ဖြည့်ကြည့်ခြင်း

အရှင်ဉာဏိက

****

တစ်နှစ်ကုန်ပြန်တော့မယ်။ အချိန်တွေကလည်း မြန်လိုက်တာ။ တစ်နှစ်ပြီး တစ်နှစ်။ မနှစ်က ဖြစ်စဉ်တွေဟာ မနေ့ကပဲ ဖြစ်သွားလိုက်သလိုလို။ စိတ်မျက်စိထဲ အစီအရီ။ ပုံရိပ်တွေက သစ်သစ်လွင်လွင်။ နာကျင်စရာတွေက နာကျင်ဆဲ၊ အနာထင်ဆဲ။ ရင်နာစရာတွေကလည်း ရင်နာဆဲ၊ ဝင်လာဆဲ။ မပြောင်းလဲတဲ့အရာတွေလည်း ရှိ။ ပြောင်းလဲခဲ့တာတွေလည်း ရှိ။ ငြိသူ၊ စိသူ၊ တိသူ၊ ထိသူ၊ ပိသူ၊ ဖိသူ၊ မိသူ၊ ရိသူ၊ ဝိသူ၊ သိသူ၊ အိသူ။ အသူသူ။ နောက်ပြီး ထသူ၊ ထိုင်သူ။ ထုသူ၊ ထူသူ။ ထောက်သူ၊ ထောင်သူ။ ထွေသူ၊ ထောင်းသူ။ ကောင်းသူတွေနဲ့လည်း ဆုံရ။ မကောင်းသူတွေ့လည်း ကြုံရ။ ဒါက သဘာဝ ဓမ္မတာ။

တစ်နှစ်အတွင်း ကောင်းတာတွေ ဘာများ လုပ်နိုင်ခဲ့လဲ။ မကောင်းတာတွေရော ဘာတွေ လုပ်ခဲ့မိသလဲ။ ကိုယ့်အတွက်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ သူများအတွက်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။ စဉ်းစားမိတယ်။ ကိုယ်အဖို့ဆိုလျှင်ဖြင့် ကောင်းတာတွေ လောက်လောက်လားလား မလုပ်နိုင်ခဲ့တောင် ဘဝအတွက် အနုတ်လက္ခဏာဆောင်တဲ့ မကောင်းတာတွေတော့ မလုပ်ခဲ့ဘူးလို့ မှတ်ထင်မိတယ်။ ကျေနပ်စရာ မဖြစ်တောင် ဝမ်းနည်းစရာ မဖြစ်ရလို့ စိတ်သက်သာရတယ်။

ကိုယ့်အသိုင်းအဝိုင်းမှာ ဖြစ်ပျက်ခဲ့မှုများနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့တော့ အကြီးအကျယ် ဝမ်းနည်းမိခဲ့ရပါတယ်။ မကောင်းတာလုပ်မိလို့တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကောင်းတယ်ထင်တာတွေကို လုပ်မပေးနိုင်ခဲ့တဲ့အတွက်ပါ။ ကိုယ်တစ်ဦးတည်း မရှင်းနိုင်တဲ့ ပြဿနာမျိုး ဖြစ်ပေမယ့်လည်း ကိုယ့်မှာလည်း တာဝန်ရှိတယ်ဆိုတာ သိနေတာကြောင့် မဖြေရှင်းနိုင်ရကောင်းလားဆိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားမရနိုင်ဖြစ်မိပါတယ်။ ဘာအတွက်ဆိုတာကိုတော့ မပြောလည်းသိနိုင်တာမို့ ပြောမနေတော့ပါဘူး။ ဒီတော့ ပြောချင်တာကိုပဲ ပြောပါတော့မယ်။ ပြောချင်တာ–လို့ ရေးလိုက်တော့ (ချင်) ဆိုတဲ့စကားလုံးပါနေတယ်။ ဒီတော့ တရားဟောဆရာများက ချင်–ပါနေတဲ့အတွက် လောဘလို့ ပြောကြမလားမသိ။ ပြောချင်လျှင်လည်း ပြောကြပါစေတော့။ ခုပြောမှာကလည်း အဲဒီလောဘအကြောင်းပဲလေ။

လောဘဆိုတာ အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာဖြစ်ပါမှ ရှင်းရှင်းအမြစ်ပြတ်တယ်တဲ့။ ကျမ်းဂန်များကဆိုတယ်။ ဒီတော့ သူ့နယ်ပယ်က အလွန်ကျယ်ပြန့်သား။ ပုထုဇဉ်နဲ့ ကျင့်ဝတ်သိက္ခာကို ဖြည့်ကျင့်ဆဲဖြစ်တဲ့ အရိယာငယ်တွေသန္တာန်မှာ လောဘက ကိန်းတည်နေဆဲ။ ဆိုတော့ သာမန်လူ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ နေနေရတဲ့ လူသားတစ်ဦးအဖို့ လိုမှုနဲ့ ဘယ်ကင်းနိုင်ပါ့မလဲ။ အလို (တစ်နည်း) လောဘတဏှာ ရှိနေသေးသမျှတော့ လိုအပ်မှုဆိုတာကလည်း ရှိနေမှာပေါ့။ လိုတတ်တဲ့သဘောတရားရှိနေလို့ လိုချင်တတ်တာ၊ အပြစ်တစ်ခု မဟုတ်ဘူး မဟုတ်လားလို့ မေးခွန်းထုတ်စရာပါ။

သို့ပေမယ့် လိုအပ်မှုမှာက အတိုင်းအတာရှိတယ်။ လိုအပ်မှုပုံစံလည်း ကွဲပြားခြားနားပါတယ်။ ပမာဆိုရလျှင်–လိုအပ်လို့ လိုတာရှိနိုင်သလို လိုချင်နေလို့ လိုတာမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ တချို့အရာတွေက တကယ်ကို လိုအပ်နေတယ်။ ဒီလိုအပ်မှုကို မဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်လျှင်ဖြင့် နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးတွေ အသေအချာ လာလိမ့်မယ်။ ဆိုးကျိုးတွေထဲမှာလည်း နောင်မှာပြန်လည်ပြင်ဆင်လို့ ရနိုင်တာတွေပါသလို နောင်မှာ လုံးဝပြန်ပြင်ဆင်လို့ မရနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးတွေလည်း ပါနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အမှန်တကယ် လိုကိုလိုအပ်နေတယ်။ ဒါကိုတော့ လိုအပ်လို့ လိုတာမျိုးလို့ ပြောရပါမယ်။

တချို့ကတော့ လူသားတစ်ယောက်ရဲ့ အခြေခံလိုအပ်ချက်အားလုံး ပြည့်စုံနေတယ်။ တချို့အရာတွေအတွက် လိုတာထက်တောင် ပိုနေတတ်တယ်။ သို့ပေမယ့် ပြည့်စုံသထက် ပိုမိုပြည့်စုံလိုတာကြောင့်၊ ကိုယ့်အလိုလောဘကို မထိန်းသိမ်းနိုင်တာ

ကြောင့် ပိုမိုလိုချင်လာတယ်။ ပြောရလျင် လိုချင်တဲ့အရာ၊ မရှိလည်းဖြစ်တယ်။ ဒီလိုချင်တာ မရတာကြောင့်လည်း ကောင်းကျိုးသာ မတိုးလာလျင်ရှိမယ်။ ဆိုးကျိုးဖြစ်လာဖို့တော့ အကြောင်းမရှိဘူး။ သို့ပေမယ့် လိုချင်သူအနေနဲ့တော့ ဒါမရှိလျင် မဖြစ်ဘူးလို့ ထင်ကောင်းထင်နိုင်တယ်။ ဒီလိုအပ်မှုမျိုးကိုတော့ လိုနေလို့ လိုတာမျိုးလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။ အပိုလိုတဲ့ အလိုပိုပေ့ါ။

စာရေးသူဘဝမှာ ဒီလိုမှု နှစ်မျိုးလုံးအတွက် ဖြည့်ဆည်းပေးခဲ့ဘူးတယ်။ ဒီအခါမျိုးမှာ လိုအပ်တဲ့နေရာမျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရတာကို ကျေနပ်နှစ်သက်ပေမယ့် လိုနေလို့ လိုတာမျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရတာမျိုးကြတော့ သိပ်ပြီးပီတိသောမနဿ မဖြစ်မိတတ်ပါဘူး။ မှန်ကန်တဲ့လုပ်ရပ်တစ်ခုလို့လည်း မထင်ခဲ့မိပါဘူး။ ပြောရလျင် ကိုယ့်ယုံကြည်မှုကို ခိုင်ခိုင်မာမာ မကာကွယ်နိုင်တဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတောင်မှပဲ ပြန်လည်အပြစ်မြင်မိတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်လက်ခံယုံကြည်မှုနဲ့ ကိုယ်လုပ်လိုက်ရတဲ့လုပ်ရပ် ဆန့်ကျင်ဖက် ဖြစ်မှုမျိုးကို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပြန်ပြီး မကြာမကြာ သုံးသပ်မိတတ်ပါတယ်။ အမှားတစ်ခု ပြုမိသလိုလည်း ခံစားမိတတ်တယ်။ သိသိသာသာ ထင်ထင်ရှားရှား ခံစားမိတတ်သလို တခါခါမှာတော့ သိပ်ပြီး မသိသာ မထင်ရှားပါဘူး။ လူ့တာဝန် ဝတ္တရားလို့ လက်ခံထားတဲ့ သတ်မှတ်ထားမှုများ၊ ယဉ်ကျေးမှုများကြောင့် လိုချင်နေလို့ လိုသူတွေအတွက် မကောင်းမကင်း ဖြည့်လိုက်ရတဲ့ အခါမျိုးမှာ ပိုပြီးသတိထားမိပါတယ်။ ထင်ထင်ရှားရှားလည်း ခံစားမိတယ်။

ပြောခဲ့သလို တဏှာမကင်းသေးသမျှ သူသူကိုယ်ကိုယ် လိုအပ်မှုကတော့ ရှိနေဦးမှာပါပဲ။ သို့ပေမယ့် ကိုယ့်လိုအပ်မှုက အကန့်အသန့်ရှိဖို့တော့ လိုတယ်။ မျှတမှုရှိဖို့လည်း လိုတယ်။ အကန့်အသတ်မရှိလျင် ကိုယ်ရပိုင်ခွင့်ထက်ပိုပြီး ယူလိုစိတ်ဖြစ်လာမယ်။ ဒီစိတ်ကိုဖြည့်ဆည်းပေးဖို့ ရအောင်ကြိုးစားမယ်။ ဒီအခါမှာ မျှတမှုထက် ရနိုင်မှုကိုသာ ဦးစားပေးလာမယ်။ ဒီတော့လည်း ဘယ်မှာလာလို့ မျှတမှုဆိုတာ ရှိနိုင်ပါတော့မလဲ။ မျှတမှုကင်းတဲ့ အသိုက်အမြုံတစ်ခု၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုမှာ ငြိမ်းချမ်းမှုဆိုတာရော ရှိနိုင်ပါဦးမလား။ ငြိမ်းချမ်းမှု အမှန်တကယ်မရှိလျင် ရလိုမှုကြောင့် ရအောင်လုပ်လို့ ရလာတဲ့အရာများနဲ့စပ်ပြီးတော့လည်း ဘယ်မှာလာ အပြည့်အဝ ခံစားသုံးဆောင်နိုင်တော့မှာလဲ။ အပြည့်အဝ ကြည်နူးကျေနပ်မှုရော ဖြစ်နိုင်တော့မှာလဲ။ တကယ်တော့ ပြည့်ဝတဲ့ကြည်နူးကျေနပ်မှုဆိုတာ ပိုလျှံမှုကို အခြေခံတာထက် သန့်ရှင်းဖြူစင်မှုကို အခြေခံတာက ပိုမိုနက်ရှိုင်းပါတယ်။ တာရှည်လည်း ပိုခံပါတယ်။

နှစ်ကူးမှာ ထူးထူးခြားခြားလေး တစ်ခုခုများ ပေးနိုင်မလားဆိုတဲ့စိတ်ကူးနဲ့ ပေးချင်လွန်းလို့ ရေးတာပါ။ စာဖတ်သူတွေ ဘယ်လိုအကျိုးရသွားမယ်တော့ မခန့်မှန်းတတ်ပါဘူး။ ရေးသူအတွက်တော့“ဘဝရှိနေသမျှ၊ အသက်ရှိနေသမျှ လူ့ပတ်ဝန်းကျင်ထဲမှာ နေနေရဦးမှာ။ ဒီအခါ ကိုယ်က လိုအပ်သူလည်းဖြစ်နိုင်သလို လိုတတ်သူလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အပြန်အားဖြင့် လိုအပ်သူကို ကိုယ်ကဖြည့်ဆည်းပေးရသူမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်သလို လိုတတ်သူကို ဖြည့်ဆည်းပေးရသူမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဖြည့်မည့်သူက ကိုယ်ဖြစ်လျင်လည်း လိုအပ်လို့ လိုတာမျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးသူ တစ်ယောက်သာ ဖြစ်စေဖို့၊ အခြားသူက ကိုယ့်အတွက် ဖြည့်ဆည်းပေးရတာမျိုးဆိုလျင်လည်း ဖြည့်ဆည်းပေးသူအဖို့ ကိုယ်အမှန်လိုအပ်လို့ ဖြည့်ဆည်းလိုက်ကြရတာမျိုးသာ ဖြစ်စေဖို့ သတိထားနေထိုင်သွားရမယ်”ဆိုတဲ့ အသိတစ်ခုကို ကောင်းကောင်း ရမိပါတယ်။ ဟုတ်တယ်လေ။ မလိုရာမှာ ပုံနေပြီး လိုရာမှာ ကုန်နေတယ်ဆိုတာက နည်းလမ်းမှ မဟုတ်တာ။ လှပငြိမ်းချမ်းတဲ့ ဘဝတစ်ခုရဲ့ဖြစ်စဉ်မှာ အဖြည့်မှန်စေဖို့နဲ့၊ အဖြည့်ခံမှန်စေဖို့ဆိုတာက အရေးပါတဲ့ အရာပေပဲဟာကို။ ။

မေတ္တာဖြင့်
အရှင်ဉာဏိက