

NDS
Digitized by srujanika@gmail.com

YOGA COACHING BY ROBIN SHARMA



ROBIN SHARMA
The Monk
Who Sold His Ferrari



နိရိယ် (I.M.T) ကို ၁၉၉၂ ခုနှစ် ပန်းတင်နှုန်း၊ တော်သယ်နှစ်ရွာ ကျေးဇူးတွင် ဖွေးဖွားခဲ့သည်။ ၂၀၁၂ ခုနှစ်တွင် သင်္ကာလိပ်ရေးမြို့ ၂၁၄ ခုနှစ်တွင် သင်္ကာသားဘဝကို စွန့်ဆော့သည်။ ၂၀၁၄ ခုနှစ်မှ စတင်၍ Blogger , Digital Marketer , Content Writer အဖြစ် အသက်ဖွေးခဲ့သည်။ ၂၀၁၅ ခုနှစ်တွင် အချိန်ပိုင်း အောင်မီးစာရွက်အဖြစ်လည်း လုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ ၂၀၁၆ ခုနှစ်တွင် 'သူမိတ်တတ်ကျတိုင်းပတ်ပို့' စာအုပ်ဖြင့် စာလေ့လာကတဲ့ စာတင်ဝါဒကိုခဲ့သည်။ အဆိုပါစာအုပ်ဖြင့် စာပတ်သူများ၏ အသိအမှတ်ပြုခြင်း ခြင်းနှင့် 'အောင်မီးစာရွက်အဖြစ်ဖော်တတ်ပို့' စာအုပ်ကို ၂၀၁၇ ခုနှစ်တွင် ထုတ်ဝေခဲ့သည်။ ၂၀၁၈ ခုနှစ်တွင် 'လက်အောင်' စာအုပ်ကိုထုတ်ဝေခဲ့ပြီး ဖွံ့ဖြိုးဆုံးစွဲအုပ်(၃) အုပ်လုံး Best-seller စာရင်းဝင်ခဲ့သည်။

ဘာသာပြန်သူ၏ အမှာစာ

လွန်ခဲ့တဲ့ င လလောက်က ‘ငါတို့စာပေ’ စာအုပ်တိုက်ပိုင်ရှင် ကိုစန်းမှန်းအောင်က ကျွန်တော့ကို စာအုပ်လေးတစ်အုပ် ဖတ်ကြည့်ဖို့ တိုက် တွန်းခဲ့ပါတယ်။ အကယ်၍ ကျွန်တော် ဘာသာပြန်ဖို့ စိတ်ဝင်စားတယ်ဆိုရင် မူရင်းစာရေးဆရာဆီက ခွင့်တောင်းပေးမယ်လို့လည်း ပြောခဲ့ပါတယ်။ စာအုပ် လေးရဲ့ နာမည်က The Monk Who Sold His Ferrari တဲ့။ ရေးသားသူကတော့ ရော်ဘင်ရှာမာ(Robin Sharma) ဖြစ်ပါတယ်။ ရော်ဘင်ရှာမာဟာ ခေါင်းဆောင် မှု ပညာရပ်တွေကို သင်ကြားပေးတဲ့နေရာမှာ ကျော်ကြားသူ တစ်ဦးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ The Monk Who Sold His Ferrari ဟာ ၁၉၉၇ ခုနှစ်မှာ ထုတ်ဝေခဲ့တာဖြစ်ပြီး သန်းနဲ့ချို့ ရောင်းချုခဲ့ရတဲ့ စာအုပ်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ The Monk Who Sold His Ferrari စာအုပ်ကို စုံဖတ်တို့ကတော့ သန်းနဲ့ချို့ ရောင်းခဲ့ရတဲ့ စာအုပ်မှန်းမသိခဲ့ပါဘူး။ စာအုပ်နာမည်လေးကို စိတ်ဝင်စားလို့ ဖတ်ဖြစ်ခဲ့တာပါ။ စိတ်ထဲမှာလည်း ဖြစ်ရပ်မှန်ဘာတ်လမ်းလို့ ထင်ပြီး ဖတ်ခဲ့တာပါ။ ဒါပေမဲ့ တကယ်တမ်း ဖတ်ကြည့်တဲ့အချိန်မှာ ဖြစ်ရပ်မှန်ဘာတ်လမ်း မဟုတ်တာကို ရိပ်မိလာခဲ့တယ်။ အဲဒါနဲ့ စာအုပ်ကို သေချာပြန်ကြည့်တော့မှာ ‘Fable’ စာလုံးကို ကျွန်တော်မှမြင်ခဲ့မှန်း သဘောပေါက်လိုက်တယ်။ Fable ဆိုတာကတော့ ဘဝသင်ခန်းစာတစ်ခုခုကိုပေးချင်လို့ ပြင်ပမှာ တကယ်မရှိဘဲ ဖို့တီးထားတဲ့ ဘာတ်လမ်းမျိုးကိုခေါ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ စာရေးသူက သူပေးချင်

တဲ့ Message တွေကို ဒီအတိုင်းမပေးဘဲ တော်လမ်းအတ်ကျက်လေးနဲ့ ပေးတာကို ဆိုလိုတာပါ။ ဒီတော့ စာဖတ်သူတွေလည်း ကျွန်တော်လို အထင်လွှဲမိတာ မဖြစ်ရအောင် အခုကဗောင်းက ကြိုအသိပေးပါရစွဲ။ ဒီစာအုပ်ထဲက တော်လမ်းဟာ ဖြစ်ရပ်မှန် မဟုတ်ပါဘူး။ စာရေးသူက သူပေးချင်တဲ့ Message ကို တော်လမ်းလေးနဲ့ ပေးထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ များသောအားဖြင့် စိတ်အား တက်ကြဖွယ် စာပေတွေ ရေးတဲ့သူတွေဟာ သူတို့ပြောချင်တဲ့အချက်၊ သူတို့ရဲ့ အတွေ့အကြုတွေကို တိုက်ရိုက်ပြောကြတာ များပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရော်ဘင် ရှာမာကတော့ အဲဒိတ်ကွဲထွေကိုပြီး တော်လမ်းသော့မျိုးလေးနဲ့ သွားဝအတွေ့ အကြုံ၊ သူရဲ့အသိပညာတွေကို ဝေမျှခဲ့ပါတယ်။ တကယ့်ဖြစ်ရပ်မှန်အတ်လမ်း မဟုတ်မှန်း သိသွားလို့ အစပိုင်းမှာ စိတ်ပျက်စီခဲ့ပေမဲ့ စာအုပ်လေးကို ပြီးတဲ့အထိ ကျွန်တော် ဆက်ဖတ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒိလို ဖတ်စီခဲ့တဲ့အတွေ့ကဲည်း ဝမ်းသာမိပါ တယ်။ ဒီစာအုပ်လေးထဲမှာ ကျွန်တော်အတွက် အသုံးဝင်တဲ့ အသိပညာများစွာ ပါဝင်နေခဲ့ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်လေးကို အပြီးအထိ ဖတ်ပြီးချိန်မှာတော့ ကျွန်တော် ဘာသာပြန်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်လေးထဲမှာ အမိက အတ်ကောင်က J ယောက်ပဲ ရှိပါ တယ်။ ဂျူလီယန်မန်တဲ့လဲ ဆိုတဲ့ နာမည်ကျော်ရှေ့နေ့နဲ့ သူရဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ပက် ပျော်ဖြစ်ပါတယ်။ ရော်ဘင်ရှာမာဟာ သူပြောချင်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ဂျူလီယန်မန်တဲ့လဲဆိုတဲ့ အတ်ကောင်ကတစ်ဆင့် စာဖတ်သူတွေကို ပြောပြခဲ့ တာလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ စာဖတ်သူတွေကို တစ်ခုကြိုတင်ပြီး သတိပေးချင်တာလေးလည်း ရှိပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ဟာ စာဖတ်သူတွေ ချိုးကျူးမှု တာ ခံခဲ့ရသလို ဝေဖန်တာလည်း ခံခဲ့ရတဲ့စာအုပ်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ချိုးကျူးမှု ခဲ့ရတာကတော့ ဒီစာအုပ်ထဲမှာပါဝင်နေတဲ့ အဖိုးတန် အသိတရားတွေကြောင့် ပြစ်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ထဲက အသိတရားတွေမှာ 'The Secret' , 'Think and Grow Rich' စတဲ့ နာမည်ကျော်စာအုပ်တွေထဲက အသိပညာတွေလည်း ပါဝင်နေပါတယ်။ အနှစ်တွေချည်းပဲ စုထားတဲ့ စာအုပ်လို့တောင် ပြောလို့ရပါ တယ်။ အဝေဖန်ခံခဲ့ရတာကတော့ ရော်ဘင်ရှာမာရဲ့ ရသစာပေ အရေးအသား ဖြစ်ပါတယ်။ ရော်ဘင်ရှာမာဟာ ခေါင်းဆောင်မှုပညာကို သင်ကြားပေးတဲ့ နေရာမှာ နာမည်ကျော်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး Motivational Speaker တစ်ဦးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူက ရသစာပေတွေ အမိက ရေးခဲ့သူလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီတော့ ဒီစာအုပ်ကို ရေးတဲ့နေရာမှာ သူရဲ့ ရသစာပေ အရေးအသားဟာ လိုအပ်ချက်တွေ ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒီအတွက် စာဖတ်သူ အချို့က ဝေဖန်ခဲ့ကြတာ

ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း အစရိုင်းမှာ ဖတ်ရတာ သိပ်ပြီး သဘောမကျမိတဲ့ အရေးအသားတွေ ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီစာအုပ်ကပေးတဲ့ အသိတရားတွေနဲ့ ယုဉ်လိုက်ရင်တော့ အဲဒီအချက်ဟာ ထည့်ပြာစရာတော် မလိုတော့ပါဘူး။ စာဖတ်ပရိသတ်တွေ ဖတ်ရတာ အဆင်ပြုအောင် အတာတ်နိုင် ဆုံး ကျွန်တော် ကြိုးစားထားပါတယ်။ ဘာသာပြန်တဲ့နေရာမှာ တစ်ချက်မကျန် တူအောင် တိုက်ရှိက်ဘာသာပြန်ထားတာ မဟုတ်ပါဘူး။ စာဖတ်ပရိသတ်တွေ နားလည်လွယ်အောင် အစိကထားပြီး ဘာသာပြန်ထားပါတယ်။ လိုအပ်ချက် တစ်စုံတစ်ရာရှိခဲ့ရင် ကျွန်တော့ရဲ့ လိုအပ်ချက်သာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ရဲ့ အားသာချက်တစ်ခုက စာဖတ်သူ မေးချင်လာမယ့် မေးခွန်းတွေကို စာဖတ်သူအစား အတ်ကောင်တစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့ ရွှေနှင့် အမြဲမေးပေးထားတဲ့ အချက်ဖြစ်ပါတယ်။ ဂျူလီယန် ပြောတဲ့ အချက်တွေမှာ နည်းနည်းနားရွှေပ်သွားတိုင်း ရွှေနှင့် မေးပေးထားပါတယ်။ ဂျူလီယန်ကလည်း ရွှေနှင့် နားလည်အောင် အမြဲတမ်း ပြန်ရှင်းပြထားပါတယ်။ ဒီတော့ စာဖတ်သူတွေ ရဲ့ မေးခွန်းကိုလည်း ဖြေပြီးရာရောက်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်မှာ အခန်း ၁၃ ခန်း ပါဝင်ပြီး စာအုပ်တစ်အုပ်လုံးကို အစိကအားဖြင့် (၂) ပိုင်း ခွဲလို့ရပါတယ်။ အခန်း (၁) ကနေ အခန်း (၆) အထိက အတ်လမ်းဆင်တဲ့အပိုင်း ဖြစ်ပါတယ်။ စာရေးသူပြောပြချင်တဲ့ အစိက Message တွေကတော့ အခန်း (၇) ကနေ အခန်း (၁၃) အတွင်းမှာ ပါဝင်နေပါတယ်။ ပထမပိုင်းပဲ ဖတ်ပြီး စာအုပ်ရဲ့ တန်ဖိုးကို မဆုံးဖြတ်စေချင်လို့ ကြို့ပြောရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်အုပ်လုံးပြီးအောင်ဖတ်ပြီးမှ ဆုံးဖြတ်စေချင်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ထဲက နည်းလမ်းတွေမှာ လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ နည်းနည်းခက်ခဲမယ့် နည်းလမ်းအနည်းငယ်ပါပေမဲ့ အများစုံ က လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ လွယ်ကူတဲ့နည်းလမ်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်လည်း ဘဝအတွက် အသုံးဝင်တဲ့နည်းလမ်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်လေးကရတဲ့ အသိပညာတွေနဲ့ ပိုမိုပျော်ဆွင်တဲ့ ဘဝလေးတစ်ခု တည်ဆောက်နိုင်ကြပါစေလို့ ကျွန်တော် ဆုတောင်းပေးလိုက်ပါတယ်။

မိုးရှင်း (I.M.T)

အခန်း (၁)

မမြိုင်းတရားရဲ့ သတိပေးခေါင်းလောင်းသံ

တရားရုံး အလယ်မှာ ရုတ်တရက် ပစ်လဲကျသွားတဲ့ သူကို ကြည့်ရင်း ကျွန်တော် အဲ့အားသင့်နှမိတယ်။ သူဆိုတာကတော့ ကျွန်တော်ရဲ့ မိတ်ဆွဲကြီး ဂျူလီယန်မန်တဲ့လိုကို ဆိုလိုတာပါ။ သူဟာ ဒီနိုင်ငံက ထိတ်ထိတ်ကြဲ ရှေ့နှေ တွေထဲက တစ်ဦးပါ။ ဒေါ်လာ ၃၀၀၀ တန် ဝတ်စုံနဲ့ အမြဲ ကြည့်ကောင်းနှုပြီး လူအများကြားမှာ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားလှသူတစ်ဦးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူရဲ့ ရှေ့နှေလောက အောင်မြင်မှုတွေဟာလည်း ပြောမကုန်အောင် ရှိနှေပါတယ်။ သူလဲကျသွားတဲ့ အချိန်မှာ ကျွန်တော်လည်း တရားရုံးထဲမှာ ရှိနှေခဲ့တယ်။ ကျွန်တော် မြင်တွေ့ခဲ့ရတဲ့ အဖြစ်အပျက်ကို ကျွန်တော် အဲ့သုမ္ပင်တက်နေမိခဲ့တယ်။ အမြဲတမ်း ကြွားကြွားဝင့်ဝင့် ရှိနှေခဲ့သူတစ်ဦးဟာ အခုအချိန်မှာတော့ တရားရုံးအလယ်မှာ လဲကျနှုပြီး အကူအညီမဲ့နေတဲ့ ကလေးတစ်ယောက်လို တုန်တုန်ယင်ယင်နဲ့ ချွေးတွေလည်း အများကြီး ထွက်နှေပါတယ်။

ကျွန်တော် တဒဂံလေးအတွင်းမှာ ရုတ်တရက်တွေးမိတဲ့ အတွေးတွေ က အများကြီး ဖြစ်သွားခဲ့တယ်။ ‘ဘုရားရေး...၊ ဂျူလီယန် ပစ်လဲသွားပြီ’လို သူရဲ့ နောက်လိုက်တစ်ဦးက အော်လိုက်ပါတယ်။ တရားသူကြီးလည်း တော်တော်လေး အဲ့အားသင့်နှုပ်ပြီး သူရဲ့ခုံအောက်က အရေးပေါ်ဖုန်းထဲကို တစ်ခုခု ပြောလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ကတော့ အဲ့အားသင့်ခြင်းများစွာနဲ့ ကြောင် အမ်းအမ်း ဖြစ်နေမိပါတယ်။ ကမ်းကောက် ဆိုင်းကဲမာကာ၏ ‘မေားပါးမီး ၈၁

ကောင်ကြီးရာ၊ မင်းသေ့မှု၊ အရမ်း စောလွန်းပါသေးတယ်။ မင်းဒီလိုသေ့မှု မထိက်တန်ပါဘူး၊ လို့ ပြောနေမိပါတယ်။

မထက မတ်တတ်ရပ်ပြီး ကြောင်ကြည့်နေတဲ့ ဘိုလစ်စာရေးကြီး ကလည်း ရုတ်တရက် သတိပြန်ဝင်လာပြီး လဲကျေသွားတဲ့ ဂျူလီယန်ကို အရေး ပေါ် အသက်ကယ်ဆယ်မှု (CPR) စတင် လုပ်ဆောင်ပေးနေပါတယ်။ ဂျူလီယန် ရဲ့ များကိုဖြစ်သူ ကောင်မလေးကတော့ သတိလစ်နေတဲ့ သူ့ ဆရာတေား မှာ တုန်တုန်ယင်ယင်နဲ့ အားပေးစကားတွေ ပြောနေရှာပါတယ်။

ကျွန်တော် ဂျူလီယန်ကို သိတော့ ဘုရားနှစ်လောက် ရှိပါပြီ။ ကျွန်တော် ရှေ့နေကျောင်းပြီးတဲ့ အချိန်ကတည်းက သူနဲ့ စ, တွေ့ခဲ့တာပါ။ သူအလုပ်လုပ်နေတဲ့ ကုမ္ပဏီမှာ အလုပ်သင်အဖြစ် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ရာကနေ သူ့ကို စ, သိခဲ့တာပါ။ အဲဒီအချိန်တည်းက ဂျူလီယန်ဟာ အရမ်းတော်ခဲ့တာပါ။ ဂျူလီယန် ဟာ ရုပ်လည်းမြှောင့်တဲ့ အပြင် အကြောက်တရားကင်းမဲ့ပြီး တော်တော်လေး ရည်မှန်း ချက်ကြီးသူတစ်ယောက်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူအလုပ် လုပ်နေတဲ့ ရှေ့နေကုမ္ပဏီရဲ့ အလားအလာအရှိခုံး ရှေ့နေတစ်ဦးဖြစ်သလို ကုမ္ပဏီအတွက် ဝင်ငွေရှာပေးနိုင်ခုံးသူဖြစ်ဖို့ ကြိုးစားနေတဲ့ အချိန်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော် အလုပ်နောက်ကျေတဲ့ ဉာဏ်တွေမှာ သူရဲ့ရုံးခန်းတေားက ဖြတ် ဉောက်တိုင်း သူရဲ့အခန်းထဲမှာ ကပ်ထားတဲ့ စာတစ်ခုကို အမြဲတွေ့မိပါတယ်။ အဲဒီစာက ဝင်စတန်ချာချိရဲ့ စကားတွေကို ရေးထားတဲ့တာပါ။ အဲဒီစာကို ကြည့်ရဲ့နဲ့ ဂျူလီယန် ဘယ်လိုလူမျိုးလဲဆိုတာ ခန့်မှန်းလို့ ရပါတယ်။ အဲဒီစာ ကတော့ -

* ကျွန်ပို့ဟာ ကျွန်ပို့ ကံကြွောရဲ့ အရှင်သခင်များဖြစ်ကြပြီး ကျွန်ပို့ ဘဝထဲကို ရောက်လာသော အရာအားလုံးသည် ကျွန်ပို့ လုပ်သောင်နိုင်တဲ့ အရာများသာဖြစ်သည်။ နာကျင်စရာများနဲ့ မော ဖိုးစရာများသည်လည်း ကျွန်ပို့၏ ခံနိုင်ရည်ဖြင့် ဖြတ်ကျော်နှင့် သော အရာများ ဖြစ်သည်။ ကျွန်ပို့လုပ်ရပ်များကို ယုံကြည့်ပြီး အနိုင်မခံ အားမပေးစီတ်စာတ်ရှိနေသရွေ့ အောင်မြင်မှုသည် ကျွန်ပို့

ဂျူလီယန်ဟာ အထက်ပါ အဆိုအမိန့်အတိုင်း နေထိုင်သူလည်း တယ်။ အောင်မြင်ခြင်းကို ပိုင်ဆိုင်မယ့် ကံကြွော သူမှာရှိပြီးသားလို့ ယုံကြည့်နေ သူဖြစ်ပြီး အောင်မြင်မှုကိုရယူဖို့ တစ်နေ့ကို ဘုရားလို အာရုံလောက် -

ଲୟି: ଯନ୍ତ୍ରମଣେ:ବୁ ପ୍ରତିପିତାଯି॥ ଗୁଣ୍ଠଟେନ୍ ତାତ୍ତ୍ଵଶନ୍ତିଗାଃଗଣ୍ଠ କ୍ରାଃଵୀର
ତାଗଟେନ୍ ବୁଦ୍ଧି: ଆହି:ପ୍ରତିଵୁହା ଯଦ୍ଦ୍ରବ୍ୟା:ତୁ ଗୁର୍ବଟେନ୍ତାତାତ୍ତ୍ଵଯୁଗ
ପ୍ରତିଥିବ୍ରି: ବୁଦ୍ଧି: ପାଦହାଲୟି: ପଦିତାର୍ଥା:ଧି:ମୁଖ ଅଧିକାଃଲେଷା:ତୁ ତାର୍ଥା:ବୁ
କ୍ରି:ତାତ୍ତ୍ଵି: ପ୍ରତିଥିବ୍ରି: ପ୍ରତିଥିବ୍ରି: ବୁହା ଦ୍ୱାକ୍ରି:ଏମି:ବୁତୁ ମିଳାଃଧିଗ ଶନ୍ତି:ବୁଗ
ଲାତାକ୍ରାନ୍ତ ବୁଅପୋମୁ ମିଳାଃଧିଦିନ୍ଦତ୍ୟଗ ମୁଖ୍ୟଲଦ୍ଧିଏଗ କ୍ରି:କ୍ରି:ତା:
କ୍ରତାଯିଫ୍ରିତା ଵୀଳାହିନ୍ଦ୍ରା:ପିତାଯି॥ ତିପେଷୁ ଗୁଲିଯକ୍ଷହା ବୁଦ୍ଧି: ଗ୍ରୀଯିଦିନ
ଶ୍ଵେତାଶ୍ଵେତା ବୁଗୁନ୍ତିପାଦିତାଯି: ବୁଦ୍ଧି: ବୁଦ୍ଧିଲମ୍ବ:ବୁ ଶେଗର୍ଦୁଗ୍ରିଥିବ୍ରି: ବୁଦ୍ଧି
ଲୁହିଲୁହି ବୁଦ୍ଧିଲ୍ଲୟି:ଲମ୍ବିତିପାଦିତାଯି: ଲୁକ୍ରାଃତେମୁ ବୁ ଅର୍ଜନ୍ତାଏବିନ୍: ଧୀତି
ପ୍ରତାଗିଲୟି: କ୍ରିଗକ୍ରିତିଵିଗର୍ବୁଦ୍ଧି: ପ୍ରତିପିତାଯି॥

တရားရုံးထဲက ဂျူလီယန်ရဲ့ ထိတ်ထိတ်ကြီ စမ်းဆောင်မှုတွေဟာ သတင်းစာတွေရဲ့ မျက်နှာဖုံးတွေမှာ မကြာခဏ ပါလာတတ်ပါတယ်။ အာမည် ကျော်တွေနဲ့ လူချမ်းသာတွေက ဥပဒေကိစ္စနဲ့ပတ်သက်လာရင် သူဆီကို လာကြ တာ များပါတယ်။ သူဟာ တရားရုံးတွင်း ကိစ္စတွေတင်မဟုတ်ဘဲ အခြားကိစ္စ တွေနဲ့လည်း အာမည်ကြီးသူတစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။ မြို့ထဲက အာမည်ကြီး စားသောက်ဆိုင်တွေမှာ ငယ်ငယ်ချောချော ဖက်ရှင်မော်ဒယ်လေးတွေနဲ့အတူတူ စားသောက်လေ့ရှိတာ၊ သို့မဟုတ် သူရဲ့ အသိပွဲစားတွေနဲ့ မူးရှုံးအောင်သောက်ပြီး သောင်းကုန်းကြတာတွေဟာလည်း ကုမ္ပဏီမှာ ပြောစမှတ်တွင်စရာတွေ ဖြစ်နေ ခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်တော် ကုမ္ပဏီကို ၁,၈၅၁၈တဲ့ နွေရာသီတုန်းက သူဟာ လူ
သတ်မှတစ်ခုအတွက် တရားရင်ဆိုင်ဖို့ အမှုလက်ခံထားတဲ့အချိန်ဖြစ်ပြီး သူနဲ့
အလုပ်အတူတူ တွဲလုပ်ဖို့ ကျွန်တော်ကို ရွှေးချယ်ခဲ့ပါတယ်။ သူနဲ့ အလုပ်တွဲလုပ်ဖို့
ကျွန်တော်ကို ဘာလို့ရွှေးခဲ့တာလဲဆိုတာ အခုအချိန်ထိ စဉ်းစားလို့ မရပါဘူး။
ကျွန်တော်က ဟားဗတ်ဥပဒေတက္ကသိုလ်က ဘွဲ့ရခဲ့တယ်ဆိုပေမဲ့ အဲဒီအချိန်က
ကုမ္ပဏီမှာ ကျွန်တော်ဟာ အတော်ဆုံး အလုပ်သင် မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်မှာ
ရှေ့မျိုးရှိုးလည်း မရှိခဲ့ပါဘူး။ ကျွန်တော်ရဲ့ အဖေက ရေတပ်က ထွက်လောပြီး
ကတည်းက လက်ကျွန်ဘဝတစ်လျှောက်လုံး လုံခြုံရေးဝန်ထမ်းအဖြစ်နဲ့ပဲ ဖြတ်
သန်းခဲ့သူပါ။ ကျွန်တော်အမေကလည်း သာမန် အီမီထောင်ရှင်မ တစ်ဦးပါပဲ။
ဒါပေမဲ့ သူ ကျွန်တော်ကို ရွှေးချယ်ခဲ့တယ်။ သူကို မြှောက်ပင့် ပြောဆိုနေကြတဲ့
သူတွေ အားလုံးကို ကျော်ပြီး ကျွန်တော်ကို ရွှေးခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့
ဆာလောင်တဲ့ သင်ယူလိုချင်စိတ်ကို သဘောကျလို့ ကျွန်တော်ကို ရွှေးခဲ့တာလို့
သူ ပြောပြခဲ့ပူးပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အတူတူလက်တွဲ ကိုင်တွယ်ခဲ့တဲ့အမှ

မှာ ကျွန်တော်တို့ အနိုင်ရခဲ့ပါတယ်။ နေးဖြစ်သူကို ရက်စက်စွာ သတ်ဖြတ်မှုနဲ့
ဗျာရွှေခံခဲ့ရတဲ့ လုပ်ငန်းရှင်တစ်ဦးကို လွှတ်မြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ခဲ့ပါ
တယ်။

အဲဒီနွဲရာသီကတော့ ကျွန်တော် တော်တော်လေး ပညာရခဲ့တဲ့ နွဲ
ရာသီပါ။ နာမည်ကျော် ရှေ့နောက်တစ်ဦး ဘယ်လိုအမှု ရင်ဆိုင်လဲဆိုတာ မျက်မြင်
ကိုယ်တွေ့ ကြော့ရပါတယ်။ သူ့ဆီက ပညာတွေကို ရသလောက် ကျွန်တော်
သင်ယူခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ရဲ့ ဖိတ်ခေါ်မှုနဲ့အတူ ကျွန်တော် အဲဒီကုမ္ပဏီမှာ
အလုပ်ဆက်လုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ နှစ်ယောက်ကြားက ခင်မင်မှုက
လည်း အချိန်တို့အတွင်းမှာ တိုးပွားလာခဲ့ပါတယ်။ သူက အလုပ်တွဲလုပ်လို့
အကောင်းဆုံး လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ သူ့ရဲ့ လက်အောက်ငယ်
သားအဖြစ် အလုပ်လုပ်ရတာ တစ်ခါတလေ ဖိတ်တော်တော်လေး ရှုပ်တွေးရ
ပါတယ်။ ညာက် နောက်ကျွန်တဲ့အထိ အလုပ်လုပ်ရပြီး ငြင်းခံရတာတွဲလည်း
မကြာခဏ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သူက သူ့နည်းလမ်းပဲ ကြိုက်တတ်သူ ဖြစ်ပါ
တယ်။ သူမှားတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ သူ့ရဲ့ မာကျောတဲ့ ဖိတ်ဓာတ်
အောက်မှာတော့ လူတွေကို ကြင်နာတတ်တဲ့ ဖိတ်ရှိနေပါတယ်။

သူဘယ်လောက်ပဲ အလုပ်ရှုပ်ပါစေ ဂျိန်နိုင်ကောင်းလား အမြဲမေး
လေ့ရှိပါတယ်။ ဂျိန်နိုင်ဆိုတာ ကျွန်တော် ဥပဒေကျောင်း မတက်ခင်တည်းက
လက်ထပ်ထားတဲ့ ကျွန်တော်ရဲ့ နေးပါ။ ကျွန်တော် အလုပ်သင်အဖြစ် အလုပ်
လုပ်နေတဲ့အချိန်မှာ ငွေရေးကြားရေး အခက်အခဲရှိခဲ့တာကို သိလို့ ဂျူလီယန်
က ကျွန်တော် ပညာသင်ဆုရအောင် ကူညီပေးခဲ့ပါတယ်။ တကယ်တော့
သူ မကူညီချင်ခဲ့ရင်လည်း အနေသာကြီးပါ။ ဒါပေမဲ့ သူက သူ့မိတ်ဆွေတွေကို
ဘယ်တော့မှ ပစ်ထားလေ့မရှိပါဘူး။ ဂျူလီယန်အတွက် တစ်ခုတည်းသော
ပြဿနာက အလုပ်အလွန်အကျိုးလုပ်ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမနှစ်တွေတုန်းက သူအလုပ်လုပ်တာ အရမ်းများနောင် ၏၏
ကုမ္ပဏီကောင်းကျိုးအတွက် လုပ်နေတာပါကွာ့လို့ ပြောလေ့ရှိပါတယ်။
နောက်တော့ သူ တစ်လလောက် အနားယူပြီး ကေမန်ကျွန်းကို သွားမယ်လို့
ပြောတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်တော့မှ ဖြစ်မလာပါဘူး။ နောက်ဆောင်းရာသီ
ကျောင် သွားတာပေါ်ကွာ့လို့ ဆင်ခြေပေးလေ့ရှိတယ်။ သူ့ရဲ့ အလုပ်ကြိုးစားမှု
တွေကြောင့် အချိန်ကြာတာတော့အဲ ဂျူလီယန်ဟာ ပိုစိနာမည်ကြိုးတဲ့ ရှေ့နေ့
တစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ နာမည်ပိုကြိုးလာတော့အဲ အလုပ်တွေ
ကလည်း ပိုများလာပါတယ်။ သူလိုက်ရတဲ့ အနှစ်တွေက ပိုကြိုးလာပြီး ဂျူလီး၏၏

ကလည်း သူကို စိန်ခေါ်နိုင်တဲ့ အမှုပိုးဆို ဘယ်တော့မှ ငြင်းလေ့မရှိပါဘူး။ ကြိုးစားပြီးရင်း ကြိုးစားဆပါပဲ။ ၂ နာရီထက် ပိုဒ်ပိုင် အလုပ်မလုပ်မိလေ ငြင်းဆိုပြီး သူကိုယ်သူ အပြစ်တင်တတ်ကြောင်း ကျွန်တော့ကို ရင်ဖွင့်ခဲ့ပူးပါ တယ်။ သူဟာ ပိုမိုအောင်မြင်လိုခြင်း၊ ပိုမိုချမ်းသာလိုခြင်းဆိုတဲ့ ဘာလောင်မှုတွေ ၄၊ သားကောင်ဖြစ်လာမြှောင်း ကျွန်တော် တဖြည့်းဖြည့်းနဲ့ ရိပ်မိလာခဲ့ပါတယ်။

ထင်ထားခဲ့တဲ့အတိုင်း ဂျုလီယန်ဟာ တဖြည့်းဖြည့်းနဲ့ ထိတ်ထိတ်ကြိုး ရှေ့နေတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ သူဟာ လူတိုင်းလိုချင်တဲ့ အရာတွေကို အရယူနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဝင်ငွေတွေ တစ်ပုံကြီး ဝင်တဲ့သူတစ်ယောက်ဖြစ်လာပြီး ခြေဝင်းအကျယ်ကြီးထဲမှာ အိမ်အကြီးကြီး တစ်လုံးကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်တဲ့သူ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ သူနေတဲ့နေရာက နာမည်ကျော်တွေပဲနေတဲ့ ရပ်ကွက်ဖြစ်ပြီး ကိုယ်ပိုင် လေယာဉ်၊ ဟာရာရိကား စတာတွေ ပိုင်ဆိုင်လာတဲ့အပြင် နွောသီမှာ အသို့ပြုတွေကိုပို့ အပူပိုင်း ကျွန်းတစ်ခုပေါ်မှာ အိမ်တစ်လုံးပါ ဝယ်ထားပါသေးတယ်။

အပြင်ယန်းမှာ အားလုံး အဆင်ပြေနေပေမဲ့ သူတစ်ခုခု ဖြစ်တော့မယ် ဆိုတာ ကျွန်တော် သိမေ့ခဲ့ပါတယ်။ သူများတွေထက် အမြင်ပိုစ္စားရှလို့ ကျွန်တော် သိမေ့ခဲ့တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်ဟာ သူနဲ့ အနီးကပ်ဆုံး နေထိုင်သူမျို့ သိမေ့ခဲ့တာပါ။ ကျွန်တော်တို့ နှစ်ယောက်လုံးက အလုပ်မှာ အမြဲ တူတူရှိနေတာ ကြောင့် သူဘယ်လောက် အလုပ်လုပ်လဲ ကျွန်တော် အသိဆုံးပါ။ နောက်ဆုံး ကိုင်တွယ်ခဲ့တဲ့အမှုထက် ပိုကြီးတဲ့အမှုဆိုတာ သူအတွက် အမြှိုက်နေတတ်ပါတယ်။ ဘယ်တော့မှာ အရှိန်သတ်သွားတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ သူဟာ အမှုတစ်ခုလိုက်ပြီဆိုရင် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု အများကြီး လုပ်လေ့ရှိသူလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ တရားသူကြီး ဒီလိုမေးရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ၊ ဟိုလိုမေးရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ၊ ငါတို့ရှာဖွေထားတဲ့ အချက်အလက်တွေက မပြည့်စုံရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ စသဖြင့် မေးခွန်းပေါင်းများစွာ သူကိုယ်သူ မေးလေ့ရှိသူ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ နှစ်ယောက်စလုံး အဆုံးအစွမ်းထိ ခေါင်းခြားကောင် စဉ်းစားတတ်ကြပြီး ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင်လည်း သူရဲ့ အလုပ်ဦးစားပေး ဘဝထဲမှာ ပိုတ်မိလာပါတယ်။ သူများတွေ မိသားနဲ့ အတူတူရှိနေခို့မှာ ကျွန်တော်တို့ နှစ်ယောက်ကတော့ ၆၄ ထပ်ပေါ်က ရုံးခန်းထဲမှာ အောင်မြင်မှုနောက် တကောက်ကောက် လိုက်နေခဲ့ကြပါတယ်။

ဂျုလီယန်ဟာ အလုပ်ကြိုးစားလွန်းပြီး မသိရင် သူကိုယ်သူ သေအောင် သတ်မှတ်သလိုပါပဲ။ သူကို ကြည့်ရတာ အပင်ယန်းလွန်ပြီး သေချင်နေတဲ့ သူတစ်ယောက်နဲ့တော် တူနေပါတယ်။ ဘယ်အရာကမှ သူကို ကျွန်ပ်အောင်

မစွမ်းဆောင်ပေးနိုင်ပါဘူး။ သူရဲ့ အိမ်ထောင်ရေးဟာလည်း ယို့ယွင်းလာပါ
တယ်။ သူရဲ့ အဖော့လည်း သူ စကားမပြောတော့ပါဘူး။ သူမှာ လူတိုင်း
လိုချင်နေတဲ့ စည်းစိမ်္မာတွေရှိနေပေမဲ့ သူလိုချင်တာ
ရှာမတွေ့သေးတဲ့ ပုံစံဖြစ်နေပါတယ်။

အသက် ၅၃ နှစ်အချေယ်မှာ ဂျူလီယန်ဟာ အသက် ၇၀ အချေယ်လို့
ထင်ရဲလောက်အောင် ဒါမင်းရင့်ရော်နေ့ပါတယ်။ သူရဲ့ ဟန်ချက်မည်တဲ့
လူမှေမှုပုံစံကြောင့် စိတ်ပိမိုးမျှတွေ များပြားခဲ့ပြီး မျက်နှာမှာလည်း ပါးရေ
နားရေတွေ တွေ့နေပါတယ်။ ရွှေးကြီးတဲ့ စားသောက်ဆိုင်တွေမှာ ညျဉ်နက်မှ
စားခဲ့တဲ့ ညာစာတွေ၊ အဆက်မပြတ်သောက်ခဲ့တဲ့ စီးကရက်တွေ၊ အလွန်အကျိုး
သောက်ခဲ့တဲ့ ကော့ညာက်အရက်တွေကြောင့် သူဟာ အဝလွန်ပြီး ကျွန်းမာရေး
လည်း ချွောတ်ယွင်းနေပါတယ်။ သူဘဝကို ဤဗြိုလ်လာပြီ ဖြစ်ကြောင်းလည်း
မကြာခဏ ပြောလေ့ရှိပါတယ်။ အရင်တုန်းက ဟာသည် ခွင့်မြှုံးတဲ့
ဂျူလီယန်ဟာ အခုအခိုန်မှာတော့ ရယ်တောင် မရယ်တော့ပါဘူး။ အရင်တုန်း
က စိတ်အားထက်သန့်မှု အပြည့်နဲ့ ဂျူလီယန်ဟာ အခုတော့ လေးလံတိုင်းမြိုင်း
တဲ့ ဂျူလီယန် ဖြစ်နေပါပြီ။ ကျွန်းတော့အထင်တော့ သူဘဝမှာ ရည်ရွယ်ချက်
ပျောက်သွားပုံရပါတယ်။

စိတ်မကောင်းစရာ အကောင်းဆုံးအချက်က သူဟာ တရားရုံးမှာ
အမူရင်ဆိုင်တဲ့ အခါမှာတောင် အာရုံစုံစိုက်မှု မရှိတော့တာပါပဲ။ တစ်ခိုန်တုန်း
က သူအလွယ်တကူ ရင်ဆိုင်နိုင်ခဲ့တဲ့ အမူတွေကို အခုတော့ မဖြေရှင်းနိုင်တော့
ပါဘူး။ ဂျူလီယန်ရဲ့ တောက်ပတဲ့ ဘဝဟာ တဖြည့်းဖြည့်း မှုးမြိုန်လာပါတယ်။
သူဟာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာတင် ပျော်စီးသွားတာ မဟုတ်ဘဲ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာလည်း
ပျော်စီးလာခဲ့ပါတယ်။ သူလုပ်နေရတာကို မပျော်ရွှေ့တော့ကြောင်း၊ သူဘဝဟာ
ဓလာနှစ်ဖြစ်နေကြောင်း နှုတိုင်း ပြောလာခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ မိဘတွေ
ကြောင့် ဥပဒေပညာကို လေ့လာခဲ့ရပေမဲ့ သူကိုယ်တိုင်လည်း ဥပဒေပညာကို
နှစ်သက်ခဲ့တဲ့သူ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပဒေပညာရဲ့ ရှုပ်တွေးမှုနဲ့ ညာ၍ပညာ အသုံးပြု
ရမှုတွေက သူကို စိတ်ဝင်စားစေခဲ့ပါတယ်။ လူတွေအပေါ် ဥပဒေပညာရပ်ရဲ့
အကျိုးပြုပုံက သူကို ပိုမိုရောလာဖို့ စိတ်အားတက်စေခဲ့ပါတယ်။ သူဟာ
လူချမ်းသာ မိသားစုက ပေါက်ဖွားလာတဲ့ ကလေးတစ်ယောက်ဆိုတာထက်
ပိုခဲ့ပါတယ်။ သူဟာ ငယ်စဉ်က သူကိုယ်သူ လျှော့ဖွဲ့အစည်းကို အကူအညီ
ပေးနိုင်မယ့် သူတစ်ယောက်လို့ မြင်ခဲ့ပြီး အဲဒီအမြင်ကြောင့်ပဲ သူဘဝဟာ
အစိမ္ပာယ်ရှုဟာခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ အမြင်ကြောင့်ပဲ သူဘဝမှာ မော်ဂာန်

ချက်တွေ ရှိလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဂျူလီယန်ဟာ သူရဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကြောင့် ရုပ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပျက်စီးခဲ့တာအပြင် သူနဲ့ကျွန်တော် မတွေ့ခင်က ကံဆိုးမိုးမှာ့င်ကျမှုတစ်ခု ဖြစ်ခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။ ကုမ္ပဏီက စီနိယာအချို့ ပြောပြပုံအရ ဂျူလီယန်မှာ စိတ်ဒဏ်ရာ တစ်ခုခရှိနေတယ်လို့ သိခဲ့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘာအမြောင်းကြောင့်လဲ ဆိုတာကိုတော့ ကျွန်တော့ကို ဘယ်သူမှ မပြောပြကပါဘူး။ ကုမ္ပဏီက ပါးစပ်ဖွာတဲ့ အဘိုးကြီး ဟာဒင်းတောင် ကျွန်တော့ကို မပြောပြပါဘူး။ ဘယ်လို့ လျှို့ဝှက်ချက်ပဲ ဖြစ်ပါစေ အဲဒီလျှို့ဝှက် ချက် စိတ်ဒဏ်ရာဟာ ဂျူလီယန်ရဲ့စိတ်ကို တစ်နည်းတစ်ဖုံးထိခိုက်နေတယ်လို့ ကျွန်တော် သံသယရှိနေခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော် အဲဒီလျှို့ဝှက်ချက်ကို သိချင်နေခဲ့ပါတယ်။ သိချင်တဲ့ အဓိကအမြောင်းရင်းက ကျွန်တော် ဂျူလီယန်ကို ကူညီ ချင်လို့ပါ။ သူဟာ ကျွန်တော်ရဲ့ စံပြပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်တင် မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော့ရဲ့ အကောင်းဆုံး မိတ်ဆွဲလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီနာက်ပိုင်းမှာတော့ တရားရုံးထဲမှာ ဂျူလီယန် လဲကျတဲ့ အဖြစ် အပျက် ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ရုတ်တရက် နှလုံးထောက်တာဖြစ်ပြီး တရားရုံး နံပါတ် ဂု အလယ်မှာ လဲကျခဲ့တာပါ။ ဂျူလီယန်ဟာလည်း မမြှုပ်နှံးတရားနဲ့ မကင်းတဲ့ လူသားတစ်ယောက်ပဲ ဆိုတာကို ကံတရားက သတိပေးလိုက်သလို ပါပဲ။



အခန်း (J)

တူးဆန်းတဲ့ ညျှောည်

ဂျူလီယန် တရားရုံးထဲမှာ လဲကျေသွားပြီး အောက်တစ်နှေ့မှာ ကုမ္ပဏီ အရေးပေါ် အစည်းအဝေး လုပ်ခဲ့ကြပါတယ်။ ပြဿနာတစ်ခုခုတော့ ရှိနေပြီလို့ ကျွန်တော်ထင်လိုက်မိပါတယ်။ ကုမ္ပဏီက အသက်ကြီးဆုံးတွေထဲက တစ်ဦး ဖြစ်တဲ့ ဟာဒင်းက စကားစပြောပါတယ်။ ‘သတင်းဆိုးတစ်ခုတော့ ပြောရပါတော့မယ်။’ ဂျူလီယန်ဟာ မနေ့က တရားရုံးထဲမှာ Air Atlantic အမှုကို ရင်ဆိုင်နေတုန်း ရုတ်တရက် နှလုံးထဲ၊ အောက်ပြီး သတိလစ်သွားခဲ့ပါတယ်။ အခုံလောလောဆယ် သူဆေးရုံးမှာ ကုသမ္မ ခံယူနေရဆဲပါပဲ။ သူရဲ့အခြေအနှစ် က တည်ဉြိမ်သွားပြီဖြစ်ပေမဲ့ ပုံမှန် အကောင်းပကတိဖြစ်ဖို့တော့ အချိန်နည်း နည်းယူရည်းမယ်လို့ သူ့ဆရာဝန်က ကျွန်တော့ကို အသိပေးထားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဂျူလီယန်က ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုခုခဲ့ပြီး သူရဲ့ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ခင်ဗျား တို့ အားလုံးလည်း သိသင့်တယ်ထင်လို့ အခုံအစည်းအဝေး လုပ်လိုက်တာပါ။ ဂျူလီယန်က ရှေ့နေဘဝကို စွန့်လွှတ်လိုက်ပြဖြစ်ပြီး ဒီကုမ္ပဏီကို ပြန်လာတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဂျူလီယန် ကျွန်တော်တို့ ကုမ္ပဏီကို စွန့်ခွာသွားပြီဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော် ခင်ဗျားတို့ကို အသိပေးတာပါ။ လို့ ဟာဒင်းက ကျွန်တော်တို့ အားလုံးကို ပြောပြခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီသတင်းကြောင့် ကျွန်တော် အတော်လေး အံ့သွားခဲ့ရပါတယ်။ ဂျူလီယန်မှာ ပြဿနာတွေရှိနေမှန်းတော့ ကျွန်တော်သိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့

ဂျေလီယန် အလုပ်ကန္ခ ထွက်လိမ့်မယ်လို့တော့ ကျွန်တော် မထင်ခဲ့မိဘူး။ ဂျေလီယန် အလုပ်ကန္ခ ထွက်လိမ့်မယ်လို့ ကျွန်တော်တို့ ၂ ယောက်ရဲ့ ခင်မင်မှု ဒီလို ဆုံးဖြတ်ချက်မျိုး ချမယ်ဆိုရင်လည်း ကျွန်တော်တို့ ၂ ယောက်စားပြီး သူ ကျွန်တော်ကို အရင်ပြောခဲ့မယ်လို့ အတိုင်းအတာကို ထောက်ထားပြီး သူ ကျွန်တော်ကို ဆေးရုံမှာတောင် အတွေ့မခံပါဘူး။ ထင်ထားခဲ့တာပါ။ အခုတော့ ကျွန်တော်ကို ဆေးရုံမှာတောင် အတွေ့မခံပါဘူး။ ကျွန်တော် ဆေးရုံကို သတင်းမေးဖို့သွားတိုင်း သူမှာပြုတွေက သူအံပိန္ဒေကြောင်း ကျွန်တော် ဆေးရုံကို သတင်းမေးဖို့သွားတိုင်း သူမှာပြုတွေက သူအံပိန္ဒေကြောင်း ပြောခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော် ဖုန်းခေါ်တာကိုလည်း သူ လုံးဝ မကိုင်တော့ပါဘူး။ ကျွန်တော်ကို မြင်ရင် သူ မေ့ပစ်ချင်နေတဲ့ ဘဝကြီးကို ပြန်သတိရမှာ ရိုးလို့လည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအခိုန်တုန်းက ကျွန်တော် တော်တော် လေး စိတ်မကောင်း ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ အဲဒီတွေက အခုတော့ အတိတ်တွေ ဖြစ်သွားခဲ့ပါပြီ။ ဂျေလီယန် အလုပ်ကန္ခ ထွက်သွားတာ အခုဆို ၃ နှစ်တောင် ရှိခဲ့ပါပြီ။ နောက်ဆုံးအကြိမ် သူအကြောင်း သတင်းကြားခဲ့ရတာကတော့ သူအိန္ဒိယကို အပန်းဖြေခဲ့ဗျာ ထွက်သွားတယ်ဆိုတာပါပဲ။ သူဟာ သူဘဝကို ရိုးရှင်းအောင် လုပ်ချင်ပြီး သူဘဝမှာ သိချင်နေတဲ့ အဖြေတွေကို ရှာဖွေဖို့ ထွက်သွားတယ်လို့ သူ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ပောင်း တစ်ယောက်ကို ပြောခဲ့တယ်လို့တော့ တစ်ဆင့် စကားနဲ့ ကျွန်တော် သိခဲ့ရပါတယ်။ သူဟာ သူရဲ့ ကိုယ်ပိုင်လေယာဉ်နဲ့ အိမ်ကြီးကိုလည်း ရောင်းချခဲ့ပါတယ်။ သူအရမ်းချစ်တဲ့ သူရဲ့ ဖာရာရီ ကားကို တောင် ရောင်းပစ်ခဲ့ပါတယ်။

လွန်ခဲ့တဲ့ ၃ နှစ်အတွင်း ကျွန်တော်လည်း ကလေးတစ်ဖက်၊ အလုပ် တစ်ဖက်နဲ့ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ အလုပ်တွေ ရှုပ်တာကြောင့် ကလေးတွေအတွက် အချိန်ပေးဖြစ်ပို့ မန်ည်းကြီးစားနေခဲ့ရပါတယ်။ ကျွန်တော်အဖေက “ချိန်ရော မင်းသေခါနီးကျေရင် ရုံးမှာ အလုပ်တွေ ပိုမလုပ်မိခဲ့လေခြင်းလို့ ဘယ်တော့မှ ဘွားမှာ မဟုတ်ဘူးဘုံးလို့ အမြဲ ပြောလေရှိပါတယ်။” ကျွန်တော်အတွက် မျှလို့ထိုင်လို့ ကောင်းတဲ့ သာမန်ဘဝလေးတစ်ခု ပိုင်ဆိုင်ထားတယ်ဆိုပေမဲ့ အကုပ်ကတော့ ဦးပုံမှန်အောင် ဆောင်ရွက်ပေါ်ပါပဲ။ ကျွန်တော်မဲ့ အမျှသည်တွေ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် ကောင်ရှုကြောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လောက်ပဲ အလုပ်ရှုပ်ရှုပ် ကျွန်တော် ဂျေလီယန်ကိုတော့ မူလိုပရခဲ့ပါဘူး။ ကျွန်တော် ဘာမှလုပ်စရာမရှိတဲ့ အချိန် ထွေခိုရင် ဂျေလီယန် ဘာတွေဖြစ်ဖြေပြုလဲ ဆိုတာကို အမြဲတွေးနေမိခဲ့ပါတယ်။ ဂျေလီယန်တစ်ယောက် အီနှီးယမှာများ အခြေကျေဖြေလား၊ ဒါမှုမဟုတ် နိပါ ကေးမန်းစ်ကျွန်းသာက်မာ ၆၀၈၇၉.

အပန်းဖြေနတာလား၊ သေချာတာတစ်ခုကတော့ သူဟာ ရှိနေသာဝကို ဘယ်တော့မှ ပြန်မလာတော့တာပါပဲ။ သူကုမ္ပဏီက ထွက်သွားပြီးကတည်းက ဘယ်သူမှ သူဆီက ပို့စ်ကတ်တစ်စောင် မရရှုပါဘူး။

ဂျိန်ခဲ့တဲ့ ၂ လက ကျွန်တော် ရုံးခန်းကို လူတစ်ယောက် ရောက်လာခဲ့ ချိန်မှာတော့ ကျွန်တော် ခေါင်းထဲက ဂျိုလိယန်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ မေးခွန်းတွေရဲ့ အဖြေကို သိရှိလိုက်ရပါတယ်။ အဲဒီနောက ကျွန်တော် ရုံးကပြန်ခါနီး မောက်ဆုံး အမှုသည်တစ်ယောက်နဲ့ တွေ့ပြီးတဲ့အခိုန်ပါ။ ကျွန်တော်ရဲ့လက်ထောက် ဂျိနိမိ က ကျွန်တော်ရုံးခန်းတဲ့ခါးကို သာသာလေးဟဲ့ပြီး လူတစ်ယောက် ကျွန်တော် ကို တွေ့ဖို့ ရောက်နေပြောင်း ပြောပါတယ်။ * ချို့ရော၊ ရှင်ကိုတွေ့ဖို့ လူ တစ်ယောက် စောင့်နေတယ်။ အရမ်းအရေးကြီးတဲ့ ကိစ္စလိုက်တော့ ပြောတယ်။ ရှင် သူကို စကားမပြောမချင်း မပြန်ဘူးလို့လည်း ပြောနေတယ်။ လို့ ပြောလာ ချိန်မှာတော့ ကျွန်တော်က ။ ဂျိနိမိရော၊ ငါအခုပဲ အပြင်ထွက်တော့မှာ၊ အလုပ် ကိစ္စတစ်ခုကို အပြီးမသတ်ခင် ငါတစ်ခုခု သွားစားရည်းမယ်၊ ငါဘယ်သူကိုမှ တွေ့ဖို့ အခိုန်မရှိသေးဘူး။ အဲဥားလူတွေ့လိုပဲ ကြိုတင်ပြီး ရက်ချိန်းယူဖို့ သူကို ပြောလိုက်ပါ။ အကယ်၍ သူထပ်ပြီးပြောနေရင် လုံခြုံရေး ခေါ်သင့်ရင် ခေါ်လိုက်ပါ။ လို့ ကျွန်တော် စိတ်မရှည်စွာ တွဲပြန်လိုက်ပါတယ်။ * ဒါပေမဲ့ သူက ရှင်ကိုတွေ့ဖို့ လိုအပ်နေတယ်လို့ ပြောနေတယ်မှုံး၊ သူက မတွေ့ရင် မပြန်ဘူးပဲ လုပ်နေတာ။ လို့ ဂျိနိမိက ထပ်ပြောလာပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း လုံခြုံရေးကို ကိုယ့်ဘာသာပဲ ခေါ်တော့မယ်လို့ စိတ်ကူးလိုက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်ကို တကယ်လိုအပ်နေတဲ့ လူတစ်ယောက်များ ပြစ်နေမလားဆုံးတဲ့ စိတ်က ခေါင်းထဲ ဝင်လာခဲ့ပါတယ်။ မောက်ဆုံးမှာတော့ ကျွန်တော် အဲဒီလူကို တွေ့ဖို့ ဆုံးဖြတ် လိုက်ပါတယ်။ * ပြီးရော၊ အဲဒါဆိုလည်း အခန်းထဲ လွတ်လိုက်လေ။ အမှုသစ် တွေဘာတွေ ရရင်လည်း ရမှာပေါ့။ လို့ ကျွန်တော် တွဲပြန်လိုက်ပါတယ်။

ကျွန်တော်ရဲ့ ရုံးခန်းတဲ့ခါး ဖြည့်ဖြည့်ဗျုင်း ပွင့်လာပြီးမောက် ပြီးနေတဲ့ လူတစ်ယောက်ကို ပြင်လိုက်ရပါတယ်။ အသက် ၃၀ ထိုးကျင်လောက်ရှိပြီး ကျွန်းမာဖျတ်လတ်တဲ့ ပုံစံနဲ့ အမျိုးသားတစ်ဦးပါ။ သူကိုကြည့်ရင်း ကျွန်တော် ဥပဒေတက္ကသိုလ်တက်တုန်းက လူချမ်းသာ သားသမီးတွေကိုတောင် သတိ ရလိုက်ပါသေးတယ်။ သန့်သန့်ပြန်ပြန်နဲ့ လူတန်းစားမျိုးတွေပေါ့။ ဒါပေမဲ့ အခု ကျွန်တော်ရုံးခန်းထဲ ရောက်နေတဲ့သူက ရပ်ရည်ပိုင်း သန့်ပြန်ရုံးတင်မက ပါဘူး။ သူရဲ့ မျက်လုံးတွေကလည်း လူတစ်ယောက်ကို ထိုးဖောက်မြင်နိုင်တဲ့ မျက်လုံးတွေလို့ အရမ်းတည်းပြုပြီး အပြာရောင်လဲနေတာ ကျွန်တော် သတိ

ထားမိလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ကို သူဘာလို့ စိက်ကြည့်နေတာလဲ။ ကျွန်တော် အလုပ်နေရာကို စိန်ခေါ်လာမယ့် ရှေ့နေအသစ်များလား၊ ဒါမှုမဟုတ် အရင် တစ်ပတ်က ကျွန်တော် ဖြေရှင်းပေးခဲ့တဲ့ ကွာဂျင်းမှုက အမျိုးသမီးရဲ့ ခင်ဗျားများ လား။ ခုနာတုန်းက လုံခြုံရေးခေါ်လိုက်ရင် ကောင်းသား စသဖြင့် ကျွန်တော် ခေါင်းထဲမှာ အတွေးစုံ သွားပါတယ်။ အဲဒီလူက ကျွန်တော်ကို ပြီးပြီးကြီး စိက်ကြည့်နေဆဲပါပဲ။ တော်တော်ကြာကြာ ကြည့်ပြီးနောက်မှာတော့ သူက စကားစ၊ လာပါတယ်။ * အည့်သည်တွေကို မင်းဒီလိုပဲ ဆက်ဆံတာလား ရှုန်း။ တရားရုံးထဲမှာ အမူတစ်ခုကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင်ရလဲ သင်ပေးခဲ့တဲ့သူကိုလည်း မင်းဒီလိုပဲ ဆက်ဆံတာလား။ ငါ မင်းကို လျှို့ဝှက်ချက်တွေ မပြောပြခဲ့ရင် ကောင်းသား "လို့ အဲဒီလူက ဆိုလာပါတယ်။ ကျွန်တော် အဲဒီအသံကို ကြား လိုက်ချိန်မှာတော့ နှလုံးခုန်သံတွေ မြန်သွားခဲ့တယ်။ ဒီအသံကို ကျွန်တော် ကောင်းကောင်းကြီး မှတ်စီမံခွဲတယ်။ 'ဂျူလီယန်...မင်း...ဂျူလီယန်လား... ငါ မယုံနိုင်ဘူးကွာ၊ တကယ်ပဲ မင်းလား' လို့ အထစ်ထစ် အငောင့်ငောင့် ပြောမိ လိုက်ပါတယ်။

အဲဒီလူက အကျယ်ကြီးရယ်တော့မှ ဂျူလီယန်ဆိုတာ ကျွန်တော် သေချာသွားပါတော့တယ်။ ကျွန်တော်ရှေ့မှာ ရောက်နေတဲ့သူက ဂျူလီယန်တဲ့။ သူရဲ့ရပ် ပြောင်းလဲသွားတာကို ကြည့်ပြီး ကျွန်တော် တော်တော်လေး အံအား သင့်နေခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်သိခဲ့တဲ့ ဂျူလီယန်ဆိုတာ ရှိရင်းစွဲ အသက်ထက် ပိုပြီး ရင့်ရော်နေကာ မကျွန်းမမာတဲ့ပဲ ပေါက်နေခဲ့သူပါ။ အခု ကျွန်တော်ရှေ့မှာ ရပ်နေတာက ကျွန်းမာဖျတ်လတ်ပြီး လှုင်ယောက်ပဲ ပေါက်နေတဲ့သူပါ။ သူကို ကြည့်ရတာလည်း အရမ်းကို ြိမ်းချမ်းနေတဲ့သူ တစ်ယောက်လိုပါပဲ။ သူကို ကြည့်ရန့်တင် အဲဒီြိမ်းချမ်းမှုတွေက ကျွန်တော်ဆီ ကူးစက်နေသလို လုံးဝမပေါက်တော့ပါဘူး။ ငယ်ချွဲ ဖျတ်လတ်ပြီး အရမ်းကျွန်းမာတဲ့ပဲ့စွဲမျိုး ဖြစ်နေပါတယ်။

□□□

အခန်း (၃)

အုံအားသင့်ဖွယ် ပြောင်းလဲသွားတဲ့ ဂျူလီယန်

ပြောင်းလဲသွားတဲ့ ဂျူလီယန်ကို ကြည့်ရတာ ကျွန်တော်ကို တော်တော်
အုံအားသင့်စေခဲ့ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၃ နှစ်လောက်က အိမ်င်းရင့်ရော်ပုံ ပေါက်
နေတဲ့ လူတစ်ယောက်က ဘာလို ဒီလောက် ငယ်ဆွယ်တဲ့ပုံပေါက်သွားတာလဲ။
မအိမ်ဆေးတွေများ သူတွေခဲ့တာလား။ ဒီလို အုံအားသင့်စရာ ဖြစ်ရပ်ရဲ့ ဓာက်
ကွယ်က အစိက အကြောင်းရင်းက ဘာလဲ။ ကျွန်တော် အရမ်းသိချင်နေပါပြီ။
ဂျူလီယန်က သူရဲ့အကြောင်းကို ကျွန်တော်ကို ၁,ပြောပြခဲ့ပါတယ်။ ယူဉ်ပြုင်မှု
တွေ များပြားတဲ့ ဥပဒေနယ်ပယ်မှာ သူဟာ အလုပ်တွေ အရမ်းကြီးစားရင်း
သူရဲ့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာတွေ အင်မတန်ထိနိုက်ခဲ့ကြောင်း ဖွင့်ဟာ၊
လာပါတယ်။ သူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ဟာလည်း တဖြည်းဖြည်း ချို့ယွင်းလာခဲ့ပြီး
စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာလည်း တော်တော်လေးပျက်စီးသွားခဲ့ကြောင်း သူဝန်ခံခဲ့
ပါတယ်။ တကယ်တော့ သူရဲ့နှစ်လုံး ထောက်တာဟာ သူပြဿနာတွေရဲ့
အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုပဲ ရှိပါသေးတယ်။ နာမည်ကျော် ရှုံးနေတစ်ယောက်ရဲ့
များပြားလွန်းတဲ့ အလုပ်နဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုတွေက သူဘဝရဲ့ ပျော်ဆွင်မှုတွေ အားလုံးကို
အပိုင်သိမ်းသွားခဲ့ပြီး လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝမှာ အရေးကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ စိတ်ဓာတ်
ကိုပါ ဖျက်ဆီးသွားခဲ့ပါတယ်။ ဆရာဝန်က သူကို ရှုံးနေအလုပ်ကို စွန့်လွှတ်
မလား၊ အသက်ကို စွန့်လွှတ်မလားလို့ မေးခဲ့တဲ့အခါမှာတော့ သူ ရှုံးနေအလုပ်
ကို စွန့်လွှတ်ခဲ့ရပါတယ်။ အဲဒီအခိုက်အတန်မှာပဲ သူဟာ ငယ်စဉ်ဘဝက

သူမှာရှိခဲ့ဖူးတဲ့ အတွင်းစိတ်ထဲက စိတ်ဓာတ် ခွန့်အားကို ပြန့်လည်ရှာဖွေဖို့
ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ ငယ်ငယ်တုန်းက ရည်မှန်းချက် အပြည့်
စိတ်ဓာတ်ခွန့်အား အပြည့်နဲ့ ကလေးတစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့ပေမဲ့ သူမှာ ငယ်ငယ်
တုန်းက ရှိခဲ့တဲ့ စိတ်ဓာတ်ခွန့်အားတွေ ပျောက်ဆုံးသွားခဲ့တာ ကြာခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါ
တယ်။

ဂျူလီယန်ဟာ နောက်ဆုံးမှာတော့ သူပိုင်ဆိုင်သမျှ အရာတွေကို
ရောင်းချကာ ရှေးဟောင်း ယဉ်ကျေးမှုတွေ၊ ရှေးဟောင်းအလေ့အထတွေ
ပေါများပြီး သူငယ်စဉ်ကတည်းက ကြိုက်နှစ်သက်ခဲ့တဲ့ နိုင်ငံတစ်ခုဖြစ်တဲ့
အိန္ဒိယကို တွက်ခွာလာခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ အိန္ဒိယတစ်ခွင် ရွာလေးတွေ
တစ်စွာပြီး တစ်စွာ လည်ပတ်ခဲ့ပါတယ်။ တစ်ခါတလေ ရထားနဲ့သွားပြီး
တစ်ခါတလေ ခြေလျှင် သွားခဲ့ရပါတယ်။ ယဉ်ကျေးမှုအသစ်တွေကိုလည်း
လေ့လာရင်း၊ သူရဲ့ ဘဝအစိပ္ပာယ်ကိုလည်း ရှာဖွေရင်းနဲ့ သူဟာ တဖြည့်ဖြည့်
အိန္ဒိယလူမျိုးတွေရဲ့ အလေ့အကျင့်တွေကို သဘောကျလာခဲ့ပါတယ်။ ဆင်းရဲတဲ့
သူတွေကအစ သူလို့ အနောက်တိုင်းက လူဖြူတစ်ယောက်ကို ကြိုဆိုတဲ့
အကြည့်တွေနဲ့ ကြည့်ခဲ့ကြပြီး အမြဲတမ်းကူညီခဲ့ကြပါတယ်။ ကြင်နာမူ အပြည့်
ရှိတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို ရောက်သွားသလို ခံစားခဲ့ရပြီး ဂျူလီယန်ဟာ
အသက်ရှင်လာသလို ခံစားလာရပါတယ်။ အရင်တုန်းက ဘဝကြီးတစ်ခုလုံး
သေနေသလို ခံစားခဲ့ရာကနေ အဲဒီအချိန်ကျေမှ သူဘဝကြီးဟာ ရှင်သန်လာသလို
သူ ခံစားခဲ့ရပါတယ်။ ပိုပြီးပျော်ဆွင်လာသလို ပိုပြီးလည်း ဌိုမ်းချမ်းမှုကို
ခံစားလာရပါတယ်။ သူဆီကနေ ပျောက်ဆုံးသွားတာ ကြာပြီဖြစ်တဲ့ ရယ်မော
ခြင်းတွေကိုလည်း ပြန့်လည် ခံစားလာနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

ဂျူလီယန်ရဲ့ ခရီးစဉ်ဟာ အပန်းဖြေခြင်း တစ်ခုတည်းအတွက်
မဟုတ်ခဲ့ပါဘူး။ ဂျူလီယန်ဟာ သူဘဝရဲ့ အစိပ္ပာယ်ကို ရှာဖွေချင်ခဲ့တာပါ။
သူဟာ ဘယ်သူလဲ၊ သူဘဝရဲ့ အစိပ္ပာယ်ဟာဘာလဲ စတဲ့ မေးခွန်းတွေကို
သူ မသေခို သိသွားချင်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ‘ငါ စကားကြီး စကားကျယ်
ပြောတော့ မဟုတ်ဘူးကျ... ခြားရာ...’ ငါမိတ်ထဲက တစ်စုံတစ်ခုက ဂျူလီ
ယန်ရော... မင်းဘဝ အစိပ္ပာယ်ကို ရှာချိန်တန်ပြီ။ ဒီခရီးဟာ မင်းဘဝအစိပ္ပာယ်
ဂျူလီယန်ဟာ အိန္ဒိယကျေးလက်အေသွေက ပြောပြခဲ့ပါတယ်။
ဟိမဝန္တာတော့နောက်ထဲမှာ နေထိုင်ပြီး အသက်ရာကျော်အထိ ကျန်းကျန်းမာမာ
ရှိကြတဲ့ အိန္ဒိယ သူတော်စင်ကြီးတွေအကြောင်း စတင်ကြားဖူးခဲ့ပါတယ်။

သူတို့ရဲ့စိတ်ကို အဆီးရပြီး သောကကင်းဝေးစွာ နေထိုင်နေတဲ့ အီနိယ သူတော်စင်တွေအကြောင်းကို သူစိတ်ဝင်စားလာခဲ့ပါတယ်။ အခိုန်ကြောလာ တာနဲ့အဗျာ အဲဒီသူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ လျှို့ဂျက်ချက်ကို သီချင်တဲ့စိတ်က ပြင်းပြ လာခဲ့ပါတယ်။

အစိုင်းမှာ ဂျူလီယန်ဟာ ကျေးလက်ဒေသတွေမှာ မာမည်ကြီးတဲ့ သူတော်စင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ တွေ့ဆုံးခဲ့ပြီး အဆိုပါ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆီက ပညာတွေ ဆည်းပူးခဲ့ပါတယ်။ သူတွေခဲ့တဲ့ သူတော်စင် ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းကလည်း သူကို ကြိုဆုံးကြပြီး အသိပညာတွေကို အမြဲဝေမျှခဲ့ပါတယ်။ *အဲဒီအခိုန်က ငါဘဝ အတွက်တော့ တကယ်ကို ဆန်းကြယ်တဲ့အခိုန်ပြစ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီအခိုန်တုန်းက ငါက ပိုင်ဆိုင်သမျှ တစ်ခုမကျန် ရောင်းလာပြီး အီနိယကို အထုပ်တစ်ခုနဲ့ ရောက်လာတဲ့သူလေ။ အရှေ့တိုင်းက ယဉ်ကျေးမှုတွေကို လေ့လာဖို့ ငါအရမ်းကို စိတ်လွှပ်ရှားနေခဲ့တယ်*လို့ ဂျူလီယန်က ဆုံးပါတယ်။ ကျွန်ုတ်လည်း မားထောင်နေရင်း အရမ်းသီချင်နေတဲ့ အရာတစ်ခုကို သူကို မေးမြိုပါတယ်။ *မင်း ဒီကနေ ထွက်သွားဖို့ ဆုံးပြတ်ရတာ ခက်ခဲခဲ့လား*လို့ ကျွန်ုတ် မေးလိုက်ပါတယ်။ ဂျူလီယန်က *အမှန်အတိုင်း ပြောရရင် ထွက်သွားဖို့ ဆုံးပြတ်ခဲ့တာ ငါဘဝမှာ ချုခဲဖူးသမျှ ဆုံးပြတ်ချက်တွေထဲက အဆွယ်ဆုံး ဆုံးပြတ်ချက်ပါ။ ငါမပျော်ဆွင်တော့တဲ့ ငါအလုပ်၊ ငါကို စိတ်ချမ်းသာမှုတွေ မပေးစွမ်းနိုင်တဲ့ ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကို စွမ်းလွှတ်ဖို့ ဆုံးပြတ်ခဲ့တာ အရမ်းလွှယ်ခဲ့တယ်။ ငါပြောင်းလဲဖို့ လိုအပ်ပြီဆုံးတာ သိခဲ့တယ်။ အဲဒီကြောင့် ငါရဲ့ ရင်ဘတ် ထဲက လာတဲ့ အသံကို မားထောင်ခဲ့တယ်။ ပြီးတော့ ရှိသမျှဟာတွေအားလုံး ရောင်းလိုက်တော့တာပါပဲ။ ငါဘဝက တကယ်လည်း ပိုပြီး ရှိရှင်းလာတယ်။ အဲဒီပိုင်ဆိုင်မှုတွေ အားလုံးကို ထားခဲ့ပြီး ငါ ထွက်သွားတဲ့အခိုန်မှာ ငါဘဝက ပိုအဓိပ္ပာယ်ရှိလာခဲ့တယ်။ ငါစိတ်ကျားထဲက ပျော်ဆွင်မှု အကြီးစားကြီး နောက်ကို တကောက်တောက် လိုက်နေတာ ရပ်လိုက်တဲ့အခိုန်ကျမှ ငါဘဝမှာ ရှိပြီးသား ပြစ်တဲ့ ပျော်ဆွင်မှု အသေးအဖွဲ့လေးတွေကို ခံစားတတ်လာတယ်။ လသာတဲ့ညာရဲ့ ကောင်းကင်မှာ ပြည့်နေတဲ့ ကြယ်ကလေးတွေရဲ့ အလုကို ငါ ခံစားတတ်လာတယ်။ မနက်စောစောမှာ ကျလာတဲ့ နေရောင်ခြည် နွေးနွေးလေးရဲ့ အရသာကို ငါ ခံစားမြို့လာတယ်*လို့ ဖြေခဲ့ပါတယ်။

ဂျူလီယန်ဟာ အီနိယကိုရောက်တာ ဂုဏ် သွားတဲ့အခိုန်မှာ တော့ ဟိမဝန္တာ တောင်တန်းဒေသမှာ တည်ရှိတဲ့ ကက်ရှုံးမီးယား ပြည့်နှယ်ကို ရောက်ရှိသွားခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ အဲဒီမှာ ယောက်ခရစ်ရှုံးနှင့် တွေ့ဆုံးခဲ့

၂၆

ပါတယ်။ ယောကိုခရစ်ရှုရှိဟာလည်း အရင်က ရှေ့နေဖြစ်ခဲ့ဖူးသူဖြစ်ပြီး ဖူး
ခေတ္တာ မျှလိုင်ခဲ့ဖူးသူ ဖြစ်ပါတယ်။ သူဟာလည်း ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကို စီးဆုံး
ပြီး ဆေးရှုံးတဲ့ဘဝကို ရှာဖွေဖို့ တွက်လာခဲ့သူတစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။ ယောကို
ခရစ်ရှုရှိဟာ ရွာလေးတစ်ဗျာရဲ့ ဘုရားကျောင်းကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှုရောက်ပေး
ခြင်ပါတယ်။ ခရစ်ရှုရှိက ကျွန်တော်ရဲ့ အရင်ဘဝကို စိတ်ကုန်း
မျှလည်း ဖြစ်ပါပြီ။ ကျွန်တော်ရဲ့ ဘဝအမိပ္ပါယ်ဟာ သူများတွေကို ကူညီရှင်း
မျှတာ ကြောပါပြီ။ ကျွန်တော်ရဲ့ ဘဝအမိပ္ပါယ်ဟာ သူများတွေကို ကူညီရှင်း
ကမ္မာလောကြီးကို ပိုကောင်းအောင်လုပ်ဖို့ဆိုတာ အခုမှပဲ သဘောပါက်
လာခဲ့တာပါ။ အခုတော့ ကျွန်တော် ပေးဆပ်ဖို့ပဲ စိတ်ဝင်စားပါတော့တယ်။
ဒီဘုရားကျောင်းမှာ မျှရော့ညာရော ကျွန်ဝတ်တွေနဲ့ နေထိုင်နေရပေမဲ့ ကျွန်တော်
ရဲ့ ဘဝဟာ အမိပ္ပါယ် ပြည့်ဝနေသလို ခံစားနေရပါတယ်။ ဒီဘုရားကျောင်းမှာ
လာခဲ့တောင်းတဲ့သူတွေကို ကျွန်တော် တတ်နိုင်သောလောက် ကူညီပေးတယ်။
ကျွန်တော်က သူတော်စင်ဘုန်းကြီးတစ်ပါးတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်က
ဘဝအမိပ္ပါယ်ကို ရှာတွေ့ဘွားတဲ့ လူတစ်ယောက်ပါ။ လို့ ဂျူလိုယ်ကို ပြောပြီး
ပါတယ်။ ဂျူလိုယ်ကလည်း သူဘဝဖြစ်ကြောင်း ကုန်စင်ကို ယောကိုခရစ်ရှုရှိ
ကို ပြောပြီးတဲ့အချိန်မှာတော့ ယောကိုခရစ်ရှုရှိနှုန်းက ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း
ခံစားခဲ့ဖူးတဲ့ လမ်းကို လျှောက်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ခင်ဗျား ခံစားခဲ့ဖူးတဲ့
နာကျွင်မှုတွေကိုလည်း ခံစားခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရာရာတိုင်းဟာ
အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်ခဲ့ကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘဝမှာ ဖြစ်ပျက်သမျှ အရာတိုင်းမှာ
အကြောင်းပြချက်ရှိပြီး ကျော်းမှုတိုင်းမှာလည်း သင်ခန်းစာ ယူစရာတွေ ကိုနှုန်းပါ
နေပါတယ်။ ဘယ်လို့ ကျော်းမှုပဲဖြစ်ဖြစ် ကျော်းမှုတိုင်းဟာ လူတစ်ယောက်
တိုးတက်ဖို့ အမြဲ အသုံးဝင်ပါတယ်။ ပြီးဆုံးဘွားတဲ့ အတိတ်အတွက် ဘယ်တော့
မှ နောင်တမရပါနဲ့။ အဲဒီအစား အတိတ်ဟာ ကိုယ့်ကို ဘဝအကြောင်းသင်
ပေးနေတဲ့ ဆရာတစ်ယောက် အဖြစ်သာ စိတ်ထဲသတ်မှတ်ထားပါ။ လို့ ပြောပြီး
ပါတယ်။

ဂျူလိုယ်ဟာ ယောကိုခရစ်ရှုရှိနှုန်းဆိုက အဲဒီစကားတွေ ကြားအပြီးမှာ
တော့ ဝမ်းသာပိတ် ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။ သူ အမြဲရှာဖွေနေတဲ့ သူဘဝကို လမ်းပြီ
ပေးမယ့် သူတစ်ယောက်ကို တွေ့လိုက်ရသလို ခံစားလိုက်ရပါတယ်။ ဂျူလို
ယ်ဟာ ယောကိုခရစ်ရှုရှိနှုန်းဆိုကနဲ့ ဘဝကို ဘယ်လို့ အကောင်းဆုံး နေထိုင်မှုလဲ
ဆိုတဲ့ အရာတွေကို သင်ယူနိုင်တော့မယ်လို့ တွေးတောရင်း ပျော်ဆွင်နေခြို့
တယ်။ ဂျူလိုယ်က ဆက်လက်ပြီး ကျွန်တော် ခင်ဗျား အကူအညီကို
လိုအပ်နေပါတယ်။ ပြီးပြည့်စုံတဲ့ ဘဝမျိုးရအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမှုလဲ ကျွန်တော်

တရာ့ လိုက္ခာ
အရင်းသိချင်ပါ။
‘ငါတ်
မင်းကို ငါ အကြ
ကျောင်းကို အော
တစ်ခုတော့ ရှိ၏
မျှတိုင်ကြတဲ့ အ^၁
ပြုးချမ်းရွာ မျှ
သိကြတယ်။ အ^၂
အမြဲတိုး စိတ်
ခုနာကိုယ်နဲ့ လက်
အင်းကိုကြတယ်။
‘ငါတ်
မသိဘူး။
ငါအသက်အ^၃
တစ်ခုတော့
သူတော်စင်
သူ မကြား
များပြီး အ^၄
တက်သမား
မှတဲ့အရာ
တော့ ငါ^၅
တကယ်ပဲ
သူတော်
များ’လို့
ဒါပေမဲ့
လည်း

ဘဏ္ဍာ လုပ္ပါ

အရမ်းသိချင်ပါတယ်”လို ဆိုရာမှာတော့ ယောကီခရစ်ရှစ်ရှိက-
‘ငါတော်လိုင်သလောက်၊ သသလောက် မင်းကို ကူညီမှာပါ။ ဒါပေမဲ့
မင်းကို ငါ အကြိုတာစံနတော့ပေးဟယ်။ ဒီရွာလေးမှာ ငါမေတ္ထိပြီး ဒီဘုရား
ကျေလျှေးကို စောင့်ရောက်မေတ္ထု ကာလတစ်လျှောက်လုံးမှာ ငါကြားဖူးတဲ့အရာ
တစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ ဟိမဝါးသတော်တန်းကြီးရဲ့ တော့နက်တစ်နှုရာမှာ
မဲ့လိုင်ကြတဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေရှိပြီး အဲဒီသူတော်စင်ကြီးတွေဟာ ဘဝကို
ပြန်ချမှုးရာ မဲ့လိုင်နည်းကိုလည်း ရှာဖွေတွေရှိပြီးသူတွေပြစ်တယ်လို့ လူတွေက
ဆိုကြတယ်။ အဲဒီ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ ခန္ဓာကိုယ် ကျိုးမာရုံတင်မကပဲ
အမြဲတစ်း စိတ်ရျေးသာမောက်သူတွေလည်း ပြစ်တယ်တဲ့။ လူတစ်ယောက်ရဲ့
ခန္ဓာကိုယ်မဲ့ စိတ်ကို အဆုံးအစွမ်းထိ မြှင့်တင်ပေးနိုင်တဲ့ ခေတ်အဆက်ဆက်က
လက်ဆင့်ကမ်းလာတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို အဲဒီသူတော်စင်ကြီးတွေက သိကြ
တယ်လို့ လူတွေက ဆိုကြတယ်’

‘အဲဒီ သူတော်စင်ကြီးတွေက ဘယ်မှာမေ့တာလဲ ခင်ဗျာ’

‘အဲဒီသူတော်စင်ကြီးတွေ ဘယ်မှာမေ့လဲတော့ အတိအကျ ဘယ်သူမှ
မသိကြဘူး။ ငါလည်း အဲဒီသူတော်စင်ကြီးတွေကို တွေ့ဖူးချင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့
ငါအသက်အချေထိအရ အဲဒီလို ရှာဖွေပို့ မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ မင်းကို
တစ်ခုတော့ ပြောမယ်နော်။ ငါရဲ့ အသိမိတ်ဆွေ တော်တော်များများ အဲဒီ
သူတော်စင်ကြီးတွေကို ရှာဖွေပို့ ကြိုးစားခဲ့ကြဖူးတယ်။ ဒါပေမဲ့ အောင်မြင်တဲ့
သူ မကြားဖူးသေးဘူး။ ဟိမဝါးသတော်တန်းရဲ့ အမြှင့်ပိုင်းက အရမ်းအန္တရာယ်
များပြီး အချို့ဆို ပြန်တောင် မလာနိုင်ကြဘူး။ ကျွမ်းကျင်ပါတယ်ဆိုတဲ့ တောင်
တက်သမားတွေတောင် တစ်ခါတစ်ရဲ လမ်းပျောက်တတ်ကြတယ်။ မင်း ရှာဖွေ
မဲ့တဲ့အရာက တစ်သက်လုံး ကျိုးကျိုးမာမာနဲ့ အမြဲတမ်း ပျော်ဆွင်ပို့ဆိုရင်
တော့ ငါမှာ နည်းလမ်းမရှိဘူး။ သူတို့ဆိုမှာပဲ နည်းလမ်းရှိတယ်’

‘အဲဒီသူတော်စင်ကြီးတွေ မေတ္ထု မရာအတိအကျကို ယောကီကြီး
တကယ်ပဲ မသိတေလား ခင်ဗျာ’

‘အဲဒါတော့ ငါလည်း မသိဘူး။ ဒီရွာက ရွာခံတွေကတော့ အဲဒီ
သူတော်စင်ကြီးတွေကို ‘သစ္စာဉ်အလင်းကို လမ်းပြပေးသော ပညာရှိကြီး
များ’လို့ ခေါ်ကြတယ်။ သူတို့ဘယ်မှာရှိလဲ ငါသိရင် မင်းကို ငါပြောပြမှာပါ။
ဒါပေမဲ့ ငါအမှန်အတိုင်း ပြောနေတာပါ။ ငါတကယ် မသိပါဘူး။ ဘယ်သူမှာ
လည်း မသိကြပါဘူး’

ကျေလီယန်တစ်ယောက် ယောကီကြီးရဲ့ ကေားတွေ ကြားအပိုးမှာတော့

ဟိမဝန္တာတော်က်ထဲက သူတော်စင်ကြီးတွေကို ရှာဖွေဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ နောက်နေ့ မနက်မိုးလင်းတာနဲ့ ဂျူလီယန် ခရီးစတင်ဖို့ ပြင်ဆင်ပါတော့တယ်။ အစက လမ်းပြတ်သောက်ငါးဖို့ စဉ်းစားပေမဲ့ မသိစိတ်က မငါးဘဲ တစ်ယောက်တည်း သွားဖို့ တိုက်တွန်းနေသလို ခံစားရတာကြောင့် ဂျူလီယန် တစ်ယောက်တည်းသွားဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ သူရဲ့ဘဝမှာ ပထမဆုံး အကြိမ် မသိစိတ်က ပြောတဲ့စကားကို နားထောင်မိလိုက်တာလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူရဲ့ မသိစိတ်ကို အပြည့်အဝ ယုံကြည်လိုက်ပါတယ်။ ဒီလမ်းခရီးမှာ ဘေးကင်းစွာ သွားနိုင်မှာဖြစ်ပြီး သူလိုချင်နေတဲ့ အရာကိုလည်း တွေ့ရှိလိမ့်မယ်လို့ ဂျူလီယန် ပြင်းပြင်းထန်ထန် ယုံကြည်နေမိပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူရဲ့ တောင်တာက်ခရီးစဉ်ကို စတင်လိုက်ပါတယ်။

ပထမရက်တွေက တောင်တာက်ရတာ လွယ်ကုန်ခဲ့ပါတယ်။ တစ်ခါတလေ ရွာထဲက တောင်တာက်သမား အချိန်လည်း လမ်းမှာ ကြုံတတ်ပါတယ်။ တစ်ခါတလေကျတော့ သူတစ်ယောက်တည်း ဖြစ်နေပြီး ဘယ်သူနဲ့မှ မတွေ့တဲ့ ရက်တွေလည်း ရှိပါတယ်။ တစ်ယောက်တည်း အေးအေးလူလူ တောင်တာက် နေတဲ့ အချိန်တွေမှာ သူဘဝအမြောင်းကို ပြန်လည် တွေးတောမိပါတယ်။ သူဘဝမှာ ဖြစ်ပျက်ခဲ့တဲ့ အရာတွေကို နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်ရင်း အေးအေး လူလူ တွေးဖို့ဆိုတာ အရင်က တစ်ခါမှ အခွင့်အရေး မရှိပါဘူး။ အခုတော့ သူဘဝမှာ သူဘာတွေ လုပ်နေမိခဲ့လဲ၊ သူရဲ့ ဘဝဦးတည်ချက်ဟာ ဘယ်လိုတွေ ပြောင်းလဲသွားခဲ့လဲ စသဖြင့် အတွေးနယ်ချွဲမြို့နေခဲ့ပါတယ်။

ရက်အနည်းငယ် အကြောမှာတော့ သူ စတင်တွေက်ခွာလာတဲ့ ရွာလေး ကို သဲသဲကြဲကြဲ မမြင်ရတော့ပါဘူး။ မိုင်းပျော်းပျော်း အစက်အပြောက်လေးအဖြစ်သာ အဝေးကနေ မြင်နေရပါတော့တယ်။ နှင်းတွေ ဖုံးနေတဲ့ ဟိမဝန္တာတောင်တန်း တွေရဲ့ အလှအပက ရင်သပ်ရှုမောဖွယ် ဖြစ်နေပါတယ်။ အရင်တွေးက တစ်ခါမှ တန်ဖိုးမထားမိတဲ့ သဘာဝတရားကြီးရဲ့ အလှအပကို ဂျူလီယန် ခံစားနေမိပါတယ်။ တောင်ပေါ်မှာ တိုက်ခတ်နေတဲ့လေက ဂျူလီယန်ရဲ့ စိတ်တွေကို ကြည်လင်လန်းဆန်းစေပြီး ပျောက်ဆုံးနေခဲ့တဲ့ စိတ်အားတက်ပြီးမြတ်တွေ တစ်ဖို့ပြန်လည်ရောက်ရှိလာသလို ခံစားခဲ့ရပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ အရင်တွေး ကလည်း ခရီးတွေသွားခဲ့ဖူးပြီး ကမ္ဘာပေါ်က အလှဆုံးအရာတွေကို သူ တွေဖူး သက်ပြနေခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်က သူအကြောင်း ပြောပြန်ရင်းနဲ့ ‘ငါ အဲဒီ တောင်တန်းတွေပေါ် ရောက်နေတဲ့ အချိန်တွေးက တွေးမိတဲ့ စကားလုံးတွေကို

ဘဏ္ဍာ လုပ်ခဲ့

အခုအခိုင်ထိ မှတ်မိန္ဒသေးတယ်”လို ကျွန်တော်ကို ပြောခဲ့ပါတယ်။ “တကယ်
တော့ ဘဝက ကိုယ်ရွေးချယ်တဲ့ ရွေးချယ်မှုတွေပါလားလို ငါတွေးမိခဲ့တယ်။
လူတစ်ယောက်ရဲ့ ကံကြော်ဟာ သူဘယ်အရာတွေကို ရွေးချယ်လဲဆိုတဲ့
ပတ်သက်နေတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ သူရွေးချယ်တဲ့ တံခါးပေါက်တွေရဲ့
ခေါ်ဆောင်ရာကို လိုက်သွားရတယ်။ ငါအဲဒီလိုမျိုး သူတော်စင်ကြီးတွေကို
ရှာဖွေဖို့ ထွက်လာတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ဟာလည်း မှန်ကန်တဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုလို့
ထင်နေမိခဲ့တယ်။ ငါဘဝဟာ အရင်နဲ့ ဘယ်တော့မှ တူတော့မှာမဟုတ်ဘဲ
ထူးခြားဆန်းကြယ်တဲ့အရာတွေ ဖြစ်လာတော့မယ်ဆိုတာလည်း ငါသိနေခဲ့
တယ်။ အဲဒီဆုံးဖြတ်ချက်က ငါဘဝကို လုပ်နိုးလိုက်သလိုပဲ”လို သူအတွေးတွေ
ကို ဖြန်လည် ပြောပြေခဲ့ပါတယ်။

ဟိမဝန္တာရဲ့ အတွင်းပိုင်း ခပ်နက်နက်ကို ရောက်ရှိလာတဲ့ အခါမှာ
တော့ ဂျူလိုယ်နှင့်ယောက် ကြောက်လန့်ဖို့ရိမ်စိတ်တွေ ဝင်လာခဲ့ပါတယ်။

“ကြောက်တော့ ကြောက်လာခဲ့တယ်ကျ၊ ဒါပေမဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့
ကြောက်လန့် စိတ်မျိုး။ ဥပမာ ကောင်မလေးတစ်ယောက်နဲ့ ကပ္ပါသွားရမယ့်
ညမတိုင်မိမှာ ကြောက်စိတ်ဝင်သလိုမျိုး ဒါမှုမဟုတ် အရမ်းစိတ်ဝင်စားတဲ့
အမှုတစ်ခုကို မဖြေရှင်းခင်မှာ စိတ်လှပ်ရှားပြီး ကြောက်တာမျိုးနဲ့ ဆင်တူတယ်။
ငါမှာ လမ်းပြုမရှိပေမဲ့ ငါသွားတဲ့ လမ်းတစ်လျှောက် ဘယ်တူန်းကမှ ဘယ်
လမ်းကို သွားရမလဲဆိုတာမျိုး တွေးရတာ မရှိခဲ့ဘူး။ အမြဲတမ်း ရှင်းလင်းတဲ့
လမ်းလေးတစ်ခုတော့ တွေးရတယ်။ ဒီခရိုးကိုရောက်အောင် တစ်စုံတစ်ခုက
ဖေးမ ကူညီနေသလိုမျိုးပဲ။ ဒီနေရာကို ငါရောက်ရမယ်ဆိုတဲ့ အတိတ် ကံကြော်
ပါလာသလိုမျိုးပဲ။ တစ်ခါတလေ ငါ နားချင်ရင်တောင် မနားဘဲ ဆက်တက်ခဲ့
တာမျိုးတွေ ရှိခဲ့တယ်”

ဂျူလိုယ်နှင့်ယောက် သူအကြောင်းတွေ ပြန်ပြောရင်း အတော်လေး
အားပါ အသက်ဝင်နေတာကို ကျွန်တော် နားထောင်နေရင်း သတိပြုမိနေခဲ့
တယ်။ သူ ပြန်ပြောပြနေပုံက မိုးအပြင်းအထန် ရွာပြီးနောက် တောင်ကမ်းပါး
ကမ္မ ရေတွေ အားနဲ့အင်နဲ့ ပြုဆင်းကျလာသလိုပဲ။ ဂျူလိုယ်ဟာ နောက်ထပ်
၂ ရက်လောက် ဆက်ပြီး ခရိုးဆက်ခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလိုယ်ဟာ လမ်းတစ်
လျှောက် သူတော်စင်ကြီးတွေနဲ့ တွေ့ဖို့လည်း ဆုတောင်းနေမိခဲ့တယ်။ အဲဒီ
၂ ရက်အတွင်း လမ်းလျှောက်ရင်း သူအရင်ဘဝက အကြောင်းတွေလည်း
တစ်စွဲငြင်းစီ တွေးနေမိတယ်။ သူသာ ရှုံးနေတစ်ယောက် မလုပ်ဖြစ်ခဲ့ရင်
ဘာတွေ လုပ်ဖြစ်နေခဲ့မလဲ ဆိုတာလည်း တွေးမိသလို မြို့လယ်ကောင်က

အထပ်မြင်ကြီးမှာ ရှိနေတဲ့ သူရဲ့ ရုံးခန်းက မြင်ကွင်းကိုလည်း မြင်ယောင်ဖူစီ
တယ်။ နှေ့ရာသီမှာ အယန်းဖြေဖို့ ဝယ်ထားတဲ့ အိမ်လေးရယ်၊ သူ အရမ်းကြော်
နှစ်သက်တဲ့ သူရဲ့ ဖာရာရိ ကားလေးအကြောင်းကိုလည်း တွေးနှစ်တယ်။
တော့နှင်းတဲ့ တော်တော်လေး ရောက်လာချိန်မှာတော့ အရိပ်တစ်ခု ရတဲ့
တရာ် မြင်လိုက်ရပြီး သူရဲ့ အတွေးစတွေ့ ပြတ်တော်သွားခဲ့တယ်။ သေချာ
ကြည့်တော့မှ အနီရောင် အဆရည်ကြီးကို ခန္ဓာကိုယ်မှာ ခြေထားပြီး အပြာနရောင်
အစတစ်ခုနဲ့ ခေါင်းကို ခြေထားတဲ့ လူတစ်ယောက်ပါ။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်က သူနဲ့
မလျမ်းမကမ်းမှာ လျှောက်နေတာပါ။ ဒီလို့ တော့နှင်းထဲမှာ လူတစ်ယောက်
ကို တွေ့မြတ်အတွက် ဂျူလီယန် အံ့အားသင့်နေမြတ်ပါတယ်။ သူတောင်မှ
ဒီနေရာကိုရောက်ပို့ ရ ရက် ခရီးထွက်ခဲ့ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ
လူတွေနေထိုင်တဲ့နေရာနဲ့ မိုင်ပေါင်းများစွာ ဝေးကွာဇ်ဖြေဖြစ်ပြီး သူရှာနေတဲ့
သူတော်စင်ကြီးတွေကို မတွေ့သေးတာကြောင့် သူတွေလိုက်ရတဲ့ လူကို
မေးမြန်းကြည့်ဖို့ လှမ်းခေါ်လိုက် ပါတယ်။

အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဂျူလီယန်ရဲ့ အော်ခေါ်သံကို ကြားပြီးနောက်မှာ
လုံးဝကို လူည်းမကြည့်ဘဲ ရတဲ့တရာ် ပိုမြန်အောင် လျှောက်လာပါတယ်။
ဂျူလီယန်လည်း မီအောင် အမြန် လမ်းလျှောက် လိုက်ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့
အဆိုပါပုဂ္ဂိုလ်က အမြန်လမ်းလျှောက်နေရာကနေ ရတဲ့တရာ် အပြီးတစ်ရိုင်း
နီးပါး မြန်ဆန်လာပါတယ်။ သူရဲ့နောက်မှာ အနီရောင် ဝတ်ရုံးစကဗ္ဗလည်း
လေထဲ လွင့်မျော့နေပါတယ်။ ဂျူလီယန်ကလည်း ပြီးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို
‘ကျေးဇူးပြုပြီး ကူညီပါ မိတ်ဆွဲ’ ကျွန်ုတ် သူတော်စင်ကြီးတွေ နေတဲ့
နေရာကို ရှာဖွေနေတဲ့သူပါ။ အော်ပြောလိုက်ပါတယ်။ ‘ကျွန်ုတ် ခရီးထွက်
လာခဲ့တာ ရ ရက် ရှိပါပြီ။’ အစာနဲ့ရောလည်း နည်းနည်းပဲ ကျွန်ုပါတော့တယ်။
ကျွန်ုတ် လမ်းပျောက်နေပြီ ထင်ပါတယ်။ ကျွန်ုတ် ခင်ဗျား အကူအညီကို
လိုအပ်ပါတယ်။ လို့ ဂျူလီယန်က ဆက်ပြီး အော်ပြောလိုက်ချိန်မှာတော့ အဲဒီ
ပုဂ္ဂိုလ်က ရပ်တန့်သွားပါတယ်။

ဂျူလီယန်ကလည်း ဌီမြစ်သက်စွာ ရပ်နေတဲ့လူဆီကို သတိကြီးစွာနဲ့
လမ်းလျှောက်လာပါတယ်။ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ခေါင်းဟာ လုံးဝလူပ်ရှားခြင်းမရှိ
သလို လက်တွေဟာလည်း လူပ်ရှားခြင်းမရှိဘဲ ရပ်တန့်နေပါတယ်။ ခေါင်းစွာပဲ
ဖြစ်နေခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလူကိုင်ထားတဲ့ ခြင်းထဲမှာတော့ အရမ်းလှတဲ့
ပန်းတွေကို မြင်နေရပါတယ်။ ဘဝမှာ အဲဒီလောက် လုတဲ့ပန်းတွေ ဂျူလီယန်

တရာ့ပါ လျှော့

အရင်က မမြင်ဖူးခဲ့ပါဘူး။ ဂျူလီယန် နိုးကပ်လာတဲ့အခို့မှာတော့ အဲဒီလူက အရင်က မမြင်ဖူးခဲ့ပါဘူး။ သူရဲ့ခြင်းကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ် ဆုပ်ကိုင်ထားတာကို မြင်လိုက်မိပါတယ်။ အနီးကပ်ကြည့်တော့မှ ယောက်ရားတစ်ဦးဆိုတာကို ဂျူလီယန် သိလိုက်ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီလိုယောက်ရားမျိုး ဂျူလီယန် အရင်က မမြင်ခဲ့ဖူးပါဘူး။ အဲဒီလူရဲ့ မျက်လုံးတွေဟာ ကြောင်မျက်လုံးတွေလို့ စုံရတောက်ပန္တပြီး လူတစ်ယောက်ရဲ့ အတွင်းစိတ်ထိ ထိုးဖောက်မြင်နိုင်သလိုမျိုး ဖြစ်နေပါတယ်။ ဂျူလီယန် ကြောကြာ မျက်လုံးချင်းဆိုင်မကြည့်နိုင်ဘဲ အကြည့်လွှဲခဲ့ရပါတယ်။ အဲဒီလူရဲ့သွင်ပြင်ဟာ ငယ်ရွှေယ်တဲ့ပုံလည်း ပေါက်နေပါတယ်။ အသားအရေက လည်း ကြည့်လင် လင်းလက်နေပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း တောင့်တင်း ကြိခိုင် နေပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူမြင်နေရတဲ့မြင်ကွင်းကို အံ့အားသင့်နေပြီး ရှတ်တရာက် စကားပြောဖို့ မေ့နေခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ခဏအကြာမှာ သတိ ဖြန့်လည်ဝင်လာပြီး ဒါဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေထဲက တစ်ယောက်ဖြစ်လိမ့်မယ် လို့ စိတ်ထဲ တွေးလိုက်မိပါတယ်။ ကျွန်ုတော်မှာမည်က ဂျူလီယန်မန်တဲ့လဲပါ။ ကျွန်ုတော် ဒီတော့နောက်ထဲက သူတော်စင် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေဆိုက အသိပညာတွေ သင်ကြားဖို့ ရောက်လာသူပါ။ သူတို့ကို ဘယ်နေရာမှာ ရှာလို့ရလဲ ကျွန်ုတော်ကို ပြောပြနိုင်မလား လို့ ဂျူလီယန် မေးလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီလူက ဂျူလီယန်ကို သေသေချာချာ ကြည့်ရင်း မိတ်ဆွေက ဘာလို့ သူတော်စင်ကြီးတွေကို ရှာဖွေနေတာလဲ လို့ ညင်သာ တိုးညင်းစွာ ဖြန့်မေးလာပါတယ်။ ဂျူလီယန်ကလည်း အဆိုပါ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သူတော်စင်ကြီးထဲက တစ်ဦးဖြစ်မယ်လို့ ခန့်မှန်းမိတာကြောင့် သူ ဘာကြောင့် လာခဲ့လဲဆိုတဲ့ အကြာင်းအရင်းတွေကို ဖွင့်ချုံခဲ့ပါတယ်။ သူရဲ့ အရင်ရှုနေဘဝမှာ ဘယ်လို့နေခဲ့ကြောင်း၊ ဘယ်လောက် သောကတွေ များခဲ့ကြောင်း၊ ကျွန်ုးမာရေးနဲ့ ခွန်အား တွေကို ရင်းနှီးပြီး အောင်မြင်မှုတွေကို ရယူခဲ့ကြောင်း၊ သူနေထိုင်ခဲ့တဲ့ မြန်မြန် နေ မြန်မြန်သေး ဆိုတဲ့ နေထိုင်မှုပုံစံအကြာင်း၊ အောင်မြင်မှုတွေ ရပြီးချို့မှာတောင် ဘာမှမရှိသလို ခံစားခဲ့ရကြောင်း၊ ရှိသမျှကို စွန်ရွတ်ပြီး အိန္ဒိယကို စွန်ခွာလာခဲ့ကြောင်း၊ ယောဂါခရစ်ရှုနှစ်နဲ့ တွေ့ခဲ့ပြီး သူတော်စင်ကြီးတွေ အကြာင်း ကြားသိခဲ့ကြောင်း၊ ခရီးထွက်လာတာ ရ ရက်အကြာမှာ ဒီနေရာကို ရောက်လာခဲ့ကြောင်း စသဖြင့် ဖြစ်ကြောင်းကုန်စင် ပြောပြလိုက်ပါတယ်။ နားထောင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ဤမြတ်သက်စွာနဲ့ မလျှပ်မယ့်က နားထောင်နေခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်က ဆက်လက်ပြီး သူတော်စင်ကြီးတွေဆိုက အသိပညာကို သင်ကြားဖို့ ဘယ်လောက် ဆန္ဒပြင်းပြကြောင်း ပြောတဲ့အခို့မှာတော့ အဲဒီ

ပုဂ္ဂိုလ်က သူရဲ့လက်ကို ဂျေလီယန်ရဲ့ ပခံးပေါ်တင်လိုက်ပြီး ‘အကယ်၍
မိတ်ဆွေဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေဆီက အသိပညာတွေကို သင်ယူလိုစိတ်
အမှန်တကယ် ရှိတယ်ဆိုရင်တော့ သင့်ကို ကူညီဖို့တာဝန် ကျွန်ုပ်မှာ ရှိပါတယ်။
ကျွန်ုပ်ဟာလည်း သင်ရှာဖွေနေတဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေထဲက တစ်ဦး
ဖြစ်ပါတယ်။ သင်ဟာ နှစ်ပေါင်းများစွာ အတွင်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့ကို ရှာတွေ့နိုင်ခဲ့တဲ့
ပထမဆုံး လူသားလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအတွက် ရှုက်ယူပါတယ်။ သင့်ရဲ့
ဗြဲလုံးလက်လည်း လေးစားမိပါတယ်။ သင်ဟာ ရှုံးနှောဝမှာလည်း အတော်
လေး ထူးခွာနဲ့သူဖြစ်မှာ အသေအချာပါပဲ’လို့ ဆိုခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီနောက်
ခဏရပ်တန်သွားပြီး သူတော်စင်ကြီးက ‘သင် လိုက်ချင်တယ်ဆိုရင် ဘုရား
ကျောင်းကို ကျွန်ုပ်နဲ့အတူ လိုက်လာနိုင်ပါတယ်။ ဘုရားကျောင်းက ဒီတောင်
တန်းဒေသရဲ့ အလွယ်တကူ မမြင်နိုင်တဲ့အောရာမှာ တည်ရှိနေပါတယ်။ ဒီကနေ့
နာရီပေါင်းများစွာတော့ လမ်းလျှောက်ရပါဉီးမယ်။ ကျွန်ုပ်ရဲ့ ညီအစ်ကို မောင်
နှစ်တွေက သင့်ကို နေးတွေးစွာကြိုးဆိုပါလိမ့်မယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဘိုးဘေးတွေ
ရှုံးနှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက လက်ဆင့်ကမ်းလာတဲ့ အသိပညာတွေကို
ကျွန်ုပ်တို့ အားလုံး သင့်ကို ဝေမျှပေးမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်ုပ်တို့ သီးသန့်နေထိုင်
တဲ့ အောရာကို ခေါ်သွားပြီး ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ အသိပညာတွေ မဝေမျှခင် သင့်ဆီကနေ့
ကတိတစ်ခု တောင်းချင်ပါတယ်။ နှစ်ပေါင်းများစွာထဲက တည်ရှိခဲ့တဲ့ အသိ
ပညာတွေကို သင်ယူပြီးတဲ့အခါမှာ သင်လာခဲ့တဲ့ အရပ်ဒေသကိုပြန်ပြီး ပညာ
တွေ ပြန်လည်မျှဝေမယ်လို့ သင်ကတိပေးဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီအသိပညာတွေကို
သိဖို့လိုအပ်နေတဲ့သူတွေကို သင် ပြန်လည် ဝေမျှရပါမယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ဟာ
ဒီတော့နောက်ကြီးထဲမှာ နေထိုင်နေပေမဲ့ သင်တို့ လောကထဲက အကြောင်းအရာ
တွေကိုလည်း သတိထားမိပါတယ်။ သင်တို့ရဲ့ လောကမှာ လူကောင်းတွေများ
စွာ လမ်းပျောက်သလို ခံစားနေကြရပါတယ်။ သင်ဟာ သူတို့ရဲ့ မျှော်လင့်ချက်
အလင်းရောင်အဖြစ် ပြန်လည် အသက်ရှင်ရပါမယ်။ သူတို့ရဲ့ စိတ်ကူးအိပ်မက်
တွေကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ဖို့ သင် အကူအညီပေးရပါမယ်။ ဒါဟာ
သင့်ဆီကနေ့ ကျွန်ုပ်တောင်းတဲ့ ကတိပါ’လို့ ဆိုခဲ့ပါတယ်။

အဖိုးတန် အသိပညာတွေကို ပြန်လည် ဝေမျှပါမယ်ဆိုတဲ့ ကတိကို
ဂျေလီယန်က သဘောတူလိုက်ပါတယ်။ အဲဒီနောက် သူတော်စင်ကြီးနဲ့အတူ
ဘုရားကျောင်းဆီကို ဆက်လက်ပြီး ခရီးဆက်ခဲ့ပါတယ်။ အချိယ်တင်နှုပ်ပျို့စွဲ့
တစ်ယောက်လို့ စင်မင်းမိုးပါတယ်။ အဲဒီနောက် အကြောက်းလမ်းလောက်နဲ့

တရာ့၏ လုပ်ခွဲ

ဘုရားကျောင်းကိုသွားနဲ့တဲ့ အထွေအကြံကို သူရဲ့တစ်သက် ဘယ်တော့မှာ မဟုတ်ကြောင်း ဂျူလီယန်က ကျွန်တော့ကို ပြန်ပြောပြုခဲ့ပါတယ်။ လူတိုင်းမှာ ဘဝကို ပြောင်းလဲစေတဲ့ အနီက်အတန် အနည်းငယ်ရှိတတ်ကြောင်း ဂျူလီယန် က ယုံကြည်ထားပြီး သူတော်စင်ကြီးကို စ, တွေ့တဲ့အချိန်ဟာ သူဘဝကို ပြောင်းလဲစေမယ့် အချိုးအကွဲတစ်ခုဖြစ်မှန်းလည်း သူကိုယ်တိုင် သီဇာခဲ့ပါ တယ်။ အရင်ကထက် ပိုပြီး ပျော်ရွှေ့ပြည့်စုံတဲ့ ဘဝတစ်ခုကို ခံစားရတော့မယ်လို့ လည်း သူ ခံစားနေမီခဲ့ပါတော့တယ်။



အခန်း (၄)

သူတော်စင်ကြီးများနှင့် တွေ့ဆုံးခြင်း

မြက်ပင်ရှည်တွေရှိနေတဲ့ လမ်းတွေကို ဖြတ်ကျော်ရင်း နာရီပေါင်း
များစွာ လမ်းလျောက်အပြီးမှာတော့ စီမံးစိန္တနဲ့ တောင်ကြားချိုင့်ရှမ်းတစ်နေရာ
ကို ဂျူလီယန်တို့ ရောက်ရှိလာပါတယ်။ ချိုင့်ရှမ်းရဲ့ တစ်ဖက်ခြေမ်းမှာ ဟိမဝန္တာ
တောင်တန်းကြီးက ရာသီဥတုဒဏ်ကို ကာကွယ်ပေးနေပြီး အခြားတစ်ဖက်ခြေမ်း
မှာတော့ ထင်းရှုံးပင်တွေ ရှိနေခဲ့ပါတယ်။ အတော်လေးကို သာယာလှပတဲ့
နေရာလို့ ဂျူလီယန် မှတ်ချက်ချမှတ်ပါတယ်။

သူတော်စင်ကြီးနဲ့ ဂျူလီယန်တို့ အဆိုပါ ချိုင့်ရှမ်းထဲကို လူသွားလမ်း
လေးကတစ်ဆင့် ဆင်းသွားကြပါတယ်။ ထင်းရှုံးပင်နဲ့နဲ့ စန္ဒကူးနဲ့တွေက
လေထုထဲမှာ ထုံးသင်းပုံးနေပါတယ်။ လမ်းတစ်လျောက်မှာ ရောင်သွေးစုံလင်တဲ့
သစ်ခွာပန်းတွေအပြင် အခြား အမျိုးအမည်မသိ လုပလွန်းတဲ့ပန်းတွေလည်း
ဂျူလီယန် တွေ့ခဲ့ရပါတယ်။ ခပ်လျမ်းလျမ်းက လာနေတဲ့ အသံ အနည်းငယ်ကို
လည်း ကြားနေရပါတယ်။ ဂျူလီယန်လည်း သူတော်စင်ကြီးနောက်ကနေ
ဌိုမြို့သက်စွာပဲ လိုက်လာခဲ့ပါတယ်။ နောက်ထပ် ဘု မိနစ်လောက် အကြာမှာ
တော့ သူတော်စင်ကြီးတွေ နေထိုင်တဲ့ ရွာအသေးစားလေးကို ရောက်လာခဲ့ပါ
တယ်။ တော်ရုတ်တန်ရုံး မအုံသုတတ်တဲ့ ဂျူလီယန်တစ်ယောက် သူမြိုင်လိုက်ရတဲ့
မြင်ကွင်းကို အုံအားသင့်သွားခဲ့ပါတယ်။ ရွာလေးဟာ အလွန်သေးငယ်ပေမဲ့
အရမ်းလျပနေပြီး နှင့်းဆီပန်းတွေနဲ့လည်း ပြည့်နှုက်နေပါတယ်။ ရွာလေးရဲ့

အလယ်တည့်တည့်မှာ ဘုရားကျောင်းလေး ရှိပါတယ်။ ဘုရားကျောင်းလေးက
ထိုင်းနိုင်းနဲ့ နီပေါ့နိုင်းတို့ဘက်မှာ တွေ့ရတတ်တဲ့ ဘုရားကျောင်းပုံစံလေးမျိုး
လေး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အခုမြင်တွေ့ရတဲ့ ဘုရားကျောင်းလေးက အနီ
ရောင်၊ အဖြူရောင်၊ ပန်းရောင် ပန်းပေါင်းစုံနဲ့ အလွှဲဆင်ထားတာကို တွေ့ရပါ
တယ်။ ဘေးပတ်ပတ်လည်မှာလည်း တဲ့သေးသေးလေးတွေရှိပြီး အဆိုပါ
တဲ့လေးတွေမှာလည်း နှင့်ဆီပန်းတွေ ဖုံးလွမ်းဖော်ပါတယ်။ တဲ့လေးတွေက
သူတော်စင်တွေနဲ့တဲ့ နေရာဖြစ်မယ်လို့ ဂျူလီယန် ကောက်ချက်ချမှဲပါတယ်။
ဂျူလီယန်အတွက်တော့ တကယ့်ကို လုပလွန်းတဲ့ မြင်ကွင်းဖြစ်နေခဲ့ပါတယ်။
ဂျူလီယန်ကို ခေါ်ဆောင်လာတဲ့ သူတော်စင်လိုပဲ အနီရောင် အစရှည်ကြီးကို
မြှုပ်ထားတဲ့ သူတော်စင် ၁၀ ဦးခန့်ကို တွေ့မြင်ခဲ့ရပါတယ်။ ဂျူလီယန်ကို
ခေါ်ဆောင်လာတဲ့ သူတော်စင်ကြီးက သူ့အမည်မှာ ရာမန်ဖြစ်ကြောင်း၊ သူဟာ
သူတော်စင်တွေ အားလုံးထဲမှာ အသက်အကြီးဆုံးဖြစ်ပြီး အားလုံးရဲ့ ခေါင်း
ဆောင်ဖြစ်ကြောင်း ဂျူလီယန်ကို ရှင်းပြပါတယ်။ တွေ့မြင်ရတဲ့ သူတော်စင်ကိုင်း
ဟာ ငယ်ဆွယ် နှပါးနှောက်ပြီး ကျွန်းမာ ဖျော်လတ်နောက်တာကို ဂျူလီယန်
သတိထားမိလိုက်ပါတယ်။ အားလုံးဟာ တိတ်ဆိတ်ပြီးသက်စွာနဲ့ သူတို့
လုပ်စရာရှိတာကို လုပ်ဆောင်နောက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဂျူလီယန် သူတို့ရွှေ့လေး
ထဲကို ဝင်လာချိန်မှာ အားလုံးက ပြီးပြီး နှုတ်ဆက်ကြပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ အပြီး
က တကယ့်ကို ရင်ထဲကလာတဲ့ အပြီးမျိုးဖြစ်မှန်း ဂျူလီယန် သတိထားမိပြီး
ရင်ထဲ ငြွေးသွားခဲ့ပါတယ်။ သူတော်စင်တွေထဲမှာ အမျိုးသမီးတွေလည်း ပါဝင်
နေပြီး အမျိုးသမီးတွေကတော့ ပန်းရောင် ပိုးသားဆာရိုက်ကို မြှုပ်ထားတာ တွေ့ရ^၅
ပါတယ်။ သူတို့ဟာလည်း သူတို့လုပ်စရာရှိတာတွေကို တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ်
လုပ်ဆောင်နောက်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ သူတို့ အလုပ်ရှုပ်နေတာဟာ ကျွန်းတော်တို့ ယန္တော်မှာ
လွှေ့စွာ ပို့တော်မီးပုံမှုဗျားစွာနဲ့ အလုပ်ရှုပ်သလိုမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။ သူတို့က အာရုံစုံ
နိုင်မှုအပြည့်နဲ့ သူတို့အလုပ်ကို သက်သောင့်သက်သာ လုပ်နောက်တာ ဖြစ်ပါ
တယ်။ အချိုက ထင်းတွေ့သယ်နေတာ တွေ့ရပြီး အချိုက ရောင်စုံပန်းတွေနဲ့
အကုသင်နေပါတယ်။ ပွဲတော်တစ်ခုခုအတွက် ပြို့တင်ပြင်ဆင်နောက်ပုံပါပဲ။
အားလုံးက လုပ်စရာရှိတာကို ပျော်ပျော်ဆင်ဆွင် လုပ်ဆောင်နောက်ပုံပါပဲ။
သူတို့အားလုံးရဲ့ ပျော်နားမှာ သူတို့ရဲ့ စွမ်းသားတွေကို တွေ့မြင်နေရပါတယ်။
သူတို့အားလုံးဟာ အရွယ်ရောက်ပြီးသားသူတွေ ဖြစ်ပေမဲ့ ကလေးတစ်ယောက်
ရဲ့ ပို့တော်ရှုဗျားမှုနဲ့ ပျော်ဆင်ပွဲတွေကိုပါ သူတို့ ပိုင်ဆိုင်နောက်ပါသေးတယ်။

သူတိုအားလုံးရဲ့ မျက်နှာမှာ အရေးအကြောင်း တစ်စက်မှ မရှိသလို ဘယ်ဘူမှ
လည်း အသက်ကြီးတဲ့ပဲ မပေါက်ပါဘူး။

ဂျူလီယန်ကို လတ်ဆတ်တဲ့ သစ်သီးတွေနဲ့ အညွှန်ခံကြပါတယ်။ အဆို
ပါ သစ်သီးတွေနဲ့ အရွက်တွေဟာ သူတိုနဲ့ပျို့ခြင်း အကြောင်းရင်းတွေထဲတစ်ခု
ဆိုတာ ဂျူလီယန် နောက်ပိုင်းမှာ သဘောပေါက်ခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။ သစ်သီးတွေ
သုံးဆောင်ပြီးချိန်မှာတော့ သူတော်စင်ရာများက ဂျူလီယန်နေထိုင်ရမယ့် နေရာကို
လိုက်ပြခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန် နေထိုင်ရမယ့် နေရာဟာ ပန်းပွင့်တွေ များစွာနဲ့
အလှဆင်ထားတဲ့ တဲ့လေးတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ အထဲမှာ အိပ်စရာအခင်းလေး
တစ်ခုကလွှဲလို့ ဘာမှမရှိပါဘူး။ ဂျူလီယန်ဟာ သူရဲ့ဘဝမှာ တစ်ခါမှ မကြံတွေ
ဖူးတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် အသစ်တစ်ခုကို ရောက်နေပေမဲ့ စိတ်ထဲမှာ လွတ်လပ်ပေါ့
ပါးနေပါတယ်။ ငယ်ငယ်တုန်းက ဖြစ်ချင်တာတွေကို စိတ်ကူးယဉ်တတ်တဲ့
ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ လွတ်လပ်ခြင်းမျိုးကို ဂျူလီယန်တစ်ယောက် ပြန်လည်
ခံစားနေခဲ့ရပါတယ်။ အလုပ်များလွန်းတဲ့ ရှုံးနေဘဝက သူဘဝရဲ့ ပျော်ဆွင်ခြင်း
တွေကို ခိုးယူသွားပေမဲ့ ဒီနေရာမှာ ပျော်ဆွင်မှုတွေကို ပြန်လည် ရယူနိုင်လိမ့်
မယ်လို့ ဂျူလီယန် ယုံကြည်နေပါတယ်။ သူရဲ့ ပျက်စီးနေတဲ့ စိတ်ဝိညာဉ်ကို
ဒီနေရာလေးမှာ ကုသနိုင်မယ်လို့ ဂျူလီယန် စိတ်ထဲက ယုံကြည်နေမိပါတယ်။
ရိုးရှင်းစွာနေထိုင်ကြတဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေနဲ့အတူ နေထိုင်ပြီး သူတော်စင်ကြီး
တွေဆီက နှစ်ပေါင်းများစွာ လက်ဆင့်ကမ်းလာတဲ့ အသိပညာ ဗဟိုသုတေသန
ကို သင်ယူနိုင်တော့မှာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဂျူလီယန် စိတ်လှုပ်ရှားနေမိခဲ့ပါတော့
တယ်။



အခန်း (၅)

သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ တပည့်ဖြစ်လာတဲ့ ဂျူလီယန်

အခိုန်က ညာ စ နာရီ ရှိနေပါပြီ။ ကျွန်တော်လည်း ဂျူလီယန်ပြောတာ
နားထောင်ရင်းနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို မေ့နေခဲ့ပါတယ်။ မနက်ဖြစ် အမှုတစ်ခုကို
ရင်ဆိုင်ဖို့အတွက် ကျွန်တော် ပြင်ဆင်ရမယ့်အရာတွေ ရှိနေပါသေးတယ်။
ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်ရှေ့က ရှေ့နေဟောင်းကြီး ဂျူလီယန် ပြောပြတာတွေကိုလည်း
ကျွန်တော် နှစ်ခြိုက်သဘောကျေနေမိပါတယ်။ အရင်တုန်းက စိတ်ဖိစ်းမှုတွေနဲ့
ချုံးချုံးကျေနေခဲ့တဲ့ နာမည်ကျော်ရှေ့နေကြီးရဲ့ ပြောင်းလဲသွားပုံကို အခုံအချိန်ထိ
အုံအားသင့်နေဆဲပါပဲ။ သူတော်စင်ကြီးတွေနဲ့ တွေ့တဲ့အထိတော့ သူပြောပြလို့
ကျွန်တော် သိရပြီးပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လိုအရာတွေကများ ဂျူလီယန်ကို
ဒီလိုအေးချမ်းတဲ့ ဘဝမျိုးရအောင် စွမ်းဆောင်ပေးခဲ့တာပါလဲ။ ကျွန်တော်လည်း
ဂျူလီယန် တစ်ခိုန်က ကြုံခဲ့ဖူးတဲ့ စိတ်ဖိစ်းမှုများလွန်းတဲ့ ဘဝကို လက်ရှိအခိုန်
မှာ ရင်ဆိုင်နေရပြီး ကျွန်တော်ရဲ့ စိတ်ဝိဉာဏ်ဟာလည်း တော်တော်လေးကို
ညစ်ညျှေးနေပါပြီ။ ငယ်ငယ်တုန်းကရှိခဲ့ဖူးတဲ့ စိတ်အားထက်သန်မှုတွေ ကျွန်း
တော်ဆီမှာ မရှိတော့ပါဘူး။ ငယ်ငယ်တုန်းကဆိုရင် ဘာမှမဟုတ်တဲ့ ရိုးရိုးရှင်း
ရှင်း ကိစ္စလေးတွေကတောင် ကျွန်တော်ကို ပျော်ဆွင်စေခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကျွန်တော်
ရဲ့ဘဝကို ပြောင်းလဲရမယ့်အခိုန် ရောက်လာပြီလို့ စိတ်ထဲက ထင်နေမိပါတယ်။
ကျွန်တော် ဂျူလီယန် ဆက်ပြောပြမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို အရမ်း
စိတ်ဝင်စားနေခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်တော် ဆက်နားထောင်နှုချင်မှန်း ဂျူလီယန်က ရိပ်မြို့ဌး သူ၏
တွေခဲ့ရတာတွေကို ဆက်ပြောပြပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေ့
စ၊ တွေ့ဆုံးခဲ့တဲ့အချိန်မှာ အရင်ကန္တမတူဘဲ သင်ယူချင်တဲ့စိတ်တွေ ပြည့်နှုက်နှု
တဲ့ ကလေးတစ်ယောက်လို့ ဖြစ်နေခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ ငယ်စဉ်တည်းက
ညာ၏ရည်မြင့်မားသူ ဖြစ်တာမို့ သူတော်စင်ကြီးတွေ သင်ပေးတဲ့ အရာတွေကို
လည်း အတတ်မြန်ခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ အချိန်အတိုင်းအတာ တစ်ခု
အတွင်းမှာ သူတော်စင်ကြီးတွေနဲ့ နေသားကျေလာခဲ့ပါတယ်။ သူတော်စင်ကြီး
တွေကလည်း ဂျူလီယန်ကို သူတို့ရဲ့ မိသားစုဝင် တစ်ယောက်သဖွယ် ဆက်ဆံ
ကြပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူရဲ့ စိတ်နဲ့ခန္ဓာကို ဘယ်လို့ ထိန်းချုပ်ရမလဲဆိုတာ
အရမဲ့သိချင်နေခဲ့ပြီး သူတော်စင်ကြီးတွေသင်ပေးတဲ့ ပညာတွေကို နှုန်းစဉ်နှု
တိုင်း လေ့ကျင့်ခဲ့ပါတယ်။ သူတော်စင် ရာမန်ဟာ အသိပညာ မြင့်မားလွန်းတဲ့
ပညာရှိတစ်ဦးဖြစ်ပေမဲ့ ဂျူလီယန်ကို သူသိထားတဲ့ အသိပညာတွေ ဝေမျှပေးပို့
လုံးဝ မတွန်တိတတ်သူ တစ်ဦးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

မိုးသောက် အရာ၏တက်ချိန်မတိုင်မြို့ဌးမှာ သူတော်စင် ရာမန်ဟာ
ဂျူလီယန်နဲ့ အတူတူ အမြှုထိုင်ပြီး ဘဝန္တပတ်သက်တဲ့ အသိပညာတွေ သင်ကြား
ပေးလေ့ရှိပါတယ်။ သူကို နပို့ခြင်း၊ ညာ၏ရည်ထက်မြှုက်ခြင်း၊ စိတ်အေးချမ်း
ခြင်းတွေ ရစေခဲ့တဲ့ လူသိနည်းတဲ့ အသိပညာတွေကို ဂျူလီယန်ကို သင်ပေးပါ
တယ်။ လူတိုင်းကို အသက်ရှည်၊ အနာကင်းပြီး ပျော်ဆွင်စေတဲ့ ရှေးနှစ်ပေါင်း
များစွာထဲက တည်ရှိခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို သင်ပေးခဲ့ပါတယ်။ သူတော်စင်ကြီး
တွေသိမှာ နှုတိုင်လာတာ လန့်ချိလာတဲ့ အချိန်မှာတော့ ဂျူလီယန်ဟာ သူရဲ့
စိတ်ထဲမှာ ကိန်းဝပ်နှုပြီး သူကိုယ်တိုင် သတိမထားမဲ့တဲ့ စွမ်းအားတွေကို
သတိထားမိလာခဲ့ပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရဲ သူတော်စင်ကြီးနဲ့ ဂျူလီယန်တို့ဟာ
မန်ကိုခင်း နေတွက်တာကို စောင့်ကြည့်ကြပြီး တစ်ခါတစ်ရဲမှာတော့ ပြီမြတ်သက်
စွာ တရားထိုင်ကြပါတယ်။ အချို့နှုတွေမှာတော့ ထင်းရှုံးတော်ထဲကို လမ်း
ကြပါတယ်။

ဂျူလီယန်ဟာ သူရဲ့စိတ်တွေ စတင်ပြီး အေးချမ်းလာတာကို
သူတော်စင်ကြီးတွေဆီ ရောက်ပြီး ဒဲ ပတ် အကြောမှာပဲ စတင်ခံစားခဲ့ရပါတယ်။
ဘဝရဲ့ အရိုးရှင်းဆုံး အရာတွေမှာ တည်ရှိနေတတ်တဲ့ အလှတရားတွေကို
ဂျူလီယန် ခံစားတတ်လာပါတယ်။ ကြယ်တွေ့လုပ်ဆုံးတဲ့ ကောင်းကင်ကြီးနဲ့
အလှအပကို ခံစားတတ်လာသလို ဖီးစွာပြီးချိန်မှာ တော်ထဲက ဗောင်းကင်ကြီးနဲ့

တွေ အောင်တဲ့ အသံတွေကိုလည်း ခံစားတတ်လာပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိမေ့တဲ့ အလှတရားအားလုံးကို မြင်တတ်လာပါတယ်။ သူဇားစင်ကြီးတွေ သင်ကြားပေးတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို လိုက်နာပြီး တစ်လ အကြာမှာပဲ ဂျူလီယန်မှာ တစ်ခိုင်ကရှိခဲ့ဖူးတဲ့ သောကတွေအားလုံး ကြက် ပျောက် ငှက်ပျောက် ပျောက်ကွယ်သွားပါတယ်။ ဂျူလီယန်ရဲ့ ဘဝနေထိုင်ပုံ အသစ်နဲ့ အလေ့အကျင့်အသစ်တွေက ဂျူလီယန်ရဲ့ အတွင်းစိတ်ကို ကုသပေး သလို ဖြစ်နေခဲ့ပါတယ်။ နှေစဉ်နှေတိုင်း ပိုမိုပျော်ဆွင်လာပြီး အင်အားတွေ့လည်း ပြည့်လာခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ရဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုက ရပ်သွင်ပြင်ကို ပါ ပြောင်းလဲစေခဲ့ပါတယ်။ တစ်ခိုင်က အသင့်စား အစားအစာတွေ အားများ ပြီး အဝလွန်မေ့တဲ့ ဂျူလီယန်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ သန်မာပြီး ကျွမ်းလျှစ်လာပါတယ်။ စိတ်ဖိစ်မှုတွေကြောင့် အရေးအကြောင်းတွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေခဲ့တဲ့ ဂျူလီယန်ရဲ့ မျက်နှာဟာလည်း ကြည့်လင်ပြီး နှပါးလာပါတယ်။

ဘာကိုပဲလုပ်လုပ် အရာအားလုံးကို သူ လုပ်နိုင်တယ်လို့ တွေးမိတဲ့ အထိ ဂျူလီယန်ရဲ့ စိတ်အင်အားတွေ တိုးတက်လာခဲ့ပါတယ်။ လူတိုင်းရဲ့ အတွင်းစိတ်ထဲမှာ စွမ်းအားများစွာ ကိုန်းအောင်းနှုပြီး အဆိုပါ စွမ်းအားတွေကို ဘယ်လိုအသုံးပြုရမလဲ ဂျူလီယန်အပါအဝင် လူတော်တော်များများ မသိခဲ့ကြပါဘူး။ သူတော်စင်ကြီးတွေဆီက နည်းလမ်းတွေကို လေ့ကျင့် အပြီးမှာတော့ ဂျူလီယန်ဟာ အတွင်းစိတ်ထဲမှာ ကိုန်းအောင်းနေတဲ့ စွမ်းအားတွေကို ဘယ်လို ဖော်ထုတ်ရမလဲဆိုတာကို သိလာခဲ့ပါတယ်။ ဘဝကို နေထိုင်ရတာလည်း ပျော်ဆွင်လာခဲ့ပါတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဆီက နှစ်ပေါင်းများစွာ သက်တမ်း ရှိနှေပြီဖြစ်တဲ့ နည်းလမ်းတွေဟာ တကယ် အသုံးဝင်မှန်း ဂျူလီယန် ယုံကြည် လာခဲ့ပါတယ်။

ဂျူလီယန်က ကျွန်တော့ကို ပြောပြနေရင်း ရှတ်တရာက် ခဏရပ်ပြီး တော့ သူကိုယ်တိုင် တွေ့ရှိလိုက်ရတဲ့ အမှန်တရားတစ်ခုကို ပြောပြပါတယ်။ ငါ အရမ်းအရေးကြီးတဲ့ အသိတရားတစ်ခုကို ရခဲ့တယ် ပျော်၊ လူတစ်ယောက် ရဲ့ အတွင်းစိတ်က အရမ်းအရေးကြီးတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်လောက် ပဲ အပြင်ပန်းမှာ အောင်မြင်နေပါစေ အတွင်းစိတ်ကို မအောင်မြင်ထားဘူးဆိုရင် သူရဲ့ အပြင်ပန်း အောင်မြင်မှုတွေဟာ ဘာမှ အမိပ္ပါယ်ရှိလာမှာမဟုတ်ဘူး။ အတွင်းစိတ်ချမ်းသာတာနဲ့ အပြင်ပန်း ချမ်းသာတာကြားမှာ ဗြားနားချက် အကြီးကြီးတစ်ခု ရှိနေမှန်း ငါသိလိုက်ရတယ်။ ငါ အောင်မြင်တဲ့ ရှုံးနှင့် တစ်ယောက်အဖြစ် နေထိုင်ခဲ့တုန်းက စိတ်ချမ်းသာအောင် ကြီးစားနေတဲ့လဲ

တွေကို အထင်သေးခဲ့ဖူးတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာကျိုး
မကပဲ စိတ်ကိုပါ ဂရာစိုက်သင့်တယ်ဆိုတာကို ငါသိခွင့်ရလိုက်တယ်။ ကိုယ့်ရဲ့
အပိုမက်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ဆိုရင် လူတွေဟာ စိတ်နဲ့ခန္ဓာ နှင့်၊
လုံးကို ဂရာစိုက်ဖို့လိုတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတောင် ဂရာမစိုက်နိုင်ဘဲ အခြားသူ
တစ်ယောက်ကို ဘယ်လိုလုပ် ဂရာစိုက်နိုင်မှာလဲ၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် စိတ်မချမှု့
သာဘဲ အခြားတစ်ယောက်ကို ဘယ်လိုလုပ် စိတ်ချမှု့သာအောင် လုပ်နိုင်မှာ
လဲ။ ငါကိုယ်ငါ မချမှု့နိုင်ရင် မင်းကိုလည်း ချစ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။

၅၂။ ဂျူလီယန်ဟာ ကျွန်တော့ကို စကားပြောနေရင်း ရှုတ်တရဂ် ဖို့
အနည်းငယ် လူပ်ရှားလာပုံ ပေါ်လာခဲ့ပါတယ်။ ‘ငါတွေကြုံခံစားရတဲ့ အရာတွေ
ကို အရင်က ဘယ်သူ့ဂိုမှ ရင်မဖွင့်ခဲ့ဘူးကွဲ။ ငါစကားပြောတာ စိတ်လူပ်ရှားပုံ
ပေါ်နေရင် တောင်းပန်ပါတယ် ရွှေနဲ့။’ ငါတွေကြုံခဲ့ရတဲ့ အံမခန်း အရာတွေကို
သူများတွေသိအောင် ထေမျှပေးချင်စိတ် များနေလိုပါ။ လို ဂျူလီယန် စိတ်လူပ်ရှား
စွာ ပြောခဲ့ပါတယ်။ အချိန်ကလည်း နောက်ကျေနေပြီးမို့ ဂျူလီယန်က နောက်ဆုံး
မှ ဆက်ပြောဖို့ ကျွန်တော့ကို ပြောပါတယ်။ ‘အဲဒီလိုတော့ တန်းလန်းကြီး
မထားခဲ့နဲ့လေကွာ၊ ဟိုမဝါဘာတော်မှာ မင်း ဘာတွေ သိလာခဲ့တာလဲဆိုတာ
ငါလည်း အရမ်းသိချင်နေပြီ။’ ငါကို အဲဒီလိုကြီးတော့ မထားခဲ့ပါနဲ့ကွာ။ လို ကျွန်တော် ဂျူလီယန်ကို တောင်းဆုံးလိုက်ပါတယ်။

•နိတ်ချပါ သူငယ်ချင်းရာ၊ မင်းကို ငါပြန်လာဖြီး ပြောပြမှာပါ။
မင်း ငါအကြောင်းလည်း သိပါတယ်။ ငါက အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို
ပြောရင် တန်းလန်းကြီး ရပ်ထားတာမျိုး မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ မင်းမှာလည်း
မင်းအလုပ်တွေ ရှိသေးတယ်လေ။ ငါမှာလည်း လုပ်စရာ နည်းနည်းရှိသေး
တယ်။

‘ဒါဆို တစ်ခုတော့ ပြောခဲ့ကွာ။ မင်းပြောတဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေဆို က နည်းလမ်းတွေက ငါအတွက်ရော အသုံးဝင်ပါမလား’

မင်းအပါအဝင် လူအားလုံးအတွက် ဒီနည်းလမ်းတွေက အသုံးဝင်ပါ
တယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ အတွေးအခေါ်၊ အယူအဆ၊ အသိပညာတွေကို
လူတိုင်း သိသင့်ပါတယ်။ ငါတို့အားလုံး ဒီနည်းလမ်းတွေကို သုံးပြီး အကျိုး
ကျေးဇူးတွေ ရရှိပါတယ်။ ဒီလိုအပိုးတန်တဲ့ ရှေးဟောင်း အသိပညာတွေကို
မင်းကို ငါပြောပြုမှာပါ။ စိတ်ရည်ရည်နဲ့သာ စောင့်ပေးပါ။ မင်းကို နောက်
တစ်ကြိမ်တွေပြီး ငါ ပြောပြုပါမယ်။ မနက်ဖြစ်ည့် ဒီလိုအချိန်မှာ မင်းအမိမိကို
ငါလာခဲ့ပါမယ်။ အဲဒီအချိန်ကျရင် မင်းဘဝကြီးကို ပြောင်းလဲစေမယ် အား

ပညာတွေ ငါ မျှဝေပါမယ်။ အဆင်ပြေတယ် မဟုတ်လား"

"ပြီးရောက္ခာ၊ အဲဒါတွေမသိဘဲ ငါတစ်ဘဝလုံး နေလာတာပဲ။ နောက်
ထို ၂၄ နာရီလောက် စောင့်ရလို့ ဘာမှ မဖြစ်လောက်ပါဘူး" လို့ ကျွန်တော်
တွဲပြန်လိုက်ပါတယ်။ ဂျိလီယန်ကတော့ ကျွန်တော်ကို အတွေးစတွေ့ ချိန်ခဲ့ပြီး
ပြန်သွားခဲ့ပါပြီ။ ကျွန်တော်ခေါင်းထဲမှာတော့ မေးခွန်းတွေ၊ အတွေးစတွေ့
ပြည့်နှက်ပြီး ကျွန်ရစ်ခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်တော်ရဲ့ ရုံးခန်းထဲမှာ ခဏာဌီမ်သက်စွာ ထိုင်ရင်း ကျွန်တော်သာ
ဂျိလီယန်သိတဲ့ အသိတွေသိခဲ့ရင် ဘယ်လိုဖြစ်လာမလဲဆိုတာ တွေးနေမိပါ
တယ်။ ကျွန်တော်လည်း ရှုံးနေဘဝကနေ အနားယဉ်ဖြစ်မှာလား။ ကျွန်တော်
ဘဝဟာလည်း ပျော်ရွင်စရာတွေ နည်းပါးခဲ့တာကြောခဲ့ပြီမို့ ငယ်ငယ်တုန်းကလို
ပျော်ရွင်မူမျိုး ကျွန်တော် ပြန်ရချင်မိပါတယ်။ နှုံစဉ်နှုံတိုင်း တက်တက်ကြွကြွ
ပျော်ပျော်ရွင်ရွင် နေချင်မိပါတယ်။ အသက်ရှင်ရတာကို ပျော်နေတဲ့ ခံစားချက်
မျိုး ကျွန်တော် ရချင်ပါတယ်။ အတွေးပေါင်းများစွာတွေးရင်း ရုံးခန်းက မီးတွေ
ပိတ်လိုက်ပြီး ကျွန်တော် အီမီကို ပြန်လာခဲ့ပါတယ်။



အခ်း (၆)

မိမိကိုယ်ပြောင်းလဲခြင်း အနပညာ

•ကျွန်တော်က ဘဝဖေထိုင်ရေး အနပညာရှင်ပါ။ ကျွန်တော်ရဲ့
အနပညာလက်ရာကို ကြည့်ချင်ရင် ကျွန်တော်ဘဝကို ကြည့်ပါ။
ဆုစုကိုး



ဂျူလီယန်ဟာ သူရဲ့ ကတိစကားအတိုင်း ကျွန်တော်အိမ်ကို ဖျောက်
ဇူးသူဇူးမှာ ရောက်လာခဲ့ပါတယ်။ ဉာဏ် ၇ နာရီ ၁၅ မိနစ်လောက်မှာ ကျွန်တော်
အိမ်ရှေ့က တံခါးခေါက်သံ ၄ ချက်လောက် ကြားလို့ ကျွန်တော် တံခါးဖွင့်ပေး
လိုက်ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ရဲ့ပုံစံက မဇူးကပုံစံနဲ့တော့ နည်းနည်း ကွာဇူပါ
တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူရှုပ်ရည်ကတော့ မဇူးကတွေ့ခဲ့သလိုပဲ နပို့စွဲနဲ့နေပါတယ်။
ဂျူလီယန်ဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေ့ဝတ်တဲ့ အနိရောင်အစရှည်ကြီးကို မြဲထားပါ
တယ်။ ကျွန်တော်တို့ အပြန်အလှန် နှုတ်ဆက်ကြပြီး ခည့်ခန်းထဲမှာ အသီးသီး
ထိုင်ပြီး နေရာယူလိုက်ကြပါတယ်။ ဂျူလီယန်ရဲ့ လည်ပင်းမှာ ဆွဲထားတဲ့
ပုတီးလုံးလေးတွေကို မြင်တာကြောင့် ကျွန်တော် ဂျူလီယန်ကို မေးလိုက်ပါ
တယ်။

•မင်းလည်ပင်းက ဟာလေးက ဘာလဲ၊ တော်တော်လှတယ်နော်

•ဒီအကြောင်း ဖျောက်မှရှင်းပြုမယ်။ ဒီညာပြောရမယ့်အရာတွေ အများ
ကြီးရှိသေးတယ်။

• ပြီးရောလေ၊ အဲဒါဆို စ.ကြရအောင်။ ဒီနွှတွေရမှာကို စိတ်လျှပ်ရှားနေလို့ ဒီနွှအလုပ်မှာ ဘာမှ ဖြစ်ဖြစ်မြောက်မြောက် ပြီးအောင် ငါမလုပ်နိုင်ခဲ့ဘူး။ လို့ ကျွန်တော် ဂျေလီယန်ကို တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

ကျွန်တော် စိတ်ဝင်စားနေမှန်းသိလို့ ဂျေလီယန်က မန္တာက ပြောလေးက စကို ဆက်ပြီး ပြောပါတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဆီက သင်ယူခဲ့ရတဲ့ စိတ်ကို ထိန်းချုပ်နည်း၊ နိုးရိုမ်ကြောင့်ကြစိတ်ကို ဖျောက်ဖျက်နည်းတွေကို ပြောပြပါတယ်။ ပျော်ဆွင်အေးချမ်းတဲ့ ဘဝတစ်ခုရအောင် သူတော်စင်ကြီးတွေ အသုံးပြုတဲ့ ရှေးဟောင်းနည်းလမ်းတွေကိုလည်း ပြောပြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အတွင်း စိတ်ထဲမှာ ကိုန်းအောင်းနေတဲ့ စွမ်းအင်တွေကို ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ စတဲ့ နည်းလမ်းတွေကိုလည်း ပြောပြခဲ့ပါတယ်။ ဂျေလီယန် ပြောပြနေတဲ့ နည်းလမ်းတွေဟာ ရိုးရှင်းပြီး နားလည်ရ လွယ်ကူပေမဲ့ ကျွန်တော် ဂျေလီယန်အပေါ် သံသယ အနည်းငယ် ဖြစ်လာမိပါတယ်။ ဂျေလီယန် ကျွန်တော်ကို နောက်နေတာ များလား၊ ဟိမဝန္တာ ရောက်ခဲ့တယ်ဆိုတာ တကယ်ဟုတ်ရဲ့လား၊ ဂျေလီယန်ဆိုတာ အရင်တည်းက စကားတတ်တဲ့သူ ဖြစ်တဲ့အတွက် သူ ကျွန်တော်ကို ပုံပြင်တွေ ပြောနေတာလား ကျွန်တော် သံသယဝင်လာပါတယ်။ နိုင်ငံကျော် ရှေ့နေတစ်ယောက်က ရှေ့နေ ဘဝကို စွန့်လွှတ်သွားတယ်။ နောက်တော့ ဟိမဝန္တာတော် ရောက်သွားတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေနဲ့ တွေပြီး ရှုတိုင်းမသိတဲ့ အသိပညာတွေကို သိလာခဲ့တယ်။ ဒါကြီးက ဖြစ်နိုင်ပါမလား။ တွေးရင်းတွေးရင်း သံသယတွေ များလာပါတယ်။

• ဂျေလီယန် မင်း ငါကို နောက်နေတာတော့ မဟုတ်ပါဘူးနော်။ မင်းပြောနေတာကြီးက လုပ်ကြုံအတ်လမ်းကြီး မဟုတ်လား။ မင်းရဲ့ ဝတ်ရုံကြီးကလည်း တစ်နေရာရာကနေ ငါးလာတာ မဟုတ်လား။ လို့ ကျွန်တော် မေးလိုက်မိပါတယ်။ ဂျေလီယန်က ကျွန်တော် မယုံမှာကို ကြိုသိမေးတဲ့ မျက်နှာပေးနဲ့ ပြန်လည် တုံ့ပြန်လာပါတယ်။

• ဗျာန်... တရားခွင့်မှာ မင်းမှန်ကြောင်း ဘယ်လိုသက်သေပြဲလဲ။

• ယုံကြည့်နိုင်လောက်တဲ့ သက်သေတွေ ပြရတာပေါ့။

• ကောင်းပြီ။ အဲဒါဆို ငါ မင်းကို ပြနေတဲ့ သက်သေတွေကို ခဏ လောက် သေချာကြည့်လိုက်ပါလား။ ငါရဲ့ အရေးအကြောင်း မရှိတော့တဲ့ မျက်နှာကို မင်းကြည့်စမ်းပါ။ ငါရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို တစ်ချက်ကြည့်ပါ။ ငါမှာ အရင်တုန်းကနဲ့ မတွေတဲ့ ကျွန်းမာဖျတ်လတ်မှုတွေ ရှိနေတာကို မင်းသတိမကား မိကာလား။ ငါဘယ်လောက် အေးသော်... .

တာလား

ဂျူလီယန်ပြောတာလည်း မှန်တော်ယုန်သား။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်အနာ်းငယ် က ဂျူလီယန်ရဲ့ ရုပ်ရည်ဟာ အနုဖြင့်လှုရတဲ့ ရုပ်ရည်နဲ့ ဘာမှမဆိုင်လောက် အောင် ဆိုမင်းမေ့ခဲ့တာပါ။

‘မင်း ပလတ်စတ် ဘာဂျူရိတော့ မလုပ်ထားပါဘူးမော်’

‘မလုပ်ပါဘူးကွား။ ပလတ်စတ် ဘာဂျူရိဆိုတာ လုတေစိုးယောက်ရဲ့ အပေါ်ထံ အရေပြားကိုပဲ ပြင်ဆင်နိုင်တာပါ။ ငါက အထဲမှာ ကြေမွန်ခဲ့တဲ့ လူတစ်ယောက်ပါ။ ငါရဲ့ ဟန်ချက်မည်တဲ့ လူမျှမှုပုံစံက ငါကို ခုက္ခာပေးခဲ့တယ်။ ငါ ဆေးရုံတက်ခဲ့ရတာ တစ်ခုတင်မကဘူး။ တကဗ်တော့ ငါရဲ့ အတွင်းပိုင်းမှာ အများကြီး ကြေမွန်ခဲ့တာ’

‘ဒါပေမဲ့ မင်းပြောပြန်တဲ့ အကြောင်းအရာက အရမ်းထူးဆန်းပြီး ယုံရခက်နေတယ်’

ဂျူလီယန်က ကျွန်တော် မယုံတာကို စိတ်ဆိုးပုံမပေါ်ပါဘူး။ သူရဲ့ ပုံစံက တည်းပြုမှုမပါတယ်။ ဂျူလီယန်က စကားဆက်မပြောဘဲ သူတေားကခု ပေါ်မှာ ကျွန်တော် တင်ပေးထားတဲ့ ရေဒွေးကရားထဲက ရေဒွေးကို ခွက်ထဲ နှဲထည့်နေပါတယ်။ ခွက်ပြည့်တဲ့အထိ သူငှံးထည့်နေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ခွက်ပြည့် သွားသည့်တိုင်အောင် သူ မရပ်ပါဘူး။ ဆက်ပြီး ထည့်နေပါတယ်။ ရေဒွေးတွေ ဟာ ခွက်ရဲ့ အပြင်ဘက် လျှောက်လာပြီး ကျွန်တော်အမျိုးသမီး အရမ်းကြိုက်တဲ့ အင်းပေါ်ကို ကျေနေပါတယ်။ ပထမတော့ ကျွန်တော် ဘာမှမပြောဘဲ ကြည့်နေပါသေးတယ်။ နောက်တော့ မနေ့နိုင်တော့ပဲ ၊ ဂျူလီယန် မင်း ဘာလုပ်နေတာ လဲ၊ ခွက်က ပြည့်နေပြီ။ မင်း ထပ်ထည့်လို့ ရတော့မှာ မဟုတ်ဘူးလေးလို့ ကျွန်တော် စိတ်မရည်စွာ အော်လိုက်ပါတယ်။ ဂျူလီယန်က ကျွန်တော်ကို ဓမ္မစိုက်ကြည့်ပြီး စကားပြန်ပြောလာပါတယ်။

‘ငါဒါလို လုပ်တာကို အထင်မလွှာပါနဲ့ကွား။ ငါ မင်းအပေါ်မှာ လေးစား မူ ရှိပါတယ်။ အရင်ကတည်းကလည်း အမြဲလေးစားခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းက ဒီခွက်လို့ပဲ မင်းရဲ့ ကိုယ်ပိုင် အတွေးတွေး အသိတွေ့နဲ့ ပြည့်နောက်နေတယ်။ ဒီတော့ မင်းခွက်လေးကို မသွားသရွှေ့ ငါဘယ်လိုလုပ်ပြီး ထပ်ထည့်ပေးလို့ ရတော့မှာလဲ’

သူပြောတဲ့စကားက ကျွန်တော်အရှိုက်ကို ထိသွားပါတယ်။ သူပြောတာ မှန်ပါတယ်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ ဥပဒေလောကမှာ ကျင်လည်ခဲ့ပြီး တူညီတဲ့ အရာတွေပဲ နှစ်ဦးလုပ်ပြီး တူညီတဲ့အတွေးကိုပဲ အမြဲတွေးနေတဲ့သူတွေနဲ့ အလုပ်

တွဲလုပ်ခဲ့တော့ ကျွန်တော့မဲ့ အေးစား။ ဒုၢု အဖြမ်ပါ
တယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားလုံးသိတယ်ထင်ပြီး ကျွန်တော့ရဲ့ခွဲက်လေး အပြည့်
ရှိနေတယ်လို့ပဲ ထင်နေခဲ့မိပါတယ်။ ဥပဒေနဲ့ မပတ်သက်တဲ့ ဘဏ္ဍာပ်တော်အပ်
ဘယ်တန်းက နောက်ဆုံးအကြိမ် ဖော်ဖူးခဲ့သလဲ ဆိုတာတော် ကျွန်တော်မမှတ်
မိတော့ပါဘူး။ ကျွန်တော် နေထိုင်နေတဲ့ ဘောင်ခတ်ထားတဲ့ ဘဝနေထိုင်နဲ့
ပုံစံကြောင့် ကျွန်တော့ရဲ့ ဖန်တီးနိုင်စွမ်းတွေ လျော့နည်းလာမှန်း၊ ကျွန်တော့ရဲ့
အမြင်တွေ ကျဉ်းလာမှန်း ကျွန်တော် သတိပြုမိလာပါတယ်။

•ကောင်းပြီ ဂျူလီယန်၊ မင်းပြောတာကို ငါသဘောပေါက်ပါပြီ
ငါ ရှုနေဘဝမှာ ကျင်လည်ခဲ့တာ ကြာခဲ့ပြဖြစ်လို့ ငါစိတ်က တော်ရုံတန်ရုံ
မယုံကြည်တတ်တော့ဘဲ မေးခွန်းထဲတ်တတ်တဲ့အကျင့် ရှိလာခဲ့တယ်။ မင်းကို
မနောက ရုံးမှာတွေ့ကတည်းက မင်းပြောတဲ့အရာတွေဟာ အစစ်အမှန် ဖြစ်လို့
မယ်လို့ ငါယုံကြည်ခဲ့မိတယ်။ မင်းပြောမယ့်အရာတွေမှာ ငါအတွက် အသုံးဝင်
မယ့် အရာတွေ ပါဝင်လိမ့်မယ်လို့လည်း ငါထင်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါရဲ့စိတ်က
အဲဒါကို မယုံကြည်ချင်ဘူး ဖြစ်နေပုံရတယ်။

“ဒီညက မင်းရဲဘဝသစ်တစ်ခု အစပျိုးမယ့် ညာတစ်ည့် ဖြစ်မှာသေချာ
ပါတယ် ရွှေနှင့်” ငါ ဒီညပြောပြီမယ့် အသိပညာတွေကို မင်း သေချာစဉ်းစား
သုံးသပ်ပြီး တစ်လလောက် စမ်းသုံးကြည့်ပါ။ ဒီအသိပညာတွေ နှစ်ပေါင်းများ
သက်တမ်းရည်ကြောပြီး တည်ရှိနေတယ်ဆိုတာ အကြောင်းရင်း ရှိပါတယ်။
ဘာလို့လဲဆိုတော့ အဲဒီအသိပညာတွေက တကယ်ကို အသုံးဝင်လိုပါ။

‘ဒါပေမဲ့ တစ်လတောင် အသုံးပြရမှာ မကြောဘားရွား လောက်

မင်းဘဝရဲ့ လက်ကျန်အချိန်အားလုံးကို အေးချမ်းပျော်ဆွင်စေဖို့
တစ်လလောက် အားထုတ်ရမှာ မတန်ဘူးလား။ မင်းကိုယ်မင်း အချိန်ပေးပြီး
ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်းဟာ မင်းဘဝမှာ လုပ်ဖူးသမျှ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတွေထဲက
အကောင်းဆုံးအရာ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ အဲဒါလို လောကျန်ခြင်းဟာ မင်းဘဝကို
တိုးတက်စေရမက မင်းပတ်ဝန်းကျင်က လုတွေရဲ့ ဘဝကိုလည်း တိုးတက်လာ
စေလိမ့်မယ်။

•କୁଳ୍ପିତୀର୍ଥରେ ଯାଏନ୍ତିରେ କିମ୍ବା କିମ୍ବା

မင်းရဲဘဝ္မာ အခြားသူတွေကို ချစ်ဖို့ဆိတာ အရင်ဆုံး ကိုယ်ကိုယ်
ဇောနည်းကို သိမှ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ အခြားသူတွေရဲ့ ရင်ဘတ်ထဲအထိ
ပြင်ဖို့ဆိတာ အရင်ဆုံး ကိုယ့်ရဲစိတ်ကို ဖွင့်ပေးရတယ်။ မင်းကိုယ်တိုင်
ဒီးကို ဖြတ်သန်းပြီး အသက်ရှင်ရတာ ပျော်လာပြီဆိုရင် မင်း ရှိ

တရန်း လုပ်ခဲ့

ကောင်းတဲ့ လူတစ်ယောက်ဖြစ်ပါ၊ လမ်းကြောင်းမှန့်ပေါ်ရောက်လာလိမ့်မယ်
‘ဒါဆိုရင် မင်းပြောတဲ့ တစ်လာအတွင်း ငါဘာတွေ ရလာဖို့ မျှော်လင့်
လိုရမလဲ’

‘မင်းရဲ့ စိတ်ဓနဖိတ်ထား၊ တွေးခေါ်ပဲ တွေးခေါ်နည်း ပြောင်းလဲလာ
လိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်း ပြောင်းလဲမှုတွေ တွေ့လာလိမ့်မယ်။
စိတ်အားထက်သန့်မှုတွေလည်း မင်းဆီ ပြန်လည် ရောက်ရှိလာလိမ့်မယ်။
မင်းရဲ့ဘဝမှာ အရင်တုန်းက တစ်ခါမှ မခံစားဖူးခဲ့တဲ့ ဟန်ချက်ညီမျိုး
မင်းခံစားလာရလိမ့်မယ်။ မင်း ပိုပြီး နုပ္ပါယာသလို ပျော်ခွင့်ပုံလည်း ပေါက်
လာကြောင်း လူတွေက မင်းကို ပြောလာလိမ့်မယ်။ ကျော်းမာပျော်ခွင့်တဲ့
ခံစားမှုက မင်းဘဝကို ပြောင်းလဲလာစေလိမ့်မယ်။ ဒါတွေက သူတော်စင်ကြီး
တွေ ပြောပြတဲ့ နည်းလမ်းတွေရဲ့ အကျိုးကျေးဇူး အချို့ပဲ ရှိပါသေးတယ်’

‘ကောင်းလှချည့်လားကွဲ’

‘ဒီညာ မင်းကို ငါပြောပြီမယ် အရာတွေက မင်းဘဝကို တိုးတက်ဖို့
သေချာတဲ့ အရာတွေချည်းပဲ။ မင်းရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဘဝ၊ အလုပ်အကိုင်တင်မကဘဲ
မင်းရဲ့စိတ်ကိုပါ တိုးတက်လာစေလိမ့်မယ်။ မင်း ဘာပဲလုပ်လုပ် အရင်ထက်ပိုပြီး
ထိရောက်စွာ လုပ်ကိုင်လာတတ်လိမ့်မယ်။ ဒီအသိတရားတွေဟာ ငါဘဝတစ်
လျောက် ကြံဖူးသမျှထဲမှာ အခွမ်းထက်ဆုံးပဲ။ ဒီအသိပညာတွေဟာ ရှိုးရှင်းပြီး
နှစ်ပေါင်းများစွာ အစမ်းသပ်ခံပြီးသား နည်းလမ်းတွေလည်း ဖြစ်တယ်။ ဒါ
အပြင် ဒီနည်းလမ်းတွေဟာ လူတိုင်းအတွက် အသုံးဝင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေလည်း
ဖြစ်တယ်။ မင်းကို ဒီနည်းလမ်းတွေ မပြောပြခင် ငါကတိတစ်ခုတော့ တောင်း
ရလိမ့်မယ်။ ဒီနည်းလမ်းတွေကို မင်းကိုယ်တိုင် အသုံးပြုပြီးလို့ အသုံးဝင်ခဲ့ရင်
ဒီနည်းလမ်းတွေကို လိုအပ်နေတဲ့ အခြားလူတွေကိုလည်း မင်း ကျည်းရမယ်။
ဒီနည်းလမ်းတွေကို အခြားသူတွေသိအောင် မင်း တတ်နိုင်သလောက် ဖြန့်ဝေ
ပေးရမယ်။ အဲဒါကို သဘောတူရင် ငါဆက်ပြောပြလို့ရပြီ’

ဂျူလီယန်ရဲ့ တောင်းဆိုမှုကို ကျွန်ုတော် ကြောကြားမစဉ်းစားဘဲ ကတိ
ပေးလိုက်ပါတယ်။ ဂျူလီယန်က သူတော်စင်ကြီးတွေ သင်ပေးခဲ့တဲ့ အလေ့
အကျင့် ဂု မျိုးအကြောင်းကို စတင်ရှင်းပြပါတယ်။ အဆိုပါ အလေ့အကျင့်
ဂု မျိုးဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ မိမိကိုယ်ကို ဦးဆောင်နိုင်စွမ်း၊ တာဝန်ယူနိုင်
စွမ်းနဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုအတွက် အခိုက်ကျေကြောင်း ဂျူလီယန်က ရှင်းပြပါတယ်။
အဆိုပါ အလေ့အကျင့် ဂု မျိုးအကြောင်း ဂျူလီယန်ကို စတင်ပြောပြခဲ့သူ
ကတော့ သူတော်စင် ရာမန် ဖြစ်ပါတယ်။ ဂျူလီယန် သူတော်စင်ကြီးတွေဆီ

ရောက်ပြီး လအနည်းငယ်အကြော ညုတ္ထည်မှာ ဂျူလီယန်ရဲ့ တဲ့လေးဆိုတဲ့
သူတော်စင် ရာမန် ရောက်လော့ပါတယ်။ သူတော်စင်ရာမန်က ဘုန်း
သင်ရောက်လာကတည်းက သင့်ကို လောက်လျှောက် စောင့်ကြည့်ဖော်တဲ့တော်၊
သင်ဟာ သင့်ဘဝကို ကောင်းမွန်တဲ့အရာတွေနဲ့ ဝန်းရဲချင်တဲ့ လူကောင်း
တစ်ယောက်ဖြစ်မှန်းလည်း သတိတားမိပါတယ်။ သင်ဟာ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ရှိုးရာ
အလေ့အထတွေကိုလည်း လေးလေးဘားဟားနဲ့ သင်ယူသူဖြစ်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့
နဲ့စဉ်လုပ်ဖော်ကျွေးမှုးများကိုလည်း လေ့လာသင်ယူပြီး
ပါပြီ။ သင်ကိုယ်တိုင်လည်း ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ နဲ့စဉ်အလေ့အထတွေကို အသုံးပြုပြီး
အကျိုးကျျးဇူးတွေကို သိန်လောက်ပါပြီ။ ကျွန်ုပ်တို့ဟာ ဒီလို ရှိုးရှိုးရှင်းရှင်း
အေးအေးချမ်းချမ်း ဘာဝမှာ နေထိုင်ပြီး နှစ်ပေါင်းများစွာ အသက်ရှင်လာခဲ့ကြ
တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ကျွေးမှုးသုံးတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို သိတဲ့သူ အနည်းငယ်
ပဲ ရှိုပါတယ်။ တကယ်တော့ သင်တို့လောကကြီးက စီတိုင်းမူများတဲ့ လူသား
တွေဟာလည်း ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ အတွေးအခံ့း၊ အသိပညာတွေကို သိသင့်ပါတယ်။
သင် ဒီနေရာကို ရောက်တာ့ ၃ လင်မြာက် ရှိုလာပြီဖြစ်တဲ့အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့
နည်းလမ်းတွေကို သင့်ကို စတင်မျှဆောင်ပါတော့မယ်။ ဒီနည်းလမ်းတွေကို မျှဆောင်းပါ
မြင်းဟာ သင့်အတွက်တင်မဟုတ်ဘဲ သင်တို့လောကမှာရှိတဲ့ လူတွေအတွက်
လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်ရဲ့သား ငယ်စဉ်က သူနှိုးသူတိုင်း အတူတူထိုင်ပြီး
သင်ပေးခဲ့သလို သင့်ကိုလည်း သင်ပေးပါတော့မယ်။ ကျွန်ုပ်ရဲ့သားကတော့
လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်အနည်းငယ်က ကျယ်လွန်သွားခဲ့ပါပြီ။ သူရဲ့သေဆုံးခြင်းအပေါ်
ကျွန်ုပ် ဘယ်တုန်းကမှ မေးခွန်းမထုတ်ခဲ့ပါဘူး။ ကျွန်ုပ်တို့ အတူတူရှိနေစဉ်
အချို့မှာ ပျော်ရွင်စွာနေထိုင်ခဲ့ပြီး အခုအချို့မှာတော့ ကျွန်ုပ်မှာ သူနှိုးပတ်သက်တဲ့
အတိတ်ကောင်းတွေကိုပဲ ရင်ဝယ်ပိုက်ထားပါတယ်။ သင့်ကိုလည်း ကျွန်ုပ်ရဲ့
သားအဖြစ် မြင်မိပါတယ်။ ကျွန်ုပ် နှစ်ပေါင်းများစွာ သင်ယူလေ့ကျင့်ခဲ့တဲ့
အသိတရားတွေဟာ သင့်ဆီမှာ ကိုနဲ့အောင်းတော့မှာဖြစ်လို့ ကျွန်ုပ်ဝမ်းသာမိပါ
တယ်။ လို့ ဂျူလီယန်ကို ပြောပြခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်က ဒီအကြောင်းတွေကို
ပြန်ပြောပြရင်း မျက်လုံးနှင့်ထားတာကိုလည်း ကျွန်ုတော် သတိထားမိလိုက်ပါ
တယ်။ မသိရင် သူကိုယ်သူ အတိတ်ကို ပြန်ပြုနေသလိုပါပဲ။

ဆက်လက်ပြီး ဂျူလီယန်က သူတော်စင် ရာမန်က စီတိုချမ်းသာပြီး
ကိုယ်ကျိုးမာတဲ့ ဘဝတစ်ဦးကို ရှိုးစေမယ့် အလေ့အကျင့် ၇ မျိုးဟာ သူ
ပြောပြတော့မယ့် ပုံပြင်ထဲမှာ ပါဝင်နှစ်ကြောင်း ငါ့ကို အသိပေးခဲ့တယ်။
အရာအားလုံးကို အနှစ်ချုပ်ထားတဲ့အကာဖြစ်

ကြောင်း ရှင်းပြခဲ့တယ်။ သူက ငါကို မျက်လုံးတွေ မိတ်သားပေးလို့ တောင်းဆိုခဲ့တယ်။ နာက်တော့ သူက သူများပြတဲ့သူရှာဖွေကို စိတ်ကဲ့ကန္တလိုက်ပြီး စိတ်ကူးယဉ်နှုန်းတောင်းဆိုခဲ့တယ်။ အဲဒီအားမှာ ပုံပြည်တို့ စတင်ပြောပြခဲ့တယ်။

•သင်ဟာ အစိမ်းရောင် အပင်တွေနဲ့ပြည့်နှက်နေတဲ့ ဥယျာဉ်ကြီးရဲ့ အလယ်ကို ရောက်နေပါတယ်။ ဒီဥယျာဉ်ကြီးဟာ သင်မြင်ပူးသမျှ နှင့် ဆီပုံးတွေထဲမှာ အလုပ်းနှင့် နှင့်ဆီပုံးတွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေပါတယ်။ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ဟာလည်း တိတ်ဆိတ်ပြီးသက်နေပါတယ်။ အခု ပြောပြနေတဲ့ ဥယျာဉ်ကြီးကို စိတ်ကူးယဉ်ပြီး အဲဒီဥယျာဉ်ကြီးရဲ့ အေးချမ်းမှုကို စိတ်အေးလက်အေး ခံစားကြည့်ပါ။ သင်ဟာ ဥယျာဉ် ကြီးထဲကို လူညွှန်ပတ်ကည့်ရင်း ဥယျာဉ်ကြီးရဲ့ အလယ်တည့်တည့်မှာ ၆ ထပ်လောက်မြင့်တဲ့ အနိုင်ရောင် မိုးပြတိုက်ကြီးကို တွေ့လိုက်ပါတယ်။ ရုတ်တရက် မိုးပြတိုက်ကြီးရဲ့ အောက်က တံခါးပွင့်လာတဲ့ အသံက တိတ်ဆိတ်ပြီးသက်မှုကို ဖြို့ခြင်းလိုက်ပါတယ်။ တံခါးပေါက်ထဲက ထွက်လာတာကတော့ အရပ် ၉ ပေလောက်ရှိပြီး ကိုယ်အလေးချိန် ပေါင် ၉၀၀ လောက်ရှိတဲ့ ဂျပန်ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးတစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ သူရဲ့ ခါးအောက်ပိုင်းနားကိုတော့ ပန်းရောင်စိုင်ယာကြီးနဲ့ ပတ်ထားပါတယ်။ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ သူရဲ့ စတင် လျှောက်လှမ်းလာပြီး ခက်အကြာမှာ လွှန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်းများစွာက တစ်ခုတစ်ယောက် ကျကျွန်ခဲ့တာဖြစ်နိုင်တဲ့ ခွေောင်လက်နေတဲ့ အချိန်မှတ်နာရီ(stopwatch) တစ်လုံးကို မြေပြင်ပေါ်မှာ တွေ့လိုက်ပါတယ်။ သူဟာ အဲဒီနာရီကို ပျော်ဖြူကြီးစားရင်း အရှိန်လွန်ပြီး အဲဒီနာရီကို တက်နှင့်မိကာ မော်ပြီးပေါ်ကို လဲကျသွားပါတယ်။ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ ပြုတ်ကျတဲ့ အရှိန်ကြောင့် မလှပ်မယ့်ကို ပြီးသက်နေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ခက်အကြာမှာတော့ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ မျက်လုံး ပြန့်ပွင့်လာပါတယ်။ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ ပြန့်လည် မတ်တတ်ရပ်ပြီး သူရဲ့ ဘယ်ဘက်ကို ကြည့်လိုက်ခိုန်မှာတော့ သူမြင်လိုက်ရတဲ့ မြင်ကွင်းကို အုံအေးသင့်သွားခဲ့ပါတယ်။ ဘယ်ဘက်ခြမ်းက ဥယျာဉ်ကြီးရဲ့ အစပ် နားမှာ အရောင်တလက်လက်နဲ့ စိန်တွေခင်းထားတဲ့လမ်းကြီးကို သူတွေ့လိုက်ပါတယ်။ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ အဲဒီလမ်းဘက်ကို လျှောက်သွားခဲ့ပါတယ်။ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ အဲဒီလမ်းအတိုင်း

လျှောက်သွားရင်းနဲ့ တစ်သက်လုံး စိတ်ချမ်း သာ၊ ကိုယ်ကျန်းမား
နှစ်ထိုင်သွားပါတော့တယ်”

ဂျူလီယန်ဟာ အသိပညာတွေ မြင့်မားပြီး ဘဝနေထိုင်နည်း ရှို့ဂျက်
ချက်တွေကို သိပါတယ်ဆိုတဲ့ သူတော်စင် ရာမန်ဆီက ဒီတူးထူးဆန်းဆန်း
ပုံပြင်ကြီးကို ကြားအပြီးမှာတော့ စိတ်ပျက်သွားခဲ့ကြောင်း ကျွန်တော့ကို
ပြောပြခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူတော်စင်ကြီးရဲ့ ပုံပြင်ကို နားမထောင်ခင်
က ဒီပုံပြင်ထဲမှာ သူ့ရဲ့အသိဉာဏ်တံ့ခါးကို ပွင့်သွားစေမယ့် ဗဟိုသုတတွေ
ပါဝင်လိမ့်မယ်လို့ ထင်ခဲ့တာပါ။ ဒါပေမဲ့ သူကြားလိုက်ရတဲ့ ပုံပြင်က ဆူဗိုဇ်ယ်း
သမားတစ်ယောက်နဲ့ ဖီးပြတိက်အကြောင်း ကလေးကလားပုံပြင် ဖြစ်နေပါ
တယ်။ သူတော်စင် ရာမန်က ဂျူလီယန် စိတ်ပျက်လက်ပျက် ဖြစ်သွားတာကို
သတိထားမိပြီး ‘ဘယ်တော့မှ ရိုးရင်းမှာရဲ့ စွမ်းအားကို အထင်မသေးပါနဲ့။
ဒီပုံပြင်ဟာ လူတိုင်းကြားချင်တဲ့ ထူးခြားဆန်းကြယ် ပုံပြင်မျိုးတော့ မဟုတ်ပါ
ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဒီပုံပြင်ထဲမှာ ပါဝင်နေတဲ့ အစိတ်အပိုင်းတွေဟာ သင့်အတွက်
အသုံးဝင်လာပါလိမ့်မယ်။ သင် ဒီကို ရောက်လာတဲ့နေ့စပြီး သင့်ကို ကျွန်းပို့ရဲ့
အသိပညာတွေ ဘယ်လိုမျှဝေရင် ကောင်းမလဲဆိုတာ ကျွန်းပို့မှု စဉ်းစားနေခဲ့
တာပါ။ ပထမတော့ သင့်ကို လအန်ည်းကယ်လောက် နှေ့တိုင်းသင်ခန်းစာတွေ
ပေးပြီး သင်ပေးမလိုပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီနည်းလမ်းက ဒီအသိပညာတွေကို
မျှဝေဖို့ သိပ်အဆင်မပြေပါဘူး။ နောက်တော့ သင့်ကို ကျွန်းပို့ ညီအစ်ကို၊
မောင်နှမတွေနဲ့ နှေ့တိုင်းအတူတူထိုင်ခိုင်းပြီး သူတို့ဆီက အသိပညာတွေကို
သင်ယူခိုင်းဖို့ စဉ်းစားကြည့်ပါသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီနည်းလမ်းဟာလည်း
သိပ်ပြီး အဆင်မပြေတာကို တွေးကြည့်မိခဲ့ပါတယ်။ အချိန်အတော်ကြာ စဉ်းစား
အပြီးမှာတော့ သင့်ကို ဒီရေးဟောင်းပုံပြင်နဲ့ သင်ပေးဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့တာပါ။
ပထမတော့ သင့်စိတ်ထဲမှာ ဒီပုံပြင်ဟာ ကလေးဆန်းပြီး ရှုံးကြောင်ကြောင်
ဖြစ်လွန်းတယ်လို့ ထင်နေပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီပုံပြင်ထဲက အစိတ်အပိုင်းတွေ
အားလုံးဟာ သင်လေ့လာသင်ယူရမယ့် အလေ့အကျင့် ဂု မျိုးကို ကိုယ်စားပြုနေပါတယ်။
ဥယျာဉ်၊ မီးပြတိက်၊ ဆူဗိုဇ်ယ်းသမား၊ ယန်းရောင်စိုင်ယာ၊ အချိန်မှတ်
နာရီ၊ နှင့်ဆီပန်း၊ စိန်ခင်းထားတဲ့လမ်း စတာတွေဟာ စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်
ကျွန်းမာတဲ့ ဘဝကို ရစေမယ့် အလေ့အကျင့် ဂု မျိုးကို ကိုယ်စားပြုနေပါတယ်။
ဒီပုံပြင်လေ့နဲ့ ဒီပုံပြင်လေးထဲက ကိုယ်စားပြုနေတဲ့ အသိတရားတွေကို သင်မှတ်
သင် သိသွားပြီလို့သာ မှတ်လိုက်ပါ။ ဒီနည်းလမ်းသွားကို သင်နှေ့ဖို့ လေ့ကျင့်

မယ်ဆိုရင် သင့်ရဲ့ဘဝဟာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ၂ ခုလုံးမှာ သိသိသာသာ ပြောင်းလဲ တိုးတက်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒီပုံပြင်ကို သင့်ရဲ့ အသည်း နှလုံးထဲ စွဲတဲ့အထိ မှတ်ထားပါ။ ဒီနည်းလမ်းတွေကို သင် ယုံယုံကြည်ကြည် အသုံးပြုမှုသာ သင့်ဘဝ တိုးတက်လာမယ် ဆိုတာကိုလည်း စိတ်ထဲမှာ မှတ် ထားပါ။

ဂျူလီယန်ဟာ သူတော်စင်ကြီးရဲ့ စကားတွေ ကြားအပြီးမှာတော့ သူတော်စင်ကြီး ပြောပြုမယ့် နည်းလမ်းတွေကို ယုံယုံကြည်ကြည် အသုံးပြုဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ ဂျူလီယန်က ငါလည်း သူပြောတာတွေ ကြားအပြီးမှာ ယုံကြည်စိတ်ပဲထားဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီအနိက်အတန်းဟာ တကယ်လည်း ငါဘဝအတွက် အရေးပါတဲ့ အခိုက်အတန်း ဖြစ်ခဲ့တယ်။ အခုံတော့ ဒီအသိ တရားတွေကို မင်းကို ငါ ဝေမျှပါတော့မယ်။ လို့ ကျွန်တော့ကို ပြောခဲ့ပါတယ်။



အခန်း (၇)

ထူးခြားဆန်းကြယ်လွန်းတဲ့ ဥယျာဉ်

‘ပုံပြင်ထဲမှာပါတဲ့ ဥယျာဉ်ဆိုတာ စိတ်ရဲ့ သက္ကာတေပါ။ အကယ်၍ မင်းက မင်းရဲ့ စိတ်ဥယျာဉ်ကို မြော်အပြည့်ဝပြီး လုပတဲ့ ဥယျာဉ်လေးဖြစ် အောင် သေချာပြုစုစုပေါင်းဆိုရင် မင်းရဲ့ စိတ်ဥယျာဉ်ဟာ မင်း မျှော်လင့်ထားတာ ထက် အများကြီး ပိုလျေပလာလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းက မင်းရဲ့ စိတ်ဥယျာဉ်ထဲ မှာ ပေါင်းပင်၊ မြက်ပင်တွေကို ရှင်သန်ခွင့်ပေးထားရင်တော့ စိတ်ချေမှုးသာခြင်း ဆိုတဲ့ အရာက မင်းဆီမှာ ကြာကြာနှေတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ မင်းကို ငါ မေးခွန်းရှိုးရှိုးလေးတစ်ခု မေးမယ် ရွှေ့နှုံး။ မင်းရဲ့ အီမံနှောက်ဖေးမှာ တန်ဖိုးကြီး ပန်းတွေ စိုက်ထားတဲ့ ဥယျာဉ်လေးရှိုးကြာင်း မင်းပြောဖူးတာ ငါမှုတ်မိတယ်။ အကယ်၍ ငါက မင်းရဲ့ ဥယျာဉ်လေးထဲကို အဆိုပ်ရှိတဲ့ အမိုက်တွေပစ်မယ် ဆိုရင် မင်းကြိုက်မှာလား’

‘ဘယ်လိုလုပ်ကြိုက်မှာလဲကွဲ’

‘ဥယျာဉ်မျှူးကောင်းတွေဟာ သူတို့စိုက်ထားပျိုးထားတဲ့ ဥယျာဉ်ကို စစ်သားတစ်ယောက်လို့ ကာကွယ်တတ်ကြပြီး သူတို့ဥယျာဉ်ထဲကို ညှစ်ညွဲးစေ တဲ့အရာတွေ ဘယ်တော့မှ အဝင်မခံကြဘူး။ ဒါပေမဲ့ လူအများစုဟာ နှစ်စဉ် နှေ့တိုင်း သူတို့ရဲ့ စိတ်ဥယျာဉ်ထဲကို အဆိုပ်အတောက်တွေ အဝင်ခံကြတယ်။ စိုးရိုးမှုတွေ၊ ပြောနှင့်ကြမှုတွေ၊ အတိုက်အကြောင်း ပြန်တွေးပြီး သောကရောက် တာတွေ၊ အနာဂတ်အကြောင်းကျွေးပြီး စိတ်လေးတာတွေ၊ ကိုယ့်ဘာသာရှိယ်

“စာပြုအဖွဲ့အစည်းများ” သူတို့၏
 စိတ်ဉာဏ်ထဲမှာ ရင်သနခွင့် ပေးထားတတ်ကယ်။ နိုးရို့မှုပါခြင်းဟာ စိတ်၊
 စွမ်းအားတော်တော်များကို ကုန်ခန်းစေပြီး၊ အနေးနဲ့အမြို့နဲ့ စိတ်ရဲ့ အကျင့်
 ပိုင်းကိုပါ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရေးတယ်လို့ သူတော်စင် ရာမန်က ငါကို ပြောသူ
 တယ်။ ဘဝမှာ စိတ်ချမ်းသာချင်တယ်ဆိုရင် မင်းရဲ့ စိတ်ဉာဏ်ကို သေချာ
 ချာချာ စောင့်ရှုရှုက်ရလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ စိတ်ဉာဏ် တံခါးပေါက်မှာ အဆောင့်
 ထားရလိမ့်မယ်။ အကောင်းဆုံး သတင်းအချက်အလက်တွေပဲ မင်းရဲ့ ခိုက်
 ဉာဏ်ထဲကို ဝင်ခွင့်ပြုရလိမ့်မယ်။ အဆိုးမြင်အတွေးတွေကို ဝင်ခွင့်ပြုလို့
 မဖြစ်ဘူး။ ဒီကမ္ဘာပေါ်မှာရှိတဲ့ ပျော်ချွင်နှုတဲ့ သူတွေဟာလည်း မင်းလိုင်းလို့
 အရိုးနဲ့အသားနဲ့ တည်ဆောက်ထားသူတွေချည်းပဲ။ ဒါပေမဲ့ အချို့ လူတွေက
 သာမန်ဘဝနဲ့ပဲ နေထိုင်ပြီး အချို့လူတွေကတော့ ပိုမိုကောင်းမွန်တဲ့ ဘဝလေး
 ရအောင် ကြိုးစားရယူတတ်ကြတယ်။ သူတို့ဟာ သူတို့ဘဝကို အမြင့်ဆုံးအထိ
 ဆွဲတင်တတ်ကြတယ်။ သူတို့ဟာ သာမန်လူတွေနဲ့မတွေတဲ့ အရာတွေလုပ်တတ်
 ကြတယ်။ သူတို့ဟာ သူတို့ဘဝကို ကောင်းမွန်တဲ့ အတွေးတွေနဲ့ ဝန်းရဲ့ထား
 တတ်ကြတယ်။ လူတွေဟာ နှုစုံနှုတိုင်း ပျမ်းမွှုအတွေး ၆၀၀၀၀ လောက်
 တွေးတယ်လို့ သူတော်စင် ရာမန်က ငါကို ပြောပြန်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါပိုပြီး
 အုပ်သွားခဲ့တဲ့အချက်က အဲဒီအတွေး ၆၀၀၀၀ ရဲ့ ၉၅%ဟာ မနေ့က တွေးပြီး
 သား အတွေးတွေပဲတဲ့”

•တကယ်ကြီးလားကွဲ

•တကယ်ပြောတာ။ အဲဒါဟာ စိတ်ဆင်းရဲ့ခြင်းရဲ့ အစပဲ။ လူတွေက
 နှုတိုင်း တူညီတဲ့အတွေးပဲ များသောအားဖြင့် တွေးကြတယ်။ အကယ်၍
 အဲဒီအတွေးတွေရဲ့ အများစုံက အဆိုးမြင်အတွေးတွေပဲ ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင်
 အဲဒီလူဟာ တဖြည့်ဖြည့်းပြည့်းပြည့်း စိတ်ဆင်းရဲ့လာလိမ့်မယ်။ သူတို့ဘဝထဲက ကောင်း
 တဲ့ အရာတွေကို တွေးမယ့်အစား သို့မဟုတ် သူတို့ဘဝထဲမှာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့
 မကောင်းတဲ့ အရာတွေကို ဘယ်လိုတိုးတက်အောင် လုပ်ရမလဲဆိုတာကို
 တွေးမယ့်အစား သူတို့ဟာ အတွေးဆိုး သံသရာထဲကို ရောက်သွားတတ်ကြ
 တယ်။ သူတို့ဟာ သူတို့အတိတ်ရဲ့ သုံယိုးတွေ ဖြစ်သွားကြတယ်။ အချို့က
 ရေး ကိစ္စကို နိုးရို့မှုတ်ကြတယ်။ အချို့တွေက ငယ်စုံက မပြည့်စုံခဲ့တဲ့
 ကလေးဘဝကိုတွေးပြီး မပျော်မဆွင်ဖြစ်ကြတယ်။ အချို့ကျပြန့်တော့ သူတို့၏
 ပြောလိုက်တဲ့ စကားအပေါ် တွေးပြီး ဝမ်းနည်းတာတို့၊ ၁၁၈

စားပွဲထိုး မချေမှင်ပြောတာကို ဒေါသဖြစ်တာတို့ စသဖြင့် အသေးအဖွဲ့တွေ အပေါ် ပူဟန်သောက ရောက်တတ်ကြတယ်။ သူတို့ဘဝရဲ့ ပျော်ချင်မှုတွေကို နိုင်မှုပန်မှုတွေ၊ ဒေါသတွေက စားပြေတိုက်နှုတာကို ခွင့်ပြုပေးထားတတ် ကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ တွေးခေါ်ပုံ တွေးခေါ်နည်းဟာ သူတို့ဘဝရဲ့ တက်လမ်းတွေ ကို ပိတ်ပင်လိုက်တယ်။ သူတို့ဘဝမှာ သူတို့ တကယ်လိုချင်တာမတွေရဖို့ စိတ်ရဲ့ စွမ်းအင်ကို အသုံးမပြုတတ်ကြဘူး။ ဘဝကို စီမံခန့်ခွဲချင်ရင် စိတ်ကို အရင်စိမ့် ၃၅% ရှုတယ်ဆိုတာကို သူတို့ သဘောမပေါက်ကြဘူး။ လူအများစုက စိတ်ရဲ့ စွမ်းအား ဘယ်လောက်ကြီးလဲဆိုတာကို သဘောမပေါက်ကြဘူး။ ငါလေ့လာဖူးသလောက် တကယ် အာရုံစုံစိုက်မှု အပြည့်နဲ့ လူတွေတောင် သူတို့စိတ်စွမ်းအင်ရဲ့ ၁၀၀ ပုံ ၁ ပုံကိုပဲ အသုံးပြုထားကြတာတဲ့။ လူတွေဟာ သူတို့မှာရှိတဲ့ စိတ်စွမ်းအင်ရဲ့ ၁၀၀%ကို အသုံးမပြုတတ်ကြသေးဘူး။ အာရုံစုံစိုက်ပါတယ်ဆိုတဲ့ လူတွေတောင် စိတ်စွမ်းအင်ရဲ့ ၁%လောက်ပဲ သုံးထားကြတာ။ ကျွန်တဲ့ စွမ်းအင်တွေကိုပါ သုံးနိုင်မယ်ဆိုရင် ဘာတွေလုပ် နိုင်မလဲ မင်းစဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ လူတွေ အသုံးမပြုနိုင် သေးတဲ့ စိတ်စွမ်းအင်တွေကို အသုံးပြုဖို့ လေ့ကျင့်လေ့ရှိကြတယ်။ သူတော်စင် ရာမန်ဆိုရင် သူရဲ့နှစ်လုံးခုနှစ်ဦးကို နှေ့သွားအောင် စိတ်နဲ့လုပ်နိုင်တယ်။ ရက် သတ္တပတ်များစွာ မအီပိစက်ဘဲ နေ့နိုင်အောင်လည်း သူလေ့ကျင့်ထားတယ်။ ဒါတွေကို မင်းလုပ်ရမယ်လို့ ငါဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ဆိုတာ သဘာဝ တရားက ပေးထားတဲ့ အကြီးမှားဆုံး လက်ဆောင်ကြီးဆိုတာကို မြင်အောင် ကြည့်စေချင်တာပါ။

‘အဲဒါဆို အသုံးပြုလို့ မရသေးတဲ့ စိတ်ရဲ့စွမ်းအင်တွေကို ရအောင် ငါလုပ်လို့ရမယ့် လေ့ကျင့်ခန်းတွေရှိလား’

‘လေ့ကျင့်ခန်းအကြောင်း အခုစိတ် ပူပါနဲ့ဆိုး ရွှေ့၊ ဒီရေးဟောင်း နည်းလမ်းတွေ ဘယ်လောက် အစွမ်းထက်ကြောင်း ပြသနိုင်မယ့် လက်တွေ နည်းလမ်းတွေ မင်းကိုပေးမှာပါ။ အခုလောလောဆယ်တော့ စိတ်ကိုထိန်းချုပ် နိုင်ခြင်းဟာ လေ့ကျင့်မှုကန့် လာတယ်ဆိုတာကို မင်းသိထားပို့ အရေးကြီး တယ်။ တကယ်တော့ ငါတို့ဘဝမှာ ငါတို့ထိန်းချုပ်ဖို့ ကြိုးစားလို့ရတာ စိတ် တစ်ခုပဲရှိတယ်။ ငါတို့ ရာသီဥတုကိုလည်း ထိန်းချုပ်လို့မရဘူး။ ငါတို့ ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေရဲ့ စိတ်နေ့စိတ်ထားကိုလည်း ထိန်းချုပ်လို့ မရဘူး။ ဒါပေမဲ့ ငါတို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အရာတွေပေါ် ငါတို့ ဘယ်လိုစိတ်ထား မလဲ ဆိုတာကိုတော့ ထိန်းချုပ်လို့ရတယ်။ ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးမှာ ဘယ်လို

တွေးမယ်ဆိုတာကို ထိန်းချုပ်လို့ရတဲ့စွမ်းအား ငါတို့မှာရှိတယ်။ ဒါဟာ ငါတို့ လူသားတွေမှာပဲရှိတဲ့ စွမ်းရည်ပါ။ သူတော်စင်ကြီးတွေနဲ့ အတူအောင် ငါသင်ယူခဲ့ရတဲ့ အဖိုးတန်အသိတစ်ခု မင်းကို ပြောပြရှိုးမယ်။ တကယ်တော့ ဘဝမှာ ဘယ်အရာမှ ပုံသေကားချုပ် မရှိဘူးဘွဲ့။ မင်းအမှန်းဆုံး ရှိနိုင်ဘာ လည်း တစ်ချိန်မှာ မင်းရဲ့ အချို့ဆုံးသူငယ်ချင်း ဖြစ်သွားနိုင်တာပဲ၊ လူ တစ်ယောက် နာကျင်ပူဇွဲးမေတဲ့ အဖြစ်အပျက်က အခြားသူတစ်ယောက် အတွက် အခွင့်အလမ်း ဖြစ်သွားနိုင်တာပဲ။ စိတ်ချမ်းသာတဲ့လူတွေနဲ့ စိတ်ဆင်းရဲ့ တဲ့သူတွေကို ခြေခြားလိုက်တဲ့အရာကာ သူတို့ပတ်ဝန်းကျင်က အဖြစ်အပျက်တွေကို သူတို့ ဘယ်လိုခဲ့ယူလဲဆိုတဲ့ အချက်ပဲ ဖြစ်တယ်။

‘ဂျိုလီယန်ရေး ငါနှည်းနည်း နားရှုပ်သွားပြီ။’ လူတစ်ယောက် နာကျင်ပူဇွဲးမေတဲ့ အဖြစ်အပျက်က အခြားသူတစ်ယောက်အတွက် ဘယ်လိုလုပ်ပြီး အခွင့်အလမ်း ဖြစ်နိုင်မှာလဲ။

‘မင်းကို ဥပမာ တစ်ခုခဲ့ ငါရှင်းပြုမယ်။ ငါ အီနိုယ်ကို ခရီးသွားတုန်း က ကာလက္ခားမြို့ကို ရောက်ခဲ့တယ်။ အဲဒီမှာ မာလီခါချိုး ဆိုတဲ့ အသက် ၆၄ နှစ်အရွယ် ကျောင်းဆရာမကြီးတစ်ယောက်နဲ့ တွေ့ဆုံ့ခဲ့တယ်။ သူက စာသင်ရတာကို ကြိုက်နှစ်သက်ပြီး တပည့်လေးတွေကိုလည်း သူရဲ့ ကလေး အရှင်းတွေလို့ ဆက်ဆံလေလို့တယ်။ သူရဲ့ဆောင်ပုဒ်တစ်ခုက သင့်ရဲ့ ငါ လုပ်နိုင်တယ် ဆိုတဲ့အတွေးက သင့်ရဲ့ ၁၂ ထက် ပိုအရေးကြီးတယ်’ တဲ့။ သူဟာ ကိုယ်ကျိုးမကြည့်ဘဲ အချားကို ကူညီတတ်သူဖြစ်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေ အားလုံးက သူကိုလေးစားကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်နှစ်တော့ မထင်မှတ် ထားတဲ့ အရာတစ်ခု ဖြစ်ခဲ့တယ်။ သူ ကလေးတွေကို စာသင်ပေးနေတဲ့ ကျောင်းလေးကို အမည်မသိ လူရမ်းကားတစ်ယောက်က ဖီးရှိုးခဲ့တယ်။ စံ၊ ဖြစ်ဖြစ်ချင်းမှာတော့ မိဘတွေနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေအားလုံး ဝပ်းနှည်းခဲ့ ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ အချို့ကြာလာတော့အမျှ မိဘတွေက သူတို့ရဲ့သားသမီးတွေ ကျောင်းမတက်ရတော့ ဘူးဆိုတဲ့ အချက်ကို တဖြည့်းဖြည့်း လက်ခဲ့ဖို့ ကြိုးစားလာကြတယ်။

‘မာလီခါကရော...’

‘မာလီခါကတော့ သူများနဲ့မတူတဲ့ သူတစ်ယောက်ဖြစ်တယ်။ ငါ တွေ့ဖူးသူမျှထဲမှာ အကောင်းမြင်တတ်ဆုံးလူသား ဖြစ်လို့မယ်။’ သူက ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေလို့ စိတ်လျော့တာမျိုး မရှိဘူး။ ဖြစ်ပျက်သွားတဲ့ အဖြစ်အားလုံး အားလုံးချုပ်မလဲဆိုတာပဲ သူစဉ်းစားတပ်း။ အဖြစ်အားလုံး။

ဆုတ်ပျော်မှာ၊ ကျော်းမှုတိုင်းမှာ ရယ့်စရာ အကျိုးကျေးဇူးတစ်ခုတော့ အမြန်တော်ကြောင်း ကျောင်းသား မိဘတွေကို ရှင်းပြတယ်။ ဒီအဖြစ်အပျက်ဟာ ရုပ်းကိုပြီးရောက်လာတဲ့ လက်ဆောင်တစ်ခုဖြစ်ကြောင်း မိဘတွေကို ပြော ပြုတယ်။ တကေသာတော့ မိုးလောင်ပြီး ပျက်စီးသွားတဲ့ကျောင်းက တော်တော် လေး ကောင်းစွမ်း စုတ်ပြတ်နေခဲ့တယ်။ အမိုးက မလုံးသလို့ ကြမ်းတွေမှာလည်း အပေါက်တွေ ရှိနေခဲ့တယ်။ ဒီလိုကျောင်း ပျက်စီးသွားတဲ့ အဖြစ်အပျက်ဟာ ပိမိကောင်းဖွံ့တဲ့ ကျောင်းလေး တစ်ကျောင်းကို အားလုံးအတူတူ ဆောက်ကြဖို့ အခွင့်အရေးတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြုတယ်။ အဲဒီ ငွေ့ နှစ်အချွဲယ် အာက အမျိုးသမီးကြီးရဲ့ ပြောဆိုမှုတွေကြောင့် ကျောင်းသားမိဘတွေက ရှိပုံငွေတွေ စုဆောင်းပြီး ကျောင်းအသစ် ဆောက်ဖြစ်သွားတယ်။

• အင်း...မင်းပြောတဲ့ အကြောင်းအရာက ရှေးဆိုရိုးလေးတစ်ခုနဲ့ ဆင်တယ်။ • ရေတစ်ဝက်ရှိတဲ့ ဖန်ခွက်ကို အချို့က ရေတစ်ဝက်ပဲ ရှိပါလားလို့ မြင်ပြီး အချို့က ရေတစ်ဝက်ကြီးတောင် ပြည့်နေတယ်လို့ မြင်တယ်”ဆိုတဲ့ ဆိုရိုးလေး။

• အဲဒီ သဘောတရားလိုပါပဲ။ ဘဝမှာ မင်းအပေါ် ဘယ်လို အဖြစ် အပျက်မျိုးတွေပဲ ဖြစ်ပျက်နေပါစေ။ အဲဒီအဖြစ်အပျက်တွေကို ဘယ်လိုတူးပြန် မလဲဆိုတာ မင်းကိုယ်တိုင် ရွှေးချယ်လို့ရတယ်။ ကိုယ် ပြောင်းလဲလို့မရတဲ့ အဖြစ်အပျက်တိုင်းမှာ ကောင်းတဲ့အကွက်ကို ရွှေးကြည့်တတ်လာရင် မင်း ဘဝမှာ စိတ်ချမ်းသာမှုတွေ အများကြီးရလာလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ အကောင်းဆုံး လောကနိယာမတွေထဲက တစ်ခုပဲ။

• မင်းပြောတဲ့ အလေ့အကျင့်မျိုးရှိပုံးဆိုတာ စိတ်ကို ထိန်းချုပ်တတ် အောင် ကြိုးစားတာက စ, ရမှာ မဟုတ်လား။

• အမှန်ပဲ ရွှေ့နှစ်။ ဘဝမှာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အောင်မြင်မှုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အောင်မြင်မှုပဲ ဖြစ်ဖြစ် အဲဒီအရာတွေ အားလုံးက ပခုံးနှစ်ဖက် ကြားမှာရှိတဲ့ မင်းရဲ့ခေါင်းကပဲ စတင်လေ့ရှိတယ်။ တိတိကျကျပြောရမယ်ဆိုရင် မင်းရဲ့ခေါင်းဆိုတာ မင်းရဲ့ စိတ်ဥယျာဉ်ပဲ။ မင်းရဲ့ စိတ်ဥယျာဉ်ထဲကို မိနစ်တိုင်း စက္ကန့်တိုင်း ဘာတွေမင်းထည့်နေလဲဆိုတာက အရမ်းအရေးကြီးတယ်။ အပြင် ဘက်က အရာတွေဟာ တကယ်တော့ အတွင်းစိတ်ရဲ့ ပြယုဂ်တစ်ခုပဲ။ ဘဝမှာ ဖြစ်ပျက်လာတဲ့ အရာတွေကို ဘယ်လို တူးပြန်မယ်ဆိုတာကို မင်းထိန်းချုပ်နိုင် မယ်ဆိုရင် မင်းရဲ့ကြော်ကိုပါ ထိန်းချုပ် လာနိုင်လိမ့်မယ်။

• မင်းပြောတာ အရမ်းအဓိပ္ပာယ်ရှိတယ် ဂျုလီယန်။ ဒီအကြောင်း

အရာတွေကို သေသေချာချာ အခိုန်ပေးပြီး မစဉ်းစားမိလောက်အောင် ၅
တော်တော်လေးကို အလုပ်တွေများနဲ့တယ်။ ငါ ဥပဒေကျောင်းတက်တည်းက
ငါရဲ့ အချိစ်ဆုံးသူငယ်ချင်း အဲလက်စိက စိတ်ခွန်အားပေးတဲ့ စာအုပ်တွေ
ဖတ်လေ့ရှိတယ်။ အဲဒီစာအုပ်တွေက သူ့ကို အမြဲတမ်း အင်အားတွေပေးပြီး
သူဘဝကို ရှေ့ဆက်ဖို့ ခွန်အားတွေ ဖြစ်စေတယ်လို့ သူပြောလေ့ရှိတယ်။ သူ
ပြောပြဖူးတာက ‘အကျပ်အတည်း သို့မဟုတ် ခက်ခဲတဲ့ကာလ(Crisis)’ဆိုတဲ့
စလုံးကို တရာတ်စာများ စကားလုံး ၂ လုံးနဲ့ ပေါင်းတယ်တဲ့။ တရာတ်စာများ
Crisis ကို ပေါင်းထားတဲ့ စကားလုံး ၂ လုံးက အန္တရာယ်(Danger) နဲ့ အခွင့်
အလမ်း(Opportunity) တဲ့။ ကြည့်ရတာ ရှေးဆောင်က တရာတ်လူမျိုးတွေတော်
ဘဝရဲ့ အမှာင်ဆုံး အနိဂုံးအတန်တွေများ အခွင့်အလမ်းတွေ ပါလာတတ်တာကို
သိခဲ့ပုံပဲ။ အခက်အခဲ၊ အန္တရာယ်ထဲများ အခွင့်အလမ်းကို ရှာဖွေရဲတဲ့ သတ္တိရှိဖို့
တော့ လိုတာပေါ့နော့

‘ဟုတ်တယ် ပျော်’ အဲဒါန့်ပတ်သက်လို့ သူတော်စင် ရာမန် ပြောပြဖူး
တာကို မင်းကို ငါပြောပြမယ်။ သူတော်စင် ရာမန်က ‘ဘဝများဆိုတာ
မရှိဘူး။’ သင်ခန်းစာပဲ ရှိတယ်။ ဘဝများ အနုတ်လက္ခဏာဆောင်တဲ့ အတွေ့
အကြံ့ဆိုတာ မရှိဘူး။ တိုးတက်ဖို့ သင်ယူဖို့၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိုတိန်းချုပ်တတ်
နိုင်ပို့ အခွင့်အရေးတွေပြရှိတယ်။ ရှုန်းကုန်မှုတွေက အင်အားတွေ ဖြစ်လာ
တယ်။ နာကျင်ခြင်းဆိုတဲ့အရာတောင်မှ အကောင်းဆုံးဆရာဖြစ်နိုင်တယ်’လို့
ငါကို ပြောခဲ့ဖူးတယ်’

‘နာကျင်မှု ဟုတ်လား... ဂျူလီယန်’

‘ဟုတ်တယ် ပျော်’ နာကျင်မှုကို လွန်မြောက်ဖို့ဆိုတာ အရင်ဆုံး
နာကျင်မှုကို ခံစားရတယ်။ နာကျင်မှုဟာ ဆရာကောင်းတစ်ယောက်လည်း
ဖြစ်တယ်။ နာကျင်မှုကို ငါတို့ ကျော်လွှားလို့မရဘူး။’ နာကျင်မှုဆိုတာ ဖြတ်
ကျော်ရမယ့် အရာဖြစ်တယ်’

‘ဆိုးလွှားတဲ့အရာတွေခံစားရှုံးမှ ကောင်းမွန်တဲ့အရသာကို ပီပီပြင်ပြင်
ခံစားတတ်မှာလို့ မင်းပြောချင်ကာ မဟုတ်လား’

‘အေး ဟုတ်ဘယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ခုတော့ အကြံ့ပေးမယ်ကွဲ’ ပတ်ဝန်း
ကျင်မှာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အရာတွေကို ကောင်းတယ်၊ ဆိုးတယ် စသဖြင့်
ဆုံးဖြတ်နှုတ်တာကို မင်း ရပ်သင့်တယ်။ အဲဒီအား ဒီအတိုင်းပဲ ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်း
မင်းကို သင်ခန်းစာအသစ်တွေ သင်ယူပါ။ ဘဝများ ဖြစ်ပျက်တဲ့ အရာတိုင်း။

တရာ့ လုပ်ခဲ့

က မင်းရဲ့ စိတ်အတွင်းပိုင်းကို ရင့်ကျက်လာစေပြီး မင်းရဲ့ဘဝအပြင်ပိုင်းမှာ လည်း ပိုမိုသောင်မြင်မှုတွေကို ရရှိလာစေတယ်။ အဲဒီအခက်အခဲတွေမရှိဘဲ မင်းဘဝက တိုးတက်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။ လူအများစုက သူတို့ဘဝရဲ့ အခက် အခဲဆုံး စိန်ခေါ်မှုတွေကို ကျော်ဖြတ်ရင်း တိုးတက်လာကြတာဖြစ်တယ်။ မင်းဘဝမှာလည်း အခက်အခဲဆိုတာ ရှိမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ မင်း မျှော်မှန်းထားသလို ဖြစ်မလာတဲ့အခါ စိက်ပျက်လျော့ရှိတယ် မဟုတ်လား။ အဲဒီအချိန်ဆိုရင် လောက နိယာမအရ တံခါးတစ်ပေါက် ပိတ်သွားရင် အခြားတံခါးပေါက်တစ်ခု ပွင့် တတ်တယ်ဆိုတာကို မင်း သတိရဖို့လိုတယ်။ အခုပြာမေ့တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို နှုတိုင်းကျင့်သုံးရင် လောကမှာ ဖြစ်ပျက်သမျှ အဖြစ်အပျက်တိုင်းကို အဖြစ် အပျက်ကောင်းကျေအဖြစ် ပြောင်းလဲတတ်လာလိမ့်မယ်။ စိုးရိမိခြင်းဆိုတာလည်း မင်းဆီကန္တ ပျောက်ကွယ်သွားလိမ့်မယ်။ အတိတ်ရဲ့ အကျဉ်းသား ဘဝကန္တ လွတ်မြောက်လာပြီး အနာဂတ်ကို ပုံဖော်တုဆစ်သူ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

‘ဟုတ်ပြီ၊ မင်းပြောတဲ့ ဆိုလိုရင်းကို ငါနားလည်လာပြီ။ ဘဝမှာ ဘယ်လိုအရာတွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အဆိုးသွားဆုံး အဖြစ်အပျက်တွေမှာတောင် သင်ခန်း စာဆိုတာ ပါလာတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဖြစ်ပျက်သမျှ အရာတိုင်းကန္တ သင်ယူဖို့ ငါကြိုးစားရမယ်။ အဲဒီလိုဆိုရင် ငါပိုပြီး စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်လာမှာ ဖြစ်သလို ပိုလည်း ပျော်ဆွင်လာလိမ့်မယ်။ အဲဒါပြီးတော့ရော...ငါ ဘတွ ထပ်လုပ်လို့ရသေးလဲ’

‘ပထမဆုံး မင်းလုပ်ရမှာက ရဲရဲတင်းတင်း စိတ်ကူးယဉ်ရဲဖို့ပဲ။ ပြီးရင် အဲဒီစိတ်ကူးကို အကောင်အထည် ဖော်ရဲရမယ်။ အတိတ်မှုတ်ညာက် ထဲမှာ နေတာကို ရပ်လိုက်တော့’

‘ငါသိပ်နားမလည်ဘူး ဂျူလီယန်၊ နည်းနည်းလောက ထပ်ရှင်းပြ ပါလား’

‘ငါပြောချင်တာက ဒီလိုကွာ။ မင်းရဲ့စိတ်ကို လွတ်လွတ်လပ်လပ် ပုံသန်းခွင့်ပေးဖို့လိုတယ်။ မင်းရဲ့ စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက်တွေကို ရဲရဲတင်းတင်း တွေးရဲဖို့လိုတယ်။ လောကကြီးမှာ အရာရာတိုင်းဟာ ၂ ကြိမ် ဖန်တီးယူရတယ်။ ပထမတစ်ကြိမ်ကို အတွေးထဲမှာ ဖန်တီးတာဖြစ်ပြီး နာက်တစ်ကြိမ်က အပြင် မှာ ဖန်တီးတာဖြစ်တယ်။ ပြင်ပလောကမှာ ဖြစ်လာတဲ့ အရာတော်တော်များများ က မင်းရဲ့ စိတ်ကူးဖန်သားပြင်ပေါ်မှာ ပေါ်ပြီးသားတွေချည်းပဲ။ မင်းရဲ့ အတွေး တွေကို ထိန်းချုပ်ပြီး မင်းလိုချင်တဲ့ အရာတွေကို မျက်လုံးထဲ ကွင်းကွင်းကွက် ကွက်ပေါ်အောင် စဉ်းစားပါများရင် မင်းရဲ့ အတွေးတွေ တကယ်ဖြစ်လာဖို့

ရာခိုင်နှုန်း ပိုများလာလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့စိတ်မှာ စွမ်းအင်တွေရှိတယ်။ မင်းက
သောခတ်ယားလိုသာ စိတ်က အျေမ်းပြခွင့်မရတာ။ တကယ်တစ်း မင်းရဲ့စိတ်နှု
ဖွင့်ပေးပြီး စိတ်ကူးယဉ်ခဲ့လာတဲ့အခါ အံ့မခန်း အဖြစ်အပျက်တွေ တွေ့ကြော်လာ
လိမ့်မယ်။ ဒီဥက္ကလာပြီး အတိတ်ကို မေ့လိုက်တော့ ပျော်။ လက်ရှိ မင်းရဲ့
အခြေအနေထက် ပိုပြီးကောင်းမွန်တဲ့ အခြေအနေကစ်ခုကို မင်း ပိုင်ဆိုင်နှင့်
တယ်လို့ ရဲရဲတင်းတင်း စိတ်ကူးယဉ်လိုက်။ နောက်တစ်ခု ပြောရှုံးမယ်
ပျော်။ ငါ ရှုံးနေသာဝမှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကျင်လည်ခဲ့ပြီးနောက် ငါကိုယ်ငါ
အရမ်းသို့၊ အရမ်းတတ်ကဲ့ သူတစ်ယောက်လို့ ထင်ခဲ့ဖူးတယ်။ ငါအကောင်းဆုံး
ကျောင်းတွေမှာကာက်ခဲ့ပြီး ဥပဒေစာအုပ် တော်တော်များများကို ငါဖတ်ခဲ့တယ်။
ငါလေးစားရတဲ့ မာမည်ကျော်ရှုံးတွေနဲ့လည်း အလုပ်အတွေတူ တွဲလုပ်ခဲ့ဖူး
တယ်။ ငါက ဥပဒေလောကမှာတော့ အောင်နိုင်သူ တစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ဖြစ်ခဲ့
လိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဘဝမှာတော့ ကျရှုံးသူတစ်ယောက် ဖြစ်နေခဲ့
တယ်။ ပျော်ရွင်စရာ၊ ဇီမ်ခံစရာတွေကို ရှာဖွေရင်းနဲ့ ငါဘဝမှာ အရေးကြီးတဲ့
အသားအဖွဲ့လေးတွေအားလုံးကို ပစ်ပယ်ထားခဲ့မိတယ်။ ငါအဖေ ပြောပြတဲ့
စာအုပ်ကောင်းတွေကို ကစ်အပ်မှ ငါမဖတ်ခဲ့ဘူး။ ငါဘဝမှာ မိတ်ဆွေကောင်း
လည်း နည်းပါးခဲ့တယ်။ ငါ ဂိုဏ်လည်း မခံစားတတ်ခဲ့ဘူး။ ငါရဲ့ နှလုံး
စာ၊ ဖောက်ပြီး မူးလဲဘွားတဲ့အချိန်မှာသာ အသိတွေ ဝင်လာခဲ့တာ။ ဘဝက
ငါကို သတိပေးခေါင်းလောင်း ခေါက်ပြလိုက်မှပဲ ငါတကယ်နှီးလာခဲ့တယ်။
အဲဒီလို အသိဝင်လာခဲ့တာကို ကံကောင်းတယ်လို့ ငါကတော့ ယူဆတယ်။
ဘဝကို ပျော်ပျော်ရွင်ရွင် ဖြတ်သန်းစို့ ဒုတိယမြောက် အခွင့်အရေးရလိုက်
သလိုပဲ့။ မင်းကို ငါပြောပြခဲ့တဲ့ အပျိုးသမီးကြီး မာလီခါချုံးလိုပဲ ဘဝရဲ့
နိုင်ခဲ့တယ်။

၁၇၅ ရှာဖွေ
 ဂျာလိယန်ဟာ အပြင်သို့မှာတင် နဲပါးလာတာမဟုတ်ဘဲ အတွင်း
 မိတ်ထဲမှာပါ အများကြီး အသိတွေရလာတာကို ကျွန်တော် သတိထားမိလိုက်
 တယ်။ ဒီစကားရိုင်းဟာ မိတ်ဆွဲပောင်း တစ်ယောက်နဲ့ ပြောနေတဲ့ စကားရိုင်း
 တစ်ခုထက် ပိုတယ်ဆိုတာကို ကျွန်တော် သဘောပေါက်လာတယ်။ ဒီညာဟာ
 ကျွန်တော်ဘဝရဲ့ အချိုးအကျော်တစ်ခုလည်း ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ ကျွန်တော်
 ဘဝမှာ ဘာတွေမှားမေ့ခဲ့လဲ ကျွန်တော်တွေးမိလာတယ်။ ကျွန်တော်မှာ မိသားစု
 လေးတစ်ခုရှိပြီး ကျွန်ကော်ဟာ လူသိများတဲ့ ရှိနေစာစ်ယောက်ပါ။ ဒါလော်
 တစ်ခါတလေ ကျွန်တော်တစ်ယောက်တည်း ရှိနေတဲ့ အချို့ကြော

ဘဝက ဒီထက်ပိုနိုင်တယ်လို့ တွေးမြော့ ရှိတယ်။ တစ်ခါကလေ ဘဝဟာ
ဟောတာကြီး ဖြစ်မဲတယ်လို့ ကျွန်တော် နဲ့အမြဲ့ကယ်။ ကျွန်တော်တယ်စဉ်
က စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေ ကြီးကြံးမားမား မက်ခဲ့ဖူးတယ်။ ကျွန်တော်ကိုယ်
ကျွန်တော် အားကာားမှာ လူးချို့သူတော်ဆောင်အဖြစ် မြဲ့ယောင်ကြည့်ပြီး
စိတ်ကူးယဉ်ဖူးသလို အောင်မြင်တဲ့ စီးပွားရေးသမားတစ်ယောက်အဖြစ်လည်း
မြင်ယောင်ကြည့်ခဲ့ဖူးတယ်။ ငယ်ငယ်တုန်းကရတော့ ကျွန်တော် တကယ်လုပ်နိုင်
ထိန်မယ်လို့ ယုံကြည့်ခဲ့ဖူးတယ်။ ငယ်ငယ်တုန်းက ပျော်စရာတွေလည်း အရမ်း
များခဲ့တယ်။ အသေးအခြားရာလေးတွေမှာတောင် ပျော်ချင်မှုများတွေကို ရှာဖွေတတ်
ခဲ့တယ်။ ညနေဘက် တော့အပ်အစပ်နားမှာ စက်ဘီးစီးရတာလေးကိုလည်း
ကျွန်တော် နှစ်သက်ခဲ့ဖူးတယ်။ ကျွန်တော်က အရမ်းရုံးစံးတဲ့ ကလေး
တစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး စွန့်စွဲ့စားစား လုပ်ရတာတွေလည်း ကြိုက်နှစ်သက်ခဲ့တယ်။
အနာဂတ်မှာ ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ အရာတွေမှာ ဘက်နှင့်အသတ်မရှိဘူးလို့ ငယ်စဉ်က
ယူဆခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို့ ငယ်စဉ်က လွှတ်လပ်ခြင်း၊ ပျော်ချင်ခြင်းမျိုးတွေ
ကျွန်တော် မခံစားရတာ တော်တော်ကြာခဲ့ပြီ။ အရွယ်ရောက်လာတော့ စိတ်ကူး
အိပ်မက်တွေမှာကိုကို မလိုက်ခဲ့တော့ဘူး။ အရွယ်ရောက်တဲ့သူတွေ ပြုမှုသလို
ပြုမှုရမယ်ဆိုပြီး စိတ်ထဲထည့်လိုက်တယ်။ ဥပဒေကျောင်းကို ရောက်တဲ့အခါမှာ
လည်း ရှုံးနေတစ်ယောက်လို့ ပြုမှုပဲ့ ပြောင်းလဲသင်ယူခဲ့ရတယ်။ အဲဒီအချိန်
ကတည်းက ကျွန်တော်ရဲ့ငယ်ဘဝ လွှတ်လပ်ခြင်းတွေနဲ့ အဆက်အသွယ်
ပြတ်သွားခဲ့တယ်။ ဂျူလီယန် ပြောပြတာတွေ နားထောင်ပြီးမှပဲ ကျွန်တော်ဘဝ
အကြောင်း ပိုတွေးမိလာခဲ့တယ်။ ဂျူလီယန်က ကျွန်တော်တွေးနေတာကို
ရိပ်မိသွားပုံရတယ်။

‘ငါပြောတဲ့ စကားတွေမြှောင့် မင်းဘဝအကြောင်း တွေးနေပြီလား။
မင်းရဲ့ ဘဝရည်မှန်းချက်တွေကို ပြန်တွေးကြည့်ပါ ရွှေ့။ ငယ်ငယ်က တွေးခဲ့
သလိုပေါ့။ ရှိုးနှပ်စီးဆော်ရွက်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ပြောပျော်တာလေးတစ်ခုရှိတယ်။
‘ကျွန်တော်မှာ စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက်တွေရှိသလို အိပ်မက်ဆိုးတွေ
တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်ရဲ့ စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက်တွေမြှောင့် အိပ်မက်ဆိုးတွေ
ကို ကျော်ဖြတ်နိုင်ခဲ့တယ်’ တဲ့။ မင်းရဲ့ ဖုန်တက်နေတဲ့ အိပ်မက်ဟောင်းတွေကို
ဖုန်ခါလိုက်ပါ ရွှေ့။ ဘဝကို ပြန်စပါ။ အဖြစ်အပျောက်အားလုံးကို ပျော်ပျော်ချင်
ဆင်နဲ့လိုက်စမ်းပါ။ မင်းစိတ်ရဲ့စွမ်းအင်ကို ယုံကြည့်ပါ။ မင်းကိုယ်တိုင် ပြင်း
ပြင်းထန်ထန် ယုံကြည့်လာရင် ကျွန်တာတွေက အလိုလို အဆင်ပြေလာလိမ့်
မယ်။ ယုံကြည့်ချက် ပြင်းထန်ရင် တွေ့သမျှ အခက်အခဲအားလုံးကို မင်း

ကျော်ဖြတ်နိုင်လိမ့်မယ်”

ဂျူလီယန်ဟာ စကားပြောနေရင်းနဲ့ သူဝတ်ဆင်ထားတဲ့ အနိုရှေ့ငွေအာရုံးကြီးရဲ့ အောက်ကို လက်ထည့်ပြီး ကတ်သေးသေးလေးတစ်ခုကို ထုတ်ပျော်ပါပါတယ်။ လိပ်စာကတ် အချေယ်အေား လောက်ရှိတဲ့ ကတ်လေးပါ။ ကတ်လေးက မကြာခဏ အသုံးပြုထားလို့လားမသို့၊ အနားစတွေ ပြီနေပါတယ်။ ဂျူလီယန်က ကတ်လေးကို ထုတ်ပြီးနောက် စကားဆက်ပြောပါတယ်။

‘တစ်နှုန်းမှာ ငါနဲ့ သူတော်စင် ရာမန်တို့ လမ်းလျှောက်ထွက်ဖြစ်နဲ့ ကြတယ်။ စကားတွေပြောကြရင်းနဲ့ သူအကြိုက်ဆုံး အတွေးအခေါ် ပညာရှင်က ဘယ်သူလဲလို့ ငါမေးခဲ့တယ်။ သူက သူ့ဘဝမှာ လေးစားအားကျေရတဲ့သူတွေ အများကြီးရှိပြီး တစ်ယောက်တည်း ရွှေးထုတ်ပြန့် ခက်ကြောင်း ငါကို ပြန်ဖြေ ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူအမြိုတစ်း မှတ်သားထားတဲ့ အဆိုအမိန့်တစ်ခုတော့ ရှိကြောင်း ပြောပြုတယ်။ အဲဒီအဆိုအမိန့်လေးကို သူပြောပြုခဲ့တယ်။ ငါလည်း အဲဒီအဆို အမိန့်လေးကို အသည်းထဲခွဲအောင် မှတ်ထားတယ်။ ငါတို့ရဲ့ ဖြစ်တည် မှုနဲ့ ငါတို့ ဘာတွေလုပ်နိုင်လဲဆိုတာကို ဒီအဆိုအမိန့်လေးက နှုန်းတိုင်း သတိပေး နေတယ်။ ဒီအဆိုအမိန့်က နာမည်ကျော် အိန္ဒိယ အတွေးအခေါ်ပညာရှင်ပါတန်ကျာလီဆီကန္ဒ ပေါက်ဖွားလာခဲ့တာ။ မနက်တိုင်း ငါတရား မထိုင်ခင် ဒီအဆိုအမိန့်ကို အသံထွက်ပြီး ဆိုလေ့ရှိတယ်။ အဲဒီလိုလုပ်ခြင်းဟာ ငါရဲ့ တစ်နှုတာ ဖြစ်ပျက်သမျှအရာတွေအပေါ်မှာ သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း ငါ သတိထားမိလာတယ်။ စကားလုံးတွေဆိုတာ ပါးစပ်နှုန်းဖော်ထားတဲ့ စွမ်းအင် တစ်မျိုးဆိုတာ အမြိုမှတ်ထားပါ ညှို့။ စကားလုံးတွေက အရမ်းကို စွမ်းအားကြီး ပါတယ်’

အဲဒီနောက်မှာတော့ ဂျူလီယန်က ကျို့တော့ကို သူ့လက်ထဲကကတ်လေးကိုပြုပါတယ်။ ကတ်လေးပေါ်မှာ ရေးထားတာကတော့ ‘လူတစ်ယောက်အဲဒီလျှော့ အတွေးတွေဟာလည်း ကြီးမားမှုလိမ့်မယ်။’ အဲဒီလျှော့ စိတ်အားတက်ကြွေ့တဲ့အခါမှာ အကျိုအသတ်တွေကို ကျော်လွှားသွားလိမ့်မယ်။ အဲဒီလျှော့ အသိတ်ဟာလည်း တက်ကြွော့ဆုံးမှုပြီး အရမ်းမှုလိုလိုကောင်းတဲ့ ကမ္ဘာကြီးထဲ ရောက်နေသလို ခံစားမိလိမ့်မယ်။ အရင်တုန်းက ကိန်းဝပ်ဇူးသက်နေတဲ့ အင်အားတွေ၊ ကိုယ်တိုင်ဟာလည်း အရင်မှုမတုဘဲ ရို့စောင်းမှုတဲ့ လူတစ်ယောက် ပြစ်လာ တာကို သတိထားမိလိမ့်မယ်’ ဆိုတဲ့ စာသားတွေ ဖြစ်ကြော် ပြစ်လာ

အခြား ဖတ်အပြီးမှာ ကျွန်တော်ရဲ့ စိတ်နဲ့ခန္ဓာ ဘယ်လောက် ဆက်န္တယ်နေ့လဲဆိုတာကို သိလိုက်ရတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ အရင်တူနှုန်းက ဂျူလီယန် မဟုတ်တော့ဘူး။ တော်တော်လေးကို နှပါးမျှပြီး ဒါဟာ စိတ်နဲ့ အရမ်းဆိုင်တယ်ဆိုတာ ကျွန်တော် သဘောပေါက်လိုက်တယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူရဲ့ မေတ္တာမှုပုံစံတွေကို ပြောင်းလဲလိုက်တာမှန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါတွေ အားလုံးစတင်ဖြစ်တည်တဲ့မေရာဟာ စိတ်ပါပဲ။ အပြင်ယန်း အောင်မြင်မှုတွေဟာ အတွင်းပိုင်း အောင်မြင်မှုတွေက စတင်လာပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူအတွေး တွေကို ပြောင်းလဲလိုက်တာကြောင့် သူရဲ့ ဘဝဟာလည်း ပြောင်းလဲလာခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။

‘မင်းလိုမျိုး အကောင်းမြင်ပြီး စိတ်ဓာတ် တက်တက်ကြွကြွဖြစ်နေ အောင် ငါဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ ဂျူလီယန်း။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်တွေအတွင်း ငါရဲ့ စိတ်အင်အားတွေဟာ တဖြည့်ဖြည့်းလျှော့နည်းလာပြီး ငါအတွေးတွေကိုလည်း မထိန်းချုပ်နိုင်တော့ဘူး။ ငါရဲ့ စိတ်ဥယျာဉ်ထဲမှာ ပေါင်းမြက်တွေ ပေါက်ချင် တိုင်း ပေါက်နေကြပြီ’

‘စိတ်ဆိုတာ အကောင်းဆုံး အစောင်းပါ။ ဒါပေမဲ့ အဆိုးရွားဆုံး သခင်လည်း ဖြစ်နေတတ်တယ်။ မင်းဟာ အဆိုးမြင်အတွေးတွေနဲ့ ပြည့်နက် နေတဲ့ လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပြီဆိုရင် မင်းရဲ့ စိတ်ကို ဂရမစိုက်ခဲ့မိတာ သေချာတယ်။ မင်းရဲ့စိတ်ကို ကောင်းမွန်တဲ့အရာတွေပေါ်မှာ အာရုံစုံစိုက် တတ်အောင် လေ့ကျင့်ဖို့ မင်း အချိန်မပေးခဲ့တာ သေချာတယ်။ ဝင်စတုန်ချာချိ က ပြောဖူးတဲ့ စကားလေးတစ်ခုရှိတယ်။ ’ဘဝမှာ ကောင်းမွန်တဲ့အရာတွေ ပိုင်ဆိုင်ဖို့ ပေးချေရမယ့် တန်ကြေးက အတွေးတိုင်းအပေါ်မှာ တာဝန်ယူခြင်းပါ’ တဲ့။ ကောင်းမွန်တဲ့အရာတွေ ဘဝမှာရရှိပို့ မင်းလုပ်ရမှာက အတွေးတွေကို ဂရမစိုက်ဖို့ပဲ။ စိတ်ဆိုတာ ခန္ဓာကိုယ်က ကြွက်သားတွေလိုပဲ မလေ့ကျင့်ဘဲထားရင် တိုးတက် သန်မှာလာမှာ မဟုတ်ဘူး။

‘ငါတို့ရဲ့စိတ်ကို မလေ့ကျင့်ဘဲထားရင် အင်အားနည်းပြီး ပျော်ည့် လာလိမ့်မယ်လို့ မင်း ပြောချင်တာလား’

‘မှန်တယ် ဗျာ့။ ဥပမာ မင်းရဲ့ လက်မောင်းကို ပိုပြီး သန်မှာလာ စေချင်တယ်ဆိုရင် လေ့ကျင့်မှ ရလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ ခြေထောက် ကြွက်သား တွေကို ပိုပြီးသန်မှာလာစေချင်ရင်လည်း လေ့ကျင့်မှ ရလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့စိတ်ကို လေ့ကျင့်ပြီး အသုံးချေမယ်ဆိုရင်လည်း မယုံနိုင်စရာ ရလှို့တွေ မင်းရလာလိမ့်မယ်။ စိတ်ကို ဘယ်လိုအကျိုးရှိရှိ အသုံးချေရမလဲဆိုတာ သိသွားရင် မင်းဘဝမှာ

လိုချင်တဲ့ အရာတွေ ရလာလိမ့်မယ်။ ကျွန်းမာရေးလည်း ကောင်းလာလိမ့်မပြု၊
တည်းစီမံပြီး အေးချမ်းတဲ့ စိတ်မျိုး မင်းရလာလိမ့်မယ်။ လူတစ်ယောက်တွေးတဲ့
အရာတွေက အဲဒီလူရဲ့ဘဝကို ပုံဖော်ပေးတယ်။ အေးချမ်းပြီး အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့
ဘဝလေးလိုချင်တယ်ဆိုရင် အရင်ဆုံး အေးချမ်းပြီး အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ အထွေးသွေး
တွေးဖို့လိုတယ်”

• ‘အဲဒီလို တွေးတတ်ဖို့ ဖြတ်လမ်းနည်းရှိလား... ဂျာလိယန်’

• ‘ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ... မျှနှု’

• ‘ဒီလိုကွာ၊ ငါက မင်းပြောပြတာတွေကို တတ်မြောက်ချင်တယ်။
ဒါပေမဲ့ ငါက စိတ်မရည်တတ်ဘူး။ အခုချက်ချင်း သုံးလို့ရမယ့် လေ့ကျင့်ခန်း
သို့မဟုတ် နည်းလမ်းတစ်ခုခု မရှိဘူးလား။ ငါရဲ့ တွေးခေါ်ပုံ တွေးခေါ်နည်းကို
အခု ဒီအခန်းထဲမှာပဲ ပြောင်းလဲလို့ရမယ့် နည်းလမ်းမျိုးပေါ့’

• ‘ဖြတ်လမ်းနည်းတွေက အလုပ်မဖြစ်ဘူးကွာ။ ကြာရည်ခံတဲ့ ပြောင်းလဲ
မှုတွေဆိုတာ အေးထုတ်မှုလိုသလို အချိန်အတိုင်းအတောတစ်ခုလည်း လိုတယ်။
ဂိုယ့်ကိုယ်ကို ပြောင်းလဲဖို့ အဓိက အကျခုံးက စိတ်ရည်ဖို့ပဲ။ မင်းဘဝကို
ပြောင်းလဲဖို့ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာလိမ့်မယ်လို့ ငါဆိုလိုတာ မဟုတ်ဘူးနော်။
ငါပြောပြနေတဲ့ အရာတွေကို တစ်လတိတိ မပျက်မကွက် မင်း အသုံးပြုမယ်
ဆိုရင် ရလာမယ့်ရလဒ်ကို မင်းအဲသွေးသွေးလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို ဖြစ်လာဖို့
ဆိုတာ ရလဒ်ကိုချည်းပဲ တွေးနေလို့မရဘူး။ အဲဒီအစား မင်းလုပ်ရမယ့်အရာတွေ
နှေစဉ် စိတ်ပါပါလုပ်ဖို့လိုတယ်။ ထွက်လာမယ့် ရလဒ်ကို ဂရှမစိုက်လေလေ
မင်း အမြန်ဆုံး ရလဒ်ကို တွေ့ဖို့ နှီးစပ်လေလေပဲ’

• ‘ဘာကြောင့် အဲဒီလို ဖြစ်တာလဲ’

• ‘ရှေးဟောင်း ပုံပြင်လေးတစ်ပုဒ်နဲ့ တူတယ်ကွာ။ ကောင်လေး
တစ်ယောက်ဟာ မာမည်ကျော် ပညာရှိ ဆရာကြီးတစ်ယောက်ဆီမှာ ပညာတွေ
သင်ဖို့ အီမာန် ထွက်ခွာသွားခဲ့တယ်။ နှာမည်ကျော် ပညာရှိဆရာကြီးကို
တွေ့တော့ ကောင်လေးက ကျွန်ုတ်တော် ဆရာလို ပညာရှိတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့
နှစ်ကြာလိမ့်မယ်’လို့ ပြန်ဖြတ်တယ်။ ပညာရှိဆရာကြီးက က
က ကျွန်ုတ်တော် ဂ ဆလောက် ပိုကြီးစားပြီး လေ့လာရင်ရော့လို့ မေးလိုက်
တယ်။ အဲဒီအခါး ပညာရှိဆရာကြီးက အဲခါခို ၁၀ နှစ် ကြာလိမ့်မယ်’လို့
ဖြစ်လိုက်တယ်။ ကောင်လေးက အဲသွေးသွေးတယ်။ ၁၀ နှစ် ကြာလိမ့်မယ်’လို့
အဲဒီက တော်တော် ကြာလွန်းတော်ပဲ။ ကျွန်ုတ်တော်တော်လားပျုံ။

လေ့လာရင်ရော့လို့ ထပ်မေးလိုက်တယ်။ ပညာရှိဆရာကြီးက ၊ အဲဒါဆိုရင် ဘျေ နှစ် ကြာလိမ့်မယ် ၊ လို့ ဖြေလိုက်တယ်။ ကောင်လေးက ခေါင်းရှုပ်သွားပြီး ၊ ကျွန်တော်က အင်အားပိုစိုက်ပြီး ကြိုးစားမယ်ပြောတိုင်း ဘာလို့ အခိုန်က ပိုကြာသွားရတာလဲဗျာ့လို့ မေးလိုက်တယ်။ ပညာရှိဆရာကြီးက ၊ အဖြေက ရှင်းပါတယ်။ မင်းမှာ မျက်လုံးနှစ်လုံးရှိတယ်။ တစ်လုံးက မင်းရဲ့ ပန်းတိုင်ပေါ် မှာ ပုံသေထားလိုက်ရင် ကျွန်တဲ့တစ်လုံးက မင်း အဲဒီပန်းတိုင်ကို သွားတဲ့ လမ်းတစ်လျောက်မှာ မင်းကို ခလုတ်မထိ ဆူးမြို့အောင် ကူညီလမ်းပြ ပေးလိမ့်မယ်။ မျက်လုံးနှစ်လုံးလုံးကို ယန်းတိုင်ကြည့်ဖို့ပဲ အသုံးပြုမယ်ဆိုရင်တော့ မင်းသွားရမယ့် ခရီးက ပိုကြာလိမ့်မယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ မင်းကို လမ်းပြ ပေးမယ့် မျက်လုံး မရှိတော့လို့ပဲ ၊ လို့ ပြန်ဖြေခဲ့တယ်။

‘ငါနားလည်သွားပြီ ဂျူလီယန်း။ ဒီကောင်လေးအဖြစ်နဲ့ ငါအဖြစ် တူနေတယ်’

‘စိတ်ရည်ရည်ထားဖို့လိုတယ်။ မိမိကိုယ်ကို အသင့်ဖြစ်နေအောင် ပြင်ဆင်ထားဖို့လိုတယ်။ ဒါဆိုရင် မင်းရှာနေတဲ့အရာတွေက မင်းဆီ တန်းတန်း မတ်မတ် ရောက်လာလိမ့်မယ်’

‘ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို တစ်ခါမှ ကံမကောင်းဖူးပါဘူးကွာ’

‘တကယ်တော့ ကံဆိုတာ ပြင်ဆင်ခြင်းနဲ့အခွင့်အလမ်း ကြိုကြိုက်တဲ့ အခိုက်အတန္ထုပါပဲ။ သူတော်စင်ကြီးတွေ သင်ပြပေးခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို မင်းကို ငါထပ်မပြောခင်မှာ မင်းမှတ်ထားဖို့ လိုတဲ့အရာလေးတွေကို ပြောပြီး မယ်။ စိတ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့ သူတစ်ယောက်ဖြစ်ချင်ရင် အာရုံစုံစိုက်မှု ကောင်းဖို့ လိုတယ် ပျော်။ အာရုံစုံစိုက်မှုကောင်းလာရင် မင်းရဲ့စိတ်က ပိုပြီး အစွမ်းထက်လာလိမ့်မယ်။ မင်းမှာ စိတ်ကူးအိပ်မက်တစ်ခုခု၊ ဆန္တတစ်ခုခု ရှိတယ်ဆိုတာ မင်းစိတ်ထဲမှာ အဲဒီစိတ်ကူးအိပ်မက်အတွက် နေရာအလုံ အလောက်ရှိလို့ပဲ။ မင်းရဲ့စိတ်ဟာ အဲဒီစိတ်ကူးအိပ်မက်အတွက် အချိန်ပေးပြီး အာရုံစိုက်နိုင်လို့ပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီစိတ်ကူး တကယ်အကောင်အထည် ပေါ်လာဖို့ ဆိုရင်တော့ မင်းရဲ့စိတ်အာရုံအားလုံးကို အဲဒီရည်မှန်းချက်ပေါ်မှာ စုစုည်းထား နိုင်ဖို့ လိုတယ်။ ရှင်းရှင်းပြောရရင် လုပ်နေတဲ့အရာပေါ်မှာ အာရုံစုံစိုက်မှု အပြည့်ရှိဖို့လိုတယ်။ ဖြစ်ချင်တဲ့ အရာပေါ်မှာ အာရုံစုံစိုက်မှု အပြည့်အဝရှိဖို့ လိုတယ်’

‘အာရုံစုံစိုက်နိုင်တဲ့ စိတ်မျိုးကို ပိုင်ဆိုင်ဖို့ ဘာလို့ အရမ်းအရေးကြီး ကောက်’

•မင်းရဲမေးခွန်းကို ပဟော်တစ်ခုနဲ့ ပြုပေးမယ်။ မင်းက အဆင့်တွင်
ဘက်မှာ သစ်တော်တစ်ခုထဲကို ရောက်ဖော်ပြီး လမ်းပျောက်နေတယ် ဆိုပါ။
အရမ်းအေးမှုတာကြောင့် မင်း စွဲးစွဲးထွေးထွေး ဖော်ချင်တယ်။ မင်းရဲ့
ကျော်ဗိုးအိတ်ထဲမှာ မင်းရဲ့အချုပ်ဆုံးသူငယ်ချင်းပေးထားတဲ့ စာတစ်စောင်၊
ငါးသေတွာ ဘူးတစ်ဘူးနဲ့ မှန်ဘိလူးအသေးလေးတစ်ခု ရှိတယ်။ ကံကောင်းစွာနဲ့
ခြောက်သွေ့ဖော်တဲ့ သစ်ခြောင်းတွေကို မင်းတွေ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကံဆိုးစွာနဲ့
မင်းမှာ မိုးခြစ်ပါမလာဘူး။ ဒါဆိုရင် မင်း ဘယ်လို မိုးညိုမလဲ

•ငါ မသိဘူးကျား မိုးခြစ်မှ မရှိတာ

•အပြော ရှင်းပါတယ်ကျား။ မင်းကျော်ဗိုးအိတ်ထဲက မင်းသူငယ်ချင်း
ပေးထားတဲ့ စာရွက်ကို ထင်းခြောက်တွေပေါ်တင်လိုက်။ ပြီးရင် မင်းရဲ့မှန်ဘိလူး
လေးကို စာရွက်ပေါ်မှာ ကိုင်ထားပြီး နေရောင်ကို အဲဒီမှန်ဘိလူးကနေ ဖြတ်
သန်းခိုင်းလိုက်။ ခဏာနောင် မိုးတော်လာလိမ့်မယ်။

•ငါးသေတွာဘူးကရော ဘာလုပ်ဖို့လဲ

•သို့... အဲဒါက မင်းအဖြောက် အလွယ်တက္ကသိသွားမှာနိုးလို့
ထည့်ထားတဲ့ အပိုပစ္စည်းပါ။ အဖြောက အရမ်းလွယ်မှုတော့ မင်းစိတ်ရှုပ်အောင်
အပိုတစ်ခုထည့်လိုက်တာပါ။ စာရွက်ကို ထင်းခြောက်ပေါ် တင်လိုက်ရဲ့နဲ့
မိုးတော်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ မင်းရဲ့ မှန်ဘိလူးလေးက ပြင်ပမှာ
ပြန့်ကျွေ့မှုတဲ့ နေရောင်တွေကို စုစုပေါင်းပေးလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ နေရောင်ရဲ့
အပူစွမ်းအားတွေ့ အားလုံးက စာရွက်ကို လောင်ကျွမ်းသွားစေတယ်။ စိတ်က
လည်း အလားတူပဲ။ မင်းရဲ့ ပြန့်ကျွေ့မှုတဲ့ စိတ်တွောက်ကို တစ်မှုရာတည်းမှာ
စုစုပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ မင်းဖြစ်ချင်တဲ့ အရာတွေ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

•ဘယ်လို အရာမျိုးတွေလဲ

•မင်းဖြစ်ချင်တဲ့အရာကတော့ မင်းကိုယ်တိုင် ရှာဖွေရလိမ့်မယ်။ မင်း
က ဘာဖြစ်ချင်တာလဲ၊ အလုပ်နဲ့ဘဝ ဟန်ချက်ညီတဲ့ဘဝကို ဖန်တီးပြီး ဖခင်
ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တာလား၊ ဒါမှုမဟုတ် စိတ်ချုမ်းသာချင်တာလား၊
ဒါမှုမဟုတ် ဘဝမှာ စွန့်စွန်စားစားအရာတွေ လုပ်ချင်တာလား။ အဲဒါကတော့
မင်းဘာသာ တွေးရလိမ့်မယ်။

•အမြဲတမ်း ပျော်ရွင်မှု ရချင်တယ်ဆိုရင်ရော

•ရတာပေါ့။ မင်းလိုချင်ရင် ရနိုင်တာပေါ့

•ရအောင် ဘယ်လို လုပ်ရမှာလဲ

•သူတော်စင်ကြီးတွေက ပျော်ရွင်ခြင်းရဲ့ လျှို့ဝှက်ချက်ကို သိခဲ့တာ

နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြော့ပြီဖြစ်ပြီး သူတို့ပြောပြတဲ့ ပျော်ဆွင်ခြင်းရဲ့ လျှို့ဝှက်ချက် ကလည်း အရမ်းရိုးရှင်းတယ်။ သူတို့ပြောတဲ့ ပျော်ဆွင်ခြင်းရဲ့ လျှို့ဝှက်ချက်က သင် နှစ်သက်တဲ့အရာကို တွေ့အောင်ရှာဖွေပါ။ ပြီးရင် အဲဒီအရာပေါ်မှာ သင့်ရဲ့ စွမ်းအင်တွေအကုန်ပုံအပ်လိုက်ပါ။ တဲ့။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပျော်ဆွင်ဆုံး၊ အကျိန်းမာဆုံး၊ စိတ်ကျေနှစ်မှုအရှိဆုံး လူသားတွေကို မင်းလေ့လာကြည့်လိုက်ရင် သူတို့ အားလုံးဟာ သူတို့ ချုစ်မြှတ်နှီးတဲ့အရာကို သိရှိကြပြီး နှစ်နှစ်တိုင်းမှာလည်း သူတို့ချုစ်မြှတ်နှီးတဲ့အရာကို လုပ်ကိုင်နေတာကို တွေ့ရလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ စိတ်စွမ်းအားကို မင်းချုစ်မြှတ်နှီးတဲ့အရာပေါ်မှာပုံပြီး အာရုံစိုက်လိုက်တဲ့ အခါ မင်း လိုချင်တဲ့အရာတွေ ရောက်လာလိမ့်မယ်။

‘ဒါဆိုရင် မင်းပြောချင်တာက ငါက ငါချုစ်မြှတ်နှီးတဲ့အရာကို ရှာရမယ်။ ပြီးရင် အဲဒီအရာပေါ် အာရုံစိုက် ရမယ်။ ဒါပဲလား...’

‘မင်းချုစ်မြှတ်နှီးတဲ့အရာက ရယူဖို့ ထိုက်တန်တဲ့အရာ ဆိုရင်ပေါ့။’

‘ရယူဖို့ထိုက်တန်တယ်ဆိုတာ ဘာကိုပြောတာလဲ’

‘မင်းရဲ့ စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက်ဟာ တစ်နည်းနည်းနှင့်တော့ မင်းပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေကို အကျိုးပြုတဲ့ အရာဖြစ်သင့်တယ်။ အခြားလူတွေရဲ့ ဘဝကို တစ်နည်းနည်းနဲ့ တိုးတက်စေတဲ့ အရာဖြစ်သင့်တယ်။ ဗစ်တားရန်ကယ်လိုအပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပြောဖူးတဲ့ စကားတစ်ခွန်းရှိတယ်။ အောင်မြင်မှုနဲ့ ပျော်ဆွင်မှုကို တို့က ရှိက်ရအောင်ယူလို့မရဘူး။ အောင်မြင်မှု၊ ပျော်ဆွင်မှုဆိုတာ သင်လုပ်တဲ့လုပ်ရပ် တွေ့ရဲ့ အကျိုးရလဒ်တွေပါ။ တဲ့။ ဘဝမှာ မင်းချုစ်တဲ့အရာကို ရှာဖွေတွေ့ရှိသွား။ ရင် တကယ် အသက်ရှင်လာသလို ခံစားလာရလိမ့်မယ်။ မန်က်တိုင်းမှာ စိတ်အား တက်ကြွမှုတွေနဲ့ နှီးလာလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ အတွေးတွေ့ အားလုံးဟာ မင်းချုစ်မြှတ်နှီးတဲ့အရာပေါ်မှာ ရောက်နေတဲ့အတွက် မင်းမှာ ဖြုန်းဖို့အချိန် မရှိတော့ဘူး။ မင်းရဲ့ တန်ဖိုးရှိတဲ့ စိတ်စွမ်းအားတွေားလည်း အရေးမကြီးတဲ့ အသေးအဖွဲ့တွေပေါ်မှာ ကုန်ဆုံးသွားမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ နှီးရှိမ်တတ်တဲ့ အကျင့်လည်း တဖြည်းဖြည်း ပျောက်လာလိမ့်မယ်။ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါလည်း တကယ်ထိရောက်ပြီး အလုပ်ပိုတွင်လာလိမ့်မယ်။ စိတ်ထဲမှာလည်း ဟန်ချက် ညီသလို ခံစားလာရလိမ့်မယ်။ ကိုယ်ဘယ်လမ်း သွားနေလဲဆိုတာကို သိတဲ့ သူတစ်ယောက်လို့ ခံစားလာရလိမ့်မယ်။ အဲဒီခံစားမှုက အရမ်းကောင်းတယ်’

‘ခံစားမှု ပိုကောင်းလာမယ်ဆိုတာလေးတော့ ငါသောာကျတယ် ကွ... ဂျူလီယန်ရေး။ အမှန်အတိုင်းပြောရရင် များသောအားဖြင့် ငါ အလုပ်မသွားဘဲ အိပ်ရာထဲမှာပဲ နေချင်ခဲ့တာ တော်တော်ကြာပြီကွာ။ ကားလမ်းပိတ်

တဲ့အကြောင်း၊ ဒေါသထွက်နေတဲ့ ငါအမှုသည်တွေအကြောင်း စဉ်းစားတဲ့
က် အိပ်ရာထဲက မထဲ,ချင်ဘူး။ အဲဒါတွေ တွေးလိုက်တာနဲ့ ပင်ဖိုးလာသလို
ခံစားရတယ်”

‘လူတွေ ဘာလို့ အရမ်းအပိုကြတာလဲ မင်းသီလား ချိန်’

‘ဘာလို့လဲ’

‘ဘာလို့လဲဆိုတော့ သူတို့မှာ အိပ်တာထက်ပိုကောင်းတဲ့ အခြား
လုပ်စရာ ဘာမှမရှိကြလိုလေ။ နေရာင်နဲ့အတူ အိပ်ရာထဲ,တတ်ကြတဲ့ သူတွေ
မှာတော့ တူညီတဲ့အရာတစ်ခု ရှိတတ်တယ်။ သူတို့က သူတို့ဘဝမှာ ဦးစားပေး
လုပ်ဆောင်ရမယ့် အရာတွေကို သီတယ်။ အဲဒီလူတွေက ပစ္စာ်မှာ နေထိုင်တဲ့
သူတွေများတယ်။ သူတို့က သူတို့ တစ်နှစ်တာ လုပ်ရမယ့် အလုပ်ပေါ်မှာ
အာရုံး အပြည့်အဝနိုက်ထားကြတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့ရဲ့ စွမ်းအင်တွေ ဖိတ်စဉ်
သွားတာ မရှိဘူး။ သူတို့ဟာ များသောအားဖြင့် ကျန်းမာရေးလည်း ကောင်း
တတ်ကြတယ်’

‘စွမ်းအင် ဖိတ်စဉ်တယ်ဆိုတာလေး ရှင်းပါဦးကွ ဂျူလီယန်ရ’

‘စွမ်းအင်ဖိတ်စဉ်တယ်ဆိုတာ သူတော်စင်ကြီးတွေ သင်ပေးခဲ့တဲ့
စကားလုံးပါ။ ငါတို့လူသားတွေရဲ့ စွမ်းအင်တော်တော်များများက မလိုအပ်တဲ့
စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းတွေကြောင့် ဖိတ်စဉ်ကုန်ဆုံးသွားလေ ရှိတယ်။ အဲဒီလို စွမ်းအင်
တွေ ဖိတ်စဉ်တာများလေလေ ငါတို့ပြီး အိမင်းရင်းရော်လေပဲ။ ဖိတ်ဆောင်း
တော့ ကိုယ်ကြေဆိုသလိုပေါ့။ မင်း စက်ဘီးကျွတ်ကို မြင်ဖူးမှာပါ။ စက်ဘီး
ကျွတ်ဟာ လေပြည့်နေတဲ့အခါ မင်းလိုချင်တဲ့ ခရီးကိုသွားဖို့ ကူညီပေးနိုင်တယ်။
ဒါပေမဲ့ စက်ဘီးကျွတ်မှာ အပေါက်ရှိနေရင်တော့ အထဲက လေတွေဟာ
တဖြည့်းဖြည့်း အပြင်ကိုထွက်လာပြီး မင်းသွားချင်တဲ့ ခရီးကို သွားနိုင်မှာ
မဟုတ်တော့ဘူး။ ဖိတ်ရဲ့ အလုပ်လုပ်ပုံကလည်း အဲဒီလိုပဲ။ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းက
မင်းရဲ့ တန်ဖိုးရှိတဲ့ ဖိတ်စွမ်းအင်တွေကို ကုန်ဆုံးစေတယ်။ စက်ဘီးကျွတ်ထဲက
လေလိုပေါ့။ နောက်ဆုံးမှာ မင်းရဲ့ စွမ်းအင်တွေ မကျွန်တော့အထိ ဖြစ်လာ
ဖိတ်ဘတ်တကိုကြွမှုတွေဟာ ဖိတ်စဉ်သွားတဲ့အခါ အကောင်းမြင်နိုင်စွမ်းနဲ့
ပြီး ဘဝကို ဖိတ်ကုန်လာလိမ့်မယ်’

‘မင်းပြောတဲ့ ခံစားချက်ကို ငါသီတယ်’ တစ်ခါတလေ တစ်နေကုန်
ဖိတ်ညွှန်ရတဲ့ရက်တွေ ရှိတယ်။ နေရာတကာ ငါမပါရင် မဖြစ်သလို အလုပ်တွေ
လုပ်ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါလုပ်တဲ့ အလုပ်ကို ဘယ်သူမှ သဘောမကာကွာ။’

အသိန္တတွေမှာ တကယ်တမ်း အားထုတ်လိုက်ရတာ ပျော်များစားစား မရှိပေမဲ့ ငါရဲ့ နီးရိုပ်ပူယ်စိတ်တွေကြောင့် အသိန္တည့်တောက်ရင် နံ့ချော်မှုသလို ခံစားရတယ်။

• အမှန်ပဲ။ စိတ်ပိုးမျှဆိုတာ အသိလိုပဲ။ ဒါပေမဲ့ မင်းဘဝမှာ မင်း ချိစွဲမြတ်နီးတဲ့ ယုံးတိုင်တစ်ခုရှိသွားရင် ဘဝက ပိုလွယ်ကူလာလို့မယ်။ မင်း ချိစွဲမြတ်နီးတဲ့အရာကို တွေ့ရှိသွားရင် မင်းဘဝတစ်ခုလုံး အလုပ်မလုပ်ရတော့ ဘူး။

• အလုပ် မလုပ်ရတော့ဘူးဆိုတာ ဘာကိုပြောတာလဲ။

• ပြောချင်တာက မင်းချိစွဲမြတ်နီးတဲ့အရာကို လုပ်ခွင့်ရနှုန်းရင် အဲဒါကို အလုပ်လို့ မင်းသတ်မှတ်တော့မှာ မဟုတ်ဘူး။ လုပ်ရတာ ပျော်ဂွန်းလို့ အလုပ် လို့တောင် ထင်တော့မှာ မဟုတ်ဘူး။

• ဒါပေမဲ့ ငါလုပ်နေတဲ့ အလုပ်ကို စွန့်စွာတို့ပြီး ငါချိစွဲမြတ်နီးတဲ့အရာ ကို ရှာဖွေပို့ဆိုတာ စွန့်စားစွန်းရာ မကျေဘူးလား။ ငါမှာ မိသားစုလည်းရှိသေး တယ်။ ငါကို မို့ခို့နေတဲ့ လူ ငါ ယောက် ရှိနေတယ်။

• မင်းရဲ့ ရှေ့နေအလုပ်ကို မနက်ဖြန့် ထွက်ရမယ်လို့ ငါဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ စွန့်စားမှုလေးတွေတော့ မင်း စ, လုပ်ရလိုမ့်မယ်။ လူအများစုံ သွားတဲ့လမ်းအတိုင်း မင်း သွားစရာမလိုပါဘူး။ လူအများစုံက Comfort Zone(သက်သောင့်သက်သာရှိတဲ့နေရာ)မှာပဲ နေလေ့ရှိကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းလိုချင်တဲ့အရာကို ရဖို့ဆိုရင် Comfort Zone ထဲက ထွက်ပို့ဆိုလိုမ့် မယ်။ အရမ်းယဉ်စွဲကျကျ တွေးနေတာကြီးကို တွေ့ရှိချေလိုက်။ မင်းအမြဲတမ်း လုပ်ချင်ခဲ့တဲ့ အရာတွေကို စ, ပြီးလုပ်ကြည့်။ ရှေ့နေဘဝကို စွန့်စွာတို့ပြီး ရပ်ရှင်မင်းသား ဖြစ်သွားတဲ့သူတွေ တွေ့ဖူးသလို စာရင်းကိုင်ဘဝကန္တ ဂျက်စိ ဂိုဏ်ရှင်ဖြစ်သွားတဲ့ သူတွေလည်း တွေ့ဖူးတယ်။ သူတို့တွေ အားလုံးဟာ သူတို့တော့ကျကျ ကြောန်ပြီဖြစ်တဲ့ ပျော်ဆွင်ခြင်းကို ဖြန့်လည်ရှာတွေ့သွားကြ တယ်။ မင်းလည်း အချို့နှင့်ယူပြီး စဉ်းစားပါ။ ဒီကမ္ဘာလောကြီးမှာ မင်းဘာလို့ အသက်ရှင်နေတာလဲ ဆိုတာကို စဉ်းစားပါ။ ပြီးရင် အဲဒါအရာကို လုပ်ရဖို့ သလိုရှိပါစေ။

• မင်းပြောတာတော့ ငါသဘောကျပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါက တွေး စွန့်းတယ်ကွာ။ ငါမှာရှိနေတဲ့ ပြဿနာတစ်ခုက အတွေးစွန့်ခြင်းပဲ။ ငါရဲ့စိတ်က ဘယ်တော့မှ မရှိတန့်ဘူး။ အမြဲတမ်း ငါစိတ်ထဲမှာ စကားတွေ ပြောနေလေ့ ရှိတယ်။ တစ်ခါတလေ ငါအတွေးတွေ့ကြောင့်ပဲ ငါရှားချင်မိတယ်။

• ဟိမဝစ္စာက သူတော်စင်ကြီးတွေလည်း တွေးကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပုလောင်တဲ့အတွေးတွေတော့ မဟုတ်ဘူး။ သူတို့ဟာ နှေတိုင်းအချိန်ပေးပြီး တိတ်ဆိတ်တဲ့နေရာမှာ သူတို့ နှေစဉ်ဘဝကို ပြန်လည်တွေးတော့ သုံးသပ်လျှို့ တိတ်ဆိတ်တဲ့နေရာမှာ သူတို့ နှေစဉ်ဘဝကို ပြန်လည်တွေးတော့ သုံးသပ်လျှို့ကြတယ်။ သူတို့ အခါ ဘယ်အနေအထားကို ရောက်နေပြီလဲ၊ သူတို့ဘဝရဲ့ ကြတယ်။ သူတို့ အခါ ဘယ်အနေအထားကို ရောက်နေပြီလဲ၊ စသဖြင့် သူတို့ သွားနေတဲ့လမ်းကြောင်းကရော ဘယ်ကိုသွားနေတာလဲ စသဖြင့် သူတို့ ပြန်လည် သုံးသပ်ကြတယ်။ သူတို့က ရောက်နေမှာ ဘယ်လိုတိုးတက်အောင် ကြိုးစားမလဲဆိုတာပါ စဉ်းစားကြတယ်။ နှေစဉ်နှေတိုင်း တိုးတက်အောင် ကြိုးစားခြင်းဟာ မင်းဘဝကို ကောင်းမွန်တဲ့နေရာတစ်ခုကို အမြန်ရောက်စေ တယ်။

• ဒါဆို နှေတိုင်း ငါရဲ့ နှေစဉ်ဘဝကို ပြန်လည် သုံးသပ်သင့်တယ်လို့ မင်းဆိုလိုတာလား။

• ဟုတ်တယ်။ တစ်နှေ့ကို ၁၀ မိန့်စ်ပဲ ပြန်လည် သုံးသပ်ရင် ရပါ တယ်။ အဲဒီ ၁၀ မိန့်က မင်းဘဝအပေါ်မှာ အများကြီး သက်ရောက်မှုရှိလိမ့် မယ်။

• ဒါပေမဲ့ ငါက အလုပ်များတဲ့နှေ့တွေဆုံး နှေ့လယ်စာ စားဖို့တောင် ၁၀ မိန့် အချိန်မပေးနိုင်တာတွေ ရှိတယ်ကွား

• မင်းရဲ့အတွေးတွေ တိုးတက်ပို့ မင်းမှာ အချိန်မရှိဘူးလို့ ပြောနေတာ က ဘာနဲ့တူလဲဆိုတော့ ကားမောင်းရင်း အလုပ်ရှုပ်နေလို့ ဆိုဖြည့်ပို့ အချိန်မရှိဘူးလို့ ပြောနေတာနဲ့ အတူတူပဲကွား။ တစ်နှေ့ကျရင် မင်းရဲ့ဆိုတွေ ကုန်သွားတော့ မှ ဒုက္ခရောက်လိမ့်မယ်။

• အင်း... အဲဒါတော့ ငါလည်း သိပါတယ်။ ဒါနဲ့ မင်း ငါကို ပြောတာ ငါလေ့ကျင့်လို့ရမယ့် လက်တွေနည်းလမ်းတွေ ပေးမယ်ဆုံး

• မင်းရဲ့စိတ်ကို ပို့ထိန်းချုပ်နိုင်ပို့ အရမ်းကောင်းတဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခု ပို့ပြီး အင်အားတွေ့ရှိလာသလို ငါခံစားခဲ့ရတယ်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ ပျောက်ဆုံး ထောင့်နဲ့ချိပြီး သက်တမ်းကြောနေပြီဖြစ်တဲ့ နည်းလမ်းလည်းဖြစ်တယ်။ ဒီနည်းလမ်းက နှစ်ပေါင်း လမ်းကို လေ့လာချင်ရင် 'နှင့်ဆိုနဲ့သား' လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီနည်းလမ်းကို လေ့ကျင့်ချင်ရင် မင်းလိုအပ်တာက ၂ ခုပဲ ရှိတယ်။ တစ်ခုက နှင့်ဆိုပန်းရောင်ရတဲ့ အိမ်အပြင်ဘက်က တိတ်ဆိတ်ပြုစိုးသက်တဲ့နေရာ။ သဘာဝ အလင်း

ဆုံးပေါ့။ ဒါပေမဲ့ အခန်းတစ်ခန်းထဲမှာ လုပ်မယ်ဆိုလည်း ရပါတယ်။ သူတော် စင် ရာမန်ပြောတာက နှင်းဆီပန်းဟာ ငါတို့ လူသားတွေရဲ့ဘဝနဲ့ အလား သင့်ဘုံး တူတယ်တဲ့။ နှင်းဆီပန်းတစ်ပွင့်မှာ ချုံတွေအများကြီး ပါပေမဲ့ တကယ်တစ်းကြည့်တတ်သွားရင် နှင်းဆီပန်းရဲ့ အလွတ်ရားကို ခံစားရလိမ့် မယ်တဲ့။ ငါတို့ ဘဝဟာလည်း အခက်အခဲ၊ အတားအသီးတွေ ပြည့်စုက်နေ ပေမဲ့ မေတ္တာတ်သွားရင် ပျော်စရာကောင်းလာလိမ့်မယ်တဲ့။ ဒီနည်းလမ်းကို လေ့ကျင့်မယ်ဖူးရဲ့ရင် အရင်ဆုံး နှင်းဆီပန်းရဲ့ အလယ်ပဟိုချက်(နှလုံးသား)ကို မင်း နိုက်ကြည့်ရမယ်။ သူရဲ့အရောင်အသွေး၊ ဖွဲ့စည်းပုံကို သတိထားမိအောင် မင်းကြည့်ရမယ်။ သူရဲ့မွေးရှင့်ကို မင်း ခံစားရမယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ မင်းရှို့မှာ ရှို့အဲတဲ့ နှင်းဆီပန်းက လွှဲလို့ အခြားဘာကိုမှ မစဉ်းစားနဲ့။ ပထမတော့ အခြားအတွေးတွေ မင်း ခေါင်းထဲကို ဝင်လာလိမ့်မယ်။ နှင်းဆီပန်းကို အာရုံစိုက် နေတာကို အခြား အတွေးတွေက နှုန်းယူကိုဖို့ ကြိုးစားလိမ့်မယ်။ အဲဒါက မလေ့ကျင့်ရသေးတဲ့ စိတ်ရဲ့ သက်တပဲ။ ဒါပေမဲ့ မထိုးရှိမဲ့ပါနဲ့။ စိတ်အာရုံ ပြောင်းသွားတိုင်း နှင်းဆီပန်းဆီကို အာရုံပြန်ထားပါ။ လေ့ကျင့်ပါများရင် မင်းရဲ့စိတ်က ပိုပြီး သန်မာလာလိမ့်မယ်။ အာရုံစုံစိုက်မှု အားကောင်းလာ လိမ့်မယ်။

•လုပ်ရမှာက အဲဒါပဲလား၊ သိပ်မခက်သလိုပဲဖော်•

•သိပ်မခက်ဘူးလို့ ထင်ရပေမဲ့ ဒီနည်းလမ်းကနေ အကျိုးကျေးဇူးရချင် ရင် ဖွူးတိုင်းလုပ်ဖို့ လိုလိမ့်မယ်။ ပထမရက်အနှစ်းအင်ယ်အတွင်းမှာ ဒီလေ့ကျင့် ခန်းကို ၅ မိန့်စုံလောက်တောင် မင်း အာရုံစိုက်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ တဖြည့်ဖြည့်းကျင့်သားရလာလိမ့်မယ်။ ဒီနည်းလမ်းကို ငါ အချို့လူတွေကို ဝေမျှဖူးတယ်။ ဒါပေမဲ့ အများစုက သူတို့မှာ ယိုးတစ်ပွင့်ကို ထိုင်ပြီး ကြည့်ဖို့ အချိန်မရှိကြောင်း အမြဲပြောလေ့ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ သားသမီးတွေအတွက် အချိန်မရှိပြန်တာလည်း အဲဒီလိုလူတွေပဲ။ သူငယ်ချင်း၊ မိတ်ဆွေတွေအတွက် အချိန်မရှိပြန်တာလည်း အဲဒီလိုလူတွေပဲ။

•မင်းက အဲဒီလိုလူတွေအကြောင်း တော်တော်သိတာပဲ ဂျုလီယန်း•

•ငါက သိမှာပေါ့။ ငါလည်း အဲဒီလိုလူတွေထဲက တစ်ယောက် ဖြစ်ဖူးခဲ့တယ်လေ။ ဒါပေမဲ့ 'နှင်းဆီနှလုံးသား' လေ့ကျင့်ခန်းက ငါဘဝကို ပြောင်းလဲစေခဲ့တယ်။ ဒီလေ့ကျင့်ခန်းကို မြဲရှိရှိ လေ့ကျင့်ပါ။ ၂ ပတ်လောက် ကြာတဲ့အခါမှာ အဲဒီလေ့ကျင့်ခန်းကို မိန့် ၂၀ လောက်အထိ လေ့ကျင့်လာနိုင် လိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့စိတ်တွေလည်း အရင်လို ပုံးစွဲမှုမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ အဲဒီ

အခြေအနေ ရောက်လာပြီဆိုရင် မင်းရဲ့စိတ်ကို ပြန်လည်လွမ်းမိုးစပြုလာနိုင်ပြုလို သတ်မှတ်လို့ရတယ်။ မင်းရဲ့စိတ်က မင်းစေ့နှင့်တဲ့အရာပေါ်မှာပဲ အာရုံနိုက်လာ လိမ့်မယ်။ စိတ်က မင်းရဲ့ ကျေးကျွန်ဖြစ်လာပြီဆိုရင် မင်းအတွက် အံ့ဩဖွယ် ရာတွေ လုပ်ဆောင်ပေးလာလိမ့်မယ်။ စိတ်ဆိုတာ မင်းက မထိန်းချုပ်ရင် သူက မင်းကို ပြန်ထိန်းချုပ်သွားလိမ့်မယ်။ စိတ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်သွားရင် အရင်က ထက်ပိုပြီး တည်းပြုလာသလို ခံစားလာရလိမ့်မယ်။ နီးရိမ်တတ်တဲ့ စိတ်တွေပျောက်လာပြီး အကောင်းမြင်တက်တဲ့စိတ်တွေ ဝင်လာလိမ့်မယ်။ စိတ်က တည်းပြုလာတဲ့အခါ ပတ်ဝန်းကျင်မှုရှိတဲ့ အသေးအဖွဲ့ ပျော်စရေးလေး တွေကိုလည်း မြင်အောင် ကြည့်တတ်လာလိမ့်မယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ အလျှပ် ရှုပ်ရှုပ်၊ ဘယ်လောက်ပဲ ပင်ပန်းတဲ့အန္တဖြစ်ဖြစ် နှင်းဆီနှင့်လုံးသား လေ့ကျင့်ခန်းကို မပျက်ကျက်စေနဲ့။ ဒီလေ့ကျင့်ခန်းဟာ မင်းအတွက် အိုအစာစ်လေးတစ်ခု ဖြစ်တယ်ဆိုတာ မမေ့နဲ့။

ဂျုလီယန်ပြောတာတွေ နားထောင်ရင်း ကျွန်တော်စိတ်ထဲက သဘော ကျေမာ်ပါတယ်။ သူနဲ့လမ်းက တကယ်ပဲ ကျွန်တော်ဘဝကို တိုးတက်စေ မလား တွေးမိနေပါတယ်။ မင်း ပြောင်းလဲသွားတာ နှင်းဆီနှင့်လုံးသား လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုတည်းကြောင့်တော့ မဟုတ်ဘူး မဟုတ်လား လို့ ကျွန်တော် မေးလိုက်ပါတယ်။

ဒီတစ်ခုတည်းကြောင့်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ သူတော်စင်ကြီးတွေ သင်ပေးခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းတွေ အကုန်လုံးကို လေ့ကျင့်ပြီးမှ ငါဒီလိုပုံစံ ဖြစ်လာ ခဲ့တာပါ။ ဒါပေမဲ့ စိတ်မပူပါနဲ့။ အခြားလေ့ကျင့်ခန်းတွေကလည်း အခုပြောပြ ခဲ့တဲ့ နှင်းဆီနှင့်လုံးသား လေ့ကျင့်ခန်းလို့ လွယ်ကူပြီး အကျိုးကျေးဇူးလည်း အများကြီးရှိပါတယ်။ နီးရိမ်စိတ်တွေကို ပျောက်ကွယ်စေတဲ့ အခြားနည်းလမ်း တစ်ခုလည်း ရှိသေးတယ်။ အဲဒါကိုတော့ သူတော်စင် ရာမန်က အတွေး ပြောင်းခြင်း လို့ ခေါ်တယ်။ ငါတို့ရဲ့စိတ်ဟာ အချိန်တစ်ချိန်တည်းမှာ အတွေး အတွေးများတယ်ဆိုတာက အတွေးတစ်ခုပဲ တွေးလို့ရတယ်။ ကြောင့် အတွေးများတယ်လို့ ထင်ရတာ။ တကယ်က တစ်ကြိမ်ကို အတွေး တစ်ခုပဲ စိတ်က တွေးတယ်။ မင်းကိုယ်တိုင် စိတ်ထဲမှာ အခုစမ်းကြည့်လိုက်ပါ။ ရှင်းပါတယ်။ မင်းစိတ်ထဲကို မကောင်းတဲ့ အတွေးပြောင်းခြင်း နည်းလမ်းက ကောင်းတဲ့ အတွေးတစ်ခုနဲ့ အဲဒီနေရာကို အစားထိုးလိုက်။ မင်းရဲ့စိတ်တွေ

ပရောဂက်တာတစ်ခုလို မြင်ယောင်ကြည့်လိုက်ကွာ။ ပရောဂက်တာပေါ်မှာ
တော်ပုံတွေရှိသူ။ မကောင်းတဲ့ တော်ပုံတစ်ပုံပေါ်လာတာနဲ့ ကောင်းတဲ့တစ်ခုကို
ကျွဲ့ဆိုကို။ အဲဒါဆို မင်းရဲ့အမြင်မှာ မကောင်းတဲ့ ပုံရှိပုံအကြောကြီး ရှိမဖော်နိုင်
တော့ဘူး။ ဒီဇာရာမှာ ငါလည်ပင်းက ပုတိုးလုံးလေးတွေရဲ့ အခန်းကဏ္ဍ
ပါဝင်လာပြီ။ မကောင်းတဲ့အတွေးကို ငါတစ်ခါတွေးမိတိုင်း ဒီပုတိုးကုံးလေးထဲ
က ပုတိုးလုံးတစ်လုံးကို ဖြုတ်ပြီး ဘူးလေးတစ်ခုနဲ့ ငါ သိမ်းထားလေ့ရှိတယ်။
ဘူးလေးကို စုတ်ကြည့်မိတိုင်း ငါရဲ့စိတ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ဖို့ ဘယ်လောက်
ကြိုးစားရှိုးမယ်ဆိုတာ သတိထားမိလာတယ်။ ‘အတွေးပြောင်းခြင်း’ နည်း
လစ်းကို ဘယ်လို သုံးနိုင်မလဲဆိုတာ ဥပမာတစ်ခုလောက် မင်းကို ငါ ပြော
ပြုမယ်။ မင်းအလုပ်မှာ ဘာလုပ်လုပ် အဆင်မပြေတဲ့နေ့တစ်နေ့ ကြုံခဲ့ရတယ်
ဆိုပါနို့။ သိမ်းပြန်လာတော့ ထိုင်ခုံပေါ်မှာ ခြေပစ်လက်ပစ် ထိုင်ချလိုက်တယ်။
စိတ်တွေ့လည်း မူန်မိုင်းနေမယ်။ ဒါဆိုရင် ပထမဆုံး လုပ်ရမှာက မကောင်းတဲ့
အတွေးတွေး မင်းတွေးနေမြဲဆိုတာ သတိထားမိဖို့ပဲ။ မိမိကိုယ်ကို သတိထားမိ
ခြင်းဟာ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းရဲ့ နိုဒါန်းပဲ။ ဒုတိယအနေနဲ့ အဲဒီအတွေး
တွေ့နေရာကို ကောင်းမွန်တဲ့အတွေးတွေ့နဲ့ အစားထိုးပစ်ရမယ်။ ပျော်ခွေ့ပြီး
စိတ်ဓာတ်တက်ကြဖွယ်ရာ အကြောင်းအရာတွေကို ပြန်တွေး ကြည့်လိုက်။
တကယ်ပျော်နေသလို ခံစားလိုက်။ အဲဒီလို တွေးရင်းနဲ့ တစ်ခါတလေ မင်း
ပြီးကောင်း ပြီးလာလိမ့်မယ်။ မင်း တကယ် ပျော်နေတဲ့အခိုနှစ်မှာ လူပ်ရှားသလို
မျိုး လူပ်လူပ်ရှားရှားနေလိုက်။ ထိုင်မယ်ဆိုရင်လည်း တည့်တည့်မတ်မတ်ထိုင်၊
ပြီးရင် အသက်ကိုပြင်းပြင်းရှာ။ မိန့်ပိုင်းအတွင်းမှာ မင်းရဲ့ ခံစားချက်တွေ
ဘယ်လောက် ပြောင်းလဲသွားလဲဆိုတာကို သတိထားမိလိမ့်မယ်။ ‘အတွေး
ပြောင်းခြင်း’ဆိုတဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းကို လေ့ကျင့်ပါများရင် ရက်သွေ့ပတ်အတွင်း
ထူးခြားမှုကို ခံစားလာရလိမ့်မယ်။ အရင်တုန်းက မင်းကိုနှိပ်စက်ခဲ့တဲ့ အတွေး
တွေ့ဟာ မင်းရဲ့ကျေးကျွန်း ဖြစ်လာလိမ့်မယ်’

ဂျူလီယန်က စကားပြောနေရင်း ခဏနားလိုက်တယ်။ ပြီးမှ အတွေး
တွေးအကြောင်းကို ဆက်ရှင်းပြတယ်။ ‘အတွေးတွေးက အရမ်းအရေးပါတယ်။
သူတို့က သက်ရှိတွေ့လိုပဲ။ သူတို့မှာ စွမ်းအင်တွေရှိတယ်။ လူအများစုက
သူတို့အတွေးတွေးအကြောင်းကို သေချာလေ့လာကြည့်တာမျိုး မရှိကြဘူး။
လူတစ်ယောက် ဘယ်လိုတွေးလဲဆိုတာက အဲဒီလူရဲ့ဘဝနဲ့ တိုက်ရှိက် အချိုးကျွေ
နေတယ်။ ပျောည့်တဲ့စိတ်ရှိတဲ့အခါ ပျောည့်တဲ့လုပ်ရပ်တွေ လုပ်တတ်ကြတယ်။
မာကျောတဲ့စိတ်ဓာတ်ရှိအောင် လေ့ကျင့်မယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်လိုချင်တဲ့အရာ

၇၆

တွေကို ရအောင်ယူတတ်လာလိမ့်မယ်။ ပျော်ဆိုင်ကျွန်းမာတဲ့ဘဝကို ဖြတ်သန်း
ချင်ရင် ဘဝမှာ မင်း တန်ဖိုးထားတဲ့အရာတွေကို အရိပ်တကြည့်ကြည့် စောင့်
ရှောက်သလိုပဲ မင်းရဲ့နှစ်ကိုလည်း အရိပ်တကြည့်ကြည့် စောက်ရှောက်နဲ့
လိုလိမ့်မယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေက သူတို့ရဲ့နှစ်ကို အမြဲစောင့်ရှောက်လေ့
ရှိလိမ့်မယ်။ သူတို့နှစ်တဲ့ကို မကောင်းတဲ့အတွေး ဝင်လာပြီဆိုရင် သူတို့က
ရှိတယ်။ သူတို့နှစ်တဲ့ကို မကောင်းတဲ့အတွေး ဝင်လာပြီဆိုရင် သူတို့ကြတယ်။
မိုင်ပေါင်းများစွာ လမ်းလျောက်ပြီး ရေတံခွန်ကြီးတစ်ခုရှိတဲ့ဆိုရင် သူ့ကြတယ်။
ရှုံးရုံးကနေ စီးဆင်းနေတဲ့ ရေခဲတမျှအေးတဲ့ ရေအောက်မှာ အချိန်
ရေတံခွန်ကြီးကနေ စီးဆင်းနေတဲ့ ရေခဲတမျှအေးတဲ့ ရေအောက်မှာ အပြစ်ပေးကြတယ်။

• သူတော်စင်ကြီးတွေက ပညာရှိတယ်လို့ မင်း ပြောခဲ့တယ်နော်။
ဒါပေမဲ့ မကောင်းတဲ့ အတွေးလေးတစ်ခု တွေးမိရဲ့နဲ့ မိုင်ပေါင်းများစွာ လမ်း
လျောက်ပြီး ရေခဲတမျှအေးတဲ့ ရေအောက်မှာ မတ်တတ်ရပ်တာကတော့ မလွန်
လွန်းဘူးလားကွား

• မယ့်မရှိနဲ့ကိုယ့်လူ၊ မကောင်းတဲ့အတွေးတစ်ခုဟာ တော်တော်ကို
ဆိုးရှားတယ်။ မကောင်းတဲ့ အတွေးဟာ သန္တသားလောင်းလိုပဲ။ ပထမတော့
သေးသေးလေးပဲ၊ တဖြည့်းဖြည့်းနဲ့ကြီးလာပြီး သူ့ဘာသာသူ့ ရပ်တည်နိုင်တဲ့
အနေအထားဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီအခါကျရင် မကောင်းတဲ့အတွေး တွေက
မင်းရဲ့ အရှင်သခင် ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။ အခု ငါပြောပြုခဲ့တဲ့ နှင့်ဆိုနဲ့သားနဲ့
အတွေးပြောင်းခြင်း ဆိုတဲ့ နည်းလမ်း၊ J ခုကို မင်းအသုံးပြုမယ်ဆိုရင် မင်းရဲ့
ဘဝဟာ သိသိသာသာ ပြောင်းလဲလာလိမ့်မယ်။ သူတော်စင် ရာမန်ပြောတဲ့
ပုံပြင်ထဲမှာ ပါဝင်တဲ့အရာတွေထဲက နောက်တစ်ခုအကြောင်း မပြောခင် လျှို့
ရှုက်နည်းလမ်းလေးတစ်ခု ပြောပြရညီးမယ်။ ဒီနည်းလမ်းလေးက မင်းကိုယ်မင်း
တိုးတက်အောင် ကြီးစားတဲ့အခါမှာ အများကြီး အကူအညီပေးလိမ့်မယ်။
ဒီလျှို့ရှုက်ချက်လေးကတော့ ကမ္မာပေါ်မှာရှိတဲ့ အရာရာတိုင်းဟာ J ကြိမ်
ဖုန်တိုးခြင်းခံထားရတယ်ဆိုတဲ့ အချက်ပဲ ဖြစ်တယ်။ ပထမ စိတ်ထဲမှာ ဖုန်တိုး
တယ်။ နောက်တော့မှ လက်တွေ့ဘဝမှာ ဖုန်တိုးတယ်။ အတွေးတွေက သက်ရှိ
အရာတွေလိုပဲလို့ မင်းကို ငါပြောခဲ့တယ်နော်။ အတွေးတွေက ငါတို့ ပြင်ပဘဝ
အပေါ်မှာ အများကြီး သက်ရောက်မှုရှိတယ်။ အပြင်ဘဝမှာ တိုးတက်မှုတွေ
လိုချင်ရင် အတွင်းစိတ်ထဲကနေ စတင်ရတယ်။ ဟိမဝဏ္ဏာက သူတော်စင်ကြီး
တွေက သူတို့ရဲ့ အတွေးတွေ တိုးတက်အောင် လုပ်တဲ့နည်းလမ်း တစ်ခုရှိတယ်။
ဒီနည်းလမ်းက လူတိုင်းလည်း လိုက်လုပ်လို့ရတဲ့ နည်းလမ်းမျိုးပါ။ လူတိုင်း
အတွက်လည်း အလုပ်ဖြစ်မှာ သေချာပါတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေကတော့

ဒိနည်းလမ်းကို "ကန်ရေပြင်ရဲ သျို့စွှက်ချက်"လို့ အမည်ပေးထားကြတယ်။ သူတို့က ဒိနည်းလမ်းကို ကျင့်ကြဖို့အတွက် မနက် င့် နာရီ ထဲ၊ လော့ရှိကြတယ်။ မနက်ခင်းစောင့် အချိန်တွေမှာ လူအများစုံ သတိမထားစိတဲ့ စွမ်းအင်တွေ ရှိနေတယ်လို့ သူတို့က ယုံကြည်ကြတယ်။ သူတို့က မနက် င့် နာရီ ထဲ၊ ပြီးရင် တော်ကြီးရဲ့ အောက်ခြောက်ကို လမ်းလျှောက်သွားကြတယ်။ တော်ကြီးရဲ့ အောက်ခြောက် အရမ်းလှတဲ့ ရေကန်ကြီးနားရောက်ရင်တော့ သူတို့ ရပ်တန်းကြတယ်။ မနက်ခင်းမှာ ရေကန်ကြီးရဲ့ မျက်နှာပြင်က အရမ်းကို ဇြမ်သက်နှုပြီး ကြာပန်းတွေနဲ့ လုပနေတယ်။ အရမ်းလှလွန်းတဲ့ မြင်ကွင်းမို့ ငါအခုအချိန်ထိ မမေ့သေးဘူး။ အဲဒီရေကန်ကြီးဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ ဘိုးဘေးတွေ လက်ထက်ထဲက တည်ရှိခဲ့တာဖြစ်ကြောင်း ငါသိခဲ့ရတယ်"

"ကန်ရေပြင်ရဲ လျှို့စွှက်ချက်"ဆိုတာကရော့လို့ ကျွန်တော် စကား ဖြတ်ပြီး ဂျာလိုယန်ကို မေးလိုက်မိတယ်။ ကျွန်တော် အရမ်းသီချင်နှုတာ ကြောင့် ဖြတ်မေးလိုက်တာပါ။

"သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ အဲဒီကန်ထဲကို စိတ်ကြည့်ကြပြီး သူတို့ဖြစ်ချင်တဲ့ အရာတွေကို ပုံဖော်ကြည့်ကြတယ်။ ဥပမာ သူတို့ရဲ့ ရည်မှန်းချက်က ပျော်ရွင်ဖို့ဆိုရင် သူတို့က အဲဒီကန်ကြီးကို ကြည့်ပြီး သူတို့ ရယ်မောနေတဲ့ ပုံတွေကို မြင်ယောင်ကြည့်ကြတယ်။ သူတို့ပြီးနေတဲ့ပုံတွေကို မြင်ယောင်ကြည့်ကြတယ်။ လူတွေအတွက်ဆိုရင်လည်း ကိုယ်က နာမည်ကျော် အဆိုတော်ကြီး ဖြစ်ချင်ရင် ကိုယ်စင်ပေါ်မှာ သီချင်းဆိုနေတွေ့ဗျား ပရီသတ်တွေက တစ်ခဲနိုင်အားပေးနေတဲ့ပုံမျိုး မြင်ယောင်ကြည့်လို့ရတယ် ဆိုပါတော့ကျွား။ မင်းသဘာပေါက်သွားအောင် ဥပမာ ပြောပြီတာပါ။ သူတော်စင် ရာမန်ဆိုရင် ငယ်စဉ်က အရမ်းကြောက်တတ်တဲ့ ကလေးတစ်ယောက် ဖြစ်ဖူးတယ်လို့ ငါကို ပြောပြခဲ့တယ်။ ကြောက်တဲ့စိတ်တွေကို ဖျောက်ဖို့အတွက် ဒီကန်ကြီးကိုလာပြီး သူကိုယ်သူ ရဲရင့်သူတစ်ယောက်အဖြစ် အမြဲ မြင်ယောင်ကြည့်လေ့ရှိတယ်။ သူကိုယ်သူ လူတွေရှေ့မှာ မာန်ပါပါနဲ့ ပြောနေတဲ့ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်ပုံစံမျိုး ပုံဖော်ကြည့်လေ့ရှိတယ်။ အချို့ရက်တွေကျတော့ သူအသက်ကြီးလာရင် ဖြစ်ချင်တဲ့ ပုံစံမျိုးကို မြင်ယောင်ကြည့်တယ်။ အသက်ကြီးလာတဲ့အခါ စိတ်ဓာတ်ခိုင်မာပြီး အသီပညာကြွယ်ဝတဲ့ လူတစ်ယောက်အဖြစ် သူကိုယ်သူ မြင်ယောင်ကြည့်ခဲ့တယ်။ သူဘဝမှာ သူလိုချင်တဲ့အရာတွေကို ကန်ရေပြင်ပေါ်မှာ အရင်ဆုံးပုံဖော်ကြည့်ခဲ့တယ်။ သူ မြင်ယောင်ကြည့်ခဲ့တဲ့ အရာတွေဟာ တကယ်လည်း သူဘဝမှာ ဖြစ်လာခဲ့တယ်။ ငါတို့ရဲ့စိတ်ထဲမှာ ရပ်ပုံတွေ အမြဲရှိနေတယ်။

အခိုပ်ပုံကားချပ်တွေဟာ ငါတိုကိုယ်ငါတို့ ဘယ်လိုမြင်လဲဆိုတဲ့ အချက်အလာ
သက်ရောက်မှာ ရှိနေတယ်။ ငါတိုကိုယ်ငါတို့ ဘယ်လိုမြင်လဲဆိုတာဟာ ငါတို့
ဘဝအပေါ်မှာ သက်ရောက်မူရှိတယ်။ ဥပမာ မင်းဟာ အောင်မြင်တဲ့ ရှှေ့
တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ အရမ်းငယ်သေးတယ်လို့ မြင်ယောင်တယ် ဆိုပါစို့။ ဒါဟာ
မင်းကိုယ်မင်း မြင်တဲ့ အမြင်ဖြစ်တယ်။ မင်းကိုယ်မင်း အဲဒီလိုမြင်ပြုဆိုကတည်း
က မင်းဟာ အောင်မြင်တဲ့ရှှေ့နေတစ်ယောက်ဖြစ်လာမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။
မင်းဟာ ကျွန်းမာရေးကောင်းမွန်ပြီး ပျော်ဆွင်တဲ့ဘဝကို ဖြတ်သန်းလိမ့်မယ်လို့
ယုံယုံကြည်ကြည် မြင်လာနိုင်ရင် အဲဒါတွေက ပြင်ပဘဝမှာလည်း တကယ်
ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ စိတ်မျက်နှာပြင်ပေါ်မှာ စိတ်အားတက်ကြဖွယ်ကောင်း
တဲ့ ပုံရှိပေါ်ကို မြင်ယောင်ကြည့်တဲ့အခါမှာ မင်းဘဝမှာလည်း ထူးခြားမှုတွေ
ကို တွေ့ရှိလာရလိမ့်မယ်။ အိုင်းစတိုင်းက ပြောဖူးတယ်။ *စိတ်ကူးညာ၏ဟာ
စဟုသုတထက် ပိုပြီး အရေးပါတယ်'တဲ့။ မင်းရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝမှာ မင်းဖြစ်ချင်
တာတွေကို မြင်ယောင်ကြည့်ဖို့ အချိန်ပေးရမယ်။ တရားသူကြီးကောင်း
တစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဖခင်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တာပဲ
ဖြစ်ဖြစ် အဲဒီလို့ ဖြစ်နေတဲ့ပုံစံမျိုးကို မင်းစိတ်ထဲမှာ အရင်ဆုံး မြင်ယောင်ကြည့်
ရမယ်။

‘ငါ အဲဒီလိုလုပ်ဖို့အတွက် ရေကန်တစ်ကန် ရှာရမှာလား။’

‘ရေကန်ရှာဖို့တော့ မလိုပါဘူး။’ ‘ကန်ရေပြင်ရဲ့ လျှို့ဝှက်ချက်’
ဆိုတာက သူတော်စင်ကြီးတွေ ပေးထားတဲ့ နာမည်တစ်ခုပါပဲ။ မင်းကတော့
အိမ်မှာဖြစ်ဖြစ် ရဲ့မှာဖြစ်ဖြစ် လေ့ကျင့်လို့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီကျင့်စဉ်ကို
လေ့ထားရမယ်။ ပြီးရင် အသက်ပြင်းပြင်းလေး ခဏရှာရလိုက်။ J မိနစ် ၃ မိနစ်
အချိန်ကျရင် သက်သောင့်သက်သာ ရှိလာသလို ခံစားလာရလိမ့်မယ်။ အဲဒီ
မင်းက ဖခင်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် မင်းကလေးတွေနဲ့
ပျော်ပါးပြီး ရယ်မောဇာတာမျိုး၊ မင်းကလေးတွေကို ညာက် အီပိရာဝင်ပုံပြင်
ပြောပြန်တာမျိုး စသဖြင့် မြင်ယောင်ကြည့်လို့ရတယ်။ ဒီလိုမျိုး စိတ်ထဲမှာ
ပုံဖော်ကြည့်ခြင်းက ပြင်ပဘဝမှာလည်း သက်ရောက်မှာ ရှိလာလိမ့်မယ်။ ဒီလို
မျက်လုံးထဲမှာ ပုံဖော်ကြည့်တဲ့နည်းလမ်းက အခြားနေရာတွေမှာလည်း သုံးလို့
ရတယ်။ တရားခွင့်မှာ စွမ်းဆောင်ရည် ပိတိုးတက်ဖို့ဖြစ်ဖြစ်၊ မိသားစုနဲ့
ဆက်ဆံရေး ပိမိကောင်းမွန်လာဖို့ဖြစ်ဖြစ် အသုံးပြုလို့ရတယ်။ ငါတို့လဲ။

တကယ်ပြင်းပြင်းပြော လိုချင်တဲ့ အရာအားလုံးကို ဆွဲင်နိုင်တဲ့ သံလိုက်စာတ် မျိုး ရှိတယ်ဆိုတာကို အမြဲမှတ်ထားပါ။ မင်းဘဝမှာ လိုအပ်ချက်တစ်ခုခု ရှိနေတယ်ဆိုရင် မင်းရဲ့ တွေးပုံတွေးနည်းမှာ လိုအပ်ချက် တစ်ခုခုရှိနေလိုပါ။ မင်းရဲ့စိတ်ချက်နှာပြင်ပေါ်မှာ ကောင်းမွန်တဲ့ပုံစိုပ်တွေကိုပဲထားပါ။ မကောင်းတဲ့ ပုံစိုပ်တစ်ခုရှိရင်တောင် အဲဒီပုံစိုပ်က မင်းကို ခုက္ခပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီနည်းလမ်း ရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးရှိ တစ်ခါလောက် ခံစားဖူးသွားရင် စိတ်ရဲ့ စွမ်းအားကို မင်း ယုံကြည်လာလိမ့်မယ်”

ဂျူလီယန်ပြောနေတဲ့ စကားတွေက မသိရင် ကျွန်တော်များမလည်တဲ့ နိုင်ငံခြား ဘာသာစကားတစ်ခုကို ပြောနေသလိုပါပဲ။ ကိုယ်လိုချင်တဲ့အရာတွေ ကို ဆွဲဆောင်ပို့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်မှာ သံလိုက်စွမ်းအားလိုအရာ ရှိတယ်ဆိုတာ အရင်က ဘယ်သူပြောတာမှ မကြားဖူးခဲ့ပါဘူး။ စိတ်ထဲမှာ ယုံယုံကြည်ကြည် ပုံစံကြည်ခြင်းက တကယ့်ပြင်ပ လက်တွေ့ဘဝပေါ်မှာ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိတယ်ဆိုတာလည်း ကျွန်တော် မကြားဖူးခဲ့ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဂျူလီယန် ပြောတာ တွေကို ကျွန်တော်စိတ်ထဲက ယုံကြည်နေမိတယ်။ ဂျူလီယန်ဆိုတာ ဉာဏ်ရည် ထက်မြေက်လွန်းပြီး အရာရာကို အလွယ်တကူ ယုံကြည်တတ်သူတစ်ယောက် မဟုတ်ဘူးဆိုတာ ကျွန်တော်သိထားခဲ့တယ်။ သူပြောတဲ့ အရာတွေကို ထပ်ကာ ထပ်ကာ စိတ်ထဲက စဉ်းစားနေရင်း သဘောပေါက်လာသလို ခံစားလာရတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်စွမ်းအင်ကို ကျွန်တော်တို့ အကုန် အသုံးမချိနိုင်သေးဘူးဆို တာ သဘောပေါက်လာတယ်။ ဟိမဝါန္တာက ပြန်လာတဲ့ နာမည်ကျော်ရှုံးနေ ဟောင်း ဂျူလီယန်ရဲ့စကားတွေ နားထောင်ပြီးမှ ကျွန်တော်အကြာင်း ကျွန်တော် ပြန်စဉ်းစားမိလာတယ်။ ဂျူလီယန်ရဲ့ စကားတွေဟာ ကျွန်တော်ကို လုပ်နိုးနေသလိုပဲ။ ဒါပေမဲ့ သူ့ရဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ကျွန်တော်ရုံးမှာလုပ်လို လွယ်ပါမလားဆိုတာကို ရှုတ်တရက် စဉ်းစားမိတာနဲ့ သူ့ကို မေးဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက် တယ်။

“မင်းပြောတဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းတွေကို ရုံးမှာလုပ်လို အဆင်ပြေပါမလား ကွာ။ ငါရဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေက ငါကို ထူးထူးဆုံးဆန်း ကြည့်ကြရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ”

“သူတော်စင် ရာမန်နဲ့ အဗြားသူတော်စင်တွေ ပြောလေ့ရှိတဲ့ စကား တစ်ခုနှင့် ရှိတယ်။ ဒီစကားက ရှေးနှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက တည်ရှိခဲ့ပြီး သူတို့တွေ လက်ဆင့်ကမ်း သယ်ဆောင်လာကြတဲ့ အဖိုးတန် စကားတစ်ခုနှင့် လည်း ဖြစ်တယ်။ ဒီစကားကတော့ ‘လူအရှုံးထက် ပိုပြီးထက်မြေက်နေခြင်း’

သာကျိန်မေးခြင်းမှာ မြင့်မြတ်ခြင်းဆိုတာ မရှိဘူး။ တကယ်မြင့်မြတ်ခြင်းဆိုတာ၊ သာကျိန်မေးခြင်းမှာ မြင့်မြတ်ခြင်းဆိုတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ် ကို အမြဲကောင်းမွန်အောင် ကြိုးစားခြင်းမှာသာ တည်ရှိပါသည်။ တော်မြို့သာ အကျိုးမရှိဘူး ဖို့ပို့ သူများထက် ပိုပြီးသာအောင် လိုက်ပြုပြန်တာဟာ အကျိုးမရှိဘူး ဖို့ပို့ သူများထက် ပိုပြီးသာအောင် ကိုယ့်ရဲ့ပြုပြင်ပဲကိုသာ ဂရို့ပို့ပို့ ကိုယ် ယဉ်ပြုပြင်ခြင်းကသာ အကျိုးရှိကြောင်း၊ ကိုယ့်ရဲ့ပြုပြင်ပဲကိုသာ ဂရို့ပို့ပို့ ပြစ်ကြောင်း သူတော်စင်ကြီးတွေက ပြောချင်တာဖြစ်တယ်။ မင်းဘဝရှုံး ဖြစ်ကြောင်း သူတော်စင်ကြီးတွေက ပြောချင်တာဖြစ်တယ်။ အခြားသူများ တို့တော်ချင်တယ်ဆိုရင် မင်းရဲ့ပြုပြင်ပဲကို စိတ်နှစ်ထားဖို့လိုတယ်။ အခြားသူများ မင်းအကြောင်း ဘာပြောနေလဲဆိုတာက အရေးမကြီးဘူး။ တကယ်တို့ အရေးကြီးတာက မင်းကိုယ်မင်း ဘာပြောနေလဲဆိုတာပဲ။ မှန်တဲ့အရာတစ်ခုလှု လုပ်နေတယ်လို့ မင်းကိုယ်မင်း ယုံကြည်ရင် အခြားသူတွေ ပြောတာကို ဂရု မစိုက်ပါနဲ့။ မှန်တာကိုလုပ်ဖို့ မရှုက်ပါနဲ့။ ကိုယ့်ရဲ့တန်ဖိုးကို သူများနဲ့ နှိုင်းပျော် တတ်တဲ့ အကျိုင်းကို ဘယ်တော့မှ မမွေးပါနဲ့။ သူတော်စင် ရာမန် ပြောလေ့ရှုရာ စကားလေး တစ်ခွန်းရှိတယ်။ ‘အခြားသူတစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်ကူး အိပ်မက်တွေ အကြောင်း တွေးလိုက်တိုင်း သင့်ရဲ့စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်ပို့ သင့်မှာရှိတဲ့ အချိန်တွေ ပုံပါသွားတယ်ဆိုတာ မမောပါနဲ့’ တဲ့’

အချိန်က ည ၁၂ မာရိနဲ့ ဂ မိန်စ် ဖြစ်သွားပြီ။ ဒါပေမဲ့ ဂျူလီယန် ပြောတာတွေကို နားထောင်ရင်း ကျွန်တော် ပင်ပန်းသလို လုံးဝမခံစားရဘူး။ အဲဒီအကြောင်းကို ကျွန်တော် ဂျူလီယန်ကို ပြောပြလိုက်တော့ ဂျူလီယန်က ပြီးပြီး စကားဆက်ပြောပါတယ်။

‘ပင်ပန်းစွမ်းနယ်ခြင်းဆိုတာ များသောအားဖြင့် စိတ်ရဲ့ဖန်တီးမှုတစ်ခု ပါဖြစ်တယ်။ ပင်ပန်းစွမ်းနယ်ခြင်းဟာ စိတ်ကူးအိပ်မက် တိုးတိုးကျကျ မရှိဘူးတွေ့ ဦးတည်ချက်ပျောက်နေသူတွေမှာ အဖြစ်များတတ်တယ်။ ဥပမာ တစ်ခုလောက် မင်းကို ငါပြောပြမယ်။ တစ်ခါတလေ နှုံးလယ်ဘက် မင်းအလုပ်တွေ လုပ်ရင်းနဲ့ အိပ်နိုက်လာသလို ခံစားဖူးလား’

‘ခဏခဏ ဖြစ်ဖူးတာပေါ့။ အလုပ်မှာ ပင်ပန်းစွမ်းနယ်တတ်ကြတာ သာဘဝပဲလေ’

‘အိုက် ဟုတ်ပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအချိန်မှာ မင်းသူငယ်ချင်း တစ်ယောက်က မင်းကို ဖုန်းဆက်ပြီး မင်းတို့ အားပေးကြတဲ့ ဘောလုံးအသင်း ကစားမယ့်ပဲကို သွားကြည့်ဖို့ ခေါ်တယ်ဆိုပါနဲ့။ မင်း အိပ်ချင်သေးလား။ မင်း အိပ်ချင်တော့မှာ မဟုတ်ဘူး။ မင်း ပင်ပန်းစွမ်းနယ်မှုတာတွေ ဖြောပြီးသွားလိမ့်မယ်။ ငါပြောတာ မှန်လား’

‘အင်း... အဲဒီတော် မနိုင်ဘူး...’

သာကျိန်မေးခြင်းမှာ မြင့်မြတ်ခြင်းဆိုတာ မရှိဘူး။ တကယ်မြင့်မြတ်ခြင်းဆိုတာ၊ သာကျိန်မေးခြင်းမှာ မြင့်မြတ်ခြင်းဆိုတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ် ကို အမြဲကောင်းမွန်အောင် ကြိုးစားခြင်းမှာသာ တည်ရှုပါ။ တော်မြှင့်မြတ်ခြင်းဆိုတာ၊ သူများထက် ပိုပြီးသာအောင် လိုက်ပြုပြင်နေတာဟာ အကျိုးမရှိဘူး ဖို့ပို့ပါ။ သူများထက် ပိုပြီးသာအောင် လိုက်ပြုပြင်နေတာဟာ အကျိုးမရှိဘူး ဖို့ပို့ပါ။ ကိုယ့်ရဲ့ပြုပြင်ပဲကိုသာ ဂရို့ပြုပြုပါ။ မင်းဘဝရှုံး ဖြစ်ကြောင်း သူတော်စင်ကြီးတွေက ပြောချင်တာဖြစ်တယ်။ မင်းဘဝရှုံး တိုးတက်ချင်တယ်ဆိုရင် မင်းရဲ့ပြုပြင်ပဲကို စိတ်နှစ်ထားဖို့လိုတယ်။ အခြားသူများ မင်းအကြောင်း ဘာပြောနေလဲဆိုတာက အရေးမကြီးဘူး။ တကယ်တိုး အရေးကြီးတာက မင်းကိုယ်မင်း ဘာပြောနေလဲဆိုတာပဲ။ မှန်တဲ့အရာတစ်ခုကဲ့ အလုပ်နေတယ်လို့ မင်းကိုယ်မင်း ယုံကြည်ရင် အခြားသူတွေ ပြောတာကို ဂရု မစိုက်ပါနဲ့။ မှန်တာကိုလုပ်ဖို့ မရှုက်ပါနဲ့။ ကိုယ့်ရဲ့တန်ဖိုးကို သူများနဲ့ နှိုင်းပျော် တတ်တဲ့ အကျိုင်းကို ဘယ်တော့မှ မမွေးပါနဲ့။ သူတော်စင် ရာမန် ပြောလေ့ရှုရာ စကားလေး တစ်ခွန်းရှိတယ်။ ‘အခြားသူတစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်ကူး အိပ်မက်တွေ အကြောင်း တွေးလိုက်တိုင်း သင့်ရဲ့စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်ပို့ သင့်မှာရှိတဲ့ အချိန်တွေ ပုံပါသွားတယ်ဆိုတာ မမောပါနဲ့’ တဲ့’

အချိန်က ည ၁၂ နာရီနဲ့ ၇ မိန့် ဖြစ်သွားပြီ။ ဒါပေမဲ့ ဂျူလီယန်း ပြောတာတွေကို နားထောင်ရင်း ကျွန်ုတ်ပင် ပင်ပန်းသလို လုံးဝမခံစားရဘူး။ အဲဒီအကြောင်းကို ကျွန်ုတ်ပင် ဂျူလီယန်ကို ပြောပြလိုက်တော့ ဂျူလီယန်က ပြီးပြီး စကားဆက်ပြောပါတယ်။

‘ပင်ပန်းနှစ်းနယ်ခြင်းဆိုတာ များသောအားဖြင့် စိတ်ရဲ့ဖန်တီးမှုတစ်ခု ပဲဖြစ်တယ်။ ပင်ပန်းနှစ်းနယ်ခြင်းဟာ စိတ်ကူးအိပ်မက် တိုးတိုးကျကျ မရှိဘူးတွေ့ ဦးတည်ချက်ပျောက်နေသူတွေမှာ အဖြစ်များတတ်တယ်။ ဥပမာ တစ်ခုလောက် မင်းကို ငါပြောပြမယ်။ တစ်ခါတလေ နှုံးလယ်ဘက် မင်းအလုပ်တွေ လုပ်ရင်းနဲ့ အိပ်နိုက်လာသလို ခံစားဖူးလား’

‘ခဏခဏ ဖြစ်ဖူးတာပေါ့။ အလုပ်မှာ ပင်ပန်းနှစ်းနယ်တတ်ကြတာ သာဘဝပဲလေ’

‘အိုက် ဟုတ်ပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအချိန်မှာ မင်းသူငယ်ချင်း တစ်ယောက်က မင်းကို ဖုန်းဆက်ပြီး မင်းတို့ အားပေးကြတဲ့ ဘောလုံးအသင်း ကစားမယ့်ပဲကို သွားကြည့်ဖို့ ခေါ်တယ်ဆိုပါနဲ့။ မင်း အိပ်ချင်သေးလား။ မင်း အိပ်ချင်တော့မှာ မဟုတ်ဘူး။ မင်း ပင်ပန်းနှစ်းနယ်မှုတာတွေ ဖြောပြီးသွားလိမ့်မယ်။ ငါပြောတာ မှန်လား’

‘အင်း... အဲဒီတော့ မင်းအောင်...’

*ဒါဆိုရင် မင်းရဲ့ ပင်ပန်းစွမ်းနယ်မှုက စိတ်ရဲ့ ဖန်တီးမှုတစ်ခုအဆင့်ပဲ ရှိတယ်ဆိုတာကို မင်းယုံပြီလား။ ပျင်းစရာကောင်းတဲ့ အရာတွေကို လုပ်တိုင်း မင်းရဲ့စိတ်က ဖန်တီးတဲ့ အကျင့်တစ်ခုသာ ဖြစ်တယ်။ ဥပမာ ဒီညလိုမျိုးဆိုရင် မင်းမပင်ပန်းဘူးလေ။ ငါပြောသမျှကို အကြောကြီး နားထောင်နေတယ်။ သာမန် အချိန်ဆိုရင် မင်း ပင်ပန်းပြီး အိပ်ငိုက်သွားလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ အခါဘာလို့ မပင်ပန်းတာလဲ။ အကြောင်းရင်းကတော့ မင်း ငါပြောတာတွေကို အပြည့်အဝ စိတ်ဝင်စားနေလို့ပါ။ ငါပြောပြတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို မင်း သင်ယူချင် တယ်။ ဒီတော့ မင်းရဲ့ အာရုံစုံစိုက်နေတဲ့ စိတ်ဟာ မင်းကို ခွန်အားတွေပေးနေ တယ်။ ဒီညမှာ မင်းရဲ့စိတ်ဟာ အတိတ်မှာလည်း ရှိမနေဘူး။ အနာဂတ် အကြောင်းလည်း တွေးမနေဘူး။ မင်းရဲ့စိတ်ဟာ ပစ္စာပြန်တည့်တည့်မှာ ရှိနေ တယ်။ မင်းရဲ့စိတ်ကို ပစ္စာပြန်မှာပဲ ထားတတ်အောင် လေ့ကျင့်လာနိုင်ရင် မင်း အမြဲတမ်း အင်အားတွေ ပြည့်ဝနေလိမ့်မယ်။

ဂျုလီယန်ပြောတဲ့ စကားတွေကို နားထောင်ရင်း ကျွန်တော် ခေါင်း တညိုတ်ညိုတ် လုပ်နေမိတယ်။ ဂျုလီယန်ပြောတဲ့ အရာတွေဟာ အရမ်းမှန်ကန် ပြီး ကျွန်တော် အရင်တုန်းက မကြားဖူးခဲ့တဲ့ အရာတွေ ဖြစ်နေတယ်။ ကျွန်တော့ အဖေပြောတာလေး သတိရမိတယ်။ ‘ရှာဖွေသောသူသာ တွေ့၏’တဲ့ ကျွန်တော့ အဖေသာ အခုံနေ ကျွန်တော့ဘေးနားရှိရင် အရမ်းကောင်းမှာပဲလို့ တွေးမိလိုက်ပါတယ်။

အခန်း (၇) အနှစ်ချုပ်

ပုံပြင်ထဲက သက်တာ = ဥယျာဉ်



ကျင့်စဉ် = စိတ်ကိုထိန်းချုပ်ခြင်း

မှတ်သားဖွယ်ရာများ

- * စိတ်ကို ပြုစုပ္ပါးထောင် လေ့ကျင့်ပါ။ အံ့ဩဖွယ်ရာ ရလဒ်တွေ သင်တွေရပါလိမ့်မယ်။

- * သင့်ဘဝ ကောင်းခြင်း၊ ဆိုးခြင်းဟာ သင့်အတွေး ကောင်းခြင်း၊ ဆိုးခြင်းနဲ့ တိုက်ရှိက် ပတ်သက်နေပါတယ်။

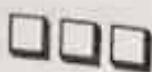
- * အမှားဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ဘဝပေး သင်ခန်းစာတွေပဲ ရှိပါတယ်။ အခက်အခဲတွေ ကြိုကြိုက်လာတိုင်း အဲဒီအခက်အခဲ တွေကို အခွင့်အလမ်းအဖြစ် မြင်ပြီး ကျော်ဖြတ်ပါ။

လေ့ကျင့်ရန် ကျင့်စဉ်များ

- * နှင်းဆီနှင့်လုံးသား

- * အတွေးပြောင်းခြင်း

- * ကန်ရေပြင်ရဲ့ လျှို့ဂျက်ချက်



အခန်း (၈)

ရင်ဘတ်ထဲက တိမ်ပြုပြန်တဲ့ ဘဝရည်မှန်းချက်ကို ဖော်ထုတ်ခြင်း

• သူတော်စင် ရာမန် ငါ့ကို ပုံပြင်ပြောပြုခဲ့တဲ့နေ့ဟာ ဒီနေ့နဲ့ တော်တော်
လေးတူတယ်။ အဲဒီတုန်းကလည်း ညာနောက်မှာ စကားစ၊ ပြောဖြစ်ကြပြီး
ညျဉ်နက်တဲ့အထိ စကားဆက်ပြောဖြစ်ခဲ့ကြတယ်။ စကားပြောနေရင်း သူနဲ့
အရမ်းရင်းနှီးနေသလို ခံစားခဲ့ရတယ်။ မင်းကို ငါ အစောပိုင်းမှာ ပြောခဲ့သလိုပဲ
သူကို ငါ စ၊ တွေ့ကတည်းက ညီအစ်ကိုအရင်း တစ်ယောက်လို ခံစားမိခဲ့တယ်။
ဒီနေ့ မင်းနဲ့ စကားပြောနေတဲ့ အချိန်မှာလည်း အဲဒီလို ခံစားမိတယ် ပျော်။
မင်းကို ဟိုးအရင်တည်းက ငါရဲ့ ညီလေးတစ်ယောက်လို သဘောထားခဲ့တာပါ။
ငါ မင်းကို မပြောပြဖြစ်ခဲ့တာပဲ ရှိပါတယ်။ မင်းဆီမှာ ငါနဲ့တူတဲ့ အချက်တွေ
အများကြီးရှိနေတယ်။ မင်းကို ငါဆက်ပြီး ပြောပြစ်ရာတွေ ရှိသေးတယ်။
သူတော်စင်ကြီး ပြောပြတဲ့ ပုံပြင်ထဲက အရာ ဂ ခမှာ မင်းကို ဥယျာဉ်ဆိုတဲ့
အရာတစ်ခုအကြောင်းပဲ ပြောရသေးတယ်။ မင်းကို ငါ ဆက်မပြောခင်မှာ
အခု ငါပြောပြနေတဲ့ အသိပညာတွေကို တတ်နိုင်သလောက် အခြားသူတွေ
သိအောင် မင်း ဝေမျှပေးမလားဆိုတာ ငါ ထပ်မေးချင်သေးတယ်။

ကျွန်ုတ်လည်း ဂျူလီယန် ပြောပြနေတာတွေကို အရမ်းနှစ်သက်ပြီး
အသုံးဝင်မယ့် အရာတွေလို ယူဆတဲ့အတွက် လက်ဆင့်ကမ်း ပြန်လည်ဝေမျှ
မည်ဖြစ်ကြောင်း နောက်တစ်ကြိမ် ကတိပေးလိုက်ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာတော့
ဂျူလီယန်က စကားဆက်ပြောပါတယ်။

‘ငါ အခု သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲက မီးပြတိက်ကြီးအကြောင်း
ကို ပြောပြတော့မယ်။ စိတ်ဆိုတာ ဥယျာဉ်ကြီးတစ်ခုနဲ့တူပြီး ဥယျာဉ်ကြီးကို
လုပစေချင်ရင် နေစဉ်နှေ့တိုင်း ပေါင်းတွေ့နဲ့ရမယ်၊ မြေသာတွေ ကျွေးမှု
မယ်ဆိုတာ ငါအစောပိုင်းမှာ ပြောခဲ့ပြီးပြန်။ ဘယ်တော့မှု အတွေးဆိုးဆိုတဲ့
မယ်ဆိုတာ ငါအစောပိုင်းမှာ ပြောခဲ့ပြီးပြန်။ မပေါက်စေနဲ့။ မင်းရဲ့စိတ်ကို ကျွေးမှု
ပေါင်းမြေက်တွေ့ မင်းရဲ့စိတ်ဥယျာဉ်ထဲမှာ မပေါက်စေနဲ့။ မင်းရဲ့စိတ်ကို ကျွေးမှု
ပြီး ကြိန်းအောင် အမြဲထားပါ။ ဥယျာဉ်ကြီးရဲ့အလယ်မှာ မီးပြတိက်ကြီးတစ်ခု
ရှိုးကြောင်း မင်းသတ်ရမယ် ထင်ပါတယ်။ ဒီသကော်တကာ အသိတရားတစ်ခုကို
ရှိုးကြောင်း မင်းသတ်ရမယ် ထင်ပါတယ်။ အဲဒီအသိတရားကတော့ ‘အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ဘဝဆို
သတိပေးနေတဲ့ သကော်တပါ။ အဲဒီအသိတရားကတော့ ’အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ဘဝပို့
တာ ရည်မှန်းချက်တွေ့ ပြည့်နေတဲ့ဘဝပါ’တဲ့။ မင်းနည်းနည်း နားရွှေပ်သွားရင်
ပါဖြစ်ရင်းပြပါမယ်။ လူတွေက အမြဲတမ်း သူတို့ဘဝရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က ဘာလဲလို့
ကိုယ်ကိုယ်ကို ပြန်မေးတတ်ကြတယ်။ တကယ်တော့ အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ဘဝဆိုတာ
ရည်မှန်းချက်တွေ့ ရှိနေတဲ့ဘဝကို ဆိုလိုတာပါ။ မင်းမှာ ရည်မှန်းချက်မရှိရင်
မင်းဘဝကြီးက အဓိပ္ပာယ် မရှိသလို ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ဘဝ
တစ်ခုကိုလိုချင်ရင် မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရမယ်။ ဘဝမှာ
ပျော်ဆွင်တဲ့သူတွေက သူတို့ဘာလိုချင်လဲဆိုတာကို သိသွားတဲ့သူတွေ ဖြစ်တယ်။
ဘဝမှာ မင်းဖြစ်ချင်တဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို သိသွားရင် အဲဒီရည်မှန်းချက်က
မီးပြတိက်ကြီးလို့ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ ပင်လယ်ထဲမှာ ရာသို့တဲ့ ကြမ်းတမ်းတဲ့
အခါ မီးပြတိက်ကြီးက လမ်းပြပေးတယ်။ ဘဝမှာ အခက်အခဲတွေ ကြုံတွေတဲ့
အခါ မင်းရဲ့ရင်ထဲက နိုင်မာတဲ့ရည်မှန်းချက်က လမ်းပြပေးလိမ့်မယ်။ လူတိုင်း
ဟာ သူတို့ဘယ်ကို သွားနေလဲဆိုတာကိုသိရင် အချိန်မရွေး လမ်းကြောင်း
ပြောင်းလို့ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းကိုယ်တိုင် ဘယ်ကိုသွားနေမှန်း မသိရင်တော့
မှန်းတိုင်ကို ဘယ်တော့ ရောက်မလဲဆိုတာပါ သိတော့မှာမဟုတ်ဘူး။ ပျော်ဆွင်
ခြင်းရဲ့ အရင်းအမြစ်ဟာ အောင်မြင်ဖြစ်တွေ့နဲ့မှုဖြစ်တယ်လို့ သူတော်စင် ရာမန်
က ငါကိုပြောပြန်တယ်။ အောင်မြင်ဖြစ်တွေ့နဲ့မှုဆိုတာ ငွေကြေးနဲ့ ရပ်ပိုင်းဆိုင်
ရာ ချမ်းသာကြွယ်ဝူဂါးပဲ ဆိုလိုတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒီနေ့ ၁၀ မိန့်စ် တရားထိုင်
မယ်လို့ သတ်မှတ်ထားပြီး အဲဒီ ၁၀ မိန့်ကို အပြည့်အေ ထိုင်နိုင်လိုက်တဲ့အချိန်
မှာ ရတဲ့ခဲ့စားမှုဟာလည်း အောင်မြင်ဖြစ်တွေ့နဲ့မှုဖြစ်တယ်။ အောင်မြင်ဖြစ်တွေ့နဲ့မှု
သူတော်စင် ရာမန်က သူ့ရဲ့ ရည်မှန်းချက်ဟာ အေးချမ်းတဲ့စိတ်ကို ရိုင်ဆိုင်ဖို့
ဖြစ်တယ်လို့ ငါကိုပြောပြခဲ့တယ်။ ပင်းလည်း မင်းဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို ရအောင်၍
သေသေချာချာ သိသွားတဲ့အခါ အဲဒီရည်မှန်းချက်တွေကို ရည်မှန်းချက်တွေကို ရအောင်၍

တရာ့ လုပ်ခွဲ

ဘဝဟာ မှေလိုကောင်းလာလိမ့်မယ်။ မင်းရဲရည်မှန်းချက်က ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာပြုခြား၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပုံဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။ ငါ အခု ပျော်ဆွင်မောသလို မင်းပျော်ဆွင်လာလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် မင်းဘဝရဲ ရည်မှန်းချက်ကို မင်းသီအောင် ကြီးစားပါ။ ပြီးရင် အဲဒီရည်မှန်းချက်ကို အကောင်အထည်ဖော်ပါ။ ငါတို့ အားလုံးမှာ မွေးမွားလာဆိုနိုင်ကတည်းက မွေးရာပါ အရည်အသွေးတွေ ပါလာ ကြတယ်။ အစိက ငါတို့လုပ်ရမှာက အဲဒီအရည်အသွေးတွေကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ဖို့ပါ။ အဲဒီလို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရင်းနဲ့ ကိုယ့်ဘဝရဲ ရည်မှန်းချက်ကို သီအောင် ကြီးစားရမယ်။

‘မင်း အစောပိုင်းမှာ ပြောခဲ့တဲ့ စွန့်စားမှုနည်းနည်းတော့ လုပ်ရမယ် ဆိုတော့ ဆိုင်လား’

‘ဆိုင်တယ်လည်း ပြောလိုရသလို၊ မဆိုင်ဘူးလိုလည်း ပြောလိုရတယ်။ ကိုယ့်ဘဝရဲ ရည်မှန်းချက်ကို ရှာဖွေဖို့ စွန့်စားမှုတွေ လုပ်ရတယ်လို့ မင်းမြင်လို ရတယ်။ အချိုလူတွေဆိုရင် သူတို့ချုစ်မြတ်နှီးတဲ့ အရာကို တွေ့သွားတဲ့အချို့မှာ သူတို့လက်ရှိလုပ်နေတဲ့ မကြိုက်မနှစ်သက်တဲ့အလုပ်ကို စွန့်ခွာသွားကြတယ်။ ကိုယ့်ဘဝရဲ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှာဖွေတဲ့အခါမှာ စွန့်စားမှုလို့ ခေါ်လိုရတဲ့ အရာတွေ လုပ်ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ သေချာစဉ်းစားကြည့်တော့ အဲဒီစွန့်စားမှု မဟုတ်ဘူးကွဲ။ ကိုယ့်ဘဝရဲ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှာဖွေတာလေ။ မဖြစ်မနေလုပ်သင့်တဲ့ အရာတစ်ခုလို့ မထင်ဘူးလား။ မိမိကိုယ်ကို သိရှိခြင်းက စိတ်ချမ်းသာတဲ့ ဘဝတစ်ခုရဲ့ အစပဲ’

‘ဒါခိုရင် မင်းဘဝရဲ ရည်မှန်းချက်ကဘာလဲ ဂျုလီယန်း’

‘ငါဘဝရဲ ရည်မှန်းချက်ကတော့ ရိုးရင်းပါတယ်။ ကိုယ်ကျိုးစွန့်ပြီး သူများတွေကို ကူညီချင်တာပါ။ ဘဝရဲ စစ်မှန်တဲ့ ပျော်ဆွင်ခြင်းတွေက အီပိစက် ခြင်း၊ ပျော်ရီခြင်း၊ အလုပ်မလုပ်ခြင်းတွေမှာ မရှိဘူး။’ ပျော်ဆွင်ခြင်းဟာ ဘဝရည်မှန်းချက်ကို စွဲမြှော လုပ်ကိုင်ခြင်းကနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိတယ်’တဲ့။ မင်းဘဝရဲ ရည်မှန်းချက်ကို သိသွားတဲ့အခါ အဲဒီအရာကို စွဲစွဲမြှောလုပ်ကိုင်ရင်းနဲ့ ပျော်ဆွင်လာလိမ့်မယ်။ သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲက မီးပြတိက်ကြီးက ဘဝရည်မှန်းချက်ရဲ့ စွမ်းအားကြီးပုံကို ရည်ညွှန်းတာဖြစ်တယ်။ စိတ်ထဲမှာ တိတိကျကျ ပြတ်ပြတ်သားသားရှိနေတဲ့ ရည်မှန်းချက် ပုံရိပ်ကြီးက မင်းကို အမြဲတမ်း လမ်းပြပေးနေလိမ့်မယ်’

ဘဝမှာ ပျော်ဆွင်ခြင်းအစစ်အမှန်ကို ရှာဖွေတွေရှိသွားသူတွေဟာ သူတို့ဘဝရဲ ရည်မှန်းချက်ကို ရှာဖွေတွေရှိပြီး အဲဒီရည်မှန်းချက်အပေါ်မှာ စိတ်နှစ်သူတွေ ဖြစ်ကြောင်း ဂျုလီယန်း ပြောတာတွေ နားထောင်ပြီး ကျွန်းတော်

သဘောပေါက်လာတယ်။ အဲဒီလူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ မွေးရာပါ တို့မြှုပ်နည်တဲ့ အရည်အချင်းတွေကို ဖြို့လည်ဖော်ထုတ်နှိုး ကြိုးစားကြတယ်၊ သူတို့ကိုယ်သူတို့ သိအောင် ကြိုးစားကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ အရည်အချင်းတွေကို သူတို့ရည်မှန်းမျက် အကောင်အထည်ဖော်ရာမှာ အသုံးချက်ကြတယ်။ အချို့လူတွေက ကိုယ်ကိုး မကြည့်ဘဲ စေတနာ့ဝန်ထမ်း ဆရာဝန်တွေ ဖြစ်သွားတယ်၊ အချို့သူတွေက အနပညာရှင်တွေ ဖြစ်သွားတယ်။ အချို့သူတွေကျတော့ လူတွေနဲ့ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံတဲ့ နေရာမှာ တော်မှန်း သူတို့ကိုယ်သူတို့ သိပြီး ဆရာ၊ ဆရာမ ဖြစ်သွားတယ်။ အချို့ကျတော့ စီးပွားရေးလောကထဲမှာ ပျော်မွေ့ကြပြီး အချို့ကျတော့ သိပ္ပါယညာမှာ ပျော်မွေ့ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဓိကအချက်က ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို သိအောင်ရှာဖွေဖို့ပဲ။ ကိုယ့်ရည်မှန်းချက်ကလည်း ပတ်ဝန်းကျင် ကို တစ်နည်းဘစ်ဖဲ့၊ အနည်းနဲ့အများ ကောင်းကျိုးပေးတဲ့ ရည်မှန်းချက်မျိုး ဖြစ်သင့်တယ်။ ကျွန်ုတော် တွေးနေရင်း မေးခွန်းတစ်ခုပေါ်လာလို့ ဂျှလီယန်ကို မေးဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

ဒါဆိုရင် ငါဖြစ်ချင်တဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို သိအောင် ကြိုးစားရ မယ်။ ပြီးရင် ရည်မှန်းချက်တွေ ချမှတ်ဖို့လိုမယ် မဟုတ်လား ဂျှလီယန်

*မှန်တယ် ပွဲနဲ့၊ ရည်မှန်းချက် ချမှတ်ခြင်းကနေ စတင်ရမယ်။ မင်း ရည်မှန်းချက်တွေကို စာချက်ပေါ်မှာ ချရေးတာဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ်ထဲမှာပုံဖော်တာ ဖြစ်ဖြစ် လုပ်လို့ရတယ်။ အဲဒီလိုလုပ်ခြင်းက မင်းရဲ့စိတ်ကို တက်ကြွေဖြေး ဖုန်တီးနိုင်စမ်းလည်း ပိုမိုကောင်းမွန်လာလိမ့်မယ်။ ဒီအဆင့်ဟာ မင်းကို လမ်း ကြောင်းမှန်ပေါ် စတင်ပေးတဲ့ ပထမဆုံး အဆင့်လည်း ဖြစ်တယ်။ ရည်မှန်းချက် ချမှတ်ခြင်းအပြင် ငါပြောပြခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းအားလုံးဟာ လူတစ်ယောက်ကို အရမ်းပြောင်းလဲစေတယ်။ ငါကိုပဲကြည့်။ အရင်ကနဲ့ တူသေးလား။ တစ်ခါ တလေ မှန်ထဲကြည့်ရင် ပြောင်းလဲသွားတဲ့ ငါပုံရိပ်ကို ငါကိုယ်တိုင် အုံသုမ္ပါ အထိုးကျွန်းခြင်းတွေ အားလုံးဟာ ကွယ်ပျောက်ပြီး အခုအချို့မှာ စိတ်ချမ်းသာ ကြိုယ်ကျွန်းမာဖြစ်စေပြီ။ ငါပြောပြနေတဲ့ အသိတရားတွေဟာ အရမ်းကို တန်ဖိုး ပဲ လိုတယ်။ မလုပ်ဖူးတဲ့ အရာတွေကို လုပ်ကြည့်ဖို့ ဖွင့်ထားဖို့ စမ်းသပ်ပို့ မင်းရဲ့စိတ်ကို ဖွင့်လှစ်ထားရမယ်။

*ငါလည်း ငါစိတ်ကို ဖွင့်ထားပါတယ် အချို့နည်းလမ်းတွေက နည်းနည်းဆန်းနေပေမဲ့ မင်းပြောတာ။

အစိုးရှိတယ်ဆိုတော့ ငါဝန်ခံရလိမယ်။ ငါ အဲဒီနည်းလမ်းတွေ
အားလုံးကို လေ့ကျင့်ဖို့ ကတိပေးပြီးသားပါ။ တကယ်လည်း အားချုပ်ပါ။

• ရည်မှန်းချက်ချမှတ်တနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သူတော်စင် ရာမန် ပြောပြု
တေလေး မင်းကို ငါပြောပြုမယ်။ သူတော်စင် ရာမန်က သူရဲ့ အားလပ်ချိန်တွေ
မှာ မြားပစ်လေ့ကျင့်လေ့ရှိတယ်။ သူက မြားပစ်တဲ့ ဇာရာမှာ အရမ်းကော်
တယ်။ တစ်နွေတော့ ရည်မှန်းချက် တိတိကျကျ ချမှတ်ခြင်းရဲ့ အရေးပါပုံကို
လေ့နှုန်းသုံးပြီး သရပ်ပြခဲ့တယ်။ အဲဒီနွေက ငါတို့ထိုင်နှုတဲ့မှာ ဝက်သစ်ချု
ပ်ကြီးတစ်ပင် ရှိနေခဲ့တယ်။ သူက နှင့်ဆိုပါတယ်။ ဝက်သစ်ချုပ်ကြီးရဲ့
ပင်စည်မှာ ထားလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ သူလမ်းလျှောက်ထွက်ရင် အမြဲသယ်လာ
လေ့ရှုတဲ့ ပစ္စည်း ၃ ပုံးဖြစ်တဲ့ လေး၊ မြားနဲ့ ပဝါစကို ထုတ်လိုက်တယ်။
ဇာက်ပြီးတော့ သူမှာပါလာတဲ့ ပဝါစနဲ့ မျက်လုံးကိုစည်းလိုက်တယ်။ သူနဲ့
ဝက်သစ်ချုပ် ဘယ်လောက် အကွာအဝေးရှိလဲမေးတော့ ပေ ၁၀၀ လောက်
ရှိကြောင်း ငါလည်း ခန့်မှန်းပြီး ဖြေလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ပေ ၁၀၀ အကွာ
အဝေးက ပစ်မှတ်ကိုပစ်တိုင်း သူလွှဲတာ အရင်က မြင်ဖူးလားလို့ ငါကိုမေး
တယ်။ ပေ ၃၀၀ လောက်က ပစ်မှတ်ကိုတော်စင် သူမှန်အောင်ပစ်တာ ငါမြင်ဖူး
တယ်။ ပေ ၁၀၀ လောက်ကိုတော့ တစ်ခါမှု မလွှဲခဲ့ဖူးသူး။ အဲဒီကြောင့်
ငါလည်း ပေ ၁၀၀ အကွာအဝေးမှာ သူလွှဲတာ မဖြင်ဖူးကြောင်း ပြန်ဖြေလိုက်
တယ်။ အဲဒီဇာက် သူက ဝက်သစ်ချုပ်ရှိတဲ့ ဘက်ကို မြားနဲ့ ချိန်လိုက်တယ်။
သူမျက်လုံးတွေကိုလည်း ပဝါစည်းထားတော့ ငါလည်း စိတ်ဝင်စားနေမိခဲ့
တယ်။ သူ တကယ် ပစ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ သူရဲ့မြားက ပစ်မှတ် နှင့်ဆိုပန်းရဲ့
အပေါ်ဘက် တော်တော်လေးကိုရောက်ပြီး ဝက်သစ်ချုပ်မှာ စိုက်သွားတယ်။
သူ နှင့်ဆိုပန်းကို မှန်အောင်ပစ်ပြလိမ့်မယ်လို့ ငါထင်ထားခဲ့တာ။ ဒါပေမဲ့
အဲဒီအချိန်မှာ သူက သူဆိုလိုချင်တဲ့ အရာကို စပြီးရှင်းပြတယ်။ သူက
• ကျွန်ုပ် သင့်ကို ဒီဇာရာခေါ်လာတာ အကြောင်းရှိတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ
သူဘယ် ကိုသွားနေလဲဆိုတာ တိတိကျကျ သိဖို့လိုပြီး သူရဲ့ပစ်မှတ်ကိုလည်း
ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မြင်ဖို့လိုတယ်။ အခု သင့်ကို ကျွန်ုပ်ပြလိုက်တဲ့ ဥပမာက
သက်သေပဲ။ သင့်ဘဝမှာ သင်မမြင်ရတဲ့ ပစ်မှတ်တစ်ခုကို ပစ်ဖို့မလွယ်ဘူး။
လူတွေက သူတို့ဘဝမှာ ပျော်ရွင်ချင်ကြတယ်၊ ကျွန်ုးမာချင်ကြတယ်၊ ချမ်းသာ
ချင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့က သူတို့ဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို စာအပ်
လေးထဲမှာ ချရေးဖို့တော် အချိန်မရှိကြဘူး။ အဲဒီလို ချရေးမြင်းရဲ့ အရေးပါပုံး
ကိုလည်း သူတို့မသိကြဘူး။ သူတို့ဘဝရဲ့ အစိုးရှိတယ်လည်း ပြန်လည်သုံးသပ်ဖို့

အစိုးရှိတယ်ဆိုတော့ ငါဝန်ခံရလိမယ်။ ငါ အဲဒီနည်းလမ်းတွေ
အားလုံးကို လေ့ကျင့်ဖို့ ကတိပေးပြီးသားပါ။ တကယ်လည်း အားချုပ်ပါ။

• ရည်မှန်းချက်ချမှတ်တနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သူတော်စင် ရာမန် ပြောပြု
တေလေး မင်းကို ငါပြောပြုမယ်။ သူတော်စင် ရာမန်က သူရဲ့ အားလပ်ချိန်တွေ
မှာ မြားပစ်လေ့ကျင့်လေ့ရှိတယ်။ သူက မြားပစ်တဲ့ ဇာရာမှာ အရမ်းကော်
တယ်။ တစ်နွေတော့ ရည်မှန်းချက် တိတိကျကျ ချမှတ်ခြင်းရဲ့ အရေးပါပုံကို
လေ့နှုန်းသုံးပြီး သရပ်ပြခဲ့တယ်။ အဲဒီနွေက ငါတို့ထိုင်နှုတဲ့မှာ ဝက်သစ်ချု
ပ်ကြီးတစ်ပင် ရှိနေခဲ့တယ်။ သူက နှင့်ဆိုပါတယ်။ ဝက်သစ်ချုပ်ကြီးရဲ့
ပင်စည်မှာ ထားလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ သူလမ်းလျှောက်ထွက်ရင် အမြဲသယ်လာ
လေ့ရှုတဲ့ ပစ္စည်း ၃ ပျီးဖြစ်တဲ့ လေး၊ မြားနဲ့ ပဝါစကို ထုတ်လိုက်တယ်။
ဇာက်ပြီးတော့ သူမှာပါလာတဲ့ ပဝါစနဲ့ မျက်လုံးကိုစည်းလိုက်တယ်။ သူနဲ့
ဝက်သစ်ချုပ် ဘယ်လောက် အကွာအဝေးရှိလဲမေးတော့ ပေ ၁၀၀ လောက်
ရှိကြောင်း ငါလည်း ခန့်မှန်းပြီး ဖြေလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ပေ ၁၀၀ အကွာ
အဝေးက ပစ်မှတ်ကိုပစ်တိုင်း သူလွှဲတာ အရင်က မြင်ဖူးလားလို့ ငါကိုမေး
တယ်။ ပေ ၃၀၀ လောက်က ပစ်မှတ်ကိုတော်စင် သူမှန်အောင်ပစ်တာ ငါမြင်ဖူး
တယ်။ ပေ ၁၀၀ လောက်ကိုတော့ တစ်ခါမှု မလွှဲခဲ့ဖူးသူး။ အဲဒီကြောင့်
ငါလည်း ပေ ၁၀၀ အကွာအဝေးမှာ သူလွှဲတာ မဖြင်ဖူးကြောင်း ပြန်ဖြေလိုက်
တယ်။ အဲဒီဇာက် သူက ဝက်သစ်ချုပ်ရှိတဲ့ ဘက်ကို မြားနဲ့ ချိန်လိုက်တယ်။
သူမျက်လုံးတွေကိုလည်း ပဝါစည်းထားတော့ ငါလည်း စိတ်ဝင်စားနေမိခဲ့
တယ်။ သူ တကယ် ပစ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ သူရဲ့မြားက ပစ်မှတ် နှင့်ဆိုပန်းရဲ့
အပေါ်ဘက် တော်တော်လေးကိုရောက်ပြီး ဝက်သစ်ချုပ်မှာ စိုက်သွားတယ်။
သူ နှင့်ဆိုပန်းကို မှန်အောင်ပစ်ပြလိမ့်မယ်လို့ ငါထင်ထားခဲ့တာ။ ဒါပေမဲ့
အဲဒီအချိန်မှာ သူက သူဆိုလိုချင်တဲ့ အရာကို စပြီးရှင်းပြတယ်။ သူက
• ကျွန်ုပ် သင့်ကို ဒီဇာရာခေါ်လာတာ အကြောင်းရှိတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ
သူဘယ် ကိုသွားနေလဲဆိုတာ တိတိကျကျ သိဖို့လိုပြီး သူရဲ့ပစ်မှတ်ကိုလည်း
ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မြင်ဖို့လိုတယ်။ အခု သင့်ကို ကျွန်ုပ်ပြလိုက်တဲ့ ဥပမာက
သက်သေပဲ။ သင့်ဘဝမှာ သင်မမြင်ရတဲ့ ပစ်မှတ်တစ်ခုကို ပစ်ဖို့မလွယ်ဘူး။
လူတွေက သူတို့ဘဝမှာ ပျော်ရွင်ချင်ကြတယ်၊ ကျွန်ုးမာချင်ကြတယ်၊ ချမ်းသာ
ချင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့က သူတို့ဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို စာအပ်
လေးထဲမှာ ချရေးဖို့တော် အချိန်မရှိကြဘူး။ အဲဒီလို ချရေးမြင်းရဲ့ အရေးပါပုံ
ကိုလည်း သူတို့မသိကြဘူး။ သူတို့ဘဝရဲ့ အစိုးရှိတယ်လည်း ပြန်လည်သုံးသပ်ဖို့

ရည်မှန်းချက်ချမှတ်ခြင်းက ဘဝကို ပါပီး ပျော်ဆွင်လာဆောင်
အခို့မရှိကြဘူး။ ရည်မှန်းချက်ချမှတ်ခြင်းရဲ့ အရေးကြီးပုဂ္ဂို
မယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဘိုးဘေးတွေက ရည်မှန်းချက်ချမှတ်ခြင်းရဲ့ အရေးကြီးပုဂ္ဂို
ကျွန်ုပ်တို့ကို လက်ဆင့်ကမ်းခဲ့ကြတယ်။ တိကျေတဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို စိတ်ထဲမှာ
ပြတ်ပြတ်သားသား ပုံဖော်နှင့်ခြင်းက အဲဒီရည်မှန်းချက် လက်တွေ့ဘဝမှာ
တကယ်ဖြစ်လာဆောင် ကူညီပေးတယ်။ သင်တို့ဆီမှာဆိုရင် လူတွေက ရှုပ်ပိုင်း
ဆိုင်ရာ ပိုင်ဆိုင်မှတွေ ရှိရှိရည်မှန်းချက်ချတာ၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာဆောင် ရည်မှန်း
ခိုင်ရာ ပိုင်ဆိုင်မှတွေ ရှိရှိရည်မှန်းချက်ချတာ၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာဆောင် ရည်မှန်း
ချက်ချတာ စသဖြင့် ရှိတတ်ကြတယ်။ အကယ်၍ အဲဒီတွေက သင်တကယ်
ချက်ချတာ စသဖြင့် ရှိတတ်ကြတယ်။ အပါတယ်။ တန်ဖိုးထားတဲ့ အရေးတွေမှာလည်း ချမှတ်လို့ ရပါတယ်။
တန်ဖိုးထားတဲ့ အရာတွေဆိုရင် အဲဒီရည်မှန်းချက်မျိုးလည်း ချမှတ်လို့ ရပါတယ်။
ဒ္ဓရာတွေမှာလည်း ရည်မှန်းချက်ချဖို့ လိုလိမ့်မယ်။ ကျွန်ုပ်ဆိုရင်
အခြား နေရာတွေမှာလည်း ရည်မှန်းချက်ချဖို့ လိုလိမ့်မယ်။ ကျွန်ုပ်ဘူးတဲ့
စိတ်ချမ်းသာဖို့၊ နေတိုင်းကို ပျော်ဆွင်စွာ ဖြတ်သန်းဖို့၊ ကျွန်ုပ်ဘေးမှာရှိတဲ့
ချေတယ်ဆိုတာ ရှုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရာတွေအတွက်ပဲ မဟုတ်ဘူး၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ
တိုးတက်ချင်သူတွေဟာလည်း သူတို့ရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို ချုပြုး ရေးထားသင့်
တယ်။ အဲဒီလိုချေရေးတဲ့ အခို့ကစပြီး သင်မမြင်ရတဲ့ စိတ်ဓာတ် အင်အားတွေ
စတင်ဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုချေမှတ်ခြင်းဟာ သင့်ရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို
အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ အစပိုးလိုက်သလိုပဲ့လို့ ရှင်းပြုခဲ့တယ်။ ရည်မှန်းချက်ချေ
တယ်ဆိုတာ မင်းဘဝအတွက်လည်း အရမ်းအရေးကြီးတယ် ဒွါန်း

ကျော်လိုပ်ပြောတာတွေ နားထောင်ရင်း အထက်တန်းကျောင်းတုန်းက
ကျွန်ုတော်တို့ရဲ့ ဘောလုံးနည်းပြ ပြောတဲ့စကားလေးတစ်ခုကို သတိရမိတယ်။
ကျွန်ုတော်တို့ အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝမှာ ဘောလုံးကစားတုန်းက
ကျွန်ုတော်တို့ နည်းပြက ၅ကစားပွဲ တစ်ခုမှာ မင်းတို့ ဘာလိုချင်လဲဆိုတာကို
သေခြာသိပါ။ ဆိုတာကို အမြဲပြောလေ့ရှိတယ်။ ကျွန်ုတော်တို့အသင်းဟာ
ကစားပွဲတစ်ခုကို တိကျေတဲ့ အစီအစဉ်၊ ပျူးဟာမရှိဘူး၊ ကစားလေ့မရှိဘူး။
မကစားခင်မှာ အမြဲတမ်း အနိုင်ရအောင် ဘယ်လိုကစားမလဲဆိုတဲ့ ပျူးဟာကို
ချေမှတ်ထားလေ့ရှိတယ်။ ကျွန်ုတော်ရဲ့ ဘဝအတွက်ကျတော့ နည်းပျူးဟာချေမှတ်ပို့
ကျွန်ုတော် တစ်ခါမှ အခို့မပေးခဲ့မိဘူး။ ကျော်လိုပ်ပြောချေမှတ်ပို့
တော့ သူတို့ဘဝမှာ ဘာလုပ်မလဲဆိုတာကို တိတိကျကျ သိပုံပဲ။ ဒါပေမဲ့
ထူးခြားစေလိုလဲ။ ကျွန်ုတော်သိချင်မိတာနဲ့ ကျော်လိုပ်ပြောချေမှတ်က ဘာများ
စာမျက်ပေါ်မှာ ချေရေးတာက ဘာထူးခြားစေလိုလဲ။

“စာမျက်ပေါ်မှာ ချေရေးတာက ဘာထူးခြားစေလိုလဲ။

နိတ်ထဲမှာရှိနေရင် မရဘူးလား"

"မင်း အခုလို နိတ်ဝင်တစားမေးတာကို ငါဝမ်းသာပါတယ် ပျော်။ အော့ပိုင်းတုန်းက လူတွေဟာ နှောတိုင်းမှာ အတွေး ၆၀၀၀၀ လောက် တွေးတယ်ဆိုတာကို မင်းကို ငါပြောခဲ့တယ်နော်။ မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို ချရေးလိုက်ခြင်းအားဖြင့် အဲဒီရေးမှတ်လိုက်တဲ့ အတွေးတစ်ခုဟာ ကျော်တဲ့ အတွေး။ ၅၀၉၉၉ ခုထက် ပိုအရေးကြီးတယ်လို့ မင်းရဲ့ မသိစိတ်ကို ပြောလိုက်သလိုပဲ။ မင်း နှောတိုင်းတွေးတဲ့ အတွေးတွေးအများကြီးရှိပေမဲ့ မင်းက အတွေးတစ်ခုကိုပဲ ကျက်ပြီး ချရေးတာဖြစ်တယ်။ ဒီတော့ မင်းရဲ့မသိစိတ်က အဲဒီအတွေးကို အရေးကြီးတဲ့ အတွေးအဖြစ် မှတ်ထားလိုက်တယ်။ ခုံးပျော်စင်းဟာ သူ့ရဲ့ ပစ်မှတ်ဆီကို မရရအောင် သွားသလို မင်းရဲ့စိတ်ဟာလည်း မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်ဆီကို သွားမယ့် နည်းလမ်းမှန်သမျှကို စတင်ရှာဖွေလိမ့်မယ်။ ဒီဖြစ်ရပ်ဟာ တကယ်တော့ သိပ္ပါနည်းကျ ဖြစ်ရပ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး လူတော်တော်များများ ဒါကို မသိကြဘူး။ အချို့လူတွေက စိတ်ချမ်းသာချင်ကြတယ်၊ ဘဝကို ပျော်ပျော်ရွင် ရွင် ဖြတ်သန်းချင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ဘာဖြစ်ချင်လဲလို့ အမေးခံရတဲ့အခါ သူတို့မှာ အဖြေမရှိကြဘူး။ သူတို့က သူတို့ရည်မှန်းချက်တွေကို အချိန်ပေးပြီး အလေးမထားကြဘူး။ စိတ်ထဲမှာ စွဲမြို့ခြင်းရဲ့ အကျိုးရလဒ်ကို မင်းကို ငါ ဥပမာတစ်ခုနဲ့ ရှင်းပြမယ်။ ငယ်ငယ်တုန်းက ကောင်မလေးတစ်ယောက်ကို စွဲလမ်းဖူးတာမျိုး ရှိလား။ အီမှာနေရင်း စာကျက်နေလည်း သူနာမည်ကို ကြားပောင်နေတယ်၊ နံရုံကိုကြည့်လည်း သူရပ်ပုံပေါ်နေတယ်၊ ခေါင်းထဲမှာ လည်း သူနာမည်၊ သူရပ်ပုံတွေချည်းပဲ ဖြစ်နေတတ်တယ်။ သူရပ်ပုံက မင်းအခိုးနံရုံပေါ်မှာ တကယ်ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါက အာရုံစုံနိုက်လွန်းတဲ့ စိတ်ရဲ့ အကျိုးဆက်တစ်ခုဖြစ်တယ်။ တစ်စုံတစ်ခုကို အာရုံနိုက်လွန်းရင် အဲဒီ အရာက ခေါင်းထဲမှာ အမြဲ ပေါ်နေလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုပဲ ဘဝမှာ ဘာဖြစ်ချင်လဲ ဆိုတာကို သိချင်ရင် အာရုံတွေကို စုစည်းတတ်ဖို့ လိုလိမ့်မယ်။ မင်း ဘယ်နေရာ မှာ ထူးချွန်လဲ စဉ်းစားပါ။ မင်းကို ဘယ်အရာတွေက ပျော်ရွင်စေလဲ စဉ်းစားပါ။ ဥပဒေနယ်ပယ်မှာ ကျင်လည်နေရပေမဲ့ မင်း ကောင်းဆရာတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တာလည်း ဖြစ်နိုင်တာပဲ။ ဒါမှုမဟုတ် ပန်းချိုးဆရာတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တာလည်း ဖြစ်နိုင်တာပဲ။ ဘာပဲဖြစ်နေပါစေ မင်း ချစ်မြှတ်နှီးတဲ့အရာကို ရှာဖွေပါ။ မင်းဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို တွေ့သွားပြီဆိုရင် မင်းငယ်ငယ်က စွဲလမ်းခဲ့ဖူးတဲ့ ကောင်မလေးလိုပဲ မင်းမျက်လုံးမှုတ်လိုက်တိုင်း အဲဒီရည်မှန်းချက်က ပေါ်နေလိမ့်မယ်"

‘မင်းပြောတာကို ငါ အခုမှ သေချာ စဉ်းစားစိတယ်။ ငါဘူး၊ အဆုံးသတ်ခါနီးအချိန်ထိ ငါဘာဖြစ်ချင်မှန်း မသိရင် တော်တော် ဝမ်းနည်းနည် ထင်တယ်’

‘အဒါဆိုရင် အခုအချိန်ကစြိုး မင်းဘာဖြစ်ချင်လဲဆိုတာကို သိအောင်လုပ်ပေတော့။ စိတ်ဆိုတာ ရေစစ်လိုပဲ အသုံးချေတတ်ရင် အညွှန် အကြော်တွေကို စစ်ထုတ်လို့ရတယ်။ မလိုအပ်တဲ့ အတွေးတွေကို စစ်ထုတ်လို့ အသုံးဝင်တာတွေပဲ မင်းစိတ်ထဲကို ပေးဝင်လို့ရတယ်။ အခု ငါတဲ့ ထိုင်ပြီး စကားပြောနေတဲ့အချိန်မှာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့အရာတွေ အများကြီးရှိတယ်။ မင်းခေါင်းပေါ်က နှောက်က ငါးကန်လေးထဲမှာ ငါးလေး ရေကူးမှုတယ်။ မင်းခေါင်းပေါ်က အကွန်းက လေတွေထွက်နေတယ်။ မင်းရဲ့ နှစ်ဗုံးလည်း ခုနှစ်မှုမှုတယ်။ မင်း ငါပြောတာကိုပဲ အာရုံစိုက်နေတဲ့အတွက် ကျော်တာတွေကို သတိမထား မိဘူး။ အဲဒီလိုပဲ မင်းဘဝမှာ အရေးကြီးဘာတွေကို အာရုံစိုက်လိုက်တဲ့အခါ ကျွန်းတဲ့ အရေးမကြီးတာတွေကို စစ်ထုတ်ပြီးသား ဖြစ်သွားတယ်’

‘အမျှန်အတိုင်းပြောရရင် အခုမေ့ ငါသေရမယ်ဆိုရင် စိတ်ကျော်မှုပဲ မဟုတ်ဘူး ဂျူလီယန်း။ ငါဘဝမှာ ကောင်းမွန်တဲ့အရာတွေတော့ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါအရမ်းကြိုက်နှစ်သက်မိတဲ့ အရာတွေတော့ မဟုတ်ဘူး။ ငါငယ်ငယ် တုန်းက ပန်းချိပညာမှာ တော်ခဲ့ပူးတယ်။ ငါမှာ ပန်းချိန္တုပတ်သက်တဲ့ ပါရမီ ပါတယ်ဆိုတာ ငါသိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရှေ့နေအလုပ်က ငါကို ပိုပြီး တည်းပြုတဲ့ ဘဝလေး ပေးနိုင်မယ်ထင်လို့ ပန်းချိဝါသနာကို ငါစွန်လွှတ်ခဲ့တယ်’

‘ပန်းချိပညာနဲ့ အသက်မွေးလို့ရရင် ကောင်းမယ်လို့ မင်း တွေးဖူးလား မြန်း’

‘အဲဒီလိုတော့ မတွေးမိသေးဘူး။ ဒါပေမဲ့ သေချာတာတစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ ပန်းချိခွဲနေတဲ့ အချိန်တွေဆိုရင် ငါ နိုဗ္ဗာန်ရောက်နေသလိုပဲ’

‘ပန်းချိခွဲခြင်းက မင်းကို ပျော်ဆွင်ပေးပြီး စိတ်အားတက်ကြွေစေတယ် မဟုတ်လား’

‘သေချာတာပေါ့။ ပန်းချိခွဲမြေပြီဆိုရင် အချိန်တွေကို မေ့သွားတတ်တယ်။ ငါခွဲနေတဲ့ ပန်းချိကားချုပ်ထဲမှာ စီးမျော်နေတ်တယ်။ မသိရင် အခြားကမ္မာတစ်ခုထဲ ရောက်သွားသလိုပဲ’

‘အဲဒါ မင်းချုစ်မြတ်နှီးတဲ့ အရာတစ်ခုအပေါ်မှာ အာရုံစိုက်ခြင်းရဲ့ စွမ်းအားပဲ ရွှေ့န်း။ ဂျာများ စာရေးဆရာကြီး ရွှေ့သာက ကျော်တော်တို့ ချုစ်မြတ်နှီးတဲ့အရာတွေနဲ့ ပုံဖော်ထားတာပေါ်’

ပင်းရှုံးသာဝရည်ရယ်ချက်က ကမ္ဘာကြီးကို လူပတ်ယန်းမျိုးကားချုပ်တွေ့ဗုံး အလု
ဆုံးလည်း ဖြစ်နိုင်တော်လေ။ အောင်းဆုံးတော့ ပိုးမျိုးကို အရှိန်းလည်းနည်း
လော်း ဖြစ်ခဲ့ကြည့်ပါ။

‘နိုင်း ဂျေလိုယ်။ မျက်ပြီး ငါမေးချင်တော်များရှိရှာသိ။ ရည်များ
ချက် သတ်မှတ်တဲ့များ သေးသေးများများ အရာတွေရော သတ်မှတ်လို့
ရလား’

‘ရှုံးပေါ့။ ရည်များချက်ချုပ်တဲ့ အတတ်ပညာဆိတာ အသေးအချွေ
တွေကပဲ စံလော်ရတယ်။ အဲဒီလို အသေးအခွဲလေးတွေကို အောင်ပြင်
အောင် လုပ်နိုင်တော်များလာရင် ကြီးဟားတဲ့အရာတွေအတွက်လည်း အဆင်သင့်
ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ စိတ်ထဲမှာ ကြီးဟားတဲ့ရည်များချက်ထားရင်း အသေးအခွား
ရည်များချက်တွေလည်း ထားပေါ့။ သူတော်စင်ကြီးတွေက သူတို့ ရည်များချက်
တွေကို ပြည့်ဝအောင် ကြီးစားတဲ့များရာ အဆင့် ၅ ဆင့်နဲ့ ရယူလေ့ရှိတယ်။
ဒီနည်းလမ်းက တော်တော်လေး ရိုးရင်းပြီး သူတော်စင်ကြီးတွေအတွက် အရမ်း
အသုံးဝင်တဲ့ နည်းလမ်းလည်းဖြစ်တယ်။ ပထမဆုံးအဆင့်က ရည်များချက်
တကယ်လက်တွေ ဖြစ်လာတဲ့ပုံကို စိတ်ထဲမှာ မြင်ယောင်ရမယ်။ ဥပမာ
မင်းရဲ့ ရည်များချက်က ဂိတ်ကျဖို့ဆိုရင် မနောက်မိုးလင်းလာတိုင်း ဂိတ်ကျပြီး
ကြည့်ကောင်းတဲ့ ဓမ္မာကိုယ် ပိုင်ဆိုင်နေတဲ့ပုံကို မြင်ယောင်ကြည့်ပို့လိုတယ်။
မင်းကိုယ်မင်း ကျွန်းမာကြုံနိုင်နေတဲ့ပုံစံမျိုး မြင်ယောင်ကြည့်ရမယ်။ မင်း
မြင်ယောင်ကြည့်တဲ့ပုံက စိတ်ထဲမှာ ပိုပြီးရှင်းလင်းပြတ်သားလာလေလေ အဲဒီ
အနေအထားကိုရောက်ဖို့ ပိုမြန်လေပဲ။ အခုလို မြင်ယောင်ကြည့်ခြင်းက မင်း
ရည်များချက်တွေ တကယ်ဖြစ်လာဖို့ ပထမဆုံးအဆင့်ဖြစ်တယ်။ ဒုတိယအဆင့်
က ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကောင်းမွန်တဲ့ဒီအားပေးပို့ ဖြစ်တယ်။ လူတွေက အမြဲတမ်း
ဘာလုပ်မယ်၊ ဉာဏ်လုပ်မယ်ဆိုပြီး တွေးတတ်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရင်လို
ပျင်းစိတဲ့ပုံစံကို အချိန်မရွေ့ ပြန်သွားပို့ လွယ်နေတော့ ရည်များချက်တွေကို
မလုပ်ဖြစ်ကြဘူး။ တကယ်တော့ လူဆိတာ ဒီအားကို မျိုးတိုးလို့မရဘူး။
သင့်တော်တဲ့ ဒီအားတစ်ခု လိုအပ်တယ်။ လူတွေဟာ ချောင်ပိတ်မိတဲ့အခါ
သို့မဟုတ် အချိန်မရှိတော့တဲ့အခါမှာ သူတို့ဘဝရဲ့ အကြီးမားဆုံး စွမ်းဆောင်မှု
တွေကို လုပ်ပြတ်ကြတယ်။ ဒီအားအရမ်းများနေပြီး မလုပ်ရင်မဖြစ်တော့တဲ့
အခါ သူတို့ရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုနဲ့သမျှကို သူတို့လုပ်ရမယ့်အရာပေါ်ကို ပုံချို့
လုပ်ကြရတယ်။ ဥပမာ လူတစ်ယောက်ဟာ သရဲ့ကြောက်တဲ့အခါ အမြန်ဆုံး
ပြီးဖြစ်သွားသလိုပေါ့။ ဒီအားရှိနေတော့ ဘယ်လိုပြီးလိုပြီးမျိုးမသိဘဲ အိမ်ကို

ဖြန့်ရောက်သွားသလိုပေါ့။ အချို့မီခင်တွေဆိုရင် သားသမီး အန္တရာယ်ရှိလာတဲ့
 ဆေါ အရင်တုန်းက မရှိခဲ့တဲ့ သတိတွေ ရလာသလိုမျှိုးပေါ့။ ဒါဟာ ဒီအားရှုံး
 အကျိုးရလဒ်ပါ။ အဲဒီလောက် ဒီအားအများကြီး အမြဲလိုတယ်လို့ ဆိုလိုတာ
 တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ သင့်တော်တဲ့ ဒီအားတစ်ခုတော့ရှိဖို့ လိုတယ်။
 • အဲဒီသင့်တော်တဲ့ ဒီအားကို ငါဘယ်လို့ ဖန်တီးရမလဲ ဂျူလီယန်း
 • သင့်တော်တဲ့ ဒီအားကိုရရှိ နည်းလမ်းတွေရှိပါတယ်။ အဲဒီထဲက
 အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းတစ်ခုက အများကို အသိပေးခြင်းပါ။ မင်းဂိတ်ချုတော့
 မယ်ဆိုရင် အဲဒီအကြောင်းကို မင်းနဲ့သိတဲ့သူတွေ အားလုံးကို ပြောပြပါ။
 ဒါမှာမဟုတ် မင်းဝေါးတစ်ပုဒ် ရေးတော့မယ်ဆိုရင်လည်း မင်းနဲ့ သိတဲ့သူတွေကို
 အသိပေးပါ။ မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို အများသိသွားပြီဆိုရင် မင်းအပေါ်မှာ
 ဒီအားတွေရှိလာပြီ။ မင်း ဝိတ်မကျရင် သူတို့မေးကြတော့မယ်၊ သို့မဟုတ်
 မင်း ရေးနေတဲ့သွား မပြီးသေးဘူးလား မေးကြတော့မယ်။ အလေ့အကျင့်
 ကောင်းတစ်ခု ဓမ္မားပို့ဆိုတာ ဒီအားလိုတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေကတော့
 ငါပြောတဲ့ နည်းလမ်းထက်ပိုပြီး ပြင်းထန်တဲ့နည်းလမ်းကို သုံးကြတယ်။ သူတို့က
 သူတို့ရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ပြောပြကြတယ်။
 ဥပမာ သူတို့ တစ်ပတ်တိတိ ဥပုသိတော့မယ်ဆိုတဲ့အကြောင်း သို့မဟုတ်
 တစ်လတိတိ မနက် ငါ နာရီတိုင်း တရားထိုင်မယ်ဆိုတဲ့အကြောင်း စသဖြင့်
 သူတို့ရည်မှန်းချက်တွေကို အချင်းချင်း အသိပေးတယ်။ အကယ်၍ သူတို့ပြော
 သလို မလုပ်ဖြစ်ခဲ့ကြရင် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဒီအားပေးကြတယ်။ ဘယ်လို့
 ဒီအားပေးလဲဆိုတော့ အစောပိုင်းမှာ မင်းကို ငါပြောပြုးတဲ့ ရေတံခွန်ကိုသွား
 တယ်။ ရေတံခွန်ကြီးကမဲ့ စီးဆင်းနေတဲ့ ရရှဲတမ္မာအေးတဲ့ ရေအောက်မှာ
 အချို့အကြောကြီးရပ်ပြီး သူတို့ကိုယ်သူတို့ အပြစ်ပေးကြတယ်။ ဒါကတော့
 အလေ့အကျင့်ကောင်းတစ်ခု ရှိ၏ သူတို့သုံးတဲ့ ပြင်းထန်တဲ့နည်းလမ်းပေါ့။
 • ပြင်းထန်တယ်ဆိုတဲ့ စကားတောင် မသုံးသင့်ပါဘူး ဂျူလီယန်ရှယ်၊
 အဒါကြီးက စုံသုံးဂွန်းပါတယ်။
 • ဒါပေမဲ့ အဲဒီအလေ့အကျင့်က သူတို့အတွက်တော့ အရမ်းအကျိုး
 ရှိတယ်။ လိုချင်တဲ့ အလေ့အကျင့်တစ်ခုကို စောလေးနဲ့ရအောင် သူတို့ လုပ်နိုင်
 စိတ်ကို သင့်တော်တဲ့ဒီအားတစ်ခုပေးပိုပါ။ အဲဒီလို့ဒီအား ရလာတဲ့အခါ မလုပ်
 ဖြစ်တာတွေ ရှိတော့မှာ မဟုတ်ဘူး။

“အင်း...အဲဒါတော့ သဘောပေါက်ပြီ။ မင်းပြောတဲ့ အဆင့် ၅ ဆင့်မှာ ၂ ဆင့်ပဲ ပြီးသေးတယ်နော်။ ကျွန်တဲ့ ၃ ဆင့် ဆက်ပြောပါ၌။”

“မှန်တယ် ပျော်။ အဆင့် ၁ က ရည်မှန်းချက် လက်တွေ့ဖြစ်လာတဲ့ ပုံကို စီတ်ထဲမှာ မြှင့်ယောင် ကြည့်ရမယ်၊ အဆင့် ၂ က သင့်တော်တဲ့မီအား ဖုန်တိုးရမယ်။ အဆင့် ၃ ကတော့ ဂါးဂျင်းပါတယ်။ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုကို အချို့မသတ်မှတ်ဘဲ မထားပါနဲ့။ ရည်မှန်းချက်တွေ လက်တွေ့ဖြစ်လာပို့ဆိုရင် အချို့အတိုင်းအတာတစ်ခု သက်မှတ်ပေးရလိမ့်မယ်။ တရားခွင့်မှာ အမူတွေ ရင်ဆိုင်ဖို့ မင်းပြင်ဆင်တဲ့အခါ အချို့နှိုးကပ်နေတဲ့အမှုတွေကို အချို့လိုသေးတဲ့ အမှုတွေထက် မင်း ဦးစားပေးတယ် မဟုတ်လား။ အဲဒီသဘောပါပဲ။ လူတွေက အချို့နှိုးကပ်တဲ့အရာကို ပိုပြီးလုပ်လေ့ရှိတယ်။ ဘယ်အချို့လုပ်လုပ်လုပ်ဆိုတဲ့ အရာတွေကို လူတွေက အချို့ဆွဲလေ့ရှိတယ်။ နောက်ပြီး ရည်မှန်းချက်ကို စာချက်ပေါ်မှာ ချမရေးထားရင် အဲဒါကို ရည်မှန်းချက်လို့ မခေါ်ဘူး။ မင်းတကယ်လိုချင်တဲ့ အရာဆိုရင် စာအုပ်ထဲမှာ ချရေးဖို့ မင်းအချို့ပေးလိမ့်မယ်။ မှတ်စုစာအုပ်လေးတစ်အုပ်ဝယ်ပြီး ချမှတ်ထားပါ။ အဲဒီစာအုပ်ကို မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်စာအုပ်လို့ ခေါ်လို့ရတယ်။ မင်းလိုချင်တဲ့အရာတွေ၊ ဖြစ်ချင်တဲ့အရာတွေ အားလုံးကို အဲဒီစာအုပ်ထဲမှာ ချရေးထားပါ။ မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်စာအုပ်ကို ကဏ္ဍတွေခွဲထားလို့ရတယ်။ ဥပမာ ကျွန်းမာရေးအတွက် ရည်မှန်းချက်၊ စီးပွားရေးအတွက် ရည်မှန်းချက်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တိုးတက်ဖို့ ရည်မှန်းချက်၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်တွေ စသဖြင့် ခွဲပြီး ရေးမှတ်ထားလို့ရတယ်။ နောက်ထပ် အသုံးဝင်တဲ့ နည်းလမ်းလေးတစ်ခု ရှိသေးတယ်။ အဲဒါက ရည်မှန်းချက်စာအုပ်ထဲမှာ မင်းလိုချင်တဲ့အရာတွေရဲ့ ရုပ်ပုံတွေလည်း ထည့်ထားလို့ရတယ်။ ဥပမာ ပိတ်ကျ ချင်တယ်ဆိုပါစို့။ မင်းကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ် အချိုးအစားရှိတဲ့ မော်ဒယ်၊ မင်းသား သို့မဟုတ် အားကစားသမားတစ်ယောက်ရဲ့ ပုံကို ထည့်ထားလို့ရတယ်။ မင်းက ပင်လယ်ကမ်းခြေနားမှာ အီမီလှလှလေးတစ်လုံး ပိုင်ချင်တယ် ဆိုရင်လည်း အဲဒီလိုအီမီရဲ့ ရုပ်ပုံတစ်ခုလောက် ကပ်ထားလို့ရတယ်။ နောက်တိုင်း အဲဒီစာအုပ်ကို ပြန်ကြည့်ပါ။ မိနစ်အနည်းငယ်ဆိုရင် လုံလောက်ပါတယ်။ အဲဒီစာအုပ်ကို သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်လို့ သဘောထားပါ။ အဲဒီအလေ့အကျင့်ကော် ရလာမယ့် ရလဒ်တွေကို မင်း အုံသုမာ သေချာတယ်”

“မင်းပြောတာတွေကို ငါတော့ တော်တော်စိတ်ဝင်စားသွားပြီ။ မင်းပြောတဲ့နည်းလမ်းတွေက နှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက တည်ရှိခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းတွေဆိုပေမဲ့ ဒီနည်းလမ်းတွေက ဒီနေ့ခေတ်နဲ့ ကိုက်ညီနေဆဲပဲ။ လူတိုင်း

ဒီနည်းလမ်းတွေကိုသုံးပြီး ဘဝကို တိုးတက်အောင် လုပ်လို့ရမှာ သေချာစုသု။ ငါမိန်းမကတော့ ရည်မှန်းချက်စာအပ်ဆိုတာကို အရမ်းသဘောကျမှာ သေချာတယ်။ ငါ ဖိုက်ပူဇ္ဈာတာကြီးကို ဖျောက်ပြီး ငါပုကို အဲဒီစာအပ်ထဲမှာ သူ ထည့်ထားမှာ သေချာတယ်။

•မင်းမိုက်က အဲဒီလောက်လည်း မပူပါဘူး ချိန်ရှား

•အဲဒီဆို ငါမိန်းမက ဘာလို့ ငါကို ကိုကိုခိုးနှစ်လို့ ခေါ်တာတုံး ဂျူလိုယ်နှစ်ယောက် ကျွန်ုတ်ပြောတာကို သဘောကျားများပုံရပြီး ကျွန်ုတ်တို့နှစ်ယောက် ရယ်ကြပါတော့တယ်။ ရယ်ပြီးချိန်မှာ ဂျူလိုယ်နှစ်က သူ အရင်ရှေ့နော်ဘဝတုန်းက သိပ်ပြီး မရယ်ဖြစ်ခဲ့တဲ့အကြောင်းကို ဆက်ပြောပါတယ်။

•ရှေ့နော်ဘဝတုန်းက ငါဘဝကို အလွန်အကျိုး အလေးအနက်ထားလွန်းခဲ့တယ်။ အခုမှ ကလေးဘဝကလို့ ဟက်ဟက်ပက်ပက် ပြန်ရယ်လာနိုင်တာ။ ဘယ်လောက်ပဲ သေးငယ်တဲ့လက်ဆောင်ဖြစ်ပါစေ ဘဝရဲ့လက်ဆောင်အားလုံးကို ငါကျွန်ုပ်တ်လာပြီး အဆင့် ၅ ဆင့်ဆီ ပြန်ဆက်ရအောင်။ မင်းကို အဆင့် ၃ ဆင့်ပြောပြီးပြီမျှ။ အဆင့် ၄ ကတော့ ၂၁ ရက် စည်းပျဉ်းလို့ ခေါ်တယ်။ လူတိုင်းဟာ အလေ့အကျင့် အသစ်တစ်ခုကို စွဲမြှုပ်ဆိုရင်အနည်းဆုံး ၂၁ ရက် ဆက်တိုက် လုပ်ကြည့်လို့တယ် တဲ့။ အလေ့အကျင့်ဆိုဆိုတာ ပျောက်ဖျက်ရ ခက်ခဲ့ပေမဲ့ အလေ့အကျင့်ကောင်းဆုံး အစားထိုးလို့ရတယ်လို့ သူတော်စင် ရာမန်က ပြောခဲ့ဖူးတယ်။ အလေ့အကျင့်သစ် မင်းဆီကို ရောက်လာတဲ့အောက်ရင် မင်းမလိုချင်တဲ့ အလေ့အကျင့်ဆိုးက သူ့ဘာသာသူ ထွက်ခွာသွားလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို့ အလေ့အကျင့် အသစ်တစ်ခုကို စွဲမြှုပ်အောင် လုပ်တဲ့အော်မှာ များသောအားဖြင့် အနည်းဆုံး ၂၁ ရက် အချိန်ယူပြီး ဆက်တိုက်လုပ်ရတယ်။

•ဥပမာ ငါက •နင်းဆီနလုံးသား• လေ့ကျင့်ခန်းကို လုပ်ချင်တယ်ဆိုပါစိုး။ ဇွဲတိုင်း ငါအချိန်တစ်ခု သတ်သတ်မှတ်မှတ်ထားပြီး လုပ်ရမှာလား

•မင်းမေးတဲ့မေးခွန်းက ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါပထမဆုံးပြောချင်တာက ငါပြောတဲ့အရာတိုင်းကို ငါပြောလို့ဆိုပြီး လိုက်လုပ်စရာမလိုဘူးမျှော်။ ဒါဇွဲသူ ငါမင်းကို ပြောပြီတဲ့ အရာတွေဟာ ငါဘာတွက် အရမ်းတန်ဖိုးရှိတဲ့အရာတွေ ဖြစ်တယ်။ ငါပြောတဲ့ နည်းလမ်းတွေအားလုံးက နှစ်ပေါင်းများစွာ သက်တမ်းရှိတဲ့ နည်းလမ်းကောင်းတွေလည်းဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်စုံတစ်ခုကို ဘယ်တော့မှ မဖြစ်မဖော်လုပ်ရတဲ့ပုံစံး မလုပ်နဲ့။ မင်း တကာယ်လုပ်ချင်

နိတ် ရှိလာမှုလုပ်။ မင်းနိတ်ထဲက ဆီလုပ်ရပ်ဟာ ဖုန်ကန်တဲ့သာရေးလူ တစ်ဗုံ
လုပ်ပါ။ မင်းမေးတဲ့ မေးခွန်းကိုလည်း ငါအဖြေပေးပါ့ယယ်။ ‘ရှင်းသီနာလုံးဘာ’
လျှော့ကျင့်ခန်းကို ဇွဲတိုင်း အချို့တစ်ခု၊ ဖုရာတစ်ခု သတ်မှတ်ပြီး လျှော့ကျင့်
အကောင်းဆုံးပဲ။ ဖွဲ့စွဲမြှုမြဲ တစ်ပုံစံတည်း လုပ်ကိုင်တဲ့သာလောက်ရှိမှာ ဖူးမား
တွေ ရှိနေတယ်။ အချို့ အားကစားသမားတွေဆိုရင် သူတို့စားမောက် ဖူးမားက
အေး အသောက်ကိုပဲ စားလေ့ရှိတယ်။ အချို့ဆိုရင် ရှားမြို့ပို့ကို တော်ပြုတော်ပဲ
ချဉ်လေ့ရှိတယ်။ အဲဒါ ဖွဲ့စွဲမြှုမြဲတစ်ပုံစံတည်း လုပ်ကိုင်မြှင့်းရဲ့ ဖူးမားကော်ကို
သူတို့ အသုံးပြုနေတာ။ အဲဒို့အလေ့အကျင့်က နိတ်ကို ယုံကြည့်ဖျော်းစေတယ်။
ဘယ်အရာကိုပဲဖြစ်ဖြစ် ဇွဲတိုင်း သတ်မှတ်ထားတဲ့ဇူရာ၊ သတ်မှတ်ထားတဲ့
အချို့မှာ ပုံမှန်လုပ်မယ်ဆိုရင် အဲဒီအရာဟာ မကြာခင်မှာ အလေ့အကျင့်အပြစ်
ပြောင်းလဲသွားလိမ့်မယ်။ ဥပမာ လူတွေဟာ မန်ကိုဖိုးလင်းတော့ သူတို့လုပ်နေ
ကျ အရာတွေကို ထွေထွေထူးထူး တွေးခြင်းမရှိဘဲ တန်းလုပ်တတ်ကြတယ်။
မန်ကိုဖိုးလင်းလာတယ်၊ အီပ်ရာထဲက ထဲ၊ တယ်၊ သွားတိုက်တယ်၊ ပျော်မှာ
သစ်တယ်၊ ဒီလုပ်ငန်းစဉ် အားလုံးဟာ ဇွဲစဉ်လုပ်နေကျဖြစ်တဲ့အားက် အလေ့
အကျင့် ဖြစ်သွားတယ်။ မင်းလိုချင်တဲ့ အလေ့အကျင့်တစ်ခုကိုလည်း ၂၁ ရက်
တိတိ အချို့ သတ်သတ်မှတ်မှတ်နဲ့ လုပ်ဆောင်မယ်ဆိုရင် အဲဒီအလေ့အကျင့်
ဟာ မင်းဆီမှာ အမြှတ်ယ်ကပ်သွားလိမ့်မယ်။ တရားထိုင်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အသတ်
တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မန်က်စောစော ထဲ၊ ချင်တာပဲဖြစ်ဖြစ် အကုန်လေ့ကျင့်ယူလို့
ရတယ်။ အဆင့် ၅ ကတော့ မင်းလုပ်နေတဲ့အရာတွေကို ပျော်ဆွင်ပို့ပဲ။ အလေ့
အကျင့်သစ်တစ်ခုကို မွေးမြှုံးမြှေ့နေတဲ့ အချို့တစ်လျှောက်မှာ မင်းလုပ်နေတာကို
ပျော်ဆွင်ပို့လိုတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေက ရယ်မေးခြင်းမရှိတဲ့ဇွဲ သို့မဟုတ်
ချစ်ခြင်းတရားမရှိတဲ့ ဇွဲတစ်ဇွဲဟာ အသက်မရှင်တဲ့ ဇွဲတစ်ဇွဲပဲ လို့ ပြောသူ့
တယ်။ ဆိုလိုတာက မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေဆိုကို သွားရာလမ်းမှာ မင်း
ပျော်ဆွင်ပို့လိုတယ်။ ရည်မှန်းချက်နောက်ပဲ သဲကြီးမဲကြီးလိုက်နေလို့ ပတ်ဝန်း
ကျင်က အသေးအမွား အလှတရားလေးတွေကို မခံစားမိတာမျိုး မဖြစ်စေနဲ့။
မင်းလုပ်စရာရှိတဲ့အရာတွေကို အာရုံစိုက်ပါ။ အခြားသွေးတွေကိုလည်း ကိုယ်ကျိုး
မကြည့်ဘဲ ကူညီပါ။ ကျို့တာတွေက သူအလိုလို ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

‘ငါကို မျှဝေဖို့ အခြား ဘာတွေကျို့သေးလဲ ဂျုလိုယန်’

‘မင်းကိုပြောပြစ်ရာတွေ အများကြီးရှိသေးပါတယ်။ မင်း ပင်ပန်းဇူး
လား’

‘မပင်ပန်းပါဘူး။ ငါက တက်ကြွေနေတာ။ မင်းပြောတဲ့အရာတွေ

ကြောင့် ငါက စိတ်ဓာတ်တက်ကြဖော်တာ

•ကောင်းပြီ။ သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲက အရာတွေဆီ မဆက် ခင် မင်းကို ငါပြောပြစ်ရာတစ်ခု ရှိသေးတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေ အမြဲသုံးတဲ့ စကားလုံးတစ်လုံးရှိတယ်။ အဲဒီစကားလုံးက သူတို့အတွက်တော့ အရမ်းကို အရေးကြီးတဲ့ စကားလုံး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီစကားလုံးကတော့ Passion(အရှုံးအမူးဖြစ်ခြင်း၊ စွဲစွဲလမ်းလမ်းလုပ်ကိုင်ခြင်း)ဆိုတဲ့ စကားလုံးပဲ ဖြစ်တယ်။ မင်းဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေဖောက် လိုက်တဲ့အခါမှာလည်း အဲဒီစကားလုံးကို စွဲမြှုအောင်မှတ်ထားပါ။ အရှုံးအမူးဖြစ်ခြင်းဟာ မင်းအိပ်မက်တွေဆီကို အရောက်ပို့ပေးမယ့် လောင်စာတစ်မျိုး ဖြစ်တယ်။ အခုခေတ်မှာ လူတွေက တစ်စုံတစ်ခုကို လုပ်ကြတဲ့အခါ မဖြစ်မဖော်မို့ လုပ်ကြတာများပြီး တကယ်ချုစ်လို့ လုပ်ကြတာ နည်းသွားပြီ။ အဲဒါဟာ စိတ်ဆင်းရဲခြင်းရဲ့ အစပဲ။ လူတစ်ယောက် ဟာ သူလုပ်တဲ့အရာကို မချုစ်ရင်၊ ရူးရူးမူးမူး မဖြစ်ရင် အဲဒီအလုပ်မှာ အောင်မြင် ဖို့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် မင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်ဖောက် လိုက်တဲ့အခါမှာလည်း Passion ရှိပါစေ ပွါန်။

•ကျေးဇူးပါ ဂျုလီယန်၊ မင်းပြောတာတွေက ငါတကယ်လိုအပ်ဖော်တဲ့ အရာတွေပါ။ ဒီညာမတိုင်ခင်အထိ ငါဘဝမှာ ဘာတွေလိုအပ်ဖော်လဲ ငါမသိခဲ့ဘူး။ အခုအချိန်ကစပြီး ငါဘဝမှာ အရာအားလုံး ပြောင်းလဲတော့မှာပါ။ ပြောင်းလဲ အောင်လည်း ငါကြိုးစားမှာပါ။ ငါကတိပေးပါတယ်။ ကျေးဇူးလည်း တင်ပါ

အစိုး (၈) အနှစ်ရှုပ်

ပုံဖြင့်ထက် သကေတာ = မိုးပြတိက်



ကျွန်ုင်စဉ် = ဘဝရည်မှန်းချက်ကို ရှာဖွေပါ။

မှတ်သားဖွယ်ရာများ

- အမိပ္ပါယ်ရှိတဲ့ဘဝဆိတာ ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်ဆုတဲ့ဘဝပါ။
- ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး အဲဒီရည်မှန်းချက် မှာက်လိုက်မယ်ဆိုရင် ဘဝမှာ စိတ်ကျွန်ုပ်မှုတွေရလာ လိမ့်မယ်။
- တိကျပြတ်သားတဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေကို ချမှတ်ပါ။ ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘယ်လိုအရာမျိုးပဲဖြစ်ဖြစ် ရည်မှန်းချက် တွေ ချမှတ်ထားပါ။ စာအုပ်ထဲမှာလည်း ချရေးထားပါ။ ပြီးရင် အဲဒီရည်မှန်းချက်တွေကို တကယ်ဖြစ်မြောက်အောင်လုပ်ပါ။

လျကျွန်ုင်ရန် ကျွန်ုင်စဉ်များ

- ရည်မှန်းချက်တွေကိုဖြစ်မြောက်အောင် ကြိုးစားဖို့လိုတဲ့ အဆင့် ၅ ဆင့်

အဆင့် (၁) ရည်မှန်းချက် လက်တွေဖြစ်လာတဲ့ပုံကို စိတ်ထဲမှာ မြင်ယောင် ကြည့်ပါ။

အဆင့် (၂) သင့်တော်တဲ့ဖီအားကို ဖန်တီးပါ။

အဆင့် (၃) ရည်မှန်းချက်ကို အချိန်အတိုင်းအတာတစ်ခု သတ်မှတ်ပေးပါ။

အဆင့် (၄) အလေ့အကျင့်အသစ်တစ်ခုကို စွဲမြှုပ်နှံဆိုရင် အနည်းဆုံး ၂၁ ရက် ဆက်တိုက်လုပ်ကြည့်ဖို့လိုတယ်။

အဆင့် (၅) လုပ်နေတဲ့အရာတွေကို ပျော်ရွင်ဖို့လိုတယ်။ အလေ့အကျင့်သစ်တစ်ခု ဓမ္မားမြှော်တဲ့အချိန်တစ်လျောက်မှာ ကိုယ်လုပ်နေတာကို ပျော်ရွင်ဖို့ လိုတယ်။

အခန်း (၉)

ကိယ့်ကိယ်ကို ဦးဆောင်ခြင်းအနပညာ

‘အချိန်ကတော့ တော်တော်အကျိန်မြန်တယ် ရွှေ့ရော၊ မနက်မိုးလင်းဖို့ သိပ်မလိုတော့ဘူးထင်တယ်။ ငါဆက်ပြောရမလား ဒါမှမဟုတ် နောက်နွှဲမှ ဆက်ရမလား’

နောက်နွှဲအထိတော့ ကျွန်တော် မစောင့်နိုင်တော့ပါဘူး။ ဂျူလီယန် ပြောပြတဲ့ အသိတရားတွေဟာ ကျွန်တော့အတွက် အရမ်းတန်ဖိုးရှိမယ်ဆိုတာ ကျွန်တော် ယုံကြည်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူ့ကို ဆက်ပြောဖို့ တောင်းဆို လိုက်ပါတယ်။

‘ဆက်ပြောပါ ဂျူလီယန်၊ ငါမှာ အချိန်တွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ ကလေးတွေက ဒီနွှဲ သူတို့ အဘိုးအဘွားအိမ်မှာ သွားအိမ်ကပြီး ဂျူလီကလည်း မနက်အစောကြီး အီပ်ရာ မထုတ်ပါဘူး’

‘ကောင်းပြီ ရွှေ့၊ သူတော်စင်ကြီးပြောပြတဲ့ ပုံပြင်ထဲက ဥယျာဉ်ကြီး အကြောင်းနဲ့ မီးပြတိက်အကြောင်းကို ငါပြောခဲ့ပြီးပြီ။ ဥယျာဉ်ကြီးဆိုတာ မင်းရဲစိတ်နဲ့တူပြီး အဲဒီဥယျာဉ်ကြီးကို လုပစေချင်ရင် ပေါင်းမြက်တွေကို မင်း အမြတမ်း နှတ်ဖို့လိုတယ်။ မီးပြတိက်ကြီးကတော့ ခိုင်မာတဲ့ရည်မှန်းချက်ရှိခြင်း ရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကို ဖော်ပြနေတာပါ။ ပြတ်သားတဲ့ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုက မင်းဘဝကို လမ်းပြပေးနိုင်ပါတယ်။ ပုံပြင်ထဲမှာ အဲဒီမီးပြတိက်က တံခါးကြီး ပွင့်လာတယ်နော်။ အဲဒီနောက် အရပ် ၉ ပေရှည်ပြီး ပေါင် ၉၀၀ လောက်ရှိတဲ့

ဆုမိနယ်းသမားကြီး ထွက်လာတော်ကို မင်းမှတ်ဖိမယ်ထင်တယ်။ အဲဒီအူးမျိုးဖူး
သမားကြီးက သူတော်စင်ကြီးတွေ ကျော်ကြတဲ့ နည်းလမ်းတွေထဲက တစ်ခုကို
ကိုယ်စားပြုနေတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်းများစွာက ပညာရှိသရာကြီးတွေက
ကိုင်နော်(Kaizen)လို့ခေါ်တဲ့ အတွေးအခေါ်တစ်မျိုးကို တိတွင်ခဲ့ကြတယ်လို့
သူတော်စင် ရာမန်က ပြောပြခဲ့ဖူးတယ်။ ကိုင်နော်ဆိုတာ ဂျပန်စကားလုံးဖြစ်ပြီး
သူတော်စင် ရာမန်က ပြောပြခဲ့ဖူးတယ်။ ကိုင်နော်ဆိုတာ ဂျပန်စကားလုံးဖြစ်ပြီး
အဓိပ္ပာယ်က စဉ်ဆက်မပြတ် တိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်ခြင်း၊ လို့ အစိုးဗျာ
ရတယ်။

• ကိုင်နော်ဆိုတဲ့ အတွေးအခေါ်က ဘယ်လိုလုပ်ပြီး သူတော်စင်ကြီး
တွေရဲ့ ဘဝကို တိုးတက်စေတော်လဲ။

• အစောပိုင်းမှာ ငါပြောခဲ့သလိုပဲ။ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အပြင်ယူး
အစောပိုင်းမှာ ငါပြောခဲ့သလိုပဲ။ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အပြင်တာ ဖြစ်တယ်။
အောင်မြင်မှုတွေဟာ အဲဒီလူရဲ့ စိတ်အတွင်းပိုင်းက စတင်တာ ဖြစ်တယ်။
မင်းရဲ့ အပြင်ဘက်ဘဝကို တိုးတက်စေချင်ရင် စိတ်အတွင်းမှာ တိုးတက်
အရင်ကြိုးစားရမယ်။ အဲဒီလို မင်းရဲ့စိတ်ကို တိုးတက်အောင် ကြိုးစား
ရာမှာ အထိရောက်ဆုံး နည်းလမ်းက မင်းကိုယ်မင်း တိုးတက်အောင် ကြိုးစား
ခြင်းပဲ။ မင်းရဲ့ အတွင်းစိတ်ကို တိုးတက်အောင် လုပ်ပါလို့ပြောတာဟာ
တစ်နည်းအားဖြင့် မင်းကိုယ်မင်း တိုးတက်အောင်လုပ်ပါလို့ ပြောတာသဲ့ သဘော
တရား အတူတူပဲ။ မင်းသာ အချိန်ပေးပြီး ငါပြောတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို
လေ့ကျင့်မယ်ဆိုရင် မင်း အရင်ကထက် ပိုပြီး တိုးတက်လာတဲ့သူတစ်ယောက်
ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့စိတ်ကို လေ့ကျင့်ဖို့အချိန်ပေးပါ။ မင်းရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို
ကရာစိက်ဖို့ အချိန်ပေးပါ။ မင်းရဲ့နှစ်လုံးသားကို အာဟာရဖြည့်စွက်ဖို့ အချိန်ပေးပါ။
အဲဒါတွေအားလုံးဟာ မင်းကို ပိုပြီး တိုးတက်လာစေလိမ့်မယ်။ ကိုင်နော်ရဲ့
အဓိပ္ပာယ်အတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို စဉ်ဆက်မပြတ်တိုးတက်အောင် ကြိုးစားဖော်ပို့
လိုတယ်။

‘သဘောပေါက်လာပြီ။ ကိုင်နော်ဆိုတာ တော်တော်လေး လက်တွေကျ
တဲ့ အတွေးအခေါ်ပဲ’

‘မှန်တယ် မြန်။ မင်းစဉ်းစားကြည့်ပါ၊ လူတစ်ယောက်ဟာ သူကိုယ်
သူတော် ဦးမဆောင်နိုင်ရင် ဘယ်လိုလုပ်ပြီး လူအဗျားကြီးပါဝင်နေတဲ့ ကုမ္ပဏီ
ကြီးတွေကို ဦးဆောင်နိုင်မှာလဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတော် မပြုစုမစောင့်ရှောက်
မှာလဲ။ မင်းစိတ်ထဲမှာ ကောင်းမွန်တဲ့ ခံစားချက်မရှိရင် စောင့်ရှောက်နိုင်

ကို လုပ်နိုင်ပါမလား။ အားလုံးက မိမိကိုယ်ကို တိုးတက်အောင်လုပ်ခြင်းက စေတယ်။

ကျွန်တော် ဂျူလီယန်ပြောတာကို သဘောတ္ထားအနေဖြင့် ခေါင်းညီတဲ့ ပိုက်တယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တိုးတက်အောင်လုပ်ခြင်းရဲ့ အရေးကြီးပုံကို ပထမဆုံးအကြော် ကျွန်တော် စဉ်းစားမိလိုက်တယ်။ အရင်တုန်းက မြေအောက် ရထားတွေပေါ်မှာ တက်ကျမ်းစာအုပ်တွေ ဖတ်နေတဲ့ သူတွေကို တွေ့ရင် အဲဒီ သူတွေကို စိတ်ထဲကနေ လျှောင်ပြောင်မိခဲ့တယ်။ သူတို့က သူတို့ကိုယ်သူတို့ တိုးတက်အောင် အချိန်ပေးနေခဲ့တာကို ကျွန်တော် သဘောမပေါက်ခဲ့ဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တိုးတက်ဖို့ အချိန်ပေးသူတွေဟာ သာမန်သူတွေထက်ပိုပြီး စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကြွေးနိုင်ကြတယ် ဆိုတာကို အခုမှ သဘောပေါက်လာတယ်။ ကျွန်တော် ဘာတွေတိုးတက်ဖို့လိုနေလဲ စဉ်းစားမိတယ်။ အေါသထွေကိုလွှာယ်တာ၊ သူများစကားကို ကြားဖြတ်ပြောတာ စတဲ့ အကျင့်ဆီးတွေ ခေါင်းထဲမှာ ပေါ်လာတယ်။ အဲဒါတွေသာ ဖျောက်နိုင်ရင် ကျွန်တော်နဲ့ ကျွန်တော်မိသားစု ကြားမှာ ဆက်ဆံရေး ပိုတိုးတက်လာမှာ သေချာတယ်။ နောက်ပြီး ကျွန်တော်ရဲ့ စိုးရိုမ်တတ်တဲ့စိတ်ကိုလည်း ဖျောက်ချင်သေးတယ်။ ကျွန်တော်မှာ တိုးတက်ဖို့ လိုနေသေးတာတွေ အများကြီး ရှိနေသေးပါလားဆိုတာ သဘောပေါက်လာတယ်။ ဆက်လက်ပြီး ဂျူလီယန်က ကျွန်တော်အနေဖြင့် သုဇ္ဈိရှိပို့လိုကြောင်း ရှင်းပြတယ်။

‘မင်း ပြောင်းလဲမှုတွေကို လိုလားရင် လုပ်ရဲကိုင်ရဲတဲ့ သုဇ္ဈိရှိပို့တော့ လိုတယ် ရွှေ့။ မင်းလုပ်နေတဲ့အရာဟာ မှန်ကန်တဲ့ လုပ်ရပ်မှန်းသိပြီး လုပ်ရဲတဲ့ သုဇ္ဈိလည်းရှိရင် မင်းလုပ်ချင်တဲ့အရာတွေကို တကယ်လုပ်ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ ဘယ်လောက်သုဇ္ဈိရှိလဲဆိုတာက ဘဝမှာ ဘယ်လောက် အောင်မြင်မလဲဆိုတာ နဲ့ တိုက်ရှိက် ပတ်သက်နေတယ်’

‘ကောင်းပြီ။ ငါကိုယ်ငါ တိုးတက်အောင် လုပ်ရမှာတော့ သိပြီ။ ဒါပေမဲ့ ငါဘယ်က စု၊ လုပ်ရမလဲ’

‘အစပိုင်းတုန်းက ငါလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို တိုးတက်အောင် လုပ်သင့် မှန်း မသိခဲ့ဘူး ရွှေ့။ ငါက ဟားပတ်တူဗျာသို့လ်က ဆင်းပြီး မာနအပြည့်ရှိတဲ့ နာမည်ကျော်ရှုံးနေအဖြစ် နေထိုင်ခဲ့တာလေ။ ငါက တစ်ယူသန် ဖြစ်ခဲ့တယ်။ အတွေးအခေါ်အသစ်တွေကို လက်ခံပို့ စိတ်မဝင်စားခဲ့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ရှုံးနေဘဝ တုန်းက ငါဘာလို့ စိတ်မချမ်းသာခဲ့သလဲဆိုတာကို တွေးမိတိုင်း ကိုင်နေဆိုတဲ့ အတွေးအခေါ်ကို ပိုပြီး လက်ခံလာမိတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တိုးတက်အောင်

လုပ်ရာမှာ အသုံးဝင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေလည်း မကြာခင် ငါးပြာပြုမယ်၊ ဒါပေမဲ့ အခုလောကျသယ် မင်းကို ငါ့ရှင်းပြစ်ရာတစ်ခု ရှိသေးတယ်၊ အေဒါကို ရှင်းပြန့်အတွက် သရုပ်ပြုမှုတစ်ခုတော့ လုပ်ရမယ်။ အခု ပုံးအောင် ဖြစ်တဲ့ ပုံစံမျိုး နေပေးလို့ရမလား

• မြတ်ထိုးတဲ့ ပုံစံမျိုး နေပေးလို့ရမလား
• ဟာ...လုပ်ပြုကွာ လို့ ကျွန်တော် ပြောရင်း ဒိုက်ထိုးတဲ့ ပုံစံအနှင့် အထား ပြင်ဆင်လိုက်ပါတယ်။

• ဟုတ်ပြီ ရွှေ့။ မင်း တတ်နိုင်သလောက် ဒိုက်ထိုးကွာ။ လုံးဝထပ်မထိုး နိုင်တော့ဘူးဆိုတာ သေချာမှ ရပ်ပါ။

• တကယ်တော့ ကျွန်တော့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်က ပေါင် ၂၅၀ ရှိပါတယ်။ လေ့ကျင့်ခန်း မလုပ်တာလည်း အတော်ကြာဖော်ပြီ။ ကျွန်တော့ ကလေးတွေနဲ့ McDonald'sဆိုင်သွားတာကလွှဲပြီး ဝေးဝေးလံလံလည်း မသွားဖူးပါဘူး။ ကိုယ်လက်လျှပ်ရှားမှု မရှိတဲ့အတွက် ဒိုက်ထိုးရတာ တော်တော်ပင်ပုံးပါဘူး။ ကိုယ့်နှင့်လုံးခုံ့သံကို ပြန်ကြားနေရပြီး ချွေးတွေ့လည်း ပြန်လာပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယောက်ရားဆိုတဲ့ သိကွာလည်းရှိသေးတော့ လွယ်လွယ်နဲ့ အလျော့မပေး ဘဲ J2 ကြိမ်အထိ ရောက်အောင် ကြိုးစားလိုက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီထက် ပိုမရတော့လို့ ကျွန်တော် လက်လျော့လိုက်ပါတယ်။

• မရတော့ဘူး ဂျုလီယန်၊ တော်တော်ပင်ပုံးတယ်ကွာ။ မင်း ဘာကို ပြောချင်လို့ ငါ့ကို ဒိုက်ထိုးခိုင်းတာလဲ။

• မင်း ဆက်မလုပ်နိုင်တော့ဘူးဆိုတာ သေချာလား။

• သေချာပါတယ်ကွာ၊ နားပါရစေ။ ငါ နှလုံးရောက် ဖောက်နှုန်းမယ်။

• ၁၀ ကြိမ် ထပ်လုပ်ကွာ၊ အဲဒါပြီးရင် နားလို့ရပြီး

• မင်းကတော့ နောက်ပြုကွာ လို့ပြောရင်း သူပြောတဲ့ ၁၀ ကြိမ်ကို ထပ်လုပ်ပေးလိုက်ပါတယ်။ ၁၀ ကြိမ်ပြီးချိန်မှာတော့ မောလွန်းလို့ ကျွန်တော် ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာပဲ မောက်နေလိုက်ပါတယ်။

• မင်းလုပ်ပြသလို ငါလည်း လုပ်ပြခဲ့ရဖူးပါတယ် ရွှေ့။ သူတော်စင် ရာမန်က လုပ်ခိုင်းလို့ ငါလည်း အဲဒီအတိုင်း လုပ်ပြခဲ့ရဖူးတယ်။

• ဒါပေမဲ့ အခုခိုက်ထိုးတာကမဲ့ ဘယ်လိုသင်ခန်းစာ ရတာလဲ။

• သူတော်စင် ရာမန်နဲ့ အခြားသူတော်စင်ကြိုးတွေ ယုံကြည်တာတစ်ခု ဖော်နိုင်တဲ့အခါ အမြန်ဆုံး တိုးတက်ကြတယ်တဲ့။ J2 ကြိမ် ဒိုက်ထိုးရှိနိုင်။

မင်းမလုပ်နိုင်တော့သူးလို့ ပြောတယ်။ မင်းလုပ်နိုင်တာအကုန်ပဲလို့ ပြောတယ်။
 ဒါပေမဲ့ မင်းကို ငါက နောက်ထပ် ၁၀ ကြိမ် လုပ်ပြန့် စိန်ခေါ်လိုက်တယ်။
 မင်းက နောက်ထပ် ၁၀ ကြိမ် လုပ်ပြန့်တယ်။ မင်းဆီမှာ အင်အားထွေ
 ကျို့နေသေးတယ်။ သူတော်စင် ရာမန်က *သင့်ဘဝရဲ့ အကုန်အသတ်တွေ
 ဆိုတာ သင်ကိုယ်တိုင် ချမှတ်ထားတဲ့ အရာတွေပါ* လို့ ငါကို ပြောပြခဲ့ဖူးတယ်။
 ၂၃ ကြိမ်ဆိုတာ မင်းလုပ်နိုင်တဲ့ ပမာဏ အကုန်မဟုတ်ဘူး။ ၂၄ ကြိမ်ဆိုတာ
 မင်း သက်သောင့်သက်သာလုပ်နိုင်တဲ့ ပမာဏပဲရှိတယ်။ လူတွေဟာ အဲဒီလို
 သက်သောင့်သက်သာရှိတဲ့ အနေအထားကနေ ထွက်နိုင်ဖို့လိုတယ်။ ကိုယ့်ဆီမှာ
 ရှိတဲ့ ကိုယ်ထုတ်မသုံးဖူးသေးတဲ့ အင်အားတွေကို အသုံးချေတ်ဖို့ လိုတယ်။
 ဒါဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းရဲ့ ပထမခြေလှမ်းဖြစ်တယ်။ မင်း
 သတ်မှတ်ထားတဲ့ အကုန်အသတ်တွေထက် ပိုပြီးလုပ်ကြည့်တဲ့အခါ မင်းခန္ဓာ
 ကိုယ်ထဲမှာ မင်းမသိသေးတဲ့ အင်အားလက်ကျို့တွေ ရှိသေးတယ်ဆိုတာ
 သိလာလိမ့်မယ်။ လူတွေမှာ သူတို့ကိုယ်တိုင် မသိသေးတဲ့ အင်အားတွေရှိနေ
 တယ်။ ကိုင်ဇ် အတွေးအခေါ်ကို လေ့ကျင့်တယ်ဆိုတာ နှုန်းတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို
 တွန်းအားပေးတာပဲ။ စိတ်နဲ့ကိုယ် တိုးတက်အောင် နှုန်းတိုင်း ကြိုးစားပါ။
 မင်းကြောက်တဲ့အရာတွေကို စမ်းလုပ်ကြည့်ပါ။ မင်းစိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ချင်နေခဲ့တဲ့
 သူအဖြစ် ရှင်သန်ပါ။ ငယ်သေးလို့၊ အသက်ကြိုးလို့၊ ဆင်းရလို့၊ ချမ်းသာလို့
 စသဖြင့် အကြောင်းပြချက် အမျိုးမျိုးပေးပြီး ရှောင်ရှားခဲ့တဲ့ အရာတွေကို
 လုပ်ကြည့်ပါ။ အရှေ့ပိုင်းဒေသတွေမှာ စကားပုံလေးတစ်ခုရှိတယ်။ *ကံကောင်း
 ခြင်းသည် ပြင်ဆင်ထားသော စိတ်ကို မျက်နှာသာပေးတတ်၏* တဲ့။ အဲဒါအမှန်
 ပဲ၊ ဘဝမှာ ကောင်းမွန်တဲ့အရာတွေက ပြင်ဆင်ထားတဲ့သူတွေဆိုကိုပဲ လာတတ်
 ကြတယ်။ မင်းကို နောက်ပြန်ဆွဲထားတဲ့ အရာတွေကို သိအောင်လုပ်ပါ။
 စကားပြောရမှာ ကြောက်တာက မင်းကို ရှေ့မတက်အောင် လုပ်နေတာလား၊
 အိမ်ထောင်ရေးမှာ အဆင်မပြေတာက မင်းကို ရှေ့မတက်အောင် လုပ်နေတာ
 လား၊ မင်းမှာ အကောင်းမြင်တတ်တဲ့ စိတ် နည်းနေတာလား စသဖြင့် အား
 နည်းချက်တွေ၊ ဖြေရှင်းရမယ့် ပြဿနာတွေကို ချေရေးထားပါ။ ဘာကိုကြောက်
 လဲ သိပြီဆိုရင် နောက်တစ်ဆင့်က အဲဒီအကြောက်တရားတွေကို ရင်ဆိုင်ဖို့ပဲ။
 လူရှေ့ စကားထွက်ပြောရမှာ ကြောက်ရင် လူရှေ့စကားထွက်ပြောလို့ရတဲ့
 သင်တန်းတွေတက်ပါ။ မင်းကြောက်နေတဲ့အရာတွေကိုတော့ မင်းပဲသိလိမ့်မယ်။
 ဒါပေမဲ့ အဲဒီအကြောက်တရားတွေကို မောင်းထုတ်ပစ်ဖို့ လိုတယ်။ အကြောက်
 တရားတစ်ခုလောက်ကို မောင်းထုတ်နိုင်ရင် လွတ်လပ်ခြင်းရဲ့ အရသာကို

စံပြီး ခံစားတတ်လာလိမ့်မယ်။ အကြောက်တရားဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ မင်း၊ ကိုယ်တိုင် ဖုန်တိုးထားတဲ့ အတွေးတစ်ခုထက် မပိုဘူး။ အကြောက်တရားဆိုဘာ မနိမ့်နှင့်လေလေ အင်အားကြီးလေလေပဲ။ ဒါပေမဲ့ အကြောက်တရားမေ့သူ အောင်နိုင်ပြီဆိုရင်တော့ ဘဝကိုလည်း အောင်နိုင်သွားလိမ့်မယ်။
•လူတစ်ယောက်ရဲ့စိတ်ဟာ လုံးဝ အကြောက်တရား ကင်းသွားတာ မျိုး ဖြစ်နိုင်လား ဂျူလီယန်။

•ကောင်းလိုက်တဲ့ မေးခွန်း။ အဖြောကတော့ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ သူတော် စင်ကြီးတွေ အားလုံးဟာ အကြောက်တရား ကင်းမဲ့ကြသွားပါ။ သူတို့ လမ်းလျောက်ပုံ၊ သူတို့စကားပြောပုံတွေကို ကြည့်ရှုနဲ့ သိနိုင်တယ်။ သူတို့ မျက်လုံးထဲကို ကြည့်လိုက်ရင်လည်း အကြောက်တရားရဲ့ အရိပ်အယောက် တစ်စက်မှ မရှိဘူး။ လူတစ်ယောက်ဟာ အကြောက်တရားတွေကို ပျောက်ဖျက် ပစ်လာနိုင်တဲ့အခါ ပိုပြီးလည်း နှပူးလာတတ်တယ်။ စိတ်နဲ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ အမြှေဆက်စပ်နေတယ် ရွှေ့နဲ့။ သူတော်စင်ကြီးတွေ ပြောပြခဲ့တဲ့ နိယာမတစ်ခု ရှိသေးတယ်။ မင်းကိုယ်မင်း တိုးတက်အောင် ကြီးစားတဲ့ လမ်းခရီးမှာ ဒီ နိယာမက အသုံးဝင်မယ်ဆိုတာ ငါသေချာတယ်။ ဒီနိယာမကတော့ 'ပျော်ရွှေ့ ကျွန်းမာစွာ နေထိုင်နေတဲ့သွားနဲ့ မပျော်ရွှေ့စွာ ဘဝကို ဖြတ်သန်းရသွားတွေကို ကွဲပြားစေတဲ့ အချက်တစ်ခု ရှိတယ်။ အဲဒါကတော့ ပျော်ရွှေ့ကျွန်းမာစွာ နေထိုင်သွားဟာ သာမန်လူတွေ လုပ်ရမှာ မကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ အရာတွေကို လုပ်ကြတယ်။ သူတို့ကိုယ်တိုင် မကြိုက်ရင်တောင် ရော်သွေးကို ကြည့်ပြီး လုပ်ကြတယ်'တဲ့။ ပျော်ရွှေ့တဲ့ဘဝကို ဖြတ်သန်းနေရသွားဟာ ရော်သွေးပျော်ရွှေ့ ပို့အတွက် ရေတိသာယာမှုတွေကို ရင်းနှီးမြှုပ်နှံကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ အားဖြည့် ချက်နဲ့ အကြောက်တရားတွေကို အပင်ပန်းခံပြီး တိုက်ထဲတိုကြတယ်။ သူတို့ဟာ ကိုင်အန်ဆိုတဲ့ အတွေးအခေါ်အတိုင်း သူတို့ကိုယ်သူတို့ တိုးတက်အောင် အမြှေလုပ်ကြတယ်။ အချိန်ကြောလာတာနဲ့အဗျား တစ်ချိန်တွန်းက သူတို့အတွက် ခက်ခဲ ခဲ့တဲ့ အရာတွေဟာ လွယ်ကူလာတယ်။ ပျော်ရွှေ့ခြင်း၊ ကျွန်းမာခြင်း၊ ကြွယ်ဝြင်း စတာတွေနဲ့ ဝေးကွာအောင်လုပ်နေခဲ့တဲ့ အကြောက်တရားကိုလည်း သူတို့ ကျော်ဖြတ်လာနိုင်ကြတယ်။

•ကောင်းပြီ ဂျူလီယန်း၊ ငါသေသာပေါက်ပြီ။ ဒါပေမဲ့ ပုံပြင်ထဲက အရပ် ၉ ပေရှည်ပြီး ပေါင် ၉၀၀ လောက်ရှိတဲ့ ရွှေ့ချိန်းသမားကြီးက ဘာကို ကိုယ်စားပြုတာလဲ။

•ရွှေ့ချိန်းသမားကြီးကတော့ ကိုင်အန်ခွဲခွဲမြှုပ်နှံအား ဘာလုံး သာ

ကြီးမားတယ်ဆိုတာကို မင်းရဲ့ မျက်စိထဲမှာ ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း မြင်အောင် ပြသနေတဲ့ သက္ကံတပါ။ မိမိကိုယ်ကို စဉ်ဆက်မပြတ် တိုးတက်အောင် ကြိုးဘားရင် ဘယ်လောက် စွမ်းအား ကြီးလာမယ်ဆိုတာကို ပြသနေတာပါ။
 'ငါ ကိုင်အနဲ့ကို ဘယ်လို လေ့ကျင့်နိုင်မလဲ'.

‘စိတ်မပူပါနဲ့ သူငယ်ချင်း။ ကိုင်အနဲ့ကို လေ့ကျင့်ဖို့အတွက် မင်းကို ရှုံးဟောင်းနည်းလမ်း ၁၀ ခု မကြာမိ ငါပြောပြုပါမယ်။ နှုံတိုင်းသာ မင်း လေ့ကျင့်မယ်ၢာ၎င် သိသာတဲ့ ပြောင်းလဲမှုတွေကို တစ်လအတွင်း တွေ့မြင်ရ လိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ အဆလှအကျင့်တစ်ခု ဖြစ်လာတဲ့အထိ ဆက်ပြီး လေ့ကျင့်မယ် ဆိုရင်တော့ မင်းရဲကျွန်းမာရေး၊ ပျော်ခွင့်မှု၊ ပြိုများမှု စတာတွေပါ တိုးတက် လာလိမ့်မယ်။ သူတော်စင် ရာမန် ပြောပြခဲ့တဲ့ ဒီနည်းလမ်း ၁၀ ခုဟာ ဘယ် လောက် အစွမ်းထက်ကြောင်း မင်း ငါကို ကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်’

‘ရက် ၃၀ လေ့ကျင့်ရုံနဲ့ ပြောင်းလဲမှု ကြီးကြီးမားမားကို တွေ့ရမှာ လား’

‘မှန်တယ် ရွှေနှင့် ငါပြောပြမယ့် နည်းလမ်းတွေကို လေ့ကျင့်ဖို့ဆိုရင် မင်း နှုံတိုင်း တစ်နှုံကို တစ်နာရီလောက်တော့ အချိန်ပေးပြီး ရက် ၃၀ လောက် လေ့ကျင့်ရလိမ့်မယ်။ အချိန်မရှိဘူးလိုတော့ မပြောနဲ့နော်’

‘ဒါပေမဲ့ ငါက တကယ်အချိန်မရှိတာ။ တစ်နာရီမပြောနဲ့ ၁၀ မိန့် တောင် အချိန်ရတာ မဟုတ်ဘူး’

‘ငါအစောပိုင်းတုန်းက ပြောခဲ့သလိုပေါ့။ မင်းကိုယ်မင်း တိုးတက် အောင်လုပ်ဖို့ အချိန်မရှိဘူးလို့ ပြောနေတာဟာ ကားမောင်းရင်း အလုပ်ရှုပ်နေလို့ ဆီဖြည့်ဖို့ အချိန်မရှိဘူးလို့ ပြောနေတာနဲ့ အတူတူပဲ။ တစ်နှုံကျေရင် မင်းရဲ့ဆီတွေ ကုန်သွားတော့မှ ဒုက္ခရောက်လိမ့်မယ်။ ဥပမာ မင်းက ဒေါလာသန်းနဲ့ချိတဲ့ ကားကြီးတစ်စီး မောင်းနေတယ် ဆိုပါစို့။ ဒီကားကြီးက ဒီလောက် အဖိုးတန် တာ သိနေရင် မင်း မနားတမ်း မောင်းနေမှာလား၊ အင်ဂျင်ကို အနားမပေးတော့ဘူးလား’

‘အနားပေးမှာပေါ့’

‘ဒါဆိုရင် မင်းကိုယ်မင်း အနားပေးဖို့ ဘာလို့အချိန်မရှိတာလဲ။ မင်းရဲ့ စိတ်က အဲဒီကားအင်ဂျင်ကြီးလိုပဲ အနားပေးဖို့ လိုအပ်တယ်။ မင်းကိုယ်မင်း တိုးတက်အောင်လုပ်ဖို့အချိန်ပေးခြင်းဟာ မင်းဘဝမှာ လုပ်ဖူးသမျှ အရာတွေထဲ က အကောင်းဆုံးအရာတစ်ခု ဖြစ်လိမ့်မယ်’

‘တစ်နှုံကို တစ်နာရီနဲ့ ရက် ၃၀ လုပ်ရင် ရပြီလား’

“ဒုဟာက ရရတိပြုပြင်တဲ့ နည်းလမ်းတော့ မဟုတ်ဘူး ပါ။” ၅၇
၃၀ ဆိုတာ အကျင့်သစ်တစ်ခုကို ရရှိပါ လိုအပ်တဲ့ အချိန်ဖြစ်ပြီး ရရှိသွေးကျိုး
ရလဒ်ကို အမြဲရချင်ရင်တော့ ဒီအလေ့အကျင့်တွေကို အမြဲတမ်း ကျွန်ုင်သုံးမျှ၌
လိုတယ်”

“ဒါက သဘောပေါက်ပြီး
ကျွန်ုင်တော်ဘဝမှာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အရာတွေကို ပြောင်းလဲဖို့ တစ်နှစ်
လောက် ဇန်တိုင်း အချိန်ပေးတော့မယ်လို့ စိတ်ထဲကနေ ဆုံးဖြတ်လိုက်မိတယ်၊
အဲဒါညာမှာ သက်ရှုပ်ကျွန်ုင်းမာ ပျော်ရွှင်နည်း ၁၀ နည်း လို့ သူတော်စင်ကြီးထွေ
အဲဒါညာ အလေ့အကျင့် ၁၀ မျိုးကို ဂျူလီယန်ဆီကနေ ကျွန်ုင်တော်
သိခွင့်ရရဲ့တယ်။ အချိန်ည်းလမ်းတွေက နည်းနည်းအာရုံစိုက်ပြီး လုပ်ရမှာဖြစ်
ပေမဲ့ အချိန်ည်းလမ်းတွေကတော့ တော်တော်လေးကို လွယ်ကွပ်တယ်။
ဂျူလီယန်က ပထမဆုံး နည်းလမ်းကို စ၊ ပြီး ပြောပြပါတယ်။

“ပထမဆုံးနည်းလမ်းရဲ့ အမည်က ‘ဆိတ်ဇြမ်ခြင်း အလေ့အကျင့်’တဲ့။
မင်းရဲ့ ဇန်တော်ဘဝမှာ မဖြစ်မဖော် ဇြမ်သက်ပြီးနေဖို့ အချိန်တစ်ခု ပေးထားသင့်
တယ်။ ၁၅ မိန့်ကနေ မိန့် ၅၀ အထိ ပေးလို့ရတယ်။ မင်းအချိန်ရသလောက်
ပေါ့။ ဇြမ်သက်ခြင်းရဲ့ စွမ်းအားကို မင်း ခံစားမိဖို့လိုတယ်။ ဇြမ်သက်ပြီး
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်လည် စဉ်းစားချင့်ချိန်တာဟာ မင်းရဲ့ အားနည်းချက်၊
အားသာချက်တွေကို သိစေတယ်”

“ငါရဲ့ ပူဇော်တဲ့ စိတ်အင်ဂျင်ကြီးကို ခေတ္တအနားပေးတဲ့ သဘောလား”

“အင်း... အဲဒါသဘောပါပဲ။ မင်း မိသားစုနှင့်အတူ ခရီးရှည်တွက်ဖူး
လား”

“တွက်ဖူးတာပေါ့။ နေရာသီရောက်တိုင်း ဂျာနိုင်ရဲ့ မိဘတွေဆီ ၂
ပတ်လောက် သွားလည်လေ့ရှိတယ်”

“လမ်းမှာ တစ်ခါတလေ ရပ်လေ့ရှိလား”

“အင်း... စားဖို့သောက်ဖို့ ဒါမှုမဟုတ် ငါအိပ်နိုက်လာတဲ့အခါ
ရပ်လေ့ရှိတယ်”

“ကောင်းပြီ။ ဆိတ်ဇြမ်ခြင်း အလေ့အကျင့်ကိုလည်း မင်းရဲ့ ပင်ပန်းမေ့
တဲ့ စိတ်အတွက် ခေတ္တအနားယူတယ်လို့ မြင်ကြည့်လိုက်။ ရည်ရွယ်ချက်က
ပါပဲ”

“ဆိတ်ဇြမ်တာက ဘာတွေ ထွေထွေထူးထူး ကောင်းနေလိုက် ပေး။

• ဆိတ်ဌြမ်ခြင်းက မင်းနဲ့ မင်းရဲ့ ဖုန်တိုးနိုင်စွမ်းရှိတဲ့ ဆိတ်အရင်းအမြစ် တွေကို ဆက်သွယ်ပေးတယ်။ ဆိတ်ဌြမ်ခြင်းက မင်းကို စဉ်းစားညာက် ပို ကောင်းအောင် ပုံပိုးပေးတယ်။ စိတ်က ကန်ရေပြင်လိုပဲ။ သောကအမျိုးမျိုး ကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲနေကြသူတွေရဲ့ စိတ်ဟာ ဌြမ်သက်ခြင်း လုံးဝမရှိကြသူး။ အတွင်းစိတ်ထဲမှာ အမြဲတမ်း လိုင်းလေထုနေကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းသာ အချိန်လေး အကာလောက်ယူပြီး ဆိတ်ဌြမ်ခြင်းရဲ့ စွမ်းအားကို သုံးတတ်မယ် ဆိုရင် မင်းရဲ့စိတ် ကန်ရေပြင်ဟာလည်း ဌြမ်သက်ပြီး ကြည်လင်သွားလိမ့်မယ်။ အတွင်းစိတ်ဌြမ်သက်အောင် အချိန်ပေးခြင်းမှာ အကျိုးကျေးဇူးတွေ အများကြီး ရှိနေတယ်။ အပြုအမူတွေ ကောင်းလာမယ်၊ အတွင်းစိတ် ဌြမ်းချမ်းလာမယ်၊ ချို့အားတွေ ပြည့်ဝလာမယ်။ အိပ်စက်တဲ့အခါလည်း နှစ်နှစ်မြှိုက်မြှိုက် အိပ်ပျော် လာလိမ့်မယ်။

• “ဒီအလေ့အကျင့်ကို ငါ ဘယ်နေရာမှာ လေ့ကျင့်လို့ရလဲ”

• “ဘယ်နေရာဖြစ်ဖြစ် လေ့ကျင့်လို့ရပါတယ်။ အိပ်ခန်းဖြစ်ဖြစ်၊ ရုံးခန်း ဖြစ်ဖြစ် ရပါတယ်။ တကယ် ဌြမ်သက်တဲ့နေရာကိုတော့ ရှာဖို့လိုတယ်။ ဖြစ်နိုင်ရင် လှပပြီး ဌြမ်သက်တဲ့နေရာကို ရှာပါ။”

• “လှပတာက ဘာအကျိုးရှိလို့လဲ”

• “လှပတဲ့ အရာဝ္မာ့ သို့မဟုတ် ပုံရှိပို့တွေဟာ မင်းရဲ့စိတ်ကို ကြည်လင်စေတယ်။ နှင်းဆီပန်းလှလှလေး တစ်စည်းဟာ မင်းရဲ့စိတ်ကို ပိုပြီး သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်စေတယ်။ ဆိတ်ဌြမ်ခြင်း အလေ့အကျင့်လုပ်ပို့ ဖြစ်နိုင်ရင် နေရာလေးတစ်ခု သတ်သတ်မှတ်မှတ် ထားသင့်တယ်။ မင်းရဲ့စိတ်ကို ပြန်လည် သုံးသပ်ပို့ သီးသန့်နေရာလေးပေါ့။ မင်းအောင်က အခန်းပို့လေးဖြစ်ဖြစ် သို့မဟုတ် အခန်းတစ်ခုရဲ့ ထောင့်နေရာလေး ဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။ မင်းကို နှုတိုင်း ဌြမ်သက်စွာ စောင့်စားနေမယ့် မင်းရဲ့ စိတ်သန့်စင်ရာ နေရာလေးပေါ့”

• “အင်း...တွေးကြည့်မိတာနဲ့တင် မခိုးဘူးကွာ။ ငါအလုပ်က ပြန်လာ ရင် အဲဒီလိုနေရာလေး လိုချင်နေတာ။ ငါရဲ့ စိတ်ဖိစိုးမှုတွေကို ဖြေချလို့ရမယ့် နေရာလေးပေါ့။ အဲဒီလိုသာလုပ်ခွင့်ရရင် ငါပိုပြီး ကောင်းမွန်တဲ့ သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်တယ်”

• “ဒါပေမဲ့ တစ်ခုတော့ရှိတယ်။” • ဆိတ်ဌြမ်ခြင်း အလေ့အကျင့်ဟာ နှုတိုင်း အချိန်တစ်ခု သတ်မှတ်ပြီး လေ့ကျင့်ရင် ပိုထိရောက်တယ်”

• “ဘာဖြစ်လို့လဲ”

• အခိုန်မှန်မှန်လုပ်ရင် အဲဒီအလေ့အကျင့်ကို မင်းရဲ့ မသိစိတ်က နေစဉ် လုပ်ဖူးအရာတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်လာလိမ့်မယ်။ ဥပမာ အူလယ် ၁၂ နာရီ မှာ အုပ်လယ်စာစားပို့ သတိရသလိုပဲပေါ့။ မကြာခင် မင်းဘဝရဲ့ ဘုရားရှင် မှာ အုပ်လယ်စာစားပို့ သတ်တစ်ခု ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ ကောင်းမွန်တဲ့ အလေ့အကျင့်တွေ ဟာ ကောင်းမွန်တဲ့ ဘဝဆီကို ပို့ဆောင်ပေးတတ်တယ်။

• အခြား ငါသိသင့်တာ ဘာရှိသေးလဲ။

• ရှိသေးတယ်။ အကယ်၍ ဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုရင် သဘာဝတရာ့နဲ့ ထိစွဲပါ။ စိမ်းလန်းတဲ့သစ်ပင်တွေရှိတဲ့ အေရာမှာ လမ်းလျောက်တာ လုပ်လို့ရသလို မင်းရဲ့ ဥယျာဉ်လေးထဲမှာလည်း လမ်းလျောက်လို့ ရပါတယ်။ သဘာဝတရာ့ဟာ လူတစ်ယောက်ကို အေးချမ်းစေတယ်။

• ကောင်းပြီ ဂျာလီယန်။ ဒါနဲ့ ဒီ "ဆိတ်ပြိမြှင့်ခြင်း အလေ့အကျင့်"က မင်းအတွက်ရော အလုပ်ဖြစ်ခဲ့လား။

• သိပ်ဖြစ်ခဲ့တာပေါ့။ ငါက မနက်တိုင်း နေတွက်တဲ့အခိုန်မှာ အိပ်ရာထဲတယ်။ ပထမဆုံး ငါလုပ်တဲ့အရာက ငါရဲ့ သီးသန့်နေရာလေးကို သွားပြီး မှုင်းဆီးနဲ့သား။ လေ့ကျင့်ခန်းကို လုပ်တာပဲ။ တိတ်ဆိတ်ပြိမြှင့်သက်ခြင်းရဲ့ အောက်မှာ တစ်ခါတလေ နာရီနဲ့ချီပြီး ကြာလေ့ရှိတယ်။ တစ်ခါတလေတော့ ၁၀ မိနစ်လောက်ပဲ လုပ်တယ်။ အဲဒီလိုလုပ်ခြင်းရဲ့ အကျိုးရလဒ်ကတော့ တစ်နေကုန် အားအင်ပြည့်ဝပြီး တက်ကွွဲနေတာပဲ။ အခု ငါ ဒုတိယမြောက် နည်းလမ်းကို ပြောပြတော့မယ်။ ဒုတိယနည်းလမ်းရဲ့ အမည်က "ခန္ဓာအလေ့အကျင့်"တဲ့။ ဒီနည်းလမ်းကတော့ ရှင်းပါတယ်။ မင်းရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ဂရို့ကိုတာပါ။ လူတစ်ယောက်ဟာ သူ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ဂရို့ကိုရင် စိတ်ကိုလည်း တစ်နည်းအားပြင့် ဂရို့ကိုပြီးသား ဖြစ်တယ်တဲ့။ ကျွန်းမာမှ စိတ်ချမ်းသာတယ် ဆိုသလိုပေါ့။ ဒါကြောင့် နှေတိုင်း လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ဖို့လိုတယ်။ သွေးလည်ပတ် မူ ကောင်းအောင် ကြီးစားပါ။ ခန္ဓာကိုယ် လုပ်ရှားမှုရှိအောင်နေပါ။ သူတော်စင် ကြီးတွေဟာ ရှုံးတည်းက တည်ရှိခဲ့တဲ့ ယောကလေ့ကျင့်ခန်းတစ်မျိုးကို အမြဲတမ်းလိုလို လေ့ကျင့်ကြတယ်။ သူတို့ဟာ ကိုယ်လက်လုပ်ရှားမှုရှိအောင် နှေတိုင်း တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုတော့ လုပ်ဆောင်ကြတယ်။

• မင်းရော ယောကလေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ဖူးလား ဂျာလီယန်။ ဂျိနိကတော့ ပြောတာတော့ တော်တော်လေး ကောင်းတယ်ဆိုပြီး ၁, လုပ်ခဲ့တယ်။ သူ

• ငါ မနက်တိုင်း ယောကလေ့ကျင့်ခန်း လုပ်လေ့ရှိတော့။

လျှကျင့်ခန်းဟာ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အရမ်းကို အကျိုးရှုတယ်။ ယောက လူကျင့်ခြင်းဟာ ငါရဲခန္ဓာကိုယ်ကို ပြန်လည် နုပ္ပါဒေရံမက ငါရဲစိတ်ကိုလည်း စုည်းစေတယ်။ တိတွင်ကြံဆနိုင်စွမ်းကိုလည်း တိုးတက်စေတယ်။

‘သူတော်စင်ကြီးတွေက သူတို့ခန္ဓာကိုယ်ကို ဂရိုက်ဖို့ အမြားဘာတွေ လုပ်ကြသေးလဲ’

‘သူတော်စင်ကြီးတွေက သဘာဝတရားနှဲနီးစပ်တဲ့ မှာရာတွေမှာ လမ်းလျောက်ခြင်းဟာ ပင်ယန်းစွမ်းနယ်မှုကို လျောကျစေတယ်လို့ ယုံကြည်ကြတယ်။ သူတို့က တောင်ပေါ်မှာ တစ်ခါတလေ လမ်းလျောက်သလို တစ်ခါတလေ သစ်တောထဲမှာ လမ်းလျောက်ကြတယ်။ မိုးရွာတဲ့နေ့တွေ ဆိုရင်တော့ သူတို့ရဲ့ တဲ့အတွင်းမှာပဲ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ကြတယ်။ သူတို့က အစားအသောက် တစ်နှပ်ပျက်ရင် ပျက်လိမ့်မယ်၊ ဒါပေမဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းပျက်တဲ့နေ့တော့ မရှိဘူး’

‘သူတို့ တဲ့အတွင်းမှာ ဘာတွေ လေ့ကျင့်ကြလဲ’

‘တစ်ခါတလေ ယောကလေ့ကျင့်ခန်းတွေ လုပ်နေတာရှုတယ်။ တစ်ခါတလေ လက်တစ်ဖက်တည်း ထောက်ပြီး ခိုက်ထိုးနေတာမျိုးလည်း ရှုတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ ဘာလေ့ကျင့်ခန်းတွေ လုပ်လဲက အရမ်းအရေးမကြီးပါဘူး။ သူတို့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် လူပ်ရှားမှုတွေလုပ်နေပြီး သန့်ရှင်းလတ်ဆတ်တဲ့ လေတွေကို ရှားဖြို့က်နေခြင်းကသာ အရေးအကြီးဆုံးပါ။ သူတော်စင် ရာမန်က ‘မှန်ကန်စွာ အသက်ရှားခြင်းဟာ မှန်ကန်စွာ နေထိုင်ခြင်းပါ’လို့ ပြောဖူးတယ်’

‘အသက်ရှားတဲ့ကိစ္စက အဲဒီလောက် အရေးကြီးလို့လား’

‘လူတစ်ယောက်ဟာ သူမှာရှိနေတဲ့ အင်အားကို ဂ ဆ သို့မဟုတ် ၃ ဆလောက် တိုးပွားချင်ရင် ဘယ်လို့ အသက်ရှားရမလဲဆိုတာ သိပို့လိုတယ်လို့ သူတော်စင်ကြီးတွေက ပြောဖူးတယ်’

‘ဒါပေမဲ့ ငါတို့အားလုံး ဘယ်လို့ အသက်ရှားရမလဲ မွေးကတည်းက သိပြီးသားလေ’

‘မဟုတ်ဘူး ရွှေ့နှုန်း။ ငါတို့ အသက်ရှားတယ်ဆိုတာ အသက်ဆက်ရှင်ဖို့ ရှားကြတာ။ ဒါပေမဲ့ ငါတို့ဘဝမှာ စိတ်ချမ်းသာပြီး ကိုယ်ကျွန်းမာအောင် ဘယ်လို့အသက်ရှားရမလဲ မသိကြဘူး။ ငါတို့ အသက်ရှားတာဟာ ညင်းညင်း လေးပဲ ရှားကြတာ။ အဲဒီလို့ အသက်ရှားခြင်းက ငါတို့ခန္ဓာကိုယ် လိုအပ်တဲ့ အောက်ဆိုကျင်ပမာဏကို အဆုံးစွန်ထိ မပေးနိုင်ကြဘူး။ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ နည်းလမ်းကတော့ ရှိုံးရှင်းပါတယ်။ အသက် မှန်မှန်ကန်ကန် ရှားဖြို့ပြီး အောက်ဆိုကျင်များများရအောင် ရှားဖြို့က်ခြင်းဟာ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ပုန်းကွယ်နေတဲ့

အင်အားတွေကို ဖော်ထုတ်နိုင်တယ်လို့ သူတို့က ယုံကြည်ကြတယ်
‘ကောင်းပြီ။’ အဲဒီလို့ နည်းမှန်လမ်းမှန်နဲ့ အသက်ရှုတ်အောင်
ငါဘယ်လို့ စုရမလဲ။

‘အဲဒါက လွယ်ပါတယ်။ နောက်တိုင်း ၂ မိနစ်လောက် အချို့
ယူပြီး အသက်ကို ပြင်းပြင်းလေးနဲ့ ထိထိရောက်ရောက် ရှုကြည့်။’
‘ငါ ထိထိရောက်ရောက် အသက်ရှုနေသလားဆိုတာ ဘယ်လို့သိရ
မှာလဲ။’

‘မင်းရဲ့မိုက်က အပြင်ဘက်ကို ဖြည့်ဗြာများပြီး ဖြည့်ဗြာများ
သူတော်စင် ရာမန် ငါ့ကို လေ့ကျင့်ပေးတဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခုရှိတယ်။ အသက်ရှု
တဲ့အခါ လက်ကို မိုက်ပေါ်တင်ခိုင်းထားတယ်။ ငါ့မိုက် သိသိသာသာလျှပ်ရင်
အသက်ရှုတဲ့နည်းလမ်း မှန်တယ်လို့ သူကပြောတယ်။ အသက် ညွင်းညွင်းပဲ
ရှုရင် မိုက်က အရမ်းမလွှပ်ဘူး။ တကယ် အသက်ကို ပြင်းပြင်းရှုတဲ့အခါမှသာ
မိုက်က သိသိသာသာ လှုပ်လေ့ရှိတယ်။’ ခန္ဓာအလေ့အကျင့်အကြောင်း
ကတော့ ဒီလောက်ပါပဲ။ မင်းကို နံပါတ် ၃ အလေ့အကျင့်အကြောင်း ပြောပြ
မယ်။ နံပါတ် ၃ အလေ့အကျင့်ကတော့ ‘အာဟာရ အလေ့အကျင့်’လို့ ခေါ်
တယ်။ ငါ ရှေ့နေသာဝတ္ထ်းက အသားတွေ၊ အကြောင်းတွေ၊ အသင့်စား အစား
အစာတွေ အများကြီးစားခဲ့တယ်။ ငါ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲကို အာဟာရမပြည့်ဝတဲ့
အစားအစာတွေ ထည့်မေ့ခဲ့တာ အဲဒီအချိန်က မသိခဲ့ဘူး။ အဲဒါဟာ ငါ့ရဲ့စိတ်
မပျော်ရွှင်ရခြင်း အကြောင်းအရင်းတွေထဲက တစ်ခုဆိုတာလည်း မသိခဲ့ဘူး။’

‘စိတ်မပျော်ရွှင်တာနဲ့ အစားအသာက်နဲ့ ဘယ်လို့ပတ်သက်တာလဲ။’

‘မမှန်ကန်တဲ့ စားသောက်ပုံဟာ မင်းရဲ့ဘာဝပေါ်မှာ အများကြီး
သက်ရောက်မှုရှိတယ်။ စားသောက်မှု ပုံစံမမှန်ကန်ခြင်းဟာ မင်းရဲ့ ကာယ်
စိတ္တာ အင်အားနှစ်မျိုးလုံးကို စုပ်ယူနိုင်စွမ်းရှိတယ်။ မင်းရဲ့ စိတ်ခံစားမှုအပေါ်မှာ
လည်း အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိတယ်။ သူတော်စင် ရာမန် ပြောသလိုပြောရရင်
‘ခန္ဓာကို အာဟာရကျွေးခြင်းဟာ စိတ်ကို အာဟာရကျွေးသလိုပဲ’တဲ့
လား။’

‘သိပ်မှန်တာပေါ့။’ အကြီးအကျယ်ကို ပြောင်းလဲခဲ့တာ။ အဲဒီလို့
ပြောင်းလဲခဲ့ခြင်းဟာ ငါ့ရဲ့ ရပ်ရည်အပြင် စိတ်ခံစားမှုအပေါ်မှာပါ အများကြီး
အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိခဲ့တယ်။ ငါ့ရဲ့စိတ်တွေ ပင်ပုံးမေ့ခဲ့တာဟာ အလုပ်က
ပိုအားတွေကြောင့်၊ အသက်အရွယ် ရလာခဲ့တာကြောင့်လို့ ငါတော်စင်

ဒါပေမဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေဆိုရောက်မှ ငါရဲ့စားသောက်မျှပုံစံဟာလည်း
အကြောင်းရင်း တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ဖြစ်နေခဲ့တယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်ခဲ့တယ်။
ကားတစ်စီးထဲကို အရည်အသွေးမပြည့်တဲ့ဆိုတွေ အမြဲဖြည့်နေခဲ့တာနဲ့ သဘော
တရားချင်းတူတယ်။ အချိန်ကြောလာတာနဲ့အမျှ အင်ဂျင်ဟာ တဖြည့်ဖြည့်
အရည်အသွေးကျေလာမှာပဲ့

‘သူတော်စင်ကြီးတွေကရော နပို့နေဖို့အတွက် ဘာတွေစားကြလဲ’

‘သူတို့က နေ၊ လေ၊ ရေ၊ မြေကြီးနဲ့ ထိတွေတဲ့ပြုဖို့မှရှိတဲ့ အစားအစာ
တွေကို စားတာများတယ်။ ရှင်းရှင်းပြောရရင်တော့ သစ်သီးဝလ္လာနဲ့ အသီး
အရွက်ပေါ့။ လတ်ဆတ်တဲ့ အသီးအရွက်နဲ့ အစွေအဆုံးတွေကို စားတာဟာ
အသက်ပို့ရည်စေတယ်လို့ သူတို့က ယုံကြည့်ကြတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေ
အများစုံက အသက် ၁၀၀ ကျော်ပြီးသားတွေ ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့အားလုံး
မှာ ဇရာရဲ့ လက္ခဏာတွေ သိပ်မရှိသေးဘူး။ တစ်လောက သတင်းစာထဲမှာ
ဖတ်စိတာလေးတစ်ခု မင်းကို ငါပြောပြုမယ်။ ဒိုကိုမာဝါလို့ခေါ်တဲ့ ဂျော်ကျွန်း
တစ်ကျွန်းပေါ်မှာ နေထိုင်တဲ့လူတွေဟာ ကမ္ဘာပေါ်က အသက်ရှည်ဆုံး လူမျိုး
တွေထဲမှာပါဝင်လို့ သုတေသနလုပ်သူတွေက အဲဒီလူမျိုးတွေကို သွားလေ့လာခဲ့ကြ
တယ်တဲ့။ လတ်ဆတ်တဲ့ အသီးအရွက်တွေ စားသုံးခြင်းဟာ သူတို့ အသက်ရှည်
ရခြင်း အကြောင်းရင်းတွေထဲက တစ်ခုဆိုတာ လေ့လာသူတွေ တွေ့ရှိခဲ့တယ်’

‘အသီးအရွက်တွေ စားတာက ကျွန်းမာရေးနဲ့ ကိုက်ညီပါမလား။
ငါတို့ လိုအပ်တဲ့ အင်အားတွေကို အသီးအရွက်စားသုံးခြင်းကနေ ရနိုင်ပါ
မလား။ ငါက အလုပ်များတဲ့ ရှေ့နေတစ်ယောက်ဆိုတော့ အင်အားမဖြစ်စေတဲ့
အစားအစာတွေဆို ငါအတွက် အဆင်မပြောလောက်ဘူး’

‘အသီးအရွက်ဆိုတာ သဘောဝတရားက ဖန်တီးပေးခဲ့တဲ့ အစား
အသောက် တစ်မျိုးပါ။ လတ်ဆတ်တဲ့ သစ်သီးဝလ္လာတွေနဲ့ အရွက်တွေဟာ
ကျွန်းမာရေးကို ကောင်းစေသော် အာဟာရဓာတ်လည်း ပေါ်ကြွယ်ဝပါတယ်။
သူတော်စင်ကြီးတွေကတော့ အဲဒီလိုစားသုံးတာကို သုန္တရှင်းသော စားသောက်
ပုံးလို့ ခေါ်ကြတယ်။ မင်းက အသီးအရွက်တွေစားရင် အားရှိပါမလားလို့
မေးတော့ အဲဒီမေးခွန်းကိုလည်း ငါက ဖြေရမှာပေါ့။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အင်အား
အကြီးမားဆုံးတွေထဲက သုတေသနတွေဖြစ်တဲ့ ဂေါ်ရိုလာမျာာက်ပံ့ကြီးတွေနဲ့
ဆင်ကြီးတွေဟာ အသီးအရွက် အစိုက စားသုံးသူတွေချည်းပဲ။ ဂေါ်ရိုလာ
မျာာက်ပံ့ကြီးတွေဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ခွန်အားထက် အဆ ၃၀ များတဲ့
ခေါ်.....၁ ၀၉ ၂၁ ၈၅ ၁၄ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁ ၁၁

ဘေးသုံးတယ်ဆိုပေမဲ့ သူတိုက ဘယ်အရာကိုမှ အစွမ်းမရောက်ဘူး။ အလယ်
အလတ်ကျင့်စဉ်မှာပဲ နေတယ်။ မင်းအနေနဲ့လည်း အသားစားချင်တယ်ဆိုရင်
ဆက်စားလို့ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဖြစ်နိုင်ရင် အသားကိုတော့ လျှောစားစေချင်
တယ်။ အသားဟာ အဟာခြေရခက်တယ်။ မင်းရဲ့ အစာခြေစနစ်ဟာ ခန္ဓာ
ဂိုယ်က စွမ်းအင်တွေကို အသုံးဆုံးထဲမှာ ပါဝင်တယ်။ မင်းရဲ့တန်ဖိုးရှိတဲ့
စွမ်းအင်အများစုကို အစာခြေစနစ်က သုံးသွားရင် မင်း လန်းဆုံးတော့မှာ
မဟုတ်ဘူး။ အသီးအချက်သုပ်တစ်ပဲ စားပြီးတဲ့အချိန် လန်းဆုံးမှုနဲ့ အမဲသား
တစ်ပဲ စားပြီးချိန် လန်းဆုံးမှုကို ယျဉ်ကြည့်ပါ။ အသီးအချက်ချဉ်းပဲ စားသုံးစွဲ
အဆင်သင့်မဖြစ်သေးရင် အနည်းဆုံး အစာစားတိုင်း အသီးအချက်တွေ မျှစား
သင့်တယ်။ အဲဒီလောက်လုပ်ရင်တောင် မင်းရဲ့ခန္ဓာကိုယ်အတွက် ထူးခြားမှုကို
ဖြစ်စေလိမ့်မယ်။

‘အသားဖြတ်ဖို့က အရမ်းကြီး ခက်ခဲ့မယ်တော့ မထင်ဘူး။ သက်
သတ်လွှတ်စားသွားရဲ့ ကောင်းသတင်းတွေ အခုတေလော ငါခဏာခဏ တွေ
နေရတယ်။ အရင်တစ်ပတ်က ရုန်နဲ့ သတင်းစာထဲမှာ ဖတ်ရတာတစ်ခုကို
ငါကို ပြောပြုခဲ့တယ်။ အဲဒီသတင်းစာထဲမှာပါတာက ဖင်လန်နိုင်ငံက လေ့လာမှု
တစ်ခုအရ သက်သတ်လွှတ်စားသုံးခြင်းကို စတင်ကျင့်သုံးသွေး ၃၈%ဟာ အရင်
ကထက် ပိုပြီး လန်းလန်းဆုံးဆုံး ရှိလာတယ်လို့ သိရတယ်။ သက်သတ်လွှတ်
စားသုံးခြင်းကို စတင် လုပ်ဆောင်တာ ၇ လအကြာပြီးမှာ ပိုပြီး သိသာလာခဲ့
တယ်တဲ့။ ငါလည်း အသီးအချက်တွေ ၁,ပြီး စားသင့်နေပြီး’

‘တစ်လလောက်ပဲ စားကြည့်ပါ ရွှေ့နဲ့။ ရလဒ်ကို မင်းသာသာ စောင့်
ကြည့်ပါ။ မင်းအရင်ကထက် ပိုပြီး လန်းဆုံးလာလိမ့်မယ်။’

‘ကောင်းပြီ ဂျုလိုယ်နဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေအတွက်တောင် အကျိုးရှိ
တဲ့ အလေ့အကျင့်ပဲ။ ငါအတွက်လည်း အကျိုးရှိမှာ သေချာတယ်။ ငါလည်း
အသားတွေကို စိတ်ကုန်နေတာနဲ့ အတော်ပဲ။ ငါ အသီးအချက်တွေ စမ်းပြီး
စားကြည့်ပါမယ်။’

‘အဲဒီဆို ငါ နံပါတ် ငါ အလေ့အကျင့်ကို ပြောပြုတော့မယ်။ နံပါတ်
ငါ အလေ့အကျင့်ကတော့ အသီပညာကို အသုံးချုပြုး အလေ့အကျင့်’ ဖြစ်
တယ်။ ဒီအလေ့အကျင့်ကတော့ မင်းရဲ့ဘဝမှာ အသီပညာတွေကို အမြဲတမ်း
လေ့လာသင်ယူပြီး အသုံးချုပြီး တိုက်တွန်းတဲ့ အလေ့အကျင့်ပါ။’

‘အသီပညာသည် စွမ်းအားဆိုတဲ့ ဆိုရှိုးလိုလား။’

‘အဲဒီထက်ပိုတယ် ရွှေ့နဲ့။ အသီပညာဆိုတာ စွမ်းအားမဟုတ်ဘေး။’

တရာ့ လျှော့

အသိပညာကို တပ်ဆင် အသုံးချမှုသာ စွမ်းအားဖြစ်တာ။ လူအများစုက လုပ်သန့်လုပ်ထိုက်တာကို သိကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပြဿနာက သူတို့သိတာကို တကယ် မလုပ်ကြတာပဲ။ သူတော်စင်ကြီးတွေသုံးတဲ့ အလေ့အကျင့်တစ်မျိုး ရှိတယ်။ အဲဒီနည်းလမ်းက လွယ်လည်းလွယ်တယ်။ မင်း ဒီဇွဲတောင် စ, လုပ်လိုဂုဏ်တယ်။

• အိုကေ... အဲဒီအလေ့အကျင့်က ဘာလဲ။

• သူတို့လုပ်တဲ့ အလေ့အကျင့်တစ်ခုက စာဖတ်ခြင်းပဲ။ တစ်နှောကို မိန့် ၃၀ လောက်ပဲ စာဖတ်ရင်တောင် မင်းဘဝအတွက် အများကြီး အကျိုး ရှိလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါတစ်ခုတော့ သတိပေးရမယ်။ စာဖတ်ရင်ပြီးရောဆိုပြီး တွေသုံး အကျို့ဖတ်တာမျိုးတော့ မလုပ်ပါနဲ့။ မင်းရဲ့ စိတ်ဉာဏ်ကြီးထဲကို ပြင်ပက အရာတွေထည့်တဲ့အခါ သေချာချွေးချယ်ဖို့လိုလိမ့်မယ်။ မင်းနဲ့ မင်းဘဝ ကို တိုးတက်စေမယ့်စာမျိုးကို ဖတ်ပါ။ မင်းအတွက် အကျိုးရှိတဲ့စာဖြစ်ပို့လိတယ်။

• သူတော်စင်ကြီးတွေကရော ဘာတွေ ဖတ်ကြလဲ။

• သူတော်စင်ကြီးတွေကတော့ သူတို့ရဲ့ဘိုးဘေးတွေ သင်ကြားခဲ့တဲ့ အရာတွေကို ရေးသားထားတဲ့ စာအုပ်တွေ ဖတ်လေ့ရှိတယ်။ စာဖတ်ခြင်းက ဘယ်လောက် စွမ်းအားကြီးလဲဆိုတာကို ငါလည်း သူတို့ဆိုရောက်မှ သိခဲ့တာ။

• ဒါဆို ငါတတ်နိုင်သလောက် စာများများဖတ်ရမှာလား။

• စာအုပ်တွေအများကြီး တတ်နိုင်သလောက် ဖတ်ပါလို့တော့ ငါ မပြောချင်ဘူး။ အချို့စာအုပ်တွေက အရသာခံပိုဖြစ်ပြီး အချို့စာအုပ်တွေက ဝါးစားဖို့လိုတယ်။ အချို့စာအုပ်တွေကတော့ မျိုးချို့ဖို့လိုအပ်တယ်။ ငါပြောချင်တာက စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ် ဖတ်တဲ့အခါ အဲဒီစာအုပ်ထဲက ရသမျှကောင်းတဲ့ အရာတွေကို ရယူတတ်ဖို့ပဲ။ စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ်ထဲက ကောင်းတဲ့အရာ မှန်သမျှကို ရယူတတ်ဖို့ဆိုရင် အဲဒီစာအုပ်ကို သေချာလေ့လာဖို့လိုတယ်။ စာအုပ်တွေဖတ်တဲ့အခါ သေသေချာချာဖတ်သလိုပဲ စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ်ကို လည်း သေသေချာချာ ဖတ်သန့်တယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ သူတို့ကြိုက် နှစ်သက်တဲ့စာအုပ်တွေကို ၁၀ ကြိမ်ကနေ ၁၅ ကြိမ်လောက်အထိ ဖတ်လေ့ရှိ ကြတယ်။ သူတို့က စာအုပ်တွေကို အမြတ်တနီးထားကြတယ်။

• စာဖတ်ခြင်းက အဲဒီလောက်တောင် အရေးကြီးတာလား။

• သိပ်အရေးကြီးတာပေါ့။ တစ်နှောကို မိန့် ၃၀ ပဲ ဖတ်ရင်တောင် မင်းဘဝမှာ သိသိသာသာ ခြားမှာတွေ တွေ့မြင်လာရလိမ့်မယ်။ လူတိုင်း

ကြံတွေဖော်ရတဲ့ ပြဿနာတွေအားလုံးရဲ့ ဖြေရှင်းနည်းတွေက စာအုပ်တွေထဲများ
ရှိတယ်။ ပိုကောင်းတဲ့ ရှေ့နေဖြစ်ချင်လား၊ ပိုကောင်းတဲ့ စောင်ဖြစ်ချင်လား၊
ပိုကောင်းတဲ့ စင်ပွန်းဖြစ်ချင်လား၊ မင်းဖြစ်ချင်တဲ့ အရာတိုင်းအတွက် အသီ
ပညာတွေရစေယူ စာအုပ်တွေ အများကြီးရှိတယ်။ ဘဝမှာ မင်းလုပ်မယ့်အများ
တွေအားလုံးက မင်းထက်အရင် အခြားလူတွေ လုပ်ခဲ့ပြီးသား အများတွေချည်း
ပဲ။ မင်းရင်ဆိုင်ဖော်ရတဲ့ ပြဿနာတွေ၊ စိန်ခေါ်မှုတွေက အသစ်တွေလို့ မင်း
ထင်လို့လား။ တကယ်တော့ လူတိုင်းကြံခဲ့တဲ့ပြဿနာ၊ ကြံနေတဲ့ပြဿနာ၊
ကြံဦးမယ့်ပြဿနာတွေဟာ အရင်တည်းက ဖြစ်ဖူးပြီးသားတွေချည်းပါပဲ။
ပိုပြီးအရေးကြီးတဲ့ အချက်က အဲဒီပြဿနာတွေအားလုံးရဲ့ အဖြေတွေဟာ
စာအုပ်တွေထဲမှာ ရှိပြီးသားပါ။ မင်းကြံနေရတဲ့ ပြဿနာကို သူတို့ ဘယ်လို့
ဖြေရှင်းခဲ့လဲဆိုတာ စာအုပ်ဖုန်းပြီး လေ့လာလို့ရတယ်။ သူတို့ရဲ့ ဖြေရှင်းနည်းက
မင်းရဲ့အနေအထားနဲ့ အဆင်ပြေရင် ယူသုံးလို့လည်း ရတယ်”

‘စာအုပ်ကောင်းတွေဆိုတာ ဘယ်လိုစာအုပ်မျိုးကို ခေါ်တာလဲ ဂျာလီ
ယန်’

‘အဲဒါကတော့ မင်းနဲ့ပဲ သက်ဆိုင်ပါတယ်။ ငါတစ်ယောက်တည်းရဲ့
အမြင်ကတော့ အဇ္ဈားဖွံ့ဖြိုးစာအုပ်တွေကို သဘောကျမိတယ်။ ငါသဘောကျခဲ့တဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အကြောင်းတွေကို ရှာဖတ်တယ်’

‘မင်းကြံက်တဲ့ စာအုပ်တွေရော ပြောပြလို့ရလား’

‘ရတာပေါ့။ ဘန်ဂျမင်ဖရန်ကလင်ရဲ့ အဇ္ဈားဖွံ့ဖြိုးက တော်တော်လေး
ကောင်းတယ်။ မဟတ္တုမဂန္ဒရဲ့ ကိုယ်တိုင်ရေးအဇ္ဈားဖွံ့ဖြိုး၊ Hermann Hesse
ရေးတဲ့ ‘Siddhartha’၊ နိုဝင်ယေားလို့ ‘Think and Grow Rich’၊ အဲဒီ
စာအုပ်တွေ အားလုံးက ဖတ်လို့ ကောင်းတာချည်းပဲ။ ‘Think and Grow
Rich’ကို အရင်တစ်ပတ်က ငါဖတ်ကြည့်တယ်။ တော်တော်လေးကောင်းတဲ့
စာအုပ်တစ်အုပ်ပဲ’

‘‘Think & Grow Rich’ စာအုပ်လား။ ငါထင်တာက မင်းအဲဒီလို
ချမ်းသာရေးကိစ္စတွေကို ချုံထားခဲ့ပြီထင်တာ။ ငါက ပိုက်ဆံအမြန်ရှာဖိုး
စာအုပ်တွေကို ကြည့်လိုကို မရတာ။ အသိဉာဏ်နည်းတဲ့သူတွေကို လှည့်စားထား
တဲ့ စာအုပ်တွေလို့ပဲ ငါမြင်တယ်’

‘ခဏနေပါဦး ရွှေ့နေယ်။ မင်းပြောတာကို ငါသဘောတူပါတယ်။
ဒါပေမဲ့ ‘Think and Grow Rich’က ပိုက်ဆံအများကြီး ရှာဖိုးအကြောင်း
ရေးထားတဲ့ စာအုပ်မဟုတ်ပါဘူး။ မင်းရဲ့ဘဝမှာ အကောင်းဆုံးအရာကောင်း

ဘယ်လိုရယူရမလဲဆိုတာကို ရေးထားတဲ့ စာအုပ်ပါ။ ပိုက်ဆံချမ်းသာတော့ နိုင်ချမ်းသာတာ မတူဘူးဆိုတာ ငါကောင်းကောင်းကြီး သဘောပေါက်ပါ တယ်။ ငါကိုယ်တိုင် ငွေမျာက်ကောက်ကောက်ပါအောင် လိုက်ခဲ့ဖူးတာပါ။ အဲဒီဘဝရဲ့ ဆိုးကျိုးနှုန်းကျင်မှုတွေ အားလုံးကို ငါသိပါတယ်။ 'Think and Grow Rich' က ကာယာ၊ စိဋ္ဌ ချမ်းသာခြင်း ပြည့်စုံတဲ့ ဘဝတစ်ခု ဘယ်လို တည်ဆောက်မလဲ၊ ကောင်းမွန်တဲ့အရာတွေကို မိမိဘဝထဲ ဘယ်လိုဆွဲဆောင် မလဲ စုံတဲ့ အကြောင်းတွေကို ရေးထားတာပါ။ မင်းလည်း ဖတ်ကြည့်ရင် ကြိုက်မှာပါ။ ဒါပေမဲ့ မင်းမဖတ်ချင်ရင် ငါ မိအားမပေးပါဘူး။'

• အောရိုးပါ ဂျုလီယန်။ ငါ အတိုက်အခံသဘောရှိုး ပြောတာမဟုတ် ပါဘူး။ တစ်ခါတလေ ငါက အဲဒီလိုပဲ။ ငါရဲ့ဒေါသစိတ်က တစ်ခါတလေ ငါကို ထိန်းချုပ်သွားတတ်တယ်။ ငါတိုးတက်ဖို့လိုတဲ့ အရာတစ်ခုပေါ့ကွာ။ မင်း ငါကို ဝေမျှနေတာတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ငါကျေးဇူးအရမ်းတင်ပါတယ်။

• ရပါတယ်။ ငါပြောချင်တာကတော့ ရှင်းရှင်းလေးပါ။ စာဖတ်ပါ။ အမြဲတမ်းဖတ်ပါ။ စာအုပ်တွေက ဘာတွေရမလဲဆိုတာထက် မင်းပိုပြီး အာရုံးနိုက်သင့်တဲ့ အရာတစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒါက စာအုပ်တွေက မင်းကိုယ်မင်းပြန်မြင်အောင် သင်ပေးတယ်ဆိုတဲ့ အချက်ပဲ။ စာအုပ်တွေက တကယ်တော့ မင်းကို ဒီအတိုင်း ဘာမှုပေးမှာ မဟုတ်ဘူး။ စာအုပ်တွေက မင်းကိုယ်မင်းပြန်မြင်အောင် လမ်းပြပေးတယ်။ မင်းကို စဉ်းစားတတ်အောင် သင်ပေးတယ်။ မင်းဆီမှာ ဘာတွေရှိနေလဲဆိုတာ မင်းကိုယ်တိုင် သတိထားမိအောင် ပြောပြတယ်။ ကျွန်ုတာက မင်းကိုယ်တိုင် ဆက်လုပ်ရမှာပါ။

• ဒါဆို နံပါတ် င့် အလေ့အကျင့်ဖြစ်တဲ့ 'အသိပညာကိုအသုံးချခြင်း အလေ့အကျင့်' ဆိုတာ တတ်နိုင်သလောက် စာအုပ်တွေ ရှာဖွေဖတ်ရှုပြီး ရလာတဲ့ အသိပညာကို အသုံးချဖို့ တိုက်တွန်းတဲ့ အလေ့အကျင့်ပေါ့။

• အင်း.... မင်းပြောတာ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအားဖြင့် မှန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အခုတော့ အဲဒီလိုပဲ မှတ်ထားပါ။ တစ်နှုန်းကို မိနစ် ၃၀ လောက် စာပ်ပါ။ ကျွန်ုတာတွေကို အလိုအလျောက် မင်းသိလာလိမ့်မယ်။

ဂျုလီယန်က ကျွန်ုတော်ပြောတာ အပြည့်အဝ မှန်တယ်လို့ မထောက် ခံဘဲ တစ်နှုန်းမိနစ် ၃၀ စာဖတ်ရင် * အသိပညာကို အသုံးချခြင်း အလေ့အကျင့် အကြောင်း အပြည့်အဝ နားလည်လာလိမ့်မယ်လို့ ပဟောဇူးနည်းချိန်ခဲ့ပါ တယ်။ ကျွန်ုတော်လည်း နောက်ထပ် နံပါတ် ၅ အလေ့အကျင့်ကို သိချင်တာနဲ့ ဆက်ပြီး မေးလိုက်ပါတယ်။

• ကောင်းပြီ ဂျူလီယန်။ နံပါတ် ၅ အလေ့အကျင့်အကြောင်း ဆက်
ပြောပါ့။ နံပါတ် ၅ အလေ့အကျင့်ရဲ့ အမည်က “မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည်သုံး
သပ်ခြင်း အလေ့အကျင့်”တဲ့။ လူတစ်ယောက်ဟာ သူကိုယ်သူ ပိုသိမ့် အချိန်ပေး
သင့်တယ်လို့ သူတော်စင်ကြီးတွေက ယုံကြည်ကြတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ
သူကိုယ်သူ သိလာတဲ့အခါ အရင်က ပုန်းကွယ်နေတဲ့ စွမ်းအားတွေကိုလည်း
ထုတ်ဖော်နိုင်လာလိမ့်မယ်”

• နည်းနည်း နက်နဲ့မယ့် ပုံပဲ

• အရမ်းကြီးတော့ နားလည်ရ မခက်ပါဘူး။ ဒီအလေ့အကျင့်က
လက်တွေနဲ့ အရမ်းနဲ့စပ်ပါတယ်။ ငါတို့ လူသားတွေအားလုံးမှာ ကိုယ်တိုင်မသီ
သေးတဲ့ အရည်အချင်း၊ ပါရမိတွေ ရှိနေတတ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို
သိအောင် ကြိုးစားမယ်ဆိုရင် ကိုယ်အားသာတဲ့ အရာတွေကိုလည်း သိလာလိမ့်
မယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ အရည်အချင်းတွေကို ကိုယ်တိုင် ပျိုးထောင်ခွင့်ရလာမယ်”

• ငါ သိပ်မရှင်းသေးဘူး ဂျူလီယန်”

• ငါလည်း ဒီအလေ့အကျင့်ကို စ,ကြားတုန်းက သိပ်နားမလည်ခဲ့ပါ
ဘူး။ ဒါပေမဲ့ မင်းကို ငါအရှင်းဆုံး ရှင်းပြပါမယ်။ မိမိကိုယ်ကိုယ် ပြန်လည်
သုံးသပ်ခြင်းဆိုတာ တွေးတော်စဉ်းစားခြင်း တစ်မျိုးပါပဲ”

• ဒါပေမဲ့ ငါတို့ လူတွေ အားလုံးက အမြဲတွေးတာ စဉ်းစားနေကြတာ
ပဲ မဟုတ်ဘူးလား”

• ဟုတ်ပါတယ်။ ငါတို့အားလုံး တွေးကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူအများ
စုက အသက်ဆက်ရှင်ဖို့ ကိုစွဲနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆက်စပ်နေတဲ့ အရာတွေကို
အမိက တွေးကြတာပါ။ အခု ငါပြောတဲ့ တွေးတော်စဉ်းစားခြင်းဆိုတာ
အသက်ရှင်ဖို့ မဟုတ်ဘူး။ စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ကျွန်းမှာပြီး အောင်မြင်တဲ့
ဘဝတစ်ခုရရှိ၊ တွေးတော်ခြင်းပါ။ ဘန်ဂျုမင်ဖရန်ကလင်ရဲ့ အအွာဖွေဇ္ဈိကို
ဖတ်ရှုံးရင် ငါဆိုလိုတာကို မင်းပိုပြီး သဘောပေါက်လိမ့်မယ်။ ဘန်ဂျုမင်ဖရန်
ကလင်က တစ်နွေလှုံး အလုပ်တွေ ပင်ပန်းပြီး အိမ်ပြန်လာတဲ့အခါ အိမ်ခန်း
ထောင့်မှာ ထိုင်ပြီး သူရဲ့ တစ်နွေတာ အကြောင်းအရာတွေကို ပြန်စဉ်းစား
သုံးသပ်လေ့ရှိတယ်။ သူလုပ်ခဲ့တဲ့ အရာတွေဟာ ကောင်းလား၊ ဆိုးလား၊
အကျိုးရှိရဲ့လား၊ ပြုပြင်ဖို့ ဘာတွေလိုလဲ စသဖြင့် စဉ်းစားလေ့ရှိတယ်။ သူ
ဘဝတွေ အမှားလုပ်ခဲ့လဲဆိုတာကို သိတဲ့အခါ နောက်နှဦးမှာ သူကိုယ်သူ
တိုးတက်အောင် အမှားကို ပြုပြင်တယ်။ နောက်းမှာ မနှေ့ကထက် ပိုတိုးတက်

အောင် ကြိုးစားတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေကလည်း အဲဒီနည်းလမ်းကို ကျွန်ုင်သုံး ကြတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေက ဉာဏ်မှာ သူတို့ရဲ့ တဲ့အတွင်းမှာ သူတို့ရဲ့ တစ်နှေ့တာအကြောင်း စဉ်းစားတတ်ကြတယ်။ သူတော်စင် ရာမန်ဆိုရင် သူ တစ်နှေ့တာ လုပ်ခဲ့တဲ့ အရာတွေကို ချေရေးလေ့ရှိတယ်။ သူက သူတွေးနှေ့ခဲ့တဲ့ အားတွေ့ကိုတောင် ချေရေးလေ့ရှိတယ်။

‘အဲဒါကတော့ မခက်လွန်းဘူးလား ဂျုလီယန်။ ငါဆို လွန်ခဲ့တဲ့ မိန့်က ဘာတွေးခဲ့လဲဆိုတာတောင် မမှတ်မိဘူး’

‘မင်းသာ သူလို့ အလေ့အကျင့်လုပ်ရင် အဲဒီလို့ မှတ်မိဖို့ဟာ မခက်ခဲ့တော့ပါဘူး။ တကယ်တော့ အခု ငါရထားတဲ့ ဘဝမျိုးကိုရအောင် လူတိုင်းရှေ့အောင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပြဿနာက လူတွေဟာ ဆင်ခြေများတဲ့ ရောက်ကို ခံစားနေကြရတာပါ။ ဆင်ခြေပေးတာတွေရပ်ပြီး တကယ်လုပ်ဖို့ လိုအပ်ပြီ။ မင်းရဲ့ တစ်နှေ့တာအကြောင်းကို ပြန်စဉ်းစားဖို့ အချိန်ပေးပါ။ မင်း လုပ်ခဲ့တဲ့ အရာတွေဟာ ကောင်းတာတွေလား၊ ဆိုးတာတွေလား ပြန်စဉ်းစားပါ’

‘ဥပမာတစ်ခုလောက် ပြောပြုပါလား’

‘ကောင်းပြီ။ မင်းနဲ့ပဲ ဥပမာ ပေးတော့မယ်။ ဒီနေ့ မင်းလုပ်ခဲ့တဲ့အရာ တွေကို ပြန်စဉ်းစားပြီး ကော်မြို့စားပွဲပေါ်က စာရွက်ပေါ်မှာ ချေရေးကြည့်ပါ’

ကျွန်ုင်တော် ကော်မြို့စားပွဲပေါ်က စာရွက်နဲ့သောပင်ကို လုမ်းယူရင်း ဒါဟာ ကျွန်ုင်တော် တစ်နှေ့တာလုပ်ခဲ့တဲ့ အရာတွေကို ပြန်လည်စဉ်းစားတာ ပထမဆုံးပါလားဆိုပြီး တွေးနေမိပါတယ်။ တစ်ခါမှ လုပ်လေ့မရှိတော့ စိတ်ထဲ နည်းနည်း ထူးဆန်းနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်ုင်တော် ဘာတွေ တိုးတက်ဖို့ လိုအပ်နေလဲဆိုတာကို တွေးဖို့ အချိန်မရှိရင် ကျွန်ုင်တော် ဘယ်လိုလုပ်တိုးတက် နိုင်မှာလဲ။

‘ငါ ဘယ်ကနေ စ,ရေးရမလဲ’

‘မင်း မနောက်ခင်းကတည်းက လုပ်တဲ့အရာကို စ,ရေးပါ။ ပြီးရင် တစ်နှေ့ကုန် ဘာတွေဆက်လုပ်လဲ ရေးပါ။ အသေးစိတ်တော့ မရေးနဲ့။ အရေး တကြီး မှတ်မိတာလေးတွေ ရေးလိုက်။ ငါ မင်းကို ဆက်ပြီး ပြောပြစ်ရာတွေ ကျွန်ုင်သေးတယ်’

‘ကောင်းပြီ။ ငါ မနောက်ခင်း ၆ နာရီခဲ့မှာ အီပ်ရာကထာတယ်။ ပြီး တော့ ရေချိုးတယ်။ မှတ်ဆီတ်ရိုတ်တယ်။ ဝေဟာမှန်လေးတစ်ခုစားပြီး အလုပ်ကို အမြန်သွားတယ်’

‘မင်း မိသားစုကရော’

‘သူတိုက အိပ်နေကြတယ်လဲ။ ဆက်ပြောရရင် ငါရုံးကို ရောက်တယ်။ ရုံးရောက်တော့ ဂု အာရိုခဲ့မှာ ချိန်းထားတဲ့ ကိစ္စတစ်ခုအတွက် ငါအမှုသည်က ဂု အာရိုကတည်းက စောင့်နေတယ်။ ပြီးတော့ သူက ဒေါသထွက်မှုတယ်’

‘အဲဒီတော့ မင်းဘယ်လို တုံ့ပြန်လိုက်လဲ’

‘ငါလည်း ပြန်ပြောတာပေါ့။ ချိန်းထားတာက ဂု အာရိုခဲ့လော့။ သူက ဘာလို့ အစောကြီးရောက်ပြီး ဒေါသထွက်ရတာတုံး’

‘ပြီးတော့ ဘာတွေဆက်ဖြစ်လဲ’

‘ပြီးတော့ အခြေအနေက ဆိုးသထက် ဆိုးလာတယ်။ တရားရုံးချုပ်က ငါကိုဖုန်းခေါ်ပြီး တရားသူကြီး ဝိုင်ဒါဘက်စ်က ငါကိုတွေ့ချင်ကြောင်းဖုန်းဆက်တယ်။ အမြန်ဆုံးလာခဲ့ဖို့လည်း ပြောတယ်။ မင်း အဲဒီတရားသူကြီးကို မှတ်မိတယ်မဟုတ်လား။ သူရဲ့ ကားပါကင်နေရာမှာ ကားရပ်မိလို့ မင်းနဲ့တောင်ပြဿနာဖြစ်ဖူးသေးတယ်။ အဲဒီနဲ့ ငါလည်း တရားရုံးချုပ်ကို သွားတယ်။ အဲဒီက ရုံးစာရေးတစ်ယောက်နဲ့ စကားများခဲ့သေးတယ်။ အဲဒီကအပြန် ရုံးကို ဖြန့်ရောက်တော့ ဖုန်းထဲမှာ မက်ဆောင်းက ဂု စောင်လောက် ဝင်နေတယ်။ ငါ ဆက်ပြောရမလား ဂျုလီယန်’

‘ဆက်ပြောပါ’

‘ရုံးဆင်းလို့ အိမ်ပြန်တော့ ဂျုန်းက သူ့အမေအိမ်ကို ဝင်ခိုင်းတယ်။ သူ့အမေလုပ်ထားတဲ့ ပေါင်မှန် ဝင်ယူခဲ့ပေးဖို့ ပြောတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပြဿနာက သူ့အမေအိမ်ကိုသွားတဲ့ လမ်းကြောင်းမှာ ကားတွေ ပိတ်နေတာပဲ။ ရုံးဆင်းချိန် ဆိုတော့ ပိုဆိုးတယ်။ ရာသီဥတုကလည်း ပုစ်စပ်နဲ့ ကားကပိတ်တော့ ငါ ဒေါသထွက်လာတယ်’

‘အဲဒီအချိန်မှာ မင်းဘယ်လို တုံ့ပြန်ခဲ့လဲ’

‘ငါ ကားကျပ်တာကို ထိုင်ဆဲနေတာပေါ့။ ငါကားထဲမှာ အသံအကျယ်ကြီး တစ်ယောက်တည်း အော်နေမိတယ်။ ငါ ဘာတွေအော်လဲရော ဆက်ပြောရှိုးမလား’

‘ရပြီ ရွှေ့။ အဲဒီလောက်မှာပဲ ရပ်ရအောင်။ မင်းလုပ်ခဲ့တဲ့ အရာတွေမှာ မင်းသာ အခွင့်အရေးရှိပြီး အချိန်ရရင် ဘယ်အရာတွေကို ပြင်ချင်လဲ’

‘ပိတ်ကူးထဲမှာ ငါလုပ်လို့ရရင် ကောင်းသားဆိုပြီး တွေးထားတာလေး’

‘တွေ့တော့ ရှိတာပေါ့။ အိပ်ရာ စောစောထဲ၊ မယ်။ မန်ကိုပိုင်းမှာ ပြင်ဆင်စရာ ရှိတာလေးတွေ ပြင်ဆင်မယ်။ မင်းပြောတဲ့ ‘နှင့်ဆီ နှလုံးသား’ လေ့ကျင့်ခန်း’

လည်း မနက်ပိုင်းမှာ လုပ်လိုဂုဏာပဲ။ ပြီးတော့ မနက်ပိုင်းမှာ မိသားစုနဲ့အတူ မနက်စာလေး စားချင်တယ်။ ဂျိန့်နိုင် ကလေးတွေကို အချိန်သိပ်မပေးမိလို့ သူတို့အတွက်လည်း အချိန်ပေးချင်တယ်။

• 'စိတ်ကူးထဲမှာဆိုတော့ အဲဒါတွေက အပြင်မှာလုပ်လို့ မရလိုလား ရွှေ့။ မင်း လုပ်လိုဂုဏာပေါ့။ မင်းရဲ့တစ်နှေ့တာကို ထိန်းချုပ်ဖို့ မင်းမှာ စွမ်း အားရှိတယ်။ အတွေးကောင်းတွေကို တွေးနိုင်လို့ မင်းကိုယ်မင်း ထိန်းချုပ်လိုဂုဏာ စွမ်းအားလည်း မင်းမှာရှိတယ်။ မင်းစိတ်ကူးထဲကအတိုင်း နေထိုင်လိုဂုဏာ စွမ်းအားတွေ့လည်း မင်းမှာရှိတယ်။ မင်း မလုပ်သေးတာပဲ ရှိတယ်'

• 'မင်းနဲ့ စကားပြောရင်းနဲ့ အဲဒါတွေကို ငါနားလည်လာပါတယ်။ ငါ တကယ် ပြောင်းလဲနိုင်တော့မယ်လို့လည်း ငါယုံကြည်လာပါတယ်။

• 'ကောင်းတယ် ရွှေ့။ မင်းအဲဒီလို တွေးလာတာ ကောင်းတယ် ခုနက ပြောနေတာ ဆက်ပြောပါ၌့' :

• 'အင်း... ငါရဲ့အမှုသည်ကို ပြန်ပြီး အော်မပြောမိခဲ့ရင် ကောင်းမှာပဲ လို့ တွေးမိတယ်။ တရားရုံးချုပ်က စာရေးနဲ့လည်း စကားမများခဲ့ရင် ကောင်း မှာပဲ၊ ကားပိတ်တာကို ထိုင်မဆဲမိခဲ့ရင်လည်း ကောင်းမှာပဲလို့ တွေးမိတယ်'

• 'မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း အလေ့အကျင့်' ရဲ့ စွမ်းအားကို မင်းနားလည်လာပြီလို့ ငါထင်တယ်။ မနက်ဖြန်မှာ တိုးတက်ချင်ရင် ဒီနှေ့ ဘာတွေမှားခဲ့လဲဆိုတာ သိပို့လိုတယ် ရွှေ့။ အဲဒါကို အမြှုတ်ထားပါ။ မင်း ဘာတွေလုပ်ခဲ့လဲ၊ အချိန်တွေ ဘယ်လိုကုန်ဆုံးခဲ့လဲ၊ ဘာတွေတွေးခဲ့လဲဆိုတာ သိမှ နောက်နှေ့ ဘယ်လိုတိုးတက်အောင်လုပ်မလဲ စဉ်းစားလိုဂုဏာပါ။ မှားတာ တွေ သိတော့မှ အဲဒါအမှားတွေကို ထပ်မလုပ်မိအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲဆိုတာ ဆက်ပြီး စဉ်းစားလိုဂုဏာ ဖြစ်တယ်။ အမှားလုပ်တာဟာ ပြဿနာမဟုတ်ပါဘူး။ အမှားဆိုတာ ဘဝရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုပါပဲ။ အမှားဆိုတာ လူတစ်ယောက် တိုးတက်ဖို့ လိုအပ်တဲ့အရာတစ်ခုလည်း ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အမှားတစ်ခုကို အကြမ်းကြမ် ကျူးလွှာနေရင်တော့ မင်းပြုပြင်ဖို့ လိုနေပြီဆိုတာ သေချာတယ်။ အဲဒီလို ခကာခကာ မှားနေခြင်းဟာ သတိမမှုခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဂရာမနီက်ခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မသိခြင်းရဲ့ ပြယ်ကိုတစ်ခုပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း ဟာ လူနဲ့တိရစ္ဆာန်ကို ခွဲခြားပေးထားတဲ့ အရာတစ်ခုလည်း ဖြစ်တယ်။ သူတွေဝါ တွေ အားလုံးထဲမှာ လူတစ်မျိုးတည်းကပဲ ကိုယ်လုပ်တာကို ဖုန်လား၊ မှားလား ပြန်လည်သုံးသပ်နိုင်တယ်။ ခွေးတွေ့လည်း လုပ်လို့မရဘူး။ နှက်တွေ့လည်း လုပ်လို့မရဘူး။ လူနဲ့နီးစပ်တယ်ဆိုတဲ့ များက်တွေ့တော် အဲဒီလို မသုံးသပ်နိုင်

“ဒါပေမဲ့ မင်းတိုင်တို့လို လူသားတွေမှာ အဲဒီအရည်အသွေးရှိနေတယ်၊ ဘူး။ ဒါပေမဲ့ မင်းတိုင်ဘဝမှာ ဘာတွေမှန်ပြီး ဘာတွေမှားနေလဲ မင်း ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ မင်းရဲ့ နှေ့စဉ်ဘဝမှာ ဘာတွေမှန်ပြီး ဘာတွေမှားနေလဲ မင်း ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ ပြီးရင် ဘယ်လို တိုးတက်အောင် လုပ်မလဲ အစိအစဉ်ချေပါ။

‘ကောင်းပြီ ဂျာလိုယန်း။ နံပါတ် ၆ အလေ့အကျင့်ကို ဆက်ပြောပါး။

‘နံပါတ် ၆ အလေ့အကျင့်က ‘စောစောအိပ်ရာထြင်း အရော အကျင့်’တဲ့။ ဒီအလေ့အကျင့်ဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေဆီက သင်ယူခဲ့သမျှ အကောင်းဆုံး အလေ့အကျင့်တွေထဲက တစ်ခုဖြစ်တယ်။ နေမင်းနဲ့အတူ အိပ်ရာထ်၊ ပြီး နှေ့တစ်နှေ့ကို အစပျိုးတာဟာ ဘယ်လောက် အကျိုးရှိမှန်း ငါသိချင့်ရှုခဲ့တယ်။ လူအများစုဟာ တကယ်တော့ လိုတာထက်ပိုပြီး အိပ်လျှော့ ရှိကြတယ်။ သာမန် လူတစ်ယောက်ဟာ အိပ်ချိန် ၆ နာရီခုံ လုံလောက်ပါပြီ။ အိပ်တယ်ဆိုတာဟာလည်း ငါတို့မှာရှိတဲ့ အခြားအလေ့အကျင့်တွေလိုပါပဲ။ လေ့ကျင့်ယူရင် ပြောင်းလဲလို့ ရပါတယ်။ အိပ်ချိန်နည်းအောင် မင်းကိုယ်မင်း လေ့ကျင့်ယူလို့ ရပါတယ်’

‘ဒါပေမဲ့ ငါက မန်ကိုစောစော အိပ်ရာထ်၊ ရင် ပင်ပန်းစွမ်းနှယ်နှု သလို ခံစားရတတ်တယ်’

‘စပြီး မန်က်တော်တော်၊ တဲ့ ရက်အနည်းငယ်အတွင်းတော့ ပင်ပန်း သလို ခံစားရပါလိမ့်မယ်။ ငါကိုယ်တိုင်လည်း အဲဒီလိုဖြစ်ခဲ့တယ်။ တစ်ပတ် လောက်အထိတောင် ဖြစ်ရင်ဖြစ်လိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒါကို ရော်အကျိုး အမြတ်အတွက် ရင်းနှီးတယ်လို့ သဘောထားကြည့်ပါ။ အလေ့အကျင့်သစ် တစ်ခုကို မွေးယူတိုင်း နည်းနည်းခက်ခဲ့လေ့ရှိတာ သဘာဝပါပဲ။ ဖိန်ပေါ်အသစ် တစ်ရန်ကို စုံစုံသလိုပေါ်ကွာ့။ စုံစုံခါစမှာ ဖိန်ပေါက်ပြီး လမ်းသွောက်လို့ မကောင်းပေမဲ့ အချိန်ကြာလာတာနဲ့အမျှ ဖိန်ပိုးထားမှန်းတောင် မင်းသတိထား မိမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ အစောပိုင်းမှာ ငါပြောခဲ့သလိုပဲပေါ့။ နာကျင်မှုဆိုတာ တိုးတက်ခြင်းရဲ့ ရှေ့ပြေးသက်တော်ခုပဲဖြစ်တယ်။ နာကျင်မှာကို ကြောက် မစုံဘဲ ရုရုရန်ရန် ရင်ဆိုင်ကြည့်လိုက်ပါ’

‘ကောင်းပြီး မန်က်တော်တော်၊ တဲ့ အလေ့အကျင့်ကို ငါလည်း သဘောကျပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ စောစောဆိုတာ ဘယ်အချိန်လောက်ကို ပြောတဲ့’

‘ပုံသေတော့ မရှိပါဘူး။ မင်းအတွက် သင့်တော်မယ့်အချိန်ကို ရွှေးလို့ ရပါတယ်’

‘နှေ့အတူ ထဲ၊ ရမယ်ဆိုတာကတော့ ငါအတွက် စောစွဲနှီးတယ်က’

‘တကယ်တော့ အဲဒါ မစေပါဘူး။ သူတော်စင်ကြီးတွေက မနက်ခင်း နေရာင်ခြည်ဟာ လူသားတွေအတွက် လက်ဆောင်တစ်မျိုးလို့ ခံယူထားတယ်။ သူတို့က မနက်ခင်းဆို နေပူသာလည်း လုံတတ်ကြတယ်’
‘မင်းရော နေပူသာလုံလား’

‘လုံတာပေါ့။ နေရာင်က ငါကို လန်းဆန်းစေတယ်။ အရှေ့ပိုင်း အသတွေက ရှှေးဟောင်း ယဉ်ကျေးမှု အချို့မှာဆိုရင် နေရာင်ဟာ လျှင့်စိတ်စိည္းနဲ့ ဆက်စွယ်နေတယ်လို့ ယုံကြည်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါအခိုက်ပြောချင်တာ မနက်စောစေ ထဲ,ဖို့ပါ။’

‘အဲဒီအလေ့အကျင့်ကို ငါ ဘယ်လိုမွေးယူရမလဲ’

‘အဲဒီအလေ့အကျင့်ကို မွေးယူနိုင်ဖို့ အသုံးဝင်မယ့် အချက်လေးတွေ ငါပြောပြမယ်။ လူတစ်ယောက် ဘယ်လောက် အိပ်လဲဆိုတာထက် လူတစ်ယောက် ဘယ်လိုအိပ်လဲက ပိုအရေးကြီးတယ်။ ဥပမာ ၆ နာရီ ဆက်တိုက်အနောင့်အယုက်မရှိ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်ခြင်းက ၁၀ နာရီလောက်ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်း အိပ်ပျော်တာထက် ပိုကောင်းတယ်။ အိပ်စက်ခြင်းဟာ စိတ်ဖိစ်းမှုတွေ၊ အဆင်မပြောမှုတွေရှိနေတဲ့စိတ်နဲ့ ပင်ပန်းစွမ်းနယ်နေတဲ့ ဓနာကို ပုံမှန်အခြေအနေရောက်အောင် ပြန်လည် ပြပြင်ပေးတာနဲ့ အလားသူဌာန်တွေတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ ခဏခဏ အိပ်ဖို့မလိုဘူး။ ကောင်းမွန်တဲ့ အိပ်စက်ခြင်း ၆ နာရီလောက် ရဖို့ပဲလိုတယ်။ သူတော်စင် ရာမန်ဆိုရင် ညာ နာရီ ကျော်ရင် အစာမစားတော့ဘူး။ ညာက်မှာ အစာစားရင် အစာအိမ်ကအလုပ်လုပ်ရမှာဖြစ်ပြီး နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်ခြင်းကို တားဆီးတတ်တယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေ နောက်ထပ် လုပ်လေ့ရှိတဲ့ အလေ့အကျင့်တစ်ခု ရှိသေးတယ်။ ညာက်မှာ သူတို့က အိပ်ခါနီး စောင်းတိုးလေ့ရှိပြီး စောင်းသံပေါ်မှာ အာရုံစိုက်ကာ တရားမှတ်လေ့ရှိတယ်’

‘သူတို့ ဘာလို့ အဲဒီလိုလုပ်ကြတာလဲ’

‘မင်းကို ငါတစ်ခုမေးမယ် ချွှမ်း။ မင်းညတိုင်း မအိပ်ခင်မှာ ဘာလုပ်လေ့ရှိလဲ’

‘ငါကတော့ ဂျိနိနဲ့အတူ တို့ကလာတဲ့ သတင်းကြည့်လေ့ရှိတယ်။ အခြားလူတွေလည်း အဲဒီလို လုပ်ကြတာပဲလေ’

‘ငါထင်ပါတယ်’

‘ဘာလို့လဲ၊ မအိပ်ခင် သတင်းကြည့်တာ တစ်ခုခုမှားနေလိုလား’

‘အိပ်မပျော်ခင် ၁၀ မီနှစ်နဲ့ အိပ်ရာထပြီး ၁၀ မီနှစ်ဟာ မင်းရဲ့မသိ’

၁၂၂

အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိတယ် ရှိနဲ့၊ အဲဒီအခါနဲ့တွော

စိတ်အပေါ်မှာ အများကြီး အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိတယ်”
ကောင်းမွန်တဲ့အတွေးတွေပဲ မင်းခေါင်းထဲ ထည့်သွင်တယ်”
“မင်းပြောမှ စိတ်က ကွန်ပူးတာနဲ့တောင် တူလာသလိုပဲ”
“အဲဒီသဘောတရားပါပဲ။ မင်းထည့်သွင်းတဲ့ အရာတွေကိုပဲ မင်းဖြုံး

ထုတ်လို့ရမှာ။ ပိုအရေးကြီးတဲ့ အချက်က မင်းဟာ မင်းကွန်ပူးတာကဲ့ပုဂ္ဂိုလ်
ရေးဆွဲသူဖြစ်တယ်။ မင်းမှာ အပြည့်အဝ ထိန်းချုပ်ခွင့်၊ ဖန်တီးခွင့်ရှိတယ်၊
မင်းရဲ့စိတ်ထဲကို ဘာတွေထည့်မလဲ ဆုံးဖြတ်တာဟာ မင်းစိတ်ထဲက ဘာတွေ
ပြန်ထွက်လာမလဲဆိုတာကိုပါ ဆုံးဖြတ်နေသလိုပဲ။ ဒါကြောင့် မင်းမအပိုင်မှု
သတင်းတွေမကြည့်နဲ့။ ဘယ်သူနဲ့မှုလည်း ငြင်းခံစကားမများနဲ့။ စိတ်ကို လျှော့ချုပ်
ထား။ သိချင်းအေးအေးလေးတွေ နားထောင်။ ပြီးရင် သိချင်းနဲ့အတူ စီးများရင်း
အိပ်ပျော်သွားလိမ့်မယ်”

“နှစ်နှစ်မြိုက်မြိုက် အိပ်ပျော်ရင် ငါအိပ်ချိန်လည်း အများကြီး မလို
တော့ဘူးပေါ့ ဟုတ်လား”

“ဟုတ်တာပေါ့။ ပြီးတော့ ငါအစောပိုင်းမှာ ပြောခဲ့တဲ့ ၂၁ ရက်
စည်းမျဉ်းကို သတိရပါ။ ဘယ်အလေ့အကျင့်ပဲဖြစ်ဖြစ် ၂၁ ရက် ဆက်တိုက်
လုပ်ရင် မင်းရဲ့ ကိုယ်ပိုင် အလေ့အကျင့်တစ်ခု ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့်
မန်က်စောစောထဲ၊ တဲ့ အလေ့အကျင့်ကို ၃ ပတ်ဆက်တိုက်လုပ်ကြည့်။ ၃ ပတ်
အတွင်း အဆင်မပြေတာတွေရှိလည်း အဆုံးမပေးနဲ့။ ၃ ပတ်ကို ကျော်လွန်သွား
ရင် မင်းအတွက် အဆင်ပြေလာလိမ့်မယ်။ နောက်ဆုံး မန်က် ၅ နာရီ သို့မဟုတ်
၅ နာရီခဲ့လောက်ဆုံး မင်း နှီးနှေလိမ့်မယ်”

“အိုကာ၊ ငါ မန်က် ၅ နာရီခဲ့ ထဲတယ်ပဲ ဆိုပါစို့။ ပြီးရင် ဘာ
ဆက်လုပ်ရမလဲ”

“မင်းနှီးလာရင် လုပ်လိုရတဲ့ အရာတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ မန်က်
ခင်း စောစောထဲခြင်းရဲ့ အဓိကအကြောင်းရင်းက နွှေတစ်နွှေကို အကောင်းမွန်
ဆုံး စတင်ပို့ဆိုတာကို မှတ်ထားပါ။ မန်က်ခင်း အိပ်ရာက နှီးပြီးချိန် ၁၀
က မင်းရဲ့ တစ်နွှေတာလုံးအပေါ် လွမ်းမိုးပူရှိနိုင်တယ်။ အဲဒီအတွေးတွေ
တဲ့ အတွေးတွေကို တွေးပါ။ ၀၈၉ပြုခုတောင်းတာတွေ လုပ်ချင်လည်းရပါ
တယ်။ မင်းဘဝမှာ မင်းပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့အရာတွေအတွက် ကျော်ပါ။ စိတ်ထဲ
မေတ္တာက်တာကို ကြည့်ပါ။ မန်က်ပိုင်းမှာ တေးဂိုတေလည်း နားထောင်လို့ ရပါတယ်။
အဆင်ပြေရင် မန်က်ခင်း လမ်းထွက်လျှောက်လို့

လည်း ရပါတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ မနက်ခင်းမှာ ပြီးရယ်လိုစိတ် ပရိရင်တောင် ပြီးရယ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြလဲရှိတယ်။ ပြီးရယ်ခြင်းက တစ်ဆင့် ပျော်ဆွင်ခြင်းဓာတ်တွေ သူတို့ခွဲ့ခွဲကိုယ်ထဲ စီးဆင်းအောင် ကြိုးစားကြလဲရှိတယ်။

‘ဂျူလီယန်၊ ငါလည်း အတတ်နိုင်ဆုံးတော့ မင်းပြောတာတွေကို လိုက်မိအောင် ကြိုးစားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီတစ်ခုကတော့ ရူးကြောင်ကြောင် မနိုင်ဘူးလား။ မရယ်ချင်ဘဲ ဘယ်လိုရယ်လို့ ရမှာလဲ။ အဲဒါကတော့ အကျိုး ရှိပါမလား’

‘မင်း သံသယရှိတာကို ငါသောပေါက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရယ် မောခြင်းဟာ မင်းရဲ့စိတ်ဝိဉာဏ်အတွက် အကောင်းဆုံး ဆေးတစ်ပါးပဲ။ မင်း မရယ်ချင်ရင်တောင် မှန်ထဲကြည့်ပြီး ခဏေလောက် ရယ်ကြည့်လိုက်။ စိတ်ထဲ ပေါ့ပါးသွားတာမျိုး ခံစားရလိမ့်မယ်။ စိုလီယံကိုမဲ့ စိုဆိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ပြောဖူးတဲ့ စကားတစ်ခွန်းရှိတယ်။ ကျွန်ုတ်တို့ ရူသားတွေဟာ ပျော်လို့ရယ်ကြတာ မဟုတ်ဘူး။ ရယ်လို့ ပျော်ကြတာပါ ’တဲ့။ ဒါကြောင့် လူတစ်ယောက်ဟာ မနက်ခင်းတစ်ခု၊ နှေ့သစ်တစ်ခုကို ပြီးရယ်ခြင်းနဲ့ အစပျိုးသင့်တယ်။ မိမိမှာ ရှိတာတွေကို စိတ်ထဲက ကျေးဇူးတင်ရင်း ပြီးရယ်သင့်တယ်’

‘နှေ့တစ်နှေ့ကို ကောင်းမွန်စွာ အစပြုဖို့ မနက်ခင်းမှာ မင်း ဘာလုပ် လေ့ရှိလဲ ဂျူလီယန်’

‘ငါက မနက်ခင်း စောစောထာတယ်။ ’နှင်းဆီနှင့်လုံးသား’လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်တယ်။ လတ်ဆတ်တဲ့ အသီးဖျော်ရည် ၂ ခွက်လောက် သောက်တယ်။ မှာက်တစ်ခု အရေးကြီးတာ ရှိသေးတယ်။ မနက်ခင်း နိုးပြီးချိန်မှာ ငါရဲ့ သီးသန့်ဆိတ်ဇြမ်တဲ့ နေရာလေးကို သွားတယ်။ ငါကိုယ်ငါ မေးခွန်းတစ်ခုမေး တယ်။ ’ဒါနှေ့ဟာ ငါရဲ့ မှာက်ဆုံးနှေ့ဖြစ်ရင် ငါဘာတွေလုပ်မလဲ’ဆိုတဲ့ မေးခွန်းကို မေးတယ်။ ငါလုပ်ချင်တဲ့ အရာတွေအများကြီး ပေါ်လာတယ်။ ငါ ဘယ်သူ ကို ဖုန်းခေါ်မလဲ၊ ဘယ်သူကို အချိန်ပေးမလဲ၊ ငါမိသားစုတွေ၊ ငါမိတ်ဆွေတွေ အပေါ်မှာ ဘယ်လိုဆက်ဆံမလဲ၊ သူစိမ်းတွေပေါ်မှာရော ဘယ်လို ဆက်ဆံမလဲ စတာတွေကို မျက်လုံးထဲ ပုံဖော်ကြည့်တယ်။ မင်းကို ငါပြောခဲ့သလိုပဲပေါ့။ လူတစ်ယောက်ဟာ နှေ့ရက်တိုင်းကို သူရဲ့မှာက်ဆုံးနှေ့လို့ သတ်မှတ်ပြီးနေရင် အဲခီလူဟာ သေခြင်းတရားအတွက် အမြှတ်း အဆင်သင့်ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။ အခုံ မင်းကို နံပါတ် ၇ အလေ့အကျင့်အကြောင်း ဆက်ပြောတော့မယ်။ နံပါတ် ၇ အလေ့အကျင့်ရဲ့ အမည်က ‘ဂိတ်ကိုခံစားခြင်း အလေ့အကျင့်’တဲ့။

‘ဒီတစ်ခုကတော့ ငါအကြိုက်ဖြစ်မယ်ထင်တယ် ဂျူလီယန်ရှုံး
•မင်းကြိုက်မှာ သေချာပါတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ တော်ဂါတ
သဲ၊ တူရိယာသဲတွေကို ကြိုက်နှစ်သိက်ကြတယ်။ တော်ဂါတဟာ နေရောင်းမြည်
လိုပဲ လူတစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်ကို လန်းဆင်းစေနိုင်တဲ့ အစွမ်းသွေ့ရှိတယ်။
တော်ဂါတရဲ့ စွမ်းအားကို အထင်မသေးမိုးစေနဲ့။ နေတိုင်း အချိန်ပေးပြီး သီချင်း
နားထောင်ကြည့်ပါ။ ကားနဲ့အလုပ်သွားတုန်း ကားပေါ်မှာ သီချင်းနားထောင်ပါ။
အလုပ်ပင်ပန်း လာတဲ့အခါလည်း သီချင်းနားထောင်ကြည့်ပါ။ တော်ဂါတဟာ
ငါသိတဲ့ အကောင်းဆုံး စိတ်ဓာတ်တက်ကြဖေတဲ့ အရာတွေထဲက တစ်ခုဖြစ်
တယ်’

‘စိတ်ဓာတ်တက်ကြဖေတဲ့ အရာတွေထဲမှာ မင်းလည်း ပါဝင်ပါတယ်
ဂျူလီယန်။ ငါ မင်းကြောင့် စိတ်ဓာတ်တွေ ပြန်လည်တက်ကြလာတယ်။
မင်း ပြောတာတွေ နားထောင်တာနဲ့တင် ငါ တော်တော်လေး ကျော်ပုံနှစ်
တယ်။ မင်း တော်တော်လေးကို ပြောင်းလဲသွားတယ်။ အရင်တုန်းက မင်းမှာ
ရှိတဲ့ မာနတရားတွေလည်း မရှိတော့ဘူး။ မင်းပုံစံက အရမ်းကို အေးချမ်းနေ
တယ်။ ဒီနေ့သော့ မင်းခဲ့စကားတွေက ငါအတွက်တော့ အားဆေးတွေ
ချည်းပါပဲ’

‘မင်း ဆက်ပြီး နားထောင်ရမှာတွေ ကျော်ပါသေးတယ် ပွဲန်။ ငါအခု
နံပါတ် စ အလေ့အကျင့်ကို ဆက်မယ်။ နံပါတ် စ အလေ့အကျင့်က ဖိမ်
ကိုယ်ကိုယ် စကားပြောခြင်း အလေ့အကျင့်ဖြစ်တယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ
မန်ကို နွေ့လယ်၊ ညာ အချိန်တိုင်းမှာ သူတို့ ရွှေတ်ဖတ်နေတဲ့ ဂါထာတွေ ရှိကြ
တယ်။ အဲဒီအလေ့အကျင့်ဟာ သူတို့ကို အာရုံစုံစိုက်မှု ပိုကောင်းစေတယ်လို့
ငါကိုပြောပြုဗုံးတယ်’

‘မင်းပြောတဲ့ ဂါထာဆိုတာ ဘာကို ပြောတာလဲ’

‘ငါ အခုပြောတဲ့ ဂါထာဆိုတာက ကောင်းမွန်တဲ့ အကျိုးရလဒ်တစ်ခု
တွက်ပေါ်ဖို့ စုံထားတဲ့ စကားစုံမျိုးကို ဆိုလိုတာပါ။ ငါတို့ လူသားတွေအနေနဲ့
ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို စကားပြောခြင်း တစ်မျိုးပါပဲ။ တစ်ခါတလေ ငါကိုယ်
ငါ စိတ်ဓာတ်တက်ကြနေအောင်၊ ငါ စိတ်ဓာတ်တက်ကြနေတယ်။ ငါမှာ
အင်အားတွေအပြည့် ရှိနေတယ်’ဆိုတဲ့ စကားကို စိတ်ထဲကနေ အကြိုမြှို့မြော်

‘အသံတွက်ပြီး ရွှေတို့ရော လိုလား’

‘အသံတွက်ဖို့တော့ မလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အသံတွက်ရွှေတို့ အဆင်ပြီ

တဲ့ မြန်မာ့ရှိရင်တော့ အသံထွက်ပြီး ပြောတာ ပိုကောင်းပါတယ်။ စကားလုံး တွေဟာ စိတ်အပေါ်မှာ အကျိုးသက်ရောက် နိုင်စွမ်းရှိတယ်။ အသံထွက်ဖတ်တဲ့ စကားလုံးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စာခွက်ထဲမှာ ချရေးတဲ့ စကားလုံးပဲဖြစ်ဖြစ် သူတို့မှာ ဒုမ်းသားရှိနေတယ်။ တစ်ဖက်သားကို ဘယ်လိုစကားမျိုး ပြောလဲဆိုတာ အရေးကြီးတယ်။ အဲဒီထက် ပိုအရေးကြီးတာက မင်းကိုယ်မင်းရော ဘယ်လို စကားမျိုးတွေ ပြောနေသလဲဆိုတဲ့ အချက်ဖြစ်တယ်။

•ကိုယ့်ကိုယ်ကို စကားပြောခြင်းပေါ့•

‘မှန်တယ် ဗျာ့။ တကယ်တော့ မင်းရဲ့ဘဝက မင်းရဲ့ အတွေးတွေပဲ။ မင်းကိုယ်မင်း ဘာတွေ တစ်နေကုန် ပြောနေလဲဆိုတာက မင်းရဲ့ တစ်နှုန်းတာကို အဆုံးအဖြတ်ပေးသွားတာပဲ။ မင်းဟာ ပင်ပန်းနှစ်းနယ်နှုပြုလို့ စိတ်ထဲမှာ ပြောနေရင် လက်တွေ့မှာလည်း တကယ်ပင်ပန်းလာလိမ့်မယ်။ မင်းက စိတ် မပါလက်မပါ ဖြစ်နေတယ်လို့ စိတ်ထဲကနေ ပြောနေရင် အပြင်မှာလည်း တကယ် စိတ်မပါဘဲ ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။ မင်းကိုယ်မင်းပြောတဲ့ စကားလုံးတွေက မင်းကိုယ်မင်း မြင်တဲ့ ပုံရိပ်အပေါ်မှာ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိတယ်။ မင်းကိုယ် မင်း မြင်တဲ့ ပုံရိပ်က မင်းလုပ်မယ့် အရာတွေအပေါ်ကို အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိတယ်။ ဥပမာ မင်းကိုယ်မင်းမြင်တဲ့ ပုံရိပ်က ယုံကြည်မှုနှင့်တဲ့ လူတစ်ယောက်ဆိုပါစို့။ ဒါဆိုရင် မင်းလုပ်မယ့် အရာတွေကလည်း အဲဒီပုံရိပ်နဲ့ ကိုက်ညီနေတဲ့အရာတွေ ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။ ဥပမာ လူတစ်ယောက်ဟာ သူဘဝမှာ သူနဲ့လိုက်ဖက်တဲ့ အိမ်ထောင်ဖက် ကောင်မ လေး ဘယ်တော့မှ ရှာတွေ့မှာ မဟုတ်ဘူးလို့ ထင်နေတယ်ဆိုပါစို့။ သူရဲ့ ယုံကြည်မှုက သူကိုယ်သူမြင်တဲ့ ပုံရိပ်ကို ထိနိုက်လာလိမ့်မယ်။ အကယ်၍ သူအတွက် သင့်တော်တဲ့၊ သူကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ ကောင်မလေးကို တွေ့ရင် တောင် သူဟာ သူခံယူထားတဲ့ ခံယူချက်နဲ့ ကိုက်ညီတဲ့အရာပဲ လုပ်လိမ့်မယ်။ အဲဒါကတော့ စကားသွားမပြောရဲ့တာမျိုး၊ အကြည့်ချင်း မဆိုင်တာမျိုး၊ ကောင်မလေးနဲ့ သိအောင် မလုပ်တာမျိုးတွေပေါ့။ အဲဒီခံယူချက်က သူကိုယ်သူ ပြောတဲ့ စကားတွေကတစ်ဆင့် ဆင်းသက်လာတာပါ။ အဲဒီခံယူချက်က ပြောတဲ့ စကားတွေကတစ်ဆင့် ဆင်းသက်လာတာပါ။ သူကိုယ်သူမြင်တဲ့ ပုံရိပ်ကြောင့် သူကိုယ်သူမြင်တဲ့ ပုံရိပ်ကို ထိနိုက်စေခဲ့တယ်။ သူကိုယ်သူမြင်တဲ့ ပုံရိပ်ကြောင့် သူဟာ လုပ်သင့်တဲ့အရာကို မလုပ်ရတော့ဘူး။ သူခံယူချက်နဲ့ ကိုက်ညီတဲ့အရာ ကိုပဲ လုပ်တော့တယ်။ ဒါကြောင့် မိမိကိုယ်ကို မြင်တဲ့ပုံရိပ်ဟာ အရမ်းအရေး

ကြီးတယ်။ သတင်းကောင်းကတော့ လူတိုင်း အဲဒါပုရိပ်ကို ပြောင်းလဲလိုကဗျာ
ဆိုတာပါပဲ။ အဲဒါနာမှာ မိမိကိုယ်ကို စကားပြောခြင်း အလေ့အကျင့်၊ က
အရေးပါဘွားပြီ။ ဒါကြောင့် မိမိကိုယ်ကိုယ်မြင်တဲ့ ပုရိပ်ကို မြင့်တင်ချင်ရင်
နိုင်ကိုယ်ကို စကားပြောတတ်ဖို့လိုတယ်။

‘ငါရဲ့ အတွင်းစိတ်ကို ပြောင်းနိုင်ရင် ငါရဲ့ ပြင်ပကမ္မာမှာလည်း
ပြောင်းလဲမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာမှာပေါ့။ မှန်တယ်မဟုတ်လား’

‘သိပ်မှန်တာပေါ့ ဓမ္မန်ရာ။ နံပါတ် ၉ အလေ့အကျင့်ကို ဆက်ရ^၅
အောင်။ ဒီအလေ့အကျင့်ကိုတော့ မိမိကိုယ်ကို တည်ဆောက်ခြင်း အလေ့
အကျင့်’လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီအလေ့အကျင့်က နံပါတ် ၈ အလေ့အကျင့်ဖြစ်တဲ့
‘မိမိကိုယ်ကို စကားပြောခြင်း အလေ့အကျင့်’နဲ့ ပတ်သက်နေတယ်။ လူ
တစ်ယောက်မှာ သူရဲ့အကျင့်စရိတ်၊ ဝိသေသလက္ခဏာတွေ ရှိနေတတ်တယ်။
လူတစ်ယောက်ဟာ ကောင်းမွန်တဲ့အကျင့်စရိတ်၊ ဝိသေသ လက္ခဏာတွေ
ရှိနိုင် သူကိုယ်သူမြင်တဲ့ ပုရိပ်ဟာလည်း မြင့်မားနေတတ်တယ်။ လူ
တစ်ယောက် နှုန်းလုပ်နေတဲ့ လုပ်ရပ်တွေဟာ အလေ့အကျင့်တွေ ဖြစ်လာ
တယ်။ အလေ့အကျင့်တွေဟာ လူတစ်ယောက်၏ ကံကြမ္မာကို ပုံဖော်နိုင်စွမ်းရှိ
တယ်။ မင်း နားရွှေ့သွားရင် သူတော်စင် ရာမန် ပြောတဲ့စကားလေးနဲ့ ငါရင်းပြ
ပါမယ်။ သူတော်စင် ရာမန် ပြောတာက ‘အတွေးတွေကို စိုက်ပျိုးတဲ့အခါ
လုပ်ရပ်တွေကို ပြန်လည်ရှိတ်သိမ်းရလိမ့်မယ်၊ လုပ်ရပ်တွေကိုစိုက်ပျိုးတဲ့အခါ
အလေ့အကျင့်ကို ပြန်လည်ရှိတ်သိမ်းရလိမ့်မယ်၊ အကျင့်စရိတ်ကို
စိုက်ပျိုးတဲ့အခါ အကျင့်စရိတ်ကို ပြန်လည်ရှိတ်သိမ်းရလိမ့်မယ်။ အကျင့်စရိတ်ကို
စိုက်ပျိုးတဲ့အခါ ကံကြမ္မာကို ပြန်လည်ရှိတ်သိမ်းရလိမ့်မယ်’တဲ့။ လူတစ်ယောက်
တွေးတဲ့ အတွေးက သူလုပ်ရပ်တွေအပေါ် လွမ်းမိုးမှုရှိတယ်။ လုပ်ရပ်တွေက
အလေ့အကျင့် ဖြစ်လာတယ်။ အလေ့အကျင့်တွေက အကျင့်စရိတ် ဖြစ်လာ
တယ်။ အကျင့်စရိတ်တွေက အဲဒါလုရဲ့ ကံကြမ္မာကို ပုံဖော်ပေးတယ်’

‘ငါ သဘောပေါက်ပြီ ဂျူလီယန်’ ဒါဆိုရင် ငါမှာ ကောင်းမွန်တဲ့
အကျင့်စရိတ်တွေရှိပို့ ဘာလုပ်ရမလဲ’

‘သူတော်စင်ကြီးတွေကတော့ သူတို့ရဲ့ အကျင့်စရိတ်တွေကို အလုပ်
ကြိုးစားခြင်း၊ ကြင်နာခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို နှိမ်ချုပ်ခြင်း၊ သည်းခံခြင်း၊ ရှိုးသား
အပြုံအမှာ၊ လုပ်ရပ်တွေကို လုပ်တဲ့အခါ မင်းလည်း မင်းကိုယ်မင်း ကျော်လာ
လိမ့်မယ်။ မင်းကိုယ်မင်း ယုံကြည့်မှု မြင့်တက်လာလိမ့်မယ်။ အဲဒါ ၃ နေ့နဲ့

ညိတဲ့ လုပ်ရပ်တွေဟာ မှန်ကန်တဲ့ လုပ်ရပ်တွေဖြစ်တဲ့အတွက် မင်းကိုယ်မင်းမြင်တဲ့ ပုံစိတ် မြင့်မားလာလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ ဖြစ်တည်ခြင်းကို မင်းကိုယ်တိုင် နှစ်သက်လာလိမ့်မယ်။ လူဘဝမှာ မေရတာကို ပိုပြီး ပျော်မွေ့လာလိမ့်မယ်။

• မင်း အဲဒီလို ခံစားနေရပါပြီ။ မင်းလည်း ငါပြောခဲ့တဲ့ အရာတွေကို လုပ်ကြည့်ရင် အဲဒီလို သေချာပေါက် ခံစားလာရပါလိမ့်မယ်။ မှန်ကန်တဲ့ အရာတွေကို လုပ်ပါ ပြုနိုင်။ မင်းကိုယ်မင်း လူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်အောင် တည်ဆောက်ပါ။ မင်းကိုယ်မင်း တည်ဆောက်နိုင်သွားရင် အခြားအရာတွေက သူဘာသာသူ အလိုအလျောက် အဆင်ပြောပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တည်ဆောက်တယ်ဆိုတာ နေ့ချင်းညျောင်းဖြစ်တဲ့ အရာတော့ မဟုတ်ဘူး။ အသေးအမွားလေးတွေကအစ ဂရှိနိုက်ပြီး မင်းလုပ်တဲ့ လုပ်ရပ်တိုင်းကို သတိထားဖို့ လိုတယ်။

• ကောင်းပြီ ပျော်ယန်း၊ နောက်ဆုံး အလေ့အကျင့်ကို ပြောပါ၌း။

• နောက်ဆုံး အလေ့အကျင့်ကိုတော့ ‘ရိုးရှင်းစာနေထိုင်ခြင်း အလေ့အကျင့်’လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီအလေ့အကျင့်က ရိုးရှင်းတဲ့ ဘဝတစ်ခုကို နေထိုင်ဖို့ တိုက်တွန်းထားတာဖြစ်တယ်။ သူတော်စင် ရာမန်က ‘သင့်ဘဝမှာ ဦးစားပေး လုပ်ရမယ်လို့ စိတ်ထဲခံစားမိတဲ့ အရာတွေကို လုပ်ပါ။ တကယ်အစိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ လုပ်ရပ်တွေကို လုပ်ပါ။ အဲဒီလိုလုပ်ရင် သင့်ဘဝဟာ ရိုးရိုးရှင်းရှင်းဖြစ်လာပြီး ဤမှုးချမ်းလာလိမ့်မယ်’လို့ ပြောခဲ့ဖူးတယ်။ သူပြောတဲ့စကားက တကယ်လည်း မှန်ခဲ့တယ်။ အစိကန္တသာမည် ခွဲခြားပြီး ဘာလုပ်ရမလဲဆိုတာကို ငါသိသွားခိုန် မှာ ငါရဲ့ဘဝက ပိုပြီး ဟန်ချက်ညီလာခဲ့တယ်။ ငါရိုးရိုးရှင်းရှင်း မေထိုင်လာတဲ့ အခါမှာ ငါဘဝကလည်း ရိုးရှင်းသွားခဲ့တယ်။

• မင်း ဘာတွေ လုပ်ခဲ့လဲ ပြောပြလို့ရလား။

• ငါ ဈေးကြီးတဲ့ အဝတ်အစားတွေ မဝတ်တော့ဘူး။ နေထိုင်းသတင်း စ ၆ စောင်လောက် ဖတ်တဲ့အကျင့်ကို ငါစွန့်လွတ်လိုက်တယ်။ လူတိုင်းကို အားနာဖော် ရပ်လိုက်တယ်။ ငါ သက်သတ်လွတ်စားတဲ့သူ ဖြစ်လာတယ်။ အစားအသောက်လည်း အရင်လို့ အများကြီးမစားတော့ဘူး။ အကျဉ်းချုံးပြောရရင် ငါရဲ့ လောဘတွေ၊ လိုအပ်ချက်တွေကို သျော်ချုလိုက်တယ် ဆိုပါတော့။ လူတစ်ယောက်ဟာ သူ့ရဲ့ လိုအင်ဆန္တတွေကို မသျော်ချုနိုင်ရင် ဘယ်တော့မှ ပြီးပြည့်စုတယ်လို့ ခံစားရမှာ မဟုတ်ဘူး။ လိုအင်ဆန္တတွေကို မသျော်ချုနိုင်ရင် မင်းဘယ်တော့မှ မင်းမှာရှိတာနဲ့ ကျော်ပ်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ မင်းမှာ

ရှိတဲ့အရာထက် ပိုကောင်းတဲ့အရာကို တစ်သက်လုံး လိုချင်မှုလိုမြို့၊
တစ်သက်လုံး ပိုကောင်းမယ်လို့ ထင်မေ့တဲ့အရာတွေနှာက်ပဲ လိုက်မှုရှိ

မင်းဘယ်လိုလုပ် ပျော်ဆွင်နိုင်တော့မှာလဲ

• ဒါပေမဲ့ မင်းအစောပိုင်းမှာ ပြောခဲ့တာက ပျော်ဆွင်မှုဟာ အောင်ပြီး
ဖြစ်ထွန်းမှာက ဆင်းသက်လာတယ်ဆို။ အခု ငါရဲ့ အလိုဆန္ဒတွေကို အောင်ပြီး
မင်းက ပြောတယ်။ ဒီ ၂ ခုက ဆန္ဒကျင်ဘက် ဖြစ်မနေဘူးလား ပူးလိုယ့်

• မင်းမေးတဲ့ မေးခွန်း အရမ်းကောင်းပါတယ်။ ဆန္ဒကျင်ဘက်ပြီး
တယ်လို့ မင်းမြင်ကောင်း မြှင့်နိုင်ပေမဲ့ ဒီ ၂ ခုဟာ ဆန္ဒကျင်ဘက် မဟုတ်ဘူး။
လူတစ်ယောက်ဟာ သူရဲ့ စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေကို အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းလာ
အောင် ကြိုးစားတဲ့အခါမှာ ပျော်ဆွင်လာပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အိပ်မက်ဆူ
နှာက်ကိုလိုက်ရင်း ပျော်ဆွင်ခြင်းနဲ့ ဝေးသွားတာမျိုး မဖြစ်သင့်ဘူး။ လိုချင်တဲ့
အရာကို ရအောင် ကြိုးစားရင်း လက်ရှိအချိန်တိုင်းမှာလည်း ပျော်ဆွင်
နေတတ်ဖို့ လိုတယ်။ လိုချင်တဲ့အရာကို ရတဲ့အခါ မင်းပျော်လာမယ်ဆိုတာ
သေချာပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလိုချင်တဲ့ စိတ်က မင်းရဲ့ လက်ရှိပျော်ဆွင်မှုတွေ
ကို ဖျက်ဆီးနေတာမျိုး မဖြစ်သင့်ပါဘူး။ ဥပမာ ငါဆိုရင် ပိုက်ဆံ သန်းနဲ့ချိပြုး
ချမ်းသာခဲ့ဖူးတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါက အဲဒီအပေါ်မှာ မရောင့်ရဲ့ခဲ့ဘူး။ ဘဏ်ထဲမှာ
သန်း ၃၀၀ ပြည့်တဲ့နေ့မှ ငါကိုယ်ငါ အောင်မြင်တဲ့ လူတစ်ယောက်အဖြစ်
သတ်မှတ်မယ်လို့ တွေးခဲ့တယ်။ ငါမှာ သန်းနဲ့ချိတဲ့ ပိုက်ဆံရှိပေမဲ့ သန်း ၃၀၀
မပြည့်လို့ ငါမပျော်ခဲ့ဘူး။ ကျောပ်တင်းတို့မှာမျိုး မရှိခဲ့ဘူး။ ဂရို့သဏ္ဌာရိထဲက
ဘရင်ကြီး မိဒါစ်လိုပေါ့။ အဲဒီအကြောင်း မင်းကြားဖူးတယ် မဟုတ်လား

• ကြားဖူးတာပေါ့။ ရွှေကို အရမ်းချုစ်လွန်းလို့ သူဘာပဲထိတိ ရွှေဖြစ်
ပါစေလို့ ဆုတောင်းခဲ့တဲ့ ဘရင်ကြီး မဟုတ်လား။ သူရဲ့ဆုတောင်း ပြည့်သွား
တဲ့အခါ သူအရမ်း ပျော်ဆွင်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူရဲ့ လက်နဲ့ထိတဲ့ အေး
အသောက်တွေပါ ရွှေဖြစ်သွားတဲ့အခါမှာတော့ သူရဲ့ ပျော်ဆွင်ခြင်းတွေ ရပ်တန်း
သွားခဲ့တယ်လဲ

• ငါအဖြစ်ကလည်း အဲဒီလို ဖြစ်ခဲ့တယ်။ ငါမှာ လောဘတွေ အရမ်း
များခဲ့တာကြောင့် ငါမှာရှိတဲ့ အရာတွေနဲ့ မတင်းတို့မြိုင်ခဲ့ဘူး။ ငါ ပေါင်မှန်နဲ့
ရှုပါ သောက်လို့ရတဲ့ အကြွေအမျှအထိ ဖြစ်ခဲ့သေးတယ်

• မင်း တကယ်ပြောမှုတာလား၊ မင်းက အကောင်းဆုံး စားသောက်

အိုင်တွေမှာပဲ စားတယ်လို့ ငါထင်ခဲ့တာ

• အောက် ငါရဲ့ အောင်မြင်ခါစ ဘဝ အစောပိုင်းမှာပါ။ ငါ ပေါင်မှန်

နဲ့ ရေပဲ သောက်လိုဂုတဲ့ အခြေအနေထိ ဖြစ်ခဲ့တာကို သိတဲ့ သူ သိပ်မရှိခဲ့ဘူး။
အစားအသောက်မဖွန့်တဲ့ နေထိုင်ပုံကြောင့် ငါရဲ့ အစာအိမ်မှာ အနာဖြစ်ခဲ့တယ်။
ဟောဒေါတစ်ချောင်း စားရင်တောင် ငါဖျားခဲ့တယ်။ နောက်ဆုံးတော့ ပေါင်မျှနဲ့
ကို ရေနဲ့မျှော့ချုပ်တဲ့ အဖြစ် ရောက်သွားတယ်။ ဘဝဆိုတာ အဲဒီလိုပဲ။ ရှာလိုက်ရ
တဲ့ ပိုက်ဆံတွေ၊ တကယ်တမ်း စားရတော့ ပေါင်မျှနဲ့ရော့။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါတွေက
အတိတ်တွေပါ။ အဲဒါတွေက ဘဝရဲ့ အကောင်းဆုံး သင်ခန်းစာတွေပါ။
နာကျုင်မှုဆိုတာ ဆရာကောင်းလို့ မင်းကို ငါပြောခဲ့သလိုပဲပေါ့။ နာကျုင်မှုကို
ကျော်ဖြတ်ဖို့ဆိုတာ အရင်ဆုံး နာကျုင်မှုကို ခံစားရတယ်။ အဲဒီနာကျုင်မှုတွေ
မရှိခဲ့ရင် အခုလို စိတ်ချမ်းသာတဲ့ ဘဝလည်း ငါရောက်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။
ဒီလို ဘဝကိုလည်း တက္ကားတက ရှာဖွေခဲ့မှာ မဟုတ်ဘူး။

“ရိုးရင်းစွာ နေထိုင်ခြင်း အလေ့သကျင့်” ကို ဘယ်လို မွေးယူရမလဲ။

‘မင်းလုပ်လို့ရတာတွေ အများကြီးရှိတယ်။ အသေးအဖွဲ့လေးတွေ
ကလည်း ကြီးမားတဲ့ ခြားနားချက်ကို ဖြစ်ပေါ်စေတယ်’

‘ဘယ်လိုဟာမျိုးတွေကို ပြောတာလဲ’

‘ဖုန်းခဏာခဏ သုံးတာကို ရပ်လိုက်။ အပြင်မှာ ဉာဏာစားတာကို
ရပ်ပြီး အီမော်မှာ မိသားစုနဲ့ ဉာဏာစားကြည့်။ ကောက်ရှိက်ထွေက်မယ့်အစား
ကလေးတွေကို အချိန်ပေးကြည့်။ နေ့တိုင်း နေထွက်တာကို စောင့်ကြည့်ပါ။
ဖြစ်နိုင်ရင် စမတ်ဖုန်းရောင်းပြီး ခလုတ်ဖုန်းပဲကိုင်။ ငါဆက်ပြောရှုံးမလား...’

‘ရပြီ၊ ရပြီ။ ဆိုလိုရင်းကို သဘောပေါက်သွားပြီ။ ဒါပေမဲ့ ဖုန်းကို
ရောင်းပစ်လို့တော့ မရဘူးကွဲ’

‘ငါရဲ့တာဝန်က ငါသိထားတဲ့ အသိတရားတွေကို မခြုံးမချုံး ပြောပြ
ဖို့ပါ ရွှေ့နှုန်း။ မင်းရဲ့တာဝန်က ငါပြောတဲ့ အရာတွေကို မင်းဘဝနဲ့ ကိုက်ညီအောင်
ချိန်ကိုက် အသုံးပြုဖို့ပါ။ မင်းအတွက် သင့်တော်အောင် မင်းဘာသာ ချိန်ညီ
ရမှာပါ’

‘အိုကေ... ဂျူလိုယန်း၊ ငါသဘောပေါက်ပြီ။ မင်းရဲ့ နည်းလမ်းတွေ
က တော်တော်လေး အသုံးဝင်မယ်လို့လည်း ငါယုံကြည့်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ရက်
၃၀ အတွင်းမှာ ငါရဲ့ဘဝက ပြောင်းလဲသွားမှာလား’

‘ရက် ၃၀ လောက်တောင် ကြာမှာမဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ရက် ၃၀
ထက်လည်း အများကြီး ပိုကြာလိမ့်မယ်’

‘ဆရာကတော့ နားရှုပ်အောင် လုပ်ပြီဗျို့။ ရှင်းပါဦး။ မင်းပြောတာ
ကြီးက ရှုပ်နေတယ်’

‘ငါပြောချင်တာက ရက် ၃၀ အတွင်းမှာ မင်းရဲ့ဘဝ ပြောင်းလဲသွားတာ မင်း မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့ရလိမ့်မယ်။ ပိုကောင်းတဲ့ဘဝကို ရအောင် ကြိုးစားတော့မယ်လို့ မင်း ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်တဲ့ အချိန်ကတည်းက မင်းရဲ့ဘဝက ပြီးပြောင်းလဲနေပြီ’

‘ရက် ၃၀ ထက် အများကြီး ပိုကြာမယ်ဆိုတာကရေး...’

‘ငါပြောခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို မင်းလေ့ကျင့်မယ်ဆိုရင် ရက် ၃၀ အတွင်း ပြောင်းလဲမှုတွေ တွေ့ရလိမ့်မယ်ဆိုတာတော့ ငါ ကတိပေးတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဒီနည်းလမ်းတွေက ဖြတ်လမ်းနည်းတွေ မဟုတ်ဘူး။ ဒီနည်းလမ်းတွေက မင်းရဲ့တစ်ဘဝလုံးမှာ နွေ့စဉ်အသုံးပြုရမယ့် နည်းလမ်းတွေဖြစ်တယ်။ မင်း ဒီနည်းလမ်းတွေကို မသုံးဘဲ ပစ်ထားလိုက်တဲ့တစ်နွေ့ မင်းရဲ့ဘဝဟာလည်း အရင်ဘဝကိုပဲ ပြန်ရောက်သွားလိမ့်မယ်။ ငါ အခု သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ သက်ရှည်ကျွန်းမာ ပျော်ရွင်နည်း ၁၀ နည်းကို မင်းကို ပြောပြပြီးပြီ။ မင်း လည်း ငါ ပြောတာတွေကို ဆက်နားထောင်ချင်နေလိမ့်မယ်လို့ ငါယုံကြည်တဲ့ အတွက် အခု မင်းကို ပိုပြီးနှက်နဲ့တဲ့ အရာတစ်ခု ပြောပြတော့မယ်’

‘ငါတစ်ညာလုံး ကြားခဲ့တာတွေက နှက်နဲ့တဲ့ အရာတွေလို့ထင်ခဲ့တာ အဲဒီထက် ပိုပြီးနှက်နဲ့အရာ ရှိသေးလို့လား’

‘ငါမင်းကို ပြောပြခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းတွေဟာ မင်းလိုချင်တဲ့ ဘဝတစ်ခု ကို ရောက်ရှိစိုး ကူညီပေးပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ ကျင့်စဉ် တွေ၊ အတွေးအခေါ်တွေဟာ အဲဒီထက်ပိုပါတယ်။ ငါ အခုထိ မင်းကို ပြောပြပြီးတဲ့ အရာတွေဟာ လက်တွေ့ကျပြီး နားလည်ရ လွှာယ်ကူပါတယ်။ အခု ငါပြောမယ့် အရာကတော့ မင်းနားလည်စိုး ခဲ့ယဉ်းကောင်းခဲ့ယဉ်းနိုင် တယ်။ ဒါပေမဲ့ နားမလည်လည်း အခုအချိန်မှာ စိတ်မပူပါနဲ့။ စိတ်ထဲမှာသာ မှတ်ထားလိုက်ပါ။ တစ်နွေ့ကျရင် မင်း နားလည်လာပါလိမ့်မယ်’

‘ကောင်းပြီ ဂျှော်ယန်၊ မင်းပြောကြည်ပါ။ အတတ်နိုင်ဆုံး နားလည် နိုင်အောင် ကြိုးစားပါမယ်’

‘မှာ လာ ကောင်းကင်၊ ဒီစကြေဝြောကြီးထဲမှာရှိတဲ့ အရာတွေအားလုံးက မင်းနဲ့အတွက်ပဲ ရွှေ့နဲ့။ မင်းအပါအဝင် ဒီကမ္ဘာအပေါ်မှာရှိတဲ့ အရာအားလုံးဟာ အရင်းအမြစ်တစ်ခုတည်းကော် ဆင်းသက်လာခဲ့ကြတာ ဖြစ်တယ်။ ငါတို့ အားလုံးဟာ တစ်ခုတည်းပဲ ဖြစ်တယ်’

‘ငါ နားရွှေ့သွားပြီ’

‘ဒီကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှိယဉ်း အရာအားလုံးမှာ စိတ်စိဉ်လားလို့ ဆိုတယ်’

နာရီ လျှော့

အိန္ဒိတ်စိညာဉ်အားလုံးဟာ တစ်နေရာတည်းကိုပဲ စုစည်းသွားကြတယ်။ အဲဒါ
ကို စကြဝဲ့စိတ်စိညာဉ်လို့ ခေါ်တယ်။ မင်းဟာ မင်းရဲ့စိတ်ကို ပြုစုပြုးထောင်၊
အာဟာရ ကျွေးမွှေးရင် မင်းဟာ စကြဝဲ့စိတ်စိညာဉ်ကြီးကိုလည်း အာဟာရ
ကျွေးမွှေးနှောသလိုပဲ။ မင်းကိုယ်မင်း တိုးတက်အောင် ကြိုးစားတာဟာ မင်းရဲ့
ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ ဘဝတွေအားလုံးကို တိုးတက်အောင် ကြိုးစားသလိုပဲ။
မင်းရဲ့စိတ်ကို ပြုစုပြုးထောင်ပါ၊ မင်းရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို ဂရုစိုက်ပါ၊ မင်းရဲ့
စိတ်စိညာဉ်ကို စောင့်ရှုရာက်ပါ။ ငါပြောတာတွေ မင်းနားလည်လာလိမ့်မယ်။
‘ကောင်းပြီ ဂျူလီယန်၊ မင်းပြောတာကို အခုအခို့မှာ အပြည့်အဝ
နားမလည်သေးပေမဲ့ ငါကြိုးစားကည့်ပါမယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါက မိသားစုနှင့်လူ
တစ်ယောက် ဖြစ်နေပြီ။ မင်းပြောတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို အခို့ပေး ကျင့်သုံးပြီးမှ
မအောင်မြင်ခဲ့ရင်ရော’

‘ကျော်းတယ်ဆိုတာ ကြိုးစားရဲတဲ့ သတ္တိမရှိတာကို ဆိုလိုတာပါ
ရှုန်း။ လူအများစုနှင့် သူတို့ရဲ့စိတ်ကူး အိပ်မက်ကို တားထားတဲ့စည်းရဲ့ မှာမည်က
‘ကျော်းမှာကို ကြောက်ခြင်း’ ဖြစ်တယ်။ ကျော်းခြင်းဆိုတာ အောင်မြင်ခြင်းရဲ့
အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုပဲဖြစ်တယ်။ ကျော်းခြင်းက ငါတို့ကို စမ်းသပ်တယ်။ ကျော်း
ခြင်းက ငါတို့ကို တိုးတက်စေတယ်။ ကျော်းခြင်းကြောင့်ပဲ ငါတို့ သင်ခန်းစာ
ရကြတယ်။ မြားပစ်တဲ့နေရာမှာ ပစ်မှတ်ကို ထိအောင်ပစ်နိုင်ခြင်းက အကြိမ်
၁၀၀ လွှဲထားခြင်းရဲ့၊ အကျိုးရလဒ်ပလို့ သူတော်စင်ကြီးတွေက ပြောလေ့ရှိ
တယ်။ အရှုံးတွေကို ဖြတ်ကျော်ပြီးမှ အောင်မြင်တာ လောကနိုယာမတစ်ခုပဲ။
ဘယ်တော့မှ ကျော်းမှာကို မကြောက်နဲ့။ ကျော်းခြင်းဆိုတာ မင်းရဲ့ မိတ်ဆွေပဲ
ဖြစ်တယ်။ လောကကြီးက ရဲရင့်တဲ့သူတွေကို မျက်နှာသာပေးလေ့ရှိတယ်။
ဖြစ်တယ်။ လောကကြီးက ရဲရင့်တဲ့သူတွေကို မျက်နှာသာပေးလေ့ရှိတယ်။
လူတိုင်းအတွက် ကောင်းမွန်တဲ့ လမ်းခရီးတစ်ခုဟာ မွေးဖွားစဉ်ကတည်းက
ရှုံးသူးလို့ သူတော်စင် ရာမန်က ယုံကြည်ထားတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလမ်းခရီး
ရှုံးသူးလို့ သူတော်စင် ရာမန်က ယုံကြည်ထားတယ်။ အဲဒီလမ်းခရီးရဲ့၊ အဆုံးက ကောင်းမွန်တဲ့နေရာ
ကို ရောက်ကြတယ်’

အခိုး (၉) အနှစ်ချုပ်

ပုံပြင်ထဲက သက်တ = ရူမိနပ်းသမား



ကျွန်ုင်စဉ် = ကိုင်ဇ် (စဉ်ဆက်မပြတ်တိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်ခြင်း)
မှတ်သားဖွယ်ရာများ

- * မိမိကိုယ်ကို ဦးဆောင်နိုင်ခြင်းဟာ မိမိဘဝကို ဦးဆောင်နိုင်ခြင်း၊ နိဒါန်းဖြစ်ပါတယ်။
- * ပြင်ပလောက်၊ က အောင်မြင်မှုတွေ အားလုံးဟာ အတွင်းစိတ်အောင်မြင်မှုကနေ စတင်ပါတယ်။

လေကျွန်ုင်ရှိ ကျွန်ုင်စဉ်များ

- * သင်ရကြာက်တဲ့ အရာတွေကို လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့်အပြောက်တရားမှ ရှိန်းထွက်ပါ။
- * သက်ရည်ကျိန်းမာ ပျော်ရွင်နည်း ၁၀ နည်း။
- (၁) ဆိတ်ပြီမခြင်းအလေ့အကျွန်ုင်
- (၂) ခန္ဓာအလေ့အကျွန်ုင်
- (၃) အာဟာရ အလေ့အကျွန်ုင်
- (၄) အသိပညာကို အသုံးချုခြင်း အလေ့အကျွန်ုင်
- (၅) မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း အလေ့အကျွန်ုင်
- (၆) စောစောအိပ်ရာထခြင်း အလေ့အကျွန်ုင်
- (၇) ဂိတ်ကိုခံစားခြင်း အလေ့အကျွန်ုင်
- (၈) မိမိကိုယ်ကို စကားပြောခြင်း အလေ့အကျွန်ုင်
- (၉) မိမိကိုယ်ကို တည်ဆောက်ခြင်း အလေ့အကျွန်ုင်
- (၁၀) ရိုးရှင်းစွာနေထိုင်ခြင်း အလေ့အကျွန်ုင်

အခန်း (၁၀)

စည်းကမ်းရဲ့ စွမ်းအား

ဂျူလီယန်ဟာ သူတော်စင် ရာမန် ပြောပြတဲ့ ပုံပြင်ထဲက သက္ကာတ ၃
မျိုးကို ကျွန်ုတ်ကို ရှင်းပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဥယျာဉ်သက္ကာတကတစ်ဆင့်
မိမိစိတ်ထဲကို ဘာတွေအဝင်ခံနေလဲဆိုတာ ဂရာစိက်ဖို့လိုကြောင်း သိရှိခဲ့ရပြီး
မီးပြတိက် သက္ကာတကတစ်ဆင့် ဘဝမှာတိကျပြတ်သားတဲ့ ရည်မှန်းချက်ရှိဖို့
လိုကြောင်း သိရှိခဲ့ရပါတယ်။ တတိယမြောက် ဆူမိန့်ပန်းသမား သက္ကာတက
တစ်ဆင့် ကိုင်ဇ်နဲ့ မိမိကိုယ်ကို ဦးဆောင်နိုင်စွမ်းရဲ့ အရေးပါပုံတွေကို
သိရှိခဲ့ရပါတယ်။ ကျွန်ုတ်တွေကို ဆက်လက်ပြောပြစို့ ဂျူလီယန်က စကားစ၊
လာပါတယ်။

‘ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးဟာ ဘာမှုမဝတ်ထားပေမဲ့ အောက်ပိုင်းမှာတော့
တစ်ခုခုနဲ့ ပတ်ထားတယ်။ ဘာနဲ့ပတ်ထားလဲ မင်းမှတ်မိလား’

‘သူရဲ့ အောက်ပိုင်းကို ပန်းရောင် ဂိုင်ယာကြိုးကြီးနဲ့ ပတ်ထားတာ
မဟုတ်လား’

‘မှန်တယ်။ အဲဒီ ဂိုင်ယာကြိုးက မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းနဲ့
စည်းကမ်းရဲ့ စွမ်းအားကို ဖော်ပြနေတာပဲ ဖြစ်တယ်။ စိတ်ချမ်းသား၊ ကိုယ်
ကျွန်ုတ်မှာတဲ့ ဘဝတစ်ခု တည်ဆောက်ရာမှာ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းနဲ့
စည်းကမ်းဟာ အရမ်းကို အရေးကြီးတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ ငါတွေဖူး
သမျှ လူတွေထဲမှာ အကျွန်ုတ်မှာဆုံး၊ အရောင့်ရဲဆုံးလူတွေ ဖြစ်ကြတယ်။ ဒါ

အပြင် သူတို့ဟာ စည်းကမ်းအရှိဆုံးလည်း ဖြစ်ကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင် စည်းကမ်းတွေနဲ့ နေထိုင်ကြတယ်။ ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းနဲ့ နေထိုင်ခြင်းနဲ့ မိမိတို့ ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းဟာ စိုင်ယာကြီးတွေနဲ့ တူတယ်လို့ သူတို့ကပြောသူ့တယ်။ စိုင်ယာကြီးတွေကို အနီးကပ် သေချာကြည့်ဖူးလား။

• တစ်ခါမှတော့သေချာ မကြည့်ဖူးဘူး ဂျေလီယန်း

• ဒီတစ်ခါ အခွင့်အရေးကြုံတဲ့အခါ ကြည့်ကြည့်ပါ။ စိုင်ယာကြီးပြီး တစ်ချောင်းမှာ သေးငယ်တဲ့ အမျှင်ပေါင်းများစွာ ပါဝင်နေတယ်။ စိုင်ယာကြီး အမျှင်လေးတွေဟာ တစ်ချောင်းချင်းဆိုရင် နိုင်မာမှု ရှိမှု့မဟုတ်ပေမဲ့ သူတို့ အားလုံးကို ကျေစ်လျှစ်စွာ စုစည်းလိုက်တဲ့အခါမှာတော့ အရမ်း နိုင်မာလာတယ်။ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်ခြင်းနဲ့ စိတ်ရုံးများရဲ့ ဖြစ်ရပ်နဲ့ အလားသဏ္ဌာန် တူတယ်။ သံမဏီလိုမာတဲ့စိတ်တစ်ခု ပိုင်ဆိုင်ဖို့ဆိုတာ အသေး အဲ အရာလေးတွေကို သေသေချာချာ မပျက်မကွက် လုပ်ဆောင်ရင်းနဲ့ စတင် ရတယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ နည်းလမ်းတွေကို နည်းနည်းစီ နောက်ပိုင်းလေ့ကျင့် ရင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပိုမိုထိန်းချုပ်လာနိုင်လိမ့်မယ်။ အာဖရိက စကားပုံလေး တစ်ခုရှိတယ်။ ‘ပဋိကူအိမ်တွေ ပေါင်းစည်းတဲ့အခါ ခြေသံ့တစ်ကောင်ကို တောင် ဖမ်းချုပ်နိုင်စွမ်းရှိတယ်’ တဲ့။ မင်းရဲ့စိတ်စွမ်းအားကို ပိုမိုသုန်းမာအောင် ကြီးစားနိုင်တဲ့အခါ မင်းဘဝမှာလည်း ထူးခြားမှုတွေ တွေ့လာရလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့စိတ်စွမ်းအား ကြီးမားလာတဲ့အခါ မင်းအတွက် ကြီးလွန်းတဲ့ အခက်အခဲ ဆိုတာ ရှိတော့မှာမဟုတ်ဘူး၊ မဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ ပြဿနာဆိုတာလည်း ရှိတော့မှာ မဟုတ်ဘူး။ မင်းရဲ့စိတ်စွမ်းအားဟာ လောကခံတရားကို ရင်ဆိုင်တဲ့အခါ အကောင်းဆုံး ကူညီပေးလိမ့်မယ်။ စိတ်စွမ်းအားဟာ မင်းလုပ်မယ်လို့ စိတ်ကူးထားတဲ့အရာတွေကို တကယ်လုပ်ဖြစ်အောင် ကူညီပေးတယ်။ မိုးရွာရွာ၊ နေပူပူ၊ နှင့်ကျကျ မနက်ခင်း ၅ နာရီထပြီး တရားထိုင်တာ စိတ်စွမ်းအားပဲ ရွှေ့န်း။ အသီညာ၏နည်းတဲ့ သူတစ်ယောက်က မင်းကို စောကားမောကားပြောတဲ့အခါ သူနဲ့ပြုပြုပြီး ရန်မဖြစ်ဖို့ ထိန်းချုပ်ထားတာလည်း စိတ်စွမ်းအားပဲ ရွှေ့န်း။ အခက် အခဲတွေများပြီး အများက မဖြစ်နိုင်ဘူးပြောနေချိန်မှာ မင်းရဲ့ စိတ်ကူးအိပ်မက် ရှိတဲ့ အရပ်ကို ရဲရဲစုံစုံ ချိတက်ရဲတာဟာလည်း စိတ်ရဲ့ စွမ်းအားပဲ

• စိတ်စွမ်းအားက အဲဒီလောက်တောင် အရေးကြီးတာလား

• အရေးကြီးတာပေါ့ သူငယ်ချင်းရာ။ စိတ်ချုပ်းသာ၊ ကိုယ်ကျွန်းမာပြီး ဘဝကို ပျော်ပျော်ချွင်ခွင် ဖြတ်သန်းနေသူတိုင်းမှာ စိတ်စွမ်းအားရှိတယ်။ ဂျေလီယန်းဟာ စကားပြောနေရင်းနဲ့ သူရဲ့ ဝတ်ရုံရှုည်အစအောက်ကို

နှင်ပြီး ငွေရောင်လောက်သီးလေးကို ထုတ်လိုက်ပါတယ်။ အဆိုပါ ငွေရောင်လောက်သီးလေးအကြောင်းကို ဘူလိယန်က ဆက်ရှင်းပြပါတယ်။

‘ငါ သူတော်စင်ကြီးတွေသံကမာ မပြန်ခင် များဆုံးညာ့ ဒီ လက်ဆောင်လေးကို ရရှိတယ်။ အဲဒီညာ ငါဘဝရဲ အကောင်းဆုံးညာတွေထဲ က တစ်ခုဖြစ်ပြီး ဝမ်းအနည်းခဲ့ရဆုံး ညာတွေထဲက တစ်ညာလည်း ဖြစ်ခဲ့တယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေသံကမာ ငါမထွက်ခွာချင်ခဲ့ဘူး။ အဲဒီနေရာဟာ ငါအတွက် တော့ ဖို့အောင်တစ်ခုလိုပဲ။ သူတော်စင်ကြီးတွေ အားလုံးကိုလည်း ဆွဲမျိုး ရင်းချာတွေလို ငါခင်တွယ်နေခဲ့တယ်။ အဲဒီကမာ ပြန်လာတဲ့နောက ငါရဲ နှလုံးသား အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ကျကျနှစ်ခဲ့သလို ခံစားခဲ့ရတယ်။ ဒီလောက်သီးလေးထဲမှာ ရေးထားတဲ့စာကို မင်းကို ငါဖတ်ပြမယ်။ ဒီစာသားတွေကို ဘယ်တော့မှုမမေ့နဲ့ ရွှေ့။ ဒီစကားတွေဟာ ငါရဲအခက်ခဲဆုံး အချိန်တွေမှာ ငါကို ကူညီခဲ့တဲ့ စကားတွေဖြစ်တယ်။ မင်း အခက်အခဲကြုံတဲ့အခါမှာလည်း ဒီစကားတွေက ကူညီပေးနိုင်လိမ့်မယ်လို ငါယုံကြည်တယ်။ ‘စည်းကမ်းရှိခြင်း မှ တစ်ဆင့် စိတ်အေးချမ်းမှုရရှိပြီး ရဲရှင်တဲ့လုံတစ်ယောက် ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ စိတ်စွမ်းအေးရှိခြင်းမှတစ်ဆင့် ဘဝရဲ အမြင့်ဆုံး အခိုက်အတန္ထားကို ရောက်ရရှိပြီး ပျော်ရွင်ကျွန်းမာစွာ နေထိုင်လာနိုင်လိမ့်မယ်။ စည်းကမ်းရှိခြင်းနဲ့ စိတ်စွမ်းအေး မရှိရင်တော့ သံလိုက်အိမ်မြှောင်မရှိတဲ့ ဓမ္မက်လွှာင့်သူတစ်ယောက်လို ဖြစ်သွားပြီး တစ်ချိန်ကျေရင် သဘောသနအတူ ပင်လယ်ထဲမှာ နစ်မြှုပ်သွားလိမ့်မယ်’တဲ့’

‘ငါစည်းကမ်းရှိအောင်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုထိန်းချုပ်တာတ်အောင် ဘယ်လို လုပ်ရမလဲ။ စည်းကမ်းရှိအောင်လုပ်တာက ငါသား သူ့ရဲကြောင်သားတွေ ကြီးအောင် Gym မှာ သွားကစားသလိုမျိုး ဖြည်းဖြည်းချင်း လုပ်ယူလို ရလား’

‘ရတာပေါ့။ အရမ်းကောင်းတဲ့ ဥပမာပေါ့။ စိတ်စွမ်းအေးတွေကောင်းပြီး ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းနဲ့ နေတတ်တဲ့သူတစ်ယောက်ဖြစ်ချင်ရင် အဲဒီလို ဖြည်းပြည်းချင်း လေ့ကျင့်ယူရလိမ့်မယ်။ မင်းဟာ မင်းကိုယ်မင်း ထိန်းချုပ်နိုင်ပြီး၊ မင်းရဲ ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းနဲ့ နေနိုင်လာပြီဆိုရင် မင်းလိုချင်တဲ့အရာတွေကို ရယူနိုင် လွယ်ကူလာလိမ့်မယ်။ ဥပမာ မာရသနပြိုင်ပွဲတစ်ခု ဝင်ပြိုင်မယ်ဆိုပါစိုး။ အဲဒီပြိုင်ပွဲအတွက် မင်းလေ့ကျင့်ရမယ်။ အကယ်၍ မင်းဟာ စိတ်အလွှင့်လွယ် သွာ်ဖြစ်ပြီး ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်း မရှိသွားခိုရင် မင်းလေ့ကျင့်ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဂို့သက်သာတဲ့ အရာတွေကိုပဲ လုပ်ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။ တို့စီကြည့်ချင်း လိမ့်မယ်။ ဒီလိုမှုမဟုတ်ဘဲ မင်းကိုယ်မင်း ထိန်းချုပ်နိုင်ပြီး ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်း ရှိတယ်ဆိုရင် မင်းသေချာပေါက် လေ့ကျင့်လိမ့်မယ်။ ဘယ်အချိန်မှာ လေ့ကျင့်

ပြီး ဘယ်အချိန်မှာ နားမယ်ဆိတဲ့ စည်းကမ်းချက်တွေလည်း မင်းဘာသာ ချမှတ်ထားလိမ့်မယ်။ အဲဒီစည်းကမ်းတွေကိုလည်း မင်းလေးစားလိမ့်မယ်။ လေ့ကျင့်တဲ့အတွက် ပြိုင်ပွဲမှာလည်း ရလဒ်ကောင်းလိမ့်မယ်။ အဲဒါ စိတ်ချို့ အားပါ။ စိတ်က မင်းကို စည်းကမ်းရှိစေတယ်။ လေ့ကျင့်စေတယ်။ မင်းကို ထိန်းချုပ်ပေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီစိတ်စွမ်းအားကို အသုံးပြုနိုင်ဖို့ဆိတာ ပြည်း ပြည်းချင်း လေ့ကျင့်ယူရတယ်။ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်အောင် လေ့ကျင့် ခြင်းနဲ့ စည်းကမ်းရှိအောင်နေခြင်းဟာ မင်းကို လွှတ်လပ်မှုလည်း ပိုပြီး ပေးခွဲ့မှု နိုင်တယ်။

‘မင်းပြောတာကို ငါသိပ်နားလည်ဘူး’

‘ဒီလိုက္ခာ၊ လူတွေက သူတို့ကိုယ်သူတို့ လွှတ်လပ်တယ်လို့ ထင်ကြတယ်။ သူတို့လုပ်ချင်တာကို သူတို့ လုပ်နိုင်တယ်လို့ ထင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ တကယ်တော့ သူတို့တွေ မလွှတ်လပ်ကြဘူး။ လူအများစုက သူတို့စိတ်ဆန္ဒရဲ့ ကျေးကျွန်တွေ ဖြစ်နေကြတယ်။ သူတို့ဟာ ဒီရော့အတူ မျောနေတဲ့ ဒုက္ခ အမိုက်တွေလို့ ဖြစ်လာတယ်။ ရော့စုံတဲ့ဘက်ကို လိုက်နေကြတယ်။ ဥပမာ လူတစ်ယောက်ဟာ သူရဲ့မိသားစုကို အချိန်ပေးနေတယ်ဆိုပါစို့။ အဲဒီအချိန်မှာ အလုပ်ကနေ အရေးကြီးကိစ္စလေးတစ်ခု ရှိတယ်ဆိုတာနဲ့ အလုပ်ကို တန်းသွား တော့တာပဲ။ ငါ ဆိုလိုချင်တာက အချို့လူတွေဟာ သူတို့ဘဝအတွက် ဘာက ပိုအရေးကြီးလဲဆိုတာ လေးလေးနောက်နောက် မစဉ်းစားကြတော့ဘူး။ ရှုတ်တရက် အရေးကြီးတယ်လို့ ထင်လိုက်တဲ့ ကိစ္စနောက်ပဲ လိုက်ကြတော့တယ်။ တစ်နွဲ သူတို့ တန်းဖိုးထားရတဲ့အရာတွေ ဆုံးရှုံးသွားတော့မှ အချိန်မပေးမိလိုက်လေခြင်း လို့ နောင်တရကြတယ်။ အဲဒီလူတွေဟာ တကယ်တော့ လွှတ်လပ်ခြင်းနဲ့ အရသာကို အပြည့်အဝ မခံစားခဲ့ရသူတွေ ဖြစ်တယ်။ သူတို့ရဲ့စိတ်ကို စည်းကမ်းနဲ့ မထိန်းသိမ်းခဲ့တော့ စိတ်ရဲ့စေရာတွေ အကုန်လိုက်လုပ်နေမိခဲ့တယ်။ အပူတပြင်းကိစ္စထက် အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စကို ဦးစားပေးနိုင်တဲ့ လွှတ်လပ်ခွင့် သူတို့မှာ မရှိကြဘူး။’

ဂျုလီယန်ပြောနေတဲ့ စကားတွေဟာ ပြင်းလို့မရတဲ့ စကားတွေဖြစ်နေပါတယ်။ တကယ်တော့ ကျွန်တော်ဘဝမှာ ညည်းတွားစရာတွေ သိပ်မရှိပါဘူး။ ကျွန်တော်မှာ မိသားစလေးတစ်ခုရှိတယ်။ အိမ်ကောင်းကောင်းလေးတစ်လုံးရှိတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ အလုပ်ကလည်း ဝင်ငွေကောင်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ အပြည့်အဝ လွှတ်လပ်ခြင်းကို မခံစားမိသေးပါဘူး။ ကျွန်တော်ဟာ အမြဲတမ်း အပူတပြင်းကိစ္စတွေကိုပဲ လိုက်ဖြေရှင်းလော်။

တရား လျှော့

အလုပ်နဲ့ လက်မလည် ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့အော် ဂျိန်းကို အချိန် ဆေးတာလည်း အရမ်းနည်းပါတယ်။ တကယ်တော့ မိသားစာအတွက် အချိန်ပေး ပြင်းဟာ အရေးကြီးမှန်း ကျွန်တော်သိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရေးကြီးတဲ့ အရာ ထွေထက် အပူတပ်င်းဖြစ်တဲ့ အလုပ်ကိစ္စတွေနောက်ပဲ လိုက်နေခဲ့မိပါတယ်။

‘စိတ်စွမ်းအား ရှိအောင် ကြီးစားတာဟာ ငါကိုပိုပြီး လွှတ်လပ်စေမှာ လား ဂျာလီယန်’

‘လွှတ်လပ်ခြင်းဆိုတာ တိုက်အိမ်တစ်လုံးလိုပဲ ရွှေ့။ အုတ်တစ်ချပ်ချင်း နဲ့ တည်ဆောက်ရတာဖြစ်တယ်။ ပထမဆုံး မင်းအသုံးပြုရမယ့် အုတ်ချပ်က စိတ်စွမ်းအား ဖြစ်တယ်။ စိတ်စွမ်းအား ဆိုတာ မင်းကိုရှင်းအောင် ပြောရရင် အရေးကြီးတာကို လုပ်ရတဲ့စိတ်ကို ပြောတာပါ။ အဲဒီစိတ်စွမ်းအား ရှိလာရင် မင်းမှာရှိတဲ့ ဘဝကို လက်ခံနေရတဲ့ အခြေအနေထက် မင်းလိုချင်တဲ့ ဘဝကို ဖန်တီးလိုရတဲ့ အခြေအနေ ရောက်သွားလိမ့်မယ်။ မင်းကို ငါ ဥပမာတစ်ခု ပြောပြုမယ်။ မင်းဘဝမှာ ချမှတ်ထားတဲ့ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုက မန်က်တိုင်း ၆ နာရီထဲ၊ ပြီး အပြေးလေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ဖို့ဆိုပါစို့။ အခုအချိန်ဟာ ဆောင်းရာသီ ဆိုပါစို့။ မင်းရဲ့နှီးစက်ဟာ မန်က်ခင်းမှာ အိပ်မောကျမျော့တဲ့ မင်းကို နှီးလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ ပထမဆုံးဆန္ဒက ဘာဖြစ်မလဲ။ မင်းရဲ့ ပထမဆုံး စိတ်ဆန္ဒက နှီးစက်ကို ဆွဲရပ်ဆိုင်း(Snowaze)ဖို့ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ ခက္ခပြန်အိပ်မယ်။ မန်က် ဖြန်မှ ထဲ၊ ပြီးပြေးလည်း ရတာပါပဲလေလို့ ထွေးလိမ့်မယ်။ ဒီလိုဖြစ်တာ ရက် အနည်းငယ် ကြောလာတဲ့အခါ မင်းစိတ်ထဲမှာ မန်က်ခင်းစောော် ထဲ၊ ဖို့ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူးလေလို့ ၁, ပြီး ထွေးလာလိမ့်မယ်။ မန်က်ခင်း ထဲ၊ ပြီးမယ်ဆိုတဲ့ မင်းရဲ့စိတ်ကူးဟာ လက်ထွေ့မကျွေးလို့ မင်းထွေးလာလိမ့်မယ်’

‘မင်း ငါအကြောင်း သိလှချည့်လား’

‘ကဲ... အခု နောက်တစ်မျိုး ထွေးကြည့်ရအောင်။ မန်က်ခင်း နှီးစက်မြည်လာတဲ့ အချိန်မှာ မင်းဟာ အိပ်ရာထဲမှာ ဆက်အိပ်ဖို့ကို ထွေးလိုက် တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအထွေးကို မင်းက အခြားအထွေးတစ်ခုနဲ့ ပြန်လည် တိုက်ထုတ်တယ်။ မင်းသာ ကျိုးမာရေးကောင်းပြီး ကြည့်ကောင်းတဲ့ ခန္ဓာကိုယ် ပိုင်ဆိုင်ရာ ဘယ်လိုနေမလဲဆိုတာကို မင်းမြင်ယောင်ကြည့်တယ်။ အချိုးအစား ပိုင်ဆိုင်ရာ ဘယ်လိုနေမလဲဆိုတာကို မင်းရဲ့အလုပ်ကလွှတွေ ချိုးကျွေးတဲ့ အသံထွေးလောင်ကြည့်တယ်။ မန်က်ခင်း ထဲ၊ ပြီးခြင်းကနေ ရလာ ကို ခံစားပြီး ကြေားယောင်ကြည့်တယ်။ မန်က်ခင်း ထဲ၊ ပြီးခြင်းကနေ ရလာ မယ့် အကျိုးကျွေးဇူးတွေ အားလုံးကို မင်းမြင်ယောင်ကြည့်တယ်။ ခံစားကြည့် မယ့် အကျိုးကျွေးဇူးတွေ အားလုံးကို မင်းမြင်ယောင်ကြည့်တယ်။ အဲဒီစိတ်စွမ်းတယ်။ အဲဒီဟာ စိတ်စွမ်းအားကို မင်းမွေးမြားမြားတာပဲ ဖြစ်တယ်။’

၁၃၁
အား သန့်မာလာတာနဲ့အော့ မင်းလုပ်ချင်နေတဲ့အရာကို လုပ်ဖြစ်လာလိမ့်မယ်၊
မန်က်ခင်းပြီးနှိုး စဉ်းစားထားရင် တကယ် ပြီးဖြစ်လိမ့်မယ်。
‘ငါ မင်းပြောသလိုပဲ စဉ်းစားတယ် ထားပါတော့။ ဒါပေမဲ့ ဆက်ဖြူ
ဆိပ်ချင်နေသေးရင်ရော’

‘ပထမရက်တွေကတော့ နည်းနည်းခက်ခဲ့လိမ့်မယ် ချိန်။ မင်းရဲ့
အကျင့်ဟောင်းဆီပဲ ပြန်သွားချင်နေလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆက်ပြီး တိုက်ပွဲဝင်နဲ့
လိုတယ်။ မင်းသာဆက်ပြီး တိုက်ပွဲဝင်မယ်ဆိုရင် မင်းဆီမှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ
နေထိုင်ခဲ့ကြတဲ့ အကျင့်ဆိုးတွေဟာ မင်းဆီကနေ တွက်ခွာသွားမှာ အသေအချာ
ပဲ။ ငါ ခုနကပြောခဲ့သလို မင်းရဲ့အတွေးတွေကို ပြောင်းလဲဖြစ်ဖို့လိုတယ်။
မန်က်ခင်း ထဲပြီးဖြစ်ရင် ဘာတွေဖြစ်လာမလဲဆိုတာကို မင်းရဲ့စိတ်ထဲမှာ
ရပ်လုံးပေါ်နေအောင် စဉ်းစားနေဖို့လိုတယ်။ အတွေးဆိုတာ မင်းရဲ့ ထိန်းချုပ်မှု
အောက်မှာပဲ ရှိတယ်။ ကောင်းတဲ့အတွေးကို တွေးဖို့ လွယ်သလို မကောင်းတဲ့
အတွေးကို တွေးဖို့လည်း လွယ်တယ်’

‘ဒါဆို ဘာလို့ လူအများစုက မကောင်းတဲ့ သတင်းအချက်အလက်
တွေပေါ်မှာပဲ အာရုံစိုက်နေကြတာလဲ’

‘အကြောင်းအရင်းကတော့ သူတို့ဟာ သူတို့ကိုယ်သူတို့ မထိန်းချုပ်
တတ်ကြတဲ့အပြင် သူတို့မှာ စည်းကမ်းရှိတဲ့ အတွေးမျိုး မရှိလိုပါ။ စည်းကမ်း
ရှိအောင် တွေးတယ်ဆိုတာ မိမိအတွေးကို ရောက်ချင်ရာ ရောက်မသွားအောင်
ထိန်းချုပ်တာကို ဆိုလိုတယ်။ အတွေးတွေကို စည်းကမ်းမရှိဘဲ လွှတ်ထားရင်
အဲဒီလူဟာ စိတ်ဆင်းရဲရှိဖို့များတယ်။ ငါသိတဲ့ လူတော်တော်များများဟာ
သူတို့ရဲ့ အတွေးတွေကို စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ မထားတတ်ကြဘူး။ အတွေးဆိုတာ
ဒီအတိုင်းဖြစ်လာတာပဲလဲ ဆိုပြီး လွှတ်ထားကြတယ်။ သူတို့ မသိတဲ့အချက်က
အတွေးကို ရှုက မထိန်းချုပ်ရင် အတွေးက လှကိုထိန်းချုပ်သွားတယ် ဆိုတာပဲ။
ကောင်းတဲ့အတွေးတွေကိုတွေးပြီး မကောင်းတဲ့အတွေးတွေကို စိတ်ထဲက မောင်း
ထုတ်တတ်သွားရင် မကောင်းတဲ့အတွေးတွေ ပျောက်ကွယ်သွားလိမ့်မယ်။
ဖြည်းဖြည်းချင်း လေ့ကျင့်ယူရတယ်။ မင်းရဲ့ အတွေးကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရင်
မင်းရဲ့စိတ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်တာပဲ။ မင်းရဲ့စိတ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရင်
လည်း ထိန်းချုပ်နိုင်ပြီ။ မင်းရဲ့ဘာဝကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရင် မင်းရဲ့ဘာဝကို
ထိန်းချုပ်နိုင်သွားလိမ့်မယ်’

ဂျုလိယန်ပြောနေတာတွေဟာ ကျွန်တော်ဘဝမှာ လိုအပ်နေပါဘူး

တွေ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ သူရဲ့စကားတွေဟာ ကျွန်တော်ရဲ့ နှစ်ပေါင်းများစွာ ပိတ်မေတဲ့ အသိဉာဏ်ကို ဖွင့်ပေးနေသလိုပါပဲ။ ဒီအသိတရားတွေကို ဂျိနိုင်း ကျွန်တော်ကလေးတွေလည်း သိရင်ကောင်းမှာပလို့ တွေးမှုပါပါတယ်။ ကျွန်တော်အတွက် ဒီအသိတရားတွေက အကျိုးရှိသလို သူတို့အတွက်လည်း အကျိုးရှိမှာ သေချာပါတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ မိသားစကို အချိန်ပေးတတ်တဲ့ စင်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ခဲ့ပေမဲ့ အပူတပြင်းကိစ္စတွေများက်ပဲ လိုက် မှုမြို့ခဲ့ပါတယ်။ ဒါဟာ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်း မရှိခြင်းရဲ့ ပြယ်ဟန်ခု လည်း ဖြစ်နေခဲ့ပါတယ်။ ဂျူလီယန် စကားပြောနေတုန်းအချိန် ကျွန်တော် ခက် အတွေးနှယ်ချွဲနေမြို့ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်ကိုယ်ကျွန်တော် အသက် ၅၀ အဆွယ် လူတစ်ယောက်အဖြစ်ရော၊ အသက် ၆၀ အဆွယ် လူတစ်ယောက်အဖြစ် ရော မြင်ယောင်ကြည့်ပါတယ်။ အသက် ၅၀ တုန်းက တွေ့နေကျူလုပ်ဖောက်ကိုင် ဖက်တွေ၊ ကြုံနေကျူပြသုနာတွေ၊ လုပ်နေကျူအလုပ်တွေဟာ အသက် ၆၀ အထိ မပြောင်းလဲဘဲ ရှိနေတော့မှာလား။ အဲဒီလိုဖြစ်မှာ ကျွန်တော်အရမ်း ကြောက်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ငယ်စဉ်က လောကကြီးအတွက် အကျိုးပြုနိုင်တဲ့ သူတစ်ယောက်ဖြစ်ချင်ခဲ့တာပါ။ ဒါပေမဲ့ အခုအချိန်ထိ ကျွန်တော်ဟာ လောကကြီးအတွက် အကျိုးပြုတဲ့သူ မဖြစ်သေးပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဒီနေ့သူမှာတော့ ကျွန်တော်ဘဝကို ပြောင်းလဲပစ်တော့မယ်လို့ စိတ်ထဲကဆုံးဖြတ်ပြီးပါပြီ။ လွတ် လပ်မှုရဲ့ အရသာကို ပထမဆုံး စတင်ခံစားလိုက်ရသလိုပါပဲ။ ဂျူလီယန်က တော့ ကျွန်တော် အတွေးနှယ်ချွဲနေတာကို မရှိပ်မိဘဲ စကားဆက်ပြောပါတယ်။

“စိတ်စွမ်းအား ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ လုပ်လို့ရတဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခုကို မင်းကို ငါပေးမယ်။ နေ့တိုင်း မင်းအလုပ်ကိုသွားတဲ့အခါ မင်းရဲ့နှုတ်ကနေ အခါပြောပြုမယ့် စကားလုံးအချို့ကို ထပ်ကာထပ်ကာ ပြောကြည့်ပါ။ အပြင် မှာ ထုတ်ပြောလို့မရတဲ့ အခြေအနေမှာ စိတ်ထဲကနေပြောပါ။ ဒီစကားတွေကို ထပ်ကာထပ်ကာပြောခြင်းဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းကို တိုးတက်စေကြောင်း သူတော်စင် ရာမန်က ပြောခဲ့ဖူးတယ်။ စကားလုံးတွေ ဟာ စွမ်းအားဖြစ်တယ်။ မျှော်လင့်ချက်ရှိစေတဲ့ စကားလုံးတွေကို မင်းရဲ့စိတ်ထဲထည့်ရင် မင်းဟာ ကြင်နာလာလိမ့်မယ်။ ရဲရင့်တဲ့စကားလုံးတွေကို မင်းရဲ့စိတ်ထဲထည့်ရင် မင်းဟာ ရဲရင့်လာလိမ့်မယ်။ စကားလုံးတွေရဲ့ စွမ်းအား က ကြီးမားတယ်”

“ကောင်းပြီ။ ငါ အလုပ်သွားရင် နှုတ်ကနေ ထပ်ကာထပ်ကာပြောရ

မယ့် စကားလုံးတွေက ဘာတွေလဲ

‘အခု ငါပြောပြတော့မယ်’ ‘ငါဟာ လက်ရှိငါထက် အများကြီး
ပိုစိန္တ်မောင်နိုင်သူဖြစ်တယ်’ လောကကြီးမှာ ရှိသူမျှ အင်အား စွမ်းအားတွေ
ဟာ ငါရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ကိန်းအောင်းနှုတယ်’ ဆိတ် စကားစုပ် ဖြစ်တယ်。
ဒီစကားရဲ့ စွမ်းအားကို အထင်မသေးနဲ့ ညွှန်’ ဒီစကားစုပ်ကို
ရွတ်ခြင်းက မင်းကို အများကြီး ပြောင်းလဲပေးလိမ့်မယ်’ ဒီနည်းလမ်းကနေ
အမြန်ဆုံး အကျိုးကျော်ရှုံး ရချင်ရင်တော့ ဆိတ်ပြီးမှတ်တဲ့ နေရာမှာ လေ့ကျင့်တာ
ပိုကောင်းတယ်’ ဆိတ်ပြီးမှတ်တဲ့ နေရာတစ်ခုကိုရှာ’ ပြီးရင် မျက်လုံးကို မိုတ်ထား၊
မင်းရဲ့စိတ်ကို မပျော်လွှင့်စေနဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြီးမြှင့်ပြီးမြှင့်ထား၊ ပြီးရင်တော့ ရန်က
ငါပြောခဲ့တဲ့ စကားတွေကို အသံထွက်ပြီး ထပ်ကာထပ်ကရွတ်ပါ’ အဲဒီလို
ရွတ်နေတဲ့အချိန်မှာ မင်းကိုယ်မင်း ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းနဲ့ နေတတ်တဲ့သူ၊ ကိုယ့်
ကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့သူအဖြစ် မြင်ယောင်ပါ’ အဲဒီနည်းအတိုင်းလုပ်ရင်
မကြာခင်အချိန်အတွင်း သိသာတဲ့ ပြောင်းလဲမှုကို မင်း တွေ့မြင်ရလိမ့်မယ်’
ဒီနည်းလမ်းဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ ဘိုးဘွားတွေ လက်ထက်ထဲက တည်ရှိ
ခဲ့တဲ့ နည်းလမ်းဖြစ်တယ်’ တကယ်လည်း အလုပ်ဖြစ်လို့ ဒီနည်းလမ်းက
အခုထက်ထိ တည်ရှိနေသေးတာဖြစ်တယ်’ ငါအမြဲပြောခဲ့သလိုပဲ’ မင်းကိုယ်
တိုင် လုပ်ကြည့်ပြီးမှ ရလဒ်ကိုကြည့်ပြီး အလုပ်ဖြစ်မဖြစ် ဆုံးဖြတ်ပါ’ မင်း
စိတ်ဝင်စားမယ်ဆိုရင် စိတ်စွမ်းအားပိုကောင်းလာအောင် လုပ်ပေးနိုင်တဲ့ နောက်
ထပ် နည်းလမ်း၊ ၂ မျိုးလောက် ငါပြောပြနိုင်သေးတယ်’ ဒါပေမဲ့ အဲဒီနည်းလမ်း
တွေဟာလည်း မင်းနားထဲမှာ ထူးဆန်းကောင်း ထူးဆန်းနိုင်တယ်ဆိုတာ ငါ
ကြိုအသိပေးပါရစွဲ’

‘မင်း ပြောတာတွေကို ငါစိတ်ဝင်စားပါတယ် ဂျုလီယန်’ ဆက်သာ
ပြောပါ’

‘ပထမအချက်က မင်းလုပ်ရမှာ မကြိုက်တဲ့အရာတွေကို ၁,၈၂၅
ကြည့်ပါ’ ဥပမာ မင်းက မနက်ခင်း အိပ်ရာထဲ၊ ပြီး အိပ်ရာခေါက်ရမှာကို
မကြိုက်ဘူးဆိုပါစို့၊ ဒါဆိုရင် မင်းအခုကစပြီး အိပ်ရာထဲပြီးတိုင်း အိပ်ရာခေါက်
ကြည့်ပါ’ မင်းရဲ့ရဲ့က နိုးပေမဲ့ လမ်းလျောက်သွားရတာ မကြိုက်လို့ ကားနဲ့ပဲ
သွားနေတယ်ဆိုပါစို့၊ အခုကစပြီး လမ်းလျောက်သွားကြည့်ပါ’ မင်းရဲ့ စိတ်
စွမ်းအားကို အသုံးပြုခြင်းအားဖြင့် မင်းဟာ လွယ်တာလုပ်တဲ့သူတစ်ယောက်
အဖြစ်ကင့် လွတ်ပြောက်လာလိမ့်မယ်’ လွယ်တာထက် လုပ်သန့်လုပ်ထိုက်တာ
ကို လုပ်နိုင်တဲ့လွှာတစ်ယောက် ဖြစ်လာလိမ့်မယ်’ စိတ်စွမ်းအား ကောင်းမှန်

တော် လျှောက်

အရင်ဆုံး စိတ်စွမ်းအားကို အသုံးပြုတောင့်
လျောင် လျောက်နှင့်ဆိုတာ အရင်ဆုံး စိတ်စွမ်းအားကို အသုံးပြုတောင့်
လျောင်မယ်။ များများအသုံးပြုလေလေ မင်းရဲ့စိတ်စွမ်းအားက အမြန်ဆုံး
စုသုန္တမာလာလေလေပဲ။ ခုတိယပြောက် နည်းလမ်းက သူတော်စင် ရာများ
ကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်တယ်။ အဲဒါကတော့ တစ်နှစ်လျှော့
ဝါဘိတ် လျောက်နှင့်တာပဲ ဖြစ်တယ်။ သူကို တိုက်ရိုက်မေးတဲ့ မေးခွန်းကိုတော့
ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါကလွှဲရင် သူတစ်နှောက်စုံ စကားမပြောဘူး။ လျာကို
အချို့အတိုင်းအတာတစ်ခုထဲ ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းဟာ စိတ်စည်းကမ်းရှိမှုကို
တိုးတက်စေတယ်။

‘ငါ သိပ်နားမလည်ဘူး၊ ဘယ်လိုဖြစ်လိုလဲ’

‘ဒီလိုက္ခာ၊ ရှင်းအောင်ပြောရရင် တစ်နှောက်နှစ်စကားမပြောဘဲ မှုတယ်
ဆိုတာ မင်းရဲ့စိတ်ကို အနိုင်ယူနေတာနဲ့ အတူတူပဲ။ စိတ်က စကားပြောချင်
တယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းက စိတ်ရဲ့အလိုက် မလိုက်ဘူး။ မင်းစိတ်ကို တစ်နှောက်နဲ့
အနိုင်ရဖို့ ကြိုးစားနေတယ်။ စကားပြောချင်လာတိုင်း မင်းက အဲဒီစိတ်ကို
ချိုးနှစ်ပစ်တယ်။ မင်းကိုယ်တိုင်မပါရင် မင်းရဲ့စိတ်ကလည်း အင်အားမဲ့သွား
တယ်။ စိတ်က သခင်မဟုတ်ဘူးဆိုတာ မင်းတွေ့ပြီလား။ စိတ်ဆိုတာ သူ
ဘာသာသူ အလုပ်လုပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ မင်းရဲ့အမိန့်ကို အမြဲစောင့်တယ်။
ပြီးတော့မှ သူက လုပ်တယ်။ မင်းက သူကို ထိန်းချုပ်နိုင်လေလေ သူက
ပိုပြီးအစွမ်းထက်လာလေလေပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီစိတ်စွမ်းအားကို လူတော်တော်
များများ အသုံးမချေတတ်ကြဘူး’

‘ဘာကြောင့်လို့ မင်းထင်လဲ’

‘လူအများစုက သူတို့မှာ စိတ်စွမ်းအားရှိတယ်လို့ကို မထင်ကြတာ။
သူတို့က သူတို့ဘဝရဲ့ပြဿနာ တော်တော်များများအတွက် အခြားသူတွေကိုပဲ
အပြစ်တင်လေ့ရှိတယ်။ ဥပမာ ဒေါသထွက်လွယ်တဲ့ သူဆုပါစို့။ ဒေါသထိန်းပို့
သူကို ပြောရင် ‘မရဘူး။ ငါက ဒေါသထွက်လွယ်တယ်။ ငါအဖော်လည်း
အဲဒီလိုပဲ’ဆိုပြီး ဆင်ခြေပေးလိမ့်မယ်။ ဒေါသနည်းအောင် သူကိုယ်တိုင် လုပ်နိုင်
မှန်း မသိဘူး။ အနီးရိမ်ဂျွန်တဲ့သူတွေကို မေးရင်လည်း ‘အဲဒါ ငါအပြစ်မဟုတ်
ဘူး။ ငါအလုပ်ကိုက ဖိအားများတာ။ ငါဘာလုပ်လို့ရမှာလဲ’လို့ ဆင်ခြေပေးလိမ့်
မယ်။ အအိပ်ကြီးတဲ့သူတွေကိုမေးရင်လည်း ‘မတတ်နိုင်ဘူးလေ။ ငါရဲ့ခန္ဓာ
ကိုယ်က အိပ်ခို့နှင့်များမှ ရတာ။ မဟုတ်ရင် ပင်ယန်းနေရော’လို့ ဆင်ခြေပေးလိမ့်
မယ်။ အဲဒီလို လူတွေဟာ သူတို့ရဲ့စိတ်စွမ်းအားကို မသိကြတာလည်း ဖြစ်နိုင်
မယ်။ အချို့ကျတော့ သိလျက်နဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တာဝန်ယူမှု အားနည်းကြတာ
တယ်။

ပြစ်တယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ အတိတ်ရဲ့ ကျေးကျွန်းအဖြစ်ကမ္မာ အပြု
ရန်းထွက်လို့ရသလို အကျင့်ဆိုးတွေကနေလည်း ရန်းထွက်လို့ရတယ်။ အဲဒါလို့
အနေအထားတွေက ရန်းထွက်လို့အတွက်ဆိုရင် ကိုယ့်စိတ်ရဲ့ အရှင်သာခင်ပြစ်လာ
နဲ့ လိုတယ်။ ကိုယ့်စိတ်ရဲ့ကျွန်း ပြစ်နေရင်တော့ ရန်းထွက်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။
‘စိတ်က ကော်တော် နက်နဲ့တာပဲနော်’

‘ဟုတ်တယ် ပျော်။ အခုင်းပြောခဲ့တာက အရမ်းကို လက်တွေကျွုတဲ့
အတွေးအခေါ်ပြစ်တယ်။ မင်းမှာ အခုံရှိနေတဲ့ လက်ရှိစိတ်စွမ်းအားကို ဦး
ဆလောက် မြင့်တင်နိုင်ရင် မင်းဘာတွေ လုပ်နိုင်မလဲ စိတ်ထဲ တွေးကြည့်ပါ။
မင်းအမြဲတမ်း စဉ်းစားနေတဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်မယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ကူးတွေ တကယ်
ပြစ်လာနိုင်တယ်။ မင်း အချိန်ကိုပိုပြီး အကျိုးရှိရှိ သုံးလာနိုင်လိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့
နှီးရှိမ်ကြောင့်ကြတတ်တဲ့ စိတ်ကိုလည်း ဖျောက်နိုင်လိမ့်မယ်။ မိသားစုံ ပိမ့်
နှီးစပ်လာနိုင်တယ်’

‘အင်း... အဲဒါတွေလုပ်ဖို့ ငါလုပ်ရမှာက စိတ်စွမ်းအားကို ၁,ပြီး
အသုံးချကြည့်ဖို့ပေါ့၊ ဟုတ်လား’

‘မှန်တယ် ပျော်။ မင်းရဲ့စိတ်စွမ်းအားကို ၁,ပြီး အသုံးချကြည့်ဖို့
လိုတယ်။ သက်သာတဲ့ အလုပ်တွေကို လုပ်နေမယ့်အစား မင်းလုပ်သင့်တယ်လို့
စိတ်ထဲမှာ ထင်နေတဲ့ အရာတွေကို လုပ်ကြည့်ပါ။ မင်းရဲ့ အကျင့်ဆိုးတွေရဲ့
ခွဲအားကို ရန်းကုန်ကြည့်ပါ။ တစ်ပတ်လောက်ပဲ စမ်းသပ်ကြည့်ပါ။ ထူးခြားမှာ
ကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်’

‘မင်းပြောခဲ့တဲ့ ‘ငါဟာ လက်ရှိငါထက် အများကြီး ပိမ့်စွမ်းဆောင်
နိုင်သူဖြစ်တယ်။ လောက်ကြီးမှာ ရှိသမျှ အင်အားနဲ့ စွမ်းအားတွေဟာ ငါရဲ့
ခွဲကိုယ်ထဲမှာ ကိုနီးအောင်းနေတယ်’ဆိုတဲ့ စကားကိုလည်း ထပ်ကာထပ်ကာ
ချတ်ပြီး လေ့ကျင့်ရမှာ မဟုတ်လား’

‘ဟုတ်တယ် ပျော်။ အဲဒီစကားလုံးတွေလည်း နှေ့စည်ရွတ်ပြီး ငါပြောခဲ့
တဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းတွေလည်း နှေ့စည်လုပ်ပါ။ မင်းတစ်နှေ့တည်းနဲ့ အများကြီး
ပြောင်းလဲစရာ မလိုပါဘူး။ ဖြည့်ဖြည့်ချင်း ၁,လို့ ရပါတယ်။ မနက်ခင်းမှာ
ခါတိုင်းထဲ၊ နှုက္ခထက် တစ်နာရီလောက် စောပြီး အီပိရာထဲ၊ ဖြစ်အောင်
လျှော့စားပါ။ ပြီးရင် အဲဒီအကျင့်ကို စွဲနေအောင်လုပ်ကြည့်။ အဲဒီလောက်
လုပ်နိုင်ရင်တောင် မင်းကိုယ်မင်း ယုံကြည့်မှု မြင့်တက်လာလိမ့်မယ်။ သေးသေး
တယ်။ ကြီးကြီးမားမား အောင်မြင်မှုတွေက ကြီးကြီးမားမား အောင်မြင်မှုတွေသိကို ရောက်စေ
သေးသေးလေးတွေက ၁,ရာတယ်။

မန်ကိုပိုင်း စေစေထဲတဲ့ အလေ့အကျင့်ကို မင်းရှို့သူးရင် အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်း
ခြင်း၊ အရသာကို စတင်သိရှိလာလိမ့်မယ်။ အလေ့အကျင့်လေးတွေ တစ်ခုပြီး
တစ်ခုရအောင် လုပ်ရင်း အရှို့ရှိလာလိမ့်မယ်။ မင်း နှင်းလျောစီးဖူးလား ပျော်
•စီးဖူးတာပေါ့။ ဂျှော်နှင့်ငါ တစ်ခါတလေ နှင်းလျောစီး ထွက်လော်
တယ်။ မကြာခဏာတော့ မစီးဖြစ်ပါဘူး။ ဘာလို့လဲ။

•ဟုတ်ပြီ။ အခု ငါပြောနေတာတွေဟာလည်း နှင်းလျောစီးတော့
အလားသဗ္ဗာ့နံတူတယ်။ နှင်းလျောစီးရင် တောင်ထိပ်ကနေ့ ဖြည့်ဖြည့်ချင်း
စုံရတယ်မဟုတ်လား။ နောက်တော့ တစ်မိန့်အတွင်း တဖြည့်ဖြည့်မြန်လာ
တယ်။ အဲဒါ ဘာကြောင့်လို့ ထင်လဲ။

•ငါရဲ့ အလေးချိန်ကြောင့်လား။

•မဟုတ်ဘူး ပျော် ပိုမြန်လာတာ မင်းရဲ့အရှို့ရှိကြောင့်ပါ။ အရှို့ရှိဟာ
ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းနဲ့ နေတတ်တဲ့ ဘဝတစ်ခု တည်ဆောက်ရာများလည်း အရေး
ကြီးတဲ့ အရာတစ်ခု ဖြစ်တယ်။ မန်ကိုခင်း စေစေထဲ၊ တာ၊ ဒီမ်ကနေ့
အလုပ်ကို လမ်းလျောက်သွားဖြစ်တာ၊ တီးဗုံအကြည့်များနေလို့ ရပ်သင့်ပြီထင်တဲ့
အချိန်မှာ ရပ်တာ စတာတွေဟာ အသေးအဖွဲ့တွေဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ
အသေးအဖွဲ့တွေကို လုပ်ရင်းနဲ့ အရှို့ရှိရှိလိမ့်မယ်။ အရှို့ရှိရှိတဲ့အခါ မင်း
လုပ်နိုင်မယ်လို့ ဘယ်တူန်းကမှ မထင်ခဲ့တဲ့ အရာတွေကိုပါ လုပ်နိုင်လာလိမ့်မယ်။
မင်းမှာရှိတယ်လို့ ဘယ်တူန်းကမှမထင်ခဲ့တဲ့ အင်အားတွေ ရလာလိမ့်မယ်။
သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲက ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီး အောက်ပိုင်းမှာ ပတ်
ထားတဲ့ ဂိုင်ယာကြိုးက မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းနဲ့ ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်း
ရှိခြင်းရဲ့ စွမ်းအားကို အမြဲ သတိပေးနေလိမ့်မယ်။

စည်းကမ်းအကြောင်းကို ဂျုလိုယန်ရှင်းပြခဲ့တာ ကျွန်တော် အရမ်း
သဘောကျပါတယ်။ စည်းကမ်းဆိုတာ ပတ်ဝန်းကျင်က ချမှတ်ပေးထားတဲ့
အရာပဲ မဟုတ်ပါဘူး။ လူဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းနဲ့ လုပ်သင့်တယ်လို့
ထင်တဲ့အရာတွေကို လုပ်ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်ပို့
ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်း ရှိရပါမယ်။ စည်းကမ်းအကြောင်းတွေးရင်း ကျွန်တော်တို့
စကားပြောနေတဲ့ အခန်းထဲကို နေရောင်ဝင်လာတာကို သတိထားမိလိုက်ပါ
တယ်။ စကားပြောကောင်းနေတာ မန်ကိုခင်းရောက်လာတာတောင် သတိ
မထားမိခဲ့ဘူး။ ဒီနေ့ဟာ ကျွန်တော်အတွက် ထူးခြားတဲ့ နောက်ခုံဖြစ်မယ်လို့
စိတ်ထဲက တွေးနေမိပါတယ်။ ကျွန်တော်ဘဝ လက်ကျွန်းနောက်တွေ့ရဲ့ ပထမ
ဆုံး နေ့လေးအတွက် ကျွန်တော် ဝမ်းသာနေမိပါတော့တယ်။

မြန်မာ

အသိ: (၁၀) အနှစ်ချုပ်

ပုံပြင်ထဲက သက်တ = ဝါယာကြီး



ကျော်စဉ် = စည်းကမ်းရှိခြား နှစ်ခြင်း
မှတ်သားဖွယ်ရာများ

- * ဂိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းနဲ့ နေတတ်တဲ့သူဖြစ်အောင် အသေးအခွား
လေ့ကျော်ခန်းလေးတွေ လုပ်ရင်းနဲ့ စတင်ရပါမယ်။ သက်သာ
တဲ့ အလုပ်ထက် လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ဖို့ လိုပါတယ်။
- * မိမိလိုချင်တဲ့ ဘဝတစ်ခုတည်ဆောက်ဖို့ စိတ်စွမ်းအားဟာ
အရေးကြီးပါတယ်။

လေ့ကျော်ရှိ ကျော်စဉ်များ

- * မိမိမျှော်မှန်းထားတဲ့ ရည်မှန်းချက် တကယ်ဖြစ်လာတဲ့ပုံကို
စိတ်ထဲမှာ ပုံဖော်ကြည့်ပါ။
- * “ငါဟာ လက်ရှိငါထက် အများကြီး ပိုမိုစွမ်းဆောင်နိုင်သူဖြစ်
တယ်။ လောကကြီးမှာ ရှိသမျှ အင်အားနဲ့စွမ်းအားတွေဟာ
ငါရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ကိန်းအောင်းနေတယ်” ဆိုတဲ့ စကားကို
ထပ်ကာထပ်ကာ ရွတ်ဖတ်ပါ။
- * လုပ်ရမှာ မကြိုက်တဲ့ အရာတွေကို စ, လုပ်ကြည့်ပါ။
- * ဝန်ပိတ် လေ့ကျော်ခြင်းဖြင့် စိတ်ကို အနိုင်ရအောင် ကြိုးစား
ကြည့်ပါ။

အခ်း (၁၁)

သင့်ရဲ့ တန်ဖိုးအကြီးဆုံး အသုံးအဆောင်

‘လောက်ြီးမှာ လူတွေဟာ သူတို့ဖြစ်ချင်တဲ့အရာကိုသိပြီး အဲဒီအရာ ကို ဘယ်လိုရယူရမလဲ သိသွားတဲ့အချိန်မှာ အမြဲတမ်း နောက်ကျသွားပြီ ဖြစ်ဖော်တတ်တယ်။’ ‘ငါငယ်ငယ်ကသာ သိခဲ့ရင်ကွာ’၊ ‘အသက်သာ ပြန်ငယ် လိုရရင်ကွာ’ ဆိုတဲ့ စကားတွေနဲ့ပဲ သူတို့ကိုယ်သူတို့ နှစ်သိမ့်ကြရတယ်’

‘အချိန်အကြောင်းကို မင်း အစပျိုးနေတယ်ဆိုတော့ သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲက အချိန်မှတ်နာရီအကြောင်း မင်းပြောပြတော့မှာ မဟုတ်လား’

‘မှန်တယ် ပျော်’ ဆူမိန်ပန်းသမားကြီး အချိန်မှတ်နာရီကို ရယူပို့ ကြိုးစားရင်း ချော်လဲသွားတာ မင်းမှတ်မိတယ် မဟုတ်လား’

‘မှတ်မိတာပေါ့’

ကျွန်တော်မှတ်မိကြောင်း ဂျူလီယန်ကို ဖြေရင်း သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ဟာ တကယ်တော့ ပုံပြင်ထဲက ပစ္စည်းတွေ၊ သက်းတတွေကို မှတ်မိ အောင် တိတွင်ထားတဲ့ ပုံပြင်တစ်ခုမှန်း ကျွန်တော် သဘောပေါက်လာပါတယ်။ ထူးထူးဆန်းဆန်းပုံပြင်ကြီး ဖြစ်ဖော်ပေမဲ့ ပုံပြင်ထဲက ပစ္စည်းတွေကို မှတ်မိဖေတဲ့ အတွက် ဒီပုံပြင်ကို ကျွန်တော် သဘောကျလာပါတယ်။ အဲဒီအကြောင်း ဂျူလီယန်ကို ပြောပြလိုက်မိပါတယ်။ ဂျူလီယန်ကလည်း သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ သင်ကြားမှတွေဟာ တစ်ခါတစ်ရဲ ထူးထူးဆန်းဆန်း ဖြစ်တယ်လို့ထင်ရကြောင်း

ကျော်တော်ကို ပြောပြလာပါတယ်။

•ဟုတ်တယ် ရွှေ့နဲ့ သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ သင်ကြားမျှတွေဟာ အေ
ရိုင်းမှာ ထူးဆုံးတယ်လို့ ထင်ရတယ်။ ငါကိုယ်တိုင် ပထမဆုံးအကြိမ် ဖော်
ပုံပြင် နားဆောင်တွေးက တော်တော်လေး နားလည်ရ ခက်ဇာခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့
အော်ပုံပြင်ထဲမှာပါတဲ့ သက်တဲ့ ဂုဏ်သွေးဟာ ဘဝအတွက် အရေးကြီးတဲ့
အရာတွေကို သတိပေးနေတယ်။ ဥယျာဉ်သက်တော်က တိကျေတဲ့ ဘဝရည်မှန်းချက်
တွေရှိဖို့ သတိပေးနေတယ်။ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီးကတော့ ကိုင်ဇ်နဲ့ မိမိကိုယ်
ကို ဦးဆောင်နိုင်စွမ်းရှိဖို့ သတိပေးနေတယ်။ စိုင်ယာကြိုးကတော့ မိမိကိုယ်ကို
ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းနဲ့ ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းရှိခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတွေကို သတိ
ပေးနေတယ်။ ဒီပုံပြင်လေးအကြောင်းကို ငါ မစဉ်းစားမိတဲ့နေ့ဆုံးတာ မရှိ
သလောက်ပဲ။

•အခု ဒီရွှေရောင် အချိန်မှတ်နာရီကရော ဘာကို ကိုယ်စားပြုတာလဲ။

•ရွှေရောင်အချိန်မှတ်နာရီလေးက ငါတို့အတွက် အရေးအကြိုးဆုံး
အသုံးအဆောင်တစ်ခုအကြောင်းကို သတိပေးနေတာ ဖြစ်တယ်။ ငါတို့အတွက်
အရေးအကြိုးဆုံး အသုံးအဆောင်ကတော့ အချိန်ပဲဖြစ်တယ်။ ငါ သူတော်စင်
ကြီး တွေဆိုကနေ မထွက်ခွာခင် ရက်သတ္တုပတ် ၂ ပတ် အလိုလောက်မှာ
သူတော် စင်တွေထဲက အမျိုးသမီးတစ်ဦး ငါရဲ့တဲ့လေးဆီ ရောက်လာခဲ့တယ်။
သူရဲ့နာမည်က ဒီမိယာတဲ့။ သူဟာ သူတော်စင်တွေထဲမှာ အသက်အငယ်ဆုံး
လည်းဖြစ်တယ်။ သူက ငါကို လက်ဆောင်တစ်ခု လာပေးခဲ့တယ်။ လက်
ဆောင်လေးဟာ သူတော်စင်တွေ အားလုံးက ငါကိုပေးတဲ့ လက်ဆောင်တစ်ခု
ဖြစ်ကြောင်းလည်း ရှင်းပြခဲ့တယ်။

•ဘာလက်ဆောင်လေးလဲ။

•ဒီမိယာက သူရဲ့အိတ်ကလေးထဲကနေ လက်ဆောင်လေးကိုထုတ်ပြီး
ငါကိုပေးခဲ့တယ်။ လက်ဆောင်လေးကို မွေးကြိုင်နေတဲ့ စည်ဗျာတစ်မျိုးနဲ့ ထုပ်
ထားတာဖြစ်ပြီး ငါဖြေကြည့်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာတော့ သဲနာရီအသေးစားလေး
ဖြစ်နေတာကို တွေ့ခဲ့ရတယ်။ ဒီသဲနာရီလေးတွေဟာ သူတော်စင်ကြိုးတွေ
ငယ်စဉ်ကတည်းက တစ်ယောက်တစ်ခုစီ ဘိုးဘွားတွေဆီက လက်ဆင့်ကမ်း
ရရှိခဲ့တာဖြစ်ကြောင်း ဒီမိယာက ရှင်းပြတယ်။ သူတို့ဟာ စိုင်ဆိုင်မျှတွေကို
ကြကြောင်း ငါကိုရှင်းပြခဲ့တယ်။ အချိန်တွေဟာ အမြဲတမ်း ကား... ၁

က်နဲ့ကျရင် သူတို့လည်း သေခြင်းတရားနဲ့ ဆုံးတွေ့ရမယ်ဆိုတာကို သဲမှာရှိ လေးတွေက အသိပေးနေခဲ့တယ်။ အဲဒီအသိကြောင့်ပဲ သူတို့ဟာ သူတို့ရဲ့နှေ့ရက် တွေကို အကျိုးရှိစွာ ဖြတ်သန်းလေ့ရှိတယ်။

• ဟိမဂ္ဂန္တဘတေသနက်ထဲက သူတော်စင်ကြီးတွေက အချိန်ကို မှတ်ထားတာတော့ အုံသစရာပဲများ။

• သူတို့အားလုံးဟာ အချိန်ရဲ့ အရေးပါပုံကို မားလည်ကြတယ်။ အချိန်တွေ ကုန်နေတာကို သူတို့ဟာ အမြဲ သတိပြုမိကြတယ်။ အချိန်ဆိုတာ ဘယ်တော့မှ ပြန်မရနိုင်တဲ့ အရာတစ်ခုဖြစ်တယ်။ အချိန်ရှိတုန်း၊ ငယ်ချွေယ်တုန်း မှာ အချိန်ကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချုခဲ့သူတွေဟာ များသောအားဖြင့် စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ကျွန်းမာပြီး ပြည့်စုံတဲ့ဘဝကို ရကြတာများတယ်။ တိုကျိုမှာပဲနေနေ၊ နယ့်ယောက်မှာပဲနေနေ လူတိုင်း တစ်နှေ့မှာ ၂၄ နာရီရကြတာတော့ အတူတူပဲ ပြစ်တယ်။ အောင်မြင်တဲ့ဘဝကို တည်ဆောက်နိုင်တဲ့သူနဲ့ မတည်ဆောက်နိုင်တဲ့ သူ ကွာခြားတာကတော့ အချိန်ကို ဘယ်လို အသုံးချျလဲဆိုတဲ့ အချက်ပဲ ပြစ်တယ်။

• ငါအဖေ ပြောတာလေးတစ်ခုရှိတယ်။ • အလုပ်လုပ်တတ်ဆုံးလူတွေ က အမြဲတမ်း အချိန်ပို ရှိတတ်တယ်” တဲ့

• အဲဒီမှုန်တယ်။ သူပြောချင်တာက အလုပ်များပေမဲ့ အလုပ်လုပ်တတ်တဲ့သူတွေဟာ သူတို့ အချိန်ကို အကျိုးရှိရှိ အသုံးချေတတ်တယ်။ အချိန်ကို ကောင်းကောင်းအသုံးချေတတ်သူဟာ အချိန်တိုင်း အလုပ်လုပ်နေဖို့ မလိုဘူး။ သူတို့က သူတို့အချိန်ကို ကောင်းကောင်း စီမံခန့်ခွဲတတ်တယ်။ အလုပ်များတာ မှုန်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအလုပ်ကို ဘယ်လိုပြီးအောင် လုပ်ရမလဲ သူတို့သိတယ်။ အလုပ်ကို မြန်မြန်ပြီးအောင်လုပ်တတ်တော့ အလုပ်ပြီးရင် သူတို့လုပ်ချင်တာလေးတွေလုပ်ဖို့ အချိန်ပိုလာတယ်။ မိသားစုနဲ့ ဉာဏ်စားချင်လည်း စားလို့ရတယ်။ ရုပ်ရှင်သွားကြည့် ချင်တယ်ဆိုလည်း သွားကြည့်လို့ရတယ်။ အချိန်ကို အကျိုးရှိ အသုံးပြုတတ်ခြင်းက မင်းနှစ်သက်တဲ့အရာတွေကို လုပ်ဖို့ အချိန်ပိုရစေတယ်။ အချိန်ကို ထိန်းချုပ်တတ်ရင် ဘဝကိုလည်း ထိန်းချုပ်တတ်လာလိမ့်မယ်။ အချိန်ဆိုတာ ဘယ်တော့မှ ပြန်မရမယ့် အရင်းအမြစ်တစ်ခု ဆိုတာတော့ မမေ့စေနဲ့။ ငါ ဥပမာတစ်ခုပြောပြုမယ်။ ဒီနှေ့က တန်လာနှေ့ဆိုပါစို့။ တစ်နှေ့လုံး ကလည်း အလုပ်ကိစ္စချိန်းထားတာတွေ၊ အစည်းအဝေးတွေနဲ့ ပြည့်နေတယ်။ ဒီလိုနှေ့မျိုးဆိုရင် မင်း မနေက် ၆ နာရီခြားလောက်ထဲ၊ ပြီး ကော်ပီအမြန်သောက်ကာ အလပ်ကိသားမယ်။ အလပ်ကောက်တော့ မိအားများတဲ့ တန်လာနှေ့ တစ်နှေ့ကို အလပ်ကိသားမယ်။

ကြေမယ်။ ငါပြောကာ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လား။ အခါးလို့မဟုတ်ဘဲ တုရိချွေ့သူများ
အခို့ ၁၅ ဖိနစ်လောက်ပေးပြီး တန်လ္ာန္တမှာလုပ်မယ့် ကိုဥ္တွေကို မင်း
ပြင်ဆင်မယ်ဆိုရင် တန်လ္ာန္တဟာ မင်းအတွက် အများကြီး စိတ်သက်သာရှုရှု
မယ့် ဇွဲတစ်နှေ့ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ အဲဒါထက် ပိုအဆင်ပြုချင်ရင် တုရိချွေ့သူ
မှာ တစ်နာရီလောက် အခို့ပေးပြီး တစ်ပတ်တာလုပ်မယ့် အရာတွေကို
ကြိုပြင်ဆင်ကြည့်ပါလား။ စာအုပ်တစ်အုပ်ထဲမှာ မင်းလုပ်မယ့် အရာတွေကို
ချေရေးကြည့်ပါ။ ဘယ်အခို့မှာ မင်းရဲ့အမှုသည်တွေနဲ့ တွေ့မယ်၊ ဘယ်အခို့မှာ
ဖုန်းတွေ ဖြေမယ်၊ ဘယ်အခို့မှာ ငါပြောပြခဲ့တဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းတွေလုပ်မယ်၊
ဘယ်အခို့မှာ မိသားစုကို အခို့ပေးမယ် စသေဖြင့် ချေရေးပါ။ အဲဒါလို
တစ်ပတ်စာကြိုပြီးပြင်ဆင်ခြင်းက ဟန်ချက်ညီတဲ့ ဘဝတစ်ခုကို တည်ဆောက်
နိုင်ဖို့ အရမ်းအရေးပါတယ်။ အဲဒါရက်သွေ့ပတ်ဟာ မင်းအတွက် အလုပ်တွေ
လည်း ပိုပြီးလိမ့်မယ်။ အဓိပ္ပာယ်ရှိပြီး အခို့ကို အကျိုးရှိရှိ အသုံးချုခဲ့တဲ့
ရက်သွေ့ပတ်လေးလည်း ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

‘အလုပ်များတဲ့နှေ့တွေမှာ နှေ့လယ်နှေ့ခိုင်း ငါကို ပိုးခြုထဲ လမ်းတွက်
လျောက်ပို့ အကြိုပေးမှာတော့ မဟုတ်ပါဘူးနော်’

‘အဲဒါလည်း အကြိုပေးမလိုပဲ။ သူများလုပ်တိုင်း မင်းလိုက်လုပ်ရမယ်၊
သူများမလုပ်တိုင်း မင်းလိုက်မလုပ်ရဘူးလို့ ဘာလို့ တွေးတာလဲ။ ကိုယ်ပိုင်
အယုံအဆနဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဘဝကို တည်ဆောက်ပါ။ အလုပ်ကို ခါတိုင်းထက်
စောစောပြီး နှေ့လယ်နှေ့ခိုင်း ခဏေလောက် ပန်းခြုထဲ လမ်းဆင်းလျောက်လို့
ရော မရဘူးလား။ တန်လ္ား၊ အင်္ဂါတွေမှာ အလုပ်ကို နည်းနည်းပိုလုပ်ပြီး
သောကြာကျရင် စောစောပြန်ပြီး ကလေးတွေကို အခို့ပေးလို့ရော မရဘူး
လား။ ဒါမှုမဟုတ် တစ်ပတ်မှာ ၂ ရက်လောက် အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ခွင့်ရပို့
မင်းသူငြေးကို တောင်းဆိုကြည့်လို့ရော မရဘူးလား။ အဲဒါလို ၂ ရက်လောက်
အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်ခွင့်ရရင် မိသားစုနဲ့လည်း ပိုနဲ့စပ်တာပေါ့။ ငါအဓိက
ပြောချင်တဲ့ အချက်က မင်းရဲ့ တစ်ပတ်တာ အခို့ပေးတွေဟာ မင်းရဲ့
လက်ထဲမှာပဲ ရှိတယ်။ မင်းအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် မင်းကိုယ်တိုင်
ဖြေပြင်ပြောင်းလဲ ယူလို့ရတယ်။ မင်းဘဝရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ရှိခဲ့း အရာတွေကို
မြေချိန်းပြီး အဓိပ္ပာယ်သိပ်မရှိတဲ့ အရာတွေကို ရယူပို့ မကြိုးစားမိစော့
မင်းရဲ့ အခို့တွေကို အကျိုးရှိဖြာ အသုံးချို့ဆိုရင် ကြို့တင်ပြင်ဆင်ခြင်းဟာ
အရမ်းအရေးကြီးတယ်။ မင်းရဲ့ အမှုသည်တွေနဲ့ ချို့ထားတဲ့ အခို့တောက်

ရေးမှတ်ဖို့ အရေးကြီးသလို မိသားစာတွက် အချိန်ပေးပို့ ရေးမှတ်ခြင်းဟာ လည်း အရေးကြီးတယ်။ စာဖတ်ဖို့၊ အနားယဉ်ဖို့၊ မင်းရဲ့အနီးကို ချို့ကြောင်းပြော ပို့၊ မင်းရဲ့ကလေးတွေကို ပုံပြင်ပြောပြဖို့၊ ကတော်ကွင်းပို့ပေးပို့ အဲဒါတွေအားလုံး ဟာ အရေးကြီးတယ်။ အဲဒီအရာတွေအားလုံးကို တစ်ပတ်တာလုပ်မယ့် စာရင်း ထဲမှာ သေချာကြိုးတင်စီစဉ် ချေရေးထားခြင်းဖြင့် မင်းအလုပ်တွေ ပိုပြီးလိမ့်မယ်။ အလုပ်ချိန်ပြင်ပမား အနားယဉ်တာ၊ မိသားစာကို အချိန်ပေးတာဟာ အချိန်ဖြုန်းတာ မဟုတ်ဘူး ပျော်။ အဲဒီလိုလုပ်ခြင်းက မင်းရဲ့စီတ်ကို ကြည်လင်စေပြီး အလုပ်လုပ် တဲ့အခါမှာလည်း အလုပ်ပိုပြီးစေတယ်။ မင်းရဲ့ နှေ့စဉ်ဘဝမှာ လုပ်တဲ့အရာတွေ အားလုံးဟာ ဆက်စပ်နေတယ်။ မင်းအီမားမှာ ပြုမှုတဲ့ပုံစံတွေဟာ မင်းအလုပ်မှာ ပြုမှုမယ့် ပုံစံတွေအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိတယ်။ မင်းအလုပ်မှာ လူတွေအပေါ် ဆက်ဆံပုံဟာ မင်းအီမားမှာ မင်းမိသားစာကို ဆက်ဆံပုံအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိ တယ်။

‘မင်းပြောတာကို ငါသဘောတူပါတယ် ဂျူလီယန်။ ဒါပေမဲ့ ငါမှာ နှေ့လယ်ဘက် အနားယဉ်ဖို့၊ ယန်းခြိထဲ လမ်းလျှောက်ဖို့ တကယ်ကို အချိန်မရှိတာပါ။ ငါမှာ အမြဲတမ်း အလုပ်တွေ ပြည့်နေတတ်တယ်’

‘အလုပ်များတယ်ဆိုတာ ဆင်ခြေကောင်းတစ်ခုမဟုတ်ဘူး ပျော်။ တကယ့်မေးခွန်းက မင်းဘာတွေ အလုပ်ရှုပ်နေတာလဲဆိုတဲ့ မေးခွန်းဖြစ်တယ်။ သူတော်စင်ကြီးတွေဆီကနေ ငါသင်ယူခဲ့ရတဲ့ အသိတရားတစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒါ က ဘာလဲဆိုတော့ မင်းဘဝတစ်လျှောက် မင်းပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့ အောင်မြင်ဖြစ် တွန်းမှု ၈၀%က မင်းအချိန်တွေကို ကုန်စေခဲ့တဲ့ မင်းရဲ့လုပ်ရပ် ၂၀%က လာတယ်တဲ့’

‘ငါ သိပ်နားမလည်ဘူး’

‘ကောင်းပြီ။ မင်းရဲ့ အလုပ်များတဲ့ တန်လျာနှေ့နဲ့ပဲ ဥပမာပေးရ အောင်။ မနက်ပိုင်းကနေ ဉာဏ်ခိုင်အထိ မင်းလုပ်တဲ့အရာတွေ အများကြီးရှိမယ်။ အမှုသည်နဲ့ ဖုန်းပြောမယ်၊ တစ်ခါတလေ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေနဲ့ စကားပြောရင်း အချိန်ဖြုန်းမယ်၊ ဉာဏ်ရောက်တော့ ကလေးတွေကို ပုံပြင် ပြောပြီမယ်၊ ဂျ်နိုင်း၊ တို့အတူတူကြည့်မယ် စသဖြင့်ပေါ့။ တန်လျာနှေ့မှာ မင်းလုပ်ခဲ့တဲ့ လုပ်ရပ်ပေါင်း ၁၀၀ ရှိတယ်ပဲ ဆိုပါနို့။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလုပ်ရပ် ပေါင်း ၁၀၀ ထဲက ၂၀%ကပဲ မင်းဘဝအတွက် ရေရှည်ခံတဲ့ ပျော်ရွင်မှုမျိုး၊ ရေရှည်ခံတဲ့ အကျိုးရလဒ်မျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေတယ်တဲ့။ အဲဒီ ၂၀%ကို ဘဝ အတွက် အရေးကြီးတဲ့ လုပ်ရပ်များ လို့ခေါ်တယ်။ ဥပမာ နှောက် ၁၀ နှစ်နော်

ပိ.နှင့်.အ.မ.၂

အခါ မင်းအရှင်မှာ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေ့နဲ့ စကားပြောရင်း အချိန်ပြေားခဲ့တဲ့
လုပ်ရပ်ဟာ အရေးပါးမယ် ထင်လား
•အရေးပါတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး

•မှန်တယ် ဗျာ့။ ဒါပေမဲ့ မင်းလုပ်တဲ့ လုပ်ရပ်တွေထဲမှာ များ၊
၁၀ နှစ်အကြားမှာ ပြန်လည် အကျိုးပြုမယ့် လုပ်ရပ်တွေလည်း ရှိဇ္ဈာတယ်။
•ဥပဒေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ စာအုပ်တွေ ဖတ်တဲ့အချိန်၊ ငါရဲ့အမှုသည်တွေ
ဆက်ဆံရေးဝါးတက်အောင် ကြိုးစားတဲ့အချိန်၊ ပိတ်တဲ့ ရှိဇ္ဈာတစ်ယောက်
ပြစ်အောင် ငါအားထုတ်တဲ့အချိန် စတာတွေကို ပြောတာ မဟုတ်လား။

•မှန်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါပဲ မဟုတ်သေးဘူး။ ဂျိနိန့်ကလေးတွေ
အတွက် ပေးတဲ့အချိန်၊ မင်းရဲ့စိတ်ကို တိုးတက်အောင် လေ့ကျင့်တဲ့အချိန်၊
မင်းရဲ့ကျင့်မှာရေး ကောင်းအောင် လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တဲ့အချိန် စတာတွေလည်း
အရေးပါတယ်။ အဲဒီလိုလုပ်ခဲ့မိတာတွေအတွက် တစ်ချိန်ကျရင် မင်းကိုယ်မင်း
အားရန်လိမ့်မယ်။ ပျော်ရွှေ့ကျွန်းမာတဲ့သူတွေက ဘဝမှာ ဘယ်ဟာကို ဦးစား
လေး လုပ်သင့်လဲ သိကြတယ်။ ငါဘဝမှာ ငါမှားခဲ့တဲ့ အရာတွေရှိပြီး အဲဒီအမှား
တွေကို မင်းထပ်မလုပ်မိဖို့ ငါမျော်လင့်မိတယ် ဗျာ့။ အချို့လူတွေက အခြားသူ
လုပ်မိတဲ့ အမှားတွေကနဲ့ သင်ခန်းစာယူတတ်ကြတယ်။ အချို့လူတွေကျတော်
ကိုယ်တိုင်ကြံဖူးမှပဲ သင်ခန်းစာယူတတ်ကြတယ်။ အဲဒီလိုလူမျိုးတွေက သူတို့
ဘဝတစ်ရွှောက် မလိုအပ်တဲ့ နာကျင့်မှုတွေကို ခံစားကြရတယ်။ အခြားသူရဲ့
အမှားဆီက မသင်ယူခဲ့တော့ သူတို့ကိုယ်တိုင် အမှားတွေအများကြီး ကျူးလွန်
ပြီးမှ သင်ခန်းစာရကြတယ်။

ကျွန်ုတ် အချိန်စီမံခန့်ခွဲနည်း ဟောပြောပွဲတွေ တက်ဖူးပါတယ်။
ဒါပေမဲ့ ကျူလီယန် ပြောပြီတဲ့ အရာတွေတော့ တစ်ခါမှ မကြားဖူးခဲ့ပါဘူး။
သူပြောတဲ့ အရာတွေကြောင့် ကျွန်ုတ်ရဲ့ဘဝ ပိုပြီး ဟန်ချက်ညီလာနိုင်တယ်လို့
လည်း ခံစားမိမေ့ပါတယ်။ ကျွန်ုတ် တစ်ပတ်တာ လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေကို
တန်ခိုက်နေ့မှာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပြီး ချမှတ်ထားဖို့ တစ်ခါမှ မစဉ်းစားခဲ့ဖူးပါဘူး။
များဆိုရင် အဲဒီနည်းလမ်းလေး သုံးမယ်လို့ စဉ်းစားရင်း ကျူလီယန်ပြောတာ
ကို ဆက်နားထောင်နေမိပါတယ်။

•ဘဝမှာ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ဦးစားပေးအရာတွေပေါ်ကို အာရုံလွှာယူတတ်
ရတယ် ဗျာ့။ အဲဒီလိုလုပ်တတ်လာရင် မင်းဘဝမှာ မင်းဖြစ်ချင်တာတွေ စတင်
ပြစ်ပေါ်လာခို့မယ်။ မင်းအိပ်မက်တွေဆီသွားတဲ့ တံခါးတွေ စတင်ပွင့်လာလို့
မယ်။ ငါများက်ထပ်တစ်ခု သတိပေးရှိုးမယ်။ မင်းရဲ့ အချိန်ကို သူများတွေ

တရား သမ္မတ

နဲ့ယူတာ ဘယ်တော့မှ မခံနဲ့ ပြန်။” အချိန်သူနှီးတွေကို သတိထားပါ။
 ‘အချိန်သူနှီးဆိုတာ ဘယ်လိုမျိုးလဲ ဂျုလီယန်’
 ‘မင်းကလေးတွေကို ချောသိပြီးနောက် စာဖတ်နဲ့ ကုလားထိုင်ပေါ်
 မှ ထိုင်ရှုရှိသေးတယ် ဖုန်းဝင်လာမျိုး၊ ကြံဖူးလား။ အလုပ်မှာ ပင်ပန်းလို့
 မှုလယ် ခဏာနားမယ်ကြံတုန်း အကုအညီ လာတောင်းတာမျိုး၊ ကြံဖူးလား။
 အကုအညီတောင်းတယ်ဆိုတာ သာမန် အကုအညီတောင်းတာကို ပြောတာ
 မဟုတ်ဘူးနော်။ သူတို့တာဝန်ကို သူတို့ဘာသာမလုပ်ဘဲ အခြားသူကို အကုအညီ
 လိုက်တောင်းတတ်တဲ့သူမျိုးကို ပြောတာ။ အဲဒါမျိုးတွေ မင်း ကြံဖူးလား
 ‘ကြံဖူးတာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ငါကငြင်းဖို့ အားမှနာနေတော့ လိုက်လုပ်ပေး
 လိုက်တာ များတယ်’

‘အချိန်နဲ့ ပတ်သက်ရင် အားမှနာတတ်ဖို့လိုမယ် ပြန်။’ နှီး ဆိုတဲ့
 စကားကို ပြောတတ်အောင် လေ့ကျင့်ထားဖို့ လိုတယ်။ ဘဝမှာ အရေးမပါတဲ့
 အရာတွေကို နှီးလို့ ပြောရဲခြင်းဟာ ဘဝမှာ အရေးပါတဲ့ အရာတွေကို
 ‘ရက်စ်’လို့ ပြောဖြစ်အောင် ကူညီပေးတယ်။ ဖုန်းသံမြို့ည်တိုင်း ကိုင်စရာမလို
 ဘူး။ မင်းက မင်းအချိန်ကို လေးစားရင် သူများတွေကလည်း မင်းအချိန်ကို
 လေးစားလာလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့အချိန်ဟာ တန်ဖိုးရှိတယ်ဆိုတာ သူတို့နားလည်
 လာလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ မင်းရဲ့အချိန်ကိုလည်း သူတို့ တန်ဖိုးထားလာလိမ့်မယ်’

‘ငါ အဲဒါကို မှတ်ထားပါမယ် ဂျုလီယန်။ မင်းကို နောက်တစ်ခု
 မေးစရာရှိသေးတယ်။ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါ နှောင့်နှေ့ကြိုကြာတာကိုရော
 ငါဘယ်လို ဖြေရှင်းလိုရမလဲ။ မကြာခဏာဆိုသလို ငါမလုပ်ချင်တဲ့အရာတွေကို
 မလုပ်ဘဲ ပစ်ထားလေ့ရှိတယ်။ ကြာတော့ အဲဒါတွေက ပုံလာပြီး စိတ်စိတ်းလာ
 ရော့ ငါအဲဒါကို ဘယ်လို ဖြေရှင်းရမလဲ’

‘ကိုယ်ကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ အရာကိုပဲ လုပ်ချင်ပြီး မကြိုက်တဲ့အရာတွေ
 ကို ရှောင်ချင်တာ လွှာသာဝပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အစောင့်းမှာ ငါပြောခဲ့သလိုပဲ
 အလုပ်တွင်အောင်လုပ်တတ်တဲ့သူတွေဟာ နေးနေးကျွေးကျွေး အလုပ်လုပ်တဲ့သူ
 တွေ မကြိုက်တဲ့အရာတွေကို လုပ်တတ်ကြတယ်။ သူတို့ကိုယ်တိုင် မကြိုက်
 နှစ်သက်တဲ့ အရာတွေကိုလည်း လုပ်နိုင်အောင် သူတို့စိတ်ကို လေ့ကျင့်ထားကြ
 တယ်။ ဘဝမှာ တစ်ခါတလေး မကြိုက်ဘဲ လုပ်ရတာတွေ အများကြီးရှိတယ်
 ပြန်။ အဲဒါတော့ မကြိုက်မနှစ်သက်တာတွေကိုလည်း လုပ်နိုင်အောင် လေ့ကျင့်
 ထားဖို့လိုတယ်’

‘မင်းက ငါနဲ့ဆို အမြိုက်းသားပြီး မှန်တာကိုပဲ ပြောတတ်တဲ့အတွက်

၁၅၂

မင်းကိုလည်း ငါကပြန်ပြီး ရင်ဖွင့်စရာရှိတယ် ဂျေလီယန်။ ပျော်ဆွင်တဲ့ဘဝဘဲ့ခဲ့ မင်းကိုလည်း ငါအခုလုပ်နေတဲ့အလုပ်၊ ငါရဲ့ကား၊ ငါရဲ့အီမံတွေကိုလည်း ငါရဲ့အာတွက ငါကြိုးစားမှုတွေရဲ့ ရလဒ်တွေပြစ်တယ်။ မစွန်းလွှာတ်ချင်ဘူး။ ဒီအရာတွေက ငါကြိုးစားမှုတွေရဲ့ ရလဒ်တွေပြစ်တယ်။ အခု ငါရထား ငါတို့ ပထမဆုံးအကြိုမဲ့ စံတွေကတည်းက ငါကြိုးစားခဲ့တာ။ အခု ငါရထား ငါတို့ ပထမဆုံးအကြိုမဲ့ စံတွေကတည်းက ငါကြိုးစားမှုရဲ့ ဆုလာဘာတွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ တဲ့ ရပ်ဝဏ္ဏပစ္စည်းတွေဟာ ငါကြိုးစားမှုရဲ့ ခံစားမိတယ်။ ငါဘဝမှာ ငါဒီထက် အများ ငါဘဝဟာ အနှစ်သာရမဲ့နေသလို ခံစားမိတယ်။ ငါ အခု အသက် ငွေ ကျော်နေပြီး ကြိုး ပိုလုပ်နိုင်တယ်လို့ ခံစားမိတယ်။ ငါ အခု အသက် ငွေ ကျော်နေပြီး ငါအီစယ်မွော်စင်လည်း မရောက်ပူးသေးဘူး၊ Grand Canyon လည်း မရောက်ပူးသေးဘူး။ နေရာသီမှာ ကန္မားလျေလေး လျှော်ပြီး အနားယူတာလည်း မလုပ်ပူးသေးဘူး။ ပတ်ဝန်းကျင်က လုပ်တဲ့အရာတွေကိုလည်း ငါမှာခံစားဖို့ အချိန်မရှိခဲ့ဘူး။ ရှုံးဖိန်ပဲ့နဲ့ ခြေအိတ်ချုပ်ရတဲ့ အချိန်ဟာ ငါအတွက် ရှားပါးလွန်းတယ်။ ခြေထောက်ပြောင်နဲ့ ပုန်းခြုံတဲ့ လမ်းလျောက်ပြီး ကလေးတွေရဲ့ ရယ်မေားလေးတွေ နားထောင်ဖို့လည်း ငါမှာ အချိန်မရှိခဲ့ဘူး။ ရပ်ဝဏ္ဏပစ္စည်းတွေ ပိုင်ဆိုင်ပေမဲ့ စိတ်ထဲ ပြည့်စုံတယ်လို့ မခံစားရဘူး။ ငါဘယ်လို့လုပ်သင့်လဲ

• မင်းဘဝကို ရိုးရှင်းအောင် လုပ်ဖို့လိုတယ်။ မင်းဘဝကို ရိုးရိုးရှင်းရှင်း မေတ္တာရင် မင်းအတွက် အချိန်တွေ အများကြီးပို ထွက်လာပြီး မင်းလုပ်ချင်တာ တွေ လုပ်ခွင့်ရလာလိမ့်မယ်။ ဘဝနှိပ်တာ မေတ္တာရင်ဖို့၊ ဖြတ်သန်းဖို့ တည်ရှိနေတာ။ ဒါပေမဲ့ ငါတို့က ဘဝကို အမိဘာယ်ရှိရှိ မေတ္တာရင်ပြီး ပျော်ပျော်ဆွင်ဆွင် ဖြတ်သန်းဖို့ အမြဲမောင်ကြတယ်။ လူအများစုက အီးနောက်ဖေးက ပန်းခြံလေးရဲ့ အလှအပ ကို တန်ဖိုးထားဖို့ထက် စိတ်ကူးထဲက ပန်းခြံကြီးရဲ့ အလှအပကို ပိုမက်မောင်ကြတယ်။

• အော်လို့မဖြစ်ဖို့ ဘာလုပ်ရမလဲ။

• အဒါကတော့ မင်းဘာသာ စဉ်းစားဖို့ ထားလိုက်မယ်။ မင်းကို သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့၊ နည်းလမ်းများစွာ ငါပြောပြခဲ့ပြီးပြီ။ မင်းသာ အော်လုပ်းလမ်းကို အသုံးချုပ်ယိုရင် သေချာပေါက် မင်းဘဝ ပြောင်းလဲလာလိမ့်မယ်။ ငါရဲ့ဘဝ ပိုပြီးတည်းဇွန်အောင်လုပ်တဲ့ အရာလေးတစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ အဒါက ငါဇူးခင်းဘက်မှာ တစ်ရေးတစ်ရေး အိပ်တာပဲ။ ခဏာပဲအိပ်တာ ပြစ်ပေမဲ့ အော်လို့ အိပ်တာဟာ ငါကို အင်ဘားတွေ ပြန်လည် ပြည့်ဝစေတယ်။ မောက်တစ်ခုက များများရယ်မောဖို့ပဲ။ ရယ်မောခြင်းဟာ သိချင်းနားထောင်သလိုပဲ မင်းရဲ့ဘဝအမောတွေကို ပြောပျောက်စေတယ်။ သူတော်စင် ရာမျိုးပြောရရင် ရယ်မောခြင်းဟာ နှလုံးသားကို မင်းကော် ၁၀၀၂၏

တရှိ လျော့

အေးမြစ်တယ်။ ရယ်မေ့ဖို့ မေ့ရလောက်အောင် ဘဝကို အလေးအနက် ဆေးသေးသင့်ဘူး တဲ့။ ဘဝကို အလေးအနက်ထားလို့ ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အလေး ဆေးသင့်ဘူး ပြီး ရယ်ဖို့မေ့သွားတဲ့အထိတော့ မဖြစ်သင့်ဘူး။ နောက်ဆုံးပေး အနက်ထားလွန်းပြီး ရယ်ဖို့မေ့သွားတဲ့အထိတော့ မဖြစ်သင့်ဘူး။ နောက်ဆုံးပေး ချင်တဲ့ အကြံကတော့ မင်းအသက်ရှင်ဖို့ နှစ် ၅၀၀ လောက် ကျွန်ုတ္ထသေးသလို တွေးမေ့တာကို ဖျောက်လိုက်တော့ ရွှေ့နဲ့။ ဒီဖို့ယာ ငါ့ကို သဲနာရီလေး လာပေး တွေးမေ့တာကို ဖျောက်လိုက်တော့ ရွှေ့နဲ့။ သူ့ပြောတာက သစ်ပင်တစ်ပင်ကို အေး ပြောခဲ့တဲ့ စကားတစ်ခွင့်းရှိတယ်။ သူ့ပြောတာက သစ်ပင်တစ်ပင်ကို အေး ပြောခဲ့တဲ့ စကားတစ်ခွင့်းရှိတယ်။ သူ့ပြောတာက သစ်ပင်တစ်ပင်ကို အေး ပြောခဲ့တဲ့ စကားတစ်ခွင့်းရှိတယ်။ မင်းဘဝရဲ့ အချိန် အကောင်းဆုံးအချိန်က လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ် ၄၀ က ဆိုရင် ခုတိယ နိုက်ပျိုးဖို့ အကောင်းဆုံးအချိန်က လက်ရှိအချိန်ပဲ ဖြစ်တယ်တဲ့။ မင်းဘဝရဲ့ အချိန် အကောင်းဆုံးအချိန်က လက်ရှိအချိန်ပဲ ဖြစ်တယ်။ သေခါနီးစိတ်ထားမျိုး မွေးပါ။

‘ဘယ်လို...ဘယ်လို...သေခါနီးစိတ်ထား...ဟုတ်လား။ ဘာကို ဆိုလိုတာလဲ’

‘လူတိုင်းဟာ အချိန်မရွှေ့ သေနိုင်တယ်။ ဒီနေ့ဟာ မင်းအတွက် နောက်ဆုံးနေ့ ဖြစ်နိုင်သလို ငါ့အတွက်လည်း နောက်ဆုံးနေ့ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်’
‘နည်းနည်းတော့ အနိုင်ဗုံးဆုံးသလိုပဲမေ့။ သေရမှာကြီး တွေးမိလာ သလိုပဲ’

‘တကယ်တော့ သေခြင်းဆိုတာ လူတိုင်း ရှောင်မရတဲ့ အရာပါ။ အကယ်၍ သေခါနီး စိတ်ထား မွေးလာနိုင်ရင် မင်းရဲ့နေ့ရက်တိုင်းကို မင်းဘဝရဲ့ နောက်ဆုံးနေ့လို့ နေထိုင်တတ်လာလိမ့်မယ်။ မနက်တိုင်း ‘ဒီနေ့သာ ငါ့ရဲ့ နောက်ဆုံးနေ့ ဖြစ်မယ်ဆိုရင် ငါဘာလုပ်မလဲ’ ဆိုတဲ့ မေးခွန်းကို မေးကြည့်ပါ။ ဒီနေ့သာ မင်းရဲ့ နောက်ဆုံးနေ့ဖြစ်မယ်ဆိုရင် မင်းမိသားစုကို မင်းဘယ်လို ဆက်ဆံမလဲ၊ မင်းလုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေကို ဘယ်လို ဆက်ဆံမလဲ တွေးကြည့်ပါ။ ‘ဒီနေ့သာ အသက်ရှင်ဖို့ နောက်ဆုံးနေ့ဖြစ်ရင်’ ဆိုတဲ့ မေးခွန်းမှာ မင်းမသိ သေးတဲ့ စွမ်းအားတွေ့ ရှိနေတယ်။ ဒီမေးခွန်းကြောင့် မင်းဘဝရဲ့ နေ့ရက်တိုင်းမှာ အနိုင်ဗုံးရှိတဲ့ လုပ်ရပ်တွေကို ပိုပြီး လုပ်လာလိမ့်မယ်။ အရေးမပါတဲ့ အရာတွေ ကို မင်း စွန့်ပစ်လာနိုင်လိမ့်မယ်။ သေခြင်းတရားအတွက်လည်း အဆင်သင့် ပြစ်နေလိမ့်မယ်။ အလုပ်တွေ ပိုပြီးမယ်။ မင်းရဲ့စိတ်ကူးယဉ် ဒေါ်မက်တွေအပေါ် အချိန်ပိုပေးဖြစ် လာလိမ့်မယ်။ စိတ်ချုမ်းသာ ကိုယ်ကျွန်ုံးမှတဲ့ ဘဝတစ်ခုကို ပိုင်ဆိုင်ဖို့ မင်းလုပ်နိုင်တယ်ဆိုတာ သိလျက်နဲ့ မင်း မနစ်သက်တဲ့ ဘဝကိုပဲ လက်ခံနေတော့မှာလား။ မင်းမှာ လုပ်နိုင်စွမ်းတွေ ရှိနေတယ်။ မင်းလုပ်ကြည့်ဖို့ ပဲ လိုတာပါ’

‘တကယ်ကို အားတက်မိတယ်ကွာ’

၁၅၄

•မျာက်တစ်ခု အကြံပေးစရှုရှိသေးတယ်။ မင်းရည်မှန်းထားတဲ့အကျော်
တစ်ခု ကျွေးမယ်လို့ ဘယ်တော့မှ မတွေးနဲ့။ သေချာပေါက် အောင်မြင်မယ်လို့
တွေးပြီး အလုပ်လုပ်ပါ။ မင်း ရည်မှန်းထားတာကို မရနိုင်ဘူးလို့ ပြောနေတဲ့
အတွေးတွေး အားလုံးကို ရှင်းထုတ်ပါ။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊
ရှုပိုင်းဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်ပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွေးမယ်လို့ လုံးဝမတွေးပါနဲ့။ မင်း
ဘဝရဲ့ စိသက္ကပညာရှင်ဟာ မင်းကိုယ်တိုင်ပဲ ဖြစ်တယ်။

ဂျူလီယန် ပြောတာတွေ နားထောင်ရင်း မိုးလည်း စင်စင်လင်းခဲ့ပါပြီ။
ဂျူလီယန်ဟာ တစ်ညော်း သူ့ရဲ့အပိုးတန် ဗဟိုသုတေသနကို ကျွန်တော့ကို
ရှင်းပြုခဲ့ရတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ပင်ပန်းစပြုနေတာကို ကျွန်တော် သတိထားမိ
လိုက်တယ်။

•ငါတို့ သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်အခုံးသတ်နားကို ရောက်လာပြီ
နော်။ ငါ မင်းအီမီကနေ ထွက်သွားသင့်တဲ့အခို့နှင့်လည်း နှီးလာပြီ။ ငါလုပ်စရာ
တွေ အများကြီးရှိသေးတယ်။ တွေ့ရမယ့် လူတွေလည်း ရှိသေးတယ်။

•မင်းရဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ဟောင်းတွေကိုရော မင်းပြန်ရောက်တာ
ပြောပြုမှာလား။

•မပြောပြုဖြစ်လောက်တော့ပါဘူး။ ငါက သူတို့သိတဲ့ ဂျူလီယန်မန်
တဲ်လုံး မဟုတ်တော့တာ။ သူတို့နဲ့သိတုန်းက တွေးတဲ့ အတွေးတွေး ငါမတွေး
တော့ဘူး။ သူတို့နဲ့သိတုန်းက ဝတ်တဲ့ အဝတ်အစားတွေလည်း ငါမဝတ်တော့
ဘူး။ သူတို့နဲ့သိတုန်းက လုပ်တဲ့အရာတွေလည်း ငါမလုပ်တော့ဘူး။ ငါက
လုံးဝကို ပြောင်းလဲသွားတဲ့လူတစ်ယောက် ဖြစ်သွားပြီ။ သူတို့ ငါကို မှတ်မိမှာ
လည်း မဟုတ်ဘူး။

•မင်းက တကယ့်ကို စိတ်သစ်လှုသစ်နဲ့ ဖြစ်နေတာပါ။

•အသစ်တစ်ဖန် မွေးဖွားလာတာဆိုရင် ပိုတောင် မှန်မလားပဲ။ ငါ
ကိုယ်ငါ တကယ်သိခဲ့ပြီ။ ငါက ဒီကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ နေထိုင်တာ မဟုတ်
တော့ဘူး။ ဒီကမ္ဘာလောကကြီးက ငါထဲမှာ တည်ရှိနေတာ။

•အဲဒီတစ်ခုကတော့ အရမ်းမြင့်သွားပြီ။ ငါတော်တော်လေး စဉ်းစားရ
လိမ့်မယ်။

•ရပါတယ်။ ငါ နားလည်ပါတယ်။ ငါဘာပြောတာလဲဆိုတာ တစ်နှုံး
မင်း သဘောပေါက်လိမ့်မယ်။ မင်းသာ ငါပြောခဲ့တဲ့ အသိတရားတွေ၊ အလေ့
အကျင့်တွေကိုလိုက်ပြီး လုပ်ဆောင်မယ်ဆိုရင်ပေါ့။ မင်းကိုယ်မင်း ပိုပြီးသိလာ
လိမ့်မယ်။ မင်းဘဝရဲ့ အမြင့်ဆုံးရည်မှန်းချက် ဘာလဲဆိုတာလဲ ကွက်ကွက်ကွင်း

အနှစ်

မြင်လာလိမ့်မယ်

‘ဘဝရဲ အမြင့်ဆုံး ရည်မှန်းချက်ဆိုတာ ဘာကိုပြောတာလဲ’
 ‘အများကို ကူညီဖေးမဖို့ပေါ့။ မင်းရဲအိမ်ကြီး ဘယ်လောက်ပဲ လုပါ
 စာ၊ မင်းရဲကား ဘယ်လောက်ပဲ ဈေးကြီးပါစေ၊ သေခါနီးကျရင် အရေးကြီး
 တော်မင်းရဲသတိနိတ်ပဲ။ မင်းဘာတွေ လုပ်ခဲ့လဲ၊ မင်းဘယ်သူတွေကို ကူညီခဲ့လဲ၊
 မင်းကောင်းတာတွေ ဘာလုပ်ခဲ့လဲ စတာတွေက ခေါင်းထဲမှာ ပေါ်လာလိမ့်
 မယ်။ ဒါကြောင့် ဖြစ်နိုင်ရင် ကိုယ်ကျိုးမကြည့်ဘဲ အများကို တတ်နိုင်
 သလောက် ကူညီပါ။ ငါ့ရဲ အမြင့်ဆုံးရည်မှန်းချက်ကလည်း လူအများကို
 တတ်နိုင်သလောက် ကူညီဖို့ဖြစ်ပြီး အခု ငါသိထားတဲ့ အသိတွေကို သူတို့
 အားလုံးသိအောင် ဝေမျှဖို့ဖြစ်တယ်’

အနှစ်

မြင်လာလိမ့်မယ်

‘ဘဝရဲ အမြင့်ဆုံး ရည်မှန်းချက်ဆိုတာ ဘာကိုပြောတာလဲ’
 ‘အများကို ကူညီဖေးမဖို့ပေါ့။ မင်းရဲအိမ်ကြီး ဘယ်လောက်ပဲ လုပါ
 စာ၊ မင်းရဲကား ဘယ်လောက်ပဲ ဈေးကြီးပါစေ၊ သေခါနီးကျရင် အရေးကြီး
 တော်မင်းရဲသတိထိတ်ပဲ။ မင်းဘာတွေ လုပ်ခဲ့လဲ၊ မင်းဘယ်သူတွေကို ကူညီခဲ့လဲ၊
 မင်းကောင်းတာတွေ ဘာလုပ်ခဲ့လဲ စတာတွေက ခေါင်းထဲမှာ ပေါ်လာလိမ့်
 မယ်။ ဒါကြောင့် ဖြစ်နိုင်ရင် ကိုယ်ကျိုးမကြည့်ဘဲ အများကို တတ်နိုင်
 သလောက် ကူညီပါ။ ငါ့ရဲ အမြင့်ဆုံးရည်မှန်းချက်ကလည်း လူအများကို
 တတ်နိုင်သလောက် ကူညီဖို့ဖြစ်ပြီး အခု ငါသိထားတဲ့ အသိတွေကို သူတို့
 အားလုံးသိအောင် ဝေမျှဖို့ဖြစ်တယ်’

အခန်း (၁၁) အနှစ်ချုပ်

ပုံပြင်ထဲက သက်တ = အချိန်မှတ်နာရီ



ကျင့်စဉ် = အချိန်ကို လေးစားပါ။

မှတ်သားဖွယ်ရာများ

- * အချိန်ဆိုတာ သင့်ရဲ၊ အဖိုးတန်ဆုံး အသုံးအဆောင်ဖြစ်ပြီး ကုန်ဆုံးသွားရင် ဘယ်တော့မှ ပြန်လည် ရယူလို့ မရပါဘူး။
- * ဘဝမှာ အရေးကြီးတဲ့ အရာတွေကို ဦးစားပေးပါ။
- * ဘဝကို ရိုးရှင်းစွာ နေထိုင်ပါ။
- * ဘဝရဲ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းမှ ၈၀%က သင့်အချိန်တွေကို ကုန်စေခဲ့တဲ့ သင့်ရဲလုပ်ရပ် ၂၀% ကနေ ဖြစ်ပေါ်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆိုပါ ၂၀% သော လုပ်ရပ်များကို 'ဘဝအတွက် အရေးကြီးတဲ့ လုပ်ရပ်များ'လို့ ခေါ်ပါတယ်။

လျေကျင့်ရန် ကျင့်စဉ်များ

- * 'နိုး'ဆိုတဲ့စကားကို လိုအပ်တဲ့အချိန်မှာ ပြောရဲပါစေ။
- * 'ဒီနွေသာ ငါ့ရဲနောက်ဆုံးနွှဲဖြစ်ရင် ငါ ဒီနွေသာလုပ် မလဲ' ဆိုတဲ့ အတွေးအမြဲတွေးပါ။



အခန်း (၁၂)

ဘဝရဲ့ အမြင့်မားဆုံး ရည်ရွယ်ချက်

• ဟိမဝန္တာမှာ ငါတွေခဲ့တဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေဟာ ရပ်ရည်နဲ့ပြီး ကျွန်းမာရေးကောင်းကြရုံတင် မကာဘူး။ သူတို့ဟာ ငါမြင်ဖူးသမျှထဲမှာ အကြင် နာဆုံး လူသားတွေလည်း ဖြစ်ကြတယ်။ သူတော်စင် ရာမန် ငယ်စဉ်က အီပ်ရာ ဝင်ခါနီးတိုင်း သူရဲ့ဖောင်က *ဒီနှေ့ ကောင်းမွန်တဲ့လုပ်ရပ် ဘာလုပ်ခဲ့လဲ သား...* လို မေးလေ့ရှုတယ်တဲ့။ အကယ်၍ မလုပ်မိဘူးဆုံးရင် ချက်ချင်း တစ်ခုခုထဲ၊ လုပ်ရတယ်တဲ့။ သူတစ်ပါးကို ကူညီတဲ့အရာ၊ အများကို အကျိုးရှိစေမယ့် အရာ တစ်ခုခုလုပ်ပြီးမှ အိပ်ခွင့်ရတယ်တဲ့။ ဘဝမှာ အောင်မြင်မှုတွေ ဘယ် လောက်ပဲ ရပါစေ၊ အိမ်တွေ ဘယ်လောက်ပဲ ပိုင်ပါစေ၊ ကားတွေ ဘယ် လောက်ပဲ ပိုင်ပါစေ၊ မင်းဘဝရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ရှိမှုဟာ မင်းပတ်ဝန်းကျင်ကို ဘယ်လောက် အကျိုးပြုခဲ့သလဲဆိုတာနဲ့ပဲ သက်ဆိုင်တယ်*

ဒီဟာက သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲက ဘယ်အရာနဲ့ ပတ်သက် နေတာလဲ ဂျုလိုယ်

*နှင်းဆီပန်းတွေနဲ့ ပတ်သက်နေတယ်။ နှင်းဆီပန်း သကောက် မင်းကို တရုတ်စကားပုံလေးတစ်ခုအကြောင်း သတိပေးနေလိမ့်မယ်။ အဲဒါ မင်းကို တရုတ်စကားပုံလေးတော်ခုအကြောင်း သတိပေးနေလိမ့်မယ်။ အဲဒါ စကားပုံလေးက *သင့်ကို နှင်းဆီပန်းပေးသောသူ၏ လက်မှာ အမြဲတမ်း နောက် အမြဲတမ်း သင့်ကို ပြောချင်တဲ့။ ပြောချင်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကတော် နှင်းဆီနဲ့သင်းသင်းလေး ကျွန်းတတ်သည်* တဲ့။ ပြောချင်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကတော် သူတစ်ပါးရဲ့ ဘဝကို တိုးတက်အောင် ကူညီပေးတာဟာ မိမိအတွက်လည်း

၁၅၈

အကျိုးရှိတယ်တဲ့။ မင်းရဲ့ နှေ့စဉ်ဘဝမှာ သူတစ်ပါးအတွက် အကျိုးရှိစေမယ့်
အရာလေးတွေ လုပ်ပေးရင် မင်းဘဝလည်း ပိုပြီး အဓိပ္ပာယ်ရှိလာတာကို
ခံစားမိလာလိမ့်မယ်။

ငါ ပရဟိတာအဖွဲ့တွေမှာ ဝင်ပါရမယ်လို့ မင်းဆိုလိုတာလား

*လုပ်နိုင်ရင်တော့ ကောင်းတာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ငါပြောတာက အဲဒါ
ထက် ပိုပြီး လေးနှုန်းတယ်။ ဒီကမ္ဘာကြီးပေါ်မှာ မင်းဘာလို့ ရောက်နေတာလဲ
ဆိုတာကို မင်း သိဖို့လိုတယ်။ ဒီလောကကြီးထဲကနေ တစ်နှေ့ကျရင် ဗလာနှုန္တီ
မင်း ထွက်ခွာသွားရမှာ။ ဒီတော့ ဒီမှာ မင်းရှိနေတာ အကြောင်းရင်းတစ်ခုပဲ
ရှိတယ်*

အဲဒီအကြောင်းရင်းက...

*သူများတွေကို တတ်နိုင်သလောက်ဝေမျှဖို့ပဲ၊ တတ်နိုင်သလောက်
ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ရှိစွာ နေထိုင်ဖို့ပဲ။ မင်းမှာရှိတဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကို စွန့်ပစ်ပို့
ငါပြောနေတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ အဲဒီလို စွန့်ခွာသွားကြတဲ့သူတွေလည်း ရှိတယ်။
အချို့ ဆရာ၊ ဆရာမတွေဆိုရင် သူတို့အတွက် ဝင်ငွေကောင်းနေတဲ့နေရာကို
စွန့်ခွာပြီး ဘားခုက္ခသင့်နေတဲ့ အသတွေက ကလေးတွေကို စာသွားသင်ပေးကြ
တယ်။ သူတို့ဟာ ဒီကမ္ဘာလောကကြီးပေါ် သူတို့ရောက်လာတာ ရည်ရွယ်ချက်
တစ်ခုရှိမှုနဲ့ သဘောပေါက်သွားကြတယ်။ ငါအဓိကပြောချင်တာက မင်းလည်း
မင်းပတ်ဝန်းကျင် ကမ္ဘာလောကကြီးအပေါ် မြင်တဲ့ အမြင်ကို ပြောင်းလဲသင့်
တယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တသိုးတဲ့ခြွဲထဲတွေ့နေတာကို ရပ်တန်လိုက်
ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဒီကမ္ဘာလောကကြီးရဲ့ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် မြင်ယောင်
ကြည့်ပါ။ မင်းဘဝမှာ လုပ်လိုရတဲ့ အမြင့်မြတ်ဆုံးသော လုပ်ရပ်က မျှဝေပေး
ကမ်းခြင်းပဲ ဖြစ်တယ်။ မင်းပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေကို အချိန်သို့မဟုတ် မင်းရဲ့
အင်အားမျှဝေကြည့်ပါ။ အချိန်အင်အား ဆိုတာ မင်းရဲ့ တန်ဖိုးအရှို့ဆုံး အရင်း
အမြစ် ၂ ခုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကားကျပ်တဲ့အချိန်မှာ မင်းရဲ့ ကားရှုလမ်း
ကြောင်းထဲကို သူများတိုးဝင်ရင် မင်းကြိုက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ တစ်စီး
တလေ မင်း ကျော်ခွင့်ပေးလို့ရတာပဲလေ။ မင်းလည်း တစ်ခါတလေ အဲဒီလိုလုပ်
ပို့အရေးတကြီး လိုအပ်တတ်တာပဲလေ။ မင်း ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေကို
ပို့မို့ကောင်းမွန်အောင် ကူညီဖေးမရင် မင်းစိတ်ထဲမှာ တဖြည်းဖြည်း အဓိပ္ပာယ်
ရှိတဲ့ ဘဝတစ်ခု နေထိုင်ရလာသလို ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

ဂျုလိယန် ပြောတာတွေက တကယ်တော့ အဓိပ္ပာယ်ရှိနေတယ်။
ကျွန်ုတော် ရှုံးနေမဖြစ်ခင် ဥပဒေကျောင်းတက်တွန်းက ဥပဒေပည့်နဲ့ ကမ္ဘာ

ကြီးကို ပြောင်းလဲပစ်မယ်၊ လူတွေကိုကူညီမယ် စသဖြင့် အတွေးတွေ ရှိခဲ့ပါး
တယ်။ ဒါပေမဲ့ အခုအချိန်မှာတော့ သူများကို ကူညီဖို့ထက် ကိုယ့်ဘဝရပ်တည်
တယ်။ နိုင်နိုင် လုပ်မေ့ရတဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကော်ငါး ပညာရပ်တစ်ခု ဖြစ်လာခဲ့တယ်။
နိုင်နိုင် လုပ်မေ့ရတဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကော်ငါးကို အကျိုးပြုမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဟာ
တစ်ခိုင်က ကျွန်တော်မှာရှိခဲ့တဲ့ လောကကြီးကို အကျိုးပြုမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဟာ
နှစ်ပေါင်း ၂၀ အတွင်းမှာ အရည်ပျော်သွားခဲ့ပြီ။

‘ငါမင်းကို ပုံပြင်တစ်ခု ပြောပြုမယ် ရှုန်း။ တစ်ခါတုန်းက အဘွားကြီး
တစ်ယောက်ရှိတယ်တဲ့။ အဘွားကြီးဟာ သူရဲ့ခင်ပွန်းဖြစ်တဲ့ အဘိုးကြီးဆုံးသွား
တော်ကြောင့် သားဖြစ်သူရဲ့ အိမ်ကို သွားရောက် နေထိုင်သတဲ့။ သားဖြစ်သွားဟာ
အိမ်ထောင်နဲ့ဖြစ်ပြီး သမီးလေးတစ်ယောက်လည်း ရှိတယ်။ အဘွားကြီးဟာ
အသက်ကြီးလာပြီ ဖြစ်တဲ့အတွက် အမြင်အာရုံကလည်း ချို့ယွင်းလာပြီး
ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း တုန်တုန်ချည့်ချည့် ဖြစ်လာခဲ့တယ်။ မကြာခဏဆိုသလို
အစားအသောက်တွေ ဖိတ်ကျတာ၊ ဟင်းချိုပ်းကန် ကျကွဲတာတွေ ဖြစ်လာခဲ့
တယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ သားဖြစ်သူနဲ့ ဇိုးဟာ သည်းမခံနိုင်တော့ဘဲ
အဘွားကြီးကို သီးသန့်စားပွဲလေးတစ်ခုနဲ့ ထမင်းခွဲကျွေးမို့ စီစဉ်ခဲ့တယ်။
အဘွားကြီးဟာ အစားအသောက် စားချိန်ဆိုရင် တစ်ယောက်တည်း စားရပြီး
မျက်ရည်တွေ ပဲနေတတ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သားဖြစ်သူနဲ့ ဇိုးဟာ အဘွားကြီးကို
စကားတောင် မပြောတော့ဘူး။ တစ်နွေးတော့ သားဖြစ်သွားဟာ သူရဲ့ သမီးလေး
ကစားနေတဲ့ အနားကိုသွားပြီး ဘာတွေလုပ်နေတာလဲ သမီးရဲ့...လို့ မေးလိုက်
တယ်။ သူရဲ့ သမီးလေးက ‘သမီးက ခုံသေးသေးလေး လုပ်နေတာ ဖေဖေရဲ့’
ဖေဖေနဲ့မေမေ အသက်ကြီးလာရင် သီးသန့်ခွဲစားဖို့ခုံလေး လုပ်နေတာ’လို့
ပြောလာခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သားဖြစ်သူနဲ့ ဇိုးဟာ သူတို့သမီးလေးရဲ့
အပြုအမျှကြောင့် ဆုံးအ, သွားကြပြီး နောင်တရစွာ ဂိုဏ်းကြတယ်။ သူတို့ရဲ့
လုပ်ရပ်ဟာ ဘယ်လောက်ဆိုးရွားကြောင်း သတိထားမိသွားခဲ့တယ်။ အဲဒီညက
စပြီး အဘွားကြီးကို သူတို့အတူ ပြန်လည်စားသောက်စေခဲ့တယ်။ အဘွားကြီး
အစားအသောက်တွေ ဖိတ်တဲ့အခါမှာလည်း ဘယ်သူမှ စိတ်မဆိုးကြတော့
ဘူးတဲ့။ ဒီပုံပြင်ထဲက သားဖြစ်သူနဲ့ ဇိုးဟာ မကောင်းတဲ့သွေတွေတော့ မဟုတ်
ဘူး ရှုန်း။ သူတို့ဟာ ကိုယ်ချင်းစာတရားဖြစ်ပေါ်ဖို့ အလင်းပြပေးမယ့် အရာ
တစ်ခု လိုအပ်နေခဲ့တာ ဖြစ်တယ်။ ငါတို့တွေအားလုံးလည်း သူတို့လို့ မှားတတ်
ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ဟာ အသိတရားရတဲ့အချိန်မှာ အမှန်ကို ပြင်ရဲကြ
တယ်။ ကိုယ်ချင်းစာတရားနဲ့ အကြင်နာတရားရှိခြင်းဟာ လူတစ်ယောက်ကို
ပိုမိုပြုး ပြည့်စုစုတယ်။ မနက်စိုးလင်းခို့တိုင်းမှာ ဒီနွေးသွားအတွက် ဘာအကူ

အညီပေးမလဲ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ မင်းဆီကန္တ ချီးကျူးစကား ကြေားလေ့မရှိတဲ့ သူတွေကို အချိန်ပေးပြီး ချီးကျူးစကားဆိုပါ။ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတွေကို ဖွေးတွေးစွာ ဆက်ဆံပါ။ မင်းမိသားစုဝင်တွေအပေါ်မှာလည်း ကြုံနာစွာဆက် ဆံပါ။ အဲဒီအရာတွေ အားလုံးကြောင့် မင်းရဲ့နှေ့ရက်တွေဟာ ပိုမိုလှပလာလိမ့် မယ်။ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းကောင်း ၃ ယောက် ပိုင်ဆိုင်တဲ့သူဟာ လူချမ်းသာ ဖြစ်တယ်တဲ့။ မိတ်ဆွေကောင်းတွေဟာ မင်းရဲ့ဘဝထဲကို ရယ်မောစရာတွေ၊ ပျော်ရွင်စရာတွေ သယ်ဆောင်လာပေးတတ်တယ်။ လမ်းမှားရောက်နေတဲ့အခါ သူငယ်ချင်းကောင်းတွေက မင်းကို သတိပေးတတ်တယ်။ မင်းဘဝမှာ မွန်းကျေပ် တဲ့အခါ သူငယ်ချင်းကောင်းတွေက မင်းကို ပြုးပျော်စေတယ်။ ငါအလှပ် အရမ်းများခဲ့တဲ့ ရှေ့နှောဝတ္ထုန်းက မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်း သိပ်မရှိခဲ့ဘူး။ အဲဒါကြောင့် အခုအချိန်မှာ မိတ်ဆွေကောင်းဆိုတာ မင်းကလွှဲပြီး ဘယ်သူမှ မရှိဘူး။ စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ် ဖတ်ရရှင်တောင် ငါရဲ့ အတွေးအမြင်တွေကို ဝေမျှပို့ သူငယ်ချင်း မရှိခဲ့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ငါအရင်တ္ထုန်းက ကိစ္စတွေအတွက် အခုအချိန်မှာ မပုံဆွေးတော်ပါဘူး။ နှေ့ရက်တိုင်းဟာ ဘဝသစ်ရဲ့ ပထမဆုံးနှေ့ ဖြစ်တယ်လို့ သူတော်စင်ကြီးတွေက ငါကို သင်ပေးခဲ့တယ်။ ဒီတော့ ငါ ပြင်ဆင်စရာရှိတာတွေကို ပြင်ဆင်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ထားတယ်။

အရင်ကတ္ထုန်းက ဂျိုလီယန်ကို အရမ်းစိတ်ဓာတ်မာပြီး တော်တဲ့ ရှေ့နေတစ်ယောက်အဖြစ် ကျွန်ုတ်တော် မြင်ခဲ့တယ်။ သူဟာ အမြဲတမ်း တရားခွင် မှာလည်း စကားပြောကောင်းပြီး အမှုတွေကို အနိုင်ရအောင် လုပ်နိုင်သူတစ်ဦး လည်း ဖြစ်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ အခု ကျွန်ုတ်တွေနေရတဲ့ ဂျိုလီယန်က အရင် တ္ထုန်းက ဂျိုလီယန်နဲ့ တစ်စက်မှ မတူတာတော့ သေချာတယ်။ သူဟာ သူ ဘယ်လိုတိုးတက်အောင် လုပ်ရမယ်ဆိုတဲ့အပေါ်မှာပဲ စိတ်နှစ်ထားတယ်။ သူရဲ့ မျက်လုံးတွေဟာ ပျော်လင့်ချက်တွေ ပြည့်နေတယ်။ အရင်တ္ထုန်းက အခြား ကို သယ်ပိုးချင်နေတဲ့ လူသားတစ်ယောက် ဖြစ်နေပြီ။ ကျွန်ုတ်ရော ဂျိုလီယန် လို စိတ်မျိုး တစ်နှေ့မှာ ဖြစ်ပေါ်လာမှာလား....။

အခန်း (၁၂) အနှစ်ချုပ်

ပုံပြင်ထဲက သက်တ = နှင်းဆီပန်းများ



ကျင့်စဉ် = ကိုယ်ကျိုးမကည်ဘ အခြားသူများကို ကူညီပါ။

မှတ်သားဖွယ်ရာများ

- * လူတစ်ယောက်ရဲ ဘဝအဓိပ္ပာယ်ဟာ အဲဒီလူ ပတ်ဝန်းကျင် အပေါ် ဘယ်လောက် အကျိုးပြုခဲ့လဲဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်နေ တယ်။
- * သူတစ်ပါးရဲဘဝကို မြှင့်တင်ခြင်းအားဖြင့် သင့်ဘဝကို မြှင့် တင်ရာလည်း ရောက်ပါတယ်။

လေကျင့်ရန် ကျင့်စဉ်များ

- * နှေစဉ်နှေတိုင်း ကြင်နာတဲ့ လုပ်ရပ်တစ်ခုလုပ်ပါ။ အခြားသူ တွေကို အကူအညီပေးပါ။
- * မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတွေကို ကူညီဖေးမပါ။ တန်ဖိုးထားပါ။

□□□

အခန်း (၁၃)

ဘဝတစ်လျှောက် ပျော်ရွင်စေမယ့် လျှို့ဝှက်ချက်

ဂျူလီယန်နဲ့စကားပြောနေခဲ့တာ နာရီပေါင်း ၁၂ နာရီခန့် ရှိလာခဲ့ပါ
ပြီ။ အဲဒီ ၁၂ နာရီဟာလည်း ကျွန်တော့သာဝအတွက် အရေးပါတဲ့ ၁၂ နာရီ
ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာလည်း ပျော်ရွင်မှာ၊ ကျွန်ပ်မှာ၊ စိတ်အား
တက်ကြမှာ၊ လွတ်လပ်မှုတွေ ခံစားနေရတယ်။ ဂျူလီယန်ဟာ သူတော်စင်
ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ကို အသုံးပြုပြီး ကျွန်တော် လောကကြီးအပေါ် မြင်တဲ့အမြင်ကို
ပြောင်းလဲစေနိုင်ခဲ့တယ်။ ကျွန်တော့ရဲ့ ပင်ကိုစွမ်းရည်တွေကို အပြည့်အဝ
အသုံးမချေရသေးမှန်းလည်း သဘောပေါက်လာခဲ့တယ်။

‘ငါ ခဏနေရင် သွားရတော့မယ်။ မင်းလည်း မင်းအလုပ်တွေရှိနေ
သလို ငါလည်း လုပ်စရာတွေ ရှိနေသေးတယ်’

‘ငါအလုပ်က စောင့်လို့ရပါတယ် ဂျူလီယန်’

‘ငါအလုပ်ကတော့ မရဘူး ရွှေ့။ ဒါပေမဲ့ ငါမသွားခင် သူတော်စင်
ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲက နောက်ဆုံး သက်တအကြောင်းကိုတော့ ပြောပြုသွားပါ
မယ်။ သူတော်စင် ရာမန်ရဲ့ ပုံပြင်ထဲမှာ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီး ချော်လဲပြီးနောက်
ဖြစ်လည် သတိရလာခို့နဲ့မှာ စိန်တွေခင်းထားတဲ့ လမ်းကြီးကို တွေ့လိုက်ရတယ်။
အဲဒီလမ်းအတိုင်း လျောက်သွားရင်းနဲ့ ဆူမိန့်ပန်းသမားကြီး တစ်သက်လုံး
စိတ်ချုမ်းသာ ကိုယ်ကျွန်းမာနဲ့ နေထိုင်သွားတယ်။ အဲဒါကို မှတ်စိတ်မဟုတ်
လား’

•မှတ်မိတာပေါ့

•အခ ငါပြာပြတေ့မယ့် အကြောင်းအရာကို အဲဒီစိန်ခင်းထားတဲ့
လမ်းကြီးက ဂိုယ်စားပြန်တယ်။ ဒီအလေ့အကျင့်ကို မင်းနှစ်ဦးကျင့်သုံးရင်
ဘဝရဲ အိုးရှင်းဆုံး အရာတွေကော့ ပျော်ဆွင်မှုတွေကို မင်း ခံစားတတ်လာလို့
မယ်။

•ဒီတစ်ခုက လောကျင့်ဖို့ အချိန်ယူရမှာလား

•ဒီအလေ့အကျင့်က အချိန်အကြောကြီး မလိုပါဘူး။ ချက်ချင်းတောင်
ကျင့်သုံးလို့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ နည်းလမ်းကျကျ သုံးဖို့ဆိုရင် ၂ ပတ်လောက်
တောင် ပုံမှန်လောကျင့်ပေးဖို့လို့မယ်။

•ကောင်းပြီ၊ ငါကြားချင်နေပြီ

•တကယ့်စစ်မှန်တဲ့ ပျော်ဆွင်မှုနဲ့ သာယာတဲ့ဘဝကို “ပစ္စဗုဏ်မှာ
နေထိုင်ခြင်း”ကနေပဲ ရရှိနိုင်တယ်လို့ သူတော်စင်ကြီးတွေက ယုံကြည့်ကြတယ်။
အတိတ်ဆိုတာ ပြန်လည်ရယူလို့မရတဲ့ အရာဖြစ်ပြီး အနာဂတ်ဆိုတာလည်း
ထိတွေကြည့်လို့ မရသေးတဲ့ အရာဖြစ်တယ်။ တကယ်တွေ့ ငါတို့ပိုင်တာ
ပစ္စဗုဏ်တစ်ခုပဲရှိတယ်။ လက်ရှိအချိန်ကို မြတ်နိုးတတ်အောင် ကြိုးစားပါ။
ပစ္စဗုဏ်မှာ နေထိုင်တတ်အောင် ကြိုးစားပါ။

•မင်းပြောတာကို ငါသောပေါက်တယ် ဂျုလီယန်။ တစ်ခါတလေ
ပြိုပြင်လို့မရတဲ့ အတိတ်အကြောင်းတွေးရင် ငါ အချိန်ဖြန်းနေမိတယ်။ မဖြစ်
သေးတဲ့ အရာတွေအပေါ် နီးရိမ်ရင်းလည်း ငါစိတ်ညွှန်တတ်တယ်။ ငါရဲ့ရိုက်
က ငါကို ဦးတည်ရာပေါင်းစုံကို ခေါ်သွားနေသလိုပဲ။ အဲဒီလို့ တွေးခြင်းက
ငါကို ပိုပင်ယန်းစေတယ်။ စိတ်ခြမ်းချမ်းမှုနဲ့ ဝေးကွာစေတယ်။ တစ်ခါတလေ
မင်းပြောတဲ့ ပစ္စဗုဏ်မှာ နေထိုင်တယ်ဆိုတဲ့ဟာမျိုးလည်း ဖြစ်ဖူးတယ်။ ကိုယ့်
ရှေ့ကအလုပ်ကိုပဲ အာရုံစိုက်နေတာမျိုး၊ လက်ရှိအခိုက်အတန်းလေးကိုပဲ အာရုံ
စိုက်နေတာမျိုး ဖြစ်ဖူးတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အမြားအကြောင်း ဘာမှ မတွေးမိ
ဘူး။ အဲဒီလို့ ခံစားမှုမျိုးကို တစ်ခါတလေ ငါသားတွေနဲ့ သောလုံးကန်တဲ့အခါ
မှာ ခံစားမိတယ်။ အချိန်တွေ ကုန်သွားတာကို သတိမထားမိဘူး။ ငါအတွက်
ကမ္ဘာလောကကြီးမှာ အရေးအကြီးဆုံးအလုပ်က အဲဒီအချိန်မှာ လုပ်နေတဲ့
သောလုံးကန်ခြင်းပဲ။ အမြားအရာတွေဖြစ်တဲ့ နီးရိမ်မှုတွေ၊ မိတာ ဘေလ်ပေးရ
မယ့် ကိစ္စတွေ၊ ငါရဲ့အလုပ်ကိစ္စတွေ တစ်ခုမှ ငါခေါင်းထဲကို ဝင်လာလေ့မရှိ
ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအချိန်တွေဟာ ငါအတွက် စိတ်အအေးချမ်းဆုံး အချိန်တွေလည်း

‘အော် ပန္တဗုဒ္ဓမှာ မင်းမောထိုင်ခဲ့တာပဲ ရွှေ့။ ဒီဇူးအချိန်လို ဘုရာ်
သုတေသန်းဆိုတာ မင်းဘယ်တော့ ပြန်ရတော့မှာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် မင်း
ပြတ်သန်းမေ့ရတဲ့ အချိန်တိုင်းကို အပြည့်အစုစုထိုင်ပါ။ ဒါပေမဲ့ မင်း သိတော့
ရုပ်သချက်တစ်ခုရှိတယ်။ ပျော်ရွင်ပူဆိုတာ ဖုံးတိုင်တစ်ခု မဟုတ်ဘူး။
ပျော်ရွင်မှုဆိုတာ ခေါ်းတစ်ခု ပြစ်တယ်။ ဘယ်မေ့ရာကို ရောက်မှ ငါ့မှုပ်ယောက်လို့
မှာတော်ဝါတယ်။ မင်းရဲ့ ခေါ်းတစ်လျှောက်မှာ တတ်နိုင်သလောက် အမြှေတော်း
ပျော်အောင် ကြိုးစားပါ။’

‘အခါ မင်းပြောမေ့တဲ့အရာကို သူတော်စင် ရာများထဲက စိန်ခင်းဘား
တဲ့ လမ်းက ကိုယ်စားပြောမေ့တာလား။’

‘မှန်တယ် ရွှေ့။ ဆုနိုင်ပုန်းသမားကြီးဟာ စိန်တွေခင်းဘားတဲ့ လမ်းကို
လျောက်ရင်း မေ့ရာက်ဆုံးမှာ ပျော်ရွင်ကျွန်းမာရာ သူရဲ့ဘဝကို ပြတ်သန်းသွားခဲ့
တယ်။ မင်းလည်း မင်းလျောက်မေ့တဲ့ လမ်းဟာ တန်ဖိုးရှိတဲ့ လမ်းဆိုတာကို
သိသွားရင် ဝပြီးပျော်ရွင်သွားလိမ့်မယ်။ ရပ်စွဲပစ္စည်းတွေ ပိုင်ဆိုင်ရှို့ ကြိုးစား
ရင်းမဲ့ မင်းလျောက်မေ့တဲ့ လမ်းပေါ်က အလှအပတရားတွေကို မေ့သွားတာမျိုး
မပြစ်သင့်ဘူး။ လောမေ့တဲ့ စိတ်တွေကို ခဏလျော့ပြီး မင်းပတ်ဝန်းကျင်က
အလှအပကို ခံစားကြည့်ပါ၍့်း’

‘ဒါဆို ငါဘဝမှာ ရည်မှန်းချက် ကြီးကြီးထားတာကို ရပ်ပြီး လက်ရှိ
အချိန်ကိုပဲ အာရုံစိုက်လို့ မင်းပြောချင်တာလား။’

‘အဲဒါလို မဟုတ်ဘူး ရွှေ့။ အစောပိုင်းမှာ ငါပြောခဲ့သလိုပဲ မင်းဘဝ
မှာ မင်းကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေ ထားလို့ရတယ်။ အောင်မြင်
ပျော်ရွင်တဲ့ ဘဝတစ်ခုရဖို့ ရည်မှန်းချက်တွေဆိုတာ လိုအပ်တယ်။ မျှော်လင့်ချက်
တွေ လိုတယ်။ မနောက်မိုးလင်းရင် မင်းကို အိပ်ရာထဲက ထု, စေတာ အဲဒါရည်မှန်း
ချက်တွေပဲ ပြစ်တယ်။ ရည်မှန်းချက်တွေက မင်းဘဝကို အင်အားပြည့်ဝစေ
တယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါပြောချင်တဲ့ အချက်ကတော့ ရှင်းရှင်းလေးပဲ။ ဘယ်တော့မှု
အောင်မြင်မှုရဲ့ မေ့ရာက်မှာ ပျော်ရွင်မှုကို မထားနဲ့။ တစ်ခုခုရမှု ပျော်ရွင်မယ်ဆို
တာမျိုး မသာတဲ့မှတ်ထားနဲ့။ ဒီဇူးဟာ မင်းဘဝကို ပြည့်ပြည့်ဝေး မှတ်နိုင်ရမယ့်
ဖျော်ဖြစ်တယ်။ မင်း ထိပေါက်မှု၊ မင်း ပင်စင်ယူမှု မဟုတ်ဘူး။ ပျော်ရွင်စွာ
ရှင်သန်ခြင်းကို ဘယ်တော့မှု မရပ်ဆိုင်းလိုက်ပါနဲ့။ မင်းရဲ့သလုပ်မှာ မင်းကို
ကုည်းပေးမယ့် အကျိုဝင်ထမ်းရတော့မှု စိသားစုကို ပိုဂရိနိက်တော့မယ်လို့
မတွေးလိုက်ပါနဲ့။ မင်းရဲ့ ဘက်အကောင်ထဲမှာ ငွေတွေအဗျားကြီးရှိပြီး အလုပ်
မလုပ်ဘဲ မေ့လို့ရတဲ့အချိန်ကျွမ်း ငါပြောခဲ့တဲ့ အလှအကျိုဝင်တွေကို လုပ်တော့

မယ်လို မတွေးပါနဲ့ ဒီနှေဟာ မင်းအတွက် တန်ဖိုးအရှိခုံး အချို့ပါ။ မင်းရဲ့ စိတ်ကူးသိပ်မက်တွေကို လက်ရှိ အချို့ကစပြီး အကောင်အထည်ဖော်ပါ။ ပြီးတော့ မိသားစုကောင်းတစ်ခု ရှိခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကို ဘယ်တော့မှ မမေပါနဲ့ ပျော်။ မင်းရဲ့သားသမီး ငယ်ဘဝမှာ အချို့ပေးပါ။ မင်းရဲ့သားသမီး ငယ်စဉ် အချို့အခါမှာ အချို့မပေးခဲ့ရင် အဲဒီအချို့တွေကို မင်းဘယ်တော့မှ ပြု့မရတော့ဘူးဆိုတာ မှတ်ထားပါ။ အသက်ကြီးတဲ့ တစ်နှောကျရင် သူတို့က မင်းကို စွဲနှောသွားတော့မှာ။ သားသမီးတွေဆိုတာ မဂ္ဂလာတစ်ပါးပါ။ သူတို့ဟာ မင်းဘဝကို ပိုမိုပြည့်စုံစေသူတွေပါ။ အီမ်တစ်လုံးရဲ့တန်ဖိုးကို အဲဒီအီမ် ဘယ်လောက် ကြီးမားတာလဲဆိုတာနဲ့ မတိုင်းတာဘူး ပျော်။ အဲဒီအီမ်ထဲမှာ ချုပ်ခြင်း မေတ္တာတွေ ဘယ်လောက်ရှိနေလဲဆိုတာနဲ့ပဲ တိုင်းတာတယ်။ သားသမီးတွေရဲ့ ငယ်ဘဝမှာ မင်း သူတို့အတူ ဖြတ်သန်းဖို့လိုတယ်။ အလုပ်ကိုပဲ သဲကြီးမဲကြီး လုပ်နေပြီး သားသမီးတွေရဲ့ ငယ်ဘဝအချို့တွေကို လက်လွှတ်လိုက်ရတာမျိုး မဖြစ်သင့်ဘူး။ အဲဒီလို ဖြစ်သွားရင် မင်းတစ်နှေ့ သေချာပေါက် နှောင်တရလို့မယ်။ ငါကိုယ်တိုင် ခံစားဖူးလို့ မင်းကို ပြောပြတာပါ ပျော်။

ဂျူလီယန်ရဲ့ အသံဟာ ပြောနေရင်းနဲ့ အနည်းငယ် တုန်ယင်လာပါတယ်။ ဂျူလီယန်ဆိုတာ နာမည်ကျော် ရှေ့နေတစ်ယောက်၊ ကျိုကျိုတက်ချမ်းသာတဲ့သူတွေနဲ့ အမြဲတမ်း တပူးပူးတတဲ့တွဲရှိသူ။ အီမ်အကောင်းစား၊ ကားအကောင်းစားတွေ ပိုင်ဆိုင်သူ စသဖြင့်သာ ကျွန်တော် သိခဲ့တာပါ။ ဖင်တစ်ယောက်ရဲ့ ခံစားချက်ကို ဂျူလီယန်က ဘယ်လိုလုပ်သိနေတာလဲဆိုတာ ကျွန်တော် စဉ်းစားနေမိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဂျူလီယန်က ကျွန်တော်တွေးမှတဲ့ မေးခွန်းကို ပြောလာပါတယ်။

‘သားသမီးဆိုတာ မဂ္ဂလာတစ်ပါးမှန်း ငါဘယ်လို သိနေတာလဲမင်းတွေးမှုမယ် ထင်ပါတယ်။ ရှေ့နေလောကမှာ နာမည်မကြီးခင်တုန်းက ငါမှာ အီမ်ထောင်ရှိခဲ့ဖူးတယ်ဆိုတာ မင်းသိတယ် မဟုတ်လား’

‘အဲဒါတော့ သိတယ်’

‘မင်းမသိသေးတာက ငါမှာ သမီးလေးတစ်ယောက် ရှိခဲ့တယ်ဆိုတဲ့ အချက်ပဲ။ ငါသမီးလေးက ငါဘဝမှာ မြင်ဖူးသမျှ အရာတွေထဲမှာ ချုစ်စရာ အကောင်းဆုံး၊ အနူးညွှေးဆုံးလေးပါ။ အဲဒီအချို့တုန်းက ငါလည်း ငယ်သေးလေး ငါမှာ ရည်မှန်းချက်တွေ အပြည်ပဲ။ ငါဘဝကလည်း တော်တော်တော်ပတဲ့ အနာဂတ်ရယ်ရှိကြောင်း လွှတွေက မကြာခဲာ ချိုးကျူးလေးရယ်၊

တန်း လင့်

ရှိကြတယ်။ အေဒီအချိန်ထိ ငါဘဝက ပြီးပြည့်စုံမေ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်နေ့
တော့ ငါဆိုက ပျော်ဆွင်မှုတွေ အကုန်လုံး ပျောက်ဆုံးသွားခဲ့တယ်။

ဂျုလီယန်ဟာ ကျွန်ုတ် စ, တွေ့ပြီး စကားပြောကတည်းက ပျော်ဆွင်
တက်ကြွား ပြောနေခဲ့ပေမဲ့ အခုတော့ ဂျုလီယန်ရဲ့ မျက်လုံးတွေဟာ မျက်ရည်
တွေ ပြည့်မေ့တယ်။ မျက်ရည်တစ်စက် ကျွေသွားတာကိုလည်း ကျွန်ုတ်
သတိထား မိလိုက်တယ်။ ကျွန်ုတ် ဘယ်လိုနှစ်သိမ့်ရမလဲ စကားလုံး ရှာ
မတွေ့ဘူး ဖြစ်နေခဲ့တယ်။

‘သူငယ်ချင်း၊ မင်း ဆက်မပြောချင်ရင် မပြောလို့ရတယ်နော်’

‘ရတယ် ရွှေ့။ ငါ ဆက်ပြောပြချင်ပါတယ်။ မင်းဟာ ငါနဲ့ အရမ်းတူ
တယ်။ အခုအချိန်ထိ မင်းမှာ ငါနဲ့တူတဲ့ အကျင့်စရိတ်တွေ ရှိနေတယ်။ ဒါပေမဲ့
မင်း ဒီပုံစံအတိုင်း မင်းဘဝကို ဆက်လျှောက်မယ်ဆုံးရင် ခုက္ခဏတွေဆိုပဲ ရောက်လို့
များတယ် ရွှေ့။ ငါ ဒီနေ့ မင်းဆိုကိုပြန်လာပြီး ငါသိတဲ့ အရာတွေကို ပြော
ပြတယ်ဆုံးတာ မင်းကို ငါလိုအမှားမျိုး မကျွဲ့လွန်စေချင်လိုပါ။ ငါရဲ့ သမီးလေး
ဟာ အရက်မူးပြီး မောင်းတဲ့ ကားသမားတစ်ဦးကြောင့် သေဆုံးခဲ့ရတယ်။
တကယ်တော့ အဲဒီကားသမားဟာ ငါသမီးလေးရဲ့ အသက်ကိုပဲ ယဉ်သွားခဲ့တာ
မဟုတ်ပါဘူး။ ငါအသက်ကိုလည်း သူ နှစ်ယဉ်သွားခဲ့တာပါ။ သမီးလေး
မရှိတော့တဲ့နောက်ပိုင်း ငါဘဝဟာ အစိတ်စိတ်အမြဲ့မြဲ ပြိုကွဲသွားခဲ့တယ်။
အလုပ်တွေ များများဖိလုပ်ရင် ငါသမီးလေးကို သတိရတဲ့စိတ်ပျောက်မလားလို့
ငါအလုပ်တွေ ဖိလုပ်ခဲ့တယ်။ အိပ်ရာကနိုးတာနဲ့ ငါအလုပ်တွေပဲ တောက်
လျှောက် လုပ်နေမြတ်ခဲ့တယ်။ တစ်ခါတလေ ရုံးက ဆိုဟပ်မှာပဲ အိပ်ခဲ့တယ်။
ငါသမီးလေးရဲ့ အငွေ့အသက်တွေရှိနေခဲ့တဲ့ အိမ်ကို ငါ မပြန်ရဲ့သလောက်ပဲကျား။
အိမ်ရောက်တာနဲ့ သူကို သတိရလွန်းလို့ ငါ အရမ်းဝမ်းနည်းရတယ်။ ငါရဲ့
မရှုပ်မှား အလုပ်လုပ်မှုကြောင့် အပြင်ပန်းမှာ အောင်မြင်လာခဲ့ပေမဲ့ အတွင်းပိုင်း
မှာတော့ တစ်စစ် ဆွဲဖြစ်ခံထားရသလိုပဲ။ ဥပဒေကျောင်းတက်ကတည်းက
ငါဘေးမှားမှာ အမြဲရှုပ်တည်ခဲ့တဲ့ စီးဖြစ်သွားလည်း ငါရဲ့အလုပ်အပေါ်
စွဲလမ်းလွန်းမှုကြောင့် ငါကိုထားခဲ့တယ်။ ငါကျွန်ုံးမာရေးကလည်း တဖြည့်
ဖြည့်းဆိုးရွားလာခဲ့တယ်။ အရာရာကို ဝယ်ယူနိုင်တဲ့ ငွေကြေးတွေ ငါမှာ
ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီငွေတွေအတွက် ငါစိတ်စိဉ်လှုံးကို ငါရောင်းချုခဲ့မိ
တယ်။ အဲဒီငွေတွေရှိခို့မှာ ငါရဲ့ စိတ်စိဉ်လှုံးက ကြော်ပြီးဖြစ်နေပြီး ငါရဲ့သမီး
လေး ဆုံးသွားတာ ၂၇ နှစ် ရှိသွားပြီ။ ဒါပေမဲ့ သူရဲ့ ရယ်သံလေး တစ်ဖန်ပြန်
ကြေားရဖို့ဆို ငါ ဘာမဆိုပေးခဲ့တယ် ရွှေ့။ သူနဲ့တူတူပုန်းတမ်း ပြန်ကစားခွင့်ရရှိ

နိ ၄ ဘာမဆိုပေးရတယ်။ သူကိုဖွေဖက်ပြီး သူရဲ့ ချွေရောင်ဆံပင်လေးတွေကို
ပွတ်သပ်ပေးချင်တယ်။ ငါရဲ့နဲ့သား တစ်စီတ်တစ်ပိုင်းဟာ သူနဲ့အတူ ပါသူး
ခဲ့တယ်။ ငါဘဝဟာ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့ သွန်သင်ဆုံးမမှုတွေကြောင့်
အေးချမ်းလာခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါသမီးလေးကို မလွမ်းမိတဲ့နေ့တော့ တစ်နွော
မရှိခဲ့ဘူး။ ပူလောင်တဲ့ခံစားမွှု မဟုတ်တော့ပေမဲ့ သမီးလေးကိုတော့ သတိရင့်
ဆပ်။ မင်းမှာလည်း သားသမီးတွေရှိတာ ငါသိတယ် ပျော်။ သားသမီးတွေကို
ပေးနိုင်တဲ့ အကောင်းဆုံးလက်ဆောင်က ချုပ်ခြင်းတရားပဲ ဖြစ်တယ်။ သူတို့၏
နှုန်းသားချင်း နီးပေါ်အောင်နေပါ။ သူတို့ဟာ မင်းဘဝရဲ့ အရေးကြီးဆုံးအရာ
ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို ပြသပါ။ အချိန်ဆိုတာ အကုန်မြန်တယ်။ သူတို့တွေအသက်
ကြီးလာတဲ့အခါ သူတို့မိသားစုတွေနဲ့ သူတို့ဘဝကို ဖြတ်သန်းကြလိမ့်မယ်။
အဲဒီအချိန်ကျမှ သူတို့ကို အချိန်ပေးချင်ရင် အရမ်းနောက်ကျသွားပြီ ပျော်

ဂျေလိယန်ပြောတဲ့ စကားတွေက ကျွန်တော့ရင်ဘတ်ကို တည့်တည့်
ထိခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ အလုပ်ဦးစားပေးလွန်းတဲ့ နေထိုင်မှုပုံစံကြောင့်
ကျွန်တော်နဲ့ ကျွန်တော်မိသားစုကြားက ဆက်ဆံရေးက အေးစက်နေတာ
ကြာပြုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ တင့်ငွေနဲ့ မီးလောင်ပြီး ပြာစတွေ ကြွေကျနေတဲ့
ထင်းတစ်ချောင်းလိုပါပဲ။ အနေးနဲ့အမြန် တစ်နေ့တော့ ထင်းချောင်းတစ်ခုလုံး
ပျောက်ကွယ်သွားတော့မှာ သေချာတယ်။ ကျွန်တော်ရဲ့ သားသမီးတွေ
ကျွန်တော်ကို လိုအပ်တာ ကျွန်တော်သိပါတယ်။ အချိန်တွေက တစ်နှစ်ပြီး
တစ်နှစ် ကုန်ဆုံးလာခဲ့ပြီး သူတို့လည်း တဖြည်းဖြည်း အသက်ကြီးလာနေပါပြီ။
ကျွန်တော်သားလေး အနိဒိန်း အတူတူ ငါးများထွက်ခဲ့တဲ့ နောက်ဆုံးအကြောင်း
ကိုတောင် သိပ်မမှတ်မိချင်တော့ပါဘူး။ အရင်တုန်းကဆို အလုပ်ပိတ်ရက်တိုင်း
ကျွန်တော်သားနဲ့ အတူတူ တစ်နေရာရာကိုတော့ သွားလည်ဖြစ်ပါတယ်။
အခုတော့ အဲဒီဖြစ်ရပ်ဟာ အတိတ်ပုံရိုပ် တစ်ခုသာ ဖြစ်သွားခဲ့ပါပြီ။ သားလေးရဲ့
ကဗျာရွတ်ဆိုပဲ့၊ ကျောင်းကပဲ့၊ အားကစားပဲ့ စတာတွေ အားလုံးကို ကျွန်တော်
မသွားဖြစ်ခဲ့ပါဘူး။ ကျွန်တော်ရဲ့ အလုပ်ကို ဦးစားပေးခဲ့ပြီး သူအတွက်
အချိန်မပေးခဲ့မိပါဘူး။ အခုတော့ အဲဒီအကြောင်းတွေးမိလေလေ ဝမ်းနည်းမိ
လေလေ ဖြစ်လာပါတယ်။ ကျွန်တော် ဘဝတွေ လုပ်နေခဲ့မိပါလိမ့်။ ကျွန်တော်
အမြန်ဆုံး ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်တော့မယ်။

*ပျော်ချင်မှုဆိုတာ ခရီးတစ်ခု ဖြစ်တယ်။ ပျော်ချင်မှုဆိုတာ မင်းရဲ့
ရွှေးချယ်မှုတစ်ခုလည်း ဖြစ်တယ်။ နှေ့စဉ်မျှတိုင်း သဘာဝတရားက ပေးတဲ့
အလုအပတွေကို ရအောင်ခံစားပါ။ မင်းပိုင်ဆိုင်တာ လက်ရှိအချိန်တစ်ခုပဲ

တရာ့ လင့်

ရှုတယ်ဆိုတာ မမေ့ပါနဲ့

‘ပစ္စာဖွန်မှာ နေထိုင်တတ်အောင် သင်ယူလို့ရလား’

‘သိပ်ရတာပေါ့။ ဘယ်လိုအခြေအမျာပဲ ရောက်နေပါစေ ပစ္စာဖွန်မှာ လျှပ်စွဲနေတတ်အောင်၊ လက်ရှိအနိုင်အတန်တိုင်းကို တန်ဖိုးထားတတ် အောင် လျေကျင့်ယူလို့ရတယ်’

‘ဒါပေမဲ့ အဲဒီလိုနေထိုင်တာက အကောင်းမြင်လွန်းရာ ကျမန်ဘူးလား။ ဥပမာ စီးပွားရေးတစ်ခု ကျရှုံးသွားလို့ မွဲပြာကျသွားတဲ့သူက အဲဒီလို နေထိုင်ပါမလား’

‘တကယ်တော့ မင်းဘဏ်အကောင့်ထဲမှာရှိတဲ့ ပိုက်ဆံပမာဏနဲ့ မင်း အိမ်ရဲ့ အရွယ်အစားပမာဏဟာ ပျော်ရွင်မှုနဲ့ ဘာမှ မပတ်သက်ဘူး။ ကန္တာပေါ်မှာ စိတ်မပျော်မရွင်ဖြစ်နေတဲ့ သူငွေးတွေ အများကြီးရှိတယ်။ ဟိမဝန္တာမှာ ငါတွေ့ခဲ့တဲ့ သူတော်စင်ကြီးတွေက ပိုက်ဆံမရှိမှာ စီးပွားရေးတိုင်လို့ သူတို့ စိတ်ဆင်းရဲ့ ကြမယ် ထင်လား။ ပိုက်ဆံအများကြီးရှာတော့ ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ ဖြတ်သန်းတော်က မတွေဘူး။ နေ့စဉ် နေ့တိုင်း မင်းမှာရှိတဲ့အရာတွေအတွက် စိတ်ထဲကနေ ကျေးဇူးတင်ကြည့်ပါ။ မင်း ဥပမာပေးခဲ့တဲ့ စီးပွားရေးကျရှုံးခဲ့တဲ့သူတောင်မှ ကျေးဇူးတင်စရာတွေ ရှိနော်းမှာ သေချာတယ်။ သူရဲ့ကျွန်းမာရေး ကောင်းသေးလား၊ သူရဲ့မိသားစု အသက်ရှင်ပြီး ကျွန်းမာသေးလား၊ သူအဖေအမေတွေ ရှိသေးလား စတဲ့ မေးခွန်းတွေကို တွေးကြည့်ရင် သူဘဝမှာ အသက်ရှင်စရာ အများကြီး ကျွန်းသေးတယ်ဆိုတာ သိလာလိမ့်မယ်။ ဘဝမှာ ကျေးဇူးတင်စရာ အများကြီးရှိတယ်။ လက်ရှိ စကားပြောနေချိန်မှာ အသက်ရှုံးခွင့်ရတာကို ကျေးဇူးတင်မယ်ဆိုရင် ကျေးဇူးတင်လို့ရတယ်။ လူတစ်ယောက်ဟာ ဘာတွေပဲ ဆုံးရှုံးသွားပါစေ ကြိုးစားချင်တဲ့စိတ်နဲ့ စိတ်ကူးအိပ်မက်နောက်ကို ရဲရဲပဲ့စုံ လိုက်ရဲတဲ့ စိတ်ရှိသေးသရွေ မျှော်လင့်ချက် အမြှေရှိနေတယ်။ မင်းအိမ်ရဲ့ အပြင် ဘက်မှာ တေးဆိုနေတဲ့ ငါက်ကလေးတွေဟာလည်း တကယ်တော့ ဘဝက မင်းကိုပေးတဲ့ လက်ဆောင်ပဲ။ လူတိုင်း အဲဒီလိုအခွင့်အရေး ရကြတာမဟုတ်ဘူး။ မင်း ကျေးဇူးတင်မယ်ဆုံး ကျေးဇူးတင်လို့ရတဲ့ အရာဖြစ်တယ်။ ဘဝက မင်း လိုချင်တာကို မပေးတတ်ဘူး ရွှေ့။ ဒါပေမဲ့ ဘဝက မင်းလိုအပ်တာတွေကို တော့ ပေးတတ်တယ်’

‘ဒါဆုံး ပစ္စာဖွန်မှာ နေတတ်ဖို့ဆုံးရင် ငါမှာ ရှိတဲ့အရာတွေအတွက် ကျေးဇူးတင်တဲ့ အလေ့အကျင့်ကို ငါ လုပ်ဖို့လိုတာပေါ့’

•မှန်တယ် ပါ။ ဒီနည်းလမ်းဟာ မင်းကို ပစ္စာဖျွှစ်မှာ နေတတ်ဆောင် သတိပေးနေသလိုပဲ။ ငါငယ်ယောက်တုန်းက အဖောက 'ပိတာနဲ့ မူးချည်ဖြေးလေး' ဆိုတဲ့ ပုံပြင်ကို ဖတ်ပြုလေရှိတယ်။ ပိတာက ကျောင်းတက်စအချွဲ လေး ဆိုတဲ့ ပုံပြင်ကို ဖတ်ပြုလေရှိတယ်။ သူမိသားစာ၊ သူ့အရာ၊ သူ့ပတ်ဝန်းကျင်က ကလေးတစ်ယောက် ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ပိတာမှာ အားနည်းချက် လွှေ့စွာအားလုံးက ပိတာကို ချစ်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပိတာမှာ အားနည်းချက် တစ်ခု ရှိတယ်။

•ဘာအားနည်းချက်လဲ။

•ပိတာက ဘယ်တော့မှ လက်ရှိအခြေအနေကို အားရပျော်ဆွင်လေ့ မရှိဘူးတဲ့။ ကျောင်းရောက်တဲ့အခါ အပြင်မှာ ကစားချင်တယ်။ ကစားနေတဲ့ အခါမှာလည်း ပျင်းလာပြီး စွဲရာသီအားလပ်ရက်အကြောင်း စဉ်းစားတတ် တယ်။ ပိတာဟာ သူရဲ့နွေ့စဉ်ဘဝကို ပျော်ဆွင်စွာ ဖြတ်သန်းမယ့်အစား အမြဲတမ်း အနာဂတ်အကြောင်းပဲ စိတ်ကူးယဉ်နေတတ်တယ်။ တစ်နွေ့တော့ ပိတာ ဟာ သူရဲ့အိမ်နားက တောထဲမှာ သွားကစားရင်း မောလာလို့ မြှုက်ခင်းပေါ်မှာ ခဏလှပြီး အနားယဉ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ ပိတာဟာ အနားယဉ်နှင့်ရင်းကနေ အိပ်ပျော်သွားခဲ့တယ်။ ခဏအကြောမှာ ပိတာဟာ သူနာမည်ကို တစ်ခု တစ်ယောက်က ခေါ်နေတာ ကြားလာတယ်။ သူ့မျှက်လုံးတွေကို ဖြည့်ဖြည့် ချင်း ဖွင့်လိုက်တဲ့အခါမှာတော့ အသက်အချွဲ ကြီးရင့်နေတဲ့ အဘွားကြီး တစ်ယောက်ကို တွေ့လိုက်ရတယ်။ အဘွားကြီးရဲ့ လက်ထဲမှာတော့ မူးချွဲနှင့်လုံးလို့ အရာလေးတစ်ခု ကိုင်ထားပြီး မူးဖန်လုံးရဲ့ အလယ်မှာ အပေါက်လေး တစ်ခု ရှိနေတယ်။ အဲဒါအပေါက်ကနေ ရွှေရောင်ချည်မျှင်လေးတစ်ခု ကျော်တာ ကို ပိတာ တွေ့လိုက်ရတယ်။ အဘွားကြီးက 'ပိတာ၊ ဒီချည်မျှင်လေးကို တွေ့လား။' ဒါလေးက မင်းဘဝရဲ့ သက်တမ်းပဲ ဖြစ်တယ်။ ဒီအမျှင်လေးကို နည်းနည်းဆွဲတုတ်ရင် အချိန် ၁ နာရီလောက် ကုန်သွားလိမ့်မယ်။ များများ ဆွဲထုတ်ရင်တော့ မင်းဘဝရဲ့ မူးတစ်နှစ်စာကို ကျော်လိုက်လို့ရတယ်။ အများကြီး ဆွဲထုတ်ရင်တော့ နှစ်တွေ၊ လတွေတောင် ကျော်သွားနိုင်တယ်။ လို့ ရင်းပြုခဲ့တယ်။ ပိတာလည်း စိတ်ဝင်းဘူးသွားတယ်။ 'ဖြစ်နိုင်ရင် ကျွန်ုတ်တော့ကို ပေးလို့ ရမလား' လို့ မေးလိုက်တဲ့အခါမှာတော့ အဘွားကြီးက မူးဖန်လုံးလေးကို ပေးခဲ့တယ်။ ပိတာဟာ ကျောင်းကိုသွားချိန်မှာ အဲဒါမူးချွဲနှင့်လုံးလေးကို ယွဲသွား ရွှေချည်မျှင်လေးကို နည်းနည်း ဆွဲထုတ်လိုက်တယ်။ ချက်ချင်းအိုးထဲရောက်ပြီး ပျင်းလာခို့မှာတော့ ယုံလုံးလေးကိုထုတ်ပြီး ဟာ အိမ်ကိုပြန်ရောက်နေပြီး အိမ်က ယုံးမြှုတဲ့မှာ ဆောင်ကဲ့သို့ ပေါ်ပေါ်

တရို့ လျှော်
 ရောက်သွားခဲ့တယ်။ ပိတာဟာ မှုပ်ချည်မျင်လေးရဲ့ စွမ်းအားကို နားလည်လာ
 တယ်။ ဒါကြောင့် ပိတာဟာ ပျော်းစရာကောင်းတဲ့ ကျောင်းသားဘဝကို
 ကျော်းဆယ်ကျော်သက်အရွယ်ကို သွားဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ ဒီတစ်ကြိမ်
 မှုပ်ချည်မျင်ကို များများ ဆွဲထဲတို့လိုက်တယ်။ ချက်ချင်းဆိုသလို ပိတာဟာ
 မှုပ်ချည်မျင်ကို များများ ဆွဲထဲတို့လိုက်တယ်။ ချက်ချင်းဆိုသလို ပိတာဟာ
 ဆယ်ကျော်သက်တစ်ယောက် ဖြစ်သွားပြီး ဘေးနားမှာလည်း အဲလစ်ဆိုတဲ့
 ရည်းစားကောင်မလေးကို ရထားတာကို သတိထားမိလိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့
 ရိတာဟာ ဆယ်ကျော်သက်ဘဝကိုလည်း စိတ်ကုန်လာပြန်တယ်။ အရွယ်
 ရောက်ပြီးသား သူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်လာတယ်။ ဒါကြောင့် သူဟာ မှုပ်ချည်
 မျင်ကို ထပ်ဆွဲလိုက်ပြန်တယ်။ ဒီတစ်ကြိမ်မှာတော့ ပိတာဟာ သက်လတ်ပိုင်း
 အရွယ်ကို ရောက်နေပြီး အဲလစ်ဟာ သူရဲ့အေး ဖြစ်နေတယ်။ ပြီးတော့
 ရိတာမှာ သားသမီးလေးတွေလည်း ရဖော်ပြီ။ တစ်ချိန်က ငယ်ခွဲယ်နှပါးခဲ့တဲ့
 ရိတာရဲ့မိခင်ဟာလည်း အသက်ကြီးပြီး အိမင်းရင့်ရော်နေပြီ။ ဒါပေမဲ့ ပိတာဟာ
 သက်လတ်ပိုင်း ဘဝကို မကျော်ပို့အတွက် မှုပ်ချည်မျင်ကို နှာက်တစ်ကြိမ်
 ထပ်ဆွဲခဲ့တယ်။ ဒီတစ်ကြိမ်မှာတော့ ပိတာဟာ အသက် ၉၀ ဝန်းကျင်
 အဘိုးကြီး ဖြစ်နေပြီ။ သူရဲ့ဆံပင်တွေဟာလည်း မြှော်ခွွဲတော်နေပြီ။ တစ်ချိန်က
 ဖိုးချောလေး အဲလစ်ဟာလည်း လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်အနုည်းငယ်က ကွယ်လွန်သွားပြီ
 ဖြစ်ကြောင်း ပိတာ သိလိုက်ရတယ်။ ပိတာရဲ့ သားသမီးတွေဟာလည်း သူ
 အိမ်ထောင်နဲ့သူ ဖြစ်ကုန်ကြပြီ။ ပိတာဟာ သူရဲ့ဘဝမှာ ပထမဆုံးအကြိမ်
 မှာင်တရလာသလို ခံစားလိုက်ရတယ်။ သူဟာ ဘဝကို ပျော်ပျော်ခွင့်ချင်
 မဖြတ်သန်းခဲ့မြန်း သဘောပေါက်လာတယ်။ ပိတာဟာ သူရဲ့ကလေးတွေနဲ့
 ကစားကွင်းသွားခြင်း၊ ငါးများထွက်ခြင်း မရှိခဲ့သလို အဲလစ်အတွက်လည်း
 ဘယ်တုန်းကမှ အခို့မပေးခဲ့ဘူး။ ပိတာဟာ ဥယျာဉ်လေးတစ်ခု စိုက်ပျိုးဖူးခြင်း
 မရှိခဲ့သလို သူမှုခင်ဖတ်တဲ့ စာအုပ်ကောင်းတွေကိုလည်း တစ်အုပ်မှ မဖတ်ခဲ့ရဲ့
 ဘူး။ ဘဝကို ပျော်ပျော်ခွင့်ချင် ဖြတ်သန်းမယ့်အစား ပိတာဟာ အမြှေတမ်း
 မကျော်ချက်တွေနဲ့ ဘဝကို အလျင်လိုခဲ့တယ်။ ဘဝလမ်းခရီးတစ်လျောက်က
 အလျအပတွေကို ခံစားဖို့ ဘယ်တုန်းကမှ မနားခဲ့ဘူး။ ပိတာဟာ တွေးရင်းနဲ့
 အလျအပတွေကို ခံစားဖို့ ဘယ်တုန်းကမှ မနားခဲ့ဘူး။ ပိတာဟာ ငယ်စိုက်က ကစားလေ့ရှိတဲ့ အိမ်နားက
 ဝမ်းနည်းလာခဲ့တယ်။ ပိတာဟာ ငယ်စိုက်က ကစားလေ့ရှိတဲ့ အိမ်နားက
 သစ်တေားလေးထဲကို အလွမ်းပြု သွားကြည့်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ ငယ်ငယ်
 က ကစားရင်း မောရင် အနားယူတဲ့ မြက်ခင်းပေါ်မှာ ခဏလျှော့လိုက်ပြီး အတိတ်
 အကြောင်းကို ပြန်စဉ်းစားနေမိတပ်။ ပိတာဟာ စဉ်းစားရင်း အိပ်မောကျသွား
 ခဲ့တယ်။ ခဏအကြောမှာပဲ ပိတာ...ပိတာ လိုခေါ်တဲ့ အသံတစ်ခုကို ကြား
 ခဲ့တယ်။ ခဏအကြောမှာပဲ ပိတာ...ပိတာ လိုခေါ်တဲ့ အသံတစ်ခုကို ကြား

လိုက်ရတယ်။ မျက်လုံးဖွင့်ကြည့်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာတော့ သူကို မှတ်ချည်မျင် လိုက်ရတယ်။ မျက်လုံးကို တွေ့လိုက်ရပါတယ်။ အဘွားကြီးက ‘ပိတ္တရာ’ ပေးခဲ့တဲ့ အဘွားကြီးကို တွေ့လိုက်ရပါတယ်။ မင်းကြီးကိုရဲ့လောင်ဆောင်လေးကို မင်းကြီးကိုရဲ့လောင်ဆောင်လေးကို လို ပိတ္တကို မေးလာပါတယ်။ ငါရဲ့လောင်ဆောင်လေးကို ပေးခဲ့တော့ ပျော်ရှုံး ကောင်းပေမဲ့ အခုတော့ အဲဒီလက်ဆောင်ကို ပိတ္တကာ ပထမတော့ ပျော်ရှုံး ကောင်းပေမဲ့ အခုတော့ အဲဒီလက်ဆောင်ကို ပိတ္တကာ ကျွန်တော်ဘဝတစ်ခုလုံးဟာ ကျွန်တော် ဘာမှ မခဲ့စား ကျွန်တော် မှန်းပိတ္တ။ ကျွန်တော်ဘဝတစ်ခုလုံးဟာ ကျွန်တော် ဘာမှ မခဲ့စား လိုက်ရဘဲ မျက်စိတ်တစ်မိုတ်အတွင်း ကုန်ဆုံးသွားခဲ့တယ်။ ကျွန်တော် အရမ်း ဝါရဲ့လောင်ဆောင်လေးကို ပြဖော်သန်းမိခဲ့တာကို နှောင်တရစီတယ်။ ဘဝကိုကောင်းကောင်း မဖြတ်သန်းမိခဲ့တာကို မှတ်ချည်းဖော်တယ်။ ဘဝကိုကောင်းကောင်း မင်းကို လက်ဆောင်လည်း ပေးရသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရပါတယ်။ ငါ မင်းကို နှောက်ဆုံးတစ်ကြိမ် ဆုတောင်းခွင့်ပြုမယ်။ မင်းကြီးကိုတာကို ဆုတောင်းနိုင်တယ်။ လို ဆိုလိုက်ပါတယ်။ ပိတ္တကာ ခပ်ကြာကြာ မစဉ်းစားဘဲ ကျွန်တော် ကျောင်းသားဘဝကို ပြန်သွားပြီး ကျွန်တော်ဘဝကို အစက ပြန်စ၊ ချင်ပါတယ်။ လို ဖြေလိုက်ပါတယ်။ ဆုတောင်းပြီး ခဏအကြာမှာ ပိတ္တဟာ ပြန်လည် အိပ်ပျော်သွားပါတယ်။ ‘ပိတ္တ...ပိတ္တ...’ ဆိုတဲ့ အသံကြာင့် ပိတ္တ နှီးလာပါတယ်။ ဒီတစ်ကြိမ်မှာ သူကိုခေါ်နေတာ ဘယ်သူများဖြစ်မလဲလို ရင်ခုနှစ်စွာနဲ့ မျက်လုံးကို ဖွင့်လိုက်ပါတယ်။ သူမျက်လုံးကို ဖွင့်လိုက်တဲ့အချိန်မှာတော့ ပိတ္တရဲ့မိခင်ဟာ အနားမှာ ရပ်နေတာကို တွေ့လိုက်ရပါတယ်။ သစ်တောထဲက အဘွားကြီးဟာ သူဆုတောင်းကို ဖြည့်ဆည်းပေးလိုက်တာဖြစ်ကြောင်း ပိတ္တ သဘောပေါက် သွားပါတယ်။ ‘မြန်မြန် ထဲတော့ ပိတ္တ။’ နှင်အိပ်တာ လွန်နေပြီ။ အခု မထဲ၊ ရင် နင် ကျောင်းနှောက်ကျတော့မယ်။ လို ပိတ္တရဲ့မိခင်က အော်လိုက်ပါတယ်။ ပိတ္တဟာ မြန်မြန်ဆန်ဆန် အိပ်ရာက ထဲလိုက်ပြီး ကျောင်းကိုသွားခဲ့ပါတယ်။ ပိတ္တဟာ အဲဒီနေ့ကစပြီး ဘဝကို ပျော်ပျော်ရွှေ့ရွှေ့နဲ့ပဲ ဖြတ်သန်းတော့ဘယ်။ ပိတ္တဟာ ပစ္စာဖွန်တွေကို စတော့ပြီး အနာဂတ်ကို ရယူဖို့ ကြီးစားတာဟာ မကောင်းတဲ့အရာများ သိသွားခဲ့ပြီး ပစ္စာဖွန်ကိုချုပ်မြတ်နှီးဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတော့တယ်’

‘ကောင်းလိုက်တဲ့ ပုံပြင်’

“ပိတ္တနဲ့ မှတ်ချည်မျင်”က ပုံပြင်လေးတစ်ခုပဲ ဖြစ်တယ်။ ငါတို့က တကယ့် လက်တွေ့ဘဝကြီးထဲမှာ နေထိုင်နေကြတာ။ ငါတို့အတွက် ဒုတိယ မြောက် အခွင့်အရေးဆိုတာ ရှိလာမှာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြာင့် ဒီနေ့ဟာ မင်းဘဝကို ပျော်ပျော်ရွှေ့ရွှေ့ ဖြတ်သန်းဖို့ အကောင်းဆုံးအချိန်ဖြစ်တယ်။ ဒီနေ့က

တရာ့ လင်ခဲ့

။ မင်းဆတ်က တကယ်အရေးကြီးတဲ့ အရာတွေကို အာရုံစိုက်ပါ။ မင်းဘဝ
။ မင်းဆတ်က တကယ်အရေးကြီးတဲ့ အရာတွေကို အချိန်ပေးပါ။ မင်းဘဝမှာ အမြဲတမ်း
ကို ဆိတ်ပျော်ရှိစေသူတွေအတွက် အချိန်ပေးပါ။ မင်းဘဝမှာ အမြဲ
ဖိတ်ပေးပါ။ မင်းဘဝမှာ အမြဲဖိတ်ပေးပါ။ မင်းဘဝမှာ အသစ်လုပ်ပို့ ဖိတ်ပေးပါ။
တယ်ဆိုရင် ဆိတ်အတွက် အချိန်ပေးပါ။ မင်းဘဝမှာ အသစ်လုပ်ပို့ ဖိတ်ပေးပါ။
တယ်ဆိုရင်လည်း ဆိတ်အတွက် အချိန်ပေးပါ။ ခရီးသွားပို့ စဉ်းစားခဲ့တယ်ဆိုရင်
လည်း ဆိတ်ခနီးကို သွားပြစ်အောင် အချိန်ပေးပါ။ ဘာသာစကား အသစ်သင်ယူ
ပါ။ တေးဂါတကို ချိန်မြတ်နီးတတ်အောင် သင်ယူပါ။ ငယ်ငယ်က ပျော်ရွင်မှုပါး
တွေ တဖြည့်ဖြည့်းပြန်ရအောင်လုပ်ပါ။ အောင်မြင်ပို့အတွက် ပျော်ရွင်မှုတွေကို
မြေချာနှင့်ပို့ မလိုပါဘူး။ ပျော်ရွင်ရင်းနဲ့လည်း အောင်မြင်အောင် လုပ်လို့ရပါ
တယ်။

• ကောင်းပြီ ဂျုလီယန်။ မင်းနဲ့အတူတူရှိခဲ့တဲ့ ဒီဇူဟာ ငါ့အတွက်တော့
တစ်သက်လုံး မေ့တော့မှာမဟုတ်တဲ့ နေ့တစ်နေ့ပဲ။ သူတော်စင်ကြီးတွေရဲ့
နည်းလမ်းတွေနဲ့ ငါဘဝကို ဖြတ်သန်းပို့ ငါဆုံးဖြတ်ထားပြီးပြီ။ ဒီအသိတရားတွေ
ကို အခြားသူတွေဆီလည်း ငါလက်ဆင့်ကမ်းမယ်။ တကယ့်ကို ငါ ရင်ဘတ်ထဲ
က ပြောနေတာပါ။ ငါ ကတိပေးပါတယ်။

• မင်းပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေကိုလည်း ဒီအသိတရားတွေ ပြောပြပါ
ရှုန်း။ ဒီအသိတရားတွေဟာ သူတို့ရဲ့ဘဝတွေကိုလည်း ပြောင်းလဲတိုးတက်စေပါ
လိမ့်မယ်။ သူတော်စင် ရာမ်း ပြောပြတဲ့ အကြောင်းအရာတွေထဲက မျာက်ဆုံး
တစ်ခု ငါပြောပြဖို့ ရှိသေးတယ်။ အဲဒါကတော့ ဘုရင်ကြီးတစ်ယောက်ရဲ့
အကြောင်းပါ။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်းများစွာက အိန္ဒိယမှာ ဘုရင်ကြီးတစ်ပါး
ရှိတယ်တဲ့။ အဲဒီဘုရင်ကြီးမှာ အရမ်းချိစုတဲ့ နှီးတစ်ယောက်ရှိခဲ့တယ်။
သူချုစ်ရတဲ့ နှီး ကွယ်လွန်ပြီးနောက်မှာ ဘုရင်ကြီးဟာ နှီးဖြစ်သူအတွက်
ရည်ရွယ်ပြီး အဆောက်အဦးတစ်ခု ဆောက်လုပ်ပို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့တယ်။ ဒါကြောင့်
ဘုရင်ကြီးဟာ အလုပ်သမားပေါင်းများစွာနဲ့ ကြီးမားတဲ့ အဆောက်အဦးကြီး
တစ်ခုကို စတင်တည်ဆောက်ခဲ့တယ်။ နေ့တိုင်း တဖြည့်ဖြည့်းချင်းစီ တည်
ဆောက်ရင်းနဲ့ အဆောက်အဦးကြီးက ပုံပေါ်လာခဲ့တယ်။ နောက်ဆုံးတော့ JJ
နှစ်အကြောမှာ အဆောက်အဦးကြီး ပြီးသွားခဲ့တယ်။ ငါပြောနေတဲ့ အဆောက်
အဦးကြီးကို သိလား...။

• ငါ မသိဘူးဘုံး

• အိန္ဒိယနိုင်ငံက နာမည်ကျော် တူကျိုးမဟာ၏ ဂုဏ်မာန်ကြီးပါ။ ကဗျာ
အုံဖွယ် ခုနစ်ပါးထဲမှာ ပါဝင်တဲ့ ဂုဏ်မာန်ကြီးလေ။ ဒီနေရာမှာ ငါပြောချင်တဲ့

အချက်ကတော့ တစ်ခုပဲ ရှိတယ်။ ဒီလောက် ကြီးကျယ်တဲ့ ဂုဏ်မာန်ကြီးဟာ နှေချင်းသူချင်း ဖြစ်လာခဲ့တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဖြည်းဖြည်းချင်း တည်ဆောက် ယူခဲ့ရတာပါ။ မင်းဘဝမှာ အပြောင်းအလဲလေးတွေ လုပ်လာမယ်၊ တိုးတက်မှု လေးတွေ ရှိလာမယ်ဆိုရင် တဖြည်းဖြည်း မင်းမှာ အလေ့အကျင့်ကောင်းလေး တွေ ရှိလာလိမ့်မယ်။ အလေ့အကျင့်ကောင်းတွေကြောင့် ရလဒ်ကောင်းတွေ ရလာလိမ့်မယ်။ ရလဒ်ကောင်းတွေကြောင့် မင်းဘဝဟာ သိသိသာသာ ပြောင်းလဲလာလိမ့်မယ်။ ဒီနေ့ကစပြီး များများသင်ယူပါ၊ များများရယ်မောပါ၊ မင်းချစ်မြတ်နီးတဲ့ အရာတွေကို လုပ်ပါ။

ဂျူလီယန်ဟာ သူပြောစရာရှိတာတွေ ပြောအပြီးမှာတော့ ကျွန်ုတ်တော့ကို နှုတ်ဆက်ပြီး ထွက်ခွာသွားပါတော့တယ်။ ကျွန်ုတ်ကတော့ အတွေးများစွာနဲ့ ကျွန်ုတ်ခဲ့ပါတော့တယ်။

အခန်း (၁၃) အနှစ်ချုပ်

ပုံပြင်ထဲက သက်တာ = စိန်ခင်းထားတဲ့လမ်း



ကျော်စဉ် = ပစ္စာဖွန်မှာ နေထိုင်ပါ။

မှတ်သားဖွယ်ရာများ

- * ပစ္စာဖွန်ရဲ တန်ဖိုးကို မမေ့ပါနဲ့။
- * အောင်မြင်မှုအတွက် ပျော်ရွင်မှုတွေကို မစွမ်းစွာတဲ့ကိုပါနဲ့။
- * ဘဝလမ်းခရီးကို ပျော်ရွင်စွာ ဖြတ်သန်းပါ။ နှေ့ရက်တိုင်းကို နောက်ဆုံးနှေ့လို့ သဘောထားပြီး ဖြတ်သန်းပါ။

လျှကျင့်ရန် ကျော်စဉ်များ

- * အရေးကြီးသော အရာများကို အချိန်ပေးပါ။ ကလေးတွေရဲ ငယ်ဘဝကို အတူတူ ဖြတ်သန်းပါ။
- * မိမိမှာ ရှိသောအရာတွေအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါ။

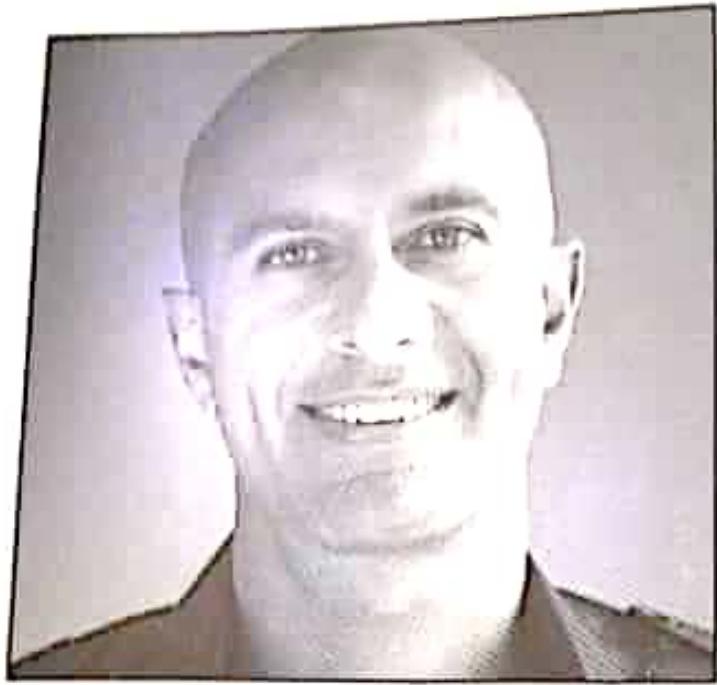
ပုံဖြင့်ထက် သက္ကတ ၅ ခုနဲ့ ကျွန်စဉ်များ

သက္ကတပုံ	သက္ကတအမည်	ကျွန်စဉ်
	ဥယျာဉ်	စိတ်ကို ထိန်းချုပ်ခြင်း
	မီးပြတိက်	ဘဝရည်မှန်းချက်ကို ရှာဖွေပါ။
	ဆူဗိုံးယန်းသမား	ကိုင်ဇ် (စဉ်ဆက်မပြတ် တိုးတက် အောင်လုပ်ဆောင်ခြင်း)
	စိုင်ယာကြီး	စည်းကမ်းရှိခြားနှစ်ခြင်း
	အချိန်မှတ်နာရီ	အချိန်ကို လေးစားပါ။
	နှင်းဆီပန်းများ	ကိုယ်ကျိုးမကြည့်ဘဲ အခြားသူများကို ကူညီပါ။
	စိန်ခင်းထားတဲ့လမ်း	ပစ္စာဖွံ့ဖြိုးမှာ နှစ်ပါ။



--- ပြီး ---

သုတေသန ရှာမှုကြောင်း
ပြုပို့ဆောင်ရွက်မှု
အား ဖုန်း
ဖော်ဆုံးသုတေသန
ပို့ဆောင်ရွက်မှု
ပြုပို့ဆောင်ရွက်မှု
ပြုပို့အကြောင်း



ကိုယ်ရှာဟန် ကတေသါနင်္တွင် ပွဲးဗျားခဲ့သည်။ အသက် ၂၅ နှစ်ထိ ရှုနေအပြစ် အသက်ပွဲးဝံး
ကြောင်းပြုခဲ့သည်။ ထိုငြာက်တွင် အောင်ပြင်ရေးလမ်းညွှန်၊ ငါးငါးဆောင်ပူ ပညာရပ်တွင်ပျော်
ရေးသား ဖုန်းဝေဆုံးသည်။ 'ဟရာရီ' လမ်းခွဲ'တွင်ကို ၁၉၉၇ ခုနှစ်တွင် ပုံနှိပ်ခဲ့ပြီးနောက် အောင်ပြင်
ထွက်ရေးခဲ့သည်။ အသိပါတွင်သည် နိုင်ငံတကာအကောင်းရှုံး တရာ်းဝင်တွင်အုပ်ပြစ်ခဲ့ပြီး နိုင်ငံ
လိပ်ပျော်ရွာတွင် အကောင်းရှုံး စံသိန်းပျိုးခဲ့သလို ဘသာပေါင်းပျော်တိုကိုလည်း ဘသာပြန်သိ
ခဲ့သည်။ ကိုယ်ရှာဟန်လက်ရှိအသိန်တွင် စေပေပျော်ရေးလမ်းသားသကဲ့သို့ အောင်ပြင်ရေးလမ်းညွှန်ပျော်
ထို့ကြောင်း အောင်ပြင်ရေးလမ်းသားသကဲ့သို့ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ သင်တန်းပျော်ကိုလည်း စိုးချေလျက်ရှိသည်။ ကဗျာပြုတွင်အထင်
ရှုံးခြင်းအောင်ပြင်ရေးလမ်းပြောသူတို့ ထဲကတစ်ဦးအားဖြစ်သတ်မှတ်ခြင်းခဲ့သည်။

ဟန်ရှင် လမ်းခွဲ

ရုံးရှင်း(I.M.T)

The Monk

Who Sold His

Ferrari

ROBIN SHARMA



MSN-186



9 730555 431196

တရာ့ရှင်းလမ်းခွဲ - ၂၀၀၀၁၅