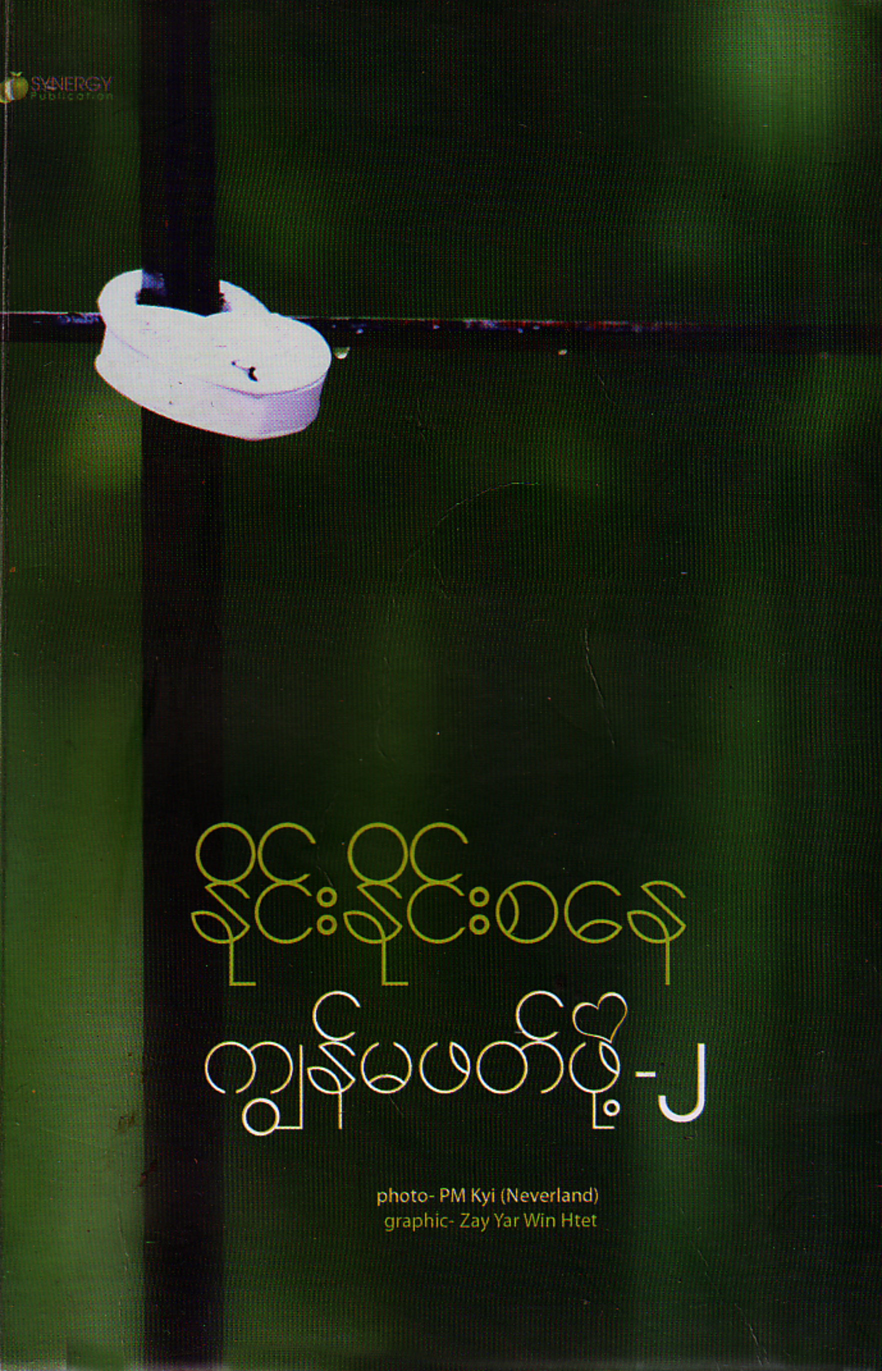
SYNERGY Publication
နှင်းနှင်းဝေနေ
ကျွန်မပတ်ပို့ -၂
photo- PM Kyi (Neverland)
graphic- Zay Yar Win Htet

နိုင်းနိုင်းစနေ

ကျွန်မဖတ်ဖို့(၂)

Synergy Publications
အမှတ် (၉၄)၊ ၃ - လွှာ၊ ၃၉ လမ်း၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့
ဖုန်း - ၂၅၄၁၂၇၊ ၀၁၀ - ၃၀၀၁၃၃၂၊ ၀၉ - ၅၀၃၃၉၄၁

ပုံနှိပ်ခြင်း	ပထမအကြိမ် (၂၀၁၂ ဩဂုတ်)။
အုပ်ရေ	၅၀၀
မျက်နှာဖုံး	Graphic - Zay Yar Win Htet
	Photo - PM Kyi (Neverland)
ကွန်ပျူတာစာစီ	Synergy
ထုတ်ဝေသူ	ဒေါ်ခင်မာချို၊ ပန်းဝေဝေစာပေ၊
	အမှတ် - ၃၆၀၊ ဗိုလ်အောင်ကျော်လမ်း၊ ရန်ကုန်။
အဖုံး/အတွင်းပုံနှိပ်သူ	ရွှေရောင်လင်းပုံနှိပ်တိုက်၊ အမှတ် ၈၈၊ ၅၁ လမ်း၊
	၁ ရပ်ကွက်၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်။
စာအုပ်ချုပ်	[redacted]
တန်ဖိုး	[redacted]

နိုင်းနိုင်းစနေ
ကျွန်မဖတ်ဖို့(၂) / နိုင်းနိုင်းစနေ။ - ရန်ကုန်၊
ပန်းဝေဝေစာပေ၊ ၂၀၁၂။
၂၃၇ - စာ၊ ၁၂ စင်တီမီတာ၊ ၁၈.၃ စင်တီမီတာ။
(၁) ကျွန်မဖတ်ဖို့(၂)

ဤစာအုပ်

ဆရာမ နိုင်းနိုင်းစနေ၏ ကျွန်မဖတ်ဖို့ စိတ်ခွန်အားဖြည့်မှတ်စုများသည် ဖတ်ရှုသူအတွက် ခက်ခက်ခဲခဲတွေးမနေရဘဲ ချက်ချင်းနားလည်ခံယူနိုင်သော စာစုများဖြစ်သည်။ အကြောင်းအရာများလွယ်ကူခြင်း၊ လက်တွေ့ကျခြင်း၊အချက်အလက်ကြွယ်ဝစုံလင်ခြင်း၊ တင်ပြပုံတင်ပြနည်း ရှင်းလင်းခြင်းဟူသော အတွေးဒဿနမှ ရောင်ခွာထားသော ဘဝဒဿနမှတ်စုများဖြစ်သည်။

စာရေးဆရာမကိုယ်တိုင် စိတ်ဓာတ်ကျသည့်အခါ စိတ်အားတက်လာအောင် ဖတ်ဖို့ရွေးချယ်ထားသည့်စာစုများဖြစ်၍ စာဖတ်သူများအတွက် မုချ စိတ်အားတက်စေမည့် စိတ်ခွန်အားဖြည့် မှတ်စုများဖြစ်သည်။

ဘဝတစ်ခု ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ကြီးပြင်းရှင်သန်ဖို့ မိဘ၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ ညီအစ်ကို၊ မောင်နှမ သူငယ်ချင်းတို့၏ သံယောဇဉ်ဟူသောမြေသြဇာများ မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည်။ Facebook ပေါ်ရေးသားခဲ့သော မေတ္တာသံယောဇဉ်စာစုတွေနှင့်အတူ Facebook က စာဖတ်ပရိသတ်များ၏ ရင်ထဲက ခံစားချက်စာစုတွေကို ပေါင်းစုဖော်ပြထားခြင်းသည် "ကျွန်မဖတ်ဖို့(၂)"၏ ထူးခြားချက်ဖြစ်သည်။

အလွန်ရခဲသော လူ့ဘဝကို ရောက်လာပြီဖြစ်ရကား မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအအတိုင်း လောကဓံတရားကို ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်ရည်ရှိအောင် အကောင်းဘက်ကို ရှုမြင်တတ်ပြီး၊ မိုးပြိုသည့်တိုင်အောင် ထွက်ပေါက်ကို ရှာတတ်အောင် ကျွန်မဖတ်ဖို့ စာအုပ်က လမ်းပြပေးပေလိမ့်မည်။ အောင်မြင်သူနှင့် မအောင်မြင်သူတို့၏ အဓိကခြားနားချက်မှာ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်အားကိုးခြင်းဟူသော စိတ်ခွန်အားပင်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ပြီး၊ အောင်မြင်သောဘဝကို တက်လှမ်းနိုင်သော စိတ်ခွန်အားကို ရယူပျိုးထောင်လိုသူများအတွက် နိုင်းနိုင်းစနေ၏ "ကျွန်မဖတ်ဖို့(၂)" မှာ စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ်ဖြစ်ပါကြောင်း။

Synergy Publications

မာတိကာ

၁)	မိန်းကလေးအတွက် ဘ၀ဒဿန	၁
၂)	စာစုလေးတချို့(၁)	၆
၃)	ထက်မြက်သူနဲ့ ညံ့ဖျင်းသူ	၁၈
၄)	ကိုယ်တိုင်ဖတ်ဖို့ရေးတဲ့စာ	၂၁
၅)	ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ သံယောဇဉ်စာစု	၂၅
၆)	တုံးအတဲ့မိန်းမနဲ့ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမ	၆၇
၇)	စိတ်ဓာတ်ခွန်အားစာစု	၇၆
၈)	စာစုလေးတချို့(၂)	၁၄၃
၉)	မိန်းကလေးရင်ထဲကစကား	၁၄၇
၁၀)	သတိပေးစာ	၁၄၉
၁၁)	အိမ်ထောင်ရေးမည်သော ဇိနပ်တစ်စုံ	၁၅၂
၁၂)	အချစ်ခံစားချက်စာစု	၁၅၇

မိန်းကလေးအတွက် ဘ၀ဒဿန

(၁) သင့်မှာ အ၀တ်အစားတွေ အများကြီးရှိဖို့ မလိုပါဘူး။ ခေတ်နဲ့မလိုက်ဖက်တော့တဲ့ ဇာပန်းထည်တွေကို ခေါက်သိမ်းလိုက်ပါ။ သင့်အသက်အရွယ်နဲ့ မလိုက်ဖက်တော့တဲ့ အနားပန်းဖွားအင်္ကျီတွေကို ခေါက်သိမ်းလိုက်ပါ။ ဒီကနေ့ကာစ ဗီရိုထဲမှာရှိတဲ့ အင်္ကျီတစ်ထည်တိုင်း သင်နဲ့လိုက်ဖက်တဲ့အရောင်၊ သင်နဲ့သင့်တော်တဲ့ စတိုင်လ်တွေ ဖြစ်နေပါစေ။

(၂) အားကစားရုံသွားဖို့ အပိုဝင်ငွေမရှိဘူးဆိုရင် လှေကားထစ်တွေကို သင် နေ့တိုင်းတက်နိုင်၊ ဆင်းနိုင်ပါတယ်။ နာမည်ကြီးတံဆိပ်၊ မိတ်ကပ်၊ ပေါင်ဒါတွေ သင် မသုံးနိုင်ဘူးဆိုရင် အရက်၊ ဆေးလိပ်မသောက်၊ အိပ်ချိန်မှန်၊ စားချိန်မှန်ရင်လည်း သင့်အသားအရည်ကို

ဝိုဖြောင်းပစေပါတယ်။ SPA တွေလုပ်ဖို့ငွေကြေးမတတ်နိုင်ဘူးဆိုရင် green tea၊ နွားနို့၊ ရေတွေကို အမြဲသောက်ဖို့ မမေ့ပါနဲ့။ ဒါတွေဟာ လည်း အကျိုးရှိတဲ့အရာတွေ ဖြစ်တယ်။

(၃) အချစ်ကို သင် ယုံကြည်လို့ရတယ်။ ယောကျ်ားလေးတွေရဲ့ ချိုချို သာသာစကားတွေကို သင် နားထောင်လို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် တစ်ဖက်နားက နားထောင်ရင် ကျန်တစ်ဖက်နားက ထွက်သွားပါစေ။ ပျားရည်လိုချိုတဲ့ အဆိပ်တွေကို ရင်ထဲသိမ်းဆည်းမထားပါနဲ့။ တော်တဲ့၊ ထက်တဲ့ယောကျ်ားတွေကို သင် တန်ဖိုးထားနိုင်တယ်။ တကယ်လို့ အိမ်ထောင်သည်ဆိုတဲ့ တံဆိပ်ကပ်ထားသူဆိုရင် သင် တတ်နိုင်၊ လက်ခံနိုင်တဲ့သူမဟုတ်ကြောင်း မမေ့ပါနဲ့။ ဒီလိုလူမျိုးနဲ့ကြုံခဲ့ရင် ဘာအတွယ်အတာမှ မချန်ဘဲ ဝေးဝေးရှောင်ပါ။

(၄) ကိုယ့်ရဲ့ အပြင်ပန်းအလှကို တန်ဖိုးထားပါ။ ထိုနည်းတူ အတွင်းစိတ်ကိုလည်း မပြတ်ဖြည့်ဆည်းပါ။ စာများများဖတ်ပါ။ များများသင်ယူပါ။ လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ နိုင်ငံရေး၊ ဖက်ရှင်၊ မိသားစု ဘုရားသခင်က သင့်ကို လှပတဲ့မျက်နှာ မပေးခဲ့ရင်၊ အသိဉာဏ်ပြည့်တဲ့ စိတ်နှလုံး တစ်စုံရှိဖို့ကို သင်ကိုယ်တိုင် တာဝန်ယူပါ။ ပန်းအိုးတွေက ကွဲလွယ်တယ်။ ရုပ်ရည်က အိုလွယ်တယ်။ အသိဉာဏ်က နှစ်လကြာလေ တိုးပွားလေ၊ ခိုင်မြဲလေဖြစ်တယ်။

(၅) လက်ဆောင်ပစ္စည်းရတဲ့ အံ့ဩဝမ်းသာခြင်းမျိုးကို သင် ခံစားနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အလကားစားရတဲ့ ညစာဆိုတာ မရှိဘူးဆိုတာကိုတော့ မမေ့ပါနဲ့။ ယောကျ်ားတစ်ယောက်ကပေးတဲ့ အဖိုးတန်ဈေးကြီးလွန်းတဲ့ လက်ဆောင်ပစ္စည်းကို ဘယ်လိုဂုဏ်ပုဒ်မျိုးနဲ့ သင် လက်ခံယူမလဲ။ ဇနီးမယား၊ ချစ်သူရည်းစား၊ တကယ်လို့ ဇနီးမယားလည်းမဟုတ်၊ ချစ်သူရည်းစားလည်း မဟုတ်ဘူးဆိုခဲ့ရင် ဒီလက်ဆောင်အတွက် ဘယ်လိုပေးဆပ်ခြင်းမျိုးကို သင် ပေးဆပ်ရလိမ့်မလဲဆိုတာကို သေသေချာချာ စဉ်းစားပါ။ ကိုယ်ကြိုက်နှစ်သက်တဲ့အရာကို ကိုယ်တိုင်ဝယ်ယူနိုင်ဖို့ ကြိုးစားပါ။ ယောကျ်ားတွေပေးမယ့် လက်ဆောင်ကိုပဲ မျှော်ကိုးမနေပါနဲ့။

(၆) ရိုးသားလို့ရတယ်၊ ဒါပေမယ့် ရိုးစင်းနုံအလို့ မရဘူး။ ရိုးရှင်းလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် အလွယ်လိုက်လို့ မရဘူး။ အိမ်အလုပ်၊ အိမ်ပစ္စည်းတွေကို သင် နားမလည်လို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် အနည်းဆုံးတော့ အိမ်သုံးလျှပ်စစ်ပစ္စည်းတွေရဲ့ အညွှန်းစာအုပ်ကို သင် ဖတ်နိုင်ရမယ်။ ကိုယ့်အပေါ် ကူညီခဲ့သူတွေအတွက် ကျေးဇူးတရားကို ရင်ထဲအမြဲထည့်ထားပါ။ ကိုယ့်အပေါ် ကဲ့ရဲ့လှောင်ပြောင်သူတွေအတွက် ပုံမှန်သာမန်စိတ်ကို မွေးပါ။

(၇) ငွေကြေးတွေကို အမြော်အမြင်ရှိရှိ သုံးပါ။ ကိုယ့်အတွက် ကောင်းမွန်တဲ့အတွင်းခံ၊ ဖိနပ်တွေဝယ်ဖို့ မနှမြောပါနဲ့။ အပြင်ပန်းလှပအောင် ဝတ်ဆင်တယ်ဆိုတာ သူတစ်ပါးကြည့်ဖို့အတွက်ပါ။ ဒါဟာ ဝင့်ဝါခြင်း

ကို ဝတ်ဆင်တာဖြစ်တယ်။ သင့်တော်ကောင်းမွန်တဲ့ အတွင်းဝတ်တွေက ကိုယ်တိုင်အတွက်ပါ။ ဒါဟာ သက်သောင့်သက်သာရှိခြင်းကို ဝတ်ဆင်တာဖြစ်တယ်။

(၈) လိုက်လျောညီထွေတဲ့စကားကိုပြောဆိုတတ်ရမယ်။ ကလေးကလားနိုင်တဲ့ ကပ်ချွဲနှပ်ချွဲစကားတွေက သင့်မှာရှိသင့်တဲ့ အမှတ်တံဆိပ်တွေ မဟုတ်ဘူး။ သင့်မှာ ဗဟုသုတမရှိလို့ ရတယ်။ ဒါပေမယ့် အဆင့်အတန်းမရှိလို့ မရဘူး။ အမြင်မတူ၊ အသွင်ကွဲလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် လေးစားရိုသေမှုတော့ ရှိရတယ်။ ဖြစ်ခဲ့ပျက်ခဲ့တဲ့အကြောင်းကိုပဲ ထပ်တလဲလဲ နာနာကျင်ကျင် မရွတ်ဆိုပါနဲ့။ ဒေါသထွက်နေတုန်းစကားတစ်ခွန်းပြောဖို့ (၁)ကနေ (၂၀)အထိ ရေတွက်ပြီးမှ ပြောပါ။

(၉) သင်ဟာ တစ်ကိုယ်တည်းသမားပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အိမ်ထောင်သည်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဒါတွေက အရေးမကြီးပါဘူး။ အရေးကြီးတာက တစ်ပါးသူကိုမှီတွယ်မယ်ဆိုတဲ့စိတ် မရှိဖို့ဘဲ လိုတယ်။ အရာရာတိုင်း သူတစ်ပါးကိုအားကိုးနေလို့ မဖြစ်ပါဘူး။ သိန်းသောင်းချီတဲ့ လခရနေတာက အကောင်းဆုံးပေါ့။ ထောင်ဂဏန်းလခဆိုလည်း မဆိုးပါဘူး။ အနည်းဆုံးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရှင်သန်အောင် ရပ်တည်နိုင်တဲ့အစွမ်း သင့်မှာရှိသေးတယ်။ ဒါဟာ သင့်ရဲ့ဂုဏ်ယူစရာဖြစ်တယ်။

(၁၀) ဘဝကပေးတဲ့ အရာတိုင်းကို တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးပါ။ သင်ယူပါ။ အချစ်ခံရ၊ အနှစ်သက်ခံရတယ်ဆိုတာ ပျော်ရွှင်တဲ့ဥစ္စာပစ္စည်းဖြစ်တယ်။ သူ

တစ်ပါးကို ချစ်တယ်၊ နှစ်သက်တယ်ဆိုတာ ပျော်ရွှင်တဲ့ပေးဆပ်ခြင်းဖြစ်တယ်။ တကယ်လို့ သင့်ကို သူ ခွဲသွားမယ်ဆိုရင် ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်နဲ့ တောင်းဆုတွေပေးပါ။ အထီးကျန်တာကို ဂုဏ်ရှိရှိခံယူတာက နာနာကျင်ကျင်ချစ်နေရတာထက်စာရင် ကောင်းပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကောင်းကောင်းဆက်ဆံပါ။ သူတစ်ပါးကို ခွင့်လွှတ်နားလည်တတ်ပါစေ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်တဲ့စိတ်၊ ခွင့်လွှတ်နားလည်တဲ့စိတ်၊ တာဝန်သိတတ်စိတ် စတဲ့စိတ်တွေ တစ်ခုမှ သင့်မှာ လျော့နေလို့ မဖြစ်ဘူးဆိုတာကို နားလည်ထားပါ။

မူရင်း-http://www.duwenzhang.com/wenzhang/shenghuosuibi/shenghuoganwu/20110510/183457.html

* * *

စာစုလေးတချို့(၁)

(၁) ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကောင်းကောင်းဆက်ဆံပါ။ လူ့ဘဝဆိုတာ တိုတောင်းလွန်းတယ်။ ကိုယ့်ဘေးကလူတွေကို ကောင်းကောင်းဆက်ဆံပါ။ နောင်ဘဝဆိုတာရှိရင်လည်း သူတို့နဲ့ကိုယ် ဆုံချင်မှဆုံလိမ့်မယ်။

(၂) လျို့ဝှက်ချက်တစ်ခုကို ထိန်းထားတာဟာ လျို့ဝှက်ချက်တစ်ခုကို ထုတ်ဖော်တာထက် ပိုတန်ဖိုးရှိတယ်လို့ သင် သိတဲ့အချိန် သင် ရင့်ကျက်ပြီ။

(၃) လူတစ်ယောက်ရဲ့ အတွေးအကြံကို ယူသုံးတာဟာ ခိုးတာတဲ့။ လူအများရဲ့အတွေးအကြံကို ယူသုံးတာက သုတေသနပြုတာဖြစ်တယ်။

(၄) အိမ်ထောင်ရေးအခက်အခဲဆိုတာ တစ်ဖက်သားရဲ့ ကောင်းကွက်နဲ့ ကျွန်တော်တို့ ချစ်သူရည်းစားဖြစ်နေပြီး တစ်ဖက်သားရဲ့ ဆိုးကွက်နဲ့ အတူနေရခြင်းဖြစ်တယ်။

(၅) ခရီးသွားခြင်းဆိုတာ ကိုယ်ငြီးငွေ့တဲ့နေရာကိုခွာပြီး တခြားလူငြီးငွေ့တဲ့နေရာကို သွားတာဖြစ်တယ်။

(၆) တခြားလူနဲ့ ပြဿနာတစ်ခုခုတက်ရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အရင်ဆန်းစစ်ပါ။ ဝမ်းချုပ်တိုင်း ကမ္ဘာကြီးဆွဲအားမကောင်းဘူးလို့ မထင်ပါနဲ့။

(၇) လူ့ဘဝရဲ့အရက်စက်ဆုံးက တစ်ကြိမ်တစ်ခါပဲ နုပျိုခွင့်ရတာပါပဲ။

(၈) လူတချို့က ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေနဲ့တောင် မရင်းနှီးဘဲ ကမ္ဘာ့အပြင်ဘက်မှာ တခြားဂြိုဟ်သား ရှိမရှိဆိုတာကို စိတ်ဝင်စားကြတယ်။

(၉) ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကလွဲပြီး ကိုယ့်ပျော်ရွှင်မှုကို ဘယ်သူကမှ မခြယ်လှယ်နိုင်ပါဘူး။

(၁၀) အချိန်က အရာရာကို ကုသပျောက်ကင်းစေလိမ့်မယ်။ အချိန်ကို အချိန်ပေးပါ။

(၁၁) ဘဝဆိုတာ တိုတောင်းလွန်းတယ်။ တစ်ယောက်ယောက်ကိုမုန်းဖို့ အချိန်မရှိလောက်အောင်ကို တိုလွန်းပါတယ်။

(၁၂) ထူးခြားဆန်းကြယ်မှုကို ယုံကြည်ပါ။

(၁၃) နေ့တိုင်း အပြင်ထွက်ပါ။ ထူးခြားဆန်းကြယ်မှုက အရပ်လေးမျက်နှာမှာ သင့်ကို စောင့်နေပါတယ်။

(၁၄) ဖြစ်ခဲ့ရန်ဖြစ်မှုတိုင်းကို သင် အောင်နိုင်စရာ မလိုပါဘူး။ သင် သဘောမတူတာတွေကို သဘောတူလိုက်ပါ။

(၁၅) သင့်ကလေးမှာ ကလေးဘဝဆိုတာ တစ်ကြိမ်တစ်ခါပဲ ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် အမှတ်တရဖြစ်ထိုက်ပါစေ။

(၁၆) သင့်ဘဝကို တခြားလူတွေနဲ့ မနှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါနဲ့။ ဘယ်လိုအတွေ့အကြုံမျိုးနဲ့ သူတို့ ခရီးဆက်နေတာကို သင် နားမလည်နိုင်ပါဘူး။

(၁၇) ဘုရားစာ၊ ကျမ်းစာတွေကို ရွတ်ဖတ်ပါ။ အဲဒီစာတွေထဲမှာ လူတွေရဲ့ စိတ်ခံစားချက်တွေ ပါတယ်။

(၁၈) လူ့ဘဝကို ဖဲကြိုးစည်းမထားလည်း လူ့ဘဝဆိုတာ လက်ဆောင်တစ်ခုဖြစ်ဆဲဖြစ်တယ်။

(၁၉) အပြစ်ရှာ ညည်းတွားတတ်တဲ့လူတွေဟာ စိတ်သဘောထားမကောင်းသူတွေ မဟုတ်ပေမယ့် လူတွေ အမြဲနှစ်သက်သူတော့ မဟုတ်ခဲ့ဘူး။

(၂၀) အလုပ်များနေတာက အရေးမကြီးဘူး။ အရေးကြီးတာက ဘာအတွက် အလုပ်များနေလဲဆိုတာပဲ ဖြစ်တယ်။ လူ့ဘဝရဲ့ အကြီးမားဆုံးအနှောင့်အယှက်နဲ့ ပြဿနာက ဦးတည်ချက်မရှိဘဲ အလုပ်များနေတာပဲဖြစ်တယ်။

(၂၁) သူငယ်ချင်းဆိုတာ အဖိုးတန်ရတနာပါ။ တစ်ခါတလေမှာ စကားလေးတစ်ခွန်းနဲ့တင် သင့်ကို နလန်ထပြောင်းလဲစေနိုင်ပါတယ်။

(၂၂) လူတစ်ယောက်နဲ့ခင်မင်ဖို့ အခွင့်အရေးလိုတယ်။ လူတစ်ယောက်ကို နားလည်ဖို့ အသိဉာဏ်လိုတယ်။ ချစ်ချစ်ခင်ခင် ပေါင်းသင်းဖို့ ခွင့်လွှတ်နားလည်ခြင်း လိုတယ်။

(၂၃) ကောင်းတာကို ကောင်းတာနဲ့ တုံ့ပြန်တယ်။ မကောင်းတာကို မကောင်းတာနဲ့ တုံ့ပြန်တယ်လို့ ကြားဖူးထားတယ်။ ဒါပေမယ့် အသိဉာဏ်ရှိသူတွေက ကောင်းတာနဲ့မကောင်းတာကို ဖာထေးတယ်။ အသိဉာဏ်မဲ့သူတွေက မကောင်းတာနဲ့ ကောင်းတာကို ချေဖျက်တယ်။

(၂၄) လူ့ဘဝမှာ ရက်သုံးရက်ပဲရှိတယ်။ မနေ့က ရှင်သန်နေတာဟာ လူကို တွေဝေမိန်းမောစေတယ်။ မနက်ဖြန်မှာ ရှင်သန်နေတာက လူကို စောင့်မျှော်စေတယ်။ ဒီနေ့မှာ ရှင်သန်နေတာကမှ လက်တွေ့ကျတယ်။

(၂၅) အခွင့်အရေးဆိုတာ သူခိုးတစ်ယောက်နဲ့တူတယ်။ မသိမသာနဲ့ အသံတိတ်ရောက်လာတတ်ပြီး ထွက်သွားတဲ့အချိန် သင့်မှာ ဆုံးရှုံးနစ်နာမှုတွေ ကျန်ခဲ့တတ်တယ်။

(၂၆) Jesus က သောကြာနေ့မှာ လက်ဝါးကပ်တိုင်ပေါ် သံရိုက်ပြီး အဆုံးစီရင်ခံခဲ့ရတယ်။ အဲဒီနေ့က တစ်ကမ္ဘာလုံး မျှော်လင့်ချက်မဲ့တဲ့နေ့ ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် သုံးရက်အကြာမှာ ခရစ်တော်ထမြောက်ပွဲနေ့ (Easter day) ဖြစ်ခဲ့တယ်။

(၂၇) ကြီးမြတ်သူက ပတ်ဝန်းကျင်ကို ပြောင်းလဲတယ်။ ထက်မြက်သူက ပတ်ဝန်းကျင်ကို အသုံးပြုတယ်။ သာမန်လူက ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ လိုက်လျောညီထွေနေတယ်။ လူဖျင်းလူညံ့က ပတ်ဝန်းကျင်ကို အပြစ်တင်တယ်။

(၂၈) တစ်ခါတလေမှာ ဆိတ်ဆိတ်နေခြင်း ဒါမှမဟုတ် အေးဆေးတည်ငြိမ်တဲ့အပြုအမူက စိတ်တိုဒေါသထွက်တာထက် ပိုအင်အားရှိတယ်။ ငြိမ်းချမ်းသိမ်မွေ့တဲ့ အပြောအဆိုနဲ့ အကျိုးအကြောင်းကို ဆင်ခြင်

သုံးသပ်တာက အော်ကြီးဟစ်ကျယ်၊ ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်းပြောဆိုတာထက် တစ်ဖက်လူကို ပိုကြောက်လန့်စေတယ်။
ခွင့်လွှတ်ခြင်းနဲ့ နားလည်ခြင်းက ထိခိုက်နာကျင်ခြင်းနဲ့ ဆဲရေးစော်ကားခြင်းထက် တစ်ဖက်လူရဲ့ စိတ်ဝိညာဉ်ကို ပိုသိမ်းပိုက်နိုင်သလို ဘေးမှကြည့်သူတွေကိုလည်း ကရုဏာဖြစ်စေတယ်။
ချစ်ခင်ခြင်း၊ ကြင်နာခြင်းနဲ့ ချီးမွမ်းခြင်းတွေက အကြမ်းဖက်၊ ရိုင်းစိုင်းခြင်းထက် လူတွေရဲ့စိတ်ဝိညာဉ်ကို ပိုတိုးတက်ကောင်းမွန်စေပါတယ်။

(၂၉) ဘဝဆိုတာ သချိုင်းဘက် မောင်းနှင်သွားတဲ့ ရထားတွဲတစ်တွဲပါတဲ့။ မောင်းနှင်ရာလမ်းတစ်လျှောက်မှာ ဘူတာရုံတွေ အများကြီးရှိတယ်။ ခရီးစကနေ ခရီးဆုံးအထိ ဘယ်သူကမှ သင်နဲ့အတူ အဖော်မပြုနိုင်ပါဘူး။ တွဲပေါ်တက်သူတက်၊ တွဲအောက်ဆင်းသူဆင်းကြတာကို သင် တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ တကယ်လို့ ကံကောင်းရင် သင့်ကို ခရီးတစ်ထောက် အဖော်ပြုပြီး သူ ရှိပါလိမ့်မယ်။ ရထားတွဲကနေ သူ ဆင်းသွားတဲ့အခါ မခွဲရက်လည်း ကျေးဇူးတရားကို ရင်မှာထားပြီး လက်ပြပြီး နှုတ်ဆက်လိုက်ပါ။ နောက်တစ်ဘူတာမှာ ပိုဝေးတဲ့ခရီးအတွက် သင့်ကို အဖော်ပြုနိုင်သူနဲ့ သင် ဆုံကောင်းဆုံနိုင်လို့ပါပဲ။

(၃၀) ပြင်းပြတဲ့ လိုချင်စိတ်မရှိရင် နောက်ဆုံးမှာ ဘာကိုမှ သင် ပိုင်ဆိုင်လိမ့်မှာမဟုတ်ဘူး။ သိနားလည်ဖို့ ကြိုးစားချင်စိတ်မရှိရင် နောက်ဆုံးမှာ ဘာကိုမှ သင် သိလိမ့်မှာမဟုတ်ဘူး။ အောင်နိုင်ဖို့ အားထုတ်ချင်စိတ်မရှိရင် နောက်ဆုံးမှာ ဘာကိုမှ သင် အောင်နိုင်လိမ့်မှာမဟုတ်ဘူး။

(၃၁) ကမ္ဘာကြီး ၁၈၀ ဒီဂရီလှည့်တဲ့အခါ နေ့က ညဖြစ်သွားတယ်။ ကမ္ဘာကြီး နောက်ထပ် ၁၈၀ ဒီဂရီ ထပ်လှည့်တဲ့အခါ ညက နေ့ဖြစ်သွားတယ်။ လူတစ်ယောက်နဲ့ ကျွန်တော်တို့ ၁၈၀ ဒီဂရီလှည့်တဲ့အခါ ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်းက ကျွန်တော်တို့နောက်နား ရောက်သွားတယ်။ နောက်ထပ် ၁၈၀ ဒီဂရီ ကျွန်တော်တို့ လှည့်လိုက်တဲ့အခါ အရာရာကို အသစ်က ပြန်စနိုင်တဲ့ စမှတ်ဆီရောက်သွားတော့တယ်။

(၃၂) ပွင့်လန်းတဲ့ပန်းတွေက ပျားပိတုန်းတွေကို ဆွဲဆောင်နိုင်တယ်။ ပုပ်သိုးတဲ့အသီးအရွက်တွေက ခြင်၊ ယင်တွေကိုပဲ ဆွဲခေါ်နိုင်တယ်။ ဆိုရိုးစကားတစ်ခုမှာ အတင်းအဖျင်းပြောသူရဲ့လျှာက လူသုံးယောက်ကို သတ်နိုင်သတဲ့။

(၁) ပြောသူကိုယ်တိုင်ကို သတ်တယ်။
(၂) နားထောင်သူကို သတ်တယ်။
(၃) အပြောခံရသူကို သတ်တယ်။

(၃၃) လူ့ဘဝက လုံးဝမျှတတယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ ဒါပေမယ့် ဆက်စပ်တဲ့ မျှတမှုတော့ ရှိတယ်။ ချိန်ခွင်တစ်ခုပေါ်မှာ သင့်ဘက်က ရတာတွေ ပိုများလေ တခြားလူထက် သင် ခံနိုင်ရည်ပိုရှိရလေဖြစ်တယ်။

(၃၄) အခက်အခဲ၊ ပြဿနာတွေဆိုတာ အမြဲမပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့အရာတွေပါ။ အဲဒီအခက်အခဲ၊ ပြဿနာတွေကို ဖြေရှင်းဖို့လည်း နည်းလမ်း

မျိုးစုံရှိပါတယ်။ အသိဉာဏ်ကို တိုးမြှင့်ဖို့ ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါနဲ့။ စိတ်သဘောထားကြီးမြတ်ဖို့ ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါနဲ့။ လူ့ဘဝရဲ့ အခက်အခဲ၊ ပြဿနာတွေက နည်းများမဆို လူသွားရာနောက် အမြဲ လိုက်နေမှာပါပဲ။ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့လူကမှ အဲဒီအခက်အခဲ၊ ပြဿနာတွေကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင်ရမယ်ဆိုတာ ခေါင်းအေးအေးထား ဖြေရှင်းနိုင်မှာဖြစ်တယ်။

(၃၅) ဘာဆင်ခြေနဲ့မှ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကာကွယ်ဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။ အများရဲ့ ရှေ့မှာ ဘယ်သူကမှ အဲဒီဆင်ခြေကို နားထောင်ချင်လိမ့်မှာ မဟုတ်ဘူး။

(၃၆) နာကျင်ကြေကွဲတာကို တွေ့ကြုံခံစားရမှ အရာတချို့ကို သင် သိနားလည်နိုင်တယ်။ စိတ်ထိခိုက်ခံရမှ ကြံ့ကြံ့ခံဖို့နဲ့ နှုတ်ဆိတ်ဖို့ကို သင် သင်ယူနိုင်တယ်။ နာကျင်ကြေကွဲတာနဲ့ ထိခိုက်တာကို ကော်ဖီမှုန့်လို့ဆိုပါစို့။ တွေးတောခြင်းကို ဆူပွက်တဲ့ရေလို့ ပမာပြုပြီး ခါးသက်မွှေးကြိုင်တဲ့ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကိုဖျော်ပြီး သောက်ချလိုက်ပါ။ သင် ကြည်လင်နိုးထဖို့ ကော်ဖီက ကူညီပါလိမ့်မယ်။

(၃၇) လောကမှာ ဘယ်စာအုပ်၊ ဘယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကမှ သင့်အတွက် ကံကောင်းခြင်းတွေ ပေးနိုင်မှာမဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမယ့် သင့်ကိုယ်သင် သိစေတဲ့၊ သင့်ကိုယ်သင် အသိအမှတ်ပြုစေတဲ့ ဗဟုသုတ၊ အသိအမြင်ကို ပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

(၃၈) တစ်လောကလုံးက သင့်ကို စွန့်လွှတ်သွားပြီး၊ ကျောခိုင်းသွားပြီလို့ သင် ခံစားရတဲ့အခါ သူ(လောကကြီး)ဟာ သင့်ကိုပွေ့ဖက်ဖို့ ခန္ဓာကိုယ်ကို တစ်ပတ်လှည့်နေတယ်ဆိုတာကို ယုံကြည်လိုက်ပါ။

(၃၉) ဂျူးလူမျိုးတို့ရဲ့သူတော်ကောင်းတရား(၇)ချက် -

(က) သူတစ်ပါးပိုင်နက် မကျူးလွန်နဲ့(သူတစ်ပါးရဲ့အိမ်ရှေ့မှာ ကိုယ့်အာဏာ မပြနဲ့)

(ခ) သူတစ်ပါးစကား ကြားမဖြတ်နဲ့။

(ဂ) အောင်မြင်မှုရဖို့ ဆန္ဒမစောနဲ့။

(ဃ) မေးမြန်းတဲ့မေးခွန်းမှာ ဦးတည်ချက်ပါပါစေ။

(င) ဖြေတဲ့အဖြေက အခြေအနေနဲ့ ကိုက်ညီပါစေ။

(စ) ပြောတဲ့စကားမှာ အစအဆုံး ရှိပါစေ။

(ဆ) အမှန်တရားကို အခြေခံထားပါ။

(၄၀) လူတွေမှာပါတဲ့ မျက်လုံးနှစ်လုံးက တန်းတူညီမျှတယ်။ ဒါပေမယ့် လူတွေကိုကြည့်တဲ့အကြည့်က မျှတမှုမရှိဘူး။ လူတွေမှာပါတဲ့ နားတစ်စုံက ဘယ်ညာနှစ်ဖက်မှာ ခွဲထားတယ်။ ဒါပေမယ့် တစ်ဖက်ကိုပဲ အာရုံစိုက်နားထောင်တတ်တယ်။ လူတွေမှာ ပါးစပ်တစ်ပေါက်ပဲ ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် စကားနှစ်မျိုး လှည့်ပြောတတ်တယ်။

(၄၁) မေတ္တာစိတ်ပေးကမ်းနိုင်သူဟာ အသိပညာရှိသူ၊ ဦးနှောက်ခြောက်စရာတွေကို ချေဖျက်နိုင်သူက ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေးရှိသူ။

စိတ်ကူးအိပ်မက်ရှိတာက အသိဉာဏ်တဲ့၊ အဲဒီစိတ်ကူးအိပ်မက်ကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်တာက အရည်အချင်းဖြစ်တယ်။

(၄၂) ငွေကြေးကို ဆုံးရှုံးတာက နည်းတဲ့ဆုံးရှုံးမှု၊ ကျန်းမာရေးကိုဆုံးရှုံးတာက များတဲ့ဆုံးရှုံးမှု၊ ရဲစွမ်းသတ္တိကို ဆုံးရှုံးတာက အရာအားလုံးကို ဆုံးရှုံးသတဲ့။

(၄၃) အိမ်ကထွက်တဲ့အခါ လမ်းဖြောင့်ကို လျှောက်ပါ။ ပါးစပ်ကထွက်တဲ့စကား နားဝင်ချိုပါစေ။ လက်ကထွက်တဲ့အလုပ် အကျိုးရှိပါစေ။

(၄၄) မျက်နှာကိုလှအောင် လိမ်းခြယ်တာက တတိယတန်းစား လိမ်းခြယ်မှု၊ စိတ်ဓာတ်ကိုလှအောင် လိမ်းခြယ်တာက ဒုတိယတန်းစား လိမ်းခြယ်မှု၊ ဘဝကိုလှအောင် လိမ်းခြယ်တာက ပထမတန်းစားလိမ်းခြယ်မှု။

(၄၅) ကျွန်တော်တို့ မလှပလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ကျန်းမာတယ်။ ကျွန်တော်တို့ မကြီးမြတ်လို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ဂုဏ်သိက္ခာရှိတယ်။ ကျွန်တော်တို့ မပြည့်စုံလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ကြိုးစားတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ထာဝရမတည်မြဲလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ရိုးသားတယ်။

(၄၆) သာမန်လူတွေက မျက်လုံးနှစ်လုံးဖွင့်ပြီး လောကကြီးကိုကြည့်တယ်။ အမြဲ အကြည့်မှားတယ်။

ထူးကဲတဲ့လူတွေက မျက်လုံးတစ်ဖက်ဖွင့်၊ တစ်ဖက်ပိတ်နဲ့ လောကကြီးကို ကြည့်တယ်။ အရိပ်အကဲကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းမြင်တယ်။ ပိုထူးကဲလွန်တဲ့လူတွေက မျက်လုံးနှစ်လုံးပိတ်ပြီး စိတ်နဲ့ လောကကြီးကို ကြည့်တယ်။ အားလုံးကို အောင်မြင်လွှမ်းမိုးတယ်။

(၄၇) စကားပြောနည်းလိုအပ်ချက်

(က) ပြောသင့်ချိန်မှာပြောတာ အဆင့်အတန်းရှိတယ်။

(ခ) မပြောသင့်ချိန်မှာမပြောတာ ထက်မြက်တယ်။

(ဂ) ဘယ်အချိန်မှာ ပြောသင့်၊ မပြောသင့်တာကိုသိတာ အသိဉာဏ်ဖြစ်တယ်။

(၄၈) သင့်မှာ ဒေါသထွက်ခွင့်ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် တခြားလူရဲ့ဂုဏ်သိက္ခာကို မနင်းချေပါနဲ့။ သင့်မှာ ဆုံးရှုံးခွင့်ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးမမဲ့ပါစေနဲ့။ သင့်မှာ အောင်မြင်မှုကို ရယူနိုင်ခွင့် ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် တခြားလူ နစ်နာခံရတဲ့ အောင်မြင်မှုမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့။ သင့်မှာ အငြင်းပွားခွင့်ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် လက်စားချေတုံ့ပြန်မှုမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့။ သင့်မှာ လုပကောင်းမွန်တဲ့ ဘဝရှိခွင့်ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် လိမ်ညာလှည့်ဖြားပြီးရလာတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့။

(၄၉) ငါ အရမ်းပျင်းတယ်။ ဒါကြောင့် အကောက်ကြံတဲ့ ဘာကြံစည်မျိုးမှ ငါနဲ့ မကစားနဲ့။ အဲဒီအချိန်အတွက် ငါ ပိုအိပ်နေလိုက်မယ်။

ငါ အရမ်းပျင်းတယ်။ ဒါကြောင့် တခြားအချိန်တိုင်းမှာလည်း ငါ့ကို တုံးအတယ်လို့ မထင်ပါနဲ့။ မလိုအပ်ဘဲ ခေါင်းရှုပ်ခံ၊ ရေးကြီးခွင်ကျယ် လုပ်ဖို့ ငါ ပျင်းလို့ပါ။

ငါ အရမ်းပျင်းတယ်၊ ဒါကြောင့် ဟိုလိုလို ဒီလိုလို မပြတ်မသား ငါနဲ့ မကစားပါနဲ့။ နင် မျှော်လင့်ချက်မဲ့မှာ ငါစိုးလို့ပါ။

* * *

ထက်မြက်သူနဲ့ ညံ့ဖျင်းသူ

ထက်မြက်သူက နားထောင်ကောင်းသူတစ်ဦးဖြစ်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက မပြတ်ညည်းတွားတိုင်တန်းတယ်။

ထက်မြက်သူက သင့်လျော်တဲ့အချိန်မှာ တုံ့အချင်ဟန်ဆောင်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက ဘယ်အချိန်ဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထက်မြက်သူလုပ်တယ်။

ထက်မြက်သူက ဘဝရဲ့ အသေးစိတ်အချက်အလက်ကို မှတ်သားတယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက တစ်ဖက်သားရဲ့ အားနည်းချက်တိုင်းကို မှတ်သားတယ်။

ထက်မြက်သူက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဟာသလုပ်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက တစ်ဖက်သားကို ဟာသလုပ်တယ်။

ထက်မြက်သူက ဆင်းရဲနွမ်းပါးချိန်မှာလည်း အိန္ဒြေထိန်းနိုင်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက ချမ်းသာကြွယ်ဝချိန်မှာ ဝင့်ကြွားဂုဏ်မောက်တယ်။

ထက်မြက်သူက အချစ်ဆုံးရှုံးသွားလည်း ကိုယ်ကိုယ်တိုင် မဆုံးရှုံးအောင်နေတယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက အချစ်ဆုံးရှုံးရှုံး၊ မရှုံးရှုံး ကိုယ့်ကိုယ်ကို အမြဲဆုံးရှုံးတယ်။

ထက်မြက်သူက မကောင်းတဲ့အတိတ်ကို လက်လွှတ်ပြီး ရှေ့ကို ခရီးဆက်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက အတိတ်မှာတင်နစ်ပြီး အနာဂတ်ကို လျစ်လျူရှုတယ်။

ထက်မြက်သူက တခြားသူရဲ့ အစွမ်းအစကို အောက်ကျို့သင်ယူတယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက တခြားသူရဲ့ရှေ့မှာ ကိုယ့်အစွမ်းအစကို ကြွားဝါတယ်။

ထက်မြက်သူက သင်ယူဖို့ရာ အားသန်တယ်။ ကိုယ့်ထက် မသိသူဆီကလည်း သင်ယူဖို့ ဝန်မလေးဘူး။
ညံ့ဖျင်းသူက လူတွေနဲ့ အမြဲငြင်းခုန်တယ်။ ကိုယ့်ထက်မသိသူနဲ့လည်း ငြင်းခုန်ရန်ဖြစ်တယ်။

ထက်မြက်သူက ပေးဆပ်ဖို့ နားလည်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက ရယူဖို့ပဲ ကြံတယ်။

ထက်မြက်သူက အရှုံးထဲက အတွေ့အကြုံ၊ သင်ခန်းစာကိုယူတယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက အရှုံးထဲကနေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လက်လွှတ်ဆုံးရှုံးတယ်။

ထက်မြက်သူက ကိုယ့်စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေ အကောင်အထည်မပေါ်မချင်း ကြံ့ကြံ့ခံတယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက ဘာလုပ်လုပ် ဖွဲ၊ ယှံ့လမရှိဘူး။

ထက်မြက်သူက ကံတရား၊၊ ဆိုးတယ်လို့ တစ်ခါတလေမှာ ထင်မြင်မိလည်း အပြုသဘောဆောင်စိတ်ဓာတ်နဲ့ ရင်ဆိုင်ဖို့ နားလည်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက ကံတရားက ဇာတ်မြူးလို့ ထင်မြင်မိလည်း နောက်ဆုံးမှာ မပြုံးမရယ်နိုင် ဖြစ်ရတယ်။

ထက်မြက်သူက ဘယ်အချိန်မှာ စတင်မယ်၊ ဘယ်အချိန်မှာ စွန့်လွှတ်ရမယ်ဆိုတာကို သိတယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက မရေမရာချိန်မှာစတင်ပြီး ဘယ်အချိန်မှာ စွန့်လွှတ်ရမယ်ဆိုတာကို နားမလည်ဘူး။

ထက်မြက်သူက မွေးရာပါ ပါရမီတစ်ဝက်ရှိလည်း ကျန်တစ်ဖက်ကို ကျင့်ယူရတယ်ဆိုတာကို နားလည်တယ်။
ညံ့ဖျင်းသူက မွေးရာပါ ပါရမီရှိလည်း နောက်ပိုင်းမှာ တုံးအညံ့ဖျင်းအောင် ကျင့်တယ်။

မှရင်း - http://www.duwenzhang.com/wenzhang/shenghuo-suibi/shenghuoganwu/20110409/178423.html

* * *

ကိုယ်တိုင်ဖတ်ဖို့ရေးတဲ့စာ

ချစ်ရတဲ့ ....ရေ

ဒီကနေ့ကစ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်အတွက် ဂုဏ်ယူစွာနဲ့ ရှင်သန်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချစ်ပါ။ ဘယ်သူကမှ သင့်ကို သူကိုယ်တိုင်လောက် ချစ်မှာမဟုတ်ပါဘူး။

လူတချို့ကို အရမ်းဂရုမစိုက်ပါနဲ့။ အရာတချို့ကို အရမ်းအလေးမထားပါနဲ့။ ကံတရားကို အကောင်းဆုံးစိတ်ထားနဲ့ ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားပါ။ လောကကြီးဟာ အမြဲမမျှတနိုင်ပါဘူး။ ကိုယ့် ပိုအလေးထားတဲ့လူ၊ အရာဝတ္ထုရှေ့မှာ ကိုယ်ဟာ အမြဲတန်ဖိုးကျရလို့ပါပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်တော့မှ မနှိပ်စက်ပါနဲ့။ ဥပမာ - ထမင်းမစားတာ၊ ငိုတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိတ်လှောင်တာ၊ စိတ်အားငယ်စိတ်ဓာတ်ကျတာ၊ ဒါတွေဟာ လူနုံ၊ လူအတွေမှ လုပ်တဲ့အရာတွေပါ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုနည်းနည်းထက်မြက်ပါစေ။ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေကို တုံးအတဲ့မေးခွန်းတွေ ထပ်တလဲလဲ သွားမမေးပါနဲ့။ ဒါဟာ ပျင်းဖို့ကောင်းလွန်းပါတယ်။

တကယ်လို့ မပျော်ဘူး၊ ဝမ်းနည်းရင် ထောင့်တစ်နေရာရာမှာ ဒါမှမဟုတ် စောင်ထဲဝင်ပြီး ငိုလိုက်ပါ။ တခြားလူ ကိုယ်ချင်းစာသနားဖို့ မလိုပါဘူး။ ငိုပြီးတဲ့နောက် ပျော်ရွှင်တဲ့နေ့ရက်တွေကို ဖြတ်သန်းပါ။

ကိုယ့်ခံစားချက်ကို ကိုယ် ထိန်းချုပ်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားပါ။ ဘယ်သူကမှ သင့်အပေါ်အကြွေးမတင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် တခြားလူအပေါ် သင် ဒေါသထွက်ချင်တိုင်း မထွက်ပါနဲ့။ စိတ်တိုချင်တိုင်း မတိုပါနဲ့။

ချစ်ရတဲ့ ………………ရေ

သင် စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်လို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် မျှော်လင့်ချက်တော့ မမဲ့ပါစေနဲ့။ tomorrow is another day ဆိုတာကို ယုံယုံကြည်ကြည်ရှိပါ။

တခြားလူအပေါ် မှီခိုဖို့ပဲ မစဉ်းစားပါနဲ့။ သင် အကူအညီလိုချိန် အနားရောက်လာပြီး ကူညီမယ့်လူကို ပိုလို့တောင် မမျှော်ကိုးပါနဲ့။ ဘယ်သူကမှ ဘယ်သူ့ဟာ မဟုတ်လို့ပါပဲ။

တခြားလူကို ဘယ်တော့မှ ကတိလွယ်လွယ်မပေးပါနဲ့။ ပေးလိုက်တဲ့ကတိက ဆပ်စရာအကြွေးဖြစ်တယ်။

ဒီလောကမှာ နောက်ပြန်လှည့်လို့ မရတာဘဲရှိတယ်။ ကျော်ဖြတ်လို့မရတဲ့အရာဆိုတာ မရှိဘူး။

သင့်အပေါ် သူကောင်းရင် သူ့အပေါ် သင် ဆတိုးကောင်းပါ။ သင့်အပေါ်သူ မကောင်းရင်လည်း သူ့အပေါ်သင် ကောင်းသင့်ပါတယ်။ အကြောင်းက သင့်မှာ ကောင်းတာတွေ မလုံလောက်သေးလို့ပါပဲ။

လက်တွေ့ဘဝဟာ ဘယ်လောက်ပဲ ဆင်းရဲပင်ပန်းပါစေ၊ အမှောင်လွန်ရင် အလင်းရောက်လာမယ်ဆိုတာကို ခေါင်းမာမာနဲ့ ယုံကြည်ပေးပါ။

ချစ်ရတဲ့ …………………ရေ

အတိတ်ကို မလွှတ်တမ်း ဆုပ်ကိုင်မထားပါနဲ့။ ကြိုးပြတ်သွားတဲ့ စွန်ကို ပျံသန်းခွင့်ပေးလိုက်ပါ။ သူ့ကို လွှတ်လိုက်တာဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိုလွတ်လပ်ခွင့်ပေးလိုက်တာပါပဲ။

လောကမှာ "သင်" တစ်ယောက်ပဲရှိပါတယ်။ တခြားလူတွေ သင့်ကို မနှစ်သက်ခဲ့ရင်လည်း သင့်ကိုယ်သင် မြတ်နိုးတတ်ပါစေ။ မှန်ကန်သူဖြစ်ပါစေ။

သင့်ဘေးက သင့်ကို အဖော်ပြုပေးသူတွေကို ကောင်းကောင်းဆက်ဆံပါ။ အချစ်က စိုတောင်းနိုင်ပေမယ့် သူငယ်ချင်းက တစ်သက်လုံးအတွက်ပါ။

အချစ်အပြင် မြေပြင်ပေါ်မှာ သင့်ခြေအစုံ ကြံ့ကြံ့ခံရပ်နိုင်စေမယ့် အရာကို ရှာဖွေနိုင်ပါစေ။

မကြာခဏ ကောင်းကင်ကို မော့ကြည့်ပါ။ ကောင်းကင်ကို မော့ကြည့်ချိန် ခြေဖဝါးအောက်ကအရာကိုလည်း ကြည့်ဖို့မမေ့ပါနဲ့။

သင့်ရဲ့ အလိုလိုသိစိတ်ကို ယုံကြည်ပါ။ တခြားလူကို ရန်မစပါနဲ့။ တခြားလူကလည်း သင့်ကို ရန်မစစေပါနဲ့

တခြားလူနဲ့ ဟိုလိုလိုဒီလိုလို မရှုပ်ပါနဲ့။ သင် တတ်နိုင်မှာ၊ ပေးစွမ်းနိုင်မှာ မဟုတ်လို့ပါ။

သင့်ကိုယ်သင် အရမ်းနှိမ်မချပါနဲ့။ တစ်ခါတလေ ရဲဝင့်ပါစေ။ အနိုင်ကျင့်ခံရတဲ့အခါ အမှန်ကို ပြန်ရယူပါ။ ဒါပေမယ့် ရန်ငြိုးမထားပါနဲ့။ လူသိမ်လူနုံတွေ သူတို့လမ်းသူတို့သွားပါစေ။ သနားညှာတာခြင်းက သင့်ကို ပိုမြင့်မြတ်စေပါတယ်။

ချစ်ရတဲ့ ………………… ရေ

ပျော်ပျော်နေပါ၊ ရွှင်လန်းတက်ကြွအောင် နေပါ။ ကြံ့ခိုင်အောင် နေပါ။ မေတ္တာတွေ နွေးထွေးပါစေ။ ဒါဟာ အကျင့်စရိုက်နဲ့ မဆိုင်ပါဘူး။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း မြတ်နိုးတတ်ပါစေ။ ကိုယ်ဟာ အကောင်းဆုံးကို ပိုင်ဆိုင်ထားကြောင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို အစဉ်အမြဲ အသိပေးတတ်ပါစေ။

မျှော်လင့်ချက်ကို အမြဲဆောင်ထားပါ။ ရှေ့သို့ အမြဲဆက်လှမ်းပါ။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာတွေပဲဖြစ်ဖြစ် လောကမှာ သင့်ကို အားပေးသူ တစ်ယောက် အမြဲရှိနေပါတယ်။ အဲဒီလူကတော့ သင်ကိုယ်တိုင်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

http://www.duwenzhang.com/wenzhang/shenghuosuibi/20101126/163120.html

* * *

ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ သံယောဇဉ်စာစု

ကြီးပြင်းရာလမ်းတစ်လျှောက်မှာ မိဘရဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ ညီအစ်ကိုမောင်နှမ သူငယ်ချင်းတို့ရဲ့ သံယောဇဉ်က ဘဝရဲ့ ရေမြေသြဇာဖြစ်တယ်။ ဘဝတစ်ခု ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ကြီးပြင်းရှင်သန်ဖို့ အဲဒီရေမြေသြဇာတွေက မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါတယ်။ facebook ပေါ် ရေးသားခဲ့ကြတဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ သံယောဇဉ်စာစုလေးတွေနဲ့အတူ facebook က စာဖတ်ပရိသတ်တို့ရဲ့ ရင်ထဲကစကား၊ ရင်ထဲက ခံစားချက်စာစုတွေကို ပေါင်းစုဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

(၁)

မေမေ (၂၂) နှစ်အရွယ်မှာ ကျွန်မကို မွေးတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ (၁၉) နှစ်တာလအတွင်းမှာ မေမေ ကျွန်မကို နေ့တိုင်းတွေ့ရတယ်။ အခု ကျွန်မ (၁၉) နှစ် အိမ်ပြန်ပြီး မေမေ့ကို မကြည့်နိုင်ခဲ့တာ နှစ်ဝက်ရှိပြီ။ မေမေ (၄၁) နှစ်ရှိပြီ။

တကယ်လို့ မေမေသာ အသက်(၁၀၀)ထိရှင်နိုင်ရင် မေမေ့အတွက် အချိန် (၅၉)နှစ်ကျန်သေးတယ်။ တစ်နှစ်မှာ နှစ်ခါလောက် မေမေ့ကို ကျွန်မ ပြန်ကြည့်နိုင်ခဲ့ရင် ကျွန်မတစ်သက်၊ မေမေ့တစ်သက် (၁၁၈)ခေါက်ပဲတွေ့ဖို့ အခွင့်အရေးရှိတော့တယ်။

ဒီလို ဂဏန်းပုစ္ဆာရဲ့အဖြေကို ကျွန်မ အတွက်မှားတယ်လို့ပဲ ကျွန်မ မျှော်လင့်ချင်ပါတယ်။

Chit Kan Kay

"မိဘကို မသေခင် လုပ်ကျွေးပါ၊ သေမှ ငိုမနေပါနဲ့"တဲ့။ ဒီစကားကို လူတိုင်း သိမှာပါ။ ဒါပေမယ့် လူဘယ်နှစ်ယောက်လောက် လိုက်လျောနိုင်မှာလဲ။ ကျွန်တော်လည်း မိဘကျေးဇူးကို ကျေအောင်မဆပ်ရသေးပါဘူး။ ဆပ်နေဆဲပါ။ အချစ်နဲ့မိဘ ဘယ်ဟာအရေးကြီးလဲလို့မေးရင် မိဘက ပိုပြီးအရေးကြီးတယ်လို့ ပြောကြမှာပဲ။ နောက်ဆုံးတော့ အချစ်ကြောင့် မိဘကို ပစ်သွားကြတာပဲ။

Nang Seng Sein

ကျောင်းပြီးလို့ မိဘကျေးဇူးဆပ်နိုင်ဖို့ အဝေးရောက်နေရင်း (၁)နှစ်မှ ခွင့် (၁၀)ရက်ရချိန်လေး မေမေ့ကို ပြန်တွေ့ခဲ့တယ်။ (၅)ကြိမ်မြောက်ဟာ ကျွန်မအတွက် နောက်ဆုံးအကြိမ်ဆိုတာ (၆)နှစ်အတွင်းမှာ (၉)လလွယ် (၁၀)လမွေးခဲ့တဲ့ မေမေနဲ့ နှစ်လပြည့်အောင်တောင် မနေခဲ့ရဘူး။ ဘဝတူမို့ ကိုယ်ချင်းစာနိုင်ပါတယ်။

Thomas Tun

အမေနဲ့မတွေ့ရတာ သုံးနှစ်ကျော်ပြီ။ ဒီနှစ်တော့ အမေ့ကို ပြန်တွေ့မယ်။ ကျေးဇူးပါ။

Ohnmar Cho

ကျေးဇူးပါ။ ကျွန်မလည်း တစ်နှစ်ကို နှစ်ခါပဲ အမေကို ပြန်ကြည့်နိုင်တဲ့သူပါ။ ကျောင်းတွေပြီးလို့ လုပ်ငန်းခွင်ထဲရောက်သွားပြီးရင် မိဘတွေရဲ့ ရင်ခွင်နဲ့ ဝေးသွားကြတယ်နော်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွန်မတို့ တတ်နိုင်သလောက် ကြိုးစားပြီး မိဘတွေနဲ့ တစ်နှစ်ကို နှစ်ကြိမ်ထက်မက တွေ့နိုင်အောင် ကြိုးစားကြမယ်နော်။

KoNgal Clone Junior

ဘယ်တော့မှ ဝမ်းမနည်းပါနဲ့။ အမေ့ကိုလွမ်းရင် အမေ့အကြောင်းကို တွေးပါ။ အဝေးမှာနေလို့ လွမ်းပြီးဝမ်းနည်းနေတာကို အမေသိရင် ဘယ်စိတ်ကောင်းမလဲ။

Aung Wintun

မေမေက ကျွန်တော့်ကို သူ့အသက် (၃၅)ကျမှ မွေးခဲ့တာ။ သူပဲ ကံဆိုးတာလား၊ ကျွန်တော်ပဲ ကံဆိုးတာလားတော့ မသိဘူး။ ကျွန်တော် (၅)နှစ်သား၊ အမေက အသက်(၄၀)မှာ ဆုံးသွားတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်တို့မြင်ရင် အမေ ရင်နာမှာသေချာတယ်။ အမေကယ်ခဲ့တဲ့ ကျွန်တော့်အသက်

က လောကကြီးအတွက် ဘာမှလုပ်မပေးရသေးဘူးလေ။ တောင်းပန်ပါတယ် အမေရေ....အမေ ကောင်းရာဘုံမှာသာ ရှိနေပါစေ။

(၂)

ဒီလောကမှာ ကျွန်မကို ပထမဆုံး ပွေ့ဖက်တဲ့ အမျိုးသားဟာ ဖေဖေပါ။

ဒီလောကမှာ ကျွန်မကို ဘေဘီလို့ခေါ်ပြီး ကျွန်မတစ်ယောက်ကိုပဲ ဘေဘီလို့ အမြဲခေါ်တတ်တဲ့ အမျိုးသားဟာ ဖေဖေပါ။

ဒီလောကမှာ ကျွန်မယုံကြည်ရတဲ့ တစ်ဦးတည်းသောအမျိုးသားဟာ ဖေဖေပါ။

ဒီလောကမှာ ပေးထားတဲ့ကတိအတိုင်း ပြုလုပ်တတ်တဲ့ အမျိုးသားဟာ ဖေဖေပါ။

ဒီလောကမှာ ကျွန်မ မှန်သည်ဖြစ်စေ၊ မှားသည်ဖြစ်စေ၊ ချောသည်ဖြစ်စေ၊ ရုပ်ဆိုးသည်ဖြစ်စေ ကျွန်မကို အထူးချွန်ဆုံး၊ အကောင်းဆုံးလို့ထင်တဲ့ အမျိုးသားဟာ ဖေဖေပါ။

ဒီလောကမှာ ကျွန်မကို အဖော်မပြုနိုင်တဲ့အထိ အမြဲအဖော်ပြုမယ်လို့ ပြောရဲတဲ့ အမျိုးသားဟာလည်း ဖေဖေပဲဖြစ်ပါတယ်။

Zin Marei

ဝမ်းနည်းစရာကတော့ ဖခင်တာဝန်မယူနိုင်လို့ အဖေနေရာမရတာလည်း ရှိပါတယ်။

Sann Sann Yee

ငယ်ငယ်က သူရဲကြောက်တတ်တဲ့ ကျွန်မဟာ ဖေဖေပါရင် သင်္ချိုင်းကုန်းထဲလည်း သွားရဲတယ်လို့ တွေးခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဖေဖေက ကျွန်မ ကိုးတန်းနှစ် ဆယ့်လေးနှစ်သမီးအရွယ်မှာ ကျွန်မတို့ကိုထားခဲ့ပြီး တမလွန်ကိုထွက်သွားခဲ့တော့။

Chaw Thi

ကျွန်မ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာတွေပဲလုပ်လုပ် ဘယ်လောက်ပဲဆိုးဆိုး၊ ဒါ ငါ့သမီးပေါ့လို့ အမြဲတမ်း ဂုဏ်ယူဝံ့ကြွားစွာပြောတတ်တဲ့ ကျွန်မဒက်ဒီကို အရမ်းသတိရပါတယ်။ ခုလို Christmas အချိန်မျိုးမှာ ပိုပြီးလွမ်းပါတယ်။

Hnin Yadana Zaw

ဖတ်ရင်းနဲ့ အဝေးကြီးမှာရှိနေတဲ့ ဖေဖေ့ကို အရမ်းသတိရလာလို့ ဖုန်းဆက်လိုက်မိတယ်။

Nay Wint

အမြဲတမ်း ကိုယ့်ရဲ့ နောက်ကျောလုံစွာနဲ့ ရှေ့ဆက်နိုင်ဖို့ ကျောထောက်နောက်ခံ၊ စိတ်အင်အားအဖြစ် ရပ်တည်ပေးနေတဲ့ သူတစ်ဦးရှိနေခြင်းဟာ ဘဝမှာ အရာအားလုံး ကျော်လွှားနိုင်မယ့် အားတစ်ခုလေ။

Rose Pusue

အဖေဟာ သားသမီးတိုင်းရဲ့အားဆေးပါ။ အဖေ အမြဲတမ်း ကျန်းမာပါစေလို့ ဒီနေရာကနေ ဆုတောင်းလိုက်ပါတယ်။

Yae Naung

အဖေနဲ့နေရတာ တကယ်ကို ဝမ်းသာတယ်ဗျာ။ ဒီစာသားလေးကို တွေ့တော့ အဖေအရင်းကိုတောင် အဖေလို့ တစ်ခါမှ မခေါ်ဖူးတဲ့ ကျွန်တော်ကံကိုပဲ အပြစ်တင်မိတယ်ဗျာ။

YieNwe Aung

အဖေဆိုတာ တို့တစ်တွေအတွက် ထီးတစ်လက်ပါ။ အေးမြပြီး အရိပ်ရစေတယ်။ နွေးထွေးပြီး လုံခြုံမှုတွေ ပေးတယ်။

(၃)

ခံစားချက်ဖိုရမ်မှာ ခံစားချက်အကြောင်း ဆွေးနွေးတဲ့လူ နှစ်မျိုးနှစ်စားရှိတယ်။ ပထမလူစားက မိသားစု "ပျော်ရွှင်ခြင်း"အကြောင်းပဲပြောတယ်။ ဒုတိယလူစားက မိသားစု "စိတ်ဆင်းရဲခြင်း"အကြောင်းပဲ ပြောတယ်။ အချိန်ကြာလာတာနဲ့အမျှ ပျော်ရွှင်ခြင်းအကြောင်းပြောတဲ့လူရဲ့ မိသားစုက ပိုပိုပျော်ရွှင်လာတယ်။ စိတ်ဆင်းရဲခြင်းအကြောင်း ပြောတဲ့လူရဲ့ မိသားစုက ပိုပိုစိတ်ဆင်းရဲလာတယ်။ တချို့က လမ်းခွဲပြတ်စဲတဲ့အထိပါပဲ။

Nay Wint

စကားနောက် တရားပါတာပါ။ ပြောရင်းပြောရင်း စိတ်အစဉ်ဟာလည်း နှုတ်ထွက်စကားရဲ့အောက်ကို ကျရောက်သွားပါလိမ့်မယ်။

Meme Hlamyo

ပျော်ရွှင်မှုတွေ ပျောက်သွားတာလောက် ဝမ်းနည်းရတာ မရှိဘူးနော်။

Ozzy Win

မှန်ပါတယ်။ တကယ်တော့ စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေချည်း တွေးနေတတ်တဲ့လူက တစ်ချိန်လုံး စိတ်ဆင်းရဲနေရတော့ ပျော်ရမယ့်ကိစ္စတွေကိုတောင် ခပ်လွှမ်းလွှမ်းလေး လုပ်တတ်သေးတာလေ။

Htun Htun Eco

အကောင်းမြင် အပြုတွေးများသည် ကံကောင်းခြင်းများကို သယ်ဆောင်လာတတ်ပြီး အဆိုးမြင် အပျက်တွေးများသည် ကံဆိုးခြင်းများကို သယ်ဆောင်လာတတ်သည် ဆိုသလိုပေါ့နော်။

ခရမ်းသားကြီး

သင် ဘယ်လိုတွေးတောစဉ်းစားနေတယ်ဆိုတာ ပြောပါ။ သင် ဘယ်လိုလူမျိုးလဲဆိုတာ ပြောပြပါလိမ့်မယ်လို့ တွေးခေါ်ရှင်တစ်ဦးက ပြောဖူးတယ်။

(၄)

တကယ်လို့ တစ်နေ့နေ့မှာ နင့်ကို ရင်ခုန်စေတဲ့လူ ရှိလာပြီ။ နင် ရည်းစားထားပြီလို့ ပြောလာတဲ့အခါ ငါ ဘာမှမပြောဘူး။ နင့်အတွက် တောင်းဆုတွေသာ ငါပေးမှာ။

တကယ်လို့ တစ်နေ့နေ့မှာ နင် နာကျင်ကြေကွဲပြီ၊ နွမ်းလျပြီလို့ ပြောလာတဲ့အခါ ငါ ဘာမှမပြောဘူး။ နင့်အတွက် မှီဖို့ ပခုံးတစ်စုံသာ ငါပေးမှာ။

သူငယ်ချင်းဆိုတာ ပျော်ရွှင်တဲ့နေ့ရက်တွေထဲက ဂီတာတစ်လက် ဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်ဘဝအတွက် ပျော်ရွှင်တဲ့တေးသွားတွေကို သယ်ဆောင် ပေးတယ်။

သူငယ်ချင်းဆိုတာ စိတ်ညစ်ညျူးစရာ နေ့ရက်တွေထဲက နွေ လေလေးဖြစ်တယ်။ မပျော်ရွှင်ခြင်းတွေကို ကိုယ့်အပါးကနေ အဝေးကို တိုက် ထုတ်ပေးတယ်။

သူငယ်ချင်းဆိုတာ အောင်မြင်ခြင်းလမ်းမပေါ်က ဆရာကောင်း တစ်ဦးဖြစ်တယ်။ အလင်းရောင်ရှိတဲ့အရပ်ဘက် ကိုယ့်ကို လမ်းညွှန်ဦးဆောင် ပေးတယ်။

သူငယ်ချင်းဆိုတာ ကျရှုံးခြင်းလမ်းမပေါ်က မီးအိမ်လေးတစ်လုံး ဖြစ်တယ်။ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်နဲ့ စိတ်ဝိညာဉ်ပေါ် ဖုံးလွှမ်းနေတဲ့အမှောင်တွေ ကို မောင်းထုတ်ပေးတယ်။

Jane Chiu

အဲဒီဂီတာတစ်လက်နဲ့ မီးအိမ်လေးတစ်လုံးရှိလို့ ပီတိတွေဖြာမိ ပါတယ်။ ချစ်သူငယ်ချင်းတွေကို ကျေးဇူးလည်း တင်တယ်။

Area X Area

သူငယ်ချင်းတော်တော်များများကတော့ (ကျောင်းနေဖက်တွေပါ။ တော်တော်လေး ခင်ကြပါတယ်။ ယခင်ကပေါ့)။ အိမ်ထောင်ကျသွားတာနဲ့ သူ့အိမ်ထောင်နဲ့သူ ကိုယ့်ကို အင်တာနက်ပေါ်မှာတောင် သာကြောင်း မာကြောင်း စကားစမည် မပြောနိုင်တော့တာ ဝမ်းနည်းစရာပါ။ why? သူ့ရဲ့ အိမ်ထောင်ဘက်က အားလုံးကို အမြဲတမ်း ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်မယ်လို့ တွက် ထားလို့ဖြစ်တယ်။ အိမ်ထောင်ကျလည်း သူငယ်ချင်းက နေရာတစ်ခု၊ ထာဝရ နေရာတစ်ခုမှာ ရှိနေသင့်တယ်မလား။ ထွက်ပေါက်မရှိခဲ့ရင် သူငယ်ချင်းက အကောင်းဆုံးထွက်ပေါက်တစ်ခုဆိုတာ သူတို့ မေ့လိုက်တာလား။ အိမ် ထောင်ကျရင် သူငယ်ချင်း မလိုတော့တာလား။

Zin Marei

ကျွန်မမှာတော့ အဲလိုသူငယ်ချင်းမျိုး မရှိပါဘူး။ ဒါပေမယ့် အဲလို မျိုး သူငယ်ချင်းစိတ်ဓာတ်ဖြစ်အောင် အမြဲကြိုးစားပါတယ်။

Ye' Thway Nyi

ကိုယ်အောင်မြင်နေတဲ့အချိန် အားကျသယောင် ဝမ်းသာစကား ပြောပြီး ကိုယ်ကျရှုံးချိန် ဝမ်းနည်းသယောင် အားရစကားပြောတတ်တဲ့ နောက် ကျောဓားနဲ့ထိုးတတ်တဲ့ သူငယ်ချင်းမျိုးတွေလည်း ကျွန်တော် တွေ့ဖူးပြီမို့ သူငယ်ချင်းကောင်းတွေကို စိစစ်ထုတ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ ဘာကြောင့် လက် ဆယ်ချောင်းတောင် မပြည့်လည်း ကျွန်တော် စဉ်းစားမရဘူးဗျာ။

(၅)

ရာစုနှစ်ဝက်တစ်ခုကို အတူတူဖြတ်ကျော်လာခဲ့ကြတဲ့ အဘိုးအဘွားအိုလင်မယားနှစ်ယောက် ညအိပ်ရာမဝင်ခင် သူတို့အချင်းချင်း အမြဲပြောတတ်တဲ့ နောက်ဆုံးစကားတစ်ခွန်းက "နင့်ကို ငါ ချစ်တယ်" တဲ့။

ဘာဖြစ်လို့ နှစ်နဲ့ချီပြီး ဒီလိုပြောကျင့်ရှိခဲ့သလဲလို့ တခြားလူကမေးတော့ အဘိုးအိုက ပြောတယ်။

"ကျွန်တော်တို့ အသက်ကြီးပြီ။ ဒီလိုပြောရတာဟာလည်း တကယ်လို့ တစ်နေ့နေ့မှာ ကျွန်တော်တို့ထဲက တစ်ယောက်ယောက်က နောက်တစ်နေ့မနက်မှာ လုံးဝနိုးမလာခဲ့တော့ဘူးဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ကြားမှာ အချင်းချင်း ကျန်ခဲ့မယ့် နောက်ဆုံးစကားက အဲဒီစကားဖြစ်နေမှာပဲ"

တကယ်တော့ အသက်အိုမင်းမှ မဟုတ်ပါဘူး။ လူဆိုတာ အံ့ချိန်မရွေး သေဆုံးနိုင်ပါတယ်။ မသေဆုံးခင် အချင်းချင်းကြားမှာ ဘာစကားတွေ နောက်ဆုံးကျန်ခဲ့စေချင်သလဲ။

အိမ်အပြင်မထွက်ခင် ဂရုစိုက်တဲ့စကား။

အိပ်ရာမဝင်ခင် ကြင်နာတဲ့စကား။

မခွဲခွာခင် ချစ်ခင်နှစ်လိုတဲ့စကား။

ဘယ်စကားတစ်ခွန်းက နောက်ဆုံးစကားဖြစ်မယ်မှန်း ဘယ်သူမှ မသိခဲ့ကြသလို ဘယ်သူကမှလည်း နောက်ဆုံးစကားတစ်ခွန်းကို နားဝင်မချိုတဲ့ ဒေါသစကားဖြစ်စေချင်ခဲ့ကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

Sai Kwan Khay

နောက်ဆုံးဖြစ်နိုင်တဲ့ စကားတစ်ခွန်းကို တွေ့မိတိုင်းလည်း ပြောဖြစ်နေပါတယ်။ သတိရတိုင်းလည်း စာရေးပြီး ပြောနေမိပါတယ်။ မတွေ့ဖြစ်ကြတိုင်းလည်း ရေရွတ်နေမိပါတယ်။

အရေပြားတွေ ရှုံ့တွလာတဲ့အထိ ပြောနေခွင့်လည်း ရချင်မှရမယ်။

ဆံပင်တွေ ငွေရောင်သမ်းလာတဲ့အထိလည်း ပြောခွင့်ရချင်မှရမယ်။

သေချာနေတဲ့ သူ့ကို တွေ့နေရချိန်တိုင်း ပြောနေမိပါတယ်။

သိပ်ချစ်ပါတယ်....

Ye Min Win

ချစ်သူနှစ်ယောက်ကြားထဲက အလေးနက်ဆုံးစကားတစ်ခွန်းပါ။ အခုချိန်ထိ ပြောလို့မရိုးသလို နောင် ဘယ်တော့မှလည်း ရိုးမယ့်စကား မဟုတ်ပါဘူး။ မျက်စိနှစ်လုံး ထာဝရမှိတ်တဲ့အချိန်အထိ ပြောနေမိမှာပါ။

Yunn San Eain

ချစ်တယ်ဆိုတာ ကောင်းတာပေါ့။ တဏှာချစ်ခြင်းထက် မေတ္တာနှင့်ပြောတဲ့ ချစ်ခြင်းမျိုးက ပိုလေးနက်စေတာပေါ့။ မှန်းတာက မကောင်းဘူးပေါ့။ ဒါကြောင့် ကိုသုမောင်နဲ့ မကော်နီတို့ဆိုထားတဲ့ "ချစ်တယ်" ဆိုတဲ့ သီချင်းလေးလိုပေါ့။ အဘိုးကလည်း အဘွားကို ချစ်တယ်ချစ်တယ်တဲ့။ အဖေကလည်း အမေ့ကို ချစ်တယ်ပြောပါတယ်။ ကိုယ်ကလည်း မင်းကို ပြောပါတယ် ချစ်တယ်....

Zin Marei

နှစ်တွေကြာလို့ အသက်တွေကြီးသွားပေမယ့် ရင်ထဲကနုလုံးသားက အမြဲတမ်း နုပျိုလန်းဆန်းဆဲပါ။ ဆေးပေးမီးယူရင်း သေသည့်တိုင်အောင် ချစ်ချင်လို့....

Myintmyint Aye

အရမ်းကောင်းတဲ့ စကားလေးတစ်ခွန်းပါ။ ခဏတာကြုံတွေ့ရတဲ့ လူ့ဘဝမှာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ချစ်ခင်ကြင်နာမှုလေးတွေရှိဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။

Waiwai Kyaw

အင်း ... အဲဒါကို သဘောကျတယ်။ အချစ်ဆိုတာ ပျိုတာအိုတာနဲ့ မဆိုင်ဘူးထင်တယ်နော်။

Yuyu Swe

တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦးက ကြင်နာတာပေါ့နော်။ ဒါပေမယ့် ကြင်နာတတ်ပုံချင်း မတူကြဘူး အစ်မရဲ့၊ တချို့က နှုတ်ကနေ ထုတ်ပြီးတော့ ကြင်နာတတ်တယ်။ တချို့ကတော့ နှုတ်ကနေ ဖွင့်မပြောဘူး။ လေးနက်တာချင်းတော့ အတူတူပါပဲ။

(၆)

တစ်လောကလုံးက နင့်အပေါ် သစ္စာဖောက်သွားခဲ့ရင်တောင် နင့်အနားမှာ ငါရှိတယ်။

တစ်လောကလုံးက နင့်နောက်ကျောကို ဓားနဲ့ထိုးချင်ခဲ့ရင် နင့်နောက်ကျောမှာ ငါနေပြီး အဲဒီဓားတွေကို ခံပေးမယ်။

တစ်ခါတလေမှာ တခြားလူတွေကိုကြည့်ပြီး ငါတို့ ဟားတိုက်ရယ်မောတယ်။ တစ်ခါတလေမှာ လူတွေ ငါတို့ကိုကြည့်ပြီး ဟားတိုက်ရယ်မောပါစေ။ ပေါ့ပေါ့ပါးပါးနေပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ပေးပါ။ တခြားလူတွေကိုလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ မျှဝေပါ။ လူ့ဘဝတိုတိုလေးထဲမှာ ဘာမကျေနပ်စရာ၊ ဘာဝမ်းနည်းစရာမှ ကိုယ့်အတွက် ချန်မထားပါနဲ့။

ရယ်ချင်တဲ့အခါ ရယ်ပါ။

ငိုချင်တဲ့အခါ ငိုပါ။

ချစ်သင့်တဲ့အခါ ချစ်ပါ။

လက်လွှတ်သင့်တဲ့လူကို လက်လွှတ်ပါ။

အမုန်းရန်ငြိုးတွေနဲ့ ဘဝကို အဆုံးသတ်သင်္ကေတအမှတ် မချလိုက်ပါနဲ့။

Yint Asdo

ရခဲတယ်ဆိုတဲ့ လူ့ဘဝမှာ အဆုံးသတ်ကောင်းဖို့ လိုတာပေါ့နော်။

Hninwai Kyaw

ငါတို့ကိုကြည့်ပြီး ပျော်ရွှင်သွားတဲ့လူတွေရှိခဲ့ရင် ငါကလည်း သူတို့ကိုကြည့်ပြီး ပျော်ရွှင်ရပါတယ်။

(၇)

အိမ် . . . ကြီးလို့ရတယ်။ ငယ်လို့ရတယ်။ မိုးလုံလေလုံ ခိုလှုံနိုင်ဖို့ပဲ လိုတယ်။

အိမ် . . . ဆူညံလို့ရတယ်။ ငြင်းခုန်လို့ရတယ်။ အမုန်းရန်ငြိုး မထားဖို့ဘဲ လိုတယ်။

အိမ် . . . ငိုလို့ရတယ်။ ရယ်လို့ရတယ်။ တစ်အိမ်လုံး ချမ်းမြေ့ပျော်ရွှင်ဖို့ပဲ လိုတယ်။

အိမ် . . . ဆင်းရဲလို့ရတယ်။ ချမ်းသာလို့ရတယ်။ မိသားစုတစ်တွေ စည်းလုံးနွေးထွေးဖို့ပဲ လိုတယ်။

အိမ် . . . ဝေးလို့ရတယ်။ နီးလို့ရတယ်။ အိမ်အပြန်လမ်းကို မှတ်မိနေဖို့ပဲ လိုတယ်။

အိမ် . . . အိုမင်းလို့ရတယ်။ ဟောင်းနွမ်းလို့ရတယ်။ မကြာခဏ အိမ်ပြန်ပြီး မိဘကို အဖော်လုပ်ဖို့ပဲ လိုတယ်။

May Yin Kha

မိဘတွေမရှိတော့ ပြန်လမ်းသိပေမယ့် ပြန်ရန်ခက်ပြီ။ အိမ်ကိုဖတ်ရတိုင်း အမေ့ကို တအားလွမ်းတယ်။

Rose Angel Trk

"မကြာခဏပြန်ပြီး မိဘကို အဖော်လုပ်ဖို့ပဲ လိုတယ်"

အသက်ရှင်ခဲ့တဲ့တစ်လျှောက်မှာလေ ကိုယ့်ကို တစ်ရက်မှ မလစ်ဘဲ မျှော်လင့်၊ စောင့်မျှော်၊ ဖေးကူပေးတာ မိဘတွေပါပဲ။

Zin Marei

အမိုးအကာရှိလို့ နွေးထွေးလုံခြုံမှုရှိတယ်။ စည်းစည်းလုံးလုံးရှိလို့ ပျော်ရွှင်မှုကို ခံစားရတယ်။ ဘယ်လောက်နီးနီးဝေးဝေး ရောက်အောင်ပြန်ကြရတယ်။ အချိန်တန်လို့မှ ပြန်မလာရင် မိဘတွေက မျှော်ကြတယ်။ ပြန်လာရင် မိဘတွေက နွေးထွေးစွာ ကြိုဆိုကြတယ်။ အိမ်ရဲ့လိုအပ်ချက်တွေပဲ။ ဒါကြောင့် အိမ်ကို တန်ဖိုးထားကြပါ။

Mee Nge

ဟိုအရင်တုန်းကတော့ ဘယ်သွားသွား အိမ်ကိုမြန်မြန်ပြန်ချင်တယ်။ အမေရှိလို့ပေါ့။ အခုတော့ အိမ်ဆိုတာ ဘာမှန်းမသိတော့ဘူး။

Ngun Zhnem

မိဘအိမ်လောက် နွေးထွေးမှုရှိတဲ့နေရာ မရှိပါဘူး။

Mhm Harsan

"အိုမင်းလို့ရတယ်၊ ဟောင်းနွမ်းလို့ရတယ်။ မကြာခဏ အိမ်ပြန်ပြီး မိဘကို အဖော်လုပ်ဖို့ပဲ လိုတယ်"တဲ့။ ငါ မအိုမင်းသေးဘူး။ ငါ မဟောင်းနွမ်း

သေးဘူး။ ဘာကြောင့် ပြန်ပြီး မိဘကို အဖော်လုပ်မပေးနိုင်တာလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

Yuyu Swe

ဒီအချိန်အထိ မိစုံဖစုံနဲ့နေရတာက ကံကောင်းတာပေါ့နော်။ တချို့သူငယ်ချင်းတွေဆို သနားပါတယ်။ ဒါကြောင့် အိမ်ကို တန်ဖိုးထားရင် မိဘကို တန်ဖိုးထားတာနဲ့ အတူတူပဲပေါ့နော်။

(၈)

တစ်နေ့မှာ "သူငယ်ချင်း" နဲ့ "ချစ်သူ" ထိပ်တိုက်တွေ့တော့ ချစ်သူကပြောတယ်။

"လောကကြီးမှာ ငါရှိနေပြီပဲ။ မင်းရှိဖို့ မလိုတော့ဘူး။"

ချစ်သူရဲ့အပြောကို သူငယ်ချင်းက ရယ်ပြီးပြန်ဖြေတယ်။

"ချစ်သူက လူကို မျက်ရည်ကျစေတယ်။ သူငယ်ချင်းက အဲဒီကျလာတဲ့မျက်ရည်ကို သုတ်ပေးသူဖြစ်တယ်"

သူငယ်ချင်းဆိုတာ တစ်ခါတစ်ရံမှာ သင့်ကို စိုးရိမ်ပူပန်တတ်သူ၊ သင့်ကို ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်သူ၊ သင့်သောကကို မျှသူ၊ သင့်ကို ပျော်ရွှင်စေချင်သူ၊ သင့်ကို ရယ်အောင် စနောက်တတ်သူဖြစ်တယ်။

Kyaw Myint Aung

ဘာတွေဘယ်လိုပဲ ပြောင်းလဲပါစေ။ အနိုင်ယူလိုစိတ်နဲ့ မနာလိုအငြိုးအတေးမရှိတဲ့ အဖြူစင်ဆုံး ရိုးသားခဲ့တဲ့ သူငယ်ချင်းဆိုတာ ခင်မင်မှု

များမွေးဖွားရာ၊ ကြည်နူးစရာ၊ ချစ်ခြင်းမေတ္တာတွေများစွာရဲ့ စုဝေးရာ၊ ပြောင်းလဲခြင်းမရှိတဲ့ သံယောဇဉ်တွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေတဲ့ နလုံးသားပြတိုက်တစ်ခုပေါ့။

La Yake May

ဟုတ်ပါတယ်။ ချစ်သူဆိုတာ (၁၀)မိနစ်လောက်ပျော်အောင် ပြောပေးတတ်ပြီး (၁၀)ရက်ငိုအောင် လုပ်နိုင်သူပါ။

Soe Thu Aung

တစ်ခါတလေကျတော့လည်း သူငယ်ချင်းကြောင့် ချစ်သူနဲ့ အချင်းများရတဲ့အခါ အဲဒီသူငယ်ချင်းက မျက်ရည်သုတ်ပေးတော့လည်း ဘာထူးမှာလဲ။ မျက်ရည်ကျစေပြီးမှ သုတ်ပေးတာထက်စာရင် မကျအောင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်းနေတာ၊ အလိုက်တသိနေပေးတာက ပိုကောင်းပါတယ်။

Mg Aung

သူငယ်ချင်း၊ ချစ်သူ၊ ချစ်ဇနီး တစ်ထပ်တည်းကျခဲ့တယ်ဗျာ။

ခွန်ခမ်းအွမ် သာမညူ

သူငယ်ချင်းဆိုပေမယ့် သူငယ်ချင်းတိုင်းတော့ မဟုတ်လောက်ပါဘူး။ အရာရာကို ပုံသေမတွက်နဲ့ဦးပေါ့။

Nay Myo Win

သူငယ်ချင်းဆိုတဲ့ သူငယ်ချင်းကို တောင့်တမိပါတယ်။ ချစ်သူဖြစ်ရတာထက် သူငယ်ချင်းဖြစ်ရတာ ပိုပြီးတန်ဖိုးရှိပါတယ်လေ။

Zaw Htike

သူငယ်ချင်းဘက်ကကြည့်ရင် ကျေနပ်စရာပါ။ တကယ်ပေးဆပ်ချစ်ရတဲ့ ချစ်သူဘက်ကကြည့်ရင် မမျှတပါဘူး။ သူငယ်ချင်းနဲ့ချစ်သူ ယှဉ်မကြည့်သင့်ဘူး။ သူ့နေရာနဲ့သူပေါ့။

Than Than Htay

သူငယ်ချင်းကနေ အခြေအနေပေးလို့ ချစ်သူဘဝရောက်သွားတဲ့ ချစ်သူတွေလည်း ရှိလိမ့်မယ်နော်။ သိပ်ပျော်ဖို့ကောင်းမှာပဲ။

Casper Zaw

အင်း . . . . ကိုယ့်အပေါ်ကို တော်တော်နားလည်ပေးနိုင်မယ့် သူငယ်ချင်းကောင်းရဖို့ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်ဘက်ကလည်း သူ့အပေါ် တော်တော်နားလည်ပေးမှ အဆင်ပြေနိုင်မှာပါ။

(၉)

ကြီးပြင်းလာပြီ။ ရင့်ကျက်လာပြီ။ အဲဒီနောက်မှာတော့ သူငယ်ချင်းအများကြီးရဖို့ထက် စိတ်တူကိုယ်တူ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်၊ နှစ်ယောက် ပိုင်ဆိုင်ထားတာက ပိုတန်ဖိုးရှိကြောင်း သိလာခဲ့ရတယ်။

Chaw Sint Yin

စိတ်တူကိုယ်တူ...ရှားတယ်။

Saung Chitthu

စိတ်တူကိုယ်တူဖြစ်ဖို့က ရှားပါတယ်။ ရှိခဲ့ရင်လည်း ဆုံးရှုံးရမှာကို နှမြောမိမှာပါ။ ကိုယ့်ဘဝကို လျှောက်လှမ်းရင်တော့ ခွဲခွာမှုတွေ၊ ဆုံးရှုံးမှုတွေ၊ လွမ်းဆွတ်မှုတွေ၊ ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှုတွေ အနည်းငယ်တော့ ခံစားရမှာပေါ့နော်။ တစ်ချိန်က အတူရှိခဲ့တဲ့ သူငယ်ချင်းများဆီသို့

Kyawt Kyawt San

စိတ်တူကိုယ်တူ၊ ကိုယ့်ကို နားလည်ပေးမယ့်သူ၊ အင်း . . . တန်ဖိုးအရမ်းရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် အရမ်းကိုရှားပါးတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲ နားလည်မှုပေးဖို့ကြိုးစားတော့တယ်။

Nwe Nwe Htun

စိတ်တူကိုယ်တူကတော့ ရှားပါတယ်။ စိတ်မတူပေမယ့် ကိုယ်လိုအပ်ရင် ကိုယ့်အနားရှိပြီး ကိုယ့်ကို နားလည်ပေး၊ သူလိုအပ်ရင် သူ့အနားနေပြီး သူ့ကို စာနာပေးတဲ့ စိတ်မတူကိုယ်တူသူငယ်ချင်းတစ်ယောက်တော့ ရှားရှားပါးပါးရှိလို့ ကျေနပ်လိုက်တော့မယ်။

Mar Mar Lwin

ငယ်သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ဝေးရာကိုရောက်နေတော့ တန်ဖိုးဆိုတာကို နားလည်နေမိတာတော့ အမှန်ပါပဲ။

Waw Hkyung Lu

အဲဒီ တန်ဖိုးရှိတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေကို တကယ်ပဲ ကျေးဇူးတင်မိပါတယ်။ သူတို့အတွက်လည်း တန်ဖိုးရှိတဲ့ သူငယ်ချင်းကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ပါတယ်။

Badand Goodfriends

ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကရော၊ သူများအပေါ် ဘယ်လောက်ကောင်းဖူးရှိလဲ၊ပြန်တွေးကြည့်ပါဦးလေ။

Esther H Yee

အရင်တုန်းကတော့ သူငယ်ချင်းတွေ အများကြီးရှိနေတယ်လို့ ထင်ခဲ့မိတာ။ တကယ်တမ်း ရင်ဆိုင်လာရတဲ့အခါ (၁၀)ယောက်မှာ တစ်ယောက်မကျန်ဘူး။ ကိုယ်တိုင်ကြုံဖူးသွားပြီ။ ဒါကြောင့် ဒီအဆိုကို ၁၀၀ % agree ဖြစ်ပါတယ်။

(၁၀)

(၁၀)နှစ်အရွယ်မှာ အမေရဲ့အရိုက်ကိုခံရတော့ သူ ငိုတယ်။

(၂၀)နှစ်အရွယ်မှာ အမေရဲ့အရိုက်ကိုခံရတော့ သူ ဒေါသထွက်တယ်။

(၃၀)နှစ်အရွယ်မှာ အမေရဲ့အရိုက်ကိုခံရတော့ သူ အောင့်ခံတယ်။

(၄၀)နှစ်အရွယ်မှာ အမေရဲ့အရိုက်ကိုခံရတော့ သူ ရယ်တယ်။

(၅၀)နှစ်အရွယ်မှာ အမေရဲ့အရိုက်ကိုခံရတော့ သူ ငိုတယ်။

(၁၀)နှစ်အရွယ်မှာ နားမလည်လို့ သူ ငိုတယ်။

(၂၀)နှစ်အရွယ်မှာ မသိလို့ သူ ပေါက်ကွဲတယ်။

(၃၀)နှစ်အရွယ်မှာ နားလည်လာလို့ သူ အောင့်ခံတယ်။

(၄၀)နှစ်အရွယ်မှာ ပိုနားလည်လာလို့ သူ ရယ်တယ်။

(၅၀)နှစ်အရွယ်မှာ ကျေးဇူးတင်လို့ သူ ငိုတယ်။

(၆၀)နှစ်၊ (၇၀)နှစ်မှာ အတိတ်အမှတ်တရတွေထဲက နွေးထွေးနူးညံ့မှုတွေကို ရှာယူရင်း အမေကို သူ လွမ်းဆွတ်သတိရနေခဲ့တယ်။

Nang Seng Sein

ခုအချိန်မှာ အရိုက်ခံရမယ်ဆိုရင်တောင် အဲလိုအခွင့်အရေး ရချင်ပါတယ်။ လွမ်းဆွတ်သတိရခြင်းနဲ့သာ....

Zaw Layann

ခုချိန်မှဗျာ၊ ဆူလည်း မဆူနိုင်တော့ဘူး။ ရိုက်လည်း မရိုက်နိုင်တော့ဘူးဗျာ။ ကျွန်တော့်အတွက် အမေဟာ စိတ်လည်း မပူနိုင်တော့ဘူး။ အမေဆုံးသွားတာ တစ်နှစ်ရှိပြီဗျာ။ အမေ့ကို အရမ်းသတိရတယ်။

Siva KS

ကိုယ့်ထက်ငယ်သူကိုကိုယ့်လိုမခံစားရအောင်ပြောဆိုဆုံးမလည်း အသိဉာဏ်နည်းနေသေးတော့ မသိ၊ နားမလည်နိုင်သေး။ ကြီးပြင်းလာတဲ့ အခါမှ သိမြင်နားလည်လာတတ်ကြ။ ထိုအခါမှ လွမ်းဆွတ်တမ်းတ လာတတ်ကြ။ လောကရဲ့သဘာဝတရားပါပဲ။ မှတ်သားစရာကောင်းပါတယ်ဗျာ။

Princexx Cabala

ခဏခဏ မေမေ့အဆုံခံရလွန်းလို့ စိတ်ညစ်ပေမယ့် တကယ်တော့ ဒါဟာ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်တဲ့ အခိုက်အတန့်ပါပဲ။ မေမေနဲ့ အတူရှိနေတဲ့ အချိန်တွေကို ပိုတန်ဖိုးထားလာမိတယ်။

Minn Lwin Pyin

(၂၀)နှစ်မပြည့်ခင် အမေ့ကို လွမ်းဆွတ်နေရတဲ့အဖြစ်တွေလည်း ရှိပါသေးရဲ့ဗျာ။

Mar Mar Lwin

ဟုတ်တယ်။ အမေနဲ့ဝေးရာမှာရောက်နေတော့ အမေ့ကို ပိုပြီး တမ်းတနေမိတယ်။ ကိုယ့်အသက်က လေးဆယ်ကျော်ငါးဆယ်နားမှာ၊ အမေ့အသက်က (၇၀)ကျော် (၈၀)ထဲမှာ။ ဒါပေမယ့် အမေ့နားမှာ မနေပေးနိုင်သေးဘူး။

U Ncle Htet

အသက်(၅၀)ထိ အဖေအမေရဲ့ အရိုက်ခံချင်လိုက်တာဗျာ။ အဲဒီအချိန်ထိ သူတို့သက်ရှိထင်ရှားရှိနေနိုင်ကြပါစေ။

Ei Ei Hnin

(၆၀) (၇၀)မှ မဟုတ်ပါဘူး။ အခု (၃၀)ကျော်မှာတောင် အမေ့ရဲ့ နွေးထွေးနူးညံ့မှုကို ဆုံးရှုံးလို့ ငိုနေရပါတယ်။

(၁၁)

ငါတို့ကြားမှာ အချင်းချင်းဆိုတာရှိလို့ နောက်ပြောင်တာတွေ ရှိရတယ်။ ငါတို့ကြားမှာ အချင်းချင်းဆိုတာရှိလို့ လျှို့ဝှက်ချက်တွေ ပြောခွင့်ရတယ်။ မဆက်သွယ်တာကြာတိုင်း ငါတို့ ဝေးကွာသွားတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သတင်းတွေမကြားတိုင်း ငါတို့ ဂရုမစိုက်တော့တာ မဟုတ်ပါဘူး။ သူငယ်ချင်းဖြစ်ပြီဆိုတာနဲ့ ငါတို့မှာ အကွာအဝေးမရှိခဲ့တော့ဘူး။ နှလုံးသားမှာ သူငယ်ချင်းဆိုတဲ့ သစ်ပင်ကို အမြစ်တွယ်အောင် စိုက်ခဲ့ပြီမို့ပါ။

တကယ်တော့ သူငယ်ချင်းဆိုတာ ဒီလိုပါပဲ။ မေ့သွားတယ်ဆိုတာ မရှိခဲ့လို့ သတိရစရာလည်း မလိုခဲ့ပါဘူး။

ငါတို့ဟာ သူငယ်ချင်းပါ။ တစ်သက်မပြောင်းတဲ့ ခင်မင်ရင်းနှီးမှုနဲ့ အချင်းချင်း တန်ဖိုးထားရမှာ။

Nay Wint

စိတ်တူကိုယ်တူနဲ့ ငါတို့ရဲ့ ဘဝခရီးကို နားလည်မှုတူညီစွာ ထာဝရ လျှောက်လှမ်းနေကြမှာက ငါတို့ဖြူစင်မှုပြည့်တဲ့ ဒီသူငယ်ချင်းတွေပါ။

Mee Nge Mee

(၈)တန်းတုန်းက အချိန်လေးနဲ့ တက္ကသိုလ်တက်တုန်းက အချိန်လေးတွေကို အရမ်းလွမ်းတယ်။ missing all of my friends.

Tay Ka Byar

ဘယ်လောက်ဝေးဝေး အမြဲမဟုတ်တောင် မကြာမကြာ သတိတရနဲ့ ပြောနေတွေးနေမိတာ ချစ်တဲ့သူငယ်ချင်းတွေအကြောင်းပေါ့။ တချို့ဆို ဘယ်ရောက်လို့ရောက်နေမှန်းတောင် မသိဘူး။ ဒါပေမယ့် သတိရတုန်း...

Nppk Shwedaung

ဟုတ်တယ်။ သူငယ်ချင်းသံယောဇဉ်က အဖြူစင်ဆုံးပဲ။ တစ်ယောက်အပေါ်တစ်ယောက် အနစ်နာခံတယ်။ ကူညီဖေးမတယ်။ ကျောင်းတုန်းက သူငယ်ချင်းတွေကို အရမ်းသတိရတယ်။ ကျောင်းတက်တုန်းကအချိန်တွေကို ပြန်ပြီး သတိရတယ်။ အခုတော့ သူငယ်ချင်းတွေ ဘယ်ကိုရောက်လို့ ဘာတွေလုပ်နေပါလိမ့်နော်။

Myokoko Mechanical

မေ့ပျောက်ဖို့ခက်တဲ့ သံယောဇဉ်တွေနဲ့ အဖြူစင်ဆုံးနှလုံးသားတွေ ပိုင်ဆိုင်နေကြသူတွေဟာလည်း သူငယ်ချင်းတွေပါပဲ။

May Myatnoe

နှောင်ပြောင်မှုနဲ့ ခင်မင်ခဲ့တယ်။ ခင်မင်မှုတွေကြာခဲ့လို့ လျှို့ဝှက်ချက်တွေ ဖလှယ်ကြတယ်။ ဝေးကွာပေမယ့်လည်း ဂရုစိုက်မှုတွေ ရှိခဲ့တယ်။ အကွာအဝေးတွေ မရှိဘဲ နှလုံးသားထဲမှာ အမြစ်တွယ်ခဲ့တယ်။ မေ့လည်း မမေ့သလို သတိရမှုတွေလည်း မပျောက်သွားပါဘူး။ အဲလိုလေးပဲ သူငယ်ချင်းဆိုပြီး အမြဲတမ်း ခင်မင်ရင်းနှီး တန်ဖိုးထားရမယ့် သူငယ်ချင်းတွေ ဖြစ်ချင်တယ်။

Bae Rasin

သူငယ်ချင်းတွေရဲ့ ဖေးမမှုတွေကိုကြုံရတိုင်း အိပ်မက်ကနေ လန့်နိုးသွားသလိုပဲ၊ ရင်သိမ့်တုန်အောင် ကြည်နူးရပါတယ်။ သေချာတာပေါ့။ ဘဝမှာ သူငယ်ချင်းဆိုတာ မရှိခဲ့ရင် ရှင်သန်နေရခြင်းက မပြည့်စုံနိုင်ပါဘူး။

Kyaw Thu

လွမ်းတယ်ဗျာ၊ ငယ်ငယ်က သူငယ်ချင်းတွေ၊ နောက်ပြီး ကျောင်းပြီးလို့ ခွဲခဲ့ရတဲ့သူငယ်ချင်းတွေ အားလုံးကို လွမ်းတယ်ဗျာ။

(၁၂)

တကယ့်သူငယ်ချင်းဆိုတာ နားဝင်ချိုတဲ့စကားတွေ မဟုတ်ဘူး။ သင် အခက်အခဲကြုံချိန် သင့်ကိုလှမ်းလိုက်တဲ့ လက်တစ်စုံသာဖြစ်တယ်။ တစ်နေ့ကုန် သင့်ဘေးမှာ ပတ်လည်ဝိုင်းနေပြီး သင့်ကို ပျော်အောင်လုပ်သူတွေက တကယ့်သူငယ်ချင်း စစ်ချင်မှစစ်မယ်။ ဝေးကွာနေတယ်လို့ ထင်ရပေမယ့် တကယ်တမ်းတော့ သင့်ကို အမြဲဂရုစိုက်သူ၊ သင်ကောင်းစားချိန်၊ ပျော်ရွှင်ချိန်မှာ သင့်ကို မမြှောက်ပင့်တတ်သူ၊ သင်လိုအပ်ချိန်မှ သင့်အနား ရောက်လာသူ၊ ဒါတွေကမှ တကယ့်သူငယ်ချင်းဖြစ်တယ်။

Mee Nge Mee

သူမှားနေတာသိရင် သူ့အမုန်းကိုခံပြီး လမ်းညွှန်ပြပေးနိုင်ရမယ်။

Haemoglobin Hb

သူငယ်ချင်းစစ်ဆိုတာ ကြယ်တွေလိုပဲ။ ကိုယ့်အနား အမြဲရှိချင်မှ ရှိမယ်။ ဝေးတယ်ထင်ရပေမယ့် စိတ်ချင်းအမြဲနီးစပ်နေတဲ့ အဝေးကလူတွေပဲ။

Yone Nyo Lay

ဟုတ်ပါတယ်။ အဲဒါကို သူငယ်ချင်းတွေကို နားလည်စေချင်လိုက်တာ။ တချို့က နားလည်တယ်။ နားလည်ပေမယ့် မေ့ထားတာလား မသိဘူး နော်။ အပေါ်ယံပျော်ရွှင်မှုကို သာယာနေကြတာလား မသိတော့ပါဘူး။ တချို့က သိကိုမသိဘဲနဲ့ သာတဲ့ဘက်ကို လုံးဝပါသွားတာ။ နောက်ဆုံးတော့ သူငယ်ချင်းတွေအပေါ်မှာ နက်နက်နဲနဲခင်မိတဲ့ ငါသာ ....

Havana Huti

"သူငယ်ချင်းဆိုတာ နောက်ကနေ လှမ်းခေါ်တတ်သူ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သူငယ်ချင်း လျှောက်လှမ်းမယ့်ခရီး သူ့ကြောင့် တုံ့နှေးသွားမှာစိုးလို့ပါ။ အဲဒါကြောင့် ဘေးနားကို မရောက်ရောက်အောင် ပြေးလာတတ်ပြီး မင်းဆီလာရတာ မောလိုက်တာကွာလို့ တစ်ချက်မှ မညည်းဘဲ ပခုံးဖက်ပြီး အားပါးတရ စကားတွေပြော၊ အားပေးတတ်သူဖြစ်ပါတယ်။

မှားနေလည်း မဆူဘဲ အမှန်ပြင်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားပဲ့ပြင်ပေးတတ်သူလည်း ဖြစ်တယ်။ တကယ်တော့ သူငယ်ချင်းဆိုတာ သွေးမတော်သားမစပ်ပေမယ့် တစ်ခါတစ်ရံမှာ သူငယ်ချင်းဆိုတာ သွေးသားရင်းချာတွေထက် ပိုကောင်းနေတတ်ပါတယ်။

Nan Dar

ဒါပေမယ့် သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်က အဲဒီလို အမြဲနေပေးပေမယ့် သက်ဆိုင်တဲ့သူငယ်ချင်းတွေက အဲဒီအမှန်တရားကို မသိကြဘူး။ အပေါ်ယံတွေကို မြတ်နိုးတတ်ကြတာ၊ လူတွေရဲ့သဘာဝလိုများ ဖြစ်နေပြီလား။ တကယ်တမ်း အဲဒီလို နားလည်တတ်တဲ့သူငယ်ချင်း ဒုက္ခရောက်နေချိန် အကူအညီလိုနေချိန်ဆိုရင် ဘယ်သူမှ သူ့အနားမှာ မရှိကြတော့ဘူး။ ကြာတော့ လူတွေကို နားလည်ပေးဖို့ဆိုတာ တော်တော်ကို ခက်လာတယ်။

Cache Chan

သူငယ်ချင်း၊ ဘဝတူမှ၊ အဆင့်အတန်းတူမှ၊ ကြွယ်ဝချမ်းသာမှ၊ ပေါင်းချင်ကြတဲ့ တချို့ရှိမယ်။ ဒါပေမယ့် တချို့တချို့ကျတော့ ပိုက်ဆံမချမ်းသာ

ပေမယ့် စိတ်ချမ်းသာအောင်ထားနိုင်တဲ့၊ ဘဝမတူပေမယ့် ကိုယ့်ဘက်ကို ရပ်တည်ပေးနိုင်တဲ့၊ အဆင့်အတန်းမတူပေမယ့် လက်တွဲခေါ်ပေးကြတဲ့၊ သူ့ဆီက ဘာမှပြန်မမျှော်လင့်ကြတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေ....

Min Minmin

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အရင်ဆုံး အဲဒီလိုသူငယ်ချင်းမျိုးဖြစ်အောင် လုပ်လိုက်ပါ။ ဒါဆိုရင် အဲဒီလိုသူငယ်ချင်းမျိုးတွေ အများကြီးရလာလိမ့်မယ်။

New Sky

သူငယ်ချင်းကောင်း မရသေးပေမယ့် ကိုယ့်ဘက်ကတော့ အမြဲတမ်း သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် နေပါတယ်။

Mg Cho

သင်ကိုယ်တိုင် သူငယ်ချင်းကောင်းဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်အပြည့်ရှိလို့ ဒီလိုအတွေးတွေ၊ အသိတရားတွေ၊ ဦးနှောက်ထဲ ရောက်လာတာပါ။

Black Phonix

သူငယ်ချင်းကောင်းဆိုတာ အကူအညီမလိုတဲ့အချိန်မှာ ဘေးထွက်နေပြီး အကူအညီလိုတဲ့အချိန်မှ ရှိတတ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ အကူအညီမလိုတဲ့အချိန်မှာ အတူတူပျော်ရွှင်စေပြီး အကူအညီလိုရင် တတ်နိုင်သလောက် ကူညီတာကို သူငယ်ချင်းကောင်းလို့ ခေါ်ပါတယ်။

Sawm Ra

တကယ့်သူငယ်ချင်းကောင်းတစ်ယောက်နဲ့ ဆုံချင်တာထက် တကယ့်သူငယ်ချင်းကောင်းတစ်ယောက်ပဲ ဖြစ်ချင်တယ်။

(၁၃)

ကြောင်နဲ့ဝက်က သူငယ်ချင်းကောင်းတွေဖြစ်တယ်။ တစ်နေ့မှာ ကြောင်က တွင်းနက်တစ်ခုထဲပြုတ်ကျသွားတော့ ဝက်က ကြိုးတစ်ချောင်း ဆွဲပြီး လာကယ်တယ်။ ကြောင်က ဝက်ကို ကြိုးပစ်ချပေးဖို့ပြောတော့ ဝက်က ကြိုးတစ်ခွေလုံးကို ပစ်ချပေးလိုက်တယ်။

"ကြိုးတစ်ခွေလုံးပစ်ချပေးတော့ မင်း ငါ့ကို ဘယ်လိုဆွဲတင်မလဲ" လို့ ကြောင်က စိတ်ပျက်လက်ပျက် ဆိုတယ်။

"မပစ်ချပေးရင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ" လို့ ဝက်ကပြောတော့ ကြောင်က "ကြိုးစတစ်ဖက်ကို မင်း ဆွဲထားရမှာ" လို့ သင်ပေးတယ်။

တွင်းထဲကို ဝက်ခုန်ချပြီး ကြိုးစတစ်ဖက်ကို ဆွဲလိုက်တယ်။

"ကဲ ...အခု ရပြီ" တဲ့။ ဝက်ရဲ့အပြုအမူကြောင့် ကြောင် မျက်ရည်ကျမိပါတယ်။ ဝမ်းသာပျော်ရွှင်လွန်းလို့ ကျတဲ့မျက်ရည်ပါ။

တချို့သူငယ်ချင်းတွေက အရမ်းမထက်မြက်ဘူး။ ရိုးအတယ်ဆိုပေမယ့် သင် တစ်သက်တာ မြတ်နိုးပိုင်ဆိုင်ထိုက်ပါတယ်။

Tho Aom

ကောင်းလိုက်တဲ့ ဥပမာ၊ ဒါပေမယ့် ဒီလိုတွေးပြီး သူငယ်ချင်းလုပ်မယ်ဆိုရင် ကိုယ် ဘယ်လောက်သဘောထားကြီးနိုင်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အရင်စမ်းသပ်ရလိမ့်မယ်။

Aye Aye Nu

စာသားကို အရမ်းကြိုက်တယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း ဝက်လို သူငယ်ချင်းမျိုးဖြစ်ဖို့ ကြိုးစားနေပါတယ်။

Mal Tin

ရှိးအတဲ့သူတွေဆီမှာ ဖြူစင်တဲ့နှလုံးသားတစ်ခုရှိတယ်။

Soe Min Htun

ဖြူစင်တဲ့မေတ္တာတရားတွေ နှလုံးသားထဲမှာရှိနေမယ်ဆိုရင် ရိုင်းပင်းကူညီချင်တဲ့ စိတ်ဓာတ်အမြဲတေလေးဟာ ကျွန်တော်တို့တစ်တွေနဲ့ အလှမ်းဝေးကွာမယ်လို့ မထင်ပါဘူး။

Aung Kyi Oo

ရိုးအမှုကြောင့် ဆုံးရှုံးရတာတွေ ရှိနိုင်ပေမယ့် ရိုးသားမှုကတော့ တစ်ခုမဟုတ်တစ်ခု အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှာ သေချာတယ်။

(၁၄)

ငါပြုံးတဲ့အခါ နင် နားလည်ခဲ့ရင် ငါ့လက်ကို တင်းတင်းဆုပ် ငါ့ကို ပြန်ပြုံးပြရင် ရပြီ။

ငါငိုတဲ့အခါ နင် နားလည်ခဲ့ရင် နင့်ပခုံးကို ခဏငှား၊ ငါ့ကို တိတ်တဆိတ် အဖော်ပြုရင် ရပြီ။

ငါ စိတ်ဓာတ်ကျတဲ့အခါ နင် နားလည်ခဲ့ရင် ငါ့ကို နင့်ရင်ခွင်ထဲ ထွေးပွေ့ထား နင့်ရှေ့မှောက်မှာပဲ ငါ့ကို ပျော့ညံ့ခွင့်ပေးရင် ရပြီ။

ငါ စိတ်ပြောင်းစိတ်လွဲဖြစ်တဲ့အခါ နင်နားလည်ခဲ့ရင် ငါ့ကို ခွင့်လွှတ်ပေးပါ။ နင်မို့လို့ ငါ စိတ်ရှုးပေါက်ရဲခဲ့တာ။

တလောကလုံး ငါ့ကို နားမလည်လို့ရတယ်။ နင်ကတော့ နားလည်ပေးပါ။ နင်ဟာ ငါ့ရဲ့ချစ်သူငယ်ချင်းမို့ပါ။

ချယ်လီနဲ့ကော်ဖီ

အဲဒီလောက် နားလည်ပေးနိုင်မယ့်လူတော့ ရှားမယ်ထင်တယ်နော်။

Aries Angel

အဲဒီလို နားလည်ပေးခဲ့တဲ့ သူငယ်ချင်းတွေကို အရမ်းကျေးဇူးတင်ပါတယ်လို့။ သူငယ်ချင်းဆိုတာ ဘုရားကပေးတဲ့ အကောင်းဆုံးလက်ဆောင်ပါ။ for me.

သဲသောဇဉ် ကဗျာ

ကျွန်မရဲ့ချစ်သူငယ်ချင်းလေးကို ချစ်သူထက်ပင် ပိုချစ်ရပါသေး

သည်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ချစ်သူကို မုန်းဖို့အကြောင်းရှိလာရင် မုန်းသွားနိုင်သော်လည်း သူငယ်ချင်းကိုတော့ မည်သည့်အကြောင်းပြချက်နှင့်မျှ မုန်းလို့မရသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

Khaing Khaing G

တစ်လောကလုံးက လျစ်လျူရှုလို့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် နင်ကတော့ အဲလိုလုပ်လို့မဖြစ်ဘူး။ နင်က ငါ့ရဲ့သူငယ်ချင်းမို့ပါ။

(၁၅)

တကယ့်သူငယ်ချင်းဆိုတာ အတွေ့အကြုံအမျိုးမျိုးကို သူနဲ့အတူ ကိုယ်ကြုံတွေ့ခဲ့ရဖူးတယ်။ တစ်ခါတလေမှာ သူ့ကို နစ်သက်မယ်။ တစ်ခါတလေမှာ သူ့ကို ကိုယ် စိတ်ဆိုးမယ်။ ဘယ်လိုအကောင်းအဆိုးမျိုးပဲ ကြုံတွေ့ခဲ့ပါစေ။ နောက်ဆုံးမှာ သူ့ကို သူငယ်ချင်းအဖြစ် ကိုယ် သတ်မှတ်သေးတယ်။ ကိုယ်က သူ့သူငယ်ချင်းပါလို့ သူက သတ်မှတ်သေးတယ်ဆိုရင် ဒါဟာ သူငယ်ချင်းအစစ်အမှန်ဖြစ်တယ်။

Pole Starlay

ငါလည်း နင့်အပေါ် ကောင်းပါမည်။ နင်လည်း ငါ့အပေါ် မဆိုးပါနဲ့။ ဒါဆိုရင် ထာဝရသူငယ်ချင်းတွေဖြစ်နေမှာပါ။

Nay Lin Dwe

စိတ်ဆိုးလိုက်ကြ၊ ပြန်ခေါ်လိုက်ကြ၊ မုန့်ဝယ်စားလိုက်၊ အတူ

ကစားလိုက်နဲ့ ငယ်ဘဝက သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အသက်ရလာချိန်မှာ လုပ်ငန်းခွင်က သူငယ်ချင်းတွေရဲ့ ရယူမှု၊ ပေးဆပ်မှုတွေကြားက ဟန်ဆောင်ပေါင်းသင်း သူငယ်ချင်းတွေ အများကြီး ကြုံခဲ့ရပါတယ်။ ဖြူစင်စွာ ငယ်ဘဝက ရန်ဖြစ်စိတ်ဆိုးပြန်ချော့ရင်း သူငယ်ချင်း အစစ်အမှန် ရှာမတွေ့သေးပါဘူး။

SZ Honey

အသုံးချမှု၊ ဟန်ဆောင်မှု၊ ရယူမှု၊ ပေးဆပ်မှုတွေ အတိကင်းစင်ပြီး စစ်မှန်တဲ့ ချစ်ခင်နိုင်မြဲသော သံယောဇဉ်တရားတွေနဲ့ ချည်နှောင်ခဲ့တဲ့ တစ်ချိန်က...."My Lovest Friend" သို့....

(၁၆)

လောကကြီးမှာ တည်ကြည်နိုင်မြဲတဲ့ ချစ်ခြင်းတစ်မျိုးရှိတယ်။ အဲဒီအချစ်က တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်သလို တုံ့ပြန်မှုကိုလည်း မတောင့်တခဲ့ဘူး။ အဲဒီအချစ်က ရာသီဥတု အပြောင်းအလဲနောက်လိုက်ပြီး မပြောင်းလဲသွားတတ်သလို၊ ရာထူး၊ ဂုဏ်အရှိန်အဝါနောက်လိုက်ပြီးလည်း မျောပါမသွားတတ်ဘူး။ အဲဒီချစ်ခြင်းက မိဘတွေရဲ့ချစ်ခြင်းပဲဖြစ်တယ်။

Arr War

မိဘမေတ္တာကို ဖော်ကျူးပေးတာ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ငယ်ငယ်က အမေချစ်တာ မသိခဲ့ဘူး။ ခု ကြီးလာမှ သိလိုက်တယ်။ မေမေ့အချစ်က [illegible]ယ်ကို ဖြည်းဆည်းခြင်းသက်သက်ပါလားဆိုတာ။ မေမေ့နေရာကော၊

ဖေဖေ့နေရာပါယူပြီး ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးခဲ့တာ မွေးမေမေကို ကန်တော့ပါရစေ။

Aung Htike Aung Win

အရမ်းအရမ်း မှန်ပါတယ်။ ဘယ်တော့မှ မခွဲဘူး။ အရမ်းချစ်တယ်။ အမြဲတမ်း လက်တွဲထားမယ်လို့ ကာဒ်တွေ အထပ်ထပ်ပေးတဲ့လူတွေနဲ့ယှဉ်ရင် မိုးနဲ့မြေလို ကွာခြားလှတယ်။ မိဘတွေက ကတိတွေ မပေးတတ်ပေမယ့် တကယ့်ကိုပဲ တည်ကြည်တယ်။ အားကိုးထိုက်တယ်။

Rose Pusue

ဟုတ်တယ်နော်။ မိဘတွေရဲ့ချစ်ခြင်းက ဘယ်တော့မှ ဆွေးမြေ့မသွားဘူးနော်။ ဟောင်းအိုလည်း မသွားဘူးနော်။

Winhtetpaing Kyaw

ကိုယ်က ဘာမှမပေးမကမ်း၊ မကျွေးမမွေးနိုင်သော်လည်းပဲ၊ ကိုယ့်ကို မေတ္တာစေတနာအပြည့်နဲ့ စောင့်ရှောက်ကြည့်ရှု၊ ဖေးမကူညီ လုပ်ကိုင်ပေးတတ်သူဟာ မိဘပါပဲဗျာ။ ဆွေမျိုးတောင်မှ ကိုယ်ကပေးကမ်းမှ၊ ချွေမှ ရှံချင်ကြတာဗျ။

Zin Marei

မိဘတွေရဲ့ချစ်ခြင်းဟာ အရမ်းကို အံ့ဩလောက်အောင် ဖြစ်ရပါ

တယ်။ ဒါပေမယ့် သားသမီးတွေဟာ မိဘတွေ အံ့ဩလောက်အောင် ချစ်ခြင်းမျိုး မရှိခဲ့ပါဘူး။

(၁၇)

တကယ်လို့ တစ်စုံတစ်ယောက်ကြောင့် ပေးဆပ်ခြင်းကို သင်သေသင်ယူနိုင်ခဲ့ရင် သင် ပျော်ရွှင်ကြည်နူးခဲ့ဖူးတယ်လို့ ကျေးဇူးပြုပြီး မပြောလိုက်ပါနဲ့။

Smile Helen

မသင်ယူချင်တော့ပါဘူး။ ရယူခြင်းကိုပဲ လိုချင်တယ်။

Nine NineSanay @ နိုင်းနိုင်းစနေ

ကိုယ့်ဘက်က မပေးဆပ်ချင်ရင် သူ့ဆီကလည်း ရယူဖို့ မမျှော်လင့်ပါနဲ့။

Melody Poh Poh

ပေးဆပ်မှုတွေက တစ်ဖက်သတ်များနေရင်လည်း နာကျင်ရပါတယ်။ ပိုဆိုးတာက ကိုယ်ပေးဆပ်တာကို သူ တန်ဖိုးမထားရင် ပိုဆိုးမယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ သူ့ဆီက မမျှော်လင့်ဘဲနဲ့ ပေးဆပ်ပေမယ့် ပျော်ရွှင်မှုတွေက ဘာလို့မရတာလဲ။

Moesut Nay

အရှင်းသန့်ဆုံး ပေးဆပ်ခဲ့ဖူးရင် အချိုမြိန်ဆုံး ပျော်ရွှင်ခြင်းနဲ့ သင်ကြုံဆုံခဲ့လိမ့်မယ်။

Chaw Lay

ပေးဆပ်စရာ မလိုသလို ရယူဖို့လည်း မလိုပါဘူး။ တစ်ယောက်လိုအပ်တာကို တစ်ယောက်က ဖြည့်ဆည်းပေးရုံပါပဲ။

Myo Khaing

(ကိုယ့်ဘက်က မပေးဆပ်ချင်ရင် သူ့ဆီကလည်း ရယူဖို့ မမျှော်လင့်ပါနဲ့...)

အရမ်းကောင်းတယ်။ ဒီစကားလေး ကြိုက်တယ်။ ရယူလိုက်ရလို့ ပျော်ရွှင်ရတာထက်၊ ပေးဆပ်လိုက်ရလို့ ပျော်ရွှင်လိုက်ရတာက အရသာပိုပါတယ်ဗျ။

Noe Noe O

သင်ယူနိုင်ခဲ့ရုံမက ပေးဆပ်ခြင်းကို အကြိမ်ကြိမ်အခါခါ ပြုလုပ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ အရမ်းလည်း ကျေနပ်ခဲ့တယ်လေ။

မိုင်ဇဲလ်

ပေးဆပ်ခြင်းဆိုတဲ့နေရာမှာ ကိုယ့်ဘက်ကနေ ရယူလိုစိတ်ကြောင့်

ပေးဆပ်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ ဖြူစင်တဲ့စိတ်ထားနဲ့ အမြဲပေးဆပ်နိုင်ရင် အရာအားလုံးအတွက် ကြည်နူးကျေနပ်နိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်မိတယ်။

Leleuh Sparrow

ဟုတ်တယ်။ ပေးတိုင်း စိတ်ညစ်ရတာ မဟုတ်သလို ရယူတိုင်းလည်း ပျော်ရွှင်ရတာ မဟုတ်ဘူး။ ပေးဆပ်နေရလို့ ပျော်ရွှင်ရတဲ့ခံစားမှုကသာ ပျော်ရွှင်မှုအစစ်အမှန်ပေါ့။

Taunghlekar Koko

လူသားတိုင်း ပေးဆပ်ခြင်းနဲ့ ပျော်ရွှင်ကြမယ်ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့နေထိုင်ရာ ကမ္ဘာကြီး အလှတရားတွေ လွှမ်းမိုးသွားလိမ့်မယ်လို့ ထင်မိပါတယ်။

(၁၈)

ကမောက်ကမနိုင်တဲ့ ဒီလိုအသက်အရွယ်မှာ ရောက်နေတော့ မိဘတို့ စပြီးဂရုစိုက်တတ်ပေမယ့် ဂရုစိုက်စကားကို ပြောမထွက်ခဲ့ဘူး။

မိဘအနား အမြဲအဖော်လုပ်ချင်ပေမယ့် တီဗွီရှေ့ ကွန်ပျူတာရှေ့ကနေ မခွာရက်နိုင်ခဲ့ဘူး။

မိဘက ကိုယ်နဲ့စကားပြောချင်တာကို သိပေမယ့် သူတို့ပြောတဲ့စကားကို ဘယ်လိုဝင်ဆက်ပြောရမှန်း မသိခဲ့ဘူး။

မိဘတွေ အိုမင်းလာတာကို သိပေမယ့် သူတို့ရဲ့ ခေတ်နောက်ကျတာကို သည်းမခံနိုင်ခဲ့ဘူး။

စိတ်ထဲမှာ အစဉ်အမြဲ အားတုံ့အားနာဖြစ်မိပေမယ့် သူတို့ကို အမြဲတမ်း အထီးကျန်အဖော်မဲ့စေခဲ့တယ်။

Havana Huti

မဖြစ်နဲ့။ သူတို့စကားတွေ ကြားဖူးပြီးသားဆိုလည်း နားထောင်ပေးလိုက်ပါ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့ငယ်ငယ်က အိပ်မပျော်မချင်း မမောနိုင်မပန်းနိုင် ပုံပြောပြ၊ သီချင်းဆို၊ ချော့သိပ်တတ်တာ မိဘတွေမို့ပါ။

သူတို့ ဘယ်လောက်ခေတ်နောက်ကျကျ သူတို့ သွန်သင်ဆုံးမခဲ့လို့ ဒီလိုဘဝအထိ ရောက်လာခဲ့တာပဲမလား။ ကွန်ပျူတာတွေ၊ အခြားဖိမ်ခံပစ္စည်းတွေ ပိုက်ဆံပေးရင် ရနိုင်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် မိဘတွေကိုတော့ ရှိစဉ်ကာလမှာ ဖေဖေ၊ မေမေလို့ခေါ်ရတာ အရသာအရှိဆုံးနဲ့ သူတို့အတွက် အကောင်းဆုံးအားဆေးတစ်ခွက်ပေါ့။ ခေါ်ခွင့်မရှိမှ၊ လက်ကလေးတောင် ကိုင်ခွင့်မရှိမှ၊ အဖော်လုပ်ပေးချင်တယ်ဆိုရင် အဲဒီအရာဟာ မရှိနိုင်တော့ပါဘူး။ အရမ်းခါးသီးလွန်းပါတယ်။

ကျွန်တော်ကတော့ ကျွန်တော့်မိသားစုဘဝလေးကို ဘယ်လိုအဆင်တန်ဆာတွေနဲ့မှ ဘယ်လိုဂုဏ်ပကာသနတွေ၊ ရာထူးတွေနဲ့မှ မလဲနိုင်ဘူး။ အစားမထိုးနိုင်ဘူး။ ကျန်တာတွေအားလုံး ကြိုးစားဖြည့်တင်ယူနိုင်တယ်။ ဝန်ခံပါတယ်။ ကျွန်တော့်မိသားစု မပြည့်စုံလို့လားမသိဘူး။ မိသားစုစုံစုံလင်လင်တွေမြင်ရင် သိပ်အားကျတယ်။ သူတို့ပျော်နေတာမြင်ရင် မရှိတော့တဲ့ ဖေဖေနဲ့မမကို သိပ်လွမ်းတယ်။

ရုပ်ဝတ္ထုပြည့်စုံပြီး မိသားစုချို့တဲ့တဲ့ ကျွန်တော့်ဘဝကို မုန်းတယ်။ အဲဒါကြောင့် မိသားစု စုံစုံလင်လင်ရှိသေးရင် ဘာနဲ့မှ မလဲပါနဲ့ဗျာ။

Juli Hsu

ဒါပေမယ့် မိဘတွေရင်ထဲမှာတော့ သူတို့သားသမီးတွေကို အမြဲခွင့်လွှတ်နားလည်ပေးကြတယ်နော်။

ဆလိမ် စိုးသူ

ဘာ comment ရေးလို့ ရေးရမှန်းတောင် မသိတော့ဘူးဗျာ။ ကျွန်တော်ဖြစ်နေတာတွေပဲ ရေးထားသလားလို့ပါ။ အမေဆုံးပြီဖြစ်တဲ့ ကျွန်တော့်မှာ အဖေကို အားကိုးတယ်။ ချစ်တယ်။ သူ အထီးကျန်နေတာတွေလည်း သိတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော် မပြတ်လို့ပဲလား။ "အဖေ့ကို ချစ်တယ်၊ အဖေနဲ့ စကားပြောချင်တယ်၊ ဘာညာ..." ဆိုပြီး ပြောမထွက်ဘူးဗျာ။

Min Naing Hka

အိုမင်းလာတဲ့မိဘတိုင်းဟာ သားသမီးရဲ့ ဂရုစိုက်မှုကို အလိုရှိကြတယ်။ သူတို့ဘဝရဲ့ ပျော်ရွှင်မှုဟာ သားသမီးရဲ့ ကြင်နာမှုကို ရရှိတဲ့အချိန်ပဲ။ သားသမီးရဲ့ အလေးထားမှုကို ရရှိတဲ့အချိန်ဟာ ဝမ်းသာမှုပီတိဖြစ်တဲ့အချိန်ပဲ။ အိုမင်းလာတဲ့ မိဘနှစ်ပါးရဲ့ ဘဝလိုအပ်ချက်ဟာ ငွေကြေးမဟုတ်ဘဲ သားသမီးတွေရဲ့ နွေးထွေးမှု၊ ဂရုစိုက်မှု၊ အလေးထားမှုပါ။

Hnin Su Latt

မိဘကို ကိုယ့်ကြောင့်ပဲ ပျော်စေချင်တယ်။ ကိုယ့်ကို စိတ်ပူတာမျိုး မဖြစ်ချင်ဘူး။ မိဘကလည်း ခုထိ စိတ်ပူနေတတ်တာ ခက်တယ်။

Romeo Nyi Zaw

ဟုတ်တယ်ဗျာ။ ကျွန်တော်က မိဘတင်မဟုတ်ဘူး။ အဘိုးအဘွားတွေကိုရော အဲလိုဖြစ်နေတယ်ဗျ။ အဲဒါ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲဗျာ။

Thwin Naung

သွားပြီ၊ ဘာမှမကောင်းတော့ဘူး။ ဆိုရိုးစကားတစ်ခုရှိတယ်လေ။ "မရှိတာထက် မသိတာခက်၊ မသိတာထက် မလုပ်တာခက်"တဲ့။ မလုပ်ကြလို့ဖြစ်မှာပေါ့။ သိရဲ့သားနဲ့ မလုပ်တာ တော်တော်ဆိုးတယ်နော်။

San Dar

ဒီစာလေးကို ဖတ်ပြီးတဲ့နောက်ပိုင်း မိဘကို အရင်ကထက်ပိုပြီး ဂရုစိုက်ပြုစုပေးဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။

Eli Zabeth

ဖြစ်နိုင်ရင် အမေ့ကိုဖက်ပြီး အဖေ့ကို ကျေးဇူးတင်စကား မျက်နှာချင်းဆိုင် ပြောချင်ပါတယ်။ ဘာလို့များ ပြောမထွက်နိုင်တာပါလိမ့်။

Moe Tain

ဟုတ်တယ်။ ကိုယ့်သားလေး မေမေခေါ်မှာကို မျှော်လင့်နေပေမယ့် ကိုယ့်မိခင်ကိုတော့ တစ်နေ့တောင် သေချာ လေးလေးနက်နက် ခေါ်မိခဲ့ရဲ့လားတောင် ပြန်စဉ်းစားမိတယ်။

(၁၉)

လမ်းတစ်နေရာမှာ ဆုံကြတဲ့ ပုရွက်ဆိတ်လေးနှစ်ကောင်ဟာ ကိုယ့်ခေါင်းပေါ်က အမွေးနဲ့ အချင်းချင်း ထိတွေ့နှုတ်ဆက်ကြပြီး ဆန့်ကျင်ဘက်ကို လမ်းခွဲလျှောက်ခဲ့ကြတယ်။ ဦးတည်ရာဘက်ကို တရွေ့ရွေ့တွားသွားရင်း ကျယ်ပြန့်တဲ့ ဟင်းလင်းပြင်ကြီးမှာ ခန္ဓာကိုယ်သေးငယ်တဲ့ ပုရွက်ဆိတ်နှစ်ကောင်ဟာ ဘယ်နေရာမှာ ထပ်ပြန်ဆုံခွင့်ရကြမလဲ။

စကြဝဠာနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရင် ကျွန်မတို့လူဆိုတာ မျက်စိနဲ့တောင်မမြင်နိုင်တဲ့ အမှုန်လေးပါ။ ဘယ်နေရာ ဘယ်အချိန်မှာ ပုရွက်ဆိတ်လေးနှစ်ကောင်လို အချင်းချင်း ထိတွေ့ခွင့်ရနိုင်မလဲ။ နှုတ်ဆက်ခွင့်ရနိုင်မလဲ။

လူ့ဘဝထဲ တစ်ခါရောက်လာဖို့ လွယ်ကူပါသလား။ လူချင်းတစ်ခါလောက် ရင်းရင်းနှီးနှီးနှုတ်ဆက်ဖို့ လွယ်ကူပါသလား။ "သူငယ်ချင်း" လို့ အမည်တပ်ဖို့ လွယ်ကူပါသလား။ စကားလေးတစ်ခွန်းပါပဲ။ "တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးပါ"တဲ့။

Sai Kwan Khay

သူငယ်ချင်းလို့ အမည်တပ်ဖို့ မလွယ်သော်လည်း ပြန်လည်ဆုံတွေ့ကြခြင်းမှာတော့ ပတ်သက်ခဲ့မှု အတိုင်းအတာလေးတွေကို ပြန်ပြောင်းထုတ်ဖော် ဆွေးနွေးဖြစ်ကြမှာပါ။ အမုန်းမပါတဲ့ ချစ်ခြင်းသက်သက်နဲ့ လမ်းခွဲခဲ့ကြမယ်ဆိုရင်ပေါ့။

Austin Aynes

သူငယ်ချင်းလို့ အမည်တပ်ဖို့က တကယ်မလွယ်တာပါ။ ရသွားခဲ့ရင်လည်း အကြာကြီးထိန်းသိမ်းဖို့က ပိုခက်တယ်နော်။

Tinhtay Aung

ဘဝတစ်ကွေ့မှာ ခဏတွေ့ကြသူချင်း ရန်လိုမုန်းတီး တိုက်ခိုက်နေကြတဲ့သူတွေနဲ့နှိုင်းယှဉ်ရင် တစ်ခါတွေ့ဖူးပြီး တစ်သက်မေ့လို့မရတဲ့ အဖြူရောင်သူငယ်ချင်းအဖြစ်က ပိုကောင်းပါတယ်လေ။

*　*　*

တုံးအတဲ့မိန်းမနဲ့ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမ

တုံးအတဲ့မိန်းမက ယောကျ်ားနဲ့ အတိုက်အခံပြုတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျ်ားကို အားပေးကူညီတယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ယောကျ်ားရဲ့ ချွတ်ယွင်းချက်ကိုပဲ ထိုးဆွပြီး အမြဲစိတ်တိုတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျ်ားရဲ့ အားသာချက်ကိုပဲကြည့်ပြီး အမြဲပျော်ရွှင်တယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက နေရာ၊ အခြေအနေ မခွဲဘဲ ယောကျ်ားနဲ့ငြင်းခုန်ရန်ဖြစ်တယ်။ယောကျ်ားကို လူပုံအလယ်မှာ မျက်နှာသာမဲ့စေတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက လူတွေကြားမှာ ယောကျ်ားကို မျက်နှာသာပေးတယ်။ ဆုံးမစရာ၊ ပြောစရာရှိရင် နှစ်ကိုယ်ကြားမှာပဲ ပြောတယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းကို သိမ်ငယ်အောင် လုပ်တယ်။ ယောကျာ်းကို သိမ်ငယ်စေတာဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိမ်ငယ်စေတယ်ဆိုတာကို သူ မေ့နေလို့ဖြစ်တယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းကို တန်ဖိုးထားလေးစားတယ်။ ယောကျာ်းကို လေးစားတာဟာ ကိုယ့်ကို ပိုပေါ်လွင်စေကြောင်း သူ နားလည်လို့ဖြစ်တယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက အတိတ်ဟောင်းကို ခဏခဏထုတ်ပြီး ယောကျာ်းကို တဗျစ်တောက်တောက်ပြောတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းနဲ့အတူ လှပတဲ့အနာဂတ်ရောက်ဖို့ ဦးတည်တယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းရဲ့အမှားကို မလွှတ်တမ်းဆုပ်ကိုင်ပြီး ယောကျာ်းအကြောင်း အကုန်သိသူလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထင်တယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းရဲ့အမှားကို ခွင့်လွှတ်ပြီး ယောကျာ်းဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မကြီးပြင်းတတ်တဲ့ ကလေးလို့ဆိုတယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက "နင် ထွက်သွား" လို့ အော်ဟစ်တယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက "ငါ့အနားက မခွာနဲ့" လို့ ဆိုတယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းကို မြားတစ်စင်းလို တင်းတင်းဆွဲတယ်။ တင်းတင်းဆွဲလေ ဝေးဝေးကို ရောက်လေပါပဲ။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းကို လေတံခွန်လို လွှတ်တယ်။ လက်ထဲကကြိုးကို စိတ်အေးလက်အေး ကိုင်တယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ကိုယ်တော်၊ ကိုယ်တတ်ကြောင်းကို ပိုအရေးစိုက်တယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ထောက်ပံ့၊ မှီခိုအားထားဖို့ကို ပိုနားလည်တယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းအနားတစ်ဖဝါးမှမခွာထိန်းကျောင်းတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းအနား ခွာလိုက်၊ ကပ်လိုက် လုပ်တယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ချက်ပြုတ်လျှော်ဖွပ်တာကို သိပေမယ့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို မပြုပြင်၊ မဖြီးလိမ်းချင်ဘူး။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ချက်ပြုတ်လျှော်ဖွပ်တာကို သိသလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း ဖြီးလိမ်းပြုပြင်ဖို့ မမေ့ဘူး။

တုံးအတဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းကို ဖိအားနဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ ပေးတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက ယောကျာ်းကို စိတ်အားထက်သန်မှုနဲ့ လှုပ်ရှားမှုကို ပေးတယ်။

တုံးအတဲ့မိန်းမက သူ့မျက်ရည်ကြားမှာ ယောကျာ်းကို ကျရှုံးစေတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းမက သူ့အရယ်အပြုံးကြားမှာ ယောကျာ်းကို အောင်မြင်စေတယ်။

မူရင်း- http://www.duwenzhang.com/wenzhang/jingdianwenzhang/yuju/20101221/165373.html

Meme Cho

အိမ်ထောင်ရေး အထောက်အပံ့ကောင်းတစ်ခုဖြစ်လို့ မှတ်သားထားလိုက်ပါပြီ။

Ei Chaw Kay Khine

သူလုပ်ချင်တာတွေ၊ ဖြစ်ချင်တာလေးတွေ၊ ဖြစ်သင့်တာလေးတွေကို တတ်နိုင်သလောက် ပါရမီဖြည့်ပေးချင်တယ်။

Theint Hlaing

သူ့ကို အများကြီးမကူညီနိုင်ရင်တောင် ဘေးနားကနေ အမြဲအားပေးနိုင်တဲ့ အဖော်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ပါတယ်။

Ei Phyu Mon

ယောကျ်ားပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မိန်းမပဲဖြစ်ဖြစ်အခြေခံကြိုးစားပိုင်ခွင့်ရှိတယ်။ ဒီထဲမှာပါတဲ့ဟာ တစ်ခုလုပ်ရင် မိန်းမတွေ တကယ်ပဲ တော့်ဖြစ်နေပြီလား။ တုံးအတယ်ဆိုတဲ့ အသုံးနှုန်းထက် မှားတာလုပ်ခဲ့ရင် မှားတယ်လို့ ဝန်ခံပါတယ်။ အမှားတစ်ခုခုကိုပဲ လုပ်ခဲ့ရင် တော့်ဖြစ်ရတော့မှာလား။ အရေးအသားတွေထဲမှာ ယောကျ်ားတစ်ယောက်ကို ထိန်းကျောင်းဖို့အတွက် ဒီအချက်တွေကိုပဲ မိန်းမတွေက လိုက်နာရတော့မလိုပဲ။ ဘဝမှာ လူပီသအောင်နေပါ။ အိမ်ထောင်ကျတဲ့အခါ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်အတွက် အများကမြင်တဲ့ အိမ်ထောင်မှုကိစ္စတွေပဲ လုပ်ရမယ်ဆိုတဲ့ သမားရိုးကျ အတွေးတွေထဲက ခွဲထွက်ပြီး ကိုယ်ဝါသနာပါတဲ့ဟာကို လုပ်ပါ။ ဒါမှ ဘဝမသေမှာ။ ဒီဟာထဲက

တစ်ခုခုများ ကောင်းတာလုပ်ခဲ့ရင် ထက်မြက်တဲ့မိန်းမတွေပဲ ဖြစ်ရတော့မလိုလို။ မဆိုင်ပါဘူး။ ယောကျ်ားမိန်းမ မခွဲဘဲ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာကို လုပ်ရင်ကောင်းမယ်ထင်တယ်။ အများက ထက်မြက်တယ်လို့မြင်တဲ့ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို မေးကြည့်ပါလား။ အဲဒီအချက်တွေကို သူ့ယောကျ်ားကို ဖြူမှုဆက်ဆံခဲ့လား။ အဲလိုလုပ်ဖို့တောင် အချိန်ရမှာတောင် မဟုတ်ဘူး။ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမဆိုတာ သူ့ကိုပြောတာ။ မာသာထရီဇာ၊ သူရော အဲလိုလုပ်ခဲ့လား။ ရှင်းနေတာပဲ။ သူက သီလရှင်လေ။ ထက်မြက်တယ်ဆိုတာ အဲလိုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တယ်လို့ ယူဆတယ်။ ဘယ်သူက အဲလိုရေးသားခဲ့လဲ မသိဘူး။ ခန့်မှန်းမိတာကတော့ ယောကျ်ားဖြစ်လောက်တယ်။ ထက်မြက်တယ်ဆိုတဲ့ မိန်းမတစ်ယောက်မှာ သူ့နှလုံးသားထဲမှာ သူနဲ့ သူချစ်ခင်ရတဲ့ အမျိုးတွေ ချစ်သူတွေအပြင် ကျင်လည်နေတဲ့ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းက လူတွေအားလုံးကို မေတ္တာပေးတယ်။ ရှင်သန်တယ်။

Su Su Aye

တုံးအတဲ့မိန်းမ၊ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမလို့ တိုက်ရိုက်ပြန်တာထက် နပ်တဲ့မိန်းမနဲ့ မနပ်တဲ့မိန်းမဆိုရင် ပိုပြီးသင့်တော်မလားလို့။ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး တခြားအရာတွေမှာ ထက်ပေမယ့် ယောကျ်ားအထာမနပ်တဲ့ အမျိုးသမီးတွေ အများကြီးပါ။ ဒီစာက ဆိုလိုချင်တာကတော့ အထာနပ်တဲ့မိန်းမလို့ ထင်ပါရဲ့။

တလိုရီ ကလိုရီ

"ထက်မြက်တဲ့ မိန်းမ"လို့ အပြောခံပြီး နေရာတကာ ခေါင်းငုံခံရမယ်။ ခွင့်လွှတ်ရမယ်ဆိုရင်တော့ "တုံးအတဲ့မိန်းမ"နေရာမှာပဲ နေပါရစေ

တော့။ အဓိကက "ထက်မြက်တဲ့မိန်းမ" လို့ပဲပြောပြော၊ "တုံးအတဲ့မိန်းမ" လို့ပဲ ဆိုဆို အိမ်ထောင်ကစ်ခု ထာဝရတည်တံ့ခိုင်မြဲဖို့ အခြေအနေနဲ့ အချိန်အခါကို လိုက်ပြီး လိုတိုးပိုလျှော့ "ပွဲကိုင်နိုင်တဲ့ မိန်းမ" တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်။

နောက်တစ်ခုက ယောကျ်ားအများစုကတော့ သူတို့ပြောသမျှကို ခေါင်းညိတ်တတ်တဲ့ မိန်းမကိုပဲ သဘောကျကြမှာပေါ့။ သို့သော် ထက်မြက်တဲ့ယောကျ်ားတွေဟာ သူတို့ဘာပြောပြော ပုတ်သင်ညိုလို အမြဲတမ်း ခေါင်းညိတ်တတ်တဲ့ တုံးအတဲ့ မိန်းမတွေကို သူတို့ရဲ့အိမ်ထောင်ဘက်အဖြစ် ဘယ်တော့မှ မရွေးချယ်တတ်ကြဘူး။ သူတို့ရဲ့ အတွေးအခေါ် အယူအဆတွေကို လိုက်မီတဲ့မိန်းမ၊ အသိပညာရင့်ကျက်တဲ့မိန်းမ၊ အမှားအမှန်ကို စဉ်းစားချင့်ချိန်တတ်တဲ့ သူတို့ရဲ့အရည်အချင်းတူ အပေးအယူတူတဲ့ မိန်းမမျိုးကိုပဲ အိမ်ထောင်ဖက်အဖြစ် ရွေးချယ်လေ့ရှိကြတယ်။

အဲဒီလိုယောကျ်ားမျိုးတွေဟာ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ယုံကြည်မှု အပြည့်ရှိကြလို့ပါပဲ။

Thin Nwe Soe

ယောကျ်ားတွေ ဘာအမှားလုပ်လုပ် ခွင့်လွှတ်ရင် ထက်မြက်တဲ့ မိန်းမ ဖြစ်ရောလား။ မဖြစ်နိုင်ဘူးထင်ပါတယ်။ အမှားတစ်ခုလုပ်တိုင်း ခွင့်လွှတ်တယ်ပြောရင် ကိုယ်ချစ်တဲ့ ကိုယ့်အိမ်ထောင်ဘက်ကို အမှားတွေထပ်လုပ်ဖို့ တွန်းပို့ရာ မရောက်ဘူးလား။

Nine Nine Sanay @ နိုင်းနိုင်းစနေ

အောင်မြင်တဲ့ ယောကျ်ားတိုင်းရဲ့ နောက်ကွယ်မှာ ထက်မြက်တဲ့ မိန်းမတစ်ယောက် အမြဲရှိပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ တုံးအတဲ့မိန်းမလို့ ရေးတာ တလည်း မိန်းမကို နှိမ်ချတာမဟုတ်ပါဘူး။ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမကလည်း အထာနပ်တဲ့မိန်းမ မဟုတ်ပါဘူး။ ဆင်ခြင်တုံတရားကို လက်ကိုင်ထားနိုင်သူနဲ့ လက်ကိုင်မထားနိုင်သူပါ။ ပိုမြင်သာအောင်ဆိုပြီး တုံးအတဲ့မိန်းမနဲ့ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမလို့ သုံးလိုက်ပါတယ်။ တုံးအတဲ့မိန်းမရဲ့ အပြုအမူမျိုး ကျွန်မတို့ ဝတ်ဝန်းကျင်တော်တော်များများမှာ တွေ့ဖူးကြမယ်ထင်ပါတယ်။ (ကျွန်မလည်း အပါအဝင်ပါ။)

(Ei Phyu Mon ပြောသလို ထက်မြက်တယ်ဆိုတဲ့ မိန်းမတစ်ယောက်မှာ သူ့နှလုံးသားထဲမှာ သူနဲ့ သူချစ်ခင်ရတဲ့ အမျိုးတွေ ချစ်သူတွေအပြင် ကျင်လည်နေတဲ့ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းက လူတွေအားလုံးကို မေတ္တာပေးတယ်။ ရှင်သန်တယ်။ ကျွန်မရေးတဲ့ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမကလည်း သေချာဖတ်ကြည့်ရင် အဲဒီအဓိပ္ပာယ် ပေါက်ပါတယ်။ ယောကျ်ားနဲ့ ရန်တိုက်ပေးနေတာ မဟုတ်ပါဘူး။

တုံးအတယ်လို့ ပြောထားတဲ့အတွက် မိန်းမတော်တော်များများက ဒီစာကို မကြိုက်ကြဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူတို့က ထက်မြက်တဲ့မိန်းမတွေဖြစ်နေလို့ပါပဲ။ အားလုံး ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

Kyaw Lwin

တုံးအတဲ့မိန်းမဆိုတာ ရှင်းရှင်းပြောရင် ဘေးနားကလူရဲ့တန်ဖိုးကို

နားမလည်ဘူး။ ကိုယ့်အတွက် ပေးဆပ်ခဲ့တာကို လွယ်လွယ်မေ့ပစ်တတ်တယ်။ အရာရာတိုင်းကို အမြဲအတိုက်အခံလုပ်ပြီး အနိုင်ယူရတာကို နှစ်သက်ပြီး ကိုယ်ပဲ အမြဲမှန်တယ်လို့ ထင်တယ်။ ကိုယ်အမှားလုပ်ခဲ့တာကို ဝန်မခံချင်ဘူး။ ဘာကြောင့်ညာကြောင့် အကြောင်းပြချက် မျိုးစုံပေးတယ်။ လူရှေ့သူရှေ့မှာ ယောကျ်ားကို အနိုင်ယူရတာကို ဂုဏ်ယူတတ်တယ်။ ရှင်းရှင်းပြောရရင် သူတို့အချစ်က ဘာမှမပေးဆပ်ချင်ဘဲ အယူသက်သက် အတ္တကြီးတဲ့ အချစ်မျိုး။

Chit Su

တော်ပါပြီ။ အဲဒီအပေါ် စာကြောင်းတွေအားလုံး ညီမ ခံနေရတာပါ။ အတိုက်အခံ အမြဲလုပ်ခံရတယ်။ ချွတ်ယွင်းချက်ကို အမြဲဆွပြီး စိတ်တိုအောင် လုပ်တယ်။ နေရာမရွေး ကျွန်မကို ရန်ဖြစ်မယ်။ လူကို သိမ်ငယ်စေတယ်။ တဗျစ်တောက်တောက်ပြောမယ်။ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ ပေးတယ်။ အမှားကိုလိုက်ရှာပြီး သူသာ အသိဆုံးပြောမယ်။ ဟာ . . . အဲဒါတွေအကုန် ညီမခံနေရတာ။ တော်တော်စိတ်ပျက်နေပါတယ်။ အစကတော့ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမဆန်ဆန် ကျင့်သုံးပါသေးတယ်။ အခုတော့ မထိုက်တန်ဘူးဆိုတာသိလာလို့ မကျင့်သုံးတော့ပါဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်ချမ်းသာအောင်ပဲ နေပါတော့တယ်။

Paing Phyo

တုံးအတဲ့ယောကျ်ားကတော့ အမှန်တကယ် ကိုယ့်မိန်းမ ဒီလိုဖြစ်နေရင် ဖတ်လေ ကိုယ့်မိန်းမကို ငတုံးလို့မြင်လေ၊ ဖတ်လေ အေလို့မြင်လေပါပဲ။ ထက်မြက်တဲ့ယောကျ်ားကတော့ အမှန်တကယ် ကိုယ့်မိန်းမဖြစ်နေရင်

တောင် ဖတ်လေ နားလည်လေ၊ ခွင့်လွှတ်တတ်လေပါပဲ။ တော်ကြာ တုံးတဲ့ယောကျ်ားတွေ ဒီစာဖတ်ပြီး ကိုယ့်မိန်းမကို ငတုံးလို့ထင်နေကြမှာစိုးလို့။

Kyaw Ko Ko Tun

ဒါဆို ခုထိ ထက်မြက်တဲ့မိန်းမကို မတွေ့ဖူးသေးတာတော့ အမှန်ပဲ။ ဒါပေမယ့် ဘုရင်မဖြစ်ချင်တယ်လို့ပြောတဲ့ မိန်းမတွေတော့ တသီတတန်းကြီး တွေ့ခဲ့ဖူးတယ်။

Jack Pont

အရမ်းကောင်းပါတယ်။ အခုခေတ်မိန်းမတွေအတွက်တော့ ရင်ထဲနင့်အောင်ကို မှန်ကန်တဲ့စာသားတွေပါ။ မိန်းကလေးတိုင်းက အခုပြောတဲ့အထဲက ထက်မြက်တဲ့မိန်းမတွေကြီးသာ ဖြစ်မယ်ဆိုရင် ယောကျ်ားလေးတွေလုပ်နေကြဖြစ်တဲ့ ပွေတဲ့ရှုပ်တဲ့အရာကြီးလည်း လောကကြီးကနေ ပျောက်ကွယ်သွားနိုင်ပါတယ်။

* * *

စိတ်ဓာတ်ခွန်အားစာစု

ဘဝတစ်ခု ကျန်းကျန်းမာမာ ကြီးထွားရှင်သန်ဖို့ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားကလည်း အဓိကလိုအပ်ချက်ဆိုရင် မှားမယ်မထင်ပါဘူး။ facebook ပေါ် ရေးသားခဲ့မိတဲ့ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားစာစုလေးတွေနဲ့အတူ facebook က စာဖတ်ပရိသတ်တို့ရဲ့ရင်ထဲကစကား၊ရင်ထဲက ခံစားချက်စာစုတွေကို ပေါင်းစု ဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

(၁)

သင့်မှာဒေါသထွက်ခွင့်ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် တခြားလူရဲ့ဂုဏ်သိက္ခာကို မနင်းချေပါနဲ့။

သင့်မှာ ဆုံးရှုံးခွင့်ရှိတယ်၊ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးမဲ့ပါစေနဲ့၊

သင့်မှာ အောင်မြင်မှုကို ရယူနိုင်ခွင့်ရှိတယ်၊ ဒါပေမယ့် တခြားလူ နစ်နာခံရတဲ့ အောင်မြင်မှုမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့၊

သင့်မှာ အငြင်းပွားခွင့်ရှိတယ်၊ ဒါပေမယ့် လက်စားချေတုံ့ပြန်မှုမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့။

သင့်မှာ လုပကောင်းမွန်တဲ့ဘဝ ရှိခွင့်ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် လိမ်ညာလှည့်ဖျားပြီးရလာတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့၊

Zin Marei

ကိုယ့်ရဲ့ပျော်ရွှင်မှုအတွက် သူတစ်ပါးကို ထိခိုက်ပြီးမှ ပျော်ရမယ့် အလုပ်ကို ဘယ်တော့မှ မလုပ်ပါဘူး။ သူများပျော်ဖို့အတွက် ကိုယ်ကပဲ ပေးဆပ်ချင်တာပါ။

Tunmyint Soe

သူတည်းတစ်ယောက် ကောင်းဖို့ရောက်မှ သူတစ်ယောက်မှာ ဖျက်လင့်ကာသာ မေ့တာတည်းတဲ့။

(၂)

တကယ်လို့ သင်ငိုရင် သင့်တစ်ယောက်တည်းပဲ ငိုရလိမ့်မယ်၊ ဘယ်သူကမှ သင့်ရဲ့မျက်ရည်ချက်ကို အလေးထားဂရုစိုက်မှာ မဟုတ်ဘူး၊ သန်မာကြံ့ခိုင်ဖို့ သင်ကိုယ်တိုင် ဖြည်းဖြည်းချင်း သင်ယူရတယ်၊

တကယ်လို့ သင်ရယ်ရင် တစ်လောကလုံးက သင်နဲ့အတူ လိုက်ရယ်လိမ့်မယ်။ လောကကြီးကို သင် နေတစ်စင်းပေးရင် လောကကြီးက သင့်ကိုကြည်လင်တဲ့ကောင်းကင် ပြန်ပေးလိမ့်မယ်။

အချိန်တော်တော်များများမှာ ကျွန်မတို့ဟာ အဖော်မဲ့ခြင်းထဲမှာ လျှောက်လှမ်းကြတယ်။ အထီးကျန်ခြင်းထဲမှာ တွေးတောကြတယ်။ သင့်စိတ်ကို ဖတ်နိုင်မယ့်သူကို မမျှော်လင့်ပါနဲ့။ သင့်စိတ်ကူးအတွေးကို သဘောတူမယ့်သူကို မစောင့်စားပါနဲ့။ လောကရဲ့လမ်းပေါ်မှာ သင် လျှောက်လှမ်းနေတယ်။ လောကကြီးက သင့်ကို ကျောင်းကင်ကြီးတစ်ခုလုံး ပေးထားတယ်ဆိုတာကိုတော့ သင် နားလည်ထားစေချင်တယ်။

April Gal

တကယ်တမ်းတော့ ဖြစ်ပျက်လာတဲ့အရာအားလုံးဟာ အကောင်းဆုံးတွေပါပဲ။ အခုအချိန်မှာ ခါးသီးချင်ခါးသီးနေလိမ့်မယ်။ ခဏလောက် သည်းခံကြည့်လိုက်ပါ။ ညဥ့်နက်လေလေ မနက်ရောက်ဖို့ နီးလေလေမို့ ခဏလောက် အားတင်းထားလိုက်တာနဲ့ အကောင်းဆုံးတွေကို မြင်လာရမှာပါ။

Lau Lee

အဲဒီအတွက် တစ်လောကလုံး ကျွန်တော့်ကိုချစ်ဖို့ မလိုပါ။ တစ်လောကလုံးကိုပဲ ကျွန်တော် ချစ်ပါ့မယ်။

Redred High

ယောနိသော မနသိကာရဆိုတဲ့အတိုင်း ကိုယ့်စိတ်ဓာတ်ကလေး

တွေကို အဲဒီလိုမျိုးသာ ထားနိုင်မယ်ဆိုရင်လေ တစ်လောကလုံး ငြိမ်းချမ်းနေမှာပါ။

Zin Marei

လောကကြီးထဲ လျှောက်လှမ်းရင်းနဲ့ တစ်ခါတလေ အားငယ်စိတ်တွေ ဝင်မိလို့ ငိုမိတယ်။ ကိုယ့်ကိုပျော်အောင်ထားမယ့်သူကို ရှာမိတယ်။ ဒါတွေဟာ ခဏတော့ ပြေပျောက်နိုင်ပါတယ်။ တကယ်တမ်းတော့ ခဏတာပါ။ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်လျှောက်ရတာပဲလေ။ ဟုတ်တယ်။ မိုးကောင်းကင်ကတော့ ထာဝရရှိနေတာပဲလေ။

(၃)

တခြားလူရဲ့အတွေးအမြင်ကို ကျွန်တော်တို့ သွားပြောင်းလဲလို့ မရဘူး။ ပြောင်းလဲနိုင်တာတစ်ခုက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပဲရှိတယ်။

တခြားလူရဲ့အပြစ်၊ မကောင်းမှုကြောင့် ကျွန်တော်တို့ဘဝ ဆိုးနေတာမဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဆိုးတဲ့ စိတ်ခံစားချက်ကြောင့်ဖြစ်တယ်။

လှပတဲ့ဘဝဆီသွားတဲ့ တံခါးသော့က တခြားလူလက်ထဲမှာ ရှိတာမဟုတ်ဘူး။ အမုန်း၊ ရန်ငြိုးတွေ ကျွန်တော်တို့ လွှတ်ချလိုက်ရင် လှပတဲ့ဘဝကို ကျွန်တော်တို့ ရနိုင်ပါတယ်။

လှပတဲ့ဘဝကို လူတိုင်း လိုချင်ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် လူတိုင်း မလုပ်နိုင်ခဲ့ကြဘူး။ တခြားလူ လာပြောင်းပေးဖို့ကိုပဲ စောင့်နေခဲ့လို့ဖြစ်တယ်။

တခြားလူကို ပြောင်းလဲဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။ တခြားလူ လာပြောင်းပေးဖို့ကိုလည်း စောင့်မျှော်မနေပါနဲ့။ ကိုယ်တိုင်ပြောင်းလဲပါ။ ကိုယ်သာလျှင်

ကိုယ့်ဘဝသခင်ဖြစ်တယ်။ ကောင်းတဲ့ခံစားချက်ကို ကိုယ်တိုင်ပဲ ဖန်ဆင်းယူရတယ်။

Don Damaru

လူတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အမြဲတမ်း ကောင်းတယ်လို့ထင်တာကတော့ အကြီးဆုံးပြဿနာဖြစ်နေတယ်။

Sis Min Aung

ကျွန်တော်တို့ ၂၁ ရာစုမှာ အကြီးကျယ်ဆုံးတွေ့ရှိချက်က လူတွေဟာ မိမိရဲ့ စိတ်သဘောထားကို ပြောင်းလဲလိုက်ရင် မိမိဘဝကြီး ပြောင်းလဲသွားနိုင်တယ်ဆိုတာပါပဲ။

Sane Soe Sanesoe

ဟုတ်တယ်။ လူတော်တော်များများက သော့ပျောက်နေကြတာလေ။ ဒါကြောင့် ခဏခဏ ခလုတ်တိုက်နေကြတာပေါ့။

(၄)

မနေ့ကရဲ့စိတ်ရှုပ်ခြင်းကို ချေဖျက် (deleted) နိုင်ပါစေ။
ဒီကနေ့ရဲ့ပျော်ရွှင်ခြင်းကို အသိအမှတ် (OK)ပြုနိုင်ပါစေ။
မနက်ဖြန်ရဲ့စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို တပ်ဆင် (set up)နိုင်ပါစေ။
မေတ္တာစိတ်ကို အမြဲစုဆောင်း (saved)နိုင်ပါစေ။
အမုန်းရန်ငြိုးတွေကို ပယ်ဖျက် (cancel)နိုင်ပါစေ။

ကောင်းမွန်တဲ့စိတ်ခံစားချက်ကို ကပ်(paste) ထားနိုင်ပါစေ။
လှပတဲ့ရှုခင်းတွေကို မိတ္တူ(copy)ကူးနိုင်ပါစေ။
အပြုံးကို မျက်နှာပေါ်အမြဲပုံနှိပ် (Print)ထားနိုင်ပါစေ။

Ingjin Ngon

computer နဲ့ တစ်နေကုန်အလုပ်လုပ်ရပါတယ်ဆိုမှ ခံစားချက်ကလေးတွေတောင် computer နဲ့ သိပ်မလွတ်ချင်ပါလား။

(၅)

အလှဆုံးနေ့တစ်နေ့	ဒီကနေ့
အလွယ်ကူဆုံးအရာ	အမှားကျူးလွန်ခြင်း
အကြီးမားဆုံးအဟန့်အတား	ကြောက်ရွံ့ခြင်း
အပြင်းထန်ဆုံး မှားယွင်းမှု	မိမိကိုယ်ကို စိတ်ပျက်ခြင်း(သို့) လက်လွှတ်ခြင်း
အမုန်းများရဲ့ရင်းမြစ်	တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်း
အပြင်းထန်ဆုံးဆုံးရှုံးမှု	စိတ်ပျက်အားလျော့ခြင်း
အကြီးမားဆုံးချွတ်ယွင်းချက်	စိတ်သဘောထားမပြည့်ဝခြင်း
အကောင်းဆုံး အပန်းဖြေလှုပ်ရှားမှု	အလှူ
အကောင်းဆုံး သင်ဆရာ	ကလေးငယ်
အလိုအပ်ဆုံး ဦးစားပေးအရာ	ဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း (communi cation)
လူကို အပျော်ရွှင်စေဆုံးအရာ	သူတစ်ပါးကို ကူညီခြင်း

Nandar Kyaw

အကောင်းဆုံး အကျင့်တရား	ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ

Sai Dedee

အကြီးမားဆုံးသော အဟန့်အတား	သိမ်ငယ်ခြင်း
အပြင်းထန်ဆုံးသော မှားယွင်းမှု	မသိတရား

(၆)

ဘဝထဲက နေ့ရက်တိုင်းကို အပြစ်မြင် မညည်းတွားပါနဲ့။

ကောင်းတဲ့နေ့ရက်က သင့်ကို ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ပေးမယ်။

မကောင်းတဲ့နေ့ရက်က သင့်ကို အတွေ့အကြုံတွေ ပေးမယ်။

အဆိုးဆုံးနေ့ရက်က သင့်ကို သင်ခန်းစာတွေ ပေးမယ်။

Yelin Htutwin

သင်ခန်းစာတွေပဲ ရနေတာများပါပြီလေ။ ဒါပေမယ့် သင်ခန်းစာတွေက ကုန်ကိုမကုန်နိုင်တော့ဘူး။

Nandar Nyain Chann

အတွေ့အကြုံတွေ သင်ခန်းစာတွေကြောင့်လည်း ပင်ပန်းရတယ်။

Mrkan Hla

နေတတ်ရင် မြေဖြစ်တဲ့အထိ မြတ်တယ်။

Kar Yan Love

စာတွေဖတ်ရတာ စိတ်ခွန်အားဖြစ်စေလို့ နှစ်သက်မိပါတယ်။ ဒီနေ့ မွန်းကျပ်နေတဲ့စိတ်တွေကို ပြန်အားတင်းလိုက်ပါတယ်။ ကျေးဇူးပါ။ နောက်ထပ်လည်း ဖတ်ခွင့်ရချင်ပါတယ်။

Zaw Minhtwe

တိုတောင်းလှတဲ့ လူ့ဘဝကြီးထဲမှာ စိတ်ညစ်စရာတွေနဲ့ တွေ့ကြုံနေချိန်မှာ စာလေးတွေဖတ်ရလို့ ကျေးဇူးအထူးတင်ပါတယ်။

Teresa Sweet

ဒီနေ့ ကျွန်တော် အရမ်းကို စိတ်တွေညစ်နေတာပါ။ စာတွေမပြီးတာ၊ အလုပ်တွေနဲ့ မွန်းကျပ်တာများလွန်းလို့ ငိုတောင်ငိုမိတယ်။ နှ[illegible]ကို ဖတ်မိတော့ ပြန်အားတင်းမိတယ်။

(၇)

မိန်းကလေးတွေအတွက် အကြံညာဏ် (၁၄) ချက်

(၁)စာဖတ်ဝါသနာရှိပါစေ။

(၂)အဆင့်အတန်းရှိပါစေ။

(၃)ဘဝထဲက အလှတွေကို ရှာဖွေတတ်ပါစေ။

(၄)အတွေးခေါ်ကောင်းသူတွေနဲ့ မိတ်ဆွေဖွဲ့တတ်ပါစေ။

(၅)အနှစ်သာရမရှိတဲ့ ရုပ်ရှင်ကားတွေကို ဝေးဝေးရှောင်နိုင်ပါစေ။

(၆)သည်းခံခွင့်လွှတ်တတ်ဖို့ သင်ယူနိုင်ပါစေ။

(၇)ကျန်းမာတဲ့စိတ်နှလုံး မွေးမြူနိုင်ပါစေ။

(၈)လုပတင့်တယ်ခြင်းက သင့်ရဲ့ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုဖြစ်ပါစေ။

(၉)ဘယ်ယောကျ်ားကိုမှ အားမကိုးတဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရှင်သန်နိုင်သူဖြစ်ပါစေ။

(၁၀)ငွေရေးကြေးရေး စီမံခန့်ခွဲတတ်အောင် သင်ယူနိုင်ပါစေ။

(၁၁)အချစ်နဲ့အိမ်ထောင်ရေး အတူတကွ ပူးတွဲနေပါစေ။

(၁၂)ယောကျ်ားတွေနဲ့ တန်းတူညီမျှ ရင်ဘောင်တန်းနိုင်ပါစေ။

(၁၃)သင့်စိတ်ကူးအိပ်မက်ကို ကူညီအကောင်အထည်ဖော်ပေးမယ့် ယောကျ်ားကို ရှာယူနိုင်ပါစေ။

(၁၄)နပို့ခြင်းကို စွန့်လွှတ်ရသည့်တိုင် အပြုံးကို ချိတ်ဆွဲထားနိုင်ပါစေ။

Nyan Htun Linn

မိန်းကလေးတွေ ဒီ (၁၄)ချက်ကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး တိုးတက်အောင် လုပ်နိုင်ကြပါစေ။

Zaw Layann

မြန်မာမိန်းကလေးအားလုံးကို ဖတ်စေချင်တယ်ဗျာ။ ကျွန်တော့်စေတနာပါ။

Kyaw Klmoe

အိမ်ထောင်မှု ကောင်းကောင်းထိန်းသိမ်းနိုင်ပါစေ။ လင်ကိုရိုသေပြီး သားသမီးကို ချစ်တတ်ပါစေ။ အဲဒါလေးတွေလည်း ထည့်ဦးလေ။

Zayar Aung

ကောင်းတယ်ဗျာ၊ အချက်အားလုံး။ ဒါပေမယ့် လိုက်လုပ်ဖို့တော့ လိုမယ်နော်။ ဖတ်ပြီးပြီးရောဆိုရင်တော့ ရေးတဲ့သူ ရေးရကျိုးမနပ်ဘူးလေ။

(၈)

ခွင့်လွှတ်ခြင်းဆိုတာ သူတစ်ပါးကို လက်ဆောင်ပေးဖို့ အကောင်းဆုံးလက်ဆောင်ဖြစ်တယ်။ တကယ်လို့ ခွင့်လွှတ်ခြင်းကို ကိုယ့်အတွက်ပဲ သိမ်းထားတာဟာ ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်းရဲ့အစဖြစ်တယ်။

Soe Zeya Tun

တချို့ကိစ္စတွေက ခွင့်လွှတ်ပေးလိုက်လို့ရပေမယ့် တချို့ကိစ္စတွေက ခွင့်လွှတ်ပေးလိုက်လို့ မရနိုင်ဘူး။

Haemoglobin Hb

ခွင့်လွှတ်လိုက်ပြီ။ သိမ်းထားရင် ကိုယ့်ကိုပဲ ပြန်ထိခိုက်မှာစိုးလို့။

Plinn Linn

သူတစ်ပါးကို ခွင့်လွှတ်တာထက် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်ခွင့်လွှတ်တာက ပိုခက်ခဲတယ်။

Aye Aye Nu

လူတိုင်းကို ခွင့်လွှတ်သည်းခံနိုင်ရင်တော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဒါပေမယ့် လုပ်နိုင်တဲ့သူ ရှားတယ်နော်။

Chi Zar

ခွင့်လွှတ်တယ်ဆိုတာ လူတိုင်းအတွက် မဟုတ်နိုင်ပါဘူး။ ခွင့်လွှတ်သင့်တဲ့သူမှ ခွင့်လွှတ်တာ အကောင်းဆုံးပဲလေ။ အများခွင့်လွှတ်တာ များများခံရတဲ့သူဟာ အမှန်တရားပျောက်ပြီး ကိုယ့်အမှားကိုမမြင်ဘဲ ပျက်စီးနိုင်တယ်လေ။ သူ့ကို ခွင့်လွှတ်ပေးလိုက်တယ်ဆိုတာ သူကိုယ်တိုင်မှ မသိဘဲလေ။

Nan Witt Yee

တော်ရုံတန်ရုံဆိုရင်တော့ ခွင့်လွှတ်ဖို့ မလွယ်ဘူးပေါ့။ ခွင့်လွှတ်တယ်၊ ခွင့်မလွှတ်ဘူးဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လွတ်မြောက်ခွင့် အရင်ပေးလိုက်ခြင်းလို့ပဲ ထင်ပါတယ်။

Swe Zin

သူ့အပြစ်တွေအတွက် သူ့ကို ခွင့်မလွှတ်နိုင်ဘူးဆိုရင် ကိုယ်က သူ့အပြစ်တွေကို သိမ်းထားပေးလို့ သူ့အတွက် ဖြေသာမယ်။ ကိုယ့်အတွက် နာကျင်နေရမယ်။ တကယ်လို့ ကိုယ်က ခွင့်လွှတ်ပေးခဲ့တယ်ဆိုရင် သူ့အပြစ်နဲ့သူ့ကို ကိုယ်က တွဲပေးလိုက်တာလို့ ထင်ပါတယ်။ နောင်တရတဲ့တစ်နေ့ ကိုယ် ခွင့်လွှတ်ခဲ့တဲ့အတွက် သူ ပိုခံစားရလိမ့်မယ်။

Na Nwe

သေလောက်အောင် နာကျင်မုန်းတီးပေမယ့် ခွင့်လွှတ်လိုက်ချိန်မှာ အရာရာဟာ ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပါတယ်။ သူ့အတွက်မဟုတ်ရင်တောင် ကိုယ့်အတွက်ပေါ့။

Nay Myo Win

ခွင့်လွှတ်တယ်ဆိုတာ တစ်နည်းအားဖြင့်တော့ သည်းခံမှုရဲ့အစိတ်အပိုင်းလေးတစ်ခု မဟုတ်ပါလား။ ဒါတွေဟာ တကယ်တော့ ကျွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ လောက်က ဘုရားရှင်ပြောခဲ့ပြီးသားတွေပါ။ မသိသူကျော်သွား၊ သိသူဖော်စားဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကလည်း ရှိသား....

Thazin Nwe

ခွင့်မလွှတ်နိုင်တော့ ကိုယ် ခံစားရတယ်။ ခွင့်လွှတ်လိုက်တော့လည်း ကိုယ်ပဲ အရှုံးပေးနေရတယ်။

Kun Tong

ခွင့်လွှတ်ခြင်းဆိုတာ ရန်တုံ့မပြန်တော့ဘူးလို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ခြင်းပဲ မဟုတ်ဘူးလား။

Saw Joez

ခွင့်မလွှတ်နိုင်တဲ့သူဟာ ရန်သူကို မီးခဲနဲ့ပစ်ရင် ကိုယ်လက်ကို အရင်ဆုံး ပူလောင်စေတယ်တဲ့။

Min Min Thant

ခွင့်မလွှတ်နိုင်ရင် အရင်ဆုံး ကိုယ့်ဘာသာ ပူလောင်တာမို့ စိတ်ချမ်းသာချင်ရင်တော့ ခွင့်လွှတ်လိုက်တာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

Kyaw Thulwin

ခွင့်မလွှတ်နိုင်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို နမြောမိပါတယ်။

(၉)

တချို့အပြုံးအရယ်က ကိုယ့်ကိုယ်ကို နာကျင်ထိခိုက်စေပြီးမှ ရလာတဲ့ ရလဒ်ဖြစ်တယ်။

May Zin Htet

တစ်ခါတလေမှာ နာကျင်ထိခိုက်တာကို ဖုံးဖိဖို့အတွက် ပြုံးမိတဲ့ အခါမျိုးလည်း ရှိမယ်။

Mar Mar Lwin

ဟုတ်တယ်။ နာကျင်ထိခိုက်တာတွေ များလာတော့ မျက်ရည်တွေ ဖြစ်မလာတော့ဘဲ ပြုံးပြုံးလေးပဲ နေတတ်လာတော့တယ်။

Zin Marei

သူများကို ပြုံးစေချင်တော့ အနစ်နာခံပြီး ဆက်ဆံလာခဲ့ရတယ်။

ဒါပေမယ့် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ပြုံးနိုင်အောင်လို့တော့ ဘယ်သူကမှ ပြန်မကြည့်ကြဘူး။ ရင်ထဲမှာ နာနေတာတောင် ပြုံးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

(၁၀)

လူတစ်ယောက်မှာ နှလုံးသားတစ်ခုပဲရှိတယ်။ အဲဒီနှလုံးသားမှာ အခန်းနှစ်ခန်းရှိတယ်။ * left atrium and right atrium တစ်ခန်းမှာ ပျော်ရွှင်ခြင်းနေတယ်။ နောက်တစ်ခန်းမှာ ဝမ်းနည်းခြင်းနေတယ်။ အရမ်းပျော်တဲ့ အချိန်မှာ တအားမအော်ရယ်လိုက်ပါနဲ့။ သင့်ရယ်သံကြောင့် ဘေးခန်းက ဝမ်းနည်းခြင်းက နိုးသွားလိမ့်မယ်။ အရမ်းဝမ်းနည်းရင်တော့ အသံထွက်အောင်ငိုပြီး ဘေးခန်းက ပျော်ရွှင်ခြင်းကို နှိုးလိုက်ပါ။

Mar Mar Lwin

ဝမ်းနည်းခြင်းတွေများခဲ့တဲ့ ဘဝတစ်ခုမှာ အသံထွက်ပြီး တစ်မျိုး တိတ်တိတ်လေးတစ်ဖုံ ဘေးအခန်းက ပျော်ရွှင်ခြင်းကို နေ့တိုင်းလိုလို နှိုးနေမိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သူက ကိုယ့်အတွက် နိုးမလာခဲ့ဖူးပါဘူး။

Han Tun Aung

တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းက အိပ်ဆေးသောက်ပြီး အိပ်နေသလားလို့ ထင်ရတယ်ဗျာ။

Lo Ve

ဝမ်းနည်းခြင်းဆိုတဲ့ကောင်ကို သေရျာအောင်လို့ အိပ်ဆေးခတ်ပြီး ထားခဲ့မှာပါ။ ဘယ်တော့မှ မနိုးထနိုင်လောက်တဲ့ အိပ်ဆေးမျိုးနဲ့ပေါ့။

Nwe Pin

ခု ပျော်ရွှင်နေပြီဆို တအောင့်လောက်နေရင် ဝမ်းနည်းမှုက သူ့အလိုလို ရောက်လာတယ်။ ဝမ်းနည်းနေလို့မှ မကြာသေးဘူး။ ပျော်ရွှင်မှုတွေ လာတယ်။

Grace Nyolwin

ခု သိပ်ဝမ်းနည်းနေတယ်။ တအားအော်ငိုပစ်မယ်။ သေးခန်းက ပျော်ရွှင်ခြင်းမြန်မြန်နိုးပါစေတော့ကွယ်။

Zaw Tun

အရမ်းကောင်းတဲ့ စာသားလေးပါ။ ကြိတ်ပြီးကြေကွဲတတ်သူတွေ အတွက် လန်းဆန်းလာမယ့် စကားလေးပါ။

(၁၁)

နေရောင်နဲ့တူတဲ့ (လင်းလက်တဲ့)လူနဲ့ အတူနေရင် စိတ် မမှောင်မိုက်တော့ဘူး။

ပျော်ရွှင်တဲ့လူနဲ့ အတူနေရင် ပါးစပ်ဖျားမှာ အပြုံးအမြဲချိတ်ထားနိုင်တယ်။ ရှေ့ကို ရဲရဲတိုးရဲတဲ့လူနဲ့ အတူနေရင် လှုပ်ရှားမှုတွေ နောက်မကျတော့ဘူး။

သဘောထားကြီးသူနဲ့အတူနေရင် ဘာလုပ်လုပ် မတွန့်တိုတော့ဘူး။

အမြော်အမြင်ရှိသူနဲ့ အတူနေရင် အလုပ်လုပ်တဲ့အခါ ဇဝေဇဝါ မဖြစ်တော့ဘူး။

တည်ငြိမ်တဲ့လူနဲ့ အတူနေရင် အလုပ်လုပ်တဲ့အခါ အလောမကြီးတော့ဘူး။

အသိပညာလမ်းညွှန်ပြီးသူနဲ့ အတူနေရင် ဗဟုသုတ၊ စိတ်ဓာတ်တွေ တိုးတက်ကောင်းမွန်တယ်။

သူတစ်ပါးရဲ့အကောင်းဆုံးကို သင်ယူပြီး အကောင်းဆုံးကို လုပ်ပါ။

Mee Ngal

ဟုတ်တယ်နော်။ ပတ်ဝန်းကျင်ပေါ်မူတည်ပြီး ပုံစံပြောင်းနိုင်တယ်။

Kyawt Kyawt Yin

တံငါနားနီးတံငါ မုဆိုးနားနီး မုဆိုးလိုမျိုးပေါ့။

Smile Lay

လောကကြီးမှာ မိတ်ဆွေက အရေးကြီးတာပေါ့နော်။

(၁၂)

တစ်ယောက်တည်းနေတဲ့အခါ နှစ်ယောက်အကြောင်း မစဉ်းစားနဲ့။ အမှတ်တရကို တစ်နေရာမှာ ချထားလိုက်ပါ။

တစ်ယောက်တည်းနေတဲ့အခါ ပျော်စရာအကြောင်းပဲ စဉ်းစားပါ။ စိတ်ညစ်စရာတွေ ခေါင်းထဲက ထုတ်ထားလိုက်ပါ။

တစ်ယောက်တည်းနေတဲ့အခါ ခံစားချက်ကို လွတ်လပ်ခွင့်ပေးလိုက်ပါ။ ရင်ခွင်တံခါးကို ဆွဲဖွင့်ပါ။ ခွန်အားအသစ်တွေ ထပ်ဝင်ရောက်ပါစေ။

Yu Lwin

တစ်ယောက်တည်းနေတဲ့အခါ အထီးကျန်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ကောင်းကောင်းနားလည်သွားပါတယ်။

Nann Shwe Zin

တစ်ယောက်တည်းနေတဲ့အခါ အထီးကျန်မှုကို မခံစားမိပါစေနှင့်။

Khin Thiri Htet

တစ်ယောက်တည်းနေရတဲ့ Feeling က ရေလည် ရှိမန်တစ်ဆန်တယ်။

Hi Shake

ခံစားချက်တွေကို လွတ်လပ်ခွင့်ပေးပေမယ့် အချုပ်အနှောင်ထဲမှာပဲ နိုဝင်ချင်နေကြတယ်။

(၁၃)

ပျော်ရွှင်တဲ့လူတွေမှာ နာကျင်ဝမ်းနည်းခြင်းမရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ နာကျင်ဝမ်းနည်းခြင်းရဲ့အထိန်းအချုပ်ကို သူတို့ မခံတာပါ။ လူ့ဘဝမှာ နာကျင်ဝမ်းနည်းခြင်းတွေနဲ့ ကြုံရစမြဲပါ။ တကယ်တော့ နာကျင်ဝမ်းနည်းခြင်းက ကြောက်စရာမကောင်းပါဘူး။ ကိုယ့်အတွင်းစိတ်က ကိုယ့်ကို သစ္စာဖောက်ပြီး နာကျင်ဝမ်းနည်းခြင်းရဲ့ကြံ့ရာပါဖြစ်သွားမှာပဲ ကြောက်ဖို့ကောင်းတာပါ။

စိတ်ခံစားချက်ကို ပြင်ဆင်ပါ။ ပျော်စရာမကောင်းတဲ့ဖြစ်ရပ်တွေကို မေ့ပစ်ပါ။ သီချင်းလေးနားထောင်ပါ။ ရှုခင်းတွေကို ခံစားပါ။ ပြောနိုင်တဲ့စကားကို ပြောပါ။ လုပ်စရာရှိတဲ့အလုပ်ကို လုပ်ပါ။ လျှောက်သင့်တဲ့လမ်းကို လျှောက်ပါ။ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေကို ဝမ်းနည်းခြင်းနဲ့ လဲယူမယ့်အစား ဝမ်းနည်းခြင်းတွေကို ပျော်ရွှင်ခြင်းနဲ့ လဲယူလိုက်ပါ။

Faithful Snow

လူတွေက နာကျင်ဝမ်းနည်းခြင်းမှာ လဲပြိုနေတာကို ရပ်တည်ပြီး ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေကို ရယူနိုင်သားနဲ့ နာကျင်ခြင်းတွေထဲက ရုန်းမထွက်ဘဲ ဆက်လက်ရှင်သန်နေတာ ဝမ်းနည်းစရာပဲနော်။

Rose Angel Trk

စိတ်ခံစားချက်ကို ပြင်ဆင်ပါ။ ပျော်စရာမကောင်းတဲ့ဖြစ်ရပ်တွေကို မေ့ပစ်ပါ။

မကောင်းတဲ့အတိတ်တွေကို အတိတ်မှာထားခဲ့ပြီး တန်ဖိုးရှိတဲ့ လက်ရှိဘဝမှာ ပျော်အောင်နေပါတယ်။

Thandar Swe

ခု ဒီစာကို ဖတ်တဲ့အချိန်မှာ အသားကုန်ငိုနေရတဲ့ အချိန်ပါ။ ကျေးဇူးအရမ်းတင်ပါတယ်။ ခံနိုင်ရည်ရှိတဲ့လူဖြစ်အောင် အမြဲပြုံးနိုင်အောင် ကြိုးစားလျက်ပါ။

Linn Phyoe

မှန်လိုက်တာကွာ။ ဒါပေမယ့် တစ်ခါတလေမှာတော့ အဲဒါတွေကို သိသိကြီးနဲ့ကို တိုက်နိုက်ရတာ အရမ်းကို ပင်ပန်းတယ်။ ပြောရရင်တော့ စိတ်မညစ်ချင်ဘဲနဲ့ကို ညစ်နေရတာလေ။

Naymin Lay

သူငယ်ချင်းတို့ ဝမ်းနည်းစရာတွေတွေ့ကြုံတိုင်း စိတ်ဓာတ်မကျစေချင်ဘူး။ အားတင်းထားပါ။ ဝမ်းနည်းစရာတွေ ကုန်သွားတဲ့အခါမှာ ပျော်ရွှင်စရာတွေ ရောက်ရှိလာမှာပါ။

(၁၄)

သင်ဖြုန်းတီးနေတဲ့ "ကနေ့"ဟာ မနေ့ကသေဆုံးသွားသူ မျှော်လင့်ခဲ့တဲ့ "မနက်ဖြန်"ပါ။

သင်မုန်းတီးနေတဲ့ "ယခုလက်ရှိ"ဟာ နောင် သင် ဘယ်တော့မှ ပြန်မရနိုင်တော့တဲ့ "အတိတ်"ပါ။

Rose Angel Trk

အမှန်ပဲ။ လက်ရှိကို ပိုင်ဆိုင်နေတဲ့အချိန်တွေက တန်ဖိုးအရှိဆုံးပါပဲ။

Htwe Ei

လက်ရှိအချိန်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ရမယ်။ နောင်တဆိုတာ နောင်တစ်ချိန်မှာ ပြန်ပြီးတောင့်တနေလို့ပဲ နောင်တလို့ ခေါ်ကြတာပေါ့။

Saw Joez

သူငယ်ချင်းတို့ အတိတ်ဖြစ်ဖြစ်၊ အနာဂတ်ဖြစ်ဖြစ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ဖြစ် ကောင်းသထက်ကောင်းအောင် ဒီနေ့ကစပြီး ပိုပြီးလုပ်ကြရင် ပိုကောင်းမယ် ထင်တယ်နော်။

Thiha Thit

ကျွန်တော်လည်း ဖြုန်းတီးမိမုန်းမသိ ဖြုန်းတီးခဲ့တဲ့ အခွင့်အရေးတွေ အချိန်တွေ ကို မသိမသာ ပြန်ပြန်ဖြည့်နေရတယ်ဗျာ။

(၁၅)

ပြဿနာ အခက်အခဲဆိုတာ လူ့ဘဝမှာ တွန်းအားတစ်မျိုးပါ။ အခက်အခဲ၊ ပြဿနာကြောင့် လူဟာ ပိုသန်မာရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ညည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ဆီ မရောက်မချင်း လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ကိုယ့်စိတ်ကူးအိပ်မက်

အတွက် ရှေ့သို့လှမ်းနေကြပါတယ်။ လျှောက်လှမ်းတဲ့လမ်းမှာ ကဲ့ရဲ့ဝေဖန်မှုတွေ၊ သံသယဖြစ်မှုတွေ၊ သရော်လှောင်ပြောင်မှုတွေ ကြုံကြရတယ်။ ဒါဟာ လမ်းအပိုင်းအခြားမှာ တစ်ခဏသာ တွေ့ကြုံရတာတွေပါ။ ကိုယ်ပိုင်လမ်းတစ်ခုဆီ သင် အရောက်လှမ်းနိုင်ခဲ့ပြီဆိုရင် အဲဒီဝေဖန်လှောင်ပြောင်မှုတွေက မပြောပလောက်တော့ပါဘူး။

ဒါကြောင့် မိမိကိုယ်ကိုယ်ယုံကြည်ပါ။ ယုံကြည်မှုကို လက်ကိုင်ထားပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားပေးပြုံး ပြုံးပါ။ နောက်ဆုံးမှာ မျှော်လင့်ချက်ပန်းတိုင်ဆီ သင် အရောက်လှမ်းနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

Kyaw Thu

အပြောကြီးတာက မလုပ်ချင်တာကို ဖုံးကွယ်တဲ့နည်းတစ်မျိုးပါပဲ။ ဒီတော့ အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်တော့မယ်ဆိုရင် အပြောနဲ့ လက်တွေ့ ညီမျှအောင် ကြိုးစား၊ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်ချက်အပြည့်နဲ့ လုပ်ဆောင်ရင် အခက်အခဲတွေ တွေ့ကြုံလာလည်း ဖြတ်ကျော်နိုင်မှာပါ။

Zin Marei

တစ်ခါတလေလည်း မချိပြုံးပြုံးရတယ်။ တစ်ခါတလေလည်း ကိုယ်ကို အားပေးပြုံးရတယ်။ တစ်ခါတလေလည်း အနိုင်ယူပြီး ပြုံးရပါတယ်။ တစ်ခါတလေလည်းကြိုးစားပြီး ပြုံးရပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့...

Kyaw Minn Thu

တကယ်လို့ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်နဲ့ လက်တစ်ကမ်းအလိုမှာ သင်

မျှော်မှန်းသလို မဖြစ်ခဲ့ပါက ထပ်ကြိုးစားဖို့အတွက် အားမလျှော့ပါနဲ့။ ခု သင်ကြုံတွေ့နေရတဲ့ ပြဿနာဟာ တကယ့်ပြဿနာ မဟုတ်သေးဘူးဆိုတာ ခေါင်းထဲထည့်ထားပါ။ ဒီလိုနဲ့ သင်ဟာ ပန်းတိုင်နဲ့ ပန်းတိုင်ရဲ့သဘောကို နားလည်ရင်း ပြဿနာတွေကို ကျော်လွှားနိုင်ပြီး တကယ့်ပန်းတိုင်ဆီကို ရောက်ဖို့ အဆင်ပြေသွားပါလိမ့်မယ်။

Phyo Nge

လူတိုင်း ပြဿနာ၊ အခက်အခဲကို ကြုံရပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါတွေဟာ ဘဝရဲ့အားမာန်တွေ၊ ဘဝရဲ့တွန်းအားတွေဆိုတော့ ခံနိုင်ရည်ရှိပါပြီ။

(၁၆)

လူတိုင်းရဲ့ကိုယ်မှာ တမူထူးခြားတဲ့ ကိုယ်ပိုင်အလင်းတစ်မျိုးရှိတယ်။ ကိုယ်ပိုင်ဆွဲဆောင်မှုတစ်မျိုးရှိတယ်။ ဒါတွေဟာ တခြားလူ အတုခိုးလို့မရနိုင်သလို တခြားလူမှာလည်း မရှိနိုင်ပါဘူး။ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဂုဏ်ယူထိုက်တဲ့အရာတွေ ရှိတယ်။ သင့်ရဲ့မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုကို သင်ကိုယ်တိုင်ပဲ မှတ်ချက်ပြုနိုင်တယ်။ တစ်လောကလုံးက သင့်အပေါ် မျှော်လင့်ချက်မဲ့ခဲ့ရင်တောင် သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်ရတယ်။

နာကျင်ကြေကွဲချိန်မှာ ငိုနိုင်ပါတယ်။ ရှိုက်ကြီးတငင် ငိုနိုင်ပါတယ်။ ငိုပြီးခဲ့ရင် လှလှပပ ရယ်နိုင်ရမယ်။ လှလှပပ ပြုံးနိုင်ရမယ်။ သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်ပါ။ သင်ဟာ သင်ကိုယ်တိုင်ပါ။ သင်ဟာ ပြိုင်ဘက်ကင်းသူ တစ်ယောက်ပါ။

Bhone Pyae

အရမ်းကောင်းပါတယ်။ လှလှပပ မရယ်နိုင်သေးရင်တောင် လှလှပပရယ်နေတဲ့သူကိုကြည့်ပြီး ပြုံးတတ်လာအောင် သင်ယူနေပါတယ်။

Su Christina

နာကျင်ကြေကွဲချိန်တွေ များပြားခဲ့ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်ချက်ရှိပြီး ပြိုင်ဘက်ကင်းအောင် ကြိုးစားသင့်တဲ့အချိန်ရောက်ပြီလို့ ထင်ပါတယ်။ ဒီစာတွေအတွက်လည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

Saw Joez

မှန်ပါတယ်။ လောကမှာ လွယ်လွယ်နဲ့ရတာမှန်သမျှ လူတွေ သိပ်တန်ဖိုးမထားကြပါဘူး။ အခက်အခဲများပြီး (ကျော်ဖြတ်) မှရတဲ့ အောင်မြင်မှုဟာ အနှစ်သာရရှိပြီး ကိုယ်ကိုယ်တိုင် တန်ဖိုးပိုထားကြပါတယ်။ လူတွေဟာ မြေကြီးထဲကထွက်တဲ့ ကျောက်သံပတ္တမြားလိုပါပဲ။ အပေါ်ယံ အကာမဖယ်ခင်တော့ တန်ကြေးကို မသိကြပါဘူး။ အခြေအနေ အချိန်အခါမပေးသေးလို့ အခက်အခဲရှိတာလေးကို အရှုံးပေးရင် ကိုယ့်ရဲ့တန်ဖိုး မှတ်ကျောက်မတင်ခင် ကျဆုံးသွားလိမ့်မယ်။

(၁၇)

လောကမှာ အသည်းငယ်တဲ့လူတွေက အများသားလား။ ပိုးဟပ်ကိုကြောက်တဲ့လူ၊ ကြွက်ကိုကြောက်တဲ့လူ၊ အခက်အခဲကို ကြောက်တဲ့လူ၊ ဆုံးရှုံးမှာကို ကြောက်တဲ့လူ၊ ကိုယ့်အချစ်စစ်ကို တခြားအချစ်စစ်နဲ့ မတွေ့မိ

မှာကြောက်တဲ့လူ၊ အငြင်းခံရမှာ ကြောက်တဲ့လူ၊ သစ္စာဖောက်ခံရမှာ ကြောက်တဲ့လူ၊ အစွန့်ပယ်ခံရမှာ ကြောက်တဲ့လူ၊ ထိခိုက်နာကျင်မှာကို ကြောက်တဲ့လူ။

အဲဒီလို ကြောက်တတ်နေလို့ပဲလား၊ အစတောင် မစရသေးခင် ကျွန်မတို့ဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မျှော်လင့်ချက်မဲ့နေခဲ့ပြီ။

Win Moh

ဟုတ်တယ်။ ကြိုတွေးကြောက်ပြီး မစရဲဘူး။

Yinnsoe Yin

ဟုတ်တယ် . . . ကြောက်နေလို့ပဲ လုပ်ချင်တာတွေ မလုပ်ခဲ့ရတာတွေ များပေါ့။

Nang Thwe

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်လိုက်ရင် အဲသည် အကြောက်တရားတွေအားလုံးဟာ အသေးအမွှား၊ အလကားပါ။ အားလုံးတည်ငြိမ် အေးချမ်း ပြေပျောက်သွားလိမ့်မယ်။ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ ကြောက်တတ်သူများအတွက် ဆေးကောင်းတစ်လက်ပေါ့။

Pont Pont Lay

ဟုတ်တယ်နော်။ မဖြစ်သေးတာတွေးပြီး ပူနေမိတော့ ပူလောင်တာပဲ အဖတ်တင်တာပေါ့။ ဖြစ်လာတာကို စိတ်အေးအေးထားပြီး ရင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

Mg Naing

ကြောက်လို့သာ ရပ်နေရရင် ဘယ်ခါမှ လိုရာခရီး မရောက်နိုင်ဘူးနော်။ အကြောက်တရားကို ရင်မှာခဏသိမ်းလို့ ရည်ရွယ်ရာခရီးကို ဆက်နင်းပြီး ပန်းတိုင်ရောက်မှ ကြောက်ရမယ့်အရာဟာ ဘာဆိုတာ သူတို့တစ်တွေ သိမှာပါ။

Yint Asdo

တစ်ဝက် ရှုံးနေပြီလား။

Swe Zin

မှန်လိုက်တာ။ အစကတော့ ကြိုတွေးပြီး ဖြစ်မှဖြစ်လာပါ့မလားလို့ ကြောက်ခဲ့တာတွေ အများသား။ အခုတော့ ကြိုတွေးပြီး စိုးရိမ်ပူပန်နေတာဟာ လက်ရှိအချိန်ကိုပါ ဖျက်ဆီးပစ်နေသလို ခံစားရလို့ ကြိုတင်ပူပန်မှုကို လက်မခံနိုင်အောင်ပဲ ကြိုးစားတော့တယ်။ နောင်ဖြစ်လာမယ့်အရာတွေအတွက် ကြိုပြီး ပေးဆပ်ပူပန်နေရတာကို မုန်းတယ်။ တစ်ခါတလေ ကိုယ်မျှော်လင့်ထားတဲ့ အရမ်းဆိုးမယ်ထင်တဲ့အရာတွေက တကယ့်အချိန်မှာ ထင်သလောက် မဆိုးဘူးလေ။ ဘဝမှာ အကောင်းဆုံးတွေကို မျှော်လင့်ထားသလို အဆိုးဆုံးတွေဖြစ်လာခဲ့ရင်လည်း ရင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားမယ်လို့ ခံယူတတ်အောင် အမြဲကြိုးစားဆဲပေါ့။

(၁၈)

ကိုကာကိုလာကုမ္ပဏီက အထွေထွေမန်နေဂျင်းဒါရိုက်တာက အခုလို ပြောခဲ့တယ်။

ကျွန်တော်တို့ဟာ ဂျိုကာတစ်ယောက်နဲ့ တူတယ်။ လူတိုင်း ဘောလုံးငါးလုံးနဲ့ ကစားနေကြတယ်။ အဲဒီဘောလုံးငါးလုံးက (၁) အလုပ်အကိုင်၊ (၂) ကျန်းမာရေး၊ (၃) မိသားစု၊ (၄) သူငယ်ချင်းနဲ့ (၅)အသက်ဝိညာဉ် ဖြစ်တယ်။ ဘောလုံးငါးလုံးထဲမှာ တစ်လုံးက ရာဘာနဲ့လုပ်ထားပြီး လွတ်ကျသွားရင် ပြန်ကန်တက်တတ်တယ်။ အဲဒီဘောလုံးကတော့ အလုပ်အကိုင် ဖြစ်တယ်။ ကျန်တဲ့လေးလုံးကတော့ ဖန်နဲ့လုပ်ထားပြီး ကျသွားတာနဲ့ ကွဲကြေကုန်ကြတယ်။

Silver Eyes

မိသားစုနှင့် သူငယ်ချင်း (best friend) က ဘယ်တော့မှ ပြိုကွဲမသွားဘူးလို့ ထင်တာပဲ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သံယောဇဉ်ဆိုတဲ့ကြိုးတွေ ရှိနေသေးတယ်လေ။ ထင်တာကို ပြောကြည့်တာပါနော်။

Nine Nine Sanay @ နိုင်းနိုင်းစနေ

ကွဲကြေတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဝေးကွာပြိုကွဲသွားတာမျိုး မဟုတ်ဘဲ သေကြေပျက်စီးသွားတာ၊ ဆုံးရှုံးသွားတာကို ဆိုလိုပါတယ်။

အသက်ကလေး

ကျန်တဲ့လေးလုံးကို သေချာဂရုစိုက်ပါ့မယ်။ ရာဘာနဲ့လုပ်တဲ့ ဘောလုံးကိုလည်း သူ့ရဲနှီစိတ်ဓာတ်နဲ့ ကန်ပါ့မယ်။

(၁၉)

သင့်မှာ ကံကောင်းခြင်းတွေ ရှိတယ်ဆိုတာကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် တမင်တကာ မစောင့်မျှော်ပါနဲ့။ သင့်မှာ ကြံ့ခိုင်မှုတွေရှိတယ်ဆိုတာကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် မျက်ရည်ကျဖို့ မငြင်းဆန်ပါနဲ့။ လောကမှာ သူတော်ကောင်းရှိတယ်ဆိုတာကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် သူတော်ကောင်းဟန်ဆောင်သူရဲ့ရန်ကို ကာကွယ်ဖို့ မမေ့ပါနဲ့။ ငွေကြေးက ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေကို သယ်လာနိုင်တယ်ဆိုတာကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် တစ်ဘဝစာအတွက် မတောင့်တပါနဲ့။ ရိုးသားခြင်းကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် စေတနာကောင်းထားဟန်ဆောင်ခြင်းကို အပြစ်မဆိုပါနဲ့။ အောင်မြင်ခြင်းကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် ကျရှုံးခြင်းကို မျက်ကွယ်မပြုပါနဲ့။ ဖူးစာကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် ရူးရူးမိုက်မိုက် မစောင့်စားပါနဲ့။ အချစ်ကို ယုံပါ။ ဒါပေမယ့် အပြစ်အနာအဆာကင်းဖို့ မတောင်းဆိုပါနဲ့။ လူ့ဘဝမှာ တန်ဖိုးအရှိဆုံးက မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်တာပဲဖြစ်တယ်။

Nan Nwe Hnin Wai

စေတနာကောင်းထား ဟန်ဆောင်တာကို အပြစ်မဆိုပါဘူး။ တော်သေးတာပေါ့။ ဟန်ဆောင်သေးလို့။ ကျရှုံးခြင်းတွေက အသားကျနေပြီလေ။ ဖူးစာကို ယုံတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘယ်တုန်းကမှ ရူးရူးမိုက်မိုက် မချစ်ခဲ့ဖူးပါဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အယုံကြည်ဆုံးပဲလေ။ အင်တာဗျူးတစ်ခုမှ မေးခွန်းမေးသူက

အမှတ် (၁၀၀) ရှိရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်လောက်ပေးချင်သလဲတဲ့။ ကျွန်မ ဖြေလိုက်တယ်။ (၁၀၀) ပါလို့။ သူတို့ အံ့သြသွားတယ်။ တစ်ခါမှ ဒီလိုအဖြေမျိုး မကြားဖူးလို့ပါတဲ့။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတောင် (၁၀၀) မပေးနိုင်ရင် တခြားသူ ဘယ်လိုပေးမလဲလို့ ပြောလိုက်တယ်လေ။ တကယ်တော့ လူတိုင်း အပြစ်အနာအဆာတွေ မကင်းကြပါဘူးလို့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေက ကျွန်မပြစ်ချက်တွေတွေ့ပြီး ပေးချင်ပေးမယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ဘာသာတော့ ပေးပါရစေလို့ ဖြေလိုက်တယ်လေ။

Zin Marei

အရာရာကို ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နိုင်တဲ့စိတ်နဲ့ ဖြစ်မယ့်ပျက်မယ့် သဘောတရားကို လက်ကိုင်ထားလို့ လက်ရှိဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဘဝအခြေအနေပေါ်မှာပဲ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် နေထိုင်တယ်။

(၂၀)

မိုးအုံ့တယ်ဆိုတိုင်း မိုးရွာတာမဟုတ်ဘူး။

လမ်းခွဲတယ်ဆိုတိုင်း ရင်ကွဲသွားတာမဟုတ်ဘူး။

မုန်းတယ်ဆိုတိုင်း တစ်သက်လုံးအတွက် မဟုတ်ဘူး။

စိတ်ပျက်တယ်ဆိုတိုင်း မျှော်လင့်ချက်မဲ့သွားတာ မဟုတ်ဘူး။

ရင်ဆိုင်ရတယ်ဆိုတိုင်း ခက်ခဲတာမဟုတ်ဘူး။ အထီးကျန်တယ်ဆိုတိုင်း မပျော်ရွှင်တာမဟုတ်ဘူး။

ပိုင်ဆိုင်ရတယ်ဆိုတိုင်း မဆုံးရှုံးနိုင်တာမဟုတ်ဘူး။

နှုတ်ဆိတ်တယ်ဆိုတိုင်း ဥပေက္ခာပြုတာမဟုတ်ဘူး။

ဆုံးရှုံးတယ်ဆိုတိုင်း မပိုင်ဆိုင်နိုင်တော့တာ မဟုတ်ဘူး။

လဲကျသွားတယ်ဆိုတိုင်း ထပ်မရပ်နိုင်တော့တာ မဟုတ်ဘူး။

ဆုံးရှုံးတယ်ဆိုတိုင်း လက်လွှတ်လိုက်တာမဟုတ်ဘူး။

ထူးဆန်းအံ့ဩဖွယ်ဖြစ်ရပ် ထပ်မပေါ်နိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီတစ်စက္ကန့်မှာသာ အလျှော့မပေးရင် နောက်တစ်စက္ကန့်မှာ မျှော်လင့်ချက်ဆိုတာ ရှိနိုင်ပါတယ်။

Violine Chitthu

ဘဝဆိုတာ အဲဒီလိုပဲထင်တယ်။ တစ်ခုရှုံးဖူးတာနဲ့ နောက်တစ်ခါ မအောင်မြင်နိုင်ဘူးလို့ ဘယ်သူမှ မပြောနိုင်ပါဘူး။

Zin Marei

ကိုယ်ထင်ထားတာတွေ ဖြစ်မလာတဲ့အခါ မျှော်လင့်ချက်တွေ မဲ့တယ်။ တကယ်တော့ မျှော်လင့်ချက်ဆိုတာ မနက်ဖြန်တိုင်းမှာ ရှိတယ်။

ကိုမွန်

အကောင်းဆုံးအတွက်ကို မျှော်လင့်ထားသလို အဆိုးဆုံးအတွက်ကိုလည်း ပြင်ဆင်ထားပေါ့။

ခရမ်းသားကြီး

မျှော်လင့်ချက်ဆိုတဲ့ ငါးစာရှိနေသ၍ငါးကလေးကျွန်တော်ကတော့ ငါးမျှားချိတ်ကို ကြောက်မှာမဟုတ်ဘူး။

Thiri Zaw

လဲသွားလည်း ပြန်ထဖို့တာဝန် ကိုယ့်မှာရှိတယ်လေ။ နောက်ဆုံးအခြေအနေမှာတောင် ကြိုးစားထရမှာပဲလေ။

(၂၁)

တစ်ယောက်တည်းရဲ့ကမ္ဘာက ငြိမ်သက်အေးဆေးလွန်းတယ်။ ငြိမ်သက်လွန်းလို့ ကိုယ့်အသက်ရှူသံ၊ ကိုယ့်နှလုံးခုန်သံကို ကိုယ် ပြန်ကြားနေရတယ်။

အေးပြီဆို ကိုယ့်ကိုယ်ကို အနွေးထည်ထပ်ဝတ်ဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

ဆာပြီဆို ကိုယ့်အတွက် ပေါင်မုန့်တစ်လုံးဝယ်ဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

ဖျားပြီဆို ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆေးသောက်ဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

ဆုံးရှုံးပြီဆို ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားပေးဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

စိတ်ဓာတ်ကျပြီဆို ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကြံ့ခိုင်ဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

လဲကျပြီဆို နာကျင်မှုထဲကနေ ရုန်းထပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို အပြုံးတစ်ပွင့်ပေးဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

တစ်ယောက်တည်းဆိုပေမယ့်လည်း တစ်ယောက်တည်းရဲ့ လွတ်လပ်ငြိမ်းချမ်းမှုတွေ ရှိခဲ့ပါတယ်။

Nay Wint

တစ်ယောက်တည်း ကြုံတွေ့ခဲ့ရတဲ့ အကြောင်းအရာတွေက ကိုယ့်ရဲ့အတိတ်က နာကြည်းမှုတွေ အမှတ်ရမိသလို ကိုယ့်ရဲ့မနက်ဖြန်ကိုလည်း နွေးထွေးတဲ့ရောင်ခြည်သစ်တွေနဲ့ တွေးဆမှုတွေကို ရရှိစေခဲ့ပြီလေ။

Ei Tone

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုမှ ဂရုမစိုက်ရင် ဘယ်သူမှ ဂရုမစိုက်ဘူး။ သူများတွေ ကိုယ့်ကို ဂရုစိုက်တယ်ဆိုတာ ဘယ်လောက်ထိ ဂရုစိုက်နိုင်မှာလဲ။

ရစ်တူး

တစ်ယောက်တည်း အထီးကျန်နေရတာ သိမ်ငယ်စိတ်တွေ ဝင်လာတယ်။ တစ်ခါတလေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်နိုင်တဲ့ခွန်အားလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ တွဲဘက်လေးရှိရင်တော့ အကောင်းဆုံးပေါ့။

Wint Theingi Lwin

တစ်ယောက်တည်းဆိုပေမယ့် လွတ်လပ်ပျော်ရွှင်ခဲ့ရပါတယ်။ တစ်ခါတလေ အထီးကျန်တယ်ဆိုပေမယ့် ရင်တွင်းငြိမ်းချမ်းခြင်းကို ထိတွေ့ခံစားနိုင်ပါတယ်။

(၂၂)

လူ့ဘဝလမ်းတစ်လျှောက်မှာ ငါတို့ဟာ သင်ယူရင်းနဲ့ ကြီးပြင်းကြတယ်။

လူတစ်ယောက်ကိုချစ်တတ်ဖို့ သင်ယူတယ်။
လူတစ်ယောက်ကို မချစ်တတ်ဖို့ သင်ယူတယ်။
လူတစ်ယောက်ကို မေ့တတ်ဖို့ သင်ယူတယ်။
လူတစ်ယောက်ကို မမုန်းတတ်ဖို့ သင်ယူတယ်။

နောက်ဆုံး...နောက်ဆုံးမှာတော့...
ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးတတ်ဖို့ ငါတို့ သင်ယူခဲ့ပါတယ်။

Zin Marei

ဘဝမှာ နေထိုင်ကြီးထွားရင်းနဲ့ သဘာဝလောကကြီးက ပညာတွေ သင်ပေးသွားတာပါ။

Phyo Hsu

အရေးကြီးဆုံးက ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ်သိအောင် သင်ယူသင့်တာပါ။ ဒါကို လက်ခံချင်မှ လက်ခံမယ်။ ဒါပေမယ့် သေချာပြန်လေ့လာစေချင်ပါတယ်။ ကိုယ့်ဘဝမှာ အမှားတွေနည်းအောင်လို့ပါ။

ခရမ်းသားကြီး

သင်ယူနေရင်းနဲ့ လောကကြီးကို ခံစားတတ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။ တစ်ခါတလေ ဘဝဟာ သင်ယူရင်းနဲ့ပဲ နိဂုံးချုပ်ရမလိုပဲ။

သဲသဲ

တစ်ခါတလေ သင်ယူစရာမလိုလောက်အောင်ကို အသက်အရွယ်၊ အသိအမြင်၊ အတွေးအခေါ်တွေက ပြောင်းလဲမှုတွေကို ဖြစ်စေပါတယ်လေ။

(၂၃)

ဆည်းဆာနေက လှပပေမယ့် တိုတောင်းလွန်းတယ်။ ဖြစ်ပျက်ခဲ့တဲ့ အပျော်၊ အပျက်၊ ဝမ်းနည်းခြင်း၊ ပူဆွေးခြင်း၊ ဒေါသတွေ ဘယ်လောက်များခဲ့လည်း အတိတ်မှာ ကျန်ရစ်ခဲ့ပြီ။

၂၀၁၁ ခုနှစ်ဟာ မနက်ဖြန်ရဲ သန်းခေါင်ယံမှာပဲ မကြာခင် အတိတ်အဖြစ် ကူးပြောင်းတော့မယ်။

၂၀၁၂ ခုနှစ်ဟာ မနက်ဖြန်ရဲ့ သန်းခေါင်ယံမှာပဲ အသစ်အဖြစ်နဲ့ ဝတင်တော့မယ်။

အဲဒီလို ကူးပြောင်းကာလမှာ ဝမ်းမနည်းပါနဲ့။ နောင်တမရပါနဲ့။ အပြုံးနဲ့ ဘဝကို လက်တွေ့ကျကျ ရင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။ အဟာနဲ့ အတား၊ အနှောင့်အယှက်တွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ရချိန် ငိုဖူးခဲ့၊ ဒေါသထွက်ဖူးခဲ့လည်း သတ္တိရှိရှိ ပြန်ထရပ်ဖို့ မမေ့ပါနဲ့။ ဘယ်သူက တစ်သက်လုံး သင့်ကို လမ်းညွှန်ဆုံးမနိုင်မှာလဲ။ အမှားနဲ့ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ချိန် ရှောင်မပြေးပါနဲ့၊ မလွှဲချပါနဲ့၊ သတ္တိရှိရှိ လက်ခံလိုက်ပါ။ အကြောင်းက သင့်ကိုယ်သင် တာဝန်ယူရမှာမို့ပါ။

ဘဝမှာ ဘယ်လောက်ပဲ မောပန်းနေပါစေ။ အလုပ်များနေပါစေ။ သင့်ဘေးမှာ အဖော်ပြုနေသူတွေကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောပါ။ နောက်ကျောကို ဓားနဲ့ထိုးသူတွေ၊ မဟုတ်မမှန် သတင်းလွှင့်သူတွေ သူတို့လမ်းသူတို့သွားပါစေ။ အရေးမပါတဲ့ ကိစ္စတွေအတွက် အာရုံစားခံပြီး နားလည်ဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့၊ မဖြေရှင်းပါနဲ့။ ကိုယ့်အတွက် အကျိုးမရှိလို့ပါ။

ထက်မြက်သူတွေက ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိတဲ့အရာတွေကိုပဲ ရွေးချယ်တယ်။ ကိုယ့်အတွက် အကျိုးမရှိတဲ့အရာတွေ စိတ်ထဲတောင် အဝင်မခံဘူး။ စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ပြီး နားထောင်သင့်တာကို နားထောင်တယ်။

၂၀၁၂ ခုနှစ်ကစ အားလုံး ထက်မြက်သူတွေ ဖြစ်ကြပါစေ၊ ၂၀၁၂ ခုနှစ်ကစ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ တိမ်ညိုတိမ်မည်းတွေ ဖယ်ရှားပြီး ကြည်လင်တဲ့ ကိုယ်ပိုင်ကောင်းကင်ကို လူတိုင်း ဖန်ဆင်းနိုင်ပါစေ။

Ms.Lin Lin

ပျော်ရွှင်စရာနှစ်သစ်နဲ့အတူ နှစ်တစ်နှစ်စာခရီးကို နလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းသာယာစွာ ကျော်ဖြတ်နိုင်ပါစေ။

Lo Ve

အတိတ်ကဖြစ်ရပ်တွေက တစ္ဆေသရဲတစ်ကောင်လို လိုက်လံခြောက်လှန့်နှိပ်စက်နေတယ်။ စဉ်းစားမိတိုင်း ဒဏ်ရာဟောင်းက နာကျင်နေရတယ်။ နှစ်သစ်မှာ အရာအားလုံးကိုမေ့ပြီး ကျော်ဖြတ်နိုင်ပါစေ။

Pwint Phyu Aung

၂၀၁၂ ခုနှစ်ကစ အားလုံး ထက်မြက်သူတွေဖြစ်ကြဖို့ဆိုရင် ကိုယ်ကျိုးရော၊ အများအကျိုးရောရှိတဲ့အရာတွေ မျှမျှတတလုပ်ကြဖို့လည်း လိုတာပေါ့နော်။

William Lin

စာကိုဖတ်လိုက်တော့မှ နည်းနည်းသတိထားမိလာတယ်၊ အရေးမပါတဲ့ကိစ္စတွေမှာ အချိန်ကုန်နေတာရယ်၊ ကိုယ် မှန်မှန်မှားမှား ဘယ်တော့မဆို ကိုယ့်ဘက်ကရပ်တည်ပေးတဲ့ ကိုယ့်အမေကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်း

မပြောဖူးတာရယ်၊ ပိုဆိုးတာက အပြင်မှာ စိတ်ဖိအားရှိလာရင်လည်း တစ်ခါတလေ အမေ့ဆီမှာပဲ သွားအပြစ်တင်မိတဲ့ အကျင့်ဆိုးကြီး။ ၂၀၁၂ မှာတော့ ဒါတွေ မရှိစေရတော့ဘူး။

Lu Soelay

တန်ဖိုးရှိတဲ့ အချိန်တွေကို တန်ဖိုးမရှိတဲ့အရာတွေအတွက် မကုန်ဆုံးပါစေနဲ့လို့ ဆန္ဒပြုရင်း နှစ်သစ်မှာ ပျော်ရွှင်ပါစေ။

(၂၄)

အတိတ်ကို မလွှတ်တမ်းဆုပ်ကိုင်မထားပါနဲ့။ ကြိုးပြတ်သွားတဲ့ ငွန်ကို ပျံသန်းခွင့်ပေးလိုက်ပါ။ သူ့ကိုလွှတ်လိုက်တာဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိုလွတ်လပ်ခွင့်ပေးလိုက်တာပါပဲ။

၂၀၁၁ ခုနှစ်က မပျော်ရွှင်ခဲ့တာတွေ၊ ဝမ်းနည်းစိတ်ညစ်ခဲ့တာတွေ၊ စိတ်တိုဒေါသဖြစ်ခဲ့တာတွေကို မလွှတ်တမ်း ဆုပ်ကိုင်မထားပါနဲ့။ နာကျင်ခြင်းတွေ လွှတ်ချလိုက်တာက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိုပေါ့ပါးလွတ်လပ်စေပါတယ်။ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးခြင်းတွေနဲ့ ၂၀၁၂ ခုနှစ်ကို ကြိုဆိုပြီး တစ်နှစ်တာကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ဖြတ်သန်းနိုင်ကြပါစေ။

Cho Lwin

လွတ်လပ်ပေါ့ပါးခြင်းတွေနဲ့ ၂၀၁၂ ခုနှစ်ကို ကြိုဆိုပြီး တစ်နှစ်တာကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ဖြတ်သန်းနိုင်ကြပါစေ။

Sanl Lwin

၂၀၁၁ ခုနှစ်မှာ အကောင်းတွေ လုပ်တယ်။ မအောင်မြင်ဘူး။ စိတ်မကောင်းဘူး။ အဲဒါတွေကို ဆုပ်ကိုင်ထားတာ အမှားပဲ။

Ozzy Win

အတိတ်ဆိုတာ သမိုင်းသာဖြစ်တယ်။ လေ့လာပါ။ သင်ယူပါ။ ဆုပ်ကိုင်ထားစရာတော့ မဟုတ်ဘူး။ အနာဂတ်ဆိုတာ ခန့်မှန်းရခက်တဲ့ လျှို့ဝှက်ရင်ဖိုဖွယ်ရာသာ ဖြစ်တယ်။ မျှော်လင့်ပါ။ စိတ်ကူးပါ။ နစ်မြောနေစရာတော့ မဟုတ်ဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်ဆိုတာ ဘုရားကပေးတဲ့ လက်ဆောင်သာဖြစ်တယ်။ လေ့လာသင်ယူထားသမျှကို အသုံးချဖို့။ မျှော်လင့်စိတ်ကူးထားသမျှကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့။ ဘုရားကပေးသော အခွင့်အရေးလက်ဆောင်သာ ဖြစ်တယ်။ သူ့ကိုတော့ အလကားအဖြစ်မခံပါနဲ့။ နောင် ဘယ်တော့မှ ပြန်ရမှာမဟုတ်တော့လို့ပါ။

Aung Ko

ပြီးခဲ့တာတွေ မေ့ထားတာ အကောင်းဆုံးပဲလေ။ နေတတ်ရင် ကျေနပ်စရာတွေကြီးပဲ။

Thi Thi Tun

ပျံသန်းခွင့်ပေးလိုက်ပြီ။ သင် သွားလိုရာသွားနိုင်ပြီ။ သင့်အတွက် အကျွန်ထံတွင် နေရာမရှိတော့ပြီ။ ဝမ်းနည်းစေခဲ့သော အရာအားလုံးကို လွှင့်ပစ်လိုက်ပါပြီ။

ခရမ်းသားကြီး

အတိတ်ကိုဆုပ်ကိုင်ထားပြီး အနာဂါတ်ကိုပဲ လှမ်းလင့်အားသန်နေသ၍ ပစ္စုပ္ပန်ဆိုတာ လက်လွတ်သွားတတ်တယ်။

(၂၅)

ခေါင်းမော့တာနဲ့ ကောင်းကင်က ကြည်လင်လာလိမ့်မယ်လို့ တပ်အပ်မပြောနိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့် အမြဲခေါင်းငုံ့နေရင်တော့ ကောင်းကင်ဟာ ဘယ်လောက်ပဲ လှပကြည်လင်နေလည်း သင့်မျက်စိနဲ့ တပ်အပ်တွေ့နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

Kham Lay

ဟုတ်တယ်နော်။ စိတ်ညစ်နေတဲ့အချိန်ဆို ကောင်းကင်ကြီးကို မော့ကြည့်လိုက်ရင် နည်းနည်းတော့ စိတ်သက်သာရာရသွားတယ်။

Robin Robinlama

တတ်သင့်တတ်ထိုက်တဲ့ ပညာတွေသင်ပြီး လောကကြီးမှာရှိတဲ့ လူတွေနဲ့ တန်းတူဆက်ဆံနိုင်မယ်ဆိုရင်တော့ အရာရာ သင့်မျက်စိနဲ့ တပ်အပ်မြင်ရပါလိမ့်မယ်။

Iceberry Socold

ကပ်ပြောတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ လူဟာ ခေါင်းငုံ့ခြင်းနှင့် ခေါင်းမော့ခြင်းကြား မျှတစွာသွားမှသာ အဆင်ပြေမယ်ထင်ပါတယ်။ ခေါင်းမော့

မယ်ဆိုပါစို့။ အောက်ကအရာကို တိုက်သွားမှာလား။ နင်းသွားမှာလား။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် တိုက်တာရော၊ နင်းတာရော မကောင်းဘူးနော်။ ကိုယ်သွားမယ့်လမ်းမှာ တစ်ခုခုရှိမယ်ဆိုပါစို့။ တိုက်မယ့်အရာဖြစ်ဖြစ်၊ နင်းမယ့်အရာဖြစ်ဖြစ် အဲဒီနေရာလေးကို ရှောင်ကွင်းပြီးမှ မော့ကြည့်တာသာ အကောင်းဆုံးဖြစ်မယ်လို့ထင်ပါတယ်။

Nine Nine Sanay @ နိုင်းနိုင်းစနေ

တကယ်တော့ ဒီနေရာမှာ ခေါင်းမော့သင့်၊ ခေါင်းငုံ့သင့်ကို ဆိုလိုချင်တာမဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ဓာတ်ကျ၊ အားငယ်ချိန်မှာ လူတွေဟာ ခေါင်းငိုက်စိုက် နွမ်းလျနေတတ်တာ များပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုအပြည့်နဲ့ ပခုံးစွင့်ကား ခေါင်းမော့ရင်ကော့ဖို့ကို ဆိုလိုချင်တာပါ။ မာနထောင်လွှားပြီး ခေါင်းမော့နေဖို့ကို မဆိုလိုပါဘူး။ ဖတ်တဲ့အပေါ် မူတည်ပြီး ကွဲပြားတဲ့စိတ်ကူးအတွေးတွေကို ဖတ်ရတဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

Sumyat Thu

တို့တော့ အဲဒါလေးကို ယုံတယ်။ အဲဒါကြောင့် စိတ်ဓာတ်ကျစရာတွေတွေ့တိုင်း အမြဲအားတင်းနိုင်တာပေါ့။ တစ်ခါတစ်ရံ မိုးအုံ့တဲ့အခါ ကြည့်မိရင်တော့ သူလည်း အမြဲတမ်း မမှောင်နိုင်ဘူးလို့ အားတင်းမိတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကံတရားက မရက်စက်တတ်လို့ပါ။

(၂၆)

လူ့ဘဝဆိုတာ စာအုပ်တစ်အုပ်ဆိုပါစို့။ တချို့က တောက်တောက်ပပရေးတယ်။ တချို့က သာမန်မျှသာရေးတယ်။ တချို့က စိတ်ပါလက်ပါ ရေးတယ်။ တချို့က ပေါ့ပေါ့တန်တန် ရေးတယ်။ တချို့က ခမ်းခမ်းနားနား ရေးတယ်။ တချို့က ကပ်ကပ်စီးစီး ရေးတယ်။ တချို့က ပြေပြေပြစ်ပြစ် ရေးတယ်။ တချို့က ကွေးကွေးကောက်ကောက်ရေးတယ်။ တချို့က ထက်မြက်ခြင်းတွေ ချန်ခဲ့တယ်။ တချို့က ကြေကွဲဝမ်းနည်းခြင်းတွေ ချန်ခဲ့တယ်။ တချို့က တွေးတောစရာတွေ ချန်ခဲ့တယ်။ တချို့က ဗလာတွေ ချန်ခဲ့တယ်။ လူ့ဘဝဆိုတဲ့ ဒီစာအုပ်ကို ဂရုတစိုက်ဖတ်၊ စိတ်နဲ့ခံစားရတယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်း မတူတဲ့ ပုံစံတွေနဲ့ ဘဝစာအုပ်ကို ဖတ်ကြတယ်။ ခံစားကြတယ်။ ပြီးတော့ ကိုယ်နဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ ဘဝစာအုပ်ကို ရေးကြတယ်။

Pole Starlay

ကိုယ့်သမိုင်း ကိုယ်ရေးကြသည်ပေါ့။ ဒီဘဝစာအုပ်က ရေးပြီး ဖျက်လို့မရတော့ဘူးနော်။ ဒီတော့...

Kyaw Win

ဘဝဆိုတာ ရေးပြီးသားစာအုပ်တစ်အုပ်လိုပါ။ စာအုပ်တစ်အုပ်ဖတ်သလို ကျော်ဖတ်လို့မရပါဘူး။ ဒါကြောင့် မနက်ဖြန် ဘာဖြစ်မယ်ဆိုတာ မသိနိုင်ပါဘူး။ မသိခြင်းတွေများတဲ့ ဘဝမှာ ဒီနေ့ဆိုတာ အရေးကြီးဆုံးရင်ဆိုင်ရမယ့် အချိန်ကာလတစ်ခုပါ။ လူတိုင်း ရင်ဆိုင်ဖြတ်ကျော်ရမှာပါ။

Sumyat Thu

ဘဝကို စာအုပ်နဲ့သာ နှိုင်းမယ်ဆိုရင် ကြုံလာရမယ့် ဝမ်းနည်းဝမ်းသာအားလုံးကို မှတ်တမ်းတင်ထားတဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့သမိုင်းကြောင်း၊ သမိုင်းစာအုပ် ဖြစ်မှာပေါ့။ သမိုင်းတိုင်းကတော့ လူတိုင်းမှာ ရှိတာပဲလေ။ ဒါပေမယ့် သူများတွေ အတုယူနိုင်ဖို့ လိုမယ်ထင်တာပဲ။

Pan Eain

ဘဝကို ကောင်းကောင်းတော့ မဖွင့်ဆိုတတ်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ကောင်းကောင်းမွန်မွန် နေထိုင်နိုင်အောင်တော့ ကြိုးစားနေပါတယ်။

Zin Marei

ဘဝဆိုတဲ့စာအုပ်မှာ အကောင်းဆုံးမရေးနိုင်ခဲ့ပါဘူး။ ကြေကွဲဝမ်းနည်းတာတွေ များခဲ့ရတယ်။ စိတ်နဲ့ခံစားတယ်။ ဂရုတစိုက်နဲ့လည်း ဖတ်ခဲ့ပါတယ်။

Paradise Way

ကိုယ့်ဘဝစာအုပ်ကိုတော့ အကောင်းဆုံး၊ အဆင်ပြေဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားနေရတုန်းပါပဲ။ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးလည်း ကြိုးစားနေရဦးမှာပါပဲ။

Havana Huti

ခေါင်းပါတိုင်း စဉ်းစားတတ်တယ်ထင်သလား။ ဒါဆိုရင် ခေါင်း

ဆောင်တွေချည်း ဖြစ်ကုန်မှာပေါ့။ လက်ပါတိုင်း စာရေးကတ်တယ်ထင်သလား။ ဒါဆိုရင် စာရေးဆရာတွေချည်း ဖြစ်ကုန်မှာပေါ့။ သူများစဉ်းစားတာကို သိပြီးမှ ကြိုက်ရတာ၊ နားလည်ရတာ၊ ကိုယ်ဟာ နောက်လိုက်တစ်ယောက်ဖြစ်မှန်းမသိ ဖြစ်နေလို့ပေါ့။ သူများရေးထားတာကို ဖတ်ပြီးမှ သိရတာ၊ ကြိုက်ရတာ ကိုယ်ဟာ စာဖတ်သူအဆင့်မှာ ရှိနေဆဲရှိနေမြဲ ဖြစ်နေလို့ပေါ့။ ခေါင်းပါလို့ စဉ်းစားတတ်သူအချင်းချင်း ကိုယ့်ဘဝကိုယ် အကောင်းဆုံး ခေါင်းဆောင်လမ်းပြသွားသင့်တာပေါ့။ လက်ပါလို့ စာရေးတတ်သူအချင်းချင်း ကိုယ့်ဘဝကိုယ် အကောင်းဆုံး ဖြူစင်သန့်ရှင်းစွာ ရေးသားသင့်တာပေါ့။

(၂၇)

တချို့အရာတွေက ဧကန်မလွဲ ဖြစ်ပျက်နေတယ်။ မိုးအုံ့တာ၊ နေသာတာ၊ လပြည့်၊ လကွယ် . . . ဒီလို သဘာဝဖြစ်စဉ်ကို ကျွန်မတို့ လက်ခံရတယ်။ တချို့အရာတွေက ကျွန်မတို့ ကြိုးစားချင်စိတ်ရှိတာနဲ့၊ စိတ်မပြောင်းဘဲ ကြိုးစားလိုက်တာနဲ့ အောင်မြင်ခြင်းဆီ ဖြည်းဖြည်းချင်း ကပ်သွားပါတယ်။

တချို့အရာတွေက ကျွန်မတို့နဲ့ ဝေးကွာလွန်းတယ်။ လှမ်းဝင်စရာမလိုပါဘူး။ တချို့အရာတွေက ကျွန်မတို့နဲ့ နီးကပ်လွန်းတယ်။ တတ်အောင်သင်ယူရပါတယ်။ လူတချို့က ကျွန်မတို့ဘဝထဲ ခဏတဖြုတ် ဖြတ်လျှောက်သွားသူတွေပေါ့။ မစွန့်ရက်လည်း လက်လွှတ်နိုင်ရပါတယ်။ လူတချို့က ကျွန်မတို့အပါး ဆိတ်ဆိတ်ငြိမ်ငြိမ် အဖော်ပြုနေသူတွေပါ။ ကျွန်မတို့ တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးရပါမယ်။

Min Naing Hka

ချစ်ခြင်းမေတ္တာဟာ ထူးဆန်းတယ်။ လက်လွှတ်ဖို့သိပေမယ့် စိတ်က အတွေးအသိက လွန်ဆန်ပြီး ဖက်တွယ်လို့ ဆုပ်ကိုင်ထားကြတာ ဒုန်ဒေးပါပဲ။

Nat Tha Mee Lay

အသိဉာဏ်တို့၊ တည်ငြိမ်မှုတို့၊ သတ္တိ အစရှိတဲ့ ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားမှ ရမယ့် အရာတွေကို ဘုရားသခင်ဆီပေးပါလို့ တောင်းနေတာက အတွေးအခေါ်၊ အသိဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်တုံတရားတွေ တော်တော်လျော့နေတယ်ဆိုတာကို ဖော်ပြနေတယ်။ မှတ်သားလို့သိလာရတဲ့ အသိဉာဏ်ကနေ ဆင်ခြင်တုံတရားနဲ့ ကိုယ်တိုင်ဆင်ခြင်စဉ်းစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီကနေ ကိုယ်ပိုင်တဲ့ ကိုယ်ပိုင်အတွေးအခေါ်တွေ အသိတရားတွေ ထပ်ဆင့်ပွားအောင် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားရတာပါ။

လမင်းပို့

လူတချို့ဟာ အသိဉာဏ်ပညာ ကြီးမားလာသည်နှင့်အမျှ အရာရာကို တန်ဖိုးထား မြတ်နိုးတတ်ကြတယ်။

Zin Marei

ဖြစ်တယ်၊ ပျက်တယ်၊ လောကဓံတရားကို လက်ခံထားပါတယ်။ အားလုံးကိုလည်း တန်ဖိုးထားပါတယ်။

(၂၈)

အခွင့်အရေးတစ်ခုပေးတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နောင်တမရစေဖို့ပါ။ အပြုံးတစ်ခုပေးတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်အားမငယ်စေဖို့ပါ။ အားပေးစကား တစ်ခွန်းပြောတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လဲကျမသွားစေဖို့ပါ။

Nat Tha Mee Lay

ဝေဖန်ပေးခြင်းက စိတ်ဝင်စားမှုပေးခြင်းတစ်ခုပါ။ ထောက်ပြခြင်းဟာ အသိဉာဏ်သစ်တစ်ခုကို ပေးခြင်းပါ။ မာန်မာနဟာ ကျရှုံးခြင်းလမ်းစရဲ့ တံခါးဝတစ်မျိုးပါ။ မိမိစိတ်ကို မိမိသတိနဲ့ စောင့်ရှောက်ခြင်းဟာ လိုရာခရီး အတွက် တောင်ပံတစ်စုံပါ။

Minyet Set

အခြေအနေအရ အခွင့်ရေးမရနိုင်ရင်လည်း ရအောင်ဖန်တီးယူရမယ်။ မရလည်း လက်ခံတက်ရမယ်။

Htet Win

အားပေးစကားတစ်ခွန်းပြောတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လဲကျမသွားစေဖို့ပါ။ အဲဒီစကား အရမ်းမှန်တယ်။ ဟစ်ခါတလေ စိတ်ဓာတ်တွေ တအားကျနေတဲ့အချိန်မှာ တစ်ယောက်ယောက်ရဲ့ အားပေးစကားက အမှန်တကယ် လိုအပ်ပါတယ်။

Wai Yan Tun

အားပေးစကားတစ်ခွန်းကို တကယ်လိုအပ်တဲ့အချိန်မှာ ရလိုက်ရရင် တော်တော်ကို ကျေနပ်စရာကောင်းပါတယ်။

(၂၉)

မနက်ဖြန်ဆိုတာ ရှိနေသေးသရွေ့ ဒီကနေ့က အမြဲတမ်း စမှတ်ပါပဲ။ ရှေ့မှာ လမ်းဆုံးဆိုတာ မရှိပါဘူး။ မျှော်လင့်ချက်က လမ်းချိုးနားရောက်နေပါတယ်။

Ja Poe

ဟုတ်ပါတယ်။ အစက မုန်းလိုက်ရင်၊ မေ့လိုက်ရင် မနေနိုင်တော့ဘူး။ သေမှာပဲထင်ခဲ့တာ။ ခုတော့လည်း နှစ်လလောက် သေမလိုခံစားပြီးတော့ လမ်းပြန်တွေ့လာသလိုပဲ။ ခက်တော့တော်တော်ခက်ခဲခဲ့တာပါ။ အပင်ပန်းဆုံးအချိန်တွေပေါ့။ နေသာပါစေတော့လို့ ဆုတောင်းခဲ့တာ ကြာပါပြီ။

Yamin Aung

လျှောက်တဲ့လမ်းက မှားနေပြီဆိုတာ သိသိနဲ့ဆိုရင်တော့ လမ်းချိုးမှန်လည်း အခါတော့ နှောင်းနေပြီနေမှာပေါ့နော်။

(၃၀)

ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ သင့်အိမ် ဘယ်လောက်ကြီးတာမဟုတ်ဘူး။ အိမ်ထဲကရယ်မောသံ ဘယ်လောက်သာယာတယ်ဆိုတာပဲ ဖြစ်တယ်။

ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ တန်ဖိုးကြီးကားတွေကို သင် စီးနိုင်လို့မဟုတ်ဘူး။ အိမ်ဆီ သင် ချောချောမောမော မောင်းပြန်နိုင်တယ်ဆိုတာပဲဖြစ်တယ်။

ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ သင့်ချစ်သူ ဘယ်လောက်ချောမောလှပတာမဟုတ်ဘူး။ သူ့အပြုံး ဘယ်လောက်တောက်ပ၊ စိတ်ချမ်းသာတယ်ဆိုတာပဲဖြစ်တယ်။

ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ သင် အောင်မြင်ချိန် သင့်ဘေးမှာ စားကောင်းသောက်ဖွယ်တွေ ပေါများတာမဟုတ်ဘူး။ သင် ရှုံးနိမ့်ချိန် "လဲကျမသွားနဲ့ သူငယ်ချင်း" လို့ ဖေးမသူရှိတာပဲဖြစ်တယ်။

ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ နားဝင်ချိုတဲ့စကားတွေ သင် အများကြီး နားထောင်ရလို့မဟုတ်ဘူး။ သင် နာကျင်ဝမ်းနည်းချိန်မှာ "နင့်ဘေးမှာ ငါရှိတယ်" လို့ ပြောသူရှိတာပဲဖြစ်တယ်။

(၃၁)

သင့်အတွေးအခေါ်ကို သတိပြု၊ ဂရုစိုက်ပါ။ အဲဒီအတွေးအခေါ်တွေက မကြာခင်မှာ သင့်ရဲ့လုပ်ဆောင်ချက် (action) အဖြစ် ပြောင်းသွားတတ်လို့ပါ။

သင့်လုပ်ဆောင်ချက်ကို သတိပြု၊ ဂရုစိုက်ပါ။ အဲဒီလုပ်ဆောင်ချက်တွေက မကြာခင်မှာ သင့်ရဲ့အကျင့်အဖြစ် ပြောင်းသွားတတ်လို့ပါ။

သင့်အကျင့်ကို သတိပြု၊ ဂရုစိုက်ပါ။ အဲဒီအကျင့်တွေက မကြာခင်မှာ သင့်ရဲ့စရိုက်၊ အရည်အချင်းအဖြစ် ပြောင်းသွားတတ်လို့ပါ။

Nay Wint

အဲဒီစာသားလေးကို ပြန်ပြောပြချင်တယ်။ လူတွေမှာ တွေးတော လုပ်ဆောင်ပါများတော့ အဲဒါက အကျင့်ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီအကျင့်ကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်မိပြန်တော့ စရိုက်ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီစရိုက်တွေ စွဲမြဲလာတော့ ဗီဇဆိုတာကြီး ဖြစ်သွားတယ်။ ဗီဇဆိုတာ မကောင်းတာတွေ စွဲမြဲနေရင် ကိုယ့်မွေးမိဘ ဆွေစဉ်မျိုးဆက်ကို ထိခိုက်သွားနိုင်တယ်။ ကောင်းတာတွေဆိုရင်တော့ ဂုဏ်တက်သွားစေနိုင်တာပေါ့။ အဲဒီတော့ ကိုယ်ကျင့်ကြံမိတဲ့ အရာကို သေချာစိစစ်စွာ တွေးတောကြစေချင်ပါတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ တိကျတဲ့ ယုံကြည်ချက်နဲ့ အနာဂတ်ကို ကောင်းမွန်ဖြောင့်တန်းစွာ လျှောက်လှမ်းနိုင်ကြပါစေ။

Havana Huti

"သတိပြု၊ ဂရုစိုက်ပါ" လို့ ပါပြီးသားပဲလေ။ အဲဒါဆို ဖတ်တဲ့လူတိုင်း သတိပြု၊ ဂရုစိုက်ပါဆိုတာ နားလည်မှာပါ။ ကျွန်တော့်အနေနဲ့ကတော့ တစ်ခွန်းပဲ။ "သင် မခုန်မီ ကြည့်ပါ။ (look before you leap) အဲလိုလေးပဲ တိုတိုထိထိမိမိလေး သုံးချင်ပါတယ်။

Shwe Kae

အစ်မပြောသလိုပဲ လုပ်ဆောင်ချက်တိုင်းဟာ အရေးကြီးပါတယ်။ ဆိုရရင်တော့ သတိရှိနေဖို့ အမြဲလိုအပ်တာပါ။ သတိနောက်မှာ ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်မှုလို့ခေါ်တဲ့ ဉာဏ်ဦးစီးရင် အရာရာဟာ လေးနက်မှန်ကန်နေမှာပါ။

(၃၂)

လူကို ပင်ပန်းနွမ်းနယ်စေတဲ့အရာက လျှောက်တဲ့လမ်း အလှမ်းဝေးလွန်းလို့ မဟုတ်ဘူး။ သူ့ရင်ထဲက အားငယ်ညှိုးနွမ်းစိတ်ကြောင့် ဖြစ်တယ်။

လူကို ယိုင်နဲ့လဲပြိုစေတဲ့အရာက ခရီးလမ်း ကြမ်းတမ်းလို့မဟုတ်ဘူး။ သူ့ရင်ထဲက မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် ပျောက်ဆုံးသွားလို့ဖြစ်တယ်။

လူကို နာကျင်စေတဲ့အရာက ဘဝကံခေလွန်းလို့မဟုတ်ဘူး။ သူ့ရင်ထဲက မျှော်လင့်ချက်မီးအိမ် ငြိမ်းသွားလို့ဖြစ်တယ်။

လူကို မျှော်လင့်ချက်မဲ့စေတဲ့အရာက ဆင်းရဲဒုက္ခ၊ အခက်အခဲတွေ မဟုတ်ဘူး။ သူ့ရင်ထဲက စိတ်ဓာတ်ပျက်စီးသေဆုံးသွားလို့ဖြစ်တယ်။

Si Thu Hla Myint

လူကို ပျော်ရွှင်စေတဲ့အရာက ငွေကြေးဥစ္စာ၊ စည်းစိမ်တွေ ပေါများလွန်းလို့ မဟုတ်ဘူး။ သူ့အပေါ် သည်းခံနားလည်ပေးတတ်တဲ့ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းတွေရဲ့အားပေးနှစ်သိမ့်မှုတွေ လက်ခံရရှိသွားလို့ပဲ ဖြစ်တယ်။

Min Naing Hka

မျှော်လင့်ချက်က အမြဲတမ်းမဲ့တာတော့ မရှိပါဘူးဂေါ။ အခိုက်အတန့်လေးဆိုတဲ့ စိတ်လေး နလုံးသွင်းနိုင်ပါစေ။

Havana Huti

"The tragedy of a man's life is what dies inside of him while he lives ... "

လူတစ်ယောက်အဖို့ အသက်ရှင်လျက် သွေးမြေကြကွဲဖွယ်ရာအဖြစ်အပျက်ဟာ အခြားမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းမှာ သိမ်းဆည်းသိုမှီးထားတဲ့အရာတွေ သေဆုံးသွားခြင်းဖြစ်တယ်။

Ozzy Win

ဘဝဆိုတာ ယုံကြည်နေဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ ဘာကိုယုံကြည်နေဖို့လဲ။ မိမိကိုယ်ကိုယ်ပါ။ တစ်ခါတော့ ကျွန်တော့်အစ်မတစ်ယောက်နဲ့ ကျွန်တော် ငြင်းဖူးတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ပွင့်ဖတ်ငါးချပ်ပါတဲ့ clover ရှိတယ်၊ မရှိဘူးဆိုတာကိုပေါ့။ ဒီတော့ ကျွန်တော့်အစ်မက မရှိဘူးလို့ ငြင်းတယ်။ ကျွန်တော်က ရှိတယ်လို့ ယုံကြည်တယ်။ ကျွန်တော့်အဖေက ပြောတယ်။ သား တကယ်ယုံကြည်လားတဲ့။ ယုံကြည်ရင် ရှာကြည့်၊ တွေ့ပါလိမ့်မယ်တဲ့။ အဲဒီညနေမှာပဲ ကျွန်တော့် 5 leaves clover ကို ရှာတွေ့ခဲ့တယ်။ လူဆိုတာ ယုံကြည်နေဖို့လိုပါတယ်။ ကိုယ်ပြောတဲ့စကား၊ ကိုယ့်အတွေး၊ ကိုယ့်အလုပ်၊ ကိုယ့်အရည်အချင်း စတာတွေအားလုံးကို ယုံကြည်နေဖို့ လိုအပ်တယ်။ ယုံကြည်ဖို့ဆိုတာလည်း လေးစားမှုလိုတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်ချင်ရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အရင်လေးစားအောင် လုပ်ရမယ်။ လေးစားဖို့ဆိုတာကျတော့ ကိုယ်က အကျင့်သီလ မှန်ကန်ရမယ်။ အများကြီး မလိုပါဘူး။ သိပ်မလိမ်နဲ့၊ သိပ်မသောက်နဲ့၊ သိပ်မဖောက်နဲ့ ဒီလောက်ပါပဲ။ ဒါဆို အကျင့်အရမ်းကြီး မဆိုးတဲ့လူ ဖြစ်လာပြီ။ ဒါမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားယုံကြည်လို့ရမှာပေါ့။

အားလုံးရဲ့အခြေခံကတော့ အနေမှန်တဲ့ သီလရှိဖို့ပါပဲ။ နည်းနည်းရှိ နည်းနည်းအကျိုးရှိမယ်။ များများရှိရင် များများအကျိုးရှိမယ်။ အားလုံး အောင်မြင်ကြပါစေ…

(၃၃)

ဆုံးရှုံးတယ်ဆိုတိုင်း သင် ဘယ်တော့မှ မအောင်မြင်နိုင်တော့တာ မဟုတ်ဘူး။ စိတ်ဓာတ်ကျတယ်ဆိုတိုင်း သင့်ဘဝတစ်ခုလုံး ကံဆိုးမိုးမှောင်ကျသွားတာ မဟုတ်ဘူး။ နာကျင်ဝမ်းနည်းတယ်ဆိုတိုင်း သင် မပျော်ပိုက်နိုင်တော့တာ မဟုတ်ဘူး။ အကူအညီမဲ့တယ်ဆိုတိုင်း တစ်လောကလုံးက သင့်ကို လျစ်လျူရှုလိုက်တာ မဟုတ်ဘူး။

တစ်ခါတလေမှာ သင့်ခံစားချက်၊ သင့်ထင်မြင်တွေးတောချက်တွေက အမှန်တကယ်ဖြစ်ပျက်နေတာတွေနဲ့ ထပ်တူကျမနေဘူးဆိုတာ သင် နားလည်စေချင်ပါတယ်။

Min Naing Hka

စိတ်ဓာတ်ဟာ အမြဲတမ်းကျနေတာ မဟုတ်သလို အမြဲတမ်းလည်း တက်ကြွမနေပါဘူး။ အဓိကက လက်ခံပြီး ဘယ်လိုရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းမလဲဆိုတာပါပဲ။ လက်ခံပြီးရင် လက်လွှတ်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

Tay Ka Byar

ခံစားချက်အတိုင်း လိုက်ပါကြေကွဲနေရုံဖြင့် ဘဝကို ရှေ့ဆက်၍ မရ။

Epal Tin Tin

ဟုတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ကျသွားတဲ့စိတ်ဓာတ်ကို ပြန်မမြှင့်တင်နိုင်ဘူးဆိုရင်တော့ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းက ဘဝကို ကံဆိုးမိုးမှောင်တော့ ဖြစ်သွားစေနိုင်ပါတယ်။

Ei Thet Paing Win

လောကဒဏ်ကို ခံနိုင်ဖို့ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားတွေ အများကြီးလိုအပ်ပါတယ်။

Ye Htikehtike

အသက်မသေသ၍ ကျဆုံးမှု၊ အောင်မြင်မှု၊ ဝမ်းနည်းမှု၊ ဝမ်းသာမှု အများကြီး ကြုံတွေ့နေရဦးမှာပေါ့။ အရာရာ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမှာပေါ့။ အဓိကက စိတ်ဓာတ်မကျမိဖို့ပါ။

Shwe Nawaday

ဆုံးရှုံးတယ်ဆိုတိုင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျတယ်ဆိုတိုင်း၊ နာကျင်ဝမ်းနည်းတယ်ဆိုတိုင်း၊ အကူအညီမဲ့တယ်ဆိုတိုင်း ဘယ်အချိန်အခါမျိုးမဆို ထွက်ပေါက်တစ်ခု ရှိနေတတ်ပါတယ်။ ခေါင်းအေးအေးစဉ်းစားရင် စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင်ထိန်းပြီးရှာရင် တွေ့ပါလိမ့်မယ်။

Piti Aung

ဘဝမှာ ဘယ်သူတွေဘာပြောပြော ဂရုမစိုက်ဘဲ ကိုယ်လုပ်စရာ

ရှိတာကိုပဲ ဆက်လုပ်သင့်တယ်။ ပညာရှိတွေ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ပြောသွားတယ်။ လက်ရှိအခြေအနေတွေကိုသာ အာရုံပြုထားဖို့၊ အတိတ်ကအကြောင်းတွေ မစဉ်းစားဖို့၊ အနာဂတ်အကြောင်းလည်း အများကြီးမစဉ်းစားဖို့ ပြောသွားကြတယ်။

Satellite Zaw

ဘဝဆိုတာ လူနဲ့လောကခံ မသေမချင်း ပြိုင်ရတဲ့ပြိုင်ပွဲ။ အဲဒီပြိုင်ပွဲမှာ ဒိုင်လူကြီး မရှိဘူး။ ပရိသတ် မရှိဘူး။ ပွဲချိန်သတ်မှတ်ချက်လည်း မရှိဘူး။ ကိုယ်က အရှုံးမပေးမချင်း အရှုံးဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မရှိဘူး။

Rose Pusue

မှောင်တယ်ဆိုတိုင်း အမြဲတမ်း မမှောင်ပါဘူး။ အလင်းရောင်လေးတော့ ရှိဦးမှာပါ။

Hnin Wutyee Lai

သင်စိုးရိမ်နေတာတွေရဲ့ ၉၅ရာခိုင်နှုန်းက အမှန်ဖြစ်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

Mg Hein

အမှန်တကယ်ဖြစ်ပျက်နေတာကို အသိရှိရှိ လက်ခံသင်ယူနိုင်ပေမယ့် သတိရှိရှိ ထိန်းချုပ်ဖြေရှင်းဖို့ အားနည်းနေတာက လူ…

May Myatnoe

လူတစ်ယောက်ဟာ ဆုံးရှုံးမှုတွေ အခါခါကြုံလာရတိုင်း မကျရှုံးပါဘူး။ ဆုံးရှုံးမှုကိုပဲ အဆုံးအရှုံးခံလိုက်တတ်ရော။ အဲဒါ အောင်မြင်မှုပါပဲ။ ကြာလာတာနဲ့အမျှ စိတ်ဓာတ်တွေ ပိုပြီးပြင်းထန်လာတယ်။

(၃၄)

တကယ်လို့ ငိုကြွေးခြင်းက ရင်ဖွင့်နည်းတစ်မျိုးဆိုရင် အောင့်အီးမထားပါနဲ့တော့။ မျက်ရည်က တစ်ခါတလေမှာ ပျော့ညံ့ခြင်းတွေကို ဆေးကြောပစ်နိုင်ပါတယ်။

တကယ်လို့ အထီးကျန်ခြင်းက အခြေအနေတစ်မျိုးဆိုရင် တိတ်ဆိတ်မနေပါနဲ့တော့။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် အသံထွက်မှ ကိုယ့်နေရာ၊ ကိုယ့်တန်ဖိုးကို ရှာတွေ့နိုင်မှာဖြစ်တယ်။

တကယ်လို့ စွန့်လွှတ်ခြင်းက လွတ်မြောက်မှုတစ်မျိုးဆိုရင် ခေါင်းမာတင်းခံမနေပါနဲ့တော့။ လက်လွှတ်သင့်ချိန် လွှတ်ချရက်မှ၊ လှည့်ထွက်သင့်ချိန် လှည့်ထွက်ရက်မှ ရှေ့ဆက်လမ်းကို လွတ်လွတ်လပ်လပ်၊ ငြိမ်းငြိမ်းချမ်းချမ်း ဆက်လှမ်းနိုင်မှာဖြစ်တယ်။

ဘဝကို မျက်ရည်အဝဲသားနဲ့ ငါတို့ ခရီးဆက်ရလည်း မထင်မှတ်တဲ့အချိန်မှာ ဘဝက ငါတို့ကို အပြုံးတွေပေးပါလိမ့်မယ်။

Zin Marei

ငိုကြွေးတာ ခေါင်းအုံးတွေက သက်သေတွေပါပဲလေ။ ရင်ထဲက အပူမီးတွေကို မျက်ရည်တွေနဲ့ပဲ ဖြေသိမ့်နိုင်ပါတယ်။ စွန့်လွှတ်ခြင်းဟာ လို

ချင်တောင့်တမှုကို ပြေပျောက်စေနိုင်ပါတယ်။ ဘဝမှာ မျက်ရည်လေးနဲ့ ခရီးဆက်ရလည်း တစ်ကွေ့မှာတော့ မျက်ရည်တွေ ခမ်းခြောက်သွားမယ်ထင်ပါတယ်။

Khin Myat Noe Myint

ဖြစ်ပြီးခဲ့တဲ့ အတိတ်ရဲ့ အနာတွေကို ပြန်စဉ်းစားရင် အထီးကျန်ဆန်ခြင်းနဲ့ အလွမ်းကို ဖေ့ပျောက်ဖို့ လွယ်ပါတယ်။ လွမ်းတာကို နာတာနဲ့ ဖြေရတယ်ဆိုတဲ့စကားလည်း ရှိတယ်မဟုတ်လား။ ကိုယ့်ကိုထားခဲ့လို့ မျက်ရည်အဝဲသားနဲ့ မငိုတော့ပါဘူး။ ကိုယ့်ကို မကောင်းဘူးထင်လို့ တန်ဖိုးမထားတာကို ဝမ်းမနည်းဘူး။ သူ့အတွက်ပဲ စိတ်မကောင်းဖြစ်မိတယ်။ တကယ်တော့ ကျောက်ကောင်းမှန်ရင် အနာတော့ ရှိစမြဲပဲမဟုတ်လား။ အနာရှိတဲ့ကျောက်ကသာ တန်ဖိုးရှိတယ်ဆိုတာ အတ္တကြီးတဲ့သူတိုင်း သိသင့်တယ်မဟုတ်လား။ ဒီစာကိုဖတ်ပြီးသူတိုင်း လူတိုင်းက သူ့နေရာနဲ့သူ တန်ဖိုးရှိတယ်ဆိုတာ ပြောပြချင်ပါတယ်။ ဒီစာက အပေါ်ကရေးထားတာနဲ့ သိပ်မဆိုင်ပေမယ့် သေချာတွေးကြည့်ရင် တည့်တည့်ကြီးကို ထိပါတယ်။ ●

Hnin Yu Swe

အင်း . . . အဲလို လက်လွှတ်သင့်ချိန်၊ လှည့်ထွက်သင့်ချိန်ဆိုတာ သိသိကြီးနဲ့ မလုပ်နိုင်ခဲ့လို့ တန်ဖိုးရှိတဲ့အချိန်တွေ ကုန်သွားခဲ့ဖူးတယ်။ ဒါပေမယ့်လည်း ပြီးခဲ့ပါပြီလေ။

Kim Sharon-Rose

တစ်ခါတလေ ရင်ထဲငိုကြွေးမယ့်အစား အပြင်ကို ဖွင့်ထုတ်ငိုကြွေးလိုက်တာဟာ ရင်တစ်ခုလုံး ပေါ့ပါးသွားစေသလို အနာဂတ်အသစ်တွေကို ဆက်ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ ခွန်အားဖြစ်စေပြီး တွန်းအားတစ်ခုလို့ ခံစားမိပါတယ်။

(၃၅)

အထီးကျန်ဆန်ခဲ့ဖူးသလား။ ပျော်ရွှင်တဲ့အရသာကို ခံစားခဲ့ဖူးသလား။ အထီးကျန်တယ်၊ ပျော်ရွှင်တယ်ဆိုတာ နှိုင်းယှဉ်မှုတွေကိုပြတဲ့ နာမဝိသေသနတွေ ဖြစ်တယ်။ အထီးကျန်တာကို မခံစားဖူးရင် ပျော်ရွှင်တဲ့ အရသာကို ဘယ်လာခံစားတတ်မလဲ။ လူတွေကလည်း လူတွေပါပဲ။ လက်လွှတ်ရခါနီးမှ၊ လက်လွှတ်သွားမှ တန်ဖိုးထားရကောင်းမှန်း သိတော့တယ်။ တကယ်တော့ ပျော်ရွှင်ခြင်းက ကိုယ်နဲ့အနီးဆုံးနေရာမှာ အမြဲရှိနေခဲ့ပါတယ်။

ဗိုက်အရမ်းဆာတဲ့အချိန် ခေါက်ဆွဲခြောက်လေး တစ်ထုပ်ရှိတာလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းပဲ။ အရမ်းမောပန်းနွမ်းနယ်တဲ့အချိန် ကျောခင်းစရာနေရာလေးတစ်ခုရှိတာလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းပဲ။ အားရပါးရငိုနေတဲ့အချိန် ဘေးမှာရှိတဲ့လူတစ်ယောက်က တစ်ရှူးလေးတစ်ရွက် ကမ်းပေးလာတာလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းပဲ။

မနက်နိုးလာတာနဲ့ လှပတဲ့ နေရောင်ခြည်ကို တွေ့နိုင်တာလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းပါပဲ။

ပျော်ရွှင်ခြင်းမှာ တိကျတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်တွေ မရှိခဲ့ဘူး။ သာမန်ကိစ္စလေးတစ်ခုလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ပေးဆောင်နိုင်ပါတယ်။

ဘယ်လောက်အထိပျော်ရွှင်သလဲ။ ပျော်ရွှင်ခြင်းရဲ့ အတိုင်းအတာကို ကိုယ့်ရဲ့ ရှောင့်ရဲတဲ့စိတ်နဲ့ပဲ ခန့်မှန်းဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။

သူငယ်ချင်းတို့ရဲ့စိတ်မှာ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ပြည့်နေခဲ့ပြီလား။ ဒါမှမဟုတ် စိတ်ပျက်ခြင်းတွေနဲ့ ပြည့်နေခဲ့သလား။

ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ တံခါးလာခေါက်တဲ့အခါ ကိုယ့်ရင်ခွင်တံခါးကို ကျယ်ကျယ်ဖွင့်ထားပေးပါ။ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ကိုယ့်ရင်ဘတ်ထဲ အလုံးအရင်းနဲ့ ဝင်ရောက်နိုင်ပါစေ...

Ibec Lin

ကျွန်တော်တို့သည် သေးသေးဖွဲဖွဲအရာလေးများဖြင့်လည်း ပျော်ရွှင်မှုကို ရရှိနိုင်ပေသည်။

Zin Marei

ပျော်ရွှင်မှုတွေသာ လာခဲ့မယ်ဆိုရင် ရင်ဘတ်ကြီး ပွင့်ထွက်သွားပါစေ။ လက်ခံလိုက်ပါမယ်။ စိတ်ပျက်ခြင်းတွေ ပြည့်လာပြီဆိုရင်လည်း အဆုံးစွန် ခံစားလိုက်ပါတယ်။ သာမန်ကိစ္စလေးတွေလည်း ပျော်ရွှင်မှုတွေ ခံစားရပါတယ်။

Thar Zin

ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ အနီးဆုံးမှာ အမြဲရှိနေပေမယ့် ကိုယ်ကတော့ အဝေးတွေမှာပဲ အမြဲရှာမိတယ်။ ဒါကြောင့်ဖြစ်မယ်။ ကိုယ့်အတွက် ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေက ရှားပါးနေခဲ့တာ။

Havana Huti

ဒီလိုပါပဲ။ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ ခံစားဖူးသလို အထီးကျန်ဝမ်းနည်းခြင်းတွေလည်း ခံစားခဲ့ဖူးပါတယ်။

အရင်တုန်းကဆို ကိုယ်ပျော်ရွှင်ရယ်မောနေရရင် သူများတကာကိုလည်း ပျော်ရွှင်စေချင်တယ်။ (ဒါပေမယ့် သူတို့ ဝမ်းနည်းတဲ့အချိန်မှာ ကိုယ့်ပျော်ရွှင်မှုကို မျှဝေခံစား မပေးနိုင်ခဲ့ကြပါဘူး။)

အရင်တုန်းကဆို ကိုယ် ဝမ်းနည်းပူဆွေးနေရရင် ဘာကြောင့် ငါ ဒီလောက်ကံဆိုးရတာလဲလို့ အကြိမ်ကြိမ်မေးမိတယ်။ (ဒါပေမယ့် သူများတကာတွေ အဲဒီအချိန်မှာ ရယ်မောပျော်ရွှင်နေကြတယ်။)

ဘဝမှာ ခံစားချက်တွေများလွန်းလာတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှစ်သိမ့်တတ်လာတယ်။ စကားလေးတစ်ခွန်းနဲ့ပါပဲ။

"မင်းတစ်ယောက်တည်း မဟုတ်ဘူး"လို့ (တိုးတိုးလေးပါပဲ။ ကျွန်တော် နှစ်သိမ့်တတ်သွားပါပြီ။)

Yu Lwin

စိတ်ပျက်ခြင်းတွေနဲ့ ပြည့်နေခဲ့ပါတယ်။ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ တံခါးလာခေါက်ခဲ့စဉ်က ထာဝရတည်နေမယ်လို့ ထင်ခဲ့ပေမယ့် မိုးပြေးတစ်ခုလိုပဲ ခဏတာပါပဲ။ ဘယ်အရာမှ မမြဲဘူးဆိုတာကို အသေအချာ သိခဲ့ရပါပြီ။

Maysusu Lwin

အထီးကျန်တယ်ဆိုတဲ့ ခံစားချက်ကလည်း နှစ်ယောက်အတူ ပျော်ရွှင်ခဲ့ဖူးသူ အတွက် ပိုခံစားရသလိုပဲ။ ဒီလိုအဖြစ်မျိုးတွေ ကြုံတွေ့နေရတာ ငါတစ်ယောက်တည်းမဟုတ်ဘူးလို့ ဖြေသိမ့်ပေမယ့် ငါတစ်ယောက်တပဲ သူများထက်ပိုနေသလိုလို၊ လောကကြီးကပဲ တရားမမျှတသလိုလို၊ တကယ်တမ်းကျတော့ ငါကပဲ အဖြစ်သည်းနေတာထင်ပါရဲ့။

May Myatnoe

အထီးကျန်ဆန်နေတယ်လို့ ထင်ရတိုင်း ပျော်ရွှင်မှုတွေ တွေ့ရတယ်။ လက်လွှတ်သွားပြီလို့ ထင်ရရင် ပြန်ယူဖို့ မကြိုးစားတော့ဘူး။ ပျော်ရွှင်မှုတွေ ဘယ်လောက်လာလာ တစ်နေ့မှာ ဝမ်းနည်းမှုတွေလည်း လာမှာပါ။ ခံနိုင်ရည်ရှိဖို့ပဲ လိုတယ်။

(၃၆)

မျက်ရည်က ဆုံးရှုံးသွားတဲ့အရာတိုင်းကို နဂိုအတိုင်း ပြန်ဖြစ်စေတာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် အလွယ်တကူ မျက်ရည်မကျပါနဲ့။

ဝမ်းနည်းပြီဆိုတိုင်း ငိုကြွေးရမယ်လို့ မဆိုပါဘူး။ ဒါကြောင့် ပြုံးဖို့ မတွန့်တို၊ မနှမြောပါနဲ့။

ပေးဆပ်ချင်တိုင်း ပေးဆပ်လို့ရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ကတိသစ္စာကို လွယ်လွယ်မပေးပါနဲ့။

သင်တစ်ယောက်တည်း ကြိုးစားရုန်းကန်နေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် လွယ်လွယ်နဲ့ လက်လျှော့အရှုံးမပေးပါနဲ့။

Naing Lin

သင်တစ်ယောက်တည်း ကြိုးစားရုန်းကန်နေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အောင်မြင်ခြင်းရဲ့နောက်ကွယ်က အဆုံးမဲ့သည်းခံခြင်း၊ ကြိုးစားခြင်းနဲ့ လူမသိသူမသိကျတဲ့ မျက်ရည်တွေပါ။ မနက်ဖြန်ဟာ နောက်တစ်နေ့ . . . လွယ်လွယ်နဲ့ လက်လျှော့အရှုံးမပေးပါနဲ့။

Yuya Khin

ရင်ထဲမှာ ကြိတ်မှတ်ပြီး ခံစားကြေကွဲနေမယ့်အစား ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချရတဲ့ ရင်ဖွင့်ဖော်သူငယ်ချင်းရှေ့မှာ ဖွင့်ပြောပြလိုက်တာကလည်း ရင်ထဲမှာ ပေါ့ပါးစေပါတယ်။ ဘဝကို လွယ်လွယ်နဲ့တော့ အရှုံးမပေးပေမယ့် မျှော်လင့်ချက်ရောင်ခြည်လေး သမ်းနေသမျှ ကြိုးစားရမယ်လေ။

Than Thu Zar

တစ်ခါတလေတော့လည်း စိတ်ကျေနပ်တဲ့အထိ ငိုပစ်လိုက်ရင် ဝမ်းနည်းတာတွေ၊ မကျေနပ်တာတွေ ပျောက်သွားသလို ခံစားရတယ်။ ပျော်တဲ့အခါလည်း လွတ်လွတ်လပ်လပ် ရယ်လိုက်ရရင် ကိုယ့်အပျော်တွေက သူများကိုပါ မျှဝေမိသလို ခံစားရတယ်။ ဒါကြောင့် ဝမ်းနည်းတဲ့အခါ ကြိတ်ငိုပြီးတော့ ဝမ်းသာတဲ့အခါ အများနဲ့အတူ ပျော်တတ်ခဲ့တာ အကျင့်လိုဖြစ်နေပြီ။

Ko Za Gyi

အများဆိုတာ လူတိုင်းမှာရှိတယ်။ အများတိုင်းမှာလည်း အမှန်ဆိုတာ ရှိတယ်။ တစ်ခုပဲကျန်တော့တယ်။ ပြင်ဆင်ဖို့အခွင့်အရေး ရှိမရှိဆိုတာပဲ။

(၃၇)

လူတွေဟာ ဝမ်းနည်းသောကတစ်ခုကြောင့် ပျော်ရွှင်စရာ (၉၉)ခုကို မေ့သွားတတ်ကြတယ်။ အဲဒီလိုပဲ ပျော်ရွှင်စရာတစ်ခုကြောင့် ဝမ်းနည်းသောက (၉၉)ခုကို မေ့သွားတတ်ကြတယ်။

Naw Phoo Pwint Thi

ဟုတ်သားနော်။ ပျော်စရာတွေများခဲ့ရက်နဲ့ ဝမ်းနည်းစရာတစ်ခုကြောင့် ကြေကွဲမနေသင့်ဘူး။

Win Yupar Lwin

တစ်ခါတလေတော့လည်း ဝမ်းနည်းစရာတစ်ခုက ပျော်စရာ (၉၉) ခုကိုပြန်အမှတ်ရလာနိုင်တာပဲ။

Nyan Htun

လမင်းကို မတွေ့ရလို့ ငိုနေရင် လင်းနေတဲ့ကြယ်လေးတွေကိုလည်း မျက်ရည်တွေကြောင့် မမြင်ရတော့ဘူးပေါ့။

Witchy Zin

ခဏခဏ ဝမ်းနည်းနေရတဲ့သူအတွက်ကတော့ ပျော်ရွှင်မှုဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မတွေ့နိုင်တဲ့သူပေါ့နော်။

Magdalena San San

လူတိုင်း ဝမ်းနည်းသောက (၉၉) ခုကို မေ့သွားစေသော ပျော်ရွှင်စရာတစ်ခုကို အမြဲပိုင်ဆိုင်နိုင်ပါစေ။

(၃၈)

ငိုတဲ့အချိန် ချော့မယ့်သူမရှိတဲ့အခါ ကြံ့ကြံ့ခံတတ်ဖို့ ကျွန်မ သင်ယူခဲ့တယ်။

ကြောက်တဲ့အချိန် အဖော်လုပ်မယ့်သူမရှိတဲ့အခါ သတ္တိရှိတတ်ဖို့ ကျွန်မ သင်ယူခဲ့တယ်။

စိတ်ရှုပ်တဲ့အချိန် ဂရုစိုက်မယ့်သူ မရှိတဲ့အခါ တောင့်ခံတတ်ဖို့ ကျွန်မ သင်ယူခဲ့တယ်။

ပင်ပန်းတဲ့အချိန် မှီဖို့ ပခုံးတစ်စုံ မရှိတဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားထားတတ်ဖို့ ကျွန်မ သင်ယူခဲ့တယ်။

ဒီလိုနဲ့ ကျွန်မကိုယ်ကျွန်မ ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့တယ်။ ဒီလိုနဲ့ ကျွန်မ တဖြည်းဖြည်း ရင့်ကျက်ခဲ့တယ်။ ကျွန်မကို အလိုမကျစေတဲ့အရာ ကြီးကြီးမားမားလည်း မရှိခဲ့တော့ပါဘူး။ တစ်ခါတလေ အလိုမကျစေတဲ့အရာလည်း ကျွန်မအတွက် ပျော်ရွှင်ခြင်းတစ်မျိုး ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

Zin Marei

လောကကြီးမှာ သင်ယူစရာတွေ မကုန်နိုင်အောင်ပါပဲလေ။ ဒါပေမယ့် လောကကြီးက သွားရင်းလာရင်း နေရင်းထိုင်ရင်းနဲ့ပဲ အရာအားလုံးကို သင်ပေးသွားတာပါ။ ကိုယ်က မရင့်ကျက်သေးတာပါ။

အမြဲရင့်ရောင်

တစ်ခါတလေကျတော့ အဲလို တစ်ယောက်တည်းဖြစ်နေတာက လူကို ပိုရင့်ကျက်စေတယ်လေ။ ဘဝမှာအဖော်ဆိုတာ မရှိလည်း တစ်ယောက်တည်းဖြတ်ကျော်လို့ရပါတယ်။

Aung Naing

သင်ယူတတ်ဖို့က ဘဝမှာ အရေးကြီးပါတယ်နော်။ သင်ယူတတ်ဖို့ ကျွန်တော်တို့ သင်ယူကြရအောင်။

Hnin Hnin Yu

တခြားသူတစ်ယောက်ကြောင့် မဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ရယ်မောနိုင်အောင်လည်း ကျွန်မ လေ့ကျင့်ခဲ့တယ်။

(၃၉)

လောကမှာ အနက်ဆုံး/အတိမ်ဆုံးအရာက လူရဲ့မေတ္တာစိတ်တဲ့။ လောကမှာ အကျယ်ဆုံး/အကျဉ်းဆုံးအရာက လူရဲ့ရင်ခွင်ပေါ့။ လောကမှာ အဝေးဆုံး/အနီးဆုံးအရာက လူရဲ့မျက်စိလို့ ဆိုတယ်။ လောကမှာ အရှည်

ဆုံး/အတိုဆုံးအရာက လူရဲ့စိတ်အကွာအဝေးတဲ့။ လောကမှာ အလေးဆုံး/အပေါ့ဆုံးအရာက လူရဲ့ စိတ်သဘောထားဆိုရင် လောကမှာ အလှဆုံး/ရုပ်အဆိုးဆုံးအရာက လူရဲ့စိတ်ဓာတ်ပဲဖြစ်တယ်။

Julia Naw

လောကမှာ အလှဆုံးနဲ့ ရုပ်အဆိုးဆုံးက လူတစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်ဓာတ်ဆိုတာ သိပ်ကိုမှန်တာပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လှအောင်လည်း ကိုယ်ပဲ လုပ်သလို၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရုပ်ဆိုးအောင်လည်း ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က လုပ်ယူတာပါ။

Sweetgrape Candy

လူတစ်ယောက်ရဲ့တန်ဖိုးအရှိဆုံးက ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ စိတ်ဓာတ်ပဲဖြစ်ပါတယ်။

Soe Min Htun

လောကရဲ့ အကောင်းဆုံးသောအရာဟာ ကိုယ်ကျင့်တရားများဖြစ်နေမလား။

Nini Win

လောကမှာ နားလည်ရအခက်ဆုံး/ပေးဆပ်မှုအများဆုံးအရာကလည်း လူရဲ့နှလုံးသားပါပဲ။

(၄၀)

တကယ်လို့ တစ်ခုခုမလုပ်ခင် ပိုတွေးတောခဲ့ရင် လုပ်ပြီးတဲ့နောက်မှာ နောင်တတွေ နည်းလိမ့်မယ်။

တကယ်လို့ ငယ်ရွယ်ချိန်မှာ ပိုကြိုးစားခဲ့ရင် ကြီးရင့်တဲ့အရွယ်မှာ ကျေနပ်အားရတာတွေ ပိုများလိမ့်မယ်။

တကယ်လို့ လူ့ဘဝမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် ပိုထားခဲ့ရင် အလုပ်လုပ်တဲ့အခါ အောင်မြင်မှု ပိုများလိမ့်မယ်။

တကယ်လို့ ဦးနှောက်မှာ ဆန်းသစ်မှုပိုများခဲ့ရင် ဘဝက အရောင်စုံပြီး ပိုလှပပျော်ရွှင်လိမ့်မယ်။

တကယ်လို့ တခြားလူအပေါ် မေတ္တာပိုထားရင် သင့်မှာ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတွေ များလိမ့်မယ်။

တကယ်လို့ စကားထဲမှာ ဟာသဉာဏ်ပိုများခဲ့ရင် မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းကြားမှာ ရယ်မောသံတွေ ပိုပြည့်လိမ့်မယ်။ တကယ်လို့ လူတွေအတွက် စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှု ပိုများခဲ့ရင် သင်ဟာ ပိုကြီးကျယ်မြင့်မြတ်လိမ့်မယ်။

Myint Naing

တကယ်လို့ တစ်ခုခုမလုပ်ခင် လိုအပ်တာထက် ပိုမိုတွေးတောခဲ့ရင် ကြောက်စိတ်တွေ ဝင်လာတတ်တယ်။

San San Ohn

စေတနာလေးနဲ့ အားလုံးလုပ်ပေးရင် အကောင်းဆုံးဖြစ်လာမှာပါ။ ဖြူစင်တာ အဓိကပါ။ မေတ္တာ...အနတ္တပါ။

Yu Nandar Hlaing Yu

ဟုတ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် မိသားစုရဲ့ အားပေးမှုလည်း လိုသေးတယ်လေ။

Htun Htun Lwin

ကျွန်တော်လည်း နွေးထွေးကြင်နာမှုတွေ ပိုပေးမိခဲ့မယ်ဆိုရင် ဒီနေ့လို အထီးကျန်မှုကို ခံစားရမှာ မဟုတ်ဘူး။

Win Myint

တစ်ခုခုမလုပ်ခင် တွေးပြီးမှလုပ်တာ ကောင်းပေမယ့် တစ်ခါတလေ တွေးပါများရင် မှန်တဲ့အရာတွေတောင် မှားနေတယ်လို့ ထင်ရတယ်။

Phaw Saw Htoo

များများတွေးရင် အချိန်ကုန်တယ်။ ပုံမှန်တွေးပြီး မိမိလိုရာကို အမှန်တကယ် အကောင်အထည်ဖော်ပါ။

Jack Chen

အပေါ်ကပြောခဲ့တာတွေ မမှားပါဘူး။ ဒါပေမယ့် လူတစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် လက်တွေ့အရည်အချင်း၊ စိတ်ဓာတ်အတွေးအခေါ် ရင့်ကျက်မှု မတူတဲ့အခါ ပထမအကြိမ်မှာ အချိန်ကုန်တာကို လျစ်လျူရှုနိုင်ပါတယ်။ "အမှန်"ဆိုတာကို အမှန်ဆုံးဖြစ်အောင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ဖို့ဆိုတာ အတွေ့အကြုံ လိုတယ်လေ။ ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ တွေးလွန်းလို့ မှားတတ်တယ်ဆိုရင်လည်း ကြောက်စရာမလိုပါဘူး။ မှားဖူးမှ အမှန်ဆိုတာ သိရမှာမို့ပါ။ မှားဖူးတဲ့ အမှားကို နောက်ထပ်အမှားမလုပ်မိဖို့ပဲ သတိပြုရမှာပါ။ (တစ်ခါမှားဖူးလို့ ရလာတဲ့ အမှန်တရားဟာ တစ်သက်လုံး မမေ့နိုင်လောက်အောင် အသည်းထဲထိ စွဲငြိနေမှာပါ။) သတိထားရမှာတစ်ခုက တချို့သောကိစ္စတွေမှာ "အချိန်" ဆိုတာ အရမ်းကို အရေးကြီးပါတယ်။ မိုးလွန်မှ ထွန်ချသလို မဖြစ်စေဖို့ပါပဲ။ (နောက်ထပ် မရနိုင်တော့တဲ့ အခွင့်အရေးတွေ ရှိတတ်လို့ပါ။) ဒါပေမယ့် အမြဲတမ်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်ချက်အပြည့်ရှိပြီး အမြဲကြိုးစားနေတတ်တဲ့ လူတစ်ယောက်အဖို့ ပြောခဲ့တဲ့ အားနည်းချက်တွေ အလိုလိုပြေပျောက်သွားမှာပါ။

(၄၁)

အလုပ်တွေ တစ်ခါတလေ အရမ်းများတယ်။ စိတ်ချမ်းသာ ကျေနပ်တတ်ဖို့ပဲ လိုတယ်။ ဘဝက တစ်ခါတလေ အရမ်းပင်ပန်းတယ်။ ကျန်းမာပျော်ရွှင်ဖို့ပဲ လိုတယ်။ အချိန်က တစ်ခါတလေ အရမ်းအကုန်မြန်တယ်။ တန်ဖိုးထားတတ်ဖို့ပဲ လိုတယ်။ အချစ်က တစ်ခါတလေ ရယူရ အရမ်းခက်ခဲ

တယ်။ ဖူးစာကံအတိုင်း ထားတတ်ဖို့ပဲ လိုတယ်။ နင်နဲ့ငါ အမြဲတမ်းတော့ မတွေ့နိုင်ဘူး။ သတိရလွမ်းဆွတ်တတ်ဖို့ပဲ လိုတယ်။

Phyusin Maung

မှန်တယ်။ စိတ်ချမ်းသာမှ ကိုယ်လည်း ကျန်းမာမှာပေါ့နော်။ စာဆိုတောင် ရှိသေးတယ်လေ။ စိတ်ထောင်းတော့ ကိုယ်ကြေတဲ့။

(၄၂)

နေ့တိုင်း ကိုယ့်ကိုနိုးထနေတဲ့အရာက နှိုးစက်မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်ကူးအိပ်မက်သာ ဖြစ်တယ်။

နေ့တိုင်း ကိုယ့်ကိုစွန့်ခွာနေတာ တခြားသူမဟုတ်ဘူး။ မရင့်ကျက်တဲ့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်သာ ဖြစ်တယ်။

နေ့တိုင်း ကိုယ့်ကို ရုက်ရှုံ့စေတာ ဆင်းရဲခြင်းမဟုတ်ဘူး။ အောင်မြင်မှုအတွက် ပေးဆပ်နေတဲ့ ငွေကြေးသာဖြစ်တယ်။

နေ့တိုင်း ပခုံးပေါ်တိုးလာတဲ့အရာက နာကျင်မှုတွေမဟုတ်ဘူး။ ငြိမ်သက်တိတ်ဆိတ်တဲ့ ပြီးမြောက်ခြင်းတွေသာ ဖြစ်တယ်။

နေ့တိုင်း ဖြစ်ပျက်နေတာ ခါးသီးခြင်းတွေ မဟုတ်ဘူး။ ပြည့်စုံပြည့်ဝတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေသာ ဖြစ်တယ်။

နေ့တိုင်းရောက်လာတာ ရှည်လျားတဲ့ အမှောင်ညတွေ မဟုတ်ဘူး။ မနက်ခင်းအရုဏ်အလင်းတန်းတွေ ဖြစ်တယ်။

Nyeinchan Koko

နေ့တိုင်း နောင့်ယှက်နေတာက ကျရှုံးမှုတွေ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ မပြည့်ဝမှုတွေသာဖြစ်တယ်။

(၄၃)

Believe ဆိုတဲ့ စကားလုံးထဲမှာလည်း Lie ကို ဝှက်ထားသေးတယ်။ Friend ဆိုပေမယ့်လည်း end တဲ့အချိန်လည်း ရှိကြမှာပဲ။ Lover ဆိုခဲ့လည်း နောက်ဆုံးမှာ over တဲ့အချိန်တော့ ရှိတာပေါ့။ Forget ချင်ရင်တောင် အရင်ဆုံး get မှရတယ်။ Wife ဆိုလည်း စိတ်ထဲမှာ if ကို ထည့်ထားသေးတာပဲ။ Impossible ပေမယ့် Possible လည်း ရှိသေးတယ်။ အခု unhappy ဆိုရင်လည်း နောက်တော့ happy သွားမှာပဲ။

Phota Yoke

Belong ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့အနောက်မှာ Long ဆိုတာလေး ပါသေးတယ်။

Inno Yan

Impossible = I.m possible.

* * *

တစ္ဆလေးတချို့(၂)

(၁) ဒဏ်ရာတစ်မျိုးကို ဝမ်းနည်းခြင်းလို့ ခေါ်သတဲ့။ မျက်တောင်က မျက်ရည်ဥရဲ့အလေးဒဏ်ကို မခံနိုင်တော့ဘဲ သာသာလေးထိလိုက်ရုံနဲ့တင် ကြွေကျသွားတဲ့ ဝမ်းနည်းခြင်းမျိုး။

(၂) ရင်ထဲကအချစ်ကို သူကြားအောင် ထုတ်ဖော်ကြေညာပါ။ မနက်ဖြန်နဲ့ မတော်တဆ ဘယ်အရာက အရင်ရောက်လာမယ်ဆိုတာကို သင် ဘယ်တော့မှ မသိနိုင်လို့ပါ။

(၃) လူဆိုးစစ်စစ်တွေက ကြောက်ဖို့မကောင်းပါဘူး။ လူကောင်းအတုတွေသာ ကြောက်ဖို့ကောင်းပါတယ်။

(၄) အလုပ်များတယ်ဆိုတာလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းတစ်မျိုးပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ကို နာကျင်တဲ့ခံစားချက် ခံစားဖို့ အချိန်မပေးလို့ဖြစ်တယ်။ ရှန်းကန်

တယ်ဆိုတာလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းတစ်မျိုးပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ကို တကယ့်လက်တွေ့ဘဝ ခံစားစေလို့ဖြစ်တယ်။ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်တယ်ဆိုတာလည်း ပျော်ရွှင်ခြင်းတစ်မျိုးပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ကို ဆန်ကုန်မြေလေးအဖြစ် မခံစားစေလို့ဖြစ်တယ်။

(၅) သက်ပြင်းချတာက အချိန်ကို ဖြုန်းတီးတဲ့အရာဖြစ်တယ်။ ငိုယိုတာက အင်အားကို သုံးဖြုန်းတဲ့အပြုအမူဖြစ်တယ်။

(၆) ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ ခံစားဖို့ဖြစ်တယ်၊ နှိုင်းယှဉ်ဖို့မဟုတ်ဘူး။ ဘဝဆိုတာ လှုပ်ရှားရုန်းကန်ဖို့ဖြစ်တယ်။ အမှတ်စဝေးထားဖို့ မဟုတ်ဘူး။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာဆိုတာ ပြုစုပျိုးထောင်ဖို့ဖြစ်တယ်။ စမ်းသပ်ဖို့မဟုတ်ဘူး။ ချစ်သူဆိုတာ ချစ်ခင်ယုယဖို့ဖြစ်တယ်။ နာကျင်ထိခိုက်ဖို့ မဟုတ်ဘူး။ ငွေကြေးဆိုတာ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲဖို့ဖြစ်တယ်။ တိုင်းတာဖို့မဟုတ်ဘူး။အလိမ်အညာဆိုတာဖျက်ဆီးဖို့ဖြစ်တယ်။တန်ဆာဆင်ဖို့မဟုတ်ဘူး။ ယုံကြည်မှုဆိုတာ တည်ဆောက်ဖို့ဖြစ်တယ်၊ စိန်ခေါ်ဖို့မဟုတ်ဘူး။

(၇) အချစ်ဦး ကမ္ဘာပေါ်မှာ အလှဆုံးအရာ
အနှံ့ပုန်းချစ် ကမ္ဘာပေါ်မှာပုန်းလျှိုးကွယ်လျှိုးအဖြစ်ဆုံးအရာ
ချစ်ကျွမ်းဝင် ကမ္ဘာပေါ်မှာ ကမောက်ကမဆုံးအရာ
အရှုံးအမှုံးအချစ် ကမ္ဘာပေါ်မှာ အထုံထိုင်းဆုံးအရာ
တစ်ဖက်သတ်အချစ် ကမ္ဘာပေါ်မှာ အဝေးကွာဆုံးအရာ
အသဲကွဲအချစ် ကမ္ဘာပေါ်မှာ အနာကျင်ဆုံးအရာ

အချစ်ဆိုတာ သံသရာလည်သလိုပါပဲ။ လှုပခြင်းကနေ နာကျင်ခြင်း

ဆီကို သွားတယ်။ နောက်တော့ နာကျင်ခြင်းကနေ လွတ်မြောက်ခြင်းကို သွားတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ထာဝရအဆုံးမရှိခြင်းဆီကို သွားတယ်။

(၈) ဘဝမှာ အခွင့်အရေးရလို့ ဒီလူ (၁၀) မျိုးနဲ့ ကြုံခဲ့ရင် လက်မလွှတ်ပါနဲ့။
(က) သင့်ကို သွန်သင်ဆုံးမပြီး လမ်းညွှန်ပေးသူ၊
(ခ) သင့်ကို တဗျစ်တောက်တောက် ရေရွတ်သူ၊
(ဂ) သင်နဲ့ မျှဝေခံစားသူ၊
(ဃ) သင့်ကို အားပေးဖေးမသူ၊
(င) သင် တတ်မြောက်သိကျွမ်းတဲ့အရာကို အသိအမှတ်ပြုသူ၊
(စ) သင် စံနမူနာယူထိုက်သူ၊
(ဆ) သင့်အပေါ် ကတိတည်တဲ့သူ၊
(ဇ) သင့်ကို ယုံကြည်တဲ့သူ၊
(ဈ) သင်စိတ်ဆိုးတာကို ခံနိုင်တဲ့သူ၊
(ည) သင့်အတွက် ပေးဆပ်ရဲသူ၊

(၉) (က) ဖြေရှင်းချက် . . . . . အမြဲတမ်း အပိုတွေဖြစ်တယ်။ သင့်ကို နားလည်တဲ့သူဆိုရင် ဖြေရှင်းချက်တွေ မလိုပါဘူး။ သင့်ကို နားမလည်သူဆိုရင် ဖြေရှင်းချက်တွေ ပိုလို့တောင် မလိုပါဘူး။

(ခ) လျစ်လျူရှု.....တစ်ခါတလေမှာ လျစ်လျူရှုတာက ရက်စက်တာ မဟုတ်ဘူး။ မနာကျင်ဖို့ ကာကွယ်တဲ့ ဓမ္မ်ဳိရိယာတစ်ခုသာ ဖြစ်တယ်။

(ဂ) သင်ဝမ်းနည်းတာကိုကြည့်ပြီး ပျော်တဲ့သူက ရန်သူတဲ့။ သင်ပျော်တာကိုကြည့်ပြီး ပျော်တဲ့သူက သူငယ်ချင်းတဲ့။ သင်ဝမ်းနည်းတာကို ကြည့်ပြီး လိုက်ဝမ်းနည်းတဲ့သူက သင့်ရင်ခွင် အနက်ရှိုင်းဆုံးမှာ ထားသင့်တဲ့သူဖြစ်တယ်။

(၁၀) အထီးကျန်ခြင်းဆိုတာ မွေးရာပါအရာ မဟုတ်ပါဘူး။ အထီးကျန်ခြင်းဆိုတာ လူတစ်ယောက်ကို သင် ချစ်မိသွားတဲ့အချိန်က စတာဖြစ်တယ်။

(၁၁) လွမ်းဆွတ်ခြင်းတချို့က တစ်ခါတလေမှာ သိုဝှက်ထားရတယ်။ စွန့်လည်း မစွန့်ရက် ရင်အနက်ရှိုင်းဆုံးမှာသိုဝှက်ပြီး လူသိလည်း မခံချင်ခဲ့ဘူး။

(၁၂) အချစ်ကြောင့်ရတဲ့ နာကျင်ခြင်းက တဖြည်းဖြည်း မေ့သွားနိုင်တဲ့အရာဖြစ်တယ်။ တကယ်လို့ မမေ့ဘဲ ရင်ထဲ တနုံ့နုံ့ခံစားနေရင် အဲဒီနာကျင်ခြင်းက ကုသလို့မပျောက်နိုင်တဲ့ ဒဏ်ရာဖြစ်သွားတတ်တယ်။

(၁၃) ကလဲ့စားချေတယ်ဆိုတာ တစ်ဖက်သားကို နစ်နာအောင်လုပ်တာမဟုတ်သလို ကိုယ့်ကိုယ်ကို နစ်နာအောင်လုပ်တာလည်းမဟုတ်ဘူး။ သူ့ထက်ပိုပျော်ရွှင်အောင် ရှင်သန်တာပဲဖြစ်တယ်။

(၁၄) ချစ်ခြင်းမေတ္တာဆိုတာ တန်ဖိုးရှိတဲ့အရာပါ။ ဒီတန်ဖိုးရှိတဲ့အရာကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ လူတိုင်းမှာ အခွင့်အရေးရှိတယ်။

* * *

မိန်းကလေးရင်ထဲက စကား

(၁) ယောက်ျားအကြောင်းကို နားလည်သလို၊ နားမလည်သလိုနဲ့ မိန်းမတစ်ယောက်ဟာ နောက်ဆုံးမှာ အဲဒီယောက်ျားရဲ့ ဇနီးမယားဖြစ်သွားတယ်။ ယောက်ျားအကြောင်း လုံးဝနားလည်သူဟာ နောက်ဆုံးမှာ အပျိုကြီးဖြစ်သွားတယ်။

(၂) မိန်းမတစ်ယောက်ရဲ့ တစ်သက်မှာ ယောက်ျားနှစ်ယောက် ရှိတယ်။ တစ်ယောက်က အမှတ်တရထဲမှာ၊ နောက်တစ်ယောက်က တစ်သက်လုံး အနားမှာ။

(၃) ယောက်ျား၊ သင့်ရဲ့ငွေကြေး၊ သင့်ရဲ့ရုပ်ရည်၊ သင့်ရဲ့ အတတ်ပညာ၊ သင့်ရဲ့ ဟာသဉာဏ် ဘယ်အရာကမှ သင့်ရဲ့ သစ္စာစောင့်သိတာလောက် အရေးမကြီးဘူး။

(၄) မိန်းမ၊ သင့်ရဲ့အလှ၊ သင့်ရဲ့စိတ်နေစိတ်ထား၊ သင့်ရဲ့ဂုဏ်ယူစရာတွေကို ထိုက်တန်တဲ့သူတစ်ယောက်အတွက် ချန်ထားပေးပါ။

(၅) လောကမှာ အလွယ်တကူ ယုံလို့မရတဲ့အရာ သုံးမျိုးရှိတယ်။ ယောကျ်ားလေးရဲ့ကတိ၊ ယောကျ်ားလေးရဲ့အချစ်၊ ယောကျ်ားလေးရဲ့ဆင်ခြေဖြစ်တယ်။

လောကမှာ အဖိုးတန်ဆုံးအရာ သုံးမျိုးရှိတယ်။ ယောကျ်ားလေးရဲ့ကတိ၊ ယောကျ်ားလေးရဲ့အချစ်၊ ယောကျ်ားလေးရဲ့ နှလုံးသားဖြစ်တယ်။

(၆) ဘယ်လောက်ပဲ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်ခဲ့တဲ့လူဖြစ်ဖြစ် လမ်းခွဲလိုက်ပြီဆိုတာနဲ့ တဖြည်းဖြည်း စိမ်းစိမ်းသွားတော့တယ်။

(၇) အချစ်မှာ လူကိုအနာကျင်စေဆုံးက "အမှတ်တရ" ဖြစ်တယ်။ တကယ်လို့ အမှတ်တရတွေသာ မရှိခဲ့ရင် ဒီလောက်နာကျင်လိမ့်မှာမဟုတ်ဘူး။

၈) လမ်းခွဲလိုက်ပြီဆိုတာနဲ့ သူ့ဘဝကို သွားမနှောင့်ယှက်နဲ့တော့။ ပြန်လည်တွေ့ဆုံခဲ့ရင်လည်း အမုန်းရန်ငြိုးမထားနဲ့။ ခေါင်းတစ်ချက်ညိတ် ပြုံးပြလိုက်ပါ။

(၉) မိန်းကလေးတွေ နုပျိုချိန်မှာ ဘယ်လောက်ပဲ ချောခဲ့ချောခဲ့၊ ဘယ်လိုပဲ မာနကြီးခဲ့ကြီးခဲ့ နောက်ဆုံးမှာ ယောကျ်ားတစ်ယောက်အတွက် ဖြစ်သွားတယ်။

ယောကျ်ားလေးတွေ နုပျိုချိန်မှာ ဘယ်လောက်ပဲ လွတ်လပ်ခဲ့လွတ်လပ်ခဲ့၊ ဘယ်လောက်ပဲ ထကြွခဲ့ထကြွခဲ့၊ နောက်ဆုံးမှာ မိန်းမတစ်ယောက်အတွက် ရှန်းကန်ရတော့တယ်။

* * *

သတိပေးစာ

(၁) မိန်းမတွေက သင့်ဗိုက်ထဲက သံကောင်မဟုတ်ဘူး။ သူ့ကို သင် ချစ်တယ်၊ မချစ်ဘူးဆိုတာကို သင် မပြော၊ သင် မပြဘဲနဲ့ သူ သိနိုင်မှာမဟုတ်ဘူး။

(၂) မိန်းကလေးတွေ ချွဲနွဲ့တဲ့အချိန် သူ့ကို လျစ်လျူမရှုလိုက်ပါနဲ့။ သူချွဲနွဲ့တာကို လျစ်လျူရှုရင် သူ့ကို သင် အရေးမစိုက်ဘူး၊ သင့်ရင်ထဲမှာ သူမရှိဘူးလို့ သူ ထင်လိမ့်မယ်။

(၃) ကာမဆိုတာ မိန်းကလေးတွေအတွက် ယောကျ်ားလေးတွေ ထင်ထားသလောက် အရေးမပါဘူး။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကို သူချစ်တိုင်း သူလိုအပ်တယ်။ သူ့ကို ပြည့်ဝစေမယ်လို့ မယူဆလိုက်ပါနဲ့။ ဒီလိုထင်

ခြင်းက သင်ဟာ ကာမကို သူ့ထက် ပိုကြိုက်တယ်လို့ သူ ထင်လိမ့်မယ်။

(၄) သူ အင်္ကျီအသစ်ဝတ်ထားရင် သင့်လျော်တဲ့ချီးမွမ်းစကားကို ပြောပေးပါ။ အင်္ကျီက ဟိုက်လိုက်တာ၊ ပါးလိုက်တာ၊ တိုလိုက်တာလို့ပဲ အပြစ်မဆိုပါနဲ့။ တကယ်လို့ ပါးပါး၊ ဟိုက်ဟိုက်၊ တိုတိုလေးဝတ်ထားရင် "ဒီအင်္ကျီ ခင်ဝတ်တာ လှတယ်၊ ဒါပေမယ့် မောင့်ကိုပဲ ဝတ်ပြရမယ်နော်"လို့ ပြောပါ။ ထက်မြက်တဲ့သူ သင့်အပြောကို သဘောပေါက်ပါလိမ့်မယ်။

(၅) "မင်း ဘာနားလည်လို့လဲ၊ ငါ့ကိစ္စမှာ မင်း ဝင်မပါနဲ့"လို့ မကြာခဏ မပြောပါနဲ့။ မိန်းကလေးမှာလည်း မိမိကိုယ်ကိုယ်လေးစားမှု Self-respect) ဆိုတာ ရှိတယ်။ သူအရမ်းချစ်တဲ့ ယောကျ်ားလေးရှေ့မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် မိမိကိုယ်ကို လေးစားမှု သူ့မှာရှိတယ်။

(၆) သူတစ်ယောက်တည်း နေနေတဲ့အချိန် သူ့ကို လွတ်လပ်ခွင့်ပေးပါ။ "နင် ဒီနေ့ ဘာဖြစ်နေတာလဲ၊ ထူးဆန်းလိုက်တာ"လို့ မပြောပါနဲ့။ သူငြိမ်နေတဲ့အချိန် သူ့ကို ပွေ့ဖက်ပေးထားလိုက်ပါ။ ဘာဖြစ်တယ်၊ ညာဖြစ်တယ်နဲ့ မေးခွန်းတွေ မထုတ်ပါနဲ့။

(၇) သူ့မှာလည်း ယောကျ်ားလေးသူငယ်ချင်းတွေ ရှိလိမ့်မယ်။ စိတ်တူသူငယ်ချင်းတွေ ရှိလိမ့်မယ်။ ဒါပေမယ့် မစိုးရိမ်ပါနဲ့။ မိန်းကလေးတွေဟာ ချစ်သူနဲ့ သူငယ်ချင်းကို ယောကျ်ားတွေထက်တောင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ခွဲထားတတ်ကြတယ်။

(၈) အပြင်ထွက်လည်ရင် သင်တစ်ယောက်တည်း မကြာခဏ မသွားပါနဲ့။ သဘောထားကြီးပြီး မိမိကိုယ်ကို ဘယ်လောက်ပဲယုံကြည်မှုရှိတဲ့

မိန်းကလေးပဲဖြစ်ဖြစ် သူနဲ့သင် အတူမသွားချင်လို့၊ သူ့ကို **စိတ်တုန်** နေပြီလို့ သူ ထင်တတ်တယ်။

(၉) မနာလို၊ ဝန်တိုတယ်ဆိုတာ မိန်းကလေးရဲ့ မွေးရာပါအတတ်ပညာဖြစ်တယ်။ သင့်အပေါ် သဝန်မတိုတတ်တဲ့ မိန်းကလေးဆိုတာ သင့်ကိုတကယ်မချစ်လို့ဖြစ်မယ်။ ဒါပေမယ့် မိန်းကလေးတွေက ဝန်တိုတာများလေ စိတ်ထိခိုက်၊ ခံစားရလေမို့ နောက်ဆုံးမှာ သူချစ်တဲ့သင့်ကို ခွဲသွားနိုင်ပါတယ်။

(၁၀) မိန်းကလေးတွေ လိုအပ်တဲ့အချစ်က ယောကျ်ားလေးတွေလိုအပ်တဲ့ အချစ်နဲ့ အတူတူဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အချစ်တွေလိုအပ်တဲ့သူ့ကို "လွန်ကဲ"တယ်လို့ အပြစ်မဆိုပါနဲ့။

(၁၁) ခိုးစားတဲ့ကိုယ့်ချစ်သူ/ယောကျ်ားကို ခွင့်လွှတ်နိုင်တဲ့မိန်းကလေးတာ အနည်းစုဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်မိန်းကလေးကို အနည်းစုထဲထည့်ဖို့ မမျှော်လင့်ပါနဲ့။ တကယ်လို့ သူခွင့်လွှတ်နိုင်ရင် မျှတတဲ့နည်းလမ်းနဲ့ သူလည်း ခိုးစားလိမ့်မယ်။

* * *

အိမ်ထောင်ရေးမည်သောဖိနပ်တစ်စုံ

ဖိနပ်ကို အမျိုးမျိုးသော ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေနဲ့ လုပ်ကြတယ်။ အလွယ်ဆုံးနဲ့ အရှင်းဆုံးဖိနပ်က ငှက်ပျောရွက်နဲ့လုပ်တာ ဖြစ်နိုင်သလို၊ တန်ဖိုးအကြီးဆုံးနဲ့ အရှားပါးဆုံးက စင်ဒရဲလားရဲ့ လက်လက်ထနေတဲ့ဖိနပ်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဘယ်လိုဖိနပ်မျိုးဖြစ်ဖြစ် အဓိကက ခြေထောက်နဲ့တော်ဖို့၊ ကိုက်ညီဖို့ဖြစ်ပြီး ဘယ်လိုအိမ်ထောင်ရေးမျိုးဖြစ်ဖြစ် အဓိကက စည်းချက်ညီဖို့နဲ့ သဟဇာတဖြစ်ဖို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။

ထက်မြက်တဲ့ယောကျ်ားနဲ့ထက်မြက်တဲ့မိန်းမတို့ရဲ့အိမ်ထောင်ရေးက နာမည်ကြီးတံဆိပ်ဖိနပ်နဲ့ တူတယ်။ လှပပြီး အဖိုးတန်သလို၊ ကြည့်လိုက်တာနဲ့ လူကို ကြည်နူးစေတယ်။ ဒါပေမယ့် တန်ဖိုးကြီးမားပြီး လှပတာကြောင့်

ရှုံ့အုပေမခံဘူး။ ရှုံ့နည်းနည်းပေတာနဲ့ ကြည့်ရရုပ်ဆိုးတာကြောင့် အမြဲတမ်းဂရုတစိုက် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းပေးရတယ်။ တန်ဖိုးထားရတယ်။

ငယ်ပေါင်းကြီးဖော်အိမ်ထောင်ရေးက အဝတ်စနဲ့ ချုပ်ထားတဲ့ဖိနပ်နဲ့တူတယ်။ ရိုးရှင်းပြီး တန်ဖိုးမကြီးပေမယ့် စီးလို့ကောင်းတယ်။ ကြည့်လိုက်တာနဲ့ ပေါ့ပါးပြီး သွက်လက်စေတယ်။ တခြားလူယူသွားမှာလည်း စိုးရိမ်စရာ မလိုဘူး။ ဒါပေမယ့် စီးတဲ့အချိန် သိပ်ရှောရှောရှူရှူ ဖြစ်မနေတတ်ဘူး။

ဆင်းရဲဒုက္ခကို အတူတကွ ဖြေရှင်းတဲ့အိမ်ထောင်ရေးက အားကစားဖိနပ်နဲ့ တူတယ်။ ပုံစံဆန်းပြီး စီးရတာလည်း သက်သောင့်သက်သာရှိတယ်။ အကောင်းဆုံးအချက်က လေဒဏ်၊ မိုးဒဏ်၊ ရွှံ့နွံဒဏ်ကိုခံရလည်း ဖိနပ်အောက်ခံ ပျက်စီးသွားတာမျိုး မရှိဘူး။ စီးလိုက်တိုင်း ခြေထောက်နဲ့ တစ်သားတည်း အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်နေတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဘယ်လိုဆူးခင်းလမ်း၊ ခရောင်းတောလမ်းပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ခြေထောက်ကို မပွန်းပဲ့စေဘဲ တာရှည်နိုင်မြဲစေပါတယ်။

ရှိမန်တစ်ဆန်တဲ့ အိမ်ထောင်ရေးက အကာဖိနပ်နဲ့တူတယ်။ ပေါ့ပါးတက်ကြွပြီး ကြော့ရှင်းတယ်။ ဒါပေမယ့် ပြောင်ချောတဲ့ အကာခွင်ကြမ်းပြင်က ချောတာနဲ့ ဒီလိုဖိနပ်မျိုးက စီးလို့အသုံးမဝင်တော့သလို စီးရတာလည်း ခက်သွားပါတယ်။

စီးပွားဆန်အိမ်ထောင်ရေးက အဖြေပြေးဖိနပ်နဲ့တူတယ်။ လှမ်းတဲ့ခြေလှမ်းနောက် ထပ်ကြပ်မခွာလိုက်ပြီး စောင့်ရှောက်တယ်။ အောင်မြင်မှုတွေ ဆွတ်ခူးတယ်။ ဒါပေမယ့် စီးပွားရေးပြေးလမ်းက ခွဲထွက်သွားတာနဲ့ စီးလို့မကောင်းတော့ပါဘူး။

အသက်ကြီးတဲ့ယောကျ်ားနဲ့ အသက်ငယ်တဲ့မိန်းမတို့ရဲ့ အိမ်ထောင်ရေးက ခုံမြင့်ဖိနပ်ဖြစ်တယ်။ ခရီးဝေးအတွက် စီးလို့မသင့်လျော်ပေမယ့် ကြည့်ရတာ ထူးခြားတယ်။

အသက်ကြီးတဲ့မိန်းမနဲ့ အသက်ငယ်တဲ့ယောကျ်ားတို့ရဲ့ အိမ်ထောင်ရေးက ညအိပ်ဖိနပ်နဲ့ တူတယ်။ ကြည့်ရတာ ရယ်ချင်စရာကောင်းနေပေမယ့် စီးရတာ အဆင်ပြေတယ်။ ချွတ်ရတာလည်း လွယ်ကူတယ်။ ဒီလိုဖိနပ်မျိုးကို အိမ်မှာပဲ စီးရအဆင်ပြေတယ်။ အပြင်စီးထွက်ရင် လူပြောစရာဖြစ်တယ်။

ပွင့်လင်းတဲ့အိမ်ထောင်ရေးက လျှာချင်းဖိနပ် (Sandal) နဲ့ တူတယ်၊ ရာသီမရွေး စီးလို့ရတယ်၊ ခံစားချက်တွေ ပူနွေးစေတဲ့ နွေရာသီမှာ ခြေထောက်ကို အေးမြစေတဲ့ လျှာချင်းဖိနပ်ကို စီးထားနိုင်ပြီး ခံစားချက်တွေ အေးခဲတဲ့ ဆောင်းရာသီမှာ ဖိနပ်ကို ချွတ်ထားလို့ရပါတယ်။

ဖောက်ပြန်တဲ့အိမ်ထောင်ရေးက အိမ်နေစီးဖိနပ်နဲ့တူတယ်၊ စီးလို့ကောင်းတယ်။ လွယ်ကူအဆင်ပြေတယ်ဆိုပေမယ့်အပြင်စီးထွက်လို့မရဘူး။ လမ်းမကြီးပေါ်လျှောက်လို့မရဘူး။ ခရီးဝေးဝေးသွားလို့မဖြစ်ဘူး။

ငွေမက်တဲ့အိမ်ထောင်ရေးက နိုင်ငံခြားကလာတဲ့ ထိပ်ချွန်ဒီဇိုင်းဆန်းတဲ့ ဖိနပ်မျိုးနဲ့ တူတယ်။ ကြည့်ရတာ လှပပေမယ့် စီးလို့မကောင်းဘူး။ စီးလိုက်တာနဲ့ စီးရအဆင်မပြေဘဲ ခြေထောက်နာတတ်တယ်။

အတင်းအကျပ်လုပ်တဲ့ အိမ်ထောင်ရေးက သံဖိနပ်နဲ့တူတယ်။ ကြီးလေးပြီး ရှေ့ကိုလျှောက်လှမ်းဖို့ ခက်ခဲစေတယ်။ ချွတ်ပစ်လည်း ခြေကြော၊ ခြေရိုးတွေကို နာကျင်စေတယ်။ အသားတွေကို ပွန်းပဲ့စေတယ်။

အားရကျေနပ်ဖို့ကောင်းတဲ့ အိမ်ထောင်ရေးကို ရွေးချယ်တာဟာ စီးလို့ကောင်းတဲ့ ဖိနပ်တစ်စုံကို ရွေးယူတာနဲ့တူတယ်။ အဓိကက ခြေထောက်ရဲ့ အတိုင်းအတာနဲ့ ဖိနပ်အတိုင်းအတာ ကိုက်ညီဖို့ဖြစ်တယ်၊ ဘယ်လိုခြေထောက်မျိုးက ဘယ်လိုဖိနပ်မျိုးစီးရင် သင့်တော်မလဲဆိုတာ သိဖို့လိုလိမ့်မယ်။

သက်သောင့်သက်သာရှိတဲ့ဖိနပ်က ခြေထောက်ကို မပွန်းပဲ့စေဘူး။ ဒါပေမယ့် သက်သောင့်သက်သာရှိတဲ့ ဖိနပ်တိုင်း လှပရမယ်လို့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဖိနပ်စီးရတာ အဆင်ပြေမပြေ စီးတဲ့ခြေထောက်ကပဲ သိပါတယ်။ ခရီးဝေးသွားရင် ဖိနပ်စီးမှားမှာကို လူတိုင်းကြောက်ကြတယ်။ အိမ်ထောင်ပြုပြီးရင် လူတိုင်း အနိုင်ကျင့်ခံရမှာကို ကြောက်ကြတယ်။ ဖိနပ်က ခြေထောက်ကို အရမ်းပွန်းပြီး နာကျင်စေခဲ့ရင် ဖိနပ်အောက်ခြေမပါးခင်၊ ခြေထောက်လည်း မထိခိုက်ခင် သင့်လျော်တဲ့အသစ်တစ်ရံကို ပြောင်းလဲသင့်ပါတယ်။

ကိုယ်နဲ့မသင့်လျော်တဲ့ အဖိုးတန်ဖိနပ်ကို စီးထားတာဟာ ကိုယ့်ကိုနာကျင်အောင်လုပ်တာနဲ့ တူတယ်၊ သူတစ်ပါးက ကိုယ့်ရဲ့တန်ဖိုးကြီးလှပတဲ့ ဖိနပ်ကို တွေ့မြင်နိုင်တယ်ဆိုပေမယ့် စီးထားတဲ့ကိုယ့်ခြေထောက် နာကျင်တာကို ကိုယ်ပဲသိပါတယ်၊ ခြေထောက်က ဖိနပ်ထက်အရေးပါပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် တချို့က တန်ဖိုးကြီးလှပတဲ့ ဖိနပ်ကြောင့် ဒီအချက်ကို မေ့ခဲ့ကြတယ်။

ရေခဲစကိတ်စီးရင် စကိတ်စီးဖိနပ်ကို စီးရတယ်၊ နှင်းတောကြီးမှာ နှင်းဖိနပ်ရှည်ကို စီးရတယ်။ ခရီးဝေးသွားရင် ခရီးသွားဖိနပ်ကို စီးရတယ်လေ။ လောကကြီးမှာ ကိုယ်နဲ့သင့်တော်တဲ့ဖိနပ်တွေ အများကြီး။ ကိုယ်စိတ်

ကြိုက် ရွေးယူနိုင်ပါတယ်။ ခြေထောက်က တစ်စုံပဲရှိတာမို့ ကိုယ့်ခြေထောက်နာစေတဲ့ဖိနပ်မျိုး အရွေးမမှားစေချင်ပါဘူး။

အသက်အရွယ် အကန့်အသတ်တစ်ခုထိ ခြေထောက်တွေ ရှည်လျားကြီးထွားနိုင်ပါတယ်။ *ဒါပေမယ့် ဖိနပ်တွေက မပြောင်းလဲပါဘူး။* ခြေထောက်နဲ့ဖိနပ် ဘယ်အရာက အင်အားကြီးသလဲ။ ခြေထောက်ကြီးတယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ ဖိနပ်ရှိအောင်၊ ပွန်းအောင် ခြေထောက်ကပဲ လုပ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

အသက်အရွယ်တစ်ခုမှာ ခြေထောက်ဆက်မကြီးထွားတော့ဘဲ အချိန်က ကျွန်မတို့ ရင့်ကျက်တဲ့အချိန်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ ကိုယ်နဲ့သင့်လျော်တဲ့ ဖိနပ်တစ်မျိုးကို ရွေးဖို့အချိန်ကျပါပြီ။ ခြေထောက်တစ်ဖက်က ယောင်ကျိုးဆိုရင် နောက်တစ်ဖက်က မိန်းကလေးဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ဖိနပ်က အဲဒီခြေထောက်နှစ်ဖက်ကို တစ်စုံဖြစ်အောင် အတူတကွ ပေါင်းစည်းလိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဘဝခရီးဆုံးခန်းတိုင်ထိ လျှောက်လှမ်းကြရပါတယ်။

ကိုယ်နဲ့သင့်လျော်တဲ့ဖိနပ်ကမှ ပိုဝေးတဲ့ခရီးကို လျှောက်လှမ်းနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

မူရင်း- http://health.nmgnews.com.cn

* * *

အချစ်ခံစားချက်စာစု

အချစ်က အချစ်ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ဘဝတစ်ခုရှင်သန်ဖို့ အချစ်ဆိုတာ လိုအပ်သလို အချစ်တစ်ခုရှင်သန်ဖို့ အချစ်ကို ချစ်တတ်ဖို့လည်း လိုအပ်ပါတယ်။ facebook ပေါ်ရေးသားခဲ့မိတဲ့ အချစ်၊ ခံစားချက်စာစုလေးတွေနဲ့ အတူ facebook က စာဖတ်ပရိသတ်တို့ရဲ့ ရင်ထဲကစကား။ ရင်ထဲကခံစားချက်စာစုတွေကို ပေါင်းစုဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

(၁)

တကယ်လို့ တစ်နေ့နေ့မှာ လူတစ်ယောက်ဟာ သင့်အနား ပြန်လာခဲ့တော့ဘူးဆိုရင် သင် မခွဲနိုင်သူတစ်ယောက် သင့်ကို ခွဲသွားတဲ့အခါ ဝမ်းမနည်းပါနဲ့။ အချိန်က အမှန်ကန်ဆုံးလူတစ်ယောက်ကို သင့်အနား ခေါ်

ဆောင်လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို ခေါ်ဆောင်မလာခင် သင်လုပ်ထားရမှာက သင့်ကိုယ်သင် ကောင်းကောင်းဂရုစိုက်နေဖို့ပါပဲ။

Htet Htet Oo Kyaw

ကောင်းကောင်းအိပ်တယ်၊ ကောင်းကောင်းစားတယ်။ ကောင်းကောင်းနေတယ်။ ကောင်းကောင်းလည်း သတိရနေပါတယ်။

Min Naing Hka

လောကမှာခွဲခွာခြင်းဆိုတာမကြုံဖူးသူမရှိပါဘူးဗျာ။အကောင်းဆုံးတ လက်ခံပြီး စိတ်ထားတတ်ဖို့လိုတာပါ။ အချိန်တစ်ခုတော့ လိုတာပေါ့။

Meko Zura

အချိန်က အမှန်ကန်ဆုံးလူတစ်ယောက်ကို သင့်အနား ခေါ်ဆောင်လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီအချိန်ရောက်လာခဲ့ရင် အတိတ်ကို အတိတ်မှာထားခဲ့နိုင်လာပြီး အသိအမှတ်ပြုရုံလောက်မျှသာပဲ ရှိတော့မယ်လို့ မျှော်လင့်မိတယ်။

Seaand Moon

အချိန်က ကျွန်တော့်အတွက် အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းကို ယူဆောင်လာတယ်။

Nine Nine Sanay @ နှင်းနှင်းစနေ

ဟုတ်တယ်။ အချိန်က အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းကိုလည်း သယ်လာနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိုဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်သင့်တယ်။

Rose Angel Trk

ပြန်မလာတော့မယ့်သူတွေကို မမျှော်လင့်ဘဲနဲ့ ကုစားပေးနေတဲ့ အချိန်တွေအပေါ်ကို တန်ဖိုးထားလိုက်တာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

Yuya Khin

သင် မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားတဲ့သူက သင့်ကို ခွဲသွားတဲ့အခါ ပေါက်ကွဲမယ်၊ နာကြည်းမယ်။ ဝမ်းနည်းကြေကွဲပြီး နမြောတသသနဲ့ နောင်တရမယ်။ နောက် အချိန်က ကုစားလာတာနဲ့အမျှ ကံတရားပါပဲဆိုပြီး ခွင့်လွှတ်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမှာပေါ့။ အချိန်က အကောင်းဆုံး၊ အမှန်ကန်ဆုံးလူကို ခေါ်ဆောင်လာခဲ့ရင်လည်း အဲဒီလူကို တန်ဖိုးထားတတ်အောင် ကြိုးစားပြီး အတိတ်ကို မေ့ပစ်နိုင်ပါမှ အနာဂတ်ဘဝလေးဟာ သာယာချမ်းမြေ့နိုင်မှာပါ။

မိလှိုင်

အတိတ်ကိုတော့ မမေ့နိုင်ပါဘူး။ အတိတ်ကနေ ကိုယ့်အနာဂတ်အတွက် ကောင်းတဲ့သင်ခန်းစာတွေ ယူရမယ်လေ။ မေ့လိုက်ဖို့တော့ မဟုတ်ဘူး။

(၂)

အချစ်က လျှော့နည်းလာတာနဲ့ အသစ်ရှာ စိတ်မောလာတာနဲ့ အသစ်ပြောင်းတာမျိုးမဟုတ်ဘူး။ စံစားဖို့ထက် အတူခံစားမျှဝေနိုင်မယ့်လူတစ်ယောက်ကို ရှာပါ။ ရောင်ပြေးဖို့ထက် အတူသည်းခံ၊ ခေါင်းခံနိုင်မယ့်လူတစ်ယောက်ကို ရှာပါ။ အချစ်ကို တာဝန်ယူဖို့ထက် သင့်ကို တာဝန်ယူနိုင်မယ့်လူတစ်ယောက်ကို ရှာပါ။ အချစ်ဆိုတာ တစ်ယောက်တည်းကိစ္စ မဟုတ်ပါဘူး။ နှစ်ယောက်အတူကြိုးစားတဲ့ ရလဒ်ဖြစ်တယ်။ နှစ်ယောက်အတူ ရုန်းကန်၊ နှစ်ယောက်အတူ ဖန်ဆင်းတာဖြစ်တယ်။

Myo Thu

အချစ်ဆိုတဲ့ စကားလုံးအပေါ်ကို ကျွန်တော့်အမြင်လေး တင်ပြပါရစေ၊ ကျွန်တော့်အထင်ပေါ့။ အချစ်ဆိုတာ လူသားတိုင်းအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောအရာလို့ ပြောချင်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုပြောရလဲဆိုတော့ အချစ်ဆိုတာ မေတ္တာ၊ သစ္စာ၊ မုဒိတာ၊ စေတနာကိုပေါင်းစပ်ပြီး ဂုဏ်တင်ထားတာဖြစ်တယ်။ တကျာလို့လည်း ခေါ်တယ်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ်မှာ ချစ်ခြင်းဆိုတဲ့အရာမရှိဘဲနဲ့ ဘယ်အရာမှ ပြောဆို၊ ပြုစု၊ လုပ်ကိုင်၊ ကျွေးမွေးပေးချင်စိတ်ရှိကြမှာ မဟုတ်ကြဘူးလို့ ထင်တယ်။ အချစ်ဆိုတာ တကယ်တော့ အလွန်သိမ်မွေ့နက်နဲသောအရာပါဗျာ။ လူတွေဟာ တစ်ယောက်ပေါ်တစ်ယောက် ချစ်မြတ်နိုးကြမှ ခိုးမှု၊ အနိုင်ကျင့်လုယက်မှု၊ မနာလိုမှုတွေ ကင်းဝင်မှာဖြစ်တယ်။ အဆုံးစွန်ထိ ကျွန်တော် ပြောရမယ်ဆိုရင် တချို့သောလူတွေဟာ ဘဝအသစ် တဖန်မဖြစ်ဖို့အတွက် ကြိုးစားနေကြတာဟာလည်း

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချစ်လို့ပဲ။ အချစ်ဆိုတာ အမျိုးမျိုးရှိတာကိုတော့ နားလည်ထားဖို့လိုအပ်တယ်။

May Myatnoe

ကိုယ်မချစ်တဲ့သူကိုတော့ စိတ်ဆင်းရဲခံပြီး ဆက်မတွဲပါနဲ့။ သူလည်း မကောင်းဘူး၊ ကိုယ်လည်း မကောင်းဘူး။ အချစ်ဆိုတာ အဓိကတစိတ်ချမ်းသာဖို့ပါပဲ။ စိတ်ချမ်းသာစရာကောင်းတဲ့ အချစ်မျိုးကိုပဲ ရှာပါ။ ဒါဆိုအားလုံးအဆင်ပြေမှာပါ။

Htar Lay

အဲလိုအချစ်ကို နှစ်ယောက်အတူ ဖန်ဆင်းလာပြီးတော့မှ လူနှစ်ယောက်ကြားမှာလည်း ဘာပြဿနာမှမရှိဘဲ နေလာခဲ့ပြီးတော့မှ အဲဒီအချစ်က ပြိုကွဲသွားခဲ့ရတာကရော ဘာကြောင့်လဲ၊ ဘာအတွက်လဲ။ တကယ်တော့ အချစ်ကို ဖန်ဆင်းရလွယ်ပေမယ့် သစ္စာကို ဖန်တီးဖို့ အင်မတန်ခက်ခဲနေလို့ ပြိုကွဲရတာပါ။

Thoe Dee

သစ္စာရှိမှုဆိုတာပါမှ အချစ်က ပိုပြီးပြည့်စုံမှာပါ။

(၃)

ယောကျ်ား/အမျိုးသား . . . . ရှိမန်တစ်ဆန့်ချင်မှဆန့်ပါ။ ဒါပေမယ့် တာဝန်ယူမှုတော့ ရှိရတယ်။ ဝင်ငွေအများကြီး ရှာချင်မှရှာပါ။ ဒါပေမယ့်

မိသားစုကို ကျွေးမွေးရတယ်။ ဘာကိစ္စမဆို မိဘစကားနားထောင်ချင်မှ နားထောင်ပါ။ ဒါပေမယ့် သားသမီးတို့ရဲ့ ဝတ္တရားကို ကျေပွန်ရတယ်။ သူတော်ကောင်းကျင့်ဝတ်တွေ ပြည့်စုံချင်မှ ပြည့်စုံပါ။ ဒါပေမယ့် မိန်းမ/ချစ်သူတို့ကော့ ချစ်ခင်မြတ်နိုးရတယ်။ အရမ်းအောင်မြင်ကျော်ကြားချင်မှ ကျော်ကြားပါ။ ဒါပေမယ့် မိသားစုကို အဖော်ပြုချိန်ရှိရတယ်။ သားသမီးတွေကို ပြုပြင်ထိန်းကျောင်းချင်မှ ထိန်းကျောင်းပါ။ ဒါပေမယ့် သားသမီးတွေကို ချစ်ရတယ်။ ယောကျ်ားမာန်မာနတွေ ရှိချင်မှရှိပါ။ ဒါပေမယ့် အရေးအရာကြုံလာရင် စိတ်ကူးအကြံဉာဏ် ရှိရတယ်။

Khin Thandar Tun

ဟုတ်တယ်။ မိန်းမတွေလိုချင်တာ အဲလိုမျိုးပါ။ မတူညီတဲ့အမြင်ရှိကြတဲ့ ယောကျ်ားနဲ့မိန်းမတွေကြားက နားလည်မှုတွေနဲ့ အမြင်တူနိုင်ကြပါစေ။

Kyaw Min Chit

ဒီတစ်ခါတော့ မကြိုက်တာလေးတွေ ပါတယ်။ မိဘစကားနားမထောင်ချင်တဲ့ကလေးတွေ အားပေးသလိုဖြစ်နေမလားလို့။ နောက် မိဘတိုင်းကတော့ ချစ်ကြတာပဲပေါ့။ ပြုပြင်ထိန်းကျောင်းမပေးရင် ချစ်ရာမရောက်ဘဲ နှစ်ရာရောက်ခဲ့တာတွေ ရှိတယ်လို့ ထင်မိပါတယ်။

Wutyi Aye

သားသမီးတွေကို ပြုပြင်ပဲ့ကိုင်ဖို့ မလိုပါဘူးဆိုတာတော့ မဟုတ်

ဘူးထင်တယ်။ မိဘဝတ္တရားထဲမှာတောင် "မကောင်းမြစ်တာ ကောင်းရာညွှန်လတ်" ဆိုတာ ရှိတယ်လေ။ အဲဒီတော့ မကောင်းတာလုပ်ရင်တော့ တားမြစ်သင့်ရင် တားမြစ်၊ ပြုပြင်သင့်ရင် ပြုပြင်ပေးရမှာပေါ့။

Havana Huti

ကျွန်တော် နားလည်ထားသော ယောကျ်ား/အမျိုးသားဆိုတာ စမတ်ကျရမယ်။ ဘယ်အချိန်ကြည့်ကြည့် သန့်သန့်ပြန့်ပြန့် ဝတ်စားတတ်ရမယ်။ ကိုယ့်ကိုကြည့်တာနဲ့ ကိုယ့်အဆင့်အတန်းနဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာကို ဖော်ပြနိုင်ရမယ်။ (ဒါမှ တကယ့်ယောကျ်ား/အမျိုးသား)။

အချစ်သိပ်ဆန်ပြတာမျိုး မဟုတ်ဘဲ ဘယ်သူ၊ ဘယ်အရာကိုမဆို ချစ်သော (မေတ္တာလွှမ်းသော) အကြည့်နဲ့ မြင်တတ်ရမယ်။ ကိုယ်လည်း အမှားကင်းတဲ့သူမှ မဟုတ်တာဘဲဆိုပြီး သူတစ်ပါးအပေါ် ကရုဏာထားတတ်ရမယ်။ (ဒါမှ တကယ့်ယောကျ်ား/အမျိုးသား)။

ဝင်ငွေရဖို့ ကောင်းတဲ့လမ်းကို အမြဲရွေးချယ်လုပ်ကိုင်ပြီး အသက်မွေးတတ်သူလည်း ဖြစ်ရမယ်။ မိသားစုကို ထမင်းစားခါနီး ရဲရဲစား၊ ဒါ သဘာအာဗီဝနဲ့ ရှာထားတဲ့အရာဆိုတဲ့အကြည့်မျိုးနဲ့ ပြုံးပြတတ်ရမယ်။ (ဒါမှ တကယ့်ယောကျ်ား/အမျိုးသား)

လူကြီးမိဘတိုင်းရဲ့စကားတိုင်းလေးနက်လေးစားစားနားထောင်ရမယ်။ သူတို့ဖြတ်သန်းခဲ့တဲ့ *ဘဝအတွေ့အကြုံဆိုတာ ပိုက်ဆံပေးဝယ်လို့* မရဘူးဆိုတာ နားလည်သဘောပေါက်ရမယ်။ ဆိုဆုံးမစကား အတိုင်းထက်သာလွန်အောင်ကြိုးစားပြီးကိုယ့်ဘဝကိုယ် မှတ်ကျောက်တင်နိုင်ရမယ်။ (ဒါမှ တကယ့်ယောကျ်ား/အမျိုးသား)။

ဘယ်အလုပ်မဆို ကိုယ့်စိတ်နဲ့ကိုယ့်ကိုယ် ဝေဖန်ပိုင်းခြားတတ်တဲ့ စိတ်ပိုင်ဆိုင်သူဖြစ်ရမယ်။ ချစ်သူ/မိန်းမအားကိုးရတယ်ဆို၊ ချစ်သူ/မိန်းမ ထဘီနား ခိုစားသူပဲ(စိတ်ပျက်ဖို့ကောင်းတယ်။) ကိုယ်တန်ဖိုးထားရသူတွေ အတွက် ဟော့ . . . ဒီမှာ ငါတော့ ငါ့ဘဝတက်လမ်း ငါဖောက်ပြီး အကောင်းဆုံး လျှောက်ခဲ့ပြီလို့ အာမခံရဲရမယ်။ (ဒါမှ တကယ့်ယောကျာ်း/အမျိုးသား)။

ပေါ်ပြူလာဖြစ်ပြီး သူများအကြိုက် လိုက်လုပ်စရာမလိုဘူးလို့ ကိုယ့်စိတ်ကိုရော၊ ကိုယ့်လုပ်ရပ်တွေကိုရော အသိလေးနဲ့ ထိန်းသင့်တဲ့သူ ဖြစ်တယ်။ ကိုယ်ဟာ မိသားစုအတွက် မရှိမဖြစ်လို့ ဘယ်တော့မှမတွေးဘဲ ကိုယ်ရှိနေစဉ်အခါ နွေးထွေးတဲ့မိသားစုဘဝတန်ဖိုးကို နားလည်တန်ဖိုးထား ရမယ်။ (ဒါမှ တကယ့်ယောကျာ်း/အမျိုးသား)။

ကိုယ်က မိဘကောင်းဖြစ်ဖို့ အသေးအဖွဲလေးကအစ စည်းကမ်း တကျ၊ စနစ်ကျကျ နေထိုင်၊ ပြုမူ၊ ဆက်ဆံရမယ်။ (ကိုယ့်သားသမီးမပြောနဲ့၊ ဘေးလူတောင် ကိုယ့်ကို မဟုတ်တာမလုပ်ရဲဘူး)။

ငါ့အဖေ၊ ငါ့အမေပဲဆိုပြီး ဘယ်တော့မှ အဲလိုမလုပ်ဘဲ သားသမီး နားလည်အောင် လမ်းမှားမရောက်အောင် သေချာသွန်သင်ပေးနိုင်ရမယ်။ (ဒါမှ တကယ့်ယောကျာ်း/အမျိုးသား)။

မာနမရှိရဘူးမဟုတ်ဘူး၊ ရှိပါ။ တလွဲမာနတွေနဲ့ ကိုယ့်ကြောင့်၊ ကိုယ့်လုပ်ရပ်ကြောင့် မိသားစု၊ ဆွေမျိုး၊ မြန်မာဆိုတာ ကိုယ့်ကြောင့်မပျက်စီး ရင် ရပြီ။

သီလရှိရမယ်။ ဘယ်လောက်ပေးပေး ဘာတွေပေးပေး ကိုယ့်ရဲ့ ခိုင်မာတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ဆုံးဖြတ်ရမယ်။ သမာဓိရှိရမယ်။ လွယ်လွယ်

အလျှော့မပေးဘဲ ဖွဲ့၊ လုံ့လထားပြီး အမြင့်ဆုံးပန်းတိုင်ကို ကိုယ့်ရဲ့ ခိုင်မာတဲ့ လုပ်အားနဲ့ တက်လှမ်းနိုင်ရမယ်။

ပညာရှိရမယ်။ ဒီလိုလုပ်ပါလား၊ ဟိုလိုလုပ်ပါလားဆိုတာတွေ ဘေးချိတ်ပြီး ငါ ဘာလုပ်ရင်ဘာဖြစ်မယ်၊ ငါလုပ်လိုက်တဲ့ အကျိုးဆက်ကြောင့် ဘာတွေဖြစ်နိုင်မလဲဆိုတာ ကိုယ့်အသိစိတ်ဓာတ်နဲ့ကိုယ် ဆုံးဖြတ်တတ်သူ ဖြစ်ရမယ်။ အဲဒါ ကျွန်တော်နားလည်ထားတဲ့ တကယ့်ယောကျာ်း/အမျိုးသား။

May Myatnoe

ညီမကတော့ ကိုယ်ချစ်တဲ့သူကို ယောကျာ်းကောင်းတစ်ယောက် လူတော်တစ်ယောက် ဖြစ်စေချင်တယ်။ ကိုယ်နဲ့နီးနေမှမဟုတ်ဘူး။ ဝေးနေ လဲ၊ ဝေးကွာသွားလည်း အဲဒီလိုပဲ ဖြစ်စေချင်တယ်။

Nine Nine Sanay @ နိုင်းနိုင်းစနေ

သားသမီးတွေကို ပြုပြင်ပဲ့ကျောင်းဖို့ မလိုပါဘူး။ . . . . ဆိုတာတာ ယောကျာ်းအများက သားသမီးတွေကို အမေလောက် မပြုပြင်မပဲ့ကျောင်း တတ်လို့ပါ။ မပြုပြင်တတ်ရင် နေပါ။ ဒါပေမယ့် သားသမီးတွေကို ချစ်ပါလို့ ဆိုထားပါတယ်။

လူအများကတော့ မိဘစကားဆိုရင် နားထောင်ရမယ်လို့ တစ်ထစ် ချ ယုံကြည်ထားကြတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘယ်နှစ်ယောက်ကများ မိဘစကား "တိုင်း"ကို နားထောင်ဖူးကြသလဲ။ ဘာလုပ်လုပ် မိဘတွေကို တိုင်ပင်ပြီးလုပ် တဲ့လူကလည်း ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘာကိစ္စမဆိုလို့ ပြောထားပါတယ်။ စာဖတ်ပြီး နားလည်မှုလွဲနေသူတွေအတွက်ပါ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

Kyaw Htin

မိန်းမ/အမျိုးသမီး .... ရှိမန့်တစ်ဆန့်ဖို့ မလိုပါဘူး။ သစ္စာရှိဖို့ပဲ လိုပါတယ်။ ဥစ္စာစနေမှာ သူများနဲ့ယှဉ်ပြိုင် အနိုင်ယူကြွားဝါနိုင်ဖို့ မလိုပါဘူး။ မြိန်ခဲ့ချွေတာတတ်ဖို့ပဲ လိုပါတယ်။ ဘယ်ကိစ္စမဆို လူကြီးတွေရဲ့ ဆုံးမမှုတွေ ကို လိုက်နာစရာ မလိုပါဘူး။ ဒါပေမယ့် မိခင်ကောင်းတစ်ဦးဖြစ်ဖို့ တည် ဆောက်ရတယ်။ မိန်းမပြတ်ဖြစ်ဖို့ မလိုပါဘူး။ ရိုးသားဖို့တော့ လိုပါတယ်။ အောင်မြင်ကျော်ကြားသူဆီကို သွားဖို့မလိုပါဘူး။ ချစ်သူဘေးမှာ အနီးကပ် ဆုံးရှိနေဖို့ပဲ လိုပါတယ်။ သားသမီးတွေကို အာခံတွင်းထဲထည့်ထားဖို့ မလို ပါဘူး။ လူကောင်းလေးတွေဖြစ်အောင် ပဲ့ကိုင်ပေးဖို့ပဲ လိုပါတယ်။ ယောကျ်ား တစ်ယောက်ကို လေးစားဖို့မလိုပါဘူး။ အထင်မသေးဖို့ပဲ လိုပါတယ်။

Htein Linn Aung

မိဘစကားတိုင်း နားထောင်တိုင်း မကောင်းပါဘူး။ မိဘစကား နားထောင်မိလို့ ဝါသနာပါတဲ့အရာ မလုပ်ရဘဲ မလုပ်ချင်တာတွေလုပ်ပြီး ဟို မရောက်ဒီမရောက်ဖြစ်နေတဲ့သူတွေ အများကြီးပါ။ မိဘစကားတိုင်းကို နား ထောင်ဖို့ မလိုဘူး။ ဒါပေမယ့် နားမထောင်ဘဲ ကိုယ့်ဆုံးဖြတ်ချက်နဲ့ ဖြစ်ဖြစ် မြောက်မြောက်လုပ်နိုင်မယ့် အရည်အချင်းရှိရမယ်။ ပြီးတော့ မိဘကို မစော် ကားနဲ့။ အဲလောက်ဆို လုံလောက်တယ်ထင်တာပဲ။ ကြုံလို့ ဖတ်ဖူးတဲ့ဟာသ တစ်ခုပြောရရင်ဘုရားလောင်းတောင်မိဘစကားနားထောင်ခဲ့ရင်စကြဝတေး မင်းပဲဖြစ်မယ်တဲ့။ ဘုရားအဖြစ်ရောက်မှာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။

Zubair MyoMyint

ယောကျ်ားကို စစ်မှန်တဲ့အချစ်နဲ့ ချစ်တယ်ဆိုရင် ယောကျ်ားနဲ့ အတူ ယောကျ်ားမိသားစုကို ဖော်ရွေစွာ ဆက်ဆံပါ။ သင် ထာဝရစိတ်ချမ်း သာမည်။

Kyaw Htin

မိဘစကားကို လုံးဝနားမထောင်ရဘူးလို့ မပြောထားပါဘူး။ (နား မထောင်ရင် နေပါ။) ဆိုတဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်က (အနည်းဆုံး တချို့တလေကို နားမထောင်ရင် နေပါ။ တစ်နည်းအားဖြင့် အားလုံး နားမထောင်၊ မလိုက်နာ နိုင်ရင်တောင်မှ) လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ မိဘစကားကို အလုံးစုံ နားထောင် နိုင်ဖို့က အမှန်တော့ မလွယ်ကူလှဘူးလေ။

ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့အရပြောရရင် ကြည့်ရတာ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ် နဲ့ အိမ်ထောင်ကျတဲ့ အမျိုးသားတစ်ယောက်၊ သူက အသက် (၇)နှစ်လောက် ပဲရှိတဲ့ သူ့သားကို ဆေးလိပ်သောက်ခိုင်းတယ်။ အတန်းပညာ၊ အသိပညာ မရှိလို့ လုပ်ခိုင်းတာဖြစ်ချင်ဖြစ်မှာပေါ့။ ဒီကိစ္စမှာ သားသမီးက မလိုက်နာသင့် ပါဘူး။ မလိုက်နာနိုင်တာက မိဘကို စော်ကားတာမဟုတ်ပါဘူး။ အမှန်အမှား ကောင်းကျိုးဆိုးပြစ်ကို မိမိဉာဏ်နဲ့သာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအားကိုးပြီး လုပ်ဆောင် ရမှာပါ။

(၄)

လေးလေးနက်နက် မဟုတ်ဘဲနဲ့တော့ "ချစ်တယ်" ဆိုတဲ့ စကားကို ခပ်လွယ်လွယ်မပြောပါနဲ့။ "နင့်ကို ချစ်တယ်" လို့ နင်ပြောလိုက်တဲ့တစ်ခဏ

နည်းတွင်တဲ့လုပ်ရပ်တချို့ကို ငါ လုပ်မိမှာစိုးလို့ပါ။ ဥပမာ၊ နင့်ကို အရမ်းချစ်မိသွားတာမျိုး၊ နင့်ကို အရမ်းယုံကြည်သွားတာမျိုး။

Nay Wint

လေးနက်သောအရာကို စစ်မှန်သော စိတ်ခံစားချက်ဖြင့် တွေးတောဆုံးဖြတ်ပြီးမှသာ ကိုယ်တန်ဖိုးထားသော အရာတစ်ခုကို ချမှတ်နိုင်ကြပါစေ။

Zin Marei

တဒင်္ဂစိတ်ခံစားမှုကို အချစ်လို့ လွယ်လွယ်လေး နာမည်မတပ်ပါနဲ့၊ ရင်ထဲမှာ သိမ်းထားရတာများလို့ ဖွင့်ထွက်လာမှသာ ပြောပါ။

Tay Ka Byar

ကိုယ့်ဘက်က လွယ်လွယ်လေးပြောလိုက်တဲ့ စကားတစ်ခွန်းကြောင့် တစ်ဖက်လူရဲ့ဘဝက လုံးဝပြောင်းလဲသွားနိုင်ပါတယ်။ သူ ကိုယ့်အပေါ်ထားတဲ့ လေးနက်မှုအပေါ် မူတည်လို့ပေါ့။

Khin Thandar Tun

ဟုတ်တယ်။ အချစ်ဆိုတာ ရင်ထဲက စိတ်ထဲက လုပ်တဲ့အလုပ်ဆိုတော့ မညာတာ အကောင်းဆုံးပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုရော၊ သူများကိုရောပေါ့။

Pwint Enator

ချစ်လို့ အရမ်းယုံကြည်သွားတယ်၊ အဲဒီထက်ဆိုးတာက အရမ်းချစ်သွားလို့ မျက်စိမှိတ်ယုံကြည်ထားတာမျိုးပါ။

Rose Angel Trk

လူတွေက ဘာလို့ သူများရဲ့နှလုံးသားခံစားချက်ကို နင်းချေပြီး ကိုယ့်ဘဝတစ်ခဏတာ ပျော်ရွှင်ရေးအတွက် အသုံးချကြတာလဲ၊ အဲဒီလို လူတွေက သူတို့ကိုယ်တိုင်ကျတော့ ကျရှုံးမှာ အရမ်းကြောက်တတ်ကြတာပဲ။

Aye Myat

ဘဝမှာ တစ်ယောက်တည်းကိုပဲ တစ်သက်လုံး ချစ်ရမယ်လို့ မဆိုလိုပေမယ့် အဲဒီတစ်ယောက်ကြောင့်ပဲ နောက်ထပ် ဘယ်သူ့ကိုမှ ယုံကြည်ပြီး မချစ်ရဲတော့ဘူး။

(၅)

စောင့်မျှော်ရတာက အကျင့်တစ်ခုလိုဖြစ်နေခဲ့ပြီ။ စောင့်မျှော်ရင် ရောက်လာလိမ့်မယ်လို့ ခပ်ရိုးရိုးပဲ တွေးထားခဲ့မိတယ်။ ဒါပေမယ့် စောင့်မျှော်ရင်းနဲ့ ပျော်ရွှင်ရမယ့်အပျော်တွေကို ငါတို့ လက်လွှတ်ခဲ့ကြတယ်။ လက်လွှတ်ခဲ့ပြီးမှ ဘာကြောင့် အစကတည်းက မဖမ်းဆုပ်လိုက်သလဲလို့ ငါတို့ နောင်တရတယ်။ တကယ်တော့ စောင့်မျှော်တယ်ဆိုတာ နဂိုကတည်းက ရယ်စရာကောင်းတဲ့ အမှားတစ်ခုပါ။ ရောက်လာနိုင်မှန်း၊ မရောက်လာနိုင်မှန်းအသိတဲ့ ပျော်ရွှင်ခြင်းတစ်ခုကို စောင့်မျှော်ဖို့ ငါတို့ အကျင့်ပါနေခဲ့တယ်။

Alex Gastovo

စောင့်နေရင်း တစ်ခုခုလုပ်နေရင်တော့ တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခု အကျိုးအမြတ်တော့ ရှိမှာပေါ့။ ဒီတိုင်းကြီးဆိုရင်တော့ ဘယ်တရားပွဲမလဲ။ ဘုရားသခင်က လူသားအားလုံးကို အခွင့်အရေး တန်းတူပေးမှာပါ။

Phyo Hlaing Bwa

စောင့်မျှော်တာထက် ကိုယ့်နားမှာ ဘယ်သူအမြဲရှိနေလဲဆိုတာ ကြည့်ဦး။ ကိုယ့်နားရှိတဲ့သူကို သတိမထားဘဲ အဝေးထွက်သွားမယ့်လူကိုပဲ စောင့်စောင့်နေတတ်တာကတော့ အရှုံးပါပဲ။

လက်ဘဲဒီပချစ်သူ

အရမ်းကိုမှန်တဲ့ စာသားတွေပါပဲဗျာ။ အဲဒီလိုစောင့်မျှော်ဖို့ ဘယ်သူမှ တိုက်တွန်းတာမဟုတ်ပါဘူးဗျာ။ ခံစားချက်ရှိတဲ့ အသည်းနှလုံးရဲ့ စေခိုင်းမှု တစ်ရပ်ပါပဲဗျာ။

Chitsu Mon

ပိုပြီးဝမ်းနည်းဖို့ကောင်းတာက ကိုယ်စောင့်မျှော်နေပေမယ့် သူ့ကိုလည်း နောက်ထပ်တစ်ယောက်က စောင့်မျှော်နေပြန်တယ်ဆိုတဲ့အသိနဲ့ မျှော်ရင်းနဲ့ ရင်ထဲမှာ နာကျင်နေရတယ်။

Nway Nway Kay Zin

စောင့်မျှော်နေရင်း ပျော်ရွှင်ရမယ့် အပျော်တချို့တို တကယ်ပဲ လက်

လွှတ်ခဲ့ကြရသလို ငယ်ရွယ်နုပျိုလှပခြင်းဆိုတဲ့ အရာတစ်ခုကိုပါ ခပ်ဖါးဖါး လေး လက်ဆောင်ထပ်ထည့်ပေးလိုက်ရင်း....

Yinyin Aye

ဘာကြောင့် စောင့်မျှော်နေတာလဲ။ ဖြစ်နိုင်ရင် အရောက်သွား ကြည့်လိုက်ပါလား။ စောင့်မျှော်နေခဲ့ရတဲ့အချိန်တွေကို တစ်ချိန်မှာ ပြန်လှည့်ကြည့်မိရင် ရယ်စရာဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။

(၆)

သင့်ကိုတကယ်ချစ်တဲ့ မိန်းကလေးက သူလိုချင်တာတွေ သိပ်မများဘူး။ သူလိုချင်တာတွေက ကရော်ကပျက်အနမ်းမဟုတ်ဘူး။ လေးနက်အလေးထားတဲ့ တည်ငြိမ်ခြင်းဖြစ်တယ်။ ဖုန်းတစ်ခါပြောရဖို့ မဟုတ်ဘူး။ သင့်အသံကို သူကြားချင်လို့ဖြစ်တယ်။ ဖြစ်ကတတ်ဆန်းပွေ့ဖက်တာ မဟုတ်ဘူး။ စစ်မှန်တဲ့ နွေးထွေးမှုလေးရဖို့ဖြစ်တယ်။ (၁၀၀) ကရက်စိန်လက်စွပ် မဟုတ်ဘူး။ ရိုးသားစစ်မှန်တဲ့ နှလုံးသားတစ်စုံပဲ ဖြစ်တယ်။ ခမ်းနားထည်ဝါတဲ့ တိုက်အိမ်ကြီးမဟုတ်ဘူး။ သင်နဲ့အတူ ချမ်းမြေ့တဲ့မိသားစုလေး ပိုင်ဆိုင်ရဖို့ဖြစ်တယ်။ ငွေကြေးတွေဖြုန်းတီးပြီး ကမ္ဘာပတ်ဖို့မဟုတ်ဘူး။ သင်နဲ့ စတ္တန့်တိုင်းနေချင်တဲ့ဆန္ဒပဲဖြစ်တယ်။ လက်ထပ်စာချုပ်တစ်ခုကို ပိုင်ဆိုင်ရဖို့မဟုတ်ဘူး။ သူ့ကို တစ်သက်လုံး သင် အဖော်ပြုဖို့ဖြစ်တယ်။ ကြီးကျယ်ခမ်းနားတဲ့ လက်ထပ်ပွဲတစ်ခု မဟုတ်ဘူး။ သူ့ကိုပဲ သင်ချစ်တဲ့ သက်သေဖြစ်တယ်။ တကယ်တော့ မိန်းကလေးတွေလိုချင်တာ သိပ်မများပါဘူး။ ဒါတို သဘောတရား လေးတွေ နားလည်ပေးသင့်တယ်။

Thet Nai Htun

မိန်းကလေးအားလုံးတော့ ဟုတ်မယ်မထင်ဘူး။ ဒီအချိန်ထိ မတွေ့မိသေးဘူးဗျ။

Kyaw Min Chit

နားလည်ပါတယ်။ ဒါက ကိုယ့်ကို တကယ်ချစ်တဲ့သူပေါ့။ မချစ်တဲ့သူကျတော့လည်း နားလည်ပေးတာကို မလိုချင်ဘူး။ ကားဝယ်ပေးတာပဲ လိုချင်မှာပေါ့နော်။

May Onna Ise

အဲဒီလောက် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နိုင်တဲ့ မိန်းကလေးဆိုတာ မရှိဘူး မဟုတ်ဘူး။ ရှိပါတယ်။ ချစ်သူဖြစ်ခါစ ချစ်သူနဲ့ စပြီးသံယောဇဉ်ဖြစ်ခါစအချိန်ဆိုရင် မိန်းကလေးတိုင်း အဲဒီလို တွေးကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလိုတွေးပေးတာ မိန်းကလေးတိုင်း ရေရှည်တွေးပေးနိုင်ဖို့တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ထင်တယ်။ တချို့ကိစ္စတွေမှာ စိတ်ကူးတွေက အမြဲတမ်း မလတ်ဆတ်နိုင်ဘူး။ အစားအစာတွေ၊ အဝတ်အထည်တွေလို သက်မဲ့တွေတောင်မှ ကြာလာရင် ပုပ်လာတယ်။ ဆွေးမြေ့လာတယ်မဟုတ်လား။

Mu Mung

ကိုယ်နားလည်ပေးသလောက် မိန်းကလေးတွေက သစ္စာရှိရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ။

Su Hnin Phyu

ဟုတ်ပါတယ်။ မိန်းကလေးတွေက လိုအပ်တာတွေ အရမ်းအများပါဘူး။ မိန်းကလေးတွေက သူတို့ချစ်သူဘေးနားမှာ အမြဲတမ်းရှိနေဖို့လေးကိုပဲ လိုအပ်ကြတာပါ။ ဒါကတော့ မိန်းကလေးတွေရဲ့ တစ်ခုတည်းသောလောဘဖြစ်မယ်ထင်တယ်နော်။

Ko Ko Gyi

တကယ့်လက်တွေ့ဘဝမှာ အဲဒီမိန်းကလေးမျိုး မရှိဘူးလို့ ထင်တယ်။ ဟိုဟာလိုချင်၊ ဒီဟာဝယ်ချင် ပူဆာတဲ့မိန်းကလေးတွေ များပါတယ်ဗျာ။ အများစုကတော့ သူတို့လိုချင်တာ ဝယ်ပေးနိုင်တဲ့သူကို အချစ်တွေပေးတတ်တာ များပါတယ်။ မြင်တာလေးတွေ ပြောကြည့်တာပါ။

Dan Yar Nya

မိန်းမတစ်ယောက်ဟာ ယောကျ်ားမရခင်တုန်းကတော့ အဲဒီယောကျ်ားကလွဲပြီး ကျန်တာ ဘာမှမလိုချင်ဘူး။ အဲဒါကိုတော့ လက်ခံပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အိမ်ထောင်ပြုပြီးတဲ့နောက်မှာတော့ အဲဒီမိန်းမက ကိုယ့်ယောကျ်ားကလွဲရင် ကျန်တာ အကုန်လိုချင်နေတော့တာပဲ။

Nyein Chan

ဟုတ်ပါတယ်။ အပေါ်ကရေးထားတာတွေလည်း မှန်ပါတယ်။ များသောအားဖြင့်တော့ ရုပ်ချောတဲ့ကောင်လေးတွေ ပိုက်ဆံရှိတဲ့ကောင်လေးတွေဆိုရင် ပိုကြိုက်ကြပါတယ်။ အဲဒါက မိန်းကလေးတွေရဲ့ စိတ်ဓာတ်အစစ်

အမုန်လို့ ပြောလို့လည်း ရပါတယ်။ အဲ . . . အကုန်လုံးကိုတော့ မပြောလိုဘူးပေါ့။

Lei Mon

မုန်လိုက်တာ။ ဒါတွေကို သူတို့ ကောင်းကောင်းနားလည်သင့်တာပေါ့။ သူတို့ရဲ့ မရည်ရွယ်ပါဘူးဆိုတဲ့ လုပ်ရပ်တစ်ခုက တခြားသူအတွက် တစ်သက်စာဖြစ်သွားတတ်ကြပါတယ်။

(၇)

လူတစ်ယောက်ကို ဖွေမယူတာ လွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို ခွင့်လွှတ်ဖို့ရာ ခက်တယ်။

လူတစ်ယောက်ကို စွန့်လွှတ်ရတာ လွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို မေ့ဖို့ရာခက်တယ်။

လူတစ်ယောက်ကို နစ်သက်တာလွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို တကယ်ချစ်ဖို့ရာ ခက်တယ်။

လူတစ်ယောက်ကို ယုံကြည်တာလွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို စိတ်ချလက်ချ ယုံကြည်ဖို့ရာ ခက်တယ်။

လူတစ်ယောက်ကို ခင်မင်တာလွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို နားလည်ဖို့ရာ ခက်တယ်။

လူတစ်ယောက်ကိုအဖော်ပြုတာ လွယ်ကူပေမယ့်လူတစ်ယောက်ကို ရိုးမြေကျအဖော်ပြုဖို့ရာ ခက်တယ်။

လူတစ်ယောက်ကို ရွေးချယ်တာ လွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို ရွေးယူဖို့ရာ ခက်တယ်။

လူတစ်ယောက်ကို လေ့လာကြည့်ရှုတာ လွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို တကယ်နားလည်ခံစားပေးဖို့ရာ ခက်တယ်။ လူတစ်ယောက်ကို မသိချင်ဟန်ဆောင်တာ လွယ်ကူပေမယ့် လူတစ်ယောက်ကို တကယ်မေ့ပျောက်ဖို့ရာ ခက်တယ်။

Htet Win

စိတ်ထဲနလုံးသားထဲ ရှိပြီးသားလူတစ်ယောက်ကို မေ့ပစ်ဖို့ရာ အလွန်ပင်ခက်ခဲပင်ပန်းလှပါတယ်။

Honey Cho

တကယ်ချစ်မိပြီဆိုမှတော့ တကယ်မေ့ပစ်ဖို့က မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး။

Ozzy Win

လူတစ်ယောက်ကိုချစ်ရတာ လွယ်ကူပေမယ့် ချစ်မြဲချစ်နေဖို့က ပိုခက်တယ်။

(၈)

လူ့ဘဝဒီတစ်သက် ..... ပျော်ရွှင်ခြင်းတစ်ခဏရှိမယ်။ ဝမ်းနည်းခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်။ တွေ့ဆုံခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်။ ခွဲခွာခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်။ နပိုချခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်။ လှပခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်။ ကလေးဆန်ခြင်း တစ်

ခဏရှိမယ်။ ရင့်ကျက်ခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်၊ စိတ်ရှုပ်ခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်။ နာကျင်ခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်။ ချမ်းမြေ့ခြင်း တစ်ခဏရှိမယ်၊ လောကဓံအနိမ့်အမြင့် တစ်ခဏရှိမယ်။ ဘယ်လိုတစ်ခဏပဲရှိရှိ သင် ရုပ်ဆိုးနေလဲ၊ သင် ဆင်းရဲနေလည်း သင့်အနားမှ သင့်ကို မစွန့်မခွာ အဖော်ပြုသူတစ်ယောက်တော့ ရှိတယ်။ တစ်ခဏမဟုတ်တဲ့ တစ်သက်တာနဲ့ပေါ့။

Ko Zin

ရှိတဲ့အချိန်မှာ သေချာဂရုစိုက်ပါ။

အပေါ်ကတစ်ယောက်ပြောတဲ့စကားကို နားမထောင်နဲ့။ သူက ယဉ်ယဉ်လေးရှုးနေတာ။ ငါသည်သာ ငါ့ရဲ့ပြိုင်ဘက်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ အားထားရာပါ။ အဖော်ပြုမယ့်သူ မရှိတော့တဲ့တစ်နေ့နေ့ကျရင် ဘဝဆိုတာ တ အဓိပ္ပာယ်မဲ့သလို ဖြစ်သွားမှာပေါ့။ ဘယ်သူ့ကိုမှ သံယောဇဉ်မတွယ်တာဘဲနေတာ ပိုကောင်းပါတယ်။ မွေးလာတော့လည်း တစ်ယောက်တည်း၊ သေတော့လည်း တစ်ယောက်တည်းပဲလေ။

Shunli Cai

အရာအားလုံးဟာ ခဏပဲဆိုတာကို သတိရမိတယ်။

(၉)

မူလတန်းတုန်းက ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့လူနဲ့ တစ်ခုံတည်းထိုင်ရဖို့ မျှော်လင့်ခဲ့တယ်။

အလယ်တန်းတုန်းက ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့လူနဲ့ တစ်တန်းတည်း တက်ရဖို့ မျှော်လင့်ခဲ့တယ်။

အထက်တန်းတုန်းက ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့လူနဲ့ တစ်ကျောင်းတည်း တက်ရဖို့ မျှော်လင့်ခဲ့တယ်။

တက္ကသိုလ်ရောက်တော့ ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့လူနဲ့ တစ်မြို့တည်းမှာ နေရဖို့ မျှော်လင့်ခဲ့တယ်။

ကျောင်းပြီးတော့ ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့လူနဲ့ တစ်နိုင်ငံတည်းမှာနေရဖို့ မျှော်လင့်ခဲ့တယ်။

အသက်ကြီးလာတော့ ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့လူနဲ့ တစ်ဘဝတည်းမှာ နေရဖို့ပဲ မျှော်လင့်တော့တယ်။

Min Naing Hka

အင်း . . . ဘဝဟာ ရှင်သန်နေသမျှကာလပတ်လုံး မျှော်လင့်ချက်နဲ့ အတိတ် ဒီနှစ်မျိုးနဲ့ပဲ လုံးပန်းနေကြတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်ကာလကိုတော့ တန်ဖိုးမထားချင်ကြဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်ကာလဟာ တန်ဖိုးအရှိဆုံးနဲ့ ဘဝရဲ့ အပြည့်စုံဆုံး အချိန်ကာလပဲ။

Mind Immovable

လူတွေဟာ မျှော်လင့်ချက်နဲ့ အသက်ရှင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အစွန်းရောက်အောင် မထားသင့်တဲ့အရာတွေထဲမှာ မျှော်လင့်ချက်လည်း ပါပါတယ်။ တစ်ခါတလေမှာ မျှော်လင့်ချက်က မျှော်လေလင့်လေ ဖြစ်တတ်လွန်းလို့ပါ။

Cho Nai

နောက်ဆုံးလို့ထင်ရတဲ့ ဝင်သက်ကို ရှိုက်လိုက်တဲ့အချိန်တိုင်းမှာ သူမနဲ့ နောက်ဘဝမှာ တွေ့ပါရစေလို့ပဲ မျှော်လင့်တယ်။

Flyaway Lydia

လူဆိုတာ အဲလိုမျှော်လင့်ချက်လေးတွေနဲ့ လျှောက်လှမ်းနေရတာပါပဲ။ မျှော်လင့်ချက်တနင့်တပိုးနဲ့ ဖြစ်မလာတဲ့အခါ နာကျင်မှုတွေက အနိုင်းမဲ့ပါ။

Su Mon

လူတွေရဲ့အသက်နဲ့အလိုက် အတ္တတွေပေါ့။ အချစ်အတွက် အတ္တလား၊ ကိုယ့်အတွက် အတ္တလား။

ကိုမျိုး

မူလတန်းတုန်းက မုန့်ဖိုးရဖို့ မျှော်လင့်တယ်။

အလယ်တန်းတုန်းက မုန့်ဖိုးနဲ့ ကောင်းမလေးကို ပန်းဝယ်ပေးဖို့ မျှော်လင့်တယ်။

အထက်တန်းရောက်တော့ သူစားထားတာတွေ ရှင်းရတယ်။

တက္ကသိုလ်ရောက်တော့ သူမဖို့ ဖိနပ်တွေ၊ အကျီတွေ ဝယ်ပေးရတယ်။

ကျောင်းလည်းပြီးရော သူတို့မင်္ဂလာဆောင်အတွက် ခန်းဝင်ပစ္စည်းလက်ဖွဲ့ရတယ်။

Nunu Mai

ငယ်ငယ်ကတည်းကနေ ကျောင်းပြီးချိန်ထိ ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့လူကို တွေ့ခဲ့တယ်။ အချိန်တွေကလည်း တိုလိုက်တာ။ ဘာလို့ အသက်ကြီးမှ လာတွေ့ရတာလဲ။

(၁၀)

အချစ်က ကတိမလိုဘူး။ သဘောတူညီချက် မလိုဘူး။ လိုအပ်ချက်တွေ မလိုဘူး။

အချစ်က လူနှစ်ယောက်ပဲ လိုတယ်။

ယုံကြည်စိတ်ချနိုင်သူတစ်ယောက် ....

နားလည်မှုပေးနိုင်သူတစ်ယောက် ....

Lee Lin

ငါ့အချစ်မှာကျတော့ ယုံကြည်ရတယ်လို့ ဘင်ထားတဲ့သူက နောက်ကျောကိုမှ ရက်ရက်စက်စက် ဓားနဲ့ထိုးသွားတယ်။

Mayzin Khing

လူနှစ်ယောက်က ချစ်နေမှလည်း ဒီလိုယုံကြည်ဖို့ နားလည်ဖို့ဆိုတာ ဖြစ်မှာလေ။ အဓိကက ဘာမှမလိုဘူး။ ချစ်ဖို့ပဲလိုတာ။ ချစ်ရင် ယုံကြည်နားလည်မယ်လို့ ထင်တယ်။

Pole Starlay

အချစ်က လူနှစ်ယောက်ပဲလိုတယ်။ "စိတ်ချင်းထပ်တူတဲ့ လူနှစ်ယောက်"

Mie Ko

စိတ်ချင်းတောင် အမြဲတူနိုင်ပါ့မလား။ သူစိမ်းနှစ်ယောက် စိတ်တစ်ထပ်တည်းကျဖို့ဆိုတာ ခဲယဉ်းပါတယ်။

Pole Starlay

အကြိုက်ဘွေတော့ တူချင်မှတူမယ်လေ။ ဘဝမှာ ဘာအခက်အခဲပဲတွေ့တွေ့ ထာဝရနင့်အနားမှာပဲ နေမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်လေး ထပ်တူကျဖို့လိုတယ်လို့ ဆိုလိုချင်တာပါ။

Yannaing Soeshwe

အချစ်ရဲ့သဘောက သဝန်တိုခြင်း၊ ပိုင်ဆိုင်ခြင်း၊ ပျော်ရွှင်ခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်း၊ အတ္တဆန်ခြင်း။ မေတ္တာရဲ့သဘောက သည်းခံခြင်း၊ ခွင့်လွှတ်ခြင်း၊ နားလည်တတ်ခြင်း၊ စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံနိုင်ခြင်း၊ ပေးဆပ်တတ်ခြင်းတွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေတယ်။ အချစ်နဲ့မေတ္တာကို အချိုးကျရောစပ်တတ်ဖို့တော့ လိုလိမ့်မယ်ထင်တယ်။ အချစ်ချည်းသက်သက်ဆိုရင် ကိုယ်တိုင် စိတ်ဆင်းရဲရမယ်၊ ပူလောင်တယ်။ မေတ္တာကတော့ အေးချမ်းတယ်။ ကိုယ်တိုင်လည်း ပျော်ရွှင်တဲ့ပီတိကို ရမယ်။ ပြောချင်တာက လူသားထဲက လူသားတွေပဲလေ။ ကောင်း

တာကိုတော့ ကြိုက်တာပေါ့။ လုပ်နိုင်ဖို့ခက်လို့ အချိုးကျရောစပ်ပြီး တောင်းမွန်တဲ့ဘဝကို ပိုင်ဆိုင်ဖို့ကြိုးစားသင့်တယ်။

(၁၁)

"တောင်းပန်တယ်" ဆိုတိုင်း ကိုယ့်ဘက်က မှားပြီး သူ့ဘက်တာမှန်တယ်လို့ အမြဲအဓိပ္ပာယ် မသက်ရောက်ပါဘူး။ သူနဲ့ကိုယ့်ကြားက သံယောဇဉ်ကို ကိုယ် ပိုတန်ဖိုးထားမြတ်နိုးလို့ပါ။

Ozzy Win

မှန်တယ်။ တစ်ခါတစ်ခါတော့ relationship တစ်ခုအတွက် ပေးလိုက်ရတဲ့ တောင်းပန်ခြင်းတွေကို ကျေနပ်မိပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သူက ကိုယ့်မာနထက် ပိုမွန်မြတ်နေခဲ့တာကိုး။

Ko Naing

တစ်ဖက်သားကို ကိုယ်တိုင်တောင်းပန်မှ အဲဒီအဓိပ္ပာယ်ကို ပိုနားလည်လာတယ်။

(၁၂)

မိန်းကလေးတွေက သူ့ကို ရယ်မောစေနိုင်တဲ့ ယောကျ်ားလေးကို မှတ်ထားတတ်သတဲ့။

ယောကျ်ားလေးတွေက သူ့ကို ငိုစေနိုင်တဲ့မိန်းကလေးကို မှတ်ထားတတ်သတဲ့။

ဒါပေမယ့် မိန်းကလေးတွေက သူ့ကိုငိုစေတဲ့ယောကျ်ားလေးအနား မှာပဲ နေခဲ့တတ်ကြပြီး ယောကျ်ားလေးတွေက သူ့ကို ရယ်စေတဲ့မိန်းကလေး နားမှာပဲ နေခဲ့တတ်ကြတယ်။

Ozzy Win

ကျွန်တော် ဒီလိုရေးရင် ကျွန်တော့်ကို လူဆိုးလို့ထင်မယ်။ တကယ် လည်း ဟုတ်နေတာကိုး။ ယောကျ်ားလေးတွေက ရယ်စေတဲ့ မိန်းကလေးနား မှာချည်းပဲ နေချင်တယ်။ ဟုတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ငိုစေတဲ့ကောင်မလေးဆီ လည်း ခဏခဏသွားသွားတွေ့တတ်တယ်။ မိန်းကလေးတွေကရော၊ သူ့ကို ငိုအောင်လုပ်တဲ့ ကောင်လေးနားမှာသာ အမြဲနေချင်ပေမယ့် တစ်ခါတစ်ခါ တော့ ရယ်အောင်လုပ်တတ်တဲ့ ကောင်လေးနဲ့ နှစ်ယောက်တည်း ရေးဝယ် ထွက်ဖြစ်တယ်။ မှန့်တူတူစားဖြစ်ကြတာပါပဲ။ ပြန်ပြောရင် ရယ်စရာပါ။ ဒီစာလေးဖတ်ကြည့်တော့ ယောကျ်ားတွေဟာ မိန်းမတွေထက် အပျော်အပါး ကို ပိုမက်လို့လားလို့ ထင်ချင်စရာရှိပါတယ်။ မဟုတ်ပါဘူး။ ယောကျ်ားတွေက အပျော်ကို အပျော်အနေနဲ့ပဲ လက်ခံပါတယ်။ မိန်းကလေးတွေကတော့ သူတို့ ငိုတာကို အားလုံးက ဝိုင်းသနားကြတယ်။ အဲဒီတော့မှ ပျော်တာလေ။ သူတို့ လည်း ငိုနေပေမယ့် ကျေနပ်နေရှာကြပါတယ်။ (Drama Queen) ပေါ့ဗျာ။ ဟဲဟဲ ... ဒါကြောင့် ကိုရီးယားကားပရိသတ်က မိန်းကလေးတွေ များနေတာ နေမှာ။

Thuzar Khin

ငိုစေတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ရယ်စေတာပဲဖြစ်ဖြစ် အရာအားလုံးက ချစ်ခြင်း

ကနေ ဖြစ်ပေါ်လာတာပါ။ ကိုယ့်ဘေးနားက ချစ်သူကို ရယ်စေနိုင်တဲ့သူဖြစ် စေ၊ ငိုစေနိုင်တဲ့သူဖြစ်စေ၊ တန်ဖိုးထားတတ်မယ်ဆိုရင် နှစ်ဦးစလုံးအတွက် အကောင်းဆုံးပါ။

Shwe Li

ဟုတ်လိမ့်မယ်။ Ozzy Win ပြောသလိုပဲ။ ကျွန်မလည်း ငိုအောင် လုပ်တတ်တဲ့ ယောကျ်ားလေးနားကနေ ဘယ်လိုမှ ခွာနိုင်စွမ်းမရှိပေမယ့် ရယ်အောင်လုပ်တတ်တဲ့ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့တော့ မကြာခဏ မုန့်သွားစား ဖြစ်တယ်။ ဒါကလည်း သဘာဝကျပါတယ်။ ကိုယ့်မှာလည်း သူငယ်ချင်းတွေ ကို ရယ်အောင်လုပ်နိုင်စွမ်းပေမယ့် သူနဲ့တွေ့ရင် ကိုယ့်အစွမ်းအစတွေက ဘယ်ရောင်ပုန်းသွားမှန်းမသိဖြစ်ဖြစ်နေတော့ သူ့ကိုလည်း အမြဲရယ်အောင် မလုပ်နိုင်တော့ ကိုယ့်နား ဘယ်နေချင်မလဲ။ ဒါကြောင့်လည်း ကိုယ်က ငိုရ တာပေါ့။ သဘာဝကျပါတယ်လေ။ ချစ်တော့လည်း မခွဲနိုင်ဘူး။ (Drama Queen) တော့ မဟုတ်ဘူးနော်။

Wyne Myat

ဟုတ်မယ်ထင်တယ်နော်။ မိန်းကလေးဆိုတာ သူ့ကိုရိုက်တဲ့လက် ကို နမ်းပြီး ထွေးပွေ့တဲ့ရင်ခွင်ကို စုံကန်တဲ့သူတွေ။

Thi Wai Zin

ဘယ်သူမှ မမှားသလို၊ ဘယ်သူမှလည်း မမှန်နိုင်ဘူး။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ အဓိကက နားလည်မှုနှစ်ဦးစလုံးမှာ ရှိဖို့ပါပဲ။

(၁၃)

လွမ်းဆွတ်ခြင်းတစ်မျိုးက ပျော်ရွှင်ခြင်းပါးပါးလေးတဲ့။ ပျော်ရွှင်ခြင်းတစ်မျိုးက အမြဲသတိရနေတာဖြစ်တယ်။ သတိရခြင်းတစ်မျိုးက အဝေးကနေ အောက်မေ့တာဖြစ်တယ်။ အိပ်မက်တိုင်း အကောင်အထည်ဖော်နိုင်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ စကားတိုင်း အချိန်မီပြောခွင့်ရတာ မဟုတ်ဘူး။ အချစ်တိုင်း ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် အဆုံးသတ်ကြတာ မဟုတ်ဘူး။ အသံတစ်မျိုးက နောက်ထပ်နားထောင်ခွင့် မရှိနိုင်တော့ဘူး။ လူတစ်ယောက်က နောက်ထပ်တဖန် အားကိုးမှီခိုခွင့် မရှိတော့ဘူး။ လက်တစ်စုံက နွေးနွေးထွေးထွေး တင်းတင်း ဆုပ်ကိုင်မထားနိုင်တော့ဘူး။ အရာတချို့က သင် ဘယ်လောက်ပဲ နှစ်သက်နေလည်း သင်နဲ့ မသက်ဆိုင်တော့ဘူး။ လူတချို့က သင် ဘယ်လောက်ပဲ စွဲလမ်းနေလည်း လက်လွှတ်ဖို့ ကံပါလာခဲ့ပြီ။ အခွင့်အရေးတချို့က သင် တွေဝေတဲ့တစ်ခဏ သင့်ဘေးက ဖြတ်ကျော်သွားခဲ့ပြီ။ ဖူးစာကံတချို့က သင် စိတ်ပြောင်းတဲ့တစ်ခဏ သင့်လက်ကြားကနေ လျှောထွက်သွားခဲ့ပြီ။ ခံစားချက်တချို့က သင် စိတ်လိုက်မာန်ပါလုပ်လိုက်တဲ့ တစ်ခဏ ဝမ်းနည်းခြင်းအဖြစ် တစ်သက်လုံး ကျန်ရစ်ခဲ့ပြီ။ လူတချို့နဲ့ ထပ်တွေ့ဦးမယ်လို့ သင် ထင်ခဲ့တယ်။ အရာတချို့က ဆက်လက်ဖြစ်တည်နေမယ်လို့ သင် ထင်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် သင် လှည့်ထွက်ခဲ့တဲ့တစ်ခဏ လူတချို့နဲ့ နောက်ထပ် သင် ဘယ်တော့မှ ထပ်မဆုံနိုင်ခဲ့တော့ဘူး။ နေဝင်သွားပြီး နေပြန်ထွက်လာချိန် အရာတချို့က အစားထိုးမရနိုင်အောင် အပြောင်းလဲကြီး ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပြီ။ လူတချို့က လှည့်ထွက်ခဲ့တယ်ဆိုတာနဲ့ တစ်သက်လုံး ဝေးကွာသွားခဲ့တော့တာပဲ။

Zin Marei

ကမ္ဘာကြီးက လုံးပြီးလည်နေတယ်လို့ လက်ခံပါတယ်။ တံဆုံလို့ တွေ့ကြတယ်။ ကံကုန်တော့ ခွဲခွာရတယ်။ ဒါပေမယ့် ဆုံတွေ့ချိန်မှာ ခံစားရတဲ့ ဝေဒနာလေးတွေကတော့ အမှတ်တရပေါ့။

Nay Naykha

ဘယ်လောက်လွမ်းလွမ်း မငိုကြေးနော်။ ငိုတဲ့အခါ တွေ့ချင်လာတယ်။ ဘယ်လောက်တွေ့တွေ့ ရှိုးမသွားကြေးနော်။ ရှိုးသွားတဲ့အခါ မေ့ချင်လာတယ်။ ဘယ်လောက်မေ့မေ့ သတိရပေးပါ။ ချိန်းတွေ့ခဲ့တဲ့နေရာလေးတွေ၊ ပြောဖူးခဲ့တဲ့ ချစ်စကားလေးတွေ၊ နမ်းခဲ့ဖူးတဲ့ အကြြင်နာအနမ်းတွေ ထားခဲ့ဖူးတဲ့ ကတိစကားလေးတွေ။

Baė Rasin

အား . . . ပြောချင်နေတဲ့စကားတွေ ဒက်ထိပဲ။ ဖတ်နေရင်းနဲ့တို ပါးပါးလေးနာနေတာ။ ဝဲဘက်ရင်ဘတ်ကပေါ့။ ဘဝပုစ္ဆာကိုတွက်တိုင်း ဘာလို့အဖြေမထွက်တာပါလိမ့်နော်။

(၁၄)

တိမ်ဖြူတဖြည်းဖြည်း လွင့်ပါးသွားတာကို ကောင်းကင်ကြီး သတိမထားခဲ့မိဘူး။

ဒီရေတဖြည်းဖြည်း ထွက်ခွာသွားတာကို သဲသောင်ပြင် သတိမထားခဲ့မိဘူး။

လရောင်တဖြည်းဖြည်း ကွယ်ပျောက်သွားတာကို ညအမှောင် သတိမထားခဲ့မိဘူး။

အချစ်တဖြည်းဖြည်းလျော့ပါးလာတာကိုငါတို့သတိမထားခဲ့မိဘူး။

ဘယ်နေရာမှာ ဘာတွေမှားခဲ့တယ်ဆိုပြီး အရာအားလုံးကို နှုတ်ဆိတ်တိတ်ဆိတ်စေခဲ့တယ်။

နင်ကပြောတယ်။ နင် ထွက်ခွာမသွားပါဘူးတဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်။ ငါ့ဘေးကနေ နင် ထွက်မသွားပါဘူး။ "အချစ်"ကသာ ငါတို့ကို ခွဲထွက်သွားခဲ့တာပါ။

Zin Marei

ကြာလာတော့ ရိုးလာတယ်ဆိုတဲ့အတိုင်းပေါ့။ အချစ်တွေက လျော့လျော့လာတယ်။

Pyie Sone

အချစ်ကို ထွက်သွားအောင် ကာယကံရှင်ကလွဲလို့ ဘယ်သူမှ မလုပ်နိုင်ပါ။

H:et Win

အချစ်တွေကို ထွက်မသွားအောင် ကိုယ်က သေချာထိန်းသိမ်းရမှာပေါ့နော်။

Minhtet Htet

အချစ်က ခွဲထွက်သွားတာ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်က မင်းအနားကို မနေချင်တော့တာပါ။

Yannaing Soeshwe

တိမ်ဖြူတွေ တဖြည်းဖြည်း လွင့်ပါးသွားတာကို ကောင်းကင်ကြီးက သိပါတယ်။ ဒီရေထွက်ခွာသွားတာလည်း ပင်လယ်ကြီးက ရိပ်မိပါတယ်။ လရောင်ပျောက်ကွယ်မှာကို အမှောင်ထုက အရင်သိခဲ့တာပါ။ အချစ်တွေ မရှိတော့တာကို ကြိုသိပေမယ့် အတင်းအကျပ်ဆွဲထားလို့မှ မရတဲ့အရာပဲ။ သူပျော်ရွှင်အောင် မသိချင်ယောင်ဆောင်ပြီး လွှတ်ပေးလိုက်မိတာပါ။

Aye Theint

ကျန်ခဲ့တဲ့ ကောင်းကင်ရဲ့ ရင်ဘတ်ထဲကို တိမ်ဖြူက ဝင်မကြည့်ခဲ့ဘူး။ အထီးကျန်နေခဲ့တဲ့ သဲသောင်ပြင်ရဲ့ ခံစားချက်ကို ဒီရေက လှည့်မကြည့်ခဲ့ဘူး။ လွမ်းဆွတ်မှုတွေပြည့်နက်နေတဲ့ နှလုံးသားတစ်စုံနဲ့ အသံတိတ် ငိုကြွေးနေရစ်တဲ့ ညအမှောင်ကို လရောင်က ဂရုမစိုက်ခဲ့ဘူး။

(၁၅)*

ဘယ်လိုမိန်းကလေးမျိုးလုပ်မလဲ။

ချောမောလှပတဲ့မိန်းကလေး . . . . ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျ်ားလေးကို ဘာလုပ်ဘာကိုင်ရမှန်းမသိ ဖြစ်စေတယ်။

ထက်မြက်တဲ့မိန်းကလေး . . . . ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျာ်းလေးကို မိမိကိုယ်ကိုယ် လေးစားခြင်း (Self-respect) ဆုံးရှုံးစေတယ်။

ချွဲပျစ်လွန်းတဲ့မိန်းကလေး . . . . ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျာ်းလေးကို သည်းခံစိတ် လျော့နည်းစေတယ်။

ညှာတာဆွဲဆောင်တတ်တဲ့မိန်းကလေး....ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျာ်းလေးကို လုံခြုံစိတ်ချခြင်း ကင်းစေတယ်။

စိတ်ထားဖြူစင်တဲ့မိန်းကလေး . . . . ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျာ်းလေးကို ဂုဏ်ယူလိုစိတ်ရှိစေတယ်။

ကြင်နာတတ်တဲ့ မိန်းကလေး . . . . . ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျာ်းလေးကို နွေးထွေးမှုခံစားစေတယ်။

ခွင့်လွှတ်နားလည်တတ်တဲ့မိန်းကလေး . . . . ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျာ်းလေးကို မိမိကိုယ်ကိုယ် ဆင်ခြင်စိတ်ပေးတယ်။

မာနကို ချိုးနှိမ်တတ်တဲ့ မိန်းကလေး.....ကိုယ့်ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ယောကျာ်းလေးကို အားတုံ့အားနာ ဖြစ်စေတယ်။

အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ မိန်းကလေး . . . . . စိတ်ထားဖြူအောင်ပျိုးထောင်ဖို့ နားလည်ပြီး နားလည်ခွင့်လွှတ်စိတ်နဲ့ မာနကင်းစိတ်ကို တိုးမြှင့်တတ်တယ်။

Thet Naing Htun

ငွေဂုဏ်မောက်တဲ့ မိန်းကလေးတွေကတော့ မိမိကို အမှန်တကယ် ချစ်မြတ်နိုးသူကို စိတ်ပြတ်စေတယ်ထင်တယ်နော်။

Aye Pa Pa Saw

ချောမောလှပနေသလို အသိဉာဏ်လည်း ရှိနေမယ်ဆိုရင်၊ ထက်မြက်ပေမယ့် မာနကို ချိုးနှိမ်တတ်မယ်ဆိုရင်၊ ချွဲပျစ်နေပေမယ့် စိတ်ထားဖြူစင်တတ်မယ်ဆိုရင်၊ ညှာတာဆွဲဆောင်တတ်သလို ကြင်နာတတ်မယ်ဆိုရင် ပိုပြီးပြည့်စုံလှပမယ်ထင်တယ်။

May Thin Khine

ဘယ်လိုမိန်းကလေး ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုတာထက် ခု ဘယ်လိုမိန်းကလေးဖြစ်နေလဲဆိုတာကို ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေကို မေးကြည့်ချင်တယ်။

Thanhtaiksoe Thargyi

အဲဒီထဲမှာ တစ်ခုကျန်နေသေးတယ်၊ အသိဉာဏ်မရှိဘဲ ဒေါသပဲကြီးပြီး အတ္တကိုပဲ လက်ကိုင်ထားတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာပဲသိတဲ့ မိန်းကလေးတွေလည်း ရှိတယ်ဆိုတာ ကျန်နေသေးတယ်၊ အဲဒီလိုမျိုးမိန်းကလေးတွေနဲ့ မကြုံပါစေနဲ့ဗျာ။

(၁၆)

"ဗိုက်ဆာပြီ" ဆိုတဲ့စကားက လူကို အရမ်းစမ်းသပ်တတ်တဲ့ စကားတစ်ခွန်းဖြစ်တယ်။

"ဗိုက်ဆာပြီ" လို့ မေမေ့ကိုပြောရင် မေမေက နေရာက ချက်ချင်းထပြီး "မေမေ၊ ထမင်းသွားချက်မယ်" လို့ ဆိုတယ်။

"ဗိုက်ဆာပြီ" လို့ ဖေဖေ့ကိုပြောရင် ဖေဖေက ပြုံးရယ်ပြီး "လာ . . . အပြင်ထွက်စားကြစို့" လို့ဆိုတယ်။

"ဗိုက်ဆာပြီ" လို့ ချစ်သူကောင်လေးကိုပြောရင် ကောင်လေးက နှုတ်ခမ်းကြင်နာစွာနဲ့ "ဘာစားချင်သလဲ" လို့ဆိုတယ်။

"ဗိုက်ဆာပြီလို့ ချစ်သူကောင်မလေးကိုပြောရင် ကောင်မလေး အမြဲပြန်ပြောတတ်တာက "ငါလည်း ဆာတယ်" ဆိုတာဖြစ်တယ်။

Nay Thway

မဟုတ်ပါဘူး။ မစားခဲ့ဘူးလားလို့ မေးတယ်။

Han Tun Aung

"ဗိုက်ဆာပြီ" လို့ မိန်းမကို သွားပြောကြည့်ပါလား။ "ဘာလို့ လူကို တတွတ်တွတ်လာလုပ်နေတာလဲ၊ တစ်ခုခု ရှာစားလိုက်ပါလား၊ ဗိုက်ချင်း ဆက်နေတာမှ မဟုတ်တာ၊ ဒီမှာ မအားသေးဘူး" လို့ပြောပြီး ကိုရီးယား ဇာတ်လမ်းတွဲဆက်ကြည့်နေမှာပေါ့။

Zest Tlay

အချိန်အတိုင်းအတာကြောင့် ကိုယ်နဲ့စကားပြောဖို့ကို ဦးစားပေးပြီး ထမင်းမစားခဲ့တာကို နောက်ကျမှသိပြီး ဘာမှပြောချိန်မရခဲ့လိုက်တာကို တော့ အတော်စိတ်မကောင်းဖြစ်မိပါတယ်။ ဒါကြောင့် တွေ့တိုင်း ပထမဆုံး မေးမိတာကတော့ စားပြီးပြီလားဆိုတဲ့ စကားတစ်ခွန်းဟာ အခုဆို အကျင့် တစ်ခုလိုကို ဖြစ်နေပြီ။

Myo Kong

ခံစားတတ်တဲ့စိတ်ရှိလို့ စားချင်တဲ့စိတ်ရှိတာ ထင်ပါတယ်နော်။ လူတွေ ဆာလောင်မှုတွေနဲ့ အသက်ရှင်နေရတယ်လေ။

Moi BlackHeart

"ဗိုက်ဆာပြီ" လို့ ကောင်လေးကပြောရင် ကောင်မလေးမှာ သူ ကြိုက်တတ်တာကို အပြေးအလွှားလုပ်ပေးခဲ့ပေမယ့် ကောင်မလေးက ဗိုက် ဆာတယ်လို့ ပြောလိုက်တဲ့အချိန်မှာတော့ မသိချင်ယောင်ဆောင်နေခဲ့တယ်။

(၁၇)

ဘယ်လောက်ပဲ နားထောင်ကောင်းတဲ့သံစဉ်ဖြစ်ဖြစ် ခံစားချက် စာသားလေးပါမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ လှပတဲ့ပန်းပွင့်ဖြစ်ဖြစ် သစ်ရွက်လေးပါ အဖော်ပြုမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ကောင်းတဲ့ရုပ်ရှင်ဖြစ်ဖြစ် ဇာတ်ပို့တွေလည်း အားဖြည့်မှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ အသက်ဝင်တဲ့ပန်းချီကားဖြစ်ဖြစ် ရောင်စုံတွေ အစဉ်တကျရှိမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ချိုမြတဲ့သစ်သီးဖြစ်ဖြစ် မြေဆီမြေသြဇာ တွေ ထွတ်စိုမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ လှပတဲ့မိန်းကလေးဖြစ်ဖြစ် ဂရုစိုက်ခြင်းနဲ့ ပေးဆပ်ခြင်းရှိမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ခန့်ချောတဲ့ယောကျ်ားဖြစ်ဖြစ် သစ္စာရှိခြင်းနဲ့ ဖြစ်ထွန်းခြင်းရှိမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ငြိမ်းချမ်းတဲ့မိသားစုဖြစ်ဖြစ် မိဘစုံစုံ လင်လင်ရှိမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ လှပတဲ့အတိတ်ဖြစ်ဖြစ် အတူတမ်းတတဲ့ အဖော်ရှိမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ချစ်တတ်တဲ့သူဖြစ်ဖြစ် နားလည်ခြင်းနဲ့ ခွင့်လွှတ် ခြင်းရှိမှ၊ ဘယ်လောက်ပဲ လှပတဲ့ချစ်ခြင်းဖြစ်ဖြစ် ဆုံဖြူသွားတို့တဲ့အထိ နိုင်မြဲမှ။

Sumyat Aung

မင်းမရှိတော့ ဟိုအရင်က ခံစားလို့မရတဲ့ အလွမ်းသီချင်း၊ အသည်းကွဲသီချင်းတွေဟာ ငါ့အတွက် အဖော်ပြုလို့နေခဲ့ပါပြီ။

မမတိုးလေး

ဘယ်လောက်ပဲ ချစ်တတ်တဲ့ချစ်သူဖြစ်ဖြစ် နားလည်ခြင်းနဲ့ ခွင့်လွှတ်ခြင်းရှိမှ၊ အခုတော့ နားလည်မှုတွေ မထားနိုင်လို့ လမ်းခွဲရတော့မယ် ထင်တယ်။ တစ်သက်လုံးအတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ချစ်ခဲ့တယ်ဆိုတာကိုတော့ နားလည်စေချင်ပါတယ် ချစ်သူ။

Zin Marei

အဲဒီလိုပြည့်စုံတဲ့ဘဝလေးကို တမ်းတမက်မောတာပေါ့။ ကံကြမ္မာဆိုတာ ကိုယ်ဖန်တီးယူလို့မရတဲ့အရာမို့ ဆုတောင်းနေတာကလွဲလို့ မတတ်သာတဲ့ဘဝပါ။ နောက်ဘဝဆိုတာကို ယုံကြည်ခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့ တောင်းဆုတစ်ခုသာ....

(၁၉)

တစ်ခါတလေမှာ အဲဒီလူကို ကျွန်မတို့ ခွင့်လွှတ်လိုက်ပြီဆိုပေမယ့် ကျွန်မတို့ တကယ်မပျော်ရွှင်နိုင်ခဲ့ဘူး။ အကြောင်းက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခွင့်လွှတ်ဖို့ ကျွန်မတို့ မေ့နေခဲ့လို့ပါပဲ။

Nay Wint

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခွင့်လွှတ်တတ်သွားရင် လူတွေမှာ အမှားများလာလိမ့်မယ်။

Mhm Harsan

မိမိမှားခဲ့မှန်းမသိတော့ ခွင့်လွှတ်ဖို့ရာ သတိမရဘူးပေါ့ဗျာ။ ဒီတော့ စိတ်ထဲမှာ လွတ်လပ်တဲ့ကျေနပ်မှုမျိုး မရနိုင်ဖြစ်နေတာပါ။

Meme Hlamyo

အင်း ... အဲလူကိုတော့ ခွင့်လွှတ်လိုက်ပြီ။ ဒါပေမယ့် မပျော်ဘူး။ ပိုပြီးနာကျင်သလိုပဲ။ ခွင့်လွှတ်ခြင်းများများပေးမှ နာကျင်မှုသက်သာမှာလား။

Saw Joez

ခွင့်လွှတ်တယ်ဆိုတာ ကိုယ်က ဘယ်လိုခွင့်လွှတ်တာလဲ။ မလွန်ဆန်နိုင်လို့လား၊ ဒါမှမဟုတ် အကြောင်းကြောင့်လား။ အတိုင်းအတာတစ်ခုခုကြောင့်လား။ သနားညှာတာလို့လား။ တစ်ခုခုပေါ် မူတည်ပြီးတော့ ပျော်ရွှင်ကြေကွဲ၊ ဝမ်းနည်းမှုပေါ်မူတည်ပြီး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

Myo Zarni Mon

ခွင့်လွှတ်တယ်ဆိုတာ မွေးရာပါဗီဇတော့ မဟုတ်ဘူး။ ချစ်လို့ ခွင့်လွှတ်ပေးလိုက်တာပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုချစ်ပြီး မခံစားနိုင်တော့လို့ [illegible]

အေးကြောင်း ခွင့်လွှတ်လိုက်တာနဲ့ သူ့ကို တကယ်နားလည်ပြီး ချစ်လို့ ခွင့်လွှတ်ပေးလိုက်တာ အဲဒါ အခြေခံ။

Ar Pound

ဖြစ်ပျက်သမျှ ခွင့်လွှတ်ဖို့ဆိုတာ နှလုံးသားရဲ့ရင့်ကျက်မှုပါ၊ တည်ငြိမ်မှုပါ။

ခရမ်းသားကြီး

လူတစ်ယောက်ကိုတကယ်ခွင့်လွှတ်နိုင်မှ ခွင့်လွှတ်တာအကောင်းဆုံးပဲ၊ ဘာစည်းမျဉ်း၊ ဘာတရားတွေကြောင့် ခွင့်လွှတ်ရပါတယ်ဆိုရင် နောင်ဝိုခံစားရလိမ့်မယ်။ ဖွင့်ထားတဲ့စိတ်နဲ့ ရိုးသားဖို့တော့ လိုတယ်နော်။

Mind Immovable

တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ခွင့်မလွှတ်နိုင်တာဟာ အဲဒီလူပေါ်မှာ မျှော်လင့်ချက်လေးရှိနေလို့ပဲ။

Layaung Lay

တကယ်ချစ်ရင် ခွင့်လွှတ်တတ်ရမယ်။ ကိုယ့်အတွက်ကတော့ မစဉ်းစားတော့ပါဘူး။

(၂၀)

စကြဝဠာ(၁)ခု၊ ဂြိုဟ်ကြီး(၉)လုံး၊ နိုင်ငံပေါင်း (၁၉၆) နိုင်ငံ၊ သမုဒ္ဒရာ (၅)စင်း၊ တိုက်ကြီး (၇)တိုက်၊ ကျွန်းပေါင်း သိန်းသောင်းများစွာ၊ ဘဝထဲ ဖြတ်လျှောက်သွားတဲ့ လူပေါင်းသိန်းသောင်းများစွာ၊ အဲဒီဂြိုဟ်တွေ၊ အဲဒီနိုင်ငံတွေ၊ အဲဒီလူတွေထဲကနေ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တွေ့ဆုံပြီး ချစ်ကြိုက်ဖို့ (၀.၀၀၀၀၄၉)ပျမ်းမျှလောက်ပဲရှိတဲ့ထဲမှာ နင့်ကိုချစ်ခွင့်ရတာ ငါ အရမ်းကံကောင်းခဲ့ပါတယ်။

Havana Huti

အနန္တဆိုတာတွေကြားက သူနဲ့ချစ်ခွင့်ရလို့ ကျွန်တော်လည်း ကံကောင်းတယ်လို့ ခံစားရပါတယ်။ သူနဲ့ချစ်ခွင့်ရတဲ့ အချိန်တိုင်း၊ မိနစ်တိုင်းနဲ့ စက္ကန့်တိုင်းကို တန်ဖိုးထားပါတယ်။ (ကျွန်တော့်ခံစားချက် သီးသန့်ပါ)

Nay Wint

မင်းကို ချစ်နေခွင့်၊ ချစ်နေခဲ့တဲ့ ငါ့နှလုံးအိမ်ဟာ အရာအားလုံးတွေ ပျက်စီးသွားရင်တောင် ထာဝရတည်ရှိနေဦးမှာပါ။

Phoenix Return

ချစ်ရတာကို ကံကောင်းတယ်လို့ သတ်မှတ်သူအတွက်ကတော့ ကံကောင်းတယ်ပေါ့။ ကံဆိုးတယ်လို့ သတ်မှတ်သူအတွက်ကတော့ ဘယ်လောက်တောင် ကြံဖန်ကံဆိုးလိုက်မလဲ။ တကယ်တော့ ချစ်ခြင်းမုန်းခြင်းကင်းလွတ်နေတာ အကောင်းဆုံးပါ။

Pho Htoo

တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ချစ်သူဖြစ်ဖို့က ခက်တယ်။ ရည်စားဖြစ်ဖို့ကသာ လွယ်တာပါ။ ချစ်သူဆိုတာက ကိုယ်ကသာ တကယ်ချစ်တယ်ဆိုရင် အဲဒီလူအတွက် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် လုပ်ပေးချင်တယ်။ သူ စိတ်မကောင်းဖြစ်မှာ၊ သူမပျော်ရွှင်မှာကို အရမ်းစိုးရိမ်စိတ်ဖြစ်တယ်။ ရည်းစားကြတော့ မဟုတ်ဘူး။ အဲလိုလေ . . . သူကလည်း ကိုယ့်အပေါ် ခဏတာပျော်ရွှင်မှုလိုတာလေ။ ကိုယ်ကလည်း အဲလိုပဲလေ။ မတည်မြဲဘူးလေ။ လူတိုင်းလူတိုင်းသာ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် အချစ်စစ်နဲ့သာ ချစ်ကြရင် အရမ်းကောင်းမယ်။ ကျွန်တော်ကသာ အဲလိုကို ချစ်တာပါ။ မပြောင်းမလဲပေါ့။ ရှူးတယ်လို့ပြောလည်း ခံမှာပဲ။ စကားပုံတောင် ရှိသေးတယ်လေ။ ကြိုက်မရှက်ခိုက်မရှက်တဲ့။ ဟုတ်ဘူးလား။

(၂၁)

အချစ်ကမ္ဘာမှာ တစ်ယောက်တည်းဆိုရင် အထီးကျန်တယ်။ နှစ်ယောက်ဆိုရင် ပျော်ရွှင်တယ်။ သုံးယောက်ဆိုရင် နာကျင်တယ်။ လေးယောက်ဆိုရင် ညှဉ်းပမ်းနှိပ်စက်တယ်။ အချစ်ကို ရှုပ်ထွေးအောင် မလုပ်ကြပါနဲ့။ အချစ်ကမ္ဘာဟာ စိတ်ညစ်၊ ကြေကွဲခြင်းပေါင်းတစ်ထောင် ထည့်ထားနိုင်လောက်အောင် ကြီးသလို၊ လူသုံးယောက်ဝင်နေရင် အသက်ရှူမဝ မွန်းကျပ်လောက်အောင်လည်း သေးငယ်သတဲ့။

Thu Rein Ar Kar

နှစ်ယောက်တည်းဆိုရင် ပြီးပြည့်စုံတယ်။ သုံးယောက်ဖြစ်သွားရင်

စဉ်းစားစရာပဲ။ အရင်လို မဟုတ်တော့တာတော့ သေချာတယ်။ ရှေ့ဆက်ချင်တယ်ဆိုရင်တောင် စိတ်ရှုပ်ရပါတယ်။

Saung Rose

ဟုတ်တယ်။ အချစ်ကမ္ဘာထဲမှာ နှစ်ယောက်ထက် ပိုသွားရင် အရမ်းကို မွန်းကျပ်တယ်။ သေသွားနိုင်တယ်။ ရူးသွားနိုင်တယ်။

Meko Zura

သုံးယောက်ဖြစ်ခဲ့လို့ ကြေမွအောင် နာကျင်နေလည်း ကြည်ကြည်ဖြူဖြူနဲ့ နောက်ဆုတ်နေပေးခဲ့ဖူးတယ်။

Sabai Phyu

Definitely Right. အသက်ရှူလို့မဝခဲ့ပါဘူး။ အခုတော့လည်း အထီးကျန်တယ်။

ဦးသုခ

ကျွန်တော်ကတော့ ဘဝနဲ့ပတ်သက်ရင်တော့ တစ်ယောက်သွားရင် သေလူ။ နှစ်ယောက်သွားရင် ရှင်လူ။ သုံးယောက်သွားရင် အောင်နိုင်သူလို့ ခံယူခဲ့ဖူးတယ်။

အချစ်နဲ့ပတ်သက်ရင်တော့ ခုချိန်မှာ နှစ်ယောက်တည်းနေခဲ့ပါတယ်။ တစ်ယောက်က ထားသွားချိန်မှာ တစ်ယောက်က အထီးကျန်စွာ နေရ

တယ်။ ထိုသူတွေအတွက်ကတော့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ရှုပ်ထွေးတယ်လို့ပြောတဲ့ ဘဝဆိုတဲ့ ဝင်္ကပါကြီးကို တမ်းတလာမိတယ်။

Aye Thuzar

နှစ်ယောက်တည်းရှိတဲ့ အချစ်ကမ္ဘာလေးမှာ နားလည်မှုဆိုတဲ့ အရာလေးရှိနေရင် ပိုပြည့်စုံသွားမှာပေါ့။

Hnin Yu Wai

အသက်ရှူမဝသလို တစ်ခါတလေမှာ တကယ်လည်း အသက်ရှူချင်စိတ် မရှိတော့ပါဘူး။

(၂၂)

ထာဝရချစ်မယ်လို့ ပြောတဲ့လူက နောက်ဆုံးတော့ ထားသွားခဲ့တယ်။ အရမ်းချစ်တယ်လို့ပြောတဲ့လူက နောက်ဆုံးတော့တခြားတစ်ယောက်လက်ကို တွဲသွားခဲ့တယ်။ စောင့်နေမယ်လို့ပြောတဲ့လူက နောက်ဆုံးတော့ တခြားတစ်ယောက်နဲ့ ထွက်သွားခဲ့တယ်။ "ချစ်တယ်"လို့ လွယ်လွယ်မပြောပါနဲ့။ ကတိတစ်ခုဟာလည်း တာဝန်ယူမှုတစ်ခု ဒါမှမဟုတ် နာကျင်မှုတစ်ခုပဲ မဟုတ်ပါလား။

Sai Aung Myo Lwin

ကျွန်တော်အရမ်းချစ်တဲ့ သူ့ကို ချစ်တယ်လို့ မပြောခဲ့ဘူး။ ဒါပေမယ့် သိပ်မချစ်တဲ့လူတွေကိုတော့ ချစ်တယ်လို့ ခဏခဏ ပြောခဲ့တယ်။

SoeMya Nandar ThetLwin

"ချစ်တယ်"လို့လည်း ကိုယ်တိုင်က လွယ်လွယ်မပြောတော့သလို "ချစ်တယ်"လို့ ပြောလာရင်လည်း သိပ်နက်နက်နဲနဲ ခံစားမနေတော့ဘူး။ ရင်နဲ့နင့်ပြီး မချစ်တတ်တော့အောင် ကျင့်ယူထားတယ်။

Htet Htet Moe Nwe

လွယ်လွယ်တော့ မပြောနဲ့ပေါ့။ ဒါပေမယ့်လည်း တကယ်ချစ်တဲ့သူတွေရင် ကိုယ်ချစ်နေတဲ့အကြောင်းတော့ သူ သိသွားပါစေ။ ဒါမှ နောင်တမရမှာ။

Maymyat Thu

ဟုတ်ပါတယ်။ "ချစ်တယ်"ဆိုတဲ့စကားဟာ "မချစ်ဘူး"ဆိုတဲ့ စကားထက် ပိုပြီးနာကျင်စေတယ်။

Hnin Yu Wai

ချစ်တယ်ဆိုတာ လွယ်လွယ်တော့ မပြောသင့်ပါဘူး။ ပြောပြီးရင်လည်း ကိုယ် တကယ်ချစ်တဲ့သူအတွက်ပဲ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ တကယ်မချစ်ဘဲ ချစ်တယ်လို့ လွယ်လွယ်ပြောမိခဲ့ရင် အခြားတစ်ယောက်ရဲ့ရင်ကို နာကျင်ခံစားစေမှာပါ။

Autumn Rorni

ဘယ်စကားကိုမှ လွယ်လွယ်ပြောမထွက်တာ ကောင်းမယ်။ စကားလုံးတိုင်းမှာ တာဝန်ယူမှုဆိုတာ ရှိသင့်တယ်လေ။

Saw Joez

အချစ်ကို များများချစ်တတ်အောင် ကြိုးစားပါ။ လူတိုင်းလူတိုင်းကို ချစ်တတ်လေ၊ ပိုပြီးကောင်းလေပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ကိုယ်ချစ်တဲ့အချစ်ကတော့ ဖြူစင်ဖို့လိုပါတယ်။ လူတိုင်း အားလုံးကို နားလည်ခွင့်လွှတ်တဲ့၊ နာကျင်မှု မပါဘဲ များများချစ်နိုင်ပြီး အမုန်းတရား ဝေးလေကောင်းလေပါပဲ။

Ohnmar Kyin

ကိုယ်က ဒီအချစ်ကို လက်ခံခဲ့ရင် နာကျင်မှုရခဲ့ရင်လည်း ကိုယ်က လည်း တာဝန်ယူရမှာပါ။ ဘယ်သူမပြု မိမိမှုကိုး။

Mai Da

ကတိတစ်ခုဟာ အပြင်းစားဝိုင်လိုပဲ။ ချိုမြိန်နှစ်လိုဖွယ်ကောင်း သလောက် တမြေ့မြေ့နဲ့ နာကျင်စေတယ်။

ပင်လယ်

ချစ်ရတယ်ဆိုတာ ခက်တယ်ထင်လို့လား။ လွယ်လွယ်လေးပါ။ ဒါပေမယ့် အမြဲတမ်းချစ်နေဖို့တော့ ခက်တယ်။

(၂၃)

အချစ်ဆိုတာ လက်ထဲဆုပ်ကိုင်ထားတဲ့ သဲနဲ့တူတယ်။ တင်းတင်း ဆုပ်ကိုင်လေ လက်ကြားထဲက လျှောကျလေ အချစ်ဆိုတာ ကြွေထည်နဲ့ တူတယ်။ အလွယ်တကူ ကွဲအက်နိုင်တယ်။ ဂရုတစိုက်နဲ့ သာသာလေး ကိုင် တွယ်ရတယ်။ အချစ်ဆိုတာ ကော်ဖီနဲ့တူတယ်။ ခါးတယ်။ ဖန်တယ်။ ချိုတယ်။ များများသောက်ရင် စိတ်လှုပ်ရှားပြီး အိပ်ရေးပျက်တယ်။ အချစ်ဆိုတာ ဥယျာဉ်ခြံနဲ့ တူတယ်။ ဥယျာဉ်ခြံထဲမှာ နှင်းဆီပန်းရှိတယ်။ ရှားဇောင်းပင် ရှိတယ်။ အချစ်ဆိုတာ လမင်းကြီးနဲ့ တူတယ်။ ဝိုင်းစက်တဲ့ လပြည့်ရက်ရှိ သလို၊ ကွေ့ကောက်တစ်ခြမ်းပဲ့တဲ့ လကွယ်ရက်လည်း ရှိတယ်။ အချစ်ဆိုတာ စကားလုံးမပါတဲ့ ကျမ်းစာတစ်အုပ်နဲ့ တူတယ်။ စိတ်ပါဝင်စားနဲ့ နှစ်ယောက် အတူ ဖတ်ရှုမှ နားလည်နိုင်တယ်။

Sai Kwan Khay

အချစ်ဆိုတာ တကယ်တော့ အချစ်နဲ့ပဲ တူပါတယ်။ ဘယ်အရာနဲ့မှ နှိုင်းယှဉ်ပြလို့ မရတဲ့ သီးသန့်ဖြစ်တည်ခြင်းတစ်ခုပါပဲ။ ထပ်တူပုံစံမရှိတော့ လည်း ရှိတာလေးတွေနဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပြနေလည်း သူ့ကို သရုပ်ဖော်နိုင် မယ် မထင်ပါဘူး။ ချစ်ခြင်းမှာ ဖော်ပြစရာစကားလုံးတွေ မရှိတော့ ရင်ဘတ် ကြီးနဲ့ ခံစားကြည့်မှပဲ သိနိုင်မယ်ထင်ပါရဲ့။

လသာခင် လသာခင်

အချစ်ဆိုတာ အမှန်တကယ်တော့ အချစ်ပဲ။ လူတိုင်းဟာ သူ့သတ် မှတ်ချက်နဲ့သူ တည်ရှိနေကြတာပါ။

Thant Zaw

အချစ်ဆိုသောအရာသည် နေရာ၊ အချိန်၊ ပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် ဆက်စပ်နေပြီး တစ်ခါတစ်ရံ ထိုအရာတို့မှ ကင်းလွတ်နေတတ်ပြန်တယ်။ အချစ်ဆိုတာ နူးညံ့ရင်တွေခုန်တတ်တယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းပြန်တယ်။

Moe Thuzar

အချစ်ဆိုတာ ချစ်နေချိန်မှာ အင်မတန်ချိုမြတဲ့ ပျားရည်တစ်စက်၊ မချစ်တော့တဲ့အချိန်မှာ ကိုယ့်ရင်ကိုလာထိုးတဲ့ ချွန်မြတဲ့ ဓားတစ်လက်။

Shwe Pu Lone

အချစ်နဲ့မေတ္တာယှဉ်လိုက်ရင် အချစ်ဆိုတာ ခပ်ကြောင်ကြောင်ဟာသပဲ။

Saw Joez

အချစ်ဆိုတဲ့အရာဝတ္ထုဟာ နူးညံ့သာယာပြီး မဖော်ပြနိုင်တဲ့ အရာရာကိုပြီးစေတဲ့ အစွမ်းသတ္တိတွေရှိသလို ကြမ်းတမ်းပူလောင်မှုတွေနဲ့ အရာရာကို အရှုံးပေးပျက်စီးစေတာလည်း အချစ်ပါပဲ။ တကယ်တော့ အချစ်ဆိုတဲ့ အရာဟာ ကောင်းကင်မှာ လွှတ်တင်ထားတဲ့ စွန်လိုပါပဲ။ နောက်ပြီး သာယာငြိမ့်ညောင်းမှုတွေပေးစွမ်းတဲ့ (စောင်း)လိုပါပဲ။ တင်းလို့လည်းမရ၊ လျှော့လို့လည်းမရ။ အလယ်အလတ်ကျမှ သာယာမှုအသံကို ပေးစွမ်းနိုင်တယ်လေ။

(၂၄)

အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ အရမ်းချစ်နေရက်နဲ့ အဲဒီအချစ်ကို လှစ်ပြည့်စုံအောင် မထုတ်ဖော်ပြတတ်ဘူး။ အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ လက်လွှတ်ရမယ်မှန်း သိနေရက်နဲ့ အဲဒီအချစ်နားက မခွဲနိုင်မခွာရက်ဖြစ်ရတယ်။ အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ ညှဉ်းပမ်းနှိပ်စက်ဒဏ်ကို ခံရမယ်မှန်းသိနေရက်နဲ့ အဲဒီအချစ်ကို ရှောင်ပုန်းလို့မရနိုင်ခဲ့ဘူး။ အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ အနာဂတ်အတွက် မရေရာပေမယ့် အဲဒီအချစ်အတွက် ပေးလိုက်တဲ့နှလုံးသားကို ပြန်ရုပ်သိမ်းလို့မရနိုင်ခဲ့ဘူး။ အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ အဆုံးသတ်မရှိမှန်းသိနေရက်နဲ့ အဲဒီအချစ်ကို ဆက်ချစ်နေချင်သေးတယ်။

Ora Orange

နောက်ထပ်အချစ်တစ်မျိုး ရှိသေးတယ်။ နှလုံးသားနဲ့ရင်း ချစ်တဲ့ချိန်မှာ ချစ်ပြီး လက်လွှတ်သင့်တဲ့အချိန်မှာ လက်လွှတ်ရဲတဲ့အချစ်မျိုး။

Myat Htet Mon

အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ ကိုယ့်ချစ်သူကို ချစ်ကောချစ်ခဲ့ဖူးရဲ့လားဆိုတဲ့ အချစ်မျိုးရှိတယ်။

Honey Chit

အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ ဘာကိုမှ မမျှော်လင့်ဘဲ ပေးဆပ်ပြီးချစ်တာ။ နောက်အချစ်တစ်မျိုးရှိသေးတယ်။ ဘယ်လောက်မုန်းနေအောင် နာကြည်းနေပါစေ၊ မေ့လို့မရတဲ့အချစ်။

Nay Wint

ချစ်နေရတဲ့ ကိုယ်က ချစ်နေရခြင်းသည်သာ စစ်မှန်သောချစ်ခြင်း မည်သည်သာ။

Khinchaw Tha

အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ ကိုယ့်အတွက်မဟုတ်မှန်းသိလို့ ဟိုးအဝေး ထွက်သွားပေမယ့် ရင်ထဲမှာ ဆက်ချစ်နေတာ။

Ingyin Htay Aung

အချစ်တစ်မျိုး ရှိသေးတယ်။ ရင်နာရပေမယ့် ဒဏ်ရာရနေတဲ့ နှလုံးသားနဲ့ပဲ အဲဒီအချစ်ကို ရှေ့ဆက်နေမိတာ။

Hla Yin Wine

အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ လက်လွှတ်ရမယ်ဆိုတာကိုသိလို့ လက်မခံရဲတဲ့အချစ်။

Banay Htoo

အချစ်တစ်မျိုးရှိသေးတယ်။ နှစ်ယောက်စလုံးချစ်လျက်နဲ့ ဝေးဝေး သွားရတဲ့အချစ်။

Hlaing Thin Ei

အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ မဆုံနိုင်တော့လို့ စွန့်လွှတ်လိုက်ရပေမယ့် ချစ်နေတုန်းပဲ။

Mozart John

အချစ်တစ်မျိုးရှိတယ်။ ကိုယ့်ကိုချစ်လာမှာမဟုတ်မှန်း သိနေရက်နဲ့ ကိုယ်က ဆက်ချစ်နေတဲ့အချစ်။

(၂၅)

ပျော်ရွှင်တဲ့မိန်းကလေးတို့ရဲ့လျှို့ဝှက်ချက် (၁၀) ချက်

ကိုယ့်ကိုချစ်တဲ့သူ တစ်ယောက်ရှိတယ်။ (ချစ်သူ)

ကိုယ့်ကိုချစ်တဲ့သူ နှစ်ယောက်ရှိတယ်။ (မိဘ)

ပျင်းရိခြင်း သုံးပုံရှိတယ်။ (၃/၁၀)

စိတ်တူကိုယ်တူသူငယ်ချင်း လေးယောက်ရှိတယ်။

အလုပ်လုပ်ရက် ငါးရက်ရှိတယ်။

ရှိမန်တစ်ဆန်ခြင်း ခြောက်ဆရှိတယ်။ (၆/၁၀)

စိတ်ကြည်လင်ခြင်း ခုနစ်ဆရှိတယ်။ (၇/၁၀)

အသိဉာဏ် ရှစ်ဆရှိတယ်။ (၈/၁၀)

မိမိကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း ကိုးဆရှိတယ်။ (၉/၁၀)

စိတ်အားထက်သန်ခြင်း (စိတ်ဝင်စားမှု) ဆယ်ဆရှိတယ်။ (၁၀/၁၀)

(၂၆)

LOVE ရဲ့တကယ့်အဓိပ္ပာယ်က ....

L = Listen (နားထောင်တယ်)

O = Oblige (ကျေးဇူးပြုတယ်)

V = Value (တန်ဖိုးထား/လေးစားတယ်)

E = Excuse (ခွင့်လွှတ်တယ်)

တစ်သက်တာလက်တွဲသွားနိုင်မယ့် အချစ်တစ်ခုကို လိုချင်ရင် အချင်းချင်းရဲ့စကားကို နားထောင်တတ်၊ အချင်းချင်း ကျေးဇူးပြုတတ်၊ အချင်းချင်း တန်ဖိုးထားလေးစားတတ်၊ အချင်းချင်း ခွင့်လွှတ်တတ်ဖို့ သင်ယူရမယ်။

Thit Thit Myint Saing

E . . . Excuse ဆိုတာကတော့ အင်း ... နည်းနည်းလေး ခက်သလားလို့။ အမြဲတမ်းတော့ မရဘူးလေနော်။

Zin Wint Phyu

နားလည်မှုဆိုတာသိပေမယ့် လက်တွေ့မှာ နားလည်ခွင့်လွှတ်ပေးနိုင်အောင် တော်တော်စိတ်လျှော့ယူရတယ်။

Lae Nwe Hlaing

ဘယ်မိန်းကလေးမှ မပေးနိုင်တဲ့နားလည်မှုတွေကို ပေးခဲ့ပါတယ်။ သူ့ကို တန်ဖိုးထားပြီးတော့လည်း လေးစားခဲ့တယ်။ သူလုပ်သမျှတွေကို

လည်း အကောင်းတွေချည်းလို့ပဲ တွေးပေးခဲ့တာပါ။ ဒါပေမယ့်လည်း နောက်ဆုံးတော့ ချစ်သူက ...

(၂၇)

အကောင်းဆုံးကုန်ပစ္စည်းက ကြော်ငြာထဲမှာပဲရှိတယ်။ လုံးဝပြီးပြည့်စုံတဲ့လူက ကဗျာထဲမှာပဲရှိတယ်။ လုံးဝအပြစ်ကင်းတဲ့အချစ်က ဝတ္ထုထဲမှာပဲရှိတယ်။ ချွတ်ယွင်းချက်မရှိတဲ့ အိမ်ထောင်ရေးက အိပ်မက်ထဲမှာပဲရှိတယ်။ အကောင်းဆုံးကို လူတိုင်း လိုချင်ကြတယ်။ အကောင်းဆုံးကိုရဖို့မျှော်ကိုးနေလို့မဖြစ်ဘူး။ ကိုယ်တိုင်ရှာဖွေကျင့်သုံးမှရမယ်။

Saw Thanda Nyunt

အောင်မယ်လေး ... မှန်လိုက်တဲ့စကား၊ ဒါပေမယ့် တချို့က ကိုယ်သာ perfect မဖြစ်ရင်ရှိမယ်။ သူတို့ကတော့ လိုချင်တာ perfect ပဲ။

(၂၈)

ကမ္ဘာပေါ်မှာ အဝေးဆုံးအကွာအဝေးဆိုတာ ရှင်ခြင်းနဲ့သေခြင်း မဟုတ်ဘူး။ နင့်ဘေးမှာ ငါရှိရက်နဲ့ ငါချစ်တာကို နင် မသိတာပါပဲ။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အဝေးဆုံးအကွာအဝေးဆိုတာ နင့်ဘေးမှာ ငါရှိရက်နဲ့ ငါချစ်တာကို နင် မသိတာမဟုတ်ဘူး။ နှစ်ယောက်စလုံး ချစ်လျက်နဲ့ အတူမနေကြရတာပါပဲ။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အဝေးဆုံးအကွာအဝေးဆိုတာ နှစ်ယောက်စလုံး ချစ်လျက်နဲ့ အတူမနေကြရတာ မဟုတ်ဘူး။ ချစ်နေ လွမ်းနေရက်နဲ့ စိတ်မဝင်စားသလို ဟန်ဆောင်နေတာပါပဲ။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အဝေးဆုံးအကွာအဝေးဆိုတာ ချစ်နေ

လွှမ်းနေရက်နဲ့ စိတ်မဝင်စားသလို၊ ဟန်ဆောင်နေတာ မဟုတ်ဘူး။ အေးစက်တဲ့အသည်းနှလုံးနဲ့ ကိုယ့်ကို ချစ်တဲ့လူကို ဥပေက္ခာပြုလိုက်တာပါပဲ။

(ရာဘိန္ဒြာနသ်တဂိုး)

Nyi Nyi Htway

ဝေဒနာတို့၏ နာကျင်မှုမှ သက်သာရာရစေဖို့ ဆုတောင်းခြင်းမပြုဘဲ ထိုဝေဒနာတို့ကို ကျော်လွှားနိုင်သော နှလုံးသားတစ်စုံ ပေးသနားတော်မူပါ။ (တဂိုး)

(၂၉)

လက်ကိုတွဲပြီးနောက် လွယ်လွယ်နဲ့မလွှတ်တတ်တဲ့ လက်တစ်စုံ ရှိသလား။

တစ်သက်လုံး မိုထားလည်း လုံခြုံစိတ်ချရတဲ့ ပခုံးတစ်စုံ ရှိသလား။

တင်းတင်းပွေ့ဖက်ပြီးနောက် ဘယ်တော့မှ မခွဲတော့တဲ့ အပွေ့အဖက်တစ်ခု ရှိသလား။

နောင်ဘဝဆက်တိုင်း ပြန်ဆုံပါရစေဆိုတဲ့ ချိန်းဆိုမှုတစ်ခု ရှိသလား။

နှလုံးသားမှာ ကမ္ဘည်းထိုးပြီး တစ်သက်လုံးမမေ့နိုင်တဲ့ အချစ်တစ်ခု ရှိသလား။

ခွန်အားတွေကုန်ဆုံးသွားလည်း မမေ့ရက်နိုင်တဲ့ လူတစ်ယောက် ရှိသလား။

ရှိခဲ့ရင် ဒီဘဝမှာပဲ တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးလိုက်ပါ။

Sai Kwan Khay

ဒီဘဝမှာ တကယ်တန်ဖိုးထား မြတ်နိုးကြတာ၊ အဲလိုရှိနေတဲ့သူတွေမဟုတ်ဘဲ အဲလိုတွေ လုပ်ပေးနေတဲ့သူတွေပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြတာများပါတယ်လေ။

Nss N Nss

နောင်ဘဝဆက်တိုင်း ပြန်ဆုံပါရစေဆိုတဲ့ ချိန်းဆိုမှုက မသေချာတာမို့ ဒီဘဝမှာပဲ တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးပါ့မယ်။

Grace Nyolwin

နောင်ဘဝဆက်တိုင်းဆက်တိုင်း ချစ်ရမယ့်အချစ်တွေအားလုံး စုပုံပြီး ဒီဘဝမှာပဲ အကုန်ချစ်လိုက်မယ်။ တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးလိုက်မယ်နော်။ နင့်ကို....

Thiha Thit

အဲဒီလိုလူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ခဲ့တာ တကယ်ပါ။ တစ်ဦးတစ်ယောက်စာမဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လိုအပ်နေတဲ့သူတိုင်းအတွက်ပါ။

(၃၀)

အချစ်မှာ ငါဟာ အရှုံးသမားပါ။ အမှတ်တရကို အရှုံးပေးတယ်။ နေ့နေ့ညည လွမ်းဆွတ်ဆဲမို့ အတိတ်ကို အရှုံးပေးတယ်။ အတိတ်အိပ်မက်

ထဲ တဝဲဝဲလည်ဆဲမို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အရှုံးပေးတယ်။ နလုံးသားပြန်ယူဖို့ မေ့သွားခဲ့လို့။

Tin Myo Aye

အချစ်ဆိုတာ အတိတ်တွေထဲမှာ ကျန်ရစ်စေတဲ့ ဆွဲငင်အာ တစ်ခုပါ။

Ye Win

အချစ်မှာ အနိုင်အရှုံးဆိုတာ ရှိသလား။ တကယ်တော့ သရေပွဲတွေ ပါပဲ။ ကိုယ့်ရဲ့လိုအပ်ချက်အတွက် အချစ်ဆိုတဲ့ဝေါဟာရကို လူတွေက ငှားသုံးနေကြတာပါ။ တကယ်တမ်းတော့ နလုံးသားဆိုတာလည်း ပေးလို့မရပါဘူး၊ အသည်းဆိုတာလည်း ပျော့စိပျော့ဖတ်နဲ့၊ ကွဲတတ်တဲ့အမျိုးမှမဟုတ်တာ၊ အသက်ရှင်နေသမျှ အချစ်ဆိုတာ တစ်စုံတစ်ယောက်အတွက် အမြဲရှင်သန်နေမယ့်အရာမျိုးပါ။ လူတိုင်း အသက်ရှင်နေသမျှ အချစ်ဆိုတာ ရှိနေဦးမှာပါ၊ အချစ်ရှိနေမှ ကုန်ကြမ်းတွေရပြီး စာသားတွေ ထွက်လာမှာပေါ့။

Zin Marei

အရာရာကို အရှုံးပေးပြီးသားလူတစ်ယောက်မို့ စွန့်လွှတ်ဖို့ကိုပဲ တွေးနေမိတယ်။

Aeindawyr Boylay

အချစ်ဆိုတာ မသိသေးတဲ့သူအတွက် အဖြေမရှိဘူး။ သိပြီးသားသူအတွက် ဘက်ပေါင်းစုံရှုထောင့်ပေါင်းစုံက ဖောက်ထိုးကြည့်ကြည့်၊ မှောက်ခုံကြည့်ကြည့် အဖြေတွေနဲ့ပြည့်နှက်နေတယ်လို့ ထင်တယ်။

(၃၁)

ဘဝမှာ ခဏတဖြုတ်၊ လျှပ်တစ်ပြက်တွေက များလွန်းတယ်။ ကားဂိတ်မှာ လက်ပြနှုတ်ဆက်တာမျိုး၊ အခုပဲ ပွေ့ဖက်၊ အခုပဲ လမ်းခွဲလိုက်တာမျိုး၊ အချိန်တော်တော်များများမှာ နင်နားမလည်သလို၊ ငါလည်း နားမလည်ခဲ့ဘူး။ ဒီလိုပါပဲ။ ပြောရင်းပြောရင်း ပြောင်းလဲကုန်တယ်။ နားထောင်ရင်းနားထောင်ရင်း ငြီးငွေ့ကုန်တယ်။ ကြည့်ရင်းကြည့်ရင်း စိတ်ကုန်ကုန်တယ်။ နောက်ကလိုက်ရင်းလိုက်ရင်း နေးကွေးကုန်တယ်၊ လျှောက်ရင်းလျှောက်ရင်း လမ်းခွဲကုန်တယ်၊ ချစ်ရင်းချစ်ရင်း အချစ်လျော့ကုန်တယ်။ လွမ်းရင်းလွမ်းရင်း အဆုံးသတ်ကုန်ကြတယ်။

Saw Thanda Nyunt

အဲဒီလိုတွေမဖြစ်အောင် ထိန်းထားနိုင်ရင် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် စိတ်ချမ်းသာစရာတွေ တွေ့ရမှာပါ။

Saw Htut

လောကကြီးမှာ အရာအားလုံးဟာ ပြောင်းလဲတတ်ပါတယ်။ အချစ်ဆိုတာ ပိုပြီးပြောင်းလဲတတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ဘဝဆိုတာ အချစ်တစ်ခုတည်း

ရှိတာမဟုတ်ပါဘူး။ အချစ်ထဲမှာ သိပ်ပျော်ဝင်နေရင် ဘဝဟာ ဘာအဓိပ္ပာယ်ရှိပါဦးမလဲ။ ခံစားချက်တွေထဲမှာပဲ ပျော်ဝင်နေတဲ့စိတ်ကူးဟာ လုပပေမယ့် လက်တွေ့မကျပါဘူး။ စိတ်ကူးယဉ်တာတွေလည်း မြန်မြန်ကုန်ဆုံးပါစေ။

Nay Wint

စကားတစ်ခွန်းပြောနေရင်းနဲ့ ပြောင်းလဲနေတဲ့ စိတ်နေစိတ်ထားတွေက စက္ကန့်နဲ့အမျှပါ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်မှာလည်း ဖြစ်နေသလို၊ လူတိုင်းမှာလည်း ဖြစ်တည်နေတယ်။ လူတိုင်းကို ကိုယ်နဲ့နှိုင်းယှဉ်ပြီးတော့ နားလည်တတ်အောင်သာ ကြိုးစားနေကြပါ။

Yelin Htutwin

အချစ်လျော့ကုန်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ မေတ္တာတရားဘက်ကို ပြောင်းသွားတာ။ ပူလောင်မှုကနေ အေးမြမှုကို ကူးပြောင်းသွားတာဖြစ်မှာပါ။

(၃၂)

ပျော်ရွှင်ခြင်း နီးသလား။

ကလေးဘဝတုန်းက ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ အရာတစ်ခု (ကစားစရာ အရုပ်)ပါ။ အဲဒီအရာကို ပိုင်ဆိုင်ရရင် ပျော်ရွှင်တယ်။ ကြီးပြင်းလာတော့ ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုပါ။ ရည်မှန်းချက်ဖြစ်မြောက်အောင်မြင်ရင် ပျော်ရွှင်တယ်။ ရင့်ကျက်လာတော့ ပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာ စိတ်နေစိတ်ထား တစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သိလိုက်ရတယ်။ စိတ်ထားတတ်ဖို့ သိနားလည်ရင် ပျော်ရွှင်တယ်။

Chun Tunlin

ဘဝမှာ ကြုံတွေ့ရတဲ့ စိတ်အလိုမကျခြင်းကို ရှုထောင့်နောက်တစ်မျိုးနဲ့ မြင်အောင်ကြည့်တတ်ပါ။ ပျော်အောင်နေရင် ပျော်ပါတယ်။

Nay Wint

စိတ်ဆိုတာကလည်း ထားတတ်မှ ကြည်နူးမှုနဲ့ ပျော်ရွှင်သာယာနိုင်မှာလေ။

Ei Moe

စိတ်နေစိတ်ထားတစ်ခု (ခံယူချက်တစ်ခု)ပြောင်းလဲဖို့ မခက်ခဲပါဘူး။ လက်ခံထားတုန်း (ဆုပ်ကိုင်ထားတုန်း)အချိန်က ခက်ခဲတာ။

Suyee Aung

အဖြစ်အပျက်ကို မြင်အောင်ကြည့်တတ်သွားရင် စိတ်ထားတတ်သွားတာပါပဲ။ စိတ်ထားတတ်တာဟာ လောကမှာ တကယ်နေလို့ကောင်းပါတယ်။

(၃၃)

သင့်ကို ဘာကြောင့် ထိခိုက်စေခဲ့သလဲလို့ အချစ်ကို သင် အပြစ်ဆိုခဲ့ရင်...

မေးပါရစေ။ စစချင်းမှာ အချစ်ရောက်ရှိလာဖို့ကို သင် ခေါင်းညိတ်လက်ခံခဲ့တယ်မဟုတ်လား။

Wutt Yi Thein

ထိခိုက်နာကျင်စေမှ အချစ်ကို အပြစ်တင်တာထက် အချစ်ကြောင့် ပျော်ရွှင်ရတဲ့ အချိန်တွေကို တန်ဖိုးထားပြီး အချစ်တွေ တည်မြဲအောင်လုပ်မယ်ဆို၊ ခုလို အချစ်ကို အပြစ်ဆိုဖို့ မလိုတော့ဘူးလေ။

Munni Zinghang

ခေါင်းညိတ်လက်ခံလိုက်တာကပဲ အပြစ်လား။ ဒါမှမဟုတ် ထိခိုက်စေခဲ့တဲ့အချစ်ဆိုတာကပဲ အပြစ်လား။ တစ်ခုခုတော့ မှားနေမယ်ထင်ရဲ့။

လမင်းပို့

ချစ်သူရဲ့ အချစ်ရောက်ရှိခြင်းဟာ အနာဂတ်အတွက် ခွန်အားပဲလေ။

Ohn Mar

အချစ်က သင့်ကို ထိခိုက်စေတာမဟုတ်ပါဘူး။ အချစ်ကို ရှင်သန်ကြီးထွားလာအောင် ပြုစုပျိုးထောင်တဲ့ လူသားနှစ်ဦးရဲ့ နည်းလမ်းတွေပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ထိခိုက်စေခြင်း၊ မထိခိုက်စေခြင်းဆိုတာ ဖြစ်လာတာပါ။

(၃၄)

မနာလိုဝန်တိုတယ်ဆိုတာ ဓားတစ်လက်နဲ့ တူတယ်။ တခြားလူရဲ့ နောက်ကျောကို ထိုးရင်ထိုး မထိုးရင် နောက်ဆုံးမှာ ကိုယ့်ရင်ကို ပြန်ထိုးတယ်။

Nay Ye

မနာလိုခြင်းနှင့် သဝန်တိုခြင်း အတူတူပဲလား။

Nay Myo Win

မတူပါဘူးခင်ဗျာ။ မနာလိုတာက သူများ ကိုယ့်ထက်သာမှာကို မလိုလားတာပါ။ သဝန်တိုတာက ကိုယ်ပိုင်တဲ့အရာ သူများယူသွားမှာကို စိုးရိမ်တာပါ။

Kyaw Lin Myat

သူများနောက်ကျောမထိုးခင် ကိုယ့်ကို အရင်နှိပ်စက်တာ ပိုများပါတယ်။ (မနာလိုတာနှင့် သဝန်တိုတာဟာ တစ်ခုတည်းမှာ ဖြစ်တာပဲလေ။ မနာလိုလူဟာ သဝန်တိုစိတ် ရှိကိုရှိတယ်။ သဝန်တိုလူဟာ မနာလိုစိတ် ရှိကို ရှိတယ်။ နှစ်ခုလုံးက တစ်ခုတည်းပါပဲ။)

Nay Wint

စိတ်ကို ရိုးရှင်းဖြူစင်စွာ ထားကြည့်ပါ။ ဓားဆိုတာလည်း မလိုတော့ဘူးလေ။

ခစ်ခစ်ခစ်

မနာလိုမယ့်အစား အားကျမယ်။ အတုယူကြိုးစားမယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်လာရမယ်ဆိုတဲ့ ရည်မှန်းချက်ထားမယ်။

(၃၅)

အကွာအဝေးဆိုတာ ကြောက်ဖို့မကောင်းပါဘူး၊ ကြောက်ဖို့ကောင်းတာက နှလုံးသားချင်း ဝေးသထက်ဝေးသွားတာပါပဲ။

Chaw Thi

အချိန်တွေဘယ်လောက်ပြောင်းပြောင်း၊ နေရာတွေဘယ်လောက်ဝေးဝေး၊ နားလည်မှုရှိတယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုချစ်ခြင်းတရားမျိုးပဲဖြစ်ဖြစ် ဘယ်တော့မှ ဝေးမသွားပါဘူး။ (ချစ်သူရည်းစားနဲ့ အိမ်ထောင်သည်တွေကိုတင် ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး။ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေတွေလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။)

(၃၆)

တစ်ခါတလေမှာ သိပ်အာရုံမစိုက်နဲ့။ ယောက်ျားတွေဟာ ဖြစ်ကတတ်ဆန်းနိုင်တယ်။ ကိစ္စလေးတစ်ခုကို မေ့တာနဲ့ သင့်ကို သူ မချစ်တော့တာမဟုတ်ဘူး။ သင့်အတွေးနဲ့ သင့်ကိုယ်သင် မခြောက်လှန့်နဲ့။

Mar Mar Lwin

မှန်တော့မှန်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ရဲ့အတွေးတွေက တစ်ခါတစ်ခါ ပိုပြီးကြောက်စရာကောင်းလောက်အောင် ခံစားရတယ်။

Zarni Zaw

မှန်တာပေါ့။ ယောက်ျားတွေက ကိုယ့်မွေးနေ့တောင် ကိုယ်မေ့နေတတ်တာ။ ချစ်သူမွေးနေ့ မေ့တာ စိတ်ဆိုးနေလို့ အပိုပဲ။

(၃၇)

တချို့ကိစ္စ ကျွန်မတို့ နားမလည်နိုင်ခဲ့ဘူး။
တချို့လူ ကျွန်မတို့ မခန့်မှန်းတတ်ခဲ့ဘူး။
တချို့ခုတုံး ကျွန်မတို့ မကျော်ဖြတ်နိုင်ခဲ့ဘူး။
တချို့ဒဏ်ရာ ကျွန်မတို့ ကုသမပျောက်နိုင်ခဲ့ဘူး။
တချို့နာကျင်မှု ကျွန်မတို့ ခံနိုင်ရည်မရှိခဲ့ဘူး။
တချို့ခံစားချက် ကျွန်မတို့ ဖွင့်မပြောပြတတ်ခဲ့ဘူး။
တချို့အချစ် ကျွန်မတို့ ဘယ်တော့မှ မရနိုင်ခဲ့ဘူး။

Plinn Linn

တချို့ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကို ကျွန်မတို့ တန်ဖိုးမထားခဲ့ကြဘူး။

Nay Myo Win

တချို့စိတ်ကူး လက်တွေ့အကောင်အထည် မဖော်နိုင်ခဲ့ဘူး။

Chaw Thi

အင်း . . . နားမလည်တာတွေကို နားမလည်သလိုပဲ ထားလိုက်ပြီး ဖြတ်သန်းရှင်သန်နေရတဲ့ဘဝမှာ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် နေထိုင်လိုက်တာဟာ အသင့်တော်ဆုံးနဲ့ အဖြစ်သင့်ဆုံးလို့ ထင်ပါတယ်။

ကြယ်နီ

တချို့ခံစားချက် ကျွန်မ ဖွင့်ပြောဖို့ သတ္တိနည်းပါးသွားသလို၊ ပြော

မပြတတ်တော့ဘူး။ အဲဒီအခါမှာ ကျွန်မဟာ တချို့ဒဏ်ရာတွေကို ကုသပျောက်ဖို့ ပြန်လည်အားယူရမယ်။ ကျွန်မ အခုထိ တချို့ကိစ္စတွေ နားမလည်ခဲ့ပါဘူး။ ဒါတွေက ကျွန်မ ညံ့ခဲ့တာတွေပဲလေ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်မအတွက် တချို့ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကို ကျွန်မ တကယ် မြတ်မြတ်နိုးနိုး တန်ဖိုးထားခဲ့ပါတယ်။

Neo Liu

တချို့ရင့်ကျက်မှုတွေက အောင်မြင်မှုတွေ မပေးနိုင်ဘူး။ တချို့နှစ်သိမ့်ခြင်းတွေက အားငယ်မှုကို မဖြေဖျောက်နိုင်ဘူး။

Tamarshwe shwe

ဘဝဆိုတာ လိုချင်တာတစ်ခုအတွက် အများကြီးပေးဆပ်ခဲ့ရတာတွေလည်း ရှိမှာပဲပေါ့နော်။

(၃၈)

အချစ်ကို ပိုင်ဆိုင်ထားချိန်မှာ အနာတရမဖြစ်ဖို့ သင် ဘယ်လိုပြင်းဆန်နိုင်မလဲ။ မြားနတ်မောင်ပစ်လိုက်တာက မြားပါ။ နှင်းဆီပန်းမဟုတ်ဘူးဆိုတာကိုတော့ မမေ့ပါနဲ့။

Nay Kyi Win

မနာကျင်ခဲ့ဘဲနဲ့တော့ အရှုံးအမှူး မချစ်တတ်ကြပါဘူး။ ဘယ်တော့မှ မမေ့လျော့မယ့်အချစ်က နာကျင်မှုနဲ့ပဲ အတူရှိနေတတ်တယ်။

Esther Nwe

ပိုင်ဆိုင်ရတဲ့အချစ်ထက် အနာတရတွေက ပိုများလာတဲ့အခါ ကြာလာတော့လည်း နှလုံးသားလည်း ထုံကျင်နေပြီ။

Tun Lin

အကောင်းနဲ့အဆိုး ရောထွေးနေတဲ့ဘဝမှာ အကောင်းတွေချည်းရဖို့ မလွယ်ပါဘူး။

Rstarry Shan

မြားမှန်းသိလျက်နဲ့ ပန်းတစ်ပွင့်လို ဖမ်းဆုပ်ပြီး နမ်းရှိုက်ချင်တဲ့လူတွေ အများကြီးရှိနေပါတယ်။

Laypyay Yine

နာကျင်တယ်ဆိုတာ ဒဏ်ရာအကြီးအသေးနဲ့ မဆိုင်ဘူးတဲ့။ မင်းဘယ်လောက်အလေးအနက်ထားပြီး ခံစားတတ်တယ်ဆိုတဲ့ပေါ်မှာပဲ မူတည်ပါတယ်။

Bae Rasin

တုံ့ပြန်မှုကို မျှော်လင့်လွန်းအားကြီးတဲ့အခါမှာ နာကျင်ရတာပါ။ ချစ်တတ်မယ်ဆိုရင် အချစ်ဆိုတာ အချစ်ပါပဲ။ အဲ . . . တကယ်လို့ပေါ့ အချစ်ကြောင့်ရလာတဲ့ နာကျင်မှုဟာ ဟကယ်မလိုလားအပ်တဲ့အရာဆိုရင် လူတွေဘယ်ချစ်ကြတော့မှာလဲ။

(၃၉)

အချစ်ကို နားမလည်သူတိုင်းက အချစ်ကို နားလည်သူနဲ့ တွေ့ဆုံရတတ်တယ်။ အဲဒီနောက် နာကျင်ကြေကွဲတဲ့ အချစ်ဇာတ်လမ်းလေးတစ်ပုဒ်ဝမယ်။ ပြီးရင် လမ်းခွဲမယ်။ နောက်ဆုံးမှာ အချစ်ကို နားမလည်သူက အချစ်ကို တဖြည်းဖြည်း နားလည်လာတယ်။ အချစ်ကို နားလည်သူက နောက်ထပ် ချစ်ရမှာကို ကြောက်သွားတော့တယ်။

Sai Kwan Khay

အချစ်ကို နားလည်တဲ့သူတွေကျတော့ နားလည်တဲ့ချစ်သူမျိုးကို ရတာထက် နားမလည်တဲ့ချစ်သူမျိုးကို အချစ်တွေပေးဝေမျှရတာကို ပိုလိုချင်တယ်။ သူတို့တွေ တကယ်လိုချင်တာက အချစ်ကိုနားလည်လာတဲ့ ချစ်သူမျိုးထက် အချစ်ကို လေ့လာသင်ယူနေတဲ့ချစ်သူမျိုးပဲ။ ဘာပဲပြောပြော ပေးနေရတာက ရယူခြင်းထက် ပိုပြီး စိတ်ကျေနပ်စရာကောင်းတယ်လေ။ ကျွန်တော်ကတော့ အချစ်ကို နားမလည်သေးတဲ့ချစ်သူမျိုးကို ချစ်ရတာ ပိုကြိုက်တယ်။

Thu Rira

ကျွန်တော်ကတော့ ချစ်ဖူးပြီးပါပြီ။ သူလေးကတော့ အချစ်ကို ကျွန်တော်နဲ့မှ မြည်းစမ်းဖူးတဲ့ တန်ဖိုးရှိ ရတနာလေးပေါ့။ ဒီရတနာလေး ကျွန်တော့်လက်ထဲ ထာဝရရှိနေနိုင်အောင် ကျွန်တော် ကြိုးစားနေတယ်။

Nss N Nss

နောက်ဆုံးမှာ အချစ်ကို နားမလည်သူက အချစ်ကို တဖြည်းဖြည်း နားလည်လာတယ်။ အချစ်ကို နားလည်သူအချင်းချင်း ဆုံတွေ့တဲ့အခါ တန်ဖိုးထားချစ်တတ်သွားတယ်။

(၄၀)

နှလုံးသားရဲ့ အနာဂတ်အတွက် ကိုယ်တို့မှာ ခံနိုင်ရည်ရှိတယ်။ ကြွေမွစုတ်ပြတ်သွားတဲ့အချစ်ကို ကိုယ်တို့ လက်ခံနိုင်တယ်။ ဒါပေမယ့် ချစ်ခဲ့ဖူးတဲ့အတိတ်ကိုမေ့ဖို့ အတိတ်မေ့ဆေးကို ကိုယ်တို့မသောက်ချင်ခဲ့ကြဘူး။

Lo Ve

အဲဒီဆေးမျိုးရှိရင်တိုက်ပါလားဟင်။ သောက်ချင်လွန်းလို့။ အတိတ်ဆိုတဲ့ဟာမျိုးက မေ့လေကောင်းလေပဲ။

Lau Lee

အတိတ်ကို မေ့စရာလည်း မလိုဘူး။ သတိရစရာလည်း မလိုဘူး။ မေ့ချင်တိုင်းလည်း မေ့လို့ရမယ်မထင်ဘူး။ လက်ရှိအချိန်ကိုပဲ အကောင်းဆုံး အသုံးချတာပဲ ကောင်းမယ်ထင်ပါတယ်။

Hnin Yu Swe

Life ဆိုတာ Past ရယ်၊ Present ရယ်၊ Future ရယ်ပေါင်းမှ ပြည့်စုံတာပါ။ အဲဒီထဲမှာမှ Present လက်ရှိအချိန်က အရေးအကြီးဆုံးပါ။

အတိတ်က ပြန်မရနိုင်သလို၊ အနာဂတ်ကလည်း မသေချာဘူး။ လက်ရှိအချိန်မှာ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲ ကိုယ်သွားမယ့်လမ်းကို ရွေးချယ်ရမှာ။

(၄၁)

ရန်ဖြစ်ငြင်းခုန်တဲ့အခါ အရင်ဆုံး "ဆောရီး"လို့ တောင်းပန်တဲ့လူဟာ သူ့အမှားကို ဝန်ခံတာမျိုး မဟုတ်သလို၊ အရှုံးပေး နလုံးအေးတာလည်း မဟုတ်ဘူး။ ဒီအချစ်ကို တစ်ဖက်လူထက် သူ ပိုတန်ဖိုးထားမြတ်နိုးလို့ ဖြစ်တယ်။ ပိုတည်မြဲစေချင်လို့ ဖြစ်တယ်။

Mya Hnin Eain

ဒီအချစ်ကို တစ်ဖက်လူထက် သူ ပိုတန်ဖိုးထားမြတ်နိုးလို့ဖြစ်တယ်။ ပိုတည်မြဲစေချင်လို့ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအချက်အပေါ် ချစ်သူကလည်း အားနည်းချက်လို သဘောထား အသုံးမချစေချင်ပါဘူး။

Sai Kwan Khay

ပိုတန်ဖိုးထားသလို ပိုတည်မြဲစေချင်တယ်ဆိုတာ သိပ်မှန်တာပဲ။ ချစ်ခြင်းနဲ့ပတ်သက်လာရင် နှစ်မျိုးသော လူစားပဲ ရေရှည်လက်တွဲသွားနိုင်ကြတယ်။ အနိုင်လိုချင်တဲ့သူနဲ့ အရှုံးပေးနေတဲ့သူ၊ နိုင်လိုတဲ့သူကလည်း နိုင်လိုတဲ့သဘော မသက်ရောက်ပေမယ့် အရှုံးပေးနေတဲ့သူအဖို့မှာတော့ တောင်းပန်ခယခြင်းတွေ ပါနေတယ်၊ အဲဒါကတော့ ဖြစ်လာသမျှတိုင်း မှားသည်ဖြစ်စေ၊ မှန်သည်ဖြစ်စေ ဆောရီးလို့ တောင်းပန်နေတဲ့ အချစ်ကိုကိုးကွယ်တဲ့သူတိုင်းပါ။

Myatthit Khin

အမြဲတမ်း ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် sorry ပဲ ပြောနေတဲ့သူရှိတယ်။ သူက အချစ်ကို နိုင်မြဲချင်တာမဟုတ်ဘူးထင်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူက နောက်တစ်ယောက် ရှာသွားတယ်လေ။ ဒါ တကယ့်အဖြစ်အပျက်ပါ။

Samu Rai

ကောင်းတယ်ဗျာ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် တောင်းပန်လိုက်တာနဲ့ အရာရာအားလုံး ပြန်အဆင်ပြေသွားရင် ပျော်ရွှင်စရာကမ္ဘာလေး အသစ်ပြန်ဆန်းသစ်နိုင်ပြီပေါ့ဗျာ။

(၄၂)

ကမ္ဘာပေါ်မှာ နားဝင်အချိုဆုံး အချစ်စကားက "နင့်ကို ငါ ချစ်တယ်" မဟုတ်ဘူး။ "ငါတို့ အတူနေရအောင်"လည်း မဟုတ်ဘူး။ ငါ အားငယ်ချိန်၊ ခိုကိုးရာမဲ့ချိန်၊ ဝမ်းနည်းကြေကွဲချိန် နင်ပြောတဲ့ "နင့်ဘေးမှာ ငါရှိတယ်"ဆိုတာပဲ ဖြစ်တယ်။

Yinyin Aung

အဲဒီစကားကို ဟိုးအဝေးကြီးကနေ ‌ပြောလိုက်ရင်တောင် စိတ်ကျေနပ်မိတာတော့ အမှန်ပဲ။ နင့်ဘေးမှာ ငါရှိတယ်နော်။ သိလား။ အဲလိုလေးပေါ့။

MgZay Yar

အရမ်းမှန်ပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း သူ့အတွက် အမြဲရှိသလို သူလည်း ကျွန်တော့်အတွက် အမြဲရှိတယ်။

Sulay Sulayzaw

ဟုတ်တယ်နော်။ အရမ်းအားငယ်နေတဲ့အချိန်မှာ ချစ်သူသာ ဘေးမှာရှိပြီး စကားလေးတစ်ခွန်းပဲ အားပေးလိုက်။ အရာရာကို ရင်ဆိုင်နိုင်တဲ့ သတ္တိတွေ ရှိလာရော။

Sone Love

အရမ်းဝမ်းနည်းပြီး ကြောက်ရွံ့ချိန်မှာ ငါ နင့်ကို လိုအပ်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် ငါရလိုက်တာက ဘာလဲဆိုတာ ငါ မသိချင်တော့ဘူး။ အရာရာ ငါ မေ့လိုက်ပြီ။

(၄၃)

ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ မနက်နိုးလာတဲ့အချိန် ဖုန်းထဲမှာ နင့်မက်ဆေ့ချ်ရှိမရှိ ကြည့်ရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ သီချင်းနားထောင်တဲ့အချိန် စာသားတချို့ကြောင့် နင့်ပုံရိပ်ကို မြင်ယောင်မိရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ အိပ်ရာကနိုးလာတိုင်း နင့်ကို အရင်ဆုံး သတိရမိရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ နင့်ပုံစံ၊ နင့်အသံကို မြင်ချင်ကြားချင်ရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ အိပ်မက်တိုင်းမှာ နင့်

အရိပ်တွေ ရှိနေရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ နေ့တိုင်း နင့် fb ထဲ ဝင်ကြည့်ချင်မိရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။

Min Naing Hka

လွမ်းခြင်းဆိုတာ သိမ်မွေ့နူးညံ့တဲ့ သတိရတမ်းတခြင်းပါ။

November Rain

ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ ငါ့စိတ်ခံစားချက်တွေအားလုံးရဲ့ နောက်မှာ နင်က အရိပ်တစ်ခုလို တကောက်ကောက်လိုက်နေရုံလေးပါ။

Havana Huti

မင်းကိုလွမ်းတာ နစ်ချိန်ပဲရှိတယ်။ ငါ့ကိုရော မင်း လွမ်းရဲ့လားလို့ စဉ်းစားမိတဲ့အချိန်ရယ်၊ မင်းကိုငါ အချိန်တိုင်း လွမ်းနေတာ မင်း သိပါ့မလားလို့ စဉ်းစားမိတဲ့အချိန်ရယ်။

Little Lily

ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ စက္ကန့်တိုင်းစက္ကန့်တိုင်း တွေးမိ၊ မြင်မိသမျှတွေထဲမှာ ငါကိုယ်တိုင် မထင်ထားမှုလာက်အောင်ကို နင်ပါနေတာ လေးပဲ ရှိတာပါ။

Para Dise

ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ ငါ့ဘေးမှာ နင့်စိတ်ကို ငါ့အပါး အမြဲ

ရှိနေတဲ့အရိပ်အဖြစ် ဖန်တီးထားခဲ့မိရုံလေးပါပဲ။ ငါ မလွမ်းပါဘူး။ နင်ယုံအောင်လည်း ငါ မပြောဘူး။ ထာဝရပေါ့။ လွမ်းတာရပ်သွားရင် ငါ့အရိပ်လည်း ပျောက်ပြီပေါ့။ ငါ နင့်ကို မလွမ်းပါဘူး။ နင်လည်း မသိစေရဘူး။

Mg Hein

အတိတ်ကနစ်သက်ခဲ့တဲ့ အဖြစ်အပျက်တစ်ခုက အချိန်နဲ့အမျှ နေရာတိုင်း၊ အချိန်တိုင်း အရိပ်တစ်ခုလို ကပ်ပါနေတာကိုက ကြည်နူးတဲ့ အလွမ်းတစ်ခုဖြစ်နေတယ်။

YieNwe Aung

ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ မျက်စိမှိတ်လိုက်တိုင်း နင့်မျက်ဝန်းတွေကို မြင်ယောင်နေရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ ငါ့လက်ကလေးတွေမြင်တိုင်း နင်ဆုပ်ကိုင်ခဲ့ဖူးတာ သတိရမိရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ နင်နဲ့ပတ်သက်သမျှ အမှတ်တရတွေ ပြန်တွေးနေမိရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ နွေးထွေးမှုတွေ လိုအပ်တဲ့အခါ ငါ ခိုဝင်ခဲ့ဖူးတဲ့ နင့်ရဲ့ရင်ခွင်ကို တမ်းတမိရုံလေးပါပဲ။ တကယ်ပါ၊ ငါ နင့်ကို အရမ်း....မလွမ်းပါဘူး။

Naw May Thu Khin

ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ အိပ်ပျော်နေလို့ လန့်လန့်နိုးတိုင်း နင်ရှိလေမလားလို့ ကွန်ပျူတာကို လှမ်းလှမ်းကြည့်မိနေရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို

အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ နင် ဘယ်တော့များတက်လာမလဲလို့ ကွန်ပျူတာကို ၂၄ နာရီလုံးလုံးဖွင့်ထားပြီး အမြဲစောင့်မိတဲ့အထိပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ အစားအသောက်တစ်ခုစားရတိုင်း နင့်ကို သတိရစိတ်နဲ့ စားစေချင်မိတာပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ တခြားစုံတွဲတွေ မြင်မိလေတိုင်း ရင်ဘတ်ထဲက အောင့်ပြီး တမ်းတနေရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ ငါ ပစ္စည်းတစ်စုံတစ်ခုဝယ်မယ်ကြည့်တိုင်း နင့်အတွက်ဆိုပြီး ကြည့်ကြည့်နေမိတာပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ ငါ အပြင်တစ်နေရာသွားတိုင်း နင်နဲ့အတူ သွားချင်နေမိရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ ငါ ကောင်းမှုတစ်ခုလုပ်တိုင်း နင့်အတွက်ဆိုပြီး ဆုတောင်းမိနေရုံလေးပါပဲ။ ငါ နင့်ကို အရမ်းမလွမ်းပါဘူး။ ငါ့ထွက်သက်ဝင်သက် လေရှူလိုက်တိုင်းမှာ နင့်ကို တမ်းတအောက်မေ့နေရုံလေးပါပဲ ချစ်သူရယ်။

(၄၄)

လမ်း မမှားပါဘူး။ မှားနေတာက ကိုယ့်ရဲ့ရွေးချယ်မှုပါ။ အချစ် မမှားပါဘူး။ မှားနေတာက ကိုယ့်ရဲ့ဖူးစာကံပါ။

Nay Kha

အချစ်ဆိုတာ ချစ်တတ်ဖို့ပဲလိုတယ်။ မှန်တယ်နော်၊ အချစ်က ရေနွေးနဲ့တူတယ်တဲ့၊ လိုသလို သုံးနိုင်တယ်တဲ့။ အကိုင်မတတ်ရင် မသုံးတတ်ရင်တော့ အပူလောင်တယ်ဆိုထားတာပါပဲ။

Blue King

လမ်းဆိုတာ အများအမှန် နှစ်မျိုးရှိတယ်။ အချစ်ဆိုတာက ချစ်တတ်ရင် တစ်ခုတည်းပဲ။ မချစ်တတ်ရင် ခံစားချက်တွေ အမျိုးမျိုးခွဲထွက်ပြီး စိတ်ကို ဒုက္ခပေးတတ်တယ်။ ဖူးစာကံဆိုတာ အတိတ်နဲ့ဆိုင်တယ်။ မဖွင့်ဆိုတတ်ဘူး။

Snow December

လမ်းက သူ့ဘာသာနေတာပါ။ မှန်ပါတယ်။ လူမှန်၊ လမ်းမှန်ဖြစ်ဖို့ လိုအပ်တာပါ။

Khine Nwe Aye

ဦးနှောက်နဲ့နှလုံးသား ဆန့်ကျင်နေရင် ချစ်မိတာမှားတယ်လို့ လူတွေထင်တတ်တာပဲ။ သို့သော် မချစ်သင့်ဘူးထင်သော်လည်း ချစ်မိကြတော့ ခက်တာပဲ။ ဦးနှောက်နဲ့ နှလုံးသား တိုင်တိုင်ပင်ပင် ချစ်တတ်မှဖြစ်မယ်ထင်ရဲ့။

(၄၅)

တကယ်လို့ လမ်းခွဲခြင်း၊ ကွဲကွာခြင်းက အလှတစ်မျိုးဆိုရင် အချစ်ကမ္ဘာမှာ ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်းဆိုတာ ရှိလိမ့်မယ်မဟုတ်ဘူး။

တကယ်လို့ စိတ်စိတ်ချင်း အပေးအယူမျှဖို့က မောပန်းခြင်းတစ်မျိုးဆိုရင် အချစ်ကမ္ဘာမှာ နောင်တတွေနဲ့ပဲ ပြည့်နေတော့မယ်။

တကယ်လို့ နှစ်နှစ်ကာကာချစ်တာက ဝဋ်ကြွေးတစ်မျိုးဆိုရင် အချစ်ကမ္ဘာမှာ ဟန်ဆောင်အလိမ်အညာတွေနဲ့ပဲ ပြည့်နေတော့မယ်။

အရင်တုန်းကတော့ အချစ်ရဲ့ တစ်ခဏကို ထာဝရဖြစ်စေချင်ကြတယ်။ အခုတော့ နာကျင်ခြင်းရဲ့ထာဝရကို တစ်ခဏဖြစ်စေချင်ကြတယ်။

Blue King

ချစ်ခြင်းရဲ့ အမှန်တရားဟာ ခံစားသူပေါ် မူတည်ပါတယ်။ တစ်ခါတလေ အရမ်းချစ်ရင်လည်း ဟန်ဆောင်လိမ်ညာမှုဟာ ဖြစ်တည်တတ်တယ်။ ဒါဟာ အခြေအနေ အချိန်အခါရဲ့ လှည့်စားချက်ပါပဲ။

Thinn Thinn Htet

မှန်တာပေါ့။ ကျွန်မ ချစ်ခဲ့တဲ့တစ်ယောက်ကတော့ အင်မတန်အတ္တကြီးတယ်။ ထစ်ခနဲဆို ဖြေရှင်းဖို့ထက် ခွဲခွာဖို့ကို ဦးတည်နေတယ်။ သွားချင်တဲ့သူကတော့ သွားမှာပဲ။ ကျွန်မလည်း အခု စွန့်လိုက်ပြီ။ ညှိရတာ ဆွဲထားရတာ ထွက်ခွာချင်တဲ့သူထက် ပိုပင်ပန်းတယ်။

May Myatnoe

လှလှပပ လမ်းခွဲခြင်းဟာလည်း နာကျင်မှုတစ်မျိုးပါပဲ။ စိတ်စိတ်ချင်း အပေးအယူရှိခဲ့ပေမယ့် မောပန်းတာပဲရှိခဲ့တယ်။ နှစ်နှစ်ကာကာ ချစ်တတ်ပေမယ့် ဟန်ဆောင်မှုတွေပြည့်နေတယ်။ နောက်ဆုံးတော့ နာကျင်ခြင်းသာ ထာဝရကျန်ခဲ့တာပါပဲ။

(၄၆)

ကောင်းမွန်တဲ့အချစ်က လူတစ်ယောက်ကြောင့် **တစ်လောကလုံး**ကို သင်မြင်တယ်။

ဆိုးမိုက်တဲ့အချစ်က လူတစ်ယောက်အတွက်နဲ့ တစ်လောကလုံးကို သင် စွန့်ပစ်ဖယ်ရှာတယ်။

အချစ်မှန်သွားပြီဆိုရင် နေ့ရက်တိုင်းဟာ ချစ်သူများနေ့ပဲဖြစ်တယ်။

Dok Ruk

တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် နားလည်မှုနဲ့ - ချစ်နေမယ်ဆိုရင် နေ့တိုင်းဟာ ချစ်သူများနေ့ဖြစ်နေမှာပါ။

(၄၇)

တချို့ကိစ္စ ရှင်းရှင်းလင်း သိစရာမလိုဘူး။
တချို့အချစ် နှစ်နှစ်ကာကာ ချစ်ဖို့မလိုဘူး။
တချို့ခံစားချက် ပေါ်ပေါ်ထင်ထင် ထုတ်ပြစရာမလိုဘူး။
တချို့စွဲလမ်းမှု ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဖော်ပြစရာမလိုဘူး။

ရှင်းရှင်းလင်းလင်းသိလေ ငါလဲပြိုရလေ။
နှစ်နှစ်ကာကာချစ်လေ ငါကြေကွဲရလေ။
ပေါ်ပေါ်ထင်ထင်ပြလေ ငါလျောင်ပြောင်ခံရလေ။
ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြလေ ငါနှုတ်ဆိတ်ရလေ။

တချို့မျက်ရည် နှင့်ကြောင့်ကျရတာ မထိုက်တန်ဘူး။
တချို့အပြုအမူ နှင့်ကြောင့်ပြောင်းလဲရတာ မထိုက်တန်ဘူး။

တချို့ပစ္စည်း နှင့်ကြောင့်ပစ်ထုတ်ရတာ မထိုက်တန်ဘူး။
တချို့စကား နှင့်ကြောင့်ပြင်ရတာ မထိုက်တန်ဘူး။

နှင့်အတွက်နဲ့ကျတဲ့မျက်ရည် ငါ့ကို မောပန်းစေခဲ့ပြီ။
နှင့်အတွက်နဲ့ ပြောင်းလဲတဲ့အပြုအမူ ငါ့ကို နွမ်းလျစေခဲ့ပြီ။
နှင့်အတွက်နဲ့ ပစ်ထုတ်တဲ့ပစ္စည်း ငါ့ကို နောင်တရစေခဲ့ပြီ။
နှင့်အတွက်နဲ့ ပြင်ရတဲ့စကား ငါ့ကိုယ်ငါ ပျောက်ဆုံးစေခဲ့ပြီ။

Havana Huti

နာမည်ချင်းတူရုံနဲ့ ရင်မှာနွေးနေအောင် ခံစားချက် မင်းပဲပေးခဲ့တာ။

လူချင်းတူရုံနဲ့ ရင်မှာနွေးနေအောင် ခံစားချက် မင်းပဲပေးခဲ့တာ။

အသံချင်းတူရုံနဲ့ ရင်မှာ နွေးနေအောင်ခံစားချက် မင်းပဲပေးခဲ့တာ။

နာမည်တူတိုင်း ရင်မှာနွေးနေအောင်ခံစားချက်ပေးနိုင်တဲ့ မင်းမှမဟုတ်တာ။

လူချင်းတူတိုင်း ရင်မှာနွေးနေအောင် ခံစားချက်ပေးနိုင်တဲ့ မင်းမှမဟုတ်တာ။

အသံချင်းတူတိုင်း ရင်မှာနွေးနေအောင် ခံစားချက်ပေးနိုင်တဲ့ မင်းမှမဟုတ်တာ။

အချစ်ဆိုတဲ့ဝေါဟာရ မင်းအပေါ်သုံးရမှာ ငါ ရှက်တယ်။ (ချစ်တယ်ဆိုတာ အဲဒီထက်ကိုပိုလို့)

အိပ်မက်ထဲမှာ မင်းကိုမြင်တိုင်း ပျော်နေတတ်တဲ့ငါ အိပ်မက်က နိုးတိုင်း ဘာလို့ ငါ့မျက်နှာမှာ မင်းမမြင်ချင်တဲ့မျက်ရည်တွေ ရှိနေရတာလဲ။

တောင်းပန်ပါတယ် ချစ်သူရေ။ ငါ့သိစိတ်၊ မသိစိတ်အားလုံးနဲ့ ငါ့ ရင်မှာနွေးနေအောင် ခံစားချက်ပေးနိုင်တာ မင်းတစ်ယောက်တည်းမို့လို့ တိုးတိုးလေးပါပဲ။ ငါ ကျေကျေနပ်နပ်နဲ့ ခံစားမိတာပါ။

Shwe Let Rar

မလိုဘူးဆိုပေမယ့် ကြေကွဲရလို့ မထိုက်တန်ဘူးထင်ပြီး နောင်တ ရမိလိုက်တာ ပျောက်ဆုံးသွားမယ်အဖြစ်ကိုတော့ ခံစားရမှာ နွမ်းလျလှ ပါတယ်။

May Myatnoe

အဲဒါဟာ တကယ်တော့ စွဲလန်းမှုဆိုတဲ့စိတ်ကြောင့်ပါပဲ။ ဘယ်သူ့ ကိုမှ မစွဲလန်းရင် ကြေကွဲစရာလည်း မလိုဘူး။ ဝမ်းနည်းစရာလည်း မရှိတော့ ဘူးပေါ့။ ဆရာတော်ဦးသောမက ပြောတယ်။ သုံးတော့သုံး၊ မစွဲနဲ့တဲ့။

Wut Yi Tun

အချစ်မှာ ချစ်တဲ့သူက အမြဲရှုံးရတာချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် ရှေးလူကြီး တွေက ကိုယ်ချစ်ကိုမရှာနဲ့။ သူချစ်ကိုရှာတဲ့။ ဒါပေမယ့် လူတိုင်းကတော့ သူတို့လောဘနဲ့ ဒေါသကြောင့် အမြဲကိုယ်ချစ်ကိုပဲ ရှာကြတယ်။ ပိုးဖလံမျိုး မီးကိုတိုးတဲ့။

(၄၈)

ချစ်ကြိုက်ချိန်မှာ အဆုံးမရှိတဲ့ ချိုမြိန်အနမ်းကို လူတိုင်း တောင့်တ ကြတယ်။ ရန်ဖြစ်ကြတော့ ဘာဖြစ်လို့ နမ်းခဲ့ဖူးတဲ့နှုတ်ခမ်းနဲ့ အပြန်အလှန် ဝမ်းနည်းနာကျင်အောင် ပြောဆိုကြရသလဲ။

လက်တွေ့တယ်။ လက်တွေ့ဖြုတ်တယ်ဆိုတာ အဲဒီလက်တစ်စုံဆီ ကပဲ ဖြစ်ခဲ့တာပါ။

Kyaw Xwar

လူတွေက ပြောင်းလဲပစ်နေကြတာပါ။

မယ်ဘုတ်

ရန်ဖြစ်တဲ့အချိန်မှာတော့ အရင်က ပျော်ရွှင်ခဲ့တာတွေကို သတိရ နေသင့်ပါတယ်။

April K Seng

အပြောင်းအလဲဆိုတာကို ခုတုံးလုပ်တတ်ကြတာ လူ့သဘာဝပါ။ မနိုင်းရယ်။ ပြောင်းလဲသွားရင် လူဆိုတာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုန်းမသိ ဖြစ်သွားတတ်တာပဲလေ။

Spl Hnin

ကိုယ့်အတွက်ကတော့ အစပိုင်းတုန်းက သူ့အပြောတွေကြောင့် အရမ်းကို ပျော်ရွှင်ခဲ့ရတယ်။ အခုအချိန်မှာ ကြာခဲ့တော့ သူ့ရဲ့ပါးစပ်တာပဲ ယုံ

တောင်မယုံနိုင်တဲ့ စကားတွေပြောထွက်ခဲ့တယ်။ ဟိုတစ်ချိန်က ကြင်နာခဲ့တဲ့ လူတစ်ယောက် သေဆုံးသွားခဲ့သလိုပဲ။

Swan Paing Tun

ဒေါသအပြည့်နဲ့ မျက်ဝန်းတွေကလည်း အချစ်မျက်ဝန်းတွေဆီက ပဲ စခဲ့တာပဲနော်။

Thanhtut Nyein

အဲဒီလက်တွဲတစ်စုံက မည်သည့်အကြောင်းနဲ့မှ လက်တွဲမဖြုတ်ဘူး ဆိုရင် ရန်ဖြစ်တာတွေ၊ ဝမ်းနည်းနာကျင်တာတွေ မရှိတော့ဘူးပေါ့နော်။

Thandar Skymal

ဒီနှုတ်ခမ်းတစ်စုံနဲ့ပဲ တခြားတစ်ယောက်ကို ချစ်ရေးထပ်ဆိုတယ်။ ချစ်တယ်ပြောခဲ့ကြတယ်နော်။

Momo Ko

အဲဒီအချစ်အနောက်မှာ နားလည်မှုနဲ့ သစ္စာရှိမှုဆိုတာ ရှိခဲ့မယ် ဆိုရင် လက်တွဲဖြုတ်စရာ မလိုတော့ဘူးလို့ ထင်တယ်။

(၄၉)

နာကျင်ဖူးမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်လိုကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမယ် ဆိုတာကို သိတယ်။

ငိုဖူးမှ ရင်နာတာ ဘယ်လိုခံစားချက်လဲဆိုတာကို သိတယ်။

တုံးအဖူးမှ စောင့်ထိန်းမှုနဲ့ စွန့်လွှတ်မှုကို အချိန်မီသိတယ်။

ချစ်ဖူးမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိလွယ်၊ ရှလွယ်၊ ကြေကွဲလွယ်တယ်ဆို တာကို သိတယ်။

တကယ်တော့ ဘဝမှာ မလိုတဲ့ခေါင်းမာမှုတွေ မလိုအပ်ခဲ့ပါဘူး။

တကယ်မဖြတ်ရက်နိုင်တဲ့အရာ မရှိခဲ့ပါဘူး။

Min Chittu

လောကမှာ အမှားကင်းတဲ့လူဆိုတာ ရှားပါတယ်။ အဖေါ်က တစ်ယောက် ပြောတဲ့စကားကို နားမထောင်နဲ့။ သူက ယဉ်ယဉ်လေးရှူးနေ တာ။ သေသွားမှ အသက်ရှင်ခြင်းရဲ့တန်ဖိုးကို သိတယ်။ ဆုံးရှုံးသွားမှ ပိုင်ဆိုင် ခြင်းရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို သိတယ်။ အသက်ကြီးအိုမင်းရင့်ရော်သွားမှ ငယ်ရွယ် နုပျိုမှုရဲ့တန်ဖိုးကို သိရတယ်။

မိဘတွေမရှိတော့မှ တစ်ချိန်ကိုယ်တိုင် မိဘဖြစ်မှာ။ သားသမီး အပေါ်မှာထားတဲ့ မေတ္တာ၊ မိဘကျေးဇူးကို သိနားလည်ကြရတယ်။

ဒါပေမယ့် အရာအားလုံးဟာ အသိနောက်ကျသွားခဲ့ပါပြီ။ နောင်တ ဆိုတာ အမြဲနောင်တရလေခြင်းပါ။

Havana Huti

ကိုယ် နာကျင်ခံစားရရင် တစ်ပါးသူမခံစားရအောင် ကြိုးစားပေး ချင်တယ်။ ကိုယ်ငိုရအောင် ဆုံးရှုံးရရင် တစ်ပါးသူ ကိုယ့်လို မငိုကြွေးရအောင်

ကြိုးစားပေးချင်တယ်။ ကိုယ့်ဆုံးဖြတ်ချက်အမှားတစ်ခုဟာ နောင်တရစရာဖြစ်လာမယ်ဆိုရင် တစ်ပါးသူ အဲဒီအမှားမျိုး ထပ်မလုပ်မိအောင် ကြိုးစားပေးချင်တယ်။ အချစ်ဆိုတာကို ကောင်း၏ဆိုး၏ထက် ကိုယ် တကယ်ချစ်ရင် နားလည်ပေးနိုင်မှု အမှန်တကယ်လိုအပ်တာကို မြင်၊ သိ၊ တွေ့အောင် ကြိုးစားပေးချင်တယ်။ ကြားဖူးတဲ့စကားစုလေးလိုပါပဲ။ ကျွန်တော်/ကျွန်မတို့ ခက်ခဲလို့မလုပ်တာမဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်/ကျွန်မတို့မလုပ်လို့ခက်ခဲနေရတာပါ။ မှားမှန်းသိရင် ရဲရဲပြင်ပြီး အမှန်အတိုင်း သွားကြရအောင်။

Eli Zabeth

မလိုအပ်တဲ့ခေါင်းမာမှုကို မသိနိုင်လောက်အောင် မှားယွင်းခဲ့ပါပြီ။ ခုချိန်မှာ အမှန်ပြင်ဖို့ အချိန်တွေ နှောင်းသွားပြီထင်ပါတယ်။

(၅၀)

အချစ်က ပေါင်း၊ နှုတ်၊ မြှောက်၊ စား ပုစ္ဆာတစ်ပုဒ်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီပုစ္ဆာထဲမှာ နင်နဲ့ငါ ပါတယ်။ အချစ် + ရိုးသားမှုက ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စေတယ်။ ဉာဏ်ပညာ − မှားယွင်းမှုက သံသယကို လျော့နည်းစေတယ်။ စိတ်မှန်ခြင်း × နားလည်မှုက ယုံကြည်မှုကို ဆတိုးစေတယ်။ ကြင်နာခြင်း ÷ ဝေးကွာခြင်းက အချစ်ကို ပိုလှပစေတယ်။ အချစ်ဆိုတာ အပေါင်းကိန်းပြည့်တစ်ခုပါ။ ကျေနပ်အားရတဲ့အဖြေရဖို့ နင်ရယ်၊ ငါရယ် အပေါင်းကိန်းအဖြစ်နဲ့ အတူကြိုးစားရလိမ့်မယ်။

Si Thu Hla Myint

ကျွန်တော်ဟာ အကွရာသချာတို့ ကိုသြမေတြီစတာတွေကို နားမလည်ပေမယ့် နင်နဲ့ငါနဲ့ပေါင်းရင် နှစ်ယောက်တစ်အိမ်မက်ဖြစ်တယ်ဆိုတာတော့ သဘောပေါက်နားလည်ပါတယ်။

Lau Lee

အချစ်ဆိုတာ အပေါင်းကိန်းပြည့်တစ်ခုပါဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

လေးစားစွာဖြင့်

နိုင်းနိုင်းစနေ

* * *