

mgvoo.com
စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

ခင်နှင်းယု

ဘဝလမ်း အပန်းဖြေရာ



mgvoo.com

ကျွန်မစိတ်ထဲတွင် ချစ်သောသူနှင့် ကွေကွင်းရခြင်း ဆင်းရဲကို
 ခံစားနေရသူတွေ၊ လိုချင်တာမရသောဆင်းရဲကို ခံစားနေရသူတွေသည်
 ထိုဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်လိုကြလိမ့်မည်ဟု ထင်သည်။ တကယ်တော့
 မဟုတ်ပါ။ သူတို့ ထိုဆင်းရဲကို မြိန်ရေရှက်ရေ ခံစားချင်ကြသည်။
 တစ်ချိန်က ကျွန်မသူငယ်ချင်း တစ်ယောက်မှာ
 သူ့ချစ်သူနှင့် ကွဲကွာသွားသည်။ သူ့ကို တငေးငေးတမိုင်မိုင်နှင့်
 တွေ့ရ၍ ကျွန်မ သူ့ကို မေးမိသည်။
 “ဒီလို ခံစားနေတာက လွတ်မြောက်အောင်
 တစ်ခုခု လုပ်ပါလား”
 ကျွန်မက လွတ်မြောက်ရာ နည်းလမ်းရှာဖွေ
 ကြိုးစားစေချင်သည်။
 ‘ဘာဖြစ်လို့ရှာရမှာလဲ၊ ငါက အဲဒီဝေဒနာကို
 တဖြည်းဖြည်း ခံစားနေရတာကို အရသာရှိတယ်’ ဟု
 သူကဖြေသည်။ ဝေဒနာကို ဖက်တွယ်၍ နေချင်သူကို
 ကျွန်မ ဘယ်လိုလုပ် တရားဟောရပါမည်နည်း။

ခင်နှင်းယု

ဘဝလမ်း အပန်းဖြေရာ

ISBN 9789997117694



9 789997 117694

1,000.00KS



ဘဝလမ်း အပန်းဖြေရာ၊ ခင်နှင်းယု

မျက်နှာပုံးဒီဇိုင်း - unsplash image

စာမျက်နှာ ၇၇ မျက်နှာ၊ ၁၀၀၂ စင်တီမီတာ x ၁၇ စင်တီမီတာ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကင်း။

ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။
၂၀၁၉၊ ဇူလိုင်လ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀

ရောင်းဈေး ၁၀၀၀ ကျပ်

email: skccph@gmail.com ; P.O.Box: 705

www.facebook.com/SKCCmyanmarbook

www.skccmyanmarbook.com

နှစ် ၂၀ ပြည့် အမှတ်တရစာမွန်



ဘဝလမ်း အပန်းဖြေရာ
ခင်နှင်းယု

မဝေမအကြွမ်း ၂၀၁၉

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ထင်ရှားသော
ရသစာရေးဆရာမကြီးတစ်ဦး၏
ကိုယ်တွေ့နှင့်ယှဉ်ကာ ရေးသားသော
ဘဝ၏ ဆင်းရဲနှင့် ထိုဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရာရှာပုံ
ကလျာမဂ္ဂဇင်း လဆက်ဆောင်းပါးရှည် ဖြစ်ပါသည်။
ကိုးကွယ်ရာဘာသာတစ်ခု၊ လူသားတစ်ဦး၏
ဘဝခရီးမှတ်တမ်းငယ်သဖွယ် ခံစားဖတ်ရှုရသဖြင့်
ရွေးချယ်တင်ဆက်ပါသည်။

[၁]

ပြီးခဲ့သောလ မဂ္ဂဇင်းများထဲတွင် ရုပ်ရှင်မင်းသမီးကြီး
 အယ်လီဇဘက်တေလာအကြောင်း အတော်များများ
 ပါခဲ့သည်။ သူသည် ယခု အသက် ၆၀ တွင် ခုနစ်ကြိမ်
 မြောက် လက်ထပ်ပြီးစီးခဲ့ပြီ။ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု
 ထုံးတမ်းစဉ်လာနှင့်တော့ အတော်အံ့ဩဖွယ် ဖြစ်ခဲ့
 သည်။ ဟောလိဝုဒ်လောကမှာတော့ လက်ထပ်ခြင်း၊
 ကွာရှင်းပြတ်စဲခြင်းများသည် အံ့ဩဖွယ် မဟုတ်တော့။
 ကျွန်မ နိုင်ငံခြားမှာ ခေတ္တနေထိုင်စဉ် အင်္ဂလန်
 မှာရော ဟောင်ကောင်မှာပါ ကျွန်မအဖော်မှာ တိပွီ
 ဖြစ်သည်။ အင်္ဂလန်မှာတော့ ရာသီဥတု အေးလွန်း၍
 အပြင်မထွက်လိုခြင်းဖြစ်ကာ ဟောင်ကောင်မှာတော့
 အဖော်မရှိ၍ ဖြစ်ပါသည်။ သမီး အားလပ်ချိန်မှ သမီး

ကိုယ်တိုင် ကားမောင်းပို့၍ သွားချင်ရာ သွားရောက် လည်ပတ်နိုင်ပါသည်။

နံနက်တိုင်း လမ်းလျှောက်ထွက်ဖြစ်၍ သူတို့ ဘဝတွေကို အနီးကပ် လေ့လာခွင့် အနည်းအကျဉ်း ရပါသည်။ သူတို့ တိုင်းပြည်များ၏ ဓလေ့ဘဝ အစိတ် အပိုင်းတွေကို တိစွာမှတ်တမ်းဆင့် ကျွန်မကြည့်သည် ဆိုလျှင် မှန်မည်။

စီးရီးလိုက် အစီအစဉ် ဇာတ်လမ်းများ၊ တစ်ခွေ ပြတ် ဇာတ်လမ်းများ အမျိုးမျိုးပင် ဖြစ်သည်။ ရန်ကုန် မှာ ပြသော ဒိုင်နက်စတီ (Dynasty) လို ခန်းဆက် ဇာတ်လမ်းများလည်း ရှိပါသည်။ Noble House! Colby ဇာတ်လမ်းတွဲများဆိုလျှင် ဟောင်ကောင်မှာ လူကြိုက်များလှသည်။ မှတ်မှတ်ရရ ကျွန်မ သတိထား မိသည်ကတော့ 'The Poor Little Rich Girl' ဆိုသော ဇာတ်လမ်း ဖြစ်သည်။ Bette Hutton ဆိုသော အမျိုးသမီးတစ်ယောက်အကြောင်း ဖြစ် သည်။ တကယ့်အဖြစ်အပျက်ကို ရိုက်ကူးထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ဖာရာဖောဆက်က ဘက်တီဟတ်တန် သန်းကြွယ်သူဌေးကြီး သမီးနေရာမှာ သရုပ်ဆောင် ထားသည်။ အသက် ၅၇ နှစ်မှာ ယောက်ျား ခုနစ် ယောက် ယူခဲ့ပြီး အသက် ၆၀ မှာ သေဆုံးသွားသည်။

ဇာတ်လမ်းအနေနှင့်ကတော့ အနောက်တိုင်း သဘာဝပေပဲ။ မြန်မာစကားအနေနှင့်ဆိုလျှင် လင်ကို ထည်လဲ ယူသွားလိုက်သည်မှာ ဘက်တီဟတ်တန်သည် အယ်လီဘောက်တေလာထက် တစ်ခေတ်ဦးသည်ဟု ဆိုရမည်။

ကျွန်မအနေနှင့် ဇာတ်လမ်း အမျိုးမျိုးများကို ကြည့်ပါများသောအခါ လိုချင်တာကို ရအောင် တရားသည့် နည်းနှင့်ရော၊ မတရားသည့် နည်းနှင့်ရော လုပ်ကြသည်။ အချစ်ကြောင့် မဟုတ်လျှင် စီးပွားရေးကြောင့်၊ သို့မဟုတ် အာဏာတန်ခိုးကြောင့် လူလူချင်းပင် သတ်လိုက်ကြသည့် ဖြစ်ခြင်း။ သတ်နည်းတွေကတော့ စုံသည်။ အချစ်ဘွဲ့ ရိုးရိုးဇာတ်လမ်းများလည်း လာတတ်ပါသည်။ အက၊ အဆိုနှင့် ဖျော်ဖြေရေးကို အခြေခံသော ဇာတ်လမ်းများ လာသောအခါ ပျော်စရာကောင်းပါသည်။ မျက်မမြင်၊ နားမကြားသူတွေ အကြောင်း ဇာတ်လမ်းလည်း လာတတ်သည်။ ချမ်းသာခြင်း၊ ကျော်ကြားခြင်း အရှိန်တွေကို မခံမရပ်နိုင်ဘဲ ဆေးစွဲသေသူတွေ ဇာတ်လမ်းလည်း ပါပါသည်။ အတော်စုံလင်သည်ဟု ဆိုရပါမည်။

တချို့လည်း ဘဝမှာ အထီးကျန်ခြင်းကို မခံမရပ်နိုင် ဖြစ်ကြရသည်။ ဆင်းရဲလွန်း၍ ပတ်ဝန်း

ကျင့်နှင့် တစ်စတစ်စ ကင်းပြတ်ကာ အထီးကျန်ခြင်း၊
 ချမ်းသာကျော်ကြားလွန်း၍ လူထုကို ရှောင်ရင်း အထီး
 ကျန်ခြင်း အဖြစ်များကို တွေ့ရသည်။ သူတို့သည်
 အထီးကျန် ဝေဒနာကိုလည်း ဆေးသုံး၍ ကုစားခြင်း၊
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေ၍ ရှောင်လွှဲကြသည်ကို
 တွေ့ရသည်။

ဆောင်းပါးအစတွင် ဖော်ပြခဲ့သော အယ်လီ
 ဘောက်တေလာ မင်းသမီးကြီးပင် အထီးကျန်ဝေဒနာ
 ကို မခံနိုင်၍ တစ်ယောက်တည်း မနေနိုင်ဘဲ ထပ်ကာ
 ထပ်ကာ လက်ထပ်သည်။ လက်ထပ်တော့ရော သူ့
 နှလုံးသား၏ တောင့်တချက်၊ ခန္ဓာကိုယ်၏ တောင့်တ
 ချက်တို့ ပြည့်ပါသလား။ မပြည့်၍ပင် ဆေးသုံးရပြန်
 သည်။ ဆေးစွဲ၍ ဆေးဖြတ်ရန် ဆေးရုံတက်ရာမှ ယခု
 နောက်ဆုံး လက်ထပ်သော ခုနစ်ကြိမ်မြောက် ခင်ပွန်း
 ကို တွေ့ရှိခဲ့ရခြင်း ဖြစ်သည်။ ကျော်ကြားသော
 အဆိုကျော်ကြီး အယ်လ်ဗစ်ပရက်စလေ၊ ရုပ်ရှင်
 မင်းသမီး မာရီလင်မွန်ရီးတို့ကို ကြည့်လျှင်လည်း
 ပရက်စလေသည် ဆေးသုံး၍ သူ့ဘဝပြဿနာကို
 ဖြေရှင်းကာ မွန်ရီးက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေခြင်း
 ဖြင့် လွတ်မြောက်ရာကို ရှာလိုက်သည်။ နိမ့်ခြင်း၊
 မြင့်ခြင်း၊ ဖြစ်ချင်တာ မဖြစ်ခြင်း၊ ဘဝ၏ ရိုက်ခတ်မှု

ဒဏ်သည် မည်မျှ ပြင်းထန်ပါသနည်း။ သူတို့ဘဝတွေကို အဆုံးသတ်စေချင်လောက်အောင် ဖြစ်ခဲ့ရသည်။

ရုပ်ရှင်ထဲမှာ သန်းကြွယ်၊ ကုဋေကြွယ် သူဌေးကြီးတွေ ရတနာပုံပေါ်ထိုင်ကာ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို အလူးအလိမ့် ခံစားနေကြရသည်။ လိုချင်တာရသော ဆင်းရဲတွေဖြစ်တော့သည်။ လိုချင်တာရလေ ထပ်မံ၍ လိုချင်ပြန်လေ။ လိုချင်ခြင်းတောမှာ မျက်စိလည်ကာ ထွက်ပေါက် မရ၊ မရှုနိုင် မကယ်နိုင် ဖြစ်နေကြသည်။ လိုချင်သောဆန္ဒ ပြင်းပြလာလျှင် ရအောင်လုပ်သည်။ ရအောင်လုပ်ရာ၌ တရားနည်းလမ်းကျနမှု စသည့် ဆင်ခြင်မှုတရားကို ထည့်မဲတွက်။ တစ်ခါတစ်ရံ မနှစ်မြို့ဖွယ်အာရုံနှင့် တွေ့လျှင် ဒေါသအမျက်ထွက်ကာ လူသတ်၍ပင် မိမိ၏ လိုချင်သော ဆန္ဒကို ဖြည့်ကြသည်။

သူတို့ကို ကြည့်ရင်း ဘဝမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ကုံလုံကြွယ်ဝလျှင် ဒုက္ခဆင်းရဲ မရှိဟူ၍ တွက်ဆ၍ မရနိုင်တော့ပေ။

လူ့ဘောင်တွင် ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများ လူသားတို့အတွက် ပြည့်စုံကာ ခေါင်းပုံဖြတ်သော လူတန်းစား မရှိလျှင် လူ့ဘောင်သည်လောကနိဗ္ဗာန် ဖြစ်လာမည်ဆိုသော ပညာရှင်တို့၏ အဆိုအမိန့်ကို ဤအဖြစ်

အပျက်များက ချေဖျက်လျက် ရှိပေသည်။

လူသားဆိုသူ၏ ဆန္ဒလိုချင်ခြင်းကို မည်သည့် ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းကမျှ ပြီးပြည့်စုံအောင် ဖန်တီးပေးနိုင် သည် မဟုတ်ပေ။ တစ်နည်း ပြည့်စုံလာသော ပစ္စည်း များအပေါ် ဤလူသား၏ ဆန္ဒသည်လည်း ရောင့်ရဲ ခြင်း မရှိခဲ့ကြပါ။

ဤနည်းဖြင့် လူသည် ရမ္မက်ဆန္ဒ၏ သား ကောင် ဖြစ်လာသည်။

တစ်ဖန် ကျွန်မသည် ကျွန်မ ဖတ်ဖူးသမျှသော အနောက်တိုင်းမှ ဝတ္ထုများကို ပြန်လည်ဆင်ခြင်မိ၏။

ရှိတ်စပီးယား၏ ရိုမီယိုနှင့် ဂျူလီယက် ဇာတ် လမ်းစကို ကျွန်မတို့ ငယ်ငယ်က အစွဲကြီး စွဲခဲ့သည်။ ချစ်သောသူနှင့် ကွေကွင်းရခြင်းဆင်းရဲကို မခံမရပ်နိုင်၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေကြ၏။ ငယ်ရွယ်သူ ကျွန်မ တို့နှလုံးသားတွင် သူတို့ကို အချစ်သူရဲကောင်းများ အဖြစ် ထင်မြင်ကာ မေ့မရအောင် စွဲလမ်းမိသည်။

ဗင်းနစ်မြို့မှ ကုန်သည်ဇာတ်လမ်းတွင်မူ ရှိုင်း လော့၏ အတောမသတ်သော (လောဘ) လိုချင်ခြင်း ကို ရှိတ်စပီးယားက ခြယ်မှုန်းသွား၏။

တော်စတိုင်း၏ ဝတ္ထုများတွင်လည်း လိုချင် ခြင်း၏ ဒုက္ခ၊ ရောင့်ရဲခြင်း၏ သုခနှင့် မေတ္တာရိပ်၏

ဘဝလမ်း အပန်းဖြေရာ

ချမ်းမြေ့ခြင်းနှင့် မမြဲသောတရားတို့ကို မြဲ၏ဟု ထင်မြင်
မှားမှုများကို တွေ့မြင်ခဲ့ရသည်။

ဒက်ဖနီဂျူမောရေး၏ 'ရေဘက်ကာ' ဝတ္ထုတွင်
မူ မချစ်မနှစ်သက်သောသူနှင့် ပေါင်းဖော်ရခြင်း ဆင်းရဲ
ကို မခံမရပ်နိုင်သူတစ်ယောက် မယားကြီးကို
သေကြောင်းကြံသော ဇာတ်လမ်းကို တွေ့ရ၏။

အမေရိကန်စာရေးဆရာကြီး ဂျက်လန်ဒန်ရေး
သော ဝတ္ထု Love of Life ဇာတ်လမ်းတွင် လူသည်
ဘဝကို ဘယ်လောက် တွယ်တာမက်မောသည်ကို
အသေးစိတ် သဘာဝကျကျ ခြယ်မှုန်းထားသည်မှာ
ပြောင်မြောက်လှ၏။ အစာရေစာငတ်ပြတ်၍ ပင်ပန်း
ဆင်းရဲကာ ဒုက္ခတွေကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရသူသည်
သေသွားလျှင် သူတွေ့နေသော ဒုက္ခတွေက လွတ်
မြောက်သွားမည်ကို သိပါလျက်နှင့် သူ့ဘဝ ဆက်
လက်ရှင်သန်မှုအတွက် သူ လှုပ်ရှား တိုက်ခိုက် ရုန်း
ကန်နေပုံကို အနုစိတ်ထားသည်မှာ ကြောက်ခမန်း
လိလိပင် ဖြစ်တော့သည်။

အစာငတ်လွန်း၍ ဝံပုလွေအို၏ လည်ချောင်း
သွေးကို ကိုက်ဖြတ်၍ လည်ချောင်းသွေးကို သောက်
လိုက်သည့် အခန်းတွင် ကျွန်မတုန်လှုပ်သွားမိ၏။
ဗုဒ္ဓဘာသာလိုတော့ ဘဝတဏှာဟုဆိုရမည်။ သတ္တဝါ

တိုင်း ဘဝကို တာတွယ်ကြသည်။

အက်ဂါအာလန်ပိုး၏ The Mask of the Death Red ဝတ္ထုထဲတွင် သေခြင်းတရား၏ မြဲခြင်းကို ဖော်ပြ၏။ မသေလို၍ လွတ်မြောက်ရာကို ထွက်ပြေးကာ သေခြင်းမှ ပုန်းရှောင်သူများ သေမင်း၏ လက်တွင်းသို့ ကျရောက်ကာ သေမင်းက ထာဝရ စိုးမိုးမင်းမူနေသည်ကို ဖော်ပြခဲ့၏။

ငါးရာငါးဆယ် ဝတ္ထုများမှအစ မြန်မာဝတ္ထုများကို ဖတ်မိသလောက် လက်လှမ်းမီသလောက် ကျွန်မ ဖတ်ရှု၍ စဉ်းစားကြည့်မိ၏။ သူတို့ရေးသားကြသော ဇာတ်လမ်း၊ ရုပ်ရှင်ရိုက်ကြသော ဇာတ်လမ်းများသည် လူ့ဘဝအကြောင်းကို ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးမှ ဖော်ထုတ်ကြခြင်းဖြစ်သည့် ဘဝထဲတွင် (ဆင်းရဲ) အစက်အပြောက်က ပါမြဲဖြစ်သည်။ အကြီး၊ အသေးပဲ ကွာကြသည်။ ဆင်းရဲသူတွေလည်း ဆင်းရဲကာ ချမ်းသာသူတွေလည်း ဆင်းရဲနေကြသည်။

အားလုံး ခြုံငုံလိုက်လျှင် မြတ်စွာဘုရား၏ မိန့်ကြားချက်မှ မလွတ်ကြ။ မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မစကြာတွင်...

ချစ်သောသူနှင့် ကွေကွင်းရခြင်း ဆင်းရဲ၊
မချစ်မနှစ်သက်သော သူနှင့်

ပေါင်းဖော်ရခြင်း ဆင်းရဲ၊
 လိုချင်တာ မရသော ဆင်းရဲ၊
 ခန္ဓာငါးပါးကို ရ၍ ဖြစ်သော ဆင်းရဲ။

ထိုဆင်းရဲများက မလွတ်။ ဘယ်ဝတ္ထုကို ဖတ်
 လိုက်ဖတ်လိုက် ကျွန်မ အသေးစိတ်ပြန်လေ့လာလျှင်
 ဖော်ပြခဲ့သော ဆင်းရဲများထဲမှ လွတ်သည့် ဝတ္ထုမရှိ။
 တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုမှာ အကျုံးဝင်နေ၏။ ထိုကဲ့သို့
 ကျွန်မ ထင်မြင်ယူဆနိုင်ရန်၊ ထိုအတွေးအခေါ်မျိုး ရရှိ
 နိုင်ရန်ကိုသော်မှ ကျွန်မသည် စိတ်ကို လွတ်မြောက်
 အောင် ထားရသည်။ ဘယ်ဝတ္ထုကို ဖတ်ဖတ် စာရေး
 ဆရာပေးသော ရသတွင် ကျွန်မ နစ်မျောသွားမြဲ
 ဖြစ်သည်။ ရင်ထဲမှာ နှစ်သိမ့်ခြင်း၊ စက်ဆုပ်ခြင်း၊ ကြေ
 ကွဲဝမ်းနည်းခြင်း၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်း စသော ရသများကို
 ခံစားရမြဲ ဖြစ်၏။ ထိုရသများကို ခေတ္တခဏဖယ်ကာ
 လေ့လာဆန်းစစ်သူ တစ်ယောက်အနေနှင့် ခွဲခြမ်း
 စိတ်ဖြာကြည့်သောအခါမှ မြတ်စွာဘုရား၏ ဆင်းရဲ
 ခြင်း၊ အမှန်တရား (ဒုက္ခသစ္စာ) ကို ဖွဲ့နွဲ့နေကြပါ
 တကားဟု သိမြင်လာသည်။ ကျွန်မရေးသော ဝတ္ထု
 များလည်း ထိုဆင်းရဲမှ မလွတ်ကြ။

တချို့သော စာရေးဆရာများက ဆင်းရဲခြင်း
 အမှန်တရားကို ဖော်ပြနိုင်စွမ်းသော်လည်း ဆင်းရဲဖြစ်

ကြောင်း အမှန်တရား (သမုဒယသစ္စာ) ကို ဖော်ပြမှု နည်းပါးပါသည်။ စာဖတ်သူအတွက် တွေးခေါ်ရန် ချန်ခဲ့ခြင်းလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။

များသောအားဖြင့် 'တော်စတိုင်း' ဝတ္ထုထဲတွင် တာတွယ် နှစ်သက်မှုနည်းပါးသမျှ ဆင်းရဲက နည်းပါး သွားမည်ကို ဖော်ပြသည်။

ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းရင်းမှာ လိုချင် တပ် မက် နှစ်သက်တွယ်တာခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆင်းရဲခြင်း ၏ အကြောင်းရင်းကို ရှာဖွေတင်ပြခဲ့၏။ (attach- ment is the cause of Suffering) တော်စတိုင်း၏ အဆိုအမိန့်တချို့သည် ဗုဒ္ဓ၏အဘိဓမ္မာနှင့် နှီးနှွယ် လျက်ရှိသည်။ ဗုဒ္ဓက သမုဒယသစ္စာကို ဆင်းရဲ ဖြစ် ကြောင်း အမှန်တရားဟု ဆိုခဲ့သည်။ ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်း ကြောင်း အမှန်တရားနှင့် ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းကြောင်း အကျင့်လမ်းမှန်တို့ကိုပါ ဖော်ထုတ်ခဲ့သည်။

သို့ဖြစ်လျှင် ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းထဲမှ ဇာတ်ကောင် များရော ကျွန်မတို့ ပြင်ပလောကရှိ လူသားတွေရော ထိုဆင်းရဲများမှ လွတ်မြောက်ချင်ကြပါသလား။

ဝတ္ထုရေးဆရာရေးသော ဇာတ်ကောင်များ၊ ပိတ်ကားပေါ်မှ ဇာတ်ကောင်များသည် လူ့ဘဝထဲမှ လက်ရှိ လူသားများ၏ ကိုယ်စားလှယ်များ ဖြစ်ကြ၍

လူသားအစစ်များကို ထိုမေးခွန်းများ မေးရမည် ဖြစ်သည်။

များသောအားဖြင့် လွတ်မြောက်ချင်သည်ဟု ဖြေဆိုကြမည် မဟုတ်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့ ဆင်းရဲနေသည်ဟု သူတို့ သိကြသည်မှမဟုတ်။

အယ်လီဘောက်တေလာကို သွားမေးကြည့်လျှင် သူ့ဘဝကို ဆင်းရဲဟု မထင်ပါ။ ချစ်သောသူနှင့် အဖန်ဖန် ကွေကွင်းရခြင်း ဆင်းရဲကို ဆင်းရဲဟုမထင်၍ နောက်ထပ် အချက်သစ်ရှာခြင်း ဖြစ်သည်။

‘ချစ်ပင်လယ်ကြောမှာ၊ နှစ်သွယ်မျောမှု၊ ဆယ်သောသူ မုန်းလိမ့်မယ်’ ဟူသော သီချင်းထဲကလိုပင် သူ့ကို အချစ်သစ် ထပ်မံလိုချင်ခြင်းကြောင့် ဆင်းရဲဖြစ်ရသည်ဟု သွားတရားဟောလျှင် ဟောသူကို မုန်းလိမ့်မည်။

ကျွန်မစိတ်ထဲတွင် ချစ်သောသူနှင့် ကွေကွင်းရခြင်း ဆင်းရဲကို ခံစားနေရသူတွေ၊ လိုချင်တာမရသော ဆင်းရဲကို ခံစားနေရသူတွေသည် ထိုဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်လိုကြလိမ့်မည်ဟု ထင်သည်။ တကယ်တော့ မဟုတ်ပါ။ သူတို့ ထိုဆင်းရဲကို မြန်ရေရှက်ရေ ခံစားချင်ကြသည်။

တစ်ချိန်က ကျွန်မသူငယ်ချင်း တစ်ယောက်မှာ

သူ့ချစ်သူနှင့် ကွဲကွာသွားသည်။ သူ့ကို တငေးငေး တမှိုင့်မှိုင့်နှင့် တွေ့ရ၍ ကျွန်မ သူ့ကို မေးမိသည်။

“ဒီလို ခံစားနေတာက လွတ်မြောက်အောင် တစ်ခုခု လုပ်ပါလား”

ကျွန်မက လွတ်မြောက်ရာ နည်းလမ်း ရှာဖွေ ကြိုးစားစေချင်သည်။

‘ဘာဖြစ်လို့ရှာရမှာလဲ၊ ငါက အဲဒီဝေဒနာကို တဖြည်းဖြည်း ခံစားနေရတာကို အရသာရှိတယ်’ ဟု သူကဖြေသည်။ ဝေဒနာကို ဖက်တွယ်၍ နေချင်သူကို ကျွန်မဘယ်လိုလုပ် တရားဟောရပါမည်နည်း။

တစ်ခါတုန်းက မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ တွင် ကျွန်မ တရားအားထုတ်နေဆဲ ဆရာတော် ဘုရားကြီးအား ဒကာမကြီးတစ်ဦးက လျှောက်ထားနေ သည်။

“တပည့်တော် ခင်ပွန်းကို တရားအားထုတ်ဖို့ တိုက်တွန်းလို့ ဆွယ်လို့ မရပါဘုရား၊ အရှင်ဘုရား သူ့ကို တိုက်တွန်းပေးပါ”

‘ဒကာမကြီး...၊ သူ့ဘဝကို သူ သံဝေဂရရင် သူ့အလိုလို ရိပ်သာကို ရောက်လာမှာ၊ ဘုန်းကြီး တိုက် တွန်းဖို့မလို’ ဟု မိန့်ကြားပါသည်။

ကာယကံရှင်ကိုယ်တိုင်က မိမိဘဝကို နှစ်သက်

သာယာတွယ်တာနေသရွေ့ ဘဝကို ဆင်းရဲသည်ဟု
 မထင်ဘဲ နေပျော်သည်ဟု ထင်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး
 သူသည် ဘဝကို ထိတ်လန့်ဖွယ်ဟု မမြင်၊ ထိုအခါမှာ
 ထိုဆင်းရဲက လွတ်မြောက်ရာကိုလည်း ရှာလိုစိတ် မရှိ
 ပါ။ ကျွန်မလည်း ကျွန်မနှင့် ရင်းနှီးသူများကို ရိပ်သာ
 များတွင် တရားအားထုတ်ရန် မဆွယ်ပါ။

များသောအားဖြင့် အနောက်နိုင်ငံများနှင့် ဂျပန်၊
 ဟောင်ကောင်များမှာ တွေ့တတ်သော အကြောင်းများ
 ကမူ လွဲမှားသော လွတ်မြောက်ရာရှာနည်းဖြစ်သည်။
 ချစ်သောသူ ဇနီး ခင်ပွန်းတို့နှင့် ဘဝကို တည်ဆောက်
 ကြ၏။ နေပျော်၊ သာယာသောဘဝကို ဖန်တီးကြပေမဲ့
 ဆင်းရဲလွန်း၍ မကျွေးနိုင်လာသောအခါ သားသမီး
 တွေ၊ ဇနီးတွေကိုသတ်၊ နောက်ဆုံး မိမိကိုယ်မိမိ သတ်
 ပစ်သည်။ ခဏခဏ သတင်းစာထဲမှာ တွေ့ရသည်။
 ဤအဖြစ်မျိုးကတော့ လွဲမှားသော လွတ်မြောက်ရာ
 ရှာနည်းဖြစ်သည်။

‘နှစ်သက်တွယ်တာမှုအားလုံးဟာ ဆင်းရဲ’ ဟု
 ပြောပေမဲ့ မယုံသလို၊ သဘောမပေါက်သလိုပင်။ ခန္ဓာ
 ကိုယ်အပေါ်မှာလည်း ခန္ဓာငါးပါး ရလာကတည်းက
 ဆင်းရဲဟု ပြောပါလျှင်လည်း သဘောပေါက်သူ၊
 သိမြင်သူ ရှားပါးလိမ့်မည်။ ခန္ဓာငါးပါးက ဆင်းရဲကို

ဘယ်လိုဖြစ်ပေါ်စေသလဲဆိုသော ကွင်းဆက်ကို အသေးစိတ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာဖို့ မဆိုထားနှင့်၊ ခန္ဓာ၏ ဖောက်ပြန်ခြင်း ဝေဒနာနှင့် ရင့်ရော် အိုမင်းလာခြင်းကို ပင် လက်မခံနိုင်သူတွေ အများအပြားပင်။

အယ်လီဘောက်တေလာကိုပင် ကြည့်ပါ။ အသက်အရွယ်အလျောက် ဆိုလာ၍ ချမ်းသာသူပီပီ ဝဝဖိုင့်ဖိုင့် ဖြစ်လာခြင်းကို လက်မခံနိုင်ဆို၍ အရေတွန့်ကာ မျက်ရစ်တွေ ပေါ်လာခြင်းကို အကြောင်းမထင်အောင် ခွဲစိတ်ပြုပြင်လိုက်၏။ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း ငယ်ငယ်ကလို သွယ်သွယ်လျလျ ဖြစ်အောင် ဆေးစားလိုက်ရာ ဆေးအစားလွန်ကာ မူးမေ့လဲကျသွား၍ လက်မထပ်ခင် ဆေးရုံပင် တင်ခဲ့ရသေးသည်။ အနောက်တိုင်းက အဖြစ်တွေကတော့ ခပ်သည်းသည်းပင် ဖြစ်သည်။

မြန်မာနှင့် ထေရဝါဒ ထွန်းကားရာ တိုင်းပြည် အချို့မှာတော့ ဘာသာရေး အဆုံးအမကြောင့် အိုခြင်း၊ နာခြင်း သဘောတွေကို များသောအားဖြင့် ဆင်ခြင်နိုင်ကြသည်။ သူတို့လောက် မသည်းပါ။

ခန္ဓာကိုယ်ကို လှပပြေပြစ်အောင် ဘယ်လိုပင် လုပ်လုပ် တစ်နေ့တော့ ယိုယွင်းပျက်စီးရမည်ပဲ ဖြစ်သည်။ ပင်ကိုက ခန္ဓာ၏ အပြစ်ကို မြင်ကာ ဆင်ခြင်မိ

လျှင် ဖောက်ပြန်ယိုယွင်းလာသောအခါ ခံနိုင်ရည် ရှိမည်ဖြစ်သည်။ သူတို့အဖို့တော့ ဤခန္ဓာသည် ဘာကြောင့် ဆင်းရဲသည်ဆိုသည်ကို မသိလေတော့ ခန္ဓာအပြစ်ကိုလည်း မမြင်၊ တာတွယ် မက်မောစွာ ခန္ဓာအလှကိုပြုပြင် ထိန်းသိမ်းနေသူအဖို့ ခန္ဓာ၏ ဆင်းရဲ၊ ခန္ဓာအပြစ်ကို တရားဟော၍ရမည် မဟုတ်ပါ။

သန့်ရှင်း ကျန်းမာရေးအတွက် နေ့စဉ် ခန္ဓာကို သုတ်သင် ရှင်းလင်းနေရသည်မှာ နေ့စဉ်အလုပ်ဖြစ်၍ ပင်ပန်းသည် မထင်သော်လည်း အိပ်ရာပေါ်လဲ၍ မကျန်းမာချိန်မှ ထိုအလုပ်၏ ကြီးမားသော တာဝန်ကို သိလာရသည်။

ဘဝဆိုသည်မှာတော့ ရုပ်နှင့်နာမ် ပေါင်းထား ခြင်း ဖြစ်သည်။ ရုပ်ခန္ဓာမှာရော နာမ်ခန္ဓာမှာပါ ဆင်းရဲရှိသည်ကို မသိမမြင်သူအား တရားဟော၍ ရမည်မဟုတ်ပါ။

ပစ္စည်းဥစ္စာ ချမ်းသာစည်းစိမ်ဆိုသည်က ချမ်းသာသူမှာသာ ရှိ၍ ဆင်းရဲသူမှာ မရှိ၊ သို့သော် ရုပ် နာမ် ခန္ဓာကတော့ ဆင်းရဲသူမှာရော ချမ်းသာ သူမှာရော ရှိသည်ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆင်းရဲဟူသမျှ သတ္တဝါတိုင်း ခံစားရမည် ဖြစ်သည်။ သို့သော် တချို့

က ဆင်းရဲကို ဆင်းရဲဟုသိ၍ တချို့က မသိ။ သိသည် ဆိုပြန်သော်လည်း ထိုဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရာလမ်းကို ရှာ၍ မတွေ့သောကြောင့် နည်းမှားဖြင့် လွတ်မြောက် ရာကို ရှာမိခြင်းဖြင့် ပို၍ နစ်မွန်းကြသည်။

ထိုသို့ဆိုလျှင် မသိသည်ကို မသိသလိုပဲ ထားလိုက်ပါလားဟု ဆိုစရာ ရှိသည်။ ထားလိုက်ပါ လျှင် ဆင်းရဲက မဖြစ်တော့ဘူးလားဟု မေးစရာက ပေါ်လာပြန်သည်။

ဘဝမှာ လျှောက်နေရသူ ကျွန်မတို့တစ်တွေ သည် ထမင်းအိုးတည်သူနှင့် တူသည်။ နေ့စဉ် ထမင်း က မစားမဖြစ် ချက်ရသည်။ ထမင်းရည်ဖြင့် ပွက်ပွက် ဆူနေသော ဒန်အိုးကို သတိထား၍ လက်နှီးနှင့် ကိုင် လျှင် အန္တရာယ်ကင်းစွာနှင့် ထမင်းအိုးကို ငှဲ့နိုင်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပူမည်ကို သိသော အသိ ၊ သို့မဟုတ် သတိနှင့်ကိုင်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ အမှတ်တမဲ့ သတိလက်လွတ်ကာ လက်ချည်းသက် သက် ကိုင်ကြည့်ပါ။ လက်ကို ဒန်အိုးပူလောင်မည် ဖြစ်သည်။ မသိခြင်းကြောင့် ခံရသော ဆင်းရဲဖြစ် သည်။ သိတော့ သတိ ရှိသည်။ သတိရှိခြင်း မရှိခြင်း၊ သိခြင်း မသိခြင်းတို့သည် ဒန်အိုးအပူကို ကိုင်တွယ်ရာ မှာပင် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ထိုမျှကွဲပြား ခြားနားပါ

လျှင် ဘဝကို ထိတွေ့ရာ၌ သိခြင်း မသိခြင်း၊ သတိရှိခြင်း၊ မရှိခြင်းတို့ကြောင့် အကျိုးသက်ရောက်မှု၏ အနန္တပမာဏကို မှန်းဆနိုင်ပါသည်။

ဘဝခရီးမှာ ဆင်းရဲအတိပဲလား၊ ပါရမီရှင်တွေလို ဘဝက လွတ်မြောက်ရာကို မကျင့်နိုင်သေး၊ ဘယ်လို ဆက်သွားရပါမည်လဲ၊ ဘဝကို ဘယ်လို ထိတွေ့ရမလဲ၊ အပန်းဖြေစရာ စခန်းမရှိပေဘူးလား ဟူသော မေးခွန်းများ မေးစရာရှိလာပြန်သည်။ မှန်၏။ ဘဝကတော့ ကျွန်မတို့ရနေကြပြီ။ ဒီဘဝလမ်းခရီးကို လျှောက်နေကြရသည်။ ဘဝကို လွန်မြောက်နေသော ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်များ မဟုတ်လေတော့ ကျွန်မတို့ ဒန်အိုးအပူမှ သက်သာသော နည်းလမ်းကို ရှာရမည်။

ဘဝလမ်းခရီးမှာ သာယာ ပြေပြစ်သောလမ်းရော၊ ခယောင်းဆူးခြစ်တွေရော ဖြတ်သန်းရမည်။ စိမ်းညိုအေးမြသော တောအုပ်နှင့် လွင်တီးခေါင်ကန္တာရတို့ကိုလည်း ဖြတ်သန်းရမည်ပဲ ဖြစ်သည်။

မည်သူမဆို သံသရာ ခရီးလမ်းကို မပင်မပန်းချမ်းချမ်းသာသာ ရောက်လိုကြသည်ပဲ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ထိုခရီးကို ဖြတ်သန်းသွားရင်း ချစ်သူနှင့် ကွေကွင်းသွားခဲ့ပါလျှင်၊ ထိုခရီးကို ဖြတ်သန်းသွားရင်း မချစ်မနှစ်သက်သောသူနှင့် အတူ ပူးပေါင်းသွားရပါ