

ဒီဝါက္ခာမျိုးမျိုးအနာပညာ

မြတ်ဇွဲမံ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကိုးကွယ်

ဘဝရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရေးအတွက်
အကြံ့ဗြာ ထိကောင်းများ

Natural Born Winners

Robin Sieger



ကိုယ်ပိုမ်းကိုယ်ပိုမ်းကုန် ပြည်ပြိုင်
၁၁မှာက်နာရီ ၃၅၀+ မျက်နှာ၊ ၁၂။၊ ဂလ္လာတို့၊ ၁၁။၄၈၆၁။

နောက် - ဦးစန်းနှင့် စိတ်ကျော်ချိန်တော်(ဝဝ၂၃၂၇)၊ ၅၂ အံနှစ်မာ ကျော် ရှိရှိနှင့်
ဖို့ပြု - ဒေါ်ဝင်္ဂာ စိတ်ကျော်ချိန်တို့၏(ဝဝ၃၁၂၂) ဘေးရှာ မိန္ဒိုမ်းကုန်၊
၂၀၇ ရွှေလှ ဒုသာအပြိုင်း အပ်ငှေ ၂၀၁
၂၀၁၀ စွဲအောင်တို့၏ ဆောင်ပြိုင်း
နောက် ၃၂၀၀ ကျိုး

စိတ်ကျော်ချိန်တော်

▪▪▪▪▪

ကိုယ့်ကိုယ့်ကိုယ့် ကိုးကွယ်

Natural Born Winners

Robin Sieger

မြတ်ငြိမ်း
မြန်မာပြန်

email: skccph@gmail.com ; P.O.Box: 705
www.facebook.com/SKCCmyanmarbook
www.skccmyanmarbook.com

ဒုတိယအကြောင်း ၂၀၁၉

မာတိကာ

| | | |
|-----|--------------------------------------|-----|
| - | မိတ်ဆက်စကား | ၃ |
| ၁။ | အောင်မြင်မူ | ၁ |
| ၂။ | သင့်ဦးနှောက် | ၄၀ |
| ၃။ | သူရဲကောင်းသင် | ၇၅ |
| ၄။ | ကြီးမားသော လျှို့ဝှက်ချက် | ၁၁၉ |
| ၅။ | ပါပြင်သော ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်များ | ၁၅၆ |
| ၆။ | စီမံ၊ စီမံ၊ စီမံ | ၁၉၁ |
| ၇။ | ယုံကြည်စိတ်ချုံ | ၂၂၁ |
| ၈။ | ရှုံးနိမ့်မှာ ကြောက်စိတ် မရှိခြင်း | ၂၅၆ |
| ၉။ | ရင်ထဲက သူရဲကောင်း | ၂၈၄ |
| ၁၀။ | အသစ်တစ်ဖော် ပြန်စခြင်းများ | ၃၁၇ |
| - | ရွှော်၏ အားထုတ်မူ | ၃၆၉ |



မိတ်ဆက်စကား

တစ်ခါတလေ လောကြီးက တော်တော့ကို မျက်နှာလိုက်သည့်
လက္ခဏာရှိ၏။ သင်သည် အလုပ်ကို ဓါးချိုးလုပ်သည်။ အစွမ်းကုန်
အားထုတ်သည်။ သို့သော ဘာတစ်ခုမျှဖြစ်ထွန်းမလာသလို ရှိ၏။
သို့ဖြစ်စေကာမူ လိုရာဆန္ဒတစ်လုံးတစ်ဝတ္ထုဗျာ။ ပြည့်သူတွေ့နေ၏။
သူတို့ကျတော့ နတ်သူငယ်ကလေးတွေ၏ ြိမ့်ဆောင်း ညက်ဆောမှုမျိုး
ဖြင့် အမြဲတမ်း ယဉ်လိုရာကိုရပြီး၊ ရလိုရာကိုယ့်နိုင်ဟန် ရှိ၏။
ဘာကြောင့် သည်လို ဖြစ်နေရသလဲ။

ကျွန်တော့ အဖေသည် ဘယ်သူ အကုအညီကိုမျှ မယူသ ဂလက်
စကို မြို့တွင် အထွေထွေ ရောဂါကုဆရာဝန် အလုပ်ကို လုပ်၏။ အလုပ်
ဝါသည့် ဒဏ်နှင့် စိတ်ဖိစီးသည် ဒဏ်နှစ်ရပ်ပေါင်းခံရပြီး ငါးဆယ့်နှစ်နှစ်
အရွယ်မှာ သေသွားသည်။ သူဘဝ တစ်လျောက်လုံး သူမိသားစုနှင့်
သူလူနာတွေအတွက် ကိုယ်ဖိတ် နှစ်ပါးစလုံး မြှုပ်နှံပေးဆပ်ခဲ့သည်
သူလို လူကြီး၊ သည်လိုဖြစ်ရတာတော့ တော်တော်ကြီးကို မတရားသည်
သဘာရှိ၏။ ထိုနောက်မှာတော့ ကျွန်တော်။ အသက် နှစ်ဆယ့်ကိုးနှစ်

(၁)

ပ ရှိသေးသည်။ ဘဝမှာ ပထမဦးဆုံး အကြံမ်းဖြစ် တကယ့်အောင်မြင် မှုကို အတိုင်းအတာ တစ်ခုအထိရယ့် ဆွတ်ချုံးဖို့ ဟန်ပြင်နေရှိနိုင်။ သည် အရှိန်မှာမှ ကျွန်ုတ်မှာ ကင်ဆာရောဂါဖြစ်နေပြီဟု ရောဂါ ဖော်လိုက် ကြသည်။ မျက်နှာသာ မရလိုက်ပုံမှား ပြောပါတယ်။

ဘဝမှာ ထိသို့ဖြစ်လာချိန်အထိ ကျွန်ုတ်မှာ မရောမရာ ပြော မသားလျှော်လင့်ချက်ကလေးတွေတော့ ရှိသော်။ ကျွန်ုတ် အောင်မြင် လာလိမ့်မည်ဟု။ ကဲကြော်က ကဲကောင်းမှုကလေးတွေ ပေးသနားပြီး အာမခံလျက်ရှိသော ဘဝတစ်ခုကို ပျော်ဆွင်ခဲ့စားရလိမ့်မည်။ ငွေကြေးကို မုပ္ပမပင် မပြောလို့မကြ သုံးရလိမ့်မည်ဟု။ အနာဂတ်ဘဝမှာ ဖြစ်စေ ချင်သည့် အာသီသများအတွက် လျှပ်ရှားနေဖို့လိုအပ်ကြောင်း ကျွန်ုတ် သိသည်။ သို့သော် ဘာကြောင့်မှန်းမသိ။ ကျွန်ုတ်လျှပ်ရှားသည် ဖြစ်စေ မလျှပ်ရှားသည်ဖြစ်စေ သိပ်ထူးထူးမြှားကြီး ဖြစ်လာမည်ဟု တကယ်တမ်းမယုံကြည်။ တစ်နည်းပြာရသော ကျွန်ုတ်ကဲကြော်သည် တစ်စုံတစ်ဦး၏ လက်ထဲမှာ အကြောင်းဖဲ့ ရောက်နေသည်ဟု ကျွန်ုတ် ခေါ်ရသည်။ သည်တော့ဖြစ်စေချင်သည့် အောင်မြှုတွေဖြစ်ထွန်းလာအောင် လျှပ်ရှားဆောင်ရွက်ရမည့်အစား အောင်မြှုင်မှုတွေဖြစ်ပေါ်လာအောင် ထိုင် ဆောင့်နေခြင်း၏ အကျိုးဆက်အပြစ် ကျွန်ုတ်အထားမောက်၊ မအောင် မြင်သော ဘဝဖြင့် နေထိုင်ရသည်။ အရှိန်တွေ တရိပ်ရိပ်ကိုသွား သည်ကို ကြည့်ရင်း ရင်ထဲမှာ အေားလွှာ ဆွတ်သွေး ဆွဲပွဲက်နေသည်။ ကိုယ့်ကိုယ့်ကိုယ် တော့ ခွင့်လွှတ်သနားတတ်ပြီး အမြားတစ်ပါး သူများအပေါ်အပြစ်တွေ ပုံချို့ အမြှုအသင့်ဖြစ်နေသည်။ တစ်စုံတစ်ခု ဘွားခနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာချိန် အထိ ပိုမို၏ အနာဂတ်ကို ဆိုင်းနဲ့ထားဖို့ ဆန္ဒပြင်းလွန်းနေသည်။

ဥမှုည် စမမြှာက် ကလေးဘဝလောက်ကတည်းက ကျွန်ုတ် သည် အတိုင်းဖြစ်ခဲ့၏။ တမြားကလေးတော်တော်များများ နည်းတဲ့

(၂)

ကျွန်ုတ်အနာဂတ် ဘဝမှာ ဘာတွေ ဖြစ်လာမည်လဲဟု အတွေ့ကြုယ့်ခဲ့သည်။ ကျွန်ုတ်၏ ကလေးဘဝ အိပ်မက်တွေ ပြည့်မြှာက် အောင်မြင် မည်လားဟု အတွေ့ကြုယ့်ခဲ့သည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ အဲဒါတွေ ဘယ် တော့မျှ ဖြစ်လာမှုမဟုတ်ဟု တိတ်တိတ်ကလေး စွဲမှတ်ယုံကြည်ခဲ့သည်။ ရုံးနိမ့်မှုနှင့် ဆန္ဒမပြည့်ဝမှုကို မလွှာမသွေး ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အဆိုပါ အမြစ်တွေထဲ ယုံကြည်ချက်ကို နှဲနဲတ်ပစ်ဖို့ မလွှာယ်။ ကျွန်ုတ် ကျောင်း တက်သည်။ အောင်မြင်မှုမဟုတ်ဟု ယုံကြည်ထားသည်။ ကျွန်ုတ်တော်တွေတွေ တို့လိုလဲ တက်သည်။ အောင်မြင် မှုမဟုတ်ဟု ယုံကြည်ထားသည်။ နောက်တစ်ကြိမ် မှန်ပြန်သည်။ ဤကား ကိုယ့်သေား ကိုယ်ဆောင်ပြီး ကိုယ့်နိမ့်ပိတ်ကိုယ်ဖတ်ခြင်းများ တည်း။ သို့သော် တစ်ခါတစ်ရုံတွင် အောင်မြင်မည်ဟု နိုင်ခိုင်မာမာ ယုံကြည်ထားသည့် ကိုစွဲမှားကို ကြိုးစားလှပ်ကိုင် ကြည့်သောအခါ ကျွန်ုတ် တကယ်အောင်မြင်ခဲ့သည်။ အဲမြှုစရာကောင်းသည့် အချက်ဖြစ်၏။

ကျွန်ုတ်မှာ ကင်ဆာရောဂါဖြစ်နေပြီဟု သိရပြီး မောက်ပိုင်းကျ မှုသာ အတွေ့ကွင်းဆက်ကလေးတစ်ခုက ကျွန်ုတ်အား လျှပ်စီးလိုက် သည်။ ထိုးထွင်းသိမြင်မှုရာသည်အနိက်အတန်ကလေးအတွင်း သင်ခန်း စာတစ်ခုရလိုက်သည်။ အဆိုပါ ရိုးရိုးစင်းစင်း သိမြင်သေား ပေါက်မှု ကလေးသည် ကျွန်ုတ်အတွက်တော့ ဘဝအကျော်အပြောင်းဖြစ်စေမည် အတွေ့အကြံတစ်ခုဖြစ်သည်။ အဆိုပါ သိမြင်သေားပေါက်မှုကလေး သည် ဤစာအပ်ကိုရေးဖြစ်အောင် ကျွန်ုတ်အား လမ်းပြခဲ့သည်။ အဆိုပါ သိမြင်သေားပေါက်မှုကလေးမှာ ရှုပ်တွေးနက်နေခြင်း သို့မဟုတ် ဓမ္မားကြီးကျယ်ခြင်းမရှိ။ ကျွန်ုတ် စကြဝ္မာကြီး၏ လျှို့ဂိုက်ကို ဖော်ထုတ်ခဲ့ခြင်းမဟုတ်။ ပျော်ဆွင်ချမ်းမြှေသော ဘဝကို နေချင်းသိရှိ

(၁)

အေမည် ရှိုးရှိုးလွယ်လွယ် နည်းလမ်းတစ်ခုကို တွေ့ရှိခြင်းမဟုတ်။ သို့သော် အောင်နိုင်သူတွေ ဘာကြောင့်အောင်နိုင်ကြသလဲဆိတာကိုတော့ နားလည်သော့ပါက်ခဲ့ပါသည်။

လွယ်ခဲ့သည့် နှစ်အနည်းငယ်အတွင်း ကျွန်တော်လက်လုမ်းမီသရွှေ အရာရာတိုင်းကို ဖတ်ရှုခဲ့သည်။ လေ့လာမှတ်သားခဲ့သည်။ နောက်ပြီး ကျွန်တော် သင်ယူဆည်းပူးလိုဂမည် အတွေ့အကြုံရှိသူများနှင့် စကား ပြောခဲ့သည်။ ထပ်ပြန်တလဲလဲ ကြားသိလာရသော အမြဲခံသောာတရား တွေကို ကျွန်တော်က ရောနောပါင်းတင်သန့်စင်ပစ်သည်။ ရှင်းလင်း လွယ်ကြပြီး ရုက်ချုပ်းအသုံးချုပ်ရှုရသည် ပုံစံတစ်ခုပါ၏လာအင်လုပ်သည်။ အသိပညာတစ်မျိုးတည်းသည် စွမ်းအားမဟုတ်ပြောင်း ကျွန်တော် သော့ပါက်ထုဆုည်း စွမ်းအားအစစ်အမှန်ပြစ်လာဖို့ အသိပညာကို စနစ်တကျ တပ်ဆင်အသုံးပြုတတ်ဖို့လိုပါသည်။ ကျွန်တော် အသိပညာကို ကျွန်တော် စတင်အသုံးချုပ်သည်။ ပို့ဗြိုပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်များ ထား၊ အပြုသောအောင်သော စိတ်ဓာတ်မွေးပြီးဘဝမှာ ကျင်လည် နေထိုင်သည်။ အသွင်ပြောင်းမူမှာ မြန်ဆန်လွန်းသိသာလွန်းပြီး ရင်ဖို့လိုက်မောင်ရာကောင်းလွန်းလုပ်ပါသည်။ အတိတ်ကာလက ခံစားခဲ့ရသည် ဖိုးရိမ်ပုံပန်မူမှား၊ စိတ်ဖိုးမူမှားနေရာတွင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု၊ စိတ်အေးချမ်းမူဆိုသည့် စိတ်အင်အားများ ဖြစ်ထွန်းလာသည်။ ယခုတော့ ဘဝကို အမိန့်လိုက်နိုင်ပြီဟု ယုံကြည်စိတ်ချ ခံစားရသည်။ သို့မဟုတ် ကျွန်တော် စိတ်ခွေ့တစ်ဦးအား ပြောပြသလို “ခုမှုပဲ လောကကြီးနဲ့ အံဝင်ခြင်ကျဖြစ်တော့တယ်” ဟုဆိုရပါမည်။ ကျွန်တော်အနာဂတ် ဘဝ သည် ရှောင်ရားရမည့် မရောရာ မသေချာမှုတွေပြည့်နေသော ဝက်ပါကြီး မဟုတ်တော့။ ထွေးမွေ့ရှင်ဆိုပြီး ပျော်ရွှေ့ကြည်နဲ့ရမည် အတွေ့အကြုံ တွေ့ အပြည့်ရှိသော ခရီးစဉ်ကြီးဖြစ်နေပြီ။ ကျွန်တော် ဖျော်နေပါသည်။

(၂)

ကျွန်တော်၏ အတွေ့သစ် အမြင်သစ်မှ သီးပွင့်လာသည့် ရှုပိုင်း ဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကျိုးကျေးဇူးများကို ရုံးဆွတ်ခံစားရင်း ဤ လောကအမြင်ကို အောင်သူများအား ဝေမျှပေးဖို့၊ အောင်မြင်မှုတွေ ရအောင် ကူညီဖို့ စိတ်အားထက်သန့်မှုတွေ ရင်နှင့်အပြည့် ဖြစ်လာသည်။ သို့ဖြင့် စနစ်တစ်ခုလုံးကို မွေးရာပါအောင်နိုင်သူများဟု ကျွန်တော် ကင်ပွန်းတပ်ထားသည့်နှစ်ရက်ကြာ သင်ရိုးမာတိကာဖြစ်အောင် ကျိုးချက် ပစ်လိုက်သည်။ ကနိုးဦးပိုင်းတွင် သင်တန်းဖွံ့ဖြိုးပြီး နီးစပ်ရာလူများကို အစမ္မားချေပေးခဲ့၏။ ယနေ့တော့ ကျွန်တော်ရည်မှန်းချက်ထားသည့် အတိုင်း လုပ်ငန်းက ကြီးထွားကျယ်ပြန့်လာပြီ။ အောင်မြင်မှုများဖော်ပိုးဆိုင် ဧဒေါ်အတွက် လူတွေ တစ်ခုးရှင်းနှင့် အဖွဲ့အစည်းတွေ အတွင်းမှုရှိနေသည့် ငုပ်နေသာ စွမ်းအင်များကို ဤ သင်တန်းက ဖော်ထုတ်ပေးနေပြီ။ ဖွံ့ဖြိုးတိုး တက်အောင် ဖော်ဆောင်ပေးနေပြီ။ ခေါင်းဆောင်ရွက် ဖိမ်ခန့်ခွဲမှု ပြောင်းလော်ရေး၊ ဝယ်သူအလေးထားရေးနှင့် အဖွဲ့လိုက်ဆောင်ရွက်ရေးဆိုင်ရာ သင်တန်းများတွင် မွေးရာပါအောင်နိုင်သူများ၊ အတွေ့အမြင်ကို ကျွန်တော်တို့ တပ်ဆင်အသုံးချုပ်ပြီ။ တိတိကျကျပြောရလျှော့ကျွန်တော် တို့ ဘယ်လိုလုပ်သလဲဆိတာထက် ဘယ်လိုထွေးသလဲ ဆိတာက ထွက်ပါလာသည့် ရလ်ကို တိုက်ရိုက်အကျိုးသက်ရောက်သောသည့် ဖီးပွားရေး နှင့် ဘဝနှင့်ပယ်အားလုံးတွင် မွေးရာပါအောင်နိုင်သူများ အတွေ့အမြင်ကို အသုံးပြုလို့ ရှုံးသည်။

ယခုအခါ ကျွန်တော်က ကမ္မာအနဲ့မှာ ကျင်းပသည့် စွေးနွေးပွဲ များ၌ ဟောပြာ့လို့ချေသည်။ အောင်မြင်ခြင်းဆိုင်ရာ အစိတ်အပိုင်းများ သည် အကြောင်းမှုဖြစ်သည်။ ထာဝရှု ဖြစ်သည်။ ပုံသေဖြစ်သည်။ နောက်ပြီး ဤ အစိတ်အပိုင်းများကို မှန်းခြယ်သည်။ အဆင်တန်ဆာများနှင့် သိပ်မဆိုင်ဟု ကျွန်တော်ကသိမှတ်ယုံကြည်သည်။ အောင်မြင်ခြင်းဆို

(၁)

သည်မှာ ကံကောင်းထောက်မမူ သက်သက် မဟုတ်တော့။ အောင်နိုင် ခြင်းကတော့ ရှုံးခုံးက ဖြစ်လာခြင်း သို့မဟုတ် ငွေတွေ အများကြီး ရသည့်အတွက် စိတ်ချမ်းသာခြင်းသာဖြစ်၏။ မှားသလိုနှင့် အမှန်တရား တွေပါနေသည့် ဆိုရိုးတစ်ခုကို ကျွန်တော်တို့အားလုံး အသိအမှတ် ပြု ကြ၏။ သင်သည် ချမ်းသာပြီးဆင်းရဲ နေ့နိုင်သည်။ သင်သည် ကြီးမြင့် သာ ရာထူး ဂုဏ်သိမ်ကို ခံစားပြီး စိတ်ခုက္ခာ ရောက်နေ့နိုင်သည် ဆိုသည့် ဆိုရိုးစကား။

အောင်မြင်သူများနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများသည် အတွင်းကို အောင်နိုင်သူများ ပြစ်၏။ အောင်မြင်ခြင်းသည် အတွင်းခံစားချက်နှင့် အတူအပိုင်ဖော်ပြုချက်များဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်၏ သုတေသနပြုချက် များထံတွင် အသစ်အဆန်း ဆိုလိုဘာတစ်စုံဖော်ထုတ်တွေ့ရှိ မထားပါ။ သို့ပေါ့ ကျွန်တော်တွေ့ရှိချက်များသည် ကျွန်တော်အတွက်ဖြစ်နေ၏။ တစ်ခါတစ်ရဲ ကျွန်တော် ဟာသာနောသည့်အတိုင်း ပြောရလျှင် ဘဝက လမ်းညွှန် လက်ခွဲစာအပ်တစ်အပ် မပါဘဲ ဖြစ်ပေါ်လာသည်... သို့တိုင် ကျွန်တော်တို့က ဘဝ၏ စိန်ခေါ်ချက်များကို ကျော်လွှားဖို့ပို့ပေါ်စွဲ့ရည် များနှင့်အတူမွေးဖွားလာကြပါသည်။ လက်ခွဲစာအပ်နှင့်အနီးစပ်ဆုံးအရာ သည် ကျွန်တော်တို့၏ ရင်တွင်းမှာပဲ တည်ရှိနေရပါမည်။ ထိုနေရာများ ထိုအရာရှိနေကြောင်းကို ကျွန်တော်တို့မှုလျောက်နေကြ၏။

ဤစာအုပ်ကိုရေးသားခြင်းမှာ ကျွန်တော် ရရှိယားသော ထာဝစဉ် နှင့် ပုံသေ မှန်ကန်နေသည့် အသိပညာကို သင့်အား မျှဝေလိုသော ကြောင့် ဖြစ်၏။ နောက်ပြီး သင်၏ ငပ်နေသော အောင်စွမ်းရည်များကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်သည့် လက်တွေ့ကျသော အသုံးပြုရဂျာယ်ကျသော အစီအစဉ်တစ်ခုနှင့် စိတ်ဆက်ပေးလိုသော ကြောင့်ဖြစ်၏။

(၃)

ကျွန်တော် ဝေရက်တောင်ထိပ်ရောက်အောင် တက်ပြောခြင်းမဟုတ် သလို ဒိုလ်ပစ်ပြိုင်ပွဲမှု ချွေတံသိပ်ရအောင် အစွမ်းပြုခြင်းလည်း မဟုတ်။ သို့ပေါ့ ကျွန်တော် ကျော်ဖြတ်ခဲ့သည့် အသိတရားရာဖွေရေး ဓရီလမ်းမကြီးကလည်း တော်တော်ကြိုးစား အားထုတ်လျောက်လှမ်း ရပါသည်။ ကျွန်တော်သည် အနာဂတ်ဘဝ၏ မရေရာ မသေချာမှုများနှင့် ပတ်သက် ၍ မချင့်မရဲဖြစ်မှုများ၊ စိုးရိမ်ပုပ်မှုများကို ခံစားခဲ့ရ၏။ သင် ဘယ်လို လိုဘမပြည့်ခံစားချက်မျိုးတွေကြိုးခံစားခဲ့ရသည်ဖြစ်စေ သင် ဘယ်နေရာကလာကြောင်း ကျွန်တော်သိနေသည်ဟု တထ်ချုပ်ကြည်ထားလိုက်ပါ။

သင်ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်က ဘယ်လိုအနေအထား ပူးတွေပဲဖြစ်ဖြစ် ဤစာအုပ်သည် သင့်အတွက်ဖြစ်ပါသည်။ ဤစာအုပ် သည် 'ကိုယ့်ဟင်းကိုယ် စိတ်ကြိုးချက်စားနည်း' စာအုပ်မျိုးမဟုတ်ဟု ကျွန်တော်ထင်သည်။ ဤစာအုပ်သည် သင်ကြိုးက်သည့်ဟင်းကိုရွေးစားဖို့ အသင့်ချက်ပေးထားသည့် ဟင်းပွဲများနှင့် ပို့ပြုတူသည်ဟု သောာရ၏။ ဤစာအုပ်ထဲမှာ ဖော်ပြထားသည့် သင်ခန်းစာတွေထဲမှ သင့်အတွက် အမိုးယ်ရှိမည်။ နောက်ပြီး သင်ကျင့်သုံးနိုင်မည်ထင်သည် သင်ခန်းစာ များကို ရွေးထားလိုက်ပါ။ ပြီးထော့ ဘဝပေး တာဝန်အတိုင်းအောင်နိုင်သူ အဖြစ် ဝင်ထည့်စွာရပ်တည်ပါလေ။ ဤစာအုပ်ပါ အသိပညာနှင့်အတူသင် စောင့်တသော အနာဂတ်ဘဝကို နားလည်သောပါက်ခြင်းကို ပါဝါး စပ်အသုံးချေလျှင် သင့်ဘဝကို သင့်ထူးမြော်ပြောင်းလဲသွားအောင် လုပ်နိုင် ပါသည်။ တစ်ခုတော့ ရရှိသည်။ သည်လိုလုပ်ဖို့ သိပ်လွှာယ်လှသည်တော့ မဟုတ်။ သင့်အနေဖြင့် လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ်တွင် နွဲအပြည့်၊ ဘဝန်ယူမှု အပြည့်၊ ပြနှာန်းချက်ခိုင်နိုင်မာမှာဖြင့် လျောက်လှမ်းနိုင်ဖို့ လိုအပ်၏။ သို့ပေါ့ သည်လမ်းကိုသင် လျောက်လှမ်းနိုင်ပါသည်။

(၅)

အမှန်များဟု ယခု ကျွန်တော် သိထားသည်များကို လူငယ်ဘဝက
သိခဲ့ရ၊ နားလည်ခဲ့ရလျှင် ဘယ်လောက် ကောင်းလိုက်မည်လဲဟု ဆန္ဒ
ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အတွက် ကျွန်တော်တို့ဘာသာ ချမှတ်ထား
သည့် ရည်မှန်းချက်များကို ပေါက်မြောက်အောင်မြင်နိုင်မည်မဟုတ်၊
ကျွန်တော်တို့၏အပိုမက်များကို လက်တွေ့ဖြစ်အောင် အကောင်အထည်
ဖော်နိုင်မည်မဟုတ်ဟု ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နားချို့ အလွန်လွယ်ကျ၏။
ကျွန်တော်ကတော့ သင့်အား ယုံကြည်ချက်တစ်ခုဖြစ်ပေါ်လာအောင်
ကူညီနိုင်စွမ်း ရှိလိမ့်မည်ဟု နှလုံးသားထဲက ယုံကြည်နေ၏။ ဂင်းယုံ
ကြည်ချက်မှာ သင် ပေါက်မြောက်အောင်မြင်နိုင်သည် ဟူ၍။ အဘယ်
ကြောင့်ဆိုသော် သင်စွမ်းဆောင်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်နေလျှင် သင်
စွမ်းဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော်သိထားသောကြောင့်ဖြစ်ပါ
သည်။

□

(၁)

အောင်မြင်မူ

လော့စုအိန်ဂျလိုစ်ဘွင် လူချွင်တော်တစ်စုနှင့် ကျွန်တော် ထိုင်နေ
သည်ကို မှတ်မိ၏။ သူတို့အားလုံးလည်း ကျွန်တော်လိုပင် ဟာသခြင်ထဲ
တိုးဝင်နိုင်ဖို့ မျှော်လင့်ချက်တွေ ပွဲပိုက်ထားသူများ ဖြစ်၏။ ကျွန်တော်
က ကမ္မာပေါ်မှာ အပြိုင်အဆိုင်အများဆုံးအိုသည့် ဧရားကွက်သို့ အရောက်
သွားခဲ့သည်။ ထိုလောကမှာ အလုပ်ဝင်လုပ်ရင်း တစ်နှစ်အတွင်း လက်
လှမ်းခြားသရွှေ ပညာကို ဆည်းပူးမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ထားသူ။ အတ်ကာလမှာ
ဘုရားရှုရေး။ ဟာသအတ်ဆိုသည်မှာ ရော်အင်ရှိုးလုံးအသစ်တစ်မျိုးလားဟု
ဖော်သည့်အတ်။ အောင်မြင်မူ၏အစိုးာယ်ကတော့ ချမ်းသာကြွယ်ဝြင်း၊
အောင်မြင်ကျော်ကြားခြင်း၊ မြို့ထဲက ဘယ်စားသောက်ဆိုင်မှာမဆို တန်း
မစိတ် ကျော်ဖြတ်ဝင်ခွင့်ခြင်း၊ နောက်ပြီး ပြိုင်ကားတွေ၊ မိန့်ဗော်ရွှေ့
လှလှတွေ၊ ပြီးတော့ ဘက်ဗာလိုတောင်ကျိုးများတွင် အိမ်ကြီး မဟာ
တစ်လုံး။ ထိုထို့ကြိုး အရာများက ကျွန်တော်တို့ စိတ်ကူးအယဉ်ကြီး

ယဉ်နေသည့် ဆလာဘ်များ။ ကျွန်တော်တို့ လိုချင်တပ်မက်ရှိလွန်းလှသည့် နတ်သူ၌ဟင်းခြက်ကြီး။

ကျွန်တော် ထိုနေရာသို့ ရောက်နေတာ ဖြောက်လလောက်ရှိပြီ။ ကယပ်အသိုင်းအဝိုင်းမှာ ဝင်ဆုံးအောင်တော့ တဖြည့်ဖြည့် တိုးဝင်လို့ ရခဲ့ပြီ။ ကျွန်တော်ကို ဘယ်သူကျော်လအပေးပြီး ရှားမထားသေး။ သို့ပေါ့ အနည်းဆုံး သိတင်းပတ်ကုန်ရှုက်တွေမှာတော့ အလုပ် လုပ်ရသည်။ နောက်ပြီး တစ်ယောက်ယောက်က ပျက်စီကျေသွားနိုင်သည့် အလား အလာလည်း အမြှုရှိသည်။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဖက်တွယ်ထားသည့် အလားအလား။ သေချာတာတစ်ခုကတော့ ကျွန်တော်တို့ အထူက ဘယ်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမျှော် ပျက်စီကျေသွားမရှိသေးခြင်းပင်။ သည်တော့ ရှုပ်ရှင်တစ်ပွဲအပြီးတွင် ကျွန်တော်တို့ ငွေကြယ်ပွင့်လောင်း လျာတစ်စု လုပ်နေကျေအလုပ်မှာ အရက်ဆိုင်တစ်ဆိုင် သို့မဟုတ် စားသောက်ဆိုင်တစ်ဆိုင်သွားကြခြင်းပင်။ ပြီးတော့ ဆိုင်မှာထိုင်ပြီး အီမံမပြန်မီ အချိန်ဖြုန်းကြမည်။ အီမံအပြန်လမ်းမှာကျတော့ ပြု့ကြုံဘက် လျှောင်တော်များ၏ အရည်အချင်းတွေကို ဝေဖော်ရေး စားဖြင့် တစ်စစ်၊ တစ်ပိုင်းနှင့်ဖြစ်အောင် ခွဲစိတ်ဖြတ်တော်ကြမည်။

မှတ်မှတ်ရရ ထိုတစ်ညာကတော့ ကျွန်တော်သည် ညျဉ်လုံးပေါက် ဖွင့်သည့် ထမင်းဆိုင်တစ်ဆိုင်တွင် အခြားလျှောင်တော်အုပ်စုတစ်စုနှင့် အတူရှုမှန်သည်။ ကျွန်တော်တို့ အာအတွေ့ဆုံးအကြောင်းကိုပဲ အာပေါင် အာရင်း သန်နေကြသည်။ ထိုအခိုက် ဘာမျှထူးထူးထွေထွေ မစွ်းစားဘဲ သတိပြုလိုက်စီသည့်များ ကျွန်တော်တို့ ပြောဆိုစွေးနွေးခြင်း ခံရသည့် လျှောင်တော်များကို အတန်းနှစ်တန်း ခွဲထားလေ့ရှိခြင်းပင်။ ပါရမိကလေး တော့ သူအတိုင်းအတာနှင့်သူ ရှိကြသည်။ သို့ပေါ့ ကျွန်တော်တို့ လောက်ပင် အလုပ်မဖြစ်သူတွေက တစ်တန်း။ သည်လူတွေကတော့

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်

ကြီးကြီးကျယ်ကျယ်အောင်မြင်သူများဖြစ်လာဖို့ အလားအလာ အလွန်း အလွန်နည်းသူများဟု ကျွန်တော်တို့က သတ်မှတ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ ထက် သိသိသာသာအောင်မြင်သူအုပ်စုကိုဆော့ ကျွန်တော်တို့က 'ကံကောင်းသူများ' ဟု သတ်မှတ်ကြသည်။

အောင်မြင်ရေးကို စိန့်စီးခြယ်လှယ်သည့် စွမ်းအား ပြဋ္ဌာန်းသည့် စွမ်းအားသည် ကံတရားဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော်တို့ မှတ်ယူကြ၏။ ကံတရားက ပုံစံအမျိုးမျိုးပြင် ကျွန်တော်တို့အထူမှ တစ်ယောက်ယောက်ကို လာရောက်လက်တို့ချင်တို့မည်။ မတို့ဘဲ နေချင်လည်း နေမည်။ ကျွန်တော်တို့တွင် ထိပ်တန်းသို့ရောက်စေမည့် အကြောင်းတရားတစ်ခုရှိရှိ ပါသော် ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဆုတေသန်းကြသည်။ ကံတရားက ကျွန်တော်တို့တစ်တွေကို တစ်ယောက်ချင်း ရွှေးထုတ်ခေါ်သွားပါသော့ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဆုတေသန်းကြသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့တစ်တွေ အောင်မြင်ရေးကို သည်နည်းသည်ပုံဖြင့် ရှုမြင်သုံးသပ်ခဲ့ခြင်းသည် မှား၏။ တကယ်တော့ အောင်မြင်သူများသည် ဘယ်တော့သူ ဆုတေသန်းရုံးတောင်းနေခြင်းမပြု။ သူတို့က ထုံးကြည်ထားကြသည်။ ကျွန်တော်တို့တွေအကြေား ခြားနားချက်မှာ ဒါပ်ဖြစ်၏။ အောင်မြင်ခြင်းနှင့် ရှုံးနိမ့်ခြင်းအကြေား ခြားနားချက်မှာ ဒါပ်ဖြစ်၏။

ထိုည် နောက်ပိုင်းကစပြီး ထူးခြားသောအတွေ့အကြော်တွေကို ကျွန်တော်ကြုံခဲ့ရ၏။ ငါးအတွေ့အကြေားက ကျွန်တော်ကိုယ့်စွဲထားသော ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်မြင်သည့် အမြင်နှင့် ကိုယ့်အလားအလာကို မြင်သည့် အမြင်နှစ်ရုပ်ကို ထားစဉ်ပြောင်းလဲပစ်လိုက်ပါတော့သည်။ နောက်ပိုင်းတွင် အကြောင်းပေါင်းမှားစွာပြုလုပ်ခဲ့သည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းဆိုင်ရာ အစည်းအဝေးမှား၊ ကျွန်တော်အား ခေါ်ယူတိုင်ပင်သည့် အစည်း

အဆေးများ၏ လူတွေ၏ ရင်ဖွင့်သံပေါင်းများစွာကို ကြားခဲ့ရ၏။ သူတို့က ပုံစံအမျိုးမျိုး၊ စကားလုံးအသွယ်သွယ်ဖြင့် တင်ပါကြ၏။ သူတို့ တင်ပြ ပြောဆိုသည့်စကားများမှာ ဘုရားရန်စာ လေ့စ်အိန်ဂျလိစ်တွင် ကျွန်တော် ပြောခဲ့သည့်စကားများ၏ သံတ္ထကြောင်းကွဲတွေသာ ဖြစ် နေ၏။

ကျွန်တော် ကံသေကံမ ပြောဆိုတာတစ်ခုရှိသည်။ အောင်မြင်ခြင်းသည် ကံတရားနှင့်ဆိုင်သည့်ကိစ္စမဟုတ်။ ကံတရားဆိုသည့်မှာ အလျဉ်းသင့် ကြံကြုံက်သည့်ကိစ္စဖြစ်။ အောင်မြင်ခြင်းကတော့ စီစဉ်ပုံဖော်ရသည့် ကိစ္စဖြစ်၏။

အောင်မြင်ခြင်းသည် ကံတရားနှင့် ဆိုင်သည့်ကိစ္စ ဖြစ်သည်။
သက်သေထူလိုလျှင် မည်သည့်အရှုံးသမားကိုမဆို မေးကြည့်ပါ။
အားလုံး ဝိဇ္ဇာ

သည်တော့ အောင်မြင်ခြင်းက စီစဉ်ပုံဖော်ရသည့် ကိစ္စဆိုလျှင် ပုံစံပြာ သို့မဟုတ် စီမံကိန်း၊ စီမံချက်က ဘယ်မှာလဲ။

ထိမေးခွန်းအတွက် အဖြေအား အောင်မြင်ခြင်း၏ အမိပ္ပါယ်ကို ဘယ်လိုသောပေါက်သလုဆိုသည့်အချက်ဖြင့် စရပါသည်။ ငင်ဗျာ ဘဝမှာ ငင်ဗျား တကယ်လိုချင်တပ်မက်တာ ဘာလဲဟု ကျွန်တော် မေးလျှင် သင့် ဘယ်လိုဖြေမည်လဲ။

ငွေ၊ ကျော်ကြားမှာ လွှတ်လပ်ခွင့်...ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်မည်။ ကိုယ့် အထွာနှင့် ကိုယ်ပေါ့။ ကုမ္ပဏီတော်တော်များများက အမြတ်အစွမ်းကြီးထွားမှုနှင့် အသိအမှတ်ပြုခဲ့ရမှုတို့ လိုလားတော့တာလိုပေါ့။ သို့ပေမဲ့ ငွေရှိရှုံးသက်သက်က သင့်အား အောင်မြင်သူ ဖြစ်အောင်

မြှုလုပ်ပေးသလား။ ဘယ်လုပ်ပေးနိုင်မလဲ။ မဟုတ်ပါက ထိပေါက် သူတွေ၊ ဘက်စားပြတွေ၊ အများကြီး ဆက်ခံရသူတွေကို အကြီးအကျယ် အောင်မြင်သူတွေအဖြစ် တစ်ခါတည်းသတ်မှတ်ရတော့ မည် မဟုတ်လား။ သည်တော့ ကျော်ကြားမှုကော်။ ကျော်ကြားမှု ရရှုင် အောင်မြင်မှု သို့မဟုတ် ပျော်ဆွဲမှုရမည်ဟု အာမ မခဲ့နိုင်ကြောင်းကို သမိုင်းက လက်တွေပြခဲ့ပြီ။ ထိုအပြင် ပုဂ္ဂလိက လွှတ်လပ်ခွင့်ကို အရယူနိုင်ခြင်းသည်လည်း ကျော်ကြားမှုရခြင်းလိုပါပဲ။

အောင်မြင်မှုကို အကောင်းဆုံး အမိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုသည့်မှာ သင်၏ ကိုယ်ရေး ရည်မှန်းချက်များနှင့် လုပ်ငန်းရည်မှန်းချက်များ တဖြည့်ဖြည့်းအကောင်အထည်ပေါ်လာခြင်းဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်သည်။ ချမ်းသာ ဖြေယ်ဝြင်း၊ ကျော်ကြားခြင်းနှင့် အခြားအရာများသည် ငါးရည်မှန်းချက်များ ပေါက်မြောက်ခြင်း၏ အားထွေကိုအကျိုးများသာ ဖြစ်၏။

သင့်ဘဝမှာ သင့် ဘာကိုလိုလားတော့တာသလဲဟု အောင်မြင်သူ တစ်ဦးအား မေးကြည့်ပါ။ သူ အဖြေသည် ယောင်တိယောင်ဝါး သို့ မဟုတ် သိမ်းကျိုးဖြေသည့်အဖြေမျိုးဖြစ်မည်မဟုတ်။ သူ အတွက် အောင်မြင်မှုဆိုတာ ဘာလုဆိုသည့်ကို ရင်းလင်းပြတ်သားစွာ အမိပ္ပါယ်ဖွင့်ပြလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် အဆိုပါရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သည် ဘက်စာရင်းမှာရှိသည့် ငွေမာဏာတစ်ခု သို့မဟုတ် ယေဘုယျ ပျော်ဆွဲမှု အငော အထားတစ်ခု ဖြစ်လိမ့်မည်မဟုတ်။ အဆိုပါရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သည် အလွန်တိကျသည့် ပစ်မှတ်တစ်ခုဖြစ်လိမ့်မည်။ ငါးပစ်မှတ်ကို ထိမှန်ပြဆိုလိုအင်ဆန္ဒပြည့်ဝြီး နှစ်ထောင်းအားရ ခံစားရမည် ဖြစ်၏။

လွှတ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ခုင်းမှာဖြစ်စေ၊ စီးပွားရေးရေးလပ်ငန်းတစ်ခုမှာ ဖြစ်စေ ထိုသို့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို ပိုပိုပြင်ပြင် အမိပ္ပါယ်ဖွင့်နိုင်စွမ်း ရှိခြင်းသည် အောင်မြင်မှုရရှုရကြော်းကို ဖော်ဆောင်ပေးသည် စွမ်းရည်

တစ်ရပ်ဖြစ်၏။ အောင်နိုင်သူများသည် သင်တို့ ကျွန်တော်တို့ ရသည့် အခွင့်အရေးမျိုးပဲ ရ၏။ သင်တို့ ကျွန်တော်တို့ ကြံသည့် စိတ်ပျက်စရာ မျိုးပဲ ကြံရ၏။ ရောက်အောင်ပြင်မှ ရသူများကို အများသူတါနှင့် မတူ အောင် ခွဲထုတ်ပစ်လိုက်သည့်အရာမှာ သူတို့၏ တွေ့ခေါ်ပဲ တွေ့ခေါ် နည်းနှင့် သူတို့၏ စိတ်သဘောထားပင်ဖြစ်သည်။ လူဘဝမှာ လူတိုင်း လူတိုင်း ထိန်းချုပ်မှုအပြည့်အဝပြနိုင်စွမ်းရှိသည်မှာလည်း ထိအရာနှစ်ခု သာဖြစ်၏။

အောင်မြင်ခင်းသည် ကံတရားနှင့်ဆိုင်သည့် ကိစ္စမဟုတ်၊ စီစဉ်ပုံ
အောင်ရသည့်ကိစ္စဖြစ်၏။ အောင်နှင့်သူများသည် အခွင့်အရေး ပိုဂရသူများ
မဟုတ်၊ သူတို့က အခွင့်အရေးကို ဖန်တီးယူသူများဖြစ်၏။ သူတို့က
ယာယိအက်အခဲများကြောင့် သူတို့၏ အတွေ့ပုံရိပ်ကို ညီးစမ်းမေးဖိန်
စွဲခွင့်မပြု။ သူတို့က ယာယိအက်အခဲများကို ရပ်ဖျက်လာသည့် အခွင့်
အရေးများဟု သဘောထားသည်။ အောင်ရမည်ဟူသောသူတို့၏
အမိန္ဒာနပြချက်ကို အသောက်အကူပြုသည့် အခွင့်အလမ်းများဟု ရှုမြင်
သည်။

သင်သည် အနာဂတ်ဘဝအတွက် ဘယ်လိုအပိုမက်မျိုးပဲ
မက်မက်၊ ငါးအပိုမက်သည် ဖြစ်နိုင်ခြော့သည့်ဘာင်အတွင်းမှာ ရှိရှိ၏
ငါးအပိုမက်သည် လက်တွေ့ဖြစ်မြောက်လာနိုင်၏။ သို့သော သူတွေ့ဖြစ်
ဖြတ်လမ်းနည်း သို့မဟုတ် ထိုးတန်းရောက်ကိုထာတစ်ပုံ တွေ့လိုတွေ့ဖြေား
ဟူသော မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် စာတစ်ခုပဲ (ဤစာအပ်အပါအဝင်)ဖတ်ခြင်း
ဖြင့်တော့ သင့်ရည်မှန်းချက် ပေါက်မြောက်အောင်မြင်လိမ့်မည် မဟုတ်။
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော သင့်ဘဝကို အောင်မြင်မှန်င့် ပျော်ဆွင်မှုပန်းတိုင်
ဆီသို့ အမှန်တကယ် ဦးတည်စေချင်သည်ဆိုလျှင် သင်သည် အမှန်
တကယ် စိတ်ရောကိုယ်ပါ မြှုပ်နှံထားဖို့လို၏။ ချေဖျက်၍ မရနိုင်သော

କିମ୍ବା କିମ୍ବା କିମ୍ବା ଯା କ୍ରମରେ ତିରି କିମ୍ବା ପ୍ରିୟି ଲିଖିଛି । ଏହି ରହିଲୁଛି ମୁଣ୍ଡିରୀ ଫଳଗନ୍ଧି ମୁଣ୍ଡିରୀ । ଏହି ରହିଲୁଛି ମୁଣ୍ଡିରୀ ପରିପାଦିତ ମୁଣ୍ଡିରୀ ।

ကောင်းကောင်းမွန်မွန်နေထိုင်ပြီး မကြာမကြာ ရယ်မောကာ
အများကြီး ချစ်တတ်သူသည် အောင်မြင်သူဖြစ်၏။
ရောဘတ် လူးဝစ် စတီပိုင်ဆင် (၁၈၅၀-၉၄)

အောင်မြင်မှထဲတွင် ကံတရားမပါ။ သင်၏ တွေးခေါ်ပုံ၊ တွေးခေါ်
နည်းပါဝင်၏။ သင်၏ ပုံချက် သဘောထား ပါဝင်၏။

သင့်အောင်မြင်ရေးသည် သင့်တာဝန်ဖြစ်၏။ အမြားဘယ်သူ
တာဝန်ရှုမဟုတ်။ ကျွန်တော် ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း စတင်ထူထောင်စဉ်က
အလုပ်အပ်ဖို့ အလားအလာရှိသူတစ်ဦးနှင့် ချိန်းထား၏။ အခြေအနေ
မှာ လက်မြှောက်ပြီး မှုပစ်လိုက်ရမည့်အခြေအနေမျိုးဖြစ်၏။ ကျွန်တော်
မှာ မျာက်ခံသုတေသန်းကြောင်း ကောင်းကောင်းမရှိ။ ကုမ္ပဏီအများစုံက
သင်တန်းပေးခြင်းကို အချိန်ဖြန်းသည့်အလုပ်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။
သို့မဟုတ်ပါကလည်း သူတို့ စိတ်ကျေနပ်မှုရှိသည့် ဖောက်သည်တစ်ဦး
လောက်နှင့် ကျေနပ်နေချင်ကြ၏။ မောက်ဆုံးတွင် အလုပ်အပ်ခြေရှိသူ
က ကျွန်တော်အား အဖွဲ့လိုက်ဆောင်ရွက်သည့် စီမံချက်တစ်ခု ရေးအွဲ
တင်ပြန့် ပြောသည်။ သူ သည်လို့ပြောလာတော့ ကျွန်တော် ထမကမိ
အောင် တော်တော်စိတ်ထိန်းထားလိုက်ရ၏။

ପ୍ରିସ୍ତାବାତର୍ଥ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ । ଗ୍ରୂଫ୍ଟ ଟେକ୍ ତାର ମୋକ୍ଷ ଯାଃ ବନ୍ଦ
କର୍ମ୍ମାନ୍ତରୀ ଅପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱରେ ଭାବୁ ଚାହେଲାଣୀ । ଏହିଲ୍ୟ ଗ୍ରୂଫ୍ଟ ଟେକ୍ ଯାଃ
ଅପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱରେ ଭାବୁ ଚାହେଲାଣୀ । ଏହାରେ ପ୍ରିସ୍ତାବାତର୍ଥ ଯାଃ

သေ၊ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့၊ ဖြစ်မြောက်လာအောင် ဘယ်လို သင်ရှိုံးချွန်းတမ်းတွေ ရေးဆွဲရမည်ကို သေသေချာချာမသိ။ ထို့နောက်မှာတော့ မိတ်ဆွဲ တစ်ယောက်က ကျွန်းတော်အား အထူးလေကြောင်းတပ်ရင်း သင်တန်း ဆရာကြီးတစ်ဦးနှင့် အဆက်အသွယ်လုပ်ပေးသည်။

အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့တဲ့ထောင်ရှုံး သင်တန်းပေးဖို့ သူတော်အရည်အချင်း ပြည့်မိသူတစ်ဦးကို ရှာဖွေလိုအလုန်ခက်ခဲပါလိမ့်မည်။ သူနှင့် သူအဖွဲ့တဲ့ ကျွန်းတော်လေ့လာဆည်းပူးလို့ရရှိက်သည် အသိတရားမှာ တန်းမဖြတ် နိုင်လောက်အောင် အရေးကြီးပါသည်။ အထူးလေကြောင်းတပ်ရင်း၏ အစိုက် အရေးကြီးဆုံးယုံကြည်ချက်တွေထဲတွင် ဒွဲ၊ သုန္တ္တာနှင့်နှင့် တာဝန် တိုပါဝင်သည်။ သင်တန်းတွင် ရပ်ပိုင်းအိုင်ရာခံနိုင်ရည်ရှိမှု ရွေးချယ်ခြင်း အစိအစဉ်ရှုံးကျရှုံးသူများသည် သူတို့ဘာသာသူတို့ ကျရှုံးအောင်လုပ် သူများဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့သိဖြစ်ရခြင်းမှာ သူတို့တွင် ပြင်ဆင်ထားမှုမရှိ သောကြောင့် သို့မဟုတ် သင်တန်းမှ ထွက်ချင်သောကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းဆရာများက ပြောပြသည်။

သင် အရှုံးပေးပြီ ဆိုမှသာ သင်ရှုံးနှင့်သည်။ ဤကား အထူးလေကြောင်းတပ်ရင်း အတွေးအခေါ်တွင် ထပ်ကာတလဲလဲ ဥပဒေနှင့်ပြနေသည့် အယူအဆဖြစ်၏။ ရွေးချယ်မှုအစိအစဉ်ကို အောင်မြင်သူများသည် အခြားသူများထက် လျော့နည်းပြီး စောနာခံစားရသူများမဟုတ်။ သူတို့ အဆုတ်တွေ အသက်ရှုံးမရအောင် ကျပ်လာသည်။ သူတို့ ခြေထောက် တွေ ဖူးရောင်ကျို့စံပိနေသည်။ သူတို့ ကြိုက်သားတွေ ဒဏ်ပိနေသည်။ ကွာခြားချက်မှာ ရွေးချယ်ပွဲ အောင်မြင်သူများ၏ ရင်ထဲ အသည်းထဲ၌ မောက်ထပ် ခြေတစ်လျမ်းလှုံးဖို့ သုန္တ္တာန်းချထားခြင်း ဖြစ်၏။ သူတို့က အခြားသူများကို အပြစ်မဖို့၊ သူတို့ကို လျှစ်လျှော့မည့် သဘောကြောင်း သော သင်တန်းဆရာကို မဖျော်။ သူတို့၏ရှုံးနှင့်မှုအတွက် ဆင်ခြေ

ဆင်လက် ရှာဖွေသူများမဟုတ်ကြ။ သူတို့က အသင့်ပြင်ထားသည်။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ မြှုပ်နှံထားသည်။ ပြီးတော့ အောင်မြင်မှုရရေးအတွက် ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် တာဝန်ယူထားကြသည်။

တရာ့လူတွေက ဖြစ်ရပ်ဝေ့ကြ ဖြစ်ထွန်းအောင် လုပ်ကြသည်။
တရာ့လူတွေက ဖြစ်ရပ်ဝေ့ကြ ဖြစ်ထွန်းအောင် စောင့်ကြည့်ကြသည်။
တရာ့လူတွေက ဖြစ်ရပ်ဝေ့ကြ ဖြစ်ထွန်းလာသည်ကို အုပ်စုံး ဖြစ်ကြသည်။

အမည်မသိ

လူရွေးပွဲ အစိအစဉ် သိပ်နှင့်နှင့် ဖြစ်မလာစီ တတိယမြောက်နှင့် ကတည်းက သင်တန်းဆရာများနည်းတူ ကျွန်းတော်လည်း လူရွေးပွဲ အောင်မည်သူများကို ရွေးထဲတိနိုင်နေလေပြီ။ သင်တန်းဆရာတွေ ဤ မှာရာတွင် သိမြင်သည်များကို ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော အသွင်ဖွင့်လည်း သိမြင်နိုင်ပါသည်။ ကျွန်းတော်တို့အားလုံးပင် တစ်စုတစ်ရာထူးတဲ့ ဓမ္မားဓမ္မားရှိသူများကို ဆုံးဖြုံးကြသည်။ ကြည့်ညီစာရောက်းခြင်း၊ ဦးဆောင်နိုင်စွမ်းရှိခြင်း၊ စွမ်းအားကြီးသော ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု ရှိခြင်း။ ဤအရည်အသေးများက သူတို့အား ထို့တော်နှင့်သို့ တက်လှမ်း မည်သူများအဖြစ် သန်ထဲတ်ပေး၏။ သူတို့၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးမှ တစ်ဆင့် အခြားသူများကို ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသူများ၊ အရာရာတိုင်းကို သက်သောင့်သက်သာကလေး စွမ်းဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသူများအဖြစ် တသိုံးတွေထဲတ်ပေး၏။ သူတို့တွင် မွေးရာပါ အောင်နိုင်သူများ၏ စိတ် ဓမ္မားဓမ္မားရှိသည်။ ထို့သို့သော သူများကို အထူးလေကြောင်းတပ်ရင်း သင်တန်းဆရာတွေနှင့်တို့သည်ပင် လွယ်လွယ်ကူကူ

ရွှေးထဲတဲ့ရုံ။

သူတိုးအားလုံးမှာ တည့်တည့်တည်း ရှိယဉ် အရည်အသွေးက တော့ သူတိုး ဘယ်ကိုသွားနေကြောင်း ပြတ်ပြတ်သားသား သိနေပြီး ထိန်ရာသို့ ရောက်စေမည့် စီမံကိန်းတစ်ခုနှင့် ထိန်ရာသို့ မလျှေမသွေး ရောက်မည့်ဖြစ်ကြောင်း ယုံကြည်ချက် ခိုင်ခိုင်မှာမှ ရှိနေခြင်းဖြစ်၏။ တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့တွင် ငါးခွဲနှင့်ပြီးသား ဖြစ်၏။ သို့သော် ကျွန်တော်တိုးအများစုသည် ငါးခွဲနှင့်အားများကို ဘယ်လိုဖော် ထုတ်ပြီး ဘယ်လို အသုံးချုပ်မည်ဖြစ်ကြောင်း မေလျော့နေကြပါသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အတ္ထပိရန်နှင့် လောကကြီးအပေါ် ထားရှိယဉ် သဏာ ထားကို ကျွန်တော်တို့ဘဝက ပုံသွင်းပေးသည်။ ပြီးတော့ အဆိုးဆုံးတွေ့ဖြစ်လာမည်ကိုအိုးလင့်ရှင်း အကောင်းဆုံးတွေ့ဖြစ်လာအောင် ဆုတောင်း တတ်ဖို့ သင်ယူသည်းပူးခဲ့ကြ၏။

သို့သော် ကျွန်တော်တိုးအားလုံး မွေးရာပါ အောင်နိုင်သူများအဖြစ် ဘဝကို အစပြခဲ့ကြသည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့သည် မွေးရာပါ အောင်မြင်မှုများ တကယ်ဖြစ်ချင်သည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ အသွေးထဲမှာ ရှိနေသည် အောင်စွမ်းရည်ကို ပြန်လည်ဆက်သွယ်လို့ရပါ သည်။

တိုက်ဆိုင်မှုလား ပုံစံမှုလား

အောင်မြင်ခြင်းသည် သင်၏ တာဝန်ယူမှုဖြစ်ပြီး ကံတရားနှင့် ဘယ်လိုမှုပတ်သက်။ ထိန်ည်းတွောပင် သင်၏ အောင်မြင်မှုလမ်း ကြောင်းပေါ်တွင် ကံအားလျော့စွာ တိုက်ဆိုင်မှုဆိုတာ မပါဝင်သလောက ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အောင်မြင်မှုလမ်းကြောင်းပေါ်တွင် တစ်ပိုင်းတစ်ကဲ့ ပါဝင်နေသည်မှာ တိုက်ဆိုင်မှုဖြစ်ပါနိုင်ကြောင်း ဥက္ကားအမြင်ရှင်းနှင့်

တို့ထဲကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

တိုက်ဆိုင်မှု ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် မိမိအကျိုးရှိရရှိကြောင်းအတွက် အသုံးချိ ဖို့ အသင့်ပြင်ထားခြင်းသာ ရှိ၏။ အကြောင်းမှာ သင်သည် ရည်မှန်း ချက်တစ်ခု အောင်မြင်ရေးကို အာရုံစိုက်မှု အပြည့်ရှိနေမှုသာ တိုက်ဆိုင်မှု များကို အခွင့်အလမ်းများဟု သိခြင်နိုင်မည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

အသင့်ပြင်ထားမှုနှင့် အခွင့်အလမ်းတို့ ဆုံးတွေ့အသာအခါ ကံတရားဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

ဆင်နကာ အကြီး (ဘိစီ ၅၅-အေဒီ ၃၉) ရောမလူမျိုး တရားဟောသရာနှင့် စာရေးဆရာ

ကျွန်တော်တိုးအားလုံး စစ်ဆေးကြည့်လို့ရသည် ရှိုးရှိုးရှင်းရှင်း ဥပမာလေးတော်ခုကိုကြည့်ကြအောင်။ သင်သည် နေ့ထွေးသော ရာသိုံးတုတွင် ရှုက်တို့ အပန်းဖြေအနားယူစိုးဆုံးဖြတ်ထားသည်ဆိုပါနို့။ ထထမျိုးဆုံး သင်သာလုပ်မည်လဲ၊ သင်သာယ်ကိုသွားမည်လဲ၊ ဘယ်တော့ သွားမည်လဲ ဆိုတာ ရွှေးချယ်ရပါမည်။ ဤကား တိကျြပြတ်သားသော ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုဖြစ်၏။ သင်သွားမည် ခရီးပန်းတိုင်ကို ကြိုတင် စဉ်းစားထားခြင်း မရှိဘူး စိတ်ကူးပေါက်ချိန်တွင် ကားပေါ်ခုံနှင့်တက်ပြီး ခနီးထွက်သွားလို့ရသည်။ သို့သော် ပထမျိုးဆုံးလမ်းဆုံးလမ်းခွဲသွားမည်။ ဆုံးတွက်သည်နှင့် ဘယ်ဘက်ချိုးရမလား၊ ညာဘက်ကျွေးရမလား ဆုံးသည် ထို တစ်နေ့လုံး ထိုင်စဉ်းစားရချေတော့မည်။

သည်တော့ ဘယ်တော့သွားမည်၊ ဘယ်ကိုသွားမည် ဆိုတာ စိုးစားပြီးဆုံးပါနို့။ ယခု ဘယ်လိုသွားမယ်ဆိုတာ စိုးစားရတော့မည်။ ခနီးစားဆွဲရမည်။ မြတ်တွေ့ဝယ်ရမည်။ သင် သွားလို့ရာသို့ ရောက်မှ အောင်ထိုင်ရေး စိုးစားလို့ရှုံး၍။ သို့သော် တက်သာဆုတ်သာ ပြစ်အောင်

မိမိလျာထားသည့် ငွေကြေးနှင့်ကိုက်ညီမည့် တည်းခိုစရာ နေရာများကို ကြိုတင်လေ့လာထားရပါမည်။ ဤသို့ အသေးစိတ် တိတိကျကျ ပြင်ဆင်ထားသည့်အတွက် ခရီးလမ်းတစ်လျောက် ကြံ့လာနိုင်သည့် အသေးစားကိုစွဲများကို အမြေအနေအလိုက် ပြောင်းပဲလို့ ရလာသည်။ ဥပမာအဖြစ်ပြောရလျှင် သင် ကားမောင်းသွားရင် ဖိုက်ဆာလာသည်။ ထိုအချိန်တွင် ကားလမ်းနဲ့သားမှာ ဖွင့်ထားသည့် စားသောက်ဆိုင် တစ်ဆိုင်ကို တွေ့လိုက်ရ၏။ သင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်လေ့လာစဉ်က သည်စားသောက်ဆိုင် သည်နေရာမှာ ရှိနေမှန်းပင် မသိ၊ ခုတော့ ဖိုက်ဆာ နေခိုက် သန့်သန့်ပြန့်ပြန့် စားသောက်ဆိုင်ကို တွေ့နေပြီ။ သည်တော့ မူလအစီအစဉ်ထဲမှာ မပါသော်လည်း ထိုစားသောက်ဆိုင်မှာ ခရီးတစ်ထောက် နားလိုက်လို့ရသည်။

ကျွန်တော်တို့တွင် တိကျပြောသားသော ရည်မှန်းချက်တစ်ခုရှိ နေမှုသာလျှင် အခါအားလျော့စွာ မထင်မှတ်ဘဲ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် တိုက် ဆိုင်မှုများကို အခွင့်ကောင်းယူလို့ရပါမည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုသို့ ရည်မှန်းချက် ပိုပိုပြင်ပြင်ရှိနေမှ အားလျော့စွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော အနေအထားတစ်ရပ်ကို ကိုယ့်အတွက် အခွင့်အလမ်းဟု သိမှတ်နိုင်မည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ နောက်တစ်နည်းပြောပါဦးမည်။ သင်သည် မမျှော်လင့်သော တိုက်ဆိုင်မှုများ သို့မဟုတ် အခွင့်အလမ်းများကို အျှော်မှန်းရင်း ဘဝခရီးရိုကျောက်လာသည်ဆိုပါစွဲ။ သို့သော် တစ်သက်တာ ရည်မှန်း ချက်ဟူ၍ ပိုပိုပြင်ပြင်မရှိ။ ဘာအလိုချင်ဆုံးဟူ၍ တိတိကျကျမရှိ။ သိ လည်း မသိ။ ထိုအခါ သင့်ဘဝအတွက် အရေးပါ အရာရောက်မည့် အခွင့်အလမ်းတွေနှင့် ပက်ပင်ကြံ့တွေ့ရလည်း သင်က ငါးဖြစ်ရပ်မှုဗားကို အခွင့်အလမ်းများဟု သိမြတ်နိုင်စွဲဗီးရှိမည် မဟုတ်မှာ မြေကြီးလက်ခတ်မလွှဲ ပြစ်ပါသည်။

အခွင့်အလမ်းများသည် ဖြတ်သန်းသွား၏
သူတိုက ဖိုင်းနဲ့နေခြင်းမပြုကြ။

အမည်မသိ

ကျွန်တော် ဆယ့်ရှစ်နှစ်သားအရွယ်က ကြံ့ရာကားကို လက်တား ပြီး ဥရောပတစ်ခွင် ခရီးထွက်ခဲ့ဖွဲ့၏။ ဓမ္မာက်လကြာ စွန့်စားခန်း ကာလအတွင်း ကျွန်တော်သည် ကြင်နာမှုများစွာကို ခံယူခဲ့ရ၏။ အီတလီမှာ ရောက်နေခိုက် တစ်ချိန်တွင်တော့ တစ်ချိန်လုံး ကိုရိုးကားရား ဆတ်ဆံလာသော ကားဆရာက ကားကို ရုတ်တရဂ် ထိုးရပ်လိုက်၏။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်အား သွားကားပေါ်မှ နှင့်ချုလိုက်တော့၏။ အချိန်က ညာ ၁၀ နာရီလောက် ရှိနေပြီ။ အားငယ်သွားမိ၏။ မိုလန်သို့ သွားသည့် အဆေးပြီး ကားလမ်းမကြီးနဲ့သားမှာ ကျွန်တော် တစ်ယောက်တည်း ဘယ်သူကမျှ ကားရပ်ပေးချင်ပုံမရ။ သည်တော့ ပံ့လှမ်းလှမ်း ပုံမြင်နေ ရာသည့် မိုးရောက်ပျော်ကလေးဆီသို့ လမ်းလျော့က်သွားသည်။ မကြာစိ ရွာတော်လေးတစ်စွာသို့ရောက်သည်။ ရွာသူရွာသားတွေက စားပွဲရည်ကြီး ရွားမှာ ပိုင်းထိုင်ပြီး စားနေကြသည်။ သောက်နေကြသည်။ ကျွန်တော်ကို ဆုံးငါးမတွေ ကြံ့ဆုံးကြသည်။ စားစရာ သောက်စရာတွေ ချက်ချင်း ပြင်ဆင်ပေးသည်။

သူတို့ဘယ်သူမျှ အကိုယ်စကား မပြောတတ်။ ကျွန်တော်ကလည်း အီတလုံးစကားဆိုလို့ တစ်လုံးမျှ နားမလည်။ သို့ပေါ့ ပျော်ရွှေ့ငြော်နှုံး ရာသည့် အခါသမယကလေးကို ကျွန်တော် မေ့မရတော့ပါ။ စားပွဲ သောက်ပွဲအပြီးတွေ့ကြံ့တွေ့ကြသည်။ နောက် ဧ့ု နှင့်နားကိုအပ်ရာမှ နီးလာတော့ ရိုးရိုးကလေးစီစဉ်ထားသည့် နှင့်ကော ဓာတ်ကျော်ကြသည်။

ရွှေထဲမှ လမ်းလျှောက်ထွက်လာတော့ မနေ့ညက ဆုံးရသည့်
ရွှေသူရွှေသားတော်တော်များများက ကျွန်တော်အား နှုတ်ဆက် လက်ပြ
ကြသည်။

မောက်တစ်ချို့ကျေတော့ ကျွန်တော် ဖဗ္ဗားနေသည်။ ကဲအားလျော်
စွာ ကျွန်တော် လက်တားစီးသည့် ကားမောင်းလာသူများ ဆရာဝန်ဖြစ်
ဖြေားကျွန်တော် သောက်ရမည့်ဆေးများကိုပင် ပြောပြသွားသေးသည်။
ကဲအားလျော်စွာ ကြံ့ခုံရသည့်အခြေအနေက ထိတ်လန့်စရာ ကောင်းနေ
သည့် သိမ်ဟုတ် တစ်ကြိမ်ဆိုလျှင် အစွဲရာယ်ကြီးသည့် အခြေအနေသို့
ရောက်နေသည့်အခါဗျိုးတွင် အခြေအနေကို အကဲခတ်ပြီး ပြသေနာကို
ချက်ချင်း ရောင်ကွင်းနိုင်ခဲ့၏။ လိုအပ်သော ဆောင်ရွက်မှုများ ပြုလုပ်
နိုင်ခဲ့၏။ တကယ်တော့ ကျွန်တော် ကြံ့ခုံရသည့် ဖြစ်ရပ်များ ကိုယ်နှိက်
ကဲကောင်းသည်ဟု ပြောလို့မရသလို 'ဆိုးသည်' ဟုလည်း ပြောလို့
မရမကြောင်း ကျွန်တော် သဘောပါက်ခဲ့၏။ အရေးကြီးသည်မှာ ငင်း
ဖြစ်ရပ်များကို ကျွန်တော်၏ ခရီးစဉ်တစ်ခုလုံးနှင့် လိုက်လျေားလိုက်
ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်နိုင်စွမ်း ရှိခြင်းသာဖြစ်၏။ အခွင့်အလမ်းတွေ
ပေါ်ပါက်လာလျှင် ငင်းအခွင့်အလမ်းများကို အရယူပြီး အကျိုးရှိအောင်
အသုံးချသည်။ မြိမ်းမြောက်မှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင်တော့ အစွမ်းကုန်
ရှောင်ရှားရုံပဲ ရှိသည်။ တုံ့ပြန်မှုနှင့်မျိုးစလုံးသည် ပုဂ္ဂိုလ်အလိုက် အမော်
အမြင် ရှိမှုနှင့်ပဲ သက်ဆိုင်သည်။

အမိုက အရေးကြီးသည်မှာ ကြံ့ကြိုက်မှု မဟုတ်၊ တိုက်ဆိုင်မှု
မဟုတ်။ ငင်းကြံ့ကြိုက်တိုက်ဆိုင်မှုကို ကျွန်တော်တို့ ဘာလုပ်သလဲ
ဆိုတာသာ အမိုကအရေးကြီးသည်။ မိမိကိုနဲ့တစ်ခုကို မစတ်မိ ရလဒ်
ကောင်းတွေ ရလာမည်ဟု ကျွန်တော်တို့ မျှော်လင့်လို့ရ၏။ သို့သော်
ကျိုန်းသေဖြစ်လာမည်ဟု အာမခံလို့မရ။

အမော်ကုန်တစ်ချို့သည် သေလုန်းပါး ခံစားရသည့် မတော်တဆ
ထို့ကိုမှုနှစ်ခုကြောင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းနှစ်ခု ပျက်စီးသွားသည်။ ဘီးတပ်
ကုလားထိုင်ပေါ်မှာနေရသည့်ဘဝသို့ ရောက်သွားသည်။ စီးပွားရေးအရ
လည်း ချော်မြှုကျေသည်။ သို့တိုင် သူက တတိယမြို့က် စီးပွားရေးလုပ်
ငန်းတစ်ခု ထူထောင်ပြီးအောင်မြင်လာသည်။ သူ၏ အောင်မြင်ရေး
သူ့စုံစုံချက်ကို မေးကြည့်တော့ သူက ရိုးရိုးကလေးဖြေသည်။

"အရေးကြီးတာက ခင်ဗျား ဘာတွေဖြစ်ပျက်သလဲဆိုတာ မဟုတ်
ဘူး၊ အရေးကြီးတာက အဲဒီဖြစ်ပျက်တာတွေကို ခင်ဗျား ဘာလုပ်သလဲ
ဆိုတာပဲ"

သင်ရှာဖွေနေသည့် အောင်မြင်မှုသည် ကဲတရားပေါ်မှာ မှတ်ည်နေ
သည်ဆိုလျှင် သင့်အား ကဲကောင်းပါစေဟု ကျွန်တော် ဆုတောင်းသမှု
မြှုလိုက်ပါရစေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင့်အနေဖြင့် အချိန်တွေ
အကြာကြီး စောင့်စားနေရမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

အဖွဲ့အစည်း

သင် မြှင့်စွေ့သည့် သင်သည် သင်ဖြစ်လာမည် သင်ဖြစ်၏။

အသားအစားထိုး ခြွှေ့တ်ကုသမှု ဆရာဝန် မက်စ်ပဲ မော်လိမ်က
ဘွဲ့ဝါဝါတွင် ထုတ်ဝေခဲ့သော နာမည်ကျော် Psycho-Cybernetics
အဖော်တွင် သူအတွေ့အကြားကြုံများကို ဖော်ပြထား၏။ သူက မျက်နှာပေါ်
တွင် အပြစ်အနာသေးသေးကလေး ရှိသည့် မိန့်မှ မရောက်လိုက်သောက်
အကြား ရေးထားသည်။ အဆိုပါမိန့်မှက မဆိုစလောက်သော
အပြစ်အနာကလေးက သူကို အရမ်းအရပ်ဆိုးသေသည်ဟု ခံစားရသည်။ အကျိုး
အသုံး အကြားသေားရုံးပြုလည်း နားထောင်ဖို့ အလားအလာ မရှိသည်။

ထိခိန်းမအား ခွဲစိတ်ကုသေးပို ဆရာဝန်က သဘောတူလိုက်ရ၏။ သို့သော် များမကြောမိအတွင်း သူသတိပြုမိသည့်မှာ ထိခိန်းမ၏ ရည်းစား ဖြစ်၏။ ထိလူက အရပ်ပုံပါ အရပ်ဆိုးဆိုး၊ မျက်နှာပေါ်မှာ အကျဉ်းတန် လောက်သည် ဒရာမန္တြီးတိန်လုံရှိသည်။ ငါ့မှုံးကြီးကိုလည်း ဖယ်ရှား ပစ်နိုင်ကြောင်း ဆရာဝန်က ပြောတော့ ထိလူ စိတ်ရှုပ်သွားပုံရ၏။ သူက “ကျွန်တော့ရပ်သွင်မှာ ဘာမှအပြစ်ပြောစရာ မရှိပါဘူး”ဟု ပြောသည်။

ထိသွားသူက သူကိုယ်သူ ရပ်ဆိုးသည်။ အကျဉ်းတန်သည်ဟု မမြင်။ သူ၏ အတွေ့ပုံရိပ်အမြင်က အားကောင်းလှသည်။ ထိအမြင်က သူ၏ နေထိုင်ပြုမှုပုံ၊ အလုပ်ကိစ္စမှားကို ကိုင်တွယ်ဆောင်ရွက်ပုံတိကို ကြီးမား စွာ အကျိုးသက်ရောက်မှု ဖြစ်စေ၏။ သူခံစားချက်က သူကို ပုံဖော်ပေး ခဲ့သည်။ သူမြတ်းကလေးကတော့ သူနှင့် ဆန်ကျင်ဘက်။ သူက ချောမော လုပ်သွားဖြစ်သောလည်း သူအလုကိုသူ ယုံကြည်မှုမရှိ။ အပြစ်အနာသေး သေးကလေးသည် သူမြတ်တဲ့တွင် ချို့ယွင်းချက်ကြီး ဖြစ်နေပြီး သူကိုယ် သူ ရပ်ဆိုးသည်ဟုသော အမြင်ကို အားပေးနေတော့၏။

ကျွန်တော်တို့၏ အတွေ့ပုံရိပ်အမြင်... အကောင်း သို့မဟုတ် အဆိုး သည် ကျွန်တော်တို့ အောင်မြင်ရန်အလားအလာ၏ ဗဟိုမဏ္ဍာင် ဖြစ်ပါ သည်။

လမ်းလျောက်သင့် ကလေးတစ်ယောက်ကို သာစကထားပြီး ကြည်ပါ။ သူသည် အောင်အောင်မြင်မြင် လမ်းမလျောက်တတ်ပါ ပူမးမွှေ အကြိမ်ပေါင်း ၂၅၀ လောက် လဲကျပါသည်။ “လက်မလျော့လိုက်ရင်း။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ လက်လျော့လိုက်ရင် မင်း လမ်းမလျောက်တတ် တော့ အဖတ်တင်မယ်”ဟု သဘောဝတရားက သူအားပြောနေသည့်နှစ်။

လဲကျသောကလေးသည် ပြန်ကျွေးထား။ ဘာကြောင့်လဲကျသလဲ ဆိုသည့် သတ်းကို ဆည်းပူးသည်။ ဦးမှာက်ထဲမှာ ထာဝစ် သိလျော်

မှတ်သားထားသည်။ ပြီးတော့ လမ်းလျောက်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်အတွက် သူမြတ်ကုံးပုံရိပ်ကို ပြပြင်ယူသည်။ သို့ဖြင့် လမ်းလျောက်တတ်သား သည်။ သင်ယူခြင်း၊ ဆည်းပူးခြင်း၊ ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း တို့နှင့် သက်ဆိုင်သောသူ၏ စွမ်းရည်များသည် မွေးရာပါဖြစ်၏။ နောက် ပြီး သည်စွမ်းရည်များသည် ကြောက်စရာကောင်းလောက်အောင် စွမ်းအောက်းမားသည်။ ထိကလေးသည် ဘယ်လောက်ပဲ လဲကျသည်ဖြစ်စေ သူ၏အတွေ့ပုံရိပ်က အားပျောမသွား။ လျောက်နိုင်ရမည်ဟု စွမ်းယုံကြည် ထားသည်။ ယာယိအက်အခဲနှင့် ကြုံသည့်အတွက် မအောင်မြင်သဖြင့် သူကိုယ်သူ ရွှေးနိမ့်သူဟု မယတ်ယူ။ သူအမှားများမှ သင်ခန်းစာ ခံယူရ ဆည်ဆိုတာကို မသိစိတ်ထဲက သိနေသည်။

အသက်အရွယ်ကြီးရင်လာသောအပါ မိမိတို့၏ ငုပ်နေသော စွမ်းရည်များအပေါ် ထားရှုံးသည် အဆိုပါ အတိပါယုံကြည် စိတ်ချုမ္မာများ သည် သေးသိမ်အားနည်းသွား၏။ သို့သော် စိတ်ဝင်စားစရာကောင်း သည်မှာ အောင်မြင်သောပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများတွင် အားကောင်းသော အတွေ့ပုံရိပ်များ အမြှေတမ်းရှိနေခြင်းပင် ဖြစ်၏။ သူတို့က သူတို့ရည်မှန်းချက်များ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်ရ ဆည်ဟု မဖို့မသုန်ယုံကြည်ကြ၏။ ထိုသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များက လဲကျ ခြင်းများ၊ အမှားပြုလုပ်ခြင်းများသည် သူတို့၏တို့တက်ရေးအတွက် အထောက်အကုပြုသည့် အစိတ်အပိုင်းများဟု လက်ခံသည်။ နောက်ပြီး ထိုသို့အမှားအယွင်းများ ဖြစ်ခြင်းသည် သူတို့ ဘယ်သွားယိုဝင်း ဖြစ်နေ သောကြောင့် ထိုသို့ဖြစ်ရသည်ဟု မယုံဆော်။ ရွှေးနိမ့်မှုသည် မိမိနိမ့်လို့ ဖြစ်ခြင်းမဟုတ်ကြောင်း၊ ဆောင်ရွက်မှုလုပ်ငန်းစဉ်၏ အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုသာဖြစ်ကြောင်း လက်ခံနိုင်စွမ်းရှိခြင်းသည် အောင်မြင်ရေးတွင် ရရှိမဖြစ် အရေးပါအရာရောက်သော အရည်အချင်းဖြစ်၏။

အဆနိကတွင် ပြရလုပ်သော လေ့လာချက်တစ်ခုအရ လေးနှစ် အရွယ် ကလေးတွေ၏ ဥပုဒ် ရာခိုင်နှစ်းသည် ကိုယ်ကိုယ် တိုင့်ဖိုး ထား လေးစားစိတ်ရှိပြီး အတ္ထုပုံရိပ် အားကောင်းကြသည်ဆို၏။ သူတို့ ကလေးတွေက ကမ္ဘာကြီးသည် သူတို့ ခြေဖဝါးအောက်မှာပဲ ရှိသည်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။ သူတို့ ကြီးလာလျှင် သူတို့ ဆန္ဒရှိသည်အတိုင်း ဖြစ်လာရမည်ဟု ခံယုံထားကြသည်။ အာကာသ သူရဲကောင်းများ၊ ဘဲလေး ကရောသည်များ၊ ဆရာတန်များ၊ ကောင်းသွေ့များ၊ လေယဉ်များ၊ များ... သူတို့ လိုရာဆန္ဒအတိုင်းပဲ့ပါ။ သူတို့ စိတ်ကူး ကွန်မြှုပြီး ကစား သည့် ကစားနည်းများကို ကြည့်လျှင် သူတို့၏ အပ်မက်များကို သူတို့ အာရုံအမြင်ဖြင့် မြင်ယောင်ကြည့်လိုကြောင်း သိသာထင်ရှားနေသည်။

လေ့လာချက်၏ တုန်လုပ်ချောက်ချားစရာကောင်းသည်အပိုင်းမှာ သူတို့ကလေးတွေ ဆယ့်ရှစ်နှစ်လောက်ရောက်သည့်အခါ သူတို့အထက် ၅ ရာခိုင်နှစ်းထက် လျော့နည်းသည့် အရေအတွက်လောက်သာ ကောင်း မွန်သော အတ္ထုပုံရိပ်ရှိကြတော့သည်ဆို၏။ ထိန့်ကာလများအတွင်း သူတို့ကို အပြောခံရသည်များမှာ “မင်း သိချင်းဆိုလိုမရပါဘူး” “ဟေးတော်း၊ နှင့်ကြည့်လိုက်ရင် ကမောက်ကမနဲ့”၊ “မင်းကိုယ်မင်း ဘာထင်နေ သလဲ၊ မင်းလို ကောင်စားမျိုး ဘယ်တော့မှ အောင်မြင်မှာ မဟုတ်ဘူး” ဆိုသော စကားမျိုးတွေဖြစ်၏။

အသက်အရွယ်ကလေးတွေ တဖြည်းဖြည်းရလာလေ ကျွန်တော် တို့၏အတ္ထုပုံရိပ်များသည် ပြင်ပည့်အသက်ရောက်မှုများနှင့် ပို့ပြီး ရောနော ပေါင်းစပ်သွားလေဖြစ်တော့၏။ ပြင်ပည့်အသက်ရောက်မှု ဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့ သင်ယူဆည်းပူးနှင့်စွမ်းမှုံးနှင့်ကြုံးပြောသည် ဆရာစကား ဖြစ်ချင် ဖြစ်မည်၊ ကျွန်တော်တို့ အမြတ်မှုံး ကရောကချွေတ် နှင့်သည်ဟု အပြစ်တင်သော မိဘ၏ စကားဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်၊ ယုံကြည်အခုံး ကျွန်တော်

တို့သိတိယိုယ် ကို့ကွယ်

တို့ ဟင်းချက်ညွှန်ကြောင်း စိတ်ကောင်းစေတနာကောင်းဖြင့် ပြောသည့် သုတယ်ချင်း၏ စကားဖြစ်ချင်ဖြစ်နေမည်။

တို့သိတိယိုယ် မှတ်ချက်၊ ဝေဖန်ချက်များကို စုဆောင်းပြီး ကျွန်တော် တို့၏ မသိစိတ်ထဲတွင် သိလောင်ထား၏။ ကျွန်တော်တို့၏ မသိစိတ်က တို့အချက်များကို အသုံးပြုပြီး ကျွန်တော်တို့၏ အတ္ထုပုံရိပ်ကို တဖြည်းဖြည်း အာရုံအည်းအောင် ပြရလုပ်သည်။ မူလ အတ္ထုပုံရိပ်နေရာတွင် ပို၍ သံသယ စွမ်းအောင် အတ္ထုပုံရိပ် အစားထိုးသည်။

ပြဿနာမှာ သင့်အတ္ထုပုံရိပ်ကို သင် အထင်အမြင်သေးနေလျှင် ထိုအချက် မှန်ကန်ကြောင်း ထင်ဟပ်ပြန့် သို့မဟုတ် အတည်ပြုပါ အထောက်အထားများကို အမြှောဖွေနေတော့မည်ဖြစ်၏။ သင်သည် ဟင်းများကိုယ်တတ်ဟု သင့်ကိုယ်သင်ယုံနေလျှင် ဟင်းချက်ဖို့ အရေးကြုံ ထားသည်နှင့် တစ်ခုခုတော့ ကမောက်ကမ ဖြစ်တော့မည် ဆိုသည်ကို သိနေတော့၏။ ထိုသို့သိလိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နောက် “ငါဟင်းများကို တတ်ဘူးဆိုတာ ငါသိနေသားပဲ”ဟု တုံ့ပြန်အတွေးကို တွေးတော့၏။ ဤကား သင် လက်ရှိကိုင်စွဲထားသည် အတ္ထုပုံရိပ်နှင့် ကိုက်ညီအောင် ဆွေးတော့ခြင်း ဖြစ်၏။ သင်၏ မသိစိတ်က ခံယုံသည်မှာ သင်သည် ဟင်းများကိုတော်သွာ့ဖြစ်ကြောင်းပင်။ ထိုသို့ သင့်ကိုယ်သင် ရွှေမြင်နေသည် ကို အထောက်အထားပြလိုက်အောင် သင်အမြဲ ကြုံးစားနေမည်သာ ဖြစ်ပါ သည်။

သင် စွမ်းအောင်နှင့်သည်ဟုထင်လျှင် သို့မဟုတ်

သင် မစွမ်းအောင်နှင့်ဟု ထင်လျှင် သင့်အထင်မှုန်နေလုပိုသည်။

ဟင်းနှင့် (၁၈၆၃-၁၈၄၇)

အတ္ထပုဂိုပ်တစ်ခု အားကောင်းခိုင်မှာလာအောင် ဘယ်လိုအတိုင်း
အတာအထိ ပျိုးဆောင်လို့ ရနိုင်သလဲ။

အထူးလေကြောင်း တပ်ရင်းမှ သင်တန်းဆရာအဟောင်းတစ်ဦး
အား သူတို့တပ်ရင်း၏ အပြောင်မြောက်ဆုံး ဆောင်ရွက်ချက်သည်
ဘယ်ဟာ ဖြစ်မည်ထင်သလဲဟု ကျွန်ုတ်တော် မေးကြည့်ခဲ့၏။ သူက
ရွှေးချယ်စရာ စွမ်းဆောင်မှုများကို ပြောပြုသည်။ အီရန်သုရုံးမှာ ဖော်ထား
သည့် ဓားစားများအား ဝင်ရောက်ကယ်တင်ခြင်း၊ ဖောက်လင်စစ်ပွဲတွင်
ဝင်ရောက်ကူညီခြင်း၊ ပင်လယ်ကျွေးစစ်ပွဲတွင် ပါဝင်ဆင်နှုန်းခြင်း စသည်
ဖြင့်။ သူမြောပြုသည့်အချက်များကို ကျွန်ုတ်တော်ကသာဘာမတူ။ ကျွန်ုတ်တော်
အမြင်အရတော့ ဤတပ်ရင်း၏ အပြောင်မြောက်ဆုံး စွမ်းဆောင်ချက်
သည် ဤတပ်ရင်း ဖြစ်ပေါ်လာအောင် တည်ဆောက်ခြင်း ဖြစ်၏။
ဤတပ်ရင်းကို အထူးလေကြောင်းတပ်ရင်းဟု ခေါ်တွင်ခြင်းဖြစ်၏။

အကျိုးဆက်မှာ ဤတပ်ရင်း ကိုယ်နှိုက်က သူကိုယ်သူ အထူးဟု
ခံယူလာအောင်။ ပို၍ အရာရောက်သည့်မှာ ရန်သူများကလည်း ဤတပ်ရင်း
ကို အထူးဟု ထင်မြင်လာဖော်ခြင်းဖြစ်၏။ ထိုသို့ အထူးသဘောဆောင်
နေခြင်းကို ထပ်ပြီး လေးနက်ပြင်းထန်စေသည်မှာ လူရွှေးပွဲအစီအစဉ်၏
ကော်ထန်ကြမ်းတမ်းမှ ဖြစ်၏။ ပြီးတော့ အထူးလေကြောင်း တပ်ရင်း၏
သမိုင်းကြောင်းကို သင်တန်းဆရာများက အဆက်မပြတ် ပြန်လည် ညွှန်း
ဆိုနေခြင်းလည်း ပါဝင်၏။ ဤအချက်များက မိမိသည် တုနှစ်းမမီသော
လက်ရွှေးစင်တပ်သားကော် အပ်စွာ ပါဝင်သူဖြစ်သည်ဟုသော တပ်သား
တစ်ဦးချင်း၏ ခံယူချက်ကို အားဖြည့်ပေးနေလေသည်။ သည်လောက်
အထိ အားကောင်းသော အတ္ထပုဂိုပ်ကို တည်ဆောက်ပေးထားတော့ တပ်
သားတိုင်း၏ ရင်မှာ စိမ့်ဝင်မြောင်း ယုံကြည့်ဖို့ချုပ်ကို ခန်းမှန်းကြည့်ဖို့
အလွန်လွယ်ကွေနေပါသည်။

ထိုနည်းတွေ့ဗျာပင် စီးပွားရေးလောကမှာလည်း ကုမ္ပဏီတွေ ရှိ
သည်။ ငါးကုမ္ပဏီများသည် အကျေပ်တည်းဆုံး၊ ဒုက္ခအရောက်ဆုံး၊ အမြဲ
အမျှသူ့မှာယ် အယိမ်းယိုင်မဲခံဘဲ ထိန်းထားသည့် စွမ်းအားပြည့်သော
ဆောင်ရွက်၏ ထိန်းတော်များ ရှိ၏။ ဘယ်ကုမ္ပဏီမျိုးမဆို ပြင်းထန်သော
လိုယ်တို့ယ်ကိုယ် ယုံကြည့်ဖို့ရှိနေဖြီး အတိတ်ကာလက အောင်မြင်မှ
များ အမြဲ့အမြင်ရှိနေသော ခေါင်းဆောင်မှု၊ ဆောင်ရွက်မှုအားလုံးကို
ယုံကြည့်ဖို့ရှိချုပ်အပြည့်ဖြင့် လုပ်ဆောင်မှုများနှင့် ပေါင်းစပ်လိုက်သော
အော် သူတို့အတွက် မဖြစ်နိုင်တာဟူ၍ မရှိတော့ရခဲ့။

သူတို့စွမ်းဆောင်နိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့စွမ်းဆောင်
နိုင်သည်ဟု ယုံကြည့်သော့ကြောင့်ဖြစ်၏။

ဘာရီးလ် (၇၀-၁၉ ဘီစီ)
ရောမ ကမျာဆရာ

ပြော

ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည့်မှု၊ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ပိုပိုပြင်းဖြင့်
ပြောပြီးတော့ ငါးရည်မှန်းချက် အကောင်းအထည်ပေါ်အောင် တာဝန်ယူမှု၊
ဖူးနှီးနှီးတို့ကို တစ်ခါတစ်ရုံတွင် 'ကံကြမှာ' ဟူသော စကားလုံးဖြင့် ပြော
တတ်ကြသည်။ ကံကြမှာအကြောင်း ပြောသောအခါ လူတွေက တန်းခိုး
လူချို့ဝါဒ်ဆန်းဆန်း စကားလုံးများကို သုံးတတ်ကြသည်။ သူတို့ ဆိုလို
သည်မှာ အောင်မြင်မှုသည် ရှေးကုသိုလ်ကံနှင့်ဆိုင်သည်။ အောင်မြင်မှုကို
တွေ့နေတော့ မဖြစ်နိုင်အောင် စွမ်းအားများက အဆုံးအဖြတ်ပေးသည်
လူ၏။

နှစ်ဆယ်ရာစုံ၏ ပုဂ္ဂိုလ်ကျော်တော်များများတွင်လည်း ဘဝ

ဖြစ်စဉ်ကို ကြော်ပြနှာနဲ့ ချက်မျိုးမဟုတ်သည့် တိုင် ကဲကြမှာသော ကိတ္တာ သက်ဝင်ယူကြည့်ကြသည်။

အသက်နှစ်ဆယ့်နှစ်နှစ်ရှိ ကျွန်ုတော်မိတ်ဆွေ ဂါက်ရိုက်ချိန်ပိုယ်
စီးပွဲဘေးလက်စထရှိသည်။ ၁၆၇၀ ခုနှစ် ပြီတိသုသွေ အလွတ်တန်း ဂါက်
ရိုက်ချိန်ပိုယ်ဆုကို ခွဲတ်ခုံရရှိသောအခါ သူ၏ အောင်မြင်မှုသည် သူ၏
‘ကဲ့ကြော့’ ဖြစ်သည်ဟု ပြောခဲ့၏။ တကယ်တမ်းပြောရလျှင် အမြား
အမြားသော ထိပ်တန်းရောက် အားကစားအကျဉ်းအမော်များ နည်းတွေ
သူများလည်း အကြောင်းမှ ယုံကြည်ချက်တစ်ခုရှိခဲ့၏။ ယင်း ယုံကြည်ချက်
ကား ဘာကြီးပဲဖြစ်ဖြစ်ဖြစ်နေ တစ်နှောက် တစ်ချိန်ချိန်တွင် သူလည်း
ထိနေရာသို့ ရောက်ရမည်ဟုသော ယုံကြည်ချက်ပင်တည်း။

လူတစ်ဦး အောင်မြင်မှုရရေးအတွက် သူမှာ တွန်းအားဆိတာ
ရှိရမည်။ အဆိပါတွန်းအားမှာ စိတ်မျက်စိတ်တွင် ကြည်လင် ပြတ်သား
စွာ မြင်ယောင်နေသည့် ပည့်မှန်းချက်တစ်ရပ်ဖြစ်၏။ ငင်းရည်မှန်းချက်
ပေါက်မြှောက်အောင်မြင်လာခြင်းကိုပင် 'ကဲကြ္မာ'ဟု တော်တော်များများ
က ပြောနေကြသည်ဟု ကျွန်ုတ် ယုကြည်သည်။ ချိန်ပို့ စင်မြင့်ပေါ်
မှာ များမှာ၊ ရပ်နေသည့် မိမိ၏ပုံပိုင်ကို ကလေးဘဝကတည်းက
မမြင်ယောင်နေသည့် ထိပ်တွန်းရောက် အားကစားသမားတစ်ဦးတလေ့
မရှိပါ၍ ကျွန်ုတ်ထင်သည်။ သည်အချက် မှန်ကန်ကြောင်း ကျွန်ုတ်
သက်သေတော့ မပြနိုင်ပါ။

ပါရမီထူးသော လူတော်တော်များများသည် ပွဲတစ်ပွဲတွင် အနိုင်ရသောအခါ ထိန့်က အံဝင်စွင်ကျ ဖြစ်နေသောကြောင့်ဟူလည်းကောင်း၊ ကံကောင်းသောကြောင့်ဟူလည်းကောင်း လျှောလျှောပါပဲ ပြောတတ်ကြ၏။ သို့သော ပို၍ နှစ်နက်ရှိုင်းရှိုင်းကြည့်လျင် အကြီးအကျယ်စိတ်ကျုံယ်ခဲ့ပြီး ငှင့်အပိုင်မက်ကို အောင်မြင်မှ မျိုးနောဖြစ် မသိစိတ်

“ရုတေသန သူတို့၏ လက်ရှိဘဝန် ပတ်သက်ပြီး အမြဲအနေတွေ
သိတိ အမြဲတမ်း၊ အပြစ်ဖို့တတ်ကြတယ်။ ကျပ်ကတော့ အမြဲအနေတွေ
ထို ဆယ့်ဘူး။ ဒီကမ္မာပေါ်မှာ အောင်မြင်မှုရလာသူတွေဟာ ထိုင်ရာက
ဖြေား သူတို့ လိုချင်တဲ့ အမြဲအနေတွေကို လိုက်ရှာသူတွေဖြစ်တယ်။
သူတို့ လိုချင်တဲ့ အမြဲအနေတွေ ရှာမတွေ့၏၏ အဲဒီအမြဲအနေတွေကို
အံတီးယူကြတယ်”

ထိသူများသည် ဖြစ်ရပ်တွေ ဖြစ်မြောက်လာအောင် ဆောင်ရွက်
လည်ဟု စိတ်ပြောန်းထားသူများ ဖြစ်၏။ ကျွန်ုတ်တော်ကတော့ အနာဂတ်
ဘဝသည် ထွက်ပေါက်မရှိသည့် ပုံစံပြင် တည်ရှိနေသည်ဟု မယ့်။
ကျွန်ုတ်တို့၏ အနာဂတ်ဘဝအတွေ့အကြောင်းကို ပြောန်းသည်မှာ
ကျွန်ုတ်တို့၏ လက်ရှိလက်ငင်းလုပ်ဆောင်မှုများသာ ဖြစ်ပါသည်။

ଗ୍ର୍ଯୁଫ୍ଟ ଟେର୍ ଡିଲ୍ କଂ ଗ୍ର୍ଯୁଫ୍ଟ ଆମା ହୁଏ ପିଲ୍ ଗ୍ର୍ଯୁଫ୍ଟ ଟେର୍
ତିଥି ଆମାର ଦ୍ୟାଃ ହୁଏ ନୈ ବ୍ୟାନ୍ ମୁଣ୍ଡ ବ୍ୟାନ୍ ମୁଣ୍ଡ ଏକାମାର ହୁଏ ନୈ
ଏଣ କ୍ରୀଃ କ୍ରୀଃ ଗ୍ର୍ଯୁ ଯ ଗ୍ର୍ଯୁ ଯ ତିର୍ ଗ୍ର୍ଯୁ ଯ ହେଲ୍ ପିଲ୍ ମୁଣ୍ଡ ଦ୍ୟାଃ ଲ୍ୟାଙ୍ ଏଣ୍ ଏଣ୍
କେରିଲାଗି ଲାଗି ଟେର୍ ପ୍ରତିଲାବି ପିଲ୍ ମୁଣ୍ଡ ନୈ ଏହି ମହାର ଦ୍ୟାଃ ପିଲ୍ କିମାର
ଏହାହୁଗି ଏହାନ୍ ଏହାନ୍ ଏହାନ୍ ଏହାନ୍ ଏହାନ୍ ଏହାନ୍ ଏହାନ୍ ଏହାନ୍

ဘာတိပုဒ္ဓမြစ်မြစ် သင်လုပ်နိုင်စွမ်းသည် သို့မဟုတ်
လုပ်နိုင်စွမ်းသည်ဟု စိတ်ကူးယဉ်ဇန်လျှင် ထိကိစ္စတိ စလုပ်လိုက်ပါ။
ရရှင်မြင်းတွင် ထက်မြက်ထူးချွန်မှု စွမ်းအားနှင့် နှစ်သက်အဲ ပြောရာတွေ
ပါဝင်၏။

ဂျိဟန် ၈၇၆၇၄၈-၁၈၃၂)၊
ရုံးမန်ကဗျာဆရာ၊ ပြောတ်ဆရာ၊
ဝါယာရေးဆရာနှင့် သီပုံပညာရှင်

တစ်ခုခု အမှားအယွင်း ဖြစ်သောအခါ လူတော်တော်များများက
“အောင်လိုဖြစ်မယ် ဆိတ် သိသားပဲ” ဟူသော စကားမျိုးဖြင့် သူတို့၏
စိတ်ပျက်မှုကို ဖော်ပြတတ်ကြ၏။ ယင်းသို့သော ယုံကြည်ချက်မျိုးဖြင့်
ပင် “ငါကျမှ ဘာကိစ္စ အောင်လို အမြဲတမ်းဖြစ်နေရပါလိမ့်” ဟူသော စကား
လုံးများဖြင့် ကံမကောင်းမှု၊ ကသောင်းကန်းနိုင်မှု သို့မဟုတ် မအောင်
မြင်မှုတို့ ပြောတတ်ကြ၏။

သူတို့၏ အကြောင်းပြချက်၏ ဆိုလိုရင်းကို ဆန်းစစ်ကြည့်ပါ။
သူတို့ဘဝဖြစ်ရပ်များက အကြမ်းကြမ်းအခါခါ ထုတ်ဖော်ပြသနေသည်
မှာ သူတို့သည် ကံမကောင်းကြောင်း၊ ယခုမှုမဟုတ် အမြဲတမ်း ကံ
မကောင်းခဲ့ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် သည်အတိုင်းပဲ ဆက်ပြီးခဲ့ရတော့မှာ
ဖြစ်ကြောင်း ဆိုသည့်သဘောဖြစ်၏။ သို့သော် တကယ့်ဖြစ်ရပ်မှန်မှာ
သူတို့သည် သူတို့၏ကံဆိုမှုကို အကြီးအကျယ် ယုံကြည်ထားကြ၏။
ထို့ကြောင့် ဖြစ်လာသလူ အကြောင်းကိစ္စတိုင်းက ငင်းယုံကြည်ချက်ကို
အားဖြည့်ပေးနေတော့၏။

တစ်ဖက်တွင်လည်း သူတို့လည်း ကံကောင်းမှု အသီးအပွင့်ကို
ဖျက်ချင်ခဲ့စားကြ၏။ သို့ပေမဲ့ သူတို့ကိုယ်သူတို့၊ မအောင်မြင်သူများ။

အြိမ် ယုံကြည်ထားသူများဖြစ်ရာ ကံကောင်းသည် ဖြစ်ရပ်များကို မယုံ
ကံကြည်သူများအောင် ပြစ်ကြရသည်။ သို့ဖြင့် သူတို့ ခဲ့ယူထားသည့် အတွေ့ပုံ
နှင့်နှုန်းကွဲပွဲမှုများ မဖြစ်ပေါ်စေရန် ကံကောင်းသည့် ဖြစ်ရပ်များကို
အသီးအမှုတ်မပြုဘဲ ပစ်ပယ်လိုက်ကြလေသည်။

အမှားကျူးလွန်မြို့မြင်းသည် သင်က ဆက်ပြီး သတိတရ ဖြစ်မေနနေသည်
ဘာမျှ စေးကြီးခွင့်ကျယ်ကိစ္စမှုမဟုတ်တော့ချေး။

ကွန်ဖူးရှုပ် (၁၇၁-၁၇၉၉ ဘီစီ)
တရာတ်ပညာရှိ

ဒီးများရေးလောကတွင် အလွန်အလွန် အောင်မြင်သူတစ်ဦးနှင့်
အောင်ပြာဖူးသည်ကို ကျွန်းတော် မှတ်မိနေသော်။ သူက သူသည်
အောင်တော်ကို နမောနမဲ့နိုင်သူဟု စွတ်ပြာသည်။ ငယ်ဘဝကဆိုလျင်
သူသည် အမြဲတမ်း စာပွဲတော်ကို တိက်မိ၊ ပစ္စည်းတွေ လွတ်ကျား အဖျော်
ထောက်တွေ ပိတ်ကျေဖြစ်သည် ဆို၏။ သူ၏ ငယ်ရာက ကြီးလာသည့်
ဘဝနိုင်မှာ သင်တို့ ကျွန်းတော်တို့နှင့် သိပ်ပြီး ကွာခြားမှုမရှိဟု ကျွန်းတော်
တင်သည်။ ဖြစ်နိုင်ခြေ ရို့သည် မြားနားချက်မှာ သူ ထိုသိတ်ခုခြုံဖြစ်တိုင်း
သူမြို့တွေက သူအား နမောနမဲ့နိုင်သည့် ကလေးဟု အပြောခံရခြင်း
ဖြစ်သည်။

သို့ဖြစ်စေကာမူ ထိုသူက ကျွန်းတော်အား ဂဏ်ယူဝင့်ကြားစွာ
ကြော်ပြသည်မှာ လေယာဉ်မှူးအဖြစ်၊ နောက်ပြီး တောင်တက်သမားအဖြစ်
သူ၏ စွမ်းအောင်မြင်မှုများ အကြောင်းဖြစ်သည်။ ငင်းအလုပ်
နှစ်မျိုးစလုံးသည် အာရုံစိုက်မှုနှင့် ရှေ့နောက်ညီညာတ်သော လူပုံရှား
မှုအလွန်အားကောင်းဖို့လိုအပ်ကြောင်း ဖောင်မေးနေစရာမလို့ တကယ်

တော့ သူသည် အချိန်ပိုလျှပ်ရှားများတွင် အရမ်းအောင်မြင်သော်လည်း လူမှုရေးကိစ္စများတွင် ကရောင်ကချေတိဖြစ်နေဆဲဟု သူကိုယ်သူ သတ်မှတ်သည်။ သူသတ်မှတ်ချက်သည် ရှေ့နောက် မညီညာတ်ကြောင်း ထောက်ပြသောအခါမှသာ သူလည်ပင်းမှာ နှစ်ပေါင်းမှားစွာ ချိတ်ဆွဲထားခဲ့သည့် တံဆိပ်ကြီးကို ဖြတ်ပယ်နိုင်စွမ်းရှိသွားလေသည်။

သင်သည် နောက်မှာနိုင်သူ၊ မအောင်မြင်သူ၊ အကျဉ်းတွန်သူ၊ ဂိတ်နှင့် ခုံးဝေးသူ... သို့မဟုတ် တစ်ခုတွင် ဖြစ်နေသူဟု သိမိတ် သို့မဟုတ် မသိမိတ်ဖြင့် မှတ်ယူထားသည်။ ငှင့်မှတ်ယူမှုကို သင့်မသိမိတ်ထူး အတ္ထပုရိပ်၏ အလယ်ဖုန်းတွင် ချိတ်ဆွဲထားသည်ဆိုလျင် အဆိုပါ မသိမိတ်ကပင် သင့်အား ပြန်ပြီးလုပ်ကြတော့၏။ သင့်လက်ခံထားသော အတ္ထပုရိပ်နှင့် ဆန့်ကျင်မည်။ ပဋိပက္ခဖြစ်မည်။ သတင်းအချက်အလက် များကို ငှင့်မသိမိတ်က တမင်တကာ စိစစ်ဖယ်ရှားပစ်တော့၏။

သင်၏ အောင်မြင်မှုလမ်းကြောင်းပေါ်တွင် ကြိုရမည့် အခက်အခဲ အတားအသီးများကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင်၊ ဘယ်လိုဖြေရှင်းမည်လဲဆိုသည်။ အချက်ကို အထက်ဖော်ပြပါ အတ္ထပုရိပ်၏ အရည်အသွေးက ပြဋ္ဌာန်းလေ သည်။

တိုက်နှုန်း တန်ခြင်းများ

လူတွေ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းရော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများပါ တိုးတက်မှု တန်ခြင်းတစ်မျိုးမဟုတ်တစ်မျိုးကို မရောင်မလွှာသာ တွေ့ကြုံခဲ့စားကြရစမြဲဖြစ်၏။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့ ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရမည်ဟု ပြတ်သားသော ယုံကြည်ချက်ရှိလျင်၊ ရှေ့ဆက် လျောက်လှမ်းဖို့ တာဝန်ယူသည်ဆိုလျင် ဆင်းရှုခွဲကျောက်နေသည့်တိုင်းအနိုင်မစ် အရှုံးမပေး 'စိတ်ဓာတ်ကို မွေးမြှေ့နိုင်လျှင် တိုးတက်မှု တန်ခြင်းများ

နှိမ်တို့ ကျော်လွှားရမည့် အခက်အခဲများအဖြစ် ရှုမြင်နိုင်မည်။ မိမိတို့ အောင်မြင်ကို စီန်ခေါ်ချက်များအဖြစ် သောာထားနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါချိန်အားများ မရှိဘူးဆိုလျင်တော့ တိုးတက်မှု တန်ခြင်း အောင်မြင် ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ချက်ကို အော်မှုန်း အောင်မြင် လက်နက်ကိုရှိယူသွားမှုးဖြစ်လာမည်။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်တို့၏ အိမ်နှုန်းကိုယ်စနှင့်ပတ်သက်သည့် ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို ဖျက်ဆီးပစ်လိမ့်ဆည်း။

အပျက်မြင် သောာထားရှိသည့် လူတစ်ဦးတစ်ယောက် သို့မဟုတ် အားလုံးတစ်ခုသည် မဖြစ်စလောက်သော တိုးတက်မှု ရပ်တန်ခြင်းကိုပင် ပြောသောပြဿနာများ သတ်မှတ်လိမ့်မည်။ ဤသောာထားအမြင်နှင့် အားလုံးချက် ပိုပိုပြင်ပြင်မရှိမှုတို့ ပေါင်းစပ်မိသောအခါ အချိန်ကုန် အားလုံး ဖြစ်ရပ်များဖြစ်ပေါ်လာတော့၏။

အဆွင့်အလမ်းကို လူများစုံ လက်လွှာတွေ့သွားတတ်ကြ၏။ အဘယ်စကြောင့် ဆိုသော အဆွင့်အလမ်းက လုပ်ငန်းစွင်ဝတ်နှင့် ဝတ်ဆင်ထားပြီး အလုပ်နှင့် တူစေနေသောကြောင့်ဖြစ်၏။

သောမတ် အက်ဒီဆင် (၁၈၄၇-၁၉၃၃) အမေရိကန် တိတွင်ပညာရှင်

အောင်မြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် တိုးတက်မှုတန်ခြင်းများကို ရှုဆောင်အမျိုးမျိုးဖြင့် ရှုမြင် သုံးသပ်တတ်ကြသည်။ သူတို့က သူတို့ သိမ်းချုပ်လို့ မရသည့် ကိစ္စများကို အသီအမှတ်ပြုသည်။ ဥပမာ- ဘဏ်တို့မှုန်းများ၊ ရာသီဥတု၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များအပေါ် အားထားရမှု သည်တို့သည် မှားယွင်းကုန်နိုင်သည်။ ထိုသို့သော အမှားများကို သူတို့

က လက်ခံသည်။ လိုက်လျော်လိုတွေဖြစ်အောင် ညိုယူသည်။ ပြီးတော့
လုပ်လက်စအလုပ်ကို ဆက်လုပ်ကြသည်။

ကျွန်တော်တို့ တော်တော်များများက တိုးတက်မှုရပ်တန်ခြင်းများ
ကို ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက် မအောင်မြင်ခြင်းအတွက် ဆင်ခြားဖြစ်
အသုံးချကြသည်။

“ကျွဲပ်နဲ့ အစာပိလုပ်တဲ့လူက ငွေတွေ သုံးပြီး လစ်ပြီးသွားလို့”
“ဘဏ်က ချေးငွေ ပြန်ဆပ်ဖို့ တောင်းဆိုလို့”

“ကျွဲပ်တို့ရဲ့ အမိကကုန်ပစ္စည်း ပေးသွင်းသူ မွဲသွားလို့”

ထိုသို့သော အကြောင်းပြချက်တွေမှာ ဘယ်တော့မျှ ကျွန်သွားသည်
မရှိ။ တို့ကြောင့် တစ်ကြောင်းမဟုတ်တစ်ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ လက်
လျော့လိုက်ကြရ၏။ အမှန်စစ်စေတော့ ကျွန်တော်တို့ အရှုံးပေးခြင်းသာ ဖြစ်
သည်။ အမှန်တော့ ကျွန်တော်တို့ လက်ငွေသမားများ၏ ထုံးကို နှလုံးမှ
ရပါမည်။ ကြိုးပိုင်းဒိုင်၏ အမှတ်ရေတွက်သံကို နားထောင်၊ မူးဝေနေ
သော ဦးခေါင်းကို ကြည်လင်လာအောင်ရှင်း၊ စိတ်အာရုံတွေ ပြန်လည်
စုစည်း၊ ပြီးတော့ မိမိနဲ့နေသည့် ပွဲကိုနိုင်အောင် ဆက်ထိုး။

ဘယ်လိုအခြားနေ့မျိုးတွေနှင့်ပဲ ရင်ဆိုင်ရရေပေါ့။

တော်ယူမြို့

တိုးတက်မှု တန်ခြင်းများကို စီးပိုင်းပြီး သင့်ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်
ဆီသို့ ရှေးရွှေသွားနိုင်ရန် လိုအပ်ချက်များမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်
စိတ်ချမှု အားကောင်းခြင်းနှင့် ပိုပြင်ပြတ်သားသာ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုရှိ
ရုံးဖြင့် မလုံလောက်သေးပါ။ တော်ယူမှုမှုရို့လည်း လိုအပ်၏။ တော်ယူ
ယူခြင်းသည် သုတေသနချမှတ်ခြင်းနှင့် ဆင်ဆင်တူ၏။ ခြားနားချက်မှာ
သုတေသနချမှတ်ခြင်းက လတ်တလော စိတ်ခံစားချက်ဖြစ်နိုင်ပြီး တော်ယူ

ယူခြင်းကတော့ အခြားနေပြာင်းလဲမှုအားလုံးကို ကွဲကြေးနိုင်သည်
သေတိတိတိတော်ဖြစ်၏။

တာဝန်ယူခြင်းသည် အောင်မြင်ရေးတွင် ကြီးမားလှသော
အကြောင်းတရားကြီးဖြစ်၏။ သို့သော သူကို ထိတွေကိုယ်ကြည့်လို
မရှု သုနှင့်ပတ်သက်လာလျှင် ရင်ထဲက မပါဘဲ နှုတ်များကလာသော
စတားတွေ အများဆုံးပြောတတ်ကြ၏။ ပို၍ အန္တရာယ်ကြီးသည်မှာ
လုပ်ငန်းခွင်ထဲတွင် အတုအယောင်ပြုလုပ်ရန် လွယ်ကူလွန်းခြင်းပင်
ဖြစ်၏။

စဉ်းစားကြည့်ပါ။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် ကျွန်ထုံးအသစ်တစ်ခုကို စတင်
ကျွန်သုံးဖို့ ပြင်ဆင်သည်။ သို့မဟုတ် ပညာပေး လေ့ကျင့်ရေး သင်တန်း
တစ်ခု ဖွင့်ပို့စီစဉ်သည်။ အမှုထမ်းများအနေဖြင့် မူဝါဒအသစ်ကို
အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ တာဝန်ယူပါဟု ခုပ်ချုပ်ရေးပိုင်းက ရီးရျိုး
သာသာ မေတ္တာရပ်ခံသည် သို့မဟုတ် အမိန့်ထုတ်ချင် ထုတ်မည်။
ဟုတ်ဘူး လုပ်ငန်းသောအရ အားလုံး တစ်လုံတည်းဦး ၈၉၀၆နှစ်တည်း
သွားတွေပဲ။ သည်တော့ အားလုံးက ပြောကြသည်။ တာဝန်ယူပါသည်
ဟု။ သို့သော သူတို့ တကယ်တာဝန်ယူကြပါသလား။

ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဘဝမှု တစ်ကြိမ်မဟုတ်တစ်ကြိမ် ကြုံကြ
သည်။ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာအောင် ပြပြင်လို့ရသည့် သွင်းပြင်
သုတေသနတစ်ခုကို ပြပြင်ပြောင်းလဲပစ်မည်ဟု စိတ်ဆုံးဖြတ်ထားသည်။
ဥစား ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်အလေးချိန်နှင့်ကြုံခိုင်ရေး။ ကျွန်တော်တို့
အဆုပ်တစ်အပ် ဝယ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ အားကာစားရုတ်ရုန်း ဆက်
သွယ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ အလုပ်စ ဖြစ်အောင် လုပ်ဖို့ လိုအပ်သည်
ဆင်သွေ့ကို လုပ်ကြသည်။ အသည်နောက်မှာတော့ ဘာတွေ ဖြစ်ထွန်း
သေဆုံး ရှိသည်ကို ကျွန်တော်တို့အားလုံး သိမန်ပါသည်။

အကယ်၍ ရေစုံ:ရေရှားလိုက်ပြီး အကောင်အထည် မဖော်ဘူးဆိုလျှင် စိတ်ကူးအကောင်:စားများသည် အိပ်မက်အကောင်:စားများထက် ပိုမို အနိုးတန်ပြုးမရှိ။

ရွှေ့စွဲ ၁၈၂၄ ခု အင်မှာဆန် (၁၈၀၃-၈၂)
အမေရိကန် ရုသစာတမ်းဆရာတွင်ကဗျာဆရာ

ကဲ၊ သည်တစ်ခုတော့ ဘာပြဿနာမျှ ရှိမည်မဟုတ်။ ဟိုတုန်းက နှင့် မတူ၊ သည်တစ်ခု ထူးထူးမြားမြား အလုပ်ဖြစ်တော့မည်။ သင် သန္တာနှင့် ရုထားပြီ။ အဆိုကျ လေ့ကျင့်သည့်စက်တစ်လုံး ဝယ်ထားပြီ။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးသမားတွေ မျက်လုံးပြူးလောက် အောင် လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် သစ်သီးတွေနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေ ဝယ်ထားပြီ။ ပြီးတော့ အားကစားရုတ်ရုန်း ဆက်သွယ်ထားပြီ။ လေ့ကျင့်ခန်းဘောင်းဘီတစ်ထည်လည်း ဝယ်ထားပြီ။ သင်အကြီးအကျယ် တာဝန်ယူထားပြီ။

သင် မနက်စောစောထားသည်။ ကျွန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်ပြီး အဆီ အအိမ်မပါသည် အစားအစာများဖြင့် မနက်စောစော စားသည်။ သစ်သီး ဖျော်ရည်သောက်သည်။ ပြီးတော့ အားကစားရုသို့သွားသည်။ ညွှန်ကြား ချက်အတိုင်း လေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပြုလုပ်ကျေန်ပ် အားရနေသည်။ ကြည်နဲ့ နေသည်။ သို့သော် ရက်တွေသာကြာလာသည်။ ထွက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်တွေက နေးကျွေးနေသည်။ ကြာတော့ သင့်စိတ်အားထက်သန်မှာ တွေ လျော့ပါးလာသည်။

အစဉ်းပိုင်းတုန်းကပဲ သင့် တာဝန်ယူစိတ် ထက်ထက်သန်သန်ရှိ သည်။ သီတင်းပတ်တွေ တစ်ပတ်ပြီးတစ်ပတ် ကုန်လွန်လာတော့ သင့် တာဝန်ယူစိတ်တွေ လျော့ပါးလာရေးလုံးဝပျောက်ကွယ်သွားတော့၏။

အိုး အစားအသောက် ဆင်ခြင်ဖို့ စိမ်ကိုန်းရောကြခိုင်မှ လေ့ကျင့်ခန်းပါ အိုးတုန်းဖြစ်တော့။ ဟိုတုန်းကအတိုင်း ပြန်ဖြစ်သွားသည်။ ဟိုတုန်းက လိုင်း အကြောင်းအည်မအောင်မြင်သည့်စာရင်းတွင် နောက်တစ်မျိုး ထပ်တိုး သွားသည်။ ထိုသို့တစ်ကြိမ် မအောင်မြင်တိုင်း သင့်ရင်ထဲတွင် စွဲလမ်း အကြောင်းလာသည်မှာ အနာက်တကာလ အားထုတ်မှုများသည်လည်း အောင်မြင်လိမ့်မည် မဟုတ်ဟု။

အဆိုပါဖြစ်ရပ်တွင် ကျွန်းတော်တို့ အရှုံးနှင့် အဆုံးသတ်ခဲ့ရသည် အောင်းမြစ်၏။ ဘာကြောင့်လဲ၊ ကျွန်းတော်တို့ ဘာတွေပဲ ဆင်ခြဲကန်နေ အောင်းမြစ်၏ ကျွန်းတော်တို့ ရှုံးလိမ့်မည်ဟု ထင်ထားသောကြောင့်ဖြစ်၏။ အောင်းတော်တို့ တာဝန်ယူခဲ့သည်ဆိုသည်မှာ ဆန္ဒဖြစ်ပေါ်မှတ်က် ဘာမျှ မျိုး တစ်စုံတစ်ယောက်က တစ်ခါက ပြောစုံသည်။ ကျေးဇူးဆိုသည် မျှ သက်တမ်းအတိုဆုံး စိတ်လွှပ်ရှားမှုဖြစ်သည်တဲ့။ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဆိုသူ့ သွားနောက်မှ ကပ်လိုက်နေသည့် သက်တမ်းအတိုဆုံး စိတ်လွှပ်ရှားမှု စိတ်အားထက်သန်မှုဖြစ်သည်ဟု ကျွန်းတော် ယုံကြည်သည်။ အောင်းမြစ်၏ ဆောင်ရွက်မှုများတွင် စိတ်အားထက်သန်မှုက စွမ်းအားနှင့် အောင်းမြစ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် အများကြီးအားပေးသည်။ သို့ဖြစ်စေ ဘာမျှ စိတ်အားထက်သန်မှုသည် တာဝန်ယူမှုနေရာတွင် အစားထိုးလို ဆုံးဖြော်။

သင်သည် မတော်တစာ ထိုစိတ်မှုဖြစ်ပြီး ဆေးရုံသို့ ရောက်သွား အောင်းမြစ်၏ စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။ ဆေးရုံတွင် ဆရာဝန်နှစ်ဦး တာဝန် သွားသည်ကို တွေ့ရအို။ တစ်ဦးက အလွန်တရာ စိတ်အားထက်သန် သွားသော် တာဝန်ကိုယူမှု အပြည့်ရှိသူ။ သင့်အား ကုသ အောင်းမြစ်၏ ဘယ်ဆရာဝန်ကို ရွှေ့မည်လဲ။

အောင်းမြစ်၏ချက်တစ်ခုကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ သင်တာဝန်ယူ

ထားသောအခါ သင် ငှင်းရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရမည်ဟု ယုံကြည်
ချက် ရာရိုင်နှစ်းပြည့်ဖြင့် ဆောင်ရွက်၏။ တာဝန်ယူမှုတွင် ခလုတ်
နှစ်မျိုးပဲ ရှိသည်။ ပိတ်ခြင်းနှင့်ဖွင့်ခြင်း။ ဖွင့်တစ်ဝက်ပိတ်တစ်ဝက်
ဟူသော ကြားဆင့် မရှိ။ ကိုယ်ဝန်ရှိပြီဆိုလျှင် နည်းနည်းပါးပါး ကိုယ်ဝန်
ရှိသည်ဆိုတာ မရှိသလိုမျိုး။

အထူးမြှောက် အောင်မြင်သူများ၏ ရင်ထဲမှာ အမြစ်တွယ်နေလေ့ရှိ
သည်မှာ အာသာဆွဲ ပြင်းပြသော တာဝန်ယူမှုမျိုး။ ဤတာဝန်ယူမှုက
သူတို့ကို ဘယ်လောက်ဆိုးရွားကျပ်တည်းနေသည်ဖြစ်စေ သူတို့သည်
ယုံကြည်ကြ၏။ မြှို့မြို့၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် နောက်ဆုံး တစ်နှစ်
တွင် အောင်မြင်မည် ဆိုသည်ကို သူတို့ သိနေသောကြောင့်ပင်။

သင်ယုံကြည်မှု အပြည့်အဝရှိသော တစ်စုံတစ်ခု သို့မဟုတ် တစ်စုံ
တစ်ယောက်... သင့်မိသားစုံ သို့မဟုတ် သင် ချုပ်မြတ်နှုန်းသူတစ်ဦးကို
သင် တာဝန်ယူထားသည် ဆိုပါစို့။ သင့်တာဝန်ယူမှု အတိမ်အနက်ကို
ဆန်းစစ်ကြည့်ပါ။ သူတို့တစ်တွေး ဆင်းရုံကွောက်လျှင် ကျည်းမှု
ဘဏ္ဍာပြင်ဆင်ထားသည် ဆိုသည်ကို စိတ်ကျေးပုံဖော်ကြည့်ပါ။ ဤကား
အလွန်မတန် အားကောင်းသည့် ခံစားချက်တစ်ရပ်ဖြစ်၏။ အောင်မြင်
ရေးအတွက် စစ်မှန်စွာ တာဝန်ယူထားလျှင် သင့်မှာ ဤခံစားချက်မျိုး
ရှိပို့ လိုပါသည်။

သင့်ဘဝအတွက် သင့်မှာပတာဝန်ရှိသည်။ ဘဝက ပတ္တုပါးပိတ်စကို အသင့်
ဆောင်ထားပေးသည်။ ပန်းချို့ရေးဆွဲခြင်းကို သင်ကလုပ်ရမည်။

အမည်မသိ

၁၅

အောင်မြင်ရေးအတွက် လေးလေးနောက်တာဝန်ယူမှုနှင့် အတူ
ဆွဲခြိမ်ဖြေလည်း လိုအပ်၏။ ကျွန်တော်တို့က သတ္တိကို ရုံးခြင်းနှင့် တွဲဖက်
အာတတ်ကြ၏။ သည်နှစ်မျိုး နှီးနှီးကပ်ကပ် ဆက်စွဲယ်နေတော့
သာချာသည်။ သို့ပေမဲ့ ရုံးခြင်းသည် သေရေးရှင်ရေးဖြစ်နေသည့် အင့်
အသားမျိုးတွင် လျှပ်တစ်ပြက် ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြင့် သူမတူအောင် ဆောင်
ကျွန်တော်သော ပုဂ္ဂလိက တုပြန်ချက်များဖြင့် ပို၍ သက်ဆိုင်သည်
ဆင်၏။ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်အတိုင်းအတာထိ ရုံးသလဲဆိုသည်မှာ
ကျွန်တော်တိဘဝတွင် စမ်းသပ်စစ်ဆေးလို့ မရသည့် အရာတစ်ခုဖြစ်ပါ
သည်။ သတ္တိမှာမူ ကျွန်တော်တိအားလုံးမှာ ရှိနေပြီး နေစဉ် အသုံးချရ^{၁၅}
အရည်အသွေးတစ်ရပ်ဖြစ်၏။ ထိုသို့အသုံးချုပြုဆိုလျှင်လည်း ကျွန်
တော်တိသည် တိုးတက်မှုကို သိသိသာသာ ရလေ့ရှိ၏။

ကျွန်တော်တိသည် တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုခုကို အလိုလိုနေရင်း
ကြောက်နေတတ်ကြ၏။ ဘာကြောင့်ပဲကြောက်ကြောက် ငါးခြားကြောက်စိတ်
အာတတ်အောင်လုပ်နိုင်သည်မှာ သတ္တိဆိုသည့် စမ်းရည်ပင် ဖြစ်လေသည်။
ကြောက်စိတ်သည် ကျွန်တော်တို့ နေစဉ်နှင့်အမျှ ရင်ဆိုင်နေရသည့်
အသွေးအကြောက်ရပ် ဖြစ်နိုင်၏။ ကဲ့ရဲ့လောင်ပြောင်ခံရမှာကြောက်ခြင်း၊
ဖွှဲ့နှံမှုမှာ ကြောက်ခြင်း၊ အပြောင်းအလုပ်ဖြစ်သွားမှာ ကြောက်ခြင်း...
အီးဆုံးတ် ကျွန်တော်တို့ကို နောက်တွန်းစေသည့် အခြားကိစ္စများ။
ကျွန်တော်တို့ နောက်ဆုံးပေါ်နေကြ၏။ အကြောင်းမှာ ထိုသို့နေလျှင်
အုပ္ပရာယ်ကင်းသည်ဟု ခံစားရသောကြောင့်ပင်။ နောက်ဆုံးပေါ်နေသည့်
အတွက်ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်သည် ကျွန်တော်တို့ လိုလားတပ်မက်
သော အောင်မြင်မှုမျိုး မဟုတ်ကြောင်း သိနေသည်။ သို့ပေမဲ့ လက်ရှိ
အတိုင်း နေခြင်းက ယုံတွေအဆုံး သက်သောင့်သက်သာရှိသည်။ ကျမ်း

ဝင်ရင်းနှီးပြီးသားဖြစ်သည် မဟုတ်လား။

သို့သော ကျွန်တော်တို့သည် ကျမ်းဝင် ရင်းနှီးပြီးသားများနှင့်သာလုံးတွေးနေသောအခါ အပြောင်းအလဲလုပ်ဖို့ ဝန်လေးသည်ထက် ဝန်လေးလာသည်။ စွန့်စားခြင်းကို မနှစ်မြို့မြူတွေ ဖြစ်လာသည်။ နောက်ပြီး ဖြစ်သမျှအကြောင်းအကောင်းချဉ်းဟုသော ဖြတွေးတွေး ချင်စိတ်များကို အားပေးအားမြောက် ပြုလာကြသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ကိုယ့် ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချုပ်စိတ်မျှရှိပြီး အောင်မြင်ဖို့ အသာဆန္ဒပြင်းပြသူများအနေဖြင့် သူတို့၏ ကြောက်စိတ်များကို ထိုးဖောက်ကျော်စွားဖို့ ပြင်ဆင်ထားရပါမည်။ ပြီတော့ အတွေ့အကြွေများမှ သင်ခန်းစာ ထုတ်ယူတတ်ရပါမည်။ ထိုအခါမှသာ အောင်မြင်မှ စတင်ရပ်လုံးပေါ်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။

**ကြိုးများသာ ရုံးနှိမ်မှုကို ရင်ဆိုင်စုံသူတွေသာ
ကြိုးများသာ အောင်မြင်မှုကို ရရှိပါ၏။**

ရောဘတ် အက်စ် ကနေဒီ (၁၉၂၅-၆)

ဥပမာပြရမည်ဆိုလျှင် ကောင်းကင်ကျမ်းသားကစားသူတွေ့်းနှင့် တုံး၏။ သူသည် သူကိုယ်သူ စိတ်မချသေးသူရွှေ ကိုင်ထားသည် ကြိုးကို မလွှတ်။ ပြရမည့် ကျမ်းသားကစားကွက်ကို မပြု။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ကြိုးကို မလွှတ်မချင်း သူအန္တရာယ်ကင်းနောက် ဖြစ်သောကြောင့် ပင်။ နည်းနည်းကြာလာတော့ သူ လက်အံသောလာသည်။ လွှာနေသည် အရှိန်သောလာသည်။ နောက်ဆုံးတော့ ဘာပြကွက်မျှ မပြဖြစ်ဘဲ တွဲလောင်းကြိုး ဖြစ်နေသည်။ အရှိန်မိပင် သူလက်လျှော့လိုက်၏။ အောက်သို့ပြုတ်ကျလာသည်။ အောက်မှာ ဖြန့်ကြက်ထားသည်

အန္တရာယ်ကင်း ဂိုက်ကွန်ထဲရောက်သွားသည်။

ဆန့်ကျင်ဘက်အားဖြင့် ပြောရလျှင် နာမည်ကျော် ကောင်းကင် ကျွန်းသားပညာသည်တစ်ဦးကတော့ လက်လွှတ်လိုက်ရမှာ ကြောက် သုည်တို့သည် ပြကွက်ကိုသူ လုပ်ဆောင်ပြနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ယုံကြည် သူ့သည်။ ရပ်အပျက်ဆုံး ဖြစ်နိုင်ချေမှာ အန္တရာယ်ကင်းဂိုက်ကွန်ပေါ်သို့ ပြုတ်ကျသွားခြင်းသာဖြစ်၏။ ပြီးတော့ သူအတွေ့အကြွေမှ သင်ခန်းစာ သူ့သည်။ အမှားကို ပြုပြင်မည်။

ထိုနည်းတူစွာပင် ကျွန်တော်တို့ သွားလိုရာသို့အရောက်သွားဖို့ဆို သည့်မှာ ကျွန်တော်တို့ လက်ရှိရောက်နေသည့် နေရာကို စွန့်ခွာရှုသည် သုည်ရှိပါမည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ကြောက်စိတ်များကို ရင်ဆိုင်တွန်းလှန် ပြီး အမှားများမှ သင်ခန်းစာယူတတ်ရပါမည်။ စီးပွာရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု ဆောင်စိုး၊ မြေပုံပေါ်မှာ မှတ်တမ်းမတင်ရသေးသည် နယ်မြေတစ်ခုကို ရွှေးစွာဖွံ့ဖြိုး သို့မဟုတ် ကျမ်းကျင်မှုအသစ်တစ်မျိုးကို သင်ယူဖို့ပဲ ပြုပြစ် သတ္တိရှိရှိလို၏။ ကျွန်တော်တို့၏ သတ္တိကို စီးမွှေးပေးသည် ဆောင်စာဆီမှာ အောင်မြင်မှုကို ရရှိနိုင်ရှုသွားမဟုတ်၊ ရရှိ သေချာသည်ဟု ပြုပြုသော ယုံကြည်ချက်ပင်ဖြစ်၏။

အောင်မြင်ရေးအစိုက်သမားများ နောက်တွန်းတတ်ကြသည်က သာ့ သူတို့ရုံးနှိမ်မှာ ကြောက်သောကြောင့် မဟုတ်။ သူတို့ ဘဝကို ဘုတ္တု အျော်မှန်းထားသောလောက်ပြည့်ပြည့်ဝေး မနေရမှာ စီးသောကြောင့် ပြုပြစ်။ နောက်ပြီး သူတို့ တစ်ကြိုမ်းတစ်ခါမြှေ ကြိုးစားအားထုတ်မကြည် ဆိုတ်ရသည် ကိစ္စမှားအတွက် နောင်တရနေသောကြောင့်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝနိုင်းတွင် ကျွန်တော်တို့ ရုံးနှိမ်ခဲ့သည် ကိစ္စမှာ အတွက် နောင်တမရကြပါ။ ကျွန်တော်တို့ ပြုလုပ်လိုသည် ဆန္ဒရှိ ပြီး တစ်ကြိုမ်းတစ်ခါမြှေ ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း မပြုလုပ်ရသည် ကိစ္စမှား

အတွက်သာ နောင်တရကြပါသည်။

လူဘဝတွင် ကျော်လွှားရမည့် အမိကကြောက်စိတ်မှာ ရဲးနိမ့်မှာ ကြောက်သည့် စိတ်ပင်ဖြစ်၏။ ရဲးနိမ့်မှုသည် ဖြစ်ပျက်သွားသည့် ဖြစ်ရပ် တစ်ခုသာ ဖြစ်၏။ ဤ ဖြစ်ရပ်က သင်သည် အမြှေးနိမ့်နေရမည့်အဲ့ဗုံး သမားတစ်ဦးဖြစ်သည်ဟု အထောက်အထားပြသည့် သက်သေးခံဖြစ်ရပ် မဟုတ်။ ခေတ်သစ်ကာလတွင် အထူးဆွဲနဲ့ ဂေါက်သီးသမား ဂျက်နစ် ကလေ့စိတ်က မိမိသည် အောင်ပွဲခဲ့ခဲ့သည့် အကြိမ်ထက် ရဲးနိမ့်ခဲ့သည့် အကြိမ်က တော်တော်ကြီးများအကြောင်း လုပ်ယောက်းစား ဂေါက်သီး သမားတစ်ဦးကို ပြောပြခဲ့ဖူးသည်။

ကျွန်တော်တိသည် ရဲးနိမ့်မြင်းကို သင်ယူဆည်းပူးမြင်း၏ အစိတ် အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် ကြည့်မြှင်တတ်အောင် သင်ယူကြရပါမည်။ ဘာကိစ္စ ကိုပဲလုပ်လုပ် ထိအလုပ်ကို မအောင်မြင်ဘူးဆိုပါစို့။ ထိသို့ မအောင်မြင် မြင်းသည် ထိအလုပ်ကို မှန်အောင် မလုပ်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

အမေရိကရှိ အအောင်မြင်ဆုံး အရောင်းသမားများကို လေ့လာ သုံးသပ်ကြည့်သောအခါ သူတို့အားလုံးတွင် တူညီသော အချက်တစ်ချက် ရှိသည်ကို တွေ့ရ၏။ သူတို့သည် ဝယ်ခြေရှိသူနှင့် တွေ့ခွင့်ရရှိ ခွင့်တော်းခြင်းဖြင့် လုပ်ငန်းစဲခြင်ာ၏။ သူတို့သည် ဝယ်ခြေရှိသူနှင့် ဓာတ်ကြိမ်းမြောက် သို့မဟုတ် ခုနစ်ကြိမ်းမြောက် တွေ့ပြီးမှသာ သူတို့၏ ကုန်ပစ္စည်းများကို ရောင်းချက်သည်ဆို၏။ ဤအရောင်းသမားများသည် ကံထူးသူများမဟုတ်။ သူတို့သည် သူတို့ပစ္စည်းတွေ ရောင်းချက်မည်ဟု တာဝန်ယူထားသူများဖြစ်၏။ ပြီးတော့ အငြင်းပယ်ခံရမှာ ကြောက်သည့် စိတ်ကို ကျော်လွှားရှင်းလောက်အောင် သင်သေးလိုက် သို့မဟုတ်။

ငှုံးသုံးကို သင်ဘယ်လိုရအောင် ရှာမည်လဲ။ အဖြေက ရှိုးရှိုး ရှုံးရှုံးကလေးပါ။ သင့်ရည်မှန်းချက်ကို ပြက်ပြက်ထင်ထင် မြင်နေရ

ဤ ရွှေးရှုးနှစ်နှစ် အာရုံစိုက်ထားပါ။ ထိအခါ အောင်မြင်ခြင်းခနီးလမ်း အောင်မြှောက်တွင် လှုံးရမည့် ခြေလုံးတိုင်းသည် အောင်မြင်ရေးအတွက် အသုတေသန အစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်ကြောင်း သိမြင်သောပေါက် အသေသည်။ ထိသို့ ပြုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိခြင်းသည်ပင် သတ္တိမည်ပါသည်။

သင် ကြောက်နေသည့် ကိစ္စတစ်ရှုံး ဆောင်ရွက်လိုက်ပါ။

ထိအခါ ကြောက်စိတ်သေဆုံးသွားသည်ကို မလွှာမသွားတွေ့ရပါလိမ့်မည်။ ရှာဖို့ ဝေါလ်နှုံး အင်မာဆန်

အကြိမ်

ဤအခန်းအရော်ပိုင်းတွင် အတ္ထုပုံရိပ်အရေးကြီးမှုအကြောင်း ကျွန် အောင်မြှော်ပြခဲ့ပြီ။ သင့်ကိုယ်သင် မြင်နေသောအတ္ထုပုံရိပ်သည် လုတောက ပြောသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်၏။ တစ်ဦးတစ်ဦးသည် 'အယောင်ဆောင်သမား' ပြောသည်ဆိုလျင် ကျွန်တော်တိအားလုံး သတိပြုမိသည့်သာဖြစ်၏။ အယောင်ပဲ ဖုံးဖုံး၊ ဘယ်လောက်ပဲဖို့ ဉာဏ်ဖို့ သော အတ္ထုပုံရိပ်ကို ပြောသည့်ကြောမြင့် ရပ်ဖျက်ထား၍ မရနိုင်ပါ။

လုပ်ငန်းကိုင်ငန်းကြီးတစ်ခုအဆင့်... အရေးကြီးဆုံးမှာ တစ်ဦး အသေသနရောက်ချင်း အဆင့်တွင် သင့်ယုံကြည်ချက်များက သင့်အစိက အနိမ့်များကို ကိုယ်စားပြေဖော်ပြနေ၏။ ပြသေနရာများကို သင်ဘယ်လို ဆုံးရှုံးရမည်၊ အခြေအနေများကို ဘယ်လိုတဲ့ပြန်ရမည်၊ သင့်အပြုအမှုဆုံး ဘယ်ပုံဘယ်နည်းပြုမှုဆောင်ရွက်ရမည်တို့ကို ငင်း အစိက အနိမ့်များက အမိန့်ပေးစေနိုင်းပါသည်။

သည်ကော့...

သင်အောင်မြင်မည်ဟု အကြိမ်းမဲ့ ယုံကြည်ထားလျှင် အရာခပ်သိမ်း အသေသန အထမ္မာက်အောင်မြင်လာ၏။ ပြင်းပြသော ယုံကြည်ချက်

ရှိထားခြင်းက ဖြစ်နိုင်ပုံမရသော ရည်မှန်းချက်များကိုပင် ပေါက်မြောက် အောင်မြင်စေ၏။ ကြောက်စိတ်၊ ပြက်ရယ်ခံရမှု၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခရောက်မှုနှင့် နာကျင်မှုဝေဒနာကိုပင် ကျော်လွှားလွန်မြောက်စေ၏။ ပြင်းပြသော ယုံကြည်ချက်ထားရှိခြင်းက လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အား အက်အခဲ အကျပ်အတည်းများ သို့မဟုတ် တိုးတက်မှု တန်ခြင်းများကို လျှစ်လှ။ ရှုနိုင်စွမ်း ရှိလာစေ၏။

သို့ရာတွင် ပြင်းပြသော ယုံကြည်ချက် ထားရှိခြင်းသည် မပါပြင် မပြတ်သားသော ဘဝရည်မှန်းချက်များနှင့် မဆိုင်ပါချေ။ မပါပြင် မပြတ်သားသော ဘဝရည်မှန်းချက်ဆိုသည်မှာ “ကျွန်တော် ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းကို စီးပွားရေး တုထောင်ဗိုစဉ်းစားထားတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘာလုပ်မှန်းတော့မသိ သေးဘူး” သို့မဟုတ် “ကဲောင်းထောက်မရင် လခတိုးဖို့ မျှော်လင့်ထားတာပဲ” သို့မဟုတ် “ဘာတွေဖြစ်လာမလဲလို့ ကျွန်တော် စောင့်ကြည့်မောင်” စသည့် သဘောထားမျိုးတွေ ဖြစ်၏။

သင် ရထားများစီးလာလျှင် သင်ဆိုက်ရောက်မည့် ဘူတာတိုင်းသည် ဘူတာများတွေသာဖြစ်မည်။

ဘားနှုံး မာလာမှတ်(၁၉၁၄-၈၆)

အမေရိကန် ဝါထားရေးအရာ

ကျွန်တော်တို့၏ စစ်မှန်သော ယုံကြည်ချက်များသည် လိုရာဆွဲ ပြည့်ဝအောင် ဆုတောင်းခြင်းနှင့်မဆိုင်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့ အကောင် အထည်ဖော်မည့် ရည်မှန်းချက်သည် အနာဂတ်ကာလတွင် ရှိနေပြီး ဖြစ်သည်ဟု ယုံကြည်ခြင်းနှင့် ဆိုင်သည်။ အောင်မြင်ခြင်းသည် လက်လမ်းပါနိုင်သောအရာဖြစ်ကြောင်း အကြောင်းမှုယုံကြည်ထားပါ။ ဘဝလမ်း

ဘဏ်သုတေသနပိုင်းစီးပွားရေးဘဏ် ရုံးနှင့်မှုများမှာ ဘဝက ပေးသော သင်ခန်း ဘဏ်သုတေသနပိုင်းစီးပွားရေးဘဏ် နှင့်သွင်းသွေးပါ။ ထိုအခါ ဘာအကြံအဖော်မျှ ဘုံးများရား သင့်စိတ်တွင်းမှာ ယုံကြည်စိတ်ချမှတွေ ဖြစ်ပေါ်လာ သင် အနောင် ဖြစ်တော်လုံးမည်။ လူတွေ တွေ့မြင်နေသည့် ‘သင်’ ဘဏ် ဘဝတွင် ကိုယ်လျောက်မည့် လမ်းကိုပြတ်ပြတ်သားသား ရွှေးချယ် ဘဏ်တွင် နေသွားတွင်းဖြစ်နေပါလိမ့်မည်။ သင်၏ အိမ်က ယုံကြည် မှုများသည် သင့်အပြာအမှုများ၏ အခြေခံ အတ်မြစ်ဖြစ်ရသာမဟုတ်၊ ဘဏ်၏ စဉ်းစားတွေ့ခေါ်ခြင်းထဲသို့ စိမ့်ဝင်ထိုးဖောက်နေသည့် အရာများ ဖြစ်၏။ သင် ဘယ်ပုံဘယ်နည်း တွေ့ခေါ်သလဲဆိုသည့် အချက်က ဘဏ်ယုံကြည်နည်းပြုမှု၊ ကျင့်ကြံး နေထိုင်သလဲဆိုသည့်အပေါ်တွင် သို့ကိုနိုက်သေသကရောက်မှု ရှိပါသည်။

လူနှစ်ဦးသည် အကျိုးစောင်သုတေသနတွေကြားမှ အပြင်သို့ ကြည့်၏။
တစ်ဦးက စွဲစွဲတွေ့ကို ပြင်သည်။ ကျွန်တော်ဦးက ကြယ်တွေ့ကို ပြင်သည်။
ဖရက်ဒရစ် လန်းဘရစ်၌ (၁၈၄၉-၁၉၂၃)

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝနှင့်ယူမှု၊ သတ္တိနှင့် ယုံကြည်ချက်တွေ ဘယ် ဘဏ်၏ ပြင်းထန်သည်ဖြစ်စေ ကျွန်တော်တို့၏ ကြောက်စိတ် အကြောင်း လို့ နှားလည်သဘောပါက်ထားလျှင် အကျိုးရှိနိုင်ပါသည်။ ကြောက် မိတ်ကိုယ်ပိုင်းစီးပွားရေးတော် ဆိုးရားသည် အရာတစ်ခုမဟုတ်ပါ။ ကြောက် မိတ်ထား အနာဂတ်ကာလ၏ စိန်ခေါ်မှုကို ကျွန်တော်တို့ အာရုံပြုမိစေ သည်။ မှာက်ပြီး ဆောင်ရွက်စရာ ရှိသည်တို့ကို ဆောင်ရွက်ထားနိုင် လို့ အချက်ပေးခေါင်းလောင်းသံအဖြစ်လည်း အလုပ်အကျွေးပြု၏။

ကြောက်စိတ်ကို တွဲပြန်မှုသည်အခြေခံကျသော ဖီစိတ်ဖြစ်၏။ ထိုစိတ်က ကျွန်တော်တို့အား ဆိုးဆိုးရွားရွား အန္တရာယ်များကို နီးနီးကြားကြား သတိထားနေအင် တပ်လှန့်လေး၏။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့၏ နေစဉ် ဘဝဖြစ်ရပ်များမှာ သည်လောက်အန္တရာယ်ကြီးသည် ဖြစ်ရပ်များမဟုတ်။ သည်ဖြစ်ရပ်များကို ကျွန်တော်တို့က ကြောက်စိတ်အဆင့်အမျိုးမျိုးဖြင့် တွဲပြန်ကြသည်။ ယေဘုယျ စိတ်မသက်သာဖြစ်မှု၊ ပုပန်သောကဖြစ်မှု၊ ဆောက်တည်ရာမရဖြစ်မှုနှင့် လူပ်မရ ရှားမရလောက်အောင် ပြင်းထန် သည် စိတ်ဖိစီးမှတို့ ဖြစ်၏။ ကြောက်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်အတွက် စိတ်လျပ်ရှားရွားတွဲပြန်မှုကို ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာအီစိတ်အပိုင်းများက ဖော်ပြသည်။ ကြောက်စိတ်က နှလုံးအခုန်မြန်လာစေ၏။ လက်ဖဝါးမှာ ဈေးနှုန်းလာစေ၏။ ရင်ထဲမှာ တလုပ်လုပ်ဖြစ်စေ၏။ အဆိုပါ စိတ်လျပ်ရှားစွာ တွဲပြန်များက ကျွန်တော်တို့အား နောက်တွေ့နှင့်အောင် ဆွဲထားခြင်း ဖြစ်သည်။

စီးပွားရေးလောကတွင် မအောင်မြင်မှာ ကြောက်ခြင်းနှင့် အပြောင်း အလဲကို ကြောက်ခြင်းတို့သည် တိုးတက်မှု နောင့်နေးခြင်း၏ အကြောင်းတရား နှစ်ရပ်ဖြစ်၏။ မှတ်သားစရာကောင်းသည်မှာ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတော်တော်များသည် ကနိုးပိုင်းတွင် အရုံးပေါ်နှုန်းကြသည်။ သို့သော် ဆက်လက်ရှင်သန်ရန် အခြေခံလိုအပ်ချက်၏ တွန်းအားကြောင့် ယခင် ကပြုလုပ်ဖို့ လက်တွန်းခဲ့သည့် အပြောင်းအလဲများကို မဖြစ်မနေပြုလုပ် ပြီး အောင်မြင်များ ပြန်ရလာခြင်းပင်ဖြစ်၏။

ကြောက်စိတ်အများစုသည် ဘယ်နေရာမှာမျှ မဖြစ်ပေါ်ဘဲ ကျွန်တော်တို့၏စိတ်ကုံးတွေထဲမှာသာ ဖြစ်ပေါ်သည်ဖြစ်ရပ်များအပေါ် မှာ အခြေပြသည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်သည်။ ကြောက်စိတ်သည် အဆိုးမြင်စိတ်ကုံးများ ပေါက်ဖွားရာ အမျှင်ခန်းဖြစ်သည်ဟု အဆိုရှိ၏။

အောင် အနောက်များသည် ဖြစ်ခဲ့သော ဖြစ်နေသောကိစ္စများ မဟုတ်။ ဖြစ်အောင်ကြောင်းရှိသည်တို့ကိုသာ ကြောက်နေခြင်း ဖြစ်၏။ သည်ကိုယ့် မှာက်ပိုင်းကျမှ အသေးစိတ် ဆန်းစစ်ပါမည်။ သို့သော် လောက်သောက်ပိုင်းတွေ တစ်ခုစဉ်းစားကြည့်ပါ။ ကြောက်စိတ်မှ ဆင်းသက်အတ်လမ်းအတ်ကွက်များကို တွေ့ကြောက်နေရသည်အတွက် အို့ကာ အချိန်နှင့်စွမ်းအင်တွေ ဘယ်လောက်ကုန်ခန်းသွားပါသလဲ။ အော်၍ အဆိုပါအချိန်နှင့် စွမ်းအင်တွေကို အောင်မြင်သော ရလဒ်များ အောင်းစုံစားနေလျှင် ဘယ်လို ထူးခြားလာမည်လဲ ဆိုသည်ကို အမြှို့အကြည့်ပါ။

သင့်ဘဝ၏ပျော်ရွင်များသည် သင့်အတွေးများ၏ အရည်အသွေးပေါ်မှာ ခွဲသည်နေ၏။

မားကပ်စ် အန်တိနိယပ်စ်(အေဒီ ၈၆-၁၆၁)

အတ်လမ်းကလေးတစ်ပုဒ်ရှိသည်။ ၁၉၃၀ ပြည့်နှစ်များအတွင်း အော်များတော်က သောက်ချုပ်တဲ့ရသည် တရာတ်အကျဉ်းသားတစ်အောင်ကြောင်း။ သောက်ကျော်ထားရသည်အတွက် သူ့ကိုယ်သူ အော်များလုပ်လိုက်မှာ စိုးရိမ်သောကြောင့် အစောင့်များက သူအား အနီးဆုံးကြပ်ကြ၏။ သို့သော် အစောင့်တွေ ထိုသူ၏ အကျဉ်းခန်းသို့ အော်များကြည့်ရှုတိုင်း ပျော်ပျော်ရွင်ရွင် တက်တက်ကြွကြွနှင့် စာတွေ အော်များ၏ သီချင်းတွေ ဆိုလိုက်၊ အစောင့်များနှင့် ဟာသနာလိုက် အုပ်နေသည်အကျဉ်းသားကို တုအုတ်သွေ့ကြရသည်။ သည်လူ ဈေးများပြီးဟု သုတိက ထင်ကြသည်။ ရက်တွေ့နေတွေ့ကြောလာလည်း

သည်လှက အနေအထိုင်က တစ်ချက်မျှ ပြောင်းလဲမသွား။ ထိုသူအား ကျပ်မျက်မည့်နေ့တွင် အဆောင့်တွေက သူ့အတွက် နောက်ဆုံး ထမင်း တစ်ဖိုင်ကို ယူလာပြီးကျေးသည်။ စိတ်ထဲ အောင့်အည်းမထားနိုင်သည့် အဆောင့်တစ်ယောက်က မိမိမကြာမိသေရတော့မည်မှန်း သိလျက် ဘာကြာင့် ထိုသို့ နေထိုင်ခဲ့သလဲဟု ထိုသူအား မေးသည်။

“ကျော် လောလောဆယ် အသက်ရှင်နေတယ်လေ။ အနာဂတ် ဘဝဆိတ္တ သူ့ဘာသာသူ မဖြစ်မနေဖြစ်လာမှာပဲ။ ဒီတော့ လောလော လတ်လတ် အသက်ရှင်နေတဲ့ဘဝကို ကျော်ကြည်နဲ့ခံစားတယ်”

ဤကား အကျဉ်းသား၏ အဖြေ။

သည်တော့ သင်လည်း သင့်ကိုယ်သင် မေးကြည်ပါ။ သင် ဘာ ကို ကြောက်နေတာလဲ၊ ဘာကြာင့်လဲဟု။ ကျွန်တော်ပြောနေသည်မှာ အကြောက်လွန်ရောဂါများအကြောင်းမဟုတ်။ အကြောက်လွန်ရောဂါများ မှာ ငယ်ဘဝမှာ ခံစားခဲ့ရသည့် ဒက်များမှအစပြု ဖြစ်ပေါ်လေ့ ရှိသည်။ သို့တိုင် ထိုရောဂါများကိုပင် ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းလျှင် ပျောက်ကင်းနိုင်၏။ ကျွန်တော် ပြောနေသည်မှာ ဖြစ်လာလိမ့်မည်ဟု သင်ယုံကြည်နေသော အနာဂတ်ကာလ၏ ဖြစ်ရပ်များ အကြောင်းဖြစ်၏။ အမှန်တော့ ငှင့်ဖြစ်ရပ်များကို ရှောင်လွှာလိမ့်ဟု သင်စိုင်စိုင်မှာမာ ယုံကြည်လေ ငှင့်ဖြစ်ရပ် များသည် အနာဂတ်ကာလမှာ ဖြစ်လာမည့် ‘တကယ့်’ ဖြစ်ရပ်များဟု သင့်စိတ်ထဲမှာ အဖွဲ့ကြီးလာလေပင်။ ထိုသို့အဖွဲ့ကြီးလာသည်နဲ့ ငှင့်ဖြစ်ရပ်တွေ တကယ်ဖြစ်လာသည်က များပါသည်။

သို့သော် အနာဂတ်ကာလအကြောင်းနှင့် အနာဂတ်မှာ ဘာတွေ ဖြစ်လာနိုင်သည်ကိုတော့ ကျွန်တော်တို့ ရယ်မောခြင်း၊ ပြက်လုံးထဲတို့ခြင်း ပြလိုဟန် မရှိကြ။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း ကျွန်တော်တို့၏ ပုဂ္ဂလိက ဘဝနှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဆိုင်ရာ ဘဝများတွင် အပြုသေား

—၏ ပြောင်းလဲမှုများ ပြုလုပ်ဖို့ ဘာကြာင့် နောင့်နော်နော် အကြောင်းကို စဉ်းစားလိုဟန် မရှိကြ။ ကျွန်တော်တို့သည် “နောက်နှစ် အကြောင်းအိုက္ခိုက်” အပြတ်ဖြတ်ပစ်မယ်” ဟူသော အလုပ်အကိုင် ဖင့်နေ့ အကြောင်းသူများ၏ ဆောင်ပုဒ်ကို ဖက်တွယ်ထားသောကြာင့် ဖြစ်နိုင် ဆောလောဆယ်အချိန်မှာတော့ ကျွန်တော်တို့ အရိုအတိုင်း ဘာကြာင့်ဆုံး ကျွန်တော်တို့အား စောင့်ကြိုနေမည့် စိတ်ကျော်များနှင့် စာလျှင်အတိတ်ကာလက အတော်ကလေးလှုပြုစိတ် အကြောင်းဆုံးရာ ဖြစ်နေသောကြာင့်ပင်။

သား အကြောက်ကြီးကြောက်နေသော အနာဂတ်ကာလမှာ ပြောဆုံးဖြစ်ရပ်သည် ဘယ်လောက်ပဲအစ္စရာယ်ကြီးပြီး၊ ဘယ် အောင်မျိုး ကြောက်စရာအောင်းနေသည်ဖြစ်စေ ငှင့်ဖြစ်ရပ်သည် တကယ် ဖြောဆုံးကြောင်း သတိရပါ။ ကြောက်စိတ်၏ လှည့်ဖြားတတ်သော ဘာတို့ အသိမှတ်ပြုပါ။ ပြီးတော့ စွန်ပစ်လိုက်ပါ။ အောင်မြင် ဘာ ရုပ်ပါတစ်ခုအကြောင်း စိတ်ကျော်ကြည်ပါ။ ပြီးတော့ ကြောက် အောင်မျိုးမှာ သည်အကြောင်းကို အစားထိုးလိုက်ပါ။ ထိုနောက် သင့်စိတ် အုပ်ဆောင် အနာဂတ်အသစ် ဖြစ်လာရေးအတွက် သင်၏ အားထုတ်မှု အောင်မျိုးကို စုစည်းလိုက်ပါ။ အထူးအာရုံပြုလိုက်ပါ။

နှုတ်

တစ်ည့်...၊ ညကြီးပိုင်း အလုပ်အပြီးတွင် လူတစ်ယောက်သည် အသာန်ရှိသည့်ဖြတ်လမ်းမှ အိမ်ပြန်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်၏။ ထိုညက အကြောင်းမကြီး မိုးရှာနေသည်။ လေတရန်းရန်း တိုက်နေသည်။ မှာင်ကြီး အကြောင်းထဲ လျောက်လာသည့် ထိုလူသည် လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် အုပ်ဆောင် မြေကျင်းတစ်ခုထဲသို့ ရှတ်တရက်ချောက်ကျသွားသည်။

အကျမတော်သည်အတွက် သူတစ်ကိုယ်လုံး စိန္တဲ့ပြီး ချုံတွေ ပေကျံကုန် သည်။ သူက သူ၏ ကံဆိုမိုးမှာင်ကျမှုကို ဒေါသထွက်နေသည်။ မည်သိဖြစ်စေ သူက ကြံခိုင်သနနှစ်များသူ။ မြေကျင်းထဲမှ ထွက်နှစ်အောင် သန္တာနှစ်ချုလိုက်သည်။ သို့ဖြင့် ခန်ထွက်နှီးကြုံးစားသည်။ ခန်ထွက်လို့ မရတော့ ပြေးတက်ကြည့်သည်။ သို့သော် မအောင်မြင်ပြန်။ သည်တော့ ဖက်တွယ်တက်နှီးစွားစားသည်။ မြေကျင်းနဲ့မှာ ချုံတွေချည်း။ လက်ပြီ ဖြဖြင့် ကုပ်ကတ်တက်လို့ မရ။ နောက်ဆုံး သူ လက်လျော့လိုက်သည်။ ဇွဲ့ဇွဲ့တွေ့တွေ့ဖြစ်အောင် မြေကျင်းထောင့်မှာ ကျွေးကျွေးကလေးခွေမျှ သည်။ နဲ့နောက်ဆုံးလင်းမှပဲ ကျိုးကယ်ပါ အော်တော့မည်။ သို့ဖြင့် မြေကျင်း ထောင့်မှာ ကျွေးပြီး အိပ်ပျော်သွားသည်။

ထိသိဖြစ်ပြီး မိန့်နှစ်ဆယ်လောက် အကြာတွင် အဆိုပါ ညာကြီး ပိုင်းမှ နောက်ထပ်အလုပ်သမားတစ်ဦးကလည်း သုသာန်ဖြတ်လမ်းမှ ပြန်လာသည်။ သူလည်း စောစောက မြေကျင်းအသစ်ထဲသို့ ချော်ကျ သည်။ သည်လျကတော့ အရပ်နည်းနည်းသောက်ထားသူ။ လူကောင်က သူးပြီး သိပ်ပြီး ကြံ့ကြံ့ခိုင်ခိုင်ကြီး မဟုတ်။ သူကလည်း ပထမလျှလိပ် ခန်ထွက်နှီးကြုံးစားသည်။ ထိုနောက် ဖက်တွယ်တက်သည် မအောင်မြင်။ သူက ကြံတွေ့ရသည့် အခက်အခဲမှ လွှတ်မြောက်အောင် နည်းပျီးစုံ အားထဲတိပြီး ဆယ့်ငါးမိန့်လုံးလုံး ကြုံးစားသည်။ သို့သော် အရာမထင်။ မြေကျန်လက်ပန်းကျိုးပြီး မိုးရောထဲမှာင်ကြီးမည်းကြီးထဲ မတ်တတ်ရပ် နောက် ကျင်းထောင့်ဆီမှ အသတစ်သကို ရတ်တရရက်ကြားလိုက်ရသည်။

“မင်း ဘယ်တော့မှ ဒီကျင်းထဲက ထွက်နှစ်မှာ မဟုတ်ဘူး”

ပြောလိုက်သည့် အသက ငှက်ဆိုးထိုးသံကြီးပမာ။

သို့သော် ထိုလျှ ထွက်နှစ်သွားသည်။ အသံနက်ကြီးကို ကြားလိုက် ရသည်နှင့် သူလန့်ဖျုပ်ပြီး တအားခန်လိုက်ရာ ကျင်းပေါ်သို့ ရောက်သွား

=သည်။

ကျွန်တော်တို့၏ စော်ဆော်မှ သို့မဟုတ် တွန်းအားသည် စိတ်တွင်း ပြုပြုသွာ်ရပ်ဖြစ်၏။ င်းစိတ်တွင်းအပြုအမှုကို ကျွန်တော်တို့ ထိန်း ဆုံးသည်။ င်းစိတ်တွင်းအပြုအမှုများက မကြာမကြာဆိုသလို အျိုးဆုံးတို့အား ဆောင်ရွက်မှုတစ်ခုလုပ်ဖြစ်အောင် တွန်းအားပေးသည်။

ကုမ္ပဏီတစ်ခုက တွန်းအားအပေးခံထားရသည့် အမှုထမ်းများ အကြောင်းပြောပြီဆိုလျှင် အမှုထမ်းတွေ လုပ်ချင်ကိုင်ချင်စိတ်ပေါ်အောင် ရွှေ့ကြော်ချက်များ ဖန်တီးပေးထားပြီ ဖြစ်ကြောင်း အနာဂတ်ပြောနိုင်၏။ အစွမ်းထက်သော လှုံးဆော်ချက်များသည် အျိုးဆုံးတို့အား လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ချင်လာအောင် စိတ်ပြောင်းပေးသည်။ ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု သို့မဟုတ် မြေကျင်းထဲမှ အသံနက်ကြီးမျိုး အော်ခြောက်သော လှုံးဆော်ချက်များဖြစ်၏။ အခြေခံကျသော လှုံးဆော်ချက်များက ကျွန်တော်တို့၏ အိပ်မက်များကို အကောင်အထည် အောင်လာအောင် မီးထိုးပေးသည်။ ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုအပြင် အခြေခံ လှုံးဆော်ချက်များမှ ရှင်သန်ရေးနှင့် အကာအကွယ်ရရေးဖြစ်၏။ ဆာ အောင်မွတ်သိပ်မှုက အစားအစာ ရှာဖွေချင်အောင် လှုံးဆော်၏။ ဇွဲ့ လိုအပ်ခြင်းက အကာအကွယ်ရှာဖွေချင်အောင် လှုံးဆော်၏။

လွှတစ်ယောက်သည် ထူးချွန်လိုလျှင်၊ အောင်မြင်လိုလျှင် သူ့မှာ ပြုပြုသောဆန္ဒနှင့် တာဝန်ယူမှုရှုရမည်။ သို့သော် ပြင်းပြသောဆန္ဒနှင့် အောင်ယူမှုသည် အင်ဂျင်တစ်လုံး လည်ပတ်ရေးအတွက် မရှုမဖြစ်လိုအပ် အားအက်ဆီဂျင်စာတ်နှင့် လောင်စာ စာတ်ဆီနှင့်တူသည်။ သို့သော် မြေပြီး လည်ပတ်ရေးအတွက် ပြင်းပဲမှ မီးကူးပေးစုံ လိုအပ်၏။ ပြင်းပဲ အောက်သည် စော်ဆော်ချက် သို့မဟုတ် တွန်းအားပင်ဖြစ်ပါသည်။ အောင်မြင်သောအနဲ့ အစည်းများသည် သူတို့ အမှုထမ်းများ

အတွက် လျှော့ဆော်ချက်များ ဖန်တီးပေးတတ်ကြသည်။ လျှော့ဆော်ချက်များ ကို တစ်ခါတစ်ရဲ ကြောက်စိတ်ပေါ်မှာ အခြေခံပြီး ဖန်တီးကြ၏။ (အလုပ် ပြုတ်ခြင်း၊ ရာထူးကျေခြင်း စသည်ဖြင့်)။ တစ်ခါတစ်ရဲ ချို့မြှင့်မြှောက်စား ခြင်းပေါ်မှာ အခြေခံပြီး ဖန်တီးကြ၏။ (ရာထူးတက်ခြင်း၊ ရင်းပြုခြင်း၊ ဆက်းပေးမည်ဟု ကတိပြုခြင်း)။

တိုးတက်မှုမြန်ဆန်သော ကုမ္ပဏီများသည် လွှဲမှားသော အာမခံ ချက်များ၏ မြှော့ခွဲယ်မှုများ နောက်သို့ မလိုက်မိအောင် တိန်းသိမ်းခြင်း ဖြင့် ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် မပြတ်လျှော်ကြသည်။ သူတို့သည် ရည်မှန်းချက် အသစ်များကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု ချမှတ်ကြ၏။ သူတို့က ကျေကျေသုက် သုက် စဉ်းစားကြေးဆုံး နည်းဖြင့် မြှော့ဟာကောင်းသော စီးပွားရေးစီမံကိန်း များကို တိကျေပြတ်သားသော အသုံးအနှစ်းများဖြင့် ရေးဆွဲသည်။ ငှါး စီမံကိန်းများ အောင်မြင်အောင် ဆောင်ရွက်ဖို့ သိမြှော့ခွဲခြင်းဖြင့် ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် တွန်းအားပေးသည်။ သူတို့က သူတို့အလုပ်ကို ပြင်းပြင်းပြပြ မြတ်နီးတွယ်တာသည်။ သည်တော့ သူတို့၏ အောင်မြင်လိုသော ဆန္ဒ သည်ပင် လျှော့ဆော်ချက်ဖြစ်လာလေသည်။

တစ်ခုတော့ ရှိယသည်။ သင်သည် အားကစားရုံနှင့်ဆက်သွယ်ထား ပြီး ဘာဖြစ်လာမည်လဲဟု စောင့်ကြည့်နေရှိဖြင့်တော့ ဘာမျှ ဖြစ်လာမည် မဟုတ်။ ထိုအတွေ့ “ငါကိုယ်ငါ တွန်းအားပေးထားမှ ဖြစ်မယ်”ဟု ပြောနေ ရုံဖြင့်တော့ သင့်စိတ်ထဲမှာ စော်ဆော်မှုတွေ ကြွေထလာမည် မဟုတ်ချေ။ သင့်အနေဖြင့် သင့်ဘဝကို အပြောင်းအလုပ်စွမ်းစေသည့် အကြောင်းတရား များကို စိစစ်ဖော်ထဲတိရပါမည်။ နောက်ပြီး ငှါးအကြောင်းတရားများက သင့်အတွက် အလုပ်လုပ်ဆောင် ဖန်တီးရပါမည်။ အားကစားရုံထဲက အားကစားလေ့ကျင့်သည့် စက်ပစ္စည်းများလိုပေါ့။

ကျွန်တော်ဟောပြောခွင့်ရသော ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုတွင် လုပ်ယော

အထောက် ကျွန်တော်အား မေးပါသည်။ ကျွန်တော်အနေဖြင့် သူအား ဆော်လိုက်ည်းဖြင့် တွန်းအားပေးနိုင်မည်လဲဟု။ သူအား သေနတ်ဖြင့် အုပျို့ခိုင်းခြင်းမှ လွှဲလျှင် တဗြားနည်းလမ်းမရှိကြောင်း ကျွန်တော်ပြော ပို့သို့။ ကျွန်တော် ဟောပြောခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ကျွန်တော် အုပျို့ခိုင်းမှားကို ပရိသာတ်အား မျှဝေပေးပို့ဖြစ်ကြောင်း၊ ထိုသို့ မျှဝေ အုပျို့ခိုင်းမှားတ်အနေဖြင့် လျှပ်ရှားဆောင်ရွက်ချက်စိတ်တွေ ရန်းကြေလာစေ အုပျို့လင့်ကြောင်း၊ တကဗုံးအပြောင်းအလဲတွေ ဖြစ်လာအောင် လုပ်နိုင် အုပျို့သုတို့၏ စွမ်းရည်များအပေါ် ယုံကြည်စိတ်ချမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ အုပျို့လုပ်ကြောင်း ကျွန်တော် ဆက်ပြီးရှင်းပြသည်။

ကျွန်တော်ဟောပြောချက်က သူတို့တစ်တွေ ထက္ခာလျှပ်ရှားလာ အင် မီးထိုးပေးနိုင်မည်ဟု ကျွန်တော် မျှော်လင့်သည်။

တာဝန်ယူမှုမြင့်ပြင်းပြသောဆန္ဒတို့သည် စိတ်တွင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာ အုပျို့ခိုင်း၏။ ထိုသို့ဖြစ်ပေါ်လာရေးများ သူတာဝန်သာဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော် ပြောခဲ့ပါသည်။



(၂)
သင့်ပြီးနောက်

နှလုံးရည်ပြည်ဝစ်ဖြင့် မလုပေါ်လောက်။ အရေးကြီးသည်မှာ ငါးနှလုံးရည်ကို
ကောင်းကောင်းအသုံးချက်တိဖြို့ဖြစ်၏။

ရန်း အေးကား (၁၅၉၆-၁၆၅၀)
ပြင်သစ်တွေးခေါ်ပညာရှင်

အထမြောက် အောင်မြင်မှ အားလုံး... အထည်ဝါဆုံးမှသည်
အသေးနှပ်ဆုံးအထိသည် လူတစ်ယောက်၏ စိတ်ကူးထဲတွင် စိတ်ကူး
တစ်ခုအဖြစ်မှ စတင်အသက်ဝင်လာသည်၍ဖြစ်၏။ ကျွန်းတော်တို့
သည် စိတ်ကူးယဉ်မှုများနှင့် စိတ်ကူးရှုပ်ပုံစွာများ ဖော်ပြီး စဉ်းစားသည်၊
စိတ်ကူးယဉ်သည်။ အဆိုပါစိတ်ကူးမှုများနှင့် စိတ်ကူးရှုပ်ပုံစွာများသည်
ကျွန်းတော်တို့၏ စိတ်ထဲမှာပဲဖြစ်တည်နေသည်။ သည်တော့ ကျွန်းတော်တို့
၌နောက်အကြောင်း လေ့လာကြည့်လျင် အကျိုးရှုမည်ထင်ပါသည်။

၌နောက်အကြောင်း ရေးသားဖော်ပြခဲ့ကြတာများပြီ။ သို့တိုင်
၌နောက်သည် ဓနာဂိုယ်တစ်ခုလုံးတွင် ကျွန်းတော်တို့ နားလည်မှု

အိန္ဒိတိယကိုယ် ၌နောက် ၌နောက်တို့သည် ၌နောက်
ကျွန်းတော်တို့၌ ရာခိုင်နှုန်းကိုသာ အသုံးချက်ကြောင်း၊ ၌နောက်သည်
ဘုရားအစွမ်းအထက်ဆုံး ကျွန်းပျော်တာထက်ဂိုပြီး အစွမ်းထက်ကြောင်း
ဘုရားအားယွင်းသွေ့များက ပြောပြ၏။ ၌နောက်နှင့်ပတ်သက်၍ သိမားလည်
ဘုရားအရေးကြီးဆုံးအချက်မှာ ကျွန်းတော်တို့ ဘယ်ပုံဘယ်နည်း
ဘုရားသဲလဲဆိုသည်က ကျွန်းတော်တို့ ပြုလုပ်သွေ့ အရာရာတိုင်းကို
သိနိုင်ကြောင်းဖော်ပိုင်းနေသည် ဆိုသည်အချက်ပင်ဖြစ်၏။ သည်တော့
ဘုရားတော်တို့ ဘယ်ပုံဘယ်နည်းတွေးခေါ်သဲလဲဆိုသည်ကို မိမိ အမွှေက
ဘုရားအားယွင်း လွမ်းမိုးနေသည်ထားဟိုး၊ ကျွန်းတော်တို့၏ အကျော်အဆောင်
ဘုရားတို့တက်ဖြို့ဖြို့လာအောင် လုပ်ဖို့ဖို့ ထိန်းသိမ်းချပ်ကိုင်ခြင်း ပြုလုပ်
၌။ ရာခိုင်နှုန်းကျွန်းရှုပါသည်။

သည်တော့ ၌နောက်က ဘယ်လောက်အထိ စွမ်းဆောင်နိုင်သည်
၌ အိန္ဒိတိယကြည့်ပါ။ ပြန်မိုလ်တန်သည် ဆိုမင်းမစွမ်းဖြစ်ခိုန်အထိ သူ
ဘုရားအားသည် 'သူခေါ် ပျောက်ဆုံးမြင်း' စာအုပ်ကို တစ်လုံးမကျော်
မှတ်ဖို့ဖြင့်၏။ ကမ္မာကျော် ဂိုဏ်စာရိကြီး မိုးကိုတော်သည် အသက် ဆယ့်
မြောက် အရွယ်ကပင် နာမည်ကျော် စန္တရားတီးကျက်များ၊ သံစုတီးပိုင်း
ဘုရားတော်သားများ၊ ကတ်ဝင်တော်သားများကို ရေးစပ်ခဲ့သည်။
ဘုရားတော်ချက်မှုအပိုင်းတွင် ထူးဆွန်သူများ၊ မှတ်ဉာဏ် ကောင်းလွန်း
ဘုရားအကြောင်း ကျွန်းတော်တို့အားလုံး ကြားဖူးကြသည်။ သို့သော်
မြောက်စာရိအရာကောင်းသည်အချက်မှာ ငါးစွမ်းရည်များကို ဉာဏ်ရည်
ဆောင်သွေးဟု သတ်မှတ်၍ မရခြင်းပင်။ ဥပမာ- ဆေးလောကတွင်
ဘုရားတိုင် လျှို့က်နက်နှုန်းတစ်ခုပဲဖြစ်နေသည် အတွေ့စွဲရောက်စွဲကပ်
မှတ်စာရိုးကို ကြည့်ပါ။ ထိုသူများသည် လူမှုရေးပိုင်းတွင် ချို့ယွင်းချက်
မှတ်စာရိုး၊ သင်ယူဆည်းပူးမှု အခက်အခဲရှိသူများဟု သတ်မှတ်ကြ၏။

သို့သော သူတိအထဲမှ တရာ့တွင် ထူးမြားသော သချို့နှင့် ဂိတဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များရှိပြီး မှတ်ဉာဏ်လည်း အလွန်ကောင်းကြောင်း တွေ့ရ၏။

သည်တော့ ကျွန်တော်တို့ ရှင်းရှင်းပဲ မှတ်လိုက်ကြပါမို့။ သင့် ဦးနှောက်သည် သင့်ကိုယ်ခန္ဓာတွင် အရှပ်ထွေးဆုံး၊ နားလည်ရ အခက် ဆုံး အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ရသာ မဟုတ်၊ ကမ္ဘာပေါ်တွင် တစ်ခုတည်း သော တရာ့ရွှေတိုးတက်ဖြစ်ထွန်းမှု အများဆုံးကိုယ်အင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါ သည်။

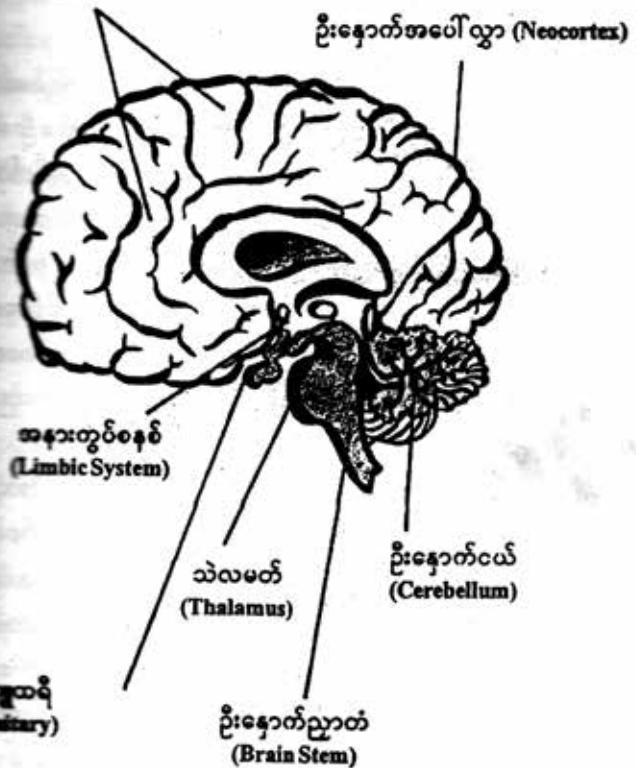
ဦးနှောက်သည် သက်ဝင်လှပ်ရှားနေသည့် ပစ္စည်းဖြစ်၏။ သူ သည် သူကိုယ်သူအားသိစ်လောင်း ပေးနိုင်စွမ်းရှိ၏။ သူ သိလျောင်ထား သည့် မှတ်ဉာဏ်တိုင်းကို အနာဂတ်ကာလတွင် အသုံးပြုဖို့ သင့်ဘဝတစ် ဧည့်ကိုလုံးမှာ ပြန်ဖော်ပေးနိုင်၏။ သူသည် ဘယ်တော့မျှ ခလုတ် မပိတ်။ အလုပ်လုပ်ခြင်းကို ဘယ်တော့မျှမပေါ်။ ကျွန်တော်တို့၏ အတွေ့ အကြံတွေ့၊ မျှော်လင့်ချက်တွေ့၊ ယုံကြည်ချက်တွေ့၊ အလိုလိုသိမှုတွေ့... ကျွန်တော်တို့၏ အတွေ့များ၏ မြစ်ဖျေားခံရသည် သူဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့၏ အတွေးတွေ့၊ အိပ်မက်တွေ့၊ ရည်မှန်းချက်တွေ အားလုံးခို့မှုနေသည့် အိမ်သည် ဦးနှောက်ဖြစ်၏။ သည်တော့ စဉ်းစား ထွေးခေါ်မှုဖြစ်စဉ်ကို ပိုမားလည်ပြီး ပိုတိုးတက်အောင်လှပ်နိုင်လေ ကျွန် တော်တို့ စွမ်းဆောင်ရည် ပိုပြည့်လာပြီး ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ ဆီသို့ ဦးတည်နိုင်လေဖြစ်ပါမည်။

ဦးနှောက်သည် သဘာဝတရား၏ အကြီးမြတ်ဆုံးသော ဖန်ဆင်းမှု ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော် အစဉ်တစိုက် ယုံကြည်ခဲ့၏။ ဝမ်းနည်းစရာ ကောင်းသည်မှာ သူနှင့်အတူ ကျွန်ကြားချက် လက်ခွဲစာအပ်ပါမလာခြင်း ပင်။ သည်တော့ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွန်တော်တို့ လက်လှမ်းမီသလောက် ဦးနှောက်အကြောင်း လေ့လာရပါတော့မည်။ ဦးနှောက်ဖွဲ့စည်းပုံ၊ တာဝန်

ဦးနှောက်ဖွဲ့စည်းပုံ

သူနှောက် (Cerebrum)



ထောင်ပုံ၊ စဉ်းစားတွေးခေါ်မှု လုပ်ငန်းစဉ်များ။ ဤအချက်များကို နာလည်သောပါက်လျှင် လူတစ်ဦး အောင်မြင်ရေးအတွက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိန်းသိမ်းပြုပြင်ရန် ဖော်ပြထားသည့် ဇွဲးရာပါအောင်နိုင်သူများ နည်းလမ်းတွေကို သိမြင်သောပါက်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဦးနာက်နှင့်မည်ပုံ

ဦးနာက် ဦးစဉ်းတည်ဆောက်ပုံကို အသေးစိတ် ခြေမြစ်းလေ့လာ ခြင်းသည် တော်တော်ပျင်းစရာကောင်းသည့် အလုပ်ဖြစ်၏။ ဦးနာက် သည် ရှုပ်ထွေးနက်နှင့် နားလည်ရခက်သော ကိုယ်အော် အစိတ်အပိုင်း တစ်ခု ဖြစ်ရှိသာမဟုတ်၊ ဦးနာက်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ပေးထားသည့် နာမည်တွေကလည်း အသံမထွက်တတ်လောက်အောင် ခက်သည့် လက်တင်နာမည်တွေ ပြည့်နက်နေ၏။ သို့သော် သည်ဦးနာက် အကြောင်း မလေ့လာလို့မဖြစ်၊ လေ့လာရတော့မည်လို့တော့ အရေးကြီး သည် အစိတ်အပိုင်းများအကြောင်းကို တတ်နိုင်သောက်ပညာရုံ ဝါဟာရများမသုံးဘဲ ရှင်းပြနိုင်အောင် အားထုတ်ပါမည်။

ဖော်ပြပါ ပုံကိုကြည့်လျက် ဦးနာက်တွင် အစိတ်အပိုင်းသုံးပိုင်းပါဝင်သည်ကို တွေ့ရပါမည်။ ဦးနာက်ညာတဲ့၊ ဦးနာက်ငယ်နှင့် ဦးနာက်ကြီးဖြစ်၏။ အပိုင်းသုံးပိုင်းအနက် အစောဆုံးဖြစ်ပေါ်လာသည် မှာ ဦးနာက်ညာတဲ့ဖြစ်ပြီး သူက အာရုံငါးပါးမှ ရှို့သော သတင်းများ ကို ထိန်းချုပ်သည်။ ပြီးတော့ အသက်ရှာခြင်း၊ နှလုံးခုန်ခြင်း စသော အခြေခံ အိမ်မှုကိစ္စများကိုလည်း ဆောင်ရွက်သည်။ သူက စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်း သို့မဟုတ် ခံစားခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဘာမျှမလုပ်။ သူမှာ စိတ်လျှပ်ရှားမှုနှင့်ပတ်သက်သည့် နေရာအား မရှိပါ။

နာက်တစ်ဆင့်ဖြစ်ထွန်းလာသည်မှာ ဦးနာက်ငယ်း။ ဦးနာက်

ဦးနာက်တို့၏ လို့ကွယ်

နှုန်းမှာ ရှိသည်။ နှမ်းနေသော ပန်းကော်ပြုပုံနှင့်တူသည်။ နှုန်းမှာ ကြောက်သားလျှပ်ရှားမှုများ ထိန်းညီးပို့နှင့်ကြောက်သားနှင့် အောင်တော်သော မှတ်ညားကောင်းလာဖို့ဖြစ်၏။ သူစွမ်းရည်ကြောင့် အောင်တော် လမ်းပေါ်တွင် လမ်းပေါ်လျှောက်သွားရန် သင့်ခြေထောက်တွေ အောင်တော်လျှပ်ရှားမှုနှင့် ဟန်ချက်ညီအောင် လျှပ်ရှားဖို့ကို သိမှတ်စွာ အောင်တော်လျှပ်ရှားမလိုတော့။ ကြောက်သားဆိုင်ရာ မှတ်ညားကောင်းကလေး အောင်လျှောက်လုံး တိုးတက်ကောင်းမှန်လာသည်။ ကလေးကလေးတစ် အောင် ဆာလုံးတစ်လုံးကို ဖော်မိအောင် ကြိုးစားသည်ကိုကြည့်ပါ။ အောင်တိုင်းတွင် သူလျှပ်ရှားမှုများသည် လုံးဝအတွေ့မညီသည်ကို တွေ့ရ သို့သော် ဆောင်ရွက်မှုကို ထပ်ကာတလဲလဲပြုလျှပ်ရင်း သူလျှပ်ရှား အတွေ့အပ်ညီလာသည်ကို တွေ့ရမည်။ တရှုံးကလေးတွေက အောင်တိုင်းပြုပြီး တရှုံးက နေ့သည်သာ ကွာခြား၏။

တတိယအဆင့်ဖြစ်ထွန်းလာသည်မှာ ဦးနာက်ကြိုးဗြိုင်းတိုးတက်တို့၏ စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုနှင့် စိတ်လျှပ်ရှားမှုများ အောင်တွေးနှုန်းဖြစ်၏။ ဤအစိတ်အပိုင်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခြင်းကပင် အောင်တို့အား လုသားများအဖြစ် ကျော်သတ္တဝါများနှင့် ခွဲထုတ်ပေးလိုက် မည်။

ဦးနာက်၏ အခြားဆောင်ရွက်ချက်တစ်ခုမှာ ‘ဆက်ကြောင်း’ ဖြစ်၏။ ဆက်ကြောင်းပေါင်းစုံ ပုံဖော်ခြင်းဆိုသည်မှာ အောင်တစ်ခုချင်းနှင့် အတွေးတစ်ခုချင်းက ဦးနာက်၏ ကွဲပြားခြား အောင်တွေးနှုန်းကို ဆက်သွယ်ပေးခြင်းဖြစ်၏။ ဆက်ကြောင်း ပုံဖော်ခြင်းသည် အကြောင်းရင်းနှစ်ခုကြောင့် အလုန်အရေးပါ အောင်တို့၏။

ထုတ်ဆောင်းရင်းမှာ စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုပြုခြင်းနှင့် မှတ်ညား

ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့အတွက် ဦးနှောက်တစ်ခုလုံးကို အသုံးပြုရသည်။ ထိုသို့ အသုံးပြုရနှုန်း ဦးနှောက်တွင်းရှိ ဆက်ကြောင်းများ ကောင်းမွန်နေရေးနှင့် အလုပ်လုပ်နေရေးကို 'ဆက်ကြောင်းပေါင်းနှင့် ပုံဖော်ခြင်း' က ထိန်းပေးသည်။ ငါးဆက်ကြောင်းတွေ ကောင်းမွန်နေရေးသည် သေးသွေ့ပွဲတော့တွေ ပိတ်ဆိုမနေရေး အရေးကြီးသက္ကာသို့ပင် အရေးကြီး၏။

ဒုတိယအကြောင်းရင်းမှာ မှတ်ဉာဏ်များကို ဦးနှောက်တွင်းနေရာ အနဲ့အပြားတွင် သိလျောင်ထားခြင်းကြောင့် မှတ်ဉာဏ်တစ်ခုကို 'လုံးလုံးလျားလျား' သေးသွေ့ပွဲတော့တွေ ပိတ်ဆိုမနေရေးလောက်ဖြစ်နေခြင်းပင်။

သည်အကြောင်းတွေ သိထားရတာ ကောင်းပါသည်။ သို့ရာတွေ ဦးနှောက်က အတွေးများနှင့် မှတ်ဉာဏ်များကို ထိန်းချုပ်ရုံးလောက် အလုပ်လုပ်သည် မဟုတ်။ ကျွန်ုတ်တို့ ဘယ်လိုခံစားရသလဲဆိုသည် နှင့် ပတ်သက်၍လည်း ဦးနှောက်မှာ တာဝန်ရှိပါသည်။

သုတေသနပုဂ္ဂန္ဓာ ပို့ဌာနသို့ သွားရောက်လည်ပတ်ပြုင်း

အနားကွပ်စနစ်တွင် အပိုင်းငါးပိုင်းပါဝင်၏။ ငါးအပိုင်း ငါးပိုင်းက စိတ်နှင့်ကိုယ်ဆက်သွယ်ရေးတွင် စက်ခလုတ်ခုတွင် ခုသဖွယ် ဆောင်ရွက်၏။ ကျွန်ုတ်တို့ ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ဘယ်လိုထင်မြင်သလဲ၊ ဘယ်လိုခံစားရသလဲဆိုသည် အချက်များသည် ကျွန်ုတ်တို့ သိခဲ့ကြပြီး သည်တော့ ကျွန်ုတ်နှင့်အတူ သင့်စိတ်လျှပ်ရှားမှုဗဟိုဌာနသို့သွားရောက် လည်ပတ်ရင်း ကျွန်ုတ်တို့ ဘယ်လိုတွေးသလဲ ဆိုသည်က ကျွန်ုတ်တို့၏ အတွေ့ပုံရှိပုံနှင့် အပြုအမူအပေါ် ဘာကြောင့်တိုက်ရှိကြ ပြောသက်ရောက်မှ ရှိရသလဲဆိုသည်ကို ရိပ်စားမိလာပါလိမ့်မည်။

ပထမဥုံးစွာ 'ဟစ်ပိုကမ်းပတ်စံ' (Hippocampus) အမည်ရှိ ဦးနှောက်၏မှတ်ဉာဏ် ဗဟိုဌာနတွင် တစ်ထောက်နားကြောင်း။ ပေါ်ပိုကမ်းပတ်စံသည် ကျွန်ုတ်တို့၏ ကာလတို့မှတ်ဉာဏ်များနှင့် ကျော်ရည် မှတ်ဉာဏ်အနည်းငယ်ကိုယ်သားသည် ဌာနပြုခြင်း။ သို့သော ကာလတို့ မှတ်ဉာဏ်အများစုံကို ဦးနှောက်အပေါ်လွှာ သောင် (neocortex) ရှိ တစ်နေရာသို့ ပို့ပေးသည်။ (ထိန်ုရာသို့ရောက်သူ သူတို့လည်း ကာလရှုည်မှတ်ဉာဏ်များ ဖြစ်ကုန်သည်။)

ဟစ်ပိုကမ်းပတ်စံက အမိကလုပ်ဆောင်သည်မှာ 'စိတ်လျှပ်ရှားပွဲသော' အချက်အလက်များကို ထိန်းထားခြင်းပြစ်၏။ ကျောင်းသိမှုသာရပ်များလို စိတ်လျှပ်ရှားမှုနှင့်မပတ်သက်သည့် သတင်းများ၊ အုပ်အလက်များ ဖြစ်၏။ ဤအစိတ်အပိုင်းသည် လူတစ်ယောက်အတော်နှစ်နှစ် မပြည့်မချင်း ပြည့်စုံလုံးလောက်စွာ ဖွံ့ဖြိုးခြင်းမရှိ။ နှောက်၏ မွေးကင်းစအရွယ်မှ အသက်နှစ်နှစ်အတွက် ကြံ့တွေ့ရသည့် အုပ်အကြောင်းများကို ကျွန်ုတ်တို့ မှတ်မိခြင်းဖြစ်သည်ဟု သူတေသိခြား ပြောကြသည်။ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည်မှာ လူတစ်ဦး အမောင်းများ (Alzheimer's) ရောက်ဖြစ်လျှင် ပထမဥုံးဆုံး ပျက်စီးပွဲမှုံးမှာ ဟစ်ပိုကမ်းပတ်စံ ဖြစ်နေခြင်းပင်။ အယ်လ်စိုင်းများရောက်ဆိုသည်မှာ ကာလရှုည်မှတ်ဉာဏ်များ မဟုတ်ဘဲ ကာလတို့မှတ်ဉာဏ်အားသောက်သွားသည် ရောက်ဖြစ်၏။ (ကာလရှုည်မှတ်ဉာဏ်များမှာ အုပ်အလက်အပေါ်လွှာအသစ်ဆိုသို့ ပို့ဆောင်သိလျောင်ထားပြီးဖြစ်သဖြင့် အုပ်အကြောင်းအောင် ကာကွယ်ထားနိုင်ခြင်းဖြစ်၏။)

မှာက်တစ်ဌာနက စိတ်လျှပ်ရှားမှုနှင့် ပတ်သက်သော မှတ်ဉာဏ်အုပ်အကြောင်းသေားသည် အမစ်ဒါလာ (amygdala) ဖြစ်၏။ ဤဌာနအုပ်နှင့် တွဲဖက်အလုပ်လုပ်သည်။ မှတ်ဉာဏ်တစ်ခုတွင် စိတ်လျှပ်ရှားမှု ရှိရသလဲဆိုသည်ကို ရိပ်စားမိလာပါလိမ့်မည်။

လျှပ်ရှားမှုကြီးမှားမူ အတိုင်းအတာကို သူက ဆုံးဖြတ်သည်။ သင် ကျောင်းစတက်သည့်နေ့၊ သင်၏ ပထမညီးဆုံးအနေး နှင့်တော် လုပ်ကြီးမှုသတင်းကြားရခြင်း စသည်ဖြင့်။ အကယ်၍ သင့်ဦးနောက်ထက အစိဒ်အလာအစိတ်အပိုင်းကို ခွဲထဲဖယ်ရှားလိုက်လျှင် သင့်မှာ စိတ်လှပ်ရှားမှုဆိုတာ လုံးဝရှိတော့မည်မဟုတ်။

အမစ်ဒါလာနှင့် နီးကပ်စွာ တည်ရှိနေသည်မှာ ဟိုင်ပိသားလမတ် (hypothalamus) အမည်ရှိ ဦးနောက်ကြီး၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ် သည်။ ဟိုင်ပိသားလမတ်က သတင်းတစ်ခုကို ပိကျိုထရှိအကျိတ် (pituitary gland) ဆိုသူ့ ပို့ပေးသည်။ သတင်းရသည်နှင့် ပိကျိုထရှိ အကျိတ်က ဟိုမှန်းစာတ်ကို ထုတ်ပေးပြီးဖြစ်ပေါ်လာသည့် အနေအထား ကို ခန္ဓာကိုယ်က တွဲပြန်နိုင်အောင် ကူညီပေးသည်။

နောက်တစ်ဗ္ဗာနကတော့ သားလမတ်၏ သည်ဗ္ဗာနက သင်၏ အာရုံလေးပါး (အနုံအာရုံမှ လွှဲ၍) မှ တာသွင်သွင်ဝင်လာသည့် သတင်းများကို ခွဲခြားအသေအမှတ်ပြု၏။ နောက်ဆုံး တစ်ဗ္ဗာနကတော့ ပေါ်အရွယ်လောက်ရှိသည့် ပိကျိုထရှိ (pituitary) ဖြစ်၏။ ပိကျိုထရှိက ဟိုမှန်းစာတ်ကို ထိန်းချုပ်သည်။ သူကမှတ်ဆင် ဟိုမှန်းစာတ်ကို ထိန်းချုပ်သည်။ ရွယ်လောက်သည့် အနေအထား ရွယ်လောက်သည်။

ဤကား ဦးနောက်ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် စိတ်လှပ်ရှားမှုဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ အကြောင်း၊ အလွယ်ဆုံး ရှင်းပြုချက်ဖြစ်ပါသည်။

အတွေ့အကြွော်တိုင်းက မှတ်ဉာဏ်တစ်ခုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ငင်းမှတ်ဉာဏ်တွင် စိတ်လှပ်ရှားမှတ်မျိုး တွဲဖက်နေကြောင်း သဘောပါက ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ သည်တော့ ဥပမာအဖြစ်ပြောရလျှင် ရုံးနိုင်မှု နှင့် ပတ်သက်သည့် စိတ်လှပ်ရှားမှုက ပြင်းထန်နေသည်ဆိုပါက စိန်ခေါ်မှု အားလုံးက ထိသို့သော စိတ်လှပ်ရှားမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်မည်သာဖြစ်၏။

သည်တော့ ကျွန်တော်တို့ပြုလုပ်ဖို့ လိုအပ်သည်မှာ အဆိုပါ အပျက် သဘောဆောင် တွဲပြန်မှုကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်မည်နည်းလမ်းများ ရှာဖွံ့ဖြိုးပါ။ အဆိုပါ အပျက်သဘောအဆောင် တွဲပြန်မှုနေရာတွင် အနာဂတ်ကာလအောင်မြင်ရေးအတွက် အစွမ်းထက်သော အပြုသဘော အား စိတ်ကုံးပုံရှိများပြင့် အစားထိုးဖို့ပင် ဖြစ်၏။

သိမ်းသောအတွေး

သိမ်းသော အတွေး (conscious thought)ဆိုသည်မှာ လက်ရှိ အာရုံလေး၊ လက်ရှိအရှိန်ကို သတိပြုမိသည့်အခြေအနေဖြစ်၏။ ဤစာအပ် နှင့် စတ်နေခြင်းသည် သိမ်းသော လှပ်ဆောင်မှုဖြစ်သည်။ ဤလှပ်ဆောင်မှုကို သင် အပြည့်အဝသတိပြုမိသည်။ သိမ်းသောအတွေးသည် သတိပြုမှု အာရုံချွေးချွေးချွေးချွေးခြင်းတို့နှင့်ဆိုင်သည်။ သိမ်းသောအတွေးသည် စွမ်းရည် အားလုံးဖြစ်၏။ ဤစွမ်းရည်က ရရှိလာသည့် သတင်းကို ချင့်ချိန်မည်။ သိမ်းသောအတွေးသော မှတ်ဉာဏ်များနှင့် လက်ငင်းအတွေ့အကြွော်အသုံး ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်မည်။ ဤစွမ်းရည်က ကျွန်တော်တို့အား အိုနှစ်ဦးလိုသားများဖြစ်စေသည်။

ထူးခြားထက်မြတ်စွာ စွမ်းအားရှိသည့် ဤအသိစိတ်သည် အပြည့်အညီ အတွေ့အကြိုသာ ထိုထိရောက်ရောက် တွေးနိုင်စွမ်းရှိ အား ဆုံးဖို့တစ်လုံးသည် တစ်ကြိမ်းလျှင် အသံလွှဲဗ္ဗာနတစ်ခုကိုသာ အားလုံးဆိုင်သည့် သဘောဝအတိုင်းပင်။ ဥပမာ- သင်သည် တစ်ယောက် အားလုံးပြောသည့်စကားကို နားစွင့်ကြည့်ဖူးပါသလား။ ဤလှပ်ဆောင် အားလုံး တကယ်အားဖြင့် မဖြစ်နိုင်သော လှပ်ရပ်ဖြစ်၏။ သို့မဟုတ် အားလုံးသုံးလုံးကို မြှောက်ဖို့လုပ်ရင် သောလုံးတစ်လုံးချင်းကို ထိန်း

သိမ်းဖို့ အေးထုတ်ခြင်းကို စိတ်ကျားပံ့ဖော်ကြည့်ပါ။ ထိုသို့ လုပ်လို့မရပါ။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် သင်၏ အသိစိတ်က ထိုမျှများပြားသော သတင်းများကို တစ်ချိန်တည်း တစ်ပြီးတည်း၊ မတွေးနိုင်သောကြောင့် ပင်။

ကျွန်တော်တို့သည် တစ်ကြိမ်လျှင် အတွေးတစ်ခုသာ တွေးနိုင် သော်လည်း အသိစိတ်က ကျွန်တော်တို့၏ လုပ်ရှားမှုများကို အပြည့်အဝ ထိန်းချုပ်ထား၏။

ထိုသို့ထိန်းချုပ်ထားသည့်အတွက် ဖြစ်ပေါ်လာသော အနေအထား များကို ဘယ်လိုခဲ့စားရမည်၊ ဘယ်လိုတုပြန်ရမည်ဟု သိမှတ်စွာဆုံးဖြစ် နိုင်စွမ်းကို ကျွန်တော်တို့ ရရှိလာသည်။

ဥပမာတစ်ခုပေးပါစေ။ သင်သည် ဘတ်စိကားမှတ်တိုင်မှာ ရပ်ပြီး ဘတ်စိကားစောင့်နေ၏။ ထိုအခိုက် ကိုယ်ပိုင်ကားတစ်စီးက သင့် ကျော်များမှ ရှိသည့်ရေအိုင်ကို ဖြတ်မောင်းသွားသည်။ သင်သည် ရပ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ အလိုအလျောက်တူပြန်မှုအဖြစ် ခုချို့ပြုပြီး နောက်သို့ ဆုတ်မည်။ ထို့နောက်ပိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာမည်မှာ သိမှတ်သော တုပြန်မှုဖြစ်၏။ တစ်နည်းဆိုရလျှင် သင် မရှင်းမစ်ပြေားမည်။ ဒေါသထွက်မည် စသည်ဖြင့်။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း ရေရှိနေသည့် သင့်ခြေထောက်ကို ကြည့်ပြီး ကြုံတတ်သည့် တိုက်ဆိုင်မှုမျိုးပဲလေဟု ဖြေတွေး တွေးလို့ရ၏။ ခြေထောက်ရေရှိမှာ ခွဲလျှင်နဲ့နေသော သို့မဟုတ် အေးချမ်းနေသော စိတ် အခြေကို မဖျက်ဆီးစေသင့်ဟု စိတ်တင်းလို့ရ၏။

ဆိုလိုရင်းမှာ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အနေအထားတစ်ရပ်ကို ဘယ်လို တုပြန်မည်လဲဆိုသည်ကို သင် သိမှတ်စွာရွှေးချယ်၏။ သို့သော် အဆိုပါ ရွှေးချယ်ချက်သည် အလေ့အထမ့် ထွက်ပေါ်လာသော အဖြေသာဖြစ် နေတတ်သည်။ အကယ်၍ သင်ဆန္ဒရှိသည်ဆိုလျှင်သင်၏ အလေ့အထ

များကို သင်၏ အသိစိတ်က ပြောင်းလဲပေးနိုင်ပါသည်။

ဘဏားသစ်က ကျွန်းပို့အား-

ကျွန်းပြောင်းပြောင်းလဲနိုင်စွမ်းမရှိသော အကြောင်းကိုစွဲများကို လက်သင့်ခံစွဲ တည်ပြုခြင်းကို ပေးသနားတော်မှု၏။

ကျွန်းပြောင်းပြောင်းလဲနိုင်စွမ်းရှိသော အကြောင်းကိုစွဲများကို ပြောင်းပြောင်းလဲနိုင်စွမ်းသို့ပေးသနားတော်မှု၏။

ရိုင်းနီးနီးဖူး(၁၈၉၂-၁၉၇၁)

အမေရိကန် ပရိတက်စတင့် ဘာသာရေးဆရာ

သင့်အသိစိတ်ကို ကွန်ပျူတာတစ်လုံး၏ မှန်သားပြင်လို သဘော ဆောက်ည့်ပါ။ ကွန်ပျူတာတစ်လုံးသည် တစ်ချိန်တည်း၊ တစ်ပြီးတည်း အသိအစောင့်များစွာကို လုပ်ဆောင်နေသော်လည်း မှန်သားပြင်ပေါ်တွင်မူ ဆုံးဖို့တစ်ခုသာ ထင်ဟပ်ပြနိုင်၏။ ကျွန်တော်တို့၏ အသိစိတ်များက ကျွန်တော်တို့ ဘယ်အကြောင်းကို စဉ်းစားမည်လဲဆိုသည်နှင့် ငင်း အကြောင်းကို ဘယ်လိုစဉ်းစားမည်လဲဆိုသည်တို့ကို ထိန်းချုပ်၏။

ကျွန်တော်တို့၏ အတွေးလုပ်ငန်းစဉ်ကို သိမှတ်စွာ ထိန်းချုပ်နိုင် ဆွဲ့ခွဲ့ရည်သည် အောင်မြင်မှုဖော်တိုးရေးတွင် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သော အသိသိပိုင်းဖြစ်၏။ သင်သည် အကောင်းမြင်အတွေးကို စတင်အွှေ့မြှုပ်း ဆုံးဖို့တော်မူ တန်းခြင်း၊ ရွှေးနိုင်ခြင်းများကို နောက်တန်းသို့ ပို့ထားနိုင်လျှင် သင်၏ အကောင်းမြင် အတွေးအမြင်အတိုင်း စတင်လွှဲပ်ရှားဆောင်ရွက် ဆောင်ညွှေ့ပြု၏။ သင့်ဂိုလ်သင် ရွှေ့မြင်ပုံနှင့် သင့်အသိကုမ္ပါဏ်းကောင်း ပုံမှန်းအပေါ် ရွှေ့မြင်ပုံကိုပြုပြင်ပြောင်းလဲရန်အတွက် သင်တစ်ဦးတည်း သာ တတ်နိုင်၏။ သင့်အပြုအမူတွေ့၊ သင့်ကိုယ်သင် ခံစားမှုတွေကို

ပြပြင်ဖြောင်းလရေးတွင် သင်၏ အသိစိတ်သည် စွမ်းပကား ထက်လျော့ စွမ်းရည်ကြီး ဖြစ်၏။ ဤအသိစိတ်သည် သင်၏ အနာဂတ်ဘဝ အောင်မြှင့်ရေးအတွက် သင်၏ မသိစိတ်က စီမံချက်များ ချိန်အောင် ကူညီပါလိမ့်မည်။

တွေ့နှင့်တိမှာ ရှိသမျှအရာတွေထို့ အတွေးသည် အကြိခိုင်စုံးဖြစ်၏။ စ်မျိုးပြီးနက်နဲ့သော အတွေးပြင်ပြုလုပ်ပြီးစီးသည် အလုပ်သည် တကယ် စွမ်းအားပင်တည်။

အလုပ်ဘတ် ဒ္ဓိ၏။ (၁၈၇၅-၁၉၆၅)
ဘာသာရေးဆရာနှင့် သာသနပြုဆေးပညာရှင်

သင့်အပြုအမှုသည် သင့်အတွေး၏ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်ဆိုသော အချက်သည် အောင်မြှင့်ရေးတွင် အလွန် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။ မည်သည့်နယ်ပယ်မှာ မဆိုအောင်မြှင့်သူများသည် အပျက်မြင် သယော ထားကို ဖယ်တွယ်ထားသူများ မဟုတ်။ သူတို့သည် ရှုံးနိုင်မှုကို အထူး အရှုံးပြုနေသူများ မဟုတ်။ သူတို့က အဆိုပါအရှုံးစိတ်ဘတ်များကို သိမှတ်စွာ ရှောင်ရှားကြ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင့်အတွေး၏ပုံးတွေး၏နည်းကို သင်က မထိန်းချုပ်လျှင် သင့်တွေး၏ပုံးတွေး၏နည်းက သင့်အား ထိန်းချုပ်သွားမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ထိုအခါ သင်သည် အတိတ်က လုပ်ရပ်မျိုးတွေပဲ ထပ်လုပ်မိမည်။ အတိတ်က အမှားမျိုးတွေ ပဲ ဆက်မှားမိမည်။ ငှင့်အမှားမျိုးတွေ သင့်ထဲမှာ အမြှေတမ်းရှိနေမည်။ မှာက်ဆုံး သင်သည် သင်မလိုလားသော် သင့် ထွက်ပြီးလွှတ်မြောက် ချင်သော အနာဂတ်ဘဝမျိုးကိုပင် ဖန်တီးမိလာလိမ့်မည်။

သည်တော့ပထမဦးဆုံး သင်စန်းစာမှာ ဘယ်သူမှပြုစိမ့်မျှ ဟူ၍

ဖြစ်၏။ အစစအရာရာ သင့်အပေါ်မှာသာ မှတ်ည်၏။ ငှင့်အစစအရာရာ ဆိုသင်သာ ပြပြင်ဖန်တီးနိုင်ပါသည်။

သိမ်း

သင့်ဘဝတစ်လျောက်လုံး အာရုံငါးပါးက သိမှတ်ခဲစားခဲ့သည့် အော်ကြုံအားလုံးကို မသိစိတ်က စုဆောင်းသည်။ ပြီးတော့ တိုက်ဆိုင် ကြည့်သည်။ နှင့်ယဉ်လေ့လာကြည့်သည်။ ပြီးတော့ အနာဂတ်ကာလ ဘွဲ့ လိုအပ်သလို အသုံးချမှတ့ သိလျောင်ထားသည်။

ပြဿနာတစ်နာတွက် အဖြေထွေလိုက်ရာလည်အရှင်မျိုး သို့မဟုတ် သိန်းသစ်တိတွင်သော ထိုးထွင်းသိမြင်မှု ရလိုက်သည့် အရှင်မျိုးကို သော်မီပါသလား။ သို့မဟုတ် သင်၏ ဆရာဟောင်းတစ်ဦး၏ နာမည်ကို အော်ထုတ်လိုက်ရသည့် အရှင်မျိုး သို့မဟုတ် ဉာဏ်စမ်းပေါ်လိုက်ပေါ်တို့တွင် အဖြေသံမရသည့် အဖြေတစ်ခုရလိုက်သည့်အတွက် တဗြားအဖြေများနှင့် ဗွဲ့တို့ခွင့်ကျဖြစ်သွားသည် အရှင်မျိုးကို သင်သိပါသလား။ ဤကား သိမ်းစိတ်၏ စွမ်းဆောင်ချက်ကို အကောင်းဆုံး ဖော်ပြနိုင်သည့် သာကေ ဖြေဖြစ်၏။ သိမ်းစိတ်က ပြဿနာတစ်ခုရလိုက် မသိစိတ်သည် မရပ်မနားအလုပ်လုပ်တော့၏။ မူက လိုချင်သည့်အဖြေကို မရမချင်းကာလရည် မှတ်ဉာဏ်တွေထဲမှာ ခွဲခဲ့သောက်ရှာဖွေနေတော့၏။

မသိစိတ် အလုပ်လုပ်ပုံကို ရိုးရှင်းသော ဥပမာတစ်ခုဖြင့် တင်ပြပါ သည်။

သင်သည် ဖိန်တစ်ရိုင်ဝယ်ဖို့ စတုးဆိုင်တစ်ဆိုင်ထဲ ဝင်သွားသည် ဆိုပါရို့။ ငင်းကျင်းပြသထားသည် ဖိန်အရှုံးရာပေါင်းများစွာထဲမှ တစ်ရှုံးက သင့်ရှေ့သို့ ရန်ထွက်လာသလို ကွင်းခနဲကိုခဲ့ သတိထား

မိန်။ ဘာကြောင့် ထိုသို့ဖြစ်ရသလဲ။ အဖြေမှာ သင်၏ မသိစိတ်က ဖိန် အားလုံးကို လျောက်ကြည့်၏။ မြင်သူမျှဖိန်တွေကို သင့်မှတ်ည်၏ ထဲမှာ သိလျောင်ထားသည့် သင်အကြောက်များနှင့် နှင့် ယူဉ်ချိန်ထိုးကြည့် သည်။ ထိုနောက် သင့် သိစိတ်ဆီသို့ သတင်းပို့သည်။ ထိုအခါ စတုန့် ပိုင်းကလေးအတွင်း သင့်အာရုံသည် သင့်နိတ်ကြောက် ဖိန်တစ်ရန်ဆီ သို့ အလိုအလျောက်ရောက်သွားတော့၏။

သင့်မျှက်လုံးအစုံသည် ဘာကြောင့် ငင်း ဖိန်တစ်ရန်ဆီကိုမှ ရွှေးပြီး ရောက်သွားသလဲ။ ထိုအချက်ကို ရှင်းရမည်ဆိုလျင် သင်တိတိ ကျကျ ဖော်ပြရန် ခက်သည့် 'ခေါ်ချက်' အကြောင်း သင်ပြောပေလိမ့် မည်။ ထိုသို့ရွှေးပြီးကြည့်ခြင်းသည် ဆုံးဖြတ်ချက်မဟုတ်။ ဆုံးဖြတ်ချက် ချခြင်းမှာ သိစိတ်အတွေး၏ အလုပ်ဖြစ်၏။ စတိုးဆိုင် အရောင်းစာရေးက အမြားဖိန်များကို သင့်အားပြသည်။ သင်က သူပြုသည့် ဖိန်တွေ ကို တစ်ရန်ပြီးတစ်ရန် လျှော့လျှော့ပျော်ချေနေလိမ့် မည်။ ထိုသို့ ပယ်ချေရှုံးသင့်သိစိတ်၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် မသိစိတ်၏ တင်ပြချက်လောက် မဖြန့်သည်ကို တွေ့ရပါမည်။ ဘာကြောင့်ပါလဲ။ မသိစိတ်ကဲ့သို့ မဟုတ်

ဦးနောက်က လွှပ်ရှားမှုသန်းပေါင်းများစွာကို တစ်ပြိုင်တည်းလုပ်ဆောင်နိုင်ကြောင်း ဖတ်ရသောအခါ ကျွန်တော်တို့ မယုံနိုင်ကြ။ "မဖြစ်နိုင်" ဟု တွေးတတ်ကြ၏။ အကြောင်းမှာ ကျွန်တော်တို့သည် တစ်ကြိမ်လျှင်တစ်ခုသာ သတိပြုနိုင်စွမ်းရှိသောကြောင့် ဖြစ်၏။ သည်တော့ အခြေခံကျသည့် ဥပမာအဖြစ် ကျွန်တော်တို့ ဦးနောက်က ကျွန်တော်တို့ ကိုယ်ခန္ဓာကို ဘယ်လိုစိမ်းချုပ်သလဲ ဆိုသည်ကို စွဲးစားကြည့်ပါ။ ကိုယ်ခန္ဓာ၏ လုပ်ငန်းတိုင်းသည် အချိန်ပြည့်အလုပ်လုပ်

မှု၏။ ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံးတွင် အပူ၊ နာကျင်မှု၊ ဖီအား၊ ဟန်ချက် သည်ဖြင့် အာရုံလက်ခံသည့် အရာတွေ သန်းပေါင်းများစွာရှိသည်။ လိုး အာရုံလက်ခံအရာများက ငင်းတို့၏ ခံစားမှုများကို နှစ်ဆယ့်လေး နားပတ်လုံး ဦးနောက်ဆီသို့ သတင်းပို့သည်။ ဦးနောက်က မိမိလက်ခံ ကျွန်းသည် သတင်းပေါ်မှတ်ပြန်ပေါ်ကြောင်း မည်သို့တုံ့ပြန်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ကိုယ် ချွဲ့ကို ညွှန်ကြားသည်။ ဥပမာ- ကျွန်တော်တို့ သိပ်ပူဇိုက်လာသော အခါ ရွှေးထွက်တော့ဟု ဦးနောက်က ကိုယ်ခန္ဓာကို စေခိုင်းသည်။ ထုတေသနလောဆယ်မှုမှုမိန်ကို သိစိတ်ဖြင့် သင့်ကိုယ်သင် ရွှေးထွက် အောင် အားထုတ်ကြည့်ပါ။ ရွှေးမထွက်ကြောင်း တွေ့ရပါလိမ့်မည်။ မိမိဖြစ်စေကာမူ ဦးနောက်ကတော့ ထိုအလုပ်မျိုးကို အမြားအလုပ် သန်း ပေါင်းများစွာနှင့်အတူ အလိုအလျောက် လုပ်နိုင်စွမ်းရှိ၏။ သို့ဖြစ်သည် ဦးနောက်သည် သူ့စွမ်းဆောင်နိုင်စွမ်း၏ ငါးရာခိုင်နှုန်းသာ အလုပ် အုပ် မှုသေးသည်ဆို၏။ စိတ်ညွှေ့နှုန်းခုံ့ခုံ့ရှိနိုင်းသောသွားအောင်၊ သင့် သို့ အပူအချိန်ကျသွားအောင်၊ သင့်ကိုယ်ခန္ဓာအဖိတ်အပိုင်းများစွာသွား အောင် ပြုလုပ်လို့ရနိုင်လေသည်။

သို့ဖြစ်ရာ မသိစိတ်ကို စနစ်တကျ စိစ်နိုင်းစေလျင် မသိစိတ်က အုပ်အသာ စွမ်းရည်များကို ပြသနိုင်ပါသည်။ အထက်ဖော်ပြပါ အားမှားမှာကဲ့သို့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအဆင့်မှာပင်လျင် ထူးစွားစွမ်းရည် ပြသနိုင်လျင်၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဆင့်ကိုပါ စနစ်တကျနိုင်းစေနိုင် အောင် ကျွန်တော်တို့ ဘာမဆို ပါက်မြောက် အောင်မြိုင်နိုင်မည်မှာ မလွှာ ဆုံးကြောင့် ကျွန်တော်တို့ အောင်နိုင်သူများပြစ်လာရေးတွင် မသိစိတ် အောင် အားအကြီးမှားဆုံး မဟာမိတ်ကြီးဖြစ်ကြောင်း နှလုံးသွင်းထား အပေါ်။

အကျိန်ပျော်

လူဦးနောက်ကို ကွန်ပျုတာနှင့် မကြာမကြာ နိုင်းနှင့်ပြောကြား
သည်။ သို့သော် ဤသို့ နိုင်းနှင့်ပြောခြင်းမှာ ဦးနောက်၏ ရှုပ်ထွေးနက်နဲ့
သော သွယ်ပြင်လက္ခဏာများကို လျှော့တွေ့က်စွန်းရာ ကျပြီး ကွန်ပျုတာ၏
စွယ်စုရွှေ့ကို အမွမ်းတင်လွန်းရာကျပါသည်။ တကယ်တော့ ဦးနောက်
သည် ကမ္မာအစွမ်းထက်ဆုံး ကွန်ပျုတာထက် များစွာ များစွာ ပိုပြီး
အချက်အလက်တွေ သိလောင်နိုင်စွမ်းရှု၏။ မှတ်ဉာဏ်တွေ ဖော်ထုတ်
နိုင်စွမ်းရှု၏။

ကွန်တော်ကတော့ ဦးနောက်ကို စွမ်းပကားကြီးမှားလှသော
အသုံးချ ကိရိယာတစ်ခုအဖြစ် မှတ်ယူ၏။ ဦးနောက်ကိုသာ စနစ်တကျ
အသုံးချတတ်လျှင် ကွန်တော်တို့ဘဝမှာ ရင်ဆိုင်ရသည့် မည်သည့်
စိန်ခေါ်ချက်မျိုးကို မဆို ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားနိုင်၏။

ဦးနောက်က ထောင်ပါပိုးများစွာသော လူပုဂ္ဂားမှုများကို တစ်ပြီး
တည်းထိန်းကျောင်းနိုင်၏။ ဘယ်တော့အူ အလုပ်နားခြင်းမရှိ။ ဦးနောက်
သည် သင့်အတေားများ နိုင်ရှုရာ နေအိမ်ဖြစ်၏။ သင်၏ ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ
လုပ်ငန်းစဉ်များကို မသိစိတ်ဖြင့် ထိန်းပေး၏။ နောက်ပြီး သူ့ဘာသာ
သူ အားသစ်လောင်းပေးနိုင်စွမ်းရှု၏။ မကြာခင်က သူတေသနပြုချက်
များအရ အသက်အရွယ် အိမ်ပိုင်းရင်ရော်ခြင်းကလည်း ဦးနောက်၏ သင်
ယူ ဆည်းပူးနိုင်စွမ်းကို ပျက်စီးပို့ယွင်းမှု မဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း သိရ၏။
မည်သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ ဦးနောက်သည် အသေးအသားနှင့် ဖွဲ့စည်းထား
သည်ဖြစ်ရာ ဦးနောက်ထဲမှ အကောင်းဆုံးတော်ကို ထုတ်ယူအသုံးပြုနိုင်ရန်
သူကို ကြည့်ရှုစောင့်ရောက်ရပါမည်။ ပြီးတော့ အသုံးပြုနေရပါမည်။
အာယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဦးနောက်ကို နှီးဆွဲပေးနိုင်လေ သူ့ဆောင်ရွက်မှုများ
တိုးတက်ကောင်းမှုနှင့်လေလေ ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

လို့န့်တိယကိုယ် ကိုးကွယ်

သင့်ဘဝသည် သင့်အတွေးများက ပြုလုပ်ပေးလိုက်သော အရာဖြစ်၏
မားကပ်စ် အော်ရလိုယ်ပ်(အေဒီ ၁၂၁-၈၀)
ရောမကရာန်

သင့်ဦးနောက်က သင့်ကောင်းစားရေး၊ သင့်ယုံကြည်စိတ်ချုမှု၊ သင့်
အုပ်ချုပ်မှုနှင့် ကျော်နှစ်သိမ့်မှုတို့ကို ဖော်ဆောင်ပေး၏။

ထိုကြောင့် သင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုကို တိုးတက်အောင် ပြုနိုင်
လျှင်၊ နောက်ပြီး သင့်ဦးနောက်ကို အသုံးချုပ်စွမ်း ပိုကောင်းလာလျှင်
သူ့နှင့် အနိုင်ပံ့ အရှုံးမေးမား အတွေးအမြင်တွေ့ဖြစ်စွာလာမည်။ သင့်
အုပ်ချုပ်ဗျားများ အောင်မြင်ရေးအတွက် အပြုသောသော စိတ်
အတော်တွေ ပေါ်ပေါက်လာမည်။ အကျိုးဆက်အဖြစ် အောင်မြင်မှုများ
လုပ်သည်။ ဤအချက်ကား ရိုးရိုးစင်းစင်းကလေးပင်ဖြစ်ပါသည်။

စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုတိုးတက်အောင် အားထုတ်ခြင်း၊ ဦးနောက်ကို
ပါသောက်ရောက် အသုံးချုပ်စွမ်းအောင် ကြိုးစားခြင်းထိုသည် ဘာကြောင့်
ဘုရားပါသလဲ။ အာယ်ကြောင့်ဆိုသော် အောင်မြင်သူများနှင့်
မြှုံးသွေအကြား ကြီးမှားသော ကွားမြားချက်မှာ သူတို့ ဘယ်လို
မြှုံးသလဲ ဆိုသည့်အချက်ပေါ်တွင် မှတ်ည်းသောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

အောင် ထွေ့သွေ့နိုင်း

အနာဂတ်ကာလတွင် အသုံးပြုရန် အတွေးအကြုံအားလုံးကို
အောင်က မည်သို့ သိလောင်ထားကြောင်း ကွန်တော်တို့ လေလာခဲ့ကြ
ပါ။ အောင်လွှားများသည် သူတို့၏ အသက်ရှင်ရေးအတွက် စီး
ပိုးဆိုးသွားရမည်လ ဆိုသည်ကို ဖော်ထုတ်တွေးရှိသောအခါ ငင်း

အတတ်ပညာကို မြန်မြန်ဆန်ဆန်ကြီး သင်ယူဆည်းများခဲ့ကြ၏။ မီးကို ဘယ်လိုအောင် ဆိုသည်ကို မှတ်မိအောင် ဦးနောက်က သူဘာသာသူ အလိုလျောက် အစီအစဉ်ရေးခွဲထည့်သွင်းထားလိုက်၏။ ဘဝမှာ တက်သိလာသည့် အခြားအခြားသော စွမ်းရည်များသည်လည်း ထိနည်း အတိုင်း ထိနည်းအတိုင်းပင်ဖြစ်၏။

ဥပမာ- ညွှန်လယ်ခေါင် မောင်ကြီးထဲတွင် အိပ်ရာကထပြီး နံရု ပေါ်ရှိ မီးခလုတ်ကို ဖွင့်ခြင်းအကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ မောင်နှင့် မည်းမည်းထဲတွင် သင်သည် အိပ်ရာက ထသည်။ အခန်းကို ဖြတ်ကုံးသည်။ တစ်ဖက်နံရုအနီးသို့ ရောက်တော့ သင့်လက်ကို အလိုလျောက် မြှောက်သည်။ မီးခလုတ် ရှိမည်ဟု သင့်မှန်းဆုံးထားသည့် နေရာသို့ သင့်လက်ရောက်သွားသည်။ သင့်လက်သည် မီးခလုတ်ရှိရာသို့ ကွက်တိနီးပါးရောက်သွားပါလိမ့်မည်။ ဤကား အခန်းထဲမှာ မီးဖွင့်ခြင်း၊ မီးပိတ် ခြင်းနှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေးအကြော်များကို သင့်မှသိမိတ်က မှတ်ထားသောကြောင့်ဖြစ်၏။ နံရုသို့ ရောက်အောင် ခြေလှမ်းသာယ်နှလုမ်းလှမ်း ရမည်။ မီးခလုတ်က အိပ်ရာ၏ မည်သည့်ဘက်မှာ ရှိသည်။ မီးခလုတ်က ဘယ် အမြင့်လောက်မှာ ရှိသည်တို့ကို မသိမိတ်ကမှတ်မီးနေသောကြောင့် ဖြစ်၏။

အရေးကြီးသည်မှာ မောင်မည်းထဲတွင် မီးခလုတ်ရှိရာသို့ သွားသည့် ပုံစံမျိုးတွေ ကျွန်တော်တို့၏ မသိမိတ်ထဲတွင် စီစဉ်ထည့်သွင်းထားလိုရောက်းသော့ပေါ်က်ထားဖို့ပင် ဖြစ်၏။ မသိမိတ်ထဲတွင် တစ်နှင့်လျှင် နှစ်ဆယ့်လေးနာရီပတ်လုံး အလုပ်လုပ်နေမည့် အကောင်းမြင်မှ အခြေခြားအတွေးများကို စီစဉ်ထည့်သွင်းထားလိုရာသည်။ ထိသို့ ထည့်သွင်းနည်းနည်းမှုမှာလည်း လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်နည်းများ မဟုတ်။ ဂိုးရိုးရှင်းရှင်းနှင့် အစွမ်းထက်လုသော စီတ်ပြဋ္ဌာန်းနည်းများဖြစ်၏။ အကယ်၍

ကျွန်တို့၏ကိုယ် ကိုးကွယ်

ကျွန်တို့၏က ကျွန်ပျောတတ်လုံး၏ အမာထည် (hardware) နှင့်တူသွေးဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ တွေးပုံတွေးနည်းက အပျောထည် (software) နှင့်တူသည် ဆိုရပါမည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အပျောထည်ကို အစီအသွေးသစ်များ ပြန်လည်ရေးခွဲထည့်သွင်းနိုင်ကြောင်း ဖြစ်၏။ ထိုသို့ ကျွန်တော်တို့၏ တွေးခေါ်ပုံ တွေးခေါ်နည်းကို ပြပြင်ပြောင်းလဲရင်း ကျွန်တော်တို့မှာ အမြစ်တွယ်နေသည့် အပျက်သဘောဆောင်အလေ့အသွေးများကို စွမ်းပစ်လိုရ၏။ အဆိုမြင် အတူပုံပိုပိုပြစ်ပေါ်သေသည့် အသွေးအမြင်များကို ဖယ်စွာထုတ်လိုရ၏။ သို့မဟုတ်ပါက ကျွန်တော်တို့ ဘဝတိုက်ပွဲများတွင် အုပ်းပွဲတွေနှင့်သာ ရင်ဆိုင်ရစာရာ အကြောင်း ပြုသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ကျွန်တော်တို့ ရွှေ့မည်ဟု ထင်နေသရွှေ့ အသပတ်လုံး ကျွန်တော်တို့ ရွှေ့နေမည်သာဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

ကျွန်တို့၏သိမ်းခြင်း

လူတော်တော်များများသည် သူတို့၏ ကျွန်းမာရေးကို အလေ့အသွေး၊ ဂရာမစိုက်ကြ။ သူတို့သည် အစားအသောက် ဂရာမစိုက်ခြင်း၊ ဆိုယ်လက်လျှပ်ရှားမှုမရှိခြင်း သူတို့၏ခွောကိုယ်ကို နိုင်တက်ကြ၏။ ဆိုခြင်း အရှက်သေစာ အလွန်ကျွေးသောက်ခြင်း၊ အေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့် အမြှာခိုတ်အလိုလိုက်မှ ပေါင်းစုံကို ပြရလှမ်းဖြင့် ကျွန်းမာရေးအခြေ အနေကို ပိုမိုဆိုးရွားပျက်စီးစေ၏။ သို့သော် ဦးနောက်သည်လည်း ခုံမြိုင်းဆိုင်ရာ ကိုယ်အကိုအတိတ်အပိုင်းတစ်ခုသာဖြစ်၏။ ကျွန်တော်တို့၏အတွေးအခြေခြားများသည် ဦးနောက်၏ အလုပ်လုပ်နိုင်စွမ်းက ခွင့်ပြုသောက်သာ ထိရောက်ထက်မြှောက်နိုင်ပါမည်။ သည်တော့ ဦးနောက် ထက်ထက်မြှောက်မြှောက်မြှောက်အလုပ်လုပ်နိုင်စွမ်းရှိနေအောင် ကြည့်ရွှောင့် အောက်ရမည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ တစ်ဦးချင်းတာဝန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဦးနောက်သည် တစ်ကြိမ်ဖြစ်ပါ။ စဉ်းပြီးသည် မောက်ပိုင်းတွင် ကလာပ်စည်း အသစ်များ ထပ်မံဖြစ်ပေါ်လာအောင် မရွမ်းဆောင်နိုင်ဟု ဘုရားပြည့်နှစ်ကာလများထိတိုင် ယုံကြည်ခဲ့ကြ၏။ သို့သော် ဦးနောက် ကလာပ်စည်းများသည် အခြားကလာပ်စည်းများနှင့် ပိုမိုသက်သွယ်ခြင်း ဖြင့် မိမိတိုကိုယ်မိမိတို့ မပြတ် အားသစ်လောင်းနေကြာင်း ယခုအခါ ယုံကြည်လက်ခံလာကြပြီ။ အဆိုပါ အဆက်အသွယ်များမှတစ်ဆင့် အတွေးတွေ့ လူညွှန်လည်သွားလာသည်ဖြစ်ရာ အဆက်အသွယ်တွေ့များများပြုလုပ်နိုင်လေ ဦးနောက်၏ အလုပ်လုပ်နိုင်စွမ်းတွေ ကြီးမားတိုးတက် လာလေဖြစ်တော်၏။ ဥက္ကတည်နှစ်ပုံသာကလာလျှော့မှု ဦးနောက်၏ အရွယ်အစားသည် အရေးမပါလှ။ သင့်များ ဦးနောက်ကြီးကြီးရှိသည်ဟု ကြားနေလည်း အကြောင်းမဟုတ်။ အရေးကြီးသည်မှာ အာရုံကြာ ကလာပ်စည်းများ (neurons) တစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကြား အဆက်အသွယ် ပိုများလာရေးဖြစ်၏။ ဦးနောက်ပိုမိုကျော်မှုသုနွစ်းလေ ကလာပ်စည်းတွေ သူတို့ဘာသာသူတို့ အားသစ်လောင်းနိုင်လေဖြစ်ပြီး အဆက်အသွယ် တွေ ပိုမိုပြုလုပ်နိုင်လေဖြစ်ပါသည်။

ကျော်ရှိနေသေးသည် သင့်ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် သင့်ဦးနောက် အစွမ်းကုန်အလုပ်လုပ်နိုင်ရေးအတွက် သင့်အစားအသောက်ကို ဂရိုစိုက် ဆင်ခြေရပါမည်။ ‘နှုန်းသားအတွက် သင့်မြတ်သောအရာသည် ဦးခေါင်းအတွက်လည်း သင့်မြတ်၏’ ဟူသော ဆိုရိုးတစ်ခုရှိ၏။ ကျွန်ုတော်တို့၏ ဦးနောက်ကို အစွမ်းကုန် အလုပ်လုပ်စေလိုသွင်းငင်း ဆိုရိုးကို ကျွန်ုတော်တို့၏ ဆောင်ပုဒ်အဖြစ် စွဲကိုင်ထားသင့်၏။ သွေးလုံလုံ လောက်လောက် ပိုလွှာတ်ပေးရေးသည် ဦးနောက်အတွက် အလွန်အလွန် အရေးကြီး၏။ ဦးနောက်သည် ဘယ်အချိန်မဆို တစ်ကြိမ်လျှင် နှလုံးက ရွှေတ်လိုက်သော သွေးပမာဏ၏ လေးပုံတစ်ပုံကို ရရှိခို့လိုအပ်၏။

ဦးနောက်ကလာပ်စည်းများသည် အခြားကလာပ်စည်းများ နည်းတွေ အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်နှင့် စွမ်းအင်လိုအပ်၏။ ဦးနောက်အတွက် စွမ်းအင် တို့ သွေးကလုံးကိုစံ (blood glucose) တစ်မျိုးတည်းဆီကသာ ရရှိနိုင်၏။ ဦးနောက်က မိမိအတွက် စွမ်းအင်ကို မိမိဘာသာ သိလောင်မထားနိုင်။ သည်တော့ သူအနေဖြင့် စွမ်းအင်အပြည့်နှင့် အောက်ဆီဂျင် ဓာတ်ပါ သော သွေးကိုသာ အားထားနေရသည်။ ဦးနောက်၏ အစိတ်အပိုင်း အားလုံးကို ငှုံးသွေးရောက်ရှိနေမှုသာ ဦးနောက်သည် အပြည့်အဝ အလုပ်လုပ်နိုင်၏။ ဦးနောက်ကြီးအတွင်း သွေးလည်ပတ်ခြင်းကို နောင့် နှုန်းလျင် ဘယ်နည်းဖြင့် နေဂုင်ယူက်သည်ဖြစ်စေ မှတ်ညာတ်နှင့် အော့ ရှုံးနိုင်မှုကိုတိုက်ရှိက်ထိခိုက်စေ၏။ ဤကား သိဒ္ဓရို့မဟုတ်၊ အချက် အလက် အမှန်ဖြစ်၏။

ဥပမာ- ဦးနောက်သို့ သွေးကလုံးကိုစံ အရောက်နည်းလျှင် စိုဝင်းမြှုပ်ထိတော့ သည်တော့ သင့်ဦးနောက်သည် မှတ်ညာတ်အသစ်များ သိလောင်နိုင် ကျွန်ုတော်၏။ သည်တော့ သင့်ဦးနောက်ကျွန်ုတော်၏ ဘယ်နှစ်ဦးနောက်ကြီးမှာသုနွစ်းနေရေးအတွက် အခြေခံလမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာလောက်အောင် လည်း အကျိုးရှိ၏။ လိုက်နာသည်ဆိုရာ၌ နှစ်လလောက်လိုက်နာပြီး ဆုံးထားလိုက်သည့် လိုက်နာမှုမျိုးမဖြစ်ရပါ။ တစ်သက်တာလုံး လိုက်နာ ကျွန်ုတော်သွားမည့် ပြောင်းလဲမှုမျိုးဖြစ်ရပါမည်။ ဘုံးကြောင့်ဆို ကျွန်ုတော် လိုပြာဆိုနေသည်မှာ သင့်ဘဝ၏ လက်ကျော်ကာလတစ်လျှောက်လုံး တွင် သင့်ဦးနောက်အစွမ်းကုန် အလုပ်လုပ်နိုင်ရေး ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ဆိုအနေအထားမျိုးကို ဘယ်လောက်ထိလိုချင်သည် မလိုချင်သည်က အော့ သင့်နှင့်သာဆိုင်၏။ သို့သော့ ဤအကျိုးအကြောင်းများကို စောင်ကွင်း ပြောဆိုလျှင် ရာသက်ပန်ဆက်လက်ကျောင့်ကြပါ။ ဘယ်လောက်ထိ တို့ တက်မှုမြှုပ်နှံသုန်းကြောင်းတွေ၊ ရှုံးကြပါလို့မည်။

လိုက်နာကျင့်ကြရမည့် စည်းကမ်းတွေက ရှိုးရှိုးစင်းစင်းကလေး
တွေပါ။

သွေးထဲတွင် အဆီတွေများနေလျှင် သွေးသည် သွေက်သွေက်လက်
လက်မစီးဆင်းနိုင်။ ထို့ကြောင့် အဆီနည်းသော အစားအစာများကို
ရွေးစားပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အင်တ်ခံသည့် အစားအသောက် ဆင်ခြင်
နည်းကိုမကျင့်ကြပါနိုင်။ အစားအစာကို နည်းနည်းနှင့် အကြောင်များများ
စားပါ။ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်းဖြင့် ကိုယ်တွင့်မှ ပိုလျှောကယ်လိုရိုများကို
ချေဖျက်မပစ်နိုင်ဘူးဆိုလျှင် ကယ်လိုရိုနည်းသည် အစားအစာများကိုသာ
စားပါ။

အင်တ်ခံ အစားအသောက်ဆင်ခြင်နည်းသည် အန္တရာယ်များပါ
သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဤနည်းက သွေးဂလုံးကိုစံအတိုင်းအတာ
ကို အကြိုးအကျယ်လျော့ချုပစ်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ဦးနောက်အတွက်
တစ်မျိုးတည်းသော လောင်စာ(စွမ်းအင်) သည် ဂလုံးကိုစံဖြစ်ပါသည်။
သည်တော့ သင့်ကိုယ်ခွဲနာကို အင်တေားမြင်းသည် သင့်ဦးနောက်ကို
အင်တေားမြင်းပင်ဖြစ်၏။ အလွန်အကျွေးဖြစ်လာလျှင်မှ ဤအပြုအမှ
သည် ဦးနောက်ကို ထာဝရပျက်စီးသွားစေနိုင်ပါသည်။

အချုပ်အားဖြင့်ပြောရလျှင် ဦးနောက်သည် ဂလုံးကိုစံမရှိလျှင်
မဖြစ်၊ ဂလုံးကိုစံကို အမိကအားထားနေရကြောင်း အမြဲသတ်ရနေခြင်း
သည် သင့်အတွက် အကျိုးရှိနိုင်ကြောင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

သင့်ကိုယ်သင် တန်ဖြို့ပေါ်ပေါ်

ဦးနောက်၏ အောင်ရှုက်ချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်သည်
တစ်ဖက်ကမ်းခတ်ကျွန်းကျင့်သူ မဟုတ်။ သိပ္ပါနည်းကျွေ သူတောသနလုပ်
နှင့်များလည်း တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှမလုပ်ခဲ့ဖူး။ သို့ဖြစ်သည့်တိုင် စဉ်းစား

သွေးခေါ်ပွဲတွေ ပြုပြင်ပြောင်းလဲလိုက်သည့်အတွက် လုပ်ဆောင်မှုဆွဲ
သိသီသာသာ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာသူ တော်တော်များများကိုတော့
အွေးစွဲကြုံများပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ကျွန်တော်သင်တန်းတွေမှာ
သေတက်သွေထဲမှ တရာ့ဗျာ သူတိုးသည် ဦးနောက်ဘယ်ဘက်ခြောင်း
သို့မဟုတ် ညာဘက်ခြောင်းအတွေးသမားများ ဖြစ်ကြောင်း ပြောတတ်ကြ
၏။ အကယ်၍ သင်သည် ဤစာအပ်မှု ရှင်းပြထားသည်ထက်ပိုပြီး
ဦးနောက်ဖွဲ့စည်းပုံအကြောင်းကို လေ့လာကြည့်လျှင် တရာ့ဗျာတွေ၏
ဦးနောက်နှင့် အခြားလူတွေ၏ ဦးနောက်မတူကြောင်း တွေ့ရပါမည်။
သာသာ မိန့်မတော်က အလိုလိုသိမြင်မှုအပိုင်းတွင် သာပြီး၊ ယောကျားတွေက
သော်တွေ့ကျသည် အပိုင်းတွင် သာပါသည်။ နောက်ပြီး တရာ့ဗျာတွေက
တမြေးလူတွေထက်ပိုပြီး ဂိုတာနားရှိသည်။ အနုပညာနှင့်သားရှိသည်
သို့မဟုတ် ဆန်းသစ်တိတွင်အား ကောင်းသည်။ သို့သော် အရေးကြီး
ဆည်မှာ ထိုကဲ့သို့သော ပါရမိတွေ မပါရှိဟု ယုံကြည်ထားသူများသည်
သည်။ ဂိုတာနားရှိလာအောင်၊ အနုပညာနှင့်သားရှိလာအောင် သို့မဟုတ်
ဆန်းသစ်တိတွင်အား ကောင်းလာအောင် ဖော်ဆောင်လိုရှုကြောင်း သို့
သေားပိုပင်ဖြစ်၏။ သူတို့ကို ထိုသို့ မဖြစ်အောင် ဟန့်တားထားသည်မှာ
သူတို့၏ အတွေးဖြစ်သည်။ သူတို့က သူတို့ကိုယ်သူတို့ မဖြစ်အောင်
ဟန့်တားထားသည်မှာ သူတို့၏အတွေးဖြစ်သည်။ သူတို့က သူတို့ကိုယ်
သူတို့ ထိုအရည်အသွေးတွေ့မရှိဟု တံဆိပ်က်ပ်ထားကြသည်။ ကျွန်း
အော်ကတော့ ယုံကြည့်ဖော်ဆန်းတဲ့ ဦးနောက်ဘယ်ခြောင်း အတွေးသမား၊
လျှော့မကတော့ စိတ်လှပ်ရှားမှုကတဲ့ ဦးနောက်ညာခြောင်း အတွေးသမားဟု
သတ်မှတ်ထားခြင်းသည် သင့်ကိုယ်သင် ဘောင်ကန်ထားခြင်းဖြစ်၏။
သို့ကိုယ်သင် ကန်သတ်ခြင်း ဖြစ်၏။ သည်တော့ သင့်ကိုယ်သင် သတ်
မှတ်ထားသည် အနေအထားထက် သာလွန်ပြီး သင့်ကိုယ်သင် မဖြင့်

နိုင်တော့။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ခုလောက်ဆို ဦးနောက်၏ ဆောင်ရွက်ချက်တွေ ဘာကြောင့်ဘယ်လို ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သင် အကြံ့ဖျင်း သဘော ပေါက်လောက်ပြီ။ ထိုသို့ အလုပ်လုပ်ပုံတွေကို သိမြင် သဘောပေါက် ပါမှ အလုပ်လုပ်ပုံပိုကောင်း၊ ပိုထက်မြေက်လာအောင် ပြုပြင်လို့ ရနိုင် ပါမည်။ အလူ၍ထွေကောက်ခံပွဲတစ်ပွဲအတွက် အလွန်စွမ်းအားကြီးလေသာ လွှဲဆော် ပိုစတာတစ်ခုကို ကျွန်ုတ်တော် မှတ်မိနေ၏။ ပိုစတာပေါ်တွင် ငါးတစ်ကောင်ကိုင်ထားသည့် လူတစ်ယောက်၏ ပုံပါသည်။ ကြေးကြေး သံကတော့ “သည်လူကို ငါးဖော်နည်းသင်ပေးလိုက်ပါ။ ထိုအခါ သူ သည် သူမိသားစုကို တစ်သက်တာလုံး ကျွေးမွေးပါလိမ့်မည်” ဟူ၏။

လူတွင် ယုမှားသံသယဖြစ်စရာမလိုသည့် စွမ်းရည်တစ်ရုံ ရှိသည်။ ငါး စွမ်းရည်မှာ အသိမီတ်ဖြင့်အားထုတ်ပြီး ပိမိဘဝကိုဖြုံးတင်ခြင်းဖြစ်၏။ ငါးစွမ်းရည်ရှိခြင်းထက် အားတက်စရာကောင်းသည့် အဓိကမျိုးကို ကျွန်ုပ်မသိပါ။

ဟင်နရီ ဒေးဗုဏ် သော်ရှိုး (၁၈၁၇-၆၂)
အမေရိကန် စာရေးဆရာတ် သဘာဝလူလာသူ

ဟုတ်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် အရာရာတိုင်းကို ပြောင်းလဲလို့ မရနိုင်ပါ။ ကျွန်ုတ် ဆယ့်ရှစ်နှစ်သားတုန်းက နွောကျောင်းပိတ်ရက်တွင် ပေါင်မှန်စက်ရုံတစ်ရုံကို အလုပ်ဝင်လုပ်သည်။ ကျွန်ုတ်က ညအဆိုင်းကို ပုံသေတာဝန်ယူထားသည်။ စက်ရုံတွင် လုပ်ငန်းအများစုကို စက် ယန္တရားများဖြင့် ပြုလုပ်သော်လည်း လူအင်အားဖြင့် ပြုလုပ်ရသော အပိုင်းများလည်းရှိသည်။ ပေါင်မှန်တွေထည့်ထားသည့် သံဆန်ခါခြင်းများကို

လိုန့်တို့ယိုယ် ကိုးကွယ်

၃၃

ဆောင်ရွက်သည့်တိုင် တစ်ခြင်းပေါ်တစ်ခြင်း ထပ်တင်ရသည်။ စက် အန္တရားများသိမှ ကျွန်ုတ်တော်တို့သိသို့ ပေါင်မှန်ခြင်းတွေ ရောက်လာသည့် အောင် မြန်လွန်းလှသည်။ သည်တော့ ကျွန်ုတ်တို့ခြင်းတွေကို ထပ်စိရာ အချိန်ယူပြီး ဟန်ချက်သိအောင် ညွှန်ဖို့မလှယ်။

တစ်ညွှန်တွင် ကျွန်ုတ်နှင့်ကျွန်ုတ်တော် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် အဘိုး ပြေားကွဲ့ဒီးဒီးကျေနေသည်။ စက်ရုံအတွင်းပိုင်းမှာ ပူဇားနှင့် အကိုက်လွန်လွှားပြီး ပေါင်မှန်ခြင်းတွေကို အသည်းအသန် ထပ်စိနေရသည်။ သည်တစ်ခုမှာ အောင်းငယ် ပိန်လိမ့်ချွဲ စောင်းနေသာ ပေါင်မှန်ခြင်းများကို တစ်ခု ပေါ်တစ်ခုထပ်ရှားခြင်းတွင် မြေားမြေားစင်ကြီးက စောင်းစောင်းကြီးပြီးဖြစ်နေ အေားသည်။ ခြင်းမြေားစင်ကြီး မတ်မတ်ရပ်ရပ်ဖြစ်သွားအောင် ကျွန်ုတ်တို့နှင့်ယောက် အစွမ်းကုန် ကြိုးစားသည်။ လိုတိုးပိုလျှော့ လုပ်သည်။

တစ်ချိန်တွင် ကျွန်ုတ်တို့ အနားမှ ဖြတ်လျောက်သွားသော ပြေားကြပ်ရေးများတစ်ယောက်က ခြင်းမြေားစင်ကြီးပြီကျေသူးလျင် ကျွန်ုတ်တို့နှင့်ယောက် အကြီးအကျယ် ခုက္ခရာက်လိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဘတ်ပေးသွားသည်။ သို့သော် ကျွန်ုတ်တို့ ဘယ်လိုဖြူးမြေားစင်ကြီးပြီးတည့်လာအောင် လုပ်လို့မရ။ နောက်ဆုံးကျေတော့ သည်မြေားစင်ကြီးပြီးလို့ လုပ်မနေနိုင်တော့။ နောက်ထပ်ရောက်လာသည့် ခြင်းတွေကို ပြုးအလွှား စီကြ ထပ်ကြပြန်သည်။

သို့သော် ကျွန်ုတ် စီတ်မဖြောင့်။ အပုံကြီးပြီကျေသူးလျင် အမျှည် အပြစ်အက်ကို တွေးပြီးကြောက်နေသည်။ ရင်ထက် စိုးရိုမ်းယုံမှု အွာတို့လည်း ဖူးမျိုးသိပ်မထားနိုင်။ သည်တော့ ခြင်းမြေားစင်စောင်းစောင်းကြေားတို့ တော်တို့ကြည့်တွေ့တို့ကြည့်လုပ်ဖော်သည်။ ဒါကို ဂိုံးမြို့မိုးသော အဘိုးကြီးက ပေါ်အမြေားအမြေားဖြင့်ရှိနာဖြင့် ကျွန်ုတ်အား ပြောလိုက်သည်မှာ-

"ဟော၊ တိန္ဒိတ်ယောက် အစွမ်းကုန်ကြီးစားပြီးပြီးကွာ။ မြှုပြင်ဖို့လို အပ်နေတာက အဲဒီခြင်းတောင်းတွေကွာ၊ ငါတို့ မဟုတ်ဘူး။ ဒီတော့ ဘာဖြစ်သေးလဲ၊ သူ့ဟာသူ ပြုကျချင်လည်း ကျပေါ့ကွာ"ဟု၏။

ကျွန်တော်တို့ အစွမ်းကုန်ကြီးစားရမည်ဆိုသည်ကို အသိအမှတ် ပြုရပါမည်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့ ထိန်းဖို့ချုပ်ဖို့ လက်လှမ်းမမိုသည်။ အတိုင်းအတာ အကန်အသတ်များကိုလည်း လက်သင့်ခံရပါမည်။ များကိုပြီး ကျွန်တော်တို့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲလို့မရသည်။ ကိစ္စများ၏ ခြားနား ချက်ကို အသိအမှတ်ပြုဖို့ အရေးကြီးပါသည်။

သင့် အတွေးအတွေ့ကို သတိထား။ သူတို့က စကားလုံးအတွေး ဖြစ်လာမည်။
သင့် စကားလုံးအတွေ့ကို သတိထား။ သူတို့က လူပိရှားမှုအတွေး ဖြစ်လာ သည်။

သင့် လူပိရှားမှုအတွေ့ကို သတိထား။ သူတို့က အလေ့အထွေး ဖြစ်လာ သည်။

သင့် အလေ့အထွေ့ကို သတိထား။ သူတို့က စရိတ်ဖြစ်လာသည်။
သင့်စရိတ်ကိုသတိထား သူက သင့်ကိုကြော်ဖြစ်လာသည်။

ဖရင့် အောက်လော



(၃)

သူရဲကောင်း သင်

သင်သည် အိုင်မျှဖြစ်သည်

ကလေးတွေအနေဖြင့် နှင့်ပွင့်နှင့်အတ်များ၏ အနှစ်မဲ့မှုအကြောင်း ကြောမကြာ ကြားဖူး၏။ နှင့်ပွင့်နှင့်အတ်များသည် တစ်ခုနှင့် တစ်ခု ထုတ်တွယပဲ့ဖူ့ တူညီခြင်းမရှိသည်အကြောင်း။ ကျွန်တော်တို့၏ လက်လွှာများ၊ အသံများသည်လည်း ထိန်းည်းအတိုင်းပင်။ သည်တော့ ကျွန်တော်တို့ စိတ်ချုလေက်ချယ့်ကြည်စွဲမှတ်နိုင်သည့်မှာ ကျွန်တော်တို့သည် အနှစ်မဲ့သော လူသားတစ်ဦးချင်းဖြစ်နေကြောင်းပင်။ ကမ္မာသမိုင်းစဉ် တစ်လျှောက်လုံးတွင် ကျွန်တော်တို့နှင့် တူညီသူ တစ်ဦးတလေ့မျှ သက်ရှိ ထင်ရှုးမရှိခဲ့ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ သိနေသည်။ နားလည်နေသည်။ သို့တိုင် ကျွန်တော်တို့သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အခြားသူများနှင့် မျို့ငို့သည်မှာ အကျင့်ဖြစ်နေ၏။ ကျွန်တော်တို့၏ အောင်မြင်မှုကို တိုင်း အွာရန် ထိသူများကို မျို့ငို့သို့ သည်စုံများ' အဖြစ် အသုံးပြုကြ၏။

ကြီးကြီးမားမား အောင်မြင်မှုရာ၏ တစ်ယောက်ယောက် အကြောင်း
သတင်းစာထဲမှာ ဖတ်ရန်။ ထိုနောက် ကမန်းကတန်း ဆက်ဖတ်ကြည့်
တော့ သူတို့သည် သင့်ထက် အသက်အရွယ်ကြီးသူများ ဖြစ်ကြောင်း
သိရန်။ ထိုအခါ မိမိလည်း သူတို့လို အောင်မြင်မှုများ ရစေရမည်ဟု
သင့်ကိုယ်သင် ယာယိနှစ်သိမ့်လိုက်၏။ ထိုအဖြစ်မျိုး သင် ဘယ်နှင့်မြစ်
လောက် ဖြစ်စုံပါသလဲ။

သို့သော် သင့်ကိုယ်သင် အခြားသူများနှင့် နှိုင်းယုံချိန်ထိုးကြည့်
ခြင်းသည် အမိဘာယ်မဲ့သော အလေ့အကျင့်ဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆို
သော် သူတို့၏ နေ့စောင်ချက်များက ဘာတော်လဲ၊ သူတို့ကို ဘာတော်က
တွန်းအားပေးနေသောလဲ၊ သူတို့မှာ ဘယ်လို အနှိုင်းမဲ့ စွမ်းရည်တွေ ရှိ
နေသောလဲ ဆိုသည်ကို သင် ဘယ်တော့မျှ သိမည်မဟုတ်သောကြောင့်
ပင်။ သင် ပိုင်ဆိုင်လိုသော စွမ်းရည်တွေ အခြားသူများတွင် ရှိနေမည်
မှာ သေချာ၏။ ထိုအတူ အခြားသူများက ပိုင်ဆိုင်လိုသော စွမ်းရည်တွေ
သင့်တွင်ရှိနေမှာလည်း မြေကြီးလက်ခတ်မလွှာဖြစ်၏။ ကျွန်တော်တို့
သည် တုန်ဖိုးရှိသူများ ဖြစ်လာဖို့ ဂိတ်နားရှိခြင်း၊ အနုပညာနှင့်လုံးသား
ရှိခြင်း သို့မဟုတ် ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်ခြင်း စသည် စွမ်းရည်များ ရှိနိုင်လို
သည်ဟု လွှာများစွာ မှတ်ယူထားကြ၏။ တကယ်တမ်းကျတော့ ကျွန်တော်
တို့အားလုံးတွင် အိမေခန်း စွမ်းရည်များ ရှိနေ၏။ ကရာဏာတရား၊ စိတ်
ရှည်သည်းခံမှု၊ ဟာသညာဏ်၊ နားလည်မှုရှိခြင်း၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံ
တတ်ခြင်း။ သည်စွမ်းရည်တွေကို ကျွန်တော်တို့ မျက်စိလျှော်းနေကြ
သည်။ သတိမမှုမဲ့ကြ။ စင်စစ် သည်စွမ်းရည်အားလုံးသည် ကျွန်တော်
တို့၏ အနာဂတ်ဘဝ အောင်မြင်ရေးအတွက် အလွန်အသုံးဝင်သော
လက်နက်ကောင်းများဖြစ်ပါသည်။

သင့်ကိုယ်သင် အခြားသူများနှင့် မပြတ်နှိုင်းယုံချိန်ထိုးကြည့်မဲ့

သည်အတွက် နောက်ဆုံးရလဒ်မှာ သင့်အတွေ ပုဂ္ဂိုပ်၊ သင့်ကိုယ်ကိုယ်
ကိုယ် ယုံကြည်မှုနှင့် အောင်နှင့်စိတ္တကို ထိခိုက်ပျက်စီး စေခြင်းသာ
ဖြစ်၏။ သည်တော့ မိမိစွမ်းရည်များကို ပြည့်ပြည့်ဝေး အသုံးချမရှု ဆန်း
စ်လောက်ရမည်ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အခြားတစ်ပါးသူများမဟုတ်၊ သင်ဆိုသည်
ရှိနိုင်လိုသာဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွေပုဂ္ဂိုပ်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အလေ့အထများသည် လက်တွဲဖြီး
သွားနေကြသည်။ တစ်ခုကိုပြောင်းလဲလိုက်သည်နှင့် ကျွန်ုပ်တစ်ခုလည်း
အလုံလိုပြောင်းလဲပြီးသား ဖြစ်သွားတော့၏။

မက်ဆွဲလ် မောလ် (၁၈၉၉-၁၉၇၇)

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းအနေဖြင့် အတု
နှုံးသူတော်ချုပ်းဖြစ်၏။ သို့သော် ကျွန်ုပ်တော်တို့အား မျိုးချုပ်စံတဲ့ပတ်
=ပြစ် အတုမရှိဖြစ်နေသော်မှာ အသိစိတ်ဖြင့် မိမိကိုယ်မိမိ ပြပြင်
ခြောင်းလုပ်ခိုင်သည် စွမ်းရည်ရှိနေခြင်းဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုပ်တော် ယုံကြည်
သည်။ ငါဘယ်သွဲလဲ၊ ငါဘယ်နေရာမှာနေသောလဲ၊ ငါ ဘယ်ကိုသွားချင်
သလဲ ဆိုသည်တို့ကို သိနေခြင်းက ကျွန်ုပ်တော်တို့အား ကမ္ဘာမြေကြီး
=၁၇၅၂ အဆင့်မြင့်သွေးဝါများဖြစ်လာဖော်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တော်တို့၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွားနှင့် စွမ်းရည်၏ ၅၀ ရာခိုင်
ပုံးတို့ မျိုးရှိုးမီမှာ အမွေဆက်ခံရရှိသည်ဟု ယခုအခါ သိပုံးပညာရှိုး
=သွားယုံကြည်ထားကြပြီ။ အမိဘာယ်မှာ ကျွန်ုပ် ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းမှာ
မျိုးရှိုးမီမှာနှင့် မဆိုင်ဆိုသည် သဘောပင်။ အဆိုပါ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းကို
=အောင်မြေက်လာအောင်လုပ်ဖို့၊ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင် လုပ်ဖို့မှာ
ကျွန်ုပ်တော်တို့အပိုင်းဖြစ်၏။ ထိုသို့ ပြောင်းလဲအောင်လုပ်လို့ ရှိနိုင်သည်ဆို

လျှင် သင်အဖြစ်ချင်ဆုံးအရာက ဘာပါလဲ။ မှန်သည်။ ကျွန်တော်တို့ မျှေးကတည်းက ပါလာသည့် ကိစ္စများကို ဘယ်လောက်ပဲ အပြုသော အောင် အတွေးများဖြင့် ပြုပြင်သည်ဖြစ်စေ ပြောင်းလဲလို့မရကြောင်း ကျွန်တော်တို့ လက်ခံရပါမည်။ ဥပမာ- ကျွန်တော်တို့၏ အရပ်အမောင်း၊ ကျွန်တော်တို့၏ မျက်လုံးနှင့် အသားအရောင် စသည်တို့။

သို့သော် သည်ကိစ္စတွေနှင့် ပတ်သက်သည့် တွေးပဲတွေးနည်း များကိုတော့ ပြောင်းလဲရပါသည်။ ဤသည်ပင် တုနှင့်မမီအောင် စွမ်းအားကြီးသည် အရည်အသွေးပင်ဖြစ်တော့၏။ “အို...၊ ကျွန်တော်/ ကျွန်မက ဘာမှုက်လောက်စရာမရှိတဲ့ အညာရတတ်ယောက်ပါ”ဟု ပြောတတ်သည့်လူတွေကို ကျွန်တော်ကြေဖူး၏။ အမှန်တော့ လူတိုင်း သည် စွမ်းစရာတစ်ခုရှိရှိသူများသာ ဖြစ်၏။ သို့ပေမဲ့ သင်က သင့် ကိုယ်သင် အညာရတတ်ယောက်ဟု ကံသေကံမကြီး ယုံကြည် စွမ်းတော် ထားလျှင်တော့ လူတိုင်းကလည်း ထိအတိုင်း သင့်ကိုမြင်ပါလိမ့်မည်။

မွေးကင်းစ ကလေးတစ်ယောက်အကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သည်ကလေးကို ကြည့်ပြီး ချီးမှုများကြား အတိုင်းမွေးမေတ္တာကို ပေးအပ်ကြ၊ ဘယ်လောက်ချစ်စရာကောင်းကြောင်း ပြောကြ... ဖွံ့ဖြိုးစ စိတ်ကလေးကို အပြုသောအောင်သည် အားပေး အားမြောက် အပြုအမှတွေ ပြုကြသည်။ သို့သော် အသက်ကလေးတွေ ရလာတော့ သည်အပြုအမှတွေ လျော့နည်းလာသည်။ သည်နေရာတွင် ထူးခြားသိသာသည် အောင်မြေားများအောင်မြင်မှုရသော ကုမ္ပဏီများသည် သေးသေးမွားမွား ကိစ္စကလေးများက ကြီးကြီးမှားမှား ကွာခြားချက်များ ဖြစ်သေသည်။ ဟူသော အချက်ကို သိမှတ်ထားသည့် ကုမ္ပဏီများသာဖြစ်သည်။

လျှင်တို့သိတို့ ကိုဘွဲ့

=သို့ဘေး လိုက်လျော့ညီတွေဖြစ်အောင် ကျင့်ကြံ့ခြင်းသည် ကလေး = အတွင်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် သင်ယူဆည်းပူးခဲ့သည့် ကျင့်စို့ဖြစ်၏။ လိုအနိုင် ထိုကာလသည် ကျွန်တော်တို့၏ အတွေးပုံရိပ်ကောင်းမှန်ရေးကို ပြုသုန်းဆေးသည့် အချိန်ကာလပြစ်၏။ ထိုနောက်ပိုင်းမှာတော့ ကျွန်တော် လိုသည် ငှုံးအတွေးပုံရိပ်၏ နယ်ပယ်အတွင်းမှာသာ နေထိုင်ဖို့ အားထုတ် ပော့၏။ အဘယ်ရောင်ဆုံးသော် ထိုသို့နေထိုင်ခြင်းသည် လုမြှို့ မြို့သာကြောင့်ဖြစ်၏။ သည်အတွေးအခေါ် သည်အကျင့်အကြံတွေကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်သည့်စွမ်းရည် ကျွန်တော်တို့မှာ ရှိရကြောင်းကို ကျွန် တော်တို့ မေ့လျော့နေကြ၏။

ဒီဗျားရေးလောကတွင်လည်း ဤအချက်မှန်ကြောင်း တွေ့နေရ ပြန်သည်။ သည်လောကမှာလည်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့နှင့် တစ်နည်း တစ်ဖို့အတူယူဖို့ကို စွတ်တင်းခဲ့လေးရှိကြသည်။ ကားအားလောကကိုပဲ အညွှန်ကြည်း၊ အဆာပြီ သရေစာလုပ်ငန်းကိုပဲ ကြည့်ကြည်း ကနဦးပိုင်း တွင် ကုမ္ပဏီတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ခွဲခြားမရအောင် တူညီနေသည်ကိုတွေ့ရှု။ သို့သော် စွဲစွဲစေစပါ လေ့လာကြည့်တော့ မြားနားချက်ကလေးတွေ ဆွဲလာရတော့၏။ တံသိပိတပ်ပဲ့၊ ဝယ်သူကို အလေးထားပဲ့ သိက္ခာရှိပုံး သည်အချက်တွေက သူတို့၏ သူမတူသော ခွဲဆောင်မှုများဖြစ်လာသည်။ သို့ဖြင့် ဈေးကွက်တွင် ပြုပြင်ဆုံးမှုဆိုင်ရာ အားသာချက်များ ရရှိလာသည်။ ပြုပြင့်မှားမှားအောင်ပြင်မှုရသော ကုမ္ပဏီများသည် သေးသေးမွားမွား ကိစ္စကလေးများက ကြီးကြီးမှားမှား ကွာခြားချက်များ ဖြစ်သေသည်။ ဟူသော အချက်ကို သိမှတ်ထားသည့် ကုမ္ပဏီများသာဖြစ်သည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် သင်လည်း ထိုအတူပဲပို့ဖြစ်၏။ သင်လိုလားလျှင် သင့်မှာ ရှိနေသည့် သူမတူသော စွမ်းရည်များကို သင်စော်ထုတ်နိုင်၏။ သင့်အတွက် သီးသန်းဆိုပို့ကို သင့်ဘာသာသင်

တိဘုရားအနေတိုးလို့ရသည်။ အောက်ဖော်ပြပါလေ့ကျင့်ခန်းကို စမ်းကြည့်ပါ။

စကားလုံးတစ်လုံးတည်းဖြင့် ပုံဖော်ပြလို့ရမည့် ကုမ္ပဏီတစ်ခု သို့မဟုတ် လူတစ်ယောက်ကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ လူဆိုလျှင် ‘ရယ်စရာ ကောင်းသူ’၊ ‘ရိုကျိုးသူ’၊ ‘ဦးနောက်မရှိသူ’ စသော စကားလုံးများကို သင် ရွှေးချယ်ကောင်း ရွှေးချယ်မည်။ ကုမ္ပဏီဆိုလျှင် ‘အသုံးမကျုံ’ ဖြောင်အားမရှိ၊ ‘အမော်အမြင်ကြီး’ စသည့်ဖြင့် ပြောကောင်းပြောမည်။

ကဲ ယခု သင့်ကိုယ်သင် ဂုဏ်ယူဝင့်ကြားသော ဂုဏ်အင်လက္ခဏာ တစ်ရပ်ကို ဖော်ပြနိုင်မည့် အကောင်းမြင် စကားလုံးတစ်လုံး ရွှေးကြည့်ပါ။ ဤကား သင့်အတွက်ကို ဖော်ထုတ်ရေးတွင် ပထမခြေလုပ်ဖြစ်၏။ သင်ဘယ်သူလဲ၊ ဘာလဲ ဆိုရုံမျှမဟုတ်။ သင် ဘယ်လိုလုပ်ချင်သလဲ ဆိုတာ ဖော်ထုတ်ဖို့ဖြစ်၏။ သေးသေးမွားမွား ကိစ္စကလေးများက ကြီးကြီးမားမား ကွာခြားချက်များဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

တိုင်းမြို့မြို့မြို့မြို့

သင်၏တစ်ဦးချင်းထူးမြားမှုဆိုသည်မှာ သင်ဘယ်သူလဲဆိုသည် နှင့် ပတ်သက်သော သင်၏အသိတရားပင် ဖြစ်၏။ အကယ်၍ သင် ဘယ်သူလဲဆိုသည်ကို သင့်မှာကြည်လင်ပြတ်သားသော စိတ်ကူးပုံရိပ်၍ သည်ဆိုလျှင် သင့်အား တံဆိပ်တွေကပ်ပြီး ပုံဖော်ခြင်းကို ခွင့်ပြုမည် မဟုတ်။ သင့်ကိုယ်သင် ပုံဖော်ရှု၍ သင်လုပ်သည့် အလုပ်၊ သင်မေ့သည့် အိမ်၊ သင်မောင်းသည့်ကား သို့မဟုတ် သင်ဝတ်ဆင်သည့် အဝတ် အစားများဖြင့် ပုံမဖော်ပါနှင့်၊ သင်သည် ထိုအရာများ ပေါင်းစပ်ထား သော အရာမဟုတ်ပါ။ အောင်မြင်သူများသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ယုံကြည်သူများ ဖြစ်၏။ အောင်မြင်မှု ရရှိရေးအတွက် သူတို့၏ င်ပုံမော် ဖြစ်းအင်များသည် ဂုဏ်အဆင့်အတန်း သို့မဟုတ် တံဆိပ်များပေါ်တွင်

တည်မှုနောက် မရှိ။ မိမိတို့ဖြစ်ချင်ရာကို ဖြစ်ကိုဖြစ်ရမည်ဟုသော ရင်တွင်းယုံကြည်ချက်အပေါ်မှာသာ တည်မှုနောက်။

ဘဝတွင် အကြီးမားဆုံး ဆုံးစွဲ့မှုသည် သေထုံးခြင်း မဟုတ်။

ဘဝတွင် အကြီးမားဆုံး ဆုံးစွဲ့မှုမှာ အသက်ရှင်နေလျက်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ရင်တွင်းသေဆုံးမှုသာ ဖြစ်သည်။

နောက်မန် ကပ်စင် (၁၉၉၅-၉၀)

အမေရိကန် လူအကျိုး အမှုးထားဝါဒီနှင့် စာရေးဆရာ

ခရစ်ယာန်ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးသည် အသက်ယုံယုံမှုသာ ပို့တော့ချိန်တွင် သူ့အိမ်အား နောက်ဆုံးစကားကို ပြောကြားခဲ့၏။

“ငါလူငယ်ဘဝတုန်းက ကမ္ဘာကြီးကို ပြပိုင်ပြောင်းလဲပစ်မယ်လို့ မိတ်ပြနှာန်းထားခဲ့တယ်။” ဒီတော့ ငါဟာ နေရာအနဲ့လျောက်သွားပြီး အွာသမျှ လူတိုင်းကို ဘယ်လိုနေထိုင်သင့်တယ်၊ ဘာတွေ လုပ်သင့်တယ် ဆိုပြီး ဟောပြောတရားချုံခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ သိပ်ထူးထူးမြားဖြစ်မလာ ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ဆိုတော့ ငါစကားကို ဘယ်သူကမှ ဟုတ်တိပတ်တိ အေးမထောင်ဘဲကိုး။

“ဒီတော့ ငါမိသားစကိုပဲ ပြပိုင်ပြောင်းလဲပေးတော့မယ်လို့ ဆုံး မြှုပ်နှံက်တယ်။” ဒါပေမဲ့လည်း ငါမိသားစတွေကတော် ငါရဲ့ ပြပိုင် ပြောင်းလဲရေးတရားတွေကို ဂရာတစိုက် နားမထောင်ခဲ့ဘဲကလား။ ငါမှာ မြှုပ်တဲ့ ဖြစ်ခဲ့ရတယ်လဲ”

သူ ခေါ်နားပြီး သက်ပြင်းချသည်။ ပြီးမှ ဆက်ပြောသည်။

“ခုမှပဲ... ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံး နှစ်ကာလတွေရောက်မှပဲ ငါတကယ် အဲ့ ပြုစာညောင်းနှင့်တဲ့သူဟာ ငါတစ်ယောက်ပဲ ရှိပါကလားလို့

သိန့်တို့ယိုလ် ကိုကျယ်

မြတ်ဇွန်:

အဆောင်လာတယ်။ တကယ်လို့ ငါဟာ ကမ္မာကြီးကို ဖြုပြင်ပြောင်း
ဆုံးချင်သပါဆိုရင် ငါကိုယ်ငါ ပြုပြင်ပြောင်းလဲပြင်းက အစပြုရမယ်လဲ”
သင့်ဘဝမှာ ဘယ်လို့ရည်မှန်းချက်တွေ ချမှတ်ထားသည်ဖြစ်စေ
အောင်မြင်ရေးလမ်းမပေါ်တွင် သင်တစ်ကိုယ်တည်းသာ ဧည့်ကိုလှမ်း
မှုည်ဖြစ်၏။ ဟုတ်ပါသည်။ သင်အောက်သော လမ်းတစ်လျောက်တွေ
အမြားသူများနှင့် ယုံ့တွဲသွားလို့ရ၏။ သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေ၊
သေားစုံ သို့မဟုတ် အပေါင်းအသင်းတွေ။ သို့ပေမဲ့ နောက်ဆုံးတစ်နှစ်
တော့ ဉူးစိုးစွဲသည် တစ်ကိုယ်တော် ခရီးစဉ်ပင်ဖြစ်၏။ သင်လှမ်း
မှုည်းမြေလှမ်းများကို ဘယ်သူကမျှဝင်ပြီး လှမ်းပေးလို့မရ။

ထိန်ည်းတူစွာပင် သင့်အား ထုတ်မှန်ယ်ပယ်သည် ဘယ်လို့ နယ်
ယူမျှုံးပဖြစ်ဖြစ် သင်အောင်မြင်သွားတစ်ဦးဖြစ်ချင်လျှင် အောင်မြင်အောင်
အားထုတ်ရမည့် သူမှာ သင်နှင့် သင်တစ်ဦးတည်းသာဖြစ်၏။ သင်
သာဘဝစွမ်းရည်များကို ထိထိရောက်ရောက် အသုံးချမြင်းဖြင့် သင့်
ရည်မှန်းချက်တွေ ပေါ်ပြောက်အောင်မြင်နိုင်၏။ သင့်ကိုယ်စား
ဘယ်သူကမျှ ကိုယ်အလေးချိန်လျှော့ပေးလို့မရ။ သင့်ကိုယ်စား ဘယ်သူ
ကျော်မာရေးကောင်းပေးလို့မရ။ သင့်ဘဝနှင့် သင်သာယူရပါမည်။
သူ့တစ်ဦးတစ်ယောက် ဖြစ်နေဖို့ဆိုသည်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း
သင်းကွဲနေခြင်းမျိုးကို မဆိုလို့။ တစ်ဦးတစ်ယောက် ဖြစ်အောင် ကြီးစား
ခြင်းမှာ သင် ဘယ်လို့လုစားလဲဆိုတာကို ဖော်ထုတ်ခြင်း၊ သင် ဘယ်လို့
လုစားမျိုးဖြစ်ချင်သည်ကို ရွှေးချယ်ခြင်းနှင့်ဆိုင်သည်။ ဉူးကြီးစား
ခြင်းပင် သင်ယခင်က အိပ်မက်ပင် မမက်ခဲ့ဖူးသော အောင်မြင်မှုမျိုးရလာ
အောင် စွမ်းအင်များ ဖြစ်တွေ့န်းဖော်ပါသည်။

သည်တော့ သင့်အောင်မြင်မှုဘာလဲ။ သင့်အောင်မြင်မှု ဘာဆိုသည်
ကို သင်သာ သတ်မှတ်ပြုခြင်းလို့ရ၏။ ငါးအင်းအောင်မြင်မှုရှိအောင်

အေးထုတ်ကြီးပမ်းစိုး အဓိဋ္ဌာန်ပြုလျှင် အောင်မြင်မှုရလာမည်ဟု သေခြာ
သိက် မပြုအနိုင်ပါ။ သို့သော် ထိုသို့အဓိဋ္ဌာန်မပြုလျှင် ရဲ့နိမ့်မှုနှင့်
အောင်မြုပ်ဆိုတာတော့ သေခြာပေါ်ပြုအနိုင်ပါသည်။

အွန်အလမ်းကို အွန်အလမ်းမျိုးသိပါ

လူဗွေ့သည် သူတို့၏ လက်ရှိဘဝအတွက် ပတ်ဝန်းကျင် အနေအထား
များကို အမြိုအပြင်စိုးကြ၏။ ကျွန်ုပ်ကတော့ ပတ်ဝန်းကျင်အနေအထား
ကြောင့်ဆိုသည်ကို အယ်အကြည်မရုံး။ ဉူးကမ္မာပေါ်တွင် ပေါက်ပေါက်
ပြောက်ပြောက် ဖြစ်နေသူများသည် သူတို့လို့ချင်သည့် ပတ်ဝန်းကျင်
အနေအထားမျိုးကို ဖြေားစားရွှေ့ဖွေ့ကြုံးမှု မတော့လျှင် ငါးအနေအထားမျိုး
ပြုလာမောင် ဒုန်တိုးယူ၏။

ကျေားဘားနှုတ်ရှော (၁၈၅၆-၁၉၅၀)

လူတစ်ယောက်က အွန်အလမ်းတစ်ခုကို အမိအရ ဖမ်းပြီး ငါး
အွန်အလမ်းကိုအောင်မြင်မှုဖြစ်လာအောင် ကျေားကျော်ကျေား အားထုတ်
ပြင်းသည် အောင်မြင်မှုအဖြစ်၏။ သို့သော် ပထမဥုံးဆုံး အဆင့်မှာ
အွန်အလမ်းကို အွန်အလမ်းမှန်းသိဖို့ဖြစ်၏။ ထိုသို့ သိဖို့ဆိုသည်မှာ
လည်း ထူးထူးမြားမြား ကိုခက်ခဲ့ကြီးမဟုတ်။ သာမန်အာရုံသိလောက်
မြိုင်ပင် သိမြင်နိုင်ပါသည်။

တောင်ကြားရွာကလေးတစ်စွာတွင် ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါးရှိ၏။
သူသည် နှစ်ပေါင်းလေးဆယ်လုံး သူနှင့်မြေအတွက် ရှိ လူအားလုံး၏။
ဘာသာရေးကိစ္စများကို အောင်ရွှေ့ပေးခဲ့ရ၏။ လူမှုရေးကိစ္စများမှာ
လည်း ကုည်းခဲ့၏။ သူသည် မြင်မြုတ်သော သာသနပြုပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်

မဖြေရလောက်သူဖြစ်ခဲ့၏။

တစ်နွောတော့ မိုးတွေ သံကြီးမဲကြီး ရွာသည်။ မိုးက ရပ်မသွား။ ဆက်တိုက်ဆက်တိုက် ရွာလိုက်သည်မှာ ရက်နှစ်ဆယ်လုံးလုံး။ နောက် ဆုံး သူတို့၏ ထားကြုံးရွာကလေးရေပျမ်းသွားသည်။ နောက် ရေကြီး သွားသည်။ အမိမေတွေ ရေမြှုပ်ကုန်သည်။ နောက်ဆုံး ဘုန်းတော်ကြီးပါ ဘုရားရှိခိုးကျောင်း ခေါင်မိုးပေါ် တက်နေရတော့သည်။ သူခိုက်ခိုက်တုန် မျမ်းနေခိုက် လူတစ်ယောက် လျောကလေးတစ်စွင်းဖြင့် ရောက်လာသည်။

“ဆရာတော် လျောပေါ်ကို မြှင့်မြန်တက်ပါ။ ဆရာတော်ကို တပည့် ဆောင် မြေမြင့်ရာဆီသို့ ပိုပေးပါမယ်”

ဘုန်းတော်ကြီးက ထိုလူကိုကြည့်ပြီး အဖြေပေးသည်။

“ကျူပ်ဟာ... နှစ်ပေါင်း လေးဆယ်လုံးလုံး ဘုရားသခင်ရဲ့ ဆို ဆုံးမချက်တွေအတိုင်း ကျင့်ကြုံနေထိုင်ခဲ့တယ်။ ဒီထက်တောင် နှစ်းနှည်း ပို့ဗို့မယ်။ ကျူပ် ရေဖျော်းမင်္ဂလာပွဲတွေ၊ ရာာပန်အခမ်းအနားတွေ ဘို့ဗို့အောင်ရွှေက်ပေးခဲ့တယ်။ နာမကျုန်းသွေး အထိုးကျုံဖြစ်နေသူ ဘွားကျူပ်နှစ်သိမ့်ခဲ့တယ်။ တရားချုံခဲ့တယ်။ တစ်နှစ်မှာ တစ်ပတ်အား ပပ်ရက် ယူခဲ့တယ်။ အဲဒီ အားလပ်ရက်အတွင်း ကျူပ်ဘာလုပ်ခဲ့တယ် တော်သလဲ။ ဒါဘဲမဲ့ကလေးပေါ်ဘက် သွားပြီး ကူညီချက်ပြေတဲ့ပေးခဲ့တယ်။ ဘွားက ဘုရားသခင်ကို သက်ဝင်ယုံကြည့်မှ သိပ်ကြီးမှားတယ်။ ဘာဖြစ် နှစ်လဲဆုံးတော့ စုလိုအလုပ်အကျော်ပြုဖော်တာဟာ ဘုရားသခင်ကို အလုပ် အကျော်ပြုနေတာမို့လိုပဲ။ ဒီတော့ ဒကာကြီး သင့်လျော့နဲ့ သင်သွားလိုရာ သွားပါ။ ကျူပ်ကတော့ ဒီမှာပဲနေခဲ့မယ်။ ဘုရားသခင်က ကျူပ်ကို ကယ်ဆယ်ပါလိမ့်မယ်”

လျောနှင့်လူထွက်သွားသည်။ နောက်ထပ် နှစ်ရက်ကုန်သွားသည်။ ဒေကရပ်မသွား၊ ရေတွေက တက်ပြီ။ နောက်ဆုံး ဘုန်းတော်ကြီးသည်

ဘုရားရှိခိုးကျောင်း ပြာသာ၌အထွက်ပေါ်တက်ပြီး ဖက်တွယ်ထားသည်။ ရေတွေက သွားခြေထောက်နားအထိုးရောက်နေပြီ။ ထိုအနိက ဆောတ်ယာဉ်တစ်စီးရောက်လာသည်။ လေယာဉ်မျှူးက လုမ်းအော်ပြာ သည်။

“ဆရာတော်မြန်မြန်လုပ်၊ တပည့်တော် စက်သီးကြီး ချေပေးမယ်။ မြှောင့် ဆရာတော်ကိုယ်မှာ ပတ်ချည်လိုက်၊ ဆရာတော် ကေးကင်းရာ အာက်အောင် တပည့်တော် ပို့ပေးမယ်”

ထိုအခါ ဘုန်းတော်ကြီးက “နေပါစေ၊ နေပါစေ”ဟု ဆိုသည်။ မြှောင့် လျောသမားကို ပြောခဲ့သည့်စကားများကိုပင် ထပ်ပြောသည်။ မြှောင့် ရဟန်ယာဉ်လည်း ပုံသန်းသွားသည်။ နောက်နာရီ အနည်းငယ် မြှောတွင် ရေစီးက သွားကို တိုက်ချေသွားသည်။ ရဟန်းအိုကြီး ရေနှစ် ခုံချော်တော်မျှေားသည်။

မြှင့်မြတ်သော သာသနာပြု ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည့်အလျောက် သွားသည် အောင်ကောင်္ဘာသို့ ဆိုက်ဆိုက်ဖြုံးကြုံးရောက်သွားသည်။ သွားကြုံကြုံမှ သို့ သို့တ်မနိုင်ခဲ့မရဖြစ်နေသော ဆရာတော်သည် ကောင်းကင်ဘုံသို့ အားသာသွားသည်။ စိတ်ထဲမှာတော့ မကျော်မျိုင်မချမ်းနိုင်။ ကောင်းကင် သို့သို့တွင် ဒါနှင့်မောင့်လျောက်သွားနေခိုက် ဖြုံးဆို ဘုရားသခင်ကြုံ အိုးသွားသည်။ အဲအားတသင့် ဖြစ်နေသော ဘုရားသခင်က ဆရာ အိုးကြုံးအားကြည့်ပြီး “အလို...၊ ဆရာတော်မက်ဒေါ်နှယ်...၊ မထင်မှတ် ဆုံးဆောက်လာတာပါကလား”ဟုမိန့်ကြားသည်။ ထိုအခါ ဘုန်းတော်ကြီး ဘုရားသခင်အား စိန်းစိန်းကြည့်လျက် “သြား... မထင်မှတ်ဘဲ အားသာတယ်၊ ဟုတ်လား။” တပည့်တော်နှစ်ပေါင်းလေးဆယ် ဆုံး ဘုရားသခင်ရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း နေထိုင်ကျင့်ကြုံးဆောင်ရွက် ခြောက်။ ဒါတော် တပည့်တော်အကြီးအကျယ် အကျယ် အကုအညီလိုအပ်နေတဲ့

အခိုက်အတန်ကလေးမှာ တပည့်တော်ရေနှစ်ပြီး ပျုလွန်တာကို ဘုရားသင်က ကြည့်နေရက်ခဲ့တယ်ဖော်”ဟု ရန်တွေ့၏။

သည်တော့ ဘုရားသင်က ဘုန်းအော်ကြီးအား စိုက်ကြည့်အသည်။ သူပုံစံက အတွေးခေက်နေဟန်၏ ပြီးမှ “ဆရာတော် ရေနှစ်ခဲ့တယ် ဟုတ်လား။” ကျေပ်ဖြင့် မယ့်နိုင်လောက်အောင်ပါပဲ...။ ကျေပ် ဆရာတော် ဆီသို့ လျေတစ်စင်းနဲ့ ရဟတ်ယာဉ်တစ်စီး ဂျွေတဲးလိုက်သားပဲဟာ”ဟု ပိုမိုခြေကိုတော်မှုလိုက်လေသည်။

တကယ်တော့ အခွင့်အလမ်းဆိုသည့် လျေတွေ၊ ရဟတ်ယာဉ်တွေ ကျုန်တော်တိဘဝတွင် အရှိန်တိုင်းမှာရှိနေ၏။ ငှါးအခွင့်အလမ်းတွေ ကို အခွင့်အလမ်းမှန်း သိနေဖို့ပဲလိုသည်။ ထိုသို့ သိနေဖို့ဆိုသည်မှာ ကျုန်တော်တိ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုချမှတ်ထားမှသာဖြစ်၏။ ကြုလျှင် ကြုသလို ပေါ်ပေါက်လာလေ့ရှိသည့် အဆိုပါဖြစ်ရပ်များကို အခွင့်အလမ်းများဟု သာမန်အားဖြင့် ကျုန်တော်တိ သတိပြုမိကြမည် မဟုတ်။ စင်စစ်တွင် ဖြစ်ရပ်တိုင်းနီးပါးက အခွင့်အလမ်းတစ်ခုကို ဖော်ဆောင်ပေး၏။ ပူဇွေးသောက ရောက်ရမည့် ပုဂ္ဂလိုက ဖြစ်ရပ်ဆိုးများတော့ ခြင်းချက် အဖြစ် ရှိနေသည်မှန်၏။ သို့သော် သည်လိုက်စွဲမျိုးတွေကျတော့ ဘဝမှာ မလွှာမရောင်သာကြုံရမည့် ဖြစ်ရပ်များအဖြစ် လက်ခံရမည်သာဖြစ်၏။ မိမိတို့ ထိန်းချုပ်ဖို့ လက်လှမ်းမမိသည့်ကိစ္စများအဖြစ် ရှုမြင်ပြီး ပူဇွေးစေရာရှိလျှင်သာ ရှိနိုင်၏။ ကျုန်တော်တို့ အမိုက် ရောင်ရှားရမည်မှာ ငှါးဖြစ်ရပ်ဆိုးများကို အကြောင်းပြချက်အဖြစ် အသုံးပြုပြီး ဘာမျှမလုပ်ဘဲ နေခြင်းမျိုးဖြစ်ပါသည်။

စော်ဘာပြားရိုင်းကဓလေးရှိမည်ထင်ရာသို့
ကျွန်ုပ်စကိတ်စီးပြီးလိုက်သည်။

ဂိန်း ကရက်ကော်

(ရေခဲပြင်ပေါ်တွင် စကိတ်စီးပြီးဟောကိုကစားနည်းတွင် ရော်ဘာပြုးရိုင်းအမာကလေးကို ဟောကိုတုတ်တဲ့ပြီး လိုက်လျှော့ဗိုး ဂိုးသွင်းရသည်။ ။မြန်မာပြန်သူ)

သင့်ဘဝ၏ ပတ်ဝန်းကျင် အနေအထားတွေက ဘယ်လိုပဲဖြစ်နေ ဖြစ်နေ သင်စိုးပြီး တာတွေက်သည့် နေရာသည် သင် ဘယ်အထိရောက် အောင် သွားနိုင်စွမ်းရှိသည်ကို ညွှန်းဆိုသည့် ညွှန်းကိန်းတစ်ခုမဟုတ်ပါ။ အောင်လန်တွင် လာရောက်နေထိုင်သည့် နိုင်ငံခြားသားတစ်ဦးသည် အောင်လန်မှာ မွေးသွားတစ်ဦးထက် ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ထူထောင်သည့် သန်း ကြွယ်သွေ့ပြစ်စိုးအလားအလာ လေးဆုံးကောင်း၏။ ကိုယ့် ဘဝကိုယ် အုပ်ထောင်သည့် သန်းကြွယ်သွေ့ပြစ်တော်များများသည် ပညာကို သုံးချိန်းတို့အောင် မသင်ရာဘဲ ကျောင်းထွက်ခဲ့သွားမှုးဖြစ်၏။ အမိုက် အုပ်ထောင်မှာ အောင်မြင်မှုသည် ကျောထောက်နောက်ခံအနေအထားနှင့် သိမြှေ့ပေါ်သက်မှု သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည့်စိတ်ချေခြင်းနှင့် အခွင့်အလမ်းအောင်ရှိ မရှိခြင်းပင်ဖြစ်၏။ အောင်မြင်မှုသည် အခွင့်အလမ်းမှန်းသို့ သိမြှေ့ အညွှန်းရည်ပေါ်တွင် များစွာမှတ်လည်၏။

သင့်ရှေ့များက်သို့ ရောက်လာသည့် အခွင့်အလမ်းကောင်းများ လို့ အခွင့်အလမ်းကောင်းမှန်းသို့ မြေပြင်ဖော်ထုတ်နိုင်ရန်အတွက် သင့်စိတ် အခြေအနေသည် အလွန်အလွန်အရေးကြီး၏။ အကယ်၍ သင့်မှာ အုပ်သောဆောင်သည့် အမြင်တွေ စွဲကပ်နေလျှင် သို့မဟုတ် အုပ်ဆောင်သော အွေ့ပုံစိုင်ရှိနေလျှင်၊ အောင်မြင်လို့မည်ဟု သင့်ကိုယ်သင်

ယုံကြည်မှုမရှိလျှင် အခွင့်အလမ်းများကို အခွင့်အလမ်းဟူ၍ သိမြင်
သဘောပါက်မည် မဟုတ်တော့။ ဘဝတွင် အခွင့်အလမ်းကောင်းများ
ကို လွှဲချော်လက်လွှဲတဲ့ကိုရတာလောက် နောင်တရစရာကိစ္စမရှိပါဘူး။

မှန်သော အလုပ်ကို လုပ်ဖို့ မသင့်တော်သောအချိန် ဟူ၍မရှိ။

အမည်မသိ

လူဘဝတွင် အမှန်တကယ် ကြေကွဲဝဲးနည်းစရာကောင်းသည့်မှာ
ရည်မှန်းချက်များ မအောင်မြင်ခြင်းမဟုတ်။ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ နှစ်မြို့
ထားရမည့် ရည်မှန်းချက်များ မရှိခြင်းဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုတ်တို့ယုံကြည်
သည်။ “ကျူပ်မှာ အခွင့်အလမ်းရယ်လို့မရပါဘူးများ၊ ကျူပ်က ကံကောင်း
သူမှ မဟုတ်တာ”ဟု လူတွေပြောသည်ကို ကျွန်ုတ်တော် မကြောမကြော ကြား
ရသည်။ အဖြစ်မှန်မှာ သူတို့ဝန်းကျင်တွင် ရှိနေသည့် အခွင့်အလမ်း
များကို မသိမြှင့်နိုင်လောက်အောင် သူတို့၏ စိတ်ကို ပိတ်ထားကြောင်း
သာဖြစ်၏။ အေားအေား ဖော်ပြခဲ့သည် ဘုန်းတော်ကြီးလို့ သူတို့သည်
လျေများ၊ ရာတ်ယာဉ်များကို မျက်ကွယ်ပြထားခဲ့ကြ၏။

သည်တော့ အဆိုပါအခွင့်အလမ်းများ အမိအရ ဖမ်းစီးအချိန်ခဲ့
မနေပါနှင့်။ မနက်ဖြန့်အထိ ရွှေ ဆိုင်းမနေပါနှင့်။ သင် ယနေ့လုပ်လို့ရ
သည် အလုပ်တွေကို ယနေ့မလုပ်ဘူး နောင် အသက်ရှစ်ဆယ်ငါးနှစ်ကျျှုံ
ဟိုတုန်းက လုပ်စရာရှိသည်များကို လုပ်ခဲ့လျှင် ကောင်းသားဟူသော
နောင်တကြီးဖြင့် ဘဝကိုအဆုံးမသတ်ပါနှင့်။

နိုင်မြင်းနှင့်ပုံမြင်းကို ဘဝတွင်ကြုံမေတ္တာမည် ကြီးမားသော များရှိသူ
များအတွက် ချိန်ထားပါ။ ယနိုင်လာလောဆယ်တော့အမြှေအနုအရှင်စိုး
တိုင်းတွင် ကောင်းကွက်ကလေးတွေ ရွှေးခွေကြည်ရှိရှိ အသိစိတ်ပြင်း
အားထုတ်ပါ။

အမည်မသိ

အောင်အတိုင်း သင်ချိန်အနာကို ပြုပြန်း

‘ဒီလိပ် ဖြစ်ရမယ်လေး’၊ ‘အဲဒါ ငါကုသိလိပ်’၊ ‘အဲဒီလောက်
အောင်ကောင်းတော်မတဲ့အဖြစ်မျိုး ငါ တစ်ခါမို့ မကြုံဖူးဘူး’ ဟူသော
အေားမျိုးပြောသူတွေကို သင်ကြုံဖူးဆုံးမှာ သေချာပါသည်။ သင်အမြှေ
အောင်းလုပ်နေကျအလုပ်ကို လုပ်လျှင် သင် အမြှေတမ်းရနေကျ အရာကို
ရှုနိုင်မည်ဆိုသည့် ဆိုရိုးတစ်ရပ်ရှိ၏။ သင် ဘယ်လို့တွေးသလဲ၊ ဘယ်
လို့တွေးပြန်သလဲ၊ ဘယ်လို့ဆောင်ရွက်သလဲ ဆိုသည်တို့ကို သင်၏ စဉ်း
စုံ တေားခေါ်ပုံအလောအထများက မသိစိတ်မှတစ်ဆင့် သတ်မှတ်ပြုခြင်း
၏။ သင်သည် အမြှေတမ်းရှုးနှင့်သူဖြစ်သည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်တွေ တကယ်ဖြစ်လာ
ပါလိမ့်မည်။ သို့သော် အကယ်၍ သင့်မှာ ဆန္ဒရှိလျှင် အဆိုပါ ယုံကြည်
ချုပ်ထဲမှ ဖောက်တွေကိုလို့ရပါသည်။

သုင်ယ်ချင်းအပေါင်းအသင်းတွေ ပြန်လည်ဆုံးစည်းကြသောအခါ
အတိုင်းအကြောင်း စားမြှုံးပြန်တတ်ကြသည်မှာ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်း
၏။ ယွှေ့စွှေ့ခဲ့သည်အချိန်တွေ၊ မိတ်ဆုံးပွဲတွေ၊ အားလပ်ရက်တွေ၊ အတွေ့
အကြောင်းတွေကို ဝေမျှခံစားသည့် အဆိုက်အတန်တွေ။ သို့ရာတွင် အခွင့်
အလမ်းသစ်များကို တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရသည့် တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း
အဖြင့်၍ ကျွန်ုတ်တို့သည် ကျွန်ုတ်တို့ရဲ့ ရှိနိုင်ခဲ့သည်ကိစ္စများဆုံး

သာ အရှုပြတတ်ကြ၏။ ထိအခါ အနာဂတ်မှာ ဖြစ်လာမည့်ကိစ္စများကို
တွေ့ပြီး ကြောက်ချုံလာတော့၏။ လူတွေ စုစုဝေးတော်မှာ နှင့်ဆိုလျင် ကျွန်ုင်
တော်တို့ အကောင်းတွေကို သတိရတတ်ကြသည်။ တစ်ကိုယ်တည်းရှိ
နေစဉ်မှာတော့ အဆိုးတွေကို သတိရတတ်ကြသည်။ သည်တော့ ကျွန်ုင်
တော်တို့ အပြောင်းအလဲကို ဆန့်ကျင်တွန်းလုန်ကြတော့၏။ သို့သော်
ကျွန်ုင်တော်တို့ဘဝတွင် ရှေ့ငွေ့လွှဲမရသည်မှာ အပြောင်းအလဲ ဖြစ်၏။
အပြောင်းအလဲကို ဆန့်ကျင်တွန်းလုန်ဖို့ကြေးစားခြင်းသည် ပုဂ္ဂလိက
ဆုံးများများကို စိုက်ပျိုးရာရောက်ပါသည်။

၌အချက်သည် စီပွားရေးလုပ်ငန်းများအတွက်လည်း မှန်ကန်ပါသည်။

၁၉၈၀ ပြည့်နှစ်တွင် မြတ်နိုင်ငံ၏ လည်ပတ်နေသည့် ကုမ္ပဏီတွေ
ထက် ၄၀ ရာခိုင်နှစ်နှင့်သည် ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ်တွင် လည်ပတ်မူပုံဆိုင်းသား
သည်ကိုတွေ့ရ၏။ ဖောကျွန်းမူရှင်းက ရွေးချယ်သည့် ထိပ်တန်းကုမ္ပဏီ
၅၀၀ သည်လည်း ထိန်ည်းငါးကြော်ရေ၏။ ထို့ပြင်ဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်း
ငါးပါင်းများစွာထဲမှ ဖုပ်တစ်အကြောင်းငါးမှာ သူတို့သည် မပြုလှုံး
လဲကသောကြောင့်ဖြစ်၏။ သူတို့သည် ဝယ်သူများနှင့် တစ်သားတည်း
မရှိ။ သူတို့သည် လုပ်နေကျတွေကိုသာ လုပ်နေကြသည်။ သူတို့ကိုယ်
သူတို့ တရွေ့ရွေ့တိုးတက်ဖြစ်ထွန်းလာအောင် မပြုပြင်ကြသလို ဝယ်သူ
များ၏ တိုးတက်ဖြစ်ထွန်းလာသော လိုအပ်ချက်များကို ကြိုးတင် တွက်ဆ
မြင်း မပြုကြပေ။ သူတို့သည် သူတို့၏ အတိတ်ဘဝလုံခြုံမှုထဲမှာ ‘အေ’
နေကြသည်။

တကယ်ဘူး အတိတ်က ကုန်လွန်သွားပြီ။ အတိတ်ကို ကျွန်ုပ်တော်တို့ ပြောင်းလဲလို့မရ။ နောက်ပြီး အပြောင်းအလဲရယ်လို့ဖြစ်လာလျှင် ကျွန်ုပ်တော်တို့လည်း လိုက်ပြီးပြောင်းလဲရမည်ဆိုသည့်အချက်ကို လက်

သူတိသည် လျှင်ချင့်စံ ငှက်လှလှကလေးတစ်ကောင်နှင့် တုစ္ဆာည်။ ငှင့်ငှက်ကလေးသည် တစ်သက်လုံးလျှင်ချင့်ထဲမှာပဲ အကျဉ်းသည်။ မြတ်သားရုံ။ ပိုင်ရှင်က သူကို အစာကျေးသည်။ ရေတိက်သည်။ သူပိုင်ရှင် သေဆုံးသွားသည့်နေ့တွင် အိမ်နီးချင်းတစ်ဦးက လဝပြီး အားဖြင့်အိမ်ကို ဖွင့်ပေးသည်။ “က ခုချိန်ကစပြီး မင်းသွားလိုရာသွား နိုင်ပြီ”ဟု ငှက်ကလေးကို ပြောသည်။ သို့သော် ငှက်ကလေးက လျှင် အိမ်တော်းမှာ ပုံမှန်အောင် လျှော့ကြည့်ပြီး သူဘာသာသူ လို့စားသည်။ “ငါဒီမှာပဲ ဆက်နေမယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိတော့ ငါသိတဲ့ အန္တာဟာ ဒါပါဖြစ်နေလို့ပဲ။ ပြီးတော့ ငါ မလွှတ်လပ်ပေမဲ့ ဒီမှာနေရတာ လုံခြုံစိတ်ချုပ်ရတယ်” ဟူ၏။ သို့သော် ငှက်လျှင်အိမ်၏ ပြင်ပတွင် အုပ်စုးရာဇ်ဖို့ ကမ္ဘာကြီးရှိနေကြောင်း၊ အခွင့်အလမ်းတွေ အပြည့်ရှိသည့် အုပ်စုးကမ္ဘာကြီးရှိနေကြောင်း လုပ်သောငှက်ကလေး သိမြင်သော သိတော်းမှာပါချော်။

ယခင်က လူတွေအစစ်ဆေးခဲ့ပြီ။ ကျရှုံးခဲ့သည်များကို သတိတရ^၁ ဖြစ်ရင်။ နောက်တစ်ကြမ် လူတွေအစစ်ဖို့ သွားခဲ့သူတွေ ကျွန်ုတ်တော်တို့ အထောက် ဘယ်လောက်များများ ရှိခဲ့ပါသလဲ။ ထိုသို့ ကျခုံးမှုအဟောင်း များထို ပြန်လည်သတိရနေခြင်းကြောင့် မသိစိတ်က စိတ်လျှပ်ရှားမှုဖြင့် ကြပြန်၏။ ငါင်စိတ်လျှပ်ရှားမှုမှာ စိတ်ဖို့မှုပုပ်ဖြစ်တော့ကို။ စိတ်ဖို့မှု အောင်းကိုက်ခြင်း၊ ဂနာ့မဖြုတ်ခြင်းနှင့် အခြားနည်းပေါင်းများစွာဖြင့်

သူအစွမ်းအစကို ဖော်ပြသည်။ စိတ်ဖိစီးမှု ကြီးမားလေ လူတွေ အစစ် ဆေးခံချင်မှားတွင် မိမိညုံဖူးငြောင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်လာလေ ဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်ရာ လူတွေ အစစ်ဆေးခံပွဲတွင် မိမိမအောင်မြင်ငြောင်း ကြားသိရသောအခါ “ဒီအလုပ်ကို ငါရမှာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ ငါသိနှင့် သား” ဟူသော စကားဖြင့် မိမိ၏ ယုံကြည်ချက်ကို လုံးလုံးလျားလျား အကည်ပြုလိုက်တော့၏။

လူတော်လူကောင်းများသည် တော်၏။ ကောင်း၏။ အဘယ်မြောင့် ဆိုသော သူတို့သည် ရှုံးနိမ့်မှုမှတစ်ဆင့် ဉာဏ်အမြော်အမြင်ကို ရယူ၍ သော်ကြောင့်ဖြစ်၏။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အောင်မြင်မှုမှ မဖြစ်စေလာက် ဉာဏ်အမြော်အမြင်ကလေးသာ ရမြောင်း သင်သိထားပါ။

ဝိလျှော်ဆာရယ်(၁၉၀၈-၈၁)
အမေရိကန်ပြောတ်နှင့် ဝေါ်ရေးဆရာ

နောက်ထပ်စာတ်လမ်းတစ်ပုဒ် ပြောပါရစေ။ ကျွန်ုတော်က ကျွန်ုတော်တက္ကသိုလ်ကို ကိုယ်စားပြု၍ ဂေါက်ရိုက်ကစားခဲ့သူဖြစ်၏။ ကျောင်းမှာ ကျွန်ုတော်၏ တုနိုင်းမမိသော အားကစားမှတ်တမ်းရှိနေ သည်။ အဘယ်မြောင့်ဆိုသော နောက်ဆုံးတစ်ဗျားမှ မကစားမီအထိ ပွဲပါမ် နှစ်ဆယ့်တစ်ပွဲကစားခဲ့ရာ နှစ်ဆယ့်တစ်ပွဲစလုံး ကျွန်ုတော်ရှုံးခဲ့သော ကြောင့်ဖြစ်၏။ ကျောင်းသားဘဝဖြင့် နောက်ဆုံးပွဲမကစားမီတွင် ‘ကျောင်းမထွက်ခင် တစ်ပွဲလောက်တော့ နိုင်လိုက်ချင်တယ်’ဟု ကျွန်ုတော် စဉ်းစားခဲ့သည်ကို မှတ်မိန့်၏။

ကျွန်ုတော်နှင့်ပြိုင်ရမည့် ပြိုင်ဘက်၏ အကျောပေးမှတ်မှာ ၁၂ အသင်းခေါင်းဆောင်က ပြောသည်။ ထိုစဉ်က ကျွန်ုတော် အကျော

သူမှတ်မှာ ၇ ဖြစ်သည်။ သည်တော့ သည်လူကို ကျွန်ုတော်နှင့်နှင့်အရေးများသည်ဟု တွက်လိုက်သည်။ သည်ပွဲမှာ ကျွန်ုတော်၏ အောင်းသားဘဝ နောက်ဆုံးပွဲဖြစ်ရာ ကျွန်ုတော် အစွမ်းကုန်ယူဥပြုင့်နှင့် မိတ်ဆုံးပြုတိလိုက်သည်။

သူက ပထမဦးဆုံး ရိုက်ချက်ကို လှလှပပရိုက်ပြီး ပွဲကိုစသည်။ အဲမြောကောင်းလောက်အောင်ပင် ကျွန်ုတော်ကလည်း လှလှပပ ထိုက်ပြီး ရိုက်ပြနိုင်သည်။ ပထမကျော်နှင့် ခုတိယကျော်ကို ကျွန်ုတော် ကို နှစ်ယောက်လုံးသတ်မှတ်ရိုက်ချက်အတိုင်း ရိုက်နိုင်ကြသည်။ တတိယကျော်အတွက် ရိုက်ချက်တစ်ချက်စီလျှော့ပြီး ရိုက်ချက်အတိုင်း နိုက်နိုင်ကြသည်။ တစ်ချက်လျှော့ရိုက်ချက်ကို ကိုးကျော်မြောက်အထိ ကျွန်ုတော်တို့နှစ်ယောက်စလုံး ထိန်းထားနိုင်ခဲ့။ ဆယ့်လေးကျော်သို့ အောက်သည်တိုင် ကျွန်ုတော် သူနှင့် လက်ရည်တဲ့ ရိုက်နေသည်။ ဆယ့်လေးကျော်ရောက်တော့ ရိုက်ချက်တွေသားပြန် သည်။

ဆယ့်ခုနှစ်ကျော်သို့လမ်းလျော့ချောက်သွားရင်း ကျွန်ုတော်က ထိုဓာတ် အေးလိုက်၏။ “ခင်ဗျားက ဘယ်ကွင်းမှာ ကစားနေကျေလဲ” သူက မျှော်ပိုယ် ဂေါက်ကွင်းမှာ ကစားကြောင်းပြောသည်။ ကျွန်ုတော် တအဲ ကဲ့ဖြစ်သွားသည်။ သို့ဖြင့် ဘယ်လိုကြောင့် ထိုကွင်းမှာ ကစားခွင့်ရ သလဲဟု အေးလိုက်သည်။ သူက သူသည် ကိုန်းဘရံတက္ကသိုလ်ပထမ အကောက်ဆွဲစင်အသင်းမှာ ကစားခွင့်ရရှိခဲ့သည်မှာ အကျောပေးမှတ် အဲလွန်နည်းရမည်။ အကျောပေးမှတ် ၁၂ ထက်အများကြီး လျှော့နည်းရှုည်းမြေကြီး လက်ခတ်မလွှာ ကျွန်ုတော် ဝေါဝါဖြစ်သွားသည်။ သည်တော့ သူ၏ အကျောပေးမှတ်ကို မေးကြည့်လိုက်၏။ သူ့အကျော သူမှတ်မှာ ‘နှစ်’ ဟု သူကပြောသည်။ ကြည့်ရတာ မျက်စီမွှန်သော ကျွန်ုတော်အသင်းခေါင်းဆောင်က ၂ နှင့် ၁၂ မှားပြီး ၁၂ တို့ပုံရသည်။

(သို့မဟုတ် နေ့လယ်စာ စားချိန်တုန်းက ဂိုင်သောက်တာ များသွားတာ ပိုဖြစ်နိုင်သည်။) ထိုလူ၏ အကျော်ပေးမှတ်မှာ ၁၂ မဟုတ်ဘဲ ၂၂ ဟု သိလိုက်ရသည့် တာဒ်မှာပင် ကျွန်တော်၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည် စိတ်ချုမှုတွေ လွင့်စဉ်သွားတော့၏။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်၏ မှတ်ဉာဏ်ထဲ က ရုံးပွဲတွေကြောင်း တရိပ်ရိပ် ပြန်ပေါ်လာတော့၏။

အထူးပြောစရာ မလိုပါ။ ကျွန်တော်၏ မသိစိတ်ကို ကျွန်တော် ဆောင်လော်ကန်လန်မလုပ်နိုင်ပါ။ သယ့်ခုန်ကျင်းတွင် ကျွန်တော်ရှုံးသည်။ နောက်ဆုံး ဆယ့်ရှစ်ကျင်းမြောက်တွင်တော့ ကျွန်တော် စံချိန် ထူထားသည့် အရှုံးစံချိန်ကို မထိခိုက်မပျက်စီးအောင် ဆက်ထိန်းထားလိုက်ပါတော့သည်။

ကျွန်တော် နိုင်ရမည်ဟု ယုံကြည်ထားသရွှေ့ ကာလပတ်လုံး ကျွန်တော်မှာ အောင်နိုင်သွားတိုး၏ ဟန်ပန်တွေရှိနေ၏။ လမ်းလျောက်ပုံကအစ တွေးခေါ်ပုံအလယ် ကစားပုံအဆုံး။ သို့သော် ငါတော့ ရုံးတော့မှာပဲဟု ယုံကြည်လိုက်သည့် တာဒ်တွင် အစေအရာရာ အောက်ထိုး မိုးမျှော် ဖြစ်သွားတော့၏။

ချုပ်ပိုယာဝကို ရရှိခြင်းမှာ ချုပ်ပိုယာက်လို စဉ်းစားတွေးခေါ်သောကြောင့်ဖြစ်၏။ အောင်မြင်သွား အောင်မြင်ခြင်းမှာ အောင်မြင်မှု၏ ဆလာဘ်များကို သူတို့၏ စိတ်မျှက်စီးထဲမှာ မြင်ယောင်နေသော ကြောင့်ဖြစ်၏။ အရှုံးသမားများ ရုံးနိုင်ခြင်းမှာ သူတို့သည် ရုံးနိုင်မှု၏ အပြုံးတော်များကို သူတို့၏ စိတ်မျှက်စီးထဲမှာ မြင်ယောင်နေသော ကြောင့် ဖြစ်၏။

ကိုယ်ကာယ်ကြခိုင်မှ အသားပေးသည့် ဤအောက်သစ်ထဲတွင် သင့်ကျိုးမာရေးကောင်းလာပြီး ပျော်ဆွင်ကျိုးမာနေနိုင်အောင် သင့် ဘယ်နှိုင်လောက် ကိုယ်ရော စိတ်ပါ မြှုပ်နှံပြီး အားထုတ်ဖူးပါသလဲ။ နောက်

လိုနှစ်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

ပြီး ဘယ်နှုကြိမ်လောက် အားထုတ်မှု ပျက်သွားဖူးပါသလဲ။

သင်သည် အတိတ်၏ အရှုံးနိုင်မှုကို ပြန်စဉ်းစားနေလျှင် အရှုံးခိုင်းကြောင်းကို အားပေးနေရာရောက်၏။ ထိုအခါ သင်၏ အားထုတ်မှု သင်စိတ်ကို အရှုံးပွဲနှင့် ရင်ဆိုင်ရအောင် ဖုန်တီးပေးနေရာ ရောက်၏။ တတ်ထော့ လက်တွေ့ကျသည့်အရာ ဘယ်အရာကိုမဆို သင်စိတ် ပြန်နှုံးထားလျှင် အောင်မြင်စွာ ရယူနိုင်သည်ချည်းဖြစ်၏။ သို့သော် သင် ရယူနိုင်သည်ဆိုတာကိုတော့ ယုံကြည်ထားရပါမည်။ ထိုသို့ မြတ်သည်ထားရှိ ဆိုသည်မှာ သင်၏ စဉ်းစားတွေးခေါ်ပုံ အလေ့အထကို မြှုပ်နှံးလေပစ်ခြင်းပင် ဖြစ်၏။ အလေ့အထများကို ကျင့်ယူလိုရာသူလို အလေ့အထများကို ဖျက်ပစ်လိုရာသည်။ နှစ်ဆယ့်တစ်ရက်လောက် ကြာ အညွှေ့ ကာလအတွင်းမှာပင် ဖျက်ပစ်လိုရရှိနိုင်သည်။

တစ်ချက်စဉ်းစားကြည့်ပါ။ မနက်မိုးလင်းအိပ်ရာက အထတွင် မြှုပ်တစ်ရန်ထဲက မည်သည့်ဘက်ကို စပြီး ခြစ်စပ်ပါသလဲ။ သင်သည် မြှုပ်တဲ့ တစ်ဖက်ဖက်ကတဲ့ပြီး စွဲလေလှုရှိကြောင့်တွေ့ရပါမည်။ ဆိုပါမို့ လျာာက်ကတဲ့ပြီး စွဲလေလှုသည်ဟု။ မနက်မိုးလင်းအိပ်ရာက ထထချင်း ပြင်ရှုံးမည့်နေရာတွင် စာတန်းကလေးတစ်ခုရေးပြီး ကပ်ထားပါ။ 'ဘယ် ဘေးမိန့်နိုင်က စပြီး စီးပါ' က စာတန်းမှာ ရေးထားသည့်အတိုင်း မှတ်ဆယ့်တစ်ရက်စီးပါ။ နောက် စာတန်းကို ဖြုတ်လိုက်ပါတော့။ ယခု အော် သင်သည် အစဉ်အမြှုံးဘယ်ဘက်ဖိန်ပိုကစပြီး စွဲသည်ကို အုပ် ဆုံး တွေ့ရပါလိမ့်မည်။ ဤကား သိမ်းမှတ်စီးမှတ်ဆင် ဆက်လက်ကျွန်းသုံး

ခိုင်းမာရေးလောကတွင်လည်း တစ်ချိန်တစ်ခါက အမို့ပွားယုံကြည့်ပုံးမှ အလုပ်အလေ့အထများ သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ပုံအောင် အညွှေ့အညွှေ့မည်းမှားကို အောင်တွေ့ပြောင်းသွားသည့်တို့ ဆက်လက်ကျွန်းသုံး

နတတ်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် 'ငါတို့ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလို့ ယပ်နေတာလဲ'ဆိုသည့် မေးခွန်းကို မပြတ်မေးနေကြရပါမည်။ အကယ်၍ အဖြေကို စိတ်ကျေန်ပူမရှိလျှင် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းကို ပြောင်းပစ်ပို့ ကျွန်တော်တို့ တိတိကျကျ အားထုတ်ကြရပါမည်။ တစ်နှစ်ခုကို ပြော ဆောင်ရွက်ပို့ တဗြားနည်းလမ်းတစ်ခု အမြှိုက်နေပါသည်။ ပို၍ ယော့ ယျကျကျ ပြောရလျှင် သင် ကျွန်ကြနေပါသည် အကျဉ်းပါနေသာ အပြု အမှု ဟန်ပန်များက သင့်အနာဂတ်ကို ပုံဖော်နေပါသည်။ ဤအချက်ကို အသိအမှတ်ပြုရပါမည်။ အကယ်၍ ငှင်းဟန်ပန်များကို ဆက်ထိန်းထားချင်သည်ဆိုလျှင် သည်အတိုင်း နေလိုက်ပါ။ သို့သော် ငှင်းဟန်ပန်များနှင့် ပတ်သက်၍ သင်စိတ်ကျေန်ပူမရှိလျှော့ ဆိုလျှင်တော့ သင့်မှာ ရွှေးချယ်စရာလမ်းရှိနေပါသည်။ ဦးတော် ပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့ လုပ်နည်းစဉ် ကို ယခုပင် စတင်အကောင်အထည်ဖော်နိုင်စွမ်းလည်း သင့်မှာ ရှိနေ၏။ ကျေန်ပူများ၊ လျှော်လျှော်ခြင်းနှင့် ဖော်နှင့် ရွှေးချယ်စရာလမ်းတို့ သည် သင်၏ အမိက ရန်သူများဖြစ်ပါသည်။

ပြုပြင်ကျေန် စိတ်ကျေသုတေသန

အရာရာတိုင်းသည် စိတ်ကုံးယဉ်ခြင်းမှ အစပြု၏။ သည်တော့ ကြော်ကျယ်ကျယ် စိတ်ကုံးယဉ်ပါ။ သို့သော် သင့်ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်းဆိုတိုင်းဆိုတို့ တစ်ချက်တည်း ခုန့်ပျော်လွှားပြီး ရောက်သွားလိမ့်မည် ဟု မအောင်လင့်ပါနှင့်။ (ထိစွမ်းရည်မျိုးကို 'စုပါမင်းပြပါစေ။') ကျွန်တော် တို့ အားလုံးပင် ကျွန်ဖြူးရှုပ်စေတော်က စကားပုံတစ်ခုနှင့် ရင်းနှီးနေပြီး ဖြစ်၏။ 'အရွည်လျားဆုံး ခရီးတစ်ခုသည်ပင် ခြေလှမ်းကလေး တစ်လှမ်းဖြင့် စတင်ရသည်' ဟု၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပထမ ဦးဆုံး ခြေလှမ်းကိုစပြီး မလှမ်းလျှင် ငှင်းခရီးကို သင်စဖြစ်မည်မဟုတ်။

လိုန့်လိုက်လို ကိုးကွယ်

လိုအခါ စိတ်ကုံးယဉ်မှသည် စိတ်ကုံးယဉ်အဆင့်မျှသာ ဆက်ပြီး ရှိန် ဆာ့မည်ဖြစ်၏။ လုပ်ဆောင်ချက် ကပ်ပါမလာသော စိတ်ကုံးယဉ်မှ သည် တောင်စဉ်ရေမရ ဆန္တတစ်ခုလျှော့ ဖြစ်နေပေမည်။ ဆောင်ရွက် ပြုပြင်ပူဇေား စိတ်ကုံးယဉ်မှသည် ကုဘ္ဇာဌးကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်သည်။ ထိုမျှမကသေး သင်သည် သင်ဆန္တရှိသော အနာဂတ်ဘဝရှုစ်း လို့ ကိုယ်တိုင်ရေးခြယ်နိုင်စွမ်းရှိ၏။ သည်တော့ သင့်ကိုယ်သင် သေး သေးမွားမွား အိပ်မက်ကလေးတွေနှင့် သေးသေးမွားမွား ရည်ရွယ်ချက် အွာထဲမှာ ဆောင်ကန်းမထားပါနှင့်။ အကယ်၍ သင်သည် မြင့်မြင့်မား သူ့ ရည်မှန်းပြီး ရည်မှန်းထားသည့်အတိုင်း ပြည့်ပြည့် ၁၀၀ ဖြစ်မြောက် ဆောသည့်တိုင် ဖြစ်နိုင်မြော်ရှိသည်ဟု သင် ထင်ထားသည်ထက် ပိုပြီး အီးဆရာက်နေပြောင်း သင်တွေ့ရပါလိမ့်မည်။

ကျေန်ပုံစံသိမ့်မှုရေပန်းသည် စိတ်တွင်းမှာ အလိုအဓိပ္ပာက် ပန်းထွက်လာရပါမည်။ ရွှေသွားဝါဆားကြောင်း အသိခေါင်းပါးသူတစ်ဦးသည် ဘဏ္ဍာ မစိုပြုပြင်ပြောင်းလဲပစ်ခြင်းပြင် ပျော်ဆွဲမှုကို ရှာ၏။ သို့သော် သူ့ထိတိတော့ သူ့မပြောင်း။ ထိုသွားသည် အကျိုးမှုအားထုတ်မှုများပြု့ သူ့ဘဝကို အသေးစိုးကို အကျိုးမှုအားထုတ်မှုများပြု့ သူ့အောင်မြော်မှုနှင့် ထားသည်။

ဆင်ဖြူယယ် ရွှေနှင့်

တယ်ရို့အက်စံဆိုသည် ကနေဒါယန် လှုင်ယောက် ပို့အောင်ပြီး ကျွန်တော်တော်တော်အားကျိမ်သည်။ သူမှာ အရိုးကင်ဆာ ဆာဝါ ခွဲကပ်နေသည်။ ရောဂါသည်မှား၏ ဝေဒနာကို စာနာခံစားမီ သာ တယ်ရို့က ကနေဒါနိုင်ငံကို ဖြတ်ပြု့စီး ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

ကင်ဆာရောဂါ သူတေသနပြုရေးရန်ပုံငွေရှာဖွေရန် ဖြစ်၏။ ကနေဒီယန် ကင်ဆာရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေးအဖွဲ့၏ အားပေးထောက်ခံမှုဖြင့် တယ်ရှိ သည် 'မျှော်လင့်ခြင်း မာရသွန်' ပြီးပွဲအတွက် စတင်လေ့ကျင့်တော့၏။

ဘုရားပြည့်နှစ် မြို့ပြ ၁၂ ရက်နေ့တွင်တော့ နောက်ဆုံး နှစ်ဆက် သည် အပြုအမှုအဖြစ် သူ၏ ခြေတွက် အထူးလန်တိတ် သမုဒ္ဒရေရှာတွင် နှစ်သည်။ ပြီးတော့ နယ်းဖောင်းလင်းပြည့်နယ်၊ စိန့်မျှနှင့်မြို့မှ စတင် ထွက်ခွာသည်။ တစ်နေ့လျှင် ၂၆ မိုင်ပြီးမည်ဟုသော ရည်မှန်းချက်ဖြင့် တစ်တိုင်းတစ်ပြည့်လုံး၏ အာရုံစုံစိန်မှုကို ရရှိသည်အတွက် သူ၏ ပြီးပွဲကို လူထဲဆက်သွယ်ရေးဌာနများက အနီးကပ်လိုက်ပြီး သတင်း ယူကြသည်။

တယ်ရှိ၏ စိတ်ကူးယဉ် မျှော်မှန်းချက်မှာ ၃၇၀လာ ၁၀၀,၀၀၀ ရန်ပုံငွေ ရရှိရေးဖြစ်၏။

"ကျွန်ုတ်သော် သင်ယူဆည်းပူးလို့ တတ်သိသမျှ အရာတွေထဲမှာ အရေးအကြေးဆုံးအချက်ကတော့ ဘယ်အရာမှ လုံးဝေသုံးဆုံးဆုံးရွားကြီး မဖြစ်ပါဘူး။ ဒီရောဂါကြီးက ကျွန်ုတ်ကို ပိုပြီး ကောင်းတဲ့ လူတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ဖန်တီးပေးခဲ့တယ်။ ဒီရောဂါဆုံးကြီးက ကျွန်ုတ်ကို သတ္တိရှိလာတောယ်။ အရင်က ကျွန်ုတ်မှာ မရှိခဲ့တဲ့ ရည်မှန်းချက်မျိုး ထားတတ်အောင် သင်ပေးခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်ုတ် လုပ်ခဲ့သလို ငင်ဗျားတို့ လိုက်လုပ်စရာ မလိုဘူး....။ ခြေတစ်ရွောင်း အဖြတ်ခဲ့တဲ့အထိ၊ ဒါမှမဟုတ် ထိတ်လန့်ချောက်ချားစရာ ရောဂါဆုံးကြီး ရော့အထိ စောင့်နေဖို့ မလိုဘူး။ ဒီတော့ ငါဘာသားနဲ့ ထုထားသလဲဆိုတာ ကို အရိုန်တွေယူပြီး ရှာဖွေလေ့လာမနေကြပါနဲ့။ ငင်ဗျားတို့ ခလော လောဆယ်ကိုစြိုး လုပ်လို့ရတယ်။ ဘယ်သူမဆို လုပ်လို့ရပါတယ်"

ရက်ပေါင်း ၁၄၃ ရက်နှင့် မိုင်ပေါင်း ၃,၃၃၉ မိုင်ကို ကျော်ဖြတ်

ပြီး အွန်တော်ရှိပြည်နယ်၊ သန်ခါဘား ဆင်ခြေဖုံးသို့ရောက်သောအေး တယ်ရှိ အပြီးရပ်လိုက်၏။ ကင်ဆာရောဂါက သူ့အဆုတ်ဆိတ္တိ ပြန်ပွား အောက်ရှိနေပြီ။ သို့သော် ၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ ၁ ရက်နေ့တွင် အယ်ရို့ဖောက်ခဲ့၏ မျှော်လင့်ခြင်း မာရသွန်ပြီးပွဲမှုရာသည် ရန်ပုံငွေမှာ ၂၀၁၂ ၂၄.၁၇ သန်းပြည့်သွားသည်။ ကနေဒါရိုလူတစ်ဦးအတွက် အောင်၍ အောင်၍ လောရစေမည်ဟုသော သူ၏စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက်ကြီး အကောင် အထည်ပေါ်သွားလေပြီ။

သူ၏ နှစ်ဆယ့်သုံးနှစ်မြောက် မွေးနေကျရောက်ရန် တစ်လအလို့ ၂၅၀၈ ၂၀ ရက်နေ့တွင် တယ်ရှိဖောက်ခဲ့ ကျယ်လွှန်သွားသည်။ ထိန့်မှတ်၍ အောင် နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း စက်တင်ဘာလတွင် တယ်ရှိဖောက်ခဲ့ပွဲများ ဖော်ဆုံးပေါက်၏။ ကောက်ခံရရှိသည် ရန်ပုံငွေမှာ သန်းပေါင်း ၁၀၀ အော်သွားသည်။ ရောက်တောင်တန်းကြီးထဲက တောင်တစ်လုံးကို အယ်ရို့ဖောက်ခဲ့၏ အာမည်ဖြင့် ၂၀၀တွင်စေခဲ့သည်။ သန်ခါဘားမြို့ပြင် ၂၅၀၈ တယ်ရှိဖောက်ခံအထိမ်းအမှတ် ရောမကျောက်တိုင်ပြီး စိုက်ထူးသွားသည်။ တယ်ရှိဖောက်စံသည် သန်းပေါင်းများစွာသော လူတွေ၏ ပုဂ္ဂိုလ်သားကို နှိုးဆွေပေးခဲ့လေသည်။

သူ ကျယ်လွှန်ပြီး သုံးရက်အကြာတွင် သတင်းစာဆရာတစ်ဦးက အောင်ပါအတိုင်း ရေးသားခဲ့၏။

"တယ်ရှိဖောက်ခဲ့၏ ပြီးပွဲကားပြီးဆုံးသွားလေပြီ။ တကယ်တော့ ကျွန်ုတ်သူ၏ ပြီးပွဲကို အဆုံးသတ်မသွားနိုင်ရာ။ ကျွန်ုတ်တို့တစ်ယွေးအယ်ရှိလည်းဘယ်သောအခါးမျှ အဆုံးသတ်ထိတိုင် ပြုနိုင်ကြပေးသွားတဲ့။ အရေးကြီးသည်မှာပြီးနေခြင်းဖြစ်၏။ အရေးကြီးသည်မှာ ရည်ရွယ်ပန်းတိုင်များ ချမှတ်ဖို့ဖြစ်ဖြစ်၏။ အရေးကြီးသည်မှာ ဘယ်သော အဲဒ္ဓာ လက်မြောက်အရှုံးမပေးရေးပြစ်၏။ အရေးကြီးသည်မှာ လုသား

တစ်ဦး၏ ဂုဏ်ကျက်သရေကို အစွမ်းကုန်ထိန်းပြီး ပြောင်ပြောင်မြောက် မြောက်နှင့် တော်တည်မှန်ကုန်စွာ ပြေးရေးဖြစ်၏။ တစ်ချိန်တည်းတွင် ပြေးနေခြင်းကို ပျော်ဆွင်ကြည်နဲ့ဖို့၊ ဘဝ၏ မထော်မနမ်းဖြစ်ရပ်များကို ဟားတိက်ရယ်မေ့နှင့် ဘဝ၏ ရက်စက်ကြမ်းကြတ်မှုများနှင့် ကြော်လိုက်နှင့် လိုက်လည်း မမေ့ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။

တယ်ရိုဖောက်စံသည် ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် စိတ်ကူးယဉ်ခဲ့၏။ အောင်နိုင်သူအားလုံးပင် ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် စိတ်ကူးယဉ်ကြသည်။ ကျွန်းတော် ပြောနေသည့် စိတ်ကူးယဉ်အမျိုးအစားမှာ အသိစိတ်ဖြင့်စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းမျိုး။ ကျွန်းတော်တို့ ထိန်းသိမ်းကိုင်တွယ်နိုင်သည့် စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်းတော်တို့အားလုံးပင် စိတ်ကူးနှင့် ရူးခွဲ့ကြသည်။ တိမ်တိုက်ဖြင့် နှစ်းတော်များ တည်ဆောက်ခဲ့ဖူးကြသည်။ ကျွန်းတော်တို့ သည့်ထက်ပိုပြီး စိတ်ကူးနှင့် ရူးကြရပါမည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် ဤလုပ်ရပ်က အာရုံခံ မြင်ယောင်ကြည့်သည့် နည်းလမ်းများကို ကျားကန်ပေးသောကြောင့် ဖြစ်၏။ အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်သည့် နည်းလမ်းများသည် ကျွန်းတော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်များ အောင်မြင်ရေးအတွက် အရေးပါအရာရောက်သော လက်နက်တစ်ခုဖြစ်နေသောကြောင့်ပင်။ ဤအကြောင်းကို နောက်ပိုင်းတွင် အသေးစိတ်ဆွေးနွေးပြီးပါမည်။

ထိုအတူ အရေးကြီးသည်မှာ သင့်တွင် စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက်တစ်ခု ရှိဖြေခို့ကြည် မပြောသင့်မပြောထိုက်သူများကို ပြောမပြေးရေးဖြစ်သည်ဟု ကျွန်းတော်ယုံကြည်၏။ ထိုသို့သောသူများမှာ အိပ်မက်သူခိုးများ၊ သင့်ရည်မှန်းချက်တွေကို ပယ်ချေသူများ၊ "မင်းအဲဒါလုပ်လို့ ဘယ်ဖြစ်မလဲ၊ မင်းဘာတွေ လျော်ကို ပယ်ချေသူများ" ဟုပြောသူများဖြစ်၏။ သင့်ကို ယုံကြည်သူများ၊ သင့်ရည်မှန်းချက်တွေကို လက်ခံသူများ၊ မလွှဲသောမရောင်သာ စိတ်ပျောက်အားကယ်နှံနိုင်မျိုးတွင်

အေးပေးသူများ၊ စိတ်ပြောင်းအောင် ကူညီသူများကိုသာ ဖွင့်ဟတိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။

အိပ်မက်များက လူတွေ တစ်ဦးချင်းအတွက် အလုပ်လုပ်ပေးသည်။ သူ့ရေးလုပ်ငန်းများအတွက်လည်း အလုပ်လုပ်ပေးသည်။ ဥက္ကဋ္ဌနှင့် အုပ်ဆောင်အရာရှိချုပ် ရှုက်ပဲလျှော့ လက်အောက်တွင် ရှင်နရယ် လျှပ်စီး တွေ့ကြည် ကမ္ဘာအကြီးဆုံးကဗျာကို ဖြစ်လာသည်။ သူက ရည်မှန်း များ ဖြင့်မြင့်မားမားထားခြင်း သို့မဟုတ် ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းကို အကျိုးအကျယ် ယုံကြည်သူဖြစ်၏။

"တို့ခဲ့၊ ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အရှင်းလင်းဆုံးအဓိပ္ပာယ်ကတော့ အသာကုန် မဖြစ်နိုင်တာ ဘာမှမရှိဘူး ဆိုတာပဲ။ တို့ခဲ့ထားတဲ့ ရည်မှန်း များပေါ်နဲ့တိုင်တွေ ချမှတ်ခြင်းက လူတွေရဲ့စိတ်ဓာတ်ကို လုံးဆောင်ပေး အသိစိတ်ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းမျိုး အောင် အိပ်မက်တွေကို အသုံးပြုပြီး စီးပွားရေးဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက် အိုးဆိုင်တွေ ချမှတ်ခြင်းပဲ။ အောင်လို့ ချမှတ်ပေမဲ့ အောင်ပိန်းတိုင်ဆိုကို အောင်အောင် ဘယ်လိုသွားရမယ်ဆိုတာ မသိဘူးလေ။ နောက် အောင်ပိန်း ဆိုင်ရှိ ရောက်ဖို့သောချာသွားပြီဆိုတာနဲ့ တစ်ပြိုင်တည်း နောက်ထပ် ဆိုင်ရှိဖို့အချိန် ရောက်လာပြန်တာပေါ့"

အိုလ်ပစ်အားကစားကွင်းထဲရှိ ဆုပ္ပါဒ်မြင့်ပေါ်တွင် မတ်တတ် အောင်သည်ကို နှစ်ပေါင်းများစွာ အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်ခဲ့ကြသည်။ တကယ်တော့ ဆိုလ်ဝင် ရွှေတံဆိပ်ဆရှင်တိုင်းသည် သူတို့အောင်မြင်မှ သရဖွွာတ်ရှုံး အုပ်ဆောင် ပြက်ပြက်ထင်ထင် အာရုံခံမြင်ယောင်ခဲ့သည်မှာ ကြောမြင့် ပြောည့် ရှိရွှေန်းသည်အတွက် တကယ်ဆုပ္ပါရာသည့်နှင့်တွင် သူတို့သည် ပြောကြွင်းကို မြင်ဖူးသလိုဖြစ်နေတော့၏။

မသိနိတ်က သင်ကိုင်စွဲထားသည့် သင်၏ အတ္ထုပုံရိပ်ဆီသို့သာ မခြေတစေရေးရုလှပ်ရှားနေသည်။ သင်၏ အတ္ထုပုံရိပ်ထဲတွင် သင်၏ ည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တွေလည်း ပါဝင်သည်။ သင့်ရည်မှန်းချက်တွေ ဆောင်မြင်ရမည်ဟု သင်နှစ်နှစ်ကာကာယ့်ကြည်ထားလျှင် သင့် တက် ပမ်းအထောက်အကူပြုမည် အခြေအနေများကိုသင်ဖန်တီး နိုင်လာလိမ့် သည်။ ထိုနည်းတူစွာပင် ဆိုးဆိုးရွားရွားတစ်ခုခု ဖြစ်တော့မည်ဟု သင်ယုံ ချက်ထားလျှင် မထင်မှတ်သည့် အဟန်အတားတစ်ခုတလေတွေ့ရသည် နှင့် သင်သည် အလွယ်တကူ စိတ်ပျက်လက်လျှော့တော့မည် ဖြစ်၏။

အိုဖြစ်ရာ... အနာဂတ်ကာလအတွက် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ ချုမှတ်ပြီဆိုလျှင်၊ အနာဂတ်ကာလမှာ ရှိနေသည့် အောင်မြင်မှုများ အကြောင်း စိတ်ကုံးယဉ်အပိုမက မက်ပြီဆိုလျှင် အပြုသဘာသောင်းပြီး စဉ်းစားတွေးခေါ်ပါ။ နောက်ပြီး ကြီးကြီးကျယ်ကျယ်စိတ်ကုံးယဉ်ပါ။

သင့်နှင့်ပြုသရာ သင်ကိုယ်ပြုစ်ပေး

တစ်ခါတလေကျတော့ လူတွေ၏ စိတ်ထဲမှာ နီးလိုးခဲလျှော်စေ တာတစ်ခုရှိသည်။ တိုက်ပါးစုံဆိုလျှင် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အတော်ဆုံး ပေါက် သီးရိုက် အားကစားသမားတွေထဲတွင် တစ်ဦးအပါအဝင်ဖြစ်၏။ ပိစ်း ပရပ်စံဆိုလျှင် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အတော်ဆုံးတင်းနှစ်အားကစားသမားတွေထဲတွင် တစ်ဦးအပါအဝင်ဖြစ်၏။ ထိုသို့သော အားကစားသမားများတွင် ကိုယ်ပိုင် နည်းပြဆရာများ ရားရမ်းထားကြေမြင်းကို လူတွေ နားမလည် နိုင်လောက်အောင် ဖြစ်ကြရသည်။ သူတို့ နယ်ပယ်တွင် သူတို့သည် အတော်ဆုံးတွေဖြစ်နေမှတော့ သူတို့ကို ဘယ်သူက ဘာတွေ ထပ်ပြီး သင်ကြားပေးနိုင်ပါ၍းမည်လဲ။

အမိန့်အချက်မှာ ထိုတေန်းရောက် ဖျော်ဖြေရေးသမားများနည်း

သူတို့ကိုယ်ကိုယ် ဘုံးဘွယ်

၌ သူတို့လည်း နားလည်သဘောပေါက်ထားသည်မှာ နည်းပြဆရာ တစ်ဦးက တာဝန်တော်တော်များများကို ထမ်းဆောင်နိုင်ကြောင်းပင်ဖြစ် ၏။ သူတို့စိတ်ဓာတ်ကျနေချိန်များတွင် သူတို့ကို စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ပေး ဖို့ သူတို့ တစ်ချိန်တုန်းက ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့သည် နည်းပြုဟာများကို ပြောလည်ဖော်ထဲတို့ပြီး လက်ရှိပြုပြုပွဲတွင် အနိုင်ရအောင် အသုံးချုပ်တွင် = ရွှေအညီပေးပို့။ စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရ အောင်နိုင်စိတ် မွေးမြှိုင်အောင် အသုံးပို့။ သို့သော် အထက်ပါအချက်များနည်းတူ အရေးပါ အရာ အားထုတ်သည်မှာ နည်းပြဆရာတွင် ချိုးမွမ်းတတ်သည် ပါရမိပါဖို့ဖြစ်ဖြစ်၏။ ချို့ဖြစ်ပြီးက အောင်နိုင်ရေးအတွက်အကောင်းမြင် ပုံရိပ်များဖြစ်ပေါ်လာ အောင် အထောက်အကူပြုပါသည်။

ကလေးယောက်တစ်ဦး ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ထမင်းစားဖို့သင်ယူသည် လျှို့ကြည့်ပါ။ ကန်ဦးပိုင်းတွင် သူသည် ညွှန်ပတ်ပေရောပြီး ဖရိုဖရိုစိတ် ဆုံးနှုန်းမည်သာဖြစ်၏။ သို့သော် မိဘများက သူတို့၏ သားကလေးသို့ အားထုတ် သမီးကလေးတော်ကြောင်းဗျားမြှိုမ်းကြသည်။

မီးများရေးလုပ်ငန်းခွင့်တွင်လည်း အပြစ်တင်သည့် ကျင့်စဉ်ကို ပျော်ဖြေသော ကုမ္ပဏီများသည် သူတို့၏ အမှုထမ်းများကို စွမ်းစွမ်းတဲ့ ပြေားလေသောင် တွန်းအားမပေးနိုင်ကြ။ ကိုယ်ပိုင်အသိစိတ်ဖြင့် အားကြုံး ပုံးပိုးတက် အလုပ်လုပ်သည့် အမှုထမ်းများ မွေးမထုတ်နိုင်ကြ။ အဆိုပါ အားလုံးမည်းချက်ကို ကာကွယ်ရန် လွှာခဲ့သည်နှစ်အနောက် ကိုယ်တာ အားလုံးသည် ကျင့်စဉ်များချုမှတ်ခဲ့၏။ ငင်းကျင့်စဉ်တွေထဲမှ ထူးမြားမှတ် အားလုံးကောင်းသည့် ကျင့်စဉ်နှစ်ရပ်ရှိသို့သည်။

ပထမကျင့်စဉ်မှာ ထုတ်ဖော်ပြုရသာကြပ်ပါ။ မထော်နှင့် ခိုးမွမ်းပေး အားလုံးတစ်ခုတစ်ယောက်က အမှားအယွင်းတစ်ခုခုလုပ်မီလျှင် သူကို နှိုးပြုပါ။ ထိုအခါ ကာယက်ရှင်သည် အမှားများပြုလုပ်မီလည်ကို မကြောက်

တော့။ သို့မဟုတ် ဘာများသွားသည်ကို သင့်အား ထုတ်ပြာ့စွဲ ဝန်မလေး တော့။ ထိုအခါ သင့်အနေဖြင့် ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် လုပ်နိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေခွင့်ရလာသည်။

ဒုတိယကျွောင်စဉ်မှာ အမှုထမ်းများက သူတို့မန်နေဂျာများအကြောင်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း အပြစ်တင်ခွင့်ကို တိုယိုတာက ဖွင့်ပေးထားသည်။ သည်တော့ ချီးမွမ်းသည့်စနစ်သည် အပြန်အလှန် အလုပ်ပြစ်နေတော့၏။ အမှုထမ်းတွေက မန်နေဂျာများကို ချီးမွမ်းသည်။ မန်နေဂျာများက အကြီးတန်းမန်နေဂျာများကို၊ အကြီးတန်းမန်နေဂျာများက ဒါရိုက်တာ များကို စာသည်ဖြင့် ဆင့်ကဲဆင့်က ချီးကျူးမှုင်း၏။ အပြစ်တင်နိုင်၏။ သည်ကျွောင်စဉ်က လူတိုင်းကို ခြေဖျားထောက်စေ၏။ သို့သော် လူတိုင်းကို ကောင်းသည်ထက်ကောင်းအောင် စွမ်းဆောင်ဖို့လည်း အားပေးပါသည်။

သင်သည် မွေးရာပါ အောင်နိုင်သူတစ်ဦး၏ လမ်းစဉ်ကို လိုက် တော့မည်ဆိုလျှင် အားပေးမှုသည် အလွန်အလွန် အရေးပါအရာရောက်၏။ သင်၏မသိစိတ်ထဲသို့ သင်၏အောင်မြင်ရေးနှင့် သက်ဆိုင်သော အကောင်းမြင်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ အကောင်းမြင်ဖော်ပြချက်များနှင့် အကောင်းမြင်ပြေဆိုချက်များ မြှုပ်နှံထားဖို့ အရေးကြီး၏။ နည်းပြဆရာတွေ၏ အရည်အသွေးတွေထက် တစ်ခုမှာ သူတို့သည် စိတ်အားထက်သန်မှုရှိ မြင်းဖြစ်၏။ စိတ်အားထက်သန်မှုကို အတုအယောင်လုပ်ဖို့ အလွန်ခက်၏။ မောက်ပြီး စိတ်အားထက်သန်မှုကို ဘယ်သူကျော် သင့်ကို ပေးလို့ ရရှု။ သို့သော် သင့်ရည်မှန်းချက်ပါးတိုင်သို့ ရောက်ကို ရောက်ရမည်ဟု ယုံကြည်ထားလျှင် စိတ်အားထက်သန်မှုသည်တာဝန်ယူမှုအဖြစ် အလို အလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ယုံကြည်ချက်နှင့် တာဝန်ယူမှုက စိတ်အားထက်သန်မှုကို တောင်းဆိုသောကြောင့်ဖြစ်၏။

အကယ်၍ အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ရလျှင် သင်ရှုံးခဲ့သည့် အကြောင်းများကို ပြန်မစဉ်းစားပါနှင့် အတိတ်က အောင်မြင်မှုများကို အပြန်စဉ်းစားပါ။ နောက်ပြီး အဆိပါအမှတ်တရဖြစ်ရပ်များကို စိတ် သူတွေထားပါ။ အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်ပါးတိုင်ကို ထပ်ပြီး အတည်ပြု ပါ။ အပြဿနာဆောင်သည့် စဉ်းစားတွေးခေါ်နည်းကို အကျင့်လုပ် ပါ။ သင် တစ်ခုရ စွမ်းစွမ်းတမ်လုပ်ဆောင်နိုင်ပြီဆိုလျှင် သင့်ကိုယ် သင် ချီးမွမ်းပစ်လိုက်ပါ။ “ဟား... တယ်ဟုတ်ပါလား၊ သိပ်တော်တယ်” ပေါ့။

အတည်ပြုချက်များသည် သင်၏အကောင်းမြင်ပြီးသား အထူ ချိန်ကို ကျားကန်ပေးသည့် ဖော်ပြုချက်များဖြစ်၏။ သင်သည် အဆင့် မြှင့်သော တစ်စုံတစ်ယောက်ဖြစ်လာအောင် အားထုတ်နေ၏။ ငှုံး တစ်စုံတစ်ယောက်၏ ပုံရိပ်အားကောင်းလာရေးအတွက် အတည်ပြု မှတ်များက မသိစိတ်ကို အချက်ပေး စလုတ်နိုင်ပါသည်။

သင့်အတွက် အလုပ်ဖြစ်မည် အတည်ပြုချက်တရာ့ကို စဉ်းစား ပြုကြည့်ပါ။ သင် ဘာကိုပဲရွေးခွေး ရိုးရိုးရှင်းရှင်း အတည်ပြုချက် များဖြစ်ပါ။ ငှုံးအတည်ပြုချက်များသည် သင့်ကို ကိုယ်စားပြုမောရာပါ သည်။ သင် တက်လမ်းနေသည် အနာဂတ်ကာလာလာများအမြေအနေနှင့် ဆက် ဖွေ့စွဲရပါမည်။ ဥပမာ- ‘ခုခွဲ ငါတန္ထာန္တာမြား ပိုပြီးကျော်းမာလာပြီ’၊ ‘ခုခွဲ ငါးရည်မှန်းချက်ပါးတိုင်ဆိုကို ငါတက်တက်ကြုံကြ ဖွေ့စွဲ လုပ်မောရာပါ့’၊ ‘ငါ တန္ထာန္တာမြား တည်းပြုမိရင်ကျော်လာပြီ’ ဆိုတာမျိုးထွေ ဖြစ်၏၊ ဤ အတည်ပြုချက်များကို သင့်ဘာသာသင် တန္ထာန္တာလုံး အသ ဆုတ်ပြီး ရွှေတိမိနေပါ။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် လိပ်ပြာမသန်တာမျိုး မဖြစ် ပါနှင့် သင် အားထုတ်ရကူးနှင့်ပါးပိုပါလိမ့်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ဤကြောင့်စဉ်သည် အလုပ်ဖြစ်မှာ ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

သေရေးရှင်ရေး အရေးကြီးနေသာ အခိုက်အတန်မျိုးတွင် အားကတားသမားတွေ မောင်းတင်သည်ကို သင်တွေဖူးပါလိမ့်မည်။ သူတို့သည် စိတ်ကိုတည်ပြုမှုအောင် ဒီပွဲဟာ ငါ့ခွဲပဲ ဟူသာ စကားတွေပြော၏။ သူတို့ နှုတ်ခမ်းတွေကို ကြည့်ပါ။ သူတို့၏ ရလဒ်တွေကိုကြည့်ပါ။

အနုပညာရှင်သည် အထုပါရခိုမဝါယျှင် ဘာမျှဖြစ်လာမည်မဟုတ်။ သို့သော် အထုပါရခိုသည် အလုပ်မလုပ်လျှင် ဘာမျှ အရာပေါ်ရောက်။

အင်မလိနိလာ (၁၈၄၀-၁၉၀၂)

ပြင်သစ်စာရေးဆရာတွင် စေဖန်ရေးဆရာ

တစ်ချက်လောက် စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။ ဆိုပါစို့၊ သင့်မှာ သင်လေးလေးမြတ်မြတ် ချစ်ခင်သည် စိတ်ဆွေတစ်ယောက် ရှိသည်။ သူက ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရေးအတွက် သင့်အကုအညီကို လုံးလုံးလျားလျား မြှုနိအားထားသည်။ သင် သူကို ဘယ်လိုကုည်မလဲ၊ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ထိုနောက် အဆိုပါ ကူညီနည်းဖြင့် သင်ကိုယ်သင် ပြန်ပြီး ကူညီကြည့်ပါ။

သင်သည် သင့်ဘဝတွင် အပြောင်းအလဲမှားပြုလုပ်ပြီး တစ်စုတစ်ရာ အတိုင်းအတာအထိ ပါက်မြှောက်အောင်မြင်စို့ စိမိကိန်းချင်သည် ဆိုလျှင် အကုအညီအထောက်အပုံးရှာဖွေရန် မတွေ့နဲ့မရွှေ့ပါနှင့်။ သင်လေးစား အားကျသူမှားကို ကြည့်ပါ။ သင်လုပ်စို့ ကြီးစားနေသည် အလုပ် မျိုးကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်သွားနိုင်သူမှားကိုကြည့်ပါ။ သူတို့ဘယ်လိုလုပ်သွားသလဲ၊ ဘယ်လိုချောက်ကျပေါ်တွေကို သတိထားရမည်လဲ၊ သူတို့ကြိုတွေ့ခဲ့ရသည် စိတ်ပျက်စရာတွေနှင့် ငါ့ခွဲပဲ ဟူသာ စကားတွေကို ဘယ်လိုကျကျုပ်လွှားခဲ့သလဲဆိုတာတော်များကို ကြည့်ပါ။ အမြင့်

ဆိုသိတိယိုယ် ကိုးကွယ်

၁၀၇

အသိသည် အဆင့်မှားမှာပင် အကြိုကာင်း ဥက္ကကာင်းမှားက ကူညီ အနိုင်ပါသည်။

နှစ်ဆောင်းရှိသည် ပင်ကို ထက်မြေကိုထူးချွန်သော ကြီးစား ပေါက် သီသာမားလွှဲပော်ကလေး ဖြစ်၏။ ပိုဂျိအော နယ်လျည်ပြုင်ပွဲမှားတွင် အတန်အသင့် အနိုင်ရလာပြီးချိန်တွင် နှစ်က ပေါက်သီးဆရာ ဒေးပစ် သို့တောက်တားထံချဉ်းကြပ်သည်။ သူအနေဖြင့် အဓိကရ ချုပ်ပိုယ်ဆုကြီး အွာတွေ့ခိုင်အောင် ကမ္မာအဆင့်မိ ပေါက်သီးရိုက်နည်းသင်ပေးပါရန် အွားရုပ်ခံသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကြီးစားပေါက်သီးရိုက် အသာတစ်ဦးအနေဖြင့် ကိုယ့်ဘဝကိုယ် အဆုံးစိုင်ရာရောက်သည်ဟု ဆိုကြသည်။ သို့သော် မိမိ၏ ရည်မှန်းချက်တွေ အောင်မြင်လိုလျှင် မိမိမှာ ရွေးစရာလမ်းမရရှိ၍၊ မိမိအနေဖြင့် လက်လွှဲနည်းကို ပြန်လည် ပြုဆောင်ရမည်သာဖြစ်သည်ဟု နှစ်က ယုံကြည့်သည်။ ထိုနောက်မှာတော့ သူသည် ပြုတိသူ အလွတ်ပြုင်ပွဲသုံးပွဲနှင့် အမေရိကန်ထိပ်တန်းပြုင်ပွဲ အုပ်စွဲတွင် အနိုင်ရခဲ့လေသည်။

သင်သည် ဘဝမှာ အကောင်းဆုံးတွေဖြစ်ရမည်ဟု မရေ့မရာ အွေ့ ဖြေားထားသည်။ သို့သော် အဆုံးဆုံးကို ရင်ဆိုင်စို့ ပြင်ဆင်ထားသည်ဆို လျှင့် သင်ရမည့် ရလဒ်သည် အဆုံးသုံးသာဖြစ်ပေမည်။ တစ်ဖက်တွင် သင်က အကောင်းဆုံးတွေ ဖြစ်ရမည်ဟု စိတ်ပြုဌာန်းထားလျှင်မှ အကောင်းဆုံးတွေဖြစ်လာအောင် ကျားကုတ်ကျားခဲ့ ကြီးစားဖို့မှာ သင့် အတန်ဖြစ်လာတော်၏။ သည်တော့ သင်အကောင်အထည်လော်ချင်သည် မြော်လိမ့်စို့ သင့်ဘဝသာသင်ရေးဆွဲပါ။ သင့်အတွက် နည်းပြဆရာသည် သင်ကိုယ်တိုင်ဖြစ်လာပါ၏။ သင့်ကိုယ်သင် မပြတ်အားပေးပါ။ အကောင်းဆုံးအကျဉ်းအကျပ်တွေနှင့် ရင်ဆိုင်ရသည့်အခါ အကုအညီတော်းခဲ့ သင့်ခရီးလမ်းတစ်လျှောက်တွင် လူတွေ ဘယ်လောက်မှားမှား

က ဝမ်းသာအယ်လ ကူညီဖေးမကြောင်းတွေ့ရသည့်အခါ သင်ပါးစပ်
အဟောင်းသားဖြစ်နေပါလိမ့်မည်။

အရှုံသားအကျင့်ကို အနိုင်တိုက်ပါ

ကျွန်တော် လုပ်ယောက် ကျောင်းနေစဉ်ကာလကပင် အရေးကြီး
သာ စာမေးပွဲများကို ရွှေ့နိမ့်မည်ဟု ထာဝစဉ်ယုံကြည်ခဲ့၏။ ငါး
နိတ်စာတ်သည် အကြောင်းပြအချက်အတော်များများပေါ်တွင် တည်ဖို့
ဖြစ်ပေါ်ရကြောင်း ယခုမှ ကျွန်တော်သားအပါက်သည်။ အမှားတစ်ခု
ကျူးလွန်မိသည်နင့် ကျွန်တော်သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အလွယ်တက္က
နိတ်စာတ်ကျုံးခွင့်ပြုမိခဲ့၏။ ကျွန်တော်ကိုယ် ကျွန်တော် ရွှေ့နိမ့်မှုနင့်
တွေ့ဖော်စွဲမှုတ်ထားခဲ့သည်။ ကျွန်တော်ကိုယ် ကျွန်တော် အသိပညာ
မပြည့်စုသေးသူ သို့မဟုတ် နားလည်မှု မရှိသေးသူ အဖြစ် မရှိခဲ့၊ မဖြင့်ခဲ့။
ကျွန်တော်ကိုယ်ကျွန်တော် သေချာပေါ်က တွက်ထားတာကတော့ ကျွန်
တော်တွေ့ဆိုလို့ ရောက်မည်ဟုသော ယုံကြည်ချက်ပင် ဖြစ်၏။

ကျွန်တော် အသက်ဆယ့်မြောက်နှစ်အရွယ် စာတုဇ်၊ ‘ဒီ’ အဆင့်
စာအေးပြောစွဲ သိတင်းပတ်မြောက်ပတ်အလိုတွင် သိပုံဘာသာသင်သည့်
ဆရာက သူ၏ မှတ်တမ်းစာအုပ်ကြီးကို လှန်တော့၏။ စာတုဇ်၊ ‘ဒီ’
အဆင့်စာအေးပြောတွင် ဘယ်သူကတော့ ‘အေး’ အဆင့် သို့မဟုတ်‘ဘီ’
အဆင့်ပြောင်အောင်နိုင်မြောင်း ဟောကိန်းထုတ်သည်။ ကျွန်တော်အလုပ်
ရောက်တော့ သူကပြောသည်။

“မင်းကတော့ ကျေမှာပဲ။ မင်းဖြဖော်လည်း အရှိန်ဖြုန်းရာ ရောက်
မယ်။ မင်း ဘယ်လိုစာမေးပွဲမျိုးမှ အောင်မှာမဟုတ်ဘူး”

သူသည်လို မှတ်ချက်ချကတော့ ကျွန်တော် တော်တော်မခံခြာမခံသာ
ဖြစ်သွားသည်ကို မှတ်မိနေ၏။ သည်ဆရာကား စာနာမူ ကင်းလွန်း

လေစွဲ။ တစ်ဖက်သားကို ချိုးချိုးနိမ့်နိမ့် ပြောလိုက်ရမှ ကျောပ်နှစ်သိမ့်
တတ်သူပါကလား။ ဤကား ကျွန်တော်အမြင်။ သူရည်ချွေယ်ချက်က
ကျွန်တော်အား လန်းဖျုပ်လွှဲပုဂ္ဂိုလ်အောင် လုပ်လိုက်တာလည်း ဖြစ်ချင်
ဖြစ်မည်။ ထိုအတိုင်း မှန်လျင်တော့ သူရည်ချွေယ်ချက် အောင်မြင်ပါသည်။

ကျွန်တော် စာအုပ်ဆိုင်သို့ သွားသည်။ ဆရာလွှာတ်သံ၌ စာတုဇ်ဒ
ဘသာစာအုပ်ကို ပထမနှစ်၊ ဒုတိယနှစ်၊ တတိယနှစ်အတွက်နှင့် လက်ရှိ
ကျွန်တော် ရောက်နေသည့် စတုတွေ့နှစ်အတွက်ပါ ဝယ်သည်။ ထိုနောက်
‘အက်တမ်’ သို့မဟုတ် အကျော်မြှုပ်၏ အခြေခံခွဲစည်းပုံကြပြီး ကျွန်တော်
လက်ရှိရောက်နေသည့် စတုတွေ့နှစ် သင်ရှိးခွဲနှင့်တမ်းကုန်သည်အထိကို
သိတင်းနှစ်ပတ်လုံးလုံး ကျားကုတ်ကျားခဲ့လော်သည်းပူးတော့၏။
ထိုနောက် ‘ဒီ’ အဆင့်စာမေးပွဲကိုဝင်ဖြေသည်။ အောင်ရုံသာမဟုတ်‘ဘီ’
အဆင့်ပင် ရလိုက်သည်။ အပိုပာယ်က ကျွန်တော် အောင်မှတ်သည်
၆၀-၆၅ ရာခိုင်နှုန်း ခြင်းဖြစ်၏။ နောက်ဆုံးတွင် ကျွန်တော် တွေ့ဆိုလို
သို့ သွားမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ ထိုသတင်းပျုံးနှုန်းသွားသည်။ ဆရာ၊
ဆရာမတွေ့၏ မျက်နှာများ တအုံတာဖြစ်ကုန်စေသည်။ ဘာပါဖြစ်ဖြစ်
နောက်နှစ်နှစ်အကြောတွင် ကျွန်တော့ရည်မှန်းချက် ပြည့်မြောက်အောင်
မြင်ခဲ့လေသည်။ ကျွန်တော်ဘာဝတစ်လျောက်တွင် အဆိုပါအလုပ်
အပြောင်းကာလကလေးအထိ ကျွန်တော်ရွှေ့နိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ထားခဲ့
သူမျှရွှေ့နိမ့်ခဲ့သည်ချည်းဖြစ်၏။ ကျွန်တော်သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မလွှဲ
မသော ရွှေ့နိမ့်လိမ့်မည်ဟု လပါင်းများစွာမကာ၊ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြိုတင်
ဟောကိန်း ထုတ်ခဲ့သည်။ ကျွန်တော် မျှော်လှုံးထားတာတွေ့ အကောင်
အထည် ပေါ်လာလိမ့်မဟုတ်ကြောင်း အခြားသွားမှားအား မကြော်
မကြော် ပြောခဲ့သည်။ ပြောသည်အတိုင်း တစ်ခါမျှလည်း မအောင်မြင်ခဲ့။
ကျွန်တော် ကံကြော်ဟု၍ ၁၀၀၀ဝါးဝါး ယုံမှတ်မှားခဲ့သည်မှာ

တကယ်တမ်းတွင် ကိုယ်ကြံမှာကိုယ် ဖန်တီးနေခြင်းသာဖြစ်တော့၏။ ကျွန်တော်သည် ရုံးနိမ့်မှုကို မျှော်လင့်ထားဖို့ ကိုယ်မသိစိတ်ကို ကိုယ်စိတ်ကြားခဲ့၏။ တကယ်တော့ ထိသို့ စိစဉ်ကျွန်ကြားခြင်းသည် ရုံးနိမ့်မှုကို တောင်းဆိုခြင်းဖြစ်၏။ ဦးအောက်၏ အုပ်ဖို့စွူးဆောင်ချက်များက ကျွန်တော်၏ အပျက်သဘောဆောင် မျှော်လင့်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးသည်။ ကျွန်တော် ကြိုတင်ဟောကိန်းထုတ်ထားသည့် ရုံးနိမ့်မှုတစ်ခု တကယ်လက်တွေ့ဖြစ်လာတိုင်း ကျွန်တော်ဘဝတွင် ရုံးနိမ့်မှုနှင့် သာ ရင်ဆိုင်ရမည်။ ထိသို့ဖြစ်ခြင်းကို ကျွန်တော် ဘာမျှဖြေပြင်လို့မရ ဟူသာ ယုံကြည်ချက်ကို ပိုမိုစိုင်မှုလာဇာဇာ၏။

ထိအစွဲမျိုး ကျွန်တော် ခေါင်းထဲ ဘယ်တော့မျှ အဝင်မခတော့ဟု ယတိပြုတဲ့ သိဒ္ဓာန်ချုပြစ်သည်မှာ ကျွန်တော်တွင် ကင်ဆာရောဂါ ခွဲကပ် ဖြော်ပြုခြင်းကြောင်း ဆရာဝန်များက ရောဂါဖော်ချိန်ကျေမှုသာဖြစ်၏။ ထိအခါကျေမှ ကျွန်တော်သည် ဘဝအလျဉ်းအပြောင်း ဖြစ်လောက်အောင် အပ်ရာမှ လန့်နှီးခဲ့၏။ ကျွန်တော်ခေါင်းထဲတွင် ထိအတွေ့မျိုးပေါ်ပေါက်လာခြင်းအတွက် အပြည့်အဝ တာဝန်ရှိသူများ ကျွန်တော်သာဖြစ်ကြောင်း ယခု ကျွန်တော် သဘောပေါက်နေပြီ။ ရုံးနိမ့်မှုကို ရောင်လွှဲလို့မရဟု ယုံကြည်နေသည့် အကျင့်သည် ကျွန်တော် ကမ္မာကျိုးကလေးထဲတွင် အေးကင်းရှုန်ကင်း ခိုလုံနေ့ခဲ့၏။ ကျွန်တော်၏ သက်သောင့်သက်သာ ရှုန်နယ်ကလေးမှ အပြင်သို့ ထွက်ဖို့ဆိုသည်မှာ ဆင်းရှုရကွေကိုလွန်း မည်။ ထိတ်လန့်စရာ ကောင်းလွန်းမည်။ အပြောင်းအလွတ်တော့ လုပ်ချောင်းသည်။ သို့ပေါ့ ထိအပြောင်းအလေးများအတွက် ကျွန်တော် တာဝန် မယူချင်း အပြောင်းအလေးတွေ သူဘာသာသူသာ ဖြစ်သူးစေချင်သည်။ ကျွန်တော် အပ်ရာမှ တစ်ရေးနှီးလာချိန်တွင် ကျွန်တော် ကမ္မာကလေး အစေအရာရာ အဆင်ပြချောမွှဲနေသည်ကိုသာ တွေ့ချင်ခြင်းချင်ခဲ့၏။

ရုံးနိမ့်မှုဆိုသည်မှာ ဆုံးရုံးခြင်းနှင့် မဆိုင်။ ရုံးနိမ့်မှုဆိုသည်မှာ သင် သက်သောင့်သက်သာဖြင့် ရောသာခို့ ခဲ့စားနေသည့် အပြုအမူ တစ်ခု ကို ထပ်ကာတလဲ ပြုမှုနေခြင်းနှင့်သာ ဆိုင်၏။ သင်တစ်ခုခု ရုံးနိမ့်သူး သောအခါ သင် ဘယ်လိုခဲ့စားရသလဲဟု ကျွန်တော်မေးလျှင် သင် ဘယ်လိုဖြေမည်လဲ။ ဆင်ခြေတစ်ခုခု ပေးမည်လား သို့မဟုတ် ဖြစ်သူး အကြောင်းပေါ့ဟု စိတ်ပျက်လက်လျှောစကားမျိုး ပြောမည်လား။ သင့် ရုံးနိမ့်မှုများကို ဘယ်လိုအကဲဖြတ်မည်လဲ။ လူတော်တော်များများက ထိအကြောင်းကို သိပ်အမှုမထားသလို ဟာသ လုပ်ပစ်တတ်ကြ၏။

တကယ်တော့ ရုံးနိမ့်မှုကိုသင် အမှုထားရပါမည်။ အလေးထားဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင် ထိသို့ အလေးထား ခြင်းသည် သင့်ဘဝကို အပြောင်းအလွှာဖြစ်စေမည့် 'ဗီးများ' ဖြစ်လာမည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ထိသို့ အလေးထားလိုက်ခြင်းသည် သင့်ဘဝတွင် စစ်မှန်သော ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာစေမည့် 'အကုအပံ့ဖြစ်လာမည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

သင်၏ ယခင်ရုံးနိမ့်မှုများသည် သင်၏ အတိတ်ဘဝက ဖြစ်ရပ်များဖြစ်၏။ ငါးရုံးနိမ့်မှုများက သင်ယခုလည်း ရုံးနိမ့်တော့မည်ဟု မဆိုလို။ ငါးရုံးနိမ့်မှုများသည် သင့်ကိုယ်သင် အရှုံးသမားဟူ၍ ထာဝစ်ခတ်နိုပ်ထားရမည့် တံဆိပ်များ မဟုတ်။ ငါးရုံးနိမ့်မှုများမှ သင်ခန်းစာ ထုတ်ယူပါလေ။

ကျွန်းမြေရှင်းလိုက်သော ပြဿနာတစ်ခုစိုးသည် နောင်တစ်ချိန်တွင် ကျွန်းမြေရှင်းရမည့် ပြဿနာများအတွက် လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် ဥပဒေများအပြစ် အသုံးတော်စိသည်။

ကျွန်တော်တို့ဘဝတွင် ကျွန်တော်တို့ပြုလုပ်သည် အပြောင်းအလဲ
ဟူသည့် သဘာဝကျသော တိုးတက်မှုအစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ရပါမည်။
ဤဖြစ်စဉ်သည် အပြေးသင်ခြင်းနှင့် အလွန်တူသည်။ ကျွန်တော်တို့
အနေဖြင့် ဦးစွာသင်ယူရမည့်မှာ လေးဖက်သွားတတ်ဖို့။ မတ်တတ်ရပ်
တတ်ဖို့နှင့် လမ်းလျောက်တတ်ဖို့ ဖြစ်၏။ ထိုအတတ်ပညာတွေ တတ်
မြောက်ဖို့ ဖြတ်လမ်းနည်း ဟူ၍ မရှိ။ ကျွန်တော်တို့ အောင်မြင်ရမည်
ဟု စိတ်ပြု၍သွေ့ ကျွန်တော်တို့ တစ်သက်လုံး အကျင့်ပါခဲ့သည်
အရှုံးသမားအကျင့်များကို ဖျောက်ဖျက်ပစ်ရပါမည်။ ဘယ်လိုဖျောက်
ဖျက်ရမည်ဆိုသည်ကို လေ့လာဆည်းပူးရပါမည်။

သည်တော့ ကျွန်တော်တို့ သည်အကျင့်ကို ဘယ်လို ဖျောက်ဖျက်
ကြမည်လဲ။

သင်၏ ပုဂ္ဂလိက ရုံးနိမ့်မှု ယနှစ်ရားကြီး စတင်လည်ပတ်သည်
အရိုင်ကို ဖော်ထုတ်ပါ။ သာမန်အားဖြင့် အပျက်သာဘာဆောင် သည့်
စကားတစ်ခုကို ပြောခြင်း သို့မဟုတ် ရုံးနိမ့်မှုကို မပွဲသာ မရောင်သာ
ရင်ဆိုင်ရမည်ဟု စကားတစ်ခုကိုပြောခြင်း သို့မဟုတ် ရုံးနိမ့်မှုကို
မပွဲသာ မရောင်သာ ရင်ဆိုင်ရမည်ဟု အာရုံမှာ မြင်ခြင်းမှအစ ပြုလေ့ရှိ
သည်။ ယခင် ရုံးနိမ့်မှုများကို အမှတ်တရ ဖြစ်နေခြင်းများက သင်၏
စိတ်ပြု၍သွေ့ချက်ကို အားပျော်စေ၏။

အပျက်သာဘာဆောင်သည့် စကားမျိုး ပြောခြင်းကို ရပ်ဆိုင်းပါ။
'ငါမလုပ်နိုင်ဘူး၊ 'ငါ မလုပ်ဘူး'၊ 'ငါ လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး' ဟူသော
စကားမျိုးတွေ။ သင်၏ အနာဂတ် ရည်မှန်းချက်များအကြောင်း၊ သင့်
အကြောင်းနှင့် အခြားသူများအကြောင်း ပြောလျှင် အပြောသာဘာဆောင်
သည့် စကားမျိုးသာပြောပါ။ အလေ့အကျင့်များကို အကျင့်လုပ်ယူ၍
ရာသလို ငါးအလေ့အကျင့်များကို ဖျောက်ဖျက်ပစ်လိုလည်း ရကြောင်း

နှစ်းသွင်းထားပါ။

ရှင်ထောက် သူရဲကောင်းကိုရှုရွှေဖွေ့

သူရဲကောင်းဆိုတာ ဘာလဲ။ သဘာဝအားဖြင့် သူသူငါတီ လုပ်ဖို့
ကြောက်သည် အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်ပုံသူတစ်ဦး သို့မဟုတ် သတ္တိများ
ပြီး လုပ်ရမည် အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်ပုံသူတစ်ဦးသည် သူရဲကောင်းဖြစ်
သည်ဟု ကျွန်တော် ထင်၏။ သူရဲကောင်းများဆိုသည်မှာ သူတို့၏
လုပ်ရပ်များကို ကျွန်တော်တို့ လေးစားအားကျခဲ့ရသူများ၊ သူတို့၏
အရည်အချင်းများကို ကျွန်တော်တို့ စံပြုရသူများဖြစ်၏။

ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ် ကောင်ကလေး တော်တော်များများအတွက်
သူတို့၏ဖောင်သည် သူရဲကောင်းပင်ဖြစ်၏။ ဖောင်ဖြစ်သူကို သူတို့က
ရုရှင်သူ၊ ကြောက်စိတ်ကင်းသူ၊ ကြိုခိုင်သနနွေားသူ စသည် ကလေးတွေ
အားကျသည့် အရည်အချင်းများနှင့် ပြည့်စုသူဟု ရှုမြင်ကြသည်။ စိတ်
ဝင်စာစရာကောင်းသည်မှာ ကလေးတွေက သူတို့လည်း သူတို့ ဖောင်လို့
သူရဲကောင်း ဖြစ်နိုင်သည်ဟု ယုံကြည်ထားပေးပို့ပေးပို့ဖြစ်၏။

ငါးယုံကြည်ချက်ကို သူတို့ကစားသည် ကစားနည်းများက သရော်
ဖော်ပြသနေပါသည်။ လေးနှစ်သားအရွယ် ကလေးငယ်အားလုံး၏ ၉၆
ရာစိုင်နှုန်းသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ အထင်ကြီး လေးစားစိတ်ရှိရှုကြောင်း
မမေးပါနှင့် သူတို့က သူတို့လုပ်ချင်တာမှန်သူ၌ လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု
ယုံကြည်ကြသည်။ သို့လေး သူတို့ထင်တွေ အသက်ဆယ့်ရှစ်နှစ်ရောက်
သောအခါ သူတို့ကိုယ်သူတို့အထင်ကြီး လေးစားစိတ်ရှိသူ၌ ဦးရေမှာ ၅
ရာစိုင်နှုန်းပေးပို့ပြည့်တော့ကြောင်း သိရ၏။ သည်တော့ သည်ကလေး
တွေ၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားလေးစားစိတ်တွေ ဆုံးရှုံးသွားအောင်
ဘယ်အရာတွေက ဖန်တီးခဲ့ပါသလဲ။

သာမန်မိဘများကို စံစ်းလေ့လာကြည့်ရာ သူတို့သည် အရှင်ကာလတစ်လျောက်လုံး၏ ၉၀ ရာခိုင်နှစ်းတွင် သူတို့၏ ကလေးများကို ပြစ်တင်ကြိုးမောင်းခြင်း၊ သို့မဟုတ် အပျက်သဘာဆောင်သည့် ဗျားကြားများ ပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ပုမ္မားမျှ အသက် ၁၂ နှစ် ရှိသည့် ကလေးတစ်ယောက်သည် သူဖြတ်သန်းခဲ့ရသောနှစ်ကာလများ အတွင်း သမားရှိုးကျ ဆူပူကြိုးမောင်းမှု အကြိုးပါင်း တစ်သိန်းလောက် ခံခဲ့ရသည် ဆိုလျှင် ထိကလေး၏ အတ္ထားရိုပ်သည် သတိမထားမိဘ ဘယ်လောက်ထိခိုက်ပျက်စီးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း လွယ်လွယ်ကလေး သိမြင်နိုင်၏။ တကယ်တော့ မိမိတို့ ကလေး၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည့်စိတ် သို့မဟုတ် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်တန်ဖိုးထား လေးစားစိတ်ကို သိသိကြီးနှင့် ဖျက်ဆီးပစ်မည် မဟုတ်။ သို့သော သူတို့၏ နိစ္စရာဝတေန ဝတ္ထားများအောက်မှာ ပိန္တသည့်အတွက် သူတို့၏ အပြုအမှုအပြော အဆိုအားလုံးကို သူတို့ကလေးငယ်များအား ရှင်းလင်းပြောပြမှန်နိုင်ကြ။ သို့ရာတွင် ချို့မွမ်းခြင်းနှင့် အပြစ်တင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အပြုသဘာဆက်ဆံခြင်းနှင့် အပျက်သဘာဆက်ဆံခြင်းတို့၏ အကျိုးသက်ရောက် မှုများက ကလေးငယ်၏ အတ္ထားရိုပ်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို တိုက်ရိုက်ထိခိုက်စေကြောင်း ရှင်းလင်းသိသာပါသည်။

ထိုနောက် ကျောင်းဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် ကျောင်းနောက် သူငယ်ချင်းများ ပြောတတ်ဆိတတ်သည့် အပျက်သဘာဆောင်သည့် စကားများကို ထပ်ဖြည့်လိုက်ပါ။ ‘မင်း ဒါကိုလုပ်လို့မဖြစ်ပါဘူးကွာ’၊ ‘ညည်းသိချင်းဆိုလို့ မဖြစ်ပါဘူး’၊ ‘မင်းကတော့ငတဲ့ပဲ’ ဆိုသည့် စကား မျိုးထွား ကလေးတစ်ယောက်သည် ဘယ်လောက်ပဲ ထူးချွန် ထက်မြှုက်နေပါစေ သို့မဟုတ် သာမန်သူလို ကိုယ်လို့ ဖြစ်နေပါစေ သူအကြောင်း အပြစ်တင် ဆောင်သွေးကြားလွန်းမက ကြားလာရသောအခါ နောက်

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိုးကွယ်

ဆုံး၌ ထိုစကားများကို သူယုံကြည့်သွားတော့မည် ဖြစ်၏။ နောက်ပြီး သူမိတ်တဲ့မှာ ဖွဲ့တည်နေသည့် အတ္ထားရိုပ်သည် အဆိုပါ ဆောင်နောက်များ အပေါ်မှာ အခြေခံတော့မည် ဖြစ်၏။

သိုဖြစ်သည့်တိုင် အဲည့်စရာကောင်းသည်မှာ အထက်ပါဖြစ်ရပ်မျိုး တွေ ကြုံတွေ့ရသည့်ကြားကပင် ကျွန်တော်တို့ ရင်တွင်းရှိ ငပ်နေသော စွမ်းအင်များ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည့်မှုများသည် နှစ်ရှိရင်းဖွဲ့အတိုင်း ဆက်လက်တည်ရှိနေခြင်းဖြစ်၏။

လူတိုင်းလူတိုင်း၏ ရင်ထဲမှာ သူရဲကောင်းတစ်ယောက် ရှိနေသည်။ ရင်ထဲမှာ ကိန်းဝိုင်းခြင်းသက်နေပြီး ကျွန်တော်တို့ အဆက်အသွယ် ပြတ်နေသည့် သူရဲကောင်းတစ်ယောက်ရှိနေသည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည့်သည်။ အဆိုပါသူရဲကောင်း၌ အောင်မြင်ရေးအတွက် ယုံကြည့်အားထားလောက်သော အရည်အသွေးအပြည့်အဝ ရှိသည်။ နောက်ပြီး ကျွန်တော်တို့ ပြောဆိုနေသည့် အောင်မြင်မှုဆိုသည်မှာ ရွှေမြဲးသဲ့နှစ်ဆိုင်သော ဆုလာဘားများနှင့် မပတ်သက်။ ထိုအတူ စစ်မြေပြင်မှု စွမ်းစွမ်းတမ်းတိုက်ပွဲဝင်ခဲ့သည့်အတွက် ရရှိသော ဆုတံဆိပ်မှားနှင့်လည်း မဆိုင်။ ကျွန်တော်တို့ ပြောဆိုနေသည့် အောင်မြင်မှုဆိုသည်မှာ သင် တစ်ကြိမ် လဲကျော်းတိုင်း တစ်ကြိမ်ပြန်ထနိုင်စွမ်းရှိခြင်းနှင့် ဆိုင်၏။ သင် ဘယ်နှုကြိမ်ပဲ လဲကျေလဲကျေ ကျူးထနိုင်ရမလိုဆိုသော စိတ်အင်အားမျိုး သင့်မှာရှိသည်ဟု ယုံကြည့်ထားခြင်းနှင့်ဆိုင်သည်။ ခံနိုင်ရည်ရှိနှုံးပြု့ပြု့ပွဲတစ်ပွဲအတွက် ကျွန်တော်လဲကျော်းသည်။ ငင်းသင်တန်းက တိုတို့နှင့် လိုရင်းအော်ထုတ်ပြသသွားသည်ကတော့ အောင်နိုင်သူ ဆိုသည်မှာ သူလဲကျေသည် အရေးအတွက်ထက်တစ်ကြိမ် ပို့ပြီး ကျူးထတ်သွာ့သူသာဖြစ်ကြောင်းပင်။

ကျွန်တော်တို့ ကလေးဘဝတုန်းက ထားရှိုးသော အတ္ထားရိုပ်များ နှင့် ပြန်လည်ဆက်သွယ်ဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ အကြောင်းမှာ

ထိသို့ ဆက်သွယ်လိုက်သောအခါ မသိစိတ် အဆင့်မှာ ရှိနေသည့်
ငှါးအတွေ့ပုဂ္ဂိုပ်များကို အားဖြည့်ရာ ရောက်သောကြောင့်ဖြစ်၏။ သာမန်
အားဖြင့် ကျွန်တော်တို့လုပ်ပါ လက်ဘန့်နေမည့် အလုပ်မျိုးကို ကျွန်တော်
တို့အောင်ဖြင့်စွာ စွမ်းဆောင်လိုက်နိုင်သည့် ဆိုပါစို့။ ထိအခါ ကျွန်တော်
တို့သည့် စွမ်းအား ကြီးပြီး အပြုသောဆောင်သည့် မှတ်ဉာဏ်တစ်ခု
ဖွဲ့တည်ပြီးသားဖြစ်သွားသည့်။ ထိအခါ ပို၍ ကြိုနိုင်သည့် အတွေ့ပုဂ္ဂိုပ်
ဖြစ်ထွန်းလာသည်။ ထိုနောက် ကျွန်တော်တို့၏ စွမ်းရည်နယ်ပယ်ကို
ချုပ်ထွင်လာနိုင်သည်။

သူရဲကောင်းများအကြောင်းပြောရမည်ဆိုလျှင် သူတို့သည် နေစဉ်
မြင်တွေ့နေရသည့် သင်နှင့် ကျွန်ုတ်တို့လို သာမဏ်လူသားများပင်
ဖြစ်၏။ သူတို့က ကျွန်ုတ်တို့အမြင်မှာ ထူးခြားဆုံးသွေ့ဖွယ်ကောင်း
သည်ထင်သည့် အကြောင်းကိစ္စများကိုဆောင်ရွက်ကြခင်းသာဖြစ်၏။
ကျွန်ုတ်တို့ဘဝတွင် ကျွန်ုတ်တို့ လုပ်ရမှာ ကြောက်ပြီး လက်တွန့်
နေသည့် ကိစ္စများရှိ၏။ ငါးကိစ္စများကို အထမြာက်အောင်မြင်အောင်
စွမ်းဆောင်ရွက်လိုက်သည် ဆိုပါစို့။ သို့ဆိုလျှင် ကျွန်ုတ်တို့သည် ပုဂ္ဂိုလ်
ရေးဆိုင်ရာ သူရဲကောင်းတစ်ဦး၏ စွမ်းဆောင်ချက်များပြုမှလိုက်ခြင်းပင်
မဟုတ်ပါလား။ သည်စွမ်းဆောင်ချက်များက ကျွန်ုတ်တို့၏ အတွေ့ပုံပိုပို
ကြီးထွားရှိင်မှာအောင် အကြီးအကျယ် အကျိုးပြုပါသည်။ ကျွန်ုတ်တို့မှာ
ငါးဆိုသည့် ဦးကိုင်သားကလေးတစ်ယောက်ရှိသည်။ သူ လေးနှစ်သား
အဆွဲယွင် သူဖောင်တွေ့မှုနှင့် ကျွန်ုတ်တို့က သူအား ပျော်ပွဲဖူးဖူးတစ်နေရာ
သို့ အော်သွားသည်။ ကျွန်ုတ်တို့ သွားမည့်လမ်းတွင် မြစ်ကျော်းကလေး
တစ်ခုရှိသည်။ ရေတိမ်မှာ ချထားသည့် ကျောက်တဲ့များကို နင်းပြီး
ကျော်ပြုတိုက်မှုသည်။ ဖုန်းက အသက်ငယ်လွန်သွားသည်။ သူမှာ သူကိုယ်သူ
ယုံကြည်နိုင်ချမှတ်ပို့သေား။ ထို့ကြောင့် တွမ်က သူကို ချို့ပြီး ဖြတ်ကူး

ခဲ့သည်။

အပြန်ခရီးကျတော်လည်း တွမ်ကပင် သူကို ခါပို့ပြီး ဖြတ်ကူးပြန်
သည်။ ကျွန်ုတ်က မြစ်တစ်ဖက်ကမ်းမှာ နေခဲ့ပြီး နောက်ပြောင်သည့်
အနေဖြင့် 'ဖင်း... ဖင်း... ဦးကို လာဆောပါပြီးကွာ' ဦးကရောက်လိုပါ"
လို လုမ်းအော်လိုက်သည်။ ဖင်းက သူဖခင်ကိုလုညွှန်ကြည့်သည်။ သူဖခင်
က တစ်နည်းတစ်ဖုံးကုည်းလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ထားသည်။ သို့သော်
သူသားကို ကျိုစယ်လိုသော တွမ်က မော်တော်ကားဆီသို့ အရေးတကြီး
သွားဖို့ ကိစ္စရှိဟန်ဆောင်သည်။ "မတတ်နိုင်ဘူးကွာ၊ တို့များ ရော်ဘင်ကို
ထားခဲ့ရမှာပဲ" ဟု ပြောပြီး ဆက်လျော်သွားသည်။

ဖင်းက သူဖင် မြင်ကျင်းထဲက ပျောက်သွားသည်အထိ ရပ်ကြည့်
နေသည်။ ပြီးတော့ ကျွန်တော့ကို လှည့်ကြည့်သည်။ “ဖင်းရယ်...၊
ဦးကို မထားခဲ့ပါနဲ့ကွယ်”ဟု ကျွန်တော်ပြောလိုက်၏။ သူမျှက်နှစ်ကလေး
ရှတ်တရရှင်တည်သွားသည်။ စုံစုံနိုင်နိုင် စဉ်းစားသည်။ လက်
ကလေးနှစ်ဖက်ကို ကျုစ်ကျုစ်ပါအောင်ဆုပ်ပြီး မြစ်ကိုဖြတ်ကူးဖို့ အားယူ
လိုက်သည်။ သူမြေထောက်တစ်ချောင်းကို ပထမဆုံး ကျောက်တုံးပေါ်
တင်လိုက်သည်။ သည်တော့မှ ကျွန်တော် ကမန်းကတန်းပြီးပြီး သူ
ရှေ့ဆက်မတိုးအောင် တားရသည်။

ထိအနိက်အတန်ကလေးမှာပင် ကျွန်တော် အသိအမြင်တစ်ပို့
ရလိုက်၏။ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ကျည့်ပို့ လေးနှစ်သားအရွယ် ဂီတီ
ကလေးငယ်ကလေးသည်ပင် သူ၏ ကြောက်စိတ်ကို ကျော်လွှားနိုင်
သည့် ရင်တွင်းခွန်အားကို ရှာဖွေတွေ့ရှုနိုင်သေးလျှင် လူကြံးတွေအတွက်
ဆိုဖွယ်ရာမရှိတော့ပြီ။ သူတို့၏ ကြောက်စိတ်တွေကို ကျော်လွှားအောင်
မြင်ဖို့ လူကြံးတွေမှာ ပိုမိုအားကြီးသည့် စိတ်အားများရှိနေသည် မဟုတ်
ပါလား။

သိပ်ခက်သည်ဟု ထင်ရသည်မှာ ပထမဦးဆုံးခြေလျမ်းကို လှမ်းဖြစ်စွဲသာဖြစ်၏။ သို့သော လှမ်းကြည့်ပါ။ ဘယ်လောက်ပဲ သေးငယ် သည့် ခြေလျမ်းကလေးဖြစ်ဖြစ် လှမ်းလိုက်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော သင် ဘယ်လိုရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်မျိုးပဲ ချထားထား ငင်းရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ဆီသို့ သွားမည့် လမ်းမပေါ်ရောက်အောင် ထိခြေလျမ်းကလေးက အစပြုရမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ငင်းခြေလျမ်းသည် ခြေလျမ်းတိ ကလေးမျှဖြစ်၏။ ငင်းခြေလျမ်းတိကလေးကို သင်သာလျှင် လှမ်းလျောက်လို့ရ၏။



(၄)

ကြိုးမှားသော လျှို့ဝှက်ချက်

ကျွန်တော်ငယ်ငယ်က ခဲကနေ ချွေဖြစ်စို့ မျှော်မှန်းနေသည့် အရိုရတ်ဆရာတစ်ယောက်အကြောင်း ဖတ်ဖူးသည်ကို မှတ်မိနေ၏။ သူတို့ကား သူငွေးဘဝကို လူပျော်းနည်းဖြင့် ကြံဆောင်သူတွေထဲတွင် အီးဆုံး လူဖြစ်စို့ များသည်။ သူတို့သည် ကျွန်တော်တစ်နေရာရာမှာ ဖတ်ဖူးသည့် တချို့စာအုပ်တွေ၏ ခေါင်းစဉ်လိုဖြစ်မည် ထင်သည်။ ကျွန်တော် ဆိုလိုသည်မှာ မရှုင်းများ၏ ကျော့ဖူးတွင် သွားရည်ယိုစရာ ခေါင်းစဉ်များဖြင့် ကြော်ပြာနေသည့် စာအုပ်မျိုးတွေ။ သင်အိပ်လျက် နှင့် ငွေဘယ်လိုရှာမလဲ သို့မဟုတ် သင်၏ ပထမဆုံး ငွေတစ်သိန်းကို ရက်ပေါင်းကိုးဆယ်အတွင်း ရအောင်ရှာနည်းလို စာအုပ်မျိုးတွေ။ အဆိုပါ ကြော်ပြာများမှတစ်ဆင့် ချမ်းသာကြွယ်ဝလာမည့် သူတွေ ရှိသည် ဆိုလျှင် ထိုသွားမှာ ကြော်ပြာထည့်သူတွေသာဖြစ်စို့ အလားအလာ ရှိ၏။

ကျွန်တော်တို့ တော်တော်များများသည် ပုံးလက်ကျေည်ဆန်တစ်တောင့်၊ အောင်မြင်မှု ဖော်နည်းကား တို့ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ဖို့ အားသန် ကြမည်မှာ သံသယဖြစ်ဖွယ်မရှိ။ နှစ်ရှည်လများ လိုက်လဲရှာဖွံ့ဖြိုး တောင်တစ်လုံး၏ ထိပ်မှာ သွားတွေ့သည့် လိုတရရောက်မျက်ရတာနာ တစ်လုံးကြောင့် ရှာဖွေတွေ့ရှိသွားသည် သူတစ်သက်လုံး မတောင့်မတ မကြောင့်မကြဖြင့် ပျော်ဆွင်ချမ်းသာစွာ နေထိုင်သွားရသည့် အဖြစ်မျိုး မက်မောက်မည်မှာ မလဲ။

သင့်မှာ ရှိခိုးသမျှော်စွာပစ္စည်းတွေ ယစုဝါက်ချင်း ဆုံးဖွဲ့သွားပြီး အနာက် ထိအရာတွေအားလုံး သင်ပြန်လည်ရရှိသည် ဆိုလျှင် သင့် ဘယ်လောက် ဝမ်းသာမည်ကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။

အမည်မသိ

သို့သော် ကျွန်တော်သည် တောင်တစ်လုံး၏ ထိပ်တွင် (ထားပါ တော့၊ စားပွဲတစ်လုံးပေါ်တွင်) နှစ်ပေါင်းများစွာကြောအောင် တရားထိုင်ခဲ့၏။ နောက်ဆုံးတွင် ကြီးမားသော လျှို့ဝှက်ချက်တစ်ရပ်ကို ဖော်ထုတ် တွေ့ရှိခဲ့၏။ ငါးပါးလျှို့ဝှက်ချက်ကို ကမ္မာက မသိအောင် လျှို့ဝှက်မျိုးသိပ်ထားနိုင်စွမ်း မရှိတော့။ သည်တော့ သည်အကြောင်းကို ပထမဦးဆုံး အကြိုးအဖြစ် ထုတ်ဖော်ပြောပြုပါတော့မည်။ လောကမှာ လျှို့ဝှက်ချက် ဟွောင်းရှိပါ။

တစ်ခုတည်းသော အဖြောက် ရှာဖွေခြင်းသည် အကျိုးမှု အချက်ည်း နှိုးဖြစ်နိုင်ကြောင်း၊ အောက်ဖော်ပြပါ ကတ်လမ်းကလေးကလည်း သရုပ် ဖော်နေပါသည်။

တစ်ညာသွေ့ ရွာကလေးတစ်ရွာ၏ လမ်းဓာတ်မီးတိုင်အောက်တွင်

လေးဖက်ထောက်နေသည့် လူတစ်ယောက်ကို တွေ့ရ၏။ ထိုအနိက ခုတိယ လူတစ်ယောက်ရောက်လာပြီး ဘာဖြစ်ဖော်တာလဲဟု မေးသည်။ “မြောင်... ကျွန်တော် သေ့ကျေသွားလို့မှာ” ဟု ပြန်ဖြေသည်။ ထိုအခါ ခုတိယလုပါ လေးဖက်ထောက်ပြီး သေ့ကို ကုရှာတော်၏။ နှစ်မိန္ဒာ လောက်ရှာပြီး အရာမထင်သောအခါ သူက ပထမလူဘက် လှည့်ပြီး “ခင်ဗျားသေ့က ဘယ်နေရာမှာ ကျေပျောက်တာလဲ” ဟု မေးသည်။ ပထမလူက မောင်မည်းနေသည့် လမ်းတစ်လျှောက်ဆီသို့ ညွှန်ပြုသည်။ “အော်မှာပဲ” ဟု ပြောသည်။ သည်တော့ ခုတိယလူက “ဒါဆိုလည်း ကျေပို့က ဘာကိစ္စ ဒီဇာရာမှာ ရှာနေရတာလဲ” ဟု မေးသည်။ ထိုအခါ ပထမလူက “အိုး... အလင်းရောင်က ဒီဇာရာမှာပဲ ကောင်းတာကိုးလုံး” ဟု ပြန်ပြောလိုက်သည် ဟူ၏။

ပထမလူ၏ တုံပြန်မှုကို ကြည့်ပါ။ သူ ရှာဖွေသည့်နေရာ ဘယ် လောက်ပဲ မှားနေသည်ဖြစ်စေ၊ သူဘယ်လောက်ကြာကြာ ရှာသည့်တိုင် သူသေ့ကို ရှာမထွေ့သည်ဖြစ်စေ သူကတော့ လုံခြုံတို့ရှာသည် ထင် သည့်နေရာမှာပဲ ရှာမည်ဆိုသည့် သဘော။ သည်သေ့ကို ရှာတွေ့ရှိ ဆိုလျှင် သူသည် သူ၏ သက်သောင့်သက်သာစုနှစ်နယ်၏ ပြင်ပထွက်ပြီး ရှာရတော့မည်။ လုံခြုံတို့ရှာသည်ဟု သူ သိမြင်ထားသော နယ်မြေ အပြင်ဘက်သို့ ထွက်ခြင်းထက် သူသေ့ကို ရှာတွေ့မည် အခွင့်အလမ်း အား စွန့်လွှတ်အနာခံဖို့ သူမသိစိတ်က ဆုံးဖြတ်ထားပြီး ဖြစ်၏။

တစ်နည်းအားဖြင့် သူသည် တောလယ်ကောင်မှာ ရောက်နေပြီး သစ်တော်ကို လိုက်ရှာနေသူနှင့်တူ၏။ သူသာ နည်းနည်းကလေး အချို့ကုန်ခံပြီး သစ်ပင်တစ်ပင်ပေါ်တက်ကာ နှီးနားဝန်းကျင်ကို လှည့်ပတ် ကြည့်လိုက်လျှင် သစ်တော်ကို သူတွေ့ပြီးနေပြီဖြစ်ကြောင်း သိရေးလိမ့်မည်။

သည်တော့...

လောကမှာ လျှို့ဂုဏ်ချက်ဟူ၍ မရှိပါ။ သို့ပေမဲ့ လောကတွင် အောင်မြင်မှုကို ပျော်ဆွင်ခဲစားနေပြီး ဆက်လက်၍လည်း ပျော်ဆွင်ခဲစား နော်းမည့်သူများအကြားတွင် အများသီဖြစ်ပြီး ရိုးသော ရှင်းသော အခြေခံမှုများ ရှိနေကြောင်းတော့ ကျွန်ုတ်ယုံကြည်သည်။

အောင်နိုင်သူ၏ လမ်းညွှန်

အောင်နိုင်သူတစ်ဦးသည် ထိပ်ဆုံးက ပြေး၏။ ပန်းဝင်စည်းကို ပထမ္မားဆုံးကျကျဖြတ်သူ၏။ ပြီးတော့ ချုပ်ပို့စင်မြင့်မှာ နေရာယျာ၏။ ထိုသို့သောသူများကို အခြားသူများနှင့် သီးမြား ခွဲပြီး စဉ်းစားတတ်ကြ သည်မှာ ကျွန်ုတ်တိုးအားလုံး၏။ သဘာဝဖြစ်ပုံရ၏။ ဒုတိယ ပန်းဝင် လာသူကို ဘယ်သူကမ္မာ မမှတ်စီးဟူသော ဆုံးရှုံးစကားက အခြားအပြော သမားများ၏။ တစ်ဦးချင်းအောင်မြင်မှုကို လျှော့တွက်တတ်ကြကြောင်း ဖော်ပြနေ၏။ သို့ပေမဲ့ အမှန်တွင် အောင်နိုင်သူများသည် ပုံစံအပျိုးမျိုး၊ အချေထိအစားအမျိုးမျိုးဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာပါသည်။

အောင်နိုင်သူအားလုံးတွင် တူညီသည့်အချက်များ ရှိ၏။ သူတို့ သည် သူတို့၏ရည်မှန်းချက်ကို အထားမြောက်အောင်မြင်စွာ အရယူနိုင် သည်။ သူတို့သည် သူတို့နှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဝေရက်တောင်ထိပ်ကို တက်ရောက်ခဲ့၏။ သို့အတွက် သူတို့ကိုယ်သူတို့ နှစ်သက်အားရှာသည်။ အပြောယ်ကတော့ သူတို့ကိုယ်သူတို့ နောက်ထပ်နည်းနည်းကလေး တွန်း တင်လိုက်နိုင်ပြီ ဆိုသည့်သဘော။

သို့သော့ ဒုတိယ၊ တတ်ယေား... ပွဲမ သို့မဟုတ် ဘယ်အဆင့် ကပဲ ပန်းဝင်လာလာ ထိုသို့ ပန်းဝင်လာသူများသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ အဆုံးသမားများဟု မထင်မှတ်သင့်။ တစ်ခါတွင် လူတစ်ယောက်က

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

ကျွန်ုတ်တော့အား ပြောဖူးသည်။ “ကျွန်ုတ်မပျက် ရှုံးနိမ့်သူတစ်ဦး ကျျှပ်ကို ပြပါ။ ကျျှပ်က ခင်များကို အရှုံးသမားတစ်ယောက်ပြပါမယ်” ဟူ၏။ ဤကား ရွှေမြင်သုံးသပ်ချက် မူကွဲတစ်မျိုးဖြစ်မည်။ သို့သော့ ဤအမြင် သည် ကျွန်ုတ်တွေ့မြင်ခဲ့သည့် အောင်နိုင်သူများကြားမှာ ရှိသည့် တူညီချက်မျိုး မဟုတ်တာတော့ သေချာသည်။ အောင်နိုင်သူများဆိုသည် မှာ သူတို့ ဖြတ်သန်းခဲ့ရသည် ခရီးလမ်းတစ်လျှောက်တွင် ရှုံးနိမ့်မှုများ နှင့် ကြော်တွေ့ရခဲ့သူများဖြစ်၏။ သို့သော့ သူတို့သည် နောက်တစ်ကြိမ် ထပ်ပြီး ကြုံးစားအားထုတ်ဖို့ ခွန်အားကို ရှာဖွေ တွေ့ရခဲ့သူများ ဖြစ်၏။

အောင်နိုင်သူများသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ အောင်နိုင်သူများအဖြစ် ရှုံးနိမ့်သည်။ နောက်ပြီး အောင်နိုင်သူများလို စဉ်းစားတွေ့ခေါ်သည်။ သူတို့က သူတို့ကိုယ်သူတို့၏ ရှုံးနိမ့်မှုများနှင့် တွေ့ဖောက်သတ်မှတ်ခြင်း မပြုရ။ ထိုအစား ရှုံးနိမ့်မှုများကို လေ့လာဆည်းပူးရမည့် သင်ခန်းစာများ အဖြစ် သဘောထားသည်။ ထိုနောက် ငင်းသင်ခန်းစာများကို အနာဂတ် ကာလတွင် အသုံးချက်၏။ အောင်နိုင်သူများက အောင်နိုင်မှုနှင့် ရှုံးနိမ့်မှုသည် ခရီးလမ်းဆုံးများ မဟုတ်ကြောင်း၊ ဘဝခရီးလမ်းတစ်လျှောက် ကြော်တွေ့ရသည့် အတွေ့အကြားသာဖြစ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုကြ သည်။

အောင်နိုင်သူများမှာ ရှိသည့် တူညီသောအချက်မှာ စိတ်ပြဋ္ဌာန်း ချက် ရှိခြင်းဟု ကျွန်ုတ်တော် ယုံကြည်သည်။ ဘယ်လိပ်ပျိုးမှာ ဝင်နွဲရသည် ဖြစ်စေ သူတို့က စွဲခတ်သည်။ သူတို့က ပစ္စာပွဲနှင့်ကာလမှာပဲ သက်ဝင် လွှဲပ်ရှားသည်။ သူတို့က သူတို့၏ ယခင်အောင်မြင်မှုများ သို့မဟုတ် အတိတ်က ရှုံးနိမ့်မှုများအကြောင်း အချိန်ပြည့်ပြန်တွေ့ပြီး အချိန်မဖြုန်းကြော်။ သူတို့က သူတို့၏ အနာဂတ်အောင်ပွဲများကို မျှော်ကြည့်သည်။ သူတို့က သူတို့အတွက် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ ချမှတ်ထားသည်။

ဖြစ်သောကြောင့် အခွင့်အလမ်းများကို သိသည်။ မြင်သည်။ ဤသိဖြင့် သူတို့သည် သူတကာထက် ခြေလှမ်းတစ်လှမ်းသာအောင် လှမ်းကြလိမ့် မည်ဖြစ်သည်။

လူတိုင်းလူတိုင်းသည် မွေးကတည်းက အောင်နိုင်သူတစ်ဦးဖြစ် လောက်သည့် ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စွေတွေ ပါလာပြီး ဖြစ်၏။ သင့်ကိုယ်သင် အောင်နိုင်သူတစ်ဦးအဖြစ်ရှုမြင်ပါ၊ ယုံကြည်လက်ခံပါ။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော သင့်ဘဝဓရီးတစ်လျောက်မှာ ရရှိခဲ့သည့် အောင်မြင်မှုတိုင်း သည် ဘယ်လောက်သေးမွားသည်ဖြစ်စေ သင့်ကိုအားတက်စေသော ကြောင့် ဖြစ်၏။ ထိုသို့အားတက်သည့်အတွက် သင်သည် ပိုမိုကြီးမှား သည့် အောင်မြင်မှုများ ရရှိအောင် စွမ်းဆောင်ရွက် ကိုယ့်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချမှုတွေ တိုးပွားလာမည်ဖြစ်ပါသည်။

မကြောသေးမိက ကျွန်တော် ကများတစ်ပုံဖော်ဖော်စီသည်။ ကျောင်းမြေးပွဲ ပြိုင်ပွဲတွင် ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်သော ကောင်ကလေးတစ်ယောက် အကြောင်း ရေးဖွဲ့ထားခြင်းဖြစ်၏။ ချာတိတ်က သူကို သူအဖေ အထင်ကြီးစေချင်သည်။ ထိုကြောင့် အပြေးပြိုင်ပွဲတွင် ပထမရအောင် ပြေးစွဲ သူနှင့်ချုထားသည်။ သို့သော် ပြေးလမ်းတစ်လျောက် ယှဉ်ပြိုင် ပြေးရင်းလေးကြော်တိတ် လဲကျသည်။ သူပန်းဝင်သောအခါ သူသည် များက်ဆုံးပန်းဝင်သူဖြစ်နေသည်။ သူပန်းဝင်စည်းကို ကျော်ဖြတ်ချိန်တွင် ပွဲကြည့်ပါရောက် အားလုံးက ထူးထူးမြှားမြှား သောင်းသောင်းဖြဖြတ် လက် ခုပ်တီးပြုဘာပေးကြသည်။ သူအဖေကလည်း သူကို အားပါးတရ ပျောက်ကြုံဆိုသည်။ ဤတို့ပြန်မှုကို ချာတိတ်ကနားမလည်။ အတွေး ရွှေ့အောင် သည်။ သည်တော့ သူအဖေက ရရှိပြသည်။ အောင်နိုင်ခြင်းဆို သည့်မှာ သားငယ်၏ ကြိုးပမ်းမှုမျိုးကို ခေါ်ခြင်းဖြစ်၏။ သည့်ထက် ဘာမျှမရို့။ သားငယ်က တစ်ကြိုး လဲကျတိုင်း တစ်ကြိုးများထဲသည်

မဟုတ်လား။ သားငယ်သည် လေးကြိမ်တိုင်တိုင် ကျွဲ့ထပြီး ပန်းတိုင် ရောက်အောင် ဆက်ပြီးခဲ့သည်လေး။ သည်တော့ ဖောင်ဖြစ်သူ၏ အမြင် တွင်၊ နောက်ပြီး အခြားသူများ၏ အမြင်တွင် သူအား အောင်နိုင်သူ အဖြစ် အားပေးသတ်မှတ်ကြခြင်းမှာ အဆန်းမဟုတ်တော့ချေး။

အောင်နိုင်ခြင်းသည် အောင်နိုင်စိတ် ပြဋ္ဌာန်းထားနိုင်မှု၊ အောင် နိုင်ရမည်ဟူသော ခံယဉ်ချက်နှင့် များစွာသက်ဆိုင်ကြောင်း နှလုံးသွင်းထား ပါ။ သင့်အနေဖြင့် အမြတ်မှု ပထမချည်းရနေဖို့ မလို့၊ သို့ပေမဲ့ မိမိ ပထမရနိုင်သည်ဟု ထာဝစုံယုံကြည် ခွဲမှတ်ထားပါ။ သည်တော့ ဘာပဲ လုပ်လုပ် သင့်ဘက်က အမြတ်မှု အစွမ်းကုန်အားထုတ်လုပ်ဆောင် ပါလေ။

အောင်နိုင်သွေ့မှာ ဘဏ္ဍာတွေ့ပို့သွေ့

လမ်းလျောက်သင်စာ၊ စကားပြောသင်စာ ကလေးများအနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့၏ မိဘများကို အတုယူခဲ့ကြ၏။ ‘များက်မြင်သည်’ များက်လုပ်သည်။ ဟူသော ဆိုရိုးစကားအတိုင်းဖြစ်၏။ အသက်ကလေးတွေ ရလာတော့ ကျွန်တော်တို့ ငွေကုန်ကြေးကျွဲ့ပြီး မဂ္ဂဇင်းတွေ၊ စာစောင်တွေ ဝယ်ကြော်၏။ ကျွန်တော်တို့ သဘောအကျိုး စားဖိများတွေ၏ ချက်နည်းပြုတ်နည်းတွေ အတုယူဖို့ ဖတ်ကြမှတ်ကြ သည်။ စာအပ်ထဲမှာပါသည့် ဖက်ရှင်အဝတ်အစားများအတိုင်း လိုက်တူ ပြီး ဝတ်စားဆင်ယင်ကြသည်။ အားကစားသူရဲကောင်းများအကြောင်း ဖတ်ရှုလေ့လာပြီး သူတို့၏ နည်းစနစ်များကို လိုက်လဲကျွဲ့သုံးကြသည်။ မိတ်တို့တို့တို့ဝင်စားသည် နယ်ပယ်တွင် တိုးတက်အောင်မြင်မှုများ ရရှိမှု မည်ဟူသော မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ထိုသို့ ပြမ်းကြခြင်းဖြစ်၏။

ထိုနည်းတူစွာပင် သင်သည် အောင်မြင်မှုရရှုင်သည်ဆိုလျှင်

အောင်မြင်သူတွေမှာ ရှိနေသည့် တူညီမှုတွေကို အတုယူခြင်းသည် အကျိုးရှိနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် သင့်အောင်မြင်မှုအတွက် အတုယူခြင်းသည် စံပြုရှိထဲတစ်ဦး ထားရှိရလိုသည်ဆိုလျင် လောလော ဆယ် အောင်မြှင့်နေသူတဲ့တစ်ဦးကို ရွှေးချယ်သတ်မှတ်ပါ။ ထိုသူသည် တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း အောင်မြင်နေသူဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ သို့မဟုတ် အသင်းတစ်သင်း၊ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၊ စွဲနဲ့စားတိတွင်လုပ်ငန်းတစ်ခုမှာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လူနှစ်ယောက် သို့မဟုတ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းနှစ်ခုသည် ဘယ်တော့အား ထပ်တုထပ်ဖူးမတူညီနိုင်သည့် တိုင် အရေးပါ အရာရောက်သော အရည်အသွေးတွေကတော့ တူညီနေ မည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

ကျွန်ုတ် လူငယ်ဘဝက ဂေါက်သီးရှိက် အားကစားနည်းကို အလွန်စိတ်ထက်သန်သည်။ ထိုကြောင့် ဂေါက်သီးရှိက်သည့် ကိုယ်ဟန် အနေအထား၊ လက်လွှာပုံမှားနှင့် ပတ်သက်သည့် နောက်ဆုံးပေါ် သိဒ္ဓိ ရှိမှားကို အင်မ်းမရ ရှာဖတ်သည်။ လေ့လာသည်။ လေ့ကျွန်ုတ်သည်။ သည်ကစားနည်းမှာ ထူးချွန်အောင်မြင်ချင်သည်။ ကျွန်ုတ်မှာ ပါရမိက မပါ။ သည်တော့ ကျွန်ုတ် သိပုံပညာကို အားကိုးအားထားပြုပြီး အဖြေရှာခဲ့သည်။

နောက်ပိုင်း စီးပွားရေးဆိုင်ရာ ဈေးနွေးပွဲမှားတွင် ဟောပြာရတော့ ငါး အတွေ့အကြွောက် ကျွန်ုတ် သတိရမိသည်။ သည်ဈေးနွေးပွဲတွေ မှာက ထွက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်တွေ၊ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အဆုံးမရှိ စိစစ်ကြသည်။ အသေးစိတ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ကြည်ကြသည်။ အောင်မြင် ရာ အောင်မြင်ကြောင်းအတွက် ညာက်အလင်းပွဲနဲ့မှား၊ အခြေမှားရလိမ့် မည်လား ဟူသော မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ထိုသို့အားထုတ်ကြခြင်းဖြစ်၏။ သို့သော်... အထမြာက် အောင်မြင်မှု၏ အခြေခံ အရည်အသွေး

များမှာ ရွှေပ်ထွေးခြင်းမရှိသာလို ခက်ခဲ့နက်နဲ့ခြင်းလည်း မရှိပါ။ အောင်မြင် သူမှားသည် သဘာဝကျသော အောင်မြင်ရေး အခြေခံမူလေးချက်ကို ကျင့်သုံးခဲ့ကြ၏။ တစ်ခါတလေတွင် သုတို့ ငင်းမှုမှားကို ကျင့်သုံးနေပါ ကလေး ဆုံးသည်ကို သတိပင်မထားခိုက်ပေါ်။ တရာ့က အခြေခံမူ လေးရုပ်အနက် တစ်မျိုးကို ပိုပြီး အလေးပေးပေးတတ်ကြ၏။ သို့သော် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အလေးပေးပုံချင်း၊ တွေစပ် အသုံးပြုပုံချင်း တူညီကြ၏။ ကြိုက်ဥမ္မာကြောင်းရာ၌ စားဖိုမျှားတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကြော်နည်း တူညီကြ မည် မဟုတ်။ စားဖို့အဆင်သင့်ဖြစ်လာသည့် ကြိုက်ဥမ္မာကြောင်းသည် အရသာ ကွဲချင်ကွဲမည်၊ ပုံစံအနေအထား ကွာချင်ကွာမည်။ သို့သော် ထည့်သွင်း အသုံးပြုထားသည့် စစ်ည်းအမည်များကတော့ အတူတူပင် ဖြစ်ပေမည်။

သဘာဝကျသော အခြေခံမူလေးချက်မှာ—
ကြည်လင်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်၊
တိကျ သေချာသော စိမ့်ကိန်း၊
ခိုင်မှာသော ယဉ်ကြည်စိတ်ချမှု၊
ရွှေးနိမ့်မှာကို ကြောက်စိတ်မရှိခြင်းတို့ဖြစ်၏။

ပြည်လုပ်သားသော ရည်ပို့ဆောင်နှင့်

သောလုံးပွဲတစ်ဦးအတွက် ပြုင်ဘက်အသင်း နှစ်သင်းစလုံးက သိနားလည်ထားသည်မှာ သုတို့ ကြီးစားအားထုတ်မှု၏ ရည်မှန်းချက် သည် ဂိုးသွင်းနိုင်ရေးဖြစ်ကြောင်းပင်။ လူဘဝနှင့် စီးပွားရေးလောက တွင်လည်း ထိနိုင်းအတိုင်းပင်ဖြစ်၏။ မိမိတို့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်မှား၏ သဘောသဘာဝ အတိအကျကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာနှင့် လိုရင်းတိုရင်း ကြိုတင်ပြောန်းထားနိုင်သူမှားသာ အောင်မြင်လေ့ ရှိပါသည်။

ထိသိသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် သူတိဘဏ်လိုချင်သည်။ သူတိဘယ်အရာ နောက်ကိုလိုက်နေသည်ဆိုသည်ကို တိကျပြတ်သားစွာ သိထားသူများ ဖြစ်၏။

“ငါစီးပွားရေး စလုပ်ပြီး ငွေတွေ အများကြီးရအောင်ရှာတော့မယ်”

“ဒီနေ့တော့ ငါပိုပြီးလက်စွမ်းပြနိုင်မယ် ထင်တာပဲ”

ထိသို့သော ဝေဝဝါးဝါး စကားမျိုးတွေကို ထိပုဂ္ဂိုလ်များထဲမှ
သင် ဘယ်တော့အူကြားရပါမှန်မည်မဟုတ်။ ထိသို့သော အတွေးအမြင်များ
ကို ဦးနောက်က အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်လို့ ရရှု။ ဦးနောက်က စိတ်ကူး
ပုဂ္ဂိုလ်များဖော်ပြီး စဉ်းစားတွေးခေါ်သည်ဖြစ်ရာ ဦးနောက် အလုပ်လုပ်နိုင်
ရေးအတွက် မိမိ၏လိုအင်ဆွဲများကို ရှင်းလင်းတိကျွောသိထားဖို့ လိုအပ်
၏။ သို့မှ ဦးနောက်က အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်လို့ ရမည်ဖြစ်ပါသည်။
မသိစိတ်အဆင့်မှာလည်း ထိနည်းလည်းကောင်း ဖြစ်ပါသည်။ မိမိ ချု
မှတ်ထားသည့် ရည်မှန်းချက်က ပိုပိုပြင်ပြင် ပြတ်ပြတ်သားသား မရှိလှုပ်
စိတ်အာရုံမှာ ပုဂ္ဂိုလ်လုပ်လာဖို့ခက်ခဲ့၏။ သည်တော့ မိမိ ဘာကို အာရုံစုံ
စိုက်ရမှန်း မသိဘဲရေးကစ်ဆင့်တိုးအလုပ်လုပ်ဖို့ မလွှယ်တော့ပေ။

ତଥ୍ବକୁଟ୍ଟଙ୍କ ବନ୍ଦିରେ ପ୍ରତିଲାଭମ୍ଭବ ହେଲୁ କି ବନ୍ଦିରୀଯ ବନ୍ଦ ଦ୍ୱାରା
ବ୍ୟବ୍ହାପି । ପ୍ରିୟାଧିଲ୍ଲବ୍ଦିରେ ବନ୍ଦିରୀଯ ବନ୍ଦ ଦ୍ୱାରା
ବ୍ୟବ୍ହାପି ।

ଓଡ଼ିଆ

သင့်ရည်မှန်းချက်များသည် အလွန်အကျိုးမြင်မားကောင်း မြင်မားလွန်းနေပါလိမ့်မည်။ သို့သော် ငင်းရည်မှန်းချက်များသည် လက်တွေ၊ ဘဝနှင့် မကင်းကွာသရွေ့ ကာလပတ်လုံး အထမြာက် အောင်မြင်နိုင်ပါသည်။

မျက်မဖြင့်ခြစ်ရသည့်မှာ ဆိုးဒီ။ သို့သော မျက်စိတ္တ နှီပါလျက် မဖြင့်
ခြင်းက ပို၍ဆိုးဒီ။

ହ୍ୟୁଲିଂ କଲା: (୨୦୧୦-୨୦୨୦)

အမေရිကන්තဘရေးဆုံး

အိမ်သုံးကွန်ပျူတာများကို အိမ်ထောင်ရှုးစီတိုင်း အသုံးပြုနိုင် အောင် ဆောင်ကြည့်ပေးနိုင်သည် ဘိလ်ဂါတ (Bill Gate)၏ ဝိပေါင်ပြတ် သားသော ရည်မှန်းချက်ဖြစ်၏။

ဆိုဒီရိုဂျိ ဟွန်ဒါ (Soichiro Honda) သည် ဆယ့်ငါးနှစ်သား အရွယ်တွင် အလုပ်သင် အင်ဂျင်နီယာကလေးအဖြစ် အလုပ်ခွင့်ထဲ ဝင်ခဲ့၏။ ထို့အတောက် လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေးကို ပြင်းများ၊ စက်သီးများအပေါ် အမိကအားထားနေရသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ထိုသို့ဖြစ်နေသော နယ်မြေပေါ်တွင် ဈေးချီသော မော်တော်ဆိုင်ကယ်တွေ အစာအပြုလိုက် ထုတ်လုပ်ရောင်းချိဖို့ ကြည်လင်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ကို ထိစိုက်တော်းက ချမှတ်ထားခဲ့၏။

မာသာထရိဇာ (Mother Teresa) ၏ ရည်မှန်းချက်ကတေသာ
လူအဖွဲ့အစည်းက အပစ်ပယ်ခံထားရသူများကို ကျည့်မို့ ဖြစ်၏။ သူ
တည်ထောင်ခဲ့သည့် 'ကုသိသုတေသနအဖွဲ့' သည် သူသက်ရှိထာင်ရှုံ
ရှိနေစဉ် ကာလအတွက် ကမ္မာကျော်အဖွဲ့၊ အစည်းကြီးတစ်ရုပ်ဖြစ်လာရ၍
မည်ဟု သူဖျော်မှန်းခဲ့သလား၊ မျှော်မှန်းခဲ့ဘူးလားဆိတာတော့ ကျွန်တော်
အတိအကျ မသိ။ ဘာပဖြစ်ဖြစ် သူ၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကတေသာ
ဒီပြင် ပြတ်သားခဲ့လေသည်။

သည်တော့ သင်ကော သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို ချမှတ်ပြန်ပြီ
လေး။

ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သည် စိတ်ကူးတစ်ရပ်၊ အီပို့မက်တစ်ခုမှ အစပြုသည်။ သို့သော် အောင်ရမည်ဟု ပြဋ္ဌာန်းထားသော စိတ်ထဲတွင် ငှါးရည်မှန်းချက်၊ ငှါးစိတ်ကူးပုံရှင်သည် ပြက်ပြက်ထင်ထင် ရှိနေ၏။ လုမ်းယဉ်ဆုပ်ဖော်းလို့ ရမည်ထင်ရလောက်၏။ ထိုပန်းတိုင်သည် အနာ ကတ်ကာလတွင် ဖြစ်တည်ပေါ်ပေါက်နေပြီးသားဖြစ်နေ၏။

သူတို့ စိတ်တိုင်းကျ နေထိုင်ချင်သည့် အိမ်တစ်လုံးအကြောင်း လူတွေ့ကိုမေးကြည့်ပါ။ သူတို့သည် ငှါးအီမံရှုစုစုပေါ် အသေးစိတ်လှလှပပ ဆွဲပြနိုင်ကြပါလိမ့်မည်။ ထိုအတူ သူတို့အီးချင်သည့် ကားတစ်စီး အကြောင်း မေးကြည့်ပါ။ သူတို့ကလည် အထက်ပါအတိုင်း တုပြန်ကြ ပါလိမ့်မည်။ နောက်တစ်ဆင့်အဖြစ် လူတွေ့ကို သူတို့၏ ဘဝရည်မှန်း ချက်ပန်းတို့ သို့မဟုတ် သူတို့၏စိတ်တိုင်းကျ အနာဂတ်ဘဝအကြောင်း မေးကြည့်ပါ။ ထိုအခါမှာတော့ လူများစုသည် သိပ်ပြီး တိကျရောရာစွာ ပြောမပြနိုင်ကြောင်းတွေ့ရပါမည်။ သူတို့ ဖြစ်မြောက်လိုသော ဘဝမျိုးကို သူတို့ဘာသာသူတို့ ပိုပြင်ပြင်သတ်မှတ်မထားခဲ့ကြပါချေ။

သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်များ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်ပြီး နှစ်ဆယ့် ရာရှိကာလအတွင်း ကျော်တို့၏ ဘဝများကို အသွင်ပြောင်းပေးနိုင် ခဲ့သည့် ရှားရှားပါးပါးပုဂ္ဂိုလ်များရှိသည်။ သူတို့သည် သူတို့၏ ရည်မှန်း ချက်များကို ကြည်လင်ပြတ်သားစွာသိမြင်နေရှုမျှမက ငါး ရည်မှန်းချက် များသည် အထမြောက် အောင်မြင်နိုင်သည့် ကိစ္စများဖြစ်ကြောင်း ယုံ ကြည့်ခဲ့ကြလေသည်။ သူတို့၏ အောင်မြင်မှုကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ပြပါဟု သူတို့ကို မေးကြည့်ပါ။ သူတို့က ဇွဲကြေးအကျိုးအမြတ်သည်။ ဇွဲကြေး အကျိုးအီးများသည် သူတို့၏ အဓိကပေါ်မှတ်မဟုတ်။ ငါးအရာသည် အထမြောက်အောင်မြင်မှုနှင့်အတူ အလိုအလျောက်ကပ်ပါလာသော

အကျိုးဆက်သာဖြစ်၏။

သင့်အနေဖြင့် ကိုယ်အလေးချိန်ပေါင် အနည်းငယ်လျှော့ချင် သလား။ သို့မဟုတ် တစ်နောက်အတွင်း ပုံမှန်ရောင်းရနေကျထက်ပိုပြီး အရောင်းတက်စေချင်သလား။ သို့မဟုတ် ကမ္မာကြီးကို အသွင်ပြောင်း ပစ်စေမည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုထဲထောင်ချင်သလား။ ဘာပဲ လုပ်ချင် လုပ်ချင် သင်အထမြောက် အောင်မြင်လိုသည့် ရည်မှန်းချက်ကို သင့် ဘာသာ သင်ကြည်လင်ပြတ်သားစွာ သိမြင်နေအောင် သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းပါ။

တိကျသောကျသော စီမံကိန်း

‘သင်သည် စီမံကိန်းချို့ အထမြောက်ဘူးဆိုလျှင် သင်သည် အထမြောက်အောင် စီမံကိန်းချေနေပြီး၏’ သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ကို ပိုပြင်ပြင် သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းပြီးသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သင်နောက် တစ်ဆင့် ပြုလုပ်ရမည်မှာ ထိုပန်းတိုင်သို့ ဘယ်လိုအရောက်လှမ်းရမည် ဆိုသည်ကို တိတိကျကျ စီမံကိန်းချို့ ဖြစ်၏။ ထိုပန်းတိုင်သို့ အရောက်လှမ်းနိုင်အောင် သင့်ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စကို ယုံကြည့်စိတ် ချေနို့လည်းလို၏။ အထူးသဖြင့် စတည်ကတည်းက မဖြစ်နိုင်တာ စိတ်ကူးယဉ်သည်ဟု ထင်ရောက်အောင်မြင့်မှားသည့် ရည်မှန်းချက်မျိုး ချေမှတ်မိလျှင် ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည့်စိတ်ပိုပြီးလိုအပ်၏။

သင်ရေးခွဲထားသော စီမံကိန်းခိုင်မာကြောင်းကို အထောက်အကူ မြှုမည့် သက်သေအထောက်အထားတွေ လောလောဆယ် ရှိရှုမှုနှင့်ပါ မည်။ သို့သော် သင်လိုအပ်သည်မှာ သင်အလုပ်လုပ်လို့ရမည်ဟု ယုံ ကြည့်စိတ်ချေသည့် စီမံကိန်းတစ်ရပ်သာဖြစ်၏။ သင့်စီမံကိန်းသည် ကိုခဲ့က်နေပြီး ပညာခန်းတွေပြည့်စုံမှု မလိုသလို အနှစ်တိပြင်ဆင်ထား

နှုံမလို။ သို့မဟုတ် အချေတ်အချက် အတိမ်းအစောင်းမဖြစ်နိုင်လောက် အောင် ငင်းလုံးရောဖို့လည်းမလို။ သင့်စိမ်ကိုနဲ့သည် အကာဘသယာ၌ လွှတ်တင်ရေးစီမံချက်နှင့်တူနေဖို့မလို။ သင်လိုအပ်သည်မှာ သင်ကိုယ် တိုင် နားလည်သဘောပါက်ပြီး သင် အလုပ်စလုပ်လို့ရအောင် ထိန်းကျောင်းပေးမည့် စီမံကိုန်းတစ်ရပ်သာဖြစ်၏။

ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲလာသည့် အနေအထားများအပေါ် မှတ်ညြိုး သင့်စိမ်ကိုနဲ့ကို တစ်ပတ်တစ်ခါပြုပြင်ပြောင်းလဲလို့ရသည်။ တစ်နေ့ တစ်ခါပြောင်းလဲနေလည်း အကြောင်းမဟုတ်။ တကာယ်တော့ အကောင်းဆုံး စီမံကိုန်းများသည် တက်သာ ဆုတ်သာ လုပ်လို့ရသည် စီမံကိုန်းများ ဖြစ်၏။ ကိုယ့်စိမ်ကိုနဲ့က အလုပ်မဖြစ်ဘူးဆိုလျှင် ပြပြင်ပါ။ ပြောင်းလပါ။ လိုက်လျောညီတွေဖြစ်အောင်လုပ်ပါ။ ဘယ်နှုတ်မြတ်ပြင်ပြင် သင် လိုအပ်သလောက်ပြင်လို့ရပါသည်။

စီးပွားရေးအဖွဲ့အစည်းများတွင် တိကျလွန်း၊ တင်းကျပ်လွန်းသော စီမံကိုန်းများကို မကြောမကြာ ကြုံကြုရ၏။ “ဒီလို ဒီလိုတွေဖြစ်လာလိမ့် မယ်” အဲဒီလိုဖြစ်လာရင် ဒီလိုလုပ်ရမယ်” ဟု ဝန်ထမ်းများအား မှာထား၏။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း၏ ပင်ကိုစွမ်းရည်ကို ပြခွင့်မပြ။ ထိုသို့ ပြသခြင်းသည် လုပ်ငန်းသဘာဝနှင့် မကိုက်ညီမှာ စုံသောကြောင့် ဖြစ်၏။ သို့သော် အမှန်တရားမှာ စီမံကိုန်းတစ်ခုသည် တင်းကျပ်လွန်းပြီး လက်တွေ့ အကောင်အထည်ဖော်လို့မှတ်တော့ဘူးဆိုလျှင် စီမံကိုန်းတစ်ခု လုံး အောင်မြင်တော့မည် မဟုတ်။ ထိုအခါ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ဆို သည်မှာ မိုးကုပ်စက်ဂိုင်းတစ်နေရာရှိ အစက်အပြောက်ကလေး တစ်ခု သာဖြစ်နေပေတော့မည်။ ထိုအခါ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ အရောက် သွားနိုင်ရမည်ဟုသော ယဉ်ကျဉ်းစီတ်ချမှုတွေ လျောပါးလာသည်။ စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ချွောတို့မြို့ကျေသွားတော့သည်။

စီမံချက်များကို ကြိုတင်ရေးဆွဲထားသောအခါ ပတ်ဝန်းကျင်အနေ အထားများက ငင်းစီမံချက်များနှင့် မကြာမကြာ အင်စွင်ကျဖြစ်လာ တတ်သည်မှာ အဲခြေစရာကောင်းလှ၏။

ဘာ ဝိလျှေအောစတာ

သင်သည် ရည်မှန်းချက်ကြီးကြီးမှားတစ်ခုကို ရေရှည်စီမံကိုန်းချုပြုး အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ကြုံးစားနေပါသလား။ သို့ဆိုလျှင် သင့်မှာ စီမံချက်ချထားသောရေတိ ညွှန်ပြချက်များ ရှိနေဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ ငင်း ရေတိညွှန်းချက်များက သင်လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ်မှာ ရှိနေမနေကို ညွှန်ပြပါလိမ့်မည်။ ပင်လယ်ထဲတွင် ရေကြောင်းပြနေသည့် သဘောသားတစ်ဦး သို့မဟုတ် ခရီးဝေးမောင်းနှင့်နေသည့် လေယာဉ်မှားတစ်ဦးကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ကိုလိုပိတာ နှစ်ဆယ်၊ ငါးဆယ်၊ တစ်ရာ စသည့်ဖြင့် အတန်အသင့်ခေါ်းပေါက်တိုင်း သူတို့သွားနေသည့် လမ်းကြောင်း မှန် မမှန်ကို ညွှန်ပြပေးသည့် နည်းလမ်းများ သူတို့မှာရှိနေ၏။

သင့်စိမ်ကိုနဲ့သည်လည်း ထိုအတိုင်းဖြစ်သင့်ပါသည်။ သင့် စီမံကိုန်းထဲတွင် ရေတိလျောထားချက်များ သတ်မှတ်ထားပါ။ သင်သည် ဂလက်စဂိုမှ လန်ဒန်သို့ ကားမောင်းသွားချင်သည်ဆိုလျှင် လမ်းမှာ ဖြတ်သွားရမည့် ဖြူးများကို သိထားရပါမည်။ သင်သည် ကာလိုင်းမြှုံးကို ဖြတ်ကျော်ပြီး မန်ချက်စတာ၊ ထိုနောက် ဘာမင်ကိုသို့ရောက်ဖြုံးဆိုလျှင် လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ်မှာ ရှိနေကြောင်း သင်သိနိုင်မည်ဖြစ်၏။

ဘဝရည်မှန်းချက်များ အကောင်အထည်ဖော်ရှုံးလည်း ငင်း အမြဲးကျင့်သုံးလို့ ရ၏။ သင်သည် ရေရှည်စီမံကိုန်းတစ်ရပ် ချမှတ်ထားသည်ဆိုလျှင် သင်သွားနေသည့် လမ်းကြောင်းမှန်မှန်ကို ရေတိရည်မှန်းချက်များဖြင့် စစ်ဆေးတိုင်းတာကြည့်လို့ရ၏။ ရေတိ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု

ပေါက်မြောက်အောင်မြင်သည့်နှင့် နောက်တစ်ခုကို ဆက်လှမ်းပါ။ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်သော ရေတိရည်မှန်းချက်ကလေးတွေ စုပုံများ ပြားလာသောအခါ သင်၏ အမြင့်မားဆုံး ရည်မှန်းချက်ကြီး ပေါ်ထွန်း လာသည်ကို တွေ့မြင်ရပါလိမ့်မည်။

ကျော်ကို ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တစ်ခုရှိတဲ့ ကုန်ခုံစာရေးတစ်ယောက် ပေးပါ။ ကျော်က စင်ပျော်ကို သမိုင်းတင်ရန်မယ့် လူတစ်ယောက်ပြန်ပေး မယ်။ ကျော်ကို ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တွေ မရှိတဲ့ လူတစ်ယောက်ပေးပါ။ ကျော်က စင်ပျော်ကို တုန်ခုံစာရေးတစ်ယောက် ပြန်ပေးမယ်။

ကျော်ပိုင်နေ (၁၈၇၇-၁၉၇၁)

အမေရိကန် လက်လီအရောင်းလုပ်ငန်းရှင်နှင့်
ပရဟိတအကျိုးဆောင်

သင်ရေးဝယ်ထွက်ပြီဆိုလျှင် ဝယ်ယူမည့်ပစ္စည်းစာရင်း ရေးမှတ်၏။ သင် ဘာတွေ့ဝယ်ချင်သည်ကို ကြိုးတင်ဆုံးဖြတ်ထားသည်။ ဆိုင်သို့ ရောက်သောအခါ အထူးလျှော့ရေးဖြင့် ရောင်းနေသည့်ပစ္စည်းများ တွေ့ချင်တွေ့မည်။ ငှင့်ပစ္စည်းများသည် သင် ရေးမှတ်ထားသည် ပစ္စည်းတွေကိုလည်း ဝယ်ချင်ဝယ်လို့ရသည်။ သို့သော် စာရင်းရေးမထားလျှင် သင် အိမ်ပြန်ရောက်မှ အရေးကြီးသည် ပစ္စည်းတစ်မျိုး သို့မဟုတ် နှစ်မျိုး လောက် မဝယ်ခဲ့မိတာ ကြံ့ရနိုင်၏။

ထိနိုင်းတူစွာပင် သင်သည် ဉာဏ်စားပွဲတစ်ခု ပြုလုပ်တော့မည် ဆိုလျှင် ဘယ်သူတွေကို ဖိတ်မည်။ ဘယ်သူတွေက ဘာကြိုက်သည်၊ ဘယ်သူတွေက ဘာမကြိုက် သသည်ဖြင့် ဖိမ်ချက်ချရတော့၏။ သူတို့ ထိုင်မျိုး အစီအစဉ်ကိုပင် သင်ကြိုးတင်စိစဉ်ကောင်း ဖိစဉ်မည်။ အဆိုပါ

ဉာဏ် စားပွဲအောင်မြင်ရေးအတွက် သင်သည် အမှတ်မထင်ဖြစ်ပေါ်လာ လာမည့် ဟာကွက်၊ လစ်ကွက် မရှိအောင် ကြိုးတင်ပြင်ဆင်ထားမည်။

သင့်ဘဝသည် ဘယ်ကဲ့သို့သော ဉာဏ် စားပွဲထက်မဆို အတိုင်း အဆုံး ပို့ဆေးကြီးသည်။ သည်တော့ သင့်ဘဝမှာလည်း အမှတ် မထင် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် ဟာကွက်၊ လစ်ကွက်တွေ မရှိပါစေနော်။

သင်၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာနှင့် ဝမ်းကျောင်းမှုလုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ စိမ်မထားဘူးဆိုလျင် သင်သည် ဇာဒါပင်လို အရှုန် ရေသန မျောနေပေမည်။ နောက်ဆုံး၌ သင်မရောက်ချင်သည့် တစ်ရာရာတွင် သောင်တင်နေလိမ့်မည်ဖြစ်၏။ သင်သည် တောင် ဝင်စိုးစွန်းသို့သွားဖို့ ဖိတ်ထားသည်ဆိုပါစိုး။ သင်သည် တောင် ဇာုံးအရပ်သို့ ဦးတည်သွားမည်။ လမ်းခရီးတွင် မဆိုစလောက်ကလေး အနာက်ဘက်သို့ စောင်းသွားမည်ဆိုလည်း အရေးမကြီး။ အကြောင်းမှာ သင်သည် တောင်အရပ်သို့ အမိကထားဦးတည်နေသောကြောင့်ဖြစ်၏။ သင်သည် သင်ရောက်ရှိလိုရာသို့သွားသည် လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ်တွင် မြှုပ်နည်းသေးသည် မဟုတ်ပါလား။

သင်၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်များကို အကောင်အထည် အံ့ဩပြု တစ်စုံတစ်ယောက်အား သင်လိုက်ရမည့် လမ်းပြုမြုပုံကို ချွောင်းချင်ဖိတ်ပေါ်ကောင်းပေါ်မည်။ သို့သော် ငှင့်လမ်းစဉ်သည် သူတို့၏ လမ်းစဉ်အဖြစ် သင်က လက်ခံချင်မှသာတိသို့ပြုလုပ်ပါ။ အဆုံးစွန်း အဖြင့်တော့ သင်ခရီးစဉ်ကို သင်ကိုယ်တိုင်ရေးဆွဲရပါမည်။ နောက်ပြီး သင်သွားနေသည့် နေရာသို့ သင့်နိတ်ထဲမှာ ပြက်ပြက်ထင်ထင် သိမြင် မှုသောအခါ သင့်လမ်းကြောင်းကို သင့်ဘာသာ ထိန်းသိမ်းထားပြုး အကောင်းဆုံးဖြစ်ကြောင်း စွဲမှတ်ထားပါ။ သင့်စိမ်ကိုန်းကို သင့်အား ခြော့ဖြည့်သွားကိုသာ မျှဝေအသိပေးပါလေး။

အမေရိကတွင် ဟမ်ဘာဂါမှန့်အရောင်းဆိုင်များနှင့်ပတ်သက်၍ နာမည်ကျော်ကြော်ပြာတစ်ခုရှိသည်။ ကြော်ပြာထဲတွင် ဟမ်ဘာဂါဆိုင်ရှင်တစ်ဦးက ပြုင်ဘက်တစ်ဦး၏ ဟမ်ဘာဂါမှန့်ကို ဖွင့်ကြည့်လျက် “ဘယ်မှာလဲဟဲ အမဲသားက” ဟု မေးနေသည်ပုံပါ၏။ သင်လည်း သင့်အိပ်မက်တွေ အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ လွပ်ရှားဆောင်ရွက်ရာ၌ သင့်ကိုယ်သင် “ဘယ်မှာလဲဟဲ စီမံကိန်းက” ဟု မေးပါလေ။

နိုင်မာသာ ယုံကြည်စီစဉ်များ

နိုင်မာသာ ယုံကြည်စီတ်ချမှုဆိုသည်မှာ အတိတ်ကာလက အပြုသဘောဆောင်သာ အတွေ့အကြံမှတစ်ဆင့် ပေါက်ဖွားလာသော ယုံကြည်စီတ်ချမှုစီတ်ဖြစ်၏။ ဤနေရာမှာတော့ သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်စီတ်ချမှုကို ဆိုလိုပါသည်။ ယုံကြည်စီတ်ချမှုက ဝင့်ဝါမောက်ကြားမှုက အတွေ့စီတ်ကြီးထွားမှုမှ ဆင်းသက်လာသည်။ သို့သော့ ငင်းယုံကြည်ချက်ကို အထောက်အကျပြစ်ရာ သက်သေ အထောက်အထားမရှိ။ နောက်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စီတ်ချမှုမရှိသူများ၏ ဟန်တစ်လုံးပန်တစ်လုံး အကျင့်စရိတ်များဖြစ်နေတတ်၏။

ကုမ္ပဏီတစ်ခုသည် ကြီးကြီးမားမား ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှတစ်ခု ပြုလုပ်တော့မည်ဆိုလျင် ငင်းအစီအစဉ်က တိုးတက်မှုများ ဖော်ဆောင်လေးလိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်း အမှထမ်းများက ယုံကြည်မှုရှိဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ သူတို့မှာ ယုံကြည်မှုမရှိတော့ဘူးဆိုသည်နှင့် ငင်းလုပ်ငန်းစဉ် အကြီးအကျယ်ထိနိုက်တော့မည်ဖြစ်ပေသည်။

ယုံကြည်စီတ်ချမှုသည် စီတ်ဓာတ်ရေးရာနှင့် ဧည့်ပုံးရင်းချာ ဖြစ်၏။ စစ်ဆေးကာလများတွင် စစ်သားများက သိလိုသည်မှာ ရန်သူ၏ စီတ်ဓာတ်ရေးရာဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် စီတ်ဓာတ်ကျေလာလျင်

ယုံကြည်မှု ဧည့်လာပြီး ရန်သူဘက်က အနိုင်ရရှိ အခွင့်အလမ်းလည်း နည်းသွားမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

စီးပွားရေးသတ်ကွင်းထဲမှာလည်း ယုံကြည်စီတ်ချမှုသည် အလွန်အရွမ်းထာက်သော အရည်အသေး ဖြစ်၏။ ဟင်နရိုး၏စကားအရ ဆိုလျင် “သင်စွမ်းဆောင်နိုင်သည်ဟဲ ထင်လျင် သို့မဟုတ် မစွမ်းဆောင်နိုင်ဟဲ ထင်လျင် သင့်ထင်မြင်ချက် မှန်နေလေ့ရှိသည်” ဟု၏။ စီးပွားရေးအွေးအစည်းတစ်ပို့တွင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စီတ်ချမှုမြိုင်နိုင်မာမာစွဲငြင်းသည် ပြုင်ဘက်များကို နာတစ်များ အသာရစေနိုင်သည် အရည်အသေးပေါ်ဖြစ်၏။

တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း၏ ယုံကြည်စီတ်ချမှုသည် သူ၏ ကောင်းသွေးသာအတိတ်အတွေ့အကြံပေါ်တွင် အခြေပြုဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုသို့သော့ အတိတ်ကာလအောင်မြင်မှုများကို သတိတရရှိခြင်းဖြင့် မိမိ၏အောင်ရည်အောင်သွေးကို ပို့ပြီး ယုံကြည်စီတ်ချလာသည်။ ယုတွေအဆုံး အောင်ဆိုင်ရမည့် စိန်ခေါ်မှုများကို ကျော်လွှားအောင်မြင်နိုင်ရမည်ဟဲ ယုံကြည်စီတ်ချလာသည်။

သင့်အား ဒေသနှစ်ရေးရုံးရှိရှိ အရေးပေါ်ကြာနာသို့ တင်ပို့ခြင်းခံရ သွေးကြည့်လိုက်ပါ။ သင့်ခြေထောက်မှာ အပြင်းအထန် အိန္တ်အက်ရာ ရထားသည်။ ခြေချင်းဝတ်က လည်သွားသည်။ အရေးပေါ်ကြာနာ တံ့ခါးဝတ်က မတ်တတ်ရပ်နေသည်မှာ ဆရာဝန် နှစ်ယောက်။ အိန္တ်အလုံး သက်တွေ့ရှုယ်တွေ့လောက်ပဲ ရှိမည်။ တစ်ယောက်က သူကိုယ် ၂၄ ယုံကြည်စီတ်ချမှု ရှိသည် အသွင်ပေါက်၏။ နောက်တစ်ယောက်အတော့ ပေါ်ထည့်ထည့် ပေါ်ကြားကြားပဲ ပေါက်၏။ သင့်ခြေချင်းဝတ်ပြုနည်းသွားအောင် ကုသိုလ် သင် ဘယ်ဆရာဝန်ကို ရွှေးချယ်မည်လဲ။ အိုးသော့ဘို့ ကျွန်းတော်မသိ။ ကျွန်းတော်ဆိုလျင်တော့ တို့အခြေအနေ

ချို့ကြုံရတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိသည့် ဆရာဝန်ကိုသာ ရွေး
မည်ဖြစ်၏။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စစ်မှန်စွာ ယုံကြည်မှုရှိသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်
ချင်းနှင့် အဖွဲ့အစည်းများသည် မလွှဲမသေ့ ရိုကျိုး နှစ်များတို့ကြောင်း။
သူတို့အနေဖြင့် သူတို့၏အောင်မြင်မှုများအကြောင်း ကြားစရာ မလို့၊
ဝင့်ဝါစရာ မလို့။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော သူတို့သည် အတိတ်ကာလ
တုန်းကလည်း အောင်မြင်မှုများ ရှုခဲ့သည်။ သည်တော့ ရှေ့ဆက်ပြီး
အောင်မြင်မှုများ ရှိုးမည်ဖြစ်ကြောင်း သူတို့ ရင်ထဲမှာ တည်ပြုမှုအောင်
သော ယုံကြည်မှု ရှိနေသည်။

သင်သည် ရည်မှန်းချက် ကြီးကြီးမားမား တစ်ခုချမှတ်ပြီဆိုလျှင်
အခြားသူများက သင့်အား ဘယ်လောက်ပဲ အပျက်သဘော ပြောဆို
သုံးသပ်ကြစေကော်မှု ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ဖိတ်ချမှုက ငင်း အဖွဲ့ဝင်
အယ်က်များကို ကျော်လွှားလွန်မြောက်စေနိုင်၏။ အတော့မသတ် တွေ့
ကြုံရသော ယာယိနောင့်နေ့များကို အနေဖြင့်ဖောက်စေနိုင်၏။ ပြက်
ရည်မှုများ၊ ကြောက်ဖိတ်၊ ပင်ပန်းဆင်းခဲ့မှု၊ နာကျင်မှုများကိုပင် လျှစ်လှု။
ရှိသားစေနိုင်၏။

အဆုံးစွန်သော အောင်မြင်မှုကို ရရှိသားသူများသည် သူတို့ကိုယ်
သူတို့ ယုံကြည်မှု အပြည့်အဝ ရှိသူများဖြစ်၏။ သူတို့ အောင်မြင်စွာ
ဆောင်ရွက်လိုက်နိုင်သည့် မည်သည့် အားထုတ်မှုပျိုးမှာ မဆို ယုံကြည်မှု
က အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍမှပါဝင်နေသည်။ သူတို့သည် အောင်မြင်
မှုကို တွေ့ကြုံခဲ့စားရသည်။ သို့ပေမဲ့ သူတို့က အောင်မြင်မှုကို သူတို့၏
ခနီးလမ်းဆုံး သို့မဟုတ် ပန်းတိုင်ဟု မယူဆဲ။ အောင်မြင်မှုသိသည်မှာ
မိမိတို့၏ဆက်ပြီး တွေ့ကြုံခဲ့စားနေရမည့် အဆုံးမသတ်နိုင်သော အတွေ့
အကြော်များဖြစ်သည်ဟု သူတို့က နားလည်သောပါက်လေသည်။

သို့သော ကျွန်တော်တို့ ယုံကြည်ဖိတ်ချမှုကို ဘယ်လိုအရယူကြ
သဲ့။

ကျွန်တော်တို့ ဆေးဆိုင်သို့ သွားပြီး ယုံကြည်ဖိတ်ချမှု ဆေးပါလင်း
ထဲသုယူလို့မရ။ ကျွန်တော်တို့၏ ပုဂ္ဂလိကဆိုင်ရာ အောင်မြင်မှုကလေး
သွားဆင့်က ဆင့်ကဲရရှိခြင်းက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ဖိတ်ချမှု ခိုင်မာ
တို့ဘက်လာဖော်သည်။ ယုံကြည်ဖိတ်ချမှုသည် စိတ်ကျူးယဉ်း အတွေးမှ
ဆိုက်စွားလာသည်။ ကောင်းသောအတွေ့အကြုံက ယုံကြည်မှုကို ခိုင်မာ
ဆျုံး မကောင်းသော အတွေ့အကြုံက ထိလုပ်ရပ်မျိုး ထပ်မလုပ်မိအောင်
သင်ခန်းစာပေးပါသည်။ သင် ဘယ်လိုလူလဲဆိုတာနှင့် သင်ဘာတွေ့
အောင်မြင်နေသဲ့ ဆိုတာကို တည်ပြုမှုအေးချမ်းစွာ ရှုက်ယူပါ။ ထိသို့
ရှုထိယူခြင်းသည် သင်၏ ယုံကြည်ဖိတ်ချမှုကို တည်ဆောက်ဖို့ အခြေခံ
အုတ်မြစ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

သင် လုပ်လို့မရဟု လူတကာကပြောနေသည် ကိစ္စကို သင်က အထူ
မြောက်အောင် လုပ်ပြုလိုက်နိုင်ခြင်းသည် ဘဝတွင် ခံစားရသည့် ထူးက
အရသာမွန်ဖြစ်တော့၏။

ဒေါ်လ်တာ ဘုရားဟတ် (၁၈၂၆-၇၇)
နိုင်ငံရေးတွေးခေါ်ရှင်၊ စီးပွားရေးပညာရှင်နှင့်
စာပေဆောင်ရေးရေးဆရာတ်

နှုန်းမှုကို ကြောက်ဖိတ်ဆိုခြင်း

သိပ္ပါဝါတွေ့ရေးသည် စာရေးဆရာအချို့ကတော့ သဘောတူ
ဆောင်းမှ သဘောတူမည်။ သို့သော ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်ကျူးတွေ့
အတွေးထဲမှ လွှဲလျှင် အနာဂတ်ဆိုတာ မရှိပါ။ အနာဂတ်ဆိုသော အရာ

သည် ထို့ကြောင်း ရှုပ်ရှုနှင့် လိုက်ရှုနှင့် ဖြစ်တည်မနေသေး သော်လည်း ကျွန်ုတ်တို့သည် ထိုအရာကြီးကို ကြောက်ပြီးရင်း ကြောက်နေတတ်ကြ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ထိုအရာကြီးက သေချာမရောရာသော ကြောင့်ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မယုံမရဲ့ ဖြစ်လာသည် အခိုက်အတန္တာ များတွင် မိမိ၏ ရည်မှန်းချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ အာရုံခံ မြင်ယောင် ထားသည် ပုဂ္ဂိုလ်များသည်ပင်လျှင် ရှုံးနိမ့်မှု ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်လာသည်။ ထိုအခါ ငှင့်ရှုံးနိမ့်မှုက မိမိအား ထိနိက်နှစ်နာမည်ကို စိုးရိမိစိတ်ဖြင့် မူလရည်မှန်းချက်များကို ရှောင်ဖယ်ကျောခိုင်းသွားတတ်ကြ၏။ ကျွန်ုတ်တို့က ရှုံးနိမ့်မှုကို ကျွန်ုတ်တို့၏ ဈေးလင့်ချက်နှင့် ဆန္ဒများ စုံစုံမြှုပ်သွားသည် လက္ခဏာအဖြစ် ရှုံးမြှုပ်တတ်ကြသည်။ စင်စစ် အပြု သဘောဆောင်သည် အမြင်ကို ကိုင်ခွဲရမည်ဆိုလျှင် ရှုံးနိမ့်ခြင်းသည် အသစ်တစ်ခု အစဟု ယူဆလို့ရ၏။ စားဖို့နှင့် စကားပြောစို့ သင်ယူ ဆည်းပူးနေသည့် ကလေးတစ်ယောက်အကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သူသည် သူပါးစပ်ထဲသို့ အစားအစာကို ထည့်ရှင်း အစားအစာအများစုံ သည် နေရာအနှစ်ပြန်ကျကုန်မှာကို စိုးရိမ်ပုပ်နှင့်ခြင်းမရှိ။ သူသည် သူ ကစားစရာ အရာပ်ကလေး ယူပေးစို့ သူ့ဖောင်အား ပူဆာရှုံး သွေ့ အများတွေ ပြောမိမှာကို စိုးရိမ်ပုပ်နှင့်ခြင်းမရှိ။ သူသည် အပေါင်းအသင်း များ၏ ပြုစာလွှမ်းမိုးမှုခံထားရသွားမှုမဟုတ်။ သူသည် သင်ယူဆည်းပူ့ဖို့နှင့် ရှင်သန်ရပ်တည်နေနိုင်စို့ အားထုတ်၏။ သူအားထုတ်မှုတွေ အထ မြောက်အောင်မြင်အောင် သူအား အောင်မြင်လိုသည် ပိုစိတ်က တွေ့အားပေးနေ၏။

ရှုံးနိမ့်မှုတိုင်းမှ ရသေးလောက် အမြတ်ထုတ်ယူပါ။
လကျပြီ ဆိုလျှင်ပင် ဧည့်လကျပါ။

အမည်မသိ

ရှုံးနိမ့်မှာ ကြောက်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ရှိုးရိုးရှင်းရှင်း အောင်မြင်မှ ဘတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို နမူနာပြယ်ရှင်းဖြစ် အသုံးပြုပါ။ ပြီးတော့ ငှင့် ဘတ်လမ်းကို ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေးအမြင်ဖြင့် ချဉ်းကပ်သုံးသပ်ကြည့်ပါ။ သိပ်လွယ်လွယ်ကလေး သဘောမထားဘဲ စီးပွားရေးလောက၏ ပြုစာလွှမ်းများကို ပေါ်လောကြည့်ပါ။ နစ်ဆယ်ရာစုနှစ်၏ အပိုက်ကျသော လူသန်းရောင်းရောင်းဝယ်ရေးအမြှုပ်နှံ်ရာ ဘတ်လမ်းများတွင် တစ်ချို့ချို့သလို အရှုံးနှင့် ရင်ဆိုင်ခဲ့ကြရကြောင်း တွေ့ရပါမည်။ ထိုအချက်သည် ခြင်းချက်မရှိသလောက် မှန်ကန်ကြောင်းတွေ့ရပါမည်။

တစ်ခါတစ်ခါတွင် သူတို့သည် ရှိုသွေ့ အကုန်းသုံး ပုံအောပြီး အဲ့ရှိုး စွဲနှစ်းကြ၏။ လျှပ်တစ်ပြက် စိတ်ကူးတစ်ခု သို့မဟုတ် စိတ်ဆင်ကလေးတစ်ချက်မျှဖြင့် သူတို့၏ အနာဂတ်ဘဝကို အလောင်းအစား ပြုလောက်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အောင်မြင်ခြင်းမှ ရရှိလာမည် အော်းအမြတ်များက ရှုံးနိမ့်ခြင်းကြောင့် စီးပွားရေးရာမည် အပြုစ်တော်များ သို့ အလေးသာကြောင်း အကြောင်းမဲ့ ယုံကြည်ထားကြသောကြောင့် ပြုစိတ်း။

ကင်တပ်ကိုကြက်ရကြောက် စတင်အောင်ထုတ်ခဲ့သွားလေ့စန်းဒါးစီး အသေးစိတ်အသက်မြောက်ဆယ့်သုံးနှစ် ရောက်သည့်တိုင် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း အဲ့တစ်မျိုးပြီး တစ်မျိုးလုပ်ကိုင်ခဲ့ရာ တစ်ချီးမှုမအောင်မြင်ခဲ့ခဲ့။ မောက်ဆုံးရှုံးရှုံး ကြက်မည့် ကြက်တွင် သုတ်လိမ့်းရသည် အဆိုကို ဖော်စပ်တွေ့ ရှိုးရှုံး။ ငှင့်အသိဖော်စပ်နည်းကို စားသောက်ဆိုင်များသုံး သွားရောက်

ရွှေ့ချုရာ ပထမဆိုင်ပါင်းတစ်ထောင်က သူတို့ စိတ်မဝင်စားကြောင်း ပြင်းပယ်လှတ်ခြင်း ခံရသည်။ နောက်ဆုံး သူဝယ်ယူသည့် ကြက်တုန်း ၏ ရာခိုင်နှုန်းတစ်စုတစ်ရာကို ကြက်ကြော်အဆီဖြင့် ပေးဆပ်ပြီး သူ ပစ္စည်းကို ကြော်ပြာ့ခဲ့ရသည် ဆို၏။

ရုံးနိမ့်မှာ ကြောက်ခြင်းက သင့်အား ကြိုးစားကြည့်ဖို့ကိုပင် လက် တွေ့နဲ့စေ၏။ သို့သော် တကဗုပ်တမ်းတွင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြည့်ပြီး မအောင်မမြင်ဖြစ်ခြင်းသည် ရှယ်ဖွေယ်လိုလိုကိစ္စကြီး မဟုတ်ပါလေချေ။ ရှူးပိုင်းတွေ့နဲ့က ကျွန်တော် ပြောခဲ့လိုပင် ရှုက်ဖွေယ်လိုလိုဖြစ်စရာ ကောင်းသည်မှာ တစ်ကြော်တစ်ဘက်ခါမျှ ကြိုးစားအားထုတ်မကြည့်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အမိကအချက်မှာ အောင်မြင်သူ မှန်သရွှေ ဘယ်သူမျှ သူတို့ကိုယ် သူတို့ သူတို့၏ ရုံးနိမ့်မှုများနှင့် တွေ့ဖက်ဆက်စပ်ထားခြင်း မပြုကြခြင်း ပင်ဖြစ်၏။ သူတို့က ရုံးနိမ့်မှုများကို အပိုးထိုက် အပိုးတန် သင်ခန်းစာ များရရှိင်သည့် အခွင့်အလမ်းများအဖြစ် သဘောထားသည်။ ကဗျာ ကျော် တိတွင်ရှင် သောမတ်အက်ဒီဆင်သည် လျှပ်စစ်မီးလုံးထံတွင် တပ်ဆင်သည့် မီးစာနှင့် ကြိုးမျှင်ပါင်း ခုနစ်ရာကျော် စမ်းသပ်ပြီး မှားစွာ မအောင်မမြင်ဖြစ်သောအခါ ဘယ်လိုခံစားရပါသလဲဟု သူအား မေးမြန်း ကြည့်သောအခါ သူက-

“ကျုပ် မအောင်မြင်တာမှ မဟုတ်ဘဲ၊ အလုပ်မဖြစ်တဲ့ နည်းလမ်းပါင်း ခုနစ်ရာကို ကျုပ်ရှာဖွေ တွေ့ရှုခဲ့တာလေ”

ဟု ပြန်ဖြခဲ့၏။ သူသည် အပြုသဘောဆောင်သော သဘောထားကို ခံယူခဲ့လေသည်။

ဘုရားသင်လို့ ပါရမိရှင် ဟုတ်လား၊ ဘာမှာရားသင် လိုမဟုတ်ပါဘူး၊ ရူးစုံနိုင်စိုက် စွဲခွဲမြှုပြု လုပ်တတ်တဲ့လူတာ ပါရမိရှင်ပဲ့။

သောမတ် အက်ဒီဆင်

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများရော ဝမ်းကျောင်းမှုလုပ်ငန်းများပါ အပြီးမြှင့်ပွဲများမဟုတ်။ ဘယ်သူ အရင်ရောက်သလဲဟု ကြည့်နေဖို့ ဆုံး၊ ဘဝများနှင့် ဝမ်းကျောင်းမှုလုပ်ငန်းများသည် ကျွန်တော်တို့ ကျော်လွှားဖြတ်သန်းသွားရမည့် ခရီးများဖြစ်၏။ ငင်းခရီးများကို သွားရင်း အောင့်နှုံးမှုများနှင့် အထားမြောက်မှုများ အညီအျှေးရယူခံစားဖို့ဖြစ်၏။

အရေးကြိုးသည်မှာ သင်၏ ကြောက်စိတ်များကို ရင်ဆိုင်နိုင်စွားဖြစ်၏။ ငင်းကြောက်စိတ်များကို ကျော်လွှားလွှားမြောက်နိုင်ရေးဖြစ်၏။ ပြီးတော့ ကြောက်စိတ်များသည် သင့်စိတ်ကုံးထဲမှာသာ ဖြစ်တည်၏။ ငင်းဖြစ်ကြောင်း သိမြင်သဘောပေါက်ဖို့ဖြစ်၏။

အ... ယခု သင့်တစ်သက်တာလုံး ဟန့်အင်းဟု ကြောက်လို့ ပြီးသယ်ခဲ့သည့် အလုပ်တစ်ခုကို ရွှေးပြီး လုပ်ကြည့်ပါ။ သည်နေရာတွင် ကျွန်တော်က သင့်အား မြေမြို့မိုင်းများ ဖယ်ရှားသည့်အလုပ်မျိုး လုပ်စိုး ပြောနေခြင်းမဟုတ်။ သို့သော် ရေကျားသင်ခြင်းမျိုး သို့မဟုတ် အငြင်း သယ်ခဲား ကြောက်နေခြင်းမျိုး၊ သို့မဟုတ် အောင်မြင်မှာ ကြောက်နေခြင်း နှင့် သတ်သတ်မှတ်မှတ်တစ်ခုကို ရွှေးချယ်ပါ။ ပြီးတော့ သင် ဘာကို ကြောက်နေသလဲ ဆိုတာကို စစ်ဆေးလေလာကြည့်ပါ။ ထို့အက် ကြောက်စိတ်သည် အမြဲ့အားဖြင့် သင့်စိတ်ထဲမှာသာ ဖြစ်ပေါ်နေ ကြည့်ပါ။ ကို လက်သင့်ခဲ့ အသိအမှတ်ပြုပါ။ သင်၏ ကြောက်စိတ်ကို ဘင်္ဂသိအမှတ်ပြုလေ ငင်းကြောက်စိတ်သည် သင့်အား ခုက္ခလားမည် အောင့်အလမ်း ဖြစ်လာလေ ဖြစ်ကြောင်းကို နားလည်သဘောပေါက်ပါ။

သင့်ကြောက်စိတ်များကို အရှိအတိုင်းမြင်အောင် ကြည့်ပါ။ ကြောက်စိတ်ဟူသည်မှာ အရှိတရားဟု ထင်ရသည့် လွှမှားသော ထင်မြင်ချက်များသာဖြစ်ကြောင်း သိမြင်အောင် အားထုတ်ပြီး ထိစိတ်များကို ဖယ်ရှားနိုင်အောင်ကြိုးစားပါ။

ကျွန်ုင်တော့ ရုံးခန်းထဲရှိ စာရေးစားပွဲရှေ့တွင် အဆိုအမိန့်ကောက်နှုတ်ချက်တစ်ခုကို ကပ်ထားပါသည်။

“ကျွန်ုင်တို့ ဘဝအဆုံးသတ်ချိန်တွင် ကျွန်ုင်တို့ အောင်မြင်ခဲ့သည့်ကိစ္စများအတွက် နောင်တမရကြ။ သို့သော် ကျွန်ုင်တို့ပြုလုပ်လိုသည့်ဆန္ဒရှုပါလျက် တစ်ကြိမ်တစ်ခါဗျာ အားထုတ်ကြိုးပမ်းမကြည့်ခဲ့သည့်ကိစ္စများအတွက်သာ နောင်တရကြသည်”

သည်တော့ သင်ကော... ဘာကို စောင့်နေပါသလဲ။

အခြေခံမူလေဆိပ်ကို ဟန်ရှုံးအောင်ကြိုးပြုခြင်း

ကြည့်လင်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်၊ တိကျသေချာသော စီမံကိန်း၊ ခိုင်မာသော ယုံကြည်စိတ်ချမှု၊ ရုံးနိမ့်မှာကို ကြောက်စိတ်မရှိခြင်း ဟူ၍ အခြေခံမူလေးရပ်ရှိရာ ဘယ်မှာက အရေးကြီးဆုံးလေဟုသင်က မေးကောင်းမေးပါလိမ့်မည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်၏။ အကြောင်းမှာ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်မရှိလျှင် သင်လမ်းပျောက်နေမည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ သို့မဟုတ် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်နှင့် အညီအေး အရေးကြီးသည်မှာ ရုံးနိမ့်မှာကြောက်ခြင်းကို ဖယ်ရှားနိုင်ဖို့ဟု ကျွန်ုင်တော်ထင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မကြောက်တရားကို မွေးမှုနိုင်လျှင် သင့်ခိုးစဉ်ကို စနိုင်မှာ ဖြစ်သောကြောင့်ဖြစ်၏။ သင့်စီမံကိန်းတွေ၊ စီမံချက်တွေ ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း၊ ဘယ်လောက်အရည်

အသေး ပြည့်ဝပြည့်ဝ သင့်မှာ ကြောက်စိတ် ရှိနေလျှင် သင် တစ်နေရာတည်းမှာပဲ အမြစ်တွယ်မေးမည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ထိုအခါ သင့်ရည် မျှိုးချက်တွေလည်း ဘယ်သောအခါမျှ အကောင်အထည် ပေါ်လာမည် ဆုတ်တော့ရချေ။

သည်တော့ အခြေခံမူလေးရပ်ကို ဟန်ရှုံးအောင် ဂရိစိက်ပါ။ ကြည့်လင်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ချမှတ်ဖို့နှင့် ကြောက်စိတ်ကို အပြီးအပိုင် သုတ်သင်ဖယ်ရှားဖို့ ဦးစားပေးပါ။ စီမံကိန်းတစ်လုံး ပုံဖော်ရာ၌ သိသာထင်ရှားသော လမ်းကြောင်းများ ရှာမရသည်ကို အြော့အကြာ ကြော်၏။ သို့သော် သင့်လုပ်ငန်းစဉ်ကို စတင်ဖို့နည်းလမ်းများတော့ အမြှုနေပါသည်။ အရေးကြီးသည်အချက်မှာ သင့်လုပ်ငန်း ဦးစား ဘယ်လိုပေစစာ၊ ဘယ်လောက်ပဲ သေးသေးမွားမွားကလေးဖြင့် ။ ။ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် လုပ်ငန်းအစပင်ဖြစ်ကြောင်း သတိရစေ ပြုခြင်းပါသည်။

စီမံကိန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ပြောရလျှင် စီမံကိန်းကို ရေးဆွဲပြီးသွားသည်နှင့် သူ့ဘာသာသူအလုပ် လုပ်သွားပါလိမ့်မည်။ အောင်မြင်မှု ပန်းတိုင်သို့ သွားရာ လမ်းကြောင်းပေါ်တွင် သင် လျောက်လှမ်းသွားသော ခြိုလှမ်းကလေးများက သင်လိုအပ်သည် ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို ပေးလိမ့်မည်ဖြစ်၏။

သင်၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို ချမှတ်ပြီးသည်နှင့် သင့်ကိုယ်သင် မေးခွန်းသုံးခု မေးကြည့်ပါ။

ငါဘယ်ကိုသွားချင်တာလဲ။

အဲဒီကို ဘယ်အရှိန်မှာ ရောက်ချင်တာလဲ။

ဘာဖြစ်လိုလဲ။

တစ်နေ့နေ့တွင် တစ်နာရီလောက်ကြာမအင် တယ်လိုင်းတွေ အကုန် အသတ်၊ ဝက်တွေအကုန်ပါတ်၊ လူပ်ရှားမှုတွေ အကုန်ရပ်ပြီး လူတွေ အား သူတို့ဘာတွေလုပ်နေသလဲ၊ ဘာအတွက်ကြာင့် အသက်ရှင် ကျင် လည်နေကြသလဲဆိုတာဖုန့် သူတို့ ဘာတွေကို တကယ်လိုချင်သလဲ ဆိုတာတွေကို ပိုန်အနည်းငယ်လောက် တွေးတော်ကြံဆွင်ရှင်အင် ဝန်တီးပေးခြင်းသည် ဖြစ်နိုင်ဟု ထင်ရေးသို့လည်း အလွန်ကောင်းသည့် ပိတ်ကူးပြစ်နိုင်၏။

ဂျိမ်း ထရပ်စိုး အဒမ်စ် (၁၈၇၈-၁၉၄၉)
အမေရိကန် သမိုင်းပညာရှင်

အထက်ပါအေးခွန်းတွေကို ဘာကြာင့်မေးရပါသလဲ။ အထက်ပါ နည်းလမ်းဖြင့် ရည်မှန်းချက်ကို တိကျိုပြတ်သားစွာ ချမှတ်လိုက်ခြင်းက သင်၏ မသိစိတ်ထဲတွင် ကြည်လင်ပြတ်သားသော စိတ်ကျးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပေါ် စေသောကြာင့် ဖြစ်၏။ မောက်ပြီး သင့်ရည်မှန်းချက်ဖြစ်သည့် ‘ဘယ် နေရာ’၊ ‘ဘယ်အချိန်’ နှင့် ‘ဘာကြာင့်’ ဆိုသည်တို့ကို သိပြီဆိုသည်နှင့် ‘ငါ အောင် ရောက်အောင်ဘယ်လိုသွားမလဲ’ ဆိုသည့် ‘ဘယ်လို’ကို ဘွဲ့ရှိလာပါလိမ့်မည်။ မကြာမကြာဆိုသလို တိုက်ဆိုင်မှုများ၊ မထင်မှတ် သောဖြစ်ရပ်များက စီမံကိန်းတုန်းကလိုပင် သူသော သူဆောင်သွားပါ လိမ့်မည်။

ယခုဆိုလျှင် သင်ဘယ်နေရာသို့သွားဖို့ ကြုံစားနေကြာင်း သင့် ဘာသာသင် သိနေပြီ။ ထိအခါ သင့်ခရီးလမ်းများကို အခွင့်အလမ်းမှန်း သိမြင်သောပေါက်ဖို့ အက်အခဲရှိမည် မဟုတ်တော့ချေ။

ပြဿနာတစ်ခုနှင့်ပတ်သက်ပြီး အဖြေရှာမရသည့်အတွက် ဦးမောက်မြှောက်နေရသည်အဖြစ်မျိုးကို တစ်ချက်လောက် ပြန်စဉ်းစား

ကြည့်လိုက်ပါပြီး။ ထိုမောက် ကော်ဖိသောက်နေရင်း သို့မဟုတ် အိမ်ရှုံး ကြိုးလမ်းမှာရည်ရွယ်ချက်မဲ့ လမ်းလျောက်ပြီး မီးသတ်ဆေးဘွဲ့တွေကို ပေးမောင်က အဖြေမှန်တစ်ခု မိုးပေါ်က ဘွဲ့ခေါ် ကျေလာသလိုပေါ်လာ ကာ “ဘာ... ဒါပဲပဲ” ဟု ကြော်ကြော်ရသည့် သမယုမျိုးကို သတိရပါ လိမ့်မည်။ အဖြေက ရတ်ခြည်းပေါ်လာသည်။ တိတွင်ရှင်များ၏ ဥက္က အလင်းပွင့်ချိန်များအကြောင်း ကျွန်ုတ်တို့ဖော်ပုံကြသည်။ အစည်း အဆေးခိုးတဲ့မှာ ထိုင်ပြီး ပြဿနာတစ်ခုကို စုပေါင်းအဖြေရှာရိုက် တစ် သောက်ယောက်က အဖြေမှန်တွေ့သွားတော့ သင်တို့အားလုံး ဝမ်းသာ အားရဖြစ်ရသည်ကို ဖြစ်ကြရသည်ကို ကြုံဖျော်ပါလိမ့်မည်။

အဖွဲ့အစည်းအဆင့်မှာ ဖြစ်ဖြစ်၊ သင်၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စ ဘွဲ့မှာဖြစ်ဖြစ် ပြဿနာကို ဆက်လက်ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနေလျှင် ကျွန်ုတ်တို့၏ မသိစိတ်ရှိ ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်က သူ ဘာသာသူ အဖြေတွေ့သည့်တိုင် အလုပ်လုပ်သွားလိမ့်မည်ဖြစ်ပါသည်။

အလွန်များပြားပြီး အလွန်ကြိုးမားသော အမှားများ မကြုံစွဲလျှင် ဘယ်လို လူစားမျှ ကြိုးကျယ်သောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လာမည် မဟုတ်။

ဂိလ် ဂလက်စတုန်း (၁၈၀၉-၉၈)

စီးပွားရေး အဖွဲ့အစည်းများအဖော်ဖို့ “ဘယ်ပုံဘယ်နည်း” ဆိုတဲ့ အရကြာင့်က လွန်ကဲမနေဘဲ သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်ကိုသာ ပိုပိုပြင် ပြုင် ချမှတ်ဖို့ အာရုံစိုက်သင့်ကြာင်း ကျွန်ုတ်အကြော်ပေးလေ ရှိသည်။ ခုံအခါ ကျွန်ုတ်အကြော်ပေးချက်ကို ရှင်းရှင်းပြတ်ပြတ် ဆောင်ကျင်းခြင်း ပြုကြသည့်တိုင် မျက်နှားတွေပင်ပြီး ကြည့်တာမျိုးနှင့်တော့ ရင်ဆိုင်ခဲ့ရ သည်။ မှန်ပါသည်။ လုပ်နည်းကိုင်နည်းများသည် အရေးကြီး၏ သို့

သော ထိအရေးကို သိပ်ပြီး အလေးထား ဦးစားမပေးနိုင်ပါ။ သင့်ရည် မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို ဒိုပ်ပြတ်သားစွာ ချမှတ်ရေးသည် စာရင်း၏ ထိပ်ဆုံးတွင် ရှိကိုရှိနေမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ထိုနောက်တွင်မှ နောက် ကြောင်း ပြန်လှည့်ပြီး သင့်စိမ်ကိန်းကို ရေးဆွဲရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် သိကျွမ်းသည့် အောင်မြင်သော စီးပွားရေးသမားနှင့် စွမ်းပို့ဗိုလ်ချုပ်နှင့်ရှင်အများစက်လည်း အခြေခံမူလေးရပ်အနက် ဒိုပ်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သည်သာ တစ်ခုတည်းသော အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်ကြောင်း ယုံကြည်ကြ၏။ သို့သော သူတို့က ဖြည့် စွက်ပြောလေရှိရသည့်မှာ သူတို့ကို တွေ့နှုန်းအားပေးသည်မှာ ဘယ်နည်းဖြင့် မဆိုအောင်မြင်ရမည်ဟူသော စိတ်ပြောန်းချက်ဖြစ်သည်ဟု၏။ ယုံကြည် စိတ်ချုပ်၏ အဓိကအမြဲ့အစွမ်းကြောင်း အရောင်းလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ပါဝင်လာပြီး သူတို့ ဝန်းကျင်မှ အမှုထမ်းများကို အားတက်စေသည်ဆို၏။ ထိုအခါ မည်သည့်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းမှာမဆို ကန်းပိုင်း တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့် မှာ ကြိုတွေ့ရသည့် အက်အခဲများကို ကော်လွှားနိုင်အောင် အကောင်း မြင်စိတ် ပေါက်ဖွားစေသည်ဆို၏။

သင့်အနေဖြင့် လက်ရှိရောက်နေသည့် နေရာနှင့် ပစ္စွာနှင့်ကာလ တွင် နေထိုင်ကျင်လည်ဖို့နှင့် လုပ်ငန်းများကို တစ်ကြိမ်လျှင် တစ်ခုသာ လုပ်ကိုင်စိုး အရေးကြီး၏။ ထိုပြင် အနာဂတ်အတွက်လည်း စီမံကိန်း ချုပ်ရည်။ သို့သော သင်ရည်မှန်းထားသည့် မလွှဲမသွေ့ရောက်ရမည် ဟူသော ယုံကြည်ချက်ဖြင့် သင့် စီမံကိန်းကို ပြပြင်ပြောင်းလဲနိုင်စွမ်း ရှိရပါမည်။

အျေားသွေ့လွှဲလွှဲ

ကျွန်တော်လေးနှစ်သားလောက်က အမိန့်ရှုံးကားဝင်လမ်းပေါ်၌ အားလုံးတွင် ကျွန်တော်အဖော် ပေါင်ပေါ်ထိုင်ပြီး The Goon Show အော်ထို့ အစီအစဉ်နားထောင်ကြသည်။ ဖေဖေက သူတစ်ကိုယ်လုံး အသိမ့်သိမ့်ခါအောင် အူလှိုက်သည်းလိုက် ရယ်မောသည်။ သူ၏ အားလုံးကြည်နှုန်းမှသည် ထိော့ဆုပ်ဖော်လို့ ရမည်လောက် ကျွန်တော် သူတော်ကို ကျွန်တော် ပြက်ပြက်ထင်ထင် မှတ်စိနေ၏။

အဖြေအမည်း ရပ်မြင်သံကြားဆေတ်ကျွန်တော် ဖေဖေက ကျွန်တော် သားသေတ်လမ်းများ ကြည့်ခွင့်ပြသည်။ သူကိုယ်တိုင်လည်း သားသေတ်လမ်းများကို မလွှတ်တမ်းကြည့်သည်။ ပြီးတော့ တဝါးဝါး သားဟား အားရပါးရ ရယ်မောသည်။ ကျောင်းအားရက်များတွင် အားလုံးတို့ မောင်နှမတစ်သိုက်ကို ကာတွန်းရပ်ရှင်များ လိုက်ပြတ်တွေ့၍ ထုံးစာတိုင်း ရပ်ရှင်ရုံထဲတွင် ဖေဖေရယ်သံက အကျယ်ဆုံး ပြော၏။ ရပ်ရှင်ပြီးလျှင် မျက်လုံးထဲက မျက်ရည်တွေကို သုတေရင်းအတ်သိုက် တပြုပြုပြီးဖြင့် ပြန်လာတတ်ကြသည်။

ဖေဖေက ရယ်မောင်း၏ အနိမ်သင်ကို ယုံကြည်သည်။ ရယ်မောင်းရပ်ခွဲသာကိုယ်ရော စိတ်ကိုပါ ကောင်းကူးပြုသည်ဟု သူယုံကြည်၍ သည်အချက်မှန်ကန်ကြောင်းကို လွန်ခဲ့သည့် နှစ်နှစ်ဆယ်အတွင်း ပြုလုပ်ခဲ့သော ဆေးပညာလေ့လာချက်တွေကလည်း အတည်ပြုထား၍ သည်။

ဖေဖေက ဂလက်စရိတ်ပြုတွင် တစ်ကိုယ်တော် ဆေးကုစားသည့် ဆုနာဝါတစ်ဦး၊ အလုပ်ပင်ပန်းခြင်း၊ စိတ်ပို့မှုများခြင်း၊ သွေးတိုးရော ကြိုတွေ့ကြောင့် ဖေဖေသည်၏ ငါးဆယ့်နှစ်နှစ်အဆယ်တွင် ကွယ်လွန် သည်။

အခြားအခြားသော ယောက်ဗျားကလေးများနည်းတဲ့ ကျွန်တော်သည် ကျွန်တော်အဖေကို အားကျေသည်။ သူလိုဖြစ်ချင်သည်။ သူလို ဆရာဝန်တစ်ယောက်ဖြစ်ချင်သည်။ တစ်ဖက်ကလည်း ဖေဖ အလွန် ကြိုက်သည့် 'လော်ရယ်နှင့်ဟာဒီ' ဟာသည်နောင်ထက လော်ရယ်လို လျှောင်တော်တစ်ဦးဖြစ်ချင်သည်။ နည်းနည်းကလေး အသက်ရလာတော့ ဟာသမာတ်လမ်းရေးသူ ဖြစ်ချင်လာသည်။ သို့ပေမဲ့ ဟာသစာရေးဆရာ ဖြစ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမည် ဆိုတာတော့ တစ်စွန်းတစ်စတောင် မသိ။

ကျောင်းက ဆရာတစ်ဦးနှင့်တိုင်ပင်ကြည့်တော့ သူက ကျွန်တော်ကို ဥပဒေသင်တန်းတက်နို့ အကြော်ဆုံးကျေတော့ ကျွန်တော်က တဗ္ဗာသို့လိုတွင် မန်သုတေသနတော်အား ယူသည်။ ကျွန်တော်က ကျောင်းပညာဘက်တွင် ထူးဆွဲနှင့်မဟုတ်။ သို့ပေမဲ့ ကျွန်တော်အစွမ်းရှိသလောက် အားထုတ်ခဲ့၏။ တဗ္ဗာသို့လို ဒုတိယနှစ် အစတွင် ရုတ်တရက်ကြီး ဖေဖ ကွယ်လွန်သွားသည်။ ကျွန်တော်ဘဝ မရေရာတော့၊ လုပြုမှုမျှတို့တော့။ စိတ်ဓာတ်ကျကျနှင့်ပင် ဆက်ပြီးလွင့်မောင့်သည်။ ထိုစဉ်က ကျွန်တော်အသက်က နှစ်ဆယ်။ အိမ်နှင့် မိုင်ပေါင်းများစွာ ဝေးသည့်နေရာများ။ ကျွန်တော် ဝါးနည်းပူဇွဲးနေသည်။ တဗ္ဗာသို့လို မှားကြော်ဆုံးနေသည်။

ကျွန်တော် သင်ယူနေသည့် မန်သုတေသနဖော်ပညာရပ်က ကျွန်တော် သွားလိုရသို့ ပို့ဆောင်မပေးနိုင်ကြောင်း သိမြင်သောပါက လာပြီ။ လွန်ခဲ့သည့်လအနည်းငယ်တွန်းက ကျွန်တော် ရောက်သွားသည့် အက်ဒင်ဘရာပွဲတော်တွင် ကျောင်းသားပြောတစ်တစ်ဦးကြည့်ခဲ့ရသည်။ ငါးပြောတစ်က လျှောင်တော်ဖြစ်ချင်သည့် ကျွန်တော်ဆန္ဒဟောင်းကို ပြန်လည်ရှင်သန်လာစေ၏။ တကယ်တော့ ထိုအချိန်တွင်မှ ကျွန်တော် ဘာဖြစ်ချင်ကြောင်း ပြတ်ပြတ်သားသား သိခဲ့ခြင်းဖြစ်၏။ သို့သော်

တွေ့သိလိုပုံမဏေက်ပိုအချိန်အထိ သည်စိတ်ကူးကို တစ်ဆင့်တက်အားထုတ်ခြင်း မပြုခဲ့။ ဝါသနာရိုးကသာ တရာ့ရှု ကိုက်ပဲနေသံလည်း သည်ကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ တစ်ခါဗျာ နက်နက်နှင့်မကြည့်ဖူး။ ထိုကြောင့် အက်ဒင်ဘရာ မြို့နယ်ရုံးသို့သွားပြီး ပြောတ်တစ်ပွဲတင်ဆက်ချင်လျှင် ဘာတွေ့လုပ်ရမည်လဲဟု မေးမြန်းစုစုံကြည့်သည်။ သူတို့က မြို့နယ်ရုံးတွင် မှတ်ပုံတင်ပြီး ပြောတ်တင်ဆက်ရန် နေရာထိုင်ခေါ်ရရှိ ပြောပြလိုက် ပြည်သည်။

ကျွန်တော် ဘုရားရှိခိုးကျောင်းအိကြီး တစ်ခု၏ခန်းမကြီးတစ်ခု လည်း။ ငါးခုးမန်းမကြီးကို ကျွန်တော်က အခြားပြောတ်အဖွဲ့များသို့ အင်ဆင့်ပြန်ရှားသည်။ အပြန်အလှန်အားဖြင့် ကျွန်တော်အား အဖွဲ့တစ်ဦးက လျှပ်စစ်မီးထိုးသည့်ကိရိယာတွေ နားသည်။ နောက်တစ်ဦးက အာရာထိုင်ခေါ်ရှားနားကြသည်။ စုစုံ ဘုရားရှိခိုးကျောင်း ခန်းမကြီးထဲ တွင် ပြောတ်တစ်ပွဲတင်ဆက်နို့ ပစ္စည်းပစ္စယအားလုံး အပြည့်အစုံ ရှိရေးမြို့အတွက် ကျွန်တော် ငွေကြေးတစ်ပြားတစ်ချုပ်မျှ မကျိန်။

သည်တော့ ကျွန်တော်ပြောတ်တွင် တပျော်တပါး ပါဝင်ဆင်းခဲ့သူငယ်ချင်းတစ်စုနှင့် ကျွန်တော်၏ ပွဲဦးထွက်မတ်ဖော်ရှိုးကို တင်ဆက်တော်၏။ အချိန်ကာလမှာ ဘုရားရှု ရနှစ်။ ပြောတ်ကို နှစ်ပတ်ကြားတင်ဆက်ပြီးသောအခါ ကျွန်တော်တို့ ပေါင် ငွေ အမြတ်ထွက်လာသည်။ ထို့၏ဦးက တင်ဆက်သွေးပြောတ်တွေ အချိုးပေါ်နေသည်ဖြစ်ရာ ကျွန်တော်တို့ ပွဲဦးထွက်ကောင်းသည် ဆိုရမည်။

နောက်တော့ ကျွန်တော် အိန္ဒိယသို့ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်နှင့်လိုက် သွားသည်။ ပြန်လာတော့ ကျွန်တော်မှာ အတည်အကျေအလုပ်အကိုင် အာရာရထားပြီး သို့သော် ဟာသစာရေးဆရာဖြစ်ချင်သည့် ပိုးက တရာ့ရှု ထိုက်ပဲနေဆဲ။

သို့ဖြင့် ဘုရာဝါ နောက် ဘုရာဝါနှင့် ဘုရာ၂ တွင် အက်ဒင်ဘရာ ပွဲတော်သို့ သွားပြီး 'မတ်ဖစ်ရှိုး' ၂-၃ နှင့် ၄ ကိုတင်ဆက်သည်။ စတုထွဲ နှစ်တွင် ပြောတ်တင်ဆက်သည့် ခုတိယနောက်အပြီး၌ အကြီးအကျယ် ချိုးမွမ်းထားသည့် ဝေဖော်ချက်များ စကော့မင်း သတင်းစာထပါလာ သည်။ ထိုနောက်မှာတော့ ပွဲပေါင်းနှစ်ဆယ့်ရှစ်ပွဲ ဆက်တိုက်ကပြု အောင် လက်မှတ်တွေ ရောင်းလိုက်ရ၏။ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့သည် ကြို တင်လက်မှတ်အရောင်းရဆုံးခုချိန် တင်လိုက်နှင့်ကြပေပြီ။

ကျွန်တော်တို့ ရေဒီယိုမှာ တင်ဆက်ကြရသည်။ ရုပ်မြင်သံကြား အစီအစဉ်မှာ ထုတ်လွှာ့ကြရသည်။ 'ပယ်ရိယာ ဟာသပြောတ်ဆုံး' ချို့ဖြင့် မြင်း ခံကြရသည်။ တစ်နေ့ ရေဒီယို စတူဒီယို တစ်ခုသို့ တွေ့ဆုံးမေးမြန်း ခန်း ပြုလုပ်ရန်အသွား လမ်းတွင် ဘီဘီစီ ရေဒီယို ထုတ်လွှင့်ရေးမှုံး တစ်ဦးနှင့် ဆုံးဖြစ်သည်။ သူက လန်ဒန်မှာ ထုတ်လွှင့်မည့်အစီအစဉ် အတွက် ၁၀၀၈လမ်းတစ်ပုဒ် ရေးပေးမည်လားဟု ကမ်းလှမ်းသည်။ နောက်ထပ်အခြားကမ်းလမ်းချက်တွေ လိုက်လာသည်။ ကျွန်တော်သည် ကောက်ကာင်ကာဖြင့် ဟာသပြောတ် စာရေးဆရာတစ်ယောက် ဖြစ်သွားလေသည်။

၁၀၄၈:အင်း သမောအရ ပြောရလျှင် ရုပ်ရှင်ရိုက်ရှုံးသင်က မယူဘူးဟု ပြောသော ရိုက်ကွက် ၁၀၀ ရာခိုင်နှင့်သည် ရုပ်ရှင်ကားထဲတွင် ဘယ် တော့မျှ ပါဝင်မည်မဟုတ်။

ဂိန်းကရောက်စကို

အထက်ပါ၁၀၀၈လမ်း၏ ဆုံးလိုဂုဏ်းကို ပြောပါမည်။ ကျွန်တော် သည် ဟာသပြောတ်စာရေးဆရာ ဖြစ်ဖို့ နှစ်ပေါင်းများစွာ စီတ်ကူးယဉ်

ခဲ့သော်လည်း ထိုသို့ဖြစ်လာအောင် ဘယ်လိုလပ်ရမည်ဟူ၍ စိုးစုံး သိသော် သို့ပေါ့ ကျွန်တော်မှာ အရည်အချင်းတစ်ခုတော့ ရှိသည်။ ငါး အရည်အချင်းကို ယခုမှ သဘောပါက် သိမြင်သည်။ ထိုနောက်ပိုင်း လွှှာ့ အောင်မြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံး၌ ရှိရကြောင်း သိမြင်ခဲ့သည်။ ငါး အရည်အချင်းကို အမည်နာမတပ်ပြီး ပြောရလျှင် မလျော့သော စွဲလွှှာ့လ စာ ပြောရပါမည်။ ကျွန်တော်သည် စွဲကောင်းခဲ့၏။ သည်စွဲကို မလျော့ ပေါ့ ကျွန်တော်မျာ်လုံးကို ပစ်မှတ်ထဲမှ ဘယ်တော့မျှ မခွာခဲ့။

တစ်စုတစ်ယောက်က ကျွန်တော်ကို ပြောစုံသည်။ ၁၉၂၀ ပြည့် နှစ်မြေားတွင် အမေရိကန်သမွှတ်ဖြစ်ခဲ့သော ကယ်လ်မင်းကူးလစ်ချို့သည် တော်း ဘာတွေပဲ စွမ်းဆောင်ခဲ့ စွမ်းဆောင်ခဲ့သွားသူး သတိတရဖြစ်နေ ရှာည်မှာ အောက်ဖော်ပြုမှတ်လောက်သားလောက် စကားများကြောင့် ဖြစ်သည်ဆို၏။

အားကြုံးမာန်တက် ဆက်လုပ်ပါ။ မလျော့သော စွဲလွှှာ့လန်ရာတွင် ဘာမျိုး ဘာမျိုးအစားဝင်လို့မရှာ ပင်ကိုစွမ်းရည်က အစားဝင်လို့မရှာ ကဗ္ဗာပေါ်တွင် ပင်ကိုစွမ်းရည်ရှိပြီး မင်အောင်မြင်သူတွေ အပြည့်ရှိ၏။ ပါရမိက အစား ဝင်လို့မရှာ အသိအမှတ် အပြုံမစ်ရသော ပါရမိရှင်သည် ရေးတော်း စကားပုံတစ်နှစ် ပြစ်၏။ ပညာရေးတစ်ခုတည်းက အစားဝင်လို့မရှာ ကဗ္ဗာပေါ်တွင် အပယ်ခံပညာတက်တွေ အပြည့်ရှိ၏။ မလျော့သော စွဲလွှှာ့နှင့်ကျေည်သော စိတ်ပြောန်းချက်သည်သာ အနှစ်တန်းနှင့် ပြည့်စုံ၏။

ဤသမောအား သို့ သည့်ထက်ပိုပြီး လိုဂုဏ်းတို့ရှင်းပြောပြီး ကို သိသော်မည်။ တိတိကျကျပြောရလျှင် မလျော့သော စွဲလွှှာ့လသည် ပုဂ္ဂ

မြောက်အခြေခံမှုဖြစ်နိုင်သည်ဟု ကျွန်တော်တွေးခဲ့၏။ သို့ပေမဲ့ ခုတော့
မလျှောသာဖွဲ့လွှဲလသည် အောင်မြင်ရေးအခြေခံမှုလေးရပ်ကို ရက်ရှုယ်
ဆက်စပ်ပေးနေသည့် အရေးပါအရာရောက်သော ချည်မျဉ်တစ်ခြောင်း
ဖြစ်သည်ဟု ယုံကြည်လက်ခံထားပါပြီ။

သင့်ခရီးစဉ်ကို မစစ်၊ သင် ဘယ်နေရာသို့ အရောက်သွားချင်
သည်ဟု တိတိကျကျ မပြဋ္ဌာန်းမီ သင့်ကိုယ်သင် အောက်ပါမေးခွန်းကို
မေးကြည့်ပါ။

“ငါ ဒီနေရာကို အရောက်သွားဖို့ ဘယ်လောက် သဲကြီးမဲကြီး
ဖြစ်နေသလဲ။

ငါဒီအောင်မြင်မှုကိုအရယူဖို့ ဘယ်လောက် အရားအမှုးဖြစ်နေ
သလဲ”

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုအရာကို အသည်းအသန် လိုချင်မေး
ပါမှ ထိုအရာကို သင်မြင်နိုင်မည်၊ အနှစ်နိုင်မည်ဖြစ်၏။ ငင်း စိတ်ဓာတ်
ကို မဆုတ်မနစ် ထိန်းမထားနိုင်လျှင် ငင်းစိတ်ဓာတ် ပျက်သည်းဆုံးရှုံး
သွားမည်။ ငင်းစိတ်ဓာတ်ကို ထိန်းထားဖို့ဆိုသည်မှာ တစ်ဦးတစ်
ယောက်ချင်းထက် အဖွဲ့အစည်း ကြီးကြီးမားမားများတွင် ပို၍ ခက်ခဲ
သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အကြီးအကဲများက မိမိတို့အရယူဖို့
ကြိုးစားနေသည့် အရာကို လုံးဝေါသုံးအရာရုံးစိုက်ခြင်း၊ လေးလေးစား
စား သောာထားခြင်း၊ ပြက်ပြက်ထင်ထင် ရူမြင်ထားခြင်း၊ မရှိလျှင်
အာရုံခံအမြင်ပျက်ပြုသွားမည်၊ ယုံကြည့်မှ လျော့ပါးသွားမည် ဖြစ်
သောကြောင့်ပင်။ အဆိုပါ အောင်မြင်ရမည်ဟုသော သံမဏီစိတ်ဓာတ်
ကင်းမဲ့မှုကြောင့် အရေးကြုံလာလျှင် ဖို့ဖော်ဖြစ်မှုတွေ ကြိုရတော်၏။

သမိုင်းကြောင်းတွင် မလျှောသာ ဖွဲ့လွှဲလရှိသွားတွေ အပြည့်ရှိ၏။
သူတို့သည် သူရုံကောင်းများဟု ကျွန်တော်တို့က ကင်ပွန်းတပ်သွား

ပြုံးနေတတ်၏။

သည်တော့ ကျွန်တော်တို့ လျောက်လှမ်းမည့် ခနီးကို မလျှောသာ
ဖွဲ့လွှဲလဖြင့် လျောက်ဖို့ သောာတူလိုက်ကြရအောင်။ ကျွန်တော်တို့၏
အုပ်စု အောင်မြင်မှုများသည် ကြီးမားသည်ဖြစ်စေ၊ သေးငယ်သည်ဖြစ်
။ ဘယ်လိုပုံဖြစ်ဖြစ်ကိုယ် လျောက်ရမည့် လမ်းကို မဲခတ်ပြီး လျောက်ဖို့
သောာတူလိုက်ကြရအောင်။ သင့်အတွက် အောင်စရိတ်၊ အောင်အကျင့်
ပြီးထွေးဖို့ပြီးလာအောင် ကျွန်တော် ကူညီနိုင်စွမ်းရှိမည်ဟု ဖျော်လင့်
ပါသည်။ စိတ်ကူးထဲမှာ ပုံရိပ်ဖော်ပြီး ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ဖန်တီးထား
သော အဆိုပါအက်အခဲများကို ယခုလောလောဆယ်ပင် ပစ်ပယ်
နှိုင်ပါ။

ယနေ့လောလောဆယ် သင့်ရင်တွင်း၌ ရှိပို့သည်မှာ ပြစ်နိုင်သည်ဟု သင်
တစ်သက်လုံး မမျှော်မှန်းခဲ့သည်ကိစ္စများကို လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် စွမ်း
ပကားပင်ဖြစ်၏။ သင်၏ ယုံကြည်ချက်များကို ပြုပြင်ပြုပြင်းလေ့နိုင်ပြီ
ဖို့သည်နှင့် အဆိုပါစွမ်းပကားကို သင် ရယူနိုင်ပြီဖြစ်၏။

မက်ဆွဲလ် မောင်



တစ်ဦးတစ်ယောက်က သူ ဘယ်ကိုသွားရမှန် ဖော်ရင် ဘယ်တော့မြှု ဝေးဝေးလဲလဲ ဓမ္မီးမပေါက်။

१६००:

သို့သော သူတို့တစ်တွေ အသက်ကလေး နည်းနည်းရလာကျေ
သူတို့ ကျောင်းပြီးလျင် ဘာလုပ်မည်လဲဟု မေးကြည့်တော့လည်း သူတို့
သော်ကြောင်း မကြားကြာပြာတတ်ကြ၏။ သို့ဆိုလျင် ဘာအူမလုပ်ဘူး
အေးဟု ထပ်မေးကြည့်ပါ။ “တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုပေါ့” သို့မဟုတ်
“ကျွန်ုတ်/ ကျွန်ုမ အဆင်ပြေသွားမှာပါ” သို့မဟုတ် “အဲဒီအတွက်
မိတ်ချုမနေပါနဲ့” ဟူသော အဖြေမျိုးပေးပါလိမ့်မည်။ ကျွန်ုတ်တို့
အောင်းနေသည့်အသက်အချွေယိုကို တော်တော်ကြီးလွန်မောက်လာသည့်
လိုင် ကျွန်ုတ်တို့အတဲ့မှ တရာ့က အထက်ပါအဖြေမျိုးတွေ ဖြစ်သော
ပြဿာ :

သည်တော် ‘အဆင်ပြု’သည့် အမြေအဖောက် နည်းနည်းကလေး
မြှော်ကြည့်ပါ။ အဆင်ပြုခြင်းသည် လူလောက်ပြီဟု သင်ယူဆပါ
သေား၊ သင်ထိက်တန်သည့်မှာ သည်လောက်ပဲလား သို့မဟုတ်
အွေ့ထက်ပိုပြီး ထိက်တန်ပါသလား။ ရပ်ရှင်ကြည့်ပြီးပြန်လာသည့်
မြတ်သွေ့တစ်ဦးအား “ရပ်ရှင်က ကောင်းရဲ့လားဟော” ဟု သင်က မေး
ဖော် သူက “အဆင်ပြုပါတယ်” ဟု ဖြေသည် ဆိုပါစိုး။ ငါးရပ်ရှင်ကို
သော် သွားကြည့်မည်လား သို့မဟုတ် အစားအသောက်တွေ ‘အဆင်ပြု
ပါတယ်’ ဟု အပြောခံရမယာ စားသောက်ဆိုင်တစ်ဆိုင်သို့ သင် သွားစား
အွေ့လား၊ သင်သွားလိမ့်မည်မထင်ပါ။ အကြောင်းမှာ အဆင်ပြုပါ
ဘေးဆိုခြင်းသည် အဆင်မပြုသောကြောင့် ဖြစ်၏။

သင့်ဘဝ၏ အလားအလာအားလုံးတွင်လည်း သင့်စီးပွားရေး၏

(9)

ပြည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ

ဘဝတွင် ဝမ်းနည်းကြတဲ့ဖွယ်ရာ ဖြစ်ပုံမှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ရည်မျိုး ချက်များ၊ မပေါက်မြှောက် မအောင်မြင်ခြင်းမဟုတ်။ သူမှာ အကောင်အထည်ဖော်စီ ရည်မျိုး ချက်ပန်း၊ တိုင် ဖုန်းခြင်း ဖြစ်၏။

အိက်ဖိယာ မေး၏

ကလေးတွေအား မင်းတို့ကြီးလာလျှင် ဘာလုပ်မည်လဲဟု မေးကြည့်လျှင် သူတို့က သင့်အား “သိဘူးလေ” ဟု ဖြေကြပါလိမ့်မည်။ တကယ်တော့ သည်အမြေသည် သူတို့အတွက်မဟုတ်။ သူတို့စိတ်ထဲမှာ အာသီသပြင်းစွာရှိနေသည်ကတော့ သူထက်သူ လူစွမ်းကောင်းကြီး ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း အာကာသယာဉ်များတစ်ဦး ဖြစ်ချင်စိတ် ရှိကောင်းရှိနေမည်။ သူတို့၏စိတ်မျက်စိတ်တွင် သူတို့ လုပ်ကိုင်မည် အလုပ်အကိုင်များသည် အတိုင်းအဆမရှိ လမ်းပွင့်နေလေသည်။

အလားအလာအားလုံးနည်းတူ သင်သည် အဆင်ပြုသည့်အဆင့်ထက် ပိုပြီး ရရှိခဲ့စားထိုက်ပါသည်။ သင် ရည်မှန်းရမည်မှာ ကြီးမားခြင်း၊ လက်ခမောင်းခတ်ရလောက်ခြင်း၊ အုံဖွယ်ရှိခြင်းတို့ဖြစ်၏။ သို့သော် အဆင်ပြုသည့်နယ်မြေကို ကျော်လွှန်ပါက်မြောက်ဖို့ ဆိုသည့်မှာ သင် သွားလိုသည့်အရပ်ကို ပိုပြင်ပြတ်သားစွာ သိထားနိုင်လို့၏။ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များကို တစ်သမတ်တည်း ပိုပြင်ပြတ်သားစွာနှင့် လိုရင်း တိုရှင်း ဖော်ပြနိုင်သော အရည်အချင်းသည် အောင်မြင်သူတိုင်းမှာ ရှိကြောင်း စွဲမှတ်ထားပါလေ။ သူတို့ ဘာတွေလုပ်ဖို့ ကြုံးစားနေသလဲ ဟု မေးကြည့်ပါ။ သူတို့၏ မျက်လုံးတွေ အရောင်တော်လာလိမ့်မည်။ အားတက်သရော ဖြစ်လာလိမ့်မည်။ ပြီးတော့ သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်မှာ ကို ပြုပြက်ထက်ထင် မြင်သာလာအောင် ပြောပြပါလိမ့်မည်။ သူတို့၏ ပြောပြချက်ကို နားထောင်ပြီးသောအခါ သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ သင့်စိတ်ထဲမှာ သံသယဟူ၍ မြှေတစ်မှန်း စားကျိုးရှိတော့မည် မဟုတ်ပါ၌။

ကျွန်တော် ရရှိမြင်သံကြားစွာများနှင့် အလုပ်လုပ်စဉ်က ကျွန်တော် တင်ဆက်ထုတ်လွှင့်ချင်သည့်အစီအစဉ်ကို အကြီးတန်း ထုတ်လွှင့်ရေးများတစ်ဦးထံ တင်ပြရလေ့ရှိ၏။ ထိုအလုပ်ကို 'အတ်လမ်းပြောပြခြင်း' ဟု ခေါ်သည်။ သင့်စိတ်ကူးကို ဝယ်သူအား ပထမဆုံးအကြိမ် ပြောပြခြင်းဖြစ်ပြီး ထိုသို့ပြောပြဖို့ အခွင့်အရေးက တစ်ကြို့ပဲရသည်။ ထိုအခါ သင့်စိတ်ကူးကို ဝယ်သူ၏ မျက်စိတ်တွင် ပုံပေါ်လာအောင် အသေးစိတ် ပြောပြရ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ဘယ်သူမဆို စိတ်ကူးပုံရိပ်များဖော်ပြီး နားထောင်တတ်ကြားဖြစ်၏။

ရပ်ရင်တစ်ကားရှိက်ဖို့ အတ်လမ်းပြောပြသောအခါ "ကျွန်တော် ရှိက်မှာက သိပ္ပါတ်လမ်းဖူး။ အော်အထဲမှာ အထူးပြုလုပ်ချက်တွေပါ

၍။ လျှပ်ရှားမှုနဲ့ အချစ်အတ်လမ်းရောမွေထားမယ်"ဟုမပြောကြပါ။ ခုတို့က အတ်လမ်းအသေးစိတ်ကို ဖွဲ့ဖြိုးစွဲစွဲ ပြောပြသည်။ ဘယ်လို့ အတ်ကားပျိုးဖြစ်လာမည်ဆိုသည်ကို ပိတ်ကားပေါ်မှာမြင်ရသလို ဖြစ်အောင် ပြောပြကြသည်။

သင်၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်များနှင့် ခုံးလျှော့ဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်များနှင့် ပတ်သက်လာလျှင်လည်း သို့သည်။ အတိုင်းပင်ဖြစ်သည်။ အမို့ပွားမထွေပြားပါစေနိုင်။ ဝေါဝါဒါ ဖြစ်ပါစေနိုင်။ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ အမို့ပွားယွင့်မထားသည့် ရည်မှန်းချက်များတစ်ခုသည် စိုင်မာမှုမျိုး။ သင့်စိတ်ထဲတွင် ဝေါဝါဒါခံစားချက်သာ ပြောပြု၏၏။ (ထိုအခါ သင့်ရည်မှန်းချက်များကို အခြားသူများ အထင် ပြေားမယ့်မကြည်ဖြစ်ခြင်းမှာ အဆန်းမဟုတ်တော့။)

အဆိုပါဦးတည်ချက် မောင်မာမှုသည် ဝေါဝါဒါဖြစ်ရခြင်း၏ ဖော်တစ်အကြောင်းရင်း ဖြစ်သည်။ တစ်ဖန် ဝေါဝါဒါဖြစ်ခြင်းက ပေါ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း အဆင့်တွင် ကျော်ပရောင့်ရဲမှုနှင့် ပြီးထွေ့မြှုပ်ဆောင်ပြီး ထိုမှတ်ဆင့် လုံမြှုမှုမရှိခြင်း၊ စိုးရိမ်စိတ်ပွားခြင်းတို့ပင် သားပါက်လာတော်။ ထိုနည်းတူ စီးပွားရေးလောကတွင် ဦးတည်ချက် အိမ်မာသောကုမ္ပဏီများကို ပတ်ဝန်ကျင်က ယုံကြည်စိတ်ရဲမှုမရှိကြုံး ထိုအခါ ပိုမို၏ အမှုထမ်းများလည်း စိတ်ဓာတ်ကျလာတော့ရှိ၏။ ကုမ္ပဏီ အောင့်သည် ပိုမို ဘယ်ကိုသွားနေမှန်း မသိလျှင် သူသည် ဘယ်ကိုမျှေးဆုံးလည် မဟုတ်။ ဘယ်ကိုမျှေးလျှင် ရှေ့သို့ မျှော်ကြည့်စရာလည်း အားကျိုးမည် မဟုတ်ပါ၌။

သည်တော့ ကျွန်တော်တို့တွင် ရှေ့သို့ မျှော်ကြည့်စရာ တစ်ခုခု အား ရှိနေရပါမည်။ အကယ်၍ အနာဂတ်ကာလအတွက် ရည်မှန်းချက် အောင့်စုရိမှုမနေလျှင် ကျွန်တော်တို့ ပောင်ချာချာဖြစ်လာမည်။ လုံခြုံစိတ်

ချုပ်ကင်းမှလာမည်။ နောက်ပြီး အနာဂတ်သည် ထိတ်လန့်ချောက်ချား စရာကောင်းသည့် ဟင်းလင်းပြင်ကြီး ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။

သင်၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာနှင့် ပတ်သက်သော သင်အကောင် အထည်ဖော်ဖို့ ကြိုးစားမည့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များသည် သင့်ကိုယ် ပိုင် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များဖြစ်ကြောင်း သေချာဖို့ အရေးကြီး၏။ သင့်အတွက် တစ်စုံတစ်ဦးက ချမှတ်ပေးသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် များ မဖြစ်သင့်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ထိုကုသို့သော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များကို သင် ပိုင်ဆိုင်ခွင့်မရှိသောကြောင့်ပင်။ ဆန့်ကျင်ဘက် အဖော်ဖြင့်ပြောရလျှင် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများတွင်မူ စပေါင်း ပိုင်ဆိုင်မှ နှင့် စပေါင်းသော့တူညီမှုသည် အရေးပါ အရာရောက်ပါသည်။

“ငါဘဝနဲ့ပတ်သက်ပြီး ငါဘာတွေလုပ်မည်လ”ဆိုသော အေးခွန်း ဖြင့် သင့်လုပ်ငန်းစဉ်ပါ။ သည်မေးခွန်းကို သင့်ကိုယ်သင် ဘယ်လောက် များများ မေးခဲ့ဖူးပါလဲ။ ကျေနှင့်တော် ဆိုလိုသည်မှာ ကုလားထိုင်မှာ အကျ အန ထိုင်ပြီး ရိုးသားဖြောင့်မတ်သော အဖြေတစ်ခုရာသည်အထိ သင် ဘယ်နှုတို့လောက် စဉ်းစားခန်း ဝင်ခဲ့ပါသလဲ။ စဉ်းစားဖူးသည်ဆိုလျှင် ပင် အကြိမ်ပေါင်း အလွန်အလွန်နည်းဖို့ အလားအလာများပါသည်။

လူတွေက ပြောကြသည်။ သူတို့သည် ရေပေါ်မှာ ခေါင်းပေါ်နေ အောင်မနည်း ကြိုးစားနေကြရသည်တဲ့။ ခေတ်သစ်ဘဝ၏ ရွှေလျား မူနှုန်းက သူတို့အား ရည်မှန်းချက်တွေ ပြင့်မြင့်မားမားထားနိုင်ဖို့တက် အသက်ရှင်ရပ်တည်နေနိုင်ရေးအတွက် အသည်းအသန် ရန်းကန် လျှပ်စီးများ ဖော်ရအသည် ဆို၏။ ဘာပုံဖြစ်ဖြစ် အဆိုပါ သံသယစိတ်တွေကို ထိုပယ်ပြီး သင့်ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ လောလောဆယ် ဘာလုပ်ချင်သလဲ ဆိုတာနှင့် သင့်ဘဝကို ဘယ်နေရာသို့ အရောက်သွားစေချင်သလဲ ဆိုတာ သင့်ကိုယ်သင် ပြန်မေးကြည့်လိုက်ပါ။

အချိန်နှင့် စွမ်းအင်ကို ထိရောက်စွာအသုံးချခြင်းနှင့် အကျိုးမြှုပ်နှံး တိုးခြင်းကို ရေကူးကန်ထဲတွင် ရေကူးသူနှစ်ဦးအား ယဉ်ကြည့်လျှင် သိနိုင်၏။ သူတို့ နှစ်ဦးစာလုံးပင် တူညီသော စွမ်းအင်ပမာဏာကို ထုတ် သုံးကြ၏။ ရေတွေ တဗ္ဗမ်းဗွမ်းဖြာတွက်နေစေ၏။ သို့သော် တစ်ဦးက လိုးတည်ချက်အပြည့်ဖြင့် တစ်လျားပြီးတစ်လျားကူးခေါ်နေချိန်တွင် ကျွန်း တစ်ဦးက ရေနှစ်တော့မှတတ် လက်ပန်းကျနေလေပြီ။

သည်တော့ သင်ကော်။

သင် ရေကူးနေသေား သို့မဟုတ် ရေနှစ်နေသေား။ သင့်ရည် မှန်းချက်များချမှတ်ပြီး ပေါက်မြောက်အောင်မြင်ရေးအတွက် သင့် စွမ်း အင်များကို အကျိုးရှုရှိ အသုံးပြုတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ အထူးပြုဖို့ မလိုသောအချက်ကတော့ သင့်ရည်မှန်းချက်များသည် သင့်အတွက်၊ သင့်မိသားစုအတွက်၊ သင့်ကုမ္ပဏီအတွက်၊ သင့်လူအဖွဲ့အစည်း အတွက်၊ သင့်ဝန်းကျင်ရှိ သင့်ကဗျာအတွက် အဆုံးစွမ်းကောင်းမွန်နေသင့် ကြောင်းဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် အားလုံးထဲတွင် အရေးအကြီးဆုံးမှာ သင့်ရည်မှန်းချက် များ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်တော့မည် ဆိုလျှင် ငင်းရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များကို ပိုပြင်ပြတ်သားစွာ အစိုးပွားယုံ ရွှေ့ထားဖို့ လိုအပ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

သင် ဘယ်ရို့ဘွှုံးသော်

အရားကားတစ်စီးပါ်သို့ ကသောကများ တက်ပြီး ယာဉ်မောင်း သူအား “မြှုပ်မြန်မောင်းပါယျ၊ တစ်နေရာရာရာကို” ဟု ပြောလိုက်သည်ကို မိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။ (တစ်ခါတစ်ရုံးအိမ်သို့အပြန်တွင် ထိုသို့ လုပ်ပြီး ဘာတွေ ဆက်ဖြစ်မည်လဲဆိုတာအောင်ကြည့်ပါလား။) ယာဉ်မောင်းသူ

ကတော့ အကြီးအကျယ်စိတ်ညွှန်သွားမှာ သေချာသည်။

လူတွေကို သူတို့ ဘယ်ကိုသွားချင်တာလဲဟု မေးကြည့်၏။ လူ ထော်တော်များများ၏ အဖြေတွေကို ကြားရှုံး ကျွန်တော် အံသတကြီး ပြန်ရပါသည်။ သူတို့၏ အဖြေတွေမှာ -

“ကျော်က စွေတွေအများကြီးရအောင် ရှာချင်တယ်”

“ကျွန်မ လွတ်လပ်မှုကို လိုချင်တယ်”

“ကျွန်တော်က အောင်မြင်ချင်တယ်”

“ကျော်ကတော့ ပျော်ဆွင်တဲ့ဘဝကို လိုချင်တယ်”

စာညွှန်ဖြင့်။ (သင်ကော သည်စကားမျိုးတွေနှင့် ယဉ်ပါးနေပါ သလား) သည်နေရာတွင် ဘာဖြစ်နေသလဲဆိုတော့ သူတို့သည် ကြီးပမ်းအားထုတ်သောဆန္ဒများ၊ ပြင်းပြသော အသီသများကို ပိုပိုပြင်ပြင် သတ်မှတ်ထားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များနှင့် ရောထွေးနေခြင်းဖြစ်၏။ စင်စစ်အောင်မြင်မှုဆိုသည်မှာ တရားသေ သတ်မှတ်ထားသော ဓမ္မီးပန်းတိုင်မဟုတ်ဘဲ ဘဝရေးတစ်လျှောက် တွေကြုံရသည် အတွေ့ အကြံတစ်ခုသာဖြစ်ရာ ကျွန်တော်တို့တွင် ကြည်လင်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တစ်ခုတော့ ရှိရပါမည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အဆိုပါ ကြည်လင် ပြတ်သားသေ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို သတိကြီးစွာထားပြီး ရွေးချယ်ထို့ လိုအပ်၏။ ပြိုင်ဆိုမှုကြီးမားသော စီးပွားရေးလောကတွင် ကုမ္ပဏီများသည် သုံးလ ရည်မှန်းချက် သို့မဟုတ် ခြောက်လရည်မှန်းချက် စသည်ဖြင့် ရေတိကာလ ရှင်သန်ရပ်တည်နိုင်ရေးကို အာရုံစိုက်ခဲ့ကြောင်း မကြာ မကြာ ထွေ့ရှုံး၏။ အပိုပွားယ်ကတော့ သူတို့သည် ရေရှည် ရည်မှန်းချက် ဆွားကို စတော်ခဲ့ကြသည် သို့မဟုတ် မျက်ခြည်ပြတ်သွားကြသည် သုံးမဟုတ် ဘယ်ကုန်းကြော ရေရှည် ရည်မှန်းချက် မရှိခဲ့ခြင်းပင်ဖြစ်၏။

ထိုအခါ ခံစားရမည့် အပြစ်အက်များက ကြီးကြီးမားမား ဖြစ်သွားနိုင်၏။

သာကေတစ်ခုပြုပါမည်။ ၁၉၀၀ ပြည့်နှစ်များ၏ စောဘေးပိုင်းတွင် အဆရိကပြည်ထောင်စု၌ သမနိအရှည်ဆုံးကုမ္ပဏီတွေထဲမှာ တစ်ခုအပါ အဝင်ဖြစ်၍ နှစ်ပါဌ်တစ်ရာင်းဆယ်သိမ်းရှိ ကုမ္ပဏီကြီးတစ်ခု သူလုပ်ငန်းတွေ ပိတ်ပစ်လိုက်ရ၏။ ငါးကုမ္ပဏီကား မြင်းရထားများ ထုတ်လုပ်ရောင်းချသည် အမိကရ ကုမ္ပဏီကြီးဖြစ်၏။ ငါးကုမ္ပဏီကြီး ဆိုင်ရှုပ်သွားခြင်းမှာ မော်တော်ယဉ်တုတ်လုပ်မှုတွေ တိုးတက်များပြားလာပြီး လူတွေက မြင်းရထားများကို မစီးချင်တော့သောကြောင့် ဖြစ်၏။

နောင် နှစ်အတော်ကြောသောအခါ ဆေဖန်သုတေသိုးက အခြားအခွင့်အလမ်းများကိုရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်ဖို့ မရှိယူညွှန်အတွက် စီးပွားရေးလောက္ခာ ကွယ်ပျောက်သွားသည် ကုမ္ပဏီတစ်ခုကို အဖြစ်ဥပမာဏပေးခဲ့လေသည်။ သူတို့ ကြော်ခဲ့ရသည် ပြဿနာမှာ သူတို့သည် မြင်းရထားထုတ်လုပ်မှု စီးပွားရေးကို လုပ်နေသည်ဟု ယုံကြည်စွာမှတ်ထားမှုဖြစ်၏။ တကယ် အော့ သူတို့သည် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်နေသည် ဟု သေားပေါ်ကိုထားသင့်၏။ သူတို့က သူတို့၏ ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းကို ပြောင်းလဲပစ်ရမည့်အစား သူတို့၏လုပ်ငန်းမပျက်ရေး ရည်မှန်းချက်ကို ချော်ခဲ့ကြ၏။ ထိုသို့ လူးလွန်ရန်းကန်ရင်း သူတို့သည် သဲပြင်အောက် သို့ ခေါင်းထိုးဝင်မို့လျှောက်သား ဖြစ်သွားသည်။ ကြောက်စရာ ကောင်းသော အကျိုးသာက်ရောက်မှုပါပေါ်။

နှိုင်းယူဉ်ချက်အနေဖြင့် ပြောရလျှင် ကိုမတ်စုံ ကင်စွန်နှင့် ဟွာန်းကိုသို့ ကိုယ့်နှစ်ပယ်တွင် ဘုရင်တစ်ခုဖြစ်နေသော ကုမ္ပဏီကြီးမား ထော်တော် နှစ်နှစ်ဆယ် သို့မဟုတ် နှစ်သုံးဆယ် ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင် ဆွားချော်ပြီး ထိုအဆင့်သို့ရောက်ခဲ့ကြ၏။ သူတို့က အနာဂတ်ကာလ အတွက် ပစ်မှတ်တစ်ခုကိုသာတ်မှတ်ပြီး “ဒီဇုံ ဒီရက်မှာ ကျော်တို့ အထူ

မြောက် အောင်မြင်ချင်တယ်။ ကျွဲ့တို့ အရောက်သွားချင်တဲ့နေရာက အဒီနေရာပဲ” ဟု ဖြောကြသည်။

ဂျပန်ပြည်တွင် အမိကရ ဦးပိုင်ကုမ္ပဏီကြီးဖြစ်သည့် မတ်ဆရှိတာ ကုမ္ပဏီဆိုလျှင် နှစ်သုံးရာ မဟာဗျာဟာ စီမံကိန်းကို ချမှတ်ခဲ့ကြသည်။ ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကြောင်စီစိ နှင့်သည်ဟု ထင်စရာရှိ၏။ သို့ သော ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းက “ဒီကနေ၊ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတွေက နောင်လာ မျှောင်သားတွေ ရေရှည်ရည်မှန်းချက်ကို ရအောင် ကြိုးစားတဲ့နေရာမှာ အထောက်အကူ ပြနိုင်မည်လား” ဟုသော မေးခွန်းကို မေးလို့ရလာ၏။ ထိုမေးခွန်းက ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရေးအတွက် အထောက်အကူပေးမည် ဖြစ်ပါသည်။

အမေရိကန်ကောလိပ် ဘာာလုံးအသင်း တစ်သင်းအကြောင်း ကျွဲ့တော်မှတ်မိန့်သည်။ ထိုအသင်းသည် ထူးထူးမြားမြား အောင်မြင်သော အသင်းမဟုတ်။ သို့သော် အမျိုးသားတဲ့စွန်စိုက်ပြုင်ပဲ ဖိုင်နယ် အဆင့်အထိ ရောက်ရမည်ဟု ပစ်မှတ်ထားပြီး လူ့ဆောင်ထားသည်။ ဘာာလုံးရာသိတစ်လျောက်လုံး သူတို့သည် ခြင်းတွေလိုက်ပြုင်ခဲ့၏။ အကိုအခဲများကို ကျော်လွှားကြသည်။ သူတို့ဖိုင်နယ်တက်နိုင်ခဲ့ကြသည်။ သို့သော် ဖိုင်နယ်တွင် မရှုမလှ ရုံးကြသည်။ ဘာာကြောင့် ထိုသို့ ရွှေးရသလဲဟု ကျွဲ့တော်တို့က ပိုင်းမေးကြသောအခါ သူတို့၏ နည်းပြုဆရာက “ဘာဖြစ်လိုလဲဆိုတော့ ဓိလ်ခွဲဖို့ဆိုတာ ကျွဲ့တော်တို့၏ ပစ်မှတ်မှ မဟုတ်ခဲ့ဘူး။ ကျွဲ့တော်တို့ ရည်မှန်ခဲ့တာက ပိုင်နယ်တက်နိုင်ရေး ပဲလေး။ နောက်တစ်ခါဆိုရင်တော့ ချုပ်ပိုယ်ဆုရရေးကို ပစ်မှတ်ထားရတော့မှာပဲ” ဟု ဖြောကြားသွားလေသည်။

ပုဂ္ဂိုလ်ရေးရာအဆင့်တွင် မိမိ အထောက် အောင်မြင်လိုသည့် ကိစ္စကို ပြက်ပြက်ထင်ထင် သိနေခြင်းသည် ကျွဲ့တော်တို့၏ အောင်မြင်

ဧာ စွမ်းရည်များကို အမိကြောင်းတရား ပြစ်လေသည်။ ကျွဲ့တော်တို့ ငယ်ဆုံးစဉ်က ကျွဲ့တော်တို့မှာ ရည်မှန်းချက်တွေ အများကြီးရှိ၏။ နည်းနည်းကလေးအရွယ်ရောက်လာတော့ ငါးရည်မှန်းချက်တွေကို မျက်ခြည်ပြတ်သွားတော့၏။ ခက်ခဲကျော်တည်းသော ဘဝအခြေအနေများကြောင့် အမိကြောင်း၏။ ကျွဲ့တော်တို့၏ နပိုးသောအိပ်မက်တွေ မှုန်စိုးပျယ်ပြယ်သွား၏။ သည်အိပ်မက်တွေ လက်တွေ့ပြစ်မလာနိုင်တော့ဟု ကျွဲ့တော်တို့ ယုံကြည်ထားကြသည်။ ဤသို့ဖြစ်ခြင်း၏ အကျိုးဆက်မှာ ကျွဲ့တော်တို့သည် အကြောင်း သို့များကို ဘယ်တော့မျှ အစအဆုံး မကြည့်တတ်ကြတော့ခြင်းပင် ဖြစ်၏။

သို့သော် သည်သို့ဖြစ်ရခြင်းကို ကျော်လွှားလွန်မြောက်နိုင်သည် သည်းလမ်းရှိနေပါသည်။ ရိုးရိုးရင်းရင်းကလေးပါ။ သင်၏ ငယ်ဘဝရည် မြှုပ်နှံချက်များအား အကောင်အထည်ဖော်နိုင်စွမ်းရှိပြုသည်ဟု သင့်ကိုယ်သင် ဆုံးထားခြင်းကို ဘယ်တော့မျှ ရပ်ဆိုင်းမပစ်ဖို့ပင်ဖြစ်၏။

သင့်ကိုယ်သင် ထားရှုသည့် ထင်မြောင်ချက်က သင့်အပေါ် အမြားသူများ ထားသည် ထင်မြောင်ချက်ထက် များစွာပို၍အရေးကြီး၏။

ဆင်နက်ကာ

ထိုသို့ခဲ့ယူထားနိုင်ရေးအတွက် အနာဂတ်ကာလတွင် ဖြစ်မြောက် အောင်မြောင်လာသော မြင်ကွင်းကို သင့်အာရုံထဲတွင် ပြက်ပြက်ထင်ထင် ပြောင်းအောင် လုပ်ရပါမည်။ ကျွဲ့တော်တို့ ကျင်လည်နေသည့် လက်ရှိ အိမ်အနေက လုံခြုံသည်။ နွေးထေားသည်ဟု ခံစားရသည်။ သို့ဖြစ်သည် အားကဲ ကျွဲ့တော်တို့ကိုယ်ကျွဲ့တော်တို့ လက်ရှိရှိအမြေအနေထဲတွင်

ဆောင်ရွက် အမိမန်သင့်။ တစ်ခုတစ်ခု ပြုလုပ်ခဲ့ သိပ်ခက်ခဲ့ပြီး သိပ်အရ ကိုရှုံးရမည့် ဖြစ်သောကြောင့် တစ်နေရာတည်းတွင် အမြစ်တယ်နေခြင်းကို ရှေ့ချင်ရှားရပါမည်။

သည်တော့ ခုလောလောဆယ်ပဲ အားထုတ်လိုက်ပါ။ သင်၏ သက်သောင့်သက်သာနယ်မြေမှ အပြင်သို့ထွက်လိုက်ပါ။ ဘယ်လောက် ဝေးဝေးအထိ ထွက်မည်လဲဆိုတာကတော့ သင့်အပေါ်မှုတည်၏။ သို့သော လျှောင်အမိမိထဲ ပိတ်အမိမိနေရသည့် ငြေကင်ယ်ပမာ လျှောင်အမိမိ တံခါးကို ဖွင့်ပေးလိုက်ချိန်တွင် သတ္တိရှုံးရပါမည်။ သင့်ရင်ထဲက ယုံကြည် ချက်ကို နှီးဆုရပါမည်။ သင့်လိုရာခရီးသို့ မရောက်မချင်း ပုံသန်းမည် ဟူသော ခွဲကို မွေးရပါမည်။

ကျွန်တော်တို့၏ သူရဲကောင်းများအကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ တစ်ခါတစ်ခါ မြေပုံတွင်ပင် မပါဘဲ လူတွေ ခြေမချဖူးသေးသည့် ကုန်း မြေများ ရှိသည်။ မိမိရှာတွေ့နိုင်သည့် ကမ္မာသစ်တစ်ခု ရှိနေသည် ဟူ သော ယုံကြည်ချက်ဖြင့် ခြေဆန်ခရီးထွက်ခဲ့သည့် ရွှေမ်းသတ္တိရှုံးများ အကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင့်အား စောင့်ကြိုနေသည့် အားတက် ရွှေလန်းမှုတွေကို ခံစားရအောင် အထက်ပါရွှေမ်းသတ္တိရှုံးများအကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင့်အား စောင့်ကြိုနေသည့် အားတက်ရွှေလန်းမှုတွေ ကို ခံစားရအောင် အထက်ပါ ရွှေမ်းသတ္တိများ၏ ယုံကြည်ချက်မျိုး သင့်များ ရှိနေဖို့ လို၏။ အချို့အချို့သော သင့်လမ်းကြောင်းများက သင့် အား သူတစ်ပါးမသိသေး၊ မရောက်သေးသည့်နယ်ပယ်သို့ အရောက်ပို့ ပေးချင် ပို့ပေးမည်။ ထိုသို့သော အတွေ့အကြုံကို စွန်စားခန်းတစ်ခုဟု သောာထားပါ။ ပြီးတော့ ငှင့်စွန်စားခန်းကို ရရှိခဲ့ရင်ဆိုင်ပစ်လိုက်ပါ။

မျိုးမျိုးသင် ဘယ်လောက်အသုတေသနများမျိုးမျိုးဖြစ်သည်

ဘုရားဖူးခရီးသည် လူငယ်တစ်ဦးသည် သူ့ဆရာနှင့်အတူ မြစ်ကမ်းနဲ့သေးတွင် ထိုင်နေ၏။ သူက ဘုရားသခင်ကို ဖူးမြင်ခွင့်ရအောင် နှစ်ပါင်းများစွာ တရားဘာဝနာဗျားများခဲ့ကြောင်း၊ သို့သော် ဘုရားသခင် ကို ဖွင့်ရလောက်အောင် ဥက္ကားအလင်း မပွင့်ခဲ့ကြောင်း သူ့ဆရာကို ပြောပြ၏။ “ဘုရားသခင်ကို ဖူးခွင့်ရအောင် ကျွန်တော် ဘာလုပ်ရမလဲ” ဟု သူ့ဆရာကို မေး၏။ သူ့ဆရာက လူငယ်အား နိက်ကြည့်နေသည်။ ထိုနောက် လူငယ်၏ဦးခေါင်းကို တွန်းပြီး ရေထဲတွင် အတန်ကြာအောင် နှစ်ထားလိုက်သည်။ လူငယ်က သူဦးခေါင်းကို ကိုင်ထားသည့် လက်မှ ရွှေတွင်အောင် အတန်ကြာများ အသည်းအသန်ရှိုးရသည်။ လွတ်သွားမှ သူဦးခေါင်းကို ရေပေါ်ဖော်ပြီး လေကို အင်းမရ ရှုံးရသည်။

“ဆရာ ကျွန်တော်ကို ဘာဖြစ်လို ဒီလိုလုပ်ရတာလ” ဟု လူငယ် ထ ပါးစပ်ထဲမှ ရေတွေကို ထွေးထုတ်ရင်း မေးသည်။ ထိုအခါ ဆရာဖြစ် သူက “မင်းရဲ့ ဥက္ကားအလင်းပွင့်ချင်တဲ့ ဆန္ဒဟာ ခု မင်းလေရှုံးချင်တဲ့ ဆန္ဒလောက် ကြီးမားပြင်းထန်လာရင် ဘုရားသခင်ကို ဖူးခွင့်ရဖို့ အသင့် ပြောလိမ့်မယ်” ဟု ဖြေကြားလိုက်လေသည်။

အထက်ပါဇာတ်လမ်းကလေးက ဂိုဏ်ဥပုံင်းဆိုင်ရာကို ပြောသွားသည်။ သို့သော် သင့်အနေအထားနှင့်ကိုက်ညီအောင် ဖော်ပြသွားပုံက အော့ ပိုပြုပြုပြင်ရှိပေါ်သည်။ သင်သည် သင်၏ ညည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် သို့ ရောက်လိုစိတ်သည် ရောစ်သွားခေါ်း လေကို အင်းမရ ရှာဖွေ သောင့်တသလို အသည်းအသန်ဖြစ်နေရပါမည်။ သင့်အတွက် သင့် ဘာသာရှုမှတ်ထားသည့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိရေးကို စိတ်အော့ ကိုယ်ပါ နှစ်ဖြုပ်ပုံအပ်ထားရပါမည်။

ယခု ကျွန်တော်တို့ ပြောဆိုဆွေးနွေးနေသည်မှာ သင့်ဘဝ

အကြောင်းဖြစ်၏။ သည်ပြောဆိုစွေးနွေးချက်ကို သင် ဘယ်အတိုင်း
အတောအထိ လေးလေးနှင့်နှင့် သဘောထားပါသလဲ။ သင်က ခြေလှပ်
လက်လှပ် ရုံလောက်လှပ်ဖို့ စဉ်းစားလျင်၊ နည်းနည်းပါးပါး လှပ်ရှားပြီး
ဘာဖြစ်လာမလဲဟု စောင့်ကြည့်မည် စဉ်းစားလျင် အလုပ်ရှုပ်ခံမနေပါ
နှင့်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အလုပ်ဖြစ်မှာ မဟုတ်သောကြောင့်ဖြစ်၏။

သည်ရည်မှန်းချက်ကို ဘာကြောင့်ပါက်မြောက်အောင်မြင်ရှင်ပါ
သလဲ။ သည်ရည်မှန်းချက်က သင့်အတွက် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေ
ဖြစ်ထွန်းလာစေမည်လဲ။ ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေဖြစ်မည်ဆိုတာကို
သင့်သိမှာ သည်ထားရပါမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိသို့ သိထား
မြင်းက သင့်အား ချွေးစိုးပေးနေမည်ဖြစ်သောကြောင့်၊ နောက်ပြီး အခက်
အခဲ အကျပ်အတည်း ကြံ့ရရှိနိုင်များတွင် သင်ရှုံးဆက်လျောက်နိုင်အောင်
တွန်းအားပေးနေမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

ကမ္မာနိုင်ငံအသီးသီးတွင် မာရ့သွေ့နှင့်အပြီးပြိုင်ပွဲဝင်နေသူများ
အကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ပြိုင်ပွဲဝင်သွေ့ထွေတွင် မဆိုစလောက်
ကိုယ်အကိုယ့်ယွင်းနေသွေ့ပါ၏။ အနည်းငယ် ကိုယ်အလေးချိန် ပိုမီး
သွေ့ထွေပါ၏။ သူတို့သည် နှစ်ဆယ့်မြောက်မိုင်နှင့် ၃၈၈ ကိုက် အကွာ
အဝေးကို အစအဆုံးပြီးမည်ဟု သိနို့ကြား ချက်သွေ့ပြစ်၏။ သူတို့
စံချိန်နှင့် သူတို့... ဘယ်လောက်ပဲကြာပေါ့။ ရွှေတံ့ဆိပ်ဓရရှင်၏
နှစ်နာရီနှင့် ဆယ့်ငါးမီနှစ် စံချိန်သည် သူတို့အတွက် မဟုတ်။ သူတို့က
သည်ခုရီးကို လေးနာရီ၊ ငါးနာရီ... ကုန်ကုန်ပြောရလျှင် ခုနှစ်နာရီ
ကြာချင်ကြာသွားပါစေ၊ ပြီးနေမည်သာ ဖြစ်၏။ သို့သော် သူတို့အားလုံး
မှာရှုံးသည့် တူညီသောအချက်တစ်ချက်ကား သူတို့အားလုံး ပန်းဝင်စည်း
ကို ဖြတ်ကျော်မည်ဟုသည့် စိတ်ဓာတ်ဖြစ်၏။

ရွှေတံ့ဆိပ်ဓရရှင်ရော၊ ပင်စင်စားအဘိုးကြီးရော ပြိုင်ပွဲဝင်သွေ့

အားလုံး သိနို့ကြားချထားသည်မှာ သည်ခရီးကို အဆုံးအထိ ပြီးဖို့၊
လမ်းခရီးတစ်ဝါက်မှာ ဘေးထွက်မသွားဖို့ဖြစ်၏။ သူတို့ ခံစားရရှိမည့်
ဆုလာသာ်နှင့် ပြီးမြောက်အောင်မြင်ခြင်းဟူသော အသိတရားကပင်
ဘျာန်ပါနှစ်သိမ့်မွှုံးဖော်ဖြစ်နေပြီ။ သည်ခံစားချက်ကို သူတို့၏ လက်
ကျော်သောက်တစ်တစ်လျှောက်လုံး အမြတ်တန်းထိန်းသိမ်းသွားတော့မည်
ဖြစ်ပါသည်။

သင်၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာသန့်သန့် ရည်မှန်းချက် ချမှတ်ထား
ပြီးဆိုလျင် သင့်လုပ်ရပ်ကို အပြစ်ပြောဖို့ အလားအလာရှိသူ ဘယ်သူ
လို့သူ ပြောမပြီဖို့ ဘယ်လောက်အရေးကြီးကြောင်း စောစောပိုင်းက
ကျော်တော် တင်ပြခဲ့ပြီ။ သင့်အား သူတို့၏ အပျက်မြင်သောထားများ
လို့မြှိုင်ရရှိက်ရေ ပြောပြလေ့ရှိသူများသည် သင့်ရည်မှန်းချက်ကိုလည်း
သင့်အမြင်မှာပင် တန်ဖိုးလျောလာအောင် လုပ်ဆောင်ကောင်းလုပ်ဆောင်
ပြုလိုမည်။ အဆုံးဆုံးထားပြီးပြောရလျှင် သူတို့က သင့်အိပ်မက်ကို
ကျော်းဖျက်ဆီးပစ်ကြလိုမ့်မည်။

သူတို့ ဘာကြောင့် သည်လိုလုပ်သလဲ ဆိုသည့်အကြောင်းတွေ
အထော့ အများကြီးရှိသည်။ သို့သော် အများစုကတော့ သူတို့ နောက်
ဘုရားနှင့်မှာ စိုးမိုးဆိပ်သောကြောင့်ဖြစ်၏။ သူတို့က သင်၏ အောင်မြင်နိုင်
စွဲများကို မနာလိုဖြစ်ကောင်းဖြစ်မည်။ ထိသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ သူတို့၏
အောင်မြင်မှုကို မီးမောင်းထိုးပြရာ ရောက်နေသောကြောင့် ဖြစ်၏။
အောင်မြှုံးသော့ သင့်အား ထောက်ခံသွား၊ အားပေးသွား၊ ရည်မှန်းချက် အကောင်
အထော့ပေါ်ရေးအတွက် အကူအညီပေးနေသူများက လွှဲလျှင် ဘယ်သူ
လို့သူ ပြောမပြုနိုင်၏။ သင့်ဘာက်မှာ ရှိသူများကတော့ သင် မကြာခဏဆုံး
ဆုံး စလုတ်တို့က် လျှို့တိုင်း သင် ပြန်ပြီး ကျိုးထလာနိုင်အောင်
ကျော်လိုမ့်မည်။ ပြီးတော့ သင့်အား အရှုံးပေး လက်မြောက်ပါပြီ

ဆိုသည့်စကားမျိုး မပြောဖြစ်အောင် အားပေးကြလိမ့်မည်။

သင့်ရည်မှန်းချက်ကို သင့်စိတ်ထဲမှာသာ မဟုတ်ဘဲ သင့်နှင့်လုံးသာ ထဲမှာပါ ချမှတ်ထားပါ။ ရင်တွင်းခဲ့စားချက်မပါဘဲ စိတ်ထဲမှာသာ ရှင်သနနေသည့် ရည်မှန်းချက်များသည် အာရုံတွေပြားစံရများ၊ အမြဲ အနေပြောင်းလဲမှုများနှင့် ကြိုတွေ့ရသောအခါ မကြာမကြာ ဆိုသလို ဆန္ဒစွဲသာသာမျှသာဖြစ်သွားတတ်၏။ သို့ဖြင့် ငှင့်ရည်မှန်းချက်တွေ အညွှန်တုံးသွားတတ်လေသည်။

စစ်မှန်သော အောင်မြင်မှု ရယူခဲ့စားလိုသည်ဆိုလျှင် သင့်ရည်မှန်းချက် ပြည့်ဝအောင်မြင်လိုသော ဆန္ဒသည် သင့်ခေါင်းထဲမှာရော သင့်နှင့်လုံးသားထဲမှာပါ စိုးစိုးနေလောက်အောင် ကြီးမှားပြင်းထန်ရပါမည်။ ထိုသို့ဖြစ်လာပြီဆိုလျှင် သင့်မှာ ဦးတည်ချက်ရှိသော ပြင်းပြဆန္ဒတစ်ခု ဖြစ်ထွန်းလာပြီဖြစ်၏။ အောင်မြင်ရေးတွင် သည့်ထက်အားကောင်းသည် အတွေအစပ်ဟူ၍ မရှိတော့ပါချေ။

စတော့ဟမ်းမြို့မှ ဂိုရန်ခရော့ ဆိုသူသည် ၁၉၉၁ ခုနှစ်က အကြံ အစည်းတစ်ခုဖြစ်ပေါ်လာသည်။ သူ့အကြံအစည်းမှာ နိပါပြည်သို့ ကုန်းလမ်းခရီးမှ ကိုယ်အားကိုယ်ကိုးသွားမည်။ ထို့နောက် အကျအညီ အထောက်အပံ့ပေးသူ အလျှင်းမပါဘဲ ၁၀၄၅၁ကောင်ထိပ် ရောက်အောင် တစ်ကိုယ်တော်တက်မည်။ ထိုသို့ တက်ရာ၌ အောက်ဆီဂျုံဘူးလည်း ယူမသွား။ တော်ထိပ်သို့ ရောက်လျှင် ကားလမ်းအတိုင်းပြန်ဆင်းမည်။

သူရည်မှန်းချက်က ကြီးကျယ်လွန်းတာတော့ သေချာသည်။ လက်တွေ့ဖြစ်နိုင်မှု အလားအလာကကော့။ ဖြစ်နိုင်ဖွယ် ရှိသည်။

သူက ဦးစွာ လက်တွေ့အလုပ်ဖြစ်နိုင်ခြေကို လေ့လာသည်။ ထိုအထဲတွင် နိပါသို့ မော်တော်ကားဖြင့် သွားလို့ရမည့် လမ်းကြောင်း လည်းပါဝင်သည်။ ထိုနောက် သူ ခရီးစဉ်အတွက် ကုန်းကျစရိတ် ပေါ်

၂၀၀၀၀ စိက်ထဲတ်ကျခံမည့် သူများကိုရှာဖွေသည်။ ဆိုဒင်နိုင်ငံဖြတ်ဆော်စီးအဖွဲ့နှင့်ပေါင်းပြီး ကိုယ်ခွဲ့ကြိုင်ရေးလေ့ကြောင်းသည်။ ထိုအာက် အထူးစိတ်တည်ဆောက်ထားသည့် စက်သီးကိုစီးပြီး ၁၉၉၅ ခုနှစ်၊ အောက်တိဘာလ ၁၆ ရက်တွင် စတင်ခန့်တွက်ခဲ့သည်။ လုံးလုံး ထူးလျားအကျအညီမခေါ်သော ခရီးစဉ်ဖြစ်သည်။ အတွက် သူ၏ ဝန်ဆောင်ပစ္စည်းများကို သူဘာသာသူ သယ်ပိုးရသည်။ အလေးချိန်မှာ ကြောက်ခမန်းလိုလို ၁၂၂ ကိုလိုကျမ်း (၂,၈၄၃,၉၇၄ ပေါင်း) ရှိသည်။

လေးလန်းမြောက်ရက်အကြာတွင် ကျော်မန်ရှုမြို့သို့ရောက်သည်။ မြို့မြို့မှတစ်ဆင့် တောင်ခြေခန်းသို့ သူ၏ ဝန်ဆောင်ပစ္စည်းများကို တင်သယ်ဆောင်သည်။ ခုနှစ်ဆယ့်သုံးကိုလိုကျမ်းလေးသည် ပစ္စည်းများကို တစ်ကြိမ်သယ်လျှင် မိတာ ငါးဆယ်ပဲ ရွှေ့နိုင်သည်။ လမ်းခွဲတ် ဆယ်မြို့နှစ်အနားယူရသေးသည်။ သူရည်မှန်းချက်ပို့ဆိုနိုင်ဆိုသို့ အာက်ပါမည်လားဟု သူ ပထမဗုံးဆုံးအကြံးအကျယ် သံသယ ပြန်လေသည်။ စိက်ထဲတ်ရတဲ့အင်အားက သူဘဝမှာ အကြံးမှာဆုံး၊ ထောင်ပန်းအက်အခဲဆုံးပါပဲဟု သူကပြောပြုသည်။

သူ၏ကြီးစားအားထဲတ်မှ တတိယအကြိမ်မြောက်တွင်မှ တောင်ချို့သို့ ရောက်သည်။ ထိုနောက် သူ့သားလမ်းအတိုင်း ပြန်ဆင်းလာသည်။ ပြို့တော့ သူစက်သီးကို ခြေပြီး ကိုလိုမြို့တာ ၁၂,၀၀၀ ဝေးသည့် ဆိုဒင်းလာခဲ့သည်။ စတင်ခန့်တွက်ပြီး တစ်နှစ်နှင့်ရှုစ်ရက် အကြာတွင် သူအား သူပြန်ရောက်ခဲ့လေသည်။

ကျွန်းတော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်များက ကျွန်းတော်တို့ကို လွှဲဆော်ဆည်းပြီးတော့ အခြားသူများကိုလည်း လွှဲဆော်သည်။ ရည်မှန်းချက် များတော်တို့ပေးလိုက်သည့် စိတ်အားထက်သန်မှုနှင့် ပြင်းပြဆန္ဒကို ပြန်ဆော်တို့ ခဲ့စားရသည်။ တစ်ဖန် ငှင့်ခဲ့စားချက်များအတွက် ရှုသွေ့

ဝင်ကြားနိုင်သူများဖြစ်ပါစေ။ ငှါးရည်မှန်းချက်များက လက်တွေ့ကျသေ အကျိုးကျေးဇူးများ ဖြစ်ပေါ်လာပါစေ။ ကျွန်တော်တို့အတွက် ကျွန်တော်တို့ ဝန်းကျင်မှာ ရှိသူများအတွက် ပြီးတော့ ယေဘုယျ လူအဖွဲ့အစည်းအတွက်။

ကျွန်ပို့သည် ရယူခြင်းဖြင့် ဘဝကို ကျောင်းကြပြီး
ပေးဆပ်ခြင်းဖြင့် ဘဝကို တည်ဆောက်ကြ၏။
သာ ဝင်စတာန် ချာချိ (၁၈၇၄-၁၉၆၅)

သို့သော် သင်၏ ပြင်းပြဆန္ဒရော သင်၏ ဦးတည်ချက်ပါ ထိုး
ထိုင်ထွေပြားမသွားလောက်အောင် ထိုရည်ရွယ်ချက်ကို လိုချင်တပ်မက်
ရှိရပါမည်။ သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ ရောက်နိုင်တော့မည် မထင်
သောအခါမျိုး သို့မဟုတ် သင်လက်လျှော့အရှုံးပေးချင်စိတ် ပေါက်လာ
သည်အခါမျိုးတွင် သင်၏ ပြင်းပြဆန္ဒနှင့် သင်၏ ဦးတည်ချက်တို့က
သင့်အား ခွဲလုံးလကို ပေးပါလိမ့်မည်။ သင့်အား လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ်မှ
သွေဖြည့်မသွားအောင် ထိန်းကျောင်းပေးပါလိမ့်မည်။

တိတိကျော် သတ်မှတ်ပြောန်းပါ

သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို အသေးစိတ် စိတ်ကူး ပုံဖော်ထား
ဖို့ လိုအပ်ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ ဆွေးနွေးခဲ့ကြပြီ။ သို့သော် စိတ်အာရုံး
မှာ ထင်မြင်ရုံးလောက်ဖြင့် မလုံးလောက်သေး။ အဆိုပါ စိတ်ကူးပုံရိပ်
၏ အဖျားအနားတွေ ပွဲရောင်း ဆေးမကုန်ရအောင် သင့်ရည်မှန်းချက်
ပန်းတိုင်ကို စာဖြင့် ချေရေးထားရပါမည်။ တစ်စုံတစ်ခုကို စာဖြင့် ရေးခြင်း
သည် သင်ဘာလုပ်နေသည်ဆိုတာကို သင့်မသိစိတ်မှာ ရှင်းလင်းတိကျ

စွာ ပုံပေါ်လာစေ၏။ စာဖြင့် ချေရေးခြင်းကိုကပင် စိတ်ကူးပုံရိပ်ကို ပို့ပြီး
ထင်ရှားပြတ်သားစေ၏။ နောက်ပြီး အရှည်သာဖြင့် ပြက်ပြက်ထင်ထင်
မှတ်မိန့်စေ၏။

မြားပစ်သမားတစ်ဦးကို ဥပမာထားကြည့်ပါ။ သင်၏ အာရုံး
နှင်းမှ ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း၊ သင်၏စွမ်းရည် ဘယ်လောက်
ဖြည့်ပြည့် သင့်မှာ ချိန်ရွယ်စရာ ပစ်မှတ်မရှိလျှင် သင့်စွမ်းရည်ကို ထုတ်
အောင်ပြသနိုင်လိမ့်မည့်မဟုတ်။

တိတိကျော် သတ်မှတ်ပြောန်းထားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်
ရွားကို ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆောင်ရွက်ချက်ဖြစ်သော စာဖြင့် ရေးချေခြင်း
မြှုလုပ်လျှင် သင်၏ မသိစိတ်အမြင်ကို ပို၍ ပြက်ပြက်ထင်ထင် မြင်
သောင်နိုင်လေ သင်၏ မသိစိတ်က ငှါးပန်းတိုင်ဆီသို့ ပို၍ထိတိရောက်
ရောက် သွားနိုင်လေဖြစ်ပါသည်။

မြို့များနိုင်သွား မြင်ယောက်ကြည့်ခြင်း

စိတ်မျက်စိတဲ့မှာ မြင်ယောက်ကြည့်ခြင်းသည် သင်ဖြစ်စေချင်သော
အနာဂတ် ဘဝကား ချုပ်တစ်ခုဖြစ်ပေါ်လာအောင် သင့်စိတ်ကို အလုပ်သေး
လိုက်ခြင်းဖြစ်၏။ တစ်နည်းဆိုသော ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် သင်၏
စိတ်ကူးယဉ်အတ်လမ်းကို အတ်ညွှန်းချေရေးလိုက်သည့် သဘောပင်။
သင် စိတ်ကူးနှင့် ရွှေးဖူးသည်ဆိုလျှင် သင့်စိတ်မျက်စိတဲ့မှာ ပုံရိပ်တွေကို
စီကာ စဉ်ကာ ဖော်နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

သင့်မှာ စိတ်ကူးတစ်ခု ပေါ့ခဲ့ကောင်းပေါ့ခဲ့မည်။ ရောက်စေဒနာ
ခေါ်နေရသူများ သူတို့ ပြန်လည်ကျိန်းမာလာသည့် ပုံရိပ်ကို မြင်ယောက်
ကြည့်နိုင်အောင် ကူညီခြင်းမျိုး သို့မဟုတ် အားကစားသမား အားကစား
ဖြင်းကွင်း အတွင်းမှာ သူတို့အနိုင်ရ ဖို့လ်စွဲသည့် ပုံရိပ်ကို မြင်ယောက်

ကြည့်နိုင်အောင် ကူညီခြင်းမျိုးပေါ့။ အစည်းအဝေးခန်းထဲသို့ မဝင်မီ ပိမိုးကောင်မြင်ထားခြင်းသည် သူတို့၏ အစီအစဉ်ကို တင်ပြမည့် အစည်းအဝေးကို ရင်းနှီးပြီးသားဖြစ်နေသည့် ခံစားချက်ဖြစ်ပေါ်စေသည် ဆို၏။

ယေးလ်တွေ့သို့လ်မှ ကျောင်းသားတစ်ထောင့်ငါးရာကို ဘဇ္ဇာဝ ပြည့်နှစ်တုန်းက မေးခွန်းတွေ ထုတ်ပေးပြီး လေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်ခဲ့၏။ မေးခွန်းများမှာ ကျောင်းက ကျွေးသည့် အစားအသေးက် အရည် အသွေးမှုသည် စာကြည့်တိုက်တွင် မိမိ ဖတ်ချင်သည့် စာအပ်များ ရှားလို ရ မရ အထိပါဝင်သည်။ ထိုအထဲတွင် စိတ်ဝင်စားစရာ အကောင်းဆုံး မေးခွန်းနှစ်ခုပါဝင်သည်။ “သင့်မှာ ဘဝရည်မှန်းချက်တစ်ခု ရှိပါသလား” ဆိုသည့် မေးခွန်းနှင့် “ငှုံးရည်မှန်းချက်ကို စာဖြင့်ရေးချထားပါသလား” ဆိုသည့် မေးခွန်း။

နောင်နှစ်ဆယ့်ငါးနှစ်ကြာသောအခါ ဘွဲ့လွန်ကျောင်းသားတစ်ဦး က ထိုမေးခွန်းနှစ်ခုနှင့်ပတ်သက်၍ ဆက်လက်စုံစမ်းလေ့လာလို စိတ်ဝင် စားသည်။ ကျောင်းသားတစ်ထောင့်ငါးရာအနက် ၇၅ ရာခိုင်နှုန်းတွင် ဘဝရည်မှန်းချက်များကို စာဖြင့် ရေးချုပ်ခြင်းလည်း သိရသည်။ အထိပါကျောင်းသားတွေထဲမှ သူ ခြေရာခံစွမ်းလို ရသည့် ကျောင်းသား ငါးဆယ့်တစ်ယောက်ကို ဆက်လက် စုံစမ်းမေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ်၏။ သူတို့အားလုံးပင် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး နယ်ပယ်၊ အစိုးရအမှုထမ်း နယ်ပယ်နှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းနယ်ပယ်အသီးသီးတွင် သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်များ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်ခဲ့ကြောင်း သိရ သည်။

အခြားကျောင်းသားတွေကတော့ သူတို့အောင်မြင်ခြင်းမှာ ပုံစံချ ထားသောကြာ့နှင့်မဟုတ်ဘဲ ကံအားလုပ်စွာ အောင်မြင်လာခြင်း ဖြစ်

ကြောင်း ပြောပြုသည်။ သူတို့သည် များသောအားဖြင့် သူတို့ ကြိုတင် ခိုးထားသည့်အတိုင်းမဖြစ်တဲ့ အခြားလုပ်ငန်းများကို လုပ်ခဲ့ကြရသည်ဆို ၏။ ထိုသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ သူတို့၏ ကြိုစည်းအားထုတ်မှုများကို တိတိ အျော့ ပို့ပြင်ပြင် သတ်မှတ်ပြု၍ အားထုတ်မြှောင့် ဖြစ်ပေသည်။

သင့်ရည်မှန်းချက်ကို စာဖြင့် ချရေးထားခြင်းက ငင်းအကြောင်း အရာကို သင့်မသိစိတ်ထဲတွင် ဖျောက်မရအောင် စွဲထင်နေစေ၏။ ထိုအား ငင်းရည်မှန်းချက်အကောင်အထည်ပေါ်လာရေးကို မသိစိတ်က အမြိမြိတ် လွှပ်ရှားလုပ်ဆောင်တော့၏။

ဦးနောက်က သူ၏ ပုံစိုင်များကို အမြင်အာရုံဖြင့်သာ အားဖြည့် ဆေးသည် မဟုတ်။ အသံ၊ ရန်းစသည့် အခြားအာရုံများဖြင့်လည်း အား ဖြည့်လေးနှင့်သည်။ စာဖြင့် ရေးချုပ်ခြင်းကတော့ ရပ်စိုင်းဖြင့် အားဖြည့်လေး ရှာ ရောက်ပါသည်။ ဦးနောက်သည် အုံပြုစရာကောင်း၏။ စွဲးဆောင်မှု အွေ ရွှေပြေားထွေးပွဲလိုလျှော့၏။ ထို့ဥုံးနောက်က သင်ချုပ်တော်ပေးလိုက်သည့် အာဝန်ကို ပေါက်မြောက်အောင်မြင်အောင် စတင်ဆောင်ရွက်တော့၏။ သူက သူရည်မှန်းချက်အောင်မြင်အောင်၊ သင့်အတွေးအမြင်တွေ တကယ် တမ်း အကောင်အထည်ပေါ်လာအောင် မနားမနေး အလုပ်လုပ်တော့၏။

မြို့ကုန်များသည် ငွေ့ပြိုး၏

လောကတွင် ညွှဲဖျင်းသော စိတ်ကူး ဟူ၍မရှိဟု ကျွန်ုင်တော်ယုံ ကြည်သည်။ စိတ်ကူးသည် စိတ်ကူးသာဖြစ်၏။ စိတ်ကူးတစ်ခုသည် သင့်လျော်ကိုက်ညီမှု ရှိရှင်းရှိမည်၊ မရှိရှင်းမရှိ။ စိတ်ကူးတစ်ခုကောင်းမှာ သင့်လျော်ခြင်း ရှိမရှိကို မိမိကိုင်တွယ်နေသည့် ပြဿနာက နောက်ဆုံး အဖြေားမည်ဖြစ်၏။ ကျွန်ုင်တော်တို့မှာ ရှိသည့် ရည်မှန်းချက်တို့၏ အိမ်မက်တို့သည် အတွေးတစ်ခုမှ စတင်ရှိခဲ့၏။ သည်တော့ ကျွန်ုင်တော်

တို့၏ အတွေးတွေ ဆန်းသစ်တိတ္ထင်မှုရှိလေ၊ ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက် ဖိပ်မက်တွေ ကြီးမားလေ၊ ကျွန်တော်တို့အတွက် အခွင့်အလမ်း တွေ ပို၍ဖော်တီးပြီးသားဖြစ်လေပင်။

ကျွန်တော်တို့ စိတ်ထဲတွင် တိကျပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်များ ချမှတ်ထားပြီး ငါးငါးရည်မှန်းချက်များအကြောင်း စာဖြင့် ချရေးခြင်း ဖြင့် စိတ်အာရုံမှာ ပုဂ္ဂိုလ်ထင်ကြည့်ခြင်းဖြင့် တစ်နှစ်များပြတ် ထို့ကြေားဆက်ဆံ နေရပါမည်။ ထိုအခါ ကျွန်တော်တို့၏ မသိစိတ်က ငါးငါးပုဂ္ဂိုလ်များ ပိုပြီး ပြက်ပြက်ထင်ထင် ဖြစ်လာအောင် မရပ်မနားအလုပ်လုပ်တော့၏။ မကြာ မကြာ ဆိုသလို ကျွန်တော်တို့သည် ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် စိတ်ကူးနှင့် ကြောက်ကြောက်၏။ အကြောင်းမှာ ပြက်ရယ်အပြခဲရမှာ ကြောက်သော ကြောင့် သို့မဟုတ် ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းစဉ်က ကြီးကျယ် ဖြင့်မှားလွန်းသည် ထင်သောကြောင့်ပင်။ သည်တော့ မကြောက်ပါနှင့်။ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ကြေစည်ပါ။ သေးသေးကလေးဖြင့် အလုပ်စပါ။

ကျွန်တော်တိဂုံးအမြားအမြားသော မျိုးတူစုဆုံးနှင့် ကဲပြားခြား
နားအောင် ပြရလုပ်ပေးလိုက်သည့် အထူးမြားဆုံးစွမ်းရည်တစ်ခုမှာ
ကျွန်တော်တိဂုံး အတွေးစိတ်ကူးကို ကြော်ကိုင်နိုင်စွမ်း ရှိခြင်းပင်ဖြစ်၏။
ကျွန်တော်တိဂုံးမြားသောအက်အခဲများကို ကျော်လွှားကြ၏။ ပြောင်
မြောက်သော အနုပညာနှင့် ဖျော်ဖြေမှုတွေ ဖန်တီးကြ၏။ အမျိုးအစား
မရောမတွေက်နိုင်သော ရောဂါဝေဒနာတွေ ပျောက်ကင်းအောင် ကုသာနိုင်
သည့် ဆေးတွေ ဖော်ထဲတ်ကြ၏။ မမြင်သေးသည့် အရာတွေ၊ မဖြစ်
သေးသည့် အရာတွေကို မြင်အောင်၊ ဖြစ်အောင်လုပ်ကြသည်။ ဒါတွေ
အားလုံး ဖြစ်မြောက်အောင် စွမ်းဆောင်ပေးသည့်မှာ စိတ်ကူးဖြစ်၏။

သင်ယူကြည့်စိတ်ချရသူတစ်ဦးက သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို
အေးလာပြီဆိုလျှင် သင့်မှာ အဖြေတစ်ခု သေချာပေါက် ရှိနေပါစေ။

သင့်မှာ ပြောစရာတွေ ရင်နှင့်အပြည့်ဖို့သည့်အတွက် ထိလျှ၏ အချိန်တွေ
ကို သိပ်ယူရာများ ရောက်နေမည်လားဟု သင့် နီးမံမြတ်လာပါလိမ့်မည်။

သင်ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်မှုကို ရေဒနာညွှန် စီတ်ကူးပုဂ္ဂိုလ်ကို သင့်စီတ်ထဲများ
ပျောက်မရအောင် ပုံဖော်လိုက်ပါ။ ဤပုဂ္ဂိုလ်ကို စွဲခြေခြားကြတဲ့ထားရှုံး
ငါးပုံပုံ ဘယ်ဝတ္ထုလူမျှ မှန်စိုးပျောက်ကွယ်ဖွားပါ အောင့် လိုအပ် ငါး
ပုံပုံပုံ ထင်ရှားပေါ်လွှာလေရေးကို သင့်စီတ်က ကြံ့ဆောင်လာပါလိမ့်မည်။

နောက်မန် ပင်းဆင် ပါးလ် (၁၈၉၈-၁

အပြုသဘော တွေးခေါ်ခြင်းဆိုင်ရာ ဦးဆောင်ပညာရှင်

ကျွန်တော်တိုကလေးဘဝက ကျွန်တော်တိုအား လိုအင်ဆန္ဒသုံးမြှောင်းခြင့်ပြုသည့် မူးဆရာကြီးတွေ၊ နတ်သမီးကလေးတွေ၊ နတ်မင်းကြီးတွေအကြောင်း ပုံပြင်တွေ ဖတ်ဖုန်းကြုသည်။ နည်းနည်းကလေးအဆုတ်များရောက်လာတော့လည်း မိမိအား လိုအင်ဆန္ဒသုံးမြှောင်းခြင့်ပြုလျှင် ဘာဆုတွေ တောင်းမည်လဲဟု အတွေးကြပ်ကဲဆုံးသည်။ မိမိတို့၏ လိုအင်ဆန္ဒများသည် လက်တွေကျချင်ကျမည် သို့မဟုတ် စိတ်ကူးယဉ်ဆန်ချင် ဆန်မည်။ သို့သော် တောင်းလိုသည့်ဆက္ဗို မပြောနိုင်သူ ဟု၍ ကျွန်တော် တစ်ခါ့မျှ မကြုဖူးပါ။

သည်တော့ သင့်စိတ်ကို ပြင်ဆင်ပြီး ခုလောလောဆယ်ပဲ ဘဝန်
တောင်း သုံးခုခုမှတ်လိုက်ပါ။ ထို့နောက် ဆုတောင်းနောက်မြင်းကို ရပ်လိုက်
ပြီး ငင်းဆုသုံးခုကို ဘဝရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်များအဖြစ် သတ်မှတ်လိုက်
ပါ။ တောင်းဆုတော်စုဆိုသည်မှာ သင်ဖြစ်စေချင်သည့် အိမ်မက်တန်း
များသာဖြစ်၏။ သို့သော် ငင်းအိမ်မက် တကယ်ဖြစ်လာမည်ဟု သာ
မယ့်ကြည်။ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကတော့ သင် ယုံကြည်မှုရှိသော

ထိတွေ့ဆုပ်ဖိုးလို့ရသည့် အရှိတရားဖြစ်ပါသည်။

စီးပွားရေးလောက်၏ စုပေါင်းတိုင်ပင်ပြီး စီးပွားရေးစီမံကိန်းများ ရေးဆွဲသည်ကို ကျွန်းတော်တို့ အများကြီးကြားဖူးသည်။ အဖွဲ့အစည်း များအတွင်း တစ်ဦးတစ်ယောက်က ဆန်းသစ်တိတွင်သော အကြော် ချက်များ တင်ပြနိုင်လျှင် အခွင့်အလမ်းသစ်များ ပုံင်သွားတော့မျိုး။ အရေးကြီးသည်အချက်များ လုပ်တိုင်းလုပ်တိုင်းပင် အကြောင်းတစ်ချက်၊ လုပ်ကွက်တစ်ကွက် ခေါင်းထဲ ပေါ်လာနိုင်စွမ်း ရှိသည့် ဆိုသည့် အချက် ဖြစ်၏။ အဆိုပါအကြောင်းတစ်ချက်က လုပ်ငန်းတစ်ခု လုပ်ပုဂ္ဂိုင် နည်းကို ပြောင်းလဲသွားစေနိုင်၏။ သို့မဟုတ် ပြဿနာပောင်းတစ်ခု၏ အဖြစ်ကို ဖော်ထုတ်ပြုးသား ဖြစ်စေနိုင်၏။ သို့ဖြစ်သည့်တိုင် စိတ်ကျုံးပေါ်ထွက်လာရာ ရင်းမြစ်ကို ကြည့်ပြီး လူတွေက စိတ်ကျုံးအကြော်တစ်ခုအား ပစ်ပယ်လိုက်ကြသည်ကို မကြေမကြာ တွေ့ရ၏။

စီးပွားရေးလောကတွင် စိတ်ကျုံးစိတ်သန်းများကို သေးသိမ်းအောင် လုပ်ပစ်ခြင်း၊ ပြက်ရယ်ပြုကြခြင်းကို ကျွန်းတော်အကြော်ကြုံမြင်တွေ့ဖူးသည်။ ရုပ်မြင်သကြား လောကမှာလည်း ထိနည်းလည်းကောင်းပင် ဤကား လူတစ်ယောက်၏ အဆိုးဇားဆုံးလုပ်ရပ်ပင်ဖြစ်၏။ ထိုသို့ပြုကျင့်ခြင်း ဖြင့် သူတစ်ဦး၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ယူကြည်စိတ်ချုပ် ယိုယျင်းသွားအောင် ပြုရာရောက်ရုံသာမဟုတ်၊ အနာဂတ်ကာလတွင် ထွက်ပေါ်လာနိုင်သည့် စိတ်ကျုံးအကြော်များဟုသော တန်ဖိုးမြပ်စိန့်သည့် အရည်အချင်းကို ချော်ဆုံးဖောက်ဆီးပစ်ရာလည်းရောက်၏။ သိပ်ထက်ထက်မြေက်မြေက်မြို့ဟု ကျွန်းတော်တို့ ထင်မှတ်ထားသူတစ်ဦးထဲမှ တစ်နှေ့နှေ့တွင် ဉာဏ်အမြော် အမြော်ပြည့်စုံခြင်းနှင့် ဝင်းလက်နေသည့် ပုလဲတစ်လုံးကို ရလာနိုင်၏။ သု၏ အမြော်အမြော်ရှိခြုံက ကျွန်းတော်တို့အားလုံး၏ အသက်ကို ကယ်တင်နိုင်၏။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း ကျွန်းတော်တို့ တစ်သက်လုံး ခေါက်

ပြောင်းလဲသွားစေနိုင်၏။

အကြော်တွေ ညျှစ်ထုတ်ယူရမည့် စီးပွားရေးဆိုင်ရာ အမြော်အမြော်တွင်ထင်မြေချက်များသည် ထင်မြေချက်များသာဖြစ်ပြီး အချက်အလက်များ မဟုတ်ကြောင်း နားလည်ထားဖို့ အရေးကြီး၏။ မြားနား ချွှတ်ကို အသိအမှတ်ပြုပါ။ စီမံကိန်းတစ်ချက် စုပေါင်းရေးဆွဲရှုပွဲကြောပါ။ ထိုနောက် စိတ်ကျုံးကို အလုပ်သဘာဆန်နှင့် လေးလေးစားစား ညိုနှင့်ဆွေးနွေးပါ။ ဘယ်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ပါဝင်ကူညီမှုကိုဖူး သေးသိမ်အောင် မလုပ် ပေါ်နှင့် သင့်အမြော်တွင် စိတ်ကျုံးတစ်ခုသည် ရည်မှန်းချက်နှင့် မကိုက်ညီ ဖူး ယူဆလျှင် နောက်ထပ်အကြော်တစ်ချက် ပြောင်းပြီး စဉ်းစား ဆုံးသပ်ပါ။

၁၉၉၀ ပြည့်နှစ်တွင် ဂျပန်ပြည်ရှိ တိုယိုတာကဗုမွဲကီသည် အမှုဆင်းပေါင်း လေးသောင်းခုနှစ်ထောင် အလုပ်ပေးထား၏။ ငါး အမှုဆင်းများက ထိုတစ်နှစ်အတွင်း၌ အကြော်ချက်ပေါင်း ၁.၈ သန်းထုတ်ထွက်သည်။ ငါးအမှုထင်းများသည် ကုမ္ပဏီမှတ်ချုပ်များ ချုပ်စုံရာတွင် သူတို့ကိုယ်တိုင် ပါဝင်ပတ်သက်နေပြီး ထိုအတွက် ရက်ယူကြလိမ့်မည် ဖူး ကျွန်းတော်တို့ ယူဆလို့ရသည်။ ထိုကြောင့်လည်း သူတို့ကဗုမွဲကီက အေား မြိမ်ခံကားကို ထုတ်လုပ်နိုင်ခဲ့ပြီး ပြုင်ဆိုင်မှု ကြီးမားလှသော မြိမ်ခံကား ရျေးကျက်တွင် ထိပ်ဆုံးက နေရာယူလိုက်နိုင်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

နီးယားရေးခါင်းဆောင်ကောင်းများသည် အာရုံခုပိပိတစ်ခုကို ဖုန်းတို့၏။ ငှင်းအာရုံခုပိပိတို့ ပို့ပြင်ပြတ်သားအောင် ပြုလုပ်ပြီး မက်မက်မော မောမွေးထား၏။ ပြီးတော့ ငှင်းအာရုံခုပိပိ အကောင်အထည်ဝေးလာ အောင် မနားမနေ အားထုတ်ဖော့၏။

ဂျက်ဝဲလ်ချုံ(၁၉၃၇-)

အထွေထွေလျှပ်စစ်ကုမ္ပဏီဥက္ကဋ္ဌနှင့် အမှုဆောင်အရာရှိချုပ်

စိတ်ကူးအကြံ့ဥက္ကဋ္ဌများ ဖော်ထုတ်ရှုပွဲ အချိန်တိတိအတွင်း ရရှိ အောင် မကြံ့ဗျားပါနှင့်။ နီးယားရေးဆိုင်ရာ အကြံ့ဥက္ကဋ္ဌများ လိုအပ်လာ သောအခါ ကျွန်းတော်ကာ ပြသာမာကို စာရွက်ကြီးတစ်ခုရှုက်ပေါ်မှာ ရေးပြီး နှစ်တွင် ကပ်ထားလိုက်သည်။ နောက်တစ်ပတ်အတွင်း ဘယ်သူမဆို သုတို့၏ အကြံ့ဥက္ကဋ္ဌများကို ငှင်းစာရွက်ပေါ်တွင် ရေးပေးနိုင်၏။ လိုအပ် လျှင့် နောက်ထပ်စာရွက်တစ်ခုရှုက် ထပ်ပြီး ကပ်ပေးရုံပင့်။ ထိုနည်းဖြင့် ပြသာမာကို အဖြေရှာဖို့ အချိန်ငါးရက် ရာသည်။ အံ့ဩစရာဏောင်းသည် မှာ လေးရှုက်ကျော်မှ ရောက်လာသည့်အကြံ့ဥက္ကဋ္ဌများသည် ပထမဆုံး နှောက ရေးသွားသည့် အကြံ့ဥက္ကဋ္ဌများနှင့် ဘယ်လိုမျှ ဆက်နှံယ်မနေခြင်း ပင်ဖြစ်၏။

အလုပ်ဘတ် အိန်စတိန်း သူမှုသေမြိုက်လေးက ဝန်ခံပြောကြားသွားသည်မှာ -

“ကျော်ကိုယ်ကျော် သေချာပေါက် သိထားတာကတော့ ကျော်မှာ ထူးခြားတဲ့မွေးရာပါ စွမ်းရည်မရှိဘူး ဆိုတာပါ။ သိလိုစိတ်ပြင်းမှာ အစွဲ ကြီးမှာ ကျားကုတ်ကျားခဲ့ စွဲခတ်မှုတွေကို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဝေဖန်ရေး နဲ့ ထိုင်းစပ်လိုက်တဲ့အခါ ကျော်ပဲ့ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေ ထွက်လာတာ ပဲ”

ဟူ၏။ သင်ဘယ်လိုလုပ်ငန်းမျိုးကို လုပ်နေသည်ဖြစ်စွဲ သင် သည် စိတ်ကူးများထဲတော်သည့် လုပ်ငန်းကိုလုပ်နေပြီးဟု ဦးစွာမှတ်ယူလိုက် ပါ။ သည်တော့ အဆိုပါ စိတ်ကူးအကြံ့ဥက္ကဋ္ဌများကို အားပေးပါ။ တယ့် အယ အယ မွေးမြှုပါ။ ပြီးတော့ အကောင်အထည်ဖော်ပါ။ ထိုသို့မှ မပြုလုပ် လျှင့် သင်သည် လုပ်ငန်းမစသေးခင်ကတည်းက နောက်သို့ ခြေတစ် လျှမ်း ဆုတ်နေရမည်ဖြစ်ပါသည်။

နှုန်းသွေးသွေးမည့် အောင်ပြုပါ

အမေရိကန်လူမျိုး ပရိတ်စတင် တရားဟောဆရာ ဒေါက်တာ အာာာတ်ရှုံးလာက နာမည်ကျော်ကြားလူသိများသည် မေးခွန်းတစ်ခု အောင်၏။ ငှင်းမေးခွန်းမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်။

သင် ရုံးနှိမ်မှုနှင့် ကြော်မှာ မဟုတ်ကြောင်း ကျိုန်းသေသိနေလျှင့် သင်ဘာလုပ်ဖို့ အားထုတ်မည်လဲ။ အကြံ့ဗျားမှာ အောင်မြင်မှုရှိ အာမခံ ချွော်ရှိထားလျှင့် ယနေ့ကစွဲ တစ်နှစ်တာကာလအတွင်း သင် ဘာတွေ ပြုချုပ်သလဲ။ အောင်မြင်မှုရမည်ဟု သေချာပေါက် သိမိတ်ဖြင့် သင်၏ အော်တ်နားသို့ ချုပ်းကပ်သွားသောအခါ သင့်မှာ ဘယ်လောက်ယုံကြည် မိတ်ချုပ်ရှိမည်လဲ။ ယာယိနှေ့သွားမှုများနှင့် အခက်အခဲများကို ကိုင် ဘယ်ဖြေရှုံးရှုပွဲ ယုံကြည်စိတ်ချုပ် ဘယ်အတိုင်းအတာအထိ ထားမည် ပဲ့ ဘယ်လိုခံယူချက်မျိုး ထားရှိမည်လဲ။ ဘယ်လောက်အထိ တာဝန်ယူ မည်လဲ။ ဘယ်လောက်အထိ သုန္တ္တာန်ဖြေမည်လဲ။ ဘယ်လောက်အထိ ပြင်းပြုဆန္ဒ ထားရှိမည်လဲ။

ကျွန်းတော်တို့၏ ရည်မှုန်းချက်များကို လက်ဝယ်ပိုင်ပိုင် ရရှိနိုင် သည့် ဟူသေး ယုံကြည်ချက်ဖြင့် ကြိုးပမ်းအားထုတ်လျှင့် အောင်မြင်မှု နှင့် ထို့ပြုနိုင်းသေရမည်ဟု ကျွန်းတော်ယုံကြည်သည်။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးရာ အဆင့်

တွင် ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုချင်း တဖြည့်ဖြည့်အောင်မြင်လာမည်။ ငါးအောင်မြင်မှုကလေးများသည်လည်း အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်နှင့် နှင့် နီးသည်ထက် နီးအောင် ခေါ်သွားနေပြောင်း သိမြင်သဘောပါက ထားလျှင် အောင်မြင်မှုကို ကျို့စ်သေမဟုတ်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်သည်။

ရှုပိုင်းတုန်းက ကျွန်တော်ပြောခဲ့သလိုပင် ပုဂ္ဂလိက ရည်မှန်းချက်များနောက်သို့ လိုက်ခြင်းသည် တစ်ကိုယ်တော် ခရီးစဉ်ဖြစ်၏။ သို့သော် နီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုတွင်မူ စုပေါင်းခရီးစဉ်ဖြစ်၏။ စုပေါင်းခရီးစဉ်ဖြစ်သည့်အတွက် နီးရိမ်သောကဖြစ်မှ လျော့နည်းနိုင်သည်။ အဘယ် ပြောင့်ဆိုသော် ဖိမ့်စိတ်စာတ်ကျို့ခို့များတွင် ကျွန်တော်တို့ ပတ်လည်၌ အားပေးမည့်သူများ အမြှိုက်နေသောကြောင့်ပင်။

နောက်ပြီး အောင်မြင်မှုဆိုသည်မှာ လမ်းဆုံးမှတ်တိုင်တစ်ခု မဟုတ်ဘဲ အနာဂတ်သို့ လျော်က်လျမ်းသည့် ခရီးစဉ်တစ်လျော်က်ကြော်တွေ့ရသည့် အတွေ့အကြော်များသာဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ ကနေ့ဗိုင်းက ချမှတ်ထားသည့် ရည်မှန်းချက်များကို ပေါက်မြောက်အောင်မြင်ပြီးဆိုသည်နှင့် ပန်းတိုင်အသစ်များ ထပ်မံသတ်မှတ်ရပါမည်။ လမ်းချလတ်တွင် အလိုအလျောက်တွေ့ရမည့် အောင်မြင်မှုကလေးများသည် အားထုတ်မှုတစ်ခုလုံး၏ အစိတ်အပိုင်းကလေးများဖြစ်၏။ ကျွန်တော်တို့ လျော်က်လျမ်းနေသည့် ခရီးစဉ်ထဲတွင် စိတ်ရောက်ပါ မြှုပ်နှံထားပြီး ဘယ်ထော်မျှ လက်မလျော်ဘူးဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့ အဆုံးစွန်းသော အောင်မြင်မှုကို တွေ့ကြော်စားရပါလိမ့်မည်။

သင်၏ ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှုသည် ထိုအရာကိုရရှိရေးအတွက် သင်စိတ်ရောက်ပါ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု၏ စစ်မှန်သော ရောင်ပြန်ဟပ်ချက်ဟုတ် မဟုတ်ကိုမှ သင်သာသိနိုင်ပါသည်။

တမြားအရာအားလုံးထက်အစေးကြီးသည်မှာ သင့်ကိုယ်သင် သွားရှုံးခြင်၏။ ငါးသစ္ာတရားကို နေရောသပါ စောင့်ထိန်းရမည်။ ထိုအခါ သင်သည် ဘယ်သူကိုမျှ လိမ့်လည်ဖြစ်စော့ပည်မဟုတ်။

ဝိလျှော့ရှိတ်စပါးယား (၁၅၆၄-၁၆၁၆)

သင်သည် သင့်ဝန်းကျင်က လူများကို လိမ့်လည်လှည့်ဖြားလို့ရ၏။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် တာဝန်ယူမှု သို့မဟုတ် စိတ်အားထက်သင့်မှုကို အယောင်ဆောင်လို့ရ၏။ သို့သော် သင့်ကိုယ်သင်တော့ လှည့်စားလို့မဟုတ်၏။ အောင်မြင်ရေးအတွက် သင့်မှာရှိသော ပြင်းပြဆန္ဒကို သင်အယောင်လို့ မရ။ သင်၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များဆီးသို့ လျောက်လှမ်းဆုံး စိတ်အားထက်သင့်မှုအပြည့်ရှိပြီး ခိုင်မာသော စိတ်ဆုံးဖြတ်ချက်မြှုပြုသည် အောင်မြင်မှုလမ်းကြောင်းပေါ်သို့ ရောက်နေဖြစ်ဖြစ်၏။

အောင်မြင်သူများက အောင်မြင်ရမည်ဟု ယုံကြည်ချက်ထားသည့်နေ့တွေ့လှု လူတော်တော်များများက ရုံးနှင့်မှုပ်ဟု ယုံကြည်ချက်ထားသွေ့သည်။ ဤကား စိတ်မကောင်းစရာအချက်ဖြစ်၏။

မှန်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ ရွှေးချယ်မည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ သွေ့နှင့်မှုများနှင့် ယာယိအကျပ်အတည်းများကို အမြှုက်ထပ်ကြီးတစ်ထပ် သို့ ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝလက်ကျွန်တွေ့တစ်လျော်က်လုံး ထမ်းပို့ပြီး ဘယ်သွားလို့ရ၏။ စိန်ခေါ်မှုတစ်ရုပ်နှင့် တွေ့ကြော်ဆိုင်ရတိုင်း ငါးအိုက်ထပ်ကြီးကို ဆင်ခြေအဖြစ်၊ အဟန်အတားအဖြစ်၊ အကျော်သာ အောင် ခံသည် အောက်ခံအဖြစ် ဆက်လက်အသုံးပြုနေလို့ရ၏။ ထိုသို့ လျှော့ကြခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ အတွေ့ပုံရိပ်သည် အရှုံးသမားပုံရိပ်ခြင်းလာသည်။ သည်ပုံရိပ်က ရုံးနှင့်မှုကိုပါ ဖန်တီးပေးမည်။ နောက်ဆုံးကျွန်တော်တို့ ဘာဆုံးဘာကိုမျှ မလုပ်စုံဖြစ်စော့သည်။

သင့်အတိတ်ကို ပြန်ကြည့်လျှင် သင်၏ အောင်မြင်မှုတွေကို ဘယ် လောက်သူးများသည့် အောင်မြင်မှုမျိုးဖြစ်စေ သတိတရဖြစ်နေဖို့ အလွန် အရေးကြီး၏။ ဘယ်လောက်အရေးကြီးကြောင်းကို ကျွန်တော်သည် သည်ထက်ပိုပြီး အထူးပြုမပြုတတ်တော့။ သင့်မလိုလားသည့် အနှစ်ကို ထပ်ကြီးကို နောက်မှာ ထားပစ်ခဲ့ပါ။ သင်၏ အရှုံးအတွေ့အကြံများ နှင့် အဆိုးမြင်အတွေ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရိုက်ခွဲပစ်လိုက်ပါ။ သင့်ကိုယ်သင် ရှုံးနိမ့်မှု များဖြင့် တွေ့ဖက် ရုပ်လုံးမဖော်ပါနော်။

ဤအတွေးအမြင်ကို ရတက ဤအတွေးအမြင်သည် လူညွှန်စားရာ ရောက်သည်ဟု ထင်ခဲ့၏။ သို့သော် ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ပြန်ပြီး ဆန်းစစ် ကြည့်တော့ ကျွန်တော်ကြော်တွေ့ရသည့် ရှုံးနိမ့်မှု မှန်သမျှသည် ရှုံးနိမ့်မည် ဟု ကိုယ့်ဘဝသာကိုယ် ကြိုတင်ပြောန်းထားသည့် ကိစ္စများသာဖြစ် ကြောင်း တွေ့ရ၏။ အလွန်နည်းသော လူနည်းနတ်၏ ထူးထူးခြားခြား အရှုံးသမားအကျင့်များ အမြစ်တွယ်နေ၏။ အကယ်၍ သင့်မှာလည်း ထိပြသနာဖို့ ရင်ဆိုင်နေရသည့်ဆိုလျှင် သည်အကျင့်ဆိုးကြီးပျောက် သွားအောင် ပညာရှင်များ၏ အကုအညီကို တောင်းခံသင့်ပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့အားလုံး လုပ်ဆောင်နိုင်မည် အခြေခံ အချက်မှာ ဘယ်တော့မျှ လက်မလျှောဟု ကိုယ့်ကိုယ်ကတိကေတ် ပြခေါင်းဖြစ်၏။ အဆိုပါကတိသည် ကျွန်တော်တို့၏ အဓိက မထူးချွေးကျ သော စိတ်ပြောန်းချက်ပြစ်လာပြီ ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့ အောင်မြင်မှုကို ကျိုန်းသေရလာမည်ဖြစ်ပါသည်။

နိုင်ရှုံးနိုင်ပြီး

အောင်ဆိုင်းက ကျွန်တော်ပြောခဲ့သလိုပင် တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ စိတ်ကျုံးထွင်းစိတ်ကျုံးယဉ်မှုတစ်ခုအပြုံး ဦးစွာဖြစ်တည်မှုမရှိဘဲ ဘာဆို

ဘာဗျာ ဖြစ်တွန်းလာမည် မဟုတ်ပါ။ ဂင်းအိပ်မက်သည် ဘယ်လောက်ပဲ ရွှေးထွေဆန်းပြားပြီး လက်တွေ့မဆန်သည်ဖြစ်စေ စိတ်ကျုံးယဉ်သွေး၏ စိတ်ထဲမှာတော့ ပြက်ပြက်ထင်ထင် အသက်ဝင်နေသည်သာဖြစ်၏။

သည်တော့ သင်ကော ဘာကြောင့် ကြီးကြီးကျော်ကျယ် မစွဲးစားသလဲ။ သင့်ကို ဘယ်အရာတွေက ထိုသို့ မစဉ်းစားအောင် တားဆီး ဟန့်တားနေလို့လဲ။

ယနေ့ကမ္မာပေါ်တွင် အကြီးမားဆုံးကော်ပိုရေးရှင်းကြီးများကို အောင်ကြည့်ပါ။ သူတို့၏ မူလသမ္မတတည်ရာကို ခြေရာခံကြည့်ပါ။ လူတစ်ဦး သီးမံဟုတ် တူညီသောအိပ်မက်တစ်ခုကို မြင်မက်ခဲ့ကြသည့် အပ်စက်လေး တစ်စာက စတင်ခဲ့ကြောင်း တွေ့ရပါလိမ့်မည်။ သူတို့စတင်လွပ်ရှားချိန် ရှုင် ဘယ်လောက်ပဲသေးငယ်သည်ဖြစ်စေ သူတို့မှာ အနာဂတ်ကာလ အတွက် ကြီးကျော်သော မျှော်လင့်ချက်များရှိသည်။ သူတို့ကုမ္ပဏီ အတွက်ကြီးကျော်သော စိမကိန်းများရှိသည်။ လွန်ခဲ့သည့် နှစ်တော်တော် ကြော်ကြောက ကျွန်တော် စီးပွားရေးလောကသို့ဝင်သောအခါ ပိုင်းဝါး အကြော်မြင်းခဲ့ရသလို သူတို့သည်လည်း 'ကြီးကြီးကြီးပြီး သေးသေးစံ' ဖြောက်သည်။

ကျွန်းပိုင်းက တစ်ဦးတည်း။ ပြန်ကြည့်လိုက်တော့လည်း ကျွန်းပိုင်းတစ်ဦးတည်း။ အရာရာတိုင်းကို ကျွန်းပိုင်း မစွမ်းအောင်နိုင်း၊ သို့ပေမဲ့ ကျွန်းပိုင်း အောင်နိုင်းသည့် ကိစ္စများကို မစွမ်းအောင်နိုင်းသည့်ကိစ္စများက ကရောက် ယစ္စက် လုပ်ခွင့်ပြုမည်မဟုတ်။

အက်ဒဝဝ အဲဖရက်ဟေးလ် (၁၈၂၂-၁၉၀၁) အမရိကန်စာရေးဆရာနှင့် ဘုရားတစ်ပါးတည်းဝါဒီ ဘုန်းတော်ကြီး

စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းအပေါ် ယုံကြည်ချက်ထားခြင်းသည် အရေးအကြီးဆုံး ကျင့်စဉ်ဖြစ်၏။ သို့မဟုတ်ပါက သင်သည် အရှုံးကိုကြောက်သတ်မှတ်ထားရာ ရောက်ပေသည်။ နောက်ပြီး ငင်းစိတ်ကူးယဉ်ချက်ကို အကြွင်းမှု ယုံကြည်သက်ဝင်မှုမရှိလျှင် ငင်းစိတ်ကူးယဉ်ချက်ကို လုံးဝ သာသုံး ချေဖျက်ပစ်ရာရောက်၏။ ယုံကြည်သက်ဝင်မှုမပါဘေး စိတ်ကူးယဉ်ချက်သည် အောက်မြေ အမာခဲ့ မပါဘဲ အိမ်ဆောက်ခြင်းနှင့်တူ၏။

“အင်း... ကျူပ်ကတော့ အကောင်းဆုံးတွေ ဖြစ်လာဖို့ မျှော်လင့်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဆိုးဆုံးတွေကို ရင်ဆိုင်ဖို့လည်း ပြင်ဆင်ထားတယ်”

“ကျူပ်အတွက်တော့ တစ်ခါမှ အဆင်ပြပါဘူးများ။ ဒါပေမဲ့ လုပ်ကြည့်မယ် စိတ်ကူးတယ်”

သည်စကားမျိုးတွေ တစ်ယောက်ယောက်ပြောသည်ကို သင်ကြားဖူးပါသလား။ သူတို့ သည်စကားတွေ ပြောနေချိန်တွင် သူတို့ သဘောပါက်သည်မှာ သူတို့၏အရှုံးကို သူတို့ ကြိုတင်ပြု၍နေခြင်းဖြစ်ကြောင်းပင်။ သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်က သူတို့ကို ရှောက်ကွင်းသွားလိမ့်မည် ဟူသော ယုံကြည်ချက်ကို သူတို့၏ စိတ်ထဲတွင် ဖန်တီးထားကြ လေသည်။

အောင်နိုင်သူများသည် ဆင်ခြေဆင်လက်များ ရှာကြေနေသူများ မဟုတ်။ သူတို့က အလုပ်အကိုင်များ ဖင့်နေး ရွှေ့ဆိုင်းခြင်း မပြု။ သူတို့က ရုပ်တကာလုပ်ဖြီး “အိုး... အဲဒါကို ကျူပ်လုပ်လို့မရဘူးပျါးဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့...” ဟူသောစကားမျိုး မပြော။ သူတို့က သူတို့၏ အမိုက်ထုပ်ကြီးကို ပစ်ချထားပြီး အနာဂတ်ဘဝကို ဖန်တီးရန် ပြတ်ပြတ်သားသား အာရုံစိုက်ကြသည်။

သည်တော့ သင် ဘာကို နောက်ဆင်နေပါသလဲ။ တစ်နောရာမှာ ထိုင်းပြီးတော့ သင့်ဘဝမှာ ဘာအဖြစ်ချင်ခုံးလဲဆိုတာကို စုံစုံစိုက်

နိုက် စဉ်းစားလိုက်ပါ။ အခြားသူများအမြင်တွင် သင့်ဆန္ဒသည် ဘယ်ဆောက်ပဲ ဖြစ်နိုင်ခြေမရှိဟု ထင်နေပါစေ အကြောင်းမဟုတ်။ ထို့အောက် မြို့၏ ဆန္ဒသည် ရရှိနိုင်ခြေ ရှိသော ရည်မှန်းချက်လားဟူသော မေးခွန်းဖြင့် အရှုံးတရားကို သုံးသပ်ပါ။ စစ်ဆေးပါ။ ထိုသို့ သုံးသပ်စစ်ဆေးရာ၌ တစ်နည်းတစ်ဖူး စဉ်းစားပါ။ သင့်ရည်မှန်းချက်က ကြယ်တွေဆီသို့ အရောက်သွားဖို့ဖြစ်ပြီး ကြယ်များဆီသို့ မရောက်နိုင်ဘဲ ဖြစ်နေလျှင် လာဆီသို့တော့ ရောက်နိုင်သေးသည်။ အမို့ပွားယုံမှာ ယုတ္တစ္ဆာအဆုံး သင်ဆောလောဆယ် ရှိနေသည့်နေရာမှ သင်သွားလိုသည့်အရပ်သို့ ခြေလှမ်းလိုက်နိုင်ပြီးဆီသည့် သဘောဖြစ်၏။ တစ်စုံတစ်ခုကို သင်တကယ်တမ်းလုပ်ချင်သည်။ လုပ်ချင်သည်ဆိုလျှင် လုပ်ဖို့နည်းလမ်းလိမ့်းကို သင်ရှာတွေ့လိမ့်မည် ဟူသော ဆိုရှိုးစကားရှိသည် မဟုတ်ပါလား။ သင် တကယ်တမ်းမလုပ်ချင်သည် အခြားတော့ သင်ဆင်ခြေတစ်ခုကို ရှာတွေ့ပါလိမ့်မည်။

ကမ္မားဟဲ့မီးပိတ်လက်ရွှေ့ချိန်ပို့ယောင်း ရော့ဖို့မင် တစ်ခါက ပြောဖူးသည်မှာ “တကယ်လို့ ငင်းမှုး စိတ်ကူးမယဉ်ဘူးဆီရင် ငင်းမှုး သေသွားတာနဲ့ အတူတူပဲ” ဟု၏။ သူက စိတ်ကူးယဉ်ချက်များ သည် ကျွန်းတော်တို့အား မျှော်လင့်ချက်တွေ ပေးကြောင်း၊ ရှုံးကို မျှော်ကြည့်စရာ တစ်ခုပေးကြောင်းဆိုလိုသည်ဟု ကျွန်းတော်ထင်သည်။

သည်တော့ ကြီးကြီးကြီးပြီး သေးသေးစပါ။ ယခုလောလောဆယ် ပဲစပါ။ လူတွေက မကြောခဏဆီသလို ကမ္မားမြေကြီး၏ အကန့်အသတ် များကို သူတို့၏အရှုံးခုံးလဲဆိုတာကို စုံစုံစိုက် ပစ်ချထားပြီး အမြင်များ၏ အကန့်အသတ်များနှင့် များယွင်းအတ်မှတ်တတ်ကြလေသည်။

အနီ ဖွောက်ခြင်း

ယခုအခါ ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များကို ပိုပြင် ပြတ်သားစွာ အမိဘာယ်ဖွင့်ထားပြီ။ ငင်းပန်းတိုင်များဆီသို့ ကျွန်တော်တို့ သွားတော့မည်။ သည်တော့ သည်ခရီးစဉ်ကို စတွက်ဖို့ အကောင်းဆုံး အချိန်က ဘယ်အချိန်လဲ။

ယခုပဲပေါ့။ ရုပ်ပိုင်းအရ မဟုတ်တောင် စိတ်ပိုင်းအရပေါ့။

ဘယ်လို ခရီးစဉ်မျိုးကိုမဆို သို့မဟုတ် ဘယ်လိုအားထုတ်မှုမျိုး ကိုမဆို စတင်ဖို့ ဆောင်ရွက်မှု လိုအပ်၏။ ယုံကြည်စွာနှင့် တိကျွား ဆောင်ရွက်ဖို့ လိုအပ်၏။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ခြင်းမှာ ကျွန်တော်တို့ တုံ့ဆိုင်းမူတွေ ရပ်တန်သွားစေရန် ဖြစ်၏။ ကျွန်တော်တို့ တုံ့ဆိုင်းလိုက် ပြီ ဆိုလျှင် လုပ်စရာရှိသည်များကို သိတင်းပတ်ပေါင်းများစွာ၊ လပေါင်းများစွာ ထာဝရပ် ဈေးဆိုင်းပစ်ကောင်း ဈေးဆိုင်းပစ်မီပေမည်။ နောက်ဆုံး ကျွေတော့ အခွင့်အလမ်းများကို ရတုန်းမပူးခဲ့သည့် သက်ကြီးချွေယ်အီများ လို ကျွန်တော်တို့လည်း ဗာတ်သိမ်းရတော့မည်ဖြစ်၏။

သင်ရရှိသည် အခွင့်အရေးမှာ ယခုလောလောဆယ်ဖြစ်၏။ သင် ဆန္ဒရှိသည်ဆိုလျှင် နေ့စဉ်နေ့တိုင်းသည် အသစ်တစ်ဖန် စတင်ခြင်းဖြစ် နှင့်သည်။ သည်တော့ ခရီးစခြင်းကို ဘာကြောင့် မလုပ်ဖြစ်သေးသလ ဆိုတာကို အကြောင်းပြုပါ ဆင်ခြေဆင်လက်တွေ လိုက်ရှာမနေပါနော်။ ကျော်အစား ဆင်ခြေတော့မလို့၊ ဆေးလိပ်ဖြတ်တော့မလို့ သို့မဟုတ် သိပ်မကြာမိကာလအတွင်း ဘက်မန်နေဂျာနှင့်တွေပြီး ငွေချေးဖို့ကိစ္စ ပြောမလို့ ဆိုသည့် စကားမျိုးတွေ ပြောမနေပါနော်။ လုပ်စရာရှိတာကို ခုပဲ လုပ်ပါ။

သင့်ဘဝ သို့မဟုတ် သင့်လုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်၍ သွင်ပြင်လက္ခဏာတစ်ခုကို လက်ရှိနှင့်မတူ တစ်မှုခြားစေလိုပါသလား။ သို့ဆိုလျှင်

တို့ကိုယ်တို့ယ် ကိုးကွယ်

ချက်ချင်း လက်ငင်းလုပ်ငန်းစလိုက်ပါ။ ရုပ်ပိုင်းအရ မဟုတ်တောင် စိတ်ပိုင်းအရပေါ့။ အပြောင်းအလက် ရင်ဆိုင်ဖို့ သင့်ကိုယ်သင် ပြင်ဆင် ထားခြင်းမျိုး။ ကမ်းခြေကို မမြင်ရတော့လောက်အောင် စွန်းခွာရှုသည့် သွေ့မရှိသေးသာမျှ သင်သည် သမှုဒ္ဓရာအသစ်များကို တွေ့ရှိဖော်ထုတ် နိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်။

ဘာကြောင့် ယခုချက်ချင်း လုပ်ငန်း စသင့်ကြောင်း အကြောင်း ပြချက်တွေ စာဖြင့် ချရေးပါ။ သင်ရရှိနိုင်သည် အကျိုးကျေးဇားများကို စာရင်းပြုစုပါ။ ထိုသို့ပြုလုပ်ရုံးဖြင့် သင်ချမှတ်ထားသည့် သွေ့မရှိသေးကို ပို့ပြီး နိုင်မာလာစေ၏။ လမ်းခရီးတစ်လျှောက်ကြော်တွေ့ရသည့် အောင်မြင် မှုကလေးများက သင်၏ ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထား လေးစားစိတ်ကို မြင်မားစေ၏။ ထိုအခါ သင်လျောာက်လုမ်းနေသည့် ခရီးစဉ်သည် အမိဘာယ်ပိုရှိလာမည်။ သင် လုပ်နေသည့် လုပ်ငန်းစဉ်သည် တက်ကြွော ပိုကောင်းလာမည်။ သင်သည် ပို၍ စိတ်အားထက်သန်လာမည်။ ပို၍ ယုံကြည်စိတ်ချမှုနှင့်လာမည်။ နောက်ပြီး ပို၍ စိတ်ချမ်းသာလာမည်။

အကျိုးသက်ရောက်မှုများကတော့ ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ နှစ်မျိုးစလုံး ပို့၏။ သင့်မှာ အသစ်ဖြစ်တွန်းလာသည့် ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည် စိတ်ချမှုနှင့် လူတွေ သတိပြုမိကြောင်း သင် တွေ့လာရလိမ့်မည်။ သင် ဦးတည်သွားနေရာ အရပ်ကို ကြည်လင်ပြတ်သားစွာ သိမြင်နေသည့် အတွက် သင့်ရင်တွင်းမှာ ဖြစ်တွန်းလာသည့် အသိညားနှင့်မျိုးစလုံးသည် ဝင်းဝါစရာ မဟုတ်။ မောက်ကြားစရာမဟုတ်။ ဝင်းဝါမောက်ကြားခြင်းလည်း မမည်။ သင် ဦးတည်သွားနေသည့် ပန်းတိုင်သို့ မလွှဲမသွေ့ ရောက်မည် ဆိုတာ သင် သိနေသည်။

သည်တော့ သည်နေ့ပဲ စတင်လိုက်ပါ။

ကိုယ်အလေးချိန်ချုပါ။ ရာထူးတို့မြှင့်ရေးအတွက် စကားပြောဖို့၊
သင့်ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်းကို အသစ်ပြန်ရောဖို့၊ သင့် အထက်အရာရှိနှင့်
ဆက်ဆံရေးမပြေလည်ဖြစ်နေတာကို ရှင်းပစ်လိုက်ဖို့ . . .။

ထိုအပိုမက်ကို အသက်သွင်းထားပါ။ သင်လိုအပ်သည့်မှာ ပိုပြင်
ပြတ်သားစွာ အမိဘာယ်ဖွင့်ထားသည့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တစ်ခုသာ
ဖြစ်၏။ ငါင်းရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သည် သင်၏ အသက်ဝိယျာဉ်ဖြစ်
သော တန်ဖိုးများနှင့် ကိုက်ညီရမည်။ သင့် ရယူလိုစိတ်ပြင်းပြော ရှိသော
ပန်းတိုင်ဖြစ်နေရမည်။ ဒီလောက်ပါပါ။ သည်တော့ ကြော်ပြာတစ်ခုမှာ
အောင်ပြထားသလို 'ခုချက်ချင်ပဲ လုပ်လိုက်ပါ' အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်
မောင် အနှစ် နှစ်ဆယ်၊ သုံးဆယ်ကြာမှ နောက်ကြောင်း ပြန်ကြည့်ပြီး
ဆိုအခွင့်အရေးမျိုးတစ်ကြိမ်ပြန်ပြီးရလျှင် ကောင်းလေစဟု တမ်းတန်ဖိုး
ဆုံးသောကြောင့်ဖြစ်၏။

သည်အခွင့်အရေး သင့် မှာ လောလောဆယ်ရှိနေသည်။
သည်တော့ အမိအရယူလိုက်ပါ။



(6)

စီမံ စီမံ စီမံ

တစ်ညော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ဈေးနွေးပွဲတစ်ခု အပြီးတွင်
သတ္တုရုံးမီတ်ဆွေတစ်ဦးနှင့်အတူ အမိစတာ့အမြဲ့တဲ့ လမ်းလျောက်သွား
နိုက် စစ်တုရင်ကဖော်ဆိုင်ရှု့မှ ပြတ်သွားကြသည်။ ဆိုင်ထဲရှိ
ဗျားပွဲတွေ အားလုံးပေါ်ဂွင် စစ်တုရင်ခုများ တင်ထားသည်။ လူတွေက
သုတေသန ကစားပွဲအတွက် တွေးတော်ကြံဆနေကြသည်။

ကျွန်ုတော်မီတ်ဆွေက တစ်ပွဲလောက် ကစားကြည့်မည်လားဟု
ကျွန်ုတော်ကို မေးသည်။ စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်ကို ဘယ်တော့မျှ ငြင်းလေ
မရှိသော ကျွန်ုတော်က "ရတယ်လေ" ဟု ပြန်ပြောလိုက်၏။ သူက
ကျွန်ုတော်ကို မေးသည်။ စစ်တုရင်ထိုးတော်သလားတဲ့။ ကျွန်ုတော်က
နောက်ပြောင်ကျိုစယ်သည့် အနေဖြင့် တော်ရှုံးမကဘူး။ အရမ်းတော်တယ်
ဟု ပြန်ပြောသည်။

သို့ဖြင့် စားပွဲတစ်လုံးမှာ ထိုင်ကြသည်။ ဘိယာနှစ်ဘူးမှာသည်။

စစ်တုရင်ခံကို ခင်းပြီး ဖြင့်ပွဲ စကြသည်။ ကျွန်တော်က လျင်မြန်သွက်လက်စွာ ကစားသည်။ နောက်ပြီး ကြိုးသလို ရွှေးသည်။ တစ်ဖက်လူမာတင်ကတော့ တစ်ကွက်ရွှေးမည် ကြံတိုင်း အကြာကြီးစဉ်းစားသည်။ စစ်တုရင်ခံကို ကြည့်သည်။ ကျွန်တော်ကို ကြည့်သည်။ ပြီးတော့ ခံကို ပြန်ကြည့်သည်။ သူက ဝိရိယကြီးစွာဖြင့် ဆုတ်တက်လွပ်ရှားသည်။ ဓမ္မာက်မိန္ဒစ်၊ ခုနစ်မိန္ဒစ်လောက်အကြာတွင် သူ ကျွန်တော်မျက်လုံးတွေကို ဖို့နောက် ခံပြင်းစွာဖြင့် ပြောသည်။

“ခင်ဗျားမှာ မဟာဗျာဗျာ မရှိဘူး မဟုတ်လား”

သူမြောတာမှန်ကြောင်း ကျွန်တော် ရှုက်ကိုးရှုက်ကန်းဖြင့် ဝန်ခံလိုက်၏။

“ခင်ဗျား ဘယ်အကွက်ဆင်နေသလဲဆိုတာ မှန်းလို့မရတာ မဆန်းတော့ပါဘူး။ ခင်ဗျာဗျာအကွက်တွေက ဖို့ဖရုပ်ဟာ”

နောက်ထပ် အကွက်အနည်းငယ် ရွှေးပြီးတော့ ကျွန်တော် သူ့မင်းကြီးကို ခွဲလိုက်တော့၏။

စီမံကိန်း မရှိသောအခါ ကျွန်တော်တို့မှာ ဖို့ဖရုပ်ဖြစ်မှု၊ ရှင်းသန်းမှုနှင့် ရိုးစင်းမှုတွေရှိ၏။ မာတင်သည် အသက်ဆယ့်ခုနစ်နှစ်ကတည်းက စစ်တုရင် ချုန်ပိုယ်ဖြစ်ခဲ့သူ။ မဟာဗျာဗျာတစ်ရပ် မရှိဘဲ စစ်တုရင်ကစား မြင်းကို သူလက်မခံနိုင်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မတော်တဆ ရှုံးသွားသည်ဟု ပြောစရာမရှိလောက်အောင် စစ်တုရင်ကစားကျက်ပေါင်း အဖိုးမျိုးရှိနေသောကြောင့် ဖြစ်၏။ ကျွန်တော်တို့ ကစားနေရင်း သူက ကျွန်တော်မဟာဗျာဗျာကို စောင့်ကြည့်အကဲခတ်နေသည်ဆို၏။ ထို အရှင်ကစား သူ့စိတ်တွေ အဝေဒေဝါ ဖြစ်ခဲ့ရသည် ဆို၏။

ဤအခန်းတွင် ကျွန်တော်တို့ မဟာဗျာဗျာဆိုသည်ပြဿနာတစ်ခု လုံးကိုလျေလာကြပါမည်။ မဟာဗျာဗျာဖန်တီးခြင်း၊ မဟာဗျာဗျာကို အသုံး

ချုပ်းနှင့်မဟာဗျာဗျာကို အသုံးတည်အောင် ပြုပြင်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

သင် ပစ္စည်းတစ်ခု ဝယ်တော့မည် ဆိုပါစိုး။ အဝတ်လျှော်စက်ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ ရပ်မြင်သံကြား၊ အောက်စက် သို့မဟုတ် ကိုယ်တိုင် တပ်ဆင်ရသော ပရိဘေးကပစွဲည်းတစ်ခုဖြစ်ချင်ဖြစ်ဖြစ်မည်။ ဘာပစ္စည်းပြုဖြစ်ဖြစ် ငင်းပစ္စည်းနှင့်အတူ ညွှန်ကြားချက်များ အဖြော်လာသည်။ ကျွန်တော်တို့ မကြာမကြာ ဟာသမောသလို ငင်းညွှန်ကြားချက်များမှာ သဘောပါက နားလည်ဖို့မလွယ်ပါ။ ဘာပြုဖြစ်ဖြစ် သည်မောရာတွင် ကျွန်တော်ထောက် ပြလိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့ အဆင်ပြရေးအတွက် ပုံစံတစ်ခု၊ ညွှန်ကြားချက်တစ်ခု ပူးတွေထည့်ပေးရမည်ဖြစ်ကြောင်း ကုန်ပစ္စည်းထုတ်လုပ်ရောင်းချက်များ သိနေခြင်းဖြစ်၏။

စီမံကိန်းရေးဆွဲခြင်းသည် အောင်မြင်မှုဖြစ်စဉ်နှင့် ခွဲမရသလို စီမံကိန်း မရှိခြင်းသည်လည်း ရုံးနှင့်မှုမြှုပ်ဖြစ်စဉ်နှင့် ခွဲလို့ မရပါချေ။

တည်ဆောက်ခဲ့ဖူးသမျှ စက်ယန္တရားတွေထဲတွင် ထူးထူးကဲက ရွှေ့ထွေးနက်နဲ့ပြီး တည်ဆောက်ဖို့ အလွန်စိတ်ရှုည်ရသော အကောသယာဉ်အကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သည်ယာဉ်ပုံကြီး ဖြစ်ပေါ်လာရေး တွင် ကျွန်တော် စစ်တုရင်ကစားသည်ဟန်ပန်မျိုး တစ်စက်ကလေးသူ လုပ်လို့မရကြောင်း ပြောနေဖို့မလို့။ အကောသယာဉ်ကြီး၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုချင်း၏ ပုံစံနှင့်တည်ဆောက်ခြင်းကို အသေးစိတ်စီမံကိန်းရေးဆွဲထားသည်။ ပါဝင်သည့် အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုချင်း၏ ပုံစံနှင့် အတိုင်းအထွားကို တိတိကျကျ ပုံစံထုတ်ထားသည်။ တည်ဆောက်သည်။ စမ်းသပ်သည်။ လိုအပ်လျှင် လိုအပ်သလို စိတ်ကြိုက်မရမရှင်းအကြော်ကြော်မြင်ပြန်ပြီး ပုံစံထုတ်သည်။

တစ်နည်းအားဖြင့်တော့ အကောသယာဉ် တည်ဆောက်ခြင်းသည် စာအပ်စင်တစ်ခု ပထမဆုံး တည်ဆောက်ခြင်းနှင့် သိပ်မခြားနားလှုံး

သင်ထဲတဲ့လုပ်မည့် စာအပ်စင်သည် ဘယ်လိုပုံမျိုး ဖြစ်ရမည်ကို သင် သထမဆုံး ဆုံးဖြတ်ရမည်။ ထို့နောက် ငှင်းစာအပ်စင်ဖြစ်ပေါ်လာရေး အတွက် မဟာဗူးဟာ စီမံကိန်းချေမည်။ ဟုတ်ကဲ့၊ စာအပ်စင်ရှိက်ရတာ အာကာသယာဉ် တည်ဆောက်သလောက်တော့ ရှုပ်ထွေးခေါ်ခဲ့မှု မရှိ။ (သို့တိုင် ထိုအတိုင်းတော့ တစ်ခါတစ်ခါ ခံစားရသည်။)

သင့်စီမံကိန်းကို ရိုးရိုးရှင်းရှင်း ရေးဆွဲပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ထိုအထဲတွင် အစိတ်အပိုင်းတွေ့များများပါလေ၊ ငှင်းအစိတ်အပိုင်းများကို တွေ့ပေါ်ထားသည့် သံကြိုးတွင် ကွင်းဆက်တွေ့များပြီး သံကြိုးတစ်ကြိုး သည် အားအပျော်ဆုံး ကွင်းဆက်တစ်ရှုခိုင်မာသလောက်သာ နိုင်မာမည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ထိုစီမံကိန်းထဲတွင် ရည်ညွှန်းလို့ရသည့် အချက် တွေ့များများထည့်ထားလျှင်မှ ပို၍ကောင်းသည်။ ငှင်းရည်ညွှန်းချက်များ ကိုကြည့်ပြီး သင်၏ တိုးတက်မှုကို တိုင်းထွာလို့ ရသောကြောင့်ဖြစ်၏။

သင့်စီမံကိန်းကို ရေးဆွဲသောအခါ သင်ဖြေရမည့် ရိုးရိုးရှင်းရှင်း အပြန်စုစုပေါင်း၏။ သင် ဘယ်လိုသွားချင်သလဲဆိုတာနှင့် ထိနေရာသို့ ဘယ်အချိန်မှာ ရောက်ချင်သလဲဆိုတာ ဖြစ်၏။ ခရီးပန်းတိုင်နှင့် အချိန်ကာလသတ်မှတ်ချက်ကို ဖြေကြားခြင်းသည် 'ဘယ်လို့ဆောင်ရွက်မည်' လဲ ဆိုသည့် လုပ်ငန်းစဉ် ခုမှတ်ခြင်းကို ကူညီပြီးသားဖြစ်သွား၏။

လူတိုင်းဒါရိုင်ထွေး ဘီလူးကြိုးတစ်ကောင် အိပ်ပျော်နေသည်။ ထို ဘီလူးကြိုးနီးတလေသောအခါ အုပ္ပါယ်ဖြစ်ရပ်ဆန်းတွေ ဖြစ်ပေါ်တော့၏။
ဖရက်ဒရစ် ဖော် (၁၈၉၂-၁၉၄၄)
မက်စာရင်း အမည်ဖြင့်လည်း လူသိများသည်
အမေရိုက်နှင့် အတွေ့ညွှန်းရေးဆရာ

သင်၏ ပုဂ္ဂလိက ရည်မှန်းချက်ဖြစ်စေ၊ ဝမ်းကောင်းလုပ်ငန်းဆိုင် ရာ ရည်မှန်းချက်ဖြစ်စေကို အရယူဖို့ ကြိုးပမ်းတော့မည်ဆိုလျင် သင်၏ စီမံကိန်းကို စာဖြင့် ချေရေးထားဖို့ အလွန်အရေးကြီးကြောင်း သင်နားဝင် အောင် ကျွန်တော် ပြောပြီးပြီ့ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။ အောင်မြင်ရေး အတွက် စီမံကိန်းစာတမ်းတစ်စားပါးပြုစားခြင်းသည် သင် သတိတရ ဖြစ်နေစေမည့် စွမ်းအားကောင်းသည် ညွှန်ကြားချက်တစ်ခုဖြစ်လာသည်။ စာဖြင့် ချေရေးထားသည့် စီမံကိန်းသည် သင် နောက်ပြန်ကြည့်လို့ရသည့် လမ်းညွှန်ချက်ဖြစ်၏။ သည် လမ်းညွှန်ချက်ကို ပြန်ကြည့်ပြီး သင့်တိုးတက်မှုကို စစ်ဆေးနိုင်သည်။ လိုအပ်လျင် လိုအပ်သလို သင့်အစိအစဉ် ကို ပြပြင်ပြောင်းလဲလို့ရသည်။

စီမံကိန်းတစ်ခုကို သင့်စီတ်ထဲမှာသာ မပို့ပါးဝါး ထည့်ထားသော အခါ၊ တိတိကျကျပို့ပို့ပြင်ပြင်ဖော်ပြမထားသည် အကြောင်းအရာတစ်ခု ကို ပြန်စဉ်းစားကြည့်သောအခါ ရည်ညွှန်းထားသော အချက်များသည် မရှင်းမလင်းဖြစ်နေတတ်၏။ သို့ဖြင့် သင့်တိုးတက်မှု နောင့်နေ့တတ်၏။

စောစောပိုင်းက ကျွန်တော်ပြောခဲ့သည့်အတိုင်း မည်သည့် စီမံကိန်းမဆို ပျော်ပျော်းမှုရှိရပါမည်။ စစ်တုရင်ပွဲကစားနေရင်း ပြိုင်ဘက် ချွားသည် သူတို့၏ မဟာဗူးဟာကို ပြောင်းလဲဖို့ လိုအပ်ကောင်း လိုအပ်လာမည်။ ပျော်ပျော်းမှုနှင့်အတူ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ တာဝန်ယူမှု အပိုင်း ပါဝင်လာသည်။ စီမံကိန်းတစ်ခုကို ဖြစ်မြောက်အောင် အကောင်အထည် အောင်မည်ဟု တာဝန်ယူထားမှသာ ငှင်းစီမံကိန်းသည် ထိရောက်မှု ရှိပေးသည်။

အနိက်အတန်ဟူ၍၏တစ်ခုပဲရှိသည်။ လက်ရှိအနိက်အတန်။ ယခုလော
ဒေသထဲ သင့် တွေကြံနေရသည့်အတွေ့အကြုံသည်သာ အစ်အမျို့
ဖြစ်၏။ ဤသို့ပြောခြင်းသည် သင့်အား လက်ရှိအနိက်အတန်အတွက်
စုနိုင်စိနိုင်လိုပြင်းမဟုတ်။ လက်ရှိအနိက်အတန်တွင် နေထိုင်စိနိုင်လိုပြင်း
ဖြစ်၏။

လီယို ဘုစ်ကေးဂလီးယား

စိမိကိန်းတစ်ခုပြုစြင်းသည် သဘာဝတရားရေးအရ ကြည့်လျင်
လွယ်ကြ၏။ လက်တွေ့ပိုင်းတွင်မူ သင့်စိမိကိန်းကို ရေးဆွဲပြုစုရင်း
ယာယ်နောင့်နေးမှုများ၊ ကဗျာက်ယျောက်စကားများ၊ စိတ်ပျောက်စရာများ
ကြေးတွေ့ရပါမည်။ သင်ကြေးတွေ့ရမည် အက်အခဲအမျိုးအစားနှင့်ကြီးမား
လေးနောက်မှသည် သင့်ရည်မှန်းချက်ကြီးမားခြင်း၊ မကြီးမားခြင်းနှင့်အညီ
အမျိုးမျိုးရှိပါလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် သင်၏ အပြည့်အဝတာဝန်ယူမှုနှင့်
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ရှိမှတ် အလွန်အရေးကြီးခြင်းဖြစ်ပါသည်။
အခါအားလျော့စွာ အက်အခဲ ကြီးကြီးမားမားများနှင့် ကြေးရရှိနိုင်၏။
အက်အခဲမှာ ကြီးမားလွန်းသဖြင့် သည်တောင်ကိုတော့ ကျော်နိုင်တော့
မည် မဟုတ်ဟု သင့် အမျို့နှင့်တကေယ် ယုံကြည်စိမ့်သည်အထိဖြစ်နိုင်၏။
သို့သော် သင့်မှာ လုံလောက်သော စိတ်ပြောန်းချက်သာရှိပါစေ၊ မကျော်
လွှာနိုင်သော အက်အခဲ ဟူ၍ မရှိပါ။ ဘယ်တော့မဆို နည်းလမ်း
တစ်ခုတော့ ရှိသည်။ ငါးနည်းလမ်းသည် သိသာထင်ရှားစွာ ပေါ်ပွင့်
မအောင်းသာဖြစ်၏။ သို့သော် နည်းလမ်းတစ်ခုတော့ အမြဲတမ်း ရှိနေ
သည်သာ။

သင် တကေယ်ပဲ ခုက္ခဏောက်နေပြီခိုလျင် သင့်ခုက္ခဏုမျိုးနှင့် ရင်ဆိုင်
ခဲ့သူများ ဘယ်လိုဖြေရှင်းသလဲဆိုတာ လေ့လာပါ။ သည်ပြသာမှာမျိုး

လို့ ရင်ဆိုင်ရသည်မှာ သင်ပထမဆုံး လူဘယ်တော့မျှ မဖြစ်နိုင်။ စစ်ရေး
သာ့ဘူးပြား၊ ပညာရှင်များ၊ စီးပွားရေးမဟာဘူးပြား၊ ပညာရှင်များ၊ စစ်တု
ရင် ကစားသမားများ၊ အားလုံးသည် ဟိုတုန်းက ဆရာတရာ့ကြီးများ၏
သာ့ဘူးပြား၊ ပညာရှင်များကို လေ့လာကြ၏။ တူညီသော အနေအထားများတွင်
တော်သူတွေ ဘာလုပ်ခဲ့သလဲဆိုတာ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပြီး သင်ယူဆည်း
ရှုံးခြင်းသည် အောင်မြင်ရေးအတွက် ကြိုတင်လိုအပ်ချက်ဖြစ်ကြောင်း
ခုတိုးအားလုံး သိုံကြလေသည်။

ထိုနည်းအတိုင်း လုပ်ပါ။ သင် မျှော်မှန်းထားသည့် ရည်မှန်းချက်
ချို့ကို အရယူသွားနိုင်သူများ၏ မဟာဘူးပြား၊ ကို လေ့လာမှတ်သား
ပါ။ သူတို့၏ အတွေ့အကြံများမှ ပညာယဉ်ပါ။ သူတို့ကို ကြည့်ပြီး
အားမာန်သွင်းပါ။ သူတို့ အလုပ်ဖြစ်သွားသေသည်အရာ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်။
သူတို့ အောင်မြင်အောင် လုပ်ပေးလိုက်သည့်အရာ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်သည်
သင့်အတွက်လည်း အလုပ်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သင့်စိမိကိန်း၏ အစိတ်
အပိုင်းတစ်ခုကို အခြားသူတွေ ဘယ်လိုချို့ကပ်ဖြေရှင်းသလဲဆိုတာ
ဆုလာကြည့်ပါ။

သိန်္တမာများ ပညာယုံ

ရှုံးပိုင်းတုန်းက ကျွန်တော်ပြောခဲ့ပါပြီ။ သင့်စိမိကိန်းအလုပ်မဖြစ်
ဘူးဆိုလျင် ပြောင်းပစ်ပါဟု။ ဖျော့ဆျောင်းသော စိမိကိန်းတစ်ခုခိုင်သည်မှာ
ငါးနည်းလမ်းကို ပြပိုင်ပြောင်းလဲဖို့ သင့်ဘက်က လိုလိုလားလား ရှိသည်
စု အမို့ယူယ်ရ၏။ လူတွေက ထိုသို့ ပညာယူလေမရှိကြ။ သူတို့သည်
အမြဲးတစ်မျိုးတည်းကိုပိုင် ထပ်ကာထပ်ကာ ကျူးလွန်တတ်ကြိုး ရလဒ်
တစ်မျိုးတည်းနှင့် အဆုံးသတ်ရသည်။

စစ်အေးကာလအတွင်းက ရရှားထောက်လှမ်းရေးအရာရှိတစ်ဦး

တိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝတွင်... အထူးသဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ စီးပွားရေး ဘဝတွင် မဖောက်ပြင် အစဉ်အမြဲဖြစ်နေသည့်အရာ ရှိသည်ဆိုလျှင်... ငါးအရာသည် ပြောင်းလဲမှုပင်ဖြစ်၏။ ပြောင်းလဲမှုသည် ကျွန်တော်တို့ မပြတ် ကြံ့တွေ့နေရသည့် အရာတစ်ခုဖြစ်၏။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ရှင်သန်ရုပ်တည်နိုင်ရေးအတွက် ပြုပြင်မှုနှင့် ပြောင်းလဲမှုများ လုပ်ကြရ မည်မှာ သဘာဝဖြစ်၏။ သဘာဝအလျောက် တစ်စစ်တိုးတက်ဖြစ်၏။ မြင်းဖြစ်ပါသည်။ ယနေ့မဟာဘိုလုံးများဖြစ်နေသော ကုမ္ပဏီများ သည် ပြောင်းလဲဖို့ လိုအပ်ချက်ကို မတုံ့ပြန်လျှင် နက်ဖြန်တွင် နိုင်နိုင်သော များ ဖြစ်သွားပေမည်။

သင့်မိကိန်းသည် မာတော့နေလျှင် ကောက်လို့ ကျွေးလို့ မရဘူး ဆိုလျှင် ဖျောင်းခဲနဲ့ ကျိုးသွားလိမည်။ ထို့ကြောင့် ပျော်ပျောင်းရမည်ဟု ဆိုခြင်းဖြစ်၏။ အကယ်၍ သင်၏ အချိန်ကာလသတ်မှတ်ချက်သည် တို့တောင်းလွန်းနေလျှင် အချိန်တိုးပေးရပါမည်။ အချိန်ကန်သတ်ချက် အသစ်ပြုလုပ်ရပါမည်။ တစ်ဖက်တွင် သင့်မိချက်ထက် အလုပ်တွေ အေားပြေားမြောက်နေလျှင် သင့်မိကိန်းကို ရှေ့ချက်ဆောင်ရွက်ပါ။ ဤအလုပ်မှာ ဘယ်သူ့အလုပ်မျှ မဟုတ်၊ သင့်အလုပ်သာဖြစ်၏။ သင့် မိကိန်းကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲလို့ရအောင် စိစဉ်ထားလျှင် သင့်လုပ်ငန်းစဉ် ထို့ အကောင်အထည်ဖော်ရင်း အပြောင်းအလဲများပြုလုပ်ဖို့ ကြံ့လာလျှင် လည်း သင် စိတ်ဓာတ်ကျမည်မဟုတ်တော့။ ကျွန်တော်တို့ ချမှတ်သော ဓည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များသည် ရွှေလျားနေသော ပစ်မှတ်များ ဖြစ်နေ တတ်၏။ သည်တော့ ကျွန်တော်တို့မှာလည်း ရွှေလျားနေသော စီမံကိန်း တစ်ခုရှိနေဖို့ တကယ်လိုအပ်၏။ ကိုယ့်မိကိန်း ကိုယ်ပြန်ကြည့်ပြီး ဒိုချင်စိတ်ပေါက်ရမည့် စီမံကိန်းမျိုးတော့ ကျွန်တော်မဆိုလိုပါ။

သည် တစ်နေ့တွင် သူမိတ်ဆွေတစ်ဦးထံ သွားလည်သည်။ သူမှားရွက်နှစ်ကိုစလုံးတွင် ပတ်တိုးတွေ့ အထပ်ထပ်ကပ်ထားသည်ကို သူမိတ်ဆွေကတွေ့သဖြင့် “ဘာဖြစ်တာလ” ဟုမေးသည်။ ထောက်လှမ်းရေးအရာရှိက “ကျွုပ်ရဲ့ ရုပ်အကိုက် မိုးမှတ်ကိုဖေတုန်း တယ်လိုဖုန်းက ရှုတ်တရာက်မြည်လာတော့ ဘာမှုစဉ်းစားမနေ့တော့ဘဲ မိုးမှုကို နားရွက်မှာ တယ်လိုဖုန်း နားထောင်သလို ကပ်လိုက်မိတာပ” ဟု ပြောသည်။ သည်တော့ သူမိတ်ဆွေက “ဒါဆို ဟိုဘက်နားတစ်နေ့ကိုကောက်ဘာ ဘာဖြစ်ရတာတဲ့” ဟု မေးသည်။ “အိုး အဲဒါက ဆေးရုံကားလှမ်းခေါ်ဖို့ တယ်လိုဖုန်း ဆက်တော့ အဲမိမိပဲ့ ကပ်လိုက်မိတာလ” ဟုအဖြေးပေါ်လိုက်၏။ တစ်ခါတစ်ခါတွင် ကျွန်တော်တို့သည် တစ်ခုခုလုပ်ရာ၌ တစ်မျိုးတည်းလုပ်ပြီး တစ်မျိုးတည်းစဉ်းစားသည် ခေါက်ရှိုးကျိုးအကျင့်ကို ရနေကြ၏။ ထို့အကျင့်ကို ဖောက်ဖျက်ဖို့ နည်းလမ်းမရှိဟုလည်း ယုံကြည်ကြသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် အကြိမ်ကြိမ်အဖော်ဖန်ဆိုသလို ကျွန်တော်တို့၏ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များကို စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုမပါဘဲ အလိုက်သင့်ကလေး လက်ခံနေတတ်ကြ၏။ သို့သော် သင့်ရည်မှန်းချက်များကို စိန်ခေါ်ဖို့ မကြောက်ပါနှင့်။ သင့် မိမိကိန်းများကို စိန်ခေါ်ဖို့ မကြောက်ပါနှင့်။ သင့်ကိုယ်သင် စိန်ခေါ်ဖို့မကြောက်ပါနှင့်။

ကုမ္ပဏီများတွင် သူတို့၏ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်တွေ ရှိသည်။ ထို့ပို့ လုပ်ခြင်းမှာ ထိုနည်းအတိုင်း အစဉ်တစိုက် လုပ်ခဲ့ကြောင့်ဖြစ်သည်။ သို့သော် သူတို့က ပြုပြင်ပြောင်းလဲရမည် ဆိုသော အချက်တစ်ချက်တည်းကြောင့် သူတို့၏ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များကို မပြောင်းလဲချင်ဟု ပြောကြသည်။ သူတို့၏ရှေ့ထောင့်ကို ကျွန်တော်အမြဲလက်ခံသည်။ ဘာ အနောင်းမျှမရှိဘဲ ပြုပြင်ပြောင်းလဲခြင်းသည် အမိဘာယ်မရှိ။ သို့သော်

လူသားဖြစ်စန့်ခြင်းအတွက် လိုက်နာရမည့် ဥပဒေများ သင့်အနေဖြင့် သင်ဓန်းစာများယဉ်လိမ့်မည်။ လောကများအမှားဆိတာ မရှိ သင်ဓန်းစာများသာ ရှိသည်။ သင့် မှတ်မှတ်သားသား ဖြစ်စပေါင်း သင်ဓန်းစာတစ်ခုသည် ထပ်ကာတလဲပဲဖြစ်စနေသည်။

သင်သည် သင်ဓန်းစာများကို မှတ်သားခြင်းမရှိလျှင် သင်ဓန်းစာများက ပိုပြီးကြမ်းလာသည်။ (နာကျင့်မှုသည် လောကကြီးက သင့်အာရုံကို စမ်းစားသည့်နည်းတစ်နည်းဖြစ်သည်။)

သင့်လုပ်ဆောင်ချက်များ ပြောင်းလဲသွားသောအခါ သင်ဓန်းစာတစ်ခုကို သင့်မှတ်သားပြီးပြစ်စကြာင်း သင်သီလာလိမ့်မည်။

အမည်မသိ

လုပ်ချိန်တွင် အကုအညီတောင်းပါ

ကက်ဆာနို့ဘာသည် သူသေရမည့် မွေးရာပေါ်မှာ လဲလောင်းမော်။ ထိုအခိုက် အိမ်ရှေ့မှ တံခါးခေါက်သံပေါ်ထွက်လာသည်။ တံခါးဝါးမှာ လူငယ်တစ်ဦး ရပ်နေသည်။

“ကျွန်ုတ် ကက်ဆာနို့ဘာ စကားပြောရမှဖြစ်မယ်။ ဘာဖြစ်လို လဲဆိုတော့ ကျွန်ုတ်မေးခွန်းကို ပြနိုင်လောက်အောင် ပဟုသုတေသနပြည့် ခုံတာ သူတစ်ယောက်ပဲ ရှိလိုပါ။ ကျွန်ုတ် သူနဲ့ စကားပြောဖို့ သိပ် အရေးကြီးပါတယ်”

“အဲဒါမဖြစ်နိုင်ပါဘူးကျယ်။ သူဟာ အသည်းအသန် နာမကျွန်း ဖြစ်နေတယ်။ ဒီတော့ သူ အေးချွေရင်းပျီးချာတွေက လွှဲပြီး ဘယ်သူမှ တွေ့လို မရဘူးကဲ့။” ဟု သူ ဆရာဝန်ကပြောသည်။

အိမ်ရှေ့က စကားပြောသံတွေ ကြားသည်အတွက် ဖော်သည်ကို ဝင်ခြင်းလေးလိုက်ဖို့ ကက်ဆာနို့ဘာ ပြောသည်။ သူ့ဖြင့် လူငယ်သည်

အိမ်ထဲဝင်ပြီး ကက်ဆာနို့ဘာ ခုတင်နဲ့ဘားတွင် ဒုးထောက်လိုက်၏။

“ကက်ဆာနို့ဘာ ဆရာကြီးဟာ အီတလီပြည့်မှာ အချောဆုံး အလှ ဆုံး ဆိတ္တဲ့ မိန့်းမစရာပေါင်း တစ်သောင်းနှစ်ထောင်နဲ့ အချုပ်နယ် ကျွဲ့ခဲ့ တယ်နော်”

ကက်ဆာနို့ဘာက လူငယ်အား ရူးစိုက်ကြည့်နေပြီးမှ “စရာပေါင်း တစ်သောင်းငါးထောင်ကွဲ” ဟုပြောသည်။

“ထားပါတော့၊ ထားပါတော့ . . . । အီတလီရဲ့ အချောဆုံး အလှဆုံး မိန့်းမတစ်သောင်းငါးထောင်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး အဲဒီ ဆောက်ခွဲတာလဲဟင်”

ကက်ဆာနို့ဘာက လူငယ်အား သူအနားကို ကပ်ခိုင်းလိုက်သည်။ ပြီးထော့ လူငယ်၏ နားချွေကိုနားကပ်ပြီး တိုးတိုးကလေးပြောလိုက်သည်။ “ငါက တောင်းတာကိုးကွဲ” ဟူ၏။

သင့်ဘဝတစ်လျောက်မှာ အကုအညီတောင်းဖို့ ပျက်ကွက်ခဲ့တာ ဘယ်လောက်များများရှိပါသလဲ။ သင့်ကို ကျော်ပြီး တဗြားသူတွေကို ရာထူးတိုးပေးလိုက်ခြင်း။ သူတော့ လွှာယ်လွှာယ်ကူကူရရှိနိုင်သည် အခြားအလမ်းများကို သင်မရခြင်း။ သည်လို တရားမျှတမူ မရှိဟု ထင် သည့်ကိစ္စများကို သင်ဘယ်လောက်အထိ စောဒက တက်ခဲ့ဖူးသလဲ။ သူ့ဖြစ်သည့်တိုင် အနေအထားအများစုတွင် သင်လုပ်ရမည်မှာ တောင်းခဲ့သော ပြစ်၏။

သင့်စိမိကိုန်းကို ရေးဆွဲပြုစုသောအခါ သင်လိုအပ်သော သတင်း အကြောက်အလက်များ၊ အကြောက်များ၊ အကုအညီများတောင်းခဲ့ပါ။ နှစ်ပူးကျင့်သူတစ်ဦး သို့မဟုတ် သင်ရည်မှန်းချက်ထားသည့် ရည်မှန်း ရာထူးမျိုးကို အောင်မြင်ရယူထားသူတစ်ဦးနဲ့ မိန့်နှစ်ဆယ်လောက် အောင်းပြောခွင့်ရခြင်းသည် တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်လောက်အောင် အကျိုးရှိပါ

သည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် အချိန်ကုန်ရကျိုးနှင်း၏။

သင် လမ်းဘေးမှာ လမ်းလျောက်သွားတဲ့န်း ကားတစ်စီး သင့် နဲ့ဘေးနား ထိုးဆိုက်ပြီး သူသွားလို့သည့်လမ်းကို ညွှန်ပေးပါရန် ပြော လျှင် သင် သူကို ကူညီမည်လား။ အများစုက ကူညီလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်သည်။ သူမြတ်စုံတစ်ခုပဲများ ကျွန်တော်တို့ဆီ လာပြီး အကုအညီတောင်းသောအခါ သူတို့ စကားကို နားထောင်ပြီး ကျွန်တော် တို့ ကူညီနိုင်လျှင် ကူညီတတ်ကြသည်မှာ စိတ်ဝင်စားစရာ မကောင်းပေ ဘူးလား။ ဤကား တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်လောက်အောင် အရေးကြီးသည့် အခွင့်အလမ်းဖြစ်၏။ သည်အခွင့်အလမ်းကို ဘယ်တော့ဖူးလျှော့ လျှော့လျှော့မထားပါနှင့်။

လုပ်ငန်းခွင့်တွင် တစ်ခုခုတတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်လိုလျှင် တတ် မြောက်ကျွမ်းကျင်ထားသူတစ်ဦးထဲ့ အကုအညီတောင်းပါ။ သူတို့၏ ဓဟောသတ္တနှင့် အတွေ့အကြော်မှ အကျိုးကျေးဇူးကို ရယူခံစားပါ။ သင် လိုအပ်သည့် အသိပညာကို ပြီးဆိုလျှင်ထိုပညာကို ပေးစားပါ။ ထိုပညာ သည် သင်၏အရာရုံခံအမြင်ကို အားကောင်းလာအောင် အထောက်အကူ ပြုမည့် အရည်အချင်းတစ်ခုဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။ အသိပညာသည် စွမ်းအားဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြ၏။ သို့သော ဆောင်ရွက်မှုမပါသော အသိပညာ သည် အသိပညာသက်သွားသွားဖြစ်၏။ သည်တော့ သင် ကောက် သင်း ကောက်သလို စာောင်းထားသည့် အသိပညာများကို အသုံးချုပြု ဆောင်ရွက်မှုပြုလုပ်ပါ။

သင့်ဘဝကို နောက်ကြောင်းပြန်သွားပြီး လူတစ်ယောက်ကို မေးခွန်းတစ်ခု မေးခွင့်ရသည်ဆိုလျှင် သင် ဘယ်သူကိုရွေ့ပြီး ဘယ်လို မေးခွန်းမျိုး မေးမည်လဲ။ ထိုကဲ့သို့သော အခွင့်အရေးမျိုးကို နောက်တစ်ကြို့မဲက်လုတ်မဲတော့ဟု ယခုပဲ အစိမ်ာန်ပြုလုပ်ပါ။

ကျွန်တော် ကင်ဆာရောဂါ ကုသနေရစဉ်က သက်ဆိုင်ရာ ပါမောက္ဂက ကျွန်တော်နှင့် တွေ့လိုကြောင်း ပြောသည်ဆို၏။ ကျွန်တော် နှီးရို့မိတ်လန်းခြင်းကြီးစွာဖွင့် သူ၏ စမ်းသပ်စစ်ဆေးခန်းထဲ ဝင်သွား ဆော သူက "နေကောင်းလား" ဟု ဆီးမေးသည်။ သူ ဘာကို ရည်ရွယ်ပြီး အေးမှန်းမသိ။ သည်တော့ "တော်တော်လေးကောင်းပါတယ်" ဟု ဒွတ်ချွတ်ဖြေလိုက်သည်။ သည်တော့မှ ကျွန်တော်ကို ဘာကြောင့် ခုလို အော်ရကြောင်း သူက ရှင်းပြသည်။ သူသည် သူတေသနလုပ်ငန်းများ နှင့်သာ လုံးခားလည်နေကြောင်း၊ ပြင်ပလူနာများနှင့် တွေ့ဆုံ့ရခဲ့ကြောင်း၊ ထိုကြောင့် ပြင်ပလူနာတစ်ဦးကို လွှတ်ပေးဖို့ မှာထားခြင်း ပြုသည်။ တကယ်တော့ ပြင်ပလူနာအများကြီးရှိသည့် အထဲမှ ကျွန်တော်က ကံစစ်းမဲပေါက်သွားခြင်းသာဖြစ်၏။ ကျွန်တော်မေးရေးများရှိလျှော့ မေးပါဟု သူက ဖွင့်ပေးသည်။ က. . . ဘာလိုသေးလဲ။

ကျွန်တော် သူကို အကုန်အစင်းမေး၏။ ကျွန်တော်သိထားတာ အော့ ဖော်ထားတာတွေက စပြီး ဆေးပြီးတိန်ည်းများအတို့။ နောက်နောက် အေားရှုရှိလျှင်လည်း စာဖြင့် ရေးချုပြီး သူဆီး ပို့ပေးဖို့ ပါမောက္ဂက ရှုံးပြသည်။ နောက်နှစ်လအကြာ သူဆီးရောက်သွားတော့ ကျွန်တော်က ခိုက်ထဲမှ မှတ်စုတ်အပ် အထူကြီးကို ထုတ်တော့၏။ ပါမောက္ဂကြီး ဆိုင့်က ဝင်ငွေရသည့် အလုပ်ကို လုပ်လိုက်ရမည့်မထင်ပါ။

နောင်တစ်ချိန်တွင် လူငယ်များအား ဟေ့ချုက်င်းရောဂါ အကြောင်း ဟောပြောခွင့် ကြေသောအခါ ကျွန်တော်အတွေ့အကြော်များကို ပြန်လည်မွေးခွင့်ရတော့၏။ ကျွန်တော် သူတို့ကို အသိပညာများကို ပြန်လည်မွေးခွင့်ရတော့၏။ သူတို့မဲ့ဟာဖျူးဟာများ ချမှတ်ရာ၌ ကူညီနိုင်၏။ သူတို့ကို အပြုသော စိတ်စာတ်ထားရှိလာအောင် ညွှန်ပြနိုင်၏။

ကျွန်တော် တစ်ခါက ဖော်ဖုံးသည်မှာ လခတိုးပေးဖို့ မေးဖွားရပ်ခဲ့

သူတွေထက ငစ ရာရိုင်နှစ်းသည် တကယ်ပင် လခတိုးပြီး ရသွားသည် ဟူ၏။ ထိအကြောင်းကို ဟောပြောပွဲတစ်ခုတွင် ထည့်ပြောရာ လုတ္တ ယောက်က “မှန်ပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ငါးဆယ့်နှစ်ရာရိုင်နှစ်းက မရဘူးနော်” ဟု ထောက်ပြသည်။ သည်တော့ ကျွန်တော်က အပျက်သဘော စဉ်းစား တွေးခေါ်ခြင်းအကြောင်းပြောပြသည်။ နောက်ပြီး အဆိုပါ ၅၂ ရာရိုင်နှစ်း သည် လခတိုးပေးဖို့ မေတ္တာရပ်ခံပြီး မရတော့လည်း အရင်းအတိုင်းသာ ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြလိုက်ရ၏။

သည်တော့... လမ်းညွှန်မှု ပေးဖို့ စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ဖို့ အကူအညီ တောင်းခြင်းမှာ သင်နှင့် သင်တစ်ဦးတည်း၏ တာဝန်ဖြစ်သည်။ သင် ဘာကို လိုလားတောင့်တနောက်း တွေးလူများအား အသိမပေး ဘဲ တွေးလူတွေက သင့်ဆီလာပြီး အလုပ်တစ်ခုပေးဖို့ သို့မဟုတ် လခတိုးပေးဖို့ကို ဖျော်ကိုးနေလို့မရ။ သင်ကသာ မေတ္တာရပ်ခံလျှင် သင့် မိတ်ဆွေတွေ၊ သင့်မိသားစုတွေ၊ သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေ၊ နောက်ဆုံး သုစီမံတစ်ရုံဆုံးကပင် သင့်အား ကုည်ပါလိမ့်မည်။ သင်အောင်မြင် ရေး လမ်းမပေါ်တွင် လျောက်လှမ်းနေစဉ် သင့်လိုအပ်သော မရှိမဖြစ် လမ်းညွှန်မှန်င့် အားပေးမှုတို့ကို သူတို့က ပေးပါလိမ့်မည်။

အားကိုးရာမ့်ဘဝြင့် သွားပါ။

ထိုစုရာသည် အကျိုးရှုံးသည့် စနရာ ဖြစ်သည်။

ရိုလ် ရောဂျားစ် (၁၈၇၉-၁၉၃၅)

အမေရိကန် ဟာသပညာရှင် ပြောတ်၊
ရုပ်ရှင်နှင့် ရေဒီယို သရုပ်ဆောင်။

တို့ယုံကိုယ်ကို ကိုယ်

အဆုံး အစီအဉ်ပျော်

စီမံကိန်းတစ်ခုရေးဆွဲပြုဆိုလျှင် မိမိမျှော်မှန်းထားသည်အတိုင်း ဖြစ်မလာဘဲ တစ်ဗုံတစ်ရာချွဲတော်တိမ်းဆောင်းမှန်င့် ကြေရပါက အသုံးခြုံ မှည့် အရေးပေါ်အစီအစဉ်၊ အထောက်အကူပြုအစီအစဉ်တစ်ခု ထည့် သွင်းရေးဆွဲထားဖို့ အရေးကြီးပါသည်။

သင့်ဘဝရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရေးအတွက် ကြီးပမ်း အားထုတ် ရှာတွင် သင့်မှာ အထောက်အကူပြုအစီအစဉ်တစ်ခုရှိနေဖို့ အရေးကြီး ၏ “အဆိုးဆုံးဘာဖြစ်လာနိုင်သလဲ” ဟူသော မေးခွန်းကို သင့်ကိုယ် သင် အေးကြည့်ပါ။ ထိုအဖြစ်မျိုးဖြစ်နေပြီဟု စိတ်ကူးကြည့်ပါ။ ထိုနောက် တာဝန်ယူမှု၊ ပြင်းပြသော ဆန္ဒနှင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည့်စိတ်ဖြင့် သင့်ကိုယ်သင် ပြောလိုက်ပါ။ “ဒီတော့ ဘာဖြစ်သေးလဲ။ ဒီအခြေအနေ ထို ငါ ကျော်လွှားနိုင်တယ်။ လိုအပ်ရင် ငါ တစ်ကနေပြန်စမယ်” ဟူ၍။ ပြဿနာကို ကြိုတင်တွက်ဆထားပြီး အဖြေတစ်ခု အရှင်သင့်ဆောင် အာဏျုင် ထိုပြဿနာကို သင်ကျော်လွှားလွန်မြောက်နိုင်မည်သာဖြစ်၏။

တစ်ကြိမ်တည်း ရွှေးနိမ့်မြင်းကို နာလန်မထူးနိုင်မောင်းအဖြင့် အမှတ်မှုံးပါနှင့်။

အက်စ် စကော့ ဖစ်ဂျေရယ်လ် (၁၈၆၉-၁၉၄၀)

အမေရိကန် ဝွေးရေးဆရာ

သင်သည် ပြဿနာတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ အဖြေရှာမရနိုင် ဆောက်အောင်ဖြစ်နေလျှင် ငင်းပြဿနာကို စာဖြင့်ရေးချက်ပါ။ ပြီးတော့ အုပ်ဆော်ကိုင်ဖက်တစ်ဦး သို့မဟုတ် စိတ်ဆွေတစ်ဦးနှင့် ညီးနှင့်တိုင်ပင် ကြည့်ပါ။ သင်တစ်ခါဗျား စိတ်မကူးမိသည့်အဖြေကို သူတိုးတစ်ဦးက

ဘွဲ့မြင်တတ်ပါသည်။ နောက်ပြီး အဖြေတစ်ခုသည် အမြဲတမ်းလို ရှိနေ၏။ တစ်ခါတစ်ရုတွင် စိတ်သဘောထားကို နည်းနည်းကလေး ပြောင်းလိုက်ဖို့ပဲလို၏။ လမ်းပိတ်ဆိုမှု၊ ရာသီဥတုအခြေအနေ၊ အတိုး အနှစ်းများတက်ခြင်းကဲ့သို့ သင်တိန်းချုပ်လို့မရသည့် အနေအထားများ နှင့် ရင်ဆိုင်ရပြီးလျှင် သင့် စိတ်သဘောထားကို ပြောင်းလိုက်ခြင်းက အခြေအနေမှန်ကို အဘက်ဘက်မှ သုံးသပ်ဆင်ခြင်နိုင်၏။

သို့ဖြစ်သည့်တိုင် ကြွေ့တော့ကြွေ့ခဲ့ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပြီ လည်း အမြှို့ရှိသည်။ ထိုအခြေအနေမျိုးတွင် အထောက်အကူပြုအစီ အစဉ်လည်း မရှိ။ သို့မဟုတ် တဗြားရွေးစရာလမ်းတွေလည်း ကုန်ပြီ။ သည်တော့ ပေါ်ထွက်လာနိုင်ခြေရှိသည့် ရလဒ်မှာ ရှုံးနိမ့်ခြင်းဖြစ်နေ တော့၏။

“ရှုံးနိမ့်ခြင်းသည် ရွေးစရာအခွင့်အလမ်းမဟုတ်” ဟု လူတွေက တစ်ခါတစ်ခါပြောကြ၏။ သို့သော် စိတ်ဆင်းရဲရာကောင်းသည်မှာ ရှုံးနိမ့်မှုသည် ရွေးရမည့် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် အမြှို့နောင်းပင်ဖြစ်၏။ အရေးကြီးသည်မှာ ရှုံးနိမ့်မှုကို ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လိုတဲ့ပြန်မည်လဲ ဆိုတာသာဖြစ်၏။ ဤကြားက ကျွန်တော်တို့၏ စရိက်သဘာဝနှင့် အနာ ဂုဏ်ဘဝ အောင်မြင်ရေးအတွက် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်ပြဋ္ဌာန်းချက် အတိုင်းအတာကို ပြသရာ ရောက်ပါသည်။

ကျောက်တစ်ပွင့်သည် ပွဲတိုက်မှုမရှိဘဲ စိတ်စိတ်တောက် ပြောင်လက် လာမည်မဟုတ်သလို ဒုက္ခာဝေး ပတွေ့ကြုံရဘဲ လူတစ်ယောက်သည် လူတော်လူကောင်းဖြစ်လာမည် မဟုတ်။

တရာ်စကားပုံ

သမိုင်းကြောင်းတစ်လျောက်ရှိ အောင်မြင်သူအများစုတွင် တူညီ သည့် အချက်တစ်ခုက်ရှိ၏။ ထိုအချက်မှာ အရှုံးနှင့် ရှင်မဆိုင်ဖူးသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ မရှိခြင်းဖြစ်၏။ ထိုအချက်ကို ဘယ်တော့မျှ မမေ့ ပါနှင့်။

သူတို့သည် ရှုံးနိမ့်မှုဆိုတာကို သိခဲ့ကြ၏။ သူတို့သည် အောက်ခြုံ ပြင်ဆိုတာကို သိခဲ့ကြ၏။ သို့တိုင် သူတို့အားလုံးပြုလုပ်ခဲ့ကြသည် စာ လဲနေရာက ကျျေးထား၊ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဖုန်ခါပြီးတော့ တစ်ကမ်း ပြီးစက်ခြင်းပင်ဖြစ်၏။

အောင်များနှင့် အပြုအမျှပြုသွေ့ပါ၏

သင့်မီမံကိန်းသည် အဆုံးတစ်နေ့တွင် ပေါ်ထွက်လာမည့် အောင် မြင်မှု ဖြစ်စဉ်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ မီမံကိန်းနှင့် တန်းတော်ကြီးသော အခြားအစိတ်အပိုင်းမှာ တစ်သမတ်တည်းသော ကိုယ် ဆိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ် သို့မဟုတ် မိမိအောင်မြင်ရမည်ဟု မမိတ်မသုန် ယုံကြည်စိတ်ချခြင်းဖြစ်၏။ ဤသို့ဆိုသည့်အတွက် မီမံကိန်းဆိုသည်မှာ သင့်နှင့်တော်မှာ က ပြောရုံပြောသော သို့မဟုတ် စာဖြင့်ရေးရုံ၊ ရေးထားသော အရာတစ်ခုဟု မဆိုလို။ မီမံကိန်းဆိုသည်မှာ တစ်နေ့လျှင် နစ်ဆယ့် သေးနာရီတိတိ သင့် မိမ့်ခိုအားထားနေရမည့်အရာဖြစ်ပါသည်။

အောင်မြင်မှုနှင့် ကိုက်ညီစွာ ကျင့်ကြုံနေထိုင်ပါ။ သင့်လိုလားသော အောင်မြင်မှုသည် တကယ်ဖြစ်ပေါ်ပြီးဖြစ်နေသကဲ့သို့ ကျင့်ကြုံနေထိုင် ပါ။ အောင်နိုင်သူတစ်ဦးကဲ့သို့ပြုမှပါ။ ပြောဆိုပါ။ ဤတစ် သမတ်တည်း ရှိမှုကို ရယ်ပိုင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ပါ။ ဤအရည်အသေးကို ရယ်ပိုင်ဆိုင်နိုင်ပြီးဆိုလျှင် ဤအရည်အသေးကို အပြုအမျှ၏ စရိက်လက္ခဏာအားလုံးကို ဖော်ပြနေပါလိမ့်မည်။

နောက်ပြီး သင့်အပေါ် အခြားသူများ၏ အမြင်ကို အဲလျှမ်းသွား ပါလိမ့်မည်။

ဂျွန်ခဲ့သည့် နှစ်အတန်ကြောတန်းက ဂျွန်တော့မှာ အလုပ်အကိုင် မရှိ။ ထိုကြောင် အလုပ်လက်ခဲ့တစ်ဦး ကြံ့ရသည့် ခုက္ခန့်ကြံ့ရသည်။ ဂျွန်တော့မှာ ပိုက်ဆံမရှိ။ သို့ဖြင့် အလုပ်တစ်ခု လုပ်ချင်ကြောင်း မိတ်ဆွေ တစ်ဦးအား ပြောပြသည်။ ပြီးတော့ ကုမ္ပဏီတစ်ခုမှာ အလုပ်လျှောက် မို့ စဉ်းစားနေရကြောင်း၊ သို့သော် ထိုကုမ္ပဏီမှ ဦးဆောင်ဗျွန်ကြားရေးမှူး ကို မသိရကြောင်းလည်း ပြောပြသည်။ သည်တော့ ဂျွန်တော့မိတ်ဆွေက “အိုး... ဒီလူကြီးက ငင်စရာကောင်းတဲ့ လူကြီးပါမျှ” ဟုပြောသည်။ “သူဆီ တယ်လီဖုန်းလှမ်းဆက်ပြီး ရက်ချိန်းသာ တောင်းလိုက်။ သူက ဘယ်သူကိုမဆို လက်ခဲ့ပြီးတွေ့မှာပဲ” ဟုလည်း ထပ်ပြောသည်။

ဂျွန်တော် ချက်ချင်းလက်ငင်း တယ်လီဖုန်းဆက်သည်။ ဂျွန်တော် ဆက်ချိန်မှာ နေ့လယ်စာ စားနေချိန်ဖြစ်နေသဖြင့် သူဆီ တန်းရောက် သွားသည်။ နောက်ပြီး သူနှင့်တွေ့ဆုံးရက်ချိန်းရလိုက်သည်။ ချိန်းထား သည့် ရက်မတိုင်မိ တစ်ရက်ကြီးပြီး ဂျွန်တော် မိတ်ဆွေထဲ လှမ်းဆက်ပြီး တွေ့ဆုံးတွေ့တွေ့ ဘယ်လိုဘယ်ပုံ နေထိုင်ဆက်ဆံရမည်လဲဟု အကြံောက် တောင်းသည်။ သူက ဂျွန်တော့ကို ခရီးသွားဟန်လွှာ အဝတ်အစားမျိုး ပင် ဝတ်ဆင်သွားဖို့၊ သွာက်လက်လှပ်ရှားစွာ ပြုမှုဖို့၊ စကားပြောလျှင် အကျယ်ကြီးပြောဖို့ (အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဦးဆောင်ဗျွန်ကြားရေးမှူး သည် တော်တော်နားလေးသောကြောင့်) အကြံောက်ပေးသည်။

အတွင်းစကားကို ကြားထားရသည့်အတွက် ထိုနေ့က ဂျွန်တော် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မိတ်အပြည့်ရှိနေသည်။ သွားသွားလာလာ အဝတ်အစားဖြင့်ပင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးအခန်းထဲသို့ ဝင်သွားသည်။ သံကုန် ဖွှေ့ပြု့ပြီး စကားပြောသည်။ သွာက်သွာက်လက်လက် လှပ်လှပ်ရှားရှားနေထိုင်

ပြသည်။ ထိုနောက် ဂျွန်တော် ဘယ်သူဖြစ်ကြောင်း၊ ဘာတော့ လုပ်ကိုင် နေကြောင်း၊ ဘယ်အလုပ်မျိုး တောင်းခံချင်ကြောင်း နိဒါန်းပျိုးသည်။ တစ်မိန့်ခွဲလောက် မနားမတမဲ့ပြောအပြီးတွင် သူက “ဖြည့်:ဖြည့်:ပြော ပါ” ဆိုသည့်သော်ဖြင့် လက်တစ်ဖက်မြောက်ပြီး “နေပါဦး၊ ငင်စွား က ဘယ်သူလဲ” ဟု မေးတော့၏။ ဂျွန်တော်ပြောပြသည်။ နောက်ထပ် မိန့်လေးဆယ်လောက် လူနှေ့မပျက် ဆက်ပြောကြသည်။ ဆွေးနွေးဖွဲ့ အပြီးတွင် သူ ဂျွန်တော့ကို အလုပ်တစ်ခုပေးလိုက်၏။ ထိုအလုပ်တွင် ဂျွန်တော် သုံးနှစ်တိတိ ကြာမြင့်ခဲ့လေသည်။

နောက်ပိုင်းကျေမှု ဂျွန်တော်သိရသည့် လျည့်ကွက်မှာ ဂျွန်တော် မိတ်ဆွေက နောက်ပြောပြီး ပြောသည်ကို ဂျွန်တော် သော့မာမပေါက် ခဲ့ခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆိုပါ ဦးဆောင်ဗျွန်ကြားရေးမှူးသည် သူမသိသူ တစ်ဦးကို ဘယ်တော့ဆုံး လက်ခဲ့တွေ့ဆုံး မပြုကြောင်း၊ သိပ်ပြီး လဲ ပဲ့ပါတန်တန် ဝတ်စားတတ်သွားမှား၊ သိပ်ပြီး ဟောဟောနိုင်းနိုင်းပြောဆုံး တတ်သွားမှားကို မနှစ်သာက်ကြောင်း၊ နောက်ပြီး ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးသည် လုံးဝ ဥသုံး နားမတိုင်းကြောင်း သိလိုက်ရသည်။ သို့ဖြစ်သည့်တိုင် ဂျွန်တော် က အတွင်းစကား ကြားထားရသည်ဆိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်း မိတ်ချက်ရည်မှန်းချက်နှင့် ညီညွတ်ဖွှာတနေလေသည်။

နောက်တစ်ဦးမှုးစဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင်သည် ဘားငင်းဘို့ကို စံခွဲ့ မိတ်ထိုဘဲ လမ်းပေါ်မှာ လျှောက်နေမည်။ သို့သော် ထိုသို့ စံပိတ်မထား ကြောင်း သင်မသိဟု မိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။ သင်သည် ပျော်ဖျော်ကြီး လမ်းလျှောက်နေသည်။ သင့်မိတ်ဆွေနှင့် စကားပြောလာသည်။ ဆိုင် ပြုတင်းပေါက်တွေ့ကို ကြည့်သည်။ ထိုအတိုင်း ဆယ်မိန့်လောက် ကြားအောင် လမ်းသလားနေသည်ဆိုပါဖို့။

ထိုနောက် သင့်ဘားငင်းဘို့ စံမပိတ်ရသေးကြောင်း တစ်ခုတွင်

သွာက်က ပြသည်။ ထိအတိုင်းပဲ နောက်ထပ် ဆယ်မိနစ်လောက် သမ်းဆော် ဆက်လျောက်သွားရှိ ပြောသည်ဟု တွေးကြည့်ပါ။ သင်ဘယ် နှုပြုမှုမည်လဲ။ ဘောင်းဘီစောင်ကို ပိတ်ထားပြီး ဖြစ်သည်ဟု ယုံကြည် ပြီးလျောက်နေတုန်းကနေ့ အလွန်မြားနားစွာပြုမှုမည်ဟု ကျွန်ုတ်ထောက် သည်။

သည်နေရာတွင် ဆိုလိုရင်းမှာ သင် တစ်စုံတစ်ခုကို စစ်မှန်စွာ ဖုံးကြည်ထားလျှင် သင်ပြောပဲ့၊ ပြုမှုပုံနှင့်တွေးခေါ်ပုံတို့သည် သင့်ယုံကြည်ချက်နှင့် တစ်သားတည်း ကိုက်ညီနေမည်ဖြစ်ကြောင်းပင်။

သည်တော့ သင့်စီမံကိန်းကို ယုံကြည်စိတ်ချမှုရှိသည့်အနေဖြင့် ပြုမှုကျင့်ကြော်ပါ။ အကယ်၍ သင့်လုပ်ဆောင်မှုများသည် သင့် သင့်စီမံကိန်း ငါးတစ်ပေါ်းညီ ကိုက်ညီခြင်း မရှိလျင်မူ တိုးတက်မှုကို များများစားစား အကျဉ်းလင့်ပါလေနှင့်။

ဗျာ့နိုင် အလုပ်ကို ကြိုးစားပမ်းစားလုပ်လေ ကျွန်ုင် ကံကောင်းလာသလို မိုးကြောင်း တွေ့ရန်။

သောမတ် ဂျက်မာဆန်(၁၇၄၃-၁၈၂၆)

နောက်ဆုံးအနေဖြင့် သင်သည် ထူးထူးမြားမြား ဆုတစ်ဆုရှိ စည်ဟု ပိတ်ကုံးကြည့်ပါ။ ဆုပေးပွဲကို နောက်တစ်လအကြောတွင် ရွှေ့ပတော့မည်။ ထိုဆုကို သင်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း အသေပေးကြသည်။ နှုန်းချက် မှန်ကန်ကြောင်း အတည်ပြုသည့် စာလည်း သင့်ထံ ရောက် ဖြီး။ လူတွေက သင့်ကို လက်ခွဲနှုန်းတက်ကြသည်။ သင့်ကျောကို တိုကြသည်။ လူတိုင်းက ဝမ်းသာစကားပြောကြသည်။

တစ်လမပြည့်မီ လက်ကျို့ရှင်များအတွင်း သင် ဘယ်လိုခံစား

ပြီး ဘယ်လိုပြုမှုနေထိုင်မည်လဲ။ သင် ရောင်နှုန်းပိတ်ပြီး ရှင်ငါးငါး နေမည်လား သို့မဟုတ် ပိတ်လှပ်ရှားစွာဖြင့် ကယောင်ကတမ်း လှပ်စေ မည်လား။ မဖော်ပါ။ သင် ထိုသို့နေထိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ သင်သည် သင် သိထားသည့်အချက်နှင့် ကိုက်ညီစွာ ပြုမှုကျင့်ကြော်ပါလိမ့်မည်။

သင်၏အနာဂတ်ကာလ ရည်မှန်းချက်များနှင့် ပတ်သက်လျှင် လည်း ထိုနည်းအတိုင်း ကျင့်ကြံနေထိုင်သင့်ပါသည်။ ငင်းရည်မှန်းချက် များသည် အနာဂတ်ကာလတွင် အမှန်တကယ် တည်ရှိနေသည်ဟု ယုံကြည်ထားပါ။ ပြီးတော့ ထိုယ့်ကြည်ချက်နှင့်ကိုက်ညီအောင် ကျင့်ကြံ နေထိုင်ပါ။ သင်၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုသည် သင်၏ ပိတ်တွေ့း မေးချက်မှာရော သင်၏ အပြုအမှုမှာပါ အလိုလို ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာ ပါလိမ့်မည်။

၆၅အာဆိုသနု

စစ်မှန်သော ပိတ်အားထက်သန်မှုသည် အလွန်အုပ်စုရာဝောင်း သည် အရည်အချင်းတစ်ခုဖြစ်၏။ ပိတ်အားထက်သန်မှုသည် စုံစားစွဲနှုန်းလွှာယ်၏။ ထိုအရည်အချင်းက သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိသူများကို အော သင်ကိုယ်တိုင်ကိုပါ ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို လေး၏။ သင့်စီမံကိန်းနှင့်ပိတ်သက်ပြီး ဆွေးနွေးညီးနှင့်သည်အပါမျိုးတွင် ပျော်ပျော်ခွင့်ဆွဲပါ။ ကြိုးအပြုအမှုက သင်၏ တာဝန်ယူမှုကို အားဖြည့်ပေးရာ ရောက်၏။ သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များကို အခြား သူများအား ပြောပြရနှုန်းလည်း အဆိုပါ ပိတ်အားထက်သန်မှုမျိုးဖြင့်ပင် ဖြောပါ။ သင့်ရင်တွင်းမှာ တရှုန်ရှိနိုင်တက်နေသည့် အားမှန်ကို ဖော်ပြ သည့် သွင်ပြင်၊ တွေးစေယိုမ်းယိုင်ခြင်းမရှိသည့်အပြုသာဆောင်သည့် အမြင်၊ သင့်အနာဂတ်ဘာဝကို ယုံကြည်စိတ်အပြည့်ရှိနှုန်းဖြင့် ပြောပြုပါ။

စိတ်အားထက်သန့်မှုက ကျွန်တော်တို့၏စီမံကိန်းများကို အသက် ငင်လှပ်ရှားလာစေသည်။ စိတ်အားထက်သန့်မှုမပါဘဲ စီမံကိန်းတစ်ခုးရေးသားပြုစွမ်းသည် လောင်စာဆီမရှိဘဲ စွမ်းအားကောင်းသည့် အင်ဂျင်တစ်လုံး တည်ဆောက်ခြင်းနှင့်တူ၏။

ဆွေးနွေးပွဲများတွင် ကျွန်တော် ပထမဆုံး စတင်ဟောပြောစဉ်က မိမိ ပြောမည့်အကြောင်းအရာကို အာရုံစုံစိုက်ထားလွန်းသည့်အတွက် ကကားပြောစင်မြင့်တွင် စကားပြောသောအခါ ဟောပြောမည့် ဘာသာ ရပ်အပေါ် ထားရှုရမည့် မိမိ၏ ပြင်းပြတဲ့ဆန္ဒကို မေ့သွားသယောင်ရှိ၏။ ထိုအချက်ကို ပြင်ပြင်သည့်အနေဖြင့် ကျွန်တော် ပြင်ဆင်ထားသည့် စာရွက်တို့၏ထိပ်တွင် စိတ်အားထက်သန့်မှုနှင့်ပြင်းပြဆန္ဒ့ ဟူသော စကားလုံးကို စာလုံးမည်းကြီးများဖြင့် ရေးထိုးထားလိုက်သည်။ မိမိ၏ ပရီသတ်များ၊ မိတ်ဆွေများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များအား အဆိုပါ စိတ်အားထက်သန့်၊ ဆန္ဒပြင်းပြမှုတို့ဖြင့် ဆက်သွယ်သောအခါကျွန်တော် စကားတွေ ပိုမိုထိရောက်လာကြောင်း တွေ့ရ၏။ ထိုသို့ပြောသည့် အတွက် သင့်အနေဖြင့် ဟောဟောသိမ်းခိုင်းပြောရမည်၊ စွာကျေယ်စွာကျေယ် ပြောရမည်၊ အလောတာကြီးပြောရမည်ဟု မဆိုလို။ သို့သော သင့်ရည်မှန်းချက်တွေ အကြွင်းမဲ့ အောင်မြင်ရမည်ဟူသော သင်၏ စိတ်အားထက် သန့်မှု၊ သင်၏ ပျော်စရာကောင်းသော ယုံကြည်မှုကို ပြသနိုင်လျှင် သင်၏ အောင်မြင်မှု စတင်အကောင်အထည်ပေါ်လာမည်ဖြစ်ပါသည်။

လူတစ်ဦး သေလွှန်သောအခါ သူသားသမီးများအား စိတ်အားထက်သန့်မှုကို လက်ဆင့်ကမ်းနိုင်ခဲ့လျှင် သူသည် တန်စိုးမြတ်နိုင်သောအမွှုကို ပေးခဲ့ခြင်းပင်ဖြစ်၏။

သောမတ် အက်ဒီဆင်

စိတ်အားထက်သန့်မှုက တာဝန်ယူမှုကို ဖြစ်ထွန်းစေ၏။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုသော် တာဝန်ယူမှုသည် ကုမ္ပဏီအဆင့်မှာ ဖြစ်သည့်တိုင် တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်ရာ ကိုယ်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ “ကျွန်တော် တို့က တာဝန်ခံထားတဲ့ ကုမ္ပဏီတစ်ခုပါ”ဟု ပြောသည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများနှင့် ကျွန်တော် စကားပြောဖူး၏။ သို့သော သူတို့ ဘာဆိုလိုသည် ကို ကျွန်တော်သော့မပေါက်။ လူတွေ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းအနေ ဖြင့် တာဝန်ယူနိုင်ကြောင်း ကျွန်တော်သိသည်။ သို့သော် တာဝန်ခံထားသည့် ကုမ္ပဏီတစ်ဦးရှုဖြစ်ရန်မှာ သူတို့၏အာရုံခံအမြင် သို့မဟုတ် ကုမ္ပဏီ စီမံကိန်းကို ပါဝင်ဆောင်ရွက်သူအားလုံးက တစ်ဦးချင်းတာဝန်ယူထားမှ သာ ဖြစ်နိုင်ပါမည်။ သည်တော့ ကုမ္ပဏီများသည် တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း တာဝန်ခံထားသော လူတွေဖြင့် ဖွဲ့စည်းလို ရသည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်သည်။

စစ်မှန်သော စိတ်အားထက်သန့်မှုကို အခဲ့နှင့် အလျှောပယ်ရနိုင် သည်။ သင်သည် သင်၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ စီမံကိန်းများကို စတင်ရေးဆွဲရန် သင့်စီမံကိန်းသည် ဘယ်လောက်ရှိုးစ်းစာင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ကြီးမားသည်ဖြစ်စေ သင့်အတွက် သင်ထုတ်လုပ်နိုင်သော အရာသည် နှစ်မျိုးတည်းသာရှိ၏။ ငါးနှစ်မျိုးမှာ စိတ်အားထက်သန့်မှုနှင့် တာဝန်ယူမှုဖြစ်၏။ သို့သော စီမံကိန်းထဲတွင် စိတ်အားထက်သန့်မှု နိုင်ခိုင်မာမှ အမြစ်တွယ်လာပြီးဆိုသောအခါ ငါးစီမံကိန်းသည် အသက် ငင်လာတော့၏။

ထျော်လျှော်များနှင့် အချက်အလက်များ ငါးနှစ်တွေ့ပြုး

တစ်ခါက ကျွန်တော်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တစ်ဦးနှင့် သင်တန်းတွင့်မဲ့ စီစဉ်ရာ သူက ကျွန်တော်အား သူ၏အဆိုပြုချက်ကို တင်ပြသည်။

ကျွန်တော်က သူအဆိုပြုချက်ထဲမှ ချို့ယွင်းချက်များကို စတင်ရွေးထဲတဲ့
ပြီး ထောက်ပြုသည်။ ထိအခါ သူက “ရှင်တင်၊ ထင်မြင်ချက်ဆိုတာတွေ
က နာခေါင်းတွေလိုပဲကျ၊ လူတိုင်းမှာ ရှိတယ်” ဟုပြောသည်။

တိတိကျကျ ပြောရလွှင် သူစကားလုံးများမှာ မဆိုသလောက်
ကလေး ယဉ်ကျေးဖွံ့ဖြိုးရာမှာ နည်းပါးသည်။ သို့ပေါ့ သူပြောလိုက်သည့်
အချက်ကတော့ ထင်ရှားပြတ်သားသည်။ အကြိမ်ကြိမ်အခါခိုသလို
ဝင် ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်များအကြောင်းကို ပိတ်ဆွေများနှင့်
ဆွေးနွေးသောအခါ သို့မဟုတ် စီးပွားရေးအနေအထားတစ်ခုအတွက်
ဖူးပေါင်းပြီး မဟာဗုဒ္ဓဘာဓမ္မတောာအခါ တစ်ဦးဦးက အပေါ်ယုံကြား
လို့ ကောင်းသည့် မှတ်ချက်မျိုးပြောတတ်၏။ ငါးမှတ်ချက်သည် ပုဂ္ဂလိ
က အတွေ့အကြွေ့ သို့မဟုတ် တိမ်မြှုပ်နှံသည့် ပုဂ္ဂလိက အစီအစဉ်
တစ်ခုပေါ်တွင် အခြေခံပြီး ပြောတာဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ သည်ကိစ္စမျိုးကို
ကြုံလာသောအခါ လူတိုင်းက သတိမရှိလွှင်၊ နှီးနှီးကြားကြားမရှိလွှင်
အဆိုပါ အဆင်ခြင်ကင်းမဲ့သော မှတ်ချက်တစ်ခုသည် လွယ်လွယ်
ကလေး ‘အချက်အလက်’ အဖြစ်သို့ အသွင်ပြောင်းသွားနိုင်၏။ စစ်ဆေး
ခြင်းမပြု၊ စိန်ခေါ်ခြင်းမပြုဘဲ လက်ခံလိုက်သော အဆိုပါထင်မြင်ချက်
သည် ကျွန်ယူရှုက်သော့ဆောင်ချင်ဆောင်နေပေမည်။

ကျွန်တော် ပါဝင်ဆွေးနွေးခဲ့သည် အစဉ်းအဝေးများတွင် လက်
လွှတ်စပယ်ပြောလိုက်သော မှတ်ချက်တစ်ခုကြောင့် စိတ်အခြေအနေ
တစ်ရုပ်ပဲ့ဗဲ့၊ ဆွေးနွေးမှုတစ်ရုပ်ပဲ့ဗဲ့ ပြောင်းသွားပြီး ဆုံးစွားညွှန်းသော
ဆုံးဖြတ်ချက် ချဖြစ်သွားသည်ကို ကျွန်တော်ပြန်ပြောလို့ရ၏။ သင့်စီမံ
ကိန်းကို ဖန်တီးချိန်တွင် အချက်အလက်များပေါ်တွင် အခြေပြုအလုပ်
လုပ်ဖို့ အလွန်အလွန်အရေးကြီး၏။

လမ်းလျောက်နေသော ကလေးငယ်၏ မွေးရာပါ အောင်နိုင်စိတ်

သည် အချက်အလက်သန်သန်များဖြင့်သာ အလုပ်လုပ်၏။ သူတို့၏
နိုင်းချုပ်ကောက်ချက်များ ဆွဲဆောင်နိုင်သော သူတို့သည် စမ်းသပ်ပြီး
သော သတင်းများကိုသာ အသုံးပြုကြသည်။ သူတို့သည် ငယ်ဆွယ်နာရီ
လွန်းသေးသည်။ ထိုကြောင့် သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်းမှ ဆွေဖော်
သွားစေမည့် ထင်မြင်ချက်များ၏ ရိုက်ခတ်မှုဒဏ်ကို မခံကြရ။ ဤ၏
အချက်သည် သင့်မျက်နှာပေါ်မှာ နာခေါင်းရှိသည့်အတိုင်း သိသာ ထင်
ရှားသည်။ သို့ပေါ့ အပေါ်ယုံမှတ်ချက်တစ်ခု သို့မဟုတ် ‘ထင်မြင်ချက်
တစ်ခု’ ကြောင့် ဖူးငါးစွဲ အဆင့်မှာပင် လက်ဆိပ်သင့်သွားသောစီမံကိန်း
တွေ ဘယ်လောက်များများရှိကြောင်း သိရတော့ ပါးစီမံအပောင်းသား
ဖြစ်ရပါသည်။ မှန်ပါသည်။ ခြေခြားမြတ်မြစ်ကြေားထားသော ထင်မြင်
ချက်သည် အလွန်တန်ဖိုးရှိ၏။ သိုဖြစ်သည့်တိုင် ငါးထင်မြင်ချက်သည်
တိတိကျကျ စုစုမံစားထားသော အချက်အလက်နေရာတွင် အစား
ထိုးလို့မရပါချေ။

အကြိမ်ကြိမ် အဖော်ဖော်ဆိုသလိုပင် ကျွန်တော်တို့ တစ်စုံတစ်ခုကို
လုပ်ဖို့ ကြံ့ဆွယ်ပြီးမှ မလုပ်ဖြစ်တော့ချေ။ အကြောင်းမှာ ကြက်ရေး
နှုက်ရေး အချိန်မျိုးကျေမှု ထိုအလုပ်မှာ မဖြစ်နိုင်ကြောင်း တစ်ယောက်
ယောက်က ပြောသောကြောင့်ပင်။ သည်တော့ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်
ကိုယ့်ကိုယ် ယုံကြည်မှုထားရမည့်အစား ထိုလွှဲစကားကို ယုံကြည်လိုက်
ကြလေသည်။

ဥပမာ သင်သည် ကိုယ်ပိုင်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု ထူထောင်
ပြီး သင်ကိုယ်တိုင်လုပ်မည်။ ထိုအလုပ်သည် အီမံတွင်းအလုပ်လုပ်
ငန်းဖြစ်မည်ဆိုပါရို့။ ထိုလုပ်ငန်းကိုသင် ထားစုံစုံ စိတ်ဝင်စားအသုည်။
ဆုံးလုပ်ငန်းအကြောင်း သိပ်တော့ ထဲထဲဝင်ဝင်မသိ။ သို့ပေါ့ သင့်မှာ
ဆုံးလုပ်ငန်းများနှင့် ပတ်သက်၍ မြို့စွမ်းရည်ကလေး ရှိသည်ဟု အသိုင်း

အသင်းများက ပြောကြသည်။ တစ်နှစ်တွင် သင်က ထိုလုပ်ငန်းတွေထောင်တော့မည့်အကြောင်း သူတို့ကို ပြောပြလိုက်၏။ သင့်အပေါင်းအသင်းများ ဘယ်လိုလူစားတွေ ဆိုတာ ကျွန်တော်မသိပါ။ သို့သော သူတို့၏ တို့ပြန်ချက်တွေအမျိုးမျိုးရှုမည်ဆိုတာတော့ သေချာသည်။ “သိပ်ကောင်းတာပေါ့”မှသည် “မင်းသောက်ရွှေးပဲ” ဟူသောစကားအထိ ပြောကြပါလိမ့်မည်။ သင့်အပေါ် စေတနာအထားဆုံး မိတ်ခွေများကပင် “အဲဒီဘက်မှာ မင်း တော်တော်ကြီးကို ကြည့်တတ်မြင်တတ်ခံစားတတ်တယ်ကဲ့။ ဒါပေမဲ့ သိတယ်မဟုတ်လား၊ မင်းက တကယ်ပညာသည် မဟုတ်ဘူးလေ” ဟု ပြောကောင်းပြောမည်။

ကျွန်တော်တစ်ဦးချင်းအနေဖြင့် ပြောရလျှင် ပညာသည်များသည် ဥက်ပူဇော်ခတ်ပြားတစ်ချပ်မျှမရသည့် အပျော်တစ်းဘဝဖြင့် စဲခဲ့ရသည်ချည်းဖြစ်၏။ နောင်တစ်ဦးနှင့်ကျွန်သာ သူတို့၏ဝန်ဆောင်မှုများ အတွက် ဥက်ပူဇော်ခ ရခဲ့ကြပါသည်။ ယခုလို ပြောသည့်အတွက် အီမံတွင်း အလုဆင်လုပ်ငန်းထဲသို့ ဝင်ရသည်မှာဂျယ်ကူသည်ဟုမဆိုပါ။ သို့သော ပညာသည် ဘဝကို ခံယူဖို့ သူတို့ဘဝတွင် ပထမဗျားဆုံး ဆုံးဖြတ်ချက်ချခဲ့ရကြောင်းတော့ ပညာသည်တိုင်း သဘောတူလက်ခံကပါလိမ့်မည်။ ထိုစဉ်က ထိုသို့ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီးချိန်တွင် သူတို့ လိုလားသည်မှာ ‘အားပေးမှု’ဖြစ်ကြောင်းလည်း သူတို့ လက်ခံကြပါလိမ့်မည်။

သည်တော့ သင့်မိတ်ခွေများ၏ တို့ပြန်ချက်များသည် အပြုသဘောဆောင်လျှင် ငါးတို့ကို သယ်ဆောင်သွားပါ။ အကယ်၍ အဖျက်သဘောဆောင်နေလျှင်တော့ သိပ်ကရာစိုက်မနေပါနှင့်။

အမိုကအရေးကြီးသည်မှာ ထင်မြင်ချက်မဟုတ်ဘဲ အရှင်အလက်ဖြစ်ရာ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျွမ်းသွား၏ အကုအညီကို တောင်းခံပါ။ နာမည်တော့ အီမံတွင်းအလုဆင်သူတစ်ဦးဖြစ်လာရေးအတွက် ဘာတွေ

လုပ်ရမည်ကို အပြင်တွက်ပြီးလေ့လာပါ။ စုစုမဲ့ပါ။ ဘယ်လိုသင်တန်းတွေ တက်ရမည်လဲ၊ ဘယ်လိုအဆက်အသွယ်လုပ်ရမည်လဲ၊ ဘယ်သူတွေနှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးရမည်လဲဆိုတာတွေ သိလာအောင် လုပ်ပါ။ သည်အချက်တွေအားလုံး သင့်မှိမ်ကိုနဲ့ ထဲမှာ ပါဝင်နေပါစေ။

အရေးကြီးဆုံးမှာ သင့်အကြိုအစည်းသည်ဖြစ်နိုင်ဖွယ်မရှိဟု တစ်ဗုံးတစ်ဦးက ပြောသောကြောင့် သင့်မိတ်ကျိုးအကောင်းစားလေးပျက်မသွားပါစေနှင့်။ ထင်မြင်ချက်များသည် အချက်အလက်များ မဟုတ်ပါ။

ထုတေသနအောင် ရုပ်

ရှုံးအခန်းတုန်းက အောင်မြင်ဖို့ကျိုးသော အာမခံချက်ရှိသည်ဆုံး လျှင် သင်ဖြစ်စေချင်သည့် အရာသုံးမျိုးကို ရွှေ့ဖို့ ကျွန်တော်ပြောခဲ့၏။ ထိုအရာသုံးမျိုးရွှေ့ဖို့ သင့်မှာ အဆက်အခဲရှိမည် မဟုတ်ဟု ကျွန်တော်ဖုံးကြည်သည်။

ယခုနောက်တစ်ဆင့်ကတော့ သင့်မှိမ်ကို လက်တွေ့ဆွဲဖြစ်၏။ ထိုင်ပါ။ သင်ဖြစ်စေချင်သည့်ဆန္ဒသုံးရပ်သည် ဘာတွေ ဖြစ်ကြော်းတိတိကျကျ သတ်မှတ်ပါ။ ပြီးတော့ ထိုဆန္ဒတွေကို ဘယ်အချိန် ဘယ် ဘာလမှာ ဖြစ်မြောက်ချင်ကြောင်း သင်ကိုယ့်သင်မေးပါ။ ကာလတိလား အလယ်အလတ်ကာလလား သို့မဟုတ် ကာလရှည်လား- သင် ကြိုက် ခုံ ဆုံးဖြတ်ပါ။

ယခု ငါးဆန္ဒတွေပြည့်မြောက်အောင် သင် ဘာတွေလုပ်ရမည်လဲ။ ဘယ်လိုကျမ်းကျွမ်းမျိုးတွေ တတ်မြောက်အောင် သင်ယူဆည်းမှု မှုည်လဲ။ အကောင်အထည်ဖော်ကာလတွင် ဘယ်လိုအက်အခဲတွေ သို့မဟုတ် ပြဿနာတွေနှင့်ရင်ဆိုင်ရရှိ အလားအလာရှိသလဲ။ ငါးရည်းချို့ချက်ပေါ်က်မြောက်အောင်မြှင့်လျှင် သင့်ဘဝမှာ ဘယ်လို အကျိုး

ကျေးဇူးတွေခံစားရမည်လဲ။ အောင်မြင်မှုရရှိနိုင်တွင် သင် ဘယ်လိုခံစားရမည်လဲ။ သည်များချုပ်နှင့်တွေ့ကို ဖြေလိုက်ခြင်းက သင့်စီမံကိန်းကို အပြည့်အဝ အသက်ဝင်လျှပ်ရှားလာဖော်လိမ့်မည်။

သည်အကြောင်း ကျွန်ုတ်ပြာသင့်သလောက် ပြောပြီးပြီဟု သင် ထင်ပါလိမ့်မည်။ သို့သော် သင့်စီမံကိန်းကို စာဖြင့် ချေရေးထားခြင်း၏ အရေးပါအရာရောက်မှုကို ပြောခြင်းသည် ထိအကြောင်းကို အစွမ်းအကျိုး အလေးပေးလွန်းရာ ရောက်မည်မထင်ပါ။

စာဖြင့် ချေရေးထားသည့် စီမံကိန်းတစ်ရပ်သည် မှတ်မိမ့် အလွန် အစွမ်းထက်သည့် လက်နက်တစ်ခုဖြစ်၏။ သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ မရောက်မချင်း ငါးစီမံကိန်းသည် သင့် မသိမီတ်ထဲတွင် တစ်နှေ့လျှင် နှစ်ဆယ့်လေးနာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ခုနှစ်ရက်လုံးလုံး ခိုအောင်းနေ၏။ ယေးလ်တွေ့သိလိုက်ခြင်းသားတွေထဲတွင် မိမိတို့၏ ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်များကို စာဖြင့်ချေရေးထားသူတွေသာ ရည်မှန်းသည့်အတိုင်း ပေါက်မြှောက်ကြပြီး အမြားသူများက ကံအလှည့်သင့်သလို အောင်မြင် ခဲ့ကြသည့်အကြောင်း သင်မှတ်မိပါလိမ့်မည်။

ယခုလောက်ဆိုလျှင် သင့်အား အထူးအထွေပြောဖော်မှု မလိုတော့ပါ။ ဤစာအပ်သည် အောင်မြင်မှုကို စနစ်တကျ ပုံစုံချုပြီးအရ ယူပုံယူနည်းများ၊ သင့်စီမံကိန်းစာတမ်းကို ဖန်တီးနည်းများ၊ နောက်ပြီး စီမံကိန်းသည် ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရေးအတွက် အသက်တမ္မာ အရေးကြီးပုံများ ဖော်ပြထားသည့် စာအုပ်ဖြစ်၏။ သည်တော့ ငါးစီမံကိန်းကို လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်သင့်သည် အချိန်က ဘယ်အချိန်လဲ၊ ယခုပောင်ဖြစ်၏။ (ကျွန်ုတ်ပြာခဲ့ပြီးဖြေကြောင်း သင်သိပါသည်။) ယခုလောက်ဆယ်ပါပဲ။ နက်ဖြန့်မှ မဟုတ်... ယနေ့ပြဖြစ်ပါသည်။

ဤအခန်းအဆုံးလောက် ရောက်သည်နှင့် သင့်အား တစ်နေရာ

မှ ထိုင်ပြီး သင့်ရည်မှန်းချက်တွေကို စာဖြင့် ချေရေးဖို့ ကျွန်ုတ်ပြာ ပါတော့မည်။ ငါးစီမံကိန်းချက်များကို ဘာကြောင့် အားထုတ်သင့်ကြောင့်နှင့် ဘာကြောင့် အားထုတ်သင့်ကြောင့်တို့ကို ချေရေးဖို့၊ အပြုံ သဘာဆောင်သည် အကြောင်းပြချက်များကိုသာ အာရုံစိုက်ဖို့ ရည်မှန်းချက်တွေ အောင်မြင်လျှင် ခံစားရမည့် အကျိုးကျေးဇူးများကို စဉ်းစားဖို့၊ ထို့နောက် အဆင့်တစ်ဆင့်စီအတွက် ပန်းဝင်ချိန်များ သတ်မှတ်ဖို့ပြောသူ သည်။

လိုအပ်လျှင် နေ့နဲ့ ရက်စွဲတွေ ပြောင်းလို့ရသည်။ စီမံကိန်းကို လည်း ပြပြင်ပြောင်းလဲလို့ရသည်။ သို့သော် အလွန်အလွန်အရေးကြီး သည်မှာ ငါးစီမံကိန်းကို ယခုချက်ချင်း စတင်အသက်သွင်းဖို့ဖြစ်၏။ နှောင့်နေ့ကြောခြင်းက သင်၏အရှင်ကို တန်သွားစေလိမ့်မည်။ သင့် ရည်မှန်းချက်ကို ဖျက်ပစ်လိမ့်မည်။ သင်၏ စီတ်ထက်သန်မှုနှင့် တာဝန်ယူမှုကို ပျယ်ပြယ်ပစ်လိမ့်မည်။

“ကျော်က မကြောမိအတွင်း ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းတစ်ခု ထူးထောင်တော့ ရှား ဒါပေမဲ့ လောလောဆယ်မှာတော့ ဘယ်စုံထောင့်စုံက တွေ့ခဲ့ချက် ကြည့်နေတယ်၊ အလားအလာတွေကြည့်ပြီး စစ်ဆေးကြည့်နေတာ”

သည်စကားမျိုးလုပောပြောတာ သင်ဘယ်လောက်များများကြား စုံပါသလဲ။ သူတို့ လုပ်နေသမျှမှာ အချိန်ဆွဲခြင်း... အလုပ်မစဖြစ် အောင် သူတို့ကိုယ်သူတို့ တားဆီးနေခြင်းသာဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆို သော် လုပ်ငန်းမစမချင်း သူတို့မရှုံးနိမ့်နိုင်သောကြောင့်ပင်။ သူတို့သည် သူတို့၏ သက်သောင့်သက်သာ ရှုန်နယ်ထဲတွင် ခိုလှုံးနေဆဲဖြစ်၏။

သည်တော့ သင့်စီမံကိန်းကို ကောက်ကိုင်ပါ။ ပြီးတော့ သင့်ခုံး ခုံးကို ယခုပဲ စထွက်ပါလေ။

ကျော်၏ကိုယ်ပိုင်အတွေးကြိုက ဤအချက်ကို သင်ကြားပေးခဲ့သည်။
အဆောင်ရာရာလုပ်မြို့စိတ်မြှုပြုး အာမခံချက်ကိုမြန်ပါလျက် အကြောင်းမဲ့ကောင်း
မွန်သော အချိန်ကာလကို စောင့်မှုပြု့စနစ်လျှင် ထိအချိန်သည် ဘယ်စတေ?
မျှဇာဂျာများမှာ မျှဇာဂျာများမှာ ထိအခါ တောင်ကြိုးတွေ ဝါးအောက် ဇာတ်
မည် မဟုတ်၊ အဓမ္မပြု့ပြီးပွဲများတွင် အနိုင်ရမည် မဟုတ်သလို ဒရှုည်
မိုင်ပြီးသော ပျော်ရွှေ့ပြု့မှုကိုလည်း ရမည်မဟုတ်။

မောရစ် ရူမဲလီးယား(၁၈၈၈-၁၉၇၂)

ပြင်သစ်တေးသံရှင်နှင့် ရှပ်ရှင်သရှပ်ဆောင်

သင့်ဘဝတွင် အသစ်အဆန်းတစ်ခုခုကို ဘယ်နှုကြိမ်လောက်
လုပ်ဆောင်ခဲ့ဖူးပါသလဲ။ လျှော့စီးသင်ခြင်း၊ ရေကူးသင်ခြင်း၊ ကားမောင်း
သင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် နိုင်ငံခြားဘာသာစကားတစ်ခု သင်ယူခြင်းမျိုးပေါ့။
ထိုသို့ သင်ယူပြီးမှ “ဒါဟာ ဒီလောက် ခက်ခဲနက်နဲ့တဲ့ကိုစွဲကြီး မဟုတ်
ဘူး....၊ ငါအရင်ကတည်းက သင်ခဲ့ရရင် ဘယ်လောက်ကောင်းမလဲ”
ဟု ဘယ်နှုကြိမ်လောက် အတွေးပေါက်ဖူးပါသလဲ။

ကဲ၊ နောင်ဆိုသည့် အချိန်ကို စောင့်မနေပါနှင့်၊ အဘယ်ကြောင့်
ဆိုသော မကြာမီဆိုသည်မှာ ယခုဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ သည်တော့ ယခုပဲ
လုပ်ပါလေ။



(၇)

ယုံကြည်စိတ်ချမှု

ယုံကြည်စိတ်ချမှုမျိုးခြင်း မရှိခြင်းသည် ကျွန်တော်တို့အားလုံးက
သီမြင်နိုင်သည့် အခြားသူများ၏ ရင်တွင်းက အရာတစ်ခုဖြစ်၏။ ကျွန်
တော်တို့လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သွားရှိမည်ဆိုလျှင် မိမိမှာ စစ်မှန်သား
ယုံကြည်စိတ်ချမှု ရှိရရှိရရှိ သိနိုင်၏။ ဤအရာကား ဆုပ်ကိုင်လို့မရသည့်
အရည်အသေးတစ်မျိုး ဖြစ်၏။ ဤအရာသည် ဆေးသောက်လို့ရသည့်
အရာ မဟုတ်။ သို့သော် ဤအရာ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာအောင် သင်လုပ်
လို့ရပြီး လုပ်သင့်သည့်အရာဖြစ်၏။ သင်၏ ယုံကြည်စိတ်ချမှုစိတ် ဖွံ့ဖြိုး
တိုးတက်လေအောင် ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ တာဝန်ယူခြင်းသည် သင့်
အနာဂတ်အတွက် အမိကကျသော ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။

သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်စိတ်ချမှု ရှိခြင်းသည် သင့်ကိုယ်သင်
ဘယ်လို့စားရသလဲဆိုသည်ကို ကျွန်ပြန်သော တိုက်ရှိက်ကျွန်တော်
ဖြစ်၏။ သင်ပြုလုပ်ရသော သင့်ကိုယ်သင် ဆက်ဆံရေးသည် သင့်

အတွက် တစ်ခုတည်းသော အရေးပါ အရာရောက်ဆုံးဆက်ဆံရေး ဖြစ်၏။ ဤသက်ဆံရေးပေါ် အခြေပြုပြီး အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရေးများ ကို ဖော်ဆောင်သွားလိုက်ရန်။ တစ်စုံတစ်ဦးတွင် ယုံကြည်စိတ်ချမှုမရှိဟု ဆိုခြင်းသည် သူ့ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတွင် ချို့ယွင်းချက်ရှိနေသည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။ အဆိုပါသဘာဝချို့ယွင်းချက်က သူ၏အောင်မြင်ရေးကို ဟန်တားနေလေသည်။ သို့ဖြစ်သည့်တိုင် ကျွန်တော်တို့၏ ယုံကြည် စိတ်ချမှုဆုံးသည်မှာ ကျွန်တော်တို့ ရွမ်းမိုးချုပ်ကိုင်လို့ရသည် အရာ တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဤအရာဖွံ့ဖြိုးလာအောင် လုပ်လိုက်၏။ တည်ဆောက် ယူလိုက်၏။ ပြီးတော့ အနာဂတ်အောင်မြင်ရေးအတွက် ဤအရာကို အသုံးချုလိုရန်။

ယုံကြည်စိတ်ချမှုသည် တစ်စုံတစ်ခုကို ယုံမှတ်နိုင်စွမ်းရှိနှင့် ဆိုင် သည်။ ပိမိယုံမှတ်ထားသော တစ်စုံတစ်ခုဖြစ်လာပါမည်ဟု ဆိုင်မာသည့် အထောက်အထားများရှိပို့မလို။ သင့်ကိုယ်သင် ယုံမှတ်နိုင်စွမ်းရှိခြင်းသည် ယုံကြည်စိတ်ချမှု၏ အခြေခံအတ်မြစ်ဖြစ်ဖြစ်၏။ နောက်ပြီး အပြုသဏ္ဌာ ဆောင်သည့် အတွေ့အကြံများက ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို ခိုင်မာအား ကောင်းလာစေ၏။

၁၉၉၆ ခုနှစ် ယူရှိဖော်ပြုင်ပွဲတွင် အကိုလန်အသင်းနှင့် စကော့ တလန်အသင်းတို့ ကစားသည့်ပွဲကို ကျွန်တော်မှတ်မိနေ၏။ အကိုလန်မြေ နှင့် ကြောမြေ့စွာ ဝေးကွာနေခဲ့သော စကော့တွေက ပြုင်ဘက်ဟောင်းကြီး နှင့် ယဉ်ပြုင်ရန် ဝင်ဘလီအားကစားကျင်းသို့ ရောက်လာသည်။ စကော့ တွေက သည်ပွဲမှာနိုင်ဖို့ သွေးရုံးသွေးလန်ဖြစ်နေသည်။ လုထုဆက်သွယ် အေး သတင်းဌာနများက အကိုလိပ်အသင်းကို အကြီးအကျယ် ပုတ်ခတ် ဆဖန်နေကြသည့်အတွက် အကိုလိပ်အသင်း၏ ယုံကြည်စိတ်ချမှုသည် အနိမ့်ဆုံးအဆင့်မှာ ရှိနေ၏။

ပွဲစသည်နှင့် စကောတွေက သူတို့ ကစားလေ့ရှိသည်အတိုင်း အားကြီးမာန်တက်ကစားကြသည်။ အကိုလိပ်တွေက စွမ်းစွမ်းတမ်း ခုခု ကာကွယ်ကြသည်။ ထိုနောက် စကောတွေဘက်က ပိုင်နှယ်တိတစ်ဗုံး ကန်ခွင့်ရာသွားသည်။ သို့သော် ဂိုးမဝင်ခဲ့ပဲ ပထမမိုင်းပြီးခါနီးလောက်တွင် အကိုလိပ်အသင်းမှ ဂေါက်ဂတ်စကိုပြိုးသည် ဘောလုံးကို စကော့ မောက်ခံလှတစ်ဦး၏ ခေါင်းပေါ်ကကျော်ယူသည်။ နောက်ပြီး ဘောလုံး မြေမကျေမြို့ ကန်သွေးလိုက်ရာ ဘောလုံးနှင့်ပိုက်ထွေးခနဲဖြစ်သွားသည်။ ကျွန်တော်ကြည်မှုးသမျှထဲတွင် အလုပ် အပြောင်မောက်ဆုံး ဂိုးတစ်ဗုံး ပြစ်၏။

ထိုနောက်ပိုင်း ပြစ်ပေါ်လာသည်ကတော့ အုံဖွယ်အတိပင်။ အကိုလိပ်အသင်း၏ စွမ်းအားတွေသည် မီးခလုတ်တစ်ခု ဖွင့်လိုက်သလို ချက်ချင်း လက်ငင်းတာက်လာသည်။ အကိုလိပ်အသင်းမှ ဘောလုံးသမာ ကလေးတွေတွင် သူတို့၏ အသင်းလိုက်စွမ်းရည်အပေါ် ယုံကြည်မှုများ အသစ်တစ်ဖန်ပေါက်ဖွားလာသည်။ သူတို့ အသွင်ပြောင်းသွားသည်ကို မြင်တွေ့နေရသည်။ သူတို့သည် မောက်ထပ်တစ်လက်မလောက်အပါး ပိုရှည်လာသည့်နှယ်။ သူတို့၏စွမ်းရည်အပေါ် ယုံကြည်စိတ်ချမှုတွေ နှင့်ကြေလာပြီး ထိုပွဲမှာ သူတို့ အနိုင်ရလိုက်၏။

ထိုနောက် အကြိုမိုလ်လွှဲပွဲပြီး အခြားအခြားသော ကမ္မားဘောလုံး အသင်းတွေထက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချမှု ကြီးမားသည့် ရှာမနီအသင်းနှင့် တွေ့ရတော့၏။

ရှာမနီအသင်းသည် သူတို့ တစ်ဗုံး ရုံးနေချိန်တွင် ဘာလုပ်သည် ထင်ပါသလဲ။ သူတို့အသင်းသားအားလုံး စာဝေးပြီး ဒုးထောက်ကြသည်။ အားကစားကွင်းကြီးကို ကြည့်ပြီး သူတို့ဘက်က နှစ်ဗုံးပြန်သွင်းနိုင်ဆဲ မှုည်ဟု အစိမ်းချုပ်ပြကြသည်။ အခြေအနေက တောင်းဆိုနေသည်

မှာလည်း ဒါပမဟုတ်ပါလား။ ပုံမှန်ပွဲချိန်အတွင်း သူတို့ ချေပေါ်းသွင်း လိုက်နိုင်ကြသည်။

သို့ဖြင့် ပင်နယ်တိကန်ပြီး အဆုံးအဖြတ်ယူရမည့် အချိန်ရောက် လာသည်။ အက်လန်အသင်း၏ ပရီသာတ်တစ်ဦးအနေဖြင့် ဂျာမန်ဘာ လုံးသမားတစ်ဦး ပင်နယ်တိကန်ရှုံး မြေကြေးထဲ ခြေားနိုက်သွားမည်ဟု စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်လို့ရမည် ထင်ပါသလား။ သို့မဟုတ် ဘာ့လုံးကုန်စီ ပြီးသွားရင် ဘောင်းဘိက္ခာတ်ကျေမည်ဟု တွေးကြည့်လို့ရမည် ထင်ပါ သလား။ သို့မဟုတ် ကန်လိုက်သည့်ဘာ့လုံးသည် ဂိုးဘားတန်းပေါ်က ကျော်သွားမည်ဟု မှန်းဆကြည့်လို့ ရမည်ထင်ပါသလား။ မရပါ။ ထိုသို့ ဘာ ဖြစ်ရပ်မျိုးကို စိတ်ကူးထဲပင် မထည့်စုံကြပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆို သော် အတွေ့အကြုံရင့်ကျက်နေသည့် ဂျာမန်များမှာ ယုံကြည်စိတ်ချုံ အပြည့် ရှိနေသည်။ သူတို့၏ ရင်တွင်းယုံကြည်ချက်သည် သူတို့၏ ကိုယ်ပမားပင် ထင်ရှားပေါ်လွှင်နေသည်။ ဂျာမန်အသင်းမှ အားကစား သမားတင်းက ထိနေအင့် သူတို့နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်စွာမှတ်ထားကြ သည်။ သူတို့ အနိုင်ရသွားကြပါသည်။

နောင်နှစ်ပေါင်းများစွာကြာသည်အထိ သည်ပွဲအကြောင်း ကျွန် တော် အကြော်ကြော် ပြန်စဉ်းစားကြည့်ခဲ့၏။ ဂျာမန်အသင်းနှင့် မတူသည့် အချက်များ အက်လန်နှင့် စကော့တလန်နှစ်သင်းစလုံးသည် မိမိတို့ အနိုင် ရရှိ မျှော်လင့်ရှုံးသာ မျှော်လင့်ခဲ့ကြခြင်းဖြစ်၏။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချုံမှာ အလုံးစုံသော မြားနားမှု ကို ဖြစ်ပေါ်၏။ တစ်ခါက ပင်လယ်ရောင်သမားတစ်ဦးကို ကျွန်တော် ဆုံးတွေ့ခဲ့ရ၏။ သူက ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်များတွင် ဘုရင် ရေတပ်မတော် ၌ ဓနစ်နှစ်လုံးလုံး အမှုထမ်းခဲ့သွားဖြစ်သည်။ သူအနေဖြင့် ရောင်ဝတ်စုံ တော်။ ရေပေါ်၌ အဆက်အသွယ်ဆိုလို့ လေပိုက်တစ်ချောင်းသာ ရှိကာ

တိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

ပင်လယ်ရေ အောက်ပေနှစ်ရာအနက်တွင် တစ်ဦးတည်း ရှိနေချိန်မျိုး၌ တစ်ခုခု အမှားအယွင်းပြစ်သွားမှာ စိုးရိမ်စိတ်ပေါ်ဖြူးပါသလားဟု ကျွန် တော်မေးကြည့်၏။ "ဟင့်အင်း၊ ကျူပ်အရေးပေါ်ပြသသနာဖြေရှင်းနည်း သင်တန်းအောင်ပြီး သာလေ" ဟု သုကပြုသွားလို့ သည်ကားလုံးတွေ ကို သူက ယုံကြည်စိတ်ချုံအပြည့်ဖြင့် ပြောသည်။ သူသင်ယူလေ့ကျင့် ထားသည့် လေ့ကျင့်ခန်းများက သူတွင် ပေါ်ပေါက်လာနိုင်စရာ ရှိသည့် ကြောက်စိတ်မှားကို လုံးဝေသုံးဖယ်ရှားခဲ့ကြောင်း သူ၏ ပြောဟန်ဆို ပေါက်တွင် သိသာထင်ရှားစွာပေါ်လွင်နေလေသည်။ ပြီးတော့ သူ၏ အသက်အန္တရာယ် လုံခြုံရေးအတွက် အကြောင်းမှာ ယုံကြည်စိတ်ချုံမှာ ဖြစ်ထွန်းစေခဲ့၏။

ယုံကြည်မှုဆိုသည်မှာ စိတ်က ပိုင်စီးသော ပည်ကားမဗ္ဗာ စိတ်ကူးတစ်ဦး မဟုတ်၊ စိတ်ကိုပိုင်စီးသော စိတ်ကူးတစ်ဦး ဖြစ်၏။

ရောဘတ် ဘော်လ်တန်

ကျွန်တော်တို့၏ အောင်မြင်ရေး အိပ်မက်များကို အကောင် အထည်ဖော်ပို့ကြေးပမ်းနေခိုက် ကြိုတွေ့ရမည် အချေတ်အချော်အတိုင်း အစောင်းမှုန်သမျှကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန် ကျွန်တော်တို့ ရင်တွင်း၌ ယုံကြည် စိတ်ချုံ ဖြစ်ထွန်းနေအောင် ဖန်တီးထားဖို့လို့၏။

ကလေးတစ်ယောက် လူအများရှုံးထွက်ပြီး စကားပြောသည်ကို သတိထားပြီး ကြည့်ဖူးပါသလား၊ တစ်ခါတစ်ခါတွင် ကလေးတွေသည် အုံစရာကောင်းလောက်အောင် ယုံကြည်စိတ်ချုံ ရှိကြော်၏။ သူတို့သည် သူမိမိုးတွေ ခန်းလုံးပြည့်ရှိနေသည့် ရှုံးမှာ ရပါပြီး စကားပြောစုံကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော သူတို့သည် ကြောက်ရကောင်းမှုန်း မသိသေး

သောကြာင့် ဖြစ်၏။ အခြားသူများ၏ ထင်မြင်ချက်များသည် သူတို့ နှင့်မဆိုင်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ထင်တစ်လုံး ရှိကြသည်။ သူတို့တွင် အပျက်သဘောဆောင်သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ယုံကြည်ချက်ဟူ၍ မရှိ သလောက်ပင်။

ကုမ္ပဏီအသစ်များသည်လည်း ဧေးကျက်ထဲတွင် သူတို့၏ ကိုယ့် ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို ပြလေ့ရှိ၏။ သူတို့သည် နှပါးသည်။ ညျှေးမှန်းချက်မြင့်မားသည်။ ပြီးတော့ စွမ်းအားအပြည့်ရှိသည်။ သို့ဖြစ်စေ ကာမူ စွမ်းဆောင်ရည် ပြည့်သည့် ယုံကြည်စိတ်ချမှုနှင့် အစွဲရာယ်ကြီး သော ဝင့်ဝါမှုကို ဓမ္မားသောစည်းသည် အလွန်သေးယော်ပါးလွှာလွန်းလှ၏။ သို့ဖြစ်ရာ ခြားမှာမှုကို ကျွန်ုတ်တော်တို့ သိမှတ်နေဖို့လိုပါသည်။

ဤအခန်းတွင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချမှု ဖွံ့ဖြိုးရေးနည်းလမ်းများကို လေ့လာကြပါမည်။ ဤသို့ ဖြစ်ထွန်းရေးအတွက် အမိက သော့ရှုက်မှာ ရိုးရိုးစင်းစင်း ရည်မှန်းချက်များ ချမှတ်ပြီး ငင်းရည်မှန်းချက် များပေါက်မြောက်အောင်မြင်ခြင်းဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုတ်တုံးကြည်သည်။ သင် ထိသို့ ပြလုပ်သောအခါ သင် ပေါက်မြောက်အောင်မြင်နိုင်သည် ဟူသော ယုံကြည်ချက် သင့်ရင်တွင်းမှာ ဖြစ်ထွန်းလာစေ၏။ ထိသို့ ပြလုပ်ခြင်းက သင်၏ အတွေ့ပုံရိပ်တည်ဆောက်ရာ၌ အထောက်အကူ ဆေး၏။ နောက်ပြီး သင့်မှာ ထိန်းသိမ်းချုပ်ကိုင်နိုင်စွမ်းရှိကြာင်း ခံစားရေး၏ သိမ်းချုပ်သောပေါက်စေ၏။

အောင်မြင်ခြင်းလောက် အောင်မြင်သောအရာ ဘာမျှမရှိဟု ဆိုရိုးစကားရှိသည်။ အောင်မြင်ခြင်းက သယ်ဆောင်လာသော ယုံကြည် စိတ်ချမှုသည် ရင်ထဲတွင် ထာဝရဖြစ်ထွန်းနေတော့မည်ဖြစ်၏။ အောင် မြင်ရေးက တောင်းဆိုသော အဆင့်ကိုမိအောင် သင်၏ ယုံကြည်စိတ် ချမှုကို ပျိုးထောင်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ကျွန်ုတ် ယုံကြည်သည်။ သင်

ထိသို့အားထုတ်ကြိုးပမ်းရင်း ကမ္ဘာချုပ်ပို့ဆုတစ်ခုခု ရကောင်းရနိုင်ပါ သည်။ မရဟု ဘယ်သူပြောနိုင်မည်လဲ။

သင်လုပ်နိုင်နိုးသည်တင်ပျော် လုပ်နိုင်၏

‘သင်လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ထင်လျှင် သို့မဟုတ် လုပ်နိုင်စွမ်းမရှိဟု ထင်လျှင် သင် ထင်တာမှန်နေလေ့ရှိသည်’ ဟူသော ဟင်နိုဒ်၏ စကားကို ကျွန်ုတ် မပြတ်သတိရနေ၏။ ကျွန်ုတ်ကတော့ ဤအယူ အဆကို အရမ်းသဘောကျေသည်။ အဘယ်ကြာင့်ဆိုသော ကျွန်ုတ် အတွက် သိပ်မှန်နေသောကြာင့်ဖြစ်၏။

ကျွန်ုတ်တော့ဘဝနောက်ကြာင်းကို ပြန်ကြည့်သောအခါ ကျွန်ုတ် အောင်မြင်ခဲ့သည့်ကိစ္စများသည် အောင်မြင်မည်ဟု ယုံကြည်ထားသော ထိစွမ်းဖြစ်ပြီး မအောင်မြင်သည့်ကိစ္စများသည် အောင်မြင်မည် မဟုတ် ဟု ယုံကြည်ထားသော ကိစ္စများဖြစ်ကြာင်း တွေ့ရ၏။ ဘာကြာင့် ထိသို့ဖြစ်ရသလဲ။ ထိသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ အနာဂတ်ရလဒ်ကို ကျွန်ုတ်တို့ မီတ်တွေ့ပုံရိပ်ဖော်ထားသောအခါ ကျွန်ုတ်တို့၏မသိစိတ်က ထိရလဒ်ကို ရအောင် အလိုအလျောက်အလုပ်လုပ်နေသောကြာင့် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုတ်တို့ဘက်က သိမှတ်စိတ်ပါဘဲ မသိစိတ်က ကျွန်ုတ်တို့၏ အရှုခံအမြင် အကောင်အထည်ပေါ်လာအောင် တိတ်တိတ်ကလေး အားထုတ်ခြင်းဖြစ်၏။

သည်တော့ သင်လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ယုံကြည်ထားသော အား သင်သည်အောင်မြင်ခြင်းမည်သော အပြဿနာ ပုံရိပ်ကိုဖန်တီးပြီး ဖြစ်သွားတော့၏။ သင်လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းမရှိဟု ယုံကြည်ထားသော အား ရုံးနိမ်ခြင်းမည်သော အပျက်သဘောပုံရိပ်ကို ဖန်တီးပြီး ဖြစ်သွားတော့၏။

လေထာအတွင်း ဒြပ်ထဲများ ရွှေလျားမှူး လေ့လာသော ပညာရပ် (aerodynamics) အရရို့လှုပ် ပိတုန်းသည် ပျေသန်းနိုင်စွမ်းပါရှိ။ အဘယ် ခြောင်းဆိုသော ပိတုန်း၏ ကိုယ်စွဲ့အရွယ်အစား၊ အငေး ပျေသန်းနိုင်စွမ်းရှိုံးလုပ်မဟုတ်။ သို့သော နှစ်နွဲလျော့သော သီပွံပညာရှင်နိုင်နာ အမှန်တရားများကိုမသိ၊ နားမလည်သည် ပိတုန်းကောင်က ဖြစ်သည် နည်းပြင် ရွှေတိုး ပျေသန်းသည်။ သူက စူးစွေးနေတိုင်း ပျားရည်အနည်းငယ် ရရှိပောင် စွမ်းဆောင်လိုက်နိုင်သေားသည်။

အမည်မသိ

သက်သေ အထောက်အထားအဖြစ် အောင်မြင်လိုစိတ် ပြင်းထန် သူများ၏ ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု၊ ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် စိတ်ချုပ်တို့ လေ့လာကြည်ပါ။ သူတို့စဉ်းစားသည်မှာ... မဟုတ်သေး၊ သူတို့ အမှန်တကယ် ယုံကြည်စွဲမှတ်ထားသည်မှာ... သူတို့အဖော်ဖြင့် ထူးခြား ပြောင်မြောက်သော ရည်မှန်းချက်များကို ပေါက်မြောက်အောင်မြင်နိုင်သည် ဟု၏။

ရော်ရွာဘင်နှစ်စတာသည် ဘုရားရွှေနှစ်က လေးမိနှစ်တစ်နှင့်နှင့် ပြီးပြလိုက်သောအခါ ယခင်က မဖြစ်နိုင်ဟု ယုံကြည်ထားသော ပြီးနှင့် ရှိုးပစ်လိုက်သော ပထမဆုံး လျေသားတစ်ယောက်ဖြစ်သွားတော့၏။ သူက ထိသို့ လျေသားစွမ်းရည်ကို ထုတ်ဖော်ပြသလိုက်သည်အတွက် သူလမ်းစဉ်ကို လိုက်ပြီး သူလို စံချိန်ချိုးနိုင်သွားပေါင်း နှစ်သောင်းခုရှစ်ခု စံချိန်ချိုးနိုင်သွားပေါင်း နှစ်သောင်းခုရှစ်ခု ဖြင့်မျှသာ မဟုတ်။ အချက်အလက်တစ်ခုဟု လူအများက မှတ်ယူလက် ခံထားသော အတိုင်းအတာတစ်ခုကို ချိုးဖျက်လိုက်ခြင်းလည်းဖြစ်၏။

အကြောင်ပေါင်း မရောက်နိုင်လောက်သည် မအောင်မြင်မှုများ ဖြေားရပြီး မောက် ဘုရားရွှေနှစ်တွင် ဝေရက်တောင်ထိပ်တွင် လျေသားများ ခြေချိန်ခဲ့ကြ၏။ ထိုမောက်ပိုင်းမှာတော့ ဝေရက်တောင်ထိပ်သို့ လျော့ အဇာတ်အပေါက် များလွန်းသဖြင့် သင်သာ စိတ်ဆန္ဒရှိပြီး ထွက်ချိန်း ကျော်နိုင်မည် ဆိုလျှင် သင့်အား ဘားမသိ ရန်မခစေဘဲ ဝေရက်တောင် သိပ်သို့ လိုက်ပို့နိုင်သည် အဖွဲ့အစည်းများပင် ရှိနေပါပြီ။

သို့ပေမဲ့ သင်အဖော်ဖြင့် ဝေရက်တောင်ကို တက်ရမည်ဟု အထွေး ပေါက်ပါနှင့်။ ကျွန်းတော်တို့အားလုံးတွင် အရောက်လှမ်းရမည် တို့ယိုင်ဝေရက်တောင်များ ရှိနေ၏။ သင့်စွဲဝေရက်တောင်က ဘာလဲဆို သည်ကို သင်သိပါသည်။ သည်တော့ သင့် စွဲဝေရက်တောင်က ဘာလဲဆို တာ ဖော်ထဲတဲ့ပါ။ ပြီးတော့ တောင်ထိပ်ရောက်အောင် တက်လှမ်းရှို့ အသင့်ပြင်ပါ။

ကျွန်းတော် ကိုးနှစ်သားလောက်က ကျွန်းတော်တို့ နေသော အိမ် ကြီးမှာ ပောင်းစွမ်းပါယွင်းနေပြီ။ အိမ်ကြီးနှင့်အတူ မော်တော်ကား သုံးစီဆုံးသည် ကားဂိုဒ္ဓော်ကြီးလည်း ရှိသည်။ သို့ပေမဲ့ နှစ်ပေါင်းများ စွာ မသိမ်းမဆည်းပစ်ထားခဲ့သော အမိုက်သရိုက်များကြောင့် ဂိုဒ္ဓော်ကြီးထဲမှာ ကားတစ်စီးပင် အနိုင်နိုင်ထားရသည် အနေအထား ရှိ၏။ တစ်စီးတွင် မိုးကျွောနေသည်။ ကျွန်းတော်မှာ လုပ်စရာ ဘာအလုပ်မျှမရှိ။ မေးမေး က ကျွန်းတော်အား ဂိုဒ္ဓော်ကြီးကို ရှင်းပစ်ဖို့ နိုင်းသည်။

ကျွန်းတော် ဂိုဒ္ဓော်ထဲသွားပြီး အမိုက်သရိုက်များကို ရှင်းသည်။ တမြေက်လှည်းသည်။ ဂိုဒ္ဓော်နှင့် မလှမ်းမကမ်းတွင် အမိုက်တွေ မီးနှီးနှီး အသင့်ပြင်ထားသည်။ လေးငါးနာရီလောက် အလုပ်လှပြီးသည်တိုင် သိပ်ထိပ်ရောက်ရောက် မဖြစ်သေး။ လူက ပင်ပန်းနေပြီး ကျွန်းတော် မေးမေး အိမ်ပြုလာပြီး ကျွန်းတော်အား အမြေအနေမေးတော့ “မဆိုပါဘူး”

ဟု ကျွန်တော်ဖြေလိုက်၏။ အောက်ပြီး မေမေပြောလိုက်သည့် စကားတစ်ချိန်းကို ထူးထူးခြားခြားသတိရနေသည်။ “ရော်ဘင်က ဒီအလုပ်ကို ပြတ်အောင် လုပ်မှာပါ။ ဘာဖြစ်လိုလဲဆိုတော့ တစ်ခုခု လုပ်မယ်လို့ သူပြောတိုင်း ပြီးပြတ်အောင် လုပ်တတ်လိုပဲ” ဟူ၏။

ဤကား မေမေဘက်က လိမ္မာပါးနှင့်သော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သွေ့သင်ချက်ကလေးဖြစ်ကောင်းဖြစ်မည်။ သို့သော် သည်စကားရပ်ကလေးက ကျွန်တော်အပေါ် ကြံးစာသုသေသကရောက်မှု ရှိခဲ့၏။ ကျွန်တော်ဘဝ တစ်လျောက်လုံး ဘာကိုပဲစလုပ်လုပ် ပြီးစီးအောင် လုပ်ခဲ့သည်ချည်းဖြစ်၏။ အလုပ်တစ်ခုကို စရိုးစဉ်တစ်ခု၊ မာရသွန်ပြီးပဲ တစ်ခု သို့မဟုတ် ကားဂိုဒ္ဓိဝင်ရှင်းလင်းခြင်းလို သဘာထားခဲ့၏။ ကျွန်တော်၏ ခံနိုင်ရည် ရှိမှုကို ကျွန်တော် အမြှုပုံကြည်သည်။ တစ်ခုခုကို တာဝန်ယူပြီးလျှင် ဖြစ်မြောက်အောင်လုပ်သည်။

ကျွန်တော်ဘဝမှာ မဖြစ်မြောက်ခဲ့သည့် ကိစ္စများသည်ဖြစ်မြောက် မည် မဟုတ်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်ထားသည့် ကိစ္စများသာဖြစ်၏။ မထင် မှတ်လောက်သည် အဲသွေ့စရာ ဖြစ်ရပ်များ မပေါ်ပေါက်ခဲ့ဖူးပါ။

တောင်ကမ်းပါးကို လာဟု ဘုရားသမင်ကမိန့်ကြား၏။ ကျွန်းပို့ စော်ကိုသည်ဟု သူတို့က ပြော၏။ တောင်ကမ်းပါးကို လာဟု ဘုရားသမင်က မိန့်ကြား၏။ သူတို့ လာကြသည်။ ဘုရားသမင်က သူတို့ကို တွန်းချုလိုက်တော့ သူတို့ ပျော်နှံသွားကြသည်။

ဂိယ် အပိုလီနာ (၁၈၈၀-၁၉၈၁)
ပြင်သစ် ကများဆရာ

ကျွန်တော်တို့ စိန်ခေါ်မှုအသစ်များနှင့် ရင်ဆိုင်ရသည့်အခါ သို့မဟုတ် ရည်မှန်းချက်အသစ်များ ချမှတ်သည့်အခါ ငှင့်ကိစ္စများ ဖြစ်မြောက်အောင်မြင်ရမည် ဟူသော အကြောင်းများကြည်စိတ် ရှိခို့ လို၏။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့၏ ကြံးစည်အားထုတ်မှုအားလုံးကို အခိုင်မာဆုံး ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ချက်ဖြင့် လုပ်ဆောင်သည့်တိုင် သံသယတွေ ပေါ်လာတတ်သည်မှာ သဘာဝပင်ဖြစ်၏။ ပုပ္န်စိတ်တွေ၊ ကြားကိုစိတ်တွေ ပေါ်ပေါက်တတ်သည်မှာလည်း သဘာဝပင်ဖြစ်၏။

နာမည်ကျော် ရုပ်မြင်သံကြားသရပ်ဆောင်တစ်ယောက်အစီအစဉ် စော်နီးတိုင်း တုန်လှပ်ရောက်ချားနေတတ်သည်ကို ကျွန်တော်မှတ်မိဇ္ဇာ၏။ သူသည် ဖျော်ဖြေရေးအနုပညာရှင်တိုင်း ခံစားရလေ့ရှိသည့် စီးရိမိမှု ကို ခံစားရခြင်းသာဖြစ်၏။ သို့ပေမဲ့ သူတိုးရိမိစိတ်က အများတကာထက် ရိမြို့ ပြင်းထန်သည်။ ညာစဉ်ညာတိုင်း အစီအစဉ်မစမ်း သူပြောနေကျေားကို အစီအစဉ်ထုတ်လုပ်ရေးမူးများ အောင့်အည်း နားထောင်ရ ဖြေပိုင်း ဖြစ်သော့ ကမောက်ကမြှင့်မယ်ဆိုတာ ကျွန်တော် သို့မော်တယ်။ ကျွန်တော်မှာ ပင်ကိုစွမ်းရည်ဆိုလို ဘာမှမရှိဘူးဆိုတာ ပရိသတ် အားလုံးသိရမယ့် ညာတော့ဒီညာပဲပါ။” ဟူသော စကားမျိုးတွေဖြစ်၏။ သို့သော် အစီအစဉ်စုံ အချိန်နီးကပ်လာသည်နှင့် ထိုင်ရာကထူးပါးတိုင်းလိုပင် ပရိသတ်၏ ချိုးကျူးအားပေးမှုကို အရပုံတော့၏။

ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် သံသယဝင်ခြင်းသည် သဘာဝပြစ်၏။ မိမိ၏ ဝါးကျောင်းလုပ်ငန်းနယ်ပယ်တွင် နှစ်ပေါင်းနှစ်ဆယ်လောက် ထိပ်တန်းက အောင်မြင်မှု ရန်သူများပင် ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် သံသယဝင်တတ်ကြသည်။ သို့သော် အရေးကြံးသည်မှာ ငှင့်သံသယစိတ်ကို အဝေးမှာ ထားရစ်ခုဖို့ဖြစ်၏။ လူတိုင်းမှာ ထိုအခိုက်အတန်မျိုးတွေရှိကြောင်းသောပေါက်ထားပါ။ အောက်ပြီး ငှင့်သံသယစိတ်များကို မကြောက်

ပါနှင့် ငှင်းသံသယစိတ်များက သင့်အား မလူပ်နိုင်မရှားနိုင် ဖြစ်သွား အောင် လုပ်ခွင့်မပေးပါနှင့်။

ကိုယ့်ကိုယ် သံသယဝင်ပြိုးဆိုသည်မှာ သဘာဝက ကျွန်ုတ်တို့ အား ပေးအပ်ထားသော အရှိတရားကို စစ်ဆေးသည့် နည်းလမ်းပြိုးခြင်း။

သင့်ရည်မှန်းချက်များ အကောင်အထည်ဖော်နေခိုက် ဖြစ်ပေါ်လာ သော ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သံသယဝင်စိတ်များကို ကျော်လွှန်ပြီးကြည့်ပါ။ ဤသို့ပြစ်ခြင်းသည် သင့်အောင်မြင်ရေးခိုးစဉ်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု အဖြစ် ရှုမြင်သုံးသပ်ပါ။ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရမည့် သဘာဝ လုပ်ငန်းစဉ် တစ်ခုအဖြစ် နားလည်သောပေါက်ပါ။

“ငါကိုယ်ငါ အရွှေ့လုပ်သလိုဖြစ်နေရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ”၊ “ငါ မအောင်မြင်ရင် ဘယ်လိုနေမလဲ” ဟူသော အတွေးများကို မတွေးဖူး သူ ရှိပါသလား။ အပျက်သဘာဏ္ဍားခေါ်ခြင်းက သင်၏ အထွေးနှုန်းကို မပျက်ဆီးပါစေနှင့်။ အပြုသဘာဆောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်နှင့် စိတ်ပြုဌာန်းချက်က ငှင်းသံသယစိတ်များကို အမြဲတမ်းကျော်စွားနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

သင်၏ ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှုကို ကြိုးစားရှာဖွံ့ဖိုးသည်နှင့် ဦးအောင်မြင်သုတေသနပြီး အာဆုံးလိုက်ချုပ် အာဆုံးလိုက်ချုပ် သင် မေးမိမည်မှာ သဘာဝပင်ဖြစ်၏။ အဖြစ်မှာ သင်အောင်မြင်မည်ဟု ရာနှုန်းပြည့် အာမခံချက် ဘယ်တော့မျှမရှိပြောရပါမည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် “ငါရှုံးနိုင်မယ်လို့ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး အာမခံလို့ရမလဲ” ဟူလည်း မေးလို့ရ၏။ အမှန်တရားကတော့ ဘဝမှာ သေချာရေရာမှု ဆိုတာ ရရှိခြင်းပင်ဖြစ်၏။ ရွှေးနိုင်မှုနှင့် အောင်မြင်မှု နှစ်ဖျိုးစလုံးသည် သင့်စိတ်

ထဲမှာ ဖြစ်တည်လာသော အတွေးများသာဖြစ်၏။ သင့်ကို နိုင်းပြီး သင့်စိတ်ကို ပြုဌာန်းနေမည့်အတွေးသည် ဘယ်ဟာမျိုးဖြစ်မည် ဟူသည် မှာ သင်ချေးချုပ်သော ယုံကြည်မှု ဖြစ်ပါသည်။

သူအတွက်သူ မစဉ်းစားစသော လူတစ်ဦးသည် ဘာကိုမျှ စဉ်းစားလိမ့်စည်း မဟုတ်။

အော်စကာ စိုင်းလ် (၁၈၄၅-၁၉၀၀)

ကျွန်ုတ်တို့ အတော်များများသည် အနာဂတ်ကာလကို ရှင်ဆိုင် သောအခါ ကျွန်ုတ်တို့၏ အတိတ်ကာလ ရုံးနိုင်မှုများအကြောင်း သတိလစ်စိတ်က စိုးမိုးနေတတ်၏။ “ဒို ဒီဟာကိုတော့ ငါပြစ်အောင် လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး” ဟူသော အတွေးမျိုးတွေ ပေါ်လာတတ်၏။ သို့သော် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သံသယဝင်စိတ်က သင့်အား ထိနည်းဖြင့် ဖျုစ်ညွစ်ထားခွင့်မပြုပါနှင့်။ သို့မဟုတ် ကြောက်စိတ်က သင့်အား ရွှေးမိုးမာသွားပါစေနှင့်။ သင်အောင်မြင်နိုင်ကြောင်း ယုံကြည်ထားပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ချက်နှင့်အညီ အလိုအလျောက် ပြုမှုကျွဲ့ကြုံလာပါ လိမ့်မည်။

သုတေသန သက်ဝင်ယုံကြည်မျိုးပါ

သက်ဝင်ယုံကြည်မှုဆိုသည်မှာ သက်သေ အထောက်အထား မလိုသည့် ယုံကြည်စိတ်ဟု ဖော်ပြကသည်။ ဘာသာတရား ကိုးကွယ် သူ ဘယ်သူမဆိုသည် မမြင်ရသောအရာများကို ယုံကြည်ခြင်း ဟူသော သက်ဝင်ယုံကြည်မှုအရေးကြီးကြောင်း သိုံးကြောင်း သင်လိုလားသော အနာဂတ်ဘဝမျိုး ရရှိရန် ယုံကြည်စိတ်ချုပ်လိုအပ်၏။ ငှင်းယုံကြည်

နိတ်ချမှု ဖြစ်ပေါ်လာရေးမှာ သင့်ကိုယ်သင် သက်ဝင်ယုံကြည်မှု ရှိမရှိ အပေါ်တွင် တည်မှုနေ၏။ သင်သည် သင့်ကိုယ်သင် အပြုသဘော ယုံကြည်ချက်နှင့်အတူ သက်ဝင်ယုံကြည်မှုကိုပါ တည်ဆောက်နိုင်ပြီ ဆိုလျှင် သင့်အောင်မြှင့်ရေးအတွက် ငပ်နေသော စွမ်းရည်မှားကို အမြင့် ဆုံးမြှင့်တင်နိုင်မည်ဟု ဆိုပါမည်။

သင့်အား အနောင့်အယုက်ပေးနေသည့် အပျက်သဘောဆောင် ယုံကြည်ချက်မှားသည် သင်၏ အတိတ်ကာလအတွေ့အကြော်မှားမှ ဖွဲ့စည်းဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်၏။ ငင်းအမှုအကျင့်မှားကို ဖျောက်ဖျက် ပစ်လို့ရ၏။ သို့သော် ငင်းအမှုအကျင့်မှားကို ယနေ့ပြင်၊ နက်ဖြန့်ပျောက် သဘောပျိုးတော့ မယ့်သနခေချင်။ နောက်ထပ် အမှုအကျင့်အသစ်တစ်စုံ ကို ခရီးသွားဟန်လွှာတည်ဆောက်ယူလို့ရမည်ဟု ထင်လျှင် မှားပါလိမ့် မည်။ သင့်အနေဖြင့် ခိုင်မာသော အခြေခံအတ်မြစ်မှား ရုရှည်းမည် ဖြစ်၏။

သင့်စွမ်းရည်မှားနှင့် ပတ်သက်၍ ထားရှိသော သင့်ယုံကြည်ချက် သည် သင်၏ အခြေခံတန်ဖိုးနှင့် လိုက်လျောညီတွေ့ရှိရမည်။ သင်၏ အခြေခံ တန်ဖိုးမှားသည် သင့်ကိုယ်သင် တိုင်းတွေ့သည့် ပုဂ္ဂလိက ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ စံမှားနှင့် လိုက်လျောညီတွေ့ရှိရမည်။ သို့မှ ရေရှည်တည်တဲ့သော အောင်မြင်မှု၊ ပျော်ဆွင်မှုနှင့် ကျေနှုန်းနှစ်သိမ့်မှုတို့ကို ရရှိနိုင်ပါမည်။ အထက်ပါအချက်မှားနှင့် ဆန့်ကျင်ပြီး အလုပ်လုပ်ခြင်းသည် သင့်ကိုယ်သင် ဆန့်ကျင်ခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

သည်တော့ သင့်ကိုယ်သင် နားလည်ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ အောက်ပါမေးခွန်းမှား သင့်ကိုယ်သင် မေးကြည့်ခြင်းသည် လုပ်ထိုက်သောအလုပ်တစ်ခုဖြစ်၏။

“ငါဘယ်သူလဲ” “လူဖြစ်လာတဲ့ ဘဝမှာ ငါဘာတွေဖြစ်မြောက်

ချင်လဲ” ငါဘာကို ယုံကြည်သလဲ၊ “ငါဖြစ်မြောက်အောင်မြင်နိုင်စွမ်းရှိ တယ်လို့ ယုံကြည်ထားတာ ဘာရှိသလဲ”

သင့်ရင်ထဲတွင် အဆိုပါ သက်ဝင် ယုံကြည်မှုကို ဖော်ဆောင်ရင်းသင်၏ ယုံကြည်စိတ်ချမှု ဖွဲ့စီးလာသည်။ ကုမ္ပဏီမှားက သူတို့ကိုယ် သူတို့ သက်ဝင်ယုံကြည်မှု ရှိလာစေရန် ‘ရည်မှန်းချက် တာဝန်စာတမ်း’ အဖြစ် သူတို့၏ တန်ဖိုးမှားကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းဖော်ပြကြသည်။ ကုမ္ပဏီ၏ ယုံကြည်ချက်က ဘာလဲ၊ သူတို့ ဘာကိုပါက်မြောက်အောင်မြင်နိုင်းစားနေသလဲ၊ ငင်းအရာကိုရအောင် ဘယ်ပုံဘယ်နှင့်လုပ်မည်လဲ ဆိုသည်မှားကို ဖော်ပြကြသည်။ ထိုသို့သော ရည်မှန်းချက်တာဝန်မှား သည် ကုမ္ပဏီကြီးသည် ငယ်သည်မဟု အားလုံးမှာ ရှိသင့်၏။

သည်တော့ သင်၏ ပုဂ္ဂလိကရည်မှန်းချက်တာဝန်ကရော ဘာလဲ။ သင် ဦးထိုင်ထားသည့် တန်ဖိုးတွေကရော ဘာတွေလဲ။ အောင်မြင်မှု ပန်းတိုင်သို့ သွားရာလမ်းကြောင်းသည် ရည်လျားဖြော်နှင့်တန်းပြီး လမ်းဆုံးလမ်းဗွဲတိုင်း၌ ရှင်းလင်းပြတ်သားသော ဆိုင်းဘုတ်မှားတပ်ဆင်ထားသည် လမ်းမမျိုး မဟုတ်ပါ။ တစ်ခုချိန်တွင် ဉာက်လျောချောမှု့ သော လမ်းမကြီး ဖြစ်နေပြီး နောက်တစ်ခုချိန်တွင် မြှေးဆိုင်းသော တောင်တက် လမ်း၊ လမ်းကျော်ကျော်ကောက်တွေ့ဖြစ်နေနိုင်၏။ ရှုတ်တရက် လမ်းပျောက်သွားသည့်အခါးမျိုးတွင် ဉားရာမလုပ်ရမှန်းမသိ ဖြစ်မှုမျိုးတွေ့နှင့်လည်း ဉားရနိုင်၏။ သို့သော် ထိုအချိန် ထိုကာလမျိုး ဆွေတွင် သင့်အား ခရီးဆက်နိုင်အောင် သယ်ဆောင်သွားမည်မှာ သင်၏ စိတ်ပြုဌာန်းချက်နှင့် စိတ်ကူးစိတ်သန်း၊ တွေ့ဝေယိမ်းယိုင်ခြင်း မရှိသော သင့်ကိုယ်သင် သက်ဝင်ယုံကြည်မှုတို့သာဖြစ်ပါသည်။

သင့်ကိုယ်နှင့် သင်သတ်မှတ်ထားသော တန်ဖိုးမှားအား ယုံကြည့် မျှရှိခြင်းက သင်ဦးတည်သွားရမည် အရပ်ကို အမြှေ့နှင့်ပြနေလိမ့်မည်။

အမှာင်ပိုက်ဆုံးအခိုက်အတန်များမှာပင် သင်သွားရမည့် လမ်းကြောင်း
ကို ရှာတွေ့နိုင်အောင် အထောက်အကူပေးပါလိမ့်မည်။

ကောယ်ရှု သတ္တဝါ

ကျွန်တော်တို့သည် အစွဲအလမ်းတွေ၊ အာယာတတွေ မပါဘဲ
အမိမိမှ ကျွေတော်တို့ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့၏င်ပျိုးနေသော စွမ်း
ရည်များနှင့်ပတ်သက်သည့် အပြင်ပန်းကန်သတ်ချက်များကို မသိဘဲ
လူဖြစ်လာကြသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် သဘာဝတရား၏ ကြမ်းတမ်း
ကိုထုတ်များကို ရင်ဆိုင်ကျော်သွားဖို့ ရင်သန်ပုဂ္ဂနိုင်ဖို့ ပိမ့်စွမ်းရည်
များဖြင့် မွေးဖွားလာကြသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ဤကမ္ဘာလောက
ကြီးထဲသို့ မွေးရာပါအောင်နိုင်သူများအဖြစ်ဖြင့် ဝင်ရောက်ခဲ့ကြသည်။

အမှာင်ကိုမြှောက်သော ကလေးတစ်ယောက်အား ကျွန်ပို့တို့ လွယ်
လွယ်ကူကူ ခွင့်လွှာတိုင်ကြ၏။ လူကြီးတွေက အလင်းကို မြှောက်ပြင်း
မှာမူ ဘဝ၏ အမှန်တကယ်မြှောက်ခွဲကွဲစရာဖြစ်ရပ် ဖြစ်ပေသည်။

ပလေတိ (၄၂၇-၃၄၇ ဘီစီ)
ကရို တွေးခေါပညာရှင်

ကလေးတွေသည် စိတ်ကူးစိတ်သန်းအပြည့်၊ ရင်တွင်း ယုံကြည်
စိတ်ချမှုအပြည့်ဖြင့် မွေးဖွားလာကြသည်။ သူတို့ စိတ်ထဲတွင် သူတို့သည်
စွမ်းစားခန်းပါဝ်း အထောင်ထောင် အသောင်းသောင်းတွင် သူရဲ့ကောင်း
များဖြစ်၏။ အဆိုပါစိတ်ကူးစိတ်သန်းနှင့် ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို မြေတောင်
မြှောက်လေးသောအခါး သူတို့အတွက် ဘာမဆို ဖြစ်နိုင်ခြေရှိထော့၏။
သူတို့ကို ပစ်ပယ်ထားလျှင်မူ သူတို့သည် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ပျက်စီး

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

သွားတော့၏။

သည်တော့ သင်တစ်ချိန်က ဖြစ်ခဲ့သော ကလေးငယ်နှင့် အဆက်
အသွယ်မပြတ်အောင် နေထိုင်ပါ။ ဆန်းဆန်းကြယ်ကြယ် စိတ်ကူးစိတ်
သန်းများကို ပြန်လည်ခံစားကြည့်ပါ။ ဘာမဆိုဖြစ်နိုင်သည်ဆိုတာ
ယုံကြည်မှုကို ပြန်လည်မွေးမြှုပါ။

ကလေးငယ်တစ်ယောက် တစ်ခုခုလုပ်တော့မည်ဆိုသောအခါး
သူများအောင်မြင်မှုအတွေးအကြော်ဟူ၍ မရှိ။ ဘယ်အလုပ်မျိုးပဲ
ဖြစ်နေဖြစ်နေ သူလုပ်နိုင်သည်ဟုသာ ယုံကြည်ထားသည်။ စွမ်းအား
အရင်းအမြစ်များကို သူတို့စိတ်ကူးစိတ်သန်းများနှင့် စိတ်ပြုဌာန်းချက်မှ
ထုတ်ယူသည်။ သင့်မှာ ထိနိတ်ကူးစိတ်သန်းမျိုး၊ ယခုထိရှိနေပါသေး
သည်။ သင့်မှာ စိတ်ပြုဌာန်းချက်လည်းရှိနေဆဲပါ။ သို့ပေမဲ့ စိတ်ပြုဌာန်း
ချက်ကို ပြန်လည်ရရှိရန် နက်နက်ကလေး နှိုက်ကြည့်ဖို့တော့ တစ်ခါ
တစ်ခါလိုအပ်၏။ ချိုးပစကားများ၊ အောင်မြင်သောအတွေးအကြော်များ
မြှောင်းကလေးတစ်ယောက်၏ ယုံကြည်စိတ်ချမှု ဖွံ့ဖြိုးတိုးတကဲ့လာ
သည်နည်းတူ သင့်ယုံကြည်စိတ်ချမှုလည်း ထိနည်းဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နိုင်
၏။

သည်တော့ အောင်မြင်ရေးလမ်းမပေါ်တွင် လျှောက်လှမ်းရင်း သင့်
ကိုယ်သင်နှင့် သင်၏ ပုဂ္ဂလိက ဖြစ်ထွန်းမှုများကို နှစ်ထောင်းအားရဖြစ်
ပါ။ သင့် တစ်ခုခု စွမ်းဆောင်နိုင်လိုက်ပြီဆိုလျှင်၊ သင့် နှစ်ထောင်းအားရ
ဖြစ်စေသော ကိစ္စတစ်ခုခုဖြစ်မြောက်သွားပြီဆိုလျှင် “တယ်ဟုတ်ပါ
လားဟေး” ဟု သင့်ကိုယ်သင် တိတ်တိတ်ကလေး ချိုးမွမ်းပစ်လိုက်ပါး
၏။

သာမီ အနေနှင့်အယ်ရှုံးကို ရတနောင့်အဖျိုးမျှဖြည့်ပါ

မော်တော်ကား ဘီးပေါက်သွားကြောင့် သို့မဟုတ် နှဲဖန်ခြက်ထဲက မျှား မိတ်စဉ်သွားသောကြောင့် မိတ်ဆိုးဒေါသထွက်နေသူ တစ်ဦးလီး ဘုံးကြည့်ရသည့်မှာ ကျွန်တော်အတွက်တော့ တော်တော်ကမောက်ကမ ပိုင်လှသည်။ သေရေးရှင်ရေးသည် သေရေးရှင်ရေးဖြစ်သည်အတွက် သေရေး ရှင်ရေး ကိစ္စလို သဘောထားရပါမည်။ အရာရာတိုင်းကို အနီး အဝေး အမြင်ဖြင့် ရှုံးဖြင့်သုံးသပ်ရပါမည်။

သည်အကြောင်း ပြောတော့ အမေရိကန် ခရီးသွား အညွှန်သည် ဗုံးအကြောင်း သတိရမိ၏။ အမေရိကန်ခရီးသွားအညွှန်သည်က အားလပ်ရက်တွင် စကော့တလုန်မြောက်ပိုင်းတွင် လှည့်လည်လည်ပတ် ရှင်း နှင့်တစ်ခုပေါ်မှာ ထိုင်နေသည် အဘိုးကြီးတစ်ဦးအား “မနက်ဖြန့် ရာသီဥတုအမြေအနေ ဘယ်လို့ရှုံးမလဲ ငင်ဗျာ” ဟု မေးသည်။ အဘိုးကြီး ဘေးကောင်းကင်ကိုပင် မော်ကြည့်ဖော်မရဘဲ “ကျွန်ကြောက်တဲ့ ရာသီဥတု မျိုးဖြစ်လိမ့်မယ်” ဟု ဖြေသည်။ သည်တော့ ခရီးသွားအညွှန်သည်က နေသာမှု့လား” ဟု ထပ်မံ့သည်။ အဘိုးကြီး၏အဖြေက “မသိဘူး မှု” ဟူ၏။ “သို့ ဒါဆို မိုးရွာမှု့လား” ဆိုတော့ “ကျွန် ဘယ်ပြော ဘတ်ပါမလ” ဟု ဖြေပြန်သည်။ ယခုအခါ ခရီးသွားအညွှန်သည်ခဲ့မျာ ဘော်တော်ကြီး ဝေဝေါဖြစ်နော်၍ “ထားပါတော့၊ ရာသီဥတုက ဘဲ့ ကြောက်တဲ့ ရာသီဥတုမျိုး ဖြစ်မယ်ဆိုတော့ ဘယ်လို့ရာသီဥတုမျိုးကို ပြော အားလ ဟင်” ဟု မေးသည်။ အဘိုးကြီးက အမေရိကန်ကို စိုက်ကြည့်ပြီး ဖြုတိက်သည့်မှာ “ကျွန်အနေနဲ့ ရာသီဥတုကို ထိန်းချုပ်လို မရဘူးဆို ဘာ သိနေတာ နှစ်ပုံဖွေ့ဒေါ်တွေ ကြာခဲ့ပြီဗျာ” ဒီတော့ ဘယ်လို့ရာသီဥတု မျိုးပြုစွဲဖြစ် ကြောက်နိုင်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ပညာပေးထားရတာပဲ့” ဟု၏။

သင်ခန်းစာမှာ သင်ထိန်းချုပ်လို့မရသော အကြောင်းကိစ္စများနှင့် ပတ်သက်ပြီး မိတ်အနေနှင့်အယ်က် မဖြစ်ပါနှင့် ဖြစ်ရပ်များနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသည့် မိတ်လှပ်ရှုံးမှုများကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်း သင့်မှာ ရှိ၏။ ငါးမိတ်လှပ်ရှုံးမှုများကို သင်က မထိန်းချုပ်လျှင် ဘုတိက သင့်ကို ထိန်းချုပ်သွားတတ်ပါသည်။

သည်တော့ နွားနှီးနည်းနည်း မိတ်စဉ်သွားသည်ကို သေရေးရှင်ရေး ကိစ္စကြီးတစ်ခုလို သဘောမထားပါနှင့် သို့မဟုတ် သွားရင်းလာရင်း မော်တော်ကား ဘီးပေါက်တာလောက်ကို မိတ်ဆင်းရဲခြင်းကြီးစွာ ဖြစ် မဖော်ဖြန့် ဖြုံးဖြစ်ရပ်များသည် ယာယိအနေနှင့်အယ်က်များသာဖြစ်ပါ သည်။ သို့သော့ ဖြုံးဖြစ်ရပ်များသည် သေးသေးဖွဲ့ဖွဲ့ အနေနှင့်အယ်က် ကလေးတွေ ဖြစ်၏။ ဖြုံးဖြစ်ရပ်များကို မျှော်လှုံးတွေကို လုတိုင်းကြော ရုံး၏။ အရေးကြီးသည်မှာ မောက်တစ်ဆင့် သင်ဘာလုပ်ရမည်လဲဆိုတာ ဖြစ်၏။ လောလောဆယ် သင်ဘာလုပ်ဖို့ ကြေးစားနေသလဲ။ ကုမ္ပဏီ တစ်ခုတည်ထောင်ဖို့လား။ ရင်နှီးသည် မိတ်ဆွေများကို ထိန်းပြီး ညေ ကျွေးမြှို့လား။ ဘာပဲလုပ်လုပ် အမှားအယွင်းအတိမ်းအစောင်းတွေကတော့ ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိသည်သာဖြစ်၏။ ဖြစ်ပေါ်လာသွား အဆွဲတ်အချော် အတိမ်း အစောင်းများကို အနီးအဝေးအမြင်ဖြင့် ကြည့်တတ်ရပါမည်။ ထိုသို့ ကျွန်းကြောက်နိုင်လျှင် ထိုဖြစ်ရပ်ကလေးတွေက အောင်မြင်ရေးအတွက် သင့် ဘာဝန်ခံမှုတွေ အားနည်းသွားပေါ်လိမ့်မည်။

အမိုက် အရေးကြီးသည်မှာ သင် ဘာဖြစ်သလဲဆိုတာ မဟုတ်။ ထိုဖြစ်ရပ်နှင့် ပတ်သက်၍ သင် ဘာလုပ်သလဲဆိုဘာဖြစ်၏။

ယာယိအနေနှင့်အယ်က်တစ်ခုဖြစ်ပေါ်လာလွှင် ငါးမိုင်း အဖြစ်အပျက် နှင့်တွေ့ပြီး မိတ်ညှစ်မောက်ပါနှင့် သင်ခန်းစာမှာ သင်ထိန်းချုပ်သွားတတ်ခဲ့ကို သိနေတာ နှင့်အဖြစ်သာ သဘောထားလိုက်ပါ။

လိုင်းကိုယ်ကိုယ် ရှိုးဘွယ်

မြတ်ဇီး

ခိုတ်စာတ်ကြော်နိုင်ဖြင့် ရှုံးပါ။
ပြီးတော့ မကြာမကြာ ရှုံးပါ။
သောမတ် ဝပ်ဆန် (၁၈၇၄-၁၉၅၆)
အိုင်ဘိအမဲ စတင်တည်ထောင်သူ

အသက် ဆယ့်ခုနှစ်နှစ်သာ ရှိုးသေးသည့် ဘောရစ်ဘက်ကာသည်
ထိပ်တန်းအားကစားသမားရှုံးတိုးစာရင်းမှာ မပါဘဲ ၁၉၅၅ ခုနှစ် ဝင်ဘယ်
အန်တင်းနှစ်ခုနှစ်ပိုယ်ဆွဲတ်ချုံးပြီး ကမ္မာအားကစားလောကကို တုန်လှပ်
သွားစေ၏။ နောက်နှစ်တွင်လည်း ဝင်ဘယ်ဒန်သို့ ပြန်လာပြီး သူသရှုံး
ကို အောင်မြင်စွာ ကာကွယ်နိုင်ခဲ့သည်။ နောက်နှစ်မှာတော့ အပြင်ကွင်း
တစ်ကွင်းတွင် မထင်မရှား အားကစားသမားတစ်ဦးကို ရှုံးနိုင်သွားသည်။
ထိစွဲက သူအသက်ဆယ့်ကိုနှစ်ပို့ရှိုးသေးသည်။

နောက်ပိုင်းပြုလုပ်သည့် သတင်းစာရင်းလင်းပွဲတွင် ယခုလို ရှုံးနိုင်
သွားသည့်အတွက် ဘယ်လို ခဲ့စားရပါသလဲဟု သတင်းထောက်တွေက
ဂိုင်းမေးကြသည်။ ဘက်ကာက သူအသက်အရွယ်နှင့် မလိုက်အောင်
ညာတ်အမြော်အမြင် ကြီးစွာဖြင့် ပြန်လည် ပြေကြားလိုက်သည်မှာ “ဒီမှာ
အူ...၊ ခုဟာက ဘယ်သူမှ သေသွားတာမဟုတ်ပါဘူး။” ကျွန်တော် တင်း
နှစ် ပြီးပွဲတစ်ပွဲ ရှုံးသွားတာပဲ ရှိတာပါ” ဟု၏။

သူက ဤကိစ္စသည် တင်းနှစ်ပွဲတစ်ပွဲသာဖြစ်ကြောင်း အနီးအစေး
အမြင်ဖြင့် ရွှေမြင်သုံးသပ်ခဲ့လေသည်။ မှန်ပါသည်။ ကစားရာသည်နေရာ
က ဝင်ဘယ်ဒန်မှာပါ။ မှန်ပါသည်။ ရာသည်ဆုက ကမ္မာအသင့်အတန်း
ဆကြီးပါ။ သို့သော် ဤအရေးသည် သေရေးရှင်ရေးကိစ္စကြီး မဟုတ်ပါ
ချေး။

တစ်ခါက ကျွန်တော်သည် တစ်ခုနှစ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး တော်တော်

ပြီး နိုင်းရေးသောက ပွားနေသည်။ ထိုအခါ မိတ်ဆွေတစ်ဦးက အေးသည်။
“ရှုံးဘင်း၊ ဒီနောကနေး ပြန်ပြီးတွက်ကြည့်ရင် လွန်ခဲ့တဲ့တစ်နှစ်တိတိ
တုန်းက ခင်ဗျား ဘာတွေနီးရိုင်သောကပွားခဲ့သလဲ”တဲ့။ ကျွန်တော် သူကို
ကြည့်ပြီး အူကြောင်ကြောင်ပြစ်နေသည်။ “မသိတော့ဘူး...၊ ဘာဖြစ်
လို့လဲ”ဟု ဖြေလိုက်သည်။ အေးလေ ဒီနောကစြိုး နောက်တစ်နှစ်
အကြားမှ ခင်ဗျား ခုစိတ်ပူဇော်တဲ့ ကိစ္စကိုလည်း သတိရတော့မှာ မဟုတ်
ဘူး”ဟု သူက ပြောသည်။

သင့်ကိုယ်သင်လည်း ဤမေးခွန်းကို မေးကြည့်ပါ။ လွန်ခဲ့သည့်
တစ်နှစ်တုန်းက သင် ဘာတွေနီးရိုင်ပူဇော်ခဲ့သလဲဆိုတာ တိတိကျော်
အဖြေရရအောင် စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင် တကယ်ပဲ မှတ်မိသေးသလား။
မှတ်မိမှာ မဟုတ်ဟု ကျွန်တော်ထင်ပါသည်။

အချစ်ရေးကိစ္စတစ်ခု အဆင်မပြုဖြစ်သွားသည်။ သို့မဟုတ်
မျိုးရေးစီမံကိန်းတစ်ခု ပျက်သွားသည်။ သို့မဟုတ် ဘဏ်ကရေး၌ ငွေ
ပြန်ဆင်ပို့ လောဆော်နေသည်။ ထိုကဲ့သို့ ဆိုးဆိုးရွားရွားတစ်ခုဖြစ်ပြီး
ဆိုလျင် သင်ဆန္ဒရှိပါက သည်အတွေ့အကြော်ကြီးကို ပွဲဖောက်ထားလို့ရှုံး
၏။ သည်အတွေ့အကြော်ကြီးနှင့် သင့်ကိုယ်သင် တွဲဖောက်ထားလို့ရှုံး
သင့်ဘဝ လက်ကျော်ကာလတစ်လျောက်လုံး သည်အတွေ့အကြော်ကြီးဆိုးပြီး
ထို အမြိုက်ထုပ်ကြီးတစ်ခုလို သယ်ပိုးသွားနိုင်သည်။ သို့သော် အဆိုပါ
အိပ်မက်ဆိုးမှား၊ ထိုအိပ်မက်ဆိုးမှားနှင့်ဆက်ခွဲယ်နေသာ ခဲ့စားချက်များ
ထို ထိန်းသိမ်းထားမည်၊ သင့်အတွေ့ပုံရိပ်အပေါ် သြေသေက်ရောက်ခွဲယ်
အောင်ဆိုလျင် သင်သည် သင့်ကိုယ်သင် ချို့တဲ့အောင် ပြုလုပ်ရာသာ
ဆောက်ပေမည်။ ရွှေးချေယ်ခွင့်သည် သင့်လက်ထဲမှာ ရှိ၏။ သည်အတွေ့
အကြော်မ သင်ခန်းစာထုတ်ယူပြီး သည်အိပ်မက်ဆိုးကြီးကို နောက်မှာ
ထားရစ်ခဲ့ပါ။ တစ်နည်းဆိုသော် အမြိုက်ထုပ်ကြီးကို စွန်ပစ်ခဲ့ပါ။

သင် သဘာမတ္ထိမပြော၊ ဘယ်သူကမျှ သင့်အား သိမ်းယိုစိတ်ပေါ်
အောင် လုပ်လိုမရ။

အယ်လီနာ ရှစ် (၁၈၈၄-၁၉၆၂)

ကျွန်တော် မိတ်ဆွေတစ်ယောက်၏ အဘားသည် အလွန်ကြ
ကဲ ဝမ်းနည်းတတ်သူဖြစ်၏။ ကျွန်တော် သူနှင့်သိကျမ်းခဲ့သည့် ကာလ
တစ်လျောက်လုံး သူပြီးသည်၊ ရယ်သည်ကို တစ်ခါဗျာ မတွေ့ဖုံးခဲ့။
သူကား အခြားလူတွေ ကံဆိုးမိုးမှု့မှု့ကျေသည်ကို ကြည့်ပြီး ကြည့်နဲ့
တတ်သူ။ ပြောရလျှင်တော့ သူကား အလွန်မနှစ်မြို့စရာကောင်းသည့်
အဘားကြီးတည်း။

သူ ဘာကြောင့် ထိုသို့ ဖြစ်နေရသလဲ ဆိုတာ စူးစမ်း မေးမြန်းကြည့်
တော့ သူ အပျိုဘဝတစ်ညွှန် ကပ္ပါဘွားဖို့ ပြင်ဆင်ဝတ်စားထားပြီးမှ
သူဖောင်က မောင်ကလေးကို ထိန်းကျောင်းပြီး အိမ်မှာနေဖို့ အမိန့်ပေးခဲ့
သည် ဆို၏။ နောက်တစ်ခုနှင့်တွင် သူက ကျွန်တော်မိတ်ဆွေ၏ မိခင်အား
ပြန်ပြောသည့်မှာ ထိုညကစပြီး ပျော်စွဲကြည့်နဲ့မှုံကို မရှာတော့ဖို့ ဆုံးဖြတ်
လိုက်သည် ဆို၏။ ဤကား သူဖောင်အား အပြစ်ပေးနည်းတစ်နည်း၊
မိမိအား ဘယ်လောက်စိတ်ဆင်းရဲအောင် သူဖြူလုပ်ခဲ့ကြောင်း ပြသည့်
နည်းတစ်နည်းဖြစ်၏။ နောင်မှုံစော့မှားစွာကြောသောအော် ထိုညနှင့်
ပတ်သက်သော အခွဲသည် စရိတ်သဘာဝဖြစ်လာသည်။ ငါးမှတ်ဥက္ကာ
များသည် သူလောက်ကျွန်သက်တမ်းတစ်လျောက်လုံး သယ်ပိုးထားသည့်
အမိုက်ထိုင်ကြီး ဖြစ်လာသည်။ သူ ရရှိလိုက်သည့် အမြတ်ကတော့
အလွန်မနှစ်မြို့စရာကောင်းသည့် အဘားကြီး ဖြစ်လာခြင်းပင်တည်း။

ကျွန်တော် တင်ပြဖို့ ကြီးစားနေသည်မှာ ထိုကဲ့သို့သော အမိုက်
ထိုင်ကြီးကို စွန့်ပစ်ထားခဲ့ဖို့ ဘယ်လောက်အရေးကြီးကြောင်း ဖြစ်ပါ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

၂၅၃

သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင်ရှေ့ဆက်မလျောက်လျှင် ဘဝက
သင့်အား ပို့ပြီး နာကြည်းဖွယ် သင်ခန်းစာများ ပေးတတ်သောကြောင့်ဖြစ်
၏။ ကျွန်တော်မိတ်ဆွေ၏ အဘားလိုက်စွဲဖျိုးမှာတော့ ဘဝက နောက်
ထပ် သင်ခန်းစာကိုပင် ပေးခြင်းမပြုတော့ရေး။

ကျွန်တော်တို့အားလုံးမှာရှိသည့် အပျက်သဘာဆောင် အပြုအမျှ
များကို သတိထားပါ။ ဤအပျက်သဘာဆောင် အလေ့အထများက
ရုံးနိမ့်မှုံကို ဖြစ်ပေါ်ပေါ်သည်။ သည်တော့ ငင်းအမှုအကျင့်များကို
တိတိကျကျ ဖော်ထုတ်ပါ။ ပြီးတော့ ပြုပြင်ပြားလဲဖို့ ကြံဆပါ။

နောက်ဆုံးအနေဖြင့် ယာယ်နောင့်နွေးမှုများကို ရင်ဆိုင်ပို့ပြင်ဆင်
ထားပါ။ တကယ်တမ်း ကြုံတွေ့ရသောအော် သင့်ဘက်က မိတ်ပိုင်းအရှုံး
ရင်ဆိုင်ဖို့ အသင့်ဖြစ်နေပေါ်၍။ ထိုအဖြစ်မျိုးနှင့် ကြုံတွေ့ရလျှင် ကောင်း
ကွက်ကို ရှာကြည့်ဖို့ ကြိုးစားပါ။ သို့သော် ကောင်းကွက်ဆိုလို့ ရှာမရ^၁
သည့် အဖြစ်ဆုံးမျိုးတွေ ရှိ၏။ သို့သော် ကျွန်တော် ခံစားခဲ့ရသည့်
ကင်ဆေရောဂါကတော့ ကျွန်တော်မိသားစုကို ကျွန်တော် ဘယ်လောက်
ချစ်ကြောင်း သိမြင်စေခဲ့၏။ နောက်ပြီး အချိန်ဖြန်းနေတာတွေကို
ပုံးပုံးကပ်ကာ အပိုမက်တွေနှင့် အတူနေတော့မည်ဟု သိနိုင်ချို့ရှိ
လည်း ထိုရောဂါဆိုကြီးက တွေ့ဖော်ပေးခဲ့သည်။ ဆေးရုံမှ ဆင်းလာသော
အော် ကျွန်တော် အပိုမက်တော်တော်များများကို စတင်အကောင်အထည်
ဖော်တော်၏။ ယခုလည်း ဆက်လက်အကောင်အထည်ဖော်နေဆဲပင်။

သည်တော့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ ယာယ်အက်အခဲတစ်ခု၏ နောက်
ဆုံးအပိုင်းတွင် ပျော်ရွင်စရာ ရလားတစ်ခုရှိနေသည်ဟု စဉ်းစားပါ။
နောက်တစ်ကြိမ် ယာယ်အက်အပဲနှင့် ကြုံသောအော် ပထမ အတွက်
အကြံမှ စွန့်အားများ ထုတ်ယူပါ။ ဖြစ်ရပ်ဆုံးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာသော်
လည်း ဗာတ်သိမ်းပိုင်း၌ အမြတ်များ အဆုံးဆုံးတွေချုပ်း ဖြစ်လေ့မရှိ

ကြောင်း သင့်ကိုယ်သင် သတိပေးနေပါလေ။

သင့်အတွက် နည်ပြဿနာပြစ်လုပ်ခဲ့

သင့်အတွက် အရေးကြီးသည့် ကိစ္စတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ သင့် ဆရာ၊ သင့်မိတ်ဆွေ သို့မဟုတ် သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ပက်တစ်ဦးက အားပေးစကားပြောခဲ့သည်ကို သင့်မှတ်မိပါသလား။ ထိုအခိုက်အတန် ကလေးများကို ပြန်စော်စားကြည့်ပါ။ သင့်ရင်ထဲမှာ ဘယ်လိုနေသလေ။ ကျွန်တော် လောင်းခဲ့ပါသည်။ သင် ဝစ်းသာပိတ် ဖြစ်မည်ဟု။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုသော် သင့်အခွမ်းအစကို ယုံကြည့်မှု ရှိကြောင်းတစ်ယောက် ယောက်က ထိုအခိုက်အတန်တွင် ထဲတ်ပြောသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သင်ဖြစ်မြောက်နိုင်စွမ်း ရှိကြောင်း သူတို့ ယုံကြည်သည်။ ထိုသို့ ယုံကြည် ကြောင်း သင့်အား ဖွင့်ပြောခြင်းဖြင့် အတည်ပြုခဲ့ကြသည်။ သူတို့က ထိုသို့ဖွင့်ပြောခြင်းဖြင့် သင်၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချေမှုနှင့် သင်၏ အတွေ့ပို့ပို့ကို ဖြုန့်တင်ပေးခဲ့ကြသည်။ အားကတေးလောကတွင် နည်ပြဿနာတစ်ဦး ဖြုလုပ်သလိုမျိုးပေါ့။

မှန်ပါသည်။ နည်းပြဿနာများက မဟာဗုဒ္ဓဘာများ ချမှတ်စို့ လည်း ကျည့်သည်။ နည်းဗုဒ္ဓဘာဗိုင်းတွင် ပို၍ကောင်းသော အချက်များ ကို မီးမောင်းထိုးပြသည်။ သို့သော် မောက်ခုံးတွင် တကယ့်နည်းပြဿနာ ကြီးများသည် အနဲ့သားများကို အားပေးအားမြှောက်ပြခြင်းဖြင့် တွေ့်အားပေးကြသည်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်သည်။

နည်းပြဿနာများသည် သူတို့နှင့် အလုပ်လုပ်သူများ၏ စိတ်ထဲသို့ အကောင်းမြင် အတည်ပြုစကားများ သွင်းပေးရှု၍ အလွန်တော်ကြ သည်။ သည်တော့ သင်ကော ဘာကြောင့် သင့်နည်းပြဿနာ မလုပ်ပါ သလေ။ ထိုအကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင်သည် စိန်ခေါ်မှုများနှင့်

ရင်ဆိုင်နေရသည်။ ကျော်လွှားရမည့်အခက်အခဲတွေ ရှိနေသည်။ နှီးနှီး စင်းစင်းတာဝ်များကို ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ဖို့ ရှိသည်ပဲ ထားပါး ထိုအခါမျိုးတွင် သင့်မှာ နည်းပြဿနာတစ်ဦးရှိလျှင့် သူ ဘာပြောမည်လဲ စဉ်းစားကြည့်ပါ။

ထားတော့ သင့်မှာ နည်းပြဿနာမရှိ။ သည်တော့ နည်းပြဿနာ တစ်ဦးပြောမည်စကားမျိုးတွေ သင့်ကိုယ်သင်ပြောဖို့ တာဝန်သတ်မှတ် လိုက်ပါ။

ကျွန်တော် မာရသွန်ပြီးပဲ ဝင်ရောက်ယူဦးပြိုင်ရန် လောကျင့်နေစဉ် က ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် တည်ဆောက်သည်အနေဖြင့် သုံးမိုင် ပြီးပွဲတစ်ဦး ဝင်ရောက်ယူဦးပြိုင်သည်။ ထိုအကြောင်း ကျွန်တော် ကြားကြားဝါဝါတွေ ပြောမနေရင်ပါ။ ကျွန်တော်က ခြေဖဝါးကို အပြားလိုက်ချုပြီး ပြီးသူ တစ်ဦး။ ကျွန်တော်သည် ကင်ယာနိုင်ငံသား ထိုးတန်းအပြေးသမား ပြီးသည့်နည်းစနစ်များကို လိုက်မမိပါ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွန်တော် ခုတိယ တစ်ဦးပြည့်ခါနီးတွင် နောက်တစ်ဦးပိုင်သာ ကျွန်တော်ကြောင်း အသီ အမှတ်ပြုခြင်းခံရသည်။ ပြီးကွင်းမှာ တစ်ဦးပတ်လည်ပြီးကွင်းမှာ အပြေးသမားများ လမ်းမမှားစေရန် လမ်းပြမှား နေရာမြားချုထားပေးသည်။ သို့ဖြင့် ကျွန်တော်ပြုံးပွဲအဆုံးသတ်ပိုင်းကို ပြီးလာသည်။ ထိုအချိန်တွင် ပြုံးပွဲဝင်အမှားစုံက ပန်းဝင်စည်းကို ဖြတ်ကျော်သွားကြပြီး ကျွန်တော် လမ်းပြုတစ်ဦးကို ကျော်ပြတ်ပြီးတိုင်း လက်ခုံးသံသုံး သို့မဟုတ် အော်ဟာစားအားပေးသံအနည်းငယ်ကြားရသည်။ သည်အသီ တွေ့က ဆောင်ကြုံးပေးလိုက်သည့် တကယ်ခြားနားချက်ကို ကျွန်တော် ခုထိ သတိရနေသည်။ သည်အသံတွေ့က ကျွန်တော်ခြေထောက်တွေ့က သို့ အားသံတွေ့လောင်းထည့်လိုက်သည်။ ပန်းမဝင်မချင်း ရပ်မပစ် လိုက်စိုး စိတ်အင်အားတွေ့ ဖြစ်ပေါ်လာစေလေသည်။

သင့်အောင်မြင်မူများနှင့် စိတ်ဓာတ်တက်ကြမှုကို ရယူပါ။ အမှတ်တရ အောင်မြင်မူများကို သင့်နှလုံးသားနှင့် နီးကပ်စွာထားပြီး သယ်ဆောင်သွားပါ။ စိန်ခေါ်မှုအသစ်နှင့် ရင်ဆိုင်ရရှိနိုင်တွင် အဆိုပါ အောင်မြင်မူများ အကြောင်းပြန်လည်း စဉ်းစားပါ။ တိုဘို့ သင့်ကိုယ်သင် သင့်၏ နည်းပြဆရာ ဖြစ်အောင် ပျိုးထောင်ရင်း သင့်မိတ်ဆွေများ သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၏ နည်းပြဆရာကော် ဘာကြောင့် မလုပ်ရမှာလဲ။ တို့အလုပ်ကို လိုအပ်သလောက်သာ ညျင်ညျင်သာသာကလေး လုပ်သွားလို့ ရပါသည်။

အကျအည်ရရာ လုပ်ကြောင်းများ ဖော်ဆောင်ခြင်း

သင် လေးစားသည့် သူရဲကောင်းတွေ ဘယ်သူတွေလဲဆိုတာနှင့် သင် အားအကျခုံးသူတို့၏ အရည်အသွေးတွေ ဘာတွေလဲဆိုတာ ဖော်ထုတ်ခြင်းသည် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သောကိစ္စဖြစ်ကြောင်း စောငွေ ပိုင်းက ကျွန်ုတ်ပေါ်ပြောခဲ့ပြီ။ တို့အရာတွေကို ဖော်ထုတ်ပြီး နောက် သင့်ကိုယ်ပိုင်အမှုအကျင့်အများတွင် အဆိုပါ အရည်အသွေးတွေ ဖွံ့ဖြိုးလာ အောင် အသိရှိရှိ ကြုံးစားနိုင်၏။

ကမ္မာကျော် ရုပ်ရှင်မင်းသားကြီး ကယ်ရိုကရန်သည် အမြဲတမ်းနှစ်လိုဖွယ်ရှိနေပြီး ညျို့ဓာတ်အားကောင်းသူဖြစ်၏။ သူ တို့သို့ဖြစ်မှု အောင် ဘယ်လိုပြီးထောင်ယူသလဲဟု မေးသောအဝါ သူက သူနှစ်သက် မြတ်နီးသည့် အရည်အသွေးရှိသူတစ်ဦးဦးကို တွေ့ရတိုင်း ငှုံးအရည်အသွေးမျိုး ပိမိမှုလည်း ရှိအောင် မွေးစားယူသည်ဆို၏။ သူနှစ်သက် မြတ်နီးသည့် အရည်အသွေး ဆိုသည်မှာ ရှိကြုံးနှမ်ချမှုဖြစ်ချမ်းဖြစ်မည်။ ယဉ်ကျော်ဖော်ရွှေမှု၊ ပင်ကို သမားကြင်နာစိတ်... ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်မည် ဟု ပြော၏။ သူက အမြားသူများမှာရှိသည့် ပိမိ အားအကျခုံးအရည်

တိုလိုကိုယ်တိုလို တို့ကွယ်

အသွေးများ ပိမိမှုလည်း တန်းတူရှိအောင် မွေးယူခဲ့လေသည်။

သင်ဖြစ်မြောက်လိုသည့် ရည်မှန်းချက်မျိုးကို ဖြစ်မြောက်အောင် မြင်ထားသူများအား ရှာဖွေပါ။ သူတို့၏ အကြောင်းကို ရယူပါ။ နောက်ထပ် အကျအည် ရှာရလမ်းကြောင်းတစ်ကြောင်းအဖြစ် သူတို့ ဘာအကျအည်ပေးနိုင်မည်လဲဆိုတာ ကြည့်ပါ။ နောက်ပြီး သင်၏ ကိုယ်ပိုင်အောင် မြင်ရေးအတွက် သင့်စွမ်းရည်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင်ကြခွယ်လုပ် အောင်ပါ။

သင် စာတော်တော်ဖတ်ပါသလား။ သူတောသနစာရင်းအင်းများ အရဆိုလျှင် လက်ရှိလှို့ရေးရေး၏ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းထက် နည်းသော လူတွေ သာ တစ်နှစ်လျှင် စာအုပ်နှစ်အုပ် ပိုဖတ်သည် ဆို၏။ ကဲ့သည် တစ်နှစ်လျှင် စာအုပ်ပေးး အုပ်ဖတ်သည်ဆိုလျှင် လက်ရှိလှို့ရေးရေး၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းထက် နှစ်ဆ ပိုဖတ်ရာ ရောက်နေပြီ။ ဘယ်စာအုပ်ဆိုင်ကိုပဲ သွားကြည့်ကြည့် သင့်ဘဝတိုးတက်ရေးအတွက် အကြော်ပေးလမ်းညွှန် စာအုပ်တစ်အုပ်တော့ တွေ့ရပါလိမ့်မည်။ သင်လုပ်ဆောင်စွဲကြုံးစားနှင့် သည် အကြောင်းတစ်ရပ်နှင့်ပတ်သက်သည် တို့သွေးသိမ်းမြှင်မှုတစ်ရပ်ကို သင်ဖတ်သည် စာအုပ်က ပေးနိုင်သည်ဆိုလျှင် သင်စာဖတ်ပို့ အချိန်ကုန်ရှိရပါမည်။ သင်က တိုင်းအစားအစာ ချက်ပြုတ်နည်းတတ်ချင်သည်ဆိုလျှင် တိုင်းအစားအစာချက်နည်းတာအုပ်ကိုပဲ ဝယ်ဆုံးရပါမည်။ သင့်အိမ်က ပန်းသွေ့ယဉ်သူတို့ ပုံစံသစ်ပြန်ဖော်လိုသည် ဆိုလျှင် သင့်အတွက် လိုအပ်သော ညွှန်ကြားမှုနှင့် ဗဟိသုတများပေးမည်။ စာအုပ်ကို ဝယ်ဖတ်ရပါမည်။

သို့သော် သင်လုပ်ဆောင်ရမည်မှာ ကိုယ်တူကိုယ်ထ စနစ်ဖြင့် ပြန်ရပါမည်။ စာအုပ်တွေ၊ တိုင်းရွေတွေက သင့်အား အသိပညာသာ ပေးပါလိမ့်မည်။ ငှုံးအသိပညာများကို လက်တွေ့အသုံးချမှုသာ သင့်စာ

လုပ်ငန်းအတွေ့အကြံရလာပြီး သင်မျှော်မှန်းသည့် ရလဒ်များလည်း
ရလာပါလိမ့်မည်။

သင်လုပ်လိုသည့် အလုပ်မျိုးကို စွမ်းဆောင်နိုင်သူများထံ ချုပ်းကပ်
ပါ။ စကားပြောပါ။ သူတို့၏အတွေ့အကြံများမှ ပညာယူပါ။ သင့်
ကိုယ်သင် အရေးပါအရာရောက်သည့် မေးခွန်းနှစ်ခုကို မေးနေပါ။ “ငါ
ဘယ်သူနဲ့ စကားပြောဖို့ လိုမလဲ” ဆိုသည့် မေးခွန်းနှင့် “ငါဘာကို
ရှာဖွေထဲတို့လိုအပ်သလ” ဆိုသည့် မေးခွန်းဖြစ်၏။ ဤသိမျိုးမြှင့်
အားဖြင့် သင်လိုရာ ခရီးပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရေးအတွက် လိုအပ်သော
အကုအညီ ရရှာလမ်းကြောင်းများကို အမြှတ်းဖော်ထဲတ်နေရာရောက်ပါ
သည်။

သင့် မိန္ဒီစီးပါး အနိမ့်ဖူး

ကျွန်ုတ်တို့ဘဝတွင် တစ်ချိန်မဟုတ်တစ်ချိန် ကြောက်စိတ်လဲ၍
ကြသည်၏ပြုခြင်း။ သို့သော် တချို့လှတွေကတော့ ထာဝစ်နီးပါး
ဘာကို ကြောက်မှန်းမသိဘဲ ကြောက်နေတတ်ကြ၏။ ကြောက်စိတ်
ကိုယ်နှင့်ကိုယ်ပင် သဘာဝတူးပြန်မှုတဲ့ရပ်ဖြစ်၏။ ကြောက်စိတ်
ကြောင့် ကျွန်ုတ်တို့၏ ဘိုးဘွားသိဘင်္ဂများသည် ကြောက်စရာ ဝက်ပဲ
ကြီးများနှင့် ကျားကြီးများ အန္တရာယ်မှ လွှတ်ကင်းခဲ့၏။ သို့ဖြစ်စေကာလူ
ကြောက်စိတ်ကို ကြောရည်ကြောမြင့်မွေးထားလျှင် ရော်လုံးရိမ့်ပူပန်စိတ်
များ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ဤသိမျိုးဖြစ်လာခြင်းသည် စိတ်ပောင်ရေးရာ ရှုညွှေ့
နဲ့လာခြင်းပင် ဖြစ်၏။ ထိုသို့ ဖြစ်လာခြင်းက သင်၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်
ယုံကြည်စိတ်ချမှုနှင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားလေးစားမှု လျော့ပါး
ဖော်း အနာဂတ်ကာလကို ထိတ်လန့်ကြောက်ရှုံးမှုဖြစ်ပေါ်စေ၏။

အနာဂတ်အကြောင်း တွေ့ပြီးကြောက်နေသည့်အတွက် သင်

ကျောက်ရပ်လို လုပ်မရ ရှားမရ ဖြစ်သွားနိုင်၏။ အကြောင်းမှာ အနာဂတ်
ကာလတွင် ဘာတွေဖြစ်မည်မှန်း သင့်မသိသောကြောင့်ပင်။ တကယ်
တော့ ကျွန်ုတ်တို့အားလုံး ဘယ်သူမျှမသိကြပါ။ သို့သော် သင် ဇူ
ထားဖို့ကြီးထားနေသည့်မှာ ငါးကြောက်စိတ်အားလုံးသည် သို့ဗို့ခေါင်း
ထဲမှာသာ ဖြစ်တည်နေသည့်အချက်ဖြစ်၏။ တစ်နည်းတစ်ဖို့စဉ်းစား
ကြည့်ပါ။ ကြောက်စိတ်တွေကို ဦးခေါင်းထဲထည့်ထားသူမှာ ‘သင်’
သူတို့ကို ပြန်ပျိုးထောင်သူမှာ ‘သင်’ ယခု သင့်စိတ်ထဲမှာ သူတို့ ထင်
တိုင်း စိုးမိုးနေဖို့ ‘သင်’ ကပင် ခွင့်ပြုထားပြန်သည်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ငါးကြောက်စိတ်များကို သင် အနိုင်တို့က်လို့ရ၏။
အနိုင်တို့က်ဖို့ ခြေလှမ်းများကို ယခုချက်ချင်းလှမ်းလို့ရ၏။

ကြောက်သောသူ ဒုက္ခတ္တရေးမည်။ သူသည် လောဓလာဓယ်ပင်
သူဗြောက်စိတ်များ၏ မိမိဗြောက်ကို မံစားစနေပြီဖြစ်၏။

မိရှဲလ် မွန်တိန်း (၁၇၃၃-၉၂)
ပြင်သစ် ရသစာတမ်း စာရေးဆရာ

စိုးရိမ့်ပူပန်းခြင်းသည် ခေတ်ပေါ်ရောဂါမဟုတ်ပါ။ ဘုရားဝတ်ပြု
ခုံတောင်းစာထဲတွင် ‘တပည့်တော်တို့အား စိုးရိမ့်သောကအားလုံး၊
ကင်းဝေးအောင် ကာကွယ်စောင့်ရောက်တော်များပါ’ ဟူသော စာကြောင်း
အင်ကြောင်း အပြည့်အစုံပါရှိ၏။ သို့သော် သင်၏ စိုးရိမ့်ပူပန်စိတ်ကို
ချုပ်ကိုင်ဖို့ အားမထုတ်လျှင် သူတို့က သင့်ကို ချုပ်ကိုင်သွားလိမ့်မည်။
ထိုအခါ သင်သည် တန်ဖိုးမှုသူတစ်ဦးလိုပြုဖြစ်လာမည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်
သူဗြောက်စိုးရိမ့်ပူပန်းပင်ရသွားနိုင်၏။

ကျွန်ုတ်ဆိုလျှင် အထိတ်တလန်ဖြစ်တတ်သည့်အကျင့် ခွဲကပ်

ခဲ့သည်မှာ နှစ်ပါင်းများစွာ ကြော၏။ အသက်နှစ်ဆယ့်ရှစ်နှစ်ရောက်
တော့ ကျွန်တော်ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုချလိုက်သည်။ သည်အကျင့်နှင့်
ပတ်သက်၍ တစ်ခုခုတော့ လုပ်ရတော့မည်။ မဟုတ်လျှင် သည်အကျင့်
ကြောင့် ကျွန်တော်ဘဝပျက်စီးလိမ့်မည်။ အတော်ကြီးစုစုပေါ်ရှာဖွံ့
နောက် ဒေါက်တာ ကလယ်ယာ ဂိုဏ် (Dr. Claire Weekes) ရေးသား
ဖြစ်သည့် 'သင်၏ တုန်လုပ်ချောက်ချားမှုများကို ကိုယ့်အားကိုယ်ကို
ကျော်လွှားနည်း' ဆိုသည့် စာအုပ်တစ်ခုပို့ တွေ့ရသည်။ ထိစာအုပ်
ကို ဖတ်ပြီးသောအပါ ကျွန်တော် တွေ့ကြုံစားနေရသည့် စိတ်ဝေဒနာ
အကြောင်း ထဲထဲဝင်ဝင် သိမြင်လာသည်။ သဘောပေါက်လာသည်။
သည်ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်လာရခြင်း၌ ကျိုးကြောင်းသိလျော်သော အကြောင်း
အချက်များရှိကြောင်း နားလည်လာသည်။

- ထိစာအုပ်က ကျွန်တော်အား အကြီးအကျယ် ခုက္ခလားနေသည့်
စိတ်ဝေဒနာကို ချက်ချင်းလို ဖယ်ရှားပေးနိုင်ခဲ့၏။ သည်အကြောင်းကို
သည်နေရာတွင် ထုတ်ဖော်ပြောပြန်ခြင်းများ လူတော်တော်များများတွင်
ဘာမှန်းတိတိကျကျမပြာနိုင်သည့် စီးရိမ်ပုံပန်ခြင်းဝေဒနာကို ခံစားနေရ
ကြောင်း၊ ဘာကြောင့် ထိသို့ဖြစ်ရသည်ကိုလည်း ပိုပိုပြင်ပြင် ပြောမပြ
နိုင်ကြောင်း ကျွန်တော် တွေ့သိနေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ တကယ်
တမ်း ဖြစ်ပျက်နေသည်မှာ သူတို့သည် စီးရိမ်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာများကို
စီးရိမ်နေခြင်းဖြစ်၏။ ထိုအခြေအနေမျိုးကို စီးရိမ်စိတ်ဖြစ်ပေါ်နေသော
အမြေအနေဟုခေါ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုအခြေအနေမျိုးဖြစ်
ပေါ်ထားသည့် အတွေ့အကြွေသည် အမြေတမ်းပြန်ပေါ်တတ်သောကြောင့်
ဖြစ်၏။ သင်သည် တကယ်တမ်း ထိုအခြေအနေမျိုးနှင့် ရင်မဆိုင်ရသည့်
တိုင် ထိုအခြေအနေမျိုးဖြစ်လာများကို စီးရိမ်နေ၏။ နောက်တော့ စီးရိမ်
သည့်အတိုင်းဖြစ်လာတော့မည်ကို သိနေ၏။ နောက်ဆုံးကျတော့

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

တကယ်ပင် ဖြစ်သွားတော့၏။

စီးရိမ်မှုသည် စိတ်ထဲတွင် တစ်ကိုစိုးကျော်သည် ရေစီးဓာတ်း
သေးသေးမျှင့်မျှင်ကလေးဖြစ်၏။ အကယ်၍ ထိရေစီးဓာတ်းကလေး
ကို အားပေးအားဓာငာက်လုပ်လိုက်လျှင် အမြားအကွေားအားလုံး စီးဝင်
သည့် တူးဓမ္မာ်းကြီးဖြစ်သွားတော့၏။

အာသာ ဆွန်းမားရှိ၏၏

အဆိပါ အပျက်မြင်အတွေးများကို စွဲနဲ့ပစ်လိုက်ပါ။ ဓာတ်းစိတ်
နှင့်စီးရိမ်စိတ်တွေ့စားရသည့် အတွက် သင့်မှာ ဘယ်လောက် စွမ်းအင်
တွေ့ကုန်ခန်းရာသာလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ထိသို့ အပျက်မြင် အတွေး
တွေ့တော်မည့်အစား အကောင်းမြင်အတွေးတွေ့တွေးမည်။ ဘဝတိုး
တက်ရာ တိုးတက်ကြောင်းကိစ္စတွေ့တွေ့မည်ဆိုလျှင် ဘယ်လို့နေမည်
လဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ပါ။

စိတ်ပူခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သံသယဝင်ခြင်းသည် သဘာဝကျ
သည်။ အကျိုးရှိနိုင်သည်။ အလုပ်သစ်တစ်နေရာ လျှောက်ထားသော
အခါမျိုး သို့မဟုတ် ရည်းစားနှင့် ပထမဗျားဆုံး ချိန်းတွေ့သည့်အခါမျိုး
တွေ့ကြုံတင် တွေ့သောပုံပန်ခြင်းက သိမြင်မှုမျှကို ပိုမို ထက်မြေကြော်
သို့သော် အမှားအယွေးတစ်ခုခုတော့ ပြစ်တော့မှုပုံဟု ကြုံတင် ယုံကြည်
စိတ်ချထားလျှင့်မှု စီးရိမ်စိတ်လန်းမှာ သင့်အား စီးမိုးသွားပြီး ယုံကြည်
စိတ်ချထားသည့်အတိုင်း ဖြစ်တော့၏။ ကြောက်စိတ်သည် ကျွန်တော်ထိုး
၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို တစ်စစ် ဖဲ့ခြွှုပစ်သည့် အင်
အားစကြီးတစ်ခု ဖြစ်လာနိုင်၏။

ကျွန်တော်တိုး၏ စီးရိမ်ပုံပန်မှု အများစုသည် လောလောဆယ်

ဖြစ်တည်ခြင်းမရှိသေးဘဲ အနာဂတ်ကာလတွင် ဖြစ်ပေါ်လာမည့်
အကြောင်းကိစ္စများအကြောင်းတွေးပြီး ကြောက်နေခြင်းဖြစ်၏။ သင်
သည် မာဒီယားအဖွဲ့မှ ချေးထားသည့် ငွေကို ပြန်မဆပ်ဘဲ နေလျှင် သို့
မဟုတ် ရဲလက်က လွတ်အောင် ပြီးနေသည်ဆိုလျှင် သင်ကြောက်
စိတ်ပေါ်ခြင်းမှာ သဘာဝကျသည်။ ကြောက်စိတ်ပေါ်နေခြင်းအတွက်
နိုင်မာသော အကြောင်းတွေရှိ၏။ သို့သော် ကျွန်ုတ်တို့ အများစုသည်
ထိအနေအထားမျိုးတွေနှင့် ကြောနေခြင်းမရှိ။ သင့်မှာ စိုးရိမ်ပုပန်မှု တစ်
မျိုးမျိုးဖြစ်ပေါ်နေပြီးနေလျှင် သင့်အား သင်ကိုပြီး ကျော်လွှားစိုး စိတ်ဆုံး
ဖြတ်ခြင်းကို ကျွန်ုတ်အောင် အပြည့်အဝ မထောက်ခဲလိုပါ။ ထိုသို့ ဖြစ်လာ
ပြီဆိုလျှင် စာအုပ်တွေ ဖတ်ပါ။ လမ်းညွှန်ချက်များ ရှာဖွေပါ။ သင့်
ပြဿနာကို နားလည်သောပါကြီး ကျော်လွှားစိုး လမ်းစပေါ်လာ
မည်။ သည်ပြဿနာကြီးကို အပြီးအပိုင် ဖြော်ခြင်းပစ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

အပျက်မြှင့်အတွက်များကို ပျက်သိမ်ဆန်ပါ

ကျွန်ုတ်တို့ ဘယ်လိုလုပ်ငန်းတာဝန်မျိုး ဆောင်ရွက်ရသည်
ဖြစ်စေ မိမိရိုင်ဆိုင်နေရသည့် စိန်ခေါ်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ အပျက်မြှင့်
အတွေးများပေါ်ပေါက်တတ်သည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်၏။ မိမိလုပ်ဆောင်ရ
မည့်တာဝန်သည် တင်းနှစ်တစ်ဖုံးကားခြင်းလောက် ရှိုးရှိုးစင်းစင်းကိစ္စာ
တစ်ခု ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ သို့သော် “အင်း၊ စိုးများ ရွာမလားမသိဘူး”
သို့မဟုတ် “ငါတော့ ရှုံးမှာပဲ” ဟူသော အတွေးမျိုးပေါ်ပေါက်တတ်၏။
အဆိုပါ အပျက်မြှင့်အတွေးများသည် သင်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု
မဟုတ်။ သည်အတွေးများက သင့်ကို ကိုယ်စားမပြု။ သည်အတွေးများ
သည် သင်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုမဟုတ်။ သည်အတွေးများသည်
သင်က သင့်စိတ်တဲ့မှာ စိတ္တယ်ခွင့်ပေးထားသည့် အတွေးများသာဖြစ်၏။

လိုလိုကိုယ်လိုက် ကိုကွယ်

သူတို့ကို သင်က တန်ဖိုးထားလျှင် သင့်အမြင်ကို သူတို့က စိုးမြို့သွား
လိမ့်မည်။ သည်တော့ သင့်ကို စိုးမြို့စေသည့် အတွေးတစ်ခု ဖြစ်ထွန်း
ခွင့်ပြုမည်ဆိုလျှင် ထိအတွေးသည် အကောင်းမြင် အတွေးသာဖြစ်ပါ။

အမေရိကန် ကြည်းတပ် လက်အောက်နှာနွဲတစ်ခု၏ ကြော်လှာ
တစ်ခုတွင် ‘အစွမ်းကုန်ထုတ်သူ သင်ဖြစ်ပါစေ’ ဟူသော ကြွေးကြော်သံ
ကို သုံးခွဲသွားသည်။ သူ့စိတ်ကူးကို ကျွန်ုတ်တော် တော်တော်သောကျ
သည်။ သင့်မှာ ရှိုးရွှေစွမ်းရည်ကို အကုန်ထုတ်သုံးတတ်ဖို့ သင့်မှာ လုပ်
လျှို့စွမ်းရည်များရှိုးရွှေကြောင်း သိမြင်ဖို့ သင့်မှာတာဝန်ရှိပါသည်။ ငှါး
လုပ်ငန်းစဉ်ကို စတင်အကောင်အထည်ဖော်ရန်မှာ ယခုချက်ချင်းပင် သင့်
ခေါင်းထဲမှာ ရှိုးရွှေသည့် အပျက်မြှင့်အတွေးများကို ဖျက်သိမ်းပစ်လိုက်
ဖို့ပင်ဖြစ်၏။ ငှါးအတွေးများကို အရေးမထားဘဲ နေဖို့ပင်ဖြစ်၏။

သင့်မှာ အပျက်မြှင့်အတွေးတစ်ခုဖြစ်ပေါ်လာပြီဆိုလျှင် အကောင်း
မြင်အတွေးတစ်ခုနှင့် ချက်ချင်းအစားထိုးပစ်ပါ။ အခြားသူများက သင့်ကို
ချစ်စေလိုလျှင် သင့်ကိုယ်သင် ချမှတ်ဖို့အရေးကြီးသည်ဟု ပြောလျှင်ပြောသူ
ရှိုးရွှေ၏။ ထိုနည်းတွေစွာပင် သင့်ကို အခြားသူများက ယုံကြည်စေလိုလျှင်
အရင်ဦးထိုး သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်နေရပါမည်။

သို့သော် သင်သည် အပျက်မြှင့်အတွေးများကို စိတ်ပြုနေလျှင်
သင့်တန်ဖိုးကိုသင် လျှော့တွက်နေလျှင် သို့မဟုတ် သင့်မှာ တကယ်
ရှိုးရွှေ စွမ်းရည်ကို ဖော့တွက်နေလျှင်မှ သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်း
ရှိုးရွှေလိမ့်မည် မဟုတ်။ တစ်နည်းဆိုသော် သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်စိတ်
ချမှတ်ဖို့ပြုးလာမည် မဟုတ်။

ထိုသို့ မဖြစ်ရေးအတွက် အပျက်မြှင့်သမားများကို ရှောင်ရှားပါ။
တစ်ခုခုလုပ်ဖို့ ကြော်စည်နေကြောင်း သင်က ပြောလိုက်သည်နှင့် ချက်ချင်း
လက်ငင်း အပြစ်တွေ ဒလေဟာ ပြောတတ်သူမျိုး၊ မျက်စီ မျက်နှာ

သင် သတိရန်ရမည့်မှာ - သင်မြင်သည့် သင်သည် သင်ဖြစ်လာ
ည့် သင်ဖြစ်၏ ဆိုသည့် အချက်ဖြစ်ပါသည်။ သင့်ကိုယ်သင် ဘယ်လို
မြင်သလဲ၊ သင်ဘယ်လိုဖြစ်လာမည်ဟု သင့်ကိုယ်သင်မြင်ယောင်သလဲ၊
သင်မြင်သလို အခြားသူများကလည်း မြင်ပါလိမ့်မည်။ နောက်ဆုံးကျ
တော့ ငင်းအမြင်အတိုင်း သင်ဖြစ်လာလိမ့်မည်။

အပျက်မြင် အတွေးများနှင့် နဲ့ချာသော အတ္ထပုရိပ်တို့၏ အကျဉ်းသားဘဝကို သင်ကျရောက်သွားသည်နှင့် သင်သည် အရှုံးသမားတစ်ဦးဖြစ်လာလိမ်းမည်။ အဆိုပါအမြင်ဆိုးများကို ဖျက်သိမ်းပစ်ပါ။ နိုင်မှာ သော ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုကို အောက်တည်ယူပါ။ သင်သည် အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်သိသွေးကြီးမားသော ခြေလုမ်းကြီး တစ်လုမ်းလုမ်း ဖိုက်ခိုင်းပင် ဖြစ်သည်။

କୃତ୍ୟାନ୍ତରେ

ଓঃ পত্তি গুলি রিঃ হি হি কৃষি ময়। ওঃ পত্তি গুলি দেখি দেখি কৃষি ময়।
 প্ৰি: ধি: বুদ্ধি:। ভূ প্ৰিয়া বুদ্ধি। পু প্ৰিয়া আৰু দুর্দণ্ড কৃষি অগুৰ্গু বুদ্ধি: আ দুর্দণ্ড:
 প্ৰিয়া মলা। ওঃ পত্তি লাগিছ দেখি দেখি কৃষি ময়। পু প্ৰিয়া মলা।
 প্ৰি: ধি: বুদ্ধি:। পু প্ৰিয়া বুদ্ধি। পু প্ৰিয়া আৰু দুর্দণ্ড কৃষি ময়। পু প্ৰিয়া মলা।

ဆိုလိုရင်းမှာ ပြစ်တော်လျှောသင်းသည် ဂီးတိုင်နောက်မှာ စုစုည်း
 လိုက်သည် အချိန်ကလေးကို အကျိုးရှိနို အသုံးချုပ်သူ့မြင်းဖြစ်၏။ ထို့
 အချိန်ကလေးတွင် သူတို့သည် သူတို့ ခေါင်းထဲသို့ အပျက်မြင်အတွေး
 များ အဝင်မခဲ့။ သူတို့အနိုင်ယူဖို့ အိပ်မက်မက်နဲ့သည့် ပွဲကြီးတော့ ရုံးပါ
 ပြီဟု တစ်ချက်ပျော်မြှု မတေား။ သူတို့ ဘာဆက်လုပ်ကြမည်လဲဆိုတာကို
 ဖြတ်ပြတ်သားသား ဆုံးဖြတ်သည်။ ဆုံးဖြတ်သည့်အတိုင်းလုပ်သည်။
 အောင်မြင်သည်။ သူတို့ ထိုသို့မလုပ်ဘဲ နေမည်ဆိုလည်း နေလို့ရသည်။
 သို့သော် သူတို့လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ယုံကြည်ထားသည်။ ထွက်ပေါ်
 လာမည့် ရေဝဒကို ကြည်ကြည်လင်လင် ပြတ်ပြတ်သားသား မြင်ယောင်
 ထားကြသည်။ ထိုသို့ စိတ်ထားနိုင်သည့်အတွက် သူတို့ အောင်ပွဲ ဆင်နိုင်
 အောင် အခြင်အလမ်းတော့ အများကြီး ပွင့်သူ့မြင်းပွဲဖြစ်ပါသည်။

သည်တော့ သင်လည်း သည်အတိုင်း ကျင့်ကြံရပါသည်။ ထို့ပါ၍
အူင့်ကြံအားထဲတိုင်း အနာဂတ် စိန်ခေါ်မှုများကို ကျော်လွှားအောင်မြင်
ပြီးဆုံး လိုအပ်သည့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို တည်ဆောက်
ခွာပါလေ။



(၁)
ရုံးနိမ့်မှာ ကြောက်စိတ်မရှိခြင်း

အောင်မြင်ရေးအတွက် ရှိရမည့် စတုတ္ထမြောက် လက္ခဏာမှာ ရုံးနိမ့်မှာကို ဘယ်လိုကြောက်စိတ်မျိုးတွေမှ မရှိခြင်းဖြစ်၏။

ဤသို့ ပြောခြင်းသည် ကျွန်ုတ်တော်တို့ တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်လာရမည့် အက်အခဲများ၊ ပြဿနာများကို အလေးမမှုဘဲ မျက်နှာပေါ်တွင် အပြီးပန်း ထာဝစဉ်ဆင်လျက် တွေ့သေ့ ကြုံသူမျှကို တိုက်ဆိုက်၊ လဲပြီး ဖြတ်ကျော်သွားသည့် အစ်စနောက် တတ်ကောင်တွေလိုပြုကျင့်စို့ မဆိုလိုပါ။ သို့သော် အခက်အခဲ အစစ်အမှန်များ၊ မိမိကို ခုက္ခလားမည့် ပြဿနာများကို ခွဲခြားသိတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။

ရည်မှန်းချက်တစ်ခု အောင်မြင်ရေးအတွက် ကြုံစားအားထုတ် ပြု ဆိုသောအား အောင်မြင်သော ရလဒ်ကို အာရုံခြင်သောင်ကြည်ခြင်း

ဖြင့် လုပ်ငန်းစရပါမည်။ သို့သော် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ဆီသို့ ဆျောက်လွမ်းရင်း၊ လမ်းခရီးတွင် အခက်အခဲများနှင့် ကြုံမည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်၏။ ထိုအခါမျိုးတွင် ကြောက်စိတ်တွေ ဝင်လာဖို့ လွယ်ကူသည်။ မျှော်မှန်းထားသည့်အတိုင်း ဖြစ်မလာမှာ၊ ထုက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်က ငွေရေးကြေးရေး သို့မဟုတ် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအရ ထိခိုက်နော်မှာ စီးရိမ်လာကြ၏။ ကျွန်ုတ်တော်တို့ဘဝများတွင် နိစ္စရုဝေပြီးလွှား လျှပ်ရှားနေကြရသည့် အတွက် မကြာမကြာဆီသလို ဦးတည်ချက်ပျောက်သွားတတ်ကြ၏။ ခရီးပန်းတိုင် ဘယ်နေရာမှာ ရှိကြောင်း မျက်ခြည်ပြတ်သွားတတ်ကြ၏။ ထိုအခါ ကျွန်ုတ်တို့ ဦးတည်ချက်တွေ မပြတ်မသား ဖြစ်လာသည်။ ဘာကိုရအောင်အားထုတ်နေသလဲဆိုကြောင်း ပြောသည့် စကားများသည် ပလုံးပတွေး ဖြစ်လာသည်။ ထွေပြားဝေါးလာသည်။ ဘဝလုံခြုံမှု ရှိရေး၊ ငွေကြေးအမှိခိုက်းရေး သို့မဟုတ် ပျော်ဆွင်းရေး သို့မဟုတ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုထူးထောင်ရေး စသည်ဖြင့် ပြောကြ ဆိုကြသည်။

သို့သော် ကျွန်ုတ်တော်တို့၏ ကြည်လင်ပြတ်သားသော မူလရည်မှန်းချက်ကို စွဲခြုံမြှုပ်ဆိုင်မထားနိုင်လျှင် နေ့စဉ် ကြုံတွေ့နေရသည့် ပြဿနာတွေထဲတွင် လုံးချာလည်ပြီး လွယ်လွယ်ကလေး လမ်းပျောက်သွားနိုင်၏။ ကျွန်ုတ်တို့ တွေ့ကြုံနေရသည့် နေ့စဉ် ပြဿနာများသည် စိတ်ထဲမှာ ကြိုးတွေးလာနိုင်ပြီး နောက်ဆုံးတွင် အောင်မြင်ရေးကို ဟန့်တားသည့် မဟားရုံးတိုင်းကြီးများအဖြစ်သို့ပင် အသွင်ပြောင်းလာနိုင်၏။ ၁၉၃၇ ခုနှစ်တွင် အမေရိကန်သမ္မတကြီး ဖရန်ကလင် ဒါ ရစဲ့ မိန့်ကြားခဲ့သည့်အတိုင်း “ကျွန်ုတ်တို့တွင် ကြောက်စိတ်လောက် ကြောက်စေရာ ကောင်းသောအရာ ဘာမျှမရှိ” ပါချေ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

မြတ်ပြိုး

အခိုင်တွေ သိပ်နှောင်းသွားသည်အထိ လူတော်တော်များများ ဘယ်
တော့မျှ သဘောမပေါက်သည်မှာ ဒုက္ခကို ဇူးကြီးစားလေ ပို့ဖို့
ဒုက္ခခံစားရေးလဆိုသည့် အမှန်တရားတည်း။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်
သင်၏ ဒုက္ခခံစားရုံး ဇြောက်စိတ်ပမာဏထက်သေးငယ်ပြီး မသိသာ
ဖတ်ရှုဗျားသည့်အရာများက သင့်အား စတင်နှိပ်စက်ကလူပြုကြသော
ဇြောင့်ဖြစ်၏။

သောမတ် မာတန် (၁၉၁၅-၆၈)
အမေရိကန် ကဗျာသရာနှင့် ဘုန်းတော်ကြီး

အမူဆောင်အရာရှိချုပ်နှင့် ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စဖြင့် ဖြစ်လာသော
သန်းကြော်သွေးတော်တော်များများသည် ပင်ကို စိုပေါ်သော ပြဿနာ
ဖြေရှင်းရေးသမားဖြစ်၏။ သူတို့က အဖြေများကို ရှာဖွေသည်။ နောက်
ထပ် ပြဿနာများကို ရှာဖွေခြင်းမပြု။ သူတို့က ခေါင်းဆောင်မှုပုံစံမှာ
သူတို့ ဇြောပမ်းအားထုတ်နေသည့် ရည်မှန်းချက်ကို အာရုံးကြည့်သည့်
အပေါ်တွင် အခြေပြုသည်။ ပြီးတော့ အဖြေများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရေး
အတွက် သူတို့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းရှိ လုပ်များကို ရှာကြည့်သည်။ သူတို့
ကိုယ်သူတို့လည်း ပြန်ကြည့်ကြသည်။

သင်သည် အဆုံးတစ်နှုန်း အောင်မြင်ရမည်ဟု စစ်မှန်စွာ ယဉ်ကြည်
ပြီး လုပ်ငန်းစဉ်ကို တာဝန်ယူထားလျှင် ခရီးစဉ်တစ်လျှောက် တွေ့ရှုရသည့်
ပြဿနာများကို ထိုင်တန်းတင်နေမည်မဟုတ်တော့။ ငါးပြဿနာများကို
အောင်မြင်ရမည်ဟုသော အမြင်ကို ကိုင်စွဲလာနိုင်မည်ဖြစ်၏။ ကျော်တော်
က ငါးခံယဉ်ချက်သဘောထားအား ရုံးနှိမ်ခြင်းကို 'ဒီတော့ ဘာဖြစ်လဲ'
သဘောထားဟု ခေါ်ထား၏။

တစ်ခုတော့ရှိသည်။ 'ဒီတော့ ဘာဖြစ်လဲ' သဘောထားနှင့်

'ဘယ်သွေးကြုံကိုရမှာလဲ' သဘောထားခြားပါသည်။ ပထမ သဘော
ထားက အောင်မြင်ရမည်ဟု စိတ်ပြုကြန်းထားသည်။ ရုံးနှိမ်မှုကို ခါထုတ်
ပြီး လုပ်စရာရှိတာကို ဆက်လုပ်သည်။ ဂုတ်ယ် သဘောထားကတော့
အမြေခံကိုက အောင်မြင်ရေးနှင့် ပြဒါးတစ်လမ်း သံတစ်လမ်းဖြစ်၏။
ငါးသဘောထား၏ နောက်ဆက်တွဲမှာ ဘဝသေသွားခြင်းဖြစ်သည်။

သင့်အနေဖြင့် အလေးကရ ပြုဖို့ လို၏။ အလေးကရပြုရန် အရေး
ကြီး၏။ ထိုအတူ ယာယိနောင့်နေးမှုများအား ကျော်လွှားဖို့ မိမိစွမ်းဆည်
ကို သက်ဝင်ယုံကြည်မှုရှိရန်လည်း အရေးကြီး၏။ သင်က ရုံးပြီဟု
ထိုပြတ် မဆုံးဖြတ်မချင်း ရုံးနှိမ်သည် နောက်ဆုံးရလဒ် မဟုတ်ပါ။

မကြာမကြာ ကြုံရာတတ်သည်မှာ သင်ရင်ဆိုင်နေရသည့် တစ်ခု
တည်းသော အကြီးမားဆုံး မဟာရုတ်တိုင်းကြီးသည် သင်ကိုယ်တိုင်
တည်ဆောက်ထားခြင်းဖြစ်ပြီး သင့်စိတ်ထဲမှာသာ တည်ရှိနေခြင်းဖြစ်၏။
ထိုအချက်ကို သိမြင် သဘောပေါက်လာသောအခါ သင့်မှာ အမြင်သစ်
တစ်ရပ် ဖြစ်ထွန်းလာလိမ့်မည်။ ထိုအမြင်သစ်က အခွင့်အလမ်းများကို
ပို့ဆောင်ပြင် မြင်နိုင်စွမ်းရှိ၏။ သင့်အနေဖြင့် သင့်တာဝန်ဝေါယာ
များကို ပစ်ပယ်ထားရမည် သို့မဟုတ် ပြီးမြောက်မှု အစစ်အမှန်များကို
လျှော့လျှော့ထားရမည်ဟု အဆိုပြုနေခြင်းမဟုတ်။ သို့သော် ပြီးမြောက်
မှုအစစ်အမှန်နှင့် စိတ်ကူးထဲက ပြီးမြောက်မှုကို ရှင်းရှင်းပြတ်ပြတ်
ခြုံခြားထားဖို့ပြောနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ပြီးမြောက်မှု အစစ်အမှန်ကို သတိထားပါ။ စိတ်ကူးထဲက ပြီး
မြောက်မှုကို ဥပဇ္ဈာပြုပါ။

အောင်မြင်ရေးအတွက် အားလုံးနှင့်ဆိုင်သော သွေးကြည်လက္ခဏာ
လေးရပ်မှာ ကြည်လင်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်၊ နိုင်မာ
တိကျသော စီမံကိန်း၊ ယဉ်ကြည်စိတ်ချမှု ရှိခြင်းနှင့် ရုံးနှိမ်များ ဇြောက်စိတ်

မရှိခြင်းတို့ ဖြစ်၏။ ထိုလက္ခဏာလေးရပ်အနက် ကြည်လင်ပြတ်သား သော ရည်မှားချက်နှင့်အတူ ရုံးနှစ်မှာ ကြောက်စိတ်မရှိခြင်းသည် အရေး ကြီး လက္ခဏာနှစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်သည်။

ကြောက်စိတ်သည် ကျွန်တော်တို့ကို 'သေ' သွားအောင် လုပ်နိုင် စွမ်းရှိ၏။ နောက်ပြီး ကြောက်စိတ်ကို မကျော်လွှားနိုင်လျှင် ကမ္ဘာပေါ် မှာ ရှိရှိသလျှေ စီမံကိန်းအားလုံးသည် အောင်မြင်နိုင်မည် မဟုတ်။ သူ ကြောင့် ကျွန်တော်တို့၏ ယုံကြည်စိတ်ချမှုတွေ ပျက်ပြားသွားနိုင်၏။ ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ပျောက်သွားနိုင်၏။

ဆျော့နှင့်

အောင်နိုင်သွေ့၏ 'မလျော့နှင့်' စိတ်ထားက သူအား သိသာထင်ရှား သော အောင်မြင်မှုကို ဘယ်လိုအောင်ကြုံးပေးခဲ့ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ မြင်တွေ့ခဲ့ကြပြီ။ ကျွန်တော်တို့၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးရာ အောင်မြင်မှု လမ်း ကြောင်းရှုပ်ကြီးပေါ် လျောက်လှုံးနေစဉ် တစ်ခါတစ်ခါတွင် ကျွန်တော် တို့အတွက် တစ်ခုတည်းသော အကွာအညီရရှာ လမ်းကြောင်းသည် ကျွန် တော်တို့၏ စိတ်ပြုဌာန်းချက်သာ ဖြစ်နေတတ်၏။ ကျွန်တော်တို့အား လျောက်ထားခဲ့ လမ်းပေါ်တွင် ဆက်လျောက်ဖြစ်အောင် ထိန်းပေးထား သည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ မျှော်လင့်ချက်ဖြစ်နိုင်၏။

သင့်ဘဝကို နောက်ကြောင်းပြန်လိုက်ပါ။ ဘယ်သွားအကွာအညီ ကျွေးမှုရာ့၊ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး အောင်မြော်ခဲ့သည့် အဖြစ်မြောက်ဆုံး ကိစ္စတစ်ခုကို ဖော်ထုတ်ပါ။ ဤကား ဂုဏ်ယူဝင့်ကြားစရာကိစ္စတစ်ခု ဖြစ်သည်မှာ ရင်းပါသည်။ သို့ဖြစ်သည်တိုင် ကျွန်တော်တို့ အနာဂတ် ကာလကို လုမ်းမျှော်ကြည့်သောအခါ ကျွန်တော်တို့၏ ရုံးနှစ်မှားကို သာပြန်ပြီး ဖော်ထုတ်တော်ကြ၏။ သည်တော့ သင့်ဘဝနောက်ကြောင်း

ကို ပြန်ကြည့်ပြီး မည်မျှသေးငယ်သည်ဖြစ်စေ သင်ရရှိခဲ့သော အောင်မြင် မှား ရရှိရန် သင့်ယုံကြည်ချက်ကို မြင့်တင်ရေးအတွက် ငင်းအမှတ်တရ ဖြစ်ရပ်ကလေးမှားကို အသုံးပြုပါ။

တစ်ခုခုလပ်ဖိုကြီးစားပြီး မအောင်မြင်သူများသည် ဘာမျှ လုပ်နိုင် စွဲးသော အောင်မြင်သူများထက် အဆုံးအစမရှိပို့စေတော်ကြသည်။
ရစ်ချွတ် ဘူး၏

အလျောပေးလိုက်ဖို့ ဆိုသည်မှာ အလွန်အလွန် လွယ်ပါသည်။ အလျောပေးလိုက်သည်အတွက် နောက်တစ်ကြိမ် မရောက်မချင်း ပြသောမှားနှင့် ခုကွဲရောက်မှုတွေ ယာယိရပ်ဆိုင်းသွားသည်။ ကျွန် တော်တို့ တင်ပြသော ဆင်ခြေ ဆင်လက်တွေက သင့်ပြုတွေတာသလို ပြု၏။ ကျွန်တော်တို့၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်မှားနှင့် မိတ်ဆွေမှားက စာနာ ထောက်ထားရှိ အသင့်ရှိကြ၏။ “စိတ်မပူပါနဲ့...” နောက်တစ်ခါဆို ပေါ်မှား ဒီထက် အဆင်ပြုမှာပါ” ဟု ပြောကြသည်။ သို့သော တကယ် တမ်းတွင် သင်ရောသုတိပါ ‘နောက်တစ်ခါ ဆိုတာ ရှိနေသေးသည် ဆိုလျင်တောင် ဘယ်တော့မှ ပြစ်လာမည့်ဆိုတာ မပြောနိုင်ကြပါ၌။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် လက်မလျော့လိုက်ပါနှင့်။ သင့် ပြသောတွေ ကျွေးမှုနိုင်အောင် အားထုတ်မှုမှားကို ရပ်မပစ်လိုက်ပါနှင့်။ သင့် တစ်သက် တာ ခွဲကပ်ခဲ့သည့် ကြောက်စိတ်ကို အနိုင်တို့ကို သန့်စွာနှင့် ချထားသော အေး ဘာမဟုတ်သော ဆောင်ရွက်ချက်ကလေးနှင့် တာဝန်ခံမှုက သင့် ခုံးပြတ်ချက်ပို့ပြီး နိုင်မာလာအောင်၊ သင့်ယုံကြည်စိတ်ချမှု ပို့ပြီး အားကောင်းလာအောင် လုပ်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း တွေ့ရသည်မှာ အလွန် ခံခြားရရှိမှား ကောင်းပါသည်။ ထိုသို့ အားထုတ်ကြီးစားနောက်နှင့်

သင်ထင်မြင်ယူဆထားသည့် ကြောက်စိတ်သည် အသေးအဖွဲ့ကိုစွဲ
ကလေးတစ်ခုအဖြစ်သို့ မှန်ဝါးပေါ်ကျယ်သွားတော့၏။

၁၉၈၀ ပြည့်နှစ် အိုလံပစ်တွင် စိဘတ်စတီယံကိုးသည် မိတ္တ
ရှစ်ရာ အပြီးပြိုင်ပွဲတွင် ပိုလဲစွဲမည်ဟု ရေါန်းစားနေသူဖြစ်၏။ သို့သော်
သူ၏ နည်းပရိယာယ် ညုံဖျော်မှုကြောင့် ဒုတိယသာ ရသည်။ သူ၏
ပြိုင်ဘက်ဟောင်းဖြစ်သူ စတိုင်အိုဗက်က ပထမပန်းဝင်သွားသည်။
နောက်ငါးရက်အကြာ မိတ္တ တစ်ထောင့်ငါးရာ အပြီးပြိုင်ပွဲတွင် နာမည်
ကြီး လျကြောက်များနေသော အိုဗက်ကို ကိုးက ပြန်ပြီး အနိုင်ယူပြီး ဈွှေ
တံသိပ်ယူသွားရဲ့မက ကမ္မာစ်ချိန်ကိုပင် ချိုးလိုက်လေသည်။

မိတ္တရှစ်ရာ ပြိုင်ပွဲတွင် ကိုးသည် ရွှေးနိုင်ခဲ့၏။ ကမ္မာစ်ချိန်သတ်
ရွှေများကို အရှက်ကွဲခဲ့၏။ သူ ဂုဏ်သိက္ခာကို အကြီးအကျယ် ထိနိုက်
ခဲ့၏။ ခုန်ပိုယ်တစ်ခုးဖြစ်သော သူသည် လွယ်လွယ်လေး ကိုယ်ကိုယ်
ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချမှု ပျက်ပြားသွားနိုင်၏။ လက်လျှောလိုက်လို့ ရ၏။
အကြောင်းပြချက်တစ်ခု ရှာပေးလို့ရ၏။ သို့သော် သူက အလွယ်လေးကို
မလိုက်။ သူ နှစ်ပေါင်းများစွာ အားထုတ်ကြုံးပမ်းလုပ်ဆောင်ခဲ့သည့်
မိတ္တ ရှစ်ရာ ပိုလ်လုပ် အတွေ့အကြုံမှ သင်ခန်းစာယူသည်။ မိတ္တ
တစ်ထောင့်ငါးရာ ပိုလ်လုပ် အနိုင်ရရေးတွင် ငင်းအတွေ့အကြုံကို တွေ့း
အားအဖြစ် အသုံးချုခဲ့လေသည်။

ရွှေးနိုင်မှုသည် သင့်နှင့် အတွေ့အကြုံသွားလို့ရသည် အတွေ့အကြုံတစ်
ရုပ် ဖြစ်နိုင်သလို သင်ခန်းစာ ယူလို့ရသည် အတွေ့အကြုံလည်းဖြစ်နိုင်
၏။ ဈေးချေယ်မှုများ သင့်နှင့်သာ ဆိုင်သည်။ သင့်ကိုယ်သင် အရှုံးသမား
အဖြစ် ရွှေမြင်မည်လား၊ အောင်နိုင်သွားအဖြစ် ရွှေမြင်မည်လား။

အကယ်၍ အောင်မြင်မှ ရရှိသည်ဆိုလျှင် သင်ကြုံးပမ်းအားထုတ်
နေသည် ကိစ္စ၏ အောင်မြင်မှ ရလိုက် ပြတ်ပြတ်သားသား အာရုံး

ထားပါ။ အတိတ်ကာလမှ ယာယိနှောင့်နှေးမှုများကို စိတ်အနောင့်
အယ်က်များ ဖြစ်လာစွင် မပြုပါနှင့် သင်စိတ်နှင့် သင့်ကျော်ကျင်မှုများကို
သင်လုပ်နေသည့် အလုပ်အတွက် အသုံးချုပါ။ ရွှေးနိုင်မှု အတွေ့အားလုံး
ကို ပျောက်ဖျောက်ပစ်ပါ။

အမေရိကန် ဖောက်တွင်းဝိဇ္ဇာကြီး ဟယ်ရှိ ဟူဒ်သည် လျှမ်း
လျှမ်းတောက် နာမည်ကြီးနေချိန်၌ အမေရိက တစ်ခွင်တစ်ပြင်တွင် သူ
အား ထွက်မပြီးနိုင်အောင် ထိန်းထားလို့ရသည် အကျဉ်းထောင်မရှိဟု
စိန်ခေါ်လိုက်၏။ မကြောမြို့အတွင်း သူထောင်ထဲ ရောက်သွားပြန်သည်။
သည်အခါး အကျဉ်းခန်းတံ့ခါးမှာ စနစ်သစ်သာ့ခတ်နည်းဖြင့် ခတ်ထား
သည်ကို တွေ့ရ၏။ သေ့ဥပြင်ဆရာတ် ကိရိယာ တန်ဆာပလာများကို
သူကိုယ်စွဲဘေးပေါ်တွင် အမြှေတမ်းဆောင်ထားသော ဟူဒ်က သူအချုပ်
ခန်းတံ့ခါးသေ့ဥကို ဖွံ့ဖြို့စွဲ့ထားတော့၏။ သို့သော် မအောင်မြင်။
နာရီပါင်းများစွာ ကုန်လျှော်သည်။ သူ ကြောမရဖြစ်လာပြီ။

နောက်ခုံးတော့ ဆရာကြီး ဟူဒ်ခံပြီး သည်သေ့ဥကား သူစွမ်း
ချည့်ဖြင့် လက်လှမ်းမမီ။ သူတော်ကျော်ထားသည့်ပညာဖြင့် မလုပ်လောက်
ထား။ သူရွှေးနိုင်မှုအကြောင်း ပထမဆုံးအကြောင်းအပြစ် သတင်းစာတွေက
သိုံးလေးတကြော် ရောက်တော့မည်။ သူလက်မြောက်အရှုံးပေးလိုက်ရှိ
အသင့်ဖြစ်နေပြီ။ လိုဘာမပြည့်သည့် အဆုံးတွင် စိတ်ဆုံးဖြင့် တံ့ခါးကို
ဆောင့်ဆွဲလိုက်တော့မှ တံ့ခါးက ပွင့်သွားသည်။ ပွင့်သွားရသည်
အကြောင်းမှာ စိတ်လှပ်ရှားမှုလွှာနှင့်ကဲနေသည့် အစောင့်များက သေ့ဥ
အောင်ခဲ့ဖို့ မေ့လျော့သွားကြသောကြောင့်ဖြစ်လေသည်။

ဤကား ရွှေးနိုင်မှု ကြောက်စိတ်နှင့် ရင်ဆိုင်ရခြင်းဖြစ်၏။ တစ်ခု
အစိုး လုပ်ဆောင်ရာ၌ လုပ်နည်း နောက်တစ်နည်း အမြှေရှိ၏။ အပြ
နာရွှေ့ရှိ အလွန်အလွန် ကိုခေါ်ခဲ့သည်ဟု မှတ်ယူမထားပါနှင့် နောက်ပြီး

သိသာထင်ရှားသောအရာများကိုလည်း မျက်စီမလျှမ်းပါနှင့်။ တံခါးတစ်ပါက်သေ့ခတ်ထားပုံရသည့်အတွက် စိတ်ပျက်လက်မလျှော့မိ တံခါးလက်ကိုင်ကို လူညွှေ့ကြည့်လိုက်ပါ၍။

ခရစ်က်ကားမျိုး အရွန်ဝါယနာပါသော ချာတိတ်တစ်ယောက်သည် မွေးနေ့လက်ဆောင်အဖြစ် ခရစ်ကတ်ရှိက်သည့် ဘက်တံတွဲချောင်းရသည်နှင့် အိမ်အပြင်ဘက်သို့ ဝမ်းသာအားရှု ပြေးထွက်သွားသည်။ ထိနောက် “ဟောဒီတစ်ကဗ္ဗာလုံးမှာ သားသား ခရစ်ကတ်ရှိက်အတော်ဆုံး” ဟု ကြေးကြော်ပြီး သားလုံးကို လေထဲမြောက်ကာ ဘတ်တံပြု ရှိက်လိုက်ရာ လွှေချော်သွားသည်။ သူက စိတ်မပျက်။ သားလုံးကို ကောက်ယူပြီး “ကဗ္ဗာပေါ်မှာ အတော်ဆုံး ခရစ်ကတ်ရှိက်သမားဟာ သားသားပဲ” ဟု စုံစုံစားစား ကြေးကြော်သည်။ သည်တစ်ကြိမ်တွင် သားလုံးကို အောအောကထက် မြင့်မြင့်မြောက်ပြီး အားထည့်ရှိက်သည်။ လွှေသွားပြန်သည်။ သူကတော့ ချာလပတ်လည်ပြီး မြေပြင်ပေါ်လျှော့သွားသည်။ သူအနည်းငယ် ပုံနှင့်ပွဲသွားသည်။

သို့သော် သူက ကျျေးထပြီး သားလုံးကို ပို့ချုပ် မြင့်မြင့်မြောက်သည်။ အောအောကထက် တအားထွေရှိက်သည်။ ချော်သွားပြန်သည်။ သည်တစ်ခုတော့ သူလက်ထက် ဘက်တံပါ လွှေတွေ့ကြပြီး မြေကြီးပေါ် ကျျော့သည်။ သူလည်း လဲကျြပြီး ဒုးခေါင်းနှစ်ဖက်စလုံး ပုံနှင့်ပွဲကုန်သည်။ သူ ထထိုင်သည်။ ဘက်တံကို ကြည့်သည်။ သားလုံးကိုကြည့်သည်။ ပြီးတော့ တက်ကြွောဟစ်ကြေးလိုက်သည်။ “ဟေး... ခင်များတို့ ဘာသီလဲ၊ ဟောဒီကဗ္ဗာပေါ်မှာ သားသားဟာ အတော်ဆုံးတိုင်ထောင် အောင့်ပစ်သမားပဲ” ဟူ၏။

သင့်အနေဖြင့် အောင်နိုင်သောအမြင်နှင့် ခိုင်မာသော ယုံကြည်ချုပ်ကို ပျိုးထောင်ရပါမည်။ သင့်အနေဖြင့် အပျက်မြင်စကားများ၏

အကောင်းမြင် စကားများအဖြစ် ပြောင်းပစ်ရမည်။ “ငါအသက်အရွယ်ကြီးလာပါပြီကော့ ဟု သင့်ဘာသာသင် စဉ်စားမိလျှင် သင့်မှာအတွေ့အကြုံတွေ့ များပြီး ဉာဏ်အမြော်အမြင်လည်း ရှိလာပြီဟု ကောင်းသည့်ဘက်က ပြန်တွေးပါ။” ငါဟာ တော်သင့်သလောက် မတော်ဘူး။ ဟု တွေးမည့်အစား “ငါရှုတွေ့နဲ့ သင့်မြတ်အောင် ပေါင်းနိုင်တယ်၊ ငါ ယုပ်မဲတာကို စိတ်အားထင်သန့်မှု့မှုပြည့်နဲ့ လုပ်တယ်၊ နောက်ပြီး ငါကိုယ့်ကြည်အားထားလို့ ရတယ်” ဟု တွေးပါ။

သင်လေးစားအားကျော့တွေ့၏ ဘဝများကို ကြည့်သောအခါ သင့်ကိုယ်သင် သူတို့နှင့် အလုမ်းကွာဂျာနှင့်သည်ဟု မထင်မှတ်ပါနှင့်။ သူတို့တစ်တွေ့အောင်မြင်သော ဘဝကိုဂွယ်လွယ်ကလေး ရလာသည်ဟု မထင်လိုက်ပါနှင့်။ ထင်လျှင် လွှေသွားပါလိမ့်မည်။ သင်ကြေးတွေ့နှင့် စရာ ရှိသည့် ခက်ခဲပင်ပန်းမှုများနှင့် ယာယိနောင့်နေ့မှုများကို အနည်းဆုံး အများဆုံးသလို သူတို့ ကြော့ခဲပါလိမ့်မည်။ သူတို့အားလုံးတွင် ထူးခြားသော ပင်ကိုစွမ်းရည်မှု့မှုမနေပါ။ သို့သော် သူတို့က သူတို့မှာ ပြီးစွာ စွဲမှု့မှုသွေးစွဲမှု့မှု အပေါ် ထူးခြားသော ပင်ကိုယ့်ကြည်ချက်တော့ ရှိသည်။ သူတို့၏ ဘဝကျောင်းပုံကျောင်းနည်းသို့ သို့မဟုတ် သူတို့၏ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းများကို စီးပွားရေး စီးပွားရေးနည်းများသည် သူမတဲ့ ကောင်းမွန်ကောင်း ဆောင်းမွန်နေပါလိမ့်မည်။ သို့သော် သင်လည်း သူတို့နည်းတဲ့ သူမတဲ့ ဆောင်းမွန်နိုင်ပါသည်။ သင် လေးစားအားကျေသော စံပြပုဂ္ဂိုလ်တွေ့ထက် တစ်ယောက်ယောက်နှင့် ထွေ့ခွင့်ရလျှင် သူတို့က တစ်ပြန်လေးစားအားကျေစွော်သည့် ဘယ်လိုအရည်အသွေးပျိုး သင့်မှာရှိပါသလဲ။

ဘယ်တော့မှ အလျှောမပေးနဲ့ ဘယ်တော့ဆိုတော့ ဘယ်တော့မှ
အလျှောမပေးနဲ့။

ဝင်စတန် ချာရီ

အောင်မြင်သူများသည် သူတို့လဲကျသည့် အကြံမံထက်တစ်ကြိမ်
ရိုပြီး ကျေးထတတ်သူများဖြစ်ကြောင်း ရှေ့ပိုင်းတန်းက ကျွန်ုတော်တို့
ပြောခဲ့ကြပြီး သင်သည် သင့်ကိုယ်သင် အားရကျေနပ်မှု ရှိနေလျှင် တော်ရှုံး
အက်အခဲလောက်ကို ဖြုံမည်မဟုတ်ချေ။ သင်သည် စကြဝါးကြီးနှင့်
လိုက်လျော်သော်ရှိနေသည့်နှင့် ကျော်ကြုံနေထိုင်ပါလိမ့်မည်။ ဘယ်
အရာ၌ ပြဿနာမဟုတ်။ သို့သော် သင်ကြုံရသည့်ပြဿနာများအလဲ
သင်ဘယ်လိုခဲ့စားမည်ဆိုတာ သင့်မှာ ရွေးချယ်ခွင့် ရှိသည်။ ထိုအချက်ကို
ဘယ်တော့မှု မမောပါနှင့်။ သင့်အေး ရွေးချယ်မှာက သင်စွဲနဲ့ဖြင့် ဆက်လုပ်
မည်လား သို့မဟုတ် လက်လျော့မည်လားဆိုသည်ကို ပြဋ္ဌာန်းပါလိမ့်
မည်။

စီးပွားရေးလောကတွင် အောင်မြင်သူများ သူတို့၏ စောစောပိုင်း
အကျပ်အတည်းများနှင့် အက်အခဲများအကြောင်း ပြောပြသောအခါ
သူတို့ ဆန္ဒမပြည့်ခဲ့သည့်အတွက် အတွေ့အကြံများအကြောင်း ပြောလဲ
ပြောထာ မရှိကြချေ။ သူတို့အား လူတစ်လုံးသူတစ်လုံး ဖြစ်လာစေသည့်
သင်ခန်းစာများ၊ စရိတ် တည်ဆောက်မှု အတွေ့အကြံများကိုသာ ပြော
တတ်ကြ၏။

သူတို့အားလုံးမှာ တည်တည့်တည်းရှိသည့် အရည်အသေးက
တော့ စွဲခဲ့ဖြင့် စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်တတ်ခြင်း၊ ရှုံးနိမ့်မှာ ကြောက်သည့် စိတ်
ကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းတို့ဖြစ်လေသည်။

တိန့်တိုယ်ကိုယ် ကိုးကွဲယ်

ဤကျော်သာ အလုပ်များကို ခွဲနှုန်းအား ပြင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း မတူတ်။
ခွဲသဲ့ပြင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း ပြစ်သည်။

ဆင်မြှေရယ် ချွဲန်ဆန်

သင်သာ ခွဲခတ်ဖို့ ပြင်ဆင်ထားလျှင် ဘယ်လောက်ဝေးသည့်ခနီး
ပြုပါစေ သင်ပေါက်မြောက်နိုင်ပါသည်။ ခွဲရှိခြင်းသည် မဖြစ်နိုင်သည့်
ကိစ္စမျိုးကို ဆောင်ရွက်ခြင်းမဟုတ်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ခြင်းမှာ မိုက်ခဲ့
ခြင်း ပြုက်လုံးဟောင်းတစ်ခုရှိပါသည်။ “ပါရမိရှိမှုနဲ့ မိုက်ခဲ့မှု
ဘယ်လိုက္ခာမြားမှ ရှိပါသလဲ” ဟူသော မေးခွန်းကို ပြန်လည်ဖြေကြား
သည့် အဖြေမှာ “ဘဝမှာ ကျွန်ုတော် ဆည်းပူးလေ့လာလို့ ရာသလောက်
ကတော့ ပါရမိမှာ အကန့်အသတ်ရှိတယ်ပဲ” ဟူ၏။

ကနေဒါယန် စီးပွားရေးသမား ရှိကင်စလေ့ဝါဒ်က သူသားငယ်
ထံ ရေးသည့် စာတစ်စောင်ထဲတွင် “ဖေဖေ သိသမ္မာ လူတွေထဲမှာ သူတို့
သဝကို လျောက်လျမ်းရင် ရှုံးနိမ့်မှုတွေ မအောင်မြင်မှုတွေ၊ စိတ်ပျက်စရာ
ဘွား၊ လိုဘမပြည့်မှုတွေ မတွေ့ဖူးမှု မကြုံဖူးသူ ဆိုလို တစ်ဦးတစ်ယောက်
ကဲ ရရှိဘူး။ အဲဒီလို စောနာပြင်းပြင်းထန်ထန် ခဲ့စားရတဲ့ အချိန်တွေကို
အော်လွှားလွန်မြောက်အောင် သင်ယူတတ်မှာက အောင်နိုင်သူတွေနဲ့
အုံးသမားတွေကို ခွဲခြားပေးလိုက်တာပဲ” ဟု ဖော်ပြထားလေသည်။

အောင်ကို အောင့်ပိုင်းပါ

အောင့်ပိုင်းပါ အောင့်ပိုင်းပါနဲ့

တဘ္တာသို့လဲတန်းက သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်ရှိသည်။ သူက
အော်သို့လဲ လက်ပစ်ဘောလက်ရွေးစင်တစ်ဦးဖြစ်သည်။ ပြုင်ပွဲတစ်ခု
အကြောင်း သူပြန်ပြောပြတိုင်း ကျွန်ုတော်မှာ ရုပ်စောရသည်။ ထို့အား

ကိုပင် အသုံးပြုခြီး ပြဿနာအတွက် အဖြေတစ်ခု ရအောင်ရှာတဲ့
ပြီးတော့ ရှုံးဆက်ခဲ့ရင်ပါ။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုက နောက်ဆယ်နှစ်အတွင်း လက္ခာ
လျှို့ လူသားတစ်ဦး ရွှေတ်တင်မည်ဆိုသော ဤဗြို့မားမား ရည်ရွယ်
ချက်ကို ဂျွဲန်တော့သူငယ်ချင်းလည်း ပါသည်။ ထိုနောက ဒီနှင့်
အသစ်ကျပ်ချွဲတဲ့ သူအရမ်းကြောက်သည်။ ထိုပိန်းကို သူအရမ်းကြောက်သည်။
အရမ်းရှုံးလုသည်။

ဒိုင်လူဤဗြို့က ဝိစိမှတ်လိုက်သည်နှင့် ပြိုင်ဘက်များကို တားဆီး
ပိတ်ဆိုရှိ လူတိုင်းကိုယ်စီ ပြေးသွားသည်ကြသည်။ ထိုအထဲတွင် ကျွဲ့
တော်သူငယ်ချင်းမပါ။ အကြောင်းမှာ သူက စွဲအိုင်တစ်အိုင်ကို နင်းမိပြီး
သူမြေထောက်အစုံကို မယုံနိုင်စွာ င့်ကြည့်နေသောကြောင့်ပင်။ ပါးစင်က
လည်း မြော်တမ်းသေးသည်။ “အိုး ခုကွဲပါပဲ၊ င့်မြိုင်အသစ်တွေ—
စွဲတွေ ပေကုန်ပြီ” ဟူ၍။ သဘောပြာရလျင် ထိုအနိုက်အတန်တွင်
သူအသင်းမှာ လူတစ်ယောက် လျော့သလိုဖြစ်နေ၏။ သူသည် သူအနှုံ
ကို ဆုလာဘ်ဆီမှ ခွာကာ ပြဿနာကို ဦးစားပေး အာရုံစိုက်ခဲ့လေသည်။

သင့်အာရုံကို ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ထို့ စွာလိုက်သောအခါ သင်ကြုံ
ရသည် အစက်အခဲများသည် ထိုတစ်ယောက်ချောက်ချားစရာဝက်းလောက်။
ဟင်နရိ နှိုင် (၁၈၆၄-၁၉၄၅)

ယာယိ နောင့်နေ့မှတစ်ခုနှင့်ကြုံရသောအခါ ကျွဲ့တော်တို့သည်
စွမ်းအင်ကို တလွှဲအသုံးချက်တိုင်းတွင် မတရားဟု ပြောချင်ကြသည်။
မျှတမ္မာမရှိဟု ထောက်ပြချင်ကြသည်။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း ဒီစိုး
မှုလို့တည်ချက်ဆီမှ အာရုံပြန့်သွားကြသည်။ ဆက်လက် စိတ်ဝင်းသော
မှ မရှိကြတော့။ ထိုသို့ပြုမှုမည်အတော့ အဆိုပါ အာရုံစားစိုက်မှုနှင့် စွမ်းအင်

ဆုလာဘ်ကို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း အာရုံပြုခြင်းက အောင်မြင်
သည်ဟု အာမ မခံပါ။ သို့ပေမဲ့ ထိုအခြင်းအရာက သင်လျော့က်နေသော
အိုးစော်ကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိသော ခုံးစဉ် ဖြစ်သေသည်။ နောက်ပြီး မိမိ
ထိုယ်စိမိ ယုံကြည်စိတ်ချုပ် နိုင်မှာသေသည်။

လူတော်တော်များများ အရှုံးပွဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ရသည်မှာ သုတေသန၏

ကနိုးအပ်မက်များကို မျက်ခြည်ပြတ်သွားခြင်းသည် အမိကအကြောင်းဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်သည်။ သူတို့၏ ကနိုး စိတ်အားထက်သန့်မှ တွေ ကျေဆင်းသွားသည်။ အကြောင်းမှာ သူတို့သည် ရဲးနိမ့်မှု၏ အကျိုးဆက်များကို စတင်အာရုံပြုလာသောကြောင့်ပင်။

မိမိတို့ ထူထောင်မည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအကြောင်း မြိုင်ရောက်ရေ ပြောပြသွားရေး ကျွန်တော် ကြုံဖူးသည်။ နောက်သုံးလကြာလျှင် သူတို့အတွက် အန္တရာယ်ကင်းသည့် လက်ရှိအလုပ်မှ ထွက်မည်။ ပြီးတော့ တစ်ကိုယ်တော် စွန့်စားခန်းဖွင့်မည်။ သို့သော် စွန့်စားခန်းစရု မည့်ရက်နီးလာလေ သူတို့က သူတို့ ရင်ဆိုင်နေရသည် ပြဿနာတွေ အကြောင်း ပြောလေဖြစ်လာသည်။ ငင်းအက်အခဲများသည် အမှန် တကယ်ကြုံနေရသည့် အခက်အခဲများဖြစ်ကြောင်း သံသယ ဖြစ်စရာ မရှိ။ သို့သော် အမှန်တကယ်ဖြစ်လာသည့်မှာ ကြောက်စိတ် ဆိုသည့် အခြင်းအရာကြီးကို မှန်ဘိလုးတပ်ကြည့်လာခြင်းဖြစ်၏။ စိတ်ကူးထမ့်ရှုံးနိမ့်မှု၏ အကျိုးဆက်များကတော့ မတွေ့ခဲ့လောက်အောင်ပင်။ သည်တော့... သူတို့ ဝန်ခံသည်ဖြစ်စေ ဝန်မခံသည်ဖြစ်စေ အလွှဲအရှာ့မှ အေးအေးနေခြင်းသာ အကောင်းဆုံးလမ်းစဉ်ဖြစ်သည်ဟု သူတို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ကြကြောင်း သိသာ ထင်ရှားလာတော့၏။

ဖြစ်ရပ်ဆိုးများအား သတိရခြင်းကို ရှောင်ရှားပြီး ဖြစ်ရပ်ကောင်းများအပေါ် အာရုံပြနိုင်အောင် ဦးနောက်ကို ထိန်းကျောင်းပေးလို့ရ၏။ တာတို့ အပြောသမားတစ်ဦးသည် ရှေ့ဆုံးက ပန်းဝင်ရေးအတွက် ပန်းဝင်စည်းကိုပဲ အာရုံပြု၏။ သူက ပြိုင်ဘက်များအပေါ် အာရုံမပြုပါ။ ထိုသို့ ပြုခြင်းသည် သူ၏ အာရုံစုံနိုက်မှုကို ပျက်ပြားစေမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

လေလံပွဲများတွင် အောင်မြင်သွားသည် ပြိုင်ဘက်များထက်

ဘယ်လိုချေးပိုပေးရမည်လ ဆိုတာသာကြည့်၏။ သူတို့ ရွှေးမှာကို အကြောက်ကြီး မနေ့။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကြောက်စိတ်က သူတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ဒုက္ခပါးမည် ဆိုတာ သိနေသောကြောင့်ဖြစ်၏။ သူတို့ ပုံအောလိုက်သည့် ဇွဲပုံကြီးထက် အဆပါင်းများစွာမြင့်မားသော ဇွဲပုံကြီး ပြန်ဝင်လာမည်ဟု သူတို့ ကြိုတင်တွက်ကောင်း တွက်ထားကြ ပေမည်။ သို့သော် သွားရေးလုပ်ကြောင့်နေလျှင် သူတို့၏ အကဲဖြတ်ချက်ကို ထိနိုင်မည်ဆိုတာ သူတို့သိနေသည်။ သူတို့ သည် မိမိ၏ ကန့်သတ်ချက် အတိုင်းအတာကို ကျော်ပြီး ချေးပေးကောင်း ပေးမည်။ အဝယ်များကောင်း များသွားနိုင်သည်။ စကားအဖြစ် ပြောရ လျှင် သူတို့သည် ဆုလာဘ်ထက် ပြဿနာကို အာရုံပြုမနေကြပော့။

ပြိုင်ကားမောင်းသမားတစ်ဦးအား လမ်းခရီးတွင် ဘာကြောင့် တိုက်နိုက်မှု မဖြစ်သလိုဟု မေးသောအခါ သူက “ကျွန်တော် ရောက်ချက် တဲ့ နေရာကိုပဲ ကျွန်တော်အာရုံနိုက်ထားလို့” ဟု လိုရင်းတိုရင်း ဖြေသွားသည်။

သိန်းသိန်းတွင်သော ပြဿနာပြုရင်းနည်း

ကျွန်တော်တို့ ပြဿနာတစ်ရပ် ဖြေရင်းရတော့မည် ဆိုသောအခါ အမြဲတမ်း ဆိုသလိုခါတိုင်း တွေးပဲတွေးနည်းအတိုင်း စဉ်းစား တွေးဆုံးကြ၏။ တွက်ပေါ်လာသည့်အဖြေမှာ ခါတိုင်း အဖြေမျိုးသာ ပြိုင်စေ တတ်သည်မှာ အဲသွေစရာ မဟုတ်တော့။ နောက်ပြီး တွက်ပေါ်နေကျော် ပြုဟောင်းသည် အဖြေမဟုတ်သလို ဖြစ်နေတော့၏။ ကျွန်တော် တို့ လုပ်ရမည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်ကူးကို သာဘဝအတိုင်းလွှဲတ်လေး ပြီး ပြဿနာများအား ဆန်းသစ် တိတွင်စွာ ဖြေရင်းနည်းကို ပျိုးဆောင် မြှင့်းဖြစ်၏။

အထပ်ပေါင်းများစွာမြင့်သော ရုံးခန်းအဆောက်အအုံကြီး တည်ဆောက်လာသည်မှာ ပြီးစီးလုန်းနေပြီ။ သို့သော် ဓာတ်လျေကားတွေ တပ်ဆင်ဖို့ ပြင်ဆင်သောအခါ ဓာတ်လျေကားတွေက အဆမတန် ကြီးနေသည်ကို တွေ့ကြရ၏။ သူတို့သည် မက်ထရစ်စနစ်ဖြင့် တိုင်းထွေးရမည့်အစား အင်ပိုးရိုးယလ် စနစ်ဖြင့် တိုင်းထွားအသုံးပြုမိခဲ့သည်။ ဓာတ်လျေကားဆင်းတက်ဖို့ လမ်းကြောင်းကို ယခုမှ ချွဲ့လေးဖို့ နည်းစန်းပိုင်းအရ မဖြစ်နိုင်ကြောင်း အင်ဂျင်နိယာများက ပြောသည်။ ဓာတ်လျေကားကုမ္ပဏီများကလည်း ပို၍ သေးသော ဓာတ်လျေကားတွေ ပြုလျှေားပေးဖို့ လပေါင်းများစွာ ကြောမည်ဟု ပြောသည်။ ဘာလုပ်ရမည်မှန်းဘယ်သူမျှ မပြောနိုင်ဖြစ်နေချိန်တွင် သူတို့ နဲ့တေားက ဖြတ်သွားသေး အလုပ်သမားတစ်ဦးက ဓာတ်လျေကားများကို အဆောက်အအုံအပြင် ဘက်တွင် တပ်ဖို့ အကြော်ပေးလိုက်သည်။ သည်လိုတပ်ဆင်နည်းကို ယခုက တစ်ကြမ်းမှ စမ်းမကြည့်ဖူးချေား သို့သော် စမ်းကြည့်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက် ကြသည်။ အလုပ်ဖြစ်သွားသည်။ ယခုတော့ ကမ္ဘာတစ်ဝါးလုံးတွင် ပြင်း ဓာတ်လျေကားတပ်ထားသည့် အဆောက်အအုံတွေ မြင်တွေ့ရလေပြီ။ ဆိုလိုရင်းမှာ အဖြေများကို ဖန်တီး ဖော်ထုတ်နိုင်စွမ်းရှုသည့် စိတ်ကူး အစည်းတစ်ခု သင့်မှာရှိပါသည်။ သည်တော့ ငါးစိတ်ကူးကို အသုံးချုပ်ပေးပါ။

စကားလုံးများဆက်သည့် ဉာဏ်စမ်းပဟောင့် ဖြေသောအခါ သင် သည် တွေးခေါ်မှု ပုံစံတစ်ခုနောက်သို့ လိုက်တွေ့ကြ၏။ အဆိုပါ ကျေမ်းဝင်ရင်းနှီးနေသည့် တွေးခေါ်မှု ပုံစံကပင် သင်၏ ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်းများကို ဘာ့သာကန်ထားသလိုဖြစ်နေတတ်၏။ တစ်ခါက လူတစ်ဦးက ကျွန်တော့ကို ပြောဖူးသည်။ “ခင်ဗျား ပြသုနာတစ်ခုအတွက် ဖြေရှင်းနည်း တစ်နည်းပဲလိုချင်တယ်ဆိုရင် ကျေမ်းကျင်သူတစ်ယောက်တဲ့ မေးပါ။ ဒါပေမဲ့ အဖြေပေါင်းတစ်ရာလောက် လိုချင်သပါ ဆိုရင်တော့

တိုးတစ်ယောက်ကိုသာမေး” ဟူ၏။

ကျွန်တော်တို့အားလုံး ကျွန်တော်တို့မှာ ရှိပြီးသား စွမ်းရည်များ၏ ဆာင်အတွင်းမှာသာ လုပ်ရှားဆောင်ရွက်လိုကြသည်။ အဆိုပါ ဆာင် အပြင်ဘက်သို့ထွက်ပြီး ဆောင်ရွက်ဖို့ အားမသန်ကြ။ လူတွေ မကြာ မကြာ ပြောတတ်ကြသည်။ “ကျူပ်က မတိတွင်တတ်ဘူးပြု ကျူပ်က လက်နဲ့ လုပ်ရမယ်ဆို လာခဲ့စမ်းပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဆန်းသစ်တိတွင့်တော့ လာမပြောနဲ့” ဟူ၏။ ထိုအယူအဆကို ဘေးဖယ်လိုက်ပါ။ သင့်မှာ အိုးစားကြော အားနည်းသည်ဆိုသော ယုံကြည်မှုအကန့်အသတ်ထဲမှာ အကျဉ်းကျု မခံပါနှင့်။

တွေားအရာအားလုံးတက် အောက်ကို စွဲမှတ်ထားပါ။ စိတ်ကူးအကြော်အစည်းများသည် ငွေကြေားဖြစ်၏။ စီမံကိန်းတိုင်း ဆာင်မြှင့်မှုတိုင်းသည် တစ်ခုတစ်ဦး၏ စိတ်ကူးထဲတွင် ဆန်းသစ်တိတွင်မှု မိုးပွင့်ကလေးက အစပြုလာပါသည်။

အဖြေများကို ဖန်တီး ဖော်ထုတ်နိုင်စွမ်းရှုသည့် စိတ်ကူး အစည်းတစ်ခု သင့်မှာရှိပါသည်။ သည်တော့ ငါးစိတ်ကူးကို အသုံးချုပ်ပေး။

စိတ်ကူးတွေသည် ယုန်ကလေးတွေနှင့်တူ၏။ ယုန်ကလေး တစ်ရုံးတွေ ရွေအင် ရှာပြီး သူတို့ကို ပြုစုပိုးဆောင်ဖို့ လေလာဆည်းပူးပါ။ မကြာခဲ့ အတွင်း သင် ယုန်ကလေးတစ်ခါဝင်လောက် ရလာလိမ့်မည်။

ဥုံန် စတိန်းဘက်(၁၉၀၂-၆၈) အမေရိကန် ဝတ္ထုရေးဆရာတော်

ဆန်းသစ် တိတွင်မှုဖြင့် ပြသုနာအဖြေများ ဖော်ထုတ်နိုင်ဆောင် အယုံလုပ်မည်လဲ။

ပထမဦးစွာ သတ္တုပြသသနကို စာဖြင့် ချရေးပါ။ ဤသို့ ပြလုပ်ခြင်း၊ က ပြသသနဘာလဲဆိုသည်ကို ရှင်းရှင်းလင်း အမိဘာယ် ဖွင့်နိုင်မည်။ ပြသသန၏ အကျယ်အဝန်း အတိမ်အနက်ကို ရှင်းရှင်းလင်း သိ မြင်နိုင်မည်။

ပြဿနာအကြောင်း ခြစ်ခြမှတ်မြစ်သိပြီး ဆိုသည့်နှင့် သင်စဉ်းစာ
လို့ ရသူမျှဖြေရှင်းနည်းတွေကို စာဖြင့် ချရရေးပါ။ သင်လက်လှမ်းမီ
သလောက် တစ်ဆုံးတစ်ဆုံး စဉ်းစားကြံးဆပါ။ သင့်စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နိုင်မြဲ
ရှိ အဖြေားမကျွန်တော့သည်အထိ ညွှန်ထုတ်ပါ။ ထိုနောက် ထိုအဖြေား
ကို ခဏာပတ်ထားလိုက်ပါ။ ခဏာနော်းသည်အဖြေားကို သင်ပြန်
ကြည့်ချင့်တွင် သင်၏ မသိစိတ်က အခက်အခက် ဖြေရှင်းပို့အလုပ်လုပ်
နေပြုဖြစ်၏။ မာရိအနည်းငယ်ကြာမှ သို့မဟုတ် တစ်ရက်နှစ်ရက် ကြာမှ
ပြဿနာအကြောင်း ပြန်စည်းစားပါ။ အပြောတွေ ဘယ်လောက် ဖြော်ပြန်
ဆန်ဆန်ပေါ်ထွက်လာကြောင်း သင် တအုံတည့် တွေ့ရပါလိမ့်မည်။
သင့်စိတ်ကို ထိန်းဆတိုင်း ကော်လွှာတော်လေးလိုက်ခြင်းက သင်၏ လက်ရှိ
အတွေ့ပုစ်ခြက်ကြီးထဲမှ ဖောက်ထွက်နိုင်အောင် ကျည်ပါလိမ့်မည်။

မိုးရထား ခုတ်မောင်းနှင့်ကို တစ်နာရီ ဆယ်မြိုင်နှင့် တို့မြှင့်ချင်သည့်
အိုလျှင် သင်ဖြင့် အကောင်ဒေ အားကို ပြင်လိုအသည်။ နှစ်ဆပိုပြီး မြန်ချွင်
သည့်အိုလျှင်မူး သမားခိုးကျော်ဆောင်ရွက်မှု အလားအလာများထဲမှ အောက်
တွက်ရတော့မည် ဖြစ်၏။

၁၂

ତିତ୍କୁ ଅନ୍ତରେ ଦୂରାଗଳଙ୍କ ପରିମାଣ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିଲା ।

လုပ်ငန်းဆိုင်ရာအစည်းအဝေးများ... ကျွန်တော် အလုပ်လုပ်ဖူးသာ ကုမ္ပဏီအားလုံး၏ အကြောက်များ ဉာဏ်ထုတ်တောင်းခဲ့သည့် အစည်းအဝေးများကတော့ ပြဿနာကို အဖြေရှာဖို့ အကြောက် ဂုဏ်သားချုပ်သည့်အနေဖြင့် ပြုလုပ်ကြသည်ကိုသာ တွေ့ရ၏။ သို့မဟုတ်ပါက လည်း အနာဂတ်အတွက် ထိတ်ထိတ်ပျော်ပျော် ဖြစ်လောက်သည့် နိမိတ် လက္ခဏာကို ပထမဆုံး စတွေ့ရပြီဆုံးမှ ထိသို့ပြုလုပ်လေ့ရှိကြ၏။ ထိသို့ အစည်းအဝေး ပြုလုပ်ပြီဆုံးလျင် ယေဘုဒ္ဒအားဖြင့် အောက်ဖော်ပြုသံမျိုးအနက် တစ်မျိုးတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏။

၁။ ဘာမျှ မဖြစ်။ အစအစအရာရာ နိဂုံရင်းစွဲအတိုင်း ရှိမဲ့
သည်။ နောက်ထပ်အကြောက်တောင်းခဲသည် အည်း
အဝေးကို တစ်ရက်ရက်တွင် ထပ်မပြုလုပ်ဖို့ ရှိနိုင်သည်
သူ ရှိနိုင်။

J) လွန်ခဲ့သည့် နှစ်အတန်ကြာတရန်းက ကြားခဲ့ရသည့် အဖြမ်းအား အေး ငှင်းအဖြမ်းကို စနစ်တကျ တင်ပြခဲ့သူများကပင် ထပ်မံတင်ပါကြသည်။

၃။ အဖြေတစ်ခုကို လက်ခံလိုက်ကြသည်။ သည်အဖြေကို ဘယ်
သူကမျှ နှစ်နှစ်ကာကာ ယုံကြည်မှုမရှိ။ သို့သော် သည်အဖြေ
က စိတ်အေးချမ်းမှုရရှိပြီ။ စီမံကိန်းကို ရှုံးဆက် အောင်ဆွက်
လို ရသည်။ အစဉ်းအဝေးတက်သူ အများစုက သုတ္တံ၏
ခံစားရှုက်များ ထုတ်ဖော်တင်ပြနေသည်၌ အထူးဖော်လေသာက်
က “ဟုတ်ပြုလေ၊ အဲဒါအလုပ်ဖြစ်မှာပါ။ အဲဒီစိတ်ကုံးကိုပဲ
လက်ခံလိုက်ကြရအောင်” ဟု စိတ်ပျက်ပြီး ဧပြီလ ရေခွဲတ်
လိုက်လေသည်။

သင် အလုပ်လုပ်နေသည့် အဖွဲ့အစည်းမှာကော ထိအဖြစ်ဖိုးတွေ

ဘယ်လောက်အထိ ကြိမ်ဖန်များစွာ ဖြစ်နေသလဲ။ အဖြမ်နက သင့်ကို ရှောင်တိမ်းနေသည့်အတွက် အဖြတ်ခုကို များနေမှန်း သိသိကြီးဖြင့် စိတ်လျှော့ လက်ခံလိုက်ရတာမျိုး ဘယ်လောက်များနေပြီလဲ။

ဆန်းသစ်တိတွင်သောအဖြမ်းကို ထွက်ပေါ်လာစေရန် အစဉ်း အဝေးတစ်ခု ထိထိရောက်ရောက် ပြုလုပ်နည်းကို ကျွန်ုတ်တော် တွေ့ထား သည်။ အစဉ်းအဝေးသို့ အတွေးမတူသုတစ်ဦးကို ဖိတ်ခေါ်ပါ။ တစ် ယောက်ယောက်ပေါ့။ သင်၏ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုအကြောင်း ကယ နဲ့ နဲ့ မလည်သူ။ သင့်လုပ်ငန်းအကြောင်းကို သူ၏ အသိအခြေမှာ စိတ်ညစ်စရာ ကောင်းလောက်အောင် ညံဖျင့်သူ....၊ သင့်လုပ်ငန်းအတွင်း ရှိ တော်းဒွာနတစ်ခုခုမှ သူတစ်ဦး ဆိုပါတော့။ သို့ပေမဲ့ သူမှာ သင်စဉ်း စားပုံ စဉ်းစားနည်းမျိုး မစဉ်းစားတတ်သည့် အားသာချက်တော့ ရှိရမည်။ တစ်နည်းဆိုရရှုပျော် သင်၏ စဉ်းစားပုံ စဉ်းစားနည်း စရိတ်လက္ခဏာအောင် မှာ ပိတ်မနေသူ။ သင့်စဉ်းဂိုင်းထဲမှာ မနေသူ ဖြစ်ရပါမည်။

ထိုသူက ပြက်ရယ်ပြုလောက်သည့် အဆိုပြုချက်များ သို့မဟုတ် ဘာမဆိုင် ညာမဆိုင် စိတ်ကျုံများ ပြောကောင်းပြောလိမ့်မည်။ သို့သော် သူပေးသည့်အဖြတွေထဲမှ တချို့တွင် အဖြမ်နအတွက် အမိမကျ သော အစိတ်အပိုင်းကလေးတွေ ပါနေပါလိမ့်မည်။ သူက သင်စဉ်းစားပုံအတိုင်း မစဉ်းစား။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင်က သင့်အဖွဲ့အစည်း ကြီး၏ တစ်ထောင့်တစ်နေရာမှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ အရှိန်ကုန်ခဲ့ဖြီး သို့ တွေးခေါ်မှုပုံစံက ခေါက်ရှိုးကျိုးနေပြီ ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

ထိုအနေအထားကို ပြောင်းပြန်လှန်ချင်သည်ဆိုလျှင် သူတွေ့ အတွက် သင်က သူနည်းအတိုင်း လုပ်ဆောင်ပေးလိုက်၏။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် သူနှင့် သူလုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၏ စိတ်ကျုံးတွေကို ဆွဲခဲ့ လုပ်ယမ်းပစ်ဖို့ သင့်တုန်းက လိုအပ်သလို သူတို့လည်း လိုအပ်ကောင်း

လိုအပ်နေမည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

စိတ်ကျုံး စိတ်သန်းအကြောင်းများသည် ဘယ်နေရကမဆို သူ လာနိုင်၏။ သင်ဘယ်လိုလုပ်ငန်းမျိုးပဲ လုပ်သည်ဖြစ်စေ အရင်ဆုံး စိတ်ကျုံးအလုပ်ကို လုပ်ရပါသည်။

ကျွန်ုတ်တော် သိသိစိတ်တွင် အစီအစဉ် ထုတ်လွင်ရေးမျိုး လုပ်စဉ်က ဖျော်ဖြေရေး အစီအစဉ်များ တိုးတက်ကောင်းမှုနှင့်ရေး နည်းလမ်းများ ရှာဖွေကြံးဆရုံးရ၏။ ရပ်မြှင့်သံကြားအစီအစဉ်အတွက် စိတ်ကျုံးသစ်များ ရရှိအောင် နိုင်ငံခြားအသံလွင့်သမားများမှသည် ပရိသတ်များအထိ အကြောင်းများ တောင်းခဲ့ရသည်။ ထို့ကြောင့် အလုပ်လုပ်စဉ်အတွင်း ကျွန်ုတ်တော်သည် အဆိုပြုချက်ပေါင်း လေးထောင်လောက် ဖတ်ခဲ့ရသည်။ ထိုအထဲတွင် ညံဖျင့်လျှော့ ဆိုသော အကြော်ပေးချက် တစ်စောင်တလေး ပင် မတွေ့ခဲ့ရပါ။ မည်သို့ဖြစ်စေ ရပ်မြှင့်သံကြား အစီအစဉ်တွင် ရှိကုန်ကျုံး ပြလို့ မရသည့် အဆိုပြုချက်များ၊ လက်တွေ့မဖြစ်နိုင်သည့် စိတ်ကျုံးများ ရှိသည်တော့ မှုနှင့်။ သို့သော် ကျွန်ုတ်တော်ကတော့ အကြော်ပေးစာ ရေးပို့ သူတိုင်းကို စာပြန်နေကျုံး၊ အားပေးနေကျုံ့ဖြစ်၏။ သို့မှ သူတို့အားတက် ပြီး နောက်ထပ် ဆန်းသစ်တိတွင်သော အကြောင်းများ ပေးပို့ကြမည် မဟုတ်ပါလား။

ကျွန်ုတ်အမြှင့်တွင်တော့ စိတ်ကျုံးကောင်း၊ စိတ်ကျုံးညံ့ဟူ၍ မရှိပါ။ အကြောင်းကိစ္စတွေအတွက် သို့မဟုတ် အရှိန်တစ်ချိန်တွင် အသုံးပြုလို့ရသည့် စိတ်ကျုံးနှင့် မရသည့်စိတ်ကျုံးဟူ၍သာ ရှိ၏။ စိတ်ကျုံးများသည် အသိပညာနှင့်တူသည် ဆိုရမည်။ အသိပညာကိုယ်နှုန်းကို ဖြောက်ပြီး အသုံးပြုမည့် အသုံးချုပ်သာ စွမ်းအားရှိလာ၏။ တစ်စုံ တစ်ယောက်အား သူတို့စိတ်ကျုံးမကောင်းဟု ပြောမြင်းသည် ထိုသူအား ဆန်းသစ်တိတွင်မှုမပြုလုပ်ဖို့ တားမြစ်ရာ ရောက်၏။ နောက်ပြီး သူတို့

ဆန်းသစ်တိတွင်သော စိတ်ကူးများကို နောက်ထပ်ကြားရတော့မည်
မဟုတ်ပါချေ။

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအနေဖြင့် ပြိုင်ဘက်များထက် တစ်ကျော
သာလိုပျော် ဆန်းသစ်တိတွင်နိုင်စွမ်းရှုပါမည်။ သူမတူအောင် ကောင်းမွန်
သော ကုန်ပစ္စည်း အရည်အသွေးများ ဖန်တီးကြရမည်။ မိမိတို့၏
အကောင်းဆုံး အရည်အသွေးများ ထုတ်ပြနိုင်မည့် ဈေးကွက်တွင်
ဟာကျက်ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်ရမည်။ ထိုနောက်တွင်မှ ရှိသေးကြော်
အင်အားကို ညွှန်ထုတ်ပြီး ပြိုင်ဘက်များကို တိုက်ခိုက်ရပါမည်။ စိတ်ကူး
အကြံ့ဗြာက်ဟူသူမျှသည် တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း၏ စိတ်ထဲတွင် သဇ္ဇာ
တည်၏။ ငါးစိတ်ကူးများကို များများရရှိနိုင်လေ သင့်ပြိုင်ဘက်များ
ထက် နာတစ်များ သာလေဖြစ်ပါမည်။ ဆန်းသစ်တိတွင်မူလုပ်ငန်းစဉ်
ကို ကျွန်းတော်တို့အားလုံးပြုလုပ်လိုက်၏။ စိတ်ကူးအကြံ့ဗြာက်များသည်
ထွေကြားဖြစ်၏။ သင်၏ ဆန်းသစ်တိတွင်မူ ဘက်ထဲတွင် လောက်သော
သယ် ငွေဘယ်လောက်ရှုပါသလဲ။

ရနိုင်သမျှ နေရာအားလုံးမှ စိတ်ကူးအကြံ့ဗြာက်တွေ ဝင်လာ
အောင် ဖွင့်ပေးထားခြင်းက ကြီးမားသော အကျိုးအမြတ်များ ရအော်။
ဤဖြစ်ပုံသည် ရှေ့ပိုင်းတုန်းက ကျွန်းတော် တင်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း တို့ယို
တာ ကုမ္ပဏီတွင် ထင်ထင်ရှားရှားဖြစ်ပေါ်ခဲ့၏။ ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ်တွင်
ကုမ္ပဏီအမှုထမ်းပါး၏ လေးသောင်းခုနှစ်ထောင်ထဲမှ အကြံ့ပြုချက်
ပေါင်း၁.၈ သန်းရခဲ့၏။ လုပ်ငန်းအတွက် အကျိုးရှိစေမည့် သို့မဟုတ်
ပြဿနာများ ဖော်ထုတ်ပြီး ငါးပြဿနာများ ပြေလည်စေမည့် စိတ်ကူး
အသစ်အဆန်းများပေးရန် မိမိအမှုထမ်းများကို ဖိတ်ခေါ်သော ကုမ္ပဏီ
များသည် အသိစိတ်ပြည့်ဝသော ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားသော
ကုမ္ပဏီကို သွားရှုပါသည်။ ၁၉၉၅၏ ကုန်ထုတ်လုပ်

အားလည်း ရ၏။

လူသားသဘာဝ၏ အနက်ရှိုင်းဆုံး အပြခံသဘောထားမှာ တန်ဖိုးထား
လေးစားပြင်းခံရခို့ အသိသပ်းပြခြင်းပြစ်၏။

ဝိလျှေ ဂျိမ်း(၁၈၄၂-၁၉၁၀)

အမေရိကန် တွေးခေါ်ပညာရှင်၊ စိတ်ပညာရှင်

အသေးအမွားကလေးများက ကြီးမားသောခြားနားချက်ကို ဖြစ်
ပေါ်စေနိုင်၏။ သေးသေးမွားမွား အကြံ့ပေးချက်များက အလုပ်ဖြစ်သော
အရာများနှင့် အလုပ်မဖြစ်သော အရာများခြားနားမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။
သင့်ပြဿနာများကို ဆန်းသစ်တိတွင်စွာဖြေရှင်းနိုင်ရေးအတွက် သင့်
တို့ယွင်းကိုယ်စကို တဲ့ပေးဖွင့်ပေးထားပါ။ သင်အကျော်အတည်းပြုနေရ^၁
ပြခို့လျှင် အခြားသူများကို မေးပါ။ သူတို့ဆိုလျှင် ဘာလုပ်မည်လဲ။
တို့တက်မှု အနှေ့င့်အယ်က်ပေးနေသည့်ကိစ္စကို သူတို့ ဘယ်လို ချုပ်းက်
ဖြေရှင်းမည်လဲ။

ကုမ္ပဏီများသည် မကြာမကြာ ဆိုသလို သူတို့၏ ပြဿနာများ
ကိုဖြေရှင်းပေးဖို့ ငါးပြီးပြဿနာများကို အဆောက်အအုံအပြင်ဘက်သို့
သယ်သွားပြီ တော်းအဖွဲ့အစည်းများ လက်ထဲ ထိုးအပ်တတ်ကြ၏။
အတိုင်ပင်အဖွဲ့များ၊ ပြဿနာရှင်းလင်းရေးသမားများထဲ ဝက်က်အပ်
ကြသည်။ ယခု ကျွန်းတော်တင်ပြသည့် အကြံ့အစည်းသည် ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုယ် အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်အောင် အကြံ့ပေးရာ ရောက်နေ၏။ မည်သို့ဖြစ်
။ ကျွန်းတော် မိမိအမှုထမ်းကိုယ်ထဲသော သည်ကတော့ လူတစ်စုကို
အဆန်းတစ်ခန်းထဲထည့်ပြီး “ဒီ ပြဿနာအတွက် အဖော်မရမချင်း အခန်း
ခဲ့က ထွက်မလာကြနဲ့” ဟု ပြောပါ။ ပြီးတော့ အဖြေတစ်ခု ရှာနိုင်

လောက်သည့် အစွမ်းအစမျိုး သူတို့မှာ ရှိယူည်ဟု ယုံကြည်ကြောင်းလည်း
ဖြောပြပါ။ သင်လိုချင်သည့် အဖြောက်ရသည် အပြင် သင့်အမှုထမ်း
ကိုယ်တိုင် လက်မှတ်ထိုးထားသည့် အဖြောက်ရပါလိမ့်မည်။ အပြရှာ
သည့် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် သူတို့ပါဝင်ပတ်သက်နေကြောင်းနှင့် သူတို့ကို
တန်ဖိုးထားလေးစားခြင်းခံရသည်ဟူသော ခံစားချက်သည် မည်မျှအရေး
ပါအရာရောက်ကြောင်း သည့်ထက်ပိုပြီး ပြောမပြနိုင်တော့ပါချေး။

တျော်များလဲစားတဲ့ အမြို့သည်

အမြေအနေတွေ ဘယ်လောက်ပဲ အုံမြိုင်းထုတိုင်းသည့် အသွင်း
နေပါစေ ပြဿနာတစ်ရပ်က ဘယ်လောက်ပဲ ထိန်းချုပ်ကိုင်တွယ်ဖို့
ကော်ခေါ်ဟန် ရှိပါစေ ဘယ်တော့မျှ လက်မမြောက်ပါနှင့် ဘယ်တော့
မျှ အလျော့မပေးပါနှင့် နောက်တစ်နည်းပြောရလျှင် သင်အောက်ဆုံး
သို့ ရောက်သွားပြီဟု ခံစားရလျှင် သင့်မှာ သွားစရာတစ်လမ်းပဲ ရှိတော့
သည်။ အထက်သို့ တက်သည့်လမ်း။ သင့်ဘက်က ဘာအရှုံးရှိမှာလဲ။
အဖြမ်ရှိသည့် ကြောက်စိတ်ထဲမှာ ဘယ်တော့မျှ ခိုလှုံးမနေပါနှင့် ဘာ
ဆို ဘာမျှ လုပ်လို့မရတော့ဟု ဘယ်တော့မျှ မယုံကြည်ပါနှင့် သင်သည်
စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အားပေးမှုနှင့် လက်တွေ့ကူညီမှုကို လိုကောင်းလိုမည်။
သို့သော် ထွက်ပေါက်တစ်ပေါက်တော့ အမြို့နေပါသည်။

ခုတိယကန္တစစ်ကာလကို ပြန်စဉ်းစားကြည့်ပါ။ စစ်သုံးပန်းစခန်း
များတွင် အကျဉ်းသားတွေ အများကြီး ရှိယူည်။ သူတို့မှာ အကုအညီရရှာ
လမ်းကြောင်း ဟူ၍ ဘာများရှိပါသလဲ။ အလွန်နည်းပါးသည်။ သို့ဖြစ်
သည့်တို့ သူတို့သည် အသင်းအဖွဲ့ပုံစံဖြင့် စပေါင်း ကြံစည်ပြီး လွတ်
မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်း နည်းလမ်းများ တိတွင်ခဲ့ကြသည်။
ဥပမာ- မြေအောက်ဥမင်လိုက်ခေါင်းများ တူးခြင်း သို့မဟုတ် စပေါင်း

တိုစိတိုယ်တို့ လိုက္ခာ

ပ်ပေါင်းနည်းဖြင့် ရပ်ဖျက်ခြင်း၊ သူတို့နည်းလမ်းတစ်ခုကို တွေ့ခဲ့ကြ
သည်။

ဆန်းသစ်တိတွင်သော ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းကို လက်နက်
ကိုရိယာတစ်ခုအဖြစ် သဘာထားပါ။ သင့်ကိုယ်စွမ်းကိုပိစက္းအကြောင်း
မဲ့ သက်ဝင်ယုံကြည်ပါ။ သင် လက်လုမ်းမီသမျှ လမ်းကြောင်းများမှ
အကုအညီများ ရယူဖို့ ဝန်မလေးပါနှင့်။

အလွန်အလွန် ချမ်းသာသည့် ဘဝထဲမှာနှင့် ထိုဘဝကို သူတို့
ဘယ်လိုရလာကြသလဲ ဆိုသည့် စာအပ်ပို့ ရေးသားသူ မက်စိဂန်သာ
က သူစာအပ်ထဲတွင် ဖော်ပြထားသူများ.... မှာရှိယူည် တူညီသော အချက်
နှစ်ချက်ကို ရွေးထုတ်ပြထားသည်။

၁။ သူတို့အားလုံးမှာ ရှိယူည် လောကအမြင်။ သည်ပြဿနာ
အတွက် အဖြောက်ခု အမြို့သည်။ နည်းလမ်းတစ်ခု အမြို့
ရှိယူည်။ သည်ပြဿနာကို ပြေလည်အောင် လုပ်လိုရှိယူည်။

၂။ သူတို့၏ ကျင့်စဉ်။ လက်ရှိကာလအတွက် အမှန်တကယ်
အရေးကြီးသော ကိစ္စများကိုသာ ဦးစားပေးပြီး လုပ်အောင်
ခြင်း။

ဦးစားပေးခြင်းသည် အချိန်ကို ထိရောက်စွာအသုံးချေရေး၏ သေား
ချက် ဖြစ်၏။ သည်အကြောင်းကို နောက်ပိုင်းတွင် အသေးစိတ်ဆွေးနွေး
ပါမည်။ သို့သော် လောလောဆယ် ခေါင်းထဲစွဲထားရမည် အချက်မှာ
တွေားနည်းလမ်းတစ်ခုအမြို့သည် ဆိုသည်အချက်ဖြစ်၏။

ကန္တအရေးအပါဆုံး ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိမှုများနှင့် ပေါက်မြောက်
အောင်မြောက်တော်များများသည် လမ်းဆုံးပြီထင်ပြီးမဲ့ ရရှိခဲ့ကြ
ကြောင်း၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လွတ်တွေ့က လက်မြောက်အရှုံးမေး
သောကြောင့် ဖြစ်ကြောင်း သတိရနေပါလေ။

သို့သော် ပြဿနာတွေတက်၊ အခြေအနေတွေဆိုးမှ အဖြေရှာမည်
ဟု ခံယူမထားပါနှင့်၊ အခြေအနေတွေ အဆင်ပြု ချောမွေ့နေစဉ်မှုပင်
သင်၏ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နည်း ပိုမိုကောင်းမွန်ရေးကို စတင်ကြေားရပါ
မည်။ 'မျှက်ရင် မပြင်နဲ့' ဟု တရာ့ကပြောသည်။ ကျွန်ုတ် လက်ခံပါ
သည်။ သို့သော် သင်၏ လုပ်နည်းကိုင်နည်းတွေ ဘယ်လိုရှိသည်ဖြစ်၏။
တို့တက်ကောင်းမွန်လာအောင် ကြေားသင့်သည်ဟုလည်း ကျွန်ုတ်
ထင်ပါသည်။

ဥပမာအဖြစ် ခိုင်ဘီအမဲ ကုမ္ပဏီကို ကြည့်ပါ။ ခိုင်ဘီအမဲသည်
ကွန်ပျူးကာလောကတွင် အကြေးမားဆုံး သုတေသနနှင့်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေ့
ဌာနရှိသည့် ကုမ္ပဏီဖြစ်၏။ သို့သော် သူတို့၏ ပစ္စည်းများကို သုတေ
သနစားပွဲမှ အရောင်းဆိုင်ပြခန်းသို့ရောက်ဖို့ အလွန်နေ့ကျွေးလေးလှ
သည်။ ၉၀ ပြည့်နှစ်များ စောစောပိုင်းတွင် သူတို့သည် စံခိုင်တင်ရသည့်
အရွှေးများပေါ်သည်။ ကုမ္ပဏီပျောက်လုမခန်းဖြစ်သွားသည်။ သည်တော့
သူတို့၏ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းတွေကို မဖြစ်မအနေပြင်ကြရသည်။ လုပ်ငန်း
ဆောင်ရွက်မှု နေ့ကျွေးကြန်းကြော်ခြင်းအစား လျင်မြန်သွက်လက်လာသူ့
နည်းလမ်းရှာကြသည်။ သူတို့ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းမှာ သူတို့၏ ပြိုင်ဘက်
များကို ယူညွှန်ပိုင်နိုင်ရသာမဟုတ်။ ပြိုင်ဘက်များထက်သာအောင် အဲ
ထုတ်ကြခြင်း ဖြစ်၏။ စီးပွားရေးလောကတွင် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ
ပြပိုင်နဲ့ လိုအပ်သည် မလိုအပ်သည်ကို သင်က မဆုံးဖြတ်ပါ။ ထုံးအဲ
ဖြင့် သင့်ပြိုင်ဘက်များက သင့်အတွက် ဆုံးဖြတ်ပေးပါသည်။

ကျွေးသန်းရောင်းဝယ်ရေး သမိုင်းကြောင်းတွင် ပြပိုင်တိထွင်၏
သမားတွေအများကြီး ရှိ၏။ သူတို့၏ စိတ်ကူးများကို တင်ပြနိုင်မှုတော့
လူအများက ပြက်ရယ်ပြခဲ့ကြသည်။ ပစ်ပယ်ခဲ့ကြသည်။ နောင်တော်များ
ကျွေးမှု နိုင်ပဲ့များ ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ကြရ၏။ ဆန်းသစ်တိထွင်၏

လုပ်ငန်းစဉ်သည် အသိပညာ၊ အထူးသဖြင့် စိတ်ကူးစိတ်သန်းကို တန်ဖိုး
ထားလေးစားခြင်းနှင့် ဆိုင်သည်။ ပြဿနာများသည် ဖြေရှင်းရမည့်
ဥက္ကာစမ်းပဟန္တ္တများ ဖြစ်၏။ မိမိအား ချည့်နဲ့ စေသည့် တစ်ပန်းရွှေးမှု
များ မဟုတ်။ ဘယ်သူ့ စိတ်ကူးကို ပြက်ရယ်မပြပါနှင့်။ ပြက်ရယ်မြှုပ်
တာအလွန်လွယ်ပါသည်။ ဘယ်သူမျှလည်း အကျိုးရှိမည် မဟုတ်။
အကြေားချက်တစ်ခုကို မကြော်ဘူးဆိုလျင် ထိုစိတ်ကူးသည် လောလော
သယ် အကောင်အထည်ဖော်လို့ မဖြစ်သေးကြောင်းပြောပါ။ သို့သော်
ကာယက်ရှင်ကို အားပေးစကားပြောပါ။ တစ်နေ့မဟုတ်တစ်နေ့တွင်
သူတို့မှ အဖိုးထိုက် အဖိုးတန် အကြော်တစ်ခု ထွက်လာနိုင်သော
ကြောင့် ဖြစ်သည်။

နှစ်ဆယ်ရာစုနှစ်၏ ကြီးကျယ်သော တိထွင်ရှင်ကြီးများသည်
တစ်မနက်တွင် ပြဿနာတစ်ခုအတွက် တိကျပြည့်စံသော အဖြတ်စုံ
လို့ ယွဲပိုက်ပြီး အပိုရာမှ နိုးလာသည်ဟု ကျွန်ုတ်တော် စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်
သည်။ ဖြစ်တော့ ဖြစ်ခဲပါသည်။ စစ်ကြည့်၊ အများပြင်ခြင်းက သူတို့၏
စိတ်ကူးများကို အသီးအပွင့်များ ဖြစ်ထွန်းလာစေခြင်းဖြစ်၏။

သည်တော့ သင့်စီးကိုနဲ့ သင့်အား ခရီးပန်းတိုင်သို့ရောက်
အောင် ပို့မပေးနိုင်ဘူးဆိုလျင် သင်ဘာလုပ်မည်လဲ။

သင့်စီးကိုနဲ့ ပြင်မည်လား။ သို့မဟုတ် သင့်ပန်းတိုင်ကို ပြောင်း
ဆည်လား။

ချုန်ပိုယ်တွေကတော့ သည်ကိစ္စကို သူတို့လုပ်ဆောင်နိုင်သည်ဟု
သာ ယုံကြည်စီးကို ချည့်အပြည့်ဖြင့် အကြောက်အာရုံးမရှိဘဲ သူတို့ စီး
အောင်းကို ပြင်ခဲ့ကြသည်။ သူတို့၏ ခရီးပန်းတိုင်ကတော့ မပြောင်းလဲ
နောက်မြှုပ်နည်း အတိုင်းပင်။



(၉)
ရင်ထဲက သူရဲကောင်း

ကျွန်တော်တို့သည် အောင်မြင်ရေးအတွက် ပင်ကို သဘာဝစွမ်းရည်များဖြင့် မွေးဖွားလာကြသည်။ ကမ္မာလောကြီး၏ အနက် အမိပ္ပါယ်ကို ရှာဖွေခို့၊ အားထဲတော်ရေးနှင့် ဘဝခရီးတစ်လျောက် ကြို့သည့်အကိုင်အခဲများ ကျော်လွှားနိုင်ရေးအတွက် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်တွေက ရသမျှ သတော်အချက်အလက်များကို စွောင်း၏။ ကလေးဘဝတုန်းကတော့ ကျွန်တော်တို့သည် မိမိအတွက် ဂိုးရိုးစင်းစင်းရည်မှန်းချက်များ ချက်များ ချခဲ့ကြသည်။ ငှါးရည်မှန်းချက်များ အောင်မြင်မည် ဟူသော ယုံကြည်စိတ်ချမှုရှိခဲ့ကြသည်။ တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့သည် များသောအားဖြင့် အကြောက်တရားကင်းမဲ့သူကလေးတွေဖြစ်ခဲ့ရသည်။

ဒေဝါဖြစ်သူက ကပ်လျေကားပေါ် တက်ပြီး အိမ်ပြတ်းပေါက်ကို ဆေးသုတေသနများ သားငယ်ကလေးက အကြောက်အဗျားမရှိ ငှါးလျေကားပေါ်လိုက်တက်ခြင်းမျိုး သို့မဟုတ် ပန်းခြံထဲမှာ တွေ့သည် အွေးတစ်ကောင်ကို ပွဲတ်သပ်ပေးခြင်းမျိုး သင်ကြံဖွားပါသလား။ သို့သော် တစ်ခိုင်တည်းတွင် ကလေးသူငယ်ကလေးများသည် အလွန်စိတ်ညွှတ်လွယ်ကြသည်။ ညကြီးမင်းကြီး အိပ်ရာမှ ထလျှင် သူမြေထောက်ကို

ဖမ်းဆွဲကိုက်စားမည့် သတ္တဝါကြီးတစ်ကောင် ခုတင်အောက်မှာရှိနေ ကြောင်း ကလေးတစ်ဦးအား သူမြိမ်ခင်က ပြောထားလျင် သူမြိမ်ခင်၏ စကားအမှန်ဖြစ်သည်ဟု ကလေးကယ့်လေသည်။ ဤသို့မြောက်လှန့်လိုက်ခြင်းက ကလေး၏ စိတ်ထဲတွင် အဟန့်အတားကြီး တစ်ခုဖြစ်၏ သွားစေ၏။ ကလေး၏စိတ်ကို ကြောက်စိတ်က လွှမ်းမိုးသွားလေပြီး သည်တော့ ကလေးတွေ ယုံကြည်လာအောင် ကျွန်တော်တို့ပြုခွာန်းလေး ချက်နှင့် မျှော်လင့်ရမည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် အလွန်အလွန် အရေးကြီးပါသည်။

သင့်အတွက် သင်ချမှတ်ထားသော လက်တွေ့ကျသည့် ရည်မှန်းချက် မှန်းသူမြှေပေါက်မြောက်အောင်မြင်နိုင်သည်ဆိုသည် အချက်သည် တကယ်ပင် မှန်ကန်ပါသလား။

ထိုသို့သော ယဉ်ဆောက်သည် စိတ်ကွန်မြှုံးမှုတစ်ရပ်ဟု ထင်ရှုယ်ရှိ၏။ သို့မဟုတ် ခိုင်မှုမှုမရှိသော ဓာတ်သစ်မစွန်တစ်ပုဒ်အသွင် ပါက်မှု၏။ သို့သော် ထိုသို့မဟုတ်ကြောင်း ကျွန်တော်သိသည်။ သင့်အောင် မြင်မှုသည် သင့်အတွက် ချမှတ်ထားသော ရည်မှန်းချက်များ၊ စွဲနှင့်လွှားမှုများကို မတွန်းမရှုံး ရင်ဆိုင်ရန်ဆန္ဒရှိမှု၊ အောင်မြင်မှုက ဆောင်ကြေားလာမည်ဟု သင်မြင်နေသော အကျိုးအမြတ် အစစ်အမှန်များပေါ်မှာ မူတည်နေ၏။

စစ်မှန်သော ပျော်ရွှင်မှုကို ဘာက ပေးသလဲဆိုသည်ကို လူတော်တော် များများ အယူများနေ၏။ မြိမ်ကိုယ်မြိမ် နှစ်ထောင်းအားရှုပြစ်ရခြင်းဖြင့် ပျော်ရွှင်မှုကိုမရှုံး ထိုက်တန်သော ရည်ရွယ်ချက်တစ်စုံကို သွားရှုံးစွာ လုပ်ဆောင်ခြင်းမှသာ ပျော်ရွှင်မှုကိုရေ၏။

ဟယ်လင် ကလေး

ကျွန်တော်တိအားလုံးပင် ငွေကြေးဖူလုံခြင်းကြောင့် ရရှိသော လွတ်လပ်မှုကို လိုလားကြသည်မှာ သေခြား၏။ သို့သော် ငွေကြေးကိုနှစ်ကြောင်း သဘောပေါက်ကြမည်ဟု ဖျော်ဆွဲလင့်ရမ်း။ ထို့ကြောင့် ဖိတ်ဆွေ စိတ်ကုစာရာဝန်တစ်ဦးက ကျွန်တော်အား ပြောပြဖူးသည်။ ဆင်းရဲ့ရဲ့များသည် ငွေကြေးက သူတို့ကို ပျော်ဆွဲလုံးများပေးလိမ့်မည်ဟုသော ယုံကြည်ချက်ပြင် ဘဝခရီးကို နှင့်ကြကြောင်း၊ အဆိပါအတွေးက သူတို့ကို ဖျော်လင့်ချက်ပေးထားကြောင်း၊ သို့သော် ချမ်းသာကြွယ်ဝယ်ညှိ ဝေဒနာရှင်များကတော့ ငွေကြေးက ပျော်ဆွဲမှုကို မေးနိုင်ကြောင်း သဘောပေါက်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့လည်း ကြိုးဖော်ဖော်မှုများဖော်ဆုံးသွားပြီ ဟု ယုံကြည်ကြသည်ဆို၏။

ကျွန်တော်တိ၏ ဂုဏ်လျှို့နေသော အောင်နိုင်ရေး စွမ်းရည်ဖွံ့ဖြိုးလာရေး၊ ကျွန်တော်တိ၏ အောင်မြင်ရေးအခွင့်အလမ်းများ၊ အမြင့်မားဆုံး ပြစ်ထွန်းလာရေးအတွက် ကျွန်တော်တိအတွက် ကျွန်တော်တိကိုယ် ကျွန်တော်တိ ရှိုးသားပြောင့်မတ်ရပါမည်။ အခြားသူများအပေါ် ရှိုးသား ဖြောင့်မတ်ရပါမည်။ အဆင့်မြင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ ရှိုးသားပြောင့်မတ်ရပါမည်။ သင့်ရည်မှန်းချက်များသည် သင့်အတွက် ကိုယ်ကျွန်တော်တိအရ လူကျင့်ဝတ်အရ စိတ်ပိုင်းအရ သင့်မြတ်မှန်ကန်ရဲ့လား၊ သင်အောင်မြှင့်လိုသည်ဆိုလျှင် ငင်းအောင်မြှင့်မှုအတွက် ဖုန်းမဖြစ် လိုအပ်သောတန်းများကို အလောင်းအစားလုပ်ရသည့် ဘဝဖိုးပြင် နေထိုင်လို မရပါ။ ရပ်ဝွေ့ပုဂ္ဂိုလ်းဆိုင်ရာ အောင်မြှင့်မှု သက်သက်မှ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ပျော်ဆွဲမှုသည် 'တိမ်'နေတတ်၏။ တော်သာယာမှုအပေါ် အခြေပြုမှု တတ်၏။ ဆန့်ကျင်ဘက်အဖြစ်ပြောရလျှင် စစ်မှန်သော ပျော်ဆွဲမှုများပေါက်ဖွားလာသော အောင်မြှင့်မှုကတော့ အလွန်ထူးခြားသော ခံစား

ချက် ဖြစ်၏။ တစ်သက်လုံးမေ့မရသည့် အတွေ့အကြုံတစ်ရပ်ဖြစ်၏။

ပုဂ္ဂလိက ပျော်ဆွဲမှုသည် အလွန်ထူးခြားသော ခံစားချက်ဖြစ်တာ မှန်သည်၊ သို့သော် စီးပွားရေးလောကမှာတော့ စီးပွားရေးသည် စီးပွားရေးသာဖြစ်သည်ဟု စီးပွားရေးသမားများက ငြင်းကောင်း ငြင်းကြလိမ့်မည်။ စီးပွားရေးဆိုသည်မှာ အရည်အသွေး၊ ဝန်ဆောင်မှု၊ ထုတ်ကုန်၊ ဖြန့်ချိရေး တို့နှင့် ဆိုင်သည်။ သူတို့အနေဖြင့် အမြတ်ရအောင် လုပ်ပို့ လိုသည်။ ဤကား သူတို့၏ အနိမ့်ဆုံးရည်မှန်းချက်။ အမြတ်မရှိလျင် သူတို့ လုပ်ငန်းပျက်စီးသွားမည်။

သို့သော် အမြတ်အစွမ်းမောက်သို့ တကောက်ကောက်လိုက်ရင်း အရည်အသွေးနှင့် ထုတ်ကုန်များကို ဘယ်သူက ဆောင်ကြုံပေးနေ သလဲဆိုသည် အချက်ကို ကုမ္ပဏီများ၊ မျက်ခြည်ပြတ်သွားတတ်ကြ၏။ ကုမ္ပဏီတော်တော်များသည် 'ဌာနတွင်း' အရည်အရွင်းမြင့်' သင်တန်းများ၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်ကြ၏။ ငင်းသင်တန်းများ၏ ရည်ရွယ်ချက် စွာ သူတို့၏ အနိမ့်ဆုံး ရည်မှန်းချက်အောင်မြှင့်ရေးကို ရည်ရွားသည်။ အရည်အသွေး ဖော်ဆောင်ပေးသွား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ရည်ရွားပြုလုပ်ကြခြင်းမဟုတ်ပါချေ။

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအောင်မြှင့်မှုက ရှိုးသားပြောင့်မတ်မြင်း၊ ကိုယ်ကျင့်တရားမြှင့်မားခြင်းနှင့် ရေတွက်လို့ရသော အထမြာက် အောင်မြှင့်မှုများကို တောင်းဆို၏။ အမိုက်မလျှိုင်ဖြစ်သော အဆိပါတန်းများ တို့ထိန်းထားသည့် ကုမ္ပဏီများသည် သူတို့၏ အမှုထမ်းများကိုလည်း ဆက်ထိန်းထားဖို့ ရည်သန်ကြလေသည်။

ကျေပ်လူဓာတ္ထကိုခေါ်သွားပြီး ကျေပ်စက်ရှုကို ထားခဲ့ပါ။ မကြာမီအတွင်း အဆင့်ဆိုင်ပြတ်ငါးဝါးမှာ မြတ်ဓာတ္ထ ပေါက်လာလိမ့်မယ်။ သို့သော်ပြေား ကျေပ်စက်ရှုကိုယူသွားပြီး ကျေပ်လူဓာတ္ထကို ထားခဲ့လျှင်တော့ ကျေပ်တို့ နောက်ထပ်စီးဖွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု ထူးစွာစောင်မည်ပြေား၏။

အင်ဒရူး ကာနက်ရှိ (၁၈၃၅-၁၉၁၉)
စကော့လူမျိုး သံမဏီလုပ်ငန်းရှင်ကြီးနှင့်
ပရဟိတ စေတနာရှင်

မွေးရာပါ အောင်မြင်သူများ၏ အောင်မြင်မူ ဖော်ဆောင်နည်း
သည် တစ်စွဲတိုးနည်းမျိုး မဟုတ်။ စနစ်တကျ တည်ဆောက်ထားသည့်
စီမံကိန်း အသုံးပြုနည်းဖြစ်၏။ သည်စီမံကိန်းက သင်၏ လက်ရှိအင့်
အထားမှ အနာဂတ်ကာလတွင် သင်ရောက်လိုသည့် နေရာသို့ ရောက်
အောင် လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ် တင်ပေးမည်ဖြစ်၏။ ထိုသို့ လျောက်လမ်း
ရာတွင်လည်း သင်၏ အဆင့်အတန်း၊ သင်၏ တန်ဖိုးများနှင့် အလဲ
အလှယ်မလုပ်ရအောင် သည်စီမံကိန်းကထိန်းပေးသည်။ စင်စစ် ထိုအရာ
များကိုပင် စုစုပေါင်းစပ် ရှိအောင် ထိန်းပေးပါသည်။ သင်၏ ရှိုးသား
ဖြောင့်မတ်မှုသည် တစ်ကြိမ်သာအဆုံးခံနိုင်သော အရည်အသွေးဖြစ်၏။
သည်တော့ အောင်မြင်မူတစ်ခုရရှေးအတွက် သင်၏ ရှိုးသားဖြောင့်မတ်
မှုနှင့် အပေးအယူမလုပ်ပါနှင့်။

အမေရိကန်အထက်တန်းကျောင်းတစ်ကျောင်းမှ နည်းပြဆရာ
တစ်ဦးက သူ့တပည့်များကို 'ချမှတ်' ဟု အမြဲခေါ်သည်။ ဘာကြောင့်
ထိုသို့ ခေါ်သလဲဟု မေးကြည့်သောအခါ သူ့တပည့်တွေကို ဘဝကို
ရင်ဆိုင်ရာ၌ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ချိန်ပို့ယူရှိ အဖြစ် ခံယူထားစေချင်၍
ခေါ်ခြင်းဖြစ်သည်ဟု ရှင်းပြသည်။ သင်လိုလားသော အနာဂတ်ဘဝရှိုး

ပိုင်ဆိုင်ရှုန် သင့်ကိုယ်သင် ချိန်ပို့ယ်တစ်ဦးအဖြစ် ခံယူထားပါလေး။
သင်၏ ကိုယ်ခန္ဓာကျော်းမာကြုံခိုင်ရေးအတွက် အစားအသောက်
ဆင်ခြင်မည်။ ကျော်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းများ ပြုလုပ်မည်။ ထိုနည်းတူ
အောင်မြင်သော စိတ်ဓာတ်ရရှိရေးအတွက် သင့်စိတ်ကို လေ့ကျင့်ပေးရ
ပါမည်။ ကာယလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းနှင့် အစားအသောက် ဆင်ခြင်း
မြင်းဖြင့် သင့်ကိုယ်ခန္ဓာကိုယ်ကို လိုသလို ပုံသွင်းယူလို့ရ၏။ ထိုနည်း
တူ စိတ်ချမ်းသာမှု၊ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အဆင်ပြေမှု ရှိရေးအတွက် သင့်
စိတ်ကို လေ့ကျင့်ပေးရန် သင့်လက်တစ်ကမ်းမှာပဲ ရှိပါသည်။

ကျွန်တော်တို့တွင် မွေးကတည်းက ပါလာသော ပင်ကိုစွမ်းရည်
များဖြင့် လူလားမြောက်လာကြ၏။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့သည်
အပေါင်းအသင်းများ၏ လက်သင့်ခံမှုကို လိုလားတော့တလွန်းသဖြင့်
လွှာအသိုင်းအပိုင်းနှင့် ကိုက်ညီမှု ရှိစေရန် ငင်းပင်ကိုစွမ်းရည်များကို
ပုံးကွယ်သိသိပေးသားခဲ့ကြရ၏။ ယခင်းပင်ကို စွမ်းရည်များကို ပြန်လည်
ဖော်ထုတ်၊ ဖွံ့ဖြိုးအောင်လုပ်ပြီး အသုံးချကြပါရှိ။

သင်၏ မြေဆော်ချက်

မြေဆော်ချက်အကြောင်း တော်တော်များများ ရေးသားခဲ့ကြပြီး
သို့သော် သည်စကားလုံး၏ အမိဘာယ် အတိအကျက ဘာလဲ။ မြေဆော်
ချက် (motivation) သည် ရည်ရွယ်ရင်း (motive)နှင့်အရေးယူဆောင်
ရွက်မှု (action) ပေါင်းစပ်ထားခြင်းဖြစ်၏။ သင် တစ်ခုခုဖြစ်မြောက်ချင်
ပြုဆိုလျှင် သင်သည် သင်၏ပစ်မှတ်ဆီသို့ ရွှေ့လျားသွားသည်။ သို့သော်
သင်၏ ရည်ရွယ်ရင်း သို့မဟုတ် တွေ့န်းအားက ဘာလဲ။ အတွင်းတွေ့န်းအား
လား၊ အပြင်တွေ့န်းအားလား၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဤအခြင်းအရာသည်
သင့်အား တွေ့န်းအားပေးသည့် စွမ်းအသုံးဖြစ်၏။

အပြင်တွန်းအားသည်လည်း အတွင်းတွန်းအားလိုပ် အစွမ်းထက်
ပါသည်။ အရက်မဖြတ်လျှင် သင့်အသည်းခြောက်ဘားလိမ့်မည်ဟူသော
ဆရာဝန်၏ စကားထက် တမြားဘယ်အရာကမျှ သင်အရက်ဖြတ်
အောင် ထိထိရောက်ရောက် တွန်းအားပေးနိုင်လိမ့်မည် မဟုတ်။

ရည်မှန်းချက်တစ်ခုကို လိုချင်တပ်မက်လာအောင် ကျွန်တော်တို့
ကိုယ်ကျွန်တော်တို့ တွေ့နဲ့အားပေးလို့ရသည်။ မော်တော်ကားသစ်တစ်ဦး
ဆိုပါရို့။ အဆိုပါမော်တော်ကားပုံတစ်ပုံကို ဖြတ်ညျှပြီး သင့်စာရေး
စားပွဲ အထက်နားနံရုံင် ကပ်ထားပါ။ ထိုပုံကို နေစဉ်ကြည့်ပြီး ထိုကား
တို့ ပိုင်ဆိုင်ရပုံကို အားခုံခဲ့ မြင်ယောင်ကြည့်ပါ။ ထိုကားကို ပိုင်ဆိုင်ဖို့
သင်၏ စိတ်ပြဋ္ဌာန်းချက်သည် အတွင်းတွေ့နဲ့အားဖြစ်ပြီး မော်တော်ကား
ပုံသည် အပြင်တွေ့နဲ့အားဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တိုင်နေတွေကို သတိမရ။ အနိဂုံအတန်များကိုသာ သတိရသည်။
ဆိုင် ပါမီးစံ(၁၃၀၈-၂၀)

အီတာလျှော်စွဲမြန်မာရာနှင့် ကဗျာဆရာ

ကျွန်တော်တို့၏ တွန်းအားများသည် ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်း
ချက်များ အတိုင်းလိုက်၍ ပြောင်းလဲသွားသည်။

କେତେବେଳେଖିଦିଃଲ୍ଲଭୁବାଃଵାନ୍ଦ୍ୟ ଆଶାଃଆଶାକ୍ଷିଣ୍ଠ ଆଗ୍ରାମଗ୍ରୂହ୍ୟ ଲ୍ଲିଅବି
ଶୁର୍ଗକ ତ୍ରୁପ୍ତିଃଆଃପେଣ୍ଟିଃ ଓରୁବାନ୍ଦ୍ୟ ॥ ଆଗ୍ରାମିଃମୁା ଆଶାଃଆଶା ଅଶ୍ରୀ
ଲ୍ଲୁଙ୍କ ଚର୍ତ୍ତରମନ୍ଦ ପ୍ରତିକ୍ରିୟିଃ ଆଗ୍ରାମଗ୍ରୂହ୍ୟମଧ୍ୟଲ୍ଲୁଙ୍କ ବର୍ଗର୍ଥିବଜ୍ଞାତିଭୁବାଃକ୍ଷିଣ୍ଠ
ବାହାଂଦ୍ୟାଃଅକ୍ଷ୍ଯର୍ପାଦ୍ୟଭୁବାଃ ଓର୍ବ୍ରାମନ୍ଦ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନଗ୍ରାହିନ୍ଦିପଦି ॥ ଗ୍ରୂଫ୍କଟୋର
ତ୍ରୀ ଲ୍ଲୁଅତ୍ରେଅଶନ୍ତିଃତ୍ରୁଦ୍ଧମୁ ଗ୍ରାମାଦିଃଆଗ୍ରାମିଃଲ୍ଲଭୁବା ଲ୍ଲୁଭୁବାଃଦ
ଅତ୍ରଗନ୍ତ ଚର୍ତ୍ତପ୍ରତିକ୍ରିୟିଃକ୍ଷିଣ୍ଠ ବାହାଂଦ୍ୟାଃଅକ୍ଷ୍ଯର୍ପାଦ୍ୟ ଶ୍ରୀଵାନ୍ଦ୍ୟମୁ ଅଶ୍ରୀ
ବଲୋଗ୍ରନ୍ଥିଃପିଃପ୍ରତିକ୍ରିୟି ॥ ଵାନ୍ଦ୍ୟତୋର କେତେବର୍ତ୍ତମାନ୍ତ୍ରିକ ଗ୍ରୂଫ୍କଟୋର
ତ୍ରୀଗ୍ରୀ ଆତ୍ମିଃ ‘ଶିଃଭୁବାଃ’ ଭୁବାଃକ ତ୍ରୁପ୍ତିଃଆଃପେଃଵାନ୍ଦ୍ୟ ॥ ଗ୍ରୂଫ୍କଟୋରତ୍ରୀଗ୍ରୀ
ଶିଵାଃଦଭୁବାଃଗ୍ରୀ ଦେହାଗ୍ରହପ୍ରକର୍ତ୍ତନ୍ତିକ ଗ୍ରୂଫ୍କଟୋରତ୍ରୀଗ୍ରୀ ଗ୍ରୀଯିତିର୍ତ୍ତକ୍ଷିଣିଃପି
ଶୁର୍ଗଃଵାମ୍ଭୁଗ୍ରୀ ଗାଗ୍ରାମଗ୍ରୂହ୍ୟର୍କ ଦେଗ୍ରେଭ୍ରାଷ୍ଟାଦ୍ୟାନ୍ତ ଗ୍ରେହଗ୍ରୀଵାନ୍ଦ୍ୟ ॥

သည်တော့ သင့်မီးပွားက ဘာလဲ။

လန်ဒိတ္ထုင် ဂါနာလူမျိုးတစ်ဦး မောင်သည့် အနားကားကို မီးသည်။ သူရှုံး နိုင်ခြက်စင်ပေါ်တွင် ကလေးယ် သုံးယောက် စတ်ပုံ တစ်ပုံထောင်ထားသည်ကို တွေ့ရသည်။ သူကလေးတွေလားဟု ကျော် တော်ကမေးတော့ ဟုတ်ကြောင်း ဖြေသည်။ သူတို့ကလေးတွေကို သိပ်မကြာမီအတွင်း အဂဲလန်သို့ ခေါ်ယူနိုင်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့် ကြောင်း၊ သူသည် တစ်နှေ့လျှင် ဆယ်နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ခုနစ်ရက် ကားမောင်းကြောင်း၊ သူသည်လောက်ထိ ကြိုးစားမွေရှာသည်မှာ မိသာဒု ကို အဂဲလန်သို့ ခေါ်နိုင်အောင်ဖြစ်ရကြောင်း၊ အဆိပါရည်မှန်းချက်ကို အူ မသွားရအောင် သူကလေးတွေ၏ စတ်ပုံကို ယခုလို ထောင်ထား ကြောင်း ပြောပြသည်။

အန္တားယာဉ်မောင်းသမားအတွက် သူမှိသားစုခေါ်ယူရေးသည်

အားကောင်းသည့် မီးပျားဖြစ်၏။ သင်လည်း သင့်ကို တွန်းအားပေးမည့် မီးပျားများကို ဖော်ထုတ်ဖို့လိုပါသည်။ ရည်မှန်းချက်ချမှတ်ခြင်း၊ နည်းလမ်းတော်တော်များများက စာတ်ပုံများနှင့် အခြားပုံစိတ်များကို တွန်းအားများအဖြစ်အသုံးပြုသည်။ သင်လိုလားသော အနာဂတ်ကို ပြက်ပြက် ထင်ထင် အာရုံခဲ့ကြည့်မြင်နိုင်အောင် အဆိုပါတွန်းအားများကို အသုံးပြု ခြင်းဖြစ်၏။ ဒေါ်တော်ကားတစ်စီး၊ အားလပ်ရက် အပန်းဖြေချို့... တစ်ခုခုပါ။ ငင်းပုံရိပ်ကိုမပြတ်ပြန်ကြည့်ခြင်း၊ ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရမည်ဟု နှေ့စွဲအတည်ပြုခြင်းဖြင့် အာရုံခဲ့ပုံရိပ်သည် အားကောင်းလာသည်။ ကြည့်လင်ပြတ်သားလာသည်။ မသိစိတ်၏ နိတ်လုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ အမှတ်သညာကိုလည်း အားဖြည့်ပေးရာ ရောက်သည်။

ယာယိနောင့်နေ့မှုများနှင့် အရေးအခင်းများသည် ကြီးမားသော တွန်းအားများဖြစ်လာနိုင်၏။ အလုပ်ပြုတ်သူတော်တော်များက သူတို့ ဘဝတွင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ရပ်ဖြစ်ကြော်း နောက်တစ်ရက်တွင် ပြန်ဖြော်၏။ အလုပ်ပြုခြင်းက သူတို့ဘဝတွင် သူတို့ဖြစ်စေချင်သော ဆန္ဒမှုနှင့် မဖြစ်မနေ အာရုံစိုက်လာအောင်၊ နောက်ပြီး သူတို့၏ သက်သော် သက်သာ စုန်ဖို့တဲ့က ထွက်လာအောင် တွန်းအားပေးခဲ့လေသည်။

သို့သော် မိမိအောင်မြင်ရမည်ဟု နိုင်မာမြှုပြန်စွာ သက်ဝင်ယုံကြည့် မှုမပါသော တွန်းအားအမျိုးမျိုးကတော့ ဘယ်သေားအခါမျှ ထိစေထိ ထက်မြောက်မည် မဟုတ်ပါ။

သင် ဦးထိပ်ထားသော အမာခံတန်ဖိုးများနှင့် သင်လုပ်နေသည့် အလုပ်ကို ခုံမင် နှစ်သက်မှုသည် အားအကောင်းဆုံး တွန်းအားများ ဖြစ်၏။ ဤတွန်းအားများက သင်၏ ပြုမှုပုံ၊ တွေးခေါ်ပုံနှင့် အလုပ်ထုံး ပုံတို့ကို ပြန္တာန်းပေးပါသည်။

သည်တော့ သင်၏ ခုံမင်နှစ်သက်မှုကဘာလဲ။ ထိုအရာကို ဖော်ထုတ်ပါ။ ဤတော့ သင့်အတွက် အလုပ်ဖြစ်အောင် အသုံးချက်ပါ။ သင်၏ ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှုကို အားထုတ်ကြုံးပစ်းခြင်းက အထူးပြုထုတ်ပေးခြင်းက အသုံးပြုထုတ်ပေးခြင်း။ သာကြော်ဝြင်းကို သယ်ဆောင်လာမည့် မဟုတ်။ သို့သော် ကျွန်ုတ်တော်တို့ ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှု ရပြီဆိုသောအခါ ချမ်းသာကြော်ဝြင်းကို အလိုအလျောက် ဖန်တီးပြီးသား ဖြစ်နေတတ်သည်ကို မကြာမကြာ တွေးရပါသည်။

သင်၏ အဟာတိနိုင်များ

ကုမ္ပဏီတော်တော်များများသည် သူတို့၏ 'ရည်မှန်းချက်တာဝန်' စာတမ်းကို ရှုတ်ယူဝင်ကြားစွာထောက်ပြလေ့ရှိ၏။ ထိုစာတန်းထဲတွင် သူတို့ အဖွဲ့အစည်းက ဦးထိပ်ထားသော တန်ဖိုးများနှင့် အနာဂတ်အတွက် သူတို့၏ အာရုံခဲ့အောင်များကို ဖော်ပြထားသည်။

သင် ဦးထိပ်ထားသော တန်ဖိုးများက ဘာတွေလဲ။

သင်သည် အစဉ်အမြဲ့မှတ်သလား၊ ဖြောင့်မတ်သလား၊ ကြင်းနာ သလား၊ ရိုကြီးနှစ်ချို့သလား၊ ကုည်းသလား၊ ယုံကြည့်အားထားရောလား ရွှေ့မှုံးသလား၊ သလို့ရို့သလား။ ထိုသို့မေးလာလျှင် ကျွန်ုတ်တော်တို့က အနည်းဆုံး အများဆိုသလို့ 'အင်း' ဟု ဖြော်များသည်။ ကျွန်ုတ်တော်တို့အများစုသည် တိယ့်ကိုယ်ကိုယ်တော့ ဟုတ်လှပြီထင်ကြသည်။ ကျွန်ုတ်က 'အိုကာ စုံ' ထဲမှာ နေသည်ဟု ခေါ်ထားသည်။ သို့သော် အိုကာစုံသည် ကျွန်ုတ်တော်တို့ရောက်ရို့လိုသော နယ်ပယ်မဟုတ်ဟု ကျွန်ုတ်ထင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ငင်းနယ်ပယ်သည် ကျွန်ုတ်တော်တို့ ဦးထိပ်ထားသော တန်ဖိုးများနှင့် ကျွန်ုတ်တော်တို့၏ အပြုအမှုများ၊ အမှန်တကယ် လိုက်လျောညီထွေ မဖြစ်သည့်အခါ ရောက်သွားသည့် နယ်ပယ်ဖြစ်နေ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုကွယ်

သော လုပ်ရပ်သည် မှန်ကန်မှုမရှိကြောင်း ကျွန်တော်တို့နဲ့သားထက
သီနေသည်။

သင်ကိုယ်တိုင်ရှုက်ယူဝင့်ကြွားနိုင်သည့် လူကျင့်ဝတ် စံတစ်ခု
သင့်အတွက် သတ်မှတ်ဖော်ဆောင်ထားပါ။ သင့်ထိန်းသိမ်းကျွန်ကြောင်း
လူကျင့်ဝတ်သည် အခြားသူများက ဓာတ်ပြုရမည့် လူကျင့်ဝတ်မျိုးဖြစ်ပါ
၏။ ‘သင့်ကိုယ်သင် တန်ဖိုးထားမှုမရှိလျှင် သင်သည် တန်ဖိုးရှေ့သော
ကိစ္စဆိုလို့ ဘာတစ်ခုမျှ မလုပ်ရာ ရောက်၏’ ဟူသောဆိုရိုးစကား
အတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ပြုနေသည်မှာ နေရာတကာ ကိုကြီးကောင်းလုပ်ဖို့
မမယ်ကောင်းလုပ်ဖို့ မဟုတ်။ အများသူငါနှင့် ကင်းကွာပြီး သူတော်
စင်ကြီး လုပ်နေဖို့ မဟုတ်။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ ရှိုးသားမြောင့်မတ်မှု ရှို့
ပြောနေခြင်းဖြစ်၏။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာနှင့် ဝစ်းကျောင်းမှု လုပ်ငန်းဆိုင်
ရာ အောင်မြင်မှုများရရှိ၏ ကြိုးပမ်းရှုံးသင်သည် မှန်သောအလုပ်ကို
လုပ်ဖို့ အရေးကြီး၏။ လူမှုရေးအရ လက်ခံနိုင်လောက်သော နည်းလို့
ပြင်ပင် လုညွှားခြင်း၊ နိုးခြင်း၊ လိမ်ခြင်း မပြုမိဖို့ အရေးကြီးသည်။

အောက်ဖော်ပြပါစကားမျိုးတွေ တစ်ခုခုနှင့်မဟုတ်တစ်ခုခုနှင့် မပြောဘူး
သူ ဟူ၍ ကျွန်တော်တို့ထဲတွင် အလွန်အလွန် နည်းပါလိမ့်မည်။

“အင်း၊ လူတိုင်း ဒီလို လုပ်နေကြတာပဲဟာ”

“ကုမ္ပဏီက ဒီလောက်တော့ တတ်နိုင်ပါတယ်”

“ဟိုင့်ကလည်း ငါကို ဒီအတိုင်း လုပ်သွားတာလေ”

သို့သော် သင်၏ လူကျင့်ဝတ် စံများကို နည်းနည်းကလေး ဖြစ်
ပြစ် ချိုးဖောက်ပြီပြီဆိုသောအခါ ပုဂ္ဂိုလ်ခြင်း သို့မဟုတ် ပျက်စီးခြင်းက
ဖြစ်ပြန်ဆန်ဆန် ဝင်ရောက်နေရာယူလာပါလိမ့်မည်။

ရက်ကက်သော အားကစားသမား ရွာဘင် ရွှေနာလက်စံသည်

သောကြောင့်ပင်။

သင်၏ ရှိုးသားမြောင့်မတ်မှု အခြားအနေ ဘယ်လိုရှိသလဲ။ “အိုကေပါပဲ”

သင်၏ တရားမျှတရားမြောင့်အနေဘယ်လိုရှိသလဲ။ “အိုကေပါပဲ”

သို့သော် အိုကေဆိုတာက ကောင်းသင့်သလောက် မကောင်းသေး
ဟု အမိဘယ်ရ၏။ ဟုတ်ပါရဲ့လား။ ကျွန်တော်တို့သည် အုံမခန်း ရှန်သို့
ခွဲနပြင့် လျောက်လှမ်းနေရပါမည်။ အုံမခန်းတွေ လုပ်ပြဖို့ ရည်မှန်းကြ
ရပါမည်။ ထိုသို့ လုပ်ပြရာ့ခြားလည်း အကောင်းဆုံး ဖြစ်အောင် လုပ်ပြ
ကြရပါမည်။

သို့သော် သင့်ရည်မှန်းချက်သည်သင့်တန်ဖိုးများနှင့် သင့်မြတ်မှု
မရှိလျင်မှု အောင်မြင်မှုက သင့်ကို ရောင်ကွင်းသွားဖို့သောချာသလောက်
ရှိုး၏။ ရောင်ကွင်းမသွားလျင်လည်း ရေရှည်တည်တဲ့မည် မဟုတ်။
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ငါးအောင်မြင်မှုသည် မရိုင်မှာသော အခြောက်
အုတ်မြှင့်ပေါ်တွင် တည်ဆောက်ထားသောကြောင့်ဖြစ်၏။ သေရေး
ရှင်ရေးအခြားနှင့် ရင်ဆိုင်ရခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ သင် သူတစ်ပါး
ပစ္စည်းကို ခိုးမည်လား။ ရရှိငွေ့ခွင့်ကို မတရား တောင်းဆိုမည်လား။
ကန်ထရိုက်တစ်ခု ရရေးအတွက် မှသားစကားပြောမည်လား။

တစ်ခါတစ်ခါတွင် လူတွေ စိတ်သက်ရာ ရပါစေတော့ ဆိုပြီး
အန္တရာယ်မရှိသည့် မှသားစကားတွေ ပြောကြရသည်။ ဝတ္ထုတို့သဲ
ရေလောက်အောင် ဖွဲ့စွဲထားသည် ကိုယ်ရေးရာဝေင်အကျဉ်းတွေ ရော်ကြ
ရသည်။ ကျွန်တော်တို့ ထိုသို့လုပ်သည်။ တရားသည်ဟု ယုံကြည်အား
သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လုပ်နည်းကိုင်နည်း အမိကာ မဟုတ်။
မိမိ လိုရာရရေးသာအမိကာဟု ယုံကြည်ထားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။
သို့သော် ဘယ်လိုပဲ တရားမျှတရားသည်ဟု အကဲဖြတ်သည်ဖြစ်စေ ထိုသို့

ပြိုင်ပွဲတစ်လျှောက်လုံး အနိုင်ရလာပြီး မိုလ်လွှဲပွဲတွင် လက်ရှိချုန်ပိုယ်နှင့် ယဉ်ပြိုင်ကစားရသည်။ ပွဲပြီးခါနီး နောက်ဆုံးအချိန်တွင် သူ ဂိုဏ်ချုလိုက် သည့် ဘာ့လုံးသည် ကစားကွင်း စည်းပေါ်ကျေသွားသည် ထင်ရှု၏။ နိုင်လှကြီးကရော စည်းကြော်နိုင်ကပါ ထိုဘာ့လုံး 'ဝင်' သည်ဟု ဆုံးဖြတ် သည်။ သူ၏ ပထမဆုံးကြေးစားပြိုင်ပွဲတွင် မိုလ်စွဲအနိုင်ရသွားမည့် နှယ်ရှိ၏။ သို့သော် ဒုန်းအလက်စ်က ဘာ့လုံးသည် စည်းပြင်သို့ ထွက်သွားကြောင်း၊ ခိုင်လှကြီးများ မျက်စိမှာက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ချက်ချင်း ပြောသည်။ ထိုကြောင့် ထိုပွဲကို ပြန်ကစားခွင့်ပြန့် ပြောသည်။ ပြန်က စားကြောသည်။ သူ ရှုံးသွားသည်။ မိမိဘက်က ထိုသို့အခွင့်ကောင်းရအပါ လျက် ဘားကြောင့် နိုင်လှကြီးများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ပြင်းပယ်ပြီး ပြိုင်ဘက်အား အခွင့်အရေး ပေးရသလဲဟု သူကို စိုင်းမေးကြ၏။ ထိုသို့ ပြုလုပ်ခြင်းမှာ ဘာ့လုံးသည် စည်းပြင်ထွက်သွားကြောင်း မိမိ သိမှု သေားကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ သိသိကြီးနှင့် မိမိ အနိုင်မယူလိုကြောင်း သူက ရှိုးရှိုးစင်းစင်းဖြေသည်။ သူသည် သူ၏ ရှိုးသွားကြောင့်မတဲ့မှုကို ရောင်းမစားခဲ့ပါချေး။

သင်၏ အမာခံတန်ဖိုးတွေက ဘာတွေလဲဆိုတာ စဉ်းစားပါး ငှင့်တန်ဖိုးတွေကိုသတ်မှတ်ပြီး ငှင့်တန်ဖိုးတွေရှင်သန်နေအောင် မှုံစဉ် အားထုတ်ပါ။

တော်ယူ

ကျွန်းတော်တို့အားလုံး အမှားတွေ ပြုလုပ်ကြသည်။ ကျွန်းတော်တို့၏ အပြုံအမှုအတွက် ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် တာဝန်ယူရမည်။ ကျွန်းတော်တို့ နှင့် အပြန်အလှန်ဆက်ဆံနေသွားတွေအတွက် တာဝန်ယူရမည်။ ကုန်ကုန် ဆိုရလျှင် တစ်လောကလုံးအတွက် တာဝန်ယူရမည်။

ကျွန်းတော်တို့၏ အမှားများအပေါ် ထားရှိသည့် သဘောထားက ကျွန်းတော်တို့၏ အနာက်တော်အပြုံအမှုများကို ပြုစာလွမ်းနိုင်၏။ ကျွန်းတော် တို့ တော်တော်များများသည် ကိုယ်အမှားများအတွက် အခြားသွေများကို အပြစ်ဆုံးတတ်ကြ၏။ အမှားလုပ်မှုမှုကို ဘယ်လိုရှာထောင့်ကပဲ ကြည့်ကြည့် အမှားတွေ ဖြစ်ပြီဆိုလျှင် ကျွန်းတော်တို့အားလုံး ကိုယ်တာဝန်ကိုယ် ယူကြရမည်။ သည်အတွက် ဘယ်သူ့ကိုမျှ ထည့်တွက်လို့မရ။

"ကျွန်းတော်တို့က ဘယ်သူ့မေတ္တာကိုမှ မခံယူခဲ့ရဘူး။ ဒါ ကြောင့် ကျွန်းတော် ခုလိုဖြစ်နေတာပါ" ဟု ကျွန်းတော်တို့ ပြောကောင်း ပြောမည်။ သို့မဟုတ် "ကျွန်းတော်နောက်ကျေတာ ကျွန်းတော်အပြစ် မဟုတ်ဘူး.... ကျွန်းတော်က အမြဲတစ်းနောက်ကျေနောပဲဟာ" ဟု ပြောချင်ပြောမည်။ ပြဿနာကို အသိအမှတ်ပြုသည်၊ သို့သော် တာဝန် မယူသည့်သဘော။ သို့သော် ကျွန်းတော်တို့သည် ကျွန်းတော်တို့ ရွှေးချေး သူသာ ဖြစ်လာသည်ဆိုတာကိုတော့ နောက်ဆုံးတစ်နေ့ လက်ခံကြရမည် ဖြစ်၏။

သင့်ဘဝမှာ သင် ထိန်းချုပ်လို့ရသည် အရာတစ်ခုသည် သင့် သဘောထားဖြစ်ကြောင်း မမေ့ပါနှင့်။ ငှင့်သဘောထား တိုးတက် ကောင်းမွန်လာအောင် လုပ်လို့ရသည် နည်းသစ်လမ်းသစ်တွေကို သင်ယူ ဆည်းပူးလို့ရနိုင်ကြောင်းလည်း ကျွန်းတော်တို့ သိခဲ့ပြီးပြီ။ တစ်သက်လုံး အရိုးစွဲလာသည် အလေ့အကျင့်တွေကို ပြောင်းပစ်ဖို့ သိပ်တော့မလွယ် ပါ။ သို့ပေမဲ့ သင်လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသည် ထင်လျှင် သင်လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသည် ဟု အာမခံထားသည် မဟုတ်ပါလား။ နောက်ပြီး လမ်းခရီးတစ်လျှောက် ပြုရသည် ရုံးနိမ့်မှုများကို လက်သင့်ခံပါ။ သင့်ကိုယ်သင် ရုံးနိမ့်မှုနှင့် တွေ့ဖော်ပုံမဖော်ဘဲ ရုံးနိမ့်မှုကို သင်ခုန်းစာယူရမည်အတွေ့၊ အကြံ့တစ်ခု အပြစ် သဘောထားနိုင်အောင် လုံကျင့်ခြင်းသည် ဘယ်လောက် အဆုံး

သင့်ဘဝနှင့် သင်နေပါ။ သင့်ကိုယ်သင် အမြားသူများနှင့် ဦးလိုင်း
ယုံကြည့်နေခြင်းဖြင့် အချိန်မဖြန့်ပါနှင့်။ သူတို့ အနေအထားများ
သို့မဟုတ် သူတို့၏ ဘဝရည်မှန်းချက်များအကြောင်း သင် ဘာမျှ
မည်မည်ရရ မသိကြောင်း သင့်ဘာသာသင် သတိပြုမိချင်မှ ပြုမိမည်။
ကျွန်တော် ဆေးတဲ့တက်နေစဉ်က ကျွန်တော်ရောဂါအကြောင်း ဘယ်သူ
နှင့်မျှ မဆွေးနေးဖို့ ကျွန်တော်ကို မှာထားကြ၏။ အကြောင်းမှာ မိမိဆွေး
နေးသူတွေက သူတို့သိထားသည့် သတ်းတွေ ပေးချင်ပေးမည် သို့
မဟုတ် သူတို့၏ ထင်မြင်ချက်တွေ ပြောကောင်း ပြောမည်။ ထိုပြော
ကြားချက်တွေသည် ကျွန်တော်ရောဂါနှင့် ဆိုင်ချင်မှ ဆိုင်မည်။ ဘာပဲဖြစ်
ဖြစ် သူတို့၏ စကားတွေက ရောဂါနှင့် ပတ်သက်သည့် ကျွန်တော် ခံစား
ချက်များကို ထိခိုက်စေနိုင်သောကြာ့နှင့် ဖြစ်သည်။

အခြားသူများကို အကဲဖြတ်ခြင်းလည်း မဖြုလ်ပါနှင့်။ သူတို့ အနေအထားများနှင့် သူတို့ ပတ်ဝန်းကျင်များအကြောင်း သင်လုံးဝမသိ ဘဲ ဖြစ်ချင်ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

ရဲးများ၊ ကုမ္ပဏီများတွင် မိမိတို့၏ အမှုထမ်းများကို ယုံကြည်အေးထားပို့၊ အားပေးပို့ အပ်ချုပ်ရေးပိုင်းမှာ တာဝန်ရှိသည်ဟု ကျော်စော်ယုံကြည်သည်။ အမှုထမ်းများ၏ ပင်ကိုအသိဉာဏ်နှင့် တိစ္ထနိုင်စွမ်းကို သက်ဝင်ယုံကြည်ပို့ အပ်ချုပ်ရေးပိုင်းမှာ တာဝန်ရှိပါသည်။ အမှုထမ်းတွေ လုပ်ငန်းတွင်းမှာပင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင် ကူညီပို့ ကုမ္ပဏီမှာ တာဝန်ရှိ၏။

သို့သော အဆိပါယုံကြည်အားထားမှုကို အမှုထမ်းများကလည်း
ပြန်လည်ပေးဆပ်ရပါမည်။ သူတို့အလုပ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်
လုပ်ဖို့ သူတို့၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများကို အပ်ချုပ်ရေးပိုင်းသို့ တင်၏

କ୍ଷିଣ୍ଣକ୍ଷିଣ୍ଣକ୍ଷିଣ୍ଣ

လိမ့်တ် ရှိဖို့၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ဖို့၊ မိမိတို့သည် ယုံကြည်အားထား
ထိက်သူများ ဖြစ်ကြောင်း အပ်ချပ်ရေးပိုင်းက ယုံကြည်စိတ်ချေအောင်
ပြန့် သူတို့မှာ တာဝန်ရှိကြောင်း လက်သင့်ခံကြရပါသည်။

အရေးကြီးခုံးမှာ သင်တွေးပုံနှင့် သင်ပြုမှုပုံအတွက် သင့်မှာ
တေဝန်ရှိခြင်းပင်ဖြစ်၏။ သည်အတဲ့တွင် ရွှေးနိမ္မကို သင် ဘယ်လိုတွဲပြန်
သလ ဆိတာလည်းပါ၏။ အကယ်၍ လုပ်ငန်းခြင်ဗွင် သင့်အား တစိန့်
တစ်ယောက်က တမ်းနောင့်ယုက်နေသည် ထင်လျင် ထိုသူနှင့် တွေ့တွေ့
ဆိုင်ဆိုင် စကားပြောပါ။ သို့မဟုတ် အကုအညီပေးနိုင်သူ တစ်ဦးဦးအား
ပြောပြောပါ။ မေးပါ။ မေးပါ။ မေးပါ။ မေးမို့ မမောပါနှင့်။ ပြဿနာမှာ
အထင်လွှာနေတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း သင်ကိုယ်တိုင်
က ရာထူးတိုးပေးမို့ မသင့်တာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ သို့မဟုတ်ပါကလည်း
သင်အလုပ်လုပ်နေသည့်ကုမ္ပဏီသည် သင်နှင့် အမဝင်တာလည်း ဖြစ်
ချင်ဖြစ်မည်။

သင် ဘာမျှမလုပ်ဘဲ နေခြင်း၏ အကျိုးဆက်များကို တွေ့ဗြည့်
ပါ။ အကျိုးရှိမည့် ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရန်အစွင့်အလမ်းပေါ်ပါလျက် သင့်
ဘက်က အားထုတ်မှုမရှိခြင်းသည် အစွင့်အရေးတွေ ဖြန့်တိုးပစ်ရာ
ရောက်ပါသည်။

၁၃၅

ଗ୍ର୍ୟାଫ୍ ଟେରନ୍ ତିଙ୍କ ଆଃ ଲ୍ୟାଃ ବାଲ୍ୟ ମୁହଁ ଲ୍ୟାନ୍ଦ୍ରପ୍ରା' ଗି ଠିଣ୍ ପୋଭ୍ରା ପ୍ରତିଷ୍ଠା
ଧର୍ମ ମୂର୍ଦ୍ଦ ଯେ କ୍ରାଃ ଭ୍ରାତ୍ରି ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା କ୍ରାନ୍ତି ଯେ କ୍ରାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା କ୍ରାନ୍ତି
କ୍ରାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା କ୍ରାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା କ୍ରାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା କ୍ରାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା

ကျွန်တော်တို့ မျက်စီဖြင့် မြင်လိုက်ရသည်နှင့်သာ ဆိုင်၏။ တကယ်
ဖြစ်သွားခြင်းနှင့် မဆိုင်။ အမိဘာယ်ကတော့ ကျွန်တော်တို့သည် အာရုံ
အထွေးရသများ သို့မဟုတ် အာရုံများအောင် အပြုခဲ့လိုက်သများ ဖြစ်သွား
ခြင်းပင်။

အရာဝတ္ထာဝတ္ထာကို သူအရှိအတိုင်း ကျွန်ပို့မပြင်။
ကျွန်ပို့မြင်ချင်သလို မြင်ကြ၏။

တာလ်မှုဒ်ကျမ်း

သင်မြင်သများ ကြားသမျှနှင့် ယုံကြည်သမျှက သင် ဘယ်လို
တုံ့ပြန်မည်လဲ ဆိုတာနှင့် ဘယ်လိုဆောင်ရွက်မည်လဲ ဆိုတာကို ဈာန်
ကြားသည်။ ဘဝအတွေ့အကြုံနှင့် ပုဂ္ဂလိကယုံကြည်မှုက သင်၏ အာရုံ
သိမှ အားလုံးကို ပုံသွင်းပေး၏။ ကမ္မာလောကနှင့်ပတ်သက်သော၊ သင့်
ကိုယ်သင်နှင့် ပတ်သက်သော၊ သင့်အနာဂတ်နှင့်ပတ်သက်သော အာရုံ
သိမှ အားလုံးကို ဆိုလိုပါသည်။

အကယ်၍ သင်သည် ကမ္မာလောကကြီးကို ရှုမြင်သည့် သင့်
အမြင်ကို ပြောင်းလဲလိုသည်။ ပြီးတော့ သည်ကမ္မာကြီးထဲတွင် နေထိုင်
လှပ်ရှားလိုသည်ဆိုလျှင် သင်၏ အဆိုမြင်အာရုံသိများနှင့် ယုံကြည်မှု
များကို စွန့်ပစ်ပေါ်မည်။ ပြီးတော့ သင့်အနာဂတ်နှင့်ပတ်သက်၍ သာ၌
လွင်ပြီး ဖြားမတ်မှုနှင့်ကန်သော အာရုံခဲ့အမြင်ကို ဖန်တီးရပါမည်။

“ကျွန်မ နာခေါင်းကို ပြောင်းပစ်ချင်တယ်။ ဘာဖြစ်လိုလဲဆိုတော့
ကျွန်မ နာခေါင်းသိပ်ကြီးလွန်းနေလို့” ဟု တုံ့ယောက်ယောက်က ပြော
လျှင် သူကို စိတ်အနောင့်အယုက် ပေးနေသည်မှာ ထိနာခေါင်းဖြစ်သည်
ဟု သူယုံကြည်နေကြောင်း သေချာသည်။ ဤယုံကြည်ချက်က သူနှင့်

ပတ်သက်သော သူခံစားချက်ကို ထိခိုက်စေ၏။ သည်ခံစားချက်က
စိတ်မချမှု သာမျှနှင့် ဆန္ဒမပြည့်ဝမှု၏ အကြောင်းရင်းဖြစ်လာတော့သည်။
သင် စဉ်းစားပုံ စဉ်းစားနည်းကို စစ်ဆေးကြည့်ပါ။ သင်ကိုင်စွဲ
ထားသည့် အနက်ရှိုင်းဆုံး ယုံကြည်ချက်များကို စစ်ဆေးကြည့်ပါ။ ငါး
အာရုံသိများသည် စစ်မှန်သလား၊ ဖြားမှတ်သလား သို့မဟုတ် သင်
ဖန်တီးထားသည့် အာရုံများတွေသာ ဖြစ်နေသလားဆိုတာ သင့်ကိုယ်
သင် မေးကြည့်ပါ။

ဇူနှစ်ရက်

ပျော်ဆွင်မှုသည် အရာဝတ္ထာဝတ္ထာထဲမှာ မရှိ ကျွန်ပို့ရင်းရင်းရှိသည်။

ရည်ရွယ်ချက် မရှိလျှင် ကျွန်ပို့တို့ ယောင်လည်လည်ဖြစ်ကြရ^၁
သည်။ ရည်မှန်းချက် မရှိတဲ့ ပျော်ဆွင်မှုရှိ အားထုတ်ခြင်းသည် ဖြုတ်နိုင်း
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် စိတ်ကို ထင်ရှားပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်
တစ်ခု ပုံဖော်ပြထားဖို့ လိုအပ်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့၏ ပျော်ဆွင်မှုသည် ရပ်ပစ္စည်းများ ပိုင်ဆိုင်ခြင်း
အကောာင်း၊ ရာထူး သို့မဟုတ် အဆင့်အတန်း မြင့်မားခြင်းတို့ပေါ်မှာ အခြေ
မတည်ဟနိုင်လျှင် အဆိုပါအရာတွေထက် သာဂွန်ထူးကဲသော ရည်ရွယ်
ချက်တစ်ခုကို ရှာရပေမည်။ ယခုလိုပြောသည့်အတွက် အလွန်ရှုပ်ထွေး
သော နာစ်လောကသို့ ဝင်နိုင် သို့မဟုတ် သစ္ဓာတာရားရှာပုံတော် ဖွင့်ခြင်းမျိုး
ပြုလုပ်ဖို့ တိုက်တွန်းခြင်း မဟုတ်။ အောင်နိုင်သူ အစစ်အမှန်များသည်
သူတို့၏ ငပ်လျှို့စွမ်းရည် အစစ်အမှန်များကို အသုံးချက်တွေသာ ဖြစ်၏။ ထိုသုံး အသုံးချရေးအတွက် သူတို့သည် ဦးတည်ချက် ရှိသေား

အမိဘယ်ရှိသော ရည်မှန်းချက်များကို သီမှတ်စွာ ရှာဖွေခဲ့ကြလေသည်။ သူတိုင်း ဆန့်ကျင်ဘက် တစ်ဖက်စွန်းက လူများကိုလည်း ကျွန်တော်တို့ မြင်တွေ့နေရ၏။ သူတို့ကတော့ အမိဘယ်လည်း မရှိ၊ ဦးတည်ချက် လည်းမရှိသည့် အရက်သေစာသောက်ခြင်း သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးသုံး ခြင်းဖြင့် ယာယိတွက်ပေါက်ကို ရှာကြလေသည်။

နှစ်အတန်ကြာက ကျွန်တော်မိတ်ဆွေတစ်ဦးသည် စိုးရိမ်သောက တွေ့ဖိစ်ပြီး စိတ်ကျင်ဝေဒနာကို ကာလရှည်စွာ ခံစားခဲ့ရသည် ဆို၏။ လူဘဝါ၏ အမိဘယ်က ဘာလဲ၊ လူဘဝါမှာ လူဖြစ်နေခြင်း၏ ရည်ရွယ် ချက်က ဘာလဲဆိုသည့် မေးခွန်းများက သူကို မြောက်လှန့်နေသည်။ စိတ်သက်သာရာ ရမည့်အဖြတ်လည်း ရှာမတွေ့ခဲ့။ သူသည် စရိတ်သာန်းအဖြစ် ကြီးပြင်းလာသောလည်း ဘာသာရေး လေးစား သူမဟုတ်။ သူသည် သူတော်ကောင်းပေါင်းဆောင် ဘာသာရေးသမား အများအပြားနှင့်ကြုံခဲ့ရသည်။ ထိုကြောင့် ဘာယ့်ကြည်ချက်မျှ မထား ဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ သူသည် ကုကယ်ရေ့၊ မျှော်လင့်ချက်မျှသော ခံစား ချက်များ ခံစားနေရသည်။ ကြံရာမရ ဖြစ်နေသည်။ သို့သော် တစ်နှစ်တွင် အသိအမြင်တစ်ရပ်ရလာသည်။ လူဘဝတွင် လူဖြစ်လာရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် နေထိုင်အားထုတ်ဖို့ ဖြစ်ကြောင်း၊ ဘဝခို့တစ်လျှောက် ကြံတွေ့ရသူများကို တတ်နိုင်သောက် ကူညီပြီး နေဖျက်သော ကဗျာကြီးဖြစ်အောင် ဖန်တီးဖို့ဖြစ်ကြောင်း သိမြင် သော ပေါက်လာသည်။ သူရှာတွေ့သည့်အဖြေက ကောင်းလုချည်လား၊ ရင်းလုချည်လားဟု ကျွန်တော်ထင်ခဲ့သည်။ သို့သော် သည်အဖြေက သူကို အထောက်အကူပြုနေတာ သိလာတော့ ကျွန်တော် ဆက်ပြီးသံသယ များမနေတော့။

နောက်အချိန်တော်ဘဝကြာသည့်တိုင် ကျွန်တော် သောေးပေါက်

ခဲ့။ သို့သော် သူသည် အမှန်တကယ်ပင် ဦးတည်ချက်တစ်ခုကို တွေ့ရှိ သွားသည်။ သူတွေ့ရှိသွားသည့် အမှုခံတန်ဖိုးတွေက အရာရာတိုင်းကို အဝေးအနီး ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးမှ ကြည်မြင်နိုင်စွမ်း ရှိလာစေ၏။ သူ အတွက် ငင်းတန်ဖိုးများသည် အမြားသူများအား ပိမိဘက်က အကောင်းဆုံးကူညီခြင်းပင်ဖြစ်၏။ ဤအသိတရားက သူအား စိုးရိမ်ပူးချုပ်မှု ကို နာကျင်စွာခံစားနေရခြင်းမှ လွတ်မြောက်စေ၏။ တန်ဖိုးမဲ့မှု ဦးတည်ချက်မဲ့စွာ ကလေကဝ ဖြစ်မှုတို့မှ လွတ်မြောက်စေ၏။

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများသည် ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ရှုပြီး လျောက် ရမည့် ခရီးစဉ်များဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော်ယံကြည်သည်။

အောင်မြင်မှု ကြည်နဲ့မှန် ပျော်ရွှေ့မှုသည် အရာဝါဘ္ဂတွေ၊ အရာ အသတွေ သို့မဟုတ် လူတွေထဲမှာ မရှိ။ ကျွန်တော်တို့ ရင်ထဲမှာသာ ရှိသည်ဟု သိမြှင့်သောေးပေါက်ကြရပါမည်။ ငင်းအသိအမြင်ကို ရလာ သည် အဆုံးတစ်နှစ်တွင် ကျွန်တော်တို့ ရှာဖွေနေသည့် တန်ဖိုးများနှင့် အောင်မြင်မှု အစစ်အမှန်သည် စိတ်ထဲမှာသာ တွေ့နိုင်ကြောင်း သော ပေါက်လာပါသည်။ သို့ဖြစ်သည့်တိုင် တစ်ခါတစ်ရုတွင် သင့်ယံကြည် ချက်ဘယ်လိုပ် ရှိသည်ဖြစ်စေ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ပြုစု ဆက်ဆံလိုက် ခြင်းကပင် အကျိုးကျေးဇူးများဖြစ်ပေါ်ပေါ်ပေါ်သည်။

သင်သည် အသက်ကိုးဆယ့်ခြောက်နှစ်ရှိပြီး သင်သည် ကောင်းကင်တွင် လေဟန်စီး ပဲပဲနေရင်း နိုားခါး သဲကန္တရရပ်း အရောက်မှာ မှ သင့်လေထိုးက ပျော်စီးသွားပြီဆိုသည့် အနေအထားမျိုးမှာတော့ ဤစာအပ်သည် သင့်စိတ်ထဲတွင် အလင်းတစ်ချက် ဝင်းပြက်နိုင်စွမ်း ရှိမည့် မထင်ပါ။ သို့သော် သင့်ဘဝခို့တဲ့တစ်လျှောက်တွင် သင်အပြည့်အဝ ပါဝင်လူပ်ရှားခဲ့သည့် အချိန်တွေ၊ သင့်ဘဝကို သင်အပြည့်အဝ ပိုင်ဆိုင်သည့် အချိန်တွေ၊ သင့်ဘဝ သင်အပြည့်အဝ နှစ်ထောင်းအားရှိ

ဖြစ်နေခဲ့သည့်အချိန်တွေ၊ သင်လုပ်နေသည့် အလုပ်ကို ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ပုံအောလပ်ခဲ့သည့်အချိန်တွေကို ပြန်လည်သတိရရှိမှုမည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်သည်။ အဆိုပါအချိန်တွေကား သင် တက်ကြဖူတ်လတ်စွာ သက်ဝင် လွပ်ရှားခဲ့သော ကာလတွေပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဘဝကို နောက်ကြောင်းပြန် လျဉ်ကြည့်လျင် ပြက်ပြက်ထင်ထင် သတိ တရာ့ပြစ်နေသည့် အခိုက်အတန်များသည် အခြားသူများအတွက် သင် ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သည့် အခိုက်အတန်များသာ ဖြစ်ကြောင်း သင် စွဲ ရလိမ့်မည်။

ဟင်နှင့် ဒရမ်မွန်(၁၈၅၁-၉၇)
ဘာသာရေးဆရာ

အလေးထား ချီးကျျှေးမြင်း

သင့်ကိုယ်သင် အလေးထား ချီးကျျှေးပါသလား။ “ဟား၊ တယ်ဟုတ်ပါလား” ဟု သင့်ကိုယ်သင် မကြာမကြာပြောဖူးပါသလား သို့မဟုတ် သင့်ကိုယ်သင် အမြဲလို အပြစ်ချည်းမြင်နောတ်ပါသလား။

ရည်မှန်းချက် မပေါက်မြောက် မအောင်မြင်သူများ သို့မဟုတ် ရုံးနိမ့်မှ အစဉ်အလာ ရှိသူများသည် သူတို့၏ စွမ်းရည်များကို အလေးထား ချီးကျျှေးမြှုပြုခဲ့ကြသည်။ သူတို့က ချုံ့ယွင်းချက်ကိုသာ အမြှော ကြသည်။ မအောင်မြင်ခြင်းအတွက် အကြောင်းပြချက်များသာ ရှာလေ့ရှိ ကြသည်။

သည်တော့ သင်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်နှင့် နီးကပ်သွားအောင် မဆို စလောက်ကလေးဖြစ်ဖြစ် စွမ်းဆောင်နိုင်ပြီ ဆိုလျင် ထိုသို့ စွမ်းဆောင် နိုင်တိုင်း သင့်အားထုတ်မှုကို ချီးကျျှေးဖို့ အရေးကြီး၏။ အောင်နိုင်သူများ

သည် နိမ့်ချုတ်ကြ၏။ ဝင်ဝင်ဝါဝါ မနေတတ်ကြ။ သို့သော် သူတို့ ကိုယ်သူတို့ ယုံကြည်စိတ်ချမှုတော့ ရှိသည်။ တစ်ကြိမ်လေ့ကျင့်ပြီးတို့း “တော်တယ်၊ အရမ်းကောင်းတယ်”ဟု သူတို့ကိုယ် သူတို့ပြတ်ပြတ်သားသား ပြောတတ်ကြသည်။ သူတို့ ထိုသူများအောင်မှာ သူတို့၏ စွမ်းဆောင်မှုကလေးကို ပြက်ပြက်ထင်ထင် မှတ်မိန္ဒအောင် ပြုလုပ်နေခြင်းဖြစ်၏။

သင် သိပါလိမ့်မည်။ အလေးထား ချီးကျျှေးမြင်း မခံရသောအခါ အလေးထား ချီးကျျှေးမြင်းသည် အစွမ်းထားသော တွန်းအားတစ်ရပ် ဖြစ်လာသည်။ သည်လုပ်ရပ်၏ အရေးပါ အရာရောက်မှုကို ကျွန်တော်တို့ လုပ်ငန်းခွင်တွင် မကြာမကြာ ကြားသိနေရသည်။ သင်သည် သင့်အလုပ်တွေ အချိန်မြို့ပြီးစီးအောင် ကြီးစားပမ်းစားလုပ်၏။ အချိန်ပိုလုပ်၏။ ရုံးပိုတ်ရက်များမှာပင် အလုပ်ဆင်း၏။ သို့သော် သင့်လွှဲကြီးက သင့်အား ကျေးဇူးတင်စကားတစ်ခွန်းတောင် ပြောဖော်မရသည်ကို သင်ဘယ်လောက်များများ ကြွေ့ဖူးပါသလဲ။ ကျွန်တော်တို့၏ အစွမ်းကုန်အားထုတ်မှုများကို အသိအမှတ်မပြု၊ အလေးထား မခံရခြင်းလောက် စိတ်ဓာတ်ကျစရာအကြောင်း မရှိပါချေး။

တစ်စုံတစ်စုံးအား ချီးကျျှေးမြှုပ် သူတို့၏ အားထုတ်မှုများကို တန်ဖိုးထားကြောင်း ပြသပါ။ ကျေးဇူးတင်စကားပြောခြင်း သို့မဟုတ် ယဉ်ကျေးမှုပြုသာက်ဆံခြင်းအသော အပြုအမှုကလေးဖြင့်ပဲ ဖြစ်ဖြစ် ထုတ်ဖော်ပြသပါ။ သင်တို့နှစ်ဦးစလုံး အကျိုးရှိပါသည်။ သင် ကျေးဇူးစကားဆိုခြင်းကို သူတို့က တန်ဖိုးထားသည်။ သင့်ဘက်ကလည်း သင်က ချီးကျျှေးကြောင်း သူတို့ သိအောင် ပြသလိုက်ရသည့်အတွက် ကြည်နဲ့ ပိတ် ဖြစ်ရသည်။

သို့သော် အခြားသူများအား အလေးထား ချီးကျျှေးဖို့ အရေးကြီး

သလို သင့်ကိုယ်သင် မွေမနေဖို့လည်း အရေးကြီး၏။ သင့်ဘဝခရီး
တစ်လျှောက် ရရှိခဲ့သည့် သင့်အောင်မြင်မှုကလေးတွေကို အသိအမှတ်
ပြင်းအားဖြင့် သင်၏ ယုကြည်စိတ်ချမှု ဖွံ့ဖြိုးလာဖေါ်သည်။ သင်၏
ယုကြည်စိတ်ချမှု ဖွံ့ဖြိုးလာသည့်နှင့်အမျှ သင့်အောင်မြင်မှုတွေ ဆွား
လာပါလိမ့်မည်။ အစွမ်းထက်သော၊ အပြုသောဆောင်သော၊ ကိုယ့်
အားကိုယ့်ကိုယ်သော လုပ်ငန်းစဉ်သည် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖြစ်ပေါ်လာတော့
၏။

လူတော်တော်များများသည် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ကိုယ့်
ကိုယ့်ကိုယ် တန်ဖိုးထား လေးစားစိတ်နည်းကြ၏။ သူတို့သည် ချမှုစရာ
မကောင်းသူများ၊ တန်ဖိုးမရှိသူများဟု ယုကြည်ထားသည်။ ကိုယ့်
ကိုယ့်ကိုယ် တန်ဖိုးမထားစိတ်က သင်၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုစွမ်းရည်ကို
ချည့်နဲ့သောည်။ ထိုသို့ဖြစ်နေခြင်းကို ကျော်လွှားရန် မဟာဗျာများ
ရှာဖွေရပါမည်။

အဆိပါ လုပ်ငန်းစစ် နည်းတစ်နည်းမှာ သင့်ဘဝတစ်လျှောက်
ကျေးဇူးတင် စံးမြတ်ကြဖြစ်ရသည့် အကြောင်းကိစ္စကို စာရင်းတစ်ခု
ချေားပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းက သင့်ဘဝ၏ ကောင်းကွက်တွေ... ဘယ်
လောက်ပဲ သေးဖွဲ့သည်ဖြစ်စေကို မိုးမောင်းထိုးကြည်နိုင်အောင်
အထောက်အကူပေး၏။ သည်ကောင်းကွက်ကလေးတွေက သင့်ကိုယ်
သင်စွမ်းဆောင်နိုင်သူအဖြစ် ပျော်ဆွဲခဲ့စားထိုက်သူအဖြစ် ပြန်လည်
ရွှေမြင်နိုင်အောင် အထောက်အကူပြုလုပ်မည်။ သင့်စာရင်းကို အကြောင်း
အရာ တစ်ခုတည်းဖြင့် စလို့ရသည်။ အကြောင်းအရာ တော်တော်များ
များဖြင့်လည်း စလို့ရသည်။ “ငါ နေရောင်ခြည်ရနေတာကို တန်ဖိုးထား
သည်။ ငါမိတ်ဆွေတွေကို တန်ဖိုးထားသည်။ ငါရဲ့စာအပ်တွေ ချစ်
စိတ်ကို တန်ဖိုးထားသည်။ ပုံမှန်ဝင်ငွေရှိနေသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်

ဝဲးမြောက်သည်” စသည်ဖြင့်။

သင့်စာရင်းကို တို့ချင်တို့ ရှည်ချင်ရည်၊ ကြိုက်သလို ရောပါ။
ပြီးတော့ ပြန်ပြန်ကြည်ပါ။ ဆန္ဒရှိလွှင် ထပ်ကြည့်ပါ။ သင်ကျေးဇူးတင်
ဝဲးမြောက်စိတ်တွေ ဖြစ်ထွန်းလာမည်။ ထိုစိတ်တွေက တဖည်းဖြည့်း
ချင်း ပျော်လင့်ချက် ပြည့်ဝပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားစိတ်များ
အဖြစ်သို့ အသွင်ပြောင်းလာပါလိမ့်မည်။

စံးကျော်ပြုး အခွင့်အရေးရရှိ

စံးကျော်အောင် သင်ဘဏ်ယုံးပဲ

သင်၏ လက်ရှိုံးက်အမြဲးအမြဲး၊ လက်ရှိအတွေ့အကြောင့်
ဆယ့်ရှုံးနှင့်သား/သမီးဘဝသို့ ပြန်ရောက်သွားလျင် ဟိုတုန်းကနှင့် မတူ
တစ်မှုခြားအောင် ဘာတွေ လုပ်မည်ဟု သင် စိတ်ကူးကွန်းမြှို့ဗြည့်ဖူးပါ
သလား။ ကျွန်းတော်တို့သည် အတွေ့အကြောင့်သော အသိတရားများ
ဖြင့်ကိစ္စ တော်တော်များများကို တစ်မျိုးတစ်မျိုးရည် လုပ်ကြမှာ သေချာပါ
သည်။

မွေးရာပါ အောင်နိုင်သူ အစီအစဉ်တွင် ကျွန်းတော် မကြာမကြာ
လေ့ကျင့်သည့် ရိုးရိုးရှင်းရှင်း လေ့ကျင့်ခွန်းကို အောက်တွင် ဖော်ပြလိုက်
ပါသည်။

သင် ပြပြင်ပြောင်းလဲချင်သည် သင့်ဘဝ၏ မျက်နှာစာတစ်ခုကို
စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ထိုအရာသည် သင့်ကိုယ်ပိုင်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု
ထဲထောင်တာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ ကျေးလက်ဒေသသို့ ပြောင်းဆွဲတာ၊
ကျွန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်အောင် စားသောက်တာ၊ သင့်ဘဝအဖော်နှင့်
ပို၍ ဟန်ချက်ညီးပြီး ပို၍ကြိုးနှာယုယာသော ဆက်ဆံရေး... ဖြစ်ချင်ရာ
ဖြစ်မည်။ တစ်ခုခုပေါ့။ စဉ်းစားတာ ခဏရပ်လိုက်ပါ။ သင်ပြပြင်ပြောင်း

လျှင်သည့် ကိစ္စတစ်ခုကို ရွေးချယ်သတ်မှတ်လိုက်ပါ။

ပြီးတော့ အေးအေးချမ်းချမ်း ဌ်မြတ်စွဲသက်သက်ကလေး ထိုင်ပါ။ သင်၏ လက်ရှိအနေအထားအကြောင်း စဉ်းစားပါ။ ထို့နောက် သင့် အနေအထားတွေ တစ်စံကိုမူ မပြောင်းလဲဘဲ များဆယ်နှစ်တာကာလ ကို အာရုံခံအမြင်ဖြင့် မြင်ယောင်ကြည့်ပါ။ သင်သည့် အသက်ဆယ်နှစ် ပိုကြီးနေပြီ။ တို့တက်မူ ဘာမျှမရှိ။ ထို့ကြောင့် သင် လိုဘမပြည့် ဖြစ်နေသည်။ ဒေါသထွက်နေသည်။ ထိုမြင်ကွင်းကို မြင်ယောင်ကြည့်ရင်း များဆယ်နှစ်တာကာလတွင် ရောက်နေသည့်အနေဖြင့် သင့်ကိုယ်သင် “ငါဆယ်နှစ်ပြန်ငယ်သွားပြီး ဒီအခွင့်အရေးမျိုး ထပ်ရရင် ဘယ်လို အပြောင်းအလဲတွေ လုပ်မလဲ၊ ငါဘာတွေ လုပ်မလဲ” ဟုမေးကြည့်ပါ။

ယခုအာရုံခံ မြင်ယောင်ကြည့်ခြင်းကို ရပ်လိုက်ပါ။ သင်သည် ထိုနေ့တွင် နေထိုင်နေသည်ဟု မှတ်ယူလိုက်ပါ။ ထိုနေ့ဆိုသည်မှာ အမာ ဂါတ်ဘဝကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲခွင့်ရသည့် ထိုနေ့ဖြစ်ပါသည်။

သည်တော့ သင်မလိုလားသော အနာဂတ်ဘဝကို ရှောင်ရှားရန် သင်ပြုလုပ်ချင်သည့် အပြောင်းအလဲများကို ယခုပင်လုပ်လိုရ၏။ ထိုသို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် သင့်လက်ထဲမှာလုံးလုံးလျားလျားရှိရသည်။ သည်အလုပ် ကို ယခုပဲ ချက်ချင်းစတင်လုပ်ဆောင်ပါ။ တစ်မူခြားအောင် လုပ်ပါ။ ယခုပဲ လုပ်ပါ။

ကျွန်းတော်သာ ဘဝကို တစ်ကျော်ပြန်စပြီး နေခွင့်ရှုပ်ဆိုရင် အေး တစ်ကျော်မှာ အမှားအတွေ ပိုပြီးလုပ်မယ်။ ကျွန်းတော် စိတ်ပြောကိုယ်လည်း နေပ်မယ်။ ကျွန်းတော် ဒီတစ်ခါမှာ မိုက်မဲ့တာက် ပိုပြီးမိုက်မဲ့မယ်။ ကျွန်း တော် တောင်တွေ ပိုပြီးတက်မယ်။ မြစ်တွေပိုပြီး ကူးခတ်မယ်။ နေဝါယာ စိတ်ကိုယ်လည်း နေဝါယာကြောင့်ပင်။

နည်းကို ရင်ဆိုင်မယ်။ ကျွန်းတော်မှာ ကျွန်းတော်ရဲ့ အခိုက် အတန်ကလေးအတွေ ရှိနေနိုင်ပြီ။ တစ်ကျော်ပြန်နေထိုင်ခွင့်ရရင် အော်အခိုက် အတန်ပျိုးကလေးအတွေ ပိုပြီးရမယ်။ တိတိကျော် ပြောရရင် ကျွန်းတော် တော်းဘာမျှရဇ်အောင် ပြေားစားဘူး။ အော်အခိုက်အတန်ကလေးအတွေပဲ... တစ်ခုပြီး တစ်ခုပေါ့... ကျွန်းတော် ပန်းပွင့်အတွေ ပိုပြီး ခူးခြေမယ်လေ။ နာဒ်း စတဲ့ရဲ့ (အသက်ရှုစ်ဆယ့်ကိုးနှစ်)

ယနေ့ကို သင် ဘယ်တော့မျှ ပြန်မရတော့ဘူးဆိုတာ မမေ့ပါနှင့်။ ကျွန်းတော်တို့အားလုံး ညီတွေ့တွေ ရှိနာသည် အရာတ်ခုမှာ အချိန်ဖြစ်၏။ သင်သည် ဘီလ်ဂိတ်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဘုရင်မကြီးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ လမ်းဆောင့် မှာ သတင်းအရောင်းနေသူပဲဖြစ်ဖြစ် အကြောင်းမဟုတ်။ ဘာမျှ ပိုမထူး ကျွန်းတော်တို့အားလုံး တစ်မီးနှစ်တွင် စဲလှန်ခြောက်ဆယ်၊ တစ်မာရီတွင် မီနှစ် ခြောက်ဆယ်ရကြသည်။ သည်အချိန်ကို မဖြေန်းတိုးပါနှင့်။ တစ်ချီ ကျော်သွားသည်နှင့် ဘယ်တော့မျှ ပြန်မလာတော့။ သင် ပြီးမြောက် လိုသည့် လုပ်ငန်းတိုင်းကို အချိန်မြှုပ်နှံးအောင် အချိန်ကန့်သတ်ချက်ထားပါ။ ကျွန်းတော်တို့ ခရစ်မတ်ပွဲတော်နေ့ကို မေ့လျော့နေဖူးပါသလား။ မမေ့ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော ကျွန်းတော်တို့အတွက် သတ်မှတ် ထားသော ရက်စွဲတစ်ခုဖြစ်နေသောကြောင့်ပင်။

သေချာတာတစ်ခုတော့ ရှိနာသည်။ ကျွန်းတော်တို့ အတိတ်ကာလကို ပြန်သွားပြီး ပြုပြင်ပြောင်းလဲလို့ မရခြင်းဖြစ်၏။ သို့သော ရှုံးပိုင်းတုန်းက ကျွန်းတော်ပြောခဲ့သလို ကျွန်းတော်တို့သည် ထိုအမိုက်ထဲပိုကြီးကို သယိုးသွားလာနေကြ၏။ လက်ရှိအမြေအနေ သို့မဟုတ် အနာဂတ်ကာလ ရုံးနှင့်မှာကို ကြိုတင်မျှော်လင့်ရန်အတွက် အတိတ်ကို အကြောင်းပြချက် ဖြစ် အသုံးပြနေကြသည်။ သို့သော ကျွန်းတော်တို့ ပြတ်သွားရပါမည်။

အတိတကို မပြောင်းလဲနိုင်သည့်တိုင် အတိတကို စွန့်ပစ်ခဲ့လို ရ၏၊ ကျွန်တော်တို့၏ အနာဂတ်ကာလကို ပြဋ္ဌာန်းလို ရွေးချယ်လို ရ၏။ ထိုသို့ ပြဋ္ဌာန်းမှ စတင်ရန်အကောင်းဆုံးနေရာမှာ လက်ရှိပစ္စကာလမှာ နေထိုင်ဖို့ ဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လက်ရှိကာလကလေးကို သာ သင်ထိန်းချုပ်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ခါက ငယ်ချယ်ပြီး ချောမာသော ဘုရင်တစ်ပါးရှိ၏။ သူမှာ အာဏာနှင့် စည်းစိမ်ချမ်းသာ ပြည့်ဝသည့်တိုင် သူကိုယ်သူ မေးခွန်းနှစ်ခေါ်ပိုင်ဘဲ ဖြစ်၏။ “ငါဘဝမှာ အရေးကြီးဆုံးအချိန်က ဘယ်အချိန်ဖြစ်မလဲ” ဆိုသည့်မေးခွန်းနှင့် “ငါဘဝမှာ အရေးကြီးဆုံး လူဟာ ဘယ်သူဖြစ်မလဲ” ဆိုသည့် မေးခွန်းဖြစ်၏။ သို့ဖြင့် သူမေးခွန်းနှစ်ခေါ် ဖြန့်ထေပြီး ကမ္ဘာတွေးခေါ်ရှင်အားလုံးကို စိန်ခေါ်လိုက်၏။ သူမေးခွန်းတွေကို အောင်မြင်စွာ ဖြေနိုင်သူအား သူစည်းစိမ်ကို မျှဝေပေးမည်ဟု ကြည့်သည်။

သူတိုင်းပြည်တွင်းကရော တိုင်းပြည်ပကပါ တွေးခေါ်ရှင်စွာ လာကြ၏။ သို့သော် ဘုရင်ကလေးသို့လိုသည့် အဖြေကို မပေးနိုင်ကြုံ ထိုနောက် ရက်ပေါင်း အတန်ကြာသွားရသည့် အရပ်ရှိ တောင်တွေလှု တွင် ပညာရှိအဘိုးကြီးတစ်ဦးရှိကြောင်း တစ်စုံတစ်ယောက်က သတင်းဆေးသည်။ ဘုရင်ဖြစ်သူ ချက်ချင်းခဲ့ရေးထွက်တော့၏။

ပညာရှိကြီး နေထိုင်ရာ တောင်ခြေသုတေသနရောက်တော့ ဘုရင်က သူကိုယ်သူအဝတ်အစားတွေလဲပြီး လယ်သမားအသွင် ရုပ်ဖျက်လိုက်၏။ ပညာရှိကြီး နေထိုင်သည့် သာမန်တကုပ်ကလေးသို့ရောက်သော အခါ မြေကြီးပေါ်တွင်ပျော်စွေထိုင်ပြီး မြေကြီးကို တူးနေသည့် ပညာရှိကြီးကို တွေ့ရသည်။

“ဆရာကြီးက အစစအရာရာကို အဖြေပေးနိုင်တဲ့ ပညာရှိကြီးလို

ကျွန်တော်ကြားရပါတယ်။ ဒါတော့ ကျွန်တော်ဘဝမှာ အရေးကြီးဆုံး အချိန်က ဘယ်အချိန်ဖြစ်မလဲ။ နောက်ပြီး အရေးကြီးဆုံးလူက ဘယ်သူ ဖြစ်မလဲ။ အဲဒီနှစ်ခုကို ဆရာကြီး ဖြေနိုင်မလား”

“ငါအာလုံးတူးနေတာကို ကျုပြီး တူးပါ့ပြီး” ဟု အဘိုးကြီးက ပြောသည်။ “အဲဒီ အာလုံးတွေကို ဟိုးအောက်က မြစ်ဆီယူသွားပြီး ရေဆေးခဲ့၏ ငါက ရေနေ့တည်ထားမယ်။ မင်းလည်း ငါနဲ့အတူ အာလုံး စုပ်ပြတ်သောက်ပေါ့ကွာ”

ဤကား သူကို စမ်းသပ်တာ ဖြစ်မည်ဟု တွေးသော ဘုရင်က သူအား စိုင်းသည့်အတိုင်းလုပ်သည်။ ဘုရင်သည့် သူလိုချင်သည့်အမြဲ့ကို ရလိမ့်နိုင်ဖို့ အဘိုးကြီးနှင့်ရက်အတန်ကြာသည်အထိ အတူနေသည်။ သို့သော် အဖြေကား ထွက်မလား။

သည်တော့ သူက ဘုရင့်တဲ့ဆိပ်တဲ့ကို ထဲတဲ့သည်။ သူသည် ဘုရင်ဖြစ်ကြောင်း ထဲတဲ့ဆိပ်ပြောပြသည်။ ပြီတော့ အဘိုးကြီးအား ပညာရှိ အယောင်ဆောင်သွားဖြစ် ကြည့်သည်။ သူက ရက်ပေါင်းအတန်ကြာအောင် အချိန်ဖြုန်းခဲ့ရခြင်းကို ဒေါသတကြီး အပြစ်တင် ပြောဆိုသည်။

“ကျွန်တော်မျိုးတို့ ပထမဆုံး စတွေ့ကတည်းက ကျွန်တော်မျိုး အဖြေပေးပြီးသားပါ မင်းကြီး။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်မျိုးရဲ့အဖြေကို အရှင်မင်းကြီးက သဘောမပေါက်တာပါ” ဟု အဘိုးကြီးက ပြောသည်။

“အဘိုးကြီး၊ အသင် ဘာကို ဆိုလိုသလဲ”

“အရှင်မင်းကြီး ကြေရောက်လာချိန်မှာ ကျွန်တော်မျိုးက ကြံ့ဆိုခဲ့ ပါတယ်။ နောက်ပြီး ကျွန်တော်မျိုးရဲ့ အိမ်မှာ နေခွင့်ပြုခဲ့ပါတယ်။ အရှင်မင်းကြီး သိထားသင့်တာက အတိတ်ဆိုတာ လွန်သွားပါပြီ။ အနာဂတ် ဆိုတာ မရှိသေးပါဘူး။ အရှင်မင်းကြီးရဲ့ဘဝမှာ အရေးကြီးဆုံးအချိန်ဟာ

လက်ရှိ ပစ္စာပွန်ပါပဲ။ နောက်ပြီး အရှင်မင်းကြီးရဲ့ဘဝမှာ အရေးကြီးဆုံး လူကတော့ အရှင်မင်းကြီးနဲ့ လောလောဆယ် အတူရှိနေသူပါ။ ဘာဖြစ်လို့လဲ ဆိုတော့ အဲဒီသုသာ အရှင်မင်းကြီးနဲ့အတူ ဘဝကို ဝေမျှခံစားနေ သူဖြစ်လို့ပါပဲ” ဟု ပညာရှိအသိုးကြီးက ဖြေကြားလိုက်သည် ဟု၏။

လူဘဝတွင် ရည်မှန်းစရာ နှစ်ခုရှိသည်။ ပထမအရာမှာ သင်လိုချင်သည့် အရာကို ရရှိရေး ဖြစ်ပြီး ထိအရာကို ရပြီးနောက် ပေါ်ချင်ခံစားရေးဖြစ်၏။ လူသားမျိုးနှင့်တွင် ဥက္ကာပညာ အရှိဆုံးသူတွေသာ ခုတိယတစ်မျိုး ကို ရရှိနိုင်၏။

လိုက် ပိုးယား ဆောလ်စမစ် (၁၈၆၉-၁၉၄၆)
အမေရိကန် ရသစာတမ်းဆရာနှင့် ဝေဖန်ရေးဆရာ

များများ ရုပ်ပါ

ကျွန်တော်ဘို့ ရှိခိုင်ယယ်လ် မာစဒင်ဆေးရုံ၊ အထူးကြပ်မတ်ကုသ ခန်းမှ ခုတင် လေးလုံးဆုံး အခန်းကလေးတစ်ခန်းသို့ ပြန်လိုက်ကြသည်။ ခွဲစိတ်ပြီးစ ခံစားရသော ဝေဒနာကြောင့် ကောင်းကောင်းအိပ်လို့မရ။ စာအပ်တွေ၊ မဂ္ဂဇင်းတွေထဲလည်း အာရုံမြှုပ်လို့မရ။ တစ်ရှိမှု့မှ တော့ အခန်းထဲရှိ ဝေဒနာရှင်နှစ်ဦး တစ်များ မျေးနေသည်ကို သတိပြုမီသည်။ သို့သော် တတိယတစ်ယောက်က ရပ်မြင်သံကြား အစီအစဉ်ကိုကြည့်နေသည်။

သို့ဖြင့် ကျွန်တော်လည်း ကျွန်တော်နားကြပ်ကို ယူတပ်ပြီး ရပ်မြင်သံကြားကို ပိုပျော်ပျော်ဖြင့် ကြည့်နေသည်။ အစီအစဉ်က တော်တော်ကြီးကို ရယ်ရှာသည့် အစီအစဉ်ဖြစ်နေသည်။ ရယ်လျှင် ခွဲထားသည့်နေရာ တွေက နာကျင်သည်။ သို့သော် ကျွန်တော် မရယ်ဘဲမနေနိုင်။ တစ်ချက်

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

ရယ်လိုက်တိုင်း ကျွန်တော်ဝင်းလိုက်က ချုပ်ရှိုးတွေ တင်းပြီး အမယ်လေး ဘလေး အော်ရအောင် နာသည်။ သို့သော် မတတ်နိုင်။ မရယ်ဘဲ မင်းနှင့် ကျွန်တော်ဖြစ်နေပုံမှာ ရယ်လိုက်လိုက် ပုံစံမျိုး။ သည်တာဂံတွင် တသိမ့်သိမ့်ရယ်ပြီး နောက်တအံ့ဌားတွင် အော်ဟန် ညည်းညှုရသည်။ ရပ်မြင်သံကြားကြည့်နေသည့် ဟိုဘက်ခုတင်က လူတွေကို ကျွန်တော်လှမ်းကြည့်သည်။ သူလည်း တသိမ့်သိမ့်ရယ်လျက်။ ကျွန်တော်တို့ နှစ်ယောက်၏ ခုတင်တွေလည်း အသံတိတ်လှပ်ခါနေသည်။

ထိအခိုက်အတန်တွင် ရယ်မောခြင်း၏ ရှုမ်းအားကြောင့် ကျွန်တော်တက်ကြလန်းဆန်းလာပါသည်။ ကျွန်တော်ရင်ထဲတွင် စစ်မှုန်သော စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို ပထမဗီးဆုံးအကြော်အဖြစ် ခံစားလိုက်ရ၏။

စနေတွေ စနေတွေ အားလုံးထဲမှာ နှစ်မြားစရာ အကောင်းဆုံးအနေကတော့
ပရိယောမီတဲ့နေပဲ။

နှစ်ကို လပ် ရှုမ်းနှုံး (၁၇၄၁-၉၄)
ပြင်သစ် ကိုယ်ကျော်တရား ဆရာနှင့် ရသစာတမ်းဆရာ

အကြော်ကြော် အဖန်ဖန်ရယ်ပါ။ ခဏာခဏ ရယ်ပါ ဆိုသည်မှာ ကောင်းသော အကြော်ချက်ဖြစ်၏။ သင်သည် ရယ်မောစရာ တစ်ခုအား ရှုမ်းမှုမတွေ၊ တော့ဘူးဆိုလျှင် အရာရာတိုင်းကို အလေးအန်က ထားလုံးနေတာဖြစ်ရမည်။ ထိုသို့မလုပ်ပါနော်။ စိတ်ပြေကိုယ်လျော့နေပါ။ အလို့အလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ပျော်ရွင်ကြည့်နှုံးမှ အနိုက်အတန်ကလေးမှားကို ခံစားနိုင်အောင် စိတ်ကို ဖွင့်ထားပါ။ ရယ်မောခြင်းက ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ရှုမ်းသာရေးကို မြှင့်တင်ပေး၏။

ကင်ဆာရောဂါဖြစ်နေပြီးဟု ရောဂါအဖော်ခံရသာ အမေရိကန်

တစ်ယောက်၏ ထုံးကို နှလုံးမူပါ။ ထိုသို့ဖြစ်နေပြီဖြစ်ကြောင်း ဆရာဝန်များက ပြောလိုက်သောအခါ အဆိပါ အမေရိကန်သည် ဟိုတယ်တစ်ခု တွင် အခန်းတစ်ခုနဲ့ ရှားသည်။ ရပ်ရှင်ပြစ်က တစ်လုံးရှားသည်။ သူ ကြိုက်သော ဟာသရှင်ရှင်တွေ တစ်ပုံကြီး ရှားသည်။ သူသည် တသော သော ဟားတိုက်ရယ်မောရင်း ကျွန်းမာရေးပြန်ကောင်းသွားသည် ဟူ၏။

အကြောင်းကိစ္စများ၏ ရယ်စရာကောင်းသည် အပိုင်းကို မြင်တတ် အောင် ကြိုးစားပါ။ မကြာမကြာ ကြိုရတတ်သည်မှာ ကိစ္စတစ်ခုပြီစဉ် က သေရေးရှင်ရေးတွေ အသည်းအသည်းဖြစ်နေသော်လည်း နောင်တစ် ရို့နှင့်ကျွန်းမာရေးပြန်ကြည့်တော့ ရယ်စရာဖြစ်နေပြင်း မျိုးပင်။ ထိုကိစ္စဖြစ်ပျက် နေစဉ်တွင် ရယ်စရာကို ရှာကြည့်ဖို့ဆိုသည်မှာ ဘယ်လောက်စိတ်အေး လက်အေးဖြစ်ဖို့ လိုပါသလဲ။

စစ်သားတွေ၊ ဆရာဝန်တွေ၊ အရေးပေါ်ဌာနများတွင် အမှုထမ်း သူတွေဆိုလျှင် သူတို့ ပုံမှန်ကြိုးဆုံးနေရသည် ကြကွဲဖွယ် ဖြစ်ရပ်များ ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်စားရသော စိတ်ဆင်းရှုမှုများ ပြောပျောက်အောင် ရယ်စရာကိုကြိုဖန်ရှာကြရ၏။ “ငါဖြင့် ငိုရမလား၊ ရယ်မလားတောင် မသိတော့ပါဘူး” ဟူသောစကားမျိုးကို ကျွန်းတော်တို့ မကြာမကြာ ပြောတတ်ကြ၏။ သင့်မှာ ငိုရမည်လား၊ ရယ်ရမည်လားဆိုတာကို ရွှေ့ချယ်ခွင့်ရမည်ဆိုလှုင်တော့ ရယ်သာ ရယ်ပစ်လိုက်ပါ။ ရယ်ပစ်လိုက်တာ ငိုကောင်းပါသည်။

သင့်ကိုယ်သင် ခွင့်ပျောလန်းဆန်းလာအောင် ကြိုဆောင်ပါ။ သင် သိပ်ကြိုက်သည် ရပ်ရှင်ကားတွေ ရှိသာလား။ ကျွန်းတော့မှာတော့ ရှိသည်။ တစ်ခါတစ်ခါ ထိုကားတွေကို တစ်နှစ် တစ်ကြိမ်ထက်မက ထပ်ကြည့်သည်။ ထိုအတ်ကားထဲက အကြိုက်ဆုံးပြောက်ကလေး တစ်ကွက် ပြန်ဖြစ်ပါ။ သင်ပြီးလိုက်လျှင် စိတ်ချုပ်းသာမှုတွေအလိုလျောက် တို့ပွား

သည်။ ပြီးလိုက်ခြင်းက ပျောစရာဖြစ်ရပ်များကို သတိရလာအောင် သင့် စိတ်ကို မီးတို့ပေးလိုက်၏။

ရယ်မောခြင်းသည် ကြည့်နှုံးခြင်းနှင့် စိတ်ချုပ်းသာခြင်းကို ရပ်ပိုင်း အရ ထုတ်ဖော်ပြသခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် ရယ်စရာကောင်းသည် ကိစ္စတစ်ခုရှုကို တုံ့ပြန်ခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ သင့်ဘဝမှာ ရယ်စရာကောင်းသည် အနိက်အတန်နှင့်ကလေးတွေကို သတိထားကြည့်ပါ။ သင့်ကို ရယ်မောမည့်အကြောင်းကိစ္စများကို သတိထားကြည့်ပါ။ သင့်အပေါင်း အသင်းများနှင့်ဆုံးစည်းသောအခါ သင်တို့ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက်ဘာအတ်လမ်းတွေ ပြောကြသလဲ။ သူငယ်ချင်းတွေ ပြန်လည်ဆုံးစည်းများတွင် သင်တို့ အတူတွေ ကြုံခြုံကြသည့် အတိတ်အတွေ အကြိုများ ပြန်ပြောတတ်ကြ၏။ များသောအားဖြင့် သင်တို့ကို ရယ်မောတိုက်ကြပါသည်။ သင် ရယ်မောလိုက်ပြီဆုံးလျှင် သင်သည် သင်၏ အား ဥစ္စာ့မှ လွှတ်မြောက်သွားသည်။ ဤကား အလွန်ထူးပြားသည့် ခံစားချက်ပြစ်ပါသည်။

သင့်ဘဝတွင် ရယ်မောခြင်း၏ စွမ်းအားကို ဘယ်တော့ဖူး ဆူးဆူး မတွက်ပါနော်။ ရယ်မောစရာများကို ရှာပါ။ ပျောရှင်ခံစားပါ။ ဟာသတ် ဖွံ့ဖြိုးလာအောင် လုပ်ပါ။ ရယ်မောခြင်းဖြင့် သင့်ဝဝဒာတွေပျောက်ကင်းအောင် ကုသပါ။

ဘဝဖြစ်ရပ်တွေကို ရယ်မောပစ်ဖို့ အရေးကြီးသလို သင့်ကိုယ်သင် ရယ်မောနိုင်အောင် သင်ယူခြင်းသည်လည်း အရေးကြီး၏။ ဘယ်တော့ သူ သင့်ကိုယ်သင် အနိုင်မကပါနော်။ သင်သည် အမှားတစ်ခုရှု စိုက်ပြုလုပ်မြို့ဆုံးလျှင် သင်၏မိုက်မဲ့မှုကို ရယ်မောပစ်ပြီး ရှုံးဆက် လျှောက်လှမ်းပါ။ စိတ်ကသိကအောက် ဖြစ်ပါနော်။ မနိုင်ပါနော်။ သို့မဟုတ် ရှုက်လည်း ရှုက်မနေပါနော်။ သင့်ကိုယ်သင် ဟားတိုက် ရယ်

အော်ပြီး သင်ခန်းစာယူပါ။ အခြားမျိုးတူစတွေတွင် ဟာသဓာတ်မရှိ။
သို့မဟုတ် ရယ်မောခြင်းမှ အကျိုးအမြတ်ထဲတ်ယူနိုင်စွမ်းမရှိ။ သည်တော့
အစွမ်းအစရှိသော ကျွန်တော်တို့က ရယ်မောခြင်းကို အကျိုးအရှိဆုံးဖြစ်
အောင် အသုံးချကြပါစို့။



(၁၀)

အသစ်တစ်ဖန် ပြန်စခြင်းများ

ကျွန်တော် ပြောခဲ့ပါပြီ။ သင်သည် အမြတ်စီးလုပ်နေကျအတိုင်း
လုပ်လျှင် ရနေကျအဖြေကိုပဲ ရပါလိမ့်မည်။ သင့်ဘဝမှာ အောင်မြင်မှု
မရဘူးဆိုလျှင်၊ တစ်နည်းဆိုရသော သင့်ဘဝသည် သင့်လိုလားသည့်
ပုံစံမျိုး မဖြစ်သေးဘူးဆိုလျှင် အကြောင်းမဲ့ သေချာတာတစ်ခုကတော့ မြို့
ပြင်ပြောင်းလဲမည်ဟု သင်က စိတ်မပြုဗျာန်းသရွေ့၊ ကာလပတ်လုံး
သင့်ဘဝ ပြောင်းလဲလာလိမ့်မည်မဟုတ်ခြင်းပင်။ အဖြစ်က အသည်း
လောက်ကို ရှင်းသည်။ နောက်ပြီး သည်သတင်းက သတင်းဆုံးဖြစ်၏။

သို့သော သင်ပြုပြင်ချင်သည့်အချိန်တွင် ပြပြင်ပြောင်းလဲနိုင်သည့်
စွမ်းရည်သင့်မှာ ရှိနေသည် ဆိုတာကတော့ သတင်းကောင်း ဖြစ်၏။
သင့်ကိုယ်သင် အစွမ်းပြုက်တွေ သင်ယူလို မရတော့သည့် ခွေးဆိုကြီး
တစ်ကောင်လို မမှတ်ယူပါနှင့်။ သင့်ကိုယ်သင် အသွင်ပြောင်းလို မရ
လောက်အောင် ခေါက်ရှိုးကျိုးပုံစံဟောင်းတွေထဲမှာ နှစ်နောက်ဟု မယုံဆ
ပါနှင့်။ သင့်ဘဝမှာ အပြောင်းအလဲတစ်ခုပြုလုပ်ဖို့ ဘယ်တော့လူ မောက်
စကျပါ။ သင့် ဘယ်အသက်အရွယ်ရောက်နေသည်ဖြစ်စေ ဘာလူ
အကြောင်းမဟုတ်။ သည်တော့ တစ်ကန့် ပြန်စတို့ မောက်ကျနေပြီဆုံး

သည် အကြောင်းပြချက်ကို မေ့ပစ်လိုက်ပါ။

သင်အောင်မြင်သူတစ်ဦး ဖြစ်ချင်သည်။ သင်၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင် ရာ ရည်မှန်းချက်များ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်ချင်သည်။ ဤအခန်းက သင်၏ ပုဂ္ဂလိက စီမံချက်ကို ဘယ်လို ဖော်ဆောင်ရမည်၊ ဘယ်လို အကောင်အထည်ဖော်ရမည်ဆိုတာပြဿပါလိမ့်မည်။ ဤ ဘဝစီမံကိန်းက သင်၏ စမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းဆိုင်ရာနှင့် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ အောင်မြင် မှုကို ရရှိစေပါလိမ့်မည်။

သို့ဖြစ်စေကာမူ သတိပေးစကားတစ်ခွန်းတော့ ပြောထားပါရစေ။ သည်အလုပ်ကို သင်တစ်ဦးတည်းသာ လုပ်လိုရသည် ဆိုတာကို မမေ့ပါနှင့်။

သင် ဖတ်ရှုလေ့လာလိုရသည် ပုဂ္ဂလိက ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆိုင် ရာ စာအပ်တွေ၊ ကိုယ့်အား ကိုယ်ကိုး ထူထောင်ရေး စာအပ်တွေရှိ၏။ စိတ်ဓာတ်တက်ကြဖော်မည့် အသုသွင်းတိပ်ခွေတွေ၊ စီဒီယိုတိပ်ခွေတွေ အများကြီးရှိ၏။ တက်ရောက်လေ့လာလိုရသည် ဆွေးနွေးပွဲတွေ ရှိ၏။ သင့်ကို အားပေးစကားပြောသည့် မိတ်ဆွေတွေ ရှိ၏။ ထိုအရာတွေ အားလုံးကို သင်ဖတ်ရှာ နားထောင်၊ လေ့လာနေလည်း သင့်ဘဝပြောင်း လဲလာအောင် သင်ကိုယ်တိုင်က တာဝန်ယူဖို့ မဆုံးဖြတ်လျှင် အထက်ပါ နည်းလမ်းအားလုံးသည် တစ်စက်ကလေးမျှ အရာထင်မည် မဟုတ်။

သည်တော့ ကမ္မာလောကကြီးကို ပြောင်းလဲအောင် လုပ်ဖို့ ၏၏ မလျမ်းမှု သင့်ကိုယ်သင် ပြောင်းလဲအောင်လုပ်ဖို့ ဦးစွာ သင်ယူဆည်းဖူးပါ။ အပြောင်းအလဲဆိုသည်မှာ အထမြောက်အောင်မြင်ဖို့ က်ခဲ့သည် အရာတစ်ခုဖြစ်၏။ အလေ့အထများ 'ဖျက်' ပစ်ခြင်းအကြောင်း ကျွေးကော်တို့ ပြောကြသည်။ အလေ့အထတစ်ခုကို ဖျက်ပစ်ဖို့ ဆိုသည်မှာ နာကျွင်ခံစားရသာ အလုပ်ဖြစ်၏။ ကျွေးကော်တို့သည် သဘာဝအရု

နာကျွင်မှုကို ဆန့်ကျင်တွန်းလုန်လေ့ရှိကြ၏။ သည်တော့ အလေ့အထ တစ်ခုကို ဖျက်ပစ်ခြင်းဆိုသည်မှာ မတော်တဆက်စွမဟုတ်၊ တမင်လုပ် ယူမှုရ၏။

သည်လို လုပ်ဖို့ဆိုသည်မှာ ခက်ခဲသည်မှန်၏။ သို့သော် အလေ့ အထများကို ဖျက်ပစ်လို့ရ၏။ သင့်အား ဒုက္ခပေးနေသည့် အလေ့အထ တစ်ခုကို အောင်မြင်စွာ ဖျောက်ဖျက်လိုက်နိုင်သောအခါမှာတော့ အောင်မြင်မှုကို သင် စတင်ယုံကြည်လာတော့၏။

သင်၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ မရောက်မချင်း ကျားကုတ်ကျား ပဲ အားထုတ်မည်ဟု အမိဋ္ဌနာန်ပြုထားပါ။ အများတကာက ပြောခုပြီး ကျွေးကော်အတွေ၊ အကြော်အရလည်း သိနေသည်မှာ မာရသွားပြီးပွဲတစ်ခုတွင် ပန်းဝင်ခါနီး တစ်မိုင်သည် အရှည်လျားဆုံး ဖြစ်သည်ဆိုသည့် အချက်ဖြစ်၏။ သည်နောက်ဆုံးတစ်မိုင်အကြောင်း မသိမီ သင်သည် နှစ်ဆယ့်ငါးမိုင်ခွဲကို ဖြတ်ကျော်ခဲ့ရသည် မှန်၏။ သို့သော် အမိကအချက်မှာ သင် လက်ရှိယုယ်ကြည်နေသည်ထက် အများကြီးပိုပြီး စွမ်းဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိသည်ဆိုသည့်အချက်ဖြစ်၏။

သည်တော့ သည်စီမံကိန်းအောင်မြင်ရေးအတွက် သင့်စွမ်းရည်တွေကို ချုပ်ပျော်ကန်းသတ်ထားသည့် သင်၏ အတွဲပုံရိပ်ထဲမှ ဖောက်ထွက်ရပါမည်။ သင်သည် မွေးကတည်းက အောင်မြင်ရေး ကိုယ်စွမ်း ကိုယ်စများ ပါလာသူတစ်ဦးအဖြစ် သင့်ကိုယ်သင် ရှုမြင်ပါ။ ပြောင်းလဲ မှု အားလုံးသည် သဘောထားပြောင်းလဲမှုနှင့် အတွေးအခေါ် ပြောင်းလဲခြင်းမှ အစပြောကြောင်း သဘောပေါက်ထားပါ။ သင့်ပုဂ္ဂလိက သမိုင်းကြောင်း ဘယ်လိုပဲ ရှိနေသည်ဖြစ်စေ သင်ကသာ စိတ်ပြုဗာန်းသည်ဆုံး သင့်အား အနောင့်အယျက်ပေးနေသည့် ယုံကြည်ချက်တွေထဲမှ အောက်ထွက်လို့ရပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏မျိုးဆက်သက်တမ်းတွင် အကြီးဟားဆုံး ဖော်ထဲတဲ့ တွေ့ချို့ချက် မှာ လူသားတစ်ဦးသည် သူ၏ စိတ်သဘောထားကို ပြောင်းလဲခြင်းဖြင့် သူဘာဝကို ပြောင်းလဲလို့ရသည့် အချက်ဖြစ်၏။

တိလျှော်ရှိမှုး

ဘယ်လိုက်စွာမျိုးဖြစ်စေ သင့်စိတ်ထဲမှာ ပြက်ပြက်ထင်ထင် အာရုံး မြင်ယောင်ကြည့်လို့ရပြီး ဖြစ်မောက်ရမည်ဟု အကြောင်းမဲ့ ယုံကြည်ထား လျင် သင် အောင်မြင်နိုင်ပါသည်။ သည်လိုအောင်မြင်နိုင် စနစ်တကျ စီမံကိန်း၊ စွဲရှိယူနင့် မယိမ်းယုင်သား ယုံကြည်စိတ်ချမှတ်ရှိလိုက်။ သို့သော် သင့်မှာ သည်အချက်အားလုံး ပြည့်စုံပြီဆိုသည်နှင့် သင့်ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရမည်မလွှဲပေါ်။

‘ယနှစ်သည် သင့်ဘဝလက်ကျွန်ုပ်သက်တမ်း၏ ပထမဆုံးနေ့ဖြစ် သည်’

ဤစကားတွေသည် ဆီသည်မ လက်သုတေသနတော်ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နေမည်။ ဘာပြစ်ဖြစ် သည်စကားက မှန်နေသည်။ သို့ဆိုလျင် ယမန် နေ့သည် သင့်ဘဝဟောင်း၏ နောက်ဆုံးနေ့ဟု ပြောမည်ဆုံး ပြောလို့ရ၏။ လွန်မောက်သွားသည်များက သင် ယခြားဖြစ်နေသည် လူတစ်ယောက် ကို ပုံဖော်ပေးခဲ့၏။ အကယ်၍ ထိလူတစ်ယောက်ကို သင် မနှစ်ခြိုက် ဘူးဆိုလျင် ထိလျက် အသွင်ပြောင်းပစ်နိုင် ယနှစ်ပဲ သိန့်စွာနှစ်ချလိုက်ပါ။ ဘာတွေ အမှားအယွင်းဖြစ်လာနိုင်သလဲဆိုတာကို မေတ္တားပါ။

သင့်အား ယခုထက်ပိုပြီး စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ပေးဖို့ လိုအပ်နေသည် ဆိုလျင် အောက်ပါသာကေမှားကို စဉ်းစားသုံးသပ်ကြည့်ပါ။

ကိုကာကိုလာကုမ္ပဏီသည် လုပ်ငန်းစားပြီး ပထမနှစ်အတွင်း ပုလင်းလေးရာပဲ ရောင်းရန်။ မှတ်ဆိတ်ရိုတ်စားကို တိထွင်ခဲ့သည်

မစွဲတာကျိုးလက်အား စီးပွားပျက်မှာပဲဟု ကုမ္ပဏီတော်တော်များများက ဆောင်ပြက်ရယ်ပြုခဲ့၏။ သူ လုပ်ငန်းစားပြီး ပထမနှစ်အတွင်း စားဝါးဆယ် ခုနှစ်ရောင်းပဲ ရောင်းရသည်။ အသက်ရှစ်နှစ်တွင် မျက်စိက္ခယ်သွားသော အမေဂြာန်ကေးဇူး ဒေးတဗ္ဗာသို့လ်မှ မျက်မမြင်ဘဝဖြင့် ဒေးတဗ္ဗာသို့လ်မှ ပထမ ဆုံး ဘွဲ့ရသူဖြစ်ခဲ့၏။ ဘီသို့မင်းသည် သူ၏ ကမ္မာကျော် နိုဝင်္ခာက် ဆင်ဖိုနိုကို ရေးသားပြုစုနိုင်၍ လုံးဝနားပင်းနေလေသည်။ စာရေးပြီး အိတ်လို ခေါက်ပြီး စာလိုလိုရသည့် စာရွက်ကို တိထွင်ခဲ့သူသည် ရွှေးကွက် ဖော်ဆောင်ရေး ကြော်ပြာတွေ လုပ်ပြီးသည့်တိုင် မအောင်မြင်ခဲ့။ ငွေကြော်နှင့်တိတ်ခဲ့သူများလည်း စိတ်ပျက်လက်လျှောက်နိုင်ပြီး သို့သော် သူကတော့ အားမလေ့ရှိခဲ့ချေး။

‘သင်၏ နောက်ဆုံးရုံးနှင့်မှုနှင့်မှုနောက်က အောင်မြင်မှု ကပ်ပါလာ သည်’ ဟူသော ဆိုရှိုးစကားရှိ၏။ ထိုသို့ ပြောသူများသည် သူတို့၏ နောက်ဆုံးရုံးနှင့်မှုနှင့်မှု ဘယ်တော့ဖြစ်မည်ကို မသိကြ။ သို့လေ့ သူတို့သည် မဆုတ်မနှစ် ခွဲခတ်ခဲ့ကြလေသည်။

အောင်မြင်မှုတိုင်းတွင် သူတန်ကြေးနှင့်သူရှိသည်။ အောင်မြင်မှု က တရာ့၊ ဆီသို့ ရောရောရှာရှာလာသည်။ အေားသူတော်အတွက်တော် ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားထုတ်လုပ်ကိုင်မှ လာသည်။ သို့သော် ကျွန်ုပ်တော် ပြောခဲ့သည်အတိုင်း အားလုံးမှာရှိသည့် တူညီသောအချက်များကတော့ အကြောင်းမဲ့ ယုံကြည်ချက်၊ ခိုင်မာသောစိတ်ပြုဌာန်းချက်နှင့် မဆုတ်မနှစ် သော နွဲရှိမှုတို့ဖြစ်၏။

သည်တော့ အဆိပါခံယူချက်ကို ဦးထိပ်ထားပြီး ယခု သင့်အနာ ကတ် အောင်မြင်မှု ဖော်ဆောင်ရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးကိစ္စကို စဉ်းစားကြပါနိုး။

၁၂၂
သင် သီရိတော်

အမေရိကရှိ တဗ္ဗာသိုလ်တစ်ခုတွင် ပါမောက္ဂတစ်ဦးက သူ့တပည့် သစ်များ စတင်ကျော်တော်သည့်နေ့၌ ပြောလေ့ရှိသည့် စကားတစ် ချွန်းရှုံးရှုံး၏ "မင်းတို့ကိုယ်မင်းတို့ ထိုက်တန်တယ်လို့ ထင်ထားတဲ့ ကြေး နဲ့ မင်းတို့ကို ငါဝယ်ယူပြီး မင်းတို့ ဘယ်လောက်ထိုက်တန်တယ်ဆိုတာ ငါသိထားတဲ့ ကြေးနဲ့ မင်းတို့ကို ပြန်ရောင်းမယ်ဆိုရင် ငါသန်းကြေးကြေးဖြစ်မှာပဲ" ဟု၏။

လူတော်တော်များများက သူတို့ကိုယ်သူတို့ တန်ဖိုးလျှော့ပြီး တွက် ကြော်သည့်။ သူတို့က သူတို့၏စွမ်းရည်များနှင့် င်ပလျှိုးစွမ်းရည်များကို အထင်သေးကြ၏။ သို့သော် သင့်ကိုယ်သင်မှ တန်ဖိုးမထားလျှင် ဘယ် သူကလာပြီး တန်ဖိုးထားမည်လဲ။ စီးပွားရေးလောကတွင် ငွေကြေးနှင်းထိုက် ထုတ်သူများအား ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှုံးသည့် ကုမ္ပဏီများရှုံး၏။ ငွေကြေး နိုက်ထုတ်သူများက ထိုကုမ္ပဏီများကို တန်ဖိုးထားသည့်မှာ သူတို့၏ အခြေခံပစ္စည်းများကြောင့်သာ မဟုတ်။ သူတို့၏ လုပ်ရည်ကိုင်ရည် များကြောင့်လည်း ဖြစ်၏။ ထိုနည်းတူစွာပင် သင်လည်း သင်၏ ငံပလျို့ နေသာ လုပ်ရည်ကိုင်ရည်များကို တန်ဖိုးထားသင်၏။ သင့်ကိုယ်သင် အကဲဖြတ်ရာ၌ သင်ပြောလုပ်ခဲ့သည်များနှင့် မတိုင်းမထွားပါနှင့်။ သင် စွမ်းဆောင်နိုင်သည့်စွမ်းရည်များနှင့် အကဲဖြတ်ပါ။ ထိုအခါ သင် အုံညာ ကြေးဖြစ်ရပါလိမ့်မည်။

သင့်ကိုယ်သင် အနာဂတ်အတွက် အရင်းအနှီး မြှုပ်နှံဖို့ ကောင်းသည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုအဖြစ် နိုင်းမိုင်းစဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင်ထိုး တက်ဆိုသည့် ကုမ္ပဏီတစ်ခုပဲဆိုပါရို့။ သည်ကုမ္ပဏီက တိုးတက်ဖို့ အလားအလာရှိသည့် ကုမ္ပဏီလား၊ ငွေကြေးထည့်ဝင်ရင်းနှီးရှုံး အန္တရာယ်ကြေးသည့် ကုမ္ပဏီလား။ သည်ကုမ္ပဏီ၏ အရင်းအမြစ်များနှင့်

စိတ်ဓာတ်ရေးရာက ဘယ်လို့နေသလဲ။ တစ်နေ့နေ့တွင် အများပြည့်သူ ရှယ်ယာထည့်ဝင်နိုင်သည့် ကုမ္ပဏီကြေးဖြစ်လာနိုင်စရာရှိသလား။ အရာမကုမ္ပဏီကြေးများတွင် သူ့တာဝန်နှင့်သူ ဌာနခွဲတွေ အများ ကြေး ရှိသည်။ သူတေသနဌာနာနာ၊ ဈေးကွက်ဖော်ဆောင်ရေးဌာနာနာ၊ အရောင်း ဌာနာနာ၊ ဖြန့်ချုပ်ရေးဌာနာနာ၊ ထုတ်လုပ်ရေးဌာနာနာ၊ ဘဏ္ဍာရေးဌာနာနာ၊ လုသားအရင်း အမြစ်ဌာနာနာ စသည်ဖြင့်။ သူတို့အားလုံးပင် သူတို့ တစ်စိတ်တစ်ဒေသ ပါဝင်နေသည့် ကုမ္ပဏီအောင်မြင်ရေးကို ဦးတည်ချက်ထားပြီး အလုပ် လုပ်နေကြသည်။ သူတို့သည် တစ်ဦးကိုတစ်ဦးဖြည့်ဆည်းပေးကြသည်။ အပေးအယူယျွှော လုပ်ဆောင်ကြသည်။ သူတို့ ထိုသို့ မဖြစ်တော့ဘူးဆို လျှင် ပြသာနာတွေပေါ်လာလိမ့်မည်။ ကုမ္ပဏီများတွင် ငါးဌာနများကို ဌာနခွဲများဟုခေါ်သည်။ သူတို့သည် ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ်လုပ်ကောင်း လုပ်နေကြလိမ့်မည်။ သို့သော် အခက်အခဲများကို ပူးပေါင်းမဖြေရှင်းလျှင် တော့ ကမောက်ကမ ဖြစ်ရပ်တွေ ပေါ်လာနိုင်၏။

ဥပမာ အရောင်းဌာနက အစိုကဖောက်သည်ကြေးတစ်ဦးအား မြို့တို့၏ ကုန်ပစ္စည်းအသစ်ကိုဘယ်နေ့ဘယ်ရက် အရောက်ပို့ပေးမည်ဟု ကတိပြုလိုက်၏။ သူတေသနဌာနာနာက ဘယ်နေ့ဘယ်ရက်တွင် ကုန် ပစ္စည်းအသစ်ကို ရနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဖောက်သည်ကို အကြောင်း ကြားမထား။ ပစ္စည်းထုတ်လုပ်ရေးဌာနာနာလည်း လုပ်အားကို မတို့မြှင့် မြှင့်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဘဏ္ဍာရေးဌာနာနာက လိုအပ်သော ငွေကြေး ထုတ်မပေးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ဘဏ္ဍာရေးဌာနာနာက ငွေမထုတ်နိုင် စိုင်းမှာ ဖြန့်ချုပ်ရေးဌာနာနာ ရရန်ရှိ အကြေးတွေ ကောက်ခံမပေးနိုင်သော ကြောင့်။ တစ်ဌာနာန်းတစ်ဌာနာ အဆက်အသွေးမရှိခြင်းကြောင့် ကုမ္ပဏီ နှာ အကြေးအကျယ်ပေါင်းခဲ့ရတော့၏။ အပြင်လုပ်များ၏ ယုံကြည်စိတ်ရှုံး ကုမ္ပဏီတွင် စိတ်ဓာတ်ရေးရာအပြင် ငွေကြေးအရပါ ဆုံးရှုံးရတော့၏။

ကမ္မတိများကို ဌာနခွဲများဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည့်နည်းတူ သင့်
ကိုလည်း ထိအတိုင်း ဖွဲ့စည်းထား၏။ သင့်မှာ သင့်ကိုယ်ပိုင်ဌာနခွဲတွေ
ရှိသည်။ သင်၏ ထူးခြားထင်ရှားသော သွေ့ပြင်လက္ခဏာများ။ သည်
သွေ့ပြင်လက္ခဏာများက သင်ဘယ်သူလဲဆိတာကို ဖော်ပြန်၏။ ကမ္မ
တိတစ်ခု၏ ဌာနခွဲများနည်းတူ သင်၏ သွေ့ပြင်လက္ခဏာများလည်း
အပေးအယူမျှတစာ အလုပ်လုပ်ကြရပါမည်။ ဘယ်သူတစ်ဦးတစ်
ယောက်မျှ သူဌာနထက်မကြီးမြင့်။ ဘယ်ဌာနမျှ သူကုမ္မတိတက် မကြီး
မြင့်။ ထိနည်းတူ သင့်ဘဝ၏ ဘယ်သွေ့ပြင်လက္ခဏာမှ အခြားသွေ့ပြင်
လက္ခဏာများထက် ကြီးမြင့်ခြင်းမရှိ။ အားကစားလောကတွင် ဆိရိုး
စကားတစ်ခုရှိပါသည်။ ချိန်ပိုယ်အသင်တစ်သင်သည် ချိန်ပိုယ်တွေ
ပါဝင်စုစည်းထားသည့် အသင်တစ်သင်းကို အချိန်မရွေးနိုင်သည်
ဟု၏။

စစ်မှန်သော ပျော်ဆွင်မှုနှင့် အောင်မြင်မှုရရှိရန် သင်သည် စနစ်
တကျ လည်ပတ်နေသော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုကဲ့သို့ စွမ်းရည်ပြည့်
ဆောင်ရွက်နိုင်ရပါမည်။ သည်တော့ ဌာနခွဲများကို ဖယ်ထုတ်ပြီး ဌာနခွဲ
များနေရာတွင် သင့်ဘဝ၏ သွေ့ပြင်လက္ခဏာများဖြင့် အစားထိုးကြည့်
ကြရအောင်။ စွမ်းရည်အထက်မြေက်ဆုံးဆောင်ရွက်ဖို့ လိုအပ်သည့်
သွေ့ပြင်လက္ခဏာများကို ကျွန်တော်က ခုနစ်မျိုးခွဲထား၏။ သင့်ကိုယ်
ကျိန်းမာရေး၊ စိတ်သဘောထား၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး၊ ဝိညာဉ်၊
အသက်မွေးမှုလုပ်ငန်းနှင့် ချမ်းသာခြင်းတို့ဖြစ်၏။

သင့်သွေ့ပြင်လက္ခဏာ ရုစ်ရုံ

မွေးရာပါအောင်နိုင်သူများ ဖွဲ့ဖြီးရေးအစီအစဉ်ကို စတင်ဖန်တီး
သောအခါ ကျွန်တော်ဘဝ၏ သွေ့ပြင်လက္ခဏာခုနစ်ရပ်ကို ဖော်ထုတ်

ခဲ့၏။ ကျွန်တော်ဘဝ အဆင်ပြချောမွေ့နေဖို့ ငှုံးသွင်ပြင်လက္ခဏာ
အားလုံး ဒေါင်ဒေါင်မြေည်ကောင်းနေရမည်ဖြစ်၏။ ကျွန်တော်ဖော်ထုတ်
ထားသည့် လက္ခဏာခုနစ်ရပ်ထက် အရေးကြီးသော လက္ခဏာရပ်များ
သင့်ဘဝမှာ ရိုက်ကောင်းရှိပါမည်။ ဖြည့်စွက်လိုသည် ဖြည့်စွက်လိုရ^၁
၏။ သို့သော ကျွန်တော်ဖော်ထုတ်ထားသည့် လက္ခဏာရပ်များကို တစ်ခု
မျှ လျှော်လျှော်မရှုစေလိုပါ။ ခုနစ်မျိုးစလုံး အရေးကြီးသည်ဟု ကျွန်တော်
ယုံကြည်သောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

သိန်္တိ

သင့်ကိုယ်သင် ဘယ်လိုသောာရသလဲ။ သင့်အနာဂတ်ကို သင်
ဘယ်လိုသောာရသလဲ။ ဘယ်လိုစိန်ခေါ်မှုမျိုးကိုမဆို ရင်ဆိုင်နိုင်ဖြစ်။
ရှိသည်ဟု သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်စိတ်ချုမှုရှိသလား။ သင့်အတွေ့ပုံစိုင်ကို
စိတ်ကျော်ပဲ ရှိရှုလား။ သဘောကျော်လား။ သင့်ကိုယ်သင် သောာ
ကျော်လား။ သင့်အတွက် ဂုဏ်ယုဝင်ကြေားသလား။ သင့်မှာ သင့် ရှုက်
သည့်အမှုအကျင့်တွေ ရှိသလား။ သင့်ရုပ်သွင်ဘယ်လိုရှိသလဲ။ မှန်က်
မိုးလင်းလို့ မှန်ထဲကြည့်လိုက်သည့်အခါ သင်မြင်ရသည့်ပုံစိုင်ကို သင်
သဘောကျော်လား။

အသက်အရွယ်ကြီးရင့်လာတာကို ဘယ်လို သဘောထားသလဲ
စရာကို ကဲ့မြောက် ရင်ဆိုင်နိုင်သလား။ သို့မဟုတ်စရာသည် သင့်
အတွက် စိတ်အနောင့်အယ်က်ဖြစ်စရာ ဖြစ်နေသလား။ သင့်ကိုယ်ပိုင်
ကမ္မတိကိုသောကျော်လား။ သင့်ကမ္မတိကို ဒေါင်ဒေါင်မြေည်ဖြစ်ဖို့ ဘယ်
လောက် နီးစပ်နေပြီလဲ။

ကျွန်းမာရေး

ကျွန်းမာရေးဆိုရာ၏ သင်၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ သင်သည် သင့်ကိုယ်သင် ဂရုစိက်ရဲ့လား။ တရာ့လူတွေ သူတို့ကိုယ်ခန္ဓာကို သူတို့ အလေးမထား ဂရုမစိက်ပုံကြည့်ပြီး သင် အဲသာကြီး ဖြစ်မိသလား။ သူတို့တစ်တွေ အစားအသောက်၊ ယမကာ နှင့် အမြားအရာတွေကို မဆင်မခြင် စားသုံးနေသည့်အတွက် ဖြစ်ပေါ်လာ မည့်အကျိုးဆက်များကို သင်စိုးစားကြည့်မိသလား။ နောက်ပြီး ကျွန်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ဖို့ မလိုဟူသော သူတို့၏ အတွေးအမြင်ကိုကော အဲအားသုံးမိသလား။

တန်ခိုးနှေ့နှေ့ဆိုလျှင် လူတွေ သူတို့ကားတွေကို ရေဆေး၊ ဓာတ်ဆီ ရှိမရှိကြည့်၊ ဘက်ထိနိဒါးစစ်ကြည့်ပြီး သူတို့၏ မော်တော်ကား ပုံမှန် အလုပ်လုပ်နေအောင် ဂရုစိက်ကြသည်။ သူတို့ ဒါတွေကို အလုပ်ရှုပ်ခံပြီး လုပ်နေကြခြင်းမှာ သူတို့၏ မော်တော်ကားကို တန်ဖိုးတစ်ခု သတ်မှတ် လိုရသောကြောင့်ဖြစ်၏။ သည်ကားကို ငွေ့ကြေး ဘယ်ရွှေဘယ်မွေ့ဟု တန်ဖိုးသတ်မှတ်လိုရသောကြောင့် ဖြစ်၏။ သည်ကားကို သူတို့ တကယ် ပဲမြတ်နီးကြသည်။ သို့ပေမဲ့ သူတို့သည် အဲစရာကောင်းလောက်အောင် ဆန်းဆန်းကြယ်ကြယ် ရှုပ်ရှုပ်တွေ့တွေ့ဖြူးစည်းထားသည့် သက်ရှိ ယနှစ်ရားကြီး၊ ကျွန်းတော်တို့၏စွမ်းရည်ဖြင့် ပုံတူဗျားဖို့ လက်လှမ်းမမီ သည် လူခန္ဓာကိုယ်ကြီးကိုတော့ မော်တော်ကားတစ်စီးအပေါ် ဂရုစိက် မှု၏တစ်ဝက်လောက်ပင် အလေးဂရုမထားသယောင်ရှိနေကြလေသည်။

သည်တော့ သင့်ကိုယ်ခန္ဓာကို သင်ပြုစုစုပါသလား။ မထိန်းသိမ်းဟုဆိုလျှင် ဘာကြောင့်ပါလဲ။ သင့်ကျွန်းမာရေးသည် ထိုးစားပေးဖြစ်ရပါမည်။ ကိုယ်ခန္ဓာကြိခိုင်သန်စွမ်းသူများသည် မကြိခိုင်သူများထက် စိတ်ဖိစ်းမှုဒဏ်ကို ခံနိုင်ပည်ရှိကြသည်။ သင့်ကျွန်း

မာရေးကိုစစ်ဆေးကြည့်ဖို့ သင့်ဆရာဝန်နှင့် ရက်ချိန်းယဉ်လိုက်ပါ။ ပြီးတော့ သင့်ကိုယ်သင် ကြိခိုင်သန်စွမ်းလာစေမည့် အစီအစဉ်တစ်ခု စိစဉ်ချုပ်တို့ကိုပါလေ။

အေးအသောက်

သင့်အစားအသောက်ကို အလေးထား ဂရုစိက်ပါ။ ‘သင်စားသည့်အတိုင်း သင်ဖြစ်မည်’ ဟူသော ဆိုရိုးတစ်ပုံရှိ၏။ စာအပ်ဆိုင်များနှင့် စာကြည့်တိုက်များတွင် အာဟာရဓာတ်နှင့် ပတ်သက်၍ သိလိုသည် များ သိနိုင်ရန် စာအပ်စာတမ်းတွေ အမြားကို အမြားရှိ၏။ ဘယ်အစားအစာတွေကို ဘာတွေနှင့် တွဲဖက်စားသင့်ကြောင်း၊ ကျွန်းမာရေးနှင့် ပြည့်စုံသည့် အစားအစာများမှာ ဘယ်လိုအစားအစာတွေဖြစ်ကြောင်း၊ ပရိတိန် ဓတ်များခြင်း၊ အဆိုဓတ်နည်းခြင်းတို့အကြောင်း သိကောင်းစရာတွေ အများကြီးရှိသည်။

ကျွန်းတော်တို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာများသည် သဘာဝထွက် အစားအစာများနှင့် အလွန်သင့်မြတ်ကြောင်း စိတ်ထဲ စွဲမှတ်ထားပါ။ ထို့ကြောင့် ကျွန်းတော်တို့ စိုးအခြေခံသော အစားအစာများကို ပို၍စုံစုံစားသင့်၏။

ကျွန်းတော်သည် တော်လုပ်စီးနည်းတုံးဟမ်ဘာဂါတိုး၊ အာလုံးကြော်တို့ကို ကြိုက်၏။ သို့ပေမဲ့ အားလုံးကို တော်ရုံသင့်ရုံပဲ စားသည်။ သင့် ဝစ်ဗို့ကို အာဟာရမဖြစ်သည် အနိုက်တွေ့တစ်ပုံတစ်ပင်ကြီး ဖြည့်သည့်နည်းဖြင့် သင့်ကိုယ်ခန္ဓာကို မနိုပ်စက်ပါနှင့်။

ကျွန်းမာရေး လေ့ကြောင်း

သင်ကျွန်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုတလေပင် လုပ်ဖြစ်ပါလား။ ဆိုစိုးစလောက်ကလေး ပြုလုပ်သော လေ့ကျင့်ခန်းကပင်လျှင် သင့်ဘဝကို

အကျိုးပြနိုင်စွမ်းရှု၏။ အသက် ခုနှစ်ဆယ်အချွဲယ် အဘိုးကြီးတွေ ရှိုးရှိုး
စင်းစင်း အလေးမလေ့ကျင့်ခန်း ပြုလုပ်ကြရာ ကြော်သားတွေ သန်မာ
တောင့်တင်းလာပြီး သွေးဖိအား လျော့ကျေသွားကြောင်း သိရ၏။ ကျွန်းမာ
ရေးလေ့ကျင်ခန်းပြုလုပ်ဖို့ အသက် သိပ်ကြီးနေပြီးဆိုတာ ဘယ်တော့မျှ
မရှိ။ ခါတိုင်းထက် ငါးမိန့်စာလောက် ပိုပြီးလမ်းလျောက်ခြင်း သို့မဟုတ်
အခါအခွင့်ကြုံတိုင်း စာတ်လျောကား မစီးဘဲ လျောကားကို ခြေကျင်တက်
ခြင်းလောက်သည်လည်း လေ့ကျင်ခန်းယူရာ ရောက်ပါသည်။

သင့် ကိုယ်ခန္ဓာကို ဖြေလျော့ပြီး နေထိုင်ဖို့ တစ်နှေ့လျှင် အချိန်
ဘယ်လောက် သတ်မှတ်ထားပါသလဲ။ ကျွန်းတော်ကတော့ နံနက်တစ်
ကြိမ် ညာတစ်ကြိမ် တရားထိုင်သည်။ တစ်ခါတစ်ခါ ငါးမိန့်၊ တစ်ခါ
တစ်ခါ မိန့်နှစ်ဆယ်အထိ ထိုင်ဖြစ်သည်။ ဘယ်လောက်ပဲထိုင်ထိုင်
ကျွန်းတော်ဘဝအတွက်ရရှိသည့် အကျိုးကျေးမှုးတွေကတော့ တိုင်းတာလို့
မရောလောက်အောင်ပင်။ စိတ်ဖိုးမှုဒက်ကို ခံစားရခဲ့ ဖြစ်သည့်တိုင် ယခင်
ကလို ဆိုးဆိုးရွားရွား မခံစားရတော့။ မှန်သည်၊ တစ်ခါတစ်ခါ၌ ဖြစ်ရပ်
တွေက အားလုံးတစ်ပြိုင်တည်း၊ တစ်ချိန်တည်း ချိန်းပြီး ဖြစ်ပေါ်လာ
သယောင်ရှု၏။ ထိုအခါမျိုးတွင် ကျွန်းတော့စိတ်က အသည်းအသန်
ပြီးလွှားနေသော်လည်း ရပ်ပိုင်းအရ တည်ပြုနေနိုင်လာပြီး ဖြစ်၏။

ကျွန်းတော့ကိုယ်ခန္ဓာကာ စိတ်နှင့်အတူ လိုက်ပြီး ပျောယာခတ်မနေ။ ပြုပြု
လျော့လျော့နေတတ်အောင် လေ့ကျင့်ထားသောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။
ကျွန်းတော့တို့ သဘာဝနည်းအရ ဖြေလျော့နေနည်းကို လေ့ကျွဲ့
ရပါမည်။ စိတ်ဖိုးမှုဒက်မှ သက်သာရန်အတွက် ကျွန်းမာရေးထိုင်ကို
ဖော်စီးကရက်၊ အရှက်နှင့် အမြားပစ္စည်းများကို ဖို့ခိုးအားထားခြင်း
မဖြုတ်ပါ။

စိတ်သဘာထား

သင့်စိတ်သဘာထားက အပြုသဘာဆောင်သလား သို့မဟုတ်
အပျက်သဘာဆောင်သလား။ သင်သည် အကောင်းမြင်သမားလား၊
အဆိုးမြင်သမားလား။ သင်က အဆိုးဆိုးကို ဖျော်လင့်ပြီး အကောင်းဆိုး
ကို ဆုတောင်းတတ်သူလား။

သင် ချက်ချင်းလက်ငင်းပြောင်းပစ်လို့ရသည့် အရာတစ်ခုမှာ သင့်
စိတ်သဘာဖြစ်၏။ သင်တေားခေါ်နေကျ ပုံစံဟောင်းနှင့် အပြုအမှုတို့ကို
ချက်ချင်းလက်ငင်းပြောင်းပစ်လို့ရမည်မဟုတ်။ သို့ပေမဲ့ သင့်စိတ်သဘာ
ထားကို ထိန်ချုပ်ခြင်းပြင့် အခြေအနေအရပ်အရပ်ကို တုပြန်ရန် သိသာ
ထူးခြားသွားနိုင်၏။

သင့်သဘာထားသည် အပြုသဘာဆောင်သဘာထား ဖြစ်
လာအောင် စိတ်ပြုဗာန်းထားပါ။ ယခင်က စိတ်ဆိုးဒေါသတွက်ခဲ့သည့်
ကိစ္စမျိုးတွေနှင့် ကြိုရလျှင် ယခင်ကလို မဖြစ်ရအောင် သို့ဗာန်း ချထား
ပါ။ သင့်စိတ်သဘာထားက ကမ္မာလောကကြီးကို သင် ဘယ်လိုရှုမြင်
သလဲဆိုတာကို ပြုဗာန်းရုံမျှမဟုတ် ကမ္မာလောကကြီးက သင့်ကို
ဘယ်လိုရှုမြင်သလဲ ဆိုတာကိုပါ ပြုဗာန်းပါသည်။

သင့်စိတ်သဘာထားကို တည်းမတ်မှန်ကန်အောင် ပြုပြင်လိုက်
ပါ။ အစစအရာရာ လွယ်ကူချောမွှဲလာပါလိမ့်မည်။

သင်သည် 'ကောင်းသားပါ' အဆင့်ကို ရှာဖွေနေခြင်း မဟုတ်။
သင်သည် 'ဒေါင်ဒေါင်မြည်' အဆင့်ကို ရအောင် အားထုတ်ကြီးပမ်းနေ
ခြင်းဖြစ်၏။

ပါးသင်ဆက်ဆံရေး

ကျွန်တော်ဆိုလိုသည့်မှာ သင်နှင့် အပြန်အလှန်ဆက်ဆံရသူများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမျိုး ဖြစ်၏။ သင့်မိသားစုနှင့်သင် ချုပ်ခင်သူများ၊ သင့်အပေါင်းအသင်းများ၊ မိတ်ဆွေများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ တစ်နှင့်တာအတွင်း တွေ့ကြရဲ့ နောင်ပြန်မတွေ့နိုင်တော့မည့် သူစိမ်းများပင် ပါဝင်၏။ သင်နှင့် ဆုတော့ရသူ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် သင် သူနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှု ရှိသွားပြီဖြစ်ပါသည်။

သင်က သူတို့ကို ဘယ်လိုဆက်နှုန်းယူလဲ။ သင့်အား ဘယ်လို ဆက်နှုန်းယူလဲ။ သူတို့ကိုလေးသလဲ။ ‘လူတစ်ဦးကို အကဲဖြတ်ရာ၌ သူအား အကျိုးမပြုနိုင်သူ တစ်ဦးကို ဘယ်လိုဆက်ဆံသလဲ ဆိုသည့်အပေါ် မူတည်ပြီး အကဲဖြတ်ပါ’ ဟူသည့် ဆိုရိုးစကားကို ကျွန်တော် သဘောကျ၏။

အသင်းအဖွဲ့တစ်ခုထဲတွင် သင်၏ဆက်ဆံရေး ဘယ်အမြဲအဖော် ရှိသလဲ။ အသင်းကို သင် ဘယ်လိုရှုမြင်သလဲ။ အသင်းထဲမှာ ပါဝင်သူများနှင့် သင့်ကိုယ်သင်ရော ဘယ်လိုရှုမြင်သလဲ။ သင်ကျေနှုန်းသက်သလား။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွေ့ဖြစ်ထွန်းလာခွင့်ပြုသလား။ သို့မဟုတ် လူတွေကို လက်တစ်ကမ်းအကွာမှာထားပြီး ဆက်ဆံရေးတံ့ခါးကို ပိုတ်ထားသလား။

သင့်အား ရုံးထဲမှာ တစ်ခန်းဝင် တစ်ခန်းထွက် လျောာက်သွားပြီး တွေ့သူတိုင်းကို ပွဲဖက်နှုတ်ဆက်၊ နှုတ်ခွန်းချိုသာ စကားတွေ့ပြောဆို ကျွန်တော် တိုက်တွန်းနေခြင်း မဟုတ်။ တာချို့ကတော့ ထိအတိုင်း ကျွန် ကြံကြသည်။ ကျွန်တော် ပြောနေသည့်မှာ လူတွေ့နှင့် ဆုတော့သည့်အပေါ် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အနေအထားကို အကဲခတ်ကြည့်ဖို့ဖြစ်၏။ ကျွန်တော် တိုအားလုံး ကန်းအေးအဖွဲ့ကောလေးတွေ ခွဲထင်တတ်ကြ၏။ တစ်ခါတယော

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

၃၃၁

ကျွန်တော်တို့၏ အခွဲအထင်တွေ မှားနေသည့်တိုင် အဆိုပါ ကန်းအေးအဖွဲ့များကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ် ဆုပ်ကိုင်ထားကြလေသည်။

ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများက အကျင့်စရိတ်များကို ပုံဖော်နောက်၏။ သင့်ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးက ဘယ်လိုအနေအထားရှိသလဲ။

အနီးကပ်ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် သင့်အနေအထား ဘယ်လို ရှိသလဲ။ သင့်အလုပ်ရှင်နှင့် ဆက်ဆံရေးတွင် အက်အခဲတွေ ရှိသလား။ သင့်အထက်လျကြီးနှင့် ပဋိပက္ခ ဖြစ်လေ့ရှိသလား။ တရုံးတနီး ပေါင်းသင်းဆက်ဆံလို့မရသည့် အကျင့်ရှိသလား။

ချုပ်ခံမြတ်နီးသော မိသားစုဆက်ဆံရေးကို ထိန်းထားနိုင် လောက်အောင် သင်အချိန်ပေးပါသလား။ သင့်မိသားစုများကို ကူညီဖေးမဖို့ အချိန်ပေးသလား။ သို့မဟုတ် အလုပ်ထဲမှာပဲ အချိန်ကျွန်နေသလား။ သင့်မိသားစုအတွက် ယနေ့ပူပန်ရမည့်ကိစ္စကို မနက်ဖြန်သို့ ရွှေ့ဆိုင်းရလောက်အောင် အလုပ် ပိုနေသလား။ သင့်မိသားစုထက် သင့်အလုပ်က ဦးစားပေးနေရာ ရဇ် သလား။ သင့်မှာ မိသားစုတစ်စုရှိသည်ဆိုလျှင် သင့်မိသားစုသည် သင့် ရပ်တည်ရေးအတွက် အမြဲခံအတ်မြစ်ဖြစ်ပါသည်။ သင့်မှာ မိသားစုရှိသား ဘုံးဆိုလျှင် ရင်းနီးသော်တို့ကို ရွှေ့ဆွေများက မိသားစုနေရာတွင် ဝင်ရောက် နေရာယဉ်ပါလိမ့်မည်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မိသားစုတစ်ခု ရှိနေရေးသည် ကျွန်တော်တို့အားလုံး၏ ဘဝမှားတွင် အလွန်အရေးကြီးကြောင်း ခြင်း ချက်မဲ့ လက်ခံထားကြပါသည်။

သည်တော့ သင်နှင့် သင်မိသားစု၏ ဆက်ဆံရေး အနေအထား ဘယ်လိုရှိပါသလဲ။ နောက်ပြီး သင်နှင့် သင့်ကိုယ် ဆက်ဆံရေး အနေအထား ဘယ်လိုရှိပါသလဲဆိုတာကလည်း မိသားစုဆက်ဆံရေးနှင့် တန်းတုအရေးကြီးပါသည်။

နိုင်း

ဝိဉာဏ်က လူတော်တော်များများ၏ အတွေအမှန်ကို ထင်ဟပ်ပြ၏၊ မောက်ပြီး သူတို့၏ ဦးတည်ချက်အမှန်ကို အနက်အမိဘယ် ဖွင့်ပြ၏။ ဘာသာရေး မကိုင်းရှင်းသူများအတွက်မှ သူတို့၏ အမာခံ တန်ဖိုးများက သိသာစေ၏။

သင်သည် အဆိုပါတန်ဖိုးများကို ဦးထိပ်ထားပါသလား။ သင့်မှာ စီတ်ကောင်းစေနာကောင်းတွေ ရှိပါသလား။ သင်ဖြောင့်မတ်သလား။ ရှိုးသားသလား။ စစ်မှုန်သလား။

သင်သည် ဝိဉာဏ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်သည်ဆိုလျှင် ဝိဉာဏ်ပိုင်းရာ အလေ့အကျင့်များ ပြုလုပ်သလား။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း၊ ဘုရားကျောင်းသွားခြင်းတို့ ပြုလုပ်သလား။ တရားထိုင်ခြင်း၏ အမိဘယ်ကို တွေးကြည့်သလား။ တိတိကျကျဆိုရလျှင် သင့်ဘဝမှာ သင်လုပ်နေသည့် ကိစ္စအကြောင်း စဉ်းစားသုံးသပ်ကြည့်သလား။

ထက်မြေကုန်များရှေ့သော ဝိဉာဏ်က ကျွန်တော်တို့အတွက် အမြားသော သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို အမိဘယ်ရှိရှိ ရွှေမြင်နိုင်စွမ်းရှိလာစေပါသည်။

အသက်မျှုပ်လုပ်ငန်း

သင်လုပ်သည့်အလုပ်ဖြင့် သင့်ကို အမိဘယ်အဖွင့်ခံရမှာ မဖိုးရိုးပါနေ့။ ကျွန်တော်တို့ ဘဝများ၏ ကြီးမားသော အစိတ်အပိုင်းကို ပြဋ္ဌာန်းသည်မှာ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လို့နေထိုင်စားသောက်သလဲ သို့မဟုတ် ကျွန်တော်တို့၏ အသက်မွေးမှုလုပ်ငန်းကို ဖြစ်ပါသည်။ သင်လိုလားသည့် အသက်မွေးမှုလုပ်ငန်းကို သင်ရွေးချယ်ထားသလား။ သို့မဟုတ် သင်မထိန်းချုပ်နိုင်သည့် ပတ်ဝန်းကျင်အနေအထားများက သင့်အတွက်

ကိုယ့်တိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

ရွေးချယ်ပေးလိုက်သလား။

သင့်မှာ ကြေည်လင်ပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တစ်ဦးရှိသလား။ ငင်းရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သည် သင်ဖြစ်စေချင်သည့် အနက်တော်ဘဝနှင့် အင်ဆွင်ကျိုးရှိသလား။ သင်၏ လက်ရှိအသက်မွေးမှုလုပ်ငန်းတွင် သင့်စိတ်ကို ပဋိပက္ခဖြစ်နေစေသော ဖြေရှင်းလို့ မရသည့် ပြဿနာတွေရှိနေသလား။ သင့်ကို တွေ့မှုံးအားပေးနေသည်မှာ ဥစ္စဝါးလား သို့မဟုတ် ပျော်ဆွင်မှုလား။ သင်၏ လက်ရှိအသက်မွေးမှုလုပ်ငန်းသည် သင့်အတွက် အမှန်တကယ်ဟုတ်ရှုလား။

အကယ်၍ သင်၏ အသက်မွေးမှုလုပ်ငန်းသည် 'ကောင်းသားပဲ' အဆင့်သာရှိသည်ဆိုလျှင် သင်လုပ်ငန်းပြောင်းဖို့ အချိန်ရောက်နေပါပြီး နောက်ဆုံးတွင်... .

ချုပ်သာမျိုင်း

ဘယ်လိုချမ်းသာခြင်းမျိုးသည် သင့်အတွက် အမိဘယ်ရှိမှုမည်ဟု သင် စဉ်းစားကြည့်ဖူးပါသလား။ သင့်ကိုယ်သင် ချုပ်းသာသည်ဟု စူးလို့ရအောင် ဘယ်အရာတွေက ဖန်တီးပေးမည်ဆိုတာ သင်သိပါသလား။

တချို့အတွက်တော့ သူတို့ဘဝတစ်စောက်လုံး မိမားစုနှင့် မိတ်ဆွေများ၏ အတိုင်းမဲ့မေတ္တာကို ရယူခဲ့စားခွင့်ခြင်းခြင်း၏။ အခြားသူများအတွက်မှ ငွောက်းအတိုင်းအတာတစ်စောက်ခြင်း၏။ သို့သော ကျွန်တော်၏ ပုဂ္ဂလိုက အတွေ့အကြုံအရ သိထားသည်မှာ သင့်ဘဝ၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာ ပထမမြောက်မျိုးကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်ပြီဆိုလျှင်ချမ်းသာခြင်းသည် သူအလိုအလို ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

သည်တော့ သင့်ကိုယ်၊ သင်ကျွန်းမာရေး၊ သင့်စိတ်သဏ္ဌာယာ၊ သင့်အပေါင်းအသင်းဆက်ဆံရေး၊ သင့်ဝိဉာဏ်နှင့် သင့်အသက်မွေးမှု

ရုပ်ငန်းတိုကို အလေးထားဖြည့်ဆည်းပါ။ ထိုအခါ ချမှ်သာခြင်းက
အာက်ကလိုက်လာပါလိမ့်မည်။

သင်၏ အောင်မြင်သော အနာဂတ်အတွက်စီမံချက် ပြရာတွင်
ဖြစ်မနေ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့် သွင်ပြင်လက္ခဏာခုနစ်ရပ်မှာ
အထက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်။

၁၃၅

သင်သည် သင်လိမ့်တက် ဖွဲ့စည်းခဲ့ပြီ။ ယခုဘာလုပ်ငန်းလုပ်မည်
ဆုံးတာ ဆုံးဖြတ်ရတော့မည်။ သင်လိမ့်တက်၏ ရပ်တည်ချက်က
ဘာလဲ။ ဘာတွေလုပ်မည်လဲ။ သင်၏ ရေတိနှင့်ရေရှည် ရည်မှန်းချက်
ဘုက္က ဘာတွေလဲ။

သည်ကိစ္စကို အကောင်အထည်ဖော်ပါ၍ သင့်ရည်မှန်းချက်များနှင့်
အမြတ်ဆုံးများကို ပုံတော်စွာအပ်တစ်အပ်ထဲတွင် ရေးချုပ်လိုအောင်၏။ သည်
အချုပ်ကို သင်၏ ဘဝလမ်းညွှန်စာအပ်ဟု ခေါ်ကြပါမိ။ သည်စာအပ်
ဘ တကယ်လည်း ထိထိရောက်ရောက် လမ်းညွှန်ပါလိမ့်မည်။ သည်စာ
အပ်ကို သင်ပြန်ကြည့်လိုရသည်။ လိုအပ်လျှင် ရည်မှန်းချက်တွေ၊ စီမံ
နှုန်းတွေ ထပ်ဖြည့်လိုရသည်။ ငင်းရည်မှန်းချက်တွေ၊ စီမံကိန်းတွေက
မင်းပန်းတိုင်အရောက် ခရီးစဉ်ကို ကိုယ်စားပြန်လိမ့်မည်။ သင့်
အောင်မြင်ရေးအတွက် စီမံချက်စာတမ်းကို ကိုယ်စားပြန်လိမ့်မည်။

ယခုကဲ့သို့ စာဖြင့်ချရေးသည် အဆင့်ကို မကျော်စိတ် အလွန်အဇူ
နှုံး၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော သင့်ရည်မှန်းချက်ကို စာဖြင့် ချရေးမြင်
သောက် မသိစိတ်ထဲတွင် စွဲထင်စေသော နည်းမရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါ
သည်။

လုပ်ငန်းအားလုံး စီမံကိန်းတစ်ခုဖြင့် အဖွဲ့ကြရ၏။ သူတို့ ဘာ

လုပ်မည်။ ဘယ်လိုလုပ်မည်ဆိတာကို စီမံကိန်းများက ဖော်ပြ၏။ သူတို့က ဝင်ရွေနှင့် ထွက်ရွေကို သုံးလတစ်ကြိမ်နှင့် တစ်နှစ်တစ်ကြိမ် ပါးမောင်းထိုးပြသည်။ တစ်ခုတော့ ရှိသွားသည်။ အားလုံးအတွက် အဝင်ခြင်ကျဖြစ်မည့် စံပြ စီမံကိန်းဟူ၍ မရှိခဲ့။

သင်၏ ပုဂ္ဂလိက စီမံကိန်းသည်လည်း ထိနိုင်းအတွေဖြစ်၏၊
သင်ရေးဆွဲသည့် စီမံကိန်းသည် သင်အတွက် အကောင်းဆုံး အလုပ်လုပ်
ပေးမည့် စီမံကိန်းဖြစ်၏။ သည်စီမံကိန်းကို သင်က ရေးဆွဲပုံဖော်ပြီး
သင်သာ နားလည်သော်လပါက်ဆုံးသူဖြစ်မည်။ သင်၏ ဘဝလမ်းညွှန်
စာအပ်ကို သင်က ပုံတွေ့၊ အယားတွေဖြင့် ပုံဖော်ချင်စိတ် ရှိချင် ရှိမည်။
သို့မဟုတ် ရှိုးရိုး ဒိုင်ယာရှိမှတ်တမ်းရေးသည့် ပုံစံဖြင့် ပုံဖော်ချင်စိတ်
ရှိချင်ရှိမည်။ ဘယ်လိန်းဖြင့် ပုံဖော်သည်ဖြစ်စေအကြောင်း မဟုတ်။
သင်ကြိုက်ရာ နည်းဖြင့်ပုံဖော်လို့ရ၏။

အမိကအချက်မှာ သည်စာအပ်သည် သင့်စာအပ်ဖြစ်သည်။ ပုံစကို သင့်ထိတ်ကြောက် ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။ ယခု ကျွန်တော်က ကျွန်တော်ဘဝလမ်း၊ ဉွှေ့စာအပ်ပြုစုစဉ်က ရရှိခဲ့သော အတွေ့အကြော်အရ အမောင်ကြီးသော အဆင့်များကို ဖော်ပြသွားပါမည်။

အရ လက်လှမ်းမမီဟုထင်သော ရည်မှန်းချက်များ သို့မဟုတ် မဖြစ်နိုင်ဟု အတိအလေး သိနေသည့် ရည်မှန်းချက်မျိုး။ ဥပမာ၊ သင်သည် အသက် ငါးဆယ့်ငါးနှစ် ရှိနေဖြီး ဖြစ်သည့်အတွက် အိုလ်ပစ်မိတာ ၁၀၀ ပြီးပဲ တွင် ရွှေတ်ဆိပ်ရနိုင်မှန်းခြင်းသည် လက်တွေ့မကျ။ သင့်အသက်ဆယ့် ဓမ္မက်နှစ်ရှိနေဖြီး အသက်နှစ်ဆယ်တွင် နှလုံးခွဲစိတ်ကုဆရာဝန်ဖြစ်ဖို့ ရည်မှန်းခြင်းသည် ဖြစ်နိုင်ခြေမရှိ။

ယခု သင်၏ လက်တွေ့ကျသော ရည်မှန်းချက်များကို သုံးမျိုးသုံး စား ထပ်ခွဲလိုက်ပါ။ ရေတိ(တစ်လအထိ)၊ ရေလတ်(တစ်နှစ်အထိ)၊ ကျော်(တစ်နှစ်အထက်)ရည်မှန်းချက်များ။ ထို့နောက် စာမျက်နှာ တစ် မျက်နှာစီပေါ်တွင် ငင်းရည်မှန်းချက်တစ်မျိုးစီကို ချေရေးပါ။ ငင်းတစ်မျိုးစီ ၅၈၁ အောက်တွင် သင်ကြိုက်သလောက် အရေအတွက်ကို စာရင်းသွင်းလို ရုပ်သည်။ ရည်မှန်းချက်နှစ်ခုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နှစ်ဆယ်ပဲဖြစ်ဖြစ် သင်ကြိုက် သလို ရေးလိုရသည်။

တစ်မျက်နှာစီရေးပြီးသည်နှင့် ရည်မှန်းချက်အထာမြောက်အောင် အောင်မြင်လိုသည့် ရက်စွဲထပ်ဖြည့်ရေးပါ။ ထို့နောက် ငင်းပန်းဝင်ရက်မှ နောက်ကြောင်းကို ပြန်သွားကြည့်ပါ။ ပန်းဝင်ရက်မတိုင်စီ လမ်းခြလတ် မှာ ကြိုတွေ့ရမည့် အဆင့်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်ရေးအတွက်ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ၊ သင်၏ ရေလတ်ရည်မှန်းချက်မှာ သင်၏ သွေးဖိအားကို သဘာဝ နည်းဖြင့်ချရနိုင်၊ သောက်ဆေးအားထားရေးမှူး လျှော့ချည်းသွားရန်၊ ထိုအင် အထားကို ဓမ္မက်လအတွင်း ရရန်ဆိုလျှင် သင်ဘယ်လိုအဆင့်တွေကို ဖြတ်ကျော်ရမည်လ။

ပထမဦးစွာ စနစ်တကျစားသောက်ခြင်းနှင့် လေ့ကျင့်ခေါ်းပြုလုပ် ခြင်းဖြင့် သွေးဖိအားချသည့် နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေလေ့လာရမည်။ သင့်အား အကုအညီပေးပြီး စိတ်ဓာတ်မြှင့်ပေးမည့် ဆေးရုံ သို့မဟုတ်

အဖွဲ့အစည်းတွေ သင့်မြို့နယ်တွင်းမှာ ရှိမရှိ စုစုမ်းပါ။ သင့်အစား အသောက်ကို ဘယ်လိုပြောင်းပစ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ဆုံးဖြတ်ပါ။ ထို့ အတိုင်း စပြီးမစားမိ သင့်ဆရာဝန်အား သင့်ရည်မှန်းချက်ကို အသေး စိတ်ပြောပြုပါ။ သင့်ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရေးအတွက် ဂိုင်းဝန်းကျည်းကျော်ပါ။ သောက်နှင့်ဆောင်မြင်ရေးအတွက် ဂိုင်းဝန်းကျည်းကျော်ပါ။

ထိုစာမျက်နှာပေါ်မှာပင် သင့်ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်အောင် ကြိုးစားရုံး ကြိုတွေ့ရမည်ထင်သည့်ပြဿနာများကို ဖော်ထုတ်ရေးရုံးပါ။ ဥပမာ၊ သင်သည် စိတ်ပျက်လက်လျှော့လွယ်တတ်သည် ဆိုပါ၌။ သို့ဆိုလျှင် သည်ကိစ္စကိုတော့ အောင်မြင်အောင်ပြုလုပ်မည်ဟု စိတ် ပြုဗာန်းလိုက်ပါ။ သင့်စိတ်ပြုဗာန်းချက်ကို တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့ မပေါ်မဲ့ ဖိုင်အောင် ထိန်းသမ်းပါ။ သင်မရောရာ မသေချာသည့် ကိစ္စများ ပြဿနာများရှိလျှင် မေးမြန်းပါ၊ စုစုမ်းပါ။ အကုအညီတောင်းပါ။ အမြဲ တစ်ခု မရမချင်း ရှေ့ဆက်မလုပ်ပါနော်။

နောက်ဆုံးအဆင့်အဖြစ် သင့်ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရေးကို အထောက်အကူပြုမည့် ဓာတ်ပုံတစ်ပုံ သို့မဟုတ် ပုံရိပ်တစ်ခု သို့မဟုတ် သတိပေးစာတန်းတစ်ခု ကြိုဆော်ထုတ်ပါ။ ထိုအရာသည် ပို့ကုက္ခန်း မာရေးကောင်းသော သင့်ဓာတ်ပုံဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ ဓာတ်ပုံအောက်တွင် 'သွေးဖိအားလျှော့ချုပြီး၊ အသွင်သစ်ဖြင့် ငါ' ဟူသော စာတန်းမျိုး၏ ချင်ရှိမည်။ သင်စိတ်ကုံးရသလိုပေါ့။

ထိုစာမျက်နှာကိုမပြတ်ပြန်ကြည့်ပါ။ စီမံကိန်းကို ပြောင်းနိုင်၏၊ အဆင့်တွေကိုပြောင်းနိုင်၏၊ ပန်းဝင်ရက်ကိုပင် ပြောင်းနိုင်၏၊ ဤစာမျက်နှာကို မပြတ်ပြန်ကြည့်နေခြင်းအားဖြင့် သင် ဘာကိုအရယုံ့ချင်ရှိမည့် အားထုတ်နေသည် ဆိုတာကို မပြတ် သတိရနေစေမည်ဖြစ်၏။

အချုပ်အားဖြင့်ဆိုရသော် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ချမှတ်ပါ။ ငင်း

ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့၊ ရောက်ရှိရေးအတွက် စီမံကိန်းရေးဆွဲပါ။ ပြဿနာများနှင့် အဖြေများ ဖော်ထဲတ်ပါ။ ပြီးတော့ သင်အောင်မြင်မှု ရုံးညွှန် အဆင့်ကို အာရုံခံ မြင်ယောင်ကြည့်ပါ။

သင်စဉ်

အောင်နိုင်သူများမှာရှိသော စိတ်အစွဲအလမ်း၏ အခြေခံကျသော အလေ့အကျင့်တော်စုမှာ သူတို့ ခရီးမစမိကတည်းက သူတို့၏ အောင်မြင် မှုကို မြင်တွေ့နေနိုင်ခြင်းဖြစ်၏။ သူတို့က သူတို့၏ ရည်မှန်းချက်ပန်း တိုင်များကို ပြက်ပြက်ထင်ထင် အာရုံခံကြည့်လို့ရ၏။ သင့်ရည်မှန်းချက် များ အောင်မြင်ရေးအတွက် သင့်စိတ်က သိမှတ်စွာ အားမထုတ်နိုင်မိက ပင် သင်၏ အောင်မြင်မှုများကို ကြည်လင်ပြတ်သားစွာ အာရုံခံအမြင် ဖြင့် ကြည့်လို့ရနေပါမည်။ ယခုအာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်ခြင်းဖြင့် ထိရောက်စွာ ကိုယ်စိတ်ဖြေလျော့နည်းနှင့် ရည်မှန်းချက် စီမံကိန်းချုပ်ည်းကို ဖော်ပြပါမည်။ ဤနည်းသည် 'မွေးရာပါ အောင်နိုင်သူ' သင်တန်း တွင် သုံးသည့်နည်းတစ်နည်းဖြစ်၏။

သင် အာရုံခံပြီး မကြည့်နိုင်မိ သင်သည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးစလုံး အပြည့်အဝပြေလျော့နေရပါမည်။ ဤလေ့ကျင့်ခေါ်းကို ပြုလုပ်ဖို့ နေ့စဉ် နှစ်ကိုင်းနှင့် ညုပိုင်းကို ရွှေးချယ်သတ်မှတ်ပါ။ အိပ်ရာက စောစာထို့ လိုအပ်လျှင် စောစာထပါ။ အေးချမ်းတိတ်ဆိတ်သော အခန်းတစ်ခေါ်းနှင့် သိရှိမိမိခံပြီး ထိုင်လို့မရသည့် ကုလားထိုင်တစ်လုံးရှာပါ။ သင်လေ့ ကျင့်ရင်း အိပ်ပျော်မသွားဖို့ ဖြစ်၏။ ကုလားထိုင်ပေါ်တွင် ခါးမတ်မတ် အသက်ပြင်းပြင်းရှုံးသွားပါ။ ထိုနောက် တစ်ကာနောက် အတိုင်း ရေတွက်ရင်းပါ။ ပါးစပ်မှ ဖြည့်ဗြိုင်းဖြည့်ဗြိုင်းမှန်း ပြန်ထဲတ်ပါ။ ထိုအတိုင်း ရှစ်ကြိမ်မှ ဆယ်ကြိမ်အထိပြုလုပ်ပါ။ သိပ်ပြင်းပြင်းထန်ထန်ကြီး လုပ်ဖို့

မလို့။ မဟုတ်လျှင် ကန္တိုးပိုင်းတွင် သင် မူးရိမ္မားဝေဖြစ်လာနိုင်၏။ ထိုသို့ ပြုလုပ်ရင်း သင့်ကိုယ်သင်ပြောပါ။

"ငါတည်းပြုမှုကို ရှုံးသွားနေတယ်။ ငါဒေါသကို ရှုံးထဲတော်တယ်။ ငါစွမ်းအင်ကို ရှုံးသွားနေတယ်။ ငါစိတ်ပင်ပန်းမှုကို ရှုံးထဲတော်တယ်။ ငါပြေလျော့မှုကို ရှုံးသွားနေတယ်။ ငါစိတ်ဖိစ်းမှုကို ရှုံးထဲတော်တယ်။"

ဝင်သက် ထွက်သက်တိုင်း တည်းပြုမှုအေးချမ်းပြီး သင့်စိတ်နှင့် ကိုယ်ကို ဖြေလျော့ပေးနေသလိုဖြစ်ပါစေ။ နောက်တစ်မိန့်လောက အကြောဘွင်း စိတ်ထဲက ဖြည့်ဗြိုင်းချင်း ထပ်ကာတလဲလဲ ရွတ်ဆိုရမည် မှာ "ငါ ပြေလျော့လာပြီ၊ ငါတည်းပြုမှုကို ရှုံးသွားပါ။ ငါပြေလျော့လာပြီ" ဟူသော စကားများဖြစ်၏။ သင့်စိတ်ထဲက အသလုံးဝပြောက်ကွယ်သွားသည်အထိ တဖြည့်ဗြိုင်းချင်း တိုးတိတ်သည်ထက် တိုးတိတ်သွားပါစေ။ သင့်စိတ်ထဲဝင်လာ သည့် အတွေးများကို ဂရမနိုက်ပါနှင့်။ ဝင်လာပြီး ပြန်ထွက်သွားပါစေ။ ထိုသို့ သိစိတ်ဖြင့်ဗြိုင်းသက်နောင်းကို အလေ့အကျင့် မရှိသော ဦးမောက် က ကန်းပိုင်းတွင် စိတ်ပျုံးလွင့်အောင် အားထုတ်နောက်လာပါလိမ့်မည်။ သို့သော နောက်ဆုံးမြှု တည်းပြုမှုသွားပါလိမ့်မည်။ ပထမတော့ အလေ့အကျင့်ရရှိ ခက်ပါလိမ့်မည်။ သို့သော ခွဲခတ်ကြီးစားပါ။ ဖြစ်မြောက်လာပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်စိတ်ဖြေလျော့ပြီး တရားမှတ်သည့်နည်းစနစ်အားလုံး၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ကိုယ်ခွဲခွာဖြေလျော့ပြီး စိတ်တည်းပြုမှုမှန်းရှုံးထဲတော်တွင် ခေါ်ရောက်သောက်ကို စည်းချက်မှန်းမှန်းရှုံးထဲတော်တွင် သင့် ကိုယ်ခွဲခွာကို ပြေလျော့နေပြီး သင့်စိတ်ကို ကြည့်လင်နေခေါ်။ တန်းကြီးရှိသော အခြားအလုပ်များနည်းတူ ဤအလုပ်သည်လည်း လေ့ကျင့်ဖို့လိုက်။ သို့သော အရေးကြီးသည်မှာ ဤလေ့ကျင့်ခေါ်းကို စလုပ်

ဖြစ်ဖို့ဖြစ်ပါသည်။

သုံးမိနစ်၊ လေးမိနစ်လောက် ကြာသွားသောအခါ သင့်စိတ်တွေ
တည်၍ဖြစ်လာမည်။ ခဲယူဖို့ အသင့်ဖြစ်လာမည်။ ပျော်ပျောင်းပြေလျှော
လာမည်။ ထိသို့ ခဲစားလာရသည့်နှင့် ကမ္ဘာပေါ်မှာ သင်အနှစ်သက်ဆုံး
နေရာဒေသတစ်ခုကို အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်ပါ။ သင်နှစ်သက်မြတ်
နှီးသည့် နေရာတစ်နေရာကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ထိနေရာသည် အပူပိုင်း
အသမှ ပင်လယ်ကမ်းခြေသောင်ပြင်တစ်ခုဖြစ်ချင်ဖြစ်မည်။ သင့်အတိ
ဖြူကလေးမှ လမ်းတစ်လမ်း၊ ငယ်ဘဝက စိတ်ကူးယဉ်ခဲ့သော အုံဖွယ်
နေရာဒေသတစ်ခု...၊ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အနှစ်သက်ဆုံးနေရာ 'ဆုံးသည့်
ကေားနှင့်ကိုက်ညီသည့် နေရာတစ်ခုလဲပါ။

သည်နေရာသည်ဘယ်မှာပါရှိရှိ သင့်မျက်စိတ်တွင် မြင်ယောင်
ကြည့်ပါ။ သည်နေရာကို ကြည်လင်ပြတ်သားစွာ မြင်ယောင်လို ရှုပြုဆို
လျင် သည်နေရာနှင့် ဆက်စပ်နေမည့် ရှုံးတွေ၊ အသံတွေ၊ သင့်ခဲစား
ချက်တွေကို စိတ်ကူးကြည့်ပါ။ သင်သည် ပျော်ချင်ကြည့်နှုံးစရာ ခဲစား
ချက်များကို သည်နေရာနှင့် တွေဖက်ထားသည်။ ဝန်းကျင်ကို လှည့်ပတ်
ကြည့်ပါ။ မျက်စိယဉ်နေသာ မြင်ကွင်းများကို အသိအမှတ်ပြုပါ။ ထိမြင်
ကွင်းများနှင့် အတူဖြစ်ပေါ်လာသော ပျော်ချင်မှုနှင့် ကိုယ်စိတ်ပြေလျော့မှု
ကို ခဲစားပါ။ သင် ဘာတွေမြင်သလဲ။ ဘာရရှိတွေ ရသလဲ။ သင့်ကို
ပြုးပြနေသော စိတ်ချေွေတစ်ယောက် ရှိနေသလား။ သည်နေရာက
သေးအပ်သော စိတ်သက်သာမှုနှင့် လုံခြုံမှုကို ခဲစားပါ။ ပျော်ချင်ကြည့်နှုံးမှု၊
ကျော်ပေါ်တင်းတိမှု၊ သည်နေရာသို့ ရောက်နေသည့်အတွက် စိတ်လွှပ်
ရှားမှုတို့ကို ခဲစားပါ။

ယခု သင်သည် ကမ်းခြေသောင်ပြင်ပေါ်မှာ ရောက်နေသည့်တိုင်
စိတ်မျက်စိတ်မှာ တဲ့ခါးချုပ်ကြီး နှစ်ချုပ်ကို မြင်ယောင်လိုက်ပါ။ သည်

ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

၃၇၁

တဲ့ခါးမကြီးက သင့်ကိုယ်ပိုင် ရပ်ရှင်ရုံသို့ ဝင်ပေါက်ဖြစ်မည်။ သည်ဝင်
ပေါက်ကို သင်ဘယ်အချိန်ကြည့်ကြည့် ပျော်ချင်ကြည့်နှုံးမည် ပုစ်မျိုးဖြစ်
အောင် ဖွဲ့စည်းထားပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အာရုံခံအမြင်ကို မြင်
ယောင်ကြည့်တိုင်း သင်မြှင့်တွေ ရန်ရမည့် မြင်ကွင်းဖြစ်သောကြောင့်
ပင်။

ယခု တဲ့ခါးမကြီးထဲမှဝင်ပြီး ရပ်ရှင်အဝင် ခန်းမဆောင်ကြီးထဲသို့
သွားပါ။ ခန်းမဆောင်ကြီးကို လွှဲည့်ပတ်ကြည့်ပါ။ သည်နေရာသည်
သင်ရောက်နေကျဖော်ရာ၊ လုံခြုံစိတ်ချုမှု ရှိသည့်နေရာ။ ခန်းမဆောင်ကြီး
ထဲမှာ ခဏတစ်ဖြူတ်ပဲနေမည်။ သည်ခန်းမဆောင်ကြီးထဲမှာ သင်ကြောင်း
ရာတွေ နေရာချားထားနိုင်သည်။ ဥပမာ၊ မီးတောက်တွေ အလျှောက်လီးညီး
တက်နေသည် မီးလင်းဖို့ကြီး သို့မဟုတ် လက်တန်း ကုလားထိုင်
သို့မဟုတ် စိတ်ဟော်းမိတ်သစ်များ၏ စတ်ပုံတွေ။ အရေးကြီးသည်မှာ
သင့်နှင့် တရင်းတန်း အဆက်အသွေးရှိသူများ၏ မြင်ကွင်း၊ သင့် စိတ်
လှပ်ရှားမှုကို နှီးခွေပေးမည် အမှတ်တရများကို အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်
ပိုပင်ဖြစ်၏။

ခန်းမဆောင်ကြီးထဲ ဝင်သွားခြင်းက သင့်စိတ်ထဲတွင် အပြု
သဘောဆောင်ပုံရိပ်များ ထင်ဟပ်လာစေ၏။ နောက်တစ်ဆင့်ကတော့
သင့်ကိုယ်ပိုင် ရပ်ရှင်ရုံထဲဝင်ပြီး သင့်ကိုယ်ပိုင် ရပ်ရှင်အတ်လမ်းကို
စိစော်ကြားထိုပဲပြုဖြစ်၏။ သည်တော့ နောက်ထပ်တဲ့ခါးရှုကြီး
နှစ်ချုပ်ရှိရာသို့ လျောက်သွား။ ထိုတဲ့ခါးချုပ်ကြီးနှစ်ချုပ်က ရပ်ရှင်တွေထဲ
ကလို လျှို့ဂုဏ်ဆန်းကြယ်စွာ သင့်ရှေ့တွင် အလိုအလျောက်ပွင့်သွား
မည်။ သင်က ရပ်ရှင်ရုံအလယ် မင်းလမ်းမအတိုင်း လျောက်သွား
ပြီးတော့ အလွန်အလွန်သက်သောင့်သက်သာရှိသည့် ထိုင်ခဲ့တွေအနေက
သင်ကြောင်းရာနေရာမှာ ရွေးထိုင်လိုက်။

ယခု မီးတွေမှိန့်သွားမည်။ ကန့်လန့်ကာကြီး ပွင့်သွား။ ငွေရောင် ပိတ်ကားကြီးပေါ်၍ ‘ယခင် အောင်မြင်မှုများ’ ဆိုသည့် စာတန်းပေါ်လာ။ ပိတ်ကားပေါ်တွင် သင်ကြည့်လို မြင်လိုသည့် သင့်ဘဝ၏ အောင်မြင်မှုများ၊ အင်နှင့်အားနှင့် လွှဲပုံရှားခဲ့သော စိတ်လွှဲပုံရှားဖွယ်အနိက်အတန်းများ၊ ကို ပုံရိပ်တွေ ရောထပ်ပြမည်။ ထိုအချိန်တွင် သင်ဆူရှိလွှဲပွင့် သင် အကြောက်ဆုံး ဂိတ်သံက နားဝင်းပြုမြဲတွေက်နေမည်။

သည်အမှတ်တရဖြစ်ရပ်များက သင်၏အတိတ်ကာလ အောင်မြင် မှုများနှင့် ပတ်သက်သည့် စိတ်လွှဲပုံရှားမှုများကို လွှဲဆော်ပေးလိမ့်မည်။ ကျောင်းမှာတုန်းက သင်ဟောပြောအပြီးတွင် ပရီသတ်က လက်ခုပ်တိုး ပြောသေးခြင်းခံရသည့် သင့်ပုံရိပ်၊ ကောလိပ်ကျောင်းက သင့်အား လက်ခဲလိုက်သော စာပါသည့် စာအိတ်ကို သင်ဖောက်ကြည့်နေပုံ၊ ချုစ်သူ အား ပထမဗျားဆုံး နှစ်နှစ်နှစ် နမ်းလိုက်သည့် အနမ်း၊ သင့်အားချုပ်မြတ်နိုး ကြောင်း တစ်စုံတစ်ဖောက်က ပြောနေပုံ၊ သင့်အော်လုံးအသင်းအတွက် အနိုင်ရို့သွင်းယူလိုက်သည့် သင်၊ ပြန်လည်သတ်ရချင်သည့် အနိက် အတန်းတွေပေါ့။ သင် ဖျတ်လတ်တက်ကြွမှု အပြည့်ရှိနေသည့် သမယ တွေ၊ အောင်မြင်မှုအပြည့်အဝရနေသည့် သမယတွေ၊ ပျော်ဆွင်မှု အပြည့် အဝရနေသည့် သမယတွေ။

အောင်နိုင်သူတစ်ဦးမှာ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် စိတ်လွှဲပုံရှားမှုများကို သင် အသေအမှတ်ပြုပြီး ကြည့်နှုံးနေမည်။

နောက်တော့ အရိုင်ထပ် ပြောက်တွေ ပြီးဆုံးသွားသည်။ ပိတ်ကားကြီးပေါ်တွင် ‘ယနေ့ ပြောက်များ’ စာတန်းပေါ်လား။ သင့်ဘဝကို အရှိ အတိုင်း ကြည့်ပါ။ မြင်ပါ။ သင့်ကိုယ်သင် အရှိအတိုင်း ကြည့်ပါ။ မြင်ပါ။ သူ့အား သင့်ကိုယ်သင် အရှိအတိုင်း ကြည့်ပါ။ မြင်ပါ။ ရှုံးခိုးထဲတွေ လွှဲပေါ်တွေ ပြောက်တွေ ပြုပါ။ သင်က ဒါရိုက်တာပဲ။ သင့်မှာ အသုံးစရိတ်အမြှာက်အမြှား လျာထားပြီးသား ရှိသည်။ သင်ကြောက်ရာ

မနှစ်မြို့သည့် သင့်ဘဝ၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများနှင့် သင်။ ပြောက်တွေ ရပ်လိုက်ပါ။ ပုံရိပ်တွေ မေးမြို့နှင့်ပျောက်ကွယ်သွား။

သင်မကြောက်သည့် အလေ့အကျင့်တွေထဲတွင် လက်သည်းကိုက ပြင်းသည် ထိုဆုံးက ပါသည်။ ယခု သင် လက်သည်းကိုကော်နေသည်။ ပြောက်ကိုရပ်။ ပုံရိပ်သည် ဖြည့်းဖြည့်းချင်းပျောက်ကွက်သွား။ သင့်ဘဝ တွင် သင်ပြပြင်ပြေားလဲချင်သည့်အပြုအမှုများ၊ အလေ့အထများ၊ သင့် ဘဝအစိတ်အပိုင်းများကို စိတ်ထဲမှာ မြင်ယောင်ကြည့်ပါ။ ပြီးတော့ သည်အရာတွေအားလုံး သင့်ဘဝထဲမျောက်ကွယ်ကန်သည်ကို အျက်ပါးထင်ထင်ပြင်ရသလို မြင်ယောင်ကြည့်ပါ။ ယခုဆုံးလွှဲပွင့် သင်သည် သင့် မသိနိုင်ဘူး၌ လော့ပို့နေပြီ။ သင့်ဘဝမှာ သင်မနှစ်သက်သော အရာများ၊ သင်ဖယ်ရှားပစ်ချင်သည့်အကျင့်ဆုံးများကို အပြတ်ရှင်းပစ်ဖို့ သင့် မသိ စိတ်ကို စေခိုင်းနေပြီဖြစ်၏။

ယခုမီးတွေက နည်းနည်းကလေး ပိုမြို့နှင့်သွားသည်။ ကန့်လန့်ကာ ဖွင့်ထားတာ ပိုကျယ်လာသည်။ ပိတ်ကားက ပိုကြီးလာသည်။ တော့ဂိတ်က ပဏာမပျိုးနေပြီ။ ပိတ်ကားပေါ်တွင် ‘အနာဂတ်ကာလ တင်ပြချက်များ’ စာတန်းပေါ်လာ။

က... ယခု သင့်ကိုယ်သင် အောင်မြင်သွားကြီးအဖြစ် မြင်နေရပြီ။ သင်သည် ကျော်မာရေးကောင်းပြီး ကြိုင်တောင့်တင်းနေသည်။ သင်တစ် သက်လုံး စိတ်ကုံးယ်ခဲ့သည့် စာရေးစားပွဲကြီးနောက်မှာ ထိုင်နေသည်။ သင့်ရည်မှန်းချက်အတွက် အလုပ်လုပ်နေသည်။ သည်မြှင့်ကွင်းကို ကြည့်လင်ပြတ်သားစွာ အာရုံခဲ့ မြင်ယောင်ကြည့်လိုကြပြီဆုံးလွှဲပွင့် သင် ကုလားထိုင်ပေါ့မှ မြောက်တက်သွားပြီး လေထဲမှာ လွှင့်မျော့နေလိုက်ပါ။ ရပါသည်။ ဘာမျှအကြောင်းမဟုတ်။ သင်က ဒါရိုက်တာပဲ။ သင့်မှာ အသုံးစရိတ်အမြှာက်အမြှား လျာထားပြီးသား ရှိသည်။ သင်ကြောက်ရာ

ဘာမဆိုလုပ်နိုင်သည်။ သည်တော့ မြင်ကွင်းထဲကို ဝင်လိုက်ပါ။ မြင်ကွင်း၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် ပါဝင်လိုက်ပါ။ သင်ဝတ်ထားသည့် အဝတ် အစားများ၏ အထိအတွေ့ကို ခံစားကြည့်၊ သင်အမြဲတမ်း စိတ်ကူးယဉ် ခဲ့သည့် ရည်မှန်းချက်အောင်မြှင့်ခြင်း အတွေ့အကြံကို ခံစားကြည့်ပါ။

အဆိုပါ အနာဂတ်ဖြစ်ရပ်ကို စိတ်လုပ်ရှားမှ မှတ်ဉာဏ်ထဲ ထည့်ထားလိုက်ပါ။ ဘယ်လိုအောင်မြင်မှုမျိုး အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်လို ရသည့်ဖြစ်စေ ထိအခြင်းအရာကို သင် ဖန်တီးသည့် ရပ်ရှင်ကားထဲမှာ ပါဝင်အောင်ထည့်ပါ။ အဝေးထိန်းခလုတ်ကို နှိမ်ပြီး ပြသလို တစ်ကွက်ပြီး တစ်ကွက်ပြာင်းကြည့်ပါ။ ထိသို့ကြည့်ပြီးပြဆိုလျှင် သင့်ကုလားထိုင်သို့ ပြန်လာ၊ လိုက်ကာကြီး ပြန်ပိတ်သည်ကိုကြည့်၊ ဂိတ်သံတွေ တိတ်သွားသည်ကို နားထောင်၊ မီးတွေ ပြန်လင်းလာသည်ကို ကြည့်။ ပြီးတော့ ရပ်ရှင်ရုံထက် အမြှန်ထွက်၊ အဝင်ခန်းမကြီးကို ဖြတ်ကျော်၊ သင် အနှစ်သက်ဆုံးနေရာအေား သို့မဟုတ် ပင်လယ်ကမ်းခြေ သဲသောင်ပြင်သို့ ပြန်ပါလေ။ ထိနောက် လက်ရှုပ်တိဝန်းကျင်ကို ဖြည့်ဖြည့်ချင်း သတိပြုပေါ်အောင် လုပ်ပါ။ ဖြည့်ဖြည့်ချင်း အသက်ရှုထုတ်၊ မျက်စိတွေ ဖြည့်ဖြည့်ချင်းဖြစ်ပါ။ လက်ရှုအနေအထားကို အပြည့်အဝသတိရှုလာပါ၏။ စွမ်းအား ကောင်းလှသော အမြင်မှတ်ဉာဏ်က သင်အာရုံစိုက်ရမည့် ရည်မှန်းချက် တည်ဆောက်ရေးကို အထောက်အကြပ်ပြု၏။ သင် စာဖြင့် ချရေးထားသည့် စီမံကိန်းများကို ပြန်ပြန်ကြည့်ခြင်းကလည်း သင့်အကြောင်းသင် တွေးပုံတွေးနည်း၊ ဆောင်ရွက်ပုံဆောင်ရွက်နည်း များစွာ အကျိုးသက်ရောက်ပေါ်သည်။

သင်သည် သင့်ကျော်မှာရေး၊ သင့်မိသားစု၊ သင့်အသက်မွေးမှ လုပ်ငန်း စသည်တို့ကို သဘာဝအလျောက် အလေးထားဆောင်ရွက်နေတော့မည် ဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အဆိုပါကိစ္စရပ်များက

သင့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ရှိရာသို့ အလိုအလျောက်နှင့် သီမှတ်မှုမဲ့စွာ ဦးတည်သွားနေမည်ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

ဤကျော်မြေကြီးပေါ်တွင် ဘဝဟူသော စိတ်တက်ကြွော် စွဲနှုန်း နှင့် ကြိုးစွဲနှင့်ရုပ်ညွှေမှာ သည်တစ်ကြိမ်သာ ရှိ၏။ သည်တော့ ဘုရားကြောင့် သည်ဘဝကို စနစ်တကျခိမ်ကိန်းချုပ် အစွမ်းကုန်ချုပ်သာစွာ၊ ပေါ်စွဲစွာ ဇန်နဝါရီမြှင့်ခြင်းမပြုဘဲ နေရပါမည်လဲ။

အမည်မသိ

တချို့က ဤကျော်စဉ်ကို အကျိုးသင့်အကြောင်းသင့် မရှိသို့မဟုတ် လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်လမ်းစဉ်ဟုပင် ထင်ကောင်းထင်ကြောင်းသို့ခိုင်လုံး၏။ သင် သင့် ရည်မှန်းချက်အသစ်များ ဖော်ထုတ်လို့ရ၏။ အတွေ့အကြံသစ်များကို အာရုံခံမြင်ယောင်ကြည့်လို့ရ၏။ တစ်ချိန်တည်းတွင် အပြည့်အဝ စိတ်ပြေကိုယ်လျော့ နေနိုင်စွမ်းကို ရရှိနိုင်၏။

သည်ကျော်စဉ်ကို ထင်ကာတလဲလဲ ပြရလုပ်သောအခါ လျင်မြန် ထိရောက်စွာလုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိလာပါမည်။ ကနော်းပိုင်းတွင် ကြည့်လင်းပြတ်သားသောပုံရိပ်များ မြင်တွေ့မည် မဟုတ်။ (သို့မဟုတ် သင်ကြားလိုသောအသံများ၊ ကြားရမည်မဟုတ်။) သို့သော် စိတ်မပုပါနှင့်၊ လေ့ကျော်ဖန်များလာသောအခါ သင့်ကိုယ်ပုံင် ရပ်ရှင်ကို ဖန်တီးနိုင်သည့် မြင်မှုဆိုင်ရာ မှတ်ဉာဏ်သည်အင်ပြည့်အားပြည့် အလုပ်လုပ်လာပါလိမ့်မည်။ ထို့ကော်ကားထဲမှာ သင်က ငွေကြယ်တစ်ပွင့်ပေါ့။

သင်ကတ်စုံတဲ့ အဆုံးဖို့ ပိုများကို။

အာရုံခံ မြင်ကြည့်သော သင်အနာဂတ်ကို နေ့စဉ်ပြန်ကြည့်ပါ။
ထိုသို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် သင်အကောင်အထည် ဖော်နေသည့် စီမံကိန်း
အလုပ်ဖြစ်မဖြစ် ဆုံးဖြတ်နိုင်အောင် အထောက်အကွပ်၏။ အကယ်၍
အလုပ်မဖြစ်ဘူးဆိုလျှင် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် မရပြောင်းပါနှင့်။ စီမံကိန်း
ကိုသာ ပြောင်းပါ။ သင်အနေနှင့် ယာယိအနောင့်အယုက်များ တွေ့ကြုံ
ရမည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်၏။ အတိတ်ကာလတုန်းက ဆိုလျှင်တော့ သင်စိတ်
ပျောက်လက် လျော့ကောင်း လက်လျော့လိမ့်မည်။ သို့မဟုတ် ဤအခြင်း
အရာ ထိုသို့သော အနောင့်အယုက်များသည် အသေးအခွဲများအဖြစ်
ပျောက်ပျောက်သွားလိမ့်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော အောင်မြင်မှု၏
ချိမ်းမြှင့်သောအရသာကို ဦးစွာခံစားရပြီးပြီ၊ နောက်ပြီး သင့်ကိုယ်သင်
အောင်နိုင်သွားလိုပ်းပါ။ အဖြစ် ခံယူထားပြီး ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

သည်ဘဝသည် သင့်ဘဝဖြစ်ကြောင်း သတိရနေပါ။ သင့်ဘဝ
သည် ဤကဗ္ဗာမြေကြီးပေါ်မှာ ရှိနေသူအားလုံး၏ ဘဝလိုပင် တန်ဖိုး
ရှိသည်၊ အမိဘယ်ရှိသည်။ သည်တော့ သင့်ဘဝမှာ အပြည့်အဝ နေထိုင်
ဖို့ စိတ်ပြုဗာန်းထားပါ။ သင်အသက်ရှင်နေထိုင်ပုံကိုကြည့်ပြီး အခြားသူ
များ အားကျရရလောက်အောင် နေထိုင်ပါ။ နောက်ကြောင်းကို ပြန်လည့်
ကြည့်လျှင် ရှုက်ယူဝင့်ကြားရသော ဘဝမျိုးဖြစ်အောင် ထူထောင်ပါ။

ယနေ့သည် ဘယ်တော့မျှ နောက်တစ်ကြိမ်ပြန်လာတော့မည်
မဟုတ်။ သည်တော့ ယနေ့ကို အမိအရမဲ့ပါ။ သင့်အား အကျိုး
မပြုသော သို့မဟုတ် သင့်အိပ်မက်များနှင့်ဝေးစေသော ကိစ္စများကို
လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် အချိန်မဖြုန်းပါနှင့်။ စိတ်ပြေကိုယ်လျော့
အချိန်များ....၊ အထူးသဖြင့် သင်၏ စိတ်ပြေကိုယ်လျော့နေထိုင်သည့် အချိန်
များသည် အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုသောအချိန်များဖြစ်ကြောင်း နှလုံးသွင်း

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုးကွယ်

၃၇၃

ပါလေ။

သင်အာရုံခံအခြင်ဖြင့် မြင်ယောင်ကြည့်နေချိန်ကို တစ်ပါးသူများ
က သင် ကုလားထိုင်ပေါ်တွင် သက်သက်ထိုင်နေသည်ဟု ထင်ကောင်း
ထင်ကြလိမ့်မည်။ သို့သော် ထိုအနိက်အတန်များတွင် သင်၏ ဦးတည်
ချက် အစ်အမှန်ကို တွေ့ရှိရေကြားဌားသင်သိနေပါသည်။ ဘဝကို
ရရှိထံ့ရင်ဆိုင်ပြီး၊ အမိဘယ်ရှိရှိနေထိုင်ဖို့ စိတ်ပြုဗာန်းထားလျှင် သင့်ဘဝ
က သင့်ဘဝက သင့်အားပျော်ဆွင်မှုများနှင့် အောင်မြင်မှုများ ပေးပါလိမ့်
မည်။ သင်နေထိုင်လိုသော ဘဝမျိုးမှာ နေထိုင်ခွင့်ရှုပြီးသင် အျှမှန်းသော
အောင်မြင်မှုများ ရလာပါလိမ့်မည်။

ကိစ္စတစ်ခုကို သင် စိတ်ကူးယဉ်လို့ ရသည်ဆိုလျှင် ထိုကိစ္စကို သင်လုပ်လို့
ရ၏။

၂၅၁၃ (၁၉၀၁-၆၆)

ဘဝဆိုသည်မှာ ပန်းခင်းလမ်းမဟုတ်ကြောင်း ကျွန်ုတ်တို့ သိ
သည်။ ဘဝလမ်းက ရှည်လျားသည်။ တစ်ခါတစ်ခါတွင် အန္တရာယ်များ
ပြီး ကျွန်ုးမြောင်းလှသော ကျွေ့ကျွေ့ကောက်ကောက် တောင်တက်လမ်း
အဖြစ်သို့ ဆိုင်းမဆင်း ဖုံးမဆင်း အသွင်ပြောင်းသွားတတ်သည်။

သို့သော် ခရီးပန်းတိုင်သို့ ရောက်ပြီ ဆိုသောအခါးမှု သင်သတိရ
နေသည်မှာ နာကျင်မှုများ၊ ဆင်းရဲခုကွဲများ၊ ယာယိအနောင့်အယုက်
များ မဟုတ်တော့။ သင်လျော့က်ခဲ့သော ခရီးအထူးမြောက်အောင်မြင်
သည့်အတွက် ဝမ်းသာကျော်မှုကိုသာ ခံစားရ၏။ နောက်ပြီး နောက်
ထပ် နောက်ထပ် အနာဂတ်အောင်မြင်မှုများကလည်း သင့်ကို ကြိုဆို
နေကြောင်း အသိစိတ်ပြင့် တက်ကြွလန်းဆန်းနေမည်ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝအဆုံးသတ်ချိန်တွင် ကျွန်တော်တို့ ရဲ့နှစ်မှု
ခဲ့သည့်ကိစ္စများအတွက် နောင်တ မရ။ ကျွန်တော်တို့ လုပ်ချင်စိတ်
ရှိပြီး မလုပ်မိသည့် ကိစ္စများအတွက်သာ နောင်တရ၏။

ဤစာအပ်နှင့် သင့်အား ဗဟိသုတပေးပြီး စိတ်တက်ကြစေသည့်
အမြားစာအပ်များကို မကြာမကြာ ပြန်ဖတ်ပါ။ သင် စဆောင်းသိန့်းရမည့်
သတင်းတွေအများကြီးရှိသည်။ သင့်ကို ကူညီနိုင်သူတွေ အများကြီးရှိ
သည်။ နောက်ဆုတ်ပြီး ရပ်မနေပါနှင့်၊ မေးပါ။

ကျွန်တော် သင့်ကို အောင်နိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်လာအောင် လုပ်မပေး
နိုင်။ သင်သည် အောင်နိုင်သူဖြစ်နေပြီးသားဖြစ်၏။ ကျွန်တော်အားထုတ်
ဖို့ ကြိုးစားခဲ့သည့်မှာ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွင် တစ်ချိန်မဟုတ် တစ်ချိန်
ဖြစ်ပေါ်တတ်သည့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သံသယဖြစ်စိတ်နှင့် ကြောက်စိတ်
မည်သော ဓါးခါးတွေကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ပင်ဖြစ်သည်။

သင်သည် အောင်နိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်ဖို့ မွေးဖွားလာသူ ဖြစ်၏။
သည်တော့ မွေးရာပါ အောင်နိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်လာပါစေ။ နောက်ပြီး
သင့်ဘဝဝရီးကို ပျော်ရွှင်ကြည့်နှုံးစွာ လျှောက်လှမ်းနိုင်ပါစေ။ သည်တက်
တော့ရှိပြီး ကျွန်တော်ဆန္ဒပြုလို့မရတော့။

၁၉၂၀ ခုနှစ်များတွင် အောင်မြင်ကျော်ကြားခဲ့သော အမေရိကန်
ကြေးစားဂါ်သီးရှိသမား ၈၀။၅၈ တာ ပေါင်ပြောခဲ့သည့် စကားကို
ပြန်လည် ဖောက်သည်ချုပါရေး။

“မလောနှင့် မပူနှင့်။ သင် သည်နေရာသို့ ခကာတစ်ဖြုတ် အလည်
ရောက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ သည်တော့ ခကာတစ်ဖြုတ် ရပ်ပြီး နှင့်ဆိုပန်း
ရန်းများကို မွေးကြုပြု မမေးပါနှင့်”



ရော့ဘတ်၏ အားထုတ်မှု

ဒါတွေအားလုံးဖြစ်ပေါ်လာသည်မှာ ၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ
၂၅ ရက်နေ့က ဘန်ကောက်မြို့တွင် ရော့မော်လုပ်သော ဆုမေတ္တာဆုံး
သည့် သူငယ်မလေးကို မွေးဖွားခြင်းကအစ ပြုသည်။ ဆုမေတ္တာသည်
မွေးလာကတည်းက မျက်စိနှစ်ကွင်း အလင်းမရ။ သူ အသက် ငါးနှစ်ရှာ
သောအခါး မတတ်နိုင်တော့သည့် မိဘနှစ်ပါးက သူအား ပတ္တုရှုမြို့သာမူ
ကလေးများ ကောာသို့ ပိုလိုက်၏။ ထိုကောာကို ၁၉၇၀ ပြည့်နှစ်တွင်
ချိကာရိုမြို့သား ဆရာတော် ဘရင်နှင်က ထူထောင်းပြီး ယခုဆုံး ကလေး
ပေါင်း ခြောက်ရာလောက်ရှိနေပြီး။ ဆုံးအ နားမကြားသူများကို စာသင်
ပေးသည်။ ကိုယ်အကိုး အစိတ်အပိုင်းချို့တဲ့နေသူများကို အသက်စွေး
ဝမ်းကျောင်း ပညာ သင်ကြားပေးသည်။

ကောာရှိကလေးများကို တာဝန်ယူစောင့်ရောက်မှုများ ပြုလုပ်ကြ
ပါရန် သတင်းစာကြော်ပြာတစ်ခုကို ၁၉၉၂ ခုနှစ်တွင် ကျွန်တော်တစ်ရုံ
သည်။ သို့ဖြင့် တစ်တပ်တစ်အား ပါဝင် လူ၌ဒါန်းရုံး ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

သူတိုက ကျွန်တော်ထဲ ဆုမေတ္တာအကြောင်း အသေးစိတ်ပို့ပေးကြသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်၏ အနှစ်လေးဆယ်မြောက် မွေးနေ့က နီးကပ်နေပြီ။ မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် စကော့တလန်အလယ်ပိုင်းရှိ ကျွန်တော် ပို့တေ့ဆွဲ တွမ်၏ တဲ့ကလေးမှသည် ပြုတိသွေ့ပိုင် နှိုင်ခတ် ကျွန်းဆယ်၊ အင်္ဂါနီးမြှေ့ကလေးရှိ အိုးလိုက်ရှိ အရာကိုဆိုင်အထိ လမ်းလျောက်ပွဲ ပြု လုပ်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။ ခရီးအကွာအဝေးမှာ ခုနစ်ဆယ့်သုံးမြိုင်။ ကျွန်တော် အသက်အရွယ်နှင့်ဆိုလျင် ကြီးမားသော စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်၏။ သည်တော့ ကျွန်တော် စိမ်ကိန်းချုသည်။ လေ့ကျင့်သည်။ အပါင်း အသင်းမှားကိုလည်း လမ်းလျောက်ပွဲ တွင် ကျွန်တော်နှင့်အတူ ပါဝင် ဆင်းစွဲ ပို့တ်ခေါ်သည်။ ထိနောက် ဤလမ်းလျောက်ပွဲကို ထိုင်းနှင့် ရှိ ဆုမေတ္တာအတွက် ရန်ပုံငွေ ရှာရှုံး အသုံးချဖို့ပါ ဆုံးဖြတ်လိုက်၏။

ကျွန်တော်ကလောက်စရိတ်မှာ မွေးပြီး ထိုမြှို့မှာပင် ကြီးပြင်းခဲ့သည်။ ကလေးဘဝကတည်းက ဟိုင်းလင်းဆိုသည့် ဒေသသို့ သွားရောက် လည်ပတ်ချင်စိတ်ရှိခဲ့ခြင်း။ ထိုနယ်မြေမှ ဝင့်ဝင့်ကြားကြား စစ်သည်တော် ကြီးမားသည် သူတို့တိုင်းပြည်လွတ်လပ်ရေးအတွက် နောက်ဆုံး တစ်ယောက်ကျွန်းသည်တိုင် တိုက်ပွဲဝင်သွားပေါ်၏ ကျွန်တော်ကြားဖူးသည်။ ထိုစဉ်ကတော့ အဆိုပါ တောင်ကြားမှားသည် ကျွန်တော်လက် လှမ်းမမိသည့် တဗြားနှင့်တစ်ခုလို ဖြစ်နေသည်။ ခတော့ လွှာခဲ့သည့် အနှစ်သုံးဆယ်က ကျွန်တော် ပို့တ်ကူးယဉ်ခဲ့သည့် နယ်မြေသုံး ရောက် မည့် ခရီးစဉ်ကိုစွဲ အသင့်ဖြစ်ပေပြီ။

နေထုံးကြီး ရောက်လာပြီ။ ကျွန်တော်တို့ ဘာထွက်ခဲ့ကြသည်။ ရာသီဥတုက ရက်ရက်စက်စက် ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း။ လေနှင့် နိုးက ကျွန်တော်တို့၏ စွမ်းအားကို ခြေချွမ်း၏။ ဆယ့်လေးနာရီကျွဲ့ ဆင်းရုပ် ပန်းကြီးစွာ ခရီးနှင့်ပြီးသောအခါ အဖွဲ့သားနှစ်ဦးသည် ကိုယ်အပူရှိနိုင်

ကျွဲ့သည် လက္ခဏာများဖြစ်ပေါ်လာသည်။ သို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ ခရီးစဉ်ကို လက်လျော့စွဲ ဆုံးဖြတ်လိုက်ရ၏။

နောက်နှစ်တွင် ခုတံယာအကြော်ကြီးစားကြပ်နေသည်။ သည်တစ်ကြိမ် တွင် အဖွဲ့ဝင် လမ်းလျောက်သမားတစ်ဦး ခြေချွဲးဝတ်ကျိုးသွားသည် အတွက် အစိအစဉ်ဖျက်လိုက်ရပြန်သည်။ ကျွန်တော်ကောက်ခဲရရှိထား သော ဆုမေတ္တာအတွက် ရန်ပုံငွေတွေကတော့ ဘဏ်မှာ အပ်ထားသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်ရည်မှန်းချက်ကတော့ အထမေမြောက်သေး။

နောက်တစ်ဦးထပ်ကြီးစားနှိုးကျွန်တော် သူ့နှိုးချုထားသည်။ သို့သော် သည်တစ်ဦးတော့ ကျွန်တော်နှင့် လိုက်မည်သူတစ်ယောက်၌ ပေါ်မလာ။ သည်လောက်ကြမ်းတမ်းသည်နယ်မြောက် တစ်ဦးတည်းသွား ဖို့ကျတော့လည်း ရူးမိုက်ရာ၊ တာဝန်မဲ့ရာကျလွန်းနေသည်။ သည်တော့ အခြေအနေကမကောင်း။ နည်းနည်းတော့ ပို့တ်မချမ်းမသာဖြစ်မိသည်။ ကျွန်တော် စာရေးစားပွဲရှေ့၊ ခုံရှိတွင် လမ်းလျောက်ပွဲ ခရီးစဉ်ကို မြေပုံစွဲပြီး ကပ်ထားသည်။ နောက်လေးလအတွင်း ပြုတိသွားပြတ်လာ တွေ့သွားမှားက သည်ခရီးစဉ်အကြောင်း မေးကြသည်။ စုစုမဲ့ကြသည်။ သို့သော် ပါဝင်မည်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက်၌ မရှိ။

ထိုနောက် နိုးကျွဲ့ချော့ကိုယ်အလား လူသုံးယောက်က ကျွန်တော် ကို ကုည်းမည်ဟု ပြောလာကြသည်။ သူတို့ တစ်ဦးချင်းပို့တ် အကောင်း ဆုံးစွမ်းရည်ထူးမှားရှိကြသည်။ စတိုက် ပြုစကြေားလျှလျှမျိုး၊ ကြည်းတပ်မှ နည်းပြုဆရာတော်း၊ နှစ်က ပြုစကြေားလျှလျှမျိုး၊ သင်တန်း လေ့ကျင့်ရေးမှား၊ ဘရက်ဆိုသူကတော်အာဖရိကသား၊ သူ့မှာ လင်းရှိယာကား ရှိသည်အတွက် ထောက်ပုံရေးယောဉ်မောင်းအဖြစ် ကုည်းပို့ ရန် ကျွန်တော်က မေတ္တာရုပ်ခဲ့ထားသည်။ သူတို့အားလုံး လန်ဒန်မှား အလုပ်လုပ်ကြသည်။ သို့သော် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး သိကျွမ်းခြင်း မရှိ။

ခရီးစဉ်စုံ အရိုနှင့် ကပ်လာတော့ ယခင်ခရီးစဉ်တုန်းက ဆရာဝန်အဖြစ်
လိုက်ပါဖူးသူ ကျွန်တော့မိတ်ဆွဲ ခရစ်က ထောက်ပုံရေးအဖွဲ့နှင့် လိုက်
နို့ ကမ်းလှမ်းလာသည်။

တတိယအကြိမ်အားထုတ်ဖို့ အရိုနှင့် ကပ်လာခါမှ ရာသီဥတုက
တစ်နှစ်အတွင်း အဆိုးဇားဆုံးအခြေအနေဖြစ်လာသည်။ အထူးသဖြင့်
စော့ဘာလန်မှာ၊ ပြန်ကောင်းလာမည် အရိုပ်အယောင်လည်းမပြု၊ ခရီး
မစမ့် တစ်ရက်အလိုက်တော့ ကျွန်တော် စိုးနိမ့်သောကဗျားလာပြီ။ ယခင်
အခေါက်တွေတုန်းက မအောင်မြင်မှုများက ကျွန်တော့အပေါ် စိုးမိုးစ
ပြုနေပြီ။ လမ်းလျောက်ပွဲကို နှစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် ကျွန်တော် ကြုံးဟား
အားထုတ်ခဲ့ပြီး မဟုတ်ပါလား။ နှစ်ကြိမ်စလုံးတွင် ခရီးအကွာအဝေး
နှင့် ရာသီဥတုဆုံးဇားမှုများကြောင့် ခြေကုန်လက်ပန်းကျွဲ့ရသည်။ နှစ်ကြိမ်စလုံး
ကျွန်တော် ရွှေ့နိမ့်ခဲ့သည်။ လမ်းလျောက်ပွဲသည် လက်တွေ့
မကျသော ရည်မှန်းချက်အဖြစ် ယုကြည်စပြလာပြီ။

ကျွန်တော်တို့ စတင်တာထွက်မည့် နေရာသို့ ကားဖြင့် သွားချိန်
တွင် လေထနပြီး မိုးသည်နေသည်။ တို့နောက် တာထွက်မည့်နေရာနှင့်
ဆယ်မြိုင်အကွာသို့ အရောက်တွင် ယုံမှတ်နိုင်စရာ မရှိလောက်အောင်
မိုးတိတ်သွားသည်။ တစ်ယောက်ယောက်က ရေဘုံသိုင်ခေါင်းကို ပိတ်
လိုက်သည့်အလား။ တိမ်တွေ ကွဲသွားသည်။ နောက်ပြီး နေထွက်လာ
သည်။ သည်တော့ ဘုရားရန်း၊ မြန်လ ၁၂ ရက်၊ သောကြာနေ့ ညနေ
၃:၃၀ တွင် တတိယအကြိမ် လမ်းလျောက်ခရီးစဉ်ကို စတင်ခဲ့သည်။

ခရီးစဉ် ပထမတစ်ဖြတ်ကို စတိုင်နှင့် ကျွန်တော်လျောက်သည်။
နှစ်က ညုပိုင်းတွင် ဝင်ကူလျောက်သည်။ ညုပိုင်းခရီး တစ်ဖြတ်မှာ သစ်
ရွှေကျွေးတွေ၊ ရွှေ့ကျွန်တွေများသည့်လမ်း။ ဖြည့်ဖြည့်ချင်း လျောက်ရ
သည့်လမ်း။ အန္တရာယ်များသည်။ နှစ်က ၁:၃၀ တွင် ကျွန်တော်တို့

စိစ္စ်ထားသည် ဆုံးမှတ်သို့ ရောက်သည်။ သို့သော် ပူပူစွေးစွေး အစား
အသောက်တွေ သယ်ယူလာမည့် ထောက်ပုံရေးယာဉ်ကို မတွေ့။ ကျွန်
တော် ဆယ်နာရီလုံးလုံး မပုံမဖော် လျောက်ခဲ့သည်။ နှစ်ဆယ်ခြောက်နိုင်
ခရီးပေါက်ခဲ့ပြီး ခြေကုန်လက်ပန်းကျေနေပြီ ဖြစ်သဖြင့် ကျွန်တော်တို့
သုံးယောက် အနွေးစာတ်ကလေးရွေ့ရန် မြေပေါ်မှာ ဒုံးကျွေးလက်ပိုက်ပြီး
ထိုင်နေကြသည်။ ဆယ်မြိုင်လောက်ကြာသွားတော့ စတိုင်က “သွားကြ
ရအောင်” ဟု ပြောသည်။ သို့ဖြင့် တိတ်ဆိတ်စွာပင် အမှာ့ငယ်ထဲထဲ
တိုးဝင်ပြီး ဆယ့်ငါးနိုင်အကွာရှိ နောက်ထပ်ဆုံးမှတ်ဆိုသို့ ဦးတည်ခဲ့ကြ
သည်။

နောက်ခြောက်နာရီအကြာတွင် ထောက်ပုံရေးယာဉ်နှင့်တွေ့သည်။
စတိုင်နှင့် နှစ်အနားပူးပြီး ချက်ချင်းအပိုပျော်သွားကြသည်။ ကျွန်တော်
ထိုင်နေရင်းကိုယ် ခြေထောက်ကိုယ် ပထမဗျားဆုံးအကြိမ် ကြည့်မိသည်။
မြင်ကွင်းက ကြည့်မကောင်း။ ခြေသည်းလေးအသားထဲမှ ကျွဲ့
ထွက်နေပြီး ခဏားအပြီး နောက်ထပ်ခြောက်မြိုင်ခရီးကို ခရစ်နှင့် အထူး
လျောက်သည်။ သို့သော် ကျွန်တော်ခြေထောက်တွေ မခံပုံမြိုင်အောင်
ကျို့စ်ပိုင်နေပြီး နောက်ပြီး လျှကလည်း အားအင်ကျွန်ခန်းနေပြီး နာကျွဲ့
မှုဝေဒနာကို နာရီဝိုက်လောက် အလှုံးအလဲခံစားနေပြီး နောက် ကျွန်တော်
လက်လျော့လိုက်တော့မည်ဖြစ်ကြောင်း ခရစ်ကို ပြောသည်။ မြိုင်ကိုး
တစ်ခုလုံးက မြင့်မားလွန်းလွှာသည်။ ကျွန်တော် အစွမ်းကုန် ကြုံးဟားခဲ့ပြီး
ပြီး ကျွန်တော်ခြေထောက်တွေက မြင်မကောင်း ရူမကောင်းတော့။
နောက်ပြီး နာကျွဲ့မှုဝေဒနာကို ခံစားနေရသည်။ ကျွန်တော်၏ အကူလျေး
လျောက်သမားများလည်း ခြေလက်မသယ်နိုင်ကြတော့။

ခရစ်က ကျွန်တော်ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ထောက်ခဲ့အားပေးတတ်သွား
ခဏားတော့ ဆုံးမှတ်အဖြစ် သတ်မှတ်ထားသည့်တားတစ်ငင်းဆီသို့

ရောက်သည်။ ထောက်ပံ့ရေးယာဉ်ကို စောင့်ကြသည်။ ထူးခြားချက်က ထော့သည်တစ်ကြိမ်မော်တော်ယာဉ်ရောက်လာလျှင် ကျွန်ုတ်ကားပေါ်တက်ထိုင်တော့မည်။ ကျွန်ုတ်တို့တဲ့တေားပေါ်မှာ ထိုင်နေသည်။ မတ အောက်သော တောင်ကြီး၏ ခြေရှင်းမှာ၊ နောက်ထပ် ရှစ်မိုင်ခနီးတစ်ဖြတ်ကို ချိန်ဆကြည့်နေသည်။ သည်တစ်ဖြတ်ကို ကျွန်ုတ်မလျှောက်ချင် ထော့။ လျှောက်လည်း မလျှောက်နိုင်ထော့။ ဖြတ်သွားဖြတ်လာ ကားတစ် ဦးတလေ အသကလွှဲလျှင် တိတ်ဆိတ်မှုက လုံးဝေသုတေသနများမြို့နေသည်။ ကျွန်ုတ် ကိုယ့်ခြေထောက်တွေကို ငေးကြည့်မိသည်။ ရေနွေးပူးကလေးဖြင့် ရေချိုးပြီး တစ်ဝကြီး အပိုပစ်ချင်စိတ်တွေ ပေါ်လာသည်။

ယခုတော့ ကျွန်ုတ်ဆုံးဖြတ်ချက်မှန်ကန်သည်ဟု အပြည့်အဝ လက်ခံထားလိုက်ပြီ။ သို့တိုင် စိတ်ထဲမှာ မကျေမန်ပြုစွမ်းမြှင့်စိမ့်သည်။ ကျွန်ုတ်တို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရာနှုန်းပြည့် ယုံကြည့်ထားသည်။ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ပုံအပ်ထားသည်။ သို့သော် သည်လောက်နှင့် မလုံလောက် သေး။

ဆူမေတ္တာအတွက် ဘဏ်မှာ အပ်ထားသည့် အလုံးဖွေကို ထဲတိ လိုက်မည်။ မိဘမှာကလေးဟောသို့ ပို့ပေးလိုက်တော့မည်ဟု ကျွန်ုတ် ဆုံးဖြတ်သည်။ ကျွန်ုတ်၏ လမ်းလျှောက်ပွဲမှာ မအောင်မြင်။ ဘာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကျွန်ုတ် တကယ်ကို ကြိုးစားအားထဲတိခဲ့တာပဲလေဟု ဖြေတွေး တွေးသည်။

ထောက်ပံ့ရေး မော်တော်ယာဉ်က ရောက်မလာပြန်။ ဆယ့်ငါးမီနိုင် လောက် နှုတ်ဆိတ်နေပြီးနောက် ခရစ်က ကျွန်ုတ်ဘုံးကို လေးလေးနောက် နှုတ်ကြည့်သည်။ ပြီးတော့ တို့တိတ်အေးချိန်မြှင့်ခနီးကို လျောက်ခဲ့ကြ၏။ တာထွက် သည့်နေရာမှ စတင်ထွက်ခွာလာပြီး လေးဆယ့်ခြောက်နာရီနှစ်ဆယ့်နှစ် မီနှစ်အကြာတွင် ကျွန်ုတ်ရည်မှန်ထားသည့် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ခဲ့သည်။

“ခင်ဗျား အော်တောင်ကို ကျော်မှာမဟုတ်လား၊ ဟုတ်တယ်မဟုတ် လား”

“ဟုတ်တယ်၊ ငါကျော်ဖြတ်မယ်”

ပင်ပန်းစွမ်းနှင့်နေသော အသံအက်အက်ကြီးဖြင့် စိတ်လျှပ်ရှား စွာဖြေလိုက်၏။

“ကောင်းပြီ။ ဒါဆိုရင် ခင်ဗျားခြေထောက်တွေကို ကျွန်ုတ်ပတ်တိုးစည်းပေးမယ်”

ထောက်ပံ့ရေးမော်တော်ယာဉ်ရောက်လာသည်။ နှစ်နှင့် စတိပိဋက ကားနောက်ပိုင်းမှာ အိပ်မောကျလျက်။ ကျွန်ုတ်နှင့်အတူ သည်တောင် ကြီးကို လိုက်မတက်နိုင်လောက်အောင် ပင်ပန်းစွမ်းနှင့်နှင့် ပြုဖြတ်ကြောင်း ခရစ်က ပြောသည်။ သို့သော် ရိုးရိုးလမ်းသွားလမ်းလာ စိန်းတွေသာ စီးထားသည့် ယာဉ်မောင်းဖြစ်သူ ဘရက်က ကျွန်ုတ်နှင့်လိုက်ခဲ့မည်ဟု ပြောသည်။

ကျွန်ုတ်တို့ မတ်စောက်သော တောင်တက်လမ်းကို တက်ကြသည်။ နောက်လေးနာရီအကြာ၊ စုစုပေါင်း နှစ်ဆယ့်နှစ်နာရီနှင့် မီနှစ် သုံးဆယ့်အကြာတွင် ကျွန်ုတ်တို့ ညာအိပ်ရပ်နားလို့ စီစဉ်ထားသည့် ငါးဆယ့်ငါးမိုင် ခရီးကို ရောက်ခဲ့ကြသည်။

တစ်ညာတာ အနားယူထားပြီ။ လန်းလန်းဆန်းဆန်းဖြစ်နေပြီ။ ခြေထောက်တွေလည်း ပတ်တိုးအသံစိည်းထားပြီ။ ခရစ်၊ နှစ်၊ စတိပိ တို့နှင့်အတူ နောက်ဆုံးဆယ့်ရှစ်မိုင်ခနီးကို လျောက်ခဲ့ကြ၏။ တာထွက် သည့်နေရာမှ စတင်ထွက်ခွာလာပြီး လေးဆယ့်ခြောက်နာရီနှစ်ဆယ့်နှစ် မီနှစ်အကြာတွင် ကျွန်ုတ်ရည်မှန်ထားသည့် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ခဲ့သည်။ ခုနှစ်ဆယ့်သုံးမိုင်ခနီးကို ကျော်ဖြတ်နိုင်ခဲ့ပြီ။ ကျွန်ုတ် အထူ မြောက် အောင်မြင်ခဲ့ပါပြီကော်။

အိုးလမ်းစိုးရှုံးအရက်ဆိုင်ထဲသို့ ကျွန်ုတ် ဝင်သွားသည်။ ငင်းနှုတ်ဘိုးသာ တစ်ပိုင်းမှာလိုက်သည်။ ကျွန်ုတ် လက်လျော့လိုက်ထော့

ည်ဟု ပြတ်ပြတ်သားသားဆုံးဖြတ်ပြီးမှ ဘာကြောင့် ယခုလို ဆက်
လျှောက်ခဲ့ရသလဆိုတာ ရှင်းပြပါဟု ခရစ်ကမေးသည်။

ကျွန်တော် သူကို ပြောပြသည်။ နစ်နှင့် ကျွန်တော် ညမှာင်ကြီး
ည်းကြီးထဲ စရိတ်ရင်း ကျွန်တော်နှစ်ယောက်စလုံး ကြည့်ဖြစ်ပြီး
ယောက်စလုံး အလွန်ကြိုက်သည် (Brave heart) ရပ်ရှင်ကား
မောင်း ပြောမိကြသည်။ ထိုရပ်ရှင်ထဲမှ ရင်ထဲမှာဖွံ့ဖြေသည့် အတ်
ကွက်တစ်ကွက်ကိုလည်း သတိရနေသည်။ အတ်ကွက်မှာ အလွန်မတန်
မင်အား ကြီးမားလှသော အဂံလိပ်စစ်တပ်နှင့် စကော့လူမျိုးတွေ ပထမ
ဆုံးရင်ဆိုင်ရာသည့်တိက်ပွဲအကြောင်းဖြစ်၏။ ဝိုလုံပေါ့လေ့က အသက်
လုပြီး ပြောနေသော စကော့စစ်သားတွေ အနားသို့ရောက်သွားသည်။
သူတို့ ဘာကြောင့် ထွက်ပြီးနေရတာလဲဟု သူကမေးသည်။

“ကျူးမှုတို့ ထွက်ပြီးရင် အသက်ရှင်းဦးမယ်။ မပြီးဘေးရင် ကျူး
သို့သောမှာပေါ့”

ဤကား သူတို့၏အဖြေား သည်တော့ ပေါ့လေ့စက ပြန်ပြော
သည်။

“တိုက်ပွဲဝင်ရင် ခင်ဗျားတို့ သေမယ်။ ထွက်ပြီးရင် ခင်ဗျားတို့
ရှင်မယ်... ခဏပေါ့။ ခရီးနှင့်ကစြိုး နောင်နှစ်ပေါင်း တော်တော်ကြာတဲ့
အခါ ခင်ဗျားတို့ရဲ့ အိပ်ရာတွေပေါ်မှာ ခင်ဗျားတို့ သေငယ်အောင့် များ
မှာကြတော့မည်။ ဒီတော့ ဒီနေ့ကနေပြီး အဲဒီသေဆုံးမယ့် အချိန်အထိ
အမယ်ရှင်တွေကို အခွင့်အရေးတစ်ခု... တစ်ကြိမ်တည်းပဲ ရတဲ့ အခွင့်
အရေးတစ်ခုနဲ့ အလဲအလှယ်လုပ်ချင်ကြသလား။ အဲဒီအခွင့်အရေးက
သောဒေနရာကို ပြန်လာပြီး မင်းတို့ ငါတို့ရဲ့ အသက်တွေကိုပဲ သိမ်းယူ
လို့ရမယ်၊ ငါတို့ရဲ့ လွှတ်လပ်ရေးကိုတော့ သိမ်းယူလို့ မရဘူးဆိုတဲ့
အကားကို ပြောဖို့ အခွင့်အရေးလော့”

ကျွန်တော် ခြေကုန်လက်ပန်းကျပြီး စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြင့်
တဲ့တားပေါ်မှာ ထိုင်ရင်း ယခု ကျွန်တော်မိတ်ဆွေများ ဖြစ်နေပြီးဖြစ်
သည် သူမိမ်းတစ်ရုံဆုံးအကြောင်း စဉ်းစားနေမိ၏။ သူတို့သည်
ကျွန်တော်ဘားပွဲရှေ့ကန်ရုံပေါ်က မြေပုံကို မြင်တွေ့သွားကြပြီး အချိန်ကျွန်း
ခံလျက် ကျွန်တော်အိပ်မက်ကို ထောက်ခံအားပေးခဲ့ကြသည်။ နောက်ပြီး
တူးဆန်းအဲသွေ့ဖွံ့ဖြိုးရာသို့ ရာသို့တူကြည့်လင်သာယာသွားသည် အကြောင်း
လည်း စဉ်းစားမိသည်။ သို့သော် ဆုမေတ္တာအကြောင်း အများဆုံး စဉ်း
စားမိသည်။ ကျွန်တော် သူအတွက် တက်ကြလျှပ်ရှားစွာဖြင့် ရန်ပုံငွေ
ရှာပေးမည်ဟု ကတိပြုထားခဲ့သည်။

ဆက်ပြီး စဉ်းစားမိသည်ကတော့ နောက်တစ်နှစ်အကြာတွင်
သည်နေရာသို့ ပြန်လာခွင့်ရပါဦးမည်လား။ ကျွန်တော်သည် အရှုံးပေး
လက်မြောက်နှင့် အကြောင်းပြချက်တွေ ရှာမျှခဲ့သည်။ ရှေ့ဆက် ခရီးနှင့်
နှင့် အကြောင်းပြချက်တွေ မရှာခဲ့။ အောင်နိုင်သူဆိုသည်မှာ သူတို့လဲကျ
သည် အကြော်ထက် တစ်ကြိမ်ပို့ပြီး ကျွုးထတတ်သူများဖြစ်သည်ဆိုတာ
ကို ကျွန်တော် သတိရသည်။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး နည်းနည်းကလေး
ပို့ပြီးနက်အောင်တူးနိုင်စွမ်း၊ နည်းနည်းကလေးပို့ပြီး ခွဲခတ်နိုင်စွမ်း၌
ကြောင်း ကျွန်တော်သိသည်။ သည်လိုသိပါလျက်နှင့် ကျွန်တော်သည်
ယာယို့ကွဲကို ရှေ့တန်းတင်ပြီး အလွယ်လမ်းကို လိုက်နို့ ကြော်ည့်ခဲ့
သည်။ ရှေ့ဆက်လျောက်မြှုတိုင်းလျောက်ခြင်းသည် ဆင်းရှုံကွဲမဟုတ်။
အခွင့်ထူးတစ်ရပ်ဖြစ်၏။

နောက်နော့ ကျွန်တော်တို့ နိုင်ဒတ်မှ ထွက်ခွာပြီး တစ်နာရီမြို့
မိအတွင်း တိုင်တွေ မည်းမောင်လာသည်။ မှန်တိုင်းထန်သော ရာသို့တူ
က ပြန်လည် မင်းမှုလေပြီး။

နောက်ဆုံးတစ်ခုပြောပါရစေ။ သင်သည် လမ်းလျောက်ပွဲနှင့်စိတ်

ပါက်ပြီး အင်္သရီမြို့ကလေးရှိ အိုးလိုက်ရှိနိုင်သို့ ရောက်လျှင်
အရက်ကောင်တာ နောက်ဘက်နံရဲပေါ်မှာ ကပ်ထားသည့် သွေ့ပြား
တစ်ခုကို တွေ့ပါလိမ့်မည်။ ‘ရောဘ်၏ အားထုတ်မှု’ ကို မှတ်တမ်း
တင်ထားသော အထိမ်းအမှတ်စာတန်း။ နောက်ပြီး အရက်ကောင်တာ
နောက်ဘက်တွင် ငင်းနောက်ဘီယာတစ်ပိုင့်ရှိသည်။ ကျွန်ုတ်နှင့် ခုံ
မေတ္တာက မည့်ဝတ်ပြုသည့် ဘီယာပါ။ ထိုဘီယာကို သောက်ပါ။
ပြီးတော့ နောက်လူတစ်ယောက်အတွက် ဘီယာတစ်ပိုင့်ထားခဲ့ပါ။
ပြီးတော့ သင့်မျှော်လင့်ချက်များနှင့် အိပ်မက်များအတွက် အားရ
တက်ကြဖွယ် အတွေးများကို ယူဆောင်သွားပါလေ။

