အကျဉ်းထောင်များအတွင်း

မှ

ဝိပဿနာ

300

၃၆၃
၀ထ

အကျဉ်းထောင်များအတွင်း

မှ

ဝိပဿနာ

❊ ❊ ❊

အမှာစာ

ဤစာအုပ်သည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ မဟာရပ်ရှ်ထရာပြည်နယ်၊ အီဂတ်ပူရီမြို့ရှိ ဓမ္မဂိရိ ဝိပဿနာရိပ်သာတွင် တည်ရှိသည့် ဝိပဿနာသုတေသန အင်စတီကျူမှ ထုတ်ဝေသော Vipassana in Prisons နှင့် Vipassana in Government စာအုပ်ငယ်နှစ်အုပ်ကို ဘာသာပြန်၍ ထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မူရင်းပထမ စာအုပ်ရေးသူ ရာဂျာအမ်မှာ မွန်ဘိုင်းမြို့မှ သတင်းစာဆရာတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယစာအုပ်ရေးသူ မစ္စတာ ရမ်ဆင်းဂျီးသည် ရာဂျာစတန်ပြည်နယ်၊ အစိုးရပြည်ထဲရေး အတွင်းဝန်၊ ရာထူးဝန်ကော်မရှင်အဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ စသည်တို့မှ အငြိမ်း စားအရာရှိကြီးတစ်ဦးဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာတရားပြ ဆရာကြီး တစ်ဦးလည်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်များကို ဘာသာပြန်သူမှာ ကျွန်တော်၏ ဓမ္မမိတ်ဆွေ ယောဂီတစ်ဦးဖြစ်ပြီး မေတ္တာဖြင့် ပြန်ဆိုပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင် ဝိပဿနာတရားကို အကျဉ်းထောင်များ၌ စာရိတ္တပြုပြင်ရေးတွင်လည်းကောင်း၊ အစိုးရဌာနများ ပြုပြင် ပြောင်းလဲရေးတွင်လည်းကောင်း၊ လက်တွေ့အသုံးချ၊ လက်တွေ့ အကျိုးကျေးဇူးခံစားရသော သမိုင်းဝင်ဖြစ်ရပ်များကို ဖော်ပြထား ပါသည်။

တရားဓမ္မ (သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ) ၏ အကာလိကော ဂုဏ်တော်သည် အံ့ဖွယ်ရှိပါပေစွ၊ နေရာဌာနမရွေး၊ အချိန်မရွေး၊ လူမျိုးမရွေး၊ ဘာသာစွဲ ဂိုဏ်းဂဏစွဲမရွေး၊ ကျင့်သုံးသူကို ပစ္စုပ္ပန်၊ တမလွန် နှစ်ဖြာသော ချမ်းသာကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါသည်။ မိမိအကျိုး အတွက် ဆောင်ရွက်ရင်း သူတစ်ပါးအကျိုး၊ အများအကျိုး ထမ်း ဆောင်ရာ ရောက်စေပါသည်။

ဤစာအုပ်နှင့်ပတ်သက်၍ ကူညီပံ့ပိုးကြသူ ဓမ္မမိတ်ဆွေ များကို လှိုက်လှဲစွာ ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

စာဖတ်သူအားလုံး ဓမ္မ၌ ခိုင်မြဲကြပါစေ၊ ဓမ္မ၌ တိုးပွားကြ ပါစေ၊ လက်တွေ့ဘဝတွင် ဓမ္မကို ကျင့်သုံးနိုင်ကြပါစေ၊ ဓမ္မကို သေနိုင်ကြပါစေ။

သတ္တဝါအားလုံး . . .

ချမ်းသာကြပါစေ။
ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ။

မေတ္တာဖြင့်
တရားပြဆရာတစ်ဦး

ဒုတိယအကြိမ်အတွက် အမှာစာ

ဤစာအုပ်ငယ်ကို ပထမအကြိမ် ဓမ္မဒါနအဖြစ် ထုတ်ဝေခဲ့စဉ်ကပင် မြန်မာပြည် အင်းစိန်ဗဟိုအကျဉ်းထောင်တွင် ဝိပဿနာ တရားပတ် စတင် ကျင်းပနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ထိုနေ့ကား (၁၆-၇-၀၈) ဖြစ်ပြီး အကျဉ်းသား (၅၀) တရားအားထုတ်ခဲ့ကြပါသည်။ ထိုသို့ မြန်မာပြည်တွင် အကျဉ်းထောင်တွင်း ဝိပဿနာ စတင်ရောက်ရှိသည်ကို အမှတ်တရအဖြစ် ဂုဏ်ပြုထုတ်ဝေခဲ့ခြင်းလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ယခုအခါ အင်းစိန်ဗဟိုအကျဉ်းထောင်တွင် အမြဲတမ်း ဝိပဿနာရိပ်သာတစ်ခု ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ လစဉ်လည်း (၁၀) ရက်တရားပတ်တစ်ခု ပုံမှန်ကျင်းပလျက်ရှိပါသည်။ သာယာဝတီအကျဉ်းထောင်တွင်လည်း တရားပတ်အချို့ ကျင်းပနိုင်ခဲ့ပါသည်။ ယခုအခါ ဝိပဿနာ တရားအားထုတ်ပြီးသူ အကျဉ်းသား၊ အကျဉ်းသူ (၁၀၀၀) ကျော် ရှိသွားပါပြီ။ တရားအားထုတ်ပြီးသူ ယောဂီဟောင်း အကျဉ်းသား၊ အကျဉ်းသူအချို့၏ ဖွင့်ဟဝန်ခံချက် FEEDBACKS ကိုလည်း အောက်တွင် ဖတ်ရှုကြည့်ပါဦး။ ၎င်းတို့သည် သေဒဏ်မှအစ ပြစ်ဒဏ် (၇)နှစ်အထိ အသီးသီး ကျခံနေကြသူများ ဖြစ်ပါသည်။

အကျဉ်းသားအများစု စခန်းဝင်ရောက်ခွင့် ရရှိရန် ရေရှည်ဖွင့်လှစ်ပေးသင့်ပါသည်။

(ယောဂီဟောင်းတစ်ဦး)

ထောင်ကျခဲ့စဉ်က (တရားစခန်းမဝင်ခဲ့ချိန်အထိ) ထောင်ကျတာကို အတော်လေး စိတ်ထိခိုက်ပါကြောင်း၊ တစ်ချိန်မှာ ထောင်ကလွတ်လာရင် ငါထောင်ကျသလို ဒီအမျိုးသမီးလည်း ပြန်ကျရမယ်ဆိုပြီး လက်စားချေချင်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်ခဲ့တာ။ တရားစခန်းဝင်ပြီးတဲ့အချိန်မှာ အားလုံးသိမြင်လာပြီးတော့ ဒီလိုလက်စားချေချင်တဲ့စိတ်တွေ မရှိတော့ပါဘူး။ ထောင်ကလွတ်လာရင်ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ပဲ နေတော့မယ်။ ခုလို အသိစိတ်တွေဝင်လာအောင် ပြုပြင်ပေးတဲ့ လူကြီးမင်းများအားလုံးကို အထူးကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ တရားစခန်းများ စဉ်ဆက်မပြတ် ကျင်းပပေးရန် အကြံပြုပါတယ်။

(ယောဂီဟောင်းတစ်ဦး)

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အမှားတွေကြောင့် ပြစ်ဒဏ်ခံနေရတဲ့ အကျဉ်းသားတွေအတွက် နံရံလေးဘက်ထဲကနေ စိတ်ရဲ့လွတ်မြောက်ခြင်းတရား၊ ဒုက္ခဆင်းရဲအပေါင်းချုပ်ငြိမ်းစေသောတရားဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာတရားဟာ အသင့်တော်ဆုံး တရားဆေးတစ်ခုပါ။ ဝိပဿနာတရားရဲ့ နည်းလမ်းအမှန်ဖြစ်တဲ့ ဒီနည်းလမ်းဟာ သဘာဝအပေါ်မှာ အခြေခံထားတာဖြစ်တဲ့အတွက် လူမျိုးမရွေး၊ အသိဉာဏ် အဆင့်အတန်းမရွေး လက်ခံနားလည် သဘောပေါက်အောင် ရှင်းလင်းပါတယ်။ နားထောင်လိုက်တာနဲ့ ရှင်းကနဲ လင်းကနဲ သိမြင်လာပါတယ်။ ကျင့်ကြံလိုစိတ်လည်း ဖြစ်လာပါတယ်။...ဘဝရဲ့ ဆင်းရဲအပေါင်းကနေလည်း လွတ်မြောက်လာမယ်ဆိုတာ ယုံကြည်မိပါတယ်။

(ယောဂီဟောင်းအမျိုးသမီးတစ်ဦး)

LIFE	ဘဝ
Mind and Matter	ရုပ်နဲ့နာမ်
Having observed	ယထာဘူတကျကျကြည့်
Them objectively	လိုက်မှ
Like bubbling water	ပလုံစီနေနေတဲ့ ရေမြုပ် လေးတွေလို
Like vibrating wavelets	အဆက်မပြတ် တုန်ခါနေ တဲ့ လှိုင်းကလေးတွေလို
Countinuously	အားလုံး
Arising and passing away	ပေါ်လာလိုက် ပျောက် သွားလိုက်
All except Dhamma	ဓမ္မမှတစ်ပါး
Nothing to depend upon	ဘာမှတည်ရာမှီရာ မရှိ ပါလား...
	(ယောဂီဟောင်းတစ်ဦး)

ဤဒုတိယအကြိမ်တွင် ပထမအကြိမ်စာအုပ်ကို အနည်းငယ် တည်းဖြတ်၍ အင်္ဂလိပ်-မြန်မာ နှစ်ဘာသာ ယှဉ်တွဲထုတ်ဝေ ဓမ္မဒါနပြုပါသည်။ ဤစာအုပ်အတွက် ကူညီကြသူ ဓမ္မမိတ်ဆွေ များအားလုံးကို လိုက်လှဲစွာ ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံး၌ တရားဓမ္မ၏ ရောင်ခြည်များ ထွန်းလင်းပါစေ။

သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ။
အေးငြိမ်းကြပါစေ။
သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ။

မေတ္တာဖြင့်
တရားပြဆရာတစ်ဦး

(၇)

ဝိပဿနာ နှင့် အစိုးရ

ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးအတွက် ထိရောက်မှုရှိသော နည်းလမ်းတစ်ရပ်

ဝိပဿနာသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ ရှေးကျသော တရားကျင့်စဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓအဆုံးအမ၏ အနှစ်သာရလည်းဖြစ်သည်။ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၏ အခြင်းအရာကို ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျကျ ရှုမှတ်ရပါသည်။ စိတ်၏ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုကို ရှေ့ရှုပါသည်။ ဤနည်းစနစ်သည် ဘာသာစွဲ ဂိုဏ်းဂဏစွဲ ကန့်သတ်ချက်မရှိပါ။ လူမျိုးဘာသာမရွေး၊ ဇာတ်မရွေး အားထုတ်နိုင်သည်။

ဤနည်းစနစ်သည် စိတ်နေသဘောထားကို ထိရောက်စွာ ပြောင်းလဲပေးခြင်း၊ စိတ်ဖိစီးမှုများကို သက်သာစေခြင်း၊ စိတ်ပင်ပန်းမှုကို ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်း၊ စာနာမှုတရား အကြင်နာတရားများ ပွားများနိုင်ခြင်း၊ ဥပေက္ခာတရား ပွားများနိုင်ခြင်း၊ မိမိလုပ်ငန်းတာဝန်များကို သိက္ခာရှိစွာ အောင်မြင်စွာ ထမ်းဆောင်နိုင်ခြင်း၊ လုပ်ရည်ကိုင်ရည် မြင့်မားတိုးတက်ခြင်း စသည်တို့ကို ဖြစ်စွမ်းနိုင်ပါသည်။

ခရစ်တော်မပေါ်မီ အနှစ် (၃၀၀) ခန့်က အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ ဧကရာဇ်အာသောကမင်းကြီးသည် သူ၏ကျယ်ပြန့်လှသော အင်ပါယာကြီးကို အုပ်ချုပ်ရာ၌ ဝိပဿနာကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး သက်နက်ကိရိယာတစ်ခုအဖြစ် အသုံးပြုခဲ့သည်။ နိုင်ငံကို အုပ်ချုပ်

ရာတွင် အာသောကမင်းကြီးသည် ဘာသာတရားကိုင်းရှိုင်းမှု၊ မေတ္တာတရားနှင့် သဘောထားကြီးမှု၊ အကျင့်စာရိတ္တနှင့် ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်ဖြောင့်မတ်မှုတို့ကို တစ်ဦးချင်းအရ လည်းကောင်း၊ လူအများ အုပ်ချုပ်ရာ၌လည်းကောင်း ပေါ်လွင်စေခဲ့သည်။ လူ့သမိုင်းတွင် ယှဉ်ဖက်မရှိသော လူသားများအပေါ် စာနာမှုအပြည့်ရှိပြီး အများ၏ ကြီးပွားချမ်းသာရေးကို ဦးတည်သော ကောင်းမွန်သည့် အုပ်ချုပ်ရေးစနစ်တစ်ခုကို စီစဉ်ဖော်ထုတ်နိုင်ခဲ့သည်။ အင်ပါယာအနှံ့ ကျောက်တောင်များ၊ ဂူများတွင် ထွင်းထားသော အာသောကမင်းကြီး၏ အုပ်ချုပ်မှုမှတ်တမ်းများအရ ၎င်း၏ တိုင်းသူပြည်သားများကို သားသမီးများသဖွယ် မေတ္တာထားပြီး လူအများကိုးကွယ်ရာ ဘာသာအားလုံးကိုလည်း လေးစားမှုရှိကြောင်း အိမ်နီးခြင်းနိုင်ငံများနှင့်လည်း ငြိမ်းချမ်းစွာ ဆက်ဆံကာ အပြန်အလှန် ယုံကြည်မှုကို တိုးပွားစေခဲ့ကြောင်း ဖော်ပြထားသည်။

အာသောကမင်းကြီး၏ အထင်ရှားဆုံးသော ဒေလီတိုပရာ ကျောက်တိုင်တွင် ရေးသားသည့် ကြေညာချက်တွင် ၎င်းနန်းစံခဲ့သည့် ကာလအတွင်း လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဖော်ပြထားသည်။ အဆိုပါ ကျောက်စာတိုင်ပါစာများသည် အာသောကမင်းကြီးနှင့် လူထုကို တိုက်ရိုက်တွေ့ဆုံပေးလိုက်သကဲ့သို့ လူအများက မင်းကြီးအား နားလည်သဘောပေါက်လာနိုင်စေခဲ့သည်။

အာသောကမင်းကြီးက ၎င်းမတိုင်မီက စိုးစံအုပ်ချုပ်မင်းလုပ်ခဲ့သော ဘုရင်များသည် သူနှင့်အလားတူပင် တိုင်းပြည်၏

တိုးတက်ရာတိုးတက်ကြောင်းကို လိုလားခဲ့ကြသော်လည်း လုပ်ဆောင်ရာ၌ မအောင်မြင်ခဲ့ကြကြောင်း။ သို့သော် သူ့အနေနှင့်မူ အောင်မြင်မှုရခဲ့ကြောင်းကို ရေးသားထားသည်။ သူသည် အတွင်းအဇ္ဈတ္တသန္တာန်ကို ရှုမှတ်ခြင်းဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည့် နိဇ္ဈတ္တိယ–သို့မဟုတ် ဝိပဿနာကို အသုံးပြုခဲ့၍ အောင်မြင်ကြောင်း ထိုကျောက်စာတွင် ရှင်းလင်းဖော်ပြထားသည်။ ဆက်လက်၍ ဤအချက်အလက်ကို ကမ္ဘာတည်သရွေ့ မပျောက်မပျက်စေရန် ကျောက်ထက်အက္ခရာတင်ထားရန် အမိန့်ချမှတ် မှာကြားခဲ့ကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။ တိုင်းသူပြည်သားများ၏အကျိုးကို လိုလားသော အစိုးရတစ်ခု၏ ရည်မှန်းချက်များကို အောင်မြင်စေရန် ဝိပဿနာကို ထိရောက်စွာ အသုံးပြုခဲ့ကြောင်းကို ပေါ်လွင်ထင်ရှားစွာ မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

အာသောကခေတ် နောက်ပိုင်းကာလ နှစ်ပေါင်းသုံးလေးရာခန့်ဆက်လက်၍ ဝိပဿနာ၏ အကျိုးထူးများ ဆက်လက်ဖြစ်ထွန်းခဲ့ပါသည်။ နိုင်ငံသားများ၏ ယဉ်ကျေးမှု၊ အချင်းချင်း ချစ်ကြည်ရင်းနှီးစွာ နေထိုင်ကြပုံ၊ နိုင်ငံ၏ တိုးတက်သာယာဝပြောမှုများ စသည်တို့ကို တရုတ်လူမျိုး ဘုရားဖူးများက ပုံများမှတ်တမ်းများနှင့်တကွ ရေးသားဖော်ပြထားခဲ့ကြသည်။

အခွန့်ကြာမြင့်လာပြီး ရာစုနှစ်များ ရွေ့လျောလာသည်နှင့် အမျှ မသမာသူများသည် ဝိပဿနာနည်းစနစ်ကို အပြောင်းအလွဲ၊ အဖြည့်အစွက်များ ပြုလုပ်လာခဲ့ကြသည်။ ဤသို့အားဖြင့်

ဝိပဿနာကျင့်စဉ်တစ်ရပ်လုံးသည် စတင်ပေါ်ထွန်းခဲ့ရာ မူလ ဒေသဖြစ်သည့် အိန္ဒိယနိုင်ငံမှ ပျောက်ကွယ်သွားခဲ့ပါသည်။

အာသောကမင်းကြီးလက်ထက် ဓမ္မဒူတများစေလွှတ်၍ ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များကို ပြန့်နှံ့စေခဲ့ပါသည်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ အိမ်နီးချင်းဖြစ်သော မြန်မာနိုင်ငံသည် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်များကို မိမိထံသို့ ရောက်ရှိလာသည်မှစ၍ ဆရာစဉ်ဆက် ခေတ်အဆက်ဆက် မူရင်းသဘော မပျက်စီးစေဘဲ သန့်စင်စွာ ထိန်းသိမ်းထားခဲ့ပါသည်။

မကြာသေးသောကာလက ဆရာကြီးဦးဘခင် (၁၈၉၈–၁၉၇၁) သည် အထင်ရှားဆုံးသော ဝိပဿနာဆရာတစ်ဦးဖြစ်ခဲ့သည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ စာရင်းကိုင်ချုပ်အဖြစ် မိမိဦးစီးအုပ်ချုပ်ရာ ဌာနများအတွင်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု မြောက်မြားစွာ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ သူသည် ဌာနတွင်း လာဘ်ပေးလာဘ်ယူမှုများ ပပျောက်စေခြင်း၊ စွမ်းရည်မြင့်မား တိုးတက်စေခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ချက်မြန်ဆန်စွာ ချမှတ်နိုင်စွမ်းရှိစေခြင်း၊ အချင်းချင်းဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်တိုးတက်မြင့်မားစေခြင်း စသည်တို့ကို အောင်မြင်စွာ အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းက…

"တရားဘာဝနာ ပွားများခြင်း၏ ရလဒ်အကျိုးကျေးဇူးများသည် များပြားလှပါပေ၏။

ဝိပဿနာတရားကို ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းကောင်း အားထုတ်သူသည် အောင်မြင်မှုရရမည်မှာ သေချာပါသည်။ သန့်စင်သော

စွမ်းအားထက်သောစိတ်၊ တရားဓမ္မ၏သဘောကို ထိုးထွင်းသိသောပညာများ တိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ လူသားများ၏အကျိုးကို နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ သယ်ပိုးနိုင်မည်ဖြစ်ပေသည်။ တရားသမားဖြစ်စေ၊ အုပ်ချုပ်ရေးသမားဖြစ်စေ၊ စီးပွားရေးသမားဖြစ်စေ၊ ကျောင်းသားဖြစ်စေ၊ တရားပတ်ကို အောင်မြင်သွားအောင် အားထုတ်ပြီးစီးသူတိုင်း အကျိုးများစွာ ဖြစ်ထွန်းနေမည်ဖြစ်သည်။" ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။

ဆရာကြီးဦးဘခင်က ဝိပဿနာအားထုတ်ခြင်းသည် သာယာဝပြောသော နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ တည်ဆောက်ရန်နှင့် ဝန်ထမ်းလောကအကျင့်ပျက်မှုကို တိုက်ဖျက်ရန်အတွက် အသုံးပြုနိုင်ရန် တည်ငြိမ်မှုနှင့် စွမ်းအားများ စုစည်းပေးနိုင်သည်ဟု ဆိုသည်။ သူ့ကိုယ်တိုင်က စံပြအဖြစ်လည်း လုပ်ပြခဲ့သည်။ ဆရာကြီးဦးဘခင်က ဝိပဿနာ မူလစတင် ပေါက်ဖွားခဲ့သည့် အိန္ဒိယနိုင်ငံသို့ ပြန်လည်ယူဆောင်ပေးရန် သူ၏အထင်ရှားဆုံး တပည့်ဖြစ်သူ ရှရီအက်စ်အင်ဂိုအင်ကာကို တာဝန်ပေးခဲ့သည်။ ဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာသည် ၁၉၆၉ ခုနှစ်တွင် အိန္ဒိယနိုင်ငံသို့ ရောက်ရှိလာပြီး ပထမဆုံးတရားပတ်ကို ၎င်းနှစ် ဇူလိုင်လတွင် စတင်ဖွင့်လှစ် ပို့ချခဲ့သည်။ သူသည် ဓမ္မဘီးကြီးကို တစ်ကြိမ်ပြန်လည် လည်ပတ်စေခဲ့ပြီဖြစ်သည်။

ရာဂျာစတန်ပြည်နယ်အစိုးရသည် နည်းလမ်းအသစ်တစ်ခုအဖြစ် ဝိပဿနာကို အသုံးပြု၍ အစိုးရဌာနများကို ပြောင်းလဲပြုပြင်ရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ ပထမအဆင့်အနေနှင့် ကြမ်းကြုတ်

ရက်စက်သောပြစ်မှုများ ကျူးလွန်ခဲ့သဖြင့် ဂျေပူရ်ဗဟိုအကျဉ်းထောင်အတွင်း အပြစ်ခံနေရသည့် ထောင်သားများနှင့် အဆိုပါ အကျဉ်းထောင်မှ ဝန်ထမ်းများအား တရားပြပေးရန် ၁၉၇၅ ခုနှစ်တွင် ဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာအား ပင့်ဖိတ်ခဲ့သည်။

ထိုတရားပတ်မှ အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသော ရလဒ်များ ရရှိခဲ့သည်။ ထောင်သားများသည် ပြုလုပ်ခဲ့ကြသော ပြစ်မှုများကို နောင်တတရားရရှိခြင်း၊ စိတ်ဖိစီးမှုများမှ သက်သာရာရခြင်း၊ ကိုယ်နှုတ်အပြုအမူများ သိသိသာသာ ပြောင်းလဲလာခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်လာကြ၏။ ထောင်ဝန်ထမ်းများအနေနှင့်လည်း ၎င်းတို့၏ တာဝန်ဝတ္တရားများအပေါ် ပိုမိုနားလည် သဘောပေါက်လာကြသည်ကို တွေ့ရှိရ၏။

ဤတရားပတ်အောင်မြင်မှု၏ အကျိုးဆက်အနေနှင့် ၁၉၇၆ ခုနှစ်အတွင်း ရာဂျာစတန် ပုလိပ်သင်တန်းကျောင်းတွင် ပုလိပ်ဝန်ထမ်းအဆင့်ဆင့် ပါဝင်တက်ရောက်ခဲ့သော တရားပတ်တစ်ခု ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့သည်။ ၎င်းတရားပတ်သည် တရားပတ်ဝင်သူ ဝန်ထမ်းယောဂီများ၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကို သိသာထင်ရှားစွာ ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးနိုင်ခဲ့သည်။ သူတို့သည် လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ တာဝန်ဝတ္တရားများကို ပိုမိုသဘောပေါက်လာသလို၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းအပေါ် ထားရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရားများကိုလည်း နားလည်လာခဲ့သည်။ ထိုနောက် ဂျေပူရ်ဗဟိုထောင်တွင် ဒုတိယအကြိမ် တရားပတ်ကို ဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာက အလားတူပင် အောင်မြင်မှုများဖြင့် ထပ်မံ ကျင်းပပေးနိုင်ခဲ့သည်။ ထိုကာလ

တွင်း၌ ရာဂျာစတန်ပြည်နယ်အစိုးရ ပြည်ထဲရေးဌာနမှ တရားပတ်ဝင်ခဲ့သူ အကြီးတန်းအရာရှိများက ဌာနတွင်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများကို လုပ်ကြရာ လုပ်ငန်းများ လျင်မြန်သွက်လက်စေခြင်း၊ စာရွက်စာတမ်း သုံးစွဲမှုကို လျှော့ချနိုင်ခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များ မြန်ဆန်လာခြင်း၊ အထက်လူကြီးနှင့် လက်အောက်ဝန်ထမ်း ဆက်ဆံရေး ပိုမိုပြေလည်လာခြင်း စသည့် အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိခဲ့သည်။ ပြည်ထဲရေးလက်အောက်ခံ ဌာနများကို ပြန်လည်ဖွဲ့စည်းပြီး သင်တန်းများကို ရိုင်းပင်းမှု၊ ယုံကြည်ကိုးစားမှု စသည်ကို ဖော်ထုတ်စေနိုင်သည့် သင်တန်းမျိုး၊ ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသော စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ် စသည့် အကျိုးကျေးဇူးများလည်း ရရှိစေသည့်သင်တန်းများ ဖြစ်လာအောင် ဖောင်းပေး၍ ကျင်းပနိုင်ခဲ့သည်။

ရာဂျာစတန်ပြည်နယ်မှရရှိသော အောင်မြင်မှုများကြောင့် ဂူဂျရတ်ပြည်နယ် အာမက်ဒဘတ်မြို့ ဗဟိုအကျဉ်းထောင်၊ ဝဒိုဒါရာမြို့ ဗဟိုအကျဉ်းထောင်တို့တွင်လည်း ရလဒ်ကောင်းများဖြင့် တရားပတ်များ ကျင်းပပေးနိုင်ခဲ့သည်။ ၁၉၉၃ ခုနှစ်တွင် အာရှတိုက်တွင် အကြီးဆုံးထောင်တစ်ခုဖြစ်သည့် နယူးဒေလီမြို့ တီဟာအကျဉ်းထောင်တွင် ပထမဆုံးအကြိမ် ကျင်းပနိုင်ပြီး နောက်ထပ် (၄) ကြိမ် ကျင်းပနိုင်ခဲ့သည်။ ၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင် အကျဉ်းသား (၁၀၀၀) ကျော် ဝင်ရောက်၍ တရားအားထုတ်ခဲ့သော တရားပတ်ကြီးတစ်ခုကို ဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာကိုယ်တိုင် ပို့ချပေးခဲ့သည်။ ဤတရားပတ်သည် အကျဉ်းသားများအပေါ်

အကျိုးသက်ရောက်မှုအားကြီးသဖြင့် အကျဉ်းထောင်များ ပြုပြင်ရေးသမိုင်းတွင် ထူးခြားမှုရှိသော တရားပတ်ဖြစ်ခဲ့သည်။ ယခုအခါ တီဟာအကျဉ်းထောင်၌ ထောင်တွင်းပတ်ဝန်းကျင် အနေအထားများကို ပြောင်းလဲနိုင်ရေးနှင့် လူသားများ၏ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးတို့ကို ရည်ရွယ်၍ ပုံမှန်တရားပတ်များကို အကျဉ်း သားများအတွက် ကျင်းပပေးနိုင်ပြီဖြစ်သည်။

အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဗဟိုအစိုးရသည် ပြည်နယ်အစိုးရများအား ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုတစ်ရပ်အနေနှင့် ဝိပဿနာကို အကျဉ်းထောင် များတွင် စတင်မိတ်ဆက် ကျင့်သုံးရေးစဉ်းစားရန် တိုက်တွန်း သည်။ မဟာရတ်စ်တြပြည်နယ်အစိုးရက ၎င်းပြည်နယ် အကျဉ်း ထောင်များတွင် စတင်မိတ်ဆက် ကျင့်သုံးရန် စီစဉ်နေပြီဖြစ်သည်။ တီဟာအကျဉ်းထောင်ကဲ့သို့ပင် နာရှစ်ဗဟိုအကျဉ်းထောင်၌ ပုံမှန် တရားစခန်း စတင်ဖွင့်လှစ်ပြီးဖြစ်သည်။ ဟာရီယနပြည်နယ်၊ ဘီဟာပြည်နယ်၊ အန္ဒရာပရာဒေ့ရှ်ပြည်နယ်နှင့် ကာနတာကာ ပြည်နယ်များရှိ အကျဉ်းထောင်များတွင်လည်း ဝိပဿနာတရား စခန်းများဖွင့်ရန် စီစဉ်နေပြီဖြစ်သည်။

မဟာရတ်စ်တြပြည်နယ်အစိုးရက ချမှတ်သော ဆုံးဖြတ် တစ်ရပ်မှာ အကြီးတန်းအစိုးရ အရာရှိများအား ဝိပဿနာတရား ပတ်များ တက်ရောက်သည့်အတွက် အကျိုးခံစားခွင့်များပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ အကျိုးခံစားခွင့်များမှာ ပုံမှန်ရရှိမည့် ခွင့်ရက်များ အပြင် သီးခြားခွင့်ရက်များ ခံစားခွင့်နှင့် ခရီးစရိတ်များကိုလည်း ရာထူးအလိုက် ခံစားခွင့်ရှိသည့်အတိုင်း ရရှိစေမည် ဖြစ်ပါသည်။

မာဒယပရာဒေ၏ ပြည်နယ်အစိုးရက ပြည်နယ်အုပ်ချုပ်မှု သင်တန်းကျောင်း၌ ကျင်းပသော ဝိပဿနာတရားစခန်းတက်ရောက်သူ အရာရှိများကို တာဝန်ချိန် (on duty) အဖြစ် သတ်မှတ်ပေးရန် ဆုံးဖြတ်ချက်ချထားပါသည်။ ရာဂျာစတန် ပြည်နယ်အစိုးရသည် မကြာခင်က ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ရပ် ချခဲ့ပါသည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်မှာ ပြည်နယ်အတွင်းရှိ ပုလိပ်ဝန်ထမ်းများအဆင့်အားလုံးနှင့် ဂျေပူရ်မြို့ရှိ ဂါတ်တဲများမှ ပုလိပ်ဝန်ထမ်းများသည် ဝိပဿနာတရားပတ်များနှင့် ထိတွေ့မှု ရှိစေရမည်ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ အရေးပါသော ပေါ်လစီမူပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ရပ်အနေနှင့် အစိုးရဝန်ထမ်းများကို ဝိပဿနာသင်တန်းတက်ရန် အထူးခွင့်ရက်များ ခံစားခွင့်ရရှိစေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ပြည်နယ်အစိုးရသည် ပြည်နယ်ပြည်သူ့အုပ်ချုပ်ရေးကျောင်းနှင့် ပြည်နယ်ပုလိပ်သင်တန်းကျောင်း တက်ရောက်ကြသည့် သင်တန်းသားများအား ဝိပဿနာသင်တန်းများ ပုံမှန်ပေးသွားရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါသည်။

ဤတွင် အစိုးရဌာနများအတွင်း ဝိပဿနာသင်တန်းများ ပို့ချမှုအကြောင်း အကျဉ်းချုပ်ကို ဖော်ပြ၍ပြီးပါပြီ။ ယနေ့မျက်မှောက်ကာလတွင် အစိုးရများသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းများတွင် နေရာအနှံ့ သက်ရောက်မှုရှိသည့် အခန်းကဏ္ဍတွင် ပါဝင်နေပါသည်။ အစိုးရတစ်ခု၏ အကျင့်သိက္ခာနှင့် အရည်အသွေးတို့ကို ၎င်းအစိုးရတွင် ပါဝင်စီမံ အုပ်ချုပ်နေသူများက ပုံဖော်လျက်ရှိနေပါသည်။ ၎င်းတို့အား ကရုဏာရှိရန်၊ စာနာစွာတုံ့ပြန်တတ်ရန်၊ မြင့်မားသော

အကျင့်သိက္ခာရှိစေရန်တို့ကို လေ့ကျင့်ပေးထားရမည်။ ဤသို့ဖြစ်လာစေရန် အုပ်ချုပ်မှုပိုင်း ကျွမ်းကျင်မှုပညာများသာပေး၍ မရနိုင်ပေ။ လူ့ဘောင်တစ်ရပ်လုံးကို စိန်ခေါ်နေသည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှလုံးသွင်းမှုများ၊ သဘောထားမှုများကိုလည်း ပြောင်းလဲပေးရမည်။ ဝိပဿနာသည် ယောနိသောမနသိကာရ သင့်တင့်သောနှလုံးသွင်းမှုကို ရရှိစေရန် ပြောင်းလဲပေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံနှင့် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးမှ ဝိပဿနာလှုပ်ရှားမှုများ၏ ဖခင်ကြီးရှရီအက်စ်အင်ဂိုအင်ကာ၏ ကရုဏာရှေ့ထားဆောင်ရွက်မှုများကြောင့် လူအများသည် ဝိပဿနာတရားများကိုအားထုတ်နိုင်ပြီဖြစ်ပါသည်။ ရှေးကာလကလည်းကောင်း၊ ယခုကာလ၌လည်းကောင်း ဝိပဿနာ၏ ထိရောက်မှုစွမ်းပကားကိုသေချာစွာ စစ်ဆေးမှတ်ကျောက်တင်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

ဝိပဿနာကို လေ့ကျင့်မှုစနစ်၏ အရေးကြီးသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် ထားရှိခြင်းဖြင့် အစိုးရကောင်းတစ်ရပ်ပေါ်ထွန်းလာရေးကို ယုံကြည်စိတ်ချနိုင်ပေသည်။ ဤအချက်သည်နိုင်ငံသားတိုင်း၏ အမြင့်မြတ်ဆုံး မျှော်မှန်းချက်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ လူသားများ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးတွင် ဝိပဿနာသည် အထိရောက်ဆုံးသော သယံဇာတအရင်းအမြစ်ဖြစ်ပေသည်။ ဝိပဿနာသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော ရှေးဟောင်းအမွေအနှစ်ပင်ဖြစ်သည်။

Ram Singh (1997)

ရာမ်ဆင်း (၁၉၉၇)

စာရေးသူမစ္စတာရာမ်ဆင်းနှင့်ပတ်သက်၍

ဝိပဿနာတရားပတ်တစ်ခုကို တက်ခဲ့သူ မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ ပြောင်းလဲပုံကို အားရသဖြင့် ရာဂျာစတန်ပြည်နယ်အစိုးရ၏ ပြည်ထဲရေးအတွင်းဝန် မစ္စတာရာမ်ဆင်းသည် တာဝန်များမြောင် လှသည့်အထဲမှ ခွင့် (၁၀) ရက်ယူပြီး ၁၉၇၅ ခုနှစ်အတွင်းက ဂျေပူရ်တွင် ကျင်းပသော တရားပတ်ကို တက်ရောက်ခဲ့သည်။

(၁၀) ရက်စခန်းအပြီးတွင် ဤဝိပဿနာကျင့်စဉ်သည်၊ အလွန်တရာ ထိရောက်မှုရှိပြီး ရလဒ်ကိုဦးတည်သော၊ သိပ္ပံနည်း လည်းကျ၊ ဂိုဏ်းဂဏလည်းကင်းသော စနစ်တစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်လာခဲ့သည်။ အစိုးရဌာနများအတွင်း ပြုပြင်ပြောင်း လဲမှုပြုလုပ်ရာတွင် ဝိပဿနာသည် အကျိုးရှိရှိ အသုံးပြုနိုင်သော နည်းလမ်းတစ်ခုဟု ခံစားမိသည်။

မစ္စတာရာမ်ဆင်းသည် ပြည်ထဲရေးဌာနအတွင်း သော့ချက် ကျသောနေရာများတွင် တာဝန်ကျနေသော အရာရှိကြီးများအား ဝိပဿနာတရားပတ်များကို ဝင်ရောက်အားထုတ်စေပြီး ၎င်းတို့၏ အကူအညီဖြင့် ဌာနတွင်း ပြောင်းလဲဖွဲ့စည်းမှုများကို လုပ်ဆောင် ခဲ့သည်။ ဝိပဿနာတရားပတ်များကို ဗဟိုအကျဉ်းထောင်၊ ဂျေပူရ်ရှိ ရာဂျာစတန် ပုလိပ်သင်တန်းကျောင်းတို့တွင်လည်း ရလဒ်ကောင်းများဖြင့် ကျင်းပပေးနိုင်ခဲ့သည်။ သူသည် ဝိပဿနာ တရားကို ပုံမှန်ဆက်လက် အားထုတ်လျက်ရှိပြီး လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်

မိတ်သင်္ဂဟများကိုလည်း ဝိပဿနာတရား၏အကျိုးကို ရယူနိုင်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးသည်။

အိန္ဒိယနိုင်ငံ အုပ်ချုပ်မှုဝန်ထမ်းရာထူးမှ အငြိမ်းစားယူသည့်အခါ ရာဂျာစတန်ရာထူးဝန်ကော်မရှင်အဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် တာဝန်ပေးအပ်ခြင်းခံရသည်။ ထိုကော်မရှင်မှ အနားယူသည့်အခါ အကျိုးစီးပွားများစွာ ရရှိနိုင်သော လုပ်ငန်းတာဝန်များကို ပေးလာသော်လည်း အားလုံးကိုငြင်းကာ သူ့သက်တမ်းတစ်လျှောက်လုံး လူအများအကျိုးကို ဝိပဿနာမှတစ်ဆင့် သယ်ပိုးရန်အတွက် ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။

(၁၉)

အကျဉ်းထောင်များအတွင်းမှ ဝိပဿနာ

ရခဂျာအမ်

ဤလောက၌ ရန်တို့သည် ရန်တုံ့မှုခြင်းအားဖြင့် ဘယ်အခါ မှမငြိမ်းကုန်၊ ရန်တုံ့မမူသဖြင့်သာလျှင် ရန်တို့သည် ငြိမ်းကုန်၏။ ဤသို့ ရန်တုံ့မမူသဖြင့် ရန်ငြိမ်းခြင်းသည် ရှေးအစဉ်အလာ ဓမ္မသဘောပေတည်း။

ဓမ္မပဒ

၁၉၇၅ ခုနှစ်၊ ဗဟိုအကျဉ်းထောင်၊ ဂျေပူရ်မြို့၊ ရာဂျာစတန်ပြည်နယ်

"ဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာအား အကျဉ်းထောင်ဆေးပေးခန်း အတွင်း၌ အရေးပေါ်ဆောက်လုပ်ပေးသော ယာယီအခန်းတွင် နေရာချပေးပါသည်။ ထိုအချိန်က ခက်ထန်ကြမ်းကြုတ်သော ရာဇဝတ်သားများအတွက် သံလက်ထိပ်များ၊ သံခြေချင်းများ အသုံးပြုပါသည်။ ဤကဲ့သို့ နှစ်ကြီးထောင်သားလေးဦးအား လက်ထိပ်ခြေချင်းများခတ်၍ ထောင်ဝါဒါများက တရားခန်းမ အတွင်းသို့ ခေါ်လာသည်ကို ဆရာကြီးကမြင်သောအခါ အံ့အား သင့်သွားသည်။ ကျွန်ုပ်က ၎င်းတို့မှာ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သော ရာဇဝတ်သားများဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြသည်။ ဆရာကြီးက "ကျွန်ုပ် ဆီကို ဘာကြောင့် သံကြိုးနဲ့ချုပ်နှောင်ထားတဲ့သူတွေကို ခေါ်လာ

ရတာလဲ။ ဒါဟာမဖြစ်သင့်ပါ။ သံကြိုးတွေကို ဖြုတ်လိုက်ကြပါ” ဟု ပြောပါသည်။

အကျဉ်းထောင်သမိုင်းတွင် သမိုင်းဝင်ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု တစ်ရပ်ကို မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ ကြုံတွေ့ရသူတစ်ဦးအနေနှင့် ဝိပဿနာဆရာကြီး မစ္စတာရာမ်ဆင်း (ထိုစဉ်က ပြည်ထဲရေး အတွင်းဝန်) က အထက်ပါဖြစ်ရပ်ကို ပြန်ပြောင်း၍ ပြောပြသည်။

နှစ်ပေါင်းထောင်ကျော်လာသည့်အခါ စိတ်ကို သန့်ရှင်း စင်ကြယ်ရေး ပြုလုပ်ပေးသည့် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်သည် လူ့အသိုင်း အဝိုင်း၏ အနိမ့်ကျဆုံး စိတ်အဆင်းရဲရဆုံးအစိတ်အပိုင်းသို့ ရောက်ရှိလာပြီဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ခွင့်ရသည့် ထောင်ကျများ၊ အမှုစစ်ဆေးဆဲအချုပ်သားများ၊ ဝါရင့်ရာဇဝတ် သားများသည် ၎င်းတို့ခြေလက်များမှ သံကြိုးများထက် အဆ ပေါင်းများစွာ ပိုမိုခိုင်မြဲစွာ ရစ်ပတ်ထားသည့် ဒေါသ၊ အမုန်း တရားများ၊ သဘောဆိုးယုတ်မှု စသည့် စိတ်အလေ့အကျင့်စရိုက် ဆိုးများမှ လွတ်မြောက်စေမည့် နည်းလမ်းသော့ချက်ကို ရပြီဖြစ်ပေ သည်။

“အကျဉ်းထောင်များသည် လူအများကို ၎င်းတို့၏ စိတ် ဆင်းရဲမှုများ၊ အမှားများမှလွတ်မြောက်အောင် လုပ်ပေးရန်ဖြစ်ပါ သည်။ ထို့ကြောင့် ယခုအခါ အကျဉ်းထောင်များတွင် ဝိပဿနာ ၏အကျိုးကို ခံစားရရှိနိုင်သည်ကို တွေ့ရသဖြင့် ဝမ်းမြောက် ရသည်။ ဤပုံစံဖြင့် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးရှိ အကျဉ်းသားများကို

ပြုပြင်ပြောင်းလဲရန် ကြီးမြတ်လှသော နမူနာကောင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ ထောင်မှထွက်လာသည့်အခါ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး မဖြစ်စေဘဲ လူ့အဖိုးတန်များသာ ဖြစ်စေရပါမည်။ ဤနေရာတွင် ဝိပဿနာသည် စွမ်းဆောင်နိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဝိပဿနာသည် လူ့အသိုင်းအဝိုင်းကို ဆန့်ကျင်လိုသည့်၊ ရန်လိုသည့် အမူအကျင့်စရိုက်များ ဖြစ်ပေါ်စေသည့် လူ့စိတ်၏ အနက်ရှိုင်းဆုံးနေရာကို သန့်စင်ပေးနိုင်၍ပင် ဖြစ်သည်" ဟု ဝိပဿနာဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာက ပြောပါသည်။

၁၉၉၄ ခုနှစ်၊ တီဟာအကျဉ်းထောင်၊ နယူးဒေလီမြို့

အစ္စရေးနိုင်ငံမှ ဝိပဿနာယောဂီလည်းဖြစ်သလို၊ ထင်ရှားကျော်ကြားသော ရုပ်ရှင်ရိုက်ကူးသူများဖြစ်သည့် အေလီယက်မီနာဟောမီနှင့် အိုင်လိုနာအေရီရယ်တို့သည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် အကြီးဆုံးထောင်တစ်ခုဖြစ်သည့် တီဟာထောင်တွင် ပထမဆုံးအကြိမ်လုံခြုံမှုအတင်းကျပ်ဆုံးသောနေရာ၌ ရုပ်ရှင်ရိုက်ကူးခွင့်ရသူများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏ ‘Doing Time-Doing Vipassana’ ‘ပြစ်ဒဏ်လည်းကျခံ–တရားလည်းအားထုတ်’ ဟု အမည်ရသည့် ရုပ်ရှင်ကားသည် လူ့ဘောင်၏အနိမ့်ကျဆုံး လူသတ်သမားများ၊ အကြမ်းဖက်သမားများ၊ မုဒိမ်းကောင်များ၊ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်လှသည့် ဒုစရိုက်သမားများကိုပင် ဝိပဿနာ၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို ခံစားခွင့်ရစေခဲ့ကြောင်း ရိုက်ကူးတင်ဆက်ခဲ့သည်။

၂၃၁၂၇ သုတေသနစာကြည့်တိုက်
ဝါသနာတော်ထွန်းကား ပြန့်ပွားရေး ဦးစိန်ဌေး
ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်။

ယခုအချိန်တွင် တိဟာအကျဉ်းထောင်သည် ၎င်း၏ မြင့်မားသောထောင်နံရံများအတွင်း၌ ဝိပဿနာတရားရိပ်သာတစ်ခု တည်ထောင်ပြီးဖြစ်သည်။ ထိုစဉ်က ထောင်ပိုင်ချုပ်ဖြစ်သူ မစ္စ-ကီရန်ဘေဒီနှင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ သူမနောက် ရာထူးဆက်ခံသူ ထောင်ပိုင်များတို့၏ ကြိုးပမ်းချက်ဖြင့် ယခုအခါ "ဓမ္မတိဟာ" ဟု အမည်ရသည့် တရားရိပ်သာတစ်ခု ထောင်တွင်း၌ တည်ထောင်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ "ဓမ္မတိဟာ"သည် အကျဉ်းကျနေသူများအတွက် တစ်လလျှင် (၂) ကြိမ် တရားပတ်များ ဖွင့်လှစ်ကျင်းပပေးလျက်ရှိပါသည်။ ဓမ္မအကျိုးဆောင်များသည်လည်း ယခင်တရားပတ်ဝင်ဖူးသူ အကျဉ်းသားများပင်ဖြစ်ပြီး၊ ၎င်းတို့ ခံစားတွေ့သိခဲ့ဖူးသည့် ဝိပဿနာ၏အကျိုးကျေးဇူးများကို အကျဉ်းကျဖက်များကို ခံစားနိုင်စေရန်အလို့ငှာ လုပ်အားပေးလာကြခြင်းဖြစ်သည်။

ဂျေပူရ်၌ကျင်းပခဲ့သော သမိုင်းဝင်ဖြစ်သည့် ပထမဆုံးသင်တန်းမှစ၍ (၉) နှစ်အတွင်း အကျဉ်းထောင်ဝိပဿနာတရားပတ်များသည် မဟာရပ်စ်တြပြည်နယ်၊ ဂူဂျရတ်ပြည်နယ်၊ အန္ဒရာပရာဒေ့ရှ်ပြည်နယ်၊ ကာနတာကာပြည်နယ်များရှိ အကျဉ်းထောင်များသို့ အေးအေးလူလူ လောင်ကျွမ်းသောတောမီးသဖွယ် ပျံ့နှံ့သွားခဲ့သည်။

ရာဂျာစတန်ပြည်နယ်နှင့် ဒေလီရှိ အကျဉ်းထောင်များတွင် တရားပတ်များ ကျင်းပပြီးနောက် ဘီဟာပြည်နယ်နှင့် ဟာရီယာန

ပြည်နယ်တို့ကလည်း တရားပတ်များကို လိုက်လံ၍ ကျင်းပကြသည်။ နယူးဒေလီတွင် အိန္ဒိယနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ထောင်ပိုင်ချုပ်များ၏ ဆွေးနွေးပွဲတွင် ဝိပဿနာကို အကျဉ်းထောင်ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး ဆောင်ရွက်ချက်တစ်ရပ်အဖြစ် တစ်နိုင်ငံလုံးရှိထောင်များတွင် အသုံးပြုရန် အကြံပြုတင်ပြခဲ့သည်။ ဤသို့ဆောင်ရွက်ရန် ဆုံးဖြတ်ဖြစ်သည်မှာလည်း အကျဉ်းသားများသာမက ထောင်ဝန်ထမ်းများအပါအဝင် လူအများသည် ဝိပဿနာတရားပတ်များ တက်ရောက်ပြီးနောက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများရှိကြောင်း၊ ၎င်းတို့၏ များပြားလှသော ထောက်ခံထွက်ဆိုချက်များကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။ အာရ်ဗင်ဒ်သံဃာဝီသည် ဒုစရိုက်လောကတွင် အမည်ဆိုးနှင့် အနှစ် (၃၀) ခန့် ကျော်ကြားခဲ့သူတစ်ဦးဖြစ်သည်။ သူသည် ထောင်ထဲတွင်ကျင်းပသော တရားပတ်ကို တက်ရောက်ခဲ့သည်။ သူသည် ထောင်မှလွတ်လာသောအခါဂျေပူရှိ "ဓမ္မထာလီ" တရားရိပ်သာသို့ ဦးတည်၍ တရားပတ်များတွင် ဓမ္မဒါနလုပ်အားပေးရန် သွားရောက်ခဲ့ခြင်းဖြင့် အကျဉ်းထောင်အရာရှိများကို အံ့သြသွားစေခဲ့သည်။ ဤကဲ့သို့ အလားတူဖြစ်ရပ်များလည်း ရှိခဲ့သည်။ ပိုမိုစိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ဖြစ်ရပ်တစ်ခုမှာ ဘာဘူဘာယာဆိုသူသည် (၅) မိနစ်အတွင်း လူ (၃) ယောက်ကို သတ်ပစ်ခဲ့သဖြင့် ထောင်ကျခဲ့ရသည်။ ဘာရိဒါအကျဉ်းထောင်အတွင်း ကျင်းပသော တရားပတ်အပြီးတွင် နောင်တကြီးစွာရသဖြင့် အသတ်ခံရသူ၏မိသားစုအား ခွင့်လွှတ်ရန် တောင်းပန်ခဲ့သည်။ ၁၉၉၂ ခုနှစ် ရက်ရှာဘာံဒ် (မောင်နှင့်နှမ သံယောဇဉ်ကြိုး

ပိုမိုခိုင်မြဲစေရန်ကျင်းပသော အိန္ဒိယပွဲတော်တစ်ခု) တွင် ၎င်း သတ်ဖြတ်ခဲ့သည့် သူ၏ဇနီးနှင့်ညီမတို့သည် အကျဉ်းထောင်ထဲသို့ လာရောက်၍ ဘာဘူဘာယာ၏လက်ကောက်ဝတ်တွင် "ရက်ခီ" ကြိုးကို ချည်နှောင်ပေးခဲ့သည်။ သူမတို့နှစ်ယောက်က ဘာဘူ ဘာယာအား မောင်နှမအဖြစ် လက်ခံကြောင်း ပြသခဲ့ခြင်းဖြစ် သည်။ ဘာဘူဘာယာက "အရင်တုန်းက လူတွေကိုမုန်းတီးခဲ့ပြီး အမျက်ဒေါသနဲ့ ကလဲ့စားချေလိုစိတ်သာ ရှိခဲ့တယ်။ အခုတော့ မေတ္တာ၊ ကရုဏာတရားသာ ထားရှိပါတယ်" ဟု ပြောပြသည်။ ဤသို့ စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ရာကောင်းလှသော ပြောင်းလဲမှုမျိုးသည် လူအယောက် (၁၀၀၀) ကျော် တက်ရောက်အားထုတ်ခဲ့သည့် တီဟာအကျဉ်းထောင် မဟာတရားပတ်ကြီးမျိုး ပေါ်ထွန်းလာရန် တွန်းပို့ပေးလိုက်သကဲ့သို့ ဖြစ်စေသည်။ ဤမဟာတရားပတ်ကြီးကို ၁၉၉၄ ခုနှစ်အတွင်းက ဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာကိုယ်တိုင် တရားပြ ပေးခဲ့ပြီး မျက်မှောက်ကာလတွင် အကြီးဆုံးသော တရားပတ် ဖြစ်ခဲ့သည်။

နယူးဒေလီရှိ အိန္ဒိယနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ဆေးသိပ္ပံပညာရပ် ဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်း (AIIMS) ၏ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲမှုဖြင့် တီဟာအကျဉ်းထောင်အတွင်းမှ ဝိပဿနာတရားဝင်သူ ယောဂီ များကို လေ့လာတွေ့ရှိချက်အရ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်သူ အကျဉ်းသားများတွင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုများကို တွေ့ခဲ့ရ ကြောင်း။ စိတ်ဖိစီးမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သော ရန်လိုမှု၊ ဘာလုပ်၍ ဘာကိုင်ရမည်ကိုမသိမှု၊ ဆောက်တည်ရာမရမှု စသည်

တို့လည်း လျော့နည်းလာကြကြောင်း။ သူတို့သည် တရားပတ်များ၏နောက်ပိုင်းတွင် ဘဝအတွက် မျှော်လင့်ချက်များရှိလာခြင်း၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာမှုရခြင်း စသည်တို့ တိုးပွားလာကြသည်ကို တွေ့ရှိရကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤအကျိုးထူးများသည် သဘာဝလွန်တန်ခိုးရှင်၏ အံ့သြဖွယ်ရာ ဖန်တီးမှုမဟုတ်ပါ။ အကျဉ်းသားယောဂီများသည် ပြင်ပမှ ယောဂီများနည်းတူ ဝိပဿနာကို နည်းစနစ်မှန်မှန် ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းကြောင့် ကောင်းမွန်သောအကျိုးကျေးဇူးများ ခံစားရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အာဖရိကမှ မူစတာဖာအမည်ရှိသော တီဟာအကျဉ်းထောင်သား ယောဂီတစ်ဦးက "ပြောင်းလဲမှုဆိုသည်မှာ ချက်ချင်းရောက်ရှိလာသော အရာမဟုတ်ပါဘူး။ ပြောင်းလဲမှုဆိုတာ အချိန်ယူရပါတယ်။ ကျွန်တော်ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ပြီးတာနဲ့ ကျွန်တော်ရဲ့ဒေါသတွေ တစ်ချက်တည်း ဝုန်းကနဲပျောက်သွားတာမဟုတ်ပါဘူး။ ဒေါသတွေဟာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ လျော့လာတာဖြစ်ပါတယ်။ အခုလည်း လျော့ကျနေတုန်းပါပဲ" ဟု ပြောပြသည်။

၁၉၉၆ ဇဟိုအကျဉ်းထောင်–နာရှစ် မဟာရပ်စတြပြည်နယ်

အကျဉ်းထောင်များအတွင်း ပထမဆုံးအကြိမ် ဝိပဿနာသင်တန်းပေးပြီးသည်မှ (၁၁) နှစ်ကြာမြင့်သည့်အခါ ဝိပဿနာအားထုတ်သည့် နည်းစနစ်သည် အကျဉ်းထောင်များအတွင်း၌ ခိုင်မြဲစွာ အမြစ်တွယ်ခဲ့ပေပြီ။ နာရှစ်အကျဉ်းထောင်အား ကြည့်ရှုလေ့လာပြီးနောက် မဟာရတ်စတြပြည်နယ်အစိုးရ၏ ဒုတိယ

ဝန်ကြီးချုပ် မစ္စတာဂိုပီနတ်မွန်ဒေက ပြည်နယ်အတွင်းရှိ အကျဉ်းထောင်အားလုံးတွင် ဝိပဿနာတရားပတ်များ ကျင်းပပေးမည်ဟု ကြေညာခဲ့သည်။ ထိုနောက် မကြာမီအချိန်တွင်း နာရှစ်ဗဟို အကျဉ်းထောင်ကို တိဟာထောင်တွင် ဆောက်ရွက်ခဲ့သည့်အတိုင်း ဓမ္မရိပ်သာအဖြစ် တရားဝင် ကြေညာပေးသည်။ လစဉ်လည်း တရားပတ်နှစ်ကြိမ် ကျင်းပပေးလျက်ရှိသည်။

ထိုနောက် ဆက်လက်၍ နာမည်ဆိုးဖြင့်ကျော်ကြားသော ပူနေးမြို့ ယာဝါဒါအကျဉ်းထောင်တွင် နိုင်ငံခြားသား ထောင်ကျများအတွက် တရားပတ်တစ်ခုစီစဉ်ပေးရာ နိုင်ငံခြားသား လက်ထောက်ဆရာများ၊ နိုင်ငံခြားသား ဓမ္မလုပ်သားများနှင့် ကျင်းပပေးခဲ့ပါသည်။

တရားပတ်ပြီးသည့်အခါ မူးယစ်ဆေးဝါးအမှုဖြင့် အနှစ် (၂၀) ထောင်ကျနေသော ချက်နိုင်ငံသား ဂျိုးဇက်(ဖ်) က "ကျွန်တော် တရားကျင့်နည်းမျိုးစုံကို အားထုတ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်နည်းကမှ ဝိပဿနာနည်းလို စိတ်အတွင်း နက်နက် ရှိုင်းရှိုင်းဝင်ရောက်နိုင်တာ မတွေ့ခဲ့ရပါဘူး။ ဝိပဿနာတရားစခန်း တွေနဲ့ဆိုရင် အကျဉ်းထောင်တွေကို "မှုခင်းတက္ကသိုလ်" လို့ ခေါ်ဆိုလို့မရနိုင်တော့ဘူး။"

အကျဉ်းထောင်အတွင်း ဝိပဿနာတရားပတ်များ ကျင်းပရာတွင် အကျဉ်းထောင်စည်းမျဉ်းများနှင့် တရားပတ်စည်းမျဉ်းများကို လေးစားလိုက်နာရန် အထူးလိုအပ်ပါသည်။ အကျဉ်းထောင် အတွင်းကျင်းပသော ဝိပဿနာတရားပတ်များအတွက် လိုက်နာ

ရန်စည်းကမ်းချက်များကို အထူးအလေးထား ရေးဆွဲရပါသည်။ အာဏာပိုင်များကလည်း တရားပတ်ကျင်းပရန်အတွက် အကျဉ်းထောင်အတွင်း၌ အဓိကလိုအပ်ချက်များအပြည့်အစုံနှင့် ကန့်သတ်နေရာတစ်ခု သတ်မှတ်ပေးရပါသည်။ ထိုနေရာသည် တရားပတ်ကျင်းပသည့် ကာလတစ်လျှောက်လုံး ကျန်အကျဉ်းထောင်နှင့် ဆက်သွယ်မှုဖြတ်ထားရပါသည်။ ဒေသခံ ဝိပဿနာဂေါပကအဖွဲ့က တရားပြဆရာများ၊ သင်ကြားမှု အထောက်အကူပစ္စည်းများ ဓမ္မလုပ်သားများကို စီစဉ်ပေးရသည်။ အကျဉ်းထောင်အာဏာပိုင်များက ထောင်ကျများအတွက် လိုအပ်ချက်များကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ ပြင်ပဝိပဿနာတရားပတ်များ ကျင်းပသကဲ့သို့ပင် ထောင်တွင်းတရားပတ်များ ကျင်းပပေးသည့်အတွက် အခကြေးငွေ လုံးဝမယူပါ။

တရားပတ်၏ (၁၀) ရက်မြောက်သောနေ့ "နှုတ်ဆိတ်ဝစီပိတ်" နေရသော အဓိဋ္ဌာန်အပြီး စကားပြန်လည် ပြောခွင့်ပြုသည့် မေတ္တာနေ့ နေ့လယ်ပိုင်းခန့်လောက်တွင် ထောင်အတွင်း၌ အထူးတွေ့ဆုံဧည့်ခံပွဲတစ်ခု ကျင်းပပေးသည်။ အခြားအကျဉ်းသားများ၊ ထောင်အာဏာပိုင်များ၊ ဒေသခံ ဂုဏ်သရေရှိလူကြီးလူကောင်းများနှင့် သတင်းဌာနများမှ ဖိတ်ကြားထားသူများက လောလောလတ်လတ် တရားပတ်ပြီးဆုံးခဲ့သော အကျဉ်းသားယောဂီများ၏ ကိုယ်တွေ့တင်ပြချက်များကို နားထောင်ကြရသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ကောင်းသော အတွေ့အကြုံတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။

ထောင်ပိုင်ချုပ် မစ္စကီရန်ဘေဒီက "လူတွေ တကယ်ပဲ ပြောင်းလဲသွားကြတယ်။ တရားပတ်တွေဟာ အကျဉ်းသားတွေကို မျက်ရည်ကျစေတယ်။ သူတို့ ဘဝဆိုတာ ဘာဖြစ်သင့်တယ်ဆိုတာ နားလည်လာတယ်။ သူတို့ဟာ သူတို့ရဲ့အတွေ့အကြုံကို ပြန်ကြည့်ကြတယ်။ အတွင်းသန္တာန်မှာ ကလဲ့စားချေလိုစိတ်၊ မုန်းတီးစိတ်၊ အင်္ဂါရဝစိတ်တွေကို တွေ့ကြတယ်။ သူတို့ဟာ သူတို့ရဲ့ မိဘတွေနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံးကို ပြစ်မှားခဲ့တာ ထိခိုက်နာကျင်စေခဲ့တာတွေကို တွေ့ရတော့ ငိုကြရတယ်။ သူတို့ အရင်နဲ့မတူ တစ်မူပြောင်းလဲလာလိုကြတယ်" လို့ ပြောပြပါသည်။

စကားပြန်ပြောခွင့်ရတဲ့ ဒီမေတ္တာနေ့မှာ သူတို့က ထောင်အာဏာပိုင်များကို လေးလေးနက်နက် တင်ပြတောင်းဆိုကြသည်မှာ နေ့စဉ် တရားဆက်လက်ရှုမှတ်ရန်နေရာနှင့် လိုအပ်သောပံ့ပိုးမှုများပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဆိုးသွမ်းမြဲဆိုးသွမ်းနေသေးသော အကျဉ်းကျဖက်များနှင့် တသီးတခြားနေထိုင်ပြီး ဤကဲ့သို့ နေ့စဉ်တရားရှုမှတ်နိုင်ရေးသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ပြုပြင်ရေးအပိုင်းတွင် အရေးပါသော အချက်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်ရှိ အကျဉ်းထောင်များအတွင်း၌ လေးနက်သော ပြောင်းလဲမှုတစ်ရပ်ဖြစ်စေမည့် ဝိပဿနာမျိုးစေ့များကို စတင်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ အကျဉ်းထောင်တွင်း ဝိပဿနာတရားစခန်းများ၏ အကျိုးကျေးဇူးကို အကျဉ်းထောင်တွင်းမှလူများက စတင်၍ သဘောပေါက်ကြပါသည်။ တီဟာအကျဉ်းသား ဒေးဗစ်ဆိုသူ ကနေဒါ

နိုင်ငံသားယောဂီက “ပြစ်ဒဏ်လည်းကျခံ–တရားလည်းအားထုတ်” ဟု အမည်ရသည့် ရုပ်ရှင်ကားတွင် “အခုလုပ်နေတဲ့အကျဉ်းထောင်တွေကို ဝိပဿနာအသုံးပြုပြီး ပြုပြင်ပြောင်းလဲတာ ပထမဆုံးရတဲ့ အခွင့်အရေးပါ။

တစ်ကမ္ဘာလုံးရဲ့ အကျဉ်းထောင်တွေကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပစ်နိုင်ပါတယ်။ ထောင်ပြုပြင်ရေးသမိုင်းကို စပြီးရေးနေတဲ့သဘောပါပဲ” ဟု ပြောသွားခဲ့ပါသည်။ လောလောဆယ်အချိန်တွင် အိန္ဒိယနိုင်ငံရှိ အကျဉ်းထောင်များအတွင်း၌ နှစ်စဉ်တရားပတ်ပေါင်း (၅၀) ကျော် ကျင်းပပေးလျက်ရှိနေပါသည်။ မကြာသေးခင်က တီဟာထောင်အတွင်း မူးယစ်ဆေးစွဲသူများကို အထူးတရားပွဲတစ်ခု ကျင်းပပေးခဲ့သည်။ နိုင်ငံတစ်ဝှမ်းရှိ ထောင်အာဏာပိုင်များကလည်း ဝိပဿနာတရားပတ်များ လာရောက်ကျင်းပပေးရန် တောင်းခံချက်များလည်း တိုးတက်များပြားလာနေပါသည်။ အခြားနိုင်ငံများရှိ အကျဉ်းထောင်များတွင်လည်း တရားပတ်များကျင်းပရေး စီစဉ်လျက်ရှိပါသည်။

တာဆင်(မ်)ကူမား၏

ရာဇဝတ်မှုဆိုင်ရာ ပညာရှင်များ၊ စိတ်ပညာရှင်များ၊ လူမှုရေးသိပ္ပံပညာရှင်များနှင့် ကမ္ဘာအရပ်ရပ်ရှိ ဥပဒေပြုလွှတ်တော်အမတ်များသည် အကျဉ်းထောင်များကို ‘ပြစ်ဒဏ်ခတ်ရာဂေဟာ’ များအဖြစ်မှ ‘စိတ်ဓာတ်ပြုပြင်ပေးရေးဗိမာန်’ များအဖြစ်သို့ မည်သို့ပြောင်းလဲနိုင်မည်ကို အမျိုးအမျိုးအဖုံဖုံ ကာလကြာမြင့်စွာ

တွေးခေါ်ကြံဆခဲ့ကြသည်။ ထောင်ကျရသည်မှာ အချိန်ကာလ မည်မျှတိုသည်ဖြစ်စေ၊ ရှည်သည်ဖြစ်စေ လူမှုဆက်ဆံရေးလောက တွင် အရက်တကွဲ အကျိုးနည်းမှုနှင့် အမြဲဆက်နွယ်နေပါသည်။ ပြစ်မှုကျူးလွန်သူအနေနှင့် အကျဉ်းချခံရခြင်းသည် သူ၏ပြစ်မှုနှင့် အတိတ်ကာလကို အမှတ်ရစေသလို မိသားစု၊ လူ့ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ခွဲခွာနေရမှုကို ဖော်ညွှန်းသည်။

ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ခြင်းသည် ထိုသူအား စိတ်ပိုင်း ဆိုင်ရာတည်ငြိမ်မှုကို ရရှိစေသည်။ ထောင်ကျသူများစွာ သည် ထောင်ထဲ ဝင်လိုက်ထွက်လိုက် လုပ်နေကြသည်ကို ကျွန်တော် တွေ့ခဲ့ဖူးပါသည်။ ၎င်းတို့အနက် တရားပတ် (၄) ကြိမ်အထက် ဝင်ဖူးသူများသည် တကယ်ပြောင်းလဲသွားသူများ ဖြစ်ကြပါသည်။ အပြီးအပိုင် အကောင်းဖက်သို့ ပြောင်းလဲသွားကြကြောင်းကိုလည်း ၎င်းတို့၏မိသားစုများက မွက်ဟပြောဆိုကြပါသည်။

'ခေတ်သစ်ပြစ်မှုဆိုင်ရာစိတ်ပညာ' ၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက် မှာ အကျဉ်းသားများကို ပြည်လည်ထူထောင်ရေးနှင့် လူနေမှုစနစ် ၏ တာဝန်ရှိသော တာဝန်ယူရသောလူသားများအဖြစ် ပြန်လည် ထည့်သွင်း အသုံးချရေးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်မှုစနစ်သည် ၎င်းအကျဉ်းထောင်ထွက်များကို ပြုပြင်ရာ တွင် ထက်မြက်သောနည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် ပေါ်ထွက်လာသည်။

ပြစ်မှုအများသည် စိတ်ရောဂါသည်များနှင့် စိတ်ကိုသင့်တင့် အောင် မထိန်းနိုင်သူများတွင် ဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ပြစ်မှုကျူးလွန်သူ များသည် ထောင်ထဲတွင် စိတ်ဖိစီးမှုများမှ သက်သာရန် အခွင့်

အလမ်းများမရပေ။ အကျဉ်းချခံနေရစဉ် ကာလတစ်ခုလုံး၌လည်း အမြဲတမ်းလိုလို စိတ်ဖိစီးမှုတင်းကြပ်မှုများ ခံနေရသည်။ ထောင်တွင်းဝိပဿနာတရားပတ်ကို ထိုစဉ်က ထောင်ပိုင်ချုပ်ဖြစ်သူ မစ္စကီရန်ဘေဒီ၏ ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုလုပ်ခါ ၁၉၉၃ ခုနှစ်တွင် တီဟာထောင်အမှတ် (၂) ၌ ပထမဆုံးအကြိမ် ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ အကျဉ်းသားများအား စိတ်တင်းကျပ်မှုများ၊ နှောင်ဖွဲ့မှုများမှ လွတ်မြောက်စေရန်၊ အကျိုးရှိသောလုပ်ငန်းများတွင် ၎င်းတို့အား ပါဝင်ပတ်သက် လုပ်ကိုင်လာစေရန်၊ အမိနိုင်ငံတော်အတွက် အဖိုးတန်သော နိုင်ငံသားများဖြစ်လာစေရန် ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းဖြင့် ဖွင့်လှစ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

ပထမတရားပတ် အောင်မြင်စွာ ကျင်းပပေးနိုင်ခဲ့သလို အကျဉ်းသားများကလည်း တရားပတ်များများ ထပ်မံပြုလုပ်ပေးရန် လိုလားတောင်းဆိုကြခြင်းတို့ကြောင့် စီစဉ်သူများအနေနှင့် အားတက်လာကြပြီး၊ ထောင် (၄) ထောင်စလုံး၌ တရားပတ် (၅) ပတ် ကျင်းပပေးခဲ့သည်။ ထောင်ကျနေသူများ၏ မှတ်သားဖွယ်ပြောင်းလဲမှုများနှင့်၊ နောက်ထပ် တရားပတ်များ ကျင်းပပေးရန် စိတ်တက်ကြွမှုများ စသည်တို့ကြောင့် ဆရာကြီးဦးဂိုအင်ကာသည် တီဟာထောင် အာရုရမ်အမှတ် (၄) တွင် “ဓမ္မတီဟာ” အမည်ဖြင့် အမြဲတမ်းတရားစခန်းတစ်ခု သတ်မှတ်ပေးခဲ့သည်။ “ဓမ္မတီဟာ” ၌ တစ်လလျှင် တရားပတ် (၂) ကြိမ် ကျင်းပပေးလျက်ရှိသည်။ ထောင်ကျနေသူ အမျိုးသမီးများအတွက် (၁၀) ရက်စခန်းများကိုလည်း စီစဉ်ဖွင့်လှစ်ပေးခဲ့သည်။

အကျဉ်းသားများသာမက ထောင်ဝန်ထမ်းများပါ ဝိပဿနာ အကျိုးကျေးဇူးကို ခံစားခွင့်ရသည်။ ထို့ကြောင့် တီဟာထောင် အာဏာပိုင်များက ထောင်ဝန်ထမ်းများကို ဂျေပူရ်နှင့်ဒေလီတွင် ကျင်းပသော တရားပတ်များသို့ ပုံမှန်စေလွှတ်ပြီး တရားဝင်စေခဲ့ သည်။ ထောင်ကျအကျဉ်းသားများ၏ ကလဲ့စားချေလိုစိတ်၊ အကြမ်းဖက်လိုစိတ်များသည် တဖြည်းဖြည်း လျော့နည်းလာကြ သည်။ ဒေါသစိတ်ဖြစ်ပေါ်သည့်အကြိမ် လျော့နည်းလာကြသလို ယခင်ကကဲ့သို့ မပြင်းထန်တော့ချေ။ ဆေးလိပ်သောက်လိုစိတ်၊ ဆေးငုံခြင်းတို့ သိသိသာသာ နည်းလာသည်။ လူအတော်များများ ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်ကြသည်။ တရားပတ်ဝင်ဖူးသူ ဝန်ထမ်းများ သည် ထောင်သားများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် ပိုမိုဟက်ဟက်ပက် ပက်ရှိလာကြသလို အကြင်နာတရားများလည်း ပိုမိုထားလာ နိုင်ကြသည်။ ကျွန်တော်သည် ဇနီးဖြစ်သူ အယ်ပါနားနှင့်အတူ ဂျေပူရ်တွင် (၁၀) ရက်စခန်း ဝင်ခဲ့သည်။

အတွင်းအရွှတ္တသန္တာန်၌ ငြိမ်းအေးမှုကို ခံစားနိုင်သလို ဥပေက္ခာလည်း ပိုမိုထားတတ်ပါပြီ။ လက်ရှိထောင်ပိုင်ချုပ် ရှရီအာရ် အက်စ်ဂုပတားသည် အကျဉ်းထောင်၌ ဝိပဿနာတရား စခန်းများ ဆက်လက်ဖွင့်လှစ်ပြီးထားရန် အထူးစိတ်ဝင်စားမှုပြ သည်။ ထောင်အမှတ် (၃) ၌ မူးယစ်ဆေးစွဲခဲ့ဖူးသူ ထောင်သား များကို (၁၀) ရက်စခန်း ဖွင့်လှစ်ပေးခြင်း၊ ၁၉၉၇ ခုနှစ် ဩဂုတ်လတွင် အကျဉ်းထောင် အမှတ် (၁) ၌ အမျိုးသမီး

အကျဉ်းသားများကို တရားပတ်ကျင်းပပေးခြင်းတို့သည် အကျဉ်းသားများ၏စိတ်ဓာတ် ပြန်လည်ပြုပြင်ရေး၌ ဝိပဿနာကို အသုံးပြုသွားရန် သူ့အနေနှင့် မည်မျှအားသန်ကြောင်း ဖော်ညွှန်းနေပါသည်။

တီဟာအကျဉ်းထောင်အတွင်းမှ 'ဓမ္မတီဟာ' တရားရိပ်သာသည် အကျဉ်းသားများအတွက် အဓွန့်ရှည်စွာ ဆက်လက်ကောင်းကျိုးပြုသွားနိုင်ရန် ကျွန်တော်ဆန္ဒပြုလိုက်ပါသည်။ 'ဓမ္မတီဟာ' တရားရိပ်သာသည် အကျဉ်းသားများ ကောင်းကျိုးချမ်းသာရရှိစေခြင်းအလို့ငှာ ကာလတွေကြာရှည်စွာ ကြာရှည်စွာ ဆက်လက်တည်ရှိနိုင်ပါစေ။

VIPASSANA
IN
PRISONS

VIPASSANA IN PRISONS

Raja, M

In this world
Animosity has never dispelled animosity
It is only dispelled by compassionate love.
This is the law,
Ancient and inexhaustible.

The Dhammapada.

1975. Central Jail, Jaipur, Rajasthan

"...Mr Goenka was allowed to stay in the jail in a makeshift room in the jail dispensary. At that time, ankle locks and handcuffs were used for hardened criminals. Four such hardened prisoners were brought into the meditation hall bound in these iron handcuff and ankle locks. When he saw this, Mr Goenka was amazed. I told him these were hardened criminals. He exclaimed, 'How can people in chains be put before me? These cannot happen. Remove the chains!'

Mr Ram Singh, Vipassana teacher, then the Home Secretary of the State of Rajasthan, narrated this as witness to a historic moment in the annals of prison reform. After millennia, the mind-purification technique of Vipassana had, at last, reached

one of the most miserable sections of society. Convicts, under-trials, hardened criminals who participated in that Vipassana course received the key to liberation from chains even more shackling than those around their limbs-the chain of habit-pattern of the mind to generate negativities like anger, hatred and ill-will.

"Jails are actually meant to bring people out of their misery, out of their mistakes", explains Principal Vipassana Teacher, Mr S.N. Goenka. I am glad that Vipassana has started working in prisons. This will certainly be a great example for the entire world-how prisons should be maintained, and how the prison inmates get rehabilitated, so that when they come out, they will become an asset to society and not a liability. And Vipassana works here because Vipassana works and purifies at the root level of the mind, where the habit-pattern for criminal, anti-social behaviour is formed.

1994, Tihar Jail, New Delhi

Two Vipassana students from Israel-well-known film-makers Ayelet Menahemi and Eilona Ariel-became the first media personnel to be given access to maximum-security zones in one of the world's largest prisons. Their documentary film,

'Doing Time, Doing Vipassana' is an eloquent story of how deeply Vipassana has made beneficial inroads into even the most condemned of human beings-murderers, terrorists, rapists, ruthless gangsters.

By now Tihar Jail has established a Vipassana centre within its very imposing walls. Thanks to the great efforts by the then Inspector-General of Prisons, Ms Kiran Bedi, her colleagues and successors, the centre called 'Dhamma Tihar', now regularly conducts two Vipassana courses a month for jail inmates. Voluntary workers (Dhamma servers) for the course are inmates who have done a Vipassana course and now serve to enable fellow-prisoners to get the same opportunity they received.

In the nine years since the historic first course in Jaipur, Vipassana has spread like a quiet wildfire to pirsons across the country- the States of Maharashtra, Gujarat, Andhra Pradesh, Karnataka.

Bihar and Haryana followed Rajasthan and Delhi. In a New Delhi meeting of Inspector-Generals of Prisons in India, it was recommended that Vipassana be introduced as a prison reform measure in jails throughout the land. This decision was influenced by hearing innumerable personal accounts of the transformation in mental attitudes,

not only amongst prisoners but also jail officials, after undertaking a Vipassana course.

There were many like Arvind Sanghavi, a criminal of 30 years notoriety, who did a Vipassana course and after his release astonished prison officials by going straightaway to 'Dhamma Thali'- the Jaipur Vipassana centre, to offer serve voluntarily in Vipassana courses.

There are even more touching instances like that of Babu Bhaya, a hardened criminal convicted for killing three people in five minutes. After his Vipassana course in Baroda Jail, Babu Bhaya was so filled with remorse that he pleaded for forgiveness from his victims families. In 1992, on the day of 'Raksha Bandhan' (an Indian festival to strengthen bonds between a brother and sister), the wife and sister of a man he killed came tc the jail and tied the sacred 'Rākhi' string around Bhaya's wrist. They had accepted him as their brother.

Says Babu Bhaya, "I only had hatred for people and had always feelings of anger, of revenge. But after the Vipassana course, I have changed. Now all I feel is feeling of compassion, of sympathy for people."

Such a dramatic change in mental attitudes amongst prisoners inspired extraordinary courses

like the retreat for more than 1000 inmates in Tihar Jail. This course in 1994 conducted by Mr Goenka himself, is the largest single Vipassana course to be held in modern times.

A study conducted under the aegis of the 'All India Institute of Medical Sciences (AIIMS), New Delhi, on Vipassana students inside Tihar Jail report, "the statistical analysis has revealed significant improvement in the functioning of inmates on most psychological parameters studied. There has been considerable reduction in the neurotic predisposition, hostility and feelings of helplessness reported by the prisoners; while the sense of hope and well-being were enhanced following Vipassana courses."

These beneficial results were obviously not the product of some miracle or the effects of some supernatural power. Inmates who worked hard in practising Vipassana correctly and ardently benefitted like any other Vipassana student outside the prison walls. As Mustafa, an African student inside Tihar Jail puts it, "Change does not come the easy way. Change takes time......I am not telling you I did a Vipassana course and Bam!......anger, my quick temper completely went out at one time. It's still subsiding, subsiding, subsiding..."

1996, Central Jail. Nashik, Maharashtra.

In the eleven years since the first prison course, Vipassana has taken a firm root in Indian prisons. After a visit to Nashik prison, the Deputy Chief Minister of Maharashtra, Mr Gopinath Munde, declared that every prison in the state conduct Vipassana courses.

Soon afterwards, Nashik Central jail was officially declared a Dhamma centre like Tihar Jail. Two courses are held there every month.

The notorious Yerwada Prison in the city of Pune too, shortly followed suit. A special course was organised for foreign inmates of the prison. The course was conducted by foreign Vipassana assistant teachers and served by foreign Dhamma servers, after the course.

Josef, a Czech inmate convicted for 20 years on drug charges, said "I had been practising many forms of meditation techniques. But none of them took me to the depths of my mind like Vipassana does. With Vipassana, prisons need no longer be called the 'University of Crime'."

Great care is taken to see that both prison and Vipassana rules are strictly followed during courses in prisons. A set of careful guidelines for Vipassana

courses in prisons has been established. The prison authorites set aside a self-contained area of the prison for the Vipassana course, and this area is insulated from the rest of the prison for the entire duration of the course. While the local Vipassana Trust provides the teachers, teaching material and Dhamma servers, the prison authorities provide the necessities for the prisoners. As with Vipassana courses outside prisons, absolutely no fee is charged for undertaking a Vipassana course.

On the tenth day of the course, the *Mettā* day, when the vow of noble silence is broken, a special function is sometimes arranged in the afternoon within the jail premises. Other prisoners, prison officials, local dignitaries and the media gather to hear the experience of inmates who have just finished the Vipassana course. This is usually a very emotional and moving experience.

"It actually changed people", says Ms Kiran Bedi. "It made the prisoners weep. It made them cry. They had realised what life actually could be. They had looked within. And within themselves they had seen the feeling of revenge, anger, the disrespect and hurt they had caused their parents

and to society, and they wept. And they wanted to be different."

On this day when the silence is broken, one of the most fervent requests from inmates who had just finished the course, is that the jail authorities provide them with the facility to enable them to continue practising Vipassana daily. This daily, regular practice and segregation from other still-hardened fellow prisoners has been found to be essential for the mental rehabilitation of inmates.

The Vipassana seeds of profound change within the prisons of the world have been sown. Those from within the same walls are the first to recognize the deep significance of Vipassana courses in jails. David, a Canadian inmate of Tihar Jail and a Vipassana student, is quoted in the film, 'Doing Time, Doing Vipassana': "This is history in the making, you know...this is the first chance where Vipassana is being used in a prison system to possibly reform people...this could reform the whole prison system in the entire planet..."

At present, over 50 Vipassana courses are being conducted annually within Indian prisons. A special Vipassana course was recently held for drug

addicts within Tihar Jail. Requests for Vipassana courses from prison authorities across the country are increasing. Work is in progress to conduct Vipassana courses in jails in other countries also.

May all beings be liberated!

Tarsem Kumar

Criminologists, psychologists, sociologists and law-makers all over the world have long been storming their brains to find out ways and means to transform the criminals and to transform the prisons from being houses of punishment into temples of rehabilitation. Imprisonment, whether of short or long duration is always associated with social stigma. To the offender, imprisonment is a reminder of his crime and of his past and implies punishment in terms of separation from his family and society.

The Vipassana meditation pratice has an important role to play in making the person able to keep mental equilibrium.

I have seen many a prisoner coming to jail and going out, and I can very well establish that those who had done four or more ten-day Vipassana Meditation Courses are a changed lot. Their fam-

ily members have also testified their permanent ref-ormation.

The main objective of modern psychology is to rehabilitate and reintegrate prisoners as responsible members of the society and Vipassana has come out to be a powerful tool in reforming them.

Most crimes originate from a diseased and disturbed mind. The criminal seldom find an opportunity in the prison to get relief from these tensions and throughout their incarceration, they continue to be under constant stress and strain. Vipassana meditation course was first organised at Central Jail No.2 Tihar in 1993 with the keen initative of Ms Kiran Bedi, the then I.G.(Prisons), to give the inmates an opportunity to find a way to free themselves from the tension and to involve them in constructive activities, to make them useful citizens of their motherland.

Encouraged by positive results of the first meditation course and rising demand form the prisoners to organise more such meditation courses; five courses were organised in 1994 in all the four jails. The remarkable change to prison inmates and their enthusiasm for more courses led to establishment of permanent Vipassana centre in Tihar jail

in Ashram No.4. Goenkaji named it 'Dhamma Tihar'. Two Vipassana courses a month are being held in Dhamma Tihar. Many 10-day courses for the women prisoners have also been organised.

Not only prisoners but staff members have also benefitted from the Vipassana meditation course and Tihar jail sends its security staff and officers to attend course in Delhi and Jaipur regularly.

The feeling among Prison inmates for taking revenge and violence have lessened, their frequency and intensity of anger has reduced, their urge for smoking and chewing tobacco has considerably reduced. Many of them have even quit smoking completely. The staff members who have undergone the course have also been more cordial in dealing with the prisoners and are having more compassion for inmates.

I have also undergone 10 day meditation course in Jaipur along with my wife Alpana and have experienced inner peace and equanimity.

The present I.G (Prisons) Shri R.S. Gupta has also shown a keen interest in continuation of Vipassana Meditation. The first ever 10 days Vipassana Meditation course for detoxified prisoners in Jail No.3 in November 1996 and a course

for women prisoners in Jail No.1 in the month of August 1997 showed his concern for using Vipassana Meditation as a tool in reforming prisoners.

I hope Dhamma Tihar continues to benefit the prison inmates for a long long time.