၂၀၂၀ ခု ဧပြီလ ၁၀ ရက်

Burmese

ကိုဗစ်-နိုင်တင်း အတွင်း ဝတ်ပြုခြင်း၊ ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်းနှင့် အခြားလူမှုရေးဆိုင်ရာ လူစုလူဝေးခြင်းများ

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်သည် အလွန်ကူးစက်တတ်သော ရောဂါဖြစ်သည်။ ဘာသာရေးတိုင်းအတွက် အရေးကြီးသော ဘာသာရေး အားလပ်ရက်များ၊ ရုပ်အလောင်း မြေချသည့် အခမ်းအနားများ၊ ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်းအခမ်းအနားများတွင် ဝတ်ပြုခြင်း၊ လူမှုရေးနှင့် စားသောက်ချိန်အတွက် လူစုလူဝေးပြုခြင်းအပါအဝင် လတ်တလော ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း နေရာအနှံ့ဖြစ်ပွားနေသော ကပ်ရောဂါသည် လူ့အလွှာအသီးသီးကို ထိခိုက်နစ်နာစေသည်။

သင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင် သင်သည် ကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးဖြစ်ပြီး အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း အပြောင်းအလဲကို မည်ကဲ့သို့ ဖန်တီးရမည်ကို အသိဆုံးလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ယခုလို အခါသမယတွင် ဝတ်ပြုခြင်း၊ ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်းနှင့် လူစုလူဝေးပြုလုပ်ခြင်းအတွက် လိုက်နာသင့်သည့် ညွှန်ကြားချက်မှာ-

- အသိုင်းအဝိုင်းမှ လူအားလုံး ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ပါဝင်ဆင်နွှဲနိုင်ရန် နေ့စဉ် အသိုင်းအဝိုင်း ကျင့်စဉ် တစ်ခု ဖန်တီးပါ။ ဥပမာအားဖြင့် နေရာအချို့၌ သတ်သတ်မှတ်မှတ် အချိန်တစ်ခုတွင် လူအများ စည်းလုံးရေး သဝဏ်လွှာကို ဆူညံစွာ သို့မဟုတ် တူရိယာများ တီးမှုတ်ကာ သီဆိုလေ့ရှိသည်။ ဤသို့ လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ကိုယ်ခန္ဓာချင်း နီးစပ်မှုမရှိနိုင်သော်လည်း လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင်းရောက်နေသည့်အလား ခံစားချက်ကို ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ သင်သည် ကျန်းမာပြီး အိမ်တွင် နာမကျန်းသူမရှိလျှင် ယခုလိုအချိန်၌ ကုသိုလ်ဖြစ်လုပ်ငန်းများကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ သင့်အိမ်တွင် မနေသူ မည်သူမဆိုနှင့် ၂ မီတာ အကွာအဝေးတွင် ခွာနေရမည်။
- ရာမာဒါန်လ ဝါဖြေခြင်းနှင့် ဥပုသ်ထွက်ညစာစားခြင်းကဲ့သို့ ဘာသာတရား အများအပြားသည် ပုံမှန် လူမှုရေးနှင့် စားသောက်ချိန် လူစုလူဝေးပြုလုပ်လေ့ ရှိပါသည်။ လက်ရှိ ကမ္ဘာတစ်ဝန်း ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ပြန့်ပွားနေချိန် အတောအတွင်း ဤလုပ်ဆောင်ချက်များကို အိမ်တွင်နေထိုင်သူများ ပူပေါင်းပြီး ဆက်လုပ်နိုင်ပါသည်။ ကြီးမားသော လူမှုရေး လူစုလူဝေးလုပ်ခြင်းသည် သင့် လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွင်း ဗိုင်းရပ်စ် ပြန့်ပွားမှုကို ထောက်ကူပေးနိုင်သည်။ အချို့တိုင်းပြည်များတွင် ဤသို့ဖြစ်ပျက်ခဲ့ပါသည်။
- ရုပ်အလောင်းကို မြေချသည့် ဓလေ့ထုံးစံများသည် လူမှုအဖွဲ့အစည်းတိုင်းအတွက် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ ဤအချိန်၌ ၎င်းဓလေ့ထုံးစံများအတိုင်း ပြုလုပ်ခြင်းကို ကျန်းမာသော လူမှုအဖွဲ့အစည်းဝင်များအား ကာကွယ်နိုင်ရေးအတွက် ချင့်ချိန်လုပ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။
- ရုပ်အလောင်းများကို မြေချခြင်းနှင့် ဝတ်ပြုခြင်းဓလေ့များကို ချင့်ချိန်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် သင့် လူမှုအဖွဲ့အစည်းမှ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များနှင့် ရိုးရာကုဆရာများနှင့် တိုင်ပင် ပြောဆိုခြင်းသည် အရေးကြီးလှပါသည်။ သင့် ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်များနှင့် အောက်ပါတို့ကို ဆွေးနွေးပါ -
    - ကိုဗစ်-၁၉ နှင့် ပတ်သက်၍ သင် သိသော သတင်းအချက်အလက်များ။ လိုအပ်လာလျှင် အခြားသော iACT အရင်းအမြစ်များကို သင် မျှဝေနိုင်ပါသည်။
    - လူတစ်ယောက်ချင်းစီနှင့် ၂ မီတာ ခွာနေပြီး နေ့စဉ်နှင့် အပတ်စဉ် ဝတ်ပြုမှုများကို ကျွန်ုပ်တို့ မည်ကဲ့သို့ ရိုသေလေးစားစွာ လုပ်ဆောင်နိုင် သနည်း။ အကြံပြုချက်များ အတူတကွပြုလုပ်၍ သူတို့၏ ကြိုးပမ်းမှုများကို မည်ကဲ့သို့ ထောက်ပံ့ရမည့်အကြောင်း မေးမြန်းပါ။
    - ကျွန်ုပ်တို့၏ မိတ်ဆွေများနှင့် မိသားစု၏ ရုပ်အလောင်း မြေချသည့် ဓလေ့ထုံးစံအား လူမှုအဖွဲ့အစည်းအား ကိုယ်ခန္ဓာချင်း နီးကပ်မှု မရှိစေပဲ မည်ကဲ့သို့ အရိုအသေပေးနိုင်သနည်း။ လူအားလုံး ဘေးကင်းလုံခြုံမှု ရှိစေရန် အခြားရွေးချယ်စရာ မည်သည့်ဓလေ့ထုံးစံများ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက် နိုင်သနည်း။
- အကယ်၍ သင့်လူမှုအဖွဲ့အစည်းတွင် ဘာသာပေါင်းစုံမှ လူများ ရှိသော် ကွဲပြားခြားနားသော ဘာသာတရားမှ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ (တရားဝင်နှင့် အလွတ်သဘော)ကို အတူတကွ အစည်းအဝေးခေါ် ပြီး ယင်းသို့ အရေးကြီးသောဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်ရန်အတွက် ဘာသာတရားအချင်းချင်း ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန် ဆွေးနွေးကြပါ။ အစည်းအဝေး ပြုလုပ်နေစဉ် ၂ မီတာ ခွာ နေပြီး ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းကို နှာခေါင်းစည်း၊ အဝတ်စ သို့မဟုတ် ပဝါဖြင့် အုပ်ထားရန် မမေ့ပါနှင့်။

ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမှ ကျွန်ုပ်တို့ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၏ အရေးကြီးသော အမှာစကားများ -

“ဗလီတွင် အုပ်စုလိုက် ဝတ်ပြုမှုကို ဆိုင်းငံ့ထားခြင်း နှင့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်များကို တစ်ဦးတည်း ဆောက်တည်မှုသည် ရှရီအာ အစ္စလာမ်ဘာသာတရား ဥပဒေနှင့်အညီ လိုအပ်ပြီး ထိုသို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် အပြစ်မကျပဲ ဤစည်းမျဉ်းများကို မထီမဲ့မြင်ပြုပြီး မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများကို အန္တရာယ်ကျရောက်စေခြင်းသည် အပြစ်ကျပါသည်။ ရှရီအာအစ္စလာမ် ဘာသာတရားဥပဒေ ၏ အဓိကရည်ရွက်ချက်များထဲတွင် လူ့အသက်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန် ပါရှိပါသည်၊ ထို့အပြင် ဤပိတ်ပင်မှုသည် အမှန်တကယ် ဝတ်ပြုမှု (လူတစ်ဦးချင်း၏ တာဝန်ဝတ္တရား) ကို ပိတ်ပင်ခြင်းမဟုတ်ပဲ၊ အုပ်စုလိုက် ဝတ်ပြုခြင်း (ပညာရှင် အများအပြား၏ အမြင်အရ တစ်ယောက်ချင်း၏ ဝတ္တရား မဟုတ်သည့်အပြင် အခက်အခဲငယ်များ အပါအဝင် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ကင်းလွတ်စေနိုင်သည်) ကို ပိတ်ပင်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးဖက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူများက ဆိုင်းငံ့မှုကို ရုပ်သိမ်းနိုင်ကြောင်း မထုတ်ပြန်သ၍ ဤဆိုင်းငံ့မှုကို ဆက်လက်ထားရှိသင့်ပါသည်။ ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်များ ကိစ္စမဟုတ်ပဲ ၎င်းသည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများ အကဲဖြတ်ရမည့် အရာဖြစ်ပါသည်။"
- မြောက်အမေရိက ဖိကာဟ် ကောင်စီ (Fiqh Council of North America)

“ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဘုရားကျောင်းများ ကောင်စီ (WCC [World Council of Churches]) အထွေထွေ အတွင်းရေးမှူး ဘုန်းတော်ကြီး Dr. Olav Fykse Tveit နှင့် WCC ဗဟိုကော်မတီ (Central Committee) သဘာပတိ Dr. Agnes Abuom တို့က လူများနှင့် ဘုရားကျောင်းများအား "လူ့အသက်ကို ကာကွယ်ရန်အတွက် တတ်နိုင်သောဘက်က ဆောင်ရွက်ခြင်း”ကို ဦးစားပေးရန် နှင့် "ရောဂါကူးစက်ခြင်း အကြောင်းခံဖြစ်နိုင်သောကြောင့် ဘုရားကျောင်းများတွင် အများပြည်သူအတွက် ဝတ်ပြုမှုများ မပြုလုပ်ရန်” နှင့် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (World Health Organization)၏ ညွှန်ကြားချက်များအပေါ် အခြေပြုသော အာဏာပိုင်များ၏ ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရန် တိုက်တွန်း အကြံပြုခဲ့သည်။” - ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဘုရားကျောင်းများ ကောင်စီ (World Council of Churches (WCC))

“မည်သူမဆို ဆင်းရဲဒုက္ခခံစားခြင်းမှ မလွတ်ကင်းကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့ သတိရနေသည်နှင့်အတူ အိုးအိမ်၊ ရင်းမြစ်များ သို့မဟုတ် မိသားစု ကင်းမဲ့သော သူများကိုကာကွယ်ပေးရန် ကျွန်ုပ်တို့ အသင့်ရှိနေပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် တကွဲတပြားနေထိုင်နေကြသော်လည်း ဤအခက်အခဲက ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက်ကို ခွဲခြား၍ မရနိုင်ကြောင်း ပြသနေပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ အားလုံးတွင် အကြင်နာ မေတ္တာထား ကူညီရိုင်းပင်းစိတ်ထားရှိရန် တာဝန်ရှိလာပါသည်။ [...] လူသားအားလုံး ဘေးကင်းလုံခြုံစွာနှင့် ချမ်းမြေ့စွာ နေထိုင်နိုင်ပါစေရန် အလေးထား မျှော်လင့်ပါသည်။ မရေရာသော ဤအချိန်တွင် မျှော်လင့်ချက်မကင်းမဲ့ရန် အရေးကြီးသကဲ့သို့ လူအများလုပ်ဆောင်နေသည့် အပြုသဘောဆောင်သော အားထုတ်မှုများတွင် ယုံကြည်မှုရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။” - ဒလိုင်းလာမာ (Dalai Lama)

“လက်ချောင်း တစ်ချောင်းနှင့်ဂျုံမှုန့် မယူနိုင် ဆိုသည့် အာဖရိက စကားပုံတစ်ခု ရှိပါသည်။ ဆိုးရွားသော အန္တရာယ်ကြီးနှင့် ၎င်း၏ အကြောင်းမလှသော အကျိုးဆက်များကို ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံနှင့် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမှ နှင်ထုတ်နိုင်အောင် စည်းလုံး ညီညွတ်ကြပါစို့။ ၎င်းတွင် ကျန်းမာရေး၊ လူမှုစီးပွားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု နှင့် ဝိညာဉ်ရေးရာ အဆင့်ဆင့်အတွက် အန္တရာယ်ရှိသော အကျိုးဆက်များ ရှိကြပါသည်။” - အာဖရိက နှင့် မဒါဂါးစကား အက်ပီစကိုပီယယ်လ် ညီလာခံများ (the Episcopal Conferences of Africa and Madagascar) ၏ စာတမ်းဖတ်ပွဲ ဥက္ကဋ္ဌ ကာဒီနယ်လ် Philippe Nakellentuba Ouédraogo