www.burmeseclassic.com

ပိယစိတ်ပညာ

ဒေါက်တာအုန်းမောင်

M. B., B. S. (Rgn.),
D.P. M. (Lond.)

PSYCHOLOGY OF SEX

သတ္တမအကြိမ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဒေါက်တာအုန်းမောင် – ဗိုမ စိတ်ပညာ

ထုတ်ဝေမှုမှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်	(၄၁၇/၉၂)(၁၀)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်	(၃၃၈/၉၂)(၁၀)
	၁၉၉၃-ခု၊ ဖေဖော်ဝါရီလ သတ္တမအကြိမ် အုပ်ရေ (၁၀၀၀)
ထုတ်ဝေသူ	ဦးကိုကိုကြီး (၀၂၇၃၇) စိတ္တဗေဒစာပေ အရာရှိရိပ်သာ စိတ်ရောဂါကုဆေးရုံ၊ မရမ်းကုန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
ပုံနှိပ်သူ	မစ္စတာမူ(လ်)ရာ(ဂျ်)ဆေးဂျပါး(လ်) (၀၁၈၂၈) တောက်တောက်ဝင်း အော့ဖ်စက် အမှတ် ၁၆၉၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
အဖုံးရိုက်	ဦးမြသိန်း (၀၁၄၂၇) သိန်းမြင့်ဝင်း အော့ဖ်စက် အမှတ် ၉၆၊ ၁၁ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း	ဝင်းပေါ်မောင်
ကွန်ပျူတာစာစီ	GEOCOMP MYANMAR FONT ဖြင့် ရိုက်နှိပ်သည်။ ၃၆၀၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့ ဖုန်း – ၃၀၁၉၅

ဗိုမ စိတ် ပ ညာ

PSYCHOLOGY OF SEX

ဒေါက်တာအုန်းမောင်

M.B.B.S (Ygn) D.P.M. (Lond).

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မာယာသွယ်ညွတ်၊ ရွှေမှုန်ဝတ်ကယ်၊ နုထွတ်ပွင့်ဖူးငုံ၊
ရွှေရင်ခွဲဝတ်၊ ပုလဲညွတ်ကို၊ ဆွတ်မှုပိုင်အစုံတည်း ။ ။

ဆောင်ခန်းဘုံ သဉ္ဇာတွင်း၊ ထိုရောအခါ
ကြောင်းခြင်းရာကို၊ သေချာမသိခြင်းကြောင့်၊
သည်အခင်းဆိုသည်မှာ၊ ငါ့ကို အရှုံး မသိဘူးလို့၊
အထူးစံသည့်ဟာကို ။ ။

ဟိုလိုဟာကို၊ လျှင်စွာ ပိုင်စေမှု၊
တောက်တီး တောက်တက်၊ အမြင်ခက်အောင်
ဖက်လက်ပမာ ပြုလိမ့် ။ ။

အို... သူ့နှယ်ခက်လှချေ၊ သည်လိုနှောင်သာ
ဓမ္မတာသည်၊
သွားလာလမ်းရိုးပေတည်း ။ ။

စိတ်အနေသည် ရှင်ပီတိ၊
ကြက်သီးမြိုက်မြိုက်၊ ချွေးပြိုက်ပြိုက်နှင့်၊
တုန်လှိုက်သက်လုံးရှိ၍ ။ ။

မန်လည်ဆရာတော်

ဖိုမ စိတ်ပညာ

အမှာ

၁ ။ ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးမှ မြင်ရသောလိင် ၁
၂ ။ စိတ္တဇလိင် ၁၄
၃ ။ ဖိုမ ဖြစ်ပေါ်ပုံ ၁၉
၄ ။ လိင် စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ပုံ ၂၇
၅ ။ ပိုးပန်းခြင်း ၃၂
၆ ။ ကြင်ဖော်ရှာခြင်း ၃၇
၇ ။ ကြင်ဖော်ရွေးခြင်း ၄၀
၈ ။ အမြင် (ရူပါရုံ) ၄၄
၉ ။ အကြား (သဒ္ဒါရုံ) ၄၈
၁၀ ။ အနံ့ (ဂန္ဓာရုံ) ၅၁
၁၁ ။ အတွေ့အထိ (ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ) ၅၅
၁၂ ။ လူငယ်များ၏ လိင်စိတ် ၅၉
၁၃ ။ သင်းကွပ်ခံရမှာ ကြောက်ခြင်း ၆၇

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

၁၄။ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှု ၆၉
၁၅။ ဟစ်ကိုယ်ရေ လိင်စိတ်ထကြွခြင်း ၈၃
၁၆။ လိင်စိတ်ကူးယဉ်၍ ထကြွခြင်း ၈၅
၁၇။ လိင်ပညာပေးရေး ၉၃
၁၈။ ကျား သဘာဝ ၁၀၇
၁၉။ မ သဘာဝ ၁၁၀
၂၀။ လိင်စိတ် ၁၁၆
၂၁။ သုက်၏ သဘာဝ ၁၂၂
၂၂။ ပွတ်သပ် ချော့မြှူခြင်း ၁၂၆
၂၃။ မိခင် ဘခင်၏ ချွတ်ယွင်းချက် ၁၄၂
၂၄။ လင်မယား ပြဿနာ ၁၅၉
၂၅။ အိမ်ထောင်မပြုမီ လိင်ကိစ္စ ၁၆၃
၂၆။ သင်္ကေတများဖြင့် အချစ် ထကြွခြင်း ၁၇၂
၂၇။ တိရစ္ဆာန်များနှင့် လူတို့၏လိင်စိတ် ၁၇၇
၂၈။ ဆာဒစ်ဇင်နှင့် မဆိုချစ်ဇင် ၁၈၆
လိင် အကြမ်းဖက်မှုများ
၂၉။ ငြိမ်းခါနီး ထတောက်သည့်လိင်စိတ် ၁၉၉
၃၀။ လိင် ဖောက်ပြန်ခြင်းများအပေါ် လူမှုရေးအမြင် ၂၀၄
၃၁။ ဖို မ ပြောင်းရာတွင် ၂၀၉
၃၂။ လိင်တူချင်း စွဲလမ်းသူတစ်ဦး၏ ဘဝ ၂၁၇

BURMESE CLASSIC

မည်သို့ကြောင့် ဖြစ်ရသည်၊ မည်သို့ ရှောင်သင့်သည်၊ ပုံမှန် လိင်ဆက်ဆံမှုက မည်သို့အကျိုးရှိသည် စသည်ဖြင့် ပညာပေး တင်ပြထားပါသည်။

ဤစာအုပ်သည် "မိုးဝေ" စာပေမဂ္ဂဇင်းတွင် အခန်းဆက် ဖော်ပြခဲ့သော ဆောင်းပါးများကို စုစည်းထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အခန်းဆက်ဆောင်းပါးများ ဖော်ပြပေးခဲ့သော မိုးဝေ စာပေမဂ္ဂဇင်းကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ထို့ပြင် စာအုပ်အဖြစ် သတ္တမအကြိမ် ထုတ်ဝေပေးသော ဂုဏ်ထူးစာပေတိုက်ကိုလည်း ကျေးဇူးတင်မိပါသည်။

ဒေါက်တာအုန်းမောင်
စိတ်ရောဂါကုဆေးရုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးမှမြင်ရသောလိင်

ကျွန်တော်တို့ လူသားအများစုသည် လိင်နှင့်ပတ်သက်လာလျှင် ရှက်တတ်ကြပါသည်။ လိင်နှင့်ပတ်သက်၍စကားပြောလျှင်၊ စာရေးလျှင် မကောင်းမှုတစ်ခု ပြုလုပ်သကဲ့သို့ ကဲ့ရဲ့ပစ်တင်ကြပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကျွန်တော်တို့ မြန်မာလူမျိုးများက ပို၍ ဆိုးပါသည်။ အင့်မတန် ရှက်တတ် ကြောက်တတ်ပါသည်။ ပွင့်ပွင့် လင်းလင်း မပြောရဲ၊ တိုးတိုး တိတ်တိတ်သာ ပြောချင် ပြောကြသည်။

ဤအချက်မှာ မှားနေပါသည်။

စင်စစ် လိင်ကိစ္စသည် လူသားတို့ အတွက်သာမက သက်ရှိသတ္တဝါ အားလုံးအတွက်ပါ အလွန့်အရေးကြီးသော မရှိမဖြစ်သော အခန်းမှပါဝင်နေပါသည်။ လိင်ကိစ္စသာ မရှိလျှင် လူမျိုးဆက်သည်လည်း ပြန့်ပွားတော့မည်မဟုတ်။ သက်ရှိလောကကြီး တစ်ခုလုံးလည်း ပျက်စီးသွားပါလိမ့်မည်။

သို့သော် လိင်ကိစ္စကို မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေး တစ်ခု

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အတွက်သာစဉ်းစားရမည် မဟုတ်ပါ။ အပျော်သဘော သက်သက်သာ စဉ်းစားရမည် မဟုတ်ပါ။

လူ၏ အဓိက လိုအပ်ချက် ရှုထောင့်မှလည်းကောင်း၊ လူမှုရေး ရှုထောင့်မှ လည်းကောင်း၊ စိတ်ပညာ ရှုထောင့်မှ လည်းကောင်း လေ့လာ စဉ်းစားသင့်ကြပါသည်။

တိရစ္ဆာန်တို့တွင် အိပ်၊ စား၊ ကာမ ဤသုံးမျိုးသာ ရှိသည်ဟုဆိုကြပါသည်။ လူသားတို့တွင်လည်း ဤသုံးမျိုးသည် အဓိက လိုအပ်ချက်များ ဖြစ်ပါသည်။ (လူတွင် အသိဉာဏ် တစ်ခုသာပို၍ ထက်မြက်ပါ၏။) လိုအပ်ချက်ချင်းကတော့ အတူတူပင်။ သက်ရှိ သတ္တဝါဟူသမျှ ဤသုံးမျိုးကို အဓိက အလိုရှိကြပါသည်။

လူမှုရေး ရှုထောင့်မှ ကြည့်ပြန်လျှင်လည်း "တံခွန်မရှိသော ရထားသည် မတင့်တယ်။ ထို့အတူ လင်မရှိသော မိန်းမသည်လည်း မည်မျှပင် ပစ္စည်းဥစ္စာ ချမ်းသာစေကာမူ အချည်းနှီးသာတည်း" ဟု လောကနီတိတွင် ဆိုထားပါ၏။ သူကတော့ အပျိုကြီးပဲ၊ လူပျိုကြီးပဲဟု ဆိုသံကြားရလျှင် သူ့တွင် တစ်ခုခုတော့လိုနေပြီဟု လူတိုင်းက နားလည်ကြပါသည်။ သူ့အတွက် အိမ်ထောင်ဘက် တစ်ယောက် ရသွားလျှင် ကောင်းမှာပဲဟု တောင်းတမိကြပါသည်။ မြန်မြန် စုံပါစေဟု ဆုတောင်းတတ်ကြ၏။ အပျိုကြီး၊ လူပျိုကြီးစုံဟု ကြားရလျှင် ကောင်းပါလေဟု ဝမ်းသာကြ၏။

"သမီးကညာ အခါမလင့်စေနှင့်"

"မိဘတို့ ဝတ္တရားရှိသည့်အတိုင်း" စသော စကားများလည်း ရှိပြန်၏။ ထို့ပြင် မုဆိုးမ၊ တစ်ခုလပ်၊ ယောကျ်ားနှင့် ကွဲနေသူများဆိုလျှင်လည်း အထင်သေးကြပြန်၏။

ဤသည်တို့မှာ လိင်ကို လူမှုရေး ရှုထောင့်မှ မြင်ရသော ကျွန်တော့်အမြင် ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ပညာ ရှုထောင့်မှ ကြည့်လျှင်ကား လိင်သည် "လူ၏စိတ် ကျန်းမာရေး" အတွက် အလွန် အရေးကြီးကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ စိတ္တဇကု ဆရာဝန် တစ်ယောက်အနေနှင့် စိတ္တဇ လူနာအမျိုးမျိုးကို တွေ့နေရရာ လိင်ကြောင့် စိတ္တဇ ဖြစ်သူများကို အမြောက်အများ တွေ့ကြုံရပါသည်။ ဥပမာအချို့ကို တင်ပြပါမည်။

လိင်ကြောင့် စိတ္တဇဖြစ်ရသူ အမျိုးသမီးနှစ်ယောက် တွေ့ရပါသည်။

တစ်ယောက်က ကျောင်းဆရာမ၊ တစ်ယောက်ကား စက်ချုပ်သူမ၊ ကျောင်းဆရာမက ဘွဲ့ရတစ်ယောက်ဖြစ်သည်။ အလုပ်ရစတွင် မိဘကို လုပ်ကျွေးသည်။ နောက်တော့ ညီမများကို ကျောင်းစရိတ် ထောက်ပံ့သည်။ နောက်တော့ဘယ်သူ့ကိုမျှ မထောက်ပံ့တော့ဘဲ ရသမျှလခ သုံးပစ်တော့သည်။ သည်လိုနှင့် တစ်စတစ်စ စိတ္တဇ ရောဂါဖြစ်လာတော့၏။ စိတ္တဇလည်းဖြစ်ရော ယောကျ်ားလိုချင်တယ်၊ ဘယ်သူ့ကိုကြိုက်တယ်၊ ဘယ်သူနဲ့ ပေးစားပါစသည်ဖြင့် ဖွင့်ပြောလေ၏။ ပြောသည်မှ ခဏခဏ ပြောနေ၏။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကျွန်တော်နှင့် လူနာ၏အမေ တွေ့သောအခါ ကျွန်တော်က ရောဂါအကြောင်း ရှင်းပြသည်။ ဆရာမက ယောကျ်ား ယူချင်တယ်ဟု ပြောသည်မှာ လိင်စိတ်များလွန်း၍မဟုတ်။ သူ့ကို ချစ်ခင်ယုယမည့်သူ၊ တွယ်တာမည့်သူကို ရှာဖွေလိုခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ ကာမဆန္ဒများကြောင့် ယောကျ်ား လိုချင်သည်မဟုတ်၊ သူ့ဘဝ လုံခြုံရေး၊ သူ့ဘဝပျော်မွေ့ရေး၊ သူ့စိတ်ချမ်းသာရေး စသည်တို့ကြောင့်သာ ဖြစ်ပါသည်။ အမေက မရှက်ပါနှင့်ဟု ရောဂါအကြောင်း ရှင်းပြရပါသည်။ အမေက ရှက်လှချည်ရဲ့ဟု ညည်းတွားနေသဖြင့် ကျွန်တော်က ရှင်းပြနေရပါသည်။

ဆရာမအနေနှင့် သဘာဝအလျောက် ရည်းစားထားချင်ပါလိမ့်မည်။ သူ့ကို ချစ်ခင်ယုယမည့်သူ ရှာချင်ပါလိမ့်မည်။ သို့သော် ညီမများကို ကျောင်းစရိတ်ထောက်ပံ့နေရသဖြင့် အိမ်ထောင်မပြုသင့်သေးဟု ဆုံးဖြတ်ပါလိမ့်မည်။ သူ၏ လိင်စိတ်များကို မျိုသိပ်ထားပါလိမ့်မည်။ နောက်ပိုင်းတွင် မျိုသိပ်ထားရသော စိတ်များကများလာပြီး ပေါက်ကွဲလာပါတော့သည်။ စိတ္တဇ ဝေဒနာဖြစ်လာတော့၏။

ကျွန်တော်က လူနာကိုစိတ်ငြိမ်အောင် ကုသပေးပါသည်။ ကန်တော်ကြီးကို ခေါ်သွား၏။ ဗိုလ်ချုပ်ပန်းခြံအတွင်း အပန်းဖြေစေပါ၏။ အခန်းတွင်းမှ ဘယ်မှမသွားချင်သော ဆရာမကို အပြင်ထွက်စေသည်။ ရုပ်ရှင်ကြည့်စေသည်။ လျှောက်လည်စေသည်။ လူငယ်တစ်ယောက်ကို စောင့်ရှောက်ရန် တောင်းပန်ရပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ဆရာမ၏ဝေဒနာမှာ သက်သာလာသည်။ နယ်ကျောင်းမှာ မနေချင်၊ ညီမများရှိရာ ရန်ကုန်ကျောင်းမှာ နေချင်သည်။ ထောက်ခံပေးပါဆို၍ ဆေးလက်မှတ်ဖြင့် ထောက်ခံပေးရသေး၏။ ညီမများနှင့်နေလျှင် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ချစ်ခင်တွယ်တာရမည့်သူ ရှိနေသဖြင့် သက်သာမည်ဟု ကျွန်တော် ယူဆခဲ့ပါသည်။

ကံအားလျော်စွာ ရန်ကုန်သို့ ပြောင်းရွှေ့ရ၏။ ဆရာမ၏ ဝေဒနာမှာ ပျောက်ကင်းနေလေသည်။

ယခုတော့ ဆရာမ၏ဝေဒနာမှာ ပြန်ပေါ်လာ၏။ ကျောင်းအုပ်က အမျိုးသမီးဖြစ်၍ အမျိုးသမီး အချင်းချင်း မတည့်တော့ဘဲ ရန်ဖြစ်ကြ၏။ (အမျိုးသားကျောင်းအုပ်သာဖြစ်လျှင် အဆင်ပြေနိုင်စရာ ရှိပါ၏။) ဤတွင် ဆရာမက ကျောင်းမတက်တော့။ ကျောင်းဆရာမ မလုပ်တော့ဟု ခပ်တင်းတင်း ဆိုလေသည်။ ညီမများက တစ်လကျပ် ၄၀၀ ခန့်ရသော အလုပ်ကို လုပ်ပါ၊ မထွက်ပါနှင့်ဟုဆိုလျှင် "တော်... တိတ် ကျောင်းတက်ဖို့ မပြောနှင့်"ဟု ခပ်မာမာ ပြန်ပြောသည်ဆို၏။

ဆရာမအတွက် အလိုမပြည့်သော ဝေဒနာက ပြန်ပေါ်နေလေပြီ။ စိတ်တိုနေ၏။ ဒေါသကြီးနေ၏။ ပူလောင်နေ၏။

ဆရာမ၏ ညီမများက ကျွန်တော့်ဆီ ပြေးလာကြပြန်သည်။ "လုပ်ပါဦး.. ကူညီပါဦး" ဟု ဆိုကြ၏။ ကျွန်တော် ခေါင်းစားကြည့်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဆရာမအတွက် စိတ်အပန်းဖြေစရာ၊ တွယ်တာချစ်ခင်စရာ၊ သံယောဇဉ်ရှိရာတို့ကို ရှာဖွေပေးရမည်လော ။ အလုပ်မှ မထွက်အောင် မည်သို့ တားဆီးရမည်နည်း ။ ယောက်ျား ပေးစားလိုက်လျှင် ယောက်ျားကို တွယ်တာလာမည် ။ ယောက်ျားကလည်း သူ့ကို ဂရုစိုက်နိုင်မည်၊ ကလေးမွေးလာလျှင် ကလေးသံယောဇဉ်ကြောင့် အလုပ်ကို ကြိုးစားမည် ။ စိတ်တည်ငြိမ်လာမည် ။ ဤသို့ဆိုလျှင် ဆရာမ၏ ဝေဒနာ ပျောက်သွားမည်လော စသည်ဖြင့် ကျွန်တော် စဉ်းစားရပါသည် ။

ဤအတွင်း စိတ်ပညာ ဆရာကြီး ဖရွိုက်၏ အဆို တစ်ခုကို ကျွန်တော် သတိရမိ၏ ။ လိင်စေ့ဆော်စိတ် (ဝါ) အချစ်စိတ် (Libido) ကြောင့် စိတ်ဝေဒနာ အပျော့စားများ ဖြစ်လာကြရသည် ။ စိတ်ဝေဒနာ ကာကွယ်ရေးတွင် လိင်စိတ်ကို ဦးစားပေး ဖြေရှင်းရမည် ဆိုသော အယူအဆပင် ဖြစ်ပါသည် ။ ဖရွိုက်၏အဆို ပေါ်ကာစက ဖရွိုက်ကို လူအများက ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချကြ၏ ။ လိင်ကို ဤမျှ အသားပေးရမည်လားဟု အပြစ်တင်ကြ၏ ။ ယခုတော့ ဖရွိုက်၏အဆို မှန်လေပြီ ။ လိင်စိတ်သည် စိတ်ဝေဒနာအတွက် အရေးကြီးလေပြီ ။ လိင်စိတ်ကြောင့် စိတ်ဝေဒနာ ဖြစ်ရသူများကို လက်တွေ့ တွေ့ကြရပြီ မဟုတ်ပါလော ။

ဆရာမအတွက် အဖော်ကောင်းဖြစ်သော ချစ်သူ တစ်ယောက် ရှာဖွေပေးသင့်သည် ။ ဤအကြောင်းကို သူ့မိဘများအား ပြောသင့်သည်ဟု ကျွန်တော် ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါသည် ။

အကယ်၍ ရှာဖွေ၍ မရသော် နောက်တစ်နည်းမှာ ဘာသာရေး နှစ်နှစ်ကာကာ လိုက်စားခြင်းဖြင့် လိင်စိတ်ကို ဖြေဖျောက်ရန် တိုက်တွန်းမည်ဟုလည်း နောက်ဆက်တွဲ စဉ်းစားထားရပါသည် ။ လောလောဆယ်တွင် ခွင့်တစ်လပေး၍ ဆေးစားခိုင်းရပါမည် ။

နောက်တစ်ယောက် ရှိပါသေးသည် ။ သူက မူ စလင် အမျိုးသမီး စက်ချုပ်စားသည် ။ ငါးတန်းလောက်သာ ကျောင်းနေရရှာသည် ။ ညီမနှစ်ယောက်သာ ရှိသည် ။ ငယ်စဉ်ကတည်းက မိဘများ သဘောချင်း မတိုက်ဆိုင်သဖြင့် ကွဲသွားကြလေရာ သမီးနှစ် ယောက်မှာ အဖေနှင့် နေရမလို၊ အမေနှင့် နေရမလို ကြားချောင်နေ၏ ။ ဦးလေးနှင့် နေလိုက်၊ အဒေါ်နှင့်နေလိုက်၊ မိဘဆီလှည့်နေလိုက် စသည်ဖြင့် ဟိုတစ်လှည့် သည်တစ်လှည့် နေကြ၏ ။

သမီးအကြီး (လူနာ) အရွယ်သို့ ရောက်သောအခါ အမေက စီစဉ်၍ ယောက်ျား ပေးစားလိုက်၏ ။ သို့သော် (၆) လမျှသာ ပေါင်းသင်းရပြီး စိတ်သဘောချင်း မတိုက်ဆိုင်သဖြင့် ကွဲသွားကြလေသည် ။

ကွဲသွားကြပြီး ပြန်ပေါင်းရန် စေ့စပ်ကြသေးသည် ။ သို့သော်မရ ။ အဆင်မပြေကြ ။ သို့နှင့် ၃ နှစ်အကြာတွင် လင်မယားချင်း အပြီးအပိုင် ကွဲသွားကြလေသည် ။ ၆ နှစ်ခန့် ကြာသောအခါ ယောက်ျားလေးက နောက်အိမ်ထောင် ပြုလိုက်လေသည် ။ ဤတွင် လူနာ အမျိုးသမီးက စိတ္တဇရောဂါ ဖြစ်လာလေသည် ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အစက်လူကြီးများ၏ သဘောကြောင့် လင်မယားချင်း ကွဲသွားကြသော်လည်း လူနာ့အမျိုးသမီးက ယောက်ျားနှင့် ကွဲချင်ပုံမရပါ။ သို့သော် လူကြီးများ ကြားဝင်ရှုပ်မှုကြောင့် မကွဲချင်ဘဲ ကွဲခဲ့ရလေသည်။ စိတ္တဇဖြစ်သောအခါ ယောက်ျားနှင့် ပြန်ပေါင်းချင်သည်။ ယောက်ျားလေးကို ပြန်ခေါ်ပေးပါဟု ဆိုလေတော့သည်။

သည်တွင်မှ လူကြီးများမှာ ကြံရာမရ ဖြစ်ကုန်ကြသည်။ ယောက်ျားလေးကလည်း နောက်မိန်းမ ယူသွားခဲ့ပြီ။ လူနာကို ယောက်ျားလေးဆီပို့ပေးရမည်လော။ မူစလင် ထုံးစံအရ ယောက်ျားက မိန်းမ လေးယောက် ယူခွင့်ရှိသည်။ သို့သော် မယားအချင်းချင်း မတည့်လျှင် စိတ္တဇရောဂါ ပိုဆိုးလာမည်လော စသည်ဖြင့် သို့လော သို့လော ဖြစ်ရင်းနှင့်ပင် စိတ်ရောဂါကု ဆေးရုံသို့ ရောက်လာရလေ၏။

ဤတွင် ကျွန်တော်လည်း ခေါင်းကုတ်ရပြန်သည်။ တိုက်ဆိုင်ချင်တော့ ကျွန်တော်နှင့်မှ လာ၍တွေ့သည်။ လူနာ၏ ရာဇဝင် အဖြစ်အပျက်ကို သိရသောအခါ ကျွန်တော်မှာ တွေးရပြန်၏။ ကြံရပြန်၏။ မည်သို့ ကူညီရပါမလဲ။ မည်သို့ ဖြေရှင်းရပါမလဲ။

နောက်ဆုံးတော့ လူနာကို နှစ်သိမ့်ရပါသည်။ ခင်များ ဖြစ်ချင်တာ အားလုံးဖြစ်ရမည်။ စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထားပါ၊ စိတ်ချမ်းသာစွာ နေပါဟု အားပေး၍ စိတ်ငြိမ်ဆေး ထိုးပေးရပါသည်။ လူနာကို ပထမ ဆေးကုပေးရမည်။ နေကောင်းလာမှ အိမ်ထောင်ရေး ကိစ္စကို အဆင်ပြေအောင် စီစဉ်ပေးသင့်သည်ဟု လူနာ၏ ဆွေမျိုးများကို ပြောပြထားရပါသည်။ သည်တွင်မှ လူနာ၏ ဆွေမျိုးများမှာ ဟီးချနိုင်ကြ၏။

အမျိုးသမီး လူနာနှစ်ဦးအကြေ ကျွေး၍ ခါတ်နှိပ်
အမျိုးသားလူနာ နှစ်ယောက်အကြောင်း တင်ပြချင် သာအခါ တော်တော်
လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ စိတ္တဇ ဖြစ်ကြရပါသည်။ ။ လက်ရှိ သူ့ဇနီးနှင့်
ကိုလှသန်းသည် ငယ်စဉ်ကာ့မည်ဟု ပြောပြ၏။
သော မိန်းကလေး တစ်ယောက်နှင့် အတူနေ တရားချရ၏။ သည်
အသက်ချင်းကတော့ ကွာခြား၏။ ဤအချိန်ကအခါ ကိုလှသန်းသည်
ကလေးကို စွဲလန်းခဲ့၏။ ထိုအချိန်တွင် မိန်းကက်အကြောင်း ဆက်လက်
သာ ရောက်သေးသဖြင့် စိတ်ထဲမှာသာ စွဲလန်းဆိုလျှင် စိတ်ဝင်စားဖွယ်

အသက်ကြီးလာသော
ကိုလှသန်းမှာ မိန်းမရပြီး ကလေးဧ
လောက်ရသော အလုပ်လည်း

တက္ကသိုလ်မှ ဘွဲ့ရ
၄၅ နှစ်လောက် ရှိ

သော ဆရာမကို
အလုပ်မသွားမီ
မပြန်ဘဲ ဆရာမ
အစား မမှန်တော
နေတော့၏။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ချင်းကွဲသွားကြသော ခံစ်နေမှုန်းကိုလည်း ရိပ်မိကြ၏ ။

မရပါ ။ သို့သော် လူ့ဘလွယ်တကူ အိမ်ထဲအဝင်မခံသောအခါ ကိုလှ

လေသည် ။ စိတ္တဇဖြစ်ခြင်းရောဂါကိုကျော်တက်ရန် ကြိုးစား၏ ။ ဆရာမ

ယောက်ျားလေးကို ပြန်နောက်က တကောက်ကောက်လိုက်၍ ရည်းစား

သည် သို့ ရည်းစားစာ ထည့်ပေး၏ ။ ကျောင်းအထိ

သည် ။ ယောက်ျားလေး မမှာ အရှက်ကွဲခဲ့ရ၏ ။

ယောက်ျားလေးဆီ ပို့ပေး၏ အလုပ်မဆင်းမီနှင့်ညနေ အလုပ်ဆင်းပြီးတွင်

မိန်းမ လေးယောက် ယှဉ်ပေါက်အောင် ခေါက်တုံ့ ခေါက်ပြန် လမ်း

လျှောက် စိတ္တဇရောဂါ ပိုဆိုးလာပြီး ညလုံး လမ်းလျှောက်နေ၏ ။ ဆရာ

ဖြစ်ရင်းနှင့်ပင် စိတ်ရောဂါကု ဆေးရုံရာမမှာ ကျောင်းနှင့်အိမ် နီးသော

၍တွင် ကျွန်တော်လည်းနှင့် သွားရ၏ ။ ကိုလှသန်း

တိုက်ဆိုင်ချင်တော့ ကျွန်တော်နှင့်မှ လာ၍ လက်ခေါက် မှတ်၏ ။

ရာဇဝင် အဖြစ်အပျက်ကို သိရသောအခါ ကျွန်တော် အိပ်ပျက်ဖြင့် ကျန်း

ကြရပြန်၏ ။ မည်သို့ ကူညီရပါမလဲ ။ မည်သို့ ဖြေရှင်းပြီး စိတ္တဇ

နောက်ဆုံးတော့ လူနာကို နှစ်သိ

များဖြစ်ချင်တာ အားလုံးဖြစ်ရမည် ။ စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထား မကြည်ရာကိုလှ

စွာ နေပါဟု အားပေး၍ စိတ်ငြိမ်ဆေး ထိုးပေးရပါသည် ။

ဆေးကုပေးရမည် ။ နေကောင်းလာမှ အိမ်ထောင်ရေး

ပြေအောင် စီစဉ်ပေးသင့်သည်ဟု လူနာ၏ ဆွေမျိုးများ ကြိုက်နေတာပါ

ရပါသည် ။ သည်တွင်မှ လူနာ၏ ဆွေမျိုးများမှာ ဟီးချန်"

"ဟာ... မဟုတ်တာဗျာ၊ ဟိုက

ကလေးလေးယောက်အဖေ၊ အသက်ချင်းကလည်း ။ ကျွေး၍ ခတ်နိုပ်

ပါဘူး" သာအခါ တော်တော်

။ လက်ရှိ သူ့ ဇနီးနှင့်

"ဖြစ်နိုင်ပါတယ် ဆရာရဲ၊ အဲဒီဟု ပြောပြ၏ ။

ဖွင့်ပေးတယ်၊ လူရိပ်လာပြတယ်၊ လမ်းသွားရ တရားချရ၏ ။ သည်

"ချင်ခန့် "မြည်အောင် လုပ်ပြတယ်" သာအခါ ကိုလှသန်းသည်

"ဗုဒ္ဓေါ... လက်ကောက်ဂက်အကြောင်း ဆက်လက်

နဲ့ ဘာဆိုင်လို့ တုန်း" ဆိုလျှင် စိတ်ဝင်စားဖွယ်

"ဪ... ဆိုင်တာ

"ချစ်တယ်" လို့ ပြောတာ..."

"ဝေ

စိတ်ကစွဲလန်းနေလို

ထင်နေတာ၊ ငယ်

တယ်၊ ဒီစိတ်က

မထိန်းနိုင်ဘူး၊ အဲ

လည်း မှန်မှန်

စိတ်နောက်ခ

ကို စားဆေး

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တ်နှိပ်ကုရလိမ့်မယ်"
ချင်း ကွဲသွားကြသော

မရပါ။ သို့သော် လူဖြိုလှသန်းက သူ့အစွဲကို သိပ်ဖျောက်ချင်ပုံမပေါ်။

လေသည်။ စိတ္တဇဖြစ်များနှင့်ကုပေး၏။ မသက်သာလှ။ သို့နှင့်ဓာတ်

ယောက်ျားလေးကို ပြန်ပြီး ဓာတ်နှိပ်ပြီးသောအခါ အစွဲ မရှိတော့ပါ။

ပါဟု ပြောလာ၏။
သည်

သည်။ ယောက်ျားလေး(တ်က သနားသဖြင့် ကိုလှသန်းကို အိမ်ပြန်

ယောက်ျားလေးဆီ ပို့ပေး

မိန်းမ လေးယောက် ယူခွင့် ာန်းသည် ဆေးရုံသို့ ပေါ်မလာတော့။ သို့

လျှင် စိတ္တဇရောဂါ ပိုဆိုးလာမည် သောအခါ ဆွေမျိုးများက ဖမ်းချုပ်၍

ဖြစ်ရင်းနှင့်ပင် စိတ်ရောဂါကု ဆေးရုံ

ဤတွင် ကျွန်တော်လည်း

တိုက်ဆိုင်ချင်တော့ ကျွန်တော်နှင့်မှ လာ၍ပါ သူ့ဇနီးက–

ရာဇဝင် အဖြစ်အပျက်ကို သိရသောအခါ ကျွန်တော် ဆရာရဲ့။ ဆေးရုံက

ကြရပြန်၏။ မည်သို့ ကူညီရပါမလဲ။ မည်သို့ ဖြေရှင်း ဒုံရင်း ဒုံရင်းမဲ၊

နောက်ဆုံးတော့ လူနာကို နှစ်သိဘဲ့တာပဲ၊ ဆရာမ

များ ဖြစ်ချင်တာ အားလုံးဖြစ်ရမည်။ စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထား ယံဝန်ကြီးနဲ့၊ ဒါ

စွာ နေပါဟု အားပေး၍စိတ်ငြိမ်ဆေး ထိုးပေးရပါသည်။ ကြောင့်ပြန်ခေါ်

ဆေးကုပေးရမည်။ နေကောင်းလာမှ အိမ်ထောင်ရေး"

ပြေအောင် စီစဉ်ပေးသင့်သည်ဟု လူနာ၏ ဆွေမျိုးများ(

ရပါသည်။ သည်တွင်မှ လူနာ၏ ဆွေမျိုးများမှာ ဟီးချနိ

ပတ်ပေရ၍

အားငယ် ညှိုးနွမ်းပုံရပါသည်။ အားဆေးထိုး၊ ဆေးကျွေး၍ ဓာတ်နှိပ်

ကုသရပါတော့သည်။ ၄ ကြိမ်လောက် နှိပ်ပြီးသောအခါ တော်တော်

ကောင်းလာ၏။ သူ့မှားကြောင်း ဝန်ခံလာ၏။ လက်ရှိ သူ့ဇနီးနှင့်

ကလေးများကို ယခင်ကလို စောင့်ရှောက်ပါတော့မည်ဟု ပြောပြ၏။

ကျွန်တော့်မှာလည်း ကိုလှသန်းနှင့် တွေ့တိုင်း တရားချရ၏။ သည်

တစ်ကြိမ်နေကောင်း၍ဆေးရုံမှဆင်းသွားသောအခါ ကိုလှသန်းသည်

ယခုထိပြန်မလာရတော့ပါ။ နောက်တစ်ယောက်အကြောင်း ဆက်လက်

၍တင်ပြပါမည်။ ဖိုမ စိတ်ပညာသည် ဤသို့ ဆိုလျှင် စိတ်ဝင်စားဖွယ်

ကောင်းပါ၏။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

စိတ္တဇလိုင်စိတ်

သာမန်လူကောင်းအချိန်တွင် ကျွန်တော်တို့သည် လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ လျှို့ဝှက်တတ်ကြပါသည်။ လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ စကားပြောရမှာကို ရှက်ကြောက်စိတ်က ဖုံးလွှမ်းထားလေသည်။ စိတ္တဇဖြစ်သောအခါ တစ်မျိုးဖြစ်လာပါသည်။ ရှက်ကြောက်စိတ်နည်းပါးလာ၏။ သူ၏ သတိရှိနေသော စိတ်က ပေါ်လာလိုက် ပျောက်သွားလိုက် ဖြစ်နေရှာ၏။

သတိမရှိသောအခါတွင် လူနာသည် သူ၏ ပင်ကိုယ်စိတ်ကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုလေ၏။ မကျေနပ်ချက်များ၊ လိုအင်ဆန္ဒများ၊ စိတ်ကူး၊ စိတ်သန်းများ စသည်တို့ကို ပြောဆိုလေသည်။

ဤအထဲမှ စိတ္တဇ ဖြစ်သွားသော တရားဟောဆရာ မမှုကထိက တစ်ဦး ပြောသော စကားများကို ဖော်ပြချင်ပါသည်။

"ကျွန်တော်စိတ်စ နောက်ပုံက ဒီလိုပါဆရာ၊ ကျွန်တော့် အသက်က ၄၅ နှစ်၊ မိန်းမမရှိတဲ့ လူပျိုကြီး၊ လူပျိုကြီးဆိုတော့ လိင်နှင့် ပတ်သက်ပြီး စိတ်ကူးယဉ်တာကလွဲပြီး လက်တွေ့ အတွေ့

အကြုံ ဘာမှမရှိဘူး၊ တစ်နေ့ ကျွန်တော် တရားဟောနေတုန်း တရားနာ ပရိသတ်ထဲက ချောချောလှလှ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်က ကျွန်တော့်ကို လာပြီး ဖက်နမ်းပါရော"

"ဟာ... တယ်ဟုတ်ပါလား ဆက်စမ်းပါဦး"

"သူက အတင်းပါးတွေနမ်း၊ နှုတ်ခမ်းတွေနမ်း လုပ်တာကို ကျွန်တော်က တွန်းပစ်ရတာပေါ့၊ တရားကလည်း ဟောနေတုန်း မဟုတ်လား"

"ဒီအမျိုးသမီးက လာနမ်းတာ ဘေးက တရားနာ ပရိသတ်က ဘာမှမပြောဘူးလား"

"ဘယ်ပြောမလဲ ဆရာရဲ့၊ တရားနာပရိသတ်က မမြင်ဘဲ ကျွန်တော် တစ်ယောက်တည်း မြင်တာကိုး"

"ဟာ... ဒါဖြင့် အဲဒီကစပြီး ခင်ဗျား စိတ္တဇဖြစ်တာပဲ"

"ဟုတ်တယ် အဲဒီနေ့ကစပြီး စိတ္တဇဖြစ်တာပဲ၊ နောက်တော့လေ ဒီထက်ပိုဆိုးလာတယ်၊ ညဘက် အိပ်နေတုန်း အမျိုးသမီးတွေက လာပြီး အတင်းနမ်းရုံတင်မကတော့ဘူး"

"အင်း ဘယ်လိုလုပ်သလဲ"

"နားနဲ့မနာ ဖဝါးနဲ့သာ နာပါတော့ဆရာ၊ ကျွန်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တော့် တစ်ကိုယ်လုံးပေါ် တက်ဖိပြီး...."

"တော်တော် ကျွန်တော် ရိုပ်မိပြီ"

"ဒါနဲ့ ကျွန်တော်လည်း စိတ်မထိန်းနိုင်တော့ဘဲ ကိစ္စပြီးသွားတယ် ဆိုပါတော့၊ ဒီလို ညတိုင်း ဖြစ်နေတော့ ကျွန်တော်လည်း စိတ်ဆိုးလာတယ်၊ ကျွန်တော့် သမာဓိကိုတစ်ယောက်ယောက်က ဖျက်ပြီလို့ ထင်လာတယ်၊ ဒါနဲ့ တစ်နေ့တော့ စိတ်ထဲမှာ သံသယ ရှိတဲ့သူကို ဓားနဲ့ ထိုးမိတော့တာပါပဲ"

"ဟာဗျာ"

"ကျွန်တော်လည်း စိတ်မကောင်းပါဘူး ဆရာ၊ ကျွန်တော် ခင်တဲ့ လူတစ်ယောက်ကို သတ်မိတာကိုး"

"အင်းပေါ့လေ၊ ခုမှတော့ ဘာမှ မတတ်နိုင်ဘူးပေါ့လေ၊ ကဲ.. ကဲ၊ နေရာကို ပြန်တော့နော်၊ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်"

ဓမ္မကထိက လူပျိုကြီးသည် အထက်ပါအမှုကိစ္စဖြင့် ဆေးရုံရောက်လာရလေသည်။ မိန်းကလေးများက လာရောက်၍ ဗလက္ကာရ ပြုသည်ဟု ခံစားရခြင်းမှာ အာရုံမှ ခံစားရခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ **Tactil Hallucination** ရခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်၊ တကယ် မဟုတ်ပါ။

စင်စစ် လူပျိုကြီး၏ စိတ်အတွင်းမှာ ကိန်းအောင်း နေသော လိင်စိတ်များက ဖုံးဖိမရဘဲ ပေါ်လာခြင်းသာ ဖြစ်သည်ဟု

ကျွန်တော် ထင်မိပါသည်။ အနှစ်နှစ် အလလက မျိုသိပ်ထားခဲ့ရသော စိတ်များသည် အတွင်းမှ အပြင်သို့ ထွက်ပေါ်လာကြခြင်းသာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

လူပျိုကြီးသည် အိမ်ထောင်ပြုခဲ့လျှင် ယခုကဲ့သို့ ဖြစ်မည်မဟုတ်ပါ။ ခုတော့လွန်ခဲ့လေပြီ။ လိင်စိတ်များ၏ ဖောက်ပြန်မှုကြောင့် လူတစ်ယောက်ကိုပင် သတ်ခဲ့လေပြီ။

I

လူပျိုကြီးများသာမက အပျိုကြီးများသည်လည်း လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ ဖောက်ပြန်ကြလေသည်။

အပျိုကြီး တစ်ယောက် စိတ္တဇ ဖြစ်လာပြန်သည်။ အပျိုကြီး၏ လက္ခဏာတစ်ခုမှာ ဆရာဝန်ပေါက်စ တစ်ယောက်က သူ့ကို ကြိုက်နေသည်၊ လူကြီးမိဘများကလည်း သူနှင့် သဘောတူနေ သည်ဟု ထင်နေလေသည်။ အပျိုကြီးက အိမ်ဖော်လုပ်သည်။

ဆရာဝန်က မကြိုက်ကြောင်း သူ့ကို ရှင်းပြ၍ မရသဖြင့် ဆေးရုံသို့ လာပြရလေသည်။ သို့သော် အပျိုကြီးတွင် အခြားသော စိတ္တဇလက္ခဏာများလည်း ရှိပါသည်။

အပျိုကြီး လူပျိုကြီးများသာမက ငယ်ရွယ်သူ မိန်းကလေးများသည်လည်း စိတ္တဇဖြစ်သောအခါ လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ခံစားရလေသည်။ အဆိုးဆုံးမှာ စိတ္တဇဖြစ်နေသူ အဝတ်အစား မကပ်သော မိန်းကလေးက လမ်းသွား လမ်းလာ ယောကျ်ားလေးများကို လာပါ လာပါ ဟု ခေါ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ လာပါဟု ခေါ်ရုံသာမက ညစ်ညစ် ပတ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပတ် စကားများကိုပင် ပြော၍ ခေါ်သည်ဆို၏။ တစ်ခါ တစ်ရံတွင် ယောကျ်ားများရှိသော အိမ်ပေါ် အတင်းတက်သည်ဟု ဆို၏။

တချို့ မိန်းမများသည် စိတ္တဇဖြစ်သောအခါ အိမ်ထောင်ရှိပါတယ်၊ ကလေးလည်း ရှိပါတယ်ဟု ပြောတတ်ကြပါသည်။

ဤသည်တို့မှာ လိင်နှင့်ပတ်သက်သော နိဒါန်းပိုင်း အကြောင်းအရာ အချို့ ဖြစ်ပါသည်။ ဤအကြောင်းအရာတို့ကို ကျွန်တော် ဖော်ပြနေရခြင်းမှာ စာဖတ်သူများက လိင်စိတ်အကြောင်း နားလည် သဘောပေါက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

သာမန်လူကောင်း အချိန်တွင် ကျွန်တော်တို့သည် လိင်စိတ်ကိုတတ်နိုင်သမျှ ဖုံးကွယ်ကြ၏။ မျိုသိပ်ကြ၏။ စိတ္တဇဖြစ်၍ ရှက်ကြောက်စိတ်တို့ လျော့နည်းသွားသောအခါ ဖုံးကွယ်ခြင်းမပြုတော့ဘဲ အရှိကို အရှိအတိုင်း ထုတ်ဖော် ပြောဆိုကြပါသည်။

ဆိုလိုချက်မှာ လိင်နှင့်ပတ်သက်သော အာသာ ဆန္ဒများ ကျွန်တော်တို့တွင် မွေးလာကတည်းက ရှိနေကြပါသည်။

ဤသဘောကို အခြေခံ၍ လိင်၏ သဘာဝကို ကျွန်တော်တို့ လေ့လာရပါသည်။

ဖိုမ ဖြစ်ပေါ်ပုံ

မျိုးဆက်ပြန့်ပွားခြင်းသည် သက်ရှိ သတ္တဝါများ အတွက် အရေးကြီးသော၊ အခြေခံကျသော ကိစ္စတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့မှာ ရှက်ကြောက်မှုများသဖြင့် ဤကိစ္စကို အလေးပေး ဆွေးနွေးရန် တွန့်ဆုတ်ကြပါသည်။ စင်စစ် ကျွန်တော်တို့သည် ဤကိစ္စကို ရှင်းရှင်း လင်းလင်း တိတိကျကျ မသိကြပါ။ အိမ်ထောင်ပြုလိုက်ကြ၊ ကလေးမွေးလိုက်ကြနှင့်ပင် နေကြလေသည်။

ဘာကြောင့် အိမ်ထောင်ပြုချင်သည်၊ ဘာကြောင့် ကလေးမွေးလာသည်ဟု သေသေချာချာ လေ့လာခြင်းပြုသူ နည်းပါးသေးသည်။

မျိုးဆက်ပြန့်ပွားခြင်းအစမှာ ယောကျ်ား၏ သုတ်သွေးထဲမှ ဖိုမျိုးစေ့ Spermatozoa နှင့် မိန်းမ၏ သားအိမ်လမ်းကြောင်းထဲ ရောက်နေသော မမျိုးစေ့ Qvum တို့ ပေါင်းဆုံမိရာမှ စတင်ပါသည်။

သုတ်ပိုးထဲတွင် ဖိုမျိုးစေ့ပေါင်း * သန်း ၂၀၀ ခန့်ရှိ

*သန်း ၂၀၀ ခန့်ကိန်းဂဏန်း Textbook for Midives by Margaret Myles မှရသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သည်။ မ မျိုးစေ့ကတော့ တစ်ခုတည်းသာ ရှိသည်။ သုတ်သွေးထဲမှ မျိုးစေ့များသည် လိင်ဆက်ဆံခြင်း ပြီးသည်နှင့် မ မျိုးစေ့ရှိရာကို ပြေးသွားကြလေသည်။ မ မျိုးစေ့က ဥကလေးဖြစ်သည်။ ဖိုမျိုးစေ့များက အကောင် ကလေးများ ဖြစ်ကြသည်။ မ မျိုးစေ့ ဥကလေးကို တွေ့ကြသောအခါ ဘေးပတ်ပတ်လည်မှ ဝိုင်းဝန်းပြီး ဥခွံကလေးကို ထိုးဖောက်ကြသည်။ ဖိုမျိုးစေ့ သန်း ၂၀၀ ခန့်ထဲမှ သူရဲကောင်း တစ်ယောက်သာ မ မျိုးစေ့ အခွံကို ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်နိုင်ပြီး မမျိုးစေ့နှင့် ပေါင်းစည်းသွားလေသည်။ ဤပေါင်းစည်းမှုမှ Zygote ခေါ် သန္ဓေမျိုးစေ့ ဖြစ်လာပါသည်။ ဤသန္ဓေသားမှ လူဖြစ်လာပါသည်။

(ကျန်သော ဖိုမျိုးစေ့များသည် သေဆုံးကုန်သည်။ ဥအခွံကလည်း တစ်ကောင်သာ အဝင်ခံပြီး ဖိုမျိုးစေ့ကြောင့် ကွဲသွားသော အပေါက်မှာ ပြန်ပိတ်သွားပါသည်။)

သန္ဓေသားမှ လူဖြစ်လာသော်လည်း ယောကျ်ားလေးလား၊ မိန်းကလေးလားဟု ခွဲခြားမှု ရှိပါသည်။ ဖိုမျိုးစေ့တွင် ကရိုမိုဆုံး Chromosome ခေါ် အမြှုတေလေးများ ရှိပါသည်။ X နှင့် Y ဟူ၍ နှစ်မျိုး ရှိပါသည်။ မ မျိုးစေ့တွင် X တစ်မျိုးတည်းသာ ရှိပါသည်။ ဖို မျိုးစေ့နှင့် မမျိုးစေ့တို့ ပေါင်းစည်းသောအခါ ကရိုမိုဆုံးများလည်း ပေါင်းစည်းကြပါသည်။ အကယ်၍ X နှင့် Y ပေါင်းမိပါက XY သန္ဓေသား ဖြစ်ပြီး ယောကျ်ားလေး မွေးပါသည်။ X နှင့် X ပေါင်းမိပါက XX သန္ဓေသားဖြစ်ပြီး မိန်းကလေး မွေးပါသည်။

ဤသည်မှာ ဆေးပညာတွင် သင်ခဲ့ရသော သင်

ကြားချက် ဖြစ်ပါသည်။ သူ့အဆိုအရ သန္ဓေသား စတင်ကတည်းကပင် ယောကျ်ားလေးလား၊ မိန်းကလေးလား တစ်ခါတည်း ခွဲခြားလိုက်ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ကရူး Crew ၏ အဆိုကိုလည်း လေ့လာသင့်ပါသည်။ သူ့အဆိုက စိတ်ဝင်စားဖို့ ကောင်းပါသည်။

ကျွန်တော် ကြားဖူးတာ တစ်ခုရှိပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် မိန်းကလေး တစ်ဦးသည် လှပသော ယောကျ်ားလေးပုံကိုချည်း အခန်းထဲတွင် ချိတ်ဆွဲ၍ ကြည့်နေပါက လှပသော ယောကျ်ားလေး မွေးသည် ဆို၏။ မိန်းမလှလှပုံများကိုချည်းကြည့်နေပါက မိန်းကလေး မွေးသည် ဆို၏။ ဆိုလိုသည်မှာ ကိုယ်ဝန်ဆောင် မိန်းမ၏ စိတ်ဆန္ဒအရ ယောကျ်ားလေးဖြစ်စေ၊ မိန်းကလေးဖြစ်စေ မွေးသည်ဟုဆိုပါသည်။

ကရူး၏ အဆိုမှာလည်း ဤအတိုင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ XY သန္ဓေသားဖြစ်စေ၊ XX သန္ဓေသားဖြစ်စေ ကိုယ်ဝန်ဆောင် မိခင်၏ စိတ်ဆန္ဒအရ လိင်အင်္ဂါ ပြောင်းလဲနိုင်သည်ဆို၏။

ဤအဆိုသည်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သိပ္ပံနည်းကျကျ စဉ်းစားကြည့်လျှင် ယောကျ်ားလေး၏ သဘော သဘာဝများကို ဖိုမျိုးစေ့အိမ် Testis က ဖန်တီးပြီး မိန်းကလေး၏ သဘော သဘာဝများကို မမျိုးစေ့၏ Ovary က ဖန်တီးလေသည်။ ထိုဖိုမျိုးစေ့အိမ်နှင့် မမျိုးစေ့အိမ်တို့၏ ကြီးထွားမှုနှင့် စွမ်းအားအလိုက် ဖိုသဘာဝ၊ မသဘာဝတို့

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဖြစ်ပေါ်ကြပါသည်။ ဖိုမျိုးစေ့အိမ် ပုံမှန်ကြီးထွားပါက ယောကျ်ား ပီသသော သဘာဝများ ဖြစ်ပေါ်ကြ၏။ ဖိုမျိုးစေ့အိမ်ပုံမှန် မကြီးထွားပါက ယောကျ်ား မပီသသော သဘော သဘာဝများ ဖြစ်ပေါ်ရပါသည်။

အလားတူပင် မမျိုးစေ့အိမ် ပုံမှန် မကြီးထွားပါက မသဘာဝများလည်း ကမောက်ကမ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဖိုမျိုးစေ့အိမ်နှင့် မမျိုးစေ့အိမ်တို့၏ ပုံမှန်ကြီးထွားမှုကို ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ဟိုမုန်းဓာတ်များက ထိန်းချုပ်ထားပါသည်။ ဟိုမုန်းဓာတ်များ၏ အစွမ်းအာနိသင်ကို လိုက်၍ ဖိုမ မျိုးစေ့အိမ် ကြီးထွားကြ၏။ ဖိုမျိုးစေ့အိမ်ကြီးထွားလျှင် ယောကျ်ားလေးဟု ခေါ်ကြပါသည်။ မမျိုးစေ့အိမ် ကြီးထွားလျှင် မိန်းကလေးဟု ခေါ်ကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဟိုမုန်းဓာတ်များကိုလိုက်၍ ယောကျ်ား၊ မိန်းမ ဖြစ်လာရပါသည်။ ဟိုမုန်းဓာတ်များ၏ ဖောက်ပြန်မှုကြောင့် ယောကျ်ားလျာ၊ မိန်းမလျာ ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

ဟိုမုန်းဓာတ်များကြောင့် ယောကျ်ားလေး၊ မိန်းမလေး ဖြစ်ရသည်ဆိုလျှင် ထိုဟိုမုန်းဓာတ်များကို မည်သည့်အရာက ထိန်းချုပ်ထားသနည်းဟု စဉ်းစားကြည့်ရပါမည်။

ထိုဟိုမုန်းဓာတ်များကို ဓာတ်သဘာဝများ **Chemicals** နှင့် ဦးနှောက် အာရုံကြောများက ထိန်းချုပ်ထားပါသည်။

ဓာတ်သဘာဝများနှင့် ဦးနှောက်အာရုံကြောများကို မည်သည့်အရာက ထိန်းချုပ်ပါသနည်း။

စိတ်က ထိန်းချုပ်ထားသလော။

စဉ်းစားစရာ ဖြစ်လာပါသည်။

ယောကျ်ားလေးပုံကိုချည်း ကြည့်၍ ယောကျ်ားလေး မွေးချင်လွန်းသဖြင့် ယောကျ်ားလေး မွေးလာသည်။ မိန်းကလေးပုံကို ချည်း ကြည့်၍ မိန်းကလေး မွေးချင်လွန်းသဖြင့် မိန်းကလေး မွေးလာသည်ဟု ဆိုလျှင် စိတ်ဆန္ဒက ယောကျ်ား၊ မိန်းမ ဖန်တီးပေးသလော။ စဉ်းစားစရာ ဖြစ်နေသည်။

စိတ်ဆန္ဒကြောင့် နာဂလူမျိုးက မျက်နှာဖြူ မိန်းကလေး တစ်ယောက် မွေးလာသည့် သာဓက တစ်ခုရှိပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ကို နာဂတောင်တန်းမှ စာရေးဆရာ တစ်ယောက်က ပြောပြဖူးပါသည်။

နာဂတောင်တန်းသို့ တစ်ခါက မျက်နှာဖြူ အရာရှိ တစ်ယောက် ခရီးလှည့်လည် လာဖူးသည်ဆို၏။ မျက်နှာဖြူ အရာရှိကို နာဂ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးများက ဝိုင်းကြည့်ကြ၏၊ အံ့သြကြ၏။ အထူးအဆန်းအဖြစ် သဘောကျကြ၏။ မျက်နှာဖြူ အရာရှိသည် နှစ်ရက်မျှသာ နေသွား၏။ ဤအတွင်း မည်သည့် နာဂအမျိုးသမီးနှင့်မျှ တရင်းတနှီး ဆက်ဆံခြင်း မရှိချေ။ ရွာကငယ်သဖြင့် ဤအကြောင်းကို တစ်ရွာလုံးက သိကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သို့သော် မျက်နှာဖြူအရာရှိ ပြန်သွားပြီးနောက် နာဂအမျိုးသမီး အိမ်ထောင်သည် တစ်ယောက်က မိန်းကလေး တစ်ဦးကို မွေးဖွားပါသည်။ ထိုမိန်းကလေးသည် ဆံပင်မှစ၍မျက်လုံး၊ မျက်နှာနေ မျက်နှာထား၊ အသားအရေ အားလုံးသည် မျက်နှာဖြူ လူမျိုးနှင့် ချွတ်စွပ်တူနေလေ၏။ (မျက်နှာဖြူ အရာရှိနှင့်နာဂအမျိုးသမီး မည်သို့မျှ မပတ်သက်ခဲ့ကြောင်း တစ်ရွာလုံးက သိကြပါသည်။)

ယခုအထိ အဆိုပါ မျက်နှာဖြူရုပ်ပေါက်နေသော မိန်းကလေးသည် နာဂတောင်တန်းတွင် ရှိသည် ဆိုပါ၏။ ဤအဖြစ်အပျက်တွင် မည်သို့ ကောက်ချက်ချကြမည်နည်း။

ကျွန်တော့်အနေနှင့်တင်ပြရလျှင် စိတ်ဆန္ဒကြောင့် ဖြစ်လာသည်ဟု ထင်မိပါသည်။ နာဂ အမျိုးသမီး၏ စိတ်ဆန္ဒက မျက်နှာဖြူ လူမျိုးကို သဘောကျသွားသဖြင့် မျက်နှာဖြူ မိန်းကလေး မွေးလာသည် ထင်ပါသည်။

သို့သော်ဆေးပညာ အလိုအရ လူတို့၏ အရေပြားတွင် အညိုရောင် **Pigments** များ ရှိကြသည်။ မွေးကတည်းက ထို **Pigments** များ တစ်ကိုယ်လုံးတွင် ပါမလာပါက လူတို့၏ ပင်ကိုယ်အသား အရောင်ပျောက်ပြီး မျက်နှာဖြူများ၏ အသားအရောင် မျက်လုံး စသည်ဖြင့် ပြောင်းလဲ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

ထိုသို့ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းကို Albinis ဟုခေါ်ပါသည်။ ထိုသို့သော အသားအရောင် ရှိသူများကို Albino ဟု ခေါ်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ အသားအရောင် ပြောင်းလဲရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းမှာ **Gene** များ ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ (ဇနီးမယား ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့် မဟုတ်ပါ။)

ယခုကျွန်တော်တင်ပြသောအချက်များကိုအကျဉ်းချုပ်လိုက်လျှင် လိင်ဆက်ဆံမှုကြောင့် ဖိုမျိုးစေ့နှင့် မမျိုးစေ့တို့ ပေါင်းစည်းကြပြီး သန္ဓေသား ဖြစ်ရသည်။ မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရသည်။ သန္ဓေသားသည် ယောက်ျားလေးလား၊ မိန်းမလေးလား ဟူသော ပြဿနာ၌ ဆေးပညာအမြင်နှင့် စိတ်ပညာအမြင်တို့ တစ်မျိုးစီ မြင်နိုင်ကြသည်။ အကြောင်းအချက်အလက် အကိုးအကားများဖြင့် တင်ပြထားပါသည်။

သို့သော် တစ်ထစ်ချ စကားများ မဆိုပါ။ စဉ်းစားစရာများ၊ ထပ်၍ လေ့လာစရာများအဖြစ် တင်ပြထားပါသည်။

လိင်ဆက်ဆံခြင်းမှာ လိင်စေ့ဆော်စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လိင်စေ့ဆော်စိတ် မည်သို့ဖြစ်ပေါ်သနည်း။ ဘာကြောင့်ဖြစ်ပေါ်သနည်း။ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကြောင့် စိတ်တွင် မည်သို့ ခံစားရသနည်း။

လိင်စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ပုံ

လိင်မှု ဆက်ဆံခြင်းသည် လိင်စေ့ဆော်စိတ်ကြောင့် ဖြစ်လာရသည်ဟု ကျွန်တော် တင်ပြခဲ့ပါသည်။ ဤအဆိုကို လူတိုင်းက လက်ခံပါလိမ့်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် စေ့ဆော်စိတ် မပါဘဲ မည်သည့်အလုပ်ကိုမှ လုပ်၍ မဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

လိင်စေ့ဆော်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ကျွန်တော်တို့ လေ့လာကြပါစို့။

ဆီးနှင့် ဝမ်းကို စွန့်ပစ်ချင်သကဲ့သို့ သုတ်သွေးကို စွန့်ပစ်ချင်သဖြင့် လိင်စေ့ဆော်စိတ် ပေါ်ပေါက်လာသည်ဟု ရှေးကယူဆခဲ့ကြပါသည်။ သို့သော် ဤအဆိုမှာ သဘာဝ မကျသဖြင့် လက်မခံကြပါ။ အဆိုကို ကန့်ကွက်စရာ အချက်များ ရှိပါသည်။ ဆီးနှင့်ဝမ်းမှာ စွန့်ပစ်ရမည့် အညစ်အကြေးများ ဖြစ်သော်လည်း သုတ်သွေးသည် အညစ်အကြေး မဟုတ်ပါ။ အလကား စွန့်ပစ်စရာလည်း မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ဤအဆိုမှာ ပျက်ပြယ်သွားပါသည်။

ရှိတ်တလီးကတော့ မျိုးဆက် ပြန့်ပွားလိုစိတ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကြောင့် လိင်စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရသည်ဟု ဆိုပြန်ပါ၏။ ဤအဆိုကိုလည်း အများက လက်မခံပြန်ပါ။ ကန့်ကွက်ကြပြန်ပါသည်။ သားသမီး ရလိုစိတ်ဖြင့် လိင်ဆက်ဆံသော ဦးရေမှာ အလွန်ပင်နည်းသဖြင့် အများက သဘောမကျနိုင်ပြန်ပါ။ အမှန်ဟု မယူဆနိုင်ပြန်ပါ။ ဖိုနှင့်မ နှစ်ဦး သဘောတူ ဆက်ဆံကြခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

မက်ဒေါက်ဂေါ (Mc Dougall) က နောက်တစ်မျိုး အဆိုပြုပါသည်။ သူ့အဆိုအရ လိင်စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ရာတွင် အချက် သုံးချက်အပေါ် မူတည်နေပါသည် ဆိုပါသည်။

ပထမ အချက်မှာ လိင်နှင့်ပတ်သက်သော ဗဟုသုတများ ရှိနေခြင်း ဖြစ်သည်။ လိင်ဆက်ဆံခြင်းအကြောင်း သိထားကြပါသည်။ အများအားဖြင့် ကြားဖူးနားဝ ရှိကြပါသည်။ ဤသို့ဖြင့်လည်း စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

ဒုတိယ အချက်မှာ လိင်ဆက်ဆံမှု ပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ပြုဖူးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့လည်း စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်လာသည်ဟု ဆိုပါသည်။

တတိယအချက်မှာ ဆန္ဒရမက်များ ဖြစ်ပါသည်။ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကို စိတ်ကူး၍ ဆန္ဒရမက်များ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြင့်လည်း စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည် ဆိုပါ၏။ ဆန္ဒရမက်များက စေ့ဆော်စိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

မိုး (Moll) က နောက်တစ်မျိုး တင်ပြပြန်ပါသည်။

မိုး၏ အလိုအရ လိင်စေ့ဆော်စိတ်တွင် အပိုင်းနှစ်ပိုင်း ပါဝင်သည် ဆိုပါ၏။ သုတ်သွေးကို ထုတ်ပစ်ချင်သည့် အပိုင်းနှင့် ဖိုမ ကိုယ်ကာယချင်းရော၊ စိတ်ဓာတ်ချင်းရော ရင်းနှီးပွန်းတီးသည့် အပိုင်းတို့ ဖြစ်သည် ဆိုပါ၏။ မိုး၏အဆိုမှာ သိပ္ပံနည်းကျသဖြင့် လူအများက လက်ခံကြလေသည်။

ယခုအခါတွင် ကျွန်တော်တို့က မိုး၏အဆိုကို ပြုပြင် မွမ်းမံ၍ လက်ခံကြပါသည်။ သုတ်သွေးကို ထုတ်ပစ်ချင်သည့် အပိုင်းတွင် ရှေးဦးပထမ သုတ်သွေးကို သိုလှောင် စုဆောင်းထားရမည်ဟု ကျွန်တော်တို့က လက်ခံယုံကြည်ကြပါသည်။

စင်စစ် ဤအပိုင်းသည် နောက်ပိုး ပိုးခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ချစ်သူ ရှာဖွေခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ချစ်သူ ရှာဖွေနေစဉ်တွင် အချစ်စိတ်ဓာတ်များကလည်း တိုးပွားလာကြပါသည်။ အချစ်စိတ်ဓာတ်များ တိုးပွားလာသလောက် လိင်နှင့် ဆိုင်သော အကျိတ်များ (Sexual Glands) က ကြီးထွားလာကြပါသည်။ သုတ်သွေး အများအပြား ဖြစ်လာပါသည်။

လိင်နှင့် ပတ်သက်သော ဟိုမုန်းဓာတ်များကြောင့်လည်း သုတ်သွေး အများအပြား ဖြစ်ပေါ်လာစေကြောင်း ဆေးပညာတွင် သင်ကြားခဲ့ရပါသည်။ ဟိုမုန်းဓာတ်ကြောင့် လိင်စေ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ရသည်ဟု အများက လက်ခံထားကြပါသည်။

မည်သို့ဖြစ်စေ၊ သုတ်သွေး အများအပြား စုဆောင်း

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သို့လှောင်ခြင်းသည် လိင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်စေကြောင်း ထင်ရှားပါသည်။ သမီးရည်းစား ဘဝတွင် ချစ်စကား ကြိုက်စကားများကို ပြော၍ လိင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်စေသလို၊ အိမ်ထောင်သည်များတွင်လည်း ချစ်ခင်ယုယသော စကားများကို ပြော၍ လိင်စိတ်ကို မွေးမြူကြရလေသည်။

ဒုတိယပိုင်း ဖြစ်သော စိတ်ချင်း ရင်းနှီးမှု ကိုယ်ကာယချင်း ရင်းနှီးမှုများကြောင့် လိင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်စေကြောင်းအဆိုကိုလည်း ကျွန်ုပ်တော် မငြင်းနိုင်ပါ။ အဆိုက မှန်နေပါသည်။

ကိုယ်ကာယချင်း ရင်းနှီးမှု ရှိသောအခါ စေ့ဆော်စိတ်များလာပြီး သုတ်သွေးများ ကြွလာပါသည်။ သွေးဆူလာပါသည်။ မျက်နှာ နီမြန်းလာသည်။ သွေးကြောများ ဖောင်းကြွလာသည်။ လိင်အင်္ဂါများ နီမြန်းလာသည်။ ဖောင်းကြွလာသည်။ ပျစ်ချွဲသော အရည်

များ ထွက်လာကြသည်။ ဤအချိန်တွင် လိင်ဆက်ဆံမှုအတွက် အဆင်သင့် ဖြစ်နေပါပြီ။

လိင်ဆက်ဆံမှု ပြုသောအခါ ကိုယ်ခန္ဓာတွင် လည်းကောင်း၊ စိတ်တွင် လည်းကောင်း ထူးခြားမှုများ၊ ခံစားမှုများ ဖြစ်လာကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

လိင်စိတ်ကြောင့် သွေးများ ဆူလာသောအခါ ယောက်ျား၏ မျက်နှာမှာ အင်အားပြည့်ဖြိုးသော အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ မိန်းမ၏ အမူအရာမှာ ချစ်စရာ လှပနေလေသည်။ လိင်စိတ် အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ပြီးနောက် (ဆက်ဆံမှု ပြီးခါနီး) ကိုယ်၊ စိတ်ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်လာကြပါသည်။ မျက်စိသူငယ်အိမ်က ကျယ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် အလင်းရောင်ကို မကြည့်ချင်ကြပါ၊ နှာခေါင်းများ ပွလာကြပါသည်။ သွားရေ ကျလာသည်။ လျှာလှုပ်လာသည်။ ပါးစပ်က တစ်ခုခုကို ရေရွတ်ကြသည်။ စိတ်တွင်ပြင်းထန်စွာ တုန်လှုပ်သော ခံစားမှုမျိုး ခံစားရပါ၏။

စင်စစ် လိင်ဆက်ဆံမှုတွင် ဘေးဥပါဒ် မဖြစ်တတ်ပါ။ စိတ်ကျေနပ်မှုရခြင်း၊ နေ၍ ထိုင်၍ကောင်းခြင်း၊ ရွှင်လန်းအားရခြင်း၊ လွတ်လပ်ခြင်း စသည်တို့ ခံစားရပါသည်။ အမျိုးသမီးများသည်လည်း အထက်ပါအတိုင်း ခံစားရပါသည်။ သူတို့က ပို၍ခံစားရသည်ဟု ဆိုပါသည်။ စင်စစ် လိင်ဆက်ဆံမှုသည် သတ္တဝါတို့အဖို့ စိတ်ရောကိုယ်ရော အကျိုး ဖြစ်ထွန်းစေပါသည်။ (မကောင်းသော မိန်းမ၊ ယောက်ျားများနှင့် ဆက်ဆံလျှင်ကား အကျိုးယုတ်စေပါသည်။)

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပိုးပန်းခြင်း

ဖိုက မကို ပိုးပန်းခြင်းသည် သဘာဝတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကမ္ဘာပေါ်ရှိလူသားအားလုံးက ပိုးပန်းတတ်ကြသည်။ လူသားများသာမက တိရစ္ဆာန်များပါ ဖို မ မဆက်ဆံမီ ပိုးပန်းကြပါသည်။ ချော့မြှူကြပါသည်။

ပက်ကျိ သတ္တဝါများ၏ ပိုးပန်းကြပုံကို လေ့လာကြည့်ပါ။ ပက်ကျိမတစ်ကောင်၏ သွားရာနောက်သို့ ဖိုတစ်ကောင်က ဖြေးညင်းစွာလိုက်သည်။ တစ်ကောင်နှင့် တစ်ကောင် ကွေ့ကာ ပတ်ကာ သွားနေကြသည်။ ဖိုတစ်ကောင်က မ၏ ဖင်ပိုင်းပေါ်သို့ ပါးစပ်တင်၍ နှာနေသည်။ နောက်တော့ ချွဲပစ်သောအရည်များ ထွက်လာသည်။ နောက်တော့လိင်အင်္ဂါထွက်လာပြီး တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် ရစ်ပတ်လိုက်ကြသည်။ လှပသော ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ရစ်ပတ်ကြပြီး အရောင်တဖိတ်ဖိတ်တောက်နေလေ၏။

ကျေးငှက် သတ္တဝါများက သူတို့ကိုယ်သူတို့ လှပအောင် ပြုပြင်ပုံ၊ သာယာစွာ အော်မြည်ပုံ၊ သီချင်းဆိုပုံ၊ ကပြပုံ၊ ကိုယ်ဟန်ပြပုံ အစရှိသည်တို့သည် ဖိုနှင့်မ ပိုးပန်းခြင်းတစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။

အင်မတန် ခေတ်မီသော ကမ္ဘာ့လူသားများကလည်း ဖိုနှင့်မ နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ပိုးပန်းကြလေသည်။ "လျှောက်ပြန်သံပေး ခြေအေး ဝမ်းရောင်"ဆိုသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ မင်းကုသက ပပဝတီကို ဒုက္ခအမျိုးမျိုးခံ၍ပိုးပန်းသကဲ့သို့ လည်းကောင်း လူသတ္တဝါများကလည်း အမျိုးမျိုး ပိုးပန်းကြပါသည်။ မ သတ္တဝါများကလည်း ခေတ်ပေါ်နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖိုသတ္တဝါများကို မြှူဆွယ်ကြလေသည်။

ဤသို့ ပိုးပန်းကြခြင်းမှာ လိင်စိတ်ကို ဖော်ထုတ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ လိင်စိတ်က အမြဲနိုးကြားမနေပါ။ ငုပ်လျှိုးနေသည်လည်း ရှိသည်။ ပိုးပန်းခြင်းဖြင့် လိင်စိတ်ကိုနိုးကြားစေရပါသည်။ လိင်စိတ်က လှုံ့တိုင်းမှာ ရှိပါသည်။ ကောင်းကင်၌ ဈာန်ပျံနေသော ရသေ့ကြီးပင် လေသာပြတင်းမှ မိဖုရားကြီးကို အဝတ်မဲ့မြင်ရသောအခါ လိင်စိတ်နိုးကြားပြီး ဈာန်လျှောရလေသည်။

အချို့တိရစ္ဆာန်များမှာ သူ့ရာသီနှင့်သူ လိင်စိတ်နိုးကြားကြလေသည်။ (ဥပမာ– ခွေးဆိုလျှင် တော်သလင်းလတွင် ခွေးသံများကို ပို၍ကြားရပါသည်။)

အချို့သော လူမျိုးများတွင်လည်း သူ့ရာသီနှင့်သူ အိမ်ထောင်ပြုမှုများ ရှိပါသည်။ သတ်မှတ်ထားသော ရာသီရောက်လျှင် လိင်စိတ်က နိုးကြားလာပါသည်။ ရာသီဥတုကြောင့်လည်း လိင်စိတ် ပြောင်းလဲပါသည်။ ရက်အလိုက်လည်း လိင်စိတ် ပြောင်းပါသည်။ ဤနေရာတွင် ကျွန်တော်တို့ မြန်မာ ပညာရှိကြီးများက နေ့အလိုက်၊ ရက်အလိုက် လိင်စိတ် တည်နေရာကို ဖော်ပြနိုင်သဖြင့် နိုင်ငံခြား ပညာရှင်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

များထက် သာလွန်နေပါသည်။

ယောကျ်ားများတွင်လည်း သူ့ရက်နှင့်သူ လိင်စိတ်အတက် အကျ ရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။ လဆန်းရက်နှင့် လဆုတ်ရက် မတူပါ။ ပြောင်းလဲနေပါသည်။ တနင်္ဂနွေလို ရက်အားမျိုးတွင် ပို၍ရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။

မိန်းမများတွင်လည်း သူ့ရက်နှင့်သူ ပြောင်းလဲနေပါသည်။ မီးယပ်ပေါ်ခါနီး၊ ပေါ်နေဆဲ၊ ပေါ်ပြီးစ အချိန်များတွင် လိင်စိတ် တက်ကြွနေပါသည်။ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကို အလိုရှိကြပါသည်။ မိန်းမဆရာဝန် တစ်ယောက်က မိန်းမပေါင်း နှစ်ထောင်ကျော်ကို မေးမြန်းကြည့်ရာ လိင်စိတ်အတက်ကြွဆုံးအချိန်မှာ မီးယပ်မပေါ်မီ ၂ ရက်အလိုနှင့် မီးယပ်ပေါ်ပြီး ၇ ရက်အတွင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ယောကျ်ားများကလည်း သူတို့မိန်းမများ၏ လိင်စိတ်ကို မေးမြန်းကြည့်ကြပါသည်။

မီးယပ်ပေါ်ချိန်တွင် လိင်စိတ်များကြောင်း ပြောပြကြပါသည်။

သို့သော် မိန်းမများက ယောကျ်ားများနှင့် လိင်ဆက်ဆံရန် ငြင်းဆန်သည်များလည်း ရှိပါသည်။ အောက်ပါအချက်ငါးချက်ကြောင့် ငြင်းဆန်ကြပါသည်။

၁။ အရွယ်မရောက်သေးခြင်း။

၂။ လိင်ဆက်ဆံခြင်းသည် ညစ်ပတ်သော အလုပ်တစ်ခုဖြစ်သည် ထင်ပြီး ကြောက်လန့်ခြင်း၊ ရှက်ခြင်း။

၃။ လိင်ဆက်ဆံခြင်းသည် မျက်လှည့်ကဲ့သို့ လှည့်စားတတ်သည်၊ တွေဝေမိန်းမောစေသည်၊ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ခြင်းကို ပျက်ပြားစေသည်ဟု ထင်ခြင်း။

၄။ အမြဲလှပစွာ ဝတ်စားဆင်ယင်လိုခြင်း၊ အမြဲတမ်း အပျိုအဖြစ် လူတိုင်းက ချစ်ခင်စေလိုခြင်း။

၅။ အပျိုရည် မပျက်စေလိုခြင်း၊ အပျို့ဂုဏ်ကို တန်ဖိုးထားရှိခြင်း။

အထက်ပါ အချက်များကြောင့် လိင် ဆက်ဆံရန် ငြင်းဆိုကြပါသည်။ (ဤအချက်များကို အပျိုကြီးဖြစ်ခြင်း အကြောင်းရင်းများဟုလည်း ဆိုနိုင်ပါသည်။)

မိန်းမများက ရှက်တတ်ကြပါသည်။ စိတ်ကပါသော်လည်း ရှက်လွန်းသောကြောင့် ငြင်းဆိုကြပါသည်။ အဝတ် အစား မဝတ်သော လူမျိုးများပင် ရှက်တတ်ကြပါသည်။ ဝတ်လစ်စလစ် အသင်းသားများ၊ နေပူလုံ့အဖွဲ့များ စသည်တို့သည်လည်း ရှက်ကြောက်ခြင်းတော့ ရှိကြပါ၏။ မိန်းမများ သဘာဝကိုယ်၌လည်း ရှက်တတ်ကြပါသည်။

သို့သော် ဖိုသတ္တဝါများက မသတ္တဝါများကို သွေး

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဆောင်နိုင်ပါသည်။ ဖြားယောင်းနိုင်ပါသည်။

သူတို့စိတ်ပါအောင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ဤနည်းကား မည်သည့်နည်းပါနည်း။

ယောက်ျားတို့မာယာကြောင့် အလွန်အကျင့်သိလရှိသော မိန်းမမြတ်များပင် ထန်းရည်သမားနောက် ကောက်ကောက်ပါရလေသည်။

တခြားမဟုတ်ပါ။ ပိုးပန်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မိန်းမတို့ မာယာကြောင့် ရှာန်လျှောရပါသည်။

ကြင်ဖော်ရှာခြင်း

ဖို သတ္တဝါများက မိမိတို့ ကြိုက်နှစ်သက်သည့် မသတ္တဝါများကို ဘဝကြင်ဖော်အဖြစ် သို့မဟုတ် ခေတ္တဇနီးများ အဖြစ် ရှာကြလေသည်။ မသတ္တဝါများကလည်း ထိုနည်းအတူ ဖိုသတ္တဝါများကို ရှိကြပါသည်။

ဤသို့ ရှာဖွေကြရာတွင် မိမိကြိုက်နှစ်သက်သည့် အရည်အချင်းများကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားကြပါသည်။

ဤသို့စဉ်းစားရာ၌ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြပါသည်။ ရုပ်ပိုင်းရော စိတ်ပိုင်းပါ မိမိက ကြိုက်နှစ်သက်လာမှ ကြင်ဖော်အဖြစ် စဉ်းစားကြပါသည်။

အချို့က ရုပ်ပိုင်းကိုသာ စဉ်းစားကြပါသည်။ ခပ်တောင့်တောင့်ဆိုလျှင် တော်ပါပြီ။ ရုပ်မလှချင်နေပါစေဟု ဆိုကြပါသည်။

အချို့ကတော့ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားသူများကို ကြိုက်နှစ်သက်ပြန်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သို့သော် အိုဝင်၏အဆိုအရမူ သတ္တဝါတို့သည် ချောချော လှလှများ၊ကိုယ်လုံးပေါက်လှသူများ၊အရည်အချင်းပြည့်ဝသူများ စသည်ဖြင့် မက်လုံးများသူများကိုသာ ကြင်ဖော်အဖြစ် ရွေးချယ်ကြသည်ဟုဆိုပါသည်။ သူ့အဆိုအရမူ မက်လုံးမများသူများမှာ တစ်သက်လုံး အိမ်ထောင်မကျတော့ဘဲ အပျိုကြီး၊လူပျိုကြီးများသာ ဖြစ်ကုန်ကြတော့မည် ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် မက်လုံးများသူများကိုသာ ရွေးချယ်တတ်ကြောင်းကိုမူ ကျွန်တော်တို့ မငြင်းနိုင်ပါ။ လူများတွင်သာမက တိရစ္ဆာန်များပင် မက်လုံးများသူများကိုပို၍ဦးစားပေးကြပါသည်။ ငှက်များသည် ကြင်ဖော်ရွေးရာ၌ နက်နက်နဲနဲ စဉ်းစား၍အလွန်ဝိရိယစိုက်ကြောင်း၊ အားသွန် ခွန်စိုက် ကြိုးပမ်းကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ အချိန်လည်းကြာကြာယူ၍ပိုးပန်းတတ်ပါသည်။ ဒါတောင်မှ စိတ်တိုင်းကြပ်မပေါ်ဟု ငှက်ပါရဂူများက ဆိုကြပါသေး၏။

လူတို့တွင်လည်း ဤအတိုင်းပင် ရွေးချယ်ကြပါသည်။ မက်လုံးများသူ အချင်းချင်း ညားကြ၍ မက်လုံးနည်းသူများကလည်း သူတို့ အဆင့်အတန်းအလိုက် အဖော်ရှာကြလေသည်။

သို့သော် ချွတ်ယွင်းချက်များ ရှိပါသည်။ မိမိတို့ကံအလျောက် ဖူးစာဆုံသူနှင့် ညားကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ အလွန်အရုပ်ဆိုးသောသူကပင် ရုပ်ချောချောနှင့် ညားတတ်ပါ၏။ သူဌေးသမီးနှင့် ဆင်းရဲသား ညားတတ်သည်လည်း ရှိပါသည်။ အမေရိကန်နှင့်

ရုရှား ညားတတ်သည်လည်း ရှိပါသည်။

မက်လုံးများကိုကြည့်၍ရွေးချယ်ကြသည်ဟုဆိုကြသော်လည်း တကယ်တော့ ရာနှုန်းပြည့်မမှန်ပါ။ နီးစပ်ရာများနှင့်လည်း ညားတတ်ကြပါသည်။ "မြင်ပါများတော့ ခင်၊ ခင်ပါများတော့ ကြင်" ဆိုသော စကားအတိုင်း မြင်ပါများ၍ ရင်းနှီးပြီး ညားသွားကြသူများလည်း ရှိပါသည်။

ယခုကျွန်တော်တို့ခေတ်တွင် မက်လုံးများကို အမျိုးမျိုး ဖန်တီးကြပါသည်။ ခေတ်ပေါ် ပစ္စည်းအမျိုးမျိုးကို သုံး၍ လှအောင်၊ ပအောင်၊ ထင်ပေါ်အောင် အမျိုးမျိုး ဝတ်စားဆင်ယင်ကြပါသည်။ ရိုးလှပြီဖြစ်သော မာယာများကိုလည်း သုံးကြပါသည်။ အသိဉာဏ်များ ရင့်ရင့်သန်လာသည့်အလျောက် မက်လုံးများကို ပို၍မြင်လာကြပါသည်။

မက်လုံးများသည် ခံစားရသော အာရုံ အမျိုးမျိုးကြောင့်လည်း ဖြစ်ပေါ်ကြပါသည်။ အမြင်၊ အကြား၊ အနံ့နှင့် အတွေ့အထိများသည် မက်လုံးကိုဆွယ်သော အာရုံများဖြစ်ကြပါသည်။ အရသာကို အာရုံတစ်ခုအဖြစ် အချို့က ဆိုကြပါသည်။ သို့သော ဝိဝါဒကွဲပြားမှုများ ရှိသဖြင့် အရသာကို မတင်ပြတော့ပါ။

* * *

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကြင်ဖော်ရွေးခြင်း

ကြင်ဖော်ရွေးရာ၌ အရမ်းမဲ့ ရွေးချယ်ကြသည် မဟုတ်ပါ။ အခြေခံ အချက်အလက်များ၊ မက်လုံးများ၊ ကြိုက်လုံးများ စသည်တို့ကို ကြည့်ကြပါသည်။

ကိုယ်နှင့်ရင်း၍ အသက်မွေးကြရသော ပြည့်တန်ဆာများက စီးပွားရေးသဘောအရ ဘယ်သူလာလာ လက်ခံကြရသော်လည်း စိတ်ကမပါသည်ကို လေ့လာသိရှိကြရပါသည်။ အလုပ်သဘောအရ ကိုယ်ကာယကိုပေးအပ်လိုက်ရသော်လည်း သူ့စိတ်က မလိုလားပါ၊ မနှစ်သက်ပါ၊ အလိုမတူပါ။

ဤသို့ဖြစ်ရသည်မှာ အဘယ့်ကြောင့်ပါနည်း။

ပြည့်တန်ဆာများသည်လည်း လူသားများပင် ဖြစ်ပါသည်။ လိင်ဆက်ဆံသည့် ကိစ္စတွင် မက်လုံးများ၊ ကြိုက်လုံးများကို ကြည့်ကြပါသည်။ ပြည့်တန်ဆာများက လိင်ဆက်ဆံခြင်းဖြင့် အသက်မွေးကြသော်လည်း မက်လုံးများ၊ ကြိုက်လုံးများကိုတော့ ကြည့်ကြပါသေးသည်။ သူနှင့် ဆက်ဆံသည့် ပုဂ္ဂိုလ်က ချောသည်၊ လှသည်၊ ခန့်

ညားသည်၊ ကျက်သရေရှိသည် စသည်ဖြင့် ပြောကြသည်။ သူတို့ မနှစ်မြို့လျှင် မနှစ်မြို့ကြောင်း ကွယ်ရာတွင် ပြောကြပါသည်။

ယောက်ျားလေးများကလည်း ထို့အတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ သူတို့ ကြိုက်နှစ်သက်သည့် အမျိုးသမီးကို ရွေးလေ့ရှိပါသည်။ ခပ်တောင့်တောင့်လား၊ ဖြူဖြူလား၊ ညိုညိုလား၊ မည်းမည်းလား၊ ဝဝလား၊ ပိန်ပိန်လား စသည်ဖြင့် ကိုယ်ကြိုက်ရာ ရွေးချယ်တတ်ကြပါသည်။

ဤသို့ ရွေးချယ်ရာတွင် အခြေခံချက် ၄ ချက်ကို စထားကြောင်း ကျွန်တော် တင်ပြလိုပါသည်။ ဤအခြေခံ ၄ ချက်မှာ—

၁။ အမြင် (ရူပါရုံ)
၂။ အကြား (သဒ္ဒါရုံ)
၃။ အနံ့ (ဂန္ဓာရုံ)
၄။ အတွေ့အထိ (ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ)တို့ ဖြစ်ပါသည်။

စင်စစ် ချောချော လှလှ မိန်းကလေး တစ်ယောက်ကိုမြင်လျှင် "လှတယ်နော်– ချစ်စရာကောင်းတယ်"ဟု ယောက်ျားများက ပြောလေ့ရှိပါသည်။ အချိုးအစား ပြေပြစ်လှပသော မိန်းမများကို မြင်ရလျှင်လည်း ထို့အတူပြောလေ့၊ သတိမှတ်လေ့ရှိပါသည်။

ရူပါရုံ အမြင်သည် အမျိုးမျိုးကို မြင်နိုင်ပါသည်။ အသားလှသည်၊ မျက်လုံးလှသည်၊ မျက်နှာလှသည်၊ တင်လှသည်၊ ရင်လှသည်၊ ပေါင်တံလှသည် စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးကို မြင်ကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဤသို့မြင်လာအောင်လည်း အမျိုးသမီးများက အမျိုးမျိုး ပြုလုပ်ကြပါသည်။ ပြုး၍ပြသည်၊ လမ်းလျှောက်၍ပြသည်၊ ကပြသည် စသည်ဖြင့်။

ယောက်ျားများက အထက်ပါ မက်လုံးများကို ကြည့်၍ ကြင်ဖော်ရွေးကြပါသည်။ အမျိုးသမီးများကလည်း ထို့ အတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ အမျိုးသမီးများ ယောက်ျား၏ မက်လုံးတွင် အရည်အချင်းနှင့် စွမ်းရည် သတ္တိကိုပါ ထည့်သွင်းကြပါသည်။

အမြင် အာရုံကြောင့် "မြင်မြင်ချင်း ချစ်မိပါသည်" ဟု ဆိုကြသော်လည်း မမြင်ရဘဲနှင့် "အတွေ့"ကြောင့် ချစ်ကြိုက်သူများလည်း ရှိပါသည်။

ပဋ္ဌပါပီ ဝတ္ထုတွင် ပဋ္ဌပါပီ၏ ရုပ်ရည်မှာ အကျည်းတန်လှပါသည်။ သို့သော် အတွေ့ဓာတ်မှာ ထူးကဲလှပါသည်။ သူ့လက်ကို ကိုင်မိရုံနှင့် အတွေ့ကို မူးမေ့မတတ် ခံစားရသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ရုပ်ရှင်ထဲတွင် လူကိုမမြင်ရအောင် ကန့်လန့်ကာ ကာ၍ ပဋ္ဌပါပီ၏ လက်ကို ကိုင်ကြည့်စေရာ ကိုင်မိသော ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း မူးမေ့မတတ် ခံစားရကြောင်း တင်ပြကြပါသည်။

အတွေ့ဓာတ်မှာ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် မတူပါ။ ထူးကဲသော အတွေ့ဓာတ်ရှိသူများလည်း ရှိပါသည်။ သာမန်သူလိုကိုယ်လိုရိုးရိုး အတွေ့ဓာတ်ရှိသူများလည်း ရှိပါသည်။ ထူးကဲသော အတွေ့ဓာတ်ရှိသူများကို ကြင်ဖော်အဖြစ် ရွေးချယ်ကြမည်မှာ သေချာလှပါသည်။

ထူးကဲသောအတွေ့ကိုတတမ်းတတရှိနေသူများမှာ ရုပ်ချော မချော မကြည့်တော့ပါ။ အချိုးအစား ပြေပြစ်မှုကို မကြည့်တော့ပါ။ အတွေ့ကိုသာ မက်မောကြပါသည်။

သို့ကြောင့် အတွေ့ဓာတ်တစ်ခုတည်းကို ကြည့်၍လည်း ကြင်ဖော်ရွေးတတ်ကြောင်း ကျွန်တော်ဆိုချင်ပါသည်။ အတွေ့ဓာတ်ကလည်း ဖိုမ များကို စွဲလမ်းစေပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အမြင် (ရှုပါရုံ)

စင်စစ် ရှုပါရုံသည် အတွေ့အရင် လာလေ ရှိပါသည်။ အလှအပကို လူတိုင်းမက်မောကြပါသည်။ ချောချောလှလှများကို မြင်လျှင် စိတ်ကူးနှင့် ချစ်တတ်ကြပါသည်။ အချောအလှကို မချစ်ခင်သူ မရှိပါ။ မျက်နှာအလှကို ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်လုံး ကိုယ်ပေါက် အလှကို ဖြစ်စေ ချစ်တတ်ကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် မသတ္တဝါများက လှပအောင် အမျိုးမျိုး ပြုပြင်တတ်ကြပါသည်။ လေ့ကျင့်ခန်းအမျိုးမျိုးယူ၍ ကိုယ်အနေအထား လှပအောင် ကြိုးစားကြသည်။ အဝတ်အစား အမျိုးမျိုးဝတ်၍ အလှအပကို ဖန်တီးတတ်ကြသည်။ မိတ်ကပ်လိမ်း၊ နှုတ်ခမ်းနီဆိုး၊ မျက်လုံးကို ဆေးဆိုး စသည်ဖြင့် အလှပြင်ကြသည်။

အဝတ်အစား ဝတ်ရာ၌ လိင်အင်္ဂါများကို သွယ်ဝိုက်၍ ဖြစ်စေ၊ တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ ဖော်ပြသလို ဝတ်ဆင်ကြပါသည်။ (ဥပမာ– ပေါင်တစ်ခြမ်းပေါ် ဝတ်ခြင်း၊ အောက်ခံအောင်းဘီခံ၍ ထမီ ခပ်ပါးပါး ဝတ်ပြခြင်း၊ အင်္ကျီ ပါးပါး ဝတ်ပြခြင်း စသည်ဖြင့်) ယောက်ျားများကလည်း အသားကပ် ဘောင်းဘီများ ဝတ်ပြကြပါသည်။

အချို့သော လူမျိုးများတွင် အဝတ်အစားမဝတ်ဘဲ နေခြင်း၊ မလုံတလုံ ဝတ်ထားခြင်း၊ လိင်အင်္ဂါများကိုသာ ကွက်၍ဖုံးလွှမ်းထားခြင်း၊ အင်္ဂါများကို ကြီးထွားအောင် စီမံထားခြင်း စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ဆွယ်ကြပါသည်။

ယောက်ျားများကအလှအပကိုမြတ်နိုးကြပါသည်။ စိတ်အလှနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာအလှတွင် ကိုယ်ခန္ဓာအလှကိုပို၍မက်မောကြပါသည်။ ခပ်တောင့်တောင့် အမျိုးသမီးဆိုလျှင် သဘောမကျသူ ခပ်ရှားရှား။

အမျိုးသမီးများကမူ မိမိကို လုပ်ကိုင် ကျွေးမွေးမည့်သူလား၊ အားကိုးလောက်သည့် သူလား စသည်ဖြင့် အရည်အချင်းပါ ကြည့်လေ့ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် ယောကျ်ား တစ်ယောက်က မိန်းမ တစ်ယောက်ကို ကြိုက်မိပြီဆိုလျှင် မိမိ၏ အရည်အချင်းကို အမျိုးမျိုး ပြတတ်ပါသည်။ အမျိုးသမီးက အမျိုးသား၏ အရည်အချင်းကို သဘောကျလျှင် ချစ်သူအဖြစ် ရွေးချယ်ကြပါသည်။

ခပ်တောင့်တောင့် အမျိုးသမီးဆိုရာ၌ တင်ပါးကြီးသူများကိုပို၍ သဘောကျကြပါသည်။ မည်သည့်လူမျိုးမဆို ဤအချက်ကို သဘောကျကြသည်။ ပန်းချီကားများတွင် ဖြစ်စေ၊ ပန်းပုများတွင် ဖြစ်စေ ကိုယ်ဟန်အချိုးအစားကျလျှင် ပို၍မက်မောကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာပေါ်တွင် အချောဆုံးမိန်းမကို ပြပါဆိုလျှင် မယ်ကြော့ဝင္ဂါကိုပြကြရပါမည်။ ကျွန်ုပ်တော်တို့ မြန်မာပြည်တွင်လည်း မယ်ဗမာဆိုလျှင် အချောဆုံးဟု ပြောခဲ့ကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မယ်ရွေးပွဲများ ခေတ်စားခဲ့စဉ်ကလည်း ယောက်ျားများကြိတ်ကြိတ်တိုး စည်းကားခဲ့ကြပါသည်။ မယ်များ၏ ကိုယ်ကာယအလှကို မက်မောခဲ့ကြပါသည်။

နိုင်ငံခြား ရုပ်ရှင်များတွင် တွေ့ရသော ကော့လန်ကန်ကား ကပွဲများသည်လည်း စင်စစ် ရူပါရုံဖြင့် မြှူဆွယ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကော့လန်ကန်ကားလုပ်၍ လိင်အင်္ဂါများကို ပြကြပါသည်။ "ခုနစ်လွှာအက" သည်လည်း ထိုနည်းအတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ အဝတ်အစားများကို တစတစချွတ်၍ သူတို့၏အလှကို ပြကြလေသည်။

ပထမ ရင်သားများကိုပြကြပါသည်။ ရင်သားများကလည်း တင်ပါးနည်းတူ ယောက်ျားများကို ဆွဲဆောင်ကြပြန်သည်။ ရှေးက ရင်သားများမရှိအောင် အဝတ်နှင့် စည်းခဲ့ကြသော်လည်း ယခုအခါ ဖွံ့ဖြိုးအောင် နည်းအမျိုးမျိုး သုံးစွဲကြပါသည်။ ရင်သား၏အလှသည် ယောက်ျားများကို ကျစေပါသည်။ အာဖရိကမှ လူမည်းအချို့သည် ရင်သားများကို မဖုံးဘဲထားကြပြီး လိင်အတွက် အရေးမကြီးဟု ယူဆကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ သို့သော် ကမ္ဘာနှင့်တလိုက်သော် လူနည်းစုသာ ဖြစ်ပါသည်။

ရင်သားများကို ပြပြီးနောက် အောက်ပိုင်းကို ပြလိုက်ပါတော့သည်။ တချို့က အောက်ပိုင်းကိုကွက်၍ ဆေးဆိုးထားပါသည်။ အကြောင်းအကျား အဝတ်စနှင့် ဖုံးထားသည်လည်း ရှိပါသည်။ ဤသို့ကွက်၍ ဖုံးထားခြင်းမှာ တမင်မြင်သာအောင်၊ ပို၍ထင်ရှားအောင် ပြုလုပ်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် "ချစ်ခြင်းအစ မျက်စိက" ဟု ဆိုကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ မျက်စိဖြင့် လှပသော၊ တောင့်သော၊ ချောသော မိန်းကလေး တစ်ယောက်ကို မြင်ရလျှင် ယောက်ျားလေးများက ချစ်တတ်ကြပါသည်။ မြင်မြင်ချင်း ချစ်ကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ ဤသို့ မြင်မြင်ချင်း ချစ်ကြရာ၌ လိင်စိတ်များ မရှိကြပါ။ လိင်စိတ်များက နောက်မှ ပေါ်လာကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ရူပါရုံအမြင်ကြောင့် အချစ်စိတ်များပေါ်လာပြီး ဘဝကြင်ဖော်ရွေးသည် ဆိုသောစကားကို ကျွန်တော်တော့ အကြွင်းမဲ့ ထောက်ခံချင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် "မျက်စိသည် ချစ်သောသူအား ကြည့်ရခြင်း၌ ရောင့်ရဲခြင်းမရှိ" ဟု လောကနီတိ ဆရာက ဆိုထားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

မြင်ပါများတော့ ခင်၊ ခင်ပါများတော့ ကြင်ကြသည် မဟုတ်ပါလား။

အမြင်ရူပါရုံပြီးတော့ အကြားသဒ္ဒါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံကလည်း လိင်စိတ်ကို နိုးကြားစေပါသည်။ အသံကြားရုံဖြင့် ဘဝကြင်ဖော်ရွေးသည်လည်း ရှိပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အကြား (သဒ္ဒါရုံ)

အမြင်နှင့် အတွေ့ ပြီးတော့ အကြားအာရုံ (သဒ္ဒါရုံ) အကြောင်းကို လေ့လာရပါမည်။ အကြားအာရုံများကလည်း ဖိုမ များကို ဆွဲဆောင်ပါသည်။ အသံ ကြားရုံနှင့် ချစ်ကြိုက်သွားသူများ ရှိပါသည်။ အသံကြားရုံနှင့် အိပ်ရာပေါ် လှဲပြီး စိတ်ကူးယဉ်သူများလည်း ရှိပါသည်။ အသံကြားရုံနှင့် လိင်ဆက်ဆံမှု ပြီးမြောက်သူများလည်း ရှိပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ ကြားဖူးသော ပုံပြင်များ ရှိပါသည်။ စောင်းသမား တစ်ယောက်က ဘုရင့်သမီးတော်ကို ကြိုက်သဖြင့် နန်းတော် အဆောင်နား သွားပြီး စောင်းတီး၍ ပိုးပန်းလေသည်။ စောင်းသံမှာ အင်မတန် သာယာသဖြင့် ဘုရင့်သမီးတော်က စောင်းသမားကို မမြင်ဖူးဘဲနှင့် ကြိုက်နှစ်သက်သွားလေသည်။ နောက်တော့ ဘုရင်ကြီး သိသွားပြီး စောင်းသမား အပြစ်ပေးခံရသည် စသည်ဖြင့် ဂီတနှင့်ဆိုင်သော ပုံပြင်များ ရှိကြပါသည်။

တချို့က ရေဒီယိုမှလာသော သီချင်းကို ကြားရပြီး အသံရှင်ကို စွဲလန်းနေသူလည်း အများအပြားပင် ရှိပါသည်။ တချို့

အသံရှင်များ၏ အသံမှာ အင်မတန် သာယာလှသဖြင့် ကြားရသူအဖို့ မေတ္တာ ဂရုဏာစိတ်များ ပေါ်လာကြရပါသည်။ တချို့အသံများမှာ ကြားရသူအဖို့ နားဝင်မချိုဘဲ အော့ကြောလန်သွားစေသည်လည်း ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် "အသံကြား သနားပါစေ၊ မျက်နှာမြင် ချစ်ခင်ပါစေ" ဟု ဆုတောင်းကြပါသည်။

အသံက လိင်စိတ်နှင့်ဆက်စပ်နေပါသည်။ အသံ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည် လိင်စိတ်ကြောင့်ဟု ဆိုသူရှိပါသည်။ ကလေး ငိုသံကြားလျှင် အမေက နို့တိုက်ပါသည်။ ယောက်ျားများ၏ မြူဆွယ်သံကို ကြားလျှင် မိန်းမများ မနေနိုင်။ မိန်းမများ၏ မြူဆွယ်သံကို ကြားလျှင် ယောက်ျားများက မနေနိုင်ဟု ဆိုပါသည်။

အသံက လူသားများတွင်သာမက တိရစ္ဆာန်များ တွင်လည်း လိင်စိတ်ကို နိုးကြားစေပါသည်။ ငှက်တစ်ကောင်၏ အသံသည် အခြားငှက်တစ်ကောင်အဖို့ မြူဆွယ်သံဖြစ်နေသည်လည်း ရှိပါ၏။ အသံဖြင့် လိင်စိတ်ကို ထကြွစေပါသည်။

လင်းနို့များသည်လည်း အသံဖြင့် ပိုးပန်းကြပါသည်။ အသံဖြင့် ကြင်ဖော်ရှာကြပါသည်။ ဒါဝင်က ဤသို့ ယူဆခဲ့ပါသည်။

ဒါဝင်၏ အဆိုမှာ မှန်ပါသည်။ လင်းနို့များသာမက လူသားများတွင်လည်း အသံနှင့် ဂီတမှာ လိင်အတွက် အရေးကြီးပါသည်။ ယောက်ျားကလေးများ ကြီးကောင်ဝင်လာလျှင် အသံပြောင်းသွားပါသည်။ မိန်းကလေးများ အပျိုဘော် ဝင်လာလျှင်လည်း အသံ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပြောင်းလာပါသည်။ ဤသို့ ပြောင်းလဲသောအသံများကိုကြားရလျှင် လိင်စိတ် ထကြွစေပါသည်။ (လိင်စိတ် ထကြွသဖြင့် အသံပြောင်းလဲလာပါသည်။)

အမျိုးသမီးများသည် သာယာသော ဂီတသံကိုကြားရလျှင် လည်းကောင်း၊ အသံသြဇာရှိသော ယောက်ျားတစ်ယောက်၏ အသံကို ကြားရလျှင် လည်းကောင်း လိင်ကျေနပ်မှု ရကြသည်ဟု ဆိုထားပါသည်။

ဆေးရုံတက်နေသော ယောက်ျားလေးတစ်ယောက်သည် သူနာပြုဆရာမလေး၏ သာယာကြည်လင်သောအသံကိုကြားရလျှင် လိင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ကြောင်း ပြောဖူးပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ ကျွန်တော်တို့ ကြင်ဖော်ရွေးရာတွင် အသံ (သဒ္ဒါရုံ)ကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် အသံကလည်း လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ မက်လုံးတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

အနံ့ (ဂန္ဓာရုံ)

အမွှေးနံ့ကို လူတိုင်း ကြိုက်ကြပါသည်။ သန့်ရှင်းသောအနံ့၊ လတ်ဆတ်သော အနံ့ကိုလည်း လူတိုင်းကြိုက်နှစ်သက်ကြပါသည်။ အပုပ်နံ့ကိုတော့ မနှစ်သက်ကြပါ။ ရွံမုန်းကြပါသည်။

အမွှေးနံ့ကိုကြိုက်သဖြင့် အမျိုးသမီးများက သူတို့ကိုယ်ကို မွှေးနေအောင် ပြုပြင်ကြလေသည်။ ရေမွှေးများ၊ ပေါင်ဒါများ သုံးကြပါသည်။ ရေမှန်မှန်ချိုးကြသည်။

စင်စစ် ဤအမွှေးနံ့များကလည်း ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်များကို ဆွဲဆောင်ပါသည်။ ကြင်ဖော်ရွေးရာ၌ အနံ့ကိုလည်း ထည့်သွင်း၍ စဉ်းစားကြပါသည်။ အပုပ်နံ့ ထွက်နေသောသူကို ဘယ်သူမျှ ကြိုက်နှစ်သက်မည် မဟုတ်ပါ။

လူတွင် ပင်ကိုအနံ့ရှိပါသည်။

ကလေးတွင် ကလေးအနံ့ရှိ၍ လူကြီးတွင် လူကြီးအနံ့ ရှိပါသည်။ အမျိုးတွင် အမျိုးအနံ့ရှိ၍ အအိုတွင် အအိုအနံ့ရှိပါသည်။ ဤ ပင်ကို အနံ့များကိုလည်း ကြိုက်နှစ်သက်ကြပါ၏။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ချစ်သူ တစ်ယောက်သည် သူ့ချစ်သူ၏ ပင်ကိုအနံ့ကို ကြိုက်နှစ်သက်လေ့ရှိပါသည်။ သူ့ချစ်သူ သုံးသော ရေမွှေးနံ့၊ ပေါင်ဒါနံ့ စသည်တို့ကိုလည်း စွဲမက်နေတတ်ပါသည်။ စိတ်ကူးထဲတွင် ချစ်သူ၏အနံ့ကို တမ်းတ၍ လိင်စိတ်ကျေနပ်မှုရအောင် ပြုလုပ်ကြလေသည်။

အရက်သမား မယားများမှာ ဒုက္ခတွေ့တတ်ကြပါသည်။ သူ့ယောကျ်ားထံမှ အရက်နံ့၊ ချွေးနံ့တို့ကို မနှစ်မြို့သဖြင့် လိင်ဆက်ဆံရာတွင် အဆင်မပြေဖြစ်တတ်ကြပါသည်။ များသောအားဖြင့် ငြင်းဆန်ကြ၏။ ဤသို့ငြင်းသောအခါ ယောကျ်ားဖြစ်သူက သံသယဝင်လာတတ်ပါသည်။ မယားကို ရန်ရှာတတ်ပါသည်။ (အရက်သမားများမှာ သတိပြုဖွယ် ဖြစ်ပါသည်။)

အနံ့က လိင်စိတ်ကို ဆွဲဆောင်စေကြောင်း တိရစ္ဆာန်များတွင် ပို၍တွေ့နိုင်ပါသည်။ ငါးများက အနံ့ဖြင့် ကြင်ဖော်ရှာကြပါ၏။ မြွေ၊ မိကျောင်း၊ လိပ်၊ အိမ်မြှောင်စသည်တို့သည် အနံ့ဖြင့် ကြင်ဖော်ရွေးကြလေသည်။ သူတို့ကြိုက်သော အနံ့ရှိသူနှင့် လိင်ဆက်ဆံကြလေသည်။

ဤသို့ဖြင့် ကြင်ဖော်ရွေးရာတွင် အဓိက အချက်လေးချက်ကို ကြည့်၍ ရွေးချယ်တတ်ကြပါသည်။ ထိုအချက်များတွင် အဓိက အကျဆုံးမှာ "အလှ" ဖြစ်ပါသည်။ လှပသော မိန်းကလေး၊ ယောကျ်ားလေးများကို ရွေးချယ်ကြပါသည်။

အလှ၏ "စံ"ကို သတ်မှတ်ရာ၌ နိုင်ငံအသီးသီး၊ လူမျိုး အသီးသီးတွင် ကိုယ့်စံနှင့်ကိုယ် ရှိကြပါသည်။

သို့သော် အလှ၏စံတွင် အများက လက်ခံသော အချက်အလက် ငါးခု ရှိပါသည်။

၁။ တစ်ဦး တစ်ယောက်က အကြိုက် မဟုတ်ဘဲ အများက လှသည်ဟု သတ်မှတ်ခံရသူ ဖြစ်ရပါမည်။

၂။ နိုင်ငံအလိုက်၊ လူမျိုးအလိုက် သတ်မှတ်ထားသော အလှကို ပိုင်ဆိုင်ခြင်း၊ ဥပမာ– လည်ပင်းကို ကြေးကွင်းများ တပ်ထားသော ပဒေါင်းအမျိုးသမီးကို ပဒေါင်းအမျိုးသားက လှသည်ဟု သတ်မှတ်ပါ၏။ ကပ္ပလီ အမျိုးသမီးကို ကပ္ပလီအမျိုးသားက လှသည်ဟုမြင်ပါသည်။

၃။ မည်သည့်လူမျိုးမဆို လှသည်ဟု သတ်မှတ်ခံရသော အမျိုးသမီးတွင် ရင်သားအလှ၊ တင်သားအလှ၊ ဆံပင်အလှ၊ မျက်နှာအလှ စသော အကြောင်းအရာတို့ကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားကြပါသည်။

၄။ အတွေ့ကိုလည်း "စံ" တစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ကြပါသည်။

၅။ "ရှမ်း ကြိုက်လျှင် နွား ချောသည်" ဆိုသော

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

စကားအတိုင်းကိုယ်ကိုယ်တိုင်က နှစ်သက်သူ ဖြစ်ရပါမည်။

ဤသို့လျှင်ကြင်ဖော်ရွေးကြပါသည်။ လူတို့သည် အကြိုက်ချင်း မတူသဖြင့် ရွေးချယ်ပုံချင်း တူညီမည်မဟုတ်ပါ။ ယခု ကျွန်တော်တင်ပြထားသည်မှာ အများကြိုက်ဖြစ်ပါသည်။ အားလုံး၏ အကြိုက်မဟုတ်ပါ။

အားလုံး၏ အကြိုက်ကိုတင်ပြလျှင် အမျိုးမျိုး ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။ မည်သို့ဆိုစေ အထက်ပါ အချက်များကို အများက လက်ခံလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်မိပါသည်။

အတွေ့အထိ (မောဌစ္ဆာရှဲ)

"အတွေ့ကို မရှောင်နိုင်၊ အတွေ့နောက် ကောက်ကောက်ပါ၊ အတွေ့ကြောင့် မူးမေ့သွားသည်။ ပဥ္စပါပီရဲ့ အတွေ့"စသည် ဖြင့် အတွေ့ကို အမျိုးမျိုး မှတ်တမ်းတင် ထားခဲ့ကြပါသည်။ တကယ်တော့လည်း အတွေ့၏သတ္တိမှာကြီးမားလှသဖြင့် မှတ်တမ်းတင်သင့်ပါသည်။

လိင်ဆက်ဆံမှုသည် စင်စစ် "အတွေ့"တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အချစ်ကိုလည်း "အတွေ့"ဟု အချို့က ဆိုကြပါသည်။ ကလေးငယ်များကို ဖက်ယမ်းနမ်းရှုတ်ခြင်းသည် အချစ်သဘောတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

အရေပြားချင်း ထိတွေ့မှုသည် အချစ် သဘောပင် ဖြစ်ပါ၏။

တိရစ္ဆာန်များတွင်လည်း "အတွေ့" သဘောဖြင့် အချစ်ကို သရုပ်ဖော်ကြပါသည်။ ပုစွန်ထုပ်များ၊ ငါးများ၊ ခွေး၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊ သမင် စသော သတ္တဝါများသည် နမ်းရှုတ်ခြင်း လျှာနှင့် လျက်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ခြင်း စသည်ဖြင့် အချစ်ကို သရုပ်ဖော်ကြပါသည်။ လူသားများကလည်း ဤအတိုင်းပင် သရုပ်ဖော်ကြပါသည်။

အချို့သော လူသားများမှာ နီးနီးကပ်ကပ် တွေ့ထိရုံနှင့် လိင်စိတ်ကျေနပ်မှု ရကြလေသည်။ အပျိုဖော်ဝင်စ မိန်းကလေးများသည် လိင့်ဆက်ဆံခြင်းထက် နမ်းရှုတ်ခြင်းကို ပို၍ အလိုရှိကြလေသည်။

မိန်းကလေးများကိုယ်၌က "အတွေ့"ကို အမျိုးမျိုးဖော်ကြူးထားပါသည်။

"ကျွန်မ၏ အင်အားရှိသမျှနှင့် သူ့ကို အတင်းဖွေ့ဖက်ထားမိပါသည်။ အတွေ့အထိမှလွဲ၍တခြားဘာကိုမှ မလိုချင်ပါ။ ထူးဆန်း၍ အားကြီးသော အတွေ့အထိသည် အမွှေးနံ့သာများဖြင့် ဖုံးလွှမ်းထားသော အိပ်မက်နှင့်တူပါသည်။ အံ့ဖွယ်တေးသီးချင်းများနှင့်တူပါသည်"ဟု ရေးစပ်ထားသော စာများရှိခဲ့ပါသည်။

ယောက်ျားများကိုယ်၌ကလည်း အတွေ့ကိုမရှောင်ချင်ကြပါ။ ဘတ်စ်ကားပေါ်၊ မီးရထားပေါ်၊ ရုပ်ရှင်ရုံ၊ လူအုပ်ထဲ စသည်တို့တွင် သူစိမ်း မိန်းကလေးများနှင့် အသားချင်းထိရန် အချို့က ကြိုးစားကြလေသည်။ (သို့သော် မိန်းကလေးများက ဤအပြုအမူကို မကြိုက်ကြပါ။) ထူးဆန်းသည်မှာ ဤသို့ ခိုးကြောင် ခိုးဝှက် ပြုကျင့်သူများသည် အသိဉာဏ်မြင့်သော လူကောင်းများ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ယားကျိကျိဖြစ်အောင် အသာအယာ ပွတ်သပ်ပေးခြင်းသည်လည်း လိင်စိတ်နှင့် ဆက်စပ်နေတတ်ပါသည်။ ရုရှပြည်မှ ဇာရီနာ ဘုရင်မကြီးသည် သူမ၏ ခြေထောက်များကို အသာအယာ ပွတ်သပ်ပေးသည့် အလုပ်သမားများကို သီးသန့်ခန့်ထားခဲ့ပါသည်။ သူတို့၏ အလုပ်မှာ ခြေထောက်ကို အသာအယာ ပွတ်သပ်ပေးရင်း ပုံဝတ္ထုများကို ပြောပြရပါသည်။ သီချင်းကြီးများကို ဆိုပြကြရပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဘုရင်မကြီး ပင်ပန်းနွမ်းနယ်သောအခါတွင် ဘုရင်မကြီး၏ တင်ပါးကို အသာအယာ ပုတ်ပေးခြင်းဖြင့် အပန်းဖြေသည်ဟု ဆိုကြပါ၏။

ဝက်ခြံပေါက်ခြင်း၊ ထိပ်ပြောင်ခြင်း စသည်တို့ကလည်း လိင်နှင့် ဆက်စပ်နေတတ်ပါသည်။ အရေပြားပေါ်တွင် ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲမှုများသည် လိင်နှင့် ဆက်စပ်သည်ဟု ပြောကြပါသည်။

ကျွန်တော့်တွင် ဝက်ခြံ အလွန်ပေါက်သော မိတ်ဆွေ တစ်ယောက် ရှိပါသည်။ သူ့ခမျာ ဝက်ခြံ အလွန်နှိပ်စက်သဖြင့် မျက်နှာတစ်ခုလုံး လိမ်းဆေးများ လိမ်းထားရပါသည်။ မကြာမီ သူ အိမ်ထောင် ကျသွားပါသည်။ လေးငါးလ ကြာသောအခါ ဝက်ခြံများ မရှိတော့ပါ။ ဘာဆေးမှ မလိမ်းရဘဲ ပျောက်သွားတော့သည်။

လိင်အင်္ဂါများသည်သာ လိင်စိတ်ကို နှိုးဆော်သည် မဟုတ်ပါ။ အခြားအင်္ဂါများသည်လည်း လိင်စိတ်ကို နှိုးဆော်ပါသည်။

နှုတ်ခမ်းခြင်း စုပ်နမ်းခြင်း၊ လျှာနှင့် ထိခြင်းတို့ကလည်း လိင်စိတ်ကို နှိုးဆော်စေပါသည်။ နှုတ်ခမ်းခြင်းထိ၍ကြာရှည်စွာ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

နမ်းခြင်းသည် လိင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

မြန်မာများ အပါအဝင် မွန်ဂိုမျိုးနွယ်တို့သည် နှာခေါင်းနှင့် ပါးကို နမ်းကြပါသည်။ နှာခေါင်းနှင့် နမ်းခြင်းဖြင့် အတွေ့အထိရော အနံ့ပါ ရကြသည်။ ဤနည်းဖြင့်လည်း လိင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

တိရစ္ဆာန်များတွင်လည်း နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် တွေ့ထိမှုပြုကာ လိင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်စေကြပါသည်။

နှုတ်ခမ်းနှင့်ပါးများ၊ ပြီးတော့ နို့အုံနှင့် နို့သီးခေါင်းများသည် အရေးပါလာပါသည်။ နို့သီးခေါင်းများကို စုပ်ခြင်းဖြင့် သားအိမ်ကို လှုပ်ရှားစေပါသည်။ လိင်စိတ်ကို ထကြွစေပါသည်။

အတွေ့အထိအကြောင်း ဤမျှလောက်သာ တင်ပြချင်ပါသည်။ စင်စစ် ဖိုနှင့်မတို့ အသားချင်းထိတွေ့မှုသည် လိင်စိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ တစ်ကိုယ်လုံးရှိ မည်သည့်နေရာကိုဖြစ်ဖြစ် ထိတွေ့နေခြင်းသည် သာယာမှုကိုဖြစ်စေပါသည်။ သာယာမှုကို ကြည့်၍ မက်လုံးကို ရှာရပါသည်။ ဤမက်လုံးဖြင့် ကြင်ဖော်ကို ရှာကြလေသည်။ အတွေ့အထိ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံက ဤအထိ အစွမ်းထက်ပါသည်။

လူငယ်များ၏ လိင်စိတ်

လူကြီးများတွင် လိင်စိတ်ရှိသလို လူငယ်များတွင်လည်း လိင်စိတ်ရှိကြပါသည်။ ၅ နှစ်ရွယ် မိန်းကလေးတွင် ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း၊ ၁၀ နှစ်ရွယ် မိန်းကလေးတွင် ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း စသော သတင်းများကို ကျွန်တော်တို့ ကြားဖူးကြပါသည်။ ဤသတင်းများမှာ သိပ္ပံပညာဖြင့် ဖြေရှင်းရ ခက်ခဲသော်လည်း တကယ့် အဖြစ်အပျက်များ ဖြစ်ပါသည်။ ထူးဆန်း အံ့သြဖွယ်အဖြစ် သတင်းများတွင် ဖော်ပြကြပါသည်။

အမှန်မှာ အံ့သြဖွယ် မဟုတ်ပါ။ ကလေးများတွင်လည်း လိင်စိတ်ရှိကြောင်းကို ဖော်ပြနေခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

၁၉ ရာစုနှစ် စောစောပိုင်းက ပြင်သစ်ပြည်မှ မတ်ဖွန်ဆာပရစ်၊ ပီရောစသော စာရေးဆရာများက အသက် ၃ နှစ်မှ ၄ နှစ်အရွယ်ရှိ ယောကျ်ားကလေးများနှင့် မိန်းကလေးများသည် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဆက်ဆံမှုများ ပြုလုပ်ကြသည်ဟု ရေးသားခဲ့ကြပါသည်။ ရိုဘီဆိုသော ပုဂ္ဂိုလ်ကမူ ယောကျ်ားလေးများသည် အသက် ၅ နှစ်မှ ၁၄ နှစ်အတွင်း၊ မိန်းကလေးများသည် အသက် ၈ နှစ်မှ ၁၉ နှစ်အတွင်း ပထမ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အကြိမ် လိင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်ကြသည်ဟု ဆိုပါ၏။

ဟေမီတန်၏ အဆိုအရမူ ယောက်ျားလေး ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မိန်းကလေး ၁၄ ရာခိုင်နှုန်းတို့သည် အသက် ၆ နှစ်မပြည့်မီ မိမိတို့ လိင်အင်္ဂါမှ သာယာမှု ရကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။ လိင်စိတ်နိုးကြားမှုသည် မိဘများအပေါ်တွင် တည်သည်ဟု ဒေါက်တာ ဟေမီတန်က ဆိုပြန်ပါသည်။ လိင်စိတ်များလွန်းသော မိဘမှပေါက်ဖွားသူသည် လိင်စိတ်နိုးကြားမှုများ၍၊ လိင်စိတ်နည်းသော မိဘမှ ပေါက်ဖွားလျှင် နိုးကြားမှု နည်းလေသည်။

စိတ်ပညာဆရာကြီး ဖရွိုက်ကမူ ကလေးများတွင် လိင်စိတ်မရှိ၊ ရှိခဲ့လျှင်လည်း ဖောက်ပြန်သော လိင်စိတ်များသာဟု ဆိုခဲ့လေသည်။ စင်စစ်ကလေးဘဝကမူ သာယာမှုဟူ၍ကျွန်တော်တို့ မယူဆခဲ့ကြပါ။ သို့အတွက် ကလေးဘဝက လိင်မှုကိစ္စများကို ကျွန်တော်တို့ မေ့ထားကြလေသည်။

တချို့ကမူ အမှတ်ရနေကြပါသည်။

ငယ်စဉ်က လိင်မှုကိစ္စကလေးများကို သာယာမှုအနေနှင့် အမှတ်ရတတ်ကြပါသည်။ ဤကိစ္စများမှာ လျှို့ဝှက်မှုများဖြစ်နေတတ်သဖြင့် အများအားဖြင့် လူကြီးများက ဝန်ခံလေ့မရှိပါ။

ကက်သရင်းဒေးဗစ်၏ အလိုအရမူ ယောက်ျားလေး ၂၀.၉ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မိန်းကလေး ၄၉.၁ ရာခိုင်နှုန်းတို့သည် အသက် ၁၈ နှစ်အရွယ် အထိ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှု ပြုလုပ်ကြသည်ဟု

ဖော်ပြထားပါသည်။ လိင်စိတ်ဆိုသည်မှာလည်း လိင်အင်္ဂါများနှင့်သာ သက်ဆိုင်သည်မဟုတ်ပါ။ အခြားအင်္ဂါများနှင့်လည်း သက်ဆိုင်ပါသည်။ ကလေးငယ်များသည် နှုတ်ခမ်းများနှင့် မိခင်၏ နို့ကို စို့ရခြင်းသည် သာယာမှုတစ်ရပ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ (ပါးစပ်နှင့်နို့အုံသည် လူကြီးများအဖို့ လိင်စိတ် ထကြွစေသဖြင့် ကလေးများတွင်လည်း သာယာမှု ရစေသည်ဟု ဆိုပါသည်။)

လိင်အင်္ဂါများမှ သာယာမှုရကြသည်မှာ မိခင်များကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ တချို့မိခင်များက "သည်အင်္ဂါက ဘာအင်္ဂါ၊ အရေးကြီးတယ်၊ ဂရုစိုက်" စသည်ဖြင့် ပြောတတ်ကြပါသည်။ နဂိုက ဂရုမစိုက်သော သားသမီးများက မိခင်၏ စကားကြောင့် ဂရုစိုက်လာကြသည်။ အရေးကြီးသော အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းအနေဖြင့် သတ်မှတ်ကြပါသည်။ ထိုမှ ထိုအင်္ဂါများအပေါ် စိတ်ဝင်စားလာပြီး သာယာမှုကို ရှာတတ်လေသည်။ ထို့ကြောင့် မိခင်များက ထိုအချက်ကို သတိထားသင့်ပါသည်။

တချို့ကလေးများက လက်စုပ်တတ်ပါသည်။ (လက်ညှိုး၊ လက်မ စသည်ဖြင့် တစ်ခုခုကို စုပ်သည်။) ဤသို့ စုပ်ခြင်းမှာ နို့မစို့ရသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ နို့ဖြတ်လျှင် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ နို့စို့ရခြင်းကို သာယာသည့်အတွက် အစားထိုးသည့် အနေနှင့် လက်ကို စုပ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ လက်စုပ်တတ်သူများ ကြီးလာသောအခါ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖျော်ဖြေမှုများကို ပြုလုပ်တတ်လေသည်။

ပါးစပ်ဖြင့် သာယာမှုရှာရုံနှင့် မပြီးသေးဘဲ စအိုဖြင့်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လည်း သာယာမှု ရှာတတ်ပါသေးသည်။ ဝမ်းမှန်မှန် သွားနေလျှင် ဘာမှ မဖြစ်တတ်ပါ။ ဝမ်းကို ချုပ်အောင် ချုပ်ထားပြီးမှ ဝမ်းသွားအောင် ပြုလုပ်လျှင် သာယာမှုကို ခံစားရပါသည်။ ဝမ်းသွားလျှင် သာယာမှု ရတတ်ပါသည်။ ဝမ်းသိတ်သွားချင်တုန်း သွားရလျှင် ပို၍သာယာတတ်ပါသည်။ ဝမ်းသိတ်သွားချင်တောင် တချို့က တမင်ချုပ်တည်းထားကြသည်။ ရက်အတန်ကြာမှ တစ်ကြိမ်တည်း စုပြုံသွားခြင်းဖြင့် သာယာမှု ရှာသူများ ရှိလေသည်။ အံ့သြဖွယ်တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဆီးသွားခြင်းဖြင့်လည်း သာယာမှု ရှာတတ်ပါသည်။ ဆီးကိုတော့ ထိန်းချုပ်မထားကြပါ။ ဆီးသွားရလျှင် သာယာပါသည်။ ကလေးငယ်များကလည်း ဆီးသွားခြင်းဖြင့် သာယာကြပါသည်။ တစ်ခု စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသည်မှာ ကလေးများက သူတို့ချစ်သောသူများပေါ်တွင် ဆီးသွားကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ တချို့ပညာရှင်များက ကန့်ကွက်ကြသော်လည်း ဤအချက်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ယောက်ျားလေး ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မိန်းကလေး ၁၆ ရာခိုင်နှုန်းတို့သည် ငယ်စဉ်က ဆီးနှင့် ကစားခြင်း၊ ဝမ်းနှင့် ကစားခြင်းတို့ကို သာယာခဲ့ကြသည်ဟု ဒေါက်တာ ဟေမီတန်က သုတေသန ပြုခဲ့ပါသည်။

စင်စစ် လိင်စိတ်သည် ကလေးဘဝကပင် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော် လိင်စိတ်ကို မျိုးသိပ်ထားသည် မဟုတ်ပါ။ လိင်စိတ်အမြဲ ဖြစ်ပေါ်နေသည်လည်း မဟုတ်ပါ။ ပေါ်လာလိုက်၊ ပျောက်သွားလိုက် ဖြစ်နေပါသည်။ အများထင်သကဲ့သို့ပင် မျိုးသိပ်ထားခြင်း မရှိပါ။

ဒေါက်တာ ဘဲလ် (Bell)က လူပေါင်း ၂၅၀၀ ကို မေးမြန်းစစ်ဆေးကြည့်သောအခါ ငယ်စဉ်ကဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော လိင်စိတ်ကို မျိုးသိပ်မထားခဲ့ကြောင်း သိရှိရလေသည်။ အကယ်၍ မျိုးသိပ်ထားခဲ့လျှင်လည်း စိတ်မမှန်၍သာဖြစ်ကြောင်း ဒေါက်တာဘဲလ်က တင်ပြခဲ့ပါသည်။ အသက် သုံးနှစ်သားလောက်မှစ၍ လိင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်။

ပထမတွင် ယောက်ျားလေးများက မိန်းကလေးများထက် ရိုးသားကြသည်။ မိန်းကလေးများလော်က် လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ ကြမ်းတမ်းခြင်း မရှိလှ၊ လိင်စိတ်ကို သရုပ်ဖော်ရာ၌ နမ်းရှုပ်ခြင်း၊ အသားချင်း ထိခြင်းဖြင့် သရုပ်ဖော်ကြသည်။

ဖရွိုက်က ကျောင်းသား လူငယ်များသည် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် သရုပ်ဖော်သည်ဟု ဆိုခဲ့ပါသည်။ သို့သော် ဤသရုပ်ဖော်ချက်မှာ လိင်ဆက်ဆံမှုအတွက် မဟုတ်၊ အပေါ်ယံ သာယာမှုအတွက်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ကလေး၏ စိတ်ဝင်စားစရာ အပြုအမူ တစ်ခုမှာ နာကျင်မှုကို ခံစားလိုခြင်း၊ နာကျင်မှုကို ကြည့်ရှုလိုခြင်း၊ တစ်ပါးသူကို နာကျင်အောင် ပြုလုပ်လိုက်ခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

(လူကြီးများတွင်လည်း ဤအပြု အမူများ ရှိပါသည်။ ဤအပြုအမူများကို လိင်မှုဖောက်ပြန်ခြင်းများအဖြစ် သတ်မှတ်ထားပါသည်။)

ကလေးများတွင်တော့ ရောဂါဟု မသတ်မှတ်အားပါ၊ သဘာဝတစ်ခုဟု ယူဆထားပါသည်။ စိတ်ကူးယဉ်ထဲတွင် တခြား

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သူကိုညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်းဖြင့် သာယာမှုရာကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ တချို့က မိမိ၏ လိင်အင်္ဂါကို တစ်ခုခုနှင့် ထိခိုက်အောင် လုပ်တတ်ပါသည်။ (လူကြီး တစ်ယောက်သည် မိမိအင်္ဂါကို ဓားနှင့် ဖြတ်သည့် အတွက် ဆေးရုံတင်လိုက်ရသော သတင်းတစ်ပုဒ် ဖတ်ခဲ့ရဖူးပါသည်။) ဒေါက်တာ ဟေမီထန်၏ သုတေသနပြုချက်အရလည်း ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းသော ယောကျ်ားများနှင့် မိန်းမများသည် နာကျင်ခြင်းဖြင့် သာယာမှုကို ရှာခဲ့ကြကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။

လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ သာယာမှုကို ရှာရာတွင် လိင်တူချင်းလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သွေးသားတော်စပ်သူချင်းလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ လိင်တူချင်း သာယာမှု ရှာခြင်းမှာ ယောကျ်ားလျာ မိန်းမလျာများ ဖြစ်လာရပါသည်။ ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်နှင့် သာယာမှု မရှိကြလျှင် ဤကမ္ဘာတွင် ယောကျ်ားလျာ မိန်းမလျာများ ရှိလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။

သွေးသားတော်စပ်သူချင်းလည်း လိင်နှင့် ပတ်သက်၍စိတ်ဝင်စားကြပါသည်။ ဒေါက်တာ ဟေမီတန်၏ လေ့လာချက်အရ ကလေးဘဝက ယောကျ်ားလေး ၁၄ ရာခိုင်နှုန်းသည် သွေးသား တော်စပ်သူများပေါ်တွင် လိင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ကြောင်း သိရပါသည်။ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် မိခင်အပေါ်၌ လည်းကောင်း၊ ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် အစ်မ နှမများ အပေါ်၌လည်းကောင်း လိင်စိတ် အနည်းငယ် ရှိခဲ့ပါသည်။ မိန်းကလေးများက ဤလိုစိတ်မျိုး နည်းပါးသည်။ မိန်းကလေး ၇ ယောက်က ဖခင်အပေါ်၌လည်းကောင်း၊ ၅ ယောက်က အစ်ကိုနှင့် မောင်များအပေါ်၌ လည်းကောင်း လိင်စိတ်အနည်းငယ်ပင် ဖြစ်ခဲ့ကြပါသည်။ ဤသို့ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော်လည်း အပြစ်ဟု မယူဆကြပါ။ ရှက်ရမှန်းလည်း မသိကြပါ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဤစိတ်များမှာ ခဏသာ ပေါ်ပေါက်ပြီး ပျောက်ကွယ်သွားပါသည်။ စိတ်က တခြား သူစိမ်း သူ့ရဲ့ စာများပေါ်သို့ ကူးပြောင်းသွားလေ့ ရှိပါသည်။

သွေးသား နီးစပ်သူချင်း လိင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ရာတွင် "အက်ဒီပတ်"၏ ရာဇဝင်မှာ မှတ်တမ်း တင်ထားခြင်း ခံရပါသည်။ ဂရိရာဇဝင်တွင် "အက်ဒီပတ်"သည် ပုရောဟိတ်များ၏ ဗေဒင်ဟောချက်အရ လည်းကောင်း၊ ဘုရားသခင်အလိုကျ အဖြစ် လည်းကောင်း၊ ဖခင်အရင်းကို သတ်၍ မိခင်အရင်းကို လက်ထပ်ခဲ့လေသည်။ အက်ဒီပတ်သည် ဖခင်ကို မရည်ရွယ်ဘဲ သတ်ခဲ့ပါသည်။ မနာလို၍ မဟုတ်ဟု တချို့က ယူဆကြပါသည်။

သွေးသားချင်း နီးစပ်မှုသည် ဘာကြောင့် လိင်စိတ် ဖြစ်ရသနည်းဟု ပညာရှင်များက အမျိုးမျိုး တွေးတောကြပါသည်။

လူသားများသည် ငယ်စဉ်ကလေးဘဝက သွေးသား နီးစပ်သူချင်းအပေါ် လိင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်မှုမှာ သဘာဝတစ်ခု ဖြစ်သည်ဆိုပါသည်။ ဤစိတ်ကို မျိုသိပ်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ လူသားတို့၏ ကျင့်ဝတ် သိက္ခာများနှင့် လည်းကောင်း ကာကွယ်တားဆီးထားပါသည်။ သို့သော် မိသားစု တစ်စုတစ်ဆက်တွင် ဤသို့ ဖြစ်ပေါ်မှုမှာ တားဆီး၍ မရစကောင်းဟု ဆိုပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ ဤသို့ သွေးသားချင်း နီးစပ်မှုမှာ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သဘာဝဟုတ်ရဲ့လား၊ ရောဂါတစ်မျိုးလားဟု ဒွိဟဖြစ်နေကြပါသည်။ "ဝက်စတာမတ်" နှင့် "ဖရွိုက်" က သဘာဝဟုဆို၏။ "မာလင်နိုစကီ" ကမူ သဘာဝတစ်ခုမဟုတ်၊ ရိုးရာဓလေ့ဟုဆိုလေသည်။ "ဟာက်ဗလော့ အဲလစ်" ကမူ နီးစပ်မှုကြောင့် နီးစပ်သူချင်း ညားရသည်ဟု ဆိုလေသည်။

နီးစပ်သူချင်း မနီးစပ်ရအောင် ကာကွယ်ပေးမည့် အရာမရှိ။ သဘာဝအလျောက်ဖြစ်ပေါ်လာသော လိင်စိတ်ကို ပြောင်းလဲပစ်မှုလည်း မရှိ။ သို့သော် တကယ့်နီးစပ်ဖို့မှု တစ်ဘက်လူသည် သူစိမ်း တစ်ယောက် ဖြစ်ရမည်ဟု ဆိုသူက ဆိုပြန်သည်။

သူစိမ်းတစ်ယောက်ဖြစ်မှ တက်ကြွသော လိင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်နိုင်မည်ဟု ဆိုကြပါသည်။

သွေးသားနီးစပ်သူချင်း အိမ်ထောင်ပြုလျှင် အိမ်ထောင်ရေး အဆင်ပြေပါမည်လော၊ မွေးလာသည့် ကလေးများသည် ထူးချွန် ပြောင်မြောက်ပါမည်လော စသော မေးခွန်းများသည်လည်း ရှိပါသေးသည်။ အိမ်ထောင်တစ်ခုတွင် သာယာမှု၊ ကလေးများ ထူးချွန်မှုသည် မိခင်ဖခင်များအပေါ်တွင်သာ မူတည်ပါသည်။ သွေးသားနီးစပ်မှုအပေါ် မူမတည်ကြောင်း တွေ့ကြရပါသည်။ တချို့မိဘများမှာ သွေးသား နီးစပ်မှု မရှိပါ။ သို့သော် မွေးလာသည့် ကလေးမှာ အင်မတန် ညံ့ဖျင်းကြောင်း တွေ့ကြရလေသည်။ အိမ်ထောင်ရေး သာယာမှုဆိုသည်လည်း ပို၍အပြောရခက်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အထက်ပါ မေးခွန်းများမှာ အတိုက်အခံ အငြင်းပွားစရာ မေးခွန်းများပင် ဖြစ်ပါတော့သည်၊

သင်းကွပ်ခံရမှာ ကြောက်ခြင်း

ယောကျ်ားလေးတိုင်းသည် ငယ်စဉ်ဘဝက သင်းကွပ်ခံရမှု ကြောက်ကြပါသည်။ ဤသို့ ကြောက်ကြခြင်းမှာ လူကြီး မိဘများ၏ ခြိမ်းခြောက်မှုကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ လူကြီးမိဘများက "ဟဲ့ ကောင်လေး၊ ငြိမ်ငြိမ်နေ၊ မနေရင် မင်းရဲ့ ရှေ့ပန်းလေး ဖြတ်ပစ်မယ်" ဟု ခြောက်လှန့်သောအခါ ကလေးက ခြောက်လှန့်မှန်း၊ စမှန်းမသိပါ။ တကယ် လုပ်မည်ဟု ထင်မှတ်ပြီး အင်မတန် ကြောက်လန့်သွားပါသည်။ ဤကိစ္စမှာ အင်မတန် သတိထားသင့်သော၊ လေးလေးနက်နက် ယူဆသင့်သော ကိစ္စဖြစ်ပါသည်။

တချို့ ကလေးများကို "သရဲကြီး ဖမ်းလိမ့်မယ်၊ ကုလားကြီး ဖမ်းလိမ့်မယ်၊ တောက်တဲ့ ကိုက်လိမ့်မယ်၊ ခွေးကိုက်မယ်၊ မင်းကို မချစ်တော့ဘူး၊ မင်းကို သတ်မယ်" စသည်ဖြင့် စကြပါသည်။ ခြောက်လှန့်ကြပါသည်။ လူကြီးများ၏ စခြင်း၊ ခြောက်လှန့်ခြင်း ဖြစ်သော်လည်း ကလေးများက "ငါ့ကိုချစ်လို့ စတာပဲ၊ ငါ့ကို ခြောက်တာပဲ၊ တကယ်လုပ်မှာ မဟုတ်ဘူး" ဟု နားမလည်ကြပါ။ နားမလည်သေးပါ၊ တကယ်လုပ်မှာပဲဟု ထင်မှတ်ကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ထို့ကြောင့်တချို့ကလေးများမှာတစ်ခုခုကိုအပြင်းအထန် ကြောက်ရွံ့နေတတ်ပါသည်။ ငယ်စဉ်က ခြောက်လှန့်သောစကား တစ်ခွန်းသည် ကလေးအတွက် တစ်ဘဝလုံး ထိခိုက်တတ်ပါသည်။ လူကြီးများ သဘောပေါက်သင့်သော အချက်ဖြစ်ပါသည်။

သင်းကွပ်ခံရမှာ ကြောက်ခြင်းသည်လည်း ဤကဲ့သို့ စခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးက လူကြီးကဲ့သို့ အသိဉာဏ်မရှိသေးပါ။ ပြောသမျှကို အမှန်ဟု ထင်တတ်ပါသည်။ မိမိ၏ ညီမ၊ အစ်မတွင် မိမိကဲ့သို့ ရှေပန်းမရှိကြောင်း တွေ့ရသောအခါပို၍ကြောက်သွားပါသည်။ သူတို့သည် လူကြီးများကြောင့် ရှေပန်းများ အဖြတ်ခံရပေပြီ။ ငါ့ကိုလည်း ဖြတ်မှာပဲဆိုသော စိတ်များ ဝင်လာကြလေသည်။

ဤကြောက်ရွံ့စိတ်များသည် ကြီးသောအခါ ဥပါဒါန် ရောဂါများ ဖြစ်ပွားတတ်ပါသည်။ အလိုလိုတွေး၍ လန့်နေတတ်၏။ မဖြစ်နိုင်တာကို ဖြစ်မှာလားဟု တွေးပူတတ်လေသည်။ လိင်နှင့် ပတ်သက်သော ဖောက်ပြန်မှုများ ဖြစ်တတ်လေသည်။

သို့ကြောင့် ကလေးများကို မဟုတ်မမှန်သော စကားများ ပြောဆိုမှု၊ ခြောက်လှန့်မှု၊ စမှုများသည် နည်းနည်းမှ အကျိုးမပေးကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါသည်။

တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှု (Masturbation)

ငယ်ရွယ်စဉ်မှစ၍ ကြီးသည်အထိ တစ်ကိုယ်ရေလိင် ဖြေဖျော်မှုကို ပြုလုပ်ကြပါသည်။ ယောက်ျားလေးများသာမက မိန်းကလေးများလည်း ပြုလုပ်ကြပါသည်။ အထူးသဖြင့် ယောက်ျားလေးများမှာ ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ပြဿနာအမျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်ပါ၏။

ကျွန်တော့်ထံ စာရေး၍မေးမြန်းသော စိတ်နှင့်ပတ်သက်သည့်ပြဿနာများတွင် ဤကိစ္စအတွက်လည်း အများအပြား ပါဝင်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ လိင်ဖြေဖျော်မှု ပြုလုပ်မိသဖြင့် အားနည်းသွားမှာလား၊ အင်္ဂါချွတ်ယွင်းသွားမှာလား၊ စိတ်နောက်သွားမှာလား၊ မှတ်ဉာဏ်လျော့သွားမှာလား၊ လူစဉ်မမီတော့ဘူးလား၊ သားသမီး မရှိနိုင်တော့ဘူးလား စသည်ဖြင့် မေးမြန်းကြပါသည်။

ကျွန်တော်က ဤကိစ္စသည် သဘာဝတစ်ခုသာဖြစ်ကြောင်း၊ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ် တစ်ခုသာ ဖြစ်ကြောင်း၊ လူတိုင်း ဖြစ်တတ်ကြောင်း၊ ဤကိစ္စ အတွက် မည်သို့မျှ အန္တရာယ်မရှိကြောင်း၊ သို့သော် တန်လျှင်ဆေး လွန်လျှင်ဘေးဟုဆိုသည့်အတိုင်း လွန်လွန်းလျှင်တော့

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဘေးဖြစ်တတ်ကြောင်း ဖြေကြားခဲ့ပါသည်။

တချို့က ဤကိစ္စကိုအလွန်အမင်းစွဲလမ်းနေတတ်ပါသည်။ ဤသို့စွဲလမ်းနေခြင်းဖြင့် လိင်ဖောက်ပြန်မှုများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

သာဓကတစ်ခုအဖြစ် လူနာတစ်ဦး၏ စာကိုတင်ပြပါမည်။

ဆရာခင်ဗျား.....

ကျွန်တော် ဂါရဝပြုပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကို ကောင်းသော အမြင်ဖြင့် နှုတ်၏စောင်မခြင်း၊ ကိုယ်၏ စောင်မခြင်း၊ စာ၏ စောင်မခြင်းဖြင့် ကူညီပါ။

ကျွန်တော် သိပ်ပြီး နေ့ညမပြတ် စိတ်ညစ်နေတတ်ပါတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်က ခြောက်လှန့်၍ စိတ်တစ္ဆေ အသိစိတ်ကား အမြဲတမ်း စိတ်ညစ်နွမ်းမှုတွေ ဖြစ်စေပါတယ်။ ကြောက်ရွံ့စိတ်တွေ လွှမ်းမိုးပြီး ဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်ပေါ်စေပါ တယ်။

အသေးအဖွဲကလေးတွေကအစ အမြဲစိတ်ကို ဒေါသဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ သီ

ချင်းဆိုချင်ဆို၊ လေချွန်ချင် ချွန်နေပြန်ရော။ ဒါတွေတော့ နေ့တိုင်း လုပ်ပါတယ်လေ။

ကျွန်တော် ၁၂နှစ်သား အရွယ်ကစပြီး တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှု ပြုခဲ့ပါတယ်။ ၁၉ နှစ်သားအထိ ပြုကျင့်ခဲ့ပါတယ်။ ၁၉ နှစ်သားက စပြီး လက်ဖြင့် မပြုကျင့်တော့ဘဲ အိပ်ရာတဲ မှာပဲ မမှန်ကန်သောနည်းဖြင့် အာသာ ဖြေဖျောက်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါခုထိပါပဲ။

ယခု ကျွန်တော့်အသက် ၃၉ နှစ်ရှိပါပြီ။ ၂၉ နှစ်မှာ အိမ်ထောင်ကျပါတယ်။ ပထမ မိန်းမ ဆိုပါတော့။ အဲဒီမိန်းမနဲ့ သမီးနှစ်ယောက်သာ အဖတ်တင်ပါတယ်။ အရပ်လက်သည် ကောင်းမှုကြောင့် အမွှာပူး မိန်းကလေး နှစ်ယောက် အသေမွေးပါတယ်။ နှစ်ခါ ပျက်ကျပါတယ်။ အဲဒီမိန်းမနဲ့ ခြောက်နှစ်ခန့် ပေါင်းရပြီး နောက်ယောက်ျားနောက် လိုက်သွားပါ တယ်။

နှစ်နှစ်ခန့်ကြာတော့ ကျွန်တော် ယင်း နောက်အိမ်ထောင် ပြုပါတယ်။ ယခုမိန်းမနဲ့ သား တစ်ယောက်၊ သမီး တစ်ယောက် ရပါ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တယ်။ ကိုယ်ဝန် ပျက်မကျပါ။ ပထမ မိန်းမရခဲ့တုန်းကလဲ အိပ်ရာထဲမှာ တစ်ကိုယ်ရေအာသာ ဖြေဖျောက်တဲ့အကျင့်ဟာ မပျောက်ပါ။ ရှိမြဲ ရှိခဲ့ပါတယ်။ အသက် ၁၉ နှစ်နောက်ပိုင်း တစ်ကိုယ်ရေဖြေဖျောက်တိုင်း သုက်သွေးကို လက်နှင့်ခံပြီး သောက်သုံးလေ့ရှိပါတယ်။

အသက် ၁၂ နှစ်သားမှစ၍ အမျိုးသမီးများ မတော်တရော်ပြုလုပ်ပုံနှင့် ရေချိုးနေစဉ်များကို ချောင်းမြောင်း ကြည့်တတ်တဲ့အကျင့်ဟာလဲ အခုထိပါပဲ။

အသက် ၁၉ နှစ်မှစ၍ ယခုစာရေးနေချိန်အထိ ဆိတ်ကွယ်ရာမှာ အမျိုးသမီးနဲ့ တစ်ဦးချင်း တွေ့တဲ့အခါ ကျွန်တော်ရဲ့ လိင်အင်္ဂါကို လှစ်ပြတတ်တဲ့အကျင့်၊ မတော်တရော် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှု လုပ်ပြတတ်တဲ့ အကျင့်၊ လက်ဟန် ခြေဟန် ပြတတ်တဲ့ အကျင့်တွေကလဲ ရှိနေပါသေးတယ်။

ကုန်ကုန် ပြောရရင်ကျွန်တော့်ဇနီးနဲ့ နှစ်ဦးချင်း တွေ့ရင်တောင် အဲဒီလို လုပ်ပြတတ်ပါတယ်။ ဒီအကျင့်ကို ဖျောက်လို့ မရတော့ပါဘူး။

ဒါပေမယ့် ညောင်သီးလဲစား၊ လေးသံမြားသံလဲ နားထောင်ဆိုသလို ဆင်ခြင်တဲ့အခါ တွေလဲရှိပါတယ်။ အဲဒါတွေကြောင့်များ ကျွန်တော်ဟာ စိတ်တိုပြီး ဒေါသကြီးနေတတ်သလား မသိဘူး။

ငယ်ငယ်က အကြီး အကျယ် ဖျားဖူးတယ်၊ သိပ်အရှုပ်ဆိုးအောင်ပါပဲ၊ အမေ့ကို အနားကမခွာစေချင်ဘူး။ နို့ မဟုတ်ရင် အမြဲငိုပြီး ပြေးလွှား လှုပ်ရှားနေမိတယ်။ ယခုထိ လူများများထဲကို မသွားချင်ဘူး။ ကျွန်တော် ပွဲသိပ်ကြိုက်တယ်။ ရုပ်ရှင် မကြိုက်ပါ။ အဲ.. ပွဲသွားကြည့်ရင်လဲ ပုန်းလျှိုးကွယ်လျှိုးပဲ သွားကြည့်တယ်။ မီးထိန်ထိန် လင်းနေတဲ့ နေရာမျိုး၊ လူစုလူဝေး ရှုပ်ထွေးတဲ့နေရာမျိုးကို အမြဲတမ်း ရှောင်ပါတယ်။

ငယ်ငယ်ကတည်းက ယခုချိန်ထိ သူများက ကျွန်တော့်ကို မကောင်းပြောကြလိမ့်မယ်၊ ကဲ့ရဲ့ကြလိမ့်မယ်လို့ ချည်း ထင်နေတယ်။ ကိုယ့်ဆွေမျိုး သားချင်းတွေ အပါအဝင် ကမ္ဘာပေါ်ရှိလူတွေအားလုံးကို မယုံကြည်တော့ဘူး။ တွေ့တာနဲ့ငါ့ကိုတော့ လိမ်တော့မှာပဲလို့ တစ်

www.burmeseclassic.com

ထစ်ချ တွက်လိုက်တယ်။

ပညာရေးအနေနဲ့ ပန်းချီ သင်ဖူးပါတယ်။ စစ်ရဲလဲ လုပ်ဖူးခဲ့တယ်။ ခုတော့ စာရေးဖြစ်နေတယ်။

ရုံးက စာကြည့်တိုက်မှာ စာကြည့်တိုက်မှူးလဲ လုပ်ပါတယ်။

ကျွန်တော့်လက်ရှိ မိန်းမလဲ ကလေးတွေကို ခေါ်ပြီး အိမ်က ဆင်းသွားပါပြီ။ ကျွန်တော် ထံ ပြန်မလာနိုင်၊ ကလေးတွေ မပေးနိုင်၊ ဖြတ်စာသာ ပေးပါဟု ဆိုနေပါတယ်။ ကျွန်တော် မပြတ်နိုင်ပါ။ ပြန်ခေါ်ရန် စီစဉ်ပါမယ်။

၁၂ နှစ်သားမှစ၍ အရက်သောက်ပါ တယ်။ သို့သော်မစွဲပါ။ ဘိန်းကို ၁၉ဖဖြခုနှစ်မှ စ၍ စမ်းပြီး ရှုကြည့်ပါတယ်။ ကောင်းပါ တယ်၊ သို့သော် မရှုချင်တော့ပါ။ ဆေးလိပ်ပဲ နည်းနည်းပါးပါး သောက်ပါတယ်။

အမျိုးသမီးတွေကို လိင်အား႟ လှစ်ပြတယ် ဆိုရာမှာလဲ အရမ်းမလုပ်ပါဘူး။ ကျွန်တော့်ကို အဖက်မတန်တဲ့ အကြည့်မျိုး၊ မတူမတန်တဲ့ အကြည့်မျိုးနဲ့ ကြည့်မှ၊ အမူအရာမျိုး ရှိမှ

မတော် တရော် လုပ်ပြတာပါ။ ကျွန်တော်နဲ့ ရင်းရင်းနှီးနှီး ယုံယုံကြည်ကြည်ဆိုရင် ဘာမှ မလုပ်ပြပါဘူး။

ပြီးတော့ နွားနဲ့ မနှာ၊ ဖဝါးနဲ့ နှာပါဆရာ။ ကျွန်တော်ဟာ အမျိုးသမီးတွေနဲ့ လိင်ဆက်ဆံတဲ့ အခါ တစ်ခါတစ်ရံ သဘာဝအတိုင်း မဆက်ဆံချင်ဘူး။ သဘာဝထက် လွန်ဆန်ပြီး ပြုလုပ်လေ့ရှိပါတယ်။

မန္တလေးမှာနေတုန်းက အမျိုးသမီး သုံးယောက်ရဲ့ အင်္ဂါကို သဘာဝထက် လွန်ကဲတဲ့ အပြုအမူ ပြုလုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ယခုလဲ အဲဒီအာသီသ ပြင်းပြနေပါတယ် ဆရာ။

ပြီးတော့ ညစ်ညစ် ပတ်ပတ်တွေလဲ သိပ်ပြောချင်တာပဲ၊ သိပ်နားထောင်ချင်တာပဲ။ ဘိန်းမရှုဘဲ၊ အရက်မသောက်ဘဲ နေလို့ရပေမယ့် ညစ်ညစ်ပတ်ပတ် အကြောင်းတွေကိုတော့ မပြောဘဲ မနေနိုင်ပါဘူး။ အဲဒါတော့ ဖြတ်လို့ရမယ် မထင်ပါဘူး။ ဒါမျိုး ပြောနေရရင် ထမင်းမစားဘဲတောင် နေနိုင်ပါတယ်။

ဆရာခင်ဗျား၊ ဒီစာကို ဝေဒနာရှင် တစ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ယောက်က ရေးတဲ့စာလို့ သဘောထားပါ။ ကျွန်တော့်စာကို ဖတ်ပြီး အကြံပေးပါ။ ကူညီပါ။ ညစ်ညမ်းတယ် မထင်ပါနဲ့။ ညစ်ညမ်းတဲ့စာတွေ ရေးတယ်ဆိုပြီး ကျွန်တော့်ကို အပြစ်မတင်ပါနဲ့။

ခုလောလောဆယ် ဒါတွေကြောင့် စိတ်ညစ်နေရပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကို ကူညီပါဦး။

မောင်ကံကြီး

အထက်ပါစာမှာ တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှုများလွန်းသောသူတစ်ဦး၏ ကိုယ်တွေ့ခံစားမှုများဖြစ်ပါသည်။ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှုမှာ သဘာဝတစ်ခုဖြစ်သော်လည်း အလွန်အမင်းများလွန်းလျှင် ဘေးဥပါဒ်ဖြစ်စေတတ်ပါ၏။

တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှုကို နည်းမျိုးမျိုးဖြင့်ပြုလုပ်တတ်ကြပါသည်။ အသုံးပြုအများဆုံးနည်းမှာ လက်နှင့်ပြုလုပ်သောနည်းဖြစ်ပါသည်။

စင်စစ်လိင်အင်္ဂါကိုတစ်ခုခုနှင့်ပွတ်တိုက်ခြင်းသည်ပင် တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှုဟုခေါ်ပါသည်။

တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှုကို ယောကျ်ားမိန်းမမရွေး ပြုလုပ်ကြပါသည်။ ယောကျ်ား တစ်ရာလျှင် ၉၇ ဦးပြုလုပ်၍

မိန်းမ တစ်ရာလျှင် ၇၄ ဦး ပြုလုပ်လေသည်။

ယောကျ်ားလေးများ၏ တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှုတွင် လက်နှင့်ဖြေဖျော်မှု အများဆုံးဟုသာ ဆိုကြသော်လည်း အခြားနည်းများဖြင့်လည်း ဖြေဖျော်ကြပါသည်။

အားကစားရင်း ဖြစ်စေ၊ ကျွမ်းဘားကစားရင်း ဖြစ်စေ၊ မတော်တဆပွတ်တိုက်မိ၍ဖြစ်စေ လိင်ဖြေဖျော်မှုဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ မိန်းကလေးများတွင် လက်ကိုအသုံးပြုမှုနည်းပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုနှင့် လိင်အင်္ဂါကို အသာအယာ ပွတ်တိုက်မိရုံနှင့် အာသာ ဖြေဖျောက်တတ်ပါသည်။ ထို့နောက် တဖြည်းဖြည်း လိင်အင်္ဂါနှင့် စားပွဲစွန်း၊ ကြမ်းစွန်း၊ ကုလားထိုင်စွန်း၊ အံဆွဲ စသည်တို့နှင့် တမင်ထိတွေ့အောင်ပြုလုပ်တတ်လေသည်။ ပေါင်နှစ်ခြမ်းကိုပွတ်တိုက်ခြင်းဖြင့်လည်း သာယာမှုကို ရှာကြလေသည်။

စိတ်ကူးယဉ်ခြင်း၊ ဖိုမဓာတ်ပုံများကို ကြည့်ခြင်း၊ ဖိုမစာအုပ်များကို ဖတ်ခြင်းစသည်ဖြင့် လိင်သာယာဖြေဖျောက်ကြပါ၏။

ငယ်စဉ်က တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ လိင်ဖြေဖျော်မှု မပြုလုပ်ဖူးသော ယောကျ်ားလေးများသည် ကြီးကောင်ဝင်သောအခါ အိပ်ပျော်နေရင်း သုတ်လွှတ်၍ အာသာဆန္ဒပြည့်ဝမှု ခံစားရတတ်ပါသည်။ ဤခံစားမှုကို အိပ်မက်မက်၍ဖြစ်စေ၊ အိပ်မက် မမက်ဘဲဖြစ်စေ ခံစားရလေ့ရှိပါသည်။ ပထမတွင် သူသည် လန့်ဖျပ်သွားလေသည်။ နောက်မှ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သဘာဝ၏ သဘောတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း ရိပ်မိသွားလေသည်။

မိန်းကလေးများတွင်လည်း ပထမဆုံးအကြိမ် လိင်စိတ်ဆန္ဒပြည့်ဝမှုကို အိပ်ပျော်နေရင်း ခံစားရတတ်ပါသည်။ သို့သော် မိန်းကလေးများသည် မသိရှာပါ။ ယောကျ်ားလေးသည် လိင်စိတ်ပြင်းပြသောအခါ အိပ်ရာမှ နိုးလာလေ့ရှိသော်လည်း မိန်းကလေးများက အိပ်ရာမှ မနိုးပါ။ သို့ကြောင့် ပထမအကြိမ် လိင်စိတ်ဆန္ဒပြည့်ဝမှု ဖြစ်ခြင်းကို မသိတတ်ကြပါ။

ဤသို့ မသိခြင်းကြောင့် မိန်းကလေးများသည် လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ အရှက်အကြောက် ကြီးသည်။ မျိုသိပ်ထားကြသည်။ ဆန္ဒနည်းသည်ဟု ယူဆကြပါသည်။ အမှန်မှာ ဆန္ဒနည်းခြင်း မဟုတ်ပါ။ ထကြွမှု နှေးခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

အရှက်အကြောက်ကြီးခြင်းနှင့် မျိုသိပ် ထားတတ်ခြင်းတို့ကြောင့် ဟစ်စ်တီးရီးယားရောဂါ မိန်းမများတွင် ပို၍ဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြပါသည်။

အမေရိကန် နိုင်ငံမှ ရှိဘီသည် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ လေ့လာခဲ့ပါသည်။ သူ၏ လေ့လာချက်အရ ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများ အားလုံးနီးပါးသည် သူတို့၏ ဘဝ တစ်လျှောက်တွင် တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှုပြုခဲ့ကြောင်း တွေ့ရလေ၏။

ဒေါက်တာ ကက်သရင်း၏ လေ့လာချက်အရ အမေ

ရိကန် ကောလိပ် ကျောင်းသူများ၏ ၆၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှုပြုခဲ့ကြကြောင်း ဝန်ခံသည်ဆိုပါ၏။ သူမ၏ လေ့လာမှုနှင့် အခြားသူများ၏ လေ့လာမှုကို ပေါင်းစပ်၍ ခြုံကြည့်လျှင် အောက်ပါ အဖြေကို ရရှိပါသည်။

အသက်	ကျား	မ	
၁၁ နှစ်ထိ	၂၀.၉	၄၉.၁	ရာခိုင်နှုန်း
၁၂ နှစ်မှ ၁၄ နှစ်ထိ	၄၄.၃	၁၃.၆	ရာခိုင်နှုန်း
၁၅ နှစ်မှ ၁၇ နှစ်	၃၀.၃	၆.၂	ရာခိုင်နှုန်း
၁၈ နှစ်နှင့်အထက်	၄.၅	၃၀.၁	ရာခိုင်နှုန်း

အထက်ပါ အဖြေများကိုကြည့်လျှင် မိန်းကလေးများသည် ယောကျ်ားလေးများထက်စော၍ တစ်ကိုယ်ရေဖြေဖျော်မှု ပြုလုပ်ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

လူပျိုပေါက်အရွယ်တွင် ယောကျ်ားများက ပို၍ပြုလုပ်တတ်ပြီး၊ အရွယ်ရောက်သောအခါ မိန်းမများက ပို၍ ပြုလုပ်ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

ဤသို့ ဆိုလျှင် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်မှုသည် လိင်ဖောက်ပြန်မှုလားဟု မေးစရာရှိပါသည်။ မဟုတ်ပါ။ သဘာဝတစ်ခုသာ ဖြစ်ကြောင်း ဖြေရပါမည်။ သဘာဝအလျောက် ပေါ်လာသော လိင်စိတ်ကို ဖြေဖျောက်ခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ လိင်ဖောက်ပြန်မှုများ မဟုတ်ပါ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

နိုင်ငံအများတွင် လိင်ဖောက်ပြန်မှုဟု သတ်မှတ်ထားသော အဖြစ်အပျက်များသည်ပင် တချို့နိုင်ငံများတွင် ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှုအရ သဘာဝဟု သတ်မှတ်ထားခြင်းများ ရှိပါသည်။ ဥပမာ– နယူးဂီနီ ပြည်မှ "ထရိုဘရိန်းဒါး" ကျွန်းစုတွင် ကလေးများကို လိင်လွတ် လပ်ခွင့် ပေးထားပါသည်။ မိဘများ လိင်ဆက်ဆံခြင်းနှင့် လိင်အကြောင်း ဆွေးနွေး ပြောဆိုခြင်းများကို ကလေးများက ကြည့်လိုက ကြည့်နိုင်ပါသည်။ နားထောင်လိုက နားထောင်နိုင်ပါသည်။

လိင်အင်္ဂါများကို အမြဲဖုံးကွယ်ထားလေ့မရှိသဖြင့် လိင်အင်္ဂါများလည်း မြင်နေကျ၊ တွေ့နေကျ ဖြစ်သဖြင့် အထူးအဆန်း မဟုတ်တော့ပါ။ ရိုးနေပေပြီ။

ကလေးများ ကစားသောအခါတွင် လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ လွတ်လပ်စွာ ကစားခွင့် ပေးထားသည်။ ကလေးများကို သူတို့ထက် အနည်းငယ်ကြီးသော သူများက လိင်အကြောင်း ပြောပြထားကြပါသည်။

မိန်းကလေးများသည် ၅ နှစ်အရွယ်ခန့်မှစ၍ လိင်နှင့်ကစားကြပါသည်။ ယောကျ်ားလေးများက ၁၀ နှစ်အရွယ်လောက်မှ ကစားကြပါသည်။ လူကြီးများက ဤသို့ကစားခြင်းကို သဘာဝဟု သတ်မှတ်ကြပါသည်။ နှောင့်ယှက်ခြင်း၊ တားမြစ်ခြင်း မပြုကြပါ။

သူတို့လူမျိုးတွင် အဖေမပေါ်သော ကလေး မွေးခြင်း၊ မုဒိမ်းမှုဖြစ်ခြင်းစသည်တို့ မရှိပါဟုဆိုပါသည်။ ဘာကြောင့်မှန်း

သည်ကို မသိကြပါ။ အံ့ဩဖွယ် တစ်ခုပင်ဖြစ်ပါ၏။

နယူးဂီနီပြည်၏ အခြားကျွန်းစုတစ်စုတွင် လိင်နှင့် ပတ်သက်သော အယူအဆမှာ တစ်မျိုးဖြစ်နေပြန်ပါသည်။ ဘာသာရေးကို အင်မတန် ကိုင်းရှိုင်းပြီး လိင်မှုကိစ္စသည် ရှက်ဖွယ်ကိစ္စ တစ်ရပ်၊ ရွံရှာဖွယ်ကိစ္စတစ်ရပ်၊ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ထားပါသည်။ သူတို့လူမျိုးတွင် တစ်ကိုယ်ရေဖြေဖျော်မှုများ နည်းပါးလှသည်။

မိန်းမနှင့် ယောကျ်ားများ အိမ်ထောင်ပြုကြသော်လည်း ချစ်ခင်နှစ်သက်မှု မပြုကြပါ။ လိင်စိတ်နည်းပါးကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

မာဂရက်မဝ၏ လေ့လာချက်အရ "ဆာမိုအာကျွန်း" တွင် တစ်မျိုး တွေ့ရပြန်ပါသည်။ ဤကျွန်းတွင် ကလေးများကို လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ လွတ်လပ်ခွင့် ပေးထားပြန်ပါသည်။ ကလေးများသည် အသက် ၆ နှစ်အရွယ်မှစ၍ လိင်ဖြေဖျော်မှုများ ပြုလုပ်ကြပါသည်။ ငယ်စဉ်ကပင် လိင်အကြောင်း ကောင်းကောင်း နားလည်ထားကြပါသည်။ မိန်းမလျှာ၊ ယောကျ်ားလျှာ အပြုအမူများကိုလည်း မြူမှုကြပါသည်။ လိင်လွတ်လပ်ခွင့် ရကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့လူမျိုးတွင် ဥပါဒါန်ရောဂါများ မရကြ။ ကာမဆန္ဒနည်းခြင်းမရှိ။ ပန်းသေရောဂါများ မရှိဟုဆိုကြပါသည်။ (ဥပါဒါန်ရောဂါများ၊ စိတ်ရောဂါ အဖြေ့စား ရကြခြင်းသည် လိင်ဆန္ဒများ မပြည့်ဝသောကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဆိုပါသည်။)

တစ်ကိုယ်ရေ လိင် ဖြေဖျော်မှုကို ပြန်၍ ဆန်းစစ်ကြည့်လျှင် မကောင်းမှုတစ်ခုဟု မယူဆကြပါ။ သဘာဝဖြစ်သာ ယူဆကြပါသည်။ သဘာဝအလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာသော လိင် စိတ်ဆန္ဒကို ဖြေဖျောက်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် အလွန် အမင်းများပြားလာလျှင် မကောင်းပါ။ အန္တရာယ် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ စိတ်ဆန္ဒအားကြီးသော သူများသည် ဘာသာရေးလိုက်စားခြင်းဖြင့် ဖြေဖျောက်သင့်ကြပါ၏။

တချို့စိတ္တဇလူနာများမှာ လိင်ဆန္ဒအားကြီးကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ သူတို့၏ ဆန္ဒကို ဖြေဖျောက်ခွင့်မရကြပါ။ လူသားများ ဖြစ်သော်လည်း လူ့အခွင့်အရေး ဆုံးရှုံးနေသူများပင် ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ကိုယ်ရေ လိင်စိတ်ထကြွခြင်း
(Auto–Erotism)

တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဖြေဖျော်မှုပြုလုပ်ခြင်းမှာ အများအားဖြင့် အပြင်အာရုံများက လှုံ့ဆော်၍ဖြစ်ပါသည်။ အလိုလို ပြုလုပ်ကြသည် မဟုတ်ပါ။ လှုံ့ဆော်မှု တစ်ခုခုကြောင့် ပြုလုပ်ကြပါသည်။ သို့သော် တစ်ခါတစ်ရံတွင် လှုံ့ဆော်မှု မရှိဘဲ အလိုအလျောက် တစ်ကိုယ် ရေ လိင်စိတ်ထကြွခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဥပမာ– အိပ်ပျော်နေ ခြင်း ဖြစ်စေ၊ အိပ်ရာမှ နိုးစဖြစ်စေ ထကြွတတ်ပါ၏။ ဤကဲ့သို့ ထကြွ ခြင်းမှာ အတွင်းတွင် ခိုအောင်းနေသော လိင်စိတ်များကြောင့် ဖြစ်ပါ သည်။

တချို့ပုဂ္ဂိုလ်များ အထူးသဖြင့် အနုပညာရှင်များ၊ သိပ္ပံပညာရှင်များ၊ အားကစားသမားများနှင့် ဟစ်စတီးရီးယား စိတ်ဝေဒနာရှင်များက လိင်စိတ်ကို ဖုံးဖိထားကြလေသည်။

တစ်ကိုယ်ရေလိင်စိတ်ထကြွခြင်းသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချစ်ခြင်းဟု တချို့က ဆိုကြပါသည်။ တချို့ကမူ စိတ်ကူးယဉ်၍ ထကြွခြင်း၊ အိပ်ပျော်နေစဉ် လိင် အိပ်မက်များ မက်ခြင်းနှင့် တစ်ကိုယ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ရေ ဖြေဖျော်ခြင်းများသည် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်စိတ် ထကြွခြင်းများပင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြပြန်ပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်စိတ် ထကြွလာခြင်းဖြင့် မိမိတွင် လိင်ဆန္ဒများရှိနေကြောင်း ဖော်ပြနေပါသည်။

စိတ်ကူးယဉ်၍ ထကြွခြင်း

လူငယ်များ(ဖို–မ)တို့သည် စိတ်ကူးယဉ်တတ်ကြပါသည်။ ရုပ်ရှင်ကြည့်၍ ဇာတ်လိုက် မင်းသမီး မင်းသားများကို ကြိုက်ကြသည်။ သူတို့ကြိုက်သော မင်းသား မင်းသမီးများနှင့် စိတ်ကူးယဉ်ကြလေသည်။ အထူးသဖြင့် အားလပ်သည့် အခါများနှင့် ညအိပ်ရာဝင်တွင် စိတ်ကူးယဉ်လေ့ရှိရာမှ လိင်စိတ် ထကြွလာတတ်ပါသည်။ တချို့က စိတ်ကို မထိန်းနိုင်ဘဲ တစ်ကိုယ်ရေ ဖြေဖျော်မှုများ ပြုလုပ်ကြလေသည်။

တချို့လူငယ်များက အချစ်ဝတ္ထုများကို ဖတ်လေ့ရှိသည်။ ကြိုက်နှစ်သက်လေ့ ရှိပါသည်။ အချစ်ဝတ္ထုများဖတ်၍ ဝတ္ထုထဲက ဇာတ်လိုက် အမျိုးသား ၃ှို့ မဟုတ် အမျိုးသမီးနေရာတွင် မိမိကို လူစားထိုး၍ စိတ်ကူးယဉ်လေတော့၏။

စွန်စားခန်း ဝတ္ထုများ၊ စုံထောက်ဝတ္ထုများကို ဖတ်၍လည်း စိတ်ကူးယဉ်ကြပါ၏။ ဇာတ်လိုက်လူစွမ်းကောင်းကို သဘောကျပြီး နှစ်သက်ကြလေသည်။ သို့ဖြင့် စိတ်ကူးယဉ်ရာမှ လိင်စိတ် ထကြွမှုများ ရှိလာလေသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တချို့က ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းကိုတစ်မျိုးပြောင်းပစ်ကြသည်။ ဝတ္ထုကိုဆက်၍စဉ်းစားအဆုံးသတ်နေပါသည်။ ထိုသို့ ဆက်၍စဉ်းစားနေသော ဝတ္ထုထဲတွင် မိမိသည် ဇာတ်လိုက် ဖြစ်နေလေ၏။

ငယ်ရွယ်သူ မိန်းကလေးများကပို၍ စိတ်ကူးယဉ်ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ မိမိတွင် ချစ်သူရှိနေလျှင် ထိုချစ်သူနှင့် ဘဝခရီး တစ်လျှောက်တွင် မည်သို့သော အိမ်ထောင်တစ်ခုကို ထူထောင်လိုက်မည်၊ ကလေးမွေးလာလျှင် နာမည် မည်သို့ ပေးလိုက်မည်၊ ယောကျ်ားအပေါ် မည်သို့နွဲ့ဆိုး ဆိုးလိုက်မည်စသည်ဖြင့်စိတ်ကူးယဉ်ရာမှ ထကြွမှုရှိလာရလေသည်။

လူငယ် ယောကျ်ားလေးများက တစ်မျိုး စိတ်ကူးယဉ်ကြသည်။ အမျိုးသမီး ချောချောလှလှ တစ်ယောက်ကို တွေ့၍ ကြိုက်နှစ်သက်လာလျှင် စိတ်ကူးယဉ်၍ ချစ်ခင် ယုယနေတတ်လေသည်။ စိတ်ကူးထဲတွင် အမျိုးသမီးကို အမျိုးမျိုး ချစ်နေမိသည်။ သို့ဖြင့် လိင်စိတ် ထကြွလာ၏။

စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းကို လူကောင်းများရော၊ ရောဂါရှိသူများပါ ပြုလုပ်ကြပါသည်။ လူကောင်းများက အိမ်ထောင်မကျမီသာ စိတ်ကူးယဉ်လေ့ရှိပါသည်။ အိမ်ထောင်ကျသွားလျှင် စိတ်ကူးမယဉ်ကြတော့ပါ။ သို့သော် မိမိ၏ ဇီဝအလျောက်ဆက်၍ စိတ်ကူးယဉ်သူများလည်း ရှိနေပါသည်။

လိင်ဖောက်ပြန်သောရောဂါရှိနေသူများသည်စိတ်

ကူး ပို၍ ယဉ်တတ်ပါသည်။ တချို့က လိင်ဆက်ဆံရာတွင် မိမိက အဖော်ကို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ရမှ ကျေနပ်မှု ရကြပါသည်။ ဤသည်ကို (Sadism) ဟုခေါ်ပါသည်။ တချို့က မိမိကရိုးရိုး ဆက်ဆံသော်လည်း အဖော်ဖြစ်သူ မိန်းကလေးက သူ့ကိုနာကျင်အောင် ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှ ကျေနပ်မှု ရကြပါလေသည်။ ဤသည်ကို (Masochism)ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဤသို့ လိင်ဖောက်ပြန်မှုများ ရှိနေသူများသည် တကယ့် ဘဝတွင် မဖြစ်ရသော အထက်ပါ အပြုအမူများကို စိတ်ကူးယဉ်၍ ပြုလုပ်ကြလေသည်။ သို့ဖြင့် လိင်စိတ် ထကြွပါသည်။

ဒေါက်တာ ဟေမီတန်က စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာခဲ့ပါသည်။ သူ၏ လေ့လာချက်အရ ကျား ၂၇ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မ ၅ ရာခိုင်နှုန်းတို့သည် လိင်အကြောင်း ဘာမှမသိခင်ကပင် စိတ်ကူးယဉ်ခဲ့ကြကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ ကျား ၂၈ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မ ၂၅ ရာခိုင်နှုန်းတို့သည် အရွယ်မရောက်မီကစ၍ စိတ်ကူးယဉ်တတ်ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

ကျား ၁ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မ ၂ ရာခိုင်နှုန်းတို့သာ အရွယ်ရောက်ပြီးနောက် စိတ်ကူးမယဉ်တော့ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ ကျား ၅၇ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မ ၅၁ ရာခိုင်နှုန်းတို့သည် အသက် ၁၈ နှစ်မှစ၍ အိမ်ထောင်မပြုမီအတွင်း အလွန်စိတ်ကူးယဉ်ကြသည်ဆို၏။ ကျား ၂၆ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် မ ၁၉ ရာခိုင်နှုန်းတို့သည် အိမ်ထောင်ကျပြီးသော်လည်း ဆက် ၍ စိတ်ကူးယဉ်ကြကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

အနုပညာရှင်များနှင့် စာရေးဆရာများသည် စိတ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကူးယဉ် တတ်ကြပါသည်။ စင်စစ် အနုပညာ ဗီဇပါသူများမှာ ငယ်စဉ်ကပင် စိတ်ကူးယဉ်တတ်ကြပါ၏။ မိမိ၏ စိတ်ကူးများ အတွေ့အကြုံများကို မှတ်သားထားတတ်ကြပြီး စာရေးသောအခါ လိုအပ်သလို ထုတ်နုတ် သုံးစွဲကြလေသည်။

သာမန်လူများကစိတ်ကူး သိပ်မယဉ်တတ်ကြပါ။ တကယ့် အဖြစ် အပျက်နှင့် စိတ်ကူးယဉ် ကမ္ဘာတွင် တကယ့်အဖြစ်အပျက်ကို ဦးစားပေးကြပါသည်။

စင်စစ် စိတ်ကူးယဉ်လွန်းခြင်းသည် မကောင်းပါ။ နုနာ့ဆေးတတ်ပါသည်။ သို့သော် စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းဖြင့် မိမိ၏ အလိုဆန္ဒများကို ဖြည့်စွက်ပေးရာရောက်သဖြင့် အထိုက်အလျောက် စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းကို လက်ခံရပါမည်။ ကျွန်တော် ညစဉ် အိပ်မက် မက်ပါသည်။ အိပ်မက်များကို မှတ်မိသည်လည်း ရှိပါသည်။ မမှတ်မိခြင်းများလည်း ရှိပါသည်။

အထူးသဖြင့် အိပ်မက်များကို မှတ်မိရန် မကြိုးစားပါ။ မေ့ပစ်သည်က များပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ အိပ်မက်၏ အဓိပ္ပါယ်သို့မဟုတ် အတိတ်နိမိတ်များကို ကောက်ချက်ချရန် ကြိုးစားကြည့်ပါသည်။ အများအားဖြင့် ကောင်းသည့်ဘက်မှ လှည့်၍ တွေးပါသည်။

ငယ်ငယ်ကလည်း အိပ်မက်မက်ခဲ့ပါသည်။ ယခုထိ မက်ဆဲဖြစ်ပါသည်။ နောက်လည်း မက်ပါလိမ့်ဦးမည်။

အိပ်မက်များကို လူတိုင်းလိုလိုမက်ကြပါသည်။ ထို့

ကြောင့် အိပ်မက်များမှာ အရေးပါလာတော့သည်။ လူတိုင်းက ဂရုစိုက်လာကြပါသည်။ ဆင်းရဲသားလည်း မက်၏။ ချမ်းသာသောသူများလည်း မက်၏။ ပညာတတ်သူများနှင့် ပညာမတတ်သူများလည်း အိပ်မက် မက်ကြပါ၏။

ဤသို့ လူတိုင်းလိုလို မက်သော အိပ်မက်များကို လေ့လာဆန်းစစ်မှုများ ပြုလာကြပါသည်။ ဘာကြောင့် အိပ်မက် မက်သလဲ။ အိပ်မက်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ် သို့မဟုတ် အတိတ်နိမိတ်တွေက ဘာတွေလဲ၊ အိပ်မက် မက်တာ သဘာဝလား၊ ရောဂါလား၊ အိပ်မက်ကြောင့် အကျိုးဖြစ်စေသလား၊ ဒုက္ခဖြစ်စေသလား။

အဖြေကို တိတိကျကျ မပေးနိုင်ပါ။ အိပ်မက် မက်ခြင်းဖြင့်မိမိ၏ အလိုဆန္ဒများ ပြည့်ဝစေသဖြင့် အိပ်မက်မက်တာ ကောင်းသည်ဟု ထင်သူများ ရှိပါသည်။ သို့သော် ထိတ်လန့် ကြောက်ရွံ့ဖွယ် အိပ်မက်များကို မက်သောအခါ အလိုဆန္ဒပြည့်ဝသည်ဟု မပြောနိုင်တော့ပါ။ စိတ်သောက များနေသည်ဟုသာ စိတ်ပညာရှုထောင့်မှ ပြောနိုင်ပါ တော့သည်။

သို့နှင့် အိပ်မက်တွင် လျှို့ဝှက်ချက်များ ရှိနေပါသည်။

လိင်ကြွစေသော အိပ်မက်များတွင်လည်း လျှို့ဝှက်ချက်များရှိသည်။ ကောင်းကျိုးပေးသည်၊ ဆိုးကျိုးပေးသည် စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ယူဆကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သာမန်အားဖြင့် လိင်နှင့်ဝေးနေသော လူပျိုကြီးများ
အပျိုကြီးများ၊ အိမ်ထောင်ရှင်များသည် အိပ်မက်မက်၍ လိင်ဆက်ဆံမှ
များ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဤသို့ မက်လျှင် အလိုဆန္ဒ ပြည့်ဝစေသဖြင့်
ကောင်းသည်ဟု ယူဆနေသူများ၊ အားနည်းသည်၊ ရောဂါ ရသည်ဟု
ယူဆနေသူများ ရှိကြပါသည်။

လိင်နှင့် ဝေးကွာနေသည့် အချိန်များ ရှိတတ်ပါ
သည်။ ဤအချိန်များတွင် အိပ်မက်မက်၍ သုတ်လွှတ်ခြင်းမှ သဘာဝ
တစ်ခုဟု အများက ယူဆကြပါသည်။ လေ့လာသူများ၏ အဆိုအရ
ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ်လောက် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤသို့ ဖြစ်လျှင်
လည်း ဘာကိစ္စမျှမရှိ၊ သဘာဝအလျောက် ဖြစ်တာပဲဟု ယူဆရပါမည်

ကျွန်တော် လူနာ တစ်ယောက် တွေ့ဖူးပါသည်
သူ၏ စိတ္တဇလက္ခဏာမှာ လိင်အင်္ဂါ အမြဲတင်းမာနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်
သူ့မှ လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ သောကရောက်နေရှာသဖြင့် လိင်အင်္ဂါကို
ပင် အမြဲအာရုံထားနေလေသည်။ ထို့ကြောင့် လိင်အင်္ဂါမှာ တင်းမာလာ
လေ၏။ တင်းမာလာလေလေ သူ့မှာ ရောဂါတော့ရပြီဟု ကြောက်ရွံ့
နေလေ ဖြစ်နေသည်။ (နှလုံးရောဂါတော့ ရပြီဟု ကြောက်ရွံ့နေသူများ
တွင် နှလုံးက သိပ်ခုန်တတ်သလို၊ လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ ရောဂါတော့
ရပြီဟု ထင်နေသော ထိုလူနာ၏ လိင်အင်္ဂါမှာ တင်းမာလိုက်၊ ပျော့
သွားလိုက်နှင့် ဒုက္ခရောက်နေလေသည်။)

လိင်အင်္ဂါတင်းမာမှုမှာ အိပ်မက်မက်၍ သုတ်လွှတ်
သွားပါမှ အနည်းငယ် သက်သာသလို ရှိလေသည်။ သို့နှင့် ကျွန်တော်က

သူ့ မိန်းမနှင့် အတူအိပ်ရန် ပြောပြရာ၊ မိန်းမနှင့် အိပ်တိုင်း ပို၍ ဆိုးလာသဖြင့် မအိပ်ဝံ့တော့ဟု ဆိုပါသည်။ ကြာတော့ သူ့မိန်းမမှာလည်း စိတ္တဇဖြစ်လာပါတော့သည်။ တတ်နိုင်သရွေ့ ဆေးတော့ ကုပေးလိုက်ပါသည်။ နောက်ထပ် အခြေအနေကို မသိရတော့ပါ။

အိပ်မက်မက်၍ သုတ်လွှတ်ခြင်းတွင် အများအားဖြင့် လိင်နှင့်ပတ်သက်သော အိပ်မက်များကို မက်ကြပါသည်။ အိပ်မက်က ကြမ်းလေ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုက များလေ ဖြစ်ပါသည်။

အီတလီပြည်မှ ဂါလီနီဆိုသူက လိင်အိပ်မက်များကို လေ့လာခဲ့ပါသည်။ သူ၏ လေ့လာချက်အရ အားလုံးရာခိုင်နှုန်းပြည့်သည် လိင်အိပ်မက်များကို မက်ဖူးကြသည် ဆိုပါ၏။

အများအားဖြင့် အရွယ်ရောက်စတွင် မက်ကြပါသည်။ အိပ်မက်မက်ရာတွင် မိမိတစ်ခါမျှ မမြင်ဘူးသော သူများကို အဖော်အဖြစ် မက်ကြလေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံမှသာ မိမိစွဲလမ်းသူကို မက်လေသည်။ တချို့က မိမိစွဲလမ်းသူကို အိပ်မက်တွင် မက်လိုကြပါသည်။ သို့သော် အရုပ်ဆိုးဆိုး အကျည်းတန်တန်များကိုသာ တွေ့ရလေ့ရှိပါသည်။

လိင်အိပ်မက်များကို မက်ကြသော်လည်း တချို့က လိင် မဆက်ဆံဘူးကြပါ။ တချို့ကတော့ အတွေ့အကြုံရှိဖူးလေသည်။

အိပ်မက်များတွင် လိင်အိပ်မက်များသည် အထင်ရှားဆုံး အမှတ်မိဆုံး ဖြစ်လေသည်။ အိပ်မက်မက်သော အကြောင်းရင်း

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

များတွင် စိတ်သောကများ၊ ကြောက်ရွံ့မှုများနှင့် အာသာဆန္ဒများလည်း ပါပါသည်။ ချစ်သူ ရည်းစားရှိသူများက ပို၍ မက်တတ်ပါသည်။

လိင်အိပ်မက်များ မက်ရာ၌ ယောက်ျားနှင့် မိန်းမ ခံစားမှုခြင်း မတူကြပါ။ ယောက်ျားများက ပြီးပြီးပျောက်ပျောက် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အိပ်မက်မက်ပြီး ခဏသာ ခံစားမှု ရှိကြပါသည်။ ပြီးတော့ မေ့ပျောက်သွားကြသည်။

မိန်းမများက ထိုသို့ မဟုတ်ပါ။ အိပ်မက်မက်ပြီး တကယ်တွေ့ကြုံရသကဲ့သို့ ခံစားကြရပါသည်။ ထိုအိပ်မက်များ မက်ပြီး ဆက်၍ တွေးတောနေတတ်ပါသည်။ ကောင်းသော ခံစားမှုများ ရှိတတ်ပါသည်။

မိန်းမများသည် လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ ဟစ်တီးရီးယား ခေါ် စိတ္တဇဝေဒနာ စွဲကပ်တတ်ပါသည်။

သူတို့တွင် အိပ်မက်များ ပိုမက်ကြပါသည်။ ထိုအိပ်မက်များကို မက်၍ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးတတ်ကြသည်။ သူတို့ တကယ့်အတွေ့အကြုံတွင် မခံစားရသော ခံစားမှုများကို အိပ်မက်တွင် ခံစားရ၍ ကျေနပ်မှုရကြပါ၏။

ဤအပိုင်းမှနေ၍ ကြည့်လျှင် လိင် အိပ်မက်များသည် ကောင်းကျိုးကို ပေးသည်ဟု ဆိုရပါတော့မည်။

လိင်ပညာပေးရေး

လိင်မှုကိစ္စများသည် လူ့ဘဝတွင် အရေးကြီးသော ကဏ္ဍမှ ပါဝင်နေကြောင်း ကျွန်တော် ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။ အများကလည်း လက်ခံလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် ယူဆပါသည်။ သို့သော် လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ ရှက်ကြောက်စိတ်များ လှသဖြင့် လိင်ပညာပေး လုပ်ငန်းများ မပြုလုပ်ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

ဤအချက်မှာ လိုအပ်နေသော ကွက်လပ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကွက်လပ်ကို ကျွန်တော်တို့ ဖြည့်သင့်ပါသည်။ ဆရာဝန် အချို့ ရေးသော လိင်ပညာပေး စာအုပ်များ ထွက်လျက် ရှိပါသည်။ ကောင်းသော လက္ခဏာပင် ဖြစ်ပါသည်။

အထူးသဖြင့် ကလေးများကို ပညာပေးရန် လိုပါသည်။ လိင်နှင့်ပတ်သက်သော အသိများကို ငယ်စဉ်က လွဲမှားစွာသိခဲ့လျှင် ကြီးလာပါက လိင်ဖောက်ပြန်မှုများ ရှိတတ်ပါသည်။ မိန်းမလျှာ ယောက်ျားလျှာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ လိင်ဖောက်ပြန်သူ ဖြစ်ချင် ဖြစ်မည်။ ကလေးများ ၄ နှစ်သားအရွယ်တွင် သူတို့ကိုယ် သူတို့ ယောက်ျား၊ မိန်းမ ခွဲခြားသိဖို့ လိုလာပါသည်။ မသိသေးလျှင် သိအောင် ပြောပြသင့်ပါ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သည်။ သိမှာပဲဟု ကြိုတင်မယူဆသင့်ပါ။

လိင်ပြဿနာများသည် ဤအချိန်မှ စတင်သည်ဟု ယူဆကြပါသည်။ အမဖြစ်သူက မောင်ဖြစ်သူ၏ လိင်အင်္ဂါကိုကြည့်၍ ငါ့မှာ မောင်လေးလို လိင်အင်္ဂါ မပါဘူး၊ ငါတော့ သင်းကွပ်ခံရပြီဟု ကြောက်ရွံ့တတ်ပါသည်။ မောင်ဖြစ်သူကလည်း အစ်မ၏ လိင်အင်္ဂါကို ကြည့်၍ အစ်မတော့ သင်းကွပ်ခံရပြီ၊ ငါလဲ သင်းကွပ်ခံရမှာပဲဟု ကြောက်ရွံ့နေတတ်ပါသည်။

ကြီးကောင်ဝင်ချိန် (အရွယ်ရောက်စ)တွင်လည်း ဖိုသဘာဝ၊ မ သဘာဝများကို ပြောပြသင့်ပါသည်။ ဖိုမ ပညာပေး စာအုပ်များကို ဖတ်ခိုင်းသင့်ပါသည်။ ယောကျ်ားလေးများတွင် အိပ်ရာထဲ မတော်တဆ သုတ်လွှတ်တတ်သည်။ မိန်းကလေးများတွင်လည်း လိင် အိပ်မက်များမက်၍ သာယာတတ်လေသည်။ ဤသည်တို့မှာ သဘာဝ သာ ဖြစ်ကြောင်း၊ ကြောက်ရွံ့ဖို့ မလိုကြောင်း၊ အပြစ် မဟုတ်ကြောင်း၊ သို့သော် လွန်ကဲမှု မရှိသင့်ကြောင်း ပြောပြရပါမည်။

မီးယပ်အကြောင်း ကောင်းကောင်း နားလည်ထားကြရန် မိန်းကလေးများကို ပြောပြထားသင့်ပါသည်။ မီးယပ်သွေး လာသည်၊ မလာသည်၊ နည်းသည်၊ များသည်၊ ရက်ကြာသည်၊ ရက်တိုသည် မှာ ဟိုမုန်းဓာတ်များကြောင့်လည်းကောင်း၊ သွေးအား ကောင်း မကောင်း အခြေအနေပေါ်တွင် လည်းကောင်း တည်ရှိကြောင်း နားလည်သင့်ပါ သည်။ သွေးမမှန်၊ သွေးနည်း၊ ရက်တို စသည်တို့ကြောင့် လူကို ဒုက္ခ မပေးနိုင်ပါ။ သွေးအားတိုးဆေး စားလျှင် ပုံမှန် ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

တချို့ကလေးများက သားသား ဘယ်ကလာသလဲ၊ သား;သားက ဘယ်က မွေးလာလဲဟု မေးကြပါသည်။ ဘာပြုလို့ မွေးလာ ရတာလဲဟုလည်း ထပ်ဆင့် မေးကြပါသည်။ အမေဖြစ်သူက ကလေး မွေးခြင်းအကြောင်း ရှင်းပြသင့်ပါသည်။ "ဒီကောင်လေး ဘာလို့ ဒါတွေ မေးတာလဲ၊ တိတ်တိတ်နေ" ဟု မမာန်သင့်ပါ။ ဤသို့ မာန်လိုက်လျှင် ကလေးက သူ့ဘာသာ သူ စဉ်းစား၍ အဖြေရှာလေ့ရှိပါသည်။ သဘာဝ အလျောက် သူ့တွင် သိချင်သောစိတ်များ ရှိနေကြပါသည်။ သူ့ဘာသာ သူ အဖြေရှာလျှင် အမှန်ကို မတွေ့နိုင်တော့ပါ။ ထင်မိ ထင်ရာ ထင်ပါ လိမ့်မည်။

ထို့ကြောင့် ရှေးဦးစွာ မိဘများကလည်း လိင်ပညာ ကောင်းကောင်း ပေးထားသင့်သည်ဟု တချို့ပညာရှင်များက အဆိုပြု ကြပါသည်။ မိဘလုပ်သူများက တွေ့ကရာ သင်ပေးခြင်းကြောင့် ကလေးများမှာ လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ မှားယွင်းစွာ သိရှိတတ်ပါသည်။ ဥပမာ– တစ်ကိုယ်ရည် လိင်ဖြေဖျော်မှုပြုခြင်းကြောင့် သွေးအားနည်း ရောဂါ ရတတ်သည်။ သုတ် ၁ သွေးတစ်စက်သည် သွေး ၁၀ စက်နှင့် ညီမျှ သည်။ ဤကဲ့သို့ လိင်မှုကိစ္စများသည် မကောင်းမှုများဖြစ်သည် စသည် ဖြင့် မဟုတ်တမ်းတရားတွေ လျှောက်ပြောခြင်းဖြင့် ဘာမျှမသိသေး သော ကလေးများအဖို့ အဟုတ်ထင်ပြီး ကြောက်ရွံ့သွားတတ်ပါသည်။ လိင်ကိစ္စကိုလည်း မကောင်းမှုဟု ထင်မြင်ယူဆတတ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ မြန်မာလူမျိုးများအဖို့ လိင်အကြောင်း ပြောခြင်းသည် မကောင်းမှုတစ်မျိုးဟု ယနေ့တိုင် ယူဆ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လာကြပြီး အပြောနည်းကြပါသည်။ သို့သော် လူတို့၏ သဘာဝအရ လိင်အကြောင်း ပြောချင်ကြပါသည်။ တစ်ဘက်ကလည်း မကောင်းမှု တစ်ခုဟု မြင်ထားကြသဖြင့် ပြောရမှ ဝန်လေးနေတတ်သည်။ သို့ဖြင့် ဆိတ်ကွယ်ရာ အရပ်ကိုရှာပြီး တစ်ယောက်တည်း လုပ်မိလုပ်ရာ လုပ်တတ်ကြပါသည်။

ယောက်ျား အချင်းချင်း တွေ့ကြရာတွင် ဖြစ်စေ၊ မိန်းမ အချင်းချင်း တွေ့ကြရာတွင် ဖြစ်စေ လိင်အကြောင်း၊ အထူးသဖြင့် ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်အကြောင်း ပြောကြပါသည်။

ထိုသို့ ပြောကြခြင်းသည် ကောင်းပါသည်။ မိမိ အင်မတန် ပြောချင်သောစကားများကို မျိုသိပ်ထား၍ မကောင်းပါ။ လွတ်လွတ် လပ်လပ် ပြောလိုက်ရမှ ကျေနပ်သွားကြပါသည်။

တချို့ မိခင်များက ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရတာ မကောင်းဘူး၊ ဒုက္ခများတယ်။ လိင်ဆက်ဆံမှုကြောင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရတာ၊ လိင်ဆက်ဆံမှုဟာ ရွံစရာကောင်းတယ်ဟု သမီးများကို ပညာပေးကြပါသည်။ သမီးများမှာ ငယ်သေးသဖြင့် အကျိုးသင့် အကြောင်းသင့် မစဉ်းစားတတ်ပါ။ နှိုင်းနှိုင်း ချိန်ချိန် မတွေးတတ်သေးပါ။ လူကြီးများ ပြောသမျှ ယုံကြည်လေ့ရှိပါသည်။

ထို့ကြောင့် အမေ၏ ပညာပေးချက်အရ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရမှာ ကြောက်ရွံ့နေမိလေသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် ဝလာမှာကို ကြောက်ရွံ့မိပြန်လေသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ ဝသလို ဝမှာ ကြောက်

ရွံ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အပျိုဖော်ဝင်စ ရောက်သောအခါ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရမှာ ပို၍ ကြောက်ရွံ့လာလေသည်။ ဝမှာ ပို၍ ကြောက်ရွံ့လာလေသည်။ သို့နှင့် ထမင်းစားချင်စိတ် နည်းပါးလာလေသည်။ ထမင်းမြင်လျှင် အန်ချင်စိတ် ပေါက်လာလေသည်။

လူကြီးများက ဖွတ်တိုက်တွန်းသဖြင့် ထမင်းမစားချင်ဘဲ ဖွတ်အတင်း စားမိပြီဆိုလျှင်လည်း လက်ညှိုးထိုး၍ အန်ပစ်လေ၏။ ဤသို့ဖြင့် ဝမှာကြောက်သော မိန်းကလေးသည် ထမင်းမစားတော့ဘဲ ပိန်ချုံးလာလေတော့သည်။ မီးယပ်သွေးများ ရပ်လေတော့သည်။ ဤသည်ကို စိတ်ဝေဒနာ တစ်မျိုးဖြစ်သော (Anorexia Neirvosa) ဟု ခေါ်ပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရတာ ကြောက်စရာကောင်းသည်ဟု မိခင်၏ ပညာပေးမှုကြောင့် ဒုက္ခရောက်ရသော မိန်းကလေး တစ်ယောက်၏ ဘဝဖြစ်ပါသည်။ မိန်းကလေးသည် လိင်ဆက်ဆံမှုများကိုလည်း ရှက်ဖွယ်ဟု ထင်မှတ်နေ၏။

လိင်အင်္ဂါများသည် ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းများတွင် အင်မတန်အရေးကြီးသော အစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်သည်။ အထူး ဂရုစိုက် စောင့်ရှောက်ရမည်ဟု မိဘများက ပညာပေးသဖြင့် လိင်အင်္ဂါများကို အမြဲတစေ အာရုံပြု ဂရုစိုက်နေသော လူနာများ ရှိကြပါသည်။ လိင်အင်္ဂါများကို အမြဲအာရုံ မစိုက်သင့်ပါ။ အမြဲအာရုံစိုက်မိလျှင် လိင် ဖောက်ပြန်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကျွန်တော်တွေ့ဖူးသော အရာရှိတစ်ယောက်သည် ယောကျ်ားအင်္ဂါကို အမြဲအာရုံစိုက်နေသူဖြစ်ပါသည်။ အမြဲအာရုံစိုက်၍ လည်းကောင်း၊ ထိမိ ကိုင်မိ၍ လည်းကောင်း ယောကျ်ားအင်္ဂါမှာ တင်းမာလာပါသည်။ တင်းမာလာလေလေ ဂရုစိုက်လေ၊ ဂရုစိုက်လေ တင်းမာလေလေနှင့် သူ့ခမျာ ဒုက္ခရောက်နေလေသည်။ ဆီးသွားရာတွင်လည်း အခက်အခဲ ဖြစ်လာလေ၏။

ဇနီးရှိသူဖြစ်၍ ဇနီးနှင့် လိင်ဆက်ဆံသောအခါ၌လည်း လိင်တင်းမာမှုမှာ ပိုဆိုးလာသည်ဆိုပါ၏။ သို့နှင့် လိင်မဆက်ဆံဝံ့တော့ပါ။ (ဇနီးဖြစ်သူမှာလည်း ယောကျ်ား၏ မှုမမှန်သော အပြုအမူများကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲရပြီး စိတ္တဇ ဖြစ်ရလေသည်။)

တင်းမာနေသော လိင်အင်္ဂါကို ရေအေးဖြင့် စိမ်ပေးခြင်းဖြင့် ပျော့ပျောင်းအောင် ပြုလုပ်ရလေသည်။ ကြီးမားသော ဒုက္ခဖြင့် ရင်ဆိုင်ရလေသည်။ လိင်အင်္ဂါ တင်းမာမှုကိုပဲ အမြဲကြောက်ရွံ့နေလေသည်။ သို့နှင့် စိတ်က အာရုံစိုက်မိပြန်၏။ အာရုံစိုက်လေ တင်းမာလာလေ ဖြစ်ပြန်လေသည်။ ငယ်စဉ်က လွဲမှားစွာ ပညာပေးခံခဲ့ရသော သနားစရာ လူတစ်ယောက်အကြောင်းပါပေ။

လိင်အင်္ဂါများကို အမြဲအာရုံမစိုက်သင့်ပါ။ အလွန်အရေးကြီးသည့် အစိတ်အပိုင်းများဟုလည်း မယူဆသင့်ပါ။ သူ့နေရာနှင့် သူသာ အရေးကြီးပါသည်။

လိင်အင်္ဂါများသည် အလွန် လျှို့ဝှက်အပ်သော လူ

မြင်လုံးဝမခံသင့်သော ထူးဆန်းအံ့ဩဖွယ် ပစ္စည်းများဟုလည်း ကလေးများကို ပညာမပေးသင့်ပါ။ လူများတွင် သဘာဝအလျောက် ရှိနေသော ပစ္စည်းဟုသာ ပြောပြသင့်ပါသည်။

အကယ်၍ လျှို့ဝှက်၍ ထူးဆန်းအံ့ဩဖွယ် ပစ္စည်းများဟု ပညာပေးမိလျှင် ကလေးသည် အိမ်သာတက်လျှင် ချောင်းကြည့်တတ်သော၊ ရေချိုးလျှင် ချောင်းကြည့်တတ်သော၊ သူတစ်ပါး လိင်ဆက်ဆံသည်ကို ချောင်းကြည့်တတ်သော အကျင့်များ ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။ (ထူးဆန်းအံ့ဖွယ်များကို ကြည့်ချင်သော လူ့သဘာဝအရ မကြည့်ရနဲ့ ဆိုသည်ကို ကြည့်ချင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။) ဤအပြုအမူများသည် လိင်ဖောက်ပြန်သော အပြုအမူများဟု သတ်မှတ်ထားပါသည်။ လူအများက လက်မခံပါ။

လိင်ကိစ္စ (ဝါ) ဖိုမ ကိစ္စသည် လူ့ဘဝတွင် အရေးကြီးသော ကိစ္စတစ်ရပ်ဟု ကျွန်တော်တင်ပြခဲ့ပါ၏။ ဤတင်ပြချက်ကို ကျွန်တော့်အနေနှင့် အလေးအနက် ထားချင်ပါသည်။ အရေးမကြီးလှသော ပေါ့ပေါ့တန်တန်ကိစ္စဟု မယူဆသင့်ပါ။

စားဝတ်နေရေး ကိစ္စသည် လူ့ဘဝတွင် အရေးကြီးသည်ဟု ပြောကြပါသည်။ စင်စစ် စားရရုံ၊ ဝတ်ရရုံ၊ နေရရုံနှင့် မပြည့်စုံသေးပါ။ အိမ်ထောင်သားမွေး ကိစ္စ၊ အချစ်ကိစ္စများလည်း အရေးကြီးပါသည်။ ဘာသာရေးကို အလေးထားမှုကလည်း အရေးကြီးပါသည်။ တစ်ဦးတည်း နေ၍မရပါ။ လင်နှင့် မယားနှင့် ဇနီးမောင်နှံ နေချင်ကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မိဘများသည် သားသမီးများအတွက် လက်ဦးဆရာ ဖြစ်ကြပါသည်။ မိဘများ၏ ဆိုးမွေ ကောင်းမွေကို သားသမီးများက ခံယူကြရပါသည်။ မိဘများက ကောင်းတာ သင်ပေးလိုက်လျှင် ကောင်းကျိုးကို ခံစားကြရပါသည်။ မိဘများက မကောင်းတာ သင်ပေးလိုက်လျှင် မကောင်းကျိုးကို ခံစားကြရပါသည်။ (သို့သော် ခြွင်းချက်များ ရှိပါသည်။ မိဘများက ကောင်းတာတွေ မည်မျှပင် သင်ပေးပါစေ သားသမီး၏ မူလစိတ် မကောင်းလျှင် ဘာမျှ မတတ်နိုင်။ ဆိုးသွမ်းကြပါသည်။)

ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း လူကို ပြုပြင် ပါသည်။ မကောင်းသည့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကြီးပြင်းခဲ့ပါက၊ မကောင်းသော အပေါင်းအသင်းများနှင့် ပေါင်းသင်းမိပါက မကောင်းသည့် စရိုက်များ ရရှိပါလိမ့်မည်။

သားသမီးများ ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် လိင်အကြောင်း ပညာ သင်ပေးသင့်ပါသည်။ လက်ဦးဆရာ မိဘများက ပေးရပါမည်။ မိခင်ဖြစ်သူက ပို၍ အရေးကြီးပါသည်။ အရွယ်ရောက်မှ ပညာပေးရမည်ဟု မယူဆသင့်ပါ။ ငယ်စဉ်က သိတတ်သည့် အရွယ်မှစ၍ ပညာပေးသင့်ပါ၏။

ယောကျ်ားလေးဖြစ်လျှင် ယောကျ်ားလေး ဖြစ်ကြောင်းသိအောင် ပြောပြထားရပါမည်။ မိန်းကလေး ဖြစ်လျှင် မိန်းကလေးဖြစ်ကြောင်း သိအောင် ပြောပြထားရပါမည်။

"သားသား ဘယ်က ဖြစ်တာလဲ.. သမီးဘယ်က မွေးတာလဲ" ဟု မေးလျှင် "ဟဲ့... ဒါတွေ မမေးကောင်းဘူး၊ ကလေးပီပီ အေးအေး နေစမ်း" ဟု မပြောသင့်ပါ။ အေးအေး ဆေးဆေး တိုးတိုး တိတ်တိတ် ရှင်းလင်း ပြောပြသင့်ပါသည်။ ကလေး၏ သိချင်သောစိတ်၊ စူးစမ်းချင်သော စိတ်ကို ပြေတောင် ဖြောက်ပေးရပါမည်။

မေးခွန်းကို မဖြေဘဲ တိတ်တိတ်နေစမ်းဟုဆိုရုံနှင့် ကလေးက ငြိမ်နေမည်မဟုတ်ပါ။ ကလေးအချင်းချင်း၊ သို့မဟုတ် သူ့ထက်ကြီးသူကို မေးပါလိမ့်မည်။ ဤတွင် အမှန်ကို သိခွင့်ရချင်မှ ရပါမည်။ မဟုတ်တာတွေ လျှောက်ပြောလျှင် ယုံကြည်ကြပါမည်။

ကလေးများက ကိုယ်လုံးတီး နေလိုကြပါသည်။ ကိုယ်လုံးတီး ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်များကို မြင်လိုကြပါသည်။ ဤသည်မှာ သဘာဝဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ မြင်နေကျဖြစ်မှ ရိုးသွားပြီး ကိုယ်လုံးတီးများကို အထူးအဆန်းအဖြစ် မယူဆတော့ပါ။ "သဘာဝပဲ သဘာဝအတိုင်း မြင်ရတာပဲ ဘာမှမထူးပါဘူး။ သူလို ကိုယ်လိုပါပဲ.." ဟု ထင်မြင်ယူဆလာပါသည်။

ဤအယူအဆသည် အရေးကြီးပါသည်။ သူလို ကိုယ်လိုပဲ အတူတူပါပဲဟု မယူဆဘဲ အထူးအဆန်း ကြည့်ချင်စရာဟု ထင်မြင်ယူဆနေလျှင် မုဒိမ်းမှုများ၊ လိင်ဖောက်ပြန်မှုများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

အပျိုနှင့်လူပျိုဖက်ယမ်းနမ်းရှုပ်ကြခြင်း၊ ကလူကျီစယ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကြခြင်းကို ချောင်းကြည့်သူများ ရှိကြပါသည်။ သစ်ပင်အမြင့်ကြီးပေါ်မှ ကြည့်ကြသည်။ အခောက်အခြံ အမြင့်မှတက်၍ ချောင်းကြည့်သည်။ နေပူခံ၍ ချောင်းကြည့်သည်။ ကျွန်တော် တက္ကသိုလ်မှာ နေစဉ်က ချောင်းကြည့်သူ (Peeping Toms) အများအပြားကို တွေ့ဖူးခဲ့ပါသည်။ သူတို့အစား များစွာ ပင်ပန်းမိပါသည်။ သူတို့ကတော့ ထိုသို့ ကြည့်ရသည်ကို ပျော်လို့၊ ပင်ပန်းသည် မထင်ကြပါ။

ဤသို့ ဝါသနာပါရသည်မှာ ဖိုမကိစ္စများကို အထူးအဆန်းသဖွယ် ထင်မြင်နေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ "သဘာဝပါပဲ ဘာမှဆန်းတာ မဟုတ်ဘဲ"ဟု သဘောထားလျှင် ဤသို့ ဒုက္ခခံ၍ ချောင်းကြည့်တော့မည် မဟုတ်ပါ။

သို့အတွက် ကလေးများသည် ကိုယ်လုံးတီး ပုံသဏ္ဌာန်များ၊ ဖိုမရေးရာများနှင့် အခွင့်သင့်သလို ရင်းနှီးစေသင့်ပါသည်။ စာနယ်ဇင်းများတွင် အလျဉ်းသင့်သလို ထည့်သွင်း ဖော်ပြသင့်ပါသည်။ ဖိုမကိစ္စသည် အရေးကြီးလှသည် ဖြစ်သော်လည်း သူ့ကို ပစ်ပယ်ထားသည်မှာ မကောင်းပါ။ အရှက်အကြောက်များ ရှိရမည်ဖြစ်သော်လည်း သူ့နေရာနှင့် သူ ရှိသင့်ပါသည်။ လိင်ကိစ္စ၊ ဖိုမ ကိစ္စသည် ရှက်ကြောက်စရာဖြစ်သည်၊ ရွံစရာဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြလျှင် အိမ်ထောင်မပြုဘဲ နေကြရုံသာ ရှိပါတော့သည်။ (တကယ်တမ်းတော့ အိမ်ထောင်မပြုဘဲ နေကြမည် မဟုတ်ပါ။ မနေနိုင်ကြပါ။ အိမ်ထောင်သည် ဖိုမများသည် အရှက်အကြောက် ရှိတော့မည် မဟုတ်ပါ။)

နိုင်ငံခြားရုပ်ရှင်ကားများကို ကြည့်ရတိုင်း ဖိုနှင့်မ

နှုတ်ခမ်းချင်း စုပ်နမ်းသည်ကို မြင်ကြရပါသည်။

မြင်ရဖန်များတော့ ရိုးနေပါပြီ။ အကယ်၍တော့မှ လူတစ်ယောက်သာ နိုင်ငံခြားကားကို ကြည့်မိလျှင် တစ်မျိုး ခံစားရပါမည်။

နိုင်ငံခြား စာနယ်ဇင်းများတွင် ကိုယ်လုံးတီးပုံများ၊ နမ်းရှုပ်နေပုံများနှင့် ဖိုမ ကိစ္စများကို ဖော်ပြကြပါသည်။ သူတို့ဆီက ကလေးများသည် ဤစာနယ်ဇင်းများကို ဖတ်၍ ဖိုမ ကိစ္စနှင့် ရင်းနှီးနေပေပြီ။ ရိုးနေပေပြီ။ ထို့ကြောင့် မန်းခြံမှာ လူမြင်ကွင်းမှာ ဖက်ယမ်းနမ်းရှုပ်ကြလေသည်။ ဘေးမှ မြင်ကြရသူများကလည်း ဂရုပင် မစိုက်ကြပါ။ ကျွန်တော်တို့ဆီမှာက ဒုက္ခအမျိုးမျိုး ခံ၍ ရုံတွဲများကို ချောင်းကြည့်ကြလေသည်။ သူတို့လို ချောင်းကြည့်သူများအတွက် စာနယ်ဇင်းများတွင် ဓာတ်ပုံများနှင့်တကွ ဖော်ပြသင့်ပါသည်။ ဖိုမ စာစောင်များလည်း ရှိသင့်ပါသည်။

အထက်တန်း ကျောင်းများမှ တက္ကသိုလ် ကျောင်းများအထိ ကျွန်တော်တို့ သင်ရသော ဘာသာရပ်များ၊ ပညာရပ်များစသည်တို့တွင် ကျောင်းပညာတတ်ရုံ၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း ပြုနိုင်ရုံသာ သင်ကြားပေးလေသည်။ ဖိုမ ပညာရပ်ကိုတော့ သင်ကြားမပေးချေ။

"ကိုလေသာ ရွှေတိုက်ကိုသော့ရိုက်လို့ထား မြင်မည့်သူ ပေါ်လာခဲ့လို့ အူထဲကယား.. ကာလသားများနဲ့ ကားရုံ တစ်နေ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တွေ့ရင်လေ…” စသော ဝိဇယ ပြဇာတ်မှ စာသားများကို ကျွန်တော်တို့ ဆယ်တန်းတုန်းက သင်ရသောအခါ မြန်မာစာ သင်ကြားသော ဆရာမ အပျိုမှာ ရှက်အမ်းအမ်းနှင့် ခပ်ဝါးဝါး သင်ကြားသွားပါသည်။

ဆေးကျောင်းမှာ စာသင်ရသောအခါ ဆရာများက ရှက်ကြောက်ခြင်း မရှိတော့ပါ။ မအင်္ဂါအကြောင်း သင်ရသောအခါ မအင်္ဂါပုံကြီးကို ဆလိုက်ဖြင့် ထိုးပြ၍ ဆရာက တုတ်ဖြင့်ထောက်ပြီး သင်ပြလေသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် လက်တွေ့သင်တန်းများ ဆင်းကြရလေသည်။ မီးဖွားပေးရသည်။ စမ်းသပ်ပေးရသည်။ သို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ ဆရာဝန်များအတွက်တော့ ဖိုမ သဘောကို နားလည်ကြပါသည်။ ရင်းနှီးကြပါသည်။

အထက်တန်းကျောင်းများနှင့် အခြားတက္ကသိုလ်များတွင်တော့ သင်ကြားမှု မရှိသဖြင့် ရင်းနှီးကြမည် မဟုတ်ပါ။

ဟိုလွန်ခဲ့သည့် နှစ်အနည်းငယ်ကမူ အထက်တန်းကျောင်းများ၌ ဖိုသဘာဝ၊ မသဘာဝအကြောင်းများကို ဟောပြောခြင်း တွေ့ရပါသည်။ အလွန်ကောင်းသော အလုပ်ဖြစ်ပါသည်။ ဤဟောပြောမှုကို များများပြုလုပ်ပေးသင့်ပါသည်။ အထက်တန်းကျောင်းများ၌ သာမက တက္ကသိုလ်များ၌လည်း ဟောပြောသင့်ပါသည်။

ဖိုမ လိင်ပညာရေး လုပ်ငန်းများ အရေးကြီးကြောင်း သိသာလှပါသည်။ မိဘများက ပညာပေးခြင်း၊ စာနယ်ဇင်းများက ပညာပေးခြင်း၊ ဟောပြောခြင်းများဖြင့် ပညာပေးခြင်း စသည်ဖြင့် နည်းအမျိုး

မျိုး ရှိကြပါသည်။ သို့သော် မစုံသေးပါ။

ကလေးများ လမ်းညွှန်ဌာန၊ အိမ်ထောင်ရေး လမ်းညွှန် ဌာနများလည်း ရှိသင့်ပါသည်။

ကလေးများ လမ်းညွှန်ဌာနသည် ကလေးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေး၊ စိတ်ကျန်းမာရေးများကို လမ်းညွှန်၍ အကူအညီပေးရပါမည်။ ကလေးများ၏ အခက်အခဲများ ဖြေရှင်းပေးရပါမည်။ ကလေးများ၏ ပြဿနာကို ဖြေရှင်းပေးရပါမည်။ (ဤနည်းဖြင့် လမ်းသရဲများ၊ လေလွင့်လူငယ်များ မဖြစ်အောင် တားဆီးနိုင်ပါသည်။ ယခုလောလောဆယ် တွေ့ကြုံနေရသော မူးယစ်ဆေးဝါး ပြဿနာကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။)

ကလေးများ လမ်းညွှန်ဌာနသည် အထက်ပါ လုပ်ငန်းများအပြင် ဖိုမ ကိစ္စများကိုလည်း ပညာပေးနိုင်ပါသည်။ ကလေးတစ်ဦးတွင် လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ အခက်အခဲတွေ့နေပါက ကူညီဖြေရှင်းပေးရပါမည်။ သိလိုသော အချက်များကို ပြောပြရပါမည်။

စင်စစ် ဤလုပ်ငန်းများသည် လူမှုဝန်ထမ်း လုပ်ငန်း တစ်ခုဖြစ်သဖြင့် အင်မတန် ကောင်းမွန်ပါသည်။ အစိုးရက အမြန်ဆုံး ဖွင့်ပေးသင့်ပါသည်။ ဖိုမကိစ္စအပြင် အခြားသော ပြဿနာအားလုံးကို စေတနာဖြင့် ကူညီ ဖြေရှင်းပေးရမည့် ဌာနတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ မွန်မြတ်သော အလုပ်ဖြစ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အိမ်ထောင်ရေး လမ်းညွှန်ဌာနသည်လည်း ရှိသင့်သော ဌာနဖြစ်ပါသည်။

အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စများ၊ ဖိုမ ကိစ္စများကို ဖြေရှင်းပေးရပါမည်။

ဤနည်းဖြင့် အိမ်ထောင်ရေး အကွဲအပြဲများ၊ မကျေနပ်မှုများ၊ ပြဿနာများ စသည်တို့ကို တားဆီးနိုင်ပါမည်။ အိမ်ထောင်ရေးကြောင့် စိတ်ညစ်နေရသောသူများလည်း တင်ပြဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။ အားကိုးနိုင်ကြပါသည်။ ယခုတော့ အိမ်ထောင်ရေးအဆင်မပြေ၍ ဘယ်ကိုသွား တင်ပြရမှန်း မသိပါ။ မကျေနပ်ချက်များက အတွင်း၌ အောင်းနေသဖြင့် စိတ်ရောဂါများ ရကြရလေသည်။ အိမ်ထောင်ရေး လမ်းညွှန်ဌာနသာ ရှိပါက အားကိုးရာ ဌာနတစ်ခုဟု ယူဆပြီး အိမ်ထောင်ရှင် အများအပြား စိတ်ချမ်းသာနိုင်ကြပါသည်။ သားသမီး မရသော အိမ်ထောင်ရှင်များအဖို့လည်း အားကိုးတစ်ခုပင်။

တကယ်တော့ ဖိုမကိစ္စများသည် အလေးထား စဉ်းစားရမည့် ကိစ္စဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဖိုမကိစ္စ ပညာပေးလုပ်ငန်းများသည်လည်း အရေးကြီးပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ ကြိုးစားရပါဦးမည်။

ကျားသဘာဝ

အရွယ်ရောက်လူပျိုပေါက်ခဲ့ပြီဆိုပါလျှင်အောက်ပါလက္ခဏာများ ပိုင်ဆိုင်သူများ ဖြစ်လာချေပြီ။

(၁) အသံသြလာခြင်း။
(၂) ဝက်ခြံပေါက်စပြုလာခြင်း။
(၃) နှုတ်ခမ်းမွေးပေါက်လာခြင်း။
(၄) ချိုင်းမွေးပေါက်လာခြင်း။
(၅) ဆီးခုံနှင့် ယောက်ျားအင်္ဂါစပ်တွင် အမွေးများပေါက်လာခြင်း။
(၆) နို့အကျိတ်အနည်းငယ် ကြီးလာပြီး နာလာခြင်း။
(၇) စိတ်အနေအထား သိသိသာသာကြီး ပြောင်းလဲလာခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ယောက်ျားအင်္ဂါအခေါ်အဝေါ်များ

(၁) ပန်းတံ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

(က) ကိုယ်လုံး

(ခ) ကွမ်းသီးခေါင်း

(ဂ) ထိပ်ဖုံး (အင့်) (အပွင့်)

(၂) ဆီးသွားလမ်းကြောင်း

(၃) ဝှေးစေ့ (မျိုးကောင်ပေါက်ရာဌာန)

(၄) မျိုးကောင်

(၅) မျိုးကောင်ထွက်ရာ လမ်းကြောင်း

(၆) သုက်အိမ်

(၇) သုက်ရည်နှင့် မျိုးကောင် စုပေါင်းညှစ်ထုတ်သည့် မြွှန်

(၈) ပရိုစတိတ်အကျိတ်

စသည်တို့မှာ အရွယ်ရောက်လာပြီး ဖြစ်သော ယောကျ်ားသားများတွင် ပိုင်ဆိုင်လာပြီ ဖြစ်သည့် လိင်အင်္ဂါများ ဖြစ်သည်။

ယောကျ်ားပီသရေးနှင့် ဟိုမုန်းဓာတ်

ယောကျ်ားတစ်ယောက် ဖြစ်လာတိုင်း ယောကျ်ား ဟိုမုန်းဓာတ် အပြည့်အဝ မရရှိတတ်ပေ။ အချို့မှာ ယောကျ်ား ဟိုမုန်းဓာတ် နည်းပါး လျော့ပေါ့နေ၍ ယောကျ်ားဖြစ်ပါသော်လည်း ချွတ်ယွင်းနေတတ်သည်။

ယောကျ်ား ပီသရေးအတွက် ဝှေးစေ့မှ အလုပ်

ဝတ္တရား နှစ်ခု ထမ်းဆောင်ရပါသည်။ (၁) မျိုးကောင် ပေါက်ဖွား [illegible] လုပ်ခြင်း။ (၂) ယောကျ်ား ဟိုမုန်းဓာတ် ထုတ်လုပ်ခြင်း။

ဤဝတ္တရားနှစ်ခုစလုံးကိုဦးနှောက်အတွင်းရှိ [illegible] ထရီ (Pituitary) အကျိတ်ကလေးမှ ထုတ်လုပ်သော ဟိုမုန်းဓာတ် တစ်မျိုး (Gonadotropic Hormone) က ထိန်းချုပ်ထားပါသည်။ သို့ [illegible] ယောကျ်ားများ၏ ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် (Testosterone) ဟိုမုန်း [illegible] အထွက်များပြီး မိန်းကလေးများ၏ ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် (Oestro[illegible] အထွက်များခဲ့ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မ သဘာဝ

(၁) ဆီးခုံ မို့မို့ (Mons Veneris)

ဆီးခုံရိုး အထက်ပိုင်းကို ဖုံးအုပ်ထားရှိသော အဆီပြားကို ဆီးခုံမို့မို့ဟု ခေါ်သည်။ ဤနေရာသည် အရွယ်ရောက်လာသူ မိန်းကလေးများ အမွေးပေါက်ရာ နေရာဖြစ်သည်။

(၂) မိန်းမကိုယ် နှုတ်ခမ်းကြီး (Labium Majora)

ဆီးခုံမို့မို့ အောက်ဘက်သို့ ဆင်းလာခဲ့လျှင်ယောနိလမ်းကြောင်းအဝကိုတစ်ဘက်တစ်ချက်တွင်ပတ်လျှက်အကာအကွယ်ပြုနေသည့် အရေပြား ထူထူဖြင့် ဖုံးလျှက်ရှိသော အဆီပြင်ကို မိန်းမကိုယ်နှုတ်ခမ်းကြီးဟု ခေါ်ပါသည်။ ဤနှုတ်ခမ်းကြီးသည် အောက်သို့ ဆင်းသက်သွားပြီး မိန်းမကိုယ် နောက်ဆုံးပိုင်းနှင့် ဆက်သွားပါသည်။ မိန်းမကိုယ်နှုတ်ခမ်းကြီး၏ အတွင်းပိုင်းမှာ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းပြီး အပြင်ပိုင်းမှာ မနူးညံ့ပါ။ အမွေးများဖြင့် ဖုံးအုပ်နေပါသည်။

(၃) မိန်းမကိုယ်နှုတ်ခမ်းလေး (Labium Minora)

မိန်းမကိုယ်နှုတ်ခမ်းလေးမှာ မိန်းမကိုယ်အကြီးနှင့် အုပ်နေသော အတွင်းပိုင်းတွင် ရှိပါသည်။ ယောနိလမ်းကြောင်းအဝ မိန်းမကိုယ်အခေါင်း အတွင်းပိုင်းကို ဤနှုတ်ခမ်းငယ်က အုပ်မိုး ကာကွယ် ပေးထားပါသည်။ မိန်းမကိုယ် နှုတ်ခမ်းလေးမှာ အရွယ်အစားငယ်ပြီး နူးညံ့ပျော့ပျောင်းပါသည်။ အာရုံကြောအချို့ ဤနေရာတွင် စုစည်းနေပါသည်။ ပွတ်တိုက်ခြင်းဖြင့် လိင်စိတ် ထကြွစေပါသည်။

(၄) မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်း (Vaginal Canal)

မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်းကို မွေးလမ်းကြောင်းဟု ခေါ်နိုင်ပါသည်။ အကျယ်အဝန်းမှာ နှစ်လက်မပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်သော်လည်း သားဖွားသည့်အခါ ကလေးမွေးနိုင်သည့်အထိ ကျယ်နိုင်သော အခြေအနေ ရှိပါသည်။ မွေးဖွားပြီးသည့်အခါ ပြန်၍ကျဉ်းမြဲကျဉ်းသွားတတ်ပါသည်။ သို့သော် သာမန်အရွယ်ထက် အနည်းငယ်ကျယ်တတ်ပါသည်။

သားဖွားဆရာမနှင့် မွေးဖွားပါက ပထမကိုယ်ဝန်ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် သားဖွားရာ လမ်းကြောင်း မပျက်ပြယ်စေရန် စအိုနှင့်ဆက်နေသော အရေပြားအောက်ပိုင်း နှုတ်ခမ်းသားပါးပါး မွေးဖွားစဉ် ဖြစ်လာခိုက် ကတ်ကြေးနှင့် ကိုက်ပေးခြင်းဖြင့် နှုတ်ခမ်းသား စုတ်ခြင်း၊ ပြဲခြင်း၊ ဒဏ်ရာမလှဖြစ်ခြင်းတို့ မရှိဘဲ ကလေးမွေးပြီးလျှင် ပြီးခြင်းကတ်ကြေး ကိုက်ထားသောနေရာ ပြန်ချုပ်ပေးလိုက်ခြင်းဖြင့် လှလှလေး

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပြန်ပြီး ဖြစ်လာပါသည်။ မိမိခင်ပွန်းကြိုက် ကျပ်ကျပ်ကလေး ပြန်ဖြစ်မည် ဖြစ်ပါသည်။

(၅) ကညာမေ အမှေးပါး (Hymen)

မိန်းမပျိုလေးများတွင် ကညာမေ အမှေးပါးသည် မိန်းမကိုယ် အပေါက်ဝကို ပိတ်ထားပါသည်။ လုံးလုံးလျားလျား ပိတ်နေလျှင် သဘာဝ မဟုတ်ပါ။ လုံးလုံးလျားလျား ပိတ်နေခဲ့သော် ရာသီသွေးဆင်းခြင်း၊ အရည်ကြည် ဆင်းခြင်းတို့ မရှိ၍ ခါးကိုက်ခြင်း၊ ဆီးစပ်ကိုက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ သို့ပါ၍ ကညာမေ အမှေးပါးထူထူဖြင့် ပိတ်နေပါက ဆရာဝန်များထံ ပြသပြီး ခွဲစိတ်၍ ဖောက်ပေးခြင်း ခံရပါမည်။ အများအားဖြင့် ဤအမှေးပါးသည် လခြမ်းပုံသဏ္ဍာန်ရှိပြီး မိန်းမကိုယ်ပေါက်ဝကို အနည်းငယ်သာ ကာထားပါသည်။

ရှေးက အပျိုစစ် မစစ် ဤအမှေးပါးကို ကြည့်ပြီး တန်ဖိုးထား ပြောဆိုကြပါသည်။ ယခုအခါတွင် အပျိုစစ်ပါသော်လည်း စက်ဘီးစီးခြင်း၊ ပြေးလွှားခြင်းဖြင့် အမှေးပါး ပြဲခဲ့သူတို့ ရှိနေကြပါ၍ အပျိုမစစ်ဟု တရားသေ မပြောဆိုနိုင်ပါ။ အပျိုစစ် မစစ် ပြောရာတွင် ဤအမှေးပါး ယောကျ်ားလေး၏ တန်ဆာ မိန်းမကိုယ်ထဲ ဝင်ခဲ့ခြင်းဖြင့် အမှေးပါး စုတ်ပြဲသွားခဲ့ပြီးပြီလားဟု တွေးတော ပြောဆိုခြင်းတို့သာ ဖြစ်သည်။ အပျိုစစ် မစစ်၊ ယောကျ်ားလေးနှင့် တွေ့ပြီးသူ ဟုတ်မဟုတ် ပြောကြခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

(၆) မလိင်စေ့ (Clitoris)

ဆီးခုံမို့မို့၏ အောက်ပိုင်း မိန်းမကိုယ် နှုတ်ခမ်းကြီးနှင့် နှုတ်ခမ်းအငယ်တို့ တွေ့ဆုံရာ အပေါ်နားတွင် အစေ့ရှိပါသည်။ ဤအစေ့မှာ မိန်းမတို့၏ စိတ်လှုံ့ဆော်ရေးတွင် အလွန် အရေးပါသော လှုံ့ဆော်ရာ ဌာနတစ်ခုဖြစ်သည်။

မိန်းကလေးများ၏ အတွင်းပိုင်းဆိုင်ရာ အင်္ဂါစုများ

(၁) သားအိမ် (Uterus)

သားအိမ်သည် သစ်တော်သီး ပုံသဏ္ဍာန် ရှိပြီး အတွင်းပိုင်းတွင် အခေါင်းပေါက်ရှိပါသည်။ အခေါင်းကိုကာရံထားသော ကိုယ်လုံးသည် ထူထဲသော အသားများ၊ အသားမျှင်များဖြင့် တည်ဆောက်ထားခြင်းကြောင့် အသားလုံးကြီးပမာ ရှိပါသည်။ အတွင်းမျက်နှာပြင်သည် သွေးကြောငယ်များ၊ နူးနယ်သော အသားစုများနှင့် ပြည့်နေပြီး လစဉ် လစဉ် ဓမ္မတာလာသည် ဆိုခြင်းမှာ ဤမျက်နှာပြင်များ ကွာကျခြင်း၊ ပြုတ်ကျခြင်း၊ သွေးထွက်ခြင်းတို့ကို ခေါ်ပါသည်။ သားအိမ်သည် ယောနိလမ်းကြောင်းနှင့် ဆက်နေသည်။ ကိုယ်ဝန်သန္ဓေတည်လိုက်သောအခါ ဤအတွင်းမျက်နှာပြင်၌ အချင်း ပေါ်ပေါက်လာပြီး သွေးသစ်ပေး သွေးဟောင်း ပြန်ယူလုပ်ငန်းကို သန္ဓေသားအတွက် လုပ်ပေးပါသည်။ သားအိမ်မှာ ကိုယ်ဝန်ကိုလိုက်ပြီး အရွယ်ကြီးလာပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

(၂)သားအိမ်ပြွန်(Fallopian tube)

သားအိမ်ပြွန် နှစ်ခုရှိပါသည်။ သားအိမ်ကိုယ်လုံး ဘယ်ဘက်တွင် တစ်ခု၊ ညာဘက်တွင် တစ်ခုရှိပါသည်။ ဘေးဘက်ရှိ ပြွန် ဘယ်ညာထိပ်များသည် သားအိမ်နှင့်ဆက်သွယ်နေပါသည်။ သားအိမ်ပြွန်တွင် လေးပိုင်းရှိပါသည်။ သားအိမ်ကြွက်သားထဲတွင် ရှိသော ပြွန်ပိုင်း သားအိမ်နှင့် ဆက်စပ်လျက်ရှိသည့် ကျဉ်းသောအပိုင်း၊ ပြဲ၍ကျယ်သော အလယ်ပိုင်းနှင့်ကတော့ပုံသဏ္ဍာန်ရှိပြီး လက်ချောင်းများ သဖွယ် အဖျားကလေးများ ပါရှိသော ပြွန်ထိပ်ပိုင်းတို့ ဖြစ်သည်။

လက်ချောင်းသဖွယ်ရှိသော ပြွန်ထိပ်ပိုင်းသည် သားဥအိမ် အတွင်းမှ ထွက်လာခဲ့သော သားဥများ ပြွန်ထဲဝင်လာရန် လှုပ်ရှား၍ လက်ယပ်ခေါ်နေသကဲ့သို့ ဖြစ်သည်။

(၃) သားဥအိမ် (Ovary)

သားဥအိမ်သည် ဘယ်တစ်ဘက်၊ ညာ တစ်ဘက် သားအိမ်ပြွန်ထိပ်နှင့် မနီးမဝေးတွင် ရှိပါသည်။ သူ၏ တာဝန်မှာ ဥများ ဥပြီး သန္ဓေတည်ကာ ကိုယ်ဝန်အဖြစ် ရောက်လာရေးအတွက် ဥသည့် တာဝန်ကို ယူပါသည်။

သားဥသည် ဇီးသီးခန့် အရွယ်ရှိ၍ သားအိမ်ပြွန်၏ ဘယ်နှင့်ညာဘက်တွင် တစ်ခုစီရှိပါသည်။ မွေးစအရွယ်တွင် သုံးသိန်းမှ လေးသိန်းကျော်မျှ ပါရှိသော မ သားဥများ သားဥအိမ်ထဲတွင် ရှိပါသည်။

မွေးစမှ ဤသို့ပါရှိခဲ့သော သားဥများသည် အပျိုဖော်ဝင်သည့် အချိန် အထိ ငြိမ်သက်နားနေခဲ့ရာမှ အချိန်တန် အရွယ်ရောက် အပျိုဖြစ်လာ သောအခါ သားဥကလေးများ ကြွေကျပြီး သားဥ ဥခြင်းလုပ်ငန်း စပါ သည်။ အပျိုဖော်ဝင်စအချိန်မှစ၍ တစ်လတစ်ခါ လစဉ်မှန်မှန် မှည့် ပါသည်။ အပေါ်ဆုံးသားဥက စတင်မှည့်ပြီး တစ်ဥစီ တစ်ဥစီ အချိန် ရက်ပိုင်းအတွင်း တဖြည်းဖြည်းမှည့်ပြီး ကြွေကျပါသည်။ ကြွေမကျမီ မ သားဥ၏ ပတ်လည်တွင် အိတ်ကလေးသဖွယ် တည်ဆောက် ပေါ် ပေါက်လာရာ အရည်ကြည်တစ်မျိုး ထုတ်ပေးပါသည်။

ဤအရည်ကြည်သည် သားအိမ်အတွင်းပိုင်း မျက်နှာပြင်ရှိအသားနုနုကလေးများ ဓမ္မတာလာပြီးနောက် ထပ်မံပေါ်ပေါက် တည်ဆောက်လာရေးအတွက် အသုံးပြုပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လိင်စိတ်

"ဖရွိုက်"နှင့် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ စိတ်ပညာရှင်များက လိင်စိတ်သည် လူတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတွင် အဓိကကျသော စွမ်းအင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြပါသည်။

သတ္တမေဒသဘောအရ လူစိတ်အခြေခံ၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် အလွန်အရေးကြီးအကျိုးသက်ရောက်စေသော အစိတ်အပိုင်း ဖြစ်ပေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်....

(က) လူတိုင်း လူတိုင်းတွင် လိင်မီဇစိတ်လေးများ ရှိကြသည်။

(ခ) လိင်စိတ်သည် မျိုးဆက် ပြန့်ပွားရေးအတွက် လိုအပ်သော မီဇစိတ်ဖြစ်သည်။ သို့သော် မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေးလည်း ဖြစ်မြောက်စေလျက် ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေး အဆောက်အအုံကိုလည်း မထိခိုက်စေရန် လိင်စိတ်ကို အတိုင်းအတာဖြင့်

ချုပ်တည်းမှု ပြုလုပ်ရသည်။

(ဂ) လူ့အဖွဲ့ အစည်းက ယင်းသို့ လိင်စိတ်ကို ချုပ် တည်းသော်လည်း လူတိုင်း လူတိုင်းသည် သတ်မှတ်ထားသော အတိုင်း အတာအတွင်း လိင်စိတ်ကို ကျေနပ်ရအောင် ပြဿနာမရှိအောင် မည်ကဲ့သို့ ဆောင်ရွက်သင့်ကြောင်းကိုမူ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း၌ စနစ်တကျ သင်ကြားခြင်းမရှိ ဖြစ်နေသည်။

လိင်ကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ချုပ်ချယ်ထားခြစ်မှု မှန်သမျှကို ဆန့်ကျင်ပြီး လိင် လွတ်လပ်မှုကို ရှာခြင်းသည် တိုးတက်ခြင်း ရင့်ကျက်ခြင်း ဖြစ်သည်ဟု အချို့သူများက ယူဆနေကြပါသည်။

ယင်းကဲ့သို့ လိင်လွတ်လပ်မှု တော်လှန်ရေးတွင် အခြေ အနေ အမျိုးမျိုး ရှိကြသည်။ လိင်ဝတ္ထုများ၊ အပြာ စာပေများ၊ လိင် သင်တန်းများနှင့် အမျိုးသမီးတို့၏ အစွမ်းကုန် လွတ်လပ်မှုနှင့် ဖိုမ ဆက်ဆံရေးလွတ်လပ်မှုစသည်အထိ ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံး ဖခင်မဲ့ ကလေးမွေးဖွားခြင်းသည်ပင်လျှင် လက်ခံအပ်သော သဘာဝအဖြစ် တော်လှန်ကြသည့် တိုင်းပြည်များ ရှိကြလေသည်။

သို့သော် ယင်းကဲ့သို့ အယူအဆ ပြောင်းလဲမှုတို့သည် တိုးတက်မှုလော၊ လိင်ရင့်ကျက်မှုလော ဆိုသည့် ပြဿနာများ ရှိလာပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ရင့်ကျက်မှုဆိုသည်မှာ လူမှုကိစ္စများကို သာယာမှု အရှိဆုံးနှင့် ပြဿနာအနည်းဆုံး ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း အပေါ်တွင် အခြေခံရမည်သာ ဖြစ်သည်။ လိင်ရင့်ကျက်မှုဆိုရာ၌လည်း လိင်ကိစ္စနှင့်ပတ်သက်ပြီး သာယာမှုအများဆုံး ဖြစ်စေလျက် ဒုက္ခအနည်းဆုံး ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်မှုကို ခေါ်ရပေမည်။

ထို့ကြောင့် လိင်လွတ်လပ်မှုတိုင်းသည် လိင်ရင့်ကျက်မှု မဟုတ်ပါ။

လိင်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်လျှင် အမှားနှစ်မျိုးကို ပြုမှုတတ်ပါသည်။ ပထမအမျိုးမှာ လိင်ကိစ္စမှန်သမျှ လျှို့ဝှက်ဖွယ်အဖြစ် မြင်ခြင်းဖြစ်သည်။ လိင်ကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ဘာမျှမဆွေးနွေးရ၊ မပြောရ၊ သိဖို့မလိုဟူသော အယူအဆ မျိုးကြောင့် လိင်ကိစ္စ မှန်သမျှတွင် ကြောက်စိတ်၊ စိုးရိမ်စိတ် လွှမ်းမိုးခံရပြီး လိင်ပြဿနာ အခြေခံ ဖြစ်လာလေသည်။

ဒုတိယအမှားမှာ လွတ်လပ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ စီးပွားရေးနှင့် ကိုယ်ကျင့်တရားတို့ကို ကျော်လွန်ပြီး လိင်ကိစ္စကို ဦးစားပေးခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သာယာမှု ထက် ပြဿနာများကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

လိင်စိတ်ကို ရင့်ကျက်စေလိုလျှင် အထက်ဖော်ပြခဲ့သော အမှားနှစ်မျိုးကို ရှောင်ရပေမည်။

အတိုင်းအတာနှင့် ချုပ်ချယ်မှုအောက်တွင် သာယာ

မှု အဖြစ်ဆုံးသော လိင်စိတ်မျိုးကို ပညာပေး မွေးမြူရပါမည်။

လူငယ် လူရွယ်တို့၏ လိင်စိတ်ဓာတ်မှာ စွမ်းအင် အပြည့်အဝ ရှိသော်လည်း ထိန်းချုပ်မှုမရှိ။ ဆိုကျသော လမ်းကြောင်းကို မမြင်ကြချေ။ မိမိတွင် ခံစားလာရသော လိင်စိတ် ခံစားမှုများကို ရှုပ်ရှုပ်ထွေးထွေး စိတ်ဝင်စားမှုသာ ရှိနေကြသည်။

ပတ်ဝန်းကျင်သည် သူတို့၏ လိင်စိတ်ကို ထိန်းချုပ်ရန် လိုလာကြသည်။ အမျိုးမျိုး အဖုံဖုံသော ပညာပေးမှုများ ပြုကြသည်။ သို့သော် အများအားဖြင့် တစ်ဘက်စွန်းရောက်သော ပညာပေးမှုများသာ ဖြစ်သည်။

ဤအခြေအနေ၌ လူငယ်လူရွယ်တို့အတွက် သွားရာလမ်း သုံးမျိုးရှိနေတတ်သည်။

ပထမ ကံကောင်းထောက်မ၍ စနစ်တကျ ညွှန်ပြနိုင်သူနှင့်တွေ့လျှင် အခက်အခဲမရှိ လိင်ပြဿနာ ပြေလည်သွားနိုင်သည်။

ဒုတိယဖြစ်နိုင်သောအခြေအနေမှာ ပတ်ဝန်းကျင်၏ ချုပ်ချယ်မှု၊ တားဆီးမှုမှန်သမျှကို ဆန့်ကျင်ပြီး လိင်ကိစ္စစမ်းသပ်မှုများ ပြုကြမည်၊ သို့သော် ရင့်ကျက်မှုမရှိဘဲ တစ်ဘက်စွန်းရောက်သွားပြီး လိင်ကိစ္စ ပြဿနာများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြရတတ်သည်။

တတိယဖြစ်နိုင်သောအခြေအနေမှာ မိမိကိုယ်ကိုင်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပိဟ်ဖြေနည်း သုံးတတ်ကြခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

မိမိတစ်ဦးတည်း လိင်စိတ်ဆန္ဒဖြေခြင်းမှာ ရင့်ကျက်ခြင်း မဟုတ်

အသက်အပိုင်းအခြားအလိုက် လူပျိုအပျိုဝင်စတွင် အထက်ပါအတိုင်း ပြုမူလေ့ရှိကြသော်လည်း ကြီးဖန်များလာလျှင်လည်းကောင်း၊ အသက်ကြီးရင့်သည်အထိ ပြုလုပ်လာလျှင် လည်းကောင်း လိင်မရင့်ကျက်ခြင်းဟု ဆိုရပေမည်။

တစ်ဦးတည်း လိင်စိတ်ဆန္ဒ ဖြေလေ့ရှိသူများမှာ အပေါင်းအသင်း မဆန့်သူ၊ အတွင်းစွဲဆန့်သူ၊ စိတ်ကူးယဉ်သူများဖြစ်သည်။ လက်တွေ့တွင် အားနည်းသူ ဖြစ်သည်။ ဆုံးဖြတ်ရန် ခက်ခဲတက်ပြီး အများအားဖြင့် တစ်ယောက်တည်း စိတ်ပျက်အားငယ်နေတတ်သူမျိုး ဖြစ်သည်။

အချို့မှာ တစ်ဦးတည်း လိင်စိတ် ဖြေခြင်းကြောင့် ကြောက်စိတ် စိုးရိမ်စိတ် ဝင်နေတတ်ပြန်သည်။

အမှန်အားဖြင့် တစ်ဦးတည်း စိတ်ဖြေခြင်းကြောင့် စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေးတို့တွင် ထိခိုက်မှုမရှိနိုင်ပါ။ ဤကဲ့သို့ ပြုမူလေ့ရှိခြင်းသည် လိင်စိတ်မရင့်ကျက်မှုကို ပြနေပါသည်။

လိင်စိတ်နှင့် ပတ်သက်၍ အပြစ်မြင်စိတ် လွန်ကဲခြင်း၊ ဖိနှိပ်ချုပ်ချယ် ခံရလွန်းခြင်း စသည့် လိင်စိတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု

မဖြေလည်ဖြစ်လျှင် လိင်ကိစ္စ ချွတ်ယွင်းမှုများဖြစ်လာမည်မှာ သေချာပါသည်။

လိင်ကိစ္စချွတ်ယွင်းသည့်စိတ်ရောဂါများမှာ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းမှုတွင် အမြစ်တွယ်နေလေ့ရှိသဖြင့် ယင်းရောဂါများကို ကုသရာ၌ ခက်ခဲမှုများ ရှိတတ်လေသည်။

သို့သော် မိမိတို့သားသမီးများ လိင်စိတ်ရောဂါ ဖြစ်မည်ကို အလွန်အမင်း စိုးရိမ်ရန် မလိုပါ။

လိင်စိတ်ကိုအတိုင်းအတာ အတွင်း လွတ်လပ်မှုပေးပြီး ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဆွေးနွေးပညာပေးမှု ရှိပါက မည်သည့်အခါမှ လိင်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ချွတ်ယွင်းမည် မဟုတ်ပါ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သုက်၏သဘာဝ

သုက်သည် ဝှေးစေ့ အတွင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ဝှေးစေ့အတွင်းရှိ ကောက်ကွေ့သော ပြွန်များထဲတွင် သုက်ဖြစ်သည်။ ဖြစ်ပေါ်လာသော သုက်သည် ဝှေးစေ့နောက်ဘက်ရှိ သုက်ပြွန်များမှ တစ်ဆင့် ဆီးအိမ်အောက်အကျိတ် (Prostate Gland) အတွင်းသို့ ဝင်သည်။ ထို့နောက် သုက်လှောင်အိမ်မှလာသော ပြွန်နှင့်ပေါင်းစပ်ကာ သုက် လွှတ်ပြွန်အဖြစ်နှင့် ကျင်ချောင်းထဲသို့ ဝင်သွားသည်။

သုက်များထဲတွင် သုက်ကောင်များ ရှိနေသည်။ သုက်တစ်ကြိမ်ထွက်လျှင် သုက်ကောင်ရေသန်း ၂၀၀ ခန့် ပါဝင်သည်။ သုက်ကောင်ရေသန်း ၅၀ ထက်နည်းပါက သန္ဓေမအောင်နိုင်ဟု ပညာရှင်များက ဆိုသည်။

သုက်ကောင်များသည် လူပျိုပေါက်မတိုင်မီကပင် ဖြစ်ပေါ်ကြသော်လည်း ကြီးထွားမှု မရှိကြပေ။ အရွယ်ရောက်ပြီးမှသာ လျှင် (Testosterone) ဖိုဟိုမုန်းဓာတ်၏ လှုံ့ဆော်မှုကြောင့် ကြီးထွားလာကြသည်။ ကြီးထွားလာကြသောအခါ လျှင်မြန်စွာ လှုပ်ရှားသွားလာနိုင်ကြသည်။

သုက်ကောင်များသည် လူပျိုပေါက်အရွယ်မှ အိုမင်းသည့် အရွယ်တိုင် အမြဲ ဖြစ်ပေါ်နေသည်။ ထို့ကြောင့် အသက်ကြီးမှ အိမ်ထောင်ကျကြသော အဘိုးကြီးများသည်လည်း သန္ဓေသား အောင်နိုင်သော စွမ်းအင်ရှိကြသည်။

သုက်ကောင်၏ အရွယ်ပမာဏမှာ တစ်လက်မ၏ ၅၀၀ ပုံတစ်ပုံလောက်သာရှိသည်။ သုက်ကောင်တွင် ခေါင်းပိုင်း၊ ကိုယ်ပိုင်းနှင့် အမြီးပိုင်း စသည်ဖြင့် သုံးပိုင်းရှိသည်။ ခေါင်းပိုင်းသည် မမျိုးဥနှင့် ပေါင်းစပ်ပြီး သန္ဓေသား ဖြစ်စေသည်။ ကိုယ်ပိုင်းနှင့် အမြီးပိုင်းတို့ ပျောက်ကွယ်သွားသည်။

သုက်ကောင်များမှာ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ ဖိုမျိုးရိုးအင်္ဂါ (XY) ပါသော သုက်ကောင်နှင့် မမျိုးရိုးအင်္ဂါ (XX) ပါသော သုက်ကောင် စသည်ဖြင့် နှစ်မျိုးရှိသည်။ ဖိုမျိုးရိုး အင်္ဂါပါသော သုက်ကောင်နှင့် မမျိုးဥတို့ ပေါင်းစပ်ပါက ယောကျ်ားလေး မွေးဖွားနိုင်သည်။ မမျိုးရိုးအင်္ဂါပါသော သုက်ကောင်နှင့် မမျိုးဥတို့ ပေါင်းစပ်ပါက မိန်းကလေး မွေးဖွားနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် မိန်းကလေး ယောကျ်ားလေး မွေးဖွားရာ၌ ဖခင်၏ သုကကောင်သည်သာ အခရာဖြစ်သည်။

သုက်ပြွန်အတွင်း၌ သုက်ကောင်များနှင့် ဝှေးစေ့အထက်အင်္ဂါ (Epididymis) မှ ထွက်သော အရည်များနှင့် ရောလျက်ရှိသည်။ သုက်ပြွန်သည် ဆုံးခါနီး၌ အနည်းငယ်ကျယ်ဝန်းလာပြီး ထိုနေရာ၌ သုက်ကောင်များကို သိုလှောင်ထားသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဆီးအိမ်အောက်အကျိတ် (Prostate Gland)၏ အထက်တွင် သုက်လှောင်အိမ်ရှိသည်။ သုက်လှောင်အိမ်သည် သုက်ပြွန်နှင့် သီးခြားတည်ရှိသည်။ သုက်လှောင်အိမ်မှ ဆေးထန်းသော အကျိအချွဲများကို ထုတ်လုပ်ပေးသည်။ ထို့ကြောင့်သုက်တွင် အကျိအချွဲများ၊ အရည်များနှင့် သုက်ကောင်များ ရောထွေးပြီး လိင်စိတ် ထကြွမှု အဆုံးတွင် ထွက်လာကြသည်။

ဆီးအိမ်အောက် အကျိတ်ပြွန်များမှ သုက်ဖြစ်စေသော အရည်များ၊ အကျိအချွဲများ ထုတ်လုပ်ပေးသည်။ ထို့ပြင် ဤအကျိတ်မှ စပါမင်းနှင့် စပါမင်းဒင်းဓာတ်နှစ်ခုကို ထုတ်လုပ်ပေးပြန်သည်။ ထိုဓာတ်တို့သည် သုက်၏အနံ့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ မုဒိမ်းမှုစသည်တို့တွင် မိန်းမ အဝတ်အစားများ၌ စွန်းထင်းကျန်ခဲ့သော အရည်များကို ဓာတ်ခွဲကြည့်လျှင် သုက်ဟုတ် မဟုတ် သိနိုင်သည်။

သုက်၏အနံ့မှာ ညှီစို့စို့ အနံ့ရှိသည်။ အရောင်မှာ အဖြူရောင်ဖြစ်သည်။ သုက်တွင် ဆားဓာတ်၊ ဗိုက်တာမင် စီဓာတ်၊ သကြားဓာတ်နှင့် စပါမင်းနှင့် စပါမင်းဒင်းဓာတ်တို့ ပါဝင်သည်။ ဤဓာတ်များသည် သုက်ကောင်များကို ကြီးထွားစေသည်။ လှုပ်ရှားမှုကို အားပေးသည်။

သုက်လွှတ်သောအခါ ဆီးအိမ်အောက် အကျိတ် သုက်လှောင်အိမ်နှင့် ကျင်ချောင်းကို ကြွက်သားများက ဖျစ်ညှစ်လိုက်သဖြင့် သုက်များ ကျင်ချောင်းမှတစ်ဆင့် ထွက်လာကြသည်။ ထိုသို့ သုက်လွှတ်သောအခါ ဆီးအိမ်အဝရှိကျင်ချောင်းကို ကြွက်သားများက

ဖျစ်ညှစ်ပြီး ပိတ်ထားလိုက်သဖြင့် ဆီးမသွားနိုင်ဘဲ ဆီးသွားသောအခါလည်း သုက်မလွှတ်နိုင်ပါ။

ရှေ့ပြေးအရည်ကြည်နှင့် သုက် ခြားနားချက်

လိင်စိတ်ထကြွ၍ လိင်တံ တောင့်တင်းသောအခါ ရှေ့ပြေး အရည်ကြည်များ ထွက်လာကြလေသည်။ ဤအရည်ကြည်များသည် ကျင်ချောင်းအတွင်းရှိ အကျိတ်များမှ ထွက်လာကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤအရည်ကြည်များသည် လိင်ဆက်ဆံရာ၌ ချောမွေ့လွယ်ကူစေရန် ထွက်လာကြခြင်း ဖြစ်သည်။ အမျိုးသမီးများတွင်လည်း ဤသို့သော အရည်ကြည်များ ထွက်သည်။ ရှေးဦးစွာ ပွတ်သပ် ချော့မြူသောအခါ အရည်ကြည်များ ထွက်လာစမြဲဖြစ်သည်။ အရည်ကြည်များ မထွက်ပါက လိင်ဆက်ဆံရာ၌ ခက်ခဲစေသည်။ ဤအရည်ကြည်များသည် သုက်မဟုတ်ပါ။ သုက်ဆိုသည်မှာ လိင်ဆက်ဆံနေရင်း စိတ်ဆန္ဒအထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်သောအခါ ထွက်လာသော ပျစ်ချွဲချွဲ အရည်ဖြူများသာ ဖြစ်သည်။

သုက်များသည် မိန်းမတစ်ဦးနှင့် လိင်ဆက်ဆံရာ၌ဖြစ်စေ၊ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျော်ရာ၌ ဖြစ်စေ ထွက်လာတတ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပွတ်သပ်ချော့မြှူခြင်း

လိင်ကျေနပ်မှုရရန် ပြုလုပ်ရသော ကိစ္စများတွင် ပွတ်သပ် ချော့မြှူခြင်းသည် မပါမဖြစ်သော ကိစ္စပင် ဖြစ်သည်။ ပွတ်သပ် ချော့မြှူမှသာ ရှေးဦးစွာ စိတ်ကျေနပ်မှု ရပါသည်။ ပွတ်သပ် ချော့မြှူမှသာ လိင်အင်္ဂါများမှ အရည်ကြည်များ ထွက်လာကြပြီး ဆက်ဆံမှုအတွက် အဆင့်သင့် ဖြစ်လာပေမည်။ လွယ်ကူလာပေမည်။

လိင်စိတ်ကုန်ခမ်းနေသူမများသည် ပွတ်သပ် ချော့မြှူခြင်းကို ပို၍ လုပ်သင့်သည်။ ပွတ်သပ် ချော့မြှူလိုက်လျှင် လိင်စိတ်များ နိုးကြားလာပေမည်။ များများ ချော့မြှူလေ နိုးကြားလေ ဖြစ်သည်။ လိင်စိတ် နိုးကြားနေမှသာ ကျေနပ်မှုအထွတ်အထိပ် (Orgasm) ရရှိနိုင်ပါသည်။ ယောကျ်ားများသည် လိင်စိတ် လွယ်ကူစွာ နိုးကြားလေ့ရှိသည်။ မိန်းမများသည် လွယ်ကူစွာ နိုးကြားလေ့ မရှိပါ။ ထို့ကြောင့် ပွတ်သပ် ချော့မြှူခြင်းကို မိန်းမများ၌ ပို၍ လုပ်သင့်သည်။

သို့ရာတွင် ယောကျ်ားများကို ပွတ်သပ်ချော့မြှူခြင်း မပြုလုပ်ရဟု မဆိုပါ။ ယောကျ်ားများကိုလည်း မိန်းမများက ချော့

မြှူရန် လိုပါသည်။ ပွတ်သပ် ချော့မြှူခြင်းသည် လိင်ဆက်ဆံရန် အစပျိုးခြင်းသာ ဖြစ်၍ လင်မယားအချင်းချင်း ရှက်စရာ မလိုပေ။

ပွတ်သပ် ချော့မြှူရမည့် အင်္ဂါများ

• ယောကျ်ားက မိန်းမ၏ တစ်ကိုယ်လုံးရှိ အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများကို ပွတ်သပ် ချော့မြှူနိုင်သည်။ မိန်းမ၏ ဦးခေါင်းမှ ခြေ ထောက်အထိ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများသည် လိင်စေ့ဆော်ရာ၌ ထိရောက် မှုရှိသည်။ သို့ရာတွင် အောက်ပါ အစိတ်အပိုင်းများသည် ပို၍ ထိရောက် မှုရှိသည်။

(၁) ပါး (၂) နှုတ်ခမ်း
(၃) လျှာ (၄) လည်ပင်း
(၅) ရင်သား (၆) မိန်းမကိုယ်
(၇) မလိင်စေ့ (၈) ဆီးခုံ
(၉) မိန်းမကိုယ်နှုတ်ခမ်းလေး (အတွင်းနှုတ်ခမ်း)
(၁၀) မိန်းမကိုယ်နှုတ်ခမ်းကြီး (အပြင်နှုတ်ခမ်း)
(၁၁) မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်း
(၁၂) ပေါင်အတွင်းပိုင်း
(၁၃) တင်ပါးဆုံ

မိန်းမဖြစ်သူကလည်း ယောကျ်ား၏ တစ်ကိုယ်လုံးကို ပွတ်သပ် ချော့မြှူနိုင်သည်။ သို့ရာတွင် အောက်ပါ အစိတ်အပိုင်းများသည် ပို၍ထိရောက်မှုရှိသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

(၁) ပါး (၂) နှုတ်ခမ်း
(၂) လျှာ (၃) လည်ပင်း
(၅) ပန်းတံ (၆) ပန်းတံထိပ်ဖူး
(၇) ဇာစေ့ (၈) ပေါင်အတွင်းပိုင်း

ပွတ်သပ်ချော့မြှူခြင်းမပြုမီ ယောက်ျားရောမိန်းမပါ သန့်သန့် ရှင်းရှင်း ရှိနေရန် လိုပါသည်။ အမွှေးအကြိုင်များနှင့် သာယာသော ဂီတသံများသည်လည်း လိင်စိတ်ကိုနိုးကြားစေသည်။ လွတ်လပ်သန့်ရှင်းသော နေရာများ၌ ပွတ်သပ်ချော့မြှူပါက ပို၍ထိရောက်နေလသည်။ စိုးရိမ်ထိတ်လန့်ရသော နေရာများ၊ မသန့်ရှင်းသောနေရာများ၌ ချော့မြှူပါက ထိရောက်မှု မရှိလှချေ။

ပွတ်သပ်ချော့မြှူရာ၌ညင်ညင်သာသာ ပြုလုပ်ရန်လိုပါသည်။ အကြမ်းဖက်ခြင်း မပြုသင့်။ ညင်ညင်သာသာ ပွတ်သပ်မှသာ နူးညံ့သော အတွေ့ကို ခံစားရပြီး လိင်စိတ်နိုးကြားလာပေမည်။ အကြမ်းပတမ်း ကိုင်တွယ်ပွတ်သပ်ပါက နာကျင်မှုရှိရုံမက ကြောက်ရွံ့သွားတတ်ပေသည်။

အရေးကြီးသည်မှာ နှစ်ဦးနှစ်ဝ စိတ်ချမ်းသာစေရန်ဖြစ်သည်။ နှစ်ဦးစလုံး နှစ်သက်သည့် အစိတ်အပိုင်းများကို နှစ်ဦး ကျေနပ်သည့် အတိုင်းအတာအထိသာ ပွတ်သပ်ချော့မြှူသင့်သည်။

နှစ်ဦးကျေနပ်ပါက လိင်အင်္ဂါချင်း ဖြစ်စေ၊ လိင်အင်္ဂါနှင့် လက်နှင့်ဖြစ်စေ၊ ပါးစပ်နှင့်ဖြစ်စေ ချော့မြှူနိုင်သည်။

မှတ်ချက် ။ ။ ပါးစပ်နှင့် ချော့မြှူရာ၌ လိင်ဆက်ဆံသည့် အဆင့်သို့ မသွားတော့ဘဲ ပါးစပ်နှင့် လိင် ကျေနပ်မှု ရသည့်အထိ ပြုလုပ်ပါက လိင်ဖောက်ပြန်မှုဖြစ်သည်။ လိင်ရောဂါဟု သတ်မှတ်ကြပါသည်။ ပါးစပ်နှင့် ချော့မြှူပြီး လိင်အင်္ဂါချင်း ဆက်ဆံသည့်အဆင့်အထိ သွားပါမှ ပုံမှန် (Normal)ဖြစ်သည်။

လိင်ဆက်ဆံသည့်နည်း

အထူးရေးသားရန် မလိုပါ။ ကြားဖူးနားဝဖြင့်လည်းကောင်း၊ သူ့အလိုလို လည်းကောင်း လူတို့သည် လိင်ဆက်ဆံ တတ်ပါသည်။

သို့သော် နှစ်ဦးနှစ်ဝ နှစ်သက်သည့် နည်း၊ သို့မဟုတ် နှစ်ဦးစလုံး ကျေနပ်မှု အထွတ် အထိပ် ရစေသည့်နည်းဖြစ်ပါက ပို၍ကောင်းပါသည်။

ထို့ပြင် ခန္ဓာဗေဒအရ ယောက်ျား၏ လိင်တံသည် မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်းအတွင်းသို့ အဆုံးအထိ ဝင်နိုင်သည့်နည်းသည် ပို၍ကောင်းသည်မှာ ယုံမှားစရာမရှိပါ။

နှစ်ဦးစလုံး၏ အနေ အထားမှာလည်း သက်တောင့်သက်သာ ရှိဖို့ လိုပါသည်။

နှစ်ဦးစလုံးသည် ဖြစ်နိုင်ပါက အဝတ်အစား မဝတ်သင့်ပါ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပုံစံတစ်ခု ရိုးလာလျှင် အခြားပုံစံ တစ်မျိုးသို့ ကူးပြောင်းသင့်သည်။

လိင်ကျေနပ်မှု အထွတ်အထိပ် (Orgasm)

ပွတ်သပ်ချော့မြူခြင်း၊ သန့်ရှင်းလွတ်လပ်သည့် နေရာတွင် စိတ်ကြိုက်ပုံစံဖြင့် ဆက်ဆံရခြင်း၊ မိန်းမ၏ ကြည်ဖြူမှုရခြင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း စသည့်အကြောင်းတို့ကြောင့် ယောက်ျားများသည် လိင်ဆက်ဆံသည့်အခါတိုင်း ကျေနပ်မှုအထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်တတ်ကြပါသည်။

မိန်းမများအနေနှင့် ပွတ်သပ် ချော့မြူခြင်းများများ အချိန်များများ ကြာကြာ ပြုလုပ်ပါမှ စိတ်ထကြွလာပြီး လိင်ဆက်ဆံသည့် အခါ ကျေနပ်မှု အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ကြသည်။ သို့သော် အချို့ မိန်းမများသည် အိမ်ထောင်သက်သာကြာလာသည်၊ တစ်ကြိမ်မျှ ကျေနပ်မှု အထွတ်အထိပ်သို့ မရောက်သည် သည်းရှိသည်။ ထိုသို့ ဖြစ်ရခြင်းမှာ လိင်စိတ် ကုန်ခမ်းခြင်း၊ စိတ်မဝင်စားခြင်း၊ ပွတ်သပ်ချော့မြူမှု နည်းခြင်း၊ စိတ်ကြိုက်ပုံစံ မဟုတ်ခြင်း၊ ရှက်ကြောက်စိုးရိမ်ခြင်း၊ မလွတ်လပ်ခြင်း၊ မိန်းမကိုယ်တွင် ရောဂါရှိခြင်း၊ ဆက်ဆံသည့် အချိန် အလွန်တိုတောင်းခြင်း၊ စောစော သုက်လွှတ်ခြင်း စသည်တို့ကြောင့် ဖြစ်လေသည်။ ထို့ကြောင့် လိင်ဆက်ဆံခြင်းသည် လွယ်ကူသော အလုပ်တစ်ခုဟု ယူဆကြသော်လည်း စင်စစ် နှစ်ဦးနှစ်ဝ ကျေနပ်မှု ရသည်အထိ ဆက် ဆံမည်ဆိုပါက ပညာပါသော အလုပ်တစ်ခု (ဝါ) အနုပညာ (Art) တစ်ခု ဖြစ်လေသည်။

ကျေနပ်မှုရရှိစေရန် နှစ်ဦးစလုံး ကြိုးစားမှ ဖြစ်မည်။ တစ်ဦးတည်း ကြိုးစားလျှင် တစ်ဦးတည်းသာ ကျေနပ်မှုရပေမည်။

နှစ်ဦးစလုံး ကျေနပ်မှုရသော လိင် ဆက်ဆံခြင်း အတွက် အခွင့်ပါယ်ရှိပြီး အိမ်ထောင်ချမ်းသာကို ရရှိနိုင်သည်။ သို့မှသာ စိတ်ချမ်းသာကြပြီး ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်ပေမည်။ အိမ်ထောင်ချမ်းသာကိုရမှသာ လင်မယားသံယောဇဉ် ပိုမိုကြီးမားမည်။ သံယောဇဉ်ကြီးမားလျှင် အိမ်ထောင်ရေး အဆင်ပြေလာမည်။ ကျွန်တော် ယခုကဲ့သို့ ဖိုမ စိတ်ပညာစာအုပ် ရေးသားခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ဖိုမ ဆက်ဆံရေးမှ စိတ်ချမ်းသာမှုရကြပြီး အိမ်ထောင်ရေး အဆင်ပြေစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

ကျေနပ်မှုအထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်သောအခါ

ကျေနပ်မှုအထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ခါနီးတွင် လိင်အင်္ဂါချင်း ဆက်ဆံမှုမြန်လာပြီး အသက်ရှူနှုန်းနှင့် နှလုံးခုန်နှုန်း မြန်လာသည်။ ထို့နောက် လှုပ်ရှားမှုမှာ မြန်သည်ထက် မြန်လာပြီး ကျင်ချောင်း အတွင်းမှ သုက်သွေး ပန်းထွက်သွားလေသည်။ တစ်ကိုယ်လုံးမှ အသားများ တောင့်တင်းသွားပြီး မိန်းမဖြစ်သူကို တင်းကျပ်စွာ ဖက်ထားလေသည်။ ထို့နောက်မှ တဖြည်းဖြည်း ပျော့ခွေသွားပြီး အသက်ရှူ ပုံမှန် ဖြစ်လာသည်။ ဤနည်းမှာ ယောက်ျား၏ ကျေနပ်မှု အထွတ်အထိပ် ရောက်ပုံ ဖြစ်သည်။ စိတ်ထဲတွင် အလွန်ကျေနပ် နှစ်သိမ့်မှုကို ခံစားရလေသည်။ ဤအရသာမှာ အခြားအရသာများနှင့် မတူပါ။ နွဲ့လမ်းစေ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သော သတ္တိလည်း ရှိပါသည်။

မိန်းမများတွင်လည်း ကျေနပ်မှု အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ခါနီးလျှင် လှုပ်ရှားမှု မြန်ဆန်လာသည်။ (အကယ်၍ မိန်းမက ဆက်ဆံမှုကိုဦးဆောင်ပါက ဤအချက်ကို ထင်ရှားစွာ တွေ့နိုင်သည်။) အသက်ရှူနှုန်းနှင့် နှလုံးခုန်နှုန်းများလည်း မြန်လာပြီး မိန်းမကိုယ်လိုဏ်ခေါင်း အတွင်းမှ အရည်များ ထွက်လာခြင်းဖြင့် အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်သွားသည်။ မိန်းမ၏ တစ်ကိုယ်လုံး တောင့်တင်းသွားပြီး ပါးစပ်မှ ညည်းတွားကာ ယောက်ျားကို တင်းကျပ်စွာ ဖက်ထားလေသည်။ ထို့နောက်မှ တဖြည်းဖြည်း ပျော့ခွေသွားလေသည်။

နားနေနည်းများ

ဆက်ဆံမှု အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ကြပြီးနောက် သက်တောင့်သက်သာ နားနေသင့်သည်။ အမောဖြေ သင့်သည်။ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ကြင်နာသော ချစ်ခင်သော အမူအရာများပြကြ၍ ကျေနပ်မှုကို ပြသင့်သည်။

ကျေနပ်မှုကို ပြသမှသာ နှစ်ဦးနှစ်ဝ စိတ်ချမ်းသာနိုင်ပေသည်။

ဆက်ဆံပြီးသည်နှင့် မိန်းမကို ပစ်ပယ်ထားခြင်း မပြုသင့်ပေ။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သည်ဟု မိန်းမက အထင်လွဲသွားတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် အသာအယာ နမ်းရှုပ်၍ ဖက်ပြီး အိပ်စက်သင့်သည်။

သားသမီးစီမံကိန်းရေးဆွဲခြင်း

လိင်ဆက်ဆံရာမှ သန္ဓေ တည်လာပြီး ကလေးရတတ်ပါသည်။ သို့သော် အကြောင်းအမျိုးမျိုးတိုက်ဆိုင်မှသာ ကလေးရနိုင်ပါ၏။ မည်သို့ဆိုစေ အိမ်ထောင်မပြုမီ လိင်ဆက်ဆံခြင်း မပြုသင့်ပေ။ လိင်ဆက်ဆံရာမှ မတော်တဆ ကိုယ်ဝန်ရခဲ့သော် ပြဿနာ အမျိုးမျိုး ဖြစ်လာတတ်သည်။ ဤအချက်ကို အမျိုးသမီးတိုင်း အထူးသတိထားအပ်ပေသည်။ ယောက်ျားလေးက မည်မျှပင်အဆွယ်ကောင်းပါစေ၊ ဤကိစ္စကိုမလိုက်လျောသင့်ပေ။ တကယ်ချစ်ခင်လျှင် လက်ထပ်ပြီးမှသာ ပျော်ပျော်ပါးပါး ဆက်ဆံကြရန် ပြောပြသင့်သည်။

လက်ထပ်ပြီး၍ လိင်ဆက်ဆံကြရာတွင် သားသမီးဦးရေကန့်သတ်ချက်ထားပြီး ဆက်ဆံသင့်လေသည်။ ယနေ့ကမ္ဘာတွင် လူဦးရေတဟုန်ထိုး တိုးတက်နေသည်။ လူဦးရေများလာသည်နှင့် အမှုစားဝတ်နေရေးတို့ ခက်ခဲလာပြီး ပြဿနာများ ဖြစ်တတ်လေသည်။

ထို့ထက် ပိုမို၍ အရေးကြီးသည်မှာ အိမ်ထောင်စု တစ်စုအတွင်း လူဦးရေကန့်သတ်ထားရန် ဖြစ်သည်။ မိဘက ချမ်းသာ၍ သားသမီးများသည်က အရေးမကြီး။ မိဘက ဆင်းရဲပြီး သားသမီးများနေလျှင် ဒုက္ခမျိုးစုံ တွေ့တတ်သည်။ ထိုသို့ဖြစ်လျှင် မိဘအတွက်လည်း မကောင်း၊ သားသမီးအတွက်လည်း မကောင်း။

ထို့ကြောင့် လက်ထပ်ပြီးသည်နှင့် သားသမီး စီမံကိန်း ရေးဆွဲသင့်လေသည်။ သားသမီးစီမံကိန်း ရေးဆွဲသည်ဆိုသည်မှာ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သားသမီး ဘယ်မျှထိ ယူမည်ဟု စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ လက်ထပ်ပြီးစ ဇနီးမောင်နှံသည် အလုပ်မရသေး၍ ငွေကြေး မပြည့်စုံသောအခါ၊ တစ်ဦးဦးက ဘွဲ့မရသေးဘဲ ကျောင်းနေစဉ်အခါ၊ အသက်ငယ်သေး၍ သားသမီးတာဝန် မထမ်းဆောင်နိုင်သေးသောအခါစသည်တို့သည် သားသမီးယူသင့် မယူသင့် အထူးစဉ်းစားသင့်သည်။ ကျွန်တော့်အနေနှင့် အကြံပေးရပါမူ သားသမီး မယူသင့်ဟု အကြံပေးချင်သည်။

သို့သော် လက်ထပ်ပြီး ဇနီးမောင်နှံဖြစ်၍ လိင်ဆက်ဆံမှုကို ပြုလုပ်သင့်ကြပေသည်။ ဆက်ဆံလျှင်လည်း သားသမီး ရနိုင်သည်။ ထိုအခါ မည်သို့ပြုလုပ်ကြမည်နည်း။

ကလေးခြားစေသည့်နည်းများ

အဖြေမှာ လွယ်ကူပါသည်။ ပထမဦးစွာ စိတ်ချရသော ရက်များကိုတွက်၍ ဆက်ဆံပါ။ စိတ်ချရသော ရက်တွက်နည်းကို တစ်နေရာတွင် ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤနည်းတွင် ရာသီလာသည့်ရက်များကို အမျိုးသမီးက ကောင်းမွန်စွာ မှတ်မိရန်လိုသည်။ ရက်အတွက်များပါက စိတ်မချရဘဲ ကလေးရနိုင်သည်။

ယောကျ်ားများတွင် ပြုလုပ်နည်း

(၁) လိင်ဆက်ဆံရာတွင် Condom ခေါ် လိင်တံစွပ် ကြွက်ပေါင်(F.L.)ကို သုံးခြင်း။

လိင်တံစွပ် ကြွက်ပေါင်ကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် သုက်ရည်တို့သည် မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်းအတွင်း မဝင်ရောက်နိုင်သဖြင့် ဘယ်နည်းနှင့်မျှ သားသမီး မရနိုင်ပေ။ လိင်တံစွပ်ကြွက်ပေါင်ကို အသုံးပြုခြင်းကြောင့် လိင်ဆက်ဆံသည့် အရသာကို မထိခိုက်နိုင်ပါ။ နောင်အကျင့်ပါလာလျှင် လိင်တံစွပ် ကြွက်ပေါင်ကို အသုံးပြုသည်က ပို၍ အရသာရှိသည်ဟု ထင်တတ်လာသည်။ ကြွက်ပေါင်မှာ အကောင်းစားဖြစ်ပါက ပို၍ကောင်းသည်။ ကြွက်ပေါင်ကို အသုံးပြုရာ၌လည်း ခက်ခက်ခဲခဲ မရှိပါ။ လွယ်ကူသော အလုပ်တစ်ခုသာ ဖြစ်သည်။

(၂) လိင်ဆက်ဆံ၍ ပြီးခါနီးတွင် (ဝါ) အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ခါနီးတွင် မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်းအတွင်း၌ သုက်မလွှတ်ဘဲ လိင်တံကို အပြင်သို့ ထုတ်၍ သုက်လွှတ်ခြင်း (Coitus Interruptus)။

ဤနည်းသည် သားသမီးမရနိုင်သော်လည်း လိင်ဆက်ဆံရာ၌ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေသဖြင့် မကောင်းပါ။ ကြွက်ပေါင်ကို အသုံးပြုသည့် နည်းကမူ လိင်ဆက်ဆံမှုကို အနှောင့်အယှက် မဖြစ်စေဘဲ ကျေနပ်မှုကိုရနိုင်သည်။ ထို့ပြင် အမျိုးသမီးများ အနေနှင့်လည်း အရသာ ပျက်ပြယ်သွားသဖြင့် ကျေနပ် နှစ်သက်မည် မဟုတ်ပေ။

(၃) သုက်လွှတ်ကြောကိုဖြတ်ခြင်း၊ ထုံးခြင်း။

ဤနည်းမှာ လွယ်ကူသော ခွဲစိတ်မှုဖြစ်သော်လည်း အစိုးရက ပိတ်ပင်ထားခြင်း၊ အကြောဖြတ်ပြီးလျှင် ဘယ်တော့မှ သားသမီး မရနိုင်ခြင်းစသည့် အပြစ်များရှိသဖြင့် မကောင်းသောနည်းလမ်း

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။ ချည်နှောင်၍ထုံးရုံထုံးထားလျှင် သားသမီးလိုချင်သည့်အခါ ပြန်၍ ဖြည်နိုင်သည်။

အထက်ပါနည်းများတွင် F.L. ကြက်ပေါင်စွပ်ကို အသုံးပြုသည့်နည်းလမ်းသည်သာ အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်သည်။ ငွေကြေးအနည်းငယ်ကုန်ကျရုံမှတစ်ပါး အခြားအပြစ်များ မရှိပေ။ လွယ်ကူသော အလုပ်တစ်ခုဖြစ်၍စမ်းသပ်သင့်သော နည်းဖြစ်သည်။

မိန်းမများတွင် ပြုလုပ်နည်း

လိင်ဆက်ဆံသောအခါယောကျ်ား၏ သုက်ရည်မှ သုက်ကောင်(မျိုးကောင်)သည် မမျိုးဥနှင့်မတွေ့မိအောင်ပြုလုပ်ပေးရမည်။ ပြုလုပ်နည်းများမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်သည်...

(၁) လိင်ဆက်ဆံပြီးလျှင် ပြီးချင်း မိန်းမကိုယ်လိုဏ်ခေါင်းကို ရေဆေးပစ်ရမည်။ ဤနည်းသည် လွယ်ကူသောနည်းဖြစ်သည်။ မိန်းမကိုယ်လည်း သန့်ရှင်းစေသည်။ သုက်ရည်များ ထွက်ကျလာသဖြင့် ကလေးလည်း မရနိုင်တော့ပေ။ နိုင်ငံခြားတွင် ရေဆေးသည့် ကိရိယာရှိသည်။ လက်နှင့်ဆေး၍ သုက်ရည် အနည်းငယ်ကျန်ခဲ့လျှင် ရာနှုန်းပြည့် စိတ်မချရတော့ပေ။

(၂) လိင်ဆက်ဆံခါနီးတွင် သုက်သေစေသည့် သုက်သတ်ဆေးများ မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်းအတွင်း ထည့်ထားခြင်း။

* သုက်သတ်ဆေး (Spermatoctides) ကို ဆေးနှင့်

အတူ ပါလာသော ကိရိယာနှင့် မိန်းမကိုယ်အတွင်း ထည့်ထားပါက သုက်ကောင်များ သေဆုံးကုန်သဖြင့် ကလေးမရနိုင်တော့ပါ။ ဤနည်းမှာ အနည်းငယ် လက်ဝင်သောနည်းဖြစ်သည်။

(၃) သုက်များ သားအိမ်အတွင်းသို့ မဝင်နိုင်ရန် သားအိမ်ခေါင်းထိပ်ဝကို ပိတ်ထားခြင်း။

(Uterine Cap.)ခေါ် ကိရိယာဖြင့် သားအိမ်ခေါင်း အဝကို ပိတ်ထားပါက ကလေးမရနိုင်ပါ။ သို့သော် ဤနည်းကပို၍ ကပိုကထများသည်။ မိန်းမများ ကြိုက်မည်မဟုတ်ချေ။

(၄) ဟိုမုန်းပါသော ပဋိသန္ဓေဆေးများ

သန္ဓေ တားဆေးများသည်လည်း မှန်မှန်စားက အလွန် စိတ်ချရသော ဆေးများဖြစ်သည်။ အလွယ်တကူနှင့်လည်း ဝယ်ရပါသည်။ သန္ဓေခြားဆေးများကို အသည်းရောင်ရောဂါရှိသူများနှင့် သွေးကြောရောဂါရှိသူများ မစားရ၊ အန္တရာယ် ဖြစ်တတ်သည်။

သန္ဓေခြားဆေးများမှာ...

(1)Concovid-E (2)Anavular-21 (3)Cynovula-21

စားရန်အညွှန်း

အများအားဖြင့် မီးယပ်လာပြီး (၅)ရက်မြောက်နေ့တွင် စတင်၍ စားရသည်။ အရက် (၂၀) သို့မဟုတ် (၂၁)ရက် ဆက်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တိုက်စားရသည်။ တချို့ဆေးများမှာ မီးယပ်လာသည့် ပထမနေ့မှစ၍ စားရသည်။ ဆေးအမျိုးအစားကို လိုက်၍ အညွှန်းအတိုင်းစားပါ။

ဆေးစားစဉ် သတိထားရမည့် အချက်များ

ဆေးစားနေစဉ်အတွင်း ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ သွေးကြော ရောင်ခြင်း၊ အသားဝါခြင်း စသည်ဖြင့် တစ်ခုခု ဖြစ်လာပါက ဆေးကို ချက်ချင်း ရပ်စဲပစ်ရမည်။

(၅) သားအိမ်ထဲတွင် သန္ဓေခြား ကိရိယာများ ထည့်ထားခြင်း

Loop ခေါ် သန္ဓေခြား ကိရိယာလေးများကို သားအိမ်ထဲ ထည့်ထားခြင်းဖြင့် သန္ဓေခြားနိုင်သည်။ ဤကိရိယာလေးများကို အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ကျယ်ပြန့်စွာ အသုံးပြုကြသည်။ ကိရိယာကလေးများသည် တစ်ခါထည့်ထားရုံမျှနှင့် တစ်သက်လုံး သန္ဓေမခြားချေ။ အများအားဖြင့် (၆)လလျှင် တစ်ကြိမ်ခန့် ကိရိယာအသစ် လဲပေးရသည်။

(၆) သားအိမ်ပြွန်ကို ချည်နှောင်ထားခြင်း(သို့မဟုတ်) ဖြတ်ပစ်ခြင်း

သားအိမ်ပြွန်များကို ချည်နှောင်ခြင်း၊ ဖြတ်ပစ်ခြင်းတို့သည် နောက်ဆုံးနည်းပင် ဖြစ်သည်။ ဤနည်းမှာ ခွဲစိတ်ရသောနည်း ဖြစ်၍ အစိုးရက တရားဝင်ခွင့်ပြုမှသာ ပြုလုပ်နိုင်သည်။ မိမိတွင် သားသမီးများနေပြီး စိတ်ရောဂါ စသော ရောဂါတစ်ခုခု ရနေပါက သက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကြီးများထံ ဤသို့ ခွဲစိတ်ပေးရန် လျှောက်ထားနိုင်

သည်။

မြုံခြင်း(Infertility)

လက်ထပ်ပြီး မိန်းမများသည် အများအားဖြင့် ကလေးလိုချင်ကြသည်။ အကယ်၍ ကလေးမရဘဲ မြုံနေပါက ရှက်ခြင်း၊ စိုးရိမ်ခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း တစ်ခုခု ခံစားရသည်။ မြုံသော မိန်းမ များကို အကဲခတ်ကြည့်လျှင် စိတ်သောက ခံစားနေရကြောင်း တွေ့ရတတ်သည်။ တချို့မှာ ကိုယ်ဝန်ရှိသကဲ့သို့ ခံစားရသည်။ ၎င်းကို (**Pseudocyesis**) ဟု ခေါ်သည်။ တကယ်ကလေးရသကဲ့သို့ မီးယပ်မလာခြင်း၊ ဗိုက်ထွက်ခြင်း၊ ရင်သားများ ကြီးခြင်းနှင့် ကလေးလှုပ်ခြင်း၊ ဗိုက်နာခြင်း စသည်တို့ပင် ခံစားရသည်။

ကိုယ်ဝန်အစစ်ဟုတ်မဟုတ် သိနိုင်ရန် အလွယ်ကူဆုံး စမ်းသပ်နည်းမှာ မေ့ဆေး အနည်းငယ်ထိုး၍ စမ်းသပ်ရန် ဖြစ်သည်။ မေ့ဆေးထိုး၍ မေ့သွားသောအခါ ကိုယ်ဝန်လက္ခဏာများ အားလုံး ပျောက်ကွယ်သွားလေသည်။

လက်ထပ်ပြီး အိမ်ထောင်ရှင်များအနေနှင့် ကလေးရယူချင်ကြသော်လည်း "မနုဿတ္တဘာဝေါ ဒုလ္လဘော" ကို သတိရရန် လိုသည်။ မိဘ၏ကံ၊ သားသမီး၏ ကံ စသည်တို့ကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုသည်။ စင်စစ် သားသမီးရရန် (ဝါ) သန္ဓေတည်ရန်မှာ အလွန်ကြုံကြိုက်ခဲသော အလုပ်တစ်ခုဖြစ်သည်။

သန္ဓေတည်ရန် အောက်ပါအချက် (၅)ချက် ပြည့်စုံ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ရန် လိုအပ်ပါသည်...

၁။ ဖခင်၏ သုက်ရည်၏ ပမာဏသည် အနည်းဆုံး လက်ဖက်ရည်ဇွန်း တစ်ဇွန်းစာလောက် ရှိရမည်။ သုက်ရည်တွင် သုက်ကောင်ရေ သန်း (၂၀၀)မှ သန်း (၃၀၀)ခန့်အထိ ပါရှိရမည်။ ထို့ထက် နည်းပါက သားသမီးရရန် မလွယ်ပါ။ သုက်ကောင်များသည် ကျန်းမာသန်စွမ်းရမည်။ မိန်းမတွင်လည်း မမျိုးဥ မှန်မှန် ကြွေရမည်။

၂။ သုက်ကောင်သည် မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်းမှ တစ်ဆင့် သားအိမ်ခေါင်း၊ သားအိမ်တို့ကိုဖြတ်၍ သားအိမ်ပြွန် အကျယ်ပိုင်းသို့ သွားနိုင်ရမည်။ မမျိုးဥသည်လည်း သားဥအိမ်မှ သားအိမ်ပြွန် အကျယ်သို့ လာနိုင်ရမည်။

၃။ သုက်ကောင်နှင့် မမျိုးဥသည် သားအိမ်ပြွန် အကျယ်ပိုင်းတွင် တွေ့ဆုံပေါင်းစည်းရမည်။ မမျိုးဥသည် သားအိမ်ပြွန်သို့ ရောက်ရန် တစ်ရက်ကြာသည်။ ထို့ကြောင့် မမျိုးဥကြွေပြီး နောက် တစ်နေ့တွင် ဆက်ဆံပါက အလွယ်တကူ တွေ့ကြပေမည်။ သို့သော် မမျိုးဥ ကြွေသည့်ရက်ကို အတိအကျ မသိနိုင်သဖြင့် ခန့်မှန်း၍ ဆက်ဆံကြရပေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ နေ့စဉ်ဆက်ဆံပါက သုက်ရည် ပမာဏ နည်းသွားနိုင်သည်။ နေ့စဉ် မဆက်ဆံပါကလည်း မျိုးဥတည်သည့်ရက်နှင့် လွဲသွားနိုင်သဖြင့် သန္ဓေတည်ရန် မလွယ်။

၄။ အောင်မြင်သော သန္ဓေဥသည် သားအိမ်ပြွန်မှ သားအိမ်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်၍ သားအိမ်အမြှေးပါးတွင် တွယ်ကပ်ကြီးထွားရမည်။ ထို့ကြောင့် သားအိမ် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရန် အထူး လိုအပ်သည်။

၅။ သန္ဓေတည်စတွင် အပြင်းဖျားခြင်း၊ ဗိုက်ကိုခိုက်မိခြင်း၊ ချော်လဲခြင်း၊ သွေးသွန်ခြင်း၊ ကိုနိုင်စသော ဆေးများစားခြင်း စသည်တို့ မဖြစ်စေရ။ တစ်နည်းအားဖြင့် သန္ဓေပျက်စေသော အကြောင်းတရားတို့ လုံးဝ မရှိစေရ။

အထက်ပါ အကြောင်း အချက်တို့နှင့် ပြည့်စုံမှသာ သန္ဓေတည်ပြီး၊ မပြည့်စုံက မြဲနိုင်လေသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မိခင် ဖခင်၏ ချွတ်ယွင်းချက်

ဖခင်၏ ချွတ်ယွင်းချက်

သုက်ရည်မှန်မှန်ဖြစ်ဖို့ လိုသည်။ သုက်ရည်မဖြစ်လျှင် သုက်မထွက်တော့သဖြင့် ဘယ်နည်းနှင့်မျှ ကလေးရမည် မဟုတ်ပါ။ သုက်ရည်မဖြစ်လျှင် (ဝါ) မရှိလျှင် လိင်ဆက်ဆံသော်လည်း သုက်မထွက်ပါ။ သုက်မလွှတ်ပါ။ ၎င်းကို ပန်းသေနည်းတစ်မျိုးဟု ခေါ်သည်။ ဝှေးစေ့တွင် ရောဂါရှိက သုက်မဖြစ်နိုင်ပါ။

သုက်ရည် ဖြစ်ထွန်းမှု ရှိသော်လည်း အကြောင်းကြောင်းကြောင့် သုက်မလွှတ်နိုင်လျှင် ဥပမာ ဆီးအိမ်အောက် အကျိတ်ရောဂါ၊ ဝှေးစေ့အထက် အဂါရောဂါ၊ သုက်ပြွန်ရောဂါ စသည်ဖြင့် ကာလသားရောဂါနှင့် အဆုတ်နာ ရောဂါတို့သည် ၎င်းတို့ကို ဒုက္ခပေးတတ်သည်။

သုက်ကောင်များ အထူးသန်စွမ်းဖို့လည်း လိုသည်။ သုက်ကောင်များသည် လိင်ဆက်ဆံပြီး ၁၂ နာရီခန့်ထိ သန်စွမ်းစွာ လှုပ်ရှားနေရမည်။

ထို့ကြောင့် အိမ်ထောင် တစ်ခုတွင် ကလေးမရပါက ယောကျ်ားဖြစ်သူ၏ ဝှေးစေ့၊ လိင်တံနှင့် သုက်ရည်တို့ကို စစ်ဆေးခြင်း၊ တစ်ကိုယ်လုံးတွင် ရောဂါ ရှိ မရှိ စစ်ဆေးခြင်းတို့ ပြုလုပ်ရပေမည်။

မိခင်၏ ချွတ်ယွင်းချက်

မမျိုးဥ မှန်မှန်မကြွေလျှင် ကလေးမရနိုင်ပါ။ မျိုးဥအိမ်ရောဂါများကြောင့် မျိုးဥမကြွေလျှင် ကလေးမရနိုင်ပါ။

မျိုးဥကြွေသော်လည်း သားအိမ်ပြွန် ပိတ်နေပါက ကလေးမရနိုင်ချေ။ သားအိမ်ပြွန်သည် ရောဂါတစ်မျိုးမျိုးကြောင့် ပိတ်နိုင်သည်။ အဖြစ်များသည်မှာ ဂနိုရောဂါ၊ တီဘီရောဂါ။

သားအိမ်ပြွန် ပိတ် မပိတ် ဆရာဝန်များက စမ်းသပ်ကြည့်နိုင်သည်။ လေထိုး၍လည်းကောင်း။ ဓာတ်မှန်ရိုက်၍လည်းကောင်း စမ်းသပ်ကြ၏။ ဤသို့ စမ်းသပ်ခြင်းဖြင့်ပင် အချို့မှာ သားအိမ်ပြွန် ပွင့်သွားပြီး ကလေးရတတ်ပါသည်။

သားအိမ်သည် ပုံမှန်အနေအထား မဟုတ်ဘဲ သေးလွန်းနေခြင်း၊ ပုံသဏ္ဌာန် မမှန်ခြင်း၊ ရောဂါရှိခြင်း စသည်တို့ကြောင့်လည်း ကလေး မရတတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် သားအိမ်အရွယ်ကို စစ်ဆေးကြည့်ခြင်း၊ ရောဂါရှိ မရှိ သိ၍ သားအိမ်ခြစ် စစ်ဆေးခြင်းတို့ ပြုလုပ်သင့်လေသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

နောက်ဆုံးအချက်မှာ မိန်းမကိုယ်က သုက်ရည်များ အထိ မခံနိုင်သဖြင့် သုက်ရည်ကို ဆန့်ကျင်သော ဓာတ်များ ထုတ်လုပ်ပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြစ်လျှင်လည်း ကလေးမရနိုင်ပါ။

သို့သော် ဘာမှ ပူစရာမလိုပါ။ သုက်ရည်နှင့် မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်း မထိစေရန် လိင်တံစွပ် ကြက်ပေါင်ကို စွပ်ပြီး ဆက်ဆံပါ။ နောက်တဖြည်းဖြည်း (၆)လခန့်ကြာလျှင် မိန်းမကိုယ်သည် သုက်ရည်ကို ယဉ်ပါးလာပြီး အထိခံနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ထိုအခါ ကလေးရပါလိမ့်မည်။

အခြားအကြောင်းများ

ဗုဒ္ဓဘာသာအနေနှင့် ကံကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားရပါမည်။ သားသမီးရထိုက်သည့် ကံမပါလျှင် ဘယ်လိုမှ သားသမီး မရနိုင်ပါ။ သို့သော် ကာလ အပိုင်းအခြားလည်း ရှိတတ်သည်။ တချို့က အိမ်ထောင်သက် အတော်ကြာမှ ကလေးရတတ်သည်။ "သားဆုပန်သည်၊ သားဆုတောင်းသည်" စသည်ဖြင့်ပြုလုပ်ကြပြီး ကလေးရသူများလည်း ရှိသည်။

အခြားအကြောင်း တစ်ခုမှာ လိင်ဆက်ဆံသည့်နည်း မမှန်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အနေအထား ပုံစံမှန်ပါက သုက်ရည်များသည် သားအိမ်ပြွန်အတွင်း အမြန်ရောက်နိုင်သဖြင့် ကလေးရရန် မျှော်လင့်ချက်ရှိသည်။

မြခြင်းအတွက် ဆေးတစ်ခွက်

မြန်မာ အယူအဆတွင် သားသမီး မွေးစားရန် ဖြစ်သည်။ မွေးစားလိုက်လျှင် သားသမီး ရတတ်လေသည်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုများများပြုလုပ်၍သားဆုတောင်းသည့်နည်းမှာလည်း ကောင်းသည့်နည်းပင် ဖြစ်သည်။

ဖန်ပြွန်သန္ဓေသား (Test Tube Baby)

လိင် ဆက်ဆံသော်လည်း အကြောင်းကြောင်းကြောင့် ကလေးမရလျှင် ဖန်ပြွန်သန္ဓေသားကို နိုင်ငံခြားတွင် ဖန်တီးယူကြပါပြီ။ ဖန်ပြွန်သန္ဓေသားမှာ လိင်ဆက်ဆံရာမှ ရလာခြင်း မဟုတ်ပါ။ မမျိုးဥနှင့် သုက်ကောင်ကို ဖန်ပြွန်အတွင်း သန္ဓေတည်အောင် ပြုလုပ်ကြသည်။ သန္ဓေတည်သောအခါမှ မိခင်၏ သားအိမ်အတွင်း သွတ်သွင်းပေးပြီး သဘာဝအတိုင်းကိုယ်ဝန်လွယ်၍ မွေးဖွားစေပါသည်။ ၄င်းကလေးကို ဖန်ပြွန်ကလေးဟု ခေါ်သည်။

ဖန်ပြွန်ကလေးများမှာ အရွယ်မရောက်ကြသေး၍ ၄င်းတို့၏ ကြီးထွားမှု၊စိတ်အခြေအနေ စသည်တို့ကို စောင့်ကြည့်ရပေမည်။

ဖန်ပြွန်သန္ဓေသားကို ဖခင်၏ သုက်ရည်ဖြင့် လည်းကောင်း၊ အခြားအမျိုးသား တစ်ဦး၏ သုက်ရည်ဖြင့် လည်းကောင်း သန္ဓေ တည်အောင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အခြားအမျိုးသား တစ်ဦး၏ သုက်ရည်ဖြစ်ပါက ကာယကံရှင် မည်သူ မည်ဝါ မသိရအောင် အထူး လျှို့ဝှက်ထားရပါသည်။ သိသွားပါက ပြဿနာတက်နိုင်ပါသည်။

လိင်စိတ်လွန်ကဲခြင်း

ယောကျ်ားများတွင် လိင်စိတ်လွန်ကဲနေခြင်းကို တစ်ခါတစ်ရံ တွေ့ရတတ်သည်။ ဤသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ....

(၁) စိတ်ရောဂါ တစ်မျိုးဖြစ်သော စိတ်ကြွရောဂါ၊
(၂) ဟိုက်ပိုသဲလ်မတ်စ် (ဦးနှောက်ရောဂါ)၊
(၃) ဝေးစေ့ရောဂါ၊
(၄) ကရိုမိုဆုံးရောဂါ စသည်တို့ဖြစ်သည်။

စိတ်ကြွရောဂါဖြစ်လျှင် လိင်စိတ်လွန်ကဲတတ်သည်။ ယောကျ်ား ဖြစ်စေ၊ မိန်းမဖြစ်စေ လိင်စိတ်ထကြွလာပြီး ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်များကို မြှူဆွယ်ခြင်း၊ လိုက်ဆွဲခြင်း၊ စာပေးခြင်း၊ ထိကပါး ရိကပါးပြုလုပ်ခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဆက်ဆံခြင်း၊ ဆွေမျိုးသားချင်းရှေ့မှောက်တွင်လည်း မတော်တရော်ပြုလုပ်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်တတ်သည်။

ပညာတတ် မိန်းမတစ်ယောက်သည် စိတ်ကြွရောဂါ ဖြစ်၍ ၎င်းထက် အဆင့်အတန်းနိမ့်ကျလှသော အိမ်ထောင်လက်ရှိယောကျ်ားတစ်ဦးကို ကြိုက်နှစ်သက်ဖူးသည်။ ယောကျ်ားများ စိတ်ကြွရောဂါဖြစ်လျှင် တွေ့သမျှ အမျိုးသမီး ပျိုပျို အိုအိုတို့ကို လိုက်

လံမြှူဆွယ်တတ်သည်။ ချစ်စကားကြိုက်စကားတို့ကို လိုက်၍ပြောတတ်သည်။

ဟိုက်ပိုသဲလ်မတ်တွင် ရောဂါရပါက လိင်ဟိုမုန်းဓာတ်များ (Sex Hormone) ပိုမို ထွက်လာပြီး ထကြွသောင်းကျန်းတတ် သည်။

ဝေးစေ့တွင် ရောဂါဖြစ်ပါက ဟိုမုန်းဓာတ်များ များလာပြီး လိင်စိတ်များတတ်သည်။

ကရိုမိုဆုံး ရောဂါတစ်ခုဖြစ်သော **XYY** တွင် ကရိုမိုဆုံး တစ်ခု အပိုပါလာသည်။ ဤလို ယောကျ်ားမျိုးသည် အရပ်ရှည်ပြီး ဉာဏ်ရည်လည်း မြင့်တတ်သည်။ ထွားကျိုင်းတတ်သည်။ သို့သော် စိတ်ရောဂါတစ်မျိုး ခံစားရပြီး ကြမ်းတမ်း ခက်ထန်တတ်သည်။ ဒေါသလည်းကြီးသည်။ ရာဇဝတ်မှုများ ကျူးလွန်သည်။ ကာမဆန္ဒအားကြီးသည်။

အင်္ဂလန်နိုင်ငံတွင် စာသင်ကြားခဲ့စဉ်က မော်စလေ စိတ်ကုဆေးရုံသို့ ပြင်သစ်အမျိုးသမီးတစ်ဦး လာ၍ပြသည်။ ၎င်းက စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းနေကြောင်း ပြောပြရာ ဘာကြောင့် စိတ်ဓာတ်ကျသလဲဟု မေးမြန်းကြည့်ရာ "ကျွန်မ၏ ခင်ပွန်းက နေ့စဉ် လိင်ဆက်ဆံမှု ပြုရန် တောင်းဆိုကြောင်း၊ ကျွန်မအနေနှင့် ဆန္ဒမရှိသဖြင့် မလိုက်လျောနိုင်ကြောင်း၊ ထိုအခါ အခြားမိန်းမများနှင့် ပျော်ပါးလေ့ရှိကြောင်း" စသည်ဖြင့် ပြောပြရှာသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သူမ၏ ခင်ပွန်းသည် အကြောင်း တစ်ခုကြောင့် လိင်စိတ်လွန်ကဲနေခြင်း ဖြစ်ရလေသည်။ ထိုအမျိုးသမီးသည် ဤကိစ္စအတွက် စိတ်ဆင်းရဲပြီး စိတ်ဓာတ် ကျဆင်းသွားလေသည်။

တစ်ခါကလည်း ယောက်ျား တစ်ယောက်ကို တွေ့ဘူးသည်။ ၎င်း၏ အဓိက ခံစားချက်မှာ လိင်တံ ဘောင့်တင်းနေခြင်း ဖြစ်သည်။ လိင်တံမှာ အမြဲတောင့်တင်းနေသဖြင့် ဒုက္ခရောက်ရှာသည်။ တောင့်တင်းမှု ပြေပျောက်အောင် ဇနီးနှင့် ဆက်ဆံပါဟု အကြံပေးကြည့်ရာ ဆက်ဆံသည့်အခါတွင် ပို၍ဆိုးကြောင်း၊ တောင့်တင်းမှု လွန်ကဲလာကြောင်း ပြောပြသည်။ တောင့်တင်းမှု ပြေပျောက်စေရန် ရေခဲရေနှင့် စိမ်သည်ဆိုပါ၏။

ထိုသူ၏ ရောဂါမှာ ကျောအာရုံကြောမ (Spinal cord) ရောဂါ သို့မဟုတ် လိင်တံ တောင့်တင်း အာရုံကြော ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဤပုဂ္ဂိုလ်တွင် လိင်တံ တောင့်တင်းသော်လည်း စိတ်ဆန္ဒ မပြင်းပြချေ။ လိင် ဆက်ဆံတိုင်း ပို၍ဆိုးလာသဖြင့် လိင်မဆက်ဆံဝံ့တော့ပေ။ ထိုအခါ ၎င်း၏ မိန်းမသည် အလိုမပြည့်သော ရောဂါ (Hysteria) ရလေသည်။

လိင်စိတ်နည်းပါးခြင်း

အများအားဖြင့် လူတို့တွင် သာမန်လိင်စိတ် ဆိုသည်မှာ မိမိချစ်ခင်သူနှင့် နှစ်ယောက်တည်းတွေ့၍ကာလူကျီစယ်သော အခါ လိင်စိတ်များ ထကြွလာလေသည်။ အသက်ကြီးသည်အထိ လိင်စိတ်မှာ ရှင်သန်နေပါသည်။

သို့သော် အကြောင်း အမျိုးမျိုးကြောင့် လိင်စိတ် နည်းပါးကြသည်လည်း ရှိပါသည်။

မိန်းမများတွင် လိင်စိတ်နည်းပါးခြင်း

မိန်းမများတွင် လိင်စိတ် နည်းပါးရခြင်း ပထမ အကြောင်းမှာ လိင်ဆက်ဆံရမှာ ကြောက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

မိဘများ သို့မဟုတ် သူငယ်ချင်းများက လိင်ဆက်ဆံခြင်းသည် ယုတ်ညံ့သော အလုပ်ဖြစ်ကြောင်း၊ အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ကြောင်း၊ ယောက်ျားက တောင်းဆိုလာပါက မကောင်းတတ်၍ လိုက်လျောရသည့် အလုပ်ဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် သင်ကြားထားပါက မိန်းမဖြစ်သူသည် လင်စိတ်သားစိတ်အားနည်းနေတတ်ပါသည်။

ဒုတိယ အကြောင်းမှာ အင်မတန် ရှက်တတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်လင်သားကို ပြန်၍ ရှက်နေခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်က သိမှာ ရှက်ကြောက်ခြင်း စသည်တို့ကြောင့် လိင်ဆက်ဆံရမှာ စိတ်မပါ ဖြစ်နေ တတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ရှေးလူကြီးများက သမီးရည်းစား ဘဝတွင် အချစ်လွန်၊ လင်မယား ဘဝတွင် အရှက်ကုန်ဟု ပြောခဲ့ကြခြင်းမှာ လင်မယား ဘဝတွင် ဘာမှ ရှက်စရာမလိုဘဲ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ရဲရဲတင်း တင်း ဆက်ဆံခြင်းဖြင့် လိင်စိတ် နိုးကြားနေပါလိမ့်မည်။

တတိယအကြောင်းမှာ လိင်ဆက်ဆံသည့်အခါ နာကျင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ရှက်ကြောက်စိတ်က များနေလျှင် မိန်းမ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကိုယ်မှ အရည်များ မထွက်သဖြင့် ဆက်ဆံရ ခက်ခဲတတ်သည်။ နာကျင် တတ်သည်။ အပျိုမွေး (မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်း အဝတွင် ရှိသည်။) မပေါက်ပြဲသောကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်သည်။ ထိုသို့ မပေါက်ပြဲပါက ဆရာဝန်နှင့်ပြ၍ ခွဲစိတ်သင့်ပါသည်။

စတုတ္ထ အကြောင်းမှာ ကြောက်သဖြင့် မိန်းမကိုယ် လိုဏ်ခေါင်း ထိပ်ဝရှိ ကြွက်သားများကို အတင်း ရှုံ့တွပစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဖြစ်လျှင် လိုဏ်ခေါင်းမှာ ကျဉ်းသွားပြီး ဆက်ဆံရ ခက်ခဲစေသည်။

ဤကိစ္စမှာ ကြောက်ရွံ့၍ ဖြစ်သော ရောဂါဖြစ်သဖြင့် စိတ်ကုထုံးနှင့် ကုလျှင် အမြန်ပျောက်ကင်းတတ်ပါသည်။

ပဉ္စမ အကြောင်းမှာ လိင်ဆက်ဆံတိုင်း အထွတ်အထိပ်ကို မရောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မိန်းမဖြစ်သူက လိင်ဆက်ဆံတိုင်း ကာမစည်းစိမ် အပြည့်အဝရမည်၊ အကြောပေါင်း တစ်ထောင် စိမ့်သွားမည် ဆွေမျိုးမေ့သွားမည် စသည်ဖြင့် အမြဲ မျှော်လင့်ထားသော်လည်း တကယ်တမ်း နဖူးတွေ့ ဒူးတွေ့ တွေ့သောအခါ မျှော်လင့်ထားသလို စည်းစိမ်မခံစားရသောအခါ နောက်ထပ် လိင်မဆက်ဆံချင်တော့ဘဲ လင်စိတ် သားစိတ် ကုန်ခမ်းသွားလေသည်။

ဤသို့ ဖြစ်ရသည်မှာ ယောက်ျားအပြစ် များစွာပါသည်။ ယောက်ျားဖြစ်သူက လိင်မဆက်ဆံမီ ပွတ်သပ် ကျီစယ်မှုနည်းသောကြောင့်သာ ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ယောက်ျားက စိတ်ရှည်ရှည်

ထား၍ ပွတ်သပ်ကျီစယ်ပါက စောစော သုက်မလွှတ်မိအောင် စိတ်ကို ထိန်းထားပါက လိင်ဆက်ဆံသော ပုံစံက စိတ်လှုပ်ရှားစေသော ပုံစံဖြစ်ပါက မိန်းမဖြစ်သူမှာ ကာမစည်းစိမ်ကို အထွတ်အထိပ်ထိ ရရှိပြီး လိင်ဆက်ဆံရန် အမြဲ စိတ်ပါနေပါလိမ့်မည်။

ဆဋ္ဌမ အကြောင်းမှာ မကျန်းမမာ ဖြစ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ပြင်းထန်သော ရောဂါတစ်ခု ခံစားနေရပါက စိတ်ကုန်ခမ်းနေတတ်ပါသည်။ မိန်းမကိုယ် ရောင်နေပါကလည်း နာကျင်တတ်သည်။

သတ္တမအကြောင်းမှာ စိတ်ရောဂါ တစ်ခုခု ဖြစ်သော (စိတ်ကျရောဂါ) ခံစားနေရခြင်း ဖြစ်သည်။ စိတ်ကျရောဂါ ခံစားနေရပါက ချင်ခြင်းအားလုံး သွားချင်၊ လာချင်၊ အိပ်ချင်၊ စားချင်၊ ကာမဆက်ဆံချင် စသည်ဖြင့် ချင်ခြင်းအားလုံး နည်းပါးသွားလေသည်။

အဋ္ဌမနှင့် နောက်ဆုံးအကြောင်းမှာ အသက်ကြီးပြီး အိုမင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ မိန်းမများသည် လင်ယူ သားမွေးနိုင်သည့် အရွယ်တွင် လိင်စိတ်များပြီး အသက်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ တဖြည်းဖြည်း စိတ်ဆန္ဒ လျော့နည်းသွားလေသည်။

ယောက်ျားများတွင် လိင်စိတ်နည်းပါးခြင်း

အသက်ကြီးလာလျှင် လိင်စိတ် နည်းလာတတ်သည်။ သို့သော် ဖွဲ့တစ်ဆုပ် နိုင်လျှင် ကာမကိစ္စ ဆောင်ရွက်နိုင်သေးသည်ဟု ပြောစမှတ် ပြုကြလေသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အသက်ကြီးလာလျှင် ဇရာစေ့မှ သုက်ကောင်တို့အထွက်နည်းလာသဖြင့်စိတ်ဆန္ဒလျော့နည်းသွားတတ်သည်။ ခါတိုင်းနှင့်စာလျှင် ဆက်ဆံသည့်အကြိမ် လျော့နည်းသွားသည်။

အသက်(၅၀)ကျော်တွင် ဆီးအိမ်အောက် အကျိတ်ကြီးထွားလာသဖြင့် လိင်စိတ် များလာတတ်သည်။ သို့သော် အကျိတ်ကြီးထွားမှုကြောင့် ခဏသာ စိတ်ဆန္ဒများလာခြင်းဖြစ်ပြီး ပြန်၍ သေးသွားလျှင် ပုံမှန်အတိုင်း ဖြစ်သွားပါသည်။

ပန်းသေခြင်း (Impotency)

ပန်းသေခြင်းသည် လိင်အင်္ဂါများတွင် ရောဂါရသောကြောင့် ဖြစ်သည်က ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းမျှသာရှိပြီး ကျန် ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းက စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သည်။ တစ်နည်း ဆိုသော် ပန်းသေခြင်း၏ အကြောင်း ရင်းများမှ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် လိင်အင်္ဂါ ရောဂါများကြောင့် မဟုတ်ဘဲ စိတ်ကြောင့်သာ ဖြစ်လေသည်။

လိင်ဆက်ဆံရမှာ ရှက်ကြောက်ခြင်းကြောင့်လည်း ပန်းသေတတ်သည်။ လူအများနှင့် ရောနေရသဖြင့် မလွတ်လပ်ဘဲ ရှက်ကြောက်နေတတ်သည်။

စိတ်မပါခြင်း

မိန်းမကို မနှစ်သက်၍ (အရုပ်ဆိုးဆိုး၊ အသက်ကြီးကြီး ပုံပန်းမလှ) စသည့် မိန်းမများနှင့် တွေ့လျှင် စိတ်မပါတော့သဖြင့် ဘယ်နည်းနှင့်မျှ ပန်းမထတော့ချေ။ ရုပ်ချောချော၊ အသက် ငယ်ငယ်၊ ခပ်တောင့်တောင့် အမျိုးသမီးများနှင့် တွေ့လျှင် အဘိုးကြီးများပင် စိတ်ဆန္ဒရှိစေလေသည်။ ထို့ကြောင့် ယောကျ်ားဖြစ်သူ စိတ်မပါသဖြင့် ပန်းမထလျှင် မိန်းမဖြစ်သူက မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်သင့်သည်။ မိမိ သည် ပုံပန်းမလှ၊ ဗိုက်ရွဲရွဲကြီး ဖြစ်နေပြီလော။ မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ် အပိုင်းများသည် တက်မက်ဖွယ် မဟုတ်တော့ပြီလော၊ စဉ်းစားသင့်သည်။ ပြုပြင်၍ရနိုင်ပါက လေ့ကျင့်ခန်းများ ပြုလုပ်၍ ပြုပြင်သင့်လေသည်။ အချို့ အဘွားကြီးများသည် အရွယ်တင်အောင် နေကြပြီး အမြဲ အလှ ပြင်ထားကြလေသည်။

ပန်းသေခြင်းသည် စိတ်မပါ၍ ဖြစ်သည်က များတတ်သည်။ စိတ်မပါသော မိန်းမတွင် ပန်းသေပြီး၊ စိတ်ပါသော မိန်းမတွင် ပန်းထတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ပန်းသေခြင်းသည် စိတ်ကြောင့်ပဟု ဆိုရခြင်းဖြစ်သည်။

စိတ်ဓာတ်ကျ ရောဂါတွင် ပန်းသေတတ်ပါး . သိ်။ ရောဂါကြောင့် စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းနေသဖြင့် လိင်စိတ်ဆန္ဒမရှိတော့ပါ။

ပွတ်သပ်ကျီစယ်မှုနည်းခြင်း

လိင် မဆက်ဆံမီ ပွတ်သပ်ကျီစယ်မှု နည်းပါကလည်း ပန်းမထချေ။ ဇနီးဖြစ်သူက မရှက်မကြောက် ပွတ်သပ်ကျီစယ်ပေးလျှင် ပန်းထလာတတ်ပါသည်။ ယောကျ်ား၏ လိင်တံ ထိပ်ဖူးကို အသာအယာ ပွတ်သပ်ပေးခြင်း၊ ဆီးခုံကို အသာအယာ ပွတ်သပ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မွေးခြင်း၊ နှုတ်ခမ်းခြင်း စုပ်နမ်းခြင်း၊ လိင် ထကြွစေသော စကားများ ပြောခြင်း၊ လိင်အင်္ဂါခြင်းပွတ်သပ်ခြင်း စသည်တို့ ပြုလုပ်ပါက ပန်းထလာ တတ်ပါသည်။

ဟိုမုန်းဓာတ်နည်းခြင်း

အသက်ကြီးလာလျှင် ဟိုမုန်းဓာတ် နည်းလာပြီး ပန်းသေ ပန်းညှိုး ဖြစ်တတ်သည်။ ထိုအခါ ဟိုမုန်းဓာတ် (Testosrerone) ထိုးခြင်းဖြင့်ပြန်ကောင်းစေတတ်ပါသည်။ (Pasuma Strong) ဆေးသည်လည်း ကောင်းသည်ဟု ပြောကြသည်။ (အသက် ငယ်သူများတွင် ဟိုမုန်းဓာတ် ချွတ်ယွင်းခြင်း မရှိသဖြင့် ဤဆေးများ မလိုပါ။)

အချိန်စောစွာ သုက်လွှတ်ခြင်း

လိင်ဆက်ဆံ၍မကြာမီတွင် စိတ်ကို မထိန်းနိုင်ဘဲ သုက်လွှတ်တတ်သည်။ ဤသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ စိတ်ကို မထိန်းနိုင်၍သော်လည်းကောင်း၊ စိုးရိမ်စိတ် များ၍သော် လည်းကောင်း၊ မိန်းမကိုယ် လိင်ဏ်ခေါင်းမှ အရည်ကြည်များ မထွက်သဖြင့် မိန်းမကိုယ် လိင်ဏ်ခေါင်းနှင့် လိင်တံတို့ တင်းကျပ်စွာ ထိတွေ့မှုကြောင့် လည်းကောင်း ဖြစ်တတ်သည်။

ဤသို့ စောစွာ သုက်လွှတ်ခြင်းသည် ယောကျ်ားအတွက်ရော မိန်းမအတွက်ပါ မကောင်းလှချေ။ ခဏလေးနှင့် ဆက်ဆံမှု ပြီးသွားသဖြင့် ယောကျ်ားမှာလည်း ကျေနပ်မှု အပြည့်အဝ မရချေ။ မိန်းမမှာလည်း ကျေနပ်မှုမရချေ။ အချိန်ကြာကြာထိန်းထားပြီးမှ သုက်လွှတ်သည့် အကျင့်ကို ကျင့်ထားနိုင်လျှင် ရနိုင်ပေသည်။

သုက်လွှတ်ခါနီးတွင် စိတ်ကိုထိန်း၍ ခဏနားပေးပါ။ လှုပ်ရှားမှု မလုပ်ပါနှင့်။ အကြောများကိုလျှော့ချလိုက်ပြီး တစ်ခုခုကို အာရုံပြောင်းထားပါ။ ဥပမာ ဝင်လေ ထွက်လေကို မှတ်ခြင်း၊ မေတ္တာပွားခြင်း စသည်။ ထိုနောက်တွင် ဖြည်းညင်းစွာ လှုပ်ရှားပါ။ အလောတကြီး မလှုပ်ရှားပါနှင့်။ စိတ်ကို ထိန်းထားပါ။ လျှော့မချလိုက်ပါနှင့်။ အကယ်၍ သုက်လွှတ်ချင်သည့် ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်ပါက အထက်ပါအတိုင်း အနားယူပြီး အာရုံ ပြောင်းပစ်ပါ။ ထိုနောက်မှ ဖြည်းညင်းစွာ ပြန်လည် လှုပ်ရှားပါ။ နောက်ဆုံး စိတ်မထိန်းနိုင်သည့် အခါတွင် မိမိ သုက်လွှတ်တော့မည် ဖြစ်ကြောင်း ဇနီးကို အချက်ပြပါ။ သို့မှသာ ဇနီးကလည်း ပြီးတော့မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရှိပြီး စိတ်ကို လျှော့ချလိုက်ကာ ကျေနပ်မှု အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်သွားနိုင်သည်။

လိင်ဆက်ဆံရာတွင် ကြာညောင်းသည့် အချိန်မှာ လူတစ်ဦးချင်းကိုလိုက်၍ ပြောင်းလဲတတ်သည်။ အများအားဖြင့် ငါးမိနစ်ခန့်သာ ကြာတတ်သည်။ သို့သော် အချို့သော ယောကျ်ားများသည် နာရီဝက်၊ တစ်နာရီ စသည်ဖြင့် ကြာတတ်ကြသည်။ အချိန်ကြာကြာ ဆက်ဆံချင်လျှင် တဖြည်းဖြည်း လေ့ကျင့်ယူရပါမည်။

နောက်ကျပြီး သုက်လွှတ်ခြင်း

နောက်ကျပြီးမှ သုက်လွှတ်ခြင်းသည် စောစွာသုက်လွှတ်ခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သည်။ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ဆက်ဆံပါ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သော်လည်း သုက်မထွက်ချေ။ မိန်းမဖြစ်သူက ကျေနပ်မှု အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်၍ဆန္ဒပြည့်ဝသွားသော်လည်း ယောကျ်ားဖြစ်သူက သုက် မလွှတ်သဖြင့် ဆက်လက်၍ သည်းခံနေရပေသည်။ သို့သော် အချိန် ကြာလာလျှင် မိန်းမကိုယ် လိင်ဏ်ခေါင်းမှာ နာကျင်လာသည်။ ယောကျ်ားဖြစ်သူကလည်း မပြီးနိုင်၊ မိန်းမကလည်း နာကျင်လာသဖြင့် မြန်မြန် ပြီးစေချင်သည် စသည်ဖြင့် အဆင်မပြေ ဖြစ်တတ်သည်။

သုက်လွှတ် နှောက်မကျအောင် စိတ်သိပ်မထိန်းပါနှင့်။ စိတ်လှုပ်ရှားစေသည့် ဆက်ဆံမှုကို သတိရပြီး စိတ်လွှတ်ပေးပါ။ ဤနည်းဖြင့် သုက်မြန်မြန် လွှတ်စေနိုင်သည်။ အကောင်းဆုံးနည်းမှာ လင်မယား နှစ်ယောက်စလုံးပြိုင်တူ ကျေနပ်မှုရခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဖြစ်အောင် လိင်မဆက်ဆံမီ ပွတ်သပ်ကျီစယ်ခြင်း၊ အပေးအယူ မျှတခြင်း စသည်တို့ လိုအပ်ပေသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် လိင်ဆက်ဆံမှု

မိန်းမကိုယ်ဝန်ရှိနေစဉ် လိင်ဆက်ဆံမှုပြုနိုင် မပြုနိုင် သိလိုကြသည်။ ကိုယ်ဝန်နုစဉ်တွင် လိင်ဆက်ဆံနိုင်ပါသည်။ သို့သော် အကြိမ်များခြင်း၊ ကြမ်းတမ်းစွာ ဆက်ဆံခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပေ။ ကိုယ်ဝန် ရင့်လာလေ အသာပြေရုံလောက်သာ ဆက်ဆံသင့်သည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ် ဆက်ဆံလျှင် သတိထား၍ ညင်သာစွာ ဆက်ဆံသင့်သည်။ ကိုယ်ဝန်မရှိစဉ် ကာလအတိုင်း သတိမထားဘဲ ကြမ်းတမ်းစွာ ဆက်ဆံပါက မိခင်ရော ကလေးအတွက်ပါ

အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်သည်။

ကလေးမွေးပြီး လိင်ဆက်ဆံခြင်း

ကလေးမွေးပြီး သီတင်းပတ် (၆)ပတ်အတွင်း လိင်ဆက်ဆံခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပေ။ ထိုအချိန်တွင် အင်မတန် နုံးညံ့နေခြင်း၊ ကလေးမွေးသည့် ဒဏ်ရာများ ရရှိခြင်း စသည်တို့ကြောင့် လိင်ဆက်ဆံခြင်းကို ရပ်နားထားသင့်ပေသည်။ သီတင်းပတ် ခြောက်ပတ် လွန်မြောက်ပြီးနောက် လိင်ဆက်ဆံမှုကို ခါတိုင်းကဲ့သို့ ပုံမှန် ပြန်၍ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ကလေးမီးဖွားနေစဉ် မိန်းမကိုယ်လိင်ဏ်ခေါင်းဝ စုတ်ပြဲသွားတတ်သဖြင့် ဆေးရုံတွင် ဆရာဝန်များနှင့် မွေးဖွားသင့်သည်။ စုတ်ပြဲသွားသော ဒဏ်ရာများကို ဆရာဝန်က ပြန်၍ ချုပ်ပေးခြင်းဖြင့် အကောင်းပကတိ ဖြစ်နိုင်သည်။

ရာသီလာစဉ် လိင်ဆက်ဆံခြင်း

ရာသီလာစဉ်အတွင်း မိန်းမကိုယ်သည် သွေးများဖြင့် ပေကျံလျက်ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ရွံရှာတတ်သူများ အနေဖြင့် လိင်ဆက်ဆံရန် ဝန်လေးကြသည်။ သို့သော် မနေနိုင်ပါက စတိသဘော ဆက်ဆံနိုင်သည်။ ရာသီလာနေစဉ် မိန်းမကိုယ်သည် နုံးညံ့နေသည်။ အလွယ်တကူ ထိခိုက် ဒဏ်ရာ ရတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကြမ်းကြမ်း တမ်းတမ်း ဆက်ဆံခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပေ။ ရာသီလာစဉ် ဆက်ဆံပါက ရောဂါ ပိုးမွှားများ မဝင်စေရန် အထူးသန့်ပြန့်ဖို့ လိုအပ်သည်။ ထိုသို့ ဆက်ဆံရာ၌ နှစ်ဦးသဘောတူ ကြည်ဖြူရန် လိုပေသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လိင်ဆက်ဆံမှု အရေးကြီးသလား

လင်မယား နှစ်ယောက်အကြား လိင်ဆက်ဆံမှုသည် လုပ်ရိုး လုပ်စဉ် အလုပ်တစ်ခုသာ ဖြစ်သည်။ ရေးကြီးခွင်ကျယ် လုပ်စရာမလိုဟု တချို့က ယူဆကြလေသည်။

ဤအယူအဆသည် အလွန်မှားသော ယူဆချက်ဖြစ်သည်။ အိမ်ထောင်တစ်ခု သာယာမှုမှာ လိင်ဆက်ဆံရေးအပေါ် မူတည်ပေသည်။ လိင်ဆက်ဆံမှု အဆင်ပြေမှသာ အိမ်ထောင်ရေး အဆင်ပြေနိုင်သည်။

လင်မယားအကြား အခြားအဆင်ပြေမှုများကို ခွင့်လွှတ်နိုင်ကြသော်လည်း လိင်ဆက်ဆံရေးအဆင်မပြေမှုကိုတော့ လုံးဝခွင့်မလွှတ်နိုင်ကြချေ။

လင်မယား အချင်းချင်း ပွင့်ပွင့် လင်းလင်း ဖွင့်ဟပြောဆို၍ တစ်ဦးအလို တစ်ဦးလိုက်ကာ လိင် ကျေနပ်မှု ရှာသင့်ပါသည်။ တစ်ဦးက လိင်ဆက်ဆံလိုသော်လည်း ဖွင့်ဟပြောရမှာ ဝန်လေးခြင်း၊ အခြား တစ်ဦးကလည်း အလိုက်မသိတတ်ခြင်း စသည်တို့သည် အိမ်ထောင်ရေး၏ ဆူးငြောင့် ခလုတ်များ ဖြစ်လေသည်။

လင်မယား ပြဿနာ

အိမ်ထောင်ပြုပြီး လင်မယားကြား လိင်ပြဿနာမှာ အလွန်ပေါများသော ဖြစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး နားလည်မှု ပျက်ယွင်းပြီး အိမ်ထောင် ပျက်စီးသည်အထိ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

အဓိက အခြေခံ အကြောင်းမှာ လင်မယား နှစ်ယောက်လုံး လိင်စိတ် မရင့်ကျက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ကြင်နာမှု၊ နားလည်မှု၊ ပေါင်းစည်းမှုကို အခြေခံထားပါက လိင်မရင့်ကျက်မှုကလေးများကို ကျော်လွှားနိုင်မည်မှာ အမှန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

အိမ်ထောင်ပြုပြီး လိင်ကိစ္စတွင် ကြောက်တတ်သော အိမ်ထောင်ရှင်မများမှာ ယောကျ်ားတို့ကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်။ အချို့ယောကျ်ားတို့၏ လိင်နည်းပရိယာယ်မှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သည်။ မိမိတစ်ဦးတည်း ကျေနပ်မှုကိုသာ အာရုံပြုတတ်ကြသည်။ ဆက်ဆံပြီးတိုင်း မိန်းမလုပ်သူမှာ မကျေမနပ် ကျန်ခဲ့တတ်ကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဤကဲ့သို့သော ယောကျ်ားများမှာ လိင် ကိစ္စတွင်သာမက အခြားစိတ်ခံစားမှုများတွင်လည်း ရင့်ကျက်မှုမရှိကြောင်း တွေ့ရသည်။

အချို့ အမျိုးသမီးများသည် အိမ်ထောင်မပြုမီကပင် လိင်ကိစ္စကို တွေးတောပြီး ကြောက်နေကြသည်။ အဓိက တရားခံမှာ ပတ်ဝန်းကျင်၊ အထူးသဖြင့် "မိခင်" ဖြစ်သည်။ မိမိသမီးကို စိတ်မချလွန်းသဖြင့် လိင်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်ပြီး အလွန်အမင်း ခြိမ်းခြောက်ထားသဖြင့် သမီးလုပ်သူ၏ စိတ်တွင် လိင်ကိစ္စဆိုသည် မိန်းကလေးများအတွက် အဆိုးဆုံး အတွေ့အကြုံဟုပင် ထင်မှတ်သွားတတ်သည်။ ဤကဲ့သို့ စိတ်အခြေခံများရှိနေပါက လိင်ဆက်ဆံရာတွင် အလွန်ကြောက်ပြီး မပြုရဲအောင်ပင် ဖြစ်တတ်သည်။

အိမ်ထောင်ရေး ပြဿနာတစ်ခုမှာ ယောကျ်ားနှင့် မိန်းမ လိင်ဆန္ဒချင်း မညီမျှမှုပင် ဖြစ်သည်။ အများအားဖြင့် ယောကျ်ားများသည် လိင်စိတ် ကြွလွယ်ကြသည်။ အလျှင်အမြန် ပြီးလွယ်သည်။ ယင်းအခြေအနေတွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး နားလည်မှုမရှိပါက မကျေနပ်မှု၊ စိတ်တိုမှု၊ လိင်ကိစ္စ၌ သာယာခြင်း ကင်းမဲ့မှုတို့ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ တစ်ဦး၏ လိုအပ်ချက်ကို တစ်ဦးက သိရှိနားလည်စွာ ဖြည့်စွက်နိုင်မှ နှစ်ဦးလုံး လိင်ကိစ္စတွင် သာယာနိုင်မည် ဖြစ်ပေသည်။

ယခုဖော်ပြခဲ့သော ပြဿနာများအပြင် လိင်မရင့်ကျက်မှုကြောင့် အိမ်ထောင်ရေး အဆင်မပြေမှုများ အများအပြား ရှိနိုင်ပါသည်။

လိင်စိတ်ရင့်ကျက်ခြင်း

လိင်ကိစ္စ ဆိုသည်မှာ မကောင်းသော အပြုအမူမဟုတ်။ လိင်ကိစ္စကို "မှန်ကန်စွာ" အသုံးချမည်ဆိုပါက ဘဝ၏ သာယာစိုပြည်မှုကို ဖြည့်တင်းပေးနိုင်သည်ဟူသော လိင်ကိစ္စအပေါ် ခံယူမှုမျိုးကို မွေးရပါမည်။

ဤနေရာ၌ "မှန်ကန်စွာ" အသုံးချခြင်းဆိုသည့် ဝေါဟာရ၏ အနှစ်သာရမှာ လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။

လိင်ကိစ္စသည် လူတစ်ယောက်၏ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ဘာသာရေးနှင့် ကျန်းမာရေး နယ်ပယ်ကို မထိခိုက်ပါက ကောင်းသော မှန်ကန်သော အခြေအနေတွင် ရှိသည်ဟု ယူဆရပါမည်။

လိင်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ပြဿနာ မတက်လိုလျှင် လိင်အပြုအမူကို ဓနိမောင်နှံ အချင်းချင်းသာ ပြုမူခံစားရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအပြုအမူမှာ ပြဿနာကို ရှောင်ရှားပြီး စိတ်ကျေနပ်မှုကို ရရှိစေသဖြင့် ရင့်ကျက်သော အပိုင်းတစ်ပိုင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

"မှန်ကန်စွာ" အသုံးချခြင်း၏ ဒုတိယ အနှစ်သာရမှာ အိမ်ထောင်အတွင်း လင်နှင့်မယားအကြား လိင်ကိစ္စကို နှစ်ဦးနှစ်ဝ အစဉ်ထာဝရ ကျေနပ်ပြည့်စုံအောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

ဤကဲ့သို့ ပြုမူဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ဘဝသာယာမှုအတွက် ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်သဖြင့် ရင့်ကျက်သော အပိုင်းတစ်ပိုင်း

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဖြစ်စေသည်။

ထို့ကြောင့် လိင်ကိစ္စတွင် ရင့်ကျက်လိုလျှင် အိမ်ထောင်မပြုမီ "မှန်ကန်စွာ အသုံးချခြင်းနှင့် အိမ်ထောင်ပြုပြီးနောက် မှန်ကန်စွာ အသုံးချခြင်းတို့ကို" ခွဲခြားသိရှိရန် လိုအပ်လာပါသည်။

အိမ်ထောင်မပြုမီ လိင်ကိစ္စ

လူငယ်များ၏ လိင်ပြဿနာကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန်အတွက် တိကျသောအဖြေပေးရန် ခက်ပါသည်။ သို့သော် လူငယ်များတွင် ဖြစ်တတ်သော လိင်ပြဿနာများကို လူငယ်များကိုယ်တိုင် နားလည် ဖြေရှင်းနိုင်စေရန် နည်းလမ်းအချို့ကို ညွှန်ပြနိုင်ပါသည်။

ပထမ အရေးကြီးသည့် အချက်မှာ လိင်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်လျှင် အရှိကို အရှိ အတိုင်း ပွင့်လင်းရန် ဖြစ်ပါသည်။ လိင်ပြဿနာ မရှိသလို ဟန်ဆောင်နေခြင်း ကိစ္စတွင် စိတ်မဝင်စားသလို နေခြင်းအားဖြင့် ပြဿနာ ပြေလည်နိုင်ဖွယ်မရှိကြောင်း နားလည်ရပါမည်။ ပွင့်ပွင့် လင်းလင်း တင်ပြလာသော ပြဿနာများကို နည်းလမ်းတကျ လမ်းညွှန်ရပေမည်။

ဒုတိယ အချက်မှာ လူငယ်များတွင် လိင်စိတ်များ မရှိအပ်။ လိင်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်သော စိတ်ဆန္ဒများကို ဖယ်ထုတ်ပစ်ရမည် ဟူသော အယူအဆ ဖြစ်သည်။ လူငယ်များတွင် သဘာဝ အလျောက် ထကြွသော "စွမ်းအား"တို့ဖြင့် ပြည့်လျှက်ရှိသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ယင်းစိတ်စွမ်းအားတို့ကို လိင်ကိစ္စတစ်ခုတွင်သာ အသုံးမပြုမိစေရန် ဂရုပြုဖို့သာ လိုပါသည်။ လူငယ်တို့၏ စိတ်ဝင်စားစရာ အခြားဝါသနာပါရာကိစ္စများကိုဆောင်ရွက်စေခြင်းဖြင့် လိင်ကိစ္စ အလိုအလျောက် ပြေလည်သွားနိုင်လေသည်။

အားကစားဘက်တွင် ထူးထူး ချွန်ချွန်ဖြစ်အောင် လိုက်စားစေခြင်း၊ အနုပညာ ဝါသနာ တစ်ခုခုတွင် အချိန်ပိုများကို အသုံးချစေခြင်း၊ လူမှုရေးကိစ္စများတွင် စိတ်ပါဝင်စားစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်စေခြင်း စသည်တို့ဖြင့် အားပေးရပါမည်။

လုပ်အားပေး လုပ်ငန်း၊ ရေကြောင်းလူငယ်၊ လေကြောင်း လူငယ်၊ ခြေလျင်နှင့်တောင်တက်အဖွဲ့၊ ကြက်ခြေနီ စသည့် လူငယ်များ၏ အချိန်ပိုများကို မှန်ကန်စွာ အသုံးချစေသည့် လှုပ်ရှားမှုများ ကို မိဘအုပ်ထိန်းသူများက အားပေးကြရပေမည်။ ယင်းလှုပ်ရှားမှုများ တွင် ပါဝင်ခြင်းဖြင့် လူငယ်တို့၏ စိတ်ဓာတ် ရင့်ကျက်မှု ဖြစ်စေပါသည်။

အိမ်ထောင်အတွင်း အိမ်သားတစ်ဦးစီကို လေးစားမှုရှိပြီး စိတ်ကြည်နူး ရင့်ကျက်သည့် အိမ်ထောင်မျိုးတွင် ကြီးထွားလာရသော လူငယ်တစ်ဦးသည် လိင်ကိစ္စတွင် အလိုအလျောက် ပြေလည်နိုင်ပေသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် မှန်ကန်သော စိတ်ဓာတ် ပတ်ဝန်းကျင်၌ ကြီးထွားရသူ ဖြစ်သည့်အလျောက် အရွယ်နှင့်အမျှ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး ရင့်ကျက်လာသောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

အိမ်ထောင်ရေးနှင့် လိင်ရင့်ကျက်မှု

အိမ်ထောင်ရေးတွင် အခြားလူမှုဆက်ဆံရေး ကိစ္စများကဲ့သို့ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး ရင့်ကျက်မှုမှာ အရေးကြီးပါသည်။ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး ရင့်ကျက်ခြင်း မရှိပါက လိင်စိတ်နှင့် လိင်အပြုအမူများတွင်လည်း ရင့်ကျက်ခြင်း မရှိနိုင်ပေ။

အိမ်ထောင်ရေး လိင်ကိစ္စ ပြေလည်ရန် အတွက် ကြင်နာမှု၊ နားလည်မှုနှင့် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး လိုက်လျောမှုတို့သည် အဓိကကျသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရည်အသွေးများ ဖြစ်ကြသည်။

အိမ်ထောင်ပြုစတွင် ဇနီးမောင်နှံတို့မှာ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ချစ်ခင်နှစ်သက် မြတ်နိုးတတ်ကြသည်ချည်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး နားလည်မှု၊ ကြင်နာမှု၊ လိုက်လျောမှုတို့ မရှိကြပါလျှင် အဆင်မပြေ ဖြစ်တတ်သည်။

လိင်ကိစ္စတွင် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် သာယာမှု ရရှိစေရန် အလွန်ပင် အရေးကြီးသည်။ တစ်ဦး၏ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင် တစ်ဦးက အမြတ်ထုတ်ပြီး သာယာမှုယူခြင်းမျိုး မဖြစ်သင့်ဘဲ တစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ သာယာမှု အပြည့်အဝ ပေးနိုင်သည့် လိင်အပြုအမူမျိုးသာ ဖြစ်သင့်ပေသည်။ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အပြန်အလှန် သာယာမှု ရရှိခြင်းကြောင့် လိင်အပြုအမူသည် လိင်ကိစ္စထက် ပိုမို နက်နဲသည့် အဓိပ္ပာယ်ကို ဆောင်တတ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး ရင့်ကျက်သည့် ဇနီးမောင်နှံ နှစ်ဦးအဖို့ လိင်ကိစ္စမှာ အလွန်ပျော်ရွှင်ဖွယ် ကောင်းသော၊ နှစ်ဦးသဘောတူ တစ်ချိန်တည်း ပြုလုပ်ပြီး နှစ်ဦးလုံး တစ်ချိန်တည်း သာယာမှုကို ဖြစ်စေသော ထူးခြားသည့် အပြုအမူပင် ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြန်အလှန် ဆွဲဆောင်နိုင်ခြင်း၊ အပေးအယူ မျှတခြင်းသည် သာယာသော အိမ်ထောင်ရေးအတွက် အရေးကြီးသော လိင်ကိစ္စ ညှိယူမှုပင် ဖြစ်တော့သည်။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန် စိတ်မျိုးဖြင့် အိမ်ထောင်ဘက်ကို အနိုင်ယူလိုလျှင် သာယာမှု လုံးဝမရှိသော အိမ်ထောင်တစ်ခုသာ ဖြစ်မည်။ မိမိ၏ လိုအင်ဆန္ဒထက် တစ်ပါးသူ၏ ဆန္ဒကို ရှေ့တန်းတင်ပြီး စဉ်းစားနိုင်သူသာ အမှန်တကယ် ချစ်သူမည်ပေသည်။ ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦးလုံး အဆိုပါ စိတ်ထားမျိုးရှိပါက မည်သည့် အိမ်ထောင်ရေး ပြဿနာမှ ရှိတော့မည် မဟုတ်ပါ။

ဘဝကို အမြဲသာယာ ချမ်းမြေ့စေရမည်ဟူသော စိတ်ထားမျိုး အစဉ်ထားနိုင်ရန်လည်း လိုအပ်လေသည်။ ဘဝတွင် အခက်အခဲ ပြဿနာများ ရှိမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ယင်းအခက်အခဲများကြောင့် သာသာယာယာ နေတတ်မှု၊ စိတ်ချမ်းမြေ့သာယာမှုတို့ကို မထိခိုက်အောင် နေတတ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဒေါသဖြစ်ခြင်း၊ ငြူစူခြင်း၊ အလိုရမ္မက် ကြီးခြင်း စသည်တို့မှာ ရေရှည်တွင် အကျိုးမရှိပါ။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟစိတ်တို့ ကြောင့်ပြီးပြေသွားသော ပြဿနာဟူ၍ မရှိပါ။

လိင်ဖောက်ပြန်ခြင်း

ဖိုနှင့် မ သဘာဝအလျောက် လိင် ဆက်ဆံခြင်းကို မှန်ကန်သည်ဟု ယူဆကြပါသည်။ သဘာဝအလျောက်ဆိုရာ၌ ဖို မ အင်္ဂါ အချင်းချင်း ဆက်ဆံသည်ကို ဆိုလိုပါသည်။ အကယ်၍ဖို မ အင်္ဂါ အချင်းချင်း မဟုတ်ဘဲ ဖိုက မ၏ စအိုကိုဖြစ်စေ၊ အခြားအခြား အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုခုကို ဖြစ်စေ ဆက်ဆံပါက လိင်ဖောက်ပြန်သည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။

ဖိုနှင့် မ အင်္ဂါအချင်းချင်း ဆက်ဆံသော်လည်း သဘာဝ အတိုင်းအတာထက် ကျော်လွန်ပါက ဖောက်ပြန်သည်ဟု ဆိုကြပြန်ပါသည်။ ဥပမာ– ဖိုက မကို ဆက်ဆံရာ၌ သဘာဝအတိုင်း စိတ်ကျေနပ်မှု မရဘဲ၊ မကို သွေးထွက်သံယို ဖြစ်အောင် နှိပ်စက်ကလူ ပြုရမှ စိတ်ကျေနပ်နိုင်သည် ဆိုလျှင်လည်း ဖောက်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ပါ၏။

မ အနေနှင့်လည်း သဘာဝအတိုင်း စိတ်မကျေနပ်နိုင်ဘဲ နှိပ်စက်ခံရမှ၊ သွေးထွက်အောင် ရိုက်နှက်မှ ကျေနပ်မှုရသည်ဟု ဆိုကြပါလျှင် ဖောက်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ပါ၏။ ဖို မ အင်္ဂါ အချင်းချင်း မဟုတ်ဘဲ ဖို မ တို့၏ ပစ္စည်းများ၊ အဝတ် အထည် အသုံးအဆောင် စသည်တို့နှင့် ဆက်ဆံပါကလည်း ဖောက်ပြန်မှု တစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ဖိုနှင့် မဆိုရာ၌ လူအချင်းချင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ လူယောက်ျား တစ်ယောက်က တိရစ္ဆာန် အမ တစ်ကောင်နှင့် ဆက်ဆံ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပါက ဖောက်ပြန်သည်ဟု သတ်မှတ်ရပါမည်။

ဖိုနှင့်မမဟုတ်ဘဲ ဖိုဖိုချင်း၊ မမချင်း၊ ဆက်ဆံပါက ဖောက်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ပါမည်။

မ တစ်ဦးချင်း ဖြစ်စေ၊ ဖို တစ်ဦးချင်းဖြစ်စေ တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဆက်ဆံမှု ပြုခြင်းကိုတော့ ပြုလုပ်သည့် အကြိမ် အရေအတွက်ကိုလိုက်၍ သတ်မှတ်ရပါသည်။ အနည်းအကျဉ်းတော့ လူတိုင်းပြုမူတတ်ကြသဖြင့် ဖောက်ပြန်သည်ဟု မခေါ်ပါ။ အကြိမ်များလွန်းလျှင်ကား ဖောက်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ပါမည်။

ဖိုနှင့်မ အင်္ဂါ အချင်းချင်းသာ ဆက်ဆံရမည်ဟု ဆိုထားသော်လည်း မဆက်ဆံမီ ဖိုနှင့်မ လိင်စေ့ဆော်မှု ပြုလုပ်ရာ၌ ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းများကို ကိုင်တွယ်ခြင်း၊ ဖက်ရမ်း နမ်းရှုပ်ခြင်း စသည်တို့မှာ သဘာဝဖြစ်ပါသည်။ ဖောက်ပြန်သည်ဟု မခေါ်ပါ။

ချစ်သူတစ်ဦးက သူ့ချစ်သူ၏ အသံကို နှစ်သက်ခြင်း၊ ပစ္စည်း အသုံးအဆောင်များ အဝတ်အစားများကို နှစ်သက်ခြင်း စသည်တို့ကို ဖောက်ပြန်သည်ဟု မခေါ်ပါ။ ဤသည်တို့ကို အချစ်၏ အသွင် လက္ခဏာများဟု ခေါ်ရပါမည်။

ကလေးများ လိင်ဖောက်ပြန်ခြင်း

ကလေးများတွင် လိင်ဖောက်ပြန်မှုများရှိကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။ တချို့ကလေးများက လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ စိတ်ဝင်

စားမှု မရှိပါ။ တချို့ကတော့ လွန်စွာ စိတ်ဝင်စားကြပါသည်။ ဤသို့ဖြစ်နေသည်ကိုပင် ဖောက်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ပုံမှန် စိတ်ဝင်စားမှု မရှိဘဲ နည်းလွန်းများလွန်း ဖြစ်နေကြပါသည်။

ဤသို့ဖြစ်ရသည်မှာ မိဘများ ပေါ့ဆမှုကြောင့်၊ သေသေချာချာ မသင်ပြမှုကြောင့် ဖြစ်ကြရပါသည်။ အထူးသဖြင့် မိခင်မှာ တာဝန်ရှိပါသည်။ မိခင်ဖြစ်သူက သေသေချာချာ (လိင်နှင့် ပတ်သက်၍) ပညာပေးပါက ဤသို့ မဖြစ်နိုင်ပါ။

တချို့ ကလေးများက ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်များနှင့် ကစားကြပါသည်။ ဤသည်မှာ လိင်ဖောက်ပြန်မှု တစ်မျိုးဟု စိတ်ခွဲဆရာများက ဆိုကြပါသည်။ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်သွားသော စအိုနှင့် ကျင်ချောင်းသည် လိင်အင်္ဂါနှင့် နီးကပ်နေသဖြင့် လိင်အင်္ဂါကို ချစ်သည့်အနေနှင့် ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်ကို ချစ်နေကြသူများလည်း ရှိကြပါသည်။

တချို့ လိင်ဖောက်ပြန်မှုများက သူတို့၏ ပါးစပ်ထဲသို့ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်များ ပါချမှ စိတ်ကျေနပ်သည် ဆိုပါ၏။ တချို့က ကိုယ်ပေါ်ကို ပါချမှ ကျေနပ်ကြလေသည်။ တချို့က ကိုယ်ပေါ်ကို ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့် နေသည်ကို မြင်ရမှ ကျေနပ်လေ၏။ ထို့ကြောင့် ဤဝေဒနာရှင်သည် မှန်သေတ္တာထဲတွင် ဝပ်အိပ်နေပြီး သူ့အပေါ်မှ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်စွန့်သည်ကို ကြည့်ပြီး စိတ်ကျေနပ်မှု ရရလေသည်။

ဤ အဖြစ်မျိုးမှာ အလွန်သနားစရာ ကောင်းပါ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သည် ။ မိခင်များ၏ ပေါ့လျော့မှုကြောင့် ကလေးငယ်က ကျင်ကြီး ကျင် ငယ်ကို ချုပ်ခင် နှစ်သက်ရာမှ အစပြုသော ဝေဒနာဖြစ်ပါသည် ။ ကျင် ကြီး ကျင်ငယ်သည် ကစားစရာမဟုတ်၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်သည် နှစ် သက်စရာ မဟုတ်ဟု လူကြီး မိဘများက (အထူးသဖြင့် မိခင်) ပြော ရပါမည် ။ ဆုံးမရပါမည် ။

ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်ကို ပါမချဘဲ အောင့်ထားပြ အလွန်အမင်း သွားချင်မှ ပါချပြီး နှစ်သက်မှု ရှာတတ်ခြင်းသည်လည် မကောင်းပါ ။ ဝမ်းသွားချင်လျှင် ဆီးသွားချင်လျှင် ချက်ချင်း သွားသ ပါသည် ။

ကလေးငယ်များအနေနှင့် အရွယ်မရောက်မီ လိ ကို အလွန်အမင်း စိတ်ဝင်စားခြင်းသည် မကောင်းပါ၊ (လိင်ပညာ နားလည်သဘောပေါက်သင့်သော်လည်းစိတ်ဝင်စားမှုသိပ်မရှိသင့်ပါ

သုတေသန ပြုသူများ၏ အဆိုအရ အရွ မရောက်မီ လိင်ကို စိတ်ဝင်စားသောသူများမှာ ပျော်ရွှင်သော အိ ထောင်ရေးသုခ မရကြဟု သိရပါသည်။ အသက်ကြီးမှ လိင်ကို စိတ် စားသော သူများမှာ အိမ်ထောင်ရေး သုခ ကျေနပ်လောက်အောင် ရ သည်ဆိုပါသည် ။ (ငယ်ငယ် ရွယ်ရွယ်နှင့် အိမ်ထောင်ပြုချင်သူ အထူး စဉ်းစားသင့်သော အချက်ဖြစ်သည် ။)

ဤသို့ ကလေးငယ်များ လိင်ကို အလွန်အမင်း စိ မဝင်စားရန် ပညာပေးဖို့ လိုပါသည် ။ သူတို့ကို ပညာပေးဖို့ "ကလေ

လမ်းညွှန်ဌာန" များ ဖွင့်ပေးသင့်ပါသည် ။

ဤဌာနများက ကလေး ပြဿနာနှင့် လူငယ် ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းပေးပါလိမ့်မည် ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သင်္ကေတများဖြင့် အချစ်ထကြွခြင်း

သာမန်အားဖြင့် အချစ်စိတ်သည် ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်အချင်းချင်း စိတ်ဝင်စားရာမှ ပေါ်လာလေ့ရှိပါသည်။ ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်ကို အဝတ်အစား မပါဘဲ မြင်ရလျှင်၊ သို့မဟုတ် လိင် ထကြွစေသည့် အစိတ်အပိုင်းများကို မြင်ရလျှင်၊ သို့မဟုတ် လိင်အကြောင်း ရေးထားသည့် စာများ၊ အရုပ်များ၊ ဓာတ်ပုံများကို တွေ့ရလျှင် အချစ်စိတ်များ ပေါ်လာတတ်ပါ၏။

သို့သော် အချို့သော လိင်ဝေဒနာရှင်များမှာ ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်၏ ပစ္စည်းများ၊ ဥပမာ–ယောကျ်ားဖြစ်လျှင် မိန်းကလေး၏ အတွင်းခံ ဘောင်းဘီ၊ ဘရာစီယာ၊ ချွေးခံအကျႌ၊ ထဘီ စသည်များကို တွေ့လျှင် အချစ်စိတ် ထကြွတတ်ပါသည်။ အဆိုပါ ပစ္စည်းများနှင့် ပျော်ပါးတတ်ပါသည်။ ဤသည်ကို အနောက်တိုင်း ပညာရှင်များက (**Fetishism**) ဟု ခေါ်ပါသည်။ (မြန်မာ ဘာသာဖြင့် ဘယ်လိုခေါ်ရမှန်း မသိပါ။ တဏှာရူးဟု ခေါ်လျှင်လည်း အဓိပ္ပာယ်ကျယ်ဝန်းလွန်းပါသည်။)

ဤကဲ့သို့ ဝေဒနာရှင်များ မြန်မာပြည်တွင် ရှိပါ

လိမ့်မည်။ သုတေသန လုပ်မကြည့်သဖြင့် မသိတာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ သုတေသန လုပ်ထားသော စာအုပ်များကိုသာ ဖတ်နေရပါသည်။ ကိုယ်ပိုင် ပြုလုပ်ချက်များ နည်းပါးနေပါသေးသည်။

(**Fetishism**)နှင့် ပတ်သက်၍ သူတို့ဆီက တွေ့ရှိချက်အချို့ကို ဖော်ပြချင်ပါသည်။

အမျိုးသမီး တစ်ဦးက သူ၏ ခံစားချက်များကို ရေးသားထားပါသည်။

ကျွန်မအသက် ၁၃ နှစ်၊ ၁၄ နှစ် အရွယ်မှစ၍ လိင်သင်္ကေတများ အကြားတွင် နစ်မွန်း နေပါသည်။ အထူးသဖြင့် ယောကျ်ား အင်္ကျီကို စွဲလန်းနေပါသည်။ ယောကျ်ား အင်္ကျီနှင့် သဏ္ဌာန်တူသော ပစ္စည်းများ၊ အရာဝတ္ထုများကို ခုံမင်နေပါသည်။

ရေများ ပန်းကျနေသော ရေပန်းများ၊ ရှည်မျော မျော သစ်သီးများ၊ ပန်းပွင့်များ၏ အလယ်မှ ဝတ်ဆံတိုင်၊ တုတ်များ၊ တုတ်နှင့် တွင်းထဲကို ထိုးခြင်းများ၊ ငှက်ပျောသီးများ၊ နွားရွက်နှင့် လက်ညှိုး၊ ခြေထောက်ကို တွန့်လိမ်နေအောင် ကွေး၍ တွန့်လိမ်နေသော အသားများကြားသို့ လက်နှင့် ထိုးခြင်း၊ ကိုယ့်သွား ကိုယ်ကိုက်ခြင်း၊ လျှာကို ကိုက်ခြင်း စသည်ဖြင့် ယောကျ်ား အင်္ကျီ သဏ္ဌာန်များနှင့် ဖိုမ ဆက်ဆံခြင်း သဏ္ဌာန်များကို စွဲလန်းခုံမင်နေပါသည်။ ဤအကြောင်းအရာများကို တွေး၍ စိတ်လှုပ်ရှား ထကြွနေတတ်သဖြင့် ဒုက္ခရောက်နေရပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဤသည်မှာ မိန်းကလေးတစ်ဦး၏ တကယ့် ခံစားချက် ဖြစ်ပါသည်။ စာထဲတွင် ပြည့်စုံအောင် ဖော်မပြနိုင်သဖြင့် အချက်အလက် မပြည့်စုံသော်လည်း တကယ့် အဖြစ်အပျက်တွင်မူ မြင်သမျှသော ပစ္စည်းများကို လိင်နှင့် ယှဉ်၍ စဉ်းစားနေပါလိမ့်မည်။

နောက်တစ်ယောက် ကျွန်တော် တင်ပြလိုသည်မှာ အိမ်ထောင်သည် မိန်းကလေး တစ်ယောက် ဖြစ်ပါသည်။ သူကတော့ အိပ်မက်များဖြင့် လိင်ကို သရုပ်ဖော်ပါသည်။ သူ့ အိပ်မက်များသည် လိင်ကိစ္စများဖြင့်သာ ရောပြွမ်းနေပါသည်။ သူမက သင်္ကေတ အမျိုးမျိုးဖြင့် တင်ပြပါသည်။

သင်္ဘောနှင့် ခရီးသွားနေခြင်းဖြင့် ကောင်းကင်တွင် သင်္ဘော လွင့်နေခြင်းတို့သည် ဖို မ ဆက်ဆံခြင်းကို ပြသသည် ဆိုပါသည်။ ရေကိုမြင်မက်ခြင်းသည် မ အင်္ဂါ၏ အထိမ်းအမှတ် ဖြစ်သည်။ သေဆုံးသည်ဟု မြင်မက်ခြင်းသည် ချစ်ကျွမ်းဝင်ရန် နိမိတ်။ ဓားသည် ဖို အင်္ဂါ။ မြွေများ၊ သန်ကောင်များသည်လည်း ဖို အင်္ဂါလေးများ။ မြင်းများနှင့် ခွေးများသည်လည်း ဖို သတ္တဝါများ။ မီးရထား စက်ခေါင်းက ဖို အင်္ဂါ။ မိုးရေ၊ ဆီးနှင့် မျက်ရည်များက သုက်သွေးရည်။ ဆီးသွားခြင်းသည် လိင် ဆက်ဆံလိုခြင်း စသည်ဖြင့် လိင် သင်္ကေတများကြားတွင် နစ်မွန်းနေလေ၏။

လူကောင်းများတွင်လည်း သင်္ကေတများဖြင့် အချစ်စိတ် ထကြွတတ်ကြပါသည်။ ချစ်သူကပေးသော ပန်းခြောက်ဏာလေးကို နမ်းရှုပ်၍လည်းကောင်း၊ ဓာတ်ပုံကိုကြည့်၍လည်းကောင်း၊

ချစ်သူက ပေးသော အမှတ်တရ လက်ဆောင်များကို ကြည့်၍ လည်းကောင်း အချစ်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်တတ်ကြပါသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ မ သတ္တဝါ တစ်ဦး၏ လျှို့ဝှက်အပ်သော ပစ္စည်းများကို အမှတ်မထင် တွေ့မြင်မိရာမှလည်း အချစ်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။ မ သတ္တဝါတစ်ဦး အပေါ့သွားသည်ကို အမှတ်မထင် တွေ့မိပြီး မ အင်္ဂါကို မြင်မိရာမှ စွဲလမ်း ချစ်ခင်မိသော လူငယ်တစ်ဦး ရှိခဲ့ဖူးပါသည်။

သို့သော် အလက်ပါ ထကြွမှုများသည် အခါအခွင့်သင့်သလိုသာ ပေါ်ပေါက်သင့်ပါသည်။ အမြဲတစေ ဖြစ်မနေသင့်ပါ။ တွေ့သမျှ မြင်သမျှ ပစ္စည်းများသည်လည်း သင်္ကေတများ၊ အထိမ်းအမှတ်များ မဖြစ်သင့်ပါ။ သူ့နေရာနှင့် သူသာ ဖြစ်သင့်ပါသည်။

သတ်မှတ်ထားသော ဘောင်များကို ကျော်လွန်၍ မိမိစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းမရတော့လျှင်ကား လိင်ဖောက်ပြန်သူဟု ခေါ်ရပါတော့မည်။

ခြေထောက်များသည်လည်း လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ အရေးကြီးနေပြန်ပါသည်။ ဝင်းဝါ၍ လှပသော ခြေထောက်များကို မြင်ရရုံနှင့် အချစ်စိတ်များ ထကြွတတ်ပါသည်။

ရုပ်ရှင်ရုံများတွင် အကကိုပြသောအခါ ခြေထောက်က စ၍ ပြတတ်ကြပါသည်။ ခြေသလုံးသားလေးများ မပေါ့တပေါ်ဖော်၍ အသားနှင့် လိုက်ဖက်သော ထဘီကို ဝတ်ထားလျှင် ကြည့်၍

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အင်မတန်ကောင်းပြီး နှစ်သက်မှုကို ဖြစ်စေတတ်ပါသည်။ မိန်းကလေးများကတော့ တုတ်ခိုင်သော ခြေသလုံးများကို ကြိုက်နှစ်သက်မည် ထင်ပါသည်။

အချို့ မိန်းကလေးများက ခြေထောက်နှင့်ကန်မှ လိင်စိတ်ပြည့်ဝတတ်ပါသည်။ သူ့ လိင်ဆန္ဒပြည့်ဝအောင် ခြေထောက်နှင့် မကြာခဏ ကန်ပေးရလေသည်။ ဤတွင် အချို့သော သုတေသီများက ခြေထောက်သည် လိင်အင်္ဂါ အထိမ်းအမှတ်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြပါသည်။ ခြေထောက်နှင့်အကန်ခံရခြင်းသည် လိင်ဆက်ဆံခြင်း တစ်မျိုးဟု မိန်းကလေးများက ယူဆလေသည်။

ဤ အပြုအမူကို (Ma ochism)ဟု ခေါ်ကြပြီး နာကျင်အောင်ပြုမှ လိင်ဆန္ဒ ပြည့်ဝသည်ဟု ဆိုကြပါ၏။ သို့သော် တစ်ချို့ သုတေသီများက နာကျင်ခြင်းသည် အဓိကမဟုတ်၊ ခြေထောက်သည် အဓိက ဖြစ်သည်ဟု ပြောကြပါသည်။ (နှစ်ခုစလုံး သူ့နေရာနှင့် သူ မှန်ပါသည်။)

မိန်းကလေးတစ်ဦးက သူမ၏ ခြေထောက်များနှင့် လိင်အင်္ဂါ ထိတွေ့အောင် ထိုင်လေ့ရှိပြီး သာယာတတ်ပါသည်။ သူမအတွက် ခြေထောက်သည် အဖော်မွန် ဖြစ်နေပါသည်။ ခြေထောက်ကို ချစ်နေလေသည်။

ဤသို့ဖြင့် ဖိုမများသည် သက်ရှိသက်မဲ့ အမျိုးမျိုးဖြင့် လိင်စိတ် ထကြွပြီး သာယာ နှစ်ခြိုက်ကြသော်လည်း လိင်စိတ်ကို လုံးလုံး မနှစ်သက်သူများလည်း ရှိပါသည်။ သူတို့သည် အရွယ်ရောက်သည့် အချိန်မှစ၍ လိင်ကို လွှန်စွာ မုန်းတီးလေသည်။

တိရစ္ဆာန်များနှင့် လူတို့၏ လိင်စိတ်

တိရစ္ဆာန်ပစ္စည်းများကို ချစ်ခြင်း

လူတို့သည်တိရစ္ဆာန်များနှင့် နီးနီးကပ်ကပ်နေကြပါသည်။ ခွေးကလေး၊ ကြောင်ကလေးများကို မွေးကြသည်။ ကြက်တူရွေး၊ သာလိကာ စသည်တို့ကိုလည်း အလှ မွေးကြသည်။ တချို့ကတော့ ရွှေငါးလေးတွေကို မွေးကြသည်။

ခိုင်းစေရန်အဖြစ် နွား၊ ကျွဲ၊ မြင်း စသည်တို့ကို မွေးကြသည်။ ရောင်းစားရန်ဖြစ်စေ၊ ဟင်းစားရန်ဖြစ်စေ ကြက်များ၊ ဘဲများ၊ ဘဲငန်းများ မွေးကြပြန်သည်။

ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် တိရစ္ဆာန်များနှင့် ရင်းနှီးနေကြလေသည်။

တိရစ္ဆာန်များနှင့်ရင်းနှီးနေကြသည့်အလျောက် သူတို့၏ ပစ္စည်းများ၊ သားရေများ၊ သိုးမွေးများ၊ သားမွေးများ၊ သမင်ရေခွံများ၊ အရိုးများ၊ ပိုးဖဲ ကတ္တီပါ စသည်တို့ကို လူတို့က အသုံးပြုကြလေသည်။ သူတို့၏ လိင်သဘာဝ အပါအဝင် တိရစ္ဆာန် သဘာဝကိုလည်း

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လေ့လာနိုင်ကြပါ၏ ။

သူတို့၏ ပစ္စည်းများကို ရိုးရိုး တန်းတန်း သုံးစွဲသူများ ရှိသလို လိင်သဘောစိတ်များဖြင့် သုံးစွဲသူများ ရှိလေသည် ။ သူတို့ကို လိင်ဖောက်ပြန်သူများ၊ သို့မဟုတ် လိင် မှုမမှန်သူများဟု ခေါ်ရပါလိမ့်မည် ။

သူတို့သည် သားမွေးများ၊ သားရေများ စသည်တို့ဖြင့် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဆက်ဆံမှု ပြုကြလေသည် ။ တချို့က သားမွေးများကို ပွတ်သပ်နေခြင်းဖြင့်လည်း လိင်ကျေနပ်မှု ရှာကြလေ၏ ။ ပိုးဖဲမွေ့ရာပေါ် လူးလှိမ့်နေခြင်းဖြင့်လည်း သာယာမှုကို ရှာကြလေသည် ။ သားမွေး ယပ်တောင်ဖြင့် လေညင်းခံ၍ ပိုးတဘက်ကို မွေ့ပိုက်ကာ စိတ်ကျေနပ်မှု ရှာသူများလည်း ရှိပါမည် ။ တချို့ အနောက်နိုင်ငံ ရုပ်ရှင် မင်းသမီးများသည် တစ်ကိုယ်လုံး သိုးမွေးထည်များ ဝတ်ဆင်၍ သာယာနေကြလေသည် ။ တချို့က အတွင်းခံ ဘောင်းဘီများ ဝတ်၍ သာယာမှု ရှာကြလေသည် ။

မည်သို့ဆိုစေ တကယ် စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသည်က "အမွေးများ" အကြောင်း ဖြစ်ပါသည် ။

တိရစ္ဆာန် အမွေးများကို လွန်စွာ နှစ်သက်သူများ ရှိပါသည် ။ နှစ်သက်လွန်းသဖြင့် ခိုးယူသူများပင် ရှေးက ရှိခဲ့ပါသည် ။ ပြင်သစ်ပြည်တွင် ခေတ်စားခဲ့သေးသည် ဆိုပါ၏ ။ ဤအမွေး ခိုးသူများကို လေ့လာကြည့်သောအခါ စိတ်မမှန်ကြောင်း တွေ့ရပါသည် ။

များသောအားဖြင့် ငယ်စဉ်က အမွေးများကို အလွန်ချစ်ခင်ခဲ့ပြီး ကြီးသောအခါ ထိုစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာသဖြင့် ခိုးယူကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည် ။ ခိုး၍ရသော အမွေးများကို ကိုင်တွယ် ပွတ်သပ်ခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ အပိုင်းပိုင်း ဖြတ်ပစ်ခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ လိင်သာယာမှုကို ရှာရှာလေသည် ။

တချို့က အမွေးများဖြင့် ယားကျိကျိနေအောင် ကလိခြင်းဖြင့် သာယာမှု ရှာသည်လည်း ရှိပါသည် ။ ဤကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော် ကြားဖူးသော အကြောင်းအရာ တစ်ခုကို တင်ပြချင်ပါသည် ။

"သီဟဗာဟုဇာတ်ကို ကျွန်တော် ငယ်စဉ်က ဖတ်ခဲ့ဖူးပါသည် ။ သီဟဗာဟု ဆိုသည်မှာ ခြင်္သေ့၏သား ဖြစ်ပါသည် ။ သူ့မယ်တော်မှာ ဘုရင့်သမီး တစ်ဦးဖြစ်သည် ။ ဘုရင့်သမီး မွေးကာစက အလွန်ငိုသည် ဆိုပါသည် ။ အမျိုးမျိုး ချော့မော့သော်လည်း အငိုမတိတ်ပါ ။ (သီဟဗာဟုဇာတ်တွင် ဤသို့ပါသည်၊ မပါသည်ကို ကျွန်တော် မမှတ်မိတော့သော်လည်း သီဟဗာဟုဇာတ်နှင့် ပတ်သက်၍ ဤသို့ပင် မှတ်ခဲ့မိပါသည် ။)

ဘုရင့် သမီးတော် ကြီးပြင်းလာသောအခါ ... တော်များနှင့် အဆောင်ထဲတွင် တရှန်းရှန်း ပျော်ပါးနေတော့သည် ။ ဘုရင်ကြီးက အမျိုးမျိုး ဆုံးမသော်လည်း ပျော်ပါးမြဲ ပျော်ပါးနေသဖြင့် တိုင်းပြည်မှနှင် ထုတ်လိုက်ရလေသည် ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဘုရင့်သမီးတော်သည် လမ်းခရီးတွင် ခြင်္သေ့ကြီးတစ်ကောင်နှင့်တွေ့၍ညားသွားလေသည်။ ဘုရင့်သမီးတော်က သီဟဗာဟုမင်းသားနှင့် မင်းသမီးတစ်ပါး မွေးဖွားလေ၏။ သီဟဗာဟုကြီးလာသောအခါ တိရစ္ဆာန်ကို အဖေမတော်ချင်ဟုဆိုကာ အဘိုး၏ တိုင်းပြည်သို့ နှမကိုခေါ်၍ပြန်လေသည်။ ဤတွင်ခြင်္သေ့ကြီးက သားသမီးဇောဖြင့် တိုင်းပြည်သို့ လိုက်လာရာ သီဟဗာဟုက လေးနှင့် ခွင်းသဖြင့် သေဆုံးရှာလေသည်။

ဤသည်မှာ တိရစ္ဆာန် အမွေးအကြောင်း ဖြစ်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန် အမွေးသာမက လူမွေးကိုလည်း စွဲလမ်းတတ်ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ လူမွေးများတွင် ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်၏ အမွေးများကို ပို၍ စွဲလမ်းကြပါသည်။ ဤအမွေးများနှင့် လိင်စိတ်ကို ထကြွစေပါသည်။

ဆေးပညာတွင် (Coro) "တိုနာ" ဟု ခေါ်သော ဝေဒနာ တစ်ခု ရှိပါသည်။ စင်စစ် ဤဝေဒနာမှာ စိတ်ဝေဒနာမျိုး ဖြစ်သော်လည်း တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် မရှိပါ။ အရှေ့တောင် အာရှတွင်သာ ရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ မြန်မာပြည်တွင်တော့ ခပ်များများ တွေ့ရတတ်ပါသည်။

ရောဂါ လက္ခဏာမှာ ယောကျ်ား အင်္ဂါသည် အလိုလိုတို၍အထဲသို့ ဝင်သွားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ တချို့က နာကျင်ခြင်းကို ခံစားရပါသည်။ အများအားဖြင့် ပြင်းစွာ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့သွားကြပါသည်။ "ဘာများ ဖြစ်တော့မလဲ၊ ဘာဖြစ်တာလဲ" စသည်ဖြင့် တွေး၍

ကြောက်ရွံ့လေ၏။ ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်လေ ယောကျ်ား အင်္ဂါကလည်း အထဲသို့ ဝင်လေ ဖြစ်ပါသည်။ ကုသနည်းမှာ ဆေးမီးတို ဖြစ်ပါသည်။ မိန်းမတစ်ဦး၏ အင်္ဂါမှ အမွေးကို မီးရှို့၍ ရှူရှိုက်လိုက်လျှင် ရောဂါ ပျောက်လေ၏။

ဤတွင် စဉ်းစားစရာဖြစ်လာပါသည်။ တိုနာသည် အဘယ်ကြောင့် ဤနည်းဖြင့် ပျောက်ရသနည်း၊ အမွေးနှင့်ရောဂါ ဆက်စပ်နေသလော။

စိတ်ပညာနည်းအရ ဆက်စပ်နေပါသည်။ လူနာသည် အမွေးကို စွဲလမ်းနေပါလိမ့်မည်။ ထိုအခါ ထိုအမွေးရရာ နည်းလမ်းကို ရှာရလေသည်။ တိုနာဖြစ်လျှင် ထိုသို့ ကုသရသည်ဟု လူနာအနေနှင့် ကြားဖူးထားရပါမည်။ ထို့ကြောင့် ဤအမွေးကို အလိုရှိသောအခါ တိုနာရောဂါ ရကြသည်ဟု စဉ်းစားကြည့်မိပါသည်။

တချို့ အမျိုးသမီးများက နှုတ်ခမ်းမွေး၊ မျက်ခုံးမွေး၊ မုတ်ဆိတ်မွေး၊ ပါးမြိုင်းမွေး၊ ရင်ဘတ်မွေး စသည်ဖြင့် အမွေးများသော အမျိုးသားများကို ကြိုက်နှစ်သက်ကြလေသည်။ အမျိုးသားများကလည်း အမွေးအမျှင်များသော အမျိုးသမီးများကို ကြိုက်နှစ်သက်တတ်လေသည်။ ရှေးက အမျိုးသားများရော အမျိုးသမီးတွေပါ ဆံပင်ရှည်ထားကြ၏။ ယခုခေတ်တွင်လည်း ယောကျ်ားလေးများက ဆံပင်ရှည်ထားလာလေပြီ။ ခေတ်၏ ပြုပြင် ပြောင်းလဲမှုဟု ဆိုကြသော်လည်း လိင်နှင့် ပတ်သက်သော အချက်တစ်ချက် ပါနိုင်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အမျိုးသမီးများ ဆံပင်ကို အမျိုးမျိုး ပြုပြင်ခြင်းသည်လည်း အမျိုးသားများကိုဆွဲဆောင်မှုပင်ဖြစ်ပါသည်။ အမျိုးသားများကလည်း အမျိုးသမီးများ၏ ဆံပင်ကိုဇိုင်တွယ်ပွတ်သပ်ခြင်းဖြင့် သာယာမှု ရှာကြလေသည်။ မိတုန်းရောင်ကောသာ ဖြေချသည်ကိုမြင်ရလျှင် ယောကျ်ားများက စွဲလမ်းတတ်ပါသည်။

တိရစ္ဆာန်များကို ချစ်ခြင်း

လူများနှင့် တိရစ္ဆာန်များ ရင်းနှီးကြကြောင်း ကျွန်တော် တင်ပြခဲ့ပါသည်။ ရင်းနှီးခြင်းဖြင့် ချစ်ခင်ခြင်းကို ဖြစ်စေပါ၏။

သီဟဗာဟုခေတ်တွင် လူမိန်းမနှင့် ခြင်္သေ့ ညားကြောင်း ဖတ်ရပါသည်။ ယနေ့ မျက်မှောက်ခေတ်တွင်လည်း လူများသည် တစ်ခါတစ်ရံ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ညားတတ်ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ သို့သော် အမြဲညားနေသည် မဟုတ်ပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ တိတ်တဆိတ် ညားခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

တချို့မြို့နေ ကြေးရတတ်များက ခွေးများကို အလှ မွေးကြလေသည်။ ခွေးကို ကားပေါ်တင်၍ မောင်းကြသည်။ တချို့က ခွေးနှင့်အတူအိပ်ကြလေ၏။ သို့သော် သူတို့သည် တောရွာမှ လူများလောက် တိရစ္ဆာန်များနှင့် မရင်းနှီးကြပါ။ တောရွာမှ လူများက တိရစ္ဆာန်များနှင့် အလုပ် လုပ်နေကြသဖြင့် အလွန်ရင်းနှီးကြလေသည်။ အလွန် ချစ်ခင်ကြလေသည်။

သို့သော် တစ်ခါတစ်ရံ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ဖောက်ပြားကြလေသည်။ ခွေးများ၊ ဆိတ်မများ၊ သိုးများ၊ ဝက်မများ၊ မြည်းများ၊ နွားများ၊ ကြက်များ၊ ဘဲများ၊ ကြောင်များ၊ ယုန်များ စသည်တို့သည် ဖောက်ပြားခံရသော သတ္တဝါများ ဖြစ်ကြသည်ဆို၏။ တချို့က မြွေများ၊ ငန်းများနှင့် မိကျောင်းများကို ကြိုက်နှစ်သက်သည်ဟု ဆိုပါ၏။

ဤသို့ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ဖောက်ပြားရာ၌ အကြောင်းရင်း သုံးမျိုးရှိပါသည်။

၁။ ။ ကမ္ဘာဦးအခါက လူသားနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့ကြား ခြားနားမှု သိပ်မရှိခြင်း။

၂။ ။ တိရစ္ဆာန်များနှင့် အလုပ် လုပ်ရသောသူများသည် တိရစ္ဆာန်များနှင့် အလွန်ရင်းနှီးလွန်းခြင်း၊ အထူးသဖြင့် ဓနီးနှင့် ခွဲနေရချိန်တွင် စိတ်မထိန်းနိုင်ကြခြင်း၊

၃။ ။ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ဆက်ဆံခြင်းဖြင့် ကာလသားရောဂါပျောက်သည်ဟုယုံကြည်ကြခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

(မှတ်ချက်။ ။ မှားယွင်းသော ယုံကြည်မှု ဖြစ်သည်။)

ပထမကမ္ဘာစစ်အတွင်းက ရှေ့တန်းစစ်မျက်နှာသို့ ရောက်နေသော အနောက်နိုင်ငံမှ စစ်သားများသည် ဆိတ်မများနှင့် ဖောက်ပြားကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။ တစ်ခါက ဂုဏ်ရှိ၍ ပြသနာသော

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

"Up The Front" ဓာတ်ကားတွင် ဆိတ်မ တစ်ကောင်ကို စစ်သား တစ်ယောက်က ကြိုးနှင့်ဆွဲ၍ ထိန်းကျောင်းနေပုံ ပြသွားလေသည်။ ဓာတ်ကားက ရယ်စရာဖြစ်၍ ဆိတ်မနှင့် စစ်သားများ အကြောင်း သဘောပေါက်သူများအဖို့ ပို၍ ရယ်ရပါလိမ့်မည်။

အသိဉာဏ်နည်းသူများသည်လည်း တိရစ္ဆာန်များနှင့် ဖောက်ပြားကြပါသည်။ သင့်မသင့် စဉ်းစားနိုင်သော ဉာဏ်နည်းသဖြင့် ကျူးလွန်ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

စိတ္တဇရောဂါ ရှိသူများသည်လည်း ကျူးလွန်တတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းသူများက ကျူးလွန်တတ်ပါသည်။ အမှားနှင့်အမှန် ချင့်ချိန်လေ့ရှိသူများ မဟုတ်သဖြင့် အလွယ်တကူပင် ကျူးလွန်ကြပါသည်။

အလယ်ခေတ်တုန်းက ဤကဲ့သို့ ကျူးလွန်သော သူများကို ဝိုင်းဝန် ရှုတ်ချကြပြီး ကျူးလွန်သူနှင့် တိရစ္ဆာန်ကို မီးရှို့၍ သတ်ကြလေသည်။ ပြင်သစ်ပြည်တွင် အများဆုံး ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ မိန်းမ တစ်ယောက်သည် ခွေးတစ်ကောင်နှင့် ကျူးလွန်သဖြင့် မိန်းမရော ခွေးပါ မီးရှို့သတ်ခြင်း ခံရလေသည်။ ဂျူးလူမျိုးများကလည်း ဤ အပြုအမူကို ရှုတ်ချကြလေသည်။

မှတ်ချက်။ စိတ္တဇ ရောဂါကြောင့် လည်းကောင်း၊ အသိဉာဏ် အလွန် ချို့တဲ့သောကြောင့် လည်းကောင်း ဤသို့ တိရစ္ဆာန်နှင့် ကျူးလွန်တတ်သည်ဟု အာဏာပိုင်များ က စာရင်းသွင်း စဉ်းစားခဲ့ဟန် မတူပါ။ ဤအကြောင်း

များကြောင့် ကျူးလွန်မိလျှင် တစ်မျိုး စဉ်းစားသင့် ပါသည်။

မည်သို့ပင်ဆိုစေ ဤ အပြုအမူများကတော့ မကောင်းပါ။ လူမှုရေးအရရှုတ်ချဖွယ်ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ဆေးပညာ ရှုထောင့်မှ ကြည့်ကြလျှင် အပြစ်ဆိုဖွယ်ရာ မရှိကြောင်း စိတ်ပညာ ဆရာကြီးတစ်ဦးက ပြောခဲ့ပါသည်။ လိင်စိတ်ပြင်းပြနေသောလူတစ်ယောက်သည် သူ၏ လိင်စိတ်ကို အန္တရာယ်ကင်းသောနည်းဖြင့် ဖြေဖျောက်ခြင်းဖြစ်၍ အပြစ်မဆိုသာဟု ပြောခဲ့လေသည်။

သူ့စကားမှ မှန်သင့်သလောက် မှန်သော်လည်း လူမှုရေးအရလက်မခံသင့်ဟုကျွန်တော် ယူဆပါသည်။ လိင်စိတ် ပြင်းပြလျှင် ဘာသာရေးဖြင့် ဖြေဖျောက်နိုင်ပါသည်။ သမထ ဝိပဿနာ ပွားများခြင်းဖြင့် တဏှာကို ပယ်ဖျောက်နိုင်ပါသည်။ သံသရာ အဆက်ဆက် မိမိကို ဒုက္ခပေးနေသော တဏှာကို ပယ်ဖျောက်သင့်ကြပါပြီ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဆာဒစ်ဇင်နှင့် မဆိုချစ်ဇင် လိင်အကြမ်းဖက်မှုများ

ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းမတစ်ယောက်က ပြောပြဖူးပါသည်။ သူအိမ်ထောင်ကျ၍ သူ့ခင်ပွန်းနှင့်အတူ အိပ်သောအခါ သူ့ခင်ပွန်းက သူမ၏ အသားများကို ကုတ်ဖဲ့ခြင်း၊ အကြမ်းပတမ်း ပြုမူခြင်း၊ နောက်ဆုံး လည်ပင်းကို ညှစ်ခြင်းတို့ ပြုမူသဖြင့် ယောကျ်ားနှင့် ကွာရှင်းလိုက်ရကြောင်း ပြောပြဖူးပါသည်။

အဲဒီရောဂါ ဘာရောဂါလဲဟုလည်း မေးပါသည်။ ရောဂါမှာ ဆာဒစ်ဇင် (**Sadism**)ခေါ် လိင်အကြမ်းဖက်မှု တစ်ခု ဖြစ်ကြောင်း ဖြေခဲ့ရပါသည်။

ဇာတ်လိုက်မင်းသား ပီတာအိုတူးပါဝင်သော (**The Night of the Generals**) ရုပ်ရှင် ဇာတ်ကားတွင် ပီတာအိုတူးက ဆာဒစ်ဇင်ရောဂါခံစားနေရသော ဗိုလ်ချုပ်ကြီးအနေနှင့် သရုပ်ဆောင်သွားပါသည်။

ပီတာအိုတူးမှာ ဆာဒစ်ဇင်ရောဂါ ရှိနေသဖြင့် မိန်းကလေးများကို ရောင်ကြဉ်နေလေသည်။ သို့သော် တစ်ခါ တစ်ရံတွင်

မရှောင်နိုင်ဘဲ မိန်းကလေးများနှင့် ပျော်ပါးမိရာက ရောဂါကြောင့် မိန်းကလေးများကို သတ်ပစ်မိလေသည်။ ဤသို့ သတ်ပစ်ရမှ သူ့အဖို့ လိင် ကျေနပ်မှု ရလေ၏။

အထက်ပါ ရုပ်ရှင် ဇာတ်လမ်းမှာ စာရေး ဆရာတစ်ဦးရေးသော ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ဖြစ်ပါသည်။ ဝတ္ထုကို ရုပ်ရှင်ရိုက်ကူးထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ "ဆာဒစ်ဇင်"ဟူသော နာမည် ပေါ်ပေါက်လာခြင်းမှာလည်း မာကွိဒီဆာဒိ (**Marquist Desade, 1740-1814**)ခေါ် စာရေးဆရာတစ်ဦး၏ အမည်ကို အစွဲပြု၍ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆာဒိမှာ သူကိုယ်တိုင်က လိင် အကြမ်းဖက်မှု အနည်းငယ်ရှိ၍ သူ၏စာအုပ်များတွင် လိင်အကြမ်းဖက်မှုခန်းများများ ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လူအမည်ကိုစွဲ၍ "ဆာဒစ် ဇင်"ဟု ခေါ်တွင်လာပါ၏။

"ဆာဒစ်ဇင်" ဆိုသည်မှာ လိင်ဆက်ဆံရာ၌ တစ်ဘက်လူကို ထိခိုက်နာကျင်အောင်၊ သွေးထွက်သံယိုဖြစ်အောင် အကြမ်းဖက်ခြင်းကို ခေါ်ပါသည်။

"ဆာဒစ်ဇင်"ရောဂါမှာ ယောကျ်ားများတွင် အဖြစ်များသော်လည်း မိန်းမများတွင်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

လိင်ဆက်ဆံရာ၌ မိမိက နာကျင်ခြင်း၊ သွေးထွက်သံယို ဖြစ်ခြင်းကို အလိုရှိလျှင် (ထိုသို့ဖြစ်မှ လိင် ကျေနပ်မှုရလျှင်) "မဆိုချစ်ဇင်" (Masochism)ဟု ခေါ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ထိုသို့ ခေါ်ဝေါ်ခြင်းမှာလည်း ဆာချာမဆော့ (Sacher Masoh)ဟူသော စာရေးဆရာ တစ်ဦးကို အစွဲပြု၍ ခေါ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သူကိုယ်တိုင်က ဤရောဂါကို ခံစားရ၍ သူ၏ စာအုပ်များတွင် အများအပြား ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။

စင်စစ် လိင်ဆက်ဆံရာ၌ အားကိုသုံး၍ အကြမ်းဖက် လိုစိတ်များ အနည်းငယ်ရှိတတ်ကြပါသည်။ ရောဂါဖြစ်သူများမှာတော့ သာမန်ထက်ပို၍ အကြမ်းဖက်လာကြပါသည်။ တချို့က နာကျင်မှု သွေးထွက်မှု၊ တချို့က သေမှု ကျေနပ်ကြသည်။ ကြောက်စရာကောင်းသော ရောဂါတစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါ၏။

ဆာဒစ်ဇင်နှင့် မဆိုချစ်ဇင်မှာ ရောဂါတစ်မျိုးစီ ဖြစ်သော်လည်း လူတစ်ယောက်တည်းတွင် နှစ်မျိုးစလုံး ရှိနေသည်များလည်း ရှိတတ်ပါသည်။ လိင်ဆက်ဆံရာ၌ မိမိက အကြမ်းဖက်ရုံသာမက မိမိကိုပါ အဖော်က ပြန်၍ အကြမ်းဖက်စေလိုပါ၏။ ထို့အတူ မိမိက အနာအကျင် ခံချင်ရုံမက အဖော်ကိုလည်း နာကျင်အောင် ပြုမူချင်တတ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် ဆာဒစ်ဇင် လူနာတစ်ယောက်က ဤသို့ ပြောပြလေ၏။ "ကျွန်တော်၏ ရောဂါမှာ မိမိက အကြမ်းဖက်လိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ အဖော်ကို ကြာပွတ်နှင့် ခပ်နာနာ ရိုက်နှက်ချင်ပါသည်။ သို့သော် တစ်ခါတလေတွင် ကျွန်တော်က အရိုက်ခံချင်နေပြန်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော့်ကို ကျွန်တော် ပြန်၍ ကြာပွတ်နှင့် ရိုက်မိပါသည်။"

အကြမ်းဖက်လိုခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက် ခံလိုခြင်းတွင် အားကြီးသူနှင့် အားနွဲ့သူဟု ပြော၍မရပါ။ အံ့သြစရာကောင်းသည်မှာ အကြမ်းဖက်သမားများက ပျော့ပျော့ ပျောင်းပျောင်းနှင့် မိန်းမဆန်သူများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အကြမ်းဖက် ခံလိုသူများမှာ ကျားကျား လျားလျား သန့်သန့်မာမာ လူသန်ကြီးများ ဖြစ်နေတတ်ပါ၏။ အကြမ်းဖက်သမားများ၏ နဂိုကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေးမှာ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းသော စိတ်ထားများရှိတတ်ပါသည်။ အရှက်အကြောက်ကြီးတတ်ပါသည်။ အခြားလူ တစ်ဦးတစ်ယောက် မိမိအနားတွင် ရှိနေလျှင် ဆီးသွားလေ့မရှိပါ။ ဘာသာရေးကို လိုက်စား ယုံကြည်တတ်ပါသည်။ ကြမ်းတမ်း ခက်ထန်ခြင်း၊ ညစ်ညစ် ပတ်ပတ် ပြောဆိုခြင်းများကို မုန်းတီးလေ့ ရှိပါသည်။ လူမဆန်သော အပြုအမူများကိုလည်း စက်ဆုပ်တတ်ပါသည်။ အပြင်ပန်းအားဖြင့် ကြည့်လျှင် သေးသွယ်ပျော့ပျောင်း၍ စိတ်ကောင်းရှိသူများပင် ဖြစ်ပါ၏။

သို့သော် အတွင်းသန္တာန်ဖြစ်သော စိတ်သည်ကား ဖောက်ပြန်တတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် "သွေး"ကို သူတို့ ချစ်တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ငယ်စဉ်ကတည်းက သွေးကိုချစ်သော၊ သွေးနှင့် ကစားချင်သော လူငယ်တစ်ယောက်သည် အခြားလူငယ်တစ်ယောက်ကို သတ်၍ သွေးများနှင့် ကစားလေ့သည်။ သွေးနှင့် ကစားချင်သော စိတ်ကို ဖျောက်၍ မရပါဟု ဆိုလေသည်။ (ကလေးများကို ငယ်စဉ်ကတည်းက အကဲခတ်သင့်ပါသည်။ သွေးများကို ချစ်ခင်နေလျှင်၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်များကို ချစ်ခင်နေလျှင် ပြုပြင်ပေးသင့်ပါသည်။ မကောင်းသော အကျင့်များ ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြရပါမည်။ တချို့ကလေး

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

များမှာ ငယ်စဉ်ကပင် အသတ်အဖြတ် ဝါသနာ ပါလေသည်။)

အကြမ်းဖက်သမားများကို ဆက်၍ လေ့လာသော အခါ အများထင်သကဲ့သို့ လိင်စိတ်အားကြီးသူများမဟုတ်ဘဲ လိင်စိတ် ပျော့ညံ့သူများ ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။ သူတို့၏ လိင်စိတ်မှာ ပျော့ညံ့နေသဖြင့် လူစိမ်းများကဲ့သို့ သာမန် လိင်ဆက်ဆံရုံနှင့် ကျေနပ် နှစ်သိမ့်မှု မရကြပါ။ နာကျင်အောင် နှိပ်စက်လိုက်ရမှ၊ သွေးကို မြင်ရ မှ၊ ထိတ်လန့် ကြောက်ရွံ့သွားမှ၊ တုန်လှုပ် ချောက်ချားသွားမှ၊ ဓာတ် လိုက်သကဲ့သို့ ခံစားရပြီး သတိလစ်သွားမှ လိင်ကျေနပ်မှု ရကြလေ သည်။ မိမိက အထက်ပါအတိုင်း ပြုလုပ်ချင်လျှင် ဆာဒစ်ဇင် ရောဂါ ရှိသူ ဖြစ်ပါသည်။ မိမိက ပြုလုပ်ခံချင်လျှင် မဆိုချစ်ဇင် ရောဂါရှိသူ ဖြစ်ပါသည်။

မိုးကြိုးပစ်သံများ၊ လျှပ်စီးလက်မှုများ၊ အဓိကရုဏ်း များ ဖြစ်သည်ကို မြင်ရပြီး ထိတ်လန့်မှုများ၊ မီးလောင်သည်ကို မြင်ရ ခြင်းများ၊ လေမှောက်သည်ကို မြင်ရပြီး ခရီးသည်များ မိမိတို့ အသက် ကို လု၍ ကြိုးစားရေကူးနေသည်ကို မြင်ရခြင်းများ၊ မတော်တဆ ထိ ခိုက်မှုများမှ သွေးထွက်သံယို မြင်ကွင်းများ စသည်တို့သည် လိင် အကြမ်းဖက်သူတို့အဖို့ လိင်လှုံ့ဆော်စိတ် ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

သူတစ်ပါး အတိဒုက္ခရောက်သည်ကို မြင်ရမှ ကျေ နပ်အားရကြလေသည်။ (ဆိုးရွားသော ဝေဒနာတစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။ သူတစ်ပါး မျက်ရည်ပေါက် ကြီးငယ်ကျမှ ထမင်းဝင်သည် ဆိုသော စကား အတိုင်းပါပေ။)

တချို့က မီးလောင်ဖို့နေသည်ကို ကြည့်ရမှ ကျေနပ် လေသည်။ လူတစ်ဦး ပြောသည်ကို ကျွန်တော် ကြားဖူးပါသည်။ "မီး လောင်တာကို ကြည့်ရတာ သိပ်ပျော်တာပဲ၊ အဲ... မီးလောင်တဲ့အထဲ မှာတော့ ကိုယ့်အိမ် မပါစေချင်ဘူး"

ဤအပြုအမူသည် လိင်အကြမ်းဖက်မှုတစ်မျိုးဖြစ် ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပုထုဇဉ်လူသား အားလုံးတွင် လိင်အကြမ်းဖက် မှုများ ရှိကြပါသည်ဟု ကျွန်တော် ဆိုခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အနည်းနှင့် အများသာ ကွာခြားပါသည်။

ကျွန်တော်တို့တွင် လိင်အကြမ်းဖက်ချင် စိတ်ဓာတ် များ ရှိသော်လည်း သာမန် ရိုးရိုး ဆက်ဆံရုံနှင့် ကျေနပ်မှု ရကြပါသည်။ ဆာဒစ်ဇင်နှင့် မဆိုချစ်ဇင် ရောဂါရှိသူများမှာ ရိုးရိုး ဆက်ဆံရုံနှင့် ကျေ နပ်မှု မရကြပါ။

ဤသို့ ဖြစ်ရသည်မှာ သူတို့၏ လိင်စိတ်သည် ပျော့ညံ့နေသောကြောင့်ဟုဆိုပါသည်။ ရိုးရိုးနည်းနှင့် မကျေနပ်ကြပါ။ အကြမ်းဖက်ရမှ ကျေနပ်သောစိတ် ဖြစ်ပေါ်ကြပါသည်။

ဤသို့ အကြမ်းဖက်ချင်စိတ်မှာ လိင်ဆက်ဆံမှုမှ ပေါ်ထွက်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အခြား ဆက်ဆံသည့် အချိန်များတွင် အင်မတန် စိတ်ကောင်းရှိသော၊ ရှက်တတ် ကြောက်တတ်သော ခုတ် တတ်သည့် ကြောင်ကလေးများ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ တစ်စစ် လိင် ဆက်ဆံမှု ကာမဂုဏ် အာရုံများက သူတို့ကို ဖျက်ဆီးလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

၏ ။ သနားစရာပင် ကောင်းနေပါတော့သည် ။

သူတို့ကို သူတို့ ဤသို့ အကြမ်းဖက်ရခြင်းအတွက် သနားနေကြပါသည် ။ သူတို့ အကြမ်းဖက် ခံရသူများ အတွက်လည်း သနားလေ့ရှိပါသည် ။

ထို့ပြင် သူတို့၏စိတ်ထဲတွင် ဤသို့ အကြမ်းဖက်ခြင်းကို သူတို့၏ အဖော်က နှစ်သက်လိုလားသည်ဟု ထင်တတ်ပါသည် ။ "ကိုယ်နှင့်နှိုင်း မရိုင်း" ဆိုသကဲ့သို့ မိမိကိုယ်တိုင်က အကြမ်းဖက်မှုကိုလိုလားသလို အဖော်ကလည်း လိုလားသည်ဟု ထင်တတ်ပါသည် ။

လူငယ် တစ်ယောက်ကလည်း ဤသို့ ပြောပါ၏ ။

"ကြာပွတ်နှင့် ရိုက်ခြင်းသည် ကြာပွတ်နှင့် ရိုက်ရသည်ကို နှစ်သက်၍ဖြစ်ပါသည် ။ စင်စစ် ကျွန်တော်က မိန်းကလေးကို နှိပ်စက်ချင်၍ မဟုတ်ပါ ။ ကြာပွတ်နှင့် ရိုက်သည့်အားကို မိန်းကလေး နှစ်သက်စေချင်၍ဖြစ်ပါသည် ။ ကြာပွတ်နှင့် ရိုက်သည့်အတွက် ကျွန်တော့်တွင် ပျော်ရွှင်မှု မရပါ ။ မနှစ်မြို့သော စိတ်များပင် ဖြစ်ပေါ်လာပေသည်"

"ကျွန်တော့်တွင် ဤသို့ လိင်အကြမ်းဖက်မှု အနည်းငယ်မှလွဲ၍ အခြား ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ချင်စိတ်များ မရှိပါ ။ ကျွန်တော့် ဘဝတွင် တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်ကိုသာ သတ်မိခဲ့ပါသည် ။ ထို အတွက် ယခုထိ နောင်တရ မဆုံးပါ"

နာကျင်စေခြင်း၊ သို့မဟုတ် နာကျင်ခံရခြင်းတို့သည် ဖို – မ သဘာဝတွင် ပိုးပန်းခြင်း တစ်မျိုးဟု ယူဆကြပါသည် ။ ရည်းစားလုပွဲများတွင် တစ်ဘက်လူကို နိုင်အောင် တိုက်ခိုက်နိုင်သည့်သူကို မိန်းကလေးက ကြိုက်နှစ်သက်မြဲ ဖြစ်ပါသည် ။

သို့သော် တစ်ခါတလေ နှိပ်စက်ခံရသူကို ကြိုက်နှစ်သက်သည်လည်း ရှိပါသည် ။ ဇာတ်တစ်ခုတွင် ဤသို့ လူအများ၏ နှိပ်စက်ခံရသော သူခိုးကြီး တစ်ဦးကို သူဌေးသမီး တစ်ဦးက ကြိုက်နှစ်သက်မိသော အဖြစ်အပျက်ကို ဖော်ပြထားပါသည် ။

သူခိုးကြီးက တိုင်းပြည်အတွင်း သောင်းကျန်းနေပါသည် ။ မခိုးရဘဲ မနေနိုင်ပါ ။ မင်းနေပြည်တော်အတွင်း ခိုးဝှက် သောင်းကျန်းခြင်းဖြင့် လူထုကို နှိပ်စက်နေလေသည် ။ နောက်ဆုံးတွင် ဘုရင်က ဖမ်းဆီးပြီး သေဒဏ်ပေးလိုက်သည် ။ သူခိုးကြီးကို လူသတ်ကုန်းသို့ ခေါ်သွားရာ လမ်းမှာ လူထုက ရိုက်နှက်ကြသဖြင့် သူခိုးကြီးမှာ သွေး အလူးလူးဖြင့် ခံနေရပါသည် ။

ဤအဖြစ်အပျက်ကို သူဌေးသမီး မြင်သောအခါ ခိုးသားကြီးကို ချစ်ကြိုက်သွားလေသည် ။ အာဏာသားများကို ငွေဖြင့် ပေါက်၍ ခိုးသားကြီးကို ကယ်ဆယ်လိုက်ပါသည် ။

နောက်ဆုံးတွင် ခိုးသားကြီးက သူဌေးသမီး၏ ပစ္စည်းများကို ခိုးယူချင်သဖြင့် သူဌေးသမီးကို သတ်မည်ပြုလေသည် ။ ဤတွင် သူဌေးသမီးက မိန်းမတို့ မာယာကို သုံး၍ ခိုးသားကြီးကို သတ်ပစ်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လိုက်ရပါသည်။

ကမ္ဘာပေါ်ရှိအချို့သောဒေသများတွင် သတို့သားရွေးရာတွင် သတို့သားကိုဝိုင်းဝန်း ရိုက်နှက်ကြပါသည်။ သတို့သားက အရိုက်အနှက်ကိုခံရပါသည်။ အသက်နှင့်လဲ၍အိမ်ထောင်ပြုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

တိရစ္ဆာန်များတွင်လည်း နှာကျင်အောင် ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ပိုးပန်းကြပါသည်။ တစ်ကောင်နှင့် တစ်ကောင် ကိုက်ခဲခြင်း၊ မ သတ္တဝါကို ခပ်ဖွဖွ ကိုက်ခဲခြင်း စသည်ဖြင့် ပိုးပန်းကြပါသည်။

တချို့သော အမျိုးသားများကလည်း မိမိကြိုက်နေသော အမျိုးသမီးကို အမျိုးမျိုးပြောဆို၍ ပိုးပန်းကြပါသည်။

"ခင့်အတွက်ဆို အသက်ပင်သေသေ... အရိုးကြေကြေ အရေ ခန်းခန်း ရင်ကို ခွဲပြချင်ပါတယ်၊ မင့်ကို မရရင် သေရပါလိမ့်မယ်..." စသည်ဖြင့် ပြောကြလေသည်။

အမျိုးသမီးများကလည်း အသွေးကို ယူယူ၊ အသားကို ယူယူ ခင့်တစ်ကိုယ်လုံး လိုရာ သုံးစမ်းပါဟု ကြည်ဖြူကြလေသည်။

ချစ်သူအတွက်ဆို အသက်ပင် သေပါစေဆိုသော စိတ်ထားမျိုးသည် စင်စစ် ပိုးပန်းခြင်း တစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။

နာကျင်စေခြင်း၊ သို့မဟုတ် နာကျင်ရခြင်းသည်

လိင်စိတ် ပျော့ညံ့သူများအဖို့ လိင်စိတ် ထကြွစေပါသည်။

အကြမ်းဖက်သူအဖို့ အကြမ်းဖက်ခြင်းဖြင့်မိမိ လိင်စိတ် ထကြွရုံသာမက အဖော်ဖြစ်သူ၏ လိင်စိတ်ထကြွစေရန် နာကျင်အောင် ပြုလုပ်ပေးရမည်ဟု ထင်မိလေသည်။ နာကျင်စေခြင်းဖြင့် သူ၏ အဖော်အဖို့ ပျော်ရွှင်ကျေနပ်မှုကို ရစေသည်ဟု ထင်မြင်လေသည်။ ထို့ကြောင့် နာကျင်အောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် တစ်ခါတလေ မတော်တဆ လက်လွန်သွားကြလေသည်။

ဤသို့ လက်လွန်သွားကြရာတွင် တကယ်တော့ အဖော်ကို သတ်ချင်၍မဟုတ်ပါ။ သွေးထွက်သည်ကိုကြည့်ချင်၍ဖြစ်ပါသည်။ သွေးထွက်သည်ကို ကြည့်၍ လိင်စိတ် ကျေနပ်မှု ရလေ၏။

သို့အတွက် လိင်အကြမ်းဖက်သူများက လူသတ်ချင်လျှင် သွေးများများ ထွက်သည့် လည်ပင်း၊ ဗိုက် စသည်တို့ကို ထိုးဖောက်ပစ်လေသည်။

အကြမ်းဖက် ခံချင်သူကလည်း စင်စစ် အပေါ်ယံသဘောမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ ရက်စက် ကြမ်းကြုတ်မှုများကို မကြိုက်ပါ။ နည်းနည်း ပါးပါး သူ့ကို နာကျင်အောင် ပြုလုပ်ရလျှင် ကျေနပ်ပါသည်။ ဥပမာ– တင်းကျပ်စွာ ဖက်ထားခြင်း၊ လည်မင်းကို ဖျစ်ခြင်း၊ ကိုယ်ပေါ် တက်ဖိခြင်း၊ ညစ်ညမ်းစွာ ပြုမူခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ဆိုလျှင် "မဆိုချစ်ဇင်" ရောဂါရှိသူက ကျေနပ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သို့အတွက် "မဆိုချစ်ဇင်"ရောဂါသည်ကျွန်တော်တို့ကို ဒုက္ခ သိပ်မပေးလှပါ။ "ဆာဒစ်ဇင်" ရောဂါကသာ ဒုက္ခပေးပါသည်။ လူသတ်သည်အထိ ကျူးလွန်တတ်၍ ဖြစ်ပါသည်။

ကျောင်းဆရာဆရာမများက ကျောင်းသားများကို ရိုက်နှက်ခြင်း၊ တာဝန်ရှိသူများက အောက်လက်ငယ်သားများကို ညှဉ်းပန်းခြင်း၊ အလုပ်ရှင်က အိမ်ဖော်များကို နှိပ်စက်ခြင်းများသည်လည်း "ဆာဒစ်ဇင်" ရောဂါ တစ်မျိုးဟု ယူဆကြပါသည်။ (ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်းများကို "ဆာဒစ်ဇင်"ရောဂါဟု ခေါ်ကြပါသည်။) ယောကျ်ားများသာမက မိန်းမများတွင်လည်း "ဆာဒစ်ဇင်" ရောဂါ ရှိတတ်ပါသည်။

မိန်းမများက လိင်စိတ် ထကြွမှုတွင် နှေးကွေးကြသဖြင့် အကြမ်းပတမ်း ပြုလုပ်လိုက်ရမှ ကျေနပ်မှု ရကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိန်းမများတွင်လည်း လိင် အကြမ်းဖက်မှု ရောဂါ ရှိသည်ဟု ပြောရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် မိန်းမတို့ ကာမြွေ ရွေပေး၍ မရဟူသော စကားကလည်း ရှိနေပါသည်။ ကာမြွေ ကြီးသော မိန်းမများက ဤသို့ အကြမ်းဖက်ကြမည် မဟုတ်ပါ။ တတ်နိုင်လျှင် မျိုသိပ်ထားကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

အချို့မိန်းမများ (ဥပမာ– ပြည့်တန်ဆာများ) ကတော့ မျိုသိပ်ထားလေ့ မရှိပါ။ အကြမ်းပတမ်း ပြုမူနိုင်ပါသည်။ လိင်ဆက်ဆံရင်း ရှန့်ရင်း ကြမ်းတမ်းသည့် စကားများကို ပြောချင်ပြောပါမည်။ အရှက်အကြောက်မဲ့စွာ အမျိုးမျိုး သွေးဆောင်တတ်ပါသည်။

သို့သော် မိန်းမအများစုမှာ "မဆိုချစ်ဇင်" ရောဂါသာ ရလေ့ရှိပါသည်။ မိမိက အကြမ်းမဖက်လိုဘဲ မိမိကိုသာ အကြမ်းဖက် ခံလိုကြပါသည်။

စင်စစ် "ဆာဒစ်ဇင်"နှင့် "မဆိုချစ်ဇင်" တို့မှာ အနည်းငယ်သာ ကွာခြားကြပါသည်။ နာကျင်အောင် ပြုလုပ်လိုခြင်းနှင့် နာကျင်ခံလိုခြင်းတို့မှာ တစ်ခုနှင့် တစ်ခု လွန်ဆွဲနေကြသကဲ့သို့ ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံနာကျင်ခံလိုပြီး တစ်ခါတစ်ရံနာကျင်အောင် ပြုလုပ်ချင်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် လူတစ်ယောက်တည်းတွင် ရောဂါနှစ်မျိုးစလုံး ရှိနိုင်ပါသည်။

နာကျင်အောင်ပြုလုပ်လိုခြင်းနှင့် နာကျင်မှုခံစားလိုခြင်းတို့တွင် လိင်ဆက်ဆံသည့်အခါ တကယ် ပြုလုပ်လေ့ရှိသော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံတွင် စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းဖြင့် ပြုလုပ်တတ်ပါသေးသည်။ စိတ်ကူးထဲတွင် နာကျင်မှုကို ခံစားနေရသည်။ ဒေါထနေသည်။ ကြောက်ရွံ့နေသည်။ ထိတ်လန့်နေသည်။ သတိမေ့မြောသွားသည်။ နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းနေသည်။

ဤသို့ စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းဖြင့်လည်း ကျေနပ်မှုကို ရှာကြလေသည်။

ထူးဆန်းသော အာရုံခံစားမှု တစ်ခုလည်း သူတို့

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တွင်ရှိပါသေးသည်။ မြေလျှင်လှုပ်မှုများ၊ နွားရိုင်းနှစ်ကောင် ဆော့နေသည်ကို မြင်ရခြင်းများ၊ ဆွေမျိုးသားချင်းများ သေဆုံးမှု၊ သွေးစုပ်ဖုတ်ကောင်ကဲ့သို့ ကြောက်စရာ ရုပ်ရှင်များကို ကြည့်ရမှုများကြောင့်လည်း စိတ်တုန်လှုပ် ချောက်ချားပြီး လိင်ကျေနပ်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါသည်။ တုန်လှုပ် ချောက်ချားမှ လိင်ကျေနပ်မှုရကြသဖြင့် တုန်လှုပ်ချောက်ချားစရာများကို မြင်တွေ့ရမှ ခံစားရမှ ကျေနပ်ကြလေသည်။

ငြိမ်းခါနီး ထတောက်သည့် လိင်စိတ်

'အသက် ကြီးလာသည့်အလျောက် လိင်စိတ်များ တဖြည်းဖြည်း လျော့ပါးလာကြသည်။ ကြီးလေ လျော့ပါးလေ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော်ငြိမ်းခါနီး ထတောက်သည့်မီးလို အသက်ကြီးလာ၍ လိင်စိတ်များ လျော့သွားခါနီးတွင် လိင်စိတ်များက အစွမ်းကုန် တောက်လောင်လာပါတော့သည်။

ကျွန်တော် ငယ်စဉ်က အဘိုးကြီး တစ်ယောက်ကို တွေ့ဖူးပါသည်။ အသက်က ၆၀ကျော်ပါပြီ။ ဇနီးဆုံးတာလည်း ကြာလှပေပြီ။ မြေးများပင် လူပျိုအပျိုဖြစ်နေကြပါပြီ။ အဘိုးကြီးက မိန်းမယူချင်ကြောင်း ဖွင့်ဟပြောပါတော့သည်။ ကျွန်တော်တို့နှင့်လည်း ရယ်စရာ မောစရာများ ပြောလေ့ရှိပါသည်။ ထိုစဉ်က ကျွန်တော့်မှာ ရှစ်တန်းသာ ရှိသေးသော်လည်း အဘိုးကြီးက မိန်းမယူဘို့ တိုက်တွန်းပါသည်။

အဘိုးကြီး မိန်းမယူချင်ကြောင်း သမီးနှင့် မြေးများ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သိသွားသောအခါ "အသက်အရွယ်ကိုမှ အားမနာ၊ မြေးတွေတောင်မှ အိမ်ထောင်မကျသေး၊ သေခါနီးမှ ရိက္ခာယူချင်တယ်" စသည်ဖြင့် ဆူကြပါတော့သည်။ အဘိုးကြီးမှာ သမီးကို မှီခိုနေရသဖြင့် သမီး သဘော မတူသာ မလုပ်နိုင်တော့ပါ။

အဘိုးကြီးတွင် လိင်စိတ် များနေသဖြင့် ဤသို့ မိန်းမ ယူချင်ကြောင်း မသိကြပါ။ သို့ကြောင့် ဆူပူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် အဘိုးကြီးက ဘာသာတရားကို ကိုင်းရှိုင်းခြင်းဖြင့် သူ၏ စိတ်ကို ထိန်းသွားရှာပါသည်။

ငယ်ငယ်က ရည်းစား များခဲ့သော အဘိုးကြီးများသည် ကြီးလာသောအခါ ရည်းစားဟောင်းများနှင့် ပြန်၍ ဆက်သွယ်တတ်ပါသည်။ ငယ်ငယ်က ထိန်းထိန်း သိမ်းသိမ်း နေခဲ့သော်လည်း ကြီးလာတော့ မထိန်းနိုင် မသိမ်းနိုင် ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင် မုဒိမ်းမှုများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ မုဒိမ်းမှုများကို လေ့လာသောအခါ အဘိုးကြီးများကလည်း ကျူးလွန်ကြောင်း တွေ့ကြရပါသည်။ မိန်းကလေး၏ အသက် ငယ်လေလေ မုဒိမ်းမှုကျူးလွန်သူများ၏ အသက် ကြီးလေလေ ဖြစ်ပါသည်။

အသက်ကြီးသူများက ငယ်ရွယ်သူများကို ပို၍ နှစ်သက်တတ်ပါသည်။ အဘိုးကြီးများ မိန်းမယူလျှင် အမယ်ကြီးများကို ယူလေ့မရှိပါ။ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်များကိုသာ ယူကြပါသည်။ တချို့ အဘိုးကြီးများက ကလေးငယ်များနှင့် ကစားတတ်ပါသည်။ ဘေးက

လူများအတွက် အမြင်မတော် ဖြစ်တတ်ပါ၏။

ငယ်ရွယ်သော မိန်းကလေးများကလည်း လူကြီးများကို ချစ်တတ်ကြောင်း တွေ့ကြရပါသည်။ လူကြီးများတွင် သူတို့နှစ်သက်သော ဂုဏ်ဒြပ်များ၊ အစွမ်းသတ္တိများ ရှိနေပါက ပို၍ စွဲလမ်းတတ်ပါသည်။ ကြီး၍မှီချင်သော သဘောလား မသိပါ။

အသက်ငယ်သော ယောက်ျားများနှင့် အသက်ကြီး၍ အိမ်ထောင်ရှိသော ယောက်ျားတို့ မိန်းကလေး တစ်ယောက်ကို ယှဉ်ပြိုင်၍ ပိုးပန်းလျှင် အသက်ကြီး၍ အိမ်ထောင်ရှိသော ယောက်ျားများက ပို၍ စွဲတတ်ပါသည်။ (အတွေ့အကြုံကလည်း စကား ပြောပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဂုဏ်သရေရှိ လူကြီး လူကောင်းများက ပို၍ စွဲတတ်ပါသည်။)

ယောက်ျားများ အသက်ကြီးလာ၍ လိင်စိတ် ပိုများလာခြင်းတွင် အကြောင်းတစ်ခုရှိပါသည်။ အသက်ကြီးလာတော့ ဆီးသွားလမ်းကြောင်းကို ညှပ်ထားသော အကျိတ် (Prostate Gland)က ကြီးလာပါသည်။ ဤအကျိတ်က ထွက်သော အရည်မှာ လိင်စိတ်ကို အားပေးပါသည်။ အကျိတ်ကြီးလာလေ အရည်ပိုထွက်လေ ဖြစ်သဖြင့် လိင်စိတ် များပြားလာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကြီးလာသော အကျိတ်က တဖြည်းဖြည်း ပြန်၍ ငယ်သွားပါသည်။ မငယ်၍ တင်းခံနေပါက ဆီးသွား လမ်းကြောင်း ပိတ်သဖြင့် ခွဲစိတ်၍ ထုတ်ပစ်ရပါသည်။

အဘိုးကြီးများ မြေးအရွယ် မိန်းကလေးများနှင့်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကစားရာတွင်လည်း အကြောင်း တစ်ခုရှိပါသည်။ အသက်ကြီးလာတော့ သူငယ်ပြန်တတ်ပါသည်။

သူငယ်ပြန်သဖြင့် သတိ သိပ်မဲ့မပါသည်။ မှတ်ဉာဏ်၊ထိုးထွင်းဉာဏ် မကောင်းတော့ပါ။ အမှားအမှန် မခွဲနိုင်တော့ပါ။ ထို့ကြောင့် သမီးအရွယ်၊ မြေးအရွယ်များနှင့်ကစားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အဘိုးကြီးများနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ချမ်းသာစရာ တစ်ခုတော့ ရှိပါသည်။ အဘိုးကြီးများတွင် လိင်စိတ် ပြင်းပြနေသော်လည်း စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်မပါနိုင်တော့ပါ။ အပေါ်ယံ ထိတွေ့ရုံနှင့် ကျေနပ်ကြရပါတော့သည်။

အသက်ကြီးသူများက ငယ်ရွယ်သူများကိုနှစ်သက်ကြသည်မှာ သူတို့၏ နုပျိုမှုနှင့် သန့်ရှင်း စင်ကြယ်မှုကို ကြိုက်ကြ၍ ဖြစ်ပါသည်။ (အမျိုးသမီးများ အနေနှင့် အစဉ် နုပျိုနေမှု၊ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုတို့ကို ဂရုပြုသင့်သော အချက်ပင် ဖြစ်ပါသည်။)

ယောက်ျားများသာမက မိန်းမများတွင်လည်း အသက်ကြီး၍ သွေးဆုံးချိန်တွင် လိင်စိတ်များ ပြင်းထန်လာပါသည်။

"အသက် ၄၀ ကျော်မှ ကံပေါ်သည်" ဆိုသောစကားမှာ မိန်းမများကို ရည်ညွှန်းထားသည် ထင်ပါသည်။ အသက် ၄၀ ကျော်လျှင် သွေးဆုံးရန် နီးလာပြီဖြစ်သောကြောင့် လိင်စိတ် များလာပြီး မြန်မြန် အိမ်ထောင်ပြုကြသည် ထင်ပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ လိင်စိတ်များမှာ မကောင်းပါ။ တန်ဆေး၊ လွန်ဘေး ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အသိဉာဏ်ပညာဖြင့် မိမိ၏ မကောင်းသော စိတ်များကို ထိန်းချုပ်သင့်ပါသည်။

အကောင်းဆုံး ထိန်းချုပ်နည်းမှာ ဘာသာတရားကို လေးစားလိုက်စားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရား၏ အဆုံးအမများကို တကယ်တမ်း လိုက်နာကျင့်သုံးလျှင် လောဘမီး၊ ဒေါသမီး၊ မောဟမီးများ ငြိမ်းနိုင်သလောက် ငြိမ်းသွားနိုင်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမများမှ အဆီအနှစ်မှာ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်များပင် ဖြစ်ပါသည်။

တရား ဘာဝနာ ပွားများခြင်းဖြင့် တဏှာကို ပယ်ဖျောက်နိုင်ကြပါစေ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လိင်ဖောက်ပြန်ခြင်းများအပေါ် လူမှုရေးအမြင်

"အချစ်ဆိုတာဟာ ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ ငရဲခန်းတစ်ခုပဲ၊ ဒါကြောင့် ဒီငရဲခန်း တံခါးကို မဖွင့်ကြနှင့်"ဟု စာရေးဆရာတစ်ယောက်က ပြောထားလေသည်။

လူတိုင်းသည် လိင်နှင့် ပတ်သက်၍အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ် တစ်ခါတွင် ဖောက်ပြန်တတ်ပါသည်။ သေသေချာချာ လေ့လာလျှင် ဖောက်ပြန်မှုများကိုတွေ့ရပါမည်။ မိမိကိုယ်တိုင်ကမှန်ကန်သည်ဟု ယူဆထားသော အချို့ လိင်မှုကိစ္စများသည် မှားယွင်းနေကြောင်း လမ်းမှန်မှသွေဖယ်နေကြောင်း တွေ့ရတတ်ပါသည်။

သို့ကြောင့် လိင်ဖောက်ပြန်ခြင်းများ အပေါ်တွင် သက်သက်ညှာညှာ စဉ်းစားကြပါသည်။ လိင်ဖောက်ပြန်ခြင်းအတွက် သူ့မှာ ထိခိုက်နစ်နာစေသလော၊ အခြားသူများကို ထိခိုက်နစ်နာစေသလော၊ သို့မဟုတ် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက် နစ်နာစေသလောဟု ဆန်းစစ်ကြည့်ရပါမည်။

သူ့ကိုယ်လည်း မထိခိုက်၊ အခြားသူကိုလည်း အဓမ္မ

မပြု၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်း ဒုက္ခမပေး၊ လူမှုရေးအရလည်း ကဲ့ရဲ့ ရှုတ်ချဖွယ် မဟုတ်ဟု ယူဆလျှင် သူ့ကို ခွင့်လွှတ်ကြရမည်။ သူ၏ လိင်ပြဿနာကို အနှောင့်အယှက် မရှိသောနည်းဖြင့် ဖြေရှင်းလျှင် ခွင့်လွှတ်ရပါလိမ့်မည်။

အခြားသူများကို ဒုက္ခပေးလာလျှင်၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဒုက္ခ ပေးလာလျှင်၊ ဥပဒေနှင့် ဆန့်ကျင်လျှင်၊ လူမှုရေးအရ ရှုတ်ချဖွယ် ဖြစ်လာလျှင်၊ သူ့အတွက်လည်း အန္တရာယ် ဖြစ်လာလျှင် သင့်တော်သလို ပြုပြင်ပေးသင့်ပါသည်။ လိုအပ်လျှင် ဆေးကုပေးရပါမည်။

ရှေးတုန်းကတော့ အနောက်နိုင်ငံများတွင် လိင်ဖောက်ပြန်သူများကို သတ်ပစ်လေ့ရှိပါသည်။ လိင်ဖောက်ပြန်သူများကို စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်များဟု ထင်မြင်ကြပါသည်။ ရှေးတုန်းကတော့ သိပ္ပံပညာ သိပ်မတိုးတက်သေးသဖြင့် လိင်ဖောက်ပြန်မှုများ ဘာကြောင့် ဖြစ်ရသည်ကို မသိကြပါ။ လူနာက စိတ်ဝေဒနာ ခံစားရ၍ လိင်ဖောက်ပြန်လျှင်လည်း စိတ်ဝေဒနာ ရှိမှန်း မသိဘဲ သတ်ပစ်ကြလေသည်။ (စိတ္တဇ ဝေဒနာရှင်များကိုလည်း စုန်းများ၊ မကောင်းဆိုးရွားများဟု စွပ်စွဲပြီး သတ်ပစ်ကြလေသည်။) ယခုခေတ်မှာတော့ ထိုသို့မဟုတ်တော့ပါ။ ဘာကြောင့် လိင်ဖောက်ပြန်မှုများ ဖြစ်ရသည်ကို စနစ်တကျ လေ့လာဆန်းစစ်ကြပါသည်။

လိင်ကိစ္စသည် လူ့ဘဝတွင် အရေးကြီးပါသည်။ စားဝတ်နေရေး ကိစ္စလို အရေးကြီးသည့် ကိစ္စတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လိင်ကိစ္စကို လွတ်လပ်ခွင့် ပေးကြပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သို့နှင့်တော်ရုံတန်ရုံကိစ္စများ ဥပဒေနှင့်မဆန့်ကျင်၍ သူတစ်ပါးနှင့် မိမိကိုယ်ကိုမထိခိုက်လျှင် ခွင့်လွှတ်ထားကြပါသည်။ သို့မဟုတ်ဘဲ ဆိုးရွားလာလျှင်တော့ သူ့တွင် လိင်ရောဂါ ရှိသည်ဟု ယူဆပြီး သင့်တော်သလို ဆေးကုပေးသင့်ပါ၏။

စင်စစ် လိင်ရောဂါ ရှိသူများကို စိတ်ထားမမှန်သူများဟု စိတ်ရောဂါကု ဆရာဝန်များက ယူဆထားပါသည်။

ထို့ကြောင့် သူတို့၏ စိတ်ကို ပြုပြင်ပေးလျှင် လိင်ရောဂါများ၊ ဖောက်ပြန်မှုများ ပျောက်ကင်းသွားနိုင်ပါသည်။

ပမာဆိုရလျှင် "စိတ်ကြွ"ရောဂါတွင် လူနာသည် စိတ်ဓာတ်တက်ကြွနေရုံသာမက လိင်စိတ်မှာလည်း "ကြွ"လာတတ်ပါသည်။ သူ့ဇနီးနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် ခါတိုင်းထက် ပိုလာပါသည်။

ဆက်ဆံရာတွင်လည်း အမျိုးမျိုး ပြုလုပ်တတ်ပါသည်။ အယင်က ရိုးသား သိမ်မွေ့သောသူများမှာ "စိတ်ကြွ" ဝေဒနာရသောအခါ လူ့အောာထဲ မရှောင် သူတောာထဲမရှောင် သူကြိုက်သော မိန်းကလေးအား ရည်းစား စကားပြောခြင်း၊ လက်ဆွဲခြင်း၊ မဖွယ်မရာ လုပ်ပြခြင်း စသည်ဖြင့် ဖောက်ပြန်လာပါသည်။

ဆေးရုံတွင်လည်း သူနာပြုဆရာမများကို ထိကပါး ရိကပါး လုပ်လာပါသည်။ အဆင့်သင့်လျှင် ညစ်ညမ်းသည့် စကားများကိုလည်း ပြောလာပါသည်။ အမျိုးသမီးများ စိတ်ကြွဝေဒနာ ဖြစ်လာလျှင်လည်း ဤကဲ့သို့ပင် ပြုလုပ်ကြပါသည်။ ရှက်ရမှန်း မသိတော့ပါ။

စိတ် ကစဉ့်ကလျား ဝေဒနာ ဖြစ်နေသော မိန်းကလေး တစ်ဦးက အဝတ်အစားများ အားလုံးကို ချွတ်၍ လမ်းပေါ်တွင် သွားလာနေသော ယောက်ျားများကို မကြားဝံ့မနာသာ အော်ဟစ်ခေါ်ယူခြင်းများ ပြုလုပ်ဖူးပါသည်။ (ထို့ကြောင့်ပင် တချို့ မိဘများက မိန်းကလေးများကို ယောက်ျား ပေးစားပစ်ကြပါသည်။ တကယ်တော့ မသက်ဆိုင်လှပါ။)

တချို့က ကိုယ်လုံးတီးဖြင့် လျှောက်သွားနေတတ်ပါသည်။ တချို့ကတော့ လူမြင်ကွင်းတွင်ပင် တစ်ကိုယ်ရေလိင် ဆက်ဆံကြပါသည်။

တချို့က တစ်ကိုယ်ရေလိင်ဆက်ဆံပြီး သုက်သွေးများကို သောက်ပစ်သည်လည်း ရှိပါသည်။

အသိဉာဏ် ချို့တဲ့သော လူနာများကလည်း အမျိုးမျိုး ပြုလုပ်ကြပါသည်။

ဤသို့ဖြင့် စိတ်ဝေဒနာရှိသော လူများက လိင်ဖောက်ပြန်မှု အမျိုးမျိုး ပြုလုပ်ကြသည်ကို ကျွန်တော်တို့က အရေးယူ၍ မဖြစ်ပါ။ ဆေးကုသပေးရုံပဲ ရှိပါသည်။

မုဒိမ်းမှု ကျူးလွန်ခြင်း၊ လူသေကောင်ကို ဆက်ဆံခြင်း၊ ကလေးငယ်များကို အဓမ္မပြုခြင်း၊ လူတစ်ယောက်ကို သေသည်အထိ အကြမ်းဖက်ခြင်းများကိုတော့ ခွင့်မလွှတ်နိုင်ပါ။ အရေးယူသင့်ပါသည်။ ထိုက်သင့်သည့် အပြစ်ဒဏ် ပေးရပါမည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မည်သို့ဆိုစေ၊ လိင်ဖောက်ပြန်ခြင်းများသည် အကုသိုလ်ကံကြောင့် လည်းကောင်း၊ လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ မှန်ကန်သော ပညာပေးမှုမရ၍သော် လည်းကောင်းဖြစ်ပွားလာရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကုသိုလ် ကောင်းမှု ပြုလုပ်ပေးခြင်း၊ မှန်ကန်သော လိင်ပညာကို ဆည်းပူးခြင်း၊ မိမိစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းခြင်း စသည်ဖြင့် ကျန်းမာပျော်ရွှင်သော လူသားတစ်ယောက်အဖြစ် ဖန်တီးနိုင်ကြပါသည်။

ဖို မ ပြောင်းရာတွင်

မိန်းမ တစ်ယောက်က ယောကျ်ား တစ်ယောက် အဖြစ် ပြောင်းလဲလာ၍ခွဲစိတ်ကုသမှု ပြုလုပ်နေကြောင်း သတင်း တစ်ပုဒ် သတင်းစာတွင် ဖတ်ရပါသည်။

သတင်းစာတွင် ဓာတ်ပုံနှင့်တကွ ဖော်ပြထားပါသည်။ စိတ်ဝင်စားဖွယ် သတင်းတစ်ပုဒ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အနောက်နိုင်ငံမှ မဂ္ဂဇင်း တစ်စောင်တွင် လည်း ဖတ်ခဲ့ရပါသည်။ သူတို့ဆီမှာတော့ သုတေသန ပြုလုပ်ထားလေသည်။

ဖို မ ပြောင်းလဲခြင်းကို အနောက်နိုင်ငံက (**Trans-sexualism**) ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဖိုက မဖြစ်လိုခြင်း၊ မက ဖို ဖြစ်လိုခြင်းကို ခေါ်ပါသည်။

ဖိုက မ၏ ပစ္စည်း အသုံးအဆောင်များကို ကြိုက်နှစ်သက်ခြင်း၊ မက ဖို၏ အသုံးအဆောင်များကို ကြိုက်နှစ်သက်ခြင်းကို (**Fetishism**) ဟု ခေါ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ယောကျ်ား တစ်ယောက်က လိင်စိတ် အလို့ငှာ မိန်းမ၏ အတွင်းခံ ဘောင်းဘီကို နှစ်သက်နေခြင်း၊ ဝတ်ဆင်ခြင်း၊ မိန်းမ၏ အကျီအဝတ်အစားများကို လိင်စိတ်အလို့ငှာ သာယာခြင်း၊ ထို အဝတ်အစားများနှင့် တစ်ကိုယ်တည်း လိင်စိတ်ဖြေဖျော်ခြင်း၊ မိန်းမ၏ ဖိနပ်ကို လိင်စိတ်အလို့ငှာ ခိုးယူခြင်း၊ နှစ်သက်ခြင်း၊ မိန်းမတစ်ယောက်ကလည်း ယောကျ်ား၏ အသုံးအဆောင်များ၊ အဝတ်အစားများ စသည်တို့ကို လိင်စိတ်အလို့ငှာ စွဲလမ်းနှစ်သက်ခြင်း၊ တစ်ကိုယ်တည်း သာယာခြင်း စသည်တို့သည် (Fetishism)ပင် ဖြစ်ပါသည်။

စင်စစ် အထက်ပါ အပြုအမူများသည် လိင်ဖောက်ပြန်မှု တစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။

ယောကျ်ားက မိန်းမတစ်ဦးကဲ့သို့ ဝတ်ဆင်ခြင်း၊ မိန်းမက ယောကျ်ားတစ်ဦးကဲ့သို့ ဝတ်ဆင်ခြင်းများသည်လည်း လိင်ဖောက်ပြန်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအပြုအမူများကတော့ လိင်တူချင်း စွဲလမ်းသည့် အမူအယာများသာ ဖြစ်လေသည်။ လိင်ပြောင်းလဲလိုသည့် အဆင့်ထိ ရောက်ချင်မှ ရောက်ပေမည်။

ယခု ကျွန်တော်တို့ လေ့လာလိုသည့် အကြောင်းအရာမှာ လိင် ပြောင်းလဲလိုခြင်း အကြောင်းအရာ ဖြစ်ပါသည်။

ပထမ ဤရောဂါ ဖြစ်သည့်အကြောင်းကို လေ့လာကြည့်ရပါမည်။

လိင်တူချင်း စွဲလမ်းမှုက ဖြစ်ဖွားခဲ့သည်ဟု ယူဆနိုင်ပါသည်။ သိပ္ပံနည်းဖြင့် ခိုင်မာသော အဖြေကို မပေးနိုင်ပါ။

မကောင်းမှုကံကို ကျူးလွန်ခဲ့ရာ၌ လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ ကျူးလွန်ခဲ့ပါသည်။ ဇာတ်နိပါတ်တစ်ခုမှ အလွန်ကြည်ညိုဖွယ်ရာ ကောင်းသော ရဟန္တာ တစ်ပါးကို ယောကျ်ား တစ်ယောက်က "ဤရဟန္တာသည် ငါ၏ ဇနီးဖြစ်ခဲ့သော် ကောင်းလေစွ" ဟု နှုတ်မှ ပစ်မှားမိသော ယောကျ်ားတစ်ယောက် အကြောင်းကို ဇာတ်ပြား ဇာတ်ထုပ် တစ်ထုပ်တွင် ကျွတ်တော် ကြားခဲ့ဖူးပါသည်။

ဇာတ်ထုပ်ထဲတွင် ဇာတ်ကောင် အမျိုးသားမှာ ခြောက်လလောက် ယောကျ်ားဘဝ ဖြစ်နေလိုက် နောက် ၆ လတွင် မိန်းမဘဝ ဖြစ်နေလိုက်နှင့် ဒုက္ခရောက်နေရလေသည်။ ရဟန္တာကို ပစ်မှားမိ သောကြောင့် ဤသို့ ဖြစ်ရသည်ဟု ဖော်ပြထားပါသည်။

လိင်ပြောင်းမှုကို အနောက်နိုင်ငံများတွင်လည်း ပြုလုပ်ကြပါသည်။ သူတို့ဆီက ခွဲစိတ် ကုသမှုတွင် လူအားရော ပစ္စည်းအားပါ များသဖြင့် လွယ်ကူပါသည်။

လိင်ပြောင်းရန် စာရင်းပေးသူများတွင် လိင်တူ စွဲလမ်းသူများက အများဆုံး ဖြစ်ပါသည်။ မိန်းမလျှာများက မိန်းမဘဝသို့လည်းကောင်း၊ ယောကျ်ားလျှာများက ယောကျ်ားဘဝသို့ လည်းကောင်း ပြောင်းကြလေသည်။ ၎င်းအပြင် မိမိတို့ ဆန္ဒအလျောက် ဖို မ ပြောင်းချင်သူများလည်း ပါဝင်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဤသို့ လိုင်ပြောင်းချင်သူများကို မခွဲစိတ်မီ သေသေချာချာ ဆန်းစစ်ဖို့ လိုပါသည်။ လိုင်ပြောင်းလဲမှုကိုတကယ်နှစ်နှစ်ကာကာလိုလားရဲ့လား ။ လိင်ပြောင်းပြီး နောက်ပိုင်းတွင် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် ပြဿနာများကိုလေ့လာပြီးပြီလား ။ ဤပြဿနာကို ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်း ရှိရဲ့လား။ လိင် ပြောင်းတာဟာ ဘဝ ပြောင်းတာပဲ။ ခုလို ဘဝပြောင်းတာကို ပတ်ဝန်းကျင် ဖို မ အသိုင်းအဝန်းက လက်ခံပါ့မလားစသည်ဖြင့် စစ်ကြောသင့်ပါသည်။

ဥပမာ– ကိုကံဆိုးဟာ မိန်းမလျာ တစ်ယောက်ဆိုပါတော့။ သူက လိင်တူချင်း ခွဲလမ်းနေပါသည်။ သူ့စိတ်ဆန္ဒမှာ ယောကျာ်း တစ်ယောက်ကို ပေါင်းသင်းလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အဝတ်အစား ဝတ်စားထားသည်မှာလည်း ယောကျာ်း အဝတ်အစားများပင်။ အသိုင်းအဝန်းကလည်း ယောကျာ်း အသိုင်းအဝန်း။ လူမှုဆက်ဆံရေးတွင်လည်း သူ့ကို ယောကျာ်းတစ်ယောက်လိုပင် ဆက်ဆံကြပါသည်။ သူ့နာမည်မှာ ယောကျာ်းနာမည်ဖြစ်၍ အမျိုးသား မှတ်ပုံတင်တွင်လည်း ယောကျာ်းဟု ဖော်ပြထားလေသည်။ အကယ်၍သူ အလုပ်လုပ်ခဲ့လျှင် ယောကျာ်းတစ်ယောက်အနေနှင့် အလုပ် လုပ်နေပါလိမ့်မည်။ လုပ်သက်စာအုပ်တွင် သူ့နာမည်မှာ ယောကျာ်းနာမည်။

ဆွေမျိုး အသိုင်းအဝန်းကလည်း သူ့ကို ယောကျာ်းတစ်ယောက်ဟု လက်ခံထားကြလေသည်။

ဤသို့ အဘက်ဘက်က ယောကျာ်း တစ်ယောက်ဟု သတ်မှတ်ခံထားရသော ကိုကံဆိုးကို ခွဲစိတ်ကုသပြီးနောက် မကံဆိုး

ဟု ပြောင်းလဲလိုက်သောအခါ အထွေထွေ ပြဿနာများသည် ပေါ်လည်ပါမည်လော။

မိန်းမ အသိုင်းအဝန်းက မကံဆိုးကို လက်ခံပါမည်လော။ လူမှုရေး ပြဿနာများနှင့် အိမ်ထောင်ပြုလျှင် အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများ မရှိနိုင်ပြီလော။

စင်စစ် ပြဿနာများ ရှိလာပါသည်။ ယောကျာ်းဘဝမှ မိန်းမဘဝသို့ ကူးပြောင်းလာသော မကံဆိုးကို လူမှုရေးအရပတ်ဝန်းကျင်က လက်မခံပါ။ အခြား စားဝတ်နေရေး ကိစ္စများတွင်လည်း မကံဆိုးမှာ အခက်အခဲ တွေ့ရလေသည်။ "ထိုင်နေလျှင် အကောင်းသား၊ ထသွားမှ ကျိုးမှန်းသိ" ဆိုသောစကားအတိုင်း မိန်းမလျာ ကိုကံဆိုးဘဝမှာ နေရသည်က တော်ပါသေး၏။ မိန်းမစင်စစ် တစ်ယောက်ဖြစ်အောင် မကံဆိုး လုပ်လိုက်တော့မှ ပြဿနာများက အလျှိုလျှို ပေါ်လာကြတော့သည်။

ကြာတော့ မကံဆိုးသည် စိတ်ဓာတ် ကျဆင်းသွားတော့သည်။

ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်မနေနိုင်တော့ပါ။ စိတ်ဆင်းရဲရပါတော့သည်။ ကိုယ့်အဖြစ်နှင့်ကိုယ် ဒုက္ခရောက်နေလေ၏။ စိတ်ဓာတ်ကျ ရောဂါရ၍ သတ်သေဖို့ ကြိုးစားကြ၏။ စိတ်သောက ဝေဒနာများလည်း ရနိုင်ပေသည်။

အင်္ဂလန်နိုင်ငံတွင် ဤရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သုတေသန ပြုကြလေသည်။ သူတို့၏ သုတေသနပြုချက်အရ လိင်ပြောင်းလဲလိုသူများသည် အလွန်အမင်း စိတ်အား ထက်သန်စွာဖြင့် လိင်ပြောင်းလဲဖို့ ကြိုးစားကြလေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင် အသိုင်းအဝန်းကလည်း ကိုက်ဆိုးမှ မကံဆိုး ဖြစ်လာသော သူတို့ကို ကျေနပ် လက်ခံကြစေချင်ကြသည်။

အကယ်၍ သူတို့ဆန္ဒ မပြည့်ဝသောအခါ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ရန်ရှာချင်ကြ၏။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း မကျေမနပ် ဖြစ်၍ သတ်သေဖို့အထိ ကြိုးစားကြ၏။

ယောက်ျားများတွင် ဤရောဂါ ပိုမို တွေ့ရပေသည်။ (ကျားမှ မသို့ ပြောင်းချင်သူများ၏) ခေတ်ပညာလည်း တတ်ကြသည်။ စစ်မှုထမ်းကြသည်။ အိမ်ထောင်ရှိသူများလည်း ပါပါသည်။

ငယ်စဉ် ကလေးဘဝက စိတ်ဆင်းရဲစရာများနှင့် ကြုံတွေ့ရပါသည်။ လိင်ပြောင်းလဲလိုသော ဆန္ဒသည် ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်။

သူတို့ကိုယ်တွင် မှားယွင်းသော လိင်အင်္ဂါ ရှိနေသည်ဟု ထင်ကြသည်။ ယောက်ျားလေးမို့ ယောက်ျား အင်္ဂါ ရှိနေခြင်းကို မှားယွင်းနေသည်ဟု ထင်ကြသည်။ (မိန်းမ စိတ်ထားရှိနေ၍ မိန်းမ အင်္ဂါသာ ရှိရမည်ဟု ယူဆကြလေသည်။)

မိန်းမများကလည်း ထို့အတူပင် ယူဆကြပါသည်။ မိန်းမဖြစ်၍ မိန်းမအင်္ဂါရှိနေသည်ကို မကြိုက်၊ ယောက်ျားအင်္ဂါ ရှိနေစေ

ချင်သည်။ မီးယပ်မပေါ်စေချင်။

တချို့ကလည်း အိမ်ထဲတွင် တိတ်တဆိတ် ဆန့်ကျင်ဘက်လိင် အဝတ်အစားများကို ဝတ်၍ ရသေ့စိတ်ဖြေ လုပ်ကြသည်။

ဤလူနာများနှင့် စိတ်ကုဆရာဝန်များ တွေ့ကြသောအခါ ဆရာဝန်များမှာ လက်မှိုင်ကြချရလေသည်။

"မဟုတ်ဘူး၊ ခင်ဗျားဥစ္စာ မှားနေတယ်၊ ဒီလိုမဖြစ်သင့်၊ သူ့သဘာဝအတိုင်းသာဖြစ်သင့်တယ်၊ အေးအေးနေပါ" ဟု ဖျောင်းဖျသောအခါ သူတို့က ခါးခါးသီးသီး ငြင်းဆန်ကြပေသည်။ သူ့တို့၏ ဘဝတွင် လိင်ပြောင်းလဲရေးသည်သာ အဓိက။ လိင်ပြောင်းလဲရေးကသာ သူတို့၏ စိတ်ကို ထာဝရ လွှမ်းမိုးထားလေသည်။ လိင်ပြောင်းလဲပြီးလျှင် သူတို့၏ ဘဝ သာယာစိုပြည်လာမည်ဟု မျှော်လင့်ထားကြလေသည်။

လိင်ပြောင်းလဲပြီးနောက် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် အကျိုးဆက်များကိုတော့ ဆက်၍ လေ့လာရပါမည်ဟု ဆိုကြလေ၏။ သူတို့၏ သုတေသနပြုချက်မှာ လူပေါင်း ၆၀ ကိုသာ သုတေသန ပြုရသဖြင့် ခိုင်မာသော အဖြေများကို မပေးနိုင်သေးပါဟု ဆိုထားလေသည်။

စိတ်ရောဂါ ပါမောက္ခ ဖစ်(Fish)၏ အလိုရှိမူ သူတို့၏ မှုမမှန်သော တောင်းဆိုချက်များကို မလိုက်လျောသင့်ဟု ဆိုပါ၏။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ထို့ကြောင့် လိင်ပြောင်းလဲလိုသူသည် မခွဲစိတ်မီ သေသေချာချာ စဉ်းစားသင့်ပါသည်။ လိင်ပြောင်းလဲပြီးနောက် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် ပြဿနာများကို ကြိုတင် စဉ်းစားရပါမည်။

ခွဲစိတ်ကုသသူ ဆရာဝန်ကလည်း စဉ်းစားဖို့ သင့်ပါ၏။

အမှန်တော့ ပိုနေမြဲ ကျားနေမြဲကသာ ပို၍ ကောင်းမည် ထင်ပါသည်။

လိင်တူချင်း စွဲလမ်းသူ တစ်ဦး၏ ဘဝ

လေးစားရပါသော ဆရာခင်များ–

ရေးစရာများလွန်း၍ဘယ်ကစရမှန်း မသိပါ။ မနှစ်က ကတည်းက နောင်နှစ်တွင် သေချာပေါက် ဆရာ့ထံ စာရေးမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ထားပြီး ယခုနှစ်တွင် ဒီနေ့မှပဲ စရေးဖို့ အကောင်းအထည် ပေါ်လာရပါတယ် ခင်ဗျား။

ဆရာ့ဆီ စာအပြည့်အစုံ ရေးနိုင်ရန် စိတ်နှင့် ပတ်သက်သော စာအုပ်များဖွာတို့ကိုလည်း ကြည့်ရှုလေ့လာ စိစစ်နေရပြီး လျှင် ရေးဖို့ အချက်အလက် စုနေရသောကြောင့် ခုလိုရက်မျိုးမှ စတင်ရေးဖြစ်ကြောင်းပါ ခင်ဗျား။

ပထမ ကျွန်တော့်အကြောင်း ရေးပြရလျှင် ယခုနှစ်တွင် 3rd Yr, B.Sc ဖြစ်၍ 1st and 2nd Yr. များ အတွက်တော့ ကောလိပ်တွင် သင်ခဲ့ရပြီး ဒီနှစ်မှပဲ –ကို ရွှေ့သွားခဲ့ရပါသည်။ စနှင့် ရေးပြတာ မလုံလောက်မည်စိုး၍ ဓာတ်ပုံနှင့်ပါ ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။ အရင် ကျွန်တော် (၉)တန်းကတည်းက တစ်နှစ် တစ်ပုံ ဓာတ်ပုံရိုက်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ထားတာ ယခုနှစ်ရောဆိုလျှင် (၉)တန်းအတွက် တစ်ပုံ၊ (၁၀)တန်းအတွက် နှစ်ပုံ၊(၁၀ တန်း တစ်နှစ်ကျပါသေးသည်။) 1st Yr. အတွက် တစ်ပုံ၊ 3nd နှင့် 2rd Yr. အတွက် (၂)ပုံ၊ အားလုံး (၆)ပုံ စုဆောင်းထားတာ၊ ဟိုတလောတင်ကပဲ ပျောက်ဆုံးကုန်ပါသည်။ ကျွန်တော်လည်း မမ နေမကောင်း၍ ဆေးရုံနှင့်အဆောင်၊ အဆောင်နှင့် မမအိမ် အပြန်အလှန် စက်ဘီးနှင့် လူးလာ ကူးနေရပါသဖြင့် ကျွန်တော်လည်း သတိခပ်မေ့မေ့ ဖြစ်ပြီး အဲဒီဓာတ်ပုံတွေ ထည့်ထားတာ ဘယ်နေရာမှာ ပျောက်နေသည် မသိပါ။

ရေးစရာတွေ များလွန်းတော့လည်း ခြုံ၍ ရေးပါတော့မည်။ ယခု ဆရာလည်း ကျွန်တော့်အကြောင်း ပိုသိနိုင်ရန် ကျွန်တော့်ထံတွင် ကျန်ရှိနေသော ဓာတ်ပုံ (၃)ပုံကို ရှာ၍ ထည့်ပေးလိုက်ရပါသည်။

ကျွန်တော့်ကို (..........ခရိုင်)တွင် မွေးပါသည်။ ဘခင်က 2nd Yr. Second term ကုန်ခါနီးလောက်တွင် ဆုံးသွားပါသည်။ ကျွန်တော် ခုတော့ ...မှာ နေရပါသည်။ ...မှာ ကျွန်တော့် အစ်မရင်း ပွဲစားကတော် တစ်ယောက် ရှိပါသည် ခင်ဗျား။

ကြိုတင်၍တစ်ခုတော့ တောင်းပန်ပါရစေ။ ဆရာ ဆီရေးဖို့ ပထမနှစ်ကတည်းက စိတ်ကူးမိပါသည် ခင်ဗျား။ ဆရာလည်း စာအရှည်ကြီးတွေ ဖတ်နိုင်လောက်အောင် အားမည် မဟုတ်သည်ကိုလည်း ကျွန်တော် သိထားပါသည်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော် အားကိုးတာက ဆရာ့ကိုပဲ ဖြစ်ပါသည်။ (စိတ်နှင့်ပတ်သက်၍ပေါ့) ကျွန်တော့်

အကြောင်းစုံ သိနိုင်ရန် မွေးရပ်၊ သက္ကရာဇ်၊ လိပ်စာ၊ အလုပ်အကိုင်၊ ဓာတ်ပုံနှင့်တကွ အတိအကျ ဖော်ပြမည်။

ကျွန်တော့်ကို ၁၃၁၇ ခု၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော် ၁ ရက်၊ တနင်္လာနေ့မှာ မွေးပါသည်။

လိင်နှင့်ပတ်သက်၍စာအုပ်တစ်အုပ်တွင် "စအို" သည် လိင်စိတ် နိုးကြားစေသည်ဟု ယူဆသော ယောက်ျားသည် မိန်းမလျှာ (ဝါ) ဂန်းဒူးလို့ ဆိုထားပါသည်။

ယခု ကျွန်တော်သည် ယခင်အနေနှင့် မဟုတ်ဘဲ ယခုအနေနှင့် ဖော်ပြရလျှင် ယောက်ျားအချင်းချင်း အပြန်အလှန် သဘာဝမဟုတ်သောနည်းဖြင့် သံဝါသပြုလုပ်ခြင်းကို မပြုလုပ်ခဲ့သည်မှာ လအနည်းငယ်ကြာခဲ့ပါပြီ။ နောက်ဆုံးပြုလုပ်ခဲ့သော အပြန်အလှန်နည်းမှာ 2nd Yr. mid-term မှာ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ယခု မလုပ်တော့၍ဘဲလားစိတ်ထင်ကြောင့်လားမသိ။ ကျွန်တော်သည် မိန်းမလျှာစိတ်ဖြင့် သူတစ်ပါး၏ အလိုကို ဖြည့်ပေးရမည်ကို အတော် ရွံ့ရှာပြီး ယခုအချိန် အဲဒီလိုယောက်ျားချင်း အပြန်အလှန် ဆက်ဆံကြရင်တောင် တော်တော် ရွံနေမိသည်ဟု စိတ်ထင်နေပါသည်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ်က မပေးသော်လည်း ကိုယ်က အခြောက်တွေလို (ဝါ) ယောက်ျား အချင်းချင်းတွေကို လိုက်၍ အဲဒီလို ကိုယ့်ဘက်က တစ်ဖက်သတ် လိုက်ပြီး ယောက်ျားက မိန်းမလုပ်သလို လိုက်လုပ်ရတာကို စိတ်ထဲမှာ ခံသော ကျနေတုန်းပါပဲ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကျွန်တော် ငယ်ငယ်က (ဖ တန်းလောက်တုန်းက) မကောင်းသော အပေါင်းအသင်းတစ်ယောက်၏ သွေးဆောင်မှုကြောင့် သဘာဝ မကျသော အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ဆက်ဆံမှုကို သိခဲ့ရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ငယ်သေးတော့ ကျွန်တော်က ဘာမှမလုပ်ခဲ့ရပါ။ နောက်သိပြီဆိုတော့ အဲဒါကိုပဲ စိတ်ဝင်စားလာမိတယ်။ အပြန်အလှန် မဟုတ်ချင်နေ၊ ကိုယ်က ပေးရပါစေ။ တဏှာရူးဆန်ဆန် သူငယ်ချင်း အချင်းချင်း အတူအိပ်ဖြစ်ရင် မိမိက မိန်းမလိုတစ်မျိုး၊ မိမိက ယောက်ျားလို တစ်သွယ် ဆက်ဆံခဲ့မိပါတယ်။

တိတိကျကျဆိုရလျှင် အပြန်အလှန်နဲ့ တွေ့ခဲ့ဖူးတာ ယခုအထိ ခြောက်ယောက် ကြုံဖူးပါသည်။

အဲဒီလို ကြုံရသော်လည်း နောက် ဆေးစာအုပ်များစွာကို တစ်ဆင့်ကြည့်ခြင်းဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြုပြင်ရင်း ဆရာ့ဆီ စိတ်နှင့် ပတ်သက်၍ First Year ထဲက ရေးဖို့ရာ အကြောင်းရှိသော်လည်း လိင်ဘက်မှုတွင် First Year က အဲဒီလို မိန်းမလျှာဆန်ဆန် ယောက်ျားချင်း စိတ်မဝင်စားအောင် ကြိုးစားပါသော်လည်း First year တုန်းက ကျွန်တော် တကယ်ခင်တဲ့ သူငယ်ချင်း တစ်ယောက်နှင့် မကြာ ခဏ အတူအိပ်ဖူးပါသော်လည်း ကျွန်တော် သဘောမတူဘဲ ကျွန်တော့်ကို မိန်းမလျှာသဖွယ် ပြုမူ၍ တစ်ခါ အိပ်လိုက်ရပါသည်။ အဲဒါ First Year Final Exam ဖြေပြီးတဲ့ညကပါ။ တကယ်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်သည် အတူတူ အိပ်နေလျှင် သူတစ်ပါး၏ လိင်ကို အိပ်နေရင်း ယောင်ယမ်းသည့်သဘော (အကျင့်ပါ၍) ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ယခင်က ပြု...

တွေလို့) ဖြင့် ကိုင်တွယ်မိတတ်ပါသည်။

အဲဒီလို လုပ်တာကိုလည်း နိုးတစ်ဝက် အိပ်တစ်ဝက် ဖြင့် မသိသလိုပါဘဲ။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်လည်း ယခုထိ သူငယ်ချင်းများနှင့် မအိပ်မိအောင် ကြိုးစားရသည်မှာလည်း တစ်ဒုက္ခ။ အိပ်တိုင်းလည်း အဲဒီလို ကိုင်တွယ်မိရင် မလွယ်တော့ဘူး၊ အဲဒီသူငယ်ချင်းကို ယခင် ဆယ်တန်းမအောင်ခင်က ကျွန်တော် လုပ်နေကျအတိုင်းပဲ အိပ်လျှင် သူ့ကို မပေးသော်လည်း ကျောကို သူ့ဘက်လှည့်ပေး၍ အချင်းချင်း ထိအိပ်ရသည်ကို စိတ်ဝင်စားတုန်း ရှိပါသေးသည်။ ဒါပေမယ့် ဟိုလို "သံဝါသ" အထိ လက်မခံပါ။ ဖက်အိပ်ရတာကို အရသာတစ်မျိုးလို့ ခုထိ ယူဆတုန်းပါ။ ဒါပေမယ့် သူက ကျွန်တော် အဲဒီလို ကျေနပ်မှုရှိတာကို သိတော့ နောက်ဆုံး ကျွန်တော် မကျေနပ်ဘဲ Final Exam ဖြေပြီးတဲ့ညမှာ အဲဒီလိုတစ်ခါ ဓားပြတိုက်ယူခဲ့တယ်ပေါ့။ ကျွန်တော့်က သူနဲ့ သိပ်ခင်တော့ (အလွန်ခင်ပါသည်) သူနဲ့ မကြာခဏ အတူအိပ်သော်လည်း ဟိုလိုအထိ မဖြစ်ခဲ့၍ အဲဒီညလည်း အိပ်မိပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း အဲဒီညက အရက်တွေ မူးပြီးမှ သူ့ အိပ်ရာ သွားအိပ်မိတော့ သူလုပ်သမျှ ခံသလိုဖြစ်သွားတာပေါ့ တကယ်ပါ။ အရင်က ဆယ်တန်း အထိပေါ့လေ၊ ဒီလိုစိတ်မျိုးကို ကျေနပ်ခဲ့ပေမယ့် အဲဒီလို အလွန်ချစ်တဲ့ သူငယ်ချင်းက ပြုမူတာကို မကျေနပ်၊ နောက်ပြီး မနှစ်သက်မိတာ အမှန်ပါ။ ကိုယ်က အလွန်ခင်တဲ့ သူငယ်ချင်း အချင်းချင်းကိုဆိုလျှင် ကိုယ်က ယူရမည်ကိုလည်း မလိုလားပါ။ ဒါကြောင့် သူ့ကို အဲဒီကတည်းက စိတ်ထားပါသည်။ ကျွန်တော် အရင်က ဆယ်တန်းအထိ အဲဒီလို [illegible]

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တန်းစား အပြုအမူမျိုး နှစ်သက်မိသော်လည်း First Yr ကျတော့ လက်မခံတော့ပါ။ အဲ…Second Yr ကျတော့ အဲဒီသူငယ်ချင်းက Transfer ရွှေ့သွား၊ ကျွန်တော်ကလည်း ကျွန်တော်ပင်။ သူ့ကို မုန်းသော်လည်း သူ့ကို ခွဲလမ်းစိတ်နဲ့ Transfer လျှောက်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလို လျှောက်ပြီးသော်လည်း မပျော်၍ မြစ်ကြီးနားမှာပဲ ဒုတိယနှစ် ဆက်တက်ခဲ့ပါသည်။ မပျော်တာက သူ့ကို တွေ့ရင် စိတ်နှာလွန်းပြီး စာသင်ရတာ အတူတူဆိုတော့ စာထဲ စိတ်မဝင်စားဘဲ စာသင်မဖြစ်၍ ဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယနှစ်အပြီး Final term အပြီးမှာ Exam Result မထွက်ခင် မိန်းမလျှာဆန်ဆန် တစ်ယောက်ကိုကိုယ်က တစ်ဖက်သတ် ရယူခဲ့ပါတယ်။ နှစ်ခါယူခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလူက အသက် ၃၀၊ ဒါပေမယ့် ဟိုလို အရင်က မကြုံဖူးဘူး။ မိန်းမလျှာလိုပဲ နွဲ့နွဲ့ နှောင်း နှောင်း၊ ကျွန်တော် မှားပြတိုက်ယူခဲ့တာပေါ့။ အဲဒါကိုက ယောက်ျား အချင်းချင်း စိတ်ဝင်စားတာ မဟုတ်လား ဆရာ။ ကျွန်တော်က ယူရပေမယ့်လည်း မကောင်းမှု ပြုတာပါပဲ မဟုတ်လား။ နောက် ရတနာဒုဂူမှာ မိန်းမလျှာ နှစ်ယောက်နှင့် ကြုံခဲ့ရပါသေးတယ်။ ယခု ကျွန်တော့်မှာ အရင်ကလို "ပေးချင်စိတ်" မရှိပေမယ့် အဲဒီလို ရယူခွင့် မရှိခဲ့လျှင် နှစ်သက်တာကို မနှစ်သက်စရာလို့ ထင်ပါတယ်ဆရာ။

ဆယ်တန်းအထိ ကျွန်တော်ဟာ မိန်းမလျှာလိုပဲ အသားဖြူ၊ ပျော့ပျော့ပိန်ပိန်နဲ့ ကနွဲ့ကရ၊ သူများအမြင်မှာ "မိန်းမလျှာ" ထင်ကြတယ်ပေါ့၊ ကျွန်တော်ကလည်း အဲဒီလို လိင်စိတ် မဟုတ်တာရတ်တွေကိုလည်း စိတ်ဝင်စားမိပေတာကိုး။

ယခုတော့ လုံးဝကြီး မဟုတ်တော့ တစ်ခါတလေ ယောက်ျား ပီသတဲ့သူကို တွေ့ရင် မိန်းမက ယောက်ျားကို စိတ်ဝင်စားသလို စိတ်ဝင်စားမိသေးတယ်။ ဒါပေမယ့် တကယ် ဆက်ဆံမလားဆိုရင် အဲဒီအဆင့်အထိ လက်ခံတော့မှာ မဟုတ်တော့ဘူး၊ ဒါပေမယ့် ယခုလို ဟိုထိ လက်မခံတော့ ကိုယ်က သူ့ဘက် ကျော့ပေးအိပ်ရမည်ကိုတော့ နှစ်သက်လျက် ရှိနေတုန်းပါ။

အဲဒါက လိင်နှင့် ပတ်သက်လို့ အရှင်းဆုံး ရေးထားတာတွေပါပဲ။ ကျွန်တော် မနှစ်သက်နိုင်ပါ။ (ဒီလိုစိတ်တွေရှိတာကို) ကျွန်တော့်အရပ် ၅ ပေ ၃ လက်မ ရှိပါတယ်။ ဓာတ်ပုံပါအတိုင်း ပိန်တယ်၊ အမြဲတမ်း ပိန်တယ်၊ အသားဖြူ ပျော့ပျော့၊ ခန္ဓာကိုယ်တော့ မိန်းမ မဆန်ချင်လှဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိမ့်ချစိတ်နဲ့ ကြည့်မိလို့လား မသိ။ တင်ပါးတော့ လုံးနေပြီး မိန်းမတင်ကလေးလို ဖြစ်နေသလား မသိ။ ဒါပေမယ့် သူများတွေက မဝေဖန်ပါ။ ကျွန်တော် ဒီလိုစိတ်ရှိတာတောင် သိကြမည် မဟုတ်ဟု ထင်ပါသည်။ ယခု (Room Partner) ကို ကျွန်တော်နှင့် ပတ်သက်၍ အထင်သေးစရာရှိပါသည်။ သူနှင့် မနှစ်ကလည်း (Room Partner) ပါပဲ။ မကြာခဏ သူနှင့် အိပ်ဖို့ကြုံတယ်။ ဟိုလိုထိမဖြစ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်က အိပ်နေ တုန်းသွားသွား ကိုင်မိတတ်တယ်။ (အဲဒီလိုကိုင်ရင် စိတ်ထဲက သိသလို မသိသလိုနဲ့ပါ) သူကပြောတယ်။ "မင်းတင်ပါးကလေးက လုံးကျစ်နေတာပဲ၊ ဖင်ကောက်နေတယ်၊ မိန်းမဖင်နဲ့ တူတယ်၊ ဆောင်းဘိရှည် ဝတ်ရင် မင်းနဲ့ လိုက်မယ်"လို့ ပြောဖူးပါတယ်။ သူက ယောက်ျားပီသပေမယ့် ကျွန်တော်က တခြား ယောက်ျားပီသသူတွေကို စိတ်ဝင်စားသလို

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

လုံးဝ စိတ်မဝင်စားပါဘူး။ သိပ်ခင်လို့ပဲ ထင်ပါရဲ့၊ အိပ်ရင်သာ သွားကိုင်မိတယ်၊ သူက ကျွန်တော့်အတွက် အမြဲ သူငယ်ချင်းကောင်းပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်ကို အထင်သေးပြီလို့ ယူဆလို့ ကျွန်တော် ယူကျုံးမရဖြစ်ရပါတယ်။ နောက်ပြီး ပထမနှစ်တုန်းက ကျွန်တော် တော်တော်စွဲစွဲလမ်းလမ်း ခင်တဲ့ သူငယ်ချင်းက အထင်သေးလို့သာ ဒီလို လုပ်သွားတာပေါ့လို့ ယူဆမိလေတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ် စက်ဆုပ်မိပါတယ်၊ အခု အဲဒီလူနဲ့ 3rd Yr. မှာဆုံပေမယ့် ယခု စိတ်မဝင်စားတော့ပါ။ (စိတ်မဝင်စားအောင် နေရလို့ပါ။) ကျောင်းဆောင်မှာ ယောကျ်ားအချင်းချင်း နေတော့ ဖြစ်မိတာပဲလို့ တစ်ခါတလေ ဖြေရပါတယ်။ အဆောင်မှာ နေရတော့ 1st. Yr. က ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်နဲ့ ပြတ်နေတော့ ဖြစ်မိမှာပဲ။ အဲ 2nd. Yr. ကျမှသာ သမီးရည်းစား ထားမိတာကလား။ ကျွန်တော်ဟာ ကိုးတန်းအထိ "မိန်းမလျှာ" ဟု အခေါ်ခံရဖူးပါတယ်။ အဲဒီလို ခေါ်လေတိုင်း ရှက်လွန်းပြီး မနေတတ်အောင်ပါဘဲ။ ဆယ်တန်းက လွန်တော့ အခေါ်မခံခဲ့ရပါ။ ကျွန်တော်ဟာ စိတ္တဇ လက္ခဏာ ဖြစ်တဲ့ တစ်ယောက်တည်းနေခြင်း၊ အများနှင့် ရောနှောမနေခြင်း၊ မျက်နှာထား အမြဲလိုတည်နေခြင်းတို့ကြောင့်လည်း မခေါ်ကြခြင်း ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ အဲဒီလို နေရတာကလည်း ခင်ရင် ကိုယ့်အကြောင်း သိမှာလားဆိုတဲ့ အတွေးလည်း ရှိနေပါတယ်ဆရာ။

ဆေးပညာအရ ဒီလို လိင်တူချင်း စိတ်ဝင်စားတာဟာ မကျန်းမာမှု တစ်ရပ်ပဲလို့ ယူဆကြတော့ ကျွန်တော့ ကျန်းမာရေးကို တင်ပြဖို့ လိုလာပြန်တယ်။ ဒေါက်တာ မောင်မောင်ညို၏ "သိပ္ပံနည်းကျ အိမ်ထောင်သည်ဘဝ" စာအုပ်မှာ ညွှန်ပြခဲ့ဖူးပါတယ်၊ လိင်တူဆက်ဆံမှုကို ရပ်၍ မိမိကိုယ်တိုင် ဆက်မလုပ်လိုပါက စိတ္တဇ ဆရာဝန်တွေနှင့် ဆက်သွယ်၍ ပွင့်ပွင့် လင်းလင်း တိုင်ပင်ပါဟုဆို၍လည်း ဆရာကို အားကိုးတကြီး စာရေးလိုက်ရခြင်းပါ။ ထိုစိတ်တွေ စက်ဆုပ်နေပါပြီ။ ထိုကဲ့သို့ မဖြစ်တော့အောင်လည်း ရှောင်နိုင်ပါသည်။ ကိုယ်က "ယူ" ရမည့် ကိစ္စကို တကယ်ကြုံလျှင် နှစ်သက်ဦးမည် မှန်သော်လည်း မကြုံသော အခါများ၌ စိတ်မပါတော့ပါ။ မတွေ့အောင်လည်း ကြိုးစားပါတော့မည်။

ဒါပေမယ့် ဆေးပညာကို ယုံကြည်ချင်သော်လည်း တစ်ခါတလေလည်း ဆေးပညာကို မယုံချင်သေးပါ ခင်ဗျား၊ ဆရာ ခွင့်လွှတ်စေချင်ပါသည်။ ဥပမာပြရလျှင် ကျွန်တော့် အဖေဟာ ပန်းနာသည်။ ဆရာ ဒေါက်တာအုန်းမောင်က "စိတ္တဇနဝဒနာများ" စာအုပ်တွင် ဆိုခဲ့ဖူးပါသည်။ ပန်းနာသည် စိတ္တဇနှင့် ဆိုင်တယ်လို့ စိတ်မချမ်းမြေ့စရာ တွေ့ရင် ပန်းနာထတယ်လို့။

အဲဒီကတည်းက ဆရာ့ကို သိပ်မယုံ။ ရှင်းပြပါဦးမယ်။ အဖေ့လို ဆေးဝါးဖိုး ကုန်ကျဖူးသော ရောဂါမျိုး မတွေ့ဖူးပါ။ ရောဂါ ရင့်လာလေ နေ့တိုင်းပဲ အကြောဆေး၊ အသားဆေး၊ ဆိုင်ကတစ်မျိုး၊ မှောင်ခိုကတစ်သွယ်၊ ငွေအကုန်ခံပြီး ဆေးထိုးပေးရပါတယ်၊ အဖေဟာ စိတ်ညစ်စရာ တွေ့သည်ဖြစ်စေ၊ ပျော်စရာ တွေ့သည်ဖြစ်စေ၊ မောတာဟာ အချိန်မရွေးပါပဲ၊ နေပူသည်ဖြစ်စေ၊ မိုးရွာသည်ဖြစ်စေ၊ မောတာပါပဲ၊ ရေချိုးနေသည်ဖြစ်စေ၊ ထမင်းစားနေသည်ဖြစ်စေ၊

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မောချင် မောတာပါပဲ၊ အိပ်ရာထဲမှာ လဲနေသည်ဖြစ်စေ၊ လမ်းလျှောက်သည် ဖြစ်စေ မောတာပါပဲ၊ ဒီတော့ ဆရာ့စာ စကားကို သိပ်မယုံချင်။ အဖေ မောတာ စိတ်မချမ်းသာတာနှင့် တွေးမိတိုင်း ဆရာရေးသားတာတွေကို လုံးဝ ယုံကြည်ချင်စိတ် မရှိချင်ပါ။ (ဒါပေမယ့် အများအားဖြင့် ရေးထားတာတွေကိုတော့ လက်ခံထားပါတယ်၊ အခုလည်း ယုံတဲ့အပိုင်း ရှိလို့သာ ဆက်သွယ်တာပါ။) ဆရာတို့လည်း အစဉ် ဘယ်အမှန် ရှိနိုင်ပါ့မလည်း၊ ကိုယ်ထင်တာ ထင်နေကြမှာကိုး။ ဥပမာ ပြောရရင် မောင်သာရရဲ့ "သူ့အရင်က တစ်ယောက် သူက တစ်ယောက်"မှာတောင် မောင်သာရရဲ့ အရေးအသားတွေဟာ ဆေးပညာ (တစ်နည်း ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ)ဘက် သန်သွားပြီး တစ်မျိုးယူဆသလို ကျွန်တော်ကတော့ ဘယ်သူ မှန်တယ်ရယ်လို့ မဆုံးဖြတ်ချင်ဘူး၊ ကိုယ့်ဘက်ကိုယ် မှန်ကြတာပဲ မဟုတ်လား၊ အဲဒီလိုပေါ့၊ ဆရာလည်း ပန်းနာဟူ၍ စိတ်ချည့်ပဲလို့ ယူဆရင်တော့....

မှတ်ချက်။ ။ (ပန်းနာဟူသမျှကို စိတ်ဟု မယူဆပါ။)

အဲဒါသာ စဉ်းစားကြည့်ပါဆရာ၊ ကျွန်တော် ဆယ်တန်းမှာ ဘယ်လို အကျပ်အတည်းနဲ့ ကြုံရသလဲဆိုတာ၊ ကျွန်တော် ငယ်စဉ်က သူများက စာတော်တယ်လို့ ဆိုရတဲ့ကောင်၊ အမြဲ 1st and 2nd တစ်ခုခုပဲ။ အားကစားလည်း မလိုက်စားမိ၊ ရှစ်တန်းအထိ အပေါင်းအဖော်ဟာ မိန်းကလေးတွေသာ များခဲ့တယ်။ နောက် ကိုးတန်းနှင့် ဆယ်တန်းမှာ စိတ်ညစ်လာရတယ်။ (Depresssive Posi-

tion) အဖေက အမြဲပဲ နေ့ရော ညပါ ပန်းနာထ၊ အမေ့စိတ်က သိပ်မကောင်းချင်ချင်။ (သည်းခြေနှင့် ဆိုင်သောရောဂါ) အဲဒီတော့ အမေ့ အတွက်ပူ၊ စိတ်ရှုပ်ရှုပ်နှင့် ဆယ်တန်း တစ်နှစ်ကျတာသာ ကြည့်ပါတော့။ ကျွန်တော်ဟာ အဖေ့ကို အသက် ရှိစဉ်တုန်းက မခင်တွယ်ခဲ့၊ အမေ့ကိုသာ ခင်တွယ်ခဲ့ပါတယ်၊ ဆရာ့စာအုပ်ထဲကလို (Oedepus Complex)တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် အဖေက ကုန်သည်ကြီး။ ဒေါသကြီးတယ်၊ အမေ့ကို တွေ့ကရာနဲ့ ကောက်ပေါက်တယ်၊ ကျွန်တော် ရှစ်တန်းလောက်အထိဟာ အမေ တစ်ခါက သုံးနှစ်လောက် သည်းခြေဆိုင်ရာ လူတွေကြောင့် ထမင်းမစားချင် မအိပ်ချင် အမြဲပဲ စိတ်အားငယ်တယ်လို့ ပြောတတ်တယ်၊ ဆရာဝန်နဲ့ကုလို့ ရောဂါ ပျောက်သွားတယ်၊ အဲဒါ ရှစ်တန်းမတိုင်ခင် ကာလကို ဆိုလိုတာနော်။ အဲဒီလို သုံးနှစ်လောက်ဖြစ်တာ နောက်ပျောက်ပြီး ကိုးတန်းလောက်မှာ စိတ်တက်ကြွလွန်းပြီး အပြောအဆိုကအစ အလွန်တက်ကြွ၊ အလှူအတန်း ရပ်ရေးရွာရေးမှာရော စိတ်အားတက်ကြွလွန်း၊ လူတွေကို သူမက သနားလွန်းပြီး ပစ္စည်းတွေ လျှောက်ပေးပစ်၊ ငွေတွေ၊ မုန့်တွေပေါ့။ (Thought Disorder)တော့ ဟုတ်ဟန် မတူသေးဘူး။ နောက် ဆယ်တန်း ပထမနှစ်မှာ ပိုဆိုးလာတယ် အရူးလိုပဲ။ လူများတွေကို စေတနာ ထားလွန်းလှတယ်။ မနေတတ်ဘူး။ လိုက်ကူညီတတ်တယ်။ စိတ်အား တက်ကြွလွန်းနေတယ်။ (စိတ်ကျ စိတ်ကြွရောဂါ) တစ်နေ့ ဘာပြဿနာနဲ့ ရင်ဆိုင်ရမလဲလို့ အိမ်က စိုးရိမ်နေတယ်ပေါ့၊ အဖေက အားအား ရှိ မောနေတာပေါ့။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အဖေနှင့် အမေက တကျက်ကျက်ပဲ ရန်ဖြစ်လေ့ရှိတယ်။ အဖေက စည်းကမ်းရှိတယ်၊ ငွေကို အလွန် ခြိုးခြံတယ်၊ နောင်ရေးကို အစဉ် မျှော်တွေးတယ်။ သားသမီးကို ချစ်သော်လည်း ချစ်ဟန်မပြ။ အမေက သားသမီးကို အလွန်ချစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် အိမ်ကပ်ပြီး ယုယုယယတော့ဘယ်တော့မှ မရှိ။စီးပွား ရေးကို (နေကောင်းတုန်းက) နေပူမရှောင် မိုးရွာမရှောင် လုပ်ခဲ့တယ်၊ လူတွေကို သနားကြင်နာလွန်းတယ်၊ ရက်ရောလွန်းတယ်၊ အမေနေမကောင်း (သည်းခြေနှင့်ဆိုင်သော)မှသာ သူ့ဘာသာ စိတ်ချောက်ချားပြီး အမေနဲ့ ရန်မဖြစ်တော့ဘူး။ လူတွေကိုလည်း ကြောက်လာတဲ့သဘော ရှိတယ်။ အခုတော့ လူတွေကိုသိပ်ကြောက်တာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်မကြည်ဘူး။ အိပ်မပျော်ဘူး။ စားမကောင်းဘူး။ အရင်တုန်းက စီးပွားရေး အလွန် ကျဆင်းတယ်ဆိုတာတွေ ပြောလေ့ရှိတယ်။ ကောင်းတာတစ်လုံးမှ မပြောတော့ဘူး။ အဖေဆုံးတာ (၉၊ ၂၊ ၇၂)က ဆိုတော့ ခုထိ ရှစ်လလောက်ရှိပြီ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော် မေ့မရဘူး။ အဖေက အသေဆိုးနဲ့ သေခဲ့ရတယ်။ ကျွန်တော် 2nd term လောက်မှာ ခါတိုင်းအဖေ မောနေကျဟာ ချဉ်ပေါင်နဲ့ ပဲနဲ့ဆိုလား ညနေ ထမင်းစားပြီး ရေချိုးတော့ အဖျားတွေဝင်ရာကနေ နေမကောင်း၊ သွေးတိုးငန်းဖမ်း၊ အို... စုံလို့ ပါပဲ၊ နောက်နည်းနည်း သက်သာသလိုလိုနဲ့ နေမကောင်း ပြန်ဖြစ်ပြီး မေ့သွားတာ သုံးရက်လောက်ကြာမှ ကျွန်တော့်ဆီ ကြေးနန်းရိုက်မှ ကျွန်တော် ရွာပြန်ရတယ်လေ။ အဖေမေ့နေတာ ကိုးရက်လောက် ကြာတဲ့နေ့ကျမှ ဆုံးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အိမ်က ဆရာဝန် ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း နှာခေါင်းပေါက်ကနေ ပိုက်နဲ့ အစာ (ရေ၊ ဂလူးကို့(စ်)၊ နွားနို့) သွင်းပေမယ့်

သေခါနီး နှစ်ရက်လောက် အလိုမှာ သေမယ်ထင်ပြီး အိမ်ကလူတွေက ပိုက်တွေ ဖြုတ်လိုက်တာမှာ ကျွန်တော် စိတ်အထိခိုက်ဆုံးပဲ။ အဲမသေခင် ငိုပေမယ့် သေသေချင်း မငိုတော့ပါဘူး။ လုပ်စရာရှိတာတွေ လုပ်ကိုင် ကူညီခဲ့တယ်။ အဖေရှိစဉ်က ကျွန်တော့်ကို သိပ်ကြည့်မရပါဘူး။ ဘာကြောင့်ဆို သူ့ရဲ့အားကိုးရတဲ့သား ဟုတ်မယ်မထင်လို့ ထင်ပါရဲ့။

25-10-73။ ။ ကျွန်တော်ဟာ အစ်မ ညီမ ရှစ်ယောက်နဲ့ အစ်ကို တစ်ယောက်ကြားမှာ ကြီးပြင်းလာရတယ်။ နံပါတ် (၉) နေရာပေါ့။ ကျွန်တော့်အောက်မှာ ညီမငယ် တစ်ယောက်ပဲရှိတော့တယ်။ အဲ အကြီးလည်း မဟုတ်။ အငယ်လည်း မဟုတ်။ အလတ်နေရာပေါ့။ ကျွန်တော်ဟာ စာအုပ်ထဲက လေ့လာတဲ့ အတိုင်း ပြောရရင် "ဒွိဟ"ဆိုတာ အမြဲ ဖြစ်လာရတယ်။ ကျွန်တော့်မှာ စိတ်ဒွိဟ သံသယရောဂါ ရှိတယ်ထင်ပါတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ အဲဒါကို ရေးပါဦးမယ်။ ခုတော့ မိသားစု အကြောင်းတွေပဲ။ ပြောခဲ့ပြီးတဲ့အတိုင်း စာကြိုးစားရင်ကြီးစား၊ စာမကြည့်ရင်ငယ်ငယ်က အပေါင်းအဖော်တွေက မိန်းမတွေပဲလေ။ ဒါကြောင့်စိတ်ဓာတ်က ပျော့ဖတ်ဖတ်ရယ်။ အဲဒါကို အဖေက သဘောကျဟန် မတူဘူး။ နောက်ပိုင်း ဆယ်တန်းအောင်ပြီး ဒုတိယနှစ်ထိအောင် ကျွန်တော် မိန်းမတွေနှင့် ရောရောနှောနှော မနေဘူး။ ဒါပေမယ့် လူက သိတ်မထွားဘူး၊ မဝဘူး၊ အမြဲတမ်း ပိန်တယ်။ အားကစားမလုပ်ဘူး။ တစ်ခါတလေ (Basket-ball) ကစားပေမယ့် 1st Yr. တုန်းက အမောမခံနိုင်ဘူး။ ကြွက်တက်တက်တယ်။ (အိပ်ရာက ထရင်ပေါ့လေ။) အဲ ရောဂါနဲ့ ပတ်သက်ပြီး

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အသာထားဦးမယ်ဆရာ။ အခုဆို အဖေဆုံးတာ ရှစ်လရှိပေမယ့် မကြာခဏဆိုသလို သတိရမိတယ်။ လူမိုက်နောက်မှ နောင်တရဆိုသလို မသေခင်က မကြာခဏ အဖေ့ကို နားပူမိတာကိုး။

လောလောဆယ် ခံစားရတဲ့ ဝေဒနာကို ဖော်ပြပါမယ်။ ကျွန်တော်ဟာ အတွေးလွန်တတ်တယ်။ အခု တတိယနှစ် သင်တန်း တက်နေတာတောင် ဆရာကသင်တုန်း အတွေးပေါင်းစုံတွေး အဖြေရှာ မရမချင်း အဖြေရှာ။ နောက်ဆုံး ဆရာသင်တာတွေတောင် ဘာသင်လို့ သင်မှန်းမသိအောင် ဖြစ်နေရတာဟာ ကြာရင် မကောင်း ဖြစ်မှာမို့ ဆရာ့ဆီ စာလှမ်းရေးလိုက်တာပါ။ သင်ခန်းစာ များလွန်းလို့တော့ စိတ္တဇဝေဒနာ ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူးဆရာ။ ဘာကြောင့်ဆို ကျွန်တော် စာသင်ရတာကို မငြီးငွေ့လှပါဘူး။ စာဖတ် ဝါသနာပါပါတယ်။ စိတ်မငြိမ်ဟိုတွေး ဒီတွေးနဲ့ တည်ငြိမ်အောင် လုပ်နေရတာက ပြဿနာပါ။

နောက်ပြီး စိတ်ဆင်းရဲမှုတွေကို (အရာရာမှာပေါ့လေ) မျိုသိပ်ထားတတ်တယ်။ အုံ့ပုန်းစိတ် သိပ်များသွားတယ်။ ယခုလို စိတ္တဇဆန်ဆန် လက္ခဏာ ပေါ်ပေါက်တာကို မကြာခဏ တွေးပြီးတော့ မပူမိပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ရေရှည်တော့ မကောင်းဘူး မဟုတ်လား ဆရာ။ အရာရာမှာ ကျွန်တော်ဟာ သံသယဆန်ဆန် ရှိတတ်တယ်။ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလား။ လုပ်ရင် ဖော်ပါ့မလားဆိုတာ ပေါ့လေ။

အတိတ်ရဲ့ မကောင်းမှုအတွက် တွေးပြီးပူပင်တတ်

တယ်။ တစ်ခါတလေ နေရင်း ထိုင်ရင်းက စိတ်မကောင်းစရာ တစ်ခုခု တွေးမိယင် ရင်တုန်နှလုံးခုန် ဖြစ်ဖြစ်သွားတယ်။ လိင်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ကိုယ့်မကောင်းမှုကို ပြန်တွေးမိရင် ရင်ထဲမှာ ဒိန်းဒိန်းဒိန်းဒိန်းနဲ့ပါပဲ။

နောက်ပြီး အထက်က ပြောဖူးတယ်လေ။ ကျွန်တော် အလွန်ခင်တဲ့သူငယ်ချင်း တစ်ယောက်ကို ကျွန်တော် စိတ်အလွန်ရှိတာနဲ့ သူနဲ့ အိပ်ရာမှာ သူ့ကို နှိုးဆွပြီး ကျွန်တော် သာယာမှုကို ယူမိတယ်ပေါ့။ အဲဒါ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်နှစ်လောက်က ပထမ နှစ်တုန်းကလေ။ အဲဒါ တွေးမိတိုင်း သိပ်ရှက်တယ်။ ယူကျုံးမရ ဖြစ်တယ်။ သူ့မျက်နှာ မကြည့်ရဲဘူး။ ကိုယ်လုပ်ထားတဲ့ မိုက်ပြစ်ကို တွေးမိတိုင်း စိတ်ဓာတ် အလွန်ကျတယ်။ သူကများ အခြားသူငယ်ချင်းတွေကို ပြောလေမလားလို့ တွေးမိတိုင်း စိတ်ဓာတ်ကျရတာပဲ။ ဒါပေမယ့် စိတ်တော့ ဖြေရပါတယ်။ နောက်ကို မလုပ်တော့ဘူးလို့။

ခုနေတော့ ဘယ်သူနဲ့ အိပ်အိပ်၊ ဘာမှဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး ထင်ပါရဲ့။ အိပ်နေရင်း ယောင်ယမ်းမိရင် ခက်မှာ။ ယခင်ကလို မိန်းမဆန်ဆန်စိတ် သိပ်မထားတော့ပါဘူး။ မထားမိသလောက် ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ခန့်ချော ချောတဲ့ယောကျ်ားတွေကိုဆိုရင် ယောကျ်ား အချင်းချင်းပေမယ့် သိပ်ကြည့်မဝဘူး။ တစ်နည်းအားဖြင့် အားကျတာလည်း ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ယောကျ်ား ပီသတာကို ကြိုက်နှစ်သက်တယ်။ ကျွန်တော့် အလေးချိန်ဟာ ပေါင် ၁၀၀ လောက်ပဲ ရှိမယ် ထင်တယ်။ ပိန်တယ်။ အသားဖြူစပ်စပ်၊ စိတ်လှုပ်ရှားရင်ဆီး ခဏခဏ သွားတတ်တယ်။ အစာမကျေလည်း ဖြစ်တတ်တယ်။ ခေါင်းကိုက်၊

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ရင်တုန် စုံလို့ပါပဲ။

ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ခံစားမှုတွေဆိုရင် Infections (ဖျားနာခြင်း) မရှိသလောက်ပါ။ စိတ်ထင် မဟုတ်ပါ ဘူး။ ကျွန်တော့်မှာ သံကောင် (အကြီး) ချည်မျှင် တုတ်ကောင် သန်ကောင်တွေ ရှိတာကတော့ အမှန်ပါပဲ။ ဆယ်တန်း ဒုတိယနှစ် ဖြေခါနီးမှ ချည်မျှင် တုတ်သန်ရှိတာ သိရတယ်။ သန်ချဆေး စားလို့ သန်ကောင်တွေ (တစ်ခါက) ခြောက်ကောင်လောက် ကျလာတယ်။ သန်ချဆေးကို မကြာခဏ သုံးရတယ်။ တစ်ခါတည်း ခြောက်ကောင်ကျတယ်။ သန်ကောင် အကြောင်း အတွေးလွန်ရင် နောက်ဘာများဖြစ်မလဲ၊ သန်ကောင်တွေ သိပ်များရင် ဘာဖြစ်မယ်၊ ညာဖြစ်မယ်နဲ့၊ ဟိုတစ်ခါကဆို (1st Yr. တုန်းက) တွေးတိုင်း ကြောက်ချွေးတွေ ပြန်ပြန်လာတတ်တယ်။ ချည်မျှင်သန်တော့ ကျ မကျ မသိဘူး။ သေးတာကိုး။ တီဘီရှိတယ်ထင်လို့ ဓာတ်မှန်ရိုက်ဖူးပါတယ်။ မနှစ်ကပေါ့။ ဒါပေမယ့် မရှိဘူးတဲ့။ ဆရာတို့ ရေးတဲ့ လှုပ်ရှားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတာလို့ ယူဆတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်ဟာ ချွဲသလိပ် အမြဲကပ်တယ်၊ ချောင်း အမြဲလို ဆိုးတယ်၊ အဖေက ပန်းနာသမားလို့ ယူဆတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိပ် မသက်သာချင်ဘူး၊ အမေက သည်းခြေသမားလို့ တွေးမိတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်မချဘူး၊ သံသယစိတ်တွေ နည်းနည်း ဖျောက်ထားပါတယ်။ (ရောဂါနဲ့ ပတ်သက်လို့လေ။)

ဒါတွေဟာ စိတ်ကြောင့်ပဲလို့ ဆရာတို့က ဆိုတယ်။ စိတ်ကြောင့်လို့ယူဆရင် ရောဂါတစ်ဝက်ပျောက်တယ်လို့။ အဲဒါ အမှန်ပဲလား။ အမြဲနှာစေး၊ ချောင်းဆိုး၊ သလိပ်ကပ်နဲ့ပဲ သွားတွေဝါတယ်၊ သွားကို မနက်ည တိုက်တာတောင် သွားဝါရအောင် Vitamin C လိုလို့ပါလားဆရာ။ ကျွန်တော့်မှာ အားနည်းစရာအကြောင်းမရှိဘူးလို့ ထင်ပါတယ်။ အချိန်မှန် အိပ်တယ် (စိတ္တဇမှာ အိပ်ရေးပျက်တာ မကောင်းဆို၍ အထူးအိပ်ရေးဝအောင် ကြိုးစားလျက်ပါပဲ။)

အရက်လည်း တစ်ခါ တလေ ကြုံမှပဲ သောက်တယ်။ ဖဲမရိုက်။ ဆေးလိပ်မသောက်ပါဘူး။ အညောင်းခံတဲ့ ကစားနည်းဆို မလုပ်ပါဘူး။ အားကစားဆိုရင် State တုန်းက ကစားတယ်။ လူကြံ့ အရပ်ပုတော့ ဝိုင်းပယ်ကြတယ်။ စိတ်ဓာတ် ကျရတယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့် မကစားဖြစ်။ ခုတော့ မကစားတော့ဘူး။ (ကြက်တောင်၊ ဘတ်စကက်) ဆယ်တန်း ပထမနှစ်လောက်ကတည်းက ထင်တယ်။ စာကြည့်ရင် ဇက်ကြော မကြာခဏ ညောင်းတတ်လွန်းလို့ လည်ပင်းကို အကြောပြေအောင် ခါခါနေရတယ်။ ဒါကြောင့်အခု 3rd Yr. မှာ လည့်တံကြော့ရှင်းနဲ့ပေါ့ဆရာ။ Phyto ကိုကြည့်ရင် မြင်ရမှာပါ။ အခု အချိန်မှာတော့ စိတ္တဇလက္ခဏာကို စိတ္တဇကြောင့်လို့ ထင်မိသေးတယ်ဆရာ။ နောက်ကို အဲဒီလိုမမြင်လာရင် မခက်ပါလားဆရာ။ ဒါကြောင့် စာအရှည်ကြီး ရေးထားတာပေါ့။ တစ်လောက 3nd Yr. ဖြေပြီးလောက်က ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ မှာ ဆရာတို့ ဆေးပညာကို သိပ်အထင်မကြီးလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်ကြောင့်လို့ မထင်မိဘူး။ (စိတ်သောကရောက်တာတို့၊ ရင်တုန်တာတို့ ကိုပေါ့လေ။)

ခုနက အားပြတ်တာလို့ ပြောတာမှာ တစ်ချိန်ချိန်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တော့ အိပ်တယ်ပေါ့ ။ အဆောင်ကျောင်းသားဘဝကိုဆရာ နားလည်မှာပါ ။ ယောကျ်ားအချင်းချင်း စိတ်ဝင်စားမှုရှိတာ Endo Distur bance များကြောင့်လားဆရာ ။ ဆရာ့ကို ကျွန်တော်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ မိန်းမတွေ စိတ်ဝင်စားဖို့တွေ နောက်ပိုင်းမှာ ရေးပြပါဦးမယ် ။ အရေးကြီးတာက သဘာဝမဟုတ်တဲ့ လိင်တူ အချင်းချင်း ခုံမင်တာကို အရင် တင်ပြရတာကိုး ။

Confusion Dementia and Corsaeoff Psychosis ရှိတယ်လို့ ထင်တယ် ။ ပြန်လည် ဆန်းစစ်ကြည့်တော့ ကိုယ်ခန္ဓာအားနည်းတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ငယ်ငယ်တုန်းက ဒူးဆစ်၊ ဇက်တောင်ဆစ်တို့မှာ ကြက်ဆူးတွေတောင် ပေါက်ခဲ့ဘူးပါတယ် ။

ဓာတ်ပုံထဲမှာ ပါတဲ့အတိုင်း ကျွန်တော့်ပုံဟန်ကတော့ **Asthenic type** ပါပဲ ။ အစားအစာ ဆာလောင်မွတ်သိပ်နေတဲ့ပုံပဲ ။ အရင် ဆယ်တန်း ပထမနှစ်နဲ့ ဒုတိယနှစ် ပုံတွေတုန်းက ပိုပြီး ဆိုးမယ်ထင်တယ် ။ အခုတော့ တတိယနှစ်ပုံက မဆိုးဘူး ထင်ပါတယ် ။ အရင်ပုံတွေက သတိ မေ့တာကြောင့် ပျောက်ရတာပဲ ။ **Asthenic type** ကြွက်သားဆိုင်နဲ့ အသားအရေကဖျော့၊ အားနည်းတဲ့ သဏ္ဌာန်၊ ပိန်တယ် ။ ခန္ဓာကိုယ်သေးသေး၊ မေးရိုးဖြောင့်တယ် ထင်တယ်၊ နောက်ပြီး အရေးကြီးတာက (တိကျတတ်တယ်) ဆရာ ။ ဘာလုပ်လုပ် သိပ်ပွဲကျောင်းသားလို့ မပြောရဘူး၊ သိပ်တိကျချင်တယ် ။ မတိကျ ရချင်း ပြန်လုပ်တတ်တယ် ။ အချိန်ဆိုလည်း တိကျမှ ။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်ဟာ စကီဇိုဖရီးနီးယား **Schizo Phrenia** များ

ဖြစ်နေပြီလား ။ **Neovrosis** များလားဆရာ ။ စိတ် ဒွိဟ သံသယဟာ နေရာတိုင်း ရှိတတ်ပါတယ် ။ **Relesan** ကို စိတ်ညစ်ရင် သောက်ဖို့ ဆိုပြီး မှောင်ခိုက ဝယ်သောက်တာ တစ်ဘူးကုန်ပြီ ။ ခု ဆက်မသောက်တော့ဘူး ။ ဆရာဝန် လက်မှတ်နဲ့မှ ဝယ်ရတဲ့ဆေး ဖြစ်ပေမယ့် ဆရာဝန်တွေနဲ့ တိုင်ပင်ဖို့ ရာက စိတ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ကုသမှု မရှိဘူးထင်လို့ပါ ။

30-1-77 ။ ။ စိတ်သောက များပုံကတော့ **Relesan** သောက်လို့ စိတ်ကြည်တယ်လို့ ထင်ရပေမယ့် အဲဒီ သောက်ပြီးချိန်မှာပဲ ငါဘာကြောင့် ဆေးမသောက်ခင်က စိတ်သောက များရသလဲ၊ နောက် စိတ်ညစ်တိုင်း သောက်ရမှာလား၊ နောင် သောက်သင့်သလား၊ တွေးပြီး ခေါင်းရှုပ်လာပြန်တာပဲ ။ အဲဒီ တစ်ဘူးမကုန်ခင် သုံးလေးလုံး ကျန်တုန်းက ငါ ခေါင်းသိပ်ရှုပ်မှ သောက်မယ်လို့ စိတ်က တွေးထားပေမယ့် မသောက်ရင် ခေါင်းရှုပ်မယ်ပဲထင်ပြီး တစ်ခါရှုပ်ရင် တစ်ခါ သောက်လိုက်တာပဲ ။ ဒါပေမယ့် တစ်ရက်တည်း နှစ်လုံး မသောက်ဖြစ်ပါဘူး ။ ခုတော့ တစ်ဘူးလည်း ကုန်ရော ဒီအတိုင်းပဲ နေလိုက်တယ် ။ ခုရေးနေတဲ့ ရက်ပိုင်းအတွင်းမှာတော့ စိတ်ရှုပ်စရာ သိပ်မရှိဘူးလို့ စိတ်ကိုလျှော့ထားလို့ စိတ်ရှုပ်ထွေးမှုမရှိလှပါဘူး၊ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့် အချစ်ရေးမှာ ရှုပ်ထွေးမှုတွေ ရှိနေတုန်းပါပဲ ။

စိတ်အနေအထားဆိုတာ မိဇစိတ်လို့ ဆိုကြတယ် ။ မိဘမျိုးရိုး လိုက်တယ်လို့ ဆိုတယ် ။ အမေလည်း ခုတော့ စိတ်ရောဂါ ရှိနေပါတယ် ။ အချိန်ရှိတိုင်းပဲ သူ့ စိတ်မချမ်းသာတဲ့အကြောင်း၊ ယခင်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကုန်သည် ဘဝတုန်းက ပစ္စည်း ဆုံးရှုံးခဲ့ကြောင်း၊ နှစ်တိုင်း ကုန်ရှုံးခဲ့ကြောင်း ။ နောက် အမေပြောပြလေ့ရှိတာက မီးတွင်းမှာ ခေါင်းမလျှော်လိုက်လို့ ဒီရောဂါ ရခဲ့ကြောင်း၊ အမေ မီးတွင်းမှာ စိတ်ညစ်စရာရှိဟန်တူပါတယ် ။ ယခင် ကျွန်တော် ငယ်ငယ်တုန်းက ဒီလို စိတ်ကျရောဂါနဲ့ သုံးနှစ်လောက် ဖြစ်ပြီး ဆရာဝန်တစ်ဦးက မေတ္တာနဲ့ ကုလို့ ပျောက်သွားပြီး အဲဒီ ဆရာဝန်ပြောင်းသွားတော့ နောက် စိတ်ဓာတ် တက်ကြွနေတယ် ။ ဘာပဲလုပ်လုပ် စိတ်ဓာတ်ဓာတ် သန်လွန်းတယ် ။ ခုလို စိတ်ကျရောဂါဖြစ်ခါနီးမှာ စိတ်တက်ကြွလွန်းပြီး စိတ်ဖောက်ပြန်သလို အပြောအဆိုတွေက မှုမမှန်တော့ဘူး ။ ဘယ်နေရာပဲ ဖြစ်ဖြစ် သူက ဝင်ကူညီနေချင်တာ ။ ဈေးရောင်းရင်လည်း ဝယ်တဲ့သူတွေကိုပစ္စည်း ပေးပစ်လိုက်တာ ။ ကျွန်တော်တို့ဆို အမေကြောင့် ရှက်နေရတာ ။ ရှစ်တန်း ကိုးတန်းလောက်ကပေါ့ ။ နောက် အမေ အိပ်ရာထဲ သုံးလေးရက်လောက် နေမကောင်းလို့ အိပ်ရာထဲ လဲပြီးမှပဲ နောက်ပိုင်း ဒီလို စိတ်ကျရောဂါဖြစ်လာတာ ။ အဲဒီစိတ်တက်ကြွနေတုန်း ကုန်တွေရှုံးလိုက်တာ နှစ်တိုင်းပဲ ။ တစ်နှစ်ကို သောင်းချီမယ်ထင်တယ် ။ နှစ်တိုင်းပဲ ။ အမေ စိတ်ကျဖြစ်မှပဲ အဖေနဲ့ တည့်တယ် ။ နို့မို့ အဖေနဲ့ အမေဟာ ကလေးတွေအတွက် ခဏခဏ ရန်ဖြစ်ဖူးတယ် ။ ခုတော့ စိတ်ကျဆိုပေမယ့် အရင်လို (ဖြစ်စလို) ဝမ်းနည်းစရာပြောတိုင်း မျက်ရည်မကျပါဘူး ။ တစ်ခါတလေမှပါ ။ အမေအရေးကြီးတဲ့ ပြောစကား တစ်ခုရှိတယ် ။ ဟုတ် မဟုတ်တော့ မသိဘူး ။ ဟုတ်မယ်လည်း မထင်ဘူး ။

အမေ မီးတွင်းတုန်းက ဘယ်သူ့ကို မွေးတုန်းကလည်း မသိ ။ မွေးချင်း ဆယ်ယောက်ရှိတာပဲ ။ ကျွန်တော့်ကို မွေးတုန်းက ထင်ပါတယ် ။ ကျွန်တော်က ကိုးယောက်မြောက် ။ အဖေ မယားငယ်ထားတယ်ဆိုတာ ကြားလို့ အမေ စိတ်ဆင်းရဲရတယ်တဲ့ ။ ဒါပေမယ့် နောက်တော့ အဖေက မထားဘူးတဲ့ ။ ကျွန်တော် မှတ်မိသလောက် အဖေက တည်ကြည်တယ် ။ ရပ်ရွာက အားကိုးရတယ် ။ ဘုရားတရားရှိသေတယ် ။ ဒေါသလည်း ကြီးတတ်တယ် ။ ဒါပေမယ့် မပြောနိုင်ဘူးလေ ။ ဒါတွေက သိပ်ကြာခဲ့ပြီပဲ ။ ကျွန်တော့်အသက် ၂၀ ထဲတောင် ဝင်ခဲ့ပြီပဲ ။ အဖေတို့ဘက်က သူဌေးမျိုးပဲလေ ။ အမေတို့ မျိုးရိုးဘက်ကတော့ ဒီလို ခပ်ကြောင်ကြောင်ရယ် ။ အမေ့ရဲ့အစ်ကို ဦးကြီးဆိုရင် သိပ်စိတ်တိုတတ်တယ် ။ စိတ်လဲ ပြေလွယ်တယ် ။ သူထင်ရာ ဇွတ်တိုးတတ်တယ် ။ ခုထိ သူမှန်တယ်ထင်ရင် ဘယ်သူ့မှ မမှုချင်ဘူး ။ အမေနဲ့ ရုပ်ချင်း ဆင်တယ် ။ ကျွန်တော် ငယ်ငယ်ကတည်းကပဲ ဦးကြီးက တခြားမြို့မှာ နေတယ်လေ ။ အဲ မျိုးရိုးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ရေးလိုက်တာ ရှည်သွားတယ် ။ အဲဒါ အမေ့ဘက်က ။

အဖေ့ဘက်ကဆို ဘာမှအပြစ်ဆိုစရာမရှိ ။ သူတို့ဘက်က ပိန်တဲ့အမျိုး ။ အဖေက ပန်းနာကြီးသမား၊ အသက် ၂၀ လောက်ထဲက စွဲတယ်လို့ ဆိုတယ် ။ မြန်မာဆေးဆရာ၊ အင်္ဂလိပ်ဆေးဆရာ စုံလို့ပါပဲ ။ မြန်မာဆေးဆရာနဲ့ကုလို့ ငွေကုန်တာ နည်းနည်းရယ်ပါ၊ အထက်က ရေးခဲ့ပြီးပြီပဲ ။ ဆရာဝန်နဲ့ကုတာ ငွေတော့ ရေးမပြနိုင်ပါဘူး ။ အချိန်မရွေး မောတတ်တယ် ။ အကြောဆေးလည်း ဒီဆုံးတဲ့နှစ်ပိုင်းမှာ နှစ်တိုင်းလို အိမ်က အစ်မတွေ ဆေးထိုးကြတယ် ။ အဲဒါ အဖေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဗီဇအကြောင်း ။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ငယ်ငယ်က စိတ်ညစ်ညူးစရာဆိုလို့ အဲဒီ အမေ့ရောဂါ အဖေ့ရောဂါ။ ကျွန်တော့် အစ်မတွေကြား ကြီးပြင်းလာသူ။ ဒါကြောင့်စိတ်ဓာတ်ပျော့ညံ့လို့ ထင်တယ်လေ။ ငယ်စဉ်က ကျွန်တော် ပျော်ခဲ့တဲ့ အပိုင်းထက် စိတ်ညစ်တဲ့အပိုင်းက ပိုများခဲ့ပါတယ်ဗျာ။

ခုဆို စီးပွားရေး အခြေအနေ တင်ပြပါ့မယ်။ အမေက နေမကောင်း၊ အိမ်မှာ ကျွန်တော့်အထက် ရှစ်ယောက်မြောက် အစ်မရယ်၊ ခြောက်ယောက်မြောက် အိမ်ထောင်သည် အစ်မရယ်၊ အမေရယ်၊ သုံး ယောက် ပဲ ရှိ တယ်။ ခြောက် ယောက် မြောက် အစ် မ က သူ့ယောကျ်ား မော်တော် အသေးစားပိုင်၊ သူတို့က ကလေးနှစ်ယောက်၊ မော်တော်က ဓာတ်ဆီမော်တော်။ ခုကျောင်းနေတာကို သူတို့က မထောက်ပံ့နိုင်တဲ့ အစိတ်အပိုင်းမှာ ရှိတယ်။ ကျွန်တော့်အထက် ရှစ်ယောက်မြောက် အစ်မက ဆယ်တန်း ဘီနှင့်အောင်၊ သ/မ ဌာနရုံးမှာ လုပ်တယ်၊ အပျို။ သူ့လခက ၁၃၁ ကျပ်နဲ့ အမေနဲ့ ကျွန်တော့်ကို ထောက်ပံ့နေရရှာတယ်။ ကျွန်တော့်အောက် ညီမလေးကတော့ ဆယ်တန်းနေတယ်။ သူ့သူငယ်ချင်းက အတူနေဖို့ ခေါ်တာနဲ့ အဲဒီမှာ သွားပြီး ကျောင်းနေတယ်။

အမေဟာ အဖေရှိတုန်းကအတိုင်းပဲ၊ သားသမီးတွေက မခန့်ကြတော့ ကျွန်တော်က အမေ့ကို စိတ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး အားပေးမှုပြုတယ်။ မခန့်လေးစား မလုပ်ဘူး။ ကျွန်တဲ့ သားသမီးတွေကတော့ အိမ်ထောင်ခွဲတွေပါပဲ။ အကြီးဆုံး နံပါတ်တစ် သမီးကြီးကတော့ ကျွန်တော်တို့ တိုက်ဝင်းထဲမှာ အဖေရှိစဉ်က အိမ်ဆောက်ထားတဲ့ အိမ်နဲ့၊

သူက အကြီးဆုံး၊ သူက မိဘတွေကို မခန့်ဆုံးပါဘဲ။

အဲ... ကျွန်တော့်အတွက် ဝမ်းနည်းစရာက ကျွန်တော် ကောလိပ်တက်တာ၊ အဖေဆုံးတာတောင် ငွေတစ်ပြား တစ်ချပ်မှ ထောက်ပံ့ခြင်းမရှိတဲ့ နံပါတ်နှစ်နေရာ S.A.T Dip. Ed ဆရာမပါပဲ။ ဝင်ငွေကျပ် ၄၀၀ ကျော်မယ်ထင်တယ်။ သူ့ယောကျ်ားက ကျပ် ၄၅၀ လောက်ရတဲ့ ဒုတိယ ကုန်သွယ်ရေး မန်နေဂျာ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော် အောက်မကြို့ပါဘူး။ ငွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘာမှမပြောဘူး။ အမေကလည်း အဲဒါကိုစိတ်မချမ်းမသာ ရှိဟန်တူရဲ့။ အစ်မက ကျွန်တော်တို့ မိသားစုအပေါ်မှာ စေတနာမရှိတာ။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးတဲ့ ကောလိပ်ကျောင်းသားဆိုတာ သူ့မှာ မွေးစားထားတာ ရှိတယ်။ အဲဒီလူကို ကိုးတန်း ဆယ်တန်းလောက်ကတည်းက မွေးစားတာ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်စိတ်မဆိုးပါဘူး၊ လူတွေ (တစ်မြို့လုံးကပေါ့) ထင်တယ်။ သူတို့က အိမ်ကို ငွေထောက်ပံ့တယ်လို့ ထင်ကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ဘယ်လို ပြောရမလဲ ဆရာ၊ ဟုတ်ပါတယ်၊ ထောက်ပံ့တယ်လို့ ပြောရမလား၊ မထောက်ပံ့ဘူးလို့ ပြောရလည်း ရှက်၊ မပြောလည်းရှက်တဲ့ဘဝပါပဲ။ အဲဒီအစ်မက ကျွန်တော် State နေတုန်းက ဆရာပဲ ဆိုတော့ ခုလဲ ဆရာတစ်ယောက်အနေနဲ့ပဲ ဆက်ဆံပါတယ်။ နံပါတ်သုံး နေရာ အစ်မကြီးကတော့ မန်းမှာပါပဲ။ ပွဲရုံပေမယ့် ပွဲရုံလေး။ ကျွန်တော့်ကို တစ်လ ၁၅ ကျပ် မုန့်ဖိုး ပေးပါတယ်။ စေတနာတော့ မမွဲလှပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သိပ်မတတ်နိုင်ပါဘူးလေ။ လင်ကြောက်ရတဲ့ အစ်မတွေကိုး။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

နံပါတ်လေးနေရာ အစ်မ တစ်ယောက်ကတော့ နယ်မှာ ဘဏ်စာရေးကတော် ။ ငွေချေတာ သုံးနေရတယ် ။ နံပါတ်ငါးနေရာ အစ်ကိုက P.A.T ။ နံပါတ်ခြောက်နေရာ အစ်မကတော့ အိမ်မှာ ။ နံပါတ်ခုနစ်အစ်မက P.A.T အိမ်ထောင်သည်၊ အခြားရွာမှာ ကျောင်းဆရာ သွားလုပ်တယ်၊ နံပါတ်ရှစ် အစ်မက အိမ်မှာ၊ ကိုးက ကျွန်တော်၊ တစ်ဆယ်ညီမကတော့ တစ်မြို့မှာ ။ အဲဒါတွေက စီးပွားရေး အစိတ်အပိုင်း ။

နောက်ကျွန်တော်ရဲ့ စိတ်ဓာတ်ရေးရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြောပြချင်တယ် ။ အခု အစိတ်အပိုင်းတော့ မသိဘူး ။ **2nd Yr.** အထိပေါ့လေ၊ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးမှာ စိတ်မညစ်ရတဲ့ အချိန်၊ အို… ဘယ်အချိန်မဆိုပေါ့လေ၊ သက်တောင့် သက်သာနဲ့ အိပ်ပျော်ရင်း သေနိုင်တဲ့ သေဆေးရှိရင် သောက်ချင်တယ်လို့ စိတ်ထဲမှာ ရှိခဲ့တယ် ။ ခုတော့ အဲဒီစိတ် ရှိမယ်မထင်ပါဘူး ။ (ဒါပေမယ့်မသေချာ၊ ရှိတဲ့အချိန် ရှိသေးတယ် ။) ဘာရယ် မဟုတ်ပါဘူးဗျာ ။ စိတ်မညစ်ချင်နေ ညစ်ချင်ညစ်၊ လောကကြီး သိပ်ပျော်တဲ့လူ မဟုတ်တော့ ဒီလိုတွေးနေမိတာပေါ့ ။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားပေးရတယ် ။ (စိတ်ဓာတ် သိပ်ကျလို့ မဟုတ်ပါဘူး၊ အဲဒီလို တွေးမိရင် ပြောတာပါ ။) ငါဟာ တိုင်းပြည် အတွက် လုပ်စရာတွေ ရှိပါလားလို့ တွေးထားရတယ် ။

ဂီတကို ငယ်စဉ်က ဝါသနာပါတယ် ။ ငယ်ငယ်က မိန်းမလို လုပ်ကရတာအမော ။ ငါးတန်းလောက်ထိပေါ့ ။ ကိုးတန်းရောက်တော့ ဂီတဆို မုန်းချင်တယ် ။ ဂီတဟာ စိတ်ဓာတ်ပျော့ညံ့စေ

တယ်လို့ ထင်လာပြန်တယ် ။ ဒါကြောင့် သီချင်းတောင် သိပ်မဆိုဖြစ် ။ ပွဲလမ်း သိပ်မသွားဘူး ။ ကိုးတန်းတုန်းက သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အဆက် အသွယ် ဖြတ်ပြီး တစ်ယောက်တည်းလို နေလေ့ရှိတယ် ။ ကျွန်တော် စာပဲကြိုးစားနေတယ် ။ ဘာကိုမှ စိတ်မဝင်စားချင်ဘူး ။ ရှစ်တန်းတုန်း ကတော့ မိန်းကလေးတွေနဲ့ ပျော်ခဲ့ရတာ များပါတယ် ။ ကိုးတန်းမှာ လူသူနဲ့ ကင်းကွာလာတယ် ။

ဆယ်တန်း ပထမနှစ် စိတ်ညစ်စရာ အကြီးအကျယ် တစ်ခု တွေ့လာတယ် ။ အဲဒါကတော့ ကျွန်တော်တို့ ကျောင်းဟာ နယ်မှာဆိုတော့ ဆရာမစုံခြင်း၊ စာမေးပွဲ အထောက်အကူ နည်းခြင်း၊ နယ်မြေ အသိဉာဏ် ခေါင်းပါးမှုကြောင့် ဆရာမစုံတော့ စိတ်ဓာတ်ကျ၊ လူကို Exam ဖြေခါနီးမှာ စိတ်တစ်မျိုးကြီးပဲ ။ ကျတော့မယ်လို့ စိတ်ထဲ တွေးပြီးနောက်ပိုင်း ကျွန်တော် တစ်ယောက်တည်းနေတယ် ။ တစ်နေ့လုံးနေလို့ စကားတစ်လုံး မပြောမိတာတွေ ရှိခဲ့တယ် ။ စိတ်ထဲမှာလည်း ဘာမှ မလုပ်ချင်ဘူး ။ အဲဒီ ဆယ်တန်း ပထမနှစ် အစဦးပိုင်းက ဆရာ စုံစုံလင်လင်နဲ့မို့ စာသိပ်ကြည့်ပေမယ့် နှစ်လကျော်ကျော်လောက်မှာ Transfer လုပ်တဲ့ဆရာက လုပ်၊ သင်တန်းတက်တဲ့ ဆရာက သင်တန်းတက်၊ ဆရာအစားထိုး မလာနဲ့၊ အို… စိတ်ညစ်စရာပါပဲ ။ ကျွန်တော် ကိုယ် ကျွန်တော် သတိမထားမိပါဘူး ။ အိမ်ကတော့ ကျွန်တော် စိတ်ညစ်နေကြောင်းသိတော့ အားပေးကြတယ်၊ စာမေးပွဲအောင်မှာပါလို့ ။ ဒါပေမယ့်ဆရာရေ၊ အောင်စာရင်းထွက်တော့ သိပ်စိတ် မညစ်ပြန်ဘူး ။ ကျမယ်လည်း ထင်ထားလို့ ။ ဆယ်တန်း **2nd Yr.** မှာတော့ ဆရာရော ကျွန်တော် လူသူနဲ့ အဆက်အသွယ် ပြန်ယူတယ် ။ အဲဒီနှစ်မှာ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

စာအား မကြိုးစားဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ကို သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ စိတ်ရှင်အောင် အားပေးတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒုတိယနှစ်မှာပဲ ကျွန်တော် သိပ်အတွေးလွန်ရတဲ့ ရက်တွေ ရှိလာပြန်ရော။ အဲဒါက ကျွန်တော်တို့ ကျူရှင် တက်တော့ ကျောင်းသား တစ်ယောက်က ကျွန်တော်တို့နဲ့ အမြဲ တက်တဲ့ ကျောင်းသူလေး တစ်ဦးကို သူကြိုက်လို့ ကျွန်တော့်ကို ကူညီပေးတာတဲ့။ ကျူရှင်တက်တာ ကျွန်တော်နဲ့ မိန်းကလေး ငါးယောက် အပြိုင် တက်တယ်လေ။ Bio Tution ပေါ့။ အဲဒီ မိန်းကလေးကိုလည်း ကျွန်တော်က ချဉ်ချဉ်ရယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီညကတည်းက ကျွန်တော့် အိမ်ထောင်ဖက်အဖြစ် ရည်ရွယ်ထားတာက တခြား မိန်းကလေး တစ်ယောက်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်က မသေချာ မရေရာ။ စိတ်က ဒွိဟ၊ ဘယ်သူ့ ကြိုက်ရမှန်း မသိချင်။

ကျောင်းသားက အဲဒီလို ပြောတော့ ကျွန်တော် တွေးရပြန်တယ်။ စာမကြည့်ချင်လောက်အောင် တွေးရတယ်။ အဲဒါက Exam ဖြေခါနီးမှာ ဆရာရေ. . . ၊ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော် အောင်တယ်။ ကျောင်းသားကလည်း ကောင်မလေး မပြောဖြစ်ပါဘူး။ သူက မပြောသင့်ဘူးလို့ ထင်လို့ မပြောတော့ဘူးတဲ့။ အဲဒါက ဒုတိယအကြိမ် မြောက် အကြီးအကျယ်စိတ်ရှုပ်ထွေးမှု။ ဘာကြောင့်ဆိုငါ လုပ်ပေးသင့် မပေးသင့်ဆိုတဲ့ အတွေး မကြာခဏ တွေးနေရတာကိုး။

တတိယ စိတ်ရှုပ်ထွေးမှုက လိင်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ဆယ်တန်းအောင်ပြီးခါမှ ကျွန်တော်က မကြုံချင်ပါဘူးဆိုမှ ကျွန်တော့် အချစ်ဆုံး သူငယ်ချင်းက First Year တုန်းက လိင်တူချင်း တစ်ဖက်

သတ်ပြုကျင့်လို့ပဲ။ အဲဒီတုန်းက အရက်တွေ ကျွန်တော်မူးနေပြီး ကျွန်တော် တွေးရတယ်။ စိတ်ညစ်ရတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ မျက်ရည်လည် လာတယ်။ ခါတိုင်း ဘယ်သူ့နဲ့ ကြုံပါစေ ဒီလောက် စိတ်မညစ်ရပေမယ့် ကျွန်တော် သိပ်ရှက်တယ်။

အဲဒီက တတိယ အကြိမ်မြောက် စိတ်ညစ်တာ လောက် စိတ်ညစ်တာဟာ မရှိခဲ့ဘူး ထင်ပါတယ်။ သူ့ကို မုန်းချင်ပေမယ့် အမြဲတမ်းပဲ မျက်စိထဲ မြင်နေတယ်။ ဘယ်လောက်ထိ စိတ်ရှုပ် ထွေးရသလဲဆိုရင် သူက ဒုတိယနှစ်ရောက်ရင် မန်းကို ပြောင်းမယ် ဆိုလို့ ကျွန်တော်က အဲဒီကတည်းက မခွဲနိုင် မခွာရက် ဒီလောက်ထိ တွယ်တာတာပါ ဆရာ။ အဲဒီလောက်ထိ မတွယ်တာကောင်းမှန်းလည်း သိပါတယ်။ ဒီတော့ ကြိုတင် ဆွေးနွေးရတာပေါ့။ နောက်ဆုံးတော့ ဒီလောက်ခင့်တဲ့ ရလဒ်က ဒုတိယနှစ် စာမေးပွဲဖြေပြီးတဲ့ နောက်ဆုံး ညမှာ ပြုမူသွားတာက ခုထိ အခဲမကျေပါ။ အခဲမကျေဆိုတာ မျက်နှာ ချင်း မဆိုင်ချင်တာ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရွံတယ်။ သူ့ကိုမြင်တိုင်း သေသေ ချာချာ တွေးလေ ရွံ လေရှက်လေ စိတ်ဓာတ်ကျလေ။ အို အခု တတိယ နှစ်မှာ အတူတူပဲ စာသင်ကြပေမယ့် မမြင်ချင်တော့လို့ ရှောင်မိပါ တယ်။

ကျွန်တော့် ပြုမူပုံဟာ မိန်းကလေး တစ်ယောက်က ယောကျ်ားလေး တစ်ယောက်ကို ရွံမုန်းတဲ့ အပြုအမူပဲလို့ ဆရာထင်ချင် ထင်မယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်စိတ်ဟာ သာမာန်ယောကျ်ားလိုပဲ ခု အချိန်မှာ ရှိနေပြီလို့ ထင်ပါတယ်။ (မသေချာပါ။) မိန်းမလျှာလို့တော့

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အပြင်ပန်းအားဖြင့် မနေမပြု မကျင့်ပါဘူး။ အဲဒီတုန်းက ပြုမူပုံကို စိတ်ကုန်းခမ်းနေပါရစေ ဆရာ။ လိုင်နဲ့ပတ်သက်ပြီးပေါ့။

အချစ်ရေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး တိုတိုပဲရေးပါမယ်။ ရေးချင်တာများနေတယ်ဆရာ။ ၁၀ တန်းမှာ အထက်က ရေးခဲ့တဲ့အတိုင်း အဲဒီလိုမိန်းမတွေနဲ့ ကြုံခဲ့ပြီး ကောလိပ်မှာတော့ ပထမနှစ် ရောက်လာတဲ့အခါ အဲဒီကျူရှင်မှာ ကျွန်တော် အနည်းငယ် ကြိုက်ခဲ့တယ်ဆိုတဲ့ အမျိုး သမီးနာမည်က ကြိုင်တဲ့။ တစ်နှစ်တည်း ကောလိပ်ရောက်လာတယ်။ သူက ၁၀ တန်းတုန်းက သူ့အဒေါ် သူ့ဦးလေးဆီမှာ ကျောင်းသွားနေတယ်လေ။ ဒီတော့ သူနဲ့ အဆင်ပြေဖို့ ဖန်လာပြန်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ရောက်စမှာတော့ သူ့မှာ ရည်းစား ရှိနေပြီ။ ကျွန်တော် သိပ်တော့ ဝမ်းမနည်းမိခဲ့ဘူး။ ကျွန်တော် ရည်ရွယ်ခဲ့တဲ့ အမျိုးသမီးက ၁၀ တန်းကို ကျွန်တော်နဲ့အတူ အောင်ခဲ့တယ်လေ။ ခု သမရုံးမှာ စာရေးမ ဖြစ်နေတယ်။ ကျွန်တော်က သူ့ကိုရည်ရွယ်နေတာလည်း သူအသိသားပဲဗျာ။

အဲဒီ ကြိုင်ရဲ့ အမျိုးသားက ၁၀ တန်းမအောင်သေးတဲ့အပြင် ၁၀ တန်းကျွန်တော်တို့နဲ့ အတူနေခဲ့တုန်းက ကျွန်တော် ကြိုင့်ကို ကြနေကြောင်းလည်း သိထားတော့ ကျွန်တော့်ကို စိတ်မချ။ ဒါပေမယ့် ဆရာရေ... ကျွန်တော် လိပ်စာနဲ့ပို့ရင် သူမဆီ တိုက်ရိုက်ရောက်တာ သိနေတော့ လိပ်စာနဲ့ အလိုလိုနေရင်း Joiner သဘောမျိုးဖြစ်နေရပြန်တယ်။ ရှင်းရှင်း ရေးရရင် ကြိုင့်ကို သိပ်လည်း မစွဲလမ်းခဲ့ပါဘူး။ ဘဝချင်းပေါင်းစပ်ဖို့လည်း ရမယ်မထင်ဘူးလေ။ သမရုံးက

အမျိုးသမီးက အေးအေးတဲ့။ သူလည်း ရှိနေပြီးသားကိုး။ (တစ်ဖက်သတ်။) အေးအေးက ကျွန်တော်နဲ့ ကြိုင်ကို အထင်လွဲချင်နေတယ်လေ။ လွဲမှာပေါ့။ အရင်တုန်းက ကျွန်တော်က ကြိုင့်အိမ်ကို ခဏခဏသွားလည်လေ့ ရှိတာကိုး။ အဲဒီ အကြောင်းလည်း ကျောင်းပိတ်လို့ အေးအေးနဲ့ တွေ့ရင် သဘောရိုးနဲ့ ပြောခဲ့တာကိုး။

ကျွန်တော်ဟာ ဒုတိယနှစ်ရောက်တော့ "အရှုပ်" ဆုံး လူတစ်ယောက်ဖြစ်လာပါတယ်။ ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းကိုစွဲလမ်းတဲ့စိတ်နဲ့ သူပြောင်းရာကိုပြောင်းလာခဲ့ရပေမယ့် အဆောင်မရ၊ မမတို့အိမ် နေဖို့ရန်ကလည်း ပွဲရုံဆိုတော့ လူတွေ များလွန်းတယ်။ နောက် အဲဒီလို အဆင်မပြေမှုတွေကြောင့် ပြန်ပြောင်းပြေးရပြန်တယ်။

"မရှုပ်လား"

အဲဒီမှာ တစ်လနီးပါး ကျောင်းတက်ခဲ့သေးတယ်။ ကြိုင်လည်း ကျွန်တော်တို့ ပထမနှစ် Mid term လောက် ကတည်းက အရပ်ပြန်တယ်။ ၁၀ တန်း သူဖြေတဲ့ရက်မှာ သူ့အဖေ ဆုံးကြောင်း သူ့အမေက ကျွန်တော့်ဆီ သိုသိုသိပ်သိပ် စာရေးလိုက်တယ်။ စာမေးပွဲပြီးမှ အသိပေးဖို့ အကြောင်း၊ စာမေးပွဲ ဖြေပြီး သူပြန်သွားတယ်။ သူ့အဖေက စာတိုက်မှူး၊ နောက်တော့ သူတို့ မိသားစုလည်း ဇာတိကို ပြန်သွားကြတယ်။ ကျွန်တော် ပြန်တော့ သူတို့ မရှိတော့ဘူး။ အမေက ခပ်ပျင်းပျင်း၊ ကလေးတွေက တစ်ပုံကြီးနဲ့။ အေးအေးကတော့ ကြိုင်နဲ့ ထင်နေတော့မှာပဲ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်က မဟုတ်ကြောင်း ရေးရမှာ ခက်သားလား ဆရာ။ အေးအေးကို ပြီးမှ ပြောမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားတာ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ကိုး ။ သူ့ကိုဘွဲ့ရပြီးမှ မိန်းမယူဖို့ စိတ်ကူးမယ်လို့ တစ်ခွန်းတစ်စ ပြောထားတယ် ။ ဒါနဲ့ အခိုပ္ပာယ်အကောက် လွဲသလားမသိပါဘူးဗျာ ။

ဒါပေမယ့် သူငယ်ချင်း တစ်ယောက်က မင်းတော့ အေးအေး ဆီစာရေးသင့်ပြီ ။ သူ့အိမ်က အမျိုးသား ကပ်လျှက်ရှိနေတယ်လို့ ရေးတာကိုး ။ ဒီလိုနဲ့ ဒုတိယနှစ် ရောက်လာတယ် ။ ကျွန်တော်ကလည်း သူငယ်ချင်းရဲ့ စာအရ ချစ်ရေးဆိုတော့မယ်လို့ အကြီးအကျယ် ကြံရွယ်ထားလိုက်ပြီလေ ။ အဲဒီ အမျိုးသားက အေးအေးကို လိုက်နေတာ ၁၀ တန်းကတည်းကပဲ ။ အမျိုးသမီးက မင်းကို စောင့်နေတာပဲတဲ့ ။ ဟုတ်ပါတယ် ။ ကျွန်တော်လည်း သိပါတယ် ။ အေးအေးဟာ နယ်က ဆိုတော့ ပညာသင်တာ ၈ တန်းကတည်းက အဲဒီငနဲနဲ့ (သူတို့ရွာက) အတူ စပ်တူအိမ်ငှားကြတယ် ။ ငနဲနဲ့ တွေ့ရောပေါ့ ။ တိုတိုဆိုရရင် အေးအေးက ကျွန်တော့်ကို စိတ်နာတဲ့အပြင် နောက်တော့လည်း သူတို့ချင်း အိုးချင်းထားအိုးချင်းထိ ဆိုတာကို ကျွန်တော် သိရတော့တယ်လေ ။

3-11-73 ။ ။ ကျွန်တော်ကလည်း ကိုယ့်ကိုကြိုက်ရင် ဘယ်နှစ်နှစ် စောင့်ရ စောင့်ရ စောင်ရပါ့စေလို့ အရင်က သဘောထားခဲ့တာကိုး ။ ဒါပေမယ့် သူငယ်ချင်းရဲ့ စာအရ စိုးရိမ်မိတယ် ။ ကျွန်တော်ကလည်း သူ့ဆီစာရေးတိုင်း အပိုအချွဲ ဘာမှမပါ ။ ကဗျာ မဆန် ။ သတိရကြောင်းပဲ နည်းနည်းပါးပါး ရေးတယ် ။ ကျောင်းပိတ်လို့ သွားမှ သူနဲ့ တွေ့ရင်တောင် ရိုးရိုးတန်းတန်း ဆက်ဆံတယ် ။ ဘာကြောင့်ဆို ကျွန်တော်က သူမကို တန်ဖိုးထားတယ်၊ သူမက အေးတယ် ။ ပညာ

လည်း တော်တယ်၊ သိက္ခာလည်း ရှိတယ် ။ နောက်ခုပေါ့၊ သူက ပြောတာ ကျွန်တော့်ကို စိတ်နာမိသလို ဖြစ်တာနဲ့ အချစ်ကို လက်ခံလိုက်သတဲ့ ။ ကျွန်တော်လည်း မောကျောဖြစ်စရာပေါ့ ။ ဒါပေမယ့် ဆရာရေ ကျွန်တော်ကလည်း အရှုပ်သား ။ First term ကုန်ခါနီးမှာ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့မှာပေါ့ ။ စစ်ဗိုလ်သမီး တစ်ယောက်နဲ့ မရှောင်သာတဲ့ လမ်းမြှောင်ကြား မယ်နှင့်မောင်ညား သဘောမျိုး ဖြစ်သွားတယ် ။ ဘာကြောင့်ဆိုတဲ့ အကျယ်တော့ မရှင်းတော့ဘူး ။ သူမရဲ့ညွှတ်ကွင်း သက်ဆင်းရတာပဲပေါ့ ။ ကျွန်တော့်အပြစ်ပဲပေါ့လေ၊ ရှောင်တိမ်းသင့်တာပေါ့၊ သူမတို့အိမ်ကို အလည် ခဏခဏ စနေနေ့တိုင်းလိုပဲ ရောက်ပါတယ်၊ ကောင်မလေးက ကြည်တယ်လေ၊ အရမ်းပဲ အခွင့်အရေး ပေးတယ်၊ ဒီကအလိုက်သင့်နေတယ်၊ မခက်လား ။

နောက် တန်ဆောင်မုန်းလမှာတော့ဗျာ သူက အခွင့်အရေးသိပ်ပေးပြီး အဲဒီညမှာပဲ နှစ်ယောက်တည်းနေတုန်း ချစ်မိကြောင်း ပြောခဲ့မိတယ် ။ အေးအေးကတော့ ကျွန်တော်ကြိုင်နဲ့ မကြိုက်တာလည်း မသိဘူး ။ ကျွန်တော့်မှာ ရလဒ်ကတော့ စစ်ဗိုလ်သမီးပါပဲ ။ ကောင်မလေးက ရှစ်တန်း ဖြေခါနီး ပေါ်ပြူလာ ဖြစ်ချင်တယ် ။ ယောကျ်ားလေး အပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ ရှုတ်ရှုတ် ရက်ရက် နေချင်တယ် ။ ဒါကြောင့် Mid term အပြီးမှာ ဖြတ်ခဲ့တယ် ။ ဒီပြင် အဆင်မပြေမှု အသေးအမွှားတွေ အများကြီးလည်း ပါပါတယ် ။ လိုင်နဲ့မဆိုင်ပါ ။ သူ့မိဘတို့နှင့်သာ ဆိုင်ပါသည် ။ ဒါပေမယ့် တစ်စက်ကလေးမှ ဝမ်းမနည်းခဲ့ ။ အဲ.... အေးအေးကို လက်လွှတ်ရတာတော့ ဝမ်းနည်းမိ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တာပေါ့။ ဒါပေမယ့် စိတ်ထဲ သိပ်မထိခိုက်လှတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အံ့သြမိတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ စိတ်ထိခိုက်မိရင် သူများနဲ့မတူဘူး။ စိတ်ဓာတ်ကျလွယ်ချင်တယ်။ ဒါပေမယ့်လေ သူက ကိုယ့်အချစ်နဲ့ မထိုက်တန်လို့ပဲလို့ ယူဆလိုက်တယ်။

အဲ- နောက်ဆုံးမှာတော့ အကြီးအကျယ် နှလုံးသားကိစ္စတွေနဲ့ ကြုံရတော့တာပါပဲ၊ Mid term တုန်းက ကျွန်တော် ဂီတဝါသနာပါသူ (သီချင်းဆို) ပီပီ ဂီတဝါသနာပါတဲ့ လက်ထောက်ကထိကတစ်ယောက်နဲ့ ခင်တယ်။ အဲဒီတုန်းက Midterm မကုန်ခင် ကျွန်တော့်မှာ စစ်ဗိုလ်သမီး အမျိုးသမီး ရှိနေတယ်။ ဒီတော့ အဲဒီဆရာမနဲ့ ရိုးရိုးသားသားပဲ။ ဒါနဲ့ ဗိုင်နယ် ရောက်လာပြန်ရော။

ဒီနောက်မှာတော့ ဆရာမကြီးနဲ့ ဝေးအောင်ဆိုပြီး နေကြတုန်း အေးအေး ရောက်လာတာကြုံတာနဲ့ ကျွန်တော်လက်မှတ်ထိုးဖို့ အတင်းတိုက်တွန်းပြီး ချစ်ရေးဆိုတာပဲ ဆရာ။ ဒါပေမယ့် အရင်ကလောက် မချစ်တော့ဘူးထင်ပါရဲ့။

ဆရာမကြီးနဲ့ အဲဒီလိုမပြတ်ခင် စိတ်ပင်ပန်းရတာတွေ၊ လူပင်ပန်းရတာတွေ မရေးတော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် တိုတိုရေးရရင် အေးအေးနဲ့ ကြိုက်မိသွားတယ် ဆိုပါတော့၊ လက်မှတ်ကိုတော့ မထိုးဖြစ်လိုက်ဘူး။ အဲ အချစ်ရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြောချင်တယ်။ ကျွန်တော်ဟာ ဒီဘက်မှာ မညံ့လှဘူး ဆရာရဲ့။ (ကိုယ်ရည်သွေးတယ်လို့ ပဲ ဆိုချင်ဆိုပါဆရာ။) ကျွန်တော်ဟာ အဲဒီလို စိတ္တဇဆန်ဆန် အပေါင်းအသင်းမဲ့

တာတို့၊ စိတ်ခံရောတွေးခြင်းတို့၊ အတန်းထဲ စာသင်တုန်း စိတ်ပျံ့လွင့်တာတို့၊ လိင်ဘက်ဆိုင်ရာမှာ မှားယွင်းစွာ အသုံးပြုခြင်းတို့ကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အမုန်းဆုံး အပြစ်တင်မိဆုံး။ နောင်တ မကြာမကြာ ရခဲ့ခြင်းတို့ ပြေပျောက်အောင် ရည်းစားထားလိုက်တဲ့ သဘောပါပဲ။

စစ်ဗိုလ်သမီး ကောင်မလေးနဲ့ ဖြစ်သွားတော့ သိသာတာက လိင်တူစုံမက်မှုဟာ သိသာနိုင်အောင်ပဲ ပျောက်ကင်းလာတယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ခုထိ ယောက်ျားပီသစွာ သိပ်ချောတဲ့လူကိုတွေ့ရင် အားကျမိတုန်းပါပဲ။ (ဘာလို့လည်း ရေရေရာရာ မသိ။) မိန်းမတွေနဲ့ ဆယ်တန်း ဖြေပြီးစမှာ ပထမဆုံးအကြိမ် စတွေ့တာပါပဲ။ သူ့နာမည်က "နု"တဲ့၊ ချစ်တာရယ်လို့ မဟုတ်ပါဘူးဗျာ။ ဒီလိုပဲ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ လည်ရင်း ပတ်ရင်း သင်္ဘောခရီး စီးခဲ့ကြရာမှာ သူနဲ့ သင်္ဘောပေါ်မှာတွေ့၊ တစ်ရပ်တည်းသားချင်းဆိုတော့ ရင်းနှီးလာပြီး ညအိပ်ရာမှာ သူနဲ့ အိပ်ခွင့်ရတယ်ဆရာ။ အဲဒါ ပထမဦးဆုံး ကျွန်တော်နဲ့ ပတ်သက်မှုရှိတဲ့ မိန်းကလေးပဲ။

နုနဲ့ သင်္ဘောပေါ်မှာ အိပ်ခဲ့တာကို သေသေချာချာ ရေးရဦးမယ်၊ ဒါလည်း အကြောင်းတစ်ချက်ပဲဆရာ။ အဲဒီလို အိပ်ရာမှ ကျွန်တော်က သူ့ကို နမ်းတာကို [illegible]မှ ပြန်မပြောပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သင်္ဘော အစောင့်တွေကြောင့် မအိပ်ဖြစ်ဘူး။ ဒီမှာလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို အယုံအကြည် မရှိချင်ဘူး။

နောက် ပထမနှစ် သင်တန်းတက်ရတော့ နုက မြို့မှာ ကျန်ခဲ့တယ်၊ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ အိမ်ပြန်တော့ သူက ငြင်း

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တယ်၊ ကျွန်တော်က အလျှော့ပေးလိုက်ရတော့ သူနဲ့ တစ်ခါချိန်းတွေ့တယ်။ ဒီအချိန်မှာ အရင်ကလို ကြပြန်တော့တယ်။ ဒီတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိုပြီး စိတ်ပျက်အားလျော့မိတယ်။ (မိန်းမတွေနဲ့ အိပ်မရအောင် ဖြစ်နေပြီလား့လို့ ။)

နကတော့ ခပ်ပျက်ပျက် ဖြစ်ချင်နေတာပါ။ ဆယ်တန်း ဖြေပြီးတော့ အောင်စာရင်း ထွက်ပြီးလို့ အောင်ကြောင်းသိပြီး မြို့ကို သဘော်နဲ့ အပြန်မှာတွေ့တော့ အမျိုးသမီး ကြည့်ရတာ "ငါ့ဘက် ခပ်ပါပါပဲ။ ငါကောလိပ်မရောက်ခင် ကြုံဖူးအောင်ဆိုပြီး ကြံခါမှ" ရည်ရွယ်ချက် အထမြောက်ခဲ့တော့ သံသယ ဝင်လာတာပါပဲ။

နောက် မိန်းကလေးတွေနဲ့ တွေ့ရင် ကျွန်တော် ယောကျ်ားပီပီသသ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလားဆရာ။ ကျွန်တော်ရေးတာ ရှန့်ရင်းကြမ်းတမ်းတဲ့ စာလုံးတွေပါရင် အများကြီး ခွင့်လွှတ်ပါ။ ဆရာမနဲ့ ပတ်သက်ပြီးဖြစ်ခဲ့တာတွေ အကျယ်ချဲ့ ရေးချင်ပေမယ့် မရေးတော့ပါဘူး။ အချစ်ရေးတော့ ဒါပါပဲ ဆရာ။

ကျွန်တော်ဟာ သီချင်းမပြတ် ဆိုလေ့ရှိပါတယ်။ မိန်းမအဆိုတော်တွေ ဆိုတဲ့ သီချင်းကို ပိုကြိုက်တော့ မိန်းမသီချင်း များများဆိုတယ်။ အထူးသဖြင့် ခေတ်ဟောင်း သီချင်းတွေကို ဆိုလေ့ရှိပါတယ်။ ဖြစ်လည်းဖြစ်တယ်။ ဌာန်ကရိုဏ်းကျလည်း ဆိုတယ်။ စိတ်ပါဝင်စားစွာ ဆိုလေ့ရှိပါတယ်။ ယောကျ်ားသီချင်းဆိုရင် ယောကျ်ားသံနဲ့ ဆိုလေ့ရှိပြီး၊ မိန်းမသီချင်းတွေဆို (ဥပမာ မာမာအေး)

သူတို့အလိုက် သူတို့အသံကို တုပြီး ဆိုလေ့ရှိပါတယ်။

အိပ်ရေးပျက်တာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ရေးရရင် ၁၀ တန်း ပထမနှစ် အိပ်ရေး အလွန်ပျက်ပါတယ်။ ခပ်ကြောင်ကြောင်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ခုကောလိပ်ရောက်ပြီး အိပ်ရေးပျက်တာ နည်းပါတယ်။ ခုအပိုင်းမှာလည်း အိပ်ရေးမပျက်သလောက်ပါပဲ။

ဒါပေမယ့် ခု ၅ ရက် ၆ ရက်မှာတော့ အိမ်က အေးအေးနဲ့ ကျွန်တော့်အကြောင်း သိတော့ အိမ်က ငွေ မထောက်တော့ဘူးတဲ့။ သဘောမတူဘူးတဲ့၊ လက္ကနံပြီး ၅ ရက်ကြာမှ ငွေရောက်လာတယ်။ ကျွန်တော်က တကယ် မပို့တော့ဘူးလားလို့ စိတ်ပူပြီး အိမ်လိုက်ရကောင်းမလား၊ စာပဲရေးရကောင်းမလားနဲ့၊ အဲဒီရက်တွေမှာ အိပ်ရာထဲရောက်ပြီး တစ်နာရီလောက် ကြာမှပဲ အိပ်တော့တယ်။ ဒါပေမယ့် မနက်စောစော မထပါဘူးလေ။ ခါတိုင်း ခြောက်နာရီခွဲ ထုပေမယ့် ခု ၈ နာရီလောက်မှ ထတယ်။ ခါတိုင်း ၁၂ နာရီမှာ အိပ်ပေမယ့် ည ၁၀ နာရီမှာ အိပ်ရာထဲဝင်တယ်။

ကျွန်တော် အဆိုးရွဲ့ ဆုံးကတော့ လူအများက ကျွန်တော့်ကို မိန်းမလျာလို့ ထင်မှာစိုးပါတယ်။ များသောအားဖြင့် မထင်တတ်ကြပါဘူး။ (အတွင်းသိတွေသာ သိကြမှာ) မထင်အောင်လည်း နေတယ်။ ထင်မှာလည်း စိုးနေပြန်ပါတယ်။ ဒါတောင် မြို့က မိန်းမလျာ တစ်ယောက် ကျွန်တော့်ဆီ လာလည်ရင်း တစ်ညအိပ်တာ ကျွန်တော် ပင်ပန်းလိုက်ရသေးတယ်။ အဲဒီတုန်းက အခန်းပါတနာမရှိဘူး။ ရှာပြန်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သွားတယ်လေ။ ဒါကို ဘေးအခန်းက လူတွေ သိတယ်လို့ ထင်တယ်။ (တကယ်လည်း သိမှာပါ။) သူတို့ ဘယ်လိုထင်မလဲ မသိဘူး။

ကျွန်တော် မိန်းမလျှာနဲ့ ဆက်ဆံဘူးတာ နှစ်ညရှိပြီ။ အခုပြောတဲ့ တစ်ညရယ်၊ ရတနာ့ဂူပွဲမှာတုန်းက တစ်ညရယ်။

မကောင်းမှန်းတော့ သိတယ်၊ ရတနာ့ဂူတုန်းက စားချင် သောက်ချင်တာနဲ့ သူတို့ အလိုကို လိုက်ခဲ့ရတယ်။ နောင် မလုပ် တော့ပါဘူးဆရာ။

တစ်ကိုယ်ရေဖြေဖျော်တာလည်း ငါးရက်တစ်ကြိမ် လောက်ဖြစ်နေတယ်။ အရင်က ပိုဆိုးတယ်၊ ဒီလိုလုပ်ပြီးရင် စိတ်ဓာတ် သိပ်ကျလွန်းလို့ မလုပ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားနေရတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့် လိင်အင်္ဂါမှာ မှဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကာမဆန္ဒ အားကြီးသလား မသိဘူး။

ဒီစိတ်ဟာ ကျွန်တော့်ကို သိပ်နှိပ်စက်ပါတယ်။ အရင်တုန်းကပေါ့လေ၊ လိင်တူချင်း ဆက်ဆံတုန်းက အပြန်အလှန် ဖြစ်စေ၊ မဖြစ်စေပေါ့၊ ဖြစ်ပြီးရင် လူကို စိတ်ဓာတ်ကျနေတယ်။ တဏှာ ကြီးလှချည်လားလို့။

ကိုယ်က တစ်ခုခုများ ဖြစ်လိုက်ရင် စိတ်ဓာတ်ကျ ဆင်းသွားတော့တာပဲ။ ပျော်စရာမရှိ၊ အဖော်မဲ့၊ ဘာမှမလုပ်ချင်၊ မကိုင် ချင်၊ ဘာမှ စိတ်မဝင်စား၊ တစ်ခါတစ်လေ လောကကြီးမှာ မျှော်လင့် လျက် မရှိဘူးဆိုပြီး အိပ်ဆေး များများသာ သောက်လိုက်ချင်တော့တာ

ပဲ။

ဆရာ့ကို မိကျောင်းမင်း ရေကူးပြတယ်လို့ ထင် နေသလား။ Librium သုံးသင့်ပြီလို့ ထင်နေတယ်။ ဆရာ့ အပေါ် ဆရာလုပ်မိတဲ့ သဘောမျိုးတွေပါရင် ခွင့်လွှတ်ဖို့ ကြိုတောင်းပန်ထား ပါတယ် ဆရာ။

စိတ်ဆိုင်ရာ စာအုပ်တွေကိုဖတ်လေ့ရှိတယ်။ စိတ် အကြောင်း ပိုသိချင်နေတယ်။ စိတ်ရဲ့ ဆန်းကျယ်ပုံတွေ သိရတော့ စိတ်ကို နိုင်ချင်တယ် ဆရာ။ ဒါပေမယ့် စာအုပ်တွေကို ကြည့်လိုက်လို့ စိတ်ဓာတ်ကျစရာဖတ်မိရင်ကျလိုက်တော့တာပဲ။ တက်စရာရှိရင်သာ မတက်ဘဲ ရှိရမယ်။

ပွဲလမ်းသဘင်တွေ ဆိုရင်လည်း မတက်ချင် မသွား ချင်ဘူး။ (ဥပမာ Welcome Fair Well) လူတော မတိုးချင်ဘူးပေါ့။ အတွေးပေါင်းစုံ ဝင်တယ်။ ထူးထူး ဆန်းဆန်း မဖြစ်နိုင်တာတွေလည်း ပါတယ်။ ကောင်းတဲ့အတွေးအခေါ် မရှိတတ်ဘူး။ စိတ်ဓာတ် ထုံထိုင်း နေတတ်တယ်။ ခုတော့ စိတ်ကို ထိန်းထားလို့ မဆိုးသေးပါဘူး။ ဒါကြောင့် ခုတလော အပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ ရောရောနှောနှော နေပေး တယ်။ ဒီနှစ်တော့ အားကစား လှုပ်ရှားမှု မလုပ်တော့ဘူး။ ပထမနှစ် တုန်းကတော့ နည်းနည်းပါးပါး လုပ်တယ်။ ထူးထူး ဆန်းဆန်း မဖြစ် နိုင်တာဆိုလို့ ရေးရဦးမယ်။ ပထမနှစ်တုန်းက ဗိုက်ထဲမှာ သန်ကောင် ရှိတာသိတော့ ဗိုက်ဟာ သန်ကောင်တွေ များနေပြီ၊ ချိုင်ကောင်တွေ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ရော၊ ဒီတော့ အစာဟူသမျှ စားမှာပဲ။ ဝမ်းလည်း မမှန်၊ ချုပ် တစ်လှည့် သွားတစ်လှည့်။ ဒီတော့ဆေးသုံးလည်း သန့်ကောင်တွေကုန်မှာ မဟုတ်ဘူးလို့ တွေးလိုက်မိပြီး နှစ်ရက် သုံးရက်ထိ ကြောက်တာ မပြေဘူး။ ဒုတိယနှစ်ကျတော့ ချောင်းဆိုးတာ။ ခုလည်း မကြာခဏဆိုသလို ဆိုးတာပါပဲလေ။ ချွဲသလိပ် ပါးစပ်ထဲက အမြဲထုတ်ရတယ်။ ချောင်းမပြတ်ချင်ဘူး။ ဒါကြောင့် ကြောက်စိတ်ဝင်ပြီး တီဘီရှိလားလို့ ဓာတ်မှန် ရိုက်တယ်။ မရှိဘူးတဲ့။ ဒါပေမယ့် ဆရာရယ်၊ ချွဲတော့ အမြဲရှိတာပါ။ အမြဲပဲ နှာစေးလေ့ရှိတယ်။ ဆေးစားလည်း ဒါတွေက ဘယ်တော့မှ မပျောက်ဘူး။ ဒီတော့ စိတ်ဓာတ်ကျရတာပေါ့။ စိတ်ဓာတ်ကျတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အမေက သည်းခြေသည် မဟုတ်လား။ ကျွန်တော့် အမေကို သားသမီးတွေ ချစ်လားလို့ မေးရင် (သူက ချစ်ပေမယ့်) မချစ်ဘူးလို့ပဲ ပြောတာတောင် စိတ်ဓာတ်ကျချင်သေးတယ်။

အရေးကြီးတဲ့ အချက် ပြောချင်သေးတယ်။ ကျွန်တော့်အောက် ဆယ်တန်း ကောင်မလေး တစ်နှစ်ကျတယ်။ ဒီနှစ် ဆက်ဖြေမယ်။ ဒုတိယနှစ် မတိုင်ခင်ကတော့ စာတော်တယ်။ ကျွန်တော်က သူစာတော်သာ မြင်ချင်တယ်။ အစ်ကိုကောင်း တစ်ယောက် ပီသစွာ စာကို စိတ်ပါ လက်ပါ ပြသခဲ့တယ်။ ကိုယ့်ထက်သာရမယ်။ R.I.T ရောက်ရမယ်။ MCရောက်ရမယ်ပေါ့။ ဒါပေမယ့်ဆရာရယ်။ ဒုတိယနှစ်ကျတော့ သူက စာမသိလို့ မေးတာတောင် ကျွန်တော့် စိတ်တွေ ဘယ်လိုဖြစ်တယ်မသိဘူး၊ ကိုယ့်ထက်သာမှာကိုစိတ်ထဲက အလိုအလို မနာလိုဝန်တို ဖြစ်လာတယ်။ သူလည်း ကျွန်တော် ဒုတိယနှစ်မှာ ၁၀

တန်း ပထမဦးဆုံး (မနှစ်က) ကျလိုက်တာပဲ။ ကျွန်တော် ဖိဖိစီးစီး စာ မသင်ပြတာတွေလည်း ပါမယ်ပေါ့။ နောက်မှ ယူကျုံးမရဖြစ်ရတယ်။ ငါ့စိတ်တွေ ဘယ်လိုဖြစ်တာပါလိမ့်။ ဒီလို မနာလိုစိတ် အမြဲဝင်နေရင် မခက်ပါလား ဆရာ။

19-11-73 ။ ။ အခု အဲဒီစိတ် လျော့ပါးစ ပြုလာပြီ။ တစ်ခါတစ်ခါတော့လည်း အဲဒီလို မကောင်းစိတ်တွေ ဝင်နေတယ်။ မနာလို ဝန်တိုတဲ့စိတ်ပေါ့။ ကျွန်တော် အရင်တုန်းကဆို ပညာရေးမှာ စိတ်သိပ်ဝင်စားတယ်။ ဒီတော့လည်း သူများတွေကို ပညာ ဖြန့်ဖြူးဖို့ ဆို သိပ်စိတ်ဝင်စားတာကိုး။ ဆယ်တန်း တစ်နှစ်ကျပြီး နောက်နှစ်ကျတော့ အတန်းထဲမှာ၊ ကျွန်တော့်ဘေးမှာ ကောင်မလေးတွေက စာမေးလိုက်ကြဆို ခဏခဏပဲ။

အရင်တုန်းက တစ်ကိုယ်ရေ လိင်ဖြေဖျောက်တာဟာ တော်တော် လွန်တယ် ထင်တယ် ဆရာ။ ဒါကြောင့် သိပ် ဝဝ ဖြိုးဖြိုး မရှိဘဲ ကိုယ်ခန္ဓာ တောင့်တောင့်တင်းတင်း သန့်သန့် မာမာ မရှိခဲ့တာ ထင်ပါရဲ့။ အခု သိပ်မလုပ်တော့ပါဘူး။ အဲဒါလုပ်ရမှာ သိပ်ကြောက်တယ်။ တစ်ခါ တစ်ခါ ဖြစ်လိုက်ရင် သိပ်အားလျော့သွားတာပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတဏှာ သိပ်ကြီးတယ်လို့ ထင်တယ်လေ။ အပြင်ပန်းမှာ မဟုတ်ဘူး။ အတွင်းစိတ်ကနေ ပြောတာပါ။

လူတွေရဲ့ ခင်မင်မှုကို ရယူတယ်၊ မရဘူး။ တော်တော် ဒေါသလည်း ကြီးတယ်။ အတွေးလည်း လွန်တယ်။ တစ်ခုမှ မကောင်းဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မုန်းမိတဲ့စိတ် ခဏခဏ ရှိတယ်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

စိတ်လည်း သိပ်ပူတတ်တယ်။ ဥပမာ စာကြည့်ရ ဟိုဟာတွေး ဒီဟာတွေးနဲ့ ကြောက်စရာတွေပဲပေါ့။ မျက်စိမကောင်းမှာ စိုး၊ အညောင်းမိမှာစိုးနဲ့။ အို– အကုန် စိုးရိမ်နေမိတော့တာပဲ။ စိတ်ကြောင့် ထင်တာပဲ။ ခေါင်းကိုက်တာတို့ ဖြစ်တတ်တယ်။ လူမောစိတ်မော ရတတ်တာ မကြာခဏ၊ အလိုလိုနေရင်း ပင်ပန်းချင်လာတယ်။ ဒါပေမယ့် ဝမ်းနည်းစရာ ဝတ္ထုတို့၊ ရုပ်ရှင်တို့ ကြည့်ရင်တော့ သိပ်ဝမ်းမနည်းတတ်ပါဘူး။ အဲဒီဘက်ကတော့ စိတ်ခိုင်တယ် ထင်တယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်တာတွေဟာ ကိုယ်ခန္ဓာတွင်းက ဟိုမုန်းတတ် မညီမျှမှုကြောင့်များလား ဆရာ။ စိတ်ကြောင့်ပဲလား တကယ်လား မသိပါ။ မျက်စိ သိပ်မကောင်းဘူး ထင်တယ်။ ပြကြည့်ရရင် ကောင်းမလား ဆရာ။

Obessional Phobia ကတော့ အမြဲတမ်း ရှိတယ်။ ငါလုပ်တာ ဟုတ်ပါ့မလား။ သေချာပေါက် လုပ်တာတောင် မစစ်သင့်ဘူးလို့ စိတ်က ထင်ပေမယ့် ပြန်ပြန် စစ်တတ်တယ်။ သံသယ ဝင်လာတယ်။ အရင်တုန်းကပေါ့လေ။ စားပွဲပေါ် စာအုပ် တစ်အုပ်တင်လိုက်ရင် စာအုပ်ကို သေသေချာချာ နေရာရောက်အောင် ထားတယ်၊ မရောက်ဘူးဆင်တယ်။ တိတိ ကျကျ နေရာမှန်ရောက်အောင် လုပ်နေရတာကိုက အလုပ်တစ်ခုပဲ။ ခုတော့ မဟုတ်တော့ဘူး။ ဒီလိုနဲ့ တံမြက်စည်း လှည်းရင်လည်း ခဏခဏ ပြန်လှည်းတတ်တယ်။

ဘဝင်မြင့်တဲ့စိတ် သိပ်မရှိဘူးလို့ ထင်ပါတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပျော့ညံ့တယ် ထင်ရင် ငါဟာ တိုင်းပြည်ရဲ့ ဘာကောင် ညာကောင် စသည်ဖြင့်တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားပေးလေ့

ရှိတတ်ပါတယ်။ အမေကတော့ ခဏခဏ ပြောလေ့ရှိတာဟာ သူဟာ မီးတွင်းမှာ ခေါင်းမလျှော်ခဲ့ရကြောင်း၊ ဒါကြောင့် သူဒီလို ဖြစ်ကြောင်း ခဏခဏ ပြောတယ်လေ။ မီးတွင်းဆိုလို့ ဘယ်သူ့ကို မွေးတုန်းကလည်း မမေးမိဘူး။ ကျွန်တော်လည်း တစ်ခါတစ်လေ (ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်) သူများတွေ ကိုယ့်ကွယ်ရာ စကား ပြောနေကြရင် ကိုယ့်အကြောင်းကို မကောင်းပြောတယ် ထင်တတ်တယ်။ အမေကတော့ ဒီလိုပဲ အထင်တတ်ဆုံးပါပဲ။ အမေက သတိရောထွေးတာတို့၊ စကားပြော မမှန်တာတို့ မရှိပါဘူး၊ စိတ်အားငယ်ခြင်းပဲ ရှိတယ်။ ကျွန်တော်က ဦးနှောက်ကို အသုံးချပြီး စဉ်းစားရလွန်းလို့ အရင်ကလောက်တော့ ကောင်းမယ် မထင်ဘူး ဆရာ။ မေ့နေတတ်တယ်။ စိတ်ကြောင့်လို့တော့ ထင်စရာ မရှိပါဘူး။ ဝမ်းချုပ်လေ့ရှိတယ်။ ချွဲသလိပ် အမြဲတမ်းရှိတော့ သိပ်စိတ်ဓာတ်ကျတာပဲ ဆရာ။ ချောင်းမကြာခဏ ဟန့်ဟန့်နေရတော့ အားကုန်တာပေါ့ ဆရာ။

ကျွန်တော်ဖြစ်နေတဲ့စိတ္တဇကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိပ်ဒုက္ခပေးတာ။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပဲပေါ့။ အရာရာ သံသယဝင်တတ်တော့ ဘာမှ ရဲရဲတင်းတင်း မလုပ်ကိုင်နိုင်ပြန်ဘူးပေါ့။ ဒါပေမယ့် အဲဒီစိတ်ကို တော်တော် ဖြေဖျောက်ခဲ့ပါတယ်။ ဘာလုပ်လုပ် ကံကြမ္မာဟာ ကိုယ့်ဘက်က မရှိဘူးလို့ ထင်တယ်။ အမြဲ ကံမကောင်းသူလို့ ထင်နေမိတယ်။ ဘာလုပ်လုပ် အောင်မြင်မယ်လို့ မထင်တတ်ဘူး။ လူအများနဲ့ ပေါင်းသင်းရာမှာ ခက်ခဲနေတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မထိန်းနိုင်တာပေါ့လေ။ အမှားတွေဟာလည်း ခဏခဏပဲ။ သင်ခန်းစာ မယူတတ်ဘူးလေ။ စိတ်ဓာတ် ပျော့ညံ့တာကိုး။ ခန္ဓာသည်ဆောက်

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

မှုညံ့တာကြောင့် ထင်ပါတယ်။ ယောက်ျား သွင်ပြင် လက္ခဏာ ကောင်းကောင်း မဖွံ့ဖြိုးတာကြောင့်လို့ ထင်နေတယ်။ ဒီပြင် အဆင်အပြင်တွေ ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပိန်တာရယ်။ ကြွက်သားနည်းတာရယ်ပါ။ ဒီပြင် မိန်းမဆန်ဆန် နေထိုင်ပြောဆိုတာ မဟုတ်ပါဘူး ဆရာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ကြံ့လှိုက်တာပါပဲ။

ဘာလုပ်လုပ် စိတ်ဒွိဟ သံသယ ရှိနေတယ်။ လုပ်ချင်တယ် မလုပ်ချင်ဘူးဆိုတဲ့ စိတ်နှစ်ခုက ဘာပဲလုပ်လုပ် ဥပမာ စားရေးရာတွင် လည်းကောင်း၊ သီချင်းဆိုရာတွင် လည်းကောင်း၊ ရေချိုးရာတွင် ဆပ်ပြာတိုက်ခြင်းသော် လည်းကောင်း၊ မကြာခဏတိုက်ပြီး မစင်ကြယ်သေးဘူး ထင်ချင်ထင်နေတာ၊ ဘယ်အကြောင်းအရာ တွေးတွေးလုပ် သင့်တယ် မလုပ်သင့်ဘူး စဉ်းစားနေတာနဲ့ အချိန်ကုန်တာ။ လူလည်း ပင်ပန်းလှပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ခါ တွေးရတာ ဦးနှောက်အရည်ပျော်တော့မယ် အောက်မေ့ရတယ်၊ ဥပမာ လမ်းသွားရင်းတောင် ငါမနေ့က ဘယ်သူ့ကို ဘာကြောင့် ဓ စကားမပြောမိတာပါလိမ့်ဆိုတဲ့ အတွေးမျိုးပေါ့လေ၊ ထပ်ခါတလဲလဲပဲ ထပ်တွေးမိတယ်။ အကြောင်းမဟုတ် အကြောင်းလုပ်ပြီးပေါ့ ဆရာ။

နောက်ပြီး ဘုရားကို ဘာကြောင့် ရှိခိုးတာပါလိမ့်၊ ရှိခိုးသင့်သလား ဘာညာပေါ့၊ လျှောက်စဉ်းစားမိတယ်။ ဒီလို အတွေးခေါင်လွန်းလို့ Class တက်ရာမှာ အများကြီး အနှောင့်အယှက်ဖြစ်တယ်။ ဘာသင်လို့ ဘာသင်မှန်း မသိဘူး။ ပြဿနာတစ်ခု တွေးမိရင် အဆုံးအဖြတ်က အဖြေသိရမှ၊ မသိရလျှင် ခေါင်းပူအောင် စဉ်းစား

တော့တာပဲ။

Obessional State ကြောင့်လို့ ထင်နေတယ်။ မိဘမျိုးရိုး (အမေနှင့် ပတ်သက်၍) ကြောင့် ထင်ပါတယ်ဆရာ။ စိတ်ဆင်းရဲမှုကြောင့်လို့လည်း ထင်ပါတယ်၊ ကျွန်တော်တော့ "ထင်ရမှာ" တောင် ဒွိဟပဲ ဆရာရေ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စဉ်းစားရင်တောင် အရင်က ပုသလိုလို၊ ရုပ်ချောသလိုလို၊ ဆိုးသလိုလို၊ လက်ချောင်းလေးတွေ သွယ်သလိုလို၊ မသွယ်သလိုလို ရှိနေတယ်။ တကယ်လည်း ရှိနေတယ်။

စာရိတ္တမှာ ကြမ်းကြုတ်သလိုလို သနား သလိုလို ဘာတွေမှန်း မသိပါဘူးဗျာ။ အဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မုန်းမိပေမယ့် တစ်ခါတစ်လေလည်း သနားနေတတ်ပြန်ပါတယ်။ စိတ်မှန်ဟန် မတူဘူး။ ဘာစ်ခါတစ်ခါပေါ့လေ။ ကာမနဲ့ဆိုင်တဲ့ မာစတာဗေးရှင်း ဆက်တိုက်ဆက်တိုက် လုပ်မိတယ်။ လုပ်လုပ်ပြီးရင် စိတ်ဓာတ်ကျနေပြန်ရော။ ကာမဘက်မှာ လွန်လွန်းသွားတတ် ပြန်ရော ဆရာ။

25-11-73။ ။ နောက်ပြီး သွေးသားမကောင်းဘူးလို့ ထင်တယ်။ လက်ဖဝါးတွေ ယားယားနေတယ်။ တစ်ခါတလေ လက်ဖဝါးတွေမှာ သွေးမကောင်းသလို၊ အညိုကွက် သေးသေးလေးတွေ ရှိတတ်တယ်။ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်လေ။

ဒါပေမယ့် သွေးအားနည်းချိန်မှာ လက်မှာ သွေးပြာဥချည်းပဲ ရှိနေတယ်။ ကျွန်တော်က ဘာသာ (ဗုဒ္ဓ) တရားလည်း မလိုက်စားဖူးဘူးလေ။ ကိုယ်က သိပ္ပံဘက်လည်း စိတ်က သန်ချင်တယ်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ဘာသာ တရားလည်း ဆွန့်မပစ်ချင်ဘူး။ တစ်ခါတစ်လေ ကိုယ်လုပ်လိုက်တာတွေဟာ ဘာသာရေး အနေအထားအရ မလွတ်တာတွေ ရှိတတ်တယ်။

နောက်ပြီး (စကီဇိုဖရီးနီးယား) ဖြစ်မှာတောင် စိုးရတယ်။ အတွေးအခေါ် လွဲမှားမှုမှာတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုင် တွေးခေါ်တာတွေတော့ မှားယွင်းသလိုလို ရှိတယ်။ အခြားသူများတွေက အကြံပေးတဲ့ဟာမျိုးကြတော့ အကောင်းသား။ နောက် စိတ်လှုပ်ရှားလွယ်ခြင်း၊ စိတ်နှင့် စိတ်ဆန္ဒတို့ကို ထိခိုက်လာခြင်း၊ ယုံကြည်လွယ်ခြင်းတို့ကြောင့် စကီဇိုဖရီးနီးယား ဖြစ်လာမှာစိုးနေတယ်။ ဖောက်ပြန်လာခြင်း အနေနဲ့တော့ အခုတော့ စိတ်သိပ်မရှိပါဘူး။ အမှားတွေတွေ့ မှားစိုးလို့ တစ်ခါတစ်ခါ လူတွေနဲ့ စကားကို မပြောချင်ဘူး။ ဒီအတိုင်းပဲ ငြိမ်နေတတ်တယ်။ မိန်းမလျှာလို့ ထင်မှာစိုးလို့ အပေါင်းအသင်း မလုပ်ချင်ဘူး။ အဲဒါက ၉ တန်းရောက်တုန်းက။

အခုတော့ အများနဲ့ ပေါင်းသင်းနေထိုင်ဖို့ ကြိုးစားနေပါတယ်။ ညတိုင်း ယောင်ရမ်းပြီး လှမ်းလျှောက်တာတွေတော့ မရှိပါဘူး။

ကျွန်တော့်မှာ စိတ္တဇဗီဇဖြစ်တဲ့ တစ်ယောက်တည်း နေလေ့ရှိတယ်။ ယခု အပေါင်းအသင်းနှင့် လည်ပတ်စပြုပါပြီ။ စကားအပြောအဆို နည်းခြင်း၊ အပေါင်းအသင်း မပြုလုပ်ခြင်း၊ ဘယ်မှ သွားမနေခြင်း၊ အပျော်အရွှင် နည်းခြင်း (အဲဒါကတော့ တကယ်မှန်တယ်၊ အမြဲလိုလို စိတ်ညစ်နေတတ်တယ်) စိတ်ထဲရှိသမျှ ဖွင့်မပြောဘဲ

မြုထားလေ့ရှိခြင်း၊ မျက်နှာမှာ အမြဲလိုလို တည်တည်ကြီးနေခြင်း၊ လူများကို မယုံသင်္ကာစိတ် ရှိခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်သေးခြင်း၊ ကြောက်လန့်တတ်ခြင်း၊ အတွေးလွန်ခြင်းတို့ ရှိတယ်။ အဲဒီလက္ခဏာတွေကို ကြိုးစားဖျောက်ရင်တော့ ရမလား ဆရာ။ ဥပမာ မျက်နှာ ပြုံးပြုံးနေခြင်း၊ နှုတ်ချိုအောင် ကြိုးစားပြုပြင်ခြင်း၊ လည်ပတ်ခြင်းတို့ လုပ်ရင်ပေါ့။

စိတ်လည်း များလွန်းနေတယ်ဆရာ။ ဘယ်အလုပ်ပဲ လုပ်လုပ် မှားသွားမလား၊ လူကဲ့ရဲ့ ခံရမှာလား၊ အပြစ်တင်ခံရမှာလားလို့ တွေးတောတာဟာ ဘာမဲ လုပ်လုပ်ပေါ့၊ ရှက်တတ် ကြောက်တတ်တာတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိပ်နှိမ့်ချမိတယ်။ ဒီလောက်တောင် ကြောက်တတ်ရပါ့မလားလို့။

စိတ်ဒွိဟ သံသယသိပ်များတယ်။ ဝါဒီအလုပ်လုပ်ပြီးသား၊ နောက်ထပ် မလုပ်တော့ဘူးလို့ ဝေဖန်ကြည့်တယ်။ တချို့တော့ရရဲ့။ မရတာ ခပ်များများ။ တွယ်ရာမဲ့ အချစ်စိတ် များလာမှာ စိုးလို့ ကျွန်တော် ပြောဘူးတဲ့ အမျိုးသမီးတွေနဲ့ ကြိုက်ကြည့်တာပါပဲ။ ဟုတ်တော့ ဟုတ်တယ်ဆရာ၊ အမျိုးသမီးမရှိတာနဲ့ စာတော့ ရှိတာက တည်ငြိမ်မှုရှိလာတယ်။ လိင်ကိစ္စပိုင်းမှာ ငယ်ငယ်က ၆ တန်းလောက် တုန်းက တခြားလိင်မတူကို စိတ်ဝင်စားရမယ့် အပိုင်းမှာ အပေါင်းအသင်း တစ်ဦးကြောင့် လိင်တူ ဆက်ဆံမှုကို သူကစပြတယ်။ သူက ကျွန်တော့ထက် ကြီးတယ်၊ အဲဒီကစ လိင်နဲ့ပတ်သက်လို့ မဟုတ်မမှန်တဲ့ အယူအဆတွေ ရှိလာရတယ်။ မာစတာဗေးရှင်းကို ၅ နှစ်တန်းမှာ စ

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

ပြုလုပ်တတ်တယ်။

ငယ်ငယ်တုန်းက မိဘတွေဟာ ကျွန်တော့်အပေါ်မှာ ယုယုယယ မရှိဘူး ထင်တယ်။ အမေက ကုန်သည် မဟုတ်လား။ အဖေနဲ့လည်း မျက်နှာချင်းဆိုင်လို့ မရခဲ့ပါဘူး။

ညည အိပ်မက် ခဏခဏ မက်ရတယ်လို့ မရှိခဲ့ပါဘူး။ Introvert ပဲလေ။ ဆေးစာအုပ်တွေ တွေ့တိုင်း ဖတ်တယ်။ မြန်မာဆေးစာအုပ်၊ အနောက်တိုင်း ဆေးစာအုပ်၊ အယူအဆတွေ မတူကြပါဘူး။ ဘယ်ဟာ လိုက်နာရမှန်း မသိဘူး။ ကုထုံးချင်း မတူကြဘူး။ ဘယ်ဟာကို လိုက်ပြီး ကျန်းမာအောင် ကျင့်ကြံရမယ် မသိဘူး။ ဝေခွဲမရဘူးလေ။

ကိုးတန်း ဆယ်တန်း ပထမနှစ်လောက်က ကျွန်တော်ဟာ အိမ်က အဖေနဲ့ စိတ်အခန့်မသင့်ရင် အိမ်က ထွက်သွားလေ့ရှိတယ်။ တစ်ရက်နှစ်ရက်ကြာမှ ပြန်လာတတ်တယ်။ အဲဒါ မကောင်းဘူး မဟုတ်လား ဆရာ။ ဆရာ့ဆီ ဆက်သွယ်မိတာကလည်း ဆရာ့ဆေးစာအုပ်တွေ ဖတ်မိမှ အမြင်မှန် ရလာတာပါပဲ။

ကျွန်တော် ပိန်တယ်လေ။ အမြဲတမ်းပဲ။ သန်ကောင်လည်း ရှိတယ်လို့ ထင်ပါရဲ့။ ခုရက်ပိုင်းအတွင်းမှာ သန်ကျဆေးစားမလို့ပါပဲ။ အတုတွေများလွန်းလို့ အစစ်ကလည်း ဈေးမနည်း။ ကဲ... သန်ချပြီးလည်း ပိန်မှာပါပဲလေ။ ဆရာ ရေးဖူးတဲ့ "စိတ်ကြောင့်ဝလာခြင်း"လို့ ကျွန်တော် ထမင်း ခဏခဏ စားပေးရမလား။ ဝ လာအောင်။

9-12-73။ ။ ခုအိမ်က အေးအေးနဲ့ သဘောမတူဘူးတဲ့။ ခုရေးတဲ့ရက် ၉ ရက်နေ့အထိ ဒီလအတွက် ငွေမရသေးဘူး။ ငွေက တစ်လမှာ ၁၀၀ ကျပ်လောက်သာ ပို့တာ။ အဖေမရှိတော့ မရှိသေကြတော့ဘူး ထင်ပါတယ်ဗျာ။ ဒီဇင်ဘာ ၂၂ ရက်မှာ ဆန္ဒခံယူပွဲအတွက် ကျောင်းပိတ်မယ်။ First term မစစ်ဖြစ်ဘူး။ ဒါပေမယ့် မြို့လည်း ပြန်ချင်စိတ် မရှိပါဘူး။ ရန်ကုန် ဆရာ့ဆီ လာရ ကောင်းမလား စဉ်းစားနေတာ။ အရင် ရန်ကုန်ရောက်တဲ့ အခေါက်တုန်းက အမေပါတယ်။ အမေ့ကို စိတ္တဇပြဖို့ ခေါ်လာတာ။ တည်းတဲ့အိမ်က ဘုန်းကြီးဆေး (မြန်မာဆေး)ပဲ ပေးတော့ ဆေးရုံသွားရမှာ အားနာတာနဲ့ ကျွန်တော်လည်း မပြဖြစ်ပါဘူး။ အဲဒါ မနှစ်က 2nd Yr. Mid term အပိတ်မှာလေ။ ဆရာမကြီး အိမ်တော့ သွားလည်ခဲ့သေးတာပဲ။

ကျွန်တော်ဟာ ခုဆို အမျိုးသမီးတွေနဲ့ ပေါင်းသင်းရခက်နေပါတယ်။ အရင်ကလို မျက်နှာ အမြဲတမ်း ခပ်တည်တည် နေလေ့ရှိသော သူတို့က လေးစားသမှု ရှိချင်သေးတယ်။ ကျွန်တော့်ကိုလည်း အမျိုးသမီးတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ရှုပ်ရှုပ်ပွေပွေလို့ မထင်ကြဘူး။ မိန်းမနဲ့ အပေါင်းအသင်း မရှိတဲ့ ကျွန်တော်ဟာ ခုဆို ပိုဆိုးလာတယ်။ ကျွန်တော်ကလည်း အရေးတော့မစိုက်လှပါဘူး။ ကျွန်တော် ခင်တဲ့ဟာဆို သုံးလေး ယောက်ရှိတယ်။ နု ၊ အေးအေး၊ ကသာက ကောင်မလေး တစ်ယောက်ရယ်၊ တပ်က ကောင်မလေး ဒါပါပဲလေ။ ကျွန်တော်က မိန်းမတွေနဲ့ ခင်လိုက်ရင် သိပ်သံယောဇဉ်ကြီးတာပဲ။ သူတို့ကို

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

အလိုလိုက် လေ့ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် သံယောဇဉ် ရှိရှိသွားတာပဲ။ Major တူ မိန်းကလေးတွေနဲ့ဆို သူစိမ်းတွေ ကျနေတာပဲ။ သူတို့ကလည်း စား သောက်ဆိုင်ဖွင့်ပြီး အဆောင်လိုက် လက်မှတ်ရောင်းတာတောင် ကျွန် တော့ကို ဝယ်ဖို့ လာမရောင်းဖူးဘူး။ ဒါပြင် ပထမနှစ် အချင်းချင်းပေါ့၊ ကျောင်းသားတွေ လက်မှတ်လာရောင်းမခံရတဲ့သူ ခပ်ရှားရှားရယ်။

နုနုကိုလည်း အေးအေးနဲ့ ကျွန်တော် သံယောဇဉ်ရှိ ကြောင်း ခုအပိုင်းမှာ ပြောထားလိုက်တယ်။ ကသာက ကောင်မလေး ဆိုတာကလည်း ဆွေရိပ် မျိုးရိပ် သိပ်မကင်းပါဘူးဗျာ။ ကျွန်တော်က ခင်မင်မှုအနေနဲ့ ညီမလည်း ဦးလေးရဲ့ အဒေါ်ဘက်ကတော့ တော်ပါ တယ်လေ။ ဒီက Dear Sister ဆိုပြီး ခေါင်းစဉ် ထည့်ရေးလေ့ ရှိတယ်။

ကျွန်တော့် ကိုယ်အလေးချိန်ပေါင် ၁၀၀ ဝန်းကျင် မှာ ရှိပါတယ်ဗျာ။ အားရစရာပါပဲ။ ဘာလုပ်လုပ် ဒွိဟာပဲ ဆရာရေ။ ဒါကြောင့် မိန်းမစိတ် ဝင်လိုက် ယောကျ်ားစိတ် ဝင်လိုက်လား မသိ။

ဒီလောက်သာ ရေးရတယ်။ စုံတယ်မထင်သေး ဘူး။ တစ်ခု ကျန်သေးတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ အစ်မလေးနဲ့ အေးအေးက တစ်ရုံးတည်းမှာ စာရေးလုပ်ကြတယ်။ (ဒေါက်တာ အုန်းမောင်)ရဲ့ စိတ်ရောဂါနှင့် စိတ်ရောဂါသည် စာအုပ်ထဲက စာမျက်နှာ ၁၄၇ မှာ ရှိတဲ့ မေးခွန်း ၄၀ အနက် ၂၉ ခုလောက် ရှိတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆန်း စစ်ကြည့်တော့ အဲဒီ အဖြေတွေ ၂၉ ခုရလာတယ်။ အဲဒါ ဘာဖြစ်

လို့လည်း ဆရာ။

14-12-73။ ။ ခုရေးနေတဲ့ ရက်ပိုင်းမှာ ကိုယ့် စိတ်ဓာတ်ကို ဖျော့ညံ့နေပြီ ထင်တယ် ဆရာ။ ဘာကြောင့်ဆို ယောကျ်ား ပီပီသသ ခန့်ခန့် ချောချောဆိုရင် မကြာခဏ ကြည့်နေ ပြီကော။ ဒီစာရေးရတာ စုံပြီလို့ မထင်သေးပေမယ့် တော်လောက်ပြီ ဆရာ။ ရန်ကုန်ကိုလည်း ကြုံရင် ဆင်းလာခဲ့ပါ့မယ်၊ ခုလို ရေးရတာ အစိုင်အခဲကြီး ထမ်းရွက်ထားခဲ့တာ ပေါ့သွားသလို ဖြစ်လို့မို့ ဝမ်းသာ မိပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကို မြာမွေတဲ့သူတဲ့။ ဟုတ်သလား ဆရာ။ ကျွန်တော့် လက်ဂါးတွေ ကြည့်ရင် လက်မအရင်းက အသားစိုင် များလို့ တဏှာရာဂ ကြီးမားတာလား။ ကျွန်တော့် လိင်အင်္ဂါမှာ မှဲ့လည်း ပါတယ်။ စာပြန် လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်နေပါတယ်။

မောင်ခကျေး

မိန်းမလျှာစိတ် ဝင်နေလို့ ဒုက္ခရောက်ရတဲ့ ကော လိပ် ကျောင်းသား တစ်ယောက်အကြောင်း ကျွန်တော် တင်ပြထားပါ တယ်။

ကမ္ဘာပေါ်မှာ မိန်းမလျှာတွေ အများကြီးရှိကြပါ တယ်။ တချို့ကတော့ မိန်းမလျှာစိတ် သိပ်များပြီး ရှောက်သီးဆေးပြား ရောင်း မိန်းမလို ဝတ်စား ဆင်ယင်နဲ့ လုပ်ကြတယ်။ တချို့ကတော့ လည်း စိတ်ထဲကသာ ကျိတ်ပြီး မိန်းမလျှာစိတ် ဖြစ်နေတယ်။ အခွင့် အရေးရရင် ယူတယ်။

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

တချို့ကျတော့ သူ့ကို (မိန်းမလျှာ) ဘဝကို မက်မော တွယ်တာနေတယ်။ တချို့အထက်က ကျွန်တော် တင်ပြထားတဲ့ မောင်ခကျေးလို လူတွေကျတော့ သူတို့ဘဝမှာ မပျော်ပိုက်ဘူး။ စိတ်ဆင်းရဲပြီး စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းနေကြတယ်။

အလွန်သနားစရာကောင်းတဲ့ ဘဝပါပဲ။ ကိုယ်မနှစ်သက်တဲ့ ဘဝကို ရောက်နေတော့ ဘယ်မှာ ပျော်နိုင်ပါမလဲ။

ဒါကြောင့် ဒီလိုစိတ်ဆင်းရဲ ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ သူတွေရှိရင် အကူအညီ ပေးချင်ပါတယ်။ စိတ် မချမ်းမသာ ဖြစ်နေတာတော့ ပျောက်ကင်းအောင် လုပ်ပေးကြရပါမယ်။

စိတ်ကြည်လင်ဆေးတွေ ကျွေးရင် စိတ်ကြည်လင်လာပြီး စိတ်ချမ်းသာ လာပါလိမ့်မယ်။

မိန်းမလျှာစိတ်ကတော့ စိတ်ကဖြစ်နေတဲ့ ဝေဒနာမို့ စိတ်နဲ့ပဲ ကုသရပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ်မလိုလားတဲ့ စိတ်တွေကို ကိုယ့်ကိုယ်ထဲက မောင်းထုတ်ပစ်ပေါ့။

ကြိုးစားရင် ဘုရားတောင် ဖြစ်နိုင်တာပဲ။ မိန်းမလျှာစိတ်ကို ကြိုးစားဖျောက်ရင် ပျောက်ရမှာပေါ့။

ဟော်မုန်းဓာတ်တွေကြောင့် မိန်းမလျှာဖြစ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ မိန်းမ အသိုင်းအဝိုင်းမှာ နေရလို့ မိန်းမလျှာ ဖြစ်တာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ လိင်အင်္ဂါ သေးငယ်လို့ မိန်းမလျှာ ဖြစ်တာလည်း

မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ကစွဲလမ်းလို့ ဖြစ်နေတာပါ။

လိင်တူချင်း စွဲလမ်းတာကို ပထမ ကိုယ်က မနှစ်သက်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါဟာ မှားနေတယ်။ သဘာဝ မကျဘူး။ ငါပြုပြင်မှပဲ ဆိုတဲ့ စိတ်တွေ မွေးဖို့ လိုပါတယ်။

ဒီနောက်တော့ ကြိုးစားသာ ဖျောက်ပေတော့။ တစ်နေ့မှာ လူကောင်း ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

ကျန်းမာပျော်ရွှင်ကြပါစေ။

ဒေါက်တာအုန်းမောင်

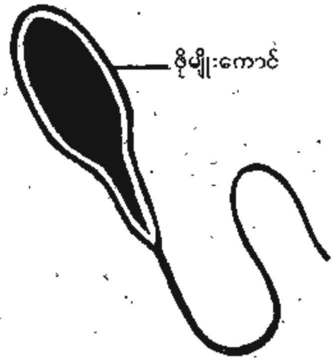
ကိုးကားသောစာအုပ်–

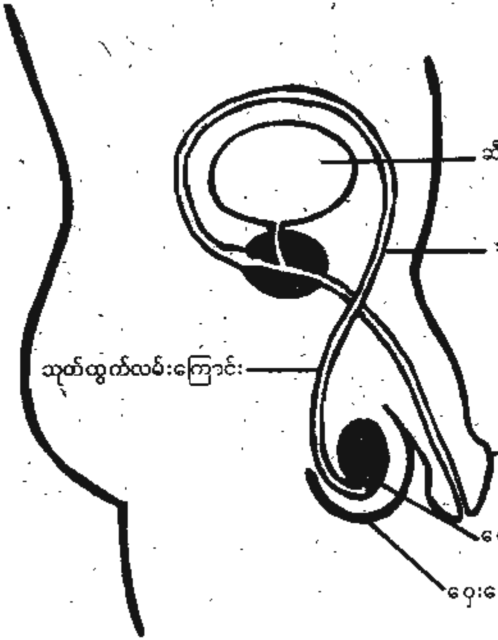
(Psychology of Sex) By (Havelock Ellis)

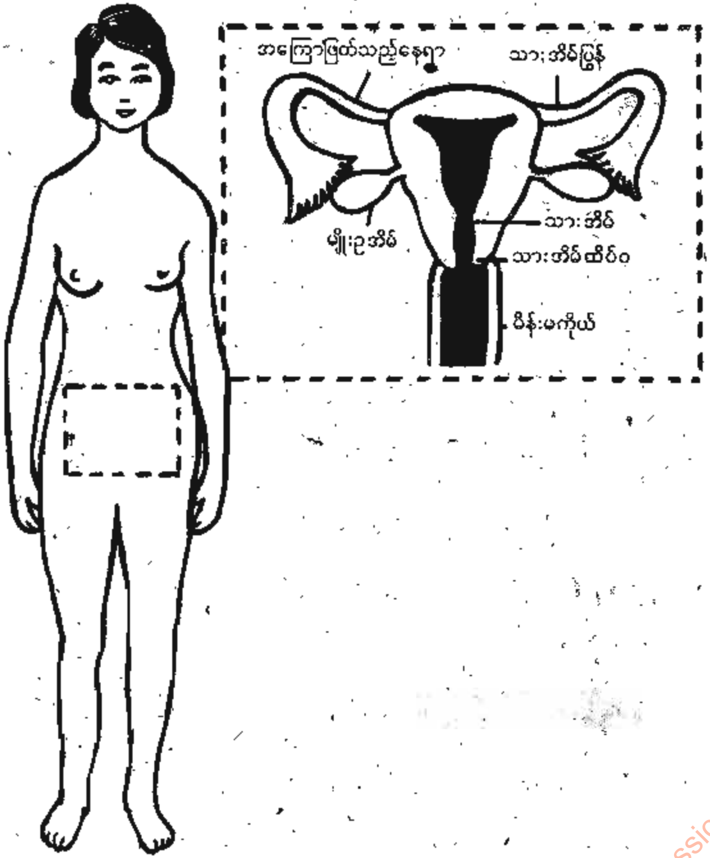
Pan Books Ltd. London (1963)

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

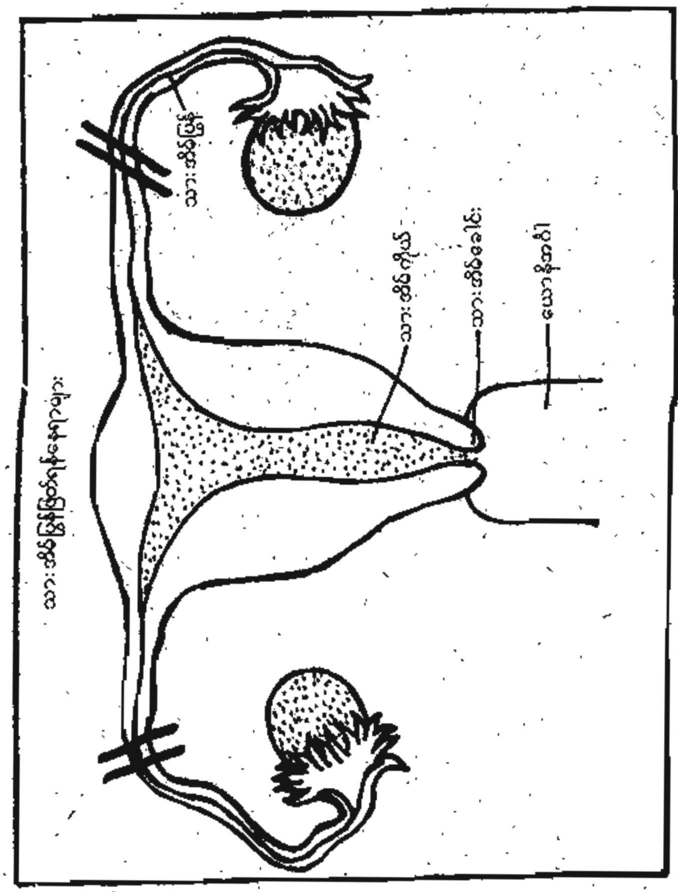






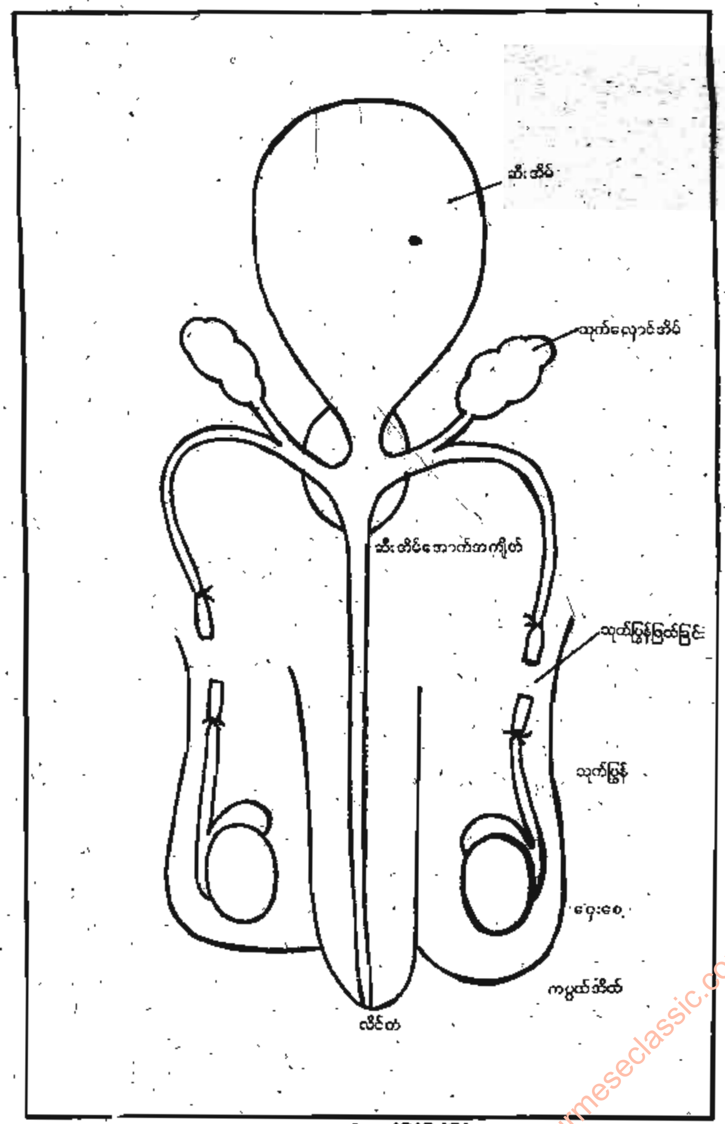
www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com



သားအိမ်နှင့် အရံအင်္ဂါများ

သားအိမ်ပြွန်ဖြတ်လိုက်က၊ ကလေးမရတော့ပေ

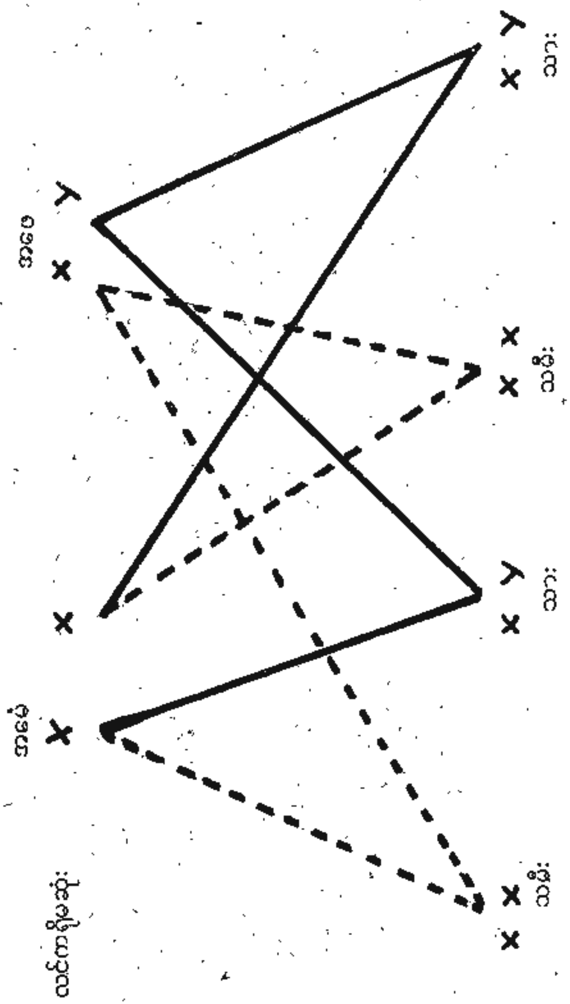


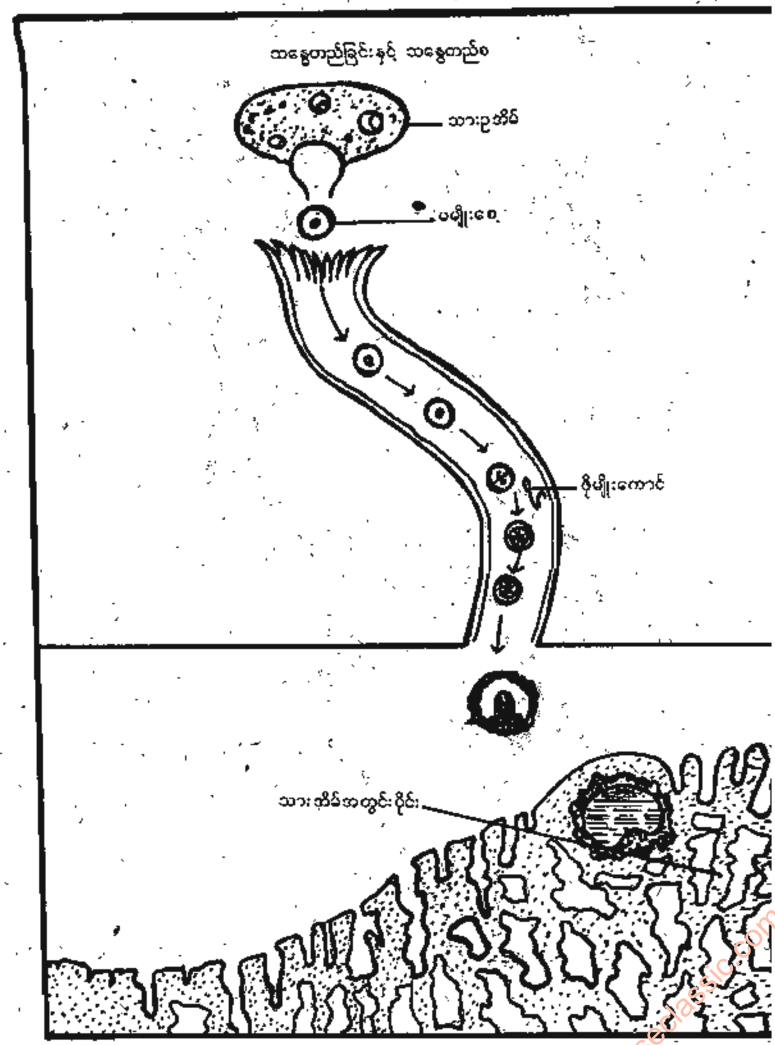
ကလေးမရရန် သုတ်ပြွန်ဖြတ်ခြင်း၊

(VASECTOMY)

www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

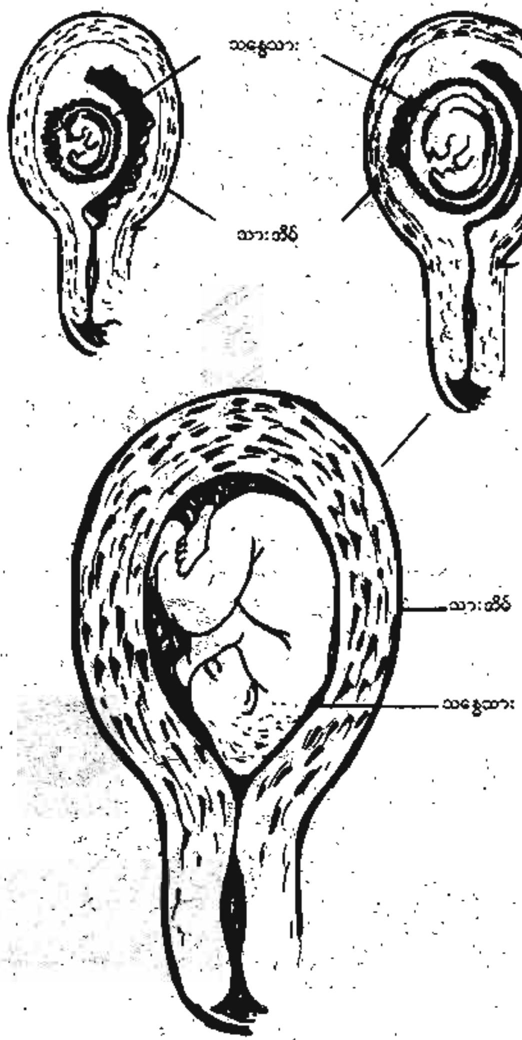




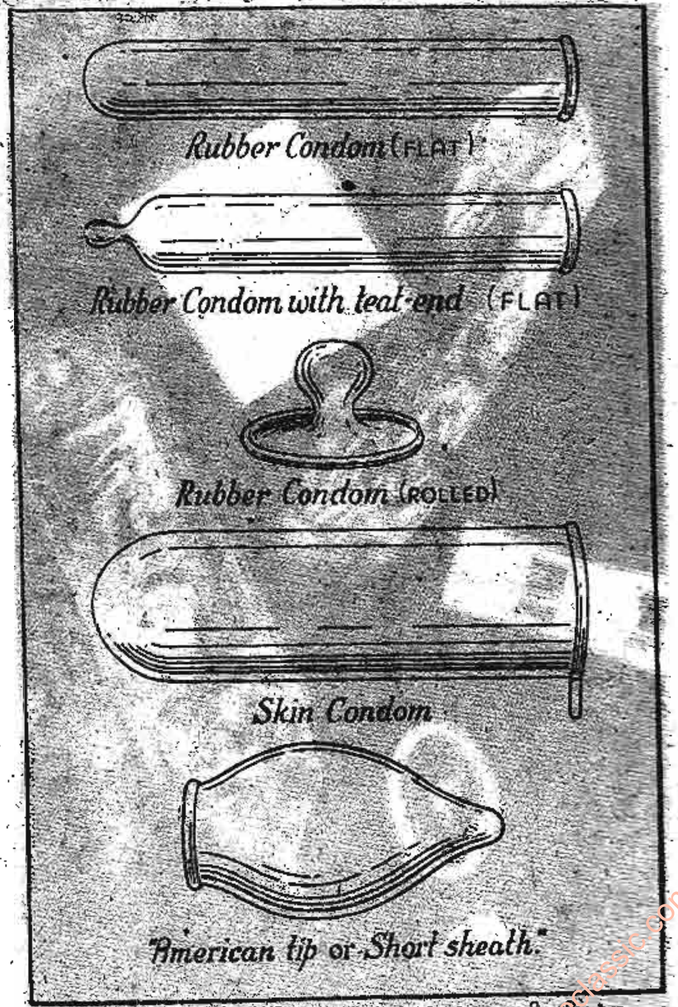
www.burmeseclassic.com

www.burmeseclassic.com

သန္ဓေသားကြီးထွားလာပုံ



FOR SAFER SEX, USE CONDOM



လိင်တံစွပ်ကြက်ပေါင် (CONDOMS) အမျိုးမျိုးပုံ

www.burmeseclassic.com

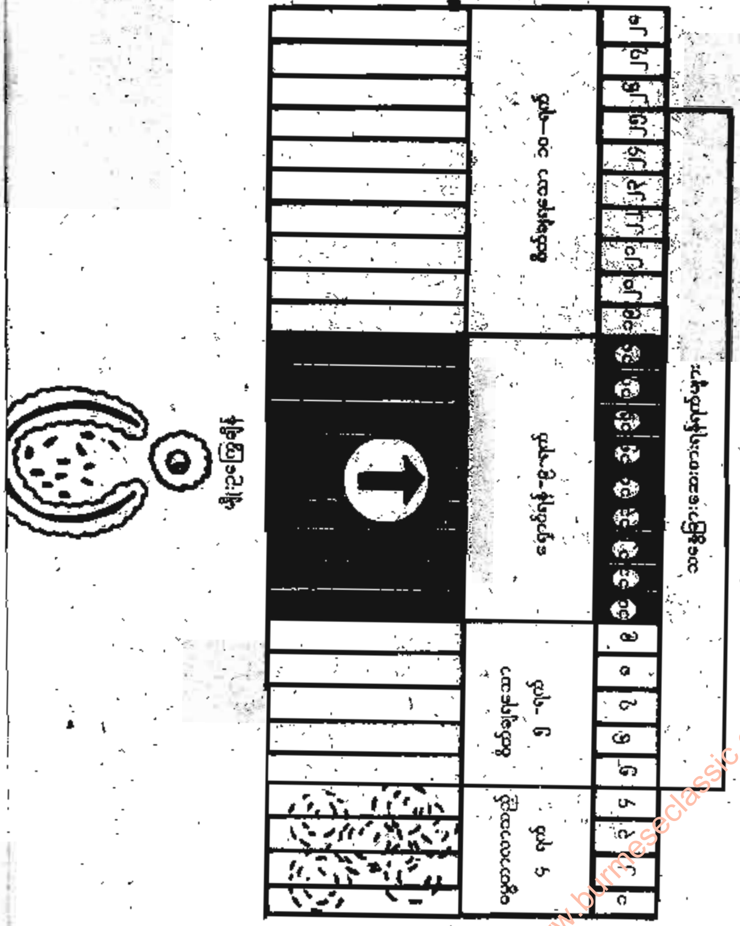
www.burmeseclassic.com

FOR SAFER SEX, USE CONDOM

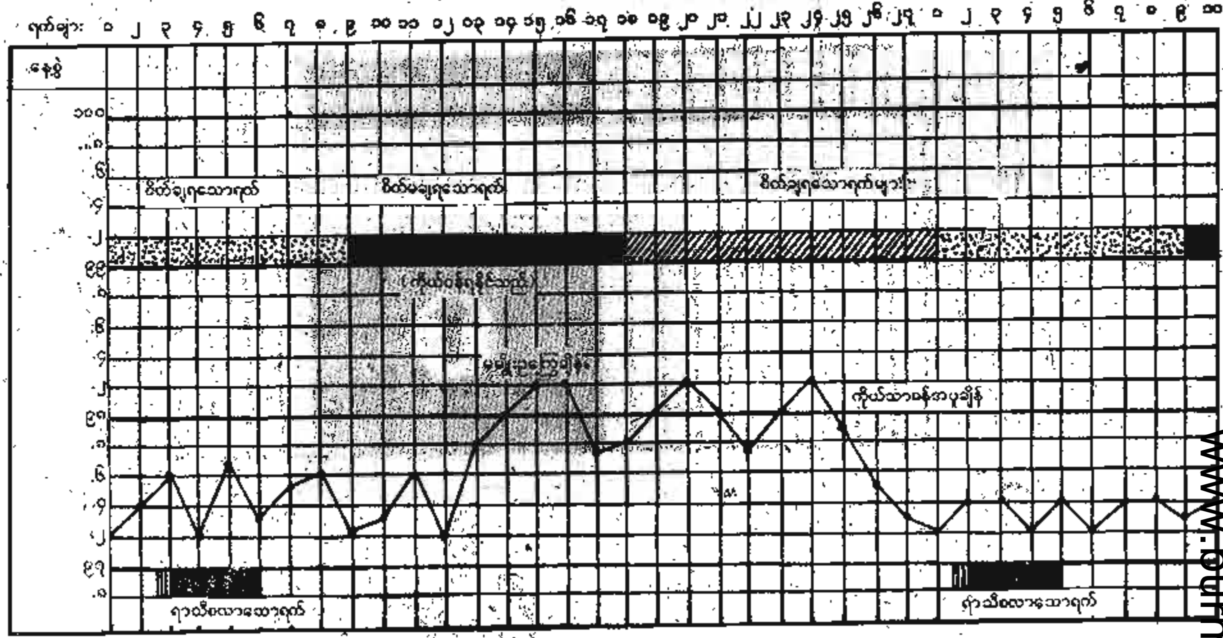
2. ငံ. လိင်တံစွပ် ကြက်ပေါင်မျာ: (CONDOMS)

စိတ်ချရသော ရက်တွက်နည်း

စိတ်ချရသောရက်များအတွင်း လိင်ဆက်ဆံပါက သန္ဓေသား မရနိုင်ပါ၊ မျိုးဥကြွေချိန်တွင် ဆက်ဆံပါက သန္ဓေသား ရနိုင်ပါသည်။ မျိုးဥကြွေချိန်တွင် ကိုယ်အပူချိန်အနည်းငယ်(၀.၆) ဖာရင်ဟိုက် တက်တတ်သည်။ မီးယပ် ပေါ်ပြီးသည့်နောက် ၅-ရက်ခန့် စိတ်ချရပါသည်။ မီးယပ်မပေါ်ခင် ၁၄-ရက်မှ စ၍ ၁၀- ရက်လောက် အထိ စိတ်ချရသည် ဖြစ်ပါသည်။ အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် တစ်လလျှင် ၁၅ ရက်ခန့် စိတ်ချရလေသည်။



www.burmeseclassic.com



ပုံ (၆)။ ကိုယ်ဝန်ရနိုင်သောရက်ကိုအပူချိန်ဖြင့်ရှာ ရပုံ

www.burmeseclassic.com