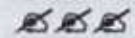


မာတိကာ

အမှာစာ		၄
အခန်း (၁)	။ ။ မင်းက ထူးခြားတယ် သူတစ်ပါး ချဲ့နှင်းဖွားပေါ်မှာ မရှင်သန်ပါနှင့်	၆
အခန်း (၂)	။ ။ သင့်ကို အနာကျင့်စေဆုံးအရာက ... အစောင့် ချဲ့ကျွေး ကျွန်ုပ်မပြုစီမံစေနှင့်	၂၂
အခန်း (၃)	။ ။ သူများ ငါ့ကို ဘယ်လိုထင်မလဲမသိဘူး သင့်ကိုယ်တိုင် အထင်မကြီးပါနှင့်	၂၈
အခန်း (၄)	။ ။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိလာစေဖို့ သင့်ကိုယ်တိုင် စာတင်အောင်ကြိုးပမ်းပါ	၃၂
အခန်း (၅)	။ ။ မင်းက မင်းထင်သလောက် မညံ့ပါဘူး ခေတ်အစယူနှင့် ခြံလုပ်ပေးပါ	၄၂
အခန်း (၆)	။ ။ ဘဝဆိုတာ အခြားသူနဲ့ ယှဉ်ပြိုင်နေရမှု မဟုတ်ပါ ထိုအခါ အခြားသူ ဟုန်ပြိုင်ပါ	၄၈
အခန်း (၇)	။ ။ တကယ်ပြန်ပြန်ပုံမှန်ဆိုတာ မစူးစူးနုနုအာ ချဲ့ကြည့်ပါ	၅၈
အခန်း (၈)	။ ။ မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်တတ်ပါစေ နယ်နိမိတ်တစ်ခု သတ်မှတ်ပါ	၇၇
အခန်း (၉)	။ ။ လောကကြီးရဲ့ ပုံစံအမှန် သင့်အထိစိတ်အထိ မြင်စင်စင်ကြည့်ပါ	၈၈
အခန်း (၁၀)	။ ။ သင့်ဘဝက ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် အခု အထိမရှိဘဲ ချဲ့ကြည့်ပါ	၁၀၈
စာရေးသူအကြောင်းပိတ်ဆက်		၁၂၀

အမှာစာ



ဒီစာအုပ်ကို ကျွန်ုပ် ရေးရတဲ့ အဓိကအကြောင်းရင်းကတော့ စိတ်အားငယ်တတ်သူတွေကို တတ်နိုင်တဲ့ဖက်ကနေ စိတ်ခွန်အားရစေလိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ရေးပါတယ်။ ကျွန်ုပ်မကလည်း စိတ်အားငယ်တတ်တဲ့ သူတစ်ယောက်ပါ။ တစ်ခုခုဆို စိတ်ထိခိုက်လွယ်တယ်။ စိတ်ခံစားလွယ်တယ်။ အရင်တုန်းကဆိုရင် အဆင်မပြေမှုတစ်ခုခုနဲ့ ကြုံရပြီဆိုရင် အဲဒီကနေထွက်ပြေးချင်တယ်။ ပြဿနာတွေနဲ့ ကြုံရမှာကို အကြောက်ဆုံးပဲ။

“ကျွန်ုပ်တို့မှာ တကယ်ရှိနေတဲ့ တစ်ခုတည်းသောပြဿနာက ပြဿနာတွေ မရှိသင့်ဘူးလို့ ထင်နေခြင်းပဲ။ ပြဿနာတွေက ကျွန်ုပ်တို့ကို ပိုမိုမြင့်မားတဲ့ Level (အဆင့်) ကို ခေါ်ဆောင်ပေးသွားနိုင်ပါတယ်။ ၎င်းတို့ကို ယခုပဲ ရင်ဆိုင်ပြီး ဖြေရှင်းလိုက်ပါ။”

အထက်ပါစကားဟာ ကမ္ဘာကျော် Motivation Speaker (စိတ်ခွန်အားမြှင့်တင်ရေးဆရာ) Tony Robbins ပြောတဲ့စကားဖြစ်ပါတယ်။ မှန်ပါတယ်။ ပြဿနာတွေ၊ စိန်ခေါ်မှုတွေဟာ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ စိတ်

နှလုံးခံနိုင်ရည်ရှိမှုနဲ့ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတွေကို မြှင့်တက်လာအောင် လာရောက်လေ့ကျင့်ပေးနေတာနဲ့တူပါတယ်။

ဒါဆိုရင် ပြဿနာတွေနဲ့ ကြုံလာရချိန်၊ ဘဝရဲ့မနှစ်မြို့ဖွယ် ကိစ္စရပ်တွေနဲ့ ကြုံလာရချိန်မှာဆိုရင် ဘယ်လိုစိတ်ထားနဲ့ ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရမလဲ?

ဒီစာအုပ်ဟာ သင့်ကို ပြဿနာတွေ ဖြေရှင်းနိုင်မယ့်နည်းလမ်းပေးမှာတော့မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီစာအုပ်ဟာ သင့်ကိုယ်တွင်းမှာ ရှိနေတဲ့ အားအင်ကို ပြန်လည်ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်အောင်၊ သင်သတိမထားမိတဲ့ သင့်ရဲ့အားသာတဲ့အပိုင်းတွေကို သတိပြုမိလာအောင်၊ ပြဿနာနဲ့ ကြုံလာရပြီဆိုရင် မတူညီတဲ့ရုထောင့်တစ်ခုကနေ မြင်လာနိုင်အောင် လမ်းညွှန်ပေးမယ့် စာအုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်ခံအားကောင်းမှ ရောဂါပိုးမွှားတွေကို တိုက်ထုတ်နိုင်သလို စိတ်ခွန်အားရှိမှ ဘဝရဲ့စိန်ခေါ်မှုတွေကို ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီစာအုပ်ကတစ်ဆင့် သင့်အတွင်းစိတ်မှာ ရှိနေတဲ့ အားအင်တွေကို ပြန်လည်ရှာဖွေရယူပြီး သင်လိုချင်တဲ့ဘဝပုံစံကို ရယူဖန်တီးလိုက်ပါ။

သက်တန်(ဖေဖို)
Simply be Yourself