မှုရင်းစာရေးသူအမှာ

ကျွန်တော် စာအုပ်အသစ်တစ်အုပ်ရေးနေသည်မှာ ပြီးဆုံးလုပြီဖြစ်၍ 'ပြီးပါပြီ' ဟု အဆုံး သတ်လိုက်ချင်ပါသည်။ သို့သော် ကျွန်တော့်အတွင်းစိတ်မှ အသံတစ်ခုက 'ပြီးပါပြီ' ရေးမည့်အစား 'စတင်ခြင်း' ဟုရေးရန်ပြောသည်။ အင်း၊ အဓိပ္ပာယ်တော့ရှိသည်။ အကြောင်းမှာ စာအုပ်ဖတ်သူသည် စိတ်ဝင်စားစွာဖတ်ပြီး အနှစ်သာရကိုယူတတ်လျှင် ထိုသူအတွက် ဘဝအမြင်သစ်တစ်ခု စတင်နိုင်မည်ဟု မျှော်လင့် ရပေသည်။

သို့သော် ထိုသို့ 'စတင်ခြင်း' ဟုရေးရန် မည်သည့်အရာက လှုံ့ဆော်လိုက်သနည်း။ ကျွန်တော် ကြိုတင်စဉ်းစားထားခြင်း မရှိခဲ့သည်ကို ကျွန်တော်သိပါသည်။ တစ်ခုခု၊ သို့မဟုတ်၊ တစ်ဦးဦးက ထိုသို့ရေးရန်တိုက်တွန်းခြင်းဖြစ်မည်။ ဘုရားသခင်ပင် လျှင်ဖြစ်နိုင်သည်။

များသောအားဖြင့် ကျွန်တော်ဘာရေးမည်ကို ကျွန်တော် ကြိုမသိပါ။ စာရွက်ပေါ် ရေးချပြီးမှသာ သိပါသည်။ ထိုစာလုံးများ မည်သည့်နေရာက ရောက်လာသည်ကို ကျွန်တော် ရေရွတ်မေးလေ့ ရှိသည်။ ယခုတော့သိပါပြီ။

ကျွန်တော် လေးနှစ်သားအရွယ်လောက်က ကစားစရာတစ်ခုကိုဖြုတ်ပြီး ထိုက အပိုင်းအစများသည် ကျွန်တော့်လည်ချောင်းထဲတွင် တစ်နေ့ဖူးသည်။ ထိုအချိန်က အခန်းထဲတွင် တစ်ယောက်တည်းဖြစ်နေပြီး အနားတွင်လူကြီးတစ်ဦးမျှ မရှိပေ။ ကျွန်တော်အသက်ရှူကျပ်လာသည်။ ဖြန်းခနဲပင် မပြောမဆို ကျွန်တော်အန်ချပါသည်။ ကစားစရာအပိုင်းအစများသည် ပါးစပ်တွင်းမှလွင့်ထွက်လာပြီး ကျွန်တော် အသက်ပြန် ရှူနိုင်သည်။ ကျွန်တော် ထိုနောက်ပိုင်းတွင် တအံ့တသြမေးမိပြန်ပါသည်။ 'ဘယ်သူက ငါ့ကိုအန်အောင်လုပ်လိုက်ပါလိမ့်။ ဘုရားသခင်လား၊ နတ်သား တစ်ပါးလား'

သို့သော် ယခုစာအုပ်သည် ကျွန်တော့်အကြောင်းမဟုတ်ပါ။ ထူးဆန်းသည့် ဖြစ်ရပ်များ၊ သို့မဟုတ် ကံကြမ္မာစေစားသည့်လုပ်ရပ်များအကြောင်းလည်း မဟုတ်ပါ။ မတော်တဆဟုထင်ရပြီး မတော်တဆမဟုတ်သည့် တိုက်ဆိုင်မှုများအကြောင်း စာအုပ်ဖြစ်သည်။ မည်သည့်အတွက်၊ မည်သူ့သို့၊ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်သနည်း။ ဤတိုက်ဆိုင်မှုများ၏ နောက်ကွယ်တွင် ဘုရားသခင်ရှိနေပါသလား။

ကျွန်တော်ကတော့ တိုက်ဆိုင်မှုဆိုသည်မှာ မရှိဟုယုံကြည်ထားသည်။ အရာအားလုံးသည်ဘုရားသခင်၏စီမံမှုနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏တုံ့ပြန်မှုပင် ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ မြင်ဖို့သာလိုသည်။ ကျွန်ုပ်တို့မြင်လိုစိတ်ရှိပြီး ယင်းဖန်တီးမှုတွင်လည်းပါဝင်ရမည်။ ဥပမာ- ကျွန်တော်မွေးစဉ်က မွေးစာရင်းရေးသွင်းသူက ကျွန်တော့်မိဘများကို ကျွန်တော့်နာမည်မေးသည်။ ထိုသူ့ကိုပြောလိုက်သောအမည်မှာ 'ဘင်ဖိုင်ရောန်-ရှာဘ်စီ၏သား' ဖြစ်သည်။ သို့သော်မွေးစာရင်းရေးသူသည် ဟီးဘရူးနာမည်ကို နားမလည်သဖြင့်သူထင်သလိုရေးလိုက်သည်။ သို့ဖြင့် မွေးစာရင်းပါကျွန်တော့် နာမည်မှာ'ရှက်ပတ်' (ဦးဆောင်လမ်းပြ) ဖြစ်နေသည်။ ဘုရားသခင်က ကျွန်တော်၏ တာဝန်ကိုရွေးချယ်ပေးခဲ့သည်။ ကျွန်တော်တို့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် စိတ္တဉာဏပိုင်းဆိုင်ရာ ဦးဆောင်လမ်းပြအဖြစ် ထမ်းရွက်ရန်ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော် အမြဲတွေ့ကြုံရသည့် သာမန်တိုက်ဆိုင်မှုတစ်ခုမှာ ကျွန်တော် ဘယ်သွားသွား ပဲနီစေ့များတွေ့ရခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ သန့်စင်တောက်ပြောင်နေအောင် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပြီးခါစ ဟိုတယ်ခန်းတစ်ခုသို့ဝင်သည်နှင့် အခန်းဝတွင် ပဲနီစေ့ တွေ့ရစမြဲ ဖြစ်သည်။ လေဆိပ်တွင်လည်းကောင်း၊ စားသောက်ဆိုင်တွင်လည်းကောင်း၊ ကျွန်တော့်ခရီးဆောင်ပစ္စည်းများပေါ်တွင် ထိုင်လျှင်လည်းကောင်း၊ ပဲနီတစ်စေ့စေ့ကို တွေ့မြဲဖြစ်သည်။ ဘာကိုဆိုလိုသနည်း။ ပဲနီပေါ်တွင် ဘာရေးထားသနည်း။ 'ဘုရားသခင်ထံတွင် ယုံကြည်မှုကိုအပ်နှင်းသည်' (In God We Trust) ဟု ရေးထားသည်။ အကြွေစေ့၏တန်ဖိုးသည် အရေးမကြီးပါ။ ၎င်း၏သဝဏ်လွှာသည် အရေးကြီးသည်။ ဘုရားသခင်ရှိနေသည်။ ကျွန်တော်လည်း မိမိရောက်သင့်သည့်လမ်းကြောင်းပေါ်တွင် ရောက်နေသည်။

နောက်ထပ်ဥပမာတစ်ခုမှာ ကျွန်တော်တို့လင်မယားတွင် 'မီရေကာလ်' ဟု အမည်ပေးထားသည့် ကြောင်တစ်ကောင်ရှိသည်။ ထိုကြောင်ကို အဖော်ရှာပေးရန် ဆုံးဖြတ်ကြသည်။ အိမ်နီးချင်း၏ကြောင်သည် ကြောင်ငယ်လေးများမွေးထား၍ ကျွန်တော်တို့ကြိုက်သည့်တစ်ကောင်ကို ရွေးခိုင်းသည်။ ကျွန်တော်က ချစ်စရာကြောင်ငယ်တစ်ကောင်ကိုအိမ်သို့ယူသွားရာ ကျွန်တော့်ဇနီးနှင့် ထိုကြောင်ငယ်သည်အဆင်မပြေကြပေ။ ပိုင်ရှင်ထံ ထိုကြောင်ငယ်ကို ပြန်သွားပေးသည့်အခါ ကျွန်တော့်ဇနီးက အားနာကြောင်းပြောရာ ပိုင်ရှင်က ကိစ္စမရှိ၊ ကြောင်ငယ်များအားလုံး မွေးရန်ယူသွားကြပြီဖြစ်ကြောင်း၊ တစ်ကောင်တော့ကျန်နေကြောင်း၊ မည်သူကမျှ ထိုကြောင်ကို ကြိုက်ပုံမပေါ်ကြောင်း၊ ကြောင်ငယ်သည်ကားဂိုဒေါင်ထဲတွင် ကြီးပြင်းသည့်ပြင် အရောင်မှာ အညိုရင့်ရောင်ဖြစ်ကာ လူကြောက်တတ်ကြောင်းပြောပြသည်။

ကျွန်တော်က ကြောင်ငယ်၏နာမည်ကိုမေးရာပိုင်ရှင်က 'ပဲနီ' ဟုပြောသည်။ ကျွန်တော် နောက်ကြောင်တစ်ကောင် မွေးရန်အစီအစဉ်မရှိသော်လည်း နာမည်ကို ကြားသည်နှင့် ကျွန်တော်တို့ ထိုကြောင်ကိုမွေးစားလိုက်သည်။ အိမ်ကကြောင် 'မီရေကာလ်' နှင့်အဆင်ပြေသည်။ ထိုကြောင်ငယ် မွေးစဉ်က တွေ့သည့်ကလေးတစ်ဦးက 'ကြောင်ကလေးက ပဲနီစေ့နဲ့တူလိုက်တာ' ဟုမှတ်ချက်ချသဖြင့် ထိုနာမည်ပေးလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်ဟု သိရသည်။

တိုက်ဆိုင်မှုများသည် အချို့လူများသို့ဖြစ်ပြီး အချို့လူများသို့ ဘာ့ကြောင့် မဖြစ်သနည်း။ ကျွန်တော့်ဘဝတွင် တိုက်ဆိုင်မှုများရှိသည်ကို လက်ခံရှာဖွေ၍ ကျွန်တော်တွေ့ကြုံရသည်ဟု ယုံကြည်သည်။ သင်သည် ဘဝ၏ဉာဏပိုင်းဆိုင်ရာကိုသာ အစွဲထားပြီး စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာတို့ကို လျစ်လျူရှုထားလျှင် တိုက်ဆိုင်မှုဖြင့် ကြုံမည် မဟုတ်ပေ။ သင်နိုးကြားမှုအမြဲရှိပြီး သင့်ခန္ဓာကိုယ် ၏ပြောင်းလဲမှုများကို အာရုံထားခြင်း၊ စကြဝဠာကို အချိန်ပေးနားထောင်ခြင်း၊ နေ့စဉ်မှတ်တမ်းထားခြင်း၊ ကဗျာရေးခြင်း စသည်တို့ကိုပြုလုပ်ပါက တိုက်ဆိုင်မှုများတွေ့ကြုံလိမ့်မည်။ သင့်ဘဝတွင် တိုက်ဆိုင်မှုများရှိသည်ဟု လက်ခံယုံကြည်မျှော်လင့်ထားပါက ၎င်းတို့ဖြစ်လာလိမ့်မည်။ သင် ထိုစိတ်မျိုးကို ပျိုးထောင်ပေးမှ တိုက်ဆိုင်မှုကို ခံစားနိုင်မည်။

ဤသည်မှာ 'သင်ဖြစ်လိုသောသူအဖြစ် သင်နေထိုင်ပြုကျင့်ပါ' ဆိုသည့်မှုနှင့် ထပ်တူထပ်မျှ ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ့်တိုက်ဆိုင်မှုကိုကိုယ်ဖန်တီးနိုင်သည် ဆိုသည်ကိုသံသယရှိသော ကျောင်းသားတစ်ဦးအား တစ်ခါက ကျွန်တော် သက်သေပြဖူးပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ထိုအချိန်က ကျွန်တော့်အိမ်မှ တစ်နာရီခန့်ကားမောင်းရသောကျောင်းတစ်ခုတွင် စာသင်နေသည်။ အတန်းပြီးသောအခါ ကျွန်တော့်ကားနှင့်လိုက်မည့် ကျောင်းသားကို ကျွန်တော်ပြောလိုက်သည်။ 'ကြည့်နေ။ မင်းကိုပြချင်တာ တစ်ခုရှိလို့ ငါ ခါတိုင်းအိမ်ပြန်တဲ့လမ်းကိုမသုံးဘဲ နောက်တစ်လမ်းက မောင်းမယ်'။ ထင်သည့်အတိုင်းပင်။ ကျွန်တော့်အိမ်မရောက်မီ မိုင်ဝက်ခန့် အကွာအဝေးသို့ ရောက်သော် ကျွန်တော့်ဇနီး ကားဖြတ်မောင်းသည်နှင့်ကြုံသည်။ သူမက လက်ပြနေသည်။ ကားမီး အချက်ပြနေသည်။ ကျွန်တော့်ကားမှန်ကိုချလိုက်သည့်အခါ 'အောင်မလေးမောင်ရယ် ရှင့်ကိုတွေ့ရတာဝမ်းသာလိုက်တာ။ ကျွန်မ ရှင့်ကိုဆက်သွယ်ချင်နေတာ။ ကျွန်မတို့ချိန်းထားတဲ့ တင်းနစ်ပွဲကို အချိန်ပြောင်းချင်လို့ ရှင့်ကို ဘယ်မှာရှာရမှန်းမသိဖြစ်နေတာ' ဟုပြောသည်။ ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေကျောင်းသားသည် အလွန်အမင်းအံ့ဩသွားသည်။ ကျွန်တော် တိုက်ဆိုင်မှုတစ်ခုရှိမည်ဟု ယုံကြည်ထားသည့်အတိုင်း တိုက်ဆိုင်မှုဖြစ်လာသည်။

ထို့ကြောင့် သင်သည်ဖြစ်ရပ်များနှင့်အတူ စီးဆင်းပါ။ ဖြစ်ရပ်များကို ဖြစ်စေပါ။ စကြဝဠာနှင့် စည်းဝါးကျအောင်နေပါ။ အလောသုံးဆယ် မလုပ်ပါနှင့်။ စကြဝဠာ အချိန်ဇယား အတိုင်းလိုက်နာပါ။ လေ့ကျင့်ယူပါ။ တယ်လီဖုန်းမြည်လျှင် မကိုင်မီ မည်သူဖြစ်နိုင်သည်ကို အသံထွက်ပြောကြည့်ပါ။ မကြာမီ သင်အမြဲမှန်သည်ကို တွေ့လိမ့်မည်။

ကျွန်တော့်သမီးကယ်ရိုလိုင်းသည် ထို့ထက်တော်သည်။ တယ်လီဖုန်းမြည်တော့မည်ဆိုလျှင် ကြိုသိသည်။ 'ကာစီနို' လောင်းကစားခန်းမတွင်လည်း အမှန်းတော်သည်။

တစ်ခါက ကျွန်တော်၏လူနာတစ်ဦးသည် အခြားဆရာဝန်တစ်ဦးနှင့် ချိန်းထား၍ စောင့်ဆိုင်းခန်းတွင် သူ့အလှည့်ကိုထိုင်စောင့်နေသည်။

ဆရာဝန်မှာ နောက်ကျနေသဖြင့် ခန်းလုံးပြည့်စောင့်ဆိုင်းနေသူများသည် စိတ်မရှည်ကြတော့ပေ။ တစ်နာရီခန့်ကြာသော် လူအများစုသည် ထပြန်သွားကြလေသည်။ ကျွန်တော်၏ လူနာသည်လည်း ထပြန်လိုစိတ်ပေါက်လာသည်။ သို့သော် တစ်ခုခုက သူ့ကိုမပြန်စေရန် ဆွဲထားသလိုခံစားရသည်။ သို့နှင့် နောက်ထပ်ဆက်စောင့်နေစဉ်သူသည် နာရီကို တကြည့်ကြည့်နှင့် ထပြန်လျှင်ကောင်းမလားဟုသာ တွေးတောနေမိသည်။ နောက်ဆုံးတွင် ၂ နာရီကြာမြင့် သွားပြီးနောက် သူနာပြုဆရာမသည် စောင့်ဆိုင်းခန်းသို့ဝင်လာပြီး 'ကီရီမက်ဂျီယန်' ဟု အမည်စာရင်းမှခေါ်လိုက်သည်။

သူအမြန်ဆုံးထလိုက်သည်။ သို့သော် သူအံ့ဩသွားရသည်။ အကြောင်းမှာ အခြား လူတစ်ဦးသည် သူနှင့်ပြိုင်တူထလိုက်၍ ဖြစ်သည်။ သူတို့နှစ်ဦးသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြန် အလှန်ကြည့်ပြီး အံ့ဩမဆုံးဖြစ်နေကြသည်။ ကီရီမက်ဂျီယန်ဆိုသည့် အမည်မျိုးသည် သာမန် မဟုတ်သလို မှည့်လေ့မှည့်ထမရှိသောအမည်မျိုး ဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ သာမန်မဟုတ်သည့် အမည်မျိုး ဆင်တူရှိသူနှစ်ဦးသည် ဆရာဝန်စောင့်ဆိုင်းခန်းတစ်ခုတည်းတွင်တစ်ချိန်တည်း ရောက်ရှိနေခြင်းသည် ထူးခြားသည့်တိုက်ဆိုင်မှုတစ်ခုပင်ဖြစ်ပေသည်။ ကီရီမက်ဂျီယန်သည် သူနှင့်နာမည် တူနေသူအကြောင်းကို သိလို၍ ချဉ်းကပ်မေးမြန်းလိုက်သည့်အခါ ပို၍ပင် အံ့ဩသွားရသည်။ အကြောင်းမှာ ထိုသူသည် သူ ၂၂ နှစ်လုံးလုံး မတွေ့ဖူးခဲ့သည့် သူ၏ဖခင်ဖြစ်နေသည်။

သူငယ်စဉ်က သူ၏မိခင်သည်ဖခင်နှင့် အိမ်ထောင်ကွဲလိုက်သည်။ သူ၏ဖခင်သည် အရက်သမားတစ်ဦးဖြစ်သည်။ မိသားစုအပေါ် ကြမ်းတမ်းရက်စက်သဖြင့် လင်မယားကွဲသည့်အခါ ကလေးကိုတွေ့ရန်ပင် တရားရုံးကခွင့်မပြုခဲ့ပေ။ ကီရီမက်ဂျီယန်သည် ဖခင်ကို မသိဘဲကြီး ပြင်းခဲ့ရလေသည်။ ဖခင်၏ပုံသဏ္ဌာန်ကိုပင် သူမသိခဲ့ပေ။ ယခုမူ အချိန်နှင့်တစ်သားတည်းကျပြီး စိတ်ရှည်စွာစောင့်ဆိုင်းမှုကြောင့် ဖခင်ကို မမျှော်လင့်ဘဲ ပြန်လည်ဆုံဆည်းခွင့်ရပေသည်။

လွန်ခဲ့သည့်နှစ်နှစ်သုံးနှစ်က ကျွန်တော်ကောလိပ်တစ်ခုတွင် စာသင်နေစဉ် ကျွန်တော့်အနေနှင့် ကျောင်းသားများကို သူတို့တစ်နေ့သေရမည်ဆိုသည်ကို ရင်ဆိုင်စေလိုသဖြင့် ကျွန်တော်က လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုအနေနှင့် သူတို့ကိုကိုယ့်သေစာရင်းကိုယ် ရေးသွင်းကြရန် ညွှန်ကြားသည်။ ထိုစာရင်းတွင် သေဆုံးသည့်အသက်နှင့် သေဆုံးသည့် အကြောင်းရင်းတို့ကိုပါ ရေးသွင်းခိုင်းသည်။ ကျွန်တော်လည်း သူတို့လိုပင် သေစာရင်း တစ်ခုရေးသည်။ ကျွန်တော်အသက် ၉၈ နှစ်တွင် ကျွန်တော့်မိသားစုက ထိုအသက် အရွယ်တွင် အိမ်ခေါင်မိုးပေါ်တက်စရာအကြောင်းမရှိဟု ပြောသည့်ကြားက အိမ်ခေါင် မိုးပေါ်၌အလုပ်တက်လုပ်စဉ် လှေကားပေါ်မှပြုတ်ကျ၍ သေဆုံးသည်ဟု ရေးသွင်းသည်။

နောင်နှစ်အတော်ကြာတွင် ကျွန်တော်သည် အပန်းဖြေခရီးတစ်ခုမထွက်မီ အိမ်ခေါင်မိုးပေါ်သို့တက်ပြီး တုတ်ရှည်တစ်ချောင်းဖြင့် သစ်ကိုင်းများကိုဖြတ်သည်၊ ရေတံလျှောက်ကို ရှင်းသည်၊ ထို့နောက်ခေါင်မိုးပေါ်မှ ပြန်ဆင်းသည့်အခါ လှေကား အပေါ်ဆုံးအထစ်သည် ကျိုးသွားသည်။ ကျွန်တော်အောက်သို့ ခြေဖြင့်ထောက်လျက် ပြုတ်ကျပြီးမှ နောက်သို့လန်ကျသွားသည်။ ခေါင်းကိုထိသော်လည်း ဒဏ်ရာ မည်မည်ရရ မရရှိပါ။

ကျွန်တော် မေးမိပြန်သည်။ မည်သည့်အတွက်ကြောင့် လှေကားတွင် ကျွန်တော့် ခြေထောက်များ မငြိသွားသနည်း။ မည်သူ သို့မဟုတ် မည်သည့်အရာက ကျွန်တော့်အား မြေပေါ်သို့ မထိခိုက်အောင် ချပေးသနည်း။ အလုပ်ပိနေသော နတ်သားတစ်ပါးလား၊ ကံကောင်းခြင်းလား၊ ဝမ်းတွင်းအသိလား၊ အလိုအလျောက် တုံ့ပြန်မှုလား၊ တိုက်ဆိုင်မှုလား၊ အမျိုးစုံ ဖြစ်နိုင်သည်။

သင်ဖြေကြည့်ပါ။ ကျွန်တော်တော့ အတွေ့အကြုံရှိသဖြင့် အဖြေကိုသိပါသည်။

Dr. Bernie Siegel
Author of Love, Medicine and Miracles