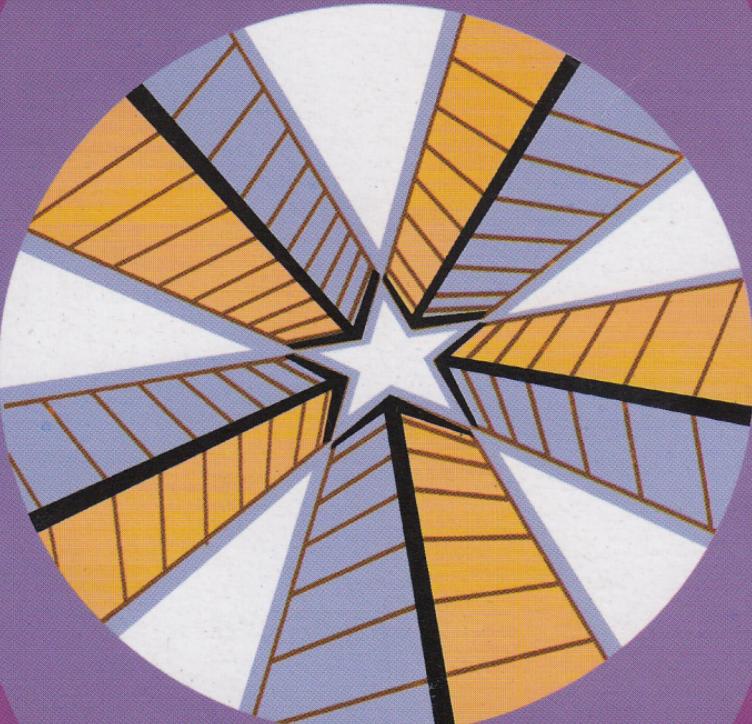


ဖော်ပြင့်

စိတ်ဓတ်

နှင့်
နည်းနာ

အောင်မြင်ရေး စာစဉ်



ဒုပ္ပကိုအရေးပုံပါး

ပြည်ထောင်စုမြို့ဂွဲရေး

ဒုံးအရေး

တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှု မြို့ဂွဲရေး

ဒုံးအရေး

အချုပ်အခြာအာဏာ တည်တိုင်ဖြေား

ဒုံးအရေး

ပြည်သူ့ဘဏာ

ပြည်ပအားကို ပုဂ္ဂနိုင်ရှိ အဆိုးမြင်ဝါဒများအား ဆန့်ကျင်ကြ။

နိုင်ငံတော်တည်ပြုမြို့အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို

နောင့်ယုက်ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။

နိုင်ငံတော်၏ ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖောင့်ယုက်သာ

ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။

ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖွဲ့အစည်းများအား တုံ့ချွန်သူ့ဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုနှင့်ကြ။

နိုင်ငံပြည်သူ့ဘဏ်

- * နိုင်ငံတော်တည်ပြုမြို့ရေး၊ ရပ်စွာအေးချမ်းသာယာရေးနှင့် တရားဥပဒေစိုးစိုးရေး။
- * အမျိုးသားပြန်လည်စည်းလုံးညီညွတ်ရေး။
- * နိုင်မာသည့် ဖွံ့ခြုံးစည်းပုံအမြောက်ချေပဒေသစ် ဖြစ်ပေါ်လာရေး။
- * ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဖွံ့ခြုံးစည်းပုံအမြောက်ချေပဒေသစ်နှင့်အညီ ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သာ နိုင်ငံတော်သစ်တို့ရုပ် တည်ဆောက်ရေး။

ဒုံးများပြည်သူ့ဘဏ်

- * စိုက်ပျိုးရေးကိုအမြောက်ချေ အမြားစီးများရေးကာလွှာများကိုလည်း ဘက်စုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် အောင် တည်ဆောက်ရေး။
- * ဧရာ့ခွဲကိုစီးများရေးနှစ် ပိုပြင်စွာဖြစ်ပေါ်လာရေး။
- * ပြည်တွင်း ပြည်ပအတတ်ပညာနှင့်အရင်းများ ပိတ်ခေါ်ခြင်း စီးများရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
- * နိုင်ငံတော်စီးများရေးတစ်ပိုလုံးကို ဖုန်တိုးနိုင်မှုစွမ်းအား သည် နိုင်ငံတော်နှင့် တိုင်းရင်းသားပြည်သူ့ဘဏ်၏ လက်ဝယ်တွင် ရှိရေး။

လူမှုနှုန်းပြည်သူ့ဘဏ်

- * တစ်မျိုးသားလုံး၏ စီတ်တစ်တို့နှင့် အကျင့်စာရိုက် ပြင်းမှုံးရေး။
- * အမျိုးဂုဏ် စာတိဂုဏ်ပြင်မှုံးရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမွှေအနှစ်များ၊ အမျိုးသားရေး လက္ခဏာများ၊ မပျောက်ပျောက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှုရေး။
- * မျိုးချို့စိတ်ဓာတ် ရှုင်သန်ထက်မြှုက်ရေး။
- * တစ်မျိုးသားလုံးကျန်းမာဌားစိုင်ရေးနှင့် ပညာရည်ပြင်းမှုံးရေး။

နိုင်ငံတော်ဖွံ့ခြုံးပြည်းပုံအမြောက်ချေပေါ်ပေါက်ရေးသည်
ပြည်ထောင်စုသားအားလုံး၏ ပညာရှင်သားတောင်းဖြစ်သည်

ဥပဒေသောင်တွင်းနေထိုင်ခြင်း သော်ရန်ကင်းကွာပြည်သာယာ။

ဖေမြင့်

စိတ်ဓာတ်နှင့်နည်းနာ

[အောင်မြင်ရေးစာစု]

တမ္မခွင့်ပြအမှတ်
၁၀၀၃/၂၀၀၃(၁၂)

မျက်နှာဖူးခွင့်ပြအမှတ်
၆၄/၂၀၀၄(၁)

မျက်နှာဖူးသရပ်တော်
ဘဏ္ဍားကြည်

မျက်နှာဖူးကာလာခွဲ
Prestige

အတွင်းဖလင်
အောက်

ကွန်ပျောစာစာစီ
ဆုံးမျိုး

မျက်နှာဖူးပုံနှိပ်သူ
ဒေါ်ချေ(၁၂၀၇၉) သူခ ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ် ၁၂၂၊ ၄၆ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

အတွင်းပုံနှိပ်သူ
ဒေါ်ခင်လု (၀၁၅၇၈) စာပေလောကပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ် ၁၇၃၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ထုတ်ဝေသူ
ဦးဖေမြို့(၁၂၂၅၉) ဖေမြို့တော်
အမှတ် N-၆၊ ရွှေမာလာရိပ်မွန်
ဘရင်နောင်လမ်း၊ ကမာရွတ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၀၄ ခုနှစ်၊ မတ်လ^၁
အုပ်ရေး ၁၀၀၀

အမှာစကား

တချို့လူများသည် သုတကာထက် ထူးခြားအောင်မြင်ကြသည်။
အများစုတို့မှ သုလိပါလိဖြင့်ပင် ဘဝတစ်ခုပြီးဆုံးကြရသည်။
ဘာမြောင့် တချို့က ထူးခြားအောင်မြင်ရသနည်။
အများသုဝါလို အမှုမဲ့အုတ်မဲ့မနေ၊ အမြဲဝှေ့စားကြံးဆ လုပ်ကိုင်နေကြသော
ကြောင့် ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းခိုရသော နီးကြားတက်ကြကြသူတွေ။
သုတို့မှာ စိတ်ဓာတ်ရှိသည်။ မိမိဘဝ အမို့ဟယ်ရှိရှိကြောင်း တိုးတက်
မြင့်မားရာမြင့်မားကြောင်း ကြိုးစားအားထုတ်လုပ်ကိုင်လိုသည့် စိတ်ဓာတ်။
သုတို့မှာ နည်းနာလည်းရှိသည်။ ဘဝတိုးတက်အောင်မြင်ရေးဆိုင်ရာ စာ
တွေ၊ လက်တွေ၊ နည်းနာ။
စိတ်ဓာတ်ရော နည်းနာပါ ပြည့်စုံသည့်အခါ သုတို့အလုပ်တွေ သွက်လက်
ထက်မြှက်သည်။ ထိရောက်အောင်မြင်သည်။ သည်အခါ လူအများထက်
ထူးခြားစွမ်းဆောင်နိုင်သူအဖြစ် ထင်ရှားပေါ်ဂွင်လာသည်။ အများ၏ လေးစား
သိမှတ်ခြင်း ခံလာရသည်။

ယခုစာအုပ်တွင် ဘဝအောင်မြင်ရေးအတွက် အရင်းခံလိုအပ်ချက်နှစ်ရပ်ဖြစ်
သည့် 'စိတ်ဓာတ်' နှင့် 'နည်းနာ' တို့ ပြည့်ဝလာအောင် အားပေးထောက်ကူမည့်
စာ (၃၇) ပုဒ်ကို စုဝေးပေးထားပါသည်။

ဘင်္ဂအားဖြင့် ဘဝအောင်မြင်ရေးဆိုင်ရာ ကျမ်းကျင်သူပညာရှင်တို့၏ ရေး
သားချက်များထဲမှ ပြန်မှုစာဖတ်သူတို့အတွက် ဆီလျော်လိုက်ဖက်မည့် စာတို့ကို
ရွေးချယ်ပြန်ဆိုထားခြင်း ပြစ်ပြီး ကျန်စာပိုဒ်အချို့များ ကိုယ်တိုင်ရေးသားပြုစုထား
ခြင်းများဖြစ်ပါသည်။

ဤစာစုကို ဖတ်ရှုခြင်းဖြင့် စာဖတ်သူ၏ ဘဝအောင်မြင်မှုအတွက် အထောက်
အကြပ်ပည့်စိတ်ဓာတ်နှင့် နည်းနာများ တိုးပွားလာနိုင်လိမ့်မည့်ဟု မျှော်လင့်ယုံကြည်
ပို့ပါသည်။

စာဖတ်သူအား ထာဝစုလေးစားလျှက်...

ဖေမြင့်

*

တိထွင်သူပျားနှင့်ကြုံကောင်းချောက်

တိထွင်သူပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများအကြောင်း ဖတ်ကြည့်လျင် အားကျ
စိတ်တွေ တဖားဖွားပေါ်မိတတ်ကြသည်။ သို့သော် တချို့ကလည်း
သူတို့အကြောင်းတွေ ဖတ်ပြီး စိတ်ဓာတ်ကျရသည်ဟု ဆိုသည်။
ဘာကြောင့်လဲ။

‘အက်ဒီဆင် တစ်ဦးတည်းက တိထွင်မှုပေါင်း တစ်ထောင်
ကျော် သူ့နာမည်နှင့် မှတ်ပုံတင်သွားခဲ့ပြီ။ ကျန်သည့် တိထွင်သူ
တွေပါ ပေါင်းလျင် နည်းနည်းနောနေရှိမည်မဟုတ်။ နောက်လူ
တွေအတွက် တိထွင်စရာ ဘယ်မှာ ကျန်တော့မည်နည်း’ဟု တွေး
မိသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ တဲ့။

မဟုတ်ပါ။ တိထွင်သည်ဆိုတာ မရှိသေးတာတစ်ခု ရှိလာ
အောင် လုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ လောက်ကြီးမှာ ရှိပြီးသားအရာတွေ
ကိုသာ ရေတွက်၍ ရချင်ရမည်။ မရှိသေးတာတွေက ရေတွက်၍
မရနိုင်။ မကုန်နိုင်။ အမျိုးအမည် အကန့်အသတ် မရှိ။

ခက်သွားသလား။

အခုမရှိ နောက်ရှိလာနိုင်သည့်အရာများထဲမှ ကြီးကြီး ကျယ် အံ့ဩဖွယ်တို့ကို သိလိုလျှင် အနာဂတ်ကာလအကြောင်း မှန်းဆရေးသားသည့် သိပ္ပါဝတ္ထုများ၊ သိပ္ပါစာအပ်စာတမ်းများထဲ မှာ လိုက်ရှာ၍ ရနိုင်သည်။

အဲသည်လို အကြီးအကျယ်တွေမဟုတ်၊ တော်ရုံတန်ရုံတိထွင် မူမျိုးလောက် ဆိုလျှင်တော့ စာဖတ်သူကိုယ်တိုင်ပင် ကိုယ့် ဘေး ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လုညွှေကြည့်စဉ်းစားက တကယ်မတိထွင်နိုင်လျှင် ပင် ဘယ်လိုဟာမျိုးတွေ တိထွင်သင့်သည်ဆိုတာ စိတ်ကူးမိလာ နိုင်သည်။ ဥပမာ

ရေမလုံသောပိုက်ခေါင်းမှ ရေတတောက်တောက်ကျနေတာ ကြည့်ပြီး သင် ဘာစဉ်းစားမိပါသလဲ။ လင်ကွန်းစတက်ဖင်း(စ) (Lincoln Steffens) ဆိုသော အမေရိကန်စာရေးဆရာက တော့ ဒါသည် ရှုံးလူတွေ ပြီးပြတ်အောင် မဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့သည့် တိထွင်မူတ်ခုဖြစ်ကြောင်း၊ ဒါကို ပြီးပြည့်စုံအောင် ဆက်လက် တိထွင်မွမ်းမံရန် အခွင့်အလမ်း မိမိတို့နောက်လူများမှာ ရှိနေသည် ဟု ခံယူတတ်ဖို့လိုကြောင်း သူ၏သားအပါအဝင် လှုပယ်များအား သွေ့ဒါဒေးပေးခဲ့သည်။

ရေပိုက်ခေါင်းကို ပိုကောင်းလာအောင် လုပ်စမ်းပါတဲ့။ သူက ဆိုသည်။ ရေပိုက်ခေါင်းတင်ပဲလား။

လျှပ်စစ်မီးမရှိ၊ ဘက်ထရှိအိုး ခက်ခဲပြီး ဓာတ်ခဲလည်း ရှားပါး သည့် ကျေးလက်တော့ရှားမှာ ရေဒီယိုကို ဓာတ်ခဲမပါဘဲ ဖွင့်၍၈

အောင် တီထွင်သည့် ယရီဟာဘေးလစ် (Trevor Baylis) အမည် ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်အကြောင်း တလောက ဖတ်လိုက်ရသည်။ ဓာတ်ခဲမပါဘဲ စွမ်းအင်ကို သူဘယ်က ရသလဲ။ သံပတ်က ရသည်။ နာရီတွေ သွားနေအောင် သံပတ်ပေးသည့်စနစ်ကို ရေဒီယိုမှာ သူ ယူသုံးလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ သံပတ်ပေးရသည့် ရေဒီယို။

ရေဒီယိုကို ဓာတ်ခဲမပါဘဲ ဖွင့်နိုင်လျှင် လက်နှိပ်ဓာတ်မီးကို ရော့လင်းအောင် မလုပ်နိုင်ဘူးလား။ လုပ်နိုင်သည်။ သံပတ်ပေး ရသည့် ဓာတ်မီး။ ဓာတ်ခဲ မလို့။

သည့်အပြင်ရော့

သည့်အပြင်လည်း လုပ်မည်ဆိုလျှင် အများကြီးပေါ့။ လက်ရှိ ပစ္စည်းတွေကိုပဲ နောက်တိုးလာသည့် လိုအပ်ချက်တွေနှင့် လျဉ် ညီစွာ ထပ်ဆင့်ပြုပြင် တီထွင်မည်ဆိုလျှင် တီထွင်စရာတွေ မကုန် နိုင် မခန်းနိုင်။

တယ်လီဖုန်းကို ၁၈၇၆ ခုနှစ်က အလက်အန္တားကရေဟမဲဘဲလ် (Alexander Graham Bell) စတင်တီထွင်ခဲသည်ဟု ဆို သည်။ သို့သော် နှစ်ပေါင်း တစ်ရှားအစိတ် ကြာမြင့်သည့် ယနေ့ ကာလတိုင် တယ်လီဖုန်းကို ပို၍အစွမ်းထက်အောင် မွမ်းမဲ ပြင် ဆင်သည့် တီထွင်မှုလုပ်ငန်းတွေ မပြီးစီးသေးပါ။ နိုင်ငံတကာက ပညာရှင်တွေ၊ ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းကုမ္ပဏီကြီးတွေ ငွေအား ညာက်အား သုံးကာ အကြိတ်အနှစ် အပြိုင်အဆိုင် ကြီးစားဆဲ ကြံဆဆ ဖြစ်သည်။

သည်လိုပဲ။ ကွန်ပျု။ တာဆိုတာကို သချို့သမား သိပုံသမား

အများအပြား၏ စိတ်ကူးညာ၏များဖြင့် ဖန်တီးတည်ဆောက်ခဲ့ကြသည်။ ကွန်ပျုံတာတိထွင်မှုသမိုင်းကို ကြည့်လျှင် ၁၇ ရာစု ပြင်သစ်သချိုပညာရှင် ပါစကယ (Blaise Pascal)၊ ၁၉ ရာစု အင်လိပ်သချိုပညာရှင် ဘက်ဘူးချု (Charles Babbage)၊ ၂၀ ရာစုပထမပိုင်းပညာရှင်များဖြစ်သည့် ဘွတ်(ရ) (Vannevar Bush)၊ အာတာနာဆော် (John V. Atanasoff)၊ အိုင်းကင် (Howard Aiken) စသည်တို့အပါအဝင် နာမည်ပေါင်းများ စွာ၊ ဆောင်ရွက်မှုအဆင့်ပေါင်းများစွာ ဖော်ပြုမှ ပြည့်စုံကြောင်း တွေ၊ ရမည်ဖြစ်သည်။

ကွန်ပျုံတာတိထွင်မှုသမိုင်းက ယခုတိုင်လည်း ပြီးဆုံးသေးသည် မဟုတ်။ နောက်ထပ် အဲ ဉာဏ်ပြုမှု လာချော့မည်။

ယခုနှစ်ပိုင်းများအတွင်းမှာပင် တယ်လီဖုန်းနှင့် ကွန်ပျုံတာတိထွင်မှုတွေ ထွေးရောယူက်တင် ဖြစ်လာတာ အားလုံးမြင်တွေ၊ နေကြရသည်။ ကွန်ပျုံတာကို တယ်လီဖုန်းထဲ ထည့်လာသည်။ တယ်လီဖုန်းကို ကွန်ပျုံတာထဲ ထည့်လာသည်။ ယခုနောက်ဆုံးပြောလာကြသည့် တတိယမျိုးဆက် တယ်လီဖုန်းဆိုလျှင် မိဘိုင်းဖုန်း၊ ကွန်ပျုံတာနှင့် တို့မှ သုံးမျိုးပေါင်းကို နေရာတကာ ကိုယ်နှင့် တစ်ပါတည်းဆောင်သွားနိုင်အောင် တိထွင်ဖန်တီးလာခြင်း ဖြစ်သည်။

သတင်းအချက်အလက် နည်းပညာ၊ ဒီဇိုင်းပညာ အစရို သည် ကဏ္ဍနယ်ပယ်များထဲတွင် လာမည့်နှစ်ပိုင်းများအတွင်း

ထွက်ပေါ်ရန် ခေါင်းပြုနေကြသည့် တိထွင်မူအလားအလာတွေ
မြောက်မြားစွာ ရှိနေချေသည်။

*

လူ၏ တိထွင်ကြီးဆတတ်သော ဉာဏ်က နဂါပါ ဖြစ်သည်။
သည်ဉာဏ်ကြောင့် ပစ္စည်းသစ်၊ နည်းနာသစ်တွေ လူတို့ တိထွင်
ဖန်တီးဖြစ်ကြသည်။

တိထွင်မူတစ်ခု ဘယ်က စတင်သလဲ စဉ်းစားလျင် တိထွင်သူ
၏ ဦးနောက်က စသည်ဟု ဆိုရလိမ့်မည်။ သူဦးနောက်က ဘယ်
တွင် စူးစိုက်မိသလဲ။ တစ်နည်းဆိုရသော သူ ဘာကို စိတ်ဝင်စား
သလဲ။ အဲသည်ဟာနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သူတိထွင်မူ ပြုလိမ့်မည်။

သို့သော တာချို့တိထွင်မူတွေသည် တိထွင်သူသာ စိတ်ဝင်စား
သည်၊ တဗြားလူများ စိတ်မဝင်စား။ ထိုအခါ အဲသည် တိထွင်မူ
တွေသည် အဖတ်မတင်၊ ဂရာတစိုက် မှတ်တမ်းတင်ခြင်း မခံရ။
အလိုအလျောက် တိမ်မြှုပ်ပျောက်ကွယ်ကြရသည်။

လူတွေနှစ်သက်သောာကျသော၊ လူအများအတွက် အသုံး
ဝင် အဆင်ပြေသော၊ လူတို့ အတန်အသင့်သုံးစွဲပြီးနောက်တွင် မရှိ
မဖြစ်လို ဖြစ်လာသော တိထွင်မူများသာ လူ၊ အဝန်းအပိုင်းအတွင်း
ထင်ရှားကာ ပို၍ကျယ်ကျယ်ပြန်ပြန်သုံးစွဲကြ၊ ဆက်၍ ဆက်၍
မွမ်းမံကြ၊ ပြင်ဆင်ကြ၊ ဖြည့်စွက်ကြနှင့် အစွန်းရှည်တည်တဲ့လေ
သည်။

ထိုကြောင့် တိထွင်သူများသည် မူလပထမ၌ သူ စိတ်ဝင်စား
သော အရာ၊ သူ့မှာ နောက်ခံပုံဟုသုတနှင့် စိတ်ကူးစိတ်သန်းများ

ရှိထားသောအရာ၊ နည်းနာနှင့် ကိရိယာတန်ဆာပလာပိုင်းအရာ သူ အလုမ်းမိသော အရာတို့၏ နယ်ပယ်တွင် တီထွင်ကြံးဆ လုပ် ကိုင်ဖြစ်သည် မှန်သော်လည်း အကယ်၍ သူ အာရုံဝင်စားမိသော ထိအရာသည် သူ့ပတ်ဝန်းကျင် လူ၊ အသိုင်းအဓိုင်း၍ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ စစ်ရေး စသည်အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာအတွက် လိုအပ် မှု ရှိနေမည်ဆိုက ယင်းလိုအပ်ချက်က သူ၏ တီထွင်ဖန်တီးလိုစိတ် များ ပို၍နှိုးကြားတက်ကြွေအောင် လုံးဆော်လာတော့မည်ဖြစ်သည်။

သည်သဘောကို ရည်ရွယ်၍ ရှေးစကားပုံက 'Necessity is the mother of invention.' 'လိုအပ်ချက်သည် တီထွင်မှု၏ မိခင်'ဟု ဆိုခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

စီးပွားရေးလိုအပ်ချက် သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းတောင်းဆိုချက် ကြောင့် ပေါ်ပေါက်လာရသော (၀၁) ပညာရှင်တွေ အပြင်းအထန် စူးစိုက်အားထုတ်ခဲ့ရသော တီထွင်မှုတွေ အများအပြားရှိသည်။

ဥပမာ၊ ၁၈ ရာစုအတွင်း တစ်ဟန်ထိုးကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးခဲ့သော ပြတိသူ့အထည်အလိပ်လုပ်ငန်းလောကကို ကြည့်လျှင် တီထွင်မှု တစ်ခုမှ နောက်တစ်ခု ဆက်၍ဆက်၍ စွဲဆော်ဖော်ထုတ်ခဲ့ပုံကို တွေ့နှင့်သည်။

၁၇၃၃ ခုနှစ်တွင် အက်လိပ်လူမျိုး ပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်သူ ဂျီနော် (John Kay) သည် လွန်းပျံ (Flying Shuttle) အမည်ရှိရက်ကန်းစက်တစ်ခုကိုတီထွင်၏။ လွန်းပျံစက်များသည် ယခင်ရှိနှင့်သည့် လက်ရက်ကန်းများကို အဆမတန် မြန်ပေရာ

ချဉ်သမားများ သူ၊ အား ချဉ်ခံငွေတွေ ပေးသွင်း၍ မနိုင်နိုင်အောင်
ဖြစ်လာသည်။

တစ်ဖက်တွင် ၁၇၆၀ မှ ၁၇၈၀ အကြား နှစ်များအတွင်း
ဂျိမ်း(၁) ဟားဂရီးမ်(၁) (James Hargreaves)၊ ရှစ်ချွတ်
အတ် ခရိုက် (Richard Arkwright) နှင့် ဆင်မြှုယယ်
ခရွမ်(၂) တန် (Samuel Crompton) အမည်ရှိ အက်လိပ်
ပညာရှင် သုံးဦးသည် ချဉ်ကိုမြန်သထက်မြန်အောင် ငင်နိုင်သည့်
စက်ယန္တ ရားအဆင့်ဆင့်တို့ကို တိတွင်ပေးခဲ့ကြရာ များမကြာမိ
ပင် ချဉ်သမားက ရက်ကန်းသမားကို နိုင်လာပြန်သည်။

သို့နှင့် ၁၇၈၅ ခုနှစ်တွင် ကတ်တရိုက် (Edmund Cartwright) အမည်ရှိ အက်လိပ်တစ်ဦးက ရေနွေးငွေ၊ စွမ်းအင်ဖြင့်
လည်ပတ်သည့် ရက်ကန်းစက်ကို တိတွင်ရာ ရက်ကန်းစင်တွေ
ပိုလျင်မြန်လာသဖြင့် ချဉ်သမားနှင့် အပြိုင်ဖြစ်လာပြန်သည်။

ရက်ကန်းသမားနှင့် ချဉ်ငင်သမားတွေ အရမ်းမြန်လာသည့်
အခါ ချဉ်သမားများထံ ဝါရွမ်းပေးသွင်းရသူတွေ မနိုင်မနှင်းဖြစ်
လာသည်။ ဝါဖတ်ဝါဖန်အလုပ်တွင် လူတွေ တစ်ပြီးတစ်ခေါင်း
ကြီး သုံးသည့်တိုင် စက်သမားတို့တောင်းဆိုချက်ကို လိုက်၍ မမိ
နိုင်ကြ။ ၁၇၉၃ ခုနှစ်တွင် အမေရိုကန်ပညာရှင် အယ်လီရှစ်တနေ့
(Eli Whitney) က ဝါကြီးတ်ကိုရိုယာ (cotton gin) ကို တိ
တွင်ပေးလိုက်သည့်အခါ တွင်မှ အဆင်ပြေသွားသည်။ သူ့ဝါကြီးတ်
ဘက် တစ်လုံးက လက်အလုပ်သမားငါးဆယ်စာလောက် အလုပ်
ပြီးစီးလေသည်။

လိုအပ်သောအရာကို တိတွင်ကြရာ၌ တစ်ခါတစ်ရဲ 'လိုအပ်
ချက်'၏ သဘောက မှန်းဆရာခက်နေတတ်လေ့ရှိသည်။

ဥပမာ၊ စည်သွတ်ဘူး ဆိုပါစို့။

စည်သွတ်ဘူးကို ရေတပ်သားများ စားသုံးရန်အတွက် ဘဝဝ
ခုနှစ်ခန့်တွင် အက်လိပ်တို့ စတင်တိတွင်ပြုလုပ်ခဲ့သည်ဟု ဆိုသည်။
ပင်လယ်ပြင်တွင် ရက်ရှည်လများ သွားကြရသော သဘောသား
များမှာ အစားအစာကိစ္စ ခက်ခဲလှသည်။ စည်သွတ်ဘူး ပေါ်လာ
သည့်အခါ သူတို့အတွက် များစွာအဆင်ပြုလာသည်။ သို့သော်
ပြဿနာတစ်ခု ဖြေရှင်းသည့်အခါ ယင်းအဖြေမှာပင် နောက်
ဆက်တွဲပြဿနာများ ကပ်လိုက်လာတတ်တာ ထုံးစံတစ်ခုလို
ဖြစ်သည်။ အကြောင်းက စည်သွတ်ဘူးပြုလုပ်သူများက ဘူး
ဖောက်ရန် ကိရိယာတစ်ခု တစ်ပါတည်းတွဲ၍မပေးခဲ့ခြင်း ဖြစ်
သည်။

သဘောသားများ၊ စစ်သည်များကတော့ ဒါလောက်ကို မမှု
ပါ။ သံဘူးထဲမှာစားစရာပါတာသာ သေချာပါစေ၊ တစ်နည်းနည်း
နှင့် ရအောင် သူတို့ဖောက်ကြမည်ဖြစ်၏။ ပြီး သူတို့မှာစားမြောင်
စားရည် လုံစွပ်စသည့် လက်နှက်ပစ္စည်းများ၊ ဆောက် တူ ပုဆိန်
စသည့်လက်သမားကိရိယာများလည်း ပါရီကြသည်ဖြစ်ရာ သူတို့
အဖို့ သံဘူးဖောက်ရတာ ခဲယဉ်းလှမည်မဟုတ်။

အဲ စားမရှိ၊ လုံမရှိ၊ ရှိလျှင်လည်း ကောင်းကောင်း မနိုင်နင်း
ဆိုသောသူလက်ထဲ စည်သွတ်ဘူးရောက်သည်အခါကျမှသာ

‘အူာက်အနှစ်သီးရသလို’ ဆိုသောစကားအတိုင်း ဒုက္ခလုလုကြီး ဆောက်တော့သည်။

အနှစ်သီးဆိုတာက သဘာဝစည်သွတ်ဘူးဖြစ်သည်။ ဓားရှိသူ လက်ထဲ ရောက်လျှင်တော့ ထိပ်ပိုင်းလေး အသာဟက်ပြီး မေ့သောက်ရုံပင်။ အဲဒါမှာလည်း ဓားထက်ဖို့ ဓားကိုင်ကျမ်းဖို့ လိုသေးသည်။ မကျမ်းကျင်သူဆိုလျှင်တော့ အနှစ်သီးတစ်လုံးကို တဗုံန်းဗုံန်းခုတ်ပြီး ချွေးတွေ့သံတွေ ရွှေတော့မှ အနှစ်သီးရည် တစ်စက်နှစ်စက်ကို ဖိတ်စဉ်ထက်ဝက် သောက်ရလိုမြဲမည်။

မကျမ်းကျင်သူလက်မှာ အနှစ်သီးခွဲရခက်သလို မဖောက်တတ်သူလက်မှာ စည်သွတ်ဘူးအဖောက်ရခက်လုသည်။ ပိုဆိုးသည်က စည်သွတ်ဘူးမှ သံပြားစောင်းရရှိခြင်းဖြစ်သည်။

ရှုမယ်နော်၊ ရှုမယ်နော် အော်နေသည့်ကြားက ဘယ်လို ထိသွားလိုက်သည် မသိ။ သွေးတွေ ငါးက်ခနဲ့ပန်းထွက်လာမည်။

အဲသည်လို ခွကျသည့် စည်သွတ်ဘူးအတွက် ဖောက်ရန် ကိရိယာလိုအပ်သည်မဟုတ်လား။ အဲဒါ necessity မဟုတ်လား။ ဟုတ်သည်ဆိုလျှင် ဘာကြောင့် ဖောက်တံတွေခဲ ချက်ချင်းမတီထွင်ကြသလဲ။

သည်မှာ လိုအပ်ချက် (necessity) ၏ အတိုင်းအတာ သဘောကို တွေ့မြင်ရသည်။

စည်သွတ်ဘူးဆိုတာကိုတစ်ခါတလေ ကြံ့ကြံ့ကျိုးသို့မဟုတ် မဆီမဆိုင် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်၍ ဖောက်ရစားရသည့်အခါ သူ။ အတွက် ဖောက်တံတွေခဲ အထူးတလည်းလိုအပ်သည်ဟု မယူဆာ။

ဖောက်တော့မည်ဆိုလျှင် ဓားတို့ ပါဆိန်တို့ အောက်တိုကိုပဲ သတိရသည်။ အဲဒါတွေသည်ပဲ ဘူးဖောက်ကိရိယာ။

စည်သွတ်ဘူးထဲမှာ စားစရာ သောက်စရာမျိုးစုံတွေ ထည့်သွင်းလာကြပြီ၊ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် စားစရာတွေနှင့်အပြိုင် စားလို့ သောက်လို့ ကောင်းသည်။ စစ်သား သတေသား စသည့် ခရီးရည်သွားသူများသာမက ကိုယ့်အိမ်ကိုယ့်ရာမှာ ပုံမှန်နေထိုင်သူများပါ။ စည်သွတ်ဘူးကို နှစ်ခြိုက်လာကြပြီ၊ စတိုးဆိုင်တွေမှာ ဖော်ဖော်သီသီ မြင်ရတွေရ၍ အိမ်ရင်မတွေလည်း ဝယ်ခြမ်းသုံးစွဲလာကြပြီ၊ ဆိုသည့်အခါကျတော့မှ စည်သွတ်ဘူးတွေ လွယ်လင့်တကူ ဖောက်လို့ရရေးသည် လိုအပ်ချက်တစ်ရပ် ဖြစ်လာသည်။ သည်တော့မှ တကယ့် necessity

သို့နှင့် စည်သွတ်ဘူး ပေါ်ပြီး နှစ်ပေါင်း ၆၀ ခန့်အကြာမှာ လိုအပ်ချက်၏တောင်းဆိုမှုအရ စည်သွတ်ဘူးဖောက်တံ (can opener) ဆိုတာ ပေါ်လာသည်။ ဝိလျှေလိုင်မင် (William W. Lyman) ဆိုသူ အမေရိကန်တိတွင်သူတစ်ဦးက ၁၈၇၀ ပြည့်နစ်တွင် ဘူးဖောက်တံကို သူ့အမည်နှင့် မှတ်ပုံတင်သည်။

အဲသည်နောက်မှာတော့ သံပြားဖောက်သည့် ဓားစူး၊ အဖူးပြားကို ကလန်ပြီး ဖွင့်ရန် သံကောက်၊ ဖော့ဆိုကို ဖောက်ရစ်ပြီး ဆွဲထုတ်မည့် သံစူး ဝက်အူ စသည့်တို့ပါ အစုံပါသည့် ကိရိယာတွေ ပေါ်လာသည်။

အရင်တုန်းက နှိုးဆီဘူး ငါးသေ့တ္ထာဘူးများ ဖောက်ပြီးလျှင် အနားစောင်းတွေက လွှာသွားလို့ အထစ်အထစ်တွေ အချွှန်အတက်

ဆွဲဖြစ်ကာ ရှုတ်သည်။ ယခုတော့ ဖောက်ပြီးတာနှင့် အနား
ဆွဲပါ တစ်ခါတည်းလုံးပြီးသားဖြစ်အောင် လုပ်ပေးသည့် ဖောက်
တံတွေ ပေါ်လာပြီ။ ဘီယာဘူး အချို့ရည်ဘူးများဆိုလျှင် ဘူးနှင့်
ဖောက်တံ တစ်ပါတည်းတွဲပေးထားသလို ဖောင်းခနဲ့ ဆွဲဖောက်
ပြီး မေ့သောက်၍ရအောင် တိထွင်လာကြပြီ။

စည်သွတ်ဘူး တစ်ခုတည်း၊ ဖောက်တံ တစ်ခုတည်းမှာပင်
ခေတ်အဆက်ဆက် နိုင်ငံတကာပညာရှင်ပေါင်းများစွာ၏ အတွေး
ပေါင်းများစွာ၊ တိထွင်မှုပေါင်းများစွာ ပေါင်းစပ်ပါဝင်နေသည်။
သို့သော် လူတိုင်းစိတ်တိုင်းကျသည့်အဆင့် မရောက်သေး။ လုံးဝ
ပြီးပြည့်စုပြီဟန်၍ မဆိုနိုင်သေး။ ဒါတွေထဲမှာ နောက်ထပ် ပေါင်း
၌ဦးမလား။ ဖြည့်ဦးမလား။ သည့်ထက်ပိုကောင်းအောင် ဘာတွေ
ခွဲမဲ့မဲ့ချင်သေးသလဲ။ ရသေးသည်။

*

ဒါကြောင့် သည်ကနဲ့ လူတွေအတွက်၊ သည်ကနဲ့ လူငယ်
တွေအတွက် တိထွင်စရာ၊ ကြံဆစရာ၊ အသစ်အသစ် ဖန်တီးပြုလုပ်
စရာတွေသည် မကုန်ခန်းနိုင်အောင် ရှိနေသည်ဟု ဆိုချင်သည်။

အရေးကြီးသည်က သူများလုပ်ထားခဲ့တာထက် ပိုကောင်း
အောင် လုပ်နိုင်ဖို့၊ လက်ရှိ ကိုယ်ပတ်ဝန်းကျင်လူများအတွက်
ပို၍အသုံးဝင် အဆင်ပြေအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ဖို့ပဲ ဖြစ်သည်။
အများ၏ ‘လိုအပ်ချက်’ ကိုဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ပြီးဆိုလျှင် တိထွင်သူ
သင့်ထံ လူအသိုင်းအဂိုင်း၏ ချိုးကျူးသားသာနှင့် ဆုလာဘ်အစုံ
ဘို့ အလျင်အမြန်ရောက်ရှိလာကြမှာ မူချဖြစ်သည်။

သည်သဘာကို အရှင်းလင်းဆုံး ပြောခဲ့သည့် ၁၉ ရာစွဲအမေ
ရိကန် တွေးခေါ်ရှင် အီမာဆင် (Ralph Waldo Emerson)
၏ စကားတစ်ခွန်း ဤနေရာ၏ ဆိပ်လျော်သောင် ပြန်ဆို၍ ပြောလို
သည်။

“ကြွက်ထောင်ချောက်တစ်ခုသာ ခင်ဗျားအိမ်နီးချင်းထက်
ပိုကောင်းအောင်လုပ်ပါ။ တောကြီးမျက်မည်းထဲ နေရင်တောင်
တစ်ကွဲ့လုံးကလူတွေ ခင်ဗျားအိမ်ဆီ လမ်းဖြိုင်ဖြိုင်ပေါက်အောင်
ရောက်လာကြလိမ့်မယ်” တဲ့။ အီမာဆင်က ဆိုခဲ့ပါသည်။



J

ကိုယ့်ဘမီးလမ်းကြောင့်တန်းအောင်

အဲသည်တန်းက ကျွန်တော် ဆင်းရဲသည်။ ရည်မှန်းချက်
ကြီးသည်။ ပြီး၊ လူက အမြဲ အသည်းအသန်း။

ကျွန်တော့မှာ ဒေါ်လာ ၅၀၀ အရေးတကြီး မဖြစ်မနေ လိုအောင်
သည်။ သည်ငွေက ‘နိဂရီးခိုင်ဂျက်(စ)’ ဟု အမည်ပေးထားသည့်
ကွန်တော့မဂ္ဂဇင်း အသစ်စက်စက်ကို ဖြန့်ချိနိုင်ဖို့ စာအိတ်နှင့်
တံဆိပ်ခေါင်းများ ဝယ်ယူရန်အတွက် ဖြစ်သည်။

သည်စာအုပ် ဖြန့်လိုက်ရရင် ငါ အောင်မြင်တော့မည်ဆိတာ
သို့ယုံကြည်သာသိနေသည်။ အောင်မြင်မှုအရသာကို တစ်စွန်းတစ်စွဲ
၏ ကြိုတင်ခံစားမိနေပြီ။ သို့သော် နီးလျက်နှင့် ဝေးသလိုလည်း
ဖြော်ဆေသည်။ နည်းနည်းမဟုတ်၊ အဝေးကြီး ဝေးနေသလိုပင်။
အဲသည် ၁၉၄၂ ခုနှစ်တန်းက ဒေါ်လာ ၅၀၀ ဆိုသည်မှာ

နည်းနည်း နော နော ငွေ မဟုတ်။ အ ထူး သဖြင့် ကျွန်ုတ်လို အာက်ငါးဆောန်ယ်သား ဆင်းရဲသားကလေးတစ်ယောက်အဖို့ များပြားလွန်းလှသည်။

အဲသည်အချိန် ကျွန်ုတ်လုပ်လိုက်သည်က ထိုစဉ်ကာလ က မကြားစုံသည့် လုပ်ရပ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ရှိကာရိုရို ဘဏ် တိုက်ကြီးတစ်ခုသို့ သွားရောက်ကာ ကျွန်ုတ်စတင်မည့် လုပ်ငန်းသစ်အတွက် ဒေါ်လာ ၅၀၀ ချေးရန် တင်ပြသည်။ ကျွန်ုတ် မနည်း ကြီးစားပမ်းစား တွေ့ဆုံးရထားသည့် လက်ထောက် ၏ လက်ထောက်ပုဂ္ဂိုလ်က ကျွန်ုတ်ကို စွဲစွဲကြည့်ပြီး ရယ်သည်။

‘တို့က လူမည်းတွေကို ငွေမချေးဘူးကွာ’ သူပြောလိုက်သည့် စကားကြောင့် ကျွန်ုတ်ဒေါ်သထွေက်သွားသည်။ သို့သော ကျွန်ုတ် ဖတ်ထားသည့် အောင်မြင်ကြီးပွားရေးကျမ်း ကိုယ်ထူး ကိုယ်ချွန်ကျမ်းများက သတိပေးသည်။ ဒေါ်သမထွေက်ဖို့၊ ပါးပါး နပ်နပ် လိမ်လိမ်မာမာလုပ်ဖို့။

လောလောဆယ် နံရံနှင့်တော့ တိုးနေပြီး သည်နံရံကို လျေ ကား ဖြစ်အောင် ပြောင်းလဲပစ်ရမည်ဟု ကျွန်ုတ်စဉ်းစားသည်။ သို့နှင့် သည်ပုဂ္ဂိုလ်ကို စွဲစွဲပြန်ကြည့်ကာ၊ ‘ဒါဖြင့် ဒီမြို့မှာ ဘယ်သူတွေ ချေးသလဲပွား’ဟု မေးလိုက်သည်။

သူကျွန်ုတ်ကို နည်းနည်းပိုစိတ်ဝင်စားသွားသည်။ ‘ကျွန်ုတ် သိတာငါးတော့ စီတိဇ်း ငွေချေးကော်ပိုရေးရှင်း တစ်ခုပဲ ရှိ တယ်’

စီတိဇ်င်းမှာ သူ အသိမိတ်ဆွေတစ်ယောက်တလေ ရှိမရှိမေး
ကြည့်တော့ သူက နာမည်တစ်ခု ပြောသည်။

‘သူ ဆီ ခင်ဗျားညွှန်းလိုက်တဲ့ အကြောင်း ကျွန်ုတ်ပြောလို့
ရမလား’

သူ ကျွန်ုတ်ကို တစ်ချက်အကဲခတ်သည်။ သည့်နောက်
‘ရပါတယ်’ဟု ဆိုလိုက်သည်။

စီတိဇ်င်းမှုပုဂ္ဂိုလ်နှင့် တွေ့တော့

‘ကျွန်ုတ်တို့ ခင်ဗျားကို ငွေချေးလို့ ရပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ အာ
မခံ ပစ္စည်းတော့ ရှိမဖြစ်မယ်၊ အိမ် သို့မဟုတ် တြေား ခိုင်မာတဲ့
ပစ္စည်းတစ်ခုခု အပေါင်အဖြစ် ထားပေးဖို့လိုတယ်၊’ ဟူ၍ ဆိုသည်။

ကျွန်ုတ်မှာ အိမ်ပိုင်မရှိပါ။ သို့ သော် အမေ့ကိုတော့ အိမ်
ခထာင် ပရီဘောဂသစ်တရှို့ ဝယ်နိုင်အောင် ကျွန်ုတ်ကူညီခဲ့ဖူး
ဘာ ရှိသည်။ အမေ့အား သည်ပစ္စည်းတွေ အပေါင်ထားခွင့်ပြုဖို့
ကျွန်ုတ် အပူကပ်ရသည်။

ဤသို့ဖြင့် အမေ့ပစ္စည်းတွေ အာမခံထားကာ ၃၀၉၈၁၁ ၅၀၀
ချေးပြီး နိုကရီးခိုင်ဂျက် (၁) ကို ကျွန်ုတ်ထုတ်ဝေဖြစ်ခဲ့သည်။
သည်မဂ္ဂဇ်င်း ပထမအုပ်နှင့်အတူ စတင်ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည့် ချွန်ဆင်
ဘာအုပ်ထုတ်ဝေရေးကုမ္ပဏီသည် ယခုအခါ၌ ၃၀၉၈၁၁သန်း ၂၀၀
၇၆ တန်ဖိုးရှိသည့် ဧရာမလုပ်ငန်းကြီးတစ်ခု ဖြစ်နေချေပြီ။

*

ကျွန်ုတ် အောင်မြင်ခဲ့သည့် အရင်းခံအကြောင်းကား ရှင်း
သာပါသည်။ တကယ်အသင့်တော်ဆုံးအချိန်မှာ သည်မဂ္ဂဇ်င်းကို

ကျွန်တော်စတင်ထုတ်ဝေမီခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ အခါက ကျွန်တော့ အတွက် ကံကောင်းမှုတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ နောက်တစ်ချက်၊ ကျွန် တော် အပြင်း အထန်ကြီးစားခဲ့သည်။ ပြီး နောက်တစ်ခုက ကျွန် တော့ ယုံကြည်မှု ဖြစ်သည်။ ရုပိသူ့သွက်လက်တက်ကြသူ၊ ကိုယ့် ကိုကိုယ် အဆင်သင့် ဖြစ်အောင် လေ့ကျင့်ပြင်ဆင်ထားတတ်သူ များအား လောကသည် မျက်နှာသာပေးစမ့်ဖြစ်သည်ဟု ကျွန် တော် ယုံကြည်ခဲ့သည်။

သည်မှာ မေးစရာတစ်ခု ရှိသည်။ စောစောက အောင်မြင်တာ ဟုတ်ပြီ။ နောက်တစ်ကြီးမှ ကျွန်တော် သည်အတိုင်း အောင်မြင် နိုင်ခြီးမည်လား။ သင့်အနေနှင့်ကော ဒေါ်လာ ၅၀၀ မျှနှင့် အရှင်း တည်ကာ သန်း ၂၀၀ တန်း စီးပွားရေးအင်ပိုင်ယာတစ်ခု တည် ဆောက်နိုင်မည်လား။ ကျွန်တော်ကတော့ အခွင့်အလမ်းတွေသည် သည်ကဗ္ဗာလောက်ပင် ကြီးမားကျယ်ပြောလှသည်ဟု ယုံကြည် ဆဲ ဖြစ်သည်။ သို့သော် တစ်ခုတော့ ရှိသည်။ ကမန်းကတန်း အလျင်စလိုကြီးပွားချမ်းသာဖို့ ကြီးစားတာမျိုးကိုတော့ မှားသည် ဟု ဆိုချင်သည်။ အောင်မြင်မှုကို လောကားထစ်သေးသေးတွေ အဖြစ် တစ်ဆင့်ချင်း စဉ်းစားတာ ပိုကောင်းသည်။ တစ်ထစ်လုမ်း လိုက်နိုင်သည့်အခါတိုင်း ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်စိတ်တွေ တိုးပွား နိုးကြားကာ ရှုံးဆက်လှမ်းတက်နိုင်ဖို့ အတွက် အင်အားတွေ ပြည့်ဝလာစေမည် ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ကော တစ်ဆင့်ချင်း မည်သို့ဆောင်ရွက် ခဲ့ပါသနည်း။

စောစောပိုင်းကာလ အရောင်းသမားဘဝ၌ ရှိစဉ်က ပစ္စည်း
ဝယ်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ရသော ပုဂ္ဂိုလ်များအား ကျွန်ုတော်ကို
စကားပြောချိန် ငါးမီနှစ်မျဲပဲ ပေးဖို့ ကျွန်ုတော် တောင်းဆိုလေ
ရှိပါသည်။ စင်စစ် သည့်ထက် ပိုတောင်းစရာလည်း မလိုပါ။ သူ့
အမိမိတဲ့ ဝမှာ သူစိတ်ဝင်စားမည့် စကား စ ပြောနိုင်လျှင် ကိုယ့်
ဗာတ်လမ်း ဆုံးသည်အထိ သူ နားထောင်လိမ့်မည်။ အချိန် တစ်
နာရီကြာသွားလည်း အရေးမကြီးတော့။ အကယ်၍ ငါးမီနှစ်ကြာ
အောင် ပြောပြီးသည့်တိုင် သူစိတ်မဝင်စားသေးသူး ဆိုပါကလည်း
နောက်ထပ် ဆက်ပြော၍ အကြောင်းထူးမည်မဟုတ်တော့။

တို့ကြောင့် တစ်ဖက်သား တို့၏ အာရုံကို အစ ပထမပိုင်းမှာ
ပင် ဆွဲဆောင်စည်းရုံးနိုင်ရန် အတွက် မိမိအရေးကိစ္စကို စနစ်တကျ
ခင်းကျင်းပြင်ဆင် တင်ဆက်တတ်ရေးသည် အရေးကြီးပါသည်။
စာရေးသူကိုယ်တိုင် အဖို့မူ တစ်စုံတစ်ရာ စည်းရုံးဆောင်ရွက်စရာ
ရှိသည့်အခါတိုင်းပင် ယခင် စမ်းသပ်အောင်မြှင့်ပြီးသည့် နည်း
လမ်း သုံးရပ်တွင် အခြေခံလျက် စိတ်ရှည်လက်ရှည် ခင်းကျင်း
ပြင်ဆင်စမြဲ ဖြစ်ပါသည်။

(c) မိမိနှင့် တစ်ဖက်လူအကြား ဆက်စပ်ပတ်သူ “သည့်အချက်ကို
ထင်ရှားလာဖြစ်း

သင်နှင့် တစ်ဖက်လူသည် နေရာများစွာမှာ ကွဲစွဲမှု ရှိနေနိုင်
ပါသည်။ သို့သော် သင်လုပ်ရမည့်အလုပ်က အဲဒါတွေ အသာ
ထားကာ၊ သင်နှင့် သူအကြား ဘယ်အရာတွေ ဝါသနာပါရာမှာ

တူသလဲ၊ ဘယ်ကိစ္စတွေ တန်ဖိုးထားရာမှာ တူသလဲ၊ ဘယ်မျှော်
မှန်းချက်တွေ ထားရှိရာမှာ တူသလဲ၊ စသည်တိုကိုသာ မူးမေးရာ
ဖွေကာ ထိတူညီသောအချက်ကို အလေးအနက် ဖော်ထုတ်ပြသ
ပေးရမည် ဖြစ်သည်။

သည်အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေ လိုသည်။

တစ်ခါတစ်ရုံး ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်နှင့် ငါးမိနစ်မျွေ တွေ့ဆုံး
ဆွေးနွေးရန်အတွက် လပေါင်းများစွာပင် ကျွန်ုတော်ကြိုတင်ပြင်
ဆင်တတ်သည်။ သည်လူနှင့် တွေ့ရသည့်အချိန်၌ သူ့ဝါသနာ
သူ့စီတ်ဝင်စားမူ သူ့အလိုအန္တ သူ့စွဲလမ်းတမ်းတမူ မှန်သမျှကို
ကျွန်ုတော်ကြိုတင်သိရှိပြီး ဖြစ်နေပြီ။

တစ်ခါ၌ င်းနစ်ရောဒါယိုကော်ပိုရေးရှင်းမှ ကြော်ပြာရရှိရေး
အတွက် သည်နည်းကို ကျွန်ုတော်အသုံးပြုခဲ့ဖူးသည်။ ထိုစဉ်က
င်းနစ် အကြီးအကဲမှာ ယူကျင်းအက်(၇) မက္ကခာနနယ်(ဂျာနီယာ)
ဖြစ်သည်။ သူ့အား အမေရိကန်လူမည်းလောကတွင် ကြော်ပြာ
ခင်းဖြင့် င်းနစ်အနေနှင့် ရရှိနိုင်မည့်အကျိုးအမြတ်များအကြောင်း
ဆွေးနွေးရန် ရက်ချိန်းတောင်းသည့်စာတစ်စောင် ကျွန်ုတော် ရေး
သားပေးပို့လိုက်ရာ သူ့ထံမှ ချက်ချင်းအကြောင်းပြန်လာသည်။
တွေ့ဆုံးရန်ကား မဟုတ်။ ‘ခင်ဗျားစာကို ရပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကျွန်ု
တော်မတွေ့နိုင်ပါ၊ ကြော်ပြာကိစ္စတွေ ကျွန်ုတော်ပကိုင်ပါ’ဟူ၍
ကိစ္စပြတ်အောင် သူ့ငြင်းထားသည်။

သို့သော သည်မျှနှင့် ကျွန်ုတော်စီတ်ဓာတ်မကျပါ။ ကျွန်ုတော်
ဘဝတစ်လျှောက် အရေးကြီးသော အလုပ်အပြောင်းကာလတိုင်း

မှာပင် အစပထမ၌ ကျွန်တော်ငြင်းဆန်ခံရမြဲဖြစ်သည်။ သူ့ထံမှ ယခုလို ရေးရိုးရေးစဉ် ငြင်းဆန်ပြန်ကြားစာတစ်စောင် ရရံမျှနှင့် သူ့ကို ကျွန်တော် လက်လျှော့ရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။

ကောင်းပြီ၊ သူက ကုမ္ပဏီအကြီးအကဲမြှို့ကြော်ဌာအလုပ်တွေ မကိုင်ဘူးတဲ့လား၊ ဒါဖြင့် သူ ဘာကိုင်သလဲ၊ ကျွန်တော် စဉ်းစား သည်။ အဖြေက ရှင်းရှင်းလေး ပေါ်လာသည်။ ပေါ်လစီကို သူ ကိုင်သည်ပေါ့။ ပေါ်လစီဆိုသည့်အထဲမှာ ကြော်ဌာကိစ္စနှင့် ပတ်သက်သည့် ပေါ်လစီတွေကော် မပါဘူးလား။။

ကျွန်တော် သူ့ထံ စာရေးပြန်သည်။ လူမည်းအသိုင်းအစိုင်း များကြား ပုံးနှဲအောင် ကြော်ဌာရေးနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ပေါ်လစီ ကိစ္စများ ဆွဲးနွေးရန်အတွက် ကျွန်တော် လာရောက်နိုင်ပါမည် လား မေးမြန်းသည့် စာ။

သူ့ထံမှ အကြောင်းပြန်လာသည်။

‘ခင်ဗျား အတော်စွဲကောင်းတဲ့ လူငယ်ပဲ၊ ကျွန်တော် ခင်ဗျားနဲ့ တွေ့ပါမယ်၊ ဒါပေမဲ့ ခင်ဗျားမရှိင်းမှာ ကျွန်တော်ကြော်ဌာ ထည့်ဖို့ စကားစရင်တော့ ကျွန်တော် ခင်ဗျားနဲ့ လုံးဝဆက်ပြော မှာ မဟုတ်ဘူး၊’ ဟူ၍ သူက ဆိုလိုက်သည်။

ပြသေနာပဲ။ သည်အတိုင်းဆို ဘာအကြောင်းတွေ သူနှင့် ပြောမည်လဲ။

ကျွန်တော် အမေရိကန်ပြည်မှာ အရေးပါဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ အညွှန်းစာအပ် (Who's Who) ထဲတွင် သူ့အကြောင်း လိုက် ရှုံးကြည့်သည်။

မက္ခတ္တနာဂါယ်က ထူးချွန်ထင်ရှားသော ကုမ္ပဏီအကြီးအကဲ တစ်ဦးမျှသာ မဟုတ်၊ ရှာဖွေစွန်းစား ခရီးသွားသူတစ်ဦးလည်း ဖြစ် ကြောင်း ကျွန်တော်တွေ၊ ရှိလာရသည်။ သူသည် မက်သယူး ဟင် ဆင်နှင့် ကော်မို့ခိုပိယာရှိတို့၏ သမိုင်းဝင် မြောက်ဝင်ရှိုးစွန်း ခရီး စဉ် နောက်ပိုင်း အာတိတ်ဒေသသို့ သွားရောက်သည့် အဖွဲ့တစ်ခု တွင် ပါဝင်ခဲ့ဖူးသူ ဖြစ်သည်။

အဆက်အစပ်ကို ကျွန်တော်မြင်လိုက်ပြီ။ မက်သယူး ဟင် ဆင်က ကျွန်တော်တို့ လူမည်းတစ်ဦးဖြစ်ပြီး၊ သူ၏ မြောက်ဝင်ရှိုး စွန်း အတွေ့၊ အကြိုများကို စာတစ်အုပ်ရေးသားထားတာ ရှိသည်။ နယူးယောက်ရှိ ကျွန်တော့အယ်ဒီတာကို ဟင်ဆင်အား လိုက်ရှာ ပြီး သူ့စာအုပ်တစ်အုပ်ထဲတွင် မက္ခတ္တနာဂါယ်သို့ အမှတ်တရလက် ဆောင် အဖြစ် လက်မှတ်ရေးထိုးပေးခိုင်းမည်။ ပြီး တစ်ဆက် တည်း စဉ်းစားမိသည်က ဟင်ဆင်အကြောင်းသည်လည်း ကျွန် တော်တို့ မဂ္ဂဇင်းထဲ ထည့်ရန် သင့်တော်သော အကြောင်းအရာ တစ်ခုဖြစ်ရာ လာမည့်ရှုလိုင်အတွက် ပြင်ဆင်နေသော ကျွန်တော့ အက်ပနီ (Ebony) မဂ္ဂဇင်းတွင် စာတစ်ပုဒ်ကို ချုန်ကာ ငှုံးနှုံး ဟင်ဆင်အကြောင်း တစ္ဆောင်းရေးထားသည့် စာတစ်ပုဒ် ဖြင့် အစားထိုးမည်၊ ဟူ၍။

ချိန်းထားသည့်နေ့ မက္ခတ္တနာဂါယ်၏ရုံးခန်းထဲ ကျွန်တော်ဝင် သွားသည့်အခါ သူ ပထမဆုံးပြောသည့် စကားက ဟင်ဆင် အကြောင်းပင် ဖြစ်နေသည်။

‘အဲဒီ ဆီးနှင့်ပြင်စီးဖိန်း တွေ့လား၊ အဲဒါ မက်သယူး ဟင်

ဘုရားက ကျွန်ုတ်ကို ပေးထားတာ၊ ကျွန်ုတ်သူ၊ ကို မိတ်ဆွေ စံးခွာလို သဘောထားတယ်၊ သူရေးတဲ့စာအုပ် တွေ့ဖူးလား’

‘ဟာ၊ လောလောဆယ်တောင် ကျွန်ုတ်နဲ့ တစ်အုပ်ပါလာ သားတယ်၊ ဟင်ဆင်က ခင်ဗျားအတွက် လက်မှတ်ထိုးပေးလိုက် ဘယ်ဗျာ’

မက္ခဒေဝန်ယ်က စာအုပ်ကို လုန်လျောကြည့်သည်။ သူအတော် အကျေနပ်သွားသည်။ ထို့နောက် ကျွန်ုတ်ကို အကဲစမ်းသည့် လေ သံဖြင့် ပြောလိုက်သည်။

‘ခင်ဗျား လူမည်းတွေအတွက် မဂ္ဂဇင်းတစ်စောင် ထုတ်နေ ဘယ်ဆုံး လူမည်းမဂ္ဂဇင်းမှန်ရင် မက်သယူးဟင်ဆင်အကြောင်း ဆောင်းပါးတစ်ပုံးလောက်တော့ အနည်းဆုံး ထည့်သင့်တယ် ထင်တာပဲဗျာ’

ကျွန်ုတ် သူ့စကားကို မဆိုင်းမတွ ထောက်ခံလိုက်ပြီး နောက် ဇူလိုင်လ ‘အက်ဗန်’ မဂ္ဂဇင်းကို ထုတ်ပေးလိုက်သည်။ သူက မဂ္ဂဇင်းကို လုန်ကြည့်ပြီး သဘောကျဟန်ဖြင့် ခေါင်းညီတ် သည်။ ကျွန်ုတ်က ဟင်ဆင်တို့လို ထူးချွန်ထက်မြှက်သော ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ စွမ်းဆောင်အောင်မြင်မှုများ၊ အတားအဆီး မှန် သမျှကို အနိုင်ယူကျော်လွှားသွားပုံများအကြောင်း အထူးပြုတင် ပြရန်အတွက် သည်မဂ္ဂဇင်းကို ကျွန်ုတ်အကောင်အထည်ဖော် ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ကြောင်း သူ့အား ပြောပြသည်။

‘ဒါပေါ့ပျော်မဂ္ဂဇင်းမျိုးမှာ ကျူပ်တို့ ဘာကြောင့် မကြော်ဖြာ ဘဲ နေရမလဲ’ သူက ဆိုလိုက်လေသည်။

(၂) သူ့ခွင်ထဲဝင်၍ လှပ်ရားခြင်း

၁၉၆၀ ကျော်နှစ်များအတွင်းက ရှိကာရိမှာ ကုမ္ပဏီဌာနချုပ် ရုံးအဆောက်အဦးတစ်ခု ဆောက်လုပ်ရန် ရည်ရွယ်လျက် ကျွန်တော် ဘဏ်တွေ တစ်ခုပြီးတစ်ခု လှည့်ပြီး ငွေချေးရန် ကြီးစားသည်။ ရန်းရန်းနှင့် ၁၀ နှစ်မျှ ကြောသည့်တိုင် အဆင်မပြေသည် အခါ ရှိသမျှအင်အားနှင့် လုပ်ငန်းစတင်ရန် ကျွန်တော်ဆုံးဖြတ်သည်။ ကိုယ်ပိုင်ငွေ အော်လာနှစ်သန်းခန့် စုစဉ်းပြီးနောက် ကန်ထရိုက်တာတစ်ဦး နားရမ်းကာ ငှါးငွေဖြင့် ရုံးချုပ် အဆောက်အဦးကို စတင်ဆောက်လုပ်စေသည်။ အဆောက်အဦးအတွက် နောက်ထပ်ငွေငါးသန်းခန့် လိုအပ်ဦးမည်ဖြစ်ရာ ဆောက်လုပ်ဆဲကာလအတွင်း ထိုငွေကိုရအောင် ကျွန်တော်ရှာဖွေချေးနားမည်။ အကယ်၍ ငွေနှစ်သန်းကုန်သည့်တိုင် ချေးနားမရပါက ဆောက်လုပ်မှုကို ရပ်စဲလိုက်ရမည်။

ငှါးအစီအစဉ်အတိုင်း ကန်ထရိုက်တာက ဆောင်ရွက်လာရာ လုပ်ငန်းသုံးငွေ တစ်ပတ်စာမျေသာ ကျွန်တော့သည် အချိန်သို့ ဆိုက်ရောက်လာသည်။ သည်ရက်ပိုင်း၌ ကျွန်တော်နယူးယောက်မြို့သို့ ရောက်ရှိကာ မက်ထရိုပိုလီတန် အာမခံကုမ္ပဏီ၏ အကြီးအကဲ တစ်ယောက်နှင့်အတူ ညာစားဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်က သွားလေရာ ယူဆောင်သွားမြှုပြန်သည့် ရုံးချုပ် အဆောက်အဦးပုံစံပြာ စာရွက်ထပ်ကြီးကို ဆွဲထဲတ်ကာ သူ့အား ကျွန်တော် အဆောက်အဦးအတွက် ငွေကြေးနိုက်ထဲတ်ရင်းနှီးပေးရန် စည်းရုံးရေးစကား စတင်သည်။ သည်စာရွက်တွေ ကျွန်တော်စားပွဲပေါ်

တကယ်ဖြန့်ချတော့မှာမြင်သည့်အခါ သူက တားထားပြီး ‘နော်ဦး
ဗျာ ဒီမှာပြောလို့ မဖြစ်ဘူး၊ ခင်ဗျား မနက်ဖြန့် ကျွန်တော့ရုံးခန်း
လာခဲ့ဗျာ’ဟု ဆိုသည်။

နောက်နေ့တွေ့ဆုံပြီးနောက် သူက မက်ထရိပိုလီတန်အနေ
နှင့် ကျွန်တော့အတွက် အပေါင်ခံပေးဖြစ်နိုင်ကြောင်း ပြောဆို
သည်။ ‘ဟာ သိပ်ကောင်းတာပေါ့ဗျာ၊ ဒါပေမဲ့ ပြဿနာက ကျွန်
တော် အဲဒီစာရွက်စာတမ်းတွေ ဒီနေ့ပဲ အပြီးရချင်တယ်’

‘ဟာ၊ ခင်ဗျားကလဲ၊ မဖြစ်နိုင်တာ၊ ကျွန်တော်တို့ဆီမှာ အပေါင်
စာချုပ်ကိစ္စကို တစ်ရက်တည်းနဲ့ ဘယ်တော့မှ ဖြတ်ပေးလေ့ မရှိ
ဘူးဗျာ’ သူက ဆိုသည်။

ကျွန်တော်က ကုလားထိုင်ကို ရှေ့နည်းနည်းဆွဲလိုက်ပြီး၊ ခင်
ဗျား ဒီဌာနမှာ တာဝန်ခံပဲဗျာ၊ ခင်ဗျားနေရာကနေ ဒီကိစ္စကို တစ်နေ့
တည်းပြီးအောင် လုပ်ခိုင်းလို့ ရမရစမ်းကြည့်ဖို့ကောင်းတယ်’
ဟု ဆိုလိုက်သည်။

သူက ပြီးသည်။ ‘ခင်ဗျား ကျွန်ုပ်ကို မြောက်ပေးနေပြန်ပြီ၊ ဒါ
ပေမဲ့ ကျွန်တော်ကြီးစားကြည့်ပါမယ်’

သူကြီးစားကြည့်သည်။ မဖြစ်နိုင်ဘူး ဆိုခဲ့သည့်အရာက သူ
တကယ် ကြီးစားကြည့်သည့်အခါ ဖြစ်သွားသည်။ ရှိကာဂိုမှာ
ကျွန်တော့ငွေကုန်ဖို့ နာရီပေါင်း အတော်ကြာကြာ လိုသေးသည့်
အချိန် ကျွန်တော် အရောက်ပြန်လာနိုင်ခဲ့သည်။

တစ်ဖက်သားမှာရှိသည့် ထိမိလျှင်ခေါင်းညိုတ်စေမည့်အစိတ်
အပိုင်းကို အမိဖမ်းနိုင်လျှင် ကိုယ့်ပစ္စည်းရောင်းစွဲပြီ၊ မိမိ လိုရာ

ပါပြီဖြစ်သည်။ ယခုကိစ္စအဖို့မူ၊ အဓိကသော့ချက်သည် ကုမ္ပဏီ အကြီးအကဲ၏ ‘လုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာနှင့် စပ်လျဉ်းသည့်စိတ်ထား’ ဖြစ်ပေသည်။

(၃) နှစ်းသည်းမှတ်ကို ချိန်ရွယ်ခြင်း

မည်သူမဆို စိတ်မလှပ်ရှားဘဲ မနေနိုင်သည့်အရာ၊ မည်သူမဆို ခေါင်းမညိုတ်ဘဲ နေ၍မရသည့်အရာတွေ လောက့်ရှိပါသည်။ အဲသည်အရာသည် ငင်းပုဂ္ဂိုလ်၏ စီးပွားရေးဘဝနှင့် ပတ်သက်ချင်မှုပတ်သက်ပါမည်။ အဲသည်အရာသည် ငင်းလူ၏ စိတ်ကူးယဉ်အပိုမက်၊ မွော်လင့်ချက် သို့မဟုတ် စွဲလမ်းယဉ်ကြည်ချက်တစ်ခုခုနှင့် နှီးနှံယ်ဆက်စပ်နေနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုတ်ခေါင်းထဲမှာ ထင်ရှားစွဲကျွန်ုတ်တာတစ်ခုကိုပဲ နမူနာ အဖြစ် ပြပါမည်။

တင်နက်ဆီပြည်နယ်မှ ကုမ္ပဏီတစ်ခု၏ အရောင်းကိုယ်စားလှယ် တစ်ယောက် ရှိကာရိုကိုလမ်းကြောင်ရင်း သူတို့ထံမှ အသစ်တစ်သတ် ထုတ်လုပ်သည့်ကော့စက်တစ်ခုလှကုန်ပစ္စည်းစုံတွေ ကြော်လာရောင်းချရာ၊ ကျွန်ုတ်ဆိုင်များအတွက် အတန်အသင့်မှာလိုက်သည်။ ငင်းကိုယ်စားလှယ်ပုဂ္ဂိုလ်က နယူးယောက်သို့ဆက်သွားပြီး ရောင်းချရာ အဲသည်တွင် အမှာစာကြီးကြီးနှစ်ခု ရလာခဲ့သည်။ တင်နက်ဆီသို့ပြန်ရောက်သောအခါ ငင်းပုဂ္ဂိုလ်က နယူးယောက်ကို အာရုံစိုက်ကာ ကျွန်ုတ်အမှာစာ သေးသေးကို အရေးမလုပ်ဘဲ နေသည်။ ရက်ချိန်း သေသေချာချာ ပေးထားပြီး ဖြစ်လျက်နှင့် ကတိမတည်တော့။

ကျွန်တော်မှာက သူ့ကတိစကားကို ယုံကြည်ကာ စတိုးဆိုင်
များတွင် သူတို့ပစ္စည်းများ ခင်းကျင်းရန် နေရာများပင် အသင့်
ပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်နေပြီ။ သို့သော် သူ့ကို ဖုန်းဆက်သည့်အခါတိုင်း
သူ့ထံမှ ရေရှေရာရာမကြားရ။

သို့နှင့် ကျွန်တော်စဉ်းစားသည်။ သည်လူကိုသူ့ကတိအတိုင်း
လုပ်လာအောင် တွန်းအားပေးဖို့ နည်းလမ်းရှာရမည်။ ဘာတွေ
ပြောရင် သူ လူပ်ရားလာမည်လ...။ အဖြေတစ်ခု ခေါင်းထဲ လင်း
ခနဲပေါ်လာသည်။ ‘ဂုဏ်သိက္ခာ’။ ဂုဏ်သိက္ခာဟူသည်က တောင်
ပိုင်းသားအဖို့ အတော်ကြီးမားသော စကားတစ်လုံးဖြစ်သည်။

နောက်တစ်ကြိမ် သူ့ထံ ဖုန်းဆက်သည့်အခါ ကျွန်တော်
တွေားစကား မပြောတော့။

‘ဟေ့လူ၊ ခင်ဗျားလဲ တောင်ပိုင်းသား၊ ကျွန်တော်လဲ တောင်
ပိုင်းသားပဲ၊ ခင်ဗျားနဲ့ အလားတူပစ္စည်းမျိုးတွေ ဟိုးပြည်ပကပါ
ပို့ချင်လို့ ကမ်းလှမ်းနေကြတာ အမြောက်အမြားပဲ၊ အဲဒီကြားထဲ
က ကျွန်တော်က တောင်ပိုင်းသားကုမ္ပဏီကပစ္စည်း ဆိုပြီး တမင်
တကာ ဝယ်ခဲ့တာ၊ ကျွန်တော်ပြောမယ်၊ ကျွန်တော်တောင်ပိုင်း
မှာ နေစဉ်တုန်းကလဲ ဘယ်လူဖြူကမှတော့ လူမည်းတွေကို သိပ်
တာဝန်ခဲဲလေ့ မရှိပါဘူး၊ ဒါပေမဲ့ ပေးသမျှ ကတိကိုတော့ အမြှု
တည်ကြတယ်ဗျာ၊ ယုံကြည်စိတ်ချလို့ ရတယ်၊ အခု ကျွန်တော်
တောင်ပိုင်းက ထွက်လာတာ နှစ်ပေါင်းငွေ ကျော်ကျော်လောက်
ရှိသွားပြီ၊ ဒီအတောအတွင်းမှာ ခင်ဗျားတို့လူဖြူ။ တွေ အဲဒီလောက်
အထိ ပြောင်းလဲသွားကြသလားဗျာ’

ဂုဏ်တင်းတင်းသာလုပ်ပါ

တစ်ခါက ကျွန်တော်မှာ အတော်စွဲနဲ့စားဆုံးဖြတ်ရမည့် ကိစ္စ တစ်ခု ကြိုတော့ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ဆီ ကျွန်တော်သွားသည်။ မိတ်ဆွေက ကျွန်တော့ထက် အသက်အတော်ကြီးသည်။ ဉာဏ် အမြော်အမြင်လည်း အများကြီးပိုရှိသည်။

‘ကိုယ်နိုင်မယ်လို့ စိတ်ထဲ သေချာရင်တော့လဲ ကျွန်တော် လုပ်ပစ်လိုက်ပြီဗျာ၊ ဒါပေမဲ့ ...’ စိတ်မချမ်းသာသည့် အမူအရာ နှင့် ကျွန်တော်ပြောတော့ သူ ကျွန်တော့ကို စိုက်ကြည့်နေသည်။ အတန်ကြာမှ စက္ကာ၍ လေးတစ်စုံမှာ စာ လေးငါးဆယ်လုံးလောက် ရေးပြီး ကျွန်တော့ဘက် တွန်းပို့ပေးသည်။

သူ ရေးပေးသည့် စာကြောင်းလေးက ကျွန်တော့ဘဝ တစ် သက်တာမှာ ကြားနာခဲ့ရသမျှထဲတွင် အကောင်းဆုံးသိဝါဒစကား တစ်ခွန်း ဖြစ်ချေသည်။

* မူရင်း။ ။ Arthur Gordon ၏ The Best Advice I Ever Had

‘ရဲရဲတင်းတင်းသာလုပ်ပါ။ ကြီးမားတဲ့အင်အားတွေ ပိုင်းဝန်းကျည်းလာပါလိမ့်မယ်’ တဲ့။

ကျွန်တော်မိတ်ဆွဲကြီးရေးပေးလိုက်သည့် သည်စကားစုလေး သည် ဘက်ဆီလ်ကင်း (Basil King) ၏ ကြောက်စိတ်ကို အောင်နိုင်ခြင်း (Conquest of Fear) စာအုပ်ထဲမှ ကောက် နှုတ်ထားခြင်းဖြစ်ကြောင်း နောက်၌ ကျွန်တော် သိရှိရပါသည်။ သည်စကားစုကြောင့် ကျွန်တော် ဟိုတုန်းက တချို့ကိစ္စတွေမှာ ဖြစ်သင့်သလောက် မဖြစ်ခဲ့ မအောင်မြင်ခဲ့တာတွေသည် ဘာ ကြောင့်ပဲ ဆိုတာ ကျွန်တော်မြင်လာသည်။ အဲသည်အကြိမ်တွေ တုန်းက ကျွန်တော်ကြီးစားပါလျက် အောင်မြင်မှုမရခဲ့တာမဟုတ်။ မအောင်မြင်မှာ ကြောက်သည့်စိတ်က မကြိုးစားဖြစ်အောင် တားဆီးတာကို ကျွန်တော်ဖြုံမဲ့နေခဲ့သောကြောင့်သာ ဖြစ်သည်။ လူမှာ ရှိသည့် လူပ်ရှားခံစားစိတ်များထဲတွင် ကြောက်စိတ်လောက် လူကို အားယုတ်ဆုတ်ဆိုင်းသွားစေသောအရာ မရှိပေ။ ကြောက် စိတ် လွမ်းမိုးလာပြီဆိုလျှင် ရှတ်တရက် အကြောတွေ သေသလို မလျှပ်နိုင် မရှားနိုင်ဖြစ်မည်။ စဉ်းစားညာက်များ စိတ်အလိုအနှစ် များလည်း ထံ့ထိုင်းပျက်ပြုယ်သွားလိမ့်မည်။

တစ်ဖက်မှာလည်း

ကျွန်တော် အချိန်အခိုက်အတန်တစ်ခုအဖို့ သတ္တိတွေ ကောင်းနေခဲ့၍ဖြစ်စေ၊ မညှာတာသောကံအကြောင်းတရားက အတင်း တွန်းချုပ်ဖြစ်စေ ရေနက်ထဲ ခန်းဆင်းကူးခတ်ဖြစ်ခဲ့သည် အကြိမ် တွေ ရှိခဲ့သည်။ အဲသည်အကြိမ်တိုင်းမှာပင် နောက်ဆုံးတော့ ခြေ

အထောက် မီသည့်နေရာအထိ ရောက်အောင် ကူးခတ်နိုင်ခဲ့စမြဲ
ဆိုတာ ကျွန်တော်ပြန်မြင်မိသည်။

မှန်သည်။

‘ရဲရဲတင်းတင်းသာ လုပ်ပါ’ တဲ့။ အကြံပေးစကားက ဆို
သည်။

မိုက်မိုက်မဲမဲ ဆင်ကန်းတော့တိုး လုပ်ဖို့ တိုက်တွန်းခြင်း
မဟုတ်ပါ။ ရဲတင်းခြင်းဟူသည် မိမိသက်သက်သာသာ နိုင်နိုင်
နှင့်နှင့် ရှိသည့် အတိုင်းအတာထက် ပိုကြီးသော အလုပ်တစ်စုံ
တစ်ရာကို သေသေချာချာချင့်တွက်ပိုင်းဖြတ်ပြီး ထလုပ်ခြင်းမျိုး
ဖြစ်သည်။ သည်လိုလုပ်သည့်အခါမျိုးမှာ ပေါ်ပေါက်လာမည့်၊
အထက်က ဆိုခဲ့သည့် ဂိုင်းဝန်းကျည်မည့် အင်အားစုများ ဟူသည်
ကလည်း ထူးထူးခြားခြား အဆန်းတကြယ်များတော့ မဟုတ်။
ကျွန်တော်တို့အားလုံးမှာ ရှိနေသည့် ကိုယ်စိတ်အင်အားများ၊ ပညာ
ရပ် ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှု၊ ပိုင်းခြားဝေဖန်တတ်မှု၊ တီထွင်ကြံဆ
တတ်မှု စသည်များ ဖြစ်သည်။ သည်စွမ်းအားတွေ့သည် သို့ရှိက်
ငုပ်လျှိုး၍ နေတတ်သည့်ဖြစ်ရာ သာမန်အခြေတွင် ကျွန်တော်တို့
ဘာသာ ပြည့်ပြည့်ဝဝ မသိရှိ မသုံးစွဲမိကြ။ စင်စစ် လူတိုင်း မိမိ
ဘာသာ အလွယ်တကူ ချင့်တွက်ခန့်မှန်းနိုင်သည် ထင်ရသည့်
ကာယအင်အားနှင့် ခံနိုင်စွမ်းရည်တို့ပင် တကယ်အရေးကြံ့လာ
သည့်အခါ၌ ကျွန်တော်တို့ ထင်ကာထက် အဆမတန်ပို၍ ထွက်
ပေါ်လာတတ်သောသဘောရှိသည်။

တစ်စုံတစ်ရာကို ရဲရဲတင်းတင်း ထလုပ်လိုက်သည့်အခါ လျှော့

အရေးပေါ်အနေအထား ကြိုရသလိုဖြစ်ကာ ကိုယ်တွင်းယန္တ ရားများက ယင်းနှင့်လျော်ညီစွာ တုံ့ပြန်လှပ်ရားလာကြသည့်သဘော ဖြစ်သည်။

နာမည်ကျော်တောင်တက်သမားတစ်ဦးပြောတာ ကျွန်တော် တစ်ခါက ကြားရဖူးသည်။ တစ်ခါတစ်ရုံး တောင်တက်သူတို့ သည် မိမိကိုယ်ကို မိမိနောက်ပြန်ဆုတ်၍ မရသည့် နေရာတစ်ခုသို့ အရောက်ပို့တတ်ကြသည်။ တဲ့။ သည်နေရာရောက်လျှင် အောက် ပြန်ဆင်း၍ မရ၊ အထက်သာ ဆက်တက်ပေတော့၊ ဆိုသော နေရာမျိုး။ သူကိုယ်တိုင်လည်း တစ်ခါတစ်ရုံး အဲသည်အတိုင်း လုပ်တတ်သည်။ တဲ့။ ‘အထက်တက်တာကလွှဲလို့ တဗြားဘာမှ လုပ်လို့မရဘူး ဆိုတဲ့နောက်တော့ ခင်ဗျားတက်ပြီပေါ့ဗျာ’ တဲ့။ သူက ဆိုလေသည်။

သည်သဘောတရားက တောင်တက်ခြင်းလို ထူးထူးခြားခြား ကိစ္စမျိုး၌သာမဟုတ်၊ ပုံမှန် လူမှုဘဝထဲမှာ မကြာခဏ ကြိုတွေ၊ ကြရသည့် ဥပမာ၊ မြို့ပြရပ်စွာ ကော်မတီတစ်ခုခုမှာ ဥက္ကဋ္ဌနေရာ ကို လက်ခံလိုက်ခြင်းမျိုး၊ အလုပ်ခွင့်၌ ပို၍အရေးကြီးသော နေရာ ဌာနတစ်ခုကို တာဝန်ယူလိုက်ခြင်းမျိုး၊ စသည့် အနေအထားမျိုး များ၌လည်း အကျိုးဝင်သည်။ အကြောင်းမူ၊ ယင်းရာထူးတာဝန် ကို လက်ခံလိုက်ပြီဆိုသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ကျော်ဆောင် သင် ဆောင်ရွက်ရတော့မည်။ မလုပ်နိုင်လျှင် သွားပြီ။ ဆိုသော်၊ ကိုယ် ကသာ ဆိုးဆိုးတိုးတိုးကြီး အရည်အချင်းညံ့ဖျင်းနေသူမဟုတ်ဘူး ဆိုက မလုပ်နိုင်စရာအကြောင်းမရှိ။ ကိုယ့်မှာရှိသည့် သိက္ခာမာနာ။

တာဝန်သိစိတ်၊ အနိုင်မခံ အရှုံးမပေးစိတ် စသည်တိုက သည်
လုပ်ငန်းတာဝန်ကို အောင်မြင်ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်
ရန် တွန်းပို့မောင်းနှင့်သွားမည်ဖြစ်သည်။

အထက်ဖြူဆိုခဲ့သည့် ‘ကြီးမားသော အင်အားတွေ’ ဟူသည်
အကောင်အထည် ကိုင်တွယ်ရှုမပြနိုင်သည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အင်
အားများပဲဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် အကောင်ဖြပ် ပြနိုင်သည့် ရပ်
ပိုင်းဆိုင်ရာ အင်အားများထက် သူတို့က ပို့ရှုအရေးပါသည်ဟု
ဆိုချင်သည်။

ဆိုပါစို့။ ကန္တဝင်ထဲမှာပါသည့်၊ လူငယ်လေး ဒေးဗစ်က
လူ၊ ဘီလူးကြီး ဂိုလိုင်းယက်(သ)အား အနိုင်ယူခဲ့သည့်ပွဲတွင်၊
အပေါ်ယံအားဖြင့်ကြည့်ကာ၊ ဒေးဗစ်၏ လောက်လွှဲထဲမှ အရှိန်နှင့်
ပြီးထွက်သွားသော ကျောက်ခဲ့သည် ဂိုလိုင်းယက်(သ)၏ နဖူးကို
တည့်တည့်မှန်သဖြင့် လွယ်ကူလျင်မြန်စွာ ဒေးဗစ်အနိုင်ရသွားခြင်း
ဖြစ်သည်ဟု မြင်စရာရှိ၏။ သို့သော် သေသေချာချာစဉ်းစားလျင်
မှာ လောက်လွှဲထဲ ထည့်ပစ်မည့် ကျောက်ခဲငါးလုံးမျှဖြင့် ဂိုလိုင်း
ယက်(သ)ကိုရင်ဆိုင်ရဲခဲ့သည့် ဒေးဗစ်၏ သတ္တိသည်သာ အောင်
ပဲ ရရှိစေမည့် ပင်မအရင်းခံအချက်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရမည် ဖြစ်
သည်။

စင်စစ်၊ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားနှင့် ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအင်အားတို့ တွဲ
ပက်ဖြစ်ပေါ်တတ်သော သဘောလည်း ရှိပါသည်။ ကောလိပ်
ဆောင်းမှာတုန်းက ကျွန်ုတော့ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်သည်

ဘောလုံးကစားရာ၌ အလွန်ထူးချွန်သည်။ (အတင်း တွန်းထိုး လုယက်ရသည့် အမေရိကန်ဘောလုံးကစားနည်းကို ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။) လူက သူများနှင့် ယူဉ်လိုက်တော့ အကောင်သေး သေး ဗလံလေး။ သို့သော် သူကဗာင် ပို၍ အကြမ်းပတမ်းခံသည်။ သူ့ထက် လူကောင်ကြီးသူများကြား တရာ့ကြမ်းဝင်ထွက်လုယက် ကစားပြီး တစ်ခါမှုလည်း ထိခိုက်နာကျင်ပုံမရသော သူ့ကိုအဲသု မိသူတစ်ယောက်က မေးကြည့်သည့်အခါ သူငယ်ချင်းက၊ ‘ကျွန်ုတ် တော်ငယ်ငယ်တုန်းက ရိုးရိုးကွင်းမှာ အလွတ်ကစားကြတဲ့အခါ သိပ်ကြောက်တတ်တာ၊ ကြောက်ကြောက်နဲ့ ကစားနေရင်းတစ်ပွဲ ကျတော့ တစ်ဖက်က ကစားသမားထွားထွားကြီးတစ်ယောက် နဲ့ ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်တွေ့တယ်၊ ကျွန်ုတ်နောက်နားမှာ ကျွန်ုတ်တို့ ရိုးစည်း၊ ရှေ့မှာ ဒီကောင်ကြီး၊ ကာကွယ်ဖို့ ကျွန်ုတ် တစ်ယောက်တည်းပဲ ရှိတယ်၊ ကြည့်လိုက်တော့ ဒီကောင်ကြီးက ဧရာမ ဗလံကြီး၊ ကျွန်ုတ်ကြောက်ကြောက်နဲ့ မျက်စိကို စုံမြှတ်ပြီး တစ်ကိုယ်လုံး အားနဲ့ ပစ်တိုက်တာ၊ ကြောက်ကန်ကန်တဲ့ ကျည်ဆန်ဆိုတာမျိုး ဖြစ်သွားတာပေါ့များ ဗလံကြီး တုံးခနဲ့လဲပြီး သတိကို မေ့သွားတာ၊ အဲဒီမှာ ကျွန်ုတ်ကောင်းကောင်း သဘောပေါက်လိုက်တယ်၊ ကိုယ့်ထက် ဗလံကြီးတဲ့ တစ်ဖက် ကစားသမားတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါ မျိုးမှာ ကိုယ်က ပိုပြီး ရဲ့တင်းတင်း ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်းကစားလေ ကိုယ် အနာသက် သာလေပဲ ဆိုတဲ့အချက်။ ဒါလဲ တကယ်တော့ အဆန်းမဟုတ် ပါဘူး၊ ရုပေြောမှာ ရှိတယ်မဟုတ်လား၊ ဖြုပ်ထုရယ် အလျင်ရယ်

ပြောက်ရင် အဟုန်ရတယ်ဆိုတာ။ နဂိုထက် အများကြီး ပိုကြီး မားတဲ့ အား ဖြစ်ပေါ်လာတာပေါ့၊

ရဲရဲတင်းတင်းလုပ်သူအား ရုပေါ်ဒဏ်က ရွှေလျားခြင်းဆိုင် ရာ နိယာမများကပင် အထောက်အကူပြုလာသည့် သဘောပင်။

မိမိမှာရှိသည့် စွမ်းအားများကို အစွမ်းကုန် အဆင့်၊ အမြင့်ဆုံး အဆင့်ထိ မြှင့်တင်သုံးစွဲတတ်သည့် စိတ်ဓာတ်မျိုးကို နေ့ချင်း သူချင်းတော့ မရနိုင်ပါ။ သို့သော် သည်စိတ်ဓာတ် သည်အလေ့ အထမျိုး ကိန်းအောင်းလာအောင် ကလေးများအား လေ့ကျင့် သင်ကြားပေး၍ ရသည်။ လူကြီးများလည်း မိမိတို့ဘာသာ မွေးမြှာဖြည့်ဆည်းယူက ရနိုင်သည်။ မိမိကိုယ်ကိုယ်ကြည်မှုဟူသည် တဖြည့်းဖြည့်းစုစည်းဖြစ်တည်လာသောအရာမျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။

မိမိလက်ရှိလုပ်ကိုင်နိုင်သည့် အတိုင်းအတာထက်ပို၍ ဆွဲဆန့် တိုးချဲ့လုပ်ကိုင်ကြည့်ရှု၌ တစ်ခါတလေအဆင်မပြော မအောင် မြင်မှုများ စိတ်ပျက်အားလျော့စရာများလည်း တွေ့ရနိုင်ပါသည်။ အကြောင်းက၊ ရဲရင့်စုံစားမှုသက်သက်ဖြင့် နေရာတကာ အောင် မြင်မှု မရနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် တစ်စုံတစ်ရာ ကိုကြီးစားကြည့်ပြီး မအောင်မြင်ခဲ့သာပုဂ္ဂိုလ်သည် ဘာတစ်ခုမှ ကြိုးစားမကြည့်ဘူးဘဲ ‘မအောင်မြင်တဲ့အလုပ် ငါမလုပ်ဘူး’ ပြော အနူသူထက်တော့ အများကြီး သာပေသည်။

လုပ်ငန်းလောက်၌ အောင်မြင်ထင်ရှားနေ၏ ပုဂ္ဂိုလ်များ ကိုကြည့်လျှင် မိမိကိုယ်ကိုယ်ကြည်မှုရှိသူ၊ ပြတ်ပြတ်သားသား ဆုံးဖြတ်၍ ရဲရဲတင်းတင်းလုပ်တတ်သူတွေသာ များကြောင်း တွေ့

ရမည်ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်အလုပ်အတူတဲ့လုပ်ခဲ့ဖူးသည့် လုပ်ငန်း
အကြီးအကဲများအနက် အထူးဆုံး အထက်မြက်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဆိုလျင်၊
ဆုံးဖြတ်ချက် အလွန်မြန်သူဖြစ်သည်။ လက်တန်းနီးပါး ဆုံးဖြတ်
ချက်တွေ ချပေးတတ်သည်။ ‘မြန်မြန်လုပ်တော့ များစရာရှိလဲ
မြန်မြန်များတာပေါ့ကွာ၊’ သူဆိုလေ့ရှိသည်။

တစ်ခါတော့ လူတစ်ယောက်က သူအား မေးသည်။ ‘ခင်ဗျား
က ‘မခုန်ခင် အရင်ကြည့်’ ဆိုတဲ့စကား လက်မခံဘူးလား’ဟူ၍။

‘ဟုတ်တယ်၊ ကျွန်တော် လက်မခံဘူး’၊ သူက မဆိုင်းမတွေ
ဖြေသည်။ ‘ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဲဒီစကားပုံအတိုင်း မခုန်
သေးဘဲ ကြည့်နေတဲ့အခါကျတော့ ကြည့်တာ နည်းနည်းလေး
ကြောသွားရင် ခင်ဗျားမခုန်ဖြစ်တော့ဘူးပြု၊’ သူက ဆိုလေသည်။

စင်စစ်၊ စွန်းစားလုပ်ကိုင်ရမှာကို ဝန်မလေးခြင်း၊ မည်သည့်
ပြဿနာအက်အခဲမျိုးဖြစ်စေ မိမိရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်ရမည်ဟု
စိတ်ချယ်ကြည့်ခြင်း စတာတွေသည် ကျွန်တော်တို့လူမျိုး၏ စလေး
စရိတ်ထဲတွင် ကိန်းအောင်းတည်ရှိပြီး အရည်အချင်းများ ဖြစ်ပါ
သည်။ သို့သော် ယခုအခါမှာတော့ အဲသည်စိတ်ဓာတ် အဲသည်
အရည်အချင်းတွေ လျော့ပါးပျောက်ကွယ်သလို ဖြစ်နေသည်။
သည်ကိစ္စနှင့် စပ်လျဉ်း၍ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်များက၊ ‘အပြည့်စုစုအခါ
တွင် ရှိသမျှအစွမ်းအစဖြင့် မတွန့်မဆုတ် အားထုတ်ကြီးပမ်းကြ
ပြီး၊ ပြည့်စုစုလာသည့်အခါ၌ ထိခိုက်လျော့ပါးမှာကို ကြောက်သော
စိတ်က လွှမ်းမှုးထိန်းချုပ်လာသည့်သဘောဖြစ်သည်’ ဟူ၍ ရမြင်
သုံးသပ်ကြသည်။

ကျွန်တော်ကတော့ သဘောမတူချင်။ လူဆိုသည်မှာ နောက်
ထပ် နောက်ထပ် အသစ်အသစ်တွေ တိုးတက်အောင်နိုင်ချင်တတ်
သော သဘောရှိသည်ဟု ကျွန်တော်မြင်သည်။ ကျွန်တော် ငယ်
စဉ်က ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသို့ ပြင်ပမှုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ယောက်
အလည်အပတ်ရောက်ရှိခဲ့ဖူးသည်။ အဲသည်တုန်းက ကျောင်းက
မေတ္တာရပ်ခံသဖြင့် ကျွန်တော်တို့အား သူ၏၍ ဝါဒစကား အနည်း
ငယ် ပြောကြားခဲ့ပါသည်။ ငှင့်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးမှာ ဘယ်သူဘယ်ဝါ
ဟူ၍ ယခု ကျွန်တော်မမှတ်မိတော့ပါ။ သို့သော သူပြောကြားခဲ့
သည့် စကားများကမူ ယနေ့တိုင် ကျွန်တော့နားထဲ စွဲနေဆဲ ဖြစ်
သည်။

သူပြောကြားခဲ့သည်က၊

‘ကိုယ့်ဘဝကို ကိုယ်မြတ်နီးပါ၊ သည်ဘဝရရှိလာခြင်း
အတွက် အမြှောင်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်ပါ၊ ဘဝ၌ကြိုတွေရမြို့ဖြစ်
သည့် အခက်အခဲများ၊ မလွှယ်ကူသောအခြင်းအရာ အနေအထား
များကို တိမ်းရောင်လွှဲဖယ်မှုမပြုခြင်းအားဖြင့် သည်ဘဝကို နှစ်
သက်လက်ခံကြောင့် ပြသပါ၊ ပြီးလျှင် မိမိ၏ အရည်အချင်း
အစွမ်းအစများကို နိဂုံရှိတာထက်ပင် နည်းနည်းပို၍ တိုးမြှင့်သုံးစွဲ
ကြည့်ပါ၊ ကိုယ့်အစွမ်းအစတွေသည် ကိုယ်ထင်ထားတာထက်
အများကြီးပို၍ကြီးမှားသည်ဆိုတာ တွေ့လာရလိမ့်မည်။’ဟူ၍
ဖြစ်ပါသည်။



ဥက္ကာလောင်းရုပ်င့် ဖြူးပါ *

လွန်ခဲ့သော အနှစ် ၂၀ ခန်းက ကြိုခဲ့ရုပ္ပါးသည့် ထူးခြားသော ပရီလ်တစ်ယောက်အကြောင်း အမြဲအမှတ်ရသည်။

ပူအိုက်သော နေ့လယ်ခင်း၊ နယူးယောက်မြို့တော်မှာ။ နေရ ထိုင်ရတာ မသက်သာသဖြင့် လူတွေစိတ်လက်မကြည်လင်ကြ။

ကျွန်ုတ်က တည်းခိုရာဟိုတယ်သို့သွားရန် ဘတ်စကား တစ်စီးပေါ် တက်သည်။ လူလတ်ပိုင်းအရွယ် ယာဉ်မောင်းသူက သွက်လက်ခွင့်ပျော့ဆီးကြိုနှုတ်ဆက်သည်။

ကျွန်ုတ်မှသာ မဟုတ်။ သူက ကားပေါ်တက်လာသည့် ခရီးသည်မှန်သူ့ကိုသင့်တင့်လျောက်ပတ်သော ပဋိသန္ဓာရစကား ပြောကာ ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်နေခြင်းဖြစ်သည်။

ကားက ယာဉ်အသွားအလာ ထူထပ်သည့် မြို့တွင်းတစ်

* မူရင်း။ · · Daniel Goleman ၏ What's Your Emotional I.Q.?

လျောက် လမ်းဆုံတိုင်း ဆိုင်းငဲ့ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း သွားနေရစဉ် ယာဉ်မောင်းသူက ဘားပတ်ဝန်းကျင်အကြောင်းကို မပြတ် ပြော ဆိုလာသည်။ ဟာ၊ အဲဒီစတိုးဆိုင် သိပ်ရောင်းကောင်းတာဗျာ၊ ...ဒီပြတိုက်မှာ အခုပြနေတဲ့ အစိအစဉ်သစ် သိပ်စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းတယ်ဗျာ၊ ...အဲဒီဟိုဘက်နားလေးမှာ မကြာခင်ကမှ ရပ်ရှင်ရုံအသစ်တစ်ခု ဖွင့်တယ်ဗျာ၊ ...စသဖြင့်။

ကားပေါ်တက်စဉ်က သုန္ဓသုန္ဓမှန်မှန်မျက်နှာပေးနှင့် တက်လာ ကြသည့် ခရီးသည့်များသည် ဆိုင်ရာ မှတ်တိုင်အသီးသီး ရောက် ၍၊ ကားပေါ်က ဆင်းကြသည့်အချိန်၏ တက်တုန်းကနှင့် မတူ၊ ကြည်လင်သောမျက်နှာနှင့် ဖြစ်သွားကြသည်။

ယာဉ်မောင်းသူက သည်မျှနှင့် မပြီးသေး။ အောက်ဘက် ဆင်းသွားသူကိုပါ လုမ်း၍ နှုတ်ဆက်စကား ပြောလိုက်သေးရာ ခရီးသည်လည်း ပလက်ဖောင်းပေါ်မှ ပြန်၍ပြီးပြန္တ်ဆက်ရလေသည်။

ကျွန်တော်သဘောကျသွားသည်။

တကယ်တော်တဲ့လူပဲ၊ သူ့အလုပ်ကို တကယ်အကောင်းဆုံးဆောင်ရွက်နေတာပဲဟု မှတ်ချက်ချမှတ်သည်။

သည်လူနှင့် ယူဉ်၍ နောက်တစ်ယောက်အကြောင်း ပြောလို သည်။

ကျဆင်အမည်ရှိလူငယ်တစ်ယောက်။ ဖလော်ရှိဒါရို အထက် တန်းကျောင်းတစ်ကျောင်းမှာ ပညာသင်ကြားနေသူ။ ဘာသာတိုင်း အမြဲ အမှတ်ကောင်းကောင်းရသူ။ သည်ကျောင်းပြီးလျှင် ဟားဗတ် ဆေးတက္ကသိုလ်သို့တက်ရန် ရည်မှန်းထားသူ။

အဲသည်တစ်နေ့ ရုပ်ဖော်သာသာအတွက် အတန်းတွင်း စစ်ဆေးမှုတစ်ခုမှာ ဆရာက သူ့အား ခါတိုင်းရနေကျ အမှတ်ထက် လျှော့၍ပေးတော့ ဂျေဆင် အကြီးအကျယ်မခံမရပ်နိုင် ဖြစ်သည်။ သည်ဟာလေးတစ်ခုနှင့်ပင် သူ၊ ရည်မှန်းချက်တွေအားလုံး ပျက်သွားသလို ခံစားကာ စားမြှောင်တစ်လက်နှင့် ကျောင်းသို့ သွားသည်။ ကျောင်းမှာ ရန်းရင်းဆန်ခတ်ဖြစ်ပြီး ဆရာပခံးကို စားထိသွားသည်။

ဉာဏ်ရည်ထက်သည် စာတော်သည်ဆိုသော လူငယ်တစ်ယောက် ဘာကြောင့် သည်လောက် အစဉ်းစားအဆင်ခြင်းမဲ့စွာ ပြုမှုခဲ့ရသနည်း။

အဖြေက ရှင်းသည်။ ဉာဏ်ကောင်းရုံ၊ ဉာဏ်ရည် အဆင့် (Intelligence Quotient) (I.Q.) မြင့်ရုံသက်သက်ဖြင့် လောက်ကြီးထဲမှာ အောင်မြင်မှုမရနိုင်ကြောင်း ပြသလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ လူတစ်ယောက် ဘဝအောင်မြင်မှု ရမရဟုသည် ဉာဏ်ရည် (I.Q.) ပေါ်တွင် ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းမျှသာ မူတည်ကြောင်း ယနေ့စေတ် စိတ်ပညာသုတေသနတို့ လက်ခံထားကြပြီး ဖြစ်သည်။ ဘဝအောင်မြင်မှုအတွက် ၈၀ ရာခိုင်နှုန်း အဆုံးအဖြတ်ပြုမည့် တဗြားအကြောင်းအချက်များထဲတွင် အရေးပါသည့် အရာတစ်ခုက စိတ်ဓတ်ရရှင်ကျက်မှုစွမ်းရည် သို့မဟုတ် စိတ်ဓတ်ရေးရာ ဉာဏ်ရည်ဟု ဆိုရမည့် emotional intelligence (တစ်နည်းအားဖြင့် Emotional I.Q.) ဖြစ်သည်။

စိတ်တည်ပြုမှုရင်ကျက်သူ သို့မဟုတ် စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ဉာဏ်ရည်မြင့်မားသူတစ်ဦးဖြစ်ရန်အတွက် လိုအပ်သည့် အဓိက အရည်အသွေးများနှင့် ပျိုးထောင်ရန် နည်းလမ်းတချို့ကို ဆော်ပြရသော်။

(၁) မီမံစိတ်ကို စောင့်ကြည့်သတိပြုမိတ်ခြင်း

စိတ်တည်ပြုမှုရေးတွင် အဓိကသော့ချက်တစ်ခုက၊ မီမံစိတ် လျှပ်ရှားမှုဖြစ်ပေါ်သည်နှင့် မရေးမနောင်းပင် ယင်းအား သတိပြု မိန့်ဖြစ်သည်။ ဒေါသစိတ်၊ ကြောက်စိတ်၊ မနာလိုစိတ်များ မီမံ့ုံး ဖြစ်ပေါ်သည်နှင့်၊ ဒါဇားသပဲ၊ ဒါကြောက်စိတ်ပဲ၊ ဒါ ငါမနာလို ဖြစ်မိတာပဲ၊ ဟု၊ သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်သောသူသည် မီမံဘဝ လမ်း ကြောင်းကို တည့်မတ်တည်ပြုမှုအောင် ထိန်းကောင်းနိုင်ပေမည်။

ယင်းသို့ သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်ရန်အတွက်၊ မီမံမှာရှိသည့် မီမံ ကိုယ်တိုင် ကောင်းစွာမသိဘဲ တိတ်တစိုးကိန်းဝပ်နေသည့် စိတ် အစွဲလေးများကို ဖော်ထုတ်သိမြင်တတ်ဖို့ လိုအောင်။ ဥပမာ၊ အချို့ လူများသည် မြှေ့ကို သာမန်ထက် လွန်ကဲစွာ ကြောက်တတ်ကြ ၏။ ဒါကို မီမံဘဝသာ မသိပေ။ အများသူငါ ကြောက်သလောက် ကြောက်သည်ဟုပဲ ထင်၏။ စင်စစ်၊ သူက မြှေ့ကို အကောင်လိုက် အနီးကပ်မြင်တွေ့ရမှ ကြောက်သည်မဟုတ်၊ ရပ်ပုံမြင်ရုံနှင့်ပင် ကြောက်ခြင်းဖြစ်၏။ သူတေသနခန်းတွင် စမ်းသပ်သူက သူ့အား ကိုယ်ပေါ်တွင် ကိုရိုယာများ တပ်ထားပြီး မြှေ့တစ်ကောင်၏။ ရပ်ပုံ ကားချပ်ကိုပြသည်။ ဒါကို ကြည့်ပြီး ကြောက်စိတ်ဖြစ်ပေါ်သလား

မေးသည့်အခါ မဖြစ်ပေါ်ပါဟု သူက ဖြေသည်။ သို့သော် သူ၊ ကိုယ်မှာ တပ်ထားသည့် ကိရိယာကမူ သူ ကြောက်၍ ချွေးစိုသည် ကို သိရှိပြီး ဖြစ်နေသည်။

တစ်ခါတစ်ရုံး သည်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးအား ရပ်ပုံတွေ အများကြီး အလျင်အမြန်ထိုးပြသည်။ မြှေ့ပုံလည်း သည်အထဲမှာ ရိပ်ခနဲတော့ ပါသွားသည်။ သို့သော် အာရုံစိုက်မိလောက်အောင် ကြာကြာမြင် လိုက်ရသည် မဟုတ်။ သို့တိုင် ကိုယ်ပေါ်မှာ တပ်ထားသည့် ကိရိယာက မြှေ့ပုံပါသွားပြီး သည့်နောက် သူ၊ ကိုယ်မှ ချွေးစိမ့်ထွက်လာ တာကို ဖမ်းမြှုပ်လိုက်သည်။

အဲဒါက လူ၏ အတွင်း အနဲ့တွေထဲမှာ ငါပ်လျှိုးနေတတ်သည့် ပုံမှန်ထက်လွန်ကဲသော လူပ်ရှားတုံးပြန်စိတ်တို့၏ သဘောကို ပြောခြင်း ဖြစ်သည်။

မိမိသည် ဘယ်ဟာမျိုးနှင့် ပတ်သက်လျှင် လွန်ကဲစွာ ခံစား တုံးပြန်မိတတ်သည် အကျင့် ရှိသလဲ သိထားက လူမှုဆက်ဆံရေး တွင် လွန်လွန်ကျွံ့ကျွံ့တွေ မဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

တချို့လူက တစ်နေရာမှာ ဆက်ဆံရေးအဆင်မပြတာ၊ ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း ပြောဆိုဆက်ဆံတာ ကြံ့လာခဲ့ရပြီး နောက်တွင် တော်တော်နှင့် စိတ်ဆိုးမပြော၊ ဒါကိုပဲ တန့်န့်ခံစားကာ ဒေါသ ထွက်နေတတ်သည်။ ငါ ဘာကြောင့် သည်ကိစ္စကို သည်လောက် ကြာအောင် စွဲလမ်းနေရသလဲ၊ သည်လောက်ဆိုလျှင် ပြီးသင့် ဆုံးကိုသင့်ပြီးမဟုတ်လားဟု မစဉ်းစားမဆင်ခြင်မိ။ နောက်လူ

တစ်စုံတစ်ယောက်က သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့သတိပေးပြောဆိုတော့မှ မိမိခံစားမှု လွန်ကဲသွားတာကို အဲ ဉ်စွာသတိပြုမိတတ်ကြသည်။ အကယ်၍ မိမိစိတ်ကို မိမိဘာသာ စောင့်ကြည့်တတ်သည့်အလေ့ အထူးမြှုပ်ထားမည့်ဆိုလျှင်မှု၊ လွန်ကဲသော သို့မဟုတ် တိမ်း စောင်းလွှဲချော်သော စိတ်လှပ်ရှားခံစားမှုမျိုး ပေါ်ပေါက်သည့်နှင့် သတိပြုသိမြင်ကာ ဆင်ခြင်ထိန်းသိမ်းနှင့်ပေမည်။

(J) စိတ်ကို ထိန်းကျောင်းပဲပြင်တတ်ခြင်း

စိတ်လှပ်ရှားခံစားတတ်ခြင်းကား လူ့သဘာဝပင် ဖြစ်ပါ၏။ ဝမ်းသာခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်း၊ အားရကျေနပ်ခြင်း၊ စိတ်ပျက်ဒေါသ ထွက်ခြင်း စသည် ခံစားစိတ်များသည် လူ့ဘဝကို ပျင်းရှိ၏။ စွဲယ် မဖြစ်အောင် နှီးဆွဲပေးနေသည့်အရာများ ဖြစ်သကဲ့သို့ လူ တစ်ဦးချင်း၏ စရိတ်သဘာဝကို ပုံဖော်ပေးနေသောလက္ခဏာရပ် များလည်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော သည်စိတ်တွေ မလွန်ကဲအောင် ထိန်းချုပ်ဖို့တော့ လိုပါသည်။

ရုတ်တရက်စိတ်လှပ်ရှားသွားသည့်အခါမျိုးတွင် ကိုယ့်ကို ကိုယ် ထိန်းသိမ်းနှင့်မှု နည်းပါးသွားမြှုဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ၊ ဒေါသ ထွက်ပြီဆိုလျှင် ဒေါသအလျောက် ပြောမိဆိုမိ လုပ်မိတော့မည် ဖြစ်သည်။ အရေးကြီးသည်က အဲသည်ဒေါသကို ဘယ်လောက် မြန်မြန် ပြန်လည်သိမ်းဆည်းနှင့်သလဲ ဆိုတာပဲဖြစ်သည်။

စိတ်ပညာရှင် ခိုင်ယင်းတိုက်(စ)က ယောက်ဗျားမိန်းမ ၄၀၀ ခန့်နှင့် တွေ့ဆုံးကာ၊ လူရှေ့တွင် မဖွင့်ထုတ်သင့်သည့် စိတ်လှပ်

ရှားခံစားမူမျိုးကို သူတို့ဘယ်လိုတိန်းချုပ်သိမ်းဆည်းလေ့ရှိသလဲ
မေးမြန်းကြည့်သည်။ တိုက် (စ) ၏ လေ့လာချက်၊ အခြား စိတ်
ပညာရှင်တို့၏ သုတေသနပြုချက်များမှနေ၍ စိတ်လှပ်ရှားမှု ထိန်း
သိမ်းခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် တန်ဖိုးရှိသော နည်းနာများ ဖော်ထုတ်
ရရှိခဲ့သည်။

လှပ်ရှားစိတ်များအနက် လူတွေ အထိန်းနိုင်ချင်ဆုံး၊ ထိန်း
ချုပ်ရလည်း အခက်ဆုံးက ဒေါသစိတ်ဖြစ်သည်။ ဥပမား လမ်း
မှာ သင် ကားမောင်းသွားစဉ် အခြားကားတစ်စီးက ရှတ်တရက်
ရှုံးက ဖြတ်ဝင်သည့်ဆိုပါစို့။ ဟာ၊ ဘယ်လိုကောင်လဲ၊ ငါတောင်
ဝင်တိုက်တော့မလို့၊ ကြည့်စမ်း၊ ဒီလို့လှပ်ချင်တိုင်းလုပ်တာမျိုးကို
ခွင့်ပြုထားလို့ မဖြစ်ဘူး၊ ဆိုသော အတွေးမျိုးတွေ သင့်ခေါင်းထဲ
ဆက်တိုက်ဝင်လာမည်။ အတွေးက အမျှမှုမပြတ်လေ၊ ဒေါသ ပို
ထွက်လေ။ အဲသည်အခါး၊ သွေးတိုးမည်။ ကိုယ်တိုင်လည်း ချက်
ချင်း ကားမောင်းတာ ရမ်းလာကြမ်းလာမည်။

အဲသည် ဒေါသစိတ်မျိုး ပြောဖောက်အောင် ဘယ်လိုလှပ်မည်
နည်း။

တ ချို့ က၊ ဒေါသ က ကို မြို့မ ထား နှင့်။ ဒေါသ ထွက် ရခြင်း
အကြောင်းရင်းကို ဖော်ထုတ်ဖွင့်ဟလိုက်လျှင် စိတ်ထဲ ရှင်းလင်း
ပြီး ပြောသွားမည်ဟု ဆိုသည်။ သုတေသနများကတော့ လက်မခံ။
ဒေါသကို ဖြဖောက်ရာ၌ အဲဒေါသည် အဆိုးဆုံးနည်းဖြစ်သည်။
ဒေါသဆိုသည်မှာ ဖော်ထုတ်ဖွင့်ချလေ ပို၍ထြွေတိုးပွားလေ ဖြစ်
သည်ဟု သူတို့က ဆိုကြသည်။

တကယ်တမ်း ထိရောက်ကောင်းမွန်သော နည်းလမ်းတစ်ခု၊ ဖြော်တွေးသောနည်း၊ သို့မဟုတ် အပြုသဘောဆောင်သည့် ဘက်က လှည့်တွေးသောနည်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ၊ စောစောက ကားမောင်းသမားကိစ္စ ဆိုပါစို့။ ဘာကောင်လဲကွာင့်ရှုကဖြတ် ဝင်တာဟု စဉ်းစားမည့်အစား၊ ဟာ၊ တော်တော်အလျင်လိုတဲ့လူ ပဲ၊ အေးလေ၊ သူ့မှာလည်း အရေးတကြီးအကြောင်းကိစ္စ ရှိလိုနဲ့ တူပါတယ်၊ ဟု တစ်ဖက်လူနေရာမှုရပ်ကာ ခွင့်လွတ်တွေး တွေး နိုင်ပါသည်။ အဲဒါသည် ဒေါသကို ဌိမ်းအေးစေမည့် အထိရောက် ဆုံး စဉ်းစားနည်းတစ်မျိုး ဖြစ်ကြောင်း တိုက်(စ)က ဆိုပါသည်။

ဒေါသထွက်ကာ စိတ်ထဲ ရှုပ်ထွေးနောက်ကျိုးဖြီး ဘာလုပ်ရ ဘာပြောရမှန်း မသိ ဖြစ်နေသည့် အခါမျိုးတွင် လုပ်သင့်သည့် နောက်ထပ် နည်းလမ်းတစ်ခုက အဲသည်ဝန်းကျင့်မှ ရှောင်ခွာသွား လိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ တချို့က စိတ်ပြောသည်အထိ တစ်ယောက် တည်း ကားလျှောက်မောင်းသည်ဟု ဆိုသည်။ သို့သော်သည်နည်းက ကိုယ်တိုင်အတွက်ရော လမ်းပေါ်ရှိ တခြားသူများအတွက်ပါ အန္တရာယ်များသောနည်း ဖြစ်သည်။ သူ့ထက် အန္တရာယ်ကင်းသေးရှင်းသောနည်းက လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ခပ်ဝေးဝေးလမ်းလျှောက်ထွက်ခြင်းမျိုး။

သို့သော် ဘယ်နည်းကိုပဲ ကျင့်သုံးသည်ဖြစ်စေ၊ သတိထားဖို့ အချက်က အဲဒါတွေ လုပ်နေရင်း ခေါင်းထဲမှာ စောစောက ဒေါသ ကို တန်းနှုန်းပွားမနေဖို့ ဖြစ်သည်။ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ရင်း၊ သို့မဟုတ် လမ်းလျှောက်ရင်း ဒေါသစိတ်ပြောပျောက်ကာ လေ့ကျင့်ခန်းအလုပ်

ထဲ၊ သို့မဟုတ် လမ်းလျောက်သည့် ပတ်ဝန်းကျင်ထဲ အာရုံဝင် သွားအောင် စိတ်ကို လျော့ယူရွှေ့ယူဖို့ လိုပေသည်။

'အထက်က ဆိုခဲ့သည့် ဖြော်တွေးသောနည်း၊ အာရုံပြောင်း သောနည်းတို့ဖြင့် ငော်သစိတ်ကိုသာမက၊ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းခြင်းနှင့် ပူပန်ကြောင့်ကြခြင်းတို့ကိုလည်း ဖြေသိမ့်နိုင်ပါသည်။

သည်နည်းများအပြင် တစ်နေရာတွင် ငြိမ်ငြိမ်သက်သက် ထိုင်ကာ အကြောအခြင်များ ဖြေလျော့ပြီး အသက်ရှာ။ လေ့ကျင့် ခန်းလုပ်ခြင်း၊ တရားထိုင်ခြင်း၊ ဘုရားရှိခိုးခြင်း စသည်တို့ဖြင့် လည်း လွန်ကဲသော လုပ်ရှားစိတ်များကို ထိန်းချုပ်နိုင်ပါသည်။

(၃) မိမိကိုယ်ကို တိုက်တွန်းစွေ့ဆော်ခြင်း

မိမိကိုယ်ကိုယ့်ကြည်စိတ်၊ တစ်စုံတစ်ရာ၌ ထက်သနာင်စားစိတ်၊ ချုပ်ချုပ်ချုပ်ပြုလုပ်လိုသောစိတ် စသည့် အပြုသဘောဆောင် သော တိုက်တွန်းစွေ့ဆော်စိတ်များသည် လောက၌ အောင်မြင်မှ ရရှိစေမည့် အရေးကြီးဆုံး၊ အရာများ ဖြစ်ပါသည်။

အိုလုပစြိုင်ပွဲဝင် အားကစားသမားများ၊ ကမ္မာအဆင့် ဂိုဏ်ပညာရှင်များနှင့် စစ်တုရင် ဂရင်းမာစတာများကို စူးစမ်းလေ့လာ ကြည်သည့်အခါ ငါးတို့၌ မိမိကဏ္ဍနယ်ပယ်တွင် အထူးချွန်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လိုစိတ်များ အလွန်ပြင်းပြထက်သနာကြပြီး၊ ယင်းစိတ်၏ တိုက်တွန်းစွေ့ဆော်မှုကြောင့်ပင် အလွန်ခက်ခဲပင်ပန်းသော လေ့ကျင့်ခန်းများကို စွဲနပဲကြီးစွာ ပြလုပ်နိုင်ကြခြင်းဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

လူ၏ ယင်းသို့သော ထက်သန်ပြင်းပြစိတ်မျိုး ပေါ်ပါက်ရန် အတွက် ခေါင်းထဲတွင် တိကျသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ မြင်ထားဖို့လိုက်၏။ အောင်ပွဲပန်းတိုင်ကို ရှင်းနေအောင်မြင်ကာ၊ ဘယ်ပုံဘယ်နည်း ကြီးစားအားထုတ်ခြင်းအားဖြင့် သည်ပန်းတိုင် သို့ ငါမှုချရောက်ရမည်ဟု စိတ်ချယ်ကြည်သောအခါ အားထုတ်ရန် ပြင်းပြထက်သန်လာပေသည်။

အာမခံကုမ္ပဏီတစ်ခုက အရောင်းကိုယ်စားလှယ်သစ်များ ခန့်အပ်ရန် စစ်ဆေးရွှေးချယ်သည့်အခါ။ ပုံမှန်အရည်အချင်းစစ်ဆေးမှုတစ်ခုအပြင်၊ အကောင်းမြင်စိတ် အဆိုးမြင်စိတ် အနည်း အများတို့ကိုပါ စစ်ဆေးမှုပြုခဲ့သည်။

အမှတ်များ ထွက်လာပြီးသည့်နောက်တွင် စိတ်ပညာရှင် မှ တင်ဆယ်လစ်(g) မန်ကာ၊ အရည်အချင်းစစ်ဆေးပွဲ မအောင်မြင်သူများထဲမှ အကောင်းမြင်စိတ်ရှိမှုဘက်တွင် အမှတ် အများဆုံး ရသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တချို့ကိုပါ အလုပ်ခန့်အပ်ရန် ကုမ္ပဏီအား အကြပ်ခဲ့သည်။

တကယ် လက်တွေ့ အလုပ်လုပ်ကြသည့်အချိန် ၄၄းတို့၏ အောင်မြင်မှု မအောင်မြင်မှုများကို ဆက်လက်အကဲခတ်သည့် အခါ။ အထွေထွေအရည်အချင်းနှင့်သော်လည်း အကောင်းမြင်စိတ် သိပ်မြင့်နေသည့် လူစုံကာ၊ အရည်အချင်းရှိပါလျက် အဆိုးမြင်စိတ် ကဲနေသော လူစုံထက် ပထမနှစ်တွင် ၂၁ ရာခိုင်နှုန်း ပို၍ ရောင်းချက်ပြီး၊ ဒုတိယနှစ်တွင်မူ ၅၇ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ပို၍ ရောင်းချက်ပြု၍ တွေ့ရှိသည်။

အဆိုးမြင်သမားသည် အာမခံထားနိုင်သည် ထင်ရသူတစ်ဦး ထံ သွားကမ်းလျမ်း၍ ထိသူက ပြင်းပယ်လျှင်၊ သည်လူတစ်ယောက် ပြင်းပယ်သည်ဟု သဘောမထား၊ ငါသွားရောင်းရင် ဘယ်သူမှ မဝယ်ကြဘူး၊ ငါကိုယ်က လာဘ်မကောင်းဘူး၊ ဘယ်တော့မှ မအောင်မြင်ဘူး၊ စသဖြင့် တွေးကာ လက်မြှောက်အရှုံးပေးလိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်၏။ အကောင်းမြင်သမားကမူ အဲသည်လို အလွယ်တကူ အားလျော့မသွား။ သည်လူတခြားကိစ္စ အာရုံများနေတဲ့ အခိုန် ငါသွားပြောမိတာပဲ၊ သို့မဟုတ်၊ သည်လူကို ငါ အဲသည်ပုံစံမျိုး သွားပြောမိတာ မှားသွားတယ်၊ အကယ်၍ ဘယ်လိုပုံစံမျိုး သွား ခဲ့မယ်ဆိုရင်၊ ... စသဖြင့်သာ စဉ်းစား၏။ ထို့ကြောင့် သူ့မှာ အရှုံးပေးရန် စိတ်ကူးမပေါ်၊ နောက်တစ်ကြိမ်မှာ အောင်မြင်အောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ ဟူသောအတွေးမျိုးသာ ဖြစ်ပေါ်၏။

လူတစ်ယောက်၌ အကောင်းမြင်စိတ် ကဲခြင်း၊ သို့မဟုတ် အဆိုးမြင်စိတ်ကဲခြင်းတို့သည် မွေးရာပါ သဘာဝလည်း ဖြစ်နိုင် ၏။ သို့သော် မိမိဘာသာ သတိပြုဆင်ခြင်ကာ ထိန်းသိမ်းပြုပြင် မည်ဆိုလျှင် အဆိုးမြင်သမားလည်း အဆိုးဘက် အပျက်ဘက်က တွေးတတ်သည့်အကျင့် လျော့ပါးကာ အကောင်းဘက် အပြုဘက် က တွေးတတ် မြင်တတ်လာနိုင်ပါသည်။

လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန် နည်းလမ်းက ရှုံးဘက်တွင် ဆို ခဲ့သည့် စောင့်ကြည့်ပြုပြင်နည်းပဲ ဖြစ်သည်။

ကိစ္စတစ်ခုနှင့် စပ်လျဉ်း၍ စိတ်အားပျက်သည့်အတွေး၊ ကိုယ့် အတွက် အကျိုးယုတ်လျော့စေမည့် အတွေးများချည်း တွေးနေမိ

ပြီးသည့်နောက် အခိုက်အတန်းတစ်ခု၏ ငါတွေးနေတာ အပျက်
တွေးတွေပဲဟု သတိရသွားလျှင် ကိုယ့်ကိုကိုယ် ထိန်းကာ ကောင်း
သည့်ဘက်သို့ ပြန်လည့်ဆွဲခေါ်နိုင်ပါသည်။

(၄) လတ်တလောဆန္ဒကို ထိန်းချုပ်ခြင်း

စိတ်တည်ပြုခြင်းရင့်ကျက်ခြင်း ဟူသည်က ဘစ်နည်း ပြောရ^၁
သော် ရေရှည်ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်မှုအတွက် လတ်တလော
အလိုဆန္ဒကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းရှိခြင်းဟူလည်း ဆိုနိုင်၏။

စိတ်ပညာရှင် ဝေါ်လတာမစ်ရှုလုံ၏ စမ်းသပ်ချက်မှ ရလဒ်
များကို ကြည့်လျှင် ဘဝအောင်မြင်မှု၏ အဲသည့်စွမ်းရည်၏ အရေး
ပါပိုကို သိနိုင်၏။

ဝေါ်လတာမစ်ရှုလုံက ဘဇ္ဈာဝ် စုနစ်များမှ စတင်ကာ စတင်း
ဖို့ခြင်း တက္ကာသို့လ်ကျောင်းဝင်းအတွင်း မူကြိုကလေးငယ်များအား
စမ်းသပ်မှုတစ်ခု ပြုခဲ့၏။

ကလေးများအား သူတို့ကြိုက်တတ်သော မှန်းကို ပြကာ၊ အခု
လောလောဆယ်စားမည်ဆိုလျှင် တစ်ခုပဲစားရမည်၊ စမ်းသပ်သူ
က ကိစ္စလေးဟစ်ခု ခက်သွားလုပ်သည်ကို စောင့်ဆိုင်းပြီး သူပြန်
ရောက်လာသည့်အခါမှ စားမည်ဆိုလျှင် နှစ်ခုစားရမည် ဟူ၍
ပြောသည့်အခါ၊ ကလေးတချို့က ပြသည့်မှန်းတစ်ခုကို ချက်ချင်း
ယူ၍ စားသည်။ ကျေန်ကလေးများကတော့ သူတို့အတွက် မဆုံး
နိုင်တော့ဟု ထင်ရသည့် မိနစ်နှစ်ဆယ်မျှသော အချိန်ကို အောင့်
အည်းသည်းခံ၍ စောင့်ကြသည်။ တချို့က မှန်းကို မမြင်ရအောင်

မျက်စိကို လက်နှင့်ပိတ်ထားကြသည်။ တချို့က လက်နှစ်ဖက်
ပေါ် ခေါင်းမောက်၍နေသည်။ တချို့က စကားပြောနေသည်။
သီချင်းညည်းသူက ညည်းသည်။ တချို့က ကြိုးစားပြီးအပ်ကည့်
နေသည်။

အဲသည်ကလေးများ မှန်နှစ်ခု စားရသည်။

သို့သော်၊ စမ်းသပ်ချက်က သည်မှာတင် မပြီးပါ။ သည့်ထက်
စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည့်အပိုင်း ရှိပါသေးသည်။ အသက်
င့် နှစ်အချယ်လောက်မှာ ယခုလို စမ်းသပ်မှုပြုခဲ့သည့် ကလေးများ
ကို အချယ်ရောက်စအခိုန်မှာ တစ်ကြိမ်ထပ်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်
ပြန်သည်။

သည်အခါ၍ ငယ်စဉ်က မှန်နှစ်ခုစားရအောင် သည်းခံ စောင့်
ဆိုင်းတတ်ခဲ့သောကလေးများသည် လူရေးလူရှုံးပိုမိုလိမ္မာကြ
၍၊ ရဲဝံယုံကြည်စိတ်လည်း ရှိကာ၊ ပြဿနာအခက်အခဲကြံသည့်
အခါ၍ ပို၍ တည်တည်ပြမ်ပြမ် ဖြေရှင်းနိုင်ကြပောင်း တွေ့ရပြီး၊
လတ်တလောရသည့်မှန်တစ်ခုကို ချက်ချင်းယူစားခဲ့သောကလေး
များမှာ တစ်ဇွဲတ်ထိုးနိုင်သူ၊ ကောင်းစွာမပိုင်းခြားမဝေဖန်တတ်သူ၊
ပြဿနာပေါ်လျှင် ပျောယာခတ်သူလေးများ ဖြစ်လာကြပောင်း
ယော်ယျာ တွေ့ရသည့်ဟု ဆိုသည်။

လတ်တလောဆန္ဒကို ထိန်းချုပ်နိုင်မှစွမ်းရည်ဟူသည်လည်း
လွှဲကျင့်ခြင်းအားဖြင့် တိုးမြင့်လာနိုင်သော ၃၁မျိုးပဲ ဖြစ်ပါ
သည်။

လတ်တလော တစ်စုံတစ်ရာကို လိုချင့်မက်မောမီသည် ဆုံး

ပါစိုး။ ရေရှည်အကျိုးစီးပွားကို မြတ်မြင်ချင့်တွက်ကြည့်ပါ။ ရေရှည်၏ နစ်နာဆုံးရုံးမှုရှိစေမည်ဆိုတာ ထင်ရှားလျှင်၊ လတ်တလော မက်မောစိတ်ကို မျိုးသိပ်ပါ။ သာမန်အားဖြင့် တွေ့ကြံရတတ်သည့် ဝသောခန္ဓာကိုယ်ကို ပိုန်အောင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ ဘွဲ့တစ်ခုရအောင် ကြီးစားခြင်း၊ စသည်တို့ အပါအဝင် ရေရှည်ရည်မှန်းရသည့် မည် သည့် အလုပ်မျိုးကိုမဆို စိတ်ရှည်ရည် မွှေ့ရှိရှိ လုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့် လတ်တလောဆန္ဒကို ထိန်းချုပ်နိုင်သည့်စွမ်းရည်များ တိုးတက် လာနိုင်ပါသည်။

(၅) လူရေးလူရာ၌ လိမ္မာခြင်း

တစ်ဖက်သား၏ ခံစားချက်ကို သိနားလည်တတ်မှုကလည်း အလုပ်ခွင့်၍ဖြစ်စေ၊ ချစ်ရေးချစ်ရာ၌ဖြစ်စေ၊ မိသားစနှင့်ဖြစ်စေ၊ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းနှင့်ဖြစ်စေ ဆက်ဆံရာ၌ ပို၍ အဆင်ပြု ချောမွှဲအောင် အထောက်အကူပြုသည်။

လူအချင်းချင်းဆက်ဆံသည့်နေရာ၌ တစ်ဦးစီ၏ စိတ်အခံလေးများသည် တစ်ဖက်လူတို့ထံ မသိမသာစီ ပါသွားလေ့ရှိသည်။ ပေါ်ပေါ်လွှေလွှေ ပိုပိုသာတော့မဟုတ်၊ သို့သော် တစ်ဖက်လူက ရိပ်မိ ခံစားမိသည်။ ဥပမာ၊ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်၊ ဟူသောစကား တစ်ခွန်းတည်းမှာပင် ပြောသူ၏ လေသံဟန်ပန်ကို လိုက်ကာ၊ သွားတော့ ဆိုသောသဘော၊ အထက်စီးဆက်ဆံသောသဘော၊ သို့မဟုတ် အမှန်တကယ်ကျေးဇူးတင်သောသဘော၊ စသည်များ ပါဝင်သွားတတ်သည်။

သူတစ်ပါးပြောသောစကားနှင့် ဟန်ပန်မူရာများနောက်ကျယ်
၏ ရှိသည့် ဂင်း၏စိတ်သဘောထားမှန်ကို အကဲခတ်တတ် ဖော်
ထုတ်တတ်လာသည့်နှင့်အမျှ၊ သူတစ်ပါးနှင့် ဆက်ဆံရာ၌ မိမိ
ဘက်က အပြောအဆို အမှုအရာ သို့သိပ်ကျစ်လျစ်အောင်လည်း
ဆင်ခြင်ထိန်းသိမ်းနိုင်လာသည်။

လူအများနှင့် ပြပြစ်ချောမွေ့စွာ ဆက်ဆံတတ်သူတို့လောက
၏ ပို၍အောင်မြင်တတ်ကြကြောင်း သက်သေတူရာရောက်သည့်
စူးစမ်းလေ့လာမှုတစ်ခုကို အီလီနိုင်းပြည်နယ်ရှိဘဲလ်သုတေသန
ဌာန၌ စိတ်ပညာရှင် ရောဘတ်ကယ်လီနှင့် ဂျက်နက်ကက်ပလန်
တို့ပြုလုပ်ခဲ့ကြသည်။

ဘဲလ်သုတေသနဌာနတွင် ရှိသည့် အင်ဂျင်နိယာများ သိပုံ
ပညာရှင်များသည် အိုင်ကြားအဆင့် အလွန်မြင့်သည့် ဥာဏ်ရည်
ထိပ်သီးပုဂ္ဂိုလ်များချည်း ဖြစ်သည်။ သို့သော် သည်အထဲတွင်မှ
တချို့က အထူးအောင်မြင်သူများ (၀၀) စတားများ ဖြစ်လာကြပြီး၊
တချို့က မထင်မရှားပင် ရှိနေကြရသည်။

ဥာဏ်ထက်သူချင်း တူပါလျက် ဘာကြောင့် အောင်မြင်မှ
အတိုင်းအဆ ကွာခြားသွားရသလဲ။ စူးစမ်းလေ့လာကြည့်သည့်
အခါ အထူးအောင်မြင်သူများ၌ လုပ်ငန်းကိစ္စအထောက်အကူဗြို့
သည့် အဆက်အသွယ်ကွန်ရက်ကောင်းများ ရှိကြတာ သွားတွေ့
ရသည်။ သိပ်တော်ပြီး မထင်မရှား မအောင်မမြင်ဖြစ်နေသည့်
ပညာရှင်များမှာ သူတို့လုပ်သည့် သုတေသနကိစ္စနှင့် စပ်လျဉ်း
သည့် ပြဿနာအက်အခဲများအတွက် အခြားနှီးနှံယ်ဆက်စပ်

ရာ ပညာရှင်များထံ အကြံ့သာကိုတောင်းခံသည့်အခါမျိုးတွင် ထိထိ ရောက်ရောက် အထောက်အကူးမရ၊ တစ်ခါတစ်ရုံပြန်ကြားချက် ပင် မရသဖြင့် အချိန်ကြန့်ကြာခြင်းသာ အဖတ်တင်လေ့ရှိသော လည်း၊ သူများထက် ထူးထူးခြားခြားအောင်မြင်လေ့ရှိသည်ဆိုသူ များမှာမူ နိဂုံမှုလကတည်းက ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးကောင်းသူ၊ ပညာရှင်လောကတွင် အသိုင်းအပိုင်းကောင်း တည်ဆောက်မိပြီး ခဲ့သူများဖြစ်ရာ၊ အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာပေါ်လျှင် သက်ဆိုင်ရာ ကဏ္ဍအသေးစိတ်နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် အထူးကွဲမ်းကျင်သူ ပညာရှင် မိတ်ဆွေထံ လုမ်းမေးလိုက်သည်နှင့် ချက်ချင်းအဖြေရကာ ကိုယ့် အလုပ်ကို လျင်မြန်စွာ ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ် သည်။

ထို့ကြောင့်။

ထပ်ပြောရသော၊ ဒိုင်ကျူးမည်မှုမြင့်သည်ဖြစ်စေ၊ စိတ်ဓာတ် အဆင့်မမြင့်လျှင် မထွန်းပေါက်မအောင်မြင်နိုင်ပါ။ ထူးချွန်သော သိပ္ပာပညာရှင်ချင်းအတူတူ အောင်မြင်ထင်ရှားသော စူပါစတား ပညာရှင်နှင့် ဌာနပြင်ပမှာ လူသိပ်မသိသည့် မှန်တမ်း ပညာရှင် ဟူ၍ ကွဲပြားသွားရခြင်းမှာ စိတ်ဓာတ်အဆင့်မြင့်ခြင်း နိမ့်ခြင်း (၀၀) ရင့်ကျက်ခြင်း မရင့်ကျက်ခြင်းတို့ပေါ်၍ အများကြီးမှတည် သည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

လူငယ်နှင့် တိုးတက်ပြီးဟူးရေး

ယနေ့ကာလသည် လူငယ်များအတွက် တိုးတက်ကြီးများရန်
အခွင့်အရေးများ ယခင်ကထက် ပို၍ပေးလျက်ရှိသည်။

ကမ္မား၌ သိပ္ပါနှင့်နည်းပညာများသည် လျင်မြန်သောအဟန်
ဖြင့် ပြောင်းလဲတိုးတက်လျက်ရှိသည်။ ထိပ်တန်းသို့ တက်လာ
သော နည်းနာသစ်များသည် ငှင့်တို့နှင့်အတူ လူသစ်များကို ထိပ်
တန်းသို့ ဆွဲခေါ်သွားလေ့ရှိသည်။ နည်းနာသစ်တွေ ဆင့်ကဲဆင့်ကဲ
ထွန်းပေါ်သည့်နှင့်အမျှ ပို၍ငယ်သော ပို၍သစ်သော လူငယ်
လူသစ်တွေ ထိပ်တန်းရောက်၍လာကြသည်။

နောက်တစ်ချက်။ ကမ္မားနိုင်ငံအများအပြား၌ပင် လူမှုစနစ်
တွေ၊ နိုင်ငံရေး စီးပွားရေးစနစ်တွေ ပြောင်းလဲလျက်ရှိသည်။ အ
ပြောင်းအလဲတို့သည် အနေအထားသစ်သို့ ရှတ်တရက်ပြောင်းလဲ
လိုက်ပါနိုင်စမ်း နည်းပါးသော လူဟောင်းလူကြီးများကို ချုန်ရစ်
ကာ အသစ်ကို အလွယ်တကူကောက်ယူနိုင်သော လူငယ်လူသစ်
များအား ခေါ်ငင်လျက်ရှိသည်။

ထိုကြောင့် လူငယ်များအတွက် အခွင့်အရေးတွေ ပိုလာနေ သည်ဟု ဆိုလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။

သို့သော ထိုအတွက်ကြောင့် လူငယ်တိုင်း အလွယ်တကူ ကြီးများကြတော့မည်ဟု၍ကား မှတ်ယူ၍မရ။ အမူမဲ့ အမှတ်မဲ့ ပေါ့ပေါ့တန်တန်သမားများသည် အောက်ခြေမှာပင် ကျင်လည် ရင်းကြီးရင့်အိမင်းသွားကြလိမ့်မည်။ မိမိဘဝကို မိမိတန်ဖိုးထား ကာ၊ သည်ဘဝ တိုးတက်မြင့်မားရေးအတွက် စွမ်းအားရှိသမျှ ဆောင်ရွက်မည်ဟုသော စိတ်ဓာတ်မျိုး မပြတ်မွေးမြှုထားသည့် လူငယ်များထဲမှ အချို့သာ နောင်တစ်နှုံး ထိပ်တန်းသို့ ရောက်လာ ကြမည်ဖြစ်သည်။

အကြောင်းကာ၊

ခေတ်ကာလတွေ မည်မျှပြောင်းသော်လည်း လူတစ်ယောက် ထွန်းပေါက်အောင်မြင်ရန်အတွက် လောကကြီးက တောင်းဆို သည့် အရည်အချင်းများမှာ ယခင်အတိုင်း မပြောင်းမလဲ ရှိနေ သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

ဘာတွေနည်း။

အရှင်းဆုံးဆိုရလျှင်တော့ နှစ်ကဏ္ဍပဲ ရှိသည်။

အသိဉာဏ်ပညာနှင့် အားထုတ်မှု။

အသိဉာဏ်ပညာအပိုင်း

တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ပညာမတတ်လျှင်လည်း အရေးမကြီး၊
တိုးတက်ကြီးများလိုစိတ် ပြင်းထန်လျှင် ကိုယ့်ထက် ပညာသာသူ
တွေကို ကျော်လွှားသွားလိမ့်မည်ဟု ဆိုသည်။

မှန်သည်။ ယုန်နှင့် လိပ် အပြေးပြိုင်ပွဲထဲကလို လမ်းချလတ်
မှာ အိပ်နေမည့်ယုန်မျိုးနှင့် ယုံပြိုင်ရလျှင်တော့ အဲသည်အတိုင်း
ဖြစ်ကောင်းဖြစ်လိမ့်မည်။ သို့သော် လက်တွေ့၌ ယုန်တွေသည်
လိပ်တွေလောက်ပင် အိပ်ငါ်က်မနေ၊ လှစ်ခနဲ့ လှစ်ခနဲ့ ပြေးလွှား
နေကြသည်။

ထို့ကြောင့် ပညာမပြည့်စုံသွာက ကိုယ့်ထက်ပညာသာသူကို
နိုင်လိမ့်မည်ဟု ထင်လျှင် စိတ်ကူးယဉ်ရာရောက်လိမ့်မည်။

ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သောနိုင်ငံကြီးများမှာ လူတို့၏ ဝင်ငွေနှင့် နေမှု
ဘဝအဆင့်တို့သည် ပညာအရည်အချင်းနှင့် တိုက်ရိုက်အချိုးကျ
သည်ဟု ဆိုလေ့ရှိကြသည်။ ရိုးရိုးဘွဲ့ရထ်က မဟာဘွဲ့ရတို့က
ဝင်ငွေပိုကောင်းမည်။ ပါရရှုဘွဲ့ရလျှင် သည့်ထက် တက်လာမည်။
လောကဓမ္မတာ ခြွင်းချက်အနည်းငယ်ရှိတာ မှန်သည်။ သို့သော်
ယော်ယျာအားဖြင့်တော့ ပညာအဆင့်မြင့်လျှင် ဘဝအဆင့်မြင့်ရ
လိမ့်မည်။ အဲဒါသည် ထုံးစံ။

ကျောင်းပညာမှာသာမဟုတ်၊ တခြားပညာရပ်တွေ တခြား
နယ်ပယ်တွေမှာပါ ပညာမြင့်သူနှင့် နိမ့်သူ ယုံကြည့်စဉ်းစားကြည့်
ပါ။

စစ်တုရင် ထိုးမလား၊
လက်ရွှေ့ထိုးမလား၊
တယောထိုးမလား၊
ဘာထိုးထိုး ပညာသာသူက အနိုင်ယူလိမ့်မည်။
ထို့ကြောင့် သူတစ်ပါးထက် တိုးတက်ကြီးပွားချင်လျှင် သူ
တစ်ပါးထက် ပညာသာအောင် လုပ်ရလိမ့်မည်။ ပညာသာဖို့ အ
တွက် ဘာတွေလုပ်ကြမည်လဲ။

(၁) မိမိရွေးချယ်သည့်နယ်ပယ်၌ အထူးကျွမ်းကျင်သူ ဖြစ်ရလိမ့်မည်
ယနေ့ခေတ်က ရှုံးတုန်းကလို အဋ္ဌာရသာ ဆယ့်ရှစ်ရပ်ကို
ဖြန့်ကြက်သင်ယူရသောခေတ်မျိုး မဟုတ်။ ပညာတစ်ခုကိုအထူး
ပြုရသော ခေတ်ဖြစ်သည်။

ပညာရပ်တစ်ခုစီသည် ယခင်ကထက် အဆမတန် နက်ရှိုင်း
ကျယ်ဝန်းလာသည်။ အနှစ်တ်လာသည်။ ဆက်၍ ဆက်၍ ဖွံ့ဖြိုး
တိုးတက်လာနေသည်။ ထို့ကြောင့် ပညာရပ်တစ်ခု၏ ကဏ္ဍအား
တစ်ခုထဲက အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုမှာ ကျွမ်းကျင်သူ ဖြစ်အောင်ပင်
အချိန်ကာလနှင့် ပို့ရှိယတွေ အများကြီးစိုက်ထုတ်မြှုပ်နှံလာကြ
ရသည်။

သက်ဆိုင်ရာ ပညာရပ်နှင့်စပ်လျဉ်းသည့် သဘောတရား အ
ခြေခံတွေ နှံစပ်စွာ လေ့လာမှတ်သား ခဲ့ပြီ။ လက်တွေ အသုံးချုနယ်
ပယ်၏ ပရီယာယ်တွေ လျှို့ဝှက်ချက်တွေပါ စုံစုံလင်လင် ကြံ့ခဲ့
တွေ ခဲ့ဖူးပြီဆိုတော့မှာ သည်ကဏ္ဍအား ပယ်မှာ တကယ်ပါးနှင်းလိမ္မာ
သူတစ်ဦး ဖြစ်လာနိုင်သည်။

သို့သော် သည်အဆင့် ရောက်ပြီးသည့်နောက်မှာလည်း လေ့
လာဆည်းပူးမှုကို ရပ်၍မရသေး။ ရပ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ထိပ်
ပိုင်းအဆင့်မှ လျောကျလာမည်။ မရပ်နားသူက သူကိုကျော်တက်
သွားလိမ့်မည်။

ထို့ကြောင့်

မိမိကိုယ်ကို ထိပ်တန်းအဆင့်မှုလုံးဝအကျမခံနိုင်သည့် ဂေါက်
သီးချုန်ပီယံသည် တစ်သက်လုံးရှိက်လာသည့် သည်ဂေါက်သီး
ကိုပင် ပြိုင်ပွဲမရှိသော်လည်း ကွင်းမှာအရှိက်ကျင့်၏။ အီမ်မှာ နေ့
စဉ် အရှိက်ကျင့်၏။ သွားလေရာရာ ဂေါက်သီး ဂေါက်တံ သယ်
ကာ ရသည့်အချိန် ရသည့်နေရာတွင် အရှိက်ကျင့်၏။ လက်တွေ၊
ရှိက်ခွင့်မသာလျှင် စိတ်မှန်းနှင့် ရှိက်၏။

အသင်အကြား အပိုအချကောင်းလှသည်ဟု နာမည်ကြီးသော
တက္ကသိုလ်ပါမောက္ခသည်လည်း သည်စာကို အကြိမ်ကြိမ်သင်ဖူး
လှပြီဟု၍ အလွယ်တကူ သဘောမထား။ သည်သင်ခန်းစာနှင့်
စပ်လျဉ်းသည့် နောက်တိုးလာသော အယူအဆသစ် အချက်အလက်
သစ်တွေ ပြည့်စုစွာပါဝင်အောင် ဖြည့်စွက်ပြင်ဆင်ခြင်း၊ မတူသော
စာသင်တန်းတို့၏ အဆင့်နှင့် လိုက်လျောညီထွေအောင် တိုးလျော့
ပြုပြင်ခြင်းများ မပြုတ်ပြုလုပ်၏။

အလားတူစန္ဒရားအကျော်အမော်၊ ထူးချွန်သောခွဲစိတ်ပါရရှု
အစရှိသည့်၊ သူ့အလုပ်မှာတော့ တကယ့်ကို ကျမ်းကျင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်
ပေပဲဟု ချို့မွမ်းခံရသည့် အခြားကဏ္ဍာနယ်ပယ်စုံမှ ပုဂ္ဂိုလ်များကို
ကြည့်လျှင်လည်း မိမိကျမ်းကျင်ပြီးနယ်ပယ်ထဲတွင် မပြုတ်ဆက်

၍။ လေ့ကျက်ဆည်းပူးနေကြသူများ ဖြစ်ကြောင်း တွေ၊ ရမည်ဖြစ်သည်။

(j) အထွေထွေနှစ်စပ်မှုနှင့် ကျိုးကြောင်းသင့်မြတ်စဉ်းစားတတ်သည့် ဥက္ကာတို့ ရိုစိုးလိုသည်

တချို့က ဘာသာရပ်တစ်ခုမှာ ပါရရှုမြောက်သည်။ သို့သော တခြားကိစ္စ လာမမေးနှင့်၊ စိတ်လည်း မဝင်စား၊ သို့လည်း မသိ ဆိုတာမျိုး ဖြစ်နေတတ်သည်။ အဲသည်လူမျိုးသည် ပညာမတတ် သူများနည်းတူ သူတစ်ပါးအခိုင်းခံဘဝတွင် ကျင်လည်နေရတတ် သည်။ ကိုယ့်စွမ်း ကိုယ့်အား ကို တန်ဖိုးရှိအောင် အသုံးမချကတတ် သူများ။

တချို့ ပါရရှုတွေကလည်း တစ်ခါတစ်ရုံမြိမ်ကျင်မှုကို အယုံကြည်လွန်ကာ တရားသေ တစ်ယူသန် ကောက်ချက်တွေ ချ မိတတ်သည်။ သူ့လောက်မကျမ်းကျင်သူ ရိုးရိုးလူတွေက သူ့ ကောက်ချက်တွေ မဟုတ်တော့သူးဆိုတာ မြင်နေပြီ။ သို့သော သူ့ ကို နိုင်အောင်မငြင်းခုန်နိုင်။ သူက သူ့ ပညာအရှိန်တွေ၊ ပညာ ရပ်စောင်ရာစကားလုံးကြီးတွေ ဖို့သုံးထားသည့် ဆင်ခြေဆင်လက် တွေဖြင့် ခုခံကာကွယ်ကာ သူ့ ဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်း ဇွတ်လုပ် သည်။ လက်တွေ့မှာ အလွှဲကြီးလွှဲတော့မှ ငါမှားခဲ့တာပဲဟုသော ပေါက်တော့သည်။

ထို့ကြောင့် တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ပါရရှုတွေကို နည်းနည်း ကြည့်ထိန်း၊ သည်အတိုင်း လွှတ်မထားကြန့်ဟု ဆိုလေ့ရှိခြင်းဖြစ် သည်။

လုပ်ငန်းကဏ္ဍတစ်ခုကို ဦးဆောင်နိုင်ရန်အတွက် သက်ဆိုင်ရာပညာရပ်တွင် ကျမ်းကျင်နေရုံဖြင့် မပြီး၊ အသည်ပညာကိုလက်တွေ့လောက်၍ မည်သို့အထိရောက်ဆုံး အသုံးချမလဲဆိုတာပါ သိမြင်တတ်ဖို့လိုသည်။

အသည်အတွက် ကိုယ့်ပညာနှင့် နှီးနှီးယ်ပတ်သက်သည့် အခြားပညာရပ်များ၊ ပညာရင်များ၊ ဝန်ကျင်အနေအထားများကိုပါ စိတ်ဝင်စားမူရှိရသည်။ အကျမ်းတဝ်ဖြစ်အောင် လေ့လာမှတ်သားမူပြုရသည်။

တစ်နည်းဆိုရသော အထွေထွေနှုန်းစပ်မှု။

အထွေထွေနှုန်းစပ်မူရှိရသည့်အခါ အကြောင်းကိစ္စရပ်တို့ကိုအမြင်ကျယ်စွာ၊ ကျိုးကြောင်းသင့်မြတ်စွာ စဉ်းစားတတ်လာပြီး ဆုံးဖြတ်ဆောင်ရွက်မှုတွေလည်း မှန်ကန်လာပေသည်။

(၃) အများ၏နည်းနာ၊ အများ၏ညာတ်ပညာကို ရယူသုံးစွဲတတ်ရလိမ့်မည်

တိုးတက်အောင်မြင်လိုသူသည် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး စိတ်ဓာတ်ရှိရသည်၊ အားကိုးလောက်သော ကိုယ်ပိုင်အရည်အချင်းများရှိအောင်လည်း မပြတ်လေ့ကျင့်ပူးဆောင်ရမည်ဟု ဆိုလေ့ရှိကြသည်။ မှန်သည်။ ဒါသည် အောင်မြင်ရေးအတွက် အရေးကြီးသော အခြေခံသဘောတစ်ခုပဲ ဖြစ်သည်။

သို့သော မည်မျှ ထူးချွန်သူဖြစ်စေ၊ ကိစ္စခံပေါ်သိမ်းကိုကား မိမိတစ်ဦးတည်းစွမ်းအားဖြင့် ပြီးစီးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်မည်မဟုတ်။

တချိုကိစ္စတွင် သူတစ်ပါး၏အကူအညီကို မလွှဲမသွေ ယူရလိမ့်
မည်။

ဘယ်အခါမျိုးတွင် ယူမည်လဲ။

သည်အတွက် ကိုယ့်အတိုင်းအတာကို ကိုယ် မှန်မှန်ကန်ကန်
ချင့်တွက်သိမြင်တတ်ဖို့ လိုသည်။

ဘယ်အပိုင်းတွေမှာ မိမိတကယ်စွမ်းပြီး ဘယ်အပိုင်းတွေမှာ
အားနည်းသလဲ။

အားနည်းသောအပိုင်းတွင် မိမိထက် ကျွမ်းကျင်သူတို့၏ အား
ကိုယျှို့ဖြည့်ရှလိမ့်မည်။

သည်ကိစ္စအတွက် တချိုက် ကျွမ်းကျင်သူမိတ်ဆွေများကို
အားကိုးပြုလေ့ရှိသည်။ မိမိလုပ်ငန်းနှင့် ဆက်စပ်သည့်ကဏ္ဍနယ်
ပယ် အသီးသီးမှ ကျွမ်းကျင်သူများကို မိတ်ဖွဲ့ဆက်စပ်ထားပြီး
ကိုယ်ကျွမ်းကျင်သည့်ကဏ္ဍ၏ သူတို့အကူအညီတောင်းလာလျှင်
ကိုယ်က ဆောင်ရွက်ပေးကာ၊ ကိုယ်လိုအပ်လာလျှင်လည်း သက်
ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများထံ အပြန်အလှန်အကူအညီတောင်းခံ
ခြင်းမျိုး။

သည်ပုံစံမျိုး ဦးနောက်ဖလှယ်ခြင်း၏ တန်ဖိုးကို အမေရိကန်
လေသုရဲနှင့် လေကြောင်းလိုင်းအကြီးအကဲ အက်ဒီရစ်ကင် ဘေ
ကာက ယခုလို ပြောခဲ့သည်။

‘ခင်ဗျားအိတ်ထဲက ငွေတစ်ရွက်နဲ့ ကျွန်တော့အိတ်ထဲက ငွေ
တစ်ရွက် လဲတယ်ဆိုပါတော့၊ ဘာထူးမလဲများ၊ ခင်ဗျားလဲ နဂါး
အတိုင်းပဲ၊ ကျွန်တော်လဲ နဂါးအတိုင်းပဲ။’ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော့စိတ်

ကူးနဲ့ ခင်ဗျားစိတ်ကူး ဖလှယ်တဲ့အခါကျတော့ နှစ်ယောက်စလုံး
မှာ စိတ်ကူးတွေ နှစ်ဆ ချမ်းသာသွားတယ်' ဟူ၍။

တချို့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ မိမိလုပ်ငန်းအစီအစဉ်အတွက် လိုအပ်
မည့် ကျမ်းကျင်သူပညာရှင်များကို လုပ်ငန်းတဲ့ဘက်များအဖြစ်
ပါဝင်စေခြင်း၊ အကျိုးအမြတ်ပေါ်တွင် ဝေစွဲပေးခြင်း စသည့်
နည်းလမ်းများအားဖြင့် စည်းရုံးသိမ်းသွင်းကာ ငှင်းတို့၏ စပေါင်း
ဥက္ကာ စပေါင်းစွမ်းအားဖြင့် အလုပ်လုပ်တတ်ကြသည်။

'ကျွန်တော်ကတော့ ကျွန်တော့ဘေးပတ်လည်မှာ ကျွန်တော့
ထက် တော်တဲ့ တတ်တဲ့လူတွေ ဝန်းရုထားပြီး အဲဒီလူတွေ ပြော
တဲ့စကား နားထောင်တာပဲဖျာ၊ အဲဒါနဲ့ ကျွန်တော်တိုးတက်လာ
တာ' အမေရိကန်လုပ်ငန်းရှင်ကြီး ဟင်နရိကိုင်အေက ဆိုခဲ့သည်။

ကိုင်အတိုင်းပုဂ္ဂိုလ်တွေ၏ အကြီးမားဆုံးအရည်အချင်းသည်
သူတစ်ပါး၏ အားကို စုရုံးအသုံးချုတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ သည်
အရည်အချင်းဖြင့်ပင် ဧရာမလုပ်ငန်းကြီးများကို သူတို့၏ ဆောင်
အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ခဲ့ကြသည်။

အားထုတ်မှာပိုင်း

လူတစ်ယောက် တိုးတက်ကြီးပွားရန်အတွက် ဥက္ကာပညာ
အမြော်အမြင် လိုအပ်သကဲ့သို့၊ အဲသည် ဥက္ကာအမြင်ကို ထိထိ
ရောက်ရောက် အသုံးချဖို့လည်း လို၏။

အဲသည်အတွက် ခွန်အားလိုသူ့

စိတ်ဓာတ်ခွန်အားနှင့် ယင်း၏ ဘွန်းပို့မောင်းနှင့်မှုဖြင့် လူပ်
ရှားလာမည့် ကာယခွန်အား ဥက္ကာခွန်အားများ။

(က)ခွန်အားကို အပြည့်အဝအသုံးချရေး

လူအများစုတို့သည် မိမိအလုပ်လုပ်နိုင်မှုစွမ်းရည်နှင့် စဉ်းစားကြံးဆိုင်မှုစွမ်းရည်တို့၏ ၁၀။၉၁ခိုင်နှုန်းမျှလောက်ကိုသာ အသုံးချလေ့ရှိကြသည်၊ အကယ်၍သာ အချည်းနှီး အလဟသုထားသည့် ကျွန်းခွန်အားများကိုပါ ထုတ်ယူသုံးစွဲကြည့်မည်ဆိုက မိမိကိုယ်တိုင် အံ့အားသင့်စရာ အကျိုးကျေးဇူးထူးများ ခံစားကြရလိမ့်မည်ဟု အောင်မြင်ရေးပညာရှင်တို့က ဆိုကြပါသည်။

ဟင်နဲ့ရိုကိုင်အဆိုသော ပုဂ္ဂိုလ်လေး ငယ်စဉ်က စွမ်းဆောင်ခဲ့ပုံကိုကြည့်လျှင် အထက်ကအဆို မှန်ကန်ကြောင်းသိနိုင်သည်။

အသက် ၁၆ နှစ်မှာ ကိုယ့်ဝမ်းကိုယ်ကျောင်းနေရသည့် ကိုင်အသည် ဓာတ်ပုံဆိုင်ပိုင်ရှင်တစ်ဦးထံ ချုပ်းကပ်ပြီး အလုပ်တောင်းသည်။ သူ အလုပ်တောင်းပုံက သူလိုင်းလို မဟုတ်။

‘မစွာတာ၊ ကျွန်းတော်အလုပ်လိုချင်လိုပါ၊ ကျွန်းတော်သာ လုပ်ခွင့်ရရင် လူကြီးမင်းရဲ့ဆိုင်ကို နှစ်လအတွင်း အမြတ်သုံးဆ တိုးအောင် လုပ်ပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်’

‘ဟေးဘာလုပ်နိုင်တယ်ကွဲ’ ဆိုင်ရှင်က ရယ်၍ပြောသည်။

‘ဟုတ်ပါတယ်ခင်ဗျာ၊ လူကြီးမင်းရဲ့အမြတ် သုံးဆတိုးအောင် လုပ်မပေးနိုင်ရင် ကျွန်းတော် လုပ်ခမယူပါဘူး၊ အကယ်၍အောင် မြင်ခဲ့ရင်တော့ ပိုထွက်လာတဲ့အမြတ်ထဲက တစ်ဝက်ကို ကျွန်းတော်လိုချင်ပါတယ်ခင်ဗျာ’

‘ဟေးသုံးဆမြတ်ရင် မင်းကိုင့်ပါတနာအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုပါမယ်ကွာ’ ပိုင်ရှင်က သဘောကျွားပြောလိုက်သည်။

ကတိတွေပေးပြီးနောက်တွင်မှ ပြောတဲ့အတိုင်း ဖြစ်အောင်
လုပ်နိုင်ပါမလားတွေးကာ ကိုင်ဗာတုန်လှပ်ချောက်ချားသွားသေး
သည်။ သို့သော် သူအလုပ်တောင်းစဉ်က ဘေးမှာ တဗြားလူတွေ
လည်းရှိယဉ်ဖြစ်ရာ ပြောထားသည့်အတိုင်း လုပ်ရုံကလွှဲ၍ တဗြား
နှည်းလမ်းမရှိတော့ဟု သူဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

အဲသည်နောက်အတွေ့အကြံကို ကိုင်ဗာက ယခုလိုပြန်ပြော
ပြုသည်။

‘ပထမဆုံး ကျွန်တော်ဆိုင်မှာ၊ နေ့ချင်းပြီး ဓာတ်ပုံကူးပေး
သည် ဆိုတဲ့ ဆိုင်းဘုတ်တစ်ခု တင်လိုက်တယ်၊ ပိုင်ရှင်ကတော့
ဒါ မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ ဆိုတယ်၊ ကျွန်တော်က ဖြစ်တယ်၊ ကျွန်တော်
အချိန်ပို လုပ်နိုင်တယ်လို့ပြောပြီး တကယ်လဲ လုပ်တယ်၊ ကျွန်
တော် တစ်ခါတလေ မနက် င့် နာရီအထိ အလုပ်လုပ်တယ်၊ ပိုင်
ရှင်က ကျွန်တော့ကို ပေါက်သွားဦးမယ်လို့ သတိပေးတယ်၊ ဒါ
ပေမဲ့ ထူးဆန်းတယ်လို့ ဆိုရမှာပဲ၊ ကျွန်တော် တစ်နေ့၊ ၁၈ နာရီ
အလုပ်လုပ်တာလဲ မပင်ပန်းဘူးဗျာ၊ ကျွန်တော့မှာ ဦးတည်ချက်
တစ်ခု တိတိကျကျရှိနေတာကိုး၊ ကျွန်တော် ပျော်တောင် ပျော်
လာတယ်၊ အရင်တုန်းကလောက် များများအိပ်ဖို့မလိုဘူး ဖြစ်နေ
တယ်၊ အလုပ်တွေ အရမ်းကျလာတဲ့အခါ အဲဒါတွေ နိုင်အောင်
ကျွန်တော်စတူဒီယိုမှာ မိုးစနစ်ကို အသစ်ပြင်တယ်၊ ဓာတ်ပုံတွေ
အဆက်မပြတ် ကူးဆေးလို့ရအောင် နည်းလမ်းရှာပြီး လုပ်တယ်၊
နှစ်လပြည့်တဲ့အချိန်မှာ အမြတ်က လေးဆန်းပါးလောက် တိုးနေ
တယ်၊ ကျွန်တော်လဲ ပါတနာဖြစ်သွားတာပဲ’

(ခ) ပြီးစီးအောင် လုပ်တတ်သည့် အလေ့အထာ

တချို့က ဟိုဟာလည်းဖြစ်ချင်၊ သည်ဟာလည်းဖြစ်ချင့်နှင့် ရည်မှန်းချက်တွေ ဆွဲပြားကာ ခွန်အားတွေပြန့်ကြီးနေတတ်သည်။ သည်လူတွေသည် ဟိုကိစ္စနည်းနည်း၊ သည်ကိစ္စနည်းနည်းနှင့် တစ်ဝက်တစ်ပျက် မစို့မပို့တွေ လုပ်ကာ အချိန်ကုန် လူပန်း ဖြစ်နေရတတ်သည်။

တချို့လည်း အလုပ်တစ်ခုတည်းကိုပင် ရွှေးချယ်၍ လုပ်ပါ၏။ သို့သော် အနောင့်အယုက် အခက်အခဲ အနည်းငယ်ကြုံလျင်ပင် စပျစ်သီး ချဉ်တယ်ပြောသော မြေခြေးလို စီတ်ပြောင်းလဲကာ ရောက်သည့်နေရာက လုညွှေပြန်သွားတတ်ကြ၏။ လွယ်သည့် အခါ လုပ်၍ ခက်တာတွေ၊ လျင် ရှောင်ထွက်သွားတတ်သော သဘောပင်။

အဲသည်စီတ်ဓာတ် အဲသည်အလေ့အထာမျိုးဖြင့်ကား မည်သည့်နယ်ပယ်တွင်မျှ ထွန်းပေါက်အောင်မြင်နိုင်လိမ့်မည် မဟုတ်။

အောင်မြင်မည့်သူဟူသည် စမိသည့်အလုပ်ကိုပြီးစီးအောင် လုပ်တတ်သည့်အလေ့အထာရှိသူမျိုးဖြစ်သည်။ အမှတ်မဲ့ဆိုလျင် တော့ သည်အကျင့်လေးမျှသည် ဘာမှပြောလောက်စရာ မဟုတ်ဟု ထင်စရာရှိသည်။ သို့သော် လက်တွေ့၌ ဒါသည် သေးသေး မွားမွား အမှုအကျင့်မဟုတ်။ အောင်မြင်မှုအတွက် မရှိမဖြစ် အမှုအကျင့်ဖြစ်သည်။

နောင်တစ်နေ့တွင် စတိုးဆိုင်တဲ့လုပ်ငန်းရှင်သူငြေးကြီး ဖြစ်လာမည့် ဖရန့်ရုံးလုပ်ဝင် (သ) ကုန်စုံဆိုင်များ စဖွင့်တော့ ငါးဆိုင်

တွင် သုံးဆိုင်က အရှုံးပေါ်သည်။ တချို့လူဆိုလျှင် သည်လုပ်ငန်းကိုက်မှာမဟုတ်ဘူးဟု လက်လျှော့သွားလိမ့်မည်။ ရူးလုပ်(သ)က သည်လို့မစဉ်းစား။ ခုမှုစဖြီးစမ်းကြည့်ရုံးရှိသေးသည်။ သည်ပုံစံနှင့် အဆင်မပြေလျှင် ဟိုပုံစံပြောင်းကြည့်ရှုံးမည်ဟု သဘောထားကာ နည်းနာတွေ ပြုပြင်ပြောင်းလဲပြီး ဆိုင်အလုပ်ကို ဆက်လုပ်သည်။ သည်နောက်တော့ သူ့ဆိုင်တွေ ထင်ရှားအောင်မြင်လာပြီး အမေရိကန်ပြည်အနဲ့မှာ ဆိုင်ခွဲတွေမြှို့လိုပေါက်သည်အထိဖြန့်ကြက်နိုင်ခဲ့သည်။

ရူးလုပ်(သ) တို့စီးပွားရေးလုပ်ငန်းလောကမှာသာမဟုတ်၊ မည်သည့်နယ်ပယ်မှာဖြစ်စေ ရေရှည်တည်တဲ့အောင်မြင်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်များကိုကြည့်လျှင် ကိုယ့်အလုပ်ကို အလွယ်တကူ ရပ်တန်းစွန်းခွာရှိးထံ့စံ မရှိကြသူများ၊ လုံးလဝိရိယနှင့် စွဲသတ္တိ တည်းဟူ သော အစဉ်အလာအရည်အသွေးများ၏ စွမ်းအားဖြင့် ပန်းတိုင်သို့ အရောက်လုမ်းခဲ့ကြသူများချည်းဖြစ်တာ တွေ့ရပေလိမ့်မည်။

(က) စွဲရှိဖို့ လိုသည်

အလုပ်ကို တစ်ဝက်တစ်ပျက်နှင့် ရပ်ထားတတ်သည့် လူပျော်လူညွှေ့တို့နှင့် ဆန်းကျင်သာက်ကား စွဲသမားဖြစ်၏။

စွဲကြီးသူတို့သည် သူတစ်ပါးမစဉ်းစားရဲသောအေ ၁၂၌ ချိုးကိုစဉ်းစားရွေးချယ်ရုံ၏။ အောင်မြင်ပြီးမြောက်အောင်လည်း လုပ်နိုင်ကြ၏။

ထို့ပြင် စွဲသမားတို့သည် ခက်ခဲသောအလုပ်များကို မတွန်းမဆုတ် လုပ်ကိုင်ရင်း ကျင့်သားရကာ သူတကာထက် ကြံခိုင်

ကျွမ်းကျင်လာတတ်သော သဘော၊ ထိုမှဆက်ကာ အောင်မြင်နှု
တွေ ဆင့်ကဲဆင့်ကဲ ရရှိလာတတ်သောသဘောလည်း ရှိ၏။

ဥပမာ ဧဝရက်တောင်တက်သည့် ကိစ္စကိုပဲ ကြည့်ပါ။

ဧဝရက်တောင်ကို ပြတ်သွေတို့ စတင်တွေ ရှိကြသည့် ၁၈၅၀
ခုနှစ်လောက်မှ စတင်ကာ နိုင်ငံတကာတောင်တက်သမားများ
တက်ရန် ကြီးပမ်းခဲ့ကြသည်။ နှစ်ပေါင်း ၁၀၀ လောက်အထိ
မအောင်မြင်ကြ။ ၁၉၅၃ ခုနှစ်တွင်မှ အက်ဒမန်ဟိုလာရှိနှင့် တင်
င်းနောက်တို့နှစ်ယောက် တောင်ထိပ်သို့ ပထမဆုံး ရောက်ကြ
၏။

ထိုနောက်ပိုင်း နှစ်ပေါင်း ၅၀ နီးပါးကာလအတွင်းတွင် နိုင်ငံ
တကာမှ တောင်တက်သမား ၃၆၀ ခန့် အောင်မြင်စွာ တက်ရောက်
နိုင်ခဲ့ကြသော်လည်း တောင်တက်ရန် ကြီးစားရင်း အသက်ဆုံးရှုံး
ခဲ့ရသူဦးရေများလည်း ၁၀၀ ကျော်မွှုရှိခဲ့ရာ ဧဝရက်တောင်ထိပ်သို့
ရောက်ရှိရေးသည် ယနေ့ထိ မလွှယ်ကူသေးသောသဘော ဖြစ်
သည်။

သို့သော်

အဲသည် မလွှယ်သော တောင်ကို အခေါက်ခေါက် အခါခါ
ဆင်းလိုက် တက်လိုက် လုပ်နေသူတွေ ရှိသည်။ ‘ရှာပ’ဟု ခေါ်ကြ
သည့် နီပေါ်နိုင်ငံသား တိုင်းရင်းသား လူမျိုးတစ်စု။ သူတို့သည်
နိုင်ငံတကာမှ လာသည့် တောင်တက်အဖွဲ့များကို လမ်းပြရင်း၊
ပစ္စည်းများ ထမ်းပိုးသယ်ဆောင်ပေးရင်း ဧဝရက်တောင်ကို ကျွမ်း
ချင်တိုင်း ကျွမ်းနေကြသည်။

သူတို့အထဲမှာ ထင်ရှားသူတစ်ယောက်က ဘာဘူးချီရီ။

ဘာဘူးချီရီ (Babu Chiri) သည် တောင်တက် အထမ်းသမား အလုပ်ကို အသက် ၁၄ နှစ်အဆွယ်က စဉ်လုပ်ခဲ့သည်။ အထမ်းသမားအဖြစ် ဟိမဝန္တာတောင်ထိပ် အတော်များများသို့ သူရောက်ခဲ့သည်။

သို့သော် တောင်ထိပ်ရောက်တာချင်းအတူတူ နိုင်ငံခြားသား တောင်တက်သမားများကိုသာ နိုင်ငံတကာစာနယ်ဇော်းများက ချီးကျူးဖော်ပြုကြသည်။ သူတို့ရှာပများကို အရေးတယူမပြုကြ။ သူတို့ကို တောင်တက်သမားဟူ၍ သဘောမထား။ အလုပ်သမားများဟုသာ သတ်မှတ်ထားသည့် သဘောပင်။

သည်အနေအထားကို ပြောင်းလဲပစ်ဖို့ ဘာဘူးချီရီကြီးပမ်းခဲ့သည်။

ဧဝရက်တောင်ကို အငှားလိုက်သူအဖြစ် မဟုတ်ဘဲ သည် အတိုင်း မိမိဘာသာ တက်ပြုသည်။ တောင်ပေါ်သို့ အမြန်ဆုံး ရောက်သည့် စံချိန်၊ အခေါက်ရေအများဆုံးတက်သည့် စံချိန်၊ တောင်ပေါ်မှာ အကြာဆုံးနေနိုင်သည့် စံချိန်တွေ တင်နိုင်ဖို့ သူကြီးစားသည်။

ဗွဲနပဲနှင့် ကြီးစားသည့်အခါ သူအောင်မြင်သည်။

နိုင်ငံတကာ တောင်တက်သမားတွေသည် ဧဝရက်တောင်ထိပ် ရောက်အောင် ပျမ်းမျှခြင်း ရက်သတ္တနှစ်ပတ်ခန့် တက်ကြ ရသည်။ ဘာဘူးချီရီက တစ်ရက်ပင် မကြား။ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ် မေလထဲတွင် သူတင်လိုက်သည့် စံချိန်က ၁၆ နာရီ ၅၆ မိန့်။

သူများတကာတွေ တောင်တက်ရန်အတွက် ရက်လချို့ပြီး
ပြင်ဆင်ရသည်။ ဘာဘူးချီရိုက ၁၄ ရက်အတွင်း တောင်ထိပ်သို့
နှစ်ခေါက် အရောက်တက်ပြလိုက်သည်။

ဧဝရက်တောင်ထိပ်သည် အလွန်အေးသောနေရာ ဖြစ်၍
တောင်တက်သမားများအများတို့မှာ တောင်ထိပ်အထိ ရောက်
အောင် တက်နိုင်ပြီးလျှင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ အမှတ်တရဓာတ်ပုံ
တွေ ရှိက်ကြပြီး အလျင်အမြန်ပင် ပြန်ဆင်သွားလေ့ရှိကြသည်။
ဘာဘူးချီရိုက တောင်ထိပ်မှာ ရွှေကျော်တဲ့တစ်လုံးနှင့် တစ်ယောက်
တည်း အောက်ဆီဂျင်စာတ်ငွေ၊ အကူအညီမပါဘဲ ၂၁ နာရီတိတိ
နေပြခဲ့သည်။

အဲသည်လိုတွေ စွမ်းဆောင်ပြပြီးသည့်နောက်တွင် ဘာဘူး
ချီရိုသည် အထမ်းသမားမဟုတ်တော့။ တောင်တက်နည်းပြဆရာ
ဖြစ်လာသည်။ တောင်တက်လုပ်ငန်းကုမ္ပဏီပိုင်ရှင်တစ်ဦးလည်း
ဖြစ်လာသည်။ သူ့အကြောင်းကို ကမ္မားစာနယ်ဇ်းကြီးတွေက
တစ်မီးတနားဖော်ပြလာရသည်။

ဘာဘူးချီရိုကို အထမ်းသမားဘဝမှ တောင်တက်ပညာရှင်
လုပ်ငန်းရှင်ဘဝသို့ ပြောင်းလဲပေးလိုက်သောအရာသည် ဒွဲနှင့်
ပင် ဖြစ်သည်။

စင်စစ် မည်သူမဆို မိမိစိတ်ဝင်စားသောအလုပ်၊ သို့တည်း
မဟုတ် လက်ရှိမိမိဘဝအခြေအနေအရ ရွှေးချယ်နိုင်သမျှထဲမှ
အကောင်းဆုံးအလုပ်ကို တကယ်စိတ်အားထက်သန်စွာ လုပ်ကိုင်

မည်၊ သည်အလုပ်မှာ ငါအကျမ်းကျင် အလိမ္မာဆုံးလူဖြစ်ရမည်
ဆိုသော ရည်မှန်းချက်မျိုး ထားရှိကာ စဲစဲမြိမ် စွဲသန်သန်နှင့် ကြိုး
စားလုပ်ကိုင်မည်ဆိုပါက အဲသည်လုပ်ငန်းနယ်ပယ်တွင် အထင်
ရှားအအောင်မြင်ဆုံး ထိပ်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လာမှာ သေချာပေသည်။

*

ကိုယ့်စိတ်ကူးဘဏ်သူတစ်ပါးလက်ခံစေလို၍*

ကိုယ့်အလုပ်ခွင်မှာ အထက်ကလူကို လုပ်ငန်း တိုးတက် သွက်လက်စေမည့် အကြံကောင်းညာကောင်း ပေးဖူးပါသလား။ ကိုယ်က ထက်ထက်သန်သန် အကြံပေးသည်ကို ကျေးဇူးမတင် စိတ်မဝင်စား၊ နေစမ်းပါက္ခာ ဆိုသောလေသံမျိုးနှင့် ဌ်င်းပယ်တာ ခံရဖူးပါသလား။ ကိုယ့်အနီးခင်ပွန်း သို့မဟုတ် အီမ်နီးချင်းမိတ် ဆွဲနှင့်ကော အလားတူသဘောမျိုး ကြံ့ဖူးပါသလား။

သည်အတွက် စိတ်မပျက်ပါနှင့်။ အဲဒါ လူ.သဘာဝတစ်ခုဖြစ် သည်။

လူတွေဆိုတာက ကိုယ့်ကို တစ်ပါးသူက သူ.အယူအဆ သူ. အထင်အမြင်တွေ အတင်းထိုးပေးလာလျှင် အလိုလိုဆန့်ကျင်ချင် တတ်သောသဘော ရှိသည်။

ဘာကြောင့်လဲ။ လူအများစုက ငါစွဲကြီးသူတွေ ဖြစ်သည်။

* မူရင်း။ ။ Elmer Wheeler၏ How to Sell an Idea

ငါမြင်တာမှန်သည်။ ငါအယူအဆက ပိုကောင်းသည်ဟုထင်ကြသူတွေ များသည်။ သူတစ်ပါးနှင့် ရင်ဆိုင်တွေလာလျှင်ငါသောငါအယူအဆ ‘ငါ’ဆိုတာကို ကာကွယ်ရမည်ဟု ခံယူထားကြပြီးဖြစ်သည်။

သို့သော်၊ ယင်းသို့ ပင်ကိုသဘောထားကိုယ်စီရှိနှင့်သည်တစ်ပါးသူတို့အား၊ မိမိအယူအဆကို စိတ်ဝင်စားနားထောင်ကာစဉ်းစားလက်ခံလာအောင် စည်းရုံးနိုင်သည့်နည်းလမ်းများတော့ရှိပါသည်။

ယင်းအနက် အမိကသုံးခုကို ဖော်ပြရလျှင်။

(၁) ငါးများသမား၏နည်း

ငါးပါးစပ်မှာ ငါးများချိတ်ကို အတင်းလိုက်ချိတ်၍ မရ။ အစာတပ်ထားသည့် ချိတ်ကို ငါးများကြီးထိပ်တွင် ချည်ကာ ရေထဲ စွဲလောင်းလေး ချထားရ၏။ သူ့သဘောနှင့်သူ့လာစားပြီဆိုမှ ချိတ်မှာ မိမိလေသည်။

သဘောထားအမြင်များနှင့် ပတ်သက်လျှင်လည်း ထိနည်းလည်းကောင်းဖြစ်၏။ ကိုယ့်အယူအဆကို အတင်းလိုက်ပြောလျှင် ငြင်းဆန်မည်။ သူ့သဘောသူ့အယူအဆဟု ထင်လာမှ အသည်အတိုင်း လက်ခံရပ်တည်မည်ဖြစ်သည်။

ပထမကဗ္ဗာစစ်အတွင်းက အမေရိကန်ဖိုလ်မှု။ ကြီးတစ်ဦးဖြစ်သူ အက်ဒဝပ်ဟောက် (၁) အား နှီးစပ်သူ အသိုင်းအရိုင်းက ကဗ္ဗာမှာ တန်ခိုးအကြီးဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဟု ဆိုလေရှိကြသည်။ အကြောင်းက၊ ဟောက်(၁)သည် ထိအချိန်က ကဗ္ဗာမှာ သောအာဏာအကြီး

မားဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဖြစ်သူ အမေရိကန်သမ္မတ ဂုဒ်ရှိုး ဝီလဆင် အား မိမိသဘောထားအမြင်အတိုင်း လိုက်ပါဆောင်ရွက်အောင် လွမ်းမိုးထားနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

သမ္မတတစ်ယောက်ကို အကြိုပေးလမ်းညွှန်ပို့ဆိုသည်မှာ လွယ်သည်မဟုတ်။ အထူးသဖြင့် ဂုဒ်ရှိုး ဝီလဆင်လို အစိုးရဖော ဘာသာရပ်ဖြင့် ပါရရှုဘွဲ့ ယူလာသူ၊ သမိုင်း၊ ဥပဒေ၊ နိုင်ငံရေး ဘောကျွော်ဘာသာရပ်များတွင် ပါမောက္ခလုပ်လာသူတစ်ယောက် ကို လမ်းညွှန်ပို့ပို့ခက်သည်။

သို့သော အက်ဒဝပ်ဟောက် (၁) လုပ်သည့်နည်းက လွယ် သည်။

‘သူ့ကို သဘောထားအမြင်တစ်ခု လက်ခံလာအောင် လုပ် နိုင်တဲ့ အကောင်းဆုံးနည်းက သူ့ခေါင်းထဲ အဲဒီအတွေးအမြင်စ ကလေး အမှတ်မထင် ဝင်သွားအောင် မသိမသာ ထည့်ပေး ပျိုး ပေးလိုက်တဲ့နည်းပဲ ဆိုတာ ကျွန်တော်သွားတွေ့တယ်၊ အစရသွား ပြီ ဆိုရင် အဲဒီလမ်းကြောင်းအတိုင်း သူ့ဘာသာသူ ဆက်တွေးပေ တော့ပေါ့’

ငါးမှားသမား၏ နည်းပင်။

ထို့ကြောင့်၊ ကိုယ့်အယူအဆတင်ပြသည့်အခါ စကားလုံး အသုံးအနှစ်းကို သတိထားရသည်။ ဆရာတားသည့်လေသံ၊ ကိုယ် က သိပ်မှန်နေသည်ဆိုသော ဟန်ပန်မျိုးနှင့် စကားပြောလျှင် လက်ခံချင်မည့် မဟုတ်။

‘ဒီကိစ္စမှာ သဘောတရားက ဒီလိုဗျာ’ ဟု ပြောမည်အစား၊

‘သည်လိုလပ်ကြည့်ရင် ဘယ့်နှယ်နေမလဲဗျာ’ဟူ၍ ပြောခြင်းမျိုး
တို့ဖြင့်သာ တစ်ဖက်လူအား ကိုယ့်စကားကို ပို၍နားထောင် စဉ်း
စားဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ သူလည်း ကိုယ့်နည်းတူ တွေးမံသွားပြီး
သည်နောက်တွင်မူ ကိုယ့်အယူအဆသည် သူ၊ အယူအဆဖြစ်ကာ
သူဆက်၍ လက်ခံကိုင်ခွဲသွားမည်ဖြစ်သည်။

(J) တစ်ဖက်လူအား ငြင်းကွက် ထောက်ကွက် ပေးပါ

အကြောင်းကိုစွဲတစ်ရပ်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကိုယ်က လုံးဝ ယို
ပေါက်ဟာပေါက်မရှိအောင် ပြောလျှင် တစ်ဖက်လူမှာ ငြင်းစရာ
ထောက်စရာ ရှာ၍ရမည်မဟုတ်။ သို့သော် ကိုယ်ပြောသမျှကို
အစအဆုံး ခေါင်းလိုက်ညိုတ်နေရမည်ဆိုလျှင်လည်း သူ၊ အတွက်
သိမ်းယ်စရာလိုဖြစ်လာနိုင်သည်။ သည်အခါ မလိုအပ်ဘဲ အတင်း
စွတ်ငြင်းတာမျိုးတွေ လုပ်ချင်လုပ်လာတတ်သည်။

မိမိရပ်တည်ချက်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ မိမိဘာသာလည်း ရှုမြင်ခဲ့
ပြီး ဖြစ်သည့် အရေးမကြီးသော ပျော်ကွက် အားနည်းချက်တစ်ခု
တလေကိုပါ မသိမသာ တွဲဖက်၍ ထည့်သွင်းပြောဆိုလျှင်မူ သူ၊
မှာ သင့်အယူအဆကို တစ်စိတ်တစ်ဒေသ ဝေဖန်ထောက်ပြရန်
အခွင့်အရေးရသွားသဖြင့်၊ ငြင်းသည့်အပိုင်း ငြင်းကာ လက်ခံ
သည့် အပိုင်း(သင်လက်ခံစေလိုသည့်အပိုင်း) ကို လက်ခံသွားပေ
မည်။

သည်သဘောကိုပင် အမေရိကန်ပညာရှိဘင်ဂျမင်ဖရန်ကလင်
က ယခုလို ပြောခဲ့သည်။

‘တစ်ဖက်လူ ကိုယ့်အယူအဆကို လက်ခံသွားစေချင်ရင် စကားကို အခိုပ္ပာယ်တိကျအောင် ပြောရတယ်၊ သို့သော် သို့သို့ သိပ်သိပ် မယ်တဲ့မလွန်ပြောဖို့လဲ လိုတယ်၊ ပြီးရင် ကိုယ့် အယူ အဆ မှားချင်လဲ မှားနေနိုင်ပါတယ်ဆိုတဲ့စကားမျိုး ပြောပေးရ တယ်၊ အဲဒီတော့မှ တစ်ဖက်လူက ခင်ဗျားပြောတာကိုလက်ခံပြီး၊ ဘူကတစ်ပြန် ခင်ဗျားအယူအဆ မှန်ကန်ကြောင်း ထောက်ခံ အတည်ပြု ပြောလိမ့်မယ်၊ ခင်ဗျားက ကျွန်ုတ်မှားချင် မှားမယ် လို့ သံသယဝင်ထားတာကိုး၊ တကယ်လို့သာ ဒီလို့မဟုတ်ဘဲနဲ့ ကိုယ့်အယူအဆ သိပ်မှန်တယ် သိပ်ခိုင်မာတယ်ဆိုတဲ့ အပေါ်စီး လေသံဟန်ပန်မျိုးနဲ့ စပြောမိခဲ့ရင် သူက ဘယ်နည်းနဲ့မဆို ခင်ဗျားကို ဆန့်ကျင်ငြင်းခံတော့မှာ သေချာတယ်’

အော်ရာဟမ်လင်ကွန်းလည်း ရှေ့နေဘဝက တရားရုံးတွင် လျှောက်လဲချက်ပေးရာ၌ ဂျိရိရှုကြီးတွေ ကိုယ့်ဘက်ပါအောင် အဲသည်နည်းကို သုံး၍ စည်းရုံးလေ့ရှိခဲ့သည်။ သူက သူ့အမှုသည် ဘက်ကချည်း တစ်ဖက်သတ်မလျှောက်လဲ။ ဟိုဘက်ရော သည် ဘက်ကပါ မြင်ပြ စဉ်းစားပြသည်။ သို့သော် သည်လို့စဉ်းစားပြ ရင်း မိမိဘက်က ပို၍သင့်မြတ်မှန်ကန်ကြောင်း တဖြည်းဖြည်း မြင်လာအောင် မသိမသာထည့်ပေး ညွှန်းပေးသွားသည်။ လင်ကွန်း ပြောဆိုတင်ပြပုံ ကောင်းလွန်းလှသဖြင့် သူနှင့်အပြိုင်လိုက်ရသည့် တစ်ဖက်ရှေ့နေကပင်၊ ‘ကျွန်ုတ်တို့ဘက်က သူစဉ်းစားပြသွား တာအကျော်၊ ကျွန်ုတ်တို့ကိုယ်တိုင်တောင် အဲသည်လောက်ပိုပြင် အောင် မလျှောက်လဲနိုင်ဘူး၊’ ဟူ၍ ချိုးကျိုးပြောဆိုခဲ့ရသည်။

အလားတူနည်းလမ်းတစ်ရပ်က မိမိအယူအဆကို တစ်ဖက်လူ၏ အယူအဆအဖြစ် တင်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ၊ ‘ခင်ဗျားဟိုနေ့က ပြောလိုက်တော့မှ ကျွန်တော်လဲ စဉ်းစားမိသွားတယ်၊ ...’ဟူ၍ အစချိကာ ဟိုလူစကားစလုံးသည့်ကိစ္စနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် မိမိအယူအဆကို ဖွင့်ဟပြောဆိုခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။

အမေရိကန် အောက်လွှတ်တော်သဘာပတီအဖြစ် နှစ်ပေါင်းများစွာ ဆောင်ရွက်ခဲ့သူ တွဲမဲရိဒ် (Tom Reed) က သည်ပုံစံမျိုးဆွဲဆောင်စည်းရုံးတတ်သူတစ်ဦးဖြစ်သည်။ လွှတ်တော်ကော်မတီကြားနာစစ်ဆေးပွဲများတွင် အစပိုင်း၌ သူ ဘာမှမပြော၊ တခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကန်ကွက်ပြောဆိုသမျှ နားထောင်ကာ အချက်အလက်တွေ သူမှတ်သားမည်၊ အားလုံးစကားကုန်အောင် ပြောပြီးကြပြီ ဆိုတော့မှာ၊ ‘လူကြီးမင်းများခင်ဗျား၊ အခုလူကြီးမင်းတို့ ပြောဆို ဧည့်နွေးခဲ့တာတွေကို ပြန်ပြီး ချုပ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အခုလုံးကျွန်တော်တွေ၊ ရပါတယ်....’ စသဖြင့် စကားချိကာ သူ့အမြင် သူ့အယူအဆများကို စောစောက ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ပြောကြားခဲ့သည်များထဲမှ ထုတ်နှစ်ကိုးကား ချက်များနှင့် ဖြည့်စွဲက်ဆက်စပ်လျက် အံဝင်ခွင်ကျ တင်ပြလေသည်။

အချို့သော ရပ်ရှင်ဒါရိက်တာများလည်း ကိုင်တွယ်ရခက်သော သရပ်ဆောင်များကို ဈွန်ကြားခိုင်းစေရသည့်အခါ သည်နည်းလမ်းကိုပင် ပါးနှစ်လီမွှာစွာ အသုံးပြုတတ်ကြသည်။

တစ်ခါ၌၌ ဒါရိက်တာ ဒ်ဒ်လေ နှစ်ကိုးလ် (၁) မှာ ရူပါ မင်းသမီး ရိုးလေင်းရပ်ဆဲလ်နှင့် အတ်ကားတစ်ကား ရိုးက်ရသည်။

အတ်ဝင်ခန်းတစ်ခန်းတွင် မင်းသမီးသရုပ်ဆောင်ပုံကို သူ စီတ်တိုင်း မကျသဖြင့် ပြန်ရှိက်ချင်သည်။ ဒါကို သူဘယ်လို ပြောသနည်း။ ‘ကောင်းတယ်၊ သိပ်ကောင်းတယ်၊ ဒါပေမဲ့ မစွဲရပ်ဆဲလ်ကျွန်တော် တစ်ခုသတိထားမိတယ်၊ တစ်နေရာမှာ ခင်ဗျား တစ်ချက်ကလေး တွေသွားတာရှိတယ်၊ ခင်ဗျားစီတ်ထဲမှာ အဲဒီနေရာကို သည့်ထက် နည်းနည်းလေးလိုလုပ်လိုက်ရင် ကောင်းမလားစဉ်းစားနေတယ်လို့ ကျွန်တော်ထင်တယ်၊ ခင်ဗျားစီတ်ကူးထဲက အတိုင်း ကျွန်တော်တို့ တစ်ကြိမ်လောက် ထပ်လုပ်ကြည့်ရင် မကောင်းဘူးလား၊’ ဟု ဆိုကာ မင်းသမီးအား ခိုင်းရာမရောက်သော နည်းဖြင့် နောက်တစ်ကြိမ်သရုပ်ဆောင်ခိုင်းလေသည်။

(၃) မပြောနှင့် မေးပါ။

မိမိအယူအဆကို သူတစ်ပါးလက်ခံလာအောင် ပြောဆိုစည်းရုံးရာ၌ ထင်ရှားလှသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်က အမေရိကန် တော်လှန်ရေးခေါင်းဆောင်တစ်ညီးဖြစ်သုပက်ထရစ်ဟင်နှရီ (Patrick Henry) ဖြစ်သည်။ အင်လိပ်ကိုလိုနိုင်အနိုင်းရလက်ထက် ဗာဂျိုးနီးယားအေသ လွှတ်တော်သို့ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ညီးအဖြစ် ရောက်ရှုခါစ မထင်မရှားသာဝမှာပင် သူတင်သမျှအဆိုတွေ အတည်ပြုပြဋ္ဌာန်းခြင်းခံရအောင် စည်းရုံးနိုင်ခဲ့သည်။

‘လွှတ်လပ်ခွင့်မပေးဘူးဆိုရင် သေခြင်းကိုသာပေးလိုက်ပါ၊’ ဟူသောစကားဖြင့် သမိုင်းဝင် ထင်ရှားသော မိန့်ခန်းကို ပြောခဲ့စဉ်က ပရီသတ်အား ကျေပ်သဘောက ဒီလိုပျော်သူ တိုက်ရှိက်မဆိုး-

‘ကျပ်တို့ညီနောင်သားချင်းတွေ စစ်မြေပြင်ရောက်နေကြတဲ့
အချိန် ကျပ်တို့က ဒီမှာ ဘာအတွက် အချိန်ဖြန်းနေကြမှာလဲ၊ အဲဒီ
ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေရဲ့ဆန္ဒက ဘာလဲ၊ သူတို့က ဘာတွေရမယ် ထင်နေ
ကြလို့လဲ၊ သံမခြောင်း အတည်း ကျန်းသဘောက်ဘဝ အရောက်
ခံရလောက်အောင်အထိ အသက်တွေက တန်ဖိုးရှိနေလို့လား၊ အ
ဒီလို ရမယ့် ဤမ်းချမ်းရေးကောက် ဘယ်လောက်တောင် ချိမြို့
မယ် ထင်ကြလို့လဲ’

စသဖြင့် မေးခွန်းတွေသာ တရာစပ်မေးကာ မိမိသဘောထား
အမြင်တွေ ပရိသတ်ခေါင်းထဲမှာ သူတို့ဘာသာ စဉ်းစားသိမြင်
လာအောင် သူစည်းရုံးပြောဆိုခဲ့သည်။

သည်စကားတွေကို သူ့အမြင် သူ့သဘောထားများအနေနှင့်
တဲ့တို့သာ ပြောချခဲ့မည်ဆိုလျှင် နားထောင်သူများ ဒေါသထွက်
ကာ သူနှင့်ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သွားကြလိမ့်မည်။ မေးခွန်းအနေ
နှင့် ပြောလိုက်သည့်အခါကျတော့ တစ်ဖက်လှက ကိုယ်တိုင် စဉ်း
စားကာ သူပေးချင်သောအဖြေကိုပင် သူတို့ဘာသာ ရရှိပြီး အယူ
အဆ တူသူ ရပ်တည်ချက်ချင်း တစ်သားတည်းကျသူများ ဖြစ်သွား
ကြပေသည်။

ထို့ကြောင့် ကိုယ့်အယူအဆကို တစ်ပါးသူတို့လက်ခံသဘော
တူစေလိုလျှင် သတိပြုရန် တတိယအချက်မှာ၊ ဉာဏ်ဒေါသလို
တရားဟောသလိုတိုက်ရိုက်မပြောဘဲ သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော
မေးခွန်းများ မေးတတ်အောင်သာ လေ့ကျင့်ပါ၊ ဟူ၍။

?

အကောင်းပြင်သာ၏ ထူးခြားသောလက္ခဏာ*

အကောင်းဘက် အပြုံသာက်ကို တွေးတတ်သည့်စိတ်ဟူသည်
 ဖြစ်ချင်တာကို နှဲတ်မှုတ်ယုံကြည်တတ်သော စိတ်သက်သက်
 မဟုတ်။ သူမှာ လူတွေ၏ ဘဝကို ပြောင်းလဲစေနိုင်သည့်ကြီးမှား
 သော စွမ်းအား ရှိသည်။ လူဘဝ၏ ကဏ္ဍအဖုံးဖုံးပင် အကောင်း
 မြင်သမားတို့က အဆိုးမြင်သမားများထက် တစ်ပန်းသာသည်၊
 ပို၍ ဖြစ်မြောက်အောင်မြင်သည်။ လူအသိုင်းအဂိုင်းထဲမှာ မျက်နှာ
 ပန်းလှသည်။

အကောင်းမြင်စိတ်က လူမှုဘဝခြားသာမဟုတ်၊ ကိုယ် စိတ်
 ကျန်းမာမှုအတွက်လည်း အထောက်အကျိုးပြုသည်။ အကောင်း
 ဘက်က တွေးတတ်သူများသည် သူတစ်ပါးလောက် အလွယ်
 တကူ စိတ်အားမပျက်တတ်၊ စိတ်ကျဝေဒနာ မခံစားရတတ်။

* မူရင်း။ ॥ စာရေးဆရာတ Tamara Eberlein ၏

Are you an optimist? If not, you can be

အလားတူ၊ ကိုယ်ကာယ ပိုင်းဆိုင် ရာ အ ဖျား အ နာနှင့် အ ခြား ဝေဒနာများလည်း အဖြစ်နည်းသည်။ စိတ်ပညာပါမောက္ဂ မာတင် ဆဟ် လစ် (g) မန် (Martin Seligman) က ဆို သွေ့၏ ‘အကောင်းမြင်စိတ်ဟာ ကိုယ်ခံအားစနစ် တောင့်တင်းခိုင်မာ အောင် အားပေးကြောင်း အထောက်အထားတွေ ရှိတယ’ ဟူ၍ပင် ဆိုခဲ့သည်။

အကောင်းမြင်စိတ် အဆိုးမြင်စိတ်တို့သည် ကလေးဘဝက စဉ် ကျွန်တော်တို့ မသိမသာမှတ်သားနာယူရင်း အကျင့်ပါ စွဲမြှုလာခဲ့သည့် စရိက်သဘာဝများဖြစ်၍၊ ကျွန်တော်တို့ စံနမူနာထား မှတ်သားနာယူလာခဲ့သူများမှာမူ အဓိကအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ မိဘများပင်ဖြစ်သည်။ ဟူ၍ စိတ်ပညာရှင်တို့က ယုံကြည်ကြသည်။

ဥပမာ၊ မိမိ ငယ်စဉ်က နေအီမှုအသစ်စက်စက်မှာ ရေပိုက် ပေါက်ပြီး အီမဲထဲ ရေတွေလျှောသည့်အခါ ဖင်က ဘယ်သို့ တုပြန်သလဲ။ ‘ဒီလောက် အသုံးမကျတဲ့ အီမဲကို ငါဘယ်လို့များ ရွေးမိခဲ့ပါလိမ့်’ ဟူ၍ စိတ်ပျက်လက်မိုင်ချသလား။ ဒါမှမဟုတ်၊ ‘စာချုပ်ထဲမှာ အကုန်လုံးစိတ်တိုင်းကျအနေအထား ဖြစ်စေရမယ လို့ အာမခံထားတယ်၊ အခု ဒီကန်ထရှိက်ကို ရေပိုက်တွေပြန်ပြင် ခိုင်းမယ်၊ ပျက်စီးသွားတာတွေလဲ အားလုံး အသစ်ပြန်လဲခိုင်းမယ်’ ဟူ၍ ပြင်ပြတ်သားသားဆိုသလား။

မိဘ၏ အဲသည်၊ အလွယ်တကူစိတ်ပျက်ခြင်း မပျက်ခြင်း၊ လုံးဝသွားပြီဟု တွေးခြင်း – မသွားဘူး ပြန်ပြင်လို့ရတယ်ဟု ခံယူ

ခြင်းတို့သည် သင်တို့ကျွန်ုပ်တို့ထဲ ကူးစက်သည်၊ သင်တို့ကျွန်ုပ်
တို့ကို ပုံစံသွင်းပေးသည်။

*

‘အကောင်းမြင်စိတ်ဆိတ်ဘာ အဆင်မပြတဲ့ အကြောင်းကိစ္စ[း]
မျိုးကြီးတဲ့ အခါတိုင်း ကိုယ့်ကိုကိုယ် ပြေလည်အောင် ရှင်းပြတတဲ့
တဲ့ စိတ်ပဲ’ ဟူ၍ ဆယ်လစ်(က) မန်က ဆိုသည်။ ပို၍ပြည့်စုံအောင်
ပြောရသော်။

★ အဆိုးမြင်သမားက မကောင်းသော အကြောင်းကိစ္စတွေ
သည် ထာဝရမပြောင်းလဲနိုင်သည့် မကောင်းသော အရင်းခဲ့ အ
ကြောင်းများမှ ပေါ်တွက်လာသည်ဟု ယုံကြည်ပြီး၊ ကောင်းသော
အကြောင်းကိစ္စများကိုကား တာဒေါ်အခြေအနေကောင်းကြုံ၍ ဖြစ်
ရသည်ဟု မှတ်ယူသည်။

ဥပမာ သချို့ တစ်ခါးရှိုးသည်ကို ငါကိုယ်နှီးကို သချို့ ဦး
နှောက်မှ မရှိဘဲကိုးဟု မှတ်ယူပြီး၊ ခင်ပွန်းသည် အိမ်အပြန်မှာ မိမိ
အတွက် လက်ဆောင်ပန်းစည်း ယူလာတာကျတော့ ထူးထူးမြား
မြား ဒီကနေ့ အလုပ်ခွင့်မှာ ဘာတွေ အဆင်ပြေလဲ။ မဲမသိဘူး
ဟု တွေးခြင်းမျိုး။

အကောင်းမြင်သမားကတော့ သူတို့နှင့် ပြောင်းပြန်။

အဆင်မပြေတာ မကောင်းတာတွေကို ယာယီဟု သဘော
ထားပြီး၊ အဆင်ပြေတာ ကောင်းတာကျတော့ ထာဝရဟု မှတ်ယူ
သည်။ သူကာ သချို့မအောင်သည့်ကိစ္စကို ငါသေသေချာချာ ကြို
ကြိုတင်တင် မလေ့ကျင့် မတွက်ချက်ခဲ့လို့ ဖြစ်ရတာဟု မြင်ပြီး။

ခင်ပွန်းသည်က ပန်းလက်ဆောင်ပေးသည်ကို ငါ၊ ကိုချစ်လို့ ပေးတာဟု ခံယူသည်။

★ အဆိုးမြင်သမားသည် ကဏ္ဍတစ်ခုမှာ စိတ်ပျက်စရာ ကြိုသည်ကို တစ်ဘဝလုံး သွားတော့မလို ခဲစားသည်။ ဥပမာ၊ အလုပ်တာဝန်မှ ရပ်စဲခံရသည်ဆိုပါစို့။ အလုပ်ပြုတ်သည့်အတွက် စိတ်ပျက်ဝမ်းနည်းခြင်းလောက်မှာတင် မနေ၊ ငါအိမ်ထောင်ရေးလည်း အခြေအနေသိပ်မကောင်းသူး၊ ကလေးတွေကလည်း ပြောဆိုဆုံးမ မရဘူး၊ စသဖြင့် တောာက်လျှောက်ဆက်ကာ အဆိုးအပျက် တွေချည်း တွေးပြီး ပူပန်သောကရောက်တော့၏။

အကောင်းမြင်သမားကတော့ ကဏ္ဍတစ်ခုထိခိုက်ပျက်ယွင်းမှုကို ဘဝတစ်ခုလုံးဆီသို့ အကူးစက်မခဲ့။ လောလောဆယ်ငါမှာ အလုပ်တစ်ခုမရှိတာ မှန်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ မိန်းမကလည်း ကိုယ့်နဲ့ စိတ်တူကိုယ်တူရှိတယ်၊ ကလေးတွေလည်း ပညာရေးအခြေအနေ ကောင်းတယ်။ အဲသလို တွေးသည်။

★ ပြဿနာတစ်ခု ပေါ်ပြီဆိုသည်နှင့် အဆိုးမြင်သမားက ကိုယ့်ကိုကိုယ် အပြစ်တင်သည်။ ဥပမာ၊ ကိုယ့်ကားရပ်ထားတုန်းနောက်ကားတစ်စီးက ဝင်တိုက်၍ ချိုင်သွားသည် ဆိုပါစို့။ အဆိုးမြင်သမားက၊ ငါကိုယ်က အတိုက်ခံရမယ့်နေရာ၊ မျိုးသွားရပ်မိတာကိုးဟု အပြစ်တင်သည်။ အကောင်းမြင်သမားကတော့၊ သူတစ်ပါးကြောင့် အချောက်တိုက်ဖြစ်ရသည့် မတော်တဆကိစ္စလို့ပဲ သမာာထားမည်။ ဒါမှမဟုတ်၊ အင်း၊ ဒီနေရာက ကားအဝင်

အထွက် များတာကိုး၊ နောင်ဆိုရင် ကားနည်းတဲ့နောရာမျိုး ရွှေးပြီး ရပ်ရမယ်၊ ဟု စဉ်းစားချင် စဉ်းစားမည်။

အဆိုးမြင်သမားများ၌ ငါဘာမှမတတ်နိုင်ဘူးဟူသော အလျော့ပေးစိတ်ကြီး စွဲကပ်လျက်ရှိရာ၊ သည်စိတ်က တားဆီးသဖြင့် အခြေအနေဆိုးကို အခြေအနေကောင်းဖြစ်အောင် ပြောင်းလဲဖို့ အားထုတ်ကြီးပမ်းခြင်းမပြုနိုင်ဘဲ ရှိကြပြောင်း၊ ထို့ကြောင့်လည်း ပြဿနာအက်အခဲတစ်ခု ကြိုးသည်နှင့်ပင် သူတို့ လက်မြှောက် အရှုံးပေးတတ်ကြခြင်းဖြစ်ပြောင်း ဆယ်လစ်(၇) မန်က ဆိုပါ သည်။

သို့သော်၊ အဲသည် အဆိုးမြင်စိတ်များ လျော့ပါးပြီး အကောင်း မြင်စိတ်တွေ တိုးပွားအောင် ပြုပြင်လို့သည်ဆိုက လုပ်ဆောင်ရန် နည်းလမ်းများ ရှိပါသည်။

အကျင့်ဟူသည် စွဲတတ်သလို ပြန်ပျောက်သွားတတ်သော သဘောလည်း ရှိပါသည်။ အကောင်းမြင့်စိတ် ဟူသည်လည်း မည်သူမဆို လေ့ကျင့်မွေးမြှုနိုင်သောအရာ ဖြစ်ပါသည်။

သည်အတွက် အဆင့်(၄) ဆင့် ပါသော နည်းစဉ်တစ်ခု အောက်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။ ၄င်းအတိုင်း စမ်းသပ်လေ့ကျင့် ကြည့်ပါက အကောင်းမြင် အပြုတွေးစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်ရေးအတွက် အထောက်အကူပေးကြောင်း တွေ့ရှိပါလိမ့်မည်။

အပျက်တွေးများကို စစ်ဆေးချေဖျက်ပါ

သင် အလုပ်ခွင့်သို့ အရောက်နောက်ကျသည် ဆိုပါစို့။ ‘ငါ အမြဲ နောက်ကျနေတာပဲ’ဟု ကိုယ့်ကိုကိုယ် မဆူဗု မမောင်းမဲပါ နှင့်။ နောက်ကျတာ ဘယ်နဲ့ခါရှိပြီလဲ သေသေချာချာ စိစစ်ပါ။

နောက်ဆုံး ဘယ်နေ့က နောက်ကျခဲ့သလဲ။ မနေ့ကလား၊ ဟာ မဟုတ်ဘူး၊ အရင် နှစ်လလောက်က တစ်ကြိမ် နောက်ကျတာ။

ဘာလို့ နောက်ကျရတာလဲ။ အပျင်းကြီးပြီး အိပ်ရာက တော်တော်နဲ့ မထလို့လား။ မဟုတ်ဘူး။ ဉာက အိမ်က မြို့ကောင်ပေါက်ကား ယူသွားပြီး ဆီကုန်အောင် မောင်းထားလို့ လမ်းမှာ ဆီဝင်ထည့်နေရတာကိုး။ အဲဒါကြောင့် နောက်ကျတာ။

အဲသလို တိတိကျကျ မှန်မှန်ကန်ကန် တွေးမိလျှင် ကိုယ့်ကိုယ် လိုတာထက်ပို၍ အပြစ်တင်မိစရာအကြောင်းမရှိတော့။

ပြီး၊ စဉ်းစားကည့်ပါ။ သည်တစ်ရက် အလုပ်နောက်ကျသဖြင့် အဆိုးဆုံး ဘာဖြစ်နိုင်မည်လဲ။ ‘ငါ အလုပ်ဖြတ်ခံရနိုင်တယ်’ ဟု သင် ဆိုမည်လား။ မဖြစ်နိုင်တာ။ သည်လောက်နှင့် အလုပ်ဖြတ်တဲ့ အထိဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းသည်။ ပြီး၊ သင့်အလုပ်ရှင်ကိုယ်တိုင်လမ်းမှာ ကားတွေပိတ်မိနေသဖြင့် သင့်ထက်ပင် အရောက် နောက်ကျနိုင်သေးသည်။ သည်တော့၊ တကယ်လက်တွေ့၊ အဖြစ်နိုင်ဆုံး အနေအထားက ဘာလဲ။ သင်အလုပ်နောက်ကျပြီး အခန်းထဲဝင်လာတော့ အထက်လူက မျက်မောင်ကြုတ်ကြည့်မည်။ သင်က ကိုယ့်စားပွဲကို သုတ်သုတ်ပျောပျောဝင်ထိုင်မည်။ ဒါပဲပေါ့။ ကြီးကြီး

ကျယ်ကျယ် သေလောက်ပျောက်လောက်ဖြစ်စရာအကြောင်း
လုံးဝမရှိ။

အဲ သည့်နောက်မှာတော့၊ သည်ကိစ္စအတွက် ပြရာ ပြေ
ကြောင်း နည်းလမ်းရှာရမည်။ ဥပမာ၊ နေ့လယ်စာစားချိန်ကျ
တော့ အပြင်မထွက်ဘဲ အလုပ်ဆက်လုပ်နေတာမျိုး။

ပြီး၊ နောက်တစ်ကြိမ် သည်လိုမဖြစ်အောင် ကိုယ့်ဘာသာ
အစီအစဉ်ချရမည်။ ဥပမာ၊ လမ်းမှာ မမျှော်လင့်ဘဲ အနောင့်
အယုက်တစ်စုံတစ်ရာ ကြံ့ခဲ့သည်ရှိသော် အလုပ်နောက်မကျစေ
ရန်အတွက် အိမ်မှယခုစာက် ဆယ်မိန်စောက် စော၍ထွက်ခြင်း
မျိုး။

ဆယ်လစ်(g) မန်ကတော့၊ ‘ကိစ္စတစ်ခု မအောင်မြင်တာကို
လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မှားတာလို့ မြင်ပါ၊ ငါကိုယ်က ချို့ယွင်းချက်
ရှိနေတာပဲလို့ မသုံးသပ်ပါနဲ့’ ဟူ၍ အကြံပေးသည်။ အသည်လို့
ဘုံးစားတတ်သည့်အခါ၊ ပြသာနာကြံ့လျှင် လက်မြိုင်ချမနေဘဲ၊
တစ်စုံတစ်ရာ နည်းလမ်းရှာပြီး ထလုပ်ဖြစ်လာမည်၊ ဟု သူက ဆို
သည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ဖြစ်မြောက်အောင်မြင်သူဟု မြင်ယောင်ယားကြည့်ပါ

စိတ်ပညာပါမောက္ဗ ဒေးဗစ်မြိုင်းယား(၁) (David Myers)
ဘာ၊ ‘ငါလုပ်ရင် ဖြစ်မယ်ဟု ကြိုတင်မြင်ယောင်မှန်းဆယားသူများ
သည်၊ ငါဘယ်လိုအဆင်မပြုဖြစ်မလဲ ဟူသော မယ့်မရဲစိတ်ဖြင့်

ဥပမာ၊ ကိုယ်အလေးချိန်မတက်အောင် ထိန်းနေသည့်အမျိုး
သမီးတစ်ယောက် ဆိုပါစို့။ ဓာတေသာက ကြီးစားပမ်းစား ထိန်း
လာနေရာက တူမဖြစ်သူ၏ မက်လာဖွဲ့နေ့ကျလျှင် ပျော်ပျော်ပါးပါ။
အားရပါးရစားမိပြီး မိမိ၏ မူလအစီအစဉ်ကြီး ပျက်သွားနိုင်သည့်
ဟု တွေးပူသည့် ဆိုပါစို့။ အဲသည်နေ့မတိုင်မိက ကြိုတင်ကာ စိတ်
အာရုံတဲ့တွင် ထမင်းဂိုင်း၌ မိမိရှေ့ရောက်လာသည့် အဆီအအိမ်
ပွဲကို ဘားလူဆီ ကမ်းပေးလိုက်ကာ မိမိက အသီးအရွက်ပန်းကန်
ဆီပဲ လက်လှမ်းမည်ဟု မြင်ယောင်ထားကြည့်လိုက်ပါ။ ထမင်း
စားပွဲ၌ တကယ်လက်တွေ့ကြုံသည့်အခါ ချိတ်ချုပ်ဖြစ်မနေတော့
ဘဲ ကိုယ့်အစီအစဉ်အတိုင်း တိတိကျကျ ထိန်းသိမ်းလိုက်နာနိုင်
မည်ဖြစ်သည်။

မြစ်ကိုယ်ကိုထိက်တန်စွာအသိအမှတ်ပြပါ။

ဥပမာ၊ အပန်းဖြေခရီးထွက်စဉ်က သင်ရိုက်ခဲ့သော ဓာတ်ပုံ
ထွေ သိပ်ကောင်းနေသည် ဆိုပါစိုး။ ကင်မရာက ကောင်းတာကိုး

ဘယ်သူရှိက်ရှိက် ဒီပုံမျိုးထွက်မှာပဲဟု လျှောမတွက်ပါနှင့်။ ဓာတ်ပုံရှိက်စဉ်က အလင်းအမောင်အနေအထားကို သင် ထည့်သွင်းစဉ်းစားခဲ့တာ၊ လူနှင့် နောက်ခံများ အဆင်ပြည့်ညွတ်မှုရှိအောင် သင် စီစဉ်ချိန်ဆခဲ့တာတွေကြောင့် ဓာတ်ပုံတွေ ပို့ကောင်းသွားတာ ဖြစ်ကြောင်း မိမိဘာသာ အသီအမှတ်ပြုဖို့ လိုပါမည်။

သည်လိုပဲ၊ သင် တည်ခင်းသည့် ဘာသီကျူး၊ အသားကင် ဓည်ခံပွဲသိပ်အဆင်ပြုအောင်မြင်သွားခဲ့သည် ဆိုပါစို့။ ရာသီဥတု သာယာနေတာတစ်ခုတည်းကိုချည်း မတွက်ပါနှင့်။ သင့်အစား အသောက် အပြင်အဆင်ကောင်းတာ၊ ဖော်ရွှေပျူှါာစွာ ဆက်ဆပါင်းသင်းတတ်တာတွေက ပို၍အခိုက်ကျသည် ဆိုတာ သတိရ ဖို့ လိုပါသည်။

ဒါတင်မက၊ သည်လိုအောင်မြင်မှုများအတွက် ကိုယ့်ကိုကိုယ် ချီးမွမ်းထောမနာပြုဖို့လည်း လိုပါသည်။

ဥပမာ၊ အီမ်နံရုံက ယိုယွင်းသည့်နေရာကို လက်သမားမခေါ်ဘဲ ကိုယ့်ဘာသာ ပြန်ပြင်လိုက်နိုင်သည် ဆိုပါစို့။ နောက် ဒါမျိုးတွေ၊ ဒီထက်မကတွေ ကြိုရင် ကိုယ့်ဘာသာလုပ်နိုင်အောင်၊ ခုကိုယ့်မှာ ရှိတာတွေထက် ပိုကောင်းပိုအဆင့်မြှင့်တဲ့ လက်သမားကိရိယာတစ်ခု ကိုယ့်ကိုကိုယ် ဂုဏ်ပြုတဲ့ အနေနဲ့ ဝယ်ပေးရမယ်၊ ဟူ၍ စဉ်းစားခြင်း၊ ဘကာယ်လည်း လုပ်ကိုင်ခြင်းအားဖြင့်၊ မိမိကိုယ်ကို ဘန်ဖိုးထားစိတ်၊ အကောင်းဘက်က ရူမြင်တတ်စိတ်များ တိုးမြင့်လာစေနိုင်ပါသည်။

ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များချမှတ်ထားပါ

မွော်လင့်ချက်ပြည့်ဝသူတစ်ဦးဖြစ်ရန်အတွက် တစ်စုံတစ်ရာ၌ ထက်သန့်စွဲမြို့စွာ လုပ်ကိုင်တတ်သည့် စိတ်ဓာတ်စွမ်းအား (will power) လိုအပ်သကဲ့သို့၊ မိမိရည်မှန်းထားသည့် အရာကို ဖြစ်မြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ရန် နည်းလမ်းကို ရှာဖွေတတ်သည့် စွမ်းအား (way power) လည်း လိုအပ်ကြောင်း စိတ်ပညာရှင် ဆနိက်ဒါ (C.R. Snyder) က ဆိုသည်။

ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို ရွှေးသည့်အခါ အမြှောအမြှောင်းရှိစွာ ရွှေးချယ်တတ်ဖို့ လိုသည်။ ကိုယ်တိုင်ရွှေးသည့် ကိုယ့်ရည်မှန်း ချက် စစ်စစ်ဖြစ်ဖို့လည်း လိုပါသည်။ ဖင်က သင့်အား မိသားစု ပိုင် ကုန်မာဆိုင်ကို ကြီးကြပ်စေချင်သည် ဆိုပါစို့။ အကယ်၍ သင်က ကုန်မာပစ္စည်းထက် စာအုပ်စာပေဘက်တွင် ပို၍နှစ်သက် မွေ့၊ လျှော်သည် ဆိုက စာကြည့်တိုက်မျှုးအလုပ်ကို ရွှေးလျင် ရေရှည်မှာ သင့်အတွက် ပို၍စိတ်ချမ်းမြှောစရာ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ရည်မှန်းချက်ထားသည့်အခါ စိုးတိုးဝါးတား မထား၊ ‘ဘာ’ဟူ၍ တိတိကျကျပြတ်ပြတ်သားသားထားဖို့လည်း လိုသည်။ ဥပမာ၊ လူမှုရေးအလုပ်ပဲ ဆိုပါစို့။ ရပ်ကွက် သို့မဟုတ် မြို့နယ်က သာရေးနာရေးကိစ္စတွေမှာ တတ်နိုင်သလောက် ဝင်လုပ်မည် ဆိုသော သဘောမျိုးနှင့် ကြိုရာ အလျဉ်းသင့်ရာ လိုက်ပါနေခြင်း ထက်၊ ဘိုးဘွားရိပ်သာမှာ စနေနေ့တိုင်း ဘယ်အချိန်က ဘယ် အချိန်ထိ မှန်မှန်လုပ်အားသွားပေးမည် ဆုံးဖြတ်ထား

က တကယ်လည်း လုပ်ဖြစ်မည်၊ မိမိအလုပ်လည်း တန်ဖိုးရှိမည်
ဖြစ်သည်။

အကယ်၍၊ ကြီးမားသော ရည်မှန်းချက်များ ချမှတ်ထားခဲ့
လျှင်လည်း၊ အဲသည် ရည်မှန်းချက်ကြီးကို လုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်
အလိုက်၊ သို့မဟုတ် ယင်း၏ကဏ္ဍခွဲအသီးသီးအလိုက် အသေး
စိတ်ရည်မှန်းချက်ထဲထံများ ခွဲခြားထားပြီး၊ တစ်ခုချင်းကို အလုပ်
ချိန် တိတိကျကျသတ်မှတ်လုပ်ဆောင်တတ်ဖို့ လိုသည်။ သို့မဟုတ်
ပါက ကြီးမားသော ရည်မှန်းချက်၏ ဖိစ်းလေးလံမှုဒဏ်ကို မခံနိုင်
ဖြစ်ကာ စိတ်ပျက်လက်လျှော့သွားနိုင်သည်။

အသေးစိတ်ရည်မှန်းချက်ထဲ တစ်ခုပြီးတစ်ခု၊ တစ်ဆင့်ပြီး
တစ်ဆင့် အောင်မြင်သွားသည့်အခါ မိမိအလုပ်အတွက် တိုးတက်
မှုကို မြင်ရသဖြင့် ပို၍အားတက်မည်၊ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ရ
မည့် အပိုင်းများအတွက်လည်း အကောင်းမြင်စိတ်၊ ဖြစ်မြောက်
အောင်မြင်မည်ဟု ယုံကြည်စိတ်များဖြင့် အင်ပြည့်အားပြည့် ရှိနေ
မည်၊ ဟု ဆန္ဒကိုဒါက ဆိုသည်။

ဤသည်ပင်လျှင် အကောင်းမြင်သမား၏ တန်ခိုးစွမ်းအား၊
သို့မဟုတ် သူ၏ ထူးခြားသောအမှတ်လက္ခဏာဖြစ်ပါသည်။



အမိအပတိရဲ့ ပြခါဒ

လူဆိုသည်က သင်ကြားမှုအများကြီးလိုသောသတ္တဝါ ဖြစ်
သည်။

တဗြားသတ္တဝါများမှာ အသက်ရှင်မှုအတွက် ဘာသာသာဝ
လေ့ကျင့်သင်ကြားရသောအရာတရီး ရှိတာမှန်သည်။ သို့သော်
လူမှာကဲ့သို့ မကြီးကျယ်။

လူတို့မှာကား လူကမ္မာတွင် လူနေထူထပ်ကာ ယဉ်ကျေးမှု
စနစ်တွေ မြင့်မားလာသည့်နှင့်အမျှ အခြေခံရပ်တည်မှုအတွက်
ဆည်းပူးရသော ပညာတွေကလည်း များပြားသထက် များပြား
လာသည်။

သည်နေ့ခေတ် လူသားမှန်လျှင် လူအသိင်းအရိုင်းထဲ ဝင်ရန်
အတွက် ဦးစွာပထမ အခြေခံပညာ ရှိရသည်။ အခြေခံပညာ ရှိမှ
အသိညာက်အရာ၌ လူတန်းစေအဆင့်ကို ရောက်သည်။ ထို့အက်
လူအများကြား ရှာဖွေစားသောက်နိုင်ဖို့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း

ပြုလောက်သည့် အတတ်ပညာတစ်ခုခု တတ်ရသည် (သို့မဟုတ်) လုပ်ငန်းကဏ္ဍတစ်ခုကို အထူးပြု လုပ်ကိုင်နိုင်ရသည်။ ဂျူးအသိုင်း အဝိုင်းအတွင်း မိမိအတွက် တစ်ထောင့်တစ်ဌာန ဖန်တီး တည် ဆောက်နိုင်မှ ဘဝရပ်တည်မှု ရေရာသည်။

အသည်လို နေရာတစ်ခုတည်ဆောက်နိုင်ဖို့ ပြီး အသည် နေရာကို ရေရှည်ထိန်းသိမ်းနိုင်ဖို့မှာ ဆိုခဲ့သည့် အခြေခံပညာ အထူးပြု ပညာတွေအပြင်၊ ကိုယ်အတွက် အသင့်တော်ဆုံး နေရာကို မြင် တတ် တွေ့ကတ် ရွှေးချယ်တတ်သည့် ဥာက်အမြင် လိုသည်။ အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်စေမည့် ပါးနပ် လိမ္မာမှု လိုသည်။ စိတ်ရည်စွဲမြို့စွာ လုပ်တတ်သည့် စွဲလုံးလလည်း ရှိရလိမ့်မည်။

အသည် များလွှာသော လိုအပ်ချက်တွေအတွက် လူမှာ အထောက်အကုမ္ပဏီများစွာ လိုအပ်လေ့ရှိသည်။

ဦးစွာပထမ၊ အခြေခံပညာ အထူးပြုပညာများ သင်ကြားပေး မည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ (သို့မဟုတ်) ဆရာသမားများ။

ရှေးက ဒီသာပါမောက္ခတစ်ဦးထံ နည်းခံလျင် ပညာစုံတတ် နိုင်သည်။ ပညာရပ်တွေ များပြားလာ နှက်ရှိုင်းကျယ်ဝန်းလာ သော သည်ခေတ်ကာလတွင် အခြေခံပညာကိုပင် ဆရာများစွာ ထံမှာ သင်ရသည်။

သို့သော ဒါနှင့်လည်း မပြီးသေး။ အသည် သင်ယူတာတွေ သည် သဘောတရားတွေ ယေဘုယျနည်းနာတွေလောက်သာ ရှိ သေးသည်။ လက်တွေ့ဘဝကြီးထဲမှာ ဆက်လက်ဆည်းပူးဖို့

အခြေခံမျှသာဖြစ်သေးသည်။ အသည်အခြေခံတွေဖြင့် လောကထဲ ဝင်ရောက်လှပ်ရှားကြည့်၊ ယဉ်ပြီးစုံပုံတည်ကြည့်၊ ဖန်တီးတည်ဆောက်ကြည့်ရှုံးမည်။

ကျောင်းသင်ပညာတွေ တတ်ကျမ်းခဲ့သူတစ်ဦး အဆင့်မှ လောကထဲ ပါးနပ်ကျမ်းကျင်စွာ လှပ်ရှားကျင်လည်တတ်သူတစ်ဦး အဆင့်သို့ ကူးပြောင်းသည့်နေရာတွင် ကိုယ့်ဉာဏ် ကိုယ့်အား တစ်ခုတည်းဖြင့် စခန်းသွားပါက ဆူးငြာင့်ခလုတ်များစွာ ကြိုတွေ ရလိမ့်မည်။ ပိတ်ထားသောတံ့ခါးများ၊ ချိတ်တွယ်မရသည့် နံရုံများ၊ တံတားမရှိသည့် ချောက်ကမ်းပါးများ စသည် အတား အဆီးပေါင်းများစွာနှင့် ရင်ဆိုင်ရလိမ့်မည်။

သည်ခရီးလမ်းမျိုးကိုလျှောက်ဖူးသူ၊ ကျမ်းဝင်သူ၊ သော့ချက် ကိုသိနှင့်သူတို့၏ အကြံပေးမှု၊ လမ်းညွှန်မှု၊ စောင့်ကြည့်သတိပေးမှု၊ ဖေးမကုလ္ပ်များ ရရှိသူတို့သာ ပန်းတိုင်သို့ အခက်အခဲ နည်းပါးစွာဖြင့် အရောက်လှမ်းနိုင်လေ့ရှိကြသည်။

သည်လို ဖေးမကုလ္ပ်မည့်သူများထဲတွင် အနီးစပ်ဆုံး၊ အသေချာဆုံး၊ အားကိုးအားထား အပြုရဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်များကား လက်ဦးဆရာဟု ကျေန်တော်တို့ ခေါ်ဝေါ်လေ့ရှိကြသည့် အမိအဖတို့ပင် ဖြစ်သည်။

*

အမိအဖ ဟူသည်က မိမိသားသမီး၏ လိုအပ်ချက်ကို အသိဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်သည်။

အမြတ်အမြင်ရှိသော မိဘ၏ သိပါဒစကားတစ်ခွန်းသည်

သားသမီး၏ ဘဝတစ်ခုလုံးကို အကောင်းသက်ပြောင်းလဲသွားစေ ရုံမက၊ တစ်ဆင့်ကြားနာသူများကိုပါ ဆုံးမပဲပြင်နိုင်သောသဘာ ရှိသည်။

ကြားဖူးကြပါမည်။

သားသမီးများအား တစ်ဦးလျှင် ထင်းတစ်ချောင်းစီ ယူလာ စေပြီး၊ ထင်းချောင်းများအားလုံး စုကာ အစဉ်းလိုက်ချို့ခိုင်းသော ဖင်အကြောင်း ပုံပြင်ကို ငယ်စဉ်က လူတိုင်းဖတ်ဖူးကြသည်။ စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်း၏ အားကို ထင်ရှားအောင်ပြရာ၍ သည်ပုံပြင် လာ ဖင်၏ သွန်သင်ပုံလောက် ထိရောက်လှသောနမူနာ မရှိပါ။ ချိုးဖျက်မရနိုင်သော ‘ထင်းစည်း’ သည် စည်းလုံးခြင်း၏ အမှတ် တံဆိပ်အဖြစ် ယနေ့တိုင် တည်တုံးဆဲဖြစ်သည်။

အလားတူပင်။

သေအဲမူးမူးအချိန်၌ မိမိ၏သားတို့အား ခြိထဲတွင် အဖိုးတန် ရတနာများ ထားရစ်ခဲ့ကြောင်း မှာကြားသွားသည့် လယ်သမား ဖင်အကြောင်း ပုံပြင်ကိုလည်း အများသိကြသည်။ ခြိထဲမှာ ရတနာရှာရင်း မြေကို ညက်ညက်ကြအောင် ထွန်ယက်သလိုဖြစ် ကာ သီးနှံတွေ ဝေဆာလာတော့မှ တို့အဖော်ပဲခဲ့သော ရတနာ ဆိုသည်မှာ ‘စိရိယ’ကို ဆိုခြင်းပါတကား။ ဘယ်အရာမဆို စိရိယ နှင့် ပေါင်းလျှင် ရတနာဖြစ်လာနိုင်သည်ဟု သွန်သင်ခဲ့ခြင်းပါ တကားဟူ၍ သဘောပါက်ကြရသော သားတို့၏အကြောင်းသည် နာယူတတ်သူများအတွက် ယနေ့ခေတ်တိုင် အဖိုးတန်ဆဲ၍ ပါဝါဒ တစ်ရပ် ဖြစ်နေသည်။

သားသမီးတို့အား မိဘက ပေးသည့် သည်လို အဆုံးအမ ကောင်းတွေသည် လူမျိုးအသီးသီး၏ စာပေများထဲတွင် ပြန့်မွား ရှင်သန်၍ နေသည်။

ကျွန်ုတ်တို့မြန်မာတွင် အစဉ်အဆက်အားကိုးပြုခဲ့သည့် ဆုံးမစာများစွာရှိသည်။ တရာ့လည်း အိန္ဒိယတိုင်းဘက်မှ လာ သည်။ တရာ့လည်း မြန်မာပညာရှိတို့၏ အာဘော်များဖြစ်သည်။

သည်အထဲမှ အထင်ရှားဆုံးတစ်ခုကို ပြောရလျှင် ဆားတုံး ဆရာတော်၏ ပုတ္တာဝါဒဆုံးမစာ (သို့မဟုတ်) ပုတ္တာဝါဒပျို့ ဖြစ်သည်။ ပုတ္တာဝါဒ (ပုတ္တာဝါဒ) (သားဆုံးမခန်း) ဟု အမည် ပေးထားသည့်အတိုင်း သားငယ်ကို အဖွဲ့အမို့ နှမ စသည်တို့က အမျိုးမျိုး အဖို့ဖို့ သွန်သင်ဆုံးမပုံများ ပါဝင်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် စာသင်သားတိုင်း ကျက်မှတ်ဖူးကြသည့် 'ရှုံးသရောအခါ'၊ ပြည် ဗာရာဝယ်၊ ကုဋ္ဌကြွယ်သား၊ သေဇွ်အားလျှင်...' အစချိုသည့် ပညာမဲ့သော သေဇွ်သားပျက်စီးခန်းလက်ာသည် ပုတ္တာဝါဒပျို့လာ နှမက မောင်ကို ဆုံးမခန်းမဖြစ်သည်။

သား(ပုတ္တာ)ကို ဆုံးမသည့် ပုတ္တာဝါဒ ရှိသလို သမီး(ခိတာ) ကို ဆုံးမသည့် ခိတေရာ်ဝါဒဆုံးမစာလည်း ရှိသည်။ ရေးသူမှာ စလင်းဆရာတော် ဦးလွှဲဖြစ်သည်။

အဆုံးအမခံသူ သားသမီးတို့အမည်နှင့် ဆုံးမစာများ ရှိသလို ဆုံးမသူအမည် ခေါင်းစဉ်တပ်ထားသည့် ဆုံးမစာများလည်း ရှိ သည်။ ဥပမာ၊ ရွှေကျောင်းဆရာတော်၏ မာတော်ဝါဒဆုံးမစာ

ဆိုလျှင် အမိကသားသမီးများအား ပေးသော ဉာဏ်ဘူသည်
အမိပွာယ်ဖြစ်သည်။

အလားတူ စာတော်ပြင်ဆရာကြီး ဦးပညာက သားရွှေ့ဆုံးမ
စာ၊ နဂါးရုံကျောင်းကိုရင်ကြီးက သားရွှေ့ဆုံးမစာ၊ ရတနာဘုရား
ကျောင်းကိုရင်ကြီးက သားရွှေတောင် ဆုံးမစာ၊ ကျောင်းစာရေး
မောင်စံထိန်က သားရွှေကြော်ဆုံးမစာ စသည်ဖြင့် သားငယ်သမီး
ငယ်များအတွက် ဆုံးမစကားတို့ကို မိဘတို့ကိုယ်စား စီရင်ရေး
သားခဲ့ကြသည်။

သည်ဆုံးမစာများမှာ လောက်လောကဗုဏ္ဏရာ နှစ်ဖြာအကျိုး
အတွက် ရည်ရွယ်သည်ဖြစ်ရာ ပိဋကတ်ကျမ်းကန်များ၊ လောက
နိတိ၊ ဓမ္မနိတိစသည် အခို့ဖို့ယနိတိကျမ်းများ၊ ငါးရှာငါးဆယ် အတ်
များနှင့် ဓမ္မပဒ စသည်တို့မှ အဆိုအမိန့်များ ပုံဆောင်ဝါးများ
ကို ကောက်နှုတ်ကိုးကား၍ ရေးသားထားပေသည်။

*

မိဘက သားသမီးထံပေးသောဆုံးမစာများကို ခေတ်အဆက်
ဆက် နိုင်ငံတကာ၌ပင် ရေးသားခဲ့ကြရာ တချို့လည်း မြန်မာ
စာပေထဲ ရောက်ရှိခဲ့သည်။

မူလက ပုံနှိပ်ရန်ကည်းရွယ်ချက်မရှိဘဲ မိမိ၏သားတစ်ဦးတည်း
ဖတ်ရန် ရင်းရင်းနှီးနှီး ပွုင့်ပွုင့်လင်းလင်းရေးခဲ့သော အက်လိပ်ပညာ
ရှိ လော့၍ချက်စတာဖီးလုံ၏ ‘သားထံပေးအာများ’ မှာ ဖခင်က
သားသို့ ပြောကြားသည့် ဉာဏ်စစကား အကြံပြုလမ်းညွှန်စကား
များထဲတွင် အထင်ရှားဆုံးတစ်ခု ဖြစ်သည်။

ကမ္မာ့စာပေနယ်တွင် ထင်ရှားလှသော စာအုပ်တစ်အုပ် ဖြစ်သည့် ‘ဘင်ဂျမင် ဖရန်ကလင်၏ ကိုယ်တိုင်ရေးအထူးဖွံ့ဖြိုး’ မှာ လည်း ‘သားရေ’ ဟု အဆ ချိုကာ ဆင်းရဲသားလေးဘဝမှသည်၍ ကြီးကျယ် ထင်ရှားသော စွယ်စုရပါရမိရင် ပုဂ္ဂိုလ်ကျော်ကြီးအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် မိမိအားထုတ်ကြီးပမ်းခဲ့ပုံများကို အားကျအတူယူ ဖွယ် ရေးပြထားသည့် ပုံတော်ဝါဒအထူးဖွံ့ဖြိုးတစ်စောင်ပင် ဖြစ်သည်။

အလားတူ မက် (က) အာသာ၊ ဂျဝါဟာလာ နေရား စသည့် ဘိုင်းလျှပ်များ၊ နိုင်ငံရေးခေါင်းဆောင်များက သားသမီးကို အသိ ပညာရော စိတ်ဓာတ်စွမ်းရည်များပါ ပြည့်ဝသည့် လူတော် လူ ကောင်းများ ဖြစ်အောင် ဉာဏ်ပေးစာများ၊ ရေးသားကြသကဲ့သို့ သီးမွားရေးလုပ်ငန်းရှင်များ၊ မဟာသူကြွယ်များကလည်း မိမိတို့ သားသမီးကို အမွှေဆက်ခံထိုက်သူများ ဖြစ်အောင် လုပ်ငန်းပညာ သီးမွားရေးပညာဆိုင်ရာများ သင်ပြုလမ်းညွှန်သည့် ပေးစာ၊ ဆုံးမ စာများ ရေးသားကြသည်။

သားသမီးတို့အား ဥစ္စာအမွှေနှင့်အတူ အသိပညာအမွှေပါ တွဲဖက်၍ ပေးသောသဘာပင်။

*

မိဘက ပေးသည့် အသိပညာအမွှေကို သားသမီးတိုင်း တန်ဖိုးထားသည် မဟုတ်။ စဉ်းစားဆင်ခြင်းပေါ်ရှိ၍ ကိုယ့်ကောင်းကျိုးကိုယ်သိသူများသာ တလေးတစားရယူကာ မိမိတို့ဘဝအတွက် တန်ဖိုးရှိစွာ အသုံးချုတ်ကြသည်။

အသက်အချိयံပြောက်ကာ လောကထဲ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး
တိုးဝင်ကျင်လည်ရတော့မှ မိဘ၏ တန်ဖိုးကို ပို၍သတိတရဖြစ်
တတ်ကြပုံအကြောင်း၊ လိမ္မာသော သမီးတစ်ယောက် ရေးသား
ထားသည့် မှတ်တမ်းစာတစ်ပုဒ်ကို သည်နေရာ၌ ဖော်ပြလိပါ
သည်။ ရေးသူက အင်(န) လုံးဒါး(စ)ဖြစ်၍ သူ့စာခေါင်းစဉ်
က ‘အဖော်’ဟူ၍ဖြစ်သည်။

အဖော်...

- ငါ ငန်စွာသားတုန်းက ... ငါအဖော်း ဘာမဆို လုပ်တတ်
တယ်။
- ဤ နှစ်... ငါအဖော်း မသိတာ ဘာမမရှိဘူး။
- ဒေ နှစ်... ငါအဖော် မင်းအဖေထက် တတ်တယ်ကဲ။
- င နှစ်... တို့အဖော် အကုန်လုံးတော့လည်း မသိဘူး။
- ၁၀ နှစ်... အဖော်တို့ ငယ်ငယ်တုန်းကနဲ့ အခုန်းလုံးဝတော်
စီပဲ။
- ၁၂ နှစ်... အင်းအဲဒေါတော့ အဖေလည်း ဘယ်သိပါမလဲ။ သူ
က အသက်သိပ်ကြီးပြီဆိုတော့ ကလေးတုန်းက အကြောင်း
တွေ မမှတ်မိနိုင်တော့ဘူး။
- ၁၄ နှစ်... အဖော်တော့ ထည့်ပြာမနေနဲ့၊ သူ့က ရှုံးပိုးသမား
ကြီး။
- ၁၁ နှစ်... အဘိုးကြီးလား၊ ထားပါ၊ သူက အောက်နေပြီ
လုံးဝ အောက်နေပြီ။

- ၂၅ နှစ်... အဖေလည်း နည်းနည်းတော့ သိတယ်၊ မသိလို့
လည်း မဖြစ်ဘူးလေ၊ လူကြီးပဲဟာ။
- ၃၀ နှစ်... အဖေကို နည်းနည်းပါးပါး မေးမြန်းကြည့်ရင်
ကောင်းမယ်ထင်တယ်၊ ဘာပဲပြောပြော သူကအတွေ့အကြံ
အများကြီးရှိတယ်။
- ၃၅ နှစ်... အဖေနဲ့ တိုင်ပင်ပြီးမှပဲ ဒီကိစ္စ လုပ်လို့ဖြစ်မယ်။
- ၄၀ နှစ်... အဖေသာဆိုရင် ဒီကိစ္စဘယ်လို့ဖြေရှင်းမလဲ မသိ
ဘူး။ အဖေက အတွေ့အကြံစုတယ်၊ အမြော်အမြင်လည်း
ရှိတယ်။
- ၅၀ နှစ်... ဒီကိစ္စ အခုန်သာ အဖေနဲ့ တိုင်ပင်ခွင့်ရမယ် ဆို
ရင် ဘယ်လောက်ပေးရပေးရ ငါပေးပါတယ်။ အဖေ အရည်
အချင်းတွေ သူရှိတုန်းက ကောင်းကောင်းသတိမထားခဲ့မိ
တာ သိပ်နဲ့မြောစရာကောင်းတယ်။ တကယ်ဆို ငါ အဖေ
ဆီက အများကြီးရလိုက်ဖို့ကောင်းတယ်။

*

အဲသည်လို့ အဖေကျေးဇူးသိတတ်သော၊ အဖေ အမေထံမှ
အကြံောက်သွေ့၏၊ အဖေ အမေ အတွေ့အကြံများမှ ရသည့်သင်
ခန်းစာတို့ကို တန်ဖိုးထားသော လူငယ်တွေ၊ တန်ဖိုးထားသည့်
အတိုင်း တကယ်လက်တွေ၊ လိုက်နာကျင့်ကြံသဖြင့် ဘဝ၌ ထွန်း
ပေါက်အောင်မြင်မှ၊ ရေရှည်တည်တဲ့သော စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှ
တို့ ရရှိခဲ့စားခဲ့ရသူတွေ များစွာရှိသည်။

တစ်ခါတုန်းက Reader's Digest မဂ္ဂဇင်းသည် အောင်

မြင်ထင်ရှားသောပုဂ္ဂိုလ်အများအပြားအားဆက်သွယ်ကာ ငါးတိုက်ဘဝအသီးသီးကိုကြီးမားစွာအထောက်အကူပြုခဲ့သည့်အဆုံးအမဲ ဉာဝါဒများအကြောင်းဖွင့်ဟနေးသားပေးပါရန် တောင်းခံလျက် The Best Advice I Ever Had ဟူသောမူသေခါင်းစဉ်တစ်ခုဖြင့် မဂ္ဂဇင်းတွင်ဖော်ပြခဲ့သည်။

သည်ပုဂ္ဂိုလ်ကျော်တွေရေးသားဖော်ပြခဲ့ကြသည့်သူတို့တန်ဖိုးအထားဆုံးဘဝလမ်းညွှန်အဆုံးအမဲများထဲတွင် အများအပြားက အမိအဖတို့ထံမှရသည့်အသီးသီးသောဉာဝါဒစကားများဖြစ်သည်။

တန်ဖိုးရိုက်မက နှစ်သက်ကြည်နဲ့စရာလည်းကောင်းလှသည့်မေတ္တာပြည့်ဝသော ဉာဝါဒနမူနာတချို့ကို ဖော်ပြပါမည်။

*

လူမည်းဆင်းရဲသားလေးဘဝမှ အမေရိကန်ပုံနှိပ်ထဲတော်ဝေရေးလောက်၏ ထိပ်သီးပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဖြစ်လာသော ချွှန်ဟာရိုးလ် ချွှန်ဆင်ဆိုလျှင် အမေ့စကားကို မြေဝယ်မကျနားထောင်သူဖြစ်သည်။ သူလက်ကိုင်ထားသည့်အမေ့ဉာဝါဒက-

‘ဖြစ်ရမယ်လို့ စွဲစွဲမြေမြေ ယုံကြည်မယ်၊ ကိုယ်ရွေးချယ်ထားတဲ့ ပွဲကို ကိုယ်ဝင်ပြောင့်ဖို့ စွဲနပဲလည်း ရှိမယ်ဆိုရင် အောင်ပွဲဆိုတာပြေးမလွှတ်ဘူး’ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

အမေရိစဉ်ကာလတစ်လျောက်လုံး သူ့မှာ အခက်အခဲ အကျဉ်အတည်းကြုံတိုင်း အမေ့ထံအကြံတောင်းသည်။ အဝေးရောက်နေလျှင် ဖုန်းဆက်သည်။ တစ်ကြိမ်းမြှုပ်ဖုန်းဆက်ရမလွယ်သည်

ဟေတီကျွန်း၌ ရောက်နေစဉ် အမေရိကရှိသူ၊ မိခင်ထံ စကားပြော
ချင်သည့်အခါ ကြေးနှင့် တိုင်ပေါ်တက်ပြီးပင် ဆက်သွယ်ခဲ့ဖူး
သည်။

သူတို့သားအမိ ပြောလေ့ရှိသည့် စကားနမူနာတစ်ခုကို ကြည့်
ပါ။

‘အမေ၊ ဒီတစ်ခါတော့ ကျွန်းတော်သွားပြီထင်တယ်’

‘မသွားပါဘူး သားရဲ့၊ အောင်မြင်မှာပါ’

‘မဟုတ်ဘူးအမေ၊ အခုက္ခနားပြီးတော်ကြိုးနေရတဲ့ အခက်အခဲ
က...’

‘ဒီမှာ သား၊ မင်းဒီကိစ္စအတွက် တကယ်ကြိုးစားပမ်းစား လုပ်
ရဲ့လား’

‘လုပ်ပါတယ် အမေ’

‘တကယ် သေသေချာချာ ကြိုးစားနေတာ အမှန်နော်’

‘ဟုတ်ပါတယ်’

‘ဒါဆို မပူနဲ့သား၊ မင်းတကယ်ကြိုးစားနေတာမှန်ရင် မအောင်
မြင်စရာ မရှိဘူး၊ အောင်မြင်လိမ့်မယ်၊ မကြိုးစားတော့ဘူး ဆိုတော့
မှသာ တကယ်ရှုံးသွားတာ’

အဲသည်လို့မျိုး။

ချွန်ဆင့်အမေက အလွန်စိတ်ဓာတ်ကြိုခိုင်သော အမျိုးသမီး
ကြိုးတစ်ယောက်ဖြစ်သည်။

မိမိ၏ဘဝမှာ မိခင်ထံမှ စိတ်ဓာတ်စွမ်းအားတွေ့မရသောနေ့
ဟ၍ တစ်နေ့မျှမရှိခဲ့ကြောင်း ချွန်ဆင်က ဆိုပေသည်။

ရွှေနံဆင်က ငယ်စဉ်ကတည်းက အမေမှအမေ ဆိုပြီး နေလာ
ခဲ့သည့် သားလိမ္မာဖြစ်သည်။

နာမည်ကျော် အမေရိကန်ရပ်ရှင်နှင့် ရပ်မြင်ဟာသမင်းသား
ဂျက်ဘင်နှီကမူ လူငယ်ဘဝတွင် ဖခင်နှင့် သဘောထားချင်း ကွဲ
လွှဲခဲ့သူ ဖြစ်သည်။

အဖေကျယ်လွန်ခါနီးအချိန်လောက် ရောက်မှ အဖေစိတ်ဓာတ်
နှင့် စေတနာကို ကောင်းကောင်းသဘောပေါက်သည်။ အဖေ
ဉာဏ်၏ တန်ဖိုးရှိလိုက်လည်း သည်တော့မှ သေသေချာချာ နား
လည်ကာ နောင်တွင် ထာဝရကိုင်စွဲခဲ့သည်။

အဖေထံမှ ဂျက်ဘင်နှီးစွဲစွဲမြှုမြှု မှတ်သားခဲ့သည်က-

‘ဘယ်လုပ်ငန်းတွေမှာမဆို တချို့အပိုင်းတွေဟာ လွယ်တယ်၊
တချို့အပိုင်းတွေက ခက်တယ်၊ လုပ်ငန်းတစ်ခုမှာ တကယ်တမ်း
အောင်မြင်ချင်ရင် လွယ်တာချည်းလုပ်နေလို့ မပြီးဘူး၊ ကြိုက်သည်
ဖြစ်စေ မကြိုက်သည်ဖြစ်စေ ခက်တဲ့အပိုင်းတွေကိုလည်း ကျေ
ဉာဏ်အောင် လေ့ကျင့်ဖို့လိုတယ်’ ဟူသောဉာဏ်၏ ဖြစ်သည်။

သည်ဉာဏ်၏ ကို လိုက်နာကာ နာမည်ကြီးဟာသမားဖြစ်
ပြီးသည့်နောက်တွင်လည်း စာသားတွေ စကားလုံးတွေ ဟာသ
ကွက်တွေကို အကြိမ်ကြိမ်အထပ်ထပ် သူစစ်ဆေးသည်၊ ပြင်ဆင်
သည်၊ ကျေဉာဏ်အောင် လေ့ကျင့်သည်။

ထို့ကြောင့်လည်း ထိပ်တန်းအဆင့်မှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ သူ
တည်တဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

စစ်မြေပြင်သတင်းဓာတ်ပုံများ စွန့်စားရိုက်ကူးခြင်းကြောင့်
ကမ္မာတွင် ထင်ရှားသည့် အမျိုးသမီး ဓာတ်ပုံသတင်းထောက်
ဘုရားရိုက်သည့် ငယ်စဉ်က အလွန်ကြောက်တတ်သူတစ်ဦးဖြစ်
သည်။

အမြော်အမြင်ရှိသော သူမ၏ မိခင်သည် ကြောက်တတ်သော
သမီးအား သတ္တိရှိလာအောင် စိတ်ရည်လက်ရည် ပျိုးထောင်လေ
ကျင့်ပေးခဲ့ရာ နောင်တွင် ဘုရားရိုက်သည့် အလွန်ရဲ့ဝံသည့် အမျိုး
သမီးတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့သည်။

ဘုရားရိုက်အား ရရင့်အောင် လေ့ကျင့်ပေးရင်း သမီးခေါင်း
ထဲ မိခင်ထည့်ပေးခဲ့သည့် ဉာဏ်၏က-

‘ကြောက်တဲ့အရာကို စွဲစွဲကြည့်၊ ရဲရဲရင်ဆိုင်၊ ဘာမှ အခြေ
အမြစ်မရှိတဲ့ ကြောက်စိတ်မျိုးဆိုရင် အဲဒီလို ရင်ဆိုင်ကြည့်ရဲ့နဲ့
လုံးဝအစပျောက်သွားလိမ့်မယ်၊ တကယ်ကြောက်သင့်ကြောက်
ထိုက်တဲ့ အရာပဲလို့ တွေ့ရရင်တော့ တစ်ခုခု ထလုပ်၊ အဲဒီ လုပ်တဲ့
တစ်ခုခာက ကြောက်စိတ်ပျောက်အောင် ကယ်သွားလိမ့်မယ်’ ဟူ
၍ ဖြစ်သည်။

သည်ဉာဏ်ကို ကိုင်စွဲကာ ကြောက်စိတ်ကင်းမှုသူ၏ လွှတ်
လပ်မှု အရာဘနှင့် ဘဝအောင်မြေင်တိုးတက်ရေး အခွင့်အလမ်းများ
ကို တစ်သက်တာလုံး သူခံစားသွားခဲ့ရသည်။

*

အလားတူ ခိုနယ်ကင်းဘဲလ်ဆိုသော ပုဂ္ဂိုလ်လေးအား သူ၊
ဖောင်က-

‘ငါသား အမြဲမှတ်ထား၊ ဘယ်လုပ်ငန်းပဲ လုပ်လုပ် ရပြီးတဲ့
အောင်မြင်မှုသရဖူနဲ့ ကျေနှုပ်မနေနဲ့၊ ပန်းတိုင်တစ်ခုရောက်ပြီးပြီ
ဆိုရင် နောက်ထပ် ဒီထက်မြင့်တဲ့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တစ်ခု
ထပ်ချေမှုယ်’ဟူ၍ ဉာဏ်ပေါ်ပေးခဲ့သည်။

သည်ဉာဏ်ပေါ်ခေါင်းထဲ စွဲနေအောင် မှတ်သားထားသော
ဒိုနယ်ကင်းဘဲလ်သည် ပြိုင်ကား ပြိုင်ရေယာ်များ ကိုယ်တိုင် ကြီး
ကြပ်တိတွင် မောင်းနှင်ကာ မောင်ပြိုင်ရော ရေပြိုင်မှာပါ အမြန်ဆုံး
စံချိန်များ တင်နိုင်ခဲ့သည့် ကမ္မာ့ချုန်ပိုယ်တစ်ဦးဖြစ်လာခဲ့သည်။

*

ထိနည်းတူ ကျောထောက်နောက်ခံကင်းမဲ့စွာ လူ၊ လောကထဲ
ဝင်ရောက်ရသည် အညွတ်လူမည်းလေးဘဝမှ ကုလသမဂ္ဂလက်
ထောက် အထွေထွေအတွင်းရေးမျှူးဖြစ်ကာ လူမည်းများထဲတွင်
ပထမဆုံး နိုဘယ် (လ) ဆူရပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် မှတ်တမ်းတင်ခြင်း ခံရ^၁
သူ ရပ် (၇) ဘန်းချုပ်သည် မိခင်ပြောကြားခဲ့သည်—

‘သားရဲ့ မျှော်လင့်ချက်၊ ယုံကြည်ချက်တွေ၊ စိတ်ကူးအိပ်မက်
တွေကို ဘယ်အရာ ဘယ်ကိုစွာအတွက်မှ မပျောက်ပျက် မဆုံးရုံး
စေနဲ့ သား’ဟူသော ဉာဏ်ပေါ် ထာဝရလက်ကိုင်ထားသကဲ့သို့၊
အမေရိကန်နိုင်းရေးခေါင်းဆောင်တစ်ဦးဖြစ်သူ အက်စတက် (၈)
ကိုးဖော်ဟားဆိုလျှင်လည်း—

‘ဘဝမှာ ကြြေရတဲ့ ခလုတ်ကန်သင်းတွေကို ကိုယ့်ဘဝ တိုး
တက်အောင် မြှင့်တင်ပေးမယ့် လျေကားထစ်တွေအဖြစ် ပြောင်း
လဲပစ်နိုင်ရမယ် သား၊ ခလုတ်တိုက်မိတဲ့ ကျောက်တုံးကို ခြေနင်း

တုံးအဖြစ် အသုံးပြုတတ်ရမယ်'ဟူသော မိခင်ပေးသည့် ဉာဏ်၊
ကို ကိုင်ခွဲကာ နိုင်ငံရေးနယ်ပယ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဘဝနယ်ပယ်တို့တွင်
ရင်ဆိုင်ကြော်တွေ့ရသမျှ အခက်အခဲများကို ကျော်လွှားအောင်မြင်
ခဲ့သည်။

*

ကမ္မာမှာ ရေပန်းစားသွားသည့် ဒီဇိုင်းသစ်ပေါင်းများစွာကို
အောင်အောင်မြင်မြင် တိထွင်ဖြန်ချိန်ငဲ့၍ ကမ္မာဖက်ရှင်ဒီဇိုင်း
လောကကို နှစ်ပေါင်း ၄၀ လုံးလုံးကြီးစိုးထားနိုင်ခဲ့သူ အယ်လဆာ
ရှိယာပရယ်လီငယ်စဉ်၌ သူမ၏အင်ကသုတိမြို့ကလေးရှိ ဘုရား
ရှိခိုးကော်ငါး မျှော်စင်ကြီးထိပ်သွေ့ ခေါ်သွားကာ-

‘သေသေချာချာကည့် သမီး၊ မြို့လယ်ကွက်လပ်ကို ရောက်အောင် သွားနိုင်တဲ့လမ်းဟာ တစ်လမ်းတည်းမဟုတ်ဘူး၊ အများကြီး ရှိတယ်၊ လူ့ဘဝမှာလည်း ထိနည်းလည်းကောင်းပဲ၊ သမီးရည်မှန်းထားတဲ့ ပန်းတိုင်ကို ဒီလမ်းက သွားလို့မရရင် နောက်တစ်လမ်းက ကျွဲ့သွားလို့ ရှိနိုင်တယ်’ ဟူ၍ သေသေချာချာလက်ညီး ညွှန်ပြေကြားခဲ့သော သိဝါဒသည် ရှိယာပရှယ်လို့၏ ခေါင်းထဲ တစ်သက်တာ စွဲမြှုံးခဲ့သကဲ့သို့၊

ଗ୍ରିଟାର୍ପମତେବ୍ରାଙ୍କିଃଅଗଲେ ଗ୍ରିଲ୍ସଟ୍ଟୋଇଂସିଶେବାନ୍। ଯେହି
ଫୋର୍ ଗ୍ରିଂଫ୍ଟଙ୍କିଃଖ୍ୟାପ୍ତପ୍ରତିଷ୍ଠାତାଙ୍କ ପିଲାର୍ମାର୍ଯ୍ୟ ଅଲଗ୍ନାନ୍ତାର୍ଦ୍ଧିତ ପି
ପରିଦ୍ୱାରା ଆହା ତତ୍ତ୍ଵିଳ୍ୟାପ୍ରକାଶିତକିଃତତ୍ତ୍ଵିଳ୍ୟାପ୍ରକାଶିତକିଃପରିଦ୍ୱାରା
ପରିଦ୍ୱାରା ଆହା -

‘အောင်မြင်ရေးအတွက် အခိုကသုံးချက်ဟာ ဆုံးဖြတ်ချက်

တွေ အလျင်စလိုမချမိအောင် ထိန်းနိုင်ခြင်းပဲသား၊ ပြသုနာတစ်ခု
ကြိရင် ပထမဆုံး သေသေချာချာစဉ်းစား၊ ပြီးတော့မှ စိတ် တည်
တည်ဖြမ်ဖြမ်နဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချ'ဟူသော ဉာဝါဒစကားသည်လည်း
အရေးကြီးသော ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ပေးရသူ ကြီးလေးသော
တာဝန် အဆင့်ဆင့်ကို ထမ်းဆောင်ခဲ့ရသည့် ပါပေဂိုစ်၏ ဘဝ
တစ်လျောက် ကြီးစွာသောအထောက်အပံ့ဖြစ်ခဲ့သည်။

*

Reader's Digest၏ Advice အစီအစဉ်၌ စာပေ ရပ်
ရှင် ဂိုတ်ပညာရှင်၊ ပန်းချိပန်းပုံ အနုပညာသမား၊ နိုင်ငံရေး ခေါင်း
ဆောင်၊ စစ်ပိုလျှပ်၊ ကုမ္ပဏီအကြီးအကဲ စသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ပေါင်း
များစွာပင် မိမိတို့ဘဝကို မြှင့်တင်ပေးခဲ့သည့် ဉာဝါဒအသီးသီး
အား ချီးမြှင့်သူမြို့ဘများ၏ ကျေးဇူးကို အောက်မေ့သတိရစွာ ဖွင့်ဟာ
ပြောဆိုခဲ့ကြသည်။

သည်၏ စာပေများတွေကို စီစစ်ဝေဖန်ကြည့်လျှင် ဥာဏ်
အမြောက်အမြင်ပါတာ တွေ့ရလိမ့်မည်။ မိမိတို့ဘဝအတွေ့အကြီး
မှ ရလာသည့် ခိုင်လုံစိတ်ချရသော အသီတရားအဖြစ် သားသမီး
အား ရုံးယုံကြည်စွာ ပြောတာ တွေ့ရလိမ့်မည်။ ထို့ပြင် သည်
စကားတွေထဲမှာ မြို့ဘ၏ မေတ္တာ၊ စေတနာ၊ ကရာဏာများကြောင့်
ဖြစ်သည့် တန်ခိုးအရှိန်အပါတွေ ပါနေတာလည်း တွေ့ရလိမ့်မည်။
စင်စစ် အဲသည်အရှိန်အပါတွေကြောင့်ပင် သည်စကားတွေက
သာမန်ထက်ပို၍ အစွမ်းထက်လာရခြင်းဖြစ်သည်။

အမြောက်မြောက်ရှိသော မိဘထံမှ သုဝါဒအမွှေရရှိသော သား
သမီးကား မပျောက်ပျောက်နိုင်သည့် ရတနာအမွှေအနှစ် ရရှိခြင်း
ဖြစ်ပေသည်။





၉

ချောင်းစိန်မှု၏ ခွဲ့အား*

တံခါးခေါက်သံကြောင့် အယ်လမှာ ရှုတ်တရက် လန်းသွား
ပြီး၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို သတိပြန်ဝင်လာသည်။ အပြင်မှာ မောင်
အဖြီပါ။ ကြည့်စမ်း နေ့လယ်စာပင် ယူမစားမိခဲ့။

အန်းတံခါးကို တွန်းဖွင့်ကာ လူဘစ်ယောက် ခေါင်းပြုလာ
သည်။ သူမ၏ အထက်အရာရှိ၏ ‘ဘယ်လိုလဲ၊ ညာစားပွဲကို လိုက်
မှာလား’ သူက မေးသည်။

အယ်လမှာ ရှုတ်တရက် အူကြောင်ကြောင်။ နောက်တော့မှ
အာရုံက သည်ဘက်လမ်းကြောင်းထဲပြန်ရောက်သည်။ အယ်လမှာ
က အပြည့်ပြည့်ဆိုင်ရာအတိုင်ပင်ခဲလုပ်ငန်း ကုမ္ပဏီကြီးတစ်ခု၏
ခုံကြော်ဖြစ်သည်။ သည်ည သူတို့ကုမ္ပဏီ ထိပ်တန်းအရာရှိများ
၏ ညာစားပွဲရှိသည်။ မတက်မဖြစ်သည့် ဖွဲ့။ သည်ဟာကို သူ

* မူရင်း။ ။ Edwin Kiester Jr., နှင့် Sally Valente Kiester
တို့၏ Discover Your Achievement Zone

လုံးဝသတိမရ။ မနက်ကတည်းက ရုံးခန်းထဲ ထိုင်ကာ အလုပ်
အပ်သူ ကုမ္ပဏီတစ်ခုအတွက် အစီရင်ခံစာတစ်စောင် သူရေးနေ
ခဲ့သည်။ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေ တောက်လျှောက်ကောင်းနေ သ
လို ဝါဟာရစကားလုံးများကလည်း ခေါင်းထဲမှ တသွင်သွင် စီး
ဆင်းနေခဲ့ရာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို သတိမရနိုင်လောက်အောင်ပင်
အလုပ်ထဲ သူ နှစ်မြိုပ်နေ့မီတော့သည်။

ကြည့်စမ်း၊ ကျေနှပ်စရာ။

*

အယ်လမှုအတွေ့အကြံနှင့် ဆင်တူယိုးမှားမျိုး စာဖတ်သူ
လည်း ကြိုးဖူးပါလိမ့်မည်။

အလုပ်ထဲမှာ စုံနှင့်သွားခြင်း သို့မဟုတ် အာရုံစုံးစိုက်မှ
အပြည့်အဝ ရရှိသွားခြင်း။

အလုပ်ထဲမှာ တကယ်တမ်း စုံနှင့်နေပြီခိုလျင် ပတ်ဝန်း
ကျင်က အသံပလံတွေကို မကြား၊ ပိုက်မဆာ၊ အချိန်ဘယ်လောက်
ကြာသွားပြီလဲ မသိလိုက်။ ပြီး ညောင်းညာသည် ပင်ပန်းသည် ဆို
တာတွေ မရှိ။

နောက်တစ်ချက်။ စုံနှင့်ချိန် လုပ်ဖြစ်လိုက်သော အလုပ်
သည် သာမန်ထက် မြန်သည်၊ ချောမွှေ့သည်၊ တိကျသောချာသည်၊
ပို၍ အဆင့်မြှင့်သည်။

အရည်အသွေး တူသူချင်း ယျဉ်ရလျှင် အဲသည် အခိုက်အတန်
မှာ တကယ်စုံနှင့်နေခဲ့သူက ပို၍လက်ရာမြောက်သည်။

ဝဋ္ဌကဗျာ ပန်းချီပန်းပုဂ္ဂိုလ် ရုပ်ရှင် သဘင် စသည့် အနု
ပညာသည်များတွင်မှ မဟုတ်၊ အယ်လမာတို့လိုစီးပွားရေးလောက
ရုံးလုပ်ငန်းလောကဘဝတွင်လည်း အာရုံစုံစိုက်မှ သို့မဟုတ်
အလုပ်ထဲတွင် စူာန်ဝင်နိုင်မှုသည် ထူးချွန်ထက်မြေက်သူအဖြစ် မိမိ
ဝန်းကျင် အသိုင်းအပိုင်း၌ အသိအမှတ်ပြုခံရရေး၊ အောင်မြင်မှ
လျေကားထစ်အဆင့်ဆင့်ကို တက်လှမ်းနိုင်ရေးတို့အတွက် များစွာ
အထောက်အကူပြုလျက်ရှိသည်။

တစ်ဖက်တွင်လည်း စူာန်ဝင်စုံစိုက်မှုပြုရမည် အချိန်မှာ မဖြ
နိုင်ခဲ့သည် အတွက် ချွောက်ချောက်တိမ်းစောင်းခဲ့ရသူ၊ နိမ့်ပါးကျဆင်း
ခဲ့ရသူတွေ အမြှေရှိနေသည်။

ဥပမာ အမေရိကန်အားကစားသမား ဒန်အိုဘရီယင်။ သူက
နာမည်ကြီး ဒက်ကာသလွန် (၁၀ မျိုးပြိုင်ပွဲ) အားကစားသမား။
၁၉၉၂ ခုနှစ် အိုလုပစ်အတွက် လူရွေးပွဲကျင်းပေသည့်အခါ သူလည်း
ဝင်ယှဉ်ပြိုင်သည်။ ရှေ့ပိုင်းပြိုင်ပွဲများမှာ တောက်လျောက် အနိုင်
ရလာခဲ့၍ ရွှေးချယ်ခံရမှာသေချာနေပြီဟု ယူဆရသည် အချိန် သူ
ဖောက်သွားသည်။ ပွဲစဉ်အားလုံးမပြီးသေးမှ နိုင်ပြိုဟု ပျော်သွား
ပေါ့သွားသောအခါ ကျေန်ရှိနေသေးသည့် လက်ငင်းအလုပ်မှာ
စူာန်ဝင်စုံစိုက်မှု လျော့သွားသည်။ တုတ်ထောက်ခန်းပြိုင်သည့်
အခါ ပုံမှန်ပင် မခွန်နိုင်တော့။ အကြိမ်ပေါင်းရာချီခုန်ခဲ့သည် အမြင့်
ကို သူ မကျော်လွှားနိုင်။ တစ်ကြိမ်ကျသည်။ နှစ်ကြိမ် ကျသည်။
သုံးကြိမ် ကျသည်။

လေ့ကျင့်မှုအပြည့် ကာယအင်အား အပြည့်ရှိလျက်နှင့်ပင်
အရေးကြီးသည့် အခိုက်အတန်မှာ စိတ်အာရုံစုံနှင့်မှုအား လျော့
နည်းခဲ့သဖြင့် အိုဘရီယင်ခများ အိုလံပစ်ရည်မှန်းချက်များ ပျက်
ဟားသွားခဲ့ရလေသည်။

*

အာရုံစုံနှင့်မှုပျက်ယွင်းသဖြင့် လုပ်နေကျအလုပ်ကို အဆင်
ပြေအောင် မလုပ်နိုင်သည့်အဖြစ်မျိုး လူတိုင်းလိုပင် ကြံ့ဖူးကြပါ
လိမ့်မည်။ စာရင်းစာအပ်ကြီးကိုင်ကာ ဘယ်ကစ ဘာတွေ လုပ်
ရမှန်းမသိဖြစ်နေသည့် အနေအထားမျိုး။ အစီရင်ခံစာတင်ရမည့်
ရက်က နှီးကပ်နေပြီ၊ ကိုယ်က အဲသည်ကိစ္စထဲ အာရုံမဝင်၊ အကြမ်း
ရေးခြစ်ထားတာတွေက ကိုယ်တိုင်ပင် လုံးဝစီတ်တိုင်းမကျ ဆို
သည့် အနေအထားမျိုး၊ ... စသည်များ။

သည်အနေအထားမျိုးတွေ လျော့ပါးအောင်၊ ရှုံးက ပြောခဲ့
သည့် အယ်လမ္ဗာလို အတွေ့အကြံမျိုးတွေ များပြားအောင် မည်
သို့ လုပ်ကိုင်ကြမည်လဲ။ မိမိလုပ်ငန်းဘဝ အောင်မြင်တိုးတက်မှု
အတွက် အလုပ်ခွင့်၍ ဓာတ်ဝင်စုံနှင့်မှုစွမ်းရည် ထက်မြှက်လာ
အောင် မည်သို့ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ကြမည်လဲ။

အဖြေရှိပါသည်။ နည်းလမ်းတွေ ရှိပါသည်။ သည်ကိစ္စဘက်
တွင် စိတ်ဝင်စားသည့် စိတ်ပညာရှင်များ ဦးနောက်အာရုံကြော
ဆိုင်ရာ ပါရဂ္ဂများက လေ့လာစုံစမ်းမှုတွေ အများကြီးပြုလုပ်ကာ
အဖိုးတန် အကြံပေးစကားတွေ ဆိုခဲ့ကြပါသည်။

အခိုကလမ်းညွှန်ချက်များက।

၁။ အာရုံစုံစိုက်မူလေ့ကျင့်ခဲ့ဗျား မှန်မှန်ပြုလုပ်ပေးပါ။

ဦးနောက်သွေးသွားလာမှုနှင့် ဦးနောက်လျှပ်စစ်လိုင်း အပြောင်း
အလဲကို အခြေတည်၍ လေ့လာကြသည့် ပညာရှင်တို့က၊ လူ
များအား ခက်ခဲသောပြဿနာတစ်ရပ်ကို စုံစိုက်အားထုတ် အဖြေ
ရှာစေသည့်အခါ ငှုံးတို့၏ ဦးနောက်၍ သွေးသွားလာမှုရော
လျှပ်စစ်လိုင်း လူပ်ရှားမှုများပါ မြင့်တက်လာတတ်ကြောင်းနှင့်
ပြဿနာကို ကျော်ကျော်သွားပြီဆိုသည့်အချိန်မျိုးတွင်မူ နှစ်ခုလုံး
လျော့ကျသွားကြောင်း တင်ပြကြပါသည်။ ထိုပြင် အာရုံစုံစိုက်
မှု အလေ့အကျင့်များပြားလာသည့်အခါ ဦးနောက်တွင် သွေးနှင့်
လျှပ်စစ်လျုပ်ရှားမှုတို့သည့် တည်ဥကြမ်းလာကြောင်း၊ စုံစိုက်သည့်
အလုပ်ကို ဦးနောက်သည့် ယခင်အလေ့အကျင့်မရှိစဉ်ကလောက်
ပင်ပင်ပန်းပန်းအားထုတ်စရာ မလိုတော့ကြောင်း ငှုံးတို့က ဆို
သည်။

အာရုံစုံစိုက်သည့်အလုပ်၌ ကျင့်သားရလာခြင်းပေတည်း။

အာရုံစုံစိုက်မှုကောင်းအောင် လေ့ကျင့်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍
အမေရိကန်စစ်တက္ကသိုလ်မှ ဆရာတစ်ဦးဖြစ်သူ လူဝိဆိုကာ ပေး
သော နည်းလမ်းတချို့က စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသလောက်
စမ်းသပ်လေ့ကျင့်ရန်လည်း လွယ်ကူလှသည်။ သူ့နဲ့ပူးက၊ ဥပမာ
ဂိတ်ဝါသနာပါသူဆိုက သံစုတီးစိုင်းတိပ်ခွေတစ်ခွေဖွင့်ကာ ငှုံး
အထဲမှ တူရှိယာပစ္စည်းတစ်မျိုးတည်းစီ၏ အသံကို ရွှေးထုတ် နား
ထောင်ကြည့်ခြင်းမျိုး၊ အကပ်၍ ဘောလုံးဝါသနာပါသူ ဆိုက

ရှုံးတန်း ဘယ်အစွန်လူ၊ နောက်တန်း ညာအတွင်းလူ စသဖြင့်
တစ်ဦးချင်းစီ၏ ကစားကွက်ကို အကဲခတ်မှတ်သားကြည့်ခြင်းမျိုး၊
စသည်ဖြင့်ဖြစ်သည်။ ဤနည်းအားဖြင့် အသံပလံ ဆူညံနေသည့်
ကြား၊ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုလုံး ပြောင်းဆန်အောင် လူပ်ရှားနေသည့်
ကြားမှာ မိမိအတွက် အရေးကြီးသည့်အရာတစ်ခုတည်းကို အာရုံ
မပြတ် မှတ်သားတတ်သည့် အလေ့အကျင့်ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

၂။ မူသေပုံစံဝင်သွားအောင် လုပ်ပါ။

ခွဲခန်းဝင်မည်နေတိုင်းပင် ဆရာဝန်ကြီး စတိုင်နင်ဘတ်သည်
နံနက် ဂုဏ်ရှိလျှင် ဂုဏ်ရှိမူသေပုံမှန်အိပ်ရာမှ ထသည်။ ဆေးရုံ
သို့သွားနေကျလမ်းကြောင်းအတိုင်း တစ်သေမတိမ်းသွားသည်။
ရပ်နေကျနေရာတွင် ကားကို ရပ်သည်။ ခွဲခန်းဝတ်စုံဝတ်လျှင်
အကိုကို အရင်ဝတ်သည်၊ ပြီးမှ ဘောင်းဘိဝတ်သည်။ ထို့နောက်
ညာဘက်လက်ကို အရင်တိုက်ချွတ်ဆေးကြောသည်။ ထို့နောက်
ဘယ်ဘယ်လက်။ လူနာနံဘေးကို ဝင်နေကျနေရာမှ ဝင်သည်၊
ရပ်နေကျနေရာ၌ ရပ်သည်။

ဤသည်က အယူသည်းပြီးလုပ်ခြင်းမျိုး မပေါ်တ်။ သူ့မူသေ
ပုံစံအတိုင်း တိတိကျကျလုပ်သွားခြင်းဖြင့် အရေးမကြီးသော ပထမ
ပိုင်းကိစ္စများ ပြီးစီးချိန်တွင် အရေးကြီးသောခွဲစိတ်မှုအလုပ်အတွက်
အာရုံအပြည့်ဝင်သွားတတ်ခြင်းကြောင့်သာ ဖြစ်သည်။

တာထွက်ခါနီး အပြေးသမား၊ မိမိအလှည့် ခေါ်သံကြားသည်
နှင့် ကန့်လန့်ကာရှုံးထွက်ရန် အသင့်ပြင်နေသည့်သရပ်ဆောင်
သမား စသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များသည်လည်း မိမိအစွမ်းကုန်ဆောင်ရွက်

ရမည့်အစိတ်အပိုင်းမရောက်မီ နိဒါန်းအခန်းကဏ္ဍာကို ဘာသာရေး
လုပ်ထုံးလုပ်နည်းတစ်ရပ်ကဲသို့ မူသေပုစ်အတိုင်း တိတိကျကျ
ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ရျာန်သွင်းပေးရမြဲဖြစ်သည်။
သည်လိုဂျာန်သွင်းပေးမှုမျိုးကို အခြားလုပ်ငန်းအဖုံ့ဖုံ့လည်း
လေ့ကျင့်သုံးစွဲနိုင်သည်။

နမူနာသဘာ ပြောရလျှင်

ပုံမှန်လုပ်ရမည့် ငွေစာရင်းအလုပ်ကို နေ့ချွဲ ညဉ္စ လုပ်တတ်
သူ ဆိုပါစို့။ ရှင်းတမ်းဆွဲရမည့် နေ့ရက် အချိန်ကို တိတိကျကျ
သတ်မှတ်ကာ ဦးစွာ စားပွဲကို ရှင်း၊ ခဲတံများ ဖောင်တိန်များကို
ဘယ်ဘက်အခြောင်းမှာ နေရာချုပ် ကဏ္ဍာန်းပေါင်းစက်ကို ညာဘက်
အခြောင်းမှာ အသင့်ပြင်၊ ဘဏ်က လာသည့် ငွေစာရင်းရှင်းတမ်းကို
အလယ်မှာဖြန့်၊ စသဖြင့် အပိုင်းပိုင်းပုစ်ချကာ မိမိကိုယ်ကို အလုပ်
ထဲ ဆွဲခေါ်သွားတတ်သည် အလေ့အကျင့်မျိုး မွေးမြှုနိုင်၏။

အလားတူပင်

စာဖတ်ရမှာဝန်လေးတတ်သော ကျောင်းသားများသည်လည်း
စာကြည့်စားပွဲဝင်ထိုင်ခြင်း၊ စားပွဲပေါ်တွင် အနေအထား ပြင်ဆင်
ခြင်း၊ စသည့် ဦးနောက်အင်အား စိုက်ထုတ်စရာ မလိုသောအလုပ်
များဖြင့် နိဒါန်းပျိုးကာ မိမိကိုယ်ကို ရျာန်သွင်းပေးနိုင်ပေသည်။

၃။ စိန်ခေါ်မှုများအားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို နှဲ့ဆွဲပေးပါ

လူသားတို့သည် မိမိတို့မှာရှိသော စွမ်းအား၏ အလွန် သေး
ပေါ်သော အစိတ်အပိုင်းမျှလောက်ကိုသာ သုံးစွဲနေကြ၏ ဟူ၍

စိတ်ပညာရင်ကြီးဝါလျှော်ဂျိမ်း(စ)က လွန်ခဲ့သောနှစ်တစ်ရာလောက် ကပင် ပြောခဲ့ဖူး၏။

ဤသည်ကား အမှန်ပင်ဖြစ်သည်။ အသက်မွေးမှုအတွက် လူ တို့ လုပ်ကိုင်ကြသည့် နိစ္စရုဝေအလုပ်များသည် လူအား ဦးနောက် ခွန်အား စိုက်ထုတ်ရန် လုံးဝမတောင်းဆိုသလောက်နီးပါး၌ ငြိုးငွေ၊ ဖွယ် ဖန်တရာတေနသောအလုပ်များ ဖြစ်ကြသည်။ သည်အလုပ် များ၏ ထက်သန်စာန်ဝင်ဖို့မှာ အလွန်ခက်ခဲလှသည်။

လူသည် လုပ်ငန်း၏ စိန်ခေါ်မှုနှင့် မိမိမှာရှိသည့်စွမ်းရည်တို့ အားချင်းမျှကာ သူတစ်ပြန် ကိုယ်တစ်ပြန် ယဉ်ပြီးဆင်ဆင်နဲ့နေနိုင် သည့်အခါမျိုးတွင်သာ လုပ်ငန်း၏ စာန်အဝင်ဆုံးဖြစ်တတ်၏။ သည်အခါ လုပ်ငန်းစွမ်းရည်လည်း ထက်မြှုက်လာ၏။ စစ်တုရင် သမား၊ လက်ရွှေ့သမား စသည်များ မိမိနှင့်ဘက်ညီသော ပြိုင်ဘက် နှင့် တွဲဖက်လေ့ကျင့်ရင်း အရည်အသွေးမြှင့်တင်ကြခြင်းမှာ သည် သဘောဖြစ်၏။ မိမိထက် အပြတ်အသတ်ည့်သော ပြိုင်ဘက်နှင့် သာ လေ့ကျင့်ခန်းဆင်းနေပါက ကြောသော စွမ်းရည်စိုက်ထုတ် သည့် အလေ့အကျင့်မရှိဖြစ်ကာ တဖြည်းဖြည်း အရည်အသွေး ကျဆင်းလာမည်ဖြစ်၏။

မိမိအတွက် လွယ်ကူလှပြီဖြစ်သည့် နိစ္စရုဝေအလုပ်များကိုသာ ထူးမခြားနား လုပ်နေရသူများတွင်လည်း ကြောသော အလားတူ သဘောမျိုး အရည်အသွေးကျလာနိုင်၏။ သည်အဖြစ်မျိုးကို ကာ ကွယ်နိုင်မည့်နည်းက နိစ္စရုဝေအလုပ်ထဲမှာ စိန်ခေါ်မှုကလေးတွေ မိမိဘာသာ ဖန်တီးထည့်သွင်းပေးခြင်းဖြစ်၏။

နမူနာတစ်ခုပြပါမည်။

စာရေးဆရာကိုစတာအား မဂ္ဂဇင်းတစ်ခုက ငါးတွင် ဖော်ပြခဲ့သည့် တရားရေးရာဆောင်းပါးစုအတွက် နိဒါန်းစာရေးသားပေးရန် တောင်းခဲသည်။ ကိုစတာက တာဝန်ယူခဲ့ပြီး တကယ်ချေရေးတော့ ရေး၍မရ။ သည်ခေါင်းစဉ်ကို သူ ဈာန်မဝင်။ ရေးရတာပျော်းရို့ပြီးငွေ့စရာကြီးဖြစ်နေသည်။ ထလိုက် ထိုင်လိုက် ကော်ဖီသွားသောက်လိုက်နှင့် ခရီးမတွင် ဖြစ်နေခိုက် မဂ္ဂဇင်း အဆင်အပြင် တာဝန်ယူရသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ထံမှ ဖုန်းလာသည်။ ရေးသားမည့်အကြောင်းအရာက တရားစိရင်ရေး (Justice) အပိုင်းဖြစ်သဖြင့် သူက သရုပ်ဖော်ဒိမိုင်းအဖြစ် တရားခွင့်မှာ တရားသူကြီးကိုင်ထားသော လက်ရိုက် (တင်းပုတ်) ငယ်ကို J ပုံသဏ္ဌာန်ပြင်၍ ရေးဆွဲလိုကြောင်း၊ ဆရာကိုစတာအနေနှင့် နိဒါန်းစာကို J ပါသောစကားလုံးဖြင့် စနိုင်ကဗဠစာ၊ ပေးစေလိုကြောင်း မေတ္တာရပ်ခံလာခြင်းဖြစ်သည်။

သူ ရုန်ဝင်သွားပြ။

သည်နောက်တွင်မူ Justice, Jurisprudence စသည့်

J.အကွဲရာနှင့်စသော တရားရေးဆိုင်ရာ ဝါဘာရစကားလုံးများနှင့် စတင်သည့် စာပိုဒ် ကို ပိုဒ်တိတိပါ သော နိဒါန်းဆောင်းပါး တစ်ပုဒ်ကို ဓရန်ဝင်စူးစိုက်များပြည့်နှင့် သူရေးသားနှင့်ခဲ့သည်။ စော့စောက ဝတ္ထားကျေအဆင့်လောက်များသာ ရေးဖြစ်မည့် အနေအထားမှ ကိုယ်တိုင်ကျေနပ်အားရသည့်အဆင့်ထိ သူ ရေးနှင့်ခဲ့သည်။ စိန်ခေါ်ချက်များဖြင့် မိမိကိုယ်ကိုနှီးဆွဲပေးခဲ့ခြင်း၏ အကျိုးရလဒ်ပေတည်း။

၄။ မိမိကိုယ်ကို စကားပြောပါ

မိမိစိတ်တိုင်းကျ အီမိပုစံတစ်ခု ထုတ်လုပ်ရန်၊ သို့မဟုတ် မနက်ဖြန်ဖြေမည့် စာမေးပွဲအတွက် သည်ကနေ့ ဘာတွေ ဘယ်လို ပြင်ဆင်မလဲ ဦးစားပေးအလိုက် ရွှေးချယ်လျာထားရန် စသဖြင့် အာရုံစုံစိုက်ပြီး စဉ်းစားစိစဉ်ရသော အလုပ်တစ်ခု ဆောင်ရွက်နေ ချိန်မျိုးတွင် ခေါင်းထဲပေါ်လာသည့် အကြံ့ဥက္ကာများကို နှုတ်မှ ဖွင့်ဟပြောဆိုခြင်းဖြင့် အလုပ်ထဲတွင် ပို၍ဓရန်ဝင်စေနိုင်လေ့ရှိ ပါသည်။

ထိုပြင် မိမိနှုတ်မှထွက်သော စကားသံသည် ပတ်ဝန်းကျင်မှ အနောင့်အယုက် အသံ့ဥလံများကို အာရုံမစိုက်မိအောင် တားဆီး ကာကွယ်ပေးသည့်သဘောလည်း ရှိသည်။

နမူနာပြပါမည်။

ရေခြပ်ငွေ့လျော့စီးပြိုင်ပွဲဝင်မည့် လူငယ်အားကစားသမားတစ်ဦးသည် ပျားပန်းခတ်လူပ်ရှားနေသည့် ပရီသတ်များ ငှုံးတို့၏ အော်ဟစ်ဆူညံသံများနှင့် နှင့်မှန်နှင့်ဗြိုပ်ကိုပို့က်စေနိုင်သော ကြံ့ပို့က်ပို့က်ခတ်

နေသောလေတို့ကြောင့် စိတ်အန္တာနှင့်အယူက်ဖြစ်ကာ ပြိုင်ပွဲဝင်ရ မှာကို အားမရှိသော ဖြစ်နေသည်။ သည်အချိန်မှာ သူ၊ အမှာအရာ ကို နားလည်သော နည်းပြဆရာက အသာဆွဲခေါ်ပြီး ‘ရှေ့တည့် တည့်ကိုပဲကြည့်...’ ဟု သတိပေးစကား ပြောလိုက်သည်။ စကိုးစီး သမားလေး အားကိုးရသွားကာ ‘ရှေ့တည့်တည့်ကိုပဲကြည့်။ ရှေ့တည့်တည့်ကိုပဲကြည့်...’ ဟူ၍ တစ်ယောက်တည်း ဂါထာရွတ် သလို ခွဲတ်ဆိုရင်း၊ တဖြည်းဖြည်း စျောန်ဝင်လာသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဘေးဖယ်ကာ ပြိုင်ပွဲထဲတွင် အာရုံပြည့်ပြည့်ဝဝ စူးစိုက်မိ လာသည်နှင့်အမျှ သူမှု စိတ်ပိုင်းရော ကိုယ်ပိုင်းပါ ခွန်အားတွေ ပြည့်ဝလာသည်။

စျောန်ဝင်စူးစိုက်မှု၏ စွမ်းအားကြောင့် အဲသည်နေ့ပွဲမှာ သူ အောင်ပန်းဆင်နိုင်ခဲ့သည်။

၅။ မနက်ဖြန်ကိုမေ့ထားပါ

လူအတော်များများပင် အလုပ်တစ်ခုမပြီးစီးမိ ယင်း၏ ရလဒ် ကိုကြိုတွေးရင်း အချိန်ရော စိတ်အင်အားများပါ အကုန်ခံမိတတ် ကြသည်။

ငါအစိရင်ခံစာကို ဖတ်ပြီး သူငြေးကတော့ အရမ်းသဘောကျ မှာ သေချာတယ်။ အချိန်စောပြီးလည်းပြီးတယ်၊ အချက်အလက် တွေလည်း အားလုံးပြည့်စုံတယ်၊ တင်ပြုပုံလည်း သိပ်ကောင်း ဆိုပြီး ကျေနာပ်နေမှာ၊ ဟူ၍ တွေးတောကာဝမ်းမြောက်ကြည်နှုံးခြင်း။

သို့မဟုတ်

ဒီသူငြေးက ကကြိုကကြောင်သမားပဲ၊ တော်ရုံနဲ့ ကျေနာပ်တာ

မဟုတ်ဘူး၊ အစီရင်ခံစာဖတ်ပြီးတော့ ဘာတွေအပြစ်တင်းမယ်
မသိဘူး ဟူ၍ တွေးတော့စိတ်ပျက်အားကယ်ခြင်း။

သည်နှစ်ခလုံးပင် ကာယကံရှင်အတွက် အကျိုးမဖြစ်ထွန်းပါ။
သည်ဟာတွေကြောင့် အချိန်ကုန်ရုံ စိတ်ခွန်အားတွေ့လေလွှဲ
ပြန်းတို့ရုံသာမက လက်ငင်းအချိန်တွင် စုရာန်ဝင်စုံစိုက်မှ လျော့
ပါးခြင်းကြောင့် အလုပ်အရည်အသွေးများလည်း ကျဆင်းသွားနိုင်
သည်။

‘တကယ့်ထိပ်တန်းတင်းနစ်သမားကောင်းများဟာ ရိုက်ချက်
တစ်ချက်ချင်းကောင်းဖို့သာ အာရုံပြုတယ်၊ ပြိုင်ပွဲနိုင်ဖို့ဆိုတာ စဉ်း
စားမနေဘူး၊ ရိုက်ချက်တစ်ချက် ကောင်းမယ်၊ နောက်တစ်ချက်
ကောင်းမယ်၊ အဲဒီအတိုင်းသာ ဆက်သွား၊ ဒီပွဲနိုင်ပြီပဲ’ ဟူ၍ အား
ကစား စိတ်ပညာရှင် ရွှေ့နှင့် အင်ဒါဆင်က ဆိုသည်။

ထို့ကြောင့်၊

အလုပ်မှာ စုရာန်အပြည့်ဝင်ချင်လျှင် အနာဂတ်ကို မတွေးနှင့်၊
စိတ်ကို သည်အချိန် သည်နေရာမှာပဲထား ဟူ၍ ပြောချင်သည်။

၆။ ခေတ္တနားချိန်လေးများ ထားပေးပါ။

အလုပ်တစ်ခုကြောရှုသို့လုပ်ရသည်အခါမျိုးတွင် ခေတ္တနား
ချိန်လေးများ ဖိမ်သာသာဖန်တီးပေးခြင်းဖြင့် အလုပ်အရည်အသွေး
စံချိန်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်သကဲ့သို့၊ အလုပ်တစ်ခုလုံးအတွက် ခြုံ၍
တွက်ကြည့်လျှင်လည်း အချိန်ပိုကြာမသွားဘဲ ပုံမှန်ထက်ပင် စော
စီးလျင်မြန်စွာပြီးတတ်ကြောင်း လက်တွေ့စမ်းသပ်ကြည့်ကာ သိ
ရမည်ဖြစ်၏။

အလုပ်တစ်ခုထဲတွင် အချိန်အလွန်ကြာလာသည့်အခါ စိတ်
ဆောင်းခြင်း ကိုယ်ဆောင်းခြင်းကြောင့် အာရုံစုံစိုက်မှု အနည်းနှင့်
အများ လျော့ပါးလာတတ်မြှုဖြစ်၏။ သည်အခါ မျိုးတွင် အလုပ်
ကို ခေတ္တချထားကာ၊ အသက်ပြင်းပြင်းရှုရှိက်ခြင်း၊ မျက်စိကိုမြတ်
ထားကာ မိမိကိုယ်ကိုသာယာသောပန်းသယျာဉ်ထဲ ရောက်နေသည်
ဟု မြင်ယောင်ခံစားခြင်း၊ လက်နှစ်ဖက် ဘွဲ့လောင်းချ တစ်ကိုယ်
လုံးရှိ အကြောအခြင်တွေလည်း လျော့ချကာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ
တောင့်တင်းမှု အနည်းဆုံးအနေအထား၌ နေကြည့်ခြင်း စသည်
များအားဖြင့် အနားပေးသင့်၏။

ြိမ့်ဆောင်းသာယာသော အသံမျိုးကလည်း သက်သာ ြိမ့်း
အေးမှု ပြန်လည်အား ပြည့်လန်းဆန်းမှုအတွက် အထောက်အကူ
ပြနိုင်၏။ မိမိအတွက် စိတ်အပန်းပြုမှုပေးသည့် တေးသွားများကို
ရွေးချယ်၍ သီးသန့်ထားရှိပါက လိုအပ်သည့်အချိန်များတွင် အ
လွယ်တကူ သုံးစွဲနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ အချို့နေရာများတွင်မှု Relaxation tape ခေါ် ကိုယ်စိတ်အဆောင်းပြု တေးသွားတိပ်
ခွေများ ရရှိနိုင်ရာ ကိုယ်တိုင် အချိန်ကုန်ခံရွေးချယ်မနေနိုင်က ငှုံး
တိပ်ခွေမျိုးကိုပင် ဝယ်ယူသုံးစွဲသင့်၏။

အလုပ်လုပ်ချိန် တာရှည်လျှင် အထက်ပါနည်း တစ်နည်းနည်း
ဖြင့် ခေတ္တအပန်းဖြေမှု ရုံးစိုက်စွမ်းအား ပြန်ဖြည့်မှုများ ပြုလုပ်ရန်
လိုသက္ကာသို့ အလုပ်တစ်ခုနှင့် နောက်ထပ်အလုပ်သစ်တစ်ခုကြား
မှာလည်း အလုပ်အသီးသီး၏ ပမာဏကိုလိုက်၍ သင့်တင့်သော
အတိုင်းအတာအထိ အားလပ်ချိန်ပေးရန် လို၏။

ဖေမြင့်

၁၂၂

အကြောင်းမူ စျောန်ဝင်စူးစိုက်မှုစွမ်းအားကို မည်သူမျှ အကန်
အသတ် မရှိ မရနိုင်၊ အခါအားလျှပ်စွာ အနားပေး အသစ်မွေးရန်
လိုအပ်သောကြောင့် ပေတည်း။

*

တိကျသေချုပ္ပါလိုသည် *

ကျွန်တော့အိမ်သစ်မှာ လျှပ်စစ်မီးသွယ်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်က အလုပ်
လုပ်တာ မြန်သည်။ ကျမ်းကျင်ပုံလည်း ရသည်။
သို့သော်၊

သူ့အား ‘ခင်ဗျား အဲဒီပလပ်ပေါက်တွေကို ကြမ်းပြင်နဲ့ ခပ်
နီးနီး၊ အခုထက် ခြားက်လက်မလောက် နှိမ့်ပြီးထားပေးလို့ မရ
ဘူးလားဗျာ၊ အဲဒါဆိုရင် သိပ်ထင်ထင်ရှားရှားကြီးမြင်မနေရတော့
ဘူးပေါ့’ဟူ၍ ပြောသည့်အခါ သူက ခေါင်းခါသည်။

‘မရဘူးဗျာ၊ ဒါက သတ်မှတ်ချက်အတိုင်း လုပ်တာ၊ လျှပ်စစ်
ဆက်သွယ်တာတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး လိုက်နာရတဲ့ စည်းကမ်းသတ်
မှတ်ချက်တွေ ရှိတယ်၊ ဒီအပေါက်တွေက ဒီအမြင့်လောက်ပဲ ထား
ရတယ်’ဟု သူက ဆိုသည်။

* မူရင်း။ ။ ။ Evan Hill ၏ Accuracy Is a Winner's Policy

‘ပြည်နယ်က ပြဋ္ဌာန်းချက်လား’ ကျွန်တော်က ဧေးသည်။ သူ ခေါင်းညီတ်သည်။ ‘မြို့နယ်ကလဲ ဒီအတိုင်းပဲ ပြဋ္ဌာန်းတယ်’ ဟု ဆိုသည်။

နောက်တစ်နာရာ ဟိုဟိုသည်သည် ကျွန်တော် ဖုန်းတစ်ချက် နှစ်ချက် ဆက်ကြည့်သည်။

မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်တို့ ပြည်နယ်က ပြဋ္ဌာန်းထားသည့် ဆောက်လုပ်ရေးဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများထဲတွင် အဲသည် ပလပ်ပေါက်တွေကို ဘယ်အမြင့်လောက်မှာ ထားရမည်ဟုသော သတ်မှတ်ချက်မျိုး မပါပါ။ ကျွန်တော်တို့မြို့၊ ကလေးကျေတော့၊ ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သူ့ဘာသာသတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းချက် တစ်စုံတစ်ရာပင် ထဲတ်ပြန်ထားခြင်း မရှိပါ။ လျှပ်စစ်သမား ကျွန်တော့ အား ပြောသွားသော အ ချက် သည် ကျွန်တော်တို့မြို့၊ မ အဆောက်အအုံကန်ထရိုက်တာတစ်ယောက်ယောက်၏ ကိုယ် ပိုင် လုပ်နည်းလုပ်ဟန်တစ်ခုမျှလောက်သာ ဖြစ်တန်ရာပါသည်။

သည် ပလပ်ပေါက်ကို ခြောက်လက်မလောက်နှိမ်ခြင်း မြိုင် ခြင်းကြောင့် ဘာဖြစ်သွားမည်နည်း။ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား ဖြစ် လောက်စရာအကြောင်း ကျွန်တော် မမြင်ပါ။

မည်သို့ဖြစ်စေ၊ ယခုကိစ္စမှာ ကျွန်တော် ပြောချင်သည်က လျှပ်စစ်သမားနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြစ်သည်။ သူ ကျွမ်းကျင့်ရမည့် ကဏ္ဍနယ်ပယ်မှာ မတိကျမသေချာခဲ့သည့်အတွက် သူ့အပေါ် ကျွန်တော် ယုံကြည့်မှုလျော့ပါးသွားသည်။ ယခုလို ကျွန်တော် သိ နိုင် မြင်နိုင်သည့် ကိစ္စမျိုးမှာ ထင်ထင်ရားရားကြီး မှားပြီဆိုတော့၊

ကျွန်တော် မစစ်ဆေး မကြည့်ရှုနိုင်သည့် နံရံအတွင်းပိုင်းထဲမှာ
ဘယ်လိုပေါ်လုပ်ထားလေမည်လဲ။ အလားတူ၊ ကျွန်တော့အား
သူပေးလာသည့် ကျသင့်ငွေပြေစာသည်ကော ဘယ်လောက်တိကျ
မှန်ကန်ပါမည်လဲ။

စင်စစ် ကျွန်တော်တို့၏ လုခြေမှာ သက်သောင့်သက်သာရှိမှု
များသာမက၊ ကျွန်တော်တို့ဘဝ ကျွန်တော်တို့ အသက်စည်းစီမံ
များသည်ပင် ကျွန်တော်တို့ဆက်ဆံပတ်သက်နေရသူများအပေါ်
မည်မျှ ယုံကြည်စိတ်ချထားနိုင်သနည်း၊ ငင်းတို့၏ လုပ်ကိုင် ဆောင်
ရွက်မှုတွေ မည်မျှတိကျသေချာသနည်း၊ ဆိုသောအချက်ပေါ်ကွင်
မူတည်၍နေသည်။

ဥပမာ၊ ဘဇ္ဇာ ဇူလိုင်လတွင် ဆဲဗင်းဖိုးဆဲဗင်း အမျိုးအစား
ဧရာမ ဂျက်လေယာဉ်ကြီးတစ်စီး ဆန်ဖရန်စစ္စကိုလေဆိပ်က
အတက် တွင် ပျက်သွားခဲ့သည်။ ကံအား လော့ခွာ မည်သူမျှ
အသက်မဆုံးရှုံးခဲ့။ အပြင်းအထန်ဒဏ်ရာရသူတရာ့၏တော့ရှိခဲ့
သည်။ နောက်၌၊ လေယာဉ်မျှုံးအား စစ်ဆေးမေးမြန်းသည့်အခါး
လေယာဉ်မထွက်ခွာမီ သူ့အား လမ်းကြောင်းပြပုဂ္ဂိုလ်က ပြီး
လမ်းအရှည်ပေ ၉၅၀၀ ရှိသည်ဟု ပြောခဲ့ကြောင်းထွက်ဆိုသည်။

လေယာဉ်ပြီးလမ်းမှာ ယခင်က ပေ ၉၅၀၀ ရှိခဲ့တာ အမှန်
ဖြစ်၏။ သို့သော်၊ လောလောဆယ်တွင် အမိကအားဖြင့် ဆောက်
လုပ်ရေးအလုပ်များ ရှိနေသည့်အကြောင်းကြောင့် လေယာဉ် အ^၁
တွက် အမှန်တကယ်ရရှိနိုင်သည့် ပြီးလမ်းအရှည်မှာ ပေ ၈၄၀၀
များသာ ဖြစ်နေသည်။ သည်အချက် လွှာသည့်အခါး လေယာဉ် ပုံ

တက်ရန် အရှိန်ယူနှစ်း တွက်ရာ၌လည်း ဆက်၍လွှဲကာ မတော်
တဆမူဖြစ်ရလေသည်။

ခုစံမီးစစ်ဆေးသူများကလည်း သည်အတိုင်းပင် ကောက်
ချက် ချက်ပါသည်။ အသေးအမွှားအချက်အလက်တွေ ဆင့်က
ဆင့်က တိမီးဆောင်းလွှဲချော်ရာက ယခုကဲ့သို့ဖြစ်ရသည်၊ ဟူ၍။

စဉ်းစားကြည့်က ကြောက်စရာပင်။

နှေ့စဉ် ထောင်ဆောင်းချိသော လေယာဉ်စီးခုရီးသည်များ
သည် ပိမိတို့သေရေးရှင်ရေးကို အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့် အသေး
အမွှားအချက်အလက်ပေါင်းများစွာကို လေကြောင်းဝန်ထမ်းတို့
တိကျမှန်ကန်စွာ ဆက်သွယ်ပေးပို့ကြခြင်း ရှိမရှိဟူသော အချက်
ပေါ်တွင် အသက်ကို အလောင်းအစားပြုနေရသောသဘောရှိသည်။

၁၉၅၀ ခုနှစ်များအတွင်း ရက် (၃) စတုန်း ဒုံးယာဉ် (Red-stone Rocket) တည်ဆောက်ရာတွင် ပါဝင်ခဲ့သည့် သို့ပုံပညာ
ရှင်တစ်ဦးက ထိုစဉ်က အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို ပြန်၍ပြောပြုသည်။
ရက် (၃) စတုန်း ဒုံးယာဉ်စမ်းသပ်မှုတစ်ခု မအောင်မမြင် ဖြစ်ရ^၁
သည့်ကိစ္စနှင့် စပ်လျဉ်း၍ စစ်ဆေးအဖြေရှာကြသည့်အခါး၊ အင်ဂျင်
နှီယာ တစ်ဦးက ဒုံးယာဉ်တည်ဆောက်စဉ်က သူ အမှတ်မထင်
လုပ်ခဲ့မိသည့် အမှားတစ်ခုကို သူ ဘာသာသွားတွေ့သည်။ သို့နှင့်
ပရီဂျက် အကြီးအကဲဖြစ်သူ ဒုံးပုံပါရရှုကြီး ဗုံးနားပန်ဘရောင်း
(Wernher von Braun) ထံ သူ တွေ့ရှိချက်ကို ချက်ချင်း
သွားအစီရင်ခဲ့သည်။

သာမန်အားဖြင့် စဉ်းစားလျှင် သည်ကိစ္စအတွက် အင်ဂျင်

နိယာခမျာ အကြီးအကျယ် ပြစ်တင်ကြီမ်းမောင်းခံရလိမ့်မည်ဟု ထင်စရာအကြောင်းရှိသည်။ သို့သော် ဗန်ဘရောင်းက မကြိမ်းမောင်းရုံမက သူ့အား ဆုပင်ချီးမြှင့်လိုက်သေးသည်။ အကြောင်းက၊ ဒုံးယာဉ် ဘာကြောင့်ပျက်သလဲ သိရဖို့သည် ဗန်ဘရောင်းအတွက် အသည်းအသန် အရေးကြီးနေသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

အာကာသအစီအစဉ်တွင် တိကျသေချာမှုကို မည်မျှ အရေးထားကြောင်း တစ်ခါက ဗန်ဘရောင်းပြောကြားဖူးသည့် စကားတစ်ခုဖြင့်လည်း သိနိုင်၏။

“ဆေတန် ၅ ဒုံးပုံမှာ အစီတ်အပိုင်းပေါင်း ၅,၆၀၀,၀၀၀ ရှိတယ်၊ အဲဒီတော့ ၉၉.၉ ရာခိုင်နှုန်း သေချာတယ်ဆိုရင်တောင် မသေချာတဲ့အစီတ်အပိုင်း ၅၆၀၀ လောက် ရှိနေနိုင်တယ်၊ အခုဆေတန် ၅ ဒုံးပုံနဲ့ လွတ်တင်တဲ့ အပိုလို ၄ အာကာသယာဉ်ရဲ့ လက္မ္မာသား ခရီးစဉ်မှာ အတိအကျမဖြစ်တာ နှစ်ခုပဲ ရှိခဲ့တယ် ဆိုတော့၊ တိကျသေချာမှု ၉၉.၉၉၉၉ ရာခိုင်နှုန်းရှိတယ်လို့ ဆိုရ လိမ့်မယ်၊ အကယ်၍၊ အစီတ်အပိုင်း ၁၃,၀၀၀ လောက်ပဲ ပါတဲ့ သာမန် မော်တော်ကားတစ်စီးကိုသာ အဲသည်လောက် တိကျ သေချာအောင် လုပ်ထားမယ်ဆိုရင် နှစ်ပေါင်း ၁၀၀ လောက်ကြာမှ ပထမဆုံး တစ်ကြိမ် ၁,ဖောက်တာကြီးရလိမ့်မယ်”ဟူ၍ သူက ဆိုခဲ့သည်။

*

စက်ယန်ရားကိစ္စမှာသာမဟုတ်၊ ဘာသာစကားသုံးစွဲရာ၌ လည်း အဓိပ္ပာယ် တိကျပြတ်သားမှ မရှိက ပြသေနာပေါ်နိုင်၏။

အထူးသဖြင့်၊ သံတမန်ရေးရာလို ကိစ္စမျိုးတွင် စကားလုံး အသုံး အနှစ်နှင့် လွှဲမှားက စစ်ဖြစ်သည်အထိ ဆိုးကျိုးသက်ရောက်သွား နိုင်၏။ အင်လိပ်သံတမန်တစ်ဦးဖြစ်သူသာဟာရိုးလုံနစ်ကိုလ်ဆင် ကာ ဂိုးတိုးဝါးတားစကားတို့ ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းလှပုံ အ ကြောင်းပြစ်တင်ပြောဆိုဖူး၏။ ‘သံတမန်ဆက်ဆံရေး ကောင်း မွန်မှုအတွက် မရှုမဖြစ်လိုအပ်ချက်သည် တိကျသေချာမှုဖြစ်ပြီး၊ အဓိက အဖျက်ရန်သူကား မတိကျမသေချာမှုဖြစ်သည်’ ဟူ၍ သူ ရေးသားခဲ့သည်။

၁၉ ရာစု အလယ်ပိုင်း၊ ကရိုင်းမီးယားစစ်ပွဲအတွင်းက ဟိုး လေးတကြော်ဖြစ်ခဲ့သည့် ဖြိုဝါသချွ် (Light Brigade) မြင်းစီး တပ်ဖွဲ့၊ မရှုမလှကျဆုံးခဲ့သည့် ကိစ္စသည်။ အမိန့်ပေးသူက မရှုင်း လင်းမပြတ်သားခြင်း၊ အမိန့်ခံယဉ်သူက အကောက်အယူ လွှဲမှား ခြင်းတို့ ကြောင့် ဖြစ်ရကြောင်း ဆိုစမှတ်ပြုကြပါသည်။

ထိုပွု့၌ ဖြိုဝါသချွ်တပ်ဖွဲ့အကြီးအကဲ လော့ဒ်ရက် (g) လန်သည် ဆုတ်ခွာနေသည့် ရုရှားအမြောက်စစ်သည့်မှား ကစ်ဗျား ဖရိုဖရဲ့ဖြစ်အောင် အတင်းဝင်ရောက်တိုက်နိုက်ရန် လက်အောက် အရာရှိ လော့ဒ်လူကန်အား အမိန့်ပေးစေခိုင်းသည်။ သို့သော် တိုက်ရှိက်မဟုတ်၊ မိမိကိုယ်ရုတော်ပိုလ်အား လွှတ်၍ အကြောင်းကြားစေခြင်းဖြစ်သည်။ သည်တွင်း မူလသူ၊ အမိန့်စကားကိုက မရှုင်းလင်း မတိကျရသည့်အငဲ့၊ ကိုယ်ရုတော်ပိုလ်က တင်ဆင့် ပြန်ပြောသည့်အခါး၊ ပို၍မသကြဖြစ်သွားသည်။ ရန်သူ၏ မည်သည့် ရောရှိ အမြောက်တပ်စတွေဘက်ဘို့ ဝင်တိုက်ရမည် ဆိုသည်ကို

အမူအရာဖြင့် သူညွှန်ပြရာမှာလည်း ခပ်လုံးလုံး ခပ်ရောရောဖြစ်
နေရာ အမိန့်က ပို၍ရှုပ်ထွေးသွားတော့သည်။ ထို့ကြောင့်၊ လော့ဒ်
လူကန်၏ မြင်းလျင်တပ်ဖွဲ့၊ ထို့စစ်ဆင်ဖို့ ဝင်သည့်အခါ ဆုတ်ခွာ
နေသည် အမြာက်တပ်ဆွယ်ဘက်ကိုမဝင်၊ အားနှင့် အင်နှင့် ဒလ
ဟော ပစ်ခတ်မည် ရရှားတပ်မကြီး၏ အလယ်ဗဟိုထဲသို့ ကဆုန်
စိုင်း ဝင်မိတော့၏။ ရလဒ်က တိုက်ပွဲဝင်သူ ပြေတိသွေ့မြင်းတပ်သား
၆၀၉ ဦးအနက် ၁၉၈ ဦးသာ အသက်နှင့်ကိုယ် အိုးစားမကွဲဘဲ မိမိ
တပ်စန်းဆီ ပြန်လာနိုင်ခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ထို့ကြောင့်၊ အရေးကြီးသည့် မည်သည့်ကိစ္စမျိုးမှာမဆို တိကျ
သေချာဖို့ အထူးလိုအပ်လုပါသည်။

အားကစားလောကမှ သာခကတစ်ခု ပြချင်သည်။

၁၉၇၂ မြို့းနှစ်အိုးလုပ်ပွဲတွင် အမေရိကန် ပြေးခုန်ပစ် အား
ကစားသမားနှစ်ယောက်မှာ ပြိုင်ပွဲစည်းကမ်းနှင့် မည်သဖြင့် အပယ
ခံရသည်။ ပြဿနာက သူတို့၏ နည်းပြဆရာကြောင့် ဖြစ်သည်။
နည်းပြဆရာသည် ပြိုင်ပွဲအချိန်ယေားကို စွဲစွဲစပ်စပ် ဖတ်ရှု
မှတ်သားခြင်း မပြုခဲ့ရာ၊ သူ့စိတ်ထဲ အမှတ်မထင်ဖွဲ့ထားလိုက်မိ
သည် ပြိုင်ပွဲအချိန်က လွှဲနေလေသည်။ သည်တွင် အစီအစဉ်တွေ
တောက်လျောက်လွှဲကာ သူ့လူများခများ ပြိုင်ပွဲသို့ သတေမှတ်ချိန်
အမီ မရောက်နိုင် ဖြစ်ရတော့သည်။

ကျွန်တော်ဦးလေး ဂျော့ချုံမှာ လူတစ်ယောက်ကို သိပ်ညံသည်
ဟု ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဝေဖန်လိုလျှင် သုံးတတ်သည့် စကားတစ်ခု
ရှိသည်။

‘ဒီလူက ပုဆိုန်မသွေးတဲ့ လူစားမျိုးကွာ’ ဟူသော စကား။
ဒါပဲ။ သည့်ထက်မပို။ သည်စကားကို သူက ထင်းခုတ်သမား
ရယ်မှုမဟုတ်၊ အခြား မည်သည့်လူမျိုးကိုမဆို လုပ်တာကိုင်တာ
နေရာမကျလျှင် ပြောလေ့ရှိသည်။

ကျွန်တော် သတင်းစာတိုက် တစ်တိုက်မှာ ဓာတ်ပုံသမား
တစ်ဦးနှင့် အတူတွဲလုပ်ရသည့်အခါ ဦးလေး ဂျော့ချုံ၏ စကားကို
ပြန်၍ အမှတ်ရစရာ ကြိုရပါသည်။ သည်လူက နယူးဟင့် (မ)
ရှိုင်ယာနယ်မှ တောင်ဖြူတန်း (White Mountain) ကြီးကို
ရိုက်ထားသည့် ဓာတ်ပုံအောက်တွင်၊ ကနေဒါပြည် ရောကီးတောင်
တန်း (Canadian Rockies) ဟူ၍ ပုံစာ ရေးထိုးပါသည်။ ပုံ
နှင့် ပုံစာ တခြား ဖီဖြစ်နေကြောင်း သိရပြီး သည့်နောက်မှာပင် သူ
ကာ ဒီလိုပဲ၊ တစ်ခါတလေ လွှဲတာပေါ့ပျောဟု ဆိုနေသေးသည်။
ကျွန်တော်တို့မှာ ရယ်သာနေလိုက်ရသည်။ ဘူးလွှဲသည်က နည်း
နည်း မဟုတ်၊ မိုင်ပေါင်း ၃၀၀၀ လောက် လွှဲသွားခြင်း ဖြစ်သည်။
သည်အတိုင်း ဆိုရင် ငါတော့ ပုံစာတွေမှန်သမျှ သေချာအောင် ပြန်
စစ်ရလိမ့်မယ်ထင်တယ်ဟု ကျွန်တော် တွေးလိုက်မိသည်။ နောက်
ပိုင်း တကယ်လည်း ကျွန်တော် တွေးသည့်အတိုင်းပဲ ဖြစ်ခဲ့သည်။

တိကျသေချာအောင် လုပ်သည့်ကိစ္စမှာ လိုတာထက် ပိုသည်
ဟူ၍ မရှိပါ။ တစ်ခါ၌ မရှိင်းအယ်ဒီတာတစ်ယောက်က ကျွန်း

တော်အား နာမည်ကြီးပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကျွန်တော် သိ မသိ မေးမြန်းသည်။ ငှင့်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးမှာ စာအုပ်စာတမ်းတစ်ခု ရေးသားလျက်ရှိရာ ယင်းအတွက် အကူအညီလိုသဖြင့် ကျွန်တော်အား စကားစပ်ခြင်းဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်က အဲသည်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးကို သိကြောင်း ပြောပြီး နောက်၊ ‘ဒါပေမဲ့ သူက ကျွန်တော်ကိုသိ မသိ ဆိုတာတော့ မသေချာဘူးများ၊ ကျွန်တော် သူနဲ့တွေ့ဖူးတာ အနည်းဆုံး ပြောက်ကြိမ် လောက် ရှိရှိသွားပြီ၊ အကြိမ်တိုင်း ပြန်ပြန်ပြီး မိတ်ဆက်ပေးရတယ်’ ဟု၍ ပိုပြီး တိကျေသေချာအောင် ဖြည့်စွက်ပြောလိုက်သည်။

အယ်ဒီတာနှင့် သူ မိတ်ဆွေတို့ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက်အပြန်အလုန်ကြည့်ကြသည်။ ပြီးတော့မှ သူက၊ ‘ခင်ဗျားက သူနဲ့ သိတယ် ပြောထားလို့ ကျွန်တော်တို့ သူ ဆီဖုန်းဆက်တဲ့အခါ၊ သူက ခင်ဗျားနာမည်ကို တစ်ခါမှ မကြားဖူးဘူးလို့ ပြောတယ်ပဲ၊ အခုတော့ ကျွန်တော်တို့ ရှင်းသွားပါပြီ’ဟု ဆိုသည်။

အဲသည်တုန်းက သူအပ်သည့်အလုပ်ကို ကျွန်တော်လုပ်ခွင့်ရဲ့ပါသည်။

လုပ်ငန်းအကြီးအကဲများကတော့ ‘တိကျေသေချာခြင်း’ ကို ရှားပါးအရည်အသွေးဟု မယူဆာ။ သေချာပေါက် ရှိရမည့်အရာဟူ၍ပဲ သဘောထားကြသည်။ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ်တွေ့ရမ်းသမ်းပြီး ဖြန်းပြောဆိုသူများ၏ စကားကို အထက်လူတို့ အခိုက်အတန် အဖို့ မိတ်ဝင်စားတတ်ကြပါသည်။ သို့သော် တိကျေသေချာသူများလို့ ရေရှည်မခံ၊ နာမည်ကောင်းမကျွန်း။ အရေးကြီးသောကိစ္စများ

ပေါ်လျှင် တိကျသေချာသူများ ကိုသာ အားကိုးကြ၊ ဘာဝန်အပ်နှင့် ကြပါသည်။ စာဖတ်သူ ကိုယ်တိုင်ပင် စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ရမ်းပြောမှန်းပြောသူနှင့် ခိုင်မှာတိကျသူ၊ ဤနှစ်ဦးတွင် ဘယ်သူ၊ ကို သင်ရွေးချယ်မည်လဲ၊ ယုံကြည့်ကိုးစားအပ်နှင့် မည်လဲ။

မတိကျမသေချာခြင်းသည် သာမန်လူမှုဆက်ဆံရေးကိစ္စများ၌ပင် အဆင်မပြောများ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။

ဧည့်ခံပွဲမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မိတ်ဆက်စကားပြောရှုံးသဲသဲ ကွဲကွဲ သေသေချာချာမပြောသောသူသည် တစ်ဖက်ရှုကို အလေး မထားသူ၊ ဝတ်ကျေဝတ်ကုန် ဆက်ဆံသူဟူ၍ အထင်ခံရမည်ဖြစ်သည်။

နေရာတစ်ခုသို့ လူနှစ်ယောက် ကားစီးသွားကြသည့်အခါမျိုး တွင် ဘားမှထိုင်လာသည့် နေရာသိသူက မောင်းသူအား၊ ‘ရှေ့မှာ ဘယ်ဘက်လမ်းသွယ်ထဲ ချိုးရမယ်’၊ ‘တည့်တည့်ဆက်သွားမယ်’ စသဖြင့် တိတိကျကျမပြောဘဲ၊ ‘အဲ-ဟိုလမ်းပဲ’ ဆိုတာမျိုး ပိုးတိုးပါးတားပြောသဖြင့်၊ ဘယ်ကွဲ့ရမည့်နေရာမှာ ညာဘက်ကွဲ့ မိလျှင် အချင်းချင်း စိတ်မရည်ချင်စရာဖြစ်ရပေမည်။

တိတိကျကျသေသေချာချာပြောဆိုသည့်အခါ တစ်ဖက်လူ နားရှင်းသဖြင့်၊ အားလုံးအဆင်ပြေကာ ဆက်ဆံရေးအခြေအနေ တွေ့လည်း ကောင်းမွန်ချောမွေ့နေမည်ဖြစ်သည်။

သည်တော့၊ အစစအရာရာ တိကျသေချာအောင် ဘယ်လို တွေ့လုပ်ကြမည်လဲ။

တစ်ခုကာ၊

ကိုယ် ကိုင်စွဲမည့်၊ သို့မဟုတ် ပြောဆိုတင်ပြမည့် အချက်
အလက်တွေ အမှန်တကယ် သေချာမသေချာစစ်ဆေးစိစစ်သော
အလေ့အထ ရရှိဖြစ်သည်။

ကျွန်ုတ်တို့ဆောင်မှာ အရာရာအတွက် ချက်ချင်းလက်ငင်း
အဖြေတွေ၊ အသင့်ပြင်ဆင်ပြီးဆင်ခြေတွေ၊ လျှပ်တစ်ပြက ကိန်း
ကဏ္ဍုံး အချက်အလက်တွေ ရှိနေကြပါသည်။

ဥပမာ၊ မိသားစာကြီးအသေးကိစ္စ၊ သားသမီးအနည်းအများ
ကိစ္စ ဆိုပါစို့။ ခရစ်ယာန်များထဲတွင် ကက်သလစ်တွေက ပရီ
တက်စတင့်တွေထက် ကလေးများများမွေးကြသည်၊ ဟု ဆိုလေ့
ရှိသည်။ အားလုံးလိုပင် သည်အတိုင်း လက်ခံထားမိတတ်ကြ
သည်။ သို့သော် တကယ်စမ်း များတာသေချာသလား၊ များသည်
ဆိုလျင် ဘယ်လောက်အထိ များသလဲ။ သေသေချာချာမသိကြ
ပါ။ တကယ်တိတိကျကျစူးစမ်းကြည့်သည့်အခါ့်မှာ၊ ကက်သလစ်
က မွေးဖွားနှုန်း များခြင်း ဆိုသည်မှာ၊ များသည်ဆိုရရုံကလေးဖျော်
သာဖြစ်ပြီး တချို့အသာ ဥပမာ အမေရိကန်ပြည်လို နေရာမျိုး ဆို
လျင် ဘက်ပတ် (ပရီတက်စတင့်) တွေကသာ မွေးဖွားနှုန်း အများ
ဆုံးဖြစ်နေတာ တွေ့ရသည်။

သည်လိုပါ။ အိမ်ထောင် တစ်ခါပျက်ဖူးလျင် နောက်လည်း
ဆက်တို့က်ပျက်တာပဲဟု ပြောလေ့ရှိကြသည်။ လူအများပင် အဲ
သည် အတိုင်း လက်ခံမှတ်သားထားကြသည်။ တကယ် စူးစမ်း
လေ့လာသည်အခါ့်မှာ မိမိ၏ ဇနီး/ခင်ပွန်းနှင့် ကွာရှင်းပြတ်ခဲ့ခဲ့

ဖူးသူများအနက် ဇွဲ ရာခိုင်နှစ်းသည် အဲသည် တစ်ကြီးမာစ်ခါ သာ ကွဲကွာခဲ့ကဗျားသူများဖြစ်ပြီး၊ ယင်းအနက် တချို့က တစ်ကိုယ် တည်း ဆက်လက်နေထိုင်ကာ၊ တချို့မှာ ဒုတိယအိမ်ထောင်နှင့် တည်းမြှုပ်လျက် ရှိကြကြောင်း သိရသည်။

ထိုကြောင်း၊ ဘယ်ဟာသည် ဘကုံးအချက်အလက်မှန် ဆို တာ သိဖို့သည် မလွယ်။ နောက်ထပ် ဝေဖန်ကြည့် စူးစမ်းကြည့် ဆန်းစစ်ကြည့်ပြီးမှသာ ဖြစ်တန်ရာ မရာ သေချာလာသည်။ ပြီး၊ အကြောင်းကိစ္စတစ်ရပ်နှင့် ပတ်သက်လျှင်၊ နဂါးမူလ မိမိကိုင်စွဲထား မိသည့် အယူအဆကို အထောက်အကူပြုမည့် အချက်အလက်များ ချည်းသာ ရှာဖွေကောက်ယူခြင်း၊ မူလရပ်တည်ချက် အား ပျော်ပျက်ပြုသွားစေမည့် အချက်အလက်များကို လျှစ်လျှော့ခြင်းမျိုး မလုပ်ဘဲ၊ ဆက်စပ်ပတ်သက်သမျှ အချက်အလက်အားလုံးကို တိတိကျကျ ထည့်သွင်းချိန်ဆတတ်ဖို့ လိုပါသည်။

*

အချက်အလက်များ သေချာအောင် စစ်ဆေးအတည်ပြုရန် အတွက် အကောင်းဆုံးအထောက်အကူတစ်ရပ်က ရည်ညွှန်းစာအုပ် ကောင်းများကို လက်ကိုင်ပြုတတ်သည်အလေ့အထားဖြစ်သည်။

အချက်အလက် ကိန်းကဏ္ဍးများသာ ဘိကျဖို့လိုသည်မဟုတ်။ စကားလုံးအသုံးအနှစ်းရွေးချယ်ရာ၌လည်း လျောက်ပတ်ဆီလျှော်ဖို့ လို၏။ စာဖြင့် ရေးသားတင်ပြရသည့်အခါမျိုးတွင် စာလုံးပေါင်း သတ်ပုံ၊ ပုံချိန်အထားအသုံး၊ သွှေ့ရေးထုံး စသည်တို့ မှန်ကန်ဖို့ လည်း လိုသေး၏။

ကျွန်ုတ်၏ လက်ဦးဆရာ အယ်ဒီတာတစ်ဦးထံမှ သည်
အချက်တွေ ကျွန်ုတ်ဆည်းပူးခဲ့ရသည်။

သူကာ၊ ‘တံခါး’နှင့် ‘တံခါးပေါက်’ မတူသည့်အကြောင်း၊ ‘မည်
သူမျှ ဒဏ်ရာရရှိသည်ဟူ၍ မကြားသိရ’ ဆိုသည့်မှာ၊ ‘မည်သူမျှ
ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းမရှိ’ ဟူသော အဓိပ္ပာယ်မဟုတ်ကြောင်း၊
‘ဖောက်ထွင်းမှုဖြင့် စွဲဆိုခံထားရသောသူ’ ဟူသည် ‘ဖောက်ထွင်း
သူ’ ဟုတ် မဟုတ် မသေချာသေးကြောင်း၊ စသည့် သဘောများ
ကို သူသင်ပြပေးခဲ့သည်။

အမေရိကန် ဆေးပညာအသင်းဂျာနှယ်၌ ရေးသားလိုသည့်
ဆေးပညာကလောင်ရှင်များအား ဆရာကြီး ဒေါက်တာရစ်ချွတ်
အက်ရှာက၊ ငှင်းတို့ ကိုးကားဖော်ပြလိုသည့် အကြောင်းအရာ
အချက်အလက်မှန်သမျှကို သေချာအောင် တစ်ခေါက်ပြန်စစ်ဆေး
ကြည့်ဖို့ တိုက်တွန်းလေရှိသည်။ အကြောင်းက၊ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ
သေချာနေသော စာအပ်အမည် လူအမည်များ အကြောင်းခြင်းက
များသည် တကယ်အစစ်အမှန်နှင့် မကြာခဏကွာဟန်တတ်
သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ပြန်လည်တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးခြင်း မပြုဘဲ
စိတ်ထဲ မှတ်ထားသည့်အတိုင်း ရေးသားသုံးစွဲလိုက်သည့်အခါ
တစ်လုံးလွှဲ နှစ်လုံးလွှဲ၊ တစ်ခါတစ်ရုံ တက်တက်စင်အောင် လွှဲ
တာတွေ ဖြစ်နေတတ်သည်။

စင်စစ်၊ ကိုယ်တွေဖြစ်ရပ်မှန်ဟူသည်များပင် မတိကျ မသေ
ချာဘဲ ရှိတတ်ကြသည်။ ဥပမာ၊ နယူးယောက် တိုင်း(မ)(စ)
သတင်းထောက် စီအယ်(လ) ဆူးလ်(စ) ဘာဂျာက အမေရိကန်

ထိပ်တန်းနိုင်ငံရေးပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ ဖြစ်ကြသည့် သမ္မတ အိုင်စင် ဟောင်ဝါ၊ သံအမတ်ကြီး အော်ရယ်ဟယ်ရီမန်၊ ဗိုလ်ချုပ်ကြီး အဲဖရက် ကျွန်ုသာ၊ ရေတပ်ဝန်ကြီး ဒန်ကင်း(မ) ဘောလ်တို့ ဆုံးကြစဉ် ယခင်ကာကွယ်ရေးဝန်ကြီးအဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့သူ ရှိမ်း(စ) ဖော်ရက်စတယ်၏ ကိုယ်တွေ့မှတ်တမ်းစာအုပ်ပါ အချက်အလက် များအကြောင်း ဝေဖန်ပြေဆိုကြပုံကို ပြန်၍ဖောက်သည်ချုသည်။

ဖော်ရက်စတယ်၏ စာအုပ်ထဲတွင် ပါဝင်သည့် အစည်းအဝေး တစ်ခုအကြောင်း ရေးသားထားချက်များမှာ များယွင်းနေသည်ဟု ငှင်းတို့အားလုံးက တည်းတည့်တည်းပြောဆိုသည်။ သူတို့အား လုံးပင် အဲသည်အစည်းအဝေးသို့ တက်ရောက်ခဲ့ကြသူများ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ဖော်ရက်စတယ်များကြောင်း ပြောရှု၍သာ တူညီသည်။ ဘယ်လိုများသလဲ၊ အဖြစ်မှန်က ဘယ်လိုလဲ မေးသည့် အခါ၌မူ တစ်ယောက်တစ်မျိုး သဘောထားတွေ ကွဲလွှဲနေကြသည်ဟု ဆူးလ်(စ) ဘာဂျာက မှတ်တမ်းတင်ခဲ့သည်။

အလားတူအဖြစ်မျိုးတွေ အမြဲလို တွေ့ရတတ်ပါသည်။

ထိုကြောင့်၊ တကယ်ဖြစ်တာ ‘ဘာ’ဆိုတာ သေချာအောင် ဆိုလျှင် ဆန့်ကျင်ကွဲလွှဲသော သက်သေ အထောက်အထားများကို နှိုင်းယူ၍ချိန်ဆကာ၊ အမှန်စင်စစ် သည်သို့ဖြစ်တန်ရာ၏ ဟူသော သုံးသပ်ချက်မျိုး ချကြည့်ဖို့၊ ထို့နောက် ယင်းကိုတစ်ဖန် ပြန်လှန်စစ်ကြောဝေဖန်မူ ပြုလုပ်ဖို့ လိုပေသည်။ သည်အတွက် စည်းစနစ်(၀၁) အ လေ့ အ ကျင့် လို သည်။ သင့် တင့် လျောက် ပတ် သော သံသယစိတ်မျိုးလည်း ရှိဖို့လိုအပ်သည်။

တိကျသေချာသောသူ ဟူသည် တစ်စုံတစ်ရာကို ယတိပြတ်
ပြောနိုင်သည့်အခြေအနေ မရှိသေးက လတ်တလော ဘာကိုမျှ
မဆုံးဖြတ် လက်မခံဘဲ ဆိုင်းင့်ထားချင်သာ ထားမည်၊ ရမ်းသမ်း
မှန်းဆ ကောက်ချက်ချခြင်းမျိုးကား ပြုလုပ်လိမ့်မည်မဟုတ်။သူ
က ‘ကျွန်တော်ဘာမှတိတိကျကျမပြောနိုင်သေးပါဘူးခင်ဗျာ’ဟု
ရှိုးရှိုးသားသား ဖွင့်ဟာဝန်ခံရမှာ ဝန်မလေးသူမျိုးဖြစ်သည်။

တိကျသေချာခြင်းဟူသည် စိတ်ရည်ခြင်း၊ စွဲရှိခြင်းဖြစ်သကဲ့
သို့ အလုပ်ကို ဂရာတရိုက်လုပ်တတ်ခြင်း၊ အရာရာကို အကျိုးသင့်
အကြောင်းသင့် စဉ်းစားဝေဖန်တတ်ခြင်းလည်း ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင်
သူ့၏ တိုတွင်ဖန်တီးတတ်သောသဘောလည်း ပါသည်။ အကြောင်း
က တိကျသူဟူသည် အချက်အလက်ကို လိုက်ကြည့်ရုံသက်သက်
မဟုတ်၊ ရှာဖွေဖော်ထုတ်သူလည်း ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။





အောင်ပြင်မှုအတွက် အဓိကသေးချုပ်

ကျွန်တော်ငယ်လှု ဒါးလက်(စ)မှာ နေစဉ်တုန်းက အဖော်
အား သူ့ 'ရုံ' သို့ သွားသည့်အခါ ကျွန်တော့ကိုပါ ခေါ်သွားရန်
မကြာခဏ ပူဆာလေ့ရှိသည်။ ကျွန်တော့ကလေးအတွေးထဲမှာ
အဖေတို့ 'ရုံ' ဆိုသည်က လူကြီးတွေ ဇရာမအဆန်းတကြယ်
ပစ္စည်းတွေ ဖန်တီးပြုလုပ်နေသည့် မှုပ်မျက်လျည့်စက်ရုံကြီးတစ်ရုံ
ဟု မြင်နေသည်။ နွေရာသီတစ်နှင့်မှာတော့ အမေက ကျွန်တော့ကို
ရုံသို့ ကားနှင့် ခေါ်သွားသည်။ ရုံမှာ အလုပ်သိမ်းခါနီးအချိန်။

အဖေက ကျွန်တော်တို့ကို စက်ရုံရှေ့မှ ဖြော်နေသည်။ ပြီး
ကျွန်တော့လက်ကို သူ့လက်နှင့် ဆုပ်ကိုင်ကာ ရုံထဲသို့ ခေါ်သွား
သည်။

အဲသည်တုန်းက ကျွန်တော့အသက် ခုနစ်နှစ် ရှုစ်နှစ်။

* မူရင်း။ ॥ William M. Hendryx ၏ The Secret to Fame
and Fortune

“ကဲ- ဟောဒီမှာကြည့်’ အဖေက ကျွန်တော့ကို သန်မာလှသော သူ့လက်ကြီးနစ်ပက်နှင့်ကိုင်ကာ ခွေးခြေမြင့်တစ်လုံးပေါ်တင်လိုက်ပြီး ဂုဏ်ယူသောလေသံဖြင့် မေးလိုက်သည်။ ‘ဘယ်လိုလဲ၊ ဘာတွေမြင်လဲ’

ဟာ...! ကျွန်တော့ထံမှ အာမော့ဘိတ်သံတစ်ချက် ခပ်တိုးတိုးထွက်သွားသည်။

ရောမခန်းမကြီးထဲတွင် စက်သံတွေ ဆူညံနေသည်။ သတ္တုတွေ ကြိုတ်ဝါးရှာမှ ထွက်ပေါ်လာသည် အနဲ့အသက်များကလည်း အခန်းထဲ လိုင်နေသည်။ တွင်ခုတွေက သံမကိုတုံးများကို အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများသဏ္ဌာန် ပေါ်အောင် သပ်သပ်ရပ်ရပ် ထွင်းဖို့ဖော်နေသည်။

‘သူတို့ဘာလုပ်နေကဗျာလဲဖေဖေ အသံးလဲ ဆူညံနေသည်’
ကြားက ကျွန်တော်မေးမိသည်။

‘သွန်းပုံတွေ လုပ်နေတာ’ ဟု ဆိုရင်း အဖေက သူ့အလုပ်စားပွဲကြီးပေါ်မှ ကောက်ဖီခွက်လွှတ်တစ်ခုကို ကောက်ပူးသည်။ ‘သွန်းပုံဆိုတာက ဟောဒီခွက်လိုမျိုး ပလတ်စတစ်ခွက်တွေ ပန်းကန်တွေ သွန်းဖို့အတွက် လုပ်ရတဲ့ မူရင်းပုံတွေကို ခေါ်တာ၊ လုပ်ပုံ သေသပ်ရင် တစ်သက်လုံး အသုံးခံတယ်’

သည်နောက် အဖေက ကော်ဖီခွက်ကို သူ့ပခံးလောက် အမြင့်မှာ ကိုင်ထားပြီး မေးသည်။ ‘ဒီကောင့်ကို လွှတ်ချုလိုက်ရင် ဘာ ဖြစ်မယ် ထင်သလဲ’

‘ကွဲသွားမှာပေါ့’

‘စမ်းကြည့်ရအောင်’ဆိုပြီး အဖေ လွှတ်ချသည်။ ခွက်က သမံ တလင်းပေါ် ဂလောင်ခနဲ ကျသွားသည်။ ထို့နောက် တစ်ချက် နှစ်ချက် ခုန်သည်။ ပြီးတော့ အဖော်ခြေထောက်နားမှာ ပြီမြတ်သွားသည်။

‘နည်းနည်းလေးတောင် ပွုန်းပဲမသွားဘူး’ အဖေက သေသေ ချာချာကြည့်ရင်း ဆိုသည်။ ‘သား မှတ်ထား၊ တကယ်တော်တဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ လက်ရာမြောက် သွုန်းပုံတစ်ခုဟာ ဒီလို ခွက် မျိုး ထောင်ပေါင်းများစွာကို ဖန်တီးပေးနိုင်တယ်’

အောင်မြင်ကျော်ကြားမှနှင့် ကြီးပွားချမ်းသာမှုအတွက် သော့ ချက်ကို အဖေပေးလိုက်ခြင်းပဲဟု ကျွန်ုတော်ခံစားမိခဲ့ရပါသည်။

သို့သော် နောက်ပိုင်း လူပျိုးပေါက်အရွယ်လောက်မှာတော့ အဖော်ကို ကျွန်ုတော်နည်းနည်းစွာလာမိခဲ့သည်။ ဘဝနှင့်ပတ်သက် သည့် သူ့သဘောထားတွေ ကျွန်ုတော်သိပ်သဘောမတွေ၊ တာ၊ သူလုပ်နေတာကာယအလုပ်ပဲဟု မြင်ပြီး နည်းနည်းရှက်သလိုဖြစ် မိတာတွေကြောင့် ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ အဲသည်နောက် ကျွန်ုတော် တက္ကာသိုလ်ရောက်သည်။ တပ်မတော်ထဲလည်း ရောက်သည်။ အဲ သည်နောက်ပိုင်းလောက်မှာတော့ ကျွန်ုတော့မှာ ကိုယ်ပိုင် ရည် မှန်းချက်တွေလည်း ကြီးကြီးမားမားရှိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။

ဓနငွေကြေးအမြောက်အမြား ရှာဖွေစုစည်းနိုင်သူတစ်ဦး ဖြစ် ရမည် ဟူ၍။

အဖေက ကျွန်ုတော့ကို အားပေးလမ်းညွှန်မှုများ ဆက်၍ ပြုလုပ်နေပါသေးသည်။ သို့သော် ကျွန်ုတော်က သူ့ထံမှ တောင်းခံ

မူသိပ်မပြတော့သည်ဖြစ်ရာသူ့ခမျာ အဝေးမသာ ရံဖန်ရုံခါ လုမ်း
၍၍သွန်သင်ညွှန်ပြနေရသည်။ ကျွန်ုတော်ရွေးချယ်ခဲ့သည့်အလုပ်
ကလည်း ကြော်ကြာလုပ်ငန်းဖြစ်ရာ သည်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍
တော့ အဖော့မှာ လမ်းညွှန်စရာ မည်မည်ရရ ရှိလိမ့်မည်ဟု ကျွန်ု
တော် မယူဆခဲ့။ ပြီး...သည်အချိန်လောက်တွင် ကျွန်ုတော့မှာ
အတုယူအားကျွန်ရာ နမူနာပြပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်လည်း ရှိနေခဲ့ပြီ
ဖြစ်သည်။

လူက အရပ်အမောင်းကောင်းသည်။ အားကစားသမား ပိုပို
သသ ကိုယ်ကာယမျိုးနှင့် ရွှေဝါရောင်ဆံပင်နှင့် ခဲ့ညားသော မျက်
နှာနှင့်။ အသက်က ကျွန်ုတော်ထက် နည်းနည်းလေးပဲ ကြီးသည်။
သို့သော် အောင်မြင်မှုအမှတ်သက်တတွက်တော့ သူ့အသက်
နှစ်ဆလောက်ရှိသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေထက်ပင် များပြားပြည့်စုံနေပြီ။
သူ့နာမည်နှင့် ကုမ္ပဏီရှိသည်။ တစ်ကိုယ်လုံး စိန်တွေ အပြည့်
စီခြယ်ထားသည့် မိန်းမချောချော ရှိသည်။ သားသားနားနား
အကောင်းစားကား ရှိသည်။ ရေကူးကန်ပါသည့် လူလုပ်ပ အိမ်
တစ်ဆောင် ရှိသည်။

‘ကြော်ကြာလုပ်ငန်းလောကမှာ ခင်ဗျားပထမဆုံး လုပ်ရမှာ
က ကိုယ့်ကိုကိုယ်မြှင့်တင်ရေးပဲ’ဟူ၍ သူက ကျွန်ုတော်သဘော
ပေါက်အောင် ပြောခဲ့ဖူးသည်။ သူ့မှာ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်
စိတ်တွေ ပြည့်လျှော့နေသည်။ သူအာရုံစိုက်သည်က အလုပ်အသစ်
တွေ လက်ခံရဖို့၊ ဆောင်ရွက်ခတွေ ရဖို့။

‘ရုဝောကြယ်ကို ဆွတ်ပေးမယ်လို့ ကတိပေးထားလိုက်၊ တကယ်
ယူပေးနိုင်တာ မယူပေးနိုင်တာက နောက်ပိုင်းကိုစွဲ’ ဟူသောစကား
မျိုးသူ မကြာခဏပြောလေ့ရှိသည်။ ကျွန်တော်အပါအဝင် ကြော်
ပြော စာများနှင့် သူကြိမ်းမောင်းပြောဆိုလေ့ရှိသည် စကားက
အလွန်ရှင်း အလွန်ပြတ်သည်။ ‘မိတ်တိုင်းကျတာ မကျတာ ကျပ်
မလိုချင်ဘူး၊ ကျပ်လိုချင်တာက အခုချက်ချင်းရဖို့ပဲ’ ဟူ၍။

သုံးနှစ်တာကာလအတွင်း ကျွန်တော်က လက်သင်ကြော်ပြာ
စာမူရေးသမားအဆင့်မှ ခုတိယဥက္ကဋ္ဌရာထူးအထိ သျင်မြန်စွာ တိုး
မြင့်လာခဲ့သည်။ နောရာညပါ ကျွန်တော်အလုပ်လုပ်သည်။ စနောက်
တန်းနောက်များပင် နားလေ့မရှိ။ သည်လိုလုပ်သဖြင့်လည်း ကျွန်
တော် တာဝန်ယူရသည်၊ အလုပ်မှန်သမျှကို သတ်မှတ်ခြင်းအမဲ့ ပြီး
စီးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ အလုပ်အပ်သူမှန်သမျှ
နှင့်လည်း အချိန်းအချက်ပျက်သည်ဟူ၍ မရှိခဲ့။

အလုပ်အပ်သူများထဲတွင် ကျွန်တော်တို့ ဆောင်ရွက်ချက်နှင့်
ပတ်သက်၍ မိတ်တိုင်းမကျသူ မကျေမနပ်ဖြစ်သူ များလည်း
အနည်းအကျဉ်းရှိခဲ့ပါသည်။ အချို့က ဆောင်ရွက်ခ မပေးသဖြင့်
ကုမ္ပဏီတွင် ငွေကြေးအက်အခဲ ကြိုရတာမျိုးလည်း ရှိတတ်ပါ
သည်။ သို့သော် ကျွန်တော့သူငွေးကတော့ သည်အတွက် နည်း
နည်းလေးမျှ နောက်တွန်းမသွား။ ငွေကုန်ကြေးကျ များသည့် ညာ
စာ စားပွဲကြေးတွေ ကျင်းပမြီ ကျင်းပသည်။ ဇနီးသည်အားလည်း
မိတ်ဖိတ်လက်သည့် စီန်လက်စွပ်အသစ်တွေ တစ်ကွင်းပြီး တစ်
ကွင်း ဝယ်ပေးမြှု ဝယ်ပေးနေခဲ့သည်။

တစ်ခုသော တန်းနှင့်နွေ့သမှာတော့ သူ ကျွန်ုပ်တော့အိမ်သို့ ဖုန်းလှမ်းဆက်သည်။ ကျွန်ုပ်တော့အား နက်ဖြန်မနက်စောစောရုံးခန်းမှာ တွေ့ချင်သည့်အကြောင်း။

ကိစ္စကတော့ ကြီးကြီးမားမား တစ်စုံတစ်ရာပဲဟု ကျွန်ုပ်တော့ တွေးသည်။ အတော်အဆင်ပြေမယ့် အလုပ်တစ်ခုရလာလို့ ဆွေးနွေးဖို့ ခေါ်တာလား၊ ငါကို လခတိုးပေးမယ်လို့ ပြောပြောနေတာ အခုံ တကာယ်ဖြစ်တော့မှာလား၊ စသည်ဖြင့်...။

နောက်နေ့မနက် ကျွန်ုပ်တော်ရုံးရောက်တော့ မိုးကုပ်စက်ဂိုင်းမှာ နေလုံးပြုစပဲ ရှိသေးသည်။ အရမ်းသားသားနားနား ပြင်ဆင်ထားသည့် သူ့ရုံးခန်းထဲ ဝင်သွားသည့်အခါ သူက ကျွန်ုပ်တော် ရောက်ပြီဆိတာ သူသိကြောင်းပြုသည့်လက္ခဏာအဖြစ် ဘစ်ချက်လှမ်းကြည့်ပြီး ရေးလက်စ စာကို ဆက်ရေးသည်။

ကျွန်ုပ်တော်က မျှော်လင့်ကြီးစွာ စောင့်စားနေသည်။

နောက်ဆုံးတော့မှ သူ မော့လာသည်။

‘ကျွန်ုပ်တော် တဗြားလဲ ဘယ်လိုပြောရမှန်း မသိတော့ လိုရင်းပဲပြောပါမယ်’ သူက ကျွန်ုပ်တော့မျှက်နှာကို မကြည့်ဘဲ ပြောသည်။ ‘ခင်ဗျားလက်ရာတွေ အရင်လောက် အရည်မမိတော့ဘူးလို့ ကျွန်ုပ်တော် ထင်တယ်ဗျာ၊ ခင်ဗျားနဲ့ ကျွန်ုပ်တော် လမ်းခွဲဖို့ အချိန်တန်ပြီလို့ ကျွန်ုပ်တော်ယူဆတယ်၊ ခုမနက် တဗြားလူတွေ ရောက်မလာ ခင်ပဲ ခင်ဗျားရုံးခန်းကို ရှင်းပေးစေချင်တယ်’

ငါကို အလုပ်ဖြုတ်လိုက်ပြီပဲ။ ကျွန်ုပ်တော် ရေရေလည်လည် အထိနာသွားသည်။ အခန်းထဲမှာ ငါးငိုင်ကာ တမ္မာကြီး

ထိုင်နေမိသည်။ ကျွန်တော်ဘဝသက်တမ်းတစ်လျှောက် သည်
လောက် အရှက်ကြီး ရှက်ရသည့်အဖြစ်မျိုး မကြံခဲ့ဖူးသေး။

အဖေသာသိလျှင် မည်သို့ပြောချေမည်နည်း။

နောက် ရက်ပေါင်းအတော်ကြာ ကာလအတွင်း ကျွန်တော်
ရင်ထဲမှာ ခံစားမှုပေါင်းစုတို့ ပြောင်းဆန်အောင် လှပ်ရှားရှိက်ခတ်
နေခဲ့သည်။ တုန်လှပ်ချောက်ချားသည်။ ဒေါသူပုန်ထသည်။ မခံ
ချိမခံသာဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ကိုကရဏာသက်သည်။ ကျွန်တော်
သည်အတိုင်း မျိုးသိပ်မနေနိုင်တော့၊ ယုံကြည်ကိုးစားမိသူ တစ်
ယောက်ယောက်ကိုတော့ ရင်ထဲရှိသမျှ ဖွင့်ဟမ့်ဖြစ်တော့မည်။

သို့နှင့် မာနတွေ အသာချကာ မိဘများရှိရာ ကျွန်တော်ပြန်
လာခဲ့သည်။ သည်နောက် ဖြစ်ကြာင်းကုန်စင်ကို အဖေအား
ပြောပြသည်။

ကျွန်တော်စကားဆုံးတော့ အတော်ကြီးကြာအောင် အဖေ
ဌီမ်သက်နေသည်။ နောက်တော့မှ မျက်မှန်ကို အနေအထား ပြင်
ရင်း သူ စကားစ သည်။

‘သား စိတ်ထိခိုက်နေတာ အဖေသိပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ အဖေ
ကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောစမ်းပါ၊ သူပြောတာကောမှန်သလား၊
သား အရည်အသွေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြောတဲ့ကိစ္စ’

‘ဟာ့၊ မဟုတ်တာ အဖေရာ့၊ ကျွန်တော်က စာများတွေစက်နဲ့
လုည်းထုတ်သလို ထုတ်ပေးနေတာ၊ တစ်ရုံးလုံးမှာ ကျွန်တော်
လောက် မြန်တာ တစ်ယောက်မှ မရှိဘူး’

‘မြန်တာတော့ ဟုတ်ပြီလေ၊ ဒါပေမဲ့ ကောင်းရော ကောင်းရဲ့
လား’

‘ကောင်းပါတယ်၊ ကောင်းသင့်သလောက်ပေါ့၊ သူကလဲ အဲဒီ
လောက်ပဲ တောင်းဆိုတာပဲဟာ’

အဖေက ကျွန်တော်တို့တွေ လူလားမြောက်လာပြီးသည့်
နောက်တွင် ဆုံးမထုဝါဒစကားတွေ ရည်ရည်လျားလျားပေးလေ့
မရှိတော့။ သုဝါဒအစား သူက မေးခွန်းတွေပဲ မေးလာခဲ့သည်။
ရိုးရိုးသာမန် အကျိုးသင့် အကြောင်းသင့် မေးခွန်းမျိုးတွေပဲ ဖြစ်
သည်။ ကျွန်တော်တို့ကိစ္စ ကျွန်တော်တို့ဘာသာ စဉ်းစားသုံးသပ်
မိလာအောင် မေးခွန်းလေးတွေနှင့် သူထောက်ပေးသည့်သဘော။

ယခုလည်း သည်အတိုင်း သူမေးမြန်းနေသည်မှာ ဉာဏ်စား
ရန် အမေခြေသည်အထိ ဖြစ်သည်။ ထမင်းစားပွဲမှာ အဖ ဆူ
တောင်းစာ ခပ်တိတိရှုစွဲသည်။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်ကိစ္စကိုလုံးဝ
ချိန်လှပ်ကာ တဗြားအကြောင်းအရာပေါင်းစုံတွေ အားပါးတရ^၁
ပြောဆိုရင်း ထမင်းစားကြသည်။

အဲသည်လေက ကျွန်တော် အိပ်မပျော်။ အဖေမေးခဲ့သည့်ကိစ္စ^၂
ကို အပြန်ပြန် အလှန်လှန်စဉ်းစားတွေးတောာနေမိသည်။ နောက်
တစ်နေ့ မနက်မှာ ကျွန်တော်စကားပြောချင်နေသေးသည်။ သို့
နှင့် အဖောစက်ရုံသို့ ခေတ္တနားချိန်လောက်မှာ အရောက်သွားခဲ့
သည်။ အဖေက သူ့အလုပ်ရုံမှာ ဖို့မင်လူကြီးဖြစ်နေပြီ။ သို့သော်
သူ့စက်ရုံထဲရှိ အနေအထားတွေကတော့ ကျွန်တော် ယခင် ရောက်
ဖူးမြင်ဖူးခဲ့သည့်အတိုင်းပင် ရှိနေသည်။

ကျွန်တော့ကိုမြင်တော့ အဖော်မျက်နှာလင်းသွားပြီး ဝမ်းသာ အားရ ဆီးကြိုးသည်။ ‘တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင်ပဲ သားရော၊ အဖော်စိတ် ထဲမှာ သားများ ဒီရောက်လာမလား တွေးနေမိတာ’ဟု ပြောရင်း ကျွန်တော့အား သူ့စားပွဲဆီးသို့ ခေါ်သွားသည်။

ခွေးခြေမြင့်တစ်လုံးစီမှာ ကျွန်တော်တို့ထိုင်ကြသည်။ စားပွဲ ပေါ်မှာ ပလတ်စတစ်ကော်ဖီခွေက်တဲ့ ကျွန်တော်သတိပြုမိသည်။ ထူထူထဲထဲ လေးလေးလံလံ။ ကော်ဖီဆိုင်များမှာ အမြဲတွေ့ရတတ်သည့် ခွေက်မျိုး။

‘အဖော်တို့ ဒီခွေက်မျိုးတွေ လုပ်တုန်းပဲလား၊ ဒီတစ်မျိုးတည်းကို ပဲ အကြိမ်ကြိမ် အထပ်ထပ် လုပ်နေရတာ မြင်းငွေ့ဘူးလား’ ကျွန်တော်မေးမိသည်။

‘အင်း၊ စိတ်တိုင်းကျ အကောင်းဆုံးအနေအထား မရသေးဘူး ဆိုပါတော့ကွာ’ သူက ရယ်ရယ်မောမောပြောသည်။ ‘အဲဒါကြောင့် ဆက်ကြိုးစားနေရတာ၊ သွေ့န်းပုံကိုလဲ မှန်မှန်ပြန်လုပ်ရတယ်’ ဒါ ပေမဲ့ ဒါ အဖော်တို့အလုပ်ပဲလော၊ အဖော်တို့ထက် ကောင်းအောင် လုပ်နိုင်တဲ့လူလဲ သိပ်မရှိပါဘူး’ သူက ဂုဏ်ယူစွာ ပြောသည်။

‘ရှိုးရှိုးကော်ဖီခွေက်လေးပဲ အဖော့ရာ’ ကျွန်တော့လေသံမှာ စိတ် မရည့်ဟန် ပါသည်။ ဒါလေးကို ဒါလောက်ခဲ့နေရသလား ဆိုသည့် သဘော။

“သားက ဒီခွေက်ကြည့်ပြီး ဒါလောက်ပဲမြင်သလား၊ အဖော တော့ ဒီအထဲမှာ ထည့်ထားရတဲ့ လုပ်အား တွေ့စွမ်းရည်နိုက်ထဲတ် မူတွေ အားလုံးကို သွားမြင်တယ်’ ဟုဆိုကာ သွေ့န်းပုံသမား မိုးက္ခရီ

မိတာတစ်ခုနှင့် ဘယ်လောက် သေသေချာချာတိုင်းတွာရပုံ၊ သံ
မကိတုံးမှ သွန်းပုံဖြစ်လာအောင် တွင်သမားလုပ်ကိုင်ရပုံ၊ ထို့
နောက် ပစ္စည်းအချောထွက်အောင် ဖိစက်သမားမည်သို့ ဆောင်
ရွက်ရပုံ စသည်များကို ဘစ်ဆင့်ချင်း အဖေရှင်းပြသည်။

‘နောက်ထပ် အဖေဘာမြင်သေးလဲ သီလား၊ ဒီခွက် အရည်
အသွေးမမိဘူးဆိုတာ အဖေမြင်တယ်’

အဖေက ပစ္စည်းစစ်ဆေးရာမှာ သုံးသည့် မီးအိမ်ခလုတ်ကို
နှိပ်လိုက်သည်။ အားကောင်းသော မီးရောင်အောက်မှာ ကော်ဖို့
ခွက်ကို မှန်သိလူးဖြင့် ကြည့်ရသည်။ ‘သေသေချာချာကြည့်’သွန်း
ပုံမှာ ချိုင့်ခွက်သေးသေးလေးတွေပါလာတယ်၊ အဲဒီချိုင့်ခွက်တွေ
ကြောင့် ကော်ဖို့ခွက်ရဲ့အရည်အသွေးဟာ ဒေါင်ဒေါင်မြည်အဆင့်
က လျော့ကျသွားခဲ့ရတယ်၊ ဒါနဲ့ တစ်ဆက်တည်းပဲ အဖေတို့
အလုပ်ရဲ့ရဲ့အရည်အသွေးဟာလဲ အမာခံအနေအထားက လျော့
ဆင်းသွားလိမ့်မယ်၊ အဲဒါကို အဖေ လက်မခံနိုင်ဘူး၊ ဒီခွက်ဟာ
အဖေတို့ အလုပ်ရှင်သူတွေးအတွက်တော့ အရည်အသွေး မီကောင်း
မီနေ့မယ်၊ ဒါပေမဲ့ အဖေအတွက် အရည်မမိဘူး၊ လက်ခံနိုင်တဲ့
အဆင့် မရှိဘူး’

မနေ့ညာက အဖေအမေးကို တုံ့ပြန်ခဲ့သည့် ကျွန်ုတော့အဖြေ
စကားများ နားထဲပြန်ကြားယောင်ကာ ကျွန်ုတော် ရှုက်သွားမိ
သည်။ ကျွန်ုတော်ပါးတွေ နားတွေ ထူးပါလာသည်။

နောက်တော့ ကျွန်ုတော်မေးသည်။ ‘ဒီဟာ ကျွန်ုတော်လွတ်
ချလိုက်ရင် ဘာဖြစ်မလဲ’

အဖေ အားပါးတရပြီးသည်။ ဟိုငယ်ယ်တုန်းက သူလုပ်
ပြခဲ့တာ ကျွန်တော်မှတ်မိသေးကြောင်း သိရသဖြင့် ကျေနပ်သွား
ပုံ ရသည်။ ‘စမ်းကြည့်လေ၊ လုပ်ကြည့်ပါလား’

ခွက်ကို ကျွန်တော် လွှတ်ချလိုက်သည်။ ကြားဖူးခဲသည်
ဂလောင်ခနဲ့မြည်သံကို ကြားရသည်။ ထို့နောက် ခုန်သည်။
ဂလောက်ခနဲ့ပြန်ကျပြီး ဤမြတ်သွားသည်။ ကျွန်တော် ကောက်ယူ
ကြည့်လိုက်တော့ ဆံချည်မျှင်အက်ကြောင်းလေးတစ်ခု အောက်
နားတစ်နေရာမှ ခွက်နှုတ်ခမ်းထိပ်အထိ တောက်လျှောက် တက်
သွားတာ တွေ့ရသည်။ ပြီး နှုတ်ခမ်းမှာ သေးသေးလေး ပုံနေ
သည်။

‘ဘယ်လိုပြစ်သွားပါလိမ့်’

‘အဲဒါ အပေါ်ယံက မြင်ရတဲ့ ချို့ယွင်းချက်တွေကြောင့် ဖြစ်
ဘာပေါ့’ အဖေက ခပ်အေးအေးပဲရှင်းပြသည်။ ‘ဒီသွန်းပုံကို အဖေ
တို့ တစ်ပတ်လောက် ဆက်သံးရင် အခုလို လွှတ်ကျတိုင်း ကွဲတဲ့
ပလစ်စတစ်ခွက်တွေ ထောင်နဲ့သောင်းနဲ့ ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်’

‘ဒါပေမဲ့ အဖေတို့ဟာက ကုန်ပစ္စည်းများများ ထွက်ရှိရေးကို
ဉိုးစားပေးရတဲ့ အလုပ်ရုံမျိုး မဟုတ်ဘူးလား၊ ဒီလိုချည်း အမြတ်များ
အသစ်ပြန်ပြန်လုပ်နေရရင် ဖြစ်ပါမလား’

‘အဖေတို့က ဝယ်သူတွေ အဖေတို့ပစ္စည်းကို နောက်ထပ်
နောက်ထပ် ဝယ်စေချင်တာကိုး၊ ပစ္စည်းများများထွက်ရှိရေးက
လုပ်ငန်းကဏ္ဍတစ်ပိုင်းပဲရှိသေးတယ်၊ ကျွန်တဲ့တစ်ပိုင်းက ပစ္စည်း
ကောင်းဖို့၊ ကိုယ်တတ်နိုင်သွား အမြင့်မားဆုံး အရည်အသွေး ရ

အောင် ဆောင်ရွက်ပေးဖို့။ စားသုံးသူရဲ့ စီတ်ကျေနပ်မှုက ဒုတိယ အပိုင်းပေါ်မှာ မူတည်တယ်' သည်လို့ပြောပြီး အဖေ ကျွန်ုင်တော် မျက်နှာကို အကဲခတ်ကြည့်နေသည်။ ပြီးတော့မှာ

'အဖေအမြင်ကတော့ သားနဲ့ သားရဲ့ အလုပ်ရှင်က အဲဒီ ဒုတိယ အပိုင်းမှာ လစ်ဟင်းကြတယ်ထင်တာပဲ'

အတွေ့၊ အကြိုတွေ့ များခဲ့သည့် အဖေမျက်နှာပေါ်မှာ အပြီးရိုပ် တစ်ခု ထင်လာသည်။

'ပစ္စည်းအရည်အသွေးဆိုတာ စားသုံးသူသာမှုက ထုတ်လုပ်သူကိုပါ ကျေနပ်မှုရစေတဲ့ အရာမျိုးပဲ သား၊ အဖေ နားထောင်ရသလောက်နဲ့ ပြောရရင် သားအလုပ်ရှင်ဟာ၊ အလုပ်အပ်သူတွေ ကျေနပ်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တဲ့ သဘော မရှိဘူး၊ အဲဒီရလဒ် အဖြစ် အခုနောက်ဆုံးမှာသားကို သူ့ဆက်ခန့်မထားနိုင်ဖြစ်တာပဲ'

ကျွန်ုင်တော် သဘောပေါက်သွားပြီး အဖေပြောတာ အားလုံး အမှန်ပင်။ ကျွန်ုင်တော်တို့က တကယ် အရည်အသွေး ထက်မြေက ထိုထက် အပေါ်ယံဟန်ပန် ကြည့်ကောင်းဖို့ကို ဦးစားပေးခဲ့ကြသည်။ ထိုကြောင့်လည်း ကုမ္ပဏီမှာ စွဲကြေးကျပ်တည်းလာသည့် အခါ သူမြေးက သူ့အနီးသည်အတွက် လက်စွပ်တွေကိုမလျှော့ဘဲ ကျွန်ုင်တော်ကိုသာ လျှော့ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

'အဖေက တကယ်မြင်တတ်တာပဲ' ကျွန်ုင်တော် ချီးကျူးစကား ဆိုလိုက်မိသည်။

အဖေက အဝေးသို့ ဝေးမျှော်နေသည်။ တစ်စုံတစ်ရာကို ပြောရ

နိုးမပြောရနိုးချင့်ချိန်နေဟန်တူသည်။ နောက်တော့မှ သူဖွင့်ဟလာသည်။

‘အဖေသာလုပ်ငန်းနဲ့ပတ်သက်ရှိ တကယ်တမ်းလာဘ်မြင်သူ မှန်ရင် ဒီအလုပ်ရုံ ဒါမှမဟုတ် အလားတူ ရုံတစ်ခု ပိုင်နေလောက်ပြီပါ၊ ဒါပေမဲ့ တစ်ဖက်မှာ မိသားစုတစ်ခု ပြုစပျိုးထောင်နေရတယ် ဆိုတဲ့အကြောင်းတစ်ခုတည်းကြောင့်ပဲ အဖေကိုယ်တိုင်လုပ်ငန်းတစ်ခု ထူထောင်ပို့ မစွန်းစားနိုင်ခဲ့ဘူး၊ ဒါပေမဲ့ သားမှာတော့ အခုချိန်ထိ မိသားစုမရှိသေးဘူး ဆိုတော့’

ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းထူထောင်မည်ဟူသော အတွေးမျိုး ကျွန်တော့ခေါင်းထဲ ဘယ်တူန်းကမှ ဝင်မလာခဲ့ဖူးပါ။ ယခုအဖေပြောလိုက်တော့မှ သည်ကိစ္စက ကျွန်တော့အတွက် စိတ်ဝင်စားစရာဖြစ်လာသည်။

ကျွန်တော့ခေါင်းထဲမှာ မျှော်လင့်ချက်ရောင်ခြည်လေး ယုက်ဖြာလာသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် လွန်ခဲ့သောနှစ်ပေါင်း များစွာအတွင်း အဖေ ကျွန်တော့ကို အကြံကောင်းဉာဏ်ကောင်းတွေမပြတ်ပေးနေခဲ့ပါကလား၊ အဖေသည် သူ မရခဲ့ဖူးသော အခွင့်အရေးမျိုးတွေ သူ့သားသမီးများ ရရှိခဲ့စားနိုင်ကြအောင် အမြှွန်လွတ်အနစ်နာခဲ့ပါကလား ဆိုတာတွေ ကျွန်တော့တဖြည်းဖြည်းရှင်းလင်းပါပြင်စွာ မြင်လာသည်။

‘အဖေ၊ ဒီခွက်ကလေး ကျွန်တော့သိမ်းထားလို့ရမလားဟင်’ ရင်ထဲ လိုက်လွှဲလွှပ်ရှားလာသည်များကို မျိုးသိပ်ထိန်းချုပ်ရင်းကျွန်တော် မေးလိုက်သည်။

အဖက ဘေးမှာ အက်ကြောင်းထင်နေသာ မတ်ခွက်ကို
တစ်လျည့် ကျွန်တော့မျက်နှာကိုတစ်လျည့်ကြည့်ကာ ‘ရတာပေါ့
သားရယ်’ဟုဆိုသည်။ ထို့နောက် နောက်သလိုဟန်ပန်နှင့် မျက်စိ
တစ်ဖက် မိတ်ပြကာ လေသံတိုးတိုးပြောလိုက်သည်။ ‘ဒါပေမဲ့
ဘယ်သူလုပ်တယ်ဆိုတာတော့ မပြောနဲ့နော်’တဲ့။

*

များမကြောမိပင် ကြော်ပြောလုပ်ငန်းရပ်ကွက်၏ အချက်အချာ
နေရာတစ်ခုမှာ ရုံးဖွင့်ရန် အခန်းငယ်တစ်ခု ကျွန်တော်ငှားသည်။
ကျွန်တော့အာမည်နောက်မှာ ‘စာရေးဆရာ၊ တီထွင်ဖန်တီးမှု အတိုင်
ပင်ခံ’ဟူ၍ ဝိသေသ တပ်လျက် ဆိုင်းဘုတ်ပြားတစ်ခု ချိတ်သည်။
ထို့နောက် ကျွန်တော့ထံ အလုပ်အပ်သူများကို အကောင်းဆုံး
ဆောင်ရွက်ပေးမည်။ အမြင့်ဆုံး အရည်အသွေး ရရှိစေမည်ဟု
အဓိဋ္ဌာန်ပြုကာ လုပ်ငန်းကိုစတင်သည်။

ထို့နောက် ဘျေ နှစ်တာကာလအတွင်း ကျွန်တော့လုပ်ငန်းက
တောက်လျောက်တိုးတက်ကာ အများလေးစားသိမှတ်သည့်ကြော်
ပြောလုပ်ငန်းကုမ္ပဏီတစ်ခု ဖြစ်လာပြီး ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ရော
တစ်နေ့တွေး တိုးပွားလာသည့် ဝန်ထမ်းများကိုပါ ပြည့်ပြည့်ဝေး
ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ထားနိုင်သည့်အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိခဲ့
သည်။

ယခုဆိုလျှင် အဖအြမ်းစားပုံလျက်ရှိပါပြီ။ သို့သော် အဖော်
ဆီက ယူခဲ့သည့် အက်ကွဲနေသာ ပလတ်စတစ်ခွက်ကမူ ကျွန်
တော့စားပွဲပေါ်ရှိ အခြားအမှတ်တရပစ္စည်းများကြားတွင် ဝင့်

ကြားထည်ဝါစ္စရပ်တည်ကာ 'အသေးအများဆိုတာတွေ အရေး
ပါနေတတ်သည့်အကြောင်း' အဖော်သင်ခန်းစာကို ကျွန်တော်မမေ
မလျော့အောင် အမြဲသတိဖော်ပေးလျက်ရှိနေသည်။

အဖော်သည် ဉာဏ်အစကားတွေ အများကြီးမပြော၊ သို့သော်
သူ့နည်းသူ့ဟန်ဖြင့် ကျွန်တော့ကို သတိပေးဆုံးမခဲ့သည်။ ...
ကျွန်တော်တို့လုပ်သမျှတွေသည် အရေးကြီးသောအလုပ်၊ သတိ
ထားရမည့်အလုပ်တွေချည်းဖြစ်သည်။ အကြောင်းမှ အနာအဆာ
အပွန်းအပဲဟူသည် မည်မျှသေးငယ်သည်ဖြစ်စေ၊ နောက်ထပ်
ဆင့်ကဲ ပွားများတတ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သတိ
ထား အချိန်ယူကာ ပို၍ ဂရတစိုက်လုပ်ရန် လိုသည်။ စိတ်တိုင်းကျ
အလုပ်သည် ပါ့ပေါ့တန်တန် လက်ရာတွေနှင့် သိသိသာသာ ကွဲ
ပြားခြားနားသွားပါလိမ့်မည်...ဟူ၍။

*



ဖြင့်ပတ်တည်ကြည်သူ
 သိမဟတ်
သွေ သစ္စ သတိရှိသူ*
*

အနီးအနားရှိ ကောလိပ်တစ်ခုက ဘွဲ့နှင်းသဘင်အခမ်းအနား
တွင် စကားပြောဖို့ ကျွန်တော်အား ဖိတ်သည့်အခါ မိတ်ဆွေတစ်
ယောက်က ရယ်သလို မောသလိုနှင့် ပြောသည်။

‘လွယ်ပါတယ်ဗျာ၊ လုံးဝမလွှဲချောနိုင်တဲ့ အောင်မြင်ကြီးဗျာ၊
ရေး ဖော်မြှုလာတစ်ခု ပြောပြလိုက်ပေါ့ဗျာ၊ ဟူ၍။’

သူက ရယ်စရာလို ပြောသော်လည်း ကျွန်တော်ခေါင်းထဲမှာ
တော့ တရစ်ပဲ့ခဲ့ကျွန်ခဲ့သည်။ လွှဲဝမလွှဲချောနိုင်သည့် အောင်
မြင်ကြီးဗျားရေး ပုံသေနည်းတစ်ခု၊ ဘူး။

မှန်သည်။ စဉ်းစားကြည့်လေ သည်ပုံသေနည်းတစ်ခု ရှိတာ
သေချာလေ ဖြစ်လာသည်။ မြင်တတ် သိတတ်သည့် ဥပဇ္ဈာန်ရှိသူ
မှန်သမျှ သိမြင်ကာ လက်တွေ့ အသုံးချိန်သည့် အရာတစ်ခု။

*

* မူရင်း။ ॥ Arthur Gordon ၏ A Foolproof Formula For Success

သည်နေ့ခေတ် လုပ်ငန်းလောကကို ကြည့်လျှင် အလားအလာ ရှိသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်းတွေ ရရှိဖို့ အတွက် အသည်း အသည် ဖြင့် ဆိုင် လုယက်လာနေကြတာ တွေ၊ ရမည်ဖစ်သည်။ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း ပင် လုပ်ငန်းရှင်ကြီးများက တက္ကသိုလ်ကောလိပ် ပညာရည်မှတ် တမ်း တွေ လှန်ကာ လျောက်ထားသူတွေ၏ အရည်အသွေး ကို အကဲဖြတ်ကြသည်။ အရည်အသွေး မြင့်ကြောင်း သေချာသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များကို မိမိတို့ထဲ လုပ်ကိုင်ဖြစ်အောင် မက်လုံးအမျိုးမျိုး ပေးကာ စည်းရုံးဆွဲဆောင်ကြသည်။

ဘယ်အရည်အသွေးမျိုးကို သူတို့ လိုက်ကြည့်ကြသနည်း။
ဥာဏ်ထက်မြှက်တာလား၊ ဝိရှိယကောင်းတာလား၊ ပညာ
ရပ် တစ်စုံတစ်ရာ ကျမ်းကျင်တတ်မြှာက်တာလား။

ဒါတွေလည်း အလိုရှိအပ်သော အရည်အသွေးကောင်းတွေ
ဖြစ်တာ မှန်ပါသည်။ သို့သော ဒါတွေသည် လူတစ်ယောက်ကို
တစ်စုံတစ်ရာသော အတိုင်း အတာအထိသာ တို့ တက်စေပါမည်။
ထိပ်ဆုံး အဆင့်ထိ တက်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး၊ အမိကဆုံး ဖြတ်ချက်ကြီး
များ ချမှတ်ရန် တာဝန်ကို ယုံကြည့်အပ်နှင့် ခံရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး
ဖြစ်ရန် အတွက်မူ အထက်ဖော်ပြခဲ့တာ တွေအပြင် နောက်ထပ်
အပေါင်းလက္ခဏာ အရည်အသွေး တစ်ရပ် လိုအပ်နေပါသေးသည်။
နို့မှုလစွမ်းရည်ကို နှစ်ဆ သုံးဆတိုး၍ ထိရောက်ထက်မြှာက်သွား
စေမည့် ထူးခြားသော အရည်အသွေး။

သည်အရည်အသွေးကို အက်လိပ်သာသာစကား တစ်လုံးတည်း

နှင့် ပြောပါဆိုလျှင် integrity ဆိုသော ဝေါဟာရကို သုံးစွဲရမည် ဖြစ်သည်။

Integrity ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ အခြေခံရင်းမြစ် သဘောအရပြောလျှင် integrity ဟူသည် အလျော့အပျက် မရှိ အလုံးစွဲ ပကဗ္ဗတည်ရှိမှု (wholeness) ဟူ၍ ဆိုရပါမည်။

ဂဏ်းသချို၍ integer ဟူသည် အပိုင်းဂဏ်း၊ ဒသမ စသည်များ မပါသော ကိန်းပြည့်ကို ဆိုပေရာ integrity ရှိသော သူ ဟူသည်မှာလည်း မိမိဘာသာ ပြည့်စုံညီညွတ်သောသူ၊ တစ် ယောက်တည်း ကွဲပြားပိုင်းခြားမနေသူ ဟူ၍ ယူနိုင်သည်။ တစ် နည်းဆိုသော ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်သူ၊ စိတ်ဓာတ်ကြံခိုင်ပြည့်ဝ သူ၊ အကတိလေးပါး မလိုက်စားသူ၊ သစ္စာ သမာဓိ သတ္တိရှိသူ။

ထိုသူမျိုးသည် တစ်ခုကို တွေးပြီး တစ်ခုကို မပြော။ မှသား စကားကို သူ မဆို။

တစ်ခုကိုယုံကြည်ထားပြီး နောက်တစ်ခု သူ မလုပ်။ သူသည် မိမိမှတ်မှတ်မှုများနှင့် ဆန့်ကျင်ကွဲလွှဲနေတတ်သူမျိုး မဟုတ်။

ယင်းသို့ အတွင်းပဋိပက္ခများ ကင်းစင်းနေခြင်းကြောင့်ပင် သူ၏ မူလစွမ်းအားတွေ့သည် ပို၍ ရှင်းလင်းကြည်လင်လာသည်။ ထိုအခါ သူသုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သမျှသည်လည်း ထမြောက်အောင် မြင်လာရသည်ဟု ကျွန်ုတ်မြင်ပါသည်။

*

သည်လိုပုဂ္ဂိုလ်တွေ့ကို ခွဲခြမ်းစိစစ်လေ့လာမည်ဆိုက ငှါးတို့ ဦးစွဲးခြားသော စိတ်နေစိတ်ထား၊ သို့မဟုတ် စရိတ်လက္ခဏာ

များ ရှိနေတာ တွေ၊ ရမည်ဖြစ်သည်။ နမူနာသာကဗာများအားဖြင့်
ထင်ရှားအောင် ကျွန်တော်ပြပါမည်။

မိမိဂဏ်သိက္ခာကို အမြင့်မားဆုံးအဆင့်၌ ထိန်းထားခြင်း

တစ်ခါ်၏ နာမည်ကျော်အမေရိကန်စာရေးဆရာကြီးမတ်တိုန်း
သည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုကို သွားရောက်လုပ်ကိုင်ရာ ရှိသမျှ
ဥစ္စာ ဆုံးရှုံးပြီး ကြွေးတစ်ပုံနှင့် ကျွန်ရစ်လေသည်။ သူသည် တင်
သမျှ ကြွေးကို ကျေအောင်ဆင်မည် ဟူသောစိတ်ဖြင့် အားခဲ့၍
အလုပ်လုပ်ရာ သုံးနစ်မွှုကြောသော်လည်း ကြွေးက မကျေနှင့်သေး
ဘဲ ရှိနေသည်။ သူသည် စာဖတ်သူတို့ အလွန်ချစ်ခင် နှစ်သက်
သူ၊ တိုင်းပြည်က လေးစားကြည်ညီသုတစ်ဦးဖြစ်ရာ လူသီထင်
ရှားဖြစ်နေသည့် သူ၊ အခက်အခဲကို ကူညီဖြေရှင်းပေးရန်အတွက်
သတင်းစာတစ်စောင်က ဦးဆောင်၍ ရန်ပုံငွေတစ်ရပ် ကောက်ခံ
သည်။ အရေးပါသော ပုဂ္ဂိုလ်များစွာတို့ပင် ငွေကြေးအမြာက်
အမြား ထည့်ဝင်လှုဒါန်းကြရာ ရန်ပုံငွေက မက်လောက်စရာဖြစ်
လာသည်။ သည် ရန်ပုံငွေကို လက်ခံလိုက်ပါက ကြွေးဝန်ထပ်
ကြီး ဖိစီးနေသည့် ဘဝမှ သူ တစ်မှုဟုတ်ချင်း လွတ်မြာက်ရမည်
ဖြစ်၏။

သို့သော် မတ်တိုန်းကား သူတစ်ပါး ဝိုင်းဝန်းကယ်တင်ခြင်း
ခံရသူအဖြစ်ကို အရောက်မခံခဲ့ပေ။ စေတနာရှင်တို့၏ ကူညီငွေ
အားလုံးကို ပြန်လည်ပေးအပ်ပြီး၊ မိမိကိုစွဲ မိမိသာသာဆက်လက်
ဖြေရှင်းရာ ရန်ပုံငွေများ ငြင်းပယ်ခဲ့သည့် အချိန်မှ ခုနစ်လမျှအကြာ

သူ၏ စာအပ်သစ်တစ်အပ် အကြီးအကျယ် စွဲသွားသည့်အခါ၌
ကြွေးမြှုအားလုံး ပြီးပြေအောင် သူပေးဆပ်နိုင်ခဲ့ပေသည်။

မိမိ၏အရည်အသွေးအဆင့်အတန်းကို
အမြင့်ဆုံးအနေအထား၌ ထိန်းထားခြင်း

ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်သူတို့သည် ရိုးဂဏ်ကို တန်ဖိုးထား
သည်။ သို့သော် ရိုးသားရုံသက်သက်ဖြင့် ပြီးသည်ဟု မယူဆ။
မိမိကိုယ်ကို လေးစားဖို့၊ တန်ဖိုးထားဖို့၊ မိမိ၏ အရည်အသွေး
အဆင့်အတန်းကို အမြင့်ဆုံးအဆင့်မှာ ထိန်းထားနိုင်ဖို့ အထူး
အာရုံစိုက်သည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ရိုးသားမှုနှင့် တွဲကာ ဂဏ်
သိက္ခာကိုပါ သူတို့ တန်ဖိုးထားကြခင်းဖြစ်သည်။

အမေရိကန် မိသုကာသိပိ၌ မိသုကာဆရာကြီး ဖရန်လွှိုက်
ရိုက် ပြောကားသောစကားကို နားထောင်ကြည့်လျင် ဤသဘော
ကို ထင်ရှားစွာ မြင်နိုင်သည်။

‘ဂဏ်သိက္ခာဆိုတာ ဘာလ၊ စဉ်းစားကြည့်ရအောင်၊ ဆိုပါ
တော့၊ အုတ်ခဲတစ်လုံး၊ ဂဏ်သိက္ခာဟာ ဘာလ၊ ဂဏ်သိက္ခာရှိ
တဲ့ အုတ်ခဲဆိုတာ ဘယ်လိုအုတ်ခဲမျိုးလဲ မေးရင် အုတ်ခဲတစ်ခဲမှာ
ရှိအပ်တဲ့ အရည်အချင်းများနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ အုတ်ခဲ၊ တစ်နည်းအား
ဖြင့် အုတ်ခဲပိုသတဲ့ အုတ်ခဲ၊ အဲဒါသည် ဂဏ်သိက္ခာရှိတဲ့ အုတ်ခဲ
လို့ပဲ ဖြေရလိမ့်မယ်၊ ဒီလိုပဲ ပျဉ်ချပ်တစ်ချပ်မှာလ ထိနည်းလည်း
ကောင်းပဲ၊ ပျဉ်တစ်ချပ်မှာ ရှိသင့်ရှိထိုက်တဲ့ အရည်အသွေးတွေ
ပြည့်စုံတဲ့ ပျဉ်ချပ်ဟာ ဂဏ်သိက္ခာရှိတဲ့ ပျဉ်ချပ်ပဲ၊ အဲဒီတော့ လူ
မှာကော့၊ ဂဏ်သိက္ခာရှိတဲ့ လူဆိုတာ ဘယ်လိုလူမျိုးလဲ ပြောရရင်

တည်ကြည်ခိုင်ခဲ့တဲ့ ကိုယ်ပိုင်အရည်အသွေး တစ်သမတ်တည်း
ပေးနိုင်တဲ့သူဟာ ဂုဏ်သိက္ခာရှိတဲ့လဲပဲ။’

ဖရန် လွှဲက်ရိုက်ကိုယ်တိုင်ကို စိစစ်ကြည်ပါက သူပြောသည့်
စကားနှင့် တစ်ထပ်တည်းကျသည်ကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ ရိုက်သည်
မြင့်မားလှသော သူ့စံချိန်စည်းကို ထိန်းထားနိုင်သူ၊ တစ်နည်း
ဆိုရသော တည်ကြည်ခိုင်ခဲ့သော ကိုယ်ပိုင်အရည်အသွေး တစ်
သမတ်တည်း ပေးသွားနိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်ခဲ့ပေသည်။

အမှန်အမှား ခွဲခြားတတ်သည့် ဉာဏ်နှင့်
အမှန်ဘက်မှရပ်သည့် အသိစိတ်ဓာတ်ရှိခြင်း

ခရစ်ယာန်သာသနာသမိုင်း၌ အထင်ရှားဆုံး ပြပြင်ပြောင်း
လဲရေးသမားကြီးတစ်ဦးဖြစ်သူ မာတင်လူသာအကြောင်း အမှား
ကြားဖူးကြသည်။ လူသာသည် သူ့အား သေဒဏ်စိရင်မည်ဟု
ကြေညာထားသည့် ဖြို့ခြို့ပင် သူ့ရန်သူများကို ရဲ့ဝံ့ဝံ့ရင်ဆိုင်လျက်
သူကိုင်စွဲဖြန်းချိခဲ့သည့် သူယုံကြည်သော ဘာသာရေးအယူအဆ
များကို လုံးဝရပ်သိမ်းနိုင်မည်မဟုတ်ကြောင်း ပြတ်သားစွာ ဆိုခဲ့
သည်။

‘အမှန်တရားကို သိနေတဲ့ ကိုယ့်ရဲ့အတွင်းစိတ်နဲ့ ဆန့်ကျင်
တဲ့ အလုပ်တစ်ခုဟာ ကျက်သရေမရှိဘူး၊ လုံခြုံမှုလဲ မရှိနိုင်ပါဘူး၊
ကျွန်တော့ ရပ်တည်ချက်ဟာ ဒီအတိုင်းပါပဲ၊ ဒီအပြင် ဘာမှ ကျွန်
တော်မပြောင်းလဲနိုင်ပါဘူး၊ ဘုရားသခင် ကျွန်တော်မျိုးအား စောင့်
ရှောက်တော်မူပါ’ ဟူ၍။

ယုံကြည်ချက်နောက်မှာ သတ္တိပါခြင်း

မိမိယုံကြည်သည့်အရာကို အခိုင်အမာဆုပ်ကိုင်နိုင်ရန်အတွက်
သတ္တိလိုကြောင်း မာတင်လူသာဥပမာဖြင့် သိနိုင်ပါသည်။

သို့သော် သတ္တိဟူသည် မာတင်လူသာလောက် ကြီးကျယ်
·သည့်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးမျိုးမှာသာ ရှိနိုင်သည်မဟုတ်၊ တကယ် ဖြောင့်
မတ် တည်ကြည်သူမှန်လျင် လိုအပ်သည့်နေရာ၌ တစ်ယောက်
တည်း ရပ်ဝံစမြဲ၊ အမှားမြင်လျင်လည်း ထောက်ပြပံစမြှဖြစ်သည်။

တစ်ခါက သူနာပြုဆရာမလေးတစ်ယောက်သည် ဆေးရုံကြီး
တစ်ရုံ၏ ခွဲစိတ်ခန်းတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရန် ခန့်အပ်ခြင်း ခံ
ရသည်။ ခွဲစိတ်ခန်းဝင်ရသည့် ပထမနေ့မှာပင် သူနှင့် အဆင့်များ
စွာ ကွာခြားသည့် ခွဲစိတ်ဆရာဝန်ကြီးနှင့် ထိပ်တိုက်တွေ့စရာ
အကြောင်းပေါ်လေသည်။

ပြဿနာက ခွဲစိတ်စဉ် ရှမ်းတို့ဖတ်စ ဆယ့်နှစ်စ သုံးခဲ့ပြီး ခွဲ
စိတ်ပြီးစီး၍ ၁မ်းပိုက်ကိုပြန်ပိတ်ချုပ်ခါနီးအချိန်တွင် ဆယ့်တစ်စ
သာ ပြန်ရခြင်းဖြစ်သည်။

‘ဆရာ၊ ကျွန်ုင်မတို့ ဆယ့်နှစ်ခုသုံးထားတာ၊ တစ်ခုလိုအနေတယ်’

သူက ဆရာဝန်ကြီးအား ပြောသည်။

ဆရာဝန်ကြီးက သူ့စကားကို အရေးမလုပ်။

‘ငါ အားလုံးပြန်ထုတ်ပြီးပြီကွာ၊ အခု ချုပ်တော့မယ်’

‘မဟုတ်ဘူးဆရာ၊ ကျွန်ုင်မတို့ ဆယ့်နှစ်ခုသုံးထားတယ်’

ဆရာဝန်ကြီးက လက်မခံ။

‘ငါ တာဝန်ယူတယ်ကွာ၊ ချုပ်အပ်ပဲ ပေး’

ဆရာဝန်ကြီးက ပြတ်ပြတ်ပြောသည်။
 “ဆရာ ဒီလိုမလုပ်ပါနဲ့၊ လူနာကိုလဲ ထည့်စဉ်းစားပါဘူး”
 သူနာပြုဆရာမလေးက မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်လာဟန်နှင့် ဆိုလိုက်သည်။

သည်တော့မှ ဆရာဝန်ကြီးကာ ‘မင်းတော်တယ’ဟုဆိုပြီး သူ၊ ခြေထောက်အောက်မှာ နင်းထားသည့် ဆယ့်နှစ်စမြောက် ဂွမ်းတို့ဖတ်စကို ပြလိုက်သည်။ သူက သူနာပြုဆရာမအသစ်က လေး၏ စိတ်ဓာတ်ကို စမ်းသပ်ကြည့်ခြင်းသာဖြစ်သည်။

ဆရာမလေးကား ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်သူ၊ မိမိဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုကို ထိန်းသိမ်းရန်အတွက် လိုအပ်သည့်အချိန်၌ ရရင့်မှု ပြနိုင်သူတစ်ဦး ဖြစ်ချေသည်။

ဘယ်သူမျှ အတင်းခိုင်းစေမှုမပြနိုင်သော အရာကို
 နာခံချက်အောင်ခြင်း

တစ်နည်းအားဖြင့် ကြည့်မည်ဆိုက ဤသည်ပင် ပင်မအနှစ်သာရဖြစ်သည်။ စဉ်းစားကြည့်ပါ။

သင့်အား ဂုဏ်သိက္ခာကို အမြင့်ဆုံးအဆင့်မှာ ထိန်းထားရန် မည်သူမျှ အတင်းမခိုင်းစေနိုင်။ သင့်အား တစ်စုံတစ်ရာသော ကိစ္စတွင် ထက်သန်ယုံကြည်ကာ ဤတွယ်ပါဝင်သွားအောင် မည်သူမျှ အတင်းတို့က်တွန်း၍ မရနိုင်။ သင့်အား သင့်ခေါင်းထဲရှိ မှန်မှားသိစိတ်၏ အမြင်အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်စေရန် မည်သူမျှ မစီမံ မဖန်တီးနိုင်။

သို့သော်၊ ဖြောင့်မတ်တည်ကြသည်သောသူ မည်သည် ပြင်ပရှိ
မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မျှ အတင်းတိုက်ဘန်းစေခိုင်း၍ မရနိုင်သည့် ယင်း
အရာတွေကို မိမိသတ်မှတ်ချက်ဖြင့် မိမိဘာသာလိုက်နာသွားစမြဲ
ဖြစ်သည်။

ဒုတိယကမ္မာစစ်အတွင်း အမေရိကန်တပ်တွေ ပြင်သစ်ပြည်
ထဲ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်ကြစဉ် ပိုလ်မှူးကြီးတစ်ယောက် စီးလာ
သည့် ဂျာစံကားက လမ်းမှားကာ ဂျာမန်သံချပ်ကာကားတန်းကြီး
ချိလာတာနှင့် တည့်တည့်သွားတိုးသည်။ ဒရိုင်ဘာရော ပိုလ်မှူးကြီး
ပါ ကားပေါ်မှ ခန်ဆင်းကာ အကွယ်အကာယူကြသည်။ ဒရိုင်ဘာ
ဆာဂျင်က လမ်းဘေးချုံကြားမှာ၊ ပိုလ်မှူးကြီးက လမ်းအောက်
ရေဖွှန်မှာ။

ဂျာမန်တွေက ဆာဂျင်ကိုမြင်ကာ ရှုံးတက်လာပြီး ပိုင်းဝန်း
ပစ်ခတ်ကြသည်။ ပိုလ်မှူးကြီးမှာ သူ့နေရာ၌ အသာဇူးမြတ်၍ ပုန်း
နေက သူရီမျိုးမှုသီးသဲ လွှတ်မြောက်နိုင်ခဲ့စရာ အကြောင်းရှိသည်။
သို့သော် သူဇူးမြတ်မနေ၊ တင့်ကားတွေ စက်သေနတ်တွေနှင့် ရန်သူ
ကို ပစ္စတို့လေးတစ်လက်ကိုင်လျက် ထွက်တိုက်သည်။ သူ သေ
သွားသည်။ ဆာဂျင်ကား မသေါ် စစ်သုံးပန်းအဖြစ် အဖမ်းခံရပြီး
နောင်၌ သည်အဖြစ်အပျက်ကို ပြန်လည်ပြောပြနိုင်ခဲ့သည်။

သေမှာ သေချာသည့်ကိုစွဲတွင် ပိုလ်မှူးကြီးဘာကြောင့် ဝင်
တိုက်ခဲ့သနည်း။ သူ၏ အသိစိတ်ဓာတ်ကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်။
ရဲဘော်ရဲဘာက်စိတ်၊ သေအတူ ရှင်မကွာစိတ်။

သည်စိတ်ဓာတ်က သေမှာကြောက်သည့် စိတ်ထက်ပင် သူ့

ခေါင်းထဲ စွဲမြှုခိုင်မာနေသည်ဖြစ်ရာ ဆာဂျင်ကိုပစ်ပြီး သူပုန်းမနေနိုင်၊ အသေခံ၍ ထွက်လာရလေသည်။

သည်လောက်စွမ်းဆောင်နိုင်ဖို့တော့ မလွယ်ဘူးဟု သင် တွေးမိပါလိမ့်မည်။ မှန်သည်။ မလွယ်ကူးတာတော့ အမှန်ပဲဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်လည်း တကယ်တမ်းဖြောင့်မတဲ့တည်ကြသည့်သူ၊ သွားသမာဓိ၊ သတ္တိရှိသူတွေ ရှားလှုခြင်းဖြစ်သည်။

သို့သော် ထိုသို့ရှားပါးခြင်းကြောင့်လည်း အများက လေးစားကြ၊ အံ့ဩချိုးကျ၍ ကြခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့ပြင် ဖြောင့်မတဲ့တည်ကြသည့်ခြင်းအတွက် ရရှိသည့် အကျိုးရလဒ်များကလည်း မိမိအားထုတ်ခဲ့ စွန်လွှတ်ခဲ့ရသည်တို့နှင့် ထိုက်တန်စွာပင် ကြီးမားလှပါသည်။ နမူနာအနည်းငယ်မျှကိုပင် ဆန်းစစ်ကြည့်ပါ။

(၁) ရဲ့ခြင်း

ဖြောင့်မတဲ့တည်ကြသည့်မှုနှင့် ခွန့်တွဲကာ ရဲ့ပြတ်သားမှုလည်း ရှိလာစမြဲဖြစ်သည်။

အခွင့်အလမ်းရှိသည့်အရာအတွက် စွန်စားအားထုတ်ရဲ့လာသည်။ မိမိ၏အရည်အသွေးကို အားစမ်းစိန်ခေါ်လာသည့်အရာများအား ရင်ဆိုင်ကြံတွေ့ရဲ့လာသည်။ စိတ်တိုင်းမကျသော်လည်း စိတ်တော့ ချုရသည် ဆိုသောအရာမျိုးကို စွန်ပယ်ကာ မိမိအတွက်တိုးတက်မှုရှိစေမည့် အတွေ့အကြံသစ်ကို ရွေးချယ်ရဲ့လာသည်။ သူ၏ မိမိကိုယ်ကို စိတ်မချိနိုင်စရာအကြောင်း မရှိရာ၊ ကိုယ့်

အား ကိုယ်ကိုးစိတ် ကိုယ်စမ်းကိုယ်စကို ယုံကြည်စိတ်များလည်း
အမြဲပြည့်ဝနေပေသည်။

(J) ခွဲမြေနိုင်ဟာခြင်း

မယိမ်းမယိုင်သောစိတ်ထားနှင့် ရဲရံပြတ်သားသောစိတ်များ
ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်တစ်ခါက ရွှေးချယ်ပြီးသည့်အရာ
ကို မဆုတ်မနစ်လုပ်တတ်လာခြင်းဖြစ်၏။

ဦးတည်ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ချထားပြီးပြီဆိုလျင် ယင်းရည်
မှန်းချက် ထမြောက်အောင်မြှင့်ရေးအတွက် တစ်ခွဲချောင်းတည်း
သောစိတ်ဖြင့် ကျားကုတ်ကျားခဲ့လုပ်ကိုင်မည်။

‘ဘယ်တော့မှ လက်မမြောက် နောက်မဆုတ်နဲ့’ တဲ့။ ဝင်စတန်
ချာချိုက ဆိုခဲ့သည်။ ‘ဘယ်တော့ ဘယ်တော့ ဘယ်တော့မှ နောက်
မဆုတ်နဲ့၊ ဧရာမကြီးကျယ်တဲ့ကိစ္စဖြစ်စေ သေးသေးမွားမွားအလုပ်
ဖြစ်စေ ဂုဏ်သိက္ခာသရီ ကျိုးကြောင်းဆင်ခြင်မှုလဲ ရှိတဲ့ ကိုယ့် ယုံ
ကြည်ချက်တွေအတွက်က လွှဲလို့ ဘယ်အရာအတွက်မှ အလျော့
မပေးနဲ့’

သူ ကိုယ် တိုင် လည်း သူ စ ကား အ တိုင်း လက် မ မြောက်
နောက်မဆုတ်တတ်သူတစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့သည်။

(R) တည်ငြိမ်အေးဆေးခြင်း

ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်သောပုဂ္ဂိုလ်များသည် ကြည်လင် အေး
ချမ်း၍ တုန်လုပ်ခြင်းကင်းမဲ့တတ်ကြသည်။

သူတို့သည် သမာဓိအားကောင်းသူများဖြစ်ရာ အလုပ်အကိုင်

အကြံအစည်း အန္တာဝင်အယူက်အဟန် အတားသာမက မတရား
မမျှတသည့် အနေအထားများ ရင်ဆိုင်ကြံတွေရလျှင်ပင် လူနှိုး
မပျက် ရှိတတ်ကြသည်။

ဘရေး ခုနှစ် အမေရိကန် အထက်လွှတ်တော် ရွှေးကောက်ပွဲ
တွင် အောက်လိုက် အမျှတသည့် အခါ မဲ အနေ
ဆွယ်ပွဲ၍ ပြောမည့် မိမိနှင့် စပ်လျဉ်း၍ မိတ်ဆွေများ
နှင့် သဘောဂဲလွှဲသည်။ ထိမိန်နှင့် တွင် သူ အခါက ပြောမည့်
အကြောင်းရပ်၊ သို့မဟုတ် ထိအကြောင်းရပ်နှင့် စပ်လျဉ်းသည်
သူ၏ အမြင်ကို ပြောချလိုက်လျှင် ရွှေးကောက်ပွဲတွင် သူ အနိုင်ရ^၁
လိမ့်မည်မဟုတ်ဟု မိတ်ဆွေများက သတိပေးတားမြစ်ကြသည်။
သို့သော် လင်ကွန်းလက်မခဲ့ခဲ့။

‘ဒီမိန်နှင့် ကို ပြောတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်ုတ်ကျဆုံးရ^၂
လိမ့်မယ်လို့ ပြဋ္ဌာန်းစီရင်ပြီးသား ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင်လ ရှိပါစေ၊
အမှန်တရားနဲ့ တွဲဖက်ပြီး ကျွန်ုတ်ကျဆုံးသွားပါမယ်’

တည်းငြိမ်အေးဆေးစွာပင် သူပြောခဲ့သည်။ သူပြောသည့် အ^၃
တိုင်း ကကယ်လည်း အဲသည်တစ်ပွဲမှာ သူကျဆုံးခဲ့ပါ၏။ သို့
သော် နှစ်နှစ်အကြော်မှ သမ္မတအဖြစ် ရွှေးကောက်တင်မြောက်
ခြင်း ခဲ့ခဲ့ရပေသည်။

*

မဖြောင့်မတ်တည်ကြည်သူတစ်ဦး ခံစားရရှိမည့် အကျိုးကျေးဇူး
တွေ များစွာရှိပါသည်။ မိတ်ဆွေသို့ဟ ပေါ်များမှာ အများ၏

လေးစားကြည်ညီမှာ ယုံကြည်ကိုးစားမှာ နာမည်သတင်းထင်ရှားမှု...। စသည်များ။

လူသားတွေနှင့်ပတ်သက်၍ အားတက်ဖွယ်အချက်တစ်ခုကာ၊ အခြားသောသူ တစ်စုံတစ်ယောက်မှာ ရှိသည့် ဖြောင့်မတ် တည်ကြည်မှာ သစ္စာ၊ သမာဓိ၊ သဘ္ဌာရှိမှုတို့ကို အတိစိတ်ဖြင့် အလိုအလျောက် တွေ့မြင်သိမှတ်ကာ၊ လေးစားကြည်ညီတတ်ခြင်းဖြစ်သည်။

*

လူအများ လေးစားသည့် သည်အရည်အသွေးကို ကျွန်တော်တို့ မည်သို့ရရှိနိုင်ပါသနည်း။

နေ့ချင်း ညချင်း လွယ်လင့်တကူတော့ ရမလာနိုင်ပါ။ တဖြည်းဖြည်း လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ယူမှ ရပါမည်။

ပထမဆင့်အနေနှင့်၊ အသေးအဖွဲ့ဟု ထင်ရသည့်ကိစ္စလေးများ တွင် လုံးဝရိုးသားပြောင့်မတ်စွာ ပြုမှုကျင့်ကြံသည့် အလေ့အကျင့်ပြုလုပ်ရပါမည်။ ဥပမာ၊ အမှန်အတိုင်းပြောလျင် အားနာစရာဖြစ်နိုင်သဖြင့် မှသားလေးစွက်၍ပြောခြင်းမျိုးကို ရောင်ရားခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ယောက်နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် အတင်းအဖျင်းကို တကေယာမဟုတ်မှန်းသိလျက် သူတစ်ပါးအား ပြန်၍ဖောက်သည်ချခြင်း မျိုးကို ရောင်ရားခြင်း၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စအား ရုံးစရိတ်ဖြင့်လုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုးကို ရောင်ရားခြင်း၊ စသည်များ။

ရှုတ်တရက်ကြည်လျင် အသေးအမွားဟု ထင်စရာရှိသည့်ယင်းအရာများမှ စတင်ကာ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုကို တကေယာ

အလေးအနက်လျှော့ကျင့်ပျိုးထောင်လာပြီဆိုက မကြာမတင်ကာလ
မှာပင် ယင်း၏ စွမ်းအားအရှိန်အပါတွေကို သင်တွေထိမိလာ
မည် ဖြစ်သည်။ ထို့နောက် သည်စွမ်းအားတွေကပင် သင့်အား
တည်ကြည်မှုလမ်းကြောင်းပေါ် ဆွဲဆောင်ခေါင်သွားလိမ့်မည်။
အဲသည့်နောက်တွင်မူ လောက်၍ တန်ဖိုးထားအပ် ရယူပိုင်ဆိုင်အပ်
သော အရာတိုင်းလိုပင် အကျိုးအပေါက် အလျော့အပျက် မခံတတ်
သည့် သဘောသဘာဝ ရှိကြကြောင်း သင်သိမြင်လာပေမည်။

*

ကဲ၊ လုံးဝမလွှဲချော်နိုင်သည့် အောင်မြင်ရေးဖော်မြှုလာ ဆို
တာ ဒါပဲလားတဲ့။

မှန်သည်။ ဒါပဲ ဖြစ်သည်။

အောင်မြင်မှုဆိုသည်ကို ဘယ်သူတွေ ဘာပေတံတွေနှင့်ပဲ
တိုင်းတာကြပါစေ အကယ်၍ သင်သာ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်သူ
တစ်ဦး ဖြစ်အောင် အားထုတ်မည်။ သစ္စာ သမာဓိ သတ္တိရှိသူ တစ်
ဦး ဖြစ်အောင် တည်ဆောက်နိုင်မည်ဆိုက တစ်နေ့သောအခါ၌
မူချမသွေ အောင်မြင်သောပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး သင် ဖြစ်ရပေမည်။

*

အောင်မြင်ရေးပည့်စိန် လက်ခွဲနည်းနည်း*

အောင်မြင်သောပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဘယ်လိုထူးခြားသည် အတွေး
အမြင်များ ရှိကြသနည်း။

သူတို့အား သူတစ်ပါးထက် ထူးခြားအောင်မြင်သောသူများ
ဖြစ်လာအောင် တွန်းထိုးမောင်းနှင့်သောအရာသည် အဘယ်နည်း။

သည်ပုစ္ဆာများအတွက် အဖြေကို ရရှိရန် ထူးခြားသောပုဂ္ဂိုလ်
တရီးကို ကျွန်ုတ်တော်ချဉ်းကပ်မေးမြန်းခဲ့သည်။ ယင်းပုဂ္ဂိုလ်များ
က၊ စိတ်ဓာတ်ထက်သန်တက်ကြရေးတရား ဟောပြောပို့ချကြသူ
များထဲတွင် အထင်ရှုးဆုံး ထိပ်သီးပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် အောင်မြင်ကြီး
ပွားရေးကျမ်းမြှုစုသူများထဲမှ အအောင်မြင်ဆုံး အရောင်းရတွင်
ကျယ်ဆုံး ကျမ်းမြှုပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်သည်။

* မူရင်း။ ။ Michael Jeffreys၏ The Winner's Guide to Success

တစ်နည်းဆိုရသော်၊ ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်ထင်ရှားလျက် ရှိ
သည့် အောင်မြင်ကြီးများရေးသဘောတရားဆရာများ။

ငှုံးပုဂ္ဂိုလ်များ ဖွင့်ဟပြာကြားခဲ့သည့်များထဲမှ အရေးအပါ
ဆုံး၊ အချက် ခုနှစ်ရပ်ကို ကျွန်တော်ပြန်လည်ထုတ်နှစ်တင်ပြပါ
မည်။

(c) ကိုယ်ကိစ္စကိုယ် တာဝန်ယူတတ်သည့်စိတ်

လူအများစုတို့ပင် မိမိမအောင်မြင်သည့် ကိစ္စအတွက် သူ
တစ်ပါးကို အပြစ်တင်ချင်တတ်ကြသည်။ မိဘကြောင့်၊ ပတ်ဝန်း
ကျင်ကြောင့်၊ အထွေထွေအပြားပြားသော အကန့်အသတ် အတား
အဆီးများကြောင့်၊ စသဖြင့် အကြောင်းတွေ ပြကြသည်။ အောင်
မြင်ရေးပညာရှင်များက သည်အချက်ကို လက်မခံ။ ဒါသည် အရှုံး
သမား စိတ်ဓာတ်ဟု သူတို့မြင်ကြသည်။ သူတစ်ပါးတို့ကြောင့်
မိမိဘဝ နိမ့်ကျနေရသည်ဟု မှတ်ယူနေသမျှကာလပတ်လုံး ကိုယ့်
ကြမှာ ကိုယ်ဖန်တီးနိုင်သော အနေအထားသို့ ရောက်ရှိလိမ့်မည်
မဟုတ်ဟု သူတို့ ယုံကြည်သည်။

သူတို့၏လက်စွဲလမ်းစဉ်က ‘ကိုယ်ကိစ္စသည် ကိုယ်တာဝန်၊
ကိုယ်အခက်အခဲကို ကိုယ်သာ ဖြေရှင်းမည်’၊ ဟူ၍ပဲဖြစ်သည်။

သူတစ်ပါးက၊ သို့မဟုတ် ပြင်ပအကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာက
ဟန့်တားထားသဖြင့် မိမိမအောင်မြင်ဖြစ်နေရသည်ဟု ယူဆနေ
သူသည် မိမိ၏စွဲများအားများကို ပစ်ပယ်သူ၊ အလဟာသု အဆုံးရှုံး
ခံသူဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုရသော်၊ ကျွန်တော်ဘဝကို ကျွန်တော်
ကိုယ်တိုင်ထက် ခင်ဗျားတို့က ပိုပြီးခြေယ်လှယ်နိုင်ပါတယ်များဟု

သော အောက်ကျခံစိတ်ဓာတ်ကို မွေးမြှုထားသူဖြစ်သည်ဟု အောင်
မြင်ရေးသမားတို့ ရွှေမြင်ကြသည်။

ဥပမာ၊ စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ရေးဆိုင်ရာ အပြောအဟောသမား
လက်(၁) ဘရောင်း ဆိုပါစို့။

မွေးစကတည်းကပင် သူ့အား မိဘနစ်ပါးက တင်းပြည့်ကျပ်
ပြည့် လူတန်းစွဲဖြစ်မလာနိုင်သူလေးဟူ၍ စိတ်ပျက်လက်လျော့
ခဲ့ကြသည်။ ကလေးဘဝ၌ အရည်အသွေးစစ်ဆေးသူတို့ကလည်း၊
ဥာဏ်ရည်ချို့တဲ့သူ ဖြစ်သည်၊ သို့သော့ ပညာတော့ သင်၏ရနိုင်
သည် ဟူသောမှတ်ချက်မျိုးသာ ပေးခဲ့သည်။

သည်အတိုင်းဆိုက လက်(၁) ဘရောင်းအဖို့ ဘာမျှ မျှော်လင့်
နိုင်စရာ အကြောင်းမရှိတော့။

သို့သော့ အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝ၌ သူ့စိတ်ဓာတ်ကို
ပြောင်းလဲမြှင့်တင်ပေးမည့် လမ်းညွှန်စကားတစ်ခွန်း ဆရာတစ်ဦး
ထံမှ လက်(၁) ဘရောင်း ကြားရသည်။ ‘သူများတွေက မင်းကို
ဘယ်လိုဘာညာ သတ်မှတ်ထားရနဲ့ မင်းက အခါအတိုင်း လိုက်
ဖြစ်ဖို့ မလိုဘူးကွဲ’ ဟူသော စကား။

သည်တွင် ဘရောင်းသဘောပါက်သွားသည်။ မိမိဘဝ၊ မိမိ
အနာဂတ်သည် မိမိလက်ထဲမှာပဲ ရှိသည်။ ဒါပဲ။

သူ့ဘဝကို သူများတွေ အထင်အမြင်အတိုင်း လျော့တွက်
မထားဘဲ မြှင့်တင်နိုင်ဖို့ သူကြီးစားသည်။

နောက်ပိုင်း၌ သူသည် နိုင်ငံရေးနယ်ပယ်တွင် ဝင်ဆုံးသူတစ်ဦး
ဖြစ်လာသည်။ စာအုပ်စာတမ်း ရေးသားပြုစုသူတစ်ယောက် ဖြစ်

လာသည်။ အဟောအပြောဘက်တွင် ထူးချွန်သူတစ်ယောက်ဖြစ်လာသည်။ ယခုအခါးမူ အမေရိကန်ပြည်ရှိ စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ရေး ဟောပြောသမားများထဲတွင် ထိပ်တန်းစာရင်းဝင် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဖြစ်လာပြီး ဟောပြောခ အဖြစ် တစ်နာရီလျှင် ၃၀။၈၁၂၀,၀၀၀ နှုန်း ရရှိနေချေပြီ။

လောက်၌ လူတို့ထိန်းချုပ်ပန်တီး၍ မရနိုင်သောအရာများ ရှိတာတော့ အမှန်ပဲဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ၊ သဘာဝဖြစ်စဉ်များကို ကျွန်တော်တို့ မတားဆိုနိုင်ပါ။ ဖြစ်ပြီးခဲ့သည့်အရာများအတွက် စိတ်ပင်ပန်းဆင်းရဲနေသဖြင့်လည်း အကြောင်းမထူးပါ။ အခြားတစ်ပါးသောသူတို့၏ သဘောသဘာဝများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့လည်း အလွန်ခက်ပါမည်။ သို့သော် မည်သူမဆို မိမိ အတွေးအကြိန့်မြင်ပါသည်။ အလွန်ခက်ပါမည်။

အဲဒါသည်၊ ကိုယ့်ကိုကိုယ် တာဝန်ယူခြင်းဖြစ်သည်။

ကိုယ့်ကိုကိုယ် တာဝန်ယူသောသူ၌ မိမိဘဝကို မြှင့်တင်နိုင်မည့် အလွန်ကြိုးမားသောစွမ်းအားများ ကိုန်းအောင်းတည်ရှိလာမည့်ဖြစ်ပါသည်။

(j) ရည်ရွယ်ချက်နှင့် အသက်ရှင်သူ

ထက်သန်နိုးကြားရေးသမားများနှင့် ရိုးရိုး သာမန်လူများကွာခြားကြသည့် အဓိကအချက်တစ်ခုက ထက်သန်သူများသည် ဘဝကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိစွာ ဖြတ်သန်းရှင်သန်ကြခြင်းဖြစ်၏။

သူတို့မှာ သူတို့ စွမ်းယုံကြည်သည့်အရာ ရှိသည်။ ဘယ်အရာ
သည် ငါအလုပ်ဟု တိတိကျကျပြန္တာန်းထားမှု ရှိသည်။

ဘဝ၌ ဦးတည်ချက်တစ်စုံတစ်ရာ ရှိခြင်းသည် တင်းပြည့်
ကျပ်ပြည့် လူပ်ရှားရှင်သန်သူတစ်ဦးဖြစ်ရေးအတွက် အရေးကြီး
ဆုံး အခြေခံအချက်တစ်ခုဖြစ်သည်၊ ဟူ၍ လူမှုစိတ်ပညာ ကျမ်းပြု
ဆရာ ဝိန်းခိုင်ယာက ဆိုသည်။

ဘဝ၌ ဦးတည်ချက် ခိုင်ခိုင်မာမာမရှိသည့်အခါ လူသည်
လတ်တလောသက်သာလွှယ်ကူသလို နေတတ်သည်။ ခက်ခဲတာ
တွေ ရှောင်သည်။ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား စိုက်ထုတ်သုံးစွဲမှု မပြု။

ဦးတည်ချက်တစ်စုံတစ်ရာဖြင့် အသက်ရှင်သောသူမှာ မိမိ
အလုပ် ကောင်းစွာပြီးမြောက်ရေးကိုသာ အဓိကအာရုံပြု၍ နေ
တတ်သည်။ သူသည် သူနှစ်သက်သော အလုပ်ကို ရွှေးချယ်ထား
ခြင်းဖြစ်ရာ၊ သည်အလုပ်ကို သူနှစ်သက်ယုံကြည်ပြောင်းသည်
သူ၏ ထင်ရှားပေါ်လွှင်လျက်ရှိသည်။ သည်အခါ အခြားသူတို့
လည်း သူနှင့်အတူ တွဲဖက်လုပ်ကိုင်ရန် လိုလားထက်သန်လာ
တတ်ကြပေသည်။

ဦးတည်ချက်ဖြင့် ရှင်သန်သောဘဝတစ်ခုဖြစ်ရန် မည်သို့
လုပ်ဆောင်မည်နည်း။

ဦးစွာပထမ မိမိအမှန်တကယ် ယုံကြည်သော အကြောင်းကိစ္စ
တစ်ခုကို စဉ်းစားရွေးချယ်ရပါမည်။ ပြီးလွှင် သည်ကိစ္စတွင် ဝန်းကုံး
ကာ လုပ်ငန်းတစ်ခု တည်ဆောက်ရပါမည်။

ဥပမာ၊ မိုက်(က) ဖယ်ရှိဆိုပါစို့။ သူသည် မူလက အသံသွင်း

တိပ်ဒွေများ ဖြန်ချီသည့် အရောင်းကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့သည်။ သည့်နောက်၌ တိုက်အိမ်မြေ အရောင်းအဝယ်သမားများ နှင့် တွေ့ဆုံရာမှ သည်လူတွေ့ကို အရောင်းပညာ အရည်အသွေး တိုးတက်အောင် လေ့ကျင့်မြှင့်တင်ပေးနိုင်က များစွာ အကျိုးကျေး ရှုံးရှိနိုင်ကြောင်း သတိပြုခဲ့သည်။ သို့နှင့် မိုက်(က) ဖယ်ရှီအဖွဲ့ (Mike Ferry Organization) အမည်ဖြင့် ကုမ္ပဏီတစ်ခု ထူထောင်ကာ တိုက်အိမ်မြေ အရောင်းသမားသင်တန်းများ ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ ယခုအခါ၌ သူ၊ ကုမ္ပဏီသည် နှစ်စဉ် သန်း ၂၀ ဖိုး မက အရောင်းအဝယ်ဖြစ်နေလေပြီ။

(၃) လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ရေးဆွဲပါ

မိမိရည်မှန်းသည့်အရာများ ရရှိအောင် မည်သို့မည်ပုံ ဆောင်ရွက်မည် ဟူသော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ရပ် တိတိကျကျ ရေးမှတ်ထားခြင်း မရှိပါက ပန်းတိုင်သို့ ရောက်နိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်။ ယမ်းကြောင်း သေသေချာချာမသိဘဲ ရပ်ဝေးခရီးထွက်သူကဲ့သို့ အချိန်ကုန် လူပန်း ငွေကုန်ခန်းကာ တစ်ဝက်တစ်ပျက်နှင့် စိတ်ပျက် နောက်ဆုတ်မိမည်ဖြစ်သည်။

အမေရိကတွင် အအောင်မြင်ဆုံး အရောင်းပညာဆရာလည်း ဖြစ်၊ နာမည်ကျော် အဟောအပြောသမားနှင့် ကျမ်းပြုပုဂ္ဂိုလ်လည်း ဖြစ်သူ ဘရိုင်ယင်ထရောစီကမှာ ‘စာရွက်ပေါ်မှာ သေသေချာချာ ချေရေးမထားတဲ့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ဆုံးတာ ပန်းတိုင်စစ်စစ် မဟုတ်ဘူး၊ စိတ်ရှုံးပေါက်တဲ့ အဆင့်လောက်ပဲ ရှိတယ်’ဟူ၍ပင် ဆုံးခဲ့သည်။

လက်ထဲ၌ ကျကျနှစ် ရေးဆွဲထားသည့် ခရီးလမ်းညွှန်မြေပုံ၊ ရှိပြီဆိုလျှင်မူသွားရသည့်ခရီးသည်လည်း ဖြောင့်ဖြူးသာယာမည်၊ ပန်းတိုင်သို့လည်း အချိန်အတိုဆုံး အမြန်ဆုံး ရောက်ရှိမည်ဖြစ်ပေ သည်။

(d) တန်ရာတန်ဖိုးပေးရမှာ ဝန်မလေးပါနှင့်

မည်သူမဆို ခြိန်င့် ဝင်းနှင့် သားသားနားနားနေချင်သည်။ ကားအကောင်းစား စီးချင်သည်။ ဝင်ငွေသန်းချို့၍ ရချင်သည်။ သို့သော် များသောအားဖြင့်မူ၊ ရချင်တာပဲ ရှိသည်၊ ရအောင် ဘာတွေ လုပ်မည်၊ ဘယ်လောက်အားထုတ်ကြီးပမ်းမည် ဆိုတာမျိုး မရှိကြ။ အောင်မြင်သွားသောပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ကိုယ်လိုချင် တာတွေ ရဖို့ ကိုယ်ဘက်က ဘာတွေ ဘယ်လောက်ပေးရမည် ဆိုတာ စဉ်းစားတွက်ချက်သည်။ ပြီးတော့ ပေးစရာရှိတာ ပေးပြီး ဖြစ်အောင်လုပ်သည်။ ပင်ပန်းလှချည့်ဟု မည်။

ရှုံးဘက်တွင် ပြောခဲ့သည့် လက်(စ)ဘရောင်းမှာ ဘယ်ဘက် နားရွှက်၍ အသားမာတက်နေတာ ရှိသည်။ ဘာကြောင့် တက်သလဲ၊ လက်(စ)ဘရောင်းက ပြောပြသည်။

‘ကျွန်ုတ်ဟောပြောတဲ့လုပ်ငန်းထဲ ဝင်မလို့ စဆုံးဖြတ်တဲ့ အချိန် ကိုယ်က အတွေ့အကြွေမရှိ၊ နာမည်လဲ မရှိ၊ လူယုံကြည် လောက်စရာ ဘာထောက်ခံချက်မှလဲ မရှိတော့ လူတကာသီ ကိုယ်ဘာသာပဲ ဆက်သွယ်ရတယ်၊ ကျွန်ုတ်တော်တစ်ရက်တစ်ရက် ကို လူတစ်ရာကျော်လောက်စီ လှမ်းလှမ်းပြီး ဖုန်းဆက်ရတယ်၊ သူတို့ဆီမှာ ဟောပြောဖို့ အခွင့်အရေးရအောင် စုစမ်းရ မေးမြန်းရ’

စည်းရုံးရတယ်ပေါ့များ၊ ဒီနားရွက်က အသားမာဟာ ဒေါ်လာ
သန်းချိတန်တယ်ပျှော်ဟူ၍။

(၅) ပါရဂူမြောက်အောင် လေ့ကျင့်ပါ

ကျွန်ုင် တော် မေးမြန်း ခဲ့ သည့် စိတ် ထက် သန် ရေး အဟော
အပြောသမားများမှာ တွေ့ရသည့် အထင်ရှားဆုံး အချက်တစ်ရပ်
က မိမိကဏ္ဍတွင် မိမိသာ အတော်ဆုံး အကောင်းဆုံးဖြစ်လိုသော
ဆန္ဒ ထက်သန်ပြင်းပြလှစြင်းဖြစ်သည်။ သူတို့သည် သူတို့၏
ကျမ်းကျင့်မှုအရည်အသွေးများ ပိုမိုတိုးတက်ကောင်းမှန်ရန် အ
တွက် လိုအပ်သည့်အရာမှန်သမျှကို မတွန့်မဆုတ်လုပ်ရန် အသင့်
ရှိကြသည်။

Fortune 500 ၌ အမေရိကန် ထိပ်သီးလုပ်ငန်းကြီး
၅၀၀ စာရင်းတွင် ပါဝင်သည့် ကုမ္ပဏီကြီးများ၏ အကြီးအကဲ
ပုဂ္ဂိုလ်များကိုမှ လုပ်ငန်းပို၍ကြီးကျယ်အောင်မြင်ရေးအတွက်
ကျင့်ဆောင်ရန် နည်းနာများ ဟောပြာပို့ချရသူ ပက်ထရစ်ရှာ
ဖရစ် (ပ) ဆိုလျှင် မြောက်အမေရိကတိုက်မှာ လူအများကို စိတ်
လူပ်ရှားတက်ကြအောင် ပြောဟောနိုင်စွမ်းအရှိအုံးပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး
ဟူ၍ ချီးကျူးဖော်ပြခြင်းခံရပြီးသည့်နောက်၌ပင် အပြောစွမ်းရည်
တိုးတက်စေရန်အတွက် ရပ်ရှင်ပြောတ် သရပ်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ
အလုပ်ရုံးဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုလည်း တက်သည်။ စကားပြော နည်းပြ
တစ်ယောက် သီးသန့်နှား၍လည်း လေ့ကျင့်နေသေးသည်။

ဘာကြောင့် သည်လောက် လေ့ကျင့်ရသလဲ။

သည်ထက် ပို၍ ပို၍ ပြည်စုံပြောင်မြောက်ချင်သေးသော

ကြောင့် ဖြစ်သည်။

သင်ကိုယ်တိုင်အဖို့လည်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ အကယ်၍ တစ်စုံ
တစ်ယောက်သောသူက သင့်အလုပ်ခွင့်သို့ လာရောက်ကာ သင့်
လုပ်ငန်းနည်းနာများအကြောင်းကို အခြားသူများအား ပြသနိုင်ရန်
အတွက် ပီဒီယိုရိုက်ကျေးမည်ဆိုပါစို့။ သင်လွှတ်လွှတ်ကျွတ်
ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူ နိုင်ပါမည်လား။ ဒါမှမဟုတ် စိတ်ထဲ စနီး
စနောင့် ဖြစ်စရာ ချို့ယွင်းအား နည်းချက်ကလေးတွေ သင့်မှာ ရှိ
နေမည်လား။ အကယ်၍ ယခုအနေအထားဖြင့် ပီဒီယိုအရိုက်ခံ
လိုက်ပါက နောင်သင့်စိတ်တွင် ကသိတေအောက် အနောင့်အယ်က်
တွေ ကြိုရလိမ့်မည်ဟု စဉ်းစားမိမည်ဆိုကာ၊ ယနေ့မှစ၍ သင့် လုပ်
ငန်းနယ်ပယ်တွင် အတော်ဆုံး အကောင်းဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင်
ကြီးစားအားထုတ်သွားရန် ဆုံးဖြတ်သင့်ပေပြီ။

သင့်နယ်ပယ်မှာပါရရှုမြောက်နေသောသူတွေ ဘာတွေဘယ်
လို လုပ်ကိုင်နေကြသလဲ၊ လေ့လာပါ။ အတော်ဆုံး အထင်ရှားဆုံး
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၏ ဆောင်ရွက်ပုံနည်းနာများကို စုံစမ်းပါ။ ပြီး သူတို့
နည်းတူ လုပ်ကိုင်ကြည့်ပါလေ။

(၆) ဘယ်တော့မှ အလျော့မပေးနော့။

သည်စကားကြီးက ရိုးလျှန်းပါသည် ထင်စရာရှိ၏။ သို့သော်
အရေးကြီးတာ အမှန်ပဲဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်သာပန်းတိုင်တစ်စုံတစ်ရာသို့ တကယ် ဦး
တည် ချိတ်ကောင်သွားဖြစ်ရှိုးမှန်က လက်လျော့နောက်ဆုတ်ဖို့ ဆို
သည်ကို စဉ်းစားခွင့်ပင် မရှိပါ။ ပန်းတိုင်ရောက်ဖို့ ဘာတွေ လုပ်

ရမည်လဲ၊ လုပ်စရာရှိသမျှ သင်လုပ်ဖို့သာ အသင့်ရှိနေရပေမည်။

ဂျက်ကင်းဖီးလိနှင့် မူးခွဲ့ပစ်တာဟင်ဆင်တိနှစ်ဦး Chicken Soup for the Soulဆိုသော စာအုပ်ကို ပြုစပြီး၍ ပုန္ပိပ်ထဲတ် ဝေရန် လိုက်လံစပ်ဟပ်သည့်အခါ စာအုပ်တိုက်ပေါင်း ၁၀၀ ကျော် ကငြင်းပယ်ကြသည်။ ဒါကို လက်မလျှော့ဘဲ ဆက်ကြီးစားကြရာ နောက်ဆုံး၌ ထဲတ်ဝေရေးလုပ်ငန်းကယ်တစ်ခုက ရိုက်နှိပ်ရန် လက်ခံလေသည်။ သည်စာအုပ်သည် ရောင်းအကောင်းဆုံး စာရင်းဝင် စာအုပ်တစ်အုပ် ဖြစ်လာရုံမက ပရီသတ်က နှစ်ခြိုက်လွန်း သဖြင့် နောက်ထပ် Chicken Soup အမည်တပ် စာအုပ်တဲ့ များ ဆက်လက်ထဲတ်ဝေရသည်အထိ အောင်မြင်သွားခဲ့သည်။ ယခုဆုံးလျှင် Chicken Soup စာအုပ်များမှာ အုပ်ရော်သန်း ကျော်အထိ ရောင်းချခဲ့ရပြီး ဖြစ်ပေသည်။

နောက်မဆုတ်သော စီတ်ဓာတ်၏ အစွမ်းသတ္တိပေတည်း။

ထို့ကြောင့်၊ နေ့စဉ် ရသမျှအချိန်ကို သင့်ရည်မှန်းချက် သင့်ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိစေမည့် ကိစ္စရပ်များအတွက် အသုံးပြုပါ။ ငါ ယခုလုပ်နေသောအလုပ်သည် ငါ၏ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်နှင့် နီးသထက် နီးလာစေမည့်အလုပ် ဟုတ်သလား မဟုတ်ဘူးလား မပြတ်စိစစ်ပါ၊ မဟုတ်ဘူးဆုံးလျှင် သည်အလုပ်ကို ရပ်ကာ ဟုတ်သည်ဆိုသောအလုပ်ကို ပြောင်း၍လုပ်ပါ၊ ဟုတ်တိုက်တွန်းလိုသည်။

(၇) အချိန်မဆိုင်းနှင့်

Live Your Dream ဟု အမည်ပေးထားသော စာအုပ် တွင် စာရေးသူ လက်(၁) ဘရောင်းက၊ မာရီပွဲန်အမည်ရှိ သူ၏

မိတ်ဆွေ အမျိုးသမီးတစ်ဦးအကြောင်း ထည့်သွင်းဖော်ပြခဲ့သည်။

လက် (၁) ဘရောင်းသည် မာရီယဉ်နား သူမ မကွယ်လွန်မိ တစ်နှုတွင် ဖုန်းဆက်စကား ပြောလိုက်ရ၏။ ကွယ်လွန်ပြီး နောက် ၅၌၊ သူမ၏ရုံးခန်းကို ကူ၍ရှင်းလင်းပေးရသည့်အခါ စာရွက်စာတမ်း များထဲတွင် ပြောတ်စာမူကြမ်းတစ်ပုဒ်ကို သွားတွေ့ရသည်။ သို့ သော် စာများ နိဂုံးပိုင်းမပါရှိရာ ပုံနှိပ်ရန် မည်သို့မျှမဖြစ်နိုင်တော့ ပေ။ အတ်သိမ်းပိုင်းမှာ မာရီယဉ်နှင့် ခေါင်းထဲ၌သာ ရှိနေရာ ကွယ် လွန်သည့်အခါ၌ သူမနှင့်အတူ တမလွန်သို့ ပါသွားခဲ့ချေသည်။

ထို့ကြောင့်၊ လောက်၌ မည်သူမျှထာဝရနေရမည်မဟုတ် ဟူသည်ကို အစဉ်သတိရှိကာ လုပ်စရာရှိသည်ကို အချိန်မဆိုင်းဘဲ လုပ်ဖို့လို၏။

အလုပ်တွေ အများကြီး အောင်မြင်ပြီးစီးကြသူတွေကို ကြည့် လျှင်၊ သူတို့လည်း အကန့်အသတ်မရှိ အသက်ရည်မည် မဟုတ် ကြောင်း သိကြသည်ပဲဖြစ်၏။ သို့သော် သည်အတွက် စိတ်ပျက် မသွား။ စိတ်ဓာတ်ကျမသွား။ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တာ သိ သည်အတွက်ပင် အရှိန်အဟုန်တင်ပြီး အလုပ်လုပ်ကြသည်။ သူ တို့ ရည်မှန်းသည့်ပန်းတိုင်နောက်ကို အားနှင့် အင်နှင့် လိုက်ကြ သည်။ စွဲ့ခြိမ့်ခွဲ့သန်သန့်နှင့် ကြိုးပမ်းကြသည်။ သည်အခါ သူတို့ အောင်မြင်ကြသည်။

စာဖတ်သူ အပါအဝင် မည်သူမဆိုလည်း အလားကူ အား ထုတ်မည်ဆိုက မူချေအောင်မြင်ရမည်သာပင်။

- * လူဝယ်လူချထိအား ရင်းတို့ဘဝအသီးသီးအတွက်
အလိုအပ်ဆုံး အသင့်တော်အလိုက်ဖက်ဆုံး
ဗြိတ်များ၊ အကြိုညာက်များ၊ အားပေးတို့ကိုတွန်းစကားများ
ပြောကြားခဲ့သည့် အမိအဖ ဆရာတော်မှာ ထူကြီးသုမ္ပမား။
- * ဗြိတ်အမွှေပေးသူတို့၏ ကျေးဇူးကို လွှမ်းဆွဲတိုက်ပိုးစွာ
အမှတ်ရအောက်မွှေကြသူများ။
- * ရင်းတို့ကတော်ဖန် ထက်ဆင့်ကမ်း ဖြန်ချို့သည့်
ဘဝလမ်းညွှန်စကားများ။

ဖော် မြိုင်နိုင်းလိုက် အော်ပြုယ်

[ပေါက်နှင်းပေါက်နှင်းသို့ တွင် စူးချွေနမ်ရှာခဲ့သူတို့
ပက်ရှိပိုင်စားခဲ့ကြသည့် ပြုပိုဒ်အကာအဖွဲ့နှင့် ပက်တွေ့ဘဝ၌
ယင်းတို့ကောင်မြိုင်စားသုံးခဲ့ကြပုံများ။]

‘ခုပိုဝ္ာ’ နှင့်
‘ဘဝြာကောင်း’ တွင်
ဘဝြာကောင်းဘဏ်
နှစ်ခုစွဲကြည်။

ဖေမြို့

ပြေတပ် ဆိုတပ် ပေါင်းဆင်းတပ်တဲ့ သူ

[အပြောအဆိုပါမွှော်၊ ကျွမ်းဆောင်ရွက်မှု တပ်ကျေမှုမှုတို့၏
ပက်ဖွဲ့နည်းနာများ]

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မန့များ
 အငြိုးအာယာတနှင့်
 နိုင်လိုမင်းထက်မှုများ ကြီးမားလှသော
 ကမ္မာလောက ကြီးအတွင်း
 နစ်နာသူ၊ ချို့ငဲ့သူ၊ ဘမ်သီ ဘမသီ
 ဒုက္ခရောက်ရရှာသူများအတွက်
 ပိမိတို့၏ ဘဝကို
 တစ်လုံးတစ်ဝတည်း ပေါ်အပ်ပူဇော်ခဲ့ကြသည့်
 သူတော်စင် ကျေးဇူးရှင်တို့၏
 အထွေထွေများ။

ဖေမြင့် မဟာကရဏာရှင်များ

[ကျော်ဝါရှင်တန် ကာဘ၊ ဘွတ်ကာ တီ ဝါရှင်တန်၊ ဂျင်မီယင်၊
 ဖလ်ရှင် (၁) နိုင်တင်ပေးပေါ် ဟင်နနီးနှင့် အယ်လဘတ် ရွှေ့က်အား၊
 မသာထနီဘာတို့၏ ဘဝနှင့် ခွင့်ဆောင်မှုများ]

Genius
Genius
Genius

ဖေမြင့်

ဂီးနိယ်(၁)

ပါရမီရှင် ဥာဏ်ကြီးရှင်များ၊ မဟာဌီးနှာက်များ၊
ဆောကာနယ်ပယ်ရှိမှ အထူးခွန် အထက်ခြေကိုဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်များ၏
ထူးခြားဆော သာဆောသာဝန့်
ထိပ်တန်းအဆင့်ရောက်ဆောင် ဆွဲကျင့်ပျိုးဆောင်ပုံ
နည်းနာများ။

လူသည် မနက်ထက် ဉာမှာ ပညာပိရိရမည်။
 မနေ့ကထက် သည်ကင့် အသိဉာဏ်သာရမည်။
 အသက်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ
 ပိုးနှောက်အလေးချိန် ပိုစီးလာရမည်။
 သည်အတွက် ဘာလုပ်မည်နည်း။
 တစ်နည်းသာရှိသည်။
 “စာဖတ်ပါ”၊ ဒါပဲ။

ဖေမြင့်

ဓရဖတ်သာမဏေး၏ ဖျက်ချေဖျက်

[စာအပ်စာတမ်းများ ဖတ်ရှုရမှ တွေ့လာမြင်လာသည်များ၊ ဂို့မှုလအတိုင်းသော်လည်းကောင်း၊ ထုတ်နှစ်ပေါင်းရှုံးရှုံးသော်လည်းကောင်း၊ ဆင့်ပွားခဲ့စားခြင်း၊ ဆက်စပ်နှင့် ယဉ်ဆင်ခြင်းခြင်းများ ပြု၍သော်လည်းကောင်း၊ ရေးသားခဲ့သည့်မှတ်စုံများ၊ မှတ်ချက်များ]

အေတာကာလတွေ မည်မျှပြောင်းသော်လည်း
လူတစ်ယောက် ထွန်းပေါက်အောင်မြင်ရန်အတွက်
လောက်ကြီးက တောင်းဆိုသည့် အရရည်အချင်းများမှာ
ယခင်အတိုင်း မပြောင်းမလဲ ရှိနေသည်။

ဘာတွေနှင့်။
ထွန်းပေါက်အောင်မြင်လိုသော စိတ်ဓာတ်နှင့်
ယင်းက ဖန်တီး ထုတ်လုပ်ပေးလိုက်သည့် ဗွဲနား၊
ထို့နောက်၊
ယင်းစိတ်ငွဲတိုကို အထိရောက်ဆုံး သုံးခွဲဖြစ်စေမည့်
အသိပညာ-နည်းနာတို့ပဲ ဖြစ်သည်။

ဖော်

စိတ်ဓာတ်
နှင့်
နည်းနာ

အောင်မြင်ရေး စာစု