

စိတ်ကူးချို့ချိအနုပညာ

ဘာကြောင့်များ စိုးရိမ်သောက ပွားနေရသလဲ

WHY WORRY!

K.Sri Dhammananda

ကောင်းသာ-မြန်မာပြန်

စိုးရိမ်သောကနှင့် စိတ်ဗီဇပညာများမရှိဘဲ သင့်ဘဝကို
ဝုဒ္ဓဓမ္မ၏သင်ကြားမှုများဖြင့် ချမ်းမြေ့စွာ နေထိုင်ရှင်သန်နိုင်ရန်
လက်တွေ့ကျသော အကြံပြုချက်များ

၁၉၆၇ ခုနှစ်မှ စတင် ရိုက်နှိပ် ထုတ်ဝေပြီး ဘာသာပေါင်းစုံဖြင့်
ယခုတိုင် အကြိမ်ကြိမ်ရိုက်နှိပ်နေရဆဲစာအုပ်။

စာရေးသူရဲ့ အကြောင်း

VEN DR.KSRI DHAMMANANDA ဘုန်းတော်ကြီး ဒေါက်တာကော၊ သီရိဓမ္မနန္ဒ

ဤစာအုပ်ရေးသူ ဒေါက်တာကော၊ သီရိဓမ္မနန္ဒမှာ ထင်ရှားသော ဗုဒ္ဓဘာသာကျမ်းပြုဆရာဖြစ်လျက် ပြီးခဲ့သည့် ၅၁ နှစ်ကြာကာလအတွင်း ကျမ်းစာအုပ်ပေါင်း ၅၀ ကျော်ရေးသားခဲ့ပြီး ဘာသာရေးနဲ့ ဘဝရှုထောင့်ပေါင်းစုံအပေါ် စာတမ်းစာအုပ်ငယ်လေးများ စွာလည်း ရေးခဲ့ပါတယ်။ သူစာများကို ကမ္ဘာတစ်ဝန်း ဘာသာ ပေါင်းစုံပြန်ဆိုခဲ့ကြတယ်။ သူစာများကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ သာမက အခြားဘာသာများ ရဲ့ နောက်လိုက်များကပါ အသိအမှတ်ပြု လက်ခံကြပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ ဘက်စုံ ရှုမြင်ကွင်းဖြင့် သူရေးခဲ့ပေမဲ့ အခြားဘာသာများ ကြိုက်နှစ်သက်အောင် ရေးနိုင်မှုမှာ နာမည်ကောင်း ထွက်ခဲ့ပါတယ်။

ယခုထူးခြားတဲ့ "Why Worry" စာအုပ်မှာ ၁၉၆၇ ခုနှစ်က မလေးရှားမှာ စတင်ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ ခြင်းဖြစ်ပြီး ၁၄ ကြိမ်တိုင်တိုင် အကြိမ်ကြိမ်အခါခါ ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ချိခဲ့ရတယ်။ ကမ္ဘာတစ်လွှား လူသန်းပေါင်း များ စွာတို့ ရဲ့ အာရုံဝင်စားရာ အရင်းအမြစ်ဖြစ်ခဲ့တယ်။ ရှင်းလင်းတဲ့ သူရဲ့ အရေးအသားများ ဖြင့် စိတ်ကျရောဂါ၊ စိုးရိမ်သောက၊ သွေးပျက်ခြင်းနဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကသိကအောက် နှောင့်ယှက်နေမှုများကို ကျော်လွှားဖို့ ထင်ရှား တဲ့ ချဉ်းကပ်ချက်များ စာ

ဖတ်သူများ ထံပေးအပ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

စာရေးသူရဲ့ ကျေးဇူးတင်လွှာ

ကျွန်ုပ်ရိုးသားစွာဖြင့် အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း ပြောရမည်မှ
ဩစတြေးလျ အရှင်အက်စ်၊ ဓမ္မိက ပဲဖြစ်ပါသည် ။ ဤစာအုပ်ကို
တည်းဖြတ်ရာမှာ လက်ထောက်စာတည်း လုပ်ခဲ့သည့် အတွက်နှင့် ယခု
စာအုပ် လက်ရှိအနေအထားရောက်အောင် အသုံးဝင်သော အကြံဉာဏ်
များ ဖြင့် ကူညီခဲ့သည့် အတွက်ပါ "ဝိဂ္ဂဟယ၊ သမရ ဝိကရာမ" နှင့် "ဝိ
သာခချီခရူဆာမင်း" တို့ ကိုပါ ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည် ။

အမှာ စာ

အလကားစားရတဲ့ နေ့လယ်စာရယ်လို့ မရှိပါ။ အရာရာကိုတော့ တစ်နည်းနည်းနဲ့ တစ်ချိန်မဟုတ် တစ်ချိန် ပေးဆပ်ရတာချည်းပါပဲ။ ခေတ်သစ်လူ့အဖွဲ့ အစည်းကြီးက ကျွန်တို့ ကိုမရေမတွက်နိုင်တဲ့ အကျိုးတရားတွေပေးပါတယ်။ ကွန်ပျူတာကနေ မနာမကျင်ရတဲ့ သွားဆရာဝန်အထိ ၊ အဆီချနို့ကနေ ကောစမက်တစ်ခွဲစိတ် ခြင်းအထိပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အကျဘက်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ ကို ဂနာမငြိမ်ဆုံးနဲ့ ကျေနပ်မှုမရဆုံးသော လူ့အဖွဲ့အစည်းတွေ လည်း လုပ်ပေးခဲ့တယ်။ မီဒီယာတွေက ကမ္ဘာကြီးကို ပိုသိရအောင် ကျွန်ုပ်တို့ ကို ခွင့်ပြုခဲ့ရာမှာ အခြေအနေတွေကို ကျွန်ုပ်တို့ ရဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအတွေ့အကြုံနှင့် ဩဇာတွေနဲ့ လိုက်လို့ မမီအောင် စိုးရိမ်သောက ပူပင်ကြောင့် ကြမ္မာ တွေဖြစ်စေပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ စက်ရုံတွေက အသုံးဝင်တဲ့ ထုတ်ကုန်တွေ ရာနဲ့ ထောင်နဲ့ ချီပြီးထုတ်ပေးပါရဲ့ ။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ ပတ်ဝန်းကျင်ထဲကို ဖြည့်စွက်လိုက်တဲ့ ညစ်ညမ်းမှုများ စွာ ကျွန်တော်တို့ ခံစားရလို့ ဒုက္ခရောက်နေ ကြရတယ်။ ဆရာဝန်တွေက ကြာရှည်စွာ ခံစားနေရတဲ့ စိုးရိမ်သောကနဲ့ တင်းကျပ်မှုတို့ ကလည်း ကျွန်တော် တို့ ကို စိုးရိမ်ကြောင့် ကြမ္မာနဲ့ ပူပင်သောကရောက်ရင် ဖျားနာစေတယ်လို့ ပြောကြတယ်။ ဒီစိုးရိမ်သောကရဲ့ သက်တမ်းနဲ့ အမျှပဲ။ ကျွန်တော်တို့ ဘဝတာဝန်လျှောက်လုံး စရိုက်ဖော်ခြင်း ခံနေရတယ်လို့ လူမှုရေးဗေဒ ပညာရှင်တွေပြောကြတာ အံ့ဩစရာမဟုတ်တော့ဘူး။ အထွေ

ထွေတိမ်းညွတ်ချက်နဲ့ အလျင်အမြန်တောင်းဆို ချက်တို့ နဲ့ အညီ ပြဿနာတွေ ခပ်လွယ်လွယ်ဖြေရှင်းတဲ့ အနေနဲ့ ဆေးဝါးတွေ၊ မူးယစ်ဆေးတွေဘက်ပဲ တုံ့ပြန် လှည့်လာကြတယ်။ ဒါတွေဟာ ကိုယ့်သဘောနဲ့ ကိုယ်အုပ်ချုပ်တဲ့ အရက်သောက်ခြင်းကနေ စိတ္တဇကုဆရာဝန် တွေ ညွှန်တဲ့ စိတ်ငြိမ်ဆေးအထိရှိတယ်။ စိုးရိမ်သောကတွေ ယာယီသာ ပျောက်သွားရတဲ့ ဒီလက္ခဏာ နှစ်ရပ်စလုံးမှာ ထိတွေ့လို့ မရနိုင်တဲ့ ပြဿနာတွေ ခိုကပ်နေတယ်။ တချို့လူတွေက ဒီမူးယစ်ဆေးဝါးပေါ် မှီခိုလာတယ်။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒီကျေနပ်ဖွယ်မကောင်းတဲ့ ဒီအခြေအနေကို လှည့်ပြောင်းနိုင်ချေတော့ရှိနေတာပါပဲ။

ဒီစာအုပ်ရေးသူ အရှင်ကေ၊ သီရိဓမ္မနန္ဒဟာ ပြဿနာတွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ လူတွေနဲ့ စကားပြောဆို နားထောင်ပေးတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ နှစ်ပေါင်းများစွာရခဲ့သူဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအတွေ့အကြုံသုံးပြီး ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမ ဩဝါဒတွေ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း သိမြင်ခဲ့တဲ့ သူရဲ့ ဗဟု သုတတွေနဲ့ အတူ ဒီစာအုပ်ကို ရေးသားခဲ့ရာမှာ စိုးရိမ် သောကနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ပုံမှန် နည်းလမ်းတွေက ခွဲထွက်တဲ့ နည်းလမ်းတွေပေးခဲ့တယ်။ ဂန္ထဝင်ဗုဒ္ဓဘာသာ ချဉ်းကပ်မှုတွေ ထိန်းသိမ်းရင်း အရှင်ဓမ္မနန္ဒဟာ ယုံရလောက်စရာ သတိပြုချက် အချို့ကိုမပေးဘဲ ကျွန်တော်တို့ သဘောထားတွေသာ ပြောင်းဖို့ တောင်းဆိုတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်သာ ပြန်ကြည့်ပြီး ကျွန်တော်တို့ အခြေအနေကို ခြားနားတဲ့ ဘက်စုံအမြင်နဲ့ ကြည့်ဖို့ ပြောတယ်။ စိုးရိမ်သောကရဲ့ အပြစ်တွေ ထိရောက်အောင် ဘာလုပ်ရမယ် ဆိုတဲ့ အကြံဉာဏ်တွေပေးတယ်။ အရှင်ဓမ္မနန္ဒဟာ သူရဲ့ ကျော်ကြားတဲ့ ကောင်းမြတ်တဲ့ အပြုံး ဟာသဉာဏ် ကျောက်မျက်ရတနာတွေနဲ့ သူ့လက်တွေ့ ဉာဏ်အမြော်အမြင်ထဲမှာ တန်ဆာဆင်ထားတယ်။ အရှင် ဆရာတော်ရဲ့ လိုက်နာဖွယ်အကောင်းဆုံး သတင်းလွှာကတော့ ကျွန်တော်တို့

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စိုးရိမ်သောက ကင်းလွတ်ပြီး ပျော်ရွှင်နေတဲ့ တစ်ဦးချင်းအနေနဲ့ ထွန်းပြောင်လာဖို့ ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ပျော်ရွှင်မှုရဲ့ ပန်းတိုင်က ကျွန်တော်လက်လှမ်းမီနိုင်တဲ့ အတွင်းမှာ ရှိနေလို့ ကျွန်တော်တို့ စွမ်းဆောင်ရည်သာ ထုတ်ပြရမှာ ပါ။

"Why Worry" ဟာ ၃၅ နှစ်လောက်က ပထမအကြိမ် ထုတ်ခဲ့ပြီး ထပ်ခါတလဲလဲ ရိုက်ခဲ့ရလျက် ဘာသာပေါင်း ၁၄ မျိုးပြန်ဆိုခဲ့ရတယ်။ စာရေးသူဟာ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းက ချီးကျူးအသိအမှတ်ပြု စာတွေထောင်နဲ့ ချီရခဲ့တယ်။ စာဖတ်သူများ စွာက သူတို့ "Why Worry" စာအုပ်ဖတ်လိုက်ရတာကြောင့် ၊ သူတို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေမိတော့မဲ့ ဘေးက လက်တွေ့ ကယ်တင်နိုင်ခဲ့တယ်လို့ စာရေးပြောကြတယ်။ များ စွာက ဒီစာအုပ်လေး ဟာ သူတို့ ရဲ့ အကြံပေးအရာရှိသဖွယ် သူငယ်ချင်း မိတ်ဆွေတွေကိုပါ လမ်းညွှန်ပေးတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ လိုအပ်ချက်အရ ဒီစာအုပ်ဟာ တိုးတက်ချဲ့ထွင်ဖြည့်စွက်လာရပြီး ယခုလက်ရှိချဲ့ထွင်ပြီး မူသစ်ဖြစ်လာရပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့ အရှင်ဓမ္မနန္ဒဟာ လူထုတရားဟော ပွဲလုပ်ငန်းစဉ်တွေများ လှတဲ့ ကြားကအချိန်ယူပြီး၊ ဒီချဲ့ထွင်ပြီး စာအုပ်ကို ခေတ်နဲ့ အမီပြင်ဆင်ရေး အကြံပေးခဲ့တယ်။ ပိုအသေးစိတ်ကျတဲ့ အကြံဉာဏ်တွေ အပြင်၊ ပုံပြင်သစ် တွေနဲ့ ဥပမာ ဥပမေယျတွေပါဝင်ပြီး၊ ဘာသာစကား အသုံးအနှုန်းလည်း လိင် ၂ ခုကြား ကြားနေကျခဲ့တယ်။ သို့ပေမဲ့ မစိုးရိမ်ပါလေနဲ့ ။ အလားတူ အကြံဉာဏ်နဲ့ ကောင်းမြတ်တဲ့ တိုင်ပင်နှီးနှောပေးမှုကရှိနေဆဲပါပဲ။

ဘုန်းတော်ကြီး ဆရာတော်အက်၊ ဓမ္မိက

သြစတြေးလျ

၁၉ ရက်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ၂၀၀၃ ခုနှစ် ။

စကားချီး

လူသားတွေ မွေးလာတယ်၊ နာတယ်၊ သေကြေတယ်။ ဒါဟာ "အနာတိုဖရန့်"ရဲ့ အလိုအရ လူသား အခြေအနေကနေ ပညာရှိကဝိအဖြစ် ဘယ်လိုပေါင်းစည်းဖြည့်ဆည်းလာပုံ အကြောင်းပဲဖြစ်တယ်။ အခြား တစ်ဖက်က လွတ်လပ်တွေးခေါ်ရှင်အချို့ပြောသလိုပဲ။ လူသားဆိုတာ သဘာဝကျကျ တရွေ့ရွေ့ တိုးတက် ပြောင်းလဲရေးဖြစ်စဉ်တစ်ခုနဲ့ အနုမြူမှုန့်တွေ မတော်တဆ စီစဉ်ထားမှုကြောင့် သာ ဖြစ်လာရတဲ့ စက်ယန္တရား အငယ်စားလေးသာဖြစ်တယ်။ ဒုက္ခဝေဒနာဆိုတာ ရှင်သန်ရပ်တည်ရေး အတွက် ကျွန်တော်တို့ ရဲ့ တိုက်ပွဲထဲက မလွတ်မြောက်နိုင်တဲ့ ခွင်ဖြစ်တယ်။ ဒါက လွဲလို့ တခြားဘာအဓိပ္ပာယ်မရှိ။ ဘာရည်စူးချက်မှ မရှိ။ သေခြင်း မရဏ ဆိုတာ စတုဒြပ်စင်တွေရဲ့ အရည်ပျော်ကြခြင်းတစ်ခုဖြစ်တယ်။ ဘာမှ မကျန်ရစ်ဘူး။"

အထက်ပါ ဖော်ပြချက်နှစ်ရပ်စလုံးက ဝေဖန်ဆန်းစစ်သူတွေ၊ ရုပ်ဝါဒသမားတွေ၊ ကြီးမြတ်တဲ့ တွေးခေါ်ရှင်တွေ၊ ဒဿနဆရာတွေနဲ့ ဘာသာရေးဆရာတွေ ကြားမှာ သိကြပြီးသားဖြစ်တယ်။ သူတို့ က ဘဝအကြောင်း ဘဝရည်ရွယ်ချက်၊ ဘဝအဓိပ္ပာယ်ရှာတွေ့ဖို့ ကြိုးစားကြ ရ ၁မ ၂၁ အထူးသဖြင့် ဒုက္ခဝေဒနာတွေနဲ့ ပတ်သက်တာတွေပဲဖြစ်တယ်။

ဗုဒ္ဓရဲ့ အလိုအရ အပြိုင်အဆိုင်အရာအားလုံးရဲ့ စရိုက်လက္ခဏာတွေ

မှာ ဆွေးမြေ့ခြင်း၊ ပျောက်ကွယ် သွားခြင်းတို့ က ဘယ်တော့မှ မဆုံးနိုင် တဲ့ ဖြစ်စဉ်တွေဖြစ်နေတယ်။ အပြိုင်ပါဝင်တဲ့ အစိတ်အပိုင်း အားလုံးက မဆုံးနိုင် မရပ်စဲနိုင်တဲ့ ပြောင်းလဲခြင်းနဲ့ ပဋိပက္ခတရား (ဒုက္ခ)တို့ ရဲ့ အကြောင်းရပ်ပဲဖြစ်တယ်။ ဒါတွေဟာ ထာဝရတည်နေတယ်လို့ ထင်ရ တဲ့ ဝိညာဉ်အပေါ် ယုံကြည်သက်ဝင်နေတဲ့ ဒုက္ခသည် လူသားအားလုံးရဲ့ ခံနေရ တဲ့ ကိစ္စတွေပါပဲ။ ဒီယုံကြည်ချက်က ဘယ်တော့မှ ကျေနပ်အားမ ရနိုင်တဲ့ တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ် ဆန္ဒဆီ မြင့်တက်သွားတာမို့ ဒီလိုနဲ့ အကြောက်တရား၊ စိုးရိမ်သောကတွေကို ဦးတည်သွားပါတော့တယ်။

ဗုဒ္ဓက သူ့ ရဲ့ ဆုံးမဩဝါဒတွေမှာ ကိုယ်ကျင့်စာရိတ္တအခြေခံတစ်ရပ် ပြင်ဆင်ပေးရာမှာ ဖြစ်တည်မှုထဲ၊ မသေချာမှုနဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေ ရှိနေဦး မှာ ပဲလို့ သူကြေညာစဉ်မှာ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကျွမ်းကျင်တဲ့ ၊ မကျွမ်းကျင် တဲ့ လုပ်ရပ်နှစ်ခုကြား ကွဲပြားချက်တွေ သူလေ့လာရင်း၊ ပကတိအာရုံ နဲ့ တဒင်္ဂအာရုံနှစ်ခုစလုံးမှာ လူတွေဟာ ပျော်ရွှင်နိုင်ဖို့ အတွက် ဖြစ်နိုင် သေးတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီလူသားတွေအတွက် ပထမဆုံးက "အမြင်မှ န်ရေးဆိုတဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိ"ပါပဲ။ ယင်းရဲ့ ဆိုလိုချက်က သူတို့ ဖြစ်တည်မှုရဲ့ ကျေနပ်စရာမရှိတဲ့ သဘာဝနဲ့ အာရုံတွေမှာ မွေ့လျော် တတ်မှုတို့ ကို အ သိအမှတ်ပြုထားရမှာ ဖြစ်ပြီး သူတို့ ဘဝကို မသေချာမရေရာမှုနဲ့ ကျေနပ်ဖွယ်မကောင်းခြင်းတို့ အဆုံးသတ်စေပြီး ကျေနပ်မှုကန်တဲ့ အမူအရာ တွေနဲ့ လမ်းညွှန်နေသွားဖို့ ပဲဖြစ်ပါတယ်။

"Why Worry" ရဲ့ ပထမဦးဆုံးအကြိမ် ပုံနှိပ်တာက ၁၉၆၇ ခုနှစ် (အုပ်ရေ ၁၀၀၀၀ ရောင်းရ)က ဖြစ်ပြီး ဒီကတည်းက တောင်းဆိုတာတွေ များ လာတာနဲ့ ထပ်ခါ တလဲလဲ ရိုက်ခဲ့ရကာ အုပ်ရေ ၅၀၀၀ စီနဲ့ ၁၀ ကြိမ်တောင်ရှိခဲ့တယ်။ ကမ္ဘာ့အနှံ့က ချီးကျူးကြောင်း ကျေးဇူးတင်ကြောင်း စာတွေသွန်ကျလာတာ၊ အမေရိကန်၊ ဗြိတိန်၊ ဂျာမနီ၊ တောင်အာဖရိကနဲ့

အာရှနိုင်ငံတွေပါ ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ဖတ်ရလို့ ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း ဖော်ပြ ကြတဲ့ လူတွေဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ သာမကဘဲ ဟိန္ဒူမွတ်စလင်နဲ့ ခရစ်ယာန်တွေ၊ လွတ်လပ်မှုတွေးခေါ်သူ အချို့လည်း ပါဝင်ပါတယ်။ ဟန်ရေးပြခြင်းမရှိ ရိုးရိုးရှင်းရှင်းရေးထားတဲ့ ဒီစာအုပ်ရဲ့ အဓိက ရည်စူးချက်က ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ ရဲ့ ရှုထောင့်ကသာမကဘဲ တခြားဘာသာဝင်တွေနဲ့ တွေးခေါ်ရှင်ကြီးတွေရဲ့ ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်တဲ့ ရှုထောင့်တွေက အချက်အလက်တွေကိုပါ ဖွင့်ပြဖို့ ပါပဲ။ မူလက ဒီစာအုပ်ရေးရတာဟာ လူသားတွေ ရဲ့ ခေတ်သစ်မြို့ပြ ယဉ်ကျေးမှုရဲ့ ရှုပ်ထွေးမှုနဲ့ ဇဝေဇဝါ ဖြစ်ရမှုတို့ ကို ရင်ဆိုင်ရာမှာ လမ်းညွှန်ပေးဖို့ လိုအပ်တာကြောင့် လူသားတွေကို ဖြေသိမ့်မှုနဲ့ သက်သာရာ သက်သာကြောင်းပေးဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ဖတ်ရလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်သတ်သေတော့မဲ့ အခြေအနေက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကာကွယ်နိုင်ခဲ့တဲ့ အကြောင်း အခြားလူတွေကလည်း ဒီစာအုပ်က စာမျက်နှာနည်းနည်းစီ ညစဉ်ညတိုင်းဖတ်ခဲ့ရလို့ ကမ္ဘာကြီးရဲ့ ပြဿနာတွေကို ရိုးရိုးရှင်းရှင်းလက်တွေ့ကျကျဖြေရှင်းရေးမှာ သူတို့စိတ်တွေ သေချာပေါက်တည်ငြိမ်သွားစေ တယ်လို့ ဆိုကြတယ်။

"Why Worry" စာအုပ် ထွက် လာပြီးကတည်းက အရာကိစ္စများ စွာ နေရာတိုင်းမှာ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ စာရေးသူဟာ သူ့ဆီရေးတဲ့ စာတွေ ဖတ်ရပြီး ဘဝခရီးလမ်းတစ်လျှောက် ဒုက္ခရောက်ခဲ့သူတွေနဲ့ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးခဲ့ရတာတွေရဲ့ ရလဒ်အဖြစ်နဲ့ လူ့ပြဿနာတွေနဲ့ စပ်လျဉ်းတဲ့ ထိုးထွင်းအမြင်သစ်တွေရခဲ့ပါတယ်။ ဒီကာလမှာ ဒီစာအုပ်မူသစ်ကို ရိုက်နှိပ်ဖို့ ရာအခွင့်အလမ်းအသင့်ဆုံးပဲလို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီချဲ့ထွင်ထားတဲ့ မူသစ်က သက်တမ်းအိုမင်းလှပြီဖြစ်တဲ့ ပြဿနာ၊

အထူးသဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ခေတ် ကာလတွေနဲ့ သက်ဆိုင်နေတဲ့ ပြဿနာတွေကို ဖော်ကျူးဖို့ လမ်းရှာထားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယင်းရဲ့ ပင်မ အာရုံစိုက်မှုကတော့ ပြောင်းလဲမသွားပါဘူး။ အဲဒီအာရုံစိုက်မှုကတော့ တစ်ဦးတစ်ယောက်ဟာ မှန်ကန်တဲ့ နားလည်မှု ရှိထားရင်၊ ကြောက်ရွံ့မှု၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှုမရှိဘဲ ဘယ်လိုနေသွားလို့ ရကြောင်း ပြသဖို့ ပါပဲ။ ယင်းက ပြဿနာတွေကို လက်တွေ့ ကျကျ လူသားဆန်တဲ့ ရှုထောင့်တွေကနေ ဆွေးနွေးဖို့ ကြိုးပမ်းပါတယ်။ အပြီးသတ်အနေနဲ့ ဆိုရိုးစကားများ စွာ နောက်ဆက်တွဲများ ၊ နာမည်ကျော်အကိုးအကား စကားတွေ၊ ပုံတိုပတ်စတွေ ထည့်သွင်း ထားခြင်းကတော့ ပညာရှိတဲ့ ယောက်ျားမိန်းမတွေအနေနဲ့ လူ့အခြေအနေကို ကာလအာကာသတွေ ဖြတ်သန်း ပြီး ဘယ်လိုရှုမြင်သုံးသပ်ရတယ်ဆိုတာ ပြသဖို့ ပဲဖြစ်ပါတယ်။

ဖွင့်ထားတဲ့ စိတ်နဲ့ ဖတ်တဲ့ မည်သူမဆို လတ်ဆတ်သစ်လွင်တဲ့ အာရုံဝင်စားလို့ဆော်ချက်တွေနဲ့ အတူမျှော်လင့်ချက်တွေပါ ဒီစာအုပ်က ပေးစွမ်းနိုင်လိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်။

အရှင်ဒေါက်တာကေ၊ သီရိဓမ္မနန္ဒ

ကွာလာလမ်ပူရ၊ မလေးရှား

၁၉ ရက်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ၂၀၁၃ ခုနှစ်။
