

စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

သမီးအတွက် စာအုပ်ကလေး ဖွန်းထက် ပြန်ချစ်

သမီးတွေက အံ့ဩစရာကောင်းတဲ့
အလုပ်တွေ လုပ်လေ့ရှိကြတယ်။
သူတို့လုပ်လိမ့်မယ်လို့ သင် ထင်မထားတဲ့
အံ့ဩစရာ အလုပ်တွေပေါ့။
မတူကွဲပြားခြားနားတဲ့ အလုပ်တွေ၊
အံ့အားသင့်စရာ အလုပ်တွေ၊
သင်မက်ခဲ့ဖူးသမျှ အိမ်မက်တွေထက်
ပိုကောင်းတဲ့ အလုပ်တွေပေါ့။



HH0004
900.00 mg DOE . com KS

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်ဦး စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ၈၅၊ ၁၆၄ လမ်း၊ တာပွေ၊
 ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း၊
 အပြင်အဆင် - အမ်အက်စ်အို
 ၂၀၁၃၊ ဇူလိုင်လ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀
 ရောင်းစျေး ၉၀၀ ကျပ်

၀ ၀ ၀ . ၀ ၅

သမီးအတွက်စာအုပ်ကလေး

ထွန်းထက်၊ ရန်ကုန်၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၂၀၁၃၊
 စာမျက်နှာ ၇၃ မျက်နှာ၊ ၉.၅ ဧင်တီ x ၁၂.၅ ဧင်တီ

(၁) သမီးအတွက်စာအုပ်ကလေး

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်



သမီးအတွက်
စာအုပ်ကလေး
ထွန်းထက်-ပြန်ဆိုသည်။

Handwritten text, possibly a title or header, including the number 2020.

Main body of handwritten text, appearing to be a list or series of notes.

ဝက်မြီး မြင်းမြီးပုံ ဆံပင်စည်းကလေးများနှင့်

မိန်းမငယ်ကလေးအတွက် ကောင်းကင်ဘုံ
 တွေကို ကျေးဇူးတင်ပါ။ ဝက်မြီးဆံပင်၊ မြင်းမြီး
 ဆံပင်လေးတွေနဲ့ ဂျင်းဘောင်းဘီ၊ ဂျင်းအင်္ကျီ
 ဝတ်ထားတဲ့၊ ပါတီတက် ဝတ်စုံဝတ်ဆင်ထား
 တဲ့၊ သစ်ပင်တွေကိုတက်နေတဲ့၊ စာအုပ်တွေဖတ်
 နေတဲ့၊ သကြားခဲစုပ်နေတဲ့၊ ကျွမ်းထိုးနေတဲ့၊
 မိတ်ဆွေဖြစ်လိုက် ရန်ဖြစ်လိုက်လုပ်နေတဲ့ အဲဒီ
 မိန်းမငယ်ကလေးတွေဟာ ကမ္ဘာလောကကြီးထဲ

ကို သူတို့ရဲ့ အထူးညှို့ငင်မှု၊ ပြည့်စုံတဲ့ ဝမ်း
မြောက်ပျော်ရွှင်မှု၊ လူသားချင်းဆက်ဆံရေးနယ်
ပယ်အတွင်းက နူးညံ့မှု၊ ပျော်ရွှင်မှု၊ ဝမ်းနည်းမှုနဲ့
စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သစ္စာတရားတို့နဲ့ပတ်သက်
ဆက်နွယ်နေတဲ့ သိမ်မွေ့နူးညံ့မှုတို့ကို ယူဆောင်
လာပါတယ်။

မိဂျဲလ်ဂွင်းနက်စ်
(“အသံများ၏ ရောင်စုံချည်ထိုးပန်းချီကား” စာအုပ်မှ)

ကျွန်မတစ်ပါးမှမသိခဲ့ဖူးတဲ့ နူးညံ့သိမ်မွေ့မှု

ကျွန်မ တစ်ပါးမှမသိခဲ့ဖူးတဲ့ နူးညံ့သိမ်မွေ့မှု

လူ့လောကထဲရောက်လာတဲ့အချိန်က စလို့ ကျွန်မ သမီးလေးက ကျွန်မဆီကနေ ကျွန်မပိုင် ဆိုင်တယ်လို့ ဘယ်တုန်းကမှ သိမထားခဲ့တဲ့ နူးညံ့သိမ်မွေ့မှု၊ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်လိုစိတ်နဲ့ တိုက်ပွဲဝင်စိတ်ဓာတ်တို့ကို ဆွဲယူသွားခဲ့ပါတယ်။ သမီးမွေးတဲ့နေ့မှာ ကျွန်မဟာ ကမ္ဘာကြီးကို နေ့ချင်းညချင်း ပြောင်းလဲပစ်လိုက်ချင်တဲ့ဆန္ဒ တွေ ပေါ်ထွက်လာခဲ့တယ်။ ဟောဒီ၊ မိန်းကလေး

ပိစိက္ကေးတွေအတွက်၊ ကျွန်မရဲ့အိပ်မက်တွေ
 အာသာဆန္ဒတွေအားလုံး ကိန်းဝပ်နေတဲ့ ဟောဒီ
 အရာကလေးအတွက် ပိုပြီး ဘေးကင်းလုံခြုံတဲ့၊
 ပိုပြီး လွယ်ကူတဲ့၊ ပိုပြီးကောင်းမွန်တဲ့နေရာတစ်ခု
 ဖြစ်သွားအောင် ပြောင်းလဲပစ်လိုက်ချင်တာလေ။

မိရဲ့လင်္ဂင်းနက်စ်

(“အသံများ၏ ရောင်စုံချည်ထိုးပန်းချီကား” စာအုပ်မှ)

စတုရန်းပုံရှိသော အပေါင်းစုံများကို စတုရန်းပုံ
 ရှိသော အပေါင်းစုံများကို စတုရန်းပုံ
 ရှိသော အပေါင်းစုံများကို စတုရန်းပုံ
 ရှိသော အပေါင်းစုံများကို စတုရန်းပုံ
 ရှိသော အပေါင်းစုံများကို စတုရန်းပုံ

သမီးဆိုတာ ဘာလဲ

သမီးတစ်ယောက်ဆိုတာ နိဒါန်းသစ်တစ်ခု
 ပဲ။ သမီးဆိုတာ ယမင်းရုပ်အိမ်တစ်လုံးဆောက်
 ဖို့အတွက် သင့်ရဲ့အကြောင်းပြချက်၊ သင်
 ဆယ့်လေးနှစ်သမီး အရွယ်မှာ ဘယ်လိုတွေပြုမူ
 ခဲ့တယ်ဆိုတာကို သင် စိတ်မသက်မသာ ပြန်
 လည်သတိရမြင်ယောင်စေတဲ့ အရာတစ်ခု၊
 ထပ်ခိုးခန်းထဲက ဖုန်တက်နေတဲ့အရာ အားလုံး
 က ပိုင်ဆိုင်တဲ့လူ၊ သူ့ အသက် နှစ်ဆယ့်တစ်

နှစ်ပြည့်ရင် သူနဲ့ပတ်သက်တဲ့ သင့်ရဲ့စိုးရိမ်ပူပန်
မှုတွေ ပျောက်ကွယ်သွားလိမ့်မယ်လို့ သင်ယူဆ
ခဲ့တဲ့သူ၊ ဒါပေမဲ့ သူ့အသက် လေးဆယ့်ငါးနှစ်
မှာတောင် သူ့အတွက် သင့်ရဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေ
ဆက်ရှိနေသေးတဲ့သူ ဖြစ်တယ်။

ပင်ဘရောင်း (၁၉၂၈)

နို့စို့အရွယ် မိန်းကလေးရဲ့ တန်ခိုးစွမ်းပကား

နို့စို့အရွယ် မိန်းကလေးငယ်ရဲ့ တီးတိုးပြော
ဆိုသံကို ခြင်္သေ့တစ်ကောင်ရဲ့ ဟိန်းဟောက်သံ
ထက်ပိုပြီး ကျယ်ကျယ်လောင်လောင် ကြားနိုင်
တယ်။

အာရပ်စကားပုံ

သူမရဲ့ လက်မောင်းသေးသေးလေးကို
ထုပ်ပိုက်ထားခဲ့သလား။ ဘာမှမဟုတ်ပါဘူး။
သူမကို အဲဒီ တက်ဒီဝက်ဝံရုပ်ကလေးတွေ၊
ယမင်းရုပ်လေးတွေ၊ စာအုပ်တွေအားလုံး ငါဝယ်
ပေးချင်လိုက်တာ။

စတူးဝပ်မက်ဗာလင်း

မိန်းမငယ်လေး

သူမဟာ သင့်ရဲ့အိမ်၊ သင့်ရဲ့ဆံပင်၊
 ပြီးတော့ သင့်ရဲ့ဂုဏ်ကျက်သရေကို ညစ်ပတ်
 ပေပွအောင် လုပ်နိုင်တယ်။ သင့်ရဲ့ငွေ၊ သင့်ရဲ့
 အချိန်၊ ပြီးတော့ သင့်ရဲ့ စိတ်ရှည်သည်းခံမှုကို
 ကုန်ခန်းသွားအောင် သုံးစွဲပစ်နိုင်တယ်။ နောက်
 တော့ သင့်ရဲ့သည်းခံနိုင်စွမ်း ကွဲအက်ဖို့ အဆင်
 သင့်ဖြစ်ချိန်မှာ သူမရဲ့ နေရောင်ခြည်က တိတ်
 တိတ်ကလေးဝင်လာတယ်။ အဲဒီမှာတင် သင်
 နောက်တစ်ကြိမ် ပျောက်ဆုံးလွင့်မျောရပြန်ပြီ
 ပေါ့။

အလန်ဘက်

ကျွန်တော်ဟာ သူမရဲ့အချစ်အတွက် အရူး
တစ်ယောက်ပါ။

နီကိုလပ်လားဇက်

သမီးတစ်ယောက်ရဲ့ ဖခင်ဆိုတာ အဆင့်
 မြင့် ဓားစာခံတစ်ယောက်ကလွဲပြီး ဘာမှမဟုတ်
 ပါဘူး။ ဖခင်တစ်ယောက်ဟာ သူ့သားတွေကို
 မျက်နှာတင်းတင်းနဲ့ ကြည့်တယ်။ သူတို့ကို
 ဒေါသနဲ့ ဝေဖန်ပြောဆိုတယ်။ သူ့ရဲ့ဦးချိုကို ခါ
 ရမ်းတယ်။ မြေကြီးကို လက်သည်းနဲ့ကုတ်ခြစ်
 တယ်။ ငေါ့တော့တော့ပြောတယ်။ ကြိမ်းမောင်း
 ဟိန်းဟောက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့သမီးက သူ့လည်
 ပင်းကိုဖက်ပြီး “ဖေဖေ... ဖေဖေကို သမီး တောင်း
 ဆိုစရာတစ်ခုရှိတယ်” လို့ ပြောလိုက်တဲ့အခါ
 သူဟာ ကျိုက်ကျိုက်ပူနေတဲ့ ဒယ်အိုးထဲ ရောက်
 သွားတဲ့ ထောပတ်တုံးလိုဖြစ်သွားတော့တာပဲ။
 ဂယ်ရီဆင်ကိုင်လော်

အဆုံးမဲ့အချစ်

သမီးလေးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ မေမေရဲ့ ပထမဆုံး အတွေးကတော့ မေမေတစ်ကိုယ်လုံးကို လွှမ်းခြုံထားတဲ့၊ လျှံဝေနေတဲ့အချစ်ပဲ။ မေမေရဲ့ ပထမဆုံးရင်သွေး၊ မေမေရဲ့ သူ့ကိုယ်သူ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်နိုင်စွမ်းမရှိတဲ့ မေမေရဲ့ ဒုက္ခိတ သမီးကလေးအတွက် မေမေရင်ထဲက ထွက်ပေါ်လာတဲ့ အကြွင်းမဲ့မေတ္တာပါပဲ။

ရှားပါးသော ရောဂါတစ်ခုခု စွဲကပ်နေ

သည့် သမီးကလေး ဂျေဗီအတွက် မိခင်ဖြစ်သူ ဝင်ဒီ၏ ပြောစကား

သမီးလေးရဲ့ မျက်နှာကို မြင်လိုက်ရတဲ့ တစ်ခဏမှာပဲ မေမေ့သမီးလေးကို ချစ်သွားမိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ စောင်ထုပ်ထဲမှာ ထွေးထားတဲ့ အဲဒီအံ့အားသင့်မှုတွေကို မေမေ ဘယ်လိုစပြီး သံသယဝင်နိုင်မှာလဲ။ သမီးလေးဟာ မေမေ့ရဲ့ ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်မှု၊ မေမေ့ရဲ့ ဘယ်တော့မှ မဆုံးနိုင်တဲ့ အံ့ဩမှင်တက်မှုရဲ့ အရင်းအမြစ်ပါ။

ပင်မလာဒူဂဒေးလ်

ဘဝရဲ့ အဓိပ္ပာယ်တစ်ခု

လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝဟာ သူ့ကို ဘုရား
 သခင်က သမီးတစ်ယောက် မပေးမချင်း သဲတွေ
 အတွက်က လွဲပြီး ဗလာနတ္ထိဖြစ်တဲ့ ကန္တာရ
 တစ်ခုလိုပဲဖြစ်လိမ့်မယ်။ ကျွန်တော်ကလည်း
 ပြောချင်တယ်။ သမီးမရှိတဲ့ ယောက်ျားတစ်
 ယောက်ဟာ သမီးလေးတစ်ယောက် မဖြစ်မနေ
 မွေးစားသင့်တယ်။ အကြောင်းကတော့ အချိန်ရဲ့
 လျှို့ဝှက်ချက်နဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဟာ မိန်းကလေးငယ်
 တွေရဲ့ နှလုံးသားတွေထဲမှာ ပုန်းအောင်းနေလို့ပဲ။
 ကာပေးလ်ဂ်ဘရင်(၁၈၈၃-၁၉၃၁)

သူ ပြုံးတယ်

ကျွန်မရဲ့ ချစ်သမီးလေး... အိပ်တယ်၊ ပြုံး
တယ်၊ ရယ်တယ်... သူ့ရဲ့ မျက်နှာမှာ သိလိုစိတ်နဲ့
မှော်တန်ခိုး အစွမ်းတွေ ပြည့်လျှံလွန်းနေတာ
ကြောင့် ကမ္ဘာကြီးဟာ သူ့ကိုဂုဏ်ပြုဖို့ တည်
ရှိနေတယ်ဆိုတာ ကျွန်မ သိလိုက်ရပြီ။

ဆယ်လီအီမာတင်

(အလုပ်သို့ နောက်ကြောင်းပြန် စာအုပ်မှ)

ပျော်ရွှင်မှုကလေးငယ်တစ်ယောက်ဟာ
 အမြဲတမ်းပဲ ခန္ဓာကိုယ်အသစ်ထဲမှာ နေထိုင်နေ
 တဲ့ ဝိညာဉ်ဟောင်းတစ်ခုနဲ့ တူသလိုလို။ ပြီးတော့
 မပြုံးမချင်း သူမရဲ့မျက်နှာက သိပ်ကိုလေးနက်
 တယ်။ ပြီးတော့ နေမင်းကြီးက ကမ္ဘာကြီးကို
 လင်းလက်သွားစေတယ်။

အင်းကင်မရွန်
 (ကြေးနီအပျိုးသမီး၏ သမီးပျား စာအုပ်မှ)

သမီးလေးဟာ လေဆင်နှာမောင်းတစ်ခုလို
 မေမေတို့ရဲ့ ဘဝတွေထဲကို ပြင်းထန်တဲ့အရှိန်နဲ့
 ဝင်ရောက်လာတယ်။ မေမေတို့ရဲ့ စီမံကိန်းတွေ
 အားလုံးအပေါ် တော့တီးတော့တနဲ့ ဖြတ်ကျော်
 လျှောက်လှမ်းခဲ့တယ်။ မေမေတို့ အနှစ်သက်ဆုံး
 ရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားတွေ ကြည့်နေတုန်း အာခေါင်
 ခြစ်ပြီး အော်ဟစ်ခဲ့တယ်။ အရာအားလုံးအပေါ်
 သမီးလေး လွှမ်းမိုးကြီးစိုးခဲ့တယ်။ မေမေတို့ရဲ့
 ဘဝတွေ ရှင်သန်တက်ကြွလာအောင် သမီး
 လေး လုပ်ခဲ့တယ်။

စတူးဝပ်နှင့် လင်ဒါမက်ဗာလင်း

သူနာပြုဆရာမက ကျွန်မရဲ့ သမီးလေးကို
 ကျွန်မဆီ ယူလာတော့ ကျွန်မသမီးလေးရဲ့
 မျက်နှာကို ကြည့်လိုက်တယ်။ အဲဒီမျက်နှာလေး
 ထဲမှာ ကျွန်မကိုယ်ကျွန်မ တွေ့လိုက်ရတယ်။
 သူမရဲ့မျက်လုံးတွေ၊ သူမရဲ့အသားအရေနဲ့ သူမ
 ရဲ့ မျက်နှာသွင်ပြင်၊ သူမရဲ့ဝိညာဉ်... အရာ
 အားလုံးဟာ ကျွန်မကိုယ်တိုင်ပါပဲ။ အဲဒီအခိုက်
 အတန့်ကစလို့ ကျွန်မရဲ့နှလုံးသားဟာ သူ့ရဲ့
 နှလုံးသားဖြစ်သွားခဲ့ပါတော့တယ်။ တစ်မှ
 ဟုတ်ချင်းမှာ ကျွန်မ ထိတ်လန့်သွားမိတယ်။

အူမြူးသွားမိတယ်။ ဂုဏ်ယူဝင့်ကြွားသွားမိ
တယ်။ ပြီးပြည့်စုံသွားတယ်။ အဲဒီနေ့မှာ ကျွန်မ
တို့ဟာ ကျွန်မတို့ရဲ့ ဒီကနေ့အထိ ဆက်ရှိနေခဲ့
တဲ့ နှလုံးသားချင်း၊ စိတ်ချင်း၊ ဝိညာဉ်ချင်း
ရောနှောပေါင်းစပ်ထားတဲ့ စွယ်တော်ရွက်ဘဝ
ဇာတ်လမ်းကို စတင်ခဲ့ကြတယ်။

နာအိုမိဂျတ်

ချစ်ခင်ပြတ်နိုးမှု

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ သမီးလေး... အိပ်မောကျ
နေလေရဲ့။ အိပ်ရာခင်းပေါ်မှာ မြင်နေရတဲ့ သူ့
လက်သေးသေးလေး ဆုပ်ထားတာက ကျွန်
တော့်ရဲ့ နှလုံးသား။

ဟူဂိုဝီလျံ (၁၉၄၂)

တစ်ခါတစ်ရံ သမီးလေး ပုခက်ထဲမှာ ငြိမ်း
ငြိမ်းချမ်းချမ်း အိပ်မောကျနေစဉ်မှာ သမီးလေးရဲ့
လက်သေးသေးလေးကို မေမေ့လက်ထဲ ဆုပ်
ကိုင်ထားတတ်တယ်။ သမီးလေးရဲ့ ငြိမ်းချမ်းမှုနဲ့
အေးချမ်းမှုကို ဝေမျှ ခံစားနိုင်ဖို့ပေါ့။

လင်ဒါမက်ဗာလင်း