

မိဂ်ဂျိုးစီမံကိန်း  
mgjoe.com

# တက်တိုး ထွေးတဲ့ကျွန်းပင်

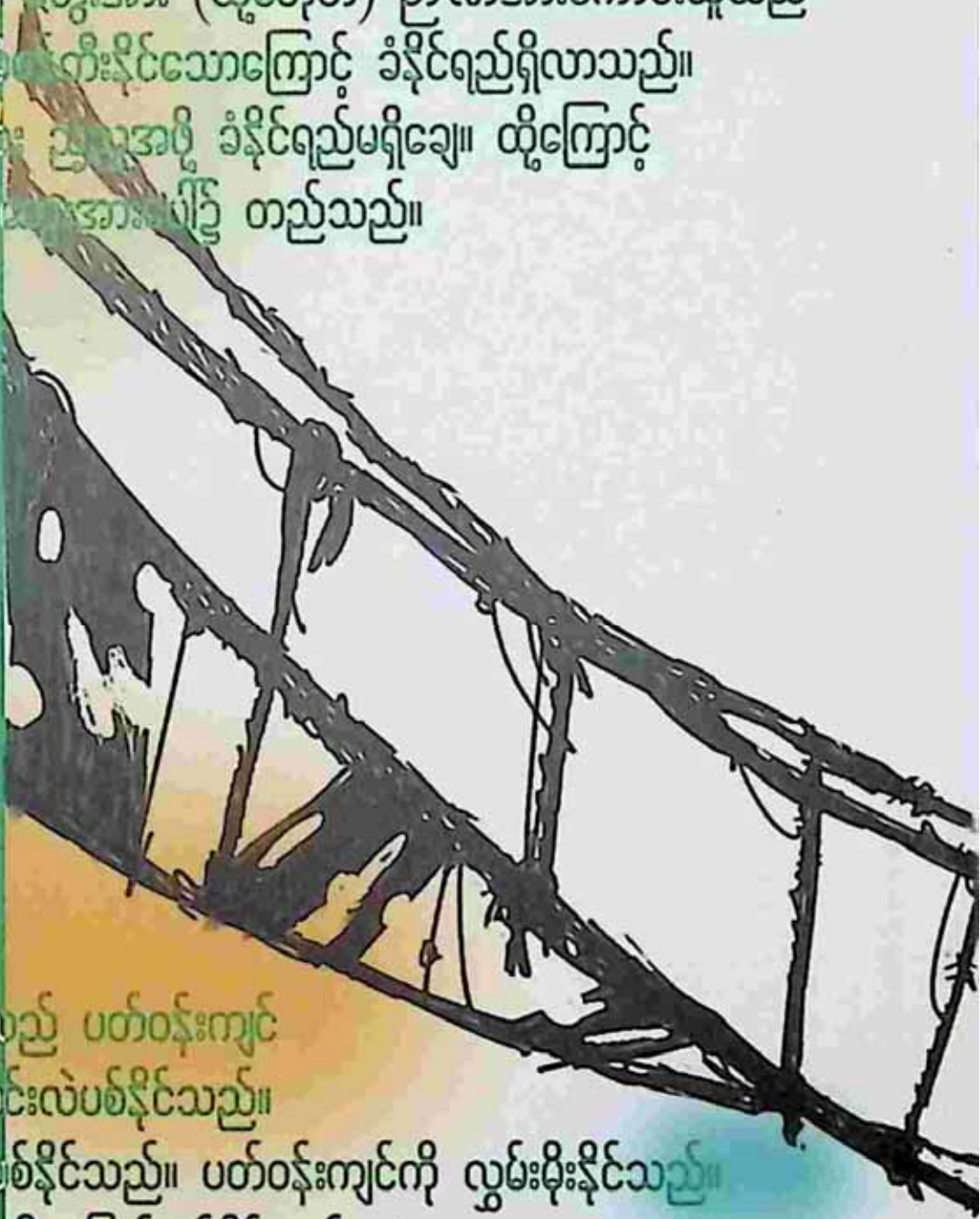
အတွေးအမြင်စာပေများ



mgjoe.com

ဒုတိယအကြိမ်

လူသည် ရုပ်နာမ်အနေဖြင့် အမြဲဖောက်ပြန်နေသည်။ ပင်ကိုအခြေခံအားဖြင့် အင်အားနည်း၏။ ပတ်ဝန်းကျင်၏ လွှမ်းမိုးခြင်းကိုခံရ၏။ ခံနိုင်ရည် ရှိသည်လည်း ရှိ၏။ မရှိသည်လည်း ရှိ၏။ ရှိမရှိသည် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးစီ အပေါ်၌ တည်သည်။ အတွေးအား (သို့မဟုတ်) ဉာဏ်အားကောင်းသူသည် ခံနိုင်ရည်ရှိစေရန် စီမံကိန်းနိုင်သောကြောင့် ခံနိုင်ရည်ရှိလာသည်။ အတွေးအား ဉာဏ်အား ညံ့ဖျားအဖို့ ခံနိုင်ရည်မရှိချေ။ ထို့ကြောင့် လူ၏အင်အားသည် အတွေးအားပေါ်၌ တည်သည်။



အတွေးကြောင့် လူသည် ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို လဲပစ်နိုင်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို လွှမ်းမိုးနိုင်သည်။ မိမိဘဝလမ်းကြောင်းကို ပြောင်းပစ်နိုင်သည်။ လူသည် အားနွဲ့သော ကျူပင်အဖြစ်မှ တောင်တန်းသော သတ္တဝါ ဖြစ်လာသည်။



TT0009  
1,500.00 KS

တွေးတဲ့ကျုပ်အတွေးအမြင်စာစုများ၊ တက်တိုး

မူပိုင် - ဒေါ်စိုးငြိမ်း၊ ဦးဒွေးအောင်

မျက်နှာစုံသရုပ်ဖော် - ဖေသစ်တည်

စာမျက်နှာ ၁၂၂ မျက်နှာ၊ ၁၆ စင်တီမီ x ၁၀.၅ စင်တီမီ

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

ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။

၂၀၁၈၊ မတ်လ၊ ဒုတိယအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀

၂၀၁၈ FUTURE PUBLISHING HOUSE ၏ ပထမအကြိမ်နှုန်း

ရောင်းစျေး ၁၅၀၀ ကျပ်

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

www.facebook.com/SKCCmyanmarbook

www.skccmyanmarbook.com

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်



တွေ့တဲ့ကျူပင်  
အတွေ့အမြင်စာစုများ  
တက်တိုး



ရတီမာကြံမိ ၂၀၁၁

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

mgyc.com

### မာတိကာ

- စာရေးသူ၏ စကားဦး	က
၁။ မိုးသေး မိုးညှင်းကလေးလို	၁
၂။ အမှန်တရား လှသလား၊ အရပ်ဆိုးသလား	၈
၃။ ကလေးသည် လူကြီး၏ ဖခင်ဖြစ်သည်	၁၅
၄။ တကယ်တော့ ရယ်စရာ	၂၂
၅။ ဥပမိဘဝ	၂၈
၆။ ပန်းတိုင်တစ်ခု လမ်းနှစ်သွယ်	၃၅
၇။ ဘဝ အဓိပ္ပာယ်	၄၁
၈။ ဉာဏ်ကြီးရှင်တို့၏ အမုန်းရှာပုံတော်	၄၇
၉။ စွန့်စားမှု အကြောင်းခြင်းရာ	၅၅
၁၀။ လူတန်ဖိုးဖြတ်နည်း	၆၁
၁၁။ အပြုသက်ဝင် အပျက်မြင်	၆၇
၁၂။ အသိအမှတ်	၇၄
၁၃။ တရားဟောဆရာ	၈၁
၁၄။ နောင်တနှင့် သင်ခန်းစာ	၈၈

၁၅။ ဒဿနစာပေ	၉၅
၁၆။ နေရာနှင့် သမ္ဘာ	၁၀၂
၁၇။ စိုးရိမ်ခြင်းနှင့် ကြောင့်ကြမှု	၁၀၉
၁၈။ တွေးတဲ့ ကျုပ်ပင်	၁၁၅

### စာရေးသူ၏ စကားဦး

ပြင်သစ် အတွေးအခေါ် ပညာရှင်ကြီး ပက်စကယ်(လ်) က “လူသည် ကျူပင် ဖြစ်သည်” ဟူသော အဆိုအမိန့်ကို လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း သုံးရာကျော်က ပြုခဲ့သည်။ လူကို ကျူပင်ကလေးနှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ ပမာပြုလိုက်သည်မှာ လျော်ကန်လှပေသည်။ ကျူပင်သည် အလွန် နွဲ့နှောင်းသော သစ်ပင်ငယ် ဖြစ်သည်။ ယင်းသည် နွဲ့နှောင်းခြင်းမှ ဘဝအင်အားကို ရယူသည်။ ခံညားထည်ဝါသော သစ်ပင်ကြီးများသည် ခံညားထည်ဝါသည် မှန်ပါ၏။ သို့သော် မုန်တိုင်းထန်သောအခါ အမြစ်မှစ၍ တစ်ပင်လုံး ဗုန်းဗုန်းလဲကျတတ်ချေသည်။

ကျူပင်၏ သတ္တိမှာ လေတိုက်လာလျှင် မားမားမတ်မတ် ရပ်၍ မရသည့်အလျောက် လေနှင့်အတူ လိုက်၍ ယိမ်းယိုင်ပေသည်။ ထိုလေနှင့်အတူ ယိမ်းလိုက်ခြင်းသည် အတိုက်အခံအစား လိုက်လျောခြင်းကို သရုပ်ဆောင်၏။ လူသည်လည်း သဘာဝအားဖြင့် နွဲ့နှောင်းချေသည်။ ယင်းနွဲ့နှောင်းခြင်းသည်ပင်လျှင် အဖိုးမဖြတ်နိုင်သည့် ထူးခြားသော သတ္တိဂုဏ် တစ်ရပ် ဖြစ်သည်။

နွဲ့နှောင်းခြင်းမှ ထွက်လာသော စွမ်းပကားသည် ခိုင်ခံ့ တောင့်တင်း သည့် အားမာန်ထက် ပို၍ အားကောင်းသည်။ “လိုက်လျောညီထွေ ကျင့်တတ်စေ” ဟူသော ပညာရှိတို့၏ ဆုံးမစကားအတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးလျှင် နောက်ဆုံး၌ မိမိ၏ ဦးတည်ရာ စခန်းသို့ ရောက်ပေ လိမ့်မည်။ လိုက်လျောညီထွေကျင့်တတ်ဖို့ လိုသည်။ ကျူပင်ပမာ လေယူ ရာ တိမ်းခြင်းသည် ပျော့ညံ့သောကြောင့် မဟုတ်၊ အတိုက်အခံပြုခြင်းကို ပယ်၍ ဘဝ၏ လဲပြိုခြင်းကို မဖြစ်စေမှုသာ ဖြစ်လေသည်။

လူသည် ကျူပင်နှင့် တူ၏။ သို့သော် ကျူပင်လို သစ်ပင် မဟုတ်၊ တွေးတတ်သော သတ္တဝါ ဖြစ်သဖြင့် လောကကို စိုးမိုး ခြယ်လှယ်နိုင် သော မူလသတ္တိ ရှိသည်။ တွေးတောဆင်ခြင် ဝေဖန်သုံးသပ်၍ အမှန်ကို အမှား တောထဲမှ ဆွဲထုတ်၍ ကျင့်သုံးတတ်သောကြောင့်ပင် လူသား သည် လောက၌ မျိုးဆက်များအနေဖြင့် အမြဲရှိနေမည်။ ရှိနေရုံမျှမက လောကကို စိုးမိုးပေလိမ့်မည်ဟု အတွေးအမြင် ပညာရှင်တို့က ယုံကြည် ကြသည်။

အတွေးနှင့် ပတ်သက်၍ စာဖတ်သူတို့ သိတန်သလောက် သိကြ ပြီး ဖြစ်သည်ဟု ယူဆပါသည်။ ထပ်လောင်းကာ အတိုချုံး၍ ဆိုရပါမူ အတွေးသည် လူတိုင်း၌ ရှိ၏။ လူသား၏ ဘဝလက်နက်တစ်ခု ဖြစ် သဖြင့် ရရှိထားသော လက်နက်ကို ကောင်းကျိုးဖြစ်ရန် အသုံးပြုရမည် ဖြစ်သည်။ သို့သော် အတွေးလမ်းကြောင်း မှန်ဖို့ အထူး လိုအပ်ပေသည်။ အတွေးမှန်စေရန် ဉာဏ်နှင့် ဝီရိယတို့သည် လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ ဖြစ်သည်။

ဉာဏ်သည် ဓားနှင့် တူ၏။ ဉာဏ်ကို ဓားသွေးသည်ကဲ့ သို့ သွေးနေရပေမည်။ ဉာဏ်ကို အတွေးဖြင့် သွေးရမည်။ အတွေး ဖြင့် သွေးရာတွင် အတွေးမှန်မှသာလျှင် ကောင်းသော၊ အပြု

သဘောဆောင်သော ဉာဏ်ထွက်လာပြီးလျှင် ထက်မြက်ပေလိမ့်မည်။ သွေးရာတွင် ရေပက်ပေးရမည်။ ယင်းရေသည် ဗဟုသုတ ဖြစ်၏။ အတွေးမှန်မှ မှန်သောအဖြေ၊ မှန်သော အခြေသို့ ရောက်ပေလိမ့်မည်။

“အတွေးအခေါ်” ဟူသည် အတွေးကို အတွေးဖြင့် ခေါ်မှု ဖြစ်၏။ လူတို့ထံ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ နာရီ၊ မိနစ်၊ စက္ကန့်နှင့်အမျှ ဝင်လာကြသော အာရုံတွေက စိတ်ကို ခြယ်လှယ်သော စေတသိက်များ ဖြစ်ပေါ်လျက် ရှိ၏။ ထိုစေတသိက်တို့သည် “အတွေး” များ ဖြစ်၏။ အတွေးကို အကြောင်းပြု၍ တွေးခေါ်မှု ပြုသည်။ အတွေးမှ အတွေးပေါ်လာပြီးလျှင် ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုပြုကာ အပေါ်ယံအမြင်မှ အတွေးအမြင်သို့ ရောက်သည့်တိုင် ဉာဏ်အားဖြင့် ပွားများသောကြောင့် စိတ်၌ ကြည်လင်လာပြီးလျှင် မူရင်းအဖြစ် ဟူသော အမှန်နှင့်အမှားတို့ကို ခွဲခြားမြင်သိလာပေသည်။

အတွေးမှသည် အမြင်သို့ ရောက်သည်။ လမ်းစဉ်မှာ အတွေး၊ အတွေးမှ တစ်ဆင့် အတွေး၊ အတွေးမှတစ်ဆင့် အထင်၊ အထင်မှ တစ်ဆင့် အမြင်ဟူ၍ပင်။

လူသားတို့၌ အတွေးအကြံသည် အမြဲရှိ၏။ အမြဲပင် တွေ့ကြုံနေရသည်။ ထိုအတွေးအကြံသည် ကြီးကျယ်သည်ဖြစ်စေ၊ သေးငယ်သည်ဖြစ်စေ၊ သာမန်အနေ၌ ရှိသည်ဖြစ်စေ အတွေး၏ “အစာ” ဖြစ်သည်။ တွေးကျင့်ရှိသူတို့အဖို့ အတွေးမှ အတွေးအဆင့်သို့ ရောက်စေရန် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ် (ပင်ကိုဉာဏ်) ကို အသုံးပြု၍ တွေးရပေမည်။ အတွေးအစကလေး တစ်ခု ရလာပြီးလျှင် ယင်း အတွေးစကလေးက ကြီးကျယ်နိုင်သမျှ အတွေးတို့ကို မိမိ၏ဉာဏ်အားထက်သန်စွာ သုံး၍ ခေါ်ယူရပေသည်။ အတွေးအခေါ် ပြု၍ရသော အတွေးကို ဆက်၍ ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်ကာ တွေးလျှင် အတွေး အကောင်အထည် ထင်လာပေမည်။ ထိုအထင်ကို ဆက်၍ ဉာဏ်ဖြင့် သုံးသပ်ပါမှ “အမြင်”ကို ရပေမည်။

ဉာဏ်နှင့် ပတ်သက်၍ ပြောရသည့်အခါ ရုပ်ဝါဒီသိပ္ပံဆရာ တို့က ဦးနှောက်ကို စစ်ဆေးကြည့်ကြသည်။ ဦးနှောက်သည် လူ၏ ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းတို့တွင် သိရခက်ဆုံး ဖြစ်ပေသည်။ ဉာဏ်ထက် သူနှင့် ဉာဏ်နဲ့သူတို့၏ ဦးနှောက်တို့ကို စစ်ဆေးကြည့်သောအခါ ထူးခြားထင်ရှားသည့် ကွာခြားချက်များကို မတွေ့ကြရကြောင်း သိရှိရ သည်။ ကမ္ဘာမှာ ထင်ရှားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးအချို့၏ ဦးနှောက်တို့ကို မကွယ်လွန်မီကပင် ဝယ်ယူထားပြီးလျှင် ကွယ်လွန်ပြီးနောက် ထုတ်ယူ စစ်ဆေးမှု ပြုကြသည်။ မည်သို့ပင် စိစစ်မှုပြုငြားလည်း သာမန် လူ တစ်ယောက်၏ ဦးနှောက်နှင့် ကွာခြားချက် ဟူ၍ သိသာထင်ရှားစွာ မတွေ့ကြရဟု ဆိုသည်။

ဉာဏ်သည် ဦးနှောက်မှ ထွက်ပေါ်လာသည်ဟု ဆိုရစေကာမူ ဦးနှောက်၌ ဉာဏ်ကိန်းအောင်းရာကို ရှာရခက်ချေသည်။ စိတ်သည် ရုပ်မဟုတ်သဖြင့် ရုပ်ကိုသာ မြင်နိုင်စွမ်းသော သူတို့က ငေးကြောင် နေကြသည်။ အချို့သော ရုပ်ကြမ်းဝါဒီတို့က “စိတ်သည် ထင်ယောင် ထင်မှား ဖြစ်သော အရာ” (Mind is illusion) ဟု ကောက်ချက် ချကြသည်။

စိတ်မှ ဉာဏ်ပေါ်သည်။ ထိုဉာဏ်သည် မွေးရာပါ ပစ္စုပ္ပန် ဖြစ် သည်။ သန္ဓေတည်စဉ်တွင် ဉာဏ်ယှဉ်လျှင် ဉာဏ်ထက်မြက်သည်ဟု သတ္တဝါတစ်ခု၏ ကံကို ညွှန်းကြသည်။ လူသားတို့၏ လက်နက် တစ်ခု ဖြစ်သော ဉာဏ်သည် မွေးရာပါ ပစ္စည်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ကုသိုလ်ကံ အရှိန်အဟုန်ကြောင့် ဖြစ်သော ဉာဏ်သည် ပဋိသန္ဓေဖြစ်ချိန်၌ ရုပ်နှင့် အတူ ပါလာသည်။ ကုသိုလ်နည်းသူအဖို့ ဉာဏ်ညံ့ဉာဏ်နံ့ ရှိသည်။ အကုသိုလ်များသူတို့၌ အကုသိုလ်မှုကို အားပေးသော ဉာဏ် ပါလာ သည်။ ထို့ကြောင့် “ဉာဉ်ကောင်း” နှင့် “ဉာဉ်ဆိုး” ဟူ၍ လူတို့၌ မွေးစ

ကတည်းက စရိုက်ဖြင့် ပြကြသည်။ စရိုက်ကို ညွှန်းသောဉာဏ် ဖြစ်သည်။ လူတိုင်းမှာ အနည်းဆုံးအားဖြင့် သာမန် (ပုံမှန်) ဉာဏ် ရှိသည်။ ဉာဏ်နံ့သူတို့သည် မများလှပါ။

သာမန် ဉာဏ်ရှိသူတို့သည် မိမိတို့၏ဉာဏ်ကို ထက်မြက်လာစေရန် အတွေးအမြင်စာပေကို လေ့လာ၍ “အတွေးကျင့်” ပြုစုလျှင် ထက်မြက်သော၊ ထက်သန်သော ဉာဏ်ကို ရရှိနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် အတွေးအမြင်စာပေကို တတ်နိုင်သမျှ ဖတ်ရှုလေ့လာစေလိုပါသည်။ ထိုစာစုကပေးသော ဗဟုသုတသည် မိမိ၏ အတွေးအခေါ်ကို သွက်လက် ထက်မြက်စေနိုင်ပါသည်။

အလျဉ်းသင့်၍ ပြောရပါမူ တွေးခေါ်မြော်မြင်မှုကို အားပေးသော စာပေအရေးအသားသည် ယခုခေတ်တွင် ရှင်သန်တိုးတက်လျက် ရှိသည်။ ယင်း စာပေတို့၏ စာဖတ်ပရိသတ်သည် အစုအစည်းအဖြစ် ခိုင်မြဲနေမည်သာ ဖြစ်ပေရာ ဤ “တွေးတဲ့ ကျုပ်” နှင့် အတွေးအမြင် စာစုများသည် တွေးချင်ခေါ်ချင် မြော်မြင်ချင် သူတို့အတွက် အာဟာရ တစ်ခွက် ဖြစ်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်မိပါသည်။

တက်တိုး  
၂၆-၆-၉၉



### မိုးသေး မိုးညှင်းကလေးလို

အင်္ဂလိပ် သမိုင်းဝတ္ထုများဖြင့် ကမ္ဘာစာပေသမိုင်းတွင် မော်ကွန်းဝင် စာရေးဆရာကြီး ဖြစ်ခဲ့သော စကော့တလန်ပြည်နယ်သား ဝေါ(လ်) တားစကော့သည် ငယ်စဉ်က သူ့မွေးနေ့အတွက် ကဗျာတစ်ပုဒ် စပ်သည်။ သူ့သူငယ်ချင်းများက ဝိုင်း၍ ပြောင်ကြ လှောင်ကြသည်။ မကြာခင်မှာပင် သူ အနှစ်သက်ဆုံး ကဗျာများ ရေးသော ရောဘတ်ဘန်း(စ်) နှင့် တွေ့လေရာ သူ့ကဗျာကို မဝံ့မရဲ ပြသည်။ ကဗျာဆရာကြီးက သူ့ကဗျာကို ဖတ်ပြီးနောက် သူ့ပခုံးကို ပုတ်၍ “မောင်ရင်ကဗျာကို ဖတ်ပြီး ပြောင်ကြတာနဲ့ မောင်ရင် ငိုတယ်။ သည်ဟာ ဘယ်ဟုတ်မလဲ၊ မောင်ရင် မငိုနဲ့။ နောက်အချိန် တန်တော့ မောင်ရင် လူကြီး ဖြစ်လာမှာပဲ မဟုတ်လား” ဟု ဆိုသည်။

လူငယ် ကဗျာဆရာကလေးသည် သူ့အိမ်သို့ ပြန်ကာ ဝမ်းသာလွန်း၍ အားရပါးရ ငိုချလိုက်လေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်က ပြောင်ကြ လှောင်ကြသော်လည်း သူ ကြည်ညိုသော ကဗျာဆရာကြီးက အားပေးစကား ပြောခဲ့သဖြင့် သူသည် အားတက်၍ ကဗျာများ ဆက်လက် ရေးစပ်သည်။ နောက် ဝတ္ထုများ ရေးသည်။ နောက်ဆုံး၌ ကဗျာဆရာကြီး ဖြစ်လာလေသည်။

အင်္ဂလိပ် ကဗျာဆရာကြီး တယ်နီဆန်က ရဒယပ်ကစ် ပလင်း၏ ကဗျာတစ်ပုဒ်ကို တစ်ခါက ချီးကျူးစကား ဆိုသည်။ ကစ် ပလင်းက “ရဲဘော်တပ်သားကလေး တစ်ယောက်ကို ဗိုလ်ချုပ်ကြီးက ချီးမွမ်းတော့ တပ်သားကလေးက ကျေးဇူးတင်ကြောင်း မပြောရဘဲ ခေါင်းငုံ့နေလိုက်ပေမဲ့ နောက်နေ့ တိုက်ပွဲမှာတော့ ရွပ်ရွပ်ချွံချွံ တိုက်ပြ လိုက်ပါတယ်”ဟု ပြန်ဆိုသည်။

ချီးမွမ်းခံချင်သည့် သဘာဝ

စာရေးဆရာဖြစ်စေ၊ ပန်းချီဆရာဖြစ်စေ အနုပညာရှင်များသာမက သာမန် လူသားတစ်ယောက်၊ လူမမည်ကလေးတစ်ယောက်တို့ပင်လျှင် ချီးမွမ်းခံချင်ကြသည်။ “သားသားလေး ဝလုံးက သိပ်ဝိုင်းတာပဲ ကြည့်စမ်း ပါဦး”။ “ဟာ...ဟုတ်သားပဲ၊ သားသားက သိပ်တော်တာပဲ” ထိုအသံကို ကြားရသော လေးနှစ်သားကလေးသည် စာရွက်တွေရှိသမျှအပေါ်မှာ ဝလုံးတွေ ရာချီ၍ ရေးပြလိုက်သည်။ ချီးမွမ်းစကား တစ်လုံးမျှပင် ဖြစ်စေ၊ နှစ်သက်မှုပြခြင်းဖြစ်စေ ပြောလိုက် ပြလိုက်လျှင် ချီးမွမ်းခံရသူမှာ ကြီးငယ် မဟူ ကျေနပ်ကြသည်။ လူသဘာဝပင် ဖြစ်၏။

တစ်ချက် ချီးမွမ်းလိုက်လျှင် အားတက်သည်နှင့်အမျှ တစ်ခါ ကဲ့ရဲ့ဝေဖန် ပြစ်တင်လိုက်လျှင် စိတ်ဓာတ်ကျတတ်သည်။ နုနယ် ငယ်ရွယ်သူကို မဆိုထားဘိ ကြီးရင့်၍ အတွေ့အကြုံများနေသူပင် ဖြစ်စေ၊ ဝေဖန်ပြစ်တင်ခံရလျှင် မခံချင်စိတ်ပေါ်သည်။ စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်သည်။ လူငယ်အဖို့ ရှေ့တက်ရန် ခြေလှမ်းတုံ့ရုံမျှမက နောက်ဆုတ် ချင်စိတ် ပေါ်သည်။ ရင့်ကျက်သူအဖို့မှာပင်လျှင် ခြေလှမ်းတုံ့နိုင်သည်။ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ချက်ကို မျိုချလိုက်ပြီး မိမိ၏ စွမ်းအားဖြင့် အားတင်း လိုက်မှသာ ရှေ့သို့ လှမ်းတက်နိုင်ပေလိမ့်မည်။

စကားထဲက ဇာတိပြု

နှစ်သက်မှုအစစ်နှင့် လောကွတ်ပြောခြင်းတို့သည် အလွန် ကွာခြားသည်။ လောကွတ်စကားကို ယုံစားသူသည် အလိမ်အညာခံရ လွယ်သူမျှသာ ဖြစ်သည်။ လောကွတ်စကားသည် တစ်ခွန်းတလေမျှဖြင့် မပြီးဆုံး၊ စကားတွေ များများပြောမှ ပြည့်စုံမည် ထင်နေတတ်သည်။ လောကွတ်ပြောသူသည် သူ့စကား ထိရောက်မည် မထင်ဝံ့သဖြင့် ထပ်ကာထပ်ကာ အပိုတွေ ပြောတတ်သူပင် ဖြစ်၏။ မရိုးသားမှုသည် စကားတွေ ဖောင်းပွသည့်ကြားမှ ဘွားဘွားကြီး ပေါ်နေချေသည်။

နှစ်သက်မှုအစစ်ကို စကားတွေ ဖောင်ဖွဲ့ပြီး ပိုပြောနေစရာ မလိုပေ။ လိုအပ်သမျှ တစ်လုံးစ၊ နှစ်လုံးစ ပြောလိုက်ရုံဖြင့် သိသာနိုင်သည်။ စကားပိုတွေ ပါလာလျှင် နွားနို့အစစ်ကို ရေရောသည်နှင့် တူချိမ့်မည်။ လူတိုင်းမှာ ချီးမွမ်းခံချင်သော ဆန္ဒ ရှိသည်။ သူတစ်ပါး ကျေနပ်မှုကို လိုလားသည်။

စာရေးဆရာ အစရှိသော အနုပညာရှင်တို့သည် ပရိသတ်ကို အမြဲ ရည်စူးသည်။ ပရိသတ်အကြိုက် လိုက်လုပ်နေသည် မဆိုလိုပါ။ အများကြိုက်မှုကို တောင်းခံနေခြင်း မဟုတ်ပေ။ “အများကြိုက်” ဆိုသည်မှာ တကယ်တမ်း နှစ်သက်ခံစားမှုနှင့် တခြားစီ ဖြစ်သည်။ လေးနက်ခြင်းနှင့် ပေါ့တန်ခြင်း ကွာခြားကြသည်။ အနုပညာရှင်သည် ပရိသတ်ကို လိုလား၏။ လေးစား၏။ ထို့ကြောင့် ပရိသတ်အား ထိုက်တန်သော အနုပညာပစ္စည်း နှင်းအပ်လို၏။ အများကြိုက် အပေါ်စားကို မပေးလို။ အများကြိုက် ထုတ်လုပ်ပေးသော သူတို့သည် အနုပညာရှင်များ မဟုတ်။ အနုပညာကုန်သည် စီးပွားရေးသမားများသာ ဖြစ်သည်။ အနုပညာရှင်၏ တာဝန်သည် ပရိသတ်ထဲမှ လူအများကို အနုပညာ ဝါသနာရှင်အစစ်များ ဖြစ်စေရန် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ရခြင်းပင် ဖြစ်၏။

**အတ္တစွဲကြောင့် အကောင်းမမြင်**

နှစ်သက်မှုအစစ်သည် နှလုံးသားနှင့် တွေ့ထိခံစားရာမှ ထွက်ပေါ်လာသော ခံစားမှုတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ပါးစပ်ဖျားတွင် ပေါ်လာသော စကားလုံးအလှ အပေါ်ယံ ရွှေမှုန်ကြံမျိုး မဟုတ်ပေ။ နှစ်သက်မှု ရရှိပါလျက် မချီးမွမ်းလိုသူများ မြောက်မြားလှချေသည်။ သူတို့သည် အတ္တစွဲကြီးသူများ ဖြစ်၏။ သူတစ်ပါး ထူးချွန်သည် ဟူသော အချက်ကို မနှစ်သက် မလိုလားကြချေ။ “ငါ သူ့ကို ချီးမွမ်းလိုက်ရင် သူ ငါ့အပေါ် မိုးတက်လာမလား။ သူ့ကို ချီးမွမ်းလိုက်ရင် ငါများ မသိမသာ နိမ့်ကျသွားမလား” ဟူသော အတွေးက ချီးမွမ်းချင်စိတ်ကို ပိတ်ပင်လိုက်တတ်သည်။

အတ္တစွဲကြီးသူသည် ငါနှင့် ငါသာ နှိုင်းစရာဟု ထင်မှတ်နေသောကြောင့် သူတစ်ပါး၏ အကောင်းကို အပြစ်ဖြင့် ချေဖျက်တတ်သည်။ သူတစ်ပါး၏ အပြစ်ကိုလည်း နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ် ကြံကြံဖန်ဖန် တွေးမြင်တတ်သည်။ “ကောင်းသားပဲ၊ ဒါပေမဲ့...” ဟူသော သဘောမျိုး ရှိသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ လူအများက နှစ်သက်နေသည်ကိုတွေ့လျှင် မိမိက လိုက်၍ နှစ်သက်ရမှာ ဝန်လေးသည်။ နှစ်သက်ဖွယ် ဖြစ်သော်လည်း သူတစ်ပါးအပေါ် စေတနာ မမှန်သည်က တစ်ကြောင်း၊ အများနည်းတူ ဖြစ်ရမှာ စိုးသည် တစ်ကြောင်းတို့ကြောင့် ဖွင့်ဟ၍ မကဲ့ရဲ့သည့်တိုင်အောင် ချီးမွမ်းရမှာ စိုးသဖြင့် နှုတ်ဆိတ်နေတတ်သည်။ ဂုဏ်ပြုထိုက်သူကို ဂုဏ်ပြုသင့်သည် ဟူသော စကားကို လက်မခံလိုခြင်းပင် ဖြစ်၏။

**ပေါင်းရောက်သူများ**

အချို့မှာကား အဆိုးမြင်ဝါဒီများ ဖြစ်ကြချေသည်။ အကောင်းကို မမြင်တတ်၊ အဆိုးကို ပုံကြီးချဲ့၍ မြင်တတ်ကြသည်။ မိမိ၏ လုပ်ရပ်ကိုသာ အများက ချီးမွမ်းကြစေလိုလျက် သူတစ်ပါး၏ လုပ်ရပ်၌ အပြစ်

အနာအဆာများကို ခေါင်းတုံးထဲမှာ သန်းရှာသလို ရှာချင်ကြသည်။  
ထိုသူတို့၏ ဘဝသည် ခြောက်သွေ့လှ၏။ သူတို့သည် ပေါင်းရခက်  
သူများသာ ဖြစ်ချေသည်။ သူတို့ဘဝသည် တန်ဖိုးရှိသော ဘဝမျိုး  
မဟုတ်။ သူတို့ခမျာများမှာလည်း သနားစရာပင်။

လူသားမှန်သမျှ မည်သူမဆို မည်မျှပင် တော်သည် တတ်သည်  
ဆိုစေဦး အပြစ်အနာအဆာ ကင်းသည်ဟု မဆိုသာပေ။ အနုပညာ  
လက်ရာတို့သည် လုံးဝ ပြည့်စုံမှုမရှိသော လူသားတို့၏ လက်ရာတို့သာ  
ဖြစ်သည့်အလျောက် အပြစ်အနာအဆာ ရှိတန်သလောက် ရှိမည်ပင်။  
အကောင်းကိုသာ အာရုံပြု၍ အဆိုးအညံ့ကို လျစ်လျူရှုတန်သလောက်  
ရှုကာ ပြုပြင်နိုင်သင့်သလောက် ပြုပြင်စေခြင်းသည် အပြုသဘော  
သက်ဝင်သည့် လူ့တာဝန် လုပ်ငန်းတစ်ရပ်ပင် ဖြစ်၏။

ငယ်ရာမှကြီး နုရာမှရင့်

ချီးမွမ်းရာ၌ ဆိုခဲ့သည့်အတိုင်းပင် အပိုအမိုတွေ နှောပြီး ပြောဆို  
ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရပေမည်။ အပိုပါလာလျှင် ချီးမွမ်းမှုသည် မြောက်ပင့်  
မှုသို့ လျှောကျသွားမည် သေချာသည်။ ကလေးအရွယ်မှာပင်လျှင်  
ရိုးရိုးသားသား ချီးမွမ်းမှုသာလျှင် အလိုရှိအပ်၏။ မြောက်ပင့်ခြင်းသည်  
အားပေးခြင်း မဟုတ်။ ဝေါ(လ်)တာစကော့အား ရောဘတ်ဘန်း  
(စ်) က တဲ့တိုးချီးမွမ်းမှု မပြု။ အဓိပ္ပာယ် လေးနက်သော အားပေးစကား  
ပြောကြားခဲ့ခြင်းမျှသာ ဖြစ်သည်။ “မောင်ရင် နောင်ကျရင် လူကြီး  
တစ်ယောက် ဖြစ်လာမှာ” ဟူသော စကားသည် “မင်း တော်တယ်၊  
သိပ်တော်တာပဲ” ဟု မဆိုလို။ “ယခု မတော်နိုင်သေးသော်လည်း ငယ်ရာ  
မှကြီး၊ နုရာမှရင့်ဆိုသလို အချိန်တန်တော့ မင်းရဲ့ တန်ဖိုးတက်လာမှာ  
ပါ” ဟု ဆိုလိုသည်။

ငယ်ရွယ်သူ တစ်ယောက်အနေဖြင့် ကြီးရင့်သူ တစ်ယောက်၏ လက်ရာ အဆင့်နှင့် နှိုင်း၍ ဆုံးဖြတ်လျှင် နှိုင်းသူ၏အပြစ်သာ ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။

ကြီးလာသောအခါ ကမ္ဘာကျော် စာရေးဆရာကြီး၏ ငယ်လက်ရာမှာ မတောက်တခေါက်မျှလောက်သာ ရှိပေမည်။ ဓမ္မတာပင်။ သို့သော် အစွန်းအစများကို တွေ့ရတတ်သည်။ ထိုအစွန်းအစကလေးများသည် နောင်ကာလ၌ စွမ်းပကား ဖြစ်လာနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် လူကြီး ရောဘတ်ဘန်း(စ်)က လူငယ်ကလေး ဝေါ(လ်)တားစကော့ကို "Dinna cry. You'll be a man yet. ma' laddie!" (Do not cry. You will be a man yet, my lad!) စကော့တလန် ပြည်သား လေသံဖြင့် ပြောသွားခြင်း ဖြစ်သည်။

**အားသေ့ကွက်တစ်ရာ**

ကဲ့ရဲ့ခြင်းသည် အပျက်သဘောထားဖြင့် ဝေဖန်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ချီးမွမ်းခြင်းသည် အပြုသဘောထားဖြင့် ဝေဖန်ခြင်း ဖြစ်သည်။ “ဝမ်းသာပါတယ်၊ မောင်ရင်...။ ဆက်သာ ကြီးစားပေတော့” ဟူသော နောက်ဆက်စကားကလေးသည် တို၏။ တိကျ၏။ တိုက်တွန်းမှု ပါသည်။

ထိုသို့ ရိုးရိုးတိုတို ပြောခြင်းသည် လောကွတ်စကား အခွန်းတစ်ရာထက် တန်ဖိုးရှိ၏။ လောကွတ်စကားက ကြားရသူကို နားငြီးစေသည်။ သို့မျှမဟုတ်ဘဲ ကြားရသူမှာ မနူးမနပ်အရွယ် ဖြစ်နေလျှင် မီးပုံးပျံကို လေမှုတ်တင်လိုက်သလို အောက်ခြေလွတ်သွားတတ်သည်။ “ကောင်းလိုက်တာ သိပ်ကောင်း၊ သိပ်တော်လိုက်တာ သိပ်တော်” ဟု ဆိုလျှင် သွားပြီ...သွားပြီ။

ချီးမွမ်းထိုက်သမျှကို ထောက်ထား၍ ရိုးမှန်စွာ ချီးမွမ်းခြင်းသည် “မိုးညှင်း” ကလေးနှင့် တူ၏။ မိုးညှင်းကလေးသည် အားလုံးကို အေးမြ

စေ၏။ လူနှင့် တိရစ္ဆာန်၊ သစ်ပင်တို့ကို လန်းဆန်းစေ၏။ တိုးတက် စည်ပင်စေ၏။

မိုးသား မိုးညှင်းသည် သွန်ချလိုက်သလို ရွာသောမိုးနှင့် မတူသကဲ့ သို့ ရိုးရိုးသားသားနှင့် အပိုမပါ ချီးမွမ်းခြင်းသည်လည်း အရမ်း ချီးမွမ်း ခြင်းနှင့် ကွာခြားလှပေသည်။ ရိုးသားစွာ စိတ်အား ထက်ထက်သန်သန် ချီးမွမ်းခြင်းသည် ချီးမွမ်းသူ၌လည်း လူမှုရေးကောင်းမှု ကုသိုလ်ပြုလိုက် ရသဖြင့် စိတ်ကြည်နူး ချမ်းမြေ့နေပေတော့သည်။

(အတွေးအမြင်၊ ၁၉၈၇၊ အောက်တိုဘာ)



## အမှန်တရား လှသလား၊ အရုပ်ဆိုးသလား

အင်္ဂလိပ်စာဆို ဂျွန်ကီ (John Keats ၁၇၉၅-၁၈၂၁) က “အလှသည် အမှန်တရား ဖြစ်သည်၊ အမှန်တရားသည် အလှ ဖြစ်သည်” ဟု ဆိုသည်။ အခြား စာဆိုများကလည်း ယင်းသို့ပင် ဆိုကြသည်။ အမေရိကန် ကဗျာဆရာမ အဲမီလီဒစ်ကင်းဆန် (Emily Dickinson ၁၈၃၀-၁၈၈၆) ကလည်း “အလှနှင့် အမှန်တရားတို့သည် နှစ်မျိုး တစ်ခုတည်းသာ ဖြစ်သည်” ဟု ဆိုသည်။

အမှန်တရားတိုင်း လှသည်ချည်းသာ ဖြစ်သည်။ အချို့ စာရေးဆရာ၊ ဒဿနဆရာတို့က အမှန်တရားသည် အရုပ်ဆိုးသည်ဟု ဆိုကြပြန်သည်။ ခါးသီးသော အမှန်တရားဟုလည်း ဆိုကြသည်။

သို့ဆိုကြလျှင် အမှန်တရားသည် လှသလော၊ အရုပ်ဆိုးသလော ဟု မေးမြန်း၍ ရှင်းချက်ယူရပေလိမ့်မည်။

### အမှန်တရားဆိုသည်မှာ

ပထမဦးစွာ စိစစ်ရမည့် ဝေါဟာရမှာ “အမှန်တရား” ဖြစ်သည်။ အမှန်တရားဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ အကယ်စင်စစ် ဖြစ်ရပ် လုပ်ရပ် တို့ကို အမှန်တရားဟု ခေါ်ကြသည်။ ဟုတ်ပါသလား။ အရင်းအနှစ် အခြေအမြစ် အမှန်ကို အမှန်တရားဟု ဆိုကြသည်။ ဟုတ်ပါသလား။ “ကျွန်ုပ် အမှန်အတိုင်း ထွက်ဆိုပါမည်” ဟု ကတိပြုသော ပုဂ္ဂိုလ်က သူ သိမြင်တွေ့ရှိသမျှကို အရှိအတိုင်း မသွေမဖည် မလိမ်လည်ဘဲ ဖွင့်ဟ ထွက်ဆိုသော စကားရပ်တို့ကို အမှန်တရားဟု ခေါ်ရပါမည်လား။ ကိုယ်တွေ့၊ လက်တွေ့ဖြစ်ရပ် အခြင်းရာတို့ကို အမှန်တရားဟု ခေါ်ဆိုရ မည်လား။

တကယ် အဖြစ်အပျက် အကြောင်းခြင်းရာတို့သည် အမှန်တရား မဟုတ်။ အရှိကို အရှိအတိုင်း သိမြင်တင်ပြခြင်းသည် အမှန်တရားကို သိမြင်တင်ပြခြင်းဟု မဆိုသာ။ “အမှန်အတိုင်း ပြောဆိုပါမည်” ဟူသော ကတိပါ “အမှန်အတိုင်း” သည် တကယ် အကြောင်းခြင်းရာတို့ကို ညွှန်း သည်။ အမှန်တရား အစစ်မှာကား အစဉ်အမြဲ တည်တံ့သော၊ မပြောင်း လဲသောတရား ဖြစ်သည်။ အခြေခံတရား ဖြစ်၏။ ထိုအမှန်တရားကို ပါဠိလို “သစ္စာ” ဟု ခေါ်သည်။ ထို “သစ္စာ” ဟူသော ဝေါဟာရကို မြန်မာဘာသာ စကားအဖြစ် “အမှန်အတိုင်း၊ အရှိကို အရှိအတိုင်း” စသည့် အဓိပ္ပာယ်တို့ကို ဆောင်သည်။ “ဟိသစ္စံ၊ ထိုစကားသည် မှန်၏” ဟူသည်မှာ ပြောဆိုလိုက်သော စကားသည် တကယ်အဖြစ်အပျက် အကြောင်းခြင်းရာတို့ကို ဖော်ထုတ်ပြသော စကား ဖြစ်သည်ဟု ဆိုလို သည်။

ထို့ကြောင့် အမှန်တရား၌ နှစ်မျိုးရှိနေခြင်း ဖြစ်သည်။ ပထမမှာ မူလ အခြေအနေအတိုင်း အမြဲ တည်တံ့သော၊ ဖောက်ပြန် ပြောင်းလဲခြင်း

မရှိသော အမှန်တရား ဖြစ်သည်။ ဒုတိယမှာ တကယ့် အဖြစ်အပျက် အကြောင်းခြင်းရာတို့ကို ဖော်ပြသော အမှန်တရား ဖြစ်သည်။ ပထမကို “ပရမတ္ထသစ္စာ”၊ ဒုတိယကို “သမုတိသစ္စာ”၊ အဓိပ္ပာယ် “မဖောက် ပြန်သော သဘောရှိသည့် အမှန်တရား”၊ “ခေါ်ဝေါ် သမုတ်အပ်သော အမှန်တရား”။

**အလှူသည်**

တစ်ဖန် “လှသည်”၊ “အရပ်ဆိုးသည်” ဟူသော စကားတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ကို အနည်းငယ် စဉ်းစားကြည့်ကြဦးစို့။ “လှသည်” ဟူသည် မှာ အဆင်ပြေခြင်း၊ လိုလားနှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်ခြင်း၊ ကောင်းမွန် တင့်တယ် ခြင်း စသည့် အခြင်းအရာတို့ကို ညွှန်းသည်။ “အရပ်ဆိုးသည်” ဟု ဆိုရာ၌ ရပ်ရည်ကိုစွဲ၍ ရပ်ရည်မှာ မလိုလားအပ်၊ မနှစ်သက်အပ်သော အခြင်းအရာတို့ ပါရှိနေခြင်း၊ မတင့်တယ် မကောင်းမွန်ခြင်းတို့ကို ဆိုလို သည်။ ထိုနှစ်မျိုးတို့သည် အမြင်ပေါ်တွင် တည်သည်။ နဂို အလို အလျောက် ဖြစ်နေခြင်း အပေါ်တွင် တည်သည်ဟု မဆိုသာ။ တစ်ဦး၏ အမြင်တွင် လှနေသော်လည်း အခြား တစ်ဦး၏ အမြင်၌ အရပ်ဆိုးနေ သည်ကို တွေ့ကြရသည်။ ပမာ ဆိုကြစို့။ အာဖရိကတိုက်ရှိ လူမျိုး တစ်မျိုး၌ အမျိုးသမီးတို့သည် သူတို့၏ နှုတ်ခမ်းကို ဘဲနှုတ်သီးသဖွယ် ဖြစ်အောင် လုပ်ထားကြသည်။ ထိုဘဲနှုတ်သီးတူ နှုတ်ခမ်းရှိမှ လှသည်ဟု သူတို့ အသိုင်းအဝိုင်းက ယူဆကြသည်။ ထိုအလှမျိုးကို သူတို့လူမျိုး အပြင်အပရိ လူများက အလှဟု မယူဆကြချေ။

အလားတူ သာဓကတွေ များစွာရှိသည်။ “အလှသည် ကြည့် သူ၏ မျက်စိပေါ်တွင် တည်သည်” ဟု ဆိုသည်။ ထိုအလှ ဟူ သော အယူအဆ အထင်အမြင်သည် အပေါ်ယံမျှသာ ဖြစ်သည်။ အလှ

၏ အဓိပ္ပာယ်ကို လေးနက်စွာ တွေးခေါ်ဖော်ထုတ်ပါမူ အဆင်ပြေခြင်း၊ နှစ်လိုဖွယ်ဖြစ်ခြင်း၊ အရင်းခံ သဘာဝအားဖြင့် ကောင်းမွန်ခြင်း၊ အခြေအားဖြင့် တင့်တယ်ခြင်း စသည့် အင်္ဂါရပ်များ ပေါ်ထွက်လာပေမည်။ ထိုအလှမျိုးမှာ သာမန်မျက်စိ၏ အဆုံးအဖြတ်ကို မယူဘဲ ဉာဏ်မျက်စိ ဟူသော အတွေးအမြင်ပေါ်၌ တည်သည်။ အလှအစစ်သည် ဖောက်ပြန်ခြင်း မရှိပေ။

**အမှန်နှစ်မျိုး**

“ပရမတ္ထသစ္စာ” ဟူသော အခြေခံ အမှန်တရားသည် မဖောက်ပြန်ပေ။ ထို့ကြောင့် အမှန်တရားသည် လှပေသည်။ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာ အလိုအားဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ နိရောဓသစ္စာ၊ မဂ္ဂသစ္စာ ဟူသော သစ္စာလေးပါး၊ စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန် ဟူသော သစ္စာလေးပါးတို့သည် မပြောင်းမလဲ အမြဲပင် တည်နေသောကြောင့် မှန်ကန်သော အခြင်းအရာ ဖြစ်သည်။ အမြဲဖြစ်သော သဘောရှိသည့် ဖြစ်စဉ်တို့ကို “နိယာမ” တရားဟု ခေါ်ဆိုသည်။ ထိုနိယာမတရား ငါးပါးမှာ မျိုးရိုးအတိုင်း အစဉ်အဆက်ဖြစ်စဉ်၊ ရာသီဥတုအလျောက် ဖြစ်စဉ်၊ ကောင်းမှု မကောင်းမှုတို့ကြောင့် ဖြစ်သော ဖြစ်စဉ်၊ တရားဓမ္မအရ ဖြစ်စဉ်၊ စိတ်အာရုံတို့၏ ဖြစ်စဉ် ဟူ၍ပင်။ ထိုသို့ ဖြစ်စဉ်အတိုင်း မဖြစ်ခြင်းသည် ဖောက်ပြန်ခြင်း ဖြစ်၏။

“သမုတိသစ္စာ” ဟူသော အများက မှန်သည်ဟု ယူဆသော အမှန်တရားမှာ အခြေမခိုင်လှပေ။ နှိုင်းယှဉ်မှုဖြင့် တစ်မျိုးက မှန်သည်၊ တစ်မျိုးက မှားသည်ဟု အများက ယူဆဆုံးဖြတ်သော အမှန်တရားမျှသာ ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုသော် တကယ့် အဖြစ်အပျက်၊ တကယ့် အခြေအနေတို့ပင် ဖြစ်၏။ အခြေအနေပြောင်းသွားလျှင် မှန်သည် ဟူသော အယူအဆ

သည်လည်း ပျက်ပြားနိုင်သည်။ တစ်ဖန် အယူအဆ ပြောင်းလဲသွားလျှင် လည်း အမှန်တရား ပြောင်းလဲသွားနိုင်သည်။

မတည်မငြိမ်သော သဘာဝရှိသည့် အမှန်တရားသည် အမြဲ မှန်သည်ဟု ဆို၍မရချေ။ အခြေအနေ၊ အယူအဆ ဖြစ်ရပ်ခြင်းရာတို့ ပြောင်းလဲသွားသည့်အခါ အများက မှန်သည်ဟု သမုတ်ချင်မှ သမုတ် ကြမည်။ ထို့ကြောင့် သမုတိသစ္စာ ဟူသော တကယ့် အဖြစ်အပျက်၊ အရှိကို အရှိအတိုင်းတို့သည် မည်သူမျှ မငြင်းဆန်နိုင်သော အမှန်တရား အစစ် မဟုတ်ချေ။ တကယ့် အဖြစ်အပျက်တို့သည် အမျိုးမျိုး ရှိကြ၏။ အချို့မှာ နှစ်လိုဖွယ် ဖြစ်၏။ အချို့မှာ ကြောက်လန့်ဖွယ် ဖြစ်၏။ အချို့မှာ ရွံရှာမုန်းတီးဖွယ် ဖြစ်၏။ ခြံ၍ဆိုရလျှင် သမုတိသစ္စာ ဟူသော အမှန်တရားတွင် လှသည်တို့လည်း ရှိ၏။ အရုပ်ဆိုးသည်လည်း ရှိ၏။

မြင်သူအပေါ် မူတည်

လှသည်၊ အရုပ်ဆိုးသည် ဟူသည်မှာ ကြည့်ရှုသူ၏ သဘော ထားပေါ်မှာ တည်သည်။ ယုံစားအားကိုးဖွယ် မဟုတ်ပေ။ ပရမတ္ထ သစ္စာ ဟူသော ဘယ်သောအခါမျှ မပြောင်းလဲသော တရားသည် မပြောင်းလဲခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ ယုံကြည်အားကိုးနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် လှသည်ဟု ဆိုနိုင်မည် ထင်ပါသည်။ လှသည် ဆိုသည်မှာ တည်တံ့ခြင်း၊ အဆင်ပြေခြင်း၊ နှစ်လိုဖွယ်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို ဆိုလိုပါသည်။ ယင်းသို့ ဆိုလိုပါလျှင် ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာတို့သည် လှပါသလော ဟု မေးနိုင်ပါသည်။

ဒုက္ခဟူသည် အမြဲတမ်း ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက် ဖြစ်နေသဖြင့် မတည်ငြိမ်သော သဘော၊ ဖောက်ပြန်သည့် သဘောတို့ကြောင့် ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်၏ ဟူ၏။ ထိုဆင်းရဲခြင်းကို လှသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါမည်လော၊ နှစ်လို ဖွယ် ဖြစ်ပါသလော၊ တင့်တယ်ပါသလော။

ဒုက္ခသည် နှစ်လိုဖွယ် မဟုတ်ချေ။ သို့သော် ဒုက္ခနှင့် ကင်းသည် ဟူ၍ မည်သည့်သတ္တဝါမှာမျှ မရှိနိုင်ချေ။ သေခြင်း၊ ဆင်းရဲကိုတော့ အချိန်တန်လျှင် ခံကြရမည်သာ ဖြစ်သည်။ သက်တမ်း မည်မျှပင် ရှည်စေကာမူ နောက်ဆုံးနေ့တော့ ရောက်ရမည်သာ ဖြစ်ချေသည်။ ဘဝကို ခင်မင်စွဲလမ်းမှု၊ တွယ်တာမှု (သမုဒယ) သည်လည်း ပုထုဇဉ် သတ္တဝါ မှန်သမျှမှာ ရှိမြဲရှိနေမည်ဖြစ်ရာ သေရမှာ ကြောက်သော ဆင်းရဲ၊ သေခါနီးတွင် ခံစားရသော ကိုယ်ဆင်းရဲတို့သည် အမှန်မသွေ ရှိနေမည်ပင်။

ထို ဒုက္ခ၊ သမုဒယဟူသော တရားတို့သည် နဂိုအနေအားဖြင့် လှသည်၊ အရပ်ဆိုးသည် မဟုတ်ချေ။ ကြုံတွေ့ခံစားရသူ၏ စိတ်ထားပေါ်တွင် တည်နေသည်။ ပုထုဇဉ်တို့အဖို့ လှသည် မဆိုနိုင်သော်လည်း အရပ်ဆိုးသည်ဟုလည်း မဆိုသာ။ စိတ်ဓာတ် ကြည်လင် ခိုင်ခံ့မှုရသော ပရမတ္ထ သစ္စာတရားသည် လှသည်လည်း မဟုတ်၊ အရပ်ဆိုးသည်လည်း မဟုတ်၊ ပုထုဇဉ်တို့အဖို့ မခံနိုင်ကြသည်မှာ မှန်၏။ သို့သော် သံသရာတစ်လျှောက်တွင် ကြိမ်ဖန်များစွာ ခံခဲ့ကြရလေပြီ။ (သံသရာကို မယုံကြည်သူတို့အတွက် မည်သို့မျှ မဆိုလိုပါ)။

“သုဘ” ဟူသော “တင့်တယ်ခြင်း”၊ “အသုဘ” ဟူသော “မတင့်တယ်ခြင်း” တို့သည်လည်း စိတ်ထားပေါ်မှာ တည်သည်။ အပေါ်ယံ အမြင်အားဖြင့် “လှလှချည်ရဲ့” ဆိုနေကြသည်တို့၏ အတွင်းမှာ မလှပ မတင့်တယ်ချေ။ “အလှသည် အရေပြားပေါ်မှာသာ ရှိသည်” ဟူသော အဆိုတစ်ရပ်ကို သတိရမိပါသည်။ တင့်တယ်သည် ဟူသည်မှာကား မျက်စိက ဆုံးဖြတ်သော အခြင်းအရာမျှသာ ဖြစ်သည်။ တင့်တယ်သည် ဆိုသော ပစ္စည်းကို စူးစိုက်သောအာရုံဖြင့် သုံးသပ်လိုက်လျှင် မတင့်တယ် ဖွယ်ရာများ အထင်းသား ပေါ်လာမည်သာ ဖြစ်သည်။ အများက မတင့်တယ်ဟု သမုတ်နေသည့် အရာသည်လည်း သဘာဝ နိယာမ

တရားတို့ဖြင့် ဆင်ခြင်ကာ ဓာတ်သဘောတရားကို မြင်လျှင် မတင့်တယ် ဟူ၍လည်း မဟုတ်၊ တင့်တယ်ဟူ၍လည်း မဟုတ် ဟူသော အမြင်ကို ရပေလိမ့်မည်။

အစဉ်အမြဲ တည်တံ့နေခြင်းသည် လှ၏ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ကို ဆောင်သည်။ အမြဲ ဖောက်ပြန်နေခြင်းသည် မတည်ငြိမ် မတည်မြဲ မှုကြောင့် အရုပ်ဆိုး၏ဟု ဆိုနိုင်ပေသည်။ သို့သော်...သို့သော်... လှခြင်း၊ အရုပ်ဆိုးခြင်းတို့သည်လည်း သာမန် အဓိပ္ပာယ်ကိုသာ ဆောင်နိုင်သော အခြင်းအရာတို့ပင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

(အတွေးအမြင်၊ ၁၉၈၈၊ ဖေဖော်ဝါရီ)



## ကလေးသည် လူကြီး၏ ဖခင်ဖြစ်သည်

အင်္ဂလိပ် စာဆိုကြီး ဝီလျံဝပ်(ဒ်)(စ်)ဝပ်(သ်) (William Words worth 1770-1850) က The child is the father of man ဟု "The Rainbow" ကဗျာ၌ ဆိုသည်။ တိုက်ရိုက် ပြန်ဆိုချက်မှာ "ကလေးသည် လူကြီး၏ ဖခင်ဖြစ်သည်" ဟူ၏။ အဓိပ္ပာယ်မှာ လူတစ်ယောက် ကြီးပြင်းလာသောအခါ မည်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်သည် ဟူသည်ကို သူ၏ ငယ်ဘဝကို ကြည့်ရှုလေ့လာလျှင် သိနိုင်သည် ဟူ၍ ပင်။ ငယ်ငယ်ကတည်းက ဇာတိ ပြသည်။ ဝပ်(ဒ်)(စ်)ဝပ်(သ်)က သူသည် ငယ်စဉ်ကပင် သက်တံကိုမြင်လျှင် ရင်ခုန်သည်ဟု ဆိုသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် သူသည် ကြီးပြင်းလာသောအခါ "သဘာဝ စာဆို" တစ်ဦး ဖြစ်လာသည်။ လူကြီးဘဝ၏ အစသည် လူငယ်ဘဝ ဖြစ်သည်။ လူငယ်ဘဝက လူကြီး၏ဘဝကို ညွှန်းသည် စသည်ဖြင့် အဓိပ္ပာယ် ကောက်ယူနိုင်သည်။

မွေးရာပါ ဝါသနာ

လူမှန်းမသိသည့် လူမမည်ဘဝမှာပင် ဇာတိပြတတ်သည်။ သူ့အပြုအမူကို ကြည့်ရှုလေ့လာတတ်လျှင် သူ၏နောင်ရေးကို လှမ်း၍ မြင်နိုင်သည်။ ထိုသို့ လေ့လာရာ၌ မွေးရာပါ ဝါသနာကို ဂရုစိုက်၍ ရှာဖွေ စိစစ်ရပေမည်။ ငယ်စဉ်အခါမှာ ကလေးတို့ဘာဝ လူကြီးများ ပြုမူသည့် အမူအရာများကို အတုယူတတ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ တွေ့ရသည်တို့ကို အတုယူတတ်သည်။ “ခေတ်ရေစီးကြောင်း” ဟု ခေါ်သော ခေတ်၏ ဩဇာသက်ရောက်မှုလည်း ရှိသည်။ ကစားဖော်များနှင့် အတူ တွဲ၍ တစ်ယောက်လုပ်ရာကို အခြားကလေးများက လိုက်လုပ်ကြသည်။ လူသည် အဖွဲ့အစည်းဝင်အဖြစ်၌ ရှိနေလို၏။ အဖွဲ့အစည်းမှ ခွဲထွက်၍ မိမိ လုပ်ချင်ရာ လုပ်သူလည်း ရှိ၏။ သို့သော် နည်းလှချေသည်။ ထို ခွဲထွက်သူသည် ကြီးလာသောအခါ လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ခုခု၏ ခေါင်းဆောင် သော် လည်းကောင်း၊ တော်လှန်သူသော် လည်းကောင်း ဖြစ်လာဖွယ် ရှိသည်။

ငယ်စဉ်မှာ စိတ်ဓာတ် မခိုင်မခံ့သည့်အလျောက် ရောယောင် လိုက်ချင်သော ဆန္ဒ ရှိတတ်သည်။ ယခုခေတ်ဆိုလျှင် ကလေးများစွာ သည် သိုင်းကစားမှု၌ စိတ်ဝင်စားကြသည်။ အတိုက်အခိုက် အပစ်အခတ်တို့ကို နှစ်သက်ကြသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်၏ ဩဇာသက်ရောက်မှုပင် ဖြစ်၏။ ယင်းသို့ သူများလုပ်တာ လိုက်လုပ်ခြင်းသည် ဝါသနာ မဟုတ်ပေ။ ခေတ်ရေစီးကြောင်းတွင် မျောပါသွားခြင်းမျှသာ ဖြစ်သည်။ တဖြည်းဖြည်း အရွယ်ရင့်လာ၍ လူမှန်းသိသည်ထက် သိလာသောအခါ ကျောင်းသင်ပညာ၏ ဩဇာ တဖြည်းဖြည်း လွှမ်းလာသဖြင့် ကလေးအရွယ်မှ လူငယ်ဘဝသို့ ရောက်သည်တွင် မိမိ၏ ပင်ကိုရင်းစွဲ ဝါသနာ သည် အစို့အညွှောက်မှ ပင်ပေါက်ကလေး ဖြစ်လာလေသည်။

တွေးတတ် မြင်တတ်ပါစေ

အချို့ လူငယ်တို့သည် ရင့်တန်သလောက် မရင့်သေးဘဲ ကလေးဆန်ဆန် နေတတ်သည်။ အတွေးအခေါ် လေ့ကျင့်မှု အားနည်းသောကြောင့်ပင်ဖြစ်သည်။ အတွေးအခေါ် လေ့ကျင့်မှုသည် အထွေထွေ ပညာသင်ကြားရေး၌ အရေးပါသည်။ ကလေးလူငယ်တို့အား တွေးတတ်မြင်တတ်အောင် အစစအရာရာ အကြောင်းကိစ္စ ပြဿနာများတွင် မိမိတို့၏ ထင်မြင်ချက်ကို တောင်းဆိုသော အလေ့ရှိစေရန် ပျိုးထောင်ပေးရပေမည်။ “အဲဒီကိစ္စမှာ မင်း ဘယ်လိုထင်သလဲ”၊ “ဤအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ မိမိ၏ ထင်မြင်ချက်ကို ဖော်ပြပါ”၊ “ဤပြဿနာကို ဆွေးနွေးပါ” စသည်ဖြင့် စာသင်သား လူငယ်တို့အား လေ့ကျင့်ခန်းပေးရန် လိုအပ်ပေသည်။ အတွေးအခေါ်မရှိသော လူသည် လူပင် ဖြစ်လင့်ကစား လူတန်းမစေချေ။ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ကို အသုံးပြု၍ ကိုယ်ပိုင် အတွေးအခေါ် ဖော်ထုတ်မှု လေ့ကျင့်ခန်းသည် ပညာသင်ကြားရေး၌ အရေးပါသော ကဏ္ဍတစ်ရပ် ဖြစ်ပေသည်။

အတွေးအခေါ် ပေါ်ထွက်လာဖို့မှာ တွေးတတ်အောင် လေ့ကျင့်ပေးမှုပေါ်တွင် တည်သည်။ မှတ်မိနေပါသည်။ အင်္ဂလိပ် ဝတ္ထုရေးဆရာကြီး ဒစ်ကင်း၏ ဝတ္ထုတစ်ပုဒ်တွင် အိမ်၌ လူသုံးတော်အဖြစ် ထားသော အစေခံကြီးက “တွေးလိုက်တာ ခေါင်းကိုက်သွားတာပဲ” ဟူသော သဘောပါရှိသည့် စကားမျိုးကို ပြောသည်။ အခြား ဇာတ်ကောင်တစ်ယောက်က “တွေးကြည့်ရမယ်၊ ဟုတ်လား။ ငါ့မှာ လုပ်စရာတွေ အများကြီးရှိတယ်။ တွေးနေဖို့ အချိန်မရှိပါဘူး။ မတွေးဘဲ လုပ်လည်း ဖြစ်တာပါပဲ” ဟူ၍ ဆိုသည်။

ပညာရှင်တစ်ဦးက “တကယ်ဆိုတော့ အတွေးအခေါ်က ကမ္ဘာကို အုပ်စိုးတာပဲ” ဟု ဆိုသည်ကိုလည်း မှတ်မိပါသည်။

### ခေါင်းကိုက်သည်ဆိုလျှင်

ကျောင်းတွင် ပြဿနာများ ဖြေရှင်းမှုကို နည်းအမျိုးမျိုး၊ ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် သင်ပေးနေသည်။ သင်ချာသည် အတွေးအခေါ် လေ့ကျင့်မှု၌ အရေးပါသည်။ သိပ္ပံပညာ ဘာသာရပ်များ၊ ဝိဇ္ဇာပညာ ဘာသာရပ်များ အားလုံးတွင် အတွေးအခေါ်ကို လေ့ကျင့်ရန် အခါအခွင့်များ ပါရှိသည်။ သို့သော် မှတ်သားသင့်သည့် အကြောင်းအချက်များကို မမေ့မလျော့စေရန် အရကျက်ပြီးသည့်နောက် အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်မှု၊ တီထွင်ဖန်တီးမှု စသည့် ပညာလုပ်ငန်းတို့၌ အတွေးအခေါ်သည် ပဓာန လိုအပ်ချက် ဖြစ်သည်။ ထိုပညာ လုပ်ငန်းများပါမှသာ ပညာတတ်သည်ဟု ဆိုနိုင်သည်။

တွေးရရင် ခေါင်းကိုက်သည်ဆိုလျှင် ထိုသူသည် အစေခံ နောက်လိုက်မျှသာ ဖြစ်ချေမည်။ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်မည် မဟုတ်။ အတွေးအခေါ်မရှိဘဲ ခေါင်းဆောင် ဖြစ်လာလျှင်လည်း ပျက်စီးကြရမည်သာ ဖြစ်သည်။ လူကောင်းလူတော်ဖြစ်ရေး၌ အတွေးအခေါ်သည် အရေးပါလှပေသည်။

လူကောင်းဖြစ်ရေး၌ အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားဝေဖန်နိုင်ရန် အတွေးအခေါ် လိုအပ်သည်။ လူတော် ဖြစ်ရန်မှာလည်း အကောင်းအဆိုးကို ခွဲခြား ဝေဖန်ပြီးနောက် အကောင်းအင်အားစုကို မည်သည့်နည်းဖြင့် တိုးတက်စေရမည်။ အဆိုးကို မည်သည့်နည်းဖြင့် ဆိတ်သုဉ်းစေရမည် ဟူသော နည်းလမ်း ရှာဖွေရေး၌ အတွေးအခေါ်ကိုမျှ မပြုလျှင် မည်သို့ ပြုမည်နည်း။ လူကောင်းလူတော်မှသာလျှင် နိုင်ငံနှင့် လူမျိုး၏ ကြီးလေးသော တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်နိုင်သော စွမ်းရည် ရှိပေသည်။

### လူပေါ်နှင့် လူလည်

လူလူချင်း သဘာဝ တူငြားလည်း အတွေးအခေါ်ချင်း ကွာခြားသဖြင့် လူအဆင့်ချင်းလည်း ကွာခြားသွားပေသည်။ ငွေကြေးဥစ္စာ

ပေါကြွယ်ဝသော သူဌေးသားပင် ဖြစ်လင့်ကစား ဉာဏ်ပညာ ဗဟုသုတ ခေါင်းပါးလျှင် လူမွဲမဖြစ်သည့်တိုင်အောင် “လူပေါ” ဖြစ်မည် ဧကန်ပင်။ ဉာဏ်ပညာအဆင့် တိုးတက်မှုသည် သက်ဆိုင်သူ၏ လုပ်ရပ်အပေါ်တွင် တည်သည်။ လူအများက ပြောကြသည်။ ဉာဏ်တော်သည်၊ ညံ့သည်ဟူသည့် အချက်မှာ ကံအပေါ်တွင် တည်သည်ဟု ဆိုကြ၏။ ထင်ကြ၏။ မှန်သင့်သလောက် မှန်ပါသည်။ သို့သော် ကံအပေါ်သို့ လုံးဝ ပုံမချသင့်ပေ။ “လူမတန် ကံချ” ဆိုသလို လူအပေါ်မှာ များစွာ တည်သည်။ ကြိုးစားမှုသည် လူ၏ ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်း ဖြစ်သည်။ ထိုပစ္စည်းသည် အစစအရာရာ၌ အရေးပါသည်။ ဉာဏ်ထက်မှု တစ်ရာခိုင်နှုန်းနှင့် ချွေးကျအောင် ကြိုးပမ်းမှုမှာ ကိုးဆယ့်ကိုး ရာခိုင်နှုန်း တို့ကြောင့် ဉာဏ်ကြီးရှင် ဖြစ်ရသည် ဟူ၍ အဆိုရှိ၏။ တကယ့် လူတော် မှန်သမျှသည် အကြီးအကျယ် ကြိုးပမ်းမှု ပြုကြရသည်။ အပေါ်ယံ သွက်လက်ချက်ချာသူသည် လူတော် မဟုတ်ချေ။ “လူလည်” မျှသာ ဖြစ်သည်။ တကယ့် လူတော်သည် လူကောင်းလည်း ဖြစ်၏။ အသိဉာဏ် ဖြင့် ဆင်ခြင်ဝေဖန်မှုပြုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် လူကောင်းလူတော် ဖြစ်ပေ သည်။

**နဂါးတန်းဖိုး**

လူငယ်တို့သည် ကြိုးစားရန် အမြဲတမ်း အသင့်ရှိကြရပေမည်။ တော်စွလျော်စွဖြင့် ကြီးပွားလိုသူသည် တော်စွလျော်စွမျှသာ ဖြစ်မည်။ တကယ်တမ်း မကြီးပွားနိုင်ပေ။ စားသာသလို စားချင်သူအဖို့ စားသာ သည့်အခါ စားနိုင်ပြီးလျှင် မစားသာသည့်အခါ ခွေမှိုင်းလဲကျရုံသာ ရှိချေမည် အမှန်ပင်။ အစဉ်တစိုက် ကြီးပွားတိုးတက်ခြင်း မဖြစ်နိုင်ချေ။ လူ့ဘဝမှာ နေရခိုက်ကလေးတွင် လူကောင်းလူတော်ဖြစ်မှသာ လူပီသ၍

လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပေလိမ့်မည်။ လူပီသဖို့ အရေးကြီးသည်။ အခိုက်အတန့် အားဖြင့် မည်မျှပင် အခြေတင့်နေစေကာမူ ဉာဏ်ပညာမရှိသူသည် တစ်သက်လုံး အခြေလှလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။ အခြေကျသွားသည့်အခါ အကျနာတတ်သည်။ အခြေသာခိုက်၌ ပတ်ဝန်းကျင်က အပေါ်ယံ သာမန်အားဖြင့် ရိုသေမှု ပြုကြပေမည်။

ထိုသို့သော အရိုအသေပြုမှုတို့သည် ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကြည်ညိုလေးစားခြင်းမှ ပေါ်ထွက်လာခြင်းမဟုတ် အခြေအနေအရ ပြုရခြင်းမျှသာ ဖြစ်သည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မှာ အခြေကျသွားပြီဆိုမှဖြင့် အားလုံးက ပြန်စောင်း၍ မျှပင် လှည့်မကြည့်တော့ဘဲ လူရာမသွင်းကြတော့ချေ။ နဂို တန်ဖိုးရှိသူ အဖို့ အခြေသာသည် ဖြစ်စေ၊ အခြေကျသည် ဖြစ်စေ အပေါ်ယံ တန်ဖိုးများ ပျောက်ကွယ်သွားသော်ငြားလည်း နဂိုတန်ဖိုးမှာ မထိခိုက်ဘဲ ကျန်ရှိနေသောကြောင့် အနေတင့်ပေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်က နဂို တန်ဖိုးကိုသာ တကယ်တမ်း လေးစားကြသည်။

နဂိုတန်ဖိုး မြင့်တက်စေရေး၌ ပင်ကို အရည်အသွေးသည် အထူးလိုအပ်သောအရာ ဖြစ်၏။ လူကောင်းလူတော်သည် ဘယ်သောအခါမျှ မတိမ်ကောပေ။ “မွဲလျှင် ပြောင်ပြောင်မွဲသည်” ဆိုသော စကားအတိုင်းပင် အခြေသာသည် ဖြစ်စေ၊ အခြေကျသည် ဖြစ်စေ အနေတင့်သည်။ လူကောင်းကို လူအပေါင်းက ခင်မင်ရိုသေ၏။ လူတော်ကို လူအပေါင်းက လေးစားကြည်ညို၏။ လူကောင်းလူတော်ဖြစ်သူအား လူအပေါင်းက ခင်မင်ရိုသေကြည်ညို လေးစားမှုပြုကြသည်။

စိုင့်ကော်လို့ ချုံပေါ်ရောက်သူသည် အမြင့်သို့ တက်နိုင်သူ မဟုတ်။ ချုံပေါ်မှကျသည့်အခါတွင် ကြောင်ကျကျလျှင် တော်ပါသေး၏။ သို့သော် သူ့မှာ နဂိုစွမ်းရည် ခေါင်းပါးနေသဖြင့် ကြောင်ကျကျဖို့အကြောင်း မပေါ်နိုင်ချေ။ သနားစရာ သတ္တဝါတစ်ဦး ဖြစ်မှန်းမသိ ဖြစ်သွားချေမည်သာ။

အားမကျသင့်

လူငယ်တို့က အခြေသာခိုက်တွင် ထိုးထိုးထောင်ထောင် လုပ်နေသူတို့ကို ကြည့်ပြီး အားမကျသင့်ပေ။ သူ့ဘဝသမိုင်းကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ လေ့လာကြည့်သင့်သည်။ ထိုးထိုးထောင်ထောင် အခြေအနေမှ ကျသည့်အခါ “အဆင်းခက်ခက် အတက်ကြမ်းကြမ်း” ဆိုသလို ဖြစ်သည်ကို တွေ့ရပေမည်။ လူ့လောကမှာ ငွေကြေးရှိမှ ဖြစ်မည် မှန်သော်လည်း ငွေကြေးထက် တန်ဖိုးကြီး၍ တစ်သက်တာ တန်ဖိုး မလျော့နိုင်သည့် ပင်ကို အရည်အသွေးတို့သည်လည်း ရှိပေသေးသည်။ လူလည်လူရှုပ် ဖြစ်ဖို့ မခက်ပါ။ စားသာသလို စားတတ်ဖို့မှာလည်း တိရစ္ဆာန်များပင် တတ်သော အတတ် ဖြစ်သည်။ လူကောင်း တစ်ယောက်၊ လူတော်တစ်ဦး ဖြစ်ဖို့မှာမူ ကြိုးစားမှ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ယခု ပြောဆိုပြီးသော စကားတို့ကို ဖတ်ရှုကြားနာသူတို့တွင် အဆင်ခြင်နည်းသူတို့က “ရှေးစကားနှင့် တရားဟောနေသည်” ဆိုကာ မဲ့ပြုံး ပြုံးကြပေမည်။ သို့သော် အဆင်ခြင်ရှိသူ လူငယ်တို့အဖို့ အလေးအနက် တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် ဖြစ်ပေလိမ့်မည် ပင်။

(အတွေးအမြင်၊ ၁၉၈၇၊ ဩဂုတ်)



### တကယ်တော့ ရယ်စရာ

“အသက်တာက တိုလွန်းလို့ သေးသိမ်နေဖို့ အချိန်မရှိဘူး” ဟု ရှေးခေတ် ဗြိတိသျှဝန်ကြီးချုပ်တစ်ဦး ဖြစ်သော “ဒစ္စရယ်လီ” က ဆိုဖူးသည်။ လူတွေ အတော်များများက အသေးအဖွဲ ကိစ္စများကို ရေးကြီး ခွင်ကျယ်လုပ်ပြီး အချိန်တွေ ဖြုန်းပစ်ကြသည်။ သင်္ခါရလောကကြီးတွင် လူ့ဘဝတစ်သက်တာသည် တိုလွန်းလှသည်။ ဟိုလှည့်ဒီလှုပ်နှင့် လတွေ နှစ်တွေကုန်ပြီး ငယ်ရာက ကြီး၊ ကြီးရာက အို၊ အိုရာက သေ။ အချို့မှာမူ ငယ်ခိုက်မှာပင် သေဆုံးကြသည်။ ထိုမျှ တိုတောင်း၍ မရေရာသော ဘဝတွင် လောဘ ဒေါသတွေ မိုးမွန်ပြီး တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ် (အတ္တစွဲ) ကြီးမားသလောက် သဘောထားသေးကြသည်။

တကယ်တော့ ရယ်စရာ ကောင်းလှပေသည်။ ကလေးတွေ ကစားရင်း စိတ်ကောက်ကြသည်မှာ ပြုံးစရာ ချစ်စရာကောင်းသည်။ လူကြီးတန်မဲ့ စိတ်ကောက်လျှင် အရပ်ဆိုးသည်။ ရွံစရာ ကောင်းသည်။ လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်လျှင် သနားစရာ ကောင်းလှပေသည်။ အသေးအဖွဲ ကိစ္စများစွာသည် ခြင်ကိုက်သလောက်၊ ပုရွက်ဆိတ် ကိုက် သလောက်မျှသာ ရှိသည်။ ထိုကိစ္စများကို အကြောင်းပြုပြီး စိတ်ကောက် ခြင်းသည် လူမမည်အရွယ်အဖို့ ခွင့်လွှတ်ကြသော်လည်း လူကြီးတွေအဖို့

အထင်သေးဖွယ် ဖြစ်၏။ သူတစ်ပါးကို မိမိ မပိုင်၊ မိမိနှင့် မဆိုင်။ မိမိ ကိုယ်ကိုသာ မိမိ ပိုင်သဖြင့် သဘောထား မသေးအောင် ဆုံးမဖို့သာ လိုသည်။

ပြီးတာတွေ ပြီးပါစေတော့ ဟူသော သဘောမျိုး ထားရှိနိုင်သမျှ စိတ်ကြည်လင် ချမ်းမြေ့ပေမည်။ အရေးမယူဘဲ ခွင့်လွှတ်လိုက်လျှင် အသေးအဖွဲက အကြီးအမား မဖြစ်တော့ဘဲ အခြေအနေမပျက် ဖြစ်ပေ လိမ့်မည်။ မိမိ၏ မာနကို ထိခိုက်လာလျှင် နာတတ်ကြသည်။ စော်ကား သည် ဟူ၍ သတ်မှတ်ပြီးလျှင် အပြင်းအထန် တန်ပြန်ပြုတတ်ကြသည်။ သူတော်ကောင်း ဟူ၍ မဆိုသာသော ပုထုဇဉ် လူသားတို့သည် ယင်းသို့ ပင် တန်ပြန်ပြုကြပေလိမ့်မည်။ အပြစ်မဆိုသာပေ။ သူတော်ကောင်း အဖြစ်သို့ မရောက်သေးသော်လည်း တတ်နိုင်သမျှ ဒေါသကို ခြိုးခြံလျှင် မိမိအဖို့ စိတ်ဆင်းရဲခြင်းမှ သက်သာမည်။

စိတ်ထား သဘောထား သေးနပ်ခြင်းသည် အထင်သေးစရာ ဖြစ်သည်။ ငယ်စဉ်ကတည်းက သေးနပ်သော စိတ်ထားကို မိဘများက ပြုပြင်ပေးသင့်သည်။ ကလေးများ စုပေါင်းကစားနေကြစဉ် ကလေး တစ်ယောက်က ကစားစရာများကို သူချည်း လိုချင်သည်။ သူ လုပ်ချင်ရာ ချည်း လုပ်ချင်သည်။ အခြား ကလေးများအတွက် အခွင့်အရေး မပေး လို။ ထိုသို့သော တစ်ကိုယ်ကောင်း ပြုကျင့်မှုသည် လူမမည်အရွယ်တွင် ဖြစ်တတ်သော သဘာဝပင် ဖြစ်၏။ မိဘများနှင့် အစ်ကို အစ်မများက အကြောင်းအလှည့် သင့်သလို ဖျောင်းဖျဆုံးမသင့်သည်။ တစ်ကိုယ်ကောင်း စိတ် ကြီးမားခြင်းသည် လူတိုင်းမှာ ရှိသည်ဟု မဆိုသာပေ။ အချို့မှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ် အသင့်အတန်ရှိသည် မှန်သော်လည်း ထောက်ထား စာနာတတ်သည်။ ငယ်စဉ်ကတည်းက ပါလာသော သဘောထား ဖြစ်သည်။

“ဒီကောင်ဟာ ကျွန်တော်နဲ့ ညီအစ်ကိုဝမ်းကွဲပါ။ သူက အတူနေ တယ်။ ငယ်ငယ်က ကစားကြရာမှာ သူက သူ့ဖို့ချည်း လုပ်တာပဲ။ ဒါနဲ့ သူ့ကို ကျွန်တော်က လှေကားပေါ်က ကန်ချလိုက်တာပေါ့”

လူကြီးတစ်ယောက်က စကားစပ်မိ၍ ပြောပြသည်။ သူတို့ နှစ်ယောက်လုံး သဘောထားသေးကြသည်။ ပထမလူက တစ်ကိုယ် ကောင်း ဆန်လွန်းသည်။ ဒုတိယလူက ခွင့်မလွတ်ပေ။ လက်စားချေ သည်။ အကယ်၍သာ သဘောထားကြီးလျှင် ပထမလူနှင့် ဆက်လက် မပေါင်းသင်းဘဲ ရှောင်ကြဉ်နေမည်သာ ဖြစ်သည်။ လက်စားချေ ခြင်းသည် အာဇာတထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ခွင့်မလွတ်ခြင်း လုံးဝ မရှိချေ။ ခွင့်မလွတ်သည်မှာ အသက်ကြီးလာသည့်တိုင်အောင်ပင်။ ထိုသူသည် သူ့ဝမ်းကွဲညီကို တစ်သက်လုံး မပတ်သက်တော့ဘဲ သေခန်းဖြတ်လိုက် သည်။ ပထမလူ၏ တစ်ကိုယ်ကောင်း ဆန်လွန်းမှုသည် နောင် အသက် အရွယ် ကြီးရင့်လာသောအခါ လျော့ပါးနိုင်ဖွယ် ရှိ၏။ အချိန်ပေးသင့်ပေ သည်။ အကယ်၍ ဆက်လက်ပြီး ဆိုးယုတ်နေလျှင် ခပ်တန်းတန်း နေလိုက်လျှင် ပိုကောင်းမည်။ ခွင့်မလွတ်သင့် ခွင့်မလွတ်ထိုက်လျှင်၊ ခွင့်မလွတ် ရန် အသင့်ရှိလျှင် မိမိက သဘောထားကြီးကြောင်း ထင်ရှားပေမည်။

သဘောထားကြီးမှုကို စိတ်အနေအထား ပြုပြင်လျှင် ရရှိနိုင် သည်။ သဘောထားကြီးစွာဖြင့် ခွင့်မလွတ်ခြင်းသည် အရှုံးပေး အညံ့ ခံခြင်း မဟုတ်ပေ။ အမှန်မှာ အောင်နိုင်ခြင်း၊ စိတ်ထားမြင့်မြတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ တစ်ခါက တစ်နေရာတွင် “ကိုယ့်ရန်သူကို မေတ္တာပို့ခြင်းဖြင့် ရူးအောင်လုပ်ပါ” ဟူသော စာတန်းကလေးတစ်ခု တွေ့ဖူးသည်။ ဆိုလို သည်မှာ သူက ရန်လိုစိတ်ပွားသည်ကို မိမိက မေတ္တာစိတ် တုံ့ပြန်လျှင် အချိန်တန်တော့ အရည်လည်လာပြီးလျှင် ရန်လိုမှုအတွက် နောင်တရ နိုင်သည်။ မှန်ပါသည်။ အချို့မှာ ရန်လိုစိတ် ကြီးမားလွန်းသဖြင့်

နောင်တရဖို့ ဝေးစွာ တစ်သက်လုံး မိုက်လုံးကြီးကြသည်။ ထိုသူမျိုးကို တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ရှားရန်သာ လိုသည်။

စိတ်ထား သဘောထား သေးနပ်ခြင်းသည် ရွံရှာဖွယ် ဖြစ်၏။ စိတ်ထားမှန်ကန်၍ သဘောထားကြီးခြင်းသည် ရန်သူကို နိုင်သည်က ဒုတိယ ဖြစ်၏။ ပထမ အောင်နိုင်ခြင်းမှာ မိမိကိုယ် မိမိပင် ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ ဒေါသကို မိမိနိုင်ခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် ကြီးစွာသော အောင်နိုင်မှု တစ်ရပ်ဟု မှတ်ယူကာ ပီတိဖြစ်နိုင်ပေသည်။ သဘောထားကြီးမှု၏ အကျိုးကို မိမိကိုယ်တိုင် ဦးစွာ ခံစားရသည်။

အာဃာတကို ရင်ဝယ်ပိုက်ထားခြင်းသည် မြွေပွေးကို ခါးပိုက် တွင် ပိုက်ထားခြင်းနှင့် တူ၏။ သူတစ်ပါးကို ကိုက်စေရန် မြွေပွေးကို သူတစ်ပါးအပေါ်သို့ ပစ်မချမီ မြွေပွေးက မိမိကို ကိုက်သည်။ အာဃာတ ဟူသော ဒေါသအကျိတ်အခဲကို မိမိ၏ စိတ်သန္တာန်မှ ပစ်ပယ်လိုက် သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် မိမိ၌ စိတ်၏ အေးချမ်းကြည်လင်ခြင်း ရရှိသည်။

လက်စားချေ အနိုင်ယူမှုသည် နှစ်ဦးလုံး၏ အကျိုးကို ဖျက်ဆီး ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ နှစ်ဖက်လုံးရှုံးသော စစ်ပွဲနှင့် တူသည်။ လက်စားချေ ဖို့ ကြိုးစားရသည့် ဒုက္ခကို မိမိ အရင်ခံရသည်။ နောက်မှ ရန်သူမှာ ထိခိုက်သည်။ ထိခိုက်ချင်မှလည်း ထိခိုက်ချေမည်။ ရန်သူကလည်း ခုခံတိုက်ခိုက်ဦးမည်။ နောက်ဆုံး၌ နှစ်ဦးစလုံး သေကျေသည်က များလေ သည်။

အာဃာတသည် မွေးထားလျှင် ကြီးထွားလာသည်။ အချို့ မျိုးဆက်တို့သည် အာဃာတကို အမွေပေးခဲ့ကြသဖြင့် သားစဉ်မြေးဆက် ရန်ငြိုးဝန်ထုပ်ကြီး ထမ်းဆောင်သွားကြရသည်။ ကမ္ဘာစာပေများတွင် ရန်ငြိုးအမွေကြောင့် မပျက်စီးထိုက်သော အပြစ်ကင်းသူတို့ ပျက်စီးကြ ရသည်။ ရှိတ်စပီးယား၏ “ရိုမီယိုနှင့် ဂျူးလိယက်” ပြဇာတ်သည် ထင်ရှား

သော ဥဒါဟရဏ် တစ်ခု ဖြစ်သည်။ ထိုဇာတ်လမ်းသည် ဖြစ်ရပ်မှန် တစ်ခုကို မူတည်သည်ဟု ဆို၏။ အာဃာတ အမွေခံတို့သည် မည်သည့် ဖြစ်ရပ်ကြောင့် ရန်ငြိုးဖြစ်ခဲ့ရသည် ဟူသော မိဘဘိုးဘွားတို့၏ အာဃာတ သမိုင်းကြောင်းကို သာမန်ကာလျှံကာသာ သိကြသည်။ အများအားဖြင့် မသိကြချေ။ “ကမ္ဘာရန်” ဆိုသည့် စကားသည် ကြောက်မက်ဖွယ် အဓိပ္ပာယ် ကို ဆောင်သည်။ သဘောထား သေးနပ်ခြင်း၏ အဆိုးယုတ်ဆုံး အကျိုး ဆက် ဖြစ်သည်။

သဘောထားသေးပြီး အငြိုးကြီးသူသည် မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင် အသိုက်အဝန်းကို များစွာ ဒုက္ခပေးတတ်သည်။ လူဆိုးဂိုဏ်းများ တစ်ဖက် နှင့်တစ်ဖက် အပြန်အလှန် တိုက်ခိုက်ကြပုံတို့ကို ဝတ္ထုများ၊ ရုပ်ရှင်ပြဇာတ် များတွင် မြင်တွေ့တိုင်း အာဃာတ၏ ဆိုးယုတ်မှု သာဓကကို ထင်မြင် လာလေတော့သည်။ မေတ္တာနှင့် အာဃာတတို့သည် ဘဝများစွာတွင် ထင်ရှားကြသည်။ ရေနှင့် မီးသဖွယ်ပင်။ တစ်နည်းအားဖြင့် သဘော ထားကြီးခြင်းနှင့် သဘောထားသေးခြင်း အဖြစ်ကို မြင်နိုင်သည်။

ဆိုသာ ဆိုရပါသည်။ သဘောထားကြီးရန် လေ့ကျင့်၍ ရသည် ဟု ဆိုရမှာ မလွယ်ပေ။ ငယ်စဉ်အရွယ်ကတည်းက တစ်ကိုယ်ကောင်း စိတ်ထားကြီးသူများ ရှိသည်။ လူမမည်အရွယ်ကတည်းက ကလေး အချင်းချင်း သူကချည်း အနိုင်ယူချင်စိတ်ရှိသော ကလေးမျိုး ရှိသည်။ မိဘများက ထိန်းသိမ်းပေးသော်လည်း မရသည့် ကလေးမျိုးကို တွေ့ဖူး ကြုံဖူးကြပေမည်။ မိမိ၏ သားသမီးတွေထဲမှာပင် ပါလာနိုင်သည်။ ဗီဇမျိုးစေ့ထဲမှာ ပါလာသော စိတ်မျိုးဟု ခေါ်ရလေမလား မသိနိုင် အောင်ပင်။ သို့သော် “ငယ်သေးလို့ မစဉ်းစားတတ်သေးလို့ပါ။ ကြီးရင် ပြင်မှာပါ” ဟု ဆိုနိုင်သော အမျိုးလည်း ရှိပါသည်။ သို့သော်လည်း “ညဉ့်” ဆိုသော စကားကိုလည်း ထည့်သွင်း စဉ်းစားရမည် ထင်ပါ

သည်။ အချို့က ဉာဉ်ကို မယုံကြည်ကြချေ။ ကျွန်တော့် အတွေ့အကြုံမှာ တော့ ဉာဉ်သည် မွေးရာပါ ပစ္စည်း ဖြစ်သည်။ ပြုပြင်ပေးလည်း ခဏမျှသာ ဟူ၍ပင်။

ငယ်စဉ်ကတည်းက ဇာတိပြုလာကြသည်။ အင်္ဂလိပ်ကဗျာ ဆရာကြီး အယ်လိတ်ဇင်းဒါး-ပုပ် (Alexander Pope) က “ကလေးသည် လူကြီး၏ ဖခင် ဖြစ်သည်” ဟု ဆိုသည်။ သူက လူတိုင်းမှာ ငယ်စဉ်ကတည်းက ကြီးလာလျှင် ဘယ်လို လူမျိုး ဖြစ်လာလိမ့်မည် ဟူသော အရိပ်လက္ခဏာများ ပါရှိလာသည်ဟု ဆိုလိုဟန် ရှိသည်။ လူတစ်ဦး၏ စရိုက်သဘာဝသည် ငယ်စဉ်ကတည်းက အစွန်းအစကလေးများဖြင့် ပြုသည်။ ကြည့်တတ်သူ မြင်နိုင်သည်။

ဉာဉ်ဆိုးသူသည် ဆိုးသူ ဖြစ်နိုင်သည်။ ယုတ်သူလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ဆိုးရုံဆိုးလျှင် တော်ပါသေးသည်။ ဆိုးယုတ်လျှင် ဆိုးရွားလှချေသည်။ သက်သက် ဉာဉ်ဆိုးသူသည် အကျင့်စရိုက် ဆိုးသည်။ ကောက်ကျစ်မှု မရှိပေ။ ဆိုးယုတ်သူသည် ယုတ်သဖြင့် ဆိုးသည်။ ဆိုးလည်းဆိုး ယုတ်လည်း ယုတ်ချေသည်။ သဘောထား သေးသိမ်ပြီး အငြိုးကြီးသည်။ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသောကြောင့် သူ့ ယုတ်မာမှုကို အပေါ်ယံရွှေမှုန်ဖြူးတတ်သည်။ တွေ့ဖူးလှပါပြီ။ သူတော်ကောင်းစကား များများ ပြောသူသည် ယဉ်ယဉ်ကလေးနှင့် ယုတ်သောသူ ဖြစ်ဖို့များသည်။ သဘောထားသေးသိမ်၍ မိမိ လုပ်သမျှ မှန်သည်ဟု ယုံကြည်သည်။ ရန်ငြိုးကြီးသည်။ ကောက်ကျစ်မှုများကို ကျင်လည်စွာ ပြုတတ်၏။ သူ့လိုလူမျိုး ရှားလှသည် မမှတ်ပါနှင့်။

(အတွေ့အမြင်၊ ၁၉၉၀၊ ဇူလိုင်)



### ဥပမိဘဝ

မကြာသေးခင်က ဒဂုန်တာရာတို့ဆီ သွားလည်ရင်း စကားစမြည် ပြောကြရာတွင် လွန်ခဲ့သည့် နှစ်ငါးဆယ်ခန့်က ကျွန်တော် ရေးသော (The Withered Rose) ခေါ် အင်္ဂလိပ်လို ဝတ္ထုတိုကလေး တစ်ပုဒ်ကို သူက “နွမ်းလျောင်းဆီ” အမည်နှင့် မြန်မာပြန်သည့် အကြောင်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ဒဂုန်တာရာက “ကိုတက်တိုးက ရေးရင် တိတိပြတ်ပြတ် ရေးတတ်တယ်။ အဖွဲ့အနွဲ့ အလွန်နည်းတယ်။ ကျွန်တော်ကတော့လည်း ဖွဲ့နွဲ့ရမှ ကျေနပ်တယ်။ အဲဒီလို ကွာခြားတာဟာ ပါဆင်နယ်လတီ ကွာခြားချက်ပေါ့” ဟု ပြောသည်။

သူ ဆိုလိုသည်မှာ ရေးဟန် (စတိုင်) ချင်း မတူ၊ “စတိုင်သည် ပင်လျှင် လူပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်၏” ဟူသော အင်္ဂလိပ်ဆိုရိုး တစ်ခု ရှိသည်။ လူချင်း မတူသည့်အလျောက် ရေးဟန်ပြောဟန်၊ လုပ်ဟန် စသည့် “ဟန်”ချင်း မတူဟု ဆိုလိုသည်။ သူက “စတိုင်”နှင့် “ပါဆင်နယ်လတီ” ကို အဓိပ္ပာယ်တူအဖြစ် သုံး၍ ပြောလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

မတင်မကျ ဖြစ်ခဲ့ရ

မှန်ပါသည်။ လူတိုင်းမှာ ကိုယ့်နည်းကိုယ့်ဟန် အပါအဝင် မိမိ တစ်ဦးတည်းနှင့်သာ ဆိုင်သော ဥစ္စာတစ်ခု ရှိသည်။ ယင်းသည် ကား “ပါဆင်နယ်လတီ” (Personality) ဟု အင်္ဂလိပ်လိုခေါ်သော “ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး” ပင် ဖြစ်သည်။

လူတစ်ယောက် ခံညားသည်ဆိုလျှင် “ပါဆင်နယ်လတီ” ကောင်း တယ်ဟု အင်္ဂလိပ်စာတတ်တို့က ဆိုလေ့ရှိကြသည်။ သူတို့ ထိုအင်္ဂလိပ် စကားလုံးကို သုံးကြသည်မှာ အဓိပ္ပာယ်တူ မြန်မာစကားလုံးကို မသိကြ သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်လည်း ဝိုးတိုးဝါးတား ဖြစ်ခဲ့သည်။ ပါဆင်နယ်လတီကို “ဥပဓိရုပ်” ဟု မြန်မာပြန်ရ ကောင်းမလားဟု တွေးမိ ခဲ့သည်။ သို့သော် ထိုစကားလုံးသည် မြန်မာစကားလုံးအစစ် မဟုတ်။ ပါဠိစကားလုံး ဖြစ်၏။ မြန်မာလို “ပြည့်စုံသော” ရုပ်ဟု ဆိုသည်။ ပါဠိစကားလုံးလည်း ဖြစ်၊ အဓိပ္ပာယ်မှာလည်း အင်္ဂလိပ် စကားလုံး၏ ဆိုလိုရင်းကို ခြုံငုံမိသည်ဟု မထင်သဖြင့် ကျွန်တော့်မှာ မတင်မကျ ဖြစ်နေခဲ့ရသည်။ အင်္ဂလိပ်စကားလုံး၏ အဓိပ္ပာယ်တွင် ရုပ်ပိုင်းသာမက စိတ်ပိုင်းလည်း အကျုံးဝင်သည်။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ ကိုယ်ကာယ ခံညား ခြင်း စသည်တို့သာမက စိတ်ထားသဘောထား၊ အတွေးအခေါ်၊ စိတ် အာရုံ လှုပ်ရှားမှု စသည်တို့လည်း ပါဝင်လေသေးသည်။

ထိုသို့ မတင်မကျ ဖြစ်နေခိုက်မှာပင် ထိုစဉ်က စိတ်ပညာ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာကျော်စိန်ကို မေးကြည့်တော့ ဆရာက “ပါဆင်နယ်လတီဟာ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး” ဟု လွယ်လွယ်ပင် ဖြေလိုက်သည်။ ကျွန်တော့်မှာ ကြံဆတွေးတောနေခဲ့ရသည်မှာ မော့ခဲ့လေပြီ။ သူကတော့ စိတ်ပညာ ဆရာပီပီ “ပါဆင်နယ်လတီ” အကြောင်းကို လေ့လာရေးသား ပြုစုသူ ဖြစ်သည့်အလျောက် လွယ်လွယ် ဖြေနိုင်ပေသည်။

ကျွန်တော် သူပေးသော စကားလုံးကို နှစ်သက်ပါသည်။ အရည်အသွေး၊ အရည်အချင်းတို့ကို ခွဲခြားသိမြင်လေ့ရှိသော ကျွန်တော်သည် “ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး” ကို အင်္ဂလိပ် “ပါဆင်နယ်လတီ” ၏ မြန်မာပြန် စကားလုံးဟု ကျွန်တော် ခံယူ၍ ကျွန်တော့် ဆောင်းပါးများတွင် အလျဉ်းသင့်တိုင်း အသုံးပြုပါသည်။

ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအစစ်

လူတိုင်းမှာ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသည်။ အချို့မှာ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကောင်းသည်။ အချို့မှာ မကောင်း။ တစ်နည်းဆိုရပါမူ အချို့မှာ သွက်လက် ရည်မွန်သည်။ ထက်မြက်သည်။ စိတ်နေစိတ်ထား ကောင်းသည်။ ဉာဏ်အရည်အသွေး အဆင့်မြင့်သည်။ အချို့မှာမူ အရာရာတွင် ချို့တဲ့သည်။ မပြည့်စုံချေ။ လူနှင့် သက်ဆိုင်သော အရည်အသွေးများ ပြည့်စုံလျှင် ဥပဓိရုပ်ကောင်းသည်ဟု ဆိုကြသည်။ သို့သော် ရုပ်ကိုကြည့်၍ ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည် မပြည့်စုံချေ။ ရုပ်ချောမှ လှမှ ခံညားမှမဟုတ်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကောင်းသူသည် ရုပ်မချော မခံသော်လည်း ရည်မွန်သောကြောင့် နှစ်လိုဖွယ် ဖြစ်၏။ နှစ်လိုဖွယ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် ကောင်းလှပေ၏။

စိတ်နှင့်ရုပ်တို့သည် အညမည ဖြစ်ကြ၏။ သို့သော် စိတ်က ရုပ်ကိုဆောင်သည်။ စိတ်ကောင်းရှိသူ၊ ရိုးသားသူ၊ ကြင်နာမှုရှိသူ၊ စာရိတ္တကောင်းသူတို့သည် ရုပ် (မျက်နှာထား) ကြည်လင်သည်။ အချို့ရှိသည်။ “ရုပ်ကလေးကတော့ သနားကမားပဲ၊ ဒါပေမဲ့ မျက်နှာ ဆိုးလှတယ်” ဟု အပြောခံရသူများသည် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး မကောင်းသူ ဖြစ်သည်။ “မျက်နှာမြင် ချစ်ခင်ပါစေ၊ အသံကြား သနားပါစေ” ဟူသော ဆုဖြင့် ပြည့်စုံသူကို လူတိုင်း ချစ်ခင်ကြသည်။ တစ်ဖန် မျက်နှာထား

တည်ကြည်၍ အပြောအဆို၊ အသံဩဇာ ကောင်းသည်။ ဆိုစကားမှာ လည်း လေးနက် ပြတ်သားသည်။ ထို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးလည်း ကောင်းပေသည်။ လူအများက သူ့ကို ရိုသေလေးစားလိုကြ၏။

ဆိုခဲ့ပြီးပါပြီ။ လူတိုင်းမှာ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကိုယ်စီကိုယ်ငါ ပါလာသည်။ မိမိ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည်သာလျှင် မိမိ၏ မွေးရာပါ ပစ္စည်း ဖြစ်သည်။ မိမိဘဝတွင် မိမိပိုင်သော ပစ္စည်း ဖြစ်၏။ သူတစ်ပါး လုယူခိုးယူ၍ မရနိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏ အဖိုးတန်ဆုံး ပစ္စည်းလည်း ဖြစ်သည်။

**အတုနားထာ**

အချို့က သူတစ်ပါးကို ကြည့်ပြီး အားကျ၍ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်သေးသည်။ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်သေးသူသာလျှင် သူတစ်ပါးကို တုသည်။ လူငယ်လူရွယ်တို့မှာ စိတ်ဓာတ်အခြေမကျ ဖြစ်နေတတ်သေးသဖြင့် သူတစ်ပါးကို တုချင်စိတ် ရှိတတ်ကြသည်။ စာရေးဆရာ ဖြစ်ချင်သူက မိမိ ကြိုက်နှစ်သက်သော စာရေးဆရာ၏ ရေးဟန်ကို အတုခိုးသည်။ ရုပ်ရှင်ကြိုက်သူ လူငယ်အချို့က ဇာတ်လိုက်မင်းသမီး၊ မင်းသားဟန်၊ အဝတ်အစား စသည်တို့ကို အတုခိုးတတ်ကြသည်။ လူ့ဘဝမှာ အထာမကျသေးသော အရွယ်၌ရှိနေသည့် လူငယ်တို့အား ဦးတည်၍ သတိပေးရပါမူ မိမိသည် မိမိအဖို့ အရေးအပါဆုံးပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ဘဝ၊ မိမိ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး၊ မိမိ၏ အခြေအနေတို့သည် မိမိအဖို့ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မိမိသည် လူ့ဘဝတွင် ကိုယ်ပိုင်နေရာ ယူကာ လူတစ်လုံး သူတစ်လုံးအဖြစ် နေချင်လျှင် မိမိပိုင်ပစ္စည်းများကို ကြည်ဖြူစွာ လက်ခံပြီးလျှင် ထိုပစ္စည်းများ၏ အရည်အသွေး ကောင်းမွန်စွာ ကြိုးပမ်းပြုပြင် ဆောင်ရွက်ရမည်သာ ဖြစ်သည်။