Myanmar(Burma)

PAHANHENGEN VALLASSA

မကောင်းဆိုးဝါး၏ ညြဇာစိုးမိုးမှုအောက်တွင်

လေးစားအပ်ပါသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပညာရှင်၊ ယွှု ဆွေမျိုးတော်စပ်သူ၏ပြဿနာကို မေးလိုပါသည်။၄င်းသည်ဖင်လန်နိုင်ငံတွင် မနေထိုင်ပါ။ ကျန်းမာရေးဌါနသို့သွားလိုပါက၊ လွယ်ကူစွာမသွားနိုင်ပါ။ ကျွန်ုပ်အနေနှင့် ကူညီနိုင်သမျှကူညီပြီး၊ ၄င်း၏အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်သည့် ဗဟုသုတများကိုရှာဖွေစုဆောင်းပေးမည်ဟု၄င်း၏မိသားစုကိုဂတိပေးထားပါသည်။ကျွန်ုပ်၏ဝမ်းကွဲမှာလူပျိုလူလွတ်ဖြစ်ပြီး၊၄င်းအနေနှင့်မကောင်းဆိုးဝါး၏ စိုးမိုးမှုကို ခံနေရသည်မှာ နှစ်ပေါင်းများစွာကြာပြီဖြစ်သည်။ဤကဲ့သို့စိုးမိုးခြင်းခံရသည့်အခိုက်အတန့်တွင် ဤမကောင်းဆိုးဝါးသည် ၄င်း၏ခန္ဓာကိုယ်ကို ချုပ်ကိုင်ထားနိုင်သကဲ့သို့ပြီး၊ အကြောင်းအရာများကို ၄င်း၏ပါးစပ်အားဖြင့် ပြောဆိုစေခြင်း၊ သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်၏ ကွဲပြားခြားနား သော အစိတ်အပိုင်းများကို နာကြဥ်စေသည်။ ကျွန်ုပ်၏ဝမ်းကွဲသည် လွန်စွာခံစားရသည်။ အချိန်ကြာမြင့်စွာ စိတ်ဓာတ်ကျခဲ့ပြီး၊ မျှော်လင့်ချက်ကင်းစွာ ဖြစ်နေခဲ့ရသည်။ မကောင်းဆိုးဝါးများကို နှင်ထုတ်နိုင်သည့် ဝိညာဉ်ရေးရာ ကုစားသူများ၏ အကူအညီဖြင့် မိသားစုအနေနှင့်ကြိုးစားခဲ့သော်လည်းလတ်တလောအခြေအနေအရဝမ်းကွဲတော်သူကိုဒုက္ခပေးနေသည့်မကောင်းဆိုးဝါးသည်ပို၍အင်အားကြီးသည်ဟု အားလုံးအနေနှင့် လက်ခံရမည့်အခြေအနေမျိုး ဖြစ်နေသည်။ ဝမ်းကွဲ တော်သူကို အလွန်သနားမိပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ၄င်းသည် ငယ်စဉ်ဘဝကစ၍ အခြားသူများထက် အနည်းငယ်ပို၍ ခက်ခဲစွာ အသက်ရှင်ခဲ့ရသည်။ ကလေးဘဝတွင်၄င်းသည်ပြင်းထန်စွာ နှစ်ရှည်လများဖျားနာခဲ့ပြီး၊ ကျောင်းသား အရွယ်တွင် မိခင်ရင်းဖြစ်သူ ဆုံးပါးခဲ့သည်။ ၄င်းနောက် မိထွေးနှစ်ယောက်ရှိခဲ့သည်။ ကျွန်ုပ်နေထိုင်ခဲ့သည့် အမိနိုင်ငံတွင်သာမန်လူများအနေနှင့်ယွှုထက်တိုင်မိရိုးစဉ်လာမကောင်းဆိုးဝါးကိုယုံကြည်မှုရှိနေသေးသော်လည်းခေတ်ပေါ်ဆေးသိပ္ပံပညာရှုထောင့်မှလည်းကြည့်ကြပါသည်။ကျွန်ုပ်၏တဝမ်းကွဲသည်မကောင်းဆိုးဝါးရှိသည်ကိုယုံကြည်သူဖြစ်သဖြင့်ရှေ့တွင်ခံနိုင်ရည်ရှိရန်ဘုရားသခင်ထံဘုရားရှိခိုးဆုတောင်းခြင်းဖြင့်လုံခြုံမှုကိုရယူသည်။မိရိုးစဉ်လာလုပ်နေကျများသည်မည်သို့မျှအထောက်အကူမပြုသောကြောင့်ကျွန်ုပ်၏တဝမ်းကွဲတော်သူကိုမည်ကဲ့သို့ကူညီနိုင်ပါလိမ့်မည်နည်း။ အမည်အမှတ်အသား။ ။ စိုးရိမ်သူ

လေးစားအပ်ပါသောအမည်အမှတ်အသား "စိုးရိမ်သူရှင့် "၊သင်၏တဝမ်းကွဲတော်သူသည်ခက်ခဲသောပြဿနာများနှင့်ရင်ဆိုင်နေရကြောင်းသင့်အနေနှင့်ဖေါ်ပြထားသည်။မကောင်းဆိုးဝါများကိုနှင်ထုတ်သည်ပင်အထောက်အကူမပြုပေ။ ဤသို့ဖြစ်သည်ဆိုပါကပြဿနာသည်မကောင်းဆိုးဝါးများနှင့်ပတ်သက်သလား၊သို့မဟုတ်ပြဿနာကိုအခြားနည်းလမ်းအားဖြင့်တွေးကြည့်ရမည်လားဆိုသည်ကိုအနည်းငယ်စဉ်းစားသင့်သည်။သင်နေထိုင်ခဲ့သည့်နိုင်ငံတွင် ဤပြဿနာများအတွက် သိပ္ပံနည်းကျဆေးပညာဖြင့်လည်း ယွှုခေတ် တွင်အစားထိုးကုသသည် ပြောထားသည်။ သင့်တဝမ်းကွဲ၏ အခြေအနေမျိုးတွင်ရှိနေသူကို ဖင်လန်နိုင်ငံတွင် ဆို ပါက ထိုပုဂ္ဂိုလ်အနေနှင့် မည်ကဲ့သို့ခံစားနေရကြောင်း၊ အာရုံများ၊ ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများနှင့်၄င်းတွင်မည်ကဲ့သို့သောအတွေးအခေါ်များရှိနေကြောင်းစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအတက်၊အကျ၊ ဤရောဂါလက္ခဏာများနှင့် ခံစားရမှုများ သို့မဟုတ် အတွေးအခေါ်များ စတင်သည်မှာ မည်မျှကြာမြင့်နေကြောင်းစသည်တို့ကိုအခြေခံကျစွာဖြင့် ဆရာဝန်နှင့်သွားရောက်တွေ့ဆုံဆွေးနွေးမည်ဖြစ်သည်။ ၄င်း၏ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို သိရန်ကြိုးစားပြီး၊ ဤအခြေအနေမျိုးကိုဖြစ်ပေါ်စေသည့် အကြောင်းအရင်းကို ရှာဖွေကြည့်မည်။ လိုအပ်ပါက ဓာတ်ခွဲခန်းစစ်ဆေးမှုများကိုပြုလုပ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဆေးသိပ္ပံဆိုင်ရာစမ်းသပ်မှုများကို ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဖြစ်ပွါးနေသည့်အခြေအနေအတွက်ပို၍တိကျသောပုံမျိုးကိုကြိုးစား၍ဖေါ်ထုတ်မည်ဖြစ်သည်။အများအားဖြင့်ခက်ခဲသောသို့မဟုတ်အလွန်ရှုပ်ထွေးသည့်ရောဂါလက္ခဏာများကိုခံစားနေရသည့်ပုဂ္ဂိုလ်များကိုအမျိုးမျိုးသောအထူးကုဆရာဝန်များနှင့်တွေ့ဆုံရန်အတွက်စေလွှတ်ပေးကြမည်။

ဖြစ်နိုင်ခြေတခုမှာသင်၏တဝမ်းကွဲတွင်ဖြစ်ပေါ်နေသည့်အနှောက်အယှက်မှာစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်ပတ်သက်နေခြင်းရှိ၊မရှိဆိုသည်ကိုဆေးသိပ္ပံဖြင့်စစ်ဆေးရန်ဖြစ်သည်။ ၄င်းခံစားနေရသည့် ဝေဒနာလက္ခဏာများမှာစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်ပတ်သက်ကောင်းပတ်သက်လျှက်ရှိနိုင်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ လူတဦးအနေနှင့် အမှန်တကယ် ခံစားနေရသည့် အတွေ့ အကြုံသည်ပုံမှန်မှပြင်းထန်စွာအသွင်ပြောင်းလဲသွားသည်။လူတဦးတွင် အလွန်အမင်းသာမန်ရိုးကျမဟုတ်သော ယုံကြည်မှုများ၊ မဖြစ်မနေတွေးဆမှုများ၊အတူတကွရှိနေသည့်အခြားလူများမကြားသော၊မတွေ့ကြုံရသော၊ သို့မဟုတ် အာရုံခံစားခြင်းမရှိသည်တို့ကိုကြားရခြင်းခံစားရခြင်းနှင့်အာရုံခံစားရခြင်းစသည့်ရောဂါလက္ခဏာတို့ကိုတွေ့ရှိနိုင်သည်။ လူတဦးအနေနှင့်အမှာစကားပြောသကဲ့သို့သောအသံများသို့မဟုတ်အခြားသူများမရရှိသည့်အနံ့များကိုရရှိနိုင်သည်။အချို့စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအနှောက်အယှက်ဖြစ်မှုများတွင် အခြားလူများသို့မဟုတ်လူအုပ်စုများအနေနှင့်အနှောက်အယှက်ပြုခြင်း၊သို့မဟုတ်စုန်းကဝေအတတ်ဖြင့်စနစ်တကျပြုစားထားသည်ဟုခံစားရသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖြစ်ပေါ်သည့်အနှောက်အယှက်ရောဂါစဉ်များသည်ကျယ်ပြန့်ပြီး၊လူတဦးတယောက်ခြင်းစီ၏အသက်တာတွင်ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည့်ရာဇဝင်နှင့်ပင်ကိုယ်စရိုက်တို့၏လွှမ်းမိုးမှုများပေါ်တွင်မူတည်ပြီးရောဂါလက္ခဏာပုံစံများကိုရရှိကြသည်။သင်၏တဝမ်းကွဲ၏အသက်တာမှာကလေးဘဝကစပြီးခက်ခဲမှုရှိခဲ့သည်ဟုသင့်အနေနှင့်ဖေါ်ပြထားသည်။၄င်းကြောင့်ယွှုလတ်တလောအခြေအနေမျိုးကိုဖြစ်ပေါ်စေရန်များစွာလွှမ်းမိုးလျှက်ရှိသည့်အလားအလာမျိုးရှိသည်။အလွန်ခက်ခဲပြီးဖိစီးမှုရှိခဲ့သောအတွေ့အကြုံမျိုးသည်ရံဖန်ရံခါအလွန်ပြင်းထန်သောတင်းကြပ်မှုမျိုးကိုထပ်ခါတလဲလဲဖြစ်စေရန်အတွက်လူတွင်ကျန်ရှိနေတတ်သည်။ထိုအခါမျိုးတွင်အမှန်တကယ်ဖြစ်နေသည့်အရာသည်ခေတ္တမျှပြောင်းလဲသွားသည်။ တင်းကြပ်ဖိစီးမှုအကြောင်းအရာကိုပြန်လည်သတိရသည့်အခါဤကဲ့သို့ပေါက်ကွဲမှုကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ၊သင်နေထိုင်ခဲ့သည့်နိုင်ငံတွင်ရှိသည့်စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပညာအထူးကုဆရာဝန်များသည်အသင့်တော်ဆုံးဖြစ်ပြီး၊ သင်၏တဝမ်းကွဲတော်သူနှင့်၄င်း၏မိသားစုများသည်ဤပုံစံရောဂါအတွက်ဖေါ်ပြထားသည့်ကျွမ်းကျင်သူပညာရှင်များနှင့်ပြဿနာအကြောင်းသွားရောက်ဆွေးနွေးနိုင်လျှင် အသင့်တော်ဆုံးသော ရွေးချယ်မှုဖြစ်သည်။ ဆရာဝန်အနေနှင့်တိကျစွာခန့်မှန်းနိုင်ရန်ဖြစ်ပျက်သည့်အကြောင်းအရာများကို ဆရာဝန်အား

ပွင့်လင်းစွာနှင့်မဖုံးမကွယ်ပဲပြောဆိုရန်အတွက်လည်းသင်၏ဆွေမျိုးများကိုညွှန်ကြားပါ။မိသားစုအနေနှင့်သင်၏တဝမ်းကွဲကို ၄င်း၏ပြဿနာများနှင့်အတူမည်သည့်အခြေအနေမျိုးတွင်မှတယောက်တည်းချန်မထားပဲအထောက်အကူပြုပေးကြရန်မှာအလွန်အရေးကြီးသည်။သို့မှသာ၄င်းအနေနှင့်ရှေ့သို့တိုးတက်ဖြေရှင်းနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ဆရာဝန်သတ်မှတ်ပေးသည့်အထောက်အကူများနှင့်ယှဉ်တွဲပြီး၊ထုံးတမ်းစဉ်လာအရကုသခြင်းပုံစံမျိုးကိုလည်းအတားအဆီးမရှိပဲဆက်လက်ကုသနိုင်သည်။ သို့သော်လည်း၊ ဥပမာအားဖြင့်ထုံးတမ်းစဉ်လာအရကုသသူအနေနှင့်ဆရာဝန်ကိုယှဉ်ပြိုင်ပြီး၊ဆရာဝန်ပေးသည့်ဆေးဝါးများကိုမသောက်သုံးရဟူ၍တားမြစ်ခြင်းပြုသည်မျိုးမဖြစ်စေရ။ သင့်အနေနှင့်လည်းထုံးတမ်းစဉ်လာအရကုသခြင်းသည်အထောက်အကူမပြုနိုင်ဟုဖေါ်ပြထားသောကြောင့်အခြားကုသနည်းပုံစံများကိုစတင်အသုံးပြုသင့်သည်။

စီး(ရ်)ကာ၊ စွိ(က်)ကာနယ်
စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပညာရှင်