လူတွေက...ကုသိုလ်ကံ မကောင်းဘူး... အတိုက်အခိုက်တွေ ရှိနေတယ်... စသည်ဖြင့် ကိုယ့်ဘဝရဲ့ အဆင်မပြေမှုတွေကို ညည်းတွားကြတာမျိုးတွေ ရှိတတ်တယ်...။

ကျွန်မကတော့ ကံ...ကံ၏အကျိုးကို အကြွင်းမဲ့ယုံကြည်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးမို့လို့... ကံဆိုတာ... မိမိရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာသာလျှင်ဖြစ်တယ်...။ ကံဆိုးတာမှန်သမျှကို ကံဆိုတဲ့အလုပ်နဲ့ပဲ ပြန်ပြီး ပြုပြင်ပြင်ဆင်နိုင်တယ်...။ တချို့သောအရာတွေကို ပြုပြင်ပြင်ဆင်လို့ မရပေမယ့် ကိုယ့်ရဲ့ ကံကိုတော့ စိတ်ကြိုက်စီမံ ပြုပြင်စီရင်လို့ ရတယ်လို့ ယုံကြည်တဲ့သူ ဖြစ်ပါတယ်...။

အရင်တုန်းကတော့ ကျွန်မကိုယ်တိုင်လည်း အဆင်မပြေတာတွေ...၊ စိတ်ဆင်းရဲတာတွေ ကြုံဆုံရပြီဆိုရင် ဘယ်သူ့ကြောင့်လို့... အပြစ်ပုံချလိုက်ဖို့ကို လိုက်ရှာတတ်တယ်...။ ဒါပေမယ့် နောက်ပိုင်းကျတော့ ကိုယ်ရှာနေတဲ့ အဖြေတွေအားလုံးဟာ ကိုယ့်ရဲ့အတွင်းထဲမှာပဲ... ရှိတယ်ဆိုတာ သိလာတယ်...။ All the way OUT is IN. အဆင်မပြေတာတွေ... စိတ်ဆင်းရဲရတာတွေကို ကိုယ့်ရဲ့စိတ်နဲ့ပဲ ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းလို့ရတယ်...။

အပူထဲမှာလည်း အေးအောင်နေလို့ရတယ်...။ အမှောင်ထဲမှာလည်း လင်းအောင်နေလို့ရတယ်...။ ဘဝမှာ နေတတ်အောင်နေရမယ်...။ ကံသည်သာလျှင် ကိုယ့်အလုပ်ပဲလို့... သိလာတဲ့အခါမှာ... ဘာမှသိပ်မကြောက်တော့ဘဲ လောကဓံကို... ရင်ဆိုင်နိုင်စွမ်းရှိလာတယ်...။

အရင်တုန်းကဆိုရင်... အဆင်မပြေတာ တစ်ခုခုဖြစ်တာနဲ့... ဆောက်တည်ရာမရဖြစ်ပြီး ပျာယာခတ်သွားတယ်...။ လောကဓံလှိုင်းလုံးတစ်ခုက ရိုက်ပုတ်တာခံလိုက်ရတိုင်း ငိုကြွေးရင်း... အပြစ်တင်ရင်း... စိတ်ဓာတ်တွေကျရင်း... ပူလောင်ရင်း... အစုန်လမ်းမှာ ကူးခတ်နေခဲ့တယ်...။

ကိုယ်ပြုပြင်စီရင်လို့ရတဲ့ အပိုင်းတွေဟာ ကိုယ့်ရဲ့လက်ထဲမှာပဲ ရှိတယ်ဆိုတာ သိလိုက်ရပြီးတဲ့ နောက်ပိုင်းတော့ ကျွန်မက... အတော်တည်ငြိမ်လာတယ်...။ မမြဲတဲ့အရာတွေကိုလည်း သိတယ်...။ လက်ခံတတ်လာတယ်...။

ကျွန်မကိုယ်တိုင် အေးငြိမ်းရာလမ်းကို ရှာခဲ့တယ်...။ အဆန်လမ်းကို လျှောက်ဖို့ကြိုးစားတယ်...။ စိတ်ခံစားမှုတွေ...၊ စိတ်စွမ်းအင်တွေကို အမြင့်ဘက်မှာ...အချိန်အတော်များများ ကျင်လည်ကျက်စားနေဖို့ လေ့ကျင့်ယူတယ်...။ ကိုယ့်ရဲ့စိတ်ကို...ကိုယ်သိနားလည်အောင် လုပ်တယ်...။ အချိန်နဲ့အမျှကို လုပ်နေပါတယ်...။

စာတွေအများကြီး ဖတ်ခဲ့တယ်...။ ၂၀၂၂ ခုနှစ်မှာ သိပ်ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ လောကဓံတွေ ကြုံခဲ့ရတယ်...။ ကျွန်မကိုယ်တိုင်... မျက်ရည်နဲ့မျက်ခွက်ဖြစ်ခဲ့ရတာ အကြိမ်ကြိမ်ပါပဲ...။ စိတ်ကို အေးငြိမ်းမှုရဖို့အတွက် နည်းမျိုးစုံကို... ဆရာမျိုးစုံဆီက လိုက်ရှာခဲ့တယ်...။

အဲဒီမှာ ကျွန်မကိုယ်တွေ့အနေနဲ့... သိရှိနားလည်ခဲ့ရတဲ့... အချက်သုံးချက်က မေတ္တာ... အလင်းနဲ့စွမ်းအားဆိုတဲ့ အချက်သုံးချက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်...။

လောကီဘက်မှာတော့ မေတ္တာဆိုတာ အင်မတန်ကြီးမြတ်တဲ့ အမြင့်မားဆုံး စွမ်းအားတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်...။ အလင်းဆိုတာလည်း ဒီသဘောပါပဲ...။ အမှောင်ထဲက အလင်းစက်သေးသေးလေးပေမယ့် သူ့အလင်းရဲ့စွမ်းအားဟာ အနည်းဆုံးတော့ သူလျှောက်ရမယ့် လမ်းကို မြင်ရစေတယ်...။ အလင်းဟာ ကျွန်မတို့အတွက် အင်အားတွေကို ပေးတယ်...။ စွမ်းအားဆိုတာကတော့ စိတ်ရဲ့စွမ်းအား... အသိဉာဏ်ပညာရဲ့စွမ်းအား...သတိရဲ့... အလေ့အကျင့်ရဲ့ စွမ်းအားတွေကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါတယ်...။ ဒီစွမ်းအားတွေရှိတော့မှသာ... ကျွန်မတို့က ဘဝခရီးလမ်းကို အဆင်ပြေစွာ... လျှောက်လှမ်းနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်...။

ကျွန်မဟာ စွမ်းအင်ပညာရှင်တစ်ဦးမဟုတ်ပါဘူး...။ ဒီစာအုပ်လေးဟာ...စိတ်အေးငြိမ်းရာလမ်းကို လျှောက်လှမ်းနေသူတစ်ယောက်ရဲ့ အသိအမြင်တွေ...၊ အတွေ့အကြုံတွေ ဝေမျှပေးခြင်းမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်...။

ဒီစာအုပ်ထဲက စာစုတွေကို မေတ္တာ...အလင်းနဲ့ စွမ်းအား ဆိုပြီး ၃ ပိုင်းခွဲပြီး ဖော်ပြထားပါတယ်...။ တချို့စာတွေဟာ ကျွန်မ Social Media ပေါ်မှာ ဖော်ပြထားပြီးဖြစ်သလို တချို့စာတွေကတော့... စာဖတ်သူတွေ မဖတ်ရသေးတဲ့... အသစ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်...။

ဒီစာအုပ်မှာ ကျွန်မက စာအုပ်အဖုံးနဲ့ အထဲက ရုပ်ပုံပါတဲ့ စာမျက်နှာလေးတွေကို... အပြာရောင်မျက်စိပုံစံ အဝန်းအဝိုင်းရှိတဲ့ Evil Eye ပုံလေးတွေ ထည့်ဖို့စီစဉ်ခဲ့ပါတယ်...။

သူ့ကို Narzar လို့လည်း ခေါ်တယ်...။ Turkish Eye လို့လည်း ခေါ်တယ်...။ ကိုယ့်အပေါ်ကျရောက်လာတဲ့ အဖျက်အဆီးတွေ... အတိုက်အခိုက်တွေ... Negative Energy တွေ... Dark Forces တွေကို ဒီ Evil Eye ရဲ့ အစွမ်းနဲ့ ပြန်ပြီး တွန်းလှန်နိုင်ပါတယ်...လို့ နိုင်ငံအချို့မှာ... အယူအဆတွေ... ယုံကြည်မှုတွေ ရှိခဲ့ပါတယ်...။

ဒါကြောင့် ဒီ Evil Eye တွေကို လက်ဝတ်ရတနာအဖြစ် ပြုလုပ်ဝတ်ဆင်တာ... အိမ်မှာအလှဆင် ချိတ်ဆွဲတာ စသည်ဖြင့် ဆောင်ရွက်ပြုလုပ်ကြပါတယ်...။ ကျွန်မကိုယ်တိုင် ဒီ Evil Eye ရဲ့ အရောင်နဲ့ ဒီဇိုင်းလေးကို နှစ်သက်တဲ့အတွက် အတော်များများ ဝတ်ဆင်ဖြစ်ပါတယ်...။

ကျွန်မတို့ရဲ့ဘဝမှာ... ကြုံဆုံရတဲ့ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ အတိုက်အခံ... အနှောင့်အယှက်တွေကို Evil Eye လေးတွေနဲ့ ဖယ်ရှားနိုင်တယ်လို့တောင် ယုံကြည်ယူဆ...ဝတ်ဆင်...သုံးစွဲကြတယ်ဆိုရင်...သူ့ထက်အင်အားကြီးမားတဲ့ မေတ္တာ...အလင်း...စွမ်းအားတွေကို... သတိဆိုတဲ့ တရားလက်ကိုင်ထားပြီး ကျင့်သုံး...ဆောင်ယူခြင်းနဲ့... ကျွန်မတို့ရဲ့မကောင်းသောကံတွေကို ချေဖျက် အောင်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်...။ အလင်းလမ်းတွေ...အထက်လမ်းတွေ... နိဗ္ဗာန်လမ်းတွေကို တွေ့ဆုံ...တက်လှမ်းနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်...။

စာဖတ်သူများအားလုံး ကောင်းသော မေတ္တာ...အလင်း... စွမ်းအားတွေကို ရရှိကြပါစေ...။

○

၁
မေတ္တာ (Love)

၁။ မေတ္တာမျိုးစေ့ ၁၃
၂။ ကိုယ့်စိတ်ဟာ ကိုယ့်ရဲ့မိတ်ဆွေ ၁၉
၃။ မိတ်ဆွေကောင်းတွေရဲ့ အတွေး ၂၅
၄။ Positive Affirmation မိမိကိုယ်ကို အားပေးအတည်ပြုခြင်း ၃၀
၅။ ကရုဏာနဲ့ ဥပေက္ခာ ၃၆
၆။ ခွင့်လွှတ်လိုက်တဲ့အခါ ၄၀

၂
အလင်း (Light)

၁။ အလင်း ၅၀
၂။ သင်ဘယ်လိုလူလဲ ၅၅
၃။ နိုးထလာကြသူများ ၆၀
၄။ Lack Vs Abundance Mentality ၆၅
၅။ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါ ၇၀
၆။ Shadow Self ၇၅
၇။ စွမ်းအင်များကို ချိန်ညှိပါ ၈၀
၈။ စိတ်နဲ့ကိုယ်နဲ့ ကပ်အောင်နေ ၈၆
၉။ တောင်းပန်စရာရှိရင် တောင်းပန်ပါ ၉၀
၁၀။ Inner Self ၁၀၀
၁၁။ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ရဲ့ အကျိုး ၁၀၇
၁၂။ ရောင့်ရဲခြင်းသည် ပြည့်စုံကြွယ်ဝခြင်း ၁၁၀
၁၃။ ဒုက္ခကို...ဒုက္ခလို့သိပါ ၁၁၅
၁၄။ ဒါနဆိုတာ အလင်းပါ ၁၁၉
၁၅။ Attitude of Gratitude ၁၂၄

၃
စွမ်းအား (Power)

၁။ စိတ်အလုပ်လုပ်သူများ (သို့မဟုတ်) စိတ်လမ်းကိုလျှောက်ခြင်း ၁၃၃
၂။ ကောင်းသောစွမ်းအင်တွေ ဖွင့်ပေးပါ ၁၃၈
၃။ ဘုရားပူဇော်ကန်တော့ခြင်း ၁၄၂
၄။ ကိုယ့်မှာ ဘယ်လိုစွမ်းအင်တွေရှိသလဲ ၁၄၆
၅။ ကောင်းသောဆု ၁၅၀
၆။ ဖြစ်ချင်တဲ့အရာတွေကို တွေးတောပါ ၁၅၅
၇။ Evil Power ကို အနိုင်တိုက်ခဲ့သူ ၁၆၂
၈။ Energy တွေကို Shift လုပ်ပါ ၁၆၇
၉။ ကြွယ်ဝခြင်းစိတ်အစဉ်ကို ပြောင်းလဲရယူခြင်း ၁၇၃
၁၀။ ကုန်-ရ ၁၇၈
၁၁။ Consciousness Map အာရုံသိစိတ်မြေပုံ ၁၈၃
၁၂။ High Vibrational Energy ၁၉၃
၁၃။ Low Vibrational Energy ၁၉၇
၁၄။ Adjusting your Consciousness
ကိုယ့်ရဲ့ အာရုံသိစိတ်ကို ချိန်ညှိပါ ၂၀၂
၁၅။ Words စကားလုံးများ ၂၀၉
၁၆။ Super Food ၂၁၅
၁၇။ Body-Mind-Spirit ချိတ်ဆက်ခြင်း ၂၂၄
၁၈။ Energy Problems ၂၃၀
၁၉။ အတိတ်ကောင်း၊ နိမိတ်ကောင်း ၂၃၈
၂၀။ ကောင်းသောအရာတွေအတွက် နေရာတွေ ရှင်းလင်းပေးပါ ၂၄၃
၂၁။ သတိရဲ့ စွမ်းအား ၂၄၇
၂၂။ Manifestation ၂၅၃