

မာတိကာ

- တာသာပြန်သူ၏ အမှာစကား

- ဂျပန်လူမျိုးတို့ကိုးကွယ်အားထားရာ ဇင်ဘာသာမိတ်ဆက်

၀။ အရာရာတိုင်းမှာ အခက်အခဲတော့ ရှိစေပါ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအခက်အခဲကို ဝီရိယဖြင့် ဖြေရှင်းလုပ်ကိုင်တာကြောင့် သင်ဟာ

၁။ တစ်နေ့တော့ ပန်းတိုင်ကို ရောက်ရမည်မှာ မလွဲပါ။

၂။ မိမိ သွားရောက်လိုသည့် ပန်းတိုင်ကို အမြန်ဆုံး ရောက်ရှိနိုင်တဲ့ လမ်းကိုသာ ရွေးချယ်ပါ။

၃။ သင့်ဦးနှောက်ကို အသုံးပြုတတ်အောင် ပြင်ဆင်ထားပါ။

၄။ မိမိစိတ်ကို လုံခြုံစိတ်ချအောင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်တတ်နိုင်ရမည်

၅။ သင်ရဲ့... စိတ်စိမ်းပူများနဲ့ စိုးရိမ်သော ကြိမ်ရမှုများကို ဝေဖန်တောင်းတော်ထဲမှာ ထားရစ်ခဲ့လိုက်ပါ။...

၆။ ဝိကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ နေသစ်တွေဆိုတာ နေတိုင်း မှာ ရှိနေတာပါ။...

၇။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုအစုစုကို ဇန်တီးလုပ်ဆောင်ပါ

၈။ အထောင်လက်စွဲဆောင်ခြင်းသည် အတ္ထုကြီးခြင်း

၉။ သဘောတရားသို့သာ ပြောင်းလဲလာတတ်၏။

၁၀။ ဝင်ရိုးဟာ ... အကြောင်းတစ်ခုခုအတွက် ကူညီမစေ့ တောင်းဆိုလာတဲ့ အခြေအနေကို တွေ့မြင်ရရင်... ဝင်ရိုးစိတ်ထဲကနေ အဲဒီအကြောင်းကို သိမြင်နိုင်တဲ့ စိတ်စွမ်းအားကို... တိုင်းမြင်လိုက်ဖို့... လိုအပ်ပါလိမ့်မယ် ...။

၁၀။ တည်ရှိနေသည့် အလှတရားများကို ပြောင်းလဲပစ်ခြင်း

၁၀။ မိမိလိုချင်၊ ရောက်ချင်တဲ့ ပန်းတိုင်ကိုပဲ အာရုံစူးစိုက်ထားပြီးတော့ လုပ်ဆောင်မယ်ဆိုရင် အဲဒီပန်းတိုင်ကို ရောက်ကို ရောက်စေရပါမယ်...။

၁၂။ နည်းနည်းလေးလောက် ပြောင်းလဲနေမယ်ဆိုရင်တောင် အဲဒီ ပြောင်းလဲနေတဲ့ အချက်ကို သတိထားမိစေတာက ကိုယ့် အတွက် အများကြီး

အကျိုးရှိစေနိုင်ပါတယ်

၁၃။ ဇင်ဘာသာတရားကနေ ဆိုထားတဲ့ "စိတ်" ဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုပါသလဲ

၁၄။ "မိတာတဲ့" ဆိုတဲ့ သဘောတရား

၁၅။ ပညာတတ်ခြင်းနဲ့ ပညာရှိခြင်းဆိုတာဟာ တူသလောက်နဲ့ မတူဘူးလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။

၁၆။ ယုံကြည်မှု...။ မျှော်လင့်မှုများကနေတဆင့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ရရှိလာနိုင်တယ်။

၁၇။ စိုးရိမ်နောင်နေလွန်းတတ်တာဟာ တခြားလူတစ်ယောက်အတွက် အပင်ဝင်စိုက်ဖို့ အခွင့်အရေးရသွားတတ်တယ်။

၁၈။ ပျော့ညသောစိတ်ကို ဟာကြောအောင်ပြုလုပ်ခြင်း

၁၉။ မိမိဘာသာလုပ်ဆောင်ရသည့်အခါမှာသာ အချို့သော အရာများအပေါ်တွင် ပိုပြီးတန်ဖိုးထားတတ်လာမယ်။

၂၀။ ဂျပန်လူမျိုးတွေရဲ့ စိတ်ဓာတ်

၂၁။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ အရင်ဦးဆုံး စိတ်တိုင်းကျမှ သူတစ်ပါးအပေါ်မှာလည်း စိတ်တိုင်းကျနိုင်လိမ့်မယ်

၂၂။ ဥယျာဉ်လေးတစ်ခုမှာ ထိုင်ရင်း... မိမိနဲ့တွေ့ကြုံခဲ့ရတဲ့ ခြစ်ပျက်မှုတွေထဲက အခြစ်အပျက်တွေအကြောင်းကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပါ။

၂၃။ နည်းနည်းဆဲလုပ်ရင် နည်းနည်းပဲ ရမယ်။ များများလုပ်ရင် များများရမယ်။

၂၄။ ဇင်ဥယျာဉ်တော်လေးတစ်ခု တည်ဆောက်ပြီးချိန်တွင် စိတ်တန်ဖိုးတွေ ခြစ်ပေါ်လာခြင်း

၂၅။ ပူပန်သောကရောက်ရတယ်ဆိုတာ ဘယ်နေရာက ဖြစ်လာသလဲလို့ စောကြောစေဖန်ကြည့်ကြမယ်

၂၆။ အလိုရမ္မာကြီးတာနဲ့ ဒေါသဖြစ်လွယ်တဲ့ စိတ်ကို ဝေဖန် ဆန်းစစ်ပြီး ထိန်းချုပ်နိုင်အောင် လုပ်ဆောင်ပါ။ ပြီးတော့ ... သဘာဝလောကရဲ့ ခြစ်တည်မှု အရာတွေ အပေါ်မှာ ပိုမိုပြီး နားလည် လာအောင် အားထုတ်ကြပါပယ်။...

၂၇။ မုသားမပါ။ ဟန်မဆောင်ဘဲနဲ့ ရိုးရိုးလေးပြောဆိုတဲ့ စကားဟာလည်း လူတွေအတွက် မွေးတွေ့မှုကို ရရှိစေပါတယ်။

၂၈။ "အုချိုမိရ" ၏ နောက်ပိုင်းက တွေးခေါ်မှုအကြောင်းကို နားလည်အောင် လုပ်ဆောင်ရင်းနဲ့ ဇင်ကျောင်းတော်ရဲ့ စိတ်အပြင် ဘက်မှာ ဇင်တရားကူးစိုင်း...။ ရေလောင်းပက်ချွန်းပါ။...

၂၉။ ဇင်ပန်းစိုက်ရေးတွေကို ဘာကြောင့် မင်းနဲ့ ရေးဆွဲရတာလဲ

၃၀။ ဇင်ဥယျာဉ်တော်နဲ့ ဥယျာဉ်တော်ကို လာရောက်လည်ပတ်ကြတဲ့ သူတွေရဲ့ ကြားမှာ အပြန်အလှန်အဆိုသဟာမြင်တာဟာ ထူးခြားတဲ့ လိုက်စက်မှုတွေ ခြစ်ကြွယ်တယ်

၁
၄
၇
၁၁
၁၅
၁၈
၂၂
၂၅
၂၉
၃၃
၃၆
၄၀
၄၅
၄၈
၅၂
၅၇

၃၁။ တစ်ချိန်သာ ဆုံစည်းမယ်ဆိုတဲ့ အပေါ် အာရုံထားပါ။

၃၂။ ဘယ်လိုအရာကို လုပ်လုပ် သင့်တင့်လျောက်ပတ်တဲ့ အားထုတ်မှုရှိဖို့တော့ လိုအပ်မယ်။ အင်အားကို မပိုမလိုတဲ့ နှုန်းနဲ့ လုပ်ကိုင် တတ်ဖို့တော့ လိုအပ်ပါတယ်။

၃၃။ ဇင်ဘုန်းတော်ကြီးတွေဟာ ဘက်လိုက်တာတွေ၊ ဇီဝကြောင်တဲ့ အမှုအကျင့်တွေကို အတတ်နိုင်ဆုံး ခြေစောက်ရပါတယ်။

၃၄။ မိမိစိတ်ထဲ ကြွတယ်ပြောလိုက်၊ မဲ(မည်း)တယ်ပြောလိုက်နဲ့ ဇီဝကြောင် လွန်းနေမယ်ဆိုရင် မိမိခေါင်းက ဆံပင်တွေ့သာကြည့်သွားမယ်။ ဘယ်တော့မှ စိတ်ကြိုက်ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး...

၃၅။ ကျွန်တော်တို့တွေဟာ အရမ်းကို နှစ်သက်လိုက်တာဆိုတဲ့ သဘောနဲ့ အရမ်းကို မနှစ်သက်လိုက်တာဆိုတဲ့ သဘောမျိုးရှိတဲ့ ကြီးကြီးခြင်း မကြီးကြီးခြင်းဆိုတဲ့ စိတ်စိမ်းပူကနေ လာတဲ့ တရားသဘောကို ရှောင်ကြဉ်တာက အကောင်းဆုံးနည်းဖြစ်ပါတယ်။

၃၆။ လောကဝတ်ရားရှစ်ပါးနဲ့ ကြုံတွေ့ရသော်လည်း တွန်းလှုပ်စရာ မလိုပါဘူး

၃၇။ လူတွေအများစုဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ ပြည့်ပြည့်စုံစုံလည်း နေချင်ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလိုဖြစ်လာအောင် ကျွန်တော့်လည်း မလုပ်နိုင်ကြပြန်ဘူး။

၃၈။ တစ်ခက်လူရဲ့ ရင်ထဲမှာ ဘာတွေဖြစ်နေသလဲဆိုတာကို ဆန်းစစ် လေ့လာပြီးတော့ မှစင်စစ်စားပေးလိုက်ပါ။...

၃၉။ သင်ဟာ သင့်ရဲ့ စွမ်းဆောင်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ယုံကြည်ချက်ကို ပိုပြီး ခိုင်မာပြတ်သားအောင် သင်ကိုယ်တိုင်က လုပ်ဆောင်နိုင်ရမယ်။

၄၀။ ဈေးလူကြီးသူပတွေ ပြောပြခဲ့တဲ့ ပုံပြင်တွေ၊ ဒဏ္ဍာရီတွေထဲက လူ့ဘဝရဲ့ ရှုထောင့်ကြီးပင်အားထုတ်ရတဲ့ စံနမူနာပြုစရာအချက်တွေကို သင်ခန်းစာအဖြစ်နဲ့ ရှာဖွေဖတ်ပြီးတော့ ပြန်အသုံးပြုပါ။

၄၀။ "ဝဘီ...ဝဘီ" ဆိုတဲ့ အသုံးနှုန်းချ်အဓိပ္ပာယ်

၄၂။ ဂျပန်လူမျိုးတွေရဲ့ ခေတ်ရွှေ့ပျံ့မှုမှာဆိုတာ ညနေတထမင်းခိုင်းကို စဉ်းစားတဲ့ အတွက် စိတ်ဦး ကျွေးမွေးစဉ်ခံခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

၄၃။ မိမိနဲ့အတူတူပျောက်အခြေအနေမှာ ကြုံတွေ့ရင် ဆိုင်နေရတဲ့ ကိစ္စတွေအပေါ် လတ်တလော အစိုက်အတန့်လေးမှာကို ဘယ်အရာက ကိုယ့်အတွက် အရေးအကြီးဆုံးလဲဆိုတာကို မိမိစိတ်ထဲကနေ သိမြင်စံစားနေတတ်ဖို့ ပိုအရေးကြီးပါတယ်။

၆၀
၆၅
၆၈
၇၂
၇၆
၈၀
၈၅
၉၀
၉၆
၁၀၀
၁၀၅
၁၀၂
၁၀၆
၁၀၉
၁၁၂
၁၁၆
၁၂၀
၁၂၅
၁၂၉
၁၃၀
၁၃၅

၁၄၄
၁၄၈
၁၄၂
၁၄၆
၁၄၉
၁၅၄
၁၅၈
၁၆၂
၁၆၆
၁၇၀
၁၇၅
၁၈၀
၁၈၅