ရက်ဆီ

ကိုယ်တိုင် သိုခြားမှု

ကိုယ်ရေးအကျဉ်း

ဏ်စီသည် မန္တလေးဇာတိ ဖြစ်သည်။ ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်၌ အမေရိကသို့ ဖခင်ဖြစ်သူနှင့် အတူ ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်ခဲ့ပါသည်။

အထက်တန်းကျောင်းသား ဘဝမှစ၍ ဂီတပညာကို အထူးစိတ်ဝင်စားကာ တက္ကသိုလ်၌ဂီတဘာသာရပ်ကို Major အဖြစ် ရွေးချယ်သင်ကြားခဲ့သည်။ ထို့နောက် ဂီတသီအိုရီ ဘာသာရပ်များကို ဦးဓွေ့လာသဖြင့် အသံဖမ်း အင်ဂျင်နီယာ ဘာသာရပ်ကိုပြောင်းကာ ရုပ်ရှင်အသံ (Post - production Sound) ဖြင့် IAR (Institute of Audio Research, NY) မှ ကျောင်းပြီးခဲ့ပါသည်။

နယူးယော့(ခ်)မြို့၌ ရုပ်ရှင်နှင့်ပတ်သက်သော အသံပိုင်းဆိုင်ရာ အလုပ်များလုပ်ကိုင်ရင်း အမှတ်မထင် သရုပ်ဆောင်အဖြစ် စတင် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ဖြစ်သည်။ ရှိုးဖြစ်သူနှင့်အတူ ရုပ်ရှင်တိုများနှင့် Music Video များကို တွဲဖက် လုပ်ကိုင်ရင်း ဇာတ်ညွှန်းများပါ စတင်ရေးဖြစ်ခဲ့သည်။ ၂၀၀၈ ခုနှစ်ကုန်မှစ၍ မြန်မာပြည်တွင် ပြန်လည်ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်ခဲ့ကြပြီး ရုပ်ရှင်လုပ်ငန်း၌ဆောက်ချလုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ ၂၀၁၈ ခုနှစ်အတွင်း၌ သူကိုယ်တိုင် ခေါင်းဆောင်မင်းသားအဖြစ် သရုပ်ဆောင်ကာ အသံနှင့်နောက်ခံဂီတကို ဖန်တီး တီးခတ်ထားသော "ဥပါယ်တံမျဉ်" နှင့် "မုဒြာရဲ့ခေါ်သံ" ရုပ်ရှင် ဇာတ်ကားကြီးနှစ်ကားကို ရုံတင်ပြသခွင့် ရရှိပြီး ပရိသတ် အားပေးမှုကို ရရှိခဲ့ပါသည်။

စာအုပ်အမှတ် - ၀၀၄

ရက်ဝိ

ကိုယ်တိုင် သိုကြားမှု

မာတိကာ

၁။ I Love Buddha but... ၇

၂။ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ခြံစည်းရိုးကိစ္စ ၁၅

၃။ Oneness ၂၀

၄။ အရာရာကို ဒုက္ခနဲ့ ကြည့်တတ်အောင် ကြိုးစားပါ ၂၅

၅။ ပြည့်စုံခြင်းဆိုတာ ၂၉

၆။ အလွဲတချို့နဲ့ ကိုယ်ပိုင်သုံးသပ်မှု ၃၅

၇။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချစ်တဲ့သူ ၄၀

၈။ ဘုရားစင်နဲ့ Gym ၁၉

၉။ လက်တွေ့ဆန်ဖို့ လိုပါတယ် ၅၅

၁၀။ Buddhism, Democracy and Etiquette ၆၁

၁၁။ Religion and Tradition

ဘာသာရေးနှင့် ထုံးတမ်းစဉ်လာ ၆၉

၁၂။ Taste (နှစ်သက်တတ်မှု) ၇၇

၁၃။ Power of One ၈၁

၁၄။ ကိုယ်တိုင်သိရှိသွားမှု ၈၉

၁၅။ အလုပ်ပြီးမြောက်ခြင်းရဲ့တန်ဖိုး ၉၅

၁၆။ ဗိုလ်ချုပ်စိတ်က ဘာလဲ. . . ၁၀၃
၁၇။ မြန်မာ့ရုပ်ရှင်နဲ့ Censor ၁၀၇
၁၈။ တမလွန်က နားတစ်စုံအတွက် ၁၁၇

ဗုဒ္ဓဟာ ၂၄ နာရီမှာ စက္ကန့်နဲ့အမျှ
မေတ္တာဓာတ်တွေနဲ့ ပြည့်လျှံနေတယ်။
အဲဒီမေတ္တာဓာတ်တွေက
ပတ်ဝန်းကျင်လေထုထဲမှာပါ ပြန့်နှံ့နေတတ်တယ်တဲ့။
ဗုဒ္ဓ မဆိုနဲ့ အခု ဒီဘဝမှာတောင်...

I Love Buddha but...

အပိုင်း (၁)

ဗုဒ္ဓကရော ချစ်တတ်ရဲ့လား. . .။

ဘုရားတွေရောက်ရင် မြင်ရတဲ့ ဆင်းတုတော်တွေကတော့ ခပ်တည်တည် သို့မဟုတ် မပြုံးတပြုံးတွေ များပြီး မတ်မတ်တောင့်တောင့်ကြီးတွေ များတယ်။ ပြီးတော့ ကြေးသွန်းမဟုတ်ရင် ကျောက်။ ကျောက်မဟုတ်ရင် ရွှေတွေ ဖုံးနေကြလေရဲ့။

ငယ်ငယ်ကလည်း တစ်ခုခုဆိုရင် ငရဲကြီးမယ် ဆိုတာချည်းပဲ ဆိုတော့ ကြောက်တဲ့စိတ် အဲဒီကတစ်ဆင့် ရိုသေကိုင်းရှိုင်းတဲ့ အဆင့်ထိပဲ ရောက်တယ်။ ချစ်တဲ့အဆင့် လုံးဝမရောက်ခဲ့ဘူး။ တစ်ခါ ဘုန်းကြီးတွေကလည်း ဣန္ဒြေသိက္ခာတွေနဲ့ မြိန့်မြိန့်ကြီးတွေပဲ နေတော့

ကြောက်ခဲ့ရတယ်။ ရိုသေလေးစားခဲ့ရတယ်။ ဒါကိုပဲ ကြည်ညိုစရာ ကောင်းတယ်လို့ မှတ်ခဲ့တယ်။

ဒါပေမဲ့ ချစ်တဲ့အဆင့် မရောက်ခဲ့ဘူး။

ဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေကလည်း ကြားရပြီဆိုရင် ကြားနေကြ စာစကားတွေလိုပဲ အမြဲဖြစ်နေတော့ ဗုဒ္ဓရဲ့ ရင်ထဲကို မမြင်နိုင်ခဲ့ဘူး။ ပါဠိစာလုံးတွေနဲ့ ကာနေတယ်။ ကျွန်တော့်တစ်သက် လုံးက ဒီလိုပုံစံနဲ့ပဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့တယ်။

၁၇ နှစ်သားလောက်မှာ မှတ်မှတ်ရရ New York က ကျွန်တော်နေခဲ့တဲ့ apartment ရဲ့ အိမ်ဘုရားမှာ သောက်တော်ရေ ကပ်ပြီး ဘုရားစာရွတ်ရင်းနဲ့ ဘုရားပုံတော်ကို ကြည့်မိလိုက်တယ်။ အဲဒါမှာ ဘုရားစာရွတ်တာကို ရပ်လိုက်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မေးတယ်။

"မင်းရွတ်နေတာ ဘာတွေလဲ၊ အဓိပ္ပာယ်လည်း မသိ၊ ပြီးတော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘယ်သူလဲ. . . ပြီးတော့ မင်း ဒါတွေ ဘာ့အတွက် လုပ်နေတာလဲ"

စသည်ဖြင့် မေးခွန်းတွေ ခေါင်းထဲ တစ်ပြိုင်တည်း ဝင်လာတယ်။ အဲဒီနေ့ကစပြီး လုံးဝ ဘုရားမရှိခိုးတော့ဘူး။ နှစ်နှစ်ကျော် ကြာတယ်။

အဲဒီနောက်မှာ ဆရာတော်ဦးဇောတိက စာအုပ်တွေ ဖတ်မိသွားပြီး ဗုဒ္ဓဟာ ဘယ်သူဘယ်ဝ

ဘယ်လိုမျိုးလဲ ဆိုတာ မှန်းဆတတ်သွားတယ်။ ဒီအသိ တရားတွေက ဗုဒ္ဓကို ချစ်တတ်လာဖို့ အကြောင်းတရား တွေ ဖြစ်လာခဲ့တယ်။

ဆိုတော့. . . ဗုဒ္ဓဟာ ချစ်တတ်သလား။

ချစ်တတ်တယ် ဆိုရင် ဘာလို့ သတ္တဝါတွေကို ချစ်တယ်လို့ မပြောခဲ့တာလဲ။ ဗုဒ္ဓဟာ သတ္တဝါတွေ အပေါ်မှာ မေတ္တာတရားကြီးကြောင်း မဟာကရုဏာ ရှင်ကြီး ဖြစ်ကြောင်းတော့ ကြားဖူးတယ်။ ချစ်တယ်လို့ တော့ မကြားဖူးဘူး။ ပြီးတော့ တရားတော်တွေကလည်း တဏှာတွေဖြတ်၊ တွယ်တာမှုတွေဖြတ် ဆိုတော့ ကိုယ် ကိုယ်တိုင်ကလည်း ချစ်ရမှာလား၊ မချစ်ရတော့ဘူးလား ဆိုတာ မသိနိုင်လောက်အောင် ရှုပ်ထွေးကုန်တယ်။

အဲဒီမှာ ဘာသွားတွေ့လဲ ဆိုတော့ detached compassion ဆိုတဲ့ မေတ္တာတရားတစ်မျိုးကို တွေ့ တယ်။

သာမန်အားဖြင့် ချစ်ကြပြီဆိုရင် ပြန်အချစ် ခံချင်တဲ့အတ္တ ရှိမယ်၊ သိမ်းပိုက်လိုတဲ့လောဘ ရှိမယ် လိုချင်သလို မဖြစ်လာရင် ဒေါသဖြစ်မယ်၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့ သူကို ထိခိုက် စော်ကားလာရင် ကြမ်းတမ်းမှုနဲ့ တုန့်ပြန် မယ်၊ သတ်ဖြတ်မှုတွေတောင် ဖြစ်သွားနိုင်တယ် ဆိုတော့ ပူလောင်တယ်။

Detached Compassion ကျတော့ လုပ်ပေးနိုင်တာကို လုပ်ပေးပြီး ဘာမှပြန်မမျှော်လင့်တာမျိုး။ အေးချမ်းတယ်။

နောက်တစ်ခုက ဗုဒ္ဓဟာ သတ္တဝါတွေကို ကရုဏာထား သနားတယ်ဆိုတာ 'ကျွတ်ကျွတ်ကျွတ် သနားပါတယ်' ဆိုတဲ့ သနားမှုမျိုး မဟုတ်ဘဲ Empathy လို့ခေါ်တဲ့ သူတစ်ပါးရဲ့ အဖြစ်ကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဖြစ်နေသလို ဝင်ပြီး နက်နက်နဲနဲ ခံစားပြီး ကိုယ်ချင်းစာနာတာမျိုး ဖြစ်တယ် ဆိုတာကို တွေ့တယ်။

အဲဒီလိုစိတ်မျိုးနဲ့ မိဘရဲ့ဆန္ဒကို ဆန့်ကျင်ပြီး တောထွက်ခဲ့တာ။

အင်မတန် passionate ဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်တယ်။ နောက်တစ်ခု စဉ်းစားကြည့် -

တရားကျင့်တဲ့ အစောပိုင်းကာလတွေမှာ ဆိုရင် သူ့ကို 'ထောင်း' မယ့်စိတ်တွေ၊ မိသားစုကို လွမ်းတဲ့စိတ်၊ အဖေတစ်ယောက် လင်သားတစ်ယောက်အနေနဲ့ တာဝန်မကျေပွန်မှုအတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြစ်တင်တဲ့စိတ်၊ မိဘကို စိတ်ဆင်းရဲအောင် လုပ်ခဲ့တဲ့ စိတ်။ ဒါ့အပြင် အားလုံးပြည့်စုံနေရာကနေ ဘာမှမရှိ အန္တရာယ်လည်းများတဲ့ တောတောင်ထဲမှာ သည်းခံပြီး နေရတဲ့စိတ် ဒါတွေကို အရင် ကျော်ဖြတ်ရသေးတယ်။

ဒါတွေ အားလုံးဟာ ဘာအတွက်လဲ ဆိုတော့ ဒီလောကကြီးရဲ့ မပြီးမစီးနိုင်တဲ့ ဒုက္ခတွေထဲကနေ လွတ်မြောက်ရာလမ်းကို အားလုံးအတွက် ရှာမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်။

တော်ရုံတန်ရုံ မေတ္တာမျိုး မဟုတ်ဘူး။ (ကြားရင်ရယ်စရာ ကောင်းလောက်အောင် ကြီးမားတဲ့ ရှယ်ရှယ်ချက်နော်) ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓဟာ သူ့ကိုသေလောက်အောင်မုန်းတဲ့ဒေဝဒတ်နဲ့ သူ့ရဲ့အသွေးအသား ဖြစ်တဲ့ ရာဟုလာအပေါ်မှာ တူညီတဲ့မေတ္တာ တစ်ပြေးတည်း ထားနိုင်တယ်တဲ့။

လူတိုင်း သတ္တဝါတိုင်းရဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေ စိတ်ခံစားချက်တွေကို အပြည့်အဝ နားလည်ခံစားပေးနိုင်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့ မေတ္တာတရားဟာ စကြာဝဠာကြီးလို အဆုံးမရှိ ကြီးမားပြီး အားလုံးအတွက် နေရာရှိတယ်။ ဘယ်သူမဆို ဗုဒ္ဓမေတ္တာရိပ်အောက်မှာ ခိုလို့ရတယ်။ မခိုလည်း ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓကို ချစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓလို ချစ်နိုင်တဲ့သူ ဖြစ်ချင်တယ်။

❖

အပိုင်း (၂)

ဗုဒ္ဓဟာ ၂၄ နာရီမှာ စက္ကန့်နဲ့အမျှ မေတ္တာဓာတ်တွေနဲ့ ပြည့်လျှံနေတယ်။ အဲဒီမေတ္တာဓာတ်တွေက ပတ်ဝန်းကျင် လေထုထဲမှာပါ ပြန့်နှံ့နေတတ်တယ်တဲ့။ ဗုဒ္ဓ မဆိုနဲ့၊ အခု ဒီဘဝမှာတောင် တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ

ကြုံဖူး တွေ့ဖူးတယ်။ သူတို့နား ရောက်သွားရင် vibe လို့ ခေါ်တဲ့ ဓာတ်တစ်မျိုးက သိပ်အေးချမ်းနေတယ်။ သိမ်မွေ့နူးညံ့ပြီး ပွင့်လင်းမှုအပြည့် ရှိနေတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်တွေနား ရောက်သွားပြီဆိုရင် ကိုယ့်မှာရှိနေတဲ့ အပူတွေတောင် ငြိမ်းသွားတယ်။ သူနေနေတဲ့ ပရဝဏ် ဟာလဲ ငြိမ်သက်မှုကြီးတစ်ခု ရှိနေတယ်။

ကျွန်တော့်စိတ်ကူးပေါ့လေ၊ Time machine များ ရှိခဲ့ရင် ဦးဆုံး သွားတွေ့ချင်တာ မြတ်ဗုဒ္ဓပဲ။ အေးချမ်းမှုကို သွားပြီး ခံစားကြည့်ချင်လို့။ Time machine က မရှိသေးတော့ ဘုရားရှိခိုးရင်း တရားထိုင်ရင်း စိတ်ကူးနဲ့တော့ ဗုဒ္ဓဆီကို ခဏခဏ သွားလည်ဖြစ် တယ်။ များသောအားဖြင့် ညောင်ပင်အောက်မှာပေါ့။ တစ်ခေါက်နဲ့ တစ်ခေါက် မတူဘူး။ သိပ်ကို မေတ္တာ ဓာတ်တွေ ခန္ဓာကိုယ်မှာ စီးနေတဲ့ အခေါက်တွေဆိုရင် ညောင်ပင်နား နီးလာတာနဲ့ ကြက်သီးတွေ ထလာတယ်။ ဗုဒ္ဓကို တွေ့ပြီ ဆိုတာနဲ့ ကြည်နူးမှုတွေနဲ့ ငိုချင်လာတယ်။ ပြီးရင် ခြေဖမိုးကို ဦးတိုက်တယ်။

ဗုဒ္ဓရဲ့ မေတ္တာဓာတ်တွေက အခုချိန်ထိ စကြာဝဠာထဲမှာ ရှိနေတယ်။ ထိတွေ့နိုင်ဖို့ကတော့ ကိုယ် ကိုယ်တိုင်က မေတ္တာပို့ မေတ္တာခံနိုင်တဲ့သူဖြစ်ဖို့ ဦးဆုံး လိုလိမ့်မယ်လို့ ထင်တယ်။

မှတ်ထားသင့်တာက ဗုဒ္ဓမှာ ဘာသာတရားမရှိပါဘူး။
ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီး
လွတ်မြောက်ရာလမ်းကိုရှာပြီး ထွက်သွားတာဖြစ်တယ်။
ဗုဒ္ဓရဲ့လမ်းစဉ်ကို လိုက်မယ်လို့...

ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ခြံစည်းရိုးကိစ္စ

စကြာဝဠာကြီးကို ဘောင်ခတ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။ ပင်လယ် တောင်တန်းကြီးတွေကိုလည်း ခြံစည်းရိုး ခတ်လို့ မရနိုင်ဘူး။ ဘယ်သူမှ မပိုင်လို့ပါ။ ဗုဒ္ဓဘုရားရဲ့ ဓမ္မတရားများဟာလည်း ဘယ်သူမှ မပိုင်ပါဘူး။ ခြံစည်းရိုးလည်း ခတ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။ ကာကွယ်ပေးစရာလည်း မလိုအပ်ပါဘူး။ စကြာဝဠာကြီးကို ကာကွယ်ပေးစရာ မလိုသလိုပေါ့။

နှစ်ပေါင်း ၂၆၀၀ ကျော် ရှင်သန်ထွန်းကားလာတဲ့ တရားတော်တွေကပဲ လူတွေကို စောင့်ရှောက်သွားတာပါ။ အခုဆိုရင် အနောက်နိုင်ငံတွေမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ အရင်ကထက် အများကြီး ပိုထွန်းကား

လာတာ တွေ့ရတယ်။ သူတို့တွေက ကိုယ်တွေထက်တောင် ပိုပြီးတော့ စနစ်တကျ လေ့လာကျင့်သုံးကြတယ်။ ကမ္ဘာကြီးမှာ ပညာရေးစနစ် ပိုကောင်းလာတာနဲ့အမျှ ဗုဒ္ဓရဲ့ ဓမ္မတွေဟာ ပိုပြီးတော့ ထွန်းလင်း တောက်ပလာဖို့ပဲ ရှိတယ်။

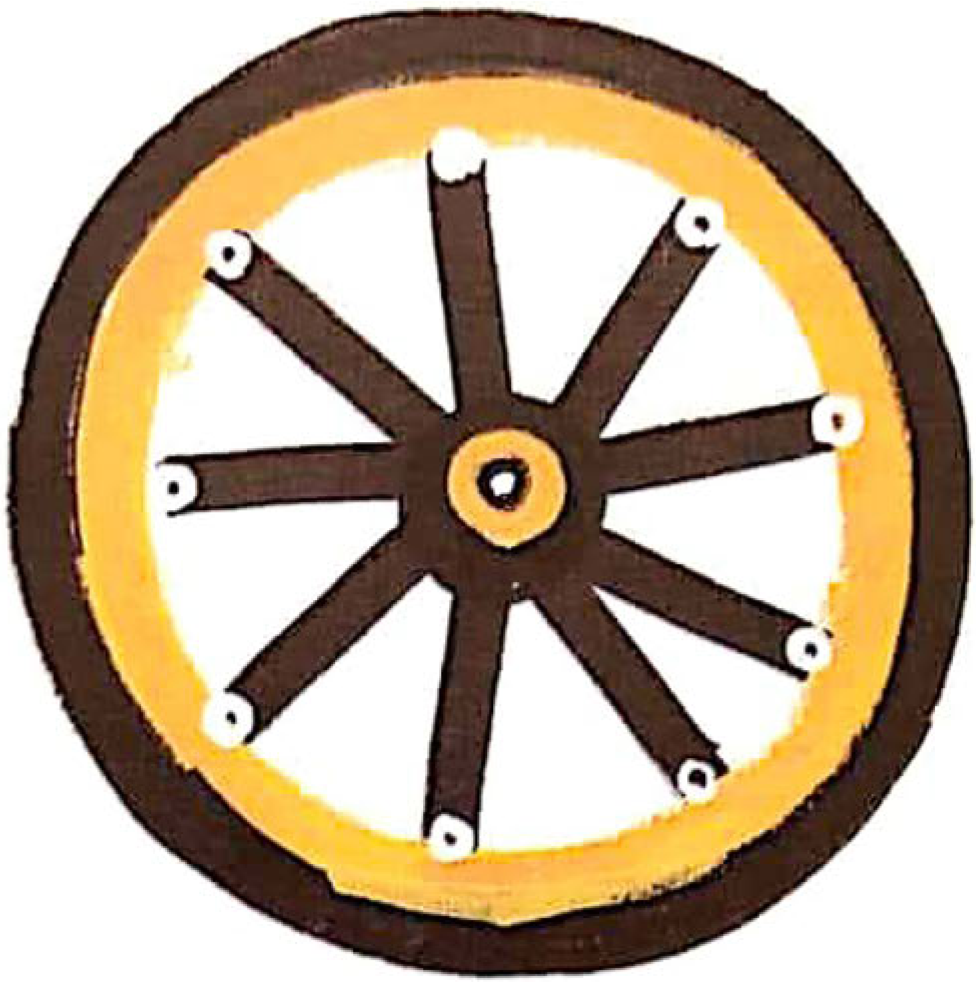
ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ သံသယတွေ ရှိတာကို ကြိုဆိုပြီး ပညာတတ်ရင် ပိုပြီး လေ့လာကျင့်သုံးလို့ ကောင်းတဲ့ ဘာသာတရား ဖြစ်တယ်။ ပြီးတော့ ကာလမသုတ်ဟာလည်း ဗုဒ္ဓရဲ့ဆန္ဒကို ကွင်းကွင်းကွက်ကွက် ပြတ်ပြတ်သားသား ဖော်ပြထားတဲ့ သုတ်ဖြစ်ပြီး သူ့အတွက် မဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်အတွက် (ကျင့်သုံးသူ အတွက်) ဖြစ်တယ် ဆိုတာကို မြင်စေလို့ပါပဲ။ ဒီလောက် အတ္တကင်းတဲ့ လမ်းစဉ်ကို အတ္တတွေနဲ့ အရောင်မဆိုးမိပါစေနဲ့။

ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ခြံစည်းရိုး ခတ်ရမယ်တို့ ဘာတို့ ဆိုတာကို နားကိုမလည်ဘူး။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ ကိုယ်တွေလည်း တခြားနိုင်ငံတွေမှာ သာသနာတွေ ပြုနေကြတာပဲလေ။ တကယ် သာသနာပြုချင်ရင် ဗုဒ္ဓရဲ့ message တွေဖြစ်တဲ့ မေတ္တာတရားတွေ၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားတွေ၊ ဗြဟ္မစိုရ်တရားတွေ၊ သစ္စာလေးပါးအကြောင်း စသည်ဖြင့်တွေကို ခေတ်စကားနဲ့

သိပ္ပံကျကျ လက်တွေ့ကျကျ ပြောပြရှင်းပြပြီး ကိုယ်တိုင် လည်း လက်တွေ့ အသုံးချကြရင် လုံလောက်ပါပြီ။

မှတ်ထားသင့်တာက ဗုဒ္ဓမှာ ဘာသာတရား မရှိပါဘူး။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်အား ကိုယ်ကိုးပြီး လွတ်မြောက်ရာလမ်းကို ရှာပြီး ထွက်သွားတာ ဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့ လမ်းစဉ်ကို လိုက်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ရင် ဒီ liberation လို့ခေါ်တဲ့ လွတ်မြောက်ခြင်းကို ရောက်အောင် သွားဖို့ပဲ ကြိုးစားရမယ်။ အဲဒီ လွတ်မြောက်ခြင်းကို အတ္တတွေ မာနတွေ ဒေါသတွေနဲ့တော့ ကမ္ဘာသာ ပျက် သွားမယ်၊ ဘယ်တော့မှ ရောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။

❖



မဖြစ်ဖူးတဲ့ ဘဝမရှိဘူး ဆိုတာရဲ့ အတွေးအခေါ်မှာ
အားလုံးဟာ အတူတူပဲ။
"We are one" ဆိုတဲ့
သံသရာရဲ့ ဆွေမျိုးတွေလို စုစည်းသွားစေတယ်။

Oneness

မဖြစ်ဘူးတဲ့ဘဝ မရှိဘူးတဲ့။

နောက်ဘဝ ဘာဖြစ်မယ် ဆိုတာလည်း မပြောနိုင်ဘူး။ သတ္တဝါတိုင်းမှာ ကံ သဲလှည်းကိုးစီးစီ ပါတယ်တဲ့။

သဲတစ်ပွင့်တိုင်းက ဘဝတစ်ခု။

ဒါကြောင့် မဖြစ်ဖူးတဲ့ဘဝ မရှိကြဘူး။

ဒီဘဝမှာ လူဖြစ်ပေမယ့် နောက်ဘဝ တီကောင်ဖြစ်ချင်ရင် ဖြစ်မယ်။

ဒီဘဝမှာ မြန်မာပြည်က ဗုဒ္ဓဘာသာ မိသားစုမှာ မွေးပြီး နောက်ဘဝ အီဂျစ်က မွတ်ဆလင်ဖြစ်ချင်ရင်ဖြစ်မယ်။

ရောမမြို့မှာ ရိုမန်ကတ်သလစ် ဘုန်းတော်ကြီး ဖြစ်ရင် ဖြစ်မယ်။

အိန္ဒိယ ဟိန္ဒူတစ်ယောက် ဖြစ်ရင်လည်း ဖြစ်မယ်။

ဘာ ဘာသာမှ မရှိတဲ့ လူလည်းဖြစ်ရင်လည်း ဖြစ်မယ်။

မဖြစ်ဖူးတဲ့ ဘဝမရှိဘူး ဆိုတာရဲ့ အတွေး အခေါ်မှာ အားလုံးဟာ အတူတူပဲ။ "We are one" ဆိုတဲ့ သံသရာရဲ့ ဆွေမျိုးတွေလို စုစည်းသွားစေတယ်။ တွေးကြည့်ရင် ကြည်နူးဖို့ကောင်းတယ်။

သစ္စာတရားကို တကယ်မြင်ပြီး လက်ခံသွားပြီဆိုရင်
တော်ရုံတန်ရုံကိစ္စတွေဟာ ကိုယ့်ကို
မတုန်လှုပ်နိုင်စေတော့သလို မထိခိုက်နိုင်တော့ဘူး။

အရာရာကို ဒုက္ခနဲ့ ကြည့်တတ်အောင် ကြိုးစားပါ

ဒီအချက်ဟာ 'ဒုက္ခ' ကို နားမလည်သောသူတွေက ဗုဒ္ဓကို အဆိုးမြင်ဝါဒီတစ်ဦးလို့ မြင်သွားစေပါတယ်။

တကယ်တော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တော်တော်များများလည်း ဒုက္ခကို မှန်မှန်ကန်ကန် မြင်ပုံမရပါဘူး။ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကြားဖူးသမျှကတော့ ဒုက္ခကို မကောင်းတဲ့ အနုတ်လက္ခဏာဆောင်တဲ့ ဝေါဟာရအနေနဲ့ပဲ သုံးကြတယ်။

ဒုက္ခဆိုတာ အဆိုးလည်း မဟုတ်၊ အကောင်းလည်း မဟုတ်၊ မတည်မြဲခြင်း သဘောကို ဆိုလိုတာ။

ပျော်စရာတွေ၊ ဝမ်းနည်းစရာတွေ၊ ကြောက်စရာတွေ၊ ကြည်နူးစရာတွေ၊ လှတာတွေ၊ အကျည်းတန်တာတွေ၊ ကျောက်တောင်ကြီးတွေ၊ ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာတွေ၊ စကြာဝဠာတွေ အကုန်လုံးဟာ မမြဲဘူးဆိုတဲ့ ငြင်းလို့မရတဲ့ သစ္စာတရားပါ။ အဲဒီ သစ္စာတရားကို တကယ်မြင်ပြီး လက်ခံသွားပြီဆိုရင် တော်ရုံတန်ရုံ ကိစ္စတွေဟာ ကိုယ့်ကို မတုန်လှုပ်နိုင်စေတော့သလို မထိခိုက်နိုင်တော့ဘူး။ အဆိုးမြင်ဝါဒဘက်ကိုလည်း မရောက်သွားနိုင်တော့ဘူး။ သဘာဝတရားကို လက်ကိုင်ထားတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဘယ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမှလည်း အပြစ်မမြင်တော့ဘူး။

တကယ်တော့ ဒုက္ခဆိုတာ အလှပဆုံးသော သဘာဝတရားတစ်ခုပါ။

❖

ကိုယ့်အကြောင်း လျှော့သွားတဲ့အခါ
သူတစ်ပါးအတွက် ပိုပြီး စိတ်ဝင်စားမှု ပေးလာနိုင်သလို
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မထိခိုက်စေဘဲ
ထည့်သွင်း စဉ်းစားပေးတတ်လာတယ်။

ပြည့်စုံခြင်းဆိုတာ

"Rich" ဆိုတာ ငွေကြေးပြည့်စုံခြင်း၊ ဥစ္စာဓန ပြည့်စုံခြင်းလို့ အသုံးများတယ်။ ဒါပေမဲ့ "Rich" ရဲ့ နောက်ထပ်သုံးလို့ရတဲ့ အဓိပ္ပာယ်က ပိုအရေးကြီးပြီး တော့ လှပပြည့်စုံတယ်။ အဲဒါကတော့ ငွေကြေးဥစ္စာ တွေနဲ့ မဆိုင်တဲ့ အတွင်းစိတ် ကြည်လင်အေးချမ်းပြီး မေတ္တာအလျှံအပယ် ပေါ်များကြွယ်ဝခြင်းပဲ။

တစ်ချက်လောက် ကြည့်ကြည့်ရအောင်။

အရင်ဆုံး အတွင်းစိတ် ကြည်လင် အေးချမ်းမှု inner peace အစစ်အမှန် ရဖို့အတွက် ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်ကို သေချာကြည့်နိုင်ပြီး သိနိုင်ဖို့လိုတယ်။ ယောက်ယက် ခတ်မှုတွေ၊ မကျေနပ်မှုတွေ၊ လောဘဒေါသမောဟတွေ၊

Scanned by CamScanner

ကြောက်ရွံ့မှုတွေ၊ မောက်မာမှုတွေ စတဲ့ မကောင်းတာတွေ အကုန်လုံးကို အထူးသဖြင့် အမိကမြင်နိုင်ရမယ်။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ အဲဒီစိတ်တွေက အတွင်းစိတ်အေးချမ်းဖို့ကို အမိကဖျက်တဲ့အကြောင်းတွေ ဖြစ်နေလို့ပါ။

စိတ်ဟာ သိပ်ပြီးတော့ မာယာပရိယာယ်ကြွယ်တော့ အမှန်အတိုင်း အရှိအတိုင်း မြင်နိုင်ဖို့ ကိုယ့်ရဲ့ပင်ကိုစရိုက်တွေ၊ မာန်မာနတွေရဲ့ လှည့်စားမှုတွေကို ခွာချပြီး အရှိပကတိကို မြင်ဖို့ကြိုးစားရမယ်။

အဲဒါကို လုပ်နိုင်သွားပြီဆိုရင် အရင်ရှိမှန်းမသိရှိနေခဲ့တဲ့ မောဟလို့ခေါ်တဲ့ confusion တစ်ဝက်လောက်က ကြက်ပျောက် ငှက်ပျောက် ပျောက်သွားပြီး အသိဉာဏ်တွေကို လေးလံထိုင်းမှိုင်း တွေဝေစေတဲ့ အစိုင်အခဲကြီး တစ်ခုဟာ တစ်စဆီ ကြေမွပျက်စီးသွားတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ လူဟာ ပေါ့ပါးလွတ်လပ်သွားပြီး အမိကနဲ့ သာမညကို သေချာခွဲခြား မြင်နိုင်လာတယ်။

ဒီအချိန်မှာ ကမ္ဘာလောကကြီးကို မြင်တဲ့အမြင်ကလည်း အရင်နဲ့ မတူတော့ဘူး။ ကျေးဇူးတရားဘက်ကို ရောက်လာပြီး မေတ္တာနဲ့ အရာအားလုံးကို ကြည့်တတ်လာတယ်။

စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှုရဲ့ အမှန်ရလဒ်ကို သိလာပြီး မွေ့ပျော်လာတဲ့အတွက် မလိုလားအပ်တဲ့ အပူကို မယူတော့ဘူး။ တရားဓမ္မတွေကိုလည်း သေချာ နှလုံးသွင်းတတ်လာပြီး လက်တွေ့ အသုံးချလာနိုင်တယ်။ ကိုယ့်အကြောင်း လျော့သွားတဲ့အခါ သူတစ်ပါးအတွက် ပိုပြီးစိတ်ဝင်စားမှု ပေးလာနိုင်သလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မထိခိုက်စေဘဲ ထည့်သွင်းစဉ်းစား ပေးတတ်လာတယ်။

အတ္တတို့၊ မာနတို့ နည်းသည်ထက် နည်းလာတဲ့အတွက် ငါစွဲ၊ လူမျိုးစွဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲတွေလည်း နည်းလာတယ်။ လူအချင်းချင်း ဆိုတဲ့စိတ် ပိုများလာမယ်။ Humanity ကို ပိုပြီး အလေးထားတတ်လာမယ်။ အဲ့ဒီအခြေအနေကို "awakened" နိုးထလာတဲ့ အခြေအနေလို့ ခေါ်လို့ရတယ်။

Awakened လူသားတွေဟာ လူမျိုးပေါင်းစုံ ဘာသာပေါင်းစုံ ယဉ်ကျေးမှုပေါင်းစုံ အရပ်ဒေသပေါင်းစုံကနေ လာကြပါတယ်။ သူတို့တွေဟာ ဘာသာစကား၊ ဓလေ့ထုံးစံတွေ မတူရင် နေမယ်၊ အားလုံးတူတာတစ်ခု ရှိတယ်။ အဲဒါကတော့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ယုံကြည်ကိုးကွယ် ကျင့်သုံးကြပါတယ်။ And, they're very rich!

❖

ကောင်းတဲ့အလုပ်မှာ စေတနာထည့်ရင် ကောင်းတာ ဖြစ်မယ်။
ဆိုးတဲ့အလုပ်မှာ စေတနာ ထည့်ရင် ဆိုးတာ ဖြစ်မယ်။
ဗုဒ္ဓက...

အလွဲတချို့နဲ့ ကိုယ်ပိုင်သုံးသပ်မှု

စေတနာ...

တော်တော်များများ စေတနာဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ကြားရင် ကောင်းတဲ့အရာလို့ တွေးတာ များကြတယ်။ တကယ်တော့ စေတနာ ဆိုတာ ထည့်တဲ့အား (Energy) ကို ခေါ်တာ။ ကောင်းတဲ့အလုပ်မှာ စေတနာထည့်ရင် ကောင်းတာ ဖြစ်မယ်။ ဆိုးတဲ့အလုပ်မှာ စေတနာ ထည့်ရင် ဆိုးတာ ဖြစ်မယ်။

ဗုဒ္ဓက ပြတ်ပြတ်သားသား ပြောထားတာ ရှိတယ်။ 'စေတနာသည် ကံ' တဲ့။

ကုသိုလ် အကုသိုလ်၊

ပြုမှ ရနိုင်တယ်။ ကြားဖူးတာတွေ ရှိတယ်။

ငါ့ကို 'အကုသိုလ်တွေ မပေးနဲ့' တို့၊ 'နင်က အကုသိုလ် အကောင်' တို့ စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ။

ကုသိုလ်ရော အကုသိုလ်ရောက စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်တဲ့ဟာ ဆိုတော့ စိတ်ထဲမှာ ဖြေရှင်းလို့ ရတယ်။ ဘုရားရှိခိုးနေရင်းနဲ့ သူတစ်ပါး မကောင်းကြောင်း တွေးရင် အကုသိုလ်ပဲ။ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ဘီယာ သောက်ရင်း အများကောင်းကျိုးကိစ္စတွေ အကောင် အထည်ဖော်ဖို့ ဆွေးနွေးနေရင် ကုသိုလ်ဖြစ်တာပဲ။

နေရာဒေသတို့၊ သူတစ်ပါးရဲ့ အပြုအမူတို့ တွေဟာ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် တိုက်ရိုက် မဖြစ်စေ နိုင်ဘူး။ ကိုယ်က ပေးဖြစ်လိုက်ရင် ဖြစ်မှာပေါ့။

အလယ်အလတ်လမ်းစဉ်...

Middle way...

အလယ်အလတ်လမ်းဆိုတဲ့ ဘုရားပြောတဲ့ လမ်းစဉ်ကို တချို့ နားလည်တာ လွဲနေတယ်လို့ ထင်တယ်။ တချို့ဆိုတဲ့နေရာမှာ တော်တော်များတယ်လို့ ထင်တယ်။

အလယ်အလတ်လမ်းစဉ် ဆိုတာ တော်ရုံတန်ရုံ လုပ်လို့ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ ဘုရားသာ တော်ရုံတန်ရုံပဲ တရားအားထုတ်ခဲ့ရင် ဘုရားဖြစ်မလာဘူး။ ကိုယ့်မှာ ရှိတဲ့ စိတ်စွမ်းဉာဏ်စွမ်း လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသမျှ အကုန်

ထုတ်ပြီး ကြိုးစားမှ အောင်မြင်နိုင်မယ်။ လိုချင်မှု လောဘတော့ ရှိရလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ သမာသမတ်နည်းနဲ့ အစွမ်းကုန် ကြိုးစားပြီး ရလာတဲ့ ရလဒ်ပေါ် မှာတော့ ရောင့်ရဲ တင်းတိမ်နိုင်စွမ်း ရှိရလိမ့်မယ်။

❖

Happiness starts at Home

ချစ်ခြင်းမေတ္တာတို့ စာနာထောက်ထားမှုတို့ လေးစားမှု
တို့ဆိုတာ လူဖြစ်တုန်းပဲ သုံးစွဲ ခံစားနိုင်တဲ့ အရာတွေ
ဖြစ်တာကြောင့် လေးလေးနက်နက် ကျင့်သုံးသင့်တယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချစ်တဲ့သူ

"There's no way you can love and respect others if you don't love and respect yourself"

"ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မချစ်ဘဲ မလေးမစားဘဲနဲ့ တခြားသူကိုချစ်ဖို့ လေးစားဖို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး"

ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ် ကိုယ်တိုင်လည်း ပြောခဲ့ဖူးတယ်။

'ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချစ်တတ်အောင် အရင် ကြိုးစားတဲ့'။

"Happiness starts at home" လို့လည်း အဆိုရှိတယ်။

ဒီစကားကို ကြားတုန်းက လက်မခံနိုင်ခဲ့ဘူး။ တော်တော်ကြာကြာထိလဲ လက်မခံနိုင်ခဲ့ဘူး။ နားမလည်နိုင်ခဲ့တာလို့ ပြောရင် ပိုမှန်မယ်။

ချစ်တယ် ဆိုတာ ဘာလဲ။

လေးစားတယ် ဆိုတာ ဘာလဲ။

အဲဒီ မေးခွန်းနှစ်ခုကို ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်မေးတော့မှ မဖြေနိုင်တာကို တွေ့ရတယ်။ စာတွေ့လက်တွေ့ တွေ့ကြုံပြီးတော့မှ တဖြည်းဖြည်းချင်း နားလည်လာတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချစ်တဲ့သူဟာ တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းမှု ရှိတယ်၊ ကျန်းမာရေး လိုက်စားမယ်။

ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်တဲ့ အစားကောင်း အသောက်ကောင်း စားမယ်၊ စိတ်ချမ်းသာအောင်နေမယ်၊ ကိုယ့်ကို စိတ်ဆင်းရဲစေမယ့် အရာတွေကိုလည်း ရှောင်ကျဉ်မယ် စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ။

အဲဒီနေရာမှာ လူအမျိုးအစား စကွဲတယ်။

ကိုယ့်စိတ်ချမ်းသာမှုကို ဘာနဲ့မှ မလဲမဲ့ ဘယ်သူ သေသေ ငတေမာပြီးရော လူစားမျိုးနဲ့ ကိုယ့်လိုပဲ သူများတွေလည်း စိတ်ချမ်းသာချင်မှာပဲလေ ဆိုပြီး ကိုယ်ချင်းစာတရားနဲ့ တွေးပေးတဲ့ လူစားမျိုး။ ကိုယ်ချင်းစာတရား ရှိတဲ့သူမှာမှ တစ်ခါ သူများ ဒုက္ခရောက်နေတာမြင်ရင် ဖင်တကြွကြွ ဖြစ်နေတဲ့သူ၊

နောက် တစ်ခုခု ကူညီပေးလိုက်ရမှ အိပ်ပျော်စားဝင်တဲ့ ပရဟိတသမားမျိုးတွေလည်း ရှိလာပြန်ရော။ ထိုသူတွေကတော့ Healers (ကုစားပေးသူတွေ) တွေပေါ့လေ။

မိသားစုကို ချစ်တတ်လာတဲ့သူတွေလည်း အဲဒီလိုပဲ ကိုယ့်အသိုက်အမြုံလေးက အေးချမ်းတယ်၊ ပျော်စရာကောင်းတယ်၊ ဒီ အသိုက်အမြုံလေး ပျက်စီးသွားမှာကို မလိုလားဘူး။ ထို့အတူ သူတစ်ပါး မိသားစုအသိုက်အမြုံလေး ပျက်စီးသွားမှာကိုလည်း မလိုလားတော့တဲ့အတွက် သူတစ်ပါး ပျက်စီးရာ ပျက်စီးကြောင်းတွေကို မလုပ်တော့ဘူး၊ မပြောတော့ဘူး။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချစ်တဲ့သူတွေက သူများကိုပိုပြီး စာနာ ပေးတတ်တယ်၊ သနားတတ်တယ်၊ ကူညီပေးတတ်တယ်။

(Self-respect) ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားမှု

"Liars think everyone lies" ဆိုသလိုပေါ့။ 'လိမ်နေကြလူတွေဟာ အားလုံးလည်း သူတို့လိုပဲ လိမ်တတ်ကြတယ်' လို့ တွေးမယ်။

အဲဒီလိုပဲ သူခိုးကလည်း သူ့ရှိတဲ့ ပစ္စည်းကိုဘယ်တော့မှ စိတ်ချမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်

Scanned by CamScanner

စာရိတ္တ ကောင်းအောင် သမာသမတ် ကျကျနေတဲ့ သူမှလည်းပဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားနိုင်လိမ့်မယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ လူတွေက ကောင်းတယ်လို့ ပြောပြော၊ ဘာဘွဲ့တွေ ပေးထားပေးထား၊ ကိုယ်ဟာ သမာအာဇီဝ သမား မဟုတ်ခဲ့ရင် ညအိပ်ရာဝင်တဲ့ အချိန်ကျရင် လိပ်ပြာမသန့်တဲ့အတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တကယ် လေးစားနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် လိပ်ပြာသန့်တဲ့ သူတွေပဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားနိုင်လိမ့်မယ်။ လိပ်ပြာ သန့်အောင် နေဖို့ မလွယ်ဘူး ဆိုတာလည်း သိတဲ့ အတွက် တခြား သမာသမတ်ကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုလည်း လေးစားရကောင်းမှန်း သိလာမယ်။

တန်ဖိုးတွေကို နားလည်လာတဲ့သဘောပေ့ါ။

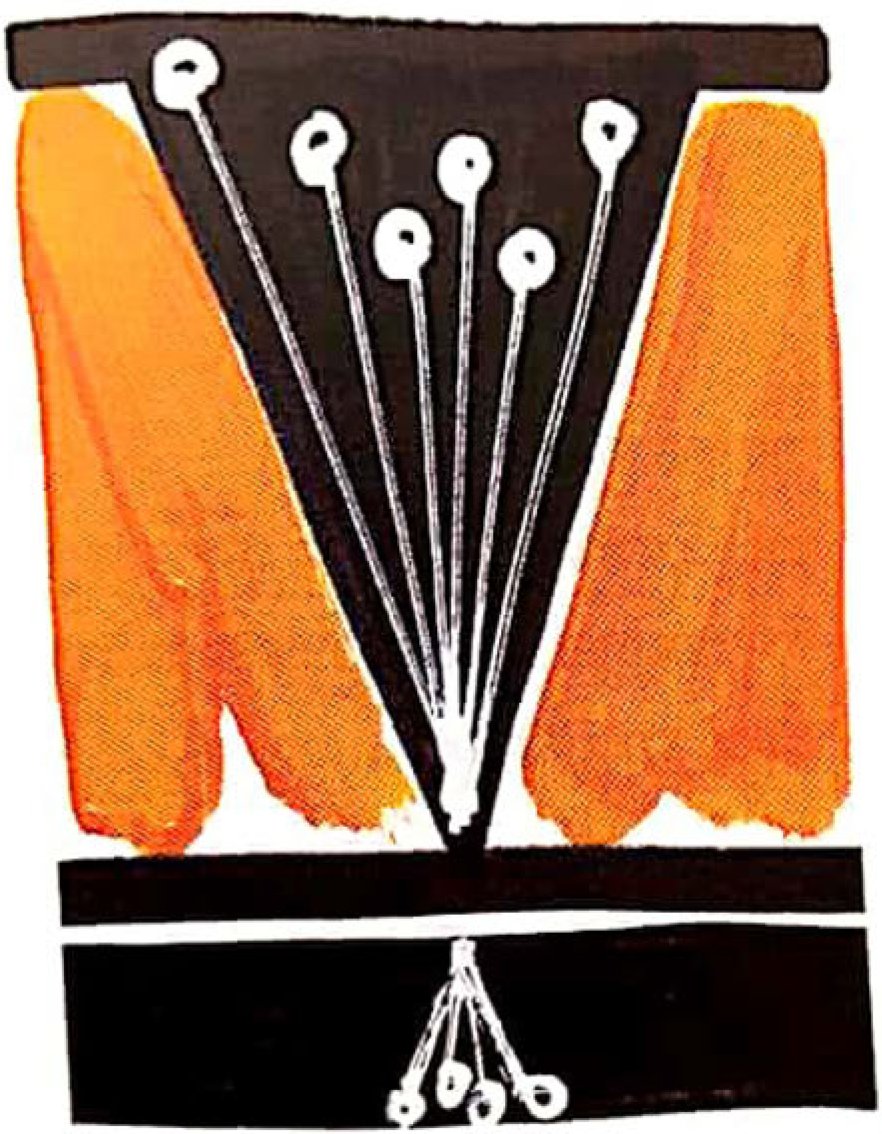
ကျွန်တော် ဒါတွေ ပြောနေလို့ စင်းလုံးချော နေတဲ့ လူတစ်ယောက် မဟုတ်ပါဘူး။ ကြိုးစားနေဆဲ ပါ။

တစ်ရက်နဲ့ တစ်ရက်တောင် စိတ်က တူတာ မဟုတ်ဘူး ဆိုတော့ မလွယ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အမှား များစွာ လုပ်ပြီးမှ တွေ့လာတဲ့ အမြင်လေးတွေကို မျှဝေ ပေးတဲ့ သဘော သက်သက်ပါ။

ချစ်ခြင်းမေတ္တာတို့ စာနာထောက်ထားမှုတို့ လေးစားမှုတို့ ဆိုတာ လူဖြစ်တုန်းပဲ သုံးစွဲ ခံစားနိုင်တဲ့

အရာတွေ ဖြစ်တာကြောင့် လေးလေးနက်နက် ကျင့်သုံး
သင့်တယ်။

❖



ဘုရားစင်ရှေ့ရောက်တဲ့အချိန်မှာ

တချို့ဘုရားတွေ အကြာကြီး ရှိခိုးကြတယ်။

ဘုရားစာတွေလည်း အများကြီး ရကြတယ်။

ဒါပေမဲ့ အာရုံစူးစိုက်မှုမှာ ...

ဘုရားစင်နဲ့ Gym

ရုတ်တရက် တွေးရခက်သွားသလား။

ကျွန်တော် ခဏခဏ တွေးဖြစ်တဲ့ analogy (ခေါ်) နှိုင်းယှဉ်မှုလေးပါ။

Gym မှာ ဆော့တဲ့အချိန်နဲ့ ဘုရားစင်ရှေ့ ရောက်တဲ့အခါ ဘာတူလဲ ဆိုတော့ 'ထားတဲ့စိတ်ပေါ်မှာ မူတည်ပြီး အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိတယ်' ဆိုတဲ့ အချက်တူတယ်။

Gym မှာ ကျွန်တော်တွေ့ဖူးတဲ့ လူတချို့ဆိုရင် ၂ နာရီ ၃ နာရီလောက် ဆော့ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ နည်းစနစ်ကျကျ မဟုတ်ဘူး။ လေ့ကျင့်ခန်း တစ်ခုနဲ့တစ်ခုကြားမှာ အနားယူတဲ့အချိန်က ယူချင်သလို ယူတယ်၊

selfie ဆွဲလိုက်၊ ဖုန်းပြောလိုက် ပြီးတော့ တခြားလူတွေနဲ့ စကားလေးပြောလိုက်၊ အဲ ပြီးမှ လေ့ကျင့်ခန်းလေး ပြန်လုပ်လိုက်။ လတွေသာ ကြာသွားတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ သိသိသာသာ ဘာတိုးတက်မှုမှ မရှိဘူး။ အဲဒီလို ၂ နာရီ ၃ နာရီလောက် အီးယောင်ဝါး လုပ်တာထက် နာရီဝက်လောက်ကိုပဲ အာရုံစူးစိုက်မှု အပြည့်နဲ့ လုပ်တဲ့သူက အများကြီး ထိရောက်သလို သိသာမှုလည်း အများကြီး ကွာလိမ့်မယ်။

ဒီနေ့ ရင်အုံနဲ့ကျောကို အဓိက ဆွဲမယ်ဆိုရင် သီချင်းနားထောင်တတ်ရင်လည်း headphone တပ်အသက်ဝဝ ရှူပြီး ကိုယ် target ထားတဲ့ muscle group (ကြွက်သားအဖွဲ့အစည်း) တွေကို concentration (စူးစိုက်မှု) အပြည့်နဲ့ အလုပ်များများ ခိုင်းပစ်လိုက်။ ဟို အခုနကပြောတဲ့ အီးယောင်ဝါး လုပ်နေတဲ့လူ တစ်နှစ်ပြည့်လို့ ဘာမှမထူးတဲ့အချိန်မှာ ကိုယ်က လုံးဝ fit ဖြစ်သွားပြီ။ Stamina (လုပ်နိုင်စွမ်း) ရော Strength (လုပ်နိုင်အားရော) ပိုတက်သွားပြီ။

ထိုနည်းဥပမာပဲ ဘုရားစင်ရှေ့ ရောက်တဲ့အချိန်မှာ တချို့ ဘုရားတွေ အကြာကြီး ရှိခိုးကြတယ်။ ဘုရားစာတွေလည်း အများကြီး ရကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ အာရုံစူးစိုက်မှုမှာ သဒ္ဓါနည်းတော့ ဘာအကျိုးမှ ထိရောက်မှု

မရှိဘူး။ စိတ်တွေက တောင်ရောက် မြောက်ရောက် စိတ်တိုစရာတွေတွေး၊ အကုသိုလ်တွေပွား၊ ပါးစပ်ကတော့ ဘုရားစာတွေ တတွတ်တွတ်ရွတ် ဘယ်ခရီးမှ မရောက်ဘူး။ တချို့ဆိုရင် ဒေါသတောင် ပိုကြီးလာသလားပဲ။ ဒါကြောင့် တချို့ဆရာတော်တွေ ပြောတာဖြစ်နိုင်တယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် နေတုန်းက အကောင်းတဲ့၊ ရိပ်သာရောက်တော့မှ အကုသိုလ်တွေ အတုံးလိုက် အတစ်လိုက် ရတော့တာပဲတဲ့။

ကျွန်တော့်အနေနဲ့တော့ အခုနကပြောတဲ့ Gym analogy လေးလိုပေါ့။ ဘုရားရှိခိုးမယ်။ ဟုတ်ပြီ၊ ဘာအတွက်လဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အရင်မေး။ အဲဒီ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ရှင်းလင်း ပြတ်သားနေဖို့ လိုတယ်။ တာဝန်အရ ဒါမှမဟုတ် လုပ်နေကြ အလုပ်တစ်ခု ဖြစ်နေလို့ဆိုရင်တော့ အကျိုးသက်ရောက်မှု မရှိသလောက် နည်းလိမ့်မယ်။ မလုပ်တာနဲ့ ဆိုရင်တော့ ပိုတော့ ကောင်းနိုင်ပါတယ်။ အကုသိုလ် မပွားမိအောင် ထိန်းနိုင်ရင်တော့။

ကျွန်တော် ဘုရားစင်အရှေ့ ရောက်ပြီဆိုရင် ဘုရားနဲ့တွေ့ဖို့လို့ စိတ်ထဲမှာ ထားတယ်။ ကိုယ် ရွတ်နေတဲ့ ဘုရားစာတွေကိုလည်း အနည်းဆုံး အကြမ်းဖျင်းတော့ နားလည်အောင် ကြိုးစားတယ်။ နှလုံးသွင်းတယ်။ ၁၅ မိနစ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နာရီဝက် တစ်နာရီပဲဖြစ်ဖြစ် ဘုရားနဲ့

စိတ်က အတူရှိနိုင်သမျှ ရှိအောင် ကြိုးစားတယ်။ ဆရာကြီး ရွှေဥဒေါင်းပြောတဲ့ နည်းကိုလည်း မကြာခဏ သုံးတယ်။ ဘုရားရဲ့ ရုပ်ပန်းသဏ္ဌာန်ကို စိတ်မှန်းနဲ့ ဖော်ကြည့်တဲ့ နည်းပါ။ ရုပ်တု မဟုတ်ဘူးနော်။ တကယ့်အပြင်က လူတစ်ယောက်ရဲ့ပုံစံ။

ထိရောက်မှု၊ အကျိုးရှိမှု တအားသိသာတယ်။ ကျွန်တော် ဟိုးအရင်က ဘာသာရေးလုပ်ရင် တာဝန် ကျေရုံ လုပ်ခဲ့ဖူးတော့ ကွာခြားမှုကို ကောင်းကောင်း သိတယ်။ တစ်ခု မှတ်ရမှာက ဒီဘုရား ရှိခိုးတာတွေ တရားထိုင်တာတွေဟာ ဘုရားအတွက် လုပ်တာ မဟုတ်ဘူး ဆိုတာပဲ။ ဘုရားသင်ပြသွားသမျှ နည်းလမ်းတွေဟာ သူ့အတွက် တစ်ခုမှ မပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့တွေ self-cultivate (ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပျိုးထောင်) လုပ်နိုင်ဖို့ သက်သက်ပဲ။

ဒါကြောင့် ဒီနည်းလမ်းတွေကို လိုက်နာကျင့် သုံးပြီ ဆိုရင် တိုးတက်မှုတော့ ရှိရလိမ့်မယ်။ ပိုမို အေးချမ်းလာရမယ်၊ ကြည်လင်လာရမယ်၊ မေတ္တာစိတ် တွေနဲ့ ပိုထိတွေ့လာနိုင်ရမယ်၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း မေတ္တာစိတ်တွေ ပေးနိုင်တဲ့လူ ဖြစ်လာရမယ်။

❖

နိဗ္ဗာန်ထက် သိပ်ပွဲဆန်တဲ့ အတွေးအခေါ်နဲ့ ဘာသာရေးကို
လုပ်သင့်တယ်။
အဲဒါဆိုရင် လက်တွေ့ပိုဆန်လိမ့်မယ်။
ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာလောက်
လက်တွေ့ဆန်တဲ့ဘာသာ မရှိဘူး။

လက်တွေ့ဆန်ဖို့ လိုပါတယ်

ဘုန်းကြီးတစ်ပါးဆီက ကြားဖူးတဲ့အကြောင်းလေး ပြောပြချင်ပါတယ်။ အဲဒီဘုန်းဘုန်းက သင်္ဂြိုဟ်စက်တွေနဲ့ ပန်းခြံတွေကို သင်္ချိုင်းတွေမှာ ဆောက်ဖို့ ကြိုးစားနေတဲ့ ဘုန်းဘုန်း။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ မြန်မာသင်္ချိုင်းတွေက သံဝေဂတရားရဖို့ နေနေသာသာ အနိဋ္ဌာရုံကြီးတွေဖြစ်နေလို့ လူတွေက ကျဉ်ကြတယ်။ ကြောက်ကြတယ်တဲ့။

ဘုန်းဘုန်းက ပြောတယ်။

"ခက်တယ် ဒကာ. . . ဘုရားတည်မယ် ဆိုရင်တော့ လှူတဲ့သူ ပေါတယ်။ ဒီကိစ္စကျတော့ ဘုန်းဘုန်းတစ်အိမ်တက်ဆင်း လိုက်အလှူခံတာတောင် ထည့်ချင်

Scanned by CamScanner

တဲ့သူ သိပ်မရှိဘူး။ ပြောရမယ်ဆိုရင် စေတီတော် ထီးတော် ဆိုရင် အလုအယက် ဝိုင်းလှူကြတယ်။ အောက် ရောက်လာတာနဲ့အမျှ အလှူရှင်နည်းလိုက်လာတယ်"

တကယ်တမ်း ကြည့်လို့မြင်လို့ မကောင်းဖြစ် နေတဲ့ သုသာန်တွေက အရင်ပြင်ဖို့ ပိုအရေးကြီးတာ မဟုတ်ဘူးလား။ တခြားနိုင်ငံတွေရဲ့ သုသာန်တွေဆိုရင် picnic ထွက်လို့ရတဲ့ ပန်းခြံကြီးတွေလို့ပဲ လုပ်ထားကြ တယ်။ သဘာဝကျတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အသုဘ ကိစ္စတွေက သိပ် စိတ်ဖိစီးမှုများတဲ့ ကိစ္စတွေ။ စိတ် သောကရောက်နေတဲ့ မိသားစုတွေ လိုက်ပို့တဲ့သူတွေ အနေနဲ့ အေးအေးချမ်းချမ်း လုပ်လို့ရသင့်တယ်။ ပြီးတော့ နှစ်စဉ် ပြန်လာရမယ့် နေရာလည်း ဖြစ်နေတယ်။ နောက် တစ်ခုက ကိုယ့်ရဲ့အဖေဖြစ်စေ၊ အမေဖြစ်စေ ဒီချစ်ခင် ရတဲ့သူရဲ့ ရုပ်အလောင်းကို ထားခဲ့တဲ့နေရာက အမှိုက်ပုံ သာသာ မဖြစ်သင့်ဘူး။

ပြီးတော့ နောက်တစ်ခု။ တော်တော်များများ ဘုရားတွေမှာဆိုလည်း စေတီတော်ကြီး ခမ်းနားတာက လွဲလို့ ဘုရားဖူးတွေအတွက် သန့်ရှင်းတဲ့ အိမ်သာတောင် မရှိကြဘူး။ ရှိတဲ့နေရာတွေ ကျတော့လည်း ညစ်ပတ် နံစော်နေတာ များတယ်။ သန့်စင်ရေး အခန်းတွေက ညစ်ပတ်နေတာ တော်တော်ဆိုးတယ်။ ဘုရား

ခမ်းနားသမျှ မသန့်ရှင်းတဲ့ သန့်စင်ခန်းတွေက ကျွန်တော်တို့လူမျိုးတွေရဲ့ အဆင့်ကို နိုင်ငံခြားသားတွေ အမြင်မှာ တော်တော် နိမ့်ကျသွားစေတယ်။ ညစ်ပတ်ကြတယ်လို့ မြင်မယ်။ နိုင်ငံခြားသားတွေ ခဏထားပါဦး။ သန့်ရှင်းမှု ဆိုတာ လူ့အဆင့်အတန်း ဖြစ်တဲ့အတွက် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း နေခြင်းအားဖြင့် အဆင့်အတန်း မြင့်စေသလို ဘုရားဖူးတွေလည်း စိတ်အေးချမ်းမှု ရစေတယ်။ ကုသိုလ်ကိစ္စအတွက်လည်း အကျိုးတော်တော် ရှိမယ်။ ကုသိုလ်ကိစ္စတွေက စိတ်မှာတည်တာ ဖြစ်တဲ့အတွက် လူတွေ စိတ်ချမ်းသာစေမယ့်အရာတွေ များများ လုပ်သင့်တယ်။

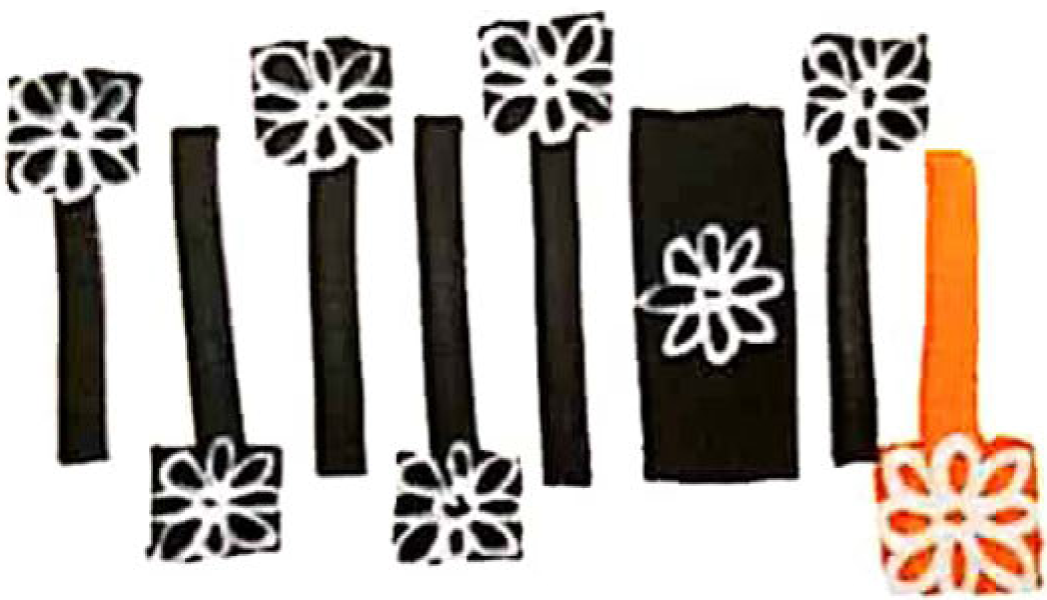
ကျွန်တော်တို့လူမျိုးတွေ ဘာသာရေးလုပ်ပြီဆိုရင် နိဗ္ဗာန်ကို မျှော်ကိုးပြီး လုပ်ကြတာ များတယ်။ တကယ်တမ်း နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဘယ်နေမှန်းလည်း သိကြတာ မဟုတ်ဘူး။ ဟောတဲ့သူလည်း မသိဘူး။ (ရဟန္တာတို့ ပစ္စေကဗုဒ္ဓတို့ ဆိုရင်တော့ သိမှာပေါ့လေ။) နာတဲ့သူလည်း မသိဘူး။ နောင်ဘဝအတွက် ဘာသာရေး လုပ်တဲ့ လူများပြီး အခုလက်ရှိ ပစ္စုပ္ပန်အတွက် အားထည့်တဲ့ သူတွေ အရမ်းနည်းတယ်။

နိဗ္ဗာန်ထက် သိပ်ပွဲဆန်တဲ့ အတွေးအခေါ်နဲ့ ဘာသာရေးကို လုပ်သင့်တယ်။ အဲဒါဆိုရင် လက်တွေ့

ပိုဆန်လိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာလောက် လက်တွေ့ဆန်တဲ့ ဘာသာ မရှိဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်ကို အဓိကထားတဲ့ လမ်းစဉ်။ ဘာနဲ့မှလည်း မချုပ်နှောင်ထားဘူး။

ပစ္စုပ္ပန်မှာသာ အားလုံး စေတနာ သဒ္ဓါ ထည့်မယ်ဆိုရင် နိဗ္ဗာန်ကိစ္စ ပြီးပါတယ်။ ကိုယ်က ပါရမီပါလို့ လောကုတ္တရာလောကကို ဝင်ချင်တယ် ဆိုရင်လည်း လောကီကိစ္စတွေ ရှင်းပြီးရင် ဝင်ပေါ့။

❖



တကယ်တမ်းဆိုရင် မြန်မာပြည်ဟာ
ဗုဒ္ဓဘာသာ ကိုးကွယ်တဲ့သူများတဲ့အလျောက်
ဒီမိုကရေစီစနစ်နဲ့ ပေါ့ပါးစွာ နေထိုင်နိုင်ရမှာ ဖြစ်တယ်။
စည်းကမ်းတွေနဲ့ နေရတာဟာ
သိပ်ကို လွယ်ကူသင့်တယ်။

Religion and Tradition
ဘာသာရေးနှင့် ထုံးတမ်းစဉ်လာ

ဆင်းတုတော်တွေကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် လူတွေဟာ ကိုယ့်လူမျိုး ကိုယ့်ယဉ်ကျေးမှု ထုံးတမ်းစဉ်လာတွေဘက်ကို ဆွဲပြီး ဘာသာရေးကို အသုံးပြုကြတယ်ဆိုတာကို တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။ (အသုံးပြုတယ် ဆိုတဲ့ စကားအကြောင်းကိုတော့ နောက်မှရှင်းပါ့မယ်။)

ဗုဒ္ဓဘာသာ အများစုရှိတဲ့ နိုင်ငံတွေမှာရှိတဲ့ ဆင်းတုတော်တွေကို လေ့လာကြည့်မယ်ဆိုရင် တစ်နိုင်ငံနဲ့တစ်နိုင်ငံ မတူကြဘူး။ တရုတ်ပြည်က ဗုဒ္ဓဆိုရင် တရုတ်ရုပ်ထွက်တယ်။ မြန်မာပြည်က ဗုဒ္ဓဆိုရင် မြန်မာရုပ်ထွက်တယ် စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ။ ဒါ ဗုဒ္ဓဘာသာမှ

ဒီထောင့်စေ့ပြီး လှပပြည့်စုံလွန်းလှတဲ့
တရားတော်တွေဟာလည်း
တကယ်တော့ သံသရာမြစ်ကို ဖြတ်တဲ့အချိန်မှာ
ပြင်းထန်တဲ့ အတ္တမုန်တိုင်းတွေ၊
ကြောက်စရာ ကောင်းတဲ့ အဝိဇ္ဇာဝဲဂယက်တွေကို
ကြံ့ကြံ့ခံပြီး တစ်ဖက်ကမ်းကို
ပို့ပေးနိုင်မယ့် လှေတစ်စင်းပါပဲ။

Buddhism, Democracy and Etiquette

တကယ်တော့ ဒီမိုကရေစီစနစ်နဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ အခြေခံအုတ်မြစ်ချင်း အတူတူပဲ။

တစ်ခုက နိုင်ငံရေး၊ တစ်ခုကတော့ ဘာသာရေး။

လူ တော်တော်များများက ဗုဒ္ဓဘာသာကို ဘာသာတစ်ခုလို့ မြင်ပေမယ့် ကျွန်တော့်အတွက်တော့ (Way of life) ဘဝနေထိုင်မှု ပုံစံဆိုရင် ပိုမှန်တယ်။ နှစ်ခုစလုံးက ဘာတူသလဲ ဆိုတော့ လူတွေကို စည်းကမ်းတကျ လွတ်လပ်စွာ နေစေချင်တဲ့ စနစ်တွေ ဖြစ်တယ်။

စည်းကမ်းတကျ လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်ခြင်း

ဒီမိုကရေစီ အသိုင်းအဝိုင်းမှာ လူတစ်ယောက်ချင်းရဲ့ ရပိုင်ခွင့်တွေ၊ Individual rights တွေကို အဓိကတန်ဖိုးအနေနဲ့ ကာကွယ်ပေးတယ်။ သူတစ်ပါး ရပိုင်ခွင့်ကို မထိခိုက်သရွေ့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကြိုက်သလိုနေခွင့်ရှိတယ်။

တချို့ထင်သလို ဒီမိုကရေစီ ရရင် ကြိုက်တာလုပ်လို့ရတယ် ဆိုတာ လုံးဝမဟုတ်ဘူး။

ထိုနည်းငှင်းပဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာလည်းပဲ ကိုယ့်ပျော်ရွှင်မှု အတွက် သူများ နစ်နာတာကို လုံးဝတားဆီးတယ်။ ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလတို့နဲ့ တားမြစ်တယ်။ ဒီမိုကရေစီစနစ်မှာကျတော့ ဥပဒေတွေနဲ့ တားမြစ်တယ်။

နောက်တစ်ခု -

ဒီသီလတွေ စောင့်ထိန်းတာဟာ တာဝန်ကျေရုံပဲ ရှိတယ်လို့ ဆိုတယ်။ နောက် တစ်ဆင့်တက်လို့ရတယ်။ သူများအသက် မသတ်တဲ့အပြင် သူများအသက်ကို ကယ်သင့်တယ်။

မုသားစကား မဆိုတဲ့အပြင် အကျိုးရှိတဲ့စကားတွေသာ ပြောသင့်တယ်။ သူများပစ္စည်း မခိုးတဲ့အပြင် ကိုယ်ရှိတာတွေကို ပေးကမ်းသင့်တယ် စသည်ဖြင့်ပေါ့။

တိုးတက်တဲ့ ယဉ်ကျေးတဲ့ ဒီမိုကရက်တစ် အသိုင်းအဝိုင်းတွေမှာလည်း eitquette ဆိုတာတွေ civic duties ဆိုတဲ့ နိုင်ငံကြီးသား တာဝန်တွေရှိတယ်။

ဒါတွေဟာ စာချုပ်မချုပ်ထားဘဲ ရှိနေတဲ့ Social binding (ခေါ်) လူမှုရေးချည်နှောင်မှုတွေပါ။ ဒီတာဝန်တွေ ချည်နှောင်မှုတွေက လစာရလို့ လုပ်တာမျိုး မဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်အသိစိတ်ဓာတ်နဲ့ ကိုယ်လုပ်ရတာဖြစ်တဲ့အတွက် အလေးထားတဲ့သူတွေ ရှိသလို အလေးမထားတဲ့သူတွေလည်း ရှိတယ်။

အလေးထားတဲ့သူများတဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းတွေကတော့ တိုးတက်အောင်မြင်နေတဲ့ နိုင်ငံက လူ့အဖွဲ့အစည်းတွေ ဖြစ်တယ်။

*** (ဒီနေရာမှာ မှတ်စေချင်တာက တိုးတက်အောင်မြင်လာလို့ အလေးထားတာ မဟုတ်ဘဲ အလေးထားလို့ တိုးတက်အောင်မြင်လာတယ်လို့ပါ)***

ဒါဆိုရင် ဘာတွေကို အလေးထားရမှာလဲ ဆိုတာ ကြည့်ကြည့်ရအောင်။ ဒီ civic duties တွေ ဆိုတာ တကယ်တော့ etiquette တွေပါပဲ။

Dictionary က ဖော်ညွှန်းချက် . . .

Etiquette

'ɛtikɛt, ɛti'kɛt/(noun)

- the customary code of polite behaviour in society or among members of a particular profession or group.

လူမှုအဖွဲ့အစည်း (သို့) အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုခုမှာ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ယဉ်ကျေးတဲ့ အပြုအမူများလို့ အဓိပ္ပာယ် ထွက်ပါတယ်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရရင် norms တွေပေါ့။

ကားမောင်းတဲ့အခါမှာလည်း road etiquette ရှိတယ်။ အတင်းကျော်တက်တာတို့၊ အတင်းတိုးတာတို့၊ လမ်းမပေးတာတို့၊ လူကူးမျဉ်းကျားကို အရေးမစိုက်တာတို့ ဆိုရင် etiquette မရှိတာပေါ့။

အများပြည်သူပိုင်နေရာတွေ (ဥပမာ-ပန်းခြံတို့၊ ဘုရားတို့ စသည်ဖြင့်) မှာ အမှိုက်ပစ်၊ ကွမ်းသွေးထွေးတာတို့၊ ရုပ်ရှင်ရုံတွေမှာ စကားတွေ အကျယ်ကြီးပြောတာတို့၊ နေကြာစေ့ခွံတွေ၊ အမှိုက်တွေ ကြမ်းပြင်ပေါ် ပစ်ချတာတို့၊ အရှေ့ခုံပေါ် ခြေထောက်တင်တာတို့၊ ထမင်းစားဝိုင်းမှာ ဆိုရင်လည်း ပလုပ်ပလောင်းစားတာတို့၊ ဘယ်သူ့မှ အရေးမစိုက်ဘဲ ပလတ်ပလတ် မြည်အောင်စားတာတို့ ဒါတွေက etiquette မရှိတာတွေပေါ့။

Civic duties ကျတော့ ကျွန်တော့်အမြင်မှာ

ဆိုင်သွားပြီ။ အခွန်မှန်မှန်ကန်ကန် ဆောင်တာတို့၊ တရားဥပဒေ ချိုးဖောက်မှုတွေ တွေ့ရင် မဆိုင်သလို မနေဘဲ သတင်းပို့တာတို့၊ ကလေးတို့၊ မိန်းမတို့ကို နှိပ်စက် ရိုက်နှက်နေတာတွေ့ရင် ဝင်မကူရင်တောင် ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းတွေကို အကြောင်းကြားပေးတာတို့၊ လာလည်တဲ့ နိုင်ငံခြားသား ဧည့်သည်တွေကို လူမျိုးဂုဏ်တက်အောင် ဂရုစိုက်ပေးတာတို့ စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ။

နိုင်ငံ အေးချမ်းအောင်၊ တိုးတက်အောင်၊ လူမျိုးဂုဏ်သိက္ခာတက်အောင် လုပ်တဲ့အလုပ်တွေပါပဲ။

တကယ်တမ်းဆိုရင် မြန်မာပြည်ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ကိုးကွယ်တဲ့သူများတဲ့အလျောက် ဒီမိုကရေစီစနစ်နဲ့ ပေါ့ပါးစွာ နေထိုင်နိုင်ရမှာ ဖြစ်တယ်။ စည်းကမ်းတွေနဲ့ နေရတာဟာ သိပ်ကို လွယ်ကူသင့်တယ်။ သူတစ်ပါးအတွက် ဆိုတာလေး ခေါင်းထဲမှာ တွေးလိုက်ရုံပဲ။

ဒါပေမဲ့. . .။

❖

ဒီထောင့်စေ့ပြီး လှပပြည့်စုံလွန်းလှတဲ့
တရားတော်တွေဟာလည်း
တကယ်တော့ သံသရာမြစ်ကို ဖြတ်တဲ့အချိန်မှာ
ပြင်းထန်တဲ့ အတ္တမုန်တိုင်းတွေ၊
ကြောက်စရာ ကောင်းတဲ့ အဝိဇ္ဇာဝဲဂယက်တွေကို
ကြံ့ကြံ့ခံပြီး တစ်ဖက်ကမ်းကို
ပို့ပေးနိုင်မယ့် လှေတစ်စင်းပါပဲ။

မဟုတ်ပါဘူး။ ခရစ်ယာန်ကို ကြည့်လည်း အဲ့လိုပဲ။ အနောက်တိုင်းက ခရစ်တော်ရဲ့ ဆင်းတုတော်က အသားအဖြူ ဆံပင်ရွှေရောင်နဲ့ မျက်လုံးကြည်ပြာရောင် ဖြစ်နေတယ်။ တကယ်တမ်း အသားသံလွင်ရောင် ဆံပင် အနက်ရောင် မျက်လုံးအညို ဖြစ်ရမှာ။

အဓိက ပြောချင်တာကတော့ လူတွေရဲ့အတ္တကြောင့် အချိန်ကာလတစ်ခုမှာ တရားတော်တွေ distortion (တွန့်သွားခြင်း) ဖြစ်သွားတာရယ်၊ ပြီးတော့ ဘာသာရေးနဲ့ ထုံးတမ်းစဉ်လာတွေ ရောကုန်တာရယ် ကိုပါ။ ဘုရားမပြောခဲ့ဘဲနဲ့ ပြောခဲ့သယောင်ယောင် ကိစ္စတွေ အများကြီး ရှိပါလိမ့်မယ်။ ဥပမာ-ဘုရားမှာ မိန်းမဝင်လို့ မရတဲ့ နေရာတွေ ရှိတဲ့ကိစ္စတို့၊ ဘုရားကျောင်းထဲဝင်ရင် ဖိနပ်ချွတ်ရတာတို့ စသည်ဖြင့်ပေါ့။ အကြောင်းတော့ ရှိမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ ဘုရားတားမြစ်တဲ့ထဲမှာ ပါလိမ့်မယ်လို့ မယူဆပါဘူး။ Tradition လို့ခေါ်တဲ့ ထုံးထမ်းစဉ်လာကြောင့်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အပေါ်က စကားကို ဆက်ရမယ်ဆိုရင် ဘာသာရေးဆိုတာ civilisation လို့ခေါ်တဲ့ လူ့ယဉ်ကျေးမှုကြီးရဲ့ အရေးပါတဲ့ အခန်းကဏ္ဍတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်တွေနဲ့အတူ ရောနှောနေထိုင်ရင်း အသိဉာဏ်ကြီးမားမှုကြောင့် လူဆိုပြီး ဖြစ်လာကြတဲ့နောက် ပို၍ပို၍

မြင့်မားတဲ့နေရာကို ရောက်အောင် ဘာသာရေးက စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ-Computer Science major နဲ့အလုပ်ရဖို့ အရင်ဆုံး သင်္ချာမှာ ထူးချွန်ရပါမယ်။ သင်္ချာကို tools သို့မဟုတ် instrument အနေနဲ့ အသုံး ပြုရပါမယ်။ ထိုနည်းငှင်းပဲ အသိဉာဏ် မြင့်မားလာဖို့ မေတ္တာတရားတွေ ကြီးမားလာဖို့ အတ္တစွဲတွေ ဖြုတ်ချနိုင်ဖို့ ဘာသာရေးကို အသုံးပြုရပါမယ်။

ဒီထောင့်စေ့ပြီး လှပပြည့်စုံလွန်းလှတဲ့ တရားတော်တွေဟာလည်း တကယ်တော့ သံသရာမြစ်ကို ဖြတ်တဲ့အချိန်မှာ ပြင်းထန်တဲ့ အတ္တမုန်တိုင်းတွေ၊ ကြောက်စရာ ကောင်းတဲ့ အဝိဇ္ဇာဝဲဂယက်တွေကို ကြံ့ကြံ့ခံပြီး တစ်ဖက်ကမ်းကို ပို့ပေးနိုင်မယ့် လှေတစ်စင်းပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ တစ်ဖက်ကမ်းကိုရောက်ရင် အဲဒီလှေကို ထားခဲ့ရမှာပါ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အဲဒီလှေ (ဓမ္မတရားတော်တွေ) ဟာလည်းပဲ instrument တစ်ခုပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ ဒီအတ္တတွေ ရှင်းထုတ်ဖို့ လမ်းစဉ်ကို ထုံးတမ်းစဉ်လာ ဆိုတဲ့ မျက်မှန်တပ်ပြီး ကြည့်မယ်ဆိုရင် တွန့်ခေါက်မှုတွေ ရှိနိုင်ပါတယ်။ ထုံးတမ်းစဉ်လာကို အရေးမထားဖို့ ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အတ္တကင်းတဲ့ ဓမ္မတရားတွေကို ထုံးတမ်းစဉ်လာနဲ့ မရောမိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ထုံးတမ်းစဉ်လာ ဆိုတာ

လူတွေရဲ့ ဖန်တီးမှုတွေပါ။ (တရားတော်တွေတောင် နှစ်ကာလ ကြာလာတဲ့အချိန်မှာ ဗုဒ္ဓပြောခဲ့တာတွေ မဟုတ်တဲ့ အဋ္ဌကထာဆရာတွေရဲ့ ပြုပြင်ဖြည့်စွက်မှုတွေ ရှိလာပါတယ်။)

ဒါကြောင့် ဘာသာရေးနဲ့ ထုံးတမ်းစဉ်လာတို့ရဲ့ မတူညီတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို သေသေချာချာ၊ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိဖို့ ကြိုးစားသင့်တယ်။ ဘာသာရေးဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုံးမတတ်လာအောင်၊ ပျိုးထောင်တတ်လာအောင်အတွက် ဖြစ်သင့်ပြီး ထုံးတမ်းစဉ်လာကတော့ ကိုယ့်လူမျိုး၊ ကိုယ့်ရိုးရာကို မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းဖို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။

❖

you
cannot
teach
taste

ကိုယ် နှစ်သက်တတ်တဲ့အရာတွေဟာ ပုဂ္ဂလိက (personal) သိပ်ဆန်ပြီး တစ်ကိုယ်ရည် ပျော်ရွှင်မှုအတွက် ရွေးချယ်ကြတာ ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ...

Taste
နှစ်သက်တတ်မှု

Sociology (လူမှုဗေဒ) လေ့လာပြုစုမှုတွေအရ လူတစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး နှစ်သက်တတ်တဲ့ အရာတွေဟာ ကြီးပြင်းရာအရပ်၊ အသိုင်းအဝိုင်း ကွာခြားတာနဲ့အမျှ ရွေးချယ်မှု အဆင့်အတန်းတွေ ကွာခြားသွားတယ်လို့ ဆိုတယ်။ ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့ အရာတွေဟာ ကိုယ့်အဆင့်အတန်းလို့ ဆိုရမယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲလိုပြောလို့ classism (သို့) လူတန်းစားခွဲခြားတာလား ဆိုတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ တချို့က ချို့တဲ့ပေမယ့် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း၊ သပ်သပ်ရပ်ရပ်နဲ့ ရှိတာလေးနဲ့ အဆင့်အတန်းရှိရှိ နေတတ်သလို စာပေ အနုပညာ ခံစားနိုင်မှု အဆင့်မြင့်ကြတယ်။

တချို့ကျတော့ ချမ်းသာကြွယ်ဝသော်လည်းပဲ အနေအထိုင် ပစ်စလက်ခတ်ဆန်ပြီး နိမ့်ကျတဲ့စာပေ အနုပညာတွေလောက်ပဲ ခံစားတတ်ကြတယ်။ ဆိုတော့ social status လို့ ခေါ်တဲ့ လူမှုအဆင့်အတန်းနဲ့လည်း တိုက်ရိုက်မဆိုင်ပြန်ဘူး။

"Taste only comes with acquisition and maturity"

'နှစ်သက်တတ်မှုဟာ ရှာဖွေစုဆောင်းခြင်းနဲ့ ရင့်ကျက်လာမှုကပဲ ရရှိနိုင်ပါတယ်'

"You cannot teach taste" လို့လည်း ရုပ်ရှင်ဒါရိုက်တာကြီး Ron Howard တစ်ခါပြောခဲ့ဖူးတယ်။ 'နှစ်သက်တတ်မှုကို သင်ပေးလို့မရဘူး' တဲ့။ အပေါ်က အဆိုလိုပေါ့။ ရှာဖွေစုဆောင်းမှုနဲ့ ရင့်ကျက်လာမှု လိုအပ်တယ်။ 'ရော့အင် . . . ဒါကကောင်းတာ၊ ဒါကို ကြိုက်' လို့ လုပ်လို့မရနိုင်ပါဘူး။

တစ်နည်းအားဖြင့် အချိန်တစ်ခု လိုအပ်တယ်။ သေချာတွေးကြည့်တော့ ဟုတ်မှန်ကြောင်း တွေ့ရတယ်။ ကိုယ်တိုင် တွေ့ကြုံဖြတ်သန်းခဲ့တဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေနဲ့ ချိန်ဆပြီးပြောတာပါ။ ကိုယ် နှစ်သက်တတ်တဲ့အရာတွေဟာ ပုဂ္ဂလိက (personal) သိပ်ဆန်ပြီး တစ်ကိုယ်ရည် ပျော်ရွှင်မှုအတွက် ရွေးချယ်ကြတာ ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့

ကိုယ် နှစ်သက်လက်ခံထားတဲ့အရာတွေဟာ ကိုယ့် အဆင့်အတန်း (လူမှုအဆင့်အတန်းထက် အသိဉာဏ် အဆင့်အတန်း) ဖြစ်တဲ့အတွက် ဘယ်သူမဆို ဆတ်ဆတ်ထိမခံ ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။ ကာကွယ်တတ်တဲ့ (defensive) သဘောကိုလည်း တွေ့ရတယ်။

ကျွန်တော် ငယ်ငယ်က Bon Jovi ဆိုတဲ့ တီးဝိုင်းကို အသည်းစွဲ အရူးအမူး ကြိုက်နှစ်သက်ခဲ့ဖူးတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အကောင်းဆုံး၊ အတော်ဆုံး band လို့ တစ်ထစ်ချ ယုံကြည်ထားခဲ့တယ်။ သဘောမတူတဲ့သူဆိုရင် ရန်သူတစ်ယောက်အလား မြင်ခဲ့တယ်။ US ကိုရောက်တော့ အဲဒါကို သိသွားတဲ့ အဒေါ်ရဲ့ယောက်ျားက ပြောတယ်။ Bon Jovi ဆိုတာ မနူးမနပ် ကောင်မလေးတွေကြိုက်တဲ့ band တဲ့။ ကျွန်တော့်ရဲ့သွေးတွေ ဆူပွက်သွားပြီး နားရွက်တွေပါ ပူတက်လာတယ်။ ဘာမှလည်း ပြန်မပြောတတ်တော့ ခြောက်လ၊ တစ်နှစ်လောက် ရင်ထဲမှာ ကြိတ်မနိုင်ခဲမရ ဒေါသတွေထွက်ပြီး အဲဒီလူကို လုံးဝမကျေဘူး။ ပြန်မပြောနိုင်ခဲ့တာကလည်း သူက ဂီတအကြောင်း နှံ့စပ်ပြီး သူ့အိမ်မှာကလည်း CD ခွေပေါင်း ရာနဲ့ချီပြီး ရှိတယ်။ သူကြိုက်တဲ့ music တွေကို အဲဒီတုန်းက မကြိုက်နိုင်ခဲ့ဘူး။ သူ့ taste က မြင့်နေတာကိုး။ ဒါနောက်မှ သိတာပါ။ High school ပြီး ကောလိပ်ကို

ဂီတ major နဲ့ တက်တော့မှ Bon Jovi ဟာ အကောင်းဆုံး ဆိုတာတွေရဲ့ ခပ်ဝေးဝေးမှာ ရှိနေတာကို သိသွားတယ်။ သူတို့အပေါ် ချစ်ကြိုက်မှု မလျော့သွားပေမယ့် အမှန်ကို သိသွားတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် လက်ခံမှ ကိုယ့်ရဲ့ taste ဟာ ပြောင်းသွားတယ်။ အစားအသောက်၊ အဝတ်အစား၊ ကြည့်တဲ့ရုပ်ရှင်၊ ဖတ်တဲ့ စာအုပ်တွေ၊ နောက်ဆုံး ကိုယ် share တဲ့ post တွေကအစ ကိုယ့်ရဲ့ taste နဲ့ တိုက်ရိုက်ဆိုင်နေတယ်။

နှစ်သက်ခြင်းမှာ မှန်၏၊ မှား၏တော့ မရှိပါဘူး။ ကိုယ်လက်လှမ်းမီသလောက်ပဲ ခူးယူစားသုံးကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သေချာတာ တစ်ခုကတော့ taste မြင့်တဲ့သူတွေ များများစုနေတဲ့ဒေသမှာ အနုပညာကိုပဲ ကြည့်ကြည့်၊ စားသောက်ကုန်တွေပဲ ကြည့်ကြည့်၊ Fashion တွေကိုပဲ ကြည့်ကြည့်၊ တိုက်တာအဆောက်အဦးနဲ့ facility တွေကိုပဲ ကြည့်ကြည့်၊ အသုံးအဆောင် ပစ္စည်းတွေကိုပဲ ကြည့်ကြည့် ထွက်ကုန်တွေ အားလုံးဟာ အဆင့်မြင့်ကြတယ်။ Vice Versa တန်ပြန်အမှန်တရားကတော့ ထွက်ကုန်တွေရဲ့ အဆင့်ဟာလည်းပဲ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းရဲ့ ယေဘူယျ Taste ကို ကိုယ်စားပြုတယ်ဆိုတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

❖

Power of One

ကျွန်တော်ပြောတဲ့ ထူးဆန်းတဲ့ခံစားချက် ဆိုတာ
တကယ်တော့ မေတ္တာပါ။
ကရုဏာသက်သက် စေတနာသက်သက်နဲ့
တတ်နိုင်တာလေး ကူညီပေးသွားတာ။
အဲဒီ မေတ္တာအစွမ်းက ဘယ်လောက်ကြီးသလဲဆိုရင် ...

Power of One

ကျွန်တော် ငယ်ငယ်က အစွဲအလွန်ကြီးခဲ့တယ်။ မန္တလေးသား ဆိုတော့ သာတောင်ဆိုးသေး။ မန္တလေးလောက် ကောင်းတာ ဘယ်မှာမှ မရှိ။ အစားအသောက်ချင်း ယှဉ်မလား၊ ယဉ်ကျေးမှုချင်း ယှဉ်မလား၊ ခမ်းနားမှုချင်း ယှဉ်မလား၊ လူလူချင်း ယှဉ်မလား၊ အားလုံးနားထားမန္တလေးမှ မန္တလေး၊ မန္တလေး မဟာမြတ်မုနိက ရန်ကုန်က ရွှေတိဂုံထက် ပိုသပ္ပါယ်တယ်လို့တောင် တွေးမိသေး။ အဲဒါကို စသလို နောက်သလို လာမလုပ်လိုက်နဲ့ ရန်ဖြစ်ဖို့ အသင့်ပဲ။

ပဲမစားဘူး. . .

ဆင်းရဲတဲ့သူတွေ စားလို့။

ဇလပ်နီစာစပေ

ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ အကောင်းဆုံး. . .။

ငါ့ဘုရားက တခြားဘုရားတွေ အားလုံးထက်သာတယ်။

တခြားဘာသာဝင်တစ်ယောက်က မငြင်းလိုက်နဲ့ ပါးစပ်တွေ လက်တွေ ပါလာလိမ့်မယ်။ (ငယ်ငယ်က မိုးမွှန်အောင် အဆဲသန်ခဲ့ဖူးတယ်) Bon Jovi ဟာ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အကောင်းဆုံး band၊ သဘောမတူသူဟာ ရန်သူ။

ရုပ်ရှင်ထဲကလို လူမည်းလူမျိုးတွေဟာ အပြင်မှာလည်း လူဆိုးကြီးတွေ၊ (Mike Tyson နဲ့ Eddie Murphy ကိုတော့ အသေကြိုက်)၊ မွတ်ဆလင်တွေ အကုန်လုံးဟာ အကျင့်မကောင်းသူတွေ၊ ပြည်ကြီးတရုတ်တွေဟာ အကုန်အရိုင်းအစိုင်းတွေ တစ်ယောက်မကျန်၊ ထိုထိုသောအစွဲများနဲ့ ကျွန်တော် အမေရိကားကို ရောက်ရှိသွားပါတယ်။ အမေရိကားမှာမှ New York ကို ရောက်သွားတာပါ။ New York မြို့ဆိုတာက ကမ္ဘာပေါ်မှာရှိတဲ့ လူမျိုးတွေ အကုန်လုံးနီးနီး ပေါင်းနေကြတဲ့မြို့။ မှတ်မိသေးတယ်။

ရောက်စက အဒေါ်နဲ့မြို့ထဲ လျှောက်လည်တော့ နီဂရိုး နီဂရိုးဆိုပြီး ကျယ်ကျယ်ပြောတော့ အဒေါ်က အသည်းအသန် တားခဲ့ရဖူးတယ်။ အဲ့ဒါက ကျွန်ခေတ်

[illegible]

ကျောင်းစတက်တော့ English အတန်းတွေ ယူတဲ့အချိန်မှာ ကိုယ့်လို တခြားနိုင်ငံက ရောက်ခါစ immigrants များတဲ့ class တွေ ယူရတယ်။

အဲဒီမှာ ပြည်ကြီးက တရုတ်တွေနဲ့ ပက်ပင်းတိုးတာပဲ။ အရိုင်းအစိုင်းတွေ ဆိုတဲ့ကောင်တွေ။ ဘင်္ဂလားဒေ့(ရှ်)က ကုလားတချို့လည်း ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း ဒီလိုပဲ စာအတူတူ သင်ကြရတာပေါ့။

တစ်ခုက US မှာက ဒီမှာလို လူမျိုးရေး၊ ဘာသာရေး ပြဿနာ သိပ်မရှိတော့ အဲဒီအကြောင်းတွေ မပြောကြတော့ အချိန်တစ်ခုအတွင်းမှာ သူငယ်ချင်းတွေ ဖြစ်သွားတာပါပဲ။ Immigrants တွေချင်း အတူတူ ပိုပြီးတောင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် နားလည်လို့ ရတယ်။

နောက်ပိုင်းမှာ ဩော် geopolitics ဆိုတာ ဒါပါလား ဆိုတာ သဘောပေါက်သွားတယ်။ သေလောက်အောင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မုန်းတဲ့ လူမျိုးတွေ တခြားနိုင်ငံမှာကြတော့ မိတ်ဆွေ အရင်းကြီး တွေဖြစ်လို့ ရနေတယ်။ ဒီအတွေးတွေက နောက်ပိုင်းမှ ဝင်လာတာပါ။

Power of one ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ် ဘယ်ကရလဲ ဆိုတာ ပြောပြချင်တယ်။ ကျွန်တော် ငယ်ငယ်က bas-

ketball သမား တစ်ယောက်ပါ။ Professional level ကို သွားချင်ခဲ့ဖူးတယ်။ ကျောင်းဆင်းပြီ ဆိုရင် အိမ်ပြန် ဗိုက်ဖြည့်ပြီးတာနဲ့ ကွင်းကို ဦးဆုံး ရောက်အောင်သွား တယ်။ တစ်ယောက်မှ မရှိတော့တဲ့အချိန်ထိ ကစားတယ်။ ချွေးရွဲရင်လဲဖို့ အင်္ကျီသုံးထည် ပါတယ်။ သုံးထည်စလုံး ရွဲတယ်။

ဒီလိုနဲ့ တစ်ရက်မှာ ကျွန်တော် ဆော့ရင်းနဲ့ ဒူးခေါက်သွားပြီး ဘယ်လိုမှ ထလို့မရအောင် ဖြစ်သွား တယ်။ ကွင်းထဲမှာ တစ်နာရီလောက် ထိုင်ပြီးမှ အိမ်ကို ထော့နဲ့ထော့နဲ့ ပြန်ခဲ့ရတယ်။ ဒူးက ကျွဲကောသီး အသေး တစ်လုံးစာလောက် ယောင်နေပြီး sofa ပေါ် ပက်လက်။

အဲဒီအတောအတွင်းမှာ အိမ်ကို ဘယ်သူ ရောက်လာလဲ ဆိုတော့ basketball ကစားဖက် တရုတ် ပြည်က သူငယ်ချင်း ရောက်လာတယ်။ လူနာမေးပေါ့ လေ။ နောက်နေ့ကျတော့ သူ့အမေ ကိုယ်တိုင် လိုက် လာပြီး ဆေးအိုး ဆေးမြစ်တွေပါ ယူလာပြီး ဆေးတွေ ပေါင်းပါလေရော။

သူငယ်ချင်းက ရှင်းပြတယ်။ သူ့အမေက ဆေး ဆရာ ဖြစ်ကြောင်း အရိုးအကြော ကိစ္စတွေလည်း ကျွမ်းကျင်ကြောင်း။ အဒေါ်ကြီးကတော့ အင်္ဂလိပ်စာ မတတ်တော့ ပြုံးပြီးပဲ ကြည့်နေတယ်။ ဆေးလည်း ရရော

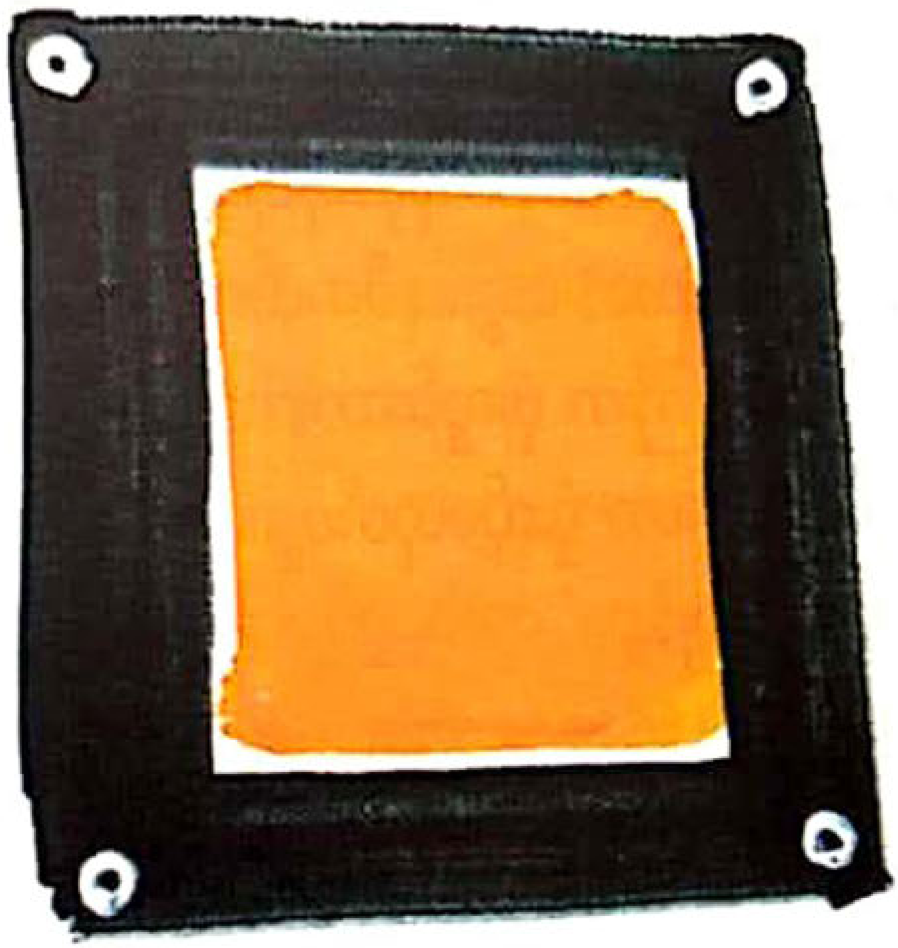
အအေးခံပြီး ကျွန်တော့်ဒူးခေါင်းကို သေသေချာချာ ဆေးလူးပေးတယ်။ ၁၅ မိနစ်လောက် ကြာတယ်။ ပြီးတော့ ဆေးအုံပေးပြီး ပတ်တီးစည်းပေးတယ်။ စိတ်ထဲမှာ အားလည်း နာတယ်။ ထူးလည်း ထူးဆန်းတဲ့ ခံစားချက်မျိုး ဖြစ်မိတယ်။

ပြန်ခါနီးကျတော့ ဆေးအိုးအပြီး ပေးခဲ့ပြီး နောက်နေ့တွေ ဘယ်နှစ်ကြိမ် ဘယ်လိုလိမ်းဖို့ သေချာမှာပြီးမှ ပြန်သွားတယ်။ အဲဒီ တရုတ်သူငယ်ချင်းက သူ့နိုင်ငံမှာတုန်းက basketball အသင်းရဲ့ captain။ အရမ်းလည်း တော်တယ်။ ပြောရရင် ကျွန်တော့်ရဲ့ ပြိုင်ဘက်။ သူသာဖြစ်ခဲ့ရင် ကျွန်တော် ဆေးသွားလိမ်းပေးဖို့ နေနေသာသာ လူနာတောင် သွားမေးဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။

ခုနက ကျွန်တော်ပြောတဲ့ ထူးဆန်းတဲ့ ခံစားချက်ဆိုတာ တကယ်တော့ မေတ္တာပါ။ ကရုဏာသက်သက် စေတနာသက်သက်နဲ့ တတ်နိုင်တာလေး ကူညီပေးသွားတာ။ အဲဒီ မေတ္တာအစွမ်းက ဘယ်လောက်ကြီးသလဲဆိုရင် ကျွန်တော့်လို အစွဲကြီးတဲ့ကောင် အစွဲပြုတ်သွားတယ်။ နောက်နောင် ပြည်ကြီးက တရုတ်တွေဆိုပြီး ဘယ်သောအခါမှ ပြောမထွက်တော့။ ရိုင်းတဲ့သူတွေ တွေ့လည်း တစ်ဦးတစ်ယောက်စီ သက်သက်ပဲ တွေးတော့တယ်။ Individualism ကို နားလည်သွားတယ်။

လူမျိုးလိုက် မုန်းတီးဖို့ဆိုတာ တကယ်တော့ ဘယ်လိုမှ သဘာဝမကျသလို ဘယ်လိုမှလည်း မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ မုန်းတီးနေတဲ့ လူတွေဟာ အစွဲတစ်ခုကြောင့်ပါ။ လူမျိုးတိုင်း ဘာသာတိုင်း နိုင်ငံတိုင်းမှာ ကောင်းသူနဲ့ ဆိုးသူ ဆိုတာ အမြဲရှိတယ်။ စင်းလုံးချော လူမျိုးစု ဆိုတာ ဘယ်တုန်းကမှ မရှိခဲ့သလို ဘယ်သောအခါမှလည်း ရှိလာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

❖



ကျွန်တော် ဇယ်တောက်ခုံမှာထိုင်ပြီး ကျန်ခဲ့တယ်။
ချက်ချင်း မထဘဲ တွေးနေမိတယ်။
ရှက်တဲ့စိတ်ကြီးက ဖုံးလွှမ်းထားတယ်။
ဇယ်တောက်တာ ရှုံးလို့မဟုတ်ဘူး။
ကိုယ်ဆဲသမျှ ...

ကိုယ်တိုင်သိရှိသွားမှု
(Self-realization)

ကျွန်တော်ရေးထားတဲ့ Power of One essay ထဲမှာ ပါတဲ့ တစ်ကြောင်းက 'ကျွန်တော်ငယ်ငယ်က မိုးမွန်အောင် ဆဲခဲ့ဖူးတယ်' တဲ့။ အဲဒါကို ပြောပြရင် တော်တော်များများက မယုံကြဘူး။

ဒါပေမဲ့ တကယ်ပါ။

ဘယ်လောက်ထိလဲ ဆိုရင် မြန်မာပြည်ကို Rap music မရောက်ခင် ဟိုးအစောကြီးမှာကတည်းက Rap Battle တွေလိုပဲ အဆဲ Battle တွေ ကျွန်တော်တို့ ရပ်ကွက်မှာ ရှိခဲ့တယ်။ ဘယ်သူ ပိုဆဲနိုင်လဲ ဆိုတာ ပြိုင်ကြတာ။ တော်တော်ကို ကြဲကြဲဖန်ဖန် အယုတ်

တကာ့ အယုတ်ဆုံး အကြမ်းတကာ့ အကြမ်းဆုံးတွေကို တွေးတော ကြံဆပြီး ပက်ပက်စက်စက် ဆဲကြရတယ်။ တော်တော်လဲ creative ဖြစ်ကြတယ်။ အဖေတွေ အမေတွေ မောင်တွေနှမတွေ ရှိသမျှ အမျိုးတွေ တိရစ္ဆာန်တွေ အကုန်ပါတယ်။ All inclusive ပေါ့လေ။ တစ်ဖက်က ဘာမှပြန်မဆဲနိုင်လောက်အောင် ပါးစပ် အဟောင်းသား ဖြစ်သွားတာတို့ ရယ်ချလိုက်တာတို့ ဖြစ်သွားရင် နိုင်ပြီ။ အခု Facebook မှာဆဲကြတယ် ဆိုတာတွေက မူလတန်း အဆင့်လောက်ပါ။ အဲလောက် ထိ ဆိုးခဲ့ကြပါတယ်။

ပြန်တွေးပြီး အဖြေရှာကြည့်တယ်။ ငါ ဘာလို့ ဒီလောက်တောင် အရှက်မဲ့ခဲ့ရသလဲပေါ့။

အဓိကအဖြေကတော့ အပေါင်းအသင်းပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့က မောင်နှမနှစ်ယောက် ဆိုပေမယ့် အသက်ကွာတော့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အဖော် မဖြစ်ခဲ့ကြဘူး။ ဆိုတော့ ကျွန်တော် အပေါင်းအသင်း မက်ခဲ့တယ်။ အပေါင်းအသင်းမက်တော့ Peer Pressure လို့ခေါ်တဲ့ အဖွဲ့ထဲ ဝင်ဆံ့ဖို့အတွက် ပေါင်းဘက် တွေ ကိုယ့်ကိုကြိုက်နှစ်သက်ဖို့အတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပေးတဲ့ Pressure ရှိခဲ့တယ်။ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့မှာ ဆဲတဲ့ယဉ်ကျေးမှုလေး ရှိတော့ ပါသွားတယ်ပေါ့ဗျာ။

အဲဒီအကျင့် ဘယ်လို ပျောက်သွားလဲ ဆိုတဲ့ အကြောင်း — ကော်တော်လေး စိတ်ဝင်စားဖို့ ကောင်းတယ်။ အခု ထိလည်းတွေးတိုင်း ကိုယ်တိုင်အံ့ဩနေတုန်း။ ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ်လည်း ကျေးဇူးတင်မိတယ်။

ကျွန်တော်တို့က မန္တလေးမှာ စားသောက်ဆိုင် ဖွင့်ခဲ့တယ်၊ အပတ်တိုင်း ကျွန်တော်တို့ဆီကို ဘုန်းကြီး တစ်ပါးရဲ့ ကပ္ပိယက ဆွမ်းချိုင့်နဲ့လာပြီး ဆွမ်းခံတယ်။ သာမန်အားဖြင့် သူနဲ့မဆုံဖြစ်ဘူး။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ သူလာတဲ့အချိန်က စောတယ်။ ၆ နာရီ ၆း၃၀ နာရီ လောက်။ ကျွန်တော်က ၇ နာရီကျော်မှ နိုးနေကျ။ ဒါပေမဲ့ ဖြစ်ချင်တော့ တစ်ရက်မှာ ကျွန်တော်အစောကြီး နိုးပြီး ပျင်းနေတော့ ဆွမ်းချိုင့်စောင့်နေတဲ့ ကပ္ပိယနဲ့ ဇယ်တောက်ဖြစ်သွားတယ်။

ကပ္ပိယက ဇယ်တောက်တာ အသင့်အတင့် ကျွမ်းတယ်။ ကျွန်တော်က အဲဒီမနက်က လုံးဝ လက် မကောင်းတော့ အကုန်လွဲ။ ဒေါသတွေ တလိပ်လိပ်နဲ့ ထွက်လာပြီး စဆဲတယ်။ လွဲတိုင်းဆဲ။ တစ်ပွဲလုံးဆဲ။ ၁၀ နှစ် ၁၁ နှစ်သားလောက်ပဲ ရှိဦးမယ်။

ကပ္ပိယကတော့ ဘာမှ မပြောပါဘူး။ ပွဲပြီးတော့ ဆွမ်းချိုင့်ရတာနဲ့ ထထွက်သွားတယ်။ သူလည်း နားမခံ နိုင်တာနဲ့ အတော်လောက် ဖြစ်သွားတယ် ထင်ပါရဲ့။

(ပွဲပြီးသွားတာကိုပဲ သူတော်တော် ဝမ်းသာနေမှာ) ကျွန်တော် ဇယ်တောက်ခုံမှာ ထိုင်ပြီး ကျန်ခဲ့တယ်။ ချက်ချင်း မထဘဲ တွေးနေမိတယ်။ ရှက်တဲ့စိတ်ကြီးက ဖုံးလွှမ်းထားတယ်။ ဇယ်တောက်တာ ရှုံးလို့ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ဆဲသမျှ အကုန်လုံး ပြန်ကြားမိပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရှက်တာ။ အဲဒီ ဇယ်တောက်ခုံက ထလိုက်တဲ့အချိန် ကနေစပြီး ကျွန်တော် အခုထိ မဆဲတတ်တော့ဘူး။ ဆဲလို့လဲ မရတော့ဘူး။

Self-realization ရဲ့ တန်ခိုးက ဘာနဲ့မှ မတူဘူး။ လျှပ်တပြက်အတွင်းမှာ ဖြစ်သွားနိုင်သလို ကမ္ဘာတစ်သိန်းလောက်လည်း ကြာသွားနိုင်တယ်။

❖

အချိန်ရဲ့တန်ဖိုး၊ ငွေရဲ့တန်ဖိုး၊
အထူးသဖြင့် အလုပ် ပြီးမြောက်ခြင်းရဲ့ တန်ဖိုးကို
လက်တွေ့ သိခွင့်ရတယ်။
ကိုယ့်တာဝန်ကိုယ် အပြည့်အဝ ယူရတဲ့အတွက်
ကိုယ်လုပ်ကိုယ်ခံပဲ။ သူတို့ဆီက...

အလုပ်ပြီးမြောက်ခြင်းရဲ့တန်ဖိုး

ကိုယ် တာဝန်ယူပြီးလုပ်တဲ့ အလုပ်တစ်ခု ပြီးမြောက်ဖို့ ဆိုတာ တကယ်တော့ ဘယ်သူ့အတွက်မှ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်အတွက်ပဲ ဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်ဂုဏ်သိက္ခာအတွက်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားမှု ရှိနိုင်ဖို့၊ ယုံကြည်မှု ရှိနိုင်ဖို့။

ကျွန်တော်တို့ မြန်မာပြည် ပြန်ရောက်ခါစက US နဲ့ မြန်မာပြည်ကြား အသွားအလာရှိတဲ့ အန်ကယ်ကြီးတစ်ယောက်က သတိပေးဖူးတယ်။

'တို့နိုင်ငံက လူတွေက mood နဲ့ အလုပ်လုပ်တာ' တဲ့။ 'အဲဒါလေးတော့ သတိလေးထားစေချင်တယ်' တဲ့။

သူပြောတာကို သိပ်နားမလည်ခဲ့ဘူး။ အလုပ်တွေ တကယ် လုပ်ကြည့်တော့မှ တကယ်ဟုတ်မှန်းတွေ့လာရတယ်။ အားလုံးတော့ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ မနည်းသော အရေအတွက်ရှိတဲ့ လူတွေက 'ထိလွယ်ရှလွယ်' များတယ်။ တစ်ခုခု ထင့်ခနဲဆို ဟင့်ခနဲပဲ။ နောက်နေ့ အလုပ်မလာတော့ဘူး။

ဒီအလုပ်ကို ငါ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ပြီးမြောက်အောင် လုပ်မယ်လို့ မတွေးထားတဲ့သဘောမှာ တွေ့ရတယ်။ Goal မရှိဘူး။ ပျော်ရင်လုပ်မယ် မပျော်ရင် လစ်မယ်။ တခြားလူတွေ ဘယ်လို ကျန်ခဲ့ ကျန်ခဲ့ "Not my problem anymore" ပဲ။

အဲဒီ စိတ်နေစိတ်ထား (attitude) ဟာ တစ်ယောက်တစ်လေ ဆီမှာဆိုရင် ပြဿနာ မဟုတ်ဘူး။ အများစုမှာ ဖြစ်လာရင်တော့ society တစ်ခုအနေနဲ့ တိုးတက်မှုအတွက် တော်တော် နှေးကွေးစေလိမ့်မယ်။ နေရာတိုင်း နိုင်ငံတိုင်းမှာ အလုပ်ခွင် အသီးသီးတွေမှာ အားလုံး ပြီးပြည့်စုံတဲ့ အလုပ် ဆိုတာ မရှိသလောက်ရှားတယ်။ အဆင်မပြေမှု တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုတော့ ရှိကြတာပါပဲ။

Boss က သဘောမကောင်းတဲ့အလုပ်။ Manager အပေါက်ကြမ်းတဲ့အလုပ်။ လုပ်အားခနည်းတဲ့

အလုပ်။ နေရာဝေးတဲ့အလုပ် စသည်ဖြင့်ပေါ့။ ကျွန်တော့် အတွေ့အကြုံအရ ပြောတာပါ။

US က အလုပ်တွေလည်း ဒီလိုပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော် မတွေ့ခဲ့ရတာက Moody ဖြစ်တဲ့ ထိလွယ်ရှလွယ်တဲ့သူတွေ မြန်မာပြည်လောက် များတာကိုပါပဲ။ အဓိကအကြောင်းအရင်းကို တွေးကြည့်ရမယ်ဆိုရင် Attitude နဲ့ Goal ရှိမရှိ ကွာတယ်လို့ ထင်တယ်။

Attitude က 'ငါ ဒီအလုပ်ကို ပြီးအောင်လုပ်မယ်' 'ငါ ဒီအလုပ်ခွင်မှာ ငါ့နာမည်ထွက်တဲ့အထိလုပ်မယ်' 'ငါ့လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေ လှည့်ကြည့်စရာမလိုစေရဘူး'

Goal က 'ပိုက်ဆံဘယ်လောက် ဘဏ်ထဲ စုမိတဲ့အထိ' 'အတွေ့အကြုံ ဘယ်လောက်ရတဲ့ထိ' 'ရာထူးဘယ်လောက် ရောက်တဲ့အထိ' စသည်ဖြင့်ပေါ့။

အဲဒီလို attitude နဲ့ goal တွေရှိရင် work ethics က အော်တိုပါလာလိမ့်မယ်လို့ ထင်တယ်။ 'Dreams without goal are just dreams' လို့ မင်းသားကြီး Denzel Washington တစ်ခါ ပြောတာ မှတ်ခဲ့ဖူးတယ်။

နောက်တစ်ခုက ကြားဖူးကြမှာပါ။ အနောက်နိုင်ငံတွေမှာ ၁၈ နှစ်ပြည့်ရင် မိဘအိမ်ကနေ ဆင်းကြပြီး

ကိုယ့်ခြေထောက်ပေါ် ကိုယ်ရပ်တည်ဖို့ ကြိုးစားကြရတယ် ဆိုတာလေ။ သူတို့နိုင်ငံက မိဘတွေလည်း ဒီနိုင်ငံကလိုပါပဲ။ သူတို့သားသမီးတွေကို ဘယ်သွားစေချင်မလဲ။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ကိုယ်တိုင်လည်း ဒီလမ်းကို လျှောက်ခဲ့တယ်။ သူတို့ သားသမီးတွေကိုလည်း ဒီလမ်းကို ပေးလျှောက်ဖို့ လိုတယ်ဆိုတာကို သိလို့ လုပ်ကြတယ်။ Independent ဖြစ်ဖို့ လိုအပ်တယ် ဆိုတာ သိလို့ ပေးဆင်းကြတယ်။

ဆင်းပြီဆိုရင် ကိုယ်နေရမယ့်နေရာ ကိုယ် ရှာရတယ်။ အခန်းခတစ်ယောက်ထဲ မနိုင်ရင် အခန်းဖော် room mate ရှာရတယ်။ နေဖို့စားဖို့အတွက် အလုပ်ရှာရတယ်။ ကျောင်းတက်နေတဲ့ ကာလ ဆိုတော့ full time လုပ်လို့ မရတော့ part time အလုပ်တွေ ရှာကြလုပ်ကြရတယ်။ လစဉ် အသုံးစရိတ်တွေ အလျှင်မီဖို့အတွက် အလုပ်ကို ကြိုးကြိုးစားစား လုပ်ကြရသလို ကျောင်းမှာ အမှတ်ကောင်းဖို့အတွက် စာကိုလည်း ကြိုးစားသင်ယူရတယ်။ ဒါ သူတို့ရဲ့ ပုံမှန်ဘဝ။ ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင်လည်း အဲလိုဘဝမျိုးနဲ့ ကြီးပြင်းခဲ့တယ်။ ခက်တယ် ဒါပေမဲ့ တန်တယ်။

အချိန်ရဲ့ တန်ဖိုး၊ ငွေရဲ့ တန်ဖိုး၊ အထူးသဖြင့် အလုပ်ပြီးမြောက်ခြင်းရဲ့တန်ဖိုးကို လက်တွေ့ သိခွင့်

ရတယ်။ ကိုယ့်တာဝန် ကိုယ်အပြည့်အဝ ယူရတဲ့အတွက် ကိုယ်လုပ်ကိုယ်ခံပဲ။ သူတို့ဆီက မိဘဆီ ပြန်ပြေးရမှာကို ပိုရှက် ပုံကြောက်ကြတဲ့အတွက် ကိုယ့်တာဝန်ကို ကျေအောင် လုပ်ကြတယ်။

အလုပ်ခွင်တွေမှာ အလုပ်သမား ရပိုင်ခွင့်တွေ အပြည့်ရှိသလို အလုပ်ရှင်ဘက်ကလည်း တာဝန်မကျေတဲ့ဝန်ထမ်းကို suspend လုပ်ခွင့် အလုပ်ထုတ်ခွင့် အပြည့် ရှိကြတယ်။ တကယ်လည်း အဲဒီနေရာမှာတော့ မညှာဘူး။

အလုပ်ကို ၅ မိနစ် နောက်ကျတယ်နော်။ ဟုတ်ပြီ. . . တစ်ခါကနေ နှစ်ခါ။ နှစ်ခါကနေ သုံးခါ ဆိုရင် အလုပ်ပြုတ်ဖို့ တော်တော် နီးနေပြီ။ အစကတည်းက မကြိုးစားတဲ့သူ ဆိုရင်တော့ ပြုတ်ပြီ။ ပြုတ်ရင်တိုင် အကြီးအကျယ် ပတ်ပြီ။

အိမ်လခ၊ မီးဘေလ်၊ ဖုန်းဘေလ်၊ အင်တာနက်ဘေလ်၊ credit card ဘေလ်၊ အစားအသောက်စရိတ် အကုန် ကိုယ့်ခေါင်းပေါ်မှာ။ ဆိုတော့ အလုပ်ကို တလေးတစားလုပ်တတ်တဲ့ စိတ်ဓာတ်က ငယ်စဉ်ကတည်းက ရိုက်သွင်းပြီးသား။ Society အနေနဲ့လည်းပဲ ဒါဟာ normal standard ဖြစ်နေတော့ သူတို့ဆီက လူတွေ တော်တော်များများဟာ အလုပ် သိပ်ကြိုးစားကြတယ်။

ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ဘာမှ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ဆုတွေ ဂုဏ်ပြုလွှာတွေ ဘာမှ မရဖူးပါဘူး။ ကျောင်းတုန်းကလည်း စာအသင့်အတင့်ပဲ တော်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တကယ် လက်တွေ့ဘဝမှာ ကျွန်တော် တာဝန်ယူတဲ့အလုပ်ကို ဘယ်တော့မဆို ပြီးအောင် လုပ်တယ်။ အကောင်းဆုံး ကြိုးစားပြီး လုပ်တယ်။ တချို့အလုပ်တွေဆိုရင် သေချင်စော်နံအောင် စိတ်ညစ်စရာကောင်းတဲ့ အလုပ်တွေလည်း ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပြီးအောင် လုပ်ခဲ့တယ်။ ဒီတစ်ချက်က ကျွန်တော် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားလို့ ရတဲ့ အချက်ပဲ။ တခြားလူတွေနဲ့ တွဲလုပ်ပြီဆိုရင်လဲ သူတစ်ပါး ယုံလို့ရတဲ့ လူတစ်ယောက်အဖြစ်နဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အာမခံရဲတယ်။ အလုပ် ပြီးမြောက်ခြင်းရဲ့ ရလဒ်ပါ။

❖

ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကလည်း
မေတ္တာကြီးမားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ပါ။
စည်းကမ်းလည်း ကြီးတယ်။
ဗိုလ်ချုပ်ကို ပြန်အောက်မေ့မယ် ဆိုရင် ...

မိုလ်ချုပ်စိတ်က ဘာလဲ...

ကိုယ့်လူမျိုး ကောင်းစားစေချင်တဲ့စိတ်၊

အားလုံး စည်းကမ်းရှိရှိ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ကိုယ်ချင်းစာတရားနဲ့ ဖေးမပေးခြင်းအားဖြင့် ငြိမ်းချမ်းပျော်ရွှင်စရာကောင်းတဲ့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားတဲ့ နိုင်ငံဖြစ်စေချင်တဲ့စိတ်၊

ကိုယ့်တိုင်းပြည်ကို နည်းမှန်လမ်းမှန်နဲ့ တိုးတက်ပြီး ကမ္ဘာနဲ့ ရင်ဘောင်တန်းနိုင်စေချင်တဲ့စိတ်၊

တိုင်းရင်းသားအားလုံး စည်းလုံးစေချင်တဲ့စိတ်၊

ပြည်သူ ပြည်သားတွေအားလုံး စစ်မှန်တဲ့ တရားဥပဒေအောက်မှာ လုံခြုံ စိတ်ချစွာ နေလို့ရတဲ့ ဘဝတွေ ရှိစေချင်တဲ့ စိတ်၊

ဖလပ်နီတာဓပေ

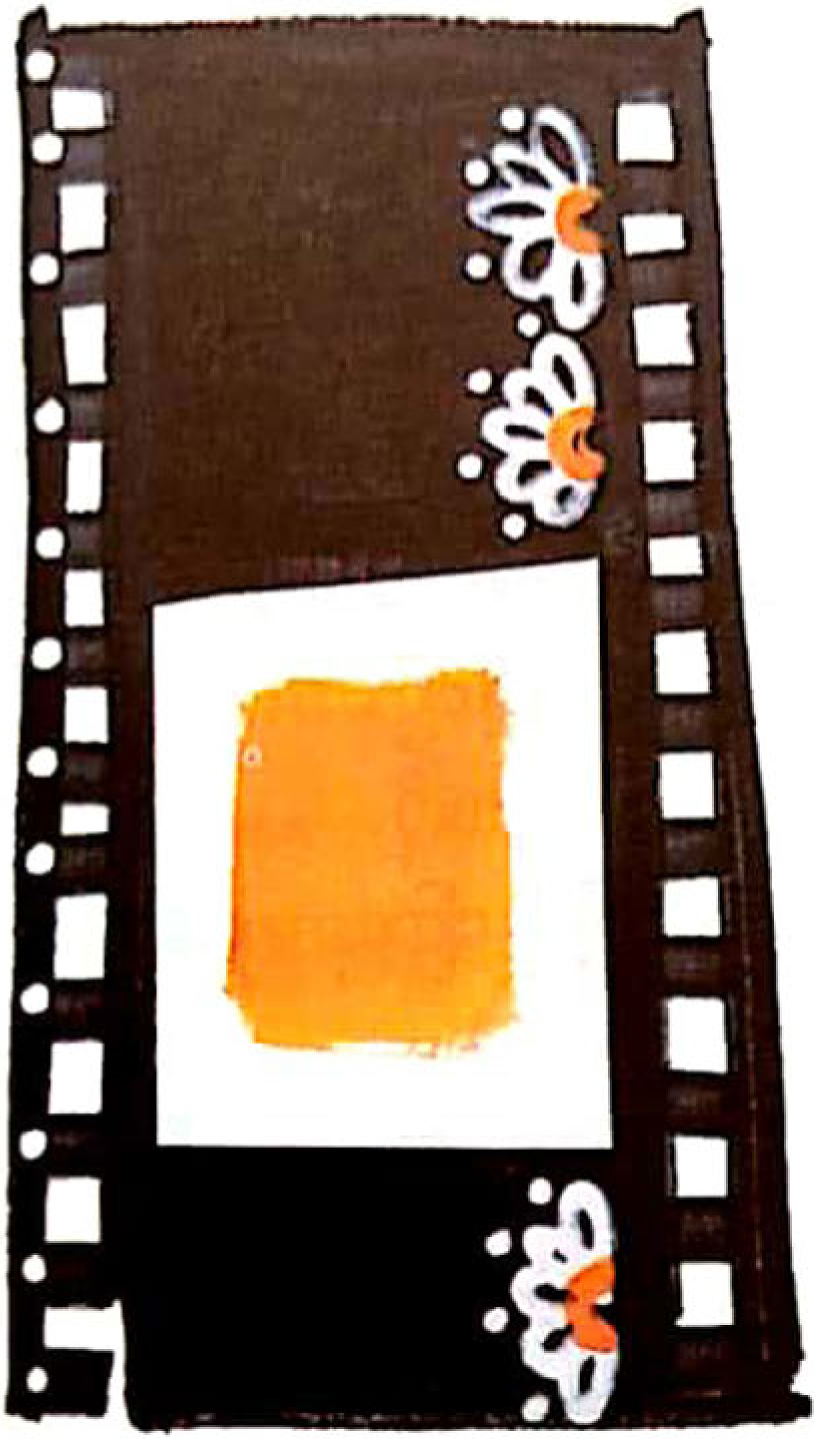
အစိကကတော့ Che Guevara ပြောသလို 'တော်လှန် ရေးဆိုတာ မေတ္တာနဲ့ စည်းကမ်းအပေါ်မှာ အခြေခံရမယ်' ဆိုသလိုပါပဲ။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း ကလည်း မေတ္တာကြီးမားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ပါ။ စည်းကမ်းလည်း ကြီးတယ်။

ဗိုလ်ချုပ်ကို ပြန်အောက်မေ့မယ် ဆိုရင် 'တိုက်မယ်၊ ခိုက်မယ်ဟေ့' ဆိုတဲ့ စစ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီး တစ်ယောက်အစား အင်မတန် မေတ္တာကြီးမားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ အောက်မေ့စေချင်တယ်။

Happy Birthday ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း!

ဗိုလ်ချုပ်ချခဲ့တဲ့ မျိုးစေ့တွေ ရှင်သန်နေပါတယ်။

❖



ကမ္ဘာ့အဆင့်မီအောင်၊ ခေတ်မီအောင်
ဖော်ရ၊ ချွတ်ရမယ်လို့ ပြောတာ လုံးဝမဟုတ်ပါဘူး။
ဇာတ်အရ လိုရင်လိုသလို
ဖော်ဆောင်နိုင်ဖို့ကို ပြောနေတာပါပဲ။

မြန်မာ့ရုပ်ရှင်နဲ့ censor

မြန်မာ့ရုပ်ရှင် အနုပညာ တိုးတက်ရေးအတွက် censor အဖွဲ့ရဲ့ အခန်းကဏ္ဍကို သေချာသုံးသပ်သင့်ပါတယ်။ အရင်ဦးဆုံးအနေနဲ့ censor အဖွဲ့ ဘာကြောင့်ရှိနေရသလဲဆိုတာ မေးရပါမယ်။ နောက်တစ်ချက်ကတော့ ရုပ်ရှင်အနုပညာကို censor အဖွဲ့အနေနဲ့ ဘယ်လောက် နားလည်သလဲ ဆိုတာကို ကြည့်ရပါမယ်။

censor အဖွဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာရတဲ့အကြောင်းကတော့ ယခင်အစိုးရခေတ်တွေတုန်းက (တိုင်းပြည် မငြိမ်မသက် ဖြစ်နေချိန်မှာ မရှုပ်ထွေးရလေအောင်) စာပေအနုပညာတွေက နေတစ်ဆင့် နိုင်ငံရေးဝေဖန်ရေးတွေ တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်သောနည်းနဲ့ဖြစ်စေ မရှိ

အောင် အမိကဖွဲ့စည်းလိုက်တာပါ။ ထားပါလေ။ ကျွန်တော့်နိုင်ငံရေးအကြောင်း မပြောလိုပါဘူး။ နိုင်ငံရေးသမားလည်း မဟုတ်လေတော့။

အခုခေတ်ဘက်ရောက်လာတော့ အထူးသဖြင့် အစိုးရအသစ်တက်တော့ နိုင်ငံရေးကိစ္စတွေက ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဖြစ်သွားတဲ့အတွက် censor အဖွဲ့က ယဉ်ကျေးမှုထိန်းသိမ်းရေးဘက်ကို Auto အသွင်ပြောင်းသွားပါတယ်။

Censorship မလိုဘူးလို့ မပြောလိုပါဘူး။ လွှတ်လိုက်ရင်လည်း ကျွန်တော်တို့ လူမျိုးတွေက လွတ်သွားတတ်တယ်။ ငွေရဖို့အတွက်၊ ပေါက်ဖို့အတွက်၊ ကျော်ကြားဖို့အတွက် ဘာမဆိုလုပ်မယ် ဆိုတဲ့လူတွေကလည်း ရှိပေသကိုး။ Facebook ပေါ်မှာ အားလုံးသိတဲ့အတိုင်း (ကလေးကစ သိပါတယ်) ကျွန်တော်တို့ မြန်မာတွေ တော်တော် ခေတ်မီကြပါတယ်။ တချို့ဆို ခေတ်တောင် လွန်ပါတယ်။ ဆိုတော့ လိုပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တုတ်ရှည်နဲ့ ပတ်ရမ်းလို့ မရပါဘူး။

ယဉ်ကျေးမှု ထိန်းသိမ်းတဲ့နေရာမှာ ကျွန်တော်တို့ထက် ပိုပြီးတိကျတင်းကြပ်တဲ့ ဂျပန်တို့၊ ကိုရီးယားတို့၊ အိန္ဒိယတို့ နောက်ဆုံး တရုတ်တွေတောင် အနုပညာဖော်ဆောင်တဲ့အချိန်မှာ ကမ္ဘာ့အဆင့်အတန်းမီအောင်

စွမ်းဆောင်နိုင်ကြတယ်။ သူတို့ယဉ်ကျေးမှုတွေ မလျော့သွားပါဘူး။ သူတို့ ရုပ်ရှင်တွေ ဆိုရင် ဇာတ်အရလိုအင်ရင် လိုအပ်သလို နမ်းတယ်၊ ဆေးလိပ်သောက်တယ်၊ အရက်၊ သောက် တယ်၊ဆေးထိုးတယ်၊ လိင်ဆက်ဆံတယ်၊ ဒါပေမဲ့ သူတို့လူမျိုးတွေ ကိုယ့်ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှုကို ကိုယ်တွေ တန်ဖိုးထားသလို တန်ဖိုးထားပါတယ်။ ကိုယ်တွေချစ်သလို ချစ်ကြပါတယ်။ ဆိုတော့ censor တင်းကြပ်မှုနဲ့ မဆိုင်ဘူးဆိုတာ အထင်းသားကြီး ပေါ်လွင်နေပါတယ်။

ကိုယ့်ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ထွန်းကားဖို့၊ တည်မြဲဖို့ဆိုတာ အသိစိတ်ဓာတ်တွေနဲ့ပဲ ဆိုင်တယ်လို့ ကျွန်တော်မြင်တယ်။ အဲဒီ အသိစိတ်ဓာတ်တွေက ပညာရေးနဲ့ အဓိကဆိုင်သလို ဆင်းရဲမွဲတေမှု နည်းဖို့လည်း လိုပါတယ်။ ဆင်းရဲနေတဲ့လူတွေကို တိုင်းပြည်ကို ချစ်ရမယ်၊ ယဉ်ကျေးမှုကို ထိန်းရမယ်ဆိုပြီး အတင်းအကျပ် သွားလုပ်လို့မရပါဘူး။ ကိုယ်နေတဲ့ တိုင်းပြည်ဟာ ကိုယ်နဲ့ ကိုယ့်မိသားစုကို လုံခြုံမှုပေးနိုင်ပြီး ကျန်းမာရေး၊ စီးပွားရေးတွေ အဆင်ပြေတယ်ဆိုရင် အလိုအလျောက် တိုင်းပြည် လူမျိုးနဲ့ ကိုယ့်ရိုးရာကို ချစ်တဲ့စိတ်တွေ ပေါ်လာမှာပါ။ ကိုရီးယားယဉ်ကျေးမှု ဖုံးလွှမ်းတာတို့၊ အနောက်တိုင်း ယဉ်ကျေးမှု လွှမ်းမိုးတာတို့တွေ ဖြစ်စရာ အကြောင်း

မရှိတော့ပါဘူး။ ကိုယ့်လူမျိုးကိုယ် ကိုယ် အထင်ကြီးတဲ့ စိတ်က တိုင်းပြည်ဖွံ့ဖြိုးမှုနဲ့ ဒွန်တွဲနေပါတယ်။

နောက်တစ်ချက်က censor အနေနဲ့ ရုပ်ရှင် အနုပညာကို ဘယ်လောက်ထိ နားလည်သလဲ၊ ခံစား တတ်သလဲ၊ ကမ္ဘာ့ရုပ်ရှင် ဘယ်အဆင့်ရောက်နေပြီ ဆိုတာ ဘယ်လောက်သိသလဲ၊ ကမ္ဘာ့ရုပ်ရှင် သမိုင်းကို ဘယ်လောက်သိသလဲ၊ အဲဒါတွေ မသိဘူး။ ကျုပ်တို့ ကတော့ ယဉ်ကျေးမှု ထိန်းသိမ်းဖို့ပဲ ဆိုရင်တော့ မြန်မာ့ ရုပ်ရှင်ဟာ တိုးတက်စရာအကြောင်း မရှိတော့ပါဘူး။ ကမ္ဘာနဲ့ ရင်ဘောင်တန်းနိုင်ဖို့ ဆိုတာလည်း ကမ္ဘာ တစ်သိန်းလောက် ဝေးသွားပါလိမ့်မယ်။

ကျွန်တော့်အမြင်တော့ censor အဖွဲ့က ရုပ်ရှင် နဲ့တီဗွီကို တစ်ပုံစံတည်း တစ်ပြေးတည်း ဆက်ဆံနေပါ တယ်။ အဲလို လုပ်လို့မရပါဘူး။ US တို့၊ UK တို့လည်း တီဗွီနဲ့ ရေဒီယိုကိုတော့ မိသားစုတွေစုံပြီး ကြည့်လို့ ရအောင် ဆဲတာတွေ၊ ဆေးလိပ်သောက်တာတွေ၊ လိင် ဆက်ဆံတဲ့အခန်းတွေ ဆိုရင်တော့ ဖျက်ခိုင်းပါတယ်။ ဆဲသံတွေဆိုရင် beep tone လေးတွေ ထည့်တယ်။ ဆေးလိပ်ဆိုရင် blur effect ထည့်တယ် စသည်ဖြင့်ပေါ့။ ဒါက နားလည်ပေးလို့ ရတယ်။ ရုပ်ရှင်ကျတော့ တီဗွီ မဟုတ်ဘူးဗျ။ မြန်မာပြည်မှာကတော့ ရုပ်ရှင်ရိုက်တာနဲ့

တိုက်ရိုက်တာကလည်း သိပ်မကွာဘူးလို ဖြစ်နေပြန်တော့လည်း ပြောရ နည်းနည်းခက်သွားတယ်။ ထားပါ။ ဖြစ်သင့်တာကိုပဲ ပြောမယ်။

ရုပ်ရှင်အနုပညာ (Filmmaking) ဆိုတာ Collaborative art form လို့ခေါ်တဲ့ ပေါင်းစည်းပြီးလုပ်ရတဲ့ အနုပညာပါ။ Art ဆိုတဲ့ ဒီ Immitation of life ဘဝ သရုပ်ဖော်တဲ့အခါမှာ ယုတ္တိရှိအောင် အနုပညာနယ် အသီးသီးက (ရေးတဲ့သူတွေ၊ ချုပ်တဲ့သူတွေ၊ ဆောက်တဲ့ သူတွေ၊ ရိုက်တဲ့သူတွေ၊ သီချင်းစပ်တဲ့သူတွေ၊ တီးတဲ့ သူတွေ၊ မီးထိုး မှန်ထိုးတွေ၊ သရုပ်ဆောင်တွေ၊ editor, color grader, special effect သမားတွေ and many more) အနုပညာရှင်ပေါင်းများစွာ ပေါင်းပြီး director ရဲ့ vision ကို ပေါ်အောင် ဖော်ဆောင်ကြရတာပါ။ သိပ်ကို ခက်ခဲနက်နဲပြီး ပင်ပန်းတဲ့အလုပ်ပါ။

အတော်ဆုံးဆိုတဲ့ အနုပညာရှင်ကြီးတွေ ပေါင်းစပ်လုပ်ကိုင်တဲ့အခါမှာ ကမ္ဘာမှာ အမြင့်ဆုံးနေရာကို ရောက်ရှိနေတဲ့ Hollywood တို့၊ အာရှမှာဆိုရင် Bollywood တို့၊ Japan နဲ့ Korea cinema Industry တွေတို့၊ ဥရောပ ဘက်က Arthouse film industry တို့ကို ကြည့်ပြီး သာဓက ယူလို့ရပါတယ်။ တကယ်တမ်းဆိုရင် သိပ်အားကျဖို့ကောင်းပါတယ်။ အနုပညာတစ်ခုတည်း

မဟုတ်ဘူး။ နိုင်ငံရဲ့ ဝင်ငွေလည်း တိုးပါတယ်။ ရုပ်ရှင်ဘက်မှာ ဖွံ့ဖြိုးသွားရင် တခြားအနုပညာတွေနဲ့တောင် မတူဘူး။ ကမ္ဘာအနှံ့ကို ပြန့်ဖို့ မြန်ပါတယ်။ (ရုပ်ရှင်ဟာ ခရီးသွားလုပ်ငန်းတွေ၊ ပြည်တွင်းကုန်ပစ္စည်းတွေ၊ fash-ion လုပ်ငန်းတွေ တွင်ကျယ်စေဖို့ အထောက်အကူအများကြီးလည်း ပြုနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ့်ယဉ်ကျေးမှုကိုလည်း ချပြလို့ရပါတယ်။ ကိုရီးယားကိုပဲ ကြည့်ပါ။)

ကမ္ဘာ့အဆင့်မီအောင်၊ ခေတ်မီအောင် ဖော်ရ၊ ချွတ်ရမယ်လို့ ပြောတာ လုံးဝမဟုတ်ပါဘူး။ ဇာတ်အရ လိုရင်လိုသလို ဖော်ဆောင်နိုင်ဖို့ကို ပြောနေတာပါပဲ။ အနုပညာအရ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောင်ပြောင်မြောက်မြောက် အကောင်းဆုံး တင်ဆက်နိုင်သွားပြီဆိုရင် နိုင်ငံအတွက် ဂုဏ်ရှိသလို လူမျိုးအနေနဲ့လည်း နိုင်ငံတကာရဲ့ အသိအမှတ်ပြုခြင်းကို ခံရပါမယ်။ အထင်မသေးတော့ဘူးပေါ့ဗျာ။

ဆိုတော့. . . နောက်ဆုံးအနေနဲ့ ဒီ topic ရဲ့ solution ဖြစ်တဲ့ rating system အကြောင်းကို ပြောပြတိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။ အခုရုပ်ရှင်ရုံတွေမှာ အသက်အရွယ် အပိုင်းအခြားမရှိဘဲ အားလုံးဝင်ကြည့်လို့ ရတာတွေ့ရပါတယ်။ US လို နိုင်ငံလိုမျိုးတောင် ကလေးကြည့်လို့ မရတဲ့ကားတွေ (ဥပမာ-The Conjuring လို

ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ သရဲကားတွေ၊ တခြားသော အဖော်အချွတ် ပါသောကားများ) ကို ဒီမှာ မိသားစု လိုက် လာကြည့်ကြပါတယ်။ ဒါကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် censor အဖွဲ့ဟာ International rating system ကို မသိဘူး ဆိုတာ သိသာပါတယ်။ censor အဖွဲ့အနေနဲ့ rating system ကို ထဲထဲဝင်ဝင် လေ့လာပြီး အစိုးရနဲ့ ပေါင်းပြီး ဆောင်ရွက်သင့်ပါတယ်။

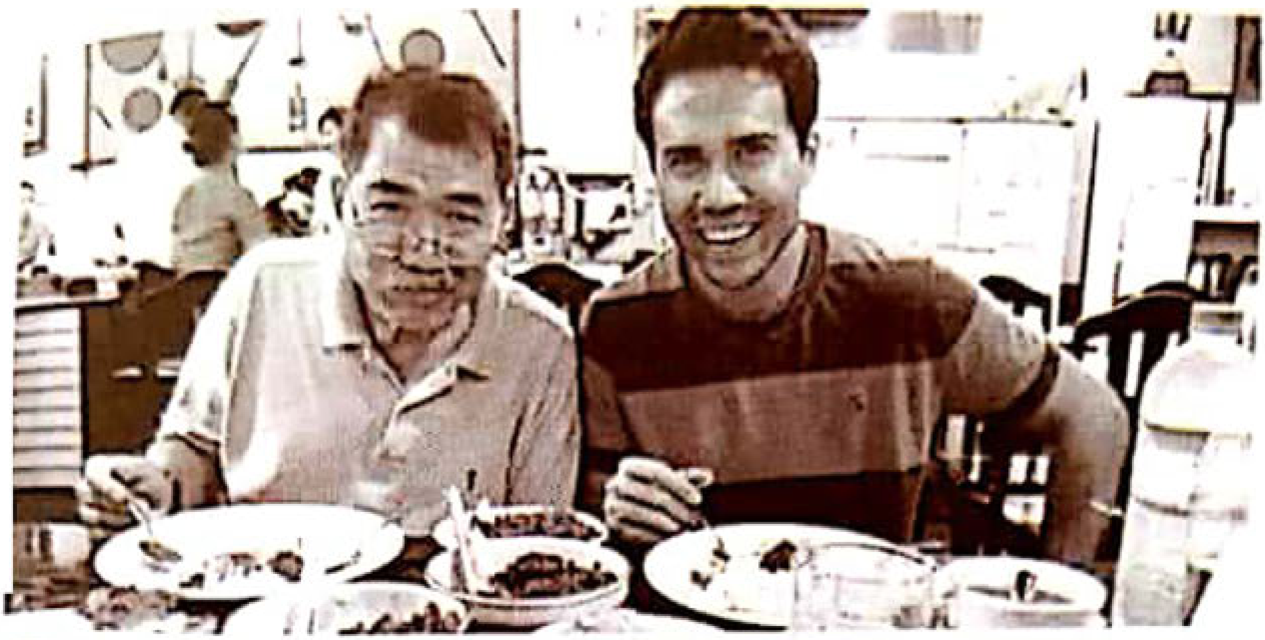
US မှာဆိုရင် ရုပ်ရှင်ကားတစ်ကားကို 'Rated-R' လို့ သတ်မှတ်တယ် ထားပါတော့။ အဲလို ဆိုရင် ရုပ်ရှင်လက်မှတ် ဝယ်တဲ့သူက ဆယ့်ရှစ်နှစ် အောက် ရုပ်ရည်ရှိရင် လက်မှတ်ရောင်းသူက မှတ်ပုံတင် တောင်းပြီး စစ်ရပါတယ်။ အရက်တို့၊ ဆေးလိပ်တို့ ဝယ်ရင် လိုသလိုပေါ့။(ဒီမှာတော့ beer ဆိုင်၊ အရက် ဆိုင်တွေမှာတောင် ချာတိတ်တွေ သောက်နေတာ မြင် နေရတယ်။) မှတ်ပုံတင် မပြနိုင်ရင်သော်လည်းကောင်း၊ အသက်မပြည့်ရင်သော်လည်းကောင်း ရောင်းခွင့် မရှိ ပါဘူး။

Rated-PG13 ဆိုရင် မိဘ၊ သို့ အုပ်ထိန်းသူ ပါမှ ကြည့်လို့ရတယ်. . . စသည်ဖြင့်ပေါ့။ ဒီစနစ် လိုကို လိုပါတယ်။ Rating System ရှိမှ အနုပညာသမားတွေ လည်း လွတ်လပ်စွာ ဖန်တီးလို့ရမှာ ဖြစ်သလို အသက်

မပြည့်သူတွေလည်း မမြင်သင့် မမြင်ထိုက်တာတွေ၊ မကြားသင့်တာတွေ မတွေးသင့်တာတွေကနေ ထိန်းသိမ်းလို့ ရမှာပါ။

အဆုံးသတ်အနေနဲ့တော့ မြန်မာ့ရုပ်ရှင် အနုပညာ အရည်အသွေး တိုးတက်ဖို့အတွက် censor အဖွဲ့အနေနဲ့ အမြင်ကျယ်ကျယ်ထားပြီး တိုင်းပြည်နဲ့လူမျိုးအတွက် Rating system ကိုပဲ လုပ်သင့်တယ်လို့ မြင်ပါတယ်။ လက်မှတ်ရောင်းတဲ့စနစ်ကိုလည်း အစိုးရနဲ့ ပေါင်း ဥပဒေတွေနဲ့ ဘောင်ခတ်ပြီး စနစ်တကျ ရောင်းချသင့်တယ်။

❖



SEWARD PARK

ကျွန်တော် အနုပညာကို နှစ်နှစ်ကာကာ ချစ်တတ်
မြတ်နိုးတတ်လာတာ အနုပညာသမား တစ်ယောက်
ဖြစ်လာတာ အဖေ့ကြောင့် အများကြီး ပါတယ်။

တမလွန်က နားတစ်စုံအတွက်

အခုတလော အဖေ့အကြောင်း ခဏခဏ တွေးဖြစ်တယ်။ အခုတင်ထားတဲ့ပုံတွေက အဖေ ညနေတိုင်းလိုလို သွားတဲ့ သူ့တိုက်ရှေ့က ပန်းခြံပါ။ ကျွန်တော် ငယ်ငယ်ကလည်း High School တောက်လျှောက် အဲ့ဒီ ပန်းခြံဘေးက basketball ကွင်းထဲမှာ နေ့တိုင်းနီးပါး ဆော့ခဲ့တာ။

အဖေဆုံးတော့ အားပေးစကား ပြောတဲ့ထဲမှာ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်က ပြောတယ်။

"မင်းအဖေ ဆုံးသွားပေမယ့် သူ့ရဲ့ အစိတ်အပိုင်း တချို့တွေက မင်းရဲ့ စိတ်နဲ့ခန္ဓာထဲမှာ ဆက်ရှင်သန်သွားမှာပါ။ ပြီးတော့ ကောင်းတာတွေ များလိမ့်

မယ်လို့ ယုံကြည်တယ်တဲ့" (အင်္ဂလိပ်လိုပြောတာကို အနီးစပ်ဆုံး ဘာသာပြန်ထားတာပါ)

ကျွန်တော် တွေးတယ်။ ကျွန်တော် အဖေ့ဆီက ဘာတွေ ရလိုက်လဲဆိုတာ. . .။

တစ်နေ့က ကမာရွတ် interview မှာ ကျွန်တော် ဖြေထားတဲ့ 'အနုပညာ ခုံမင်တာကို စသိတဲ့အချိန်မှာ အရင်ဆုံး စ တားတာက အဖေပါ' လို့ ဖြေတာကို အဖေ တမလွန်ကနေ ကြားရင် ဒေါကန်နေတော့မှာပဲလို့တောင် တွေးပြီး ရယ်မိသေးတယ်။

ဒါပေမဲ့ သူ ငြင်းလို့ မရပါဘူး။ ကျွန်တော် အမှန်ကို ပြောခဲ့တာ။ ကျွန်တော် မှတ်မိတာ နောက် တစ်ခု ရှိသေးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ US ကို အပြီးသွားခါနီး အဖေ့ကို ပြောလိုက်တာတစ်ခု ရှိတယ်။

"ကျွန်တော် rockstar တစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တယ်" လို့. . .။

ကျွန်တော့်အဖေ မျက်နှာတော်တော် ပျက်သွားပြီးတော့ ကျွန်တော့်ကို ဘာပြောလဲဆိုတော့ -

"မင်း ငါ့ကို နောက် ဘယ်တော့မှ အဲဒါမျိုး မပြောနဲ့" တဲ့။

ဒါပေမဲ့ အဖေ မသိခဲ့တာက အနုပညာမျိုးစေ့ကို ကျွန်တော့်ရဲ့ ရင်ထဲမှာ ကျဲခဲ့တဲ့သူဟာ သူဆိုတာ. . .

ကျွန်တော့်အဖေက အကောင်းကြိုက်တတ်တဲ့ လူမျိုး။ အင်္ကျီအဝတ်အစား၊ အစားအသောက်၊ အသုံး အဆောင်ပစ္စည်း၊ ကြည့်တဲ့ရုပ်ရှင်၊ နားထောင်တဲ့ဂီတက အစ ကောင်းတာကိုပဲ သုံးတယ်၊ ခံစားတယ်။ သူပြောနေ ကျ စကားတစ်ခု ရှိတယ်။

'ပစ္စည်းအများကြီး မလိုဘူး။ ကောင်းတာလေး တွေပဲ သုံး' တဲ့။

ကျွန်တော်တို့ငယ်ငယ် DVD, VCD တွေ မပေါ်ခင် VHS ခေတ်က အခွေဆိုင်မှာ အဖေ့အတွက် အခွေငှားပေးရတယ်။ အဖေက ညတိုင်း ရုပ်ရှင် တစ်ကား မဟုတ် နှစ်ကားကို ဖိမ်နဲ့ ကျကျနန အရက် နဲ့အမြည်းနဲ့ ကြည့်တာ။ ကျွန်တော့်ကိုလည်း ဘေးမှာ အမြဲနေခိုင်းတယ်။ ကျွန်တော် ငှားလာတဲ့အခွေကို သူ ကြိုက်လို့ ချီးကျူးပြီဆိုရင် စာမေးပွဲအောင်သလိုကို ပျော်ခဲ့ရတယ်။ မကောင်းရင်တော့ အပြစ်တင် အဆူခံ ရတယ်။

အခွေငှားရင် အဖေက သေချာမှာတယ်။ ဘယ် Production က ထုတ်တာလဲ၊ သေချာကြည့်တဲ့။ Warner Bros, Paramount, MGM, Columbia, 20th Century Fox တို့ဆိုရင် ကောင်းတယ်။ ဒါရိုက်တာ ဆို ရင်လည်း Steven Spielberg တို့၊ Oliver Stone တို့

ကားသစ်ထွက်ရင် ငှားခဲ့။ မင်းသား၊ မင်းသမီးဆိုရင်လည်း Clint Eastwood, Dustin Hoffman, Robert De Niro, Al Pacino, Jack Nicholson, Morgan Freeman, Tom Hanks, Denzal Washington, Kevin Costner, Bruce Willis, Gene Hackman, Charles Bronsan, Robin Williams, Brad Pitt, Julia Roberts, Meryl Streep, Demi Moore, Angelina Jolie, Gong Li တို့၊ အရင်က ကားတွေဆိုရင် Gregory Peck, James Dean, Pat Boone, Yul Brynner, Marlin Brando, Sean Connery, Sophia Loren, Marilyn Monroe, Elizabethe Taylor တို့ ဆိုရင် ငှားခဲ့ စသည် ဖြင့်ပေါ့။ ဆိုတော့ ကျွန်တော် အခွေဆိုင်သွားရင် အရမ်းရယ်ရတယ်။ ဘယ်သူမှမမေးတဲ့ မေးခွန်းတွေ မေးတဲ့ချာတိတ်ဖြစ်လာတယ်။ ၉-နှစ်၊ ၁၀-နှစ်လောက်ပဲ ရှိဦးမယ်။ ကြာလာတော့ အခွေဆိုင်ကလူတွေ ကျွန်တော့်ကို ကောင်းကောင်း သိလာကြတယ်။ အပေါ်ကပြောတဲ့ မင်းသား၊ မင်းသမီး (သို့) production က ကားအသစ်ထွက်ရင် ချက်ချင်းပြောလာကြတယ်။

တစ်ခါတလေ Hollywood က အညံ့စားကားတွေပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ Hong Kong က ပေါချာချာကားတွေပဲ ဖြစ်ဖြစ် ငှားလာလို့ ကြည့်ဖြစ်ပြီဆိုရင် ပျစ်ပျစ်နှစ်နှစ်

တစ်ကားလုံးကို ထိုင်ဝေဖန်ပါလေရော။ အဓိကကတော့ logic မရှိတဲ့အကွက်တွေ အကုန်လုံးပေါ့။ ပြီးတော့ သတိရရင် ရသလို ကျွန်တော့်ဘက်လှည့်ပြီး ဆူသေးတယ်။

TV ကနေ တစ်ခါတလေ လာတတ်တဲ့ ဂန္ထဝင်ရုပ်ရှင်ကားကြီးတွေ ဥပမာ-Gone with the wind တို့၊ Doctor Zhivago တို့ အဖြူအမည်းခေတ်က ကောလိပ်ဂျင်နေဝင်းကားတို့၊ ကျော်ဟိန်းကားတို့၊ ညွန့်ဝင်းကားတို့ လာပြီဆိုရင်လည်း တစ်မက်တစ်မော ကြည့်ပြီး ကျွန်တော့်ကိုလည်း ဘေးမှာ ထိုင်ကြည့်ခိုင်းတယ်။ သူ့ကို ဦးညွန့်ဝင်းနဲ့ တူတယ်လို့ ပြောရင်လည်း သိပ်သဘောကျတယ်။

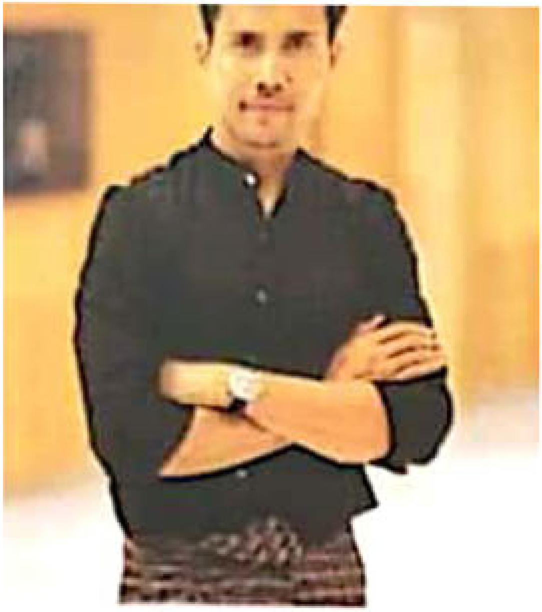
ဂီတ. . . အဖေက Elvis Presley သီချင်းတွေ သိပ်ကြိုက်တော့ ကျွန်တော့်ကို Love me tender တို့၊ Can't help falling in love တို့ကို သူ စိတ်ကူးပေါက်ရင် ဆိုဆိုပြတတ်တော့ Elvis Presley ကို စောစောစီးစီး သိခွင့်ရခဲ့တယ်။

ဆိုတော့ အနုပညာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကျွန်တော့်ရဲ့ early influence က တော်တော်ကောင်းခဲ့တယ်လို့ ပြောလို့ရတယ်။ အဖေ ကြိုက်ခဲ့တာတွေကို ကျွန်တော်လည်း ကြိုက်ခဲ့တယ်။ တချို့ဟာတွေကို တကယ်ကြိုက်ခဲ့သလို တချို့ဟာတွေတော့ မကြိုက်ပေမဲ့လည်း အဖေ့ရဲ့ ချစ်တာ၊ မြှောက်စားတာ ခံချင်တော့ ကြိုက်လိုက်တယ်ပေါ့။

ဒါပေမဲ့ ပြန်တွေးကြည့်ရင် ကောင်းတာတွေ များတော့ ကျွန်တော် အဖေ့ကို ကျေးဇူး သိပ်တင်တယ်။ ပြီးတော့ ကျွန်တော် အနုပညာကို နှစ်နှစ်ကာကာ ချစ်တတ် မြတ်နိုးတတ်လာတာ အနုပညာသမား တစ်ယောက် ဖြစ်လာတာ အဖေ့ကြောင့် အများကြီး ပါတယ်။

တမလွန်က နားတစ်စုံအတွက်
Zenn kyi (ဇော်ဒိ)

❖



ကိုယ်ရေးအကျဉ်း

ဇော်ဇီသည် မန္တလေးဇာတိ ဖြစ်သည်။ ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်၌ အမေရိကသို့ ဖခင်ဖြစ်သူနှင့် အတူ ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်ခဲ့ပါသည်။

အထက်တန်းကျောင်းသား ဘဝမှစ၍ ဂီတပညာကို အထူးစိတ်ဝင်စားကာ တက္ကသိုလ်၌ဂီတဘာသာရပ်ကို Major အဖြစ် ရွေးချယ်သင်ကြားခဲ့သည်။ ထို့နောက် ဂီတသီအိုရီ ဘာသာရပ်များကို ငြီးငွေ့လာသဖြင့် အသံဖမ်း အင်ဂျင်နီယာ ဘာသာရပ်ကို ပြောင်းကာ ရုပ်ရှင်အသံ (Post - production Sound) ဖြင့် IAR (Institute of Audio Research, NY) မှ ကျောင်းပြီးခဲ့ပါသည်။

နယူးယော့(ခ်)မြို့၌ ရုပ်ရှင်နှင့်ပတ်သက်သော အသံပိုင်းဆိုင်ရာ အလုပ်များလုပ်ကိုင်ရင်း အမှတ်မထင် သရုပ်ဆောင်အဖြစ် စတင် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ဖြစ်သည်။ ဇနီးဖြစ်သူနှင့်အတူ ရုပ်ရှင်တိုများနှင့် Music Video များကို တွဲဖက် လုပ်ကိုင်ရင်း ဇာတ်ညွှန်းများပါ စတင်ရေးဖြစ်ခဲ့သည်။ ၂၀၀၈ ခုနှစ်ကုန်မှစ၍ မြန်မာပြည်တွင် ပြန်လည်ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်ခဲ့ကြပြီး ရုပ်ရှင်လုပ်ငန်း၌ဆောက်ချလုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ ၂၀၁၈ ခုနှစ်အတွင်း၌ သူကိုယ်တိုင် ခေါင်းဆောင်မင်းသားအဖြစ် သရုပ်ဆောင်ကာ အသံနှင့်နောက်ခံဂီတကို ဖန်တီး တီးခတ်ထားသော 'ဥပါယ်တံမျဉ်' နှင့် 'မုဒြာရဲ့ခေါ်သံ' ရုပ်ရှင် ဇာတ်ကားကြီးနှစ်ကားကို ရုံတင်ပြသခွင့် ရရှိပြီး ပရိသတ် အားပေးမှုကို ရရှိခဲ့ပါသည်။

'ဥပါယ်တံမျဉ်' ဇာတ်ကား၏ ဇာတ်ညွှန်းသည်လည်းပဲ ဇော်ဇီကိုယ်တိုင် ရေးထားသောဇာတ်ညွှန်းဖြစ်ပြီး ပွဲဦးထွက် ပိတ်ကားပေါ် ပြသခွင့်ရခဲ့သည့် ရုပ်ရှင်ဖြစ်ခဲ့သည်။

ဇော်ဇီသည် ယခုအချိန်၌ သရုပ်ဆောင်၊ ဇာတ်ညွှန်း၊ ရုပ်ရှင်နောက်ခံတေးများအပြင် သူ၏ပထမအိပ်မက်ဖြစ်သော ရော့ခ်အဆိုတော်တစ်ယောက် ဖြစ်နိုင်ရန် သူ၏ ဒုတိယကိုယ်တိုင်ရေး/ဆို ကိုယ်ပိုင် သံစဉ်တစ်ကိုယ်တော် စီးရီး ထုတ်နိုင်ရန် ကြိုးစားလျက်ရှိပါသည်။ ဇော်ဇီ၏ နောက် ဝါသနာတစ်ခုမှာ အတွေးအခေါ် ပညာရပ် ဖြစ်သည့် အလျောက် Facebook ၌ I Love Buddha Page ထောင်ကာ ဗုဒ္ဓဘာသာကို ပုဂ္ဂလိကအမြင်ဖြင့် ဆောင်းပါးများ ရေးသားလျက် ရှိပါသည်။

ယခု 'ကိုယ်တိုင်သိရှိသွားမှု' အက်ဆေးစာအုပ်သည် ဇော်ဇီ၏ ပထမဦးဆုံးစာအုပ် ဖြစ်ပါသည်။