

# ဘာသာပြန်သူအမှာ

လူဦးနှောက်ဟာ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ တခြားအင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွေအားလုံးကို ထိန်းချုပ်ထားတဲ့ အရေးအကြီးဆုံး အစိတ်အပိုင်းဖြစ်ပြီး အသိတရားရဲ့ ဗဟိုဌာနလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံနဲ့ သူက ဆောင်ရွက်တဲ့လုပ်ငန်းအပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ဦးနှောက်ကို 'ဆယ်ရီဘရမ်' ခေါ် ဦးနှောက်ကြီး၊ 'ဆယ်ရီဘယ်လမ်' ခေါ် ဦးနှောက်ငယ်နဲ့ 'ဘရိန်းစတင်' ခေါ် ဦးနှောက်ညှာတံဆိုတဲ့ အဓိကအပိုင်းကြီးသုံးပိုင်း ခွဲခြားထားပါတယ်။ ဦးနှောက်ညှာတံပိုင်းကို ထပ်မံခွဲခြားပြီး ဦးနှောက်ရဲ့ အဓိကအပိုင်းကြီး တွေဟာ သုံးပိုင်းထက်ပိုတယ်လို့ သတ်မှတ် သုံးစွဲပြောဆိုကြတာလည်း ရှိပါတယ်။ ဦးနှောက်ကြီးဖြစ်တဲ့ ဆယ်ရီဘရမ်ရဲ့ အပေါ်ယံလွှာကို ဆယ်ရီဘရမ်ကောတက်စ်လို့ခေါ်ပြီး အဲဒီအလွှာထဲမှာ ပရိုင်းယက်တယ်လုပ်ဘ်၊ ဖရန်တယ်လုပ်ဘ်၊ တင်ပိုရယ်လုပ်ဘ်နဲ့ ဆိုစိတ်တယ်လုပ်ဘ်ဆိုတဲ့ 'လုပ်ဘ်' လို့ခေါ်တဲ့ အပိုင်းကြီးလေးခု ရှိပါတယ်။ အဲဒီအပိုင်းကြီး လေးခုထဲမှာလည်း လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုအလိုက် ထပ်မံခွဲခြားထားတဲ့ ပိုပြီးသေးငယ်တဲ့ အစိတ်အပိုင်းတွေ တစ်နည်းအားဖြင့် နယ်ပယ်တွေ ပါဝင်နေပါတယ်။ ဒီစာအုပ်မှာ အသိဉာဏ်နဲ့ဆိုင်တဲ့ အဲဒီဆယ်ရီဘရမ် အစိတ်အပိုင်းတွေရဲ့ လုပ်ဆောင်ပုံတွေကို အဓိက ထားပြီး အသေးစိတ်ဆွေးနွေးထားတာကို တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဦးနှောက်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတွေဟာ အာရုံကြောတွေကတစ်ဆင့် ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းနဲ့ လျှပ်စစ်ဓာတ်ကို တစ်နေရာကတစ်နေရာ ပေးပို့ခြင်း၊ လက်ခံခြင်း တွေလုပ်ပြီး သူတို့ရဲ့ သက်ဆိုင်ရာလုပ်ငန်းအသီးသီးကို လုပ်ကိုင်ကြပါတယ်။ အဲဒီအစိတ်အပိုင်း ဒါမှမဟုတ် နယ်ပယ်အသီးသီးဟာ သူတို့ရဲ့လုပ်ငန်းတွေကို တာဝန်ခွဲခြား လုပ်ဆောင်နေ ကြပေမဲ့ အဆင့်မြင့်ရှုပ်ထွေးတဲ့လုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ရာမှာတော့ အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုချင်းအနေနဲ့ မလုပ်ဆောင်တော့ဘဲ အစိတ်အပိုင်းတချို့ ပူးပေါင်းပြီး ကွန်ရက်တွေ အဖြစ်နဲ့ လုပ်ဆောင်ကြပါတယ်။ ဦးနှောက်ထဲမှာ အဓိကကွန်ရက်ကြီး ခုနစ်ခုလောက်ရှိပြီး အဲဒီအထဲမှာ 'ဒီအမ်အန်' လို့ခေါ်တဲ့ အလိုအလျောက်ပုံစံနဲ့ လုပ်ဆောင်တဲ့ကွန်ရက်ဟာ

စိတ်ကို ခြေဦးတည့်ရာသွားစေပြီး ထိန်းသိမ်းဖို့ ခက်ခဲအောင်လုပ်ဆောင်နေတဲ့ ကွန်ရက် ဖြစ်တဲ့အတွက် အဲဒီကွန်ရက်ရဲ့လုပ်ဆောင်မှုတွေကို သတိပဋ္ဌာန်တရားထိုင်ခြင်းနဲ့ ဘယ်လို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်တယ်ဆိုတာကို စာရေးသူက ဒီစာအုပ်ထဲမှာ အကျယ်တဝင့် စူးစမ်း လေ့လာတင်ပြထားပါတယ်။

ဒီစာအုပ်မှာ အခန်းတစ်ခုစီကို ဗုဒ္ဓရဲ့ဘဝဖြစ်စဉ်တစ်ခုနဲ့ အစပျိုးပြီး အဲဒီဖြစ်စဉ်နဲ့ ဆက်စပ်နေတဲ့ ဗုဒ္ဓရဲ့ သင်ကြားမှုနဲ့ အဲဒီသင်ကြားမှုကို ထောက်ခံနေတဲ့ သင့်လျော် ဆီလျော်တဲ့ သိပ္ပံနည်းကျ တွေ့ရှိချက်တွေကို စူးစမ်းလေ့လာ တင်ပြထားပါတယ်။ တရားထိုင်ခြင်းဟာ ဦးနှောက်အပေါ်မှာ ရုပ်ပိုင်းအရရော စိတ်ပိုင်းအရပါ နက်နဲတဲ့ အကျိုး သက်ရောက်မှုတွေရှိနေတာကို စာရေးသူက ထင်ရှားပေါ်လွင်အောင် ထောက်ပြထားပြီး ဒီအချက်မှန်ကန်ကြောင်းကို ခေတ်သစ်သိပ္ပံပညာနဲ့ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းမှာ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နေကြတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာရဟန်းနဲ့ ဘိက္ခုနီပေါင်းများစွာအပေါ် လေ့လာတွေ့ရှိမှု တွေက အခိုင်အမာ ထောက်ခံနေကြတာကိုလည်း ဖော်ပြထားပါတယ်။

နှစ်ကာလ သန်းနဲ့ချီအောင်ကြာမြင့်ခဲ့တဲ့ လူ့သမိုင်းတစ်လျှောက် လူသားတို့က သူတို့ရဲ့ဘဝ ဆက်လက်ရှင်သန်ရေးအတွက် အစွမ်းကုန်ရုန်းကန်ကြိုးစားရင်း သူတို့ရဲ့ ရွေးချယ်ပြုမှု လုပ်ကိုင်မှုတွေကြောင့် လူဦးနှောက်ရဲ့ ဖွဲ့စည်းပုံနဲ့ လုပ်ဆောင်ပုံသဘာဝတွေ တရွေ့ရွေ့ ဆင့်ကဲပြောင်းလဲလာခဲ့ပုံကို ဒီစာအုပ်မှာ ရှင်းလင်းတင်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီ ပြောင်းလဲမှုတွေဟာ လူသားတွေအတွက် ကောင်းကျိုးတွေကို ဖော်ဆောင်ပေးခဲ့သလို အရင်က မရှိသေးတဲ့ဆိုးကျိုးတွေကိုလည်း ဖြည့်စွက်ပေးခဲ့တာကို တွေ့ရပါတယ်။ အဲဒီ ပြောင်းလဲမှုတွေကတစ်ဆင့် အမှန်တကယ်မရှိတဲ့ 'အတ္တ' ကို ရှိတယ်လို့ လူသားတွေက မှတ်ယူလာခဲ့ပုံ၊ အဲဒီပြောင်းလဲမှုတွေက လူတွေရဲ့ စိတ်ကျန်းမာရေးကို နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ထိခိုက်လာခဲ့ပုံတွေကို သိပ္ပံနည်းကျတဲ့ ရှုထောင့်အမြင်နဲ့ ဒီစာအုပ်မှာ ရှင်းလင်းတင်ပြ ထားပါတယ်။

ကျောက်ခေတ်၊ သံခေတ်ကစပြီး ဒီနေ့ ဒစ်ဂျစ်တယ်ခေတ်အထိ လူ့သမိုင်းရဲ့ ဖြစ်ပေါ်တိုးတက်မှုတွေကို အဓိကဖော်ဆောင်ပေးခဲ့တာဟာ သိပ္ပံပညာဖြစ်တဲ့အတွက် သိပ္ပံနည်းနဲ့ လက်တွေ့သက်သေပြနိုင်တဲ့အရာတွေကိုသာ အမှန်တရားအဖြစ် ပညာရှင် တွေက လက်ခံယုံကြည်ကြပါတယ်။ အဲဒါကြောင့်လည်း 'ဗုဒ္ဓရဲ့သင်ကြားမှုတွေထဲက သိပ္ပံနည်းကျအထောက်အထားတွေနဲ့ သဟဇာတမဖြစ်ဘူးလို့ ရှာဖွေတွေ့ရှိတဲ့ သက်ဝင် ယုံကြည်မှုမှန်သမျှကို စွန့်ပစ်မယ်' လို့ ဒလိုင်လားမားက ပြောခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ သိပ္ပံနဲ့

ဆေးပညာဆိုင်ရာ ဝါရင့်သတင်းစာဆရာတစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့ ဒီစာအုပ်ရဲ့ မူရင်းစာအုပ်ကို ရေးသားသူ James Kingsland ဟာ အရာရာကို သိပ္ပံနည်းကျတဲ့ လက်တွေ့စမ်းသပ်မှု တွေနဲ့ လေ့လာဆန်းစစ်တင်ပြလိုသူ တစ်ဦးဖြစ်တဲ့အတွက် ဒီစာအုပ်မှာ ဗုဒ္ဓရဲ့ ဟောကြား မှုတွေ၊ သတိပဋ္ဌာန်တရားထိုင်ခြင်းရဲ့ ရလဒ်တွေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်က သိပ္ပံ နည်းကျ လက်တွေ့သုတေသနပြုလုပ်မှုပေါင်းများစွာကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် နှိုက်နှိုက် ချွတ်ချွတ် ရှာဖွေစုစည်း ဆက်စပ်တင်ပြထားပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ရဲ့ မူရင်းစာအုပ်ဖြစ်တဲ့ "Siddhartha's Brain" စာအုပ်ဟာ ၂၀၁၆ ခုနှစ်အတွက် အမေရိကန်နိုင်ငံမှာပြုလုပ်တဲ့ 'နော့ဘီလ်စ်' စာအုပ်ဆု (Nautilus Book Awards) ချီးမြှင့်ပွဲမှာ အရှေ့တိုင်းအတွေးအခေါ်နဲ့ ဘာသာရေးကဏ္ဍအတွက် 'ရွှေဆု' ရရှိခဲ့တဲ့စာအုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ကိုဖတ်ခြင်းအားဖြင့် အခြေခံတရားထိုင်ပုံထိုင်နည်း နည်းလမ်းတွေ၊ တရားထိုင်ခြင်းနဲ့ သတိပဋ္ဌာန်အပေါ် အမြင်ကျယ်တဲ့ အကဲဖြတ်မှု၊ လူသားရဲ့အတွင်းစိတ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ဗုဒ္ဓရဲ့ နက်ရှိုင်းတဲ့ ထိုးထွင်းအမြင်ကို အတည်ပြုနေတဲ့ ဒီနေ့ခေတ် သိပ္ပံပညာရှင်တွေရဲ့ ထုတ်ဖော်တင်ပြမှုတွေနဲ့ ဒီနေ့ကမ္ဘာပေါ်က လူအများစု ကြီးမှာ တိတ်တဆိတ်ဖြစ်ပွားနေတဲ့ စိတ်ကျန်းမာရေး ချို့ယွင်းမှုတွေကို ကုစားဖို့အတွက် ထိပ်တန်းဦးနှောက်နဲ့ အာရုံကြောဆိုင်ရာ သိပ္ပံပညာရှင်တွေနဲ့ စိတ်ရောဂါကု ပညာရှင်တွေ ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ သုတေသနလုပ်ငန်းတွေအကြောင်းကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် သိရှိပြီး စာဖတ်သူရဲ့ လောကအမြင်ကို အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ ပြောင်းလဲပေးနိုင်လိမ့်မယ်လို့ အခိုင်အမာ ယုံကြည်မိပါတယ်။

ဇော်ဝင်းကြူ (ပျဉ်းမနား)