

ကြီးလာတယ်။ မတင်မကျဖြစ်တတ်တဲ့ စိတ်ရဲ့သဘာဝပေါ့လေ။ အိမ်ထောင် ပြုမယ်ဆိုရင် ပြသင့်သလား၊ မပြသင့်ဘူးလား၊ ဘယ်သူနဲ့ ပြသင့်သလဲ၊ ဘယ်သူနဲ့ မပြသင့်ဘူးလဲ၊ မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘူး။

ပညာရေးမှာလည်း ဘယ်လိုပညာမျိုးကိုသင်ရမလဲ ဆိုတာထက် ဘယ်လို ပညာမျိုးကို သင်ချင်သလဲဆိုတာ မသိဘူး။ အဲဒါက ပိုဆိုးတာပဲ။ အမှန်တော့ “ငါ ဘယ်လို ပညာမျိုးကို သင်ရမလဲ” ဆိုတာထက် “ငါ ဘယ်လို ပညာမျိုးကို တတ်ချင်သလဲ” ဆိုတာက ပိုပြီးမေးသင့်တဲ့မေးခွန်း ဖြစ်တယ်။

အလုပ်လုပ်မယ်ဆိုရင်လည်း ဘယ်လိုအလုပ်မျိုးကို ငါ လုပ်မလဲ၊ ဘယ်လိုအလုပ်မျိုးကို ငါ လုပ်ချင်သလဲဆိုတာ မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘူး။ အဲဒီတော့ လူတွေရဲ့စိတ်ထဲမှာ အဲသလို မရေမရာ မတင်မကျ ဖြစ်နေတဲ့သဘောက အခုခေတ်မှာ အကြီးမားဆုံး ပြဿနာလို့ ပြောလို့ရတယ်။

စိတ်ထဲမှာ စိတ်ပျက်သလိုလို ဖြစ်နေတယ်။ မျှော်လင့်ချက် မရှိသလို ခံစားနေရတယ်။ စိတ်ဓာတ်ကျသလို ဖြစ်နေတယ်။ ဘာကိုမှ သိပ်စိတ်မပါဘူး၊ ဘာကိုမှ သိပ်တန်ဖိုးထားလို့ မရဘူး။ တစ်ခုခုလုပ်မယ် ဆိုရင်လည်း ဖြစ်မယ်လို့ မထင်တာတို့၊ ဖြစ်လည်း ဘာမှ မထူးပါဘူး၊ မဖြစ်လည်း ဘာမှမထူးပါဘူးလို့ ထင်တာတို့။ ဘဝတစ်ခုလုံးကို (meaningless) အဓိပ္ပာယ်မရှိဘူးလို့ ထင်နေတာတို့။ အဲသလို ခံစားနေရတာ အင်မတန်ကြီးမားတဲ့ ပြဿနာ ဖြစ်တယ်။

ဒါကတော့ ပြဿနာရဲ့လက္ခဏာတွေပေါ့။ ဘာဖြစ်လို့ အဲသလို ဖြစ်တာလဲ။ ဘာဖြစ်လို့ လူတွေဟာ တစ်ခုခုကို ပြတ်ပြတ်သားသား မဆုံးဖြတ်နိုင်တာလဲ။ ဘာဖြစ်လို့ တစ်ခုခုကို စိတ်ရောကိုယ်ပါ အားသွန်ပြီးတော့ အချိန်ပြည့် မလုပ်နိုင်တာလဲ။ မလုပ်ချင်တာလဲ။

တစ်ခုခု လုပ်တော့မယ်ဆိုရင် ဝတ္တရားအရ လုပ်ရတာ၊ မလုပ်ရင် မဖြစ်လို့ လုပ်ရတာတွေက များနေတယ်။ အဲဒီတော့ စိတ်က မလုပ်ချင် လုပ်ချင်နဲ့ပဲ မနဲကိုယ့်ကိုယ်ကို တွန်းတွန်း တွန်းတွန်း ပြီးတော့ လုပ်ခိုင်းရတယ်။ အဲသလို ကိုယ့်ကိုယ်ကို တွန်းနေရတော့ ကြာတော့ အဲသလိုတွန်းနေရတာကိုက ပင်ပန်းလာတယ်။ အဲဒီတော့ ရပ်လိုက်ချင်တော့တယ်၊ တော်လိုက်ချင်တော့တယ်။ ဒီကိစ္စကို မေ့မစ်လိုက်ချင်တော့တယ်၊ မေ့ထားလိုက်ချင်တော့တယ်။

အဲသလိုစိတ်မျိုး ဖြစ်နေတော့... အခုခေတ်လူတွေဟာ ဥပမာနဲ့ပြောရရင်

ကားမောင်းရင်းနဲ့ တဖက်က ဘရိတ်ကို နင်းထားပြီးတော့ တဖက်က လီဇာကို နင်းထားသလို ဖြစ်နေတယ်။ သွားလည်း သွားချင်တယ်။ ရပ်လည်း ရပ်ပစ် လိုက်ချင်တယ်။ အဲဒါကြောင့် ပိုပြီးတော့ ပင်ပန်းတယ်။ ဒီသဘောကို တော်တော် နက်နက်နဲနဲ သိဖို့လိုတယ်လို့နော်။

အဓိကပြဿနာက စိတ်ထဲမှာ ဘာကိုမှ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ခံစားလို့မရဘူး။ ဘာကိုမှ တန်ဖိုးထားလို့ မရဘူး။ ဘာကိုမှ မလုပ်ချင်သလိုပဲ ဖြစ်နေတယ်။



တိတိကျကျ မသိကြဘူး။

အကယ်၍ လူတစ်ယောက်ဟာ သူ တကယ်လုပ်ချင်တာ
ဘာလို့ တိတိကျကျသိပြီးတော့ ကိုယ်ဟာကိုယ်လည်း နေ့စဉ်
စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်နေတယ်ဆိုရင် အခုနပြောသလို ဘဝကြီးက
အဓိပ္ပာယ်မဲ့သလိုမျိုး၊ ဘဝကြီးက empty ဖြစ်နေသလိုမျိုး၊
ပျင်းစရာကောင်းတယ် ဆိုတာမျိုးဟာ
ဘယ်တော့မှ မဖြစ်နိုင်ဘူး ။

လူတွေက ငါ ဘာလုပ်ချင်သလဲ၊ ငါ ဘာလိုချင်သလဲ ဆိုတာကို တကယ်တိတိကျကျ မသိကြဘူး။ သူများ ဘာလုပ်နေသလဲဆိုတာ ကြည့်ပြီး သူများလုပ်တာ လုပ်ရရင် ကောင်းမှာပဲဆိုပြီးတော့ ဆုံးဖြတ်ကြတယ်။ ဒါတင် မကဘူး။ ငါ့စိတ်ထဲမှာ ဘာတွေ ခံစားနေရသလဲဆိုတာက အစ သိပ်မသိတော့သလို ဖြစ်လာတယ်။ ဥပမာ- မူးယစ်ထုံထိုင်းဆေးတို့ အိပ်ဆေးတို့ ဘာတို့ သောက်ထားတဲ့သူဟာ မှိန်းပြီးတော့ ထုံထိုင်းနေတယ်၊ ဘာကိုမှ သိပ်မသိဘူး၊ သိသလိုလို မသိသလိုလိုနဲ့။ အဲသလိုပဲ အခုခေတ် လူတော်တော်များများဟာ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ဘာကို တကယ် ခံစားနေရသလဲဆိုတာ တိတိကျကျ မသိကြဘူး။ ချစ်တယ်ဆိုတာတောင်မှ အဲဒီချစ်တာဟာ သိပ်မပီပြင် ဘူး။ ချစ်တာကို လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ခံစားလို့ မရဘူး။ ပျော်တယ်ဆိုရင်လည်း ပျော်တာကို တကယ် လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ခံစားလို့ မရဘူး။ အပေါ်ယံလေးတော့

ခံစားလိုက်ရတာပဲ။

အခုခေတ်လူတွေရဲ့ ဒီလို စိတ်မှာခံစားရတဲ့ အခက်အခဲတွေ တစ်နည်းအားဖြင့် စိတ်ဝေဒနာတွေရဲ့ အကြောင်းရင်းခံက ဘာလဲဆိုတော့ ကိုယ်တကယ် လိုချင်တာ ဘာလဲဆိုတာကို မသိတာပဲ။ ကိုယ့် personality ကိုယ့်စရိုက်ဝါသနာနဲ့ ကိုက်တာ ဘာလဲဆိုတာ မသိဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ပါရမီနဲ့ကိုက်တာ ဘာလဲဆိုတာ မသိဘူး။

ကိုယ် တကယ် ဘာကိုလုပ်ချင်သလဲဆိုတာ တိတိကျကျ မသိကြပဲနဲ့ သူများက ဘာလုပ်ရင် ကောင်းမယ်လို့ ပြောတာမျိုးတွေနောက်ကိုပဲ လိုက်ပြီးတော့ လုပ်နေကြတယ်။ အဝတ်အစား ဝတ်တာကအစ ကိုယ် ဘာဝတ်ချင်သလဲဆိုတာ မသိဘူး။ သူများ ဘာဝတ်သလဲဆိုတာကြည့်ပြီး သူများ ဝတ်သလို လိုက်ဝတ်တယ်။ အစားအသောက် စားတာလည်း ဒီလိုပဲ။ တခြားတခြား ကိစ္စတွေမှာလည်း ဒီလိုပဲ။ စာအုပ် စာပေ ဖတ်တာကအစ သူများဖတ်တာကို လိုက်ဖတ်တယ်။ ငါ့စိတ်ထဲက လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ဝါသနာပါတာ ဘယ်လို ဘာသာရပ်မျိုးလဲ၊ ဘယ်လို အကြောင်းအရာမျိုးလဲဆိုတာ မသိဘူး။

အကယ်၍ လူတစ်ယောက်ဟာ သူ တကယ်လုပ်ချင်တာ ဘာလဲလို့ တိတိကျကျသိပြီးတော့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လည်း နေ့စဉ် စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်နေတယ်ဆိုရင် အခုနပြောသလို ဘဝကြီးက အဓိပ္ပာယ်မဲ့သလိုမျိုး၊ ဘဝကြီးက empty ဖြစ်နေသလိုမျိုး ပျင်းစရာကောင်းတယ် ဆိုတာမျိုးဟာ ဘယ်တော့မှ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

လုံးဝမပျင်းတတ်တဲ့ လူတချို့ကို တွေ့ဘူးတယ်။ သူတို့ကို ကြည့်တဲ့ အခါမှာ သူတို့ရဲ့ဆုံးဖြတ်ချက်က ပြတ်သားနေတယ်။ သိတတ်တဲ့အရွယ်ထဲက သူတို့ တစ်ခုခုကို ဆုံးဖြတ်ထားတာဟာ နောက်နှစ်ပေါင်းသုံးလေးဆယ် ကြာတဲ့ ထိအောင် အဲဒီဆုံးဖြတ်ချက်က ခိုင်မြဲနေသေးတယ်။ သူတို့ ဆုံးဖြတ်တာကလည်း သူတပါးပေါ်မှာ မှီပြီး ဆုံးဖြတ်တာမဟုတ်ဘူး။ သူတို့ရဲ့ ပင်ကိုယ် စိတ်ဓာတ်၊ ပင်ကိုယ်ဓာတ်ခံ၊ အထုံ ဝါသနာအပေါ်မှာ အခြေခံပြီး ဆုံးဖြတ်တာပဲ။

အခြေအနေအရ တခြားကိစ္စတွေကို လုပ်သင့်လို့၊ လုပ်ရမှာမို့လို့ လုပ်နေရရင်တောင်မှ သူတို့စိတ်က သူတို့ နဂိုက လုပ်ချင်နေတဲ့ကိစ္စကို မျက်ခြေပြတ်မသွားဘူး။ အချိန်လေးနဲ့ရရ ရသလောက် အချိန်လေးမှာ

သူတို့စိတ်ပါတဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေသေးတာပဲ။ အဲသလို အလုပ်ကို ဆယ်နှစ် ဆယ်ငါးနှစ် လုပ်လာပြီဆိုရင် ဒီလူဟာ အဲဒီအလုပ်နဲ့ပတ်သက်တာ၊ အဲဒီ ဘာသာရပ်နဲ့ပတ်သက်တာကို တော်တော်ကို နက်နက်နဲနဲ သိလာပြီ။ အဲသလို နက်နက်နဲနဲ သိလာတယ်ဆိုတာကိုက တော်တော်ကျေနပ်စရာ ကောင်းနေပြီ။ အထူးသဖြင့် ဘဝနဲ့ပတ်သက်ပြီး စိတ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး နက်နက်နဲနဲ သိရတာ ကျေနပ်စရာသိပ်ကောင်းတယ်။



တစ်ခုခုကို လောက်ချပြီးလုပ်မှ

အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့
သိလိုက်ရတယ်ဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ အတော်အားရတာပဲ။
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်းပဲ ယုံကြည်မှု အများကြီးတက်တယ်။
တန်ဖိုးထားမှုလည်း အများကြီးတက်တယ်။

အခုခေတ်လူတွေက တစ်ခုခုကို နက်နက်နဲနဲ သိတယ်ဆိုတာ တော်တော် ဂြားနေတယ်။ အများကြီးပဲ သိတယ်၊ ဒါပေမယ့် အပေါ်ယံပဲ သိတယ်။ ဘယ်ဟာမှ မနက်နဲဘူး။ နက်နဲမှုမရှိရင် ကျေနပ်မှု တကယ် မရနိုင်ဘူး။

ပြီးတော့ ကိုယ်နဲ့ကိုက်တဲ့အလုပ်တစ်ခုကို စိတ်ပါလက်ပါ ရေရှည် လုပ်လာတဲ့အခါမှာ အဲဒီအကြောင်းအရာ၊ အဲဒီဘာသာရပ်၊ အဲဒီအလုပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ထိုးထွင်းပြီးတော့ သိလာတဲ့ အချက်အလက်ကလေးတွေဆိုတာ ရှိလာတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဂြားဖွေပြီး တွေ့ရှိလိုက်ရတယ် ဆိုတာလေးတွေ ရှိလာတယ်။

အလုပ်တစ်ခုကို ခဏပဲလုပ်မယ် ဆိုရင်တော့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ထိုးထွင်း သိလိုက်တယ်၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဂြားဖွေတွေ့ရှိလိုက်တယ်၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် တီထွင်လိုက်တယ် ဆိုတာမျိုးက ဖြစ်ဖို့ခဲယဉ်းတယ်။ ဒါပေမယ့် အလုပ်တစ်ခုကို (၁၀)နှစ်(၁၅)နှစ်၊ တကယ် စိတ်ပါလက်ပါ အားသွန်ပြီးတော့ လုပ်လာပြီ ဆိုရင် သူများ မမြင်ခဲ့တာလေးတွေကို ကိုယ်က မြင်လာမှာ အမှန်ပဲ။ သူများ

မသိတာလေးတွေကို ကိုယ်သိမှာ အမှန်ပဲ။ ဘယ်သူမှ မသိတာကို ကိုယ်သိလာတာ အမှန်ပဲ။ သူများမမြင်တဲ့ ရှုထောင့်၊ ဆက်စပ်မှုလေးတွေကို တဖြည်းဖြည်း မြင်လာတာပဲ။

ဥပမာ-စိတ်ရဲ့သဘာဝကို စိတ်ဝင်စားတယ် ဆိုပါတော့၊ စိတ်ဝင်စားတယ်ဆိုရင် ဘာသာရေးစာပေထဲမှာ ကြည့်ရင်လည်း စိတ်ရဲ့သဘာဝဆိုတာ တွေ့တာပဲ။ ဘုရားဟောထဲမှာဆို စိတ်အကြောင်း၊ စေတသိက်အကြောင်း အများကြီးရှိတယ်။ တရားအားထုတ်တဲ့အပိုင်းမှာ ဆိုရင်လည်း စိတ်ကို ကြည့်ပြီးတော့ သိပြီးတော့ နေတဲ့အကျင့် ရှိနေတာပဲ။ အနောက်နိုင်ငံမှာ စိတ်ပညာဆိုတာ ရှိတာပဲ။ စိတ်ပညာဆိုတာမှာလည်း ရှုထောင့်အမျိုးမျိုး၊ ရှင်းပြပုံအမျိုးမျိုး ရှိနေတော့ အဲဒါတွေအကုန်လုံးကိုလည်း စိတ်ပါလက်ပါ နှစ်ရှည်လများ လေ့လာခဲ့မယ်ဆိုရင် ဒီလူရဲ့အသိအမြင်ဟာ သူ လေ့လာထားတာတွေ အားလုံးကို ဆက်စပ်ပြီး မြင်တော့မှာပဲ။

အများကြီးကို လေ့လာထားတဲ့အတွက်ကြောင့် သူများ မမြင်တဲ့ ဆက်စပ်မှုကို မြင်မှာ အမှန်ပဲ။ အဲသလို မြင်လာတဲ့အခါမှာ ဒါ ငါ့ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်နဲ့ သိလိုက်တာ၊ မြင်လိုက်တာဆိုတဲ့ ခံစားမှုနဲ့ ကျေနပ်မှုကို ရမှာပဲ။ ဒါဟာ အထင်မဟုတ်တော့ဘူးနော်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ လုပ်လာတဲ့အခါကျတော့ ဒါဟာ ငါ့ဉာဏ်နဲ့ငါ သိလိုက်တဲ့ကိစ္စပဲဆိုတာကို အမှန်အတိုင်း သိတယ်။

အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ သိလိုက်ရတယ်ဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ အတော်အားရတာပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်းပဲ ယုံကြည်မှု အများကြီး တက်တယ်။ တန်ဖိုးထားမှုလည်း အများကြီး တက်တယ်။ feeling of worthiness အများကြီး တက်လာတယ်။ ပြီးတော့ ငါ တကယ်သိတယ်ဆိုတာ သေချာတယ်။ ဟုတ်ရဲ့လား၊ မဟုတ်ဘူးလား၊ မှားမှားနေမလားဆိုတဲ့ အတွေးမျိုး အစပိုင်းမှာတော့ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ချင့်ချင်ချိန်ချိန်နဲ့ နှစ်ရှည်လများ လေ့လာတဲ့အခါကျတော့ ဟုတ်တယ်ဆိုတာကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ပြတ်ပြတ်သားသား သိလာနိုင်တယ်။

လူတစ်ယောက်ဟာ လူဘဝမှာ အရေးကြီးတဲ့ ကိစ္စတချို့ကိုတော့ ‘ဟုတ်တယ်’ လို့ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိလိုက်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဘာကိုမှ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် မသိရပဲနဲ့ ဟုတ်သလိုလို မဟုတ်သလိုလို ဟုတ်ချင်လည်း ဟုတ်မှာပေါ့။