓဝါဒဖြစ်သည်။ ထေရဝါဒတွင် ရဟန်းသံဃာများနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်များအကြား အခွင့်နှင့်လိုက်နာကျင့်သုံးမှုများ ခြားနားချက်ကို ဖော်ပြထားသည်။ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ထုံးတမ်းစဉ်လာကို ထိန်းသိမ်းပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ခြင်းနှင့် မဂ်ဉာဏ်ဖိုဉာဏ်ကို အဓိကထားသည်။ မြန်မာ၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ သီရိလင်္ကာ၊ လာအိုနှင့် ထိုင်းနိုင်ငံတို့တွင် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကျင့်သုံးလျက်ရှိသည်။ ထေရဝါဒတွင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုဉာဏ်ရသူကို နတ်ဘုရားတစ်ပါး တစ်ကဲ့သို့ မသတ်မှတ်ပေ။

မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာ-- ဒုတိယ ရှေးအကျဆုံးဗုဒ္ဓဝါဒဖြစ်သည်။ (ကြီးမားသော ယာဉ်ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။) ဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိမှုတွင် လူပုဂ္ဂိုလ်များက ရဟန်းများထက် ပိုမိုအခွင့်အလမ်း ရှိကြောင်း သတ်မှတ်ထားသည်။ ကရုဏာတရားနှင့် သတ္တဝါအားလုံးသည် ဘုရားဖြစ်နိုင်သည့် အခွင့်အရေးရှိသည်ဟု သတ်မှတ်ထားသည်။ အဆိုပါ ဝါဒသည် တရုတ်၊ ဂျပန်၊ ကိုရီးယားနှင့် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတို့တွင် ထွန်းကားသည်။

တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာ--- တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအတွက် ခေါင်းဆောင်မှာ ဒလိုင်လားမားဖြစ် ပြီး ၁၉၅၉ ခုနှစ်တွင် တရုတ်တို့က တိဘက်ဒေသကို သိမ်းပိုက်လိုက်သောအခါ အိန္ဒိယသို့ ထွက်ပြေး တိမ်းရှောင်နေရသည်။ တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာသည် မဟာယနအဆုံးအမကို အခြေခံသည်။

ဇင်ဗုဒ္ဓဘာသာ-- မဟာယနနှင့် တာအိုဝါဒတို့ ပေါင်းစပ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ တရုတ်နိုင်ငံတွင် အစပြုပြီး ကိုရီးယားနှင့် ဂျပန်နိုင်ငံများသို့ ပျံ့နှံ့သွားပြီး အနောက်နိုင်ငံများတွင် ထင်ရှားလာသည်။ ဇင်ဝါဒအရ လူတိုင်းသည် ဗုဒ္ဓဖြစ်သည်။

အခြားဗုဒ္ဓဘာသာ ဂိုဏ်းကွဲများ-- Korean Zen Buddhism ၊ Nichiren Buddhism ၊ Pure Land Buddhism တို့ဖြစ်သည်။

**အဓိက ယုံကြည်မှုများ**

ဗုဒ္ဓဘာသာသည် လူတိုင်း၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် တန်ဖိုးကို အရေးကြီးကြောင်း သတ်မှတ်ထားပြီး သက်ရှိများအားလုံးပေါ်တွင် လေးစား ကရုဏာထားရသည်။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုဉာဏ်ရရှိရန်

ကြိုးပမ်းအားထုတ်ပြီး ဘဝကို ကောင်းစွာနားလည်ရန် ဆုံးမထားသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် မူကွဲအမျိုးမျိုးရှိနေသော်လည်း အခြေခံအကျဆုံးအချက်များတွင် တူညီကြသည်။

ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်း သို့မဟုတ် သေပြီးနောက် ဝိညာဏ်သည် ပြန်လည် မွေးဖွားလာခြင်းသည် အဓိက တူညီချက်တစ်ခုဖြစ်ပြီး သံသရာကို လက်ခံသည်။ လူအများစုသည် မွေးဖွားမှုနှင့် သေဆုံးမှု သံသရာကို အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ကြုံတွေ့ရနိုင်သည်။ ပြန်လည်ဝင်စားခြင်းနှင့် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းတို့အပေါ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအကြား သတ်မှတ်ချက် မတူညီဘဲ ပြန်လည်ဝင်စားခြင်းဆိုသည်မှာ မွေးဖွားလာသည့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ဝိညာဏ်၊ လိပ်ပြာသည် ပြန်လည်ရောက်သည်ဟု သတ်မှတ်သည်။ သို့ သော် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းရာတွင် ပုံစံအမျိုးမျိုးရှိနိုင် ပြီး သေဆုံးသွားသူသည် နောက်ဆုံးဘဝအတိုင်း ပြန်လည် မွေးဖွားလာသည်ဟု မယူဆပေ။ သံသရာ များစွာ ကျင်လည်ပြီးနောက် တဏှာကို စွန့်လွှတ်ပြီးသူသည် သတ္တဝါအားလုံး၏ ရည်မှန်းရာ လုံးဝငြိမ်းချမ်းသော နိဗ္ဗာန်ကို ရရှိနိုင်သည်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုသည်မှာ ဒုက္ခ၊ ဆန္ဒနှင့် သံသရာမှ လွတ်မြောက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

သစ္စာလေးပါးတရားဆိုသည်မှာ ဘုရားလောင်းအနေဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအား ထုတ်ပြီး သိရှိလာသည့် အခြေခံတရားများဖြစ်ကာ မြတ်စွာဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိပြီး ပြန်လည်လမ်းညွှန်ပြသခဲ့ရာတွင် ဇာတိသည် ဒုက္ခဖြစ်သည်။ ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း တရားသည် သမုဒယသစ္စာတဏှာဖြစ်သည်။ တက်မက်မှု တဏှာကုန်ဆုံးခြင်းသည် ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းခြင်းဖြစ်ပြီး မဂ္ဂင်ရှစ်များ အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်းဖြင့် ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းမှုကို ဖြစ်စေသည်ဟု ဗုဒ္ဓက ဟောကြားခဲ့သည်။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးသည် လက်တွေ့လိုက်နာကျင့်သုံးပြီး တဏှာနှင့် ဒုက္ခကုန်ဆုံးရန် ဗုဒ္ဓကသင်ကြားခဲ့သည်။

ဗုဒ္ဓ၏ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး လမ်းစဉ်တွင် ပါဝင်သည်များမှာ--

**ပညာ၊ အသိဉာဏ်**

သစ္စာလေးပါးတရားကို မှန်ကန်စွာနားလည်ခြင်း  
မှန်ကန်သောအတွေးအကြံဖြင့် ဘဝတွင် မှန်ကန်သော လမ်းကြောင်းကို ရွေးချယ်ခြင်း  
သီလ၊ စာရိတ္တသီလ၊ ဝါရိတ္တသီလ  
မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို မပုပ်ခတ်ခြင်း၊ လိမ်ညာမပြောခြင်း၊  
ကြမ်းတမ်းသောစကားများကို မပြောဆိုခြင်း  
ငါးပါးသီလ စောင့်ထိန်းခြင်းဖြင့် မှန်ကန်သော ဆောင်ရွက်မှုဖြစ်နိုင်သည်။  
သူတစ်ပါးကို မထိခိုက်စေဘဲ မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်ခြင်းသည် မှန်ကန်သော  
အသက်မွေးမှုဖြစ်သည်။

## သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ ကောင်းစွာ တည်ကြည်ခြင်း

မကောင်းသော အတွေးများကို ဖယ်ရှားပြီး ကောင်းသောအတွေးများ ဖြစ်ပေါ်စေရန် မှန်ကန်စွာ အားထုတ်မှု  
ကောင်းစွာ သတိရှိခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်တို့ကို ကောင်းစွာ သတိရှိခြင်း  
ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတွင် ကောင်းစွာတည်ကြည်ခြင်း

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတွင် ပါဝင်သော ငါးပါးသီလသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ လိုက်နာရမည့် ကျင့်ဝတ်များ ဖြစ်သည်။ သီလတစ်ပါးပါးကို ချိုးဖောက်မိသောသူသည် နောင်တွင် ထပ်မံမချိုးဖောက်မိစေရန် သင်ခန်းစာယူရမည်။ အဆိုပါ စောင့်ထိန်းမှုများသည် စာရိတ္တနှင့်ဝါရိတ္တသီလတို့ ထိန်းသိမ်းရေးအတွက် လမ်းညွှန်မှုဖြစ်စေသည်။

## ငါးပါးသီလ

- ၁။ သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း
- ၂။ သူတစ်ပါးမပေးသော ဥစ္စာကို ယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း
- ၃။ မှားယွင်းသော ကာမဂုဏ်အမှုကို ပြုလုပ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း
- ၄။ လိမ်ညာပြောဆိုမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း
- ၅။ သေရည်သေရက်တို့ကို မှီဝဲမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

## ကျမ်းဂန်

ဗုဒ္ဓဘာသာ ကျမ်းဂန်နှင့် စာပေ အများအပြားရှိသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝါဒအားလုံးတွင် တစ်ခုတည်းသော ကျမ်းဂန်အဖြစ်မရှိပေ။ ပါဠိ၊ တိဘက်၊ မွန်ဂို၊ တရုတ်အစရှိသည့် ဘာသာများဖြင့် ရေးသားထားပြီး အချို့ကျမ်းဂန်များသည် သက္ကတဘာသာဖြင့် ရှိနေဆဲပင်ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အခြေခံအဆုံးအမများကို ကျမ်းဂန်တစ်ခုတည်းဖြင့် ရှိနေစေရန် ကြိုးပမ်းခဲ့ကြသော်လည်း တစ်က္ခမာ လုံးအတိုင်းအတာဖြင့် အောင်မြင်မှုမရှိသေးပေ။

## အဓိက ကျမ်းဂန်များတွင်

တိပိဋကတ် (ပါဠိကျမ်းဂန်)-- တိပိဋကတ်ဆိုသည်မှာ ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို အုပ်စုသုံးခုခွဲကာ အစဦးဆုံး စုစည်းထားခြင်းဖြစ်ပြီး ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာအတွက် အထွတ်အမြတ်ထားရာ ကျမ်းစာ ဖြစ်သည်။ ဝိနည်း၊ ပိဋကတ်၊ သုတ္တန်ပိဋကတ်နှင့် အဘိဓမ္မာပိဋကတ်ဟု သုံးမျိုးရှိသည်။ သုတ္တန်ပိဋကတ်သည် ထေရဝါဒသံဃာတော်များ၊ သီလရှင်များအတွက် စည်းကမ်းများနှင့် ဘုရားကျောင်းသင်္ခန်းများတွင် လိုက်နာရမည့် အချက်များဖြစ်သည်။ သုတ္တန်ပိဋကတ်တွင် ပါဠိစာပိုဒ် ပေါင်း ၁၀၀၀၀ ကျော်ပါဝင်ပြီး အများစုကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားခဲ့ပြီး တပည့်ရဟန်းသံဃာများ က ဟောကြားမှုအချို့လည်း ပါဝင်သည်။

အဘိဓမ္မာပိဋကတ်တွင် အတွေးအခေါ်၊ စိတ်ပညာ၊ ရုပ် နာမ်တရားတို့၏ အကြောင်းကို ဖော်ပြထားသည်။

Buddhist Sutras— အဆိုပါ သုတ္တန်များကို မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာတွင် အထွင်အမြတ်ထားသည်။ ဗုဒ္ဓအဆုံးအမများအတွင်း ကွဲလွဲမှုများကို စုဆောင်းဖော်ပြထားသောကြောင့် အနှစ်ချုပ် ဖော်ပြရန် မလွယ်ပေ။

Tibetan Book of the Dead— Bardo Thodol ဟုတ်ခေါ်ဆိုသော အဆိုပါ ကျမ်းစာသည် သေဆုံးမှုနှင့် မွေးဖွားမှု အဆင့်များကို မှတ်တမ်းတင်ဖော်ပြထားသည်။

A Glossary of Pali and Buddhist Teaching— ToNight.org တွင်

ဗုဒ္ဓဘာသာအသုံးအနှုန်းနှင့်ဝေါဟာရကို ရှင်းလင်းထားသည်။

Glossary of Buddhist Terms—ဗုဒ္ဓဘာသာများတွင် ဝေါဟာရ အသုံးအနှုန်းများ ကြည့်နိုင်သည်။

## အခမ်းအနားများ

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ ရုံးပိတ်ရက်အများစုသည် ပြက္ခဒိန်ပေါ်တွင် အခြေခံပြီး နိုင်ငံအလိုက်၊ လူမျိုးအလိုက်၊ အချိန်ကာလမတူညီဘဲ ကျင်းပလေ့ရှိသည်။ ဗုဒ္ဓဖွားမြင် သော နေ့ (အချို့ ထုံးတမ်းစဉ်လာများ၊ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသောနေ့နှင့် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသောနေ့) သည် မေ လခေါ် ဝိသာခလဖြစ်သည်။ မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာတွင် ဘုရားလောင်းမွေးဖွားသည့်ရက်ကို အမျိုးမျိုးသတ်မှတ်ထားကြသည်။ ထိုင်း၊ မြန်မာ၊ သီရိလင်္ကာ၊ ကမ္ဘောဒီးယားကဲ့သို့ ထေရဝါဒနိုင်ငံများ တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏ နှစ်ကူးကာလကို ဧပြီလတွင် သုံးရက် ကျင်းပသည်။

မဟာယနနိုင်ငံများဖြစ်သည့် တရုတ်၊ ကိုရီးယား၊ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတို့တွင် ဇန်နဝါရီလ၏ ပထမဆုံး လပြည့်နေ့တွင် စတင်ကျင်းပသည်။  
အခြားပွဲတော်များဖြစ်သည့် မဟာပူဇော်နေ့၊ ဓမ္မနေ့၊ Observance Day, ကထိန်ပွဲတော်၊ မီးမျှောပွဲတော်၊ ဆင်ပွဲတော်၊ အစရှိသည့် ပွဲများကိုလည်း ကျင်းပသည်။  
Buddhist Festivals and Special Days ကို Buddhnet.com တွင် ဖတ်ရှုနိုင်သည်။  
Buddhist Personal Ceremonies တွင် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းနှင့် နာရေးကျင်းပမှု ထုံးတမ်းစဉ်လာ များကို လည်း ဖတ်ရှုနိုင်သည်။

## သတင်းလိုက်ရာတွင် မှတ်သားဖွယ်ရာများ

### ဘုရားကျောင်းများသို့သွားရောက်ခြင်း

ပုံမှန်ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကိုသာ ဘုရားကျောင်းအများစုတွင် လက်ခံထားသည်။ ယဉ်ကျေးစွာ ဝတ်ဆင်ထားမှုကို ပိုမိုနှစ်သက်သည်။ အချို့ဘုရားကျောင်းများတွင် ရိုးရာဝတ်စားဆင်ယင်မှုများကို ပိုမိုလိုလားသည်။ ထို့ကြောင့် ဘုရားကျောင်းတစ်ခုသို့မသွားမီကပင် မည်သည့်ဝတ်စားဆင်ယင်မှုသည် အသင့်တော်ဆုံးဖြစ်မည်ကို စစ်ဆေးသင့်သည်။  
ဘုရားကျောင်းအများအပြားတွင် ဖိနပ်ချွတ်ရမည်။  
အခမ်းအနားမတိုင်မီ ကြိုတင်ရောက်ရှိရသည်။  
ဧည့်သည်များအနေဖြင့် တရားထိုင်နေစဉ်အတွင်း ထမပြန်ရဘဲ ပါဝင်၍လည်း တရားထိုင်နိုင်သည်။  
တရားထိုင်နေစဉ်အတွင်း စကားပြောခြင်းကို လက်မခံပေ။  
ကင်မရာနှင့် အသံဖမ်းစက်များကဲ့သို့ သတင်းလိုက်ရာတွင် အသုံးပြုသည့် ပစ္စည်းများကို ကျောင်းတိုက်ရှိ သံဃာတစ်ပါး၏ ခွင့်ပြုချက်ဖြင့် အသုံးပြုရမည်။  
ဆရာတော် သံဃာတော်များကို စကားပြောသည့်အခါ အရှင်ဘုရား၊ လာမား၊ ရိုရို စသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်သုံးနှုန်းရမည်။  
ရဟန်းသံဃာတစ်ပါးပါးက ဘာသာရေးအခမ်းအနားကို ဦးဆောင်သည်။  
ဆင်းတုသို့မဟုတ် ဗုဒ္ဓကိုယ်စားအသိအမှတ်ပြုထားရှိသည့် ပစ္စည်းများသည် ရိုခိုးကန့်တော့ရန် ထက် သဗညုတဉာဏ် သို့မဟုတ် မဟာက `ရုဏာကို ကိုယ်စားပြုသည်။

### အရေးကြီးပြီးသတိထားဖွယ်ရာအကြောင်းများ

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဆုံးအမများသည် ငြိမ်းချမ်းရေးပေါ်အခြေခံပြီး ကျမ်းဂန်များတွင် အကြမ်းမဖက် ရေးကို တိုက်တွန်းထားသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာက သတ္တဝါအားလုံး၏ ဘဝကို တန်ဖိုးထား

လေးစားလိုက်နာရန် နှင့် ဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်ရန်၊ တိုက်တွန်းထားသော်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာ ကိုးကွယ်သည့် နိုင်ငံများအကြား ပြဿနာများ ရှိနေသေးသည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံ များအကြား မသင့်မြတ်ဖြစ်ခြင်းသည် စိတ်ရှည်သည်းခံခြင်းမရှိမှုနှင့် အမျိုးသားရေးအစွဲများကြောင့် ဖြစ်သည်။ လွန်ခဲ့သည့် နှစ်များအတွင်း နိုင်ငံရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုတို့နှင့် ရောယှက်ကာ အာရှနိုင်ငံများဖြစ်သည့် သီရိလင်္ကာ၊ မြန်မာနှင့် ထိုင်းနိုင်ငံများတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အစွဲလမ်း၊ ဟိန္ဒူ၊ ခရစ်ယာန် ဘာသာတို့နှင့် မသင့်မြတ်မှုများ ဖြစ်လာသည်။ အရှေ့တောင်အာရှဒေသတွင် လူဦးရေ ၄၂ ရာခိုင်နှုန်းသည် မွတ်စလင်များဖြစ်ပြီး ကမ္ဘာ့မွတ်စလင်အရေအတွက်၏ လေးပုံတစ်ပုံ ခန့်ရှိပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာက ၄၀ ရာခိုင်နှုန်းရှိပြီး တစ်ကမ္ဘာလုံး၏ ငါးပုံနှစ်ပုံခန့်ရှိသည်။

### လက်ရှိ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာပြဿနာများ

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ အမျိုးသားရေးဝါဒသည် ယခင်က အတူတကွ နေထိုင်ခဲ့ကြသူများ အကြား စိတ်ဝမ်းကွဲပြားမှု ဖြစ်စေခဲ့ကာ နေရပ်ကိုစွန့်ခွာပြေးခဲ့ရသူ မွတ်စလင်ရိုဟင်ဂျာ ၁၅၀၀၀၀ ဦးခန့် ရှိခဲ့သည်။ ရိုဟင်ဂျာတို့သည် လူနည်းစုများဖြစ်ပြီး အစွဲလမ်းဘာသာဝင်များဖြစ်ကာ ရိုဟင်ဂျာ ဘာသာစကားကို ပြောဆိုပြီး မြန်မာနိုင်ငံအနောက်ပိုင်းတွင် နေထိုင်ကြသည်။ ၂၀၁၂ ခုနှစ်တွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သည့် မတည်ငြိမ်မှုကြောင့် တင်းမာသည့်ဆက်ဆံမှုမှ အကြမ်းဖက်မှုအသွင်သို့ ကူးပြောင်းသွားခဲ့သည်။ နောက်ခံအချက်အလက် များနှင့်ပတ်သက်၍ ဘီဘီစီ၏ Why is there communal violence in Myanmar? ဆောင်းပါးကို ဖတ်ရှုနိုင်သည့်အပြင် United Nations Refugee Agency Country Profile of Myanmarတွင် ကြည့်ရှုနိုင်သည်။

သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတွင် ဆင်ဟာလီလူများစု၏ ဘိုဒူဘာလဆီနာ (ဘီဘီအက်စ်) အဖွဲ့ခေါ် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အင်အားစု သည် မွတ်စလင်ဆန့်ကျင်ရေး ခံယူချက်ရှိပြီး နိုင်ငံ၏ မွတ်စလင် လူနည်းစုများကို တိုက်ခိုက်ကြသည်။ ခရစ်ယာန်များကိုလည်း ပစ်မှတ်ထားကြသည်။ ၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် ဟိန္ဒူဘာသာဝင်များ အဓိက လွှမ်းမိုးထားသော ဆင်ဟာလီဗုဒ္ဓဘာသာအမျိုးသားရေးဝါဒီများသည် တမိလ်ကျားလွတ်မြောက်ရေးအဖွဲ့၏ ၂၆ နှစ်ကြာ ပြည်တွင်းစစ်ကို အဆုံးသတ်အောင်လုပ်ခဲ့သည်။ ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ နိုင်ငံရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအရ မလေးမွတ်စလင်များကို ခွဲခြားဆက် ဆံခြင်းကြောင့် အကြမ်းဖက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်နေသည်။ တစ်ချိန်က ညီညွတ်ခဲ့သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များနှင့် မွတ်စလင်ဘာသာဝင်များသည် တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက် မယုံကြည်မှုများ ပေါ်ပေါက်သွားကြသည်။

မြန်မာနိုင်ငံကဲ့သို့ နိုင်ငံများတွင် ရိုဟင်ဂျာမွတ်စလင်များနှင့် ပြဿနာဖြစ်ပွားသည့် ကိစ္စရပ်များ ကြောင့် အိန္ဒိယ၊ အင်ဒိုနီးရှားနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံများတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ မုန်းတီးမှုများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။

**ဆွေးနွေးမှုအားသတင်းနမူနာရေးသားခြင်း**

*"အာရှတိုက်မှ ဗုဒ္ဓဘာသာ နှင့် အစ္စလာမ်" ဘာသာရေး အက်ကြောင်းသစ်တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ခြင်း*  
(The Economist, July 27, 2014)

ယုံကြည်မှု၊ လူမျိုးစုနှင့် နိုင်ငံရေးအရ ရောနှောမှုများက တွန်းအားပေးမှုကြောင့် အာရှတိုက်၏ အဓိက ဘာသာကြီးနှစ်ခုအကြား ကလွဲစားခြေ မှ ပြဿနာများ မြင့်တက်လာခဲ့သည်။

ဘန်ကောက်၊ ကိုလံဘို၊ ဂျကာတာနှင့် စစ်တွေ-- ရခိုင်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များနှင့် မွတ်စလင်ရိုဟင်ဂျာများ အကြား သဘောထားကွဲပြားခြင်းသည် မြန်မာနိုင်ငံအနောက်ပိုင်း စစ်တွေမြို့တွင် သိသိသာသာဖြစ် ပေါ်နေသည်။ ယမန်နှစ် ဇွန်လအထိ ဘာသာအုပ်စုနှစ်ခုအကြား ရခိုင်ပြည်နယ်တွင် အတူအကွ ယှဉ်တွဲ နေထိုင်လာခဲ့သည်။ သို့သော် စိတ်လက်မာန်ပါ တိုက်ခိုက်မှုများ အပြန်အလှန်များစွာ ဖြစ်လာ သောအခါ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် ဖယ်ထုတ်လာကြသည်။ ရိုဟင်ဂျာများသည် မြို့ပြင်ရှိ ဒုက္ခသည်စခန်းများတွင် နေထိုင်ကြရသည်။ သူတို့အများစု အကောင်းဆုံးမျှော်လင့်နေသည့် အခြေအနေသည် မတန်တဆတင်ဆောင်ထားသည့် ငါးဖမ်းလှေများဖြင့် မလေးရှားနိုင်ငံသို့ ဝင်ရောက် ရေးပင်ဖြစ်သည်။ ယင်းကဲ့သို့ ကြိုးစားရင်းပင် အများအပြား သေဆုံးခဲ့ရသည်။

အဆိုပါ အစွန်အဖျားဒေသတွင် ရိုဟင်ဂျာများနှင့် ဒေသခံ ရခိုင်များအကြား အမုန်းပွားရခြင်းသည် ကိုလိုနီခေတ်မတိုင်မီနှင့် ကိုလိုနီခေတ်ကာလ အခြေချနေထိုင်မှုများကြောင့် ဖြစ်သည်။

ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသည့် ဒေသတွင်ဖြစ်စဉ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး ပြဿနာပြီးစီးနိုင်သည့် အခြေအနေများလည်း ရှိသည်။ လူ ၁၀၀ ကျော်သေဆုံးခဲ့ပြီး တစ်သိန်းကျော် အိုးမဲ့ အိမ်မဲ့ ဖြစ်ပွားခဲ့ရသည့် တိုက်ခိုက်မှုများသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ အခြားဒေသများသို့ တောမီးပမာပျံ့နှံ့သွားခဲ့ပြီး အာရှတိုက်၏ အခြားဒေသများသို့လည်း ပျံ့နှံ့နိုင်ဖွယ်ရှိနေသည်။ လက်စားချေတိုက်ခိုက်မှုများသည် ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေသောကြောင့် ဒေသအတွင်း စိုးရိမ်မှုများ ဖြစ်ပေါ်နေသည်။

ဆက်လက်ဖတ်ရှုရန် *"Buddha's Savage Peace" – The Atlantic, September 1, 2009*

*နှစ်ပေါင်း ၂၆ နှစ်ကြာမြင့်ပြီး လူ ၇၀၀၀၀ သောင်းခန့် သေဆုံးခဲ့ရသည့် သီရိလင်္ကာပြည်တွင်း စစ်သည် ယခုအခါ ပြီးဆုံးသွားပြီဖြစ်သည်။ ဟိန္ဒူလူနည်းစုများကို ကာကွယ်ရင်း ဗုဒ္ဓဘာသာ လူများစုအနေဖြင့် စိုးရိမ်မှုများ လျော့ပါးသွားစေနိုင်သည့် အချက်ရှိနေပါသလား။ ရှေးခေတ်ကင်ဒီဘုရင့်နိုင်ငံတော်အတွက် အုတ်မြစ်ချပေးခဲ့ သော ယုံကြည်မှုအစုအဝေးကို ရှာဖွေလေ့လာနိုင်သည်။*

ကင်ဒီ၊ သီရိလင်္ကာ-- ဗုဒ္ဓဘာသာသည် အနောက်နိုင်ငံသားတို့၏ စိတ်တွင် တစ်ပိုင်းတစ်စ ကိန်းဝပ်နေသည်။ ခရစ်ယာန်၊ အစ္စလာမ်၊ ဂျူးနှင့် ဟိန္ဒူဘာသာများသည် အတွေးအခေါ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မတူညီပဲ အပြန်အလှန် ပတ်သက်နေကြကာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဆောက်အအုံ ခိုင်မာသော နယ်မြေများ တည်ဆောက်ထားကြ သော်လည်း ကမ္ဘာ့အရှေ့ဖျားမှ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ခမ်းနားမှုနှင့် ယဉ်ကျေးမှု ထုံးတမ်းစဉ်လာသည် ပိုမိုသန့်စင်မွန် မြတ်ကြောင်း သတ်မှတ်ထားကြသည်။ အတွေးအခေါ်ပိုင်း ကောင်းမွန်ပြီး ရုပ်ပိုင်းမဆန်ဘဲ ငြိမ်းချမ်းချောတာမှုနှင့်

သန့်စင်သော ယုံကြည်မှုများ ရှိသည်။ မိမိကိုယ်ကို ရှာဖွေရန် ကြိုးစားသည့် ဟောလိဝုဒ်အနုပညာရှင်များဖြစ်သော ရစ်ချ်တိုက်ရီသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးဖြစ်လာသည်။

ရန်ကုန်၊ မြန်မာ-- မြို့တွင်းတစ်နေရာ၏ စုပြတ်နေသည့် တိုက်ခန်းတစ်ခုတွင်မှ လက်ပံတော့များသည် အမုန်းပွားမှု ဆန့်ကျင်ရေးကို ဆောင်ရွက်နေသည့် ကွပ်ရေးဌာနတစ်ခုဖြစ်သည်။ စားပွဲခုံးတစ်လုံးပေါ်ရှိ ပန်းအိုးတစ်လုံးပေါ်မှ နှင်းဆီပန်းတစ်ပွင့်ကို တင်မလွေချိတ်ထိုင်နေသည့် စေတနာအကျိုးဆောင်လူငယ် များက ဝိုင်းရံထားကြသည်။ သူတို့သည် "ပန်းဇကာ" လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်နေပြီး ပန်း၏ စွမ်းပကား အတိအကျဆိုရပါမူ ပန်းစကားဖြင့် အွန်လိုင်းမှ မဟုတ်မမှန်တက်လာသည့် အရာများကို တန်ပြန်နေကြသည်။ **"ဘောလုံးဖြင့်ထိုင်းတောင်ပိုင်းတွင်ဘာသာရေးစိတ်စမ်းကွဲမှုကို ပေါင်းကူးပေးခြင်း! အေအက်ဖ်ပီ (၂၀၁၂၊ မေ ၁၈ ရက်)**

ပတ္တနီ၊ ထိုင်း-- ထင်ရှားသော ပန်းရောင်တောက်တောက် လိမ္မော်ရောင်ရှုပ်အင်္ကျီများဖြင့် Pattani FC ဘောလုံးအသင်းမှ အားကစားသမားများသည် လေ့ကျင့်ရေးကွင်းတွင် လျင်လျင်မြန်မြန် ပြေးလွှားလေ့ကျင့်နေကြသည်။ ထိုသို့သောမြင်ကွင်းမျိုးကို ကမ္ဘာပေါ်ရှိ လေ့ကျင့်ရေးကွင်းများတွင် မြင်တွေ့နေကျဖြစ်သည်။ သို့သော် ပတ္တနီဒေသတွင် သာမန်အခြေအနေများနှင့် ကွာခြားနေသည်။ Division Two အသင်း၏ အခြေစိုက်မြို့တွင် ၂၀၀၄ ခုနှစ်က စတင်ဖြစ်ပွားခဲ့သည့် အကြမ်းဖက်မှုများကြောင့် လူပေါင်း ၅၀၀၀ သေဆုံးခဲ့ရပြီးဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် မွတ်စလင်တို့အကြား အပြန်အလှန် နေ့စဉ် ဗုံးခွဲများနှင့် တိုက်ခိုက်မှုများရှိနေသည်။

ဒါဂါတောင်၊ သီရိလင်္ကာ-- နာဖီဆာသစ် သာဟီရာဆာဟက်ဒင် အနေဖြင့် ဆရာမတစ်ဦးအနေဖြင့် နှစ်ပေါင်းများစွာ လုပ်ကိုင်ခဲ့ပြီး မည်သည့်ဘာသာဝင် ကလေးများမဆို ပြုစုစောင့်ရှောက်ရခြင်းအပေါ် ဂုဏ်ယူသူ ဖြစ်သည်။ သို့သော် သူမအနေဖြင့် ယင်းကဲ့သို့ ပေးဆပ်ရကျိုးမနပ်ခဲ့သည်လားမသိ။ ဇွန် ၁၅ ရက်တွင် အယူအဆပြင်းထန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လူရမ်းကားတစ်ဦးက နိုင်ငံအနှောက်တောင်ပိုင်းမှ အရောင်းအဝယ် စည်ကားသည့် ဒါဂါတောင်ရှိ သူမ၏ အိမ်ကို မီးရှို့ခဲ့ကြသည်။ အသက် ၆၈ နှစ်အရွယ် အဆိုပါ အမျိုးသမီးကြီးတွင် ငွေလည်းမရှိတော့၊ နေရာအိမ်လည်း ပျောက်ကာ ယူကြီးမရဖြစ်ရပြီ။ ကျွန်မဘဝကတော့ ဆုံးပါပြီ။ ကျွန်မအရမ်းစိုးရမ်းနေရပါတယ် ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။ မွတ်ဆလင်ဆန့်ကျင်ရေး အကြမ်းဖက်မှုများကြောင့် ဒါဂါတောင်အပြင် ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသည်များ လာရောက်လည်ပတ်ရာ အနီးရှိ အလူသာဂါမရွာသည် ဖျက်ဆီးခံခဲ့ရသည်။ အဆိုပါ အကြမ်းဖက်မှု များသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ လွှမ်းမိုးသည့် လှုပ်ရှားမှုမှ ဘာသာအချင်းချင်း မုန်းတီးမှု ဖြစ်ခဲ့သည်။

"ဘာသာကူးပြောင်းခြင်းကို ထိန်းသိမ်းမည့်ဥပဒေအား မြန်မာလွှတ်တော်အမတ်များ ဆွေးနွေးမည်" ။ ရိုက်တာ၊ ၂၀၁၄၊ မေ ၂၈ ရက်)

ရန်ကုန်၊ မြန်မာ-- ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဘာသာကူးပြောင်းခြင်းနှင့် ဘာသာခြားထိမ်းမြားလပ်ထပ်မှုများအား ကာကွယ်ရန် အဆိုပြုထားသည့် ဥပဒေလေးခုအနက်မှ ပထမဆုံးဥပဒေကို လွှတ်တော်အမတ်များက ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် စတင်ဆွေးနွေးကြမည်ဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် မွတ်စလင်များအကြား လူမျိုးရေးတင်းမာမှုဖြစ်ပွားမှုကြောင့် ၂၀၁၂ ခုနှစ် ဇွန်လမှစ၍ လူ ၂၃၇ ဦးထက်မနက် သေဆုံးပြီး လူ ၁၄၀၀၀၀ ကျော် နေရပ်စွန့်ခွာခဲ့ရသည်။ ထိုခိုက်ခံရသူအများစုမှာ မြန်မာနိုင်ငံ လူဦးရေ သန်း ၆၀ အနက် ၅ ရာခိုင်နှုန်းဖြစ်သော မွတ်စလင် များဖြစ်သည်။ (ရိုက်တာ)

“မြန်မာနိုင်ငံမှ ထွက်ပြေးလာသူ ရိုဟင်ဂျာ တစ်သိန်းအထိ ရှိလာ” -- အေပီ (၂၀၁၄၊ အောက်တိုဘာ ၂၅)

ရန်ကုန်၊ မြန်မာ-- စိတ်ဝမ်းကွဲပြားမှုကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံအနောက်ပိုင်းမှ ရိုဟင်ဂျာမွတ်စလင်အများအပြား ထွက်ပြေးလာခဲ့ရာ လူမျိုးရေးတိုက်ခိုက်မှုများဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည့် လွန်ခဲ့သည့် နှစ်နှစ်မှစ၍ လော့ဖြင့် ထွက်ပြေး လာခဲ့သူအရေအတွက်သည် တစ်သိန်းအထိ ရှိလာကြောင်း ကျွမ်းကျင်သူများက စနေနေ့တွင် ပြောကြားသည်။ အာရကန်စီမံကိန်းမှ ဒါရိုက်တာ ခရစ်လူးက အောက်တိုဘာ ၁၅ ရက်မှ စတင်ကာ တစ်နေ့လျှင် ပျမ်းမျှလူပေါင်း ၉၀၀ ခန့်သည် ရခိုင်ပြည်နယ်မှ ကုန်တင်သင်္ဘောများဖြင့် ထွက်ပြေးလာခဲ့သည်။ လွန်ခဲ့သည့် သီတင်းနှစ်ပတ်အတွင်း အရေအတွက် တစ်သိန်းမီးအထိ ရောက်ရှိလာကြကြောင်းနှင့် များပြားသည့် ရွှေ့ပြောင်းမှုများတွင် ပါဝင်ကြောင်း ပြောကြားသည်။

“အထူးသတင်း၊ မွတ်စလင်များအား သတ်ဖြတ်ရန် ဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းတော်ကြီးများက သွေးထိုးနေ” --ရိုက်တာ၊ ၂၀၁၃ ခုနှစ် ဧပြီ ၈ ရက်

မတ္တီလာ၊ မြန်မာ-- ဆူပူမှုဖြစ်ပွားခြင်းသည် ရိုးရှင်းလွန်သည်။ အသက် ၄၅ နှစ်အရွယ် အေးအေးနိုင်ဆိုသူ ဗုဒ္ဓဘာသာ အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ဘုန်းတော်ကြီးများကို ဆွမ်းလှူချင်နေသည်။ သို့သော် ငွေလိုနေသည်။ မြန်ကောက်ရွာရှိ သူမ၏ အိမ် ပြန်ပြောပြခဲ့သည်။ လူသတ်မှုများ စတင်မဖြစ်ပွားမီ မတ် ၂၀ ရက် နံနက် ၉ နာရီတွင် ရွှေဆံညှပ်ကလေးတစ်ခုကို ယူကာ မြို့သို့ တက်သွားသည်။ ကျပ် ၁၄၀၀၀၀ ပေးရသည်ဟု သူမက ဆိုသည်။ ခင်ပွန်းနှင့် ညီမဖြစ်သူတို့မပါဘဲ သူမက မွတ်စလင်ဘာသာဝင်တစ်ဦးပိုင်ဆိုင်သည့် နယူးဝန်စိန် ရွှေဆိုင်သို့ သွားခဲ့သည်။ ဆိုင်က သူမကို ကျပ် ၁၀၈၀၀၀ ပေးသည်။ သူမက ၁၁၀၀၀၀ ကျပ် လိုချင်သည်။ ဆိုင်အလုပ်သမားများက ရွှေကို စစ်ကြည့်ပြီး ပြန်ပေးသောအခါ ဆံညှပ်သည် ပျက်စီးနေသည်ဟု သူမကပြောသည်။ ထိုနောက် အသက် ၂၀ အရွယ်ခန့် ဆိုင်ရှင်အမျိုးသမီးက ကျပ် ၅၀၀၀၀ သာပေးတော့သည်။ ကလေးငါးယောက်အမေဖြစ်သော အဆိုပါအမျိုးသမီးက ဆိုင်ရာရှင် မတရားလုပ်ကြောင်း ကန့်ကွက်တော့ သည်။ ဆိုင်ရှင်က အေးအေးနိုင်အား ရိုက်နှက်သည်ဟု မျက်မြင်သက်သေများက ပြောကြားသည်။ အေးအေး နိုင်၏ ယောက်ျားက အော်ခဲ့ရာ သူ့ကိုလည်း ဆိုင်အပြင်သို့ ဆွဲထုတ်ခဲ့ပြီး လှဲချကာ ဆိုင်ဝန်ထမ်းသုံးယောက်က သူ့ကို ရိုက်နှက်သည်ဟု အဆိုပါလင်မယားနှင့် မျက်မြင်သက်သေများက ပြောသည်။

**နိုင်ငံတကာဖြစ်စဉ်များ**

- တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် တရုတ်နိုင်ငံ၏ ဆက်စပ်မှုများကို သေချာစွာ သတင်းရေးသားသင့်သည်။ တိဘက်တို့၏ အခြေအနေသည် အငြင်းပွားဖွယ်ရာ ဆက်ဆံရေး၏ အဓိကအချက်ဖြစ်နေသည်။

တိဘက်သည် မိမိတို့နိုင်ငံ၏ အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သည်ဟု တရုတ်က ပြောကြားသည်။ သို့သော် တိဘက်သည် သမိုင်းကြောင်းအရ လွတ်လပ်သောနိုင်ငံတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားထားသည်။ နောက်ခံအချက်အလက်များ ရရှိနိုင်ရန် တိဘက်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ တရုတ်-တိဘက်ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ အမေးအဖြေများကို ဘီဘီစီဝက်ဘ်ဆိုက်တွင် ဖတ်ရှုနိုင်သည်။

- ကွန်မြူနစ်ဝါဒနှင့် ဗုဒ္ဓဝါဒတို့သည် တစ်ခုခုနှစ်တစ်ခု ဝိဝါဒကွဲပြားကြောင်း သတ်မှတ်ထားသည်။ ဂျာနယ်လစ်များအနေဖြင့် စာရေးသားရာတွင် မိမိတို့၏ အယူအဆများနှင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုများကို ထည့်သွင်း မဖော်ပြသင့်ပေ။
- ဗုဒ္ဓဝါဒသည် ခေတ်သစ်ကမ္ဘာနှင့် ဆက်စပ်ရာတွင် အခက်အခဲများရှိသည့် ဘာသာတရားတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်နိုင်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများ၊ စစ်ရေးနှင့် စက်မှုလုပ်ငန်းများအ ပေါ် ဆန့်ကျင်ဘက်မှ ရှိနေသည်။
- ၂၀၀၁ ခုနှစ်တွင် အာဖဂန်နစ္စတန်တွင် တာလီဘန်တို့၏ ဖျက်ဆီးမှုကြောင့် ပျက်စီးသွားခဲ့သော ဘာမီယန်ဗုဒ္ဓရုပ်တုများအပါအဝင် ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနိကအဆောက်အအုံများသည် အစွန်းရောက်တို့၏ တိုက်ခိုက်မှုများကြောင့် ပျက်စီးခဲ့ရသည်။
- အာရှတိုက်တွင် ဖြစ်ပွားနေသည့် ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် မွတ်စလင်အသိုင်းအဝိုင်းတို့အကြောင်း သတင်းရေးသားရာတွင် လူမျိုးရေး အကြမ်းဖက်မှုများ ပိုမိုမဖြစ်ပွားစေရန် သတိထားသင့်သည်။

**ဆွေးနွေးပွဲကိုနမူနာသတင်းဖော်ပြခြင်း**

*After Winding Odyssey, Tibetan Texts Find Home in China – New York Times, February 14, 2014*

ချန်ဒူ၊ တရုတ်-- လွန်ခဲ့သည့် ဆယ်စုနှစ်များစွာက တိဘက်ဘာသာစကားဖြင့် ရေးသားထားသည့် စာအုပ်ထောင်ပေါင်းများစွာသည် တရုတ်နိုင်ငံအနောက်တောင်ပိုင်း စာကြည့်တိုက်တစ်ခုအတွင်း ခန့်ညားစွာ သိမ်းဆည်းထားသည်။ ၁၉၇၆ ခုနှစ်တွင် ပြီးဆုံးခဲ့သော ယဉ်ကျေးမှုတော်လှန်ရေး၏ မတည်ငြိမ်သော ဆယ်စုနှစ်ကာလအတွင်း တပ်နီတော်တပ်ဖွဲ့များက ဖောက်ပြန်ရေးဝါဒအဖြစ် သတ်မှတ်ကာ ဖျက်ဆီးခဲ့ကြ သည်။ သို့သော် အမေရိကန်ပညာရှင်တစ်ဦးက အဆိုပါ တိဘက်ယဉ်ကျေးမှုများကို စုဆောင်း ထိန်းသိမ်းနိုင်ခဲ့သည်။ တိဘက်တို့၏ ယဉ်ကျေးမှုလက်ရာ ၁၂၀၀၀ မျိုးကို စုဆောင်းနိုင်ခဲ့ပြီး အများစုသည် တိဘက်ဒုက္ခသည်များထံမှ ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ အဆိုပါလက်ရာများကို ချန်ဒူရှိ နိုင်ငံအနောက်တောင်ပိုင်း အမျိုးသားတက္ကသိုလ်နယ်မြေအတွင်း စာကြည့်တိုက်အသစ်တစ်လုံး တည်ဆောက်ကာ သိမ်းဆည်းထားလိုက်သည်။

*Are there signs of a thaw between China and the exiled Dalai Lama on Tibet? – Washington Post, October 2, 2014*

ဓမ္မသာလအိန္ဒိယ--- တိဘက်ဒေသသို့ မိမိပြန်လာရေးအတွက် တရုတ်အစိုးရနှင့် အလွတ်သဘော ဆွေးနွေးမှုများ ရှိနေကြောင်း ဒလိုင်လားမားက ကြာသာပတေးနေ့က ပြောကြားခဲ့သည်။ အလည်အပတ် သဘောမျိုး အဆိုပါခရီးစဉ်ကို တရုတ်သမ္မတနိုင်ငံအနေဖြင့် သတိကြီးစွာဖြင့် လက်ခံနိုင်ဖွယ်ရှိကြောင်း ပြောကြားသည်။

အသက် ၇၉နှစ်အရွယ် ဒလိုင်လားမားသည် နိဘယ်လ်ငြိမ်းချမ်းရေးဆုရရှိခြင်း ၂၅ နှစ် အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် အခမ်းအနားမတိုင်မီ အိန္ဒိယနိုင်ငံမြောက်ပိုင်းရှိ ဓမ္မသာလမြို့မှ ၎င်း၏ ကျောင်းတွင် အင်တာဗျူးတစ်ခုကို ပြုလုပ် ခဲ့သည်။ သူနှင့် တရုတ်အစိုးရတို့အကြား တွေ့ဆုံနိုင်မည့် အခြေအနေနှင့်ပတ်သက်၍ မီဒီယာများအကြားတွင်လည်း ကောလာဟလများ မပေါ်ပေါက်မီ ယင်းကဲ့သို့ ပြောကြားခဲ့သည်။ နှစ်ဖက်တွေ့ဆုံမှုသည် တရားဝင်သို့မဟုတ် စနစ်တကျတွေ့ဆုံမှု မဖြစ်နိုင်ကြောင်း ရေးသားခဲ့ကြသည်။

*ယင်းကဲ့သို့သော အခြေအနေမျိုးကို ကွန်မြူနစ်ပါတီက ဟန့်တားဖိနှိပ်ထားပြီး တွေ့ဆုံမှု ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ပါက နိုင်ငံတွင် ထင်ရှားသည့်ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ဖြစ်လာလိမ့်မည်ဟု မွန်ဂိုလီးယားတို့က ပြောကြားခဲ့သည်။*

ရှန်းဒါ၊ မွန်ဂိုလီးယား-- မွန်ဂိုလီးယားဒေသအလယ်ပိုင်းရှိ မျက်နှာပြင်တွင် အနီရင့်ရောင် ဆေးခြယ်ထားသော ကျောင်းအတွင်းပိုင်းတွင် အသက် ၆ နှစ်အရွယ်ခန့်ရှိသော ကလေးငယ်များသည် တင်ပလွင်ခွေထိုင်၍ မျက်နှာချင်း ဆိုင်ကာ နားလည်ရန်ခက်ခဲသည် တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စာပေများကို ရွတ်ဆိုနေကြသည်။ အချို့သည် ချက်ပြုထားသည့် အိုးကြီးတစ်လုံးအတွင်းမှ အချည်ခံထားသည့် မြင်းနို့များကို ယောက်ချိုဖွန်းကြီးများဖြင့် မကြာခဏဆိုသလို ထ၍ မွှေနေကြသည်။ သူတို့၏ ဆရာများက ညွှန်ကြားနေကြသည်။ အဆိုပါ ယောက်ျားကလေးများသည် ရှန်ခစ်ဒါဘုန်းကြီးကျောင်းတွင် ဖွင့်လှစ်ထားသည့် သုံးလ ဘာသာရေးသင်တန်းသို့ လာနေသူများဖြစ်သည်။ အဆိုပါ ကျောင်းတွင် သက်တော်အကြီးဆုံး မှာ အသက် ၇၉ နှစ်အရွယ် ဘုန်းတော်ကြီးဖြစ်သည်။ တိဘက်ဒေသမှ ရောက်လာသည့် ဆရာတော်ကြီးသည်လည်း နောက်ဘက်အခန်းတွင်နေကာ ရုပ်မြင်သံကြားမှ လာသည့် အားကစားပွဲများကို ကြည့်နေသည်။

**ပန်းရောင်ဗုဒ္ဓဘာသာများနယူးယောက်တိုင်းမိစ်၂၀၁၃ ခုနှစ် စက်တင်ဘာ၁၉**

ရန်ကုန်၊ မြန်မာ--ရန်ကုန်မြို့အစွန်ရှိ အောင်သာဝဒ သီလရှင်ကျောင်းတွင် စာရင်းလာပေးသွင်းသူအရေအတွက် များပြားနေသည်။ အဆိုပါ သီလရှင်လေးများ၏ အသက်သည် ၉ နှစ်မှ ၉၄ နှစ်အကြားဖြစ်ကြပြီး ဆင်းရဲမှု သို့မဟုတ် နှိပ်စက်ခံရမှုအပါအဝင် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ယင်းနေရာသို့ ရောက်ရှိလာခြင်းဖြစ်သည်။

ပြန်လည်ရှင်သန်မှုကို လေးစားရန် တရုတ်အစိုးရက ဒလိုင်လားမားကို ပြောကြား-- ရိုက်တာ၊ ၂၀၁၄ စက်တင်ဘာ

ပေကျင်း-- ပြန်လည်မွေးဖွားရှင်သန်ခြင်းဆိုင်ရာ သမိုင်းဝင်လေ့ကျင့်မှုကို ဒလိုင်လားမားအနေဖြင့် လေးစား လိုက်နာရန် တရုတ်အစိုးရက ထပ်မံပြောကြားသည်။ မိမိသည် နောက်ဆုံး တိဘက်ဘာသာရေးခေါင်းဆောင် ဖြစ်ကြောင်း သတင်းစာ အင်တာဗျူးတစ်ခုတွင် ဒလိုင်လားမားက ပြောကြားခဲ့သည်။

ဂျာမနီသတင်းစာ Welt am Sonntag နှင့် ပြုလုပ်သည့် အင်တာဗျူးတစ်ခုတွင် ဒလိုင်လားမားက ထုံးတမ်းစဉ်လားအတိုင်း မိမိအား ခေါင်းဆောင်တင်ခြင်းသည် နောက်ဆုံးဖြစ်နိုင်ပြီး တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာသည် တစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ် မှီခိုခြင်းမရှိကြောင်း ပြောကြားသည်။

အသက် ၇၉ နှစ်အရွယ် ဒလိုင်လားမားက တိဘက်နိုင်ငံ မလွတ်မြောက်ပါက မိမိအနေဖြင့် တရုတ်နိုင်ငံတွင် ပြန်လည်မွေးဖွားမည်မဟုတ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။ နိုင်ငံရေးပြဿနာအဆုံးသတ်ရေးအတွက် တရုတ်အပါအဝင်မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ မိမိနေရာအား ဆက်ခံသူကို မရွေးချယ်နိုင်ကြောင်း ပြောကြားသည်။

မိမိတို့နေထိုင်ရာ ရှုပ်ထွေးညစ်ပတ်နေသည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဗုဒ္ဓဝါဒက မည်ကဲ့သို့ ဖြေရှင်းပေးနိုင်မည်နည်း၊ သည်ဂါးဒီးယန်၊ ၂၀၁၀ ပြည့်နှစ် စက်တင်ဘာ ၂ ရက်  
ဇင်ဘာသာ ဆရာသစ်ဟတ်ဟန်က သူ၏ စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်သော 'ဗုဒ္ဓဘာသာဝန်တစ်ဦးက သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ပြဿနာကို မည်ကဲ့သို့ဖြေရှင်းပေးနိုင်မည်နည်း။

လန်ဒန်-- အသက် ၈၄ နှစ်အရွယ်ရှိပြီဖြစ်သော်လည်း ဇင်ဗုဒ္ဓဘာသာ ဆရာ သစ်ဟတ်ဟန်သည် ကလေးငယ်တစ်ဦးကဲ့သို့ ထူးခြားသည့် အသွင်အပြင် ရှိသည်။ အပြစ်ကင်းစင်သည့် မျက်နှာနှင့်လူ့ဘောင် လောကအရှုပ်အထွေးများနှင့် မသက်ဆိုင်သလိုဖြစ်နေသည်။ ထို့ကြောင့် သူ့ကျောင်းတွင် မနေဘူးသော သူနှင့် တရားအားမထုတ်ဘူးသော ဂျာနယ်လစ်များနှင့် တွေ့ဆုံမှု မပြုလုပ်လိုခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။  
အဓိကပွဲတော်ကြီးတစ်ခုနှင့် သူ၏ ပုံအား ရရှိပါက သတင်းဖော်ပြနိုင်ရန် ဒေးလီးမေးလ်သတင်းစာက စိတ်ဝင်စားနေသည်။ သို့သော် ကျော်ကြားမှုသည် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်းအတွက် အဓိကအကြောင်းရင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း ဇင်ဆရာအနေဖြင့် လက်ခံထားသောကြောင့် ယင်းကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်ရန်မလွယ်ကူကြောင်း သိရသည်။  
လွန်ခဲ့သည့် နှစ်များအတွင်း သူ့အနေဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ပြောင်းလဲ ပျက်စီးလာမှုကို စိတ်ဝင်စားလာခဲ့ကြောင်းကို မကြာသေးမီက ထုတ်ဝေခဲ့သည့် The World We Have- A Buddhist Approach to Peace and Ecology.

တိဘက်ရဟန်းများက အိန္ဒိယတောင်တန်းများ မှ သိပ္ပံပညာဆိုင်ရာ ပြဿနာကို ဖြေရှင်းခြင်း -အေပီ၊ ၂၀၁၄၊ ဇူလိုင် ၃ ရက်  
ဆာရာ၊ အိန္ဒိယ-- စာသင်ခန်းငယ်တစ်ခုအတွင်း တိဘက်ဘုန်းတော်ကြီး ဒါဇင်ခန့်၏ ရွတ်ဆိုသံသည် ပဲ့တင်ရိုက်နေသည်။ အရေးကြီးသည့် နေရာသို့ ရောက်ရှိလာသောအခါ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး လက်အချင်းချင်း ပုတ်ရိုက်က ခြေထောက်များကို ဆောင့်ကြသောအခါ သူတို့၏ သင်္ကန်းများက ဝေ့ဝိုက်သွားကြသည်။  
ယင်းကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် တိဘက်ရဟန်းတော်များ၏ ထုံးတမ်းစဉ်လာဖြစ်သည်။ အပြန်အလှန်ရွတ်ဆိုကြခြင်းသည်လည်း ပါဝင်သည်။ ကျယ်ကျယ် ရွတ်ဆိုရန်လည်း လိုအပ်သည်။

မြင့်မြတ်သော တိဘက်မြို့တော်တွင် ဘဝအား ဖြူစင်အောင် မွေးမြူခြင်း-- နယူးယောက်တိုင်းမ်၊ ၂၀၁၄ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင် ၂၅ ရက်  
ယူရှု၊ တရုတ်-- လက်ထဲတွင် တူတစ်စုံကို ကိုင်ထားပြီး တိဘက်စာပေများကို ရွတ်ဆိုဆုတောင်းနေသည့် အသက် ၃၂ နှစ်အရွယ် နွားမွေးမြူသူ ဂီလာဖိုမိုသည် မြို့ကို ဖြတ်ဆင်းသွားသည့် မြစ်တစ်စင်း၏ ကမ်းခြေ ကျောက်ဆောင်တစ်ခုတွင် ခန္ဓာကိုယ်ကို ကိုင်းညွတ်ဝတ်ပြုနေသည်။ မြစ်အတွင်းမှ

ပုစွန်ငယ်ကလေးများကလည်း ရွံ့များပေါ်တွင် တင်နေရာ သူမအနေဖြင့် ခဏအကြာတွင် အဆိုပါပုစွန်များကို လက်ဆွဲရေပုံးအတွင်းသို့ ထည့်တော့မည်။ သူမကဲ့သို့ပင် မြို့တွင်းမှ အခြား ကလေးနှင့် လူကြီးများပါ မကျန်း တိဘက်များသည် ရွှေရှာသွားကြတော့မည်။

“သူတစ်ပါးကို ဘယ်အခြေအနေမှာပဲဖြစ်ဖြစ် မေတ္တာ၊ ကရုဏာနဲ့ ဆက်ဆံဖို့ ဗုဒ္ဓက ဆုံးမထားပါတယ်’ ဘာမီယန်အရပ်တွင် လာရောက်လည်ပတ်သူများ၏ ခေါင်းပေါ်သို့ ကျောက်တုံးများ မကျရောက်စေရန် ကျောက် တုံးများကို တိုင်များဖြင့် ထောက်ကာပေးထားသည်။ အဆိုပါ ရှေးဟောင်း ဗုဒ္ဓဘာသာ ယဉ်ကျေးမှုနေရာကို တာလီဘန်များက ၂၀၀၁ ခုနှစ်တွင် ဖျက်ဆီးခဲ့သည်။

အဆိုပါ ကျောက်တိုင်များ တည်ဆောက်ခြင်းတွင် အရေးကြီးသော နောက်ဆက်တွဲ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ရာ ယင်းဆင်းတော်နှစ်ဆူ တည်ထားပြီးနောက် အာဖဂန်နစ္စတန်အလယ်ပိုင်းတွင် နောက်ထပ်ဆင်းတု များ ထပ်ပေါ်လာမည်ကို စိုးရိမ်ခဲ့ကြသည်။

စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု အကန့်အသတ်များ-သည် အီကောနောမစ်၊ ၂၀၁၃ ခုနှစ် မတ် ၉ ရက် တိဘက်တောင်တန်းဒေသတွင် မတည်ငြိမ်မှုများဖြစ်ပေါ်ပြီး ငါးနှစ်အကြာတွင် ပြဿနာထပ်မံဖြစ်ပွားခဲ့သည်။ ယခုအကြိမ်တွင် ကမ္ဘာက အာရုံစိုက်မိလာသည်။

ဓမ္မသာလ၊ အိန္ဒိယနှင့်ကျင်ဟိုင်း ခရိုင်၊ တရုတ်-- တရုတ်နိုင်ငံ ကျင်ဟိုင်းပြည်နယ်အတွင်းရှိ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းငယ်လေးတစ်ခုအတွင်း ရဟန်းတစ်ပါးသည် မိမိအား ကြည့်နေသူရှိသလားကြည့်ပြီးနောက် စတင်ငိုကြွေးတော့သည်။ “ ကျုပ်တို့က ဒလိုင်လားမား ဒီဒေသကို ပြန်လာစေချင်တာပါ” ဟု ပြောကြားသည်။ ၎င်းပြောသည့် စကားလုံးများသည် လွန်ခဲ့သည့် နှစ်နှစ်ကစတင်၍ တိဘက်တောင်တန်းဒေသတွင် မိမိကိုယ်ကို လူအများရှေ့၌ မီးရှို့သတ်သေခဲ့ကြသည့် တိဘက်များ၏ ပြောဆိုမှုများကို ပဲ့တင်ထပ်စေသည်။ ဒလိုင်လားမား၏ နောက်လိုက်များအကြား ပူဆွေးမှုများ ပိုမိုမြင့်တက်လျက် ရှိသည်။ အစိုးရကလည်း သူတို့ကို နှုတ်ဆိတ်သွားအောင် ကြိုးပမ်းလျက်ရှိသည်။ လွန်ခဲ့သည့် ငါးနှစ်က ယခုလအတွင်း တိဘက်တောင်တန်းဒေသတွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သည့် တရုတ်ဆန့်ကျင်ရေး၊တိဘက်မြို့တော်လာရှာတွင် ဆန္ဒပြမှုနှင့် မြို့များစွာနှင့် ဘုန်းကြီးကျောင်းများတွင် ဖြစ်ပွားသည့် ဆန္ဒပြမှုများသည် အပါအဝင် ဆူပူမှုများကြောင့် တရုတ်အစိုးရအနေဖြင့် တိဘက်တို့၏ မကျေနပ်မှုများကို ချောတစ်ခါ ချောက်တစ်လှည့် ဖြေရှင်းရန် လုပ်ဆောင်လျက်ရှိသည်။ မြိမ်းခြောက်မှုများတွင် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများ၌ ရဲလုံခြုံရေးများချထားခြင်း၊ လာရှာမြို့သို့ လာရောက်မှုများကို ထိန်းချုပ်ထားခြင်းနှင့် ဒလိုင်လားမားအား ပြစ်တင်ရှုတ်ချမှုနှင့် နောက်လိုက်များကို ဖမ်းဆီးခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ ချောမော့သည့် ဆောင်ရွက်မှုများကို ငိုကြွေးနေသည့် ဘုန်းကြီးကျောင်းအနီးမှ ရဟန်းနှင့် မလှမ်းမကမ်းတွင် မြင်တွေ့နိုင်သည်။ ရွာ၏ စိမ်းလန်းစိုပြေသော ကွင်းပြင်ကိုဖြတ်လျက် အဝေးပြေးလမ်းမသစ်တစ်ခု ဖောက်လုပ်ထားသည်။ အစွန်အဖျားရှိ ရွာများသို့ လမ်းသစ်များ ဖောက်ထားသည်။ ရဟန်းများအတွက် ကျောင်းသစ်များဆောက်ထားပြီး ဆုတောင်းခန်းမများကိုလည်း ပြုပြင်မွမ်းမံထားသည်။သို့သော် တိဘက်ရဟန်းများက လွန်ခဲ့သည့်နှစ်နှစ်မှစကာ မိမိတို့ကိုယ်ကို မီးရှို့သတ်မှုများဖြစ်ခဲ့သည်။

အမေရိကန်ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် ယဉ်ကျေးမှု ရောယှက်ခြင်းများ

- အမေရိကန်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၏ ကျင့်ကြံမှုသည် နိုင်ငံအလိုက်ကွဲပြားကြသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အမေရိကန်ဗုဒ္ဓဘာသာများသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်ခြင်း၊ ကာရံမအကျင့်သို့မဟုတ် ကုသိုလ်ကောင်းမှု အလုပ်များကို အခြေခံလုပ်ဆောင်ကြသည်။ ၎င်းတို့သည် ပိုမိုဗဟုဝါဒဆန်ပြီး ဒီမိုကရေစီဆန်ကာ

အာရှတိုက်ကဲ့သို့ ချုပ်တည်းမှုကို အဓိကထားပေး။ အဆိုပါ ပုံစံသည် အခြားဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များနှင့် မတူညီသည့်အချက်ဖြစ်သည်။

■ အာရှတိုက်မှ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအနေဖြင့် မိမိတို့အနေဖြင့် အမေရိကန်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များနှင့် နေထိုင်သွားလာမှုများ တူညီမည်မဟုတ်ဟု ထင်မှတ်ကြပေလိမ့်မည်။ လက်ရှိတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ ဂိုဏ်းချုပ်သို့မဟုတ် အဓိက ပုဂ္ဂိုလ်မရှိဘဲ အချင်းချင်း ညီညွတ်ရေးနှင့် နားလည်မှုသည် အဓိက အကြောင်းအရာဖြစ်လာသည်။

■ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအကြား စိတ်ဝမ်းကွဲပြားခြင်းသည်လည်း အာရှတိုက်နိုင်ငံများတွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သည်။ (ဥပမာ ဂျပန်နှင့် ကိုရီးယားတို့အကြားဖြစ်သည်။) လူမျိုးရေးသည် စိတ်ဝမ်းကွဲပြားမှု၏ အကြောင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး နားလည်မှုလွဲမှားခြင်းလည်း ပါဝင်သည်။

**ယေဘုယျ အကြောင်းအရာများ**

■ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များတွင် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ လက်ခံထားမှုမတူညီကြပေ။ အနောက်နိုင်ငံများနှင့် ဂျပန်နိုင်ငံတို့တွင် ယင်းကိစ္စကို အရေးတယူမစဉ်းစားသော်လည်း အခြားနိုင်ငံများတွင် လက်မခံကြပေ။

■ ဘာသာရေးအရ လိုအပ်ချက်အနေဖြင့် အိမ်ထောင်ပြုခြင်းကို မလိုအပ်ဘဲ သားဆက်ခြားခြင်းသည်လည်း ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမနှင့်ဆန့်ကျင်သည်။

■ သေဒဏ်ချမှတ်ချင်းနှင့်ပတ်သက်၍လည်း သတ်မှတ်ချက်မတူကြဘဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအနေဖြင့် ညှဉ်းပန်းနှိက်စက်မှုကို အားပေးပေး

**နိုင်ငံတကာသတင်းရင်းမြစ်များ**

**ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ**

■ ဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏ ဘလော့ဂ်များ- Buddhist ဘလော့ဂ်တွင် အခြားဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ ဘလော့ဂ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ထားသည်။

■ DharmaNet International သည် မာတီမီဒီယာ သတင်းရင်းမြစ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာအကြောင်း ရေးသားထားသော်လည်း ဒလိုင်းလားမားက ကန့်ကွက် ထားသောကြောင့် အငြင်းပွားဖွယ်ရာ နေရာတစ်ခုဖြစ်နေသည်။

■ International Shugden Community သည် Dorje Shugden အကျင့်အား ဖော်ပြထားပြီး ဒလိုင်းလားမား၏ ဆောင်ရွက်မှုများနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းဖော်ပြထားသည်။  
isc.media2014@gmail.com

■ Shambhala သည် ဌာနပေါင်း ၁၇၀ ကျော်ရှိသည့် ကမ္ဘာအနှံ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမများကို စဉ်းစားသုံးသပ်မှုပေါ်အခြေခံသည်။ အဆိုပါ အဖွဲ့၏ အယူအဆအရ သတ္တဝါတိုင်းသည် ရှေးဟောင်းနည်းများအတိုင်း နေ့စဉ်ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများအားထုတ်ပြီး မြင့်မြတ်မှု၊ နွေးထွေးမှုနှင့် အသိဉာဏ်ပညာတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြထားသည်။

■ Shinnyoen သည် နိုင်ငံတကာ ဗုဒ္ဓဘာသာအဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပြီး အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံပြီး ဉာဏ်အလင်းရရှိစေရန် နေ့စဉ်ဘဝကို အသုံးပြုခြင်း ပါဝင်သည်။ အဆိုပါအဖွဲ့ကို Shinsō Ito က လက်ရှိအချိန်တွင် ဦးဆောင်နေပြီး ငြိမ်းချမ်းစွာအတူနေထိုင်ခြင်းနှင့်

ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းကိုအားပေးထားထားသည်။ အဆိုပါအဖွဲ့၏ ဝက်ဆိုက်တွင် သဘာဝကာကွယ်တောများ တည်ရှိသည့်နေရာများကိုလည်း ဖော်ပြထားသည်။

- SotoZenNet သည် Soto Zen အယူဝါဒ၏ အချက်အလက်များကို အသေးစိတ် ဖော်ပြထားသည်။ ဂျပန်နိုင်ငံတွင်းနှင့် နိုင်ငံပြင်ပများရှိ ၎င်းတို့၏ အဖွဲ့များ၊ ဘုရားကျောင်း လမ်းညွှန်များကိုလည်း ဖော်ပြထားသည်။

- Zen Peacemakers သည် ဇင်ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ တစ်ဦးချင်းစီနှင့် ဌာနများကို ဖော်ပြထားပြီး လူမှုတာဝန်များနှင့် ဇင်အကျင့်တို့ ပေါင်းစပ်ကာ ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် မြင့်မြတ်မှုကို ရှာဖွေရန် ဖော်ပြထားသည်။ အဆိုပါ အဖွဲ့က Maezumi Institute ကို ထူထောင်ထားပြီး အမေရိကန်နှင့် အခြားနိုင်ငံများရှိ အဖွဲ့ခွဲများကိုလည်း ဖော်ပြထားသည်။ [laurie@zenpeacemakers.com](mailto:laurie@zenpeacemakers.com)

**အာရှ**

- Asia Institute of Applied Buddhism (AIAB ) သည် ဗုဒ္ဓဘာသာ လေ့လာရေးနှင့် လေ့ကျင့်ရေးဌာနတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဇင်ဆရာ တစ်နက်ဟန်၏ ကျောင်းတစ်ကျောင်းရှိသည်။ ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမများနှင့် အလေ့အကျင့်များကို အားပေးခြင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏ အယူဝါဒများကို အများသိရှိစေနိုင်ရန် ထူထောင်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ [aiab@pvfhk.org](mailto:aiab@pvfhk.org)

- Central Tibetan Administration (CTA) သည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဓမ္မသာရာပလာအခြေစိုက် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဒလိုင်လားမား တိဘက်ဒေသမှ ထွက်ပြေးလာပြီးနောက်တွင် ထူထောင်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ တိဘက်ဒေသသည်များနှင့် တိဘက်ဒေသလွတ်မြောက်ရေးအတွက် နိုင်ငံရေးအရ ပံ့ပိုးပေးနေသည့် တိဘက်အဝေးရောက်အစိုးရအဖြစ် သတ်မှတ်ခံထားရသည်။ [tsjc@tibet.net](mailto:tsjc@tibet.net)

- Ensu Cho သည် ကိုရီးယားနိုင်ငံ ဆိုးလ်အမျိုးသားတက္ကသိုလ်၏ ဗုဒ္ဓဘာသာအတွေးအခေါ်ဌာန၏ ပါမောက္ခတစ်ဦးနှင့် Philosophical Research သိပ္ပံနည်းကျကြားရေးမှူးတစ်ဦးဖြစ်သည်။ သူမ၏ သုတေသနလုပ်ငန်းများတွင် အိန္ဒိယအဘိဓမ္မာဗုဒ္ဓဘာသာ၊ ကိုရီးယားဗုဒ္ဓဘာသာအတွေးအခေါ်နှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာမှ အမျိုးသမီးများအကြောင်း ပါဝင်သည်။ [escho@snu.ac.kr](mailto:escho@snu.ac.kr)

- ChunHwa Institute of Buddhist Studies သည် ထိုင်ဝမ်၊ နယူးတိုင်ပေးမြို့တော်တွင် တည်ရှိသည်။ တရုတ်ဗုဒ္ဓဘာသာ အား ကမ္ဘာပေါ်တွင် လေ့လာသုတေသနပြုခြင်းလုပ်ငန်းများကို အဓိကလုပ်ဆောင်သည်။ Dharma Drum Mountain World Center for Buddhist Education ၏ အဖွဲ့ခွဲဖြစ်သည်။ [drumt@ddm.org.tw](mailto:drumt@ddm.org.tw)

- Dharma Drum Mountain (DDM) သည် ထင်ရှားသြဇာကြီးသော နိုင်ငံတကာအဆင့် ဗုဒ္ဓအဆုံးအမ၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် သင်ကြားရေးအဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပြီး ထိုင်ဝမ်ရှိ နယူးတိုင်ပေးမြို့တော်တွင် အခြေစိုက်သည်။ Nung Chan Monastery နှင့် ChungHwa အဖွဲ့များမှ ပေါ်ပေါက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ၎င်း၏ ဝက်ဆိုက်တွင် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အဖွဲ့ခွဲများစာရင်းကိုလည်း ဖော်ပြထားသည်။ [contacter@ddmf.org.tw](mailto:contacter@ddmf.org.tw)

■ International Association of Shin Buddhist Studies (IASBS) သည် ထင်ရှားပြီး ဌာနချုပ်သည် ဂျပန်တွင်တည်ရှိကာ သင်တန်းများပို့ချခြင်းနှင့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ ဖြန့်ဝေပေးခြင်းဖြင့် Jodo Shinshu and Pure Land ဗုဒ္ဓဝါဒကို ပို့ချပေးသည်။ [contact@iasbs.net](mailto:contact@iasbs.net)

■ Japan Theravada Buddhist Association သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ခြင်း၊ ဆုတောင်းခြင်း၊ သမိုင်းနှင့် ထုံးတမ်းစဉ်လားကဲ့သို့သော ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များကို ပေးသည့် တိုကျိုမြို့အခြေစိုက် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ [info@jtheravada](mailto:info@jtheravada).

■ Jinwol Y.H.Lee သည် ဗုဒ္ဓဘာသာ ရဟန်းတစ်ပါးနှင့် ဇင်ဆရာတစ်ပါးဖြစ်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် ယဉ်ကျေးမှုတို့ကို သင်ကြားပေးသည်။ တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံ ဂေယောင်ဂျူးမြို့၊ ဒေါင်ဂွတ်တက္ကသိုလ်ရှိ Seon လေ့လာရေးဌာန၏ ပါမောက္ခတစ်ဦးဖြစ်သည်။ ကိုရီးယားဗုဒ္ဓဘာသာ ၏ ဂျိုရေးအဖွဲ့ကို ထူထောင်ထားသည်။ အဆိုပါအဖွဲ့သည် ကိုရီးယားနိုင်ငံမှ ထင်ရှားသော မဟာယနဂိုဏ်းတစ်ဂိုဏ်းဖြစ်သည်။ World Fellowship of Buddhists အဖွဲ့တွင်လည်း ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက်နေသည်။ [jinwol@dongguk](mailto:jinwol@dongguk)

■ Library of Tibetan Works and Archives ကို ဒလိုင်လားမားကာ အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဓမ္မရှာလာတွင် ထူထောင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး ကမ္ဘာပေါ်ရှိ တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာအဖွဲ့၏ အရေးကြီးဆုံး စာကြည့်တိုက်များနှင့် အဖွဲ့များရှိသည့် နေရာတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ခံထားရသည်။ တိဘက်ဒုက္ခသည်များ အိန္ဒိယသို့ ထွက်ပြေးရာ တိုင် ပါလာသည့် ကျမ်းစာများကို ပထမဆုံးထားရှိရာ နေရာဖြစ်သည်။ ယခုအခါ အဆိုပါစာကြည့်တိုက်တွင် အနုပညာလက်ရာများ၊ ကျမ်းစာများနှင့် အခြားမှတ်တမ်းများကို ထားရှိသည်။ [1twa1970@gmail.com](mailto:1twa1970@gmail.com)

■ Moscow Buddhist Centre of Lama Tsong Khapa သည် မော်စကိုရှိ မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များကို စုဝေးစေသည့် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ၊ ကျင့်စဉ်၊ ယာဉ်ကျေးမှုနှင့် တိဘက်တို့၏ စိတ်ကျင့်စဉ်များကို အဓိကထားသည်။

■ Charles Muller သည် ဂျပန်နိုင်ငံ တိုယိုဂတ်ကူအင်းတက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခတစ်ဦးဖြစ်သည်။ The Sutra of Perfect Enlightenment: Korean Buddhism's Guide to Meditation စာအုပ်ကို ရေးသားခဲ့သူဖြစ်သည်။ Resources for East Asian Language and Thought ဝက်ဘ်ဆိုက်ကို ထူထောင်ထားသူလည်းဖြစ်သည်။

■ Nichiren Shu Order Headquarters သည် Nichiren Shu Buddhist အဖွဲ့အစည်းဖြစ်သည်။ [fwkz7685@mb.infoweb.ne.jp](mailto:fwkz7685@mb.infoweb.ne.jp)

■ Office of His Holiness the Dalai Lama ကို တိဘက်တွင် Gaden Phodrang ဟု လူသိများပြီး ဒလိုင်လားမား၏ ရုံးခန်းဖြစ်ပြီး အိန္ဒိယ ဓမ္မဆာလာတွင် တည်ရှိသည်။ ဒလိုင်လားမား၏ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်နှင့် စာအပေးအယူများကို ဆောင်ရွက်သည်။ [ohhdl@dalailama.com](mailto:ohhdl@dalailama.com)

■ Matthieu Ricard သည် ဗုဒ္ဓဘာသာ ရဟန်း၊ စာရေးဆရာ၊ ဘာသာပြန်ဆရာနှင့် ဓာတ်ပုံဆရာတို့ဖြစ်သည်။ ပြင်သစ်နိုင်ငံမှ ရွှေ့ပြောင်းလားခြင်းဖြစ်ပြီး နီပေါနိုင်ငံ Shechen Tennyi Dargyeling ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင် သီတင်းသုံးသည်။ စာအုပ်အများအပြားရေးသားခဲ့ရာတွင် Happiness: A Guide to Developing Life's Most Important Skill, Why Meditate? ၊ The Quantum and the Lotus and The Monk and the Philosopher စာအုပ်တို့ ပါဝင်သည်။ Mind and Life Institute တွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်နေသည့် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး ဟိမဝန္တာဒေသရှိ အဆင်းရဲ အနွမ်းပါးဆုံးသော ပြည်သူများအတွက် ပညာရေး၊ ဆေးဝါးစောင့်ရှောက်မှု၊ လူမှုရေးစီမံကိန်းများ ဆောင်ရွက်နေသည့် KarunaShechen အဖွဲ့ကို တည်ထောင်သူတစ်ဦးလည်းဖြစ်သည်။ [karuna@karunashechen.org](mailto:karuna@karunashechen.org)

Rissho Koseikai သည် တိုကျိုမြို့တွင် ရုံးချုပ်ရှိပြီး ဂျပန်လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ဗုဒ္ဓဘာသာပျံ့နှံ့အောင် ဆောင်ရွက်နေသည်။ ဂျပန်နိုင်ငံနှင့် အခြားနိုင်ငံများတွင် ဘုရားရှိခိုးကျောင်း ၂၄၅ ကျောင်းနှင့် အဖွဲ့ဝင် အိမ်ထောင်စု ၂၃၁၈ ဝှစ်သန်းရှိသည်။ [info@rkworld](mailto:info@rkworld)

■ Sakya Centre သည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဒီဟရာဒန်တွင် တည်ရှိပြီး တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ ၄၁ဦးမြောက် Sakya ဂိုဏ်းချုပ်ဖြစ်သည့် Sakya Trizin တစ်ဦးတည်းပိုင် ကျောင်းဖြစ်သည်။ တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် ဒလိုင်းလားမားပြီးနောက် ဒုတိယ သြဇာအကြီးဆုံးအဖြစ် သတ်မှတ်ခံထားရသည်။ အဆိုပါ ဌာနသည် တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် Sakya အဖွဲ့၏ အဓိကဌာနဖြစ်သည်။ အဖွဲ့ဝင် သံဃာ အပါး ၂၀၀ ခန့်ရှိပြီး အများစုသည် တိဘက်မှဖြစ်ကာ အချို့သည် အိန္ဒိယ၊ နီပေါ၊ ဘူတန်နှင့် အခြား အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများမှဖြစ်သည်။ [shirsakya@yahoo.co.in](mailto:shirsakya@yahoo.co.in)

■ Sakyadhita in Sri Lanka သည် ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမပေါ်အခြေခံကာ လူမှုရေးလုပ်ငန်းနှင့် တရားပျံ့ပွားရေးတို့ကို လုပ်ဆောင်နေသည့် အဖွဲ့အစည်းဖြစ်သည်။ [anjanides@gmail.com](mailto:anjanides@gmail.com), [ridij@otusnet.com.au](mailto:ridij@otusnet.com.au)

Sathira Dhamasathan Centre သည် ထိုင်းနိုင်ငံ ဘန်ကောက်မြို့တွင် ရှိပြီး ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ညီညွတ်ရေးအတွက် ဓာဆင်ရွက်သော ဌာနတစ်ခုဖြစ်သည်။ အဆိုပါ ဌာနကို မယ်ချီဆန်ဆာနီသီရဆူတာဆိုသူ ဗုဒ္ဓဘာသာ သီလရှင်တစ်ပါးက ၁၉၈၇ ခုနှစ်တွင် ထူထောင်ခဲ့သည်။ အဆိုပါ ဌာန၏ ယုံကြည်ချက်မှာ သတ္တဝါတိုင်းသည် ဒုက္ခမှ လွတ်ကင်းသော ဘဝတစ်ခုကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်သည့် အခွင့်အလမ်းရှိသည်ဟု ဖော်ပြသည်။ [sdsweb.webmaster@gmail.com](mailto:sdsweb.webmaster@gmail.com)

■ Soka Gakkai International (SGI) သည် အွန်တာရီဂိုအခြေစိုက်အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာ အပေါ်အခြေခံကာ ငြိမ်းချမ်းရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ပညာရေးများကို သင်ကြားပေးသည်။ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ နိုင်ငံပေါင်း ၁၉၂ နိုင်ငံတွင် အဖွဲ့ဝင် ၁၂ သန်းရှိသည်။ [postmaster@sgicanada.org](mailto:postmaster@sgicanada.org)

■ Kenneth Kenshin Tanaka သည် တိုကျိုမြို့မှဆာရှင်နိုတက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓဘာသာလေ့လာရေးဌာန၏ ပါမောက္ခဖြစ်သည်။ ရှင်ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံတကာအဖွဲ့၏ ဥက္ကဌလည်းဖြစ်သည်။ [kktanaka~gamma.ocn.ne.jp](mailto:kktanaka~gamma.ocn.ne.jp)

■Ha Vinh Tho သည် ဗီယက်နမ်ဇင်ပုဒ္ဒဘာသာ ဆရာတစ်ဦးဖြစ်သည်။ ဘူတန်နိုင်ငံရှိ Gross National Happiness Centre ၏ စီမံကိန်းဖွံ့ဖြိုးရေး ညှိနှိုင်းရေးမှူးတစ်ဦးဖြစ်သည်။ ကိုယ်အင်္ဂါမသန်စွမ်းသည့် ကလေးငယ်များနှင့် လူငယ်များကို ပညာသင်ကြားပေးရာ Eurasia Foundation ဥက္ကဋ္ဌလည်းဖြစ်သည်။ havinhtho@gmail.com

Wat Paknam Bhasicharoen သည် ရှေးဟောင်းပုဒ္ဒဘာသာဘုရားကျောင်းဖြစ်ပြီး ဘန်ကောက်မြို့တွင် ရှိသည်။

■World Fellowship of Buddhist သည် ဘန်ကောက်မြို့တွင် ဌာနချုပ်ရှိသည့် နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်းဖြစ် သည်။ ပုဒ္ဒဘာသာပျံ့ပွားရေး၊ သွေးစည်းညီညွတ်ရေးကို ဆောင်ရွက်သည်။ နိုင်ငံ ၃၇ နိုင်ငံတွင် ဒေသဆိုင်ရာအဖွဲ့ ၁၄၀ ကျော်ရှိသည်။ webmaster@wfbhq

### မြန်မာ

Burma: End Repression of Buddhist Monks: Human Rights Watch အဖွဲ့က ၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် စာမျက်နှာ ၉၉ မျက်နှာပါရှိသော The Resistance of the Monks: Buddhism and Protest in Burma' ကို ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ အဆိုပါ စာတမ်းကို မြန်မာဘာသာဖြင့်လည်း ရရှိနိုင်ပြီး ၂၀၀၇ ခုနှစ် သံဃာများဦးဆောင်ခဲ့သည့် ဆန္ဒပြပွဲအတွေ့အကြုံများကို ဖော်ပြထားသည်။ ဖမ်းဆီးရိုက်နှက်၊ ထောင်ချခံခဲ့ရသော သံဃာများ၏ အတွေ့အကြုံများကို ဖော်ပြထားသည်။

■ Bruce Matthews သည် ကနေဒါနိုင်ငံ နိုဗာမြို့ရှိ Acadia တက္ကသိုလ်မှ ဘာသာရေးဌာန ပါမောက္ခတစ်ဦးဖြစ်သည်။ ပုဒ္ဒဘာသာအပေါ် အဓိကအခြေခံကာ အာရှတိုက်၏ ပထဝီနိုင်ငံရေးကို သင်ကြားသည်။ တောင်နှင့် အရှေ့တောင်အာရှများတွင် ပုဒ္ဒဘာသာနှင့် နိုင်ငံရေးများကို သုတေသနပြုခဲ့သည်။ [bruce.matthews@acadiu.ca](mailto:bruce.matthews@acadiu.ca)

Juliance Schober သည် အရီဇိုးနားပြည်နယ်တက္ကသိုလ်၏ ဘာသာရေးလေ့လာမှုဆိုင်ရာ တွဲဘက်ပါမောက္ခတစ်ဦးဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ထေရဝါဒ၊ ကိုးကွယ်ပူဇော်မှုနှင့် ဆရာတော်ကြီးများ၏ အကြောင်းကို လာရောက်လေ့လာခဲ့သည်။ Scared Biography in the Buddhist Traditions of South and Southeast Asia စာအုပ်ကိုလည်း တည်းဖြတ်ခဲ့သည်။ j.schober@asu.edu

Diana Winston သည် ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ် သတိပဋ္ဌာန်သင်ကြားရေးဌာနနှင့် လော့စ်အိန်ဂျလီ သတိပဋ္ဌာန် သုတေသနဌာန၏ ညွှန်ကြားရေးမှူးဖြစ်သည်။ Spirit Rock Teachers Council အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးနှင့်

Buddhis4t Alliance for Social Engagement Programme တည်ထောင်သူ၊ Buddhist Peace Fellowship အဖွဲ့ကို ထူထောင်သူတို့ဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် သီလရှင်ဝတ်ခဲ့ပြီး Wide Awake: A Buddhist Guide for Teens. [diwinston@mednet.ucla.edu](mailto:diwinston@mednet.ucla.edu)

### လမ်းညွှန်လက်စွဲ

#### Ahimsa

အဟိံသ ဟု အသံထွက်သည်။ သက္ကတဘာသာအားဖြင့် ထိခိုက်မှုမရှိစေခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ ပါဝင်သည်။ ဟိန္ဒူဘာသာတွင် အရေးကြီးသည့် စည်းမျဉ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ အဆိုပါ အယူအဆကြောင့် ဟိန္ဒူနှင့် ဂျိမ်းစ်ဘာသာဝင်အများစု၊ ဆစ်ခ်နှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် သတ်သက်လွတ် စားကြသည်။

#### Amida

အမိဒဟု အသံထွက်သည်။ နတ်သားတစ်ပါးအဖြစ် သတ်မှတ်ထားသည့် ဗုဒ္ဓအား အတုမဲ့အလင်းရောင်ရှင်အဖြစ် ဂျပန်ဘာသာဖြင့် ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ တရုတ်၊ ဂျပန်မဟာယာနတို့တွင် ကိုးကွယ်ကြသည်။

#### Arhat

ဘိက္ခု ဟု အသံထွက်သည်။  
ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာမှ ရဟန်းတော်အား ခေါ်ဝေါ်သည်။ သီလရှင်ကို ဘိက္ခုနီဟု ခေါ်ဝေါ်သည်။  
Bodh Gaya  
ဗုဒ္ဓဂယာဟု အသံထွက်သည်။  
အိန္ဒိယနိုင်ငံအရှေ့မြောက်ပိုင်းတွင် ဘုရားလောင်း သဗ္ဗညုဘုရားရှင်ရရှိခဲ့သည့် ဗောဓိပင်ဖြစ်သည်။

#### Bodhisattva

ဗောဓိသတ္တဟု အသံထွက်သည်။  
မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာတွင် မိမိကိုယ်တိုင် နိဗ္ဗာန်ရောက်အောင်ကြိုးပမ်းနိုင်ခဲ့သော်လည်း သတ္တဝါများအသိဉာဏ်ရရှိစေရေးအတွက် ပါရမီများ ဖြည့်ကျင့်ခဲ့သူကို ခေါ်ဆိုသည်။

#### ဘုရားလောင်းအဓိဋ္ဌာန်

မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာတွင် သတ္တဝါများကို ကယ်တင်ရန် အတွက် ဘုရားဖြစ်ရန် ကျင့်ကြံရာခြင်းအတွက် အဓိဋ္ဌာန်၊

## Buddha

ဗုဒ္ဓဟု အသံထွက်သည်။

ဗုဒ္ဓဆိုသည်မှာ သိသူဟု အဓိပ္ပါယ်ရပြီး သိဒတ္တဂေါတမကို ရည်ညွှန်းသည်။ ဗုဒ္ဓသည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကို ရရှိပြီး သူဖြစ်သည်။

## ဗုဒ္ဓဘာသာ

ကမ္ဘာပေါ်တွင် စတုတ္ထမြောက် လူဦးရေးအများဆုံး ဘာသာဖြစ်သည်။ ဘီစီ ၆ ရာစုနှင့် ၇ ရာစုအကြား ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓခေါ် သိဒတ္တဂေါတမ ၏ ကျင့်ကြံ ဆုံးမမှုများပေါ်တွင် အခြေခံပြီး တပ်မက်မှုတဏှာကုန်ခမ်းကာ နိဗ္ဗာန်သို့ မျက်မှောက်ပြုရေးအတွက် သင်ကြားပေးသည်။ သံသရာကို တစ်ဘဝအတွင်း လွတ်မြောက်နိုင်သကဲ့သို့ သံသရာမှ တစ်ဖြည်းဖြည်းလည်း လွတ်မြောက်နိုင်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် မူကွဲသုံးခုရှိသည်။

- ထေရဝါဒသည် အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံအများအပြားတွင် အဓိက ပျံ့နှံ့နေပြီး တစ်ဦးချင်းစီ၏ ဉာဏ်ပညာကို အဓိကထားပြီး လောကီလူ့ဘောင်မှ လွတ်မြောက်ရေးကို ဦးတည်သည်။
- မဟာယာနသည် ဗုဒ္ဓ၏ ကျင့်ကြံမှုနှင့် သတ္တဝါအားလုံး ဉာဏ်အလင်းရောင် ရရှိမှုကို ဦးတည်သည်။ တရုတ်၊ ဂျပန်နှင့် ကိုရီးယားတို့တွင် မဟာယာန ကျောင်းအများအပြားရှိသည်။
- ဝိဇ္ဇာယာန သို့မဟုတ် တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာသည် တိဘက်၊ နီပေါ၊ မွန်ဂိုလီးယားတို့တွင် ထွန်းကားသည်။
- ယင်းဝါဒသည် မဟာယာနမှ ထွက်ပေါ်လာသော်လည်း သီးခြားအဖြစ်သတ်မှတ်ထားသည်။

ဇင်ဘာသာရေးဆရာများကို မယ်ဇူမီရီရီအဖြစ် ရည်ညွှန်းပြီး အမေရိကန်မှ ဇင်ဆရာကို ရိုဂျီဘန်နက်ဂလ်စ်မင်းဟု ခေါ်သည်။

## ဒလိုင်းလားမား

တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာမှ ခေါင်းဆောင်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး တိဘက်ဒေသ၏ နိုင်ငံရေးခေါင်းဆောင်တစ်ဦးအဖြစ် ရပ်တည်နေသည်။ ဒလိုင်းလားမားဆိုသည်မှာ အမည်မဟုတ်ဘဲ ဘွဲ့တော်သာဖြစ်သည်။ ဒလိုင်းလားမားတိုင်းသည် ယခင်ဘဝမှ ပြန်လည်ဝင်စားသူများဖြစ်သည်ဟု သတ်မှတ်ထားသည်။ ၁၄ ဦးမြောက် ယခုဒလိုင်းလားမားသည် ၁၉၅၉ ခုနှစ်တွင် တရုတ်တို့က ဝင်ရောက်ကျူးကျော်မှုကြောင့် အိန္ဒိယ မေ့ဆာလာအရပ်သို့ ထွက်ပြေးတိမ်းရှောက်သွားခဲ့သည်။

## Dharma

ဓမ္မဟု အသံထွက်သည်။

စိတ်ထားမြင့်မြတ်လာစေရန် ကျင့်သုံးလိုက်နာရသည့်အရာဖြစ်သည်။ တစ်လောကလုံးမှ လူသားတန်ဖိုးများကို ဘဝအဆင့်ဆင့်တွင် လူတစ်ဦး၏ တန်ဖိုးများကို အလေးထားခြင်းဖြစ်သည်။ ဟိန္ဒူဘာသာတွင်

တစ်ဦးချင်းစီအနေဖြင့် ဥပဒေနှင့် လူမှုဥပဒေများအရ လိုက်နာကျင့်သုံးရသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင်မူ ကျင့်ကြံအားထုတ်သူများအနေဖြင့် သဗ္ဗညုတဉာဏ်သို့ ရရှိနိုင်သည်။

**မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး**

ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် တဏှာချုပ်ငြိမ်းကာ ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် သိဒ္ဓတ္ထဂေါတမက သင်ကြားပေးခဲ့သည့် ရှစ်ပါးသောအကျင့်ဖြစ်သည်။ မှန်ကန်စွာနားလည်ခြင်း၊ မှန်ကန်စွာတွေးခေါ်ခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ ပြုမူပြောဆိုခြင်း၊ မှန်ကန်စွာအသက်မွေးခြင်း၊ မှန်ကန်စွာ အားထုတ်ခြင်း၊ သတိရှိခြင်းနှင့် တည်ငြိမ်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ သစ္စာလေးပါးတရားကဲ့သို့ပင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးသည်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအတွက် အခြေခံအတွေးအခေါ်များ ပါဝင်သည်။

**သဗ္ဗညုတဉာဏ်**

ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် ဟိန္ဒူဘာသာတို့၏ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ဖြစ်သည်။ ဟိန္ဒူဘာသာဝင်များအတွက်မူ ဘုရားသခင်အဖြစ်နှင့် အသိဉာဏ်ရရှိခြင်းဖြစ်ပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ကာ သစ္စာတရားကို သိနားလည် ခြင်းဖြစ်သည်။

**သစ္စာတရားလေးပါး**

မြတ်စွာဘုရားရှင် စဉ်းစားဆင်ခြင်သိမြင်တော်မူခဲ့ပြီးနောက်လိုက်ရဟန်းများအား လမ်းညွှန်ပြသတော်မူခဲ့သော အခြေခံတရားသစ္စာလေးပါးသည်ကား -

- (၁) ဒုက္ခသစ္စာ (ဆင်းရဲဒုက္ခကို ခံစားရခြင်း)
- (၂) သမုဒယသစ္စာ (ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်းအမှန်တရား)
- (၃) နိရောဓသစ္စာ (ဒုက္ခခပ်သိမ်းချုပ်ငြိမ်းရာ)
- (၄) မဂ္ဂသစ္စာ (မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး)(ဒုက္ခသစ္စာ၏ချုပ်ကြောင်း၊ သမုဒယသစ္စာပယ်ကြောင်း၊ နိရောဓသစ္စာကိုမျက်မှောက်ပြုခြင်း)

**Geshe (ဒေါက်တာဘွဲ့ ရဟန်းကြီး)**

ဒေါက်တာဘွဲ့ ကဲ့သို့ အဆင့်မြင့် တိဘက်ဘုန်းကြီးပညာသင်ဆရာဖြစ်သည်။

## ဟိနယာန

ရှေးဦးဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်သော မဟာယနဘာသာဝင်တို့သည် “ဟိနယန”ကို နိဗ္ဗာန်သို့ ပို့ဆောင်ပေးသောယာဉ်ငယ်ဟု ယုံကြည်ကိုးကွယ်ကြသည်။ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များကမူ ရှုတ်ချကဲ့ရဲ့ကြသည်။

## ကံ

ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်ဟိန္ဒူဘာသာတွင် ကံဟူသည် အကြောင်းနှင့်အကျိုးပင်ဖြစ်သည်။ မိမိပြုမှုသောအကျိုးဆက်သည် နောက်ဘဝတွင် သက်ရောက်မှုရှိသည်။

lama-မွန်ဂိုလီးယားနှင့်တိဘက်တိုင်းပြည်ရှိဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းတော်ကြီးတိဘက်ဆရာတော်

ဒလိုင်းမားဘွဲ့ကိုင်ဆောင်ထားသူတွေဒါမှမဟုတ် တိဘက်ဆရာတော် တွေရဲ့နာမည်ရှေ့မှာ စာလုံးအကြီးဖြင့် (Lama)ဟုရေးသည်။

## မာဒါယာမိက

မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ နာဂုဇာ၏ သုံးရာစုသင်ကြားမှုနည်းနာအပေါ် အခြေခံကြသည်။ မဟာယနသည် (သံသရာ)နှင့်(နိဗ္ဗာန်)စက်ဝိုင်းကို သုညဝါဒကို ဦးတည်လက်ကိုင်ထားကြသည်။ မဟာယနဘာသာဟာ ပရာနာမေရိယသုတ်လိုသိတဲ့ ပိဋကကျမ်းကို အခြေပြုထားသည်။

## မဟာယန

မဟာယနဆိုသည်မှာ နိဗ္ဗာန်သို့ပို့ဆောင်ပေးသည့် ယာဉ်ဟုအဓိပ္ပါယ်ရသည်။ မဟာယနဆိုသည်မှာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ နှင့်အတူ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ အဓိကျတဲ့ ပုံစံနှစ်မျိုးအနက် တစ်မျိုးအပါအဝင်ဖြစ်သည်။ မဟာယနဘာသာရဲ့ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုသည် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ နည်းနာနိတ်သယအားလုံးကိုအလေးထားကြသည်။ အခြားသူတွေကိုကူညီရန် လွှတ်မြောက်ကြောင်းလမ်းစဉ်ကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြိုးပမ်းနေစဉ် အလုံးစုံသိမြင်သောဉာဏ်တော်ရရှိဖို့ အတွက် ကျင့်ကြံအားထုတ်သော (ဗောဓိသတ္တယာန) ဘုရားအလောင်းယာနရဲ့ ကျင့်စဉ်တွေကိုလည်း အလေးထားကြပြီး ဘုန်းကြီးရဟန်းတို့ရဲ့ ဝိနည်းအတိုင်းနေထိုင်ကျင့်ကြံသူများဟာ နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်ရှိမယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်နားလည်ကြသည်။ မဟာယနဘာသာကိုလက်ခံယုံကြည်တဲ့ နောက်လိုက်များကို မဟာယနဘာသာဝင်များဟုခေါ်ဝေါ်ကြသည်။ Madhyamika | Yogachara | Nichiren | T'ient-t'ai Zen | Pure Land နှင့် Vajrayana အပါအဝင်

တရုတ်၊ဂျပန်၊ကိုရီးယား၊တိဘက်နှင့်မွန်ဂိုလီးယားရှိကျောင်းများတွင်  
မဟာယနဘာသာထွန်းကားသည်။မဟာယနဘာသာဝင်များသည် မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို  
လောကုတ္တရာနှင့် ရုပ်နာမ်တို့ကို အလုံးစုံသိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားရှင်အဖြစ် ရှုမြင်ကြပြီး  
ဘုရားရှင်သည် ၎င်းကျင်လည်ခဲ့ဖူးသော ဘဝအဆက်ဆက်ကိုသိမြင်ပြီး  
စကြာဝဠာတစ်ခုလုံးသိမြင်တဲ့သူအဖြစ်  
လက်ခံယုံကြည်ကြသည်။မဟာယနဘာသာထွန်းကားသောကျောင်းများသည် Lotus Sutra(Nichiren  
and T'ien-t'ai schools) နှင့် the Heart Sutra (Zen schools) ကဲ့သို့သော  
ဗုဒ္ဓသာသာဝင်တို့၏ပဋိကကျမ်းစာအမျိုးမျိုးကို သင်ကြားကြသည်။

**မန္တန်**

မန္တဆိုတာ တရားထိုင်ခြင်းသို့ မဟုတ် ဘာသာရေးတို့နှင့် ဆက်ဆံနေသော  
စိတ်အတွင်းကိန်းအောင်နေတဲ့စိတ်၊ ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းအားကျင့်စဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။မန္တန်ကို  
အများအားဖြင့် ဟိန္ဒူဘာသာဝင်၊ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်၊Jainsတွေဟာ ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြသည်။မန္တန်ဟာ  
Vedasကဲ့သို့သော သက္ကတဘာသာ ပဋိကကျမ်းများမှပေါက်ဖွားလာခြင်းဖြစ်သည်။ Hindi  
Ramcharitmanasကဲ့သို့သော တိုင်းရင်းသားဘာသာစကားနှင့်ဆိုင်သောစာပေများကို  
ထောက်ခံသူတွေဟာ ၎င်းတို့၏ဂါထာများမှာ မန္တန်အစွမ်းရှိတယ်လို့  
ယုံကြည်ကြသည်။မန္တန်စွမ်းအင်ရှိတဲ့အချို့စာတွေဟာ အသံတစ်သံသာပါဝင်ပြီး  
အထင်ရှားဆုံးစကားလုံးသည် " ညံ့"ဟုသောစာလုံးဖြစ်သည်။

**တရားထိုင်ခြင်း**

နိုးကြား၍မဆုတ်မနစ်ပြုလုပ်တတ်သော အသိနှင့်သတိကို ဖြစ်-ပျက်ရှုခြင်း၊တစ်စုံတစ်ခုကို  
အာရုံစိုက်မှတ်ရှုခြင်းမှရရှိသည်။အနောက်နိုင်ငံများတွင် သင်ကြားသောတရားထိုင်ခြင်းသည် ရှေးဦးစွာ  
စိတ်အာရုံစုစည်းခြင်း(စိတ်ကိုစုစည်းခြင်း )။တရားထိုင်ခြင်းအတွက်ပိုသင့်လျော်သော  
သက္ကတကျင့်စဉ်သည် dhyanaဖြစ်ကာ အမှန်တကယ်ဖြစ်တည်စွမ်း သို့မဟုတ်  
ပင်ကိုသဘာဝ၏ရောင်ပြန်ဟပ်မှုအခြေအနေဖြစ်ပြီး  
ရောဂကျင့်စဉ်ရှစ်မျိုးထဲမှတစ်မျိုးအပါအဝင်ဖြစ်သည်။

**Merit(ကုသိုလ်)**

ဗုဒ္ဓကို ထောက်ခံသူများသည် လွတ်မြောက်ရေးလမ်းစဉ်ကို ရရှိရန် ဘာသာရေးနှင့်  
လောကနီတိဆိုင်ရာ ကျင့်စဉ်များအရ ကုသိုလ်တိုးပွားအောင် ကံကောင်းအောင်ပြုလုပ်ခြင်းနှင့်  
ကံညံ့များကို ဖာထေးမိအောင်ပြုလုပ်ကြသည်။

### **Middle path, Middle way (အလယ်အလတ်လမ်းစဉ်)**

အလုံးစုံကိုသိမြင်သောဉာဏ်ရရှိရန်ဗုဒ္ဓကျင့်သုံးခဲ့သော အလယ်အလတ်လမ်းစဉ်သည် ဘုရင့်သားဘဝတွင် အပျော်အပါခံမင်လွန်းသောဝါဒနှင့် အချိန်အတော်ကြာအောင် လေ့ကျင့်ခဲ့ရသည့် ခြိုးခြံချွေတာလွန်းသော ဝါဒကို ရှောင်ကြည်ခြင်းဖြစ်သည်။

### **Mindfulness (သတိ)**

တစ်နေ့တာလုံးပြုမူမှုကို ဂရုပြုခြင်း၊ နိဗ္ဗာန်ကြားမှုရှိခြင်းသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၏အဓိကကျင့်စဉ်ဖြစ်သည်။

### **Neo-Buddhism (ခေတ်သစ်ဗုဒ္ဓဘာသာစင်)**

၁၉၅၀ပြည့်လွန်နှစ်လယ်ပိုင်းတွင် အိန္ဒိယ၌ လောကုတ္တရာလမ်းညွှန်မှုများအပြင် လူမှုရေးရာ လက်ခံယုံကြည်မှုကို သေချာစေတဲ့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပြောင်းဖို့ ဟိန္ဒူဇာတ်နိမ့်အဖွဲ့ဝင်တွေကို မြှင့်တင်ရန် ခေတ်သစ်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လှုပ်ရှားမှုကို B.R.Ambedkarကတည်ထောင်ခဲ့သည်။ ယနေ့အထိတရားပွဲများကျင်းပနေဆဲဖြစ်သည်။

### **Nichiren**

Nichirenသည် ၁၃ရာစုတွင် ဂျပန်၌မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့အတွက် ကျောင်းဆောက်ခဲ့သည်။ ထိုကျောင်းသည် ထောက်ခံသူတွေကို ကျမ်းစာ၏အထွတ်အမြတ်ဖြစ်သော Namu-Myoho\_renge-kyo(နာမူ-မိုဟို-ရာဂျီ-ကျို)ဘွဲ့ဝင်တို့ကို ကြည်ညိုခြင်းဖြင့် ကယ်တင်ခြင်းအတွက်လိုအပ်သော တစ်ခုတည်းသော ကျမ်းစာအဖြစ် Lotus Sutraကို ယုံကြည်ပေးရန်တောင်းဆိုထားသည်။

### **Nirvana(နိဗ္ဗာန်)**

ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်ဟိန္ဒူဘာသာတွင် လူသားတို့၏ပန်းတိုင်၊ ဒုက္ခမှကင်းလွတ်ရာ နေရာ၊ သံသရာမှကင်းသောနေရာ၊ ငြိမ်းချမ်းသောနေရာဟု နိဗ္ဗာန်ကို ဖွင့်ဆိုထားသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ပရိနိဗ္ဗာန်ဆန်မှ နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်။

### **No-self (မတည်မြဲခြင်းအကြောင်းတရား)**

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအဓိကယုံကြည်သော မတည်မြဲခြင်းတရားသည် တစ်ဦးချင်း၏ခံစားမှု၊ အမြဲပြောင်းလဲနေသော စိတ်အခြေအနေ၊ မတည်မြဲသော အရာများစုစည်းမှုကို မှတ်ရှုခြင်းဖြစ်သည်။ Sanskritတွင် anatmanနှင့်ပါဠိတွင် အန္တဟု ဖွင့်ဆိုသည်။

**Om mani padme hum (ဥုံမင်္ဂါပါဒ္ဒမဟုမ်)**

တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာတွေအတွက်အရေးကြီးသော မွန်နှစ်ဖြစ်ပြီး ပုဒမာကြာထဲက  
ကျောက်မျက်ရတနာကို ဖွဲ့ထားသည်။မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ဂုဏ်တော်ကို ဖွဲ့ထားသည်။

**Prajnaparamita Sutra**

မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာ၏အဓိကကျမ်းဖြစ်သော “ပညာရှိ၏ပြည့်စုံမှုသုတ်”သည် မတည်မြဲသော  
အစစ်အမှန်မဟုတ်သောတရားက အာရုံငါးပါးကို ထင်ရှားစေပြီး  
ဗောဓိသတ္တယန(ဘုရားလောင်းယန)၏လမ်းစဉ်ကို လမ်းပြပေးသည်။

**Priest (ခရစ်ယာန်ဘုန်းတော်ကြီး)**

ရိုမန်ကက်သလစ်၏ဗျာဒိတ်ပေးဘုန်းကြီးကို ဆိုလိုသည်။ထိုဘုန်းကြီးများကို Wicansနှင့်  
ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်၊ဟိန္ဒူဘာသာဝင်များဖြစ်သည့်  
ဘုန်းတော်ကြီးအတော်များများကိုးကွယ်ကြသည်။ခရစ်ယာန်ဘုန်းကြီးတိုင်းကနှစ်ခြင်းမင်္ဂလာပြုလုပ်ရန်  
တာဝန်ရှိသော်လည်း ဘုရားကျောင်းကို ကြီးကြပ်သော ဂိုဏ်းအုပ်ဘုန်းကြီးကမူ  
ထိုခရစ်ယာန်ဘုန်းကြီး(ဖြစ်တောင့်ဖြစ်ခဲအခြေနေ၊ပုထုဇဉ်လူပြိုန်း )တို့ကို  
အုပ်ချုပ်ရသည်။ဂိုဏ်းအုပ်ဘုန်းကြီးတစ်ပါးတွင် လက်ထောက်ဘုန်းကြီးတစ်ပါးသို့ မဟုတ်  
လက်ထောက်ဘုန်းကြီးများစွာရှိသည်။

အမေရိကန်ကတ်သလစ်ဘုန်းကြီးအများစုသည် ခရစ်ယာန်ဂိုဏ်းချုပ်နယ်ပယ်က ပဉ္စင်းခံပေးသော  
ခရစ်ယာန်ဂိုဏ်းဘုန်းတော်ကြီးများဖြစ်သည်။သူတို့သည် လောကီအာရုံကို ရှောင်ရှားပြီး  
နိမ့်ချကျိုးနွံစွာနေရန်ကတိပြုထားရသည်။ အတ္တကင်းသော နေထိုင်မှုဖြင့်  
နေရန်သစ္စာဆိုထားသော်လည်းဆင်းရဲစွာမနေထိုင်ကြပေ။ဘုန်းကြီးတွင် တိုက်တစ်လုံးသို့ မဟုတ်  
ကားတစ်စီးပိုင်ဆိုင်၍ရသည်။

ဘာသာရေးကို အထူးသက်ဝင်ယုံကြည်သော ခရစ်ယာန်ဘုန်းကြီးများသည် ဘုရားသခင်ကဲ့သို့ သော  
ဘာသာရေးဆိုင်ရာ မိန့်ကြားသူများဖြစ်သည်။လက်ဝယ်ရကြောင်းတရားကို လက်ကိုင်ထားကြသည်။

**Pure Land school(သန့်စင်သောမြေတွင်တည်ထားသောကျော့စိုး)**

ဂျပန်ရှိမဟာယနဗုဒ္ဓကျောင်းများ၏ကျင့်စဉ်သည် မွန်မြတ်သော အမိတာဘ ဘုရားရှင်ကို ဝတ်ပြုမှုကို  
အခြေခံသည်။ ၁၂ရာစုတွင် ဟွန်နတည်ထောင်ခဲ့သော ဂျိုဒိုရှုကျောင်းသည်  
ဘာသာရေးကိုင်းရှိုင်းသူသာလျှင် အမိဒါလွတ်မြောက်ခြင်းလမ်းစဉ်ကို တိုင်တည်ရန် အမိဒါဟု  
အမည်တပ်ခေါ်ခွင့်ရှိသည်ဟု သင်ကြားခဲ့သည်။ဟွန်နတပည့် ရှိနာရန်သည် အမိဒါ၏ အမည်ကို

ချီးမွမ်းရန်ဟူသော အလားတူ ဦးတည်ချက်ဖြင့် ဂျီဒို ရှင်းရှုကျောင်းကိုတည်ထောင်ခဲ့သည်။ဒါပေမဲ့ ထိုကျောင်းတွင်အမှန်တကယ်သိမြင်လိုပြီးဘာသာရေးကိုင်းရှိုင်းသူများအတွက် အမိဒါဗုဒက လွတ်မြောက်ရေးလမ်းစဉ်ကို အထောက်အပံ့ပေးကြောင်းကို အထူးပြုသင်ကြားသည်။

**Reincarnation(လူဝင်စားခြင်း)**

သေဆုံးပြီးသော သူ၏ဝိညာဉ်သည် အခြားကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုဖြင့် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းဟုယုံကြည်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်၊ ဆစ်ခ်နှင့် ဟိန္ဒူဘာသာဝင်များပါဝင်သော အာရှရိုးရာယုံကြည်မှုသာမက အမေရိကန်ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုများတွင်လည်း လူဝင်စားခြင်းလေ့ကို အတွေ့ရများသည်။ဟိန္ဒူနှင့်ဗုဒ္ဓဘာသာအဆိုအရ နောက်ဘဝ၌ ပြန်လည်ဝင်စားခြင်းကို ရှေးဘဝကပြုခဲ့သော အပြုအမူက ဆုံးဖြတ်သည်။

**Reverened(အရှင်သူမြတ်)**

ဂုဏ်ပြုသောသဘောဖြင့် ခရစ်ယာန်ဗျာဒိတ်ပေးဆရာတော်များနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းကြီးများကို ဘွဲ့ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ဘုန်းကြီးအားလုံးတော့မဟုတ်ပေ။ဘာသာရေးဂိုဏ်းခွဲက ဂုဏ်ပုဒ်အသုံးပြုခြင်းလက်မခံပါက တရိုတသေပုံစံမျိုးဖြင့် မသုံးရပေ။Rev.Neverကို အတိုကောက်ပုံစံဖြင့် Rev.Drဟု နာမည်ရှေ့တွင် အတူတကွသုံးသည်။

**Rinpoche(တိဘက်ဘုန်းတော်ကြီးတွေကိုဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်သောဘွဲ့တံဆိပ်)**

Rinpocheဆိုတာ ဗုဒ္ဓရဟန်းတော်များအား ပေးအပ်ချီးမြှင့်သော ဘွဲ့တံဆိပ်ဖြစ်သည်။ဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းတော်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်ထိုက်တဲ့သူကိုသာ သတ်မှတ်ချီးမြှင့်တဲ့ဘွဲ့ဖြစ်သည်။သာမန်အားဖြင့် Rinpocheဆုတံဆိပ်ကိုနာမည်၏နောက်တွင်ထားသော်လည်း အထူးသဖြင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် အမျိုးမျိုးအသုံးပြုကြသည်။ယင်းဘွဲ့တံဆိပ်အမည်နာမကို နာမည်ရဲ့ရှေ့သို့မဟုတ် နောက်တွင်ထားကြသည်။

**Roshi(ရိုရှီ)**

ဇင်ဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းတော်ကြီးတို့ကို ပေးအပ်ချီးမြှင့်တဲ့ဘွဲ့တံဆိပ်ဖြစ်သည်။ထိုဘွဲ့တံဆိပ်ကို နာမည်ရဲ့ အနောက်မှာထားပေမဲ့ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် အမျိုးမျိုးအသုံးပြုသည်။ထိုဘွဲ့တံဆိပ်အမည်နာမကို နာမည်ရဲ့ရှေ့ သို့မဟုတ် နောက်တွင်ထားကြသည်။

## Samsara(သံသရာ)

သံသရာဆိုသည်မှာ မွေးဖွားခြင်း၊ သေဆုံးခြင်းနှင့် ပြန်လည်မွေးဖွားခြင်းစက်ဝန်းဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့နိဗ္ဗာန်သွားရာလမ်းကြောင်းဟာ သံသရာမှလွတ်မြောက်ခြင်းတရားဖြစ်သည်။

## Satori(ဆာတိုရီ)

ဇင်ပုဒဘာသာဝင်တွေအတွက် satori(ဆာတိုရီ)သည် အမှန်တရားကို သိရှိစေတဲ့အတွေ့အကြုံဖြစ်သည်။

## Sensei(စိတ်)(ကျိုးသင့်ကြောင်းသင့်တွေးခေါ်နိုင်စွမ်း)

Senseiသည် ဇင်-ပုဒဘာသာဝင်ဆရာ၏ဘွဲ့ဖြစ်သည်။ တရားရသောသူ သို့မဟုတ် ထုံးစံအရတရားအားထုတ်သူ သို့မဟုတ် သိရှိနိုးကြားလာသောသူကိုဆိုလိုသည်။ နာမည်ကို စာလုံးအကြီးနှင့်ရေးသည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် senseiကို နာမည်၏နောက်တွင်ထားရေးကြသည်။ အထူးသဖြင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် အမျိုးမျိုးအသုံးပြုကြသည်။ senseiသည် ဂျပန်စစ်ဘက်ဆိုင်ရာပညာရပ်များရှိ ဘွဲ့တံဆိပ်တစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။

## Shunyata (သံယထ)

Shunyata (သံယထ)ဆိုသည် သဘာဝဖြစ်ရပ်အားလုံးသည် စစ်မှန်ပြီးတည်မြဲသော အရာဝတ္ထုကင်းမဲ့သည်ဟူသော မဟာယနပုဒဘာသာဝင်တို့၏အဓိကကျင့်သုံးသော ကျင့်စဉ်ဖြစ်သည်။

## Siddhartha Gautama(သိဒ္ဓတ္ထဂေါတမ)

သိဒ္ဓတ္ထဂေါတမသည် သကျမုနိဆိုသောဘုရားရှင်၏ နာမည်ဖြစ်သည်။ ဘီစီ ၅ရာစုနှင့်ခြောက်ရာစုအကြားတွင် နီပေါနိုင်ငံရှိ စည်ကမ်းရှိပြီ ချမ်းသာသော မိသားစုတွင်ဖွားမြင်သည်။ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတို့ကို မမျှော်လင့်ဘဲမြင်တွေ့ရပြီးနောက် အသက် ၂၉နှစ်အရွယ်တွင် ထီးနန်းစွန့်ကာ အလုံးစုံသိမြင်ဉာဏ်နှင့် ဒုက္ခမှကင်းငြိမ်းရာကို ရှာရန်နန်းတော်မှထွက်လာခဲ့သည်။ လွဲမှားနေသော ဒုက္ခရစရိယာကို ကျင့်သုံးခဲ့သည်။ ဗောဓိပင်အောက်၌ တရားထိုင်ပြီးနောက်စစ်မှန်သော သဘာဝသစ္စာတရားတို့ကို မြင်လာခဲ့ပြီး ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် သူသိမြင်ခဲ့ရသော အရာများကို အခြားသူများအားဟောကြားခဲ့သည်။ ပုဒဆိုသည်မှာ သိရှိနိုးကြားခြင်း သို့မဟုတ်

ဉာဏ်အမြင်ပွင့်ခြင်းဟု အဓိပါယ်ရသည်။ဂေါတမသည် မိမိကိုယ်ကို  
ဘုရားဟုဟောတော်မူခဲ့ပေ။ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားအားအတုမရှိသောဆရာတစ်ဆူအဖြစ်ဗုဒ္ဓဘာသာ  
ဝင်များက  
ကြည်ညိုလေးစားကြသည်။(ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည်ထူးမြတ်သောဂုဏ်တော်ရှိသည်ထက်လေးစားကြည်ညို  
ဖွယ်ကောင်းသည်။)

**Soka Gakkai**

Soka Gakkai ဆိုသည်မှာ တန်ဖိုးရှိသော လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းဟူသော  
ဂျပန်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အုပ်စုသည် မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာ၏Nichirenကျောင်းမှ လမ်းစဉ်ကို  
အခြေခံထားသည်။ဘုရားရှင်၏ဂုဏ်တော်ကို ချီးမွမ်းခြင်းနှင့်ကြည်ညိုလေးစားခြင်းမှ ရရှိသော  
ကယ်တင်ခြင်းအတွက်သမ္မာကျမ်းစာတစ်ခုဖြစ်သည်ဟူသော LoLus Sutraကိုလက်ကိုင်ထားသည်။

**Soka Gakkai International USA(ဆိုကာဂက်ကိုင်နိုင်ငံတကာအဖွဲ့ ယူအက်စ်အေ)**

အမေရိကန်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖွဲ့အစည်းဟာ မဟာယနဗုဒ္ဓဝါနိချီရန်ကျောင်း၏သင်ကြားမှုကို  
အခြေခံထားတဲ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်သည်။

**Stupa(ဘုရားစေတီ)**

အိန္ဒိယနိုင်ငံတစ်ဝန်းတွင် တောင်ပူစာပုံဘုရားစေတီအတွင်းဘုရားရှင်၏မွေတော်ဓာတ်တော်ကို  
ထည့်သွင်းထားပနာထားသည်။နောက်ပိုင်းတွင် အများအပြားကို စေတီရဲ့ဌာပနာတိုက် သို့မဟုတ်  
ဘုရားကျောင်းအဖြစ် အဆင့်မြှင့်တင်ခဲ့သည်။

**Sutraisutta (သုတ်၊သုတ္တံ)**

သုတ်ဆိုသည်မှာ  
ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့အရေးဘာသာစကားမှာပါဝင်တဲ့စကားလုံးတစ်လုံးဖြစ်သည်။သုတ်ဆိုတဲ့စကားလုံးသည်  
သက္ကတဘာသာစကားနှင့်ပါဠိဘာသာစကားတရုတ်နှင့် တိဘက်ဘာသာစကားတို့မှ  
ဆင်းသက်လာတဲ့စကားလုံးဖြစ်သည်။ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ(ဟေမိသတ္တယာန)ဘုရားအလောင်းယာနရဲ့ပိဋိ  
ကကျမ်းတွေမှာ သုတ်လို့ခေါ်တဲ့ထိုစကားလုံးမျိုးတွေပါဝင်သည်။ထိုစကားလုံးတွေကို နိကာယ်ဟု  
ခေါ်သော အပိုင်းများ အဖြစ်ခွဲခြားသတ်မှတ်ထားသည်။ထိုစကားလုံးများသည် မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့  
တပည့်သာဝကဖြစ်တဲ့အာနန္ဒာသည် သယ်ဆောင်လာခြင်းဖြစ်သည်။မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၏  
ကျောင်းများသည် သက္ကတဘာသာစကား၏ မူလအရေးအသားဖြစ်သည့် သုတ်တွေရဲ့  
အဓိပ္ပါယ်ကောက်ယူချက်များ အပေါ်အခြေခံပြီး သင်ကြားကြသည်။

သက္ကသဘာသာစကားအရသုတ်လို သိကြသည်။မဟာယနကျောင်းတိုင်းကတိကျတဲ့သုတ်တွေအပေါ် အခြေခံ၍သင်ကြားကြသည်။

**Swastika(စကြာပုံအမှတ်အသား)**

Swastika(စကြာပုံအမှတ်အသား)ဆိုသည်မှာ ဟိန္ဒူ၊ ဂျိမ်းနှင့်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေရဲ့အကြားမှာ တင်ပေါ်အကျော်ကြားဆုံးသင်္ကေတဖြစ်သည်။ swastikaဆိုသည်မှာ အတိတ်နမိတ်ကောင်း၊ကံကောင်းခြင်း နှင့်ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာချမ်းသာမှုလို့ အဓိပ္ပါယ်ရသည့် သက္ကတဘာသာစကားမှဆင်းသက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ထိုသင်္ကေတဟာနေနတ်ဘုရားရဲ့ အမှတ်လက္ခဏာ ဖြစ်ပြီး နေနတ်ဘုရား၏ပေါ်ကြွယ်ဝမှုတစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။swastikaသည် လက်ချမီးမယ်တော်ရဲ့ အမှတ်သင်္ကေတဝဝစုတွင် တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်ကာ နေရောင်ခြည်ကိုကိုယ်စားပြုသည်။အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် swastikaကို ဘာသာရေးပွဲတော်များနှင့် အရပ်ဘက်ပွဲတော်များမှာအသုံးပြုကြသည်။

**T'ient-t'ai**

အရေးပါသော တရုတ်မဟာယနဗုဒ္ဓကျောင်းတော်ကို ၆ရာစုတွင်တည်ထောင်ခဲ့သည်။သူတို့သည် Lotus Sutraဟူသော ဗုဒ္ဓကျမ်းစာကိုကျင့်သုံးသည်။ နောက်ပိုင်းတွင်ထိုအစဉ်အလာသည် ဂျပန်နိုင်ငံ Tendaiမြို့သို့ ပျံ့နှံ့သွားခဲ့သည်။

**Taking refuge\_ကိုးကွယ်ယုံကြည်ရာ**

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် ဘုရား၊တရား၊သံဃာကိုကိုးကွယ်ယုံကြည်သည်။ရတနာသုံးပါးအပေါ် မိမိ၏ကိုးကွယ်ယုံကြည်ချက်သည်သာ အဓိကကျသည်။

**Temple (ဘုရားကျောင်း)**

ဘုရားရှိခိုးဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများပြုလုပ်သော အဆောက်အအုံကို ဘုရားကျောင်းဟုခေါ်သည်။ဂျေရုဆလင်မှာရှိသော ရှေးကျသော ဘုရားကျောင်း သို့မဟုတ် ထုံးတမ်းအစဉ်အလာဖြစ်သော အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်ကို ရည်ညွှန်းဖော်ဆိုတဲ့အခါ စာလုံးအကြီးဖြင့်ရိုက်နှိပ်ထားသည်။ ဘုရားကျောင်း၏စာလုံးများသည် ကွဲပြားခြားနားသော ဘာသာရေးရာသက်ဝင်ယုံကြည်မှုကို လိုက်၍ကွဲပြားခြားနားသည်။ဘုရားကျောင်းကို ဟိန္ဒူ၊ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်နှင့်ဂျူးလူမျိုးများက ဝတ်ပြုဆုတောင်းရာနေရာတစ်ခုဖြစ်သော်လည်း အများလက်ခံသည့်အယူဝါဒကို လက်ခံကျင့်သုံးသော ဂျူးများနှင့် ရှေးရိုးစွဲဂျူးအများအပြားသည် ဂျေရုဆလင်ရှိဖျက်ဆီးခံရသော

ဘုရားကျောင်းသာလျှင်တစ်ခုတည်းသောဘုရားကျောင်းဟုယုံကြည်ကြသည်။ဒါကြောင့်သူတို့ဘုရားရှိခိုးဝတ်ပြုမယ့်ကျောင်းဟာ ဂျူးဘုရားကျောင်းများဖြစ်ဖို့တောင်းဆိုသည်။ Jesus Christ of Latter-Day Saintsဘုရားကျောင်းတွင် တစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ဘုရားရှိခိုးဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများကိုပြုလုပ်ကြသည်။

**ထေရဝါဒ**

ထေရဝါဒဆိုသည်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏အဓိကဘာသာနှစ်ခုတစ်ခုဖြစ်သည်။ထေရဝါဒသည် ပို၍ရှေးကျပြီးသံဃာ့အဖွဲ့အစည်းကို ဦးတည်ထားသည်။ထေရဝါဒသည် ထိုးထွင်းသိမြင်သောဉာဏ်ရှိခြင်း၊တရားထိုင်ခြင်း၊လောကကောင်းကျိုးတရားများလုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် သံသရာမှလွတ်မြောက်ကာ သဗညုတဉာဏ်ရရှိသော လူတစ်ဦးချင်း၊ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခြင်းဖြစ်သည်။ဘုရားဟောကျမ်းစာများကို ပါဠိဘာသာဖြင့်ဖော်ပြထားပြီး မြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်တော်မှတရားတော်များကို ပြုပြင်ခြင်းမရှိဘဲမှတ်တမ်းတင်ထားသည်။သီရိလင်္ကာ၊ထိုင်း၊ကမ္ဘောဒီးယား၊မြန်မာ၊ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နှင့် လာအိုကဲ့သို့ အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ အစောဆုံးထွန်းကားသည်။ထေရဝါဒကျင့်စဉ်ကို လိုက်နာစောင့်ထိန်းသူများကို ထေရဝါဒဟုခေါ်သည်။

**ရတနာသုံးပါး**

ဗုဒ္ဓဘာသာတို့သည် ဘုရား၊တရား၊သံဃာရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ကိုးကွယ်ကြသည်။

ဘုရား(ဗုဒ္ဓသမိုင်းနှင့် ဗုဒ္ဓကျင့်စဉ်ကို စိတ်ဝယ်အမြဲ အာရုံပြုခြင်း)

တရား(အမှန်တရားဖြစ်ပြီး ဗုဒ္ဓဟောကြားခဲ့သော တရား)

သံဃာ(နေရာတိုင်းမှ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကျယ်ပြန့်နှံ့စပ်စွာလေ့လာနေသောဗုဒ္ဓအယူဝါဒ အဖွဲ့အစည်းအပြင် သံဃာအဖွဲ့အစည်း)

**ပိဋကတ်သုံးပုံ**

ပိဋကတ်သုံးပုံ

ပါဠိဘာသာများနှင့်ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကျောင်းများ၏ဝိနည်းကျမ်းဂန်များနှင့်လည်းဖွဲ့စည်းရေးသားထားသည်။ဘုန်းကြီးနှင့်မယ်သီလရှင်များကျင့်သုံးရန် ဝိနည်းများပါဝင်သော ဝိနည်းပိဋက၊ မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားသည်တို့ပါဝင်သော သတ္တာပိဋကနှင့် စနစ်ကျသောလူ့အဖွဲ့အစည်းရရှိရန် ကျင့်စဉ်များပါသောအဘိဓမ္မာပိဋကတို့ဖြစ်သည်။

တူကူး

တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လူဝင်စာဖြစ်သော  
မွန်ဂိုလီးယားနှင့်တိဘက်တိုင်းပြည်ရှိဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းတော်ကြီးဖြစ်သည်။

**ဝိဇယန**

မဟာယနနှင့်ထေရဝါဒပြီးမှပေါ်ပေါက်လာသောတိဗက်ဘာသာဖြစ်သည်။ဝိဇယနကို Tibetan Buddhism ၊ Esoteric Buddhism သို့မဟုတ် Tantric Buddhismဟုခေါ်သည်။ဝိဇယနသည် စိန်ယာဉ်ငယ်ဟုအဓိပါယ်ရသည်။မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာမှပေါက်ဖွားလာခြင်းဖြစ်ပြီးအထူးသဖြင့် တိဘက်၊နီပေါနှင့်မွန်ဂိုလီးယားတို့တွင်ထွန်းကားသည်။ ဝိဇယနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် ဘာသာရေးပူဇော်ပွဲ၊တရားထိုင်ခြင်း၊မုဒြာ (ဘုရားရှင်၏လက်ဟန်ခြေဟန် )နှင့် Mandalas(စက်ဝိုင်းပုံစံပုံပြသကော်တ)ကို အထူးအလေးထားသည်။တိဘက်ဘုန်းကြီးကျောင်းများတွင် Nyingmai Kagyu၊ Sakyaနှင့် Gilugpaတို့အပြင်ဒလိုင်မားလည်းပါဝင်သည်။

**ကြည်ညိုလေးစားသော**

ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာတွင်ဗျာဒိတ်ပေးဘုန်းကြီးများနှင့်မယ်သီလရှင်များ၏နာမည်ရှေ့တွင် တရိုတသေဖြင့် ကြည်ညိုလေးစားသောဂုဏ်ကို ထည့်ခေါ်ကြသည်။ရိုမန်ကက်သလစ်ဘာသာတွင် ပုပ်ရဟန်းမင်းကြီးက Venerable Fulton Sheen ကဲ့သို့သော သူတော်စင်ကဲ့သို့ပြုမှုခြင်းသည်လူတို့ပြုလုပ်ရမည့်ပထမအဆင့်ဟု လက်ခံသောအခါကွယ်လွန်ခြင်းမှရှင်သန်ထမြောက်လာသည်။

**ဝိပဿနာ**

ဝိပဿနာဆိုသည်မှာစိတ်ကို အာရုံမှတ်၍ မိမိကိုယ်မိမိပြန်လည်ရှုမြင်သောတရားဟုထေရဝါဒတွင်ဖွင့်ဆိုထားသည်။ တစ်ခါတစ်ရံညာဏ်ဖြင့် ရှုရသော တရားဟုလည်းခေါ်သည်။

**ဗိဿနိး**

ဟိန္ဒူအယူဝါဒတွင် ဗိဿနိး

နတ်ဘုရားသည် ဘုရားသခင်၏အခန်းကဏ္ဍကိုကာကွယ် စောက်ရှောက်တဲ့နတ်သားဖြစ်သည်။ ရှိဝနတ်ဘုရားသည်အချိန်နှင့်ပြောင်းလဲခြင်းများကို တာဝန်ယူရသည့် နတ်ဘုရားတစ်ပါးဖြစ်သည်။ ဘရာဟမာနတ်ဘုရားသည် စကြာဝဠာကိုဖန်ဆင်းတဲ့သူအဖြစ် ဘုရားသခင် ၏တာဝန်တွေကိုယူရတဲ့နတ်ဘုရားတစ်ပါးဖြစ်သည်။ဘုရားကဲ့သို့သော မွန်မြတ်တဲ့အရာဟာ တစ်ခုတည်းပဲရှိတယ်ဆိုတာ သိနားလည်ထားကြသည်။ဟိန္ဒူဘာသာဝင်အများစုကတော့ ဗစ်ရှ်နူ၊ ဗိဿနိး နတ်ဘုရားဟာဘရာဟမာနတ်ဘုရား၏ထင်းရှားမှု သို့မဟုတ် တန်းတူပြုတယ်လို့ သတ်မှတ်ထားကြသည်။ ဗိဿနိးဟာ ရမ်၊ ခရစ်နာနှင့် ဗုဒ္ဓဟုအများဆုံးသိတဲ့နတ်ဘုရားတွေအများအပြားရှိသည်။သူ့ရဲ့ကြင်ယာတော်သည် လက်ချမီးမယ်တော်ဖြစ်သည်။

**ယောဂ**

ယောဂကျင့်စဉ်ဆိုသည်မှာ အိန္ဒိယနိုင်ငံကနေပေါက်ဖွားလာတဲ့ကျင့်စဉ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး ခန္ဓာကိုယ်နေဟန်ထားကာ ခြေလက်များကိုဆန့်ထုတ်၍ အသက်ရှူသွင်းခြင်းများကို လုပ်ရသည့် ကျင့်စဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ယောဂကျင့်စဉ်ဟာ ပေါင်းစည်းခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်ရသော သက္ကတဘာသာစကားတစ်ရပ်ဖြစ်ပြီး ဟိန္ဒူအယူဝါဒမှာ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း တစ်ခုအဖြစ်နားလည်သဘောပေါက်ထားကြသည်။ယောဂကျင့်စဉ်၏ အတွေးအခေါ်ဖြစ်စဉ်၊စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့်လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များက တစ်ဦးချင်းစီ၏အသိရှိအမြင်ရရှိခြင်း သို့မဟုတ်ဘုရားသခင်ကဲ့သို့မွန်မြတ်သော အသိရှိခြင်းတွေကို ပေါင်းစုပေးခြင်းဖြစ်သည်။ယောဂကျင့်စဉ်ရှစ်မျိုးအနက်တစ်မျိုးသည် အာသာနဟူ၍လည်း လူသိများသည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကိုသက်တောက်သက်သာရှိစေရန်နှင့် တရားထိုင်ခြင်းအတွက်အရေးကြီးတဲ့လိုအပ်ချက်တစ်ခုအဖြစ် ကျန်းမာရေးကိုထိန်းသိမ်းရန် ကိုယ်နေဟန်ထားအမျိုးမျိုးလုပ်ဆောင်ရသည့် ကျင့်စဉ်ဖြစ်သည်။

**ယောဂလေ့ကျင့်ခန်း**

မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကျောင်းများသည် ယောဂ ကျင့်စဉ်နှင့် တရားထိုင်ခြင်းများကို လေ့ကျင့်ကြပြီး သံယထသုညဝါဒကို အဓိကထားသင်ကြားကြသည်။

## Zen Buddhism(ဇင်ဗုဒ္ဓဘာသာအယူဝါဒ )

မဟာယနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ ဓလေ့ထုံးတမ်းသည် တရားထိုင်ခြင်းမှပညာဉာဏ်အလင်းရရှိခြင်းကို သင်ကြားကြသည်။ တရုတ်နိုင်ငံတွင် ချန်အဖြစ်ထွန်းကားသည်။ ဇင်ဂျပ်လူမျိုးများ၏အဓိကကျောင်းနှစ်ကျောင်းရှိသည်။ koan(ကိုအန်)ကိုအလေးထားသင်ကြားသော Rinzai(ရင်ဇိုင်)ကျောင်းသည် ကျောင်းသားသူများကို ရုတ်တရက် မမှန်ဟုထင်ရသော်လည်း အမှန်တရားပါဝင်သောစကားရပ် သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာတစ်ခုကို စဉ်းစားချင့်ချိန်ခြင်း(စိတ်စွမ်းအင်ကို အသုံးပြု၍နောက်ဆုံးတွင်သာမန်ထက်ထူးကဲသော သိရှိမှုရရှိခြင်း၊ စကားလုံးများ၏နောက်ကွယ်မှာရှိတဲ့အမှန်တရားကို သိရှိစေခြင်း)အကြောင်းကျင့်စဉ်များကို သင်ကြားပေးသည်။ Soto(ဆိုတို)ကျောင်းသည်ပဏာမလေ့ကျင့်မှုဖြစ်သော ရုပ်ဝတ္ထုမရှိသော်လည်း စိတ်တွင် ဖြစ်ပေါ်နေသည့် အခြေနေကိုမှတ်စေသော တရားထိုင်ခြင်းများကို သင်ကြားပေးသည်။

## Zendo(ဇန်ဒို)

ဇင်ဗုဒ္ဓဘာသာကျောင်းများမှာ တရားထိုင်တဲ့ခန်းမတစ်ခုရှိသည်။