mgyoe.com

စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

တက္ကသိုလ်ရွှေရိပ်ဝင်း

# ဘယ်အချိန်ရှိပြီလဲ

mgyoe.com

mgyoe.com
syw0006
Ks
mgyoe.com

mgyoe.com

ဘယ်အချိန်ရှိပြီလဲ

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၀၀၇၉၅၀၇၁၀ နှင့်

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၀၁၀၇၄၁၀၁၀ တို့ဖြင့်

မျက်နှာဖုံး ဣ.ဒ.ဝ ပြုလုပ်ပြီး ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချို စာအုပ်တိုက်၊ ၈၅၊ ၁၆၄ လမ်း၊ တာမွေမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်နှင့် ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကင်း၊ ရန်ကုန်တို့က ပထမအကြိမ် စောင်ရေ - ၅၀၀ ရိုက်နှိပ်ကာ ၂၀၁၀ ပြည့်နှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင် တန်ဖိုး ၉၀၀ ကျပ်ဖြင့် ဖြန့်ချိသည်။

စာအုပ်ချုပ် - သစ္စာ

၁၅၃

ရွှေရိုဝင်း၊ တက္ကသိုလ်

ဘယ်အချိန်ရှိပြီလဲ / တက္ကသိုလ်ရွှေရိုဝင်း ။ - ရန်ကုန်။

စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၂၀၁၀။

စာမျက်နှာ ၂၈ မျက်နှာ၊ ၁၆.၅ စင်တီ× ၂၁ စင်တီ

(၁) ဘယ်အချိန်ရှိပြီလဲ

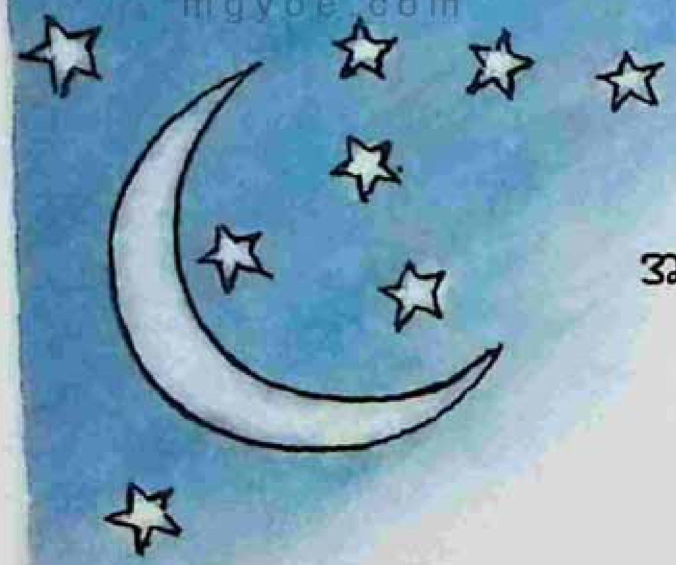
mgyoe.com

mgyoe.com

# မာတိကာ


| | | |
|---|---|---|
| ၁။ | အချိန်ဆိုတာ ဘာလဲ | ၂ |
| ၂။ | အချိန်ဘယ်ကိုသွားသလဲ | ၄ |
| ၃။ | အချိန်တွေ ကုန်သွားပြီလား | ၆ |
| ၄။ | အချိန်ဘာကြောင့် ကုန်ခဲတာလဲ | ၈ |
| ၅။ | အချိန်ရောက်ပြီလား | ၁၀ |
| ၆။ | ဒီနေ့ ဘာနေ့လဲ | ၁၂ |
| ၇။ | တစ်ရက်မှာ ဘယ်လောက်ကြာသလဲ | ၁၄ |
| ၈။ | တစ်နာရီဟာ ဘယ်လောက်ကြာသလဲ | ၁၆ |
| ၉။ | အချိန်ဘယ်လောက်ကျန်သေးသလဲ | ၁၈ |
| ၁၀။ | ဘယ်အချိန်ရှိပြီလဲ | ၂၀ |
| ၁၁။ | ဘယ်ရာသီကို ရောက်နေပြီလဲ | ၂၂ |
| ၁၂။ | ရာသီတွေ စက်ဝိုင်းပုံလည်နေရတဲ့အကြောင်း | ၂၃ |
| ၁၃။ | တစ်နှစ်ဆိုတာ အကြာကြီးပဲလား | ၂၄ |
| ၁၄။ | မွေးသည့်လကို ဖော်ပြခြင်း | ၂၅ |
| ၁၅။ | ဝေါဟာရများ | ၂၆ |

mgyoe.com



# အချိန်ဆိုတာဘာလဲ

အချိန်ဟာ သွားနေတယ်။
မြင်လည်း မမြင်ရဘူး။
ဒါပေမဲ့ အချိန်ဆိုတာ ရှိနေတယ်။

ညမှာ အိပ်ကြတယ်။
ဒါပေမဲ့ အချိန်က ရပ်မနေဘူး။
အချိန်ဟာ တစ်နေ့လုံးနဲ့ တစ်ညလုံး သွားနေတယ်။
အခု စာဖတ်နေတဲ့အခါမှာလည်း အချိန်ဟာ သွားနေတယ်။

အိပ်နေတဲ့အခါမှာလည်း အချိန်က သွားနေတယ် . . .

mgyoe.com

**မနေ့က**
ကုန်သွားတဲ့ရက်ကို
မနေ့ကလို့ ခေါ်တယ်။

**ဒီနေ့**
အခုဖြစ်ပျက်နေတဲ့အချိန်ကို
ဒီနေ့လို့ ခေါ်တယ်။

**မနက်ဖြန်**
မရောက်သေးတဲ့ နောက်တစ်ရက်ကို
မနက်ဖြန်လို့ ခေါ်တယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

# အချိန်ဘယ်ကိုသွားသလဲ

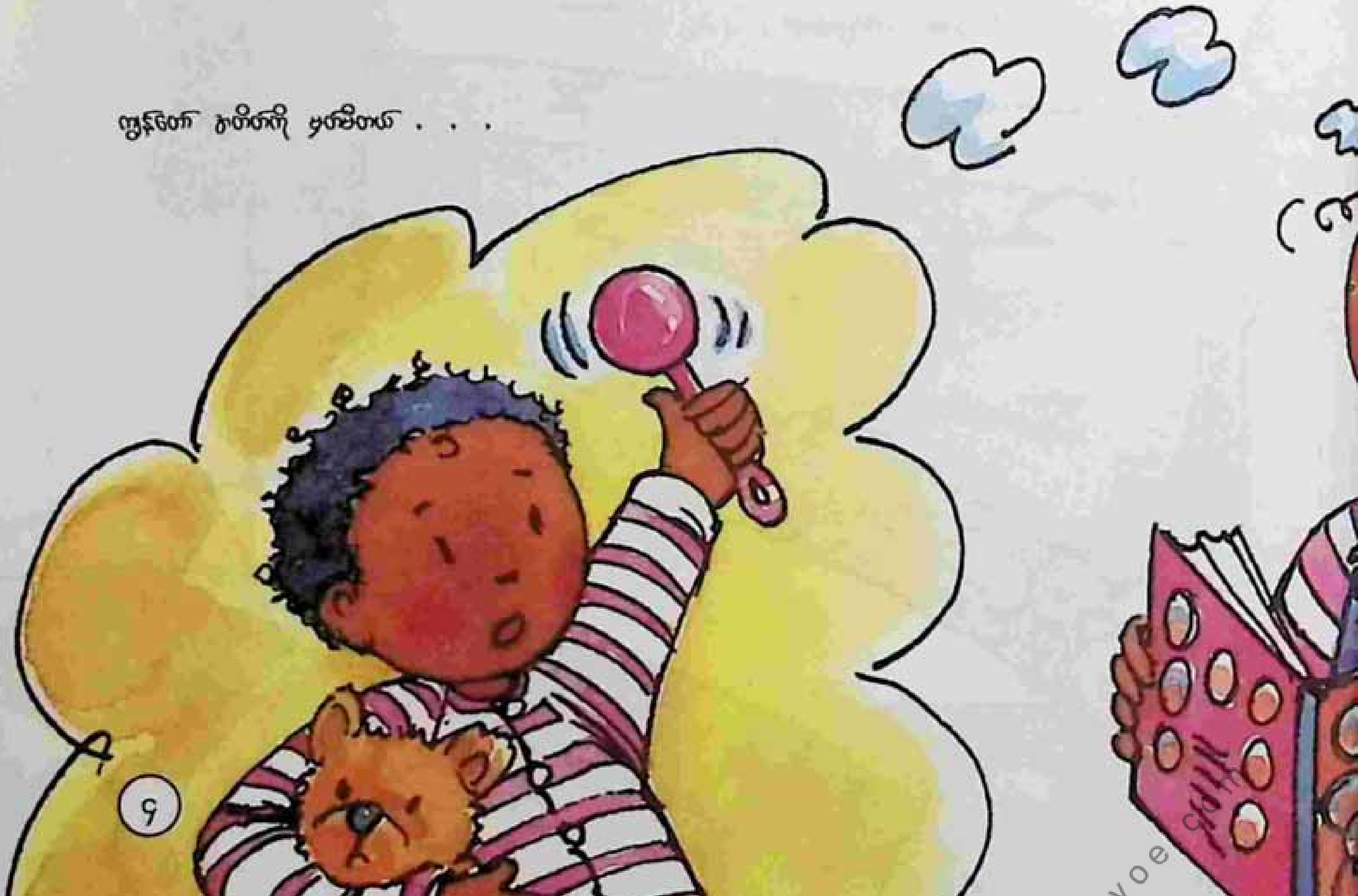
ကုန်သွားတဲ့အချိန်ကို ပြန်ယူလို့မရဘူး။
အချိန်ဟာ ပြန်လည်း မလာဘူး။ ဆက် သွားနေတယ်။

**အတိတ်**
ကုန်သွားတဲ့အချိန်ကို
အတိတ်လို့ခေါ်တယ်။

**ပစ္စုပ္ပန်**
အခု ဖြစ်ပျက်နေတဲ့အချိန်ကို
ပစ္စုပ္ပန်လို့ခေါ်တယ်

**အနာဂတ်**
နောင်မှာဖြစ်မယ့်အချိန်ကို
အနာဂတ်လို့ ခေါ်တယ်။

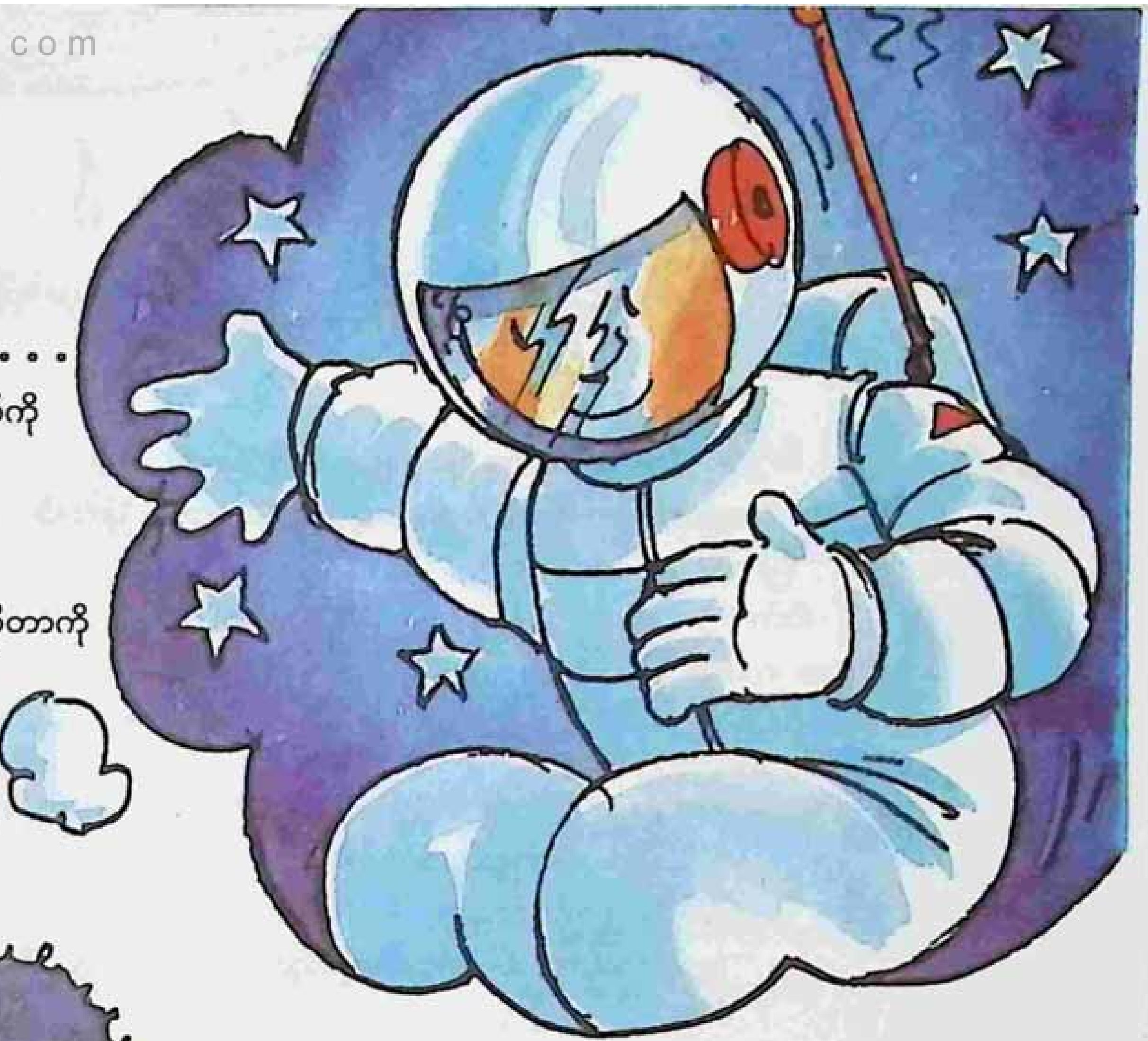
ကျွန်တော် ဘဝကို မှတ်မိတယ် . . .





mgyoe.com

mgyoe.com



**ကြီးလာရင်**
**ဘာလုပ်မလဲ . . .**
သင့်ရဲ့အနာဂတ်ကို
ကြိုတင်
စီစဉ်နိုင်တယ်။
ဒါပေမဲ့
ဘာဖြစ်မှာလဲဆိုတာကို
ကြိုတင်ပြီး
မသိနိုင်ဘူး။

ကျွန်တော်ကတော့ နောက်ဘာဖြစ်မလဲစဉ်းစားတယ် . . .

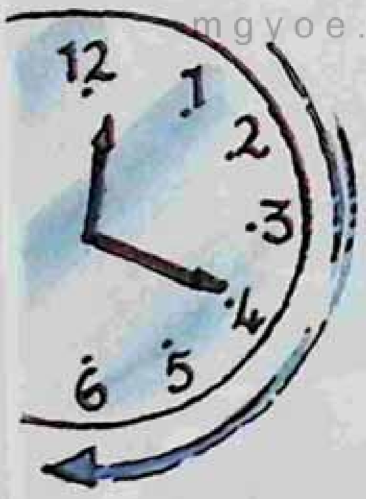
အချိန်တွေကုန်သွားရင် အချိန်ဟာ ရှေ့ကိုတိုးပြီး သွားတာဖြစ်လို့
အနာဂတ်ကို ရောက်သွားတယ်။

ကျွန်မက အခုဘာလုပ်မလဲဆိုတာပဲ စဉ်းစားတယ် . . .



mgyoe.com

mgyoe.com



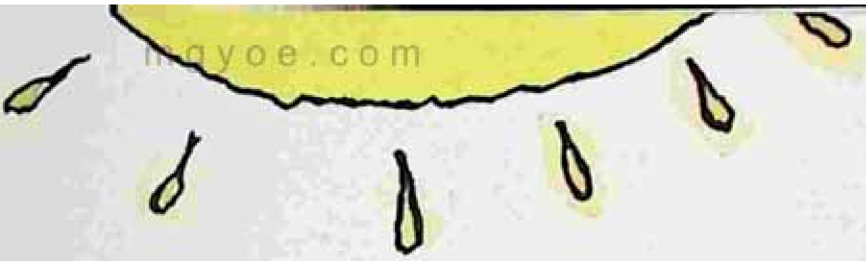
# အချိန်တွေ ကုန်သွားပြီလား

နာရီ ဟာ အချိန်တွေကုန်သွားတာကို ပြတယ်။
လူ့ရဲ့ကိုယ်ခန္ဓာအခြေအနေကလည်း အချိန်တွေကုန်သွားတာကို ပြပါတယ်

**လူ့ကိုယ်ခန္ဓာထဲက သဘာဝနာရီ**

လူ့ကိုယ်ခန္ဓာက အချိန်ကုန်သွားတာကို
သတိပေးတယ်။
အစာစားဖို့အချိန်ရောက်ရင်
ဗိုက်ထဲက အသံမြည်လာတယ်။
အိပ်ချိန်ရောက်ရင်လည်း
တဝါးဝါးသမ်းတာကို တားလို့မရပါဘူး။

mgyoe.com



mgyoe.com

နေ့ကနေ ညကို ပြောင်းသွားတာဟာ အချိန်ကုန်သွားတာကို ပြတယ်။

နေ့တိုင်း နေဟာ
အရှေ့ကထွက်ပြီး
အနောက်က
ဝင်တယ်။
နေ ဟာ နေ့အချိန်ကို
တိုင်းတာတဲ့နာရီနဲ့
တူတယ်။
နာရီ မပေါ်မီက နေကို
အသုံးပြုပြီး အချိန်ကို
မှတ်သားကြတယ်။

## နေနာရီလုပ်ကြည့်ပါ

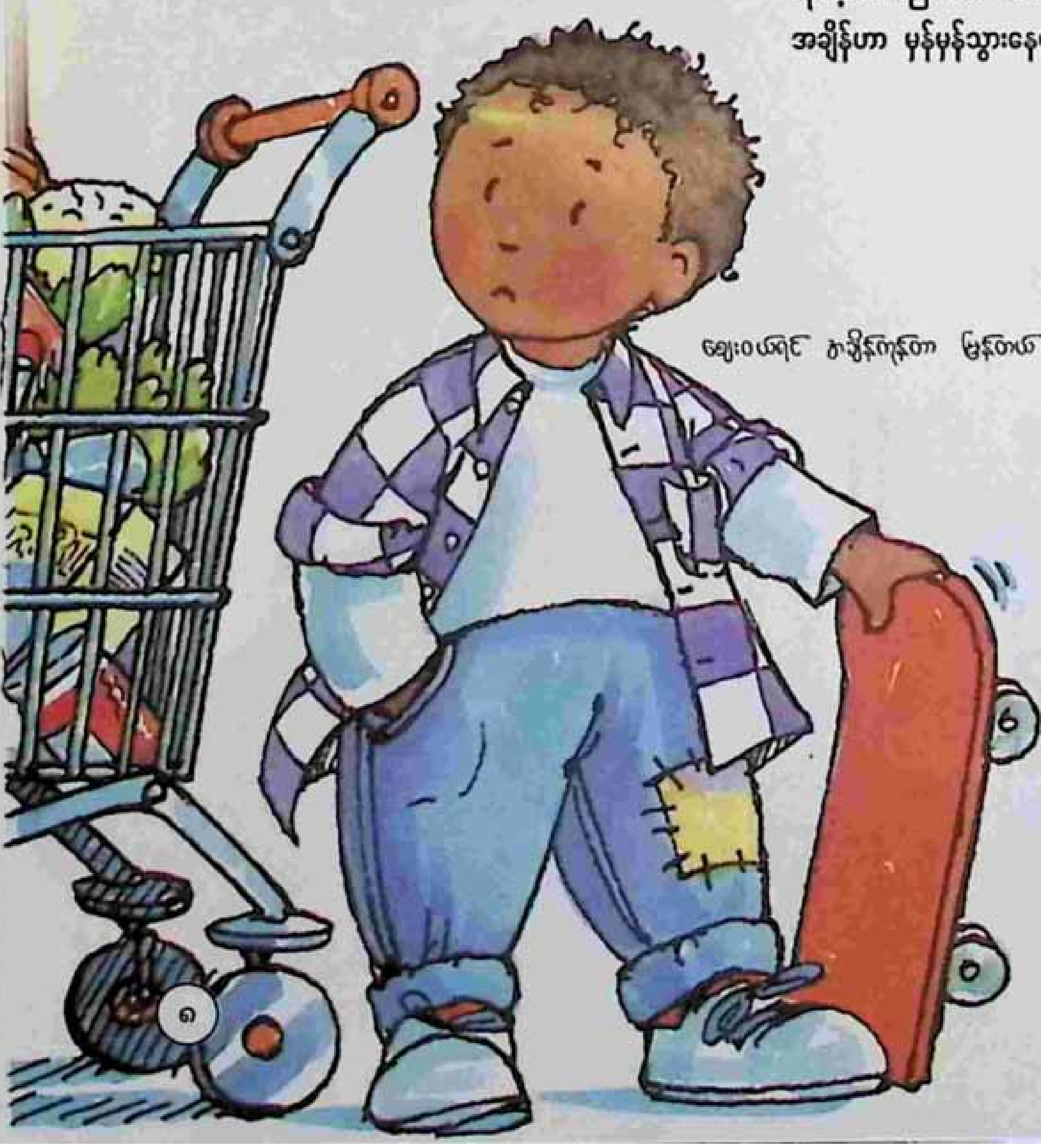
ပန်းအိုးတစ်အိုးထဲမှာ
တုတ်တစ်ချောင်းစိုက်ပြီး
မြေကြီးတွေ ဖြန့်လိုက်ပါ။
အဲဒီအိုးကို နေပူထဲမှာ ထားပါ။
တုတ်ချောင်းရဲ့ အရိပ်ကို
မြေဖြူနဲ့ လိုက်မှတ်ပါ။
တစ်နာရီတစ်ခါ အရိပ်ကိုမှတ်ပါ။
တုတ်ချောင်းရဲ့အရိပ်ဟာ
နေသွားတဲ့လမ်းကြောင်းအတိုင်း
သွားနေတာ တွေ့ရတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

# အချိန်ဘာကြောင့် ကုန်ခဲ့တာလဲ

အချိန်ဟာ ဘယ်တော့မှ
မြန်မြန်လည်း မသွားသလို
နှေးနှေးလည်း မသွားဘူး။
နှေးတယ်မြန်တယ်ဆိုတာ
ကိုယ့်စိတ်ကဖြစ်တာ သက်သက်ပဲ။
အချိန်ဟာ မှန်မှန်သွားနေတယ်။



ဈေးဝယ်ရင် အချိန်ကုန်တာ မြန်တယ် . . .

ပျင်းနေရင်
အချိန်ကုန်တာ
နှေးတယ်။

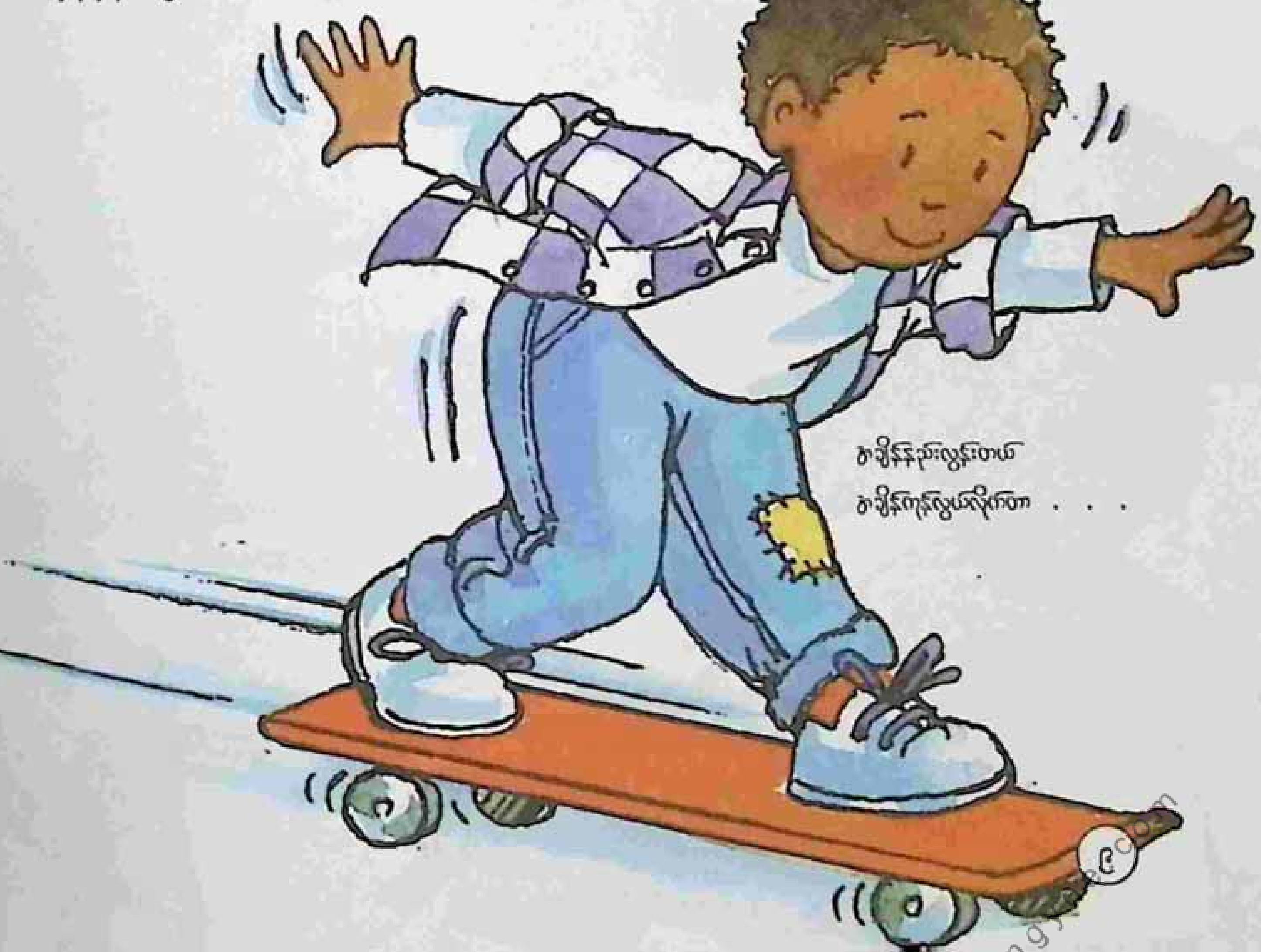


mgyoe.com

mgyoe.com

**ကိုယ်တိုင်စဉ်းစားကြည့်ရအောင်**

ကုန်တိုက်တစ်ခုမှာ ဈေးဝယ်သွားရင်
ကိုယ်လိုချင်တာတွေရှာရ၊ ရွေးရနဲ့
အချိန်ကုန်မြန်တယ်လို့ ထင်ရတယ်။
စာကျက်နေတဲ့အချိန်တွေမှာ
အချိန်ဟာ ကုန်ခဲနေလိမ့်မယ်။
ဒါက ကိုယ့်စိတ် ထင်တာသာဖြစ်တယ်။
တကယ်တော့ အချိန်က မြန်လည်း မမြန်ဘူး။
နှေးလည်း မနှေးဘူး။
မှန်မှန်ပဲသွားတယ်။






mgyoe.com

mgyoe.com

# အချိန်ရောက်ပြီလား

အချိန်ကို သိဖို့လိုတယ်။
အချိန်ကိုသိမှ အလုပ်လုပ်တဲ့ဆီမှာ ဘယ် ရက်၊ ဘယ် အချိန်မှာ ဘာလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို သိမှာဖြစ်တယ်။

ထမင်းစားချိန်ရောက်ပြီလား . . .

ဒီနေ့ ကျောင်းဖွင့်ရက်လား . . .

လမ်းလျှောက်ဖို့ အချိန်ရောက်ပြီလား . . .

mgyoe.com

mgyoe.com

အချိန်မီတာကောင်းတယ်။
စောစောရောက်ဖို့မလိုဘူး။ နောက်ကျလို့လည်း မဖြစ်ဘူး။



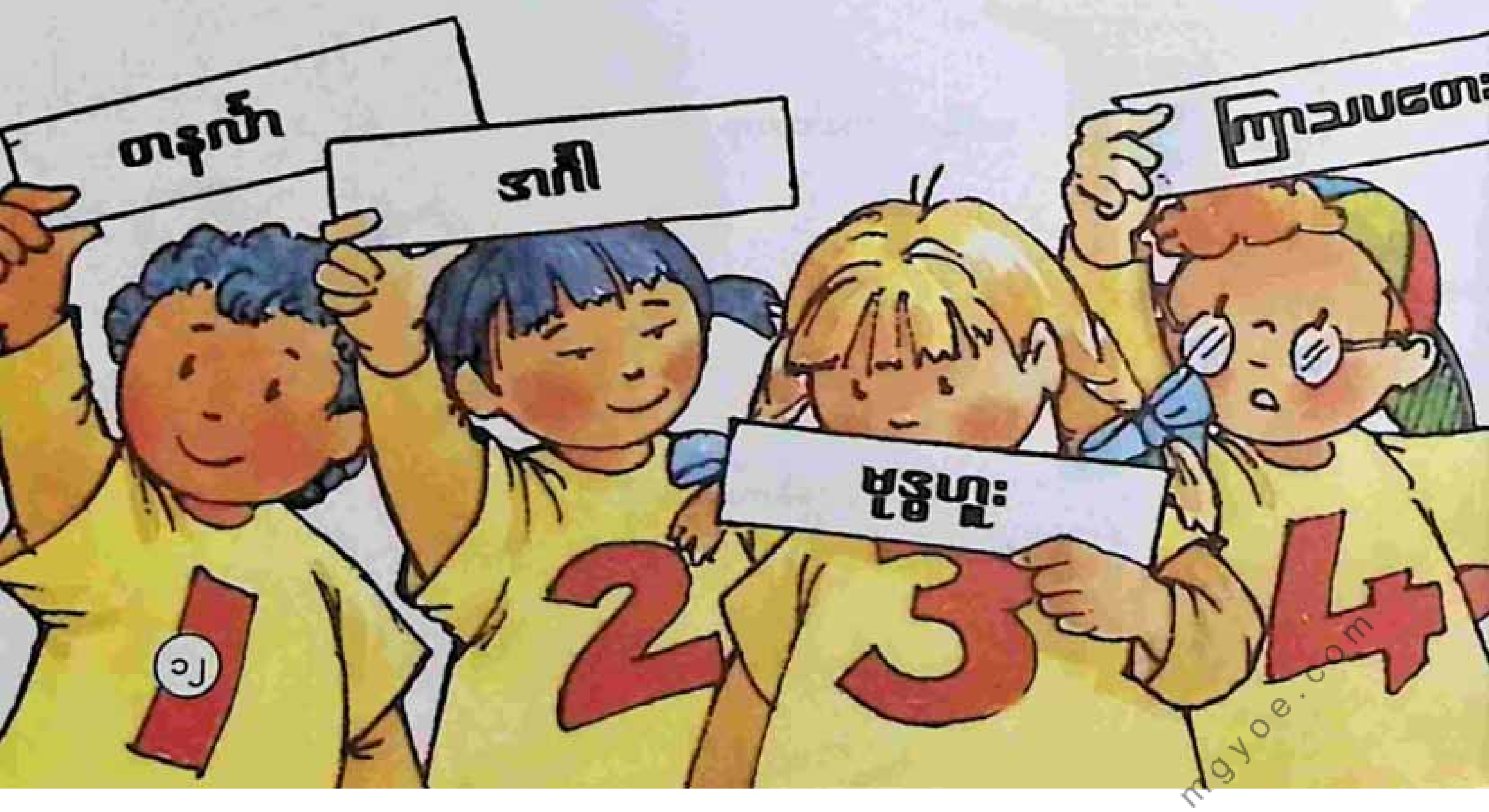
mgyoe.com

mgyoe.com

# ဒီနေ့ ဘာနေ့လဲ

တစ်ပတ်မှာ ၇ ရက်ရှိတယ်။
အဲဒီ ၇ ရက်စလုံးမှာ နာမည်တွေရှိပြီး
အစီအစဉ် သတ်မှတ်ထားတာရှိတယ်။

. . . အနောက်နိုင်ငံတွေမှာ တနင်္လာနေ့ကို တစ်ပတ်ရဲ့ ပထမဆုံးရက်လို့ သတ်မှတ်တယ် . . .






mgyoe.com

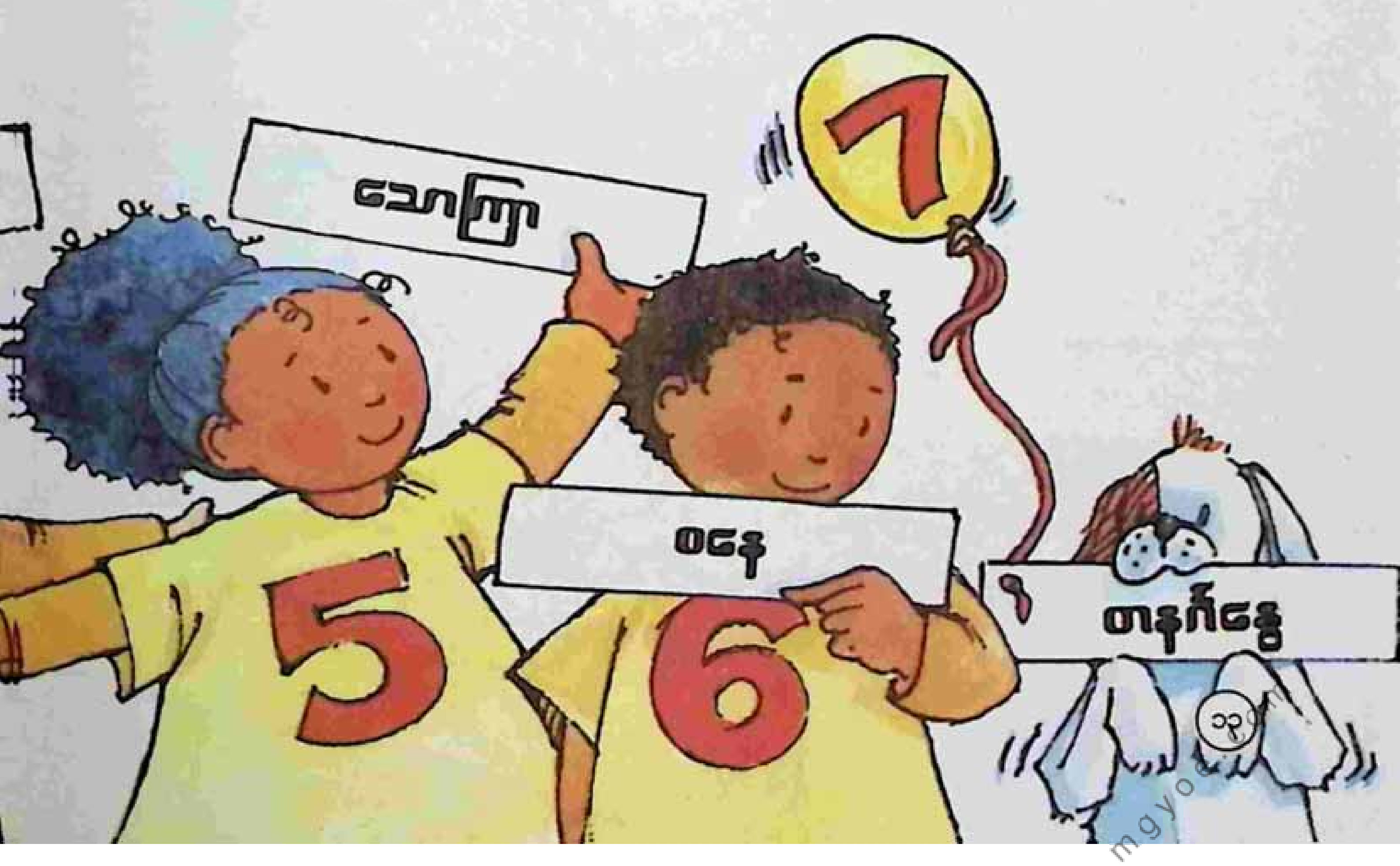
mgyoe.com

## ဘယ်အချိန်မှာ ဘာလုပ်သလဲ

တစ်ပတ်မှာရှိတဲ့ရက်တွေမှာ နာမည်တွေကို အစဉ်အလာအတိုင်း ရေးပါ။
နေ့တိုင်း အချိန်မှန်မှန်လုပ်တဲ့ အလုပ်တွေ ရှိသလား။
တစ်ပတ်မှာ တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ခေါင်းလျှော်သလား။
ဘယ်အလုပ်တွေကို မှန်မှန်လုပ်သလဲ။

၇ ရက်ကုန်သွားတဲ့အခါမှာ တစ်ပတ် လို့ခေါ်တယ်။
ပြီးတော့ နောက်ထပ်တစ်ပတ် အသစ် စတယ်။

စနေနဲ့ တနင်္ဂနွေမှာ တစ်ပတ်ကုန်တယ် . . .






mgyoe.com