



mgyoe.com

မဂ္ဂ

SAMPLE BOOK

21<sup>st</sup> Century Edition

# AS A MEN THINKETH

The Wisdom of  
JAMES ALLEN



အတွေးတို့စေ့ညွှန်ရာ  
လင်းသစ်

mgyoe.com

၆၆

နှစ်ပေါင်း  
 တစ်ရာကျော်  
 သက်တမ်းရှိနေပြီဖြစ်တဲ့  
 ဒီစာအုပ်ဟာ  
 နှစ်ပေါင်းများစွာ  
 ကြာမြင့်ပြီးသည့်တိုင်၊  
 ဘယ်လိုပဲ  
 ဖြန်လည်ရေးသားခဲ့ပြီးပြီ  
 ဆိုသည့်တိုင်  
 စာအုပ်က ပေးချင်တဲ့  
 ပညာဗဟုသုတနဲ့  
 အနစ်သာရကတော့  
 ပြောင်းလဲမသွားပါဘူး။  
 ဒီနေ့ခေတ်အထိ  
 ခေတ်မီနေဆဲ၊  
 အသုံးတည့်နေဆဲပါ။

cover design | Paving Nang Aung © 2024

အတွေးတို့ ခေတ္တနိမိတ် (လင်သစ်)



9 782024 000662

mgvoe.com

စာရိပ်မြိုင်ဘုတ်စဉ် (၆၆)  
ပုံနှိပ်ပုတ်တမ်း



### လင်းသစ်

#### အတွေးတို့ စေညွှန်ရာ

- ထုတ်ဝေသည့်အကြိမ် ♦ ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ
- မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း ♦ ပိုင်နိုင်အောင်
- အတွင်းဒီဇိုင်း ♦ ပိုင်နိုင်အောင်
- ထုတ်ဝေသည့်အုပ်ရေ ♦ ၅၀၀
- စာအုပ်တန်ဖိုး ♦ ၃၀၀၀ ကျပ်
- ထုတ်ဝေသူ ♦ ဦးပြည့်အာကာ(၀၃၀၉၄-စာရိပ်မြိုင်စာပေ)  
အမှတ် (၂၅၃/၂၅၅)၊ ပထမထမ်း  
ပန်းဆိုးတန်းလမ်းမကြီး၊  
မိုလ်ချွန်လမ်းနှင့်အနော်ရထာလမ်းကြား၊  
ကျောက်တံတားမြို့နယ်။
- ပုံနှိပ်သူ ♦ ဒေါ်မျိုးမျိုးသန်း(မျိုးမျိုး ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း)  
(၀၁၅၃၃)၊ အမှတ် ၁၁၊ ၅၆ လမ်း၊  
ပုဂ္ဂန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကင်းမြို့။
- ဖြန့်ချိဇော့ ♦ စာရိပ်မြိုင်စာပေ  
ဖုန်း ၀၉ ၇၆၂၂၂၆၀၂၀

လင်းသစ်  
အတွေးတို့ စေညွှန်ရာ / လင်းသစ်။ ရန်ကုန်  
စာရိပ်မြိုင်စာပေ။ ၂၀၂၄။  
စာမျက်နှာ - ၆၄၊ ၉. ၆ စင်တီ x ၁၆ စင်တီ  
(၆၆) အတွေးတို့ စေညွှန်ရာ

## မာတိကာ

◆ ဘာသာပြန်သူ၏ အမှာ	၄
◆ မိတ်ဆက်နိဒါန်း	၈
◆ စကားဦး	၁၂
◆ စာဖတ်သူတို့၏ စကားသံများ	၁၄
◆ အခန်း-၁ အကျင့်စရိုက်	၁၉
◆ အခန်း-၂ အခြေအနေများ	၂၄
◆ အခန်း-၃ ကျန်းမာရေး	၃၇
◆ အခန်း-၄ ရည်ရွယ်ချက်	၄၃
◆ အခန်း-၅ အောင်မြင်မှု	၄၇
◆ အခန်း-၆ အမြော်အမြင်	၅၂
◆ အခန်း-၇ ငြိမ်းချမ်းခြင်း	၅၇
◆ လုပ်ဆောင်ရန် လေ့ကျင့်ခန်း သင့်စံပြဘဝကို မြင်ယောင်ကြည့်ခြင်း	၆၁

## ဘာသာပြန်သူ၏ အမှာ

ထုတ်ဝေသူက ကျွန်တော့်ကို ဒီစာအုပ်ကို ဘာသာပြန်ပေးဖို့ တောင်းဆိုလာတော့ ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ အလွန်တာဝန်ကြီးတယ်လို့ ခံစားရတာ အမှန်ပါ။ တစ်အချက်က **As A Man Thinketh** ဟာ ဟိုးလွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်းတစ်ရာကျော်က ကမ္ဘာကျော် စိတ်ဓာတ်ခွန်အားပေး စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်တာကြောင့် အင်္ဂလိပ်စာ အသုံးအနှုန်းတွေက ခန့်ထည်ရုံမက ခက်ခဲလွန်းတာမို့ ဘာသာပြန်ရာမှာ အဓိပ္ပာယ်ကောက်လွဲမှားသွားမှာ စိုးရွံ့မိတာကြောင့်ပါ။ ဒုတိယအချက်ကတော့ ဒီစာအုပ်ရဲ့ မူလမူကို ဆရာဖေမြင့်က သင့်စိတ်၊ သင့်အတွေးအကြံများအတိုင်းသာ ဆိုပြီး (၁၉၉၄ လား၊ ၉၅ မှာလား မသိ)ဘာသာပြန်ဆိုထုတ်ဝေခဲ့ပြီးသားပါ။

ဒါကြောင့် ထုတ်ဝေသူကြီးက ကျွန်တော့်ကို “ဒီ စာအုပ်ကို ဘာသာပြန်စေချင်တယ်၊ ကျွန်တော် ထုတ်မယ်” လို့ ပြောလာတဲ့အချိန်မှာ အတော်လေး ခေါင်းနားပန်းကြီး သွားပြီး အင်တာနက်ပေါ် တတ်သလောက်၊ မှတ်သလောက် မွေနှောက်ရှာဖွေကြည့်ရင်းက အင်္ဂလိပ်လို ဖတ်ရလွယ်ကူပြီး အနှစ်သာရ မပျောက်ပျက်အောင် ပြန်ရေးထားတဲ့ (သူတို့ အခေါ် Repharsed - ဝါကျပြန်ဖွဲ့ထားခြင်း) ယခု ဘာသာ ပြန်ထားတဲ့ မူစာအုပ်ကလေးကို တွေ့တော့ တထိုင်တည်း ဖတ်ဖြစ်၊ ရေးဖြစ်ပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ “ဒီနေ့ခေတ် စာအုပ်စာပေတွေထဲ စိတ်ခွန်အားပေး စာအုပ်တွေ မှီလိုပေါက်နေတာ ထပ်ပြီး ရေးစရာ၊ ထုတ်စရာ လိုသေးလို့လားကွာ” လို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ ဒီမေးခွန်းကိုမဖြေခင်မှာ လူတွေ ဘာကြောင့် စိတ် ဓာတ်ခွန်အားပေးစာအုပ်ကို ဖတ်နေကြသလဲဆိုတာ အရင် ပြောရရင် ပိုအဆင်ပြေပါလိမ့်မယ်။

လူဆိုတာ အမြဲတမ်းပျော်ရွှင်တက်ကြွပြီး စိတ် ဓာတ်တွေ မိုးထိုးမြင့်မားနေကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ဓာတ် ကျတဲ့အချိန်၊ ဒေါသထွက်တဲ့အချိန်၊ သူများကို မနာလိုဝန်တို့ ဖြစ်တဲ့အချိန်တွေ ရှိတတ်သလို၊ ပျော်ရွှင်နေတဲ့အချိန်၊ စိတ် အားတက်ကြွနေချိန်တွေလည်း ရှိတတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ဓာတ်က အပျက်သဘောဆီ ဦးတည်နေတဲ့အချိန်မှာ ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ကို ကောင်းရာမွန်ရာဆီ အာရုံလွှဲဖို့ ပုံမှန်အတိုင်း

စိတ်ကို ပြန်ပြီးတည်ဆောက်ယူနိုင်ဖို့ လိုပါတယ်။

တချို့အတွက်တော့ သီချင်းလေးဆိုတာ၊ ကတာ၊ မိတ်ဆွေတွေစုပြီး အရက်သောက်တာ၊ ဗီဒီယိုဂိမ်းလေး ဆော့လိုက်တာ၊ တစ်စုံတစ်ယောက်ဆီ ရင်ဖွင့်လိုက်တာ လောက်နဲ့ အဆင်ပြေပေမယ့် တချို့အတွက်ကတော့ လမ်း တွေ ပျောက်နေလို့ စာအုပ်တွေဖတ်ပြီး လမ်းညွှန်ချက်ကို ရှာတာ၊ ရုပ်ရှင်၊ ပန်းချီ တွေကြည့်ပြီး လမ်းစပြန်ရှာတာ စသဖြင့် လုပ်ရတတ်ပါတယ်။ ဒါဟာ တစ်ယောက်နဲ့တစ် ယောက်ရဲ့ စိတ်ခံစားချက်နဲ့လည်း ဆိုင်သလို၊ ခံနိုင်ရည်တွေ၊ စိတ်ခွန်အားတွေနဲ့လည်း ဆိုင်ပါတယ်။ နောက်ပြီး စိတ်ဓာတ် အခဲ၊ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ကြုံခဲ့ဖူးသမျှ အတွေ့အကြုံတွေနဲ့လည်း သက်ဆိုင်ပါတယ်။

ထပ်ပြောရရင် စာအုပ်ထဲက ပေးချင်တဲ့ အချက် အလက်တွေ၊ ဗဟုသုတတွေက ၁၀၀% ကိုယ်နဲ့ ကိုက်ညီ လိမ့်မယ်လို့လည်း ပြောလို့မရပါဘူး။ ကိုက်ညီတာကိုယူ၊ မကိုက်ညီတာကို ပယ်ရှားပစ်ရမှာပါ။ ဒီတော့ ပြန်ကောက် ရရင် ကျွန်တော် ဒီစာအုပ်ကို (မတူညီတဲ့မူကွဲကို) ထပ်မံ ဘာသာပြန်ရတာကလည်း ဒီအကြောင်းကြောင့်ပါပဲ။ စိတ် ညစ်နေတဲ့အချိန်တွေမှာ ကိုယ့်ဘေးနား မိတ်ဆွေတစ်ယောက် လို ရင်းရင်းနှီးနှီး ပြောပြနေဟန်နဲ့ ဖေးမပေးနိုင်ဖို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပါ။

နှစ်ပေါင်းတစ်ရာကျော် သက်တမ်းရှိနေပြီဖြစ်တဲ့

ဒီစာအုပ်ဟာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာမြင့်ပြီးသည့်တိုင်၊ ဘယ်  
လိုပဲ ပြန်လည်ရေးသားခဲ့ပြီးပြီဆိုသည့်တိုင် စာအုပ်က ပေး  
ချင်တဲ့ ပညာဗဟုသုတနဲ့ အနှစ်သာရကတော့ ပြောင်းလဲ  
မသွားပါဘူး။ ဒီနေ့ခေတ်အထိ ခေတ်မီနေဆဲ၊ အသုံးတည့်  
နေဆဲပါ။

ဒါကြောင့်မို့ ဒီစာအုပ်ကလေးကို ဖတ်မိတဲ့အခါ၊  
စိတ်ဓာတ်ကျ အားငယ်ဝမ်းနည်းနေချိန်မှာ ရင်းနှီးစွာ ဖေးမ  
လမ်းညွှန်ပေးနိုင်စေဖို့ ဆုတောင်းပေးလိုက်ပါတယ်။ လူကိုယ်  
တိုင် စာဖတ်သူအနားမှာ မရှိနေနိုင်ပေမဲ့ ကျွန်တော် ဘာသာ  
ပြန်တဲ့ ယခုစာအုပ်ကလေးက မိတ်ဆွေကို လက်ကမ်းပြီး  
ကူညီပေးနိုင်မယ်ဆိုရင် ဘာသာပြန်ရကျိုးနပ်ပြီ၊ ကျေနပ်ပြီ  
လို့ပဲ ဆိုပါရစေ။

ဖတ်ရတာ တစ်စုံတစ်ရာ အဆင်မပြေခဲ့ပါက  
ကျွန်တော့်လိုအပ်ချက်ကြောင့်သာ ဖြစ်ပါကြောင်း၊ စေတနာ  
ရှေ့ထားပြီး နားလည်ခွင့်လွှတ်ပေးနိုင်ပါ စေကြောင်းလည်း  
တင်ကြိုတောင်းပန်လိုက်ရပါတယ်။

လင်းသစ်  
(ဘာသာပြန်သူ)



## မိတ်ဆက်နိဒါန်း

အချိန်တိုင်းအတွက် အကောင်းဆုံး စိတ်ဓာတ် ခွန်အားပေးစာအုပ်လို့ ကမ္ဘာတစ်လွှားမှာ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် သတ်မှတ်ထားခြင်းခံရတဲ့ အတွေးတို့ စေညွှန်ရာ (ယခု စာအုပ်) ထဲမှာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့အတွေးတွေက အကျင့်စရိုက်၊ အခြေအနေ၊ ကျန်းမာရေး၊ ပြင်ပရုပ်သွင်နဲ့ အောင်မြင်မှု စတာတွေကို ဘယ်လိုပုံသွင်းယူသလဲ ဆိုတာကို ဖော်ပြနေ ပါတယ်။ ကိုယ့်စိတ်ကို ပိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားထိန်းကွပ်ပြီး ကိုယ်လိုချင်တဲ့ဘဝမျိုးကို ဖန်တီးယူမလား၊ စိတ်ပျက်အား လျော့စရာ ကျရှုံးမှုတွေထဲမှာပဲ တဝဲလည်လည် ကျန်နေရစ် မလား ဆိုတာကတော့ ကိုယ့်ရွေးချယ်မှုပါပဲ။

ဂျိမ်းစ်အလန် (၁၈၆၄ - ၁၉၁၂) ကို ဆင်းရဲတဲ့

အလုပ်သမားလူတန်းစား ဗြိတိသျှလူမျိုး မိသားစုက မွေးဖွားလာပါတယ်။ အသက်ဆယ့်ငါးနှစ်အရွယ်မှာ ဂျိမ်းစ်ရဲ့ဖခင် ဖြစ်သူဟာ ကြေကွဲဝမ်းနည်းဖွယ်ရာ အဖြစ်မျိုးနဲ့ ဆုံးပါးသွားခဲ့တော့ သူဟာ ကျောင်းကနေထွက်ပြီး မိသားစုကို ပံ့ပိုးပေးရဖို့ အခြေအနေတွေက ဖန်လာပါတော့တယ်။ သူဟာ စက်မှုတော်လှန်ရေး ကနဦးအစပိုင်း ကြမ်းတမ်းလှတဲ့ကာလတွေမှာ အတော်လေး ရုန်းကန်လှုပ်ရှားရတဲ့ အလုပ်ကြမ်းသမားလေး ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

နောက်ထပ်အနှစ်နှစ်ဆယ်ကျော်အတွင်းမှာ ဂျိမ်းစ်ဟာ စက်ရုံစနစ်ကနေ သူ့ကိုယ်သူ ရုန်းထဆွဲတင်ခဲ့ပါတယ်။ အချိန်ပို နာရီပိုင်းကလေးရရင် သူက စာကို အားကြိုးမာန်တက်ဖတ်တယ်။ အရေးအသား၊ စကားလုံးအသုံးအနှုန်းတွေ တိုးတက်လာအောင် ကြိုးစားခဲ့တယ်။ ဒီလိုနဲ့ သူဟာ တဖြည်းဖြည်းချင်း အမှုဆောင်အတွင်းရေးမှူး အဆင့်အထိ ရောက်လာခဲ့ပါတယ်။

ဒီအဆင့်တွေကို ဖြတ်သန်းရင်း ဂျိမ်းစ်က သူ့အတွေးတွေကို အမှန်တရား၊ အလှတရားနဲ့ စစ်မှန်မှုတွေ အပေါ်မှာသာ အာရုံဝင်စားစေခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအရည်အသွေးတွေက သူ့ရဲ့ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ပေးခဲ့ပါတယ်။

အသက် ၃၈နှစ်အရွယ်မှာ ဂျိမ်းစ်က အချိန်ပြည့်စာရေးဆရာ၊ အတွေးအခေါ် ပညာရှင်တစ်ယောက်အဖြစ်

ခံယူလိုက်နိုင်ဖို့ လုပ်လက်စ အလုပ်ကနေ အနားယူခဲ့ပါ  
 တယ်။ သူက ချစ်လှစွာသော ဇနီးသည်ဖြစ်တဲ့ လီလီနဲ့အတူ  
 ဆင်ခြေဖုံးဘက်က ကော့တေ့ချ်တိုက်အိမ်ကလေးတစ်လုံးဆီ  
 ပြောင်းရွှေ့အခြေချနေထိုင်ရင်း ခေတ် ဆိုတဲ့အတွေးအခေါ်  
 ပညာဂျာနယ်တစ်စောင်ကို နှစ်ဦးသား အတူတကွ တည်း  
 ဖြတ်ပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ ဂျိမ်းစ်က သူ့အတွေးအလျဉ်  
 တွေကို စာအုပ်တွေအဖြစ် သွန်ချပြီး စဉ်ဆက်မပြတ် ရေး  
 သားနေခဲ့ပါတယ်။

သမ္မာကျမ်းစာ၊ ဗုဒ္ဓအဆုံးအမ၊ တောက်တယ်  
 ကျင်း၊ ရပ်ဖ် ဝေါလ်ဒို အီမာဆန်နဲ့ ဝေါ့ ဝှစ်တမန်းတို့ရဲ့  
 အတွေးအခေါ်၊ အယူအဆတွေကနေ ကောက်နုတ်ပြီး  
 ဂျိမ်းစ်က ဘဝနယ်ပယ်အသီးသီးမှာ အောင်မြင်မှုရစေမယ့်  
 အချိန်ကာလ ကန့်သတ်ချက်မရှိတဲ့ လက်တွေ့အသုံးချနိဿ  
 ယတွေကို ဖော်ထုတ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

သူ ဆုံးပါးသွားပြီးတဲ့နောက် ဇနီးဖြစ်သူ လီလီဟာ  
 ခေတ် ဂျာနယ်ကို ဆက်လက်တည်းဖြတ်နေရင်း ဂျိမ်းစ်ရဲ့  
 ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းကို တည်ဆောက်နိုင်စေဖို့ မထုတ်ဝေခဲ့ရ  
 သေးတဲ့စာတွေကို ထုတ်ဝေခဲ့ပါတယ်။ ဒီနေ့ခေတ်မှာ ဂျိမ်းစ်  
 အလန်ရဲ့စာတွေဟာ ဘယ်စာအုပ်ထက်မဆို ပိုပြီးကျယ်  
 ပြန့်စွာ ဖတ်ရှုနေကြပြီဖြစ်သလို ကမ္ဘာတစ်လွှားက လူသန်း  
 ပေါင်းများစွာရဲ့ဘဝကို ပြောင်းလဲပေးခဲ့ပြီးပါပြီ။

အဲဒီခေတ်အခါက ဂျိမ်းစ်ရဲ့အရေးအသားတွေဟာ

သူနည်းသူဟန်နဲ့ ပြောင်မြောက်လှပလွန်းပေမယ့် အတွေးတို့ စေညွှန်ရာ (ယခုစာအုပ်)ဟာ အနှစ်တစ်ရာကျော် သက်တမ်းရှိ တခြားစာအုပ်တွေနည်းတူ ဖမ်းဆုပ်ရခက်ခဲလှတဲ့ မြှုပ်ကွက်တွေ၊ စကားလုံး အသုံးအနှုန်းတွေကို အသုံးပြုပြီး ရေးထားခဲ့တာမို့ ဒီ ၂၁ ရာစု ပြန်လည်တည်ဖြတ်ခြင်းမှာ ကျွန်တော်က ဂျိမ်းစ်ရဲ့ အယူအဆတွေကို ခေတ်ပေါ်အင်္ဂလိပ်စာနဲ့ ပြန်လည်တည်ဆောက် ရေးသားပြထားပြီး သူ့ရဲ့ဉာဏ်ပညာတွေကို ယနေ့ခေတ် စာဖတ်သူတွေလက်ထဲ အရောက်ပို့ပေးလိုက်ပါပြီ။

အပိုဆုအနေနဲ့ ဒီစာအုပ်ရဲ့ အဆုံးသတ်မှာ စာအုပ်ထဲက အယူအဆတွေ၊ နည်းစနစ်တွေကို လက်တွေ့အသုံးချနိုင်စေမယ့်၊ ကျွန်တော့်ဘဝမှာ အမှန်တကယ် အလွန်အသုံးဝင်ခဲ့တဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းလေးတွေကိုလည်း ထည့်သွင်းပေးထားတာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဆမ် တောရုတ်ဒ်



# စကားဦး

စိတ်ဟာ ပုံသွင်းချုပ်ကိုင်ထားတဲ့  
 အဓိက စွမ်းအား  
 ကျွန်ုပ်တို့ စိတ်ကလည်း  
 အဲဒီလမ်းအတိုင်း လိုက်လို့သွား။

အတွေးလက်နက်ကို လက်ဝယ်ဆုတ်၊  
 စိတ်အတွေးအကြံကို ပုံသွင်းသလို  
 ကျွန်ုပ်တို့ဘဝကိုလည်း  
 ကောင်း၏ ဆိုး၏ ပုံသွင်းစေလို။

လျှို့ဝှက်အကြံအစည်ကို တွေးရာဝယ်

လက်တွေ့မှာ အမှန်တကယ် ဖြစ်လာစေမယ်. . .  
ကျွန်ုပ်တို့ စိတ်ရဲ့ကြေးမုံပြင်မှာ  
လောကကြီးက ထင်ဟပ်ပြသလာစေတာ. . . ။

ဒီလက်စွဲစာအုပ်ကလေးဟာ တရားထိုင်ခြင်းနဲ့ ကိုယ်တွေ့အတွေ့အကြုံတွေရဲ့ ပေါင်းစုမှုရလဒ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သီအိုရီတွေ၊ စာတွေ့တွေ မဟုတ်ပါဘူး။ တကယ့် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်နိုင်စေမယ့် လမ်းညွှန်ချက်တွေပါ။ လူတွေကို အတွေးတွေရဲ့ စွမ်းအားကတစ်ဆင့် ကိုယ်ရွေးချယ် ရာ၊ အားသာရာ တွေကနေ “ငါတို့ဘဝ ငါတို့တည်ဆောက် နိုင်စေရမယ်” ဆိုတဲ့ စိတ်အားတက်ကြွမှုကို သိနားလည် စေဖို့ပါ။

စိတ်ဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့အတွင်းဘက်က အကျင့်စရိုက် နဲ့ အပြင်ဘက်က အခြေအနေ နှစ်မျိုးလုံးကို ပုံသွင်းတည် ဆောက်နိုင်စေတဲ့ ကြီးမားလှတဲ့ “စွမ်းအင်” ဖြစ်ပါတယ်။ အခုအချိန်အထိ သင်ဟာ လျစ်လျူရှုမှုတွေ၊ နာကျင်စရာတွေ နဲ့ ဒွေးရောယှက်တင် ရှိနေရတာ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်ပေမယ့် စာအုပ်ဖတ်ပြီးတဲ့ ဒီကနေ့၊ ဒီအချိန်ကစပြီး ဉာဏ်အလင်း ပွင့်မှုနဲ့ ပျော်ရွှင်မှုတွေ တွေ့ကြုံလာရပါတော့မယ်လို့သာ ယုံကြည်ထားလိုက်ပါလေ။

ဂျိမ်းစ် အလန်



## စာပတ်သူတို့၏ စကားသံများ



---

ကျွန်မသားတွေ၊ သမက်နဲ့ ငြိမ်းတွေ အားလုံးကို  
 ဒီစာအုပ်ကို ပေးဖတ်လိုက်တယ်။  
 သူတို့အားလုံးက ဒီစာအုပ်ဟာ ဖတ်မိတဲ့နေ့ကစလို့  
 သူတို့ရဲ့ဘဝကို တိုးတက်ပြောင်းလဲသွားစေတယ်လို့ ဆိုကြတယ်။  
 အလယ်ခေတ်တုန်းကလို ဒီစာအုပ်ကို သိပ်ဆည်းထားပြီး  
 ပြန်လည်ညွှန်ဆိုနေကြတုန်းပဲ။

---

### BGM

---

ဒီ ၂၁ ရာစု ပြန်လည်တည်ငြိမ်ခြင်း စာအုပ်က  
 ရိုးရှင်းတယ်၊ လွယ်ကူတယ်။ ပြီးတော့ ဖတ်လိုကောင်းတယ်။  
 အကောင်ဆုံးသော လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်စေဖို့  
 အာရုံစိုက်ရမယ့်အရာတွေကို သင့်စိတ်က အာရုံစိုက်နိုင်အောင်  
 ကူညီပေးနိုင်မယ့် ပြီးပြည့်စုံတဲ့ လက်ဆောင်မွန်တစ်ခုပဲ။

---

### လီပရိုစဘက်

---

ဒီတိုတိုတုတ်တုတ်၊ ဒီယမဲ့ စွမ်းအားပြင်းလှတဲ့  
 ၂၁ရာစု ပြန်လည်တည်ငြိမ်ခြင်းစာအုပ်ဟာ ခေတ်သစ်စာဖတ်သူတွေအတွက်ပဲ။  
 စာရေးသူဟာ ရှေးခေတ်အင်္ဂလိပ်စာရေးအသားကို ခေတ်သစ်အရေးအသားနဲ့  
 ပြန်လည်တည်ဆောက်ရေးသားရာမှာ ဆရာတစ်ဆူပဲ။

---

### ဟင်နရီ ပေးလ်

---

အကောင်ဆုံး စာအုပ်လေးပါပဲ။ ဒီစာအုပ်ကို ပထမဆုံးအကြိမ် ဖတ်တဲ့အခါ  
 ဟိုင်းလိုက်တာလေးနဲ့ တားပြီးဖတ်။ ပြီးရင် မကြာခဏ ပြန်ဖတ်ကြည့်။  
 ကျွန်တော်ကတော့ ကိုယ့်အတွေးတွေက ကိုယ့်ဘဝကို  
 ပြောင်းလဲပေးနိုင်တယ်ဆိုတာ လုံးဝသယံ အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်တယ်။  
 ဖတ်ကြည့်ကြပါ။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်တွေတုန်းက အဟောင်းဆိုင်ကနေ  
 မူရင်းမူကို ဝယ်ပြီး ဖတ်ခဲ့ဖူးတယ်။ ဒီပေမဲ့ မတူညီတဲ့ ရေးဟန်ကြောင့်  
 လိုရင်းကို တော်တော်နဲ့ သဘောမပေါက်နိုင်ဘူး ဖြစ်နေခဲ့တာ။  
 အဲဒါနဲ့ လိုအပ်တဲ့နေရာကို ပြန်လှူပစ်လိုက်တယ်။ ဒီစာအုပ်လေးကို တွေ့တော့  
 ဒီနေ့ခေတ် အရေးအသားနဲ့ ရေးသားထားတာကြောင့်ရယ်။  
 အတော်လေး ကောင်းမွန်တဲ့ မှတ်ချက်တွေ ရထားတာကြောင့်ရယ် ဝယ်ဖြစ်ခဲ့တယ်။  
 ဒီစာအုပ်က ကျွန်တော့်စာကြည့်ခန်းထဲမှာ နေရာယူဖို့နဲ့ အချိန်အကြာကြီး  
 ပြန်ဖတ်ဖြစ်ဖို့ သေချာနေပါပြီ။ သင်လည်း ကိုယ့်ဘာသာ ကူညီတဲ့အနေနဲ့  
 ဒီစာအုပ်ကို ဝယ်ဖတ်ကြည့်ပါ။ သင့်ဘဝကို ပိုမိုကောင်းမွန်တဲ့  
 တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုဆီ ခေါ်ဆောင်သွားမှာ အသေအချာပါပဲ။

---

ဘီဗာလေ

---

ဒီစာအုပ်ကို ရွေးလိုက်တယ်ဆိုတာက ခေါင်းစဉ်က စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းလို့  
 နောက်ပြီး အပြုသဘောဆောင်တဲ့ အတွေးအခေါ်ကို တိုးပွားစေမယ် ထင်လို့ပါ။  
 အတော်လေး သဘောကျပါတယ်။ နောက်ပြီး အံ့ဩစရာကောင်းတာက  
 ကျွန်တော့်ဘဝဟာ ငြိမ်းချမ်းပြီး စိတ်ဖိအားကင်းတဲ့ ဘဝလမ်းကြောင်းပေါ်  
 ရောက်နေပြီလို့ ထင်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ကို စိတ်ဆွေရဲ့ ဖတ်ရှုရန် စာရင်းထဲ  
 ထည့်မှတ်ထားဖို့ တိုက်တွန်းပါရစေ။

---

တော်မီမီး

---

---

သဘာဝတရားကြီးနှင့် ရုပ်ဝတ္ထုစပ်မှန်မှုကို  
 နှစ်ပေါင်း ၅၅ နှစ်ကျော်ကြာတဲ့အထိ အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန်  
 ဆန်းစစ်နေခဲ့ဖူးတဲ့၊ ကမ္ဘာတလွှား အချိန်နှင့်အမျှ သင်ကြားပေးနေတဲ့  
 အယူဝါဒတွေကြားမှာ တူညီတဲ့ အမှန်တရားပိုင်ကို  
 ပုလင်းပုံစံပေါင်းစုံနဲ့ ကျွန်တော် တွေ့ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဟောဒီအရာကလည်း  
 ကျွန်တော်တို့ ပြည်းစမ်းကြည့် အရသာခံကြည့်စရာ ပိုင်ချိုတစ်ခွက်ပါပဲ။  
 ဒါကို အရသာခံ မှတ်သားထားပြီး ရှုပ်ထွေးလှတဲ့ နေ့စဉ်ဘဝမှာ  
 ဒီအရသာကို မှတ်မိနေစေဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီပုလင်းဟာ လှပတဲ့  
 မှတ်သားစရာ ကောင်းတဲ့၊ အများနဲ့မတူ တမူကွဲထွက်နေတဲ့ ကိုယ်စစ်အလန်ရဲ့  
 မူလဘူတ အတွေ့အခေါ်တွေကို ဒီနေ့သော်ရဲ့ စကားလုံး အသုံးအနှုန်းတွေနဲ့  
 ရေးသားထားတဲ့ အရသာပိုပို ပိုင်ချိုတစ်ခွက်လိုပါပဲ။ စာရေးသူကို လေးစားစွာ  
 ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ ဒီထူးကဲလှတဲ့ အရသာရှိတဲ့ အမှန်တရားကို  
 ကျွန်တော်ရဲ့ တစ်နေ့တာထဲ နောက်တစ်ကြိမ် ခေါ်ဆောင်သွားပါဦးမယ်။

---

ဖိလစ် ဂျီ ချပ်မင်းန

---

လွန်ခဲ့တဲ့ ခုနှစ်ရက်က ကျွန်တော် မူလမှုကို ဖတ်ကြည့်ငယ်ယံ  
 အခန်း (၁)ကို မပြီးနိုင်ပါဘူး။ ဒီစာအုပ်ကို ရလိုက်တော့ ၂ ရက်တည်းနဲ့  
 အပြီး ဖတ်လိုက်နိုင်ပါတယ်။ သုံးထားတဲ့ အရေးအသားက တကယ်ကို  
 ၂၁ ရာစု ဆန်ပါတယ်။ ဖတ်ရလွယ်တယ်။ နောက်ပြီး ဒီစာအုပ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး  
 ချစ်စရာကောင်းပါတယ်။ တူညီတဲ့ စကားလုံးတွေပါပဲ။ ဒီငယ်ပဲ မူလဆိုလိုရင်းကနေ  
 သွေဖည် မသွားပါဘူး။ ဖတ်ရတာ အတော်လေး ကောင်းပါတယ်။  
 ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ဆစ်ရေ...

---

လီနေ