



mg yoe . com

SAMPLE BOOK

# မင်းရှဲ့ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေး အတိုင်းသာ

## ထွက်ကုန်ချိန်



(ဒုတိယအကြိမ်)

### THE FOUR AGREEMENTS: A PRACTICAL GUIDE TO PERSONAL FREEDOM

By Don Miguel Ruiz

Over 16 million copies sold

mg yoe . com

ဝစ်မှန်တဲ့ လွတ်လပ်မှု ဆိုတာ  
 လူစိတ်နဲ့ သက်ဆိုင်နေပါတယ်။  
 ကိုယ်ပုံစံနဲ့ကိုယ်  
 တကယ် ဖြစ်ခွင့်ရတာတ  
 လွတ်လပ်မှုပါပဲ။



စာရိပ်မြိုင်အမှတ်ဝဋ် (၂၇)

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း



ထက်ဘုန်းရှိန်

မင်းရဲ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေးအတိုင်းသာ

- ထုတ်ဝေသည့်အကြိမ် ♦ ဒုတိယအကြိမ်၊ ၂၀၂၃ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ
- မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း ♦ Citamin
- အတွင်းဒီဇိုင်း ♦ ခိုင်လင်ထွန်း
- ထုတ်ဝေသည့်အုပ်ရေ ♦ ၅၀၀
- စာအုပ်တန်ဖိုး ♦ ၅၀၀၀ ကျပ်
- ထုတ်ဝေသူ ♦ ဦးပြည့်အာကာ(ဝဋ်ဝဋ်-စာရိပ်မြိုင်စာပေ)  
အမှတ် ၃၀၈၊ သင်္ဘောကျင်း ၂ လမ်း၊  
သင်္ဘောကျင်းရပ်ကွက်၊ ဒေါပုံမြို့နယ်။
- ပုံနှိပ်သူ ♦ ဒေါ်မျိုးမျိုးသန်း(မျိုးမျိုး ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း) (ဝ၀၅၃၃)  
အမှတ် ၁၁၊ ၅၆ လမ်း၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ဖြန့်ချိရေး ♦ ကိုလတ်စာပေ  
အမှတ် ၂၀၈၊ ၃၁ လမ်းအထက်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
ဖုန်း ၀၉ ၅၀၂၀၀၆၈၊ ၀၉ ၈၈၅၀၂၀၀၆၈၊ ၀၉ ၂၆၅၀၂၀၀၆၈

ထက်ဘုန်းရှိန်  
မင်းရဲ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေး အတိုင်းသာ / ထက်ဘုန်းရှိန်။ ရန်ကုန်  
စာရိပ်မြိုင်စာပေ။ ၂၀၂၃။  
စာမျက်နှာ - ၁၂၈၊ ၁၃. ၉၇ စင်တီ x ၂၀. ၃၂ စင်တီ  
(၂၇) မင်းရဲ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေး အတိုင်းသာ

### ဆရာမ စူးရှမေ၏ အမှတ်တရ စကား

ဆရာ ထက်ဘုန်းရှိန်ရဲ့ “မင်းရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေးအတိုင်းသာ” ဘာသာပြန် စာအုပ်ကလေးအတွက် အမှတ်တရစကားလေး ရေးပေးဖို့ ကိုပြည့်အာကာကနေ ကျွန်မကို ပြောလာတဲ့အတွက် ဆရာထက်ဘုန်းရှိန်အတွက် အမှတ်တရစကားလေး ရေးပေးချင်ပါတယ်။

ပထမဦးဆုံးအနေနဲ့ “မင်းရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေးအတိုင်းသာ” ဆိုတဲ့ စာအုပ် လေးကို ဘာသာပြန် ရေးသားပေးခဲ့တဲ့ ဆရာထက်ဘုန်းရှိန်ကို ကျေးဇူးတင်ချင်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်လေးရဲ့ မူရင်းစာအုပ်ဖြစ်တဲ့ "The Four Agreements" ဆိုတဲ့ စာအုပ်ဟာ ကျွန်မ သဘောကျ အနှစ်သက်ရဆုံးစာအုပ်တွေထဲက တစ်အုပ်ပါ။ "The Four Agreement" စာအုပ်လေးကို လွန်ခဲ့တဲ့သုံးနှစ်က ကျွန်မရဲ့မွေးနေ့မှာ မေမေ လက်ဆောင်ပေးလို့ စပြီး ဖတ်ဖြစ်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ မူရင်းစာအုပ်ကို စပြီးဖတ်ခဲ့တဲ့ အချိန်ကတည်းက သဘောကျလွန်းလို့ ထပ်ခါထပ်ခါ ပြန်ဖတ်မိတဲ့ အထိပါပဲ။ နောက်ပြီး စာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ Agreement တွေကို Sticknote နဲ့ ရေးထားပြီး ကျွန်မရဲ့ စာကြည့်စားပွဲရှေ့မှာ ကပ်ထားဖြစ်ခဲ့တဲ့အထိ ကျွန်မရဲ့ဘဝအပေါ် လွှမ်းမိုးသက်ရောက်မှုရှိစေခဲ့တဲ့ စာအုပ်လေး ဖြစ်ပါတယ်။

"The Four Agreement" စာအုပ်လေးကို မရေတွက်နိုင်အောင် ထပ်ခါ ထပ်ခါ ပြန်ဖတ်မိတဲ့အချိန်တိုင်း ကျွန်မလိုပဲ အခြားသူတွေကို ဖတ်စေချင်တဲ့ ဆန္ဒ

mgyoe.com

လေး ဖြစ်ခဲ့မိတယ်။ International Best Seller စာအုပ်တစ်အုပ် ဖြစ်ပေမဲ့ မြန်မာ နိုင်ငံမှာတော့ ဘာသာပြန်ဆိုထားတာ မရှိသေးတာကြောင့် ဒီက စာဖတ်သူတွေကို လည်း ဖတ်စေချင်ခဲ့တာပါ။ အဲဒါကြောင့်ပဲ ဆရာထက်ဘုန်းရှိန်နဲ့ စကားပြောဖြစ် ခဲ့ရာက ဒီစာအုပ်လေး ဖတ်ကြည့်ဖို့ကို ကျွန်မက တောင်းဆိုခဲ့ရပါတယ်။ ဆရာက လည်း သူ ဖတ်ကြည့်ပြီးနောက်ပိုင်း သဘောကျတာကြောင့် ဘာသာပြန်မယ်လို့ ပြောတဲ့နေ့က ကျွန်မ သိပ်ကို ဝမ်းသာခဲ့ရတာ အမှန်ပါပဲ။

ဒီစာအုပ်လေးဟာ ကိုယ်ပိုင်လွတ်မြောက်ခြင်းတွေအိသို့ သွားရာလမ်း အတွက် လမ်းညွှန်ပေးနိုင်မဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ သဘောတူချက်လေးချက်က ကျွန်မတို့ဘဝကို ပြောင်းလဲမှုတွေ အများကြီး ဖြစ်စေပါ လိမ့်မယ်။ စကားလုံးတွေကို မှန်ကန်စွာ ရွေးချယ်တတ်ဖို့၊ မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုတတ်ဖို့ ကိုယ့်အပူမဟုတ်တဲ့ အရာတွေကို ကိုယ့်အပူမလုပ်ဖို့၊ မြင်မြင်သမျှ ထင်ထင်သမျှကို ရမ်းသမ်းကောက်ချချက်ပြီး စိတ်သောကတွေကို မဖန်တီးဖို့၊ ဘဝမှာ ဘယ်အရာကို မဆို ကိုယ်လုပ်နိုင်သမျှ အကောင်းဆုံးလုပ်ပြီး ကြိုးစားတတ်ဖို့ စတဲ့ အရာတွေကို ဒီစာအုပ်လေးကနေ တစ်ဆင့် သင်ယူရရှိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ဆရာထက်ဘုန်းရှိန်ရဲ့ ပေါ့ပါးတဲ့ စကားလုံးအသုံးနှုန်းတွေနဲ့ ပြေပြစ်တဲ့ အရေးအသားကြောင့် တစ်အုပ်လုံး ကို စိတ်လက်ပေါ့ပါးစွာနဲ့ ဖတ်လို့ရမယ့် စာအုပ်လေး ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်မအတွက်ကတော့ ဒီစာအုပ်လေးဟာ ကျွန်မရဲ့ ဘဝတစ်ဆစ်ချိုးကို ပြောင်းလဲပေးနိုင်ခဲ့တဲ့အထိ အင်အားကြီးမားပါတယ်။ စာဖတ်သူတွေလဲ ဒီစာအုပ်ကို ဖတ်ပြီးတဲ့အခါ ကိုယ့်ရဲ့ဘဝအပေါ် ရှုမြင်တဲ့အမြင်တွေ ပြောင်းလဲပြီး လွတ်လပ်စွာ ရှင်သန်တတ်လာလိမ့်မယ်လို့ ကျွန်မ အာမခံခဲ့ပါတယ်။ နောက်ဆုံးအနေနဲ့ ဒီ စာအုပ်လေးကို ဘာသာပြန်ဆို ထုတ်ဝေပေးခဲ့တဲ့ ဆရာထက်ဘုန်းရှိန်နဲ့ စာရိပ်မြိုင် စာပေကိုလည်း စာဖတ်သူတွေကိုယ်စား ထပ်ပြီး ကျေးဇူးတင်ချင်ပါတယ်။ ဆရာ ထက်ဘုန်းရှိန်လည်း အခု ပွဲဦးထွက် စာအုပ်လေးကနေ အောင်မြင်မှုများစွာ ရရှိပြီး နောက်ထပ် စာပေကောင်းများစွာကို ရေးသားမျှဝေနိုင်ဖို့အတွက် ဆုတောင်းပေး လိုက်ပါတယ်။

ချစ်ခင်လျက် . . .

စုးရှမေ

၅.၃.၂၀၂၃



mgyle.com

### ဘာသာပြန်သူ၏ အမှာစာ

၂၀၂၀ ကာလနဲ့ နောက်ပိုင်းတွေမှာ ကျွန်တော်တို့တွေ အခက်အခဲပေါင်းစုံ၊ ဘဝအနိမ့်အမြင့် အတက်အကျမျိုးစုံနဲ့ ကြုံတွေ့ခဲ့ကြရတယ်။ ခွဲခွာခြင်းတွေ၊ လမ်းခွဲခြင်းတွေ၊ အပြီးတိုင် နှုတ်ဆက်ခြင်းတွေအပြင် နေထိုင်ရတဲ့ အသိုက်အဝန်း ဆီက ဖိအားပေါင်းများစွာကို နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ခံခဲ့ကြရပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း အရင်ကတော့ အခြားအခြားသော အရာတွေကို ကိုယ့်အတွေး ကိုယ့်အမြင်ထက် ပိုအလေးပေး ထည့်သွင်းစဉ်းစားပြီး ကိုယ့်ဘဝ၊ ကိုယ့်ဆုံးဖြတ်ချက်၊ ကိုယ့်အပြုအမူ တွေကို အလိုက်တသင့် ပြောင်းလဲနေထိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ပြောင်းလဲရင်း ပြောင်းလဲလာ လိုက်တာ ကျွန်တော်ဟာ ကျွန်တော်မဟုတ်တော့ဘဲ အခြားသူတွေ စိတ်တိုင်းကျ အောင်နေဖို့ ကြိုးစားနေခဲ့တဲ့ လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့တယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ True self ဟာ တိမ်မြုပ်နေခဲ့တယ် ဆိုပါတော့။ ကျွန်တော်ဟာ ပင်ပန်းမှန်းမသိ ပင်ပန်း နေခဲ့ပါတယ်။

တစ်ရက်မှာတော့ ရင်းနှီးခင်မင်ရတဲ့ ညီမလေး စူးရှမေက ကျွန်တော့်ကို စာအုပ်တစ်အုပ် ဖတ်ကြည့်ဖို့ ညွှန်းလာခဲ့ပါတယ်။ ကိုယ့်ဘဝမှာ ကိုယ့်ပုံစံအတိုင်း နေနိုင်ဖို့နဲ့ သေချာလျှောက်လှမ်းနိုင်ဖို့ အထောက်အကူဖြစ်စေတဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ် လို့ပြောတော့ ကျွန်တော် အတော်လေး စိတ်ဝင်စားသွားမိတယ်။ ဒီလိုနဲ့ ညီမလေး ညွှန်းတဲ့ Don Miguel Ruiz ရဲ့ "The Four Agreements" ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကို

ကျွန်တော် ဖတ်ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ထဲမှာ မစ်ဂယ်က ပြောထားပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်လေးတွေကို မွေးမြူကြသလို ကျွန်တော်တို့တွေလည်း ပြုစုပျိုးထောင် အမွေးမြူခံကြရသူတွေပါတဲ့။ တစ်နည်းပြောရရင် ကျွန်တော်တို့တွေက မိဘတွေ၊ လူကြီးတွေနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ ပုံစံကွက်လေးထဲမှာ ချပေးထားတဲ့အတိုင်း ကြီးပြင်းလာကြရသူတွေပေါ့။ အသက်ကြီးလာတော့လဲ ပုံစံခွက်ထဲကနေ ရုန်းမထွက်မိတော့ဘဲ ဒီတိုင်းပဲ ဆက်နေသွားကြတော့တယ်။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေးတွေအတိုင်း ဘဝမှာ ရှင်သန်နေနိုင်ခဲ့ကြပါရဲ့လား။ ကိုယ့်အတွက် တွေးကြည့်စရာ၊ ကိုယ့်အတွက် မေးကြည့်စရာလေးပါ။

စာမျက်နှာ ၁၀၀ နီးပါးပဲ ရှိတဲ့ ဒီစာအုပ်ကို ကျွန်တော် အချိန် ၂ ပတ်ယူပြီး ဖတ်ခဲ့တယ်။ ဒီစာအုပ်မှာ ထောင့်တက်၊ နီဒါန်းနဲ့ ဆုတောင်းစကားတွေပါ အပါအဝင် အပိုင်း ၁၀ ပိုင်း ပါပါတယ်။ အပိုင်းတစ်ပိုင်း ပြီးသွားတိုင်းမှာ ကျွန်တော် နေထိုင်နေရတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ကျွန်တော်ဖြတ်သန်းခဲ့ရတဲ့ ယခင် ကာလတစ်လျှောက် လုံးကိုပါ ကျွန်တော် ပြန်ပြီး တွေးကြည့်၊ သုံးသပ်ကြည့်ခဲ့ပါတယ်။ မစ်ဂယ် မျှဝေလမ်းညွှန်ပေးထားတဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်နဲ့ သဘောတူညီချက် ပြုလုပ်ရမဲ့ အချက်လေးချက်ဟာ ကျွန်တော့်ရဲ့ True self ကို ပြန်ပြီး တူးဖော်ဖို့၊ ကျွန်တော့်ရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ပိုင် ပုံစံလေးအတိုင်း နေထိုင်နိုင်ဖို့ အတော်လေး အထောက်အကူ ပြုပေးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ အရင်က မထောက်မဆ မဆင်ခြင်ဘဲ ပြောမိခဲ့တဲ့ စကားအပြောအဆိုတွေ၊ လူတိုင်းရဲ့အပူကို ကိုယ့်အပူ၊ ကိုယ့်ကိစ္စ လုပ်ခဲ့မိတာတွေ၊ အကြောင်းကိစ္စတစ်ခုခုအပေါ် သေချာမမေးမြန်းဘဲ ရမ်းသမ်းကောက်ချက်ဆွဲခဲ့မိတာတွေနဲ့ ဘာပဲလုပ်လုပ် အကောင်းဆုံးလုပ်မယ်၊ ပြီးရင် ရလာတဲ့ ရလဒ်အပေါ်မှာ ကျေနပ်တတ်ရမယ် ဆိုတဲ့စိတ် မထားတတ်ခဲ့တာတွေ... ဒါတွေ အားလုံးကို ကျွန်တော် တဖြည်းဖြည်း ပြင်ဆင်လာနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

ခုဆိုရင် ဒီစာအုပ်လေးဟာ ကျွန်တော့်စာကြည့်စားပွဲ၊ အလုပ်စားပွဲနဲ့ အိပ်ရာဘေးမှာ အမြဲရှိနေရတဲ့ စာအုပ်တွေထဲက တစ်အုပ်ဖြစ်လာခဲ့ပါပြီ။ ကျွန်တော် စိတ်အကျပိုင်းကို ရောက်လာမိတဲ့အခါပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အသိမိတ်ဆွေအချို့က သူတို့ရဲ့ အခြေအနေတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တိုင်ပင်လာရင်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီစာအုပ်ထဲက အချက်အလက်လေးတွေနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အသိ သတိပေးဖြစ်၊ အားယူဖြစ်၊ သူတို့ကို အကြံပေးဖြစ်၊ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပေးဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော့်အတွက်

mgyoe.com

အသေအချာ အထောက်အကူပေးနိုင်ခဲ့တဲ့ ဒီစာအုပ်လေးကို အခြားသူတွေလဲ ဖတ်ကြရင် ကောင်းမယ်ဆိုတဲ့ အတွေးလေး ရခဲ့ပါတယ်။ ညီမလေး စူးရှမေကလည်း ကျွန်တော့်ကို ဒီစာအုပ် ဘာသာပြန်ဖို့ အကြံပေးခဲ့ပြီး ကိုပြည့်အာကာကလည်း တိုက်တွန်းခဲ့တာတွေအပြင် ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင်ကပါ ဘာသာပြန်ဖို့ စိတ်အား ထက်သန်ခဲ့တာမို့ အဆုံးထိဘာသာပြန်ဖြစ်ခဲ့ပြီး ခုတော့ စာဖတ်သူတွေဆီ ကျွန်တော် ပေးနိုင်ခဲ့ပါပြီ။

ဘာသာပြန်နေခဲ့တဲ့ အချိန်တစ်လျှောက်လုံးမှာ စိတ်အေးလူအေးဖြစ်ဖို့ ကူညီပေးခဲ့တဲ့ ကျွန်တော့်မိသားစု၊ အလုပ်တွေ မအားတဲ့ကြားက ကျွန်တော့်အတွက် အားတစ်ခု ဖြစ်စေခဲ့တဲ့ မမခန့်၊ ဒီစာအုပ်ကို ဖတ်ကြည့်ဖို့၊ ဘာသာပြန်ကြည့်ဖို့ အကြံပေးခဲ့တဲ့ ညီမလေး စူးရှမေ၊ ပြီးရင် ဘာသာပြန်နေစဉ်အတွင်းမှာ တိုက်တိုက် တွန်းတွန်း ရှိခဲ့တဲ့၊ စာဖတ်သူဆီ မျှဝေပေးဖို့ ကူညီပေးခဲ့တဲ့ ထုတ်ဝေသူ ကိုပြည့် အာကာကိုလည်း ကျေးဇူးတင်မိပါတယ်။

ကိုယ်ပိုင်ပုံစံလေးတွေအတိုင်း နေနိုင်ဖို့၊ ဘဝကို ကြည်ကြည်လင်လင် ဖြတ်သန်းတတ်ဖို့နဲ့ စိတ်အဆိပ်တွေကို ပိုပြီး ပြေလျော့စေဖို့ မစ်ဂယ်ရဲ့ ဒီစာအုပ်က အထောက်အကူ တစ်စုံတစ်ရာ ဖြစ်နိုင်ပါစေကြောင်း ဆုမွန်ကောင်း တောင်းလျက်။

ထက်ဘုန်းရှိန်  
နံနက် (၁၀:၃၂) နာရီ  
၁၇.၂.၂၀၂၃



လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ထောင်ပေါင်းများစွာအကြာက မက္ကဆီကိုတောင်ပိုင်းတစ်ခွင် မှာ ထောင်တက်တွေကို “အသိဉာဏ်ပညာရှိတဲ့ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးတွေ” အဖြစ် သိမှတ်ခဲ့ကြပါတယ်။ မနုဿဗေဒပညာရှင်တို့က ထောင်တက်တွေကို လူမျိုးစုတစ်စု၊ ဒါမှမဟုတ် လူမျိုးတစ်မျိုးလို့ပဲ ပြောခဲ့ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ အမှန်တကယ် တော့ ထောင်တက်တွေဟာ ရှေးလူမျိုးတွေရဲ့ စိတ်ဝိညာဉ်ဆိုင်ရာ အသိပညာနဲ့ အလေ့အကျင့်တွေကို စူးစမ်းရှာဖွေပြီး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖို့ လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ခုကို တည်ထောင်ခဲ့ကြတဲ့ သိပ္ပံပညာရှင်တွေနဲ့ အနုပညာရှင်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ဟာ “လူက ဘုရားသခင် ဖြစ်လာတယ်” ဆိုတဲ့ နေရာအဖြစ် လူသိများတဲ့ မက္ကဆီကိုမြို့ အပြင်ဘက်က ရှေးဟောင်းပိရမစ်တွေဖြစ်တဲ့ ထီအော်ထီဟွာခန်း (Teotihuacan) မှာ ဝိဇ္ဇာတွေ (နက်ဂွယ်လ်) နဲ့ ပညာသင်သားတွေအဖြစ် စုစည်း နေလာခဲ့သူတွေပါ။

ထောင်စုနှစ်တွေတစ်လျှောက်မှာ ဘိုးဘေးဘီဘင်တွေရဲ့ တွေးခေါ်မြော်မြင် ပုံကို ဖုံးကွယ်ဖို့ နက်ဂွယ်လ်တွေဟာ အတင်းအကြပ် စေခိုင်းခံခဲ့ကြရပြီး အဲဒီတည် ရှိမှုကို တိမ်မြုပ်စေခဲ့ပါတယ်။ အသိပညာကို ဉာဏ်ရှိရှိ အသုံးချဖို့ မပြင်ဆင်ထား သူတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် ကိုယ်ကျိုးအတွက် တမင်တကာ အလွဲသုံးစားလုပ်သူတွေထံ ကနေ မဖြစ်မနေ အသိပညာ အကာအကွယ်ပေးဖို့ရာ အလုပ်သင် အနည်းငယ်ရဲ့

တစ်ကိုယ်ရည်အင်အားကို အလွဲသုံးစားလုပ်မှုများစွာနဲ့အတူ ဆက်စပ်ပြီး ဥရောပ သမဂ္ဂရဲ့ အောင်နိုင်မှုက အကြောင်းဖန်စေခဲ့ပါတယ်။

ကံကောင်းထောက်မစွာနဲ့ပဲ အမျိုးမျိုးသော နက်ဂွယ်လ်မျိုးနွယ်တွေက ခက်ခဲနက်နဲတဲ့ ထောက်တက် အသိပညာကို မျိုးဆက်တွေတစ်လျှောက်လုံး လက် ဆင့်ကမ်း အမွေပေးခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီပညာကို နှစ်ရာနဲ့ချီပြီး လျှို့ဝှက်ဖုံးကွယ်ထားခဲ့ ပေမဲ့ လူတွေထံ ဉာဏ်ပညာပြန်ပေးဖို့ လိုအပ်လာမယ့် ခေတ်တစ်ခေတ် ရောက်လာ မယ်လို့ ရှေးဗျာဒိတ်တွေက ဟောကိန်းထုတ်ခဲ့ကြပါတယ်။ ခုတော့ အီးဂဲလ်နိုက် (Eagle Knight) မျိုးနွယ်က နက်ဂွယ်လ်တစ်ဦးဖြစ်တဲ့ ဒန်မစ်ဂွယ်လ်ရုစ် (Don Miguel Ruiz) က ထောက်တက်တွေရဲ့ အစွမ်းထက်တဲ့ ဆုံးမသွန်သင်ချက်တွေကို ကျွန်တော်တို့အတွက် လမ်းပြမှုဝေထားပါတယ်။

ထောက်တက် အသိပညာက ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမှာ တွေ့ရတဲ့ မြင့်မြတ်တဲ့ ဘိုးဘေးထုံးတမ်းစဉ်လာတွေလိုပဲ အမှန်တရားရဲ့ မရှိမဖြစ် တူညီ ညီညွတ်မှုကနေ ထွက်ပေါ်လာပါတယ်။ ဒီပညာဟာ ဘာသာတရားတစ်ခု မဟုတ်ပေမဲ့လည်း ကမ္ဘာ ပေါ်မှာ စိတ်သဏ္ဍာန်အကြောင်း သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့ကြတဲ့ ဆိုင်ရာ ဆရာသမားတွေ အားလုံးကို ဂုဏ်ယူအသိအမှတ်ပြုထားတာပါ။ စိတ်ဝိညာဉ်ကို ထွေးပွေ့ထားချိန်မှာ ပျော်ရွှင်မှုနဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အခန့်သင့်ရရှိနိုင်ခြင်းနဲ့ ပိုင်းခြားထားတဲ့ ဘဝလမ်းစဉ် တစ်ခုအဖြစ် ဒီပညာကို အတိအလင်း ဖော်ပြကြပါတယ်။



### မီးခိုးအူနေတဲ့ မှန်

လွန်ခဲ့တဲ့ အနှစ်သုံးထောင်က တောင်တွေကာရံထားတဲ့ မြို့တစ်မြို့အနီးမှာ နေထိုင်ခဲ့တဲ့ သင်နဲ့ ကျွန်တော့်လို လူသားတစ်ယောက် ရှိခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလူက သူ့ဘိုးဘေးတွေရဲ့ အသိပညာကို သင်ယူဖို့၊ ဆေးဆရာတစ်ယောက်ဖြစ်လာဖို့ လေ့လာနေခဲ့ပေမယ့် သူ သင်ယူနေခဲ့ရတဲ့ အရာရာတိုင်းကိုတော့ အပြည့်အဝ လက်ခံသဘောမတူခဲ့ပါဘူး။ နောက်ထပ် တစ်ခုခုတော့ ထပ်ရှိနေဦးမှာပဲလို့ သူ့စိတ်ထဲမှာ ထင်နေခဲ့ပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ ဂူထဲမှာ အိပ်နေရင်း သူဟာ သူ့ရုပ်ခန္ဓာ အိပ်ပျော်နေတာကို မြင်ခဲ့ရတယ်လို့ အိပ်မက် မက်ခဲ့တယ်။ လဆန်းတစ်ညမှာ သူဟာ ဂူထဲက ထွက်လာတယ်။ ကောင်းကင်ကြီးက ကြည်လင်နေပြီး ကြယ်သန်းပေါင်းများစွာကို သူမြင်နေရတယ်။ အဲဒီနောက် သူ့ဘဝကို အမြဲထာဝရ ပြောင်းလဲသွားစေတဲ့ အရာတစ်ခု သူ့ကိုယ်ထဲမှာ ဖြစ်ပျက်သွားခဲ့တယ်။ သူ့လက်တွေကို သူ ကြည့်လိုက်တယ်။ သူ့ခန္ဓာကို သူ ခံစားမိတယ်။ ပြီးတော့ “ငါ့ကို အလင်းနဲ့ ဖန်ဆင်းထားတာ၊ ငါ့ကို ကြယ်တွေနဲ့ ဖန်ဆင်းထားတာ” လို့ ပြောနေတဲ့ သူ့အသံကို သူ ပြန်ကြားလိုက်ရတယ်။

ကြယ်တွေကို သူ နောက်တစ်ကြိမ် ပြန်ကြည့်တော့ ဒါဟာ အလင်းကို ဖန်တီးပေးတဲ့ ကြယ်တွေ မဟုတ်ဘဲ ကြယ်တွေကို ဖန်ဆင်းပေးတဲ့ အလင်းရောင်ဆိုတာ သူ သတိပြုမိသွားခဲ့ပါတယ်။ “အရာရာကို အလင်းနဲ့ ဖန်ဆင်းထားတယ်။”

ကြားထဲမှာ နေရာလွတ်ရှိနေတာမျိုး မဟုတ်ဘူး” လို့ သူ ပြောလိုက်တယ်။ တည်ရှိနေသမျှ အရာအားလုံးဟာ သက်ရှိသတ္တဝါတွေ ဖြစ်ကြပြီး အဲဒီအလင်းက ဘဝရဲ့ တမန်တော် ဆိုတာ သူ သိသွားခဲ့တယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် အဲဒီအရာက အသက်ရှင်သန်နေတာဖြစ်ပြီး သူ့မှာ သတင်းအချက်အလက်တွေအားလုံး ပါရှိနေတာကြောင့် ပါပဲ။

အဲဒီနောက် သူဟာ ကြယ်တွေနဲ့ ဖန်တီးထားတာဆိုပေမဲ့ အဲဒီလို (ကောင်းကင်က) ကြယ်တွေနဲ့ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သူ သဘောပေါက်သွားခဲ့တယ်။ “ငါက ကြယ်တွေရဲ့ ကြားမှာ ရှိနေတယ်” လို့ သူ တွေးခဲ့တယ်။ ဒါကြောင့် သူဟာ ကြယ်တွေကို တိုနယ်လို့ခေါ်ပြီး ကြယ်တွေကြားက အလင်းရောင်ကို နက်ဂွယ်လ်လို့ ခေါ်ခဲ့တယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီနှစ်ခုအကြား ဟန်ချက်ညီမှုနဲ့ နေရာလွတ်ကို ဖန်တီးတဲ့ အရာက ဘဝ၊ ဒါမှမဟုတ် ရည်ရွယ်ချက်ပဲ ဆိုတာကို သူ သိခဲ့တယ်။ ဘဝမရှိရင် တိုနယ်နဲ့ နက်ဂွယ်လ်လဲ ဖြစ်တည်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘဝက အရာခပ်သိမ်းကို ဖန်ဆင်းပေးတဲ့ ပကတိ အမြင့်မြတ်ဆုံး ဖန်ဆင်းရှင်ရဲ့ ခွန်အားပါပဲ။

ဒါက သူ ရှာတွေ့ခဲ့တဲ့ အရာပါ။ တည်ရှိနေသမျှ အရာအားလုံးဟာ ဘုရားသခင်လို့ ကျွန်တော်တို့ခေါ်တဲ့ သက်ရှိသတ္တဝါတစ်ဦးရဲ့ ကိုယ်ထင်ပြုသခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အရာရာဟာ ဘုရားသခင်ပါပဲ။ လူ့ခံယူချက်က အလင်းကို သိမြင်နိုင်တဲ့ အလင်းမျှသာပဲလို့ သူ ကောက်ချက်ချခဲ့တယ်။ ဒါက မှန်တစ်ချပ်ပဲ။ အရာအားလုံးက အလင်းကို ရောင်ပြန်ဟပ်ပြီး အဲဒီအလင်းရဲ့ ပုံရိပ်တွေကို ဖန်တီးပေးတဲ့ မှန်တစ်ချပ်ပဲ။ ပြီးတော့ အိပ်မက်ဆိုတဲ့ ပုံရိပ်ယောင် ကမ္ဘာက ကျွန်တော်တို့ အမှန်တကယ် ဘယ်လိုလူလဲဆိုတာကို မမြင်စေနိုင်တဲ့ မီးခိုးနဲ့တူတယ် ဆိုတာတွေကိုလဲ သူ သိမြင်ခဲ့တယ်။ “စစ်မှန်တဲ့ ကျွန်တော်တို့တွေဆိုတာ ဖြူစင်တဲ့မေတ္တာ၊ ဖြူစင်တဲ့ အလင်းရောင်ပါပဲ” လို့ သူ ပြောခဲ့တယ်။

ဒီအသိတရားက သူ့ဘဝကို ပြောင်းလဲစေခဲ့တယ်။ သူက အမှန်တကယ်မှာ ဘာလဲဆိုတာ သူ သိပြီးတာနဲ့ တခြားလူတွေနဲ့ ကျန်တဲ့သဘာဝတရားတွေကို လှည့်ပတ် ကြည့်ရှုပြီး သူ မြင်လိုက်ရတာကို အံ့ဩမှင်သက်သွားခဲ့မိတယ်။ လူသားတိုင်း၊ တိရစ္ဆာန်တိုင်း၊ သစ်ပင်တိုင်း၊ ရေ၊ မိုး၊ တိမ်တိုက်၊ ကမ္ဘာမြေပေါ်က အရာအားလုံး ထဲမှာ သူ့ကိုယ့်သူ ပြန်မြင်နေခဲ့ရတယ်။ ပြီးတော့ ဘဝဟာ ဘဝရဲ့ သရုပ်သကန် သန်းပေါင်းများစွာကို ဖန်တီးဖို့ တိုနယ်နဲ့ နက်ဂွယ်လ်ကို နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ရောနှောထားတယ် ဆိုတာကို သူ သိမြင်ခဲ့တယ်။

mgyo.com

အဲဒီအခိုက်အတန့်လေးမှာ သူ အရာအားလုံးကို နားလည်သွားခဲ့တယ်။ သူ သိပ်စိတ်လှုပ်ရှားနေခဲ့ပြီး သူ့နှလုံးသားကတော့ ငြိမ်းအေးနေခဲ့တယ်။ သူ ရှာတွေ့ သိမြင်ခဲ့တာတွေကို သူ့လူတွေကို ပြောပြဖို့ အောင်အည်းပြီး စောင့်နေနိုင်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့မှာ ရှင်းပြစရာစကားလုံး ရှာမရခဲ့ဘူး။ အခြားသူတွေကို ပြောပြဖို့ သူ ကြိုးစားခဲ့ပေမဲ့လည်း သူတို့တွေ နားမလည်နိုင်ခဲ့ပါဘူး။ သူ့မျက်ဝန်းတွေနဲ့ သူ့အသံကနေ လှပတဲ့ အရာတစ်ခု ဖြာထွက်နေတာ၊ သူ ပြောင်းလဲသွားတာကို သူတို့ သိမြင်နိုင်ခဲ့ကြတယ်။ သူ ဘယ်သူ့ကိုမှ၊ ဘယ်အရာကိုမှ ဝေဖန်ပြောဆိုတာမျိုး မလုပ်တော့တာကို သူတို့ သတိပြုမိခဲ့ကြတယ်။ သူဟာ အခြား ဘယ်သူ့ ဘယ်သူနဲ့မှ မတူတော့ဘူး။

သူက လူတိုင်းကို ကောင်းစွာနားလည်နိုင်ပေမဲ့ ဘယ်သူကမှ သူ့ကို နားမလည်နိုင်ခဲ့ကြဘူး။ သူက ဘုရားသခင်ရဲ့ သရုပ်သကန်တစ်ခုပဲလို့ သူတို့ ယုံကြည်ခဲ့ကြတယ်။ ဒီအကြောင်းကို သူ ကြားတော့ ပြီးလိုက်ပြီး “မှန်ပါတယ်။ ငါက ဘုရားသခင်ပါ။ သင်တို့ကလည်း ဘုရားသခင်ပါပဲ။ သင်နဲ့ ငါက အတူတူပဲ။ ငါတို့က အလင်းရဲ့ ပုံရိပ်တွေပဲလေ။ ငါတို့က ဘုရားသခင်ပါပဲ” လို့ သူ ပြောခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ လူတွေကတော့ သူ့ကို နားမလည်နိုင်ခဲ့ကြသေးဘူး။

သူဟာ ကျန်တဲ့ လူတွေအတွက် မှန်တစ်ချပ်၊ သူ့ကိုယ်သူ မြင်နိုင်တဲ့ မှန်တစ်ချပ် ဖြစ်နေတာကို သူ ရှာသိသွားခဲ့တယ်။ “လူတိုင်းဟာ မှန်တစ်ချပ်ပဲ” လို့ သူက ဆိုတယ်။ သူဟာ လူတိုင်း လူတိုင်းဆီမှာ သူ့ကိုယ်သူ ပြန်မြင်နေခဲ့ရပေမဲ့ ဘယ်သူကမှ သူ့ကို သူတို့ကိုယ်သူတို့အဖြစ်နဲ့ မမြင်ခဲ့ကြဘူး။ လူတိုင်း အိပ်မက်မက်နေကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ဟာ အမှန်တကယ်မှာ ဘာတွေလဲဆိုတာ မသိဘဲ၊ သတိမထားမိကြဘဲ မက်နေကြတယ် ဆိုတာကို သူ သဘောပေါက်သွားခဲ့တယ်။ မှန်တွေကြားမှာ မြူခိုးတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် မီးခိုးတွေ ရှိနေတာကြောင့် သူတို့ဟာ သူ့ကို သူတို့ကိုယ် သူတို့အဖြစ်နဲ့ မမြင်နိုင်ခဲ့ကြဘူး။ ပြီးတော့ အဲဒီ မြူတံတိုင်းကြီးကို လူသားတွေရဲ့ အိပ်မက်ဆိုတဲ့ အလင်းပုံရိပ်တွေကို သရုပ်ဆောင်စေခြင်းနဲ့ တည်ဆောက်ထားခဲ့ကြတယ်။

အဲဒီနောက် သူ သင်ယူထားခဲ့သမျှကို မကြာခင် မေ့သွားတော့မယ် ဆိုတာကို သူ သိခဲ့တယ်။ သူ့ မှာ မြင်ဖူးခဲ့သမျှ စက္ခုရုပ်ပုံတွေကို မှတ်မိချင်ခဲ့တာကြောင့် သူ့ကိုယ်သူ မီးခိုးအူနေတဲ့ မှန်လို့ ခေါ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ အဲဒီလိုဆိုရင် အဲဒီအရာဟာ မှန်တစ်ချပ်ဖြစ်ပြီး အဲဒီကြားထဲက မီးခိုးငွေ့တွေက ငါတို့ တကယ်

mgyoe.com

ဘယ်လိုလူတွေလဲ ဆိုတာကို မသိအောင် တားဆီးထားတယ် ဆိုတာကို သူ အမြဲ သိနေချင် သိနေနိုင်လိမ့်မယ်။ သူက “ ငါက မီးခိုးအူနေတဲ့ မှန်တစ်ချပ်ပါ။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ သင်တို့အားလုံးထဲမှာ ငါ့ကိုယ်ငါ ငါ ကြည့်ကြည့်နေပေမဲ့ ငါတို့ကြားက မီးခိုးငွေ့တွေကြောင့် ငါတို့တွေ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် ပုံမဖမ်းမိကြဘူး။ အဲဒီမီးခိုးက အိပ်မက်ဖြစ်ပြီး မှန်က သင်၊ အိပ်မက် မက်နေတဲ့ သူပဲ” လို့ ပြောခဲ့ တယ်။





၁

ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းနဲ့ လောက

အခု မြင်နေ၊ ကြားနေရတာက အိပ်မက်တစ်ခုပါပဲ။ အခြားဘာမှမဟုတ်ပါဘူး။ အခု ဒီအခိုက်အတန့်မှာ အိပ်မက် မက်နေတယ်။ ဦးနှောက်က နိုးကြားနေလို့ အိပ်မက် မက်နေတယ်။

အိပ်မက် မက်ခြင်းက စိတ်ရဲ့အဓိကလုပ်ဆောင်မှုဖြစ်ပြီး စိတ်ဟာ တစ်နေ့မှာ နှစ်ဆယ့်လေးနာရီ အိပ်မက် မက်ပါတယ်။ ဦးနှောက်က နိုးနေတဲ့အခါ စိတ်က အိပ်မက် မက်သလို ဦးနှောက်က အိပ်ပျော်သွားတဲ့အခါမှာလဲ အိပ်မက် မက်ပါတယ်။ ကွာခြားချက်ကတော့ ဦးနှောက်က နိုးနေတဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့က အရာဝတ္ထုတွေကို တစ်သမတ်တည်း၊ တစ်ဖြောင့်တည်း မြင်စေနိုင်တဲ့ ဘောင်တစ်ခု ရှိနေပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အိပ်ပျော်သွားတဲ့အခါမှာတော့ ဘောင်မရှိတော့တဲ့အပြင် အိပ်မက်ဟာ အဆက်မပြတ် ပြောင်းလဲနိုင်တဲ့သဘော ရှိနေပါတယ်။

လူသားတွေက အချိန်တိုင်း အိပ်မက် မက်နေကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ မမွေးခင်က လူတွေဟာ လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ အိပ်မက်၊ ဒါမှမဟုတ် လောကအိပ်မက်လို့ ကျွန်တော်တို့ ခေါ်ကြမဲ့ ပြင်ပအိပ်မက်ကြီးတစ်ခုကို ဖန်တီးခဲ့ကြတယ်။ မိသားစုတစ်စုရဲ့ အိပ်မက်၊ လူမှုအသိုက်အဝန်းတစ်ခုရဲ့ အိပ်မက်၊ မြို့တစ်မြို့ ရဲ့ အိပ်မက်၊ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံရဲ့ အိပ်မက်၊ နောက်ဆုံးမှာ လူသားတစ်ရပ်လုံးရဲ့ အိပ်မက်ကို အတူဖန်တီးပေးမဲ့ သေးငယ်တဲ့ ကိုယ်ပိုင်အိပ်မက် သန်းပေါင်းများစွာကို စုစည်းထားတဲ့



ကျောင်းတက်ခဲ့ရတုန်းက ကုလားထိုင်သေးသေးလေးမှာ ထိုင်ပြီး ဆရာမ သင်ပေးနေတာတဲ့ အရာတွေအပေါ် သင် အာရုံစိုက်ထားခဲ့လိုက်တယ်။ ဘုရား ကျောင်းသွားတဲ့အခါ ပုရောဟိတ်၊ ဒါမှမဟုတ် ဓမ္မဆရာ ပြောနေတာတွေကို သင် အာရုံစိုက်ထားလိုက်တယ်။ အဖေနဲ့ အမေ၊ ညီအစ်ကို မောင်နှမတွေနဲ့လည်း ထို နည်းလည်းကောင်းပဲ။ သူတို့အားလုံးက သင့်ရဲ့အာရုံကို ဖမ်းစားဖို့ ကြိုးစားနေကြ တာပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ဟာ အခြားလူတွေရဲ့ အာရုံကို ဖမ်းစားတတ်ဖို့ကိုလည်း သင်ယူကြပြန်တယ်။ ပြီးတော့ တစ်ပါးသူရဲ့ အာရုံစိုက်ခံရဖို့အရေး ကြိုးစားလိုက် ကြတာ အတော်လေး ပြိုင်ပြိုင်ဆိုင်ဆိုင် ဖြစ်လာကြတဲ့အထိပဲ။ ကလေးတွေက မိဘတွေ၊ ဆရာတွေ၊ သူငယ်ချင်းတွေရဲ့ အာရုံစိုက်မှုကိုရအောင် ပြိုင်ကြတယ်။ “ငါ့ကို ကြည့်လိုက်။ ငါ ဘာလုပ်နေလဲ ကြည့်လိုက်။ ဟေ့ ငါ ဒီမှာလေ” ဆိုပြီး အာရုံစူးစိုက်ခံရဖို့အရေးဟာ အတော်လေး အားကောင်းလာပြီး အရွယ်ရောက်တဲ့ အထိ ဆက်ကြီးထွားလာပါတော့တယ်။

ပြင်ပအိမ်မက်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အာရုံကို ဖမ်းဆွဲလိုက်ပြီး ကျွန်တော်တို့ ပြောတဲ့ ဘာသာစကားက စလို့ ဘာကို ယုံကြည်ရမလဲဆိုတာ သင်ပေးပါတယ်။ ဘာသာစကားဟာ လူသားတွေကြားမှာ နားလည်မှုနဲ့ ဆက်သွယ်ရေးအတွက် ကုန်တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ ဘာသာစကားတစ်ခုချင်းစီထဲက ဝေါဟာရတစ်လုံးတိုင်း၊ အက္ခရာတစ်လုံးတိုင်းဟာ သဘောတူညီချက်တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကို စာအုပ် တစ်အုပ်ထဲက စာမျက်နှာလို့ ကျွန်တော်တို့ ခေါ်လိုက်မယ်။ စာမျက်နှာဆိုတဲ့ စကားလုံးက ကျွန်ုပ်တို့ နားလည်ထားတဲ့ သဘောတူညီချက်တစ်ခုပါပဲ။ ကုန်ကို နားလည်လိုက်တာနဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အာရုံစူးစိုက်မှုဟာ ဖမ်းဆွဲခံလိုက်ရပြီး စွမ်းအင်ဟာ လူတစ်ဦးကနေ အခြားတစ်ဦးဆီကို လွှဲပြောင်းပေးခံလိုက်ရပါတယ်။ အင်္ဂလိပ်လိုပြောဖို့က သင် ရွေးချယ်ထားတဲ့အရာ မဟုတ်ပါဘူး။ သင် ကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာတရား၊ ဒါမှမဟုတ် သင့်ရဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားတန်ဖိုးတွေကို သင် မရွေးချယ် ခဲ့ပါဘူး ။ သင် မမွေးခင်ကတည်းက ရှိနေပြီးသား အရာတွေပါ။ ဘာကို ယုံသင့်တယ်၊ ဘာကို မယုံသင့်ဘူးဆိုတာကို ရွေးချယ်ဖို့လဲ ဘယ်တုန်းကမှ အခွင့်အရေး မရခဲ့ဘူး။ ကျွန်တော်တို့အနေနဲ့ ဒီလိုသဘောတူညီချက်ထားကြတာတွေထဲက အသေးငယ်ဆုံး ဆိုတာကိုတောင် ဘယ်တုန်းကမှ ရွေးချယ်ခွင့်ရခဲ့တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်နာမည် ကိုတောင် ကိုယ်တိုင် မရွေးချယ်ခဲ့ကြရဘူးလေ။

ကလေးတွေဖြစ်နေတော့ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ့်ယုံကြည်ချက်တွေကို

ရွေးချယ်ခွင့် မရှိကြပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အခြားလူသားတွေကတစ်ဆင့် လောကအိပ်မက်က ကျွန်တော်တို့ဆီ ပေးပို့တဲ့ အချက်အလက်တွေကိုတော့ ကျွန်တော်တို့ သဘောတူလက်ခံခဲ့ကြတယ်။ အချက်အလက်တွေကို သိမ်းဆည်းထားဖို့ တစ်ခုတည်းသောနည်းလမ်းက သဘောတူညီချက်ထားဖို့ပဲလေ။ ပြင်ပအိပ်မက်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အာရုံကို ဖမ်းစားနိုင်တယ်ဆိုပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ သဘောမတူဘူးဆိုရင် အဲဒီအချက်အလက်တွေကို ကျွန်တော်တို့ သိမ်းဆည်းထားကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ သဘောတူလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်တော်တို့ အဲဒါကို ယုံကြည်လိုက်ကြတယ်။ ဒါကို ယုံကြည်မှုလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ယုံကြည်မှု ရှိဖို့ဆိုတာက ခြွင်းချက်မရှိ အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်လိုက်ဖို့ပါပဲ။

အဲဒီနည်းက ကလေးအရွယ်မှာ ကျွန်တော်တို့ သင်ယူကြတဲ့ နည်းနာပါ။ ကလေးတွေက လူကြီးတွေ ပြောသမျှကို ယုံကြည်တယ်။ ကျွန်တော်တို့က လူကြီးတွေ ပြောတာတွေကို သဘောတူ လက်ခံလိုက်ကြပြီး (သူတို့အပေါ်) ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ယုံကြည်ချက်ဟာ အလွန်ခိုင်မာနေတာမို့ အဲဒီယုံကြည်ချက်စနစ်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝအိပ်မက်တစ်ခုလုံးကို ထိန်းချုပ်လိုက်ပါတော့တယ်။ ကျွန်တော်တို့က အဲဒီယုံကြည်ချက်တွေကို မရွေးချယ်ခဲ့ကြပါဘူး။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်တို့ သူတို့ကို ပုန်ကန်ကောင်း ပုန်ကန်ကြမယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်ုပ်တို့မှာ ပုန်ကန်မှုကို အောင်နိုင်ဖို့လောက်ထိ မသန်မာခဲ့ကြဘူး။ ရလဒ်ကတော့ သဘောတူလက်ခံလိုက်ခြင်းနဲ့ပဲ ယုံကြည်ချက်တွေကို လက်မြောက်အရှုံးပေးလိုက်ဖို့ပဲ ရှိပါတယ်။

ကျွန်တော်ကတော့ ဒီဖြစ်စဉ်ကို လူသားတွေရဲ့ ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းကနေ တစ်ဆင့် ကျွန်တော်တို့ဟာ ဘယ်လို နေထိုင်ရမယ်၊ ဘယ်လို အိပ်မက် မက်ရမယ်ဆိုတာကို သင်ယူခဲ့ကြတယ်။ လူသား ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းမှာ ပြင်ပအိပ်မက်ဆီက သတင်းအချက်အလက်တွေကို အတွင်း အိပ်မက်ဆီ ပို့ဆောင်ပေးပြီး ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ယုံကြည်ချက်စနစ်တစ်ခုလုံးကို ဖန်တီးလိုက်ပါတယ်။ ပထမဦးဆုံးအနေနဲ့ ကလေးကို မေမေ၊ ဖေဖေ၊ နို့၊ ပုလင်း စတဲ့ အရာတွေရဲ့ အမည်တွေကို သင်ပေးတယ်။ ဘယ်လို နေထိုင်ရမယ်၊ ဘယ်လိုအပြုအမူမျိုးက လက်ခံနိုင်စရာရှိတယ် ဆိုတာကို အိမ်၊ ကျောင်း၊ ဘုရားရှိခိုးကျောင်းနဲ့ ရုပ်မြင်သံကြားကတစ်ဆင့် ကျွန်တော်တို့ကို နေ့တိုင်း သင်ပြောပြကြတယ်။ ပြင်ပ အိပ်မက်ကတော့ ကျွန်တော်တို့ကို လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်လာအောင် သင်ပေးပါတယ်။ “မိန်းမ” ဆိုတာ ဘာ၊ “ယောက်ျား” ဆိုတာဘာ ဆိုတဲ့ အယူအဆကြီးတစ်ခုလုံး

ကျွန်တော်တို့မှာ ရှိကြတယ်။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်တို့ဟာ ဝေဖန်တတ်ဖို့လဲ သင်ယူ ကြပြန်ရော။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဝေဖန်မယ်၊ အခြားသူတွေကို ဝေဖန်မယ်၊ အိမ်နီး ချင်းတွေကို ဝေဖန်မယ်။

ကျွန်တော်တို့ဟာ ခွေး၊ ကြောင်၊ ဒါမှမဟုတ် အခြား တိရစ္ဆာန်တွေကို မွေးမြူကြတဲ့ ပုံစံအတိုင်း ကလေးတွေကို ပြုစုပျိုးထောင်ကြပါတယ်။ ခွေးတစ်ကောင် ကို သင်ပေးဖို့အတွက်ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့က ခွေးကို အပြစ်ပေးဆုပေး လုပ်တတ်ကြ တယ်။ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ်သိပ်ချစ်ရတဲ့ ကလေးတွေကို အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်တိုင်းကို မွေးမြူလေ့ကျင့်ပေးတဲ့ နည်းအတိုင်းပဲ ဆုပေး ဒဏ်ပေးစနစ်နဲ့ လေ့ကျင့်ပေးကြပါ တယ်။ အဖေနဲ့ အမေက လုပ်စေချင်တာကို ကျွန်တော်တို့ လုပ်ကြတဲ့အခါ သင်က “လူကောင်းလေးပဲ” ၊ ဒါမှမဟုတ် သင်က “မိန်းမကောင်းလေးပဲ” လို့ ချီးမွမ်းခံကြ ရတယ်။ သူတို့ပြောသလို ကျွန်တော်တို့ မလုပ်တဲ့အခါမှာတော့ ကျွန်တော်တို့ဟာ “လူဆိုးမလေး” သို့မဟုတ် “လူဆိုးလေး” တွေ ဖြစ်သွားကြပါရော။

ကျွန်တော်တို့ဟာ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းကို ဆန့်ကျင်တဲ့အခါ အပြစ်ပေး ခံကြရတယ်။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေကို လိုက်နာတဲ့အခါမှာတော့ ဆုလာဘ်တစ်ခု ရကြပါတယ်။ ရက်တစ်ရက်မှာ အကြိမ်များစွာ အပြစ်ပေးခံရပြီး အကြိမ်များစွာ ခိုးမြှင့်ခံကြရတယ်။ များမကြာမီမှာပဲ ကျွန်တော်တို့ဟာ အပြစ်ပေးခံရမှာကို ကြောက် လာကြပြီး ဆုမရမှာကိုလဲ ကြောက်တတ်လာကြတယ်။ ဆုလာဘ်ကတော့ မိဘတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် မောင်နှမ၊ ဆရာ၊ သူငယ်ချင်းတွေလိုမျိုး အခြားသူတွေဆီက ကျွန်တော် တို့ ရလာတဲ့ အာရုံစိုက်ခံရမှုပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဆုရရှိဖို့အရေး ကျွန်တော်တို့ဟာ အခြား သူတွေရဲ့ အာရုံကို ဆွဲဆောင်နိုင်ဖို့ ပိုပိုပြီး လိုလားလာကြပါတော့တယ်။

ဆုလာဘ်က ကောင်းတယ်လို့ ခံစားရပြီး ဆုရဖို့အတွက် တခြားသူတွေ လုပ်စေချင်တဲ့ အရာကို ကျွန်တော်တို့ ဆက်လုပ်ကြတယ်။ အပြစ်ပေးခံရမှာကို ကြောက်၊ ဆုမရမှာကို ကြောက်ပြီး အခြားသူတွေကို စိတ်ကျေနပ်စေဖို့၊ အခြားသူ တစ်ဦးအတွက် လုံလောက်ကောင်းမွန်ဖို့အတွက်နဲ့တင် ကျွန်တော်တို့က ကိုယ်မဟုတ် တဲ့ ပုံစံကို ဟန်လုပ်သရုပ်ဆောင်လာကြတယ်။ အဖေနဲ့ အမေ စိတ်ကျေနပ်အောင် ကြိုးစားတယ်၊ ကျောင်းကဆရာတွေ ကျေနပ်အောင် ကြိုးစားတယ်။ ဘုရား ကျေနပ် အောင် ကြိုးစားတယ်၊ ဒီလိုနဲ့ပဲ ကျွန်တော်တို့ဟာ သရုပ်ဆောင်ခြင်းအမှုကို စလို့ ပြုလာကြတယ်။ ငြင်းပယ်ခံရမှာကို ကြောက်တဲ့အတွက် ကိုယ်မဟုတ်တဲ့ ပုံကို ဟန်လုပ်သရုပ်ပြကြတယ်။ ငြင်းပယ်ခံရမှာကို ကြောက်ရွံ့ခြင်းကနေ အပြည့်အဝ

လုံလောက်မှုမရှိမှာကို ကြောက်ရွံ့လာပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ ကျွန်တော်တို့က ကျွန်တော်တို့မဟုတ်တဲ့ လူတွေ ဖြစ်လာခဲ့ကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့က အမေ့ယုံကြည်ချက်တွေ၊ အဖေ့ယုံကြည်ချက်တွေ၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေ၊ ဘာသာရေး ယုံကြည်ချက်တွေ ဒါတွေရဲ့ ပုံပွားမိတ္တူလေးတစ်ခု ဖြစ်လာကြပါတယ်။

ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းဖြစ်စဉ်မှာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပုံမှန်သဘောထားတွေ ပျောက်ဆုံးနေကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ့်စိတ်သဘောကို နားလည်လောက်တဲ့ထိ အသက်ကြီးလာကြတဲ့အခါ “ဟင့်အင်း” ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ကျွန်တော်တို့ သိလာကြတယ်။ လူကြီးတွေက “ဒီဟာ မလုပ်နဲ့၊ ဟိုဟာ မလုပ်နဲ့” လို့ ပြောကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့ကလည်း ပုန်ကန်ပြီး “ဟင့်အင်း (လုပ်တယ်)” လို့ ပြောကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်လွတ်လပ်မှုကို ကာကွယ်ဖို့ ပုန်ကန်ကြတာပဲ။ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ်ပုံစံနဲ့ကိုယ်ပဲ ဖြစ်တည်ချင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့က အသက်အရွယ် ငယ်လွန်းနေတယ်၊ လူကြီးတွေက အသက်အရွယ်ကြီးပြီး သန်မာကြတယ်။ အချိန်တစ်ခု ကြာပြီးသွားတဲ့နောက် ကျွန်တော်တို့ အမှားတစ်ခုခု လုပ်မိတိုင်း အပြစ်ပေးခံရမှာကို သိနေတဲ့အတွက် ကျွန်တော်တို့တွေ ကြောက်လန့်သွားကြတယ်။

ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းပုံစံက အလွန် အားကောင်းတာကြောင့် ကျွန်တော်တို့ ဘဝရဲ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ကျွန်တော်တို့ကို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးဖို့ ဘယ်သူ့ကိုမှ လိုတောင် လိုအပ်တော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ကို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးဖို့ အဖေ၊ အမေ၊ ကျောင်း၊ ဒါမှမဟုတ် ဘုရားကျောင်းတွေကို မလိုအပ်တော့ပါဘူး။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်ပြုစုပျိုးထောင်သူဖြစ်တဲ့အထိ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကောင်းကောင်းကြီး လေ့ကျင့်ပေးခံထားရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ အလိုအလျောက် ပျိုးထောင်ခံထားတဲ့ သတ္တဝါတစ်ကောင်ပါပဲ။ ခုဆိုရင် ကျွန်တော်တို့က ရိုက်သွင်းခံထားရတဲ့ တူညီရတဲ့ ဆုပေး ဒဏ်ပေးစနစ်ကို အသုံးပြုပြီး တူညီတဲ့ ယုံကြည်မှုစနစ်အတိုင်းပဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပျိုးထောင်နိုင်နေကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်ယုံကြည်ချက် စနစ်အရ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေကို မလိုက်နာတဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြစ်ပေးကြတယ်။ “လူကောင်း”၊ ဒါမှမဟုတ် “မိန်းမကောင်း” လေးတွေ ဖြစ်နေတဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုချကြတယ်။

ယုံကြည်မှုစနစ်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ကို ထိန်းချုပ်ထားတဲ့ ဥပဒေကျမ်းစာအုပ်နဲ့ တူပါတယ်။ ပြန်လည် မေးခွန်းထုတ်ခြင်းတောင် မရှိဘဲ အဲဒီဥပဒေကျမ်းမှာ

mybook.com

ပါသမျှက ကျွန်တော်တို့အတွက် အမှန်တရားလို့ လက်ခံထားကြတယ်။ အဲဒီထဲက ဆုံးဖြတ်ချက်တွေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အတွင်းစိတ်သဘာဝနဲ့ ဆန့်ကျင်နေရင်တောင်မှ ကျွန်တော်တို့က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ သဘောထား အယူအဆအားလုံးကို အဲဒီဥပဒေ ကျမ်းနဲ့အညီပဲ အခြေခံထားတတ်ကြပါတယ်။ ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း ဖြစ်စဉ်အတွင်းမှာ ပညတ်တော်ဆယ်ပါးလို့ ကိုယ်ကျင့်တရားဥပဒေသတွေကိုတောင် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ အစီအစဉ်ရေးသွင်းခံထားရပါတယ်။ တစ်ခုပြီး တစ်ခုနဲ့ပဲ အဲဒီသဘော တူညီချက်တွေ အားလုံးဟာ ဥပဒေကျမ်းထဲကို ရောက်သွားကြပြီး ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အိပ်မက်ကို အုပ်စိုးကြပါတယ်။

ရာသီဥတု၊ ခွေး၊ ကြောင် စတဲ့အရာအားလုံးအပါအဝင် လူတိုင်းနဲ့ အရာ ရာတိုင်းကို အဆုံးအဖြတ်ပေးနေတဲ့ အရာတစ်ခုဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ရှိနေပါတယ်။ စိတ်တွင်း တရားသူကြီးက ကျွန်တော်တို့လုပ်တဲ့ အရာရာတိုင်းနဲ့ မလုပ်မိတဲ့ အရာရာတိုင်း၊ ကျွန်တော်တို့ တွေးမိတဲ့ အရာရာတိုင်းနဲ့ မတွေးမိတဲ့ အရာရာတိုင်း၊ ပြီးတော့ ကျွန်တော်တို့ ခံစားရသမျှ အရာရာတိုင်းနှင့် မခံစားရသမျှ အရာရာတိုင်းကို အဆုံးအဖြတ်ပေးဖို့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဥပဒေကျမ်းမှာ ပါတာတွေကို အသုံးပြုပါတယ်။ အရာအားလုံးဟာ ဒီတရားသူကြီးရဲ့ အုပ်စိုးမှုအောက်မှာ တည်ရှိ နေကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ဥပဒေကျမ်းကို ဆန့်ကျင်တဲ့ တစ်စုံတစ်ရာကို လုပ်မိတဲ့အခါတိုင်း ကျွန်တော်တို့တွေက အပြစ်ရှိတယ်၊ အပြစ်ပေးခံရမယ်၊ ရှက်သင့် တယ်ဆိုပြီး တရားသူကြီးက ပြောတယ်။ ဒီအဖြစ်ဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝသက်တမ်း တစ်လျှောက်လုံး တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့၊ တစ်ရက်ပြီးတစ်ရက် ကြိမ်ဖန်များစွာ ဖြစ်ပျက် နေပါတယ်။

ဆုံးဖြတ်ချက်တွေကို လက်ခံရတဲ့ နောက်ထပ်အပိုင်းလည်း ကျွန်တော်တို့ မှာ ရှိနေပြန်တယ်။ အဲဒီအပိုင်းကတော့ “ခံရသူ” ပါပဲ။ ခံရသူက အပြစ်တင်ခြင်း၊ အပြစ်နဲ့ အရှက်တရားကို သယ်ဆောင်ပါတယ်။ “ဆင်းရဲလိုက်တဲ့ ငါ၊ ငါက ညံ့ လိုက်တာ၊ ငါက ဉာဏ်မမီဘူး၊ ငါက ဆွဲဆောင်မှုမရှိဘူး၊ ငါက အချစ်နဲ့ မထိုက် တန်ဘူး၊ ငါက သနားစရာပဲ” လို့ ပြော ပြောနေတဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုပေါ့။ တရားသူကြီးက ဒါကို သဘောတူပြီး “ဟုတ်တယ်၊ သင်က မတော်ဘူး” လို့ ပြောလိုက်တယ်။ ဒါတွေ အားလုံးကို ယုံကြည်ဖို့ ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တိုင် ဘယ် တုန်းကမှ မရွေးချယ်ခဲ့တဲ့ ယုံကြည်မှုစနစ်တစ်ခု အပေါ်မှာ အခြေခံထားပါတယ်။ ဒီယုံကြည်ချက်တွေက ခိုင်မာလွန်းတာကြောင့် နှစ်တွေကြာလာတဲ့အခါ အယူအဆ

အသစ်တွေနဲ့ ထိတွေ့ပြီး ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်တွေချဖို့ ကြိုးစားတဲ့အခါ ဒီယုံကြည်ချက်တွေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဘဝကို ထိန်းချုပ်ထားဆဲဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရပါတယ်။ ဥပဒေကျမ်းနဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့ ဘယ်အရာမဆို သင့်အရှိန်ထဲမှာ မအိမ်သာခံစားမှုမျိုးကို ဖြစ်စေပြီး အဲဒါကို အကြောက်တရားလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဥပဒေကျမ်းပါ စည်းကမ်းတွေကို ချိုးဖောက်တာက သင့်ရဲ့ စိတ်ဒဏ်ရာတွေကို ဖွင့်ပေးလိုက်ပြီး သင့်ရဲ့ တုံ့ပြန်မှုက စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဆိပ်သင့်မှုကို ဖန်တီးစေပါတယ်။ ဥပဒေကျမ်းမှာ ပါသမျှ အရာအားလုံးက အမှန်ဖြစ်ကို ဖြစ်ရမှာမို့ သင် ယုံကြည်ထားတဲ့ အရာကို စိန်ခေါ်နေတဲ့ ဘယ်အရာကိုမဆို အဲဒါတွေက သင့်ကို မလုံခြုံစေဘူးလို့ပဲ ခံစားရစေပါလိမ့်မယ်။ ဥပဒေကျမ်းက အမှားဖြစ်နေရင်တောင် သင် လုံခြုံတယ်လို့ပဲ ခံစားနေမိမှာပါ။

ဒါကြောင့် ကိုယ်ပိုင် ယုံကြည်ချက်တွေကို စိန်ခေါ်ဖို့ ကျွန်တော်တို့မှာ သတ္တိတွေ အများကြီးလိုပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဒီယုံကြည်ချက်တွေ အားလုံးကို ကျွန်တော်တို့တွေ မရွေးချယ်ခဲ့ဘူးဆိုတာ ကိုယ်တိုင်သိထားရင်တောင်မှ အချက်အားလုံးကို ကျွန်တော်တို့တွေ သဘောတူခဲ့တယ် ဆိုတာကလည်း မှန်နေတာပါပဲ။ အဲဒီလို သဘောတူလက်ခံထားတာက အတော်လေး ခိုင်မာမှုရှိတဲ့အတွက် မမှန်ကန်ဘူးဆိုတဲ့ သဘောတရားကို နားလည်နေမိရင်တောင် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေကို ချိုးဖောက်မိရင် အပြစ်တင်မိခြင်း၊ မလုံမလဲဖြစ်ခြင်းနဲ့ ရှက်ခြင်းတို့ကို ကျွန်တော်တို့ ခံစားရတတ်ပါတယ်။

အစိုးရမှာ လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ အိပ်မက်တွေကို အုပ်စိုးတဲ့ ဥပဒေကျမ်း တစ်ကျမ်း ရှိသလိုပဲ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ယုံကြည်ချက်စနစ်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တစ်ကိုယ်တော် အိပ်မက်တွေကို အုပ်စိုးတဲ့ ဥပဒေကျမ်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဥပဒေတွေ အားလုံးက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ တည်ရှိနေကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့က အဲဒါတွေကို ယုံကြည်ကြပြီး ကျွန်တော်တို့ စိတ်အတွင်းက တရားသူကြီးက အရာအားလုံးကို အဲဒီစည်းမျဉ်းတွေပေါ်မှာ အခြေခံထားပါတယ်။ တရားသူကြီးက အမိန့်ချမှတ်ပြီး ခံရသူက အပြစ်နဲ့ ပြစ်ဒဏ်ကို ခံရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအိပ်မက်ထဲမှာ တရားမျှတမှု ရှိပါတယ်လို့ ဘယ်သူ ပြောနိုင်ပါသလဲ။ စစ်မှန်တဲ့ တရားမျှတမှုဆိုတာ အမှားတစ်ခုစီအတွက် တစ်ကြိမ်ပဲ ပေးဆပ်ရခြင်းပါ။ စစ်မှန်တဲ့ မတရားမှုကတော့ အမှားတစ်ခုစီအတွက် တစ်ကြိမ်ထက် ပိုပြီး ပေးဆပ်ရခြင်းပါပဲ။

အမှားတစ်ခုအတွက် ကျွန်တော်တို့တွေ ဘယ်နှခါ ပေးဆပ်ရမလဲ။ အဖြေ

mgyspe.com

ကတော့ အကြိမ်ပေါင်း ထောင်ချီပါတဲ့။ လူသားဆိုတာ တူညီတဲ့ အမှားအတွက် အကြိမ်ပေါင်းတစ်ထောင် ပေးဆပ်ရတဲ့ တစ်မျိုးတည်းသောသတ္တဝါ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်တဲ့ သတ္တဝါတွေက သူတို့လုပ်မိတဲ့ အမှားတိုင်းအတွက် တစ်ကြိမ်တစ်ခါပဲ ပေးဆပ်ကြရတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ လူသားတွေကတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ကြဘူး။ ကျွန်တော်တို့မှာ အားကောင်းတဲ့ မှတ်ဉာဏ် ရှိကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အမှားလုပ်မိကြတယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စီရင်ချက်ချကြတယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြစ်ရှိတယ်လို့ မြင်ကြတယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြစ်ပေးကြတယ်။ တရားမျှတမှုသာ ရှိမယ်ဆိုရင် ဒီလောက်က လုံလောက်နေပါပြီ။ ကျွန်တော်တို့ နောက်တစ်ကြိမ် အပြစ်ထပ်ပေးစရာ မလိုတော့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ အမှားကို သတိရတဲ့အခါတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်စီရင်ကြတယ်၊ အပြစ်ရှိကြပြန်တယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထပ်ထပ် အခါခါ အပြစ်ဒဏ်ပေးကြပြန်တယ်။ တကယ်လို့များ ကျွန်တော်တို့မှာ ဇနီး၊ ဒါမှမဟုတ် ခင်ပွန်း ရှိမယ်ဆိုရင် သူ ဒါမှမဟုတ် သူ(မ)ကလည်း ကျွန်တော်တို့ကို အမှားအကြောင်း သတိဖော်ပြန်တယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်စီရင်ချက်ချပြန်ကြတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်အပြစ်ပေးကြပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြစ်ပြန်ရှာနေနိုင်ပါတယ်။ ဒါက တရားမျှတပါရဲ့လား။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ မောင်နှမသားချင်း၊ ကလေးတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် မိဘတွေကို တူညီတဲ့ အမှားတစ်ခုတည်းအတွက် ဘယ်နှစ်ကြိမ်လောက်ထိ ပေးဆပ်စေချင်ကြပါသလဲ။ ကျွန်တော်တို့တွေက အမှားကို သတိရတဲ့အခါတိုင်း သူတို့ကို အပြစ်တင်၊ မတရားမှုမှာ ခံစားရတဲ့ စိတ်အဆိပ်တွေ အားလုံးကို သူတို့ဆီ ပို့ပေးပြီး တူညီတဲ့ အမှားအတွက် ထပ်ပေးဆပ်စေကြပါတယ်။ အဲဒါက တရားမျှတမှု မဟုတ်ပါသလား။ ဥပဒေကျမ်းဖြစ်တဲ့ ယုံကြည်ချက်စနစ်က မှားယွင်းနေတာကြောင့် စိတ်ထဲက တရားသူကြီးက မှားယွင်းနေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ အိပ်မက်တစ်ခုလုံးက မှားယွင်းတဲ့ ဥပဒေအပေါ် အခြေခံထားတာပါ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့စိတ်ထဲမှာ သိမ်းဆည်းထားတဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေရဲ့ ကိုးဆယ့်ငါးရာခိုင်နှုန်းက အလိမ်အညာတွေကလွဲလို့ အခြားဘာဆိုဘာမှ မဟုတ်ပါဘူး။ ပြီးတော့ ဒီအလိမ်အညာတွေအကုန်လုံးကို ယုံကြည်နေကြတာမို့ ကျွန်တော်တို့တွေ ထိခိုက်ခံစားနေကြရတာပါ။

လူသားတွေ ထိခိုက်ခံစားစေဖို့ အကြောက်တရားနဲ့ နေထိုင်စေဖို့နဲ့ စိတ်ခံစားစရာ ဒရာမာတွေကို ဖန်တီးစေဖို့ ဆိုတာက လောကအိပ်မက်ထဲမှာတော့ ပုံမှန်ပါပဲ။ ပြင်ပအိပ်မက်က စိတ်ချမ်းမြေ့ဖွယ်ရာ အိပ်မက်ကောင်းလေးတစ်ခုတော့

mgyoe.com

မဟုတ်ပါဘူး။ ၎င်းက အကြမ်းဖက်မှုအိပ်မက်၊ ကြောက်မက်ဖွယ်အိပ်မက်၊ စစ်ပွဲအိပ်မက်၊ မတရားမှုအိပ်မက် ဆိုတာတွေပါ။ လူသားတွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အိပ်မက်က ကွဲပြားနေလိမ့်မယ်ဆိုပေမဲ့ တစ်ကမ္ဘာလုံးမှာ အများစုကတော့ အိပ်မက်ဆိုးတွေပါပဲ။ လူ့အသိုက်အဝန်းကို ကြည့်လိုက်ရင် အကြောက်တရားနဲ့ အုပ်စိုးနေတာကြောင့် နေထိုင်ဖို့ အတော်ခက်ခဲတဲ့ နေရာတစ်ခုကို ကျွန်တော်တို့ မြင်တွေ့ရပါတယ်။ လူသားတွေရဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခ၊ ဒေါသ၊ ကလဲ့စား၊ စွဲလမ်းမှုတွေ၊ လမ်းမထက်က အကြမ်းဖက်မှုတွေနဲ့ ဧရာမ မတရားမှုတွေကို ကျွန်တော်တို့တွေ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမှာ အနှံ့တွေ့နေရပါတယ်။ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းက နိုင်ငံအသီးသီးဟာ မတူညီတဲ့ အဆင့်တွေမှာ ရှိနေနိုင်ပေမဲ့ အကြောက်တရားက ပြင်ပအိပ်မက်ကို ထိန်းချုပ်ထားနေတာဖြစ်ပါတယ်။ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းက ဘာသာတရားတွေမှာ ဖော်ပြထားတဲ့ ငရဲဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာနဲ့ လူ့အသိုက်အဝန်းရဲ့ အိပ်မက်ကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လိုက်ရင် နှစ်ခုလုံးက တစ်ထပ်တည်းတူနေတာကို တွေ့ရပါတယ်။ ငရဲဆိုတာ ဒဏ်ပေးတဲ့နေရာ၊ အကြောက်တရား၊ နာကျင်မှု၊ ထိခိုက်ခံစားခြင်းတွေနဲ့ လွှမ်းမိုးတဲ့နေရာ၊ သင့်ကို လောင်ကျွမ်းစေမဲ့ နေရာလို့ ဘာသာတရားတွေက ဆိုကြပါတယ်။ အကြောက်တရားကနေ ထွက်လာတဲ့ စိတ်ခံစားမှုတွေက မီးကို ထုတ်ပေးတယ်။ ဒေါသ၊ မနာလိုမှု၊ ဝန်တိုမှု၊ မုန်းတီးမှု စတဲ့ ခံစားချက်တွေကို ကျွန်တော်တို့ ခံစားမိတဲ့အခါတိုင်း ကျွန်တော်တို့စိတ်မှာ မီးတစ်မျိုး လောင်ကျွမ်းနေတာကို ခံစားကြရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ အိပ်မက် ငရဲထဲမှာ နေထိုင်နေကြတာပဲ။

သင်က ငရဲကို စိတ်ရဲ့အခြေအနေလို့ မှတ်ယူရင် ငရဲက ကျွန်တော်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိနေပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ်လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာကို မလုပ်ရင် ငရဲလားရလိမ့်မယ်လို့ အခြားသူတွေက ကျွန်တော်တို့ကို သတိပေးကောင်းပေးနေနိုင်တယ်။ သတင်းဆိုးပဲဗျို့။ အဲဒါကို ပြောပြတဲ့ လူတွေအပါအဝင် ကျွန်တော်တို့တွေက ငရဲကျနေကြပြီးသားပဲ။ ကျွန်တော်တို့က ငရဲကျနေပြီးသားတွေမို့ ဘယ်လူကမှ အခြားလူတစ်ယောက်ကို ငရဲသွားဖို့ အပြစ်စီရင်ပေးလို့ မရပါဘူး။ အခြားသူတွေက ကျွန်တော်တို့ကို ပိုနက်နဲတဲ့ ငရဲထဲကို ချပေးနိုင်တာတော့ အမှန်ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဒါကလည်း ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တိုင်က သူတို့ကို လုပ်ခွင့်ပေးမှပဲ ဖြစ်နိုင်မှာပါ။ လူသားတိုင်းမှာ ကိုယ်ပိုင်အိပ်မက် ကိုယ်စီရှိကြပြီး လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ အိပ်မက်လို့ပဲ အကြောက်တရားနဲ့ အမြဲလိုလို အုပ်စိုးခံထားရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဘဝ၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အိပ်မက်ထဲမှာ ငရဲကို အိပ်မက် မက်

တတ်ဖို့ သင်ယူကြပါတယ်။ လူတစ်ဦးချင်းစီက တူညီတဲ့ ကြောက်ရွံ့မှုတွေကို မတူညီတဲ့ နည်းလမ်းတွေနဲ့ ပြသနေကြတာ အမှန်ဆိုပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ဟာ ဒေါသ၊ မနာလိုမှု၊ မုန်းတီးမှု၊ ငြုတ်မှုနဲ့ အပျက်သဘောဆောင်တဲ့ အခြားစိတ်ခံစားမှုတွေကိုလည်း ခံစားနေကြရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တစ်ကိုယ်တော်အိပ်မက်ကလည်း အကြောက်တရားနဲ့ နေထိုင်ထိခိုက်ခံစားနေရမဲ့ အိပ်မက်ဆိုးတစ်ခု ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ဟာ အိပ်မက်ဆိုးတွေ မက်နေဖို့ မလိုပါဘူး။ စိတ်ချမ်းမြေ့စရာ အိပ်မက်တစ်ခုကို ခံစားမြင်မက်ဖို့ စွမ်းနိုင်ပါတယ်။

လူသားအားလုံးက အမှန်တရား၊ တရားမျှတမှုနဲ့ အလှတရားကို ရှာဖွေနေကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ သိမ်းဆည်းထားတဲ့ မုသားစကားတွေကိုပဲ ယုံကြည်နေမိကြတာကြောင့် အမှန်တရားကို အမြဲထာဝရ ရှာဖွေနေကြရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့မှာ ရှိထားတဲ့ ယုံကြည်မှုစနစ်မှာ တရားမျှတမှု မရှိတာကြောင့် ကျွန်တော်တို့က တရားမျှတမှုကို ရှာဖွေနေကြတယ်။ လူတစ်ယောက်က ဘယ်လောက်ပဲလှလှ အဲဒီလူမှာ အလှတရား ရှိနေတယ်လို့ မယုံကြည်ကြတဲ့အတွက် ကျွန်တော်တို့က အလှတရားကို ရှာဖွေနေကြရပါတယ်။ အဲဒီအရာ အားလုံးက ကျွန်တော်တို့နဲ့အတူ ရှိနေချိန်မှာ ကျွန်တော်တို့ကတော့ ရှာပုံတော်ဖွင့်ပြီးရင်း ဖွင့်နေကြတော့တာပါပဲ။ ရှာရမဲ့ အမှန်တရားရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ခေါင်းကို လှည့်ကြည့်လိုက်တဲ့ နေရာတိုင်းမှာ မြင်တွေ့နေရသမျှ အားလုံးဟာ အမှန်တရားတွေပါ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့စိတ်ထဲမှာ သိမ်းဆည်းထားတဲ့ သဘောတူလက်ခံချက်တွေနဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေကြောင့် ဒီအမှန်တရားကို ကျွန်တော်တို့ မမြင်နိုင်ကြပါဘူး။

ကျွန်တော်တို့ဟာ အကန်းတွေ ဖြစ်နေကြတာကြောင့် အမှန်တရားကို မမြင်နိုင်ကြပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ မှားယွင်းတဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေ အားလုံးက ကျွန်တော်တို့ကို အမြင်ကန်းစေတဲ့ အရာတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်က မှန်နေဖို့လိုပြီး အခြားသူတွေ မှားနေစေချင်ကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ်ယုံကြည်တဲ့အရာကို အားထားကြပါတယ်။ အဲဒီယုံကြည်ချက်တွေကပဲ ကျွန်တော်တို့အတွက် ပူပန်ဒုက္ခတွေကို ငြမ်းဆင်ပေးကြတာပါ။ ဒါက ကိုယ့်နှာခေါင်းထက် ကျော်ပြီး မမြင်နိုင်တဲ့ မြူခိုးတွေအလယ်မှာ နေနေရသလိုပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ဟာ အစစ်အမှန်မဟုတ်တဲ့ မြူခိုးထဲမှာ နေထိုင်ကြတယ်။ ဒီမြူခိုးဟာ သင်ယုံကြည်တဲ့ အရာ၊ သင့်ရဲ့ဖြစ်တည်မှုနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ သဘောတရားတွေအားလုံး၊ တခြားသူတွေ

နဲ့၊ သင့်ကိုယ်သင်နဲ့၊ ပြီးတော့ ဘုရားသခင်နဲ့တောင်မှ သင်လုပ်ထားတဲ့ သဘော တူညီချက်တွေ အားလုံးပါနေတဲ့ အိပ်မက်တစ်ခု၊ သင့်ဘဝရဲ့ တစ်ကိုယ်တော် အိပ်မက်တစ်ခုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သင့်ရဲ့ စိတ်တစ်ခုလုံးဟာ ထောက်တက်တွေက မစ်ထိုးထေး လို့ ခေါ်ခဲ့ကြ တဲ့ မြူတစ်ခုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သင့်ရဲ့ စိတ်ဟာ တစ်ချိန်တည်းမှာ လူအယောက် တစ်ထောင် စကားပြောနေကြပေမဲ့ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် နားမလည်ကြတဲ့ အိပ်မက်တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ လူ့စိတ်အခြေအနေပါပဲ။ ကြီးမားတဲ့ မစ်ထိုးထေး၊ အဲဒီ ကြီးမားတဲ့ မစ်ထိုးထေးကြောင့် သင်က တကယ် ဘာလဲဆိုတာ သင်ကိုယ်တိုင် မမြင်နိုင်ပါဘူး။ အိန္ဒိယမှာတော့ မစ်ထိုးထေးကို ထင်ယောင်ထင်မှားဖြစ်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတဲ့ မာယာလို့ ခေါ်ကြတယ်။ သင်ကိုယ်တိုင်နဲ့ ကမ္ဘာကြီးအကြောင်း၊ သင် ယုံကြည်ထားသမျှ အရာရာ၊ သင့်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ အယူအဆတွေနဲ့ အစီအစဉ်တွေအားလုံးဟာ အကုန်လုံး မစ်ထိုးထေးတွေပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ဟာ တကယ့်တကယ်မှာ ဘယ်လိုလူတွေလဲ ဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တိုင် မမြင်နိုင် ကြပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့တွေဟာ မလွတ်လပ်သေးဘူးဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့ မသိ မြင်နိုင်ကြပါဘူး။

ဒါကြောင့်ပဲ လူသားတွေက ဘဝကို ခုခံရုန်းဆန်ကြတယ်။ အသက်ရှင်သန် နေနိုင်ဖို့ဆိုတာ လူသားတွေအတွက် အကြောက်ဆုံးအရာပဲ။ သေခြင်းတရားက ကျွန်တော်တို့မှာရှိတဲ့ အကြောက်ဆုံးအရာ မဟုတ်ပါဘူး။ အသက်ရှင်သန်နေနိုင်ဖို့ စွန့်စားရခြင်း၊ အသက်ရှင်သန်နေနိုင်ဖို့နဲ့ ကိုယ် တကယ် ဘာလဲဆိုတာ ချပြဖို့က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အကြီးမားဆုံး ကြောက်ရွံ့မှု ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ပုံစံနဲ့ကိုယ် နေနေ ရခြင်းက လူသားတွေရဲ့ အကြီးမားဆုံးသော အကြောက်တရား ဖြစ်နေပါတယ်။ အခြားသူတွေရဲ့ အလိုဆန္ဒကို ဖြည့်ဆည်းကျေနပ်စေဖို့ရာ ကြီးစားနေရင်းနဲ့ ဘဝကို ရှင်သန်ကြဖို့ ကျွန်တော်တို့တွေ သင်ယူခဲ့ကြပြီးဖြစ်ပါတယ်။ အခြားလူတစ်ယောက်ကို သေချာမကောင်းပေးနိုင်မှာနဲ့ သူ့ဆီက ငြင်းပယ်ခံရမှာကို ကြောက်တဲ့စိတ်တွေကြောင့် အခြားသူတွေရဲ့ အမြင်တွေနဲ့ နေထိုင်တတ်ဖို့ ကျွန်တော်တို့ သင်ယူခဲ့ကြပြီး ဖြစ်ပါ တယ်။

ပြုစုပို့ဆောင်ခြင်း ဖြစ်စဉ်အတွင်းမှာ ကျွန်တော်တို့ဟာ သေချာကောင်းမွန် စေဖို့အတွက် ပြီးပြည့်စုံမှုပုံရိပ်ကို ဖန်တီးကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က လူတိုင်း လက်ခံနိုင်လောက်မဲ့ နေထိုင်မှုပုံရိပ်ကို ဖန်တီးကြတယ်။ အဖေ၊ အမေ၊ ညီအစ်ကို

myspoe.com

မောင်နှမတွေ၊ ဘုန်းတော်ကြီးတွေနဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေလို ကျွန်တော်တို့ကို ချစ်တဲ့ သူတွေ ကျေနပ်နှစ်သက်စေဖို့ရာ ကျွန်တော်တို့ အထူးကြိုးစားကြပါတယ်။ သူတို့ အတွက် အလုံအလောက် ကောင်းပေးနိုင်အောင် ကြိုးစားရင်း ပြီးပြည့်စုံမှုပုံရိပ် တစ်ခုကို ကျွန်တော်တို့ ဖန်တီးကြပေမဲ့ ဒီပုံစံနဲ့ ကျွန်တော်တို့ဟာ အံဝင်ခွင်ကျဖြစ် မနေခဲ့ကြပါဘူး။ ဒီပုံရိပ်ကို ကျွန်တော်တို့ ဖန်တီးကြပေမဲ့ ဒီပုံရိပ်က အစစ်အမှန် မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီလို အမြင်ကနေဆိုရင် ကျွန်တော်တို့အနေနဲ့ ဘယ်တော့မှ ပြီးပြည့် စုံနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘယ်တော့မှနော်။

ပြီးပြည့်စုံမှု မရှိတော့ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ငြင်းပယ်ကြတယ်။ ပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ငြင်းပယ်ခြင်းအဆင့်ဟာ အရွယ်ရောက်ပြီးသူတွေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ သမာဓိအားကို ချိုးဖျက်ရာမှာ ဘယ်လောက်ထိရောက်သလဲဆိုတဲ့ တာအပေါ်မှာ မူတည်နေပါတယ်။ ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း ပြီးသွားတဲ့နောက်မှာ အခြား ဘယ်သူ့ဘယ်သူအတွက်မှ အပြည့်အဝကောင်းပေးနေဖို့ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ ဘူး။ ကျွန်တော်တို့က ပြီးပြည့်စုံတဲ့ပုံရိပ်နဲ့ အံဝင်ခွင်ကျ ဖြစ်မနေကြတော့ ကိုယ် ကိုယ်တိုင်အတွက်တောင် ကောင်းကောင်း ကောင်းပေးနိုင်ကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ် ဆန္ဒရှိတဲ့ပုံစံ ဖြစ်မလာလို့ ဒါမှမဟုတ် ဖြစ်သင့်တယ်လို့ ကိုယ် ယုံကြည်ထားတဲ့ အရာ ဖြစ်မနေလို့ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ခွင့်မလွှတ်နိုင် ဖြစ်နေကြ ပါတယ်။ မပြည့်မစုံဖြစ်နေတဲ့အတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ခွင့်မလွှတ်နိုင်ကြတာပါ။ ဖြစ်သင့်တယ်လို့ ကိုယ်ယုံကြည်ထားတာမျိုး ဖြစ်မနေတာကို ကျွန်တော်တို့ သိနေကြ တယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်တို့ဟာ မှားယွင်းနေတယ်၊ စိတ်ပျက်ဖို့ ကောင်းနေတယ်၊ မရိုးသားဘူးလို့ ခံစားကြရတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဖုံးကွယ်ဖို့ ကြိုးစားကြပြီး ကိုယ်မဟုတ်တဲ့ပုံစံကို သဏ္ဍာန်လုပ် သရုပ်ဆောင်ကြတယ်။ ရလဒ် ကတော့ ကျွန်တော်တို့တွေဟာ အစစ်အမှန်မဟုတ်ဘူးလို့ ခံစားရပြီး အဲဒါကို အခြား သူတွေ သတိမပြုမိစေဖို့ လူမှုမျက်နှာဖုံးတွေ ဝတ်ဆင်ထားရတာပါပဲ။ ကျွန်တော် တို့ဟာ ကျွန်တော်တို့ ဟန်ဆောင်တဲ့အတိုင်း မဟုတ်ကြဘူးဆိုတာ တစ်ယောက် ယောက် သတိပြုမိသွားမှာကို အတော်လေး ကြောက်ရွံ့ကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပြီးပြည့်စုံမှုပုံစံနဲ့အညီ အခြားသူတွေကို အကဲဖြတ်တတ်ကြတော့ မှန်းချက်နဲ့ နှမ်းထွက်မကိုက်တာက အလွယ်လေးပဲ ဖြစ်သွားတတ်ကြပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့က အခြားသူတွေကို ကျေနပ်စေဖို့ရာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရှုတ်ချကြတယ်။ အခြားသူတွေ လက်ခံစေဖို့အတွက်ဆို ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ့်

mgyoe.com

ကိုယ်ခန္ဓာကိုတောင် ထိခိုက်အောင် လုပ်တတ်ကြပါတယ်။ ဆယ်ကျော်သက်တွေက အခြားရွယ်တူ ဆယ်ကျော်သက်တွေရဲ့ ငြင်းပယ်တာကို ရှောင်ဖို့ မူးယစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲနေကြတာကို သင် တွေ့မိမှာပါ။ တကယ့်ပြဿနာက သူတို့ကိုယ်သူတို့ လက်မခံနိုင်တဲ့အချက်ပဲ ဆိုတာကို သူတို့ မသိကြဘူး။ သူတို့ဟာ သူတို့ဟန်ဆောင်ထားတဲ့ ပုံစံအတိုင်း မဟုတ်ကြတာမို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လက်မခံနိုင်ဖြစ်ကြတယ်။ ဒီနည်းအတိုင်း ဖြစ်လာမယ်မှန်းထားပေမဲ့ ဖြစ်မလာကြတဲ့အခါ ရှက်ရွံ့ခြင်းနဲ့ လိပ်ပြာ မလုံခြင်းတွေကို သူတို့စိတ်မှာ သယ်ပိုးထားတတ်ကြပါတယ်။ လူသားတွေက ကိုယ်ယုံကြည်ရာအတိုင်း ဖြစ်မလာကြတဲ့အတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အဆုံးမရှိ အပြစ်ပေးကြတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အလွန်အနိုင်ကျင့်လာကြပြီး ကိုယ့်ကို အနိုင်ကျင့်ဖို့ အခြားသူတွေကိုပါ အသုံးချကြပါတော့တယ်။

ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အနိုင်ကျင့်တာထက် ပိုပြီး ဘယ်သူ့ဘယ်သူကမှ နိုင်ထက်ကလူပြုလို့ မရပါဘူး။ ဒါကလဲ တရားသူကြီး၊ ခံရသူနဲ့ ယုံကြည်ချက်စနစ် တို့က ကျွန်တော်တို့ကို ဒီလိုဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင်စေတာပါ။ ခင်ပွန်း၊ ဇနီး၊ အမေ၊ ဒါမှမဟုတ် အဖေက အနိုင်ကျင့်တယ်လို့ ပြောတတ်ကြတဲ့ လူတွေကို ကျွန်တော်တို့ တွေ့ဖူးကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့တွေကသာ အဲဒီနှိပ်စက်သူတွေထက် ပိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နှိပ်စက် အနိုင်ကျင့်နေကြတယ် ဆိုတာကို သင် သိမှာပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဝေဖန်တဲ့ နည်းလမ်းက ရှိရှိခဲ့ဖူးသမျှ အနည်းတွေထဲ အဆိုးဆုံး အကဲဖြတ်နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ လူတွေရှေ့မှာ အမှားလုပ်မိရင် အမှားကိုငြင်းပြီး ဖူးကွယ်ဖို့ ကြိုးစားတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ တစ်ယောက်တည်း ရှိနေနေချင်းပဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဝေဖန်တာတွေက သိပ်ပြင်းထန်လာတယ်။ စိတ်မလုံ မလဲဖြစ်တာက သိပ်ပြင်းထန်လာတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ သိပ်မိုက်မဲတယ်။ သိပ်ဆိုးကြတယ်။ မထိုက်တန်ဘူးလို့ ခံစားလာကြရပါတယ်။

သင့်ရဲ့ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးမှာ ဘယ်သူကမှ သင့်ကိုယ်သင် နှိပ်စက် အနိုင်ကျင့်တာထက် ပိုပြီး သင့်ကို အနိုင်မကျင့်နိုင်ကြပါဘူး။ ပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အနိုင်ကျင့်တာရဲ့ အတိုင်းအတာက တခြားသူကို သင် သည်းခံပေးရမဲ့ အတိုင်း အတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ယောက်ယောက်က သင့်ကိုယ်သင် အနိုင်ကျင့်တာထက် နည်းနည်းပိုပြီး သင့်ကို အနိုင်ကျင့်လာရင် အဲဒီလူနဲ့ ဝေးရာကို သင် ရှောင်သွားလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ယောက်ယောက်က သင့်ကိုယ်သင် အနိုင်ကျင့်တာထက် နည်းနည်းလျော့ပြီး သင့်ကို အနိုင်ကျင့်နေရင်တော့ သူနဲ့ ဆက်ပေါင်းနေပြီး သူ့ကို

sample.com

အဆုံးမရှိ သည်းခံနေမိလိမ့်မယ်။

သင့်ကိုယ်သင် တော်တော် ဆိုးဆိုးဝါးဝါး အနိုင်ကျင့်နေမိရင်တော့ သင့်ကို ရိုက်နှက်တဲ့သူ၊ သင့်ကို အရှက်ရစေပြီး သင့်ကို အညစ်အကြေးလို ဆက်ဆံတတ်တဲ့ သူကိုတောင် သင် သည်းခံနိုင်လာပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် သင့်ရဲ့ ယုံကြည်မှုစနစ်မှာ 'ငါ ဒါကို ခံထိုက်တယ်။ ဒီလူက ငါနဲ့ အတူရှိနေပေးတာကပဲ ကျေးဇူးတင်စရာ ကောင်းနေပြီ။ ငါက ချစ်ခင်လေးစားမှုနဲ့ မထိုက်တန်ဘူး။ ငါက ကောင်းတာ မဟုတ်ဘူး' လို့ သင့်ကိုယ်သင် ပြောနေတာကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ဟာ တစ်ပါးသူတွေရဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို လက်ခံဖို့ လိုအပ် ကြပေမဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်တော့ လက်ခံပြီး မချစ်နိုင်ကြဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချစ်လာလေလေ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်အနိုင်ကျင့်တာမျိုး နည်းပါးလာလေလေပါပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အနိုင်ကျင့်တာက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ငြင်းပယ်ခြင်းက မြစ်ဖျားခံ လာပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ငြင်းပယ်ခြင်းက ပြီးပြည့်စုံခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတဲ့ ပုံရိပ် ဖြစ်တည်ခြင်းက မြစ်ဖျားခံလာပါတယ်။ အဲဒီစံနှုန်းကို တိုင်းတာတာမျိုးလည်း ဘယ်တော့မှ မလုပ်ကြပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပြီးပြည့်စုံမှုပုံရိပ်က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ငြင်းပယ်ရတဲ့ အကြောင်းအရင်း၊ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ပုံစံကို ကိုယ်တိုင်လက်မခံခြင်း အကြောင်းအရင်း၊ အခြားသူတွေရဲ့ ပုံစံကို ကျွန်တော်တို့ လက်မခံခြင်း အကြောင်း အရင်း ဖြစ်ပါတယ်။



### အိပ်မက်သစ်ရဲ့ ရှေ့ပြေး

သင်ကိုယ်တိုင်၊ အခြားသူတွေ၊ သင့်ရဲ့ ဘဝအိပ်မက်၊ ဘုရားသခင်၊ လူ့အဖွဲ့အစည်း၊ သင့်ရဲ့မိဘတွေ၊ သင့်ရဲ့ အိမ်ထောင်ဖက်၊ သင့်ရဲ့ကလေးကို ပေးထားတဲ့ သဘောတူညီချက်တွေ ထောင်ပေါင်းများစွာ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရေးကြီးဆုံး သဘောတူညီချက်တွေက သင့်ကိုယ်သင် ပေးထားတဲ့ သဘောတူညီချက်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီသဘောတူညီချက်တွေမှာ သင်က ဘယ်သူ၊ သင် ခံစားနေရတာ ဘာ၊ သင်ယုံကြည်တာနဲ့ ဘယ်လိုပြုမူရမယ် ဆိုတာတွေကို သင့်ကိုယ်သင် ပြောပြထားတယ်။ ရလဒ်ကတော့ သင့်ရဲ့ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးလို့ သင်ခေါ်တဲ့ အရာပါပဲ။ ဒီသဘောတူညီချက်တွေမှာ သင်က “ဒါက ငါပဲ။ ဒါက ငါ ယုံကြည်တဲ့အရာ။ တချို့အရာတွေကို ငါ လုပ်နိုင်တယ်၊ တချို့အရာတွေကို ငါ မလုပ်နိုင်ဘူး။ ဒါကတော့ အစစ်အမှန်၊ ဒါကတော့ စိတ်ကူးယဉ်၊ ဒါက ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ဒါက မဖြစ်နိုင်ဘူး” ဆိုထားပါတယ်။

သဘောတူညီချက်တစ်ခုတည်းက ပြဿနာဖြစ်နေတာတော့ မဟုတ်ပေမဲ့ ကိုယ့်ကို ထိခိုက်ခံစားစေတဲ့၊ ဘဝမှာကျရှုံးစေတဲ့ သဘောတူညီချက်များစွာ ကျွန်တော်တို့မှာ ရှိကြပါတယ်။ ပျော်ရွှင်မှုအပြည့်နဲ့ ဘဝကို ဖြတ်သန်းချင်ရင်တော့ ကြောက်ရွံ့မှုကို အခြေခံထားတဲ့ အဲဒီသဘောတူညီချက်တွေကို ချိုးဖျက်ရဲတဲ့ သတ္တိကို သင် ရှာရပါမယ်၊ ပြီးရင် သင့်ရဲ့ ကိုယ်ရည်စွမ်းအားကို ရယူရမယ်။ အကြောက်