



BURMESE
CLASSIC

အချစ်ဓမ္မာနှင့်
လှပခြင်းဘဝလမ်းဆီသို့
တော်ထက်ကောင်း၊ နှင်းသီရိကျက်သရေ

ချစ်ခင်မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားရသူနှင့် ထဝရမီးကို
အကောင်းဆုံး လျှောက်ပေးရပါ အချစ်တွေ
မြဲမြံအောင် ဩဇာရောက်ရှိစေရအောင်
ပေးပို့လိုက်တာပေမယ့် အထူးစိတ်ဝင်စား
ထားသည့် ကလောင်အောင်နှင့် အချစ်နှင့်ထပ်ဆင့်ရာ
ဆောင်းပါးများ . . .

BURMESE
CLASSIC

အချစ်များ လှပခြင်း ဘဝလမ်းဆီသို့

တော်ထက်ကောင်း
နှင်းသီရိကျက်သရေ

လင်းလက်သူစာပေ

စုန်း - ၀၉ ၂၅၃၈၅၅၆၅၄၊ ၀၉ ၇၃၂၂၅၄၇၉၊ ၀၉ ၇၉၀၄၃၇၉၃

(၁) အတွင်းရေးမှူးချုပ်လုပ်ငန်းစဉ်များစီစဉ်ရေးဆွဲခြင်း

သင့်ချစ်သူလေး အချစ်တိုးစေသော အရာလေးများ	၁
လက်တွဲဖော်ကောင်း ရှာဖွေရှာဝယ်	၉
စိတ်မဝင်စားသင့်သောယောက်ျားများ	၁၅
တိုတိုတို့အကြိုက် ဆိုရှယ်	၂၃
သင်ဟာ ဖီမာကြောင်တဲ့ မိန်းမသားဟေး	၃၁
လိမ္မာယဉ်ကျေး မိန်းကလေး	၄၈
ယောက်ျား ဂိုသေ မောင်အချစ်ဝေ	၆၉
မောင်ငယ်ရာ မလိုက်သင်	၅၉
ကျက်သရေရှိသော မိန်းမသား	၆၉
အဖိုးတန်အမျိုးသမီး ဖြန့်ဟဆန်ဆန်	၇၇
သီစေချင်လို့ပါ	၈၉
ဘဝ မျှော်လင့်နေချင်ရင်	၉၉
သက်သာလွယ်ကူ ဘဝပူ	၁၀၇
မောင်အရင်လို မဟုတ်တော့သူလို့ ထင်တဲ့အခါ	၁၁၇
လိုအပ်တဲ့အခါ အတတ်ဆိုးကို မီးသပြွေဟ်	၁၂၄
မကျော်နိုင်ရင် ရင်ဆိုင်ပါ	၁၂၉



အမှတ်စဉ်

အချစ်နဲ့မကင်းကြတဲ့ လူသားတွေဟာ အချစ်ကြောင့်ပဲ
 လောကထဲမှာ ရှင်သန်ချင်စိတ်တွေရှိကြပြီး ဒီအချစ်အတွက်နဲ့ပဲ
 လောကကြီးကိုစွန့်ခွာသွားချင်ကြတယ်။ အကြောင့်အချစ်မှာစွမ်းအား
 ရှိတယ်လို့ ပြောဆိုသတ်မှတ်ခဲ့ကြတယ်။ အချစ်စွမ်းအားကို လိုသလို
 အသုံးပြုမယ်ဆိုရင် ဘဝမှာ နေချင်စဖွယ် အ... ခံစားချက်မှားသွားရင်
 တော့ အချစ်ရဲ့ကျေးဇူးတန်ဖြစ်ပြီး စိတ်ဆင်းရဲခြင်းများစွာဖြင့် ဘဝ
 ပျက်စီးသွားနိုင်ပါတယ်။ လူတိုင်းကချစ်မိပြီဆိုရင် ကိုယ်ခြိတ်နီးတန်ဖိုး
 ထားရသူနှင့် ဘဝလမ်းကို အကောင်းဆုံးလျှောက်လှမ်းရင်း အချစ်
 တွေမြဲမဲ့အောင် ကြိုးစားချင်ကြသူတွေချည်းပါ။ အကြောင့် အချစ်တွေ
 မြဲမြံဖို့ ကြိုးစားလိုသူတိုင်းအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေဖို့ "ဆရာ
 တော်ထက်ကောင်း" နှင့် "ဆရာမနှင်းသီရိကျွတ်သရေ"တို့ စာပေ
 မောင်နှမ ဆောင်းပါးများစုစည်းမှုကို စေတနာအရင်းခံဖြင့်
 လင်းလက်သူစာပေကနေ တင်ဆက်ပေးလိုက်ပါတယ်။

နှစ်စာလုံးအတွက် အထောက်အကူပြုပါစေစေ သန့်ဖြင့်...

တော်ထက်ကောင်း + နှင်းသီရိကျွတ်သရေ

လင်းလက်သူစာပေ

ရန် - ၀၉ ၂၇၀၅၅၅၅၄၊ ၀၉ ၇၃၂၂၅၇၉၈
 ၀၉ ၇၉၀၄၀၃၉၀



Myanmar Beauty Co.,Ltd ကတင်သွင်းသော (HUE 701) အသံအ
 ခြားသောကိုရီးယားနိုင်ငံရှိ No.1 အလှကုန်များကိုမိတ်ဆက်နေပါသည်။



အချစ်နဲ့ KMB အရောင်းကိုယ်စားလှယ်များ
 စပ်ဆူရရှိနိုင်ပါသည်။

အိုင်လည်း KMB Product များကို ကိုယ်တိုင်အသုံး
 ပြုနိုင်သဖြင့် ဖြူးခြင်းဖြင့် အကျိုးအမြတ်များရရှိနိုင်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com



သင့်ချစ်သူလေး
အချစ်တိုးစေသော
အရာလေးများ

ခံစားတတ်တဲ့ နှလုံးသားရှိတဲ့သူတိုင်း ရင်ထဲမှာ အချစ်စိတ် ကိုယ်စီရှိကြပါတယ်။ သူများကို ကိုယ်ကချစ်တတ်သလို သူတစ်ပါးရဲ့ ချစ်ခင်မှုကိုလည်း လိုချင်တတ်ကြပါတယ်။ လောကကြီးထဲမှာ အချစ် မခံချင်တဲ့ လူသားဆိုတာ မရှိသလောက်ပါပဲ။

အထူးသဖြင့် နှင်းသီရိတို့လို မိန်းမသားတွေကပိုပြီး အချစ်ခံချင်တတ်ကြပါတယ်။ သူငယ်ချင်းတွေထဲမှလည်း အချစ်ခံချင် ကြသလို လူကြီးမိဘဆရာသမားတွေရဲ့ ချစ်ခြင်းကိုလည်းခံချင်ကြ သူတွေချည်းပါ။ ကိုယ့်ကိုကြည့်မရဘူး။ မချစ်ဘူးဆိုတာ သိရတာနဲ့ ရင်ထဲအတော့်ကို စိတ်မကောင်းဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။ ဖြူစင်တဲ့ ၅၂၈ နှယ်တဲ့ မေတ္တာတွေကိုလည်း ရရင်ရသလောက် လိုချင်တတ် ကြသလို ပင်ကိုမိခင်စိတ်အခံရှိတဲ့ မိန်းမသားတွေမို့ သူတစ်ပါးကို လည်း တွယ်တာချစ်ခင်သံယောဇဉ်ထားတတ်ကြပါသေးတယ်။

တစ်သက်မှာ တစ်ချစ်၊ တစ်မေတ္တာသာအလိုချင်ဆုံးဖြစ်သော်လည်း ဖြူစင်စွာတွယ်တာတဲ့ သံယောဇဉ်ကိုလည်း ဥပေက္ခာမပြုရက်တတ်ကြပါဘူး။ တစ်ဦးတည်းကို ဘဝလက်တွဲဖော်အဖြစ် ရွေးချယ်ရမှာဖြစ်သော်လည်း ချစ်တဲ့သူတွေကိုလည်း သဘောကျတာ မိန်းမသားသဘာဝပါ။ ကိုယ်ကသာ ရင်ထဲလာမငြိလို့ ငြင်းချင်ရင် ငြင်းပစ်လိုက်မယ်။ ကိုယ်ချစ်မိတဲ့သူက ငြင်းရင်၊ ကိုယ့်ကို မချစ်မှန်းသိရရင်တော့ သည်းခံပြတ်မတတ် တဆတ်ဆတ်တုန် နာကျင်ခံစားကြရတာလည်း နှင်းသီရိတို့ မိန်းမသားတွေပါ။

မျက်လုံးချင်းဆုံ၊ ရင်ခုန်ကြလို့ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တွယ်တာရစ်ငင် သံယောဇဉ်တွေ ဖြစ်တည်ပြီး ချစ်သူဘဝရောက် ခဲ့တဲ့အခါမှာလည်း ချစ်သူကိုကို၊ မောင်မောင်ကို အရမ်းချစ်ရသလို ချစ်သူလေးထံမှလည်း ကိုယ့်ကိုအရမ်းချစ်၊ အရမ်းမြတ်နိုးတာကို လိုချင်တတ်ကြပါသေးတယ်။

ဒါပေမဲ့လည်း တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ့်က သူစိတ်ပျက်စရာကောင်းတဲ့ အပြုအမူလေးတွေကို လုပ်မိတတ်ပါတယ်။ သတိမမူဘဲ လုပ်မိတတ်တဲ့ 'တစ်ခါတစ်ရံ' စိတ်ပျက်စရာလေးတွေ များလာ တဲ့အခါ စိတ်ကုန်စရာဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။

နှင်းသီရိ အမြဲပြောတတ်တဲ့ စကားလေးရှိပါတယ်။ ကိုယ့်စိတ်နဲ့ ထပ်တူမကျလို့ ဖြစ်ချင်တာဖြစ်မလာတဲ့အခါ “စိတ်ညစ်စရာမို့ လွတ်လပ်စွာ စိတ်ညစ်လိုက်ပါ။ ဒါပေမဲ့ တော်ရုံတန်ရုံကိစ္စလေး

အတွက်နဲ့တော့ စိတ်ပျက်တယ်လို့ မခံစားမိပါစေနဲ့” လို့။ နှင်းသီရိအရှေ့မှာ စိတ်ပျက်တယ်လို့ ညည်းတွားတဲ့သူတိုင်းကို အဲဒီစကားပြောဖြစ်နေကျပါ။

ဟုတ်တယ်လေ။ ညစ်သွားရင် သစ်သွားအောင် ပြန်လျှော်လို့ရတယ်။ အဲပျက်သွားရင်တော့ ပကတိအနေအထား ပြန်မရနိုင်တော့ဘူးလေ။ အဲဒီလိုမှမဟုတ်ဘဲ ပျက်လည်းပျက်၊ ကုန်လည်း ကုန်သွားပြီဆိုရင်တော့ ကိုယ်က သူ့အတွက် ဘာမှမဟုတ်တော့ဘူးလေ။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်အပြုအမူက စိတ်ညစ်စရာလေးပဲဖြစ်နေပါစေ။ စိတ်ပျက်စရာ ကောင်းလောက်အောင် မပြုမိဖို့ကိုတော့ သတိထားရမှာပါ။ မိန်းမသားတိုင်းကလည်း ကိုယ်ချစ်ရတဲ့သူထံက စိတ်ပျက်ပါတယ်ဆိုတာ မလိုချင်ကြပါဘူး။ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ပိုချစ်လာတာ၊ ပိုပြီးမြတ်နိုးတန်ဖိုးထားတာကိုပဲ လိုချင်ကြတာပါ။

ဒီလိုဆိုရင်တော့ ချစ်သူလေးအပြစ်မတိုးစေဘဲ အချစ်တွေတိုးစေနိုင်မယ့်အရာလေးတွေကို ရင်ထဲက စိတ်ပါစွာနဲ့ ဂရုတစိုက် ပြုလုပ်ပေးရမှာပါ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်က ဒီလိုအပြုအမူတွေ မလိုအပ်ဘူး လို့ ထင်ချင်ထင်နေတတ်ပေမယ့် အဲဒီ (ယခုဖော်ပြမယ့်) အပြုအမူ လေးတွေက သင့်ကိုအချစ်တိုးစေနိုင်မယ့်အရာလေး ဖြစ်စေနိုင်တာမို့အပြစ်မမြင်၊ အချစ်တွေ ထာဝစဉ်ဖြစ်နေချင်တယ်ဆိုရင်တော့ အောက်မှာဖော်ပြထားတဲ့အရာလေးတွေကို လုပ်ဆောင်ပေးသင့်ပါတယ်။

သင့်ချစ်သူလေးက သင့်အပေါ်အချစ်တွေ တိုးစေနိုင်တဲ့ အရာလေးတွေကတော့ -

၁။ နှစ်ဦးသားဆုံကြတဲ့အခါ တွေ့ရမယ့်အချိန်ထက် အနည်းငယ် နောက်ကျမှရောက်လာတဲ့ ချစ်သူကို ဆီးပြီးရန်မလုပ်၊ စိတ်မကောက်ရပါဘူး။ စိုးရိမ်စိတ်ကလေးနဲ့ “လမ်းမှာဘာအခက်အခဲဖြစ်နေလို့လဲဟင်၊ စိတ်ပူလိုက်ရတာ မောင်ရယ်၊ တော်ပါသေးရဲ့၊ ဘာမှမဖြစ်လို့” ဆိုတဲ့ စကားလေးကို ပြောမိမယ်ဆိုရင်တော့ သူ့အပေါ် ဇွဲရိမ်ပေးတဲ့ သင့်ကို သင့်ချစ်သူလေးက ပိုမိုအချစ်တိုးလာမှာပါ။

၂။ နှစ်ဦးချင်းဆုံတဲ့အချိန်မှာ ကိုယ်နဲ့မတွေ့ဖြစ်တဲ့အချိန်တွေမှာ သူ့ဘာလုပ်နေသလဲဆိုတာကို သိချင်စိတ်ပြင်းပြစွာနဲ့ တရားခံစစ်သလို မမေးမိဖို့ ရှောင်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်အကြောင်း ပြောပြရင်း သူ့ဘက်ကစ ပြောလာတဲ့အခါမှာသာ ဂရုတစိုက် နားထောင်ပေးပါ။

ဒီလိုအပြုအမူလေးတွေသာ ပြုမူပြောမိမယ်ဆိုရင်တော့ သင့်ချစ်သူလေးက သင့်ကိုနားလည်မှုရှိတဲ့ ချစ်သူလေးအဖြစ် သင့်အပေါ်ကို ပိုမိုအချစ်တိုးလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

၃။ နှစ်ဦးချင်းဆုံလို့ အစားအသောက်မှာယူစားသောက်တဲ့အခါ သူ့ကြိုက်တတ်တဲ့ အစားအစာလေးတွေကို ရေရွတ်ပြပြီး “မောင် ဒီနေ့ ဘာစားမလဲဟင်၊ မောင်မှာတာတွေကိုပဲ ချစ်လိုက်စားမှာနော်။ မောင်ကြိုက်တာတွေကိုလည်း ချစ်လည်းကြိုက်တယ်မောင်ရဲ့” ဆိုတာမျိုးလေး ဖြစ်အောင်လုပ်ပေးကြပါ။

ဒီလိုပြုမူမိမယ်ဆိုရင်တော့ သင့်ချစ်သူလေးက သင့်ကို ဂရုစိုက်လွန်းတဲ့ ချစ်သူလေးအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး ပိုမိုအချစ်တိုးလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၄။ သင့်ချစ်သူလေးက သင့်ကိုချစ်မြတ်နိုးလို့ တစ်ခုခုဝယ်လာပေးတဲ့အခါ သင်မကြိုက်တဲ့ အရာဖြစ်နေပါစေ “ဘာတွေဝယ်လာတာလဲ။ အသုံးကိုမကျဘူး။ ကိုယ့်ချစ်သူက ဘာကြိုက်တတ်တယ်ဆိုတာလည်း မသိဘဲနဲ့ တော်တော်စိတ်ညစ်ဖို့ကောင်းတာပဲ။ သွားမလိုချင်ဘူး။ ပြန်ယူသွား” ဆိုတာမျိုး လုံးဝမပြောမိပါစေနဲ့။

“ဟယ် မောင်ဝယ်လာတာလေးက မဆိုးဘူးနော်၊ လှသားပဲ၊ ချစ်က အဲဒီလိုမျိုးတွေနဲ့ မလိုက်ဘူး ထင်လို့ တစ်ခါမှမဝယ်ဖြစ်ဘူးလေ။ မောင်ဝယ်လာတာနဲ့အတော်ပဲ သုံးကြည့်လိုက်ဦးမယ်။ အသစ်အဆန်းလေးဖြစ်တာပေါ့နော်။ မောင်က သိပ်တော်တာပဲ” ဆိုတာမျိုးလေးပြောကြည့်ပါ။

ဒီလိုအပြုအမူလေးသာ ပြုမူမိမယ်ဆိုရင် သင့်ချစ်သူလေးက သင့်ကိုပိုမိုအချစ်တိုးလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

၅။ သင်သဘောကျနှစ်သက်တဲ့ နေရာတွေကိုလိုက်ပို့ပေးတဲ့အခါမှာ “မောင်က ချစ်ပေါ်သိပ်ချစ်တာပဲနော်။ ချစ်သွားချင်တဲ့နေရာတွေကို အမြဲလိုက်ပို့ပေးတယ်။ မောင့်လောက် ချစ်အပေါ် ချစ်ထတ်တဲ့သူ ဒီကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှိနိုင်တော့မှာမဟုတ်ဘူး။ ချစ်တော့ အရမ်းကောင်းတာပဲ။ မောင့်ကို အရမ်းချစ်မိသွားပြီ” ဆိုတဲ့

စကားလေးသာပြောမိမယ်ဆိုရင်တော့ သင့်ချစ်သူလေးထံက အချစ်တွေကို ပိုမိုရရှိလာနိုင်မှာပါ။

၆။ တစ်ခုခုအဆင်မပြေဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ ဂရုမစိုက်လေခြင်း၊ အသစ်တွေ နေလို့လားမသိဘူးဆိုတဲ့ တစ်ဖက်သတ် အတွေးမျိုး တွေးမိပြီး စိတ်ဆိုးစိတ်ကောက်တာမျိုးတွေ မလုပ်မိပါစေနဲ့။ ထိုအခါ မျိုးမှာ “မောင် ဘာဖြစ်နေလို့လဲဟင်၊ ချစ်ကိုပြောပြလေ။ ချစ်ကူညီ လို့ရရင် ရမှာနော်။ ပြောပါဦး” ဆိုတဲ့ စကားလေးသာ ပြောမိပါက သင့်ချစ်သူလေးက သင့်ကိုအေးတူပူမွှေ မျှဝေခံစားတတ်တဲ့ ချစ်သူ လေးအဖြစ် သင့်အပေါ်ကို ပိုမိုအချစ်တိုးလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

၇။ သင့်မှာ ဝမ်းသာစရာကိစ္စမျိုးတွေဖြစ်လာတဲ့အခါမျိုးမှာ သင့်ချစ်သူဆီ အရင်ဦးဆုံး ဖုန်းဆက်ပြီး ဝမ်းသာစရာအဖြစ် အကြောင်းကိုပြောပြပေးပါ။

“အဲဒါ မောင်ရဲ့အားပေးမှုတွေကြောင့် ခုလိုအောင်မြင်မှု ကို ချစ်ရရှိတာပဲ၊ ကျေးဇူးအရမ်းတင်လိုက်တာ မောင်ရယ်” ဆိုတဲ့ စကားမျိုးလေးသာ လှိုက်လှဲစွာပြောမိပါစေ။

ဒီလိုပြုဆိုပြုမူမိမယ်ဆိုရင်တော့ သင့်ချစ်သူလေးက သူ့ကို အားကိုးအားထားပြုတဲ့ ချစ်သူလေးအဖြစ် ပိုမိုတွယ်တာပြီး သင့် အပေါ် အချစ်တွေတိုးလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

၈။ သင့်ချစ်သူက ကိစ္စတစ်ခုဖြစ်မြောက်ဖို့ အားသွန်ခွန်စိုက် ကြိုးစားရဲ့သားနဲ့ မအောင်မြင်တဲ့အခါ “အစကတည်းက ဒါကိုမလုပ်

ပါနဲ့ပြောသားပဲ။ လူကြားလို့မှမကောင်း၊ ရှက်ဖို့ကောင်းလိုက်တာ၊ နည်းတောင် နည်းသေး” ဆိုတာမျိုး လုံးဝမပြောမိပါစေနဲ့။ “မောင် ရယ်၊ ဘဝဆိုတာ ဒီလိုပါပဲ။ ခုတစ်ကြိမ်ဖြစ်ထားတွေကို သင်ခန်းစာ ယူပြီး အမှားနည်းအောင် ကြိုးစားလို့ ရတာပဲ။ ပြီးတော့ ချစ်လည်း မောင့်အနားမှာ ရှိနေတာပဲ။ မောင် စိတ်ဓာတ်မကျရဘူးနော်။ မောင့်ကို ချစ်ယုံပြီးသားပါ။ လုပ်ရင်ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ ကံမကောင်းတဲ့အခါ လူတိုင်း ဒီလိုပဲဖြစ်တတ်တာပဲ” ဆိုတဲ့ စကား မျိုးလေးနဲ့သာ နှစ်သိမ့်ပေးကြည့်ပါ။

ထိုအခါ သင့်ချစ်သူလေးက သင့်ကို ဘဝရဲ့ အားပေး လက်တွဲဖော်အစစ်အမှန်အဖြစ် လက်ခံမိပြီး သင့်အပေါ်ကို အချစ် တွေ ပိုမိုပေးအပ်လာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

၉။ သင့်ချစ်သူလေးရဲ့ မွေးနေ့မှာ သင်က “ပျော်ရွှင်စရာမွေးနေ့ လေး ဖြစ်ပါစေမောင်၊ မွေးနေ့ဆိုတာ မိခင်တစ်ယောက်ရဲ့ နာကျင် မှုတွေနဲ့အတူ လူသားအဖြစ်လောကထဲရောက်လာခဲ့ရတဲ့နေ့ပဲလေ။ ဒါကြောင့် မောင့်ကို လူလောကထဲခေါ်ဆောင်လာတဲ့ မောင့် မေမေကို ကန်တော့လိုက်ဦးနော်။ ဖေဖေကတော့ မေမေအတွက် လိုအပ်ချက်တွေကို ဖြည့်ပေးပြီး မောင်လူလောကထဲ အဆင်ပြေ ပြေ ဝင်လာနိုင်အောင် ငွေရှာပေးရတဲ့ ကျေးဇူးရှင်ပဲလေ။ ဒါ ကြောင့် ဖေဖေကိုပါကန်တော့လိုက်ဦးနော်။ မောင့်မိဘတွေကို ချစ် သိပ်ကျေးဇူးတင်တာပဲ။ မောင့်လို လူကောင်းတစ်ယောက်ကို ချစ်

အတွက် မွေးဖွားပေးခဲ့လို့” ဆိုတဲ့ စကားသာ စိတ်ပါလက်ပါပြောခဲ့
မိမယ်ဆိုရင်တော့ သူမိဘတွေအပေါ် သိတတ်တဲ့ မိန်းကလေး အဖြစ်
သင့်ကိုပိုမိုအချစ်တွေ တိုးပေးလာမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်တော့မှ
သင့်အနားက ထွက်ခွာသွားမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

၁၀။ သင့်ချစ်သူလေးက သင့်ကို လက်ထပ်ခွင့်တောင်းလာတဲ့
အခါ “ချစ်တော့ ဒီကမ္ဘာပေါ်မှာ ကံအကောင်းဆုံးဖြစ်သွားပြီ မောင်
ရေ။ မောင်လိုလူရဲ့ အချစ်နဲ့ ဘဝတစ်ခုလုံးကို ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရလို့ပေါ့။
မောင်နော်။ မောင်က ချစ်ကို ချစ်သလို ချစ်ကလည်း မောင်ကို
အရမ်းချစ်တာမို့ လက်ထပ်ပြီးတဲ့အခါမှာလည်း အမြဲချစ်သွားရမှာ
နော်။ မောင်အချစ်နဲ့ ချစ်ဘဝလေးက တက်ကြွလန်းဆန်းနေရတာ”

ဆိုတဲ့စကားလေးနဲ့ ချစ်စရာကောင်းတဲ့အပြုအမူလေးသာ
ပြုမူမိမယ်ဆိုရင်တော့ သိပ်ချစ်တတ်တဲ့ချစ်သူလေးအဖြစ် သင့်အပေါ်
အချစ်တွေပိုတိုးလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

ကဲအထက်ကပြောပြခဲ့တဲ့အချစ်တိုးစေတဲ့ အရာလေးတွေ
တို ပြုမူပြောဆိုခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့ သင့်ချစ်သူလေးက သင့်အပေါ်မှာ
အမြဲအချစ်တွေ တိုးနေမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

နှင်းသီရိကျက်သရေ

Vol-2, Issue 51 Wednesday 1, January, 2014

Women's World Journal



လက်တွဲဖော်ကောင်း
ရှာဖွေရယ်

လက်တွဲဖော်တဲ့။ စာလုံးအရေအတွက်သုံးလုံးထဲနဲ့ တော်
ထက်ကောင်းတို့ရဲ့ဘဝတွေကို အနိမ့်အမြင့်ဖြစ်အောင်၊ ခံစားချက်
တွေ အမျိုးမျိုးဖြစ်အောင်လုပ်နိုင်စွမ်းရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါပဲ။

ဟုတ်တယ်လေ။ တော်ထက်ကောင်းတို့ဘဝမှာ အချိန်တန်
အရွယ်ရောက်ပြီဆိုတာနဲ့ သဘာဝတရားကြီးရဲ့ ပြဌာန်းချက်အတိုင်း
နိဗ္ဗာန်ဘဝပေါင်းဖက်ဖို့အတွက် ယဉ်ကျေးမှု၊ ထုံးတမ်း၊ ဓလေ့တွေ
အရ ဘဝလက်တွဲဖော်ဆိုရာမှာ ခဏတာအတွက် မဟုတ်ဘဲ တစ်
သက်တာအတွက် ပတ်သက်သွားရမှာမို့ မိမိရွေးချယ်လိုက်တဲ့
လက်တွဲဖော်ရဲ့ အားနည်းချက် အားသာချက်တွေရဲ့ ကောင်းခြင်း၊
မကောင်းခြင်းတွေကို ခံစားရတော့မှာပါ။

တစ်ခဏတာ စိတ်အပန်းဖြေရုံသက်သက်အတွက်ဆိုရင်
တော့ ခဏတာလက်တွဲဖော်ဟာ ကိုယ့်အတွက် စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်

ရာ ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ပျော်ရွှင်ဖို့သက်သက်သာ ရည်ရွယ်ထားတာမို့ တာဝန်ယူမှုတွေ၊ နှောင်ကြီးတွေဆိုတာရှိမနေတဲ့အတွက် လက်တွဲဖော်ရဲ့ ဘဝအနေအထားက ကိုယ့်အပေါ်အရိပ်ထိုး၊ လွှမ်းမိုးခြင်းတွေ မသက်ရောက်နိုင်ပါဘူး။

ဒါပေမဲ့ တစ်သက်လုံးအတွက် ရွေးချယ်လိုက်ပြီဆိုရင်တော့ တစ်ယောက်ရဲ့ ကောင်းမွေ့ဆိုးမွေ့တွေကို တစ်ယောက်ကခံစားရတော့မှာပါ။ ဒါကြောင့် လက်တွဲဖော်ရဲ့ အားနည်းချက်တွေ၊ အတိတ်ဆိုးတွေကို လက်ခံပေးနိုင်မှသာ တစ်သက်တာအတွက် လက်တွဲသွားလို့ရမှာပါ။

တော်ထက်ကောင်းတို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိနေကြတဲ့ စုံတွဲတွေ၊ အိမ်ထောင်သည်တွေလည်း တစ်ဦးရဲ့ ကောင်းမွေ့ဆိုးမွေ့တွေကို အတူ ခံစားကြပြီး ဘဝဓရီးလမ်းကို အတူချီတက်နေကြတာ တွေ ရမှာပါ။

လက်တွဲဖော်ရှာဖွေရာမှာ ကိုယ်သတ်မှတ်ထားတဲ့ စံနှုန်းနဲ့ ကိုက်ညီချင်မှာ ကိုက်ညီမှာပါ။ ပုံစံခွက်ထဲဝင်နေတဲ့ အနေ အထား ရှိတဲ့ လက်တွဲဖော်ကိုတွေ့ရပြီဆိုရင်လည်း ချက်ချင်းဝမ်းသာလို့ မရသေးပါဘူး။ လူ့စိတ်သဘာဝဆိုတာ ပန်းချီကားပေါ်မှာ အစိမ်းရောင်ခြယ်ထားရင် အစိမ်းရောင်၊ အဝါရောင်ဆို အဝါရောင် ဆိုသလိုမျိုး ပုံသေကားကျခြယ်ထားပြီး အရောင်တည်မြဲနေရမယ့် အရာ မဟုတ်ပါဘူး။

အပေါ်ယံ အမြင်လေးနဲ့သူ့အတွင်းစိတ်ကို ထဲထဲဝင်ဝင် မသိနိုင်ပါဘူး။ လူ့စိတ်ဆိုတာ ပေါင်းကြည့်မှသိနိုင်မယ်လို့ပြောထားတဲ့အတွက် ကြာကြာသိချိန်တွေ အတန်အသင့်ရှိလာတဲ့အခါ တျမှ သူ့စိတ်စရိုက်တွေကို သိလာကြမှာပါ။

ဟန်ဆောင်ထားတဲ့သူဟာ ခဏတာအချိန်မှာတော့ တန်ဆောင်နေလို့ရပေမယ့် အချိန်တွေကြာလာတာနဲ့အမျှ ဟိုတစ်စသည်တစ်စနဲ့ သူ့စရိုက်တွေ ပေါ်ပေါက်လာတတ်တာကို သတိပြုရမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ ဦးနှောက်ရဲ့အမှားအမှန်ခွဲခြားနိုင်စွမ်းနဲ့ နှလုံးသားရဲ့ ခံစားနားလည်ပေးနိုင်မှုတွေက သူ့ကိုလက်သင့်ခံသင့်စေသင့်ကို ရွေးချယ်ပေးသွားမှာပါ။

လောကမှာ ပြစ်ချက်မရှိ၊ အရမ်းကောင်းတဲ့သူကိုမှ လက်တွဲဖော်အဖြစ် လက်ခံမယ်လို့ သတ်မှတ်ချက်တွေချထားမယ်ဆိုရင်တော့ မိမိရဲ့အတ္တလောဘ ကြောင့် လက်တွဲဖော်တစ်ယောက်တွေ့သည်တိုင် အဆင်ပြေနိုင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ လူတိုင်းမှာ အားနည်းချက်လေးတွေ၊ ကြောင်တောင်တောင်နိုင်တဲ့ အပြုအမူလေးတွေ အများနဲ့ ခွဲထွက်နေတတ်တဲ့ စရိုက်လေးတွေ တစ်ခုမဟုတ်တစ်ခု ရှိတတ်ကြတယ်ဆိုတာကို လက်ခံပေးနိုင်ရမှာပါ။ ကိုယ့်ဘက်ကပဲ စံနှုန်းတွေ သတ်မှတ်နေပြီဆိုရင် သူ့ဘက်ကလည်း စံနှုန်းမှာ ကိုယ်က ကိုယ်က စာရိတ္တ၊ အတိတ်ကောင်းတွေရှိနေတာမို့ အရာရာပြည့်စုံနေပြီလို့ ထင်နေပေမယ့် ကိုယ့်ရုပ်ရူပကာက သူ့အတွက် အားနည်းချက်

တစ်ခုခု ဖြစ်လာနိုင်တယ်လေ။ ဂျပ၊ ဗိုက်ပူကြီး၊ အသားမည်းကြီး၊ ထိပ်ပြောင်ကြီး၊ ပြုံး ကြောင်ကြီး၊ နားကားကြီးစတဲ့ သတ်မှတ်ချက်တွေနဲ့ သူ့ဘက်ကလည်း ပြန်ပြောလာနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် လက်တွဲဖော်ဆိုတာ ရုပ်ရည်လှပမှု၊ ခန္ဓာကိုယ်အချိုးအစားကျမှု၊ တစ်ခါမှ ရည်းစားမထားခဲ့တဲ့သူဖြစ်မှု၊ ပညာတတ်မှု၊ သိမ်မွေ့ညင်သာမှု အရည်အချင်းတွေရှိမှု၊ ချမ်းသာမှုဆိုတဲ့ စံတွေနဲ့ ရှာဖွေလို့မရပါဘူး။

တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် နားလည်မှုတွေ၊ ကိုယ်နဲ့စတွေ့တဲ့အချိန်ကစပြီး ကိုယ့်တစ်ယောက်တည်းအပေါ်ပဲ သစ္စာထားမှုတွေ၊ မိမိအတိတ်ကို ပွင့်လင်းစွာပြောထားမှုတွေ၊ မိမိကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ အရာတွေ၊ မိမိရဲ့ စိတ်နေသဘောထားကို ပြောပြထားတာတွေ၊ အချင်းချင်း စာနာသနား ခွင့်လွှတ်နားလည်စိတ်တွေရှိနေမယ်ဆိုရင် သူဟာ ကိုယ့်အတွက်လက်တွဲဖော်ကောင်းတစ်ယောက်ပါပဲ။

လက်တွဲဖော်ဟာ ဘွဲ့ဒီဂရီတွေရစရာမလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အမှားအမှန် တွေးခေါ်ဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ပညာတော့ရှိရမယ်။ လက်တွဲဖော်ဟာ ရုပ်ရည်ချောစရာ မလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကြင်နာတတ်တဲ့ စိတ်လှလှလေးတော့ ရှိရမယ်။

လက်တွဲဖော်ဟာ ခန္ဓာကိုယ်အချိုးအစားကျနဖို့ မလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ လိုက်လျောညီထွေတော့ နေတတ်ရမယ်။

လက်တွဲဖော်ဟာ အရမ်းသိမ်မွေ့ညင်သာနေစရာမလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ရိုင်းယုမှုမရှိဘဲ လေးစားတတ်တဲ့ စိတ်တော့ရှိရမယ်။

လက်တွဲဖော်ဟာ ငေးမောရလောက်တဲ့ အရည်အချင်းတွေ မှီစရာမလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ယုံလွယ်စိတ်မရှိဘဲ အသိ၊ သတိရှိနေတတ်တဲ့ သူတော့ ဖြစ်ရမယ်။

လက်တွဲဖော်ဟာ ချမ်းသာနေစရာမလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်တို့နှစ်ဦးရဲ့ ငွေကြေးတွေကို စည်းစနစ်နဲ့ သုံးစွဲတတ်တဲ့သူတော့ ဖြစ်ရမယ်။

ဒါဆိုရင်တော့ ကျွန်တော်တို့ဘဝဟာ လက်တွဲဖော်နဲ့အတူ ရဲဝံ့စွာလျှောက်လှမ်းသွားနိုင်မှာ အသေအချာပါပဲ။

ဘဝမှာ မိမိနဲ့သင့်လျော်တဲ့၊ မိမိအပေါ်တွယ်တာချစ်ခင်၊ သံယောဇဉ်ထားတတ်တဲ့ လက်တွဲဖော်ကောင်းနဲ့ ဆုံတွေ့နိုင်ကြပါစေ။

တော်ထက်ကောင်း

Vol-3, Issue 13, Wednesday 2, April, 2014

Women'sWorld Journal





စိတ်မဝင်စားသင့်သော
ယောက်ျားများ

မိန်းမသားတို့ရေ။

စာရေးသူတို့မိန်းမသားတွေဟာ ပင်ကိုစိတ်အခံကိုက နူးညံ့သိမ်မွေ့မှုတွေရှိထားကြသူပါ။ ဘယ်လောက်ပဲ စိတ်ဓာတ်မာကျောတဲ့ မိန်းမသားလို့ဆိုစေဦးတော့ သူ့ဆီမှာ လူသားဆန်တဲ့ မိခင်စိတ်ဆိုတာ ထိန်းဝပ်နေတယ်လေ။

ဒါကြောင့်လည်း သိရိတို့ မိန်းမသားတွေဟာ ယောက်ျားသားတွေထက်ပိုပြီး ကြင်နာတတ်ကြတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ စိတ်ဓာတ်မာဝါတယ်။ စဉ်းစားဉာဏ်ရှိပါတယ်။ ယောက်ျားတွေကို အထင်မကြီးတတ်ဘူးဆိုတဲ့ မိန်းမသားပင်ဖြစ်ပါစေ ပစ်မှတ်ထားပြီး ချဉ်းကပ်လာတဲ့ ယောက်ျားတစ်ယောက်ရဲ့ အလိမ်အညာစကားကြား မှာ ယုံမှတ်ပြီး ငိုအပ်မိ သွားတတ်တဲ့ သာဓကတွေအများကြီးရှိခဲ့၊ ရှိနေဆဲ၊ ရှိနေဦးမှာပါ။

လောကမှာ တည်ကြည်မြင့်မြတ်တဲ့ ယောက်ျားသားတွေရှိ သလို နှမသားချင်းမစာနာတဲ့ စဉ်းလဲကောက်ကျစ်တဲ့ မြေခွေးလို စိတ်ဓာတ်နဲ့ ယောက်ျားယုတ်တွေလည်း အများကြီးရှိနေပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုလာချဉ်းကပ်တဲ့ ယောက်ျားတိုင်းက ကိုယ့်ကိုမေတ္တာစစ်နဲ့ချစ်လို့ ချဉ်းကပ်လာကြသူတွေ မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့အသိကို သိရိတို့ မိန်းမသား တွေရဲ့ အသိစိတ်ထဲမှာ အမြဲသတိထားကြရမှာပါ။

ချစ်သူဝိုင်းဝိုင်းလည်နေတဲ့ အဖြစ်ကို မိန်းမသားတွေက ဂုဏ်ယူတတ်ကြပါတယ်။ တကယ်ဆိုရင် ချစ်သူဝိုင်းဝိုင်းလည်နေတဲ့ မိန်းကလေးတစ်ယောက်ဟာ အန္တရာယ်တွေ ပတ်လည်ဝိုင်းနေတဲ့သူ ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာ ကာယကံရှင်ခမျာ မသိရှာပါဘူး။ သူမဘေးနား မှာ ပတ်လည်ဝိုင်းနေတဲ့သူတိုင်း သူမကိုချစ်မြတ်နိုးနေကြသူတွေ မဟုတ်နိုင်ကြပါဘူး။ သူမရဲ့အလှ၊ သူမရဲ့ဓန၊ သူမရဲ့ဘဝကို အရ ချူချင်ကြသူတွေလည်း ပါဝင်နေတတ်ပါတယ်။ မစားရတဲ့အမဲ သဲနဲ့ ပက်ဖို့ဝန်မလေးတဲ့ စာရိတ္တနိမ့်ပါးတဲ့သူတွေလည်း ပါဝင်နေတတ်တယ် ဆိုတာ မေ့မထားသင့်ပါဘူး။

ချစ်သူဝိုင်းဝိုင်းလည်နေတဲ့သူမို့ မာနတွေတက်၊ ဘဝင်လေ ဟပ်မိရင်တော့ ချိုးချင်သူတွေလည်းရှိနေတတ်ကြပါတယ်။ ဒါ ကြောင့် သူတို့တွေထဲက တစ်ယောက်ကို ကိုယ်က ရွေးချယ်တော့ မယ်ဆိုရင် ဂရုစိုက်ရမယ့်အရာတွေ အများကြီးရှိလာပါပြီ။ ချစ်သူ အဖြစ်နဲ့ နှလုံးသားကလက်ခံနေစေဦးတော့ သူ့အကျင့်စရိုက်က

တည်ကြည်လေးနက်စိတ်တွေ၊ မိမိကိုအမှန်တကယ် ချစ်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားတတ်သူ မဟုတ်ဘူးလို့ ဆန်းစစ်ခံစားမိရင်တော့ ထိုသူ တို့မရွေးသင့်တော့ပါဘူး။ ရွေးဖို့မဆိုထားနဲ့ စိတ်တောင်မဝင်စားသင့် ပါဘူး။

ဒါကြောင့် ရင်ခုန်ခံစားတတ်တဲ့ မြီးကောင်ပေါက်အရွယ်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အရွယ်ရောက်နေတဲ့မြီးကောင်လတ်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ တွေးဆ ဆင်ခြင်နိုင်စွမ်းရှိတဲ့ မြီးကောင်ကြီး (အပျိုဟိုင်း)အရွယ်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်အနားမှာလာချဉ်းကပ်တဲ့ ယောက်ျားတွေကို ပြန်ပြီးစိတ်ဝင်စား သင့်မသင့် ဆန်းစစ်ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်အောင် အသုံးဝင်မယ့်အချက် တွေကို သိရှိဖော်ပြပေးလိုက်ပါတယ်။

“စိတ်မဝင်စားသင့်သော ယောက်ျားများ”

၁။ အလှအပမက်လွန်းသော ယောက်ျား

ကိုယ့်ကိုလှလို့ ချဉ်းကပ်တဲ့ ယောက်ျားမျိုးဟာ ကိုယ့်ထက် လှတဲ့ သူကိုတွေ့ရင်လည်း မက်မောနိုင်တဲ့အတွက် ထိုယောက်ျားမျိုး ထို့ စိတ်မဝင်စားသင့်ပါဘူး။ ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်းသိသာစေသော အချက် - မိမိကို လှကြောင်းအမြဲပြောတတ်သူ။

၂။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလှကြိုက်လွန်းသော ယောက်ျား

မိန်းမသားဆိုတာမျိုးက အလှကြိုက်တတ်သူတွေပါ။ မိန်းမသား စရိုက်မျိုးပါပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလှကြိုက်လွန်းပြီးတသသ

ပြင်ဆင်တတ်တဲ့ အမျိုးသားတွေဟာ တည်ကြည်တဲ့ စိတ်တွေလျော့ပါးနေတတ်ပါတယ်။ ထိုယောက်ျားမျိုးဟာ မိန်းမနဲ့ပြိုင်ပြီး လှချင်လွန်းတာ မို့ ကြာလာရင် စိတ်ကုန်စရာကောင်းတဲ့ ဘဝလက်တွဲဖော်မျိုးဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်း သိသာစေသောအချက် - အလှကုန် ပစ္စည်းများအကြောင်း၊ အဝတ်အထည်ဖက်ရှင် ဒီဇိုင်းများအကြောင်း အမြဲပြောတတ်ပြီး ပြင်ဆင်ဝတ်စားတတ်သူ။

၃။ ညှာတာစိတ်မရှိသော ယောက်ျား

ဘဝလက်တွဲဖော်ဆိုတာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး စာနာနားလည်မှုတွေနဲ့ ကျွန်းကိုင်မို့၊ ကိုင်းကျွန်းမို့ အနေအထားမျိုးနဲ့ နေသွားရမယ့်သူတွေပါ။ ညှာတာစိတ်မရှိတဲ့ယောက်ျားကို ရွေးမိမယ်ဆိုရင် ထိုမိန်းမသားရဲ့ဘဝဟာ ပျော်ရွှင်ဖွယ်နေရက်တွေ ပျောက်ဆုံးသွားရတဲ့လူအဖြစ်ဘဝကို ဖြတ်သန်းသွားရမှာပေါ့။

ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်းသိသာစေတဲ့အချက်- ကလေးငယ်များအား ရိုက်နှက်တတ်ပြီး တိရစ္ဆာန်များအား ကန်ကျောက်တတ်သူ။

၄။ သည်းခံစိတ်မရှိသော ယောက်ျား

မိန်းမသားဆိုတာ အမှားများတတ်တဲ့ အမျိုးအစားထဲမှာ ပါဝင်နေပါတယ်။ ကိုယ်ကအရာရာသတိထားနေရဲ့သားနဲ့ အမှားတွေ

တို့မထင်မှတ်ဘဲ ပြုမိသွားတတ်တဲ့အခါတွေရှိပါတယ်။ အဲဒီအခါမျိုးမှာ သည်းခံသင့်တာတွေကို သည်းမခံတတ်တဲ့ယောက်ျားမျိုးနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ ရေရှည်မှာ စိတ်ဆင်းရဲမှုတွေ ရရှိခံစားရတတ်ပါတယ်။

ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်း သိသာစေသောအချက်- ပခုံးချင်းတိုက်မိရုံလေးနဲ့တင် ဒေါသထွက်ကာ ရန်စကားပြောတတ်သူ။

၅။ အလွယ်တကူ ကတိစကားတွေပေးပြီးတစ်ခုမှ မစောင့်ထိန်းတတ်သော ယောက်ျား

မင်းမှာ သစ္စာ၊ လူမှုကတိဆိုတဲ့စကားအတိုင်း ကတိတည်တဲ့သူသာ အကျင့်စာရိတ္တကောင်းတဲ့သူလို့ သတ်မှတ်နိုင်ပါတယ်။ ကတိတည်တဲ့ သူဟာ သစ္စာရှိတဲ့သူဖြစ်တဲ့အတွက် ကတိမတည်တဲ့ ယောက်ျားဆိုရင်တော့ အားမကိုးထိုက်၊ မယုံကြည်ထိုက်တဲ့ ယောက်ျားဖြစ်သွားပါပြီ။

ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်းသိသာစေတဲ့အချက်- အရက်မသောက်တော့ဘူး၊ ဆေးလိပ်မသောက်တော့ဘူးအစရှိတဲ့ သေးသေးဖွဲ့ဖွဲ့ ကိစ္စကအစ ကတိပေးပြီး မတည်သူ။

၆။ မိန်းကလေးလှလှမြင်တိုင်း မကြည့်ဘဲမနေနိုင်သော ယောက်ျား

လှတာမြင်ရင်ကြည့်ချင်ကြတာ ယောက်ျားတို့ သဘာဝပါ။ ဒါပေမဲ့ အကြည့်နဲ့တင် ရပ်မသွားဘဲ အာသာငမ်းငမ်းစိတ်တွေ စွဲ

ကျန်တတ်တဲ့ ယောက်ျားမျိုးကတော့ တဏှာရူးလို့ ကင်ပွန်းတပ်ခံရတဲ့အမျိုးအစားထဲ ပါဝင်သွားပါပြီ။ ဒါ့အပြင် ဒီလိုယောက်ျားမျိုးကို လက်တွဲဖော်အဖြစ်ထားမိတဲ့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်မှာ မျက်နှာငယ်ရတတ်ပါတယ်။

ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်း သိသာစေသောအချက်- မိမိနှင့် အတူရှိချိန်မှာတောင် မိန်းကလေးလှတာမြင်ရင် မကြည့်ဘဲမနေနိုင်စွာ ကြည့်ဖြစ်အောင်ကြည့်သူ၊ ကြည့်ပြီး ခဏရပ်မသွားဘဲ သဘောကျသည့် ပုံစံဖြစ်ပေါ်တတ်သူ။

၇။ မိမိ၏ မိဘများကို မလေးစားတတ်သောယောက်ျား

မိမိကလွဲပြီး မိမိမိဘနဲ့ ဆွေမျိုးပတ်ဝန်းကျင်ကို ဂရုမစိုက်တဲ့ ယောက်ျားမျိုးရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှုခံရပြီဆိုရင်တော့ ပြန်ပြီးစိတ်မဝင်စားလိုက်ပါနဲ့။ မရခင်ကတောင် ဒီလိုစိတ်တွေရှိနေမှတော့ လက်ထပ်ပြီးတဲ့အခါ မိဘတွေကို ထောက်ပံ့မယ့်ကိစ္စမျိုးတွေကိုတောင် တားမြစ်နိုင်တဲ့သူမို့ ထိုသူမျိုးကို လက်တွဲဖော်အဖြစ် မစဉ်းစားစေချင်ပါဘူး။

ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်း သိသာစေသောအချက်- မိမိအနားမှာသူရှိတာကို သဘောမကျကြောင်း ပြောမိသောမိဘကို ဂရုမစိုက်သည့် အမူအရာဖြင့် မလေးမစားပြန်ပြောတတ်သူ။

၈။ ငွေမက်လွန်းသောယောက်ျား

ငွေကလွဲပြီး အရာရာကို လျစ်လျူရှုတတ်တဲ့ ယောက်ျားမျိုးက မိသားစုအပေါ် တာဝန်ကျေနိုင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ မိန်းမသားတစ်ယောက် လိုအပ်တဲ့ နွေးထွေးကြင်နာမှုတွေတောင် သတိမရဘဲ ငွေရှာဖို့ပဲ သတိရနေမယ်ဆိုရင် သာယာပျော်ရွှင်တဲ့ အိမ်ထောင်ရေးကို ရရှိခံစားနိုင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။

ထိုယောက်ျားမျိုးမှန်း သိသာစေသောအချက်- မိမိနှင့် ခဏတာတွေ့ဆုံစဉ်မှာပင် ငွေကြေးရှာဖို့အကြောင်းပဲ အချိန် ပြည့်စဉ်းစားနေတတ်သူ။

၉။ ချူစားတတ်သောယောက်ျား

ချမ်းသာတဲ့အမျိုးသမီးများထံ ချဉ်းကပ်ပြီး ဘဝကိုရအောင် ယူကာ စည်းစိမ်မှန်သမျှကို သိမ်းပိုက်တတ်တဲ့ ယောက်ျားမျိုးကိုတော့ မိန်းမသားတို့ လုံးဝစိတ်ဝင်မဝင်စားသင့်ပါဘူး။ မိမိကို တကယ်တန်ဖိုးထား၊ မြတ်နိုးလို့မဟုတ်ဘဲ မိမိဆီက ရသမျှယူတတ်တဲ့ ယောက်ျားမျိုးကို လက်တွဲမိမယ်ဆိုရင်တော့ ဘဝမှာ စိတ်ချမ်းသာမှုတွေနဲ့ ကြုံတွေ့နိုင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။

၁၀။ အရက်သေစာ ကြိုက်နှစ်သက်လွန်းသောယောက်ျား
ယောက်ျားဆိုတဲ့အမျိုးက အပေါင်းအသင်းကောင်းရင်

တစ်ခွက်တစ်ဖလား နွဲ့တတ်တဲ့အမျိုးဆိုပေမယ့် ယောက်ျားတိုင်းတော့ အရက်မသောက်တတ်ကြပါဘူး။ သောက်တတ်တဲ့ ယောက်ျား တချို့ကတော့ စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ သောက်တတ်ကြပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်တတ်ကြပါတယ်။ တချို့ကတော့ သောက်တတ်ပြီး ထိန်းချုပ်မှု မရှိကြပါဘူး။ မိမိနဲ့ ချစ်သူဘဝမပြောနဲ့ သိကာစမှာပင် အရက်ကို အမြဲလိုလို (အကြောင်းအမျိုးမျိုးပြပြီး) သောက်တတ်တဲ့ ယောက်ျားမျိုး ကိုတော့ လက်တွဲဖော်အဖြစ် စိတ်မဝင်စားသင့် ပါဘူး။ ခုကတည်းက အရက်မှအရက်ဖြစ်နေတော့ အိမ်ထောင်သည် ဘဝရောက်လာတဲ့ အခါမှာ အိမ်ထောင်ဦးစီးအဖြစ် အိမ်ထောင်တာဝန်ကို ကျေပွန်စွာ ထမ်းရွက်နိုင်မယ့်သူ မဟုတ်ပါဘူး။

သီရိတို့ မိန်းမသားတွေက ဘဝလက်တွဲဖော်အဖြစ် ရွေးချယ်တော့မယ်ဆိုရင်တော့ မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ အမျိုးသားတွေမှာ အထက်ဖော်ပြပါအချက်တွေထဲက တစ်ခုခုနဲ့ ငြိစွန်းနေမယ်ဆိုရင်တော့ စိတ်မအေးသင့်ပါကြောင်း စေတနာရှေ့ ထားကာ ရေးသားလိုက်ရပါတော့တယ်။ ။

နှင်းသီရိကျက်သရေ

Vol-2, Issue 20 Wednesday 29, May 2013

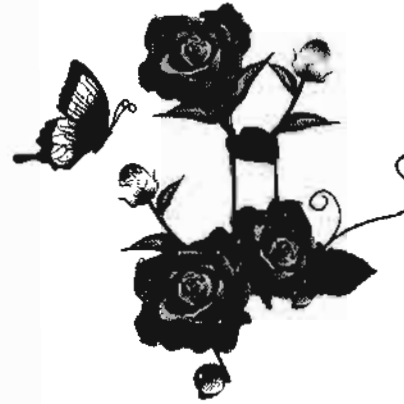
Women's World Journal



ကိုကိုတို့ အကြိုက် ဆိုရာဝယ်



Thiha Win Htain & Hnin Hnin Hla



ကိုကိုတို့အကြိုက် ဆိုရှာလယ်

ကိုကိုတို့ယောက်ျားတွေဟာ မိန်းမသားတွေ ချောတိုင်း
လှတိုင်း မချစ်မကြိုက်တတ်ကြပါဘူး။ ဒါကို မိန်းမသားတွေ
သိထားသင့်ပါတယ်။

ချောတယ်လှတယ်ဆိုတာကလည်း ကံတရားကပေးတဲ့
ဆုကြီးတစ်ပါးဆိုပေမယ့် ကိုကိုတို့ရဲ့ ရင်ထဲကိုလာရောက်ထိခတ်
ညှို့ငင်ဆွဲယူနိုင်မှသာ အချစ်ဆိုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတာပါ။ ဒါကို တချို့
မိန်းမသားတွေက မသိကြပါဘူး။

“ငါ့ရုပ်လှတယ်။ ငါ့ကို သူတော့ချစ်မှာပဲ။ ငါသာ သူ့ကို
ရေလာမြောင်းပေးလုပ်ရင် ငါ့ဘက်ပါလာမှာပဲ” ဆိုတဲ့ ထင်တစ်လုံး
ကြီးနဲ့ ထင်နေတတ်ကြတာကို မြင်ရတဲ့အခါ ရယ်ချင်သလို သနား
သလိုဖြစ်မိတယ်ဆိုတာရော “မ အထင်ကြီး” တို့ သိကြရဲ့လား။

ကိုကိုတို့ယောက်ျားသားတွေဟာ မိန်းမသားတွေကို

ဘယ်သောအခါကမှ အထင်မသေးရဲပါဘူး။ အထင်မသေးခဲ့ပါဘူး ဟူ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကိုကိုတို့ကို လူ့လောကရောက်အောင် မွေးဖွားပေးခဲ့သူဟာ မိန်းမသားတစ်ယောက်ဖြစ်နေလို့ပါပဲ။

ကိုးလလွယ် ဆယ်လဖွားဆိုတဲ့စကားဟာ လျှာဖျားပေါ်တင် ပြီး ပြောတော့လွယ်လွယ်လေးပါ။ သန္ဓေသားလေးကို ဗိုက်ထဲမှာ လကြာရှည်လွယ်ထားရတဲ့ ကိစ္စဟာ တကယ်ဆိုရင် မလွယ်ကူလှပါဘူး။ နေထိုင်ရ ဘယ်လောက်ခက်ရှာမလဲ။ ကလေးလေး မထိခိုက်ရအောင်၊ မပျက်စီးရအောင် နေနေရလို့ သူ့ခမျာ အရင်ကလို လွတ်လွတ်လပ် လပ်မနေရတော့ဘူး။ အစစအရာရာ ဆင်ခြင်ပြီး နေရရှာတယ်။

မွေးဖွားလာရင် ကိုယ်လက်အင်္ဂါအစုံအလင် ပါလာဖို့၊ ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်တဲ့ ကလေးလေးဖြစ်ဖို့ ဆုတောင်းရတာလည်း အမောပေါ့။ ဟော မွေးလာတဲ့အခါမှာလည်း ကလေးလေး လူလား မြောက်ဖို့အတွက် စိတ်ရောလူပါနစ်မြုပ်ပြီး ပြုစုပေးလိုက်ရတာ။ မိခင်ရဲ့မေတ္တာအသေချ်ကြောင့် သွေးရည်ကနေပြီး ချိုမြတဲ့ နို့ရည် အဖြစ်ပြောင်းလဲပေးခဲ့တာ အားလုံးအသိပါပဲ။

ဒါကြောင့် ကိုကိုတို့ ယောက်ျားသားတွေဟာ မိခင်အနွယ် ဝင်တွေ ဖြစ်တဲ့မိန်းမသားတွေကို လေးစားရပါတယ်။ ဒါကြောင့် လည်း ကိုကိုတို့အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါ မိန်းမသားတွေအပေါ် ချစ်တတ်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေ ဝင်လာရတာပေါ့။ ကိုကိုတို့မှာ အချစ်နဲ့အကြိုက်ဆိုတာရှိတယ်ဗျ။ ဘာအကြောင်းပြချက်မှမရှိဘဲ

ရင်ထဲမှာ တိမ်လွှာစီးနေသလို ခံစားမိလိုက်တာနဲ့ မျက်နှာမှာ အပြုံးတွေပေါ်သွားသလိုလို၊ သူ့အတွက်ပဲ အရာရာပေးဆပ်ချင် စိတ်တွေ တဖွားဖွားပေါ်လာသလိုဖြစ်လာတတ်တာကို ကိုကိုတို့က အချစ်ဆိုပြီး ခေါင်းစဉ်တပ်လိုက်ကြတယ်။ ဒါလည်း သနားညှာတာ တဲ့စိတ်တွေကြောင့် အချစ်တစ်ခုဖြစ်ပေါ်သွားစေတာလည်း ရှိတယ်။

အကြိုက်တော့ ရှင်းပါတယ်။ ယောက်ျားသဘာဝလှတာ မြင်ရင်၊ အသစ်အဆန်းမြင်ရင်၊ ထူးခြားနေတာတွေ့ရင် ကြိုက်မိတတ် တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကြိုက်တိုင်းမလိုချင်တတ်ကြဘူးနော်။ ခုကြိုက်နေပေမယ့် တော်ကြာ မကြိုက်တော့တဲ့အခါ ကျောခိုင်းထွက်ခွာသွားတတ်ကြတယ်။

ဒါကြောင့် လှပနေရုံတစ်ခုတည်းနဲ့ ကိုကိုတို့ကို ဆွဲဆောင် ထားဖို့ဆိုတာက မဖြစ်နိုင်ဘူးဆိုတာ သိထားသင့်တယ်။ ကိုကိုတို့က ဘဝလက်တွဲဖော်ရွေးချယ်တဲ့အခါ ချစ်တာနဲ့ ကြိုက်တာကိုပါ အနိုး ညီညီလိုချင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ လိုချင်တိုင်းမရတဲ့အခါမျိုးတွေ ရှိကြ တာပဲဆိုသလို အချစ်ကိုရွေးမိရင် အကြိုက်ကိုစွန့်လွှတ်ရတတ်သလို အကြိုက်ကိုရွေးမိရင်လည်း အချစ်ကို စွန့်လွှတ်ရတတ်တယ်လေ။

ကိုကိုတို့က အကြိုက်ကိုရွေးမိတဲ့အခါ မိန်းမသားတွေက တိုက်တို့အကြိုက်အတိုင်းအမြဲဖြစ်နေမှသာ ထာဝရလက်တွဲသွားလို့ ရမှာလေ။ ကိုကိုတို့က ယောက်ျားတွေဆိုတော့ အမြဲလှနေမှ ကြိုက် မယ်လို့တော့ မထင်လိုက်ပါနဲ့။ လုံးဝမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုကိုတို့သာလျှင် အကြိုက်မယ်ဆိုရင် ဒီကမ္ဘာပေါ်မှာ ရုပ်မလှတဲ့ မိန်းမသားတွေ

ယောက်ျားမရတော့ဘူးပေါ့။ ယောက်ျားတစ်ယောက်ရဲ့ အချစ်မခံရတော့ဘူးပေါ့။

မိန်းမသားတို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း တွေ့မြင်နေတာပဲ။ အသားမည်းမည်း၊ သွားကျဲကျဲ၊ အရပ်ပူပြတ်ပြတ်နဲ့ အမျိုးသမီးမှာလည်း သူ့ကိုချစ်ခင်ယုယစွာလုပ်ကိုင်ကျွေးမွေးနေတဲ့ ခင်ပွန်းကောင်းတစ်ယောက်ရှိနေတတ်တာပဲလေ။

ကိုကိုတို့ယောက်ျားတွေ အများစုကြိုက်နှစ်သက်တာလေးတွေက ဆန့်ကျင်ဘက်မိန်းမသားတွေမှာ ရှိနေတတ်တာမို့ ကိုကိုတို့ကို သူမတို့ဘေးက ထွက်ခွာမသွားနိုင်အောင် ဆွဲဆောင်ထား နိုင်ခြင်းပါပဲ။ ကဲ ဒီတော့ ကိုကိုတို့အကြိုက်လေးတွေကို ပြောပြမယ်နော်။

၁။ စိတ်ထားကောင်းရှိခြင်း

ဒါကတော့ ယောက်ျားပဲဖြစ်ဖြစ် မိန်းမပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ထားမကောင်းတဲ့ သူကို မနှစ်သက်တတ်ကြပါဘူး။ ကိုကိုတို့နှစ်သက်တဲ့ စိတ်ထားကောင်းဆိုတာ ကိုကိုတစ်ဦးတစ်ယောက်တည်းပေါ်ထားတဲ့ စိတ်ထားကောင်းမျိုး၊ ကွက်ကျားစိတ်ကောင်းမျိုးမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုကိုရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် အသိုင်းအဝိုင်းပေါ်လည်း စိတ်ထားကောင်းထားနိုင်တဲ့ မိန်းမသားမျိုးကိုပဲ ကြိုက်တာပါ။

၂။ နားလည်မှုရှိခြင်း

ကိုကိုတို့ယောက်ျားတွေဟာ ကျားသဘာဝ အသောက်အစားလေးတွေရှိတတ်ကြတယ်။ ခြောက်ပြစ်ကင်းသဲလဲစင် ဖြစ်စေချင်လို့

ဆိုပြီး အတင်းကြီးလည်ပင်းကို ပုတီးစွပ်ပေး၊ ဘုန်းကြီးကျောင်းကို အတင်းဆွဲခေါ်သွားတာမျိုး မကြိုက်ကြပါဘူး။ အလွန်အကျွံ မသောက်စားတဲ့အပေါ် နားလည်မှုပေးပြီး ဘာသာရေးဘက်ကို ပျော့ပျောင်းတဲ့ ဆွဲခေါ်မှုနဲ့ ဆွဲခေါ်တတ်တဲ့ မိန်းမသားတွေကိုပဲ ကြိုက်တာဗျ။

၃။ ဆရာကြီးလုပ်ခြင်း

တစ်ခါတစ်ရံ ဆရာကြီးလေသံနဲ့လာပြောတာ၊ ခိုင်းတတ်တာ ဆုံးမတတ်တာတော့ ကြိုက်တယ်ဗျ။ ဒါပေမဲ့ အမြဲတမ်းတော့ ဆရာလာမလုပ်နဲ့။ လုံးဝမကြိုက်ရေးချ မကြိုက်ဘဲ။ အထူးသဖြင့် မိတ်ဆွေရင်းချာတွေရဲ့ရှေ့မှာ (သောက်စားဝိုင်းဖွဲ့နေမိတဲ့အချိန်) ဆရာကြီးလေသံနဲ့ ပြောဆိုဆုံးမတာကို မကြိုက်ဆုံးပါပဲ။ အဆိုးဆုံးတော့ မိဘတွေရှေ့နဲ့ ကိုယ့်ရဲ့လက်အောက်ငယ်သားတွေရှေ့မှာ ဆရာကြီးစတိုင်လာမဖမ်းမိစေရန်၊ နှစ်ယောက်တည်းအချိန်တွေမှာဆိုရင်တော့ သဘောရှိကလောဟိပါပဲဗျာ။

၄။ ချွဲနွဲ့ခြင်း

အင်း အဲဒါလေးတွေလည်း တစ်ခါတစ်လေတော့ အကြိုက်သားဗျ။ “ကိုကိုရေ . . . မောင်ရေ . . .” ဆိုတဲ့ အခေါ်လေးကို ခွဲနွဲ့လေး ခေါ်ပြီး ချွဲနွဲ့တာကြိုက်သဗျ။ ကိုကိုတို့တွေက အလုပ်လုပ်နေရတာဆိုတော့ အမြဲချွဲနွဲ့နေခြင်းက နားပူနားဆာလုပ်သလို ခံစားရတတ်လို့ မကြိုက်ဘူးဗျ။

၅။ စုဆောင်းတတ်ခြင်း

စုဆောင်းတတ်တဲ့မိန်းမသားကိုတော့ ကိုကိုတို့ကြိုက်သလို လေးလည်းလေးစားပါတယ်ဗျာ။ ပရမ်းပတာ၊ ဟော့ဟော့ရမ်းရမ်း သုံးဖြုန်းတတ်တဲ့ မိန်းမသားမျိုးကို ကိုကိုတို့မကြိုက်ဆုံးပါပဲ။ ဘယ် လောက်ပဲချစ်လို့ အလိုလိုက်ထားပါစေ၊ ရှာသမျှ အလျဉ်မမီအောင် သုံးစွဲတတ်တဲ့ မိန်းမမျိုးက နတ်သမီးထက် အဆတစ်ရာမက လှနေပါစေ ကိုကိုတို့ မကြိုက်တတ်ပါဘူး။ ဘယ်နှယ်ဗျာ ဒီမှာ အသက်ထွက်မတတ်ရှာဖွေထားတဲ့ ငွေကြေးစည်းစိမ်တွေကို အနှမြော မရှိ သုံးပစ်တာတော့ လွန်တာပေါ့။

သုံးသင့်သလောက်တော့ သုံးပေါ့။ ကိုယ့်ယောက်ျား ဘယ် လောက်ရှာနိုင်ဖွေနိုင်သလဲဆိုတာလည်း သိသင့်ပြီး နည်းနည်းတော့ သနားသင့်တာပေါ့ဗျာ။ သုံးလည်းသုံး စုလည်းစုတတ်တယ်ဆိုရင် ယောက်ျားခက်ခဲတဲ့အချိန်မှာ ငွေထုတ်ပေးနိုင်တဲ့မိန်းမမျိုးကို ဘယ် ယောက်ျားက မကြိုက်ဘဲ ရှိမှာတဲ့လဲ။

အကြိုက်တွေကတော့ အများကြီးရှိပါသေးတယ်။ ဒီငါးချက် ကတော့ အဓိကကျတဲ့အတွက် အရင်ဆုံးရေးပြခြင်းပါပဲ။ ဆက်ပြီး တော့လည်း ကိုကိုတို့ရဲ့ သဘောထားတွေကို ရေးခွင့်ပြုပါဦးဗျာ။

တော်ထက်ကောင်း

Vol-2, Issue 51 Wednesday 1, January 2014

Women's World Journal

သင်ဟာ ဒီစာကြောင်တဲ့ မိန်းမသားလား



Hnin Hnin Kyethay



သင်ဟာ
ဇီဝကြောင်တဲ့
မိန်းမသားလား

မိန်းမသားအများစုဟာ ဇီဝကြောင်တတ်တဲ့သူတွေကို သိပ်မနှစ်သက်ကြပါဘူး။ အထူးသဖြင့် မိန်းမသားအချင်းချင်းထက် ဆန့်ကျင်ဘက် ယောက်ျားသားတွေ ဇီဝကြောင်တာတွေ မြင်မိတယ် ဆိုရင်ပဲ “လက်တို့ပြီးပြောရဦးမယ်” ဆိုတာထက် အဆတစ်ရာမက လျှင်မြန်စွာအတင်းတုတ်နေကြပါပြီ။

ယောက်ျားလေးတွေ ဇီဝကြောင်တာကို မိန်းမသားတွေ လုံးဝမကြိုက်တတ်ကြပါဘူး။ မကြိုက်သာ မကြိုက်တယ်၊ တစ်ခါ တစ်ရံမှာ ဇီဝကြောင်တာကို မကြိုက်ပါဘူးဆိုတဲ့ မိန်းမသားကိုယ် တိုင်တောင်မှ ဇီဝကြောင်မှန်းမသိကြောင်နေတတ်ပါတယ်။

ဇီဝကြောင်တဲ့ မိန်းသားကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဇီဝကြောင် နေမှန်းလည်း မသိပါဘူး။ လူဆိုတဲ့အမျိုးကလည်း အခက်သား။

ကိုယ့်မျက်ချေးကျတော့ ကိုယ်မမြင်မိတတ်ကြဘူးလေ။ မျက်စိပါတာ ချင်းအတူတူ ကိုယ်ကျတော့ မျက်ချေးမထွက်တော့တဲ့ အတိုင်းပဲ။ သတိထားမနေတော့ဘဲ သူများမျက်ချေးကိုပဲ အပြစ် မြင်တတ်ကြတာလေ။

တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်ကတော့ ကိုယ့်အတွေးအခေါ်၊ အပြုအမူတွေက သာမန်ပဲလို့ထင်မိနေပေမယ့် သူများအမြင်မှာတော့ ကိုယ်က ဇီဇာကြောင်နေတဲ့သူဖြစ်လို့ နေတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မိမိမှာ ဇီဇာကြောင်တတ်တဲ့ စိတ်ကလေးရှိမရှိဆိုတာ ဆန်းစစ်ကြည့်ဖို့တော့ လိုနေပါပြီ။

နှင်းသီရိဆန်းစစ်ထားတဲ့ မေးခွန်းလေးတွေကို ဖြေကြည့်မယ်လေ။ အဲ ဇီဇာကြောင်ပါတယ်လို့ အများဆုံးဖြေမိလျက်သား ဖြစ်နေတယ်ဆိုရင်လည်း စိတ်ပျက်သွားစရာ မလိုပါဘူး။ ဇီဇာကြောင် နေမိတယ်ဆိုတာကို သိရပြီဆိုရင် ကိုယ့်အကျင့်တွေကို မပြင်နိုင်စရာ အကြောင်းမှမရှိတာ။

ဇီဇာကြောင်နေတယ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာလည်း တချို့သော ဇီဇာကြောင်မှုလေးတွေက သင့်ကိုချစ်စရာကောင်းတဲ့ အသွင်မျိုးဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ အဲ ဒါပေမဲ့ တချို့ ဇီဇာကြောင်မှုတွေကတော့ အများနဲ့မတူ ထူးခြားပေါ်လွင်နေတဲ့ အပြုအမူကြောင့် အများရဲ့ အမြင်ကတ်မှုကို ခံရတတ်ပါတယ်။

အရေးကြီးတဲ့အချက်ကိုတော့ သိရိက မိန်းမသားအချင်းချင်းမို့ “လက်တို့ပြီးတော့ ပြောရဦးမယ်” ဆိုပြီး ပြောချင်ပါတယ်။

အဲဒါဘာလဲဆိုတော့ ဇီဇာကြောင်တတ်တဲ့ မိမိရဲ့အကျင့်ကို ယောက်ျားတွေက သမီးရည်းစားဘဝမှာသာ အပြစ်မမြင်ပေမယ့် အိမ်ထောင်သည်ဘဝမှာတော့ အပြစ်မြင်တတ်ကြတယ်ဆိုတာကို သတိပြုမိစေဖို့တိုပဲ ပြောပြချင်ပါတယ်။

သမီးရည်းစားဘဝမှာ ကိုယ့်ရဲ့ဇီဇာကြောင်မှုလေးတွေက ချစ်သူရဲ့ ရင်ခွင်ကို စွဲငြိမ်းဆုပ်နိုင်တဲ့ အမူအရာဖြစ်ကောင်းဖြစ်ခဲ့ပေမယ့် အိမ်ထောင်သည်ဘဝမှာတော့ အဲဒီဇီဇာကြောင်မှုက ခင်ပွန်းသည်ရဲ့ လက်ကို ဘရိတ်မအုပ်နိုင်ဘဲ မိမိကို နရင်းအုပ်ပစ်ချင်တဲ့ အမူအရာမျိုးအဖြစ် ဖြစ်သွားစေနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မနေနိုင်လို့ ဇီဇာကြောင်ချင်သပဆိုလည်း ကြောင်ပါ။ ဒါပေမဲ့ အများနဲ့ထူးပြီး ခွဲထွက်နေရင်တော့ အများရဲ့ အရူးဆိုတဲ့ ထောပနာပြုသံကို မိမိကွယ်ရာမှာ အပြောခံရမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကဲ စကားတွေလည်း အစပျိုးလာတာ စာကြောင်းတွေများ ကုန်ပြီဆိုတော့ တိုယ်ဟာ ဇီဇာကြောင်တဲ့ မိန်းမသားများလား။ အများနဲ့ လိုက်လျောညီထွေစွာ နေထိုင်တတ်တဲ့ မိန်းမသားလားဆိုတာ သိရအောင် မေးခွန်းလေးတွေကို ဖြေကြည့်ရအောင်နော်။ ဖြေတဲ့အခါမှာ ဇီဇာကြောင်တဲ့သူဟာ ငါများဖြစ်နေမလားဆိုပြီး ကြိုတွေးကာ စိတ်မပူနေပါနဲ့။ စိတ်ထဲခပ်ပျော်ပျော်ထားပြီးပေါ့ ပေါ့ပါးပါးလေးပဲ ဖြေကြည့်ပါ။ ဒါမှ တိုယ်ကဘယ်လိုလူလဲဆိုတာ သိနိုင်မှာပါ။

ကဲ စဖြေလို့ရပါပြီ။

၁။ စားသောက်ဆိုင်ထိုင်တဲ့အခါမှာ

(က) ဆိုင်ကထိုင်ခုံပေါ်မှာ အခင်းတစ်ခုတင်ပြီးမှထိုင်တယ်။

(ခ) စားပွဲထိုးလေး သုတ်ပေးထားတဲ့ ထိုင်ခုံမှာပဲ ထိုင်တယ်။

(ဂ) ထိုင်ခုံပေါ်မှာ ဖုန်တွေရှိနေသေးလား၊ ရေတွေရှိနေသေးသလားဆိုတာ အရင်ကြည့်ပြီးမှ ထိုင်တယ်။

၂။ ဈေးဝယ်ထွက်တဲ့အခါ ပစ္စည်းတစ်ခုကို ဈေးနှုန်းရော ပစ္စည်းပါ ကြိုက်ပြီဆိုတာနဲ့

(က) လိုချင်တဲ့ပစ္စည်းမို့ ဝယ်လိုက်ပါတယ်။

(ခ) အခြားဆိုင်ကကြည့်ခဲ့တဲ့ မျိုးတူပစ္စည်းက ပိုပြီးကောင်းနေသလို ခံစားရတာမို့ မဝယ်သေးဘဲ စောစောကကြည့်ခဲ့တဲ့ ဆိုင်ကိုပြန်သွားကြည့်ပြီးမှ ဝယ်ဖို့ဆုံးဖြတ်မှာပါ။

(ဂ) အခြားဆိုင်မှာကြည့်ခဲ့တဲ့ ဈေးရောပစ္စည်းပါကြိုက်တာ မှန်ပေမယ့် လက်ရှိရောက်နေတဲ့ဆိုင်က စိတ်နှလုံးရှည်ရှင်းလင်းပြောကြားတဲ့အတွက် စေတနာကို အသိအမှတ်ပြုပြီး ဝယ်လိုက်ပါတယ်။

၃။ မိမိအိမ်ကို အခြားသော အိမ်နီးချင်းများက အစားအသောက်များလာဖို့တဲ့အခါမှာ

(က) မိမိကို စားစေချင်လို့ လာဖို့တဲ့အတွက် ဝမ်းပန်းတသာနဲ့ လက်ခံလိုက်ပါတယ်။

(ခ) အိမ်နီးချင်းဆိုတာ ဒီလိုပဲရှိရမှာပါလေ။ အစားကောင်းစားရရင် ခင်တဲ့သူကို စားစေချင်မှာပဲလို့ တွေးပြီး ကျေးဇူးတင်စွာ လက်ခံလိုက်ပါတယ်။

(ဂ) ကိုယ့်မမြင်ကွယ်ရာမှာ ချက်ပြုတ် လုပ်ကိုင်ထားတာဆိုတော့ ဘယ်လိုတွေလုပ်ထားမှန်းမသိဘူး။ အိမ်နီးချင်းမို့လို့သာ မကောင်းတတ်လို့ လက်ခံလိုက်ရပါတယ်။

၄။ မိမိအိမ်ကို မိတ်ဆွေများနဲ့အတူကလေးများပါ အလည်လာသောအခါ

(က) ကလေးတွေပါပါတော့ အိမ်က ပိုစည်ကားတဲ့အတွက် သဘောကျပါတယ်။

(ခ) ကိုယ်က ကလေးမချစ်တတ်ပေမယ့် မိတ်ဆွေရဲ့ ကလေးတွေဆိုတော့ ကိုယ့်ရဲ့သားသမီးတွေလိုပဲ သဘောထားပြီး ကလေးတွေကို စားချင်တာကို လုပ်ကျွေးမိပါတယ်။

(ဂ) ဘုရား၊ ဘုရား၊ မျောက်ကလေးတွေ၊ ငါပန်းအိုးတွေ၊ ငါစာအုပ်တွေ၊ ငါထိုင်ခုံတွေကို ဖရိုဖရဲဖြစ်အောင် လုပ်တော့မယ်။ မုန်းလိုက်တာနော်။ ခေါ်မလာနဲ့လို့ ပြောမကောင်းလို့သာ ဟင်းဟင်းကြီးနဲ့သာ ချည်ထားလိုက်ချင်တယ်။

၅။ မိမိကတရုတ်အစားအစာကို မနှစ်သက်ပေမယ့် ငြင်းမရတဲ့
မိတ်ဆွေက ဧည့်ဝတ်ပြုချင်လို့ ခေါ်သွားတဲ့အခါ

(က) တော်တော် အကျင့်ပုတ်တဲ့ဟာမ၊ ချိုရဲရဲတွေ မစား
တတ်ပါဘူးဆိုမှ ဒီကိုခေါ်နေသေးတယ်။ ခေါ်တော့လည်း လိုက်ရ
မှာပေါ့။ ငရုတ်သီးမှုန့်နဲ့ ငံပြာရည်တော့ ထည့်သွားမှပဲ။

(ခ) မိတ်ဆွေက စေတနာနဲ့ ခေါ်တာဆိုတော့ စေတနာကို
အသိအမှတ်ပြုတဲ့အနေနဲ့ လိုက်သွားပါတယ်။

(ဂ) ကျွေးချင်တဲ့သူ ဒါနမြှောက်အောင် စားပေးရမှာလေ။
ဒါကြောင့် သူကျေနပ်အောင် ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ အစားအစာမဟုတ်ပေ
မယ့် များများလေးစားလိုက်မိပါတယ်။

၆။ မိမိက အိမ်မှာ မိမိအတွက် သီးသန့်သုံးဖို့ ရေခွက်၊ ထမင်း
ပန်းကန်ဆိုပြီး သပ်သပ်ထည့်ထားတယ်။ ဒါကို အကြောင်း
မသိတဲ့ ဧည့်သည်က ယူသုံးမိတဲ့အခါ

(က) သူမှမသိဘဲလေ။ အပြစ်မြှော်ဖို့ မလိုအပ်ပါဘူး။

(ခ) ကိုယ်ကမှ သူ့ကိုကြိုမပြောထားမိတာ၊ သူ့အပြစ်မဟုတ်
ဘူးလေ။ သူသုံးပြီးတော့ ကိုယ်သေချာ ပြန်ဆေးလိုက်ရန် သန့်
သွားတာပဲ။

(ဂ) မကြိုက်ပါဘူးဆိုနေမှ သူများပန်းကန်ကို လာသုံးသွား
တယ်။ ပြန်သုံးရမှာ စိတ်မသန့်တော့လို့ အသစ်ပဲထုတ်သုံးလိုက်တော့
မယ်။

၇။ ခရီးသွားတဲ့အခါ မိမိဘေးမှာ နေရာရတဲ့ သူက ခပ်ဝဝ
ဖြစ်နေလို့ ကိုယ့်အသားနှင့်ထိကပ်စွာ ထိုင်နေရတဲ့အခါ

(က) အများနဲ့သွားတဲ့အခါ ဒီလိုပဲလေ။ ကိုယ်ပိုင်ကားမှ
မဟုတ်တာ။ ဒီလောက်တော့ရှိမှာပါ။

(ခ) လူလူချင်းပဲ၊ ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး။

(ဂ) အသားက ချွေးတစိုစိုနဲ့ တော်တော် ရွံ့ဖို့ကောင်းတယ်။
ကိုယ်နဲ့ကလည်း နံစော်နေတာပဲ။ ကားပေါ်ကဆင်းတာနဲ့ စနိုး
တာဝါ ငါးခုလောက်ဝယ်ပြီး သူ့အသားနဲ့ထိတဲ့နေရာတွေကို သုတ်
ပစ်လိုက်မယ်။ (သို့) ရေဆေးချလိုက်မယ်။

ကဲဒါတွေကတော့ အခြေခံကျတဲ့ မေးခွန်းတွေပါပဲ။ ထပ်
ပြီး မေးလို့ရသေးပေမယ့် ဒီလောက်ဆိုရင် မိမိက ဇီဝကြောင်
သူလား၊ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ လိုက်လျောညီထွေစွာ နေတတ်သူလား၊
သူတစ်ပါးအပေါ် နားလည်တတ်သူလားဆိုတာကို အဖြေထုတ်နိုင်
ပါပြီ။ ကဲမေးထားတဲ့ အဖြေလေးတွေကို ကြည့်ကြဦးစို့။

သင်ဟာမေးခွန်းနံပါတ်

၁။ (က)

၂။ (ခ)

၃။ (ဂ)

၄။ (ဂ)

၅။ (က)

၆။ (ဂ)

၇။ (ဂ) တွေကို အများဆုံးရွေးဖြေထားမိတယ်ဆိုရင်တော့ သင်ဟာ
ဇီလာကြောင်နေသူပါ။ ဒီလိုမှမဟုတ်ဘဲ သင်ဟာမေးခွန်း
နံပါတ်

၁။ (ခ)

၂။ (က)

၃။ (က)

၄။ (က)

၅။ (ဂ)

၆။ (ခ)

၇။ (ခ) တွေကို အများဆုံးရွေးဖြေထားမိတယ်ဆိုရင်တော့ သင်ဟာ
သူတစ်ပါးအပေါ်နားလည်စိတ်ရှိသူပါ။

ဒါမှမဟုတ် သင်ဟာမေးခွန်းနံပါတ်

၁။ (ဂ)

၂။ (ဂ)

၃။ (ခ)

၄။ (ခ)

၅။ (ခ)

၆။ (က)

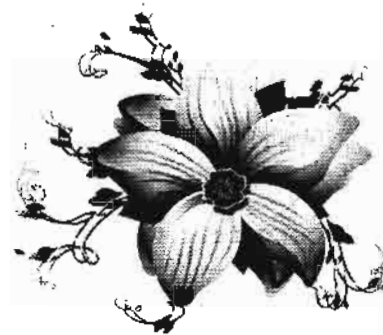
၇။ (က) တွေကို အများဆုံးရွေးဖြေထားတယ်ဆိုရင်တော့ သင်ဟာ
ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ လိုက်လျောညီထွေစွာနေထိုင်တတ်သူပါ။

မေးခွန်းများဖြေဆိုရင်း ပျော်ရွှင်ကျေနပ်နိုင်ကြပါစေလို့
ဆုမွန်မြွေလျက်
နှင်းသီရိကျက်သရေ

Vol-2, Issue 22, Wednesday 12, Jun 2013

Women's World Journal





လိမ္မာယဉ်ကျေး
မိန်းကလေး

မိန်းမသားတို့ရေ။ မိန်းမသားတို့ကို လေးစားတဲ့ ယောက်ျား
တစ်ယောက်အနေနဲ့ မိန်းမသားတို့အတွက် အကျိုးရှိတာ၊ ကောင်း
တာတွေကိုပဲ ရရှိစေချင်ပါတယ်။ မိန်းမသားတွေလူပုံအလယ်မှာ
မျက်နှာငယ်ရမယ့်အရေး။ သူများတံထွေးခွက်ထဲ ပက်လက်မျောပါ
သွားရမယ့်အရေးကို မကြည့်ချင်ပါဘူးဗျာ။

မိန်းမသားတွေက မိခင်နွယ်ဝင်တွေမို့ မြင့်မြတ်တဲ့ စိတ်
ထားတွေပိုင်ဆိုင်ကြပြီး ယောက်ျားသားတွေ မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားရတဲ့
သူတွေပဲဖြစ်စေချင်တာ တော်ထက်ကောင်းရဲ့ဆန္ဒပါ။ တော်ထက်
ကောင်း အဓိကပြောချင်တာက ဆယ်ကျော်သက်လုံမလေးတွေကို
ပဲဗျ။

ဆယ်ကျော်သက်ဆိုတာ ခန္ဓာကိုယ်အပြောင်းအလဲဖြစ်လာ
တာနဲ့အမျှ စိတ်သဘောထားတွေလည်း လိုက်ပြောင်းလဲတာတစ်ကြိမ်

တယ်။ အပြောင်းအလဲဖြစ်လာတဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို သူတစ်ပါးအမြင် မခံဝံ့ကြတော့ဘူး။ ရေချိုးတာကအစ ကလေးတစ်ယောက်လို ချိုးလို့ မသင့်တော်တော့ဘူးလေ။ အဲဒီအချိန်မှာ အလှအပကိုလည်း မက်လာတတ်ကြတယ်။

ဘယ်လောက်ပဲ အလှမမက်ပါဘူး။ ကစားတာပဲမက်တယ် ပြောပြော၊ အလှပြင်ပစွည်းလေးတွေတွေ့ရင် သုံးကြည့်ချင်စိတ်ရှိ လာတတ်ကြတယ်။ ယုတ်စွအဆုံး သနပ်ခါးလေးပဲဖြစ်ဖြစ် လိမ်း တတ်လာကြတယ်။ ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်ကချောတယ်လှတယ်ပြော ရင် သဘောကျတတ်လာကြသလို၊ စိတ်ဝင်စားမှုကိုလည်း လိုချင် လာ တတ်ကြတယ်။ ဒီလိုအချိန်မှာ အလှအပတွေကလည်း အစွမ်း ကုန်လှဖို့ အရှိန်ယူဖူးငုံနေကြပြီ။ မကြာခင်လှပဖွံ့ထွားတဲ့ အလှပန်း လေး တစ်ပွင့်ဖြစ်လာတော့မယ်။ လောကအလယ်မှာ အရွယ်ရောက် တဲ့ မိန်းမသားတစ်ယောက်အဖြစ်ရောက်လာတော့မယ်လေ။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရွယ်ရောက်သလို စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာလည်း အရွယ် ရောက်ဖို့ လိုအပ်တယ်ဆိုတာ လုံမငယ်ငယ်တွေ သိထားသင့်ပါ တယ်။

ဒီလိုသိထားဖို့ဆိုတာ သူ့အလိုလိုတော့ သိလာမှာမဟုတ်ပါ ဘူး။ “လက်ဦးဆရာ မည်ထိုက်စွာ၊ ပုဗ္ဗာစရိယ မိန့်၌” ဆိုသလို မိဘနှစ်ပါးက သိထားသင့်၊ နားလည်ထားသင့်တာတွေကို ပြောပြ ထားရမှာပါ။ ပြောပြနိုင်ဖို့ကိုလည်း မိဘနှစ်ပါးဆီမှာ ပြည့်စုံ

လုံလောက်တဲ့ ဗဟုသုတရှိထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုမှမဟုတ်ဘဲ မိဘနှစ်ပါး ကိုယ်တိုင်က အရွယ်မတိုင်ခင် အိမ်ထောင်ကျထားတဲ့ အတွက် ကြားမြင်သုတမပြည့်စုံသေးတဲ့ ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် လေးသာဆိုရင်တော့ မိမိတို့ သမီးလေးဆယ်ကျော်သက်အရွယ်မှာ မိမိကိုယ်တိုင်က အသက် ၃၀ ဝန်းကျင်လောက်သာရှိနိုင်တာမို့ မိမိတို့ထက် ကြားမြင်သုတရှိတဲ့ ဘိုးဘွားမိဘဆရာသမားတွေဆီ အဆုံးအမကို ခံယူလို့ရအောင် စီစဉ်ပေးသင့်ပါတယ်။

အိုးကောင်းတစ်လုံး ရဖို့အတွက် အိုးမဖြစ်ခင် အိုးလုပ်စဉ် ရွှံ့စေးဘဝမှာကတည်းက လိုရာပုံသွင်းပေးရမှာပါ။ “တံငါနားနီး တံငါ၊ မုဆိုးနားနီး မုဆိုး” ဆိုတဲ့ စကားပုံကလည်း ရှိနေတော့ မသင့် လျော်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ အရွယ်ရောက်လာတဲ့ မိန်းကလေးတွေဟာ သူမလေးတို့နေစဉ်မြင်တွေ့နေရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်က သင်ဆရာဖြစ်ပြီး ထိုအပြုအမူအတိုင်း အနိုးစွဲလုပ်ချင်စိတ်တွေ ဖြစ်သွားတတ်ကြပါတယ်။

“လိမ္မာ ယဉ်ကျေးတဲ့ မိန်းမကောင်းလေးဖြစ်ဖို့ဆိုတာက မည်သည့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကြီးပြင်းလာခဲ့ရသလဲဆိုတာ ဘဝတစ်ခုရဲ့ အခြေခံပါ။ ညဌာန်မလေး အပျော်မယ်လေးတွေဟာ သူတို့သဘောနဲ့ သူတို့ဖြစ်ချင် လို့ ဖြစ်လာကြရတာမရှိသလောက်ပါပဲ။ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ တွန်းတိုက်မှု၊ ဘဝပေးအနေအထားတွေကြောင့် အများရင်ခွင်မှာ အငှားပျော်ရွှင်နေရ ရှာတာပါ။ အစကတော့ မဖြစ်ချင်ဘဲ ဖြစ်ခဲ့ရတယ် ဆိုပေမယ့် အသားကျသွားတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကနေ ရုန်းမတွန်းနိုင်ဖြစ်ပြီး

ဘဝတွေ နှစ်သထက်နှစ်သွားကြရတာ ရင်နာစရာကောင်းလှပါတယ်။ တချို့ လုံမလေးတွေက မိကောင်း၊ ဖခင်သားသမီးလေးတွေ ဖြစ်ရဲ့သားနဲ့ ကောင်းဆိုးနှစ်တန် ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်စွမ်းတွေ အားနည်းလို့ မဖြစ်သင့်တာတွေဖြစ်ပြီး ဘဝတွေပျက်စီးသွားကြတာ တွေလည်း မိန်းမသားတို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ အများကြီးပါ။

သူများမယား အငယ်လုပ်ရတာကို ဂုဏ်ကြီးတစ်ခုလို ထင်နေတဲ့ အသိဉာဏ်မပြည့်ဝရှာတဲ့ မိန်းမသားတွေ၊ မယားရှိရှိ ကြီး သိရဲ့သားနဲ့ ငွေတစ်ခုကိုပဲကြည့်ပြီး သူတစ်ပါး အိမ်ထောင် ပြိုကွဲအောင်လုပ်မှန်းမသိ လုပ်နေတဲ့ မိန်းမသားတွေ၊ အောင်မြင် မှု အတွက် အသွေးအသားကို စွန့်ရဲတဲ့မိန်းမသားတွေ။ အိမ်ထောင် ရှိပါလျက်နဲ့ ကိုရီးယားကားတွေ အကြည့်များပြီး အချစ်ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်တပ်ကာ မိုက်ရှူးရဲဆန်တဲ့ မိန်းမသားတွေဟာ ဘယ်လောက် ပဲ အတတ်ပညာတတ်တတ် ဝေဖန်ပိုင်းခြားဆင်ခြင်နိုင်စွမ်းနဲ့ ဗဟု သုတ အားနည်းလို့သာ အကောင်းအဆိုး မခွဲခြားနိုင်ဘဲ အခုလို ဖြစ်နေကြရတာပါ။

ဒါကြောင့် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်မရောက်ခင် ငယ်စဉ် တောင်ကျေးကလေးဘဝကတည်းက သိရှိနားလည်သင့်တာတွေကို မိဘဆရာသမားတွေက သင်ပေးထားရမှာ၊ ပြောပြဆုံးမပေးထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မကောင်းတာကို မကောင်းဘူးဆိုတာ သေချာသိ အောင်၊ ကောင်းတာကို ကောင်းတဲ့အတိုင်း သေချာသိအောင်

ကောင်းတာနဲ့ မကောင်းတာကို ဝေဖန်ခွဲခြားပေးထားရမှာပါ။

လုံမငယ်လေးတစ်ယောက်ဟာ လိမ်လည်းလိမ္မာမယ်။ ယဉ်လည်း ယဉ်ကျေးနေမယ်ဆိုရင် မကောင်းမှုပြုဖို့၊ မကောင်းတဲ့ မိန်းမသားဘဝရောက်ဖို့၊ သူတစ်ပါးရဲ့ မိသားစုကို ဖြိုခွင်းဖို့ဆိုတဲ့ ကိစ္စမျိုးတွေလုပ်မိဖို့ ခဲယဉ်းသွားပါပြီ။

လိမ္မာတဲ့ မိန်းကလေးတိုင်းဟာ မယဉ်ကျေးတတ်သလို၊ ယဉ်ကျေးတဲ့ မိန်းကလေးတိုင်းဟာလည်း မလိမ္မာတတ်ကြပါဘူး။ ကလေးဘဝအခြေခံရှိမှသာ ယဉ်ကျေးတဲ့ မိန်းကလေးအဖြစ် အသွင် ပြောင်းလို့ရမှာပါ။ ဒီလိုမှမဟုတ်ဘဲ ယဉ်ကျေးတာတစ်ခုတည်း ရှိနေရင်တော့ အဲဒါ ဟန်ဆောင်ယဉ်ကျေးပြနေတာပါ။ လူမြင်ကောင်း အောင် ယဉ်ကျေးပြရုံနဲ့ မိန်းမကောင်း ဖြစ်မလာပါဘူး။ လိမ္မာတယ် ဆိုရာမှာလည်း မကောင်းတာကို မကောင်းမှန်းသိ ပြီး မလုပ်ခြင်းကမှ လိမ္မာတာပါ။ ကိုယ့်ဆရာသမားမှီလို့သူပြောတာ နားထောင်ရမယ်ဆိုပြီး နားထောင်တာက လိမ္မာတာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ ကိုယ့်ဆရာသမား မှားနေတာကိုသိရင် မှားနေတဲ့ အကြောင်းအလိမ္မာလေးနဲ့ သတိပေး တတ်ခြင်းကသာ လိမ္မာတဲ့သူလေးပါ။

လိမ္မာပြီးယဉ်ကျေးတဲ့ မိန်းကလေးတွေလည်း အများကြီးပါ။ ဒါပေမဲ့ သူတို့လေးတွေဟာ ယဉ်ကျေးပြီး မလိမ္မာတဲ့ မိန်းကလေး တွေထက် အဆတစ်ရာမကသာပါတယ်။ သူတို့ရဲ့အပေါ်ယံအသွင် အပြင်၊ အပြောအဆိုကသာ လူအမြင်မကောင်းတာပဲရှိတာပါ။

သူတို့ရဲ့ စာရိတ္တကတော့ ပြုစင်ကောင်းမွန်တယ်ဆိုတာ ပြောစရာ မရှိပါဘူး။

မလိမ္မာတဲ့မိန်းကလေးတွေကတော့ ဘယ်လောက်ပဲအပေါ်ယံ ယဉ်ကျေးပြပြ၊ သူ့ရဲ့ ယဉ်ကျေးပြမှုက အများကို လိမ်ညာနေတာသာ ဖြစ်တာမို့ မိန်းမကောင်းတစ်ယောက်လို့ သတ်မှတ်လို့မရပါဘူး။ ဒါကြောင့် လိမ်လည်း လိမ္မာ၊ ယဉ်ကျေးမှုလည်းရှိမယ်ဆိုရင်တော့ ထိုမိန်းကလေးက ဘာသာ၊ သာသနာ၊ လူမျိုးအတွက် အဖိုးမဖြတ်နိုင်တဲ့ ကျောက်ကောင်းလေးတစ်ပွင့်ပမာဖြစ်နေမှာ အသေအချာပါ။

တော်ထက်ကောင်း

Vol-2, Issue 1, Wednesday 8, January 2014



ယောက္ခမရှိသေ မောင့်အချစ်ဝေ



Daw Khin Khin Soe
Hnin Hnin Kywe



ယောက္ခမ ရိုသေ
မောင့်အချစ်ဝေ

“ယောက္ခမ ရိုသေ အသက်ရှည်”လို့ပဲ ကြားဖူးပါတယ်။ အခုမှ “ယောက္ခမ ရိုသေ မောင့်အချစ်ဝေ” ဆိုပြီး ဘယ်လိုဖြစ်သွားရတာလဲ နှင်းသီရိကျက်သရေလို့ မေးချင်ကြပါလိမ့်မယ်။ ဒီအကြောင်းလေးကို သေချာရှင်းပြချင်လို့ ခုလိုခေါင်းစဉ်လေးကို ရွေးချယ်ပြီး ဒီစာမူကို ရေးမိခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။

ယောက္ခမဆိုတာ မိမိနဲ့ဘာမှမတော်စပ်ဘူးဆိုပေမယ့် မိမိခင်ပွန်းသည်ရဲ့ ကျေးဇူးရှင်မိဘနှစ်ပါးပဲဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့မိဘတွေကို မိမိက ရိုသေလေးစား၊ တန်ဖိုးထားချစ်ခင်သလောက်ကို ခင်ပွန်းသည်ကလည်း သူ့ရဲ့မိဘတွေကို မိမိရဲ့ခံစားမှုထက် မသာရင် နေ မလျော့တဲ့ ခံစားမှုတွေနဲ့ ရိုသေလေးစားတန်ဖိုးထားမှာ အမှန်ပါ။ မိဘနှစ်ပါးက မွေးခဲ့လို့သာ သားလှရတနာဆိုတာ ခြေကမ္ဘာပေါ်မှာ ခြေချခွင့်ရခဲ့တာပါ။

ကိုယ့်ရဲ့ မိဘနှစ်ပါးက ကိုယ့်အပေါ်မှာ မိဘဝတ္တရားကျေပွန်ခဲ့သလို ခင်ပွန်းသည်ရဲ့ မိဘနှစ်ပါးစလုံးကလည်း သူတို့ရဲ့ ရင်နှစ်သည်းချာအပေါ် အချစ်တွေနဲ့ စောင့်ရှောက်ပေးခဲ့မှာပါ။ (မိဘမရှိတဲ့ သူကတော့ အုပ်ထိန်းသူက စောင့်ရှောက်ပေးမှာပါ။) ရှေးအစဉ်အဆက်ကတည်းက ပြောခဲ့ကြတဲ့စကားလေးတစ်ခုရှိပါတယ်။ ဒါကတော့ “သမီးကို အဖေတွေက ပိုချစ်တတ်ကြလို့ သားတွေကတော့ အမေတွေရဲ့ အချစ်ဆုံး” တဲ့။

ဟုတ်လည်း ဟုတ်နေတာပါပဲ။ စိတ်ဓာတ်မာကျောတဲ့ ယောက်ျားသားတွေရဲ့ နှလုံးသားက တိတိတာတာနဲ့ ချစ်စရာကောင်းစွာ စကားဆိုတတ်တဲ့ သမီးလေးက အသည်းနှလုံးကို ဆွဲယူသိမ်းပိုက်ထားနိုင်ပါတယ်။ နူးညံ့တဲ့ နှလုံးသားပိုင်ရှင်မိခင်ကတော့ မထုံတတ်တေး ကလေးဘဝကတည်းက ချစ်စရာမျက်နှာထားနဲ့ သားကလေးကို တုန်နေအောင် ချစ်တတ်ကြပါတယ်။

များသောအားဖြင့် သားမွေးထားတဲ့ မိခင်တွေဟာ သားအပေါ်မှာ အချစ်တွေကို စုပုံထားတတ်ကြပါတယ်။ ကိုယ်ကသာ သူများရဲ့ သားကို ယူထားပေမယ့် မိမိရင်ကဖြစ်တည်မွေးဖွားလာတဲ့ သားကိုတော့ သူစိမ်းမိန်းကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ ရင်ခွင်ထဲကို ကြည်ဖြူစွာအပ်ချင်တဲ့ မိခင်အများကြီးရှိနေနိုင်ကြပါဘူး။ ကိုယ်ကယူယူကြင်နာစွာမွေးထားခဲ့တဲ့ လူ လားမြောက်အောင် ပြုစုစောင့်ရှောက်ထားခဲ့ရတဲ့သားက အတောင်စုံတာနဲ့ မိခင်ရဲ့ ရင်ကိုခြေစုံကန်ပြီး

သူစိမ်းမိန်းကလေးတစ်ယောက်ကို တစ်သက်တာလုံး လုပ်ကိုင်ကျွေးမွေး နေရတဲ့အခြေအနေကို ရင်နာတတ်ကြပါတယ်။ “သီးချိန်တန်သီးပွင့်ချိန်တန်ပွင့်” ဆိုတဲ့ စကားပုံလေးကို သဘောပေါက် လက်ခံထားမိလို့သာ ဖြစ်တတ်တဲ့သဘောသဘာဝအပေါ် နားလည်ပေးထားခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သားတွေကလည်း သူတို့အပေါ်မှာ အချစ်တွေပုံပေးထားတဲ့ မိခင်ကို မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားတတ်ကြပါတယ်။ သားရော သမီးပါ မွေးထားတဲ့ မိခင်တွေထက် တစ်ဦးတည်းသောသားတစ်ယောက်သာ ရှိတဲ့ မိခင်တွေက သားတွေအပေါ် လိုတာထက်ပိုပြီး သံယောဇဉ်တွေ၊ မိမိတစ်ယောက်သာ ချစ်ချင်တဲ့ စိတ်တွေပိုများနေတတ်တာ သဘာဝတရားပါ။

မိဘနဲ့သားသမီးကြားက သံယောဇဉ်ကြိုးက မျက်စိနဲ့သာ မမြင်ရပေမယ့် အလွန်ခိုင်ခံ့တဲ့ ကြိုးတစ်ချောင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ ခိုင်ခံ့တဲ့ကြိုးကို ထာဝစဉ်တည်တဲ့စေဖို့အတွက်သာ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က သူတွေက လုပ်ပေးရမှာပါ။ ဖြစ်တည် ခိုင်ခံ့နေတဲ့ကြိုးကို ဖြတ်တောက်၊ ဖျက်ဆီးပစ်မယ်ဆိုရင်တော့ သဘာဝကိုဆန့်ကျင်ရာရောက်တဲ့အတွက် ဘယ်သူ့အတွက်မှ အကျိုးမရှိနိုင်ပါဘူး။

မိန်းမသားတို့က အချိန်တန်အရွယ်ရောက်လို့ အိမ်ထောင်ပြုတော့မယ်ဆိုရင် ကိုယ်ယူတော့မယ့် ခင်ပွန်းလောင်းဟာ အခြားသောမိန်းမသားတစ်ဦးရဲ့ အားဖြစ်စေတဲ့ သားတစ်ယောက်ကို

ဆွဲထုတ်ယူသွားရတော့မှာပါလားဆိုတဲ့ အသိစိတ်၊ နားလည်မှု စိတ်ထားလေးတော့ရှိထားသင့်ပါတယ်။ မိန်းမသားချင်း စာနာနားလည်စိတ်လေးသာရှိထားမယ်ဆိုရင် “ဪ ငါလည်း သားမွေးတဲ့အခါ ဒီလိုပဲ ခံစားရမှာပဲလေ” ဆိုတဲ့ အတွေးလေးသာ တွေးမိမယ်ဆိုရင် ယောက္ခမကို ယောက္ခမဆိုတဲ့ သူစိမ်းပြင်ပြင် အနေအထားမျိုး မဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်မိဘအရင်းလို သဘောထားမိမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်က မိဘအရင်းလိုသဘောထားတယ်ဆိုရင် (ကိုယ့်သဘောထားက အမှန်တကယ်ဖြူစင်၊ စစ်မှန်ခဲ့မယ်ဆိုရင်) ပထမစတုန်းက ကိုယ့်အပေါ် သဘောမကျတဲ့ လူမျိုးတောင် ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ဖြူဖြူလေးကို လက်ခံပေးလာတတ်ပါတယ်။ ဒါမျိုးကတော့ ခုရေတွင်းတူး၊ ခုပဲရေကြည်သောက်ချင်တယ်ဆိုတာမျိုးတော့ ဖြစ်နိုင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ အချိန်ကာလတစ်ခုထိတော့ စောင့်စားပေးဆပ်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

စကတည်းက “ကိုယ့်ကို သဘောမတူခဲ့တာ၊ ဘယ်လိုပဲ အကောင်းလုပ်ပေးပေး အကောင်းပြောမခံရတဲ့အတူတူ ကိုယ့်ဘာသာပဲ စိတ်ချမ်းသာသလိုနေတော့မယ်” ဆိုတဲ့စိတ်မျိုး ထားခဲ့မိမယ်ဆိုရင်တော့ အိမ်ထောင်ကျကာစမှာသာ ကိုယ့်ခင်ပွန်းသည်က ခွင့်လွှတ်ကောင်း ခွင့်လွှတ်ထားပေမယ့် သူ့မိဘအပေါ်မှာ မလေးစားတာ၊ ဂရုမစိုက်တာမျိုး တွေ ဖန်များလာတဲ့အခါ ကိုယ့်အပေါ်ကိုလည်း စိတ်ကွက်လာတတ်ပါတယ်။

မိန်းမဩဇာလွှမ်းမိုးခံထားရတဲ့ ခင်ပွန်းမျိုးတောင် ဇနီးသည်ရဲ့ လုပ်ရပ်ကို သဘောမကျလို့ ပါးစပ်ကဖွင့်မပြောရဲဘူးဆိုရင် တောင် ကြာလာတဲ့အခါ ရင်ထဲကမကျေနပ်ချက်တွေဟာ မျှိသိပ်ထားရဖန်များရင် ပေါက်ကွဲထွက်လာနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်က သူများသားကို ယူထားပြီး သားကိုလည်းနိုင်၊ သားရဲ့မိဘတွေကိုလည်း မလေးစား၊ ဂရုမစိုက်၊ ကိုယ့်မိဘလိုသဘောမထားခဲ့ဘူးဆိုရင်တော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် သားမွေးလာတဲ့အခါ ကိုယ်ပြုခဲ့သလို တစ်ခါပြန်ခံခဲ့ရမယ်ဆိုရင် အဲဒီအချိန်မှာ ခံနိုင်ရည်ရှိပါ့မလားဆိုတာ ကြိုတင်စဉ်းစားထားသင့်ပါတယ်။ ဟော သားမမွေးလဲ သမီးပဲမွေးလာလို့ ငါတော့ ဒီလိုမျိုး ပြန်ခံစားရတော့မှာ မဟုတ်ဘူးဆိုပြီး ဆန္ဒစောကာ ဝမ်းသာမနေပါနဲ့ဦး။ သမီးနဲ့ပတ်သက်လာတဲ့ သမက်ရဲ့ တုံ့ပြန်မှုလေးက ကိုယ်အရင်တုန်းက ယောက္ခမတွေအပေါ် လုပ်ခဲ့တဲ့ပုံစံတွေထက် မသာယာနိုင်ဘူးလို့ ပြောလို့မရနိုင်ပါဘူး။

သမီးကိုယ်တိုင်က သမက်ဘက်ပါသွားပြီး ကိုယ့်ကိုစိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်အောင် ပြန်လည်လုပ်နိုင်စွမ်းတွေရှိနေသေးတယ်ဆိုတာ သတိရနေရမှာပါ။ ခင်ပွန်းသည် ကိုယ်တိုင်ကိုက သူ့မိဘတွေအပေါ် သားသမီးဝတ္တရား ပျက်ကွက်နေတာမျိုးတွေ ဖြစ်လာခဲ့မယ်ဆိုရင် ကိုယ်ကထောက်ပြပေးပြီး ယောက္ခမတွေ့ရဲ့ လိုအပ်ချက်တွေကို ရှိသေလေးစားတဲ့ စိတ်နဲ့ဖြည့်ဆည်းပေးရမှာပါ။

“လူအမျိုးမျိုး စိတ်အထွေထွေ”ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း ယောက္ခမတိုင်းတော့ သဘောထား မှန်တဲ့သူချည်း၊ နားလည်မှုရှိတဲ့ သူတွေချည်းပဲတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်ဘက်ကတော့ သဘောထားမှန်ကန်စွာနဲ့ နေခဲ့မယ်ဆိုရင် ကောင်းတဲ့ရလဒ်ကို တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ပြန်လည်ခံစားရမှာ ဧကန်ပါ။

ယောက္ခမရဲ့ ချစ်ခင်နားလည်ပေးမှုမျိုးကိုလည်း မုချရရှိနိုင်မှာပါ။ တကယ်ဆိုရင် ယောက္ခမကိုရိုသေလေးစားတဲ့ မိန်းမသားမျိုးကို ခင်ပွန်းသည် တိုင်းက ပိုမိုသဘောကျ နှစ်သက်ကြသလို၊ ပတ်ဝန်းကျင်အလယ်မှာလည်း ချီးကျူးလေးစားဖွယ် မိန်းကလေး တစ်ယောက်အဖြစ် ကောင်းသတင်းမွှေးနေတတ်ပါတယ်။

ဒါ့အပြင် မိမိရဲ့ သားသမီးတွေ ရှေ့မှာလည်း စံပြမိခင်သဖွယ် ပြန်လည်လေးစားခံရမှာဖြစ်သလို သားသမီးတွေ အိမ်ထောင်ပြုသွားလို့ ရရှိလာမယ့် ချွေးမတို့ သမက်တို့ရဲ့ တန်ပြန်ရိုသေလေးစားဖို့ဆိုတာ အပန်းကြီးတဲ့ လုပ်ရပ်မျိုးတော့ မဟုတ်ပါဘူး။

ငါလည်း တစ်ချိန်မှာ ယောက္ခမဖြစ်လာခဲ့ရင် ချွေးမဆီက ဘယ်လိုဆက်ဆံရေးမျိုး၊ ဘယ်လို စိတ်ထားမျိုးရရင်ကောင်းမယ်ဆိုတဲ့ အတွေးမျိုးစဉ်းစားမိရင် အဲဒီပုံစံအတိုင်း ကိုယ့်ယောက္ခမအပေါ်မှာ သဘောထားလိုက်ရုံပါပဲ။ “ယောက္ခမရိုသေ မောင့်ချစ်ဝေ” ဆောင်းပါးလေးကို သီရိကစေတနာ စိတ်ရင်းခံနဲ့ ရေးသားလိုက်ခြင်းပါ။ မကြာခင်မှာ ဝါကျွတ်ကာလရောက်တော့မှာဆိုတော့ လက်ထပ်မင်္ဂလာ

ပြတော့မယ့်ညီမလေးတွေ၊ မမကြီးတွေအတွက် အထူးလက်ဖွဲ့အနေနဲ့ ရေးသားဖြစ်ခြင်းပါ။

ဒါကြောင့် ဘဝတစ်သက်တာလက်တွဲသွားရမယ့် “မောင့်”ရဲ့ အချစ်တွေ ထာဝစဉ် ဝေဝေဆာဆာ ဖြစ်စေဖို့၊ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ လေးစားချီးကျူးမှုရရှိလာစေဖို့ နောင်တစ်ချိန်မှာ မိမိက ယောက္ခမဖြစ်လာခဲ့ရင် ချွေးမရဲ့ စိတ်ထားဖြူဖြူလေးတွေ စစ်မှန်စွာ ပြန်လည်ရရှိစေဖို့အတွက် မောင့်ရဲ့မိဘ၊ မောင့်ရဲ့ အုပ်ထိန်းသူ၊ ဆွေမျိုးအကြီးအကဲတွေအပေါ် ရိုသေလေးစားကြပါလို့ သီရိ အထူးတိုက်တွန်းလိုက်ပါရစေရဲ့။

နှင်းသီရိကျက်သရေ

Vol-2, Issue 38 Wednesday 22, October, 2013

Women's World Journal



မောင်ခေါ်ရာ
မလှိုက်ခင်



Thabe Win Hnin & Hnin Hnin Hla



မောင်ခေါ်ရာ မလျှိုက်ခင်

“မမက မောင်ခေါ်ရာလိုက်မှာလား...” ဆိုတဲ့ သီချင်းလေးကို ကြားဖူးကြမှာပါ။ အရွယ်ရောက်လာကြတဲ့ မိန်းမနဲ့ ယောက်ျားတွေဟာ သဘာဝရဲ့ စေခိုင်းချက်အောက်မှာ ချစ်ခြင်းတရားကို သိရှိလာကြပါတယ်။

အချစ်ဆိုတာ တကယ်တော့ စကားလေးနှစ်လုံးနဲ့ပဲ ဖွဲ့စည်းထားပေမယ့် သူ့အဓိပ္ပါယ်ကတော့ ကျယ်ဝန်းနက်ရှိုင်းပါတယ်။

သွေးသားဆန္ဒတွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ကျွန်တော်တို့ လူသားတွေဟာ ကမ္ဘာဦးကတည်း ယောက်ျား၊ မိန်းမအတူတကွပေါင်းဖက်ခြင်းအမှုကို ပြုလာတတ်ကြတယ်။ ဒီကိစ္စက သင်စရာမလိုဘဲ သဘာဝရဲ့ စေခိုင်းမှုအတိုင်း ဖိုမသဘာဝ စိတ်ပါဝင်စားခြင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်လာရပါတယ်။ ပုံသဏ္ဌာန်အနေအထားခန္ဓာကိုယ် တည်ဆောက်ပုံချင်း မတူညီကြတဲ့ ကျားနဲ့မတွေ့ဟာ ကျားဖြစ်ရင် ပြီးရော။

မဖြစ်ရင်ပြီးရောဆိုတဲ့ အတွေးတစ်ခုတည်းနဲ့ ပေါင်းဖက်ကြတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီလို ကျားဖြစ်ရင်ပြီးရော၊ မဖြစ်ရင်ပြီးရောဆိုတာကတော့ တိရစ္ဆာန်ဂိုဏ်းဝင်သွားနိုင်ပါတယ်။

အသိဉာဏ်တွေ၊ ယဉ်ကျေးမှုတွေ မထွန်းကားခင်ကတည်းက လူတွေမှာ စိတ်ခံစားမှုဆိုတာ ပါလာကြပါတယ်။ ကိုယ့်နဲ့အတူနေလာတဲ့သူကို အခြားသူက လာရောက်ပတ်သက်တာကို မကြိုက်တဲ့ လက်မခံနိုင်တဲ့ အနေအထား၊ စိတ်ခံစားမှုတွေ ရှိနေကြပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့ စိတ်ခံစားမှုတွေ၊ အချစ်တွေ၊ သံယောဇဉ်တွေ၊ နားလည်မှုတွေ၊ တာဝန်တွေဆိုတော့တွေကို သိရှိလာကြပါတယ်။

အခုခေတ်အခါမှာတော့ “အချစ်” စကားလုံးလှလှလေး အောက်မှာပဲ ဘဝတွေကိုထူထောင်နေကြပါပြီ။ တချို့ကတော့ ကိုယ်ချစ်၊ တချို့ကတော့ သူချစ်၊ ကံကောင်းတဲ့သူတွေကြတော့ အပြန်အလှန်ချစ်တွေနဲ့ နှစ်ကိုယ်တူဘဝလေးတွေကို ထူထောင်ချင်ကြ၊ ထူထောင်နေကြပါပြီ။

တချို့ကတော့ နှစ်ဖက်မိဘသဘောတူလို့၊ တချို့ကတော့ အိမ်ထောင်ပြုသင့်တဲ့အရွယ်ရောက်လို့ မိမိနှင့် သင့်တော်တဲ့သူကို လက်ထပ်တာ၊ အိမ်ထောင်ပြုချိန်ရောက်လို့ သင့်တော်မယ့်သူရှာပြီး လက်ထပ်တာ စတဲ့အကြောင်းအရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ရေးသားသွားမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ မိဘကလည်း အားမပေး၊ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းများ ကလည်း ကန့်ကွက်နေတဲ့ကြားက အချစ်ကိုကိုးကွယ်ပြီး မောင်

မျက်နှာတစ်ရွာမှတ်ထင်ပြီး မောင်ခေါ်ရာလိုက်ဖို့ ပြင်နေတဲ့ မိန်းမသားများအတွက် စေတနာထားပြီး ရေးပြချင်တာပါ။

တော်ထက်ကောင်း ရေးသမျှဆောင်းပါးတွေထဲမှာ အမြဲသုံးနှုန်းဖြစ်တာကတော့ မိခင်နွယ်ဝင်ဆိုတဲ့ စကားလေးပါ။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်က မိခင်နွယ်ဝင် မိန်းမသားတွေကို လေးစားတန်ဖိုးထားလို့ သွေးသားရင်းချာလို့ သဘောထားပြီး ရေးသားပြသွားမှာပါ။

တချို့ကတော့ မောင်ခေါ်ရာကိုလိုက်ကြတာ အသိဉာဏ်မရင့်ကျက်သေးတဲ့ မနူးမနပ်အရွယ် ဆယ်ကျော်သက်လေးတွေပါ ကွာလို့ ပြောကောင်းပြောပြပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုတော့ တစ်သမတ်တည်း မထင်လိုက်ကြပါနဲ့။ ဆယ်ကျော်သက်တွေက အသိဉာဏ်မရင့်ကျက်သေးလို့ဆိုပေမယ့် နှစ်ဆယ်ကျော်၊ သုံးဆယ်ကျော်၊ လေးဆယ်ကျော်တွေလည်း လိုက်နေကြတာဆိုတော့ မနူးမနပ်အရွယ်လို့တော့ ပြောလို့မရတော့ပါဘူး။

ဟုတ်ရဲ့လားလို့တော့ မမေးပါနဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်။ မောင်ခေါ်ရာလိုက်နေကြတာ လေးဆယ်ကျော်မက ငါးဆယ်ကျော်တွေ ပါပါနေတယ်ဆိုရင် အံ့ဩဦးမှာလား။ သည့်ထက်ပြောရရင် အသိဉာဏ်မရင့်ကျက်တဲ့သူတွေမဟုတ်ဘဲ ကျောင်းဆရာမတွေ၊ ဆရာဝန်မတွေပါ ပါဝင်နေတယ်လို့ပြောရင် မအံ့ဩပါနဲ့။

ပိုအံ့ဩချင်ရင်တော့ မောင်ခေါ်ရာကိုလိုက်တဲ့ အနေအထားကိုပဲ အံ့ဩကြပါ။ ဟုတ်ပါတယ် အနေအထားပါ။ အနေအထားဆို

တဲ့ စကားစုက စကားလုံးလေးလုံးပဲ ပါဝင်ဖွဲ့စည်းထားပေမယ့် အဓိပ္ပါယ်ကတော့ နက်ရှိုင်းပါတယ်။

ခပ်ရှင်းရှင်း ဖွင့်ချလိုက်ရင်တော့ ကောင်းတဲ့အနေအထားနဲ့ ဆိုးတဲ့အနေအထားလို့ပဲ အလွယ်တကူ ပြောကြပါစို့။ ကောင်းတဲ့ အနေအထားဆိုတာကတော့ သင့်လျော်တဲ့ အနေအထား ပတ်ဝန်းကျင်က လက်ခံနိုင်တဲ့ အခြေအနေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုးတဲ့အနေအထားကတော့ ပတ်ဝန်းကျင်က လက်မခံနိုင်တဲ့အခြေအနေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်က သိလို့မကောင်းတဲ့ပုံစံတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီထက် ပိုပြီး ဆိုးတဲ့အနေအထားကို ရှင်းအောင်ပြောရရင် လက်မထပ်နိုင်မယ့် အနေအထားမှန်းသိရဲ့သားနဲ့ အတူနေမိခြင်းပါပဲ။

မောင်ခေါ်ရာကို လိုက်ကြရမှာ အခြေအနေအမျိုးမျိုးကြောင့် လိုက်ကြရတာပါ။ မိန်းမသားဆိုတဲ့ အမျိုးဟာ တစ်သက်မှာ တစ်ခါသာ လက်ထပ်ချင်ကြပြီး လက်ထပ်တဲ့အခါမှာလည်း တရားဝင်လက်ထပ်တာမျိုး၊ ဘဝမှာ အမှတ်တရကောင်းနဲ့ သိမ်းထားသွားနိုင်တဲ့ လက်ထပ်မှုမျိုးကိုပဲ လိုချင်ကြတာပါ။

လူမသိ သူမသိနဲ့ အသုံးတော်ခံနေရတဲ့ အနေအထား။ ဒါဟာ ငါ့ခင်ပွန်းလို့ လူကြားထဲမှာ မိတ်ဆက်မပေးနိုင်တဲ့ အနေအထားဆိုးမျိုးကို ဘယ်မိန်းမသားကမှ လိုချင်ကြတာမဟုတ်ပါဘူး။ ကဲ ဒီလိုဆိုရင် မောင်ခေါ်ရာ မလိုက်ခင် လိုက်သင့် မလိုက်သင့် အရင်စဉ်းစားဖို့ လိုနေပြီပေါ့။

ပတ်ဝန်းကျင်က ဒီယောက်ျားကို ဘာဖြစ်လို့ မနှစ်သက်ရတာလဲ။ မိဘတွေက ဘာကြောင့် သဘောမတူရတာလဲဆိုတာက စပြီး အရင်ဆုံး စဉ်းစားရမှာပါ။ မိဘတွေ သဘောမတူတာက အရင်ပြောကြရအောင်။ မိဘတွေက ဘာလို့သဘောမတူတာလဲ။ ဒီယောက်ျားရဲ့ အလုပ်အကိုင်ကြောင့်လား။ အလုပ်အကိုင် ကြောင့် မဟုတ်ဘူးဆိုရင်တော့ ဒီယောက်ျားရဲ့ မိဘတွေနဲ့ ရန်သူ ဖြစ်ခဲ့လို့လား။ ဒါလည်း မဟုတ်ဘူး။ ကဲ ဒါဆို ဒီယောက်ျားက အိမ်ထောင် ပျက်ခဲ့ဖူးလို့လား ဒါလည်းမဟုတ်ဘူး။ နောက်ဆုံးတစ်ချက်ပဲ ကျန်ပါတော့တယ်။ မိဘတွေ မကြိုက်နှစ်သက်ခြင်းက ဒီယောက်ျားရဲ့ အကျင့်စာရိတ္တ ပျက်ပြားနေလို့လား ဒါလည်း မဟုတ်ဘူး။ ဒီယောက်ျားက အရက်သမား၊ ဖဲသမား၊ ဥပဒေမဲ့ အလုပ်မလုပ်ဘူး။ စီးပွားရေး (သို့) အလုပ်ထဲမှာလည်း နာမည်ပျက်မရှိဘူး။

ကဲ ဒါဆိုဘာကြောင့် ဒီလိုလူကို မိဘတွေက သဘောမကျ ရတာလဲ။ သူ့မှာ တရားဝင် မိန်းမရှိနေလို့ဆိုတဲ့ မိဘတွေရဲ့ အကြောင်းပြချက်က မိဘတွေအတွက် အရမ်းခိုင်လုံပါတယ်။ ကိုယ်ကတော့ အချစ်စိတ် ငယ်ထိပ်တက်ဆောင်နေလို့ ဒါဟာ အပြစ်တစ်ခု မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကို သူတကယ်ချစ်ရင်ရပြီဆိုတာမျိုး တွေးထားတတ်တယ်လေ။

အများစု မိဘတွေကတော့ ကိုယ့်သမီးလေးကို လူမသိ သူမသိ တိတ်တိတ်ပုန်းမယားအဖြစ် မဖြစ်စေချင်လို့ သဘောမတူ

တာပေါ့။ ကဲ နောက်တစ်ချက် ပတ်ဝန်းကျင်က ဘာကြောင့်မနှစ်သက်ရတာလဲ။

လူဆိုတာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို မကူညီရင်လည်း ဘယ်သူကမှ အရေးတယူလုပ်ပြီး အပြစ်ရှာမပြောကြပါဘူး။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို မကူညီဘဲ အနှောင့်အယှက် ပြုသူဖြစ်နေရင်တော့ ပတ်ဝန်းကျင်က နှစ်သက်တော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ပတ်ဝန်းကျင်ကို အနှောင့်အယှက်ပြုတယ်ဆိုတဲ့ အနေအထားကလည်း ပုံစံအမျိုးမျိုးတည်ရှိနေပါတယ်။ သူဟာ ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ မိကောင်းဖခင်သားသမီးတွေကို မဖွယ်မရာ အပြုအမူတွေ လုပ်ပြသလား။ ငွေကြေးချမ်းသာတယ်ဆိုပြီး ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဝရုမစိုက်တဲ့ပုံစံနဲ့နေနေသလား။ အဲဒီလို ဆိုရင်တော့ ပတ်ဝန်းကျင်က ဘယ်လိုမှ နှစ်သက်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ယဉ်ကျေးတဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းအသိုင်းအဝိုင်း၊ ဘာသာတရားရဲ့ ဘောင်မဝင်နိုင်မှုတွေကြားမှာ ကိုယ်ချစ်မိတဲ့သူက ဘယ်လိုမှ အံဝင်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့် အသိုင်းအဝိုင်းက လက်မခံနိုင်တာ ဂရုမစိုက်ဘူးလို့ ပြောတဲ့ ယောက်ျားရဲ့ နောက်ကို အရာရာစွန့်ပြီးလိုက်ဖို့ တန်ရဲ့လားဆိုတာ မိန်းမသားတို့ စဉ်းစားစေချင်ပါတယ်။

သူ့နောက်ကိုလိုက်ပြီဆိုရင် နောက်ဆက်တွဲ ‘အကျိုးအပြစ်’ တွေကို ရင်ဆိုင်နိုင်ရဲ့လားဆိုတာလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြည့်ရ

မှာပါ။ မိဘသဘောတူခြင်းတစ်ခုသာမဟုတ်ဘဲ မိမိရဲ့ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို မနှစ်သက်ဘူးဆိုတာ အကြောင်းမဲ့မဟုတ်ဘူးဆိုတာကို သတိပြုရတော့မှာပါ။

မောင်ခေါ်ရာကို အထုပ်ဆွဲပြီးလိုက်ရတာမျိုးမဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်ရဲ့မိဘ မိသားစု အိမ်ကနေ မောင် လိုချင်တဲ့ ကာမပေးဖို့ လိုက်နေရတဲ့ မိန်းမသားတွေလည်း မောင့်အပြောတစ်ခုတည်းနဲ့ ဘဝကို ယုံမှတ်ပြီး ပုံမအပ်စေချင်ပါဘူး။

‘မောင့်မိန်းမကိုကွာပြီး ချစ်ကိုယူမှာပါ။ ကာလတစ်ခုထိတောင့်ပါ’ ဆိုတာမျိုးတွေကို ယုံနိုင် စရာမရှိတဲ့ ယုံတမ်းစကားပုံပြင်တွေဆိုတာ ‘ပုံမအပ်ခင်’ ‘သတိဝင်’ နေရမှာပါ။

နောက်ဆုံးအနေနဲ့ ကျွန်တော်ပြောချင်တာကတော့ မိဘပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းက သဘောမတူတဲ့ မောင်ခေါ်ရာမလိုက်ခင် အစစအရာရာ တွေးကြည့်ပြီး ဖြစ်လာသမျှ အရာရာတို့လည်စင်းခံနိုင်တယ်ဆိုတာ သေချာမှ လိုက်ကြပါလို့။

တော်ထက်တောင်း

Vol-3, Issue 9, Wednesday 5, March 2014

Women's World Journal



ကျက်သရေရှိသော မိန်းမသား





ကျက်သရေရှိသော
မိန်းမသား

ဒီတစ်ခေါက် အရမ်းရေးချင်တဲ့ ဆောင်းပါးလေးကို သိမိ
ချရေးဖြစ်ပါပြီ။ ကျက်သရေရှိသော မိန်းမသားအကြောင်းကို မိန်းမ
ထုကြီး သိစေချင်တဲ့ ဆန္ဒကြောင့်ပါ။ သိပြီးသားသူတွေ အများအပြား
ရှိနိုင်ပေမယ့် မသိရှိသေးတဲ့ မိန်းမသားငယ်အတွက် သိစရာလေးတွေ
တိုးလာတယ်ဆိုရင်ပဲ ရေးရကျိုးနပ်နေပါပြီ။

မိန်းမသားတိုင်းသာမက လူတိုင်းလူတိုင်း ကျက်သရေရှိတဲ့
လူတစ်ယောက်အဖြစ် လူတိုင်းရှိနေချင်ကြတာပါ။ 'ဟယ်ကြည့်ပါ
ဦး ဒီအမျိုးသမီးက တော်တော်ကျက်သရေရှိတာပဲနော်' ' ဟာ
ဟိုဦးလေးက တော်တော် ကျက်သရေရှိတာပဲ' ဆိုတဲ့ စကားကိုတော့
လူတိုင်းအပြောခံချင်ကြတာပါ။

ဒါပေမဲ့ ရုပ်ရည်အရ ကျက်သရေ ရှိနေပေမယ့် လုပ်ရပ်က
ကျက်သရေ မရှိရင်တော့ ကျက်သရေရှိတဲ့သူအဖြစ် မသတ်မှတ်နိုင်

ပါဘူး။ ကျက်သရေရှိအောင် သပ်ရပ်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်တတ်တဲ့ သူတွေ အများကြီးတွေ့ဖူးမှာပါ။

နေရာ၊ ဌာနနဲ့ လိုက်လျောညီထွေစွာ ကျက်သရေရှိအောင် ဝတ်စားဆင်ယင်ရမယ့် အနေအထားနဲ့ ကြုံလာတဲ့အခါ တင့်တယ်စွာ ဝတ်စားသွားရမှာပါ။ 'ငါကတော့ ဒီလိုပဲ ဝတ်တတ်လို့ ဆွမ်းကျွေးသွားလည်း ဒီအတိုင်းပဲဝတ်သွားမှာပဲ' ဆိုပြီး ဖင်ကြပ်ဘောင်းဘီ၊ ကြိုးတစ်လုံးချက်ဖော် အင်္ကျီနဲ့သွားလို့ကတော့ 'ကျက် သရေတုံးမ' ဆိုပြီး အပြောခံရမှာ အသေအချာပါ။

ဖရီးစတိုင် ဝတ်စုံနဲ့ ဆံပင်ကိုလည်း ငှက်သိုက်စတိုင်ထားတတ်တဲ့ ပုံစံကရှေ့ပင်းသွားတဲ့အခါ ကြည့်လို့ကောင်းပေမယ့် ဂုဏ်သရေရှိလို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့နေရာမျိုးကိုသွားရင်တော့ 'အပေအတေမ'လို့ အခေါ်ခံရနိုင်ပါတယ်။ ဒူးနေရာ ဒူး၊ တော်နေရာ တော်ဆိုတဲ့ စကားက သက်သက်လေကုန်ခံပြီး ပြောခဲ့ကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သူနေရာနဲ့ သူ အဝင်ခွင့်ကျဖြစ်စေလိုတဲ့သဘောနဲ့ ပြောဆိုဆုံးမကြတဲ့ စကားပါ။

အထွက်အမြတ်ထားတဲ့နေရာ၊ အလေးအမြတ်ထားရမယ့် နေရာမျိုးနဲ့ သူတစ်ပါးမင်္ဂလာယူနေတဲ့ နေရာမျိုးကို သွားရောက်မယ်ဆိုရင်တော့ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကို ထသွားထလာပုံစံမျိုး၊ အမြဲဝတ်တတ်တဲ့ ပုံစံမျိုးနဲ့ သွားလို့မသင့်လျော်တော့ပါဘူး။ မင်္ဂလာရှိတဲ့နေရာကို ကိုယ့်ရဲ့ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကြောင့် အကျည်း မတန်စေ

ချင်ပါနဲ့။ တချို့တွေမြင်ဖူးပါတယ်။ ငွေကြေး သင့်တင့်စွာ ရှိရဲ့သားနဲ့ လက်မှာရော၊ လည်ပင်းမှာပါ ရွှေတွေသီးနေအောင် ဝတ်ထားပြီး အဝတ်အစားက ဈေးသွားတဲ့အခါဝတ်တဲ့ပုံစံ အင်္ကျီလည်ဟိုက်၊ ထဘီက ကြောင်တောင်ကြားတားအဆင်နဲ့ ကြည့်ရတာ မတင့်တယ်ပါဘူး။

မင်္ဂလာရှိတဲ့နေရာကို ကိုယ်ကလည်း ကျက်သရေရှိတဲ့ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုနဲ့ သွားရောက်ချီးမြှင့်သင့်ပါတယ်။ ကိုယ်က ဒီလိုမျိုး ဝတ်တတ်တယ်ဆိုပြီး ဒီလိုပုံစံမျိုးနဲ့ပဲ သွားလိုက်မိတဲ့အခါ ပွဲရှင်ကိုလည်း မလေးစားရာကျတဲ့အပြင် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း သိမ်ငယ်မှုဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။

သီရိတို့ အသိအစ်မတစ်ယောက်က အရမ်းအိုက်တတ်တဲ့ အတွက် အင်္ကျီလက်ပြတ်၊ တရုတ်ထဘီအလုံးမျိုးပဲ အမြဲဝတ်တတ်သူပါ။ စားသောက်ဆိုင်ကြီးသွားလည်း သူ့အပြင်အဆင်ကဒါပဲ။ ရွှေသွားဝယ်လည်း ဒါပဲ။ ဒါပဲက အရေးမကြီးပါဘူး။ ငွေရှိလို့ ဝယ်တာဘာမှမဟုတ်ပါဘူး။ သူများအထင်မကြီးလည်း ကိုယ်ကမှ ဂရုမစိုက်တာ။ အဲတစ်နေ့တော့ သူ့ဥပုသ်သွားစောင့်ပါတယ်။ ဒီပုံစံအတိုင်းပါပဲပေါ့။

ဥပုသ်ကျောင်းလာတဲ့သူတွေက ယောဂီထဘီ၊ အင်္ကျီဖြူလေးနဲ့ ကျက်သရေရှိရှိ ဥပုသ်စောင့်ကြပေမယ့် သူကတော့ အင်္ကျီလက်ပြတ် အမည်းလုံးစင်း၊ တရုတ်ထဘီအလုံးစက်ပုံနဲ့ သွားလိုက်

မိပါတယ်။ ပြန်လာတော့ သီရိနဲ့တွေ့တဲ့အခါ ပြောရပါတယ်။
 ‘အင်္ကျီဖြူနဲ့ ယောဂီထဘီပြေးဝယ်ရတော့မယ်။ ဒီပုံစံနဲ့ သွားမိတော့
 ကိုယ့်မှာတရားမရှင်းတာ မေးချင်တာတောင် ထမသွားရဲဘူး။ သူများ
 တွေက အင်္ကျီဖြူလက်ရှည်နဲ့ ယောဂီထဘီလေးနဲ့ တင့်တယ်နေတာ
 မဖြစ်ဘူး၊ မဖြစ်ဘူး’ ဆိုပြီး သူ့နေရာနဲ့ သူဝတ်သင့်တဲ့ အဝတ်အစားကို
 ဝတ်ဆင်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့ရပါပြီ။

ဘုရားကျောင်းကန်တွေသွားတဲ့အခါမှာလည်း ဘုရားကျောင်း
 ကန် အဂါရဝ ဖြစ်မယ့်ဝတ်ဆင်မှုမျိုးလည်း မဝတ်သင့်ပါဘူး။

အခုသီရိပြောတာက အပြင်ပန်းအပြင်အဆင်တွေပါ။
 အပြင်ပန်း အပြင်အဆင်တွေလည်း ကျက်သရေရှိမှသာ မိန်းမ
 ကောင်း တစ်ယောက်အဖြစ်အများရဲ့ လေးစားမှုကိုရရှိမှာပါ။

ကျက်သရေရှိတဲ့ မိန်းမသားကို မိမိခင်ပွန်းကလည်း ချစ်ခင်
 မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားသလို ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း လေးစားသမှု ရှိကြ
 ပါတယ်။ ကျက်သရေရှိတဲ့ မိန်းမသားဖြစ်ခွင့်ရဖို့အတွက် အောက်ဖော်
 ပြပါအချက်တွေကိုတော့ လုပ်ဆောင်ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။

၁။ မျက်နှာကြောကို မတင်းပါစေနဲ့။

မျက်နှာကြောတင်းတဲ့ မိန်းမသားရဲ့ မျက်နှာကို ဘယ်သူက
 မှ ကျက်သရေရှိတယ်လို့မခေါ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် မျက်နှာကြောလျှော့ပြီး
 နူးညံ့ပျော့ပျောင်းတဲ့အပြုံးလေးကို ပြုံးနေတတ်တဲ့သူ ဖြစ်ရပါမယ်။

၂။ ကြမ်းတမ်းတဲ့ စကားမပြောမိပါစေနဲ့

ဖရုသဝါစာ ပြောတတ်တဲ့သူကို ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း
 သဘောမကျသလို မိမိရဲ့ ကိုယ်စောင့်နတ်ကလည်း မချစ်မနှစ်
 သက်ပါဘူး။ ကြမ်းတမ်းတဲ့ စကားပြောတဲ့မိန်းမသားဟာ မျက်နှာ
 ကြောလည်းတင်း၊ စိတ်ထားကလည်း ကြမ်းတတ်တဲ့အတွက် သူ့ကို
 မြင်တွေ့ရတဲ့ သူက ရွံ့ကြောက်ကြီးဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။

၃။ နိမိတ်မကောင်းတဲ့ စကားမပြောပါနဲ့

တချို့မိန်းမသားတွေက နိမိတ်မကောင်းတဲ့စကားပြောရတာ
 အကျင့်ဖြစ်နေပြီး အမြဲပြောတတ်ကြပါတယ်။ သီရိတို့တွေရဲ့ နေရာ
 ကို ‘တောင်ကျွန်း’ လို့ စာပေကျမ်းဂန်တွေက မိန့်ဆိုထားကြပြီး
 “ဇမ္ဗူဒီပါ လက်ျာတောင်ကျွန်းဩဘာနိမိတ်ထွန်း” ဆိုတဲ့ စကားနဲ့
 အညီ နိမိတ်ကို အလေးထားတတ်ကြပါတယ်။ ကောင်းသလား၊
 ဆိုးသလားဆိုတာကို နိမိတ်စကားကောက်ပြီး ဆုံးဖြတ်တတ်ကြပါ
 တယ်။ အရေးကြီးတဲ့အလုပ်လုပ်ခါနီး၊ အပြင်သွားခါနီးမှာ မှန်ကွဲ
 သွားရင် ဖိနပ်ပြတ်သွားရင် နိမိတ်မကောင်းဘူးလို့ ယူဆတတ်ကြပါ
 တယ်။ အဲဒီလိုအခြေအနေမျိုးမှာ များသောအားဖြင့် အဆင်မပြေ
 ဖြစ်တတ်ကြတာနဲ့ ကြုံတတ်ကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် မဖြစ်ဘူး၊ မကောင်းဘူးဆိုတဲ့စကားကို တစ်စုံ
 တစ်ခု မလုပ်ရသောသေးခင်ပြောဆိုတတ်တာကို နိမိတ်မကောင်း
 ဘူးလို့ ပြောတတ်ကြပါတယ်။

၄။ ရှိသေလေးစားထိုက်တဲ့သူကို ရှိသေလေးစားပါ။

ရှိသေလေးစားထိုက်တဲ့သူကို ရှိသေလေးစားခြင်းက ကျက်သရေမင်္ဂလာရှိတဲ့ အပြုအမူပါ။ မိမိက ငွေကြေးချမ်းသာတယ်၊ ရာထူးဂုဏ်ရှိန်၊ စည်းစိမ်ရှိတယ်ဆိုပြီး သာသနာနွယ်ဝင်များ၊ မိဘ၊ ဆရာသမားများအပေါ် မလေးမစားမပြုလုပ်သင့်ပါဘူး။ အဲဒီလို မလေးစားတဲ့သူဟာ ကျက်သရေယုတ်နေတတ်ပါတယ်။

၅။ မုသာဝါဒ မပြောပါနှင့်

မုသာဝါဒခေါ် မဟုတ်မမှန်သောစကားကို ဘယ်သောအခါ မှ မပြောမိပါစေနဲ့။ မုသာဝါဒမပြောမိတဲ့အတွက် ထိုမိန်းမသားတွေ ရဲ့ စိတ်ကလေးဖြူစင်နေပါတယ်။ ဖြူစင်တဲ့စိတ်ကလေးက မေတ္တာ၊ တရုဏာတွေ ပြည့်နေတတ်တာမို့ သူတစ်ပါးအပေါ် ရန်လိုမုန်းထား စိတ်တွေ ကင်းစင်နေတတ်ပါတယ်။ မုသာဝါဒ မပြောမိတဲ့အတွက် သူမရဲ့ စကားတွေက တည်တံ့ပြီး ကတိသစ္စာရှိတဲ့သူဖြစ်နေစေတဲ့ အတွက် သူမရဲ့ အပြောအဆိုတွေက နူးညံ့သိမ်မွေ့ကာ ကျက်သရေ ရှိသော မိန်းမသားအဖြစ်အများရဲ့ ချစ်ခင်ဇေးစားမှုကို ရရှိစေနိုင် ပါတယ်။ (ကျက်သရေရှိတဲ့ မိန်းမသားအဖြစ် အများအလယ်မှာ တင့်တယ်နိုင်ကြပါစေ)

နှင်းသီရိကျက်သရေ

Vol-2, Issue 45 Wednesday 20 November 2013



ကျက်သရေရှိသော မိန်းမသား

- မျက်နှာကြောကို မတင်းပါစေနဲ့။
- ကြမ်းတမ်းတဲ့စကား မပြောမိပါစေနဲ့။
- နိမိတ်မကောင်းတဲ့စကား မပြောပါနဲ့။
- ရှိသေလေးစားထိုက်သူကို ရှိသေလေးစားပါ။
- မုသာဝါဒ မပြောပါနှင့်။





အပိုးတန်အမျိုးမှန်
မြန်မာဆန်ဆန်

အခုတစ်လော မြန်မာအမျိုးသမီးလေးတွေရဲ့ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သတင်းစာတွေနဲ့ ဂျာနယ်တွေမှာ တော် တော် ရေးသားနေတာကို တွေ့နေရတယ်။ အထူးသဖြင့် ၂၀၁၁ ခုနှစ်က သင်္ကြန်ပွဲတော်ကာလမှာ ဝတ်ဆင်ခဲ့ကြပုံများကို ဂျာနယ်များက ပြန်ဖော်ပြကာ ရေးသားနေကြခြင်းပါ။

သရုပ်ပျက် ဝတ်စားဆင်ယင်မှုတွေကို မဝတ်ဆင်သင့်ဘူးလို့ ပြောဆိုရေးသားနေပေမယ့် ထိရောက်တဲ့ ပြစ်ဒဏ်မပေးသရွေ့က တော့ နိုင်ငံနှင့် လူမျိုးရဲ့ သိက္ခာ၊ မိမိအရှက်နဲ့ သိက္ခာကို မငဲ့ကွက်ဘဲ ဝတ်နေကြဦးမှာပါ။ 'အတုမြင်အတတ်သင်' ဆိုတဲ့ စကားက မိမိအတွက်ရော၊ အများအတွက်ပါ အကျိုးရှိစေမယ့်အရာတွေကို သင်ယူပြီး ကောင်းတဲ့နေရာမှာ ပြန်အသုံးချဖို့အတွက် ပြောခဲ့ကြတဲ့ စကားလေးပါ။

ဒါပေမဲ့ အခုခေတ် မြန်မာအမျိုးသမီးငယ်လေးတွေက မိမိရဲ့ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုအမွေကို ပစ်ပယ်ပြီး ရုပ်သံဇာတ်လမ်းတွေထဲက လာတဲ့ ကိုရီးယားအကျင့်စရိုက်တွေကို ပုံတူကူးချလာကြပါပြီ။ တကယ်ဆိုရင် ကိုရီးယား ဒရာမာဇာတ်ကားတွေက ယူတတ်ရင် တကယ့်ကို ပညာရပါတယ်။ မိမိရဲ့ မိသားစုအပေါ် သစ္စာမဲ့ပြီး အိမ်ထောင်ရေးဖောက်ပြန်မိတဲ့အခါ ရရှိလာတဲ့ နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးတွေက သိပ်ကြောက်စရာကောင်းပါတယ်။ အိမ်ထောင်ရေးဖောက်ပြန်သူကို ပတ်ဝန်းကျင်အပေါင်းအသင်းတွေကပါ အထင်သေးရှုတ်ချကြပါတယ်။ မိမိရဲ့ စိတ်လေး ခဏတာ သာယာဖို့အတွက် သာယာခဲ့တဲ့ မိသားစုဘဝကို ထာဝရဆုံးရှုံးရမယ်ဆိုတာလုံးဝ မတန်ပါဘူး။ အဲဒီလို အကြောင်းတွေကို ပညာပေးချင်လို့ ရိုက်ကူးထားတာ ဖြစ်ပေမယ့် မြန်မာအမျိုးသမီးတချို့တွေကတော့ သူမတို့ လိုအပ်တဲ့ အပိုင်းကိုပဲ ထုတ်နုတ်အတုယူကြတဲ့အတွက် အခုခါမှာ အိမ်ထောင်ရေးဖောက်ပြန်တာကို ကြီးမားတဲ့ အပြစ်လို့ မခံယူကြတော့ပါဘူး။

ခံစားချက်ကို ရှေ့တန်းတင်ပြီး မိမိခင်္ဍန်းက ရပ်ဝေးနယ်ခြားမှာ အလုပ်လုပ်နေတာကို အခွင့်ကောင်းယူပြီး အခြားသော သူစိမ်းယောက်ျားနဲ့ အလွယ်တကူ ဖောက်ပြန်နေကြတာ မဖြစ်သင့်တဲ့ ကိစ္စပါ။ စာရေးသူတို့ ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာအမျိုးသမီးတွေဟာ “သားကိုသခင် လင်ကိုဘုရား”ဆိုတဲ့ တင်စားချက်နဲ့ မိမိရဲ့ ခင်ပွန်း

သည် သည်သာလျှင် မိမိအတွက် ကိုးကွယ်အားထားရာဟု မှတ်ယူကြပြီး ဇနီးဝတ္တရားငါးပါးထဲမှာပါတဲ့ “မိစ္ဆာကြည်ရှောင်” ဆိုတဲ့ စကားကို စောင့်ထိန်းကြသူတွေပါ။

ရှေးယခင်က မြန်မာအမျိုးသမီးတွေဟာ အသက်နဲ့ လူမလုပ်၊ အရှက်နဲ့ လူလုပ်ကြချင်သူတွေပါ။ မိမိရဲ့အရှက်နဲ့ သိက္ခာကို အသက်တမျှ တန်ဖိုးထားကြပါတယ်။ လူကြီးသူမများကလည်း မိမိရဲ့ သမီးလေးတွေကို သိတတ်စအရွယ်ကတည်းက မိမိကိုယ် မိမိတန်ဖိုးထားတတ်အောင် ဘာသာတရားအဆုံးအမအောက်မှာ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ သိမ်မွေ့တဲ့ မိန်းမကောင်းလေးဖြစ်အောင် ပြောဆိုသင်ကြားပေးကြပါတယ်။

အခုအခါမှာတော့ ဖျော်ဖြေရေးရုပ်သံတွေ၊ အခွေတွေ၊ အင်တာနက်က ကြည့်ချင်စရာ ဝက်ဘ်ဆိုက်တွေရဲ့ အောက်မှာ မြန်မာအမျိုးသမီးလေးတွေရဲ့ အတွေးအခေါ်တွေဟာ ပြောင်းလဲသွားရပါပြီ။ ခေတ်အဆက်ဆက်ကတည်းက လုံချည်နဲ့ လှပခဲ့တဲ့ အမြင်က ခုခေတ်မှာတော့ လုံချည်ဝတ်ရင်ပဲ ပြတိုက်ထဲက လူသားလို့ပဲ အထင်ခံရတော့မလို ဖြစ်နေပါပြီ။ ဂူးဖော်ပေါင်ပေါ်မှ လှမယ်လို့ ထင်မြင်ယူဆကြပြီး နေရာဒေသမရွေး ရဲတင်းစွာ ဝတ်ဆင်လာကြပါပြီ။

ထင်ပေါ်ကျော်ကြားတဲ့ အနုပညာရှင်တွေကိုယ်တိုင်ကိုတနှုတ်က ပွင့်လင်းရဲတင်းစွာ “sexy ဆန်တဲ့ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုမျိုးကိုပဲ

သဘောကျတယ်” လို့တောင် ထုတ်ဖော်ပြတဲ့သူ တချို့တောင်ရှိနေပါပြီ။ ပြောတဲ့သူက မရှက်ပေမယ့် စာရေးသူတို့ကတော့ ကြားရတာနဲ့ တင် ရှက်ပါတယ်။ ဇာတ်လမ်းသဘောအရ သရုပ်ဆောင်ရတာကိုတော့ အပြစ်မပြောလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ နေရာဒေသမရွေး sexy ဆန်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်နေထိုင် ပြုမူနေမယ်ဆိုရင်တော့ အများအမြင်မှာ ကိုယ်က မိန်းမကောင်းတစ်ယောက်အဖြစ် အမြင်မခံရနိုင်သလို ယောက်ျားသားတွေရဲ့ စော်ကားမှုကိုလည်းခံရတတ်ပါတယ်။

ကိုယ်က မိကောင်းဖခင် သားသမီးဖြစ်တယ်ဆိုရင်တော့ မိန်းမကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ဝတ်စားဆင်ယင်ပြောဆိုနေထိုင်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝပေးအခြေအနေအရ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ရင်းနှီးရတဲ့ အလုပ်လုပ်နေတဲ့ မိန်းကလေးတွေအတွက်တော့ လုပ်ငန်းသဘောအရ ပုရိသတွေသဘောကျနှစ်သက်အောင် လိင်ဆွဲဆောင်မှုဖြစ်စေတဲ့ ရင်ပြတ်၊ ဗိုက်ပေါ်၊ ခါးပေါ်၊ ဒူးပေါ်၊ ပေါင်ပေါ် အဝတ်အစားတွေ ဝတ်ရပါတယ်။ အရှက်ကို စွန့်ခွာထားပြီးမှ လုပ်ရတဲ့ အလုပ်မို့ မိမိရဲ့သိက္ခာနဲ့ တန်ဖိုးဆိုတာလည်း သူတို့လေးတွေမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ သူတို့လေးတွေက ဘဝအခြေအနေအရ ဝတ်ဆင်နေထိုင်နေရတာကို သာမန်အမျိုးသမီးလေးတွေက မိမိရဲ့အရှက်သိက္ခာနဲ့ တန်ဖိုးကို ထည့်တွက်ဖို့ မေ့လျော့ပြီး အတုမြင်အတတ်သင်ကာ လိုက်ဝတ်ဆင်နေကြတာကို သနားစဖွယ်တွေ့နေရပါတယ်။

sexy ဆန်တဲ့ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုမျိုးဝတ်ပြီး ဘတ်စ်ကာစီးတဲ့အခါ နှမသားချင်း မစာနာတတ်တဲ့သူနဲ့တွေ့ပြီး မဖွယ်မရာပြုမှုတာကိုလည်း ခံရတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုခံရတဲ့အခါမှာလည်း ဝတ်စားဆင်ယင်မှုကြောင့် မိန်းမကောင်းလို့ ထင်မှတ်မခံရတဲ့အတွက် ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း တန်ဖိုးထားပြီး ကူညီပေးမှာမဟုတ်ပါဘူး။ “ဒီလို ဝတ်တာကိုး ဖြစ်တာတောင်၊ ခံရတာတောင် နည်းသေး” ဆိုပြီး ထောပနာပြုကြတာကိုပဲ အရှက်ကွဲခံပြီး ကြားသွားရမှာပါ။

ခေတ်နဲ့အညီ ဝတ်စားဆင်ယင်တာကိုတော့ အပြစ်ပြောလို့ မရပါဘူး။ တီရှပ်လေးနဲ့ ဘောင်းဘီရှည်ဝတ်ထားတဲ့ မိန်းကလေးက လုံလုံခြုံခြုံနဲ့ ခေတ်မီနေတာကိုတွေ့ရမှာပါ။ ကိုယ်ကြပ်အတိုလေးနဲ့ စကပ်ရှည်လေးဝတ်ထားတဲ့ မိန်းကလေးကလည်း ခေတ်နဲ့အညီ တည်ငြိမ်စွာနဲ့ လှနေတာပါပဲ။ ဒူးအောက်စကပ်လေးတွေ ဂါဝန်လေးတွေကလည်း အမြင်မရှိုင်းဘဲ ဝတ်ဆင်သူအား ချစ်စရာကောင်းစေတဲ့ အသွင်ကိုဆောင်နေပါတယ်။

ကိုရီးယားလူမျိုးတွေဆိုတာလည်း ရိုးရာဓလေ့ကို တန်ဖိုးထားခဲ့ကြတဲ့သူတွေပါ။ ယခုအခါမှာတော့ ကိုရီးယားအနုပညာရှင်တွေကို နိုင်ငံရပ်ခြားတိုင်းပြည်တွေကပါ သဘောကျလက်ခံကြတဲ့ အတွက် သူတို့တွေဟာ ယခင်ပုံစံနှင့်ခွဲထွက်ကာ ခေတ်ရှေ့ပြေး ဝတ်စားဆင်ယင်မှုတွေ ဝတ်ဆင်လာကြပါပြီ။ လူကြီးတွေ ချက်စိတ်မှာတော့ အမြင်ဆိုးစေပါတယ်။ အခု MRTV - 4 မှာ ပြနေတဲ့

“နေလဆုံရာရွှေပူစာ” ဇာတ်လမ်းတွေထဲမှာ မင်းသမီးကအဆိုတော်ပါ။ အဆိုနဲ့အက တွဲဖက်ဖျော်ဖြေရတဲ့အတွက် သူမ အက ကျင့်ရပါတယ်။ သူမ အကကျင့်နေတဲ့ နေရာကို အဘွားဖြစ်သူရောက်လာပြီးတော့ “လူကမွေးထားပြီး ဘာလဲ ကြက်ခြေထောက်လည်း မဟုတ်၊ ဝက်ခြေထောက်လည်းမဟုတ်ဘဲ ဘယ်သူက ကိုက်စားဖို့ ခြေထောက်ဖော်ပြီး ဝတ်ထားတာလဲ” ဆိုပြီး ဆူထားပါတယ်။ ကောင်မလေးက ပေါင်ရင်းနားကပ်နေတဲ့ ဘောင်းဘီတိုလေးကို ဝတ်ထားပါတယ်။

တို့ရိုးယားမိန်းကလေးတွေက အခုအခါမှာ အတိုအပြတ်တွေ အရမ်းဝတ်လာကြတဲ့အတွက် မိနီစကပ်အတို ဝတ်ခြင်းကို တားမြစ်ထားပါတယ်။ ဝတ်ဆင်ထားတာတွေ့ရင်လည်း ဒဏ်ရိုက်ခံရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံမှာတော့ မြန်မာ့ရိုးရာ မဟာသင်္ကြန်မှာ သရုပ်ဖျက် ဝတ်စားဆင်ယင်မှုမဝတ်ရဘူးလို့ ကြော်ငြာထားပေမယ့် ပြစ်ဒဏ် မသတ်မှတ်ထားတဲ့အတွက် ၂၀၁၃ခုနှစ် မဟာသင်္ကြန်ကလည်း ၂၀၁၂ သင်္ကြန်လို ထူးခြားနားဝတ်စားဆင်ယင်မှုနဲ့အတူ မိန်းကလေးတွေဟာ လူမြင်ကွင်းမှာ လက်တစ်ဖက်က ဘီယာဘူးကိုင်၊ တစ်ဖက်ကတော့ ယောက်ျားတစ်ယောက်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းတို့ ပွတ်သပ်နေတဲ့ မြင်ကွင်းအချို့ကတော့ မမြင်ချင်လည်း မြင်ခဲ့ကြရပါတယ်။

ဖျော်ဖြေရေးစင်မြင့်ထက်မှာလည် Dancer မိန်းကလေးငယ်နှစ်ယောက်အဖွဲ့ကလည်း ဒီလောက်လေးလားဆိုပြီး ပရိသတ်ဘက်

တင်ပါးကို ကုန်းကာ တုန်လှုပ်ပြ၊ လှည့်ပြပြီး လက်ညှိုးနဲ့ တင်ကိုထိပြလိုက်၊ လက်ဝါးနဲ့တင်အုပ်ကိုင်ပြီး ခါပြလိုက်နဲ့ ကျွန်ုပ်တို့က ကွက်တွေနဲ့ ဖျော်ဖြေသွားပါသေးတယ်။ ဒီနှစ်မှာ နိုင်ငံခြားသားတွေကလည်း သင်္ကြန်ရေပက်ခံထွက်လာကြတဲ့အတွက် မြန်မာတွေရဲ့ နှစ်ကူးသင်္ကြန်ရေသဘင်ပွဲက ဝတ်ချင်သလိုဝတ်၊ ကချင်သလိုက အရက်ဘီယာသောက်ချင်သလို သောက်လို့ရတဲ့ ပွဲပါလားလို့မြင်ပြီး အထင်သေးသွားနိုင်ပါတယ်။

နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေမှာတော့ တချို့နေရာတွေမှာ အရက်ဘီယာမသောက်ရပေမယ့် မြန်မာသင်္ကြန်ကတော့ မီးတုန်ယမ်းကုန် သရမ်းချင်တိုင်း သရမ်းလို့ရတဲ့ ပွဲတော်အဖြစ် ရောက်လို့နေပါပြီ။ ဒါကြောင့်လည်း မိန်းမပျို၊ ယောက်ျားပျိုလေးတွေဟာ မဖြစ်သင့်တာတွေဖြစ်ပြီး အပျိုစစ်၊ လူပျိုစစ်ဘဝတွေကို တန်ဖိုးမဲ့စွာ စွန့်ခွာနေကြပါပြီ။ ဒီအတိုင်းဆက်သွားနေရင်တော့ အစဉ်အလာကောင်းနဲ့ သိမ်မွေ့ခဲ့တဲ့ မြန်မာလေ့တွေ လုံးဝ ပျောက်ကွယ်သွားတော့မှာပါ။

သတင်းစာတွေ၊ ဂျာနယ်တွေက ဘယ်လိုပဲရေးရေး၊ စာမဖတ်ကြဘူးဆိုရင်တော့ သိကြမှာမဟုတ်ပါဘူး။ သက်ဆိုင်ရာ လူမှုအဖွဲ့အစည်းတွေကပဲ ယဉ်ကျေးမှုကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖို့ အမျိုးဘာသာသနာကို စောင့်ထိန်းတဲ့ အမျိုးကောင်းသမီးအဖြစ် နေထိုင်တတ်ဖို့ လူတွေ့ပြီးစည်းရုံးပြောဆိုပေးဖို့ လိုလာပါပြီ။

ဝတ်စားဆင်ယင်မှုတွေ သရုပ်ပျက်လာခြင်းနဲ့အတူ မိမိ
ကိုယ် မိမိတန်ဖိုးထားတတ်မှုတွေပါ လျော့ပါးလာကြပါပြီ။ အပျို
အရွယ်မှာ အပျိုရုဏ်ကို ထိန်းရမှာဖြစ်သလို အိမ်ထောင်ရှင် ဖြစ်လာ
ရင်လည်း မိမိခင်ပွန်းအပေါ် သစ္စာရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သစ္စာမရှိဘဲ
ဖောက်ပြန်မိတဲ့အခါ တိုးတိုးတိတ်တိတ်နဲ့ လူမသိလိုက်ရင် ကိစ္စ
မရှိပေမယ့် တစ်လောက ဟိုးလေးတကြော်ကြော် ဖြစ်သွားတဲ့
တိုတယ်မှာသွားတည်းမိတဲ့ အမျိုးသမီးလို အသတ်ခံရပြီး လူသိ
ရှင်ကြားဖြစ်ရတဲ့အခါ ခင်ပွန်းသည်မှာ ဇနီးဆုံးသွားလို့ဝမ်းနည်းနေရတဲ့
ကြားက ဇနီးသည်က ရောဂါဝေဒနာကြောင့် သေသွားတာမဟုတ်ဘဲ
အခြားယောက်ျားတစ်ဦးနဲ့ ဟိုတယ်မှာတည်းပြီး အသတ်ခံရလို့
သေသွားရတဲ့အတွက် လွတ်လပ်စွာ သောကဖြစ်ခွင့်ရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ကိုရီးယားဇတ်လမ်းတွဲထဲက လင်ရှိမယား၊ မယားရှိ
လင်အချင်းချင်း ချစ်ကြီးသွယ်တယ်ဆိုတဲ့ စကားလှလှသုံးပြီးဖောက်ပြန်
နေကြတာကို လက်တွေ့ဘဝမှာ အတုမြင် အတတ်သင်မိပြီဆိုရင်
တော့ ဘဝက လှပနိုင်တော့မှာမဟုတ်ပါဘူး။ တစ်ပင်လဲလို့ တစ်
ပင်ထူတာ ဖြစ်သင့်တဲ့ သဘာဝပါ။ ဒါပေမဲ့ ကာမပိုင်တရားဝင်
ရှိနေတုန်းမှာ မယားဝတ္တရား ငါးပါးထဲက “မိစ္ဆာကြဉ်ရှောင်” ကို
မစောင့်ထိန်းနိုင်ဘူးဆိုရင်တော့ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကောင်း
သတင်းနဲ့ ရပ်တည်နိုင်မှ မဟုတ်ပါဘူး။

စာရေးသူတို့ မြန်မာမိန်းကလေးတွေဟာ “မိန်းမကောင်း
ပန်းပန် တစ်ပွင့်တည်း” ဆိုတဲ့ စကားကို နှစ်သက်ကြသူတွေပါ။
ဒါကြောင့် ကိုယ့်မျက်စိရှေ့မှာ ခြေလှမ်းမှားချင်နေတဲ့ မိန်းကလေး
တွေတွေ့ပြီဆိုရင် မျက်ကွယ်မပြုဘဲ အကျိုးအကြောင်း အဆိုး
အကောင်းကို ပြောပြပြီး လမ်းမှန်ကို ညွှန်ပြပေးရမှာပါ။

မြန်မာမိန်းကလေးတွေ တန်ဖိုးရှိအောင် မြန်မာတွေကပဲ
စောင့်ရှောက်မြှင့်တင်ရမှာပါ။ ဒါမှ မြန်မာဆိုတာ အဖိုးတန်အမျိုးမှန်
တဲ့ လူမျိုးဆိုတာကို ကမ္ဘာက အသိအမှတ်ပြုလေးစားလာမှာ ဖြစ်
ပါတယ်။

နှင်းသီရိကျက်သရေ



သီစဝချင်ရလို့ပါ





သီလေချင်လို့ပါ

ထက်တော်ကောင်းက တော်နေတတ်နေလို့ ဒီလိုစာတွေ
ကို ရေးနေတာမဟုတ်ပါဘူး။ မိခင်အနွယ်ဝင် မိန်းမသားတွေကို
လေးစား တန်ဖိုးထားလို့ ဒီလိုစာတွေ ရေးဖြစ်တာပါ။ မိခင်နွယ်ဝင်
မိန်းမသားတွေဆိုတော့ နှလုံးသားအခံက နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်းတွေ
ပြည့်သိပ်ပြီးသားရှိမှာပါ။

ဒါပေမဲ့ ကျင်လည်ရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်တွေကြောင့် နူးညံ့မှုတွေ
ပျောက်ဆုံး၊ အတ္တ၊ မာနတွေ ဖုံးလွှမ်းနေကြတဲ့ အမျိုးသမီးတွေကို
တွေ့ရတော့ ရင်ထဲမကောင်းလိုက်တာ။ လူရယ်လို့ဖြစ်တည် မွေးဖွား
လာကြတဲ့အခါ သားသမီးတွေဟာ မိဘကိုရွေးချယ်ခွင့် မရဘဲ လူ
လောကကို ရောက်ခဲ့ကြရတယ်။ မိဘတွေကတော့ ရင်သွေးလောင်း
ဘဝမှာ သူတို့လက်မခံယူချင်ဘူးဆိုရင် မယူဖို့ ရွေးချယ်နိုင်ရက်ကြ
တယ်။ ကြိုတင်ပြီးတော့လည်း တားဆီးကာကွယ်လို့ ရကြတယ်။

သားသမီးတွေကတော့ ရွေးချယ်ခွင့်မရှိဘဲ ကံစပ်ရာ မိဘတွေဆီကို ရောက်ခဲ့ကြရတာပဲ။

ချမ်းသာကြွယ်ဝတဲ့ သားသမီးဘဝရောက်ခဲ့ကြတဲ့သူရှိသလို တစ်နေ့လုပ်မှ တစ်နေ့ရတာတောင် စားရတဲ့ထမင်းဟင်းက အနိမ့်ဆုံး အဆင့်ဖြစ်နေတဲ့ သားသမီးအဖြစ်လည်း ရောက်ကြရတာပဲ။ အဖေမပေါ်ဘဲနဲ့ သိမ်ငယ်စွာ မွေးဖွားခံခဲ့ရတဲ့ဘဝနဲ့လည်း လူ့ဘဝထဲ ရောက်ကြရတာပါပဲ။ ဘဝအစဆိုတာ လူတိုင်းရွေးချယ်ခွင့်ရခဲ့ကြတာ မဟုတ်ဘူးလေ။ (ဘုရားမှတစ်ပါးပေါ့။ သုံးလောက်ထွတ်ထား သဗ္ဗညုတ ရွှေဉာဏ်တော်ရှင်ဘုရားရှင်ကတော့ မြင့်မြတ်တဲ့ မျိုးနွယ်က မွေးဖွားရမှာမို့ ဖခမည်းတော်၊ မယ်တော်တို့ကို ကြိုတင်သိရှိခဲ့တာပါ။)

ဘဝအစမှာ ရှေ့ဆက်ရမယ့် ဘဝခရီးကို ဖြောင့်မှန်စွာ လမ်းညွှန်ပေးနိုင်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ နေခွင့်ရမှသာ အောင်မြင်တဲ့ ဘဝတစ်ခုကို ဖန်တီးနိုင်ဖို့ အခွင့်အရေးတွေ ပိုရသွားမှာပါ။ ဒါကြောင့် တော်ထက်ကောင်းတို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ချမ်းသာတဲ့သူတွေ၊ ဆင်းရဲတဲ့သူတွေကို တွေ့နေရတာပေါ့။ ဆင်းရဲတဲ့ မိသားစုမှာ နေခဲ့ရလို့ ငယ်ဘဝမှာ ဆင်းရဲနေပေမယ့်၊ ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယရှိတဲ့ သူတစ်ယောက်အဖို့ လူလတ်ပိုင်းအရွယ်မှာ ဂုဏ်သရေရှိတဲ့ဘဝ ချမ်းသာတဲ့စီးပွားရေး လုပ်ငန်းရှင်ဘဝရရှိနိုင်တာပဲ။ ဒီလိုလူမျိုးတွေ တို့လည်း ပတ်ဝန်းကျင်မှာပါတွေ့မြင်နေကြရသလို ဂျာနယ်၊ မဂ္ဂဇင်းမှာ တွေ့ထဲမှာ တွေ့နေကြရတာပဲမဟုတ်လား။

အောင်မြင်တိုးတက်နိုင်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာနေခွင့်ရတဲ့သူ အဖို့ အခြားသူတွေထက် အောင်မြင်ဖို့ လမ်းစပိုရရှိနိုင်ခြင်းကလည်း လုပ်ချင်တိုင်းလုပ်လို့မရနိုင်တဲ့ ဘဝပေးကုသိုလ်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ရွာသိမ်၊ ရွာငယ်လေးမှာပဲ နေနေရတဲ့သူ တစ်ယောက်အနေနဲ့ ဘာမှ ကြားမြင်သုတ မရှိတဲ့အတွက် သူ့ဘဝဟာ ရွာငယ်လေးမှာပဲ တဲအိမ်လေးနဲ့နေရင်း၊ ဝမ်းစာအတွက် ရုန်းကန်ရင်း၊ အောင်မြင်ခြင်း လမ်းစတွေ ပျောက်ဆုံးရင်း အသိပညာမဲ့စွာ ကုန်ဆုံးသွားရမှာပဲ။

ဒါကိုပဲ အေးချမ်းတဲ့ဘဝလို့ ခံယူတတ်မယ်ဆိုရင်လည်း ခံယူသူရဲ့ စိတ်အပေါ်မှာပဲ မူတည်ပါတယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဘဝဆိုတာ နေတတ်ရင် ကျေနပ်စရာပါ။ ဒါပေမဲ့ မိမိဝမ်းဝရံလေး ရှာဖွေစားသောက်ပြီးအသက်ရှင်နေထိုင်ရင်း သေဆုံးသွားရမယ်ဆိုရင် ရလာတဲ့ လူ့ဘဝကို အဓိပ္ပါယ်ရှိတဲ့ ဘဝလို့ခေါ်နိုင်ပါတော့မလား။ လူ့ဘဝရလာရင်တော့ ရလာတဲ့ဘဝမှာ မိမိအတွက် ကြားမြင်သုတ တွေကိုရှာဖွေရင်း အခြားသူများအကျိုးကို မိမိအင်အားရှိသလောက် လုပ်ဆောင်ပေးရမှာဖြစ်သလို ရုန်းကန်မှုတွေ၊ ကျန်းမူတွေ၊ အောင်မြင်မှုတွေ၊ ကြေကွဲမှုတွေ၊ ဝမ်းနည်းမှုတွေ၊ မကျေနပ်မှုတွေ၊ ပျော်ရွှင်မှုတွေ၊ ကျေနပ်မှုတွေနဲ့ တွေ့ကြုံခံစားရမှပဲ ဘဝဝိသတော့မှာ ပေါ့။

မိမိရဲ့ ရပ်တည်မှုဟာ မိမိအတွက်ရော အများအတွက်ပါ အကျိုးမရှိဘဲ ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် အနှောင့်အယှက်တွေပဲပေးနေတဲ့ အနေအထားမဖြစ်ဖို့ကိုတော့ လူ့ဘဝကိုရရှိလာတဲ့ လူသား

အားလုံး ရှောင်ရှားသင့်တဲ့ သမိုင်းပေးတာဝန်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ လောကမှာ လူတွေအများကြီးရှိနေပေမယ့် တော်ထက်ကောင်းတဲ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လူမှုကျင့်ဝတ်နဲ့ မညီတဲ့လူတွေ၊ ပါးစပ်က ဘုရား ဘုရား၊ လက်က ကားရား၊ ကားရား လူတွေ၊ လူမပီသတဲ့လူတွေကို အများကြီး မြင်တွေ့နေရပါတယ်။

တကယ်ဆိုရင် လူ့ဘဝရဖို့ အလွန်ခက်ခဲပါတယ်။ ဒီလို ပြောရင် ကျွန်တော့်ကို ဝိုင်းဟားချင်စိတ်တွေ ပေါက်သွားမှာပဲ။ “တော်ထက်ကောင်း မင်းပြောတော့ လူ့ဘဝရဖို့ ခက်ခဲလှတယ်ဆို မင်းပြောပုံအရဆို ကလေးမီးဖွားတဲ့ အိုကျီတွေ၊ သားဖွားဆရာမတွေ အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ကုန်တော့မှာပဲ။ ကမ္ဘာလူဦးရေ တိုးပွားမှုဇယားလည်း ဆွဲနေစရာတောင် မလိုတော့ပါဘူး” လို့ ပြောချင်ကြမှာပဲ။

သူတို့ပြောလည်း ပြောချင်စရာပါပဲ။ မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဗိုက်ကြီးကားရား၊ ကားရားသွားလာနေတဲ့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်သည်တွေ၊ ကျွတ်ကျွတ်စိဆော့နေကြတဲ့ ကလေးတွေတွေ့နေ၊ ကြားနေရတာပဲ။ ရပ်ကွက်လေးတွေထဲမှာ ဝင်မိသွားရင် တစ်ဖိမိထောင်မှာ ကလေးတစ်ယောက်မှ သုံးယောက်ခန့်ရှိနေတာတွေ့ကြရမယ်။ တချို့ဆို မွေးအားသိပ်ကောင်းတာ။ တစ်နှစ်တစ်ယောက် မှန်မှန်မွေးသွားလိုက်တာမှ ဘောလုံးတစ်သင်းစာလောက်တောင်ရှိမယ်။ ဒီပြင် လမ်းပေါ်မှာ ရေသန့်ဘူးလိုက်ကောက်နေတဲ့ ကလေးတွေ၊ တောင်းရမ်းစားသောက်နေတဲ့ ကလေးအစုအဝေးကြီးတွေ၊ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်၊ စားသောက်

ဆိုင်တွေမှာ စားပွဲထိုးနေကြတဲ့ ကလေးတွေမှ အများကြီးပဲ။ ဒါတွေကို ကြည့်မယ်ဆိုရင်တော့ လူ့ဘဝဟာ အလွယ်တကူရလာတယ်လို့ အထင်ရောက်စရာပါပဲ။

ယောက်ျားနှင့်မိန်းမ အတူနေလိုက်ရင် လူသားတစ်ယောက် ဖြစ်လာဖို့က အလွယ်လေးပါလို့ ပြောကောင်း ပြောကြပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့

ဒီ ဒါပေမဲ့ရဲ့ နောက်ကွယ်မှာ အဓိပ္ပါယ်တွေ အများကြီး ပါဝင်နေပါတယ်။ ဘဝအနိမ့်အမြင့်တွေ၊ အဆင့်အတန်းတွေ ကွာဟမှုတွေ ပါဝင်ပတ်သက်နေပါတယ်။ ဒါ့အပြင် သားသမီးမရတဲ့ စုံတွဲတွေကိုလည်း တွေ့နေရတယ်ဆိုတော့ လွယ်တယ်ဆိုတာ ဟုတ်ပါတော့မလား။ လူတွေ တိုးပွားနေတယ်ဆိုတာလည်း မျက်ဝါးထင်ထင်မြင်နေရတာမို့၊ လူ့ဘဝရတာ လွယ်ကူနေတယ်လို့ ထင်နေကြပေမယ့် အဲဒီလူ့ဘဝထဲရောက်လာကြတဲ့ လူသားတွေတိုင်း ကံကောင်းနေကြတဲ့သူမဟုတ်နိုင်ဘူးဆိုတာ စာရှုသူတို့ လက်ခံထားလောက်ပါတယ်နော်။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝပေးကုသိုလ်ကံက အဲဒီမှာစတာပါပဲ။ သိတတ်စအရွယ်ရောက်ပြီးတဲ့အခါမှ မိဘတွေကိုရွေးချယ်ခွင့်မရလို့ ဆိုတဲ့ စကားမျိုးပြောတတ်ကြပေမယ့် အတိတ်ဘဝက မိမိပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ကောင်းမှု၊ မကောင်းမှုကံရဲ့ အကျိုးဆက်ကြောင့် မိမိနဲ့ဘန်တဲ့ ကံချင်းတူတဲ့ မိဘတွေဆီ ရောက်ခဲ့ကြရတာပါပဲ။ အခု တော်ထက်

ကောင်းတို့ မြန်မာနိုင်ငံနှင့် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းမှာ ဆင်းရဲသူနဲ့ ချမ်းသာသူ ဘယ်လူတန်းစားက ပိုများသလဲလို့ မေးရင် အဖြေက သိသာနေတာပဲ။ တော်ထက်ကောင်းတို့ နိုင်ငံမှာဆိုရင် ဆင်းရဲချမ်းသာဆိုတဲ့ လူတန်းစား တွာဟူတွေကို အများကြီးတွေ့နေရတယ်။

ဒါပေမဲ့ သားသမီးရနှုန်းနည်းတာကတော့ ငွေကြေးပြေလည် တဲ့ လူတွေ၊ စီးပွားရေး ခိုင်မာတောင့်တင်းသူတွေပဲဖြစ်နေတာကို တွေ့နေရပြန်တယ်။ ငွေကြေးချို့တဲ့တဲ့လူတန်းစားတွေမှာတော့ ရလိုက် တဲ့ကလေး။ မလိုချင်ပါဘူးဆိုတဲ့ ကြားထဲက မွေးလိုက်ကြတာ။ လူတန်း စေ့မထားနိုင်၊ မကျွေးနိုင်ကြတဲ့ အထိပါပဲ။ တစ်နေ့လုပ်မှ တစ်နေ့စား အဝ မိဘနှစ်ပါးဆီမှာ လူဖြစ်ခွင့်ရတဲ့ သားသမီးတွေ ရဲ့ အတိတ်ကံက ဒီမိဘနဲ့ ကံစပ်လို့သာ ရောက်ခဲ့ကြရတာပဲလေ။ အတိတ်ကံသာ ကောင်းမယ်ဆိုရင် ချမ်းသာတဲ့ မိဘထဲရောက်ရှိသွားမှာပဲ။

ဒါကြောင့် သားသမီးမရနိုင်တဲ့ မိန်းမသားတွေကို ကျွန်တော် ပြောချင်တာကတော့ “အစ်မ ညီမတို့ စိတ်မပျက်ကြပါနဲ့။ ကိုယ့်ကို ကိုယ်မိန်းမ မဝီသလို့ ကလေးမရတာဆိုပြီး အဖြစ်မတင်ပါနဲ့။ အစ်မ၊ ညီမတို့ရဲ့ ဘုန်းမြင့်နေခြင်းကြောင့် သာမန်ကံရှိတဲ့ ကလေးတွေ ရောက်မလာခြင်းပါ။ ဒါ့အပြင် အနှောင်အဖွဲ့မရှိတဲ့ဘဝ၊ အပူအပင် မရှိတဲ့ဘဝနဲ့ လောကအကျိုးကို သယ်ပိုးနိုင်အောင် ပေးအပ်ထားတဲ့ ဘုရားပေးလက်ဆောင်မို့လို့ မိမိကို ဒုက္ခပေးမယ့်ကလေး ကိုယ့်ဆီ ရောက်မလာတာပဲ” လို့ ပြောချင်ပါတယ်။ အနှောင်အဖွဲ့မရှိတဲ့ဘဝမှာ

လောကီလောကုတ္တရာနှစ်ဖြာသော အလုပ်တွေကို စိတ်နှစ်ပြီး လုပ်ဆောင်နိုင်တဲ့အတွက်မိမိဟာ ကံကောင်းတဲ့ မိန်းမသားပါပဲ။

သားသမီးတွေ မွေးဖွားနိုင်တဲ့ မိန်းမသားတွေကလည်း သားသမီးမမွေးဖွားနိုင်လို့ စိတ်ပျက်အားငယ်နေတဲ့ မျိုးနွယ်တူ မိန်းမသားတွေအပေါ်မှာ နှိမ့်ချတဲ့စကား သားသမီးမွေးနိုင်တာ ကံကောင်းလိုဆိုတဲ့ စကား၊ အမြဲမဆိုတဲ့စကား သားသမီးရှိတာ အရမ်းကောင်းကြောင်း ကလေးတစ်ယောက်လောက်တော့ မွေးပါ လားဆိုတဲ့ စကားမျိုးမပြောမိစေချင်ပါဘူး။ ဒီလိုပြောလိုက်တာဟာ အားနည်းသူကို နှိမ့်ချတဲ့စကားဖြစ်တဲ့အတွက် ကျောသားရင်သား မခွဲခြားတဲ့ မိခင်ပီသတဲ့ စိတ်ဓာတ်ပိုင်ရှင် မြင့်မြတ်တဲ့ နှလုံးသား နူးညံ့စိတ်အခံရှိတဲ့ မိန်းမသားမျိုး မဟုတ်တော့ပါဘူး။

ဘဝပေးကံဆိုတာ လူတိုင်းမှာ ရှိတတ်တာမို့ အားနည်းချက် ရှိတဲ့ မိန်းမသားတွေအပေါ်မှာ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမပြုဘဲ မိမိသာ သူ့နေရာမှာဆိုရင် ဆိုတဲ့စိတ်ကလေးနဲ့ အားပေးနှစ်သိမ့်မှုတွေ ပြုလုပ်ပေးသင့်ပါတယ်။ စာနာစေချင်ပါတယ်။ ဒါဆိုရင်တော့ လောကကြီးဟာ အေးချမ်းသာယာရှိနေမှာ မလွဲပါဘူးဗျာ။

တော်ထက်ကောင်း

Vol-3, Issue 5 Wednesday 5, February, 2014

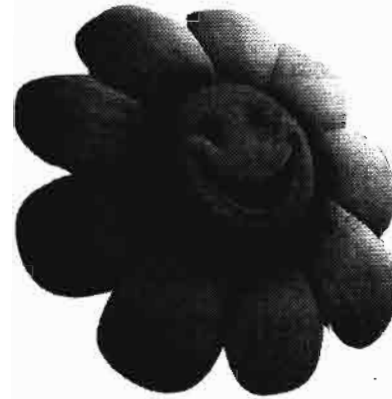


ဘဝပျော်ရွှင် နေချင်ရင်



VIGEN MYANMAR Family





ဘဝလျှောက်နေချင်ရင်

နှင်းသီရိတို့လူသားတွေဟာ “ကိစ္စများမြှောင် လူတို့ဘောင်”
 လို့တင်စားထားတဲ့ကိစ္စတွေ၊ ပြဿနာတွေ၊ အလွန်တရာများပြားရှုပ်
 တွေးတဲ့ လူ့ဘဝရလာပြီဆိုရင် ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ရင်ဆိုင်ထိတွေ့လာရ
 ပါပြီ။ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုတဲ့နေရာမှာ မိမိရဲ့မိသားစု၊ ဆွေမျိုး၊ မွေးဖွား
 ရာအရပ်ဒေသမှာရှိတဲ့ သူတွေရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်၊ ပညာဆည်းပူးရာ
 စာသင်ကျောင်းတွေမှာ ကြုံတွေ့ရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်၊ အလုပ်တွေ
 လုပ်တဲ့ နေရာရောက်တော့ အလုပ်မှာတွေ့ထိရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်၊
 အရွယ်ရောက်လို့ အိမ်ထောင်ရက်သားကျတဲ့အခါ ပတ်သက်ဆက်
 နွယ်လာရတဲ့ ခင်ပွန်း(သို့) ဇနီးသည်ရဲ့ မိဘဆွေမျိုး အသိုက်အဝန်း
 တွေနဲ့ မဖြစ်မနေထိတွေ့ရမယ့် ပတ်ဝန်းကျင်၊ နေရာဒေသအ
 သစ်ကိုရောက်တဲ့အခါ ကြုံတွေ့ရမယ့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုပြီးတော့

မပတ်သက်ဘဲနေလို့မရတဲ့ (တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်းနေဖို့မသင့်တဲ့) လူ့အသိုက်အဝန်းထဲ ရောက်ရှိလာနေပါပြီ။

အဲဒီလို မတူညီတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေနဲ့တွေ့လာ၊ သိလာတဲ့အခါမှာ သူ့ကြောင့် မိမိရဲ့ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ဆင်းရဲရသလို မိမိကြောင့်လည်း တခြားသူတွေ ဒုက္ခရောက်ရတဲ့အခြေအနေမျိုးတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သာမန်စိတ်အခြေအနေနဲ့အတူ (ဆင်းရဲချမ်းသာ မသက်ဆိုင်ဘဲ) နွေးထွေးတဲ့ မိသားစု၊ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ မွေးဖွားရှင် သန်ခွင်ရတဲ့သူတွေအတွက်တော့ မိမိကြောင့် အခြားသူစိတ်ဆင်းရဲ၊ တိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်ပြီး ဒုက္ခရောက်မှာကို မလိုချင်ကြပါဘူး။

ဒါပေမဲ့ မိမိရဲ့အတွေးအခေါ်တွေ၊ ခံယူချက်တွေက မိမိထိ တွေ့နေရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ အံဝင်ခွင်မကျဖြစ်နေတတ်တာကို တစ်ခါတစ်ရံမှာ မိမိဘာသာသတိမမူဘဲဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ အံမဝင်တဲ့အခါ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွေမှာလည်း အဆင်မပြေဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အဆင်မပြေတာတွေများလာတဲ့အခါ စိတ်အလိုမကျမှုတွေ၊ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။

စိတ်အလိုမကျမှုတွေများလေ စိတ်ဖိစီးမှုတွေပိုလာလေ ဖြစ်လာတဲ့အခါ စိတ်မရှည်ခြင်းတွေ ဖြစ်လာပြီး အဆင်မပြေမှုတွေ ပိုများလာတော့မှာပါ။ ဒါဆိုရင်တော့ ဘဝမှာပျော်ရွှင်စွာနေထိုင်ဖို့ ဆိုတာ မိမိအတွက် ခက်ခဲတဲ့အနေအထားဖြစ်လာမှာပါ။

ကဲဒီလိုရလာတဲ့ ဘဝတိုတိုမှာ သူတစ်ပါးလည်း အကျိုးမ ယူတဲ၊ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ပျော်ရွှင်နေတဲ့ ဘဝလေးဖြစ်အောင် ဘယ်လိုနေသွားရမလဲလို့မေးစရာရှိလာပါပြီ။ ရုပ်ဝတ္ထုတွေပစ်ပြီး ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားပြီး ပျော်စရာဖန်တီးခြင်းကလည်း စစ်မှန်တဲ့ ပျော်ရွှင်မှုမဟုတ်ပါဘူး။ မိမိစိတ်အစဉ်လည်း အေးချမ်းခြင်းတွေ အမှန်တကယ်ရှိလာမှာသာ လိုချင်တဲ့ ဘဝပျော်ရွှင်မှုကိုရရှိနိုင်မှာ ပါ။

ဘဝမှာ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးဖွယ်ကောင်းတဲ့အနေအထားလေး ကို ပိုင်ဆိုင်လိုသူများအတွက် နည်းလမ်းကောင်းလေးများကို ဖော်ပြပေးလိုက်ပါတယ်။

၁။ လိုက်လျောညီထွေစွာနေတတ်ရပါမယ်

ဟုတ်ပါတယ်။ ဘဝမှာပျော်ရွှင်စွာနေထိုင်တတ်ဖို့အတွက် လိုက်လျောညီထွေမှု ရှိအောင်နေထိုင်သွားရမှာပါ။ လိုက်လျောညီ ထွေမှုရှိဖို့ဆိုတာ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာသာမက သဘာဝရာသီဥတု တွေနဲ့ပါ လိုက်လျောညီထွေစွာနေထိုင်ရမှာပါ။

နှင်းသီရိတို့တွေဟာ လူလူချင်းထိတွေ့ကြရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် မှာ ကိုယ့်စိတ်နဲ့ကိုယ် တသီးတသန့်ကြီးနေချင်သလို နေလို့မသင့် ပါဘူး။ “ရောမကို ရောက်ရင် ရောမလိုကျင့်ရတယ်” ဆိုတဲ့ စကား လေးလိုပဲ သူ့အရပ်နဲ့သူ့ဇာတ်အတိုင်း နေတတ်ဖို့လိုပါတယ်။ သူ့

အရပ်ဒေသမှာ ကိုယ့်စရိုက်အတိုင်းနေချင်သလို ပြုမူနေထိုင်မယ်ဆိုရင်တော့ လူတွေနဲ့တစ်သားတည်းမကျဘဲ အံ့မဝင်ဖြစ်ပြီး ဘေးချော်သွားတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူလူချင်းလိုက်လျောညီထွေစွာ နေနိုင်အောင်ကြိုးစားရမှာပါ။

ဒါ့အပြင် နှင်းသီရိတို့တွေဟာ နွေမိုးဆောင်းဆိုတဲ့ မတူညီတဲ့ ဥတုသုံးလီကို ဖြတ်ကျော်ရာမှာလည်း သူ့ရာသီအလိုက် နေထိုင်စားသောက်တတ်ဖို့လည်း လိုပါသေးတယ်။ ရာသီဥတုနဲ့ ဆန့်ကျင်ပြီးနေမယ်ဆိုရင်တော့ ဒုက္ခရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။

ဒီလို သဘာဝကျကျလိုက်လျောညီထွေမှုရှိစွာနေထိုင် တတ်ခြင်းကလည်း ဘဝမှာပျော်ရွှင်စွာနေထိုင်နိုင်ဖို့ အဓိကအချက်တွေထဲမှာ ပါဝင်နေပါတယ်။

၂ နားလည်မှု ရှိရပါမယ်

နားလည်မှုဆိုတဲ့ စကားလုံးက ကျယ်ပြန့်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာတော့ နားလည်မှုအကြောင်းကို အရှည်မပြောတော့ပါဘူး။ နှင်းသီရိတို့တွေဟာ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာထက် သူတစ်ပါးရဲ့ စိတ်ခံစားမှုအခြေအနေကိုလည်း နားလည်ပေးရမှာပါ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း သူတစ်ပါးရဲ့နားလည်မှုကို လိုချင်သလို အခြားသူကလည်း ကိုယ့်ဆီက နားလည်မှုကိုလိုချင်နေလိမ့်ဆိုတာ သိထားမယ်ဆိုရင် နားလည်

မပေးနိုင်လို့ ကုန်ဆုံးရတဲ့အချိန်တွေ၊ ခံစားရတဲ့ စိတ်ခံစားမှုတွေ၊ နာကျင်မှုတွေ၊ မချီတင်ကဲဖြစ်မှုတွေ ဖြစ်လာတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

၃။ လူတိုင်းကို အလေးထားဆက်ဆံပါ

“ကြီးသူကို ရိုသေ၊ ရွယ်တူကိုလေးစား၊ ငယ်သူကိုသနား” ဆိုတဲ့ စကားလေး အတိုင်း အရွယ်သုံးပါးအပေါ် ရိုသေ၊ လေးစားသနားစိတ်တွေနဲ့ အလေးထား ဆက်ဆံပေးရမှာပါ။ လူတိုင်းက မိမိကို အခြားသူတွေက အလေးထားဆက်ဆံတာကို လိုချင်သလို မိမိလည်းတခြားသူတွေရဲ့ အလေးထားဆက်ဆံတာကို လိုချင်ကြတာ ချည်းပါပဲ။

ဒါ့ပြင် အခြားသူကို အလေးထားဆက်ဆံခြင်းကလည်း မိမိရဲ့စိတ်ကို ကြည်နူးချမ်းမြေ့စေသလို အခြားသူများရဲ့ လေးစားမှုကို လက်ခံရရှိနိုင်ပါတယ်။

၄။ ကိုယ့်စိတ်ဖြင့်နှိုင်းပြီးကိုယ်ချင်းစာပါ

နှင်းသီရိတို့တွေဟာ သူတစ်ပါးရဲ့ ဦးစားပေးမှုတွေ၊ အရာရာ အသာစီးလိုချင်မှုတွေကြောင့် တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်တွေ လျော့ပါးသွားတာကို သတိမပြုမိတတ်ကြပါဘူး။ ဦးစားပေးဖို့ လစ်ဟင်းသွားတဲ့အခါမျိုးတွေမှာ ကြိတ်မနိုင်ခဲမရနဲ့ ရင်ထဲမှာ ဒေါသ

တွေ အလိပ်လိပ်ထွက်ပြီး ပူလောင်ခြင်းတွေကို ခံစားမိတဲ့အတွက် သူတစ်ပါးအပေါ် အကုသိုလ်စိတ်တွေဖြစ်ပေါ်လာတာမို့ မိမိရဲ့ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ပျောက်ဆုံးသွား ရတတ်ပါတယ်။

ကိုယ့်စိတ်နှင့်နှိုင်းပြီး ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ထားတဲ့အခါ ဒီလို အချက်ကို ကိုယ်မခံစားနိုင်သလို သူတစ်ပါးလည်း ခံစားနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ နားလည်ပေးထားနိုင်တဲ့အတွက် မိမိကိုယ်တိုင်ရော အခြားသူတွေပါ စိတ်အနှောင့်အယှက်တွေရှိမနေတော့ဘဲ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံနေမှ အဆင်ပြေအချောမွေ့လာမှာပါ။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနေ အဆင်ပြေချောမွေ့တဲ့သူတစ်ယောက်အဖို့ စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို ပြည့်စုံစွာ ခံစားရရှိလာနိုင်မှာဖြစ်သလို စိတ်ချမ်းသာမှုကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်လည်း ကျန်းမာပေါ့ပါးခြင်းကို ခံစားရစေမှာပါ။ စိတ်ချမ်းသာ မှ ကိုယ်ကျန်းမာမယ်ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း စိတ်လည်းချမ်းသာ၊ တိုယ်လည်းကျန်းမာပြီဆိုရင်တော့ နေရတဲ့ဘဝဟာ စိတ်ပျော်ရွှင်ခြင်း အရသာကို စစ်မှန်ပြည့်ဝစွာ ခံစားရရှိနိုင်နေပြီ၊ မဟုတ်ပါလား။

နှင်းသီရိကျက်သရေ

Vol-2, Issue 29 Wednesday 30, July 2014

Women's World Journal



သက်သာလွယ်ကူ
ဘဝမှ

စာရေးမယ်လို့ စိတ်ကူးလိုက်တိုင်း အလုပ်ကိစ္စတွေကြောင့် စာရေးဖို့အရေး နှောင့်နှေးခဲ့ရတာ ခုတော့မအားတဲ့ကြားက အချိန် ပေးပြီး ရေးဖြစ်ပါပြီ။ လူတွေဟာ “မအားဘူး၊ မအားဘူး” ဆိုပြီး မျက်စိတစ်မှိတ် လျှပ်တစ်ပြတ်အတွင်းမှာ လူလောကထဲကနေ ပျောက်ကွယ်သွားကြတာတွေတွေ့ရဖန်များလာတော့ “မအားဘူး” လို့ ပြောရမှာကို ကျွန်တော်ထက်တော်ကောင်း ဝန်လေးလာရ တယ်ဗျ။

“ကိစ္စများမြှောင် လူတို့ဘောင်” ဆိုတဲ့ စကားလေးလည်း ရှိထားသလို၊ လူဆိုတာ ‘ကွေးသောလက်မဆန့်မီ၊ ဆန့်သောလက် မကွေးမီ’ သေဆုံးနိုင်သည်’ ဆိုတဲ့ စကားကလည်းရှိထားတော့ တစ်ခါတစ်ခါ ဘဝဆိုတာကြီးက ဘယ်လိုကြီးလဲဆိုပြီး တွေးရခက် ပြန်ရော။

အောင်မြင်မှုတွေရဖို့ ကြိုးစားရုန်းကန်နေရင်း၊ ကိစ္စတွေရှုပ်
လွန်းလို့ လူမှုရေးတွေကို လျစ်လျူရှုသလိုဖြစ်မိရင်းက သေဆုံးခြင်း
ဆီ ရောက်သွားနိုင်တာကို တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကျွန်တော်တို့တွေ မေ့
ထားတတ်ကြပါတယ်။ မအားလို့ဆိုတဲ့အကြောင်းပြချက်နဲ့ လျစ်
လျူရှုသင့်တာရော၊ လျစ်လျူမရှုသင့်တဲ့အရာတွေကိုပါ လျစ်လျူရှု
မိတတ်ခဲ့ကြတဲ့အတွက် နောင်တတွေလည်းရခဲ့ကြရပါတယ်။

ရလာတဲ့ဘဝမှာ ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရတဲ့ကိစ္စတွေက “ ကိစ္စ
များမြောင် လူတို့ဘောင်” ဆိုတဲ့အတိုင်း တစ်ခုပြီးတစ်ခုတွေ့နေကြ
ရပြန်တယ်။ ကိစ္စများလွန်းလို့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကံတရားကို စိတ်
ပျက်မိတဲ့အခါမျိုးနဲ့ လည်း လူတိုင်းကြုံတွေ့ကြရပြန်တယ်။ ကိစ္စ
များမြောင်ခြင်းက ဆင်းရဲချမ်းသာ၊ ကလေးလူကြီးနဲ့ မဆိုင်ပါဘူး။
ကလေးလည်း သူ့ကိစ္စနဲ့သူ ကစားနေရခြင်းနဲ့ မအားနိုင်ဘူးလေ။
လူကြီးကလည်း လူကြီးအလျောက်၊ ချမ်းသာတဲ့သူကလည်း အလုပ်
တွေစီမံ ခန့်ခွဲနေရလို့၊ ညွှန်ကြားနေရလို့ မအားနိုင်ကြသလို ဆင်းရဲ
တဲ့သူမှာလည်း သမုဒ္ဒရာဝမ်းတစ်ထွာအတွက်၊ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေ
လိုက်ရတာ အားချိန်မရှိပါဘူး။

ဘဝဆိုတာ အမြဲတမ်းရုန်းကန်နေရတယ်ဆိုတဲ့ စကား
အတိုင်း ဘဝခရီးဆက်ဖို့ ကြိုးစားကြရာမှာ အခက်အခဲတွေနဲ့ ရင်
ဆိုင်ရစမြဲပါ။ ဒါပေမဲ့ အချို့အရာလေးတွေကတော့ ခက်ခဲမယ်လို့

ထင်ရပေမယ့် အလွယ်တကူနဲ့ဖြေရှင်းလို့ရနိုင်မယ့် နည်းတွေရှိနေတာ
ကို မေ့နေတတ်ကြတယ်။

အခက်အခဲကြုံတွေ့လိုက်တာနဲ့ အခက်အခဲတွေကို ပြေ
လည်ဖို့ စဉ်းစားမိတယ်ဆိုရင်ပဲ ခက်ခဲတာကနေစပြီး တွေးလိုက်မိ
တာမို့ ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းဖို့ ကိစ္စတွေကအခက်အခဲကြုံသူကို
ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ပင်ပန်းစေပါတယ်။ လွယ်ကူတဲ့ နည်းလမ်းလေး
တွေနဲ့လည်း ဝေးသွားတတ်ကြတယ်။ ဒီလို ဖြစ်ရတာကတော့ ပြေမှ
ပြေလည်ပါမလားဆိုတဲ့ ပူပန်တဲ့ စိတ်ရဲ့ ကြိုးစားမှုများလို့ ဖြစ်ရတာပါ။

အခက်အခဲကို ဖြေရှင်းတယ်ဆိုရာမှာ ကိစ္စကြီးလုပ်တဲ့သူမှ
ကြုံတွေ့ရတာမဟုတ်ပါဘူး။ အရာရှိအရာခံမှအစ သာမန်ဝန်ထမ်းတွေ
သာမကဘဲ အိမ်ထောင်ရှင်မတာဝန်ကို ယူထားပြီး အိမ်ထဲမှာပဲ
နေနေကြတဲ့ မိန်းမသားတွေလည်းပါဝင်ပါတယ်။

တချို့ အိမ်ထောင်ရှင်မိန်းမသားတွေက ယောက်ျားလုပ်စာ
ထိုင်စားနေတဲ့ ဘဝတွေရရှိနေပေမယ့် တချို့ကတော့ အိမ်ရဲ့
ဝေယျာဝေစ္စကို ထောင့်ကွက်စေ့စေ့လုပ်ပေးနေရတဲ့ မိန်းမသားတွေ
လည်းရှိနေပါတယ်။ အပြင်ထွက်ပြီး ဝင်ငွေရတဲ့ အလုပ်ကိုမှ
လုပ်မှ အိမ်ထောင့်တာဝန်ကို တစ်ဖက်တစ်လမ်းမှ အထောက်အကူ
ပေးနိုင်တာ မဟုတ်ပါဘူး။

ခင်ပွန်းသည်ပေးတဲ့ ငွေကြေးကိုပဲ မိသားစုလောက်အောင်
သုံးစွဲနိုင်ခြင်း၊ အချေးအငှားမရှိခြင်းတို့ကလည်း အိမ်ထောင့်တာဝန်

တို့ ကူထမ်းပေးခြင်းပါပဲ။ ခင်ပွန်းသည်အတွက် အရာရာဖြည့်ဆည်းပေးတတ်တဲ့ မိန်းမတစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်ဟာတကယ်ကို လှပသက်စင်နေတဲ့ ပန်းချီကားတစ်ချပ်လိုပါပဲ။ ကြည့်လို့ကို မဝနိုင်တော့ပါဘူး။ ကြာကြာကြည့်လေ ပိုမိုတန်ဖိုးထားတတ်လာလေလေပါပဲ။

အိမ်ထောင်ရှင် အမျိုးသမီးတွေလည်း အိမ်မှာနေရင်းနဲ့ ပြေရှင်းရခက်တဲ့ကိစ္စတွေ၊ အခက်အခဲတွေကိုရင်ဆိုင်ကြရပါတယ်။ ဒီလိုမျိုးကြုံတွေ့လာတဲ့အခါ စိတ်အေးအေးထားပြီး စဉ်းစားပြေရှင်းနိုင်မှသာ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း စိတ်မဆင်းရဲရသလို ပတ်ဝန်းကျင်လည်း စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရခြင်းမှ ကင်းလွတ်နိုင်မှာပါ။

တချို့သော မိန်းမသားတွေကတော့ ပြဿနာအခက်အခဲ (သေးသေးကြီးကြီး) တစ်ခုကြုံလာတိုင်းကိစ္စအကြီးကြီးလို့ ခံစားမိပြီး မိမိဘေးပတ်ဝန်းကျင်ကိုပါ ဂယက်ရိုက်စေတာကြောင့်သေးငယ်တဲ့ ကိစ္စတွေပပျောက်သွားရမယ့်အစား ကြီးမားသွားပြီး၊ သေးငယ်သွားရမယ့်ကိစ္စတွေကတော့ မပြေရှင်းနိုင်တော့ဘဲ ရှုံးရောက်ဘာရောက်နဲ့ အမှိုက်ကစ ပြာသာဒ်မီးလောင်တဲ့အဆင့်အထိ ကူးပြောင်းသွားရပါတယ်။

ရှေးယခင်အစကတည်းက မိန်းမတစ်ဦးကြောင့် တိုင်းပြည်ဖျက်ရသလို တိုင်းပြည်စည်ပင် ကောင်းစားသွားတာမျိုးလည်း သာကေတွေ ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ “မိန်းမဖျက်တော့ ပြည်ဖျက်” ဆိုတဲ့ စကားကလည်း အတိအလင်းရှိတာမို့ ပြည်ဖျက်တဲ့မိန်းမကဲ့

သို့ မိမိခင်ပွန်းရဲ့ အသိုင်းအဝိုင်း၊ မိမိပတ်ဝန်းကျင်၊ မိမိအမျိုးတွေကြားမှာ မိမိကြောင့် ပြေရှင်းရခက်တဲ့ ကိစ္စကြီးတွေ၊ မျက်နှာချင်းမဆိုင်ချင်တော့တဲ့ ကိစ္စမျိုးတွေ မကြုံအောင် မိခင်အနွယ်ဝင်မိန်းမသားတွေက အသိ၊ သတိလေးကပ်ပြီး ပြုမူလုပ်ဆောင်သင့်တယ်လို့ တော်ထက်ကောင်း အကြံပေးပါရစေ။

ကြီးတဲ့အမှုကိုငယ်အောင် ငယ်တဲ့အမှုပပျောက်အောင် လုပ်ဆောင်တဲ့နေရာမှာ မိန်းမသားတွေရဲ့ စွမ်းရည်ကလည်း ပါဝင်နေပါတယ်။ ဒီလိုမျိုး စွမ်းရည်တွေရှိနေရအောင် မိန်းမသား အချင်းချင်း ပြိုင်ဆိုင်တာတွေ၊ မရွံ့သင့်၊ မထားသင့်တဲ့ တလွဲမာနတွေကို နေရာတကာလိုက်ထားတာ တွေ၊ မနာလိုဝန်တိုစိတ်တွေ ကိုယ့်စိတ်မှာ ရှိမနေရအောင် စိတ်ကို အမြဲတမ်းစောင့်ကြည့်ပြီး စင်ကြယ်အောင် ထားပေးကာ ကြားမြင်သူတန့် ပြည့်စုံစေမယ့် စာကောင်းပေမွန်တွေကို ဖတ်ရှုလေ့လာပေးရပါတယ်။

တော်ထက်ကောင်းရဲ့ အမြဲပြောနေကျ လက်သုံးစကားအတိုင်း ထပ်ပြောရမယ်ဆိုရင် မိခင်နွယ်ဝင် မိန်းမသားတွေရဲ့ စိတ်အခံက နူးညံ့တာမို့ အဲဒီနူးညံ့နေတဲ့ စိတ်အခံကို မပျောက်ကွယ်စေဘဲ ရဲရင့်ခိုင်မာတဲ့ စွမ်းရည်ကို ဖြည့်တင်းပေးနိုင်တဲ့ မိန်းမသားလောက် လောကအတွက် ကောင်းကျိုးပေးနိုင်မယ့် မိန်းမမျိုးရှိနိုင်တော့မယ် မထင်ပါဘူး။ တချို့မိန်းမသားတွေရဲ့ စိတ်ကောင်းရှိမှုတွေကလည်း သူမတို့အတွက် အားနည်းချက်လို ဖြစ်နိုင်တာမို့

ထိုအားနည်းချက်ကို ခုတုံးလုပ်ပြီး အမြတ်ထုတ်ချင်တဲ့ ယောက်ျား၊ မိန်းမတွေရဲ့ ရန်ကို၊ အသိသတ်နဲ့ စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်တဲ့ ဉာဏ်စွမ်းရည်တို့ ပူးပေါင်းပြီး ကာကွယ်ထားဖို့လည်း လိုပါလိမ့်မယ်။

ဘဝခရီး လျှောက်လှမ်းကြရာမှာ ဘဝကံအကျိုးပေးပေါ်မှုတည်ပြီး လျှောက်ရမယ့် လမ်းတွေကြမ်းတမ်းတဲ့သူတွေလည်းရှိသလို သက်သောင့်သက်သာနဲ့ လျှောက်လှမ်းခွင့်ရတဲ့သူတွေလည်း ရှိနေတယ်ဆိုတာ စာရှုသူတိုင်းသိကြမှာပါ။ များသောအားဖြင့်တော့ ရုန်းကန်နေရတဲ့သူတွေကိုပဲ ပိုမိုအတွေ့များနေရပါတယ်။ အခက်အခဲတွေကိုလည်း အမြဲကြုံတွေ့ကြရတာမို့ ကြုံတွေ့လာတဲ့ အခက်အခဲတွေပေါ်မှာ စိတ်ပျက်အားငယ်နေမယ်ဆိုရင် ရှေ့ဆက်ရမယ့် ခရီးအတွက် ခွန်အားတွေ လျော့နည်းသွားနိုင်ပါတယ်။

လူတချို့ကိုတော်ထက်ကောင်း မြင်ဖူးပါတယ်။ အလကားနေရင်း မိုးပြိုမှာကြောက်နေတဲ့သူလိုမျိုး ဟုတ်တာတွေရော၊ မဟုတ်တာတွေရော ကြံဖန်ပြီး နေရာတကာလိုက်ပူပန်နေတတ်မို့ဘေးပတ်ဝန်းကျင်အတွက်လည်း အပူကူးစက်ပြီး စိတ်မသက်သာ ဖြစ်ရပါတယ်။

ဘဝက တိုတယ်လို့ပြောကြပေမယ့် အသက်ရှိတဲ့နေ့ရက်တွေကိုအဆင်ပြေစွာ ကျော်လွှားသွားနိုင်ဖို့အတွက် ကြိုးစားရတဲ့လမ်းကြောင်းတွေကရှည်လွန်းပါတယ်။ တချို့ဆို လူ့သက်တမ်းစေ့နေထိုင်သွားရမယ့် ဆန္ဒတွေမပြည့်ဝသွားတာတွေ လောကကြီးထဲမှာ ဒုန့်ဒေးပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ ဆန္ဒကို အလိုလိုက်ရင် ဒုက္ခတွေပိုတွေ့နိုင်တာမို့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ဖြစ်ချင်တာထက် ဖြစ်သင့်တာကို ဦးစားပေးပြီး ကိုယ့်စိတ်ကိုပျော်ရွှင်အောင်ထားရင် ဘဝခရီး ခရီးဆက်တဲ့ဘဝမှုက အရမ်းကို အဆင်ပြေလှပါတယ်။ မည်သည့်အရာမှ လွယ်ကူတယ်ဆိုတာ မရှိပေမယ့် ခက်ခဲပင်ပန်းနေတဲ့ ဘဝရပ်တည်မှုထဲကနေ အရာ ရာကို အကောင်းမြင်စိတ်ထားပြီး ဘဝကြမ်းမှာ အပြုံးပန်းတွေနဲ့ အခက်အခဲကို ရယ်စရာလုပ်နိုင်စွမ်းရှိတဲ့သူတွေကို တွေ့ရတဲ့အခါ ကျွန်တော်တကယ်လေးစားမိပါတယ်။ လက်လုပ်လက်စားဘဝကြမ်းသမားတွေဆိုပြီးတော့ သူတို့ဘဝကို အပေါ်ယံကြည့်ပြီး အထင်မသေးစေချင်ပါဘူး။ သူတို့ရဲ့ဘဝကြမ်းမှာ အပြုံးပန်းတွေနဲ့ နေထိုင်ရပ်တည်နိုင်စွမ်းရည်ရှိတော့ အသိအမှတ်ပြုပေးရမှာပါ။

ရုန်းကန်ရတာချင်းအတူတူ ဘဝကံအကျိုးပေးကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ကားစီးပြီး ဘဝခရီးအတွက် ခက်ခဲစွာ ကြိုးစားနေရတဲ့ ကျွန်တော်တို့သာ သူတို့ဘဝလေးတွေထဲ (တစ်နေ့လုပ်မှ တစ်နေ့စားရတာတောင် စားရတဲ့ ထမင်းကဆန်ကြမ်း၊ ဟင်းကလည်း ဟင်းဆိုတဲ့ အမည်ရရှိသောစားကြရတဲ့) မမျှော်လင့်ဘဲရောက်ရှိသွားရင်ခံနိုင်ရည်ရှိနိုင်ပါ့မလား။ ဒါကြောင့် အခြေအနေအကျိုးပေးကြောင့် ဘယ်လိုအနေအထားမှာပဲရှိနေပါစေ၊ အခက်အခဲတွေတဲ့အခါ အလွယ်ကူဆုံးက ဖြေရှင်းနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ သတိလေးထားပြီး ဘဝကို အရှုံးမပေးရပါဘူး။

လွယ်ကူတဲ့နည်းလို့ဆိုရာမှာ မဟုတ်သော နည်းလမ်းကို ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အခက်အခဲကို အဆင်ပြေပြေနဲ့ လွယ်ကူစွာ ကျော်လွှားနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေရှိနေပါသေးတယ်ဆိုတဲ့အချက်ကို သတိရဖို့ပဲပြောနေခြင်းပါ။ တိုက်ဆိုင်တုန်း တော်ထက်ကောင်းရဲ့ ညီမလေး အခက်အခဲဖြေရှင်း နည်းလေးကို ပြောချင်ပါတယ်။ သူမလေးက စိတ်ထားနူးညံ့ပြီး အကောင်းမြင်ဝါဒသမားမို့ အလိမ်မခံရအောင် သူ့ကို အမြဲတမ်း ပြောရတယ်ဗျ။ သူကလည်း ပြောစကား နားထောင်ပါတယ်။ သူ ခက်ခဲမှုကြုံရင် ရယ်စရာလေးတွေ လုပ်တတ်ပြီး ဘေးကလူတွေ စိတ်သက်သာလာအောင် လုပ်တတ်တဲ့ စွမ်းရည် ရှိသဗျ။ အကြောင်းအရာတွေကတော့ အများကြီးပါ။ သာကေတစ်ခု အနေနဲ့ပြောရရင် တစ်ခါက သူထမင်းချက်နေတဲ့အချိန်မှာ မီးကလေးခါလောက် ပျက်ပါတယ်။

အဲဒါ ထမင်းကို အထက်အောက်ဆန်လှန်ပေးရင်း ပေါင်းအိုးထဲက ထမင်းက အတော်လေး ပျော့သွားတယ်။ ထမနဲ့နဲ့ နင်လား ငါလားပျော့သွားတာတောင် သူက ခပ်ပြုံးပြုံးပဲ။ တော်ရုံမိန်းမသားဆို 'ဟာ သွားပါပြီ ခုကွပါပဲ၊ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ မသိတော့ဘူး အဲဒီမီးကြောင့် ဒီလိုဖြစ်ရတာ၊ ဘယ်လိုသွားစားမလဲ။ သွန်ပစ်ရတော့မယ်' ဆိုပြီး ဘေးလူနားမခံနိုင်တော့တဲ့အထိ ပေါက်ပေါက်ဖောက်နေမှာ အမှန်ပဲ။

ညီမလေးကတော့ ဧည့်ခန်းမှာ ခဏထိုင်လိုက်ပြီး ကျွန်တော့်ကို ပြုံးပြုံးကြီးကြည့်ရင်း ပြောလာပါတယ်။ “ကိုကို ရာသီဥတုအေးနေတယ်ဆိုတော့ ဆန်ပြုတ်ကောင်းကောင်းလေး သောက်ကြရင် မကောင်းဘူးလားဟင်၊ ညီမလေး ဆန်ပြုတ်ကောင်း ကောင်းလေး ပြုတ်လိုက်ရမလား”တဲ့။ “မွေးမွေးလေးနဲ့ ကောင်းကောင်းလေး ပြုတ်လိုက်မယ်လေ။ တစ်ခါတစ်လေ ထမင်းမစားဘဲ ဆန်ပြုတ် ကောင်းကောင်းလေး သောက်ရတာ အရသာရှိမှာပါ။ စားမလားဟင်၊ ငါး ခြောက်လေးပါ ဖုတ်လိုက်မယ်လေ”ဆိုပြီး သွားရည်ကျအောင် လာမေးတော့ “ကောင်းသားပဲ”လို့ အဖြေပေးလိုက်တာနဲ့ “မျက်နှာလေးတအားပြုံးသွားပြီး “ဟီးဟီး” ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဆန်ပြုတ် ပြုတ်ရတဲ့ အကြောင်းက ဒီလို”ဆိုပြီး သူ့ထမင်းအိုး ဆန်ပြုတ်သွားရုံကို ပြောပြပြီး ပျော်ရွှင်စွာနဲ့ ဆန်ပြုတ်သွားပြုတ်ပါတော့တယ်။

ပျော့သွားတဲ့ ထမင်းတွေကို အိုးကြီးတစ်လုံးထဲ ရေနဲ့ အတူတည့်၊ ကြက်အသည်းအမြစ်တွေကို ခပ်သေးသေးလို့၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ချင်း၊ ငရုတ်ကောင်းစေ့တွေကို ညက်အောင်ထောင်းပြီး ဆန်ပြုတ်ပြုတ်လိုက်တာ တကယ်အရသာရှိတဲ့ဆန်ပြုတ်လေးကို သောက်ရသဗျ။ ကြက်သွန်မြိတ်လေးတွေတောင် စားခါနီးဖြူထည့်ပေးလိုက်တာ ဆန်ပြုတ်သွားလို့ သွန်ပစ်ရမယ့် ထမင်းအိုးကို အရမ်းကောင်းတဲ့ ဆန်ပြုတ်အဖြစ်ပြောင်းလဲနိုင်ဖို့ စိတ်ကူးရတဲ့ သူ့စွမ်းရည်ကို ဦးလေးကတောင် ချီးကျူးပါတယ်။ တကယ်ဆိုရင်

သူကအပြစ်လုပ်ထားတာပါ။ ထမင်းကို ဖျက်ဆီးထားတာလေ။

ဒါပေမဲ့ သူ့ဖြေရှင်းနည်းက အများအတွက် အကျိုးရှိပြီး လတ်ခံနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းလေးတွေကို အလွယ်တကူ သုံးတတ်တဲ့ စွမ်းရည်ကြောင့် အပြစ်ပြောမခံရတဲ့အပြင် “တော်တော် ကောင်းတဲ့ ဆန်ပြုတ်” ဆိုပြီး ချီးကျူးတာတောင်ခံလိုက်ရပါသေးတယ်။

ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့သူမို့ တော်ထက်ကောင်း အမွမ်းတင် ပြောနေခြင်းမဟုတ်ပါဘူး။ အမှန်တရားကို ချစ်မြတ်နိုးတဲ့ ကျွန်တော်က ကိုယ့်မိဘတွေ အခြားသူအပေါ် တစ်ဖက်စောင်းနင်းဖြစ်နေရင် တောင် အကျိုးအကြောင်းပြောပြီး အမှန်သိအောင် ထောက်ပြ တတ်တဲ့လူမျိုးဆိုတော့ မဟုတ်တာကို ပုဂ္ဂိုလ်စွဲပြီး ဟုတ်ပါတယ်လို့ ပြောမယ့်သူတော့ မဟုတ်ဘူးဗျ။

အဓိကပြောချင်တာကတော့ ဘဝခရီးအချိုးအကွေ့၊ အကောက်တွေနဲ့ မပြေပြစ်တာမို့ သွားရတာ ခက်ခဲပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အခက်အခဲတွေမှာ ဖြေရှင်းနည်း လွယ်လွယ်လျှော့တွေရှိနေပါတယ် ဆိုတာကို အမြဲသတိရစေချင်တာပါ။

သက်သာလွယ်ကူဘဝမူဖြင့် ပျော်ရွှင်တဲ့ဘဝခရီးကို လျှောက် လှမ်းနိုင်ကြပါစေ။

တော်ထက်ကောင်း

Vol-3, Issue 7 Wednesday 19, February, 2014

Women's World Journal



မောင်အောင်လှို
မဟုတ်တော့ဘူးလှို
ထင်တဲ့အခါ

နှင်းသီရိတို့ မိန်းမသားတွေဟာ လောကသဘာဝအရ မိန်းမသားဖြစ်လာကြတဲ့အခါ မိန်းမသားသဘာဝအတိုင်း ခံစားမှု နုနုလေးတွေ၊ အကြင်နာတွေ၊ အလိုလိုက်ခံရခြင်းတွေကို တောင့်တ တတ်ကြပါတယ်။ မိဘ၊ ညီအစ်ကို၊ ဆွေမျိုးအသိုင်းအဝန်းတွေ၊ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတွေဆီကလည်း ကြင်နာမှုတွေ၊ ချစ်ခင်မှု တွေ၊ အလိုလိုက်ခံရမှုတွေ ရရှိခဲ့ကြပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ သူတို့ဆီကရတဲ့ ချစ်ခင်ကြင်နာအလိုလိုက်ခြင်းတွေက မိန်းမသားတွေရဲ့ ခံစားချက်အဖုံဖုံကို ပြည့်စုံနှစ်သိမ့်စေမှာမဟုတ်ပါဘူး။ နှင်းသီရိတို့ မိန်းမသားတွေရဲ့ ခံစားချက်တွေကို ကိုင်လှုပ်ပေးနိုင်သူကို မိန်းမသားတွေဟာ အရွယ်ရောက်တာနဲ့ မသိစိတ်က တောင့်တလာတတ်ကြပါတယ်။

အချစ်ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ အချစ်ရဲ့ခံစားချက်ကို မသိရှာဘူးဆိုတဲ့ သူတောင် သင်စရာမလိုဘဲ အချစ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ခံစားချက်အောက်မှာ ခံစားမှုတွေ တိုက်ဆိုင်ကြတဲ့သူတွေနဲ့ တွေ့ပြီး ချစ်ကြ၊ နောက်တော့ သီးချိန်တန်သီး၊ ပွင့်ချိန်တန်ပွင့်ဆိုတဲ့ ဓမ္မတာအတိုင်း ဘဝလက်တွဲဖော်ရှာကြပြီး နှစ်ကိုယ်တူဘဝကို ထူထောင်ကြပါတော့တယ်။

ဘဝလက်တွဲဖော်အဖြစ် လက်ထပ်ကြတဲ့အခါ တချို့ကတော့ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် ချစ်ကြိုက်ကြပြီးမှ အိမ်ထောင်ပြုကြသူများ ရှိသလို၊ တချို့ကျတော့လည်း အားကိုးရာလိုချင်လို့၊ တချို့ကျတော့ ရှောင်လွှဲလို့မရတဲ့ အခြေအနေကြောင့် အိမ်ထောင်ကျသွားကြတဲ့ သူတွေဆိုပြီး အမျိုးမျိုး ရှိနေကြပါတယ်။ ဘာအကြောင်းကြောင့်နဲ့ ဝဲဖြစ်ဖြစ် အိမ်ထောင်ကျခဲ့ပြီဆိုရင် အိမ်ထောင်ဖက်ဟာ မိန်းမသားတွေအတွက်တော့ အိမ်ဦးနတ်နေရာပါပဲ။

နှင်းသီရိတို့ မိန်းမသားတွေဟာ မိမိရဲ့ ခင်ပွန်းသည် ယောက်ျားကို မိမိမှတစ်ပါး အခြားသောမိန်းမသားတွေအပေါ် ဂရုစိုက်တာ၊ ကြင်နာတာတွေကို လုံးဝမကြိုက်ပါဘူး။ မုန့်သာဝေစားမယ်၊ အချစ်တော့ ဝေမစားနိုင်ဘူးဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း ခင်ပွန်းသည်ရဲ့ ခံစားချက် တစ်စုံတစ်ရာကို အခြားသော မိန်းမသားတွေထံ မဝေပေးချင်ကြပါဘူး။ တချို့အိမ်ထောင်တွေကျတော့ အချစ်မပါဘဲ ထူထောင်ခဲ့တဲ့ အိမ်ထောင်ဖြစ်နေလို့ ခင်ပွန်းဆီက အချစ်ကို

မမျှော်လင့်ကြပေမယ့် သစ္စာရှိမှု၊ ကြင်နာမှုကိုတော့ ဇနီးသည်တွေတလိုချင်ကြပါတယ်။

ဇနီးမောင်နှံဆိုတာ ဘယ်လိုအကြောင်းကြောင့်ပဲဖြစ်ပါစေ၊ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်ပေါင်းဖက်လိုက်ပြီဆိုတာနဲ့ ဘဝက တစ်ခုတည်းဖြစ်သွားပါပြီ။ ဆိုးအတူကောင်းအတူ ကိစ္စအဝဝကို နှစ်ဦးသားက အေးအတူ ပူအမျှ အတူတကွခံစားကြရတာပါ။ နှင်းသီရိတို့ မိန်းမသားတွေဟာ အိမ်ထောင်သည်ဘဝကို လိုချင်တောင့်တကြသူချည်းပါ။ အချစ်နဲ့ တည်ဆောက်ထားကြတဲ့ မိန်းမသားအိမ်ထောင်ရှင်တွေ အတွက်တော့ သားသမီးရလာတာနဲ့အမျှ ခင်ပွန်းသည်အပေါ် ယုံကြည်အားထားမှုတွေ ပိုမိုတိုးပွားလာတတ်ကြပါတယ်။

ဒါပေမဲ့လည်း မိမိမှာလည်းအိမ်ထောင်တာဝန်၊ သားသမီးတာဝန် အချို့အလုပ်လုပ်နေတဲ့ မိန်းမသားတွေမှာတော့ အလုပ်တာဝန်နဲ့မို့ ခင်ပွန်းသည် 'မောင့်အပေါ်'မှာ အရင်လို ဂရုစိုက်မှုတွေ လျော့သွားတတ်ကြပါတယ်။ ကာလကြာရှည်စွာအတူနေခဲ့သူချင်းမို့ သံယောဇဉ်တွေ ရစ်ပတ်နေပေမယ့် လိုအပ်တဲ့ဂရုစိုက်မှုလေးတွေ လျော့ကျသွားတာကို ဖြည့်တင်းဖို့ မေ့နေတတ်ကြပါတယ်။

နှင်းသီရိတို့မိန်းမသားတွေရဲ့ ခင်ပွန်းသည်တွေဟာယောက်ျားသဘာဝအတိုင်း ဇနီးသည်ဆီက ပြုစုယုယမှုတွေကို လိုချင်တတ်ကြပါတယ်။ မိန်းမသားတွေကလည်း ခင်ပွန်းသည်ဆီက ချစ်ခင်ကြင်နာမှုနဲ့ အလိုလိုက်မှုတွေကို လိုချင်နေကြသလိုပဲ သူတို့ကလည်း မိန်းမသား

ဖြစ်တဲ့ ဇနီးသည်ဆီက ပြုစုယူယမှုတွေကို ကလေးတစ်ယောက်လို တောင့်တတတ်ကြပါတယ်။

ဒါကို နှင်းသီရိတို့ ဇနီးသည်တွေ မေ့လျော့ပြီး ပြုစုရမည့် တာဝန်တွေလျော့သွားတာကို တချို့ခင်ပွန်းသည်တွေက နားလည်ပေးကြပေမယ့် တချို့ကတော့ အခြားနေရာက ပြုစုမှုတွေကို သာယာလာတတ်ကြပါတယ်။

ဒီအခါမှာတော့ နှင်းသီရိတို့ မိန်းမသားတွေ မလိုချင်ဆုံး၊ မခံစားနိုင်ဆုံးအရာနဲ့ ရင်ဆိုင်လာရတတ်ပါတယ်။ အိမ်ပြန်ချိန်တွေ နောက်ကျလာမယ်။ အကြောင်းအမျိုးမျိုးပြပြီး အပြင်ထွက်လာမယ်။ မိသားစုနဲ့ အချိန်ပေးတာတွေကို ပြီးငွေ့လာမယ်။ ငွေကြေးအပ်နှံမှုတွေနည်းလာမယ်။ ဇနီးသည်အပေါ် အရင်လို စိတ်မရှည်တော့တာတွေ ဖြစ်လာမယ်ဆိုရင်တော့ မောင်အရင်လို မဟုတ်တော့ဘူးလို့ ခံစားလာရပါပြီ။

အဲလိုအချိန်မှာ နှင်းသီရိတို့ မိန်းမသားတွေဟာ ထူပူပြီး ဘာလုပ်လို့ ဘာကိုင်ရမှန်း မသိတော့ဘဲ (ခင်ပွန်းဆုံးရှုံးသွားရမှာကိုပဲ သိတော့တယ်) စိုးရိမ်စိတ်တွေနဲ့ မလုပ်သင့်တာတွေ လုပ်မိတတ်ကြပါတယ်။

ဒေါသထွက်ပြီး ရန်တွေ့မယ်ဆိုရင်တော့ ဒေါသကြောင့် အမှားပါသွားပြီး မဖြစ်သင့်တော့တွေဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မောင်အရင်လိုမဟုတ်တော့ဘူးလို့ ထင်မိလာတဲ့အခါ စိတ်

လိုက်မာန်ပါပြုမိခြင်းကို ရှောင်ပြီး ဘာကြောင့်အရင်လိုမဟုတ်တော့တော့တာလဲလို့ ထင်တဲ့အမြင်ကို ပြန်ဆန်းစစ်ရပါမယ်။ အိမ်ပြန်ချိန်နောက်ကျတာ၊ ငွေကြေးအပ်နှံတာတွေဟာ နည်းသွားတာလုပ်ငန်း ကြောင့်လားဆိုတာ လေ့လာရပါမယ်။

ပြီးတော့ မိမိဘက်ကလည်း ယောက်ျားသည်ရဲ့ လိုချင်တဲ့ ပြုစုယူယမှုတွေ၊ ဂရုစိုက်မှုတွေကို ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်းပေးရပါမယ်။ ဖြစ်သလိုနေတတ်တာတွေ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မပြင်ဆင်တာတွေကိုလည်း ဂရုစိုက်ပြီး အစစအရာရာ ပြုပြင်ကာနေလိုက်မယ်ဆိုရင်တော့ သစ္စာရစ်ဖွဲ့၊ ကရုဏာတွေသက်ခဲ့တဲ့ မောင့်ရဲ့စိတ်တွေက ဇနီးသည်ထံ စစ်မှန်စွာ ပြန်ရောက်လာမှာ အမှန်ပါပဲရှင်။

နှင်းသီရိကျက်သရေ

Vol-3, Issue 30 Wednesday 6, August, 2014

Women's World Journal





ကိုယ်တို့အသိ
အတိတ်သို့အပို
မီးသို့ပြန်

မင်္ဂလာပါ စာရှုသူတို့ရေ။ စာရေးမယ်လို့ ကြံလိုက်တိုင်း အလုပ်တွေက ပေါ်ပေါ်လာလို့ မရေးဖြစ်လိုက်တာ အခုမှပဲ ရေးဖြစ် ပါတော့တယ်။ ဒီအကြောင်းလေးကို ရေးချင်နေတာတော့ အတော် ကြာပါပြီ။ ‘ကိစ္စများမြှောင် လူတို့ဘောင်’ ဆိုသလို အလုပ်ကိစ္စတွေ အလွန်ပေါများလှတဲ့ လူ့ဘောင်လောကမှာ ဟောဒီကိစ္စ မပြီးသေးဘူး။ ဟိုကိစ္စကလာပြန်ပြီ။ ဟော ဒီအကြောင်းလုပ်တုန်း နောက်ထပ် အကြောင်းအရာတစ်ခု ပေါ်လာပြန်ရော။ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ကျန်းမာရေးစတဲ့ အကြောင်းအရေးတွေက များသားလေ။

တချို့ကျတော့လည်း နေတတ်လို့လားမသိဘူး။ ‘အရေးကိစ္စ’ တွေက ဘာကြီးပဲဖြစ်နေနေ အေးအေးဆေးဆေးပါပဲ။ ဒါကြောင့် လည်း တာဝန်ဆိုတာ အသိစိတ်ရှိတဲ့သူမှ ယူတတ်တာလေ။ သူများ

ဘာဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်မှမဖြစ်ဘဲ၊ ကိုယ့်ကိစ္စမှ မဟုတ်ဘဲဆိုတဲ့ စိတ်နဲ့ သာ နေထိုင်သွားမယ်ဆိုရင် လောကကြီးထဲမှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန် တဲ့လူတစ်ယောက်ဖြစ်သွားမှာပဲ။ လူဆိုတဲ့အမျိုးဟာ တစ်ဦးတည်း သီးသန့်ခဲ့ထွက်နေလို့ ရကောင်းတာမှ မဟုတ်တာ။ ပတ်ဝန်းကျင် ဆွေမျိုး အသိုင်းအဝန်းဆိုပြီးရှိကြတာပဲ မဟုတ်လား။ ကိုယ့်ပတ် ဝန်းကျင်နဲ့ လိုက်လျောညီထွေမှုရှိအောင် နေထိုင်နိုင်မှသာ မိမိရော ပတ်ဝန်းကျင်ပါ အနှောင့်အယှက် မဖြစ်မှာလေ။

တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ဘယ်လိုမှ အံ့မဝင်တဲ့ အနေအထားတွေ ရှိလာတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်ကောင်းရင် ခေါင်း မရွေ့ဘူးလို့ ဘယ်လိုပဲ လက်ကိုင်ထားပါစေ၊ ကိုယ်ကောင်းပေမယ့် ခေါင်းမဖော်ဝံ့တဲ့ ကိစ္စနဲ့ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရတဲ့အခါ ပတ်ဝန်းကျင်ဟာ ကိုယ့်အတွက် အနေရခက်တဲ့ အခြေအနေမျိုးဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ အနေရခက်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မျိုးမှာ အတင်းအဓိကြိတ်ရင်း နေနေ ရတဲ့အခါ စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုမှ မပျော်လာနိုင်တော့ပါဘူး။ ‘ပျော်ရာ မှာမနေ၊ တော်ရာမှာနေ’ ဆိုတဲ့ စကားပုံလို ပျော်ရွှင်တဲ့ နေရာမှာနေဖို့ အခြေအနေမပေးတော့တဲ့အခါ မိမိနဲ့သင့်လျော်တဲ့ နေရာမှာ နေထိုင် သွားရမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ မိမိနဲ့ သင့်လျော်တယ်ထင်လို့ နေထိုင်နေတဲ့ နေရာမှာ သာမန်ခက်ခဲတာမျိုးထက် ပိုပြီး စိတ်ကျဉ်းကြပ်ခြင်းတွေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ရင်ဆိုင်ရမှာ အရမ်းခက်ခဲတာ မျိုးတွေ၊ မိမိဖြစ်တည်

မှုကို တင်းမခံ၊ တောင့်မခံနိုင်လောက်အောင် ပျောက်ကွယ်သွားချင်တဲ့ စိတ်မျိုးတွေ ဖြစ်ပေါ်ခံစားလာရပြီဆိုရင် တော့ မိမိအခြေအနေထိုင်ရတဲ့ အရပ်ဒေသဟာ မိမိအတွက် နေထိုင်ရန် သင့်လျော်တဲ့ နေရပ်ဒေသ မဟုတ်ပါတော့ပါဘူး။

အဲဒီလိုနေရာမျိုးကနေ အမြန်ဆုံးရှောင်ထွက်သွားရတော့ မှာပါ။ အဲဒီနေရာကို ကျောခိုင်းထွက်လိုက်တာနဲ့ အဲဒီနေရာဟာ မိမိအတွက်တော့ တူးဖော်ရန်မသင့်သော အတိတ်ဆိုးဖြစ်သွားပါပြီ။ မိမိကိုအရှက်ရော ဂုဏ်သိက္ခာပါ ကျဆင်းစေခဲ့တဲ့နေရာဟာ မိမိ အတွက် အတိတ်ဆိုးဖြစ်သလို တွေးလိုက်တိုင်း ရင်မှာနာကျင် ခံစားရခက်ခြင်းဟာလည်း ခံစားမှုအတိတ်ဆိုးတွေပါ။ ကိုယ့်အတွက် စိတ်ရော ကိုယ်ပါ ပင်ပန်းမှုဖြစ်စေခဲ့တဲ့ အတိတ်ဆိုးတွေဟာ ကောင်းကျိုးမဖြစ်တာ သေချာနေမှတော့ ဒီအတိတ်ဆိုးကို ပြန်မတွေး ဖို့ လိုအပ်လာပါပြီ။ လောကမှာ ‘ဖုံးကွယ်လို့ ရကောင်းတဲ့ အရာမရှိ’ ဆိုတဲ့ စကားရှိပေမယ့် လိုအပ်တဲ့အခါမှာတော့ ကံမကောင်း အကြောင်းမလှလို့ဖြစ်ပေါ် ခံစားကြုံတွေ့ခဲ့ရတဲ့ မိမိရဲ့ အတိတ်ဆိုးကို မီးသင်္ဂြိုဟ်ပစ်ရမှာပါ။ အတိတ်ဆိုး ဖြစ်နေတဲ့အတွက် ဘယ်လို အခြေအနေမျိုးပဲဖြစ်ဖြစ် မိမိအတွက် ကောင်းစရာတစ်ကွက်မှ မရှိပါဘူး။ အတိတ်ကို တူးဆွခံရတဲ့အခါမှာ ရင်ထဲက တဆစ်ဆစ် နဲ့ ခံစားချက်တွေ အထွတ်အထိပ်ရောက်ပြီး ပေါက်ကွဲသွားနိုင်ပါ တယ်။

ဒါကြောင့် အကျိုးမရှိတဲ့ အတိတ်ဆိုးကို တူးဆွလို့ရအောင် မြေမြှုပ်ထားခဲ့လို့ မရပါဘူး။ တူးဆွခွင့် မရှိတော့လောက်အောင် မီးသင်္ဂြိုဟ်ပစ်ခဲ့ရမှာပါ။ တမ်းတစရာမရှိခဲ့ရင်တောင် မလွမ်းပါနဲ့ တော့။ ပြာမူန့်တွေဖြစ်ပြီး အကောင်အထည်ဖော်လို့မရတော့ဘဲ နုလထဲ လွင့်စဉ် မျောလွင့်ပျောက်ကွယ်သွားအောင် မီးသင်္ဂြိုဟ်ပစ်ရ မှာပါ။

အတိတ်ဆိုးမှာ ပါဝင်ပတ်သက်ခဲ့တဲ့သူတွေနဲ့ ဝေးရာ နေရာသစ်မှာ ဘဝသစ်ကို ထူထောင်ရမှာပါ။ မိမိကိုယ်ကိုလည်း အသစ်တစ်ဖန်ပြန်လည်မွေးဖွားတဲ့ သူလို့ခံယူရင်း စိတ်သစ်လူသစ် နဲ့ ရွှင်လန်းတက်ကြွစွာ ဘဝသစ်ကို ရဲဝံ့စွာ လျှောက်လှမ်းရမှာ ဖြစ် ပါတယ်။

မတော်တဆဆိုသလို လေထဲလွင့်မျောသွားတဲ့ ပြာမူန့် (အတိတ်ဆိုး) အပိုင်းအစကို ဖမ်းဆုပ်ချင်တဲ့သူမျိုးနဲ့ တွေ့လာတဲ့အခါ သူလက်ထဲ အမိမခံဘဲ ကိုယ့်ဘက်က လေပြင်းတော့တိုက်ပြီး ပြာမူန့် လေးတွေကို လွင့်စဉ်ပျောက်ကွယ်သွားပါစေ။ ဆိုလိုတာကတော့ ဇဝေဇဝါဖြစ်နေတဲ့သူကို သေချာအောင် ကိုယ့်ဘက်က သက်သေ မပြမိဖို့ပါပဲ။

ဥပမာ မိမိက မနွယ်ဆိုတဲ့အမည်နဲ့ အတိတ်ဆိုးမှာအဖြစ် ဆိုးခဲ့တယ်ဆိုပါတော့။ အခု ကိုယ်က မနိုင်ဆိုတဲ့ ဘဝအသစ်မှာ

စိတ်သစ်လူသစ်နဲ့ အသားကျစွာ နေထိုင်နေပါပြီ။ ထိုအချိန်မှာ အတိတ်ဆိုးခဲ့တဲ့ မနွယ်ကိုသိခဲ့တဲ့သူတစ်ယောက်နဲ့ မနိုင်ပြန်တွေ့ရ တယ်။ အဲဒီသူက “မင်းက ငါသိခဲ့တဲ့ မနွယ်နဲ့တူတယ်။ မနွယ်လား” လို့ မေးခွင့်မသာအောင် မိမိက မနိုင်ဆိုတာ သူ့စိတ်ထဲ ထင်သွား အောင် မနိုင်ဘဝမှာပဲ ဆက်နေရမှာပါ။ မနွယ်နဲ့ ပတ်သက်ခဲ့တဲ့သူတွေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်တွေကိုပါ မသိတဲ့ သူတစ်ယောက် အဖြစ်နေသွားရမှာပါ။

လူမှုရေးနားလည်တဲ့သူတွေ၊ သူတစ်ပါးခံစားချက်တို့ နားလည်လက်ခံပေးနိုင်တဲ့သူတွေဆိုရင်တော့ မိမိကို မနွယ်လို့ သံသယ ရှိချင်ပေမယ့် လူသားချင်းညှာတာ၊ သနား၊ ခံစားတတ်စွဲ ကြောင့် မနိုင်ကိုဘဲ လေးစားစွာဆက်ဆံမှာပါ။ ဒီလိုမှ မဟုတ်ဘဲ အသက်သွင်းဖို့ ကြိုးစားနေပြီဆိုရင်တော့ ဒီလူဟာ ကိုယ့်အတွက် ဘယ်သောအခါမှ ကောင်းမွန်တဲ့ မိတ်ဆွေတစ်ယောက် မဖြစ်နိုင် တော့တာ မို့ သူ့ကို ဘယ်သောအခါမှ မသိခဲ့တဲ့ သူစိမ်းတစ်ယောက် လို့ပဲ ရင်ဆိုင်လိုက်ပါ။

မိမိကတော့ လက်ရှိဘဝသစ်မှာ ကောင်းမွန်တဲ့ အနေအထား လေးအတိုင်း ကောင်းမွန်တဲ့အကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေကို ဆက်လုပ် ပေးသွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်ပြောချင်တာက လူရယ်လို့ဖြစ်လာပြီဆိုရင် အကောင်းအဆိုး လောကဓံကို ခံစား ရစမြဲပါ။ ဒီလိုခံစားရတဲ့အခါ ကောင်းတာတွေ့ရင်လည်း အောက်

၁၂၈

နင်းသီရိကျက်သရေ

မြဲလွတ်သွားစရာမလိုသလို မကောင်းတာတွေ့ရင်လည်း စိတ်ဓာတ်
အလွန်အမင်းကျဆင်းပြီး ဘဝကြီးကို ကျောခိုင်းထွက်ခွာသွားဖို့
မလိုပါဘူး။

အဖြစ်ဆိုးမှာ ပစ္စုပ္ပန်ထဲဆွဲမခေါ်ဘဲ အတိတ်မှာထားပြီး
မီးသင်္ဂြိုဟ်ပစ်ခဲ့ပါ။ မိမိရှေ့မှာ လှပတဲ့ဘဝသစ်နဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့
အနာဂတ်လှလှလေးတွေရှိနေသေးတယ်ဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မမေ့
လို့က်ကြပါနဲ့။

တော်ထက်ကောင်း

Vol-3, Issue 15 Wednesday 23, April 2014

Women's World Journal



မကျော်နိုင်ရင် ရင်ဆိုင်ပါ

May Thon Thon Chit



www.burmeseclassic.com



မကျော်နိုင်ရင်
ရင်ဆိုင်ပါ

“လို့အပ်တဲ့အခါ အတိတ်ဆိုးတွေကို မီးသဂြိုဟ်” ဆိုတဲ့ စာမူကို မအားလပ်တဲ့ကြားက ရေးပြီးချိန်မှာပဲ ချစ်ဇနီးချောလေးက စာမူကိုလာစစ်ဆေးပါတယ်။ (ဟဲဟဲ ဇနီးချောလေးဆိုလို့ ကြားတယ် မထင်ပါနဲ့ဗျာ) ကိုယ်ချစ်ရ၊ မြတ်နိုး၊ တန်ဖိုးထားရတဲ့သူဟာ ကိုယ့်အတွက် နတ်သမီးလေးလို ချောလှနေတာပေါ့ဗျာ။ တခြားသူ မျက်စိထဲမှာတော့ ချောချင်မှချောမှာပေါ့။ ရှမ်းကြိုက်တော့ နွားချောတာပေါ့။ အဲလေးများလို့ ချစ်ဇနီးက သူ့ကိုနွားနဲ့ နှိုင်းတယ်ဆိုပြီး စိတ်ကောက်နေပါဦးမယ်။ ခေါင်းထဲပေါ်လာတဲ့ စကားပုံကို လှမ်းဆွဲသုံးမိတာပါ။ ဒီလိုပြောမှ သူမလေးကျေနပ်မှာဗျ။ ကိုယ်ထင် ခုတင်ရွှေနန်းပေါ့ဗျာ။

အစချီနေတာနဲ့ လိုရာကို မရောက်နိုင်တော့ဘူး။ ကျွန်တော်က စာရှုသူတွေ စိတ်အမောလေးတွေ အတန်အသင့်ပြေ

ပျောက်စေဖို့ အရွှန်းဖောက် ပြောမိခြင်းပါ။ ဆက်ရေးပါမယ်။
ချစ်ဇနီးက စာမူကို ဖတ်ကြည့်ပြီး နှုတ်ခမ်းပါးလေးကို စေ့လိုက်၊
တုံ့လိုက်၊ ရွဲ့လိုက်လုပ်လာပါတယ်။ ပါးစပ်ကလည်း စာကြောင်းတွေ
တို အသံထွက် ဖတ်လာပါတယ်။

‘ပျော်ရာမနေ တော်ရာမှာနေ’ ဆိုတဲ့ စကားပုံလို ပျော်ရွှင်
တဲ့ နေရာမှာနေဖို့ အခြေအနေမပေးတဲ့အခါ မိမိနဲ့ သင့်လျော်တဲ့
နေရာမှာ နေထိုင်သွားရမှာပါ’

သူသဘောကျတဲ့ စာသားတွေဆိုရင် ခေါင်းတညိတ်ညိတ်
နဲ့ ဖတ်လို့ပေါ့။ “မှန်တာပေါ့၊ မိမိနဲ့ သင့်လျော်တယ်ထင်လို့
နေထိုင်နေတဲ့နေရာမှာ သာမန်ခက်ခဲတာမျိုးထက်ပိုပြီး စိတ်ကျဉ်းကြပ်
ခြင်းတွေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ရင်ဆိုင်ရမှာ အရမ်းခက်ခဲလာတာမျိုးတွေ၊
မိမိဖြစ်တည်နေမှုကို တင်းမခံ၊ တောင့်မခံနိုင်လောက်အောင်
ပျောက်ကွယ်သွားချင်တဲ့ စိတ်ခံစားမှုမျိုးတွေ ဖြစ်ပေါ်ခံစားလာ
ရပြီဆိုရင်တော့ မိမိအခြေအနေထိုင်နေတဲ့ အရပ်ငှာသဟာ မိမိအတွက်
နေထိုင်ရန် သင့်လျော်တဲ့နေရာဒေသ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ အင်း
ဟုတ်တယ်နော် လောကက ပျောက်ကွယ်သွားချင်တဲ့စိတ်အခြေအနေ
ဆိုတာ သာမန်စိတ်အခြေအနေမှ မဟုတ်တော့တာနော် ကိုကို”

“အင်း”

“ဇနီးသည်က သူ့အမြင်ကိုပြောရင်း စာမူကို ဆုံးအောင်
ဖတ်လိုက်တယ်။ တစ်ပုဒ်လုံးပြီးတော့ ‘ညလေးပြောစရာရှိတယ်

ကိုကို’ တဲ့။ ကျွန်တော်ကပြောလေဆိုတော့ “လိုအပ်လို့ အတိတ်ဆိုး
မဖြစ်မနေ သင်္ဂြိုဟ်နိုင်ရမယ်ဆိုတာတော့ မှန်ပါတယ်။ အဲဒီအဆိုကို
လည်း လက်ခံပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က အတိတ်ဆိုးမို့လို့ ပြန်
မခံစားချင်တော့လို့ သင်္ဂြိုဟ်လိုက်တယ်ဆိုပေမယ့် အတိတ်ရဲ့ အချိန်
ဆိုတာ ပျောက်ကွယ်သွားတာမှ မဟုတ်တာ။

ကိုယ်က ဘဝပြည်ဖုံးကားချပြီး လူသူမနီးတဲ့ နေရာမှာ
ဇာတ်မြုပ်တာ၊ နိုင်ငံရပ်ခြားကို ထွက်သွားတာမျိုးမဟုတ်ဘဲ ပြည်
တွင်းမှာပဲ ဒေသပြောင်းပြီး နေတိုင်းအတိတ်ဆိုးက လုံးဝပျောက်ကွယ်
သွားမှာမှ မဟုတ်တာ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် မခံစားနိုင်လို့ မေ့ဖျောက်
ထားတာပဲရှိတယ်။ အတိတ်ဆိုးအကြောင်း ထဲထဲဝင်ဝင်သိခဲ့တဲ့ သူနဲ့
ထိပ်တိုက်တွေ့လာတဲ့အခါ ဘယ်လိုလုပ်မလဲ”

သူမလေးက တံထွေးတစ်ချက်မျိုရင်း ဆက်ပြောပြန် တယ်။

“ကိုကိုကပြောတယ်လေ စာထဲမှာ မတော်တဆဆိုသလို
လေထဲ လွင့်မျောသွားတဲ့ ပြာမှုန့် (အတိတ်ဆိုး) အပိုင်းအစကို
ဖမ်းဆုပ်ချင်တဲ့ သူမျိုးနဲ့တွေ့လာတဲ့အခါ သူ့လက်ထဲ အမိအခံဘဲ
ကိုယ့်ဘက်က လေပြင်းတွေတိုက်ပြီး ပြာမှုန့်လေးတွေကို လွင့်စဉ်
ပျောက်ကွယ်သွားပါစေလို့ ရေးထားတယ်လေ”

“အင်း”

“အတိတ်ဆိုးကို ကိုယ့်ရဲ့အားနည်းချက်လို့ ကိုယ်တိုင်ခံယူ
ထားတယ်ဆိုရင်တော့ အားနည်းချက်ကို ဆုပ်ကိုင်ချင်တဲ့ သူတ

ကိုယ့်ကို ဘယ်လိုမှ အလွတ်ပေးမှာ မဟုတ်ဘူးလေ။ ကိုယ်က ဘဝ သစ်ရောက်နေလို့ အတိတ်ဆိုးကို မေ့ထားပေမယ့် အတိတ်ဆိုးရဲ့ အရိပ်က ကိုယ့်ရှေ့တည့်တည့်ရောက်လာတဲ့အခါ ခြေမကိုင်မိ လက် မကိုင်မိဖြစ်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့ကွာထွက်ပြေးရတော့မှာလား။ ကိုကိုစာထဲ မှာ ဒီလူဟာ ကိုယ့်အတွက် ဘယ်သောအခါမှ မသိခဲ့တဲ့ သူစိမ်း တစ်ယောက်လိုပဲ ရင်ဆိုင်လိုက်ပါလို့လေ”

“အင်း”

“ဒါပေမဲ့ အခြေအနေက အဲဒီလိုမသိခဲ့တဲ့ သူစိမ်းတစ်ယောက် လို့ ရင်ဆိုင်ဖို့ မဖြစ်နိုင်တဲ့အခါကျတော့ ဒါကိုသူက ကိုယ့်အားနည်း ချက်အဖြစ် ဆုပ်ကိုင်လာနိုင်တယ်လေ။ အဲဒီအခါဘဝသစ်ဖန်တီးမှု က အနှစ်သာရမရှိတော့လောက်အောင်ကို ခံစားမှုအဓိပ္ပါယ်တွေ တင်းမဲ့သွားနိုင်တယ်မဟုတ်လား”

“ဟုတ်တယ်လေ၊ အဲဒီလိုအခြေအနေမျိုးကို ရင်ဆိုင်ရ တတ်တာပေါ့။ အဲဒီလိုမျိုး ကြုံတွေ့လာတဲ့အခါ ထပ်မံရှောင်ပုန်း လိုက်မယ်ဆိုရင်တော့ အသက်ရှိစဉ် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကျိုးလန့် စာ စားပုံစံမျိုးနဲ့ ဖြတ်သန်းသွားရနိုင်တယ်။”

“ဟုတ်တယ်လေ။ သူ့ခံစားချက်တွေက အရင်အတိတ်ဆိုး တုန်းက ခံစားခဲ့ရသလို အဟောင်းတွေအသစ်ဖြစ်ပြီး လောကထဲမှာ ရှင်သန်ရပ်တည်နိုင်စွမ်းတွေ ပျောက်ကွယ်သွားနိုင်တယ် မဟုတ် လား”

“ဟုတ်တာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ တစ်ခုရှိတာက အချိန်ဆိုတာ အကောင်းဆုံးသမားတော်လို့ ဆိုခဲ့ကြတဲ့အတိုင်းအချိန်တွေ ပြောင်းလဲ တာနဲ့အမျှ လောကကိုရင်ဆိုင်နိုင်လောက်တဲ့ စွမ်းအားတွေရရှိတတ် သလို အတွေးအခေါ်၊ အယူအဆတွေလည်း ပြောင်းလဲလာခဲ့တာပဲ။ အရင်အတိတ်ဆိုးက အဲဒီအချိန်တုန်းကသာ ပူပူနွေးနွေး ခံစားခဲ့ ရတာလေ” “ဟုတ်တယ်လေ၊ မခံစားနိုင်တော့လို့ ဝေးရာကို ထွက်ပြေး သွားတာ မဟုတ်လား”

“အင်း ဟုတ်ပါတယ်ဆရာမကြီးရဲ့၊ ဒါကြောင့် အတိတ်ဆိုး က ကိုယ့်ဆီ တည့်တည့်ရောက်လာတဲ့အခါ ရှောင်မရမှတော့ မျက်နှာချင်းဆိုင်ပြီး ရဲဝံ့စွာ ရင်ဆိုင်လိုက်ရုံပေါ့။ အဲဒီလိုရင်ဆိုင်လိုက် ခြင်းကလည်း အကြပ်ကိုင်ချင်သူတွေ အကြပ်ကိုင်လို့မရတဲ့အပြင် ကိုယ့်ရဲ့ ရိုးသားမှု ဂုဏ်ကိုလည်း လူတွေသိရှိနားလည်လာမှာ အမှန်ပါပဲ။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ကိုယ်က အပြစ်မရှိတဲ့သူ၊ အများနဲ့ လိုက်လျော ညီတွေဖြစ်အောင် နေထိုင်နေတဲ့သူ တစ်ဦးဖြစ်နေမှတော့ အတိတ် ဆိုးလာဖော်တဲ့သူလည်း သူမကောင်း တဲ့ စေတနာရဲ့ ဆိုးကျိုးပေးမှုကို ခံစားသွားရမှာပါပဲ။

ဒါကြောင့် အတိတ်ဆိုးကို မခံစားချင်တော့လို့ ဘဝသစ် မှာ နေနေပေမယ့် အတိတ်ဆိုးနဲ့ရင်ဆိုင်လာရတဲ့အခါ အတိတ်ဆိုး ကို လွယ်လင့်တကူ ကျော်ဖြတ်ဖို့ အခွင့်မသာခဲ့ဘူးဆိုရင်တော့ သွေးရူးသွေးတန်းနဲ့ ထွက်ပြေးဖို့ မကြိုးစားဘဲ ရဲဝံ့စွာ ရင်ဆိုင်လိုက်

ခြင်းကလည်း ဘဝရပ်တည်မှုအရည်အချင်းတစ်ခုပဲလေ။ ဒီလို ရင်ဆိုင်ပြီးတဲ့အခါ အတိတ်ဆိုးရဲ့ အရိပ်ဆိုတာကိုလည်း မခံစားရ တဲ့ဘဝသစ်မှာ ကောင်းမွန်တဲ့ အနာဂတ်လှလှများဆီသို့ အားအင် အပြည့်နဲ့ လျှောက်လှမ်းလို့ရပြီပေါ့” ‘အင်းဟုတ်တယ် ကိုကိုက လိုအပ်တဲ့အခါ အတိတ်ဆိုးကို မီးသင်္ဂြိုဟ်ခိုင်းတာလဲ အကျဉ်းကျနေ တဲ့ ခံစားမှုကနေ လွတ်မြောက်အောင် လမ်းညွှန်ပေးနေတာပဲလေ။ ဒါကြောင့် အတိတ်ဆိုးကို မကျော်နိုင်ရင် ရင်ဆိုင်ပါဆိုတဲ့ အကြောင်း ဆက်ရေးရတော့မှာပေါ့”

“ဟာ အချိန်မရတော့ဘူးရေးဖို့ စဉ်းစားရဦးမှာ”

“ဘာမှ အထွေအထူး စဉ်းစားစရာမလိုဘူးလေ ကိုကိုရဲ့၊ အခုညလေးတို့ ပြောခဲ့တာတွေကိုပဲ ရေးလိုက်ရင်ရပြီပဲ”

“အင်း ဟုတ်သားပဲ ဒါဆိုရင်တော့ အကောင်းဆုံးပေါ့။ ကဲ ကိုယ့်ရဲ့ ပါရမီဖြည့်ဖက်လေးကို ရေးရမှာတွေ ကိုကိုခေါ်ပေးမယ် နေပေး ပေတော့”

“အမ် လူလည်ကျတယ်။ ဒီမှာလည်း နေရာတွေ ရှိသေးတဲ့ ဟာ”

“ဘာလဲ ရေးမပေးဘူးပေါ့”

“ရေးပေးမှာပါ ကိုကိုရယ်၊ ဒီအကြောင်းအရာလေးတွေက အတိတ်ဆိုးနဲ့ ကြုံတွေ့လာ ရရှာတဲ့သူတွေအတွက် အားဆေး

တစ်ခွက်ပဲမို့ အများအကျိုးအတွက် ရေးရတော့မှာပေါ့။ ကဲပြော ခေါင်းစဉ်ကို ဘယ်လိုရေးရမလဲ”

“မကျော်နိုင်ရင် ရင်ဆိုင်ပါလို့”

သူမလေးသည်လည်း ကျွန်တော်ခေါ်ပေးတဲ့အတိုင်း တစ်ပုဒ်ကို စိတ်ရှည်စွာ လိုက်ရေးပေးနေပါတော့တယ်။

တော်ထက်တောင်း

Vol-3, Issue 16 Wednesday 30, April 2014

Women's World Journal

