



### ငြိမ်းချမ်းပျော်ရွှင်မွေ့ရောင်ခြည်ခရီးစဉ်

မွေ့လောကသံဃာတော်သုံးပါးသည် အောက်တိုဘာလ (၁၄) ရက်နေ့က မွေ့ရောင်ခြည် ခရီးစဉ်အမှတ်(၁)အနေအားဖြင့် အရီဇိုးနားပြည်နယ် ဖီးနစ်မြို့က အလိုတော်ပြည့်မွေ့ရိပ်သာကျောင်း ကထိန်အလှူတော်ပွဲ ကြွရောက်ခဲ့ကြပါသည်။ အလိုတော်ပြည့်ဆရာတော်နှင့် ဦးကေလာသတို့ကလည်း မေတ္တာစေတနာကြီးမားစွာဖြင့် အစစအရာရာ လိုလေသေးမရှိအောင် ပြုစုစောင့်ရှောက်ကြပါသည်။ အလိုတော်ပြည့် မွေ့ရိပ်သာကျောင်း၏ ပစ္စည်းလေးပါး ဒကာ ဒကာမများကလည်း ချီရွှင်သောအပြုံး ဖော်ရွေသောစကားတို့ဖြင့် နှုတ်ခွန်းဆက်သ ကြိုဆိုကြပါသည်။ အရီဇိုးနားပြည်နယ်က အထင်ကရ နေရာတွေကိုလည်း မမောမပမ်း လိုက်ပို့ပေးကြပါသည်။ အရီဇိုးနားပြည်နယ်က တောင်တွေပေါ်မှာ အလေ့ကျပေါက်လေ့ရှိသော (cactus)ခေါ်သော တန်ဆောင်းပင်ကြီးများကိုလည်း လေ့လာတွေ့ရှိခဲ့ရသည်။ တစ်နှစ်လုံးမှ မိုးက ၅ကြိမ်လောက်သာ ရွာလေ့ရှိသော အရီဇိုးနားပြည်နယ်တွင် ယင်းသစ်ပင်ကြီးများက အပူဒီဂရီ (၉၀)လောက်ကိုပင် ကြံ့ကြံ့ခံ အံ့တုနေနိုင်စွမ်းရှိသည်ကိုလည်း အံ့ဩဘွယ်ရာ တွေ့ရှိခဲ့ရပါသည်။ ဒေသခံ မြန်မာများက ပြောပါသည်။ယင်းအပင်များသည် ၅နှစ်မှ တစ်တောင်ခန့်သာ အပေါ်သို့တက်လေ့ရှိကြောင်း၊ ရက်အင်ဒီးယန်းတွေက ထိုအပင်များကိုပင် ဓားဖြင့်ထက်ပိုင်း ပိုင်း၍ ယင်းအပင်အတွင်းရှိ ရေများကို သောက်ကြချိုးကြလေ့ရှိကြောင်း ပြောပြကြ၏။ ထိုသစ်ပင်များအတွင်း၌ ရေအိုးလိုပင် အပေါက်အခေါင်းရှိကာ ရေအပြည့်ရှိနေတတ်ကြောင်းကိုလည်း ရှင်းပြကြပါသည်။ စာလေးများကပင် ထိုတန်ဆောင်းပင်ကြီးများကို ဖောက်ထွင်းကာ အသိုက်ဖွဲ့ကြသည်။ တန်ဆောင်းပင် အတွင်းက ရေများကို သောက်သုံးကြသည်ဟုဆိုသည်။ နွေခေါင်ခေါင် ကန္တာရလို ပူပြင်းလှသည့် သဘာဝအပူဘေးဒဏ်ကို ရဲဝံ့စွာ ရင်ဆိုင်နိုင်စွမ်းရှိသော ထိုတန်ဆောင်းပင်ကြီးများလို ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး ဆင်းရဲဒုက္ခအပူမီးများကို ခံနိုင်စွမ်းရှိလျှင် ကောင်းမှာပဲဟု မဆီမဆိုင် တွေးကြည့်မိပါသေးသည်။ ဆင်းရဲဒုက္ခကို ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်စွမ်းရှိနေခြင်းထက် ထိုဆင်းရဲဒုက္ခများကို အမြတ်ပြတ် သုတ်သင်နိုင်ခြင်းက ပို၍ကောင်းမှာအမှန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ ဆင်းရဲဒုက္ခကို အမြစ်ပြတ်သုတ်သင်လိုလျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခ၏ အကြောင်းရင်းကို သိရှိရမည်။ ယင်းသို့ ဒုက္ခ၏ ဖြစ်မြစ်ကိုသိမှ ဒုက္ခငြိမ်းကြောင်းတရားကို စွမ်းစွမ်းတံ့ ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။





အရီးနားပြည်နယ်က Grand Canyon အသူတရာချောက်ကြီးများ၊ Sidona ဆိုသော အမေရိကန်အောင်မြေများသို့ လိုက်ပို့ပေးကြပါသည်။ ထို့နောက် အောက်တိုဘာလ (၁၇)ရက်နေ့တွင် ကာလီဖိုးနီးယားပြည်နယ် အူဇာမြို့က သုန္ဒရာရာမ ဗြဟ္မဝိဟာရကျောင်း အသံမစ်မဟာပဋ္ဌာန်းပွဲသို့ ခရီးဆက်ခဲ့ကြပါသည်။

(၁၁)ကြိမ်မြောက် အူဇာပဋ္ဌာန်းပွဲကြီးကာ အလွန်ပင် အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင် စည်ကားလှပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာတွေချည်းသာ အများစု နေထိုင်ကြသော မြန်မာနိုင်ငံက ပဋ္ဌာန်းပွဲထက်ပင် ပို၍ စည်ကားသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ ပဋ္ဌာန်းပွဲကြွလာထေရ်သံဃာများကလည်း (၄၇)ပါးကြွရောက်လာကြသလို နေ့စဉ်ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကို လာရောက်နာကြားသူများကလည်း အထူးပင် စည်ကားလှပါသည်။ ပဋ္ဌာန်းပွဲဖွင့်ပွဲ ပဋ္ဌာန်းသိမ်းအောင်ပွဲအခမ်းအနားများတွင် ကြွလာသူ လူပရိသတ်သုံးရာထက်ပင် ကျော်နေပါသေးသည်။ ရေခြားမြေခြား သူတစ်ပါးတို့ တိုင်းပြည်ကြီးမှာ ယခုလို မြန်မာတွေကို တစ်စုတစ်ဝေးတည်း မြင်လိုက်ရသည့်အခါ စာရေးသူ ရင်ထဲနည်းသားထဲမှာ တစ်စုံစီမုံ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးမိပါသည်။ "ကြည်နူးစရာအရမ်းကောင်းလိုက်တာ ငါတို့မြန်မာနိုင်ငံမှာလိုပဲ ဘာသာရေးအခမ်းအနားတွေကို စည်စည်ကားကား သိုက်သိုက်မြိုက်မြိုက် ကျင်းပခွင့်ရတယ်၊ မြန်မာတွေကလည်း တက်ညီလက်ညီနဲ့ ပျော်ပျော်ပါးပါး လာပြီးတော့ လှူဒါန်းနေလိုက်ကြတာကလည်း အားကျစရာကောင်းလိုက်တာ"လို့ မိမိဘာသာတွေးပြီး ကြည်နူးဖမ်းသာနေမိပါသည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုရှိ ပြည်နယ် အသီးသီးက သံဃာတော်များကလည်း ထိုပဋ္ဌာန်းပွဲကို မရောက် ရောက်အောင်ကို ကြွတော်မူလာကြသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် အူဇာပဋ္ဌာန်း

ပွဲမှာပင် ကိုယ့်ငယ်ပေါင်းကြီးဖော် သူငယ်ချင်းများနှင့် ပြန်လည်ဆုံဆည်းခွင့်ရသလို မြန်မာရဟန်းတော်အချင်းချင်း ညီရင်းအစ်ကို ပမာ ရင်းနှီးခင်မင်ခွင့်ရရှိကြသည်။

အဇူဇာပဋ္ဌာန်းပွဲတွင် လော့စ်အိန်ဂျလိစ် မြို့နယ်တစ်ဝိုက်က မြန်မာဆရာဝန်များက ထက်သန်သောစေတနာမေတ္တာ ကြီးမားသော သဒ္ဓါတရားတို့ဖြင့် သံဃာတော်များအား ဆေးကုသပေးကာ ကျန်းမာရေးကုသိုလ်ယူကြပါသည်။ မြန်မာဆရာဝန်မရှိသော အခြား ပြည်နယ်များတွင် မျက်စိစမ်းသပ်ခ၊ သွားပြုပြင်ခ စသည့်ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးကုသမှုများအတွက် ဒေါ်လာထောင်နှင့်သောင်းနှင့် ချီပြီးတော့ အကုန်ကျခံကာ စစ်ဆေးကုသရသည်။ သည်ဒေါ်လာငွေကြေးအတိုင်းအတာများကို သံဃာတော်လေးများအနေဖြင့် မည်သို့မျှပင် တတ်စွမ်းနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့်ပင် အဇူဇာပဋ္ဌာန်းပွဲကြွလာသော သံဃာများအနေဖြင့် ဒေသန္တရ ဗဟုသုတရသလို မိမိတို့ဘဝအတွက် အရေးအကြီးဆုံး ကျန်းမာရေးကိုစစ်ဆေးကာ ဆေးကုသခွင့်ရကြသည်။ အချို့သံဃာတော် များက မျက်စိအားနည်း၍ မျက်စိစမ်းသတ်ကြသည်။ အချို့သံဃာတော်များက သွားကိုက်၊ သွားနာ သွားဖုန်းရောဂါများကို စစ် ဆေးကုသကြသည်။ အချို့သံဃာတော်များကလည်း အကြောနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါများကို တရုတ်အပ်စိုက်ပညာရှင် ဒေါက် တာဒေါ်အေးအေးချို ထံတွင် စစ်ဆေးကုသကြသည်။

စာရေးသူပင် သွားဆရာဝန် ဒေါက်တာဇော်မင်းသူနှင့် သွားကျန်းမာရေးအတွက် ပြသခဲ့ပါသေးသည်။ စာရေးသူ၏သွားမှာ စာသင် သားဘဝကထဲက ထိခိုက်မိ၍ နဲ့နေသည်မှာ ၂၃နှစ်ခန့်ပင်ရှိနေသည်။ သွားကိုမနှုတ်ဖြစ်ပဲ ရည်ရှည်အကြာကြီးထားခဲ့သည့်အ တွက် အပူကန်သည့်အခါတိုင်း သွားက နာနေတတ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ သွားဖုန်းပါရောင်လာတတ်သည်။ မောရိယမန်းဆေးကို ဘုဉ်းပေးလိုက်မှ သက်သာခွင့်ရသည်။ ထိုသို့ မကြာခဏဖြစ်တတ်၍ ယင်းသွားကို နှုတ်ချင်နေသည်မှာ အလွန်ကြာနေပါသည်။ သို့ပေမဲ့ စာရေးသူတို့ ဖလော်ရီဒါတွင် မြန်မာသွားဆရာဝန် မရှိ၍ သွားနှုတ်ခ အရမ်းကို ဈေးကြီးပါသည်။ သွားစိုက်ခဆိုလျှင်ကား စဉ်းစားဖို့ပင် မစဉ်းစားရဲပါပေ။ မျက်စိနှင့်အခြားကျန်းမာရေး စစ်ဆေးကုသခြင်းအတွက်ကား ပူစရာမလိုပါ။ ဒေါက်တာ ဖေသန်း မောင် ဒေါက်တာလင်း နှင့် ဒေါက်တာ ကျော်ဦး+ဒေါက်တာထွေးထွေးစိန်၊ ဒေါက်တာဝင်းမြင့်အောင်+ဒေါက်တာမြင့်မြတ်သွေးတို့ က သံဃာတော်များအတွက် လိုလေသေးမရှိအောင် ဆေးကုသပေးကြပါသည်။

ဒေါက်တာဇော်မင်းသူက သွားနှင့် သွားဖုန်းရောဂါအတွက် ဆေးကုသပေးရုံတင်မက သွားကျန်းမာရေးအတွက် သိသင့်သိထိုက် သော သွားကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပညာပေးစကားများကိုလည်း မေတ္တာစေတနာကြီးမားစွာ ရှင်းလင်းပြောပြသည်။ စာရေးသူ တို့မြန်မာအများစုက သွားနှင့်ပတ်သက်သော ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုနည်းပါးနေသေးကြောင်း၊ သွားကိုက်သွားနာ သွားနဲ့မှ သာ သွားဆရာဝန်နှင့်ပြသတတ်ကြောင်း၊ အမှန်အားဖြင့် သွားဆရာဝန်နှင့် ခြောက်လတစ်ကြိမ်ခန့် ပြသကာ သွားအတွင်းက သွားဂျိုးများ၊ အညစ်အကြေးများကို ဆေးကြောသင့်ကြောင်း၊ သို့မှသာ သွားဖုန်းများ တိုမသွားနိုင်ပဲ သွားဖုန်းရောဂါ မဖြစ်နိုင် ကြောင်း၊ သွားဖုန်းရောဂါမှတစ်ဆင့် သွားဖုန်းမှ ဘက်တီးရီးယားများက ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ဝင်ကာ သွေးကြောထဲတွင် ပိတ်ဆို့ လျှင် သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးသွေးကြောတွင်း ဝင်ရောက်သွားလျှင် နှလုံးရောဂါ၊ ဦးနှောက်သွေးကြောတွင်း ဝင်ရောက်သွားလျှင် လေဖြတ်ရောဂါများ ရရှိနိုင်ကြောင်း၊ သွားမကောင်းလို့ သွားစိုက်ရလျှင် အလွန်ဈေးကြီးသလို ကိုယ့်မူလသွားလောက် အဆင်မ ပြေနိုင်၍ ကိုယ့်မူလသွားများကို အထူးဂရုစိုက်သင့်ကြောင်း၊ အစာစားပြီးတိုင်းနှင့် ညအိပ်ယာဝင်တိုင်း သွားတိုက်သင့်ကြောင်း၊ သွားတိုက်ရုံတင်မက သွားကြားညစ်တတ်သူများ သွားကြားထဲက အသားစများ၊ အစားအစာများကို သန့်ရှင်းအောင် ဆောင်ရွက် သင့်ကြောင်း များကို အသေးစိပ် ရှင်းလင်းတင်ပြပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင် အဇူဇာမြို့က ပဋ္ဌာန်းပွဲကို အမေရိကန်ရောက်သံဃာတော်များ အထူးနှစ်သက်ကြသည်။ ကြွရောက်လာသော သံဃာတော်တိုင်းကလည်း အဇူဇာမှာ အလွန်ပျော်ကြပါသည်။ စာရေးသူတို့ ဓမ္မာလောကကျောင်းဆရာတော်ကြီး အရှင်ဇနိတ



ကလည်း ရောက်ရှိရာ အရပ်ဒေသတိုင်းမှာ မြန်မာမိသားစုများ တိုးတက်ကြီးပွားကြောင်း၊ ညီညွတ်ပျော်ရွှင်ကြောင်း၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားများကို ဟောပြောပြသဆုံးမပေးသည်။ အမျိုးဘာသာ သာသနာကို ချစ်မြတ်နိုးကြရန်၊ ရေခြားမြေခြား တိုင်းတစ်ပါးတွင် အန္တရာယ်ကို အထူးမမေ့ကြရန်၊ မြန်မာအချင်းချင်း စည်းလုံးညီညွတ်စွာ ရိုင်းပင်းကူညီကြရန် သွန်သင်ဆုံးမပေးပါသည်။



အလွန်ရခဲလှသော လူ့ဘဝတွင် ရခဲလွန်းသော သူတော်ကောင်းတရားဟောကြားပေးသည့် သာသနာတော်ကြီးနှင့် ကြုံတွေ့ခိုက်တွင် ဘုရားအလိုတော်ကျ တကယ့်အနှစ်သာရ အမြတ်ဆုံးကုသိုလ် ဝိပဿနာတရားပွားများကြရန် အထူးတလည် မှာကြားဆုံးမပေးတော်မူခဲ့ပါသည်။ စာရေးသူတို့ဘဝတွေမှာ အခွင့်သာတုန်း အခွင့်သာခိုက်မှာ သံသရာဝဋ်ကြီးထဲမှာ ပြန်နစ်မသွားစေရန် သည်ဝိပဿနာကုသိုလ်ကြီးသာလျှင် အမှတ်တကယ် အားကိုးအားထားရာဖြစ်ပါသည်။ သာမန် ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ သမထကုသိုလ်ကတော့ ဘုရားမပွင့်သော သုညက္ခမာတွေမှာလည်း ကျင့်သုံးဆောက်တည်ခွင့်ရကြသည်။ အခြားသော ဘာသာတွေမှာလည်း အထိုက်အလျှောက်ရှိနေကြသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ တကယ့်အနှစ်သာရကုသိုလ်သည်ကား ဝိပဿနာတရားပွားများ အားထုတ်ခြင်းကုသိုလ်ကြီးသာလျှင်ဖြစ်ပါသည်။ သာမန် ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ သမထကုသိုလ်တို့ကြောင့် လူ့စည်းစိမ်၊ နတ်စည်းစိမ်၊ ဗြဟ္မစည်းစိမ်များကိုရနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ထိုစည်းစိမ်ချမ်းသာများသည် အိုခြင်းဆင်းရဲ၊ နာခြင်းဆင်းရဲ၊ သေခြင်းဆင်းရဲတို့၏ အုပ်စိုးမှု၊ ချယ်လှယ်မှုအောက်မှာ ထမင်းတစ်လုပ် ဒုတ်တစ်ချက် လိုပင်ခံစားနေကြရသည်။ ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်မဟုတ်သောကြောင့် ချမ်းသာစစ်ချမ်းသာမှန် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ကြီးကို အရယူနိုင်ရန် ဝိပဿနာတရားကို အချိန်ရတိုင်း ကြိုးစားပွားများသင့်လှပါကြောင်း နိဗ္ဗာန်အကျိုးမျှော်၍ နှိုးဆော်တိုက်တွန်းလိုက်ပါသည်။

အရှင်ဇေန(ကုန်းဇောင်း)

