

မိတ်တူ့မျိုးမျိုးကုသလာ



Ko Swe (Myaung)

ငပျင်းတွေ

အတွက်

အောင်မြင်ရေးနည်းလမ်းများ

ကျေးဇူးပြု

## မာတိကာ

-	မိတ်ဆက်	က
၁	ကျေးဇူးရှင် လူပျင်းများ	၁
၂	အနက်ရောင် ပူဖောင်း	၃
၃	ဖိနပ် အရောင်းသမားနှစ်ယောက်	၈
၄	အမည်းစက်	၁၁
၅	ယုန်နဲ့လိပ် အပြေးပြိုင်ပွဲ	၁၃
၆	ဘဝ ပစ်တိုင်းထောင်	၁၆
၇	သင့်ကို ဖျက်ဆီးနေတဲ့သူ	၁၉
၈	ဆရာကောင်းတပည့်	၂၁
၉	ပန်းကောင်းအညွန့်ကျိုး	၂၃
၁၀	ပျင်းရင်ဖျင်းတယ်	၂၅
၁၁	သင့်အတွက် တစ်နေရာ	၂၉
၁၂	ကြီးပွားမယ့် လက္ခဏာ ပါသလား	၃၂
၁၃	အခွင့်အခါကောင်း	၃၅
၁၄	ပျင်းတွေအတွက် အောင်မြင်ရေးနည်းလမ်း	၃၇

၁၅	နုမြောတွန့်တိုရင် မအောင်မြင်	၃၉
၁၆	ORANGE ဆိုတာ လိမ္မော်သီး မဟုတ်ဘူး	၄၂
၁၇	အာလူးတွေ သယ်လာသူ	၄၄
၁၈	ကဏန်းပုံပြင်	၄၇
၁၉	ခေါင်းပေါ်က အမှိုက်ထုပ်	၅၀
၂၀	ကြေးမုံ ၁၀၀၀	၅၃
၂၁	ဟိုတစ်ဖက်က အသံ	၅၅
၂၂	အချိုကြိုက်တဲ့သူချည်း	၅၇
၂၃	စကားလုံးရဲ့ စွမ်းအား	၅၉
၂၄	ဥပေက္ခာ သားကောင်	၆၁
၂၅	ရွှေတိဂုံဘုရားမှာ ဘာတွေတွေ့	၆၃
၂၆	၉၀/၁၀ နိယာမ	၆၆
၂၇	မိုးလင်းလို့ ကြက်တွန့်တာ	၇၁
၂၈	လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ငါး	၇၄
၂၉	မျောက်စိတ်	၇၇
၃၀	ဘယ်တော့မှ နောက်မကျဘူး	၈၀
၃၁	ကျန်းမာရေး အကြွေး	၈၃
၃၂	အဲဒီတုန်းက အလုပ်သမားခေါင်းက ငါ မဟုတ်ဘူး	၈၅
၃၃	ဘာအရေးအကြီးဆုံးလဲ	၈၇
၃၄	အနီးအဝေး	၉၀
၃၅	ကွဲနေတဲ့ ပြတင်းပေါက်မှန်ချပ်	၉၂
၃၆	လှေပြိုင်ပွဲ	၉၅
၃၇	အပျော်ဆုံးလူ	၉၇
၃၈	Knowdge is Power ဆိုတာ ဟုတ်ပါ့မလား	၁၀၀

၃၉	ပေါက်စီသည်	၁၀၂
၄၀	ပုဆိန်သွေးချိန်	၁၀၅
၄၁	မြေလျှောက်လိပ်ပြာ	၁၀၈
၄၂	မျှော်လင့်ချက်နဲ့ အသက်ရှင်သူ	၁၁၀
၄၃	မျှော်လင့်ချက်တွေ ပစ်လိုက်ပါ	၁၁၅



## မိတ်ဆက်

မအောင်မြင် မကြီးပွားချင်တဲ့ လူရယ်လို့တော့ မရှိဘူး။ နည်းလမ်းရှိမယ် သိပ်လည်း မခက်ဘူးဆိုရင်တော့ လုပ်ချင်တဲ့ သူချည်းပဲပေါ့။

ကြီးပွားအောင်မြင် ချမ်းသာချင်သူတွေအတွက် နည်းလမ်းတွေ ဖော်ပြတဲ့စာအုပ်တွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် ရှိတာပေါ့။ အများစုက ပျင်းစရာကြီး။ ရှည်လျားပေများတော့ စိတ်ဝင်စားစရာ မကောင်းဘူး။ နည်းလမ်းတွေက မှန်ချင်မှန်မယ်၊ ဖော်ပြပုံက 'လေး' တော့ လူတွေနဲ့ 'ဝေး' သွားတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီစာအုပ်မှာတော့ လိုရင်းကို တိုရှင်းပဲ ရေးလိုက်ပါတယ်။ ကြိုက်တဲ့စာမျက်နှာလှန်ပြီး ဖတ်ချင်စိတ် ရှိသလောက်သာ ဖတ်ကြည့်ပါ။ အချိန်သိပ်မရတဲ့သူတွေ အချိန်သိပ်မယူချင်တဲ့ သူတွေအတွက် ရည်ရွယ်တယ်။ တစ်

ခုတော့ ပြောချင်တယ်။ ဖတ်ပြီး ပြီးပြီးပျောက်ပျောက်တော့ သဘောမထားစေချင်ဘူး။ စာတစ်ကြောင်းဖတ်ဖတ် တစ် မျက်နှာဖတ်ဖတ် ဖတ်သလောက်ကိုတော့ အာရုံနှစ်ပြီး စိတ်ပါလက်ပါ ဖတ်ကြည့်စေချင်တယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆို တော့ စာလုံးတိုင်း စာကြောင်းတိုင်းမှာ စာဖတ်သူရဲ့ ဘဝကို တိုးတက်ပြောင်းလဲအောင် ဖော်ဆောင်နိုင်တဲ့ စေတနာတွေ ထည့်ထားလို့ပါ။

ကျွန်တော်က စာရေးဆရာတစ်ယောက် အနေနဲ့ အကြောင်းအရာအစုံ ရေးသားဖြစ်ပါတယ်။ 'ဘဝဇာတ်ခုံ' ဆိုတာကတော့ လူတွေရဲ့ ဘဝအတွေ့အကြုံတွေကို မေးမြန်း ပြီး ရေးသားထားတာပါ။ ဒီလို ရေးသားနေတာ (၁၀)နှစ် လောက်ကြာတယ်။ လူ(၅၀၀)လောက်ကို တွေ့ဆုံပြီး ရေး သားခဲ့တယ်။ ကျွန်တော် တွေ့ဆုံမေးမြန်း ရေးသားခဲ့ရသူ အများစုက အောင်မြင်သူတွေပါ။ သူတို့ဘဝ သူတို့အတွေ့ အကြုံတွေကို မေးမြန်းစောကြောရင်း ကျွန်တော် သတိထား မိတာရှိတယ်။ 'အကြောင်းမဲ့ အကျိုးဖြစ်တယ်ဆိုတာ လောက မှာမရှိဘူးဆိုတဲ့ သဘာဝနိယာမ တရားပါပဲ။ ဘဝကို သုည ကစပြီး ခြုံကြားကဘုံဖျားကို ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စနဲ့ တက်လှမ်း ခဲ့ရသူတွေမှာ ထူးခြားချက်တစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒီ ထူးခြားချက် ကို ကာယကံရှင်အချို့က ကိုယ်တောင်တိုင်မှ သတိမထားမိ ဘူး။ ဒီလျှို့ဝှက်ချက်ကို ကျွန်တော် မြင်ခဲ့ရတယ်။

'စိတ်'ဆိုတာကလည်း 'ရုပ်'လိုပဲ။ ခွန်အားရှိလာ အောင် ဖန်တီးစွမ်းဆောင်လို့ ရနိုင်တယ်။ အောင်မြင်သူတွေ ဟာ သူတို့စိတ်ဓာတ်ခွန်အားကို ဖြည့်ဆည်းကြတယ်။ အောင်

မြင်ရေး စိတ်ဓာတ်ရှိသူတွေ အောင်မြင်မှုလမ်းကြောင်းပေါ်ကို ရောက်လာတာကို ကျွန်တော် မြင်တွေ့တယ်။

လူငယ်တွေနဲ့တွေ့ဆုံပြီး ဟောပြောမှုတွေ ကျွန်တော် လုပ်ရပါတယ်။ သင်တန်းတွေမှာ ကျွန်တော် ဟောပြောပါတယ်။ ကုန်သည်ကြီးများအသင်း၊ တက္ကသိုလ်ကောလိပ်တွေ၊ စာသင်ကျောင်းတွေ၊ ကုမ္ပဏီဝန်ထမ်းတွေကိုလည်း ဟောပြောရတယ်။ ဒီလိုဟောပြောတဲ့အခါ အောင်မြင်ရေး စိတ်ဓာတ်အကြောင်းကိုပြောတယ်။

ပြောကြားရာမှာ ကျွန်တော့်ကိုယ်တွေ့ဖြစ်တဲ့ 'ဘဝဇာတ်ခုံ'မှာ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားပြီး အောင်မြင်မှုရရှိသွားသူတွေ အကြောင်းလည်း ပြောတယ်။ ဖတ်ဖူးမှတ်ဖူးတဲ့ စာအုပ်တွေထဲက စိတ်ဓာတ်ခွန်အား ဖြစ်စေတာတွေ၊ လိုက်နာကျင့်သုံးသင့် တာတွေကိုလည်း ပြောတယ်။ အဲဒီလို ဟောပြောလာခဲ့တာ (၁၀)နှစ်ကျော်လောက်ရှိသွားပြီ။

ကျွန်တော် ဟောပြောတာကို နားထောင်ဖူးသူအချို့၊ ကျွန်တော်ရေးတာကို ဖတ်တဲ့သူအချို့က သူတို့ဘဝလမ်းကြောင်း ပြောင်းလဲစေတယ်ပြန်ပြောလို့ ကျွန်တော် ကျေနပ်တယ်။ ဝမ်းသာတယ်။ အချို့ကတော့ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားရပြီး အောင်မြင်မှုလမ်းကြောင်းပေါ် တက်လှမ်းမိတယ်။ အောင်မြင်အဆင်ပြေတယ်ဆိုလို့ ပီတိဖြစ်မိတယ်။ အချို့ကတော့ ဒါတွေကိုပေါင်းပြီး စာအုပ်တစ်အုပ်ထုတ်ဖို့ အကြံပေးတယ်။

ဒီစာအုပ်ထဲက အချက်အလက်တိုင်းဟာ ကျွန်တော့်ကိုယ်ပိုင် အတွေးအမြင်တွေ မဟုတ်ပါဘူး။ ဖတ်ဖူးမှတ်ဖူးတာတွေ အခြားသူတွေက ပြောပြဖူးတာတွေလည်း ပါဝင်ပါ

တယ်။ ဒီအတွက် မူရင်းပိုင်ရှင်တွေကိုလည်း အလေးထား  
ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောချင်ပါတယ်။  
စိတ်ဓာတ်ခွန်အားတွေ ရရှိပြီး အောင်မြင်ပျော်ရွှင်ကြ  
ပါစေ။

ကျော်ရန်မြင့်

\*



## ကျေးဇူးရှင် လူပျင်းများ

ကိုယ့်ကို 'လူပျင်း'လို့ အပြောခံရရင်တော့ အောင့်တယ်။ မကြိုက်ချင်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံကြေးဆိုရင်တော့ လူတိုင်း အနည်းနဲ့ အများ ပျင်းတတ်ပါတယ်။ ပျင်းတတ်တာ ရှက်စရာမဟုတ်ပါဘူး။ လောကမှာ လူပျင်းတွေပျင်းတတ်လို့ လူ့အကျိုးပြုအလုပ်တွေ အများကြီး ပြီးစီးတာ။

ရီမုတ်ကွန်ထရိုး ( Remote Control ) ဆိုပါတော့၊ တီဗီကို ထိုင်ရာကထပြီး ခလုတ်မနှိပ်ချင်ဘူး။ ထိုင်ရာမထ လိုင်းတွေ ပြောင်း ကြည့်ချင်တယ်။ အသံအတိုးအလျှော့တွေ လုပ်ချင်တယ်။ စိတ်မထင်ရင် ပိတ်ချင်ပိတ်မယ်။ ပိတ်ပြီးမှ ပြန်ဖွင့်ချင်ဖွင့်ဦးမယ်။ စိတ်ထင်တိုင်း ထထ လုပ်ရရင် အပင်ပန်းသား။ ပြီးတော့ ပျင်းစရာကြီး။ ရီမုတ်ကွန်ထရိုး ဆိုတာ တီထွင်လိုက်တယ်။ လူတိုင်းကြိုက်တာပေါ့။ ရီမုတ်ကွန်ထရိုးက တီဗီအတွက်တွင်မကဘူး။ အဲယားကွန်းလည်း အတိုးအလျှော့ အဖွင့် အပိတ်အားလုံး လုပ်နိုင်တယ်။ ထိုင်ရာကထပြီး ခလုတ်တွေ နှိပ်ဖို့မလိုဘူး။ ခုတော့ဖြင့် ကားတံခါးအဖွင့်အပိတ်လည်း ဒီရီမုတ်ကွန်ထရိုး၊ ဝင်းတံခါးကြီး ပိတ်တာဖွင့်တာတောင်မှ ကားပေါ်ကဆင်းစရာမလိုဘဲ

ရိုမုတ်ကွန်ထရိုး တစ်ချက်နှိပ်ရုံနဲ့ အဆင်ပြေတယ်။ ထိုင်ရာကထပြီး ခလုတ်တွေနှိပ်ရရင် လမ်းလျှောက်ရသလိုတောင်ဖြစ်သေးဆိုပြီး ထထ လုပ်နေရင် ဒီလို အဆင်ပြေတာ ဘယ်မှာ တီထွင်ဖြစ်မှာလဲ။ ထိုင်ရာမထ ပြီးချင်တဲ့ ကျေးဇူးရှင်ကြောင့် ကမ္ဘာလောကကြီး ဘယ်လောက်အဆင်ပြေ သွားသလဲ။

ဒီလိုပါပဲ။ ထမင်းချက်တဲ့အခါ အခြေအနေ စောင့်ကြည့်စရာ မလိုအောင် ထမင်းပေါင်းအိုးကို ဖန်တီးထားတယ်။ ရေထည့်၊ ဆန်ထည့် ခလုတ်နှိပ်ထား။ ထမင်းကျက်ရင် 'ဒေါက်'ခနဲခလုတ်တက်။ ဘယ် လောက် အဆင်ပြေလိုက်ပါသလဲ။ ဒါမျိုးတွေ အများကြီးရှိတယ်။ ပျင်းတဲ့ လူတွေက 'လိုရင်ကြိဆ နည်းလမ်းရ' ဆိုတဲ့စကားကို လက်ခံယုံကြည် တယ်။ ဒါကြောင့် တီထွင်ကြတယ်။ Short Cut တွေ ဖန်တီးပေးကြ တယ်။ ဘယ်လောက် အဆင်ပြေလိုက်သလဲ။

ပျင်းတတ်တာ ရှက်စရာမဟုတ်ဘူး။ အရေးကြီးတာက အပျင်းကြီး ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သံချေး တက်ခံမနေဖို့ပါ။ ဘဝမှာအောင်မြင်ဖို့ ပျော်ရွှင်ဖို့ နည်းလမ်းတွေရှိတယ်။ ဒီနည်းလမ်းတွေဟာ ရှာဖွေလေလေ တွေ့ရှိလေလေပါ။ ကျင့်သုံးမယ်ဆိုရင် ဘယ်သူမဆို အောင်မြင်ပျော်ရွှင် နိုင်ကြပါတယ်။



## အနက်ရောင် ပူဖောင်း

ပွဲဈေးတန်းတစ်ခုမှာပါ။

ဈေးသည်တွေလည်းအများကြီးပေါ့။ ကောက်ညှင်းကျည်တောက်သည်လည်း ရှိမယ်၊ မလိုင်၊ ကရေကရာသည်၊ မုန့်လင်မယားသည်၊ ပေါက်စီသည်၊ မုန့်သည်ပေါင်းစုံလည်း ရှိပါမယ်။ ဝက်သားတုတ်ထိုးသည်၊ ကလေးကစားစရာ အရုပ်သည်တွေလည်းရှိနိုင်တယ်။ ပူဖောင်းသည်၊ အထည်သည်ကအစ ဈေးသည်အစုံ ပွဲဈေးတန်းမှာ ရှိနိုင်ပါတယ်။ မိုးပျံပူဖောင်းသည်လာပြီး ရောင်းတဲ့ပွဲဈေးတန်းမှာ သတိထားကြည့်မိရင် မိုးပျံပူဖောင်းလေးတွေ ကောင်းကင်ကိုတလူလူနဲ့ ပျံတက်သွားတာကို တွေ့မြင်ဖူးကြတယ်။ တစ်ခါတလေ မိုးပျံပူဖောင်းနီနီလေး ကောင်းကင်မှာ လွင့်ပျံတက်လို့။ တစ်ခါတစ်ရံ မိုးပျံပူဖောင်းပြာပြာလေး လေထဲမှာ လွင့်မျောလို့။

ကောင်းကင်ထက်မှာ လွင့်ပျံတက်ပြီး လေနှင့်ရာပါသွားတဲ့ မိုးပျံပူဖောင်းလေးတွေကို မြင်မိတဲ့အခါ ပူဖောင်းဝယ်ထားတဲ့ ကလေးတစ်ယောက်ယောက်ရဲ့ လက်က ကြိုးစလွတ်ထွက်လို့ မိုးပျံပူဖောင်းက မိုးပေါ်ပျံတက်သွားတာလို့ ထင်မိတယ်။ အခါခပ်သိမ်းတော့လည်း အဲဒီလိုဖြစ်

တာမဟုတ်ဘူး။ မိုးပျံပူဖောင်း ရောင်းတဲ့သူက သူရောင်းမယ့် ပူဖောင်း လေးတွေကို တမင်ကြိုးဖြတ်ပြီး လွှတ်လိုက်တာတဲ့။ ဘာကြောင့် ဒီလို လုပ်တာလဲ။ မိုးပျံပူဖောင်းကိုလေထဲလွှတ်ပစ်လိုက်တော့ အလဟဿ မဆုံးရှုံးပေဘူးလားလို့ တွေးမိမှာပဲ။

ပွဲဈေးတန်းမှာ ဟိုငေးဒီမောသွားလာနေတဲ့ ကလေးသူငယ်တွေက ကောင်းကင်ပြင်ကျယ်ကျယ်မှာ လွင့်ပျံလာတဲ့ မိုးပျံပူဖောင်း နီနီပြာပြာ စိမ်းစိမ်းလေးတွေကို မြင်တတ်တယ်တဲ့။ ဒီလိုမြင်တဲ့အခါ မိုးပျံပူဖောင်းကို စိတ်ဝင်စားသွားတယ်။ ဝယ်ချင်လာတယ်။ လူကြီးမိဘကို မိုးပျံပူဖောင်း ဝယ်ပေးဖို့ ပူဆာတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် မိုးပျံပူဖောင်းသည်တွေဟာ ပူပေါင်း အရောင်းနှေးသွားရင် သူရောင်းမယ့် မိုးပျံပူဖောင်းတွေထဲက တစ်လုံးကို ကြိုး ဖြတ်ပြီး ကောင်းကင်ကို လွှတ်တင်တာတဲ့။ အရောင်းသွက်ဗျူဟာ ပေါ့။

ပွဲဈေးတန်းတစ်ခုမှာ မိုးပျံပူဖောင်းသည် တစ်ယောက်က သူတို့ အရောင်းနည်းဗျူဟာအတိုင်း ပူဖောင်းအရောင်းနှေးတဲ့အခါ မိုးပျံပူဖောင်း လေးတွေကို ကြိုးဖြတ်ဖြတ်ပြီး လွှတ်လွှတ်တင်သတဲ့။ တစ်ခါတစ်ရံ နီနီလေး၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဝါဝါလေး၊ တစ်ခါတစ်ရံ ပြာပြာလေး၊ တစ်ခါ တစ်ရံတော့ ပူဖောင်းစိမ်းစိမ်းလေး။

ဒီလိုနဲ့ မိုးပျံပူဖောင်းသည် လက်မလည်အောင် ပူဖောင်းရောင်းနေ ရတယ်။ တစ်ညနေခင်းမှာတော့ ပူဖောင်းသည်ရဲ့ပုဆိုးစကို တစ်စုံတစ် ယောက်က ဆွဲလိုက်တယ်တဲ့။ ပူဖောင်းသည်လည်း သူ့ပုဆိုးစ တင်းခနဲ ဖြစ်သွားတော့ ငုံ့ကြည့်မိတာပေါ့။ ကလေးတစ်ယောက် သူ့ကိုမော့ကြည့် နေတယ်။ ပူဖောင်းသည်ကလည်း ကလေးကို ပူဖောင်းဝယ်ချင်တယ် ထင်ရဲ့ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်နဲ့ မျက်စပစ်လိုက်ပြီး ‘ဘာလဲကွ ရှာတိတ်’ ဆိုပြီး ခပ်ရွှင်ရွှင်မေးတာပေါ့။

ချာတိတ်လေးက မိုးပျံပူဖောင်းသည်ကို ပြန်ပြီးပြပြီး 'ဦးကိုတစ်ခု  
 မေးချင်တယ်' လို့ပြောတယ်။ ပူဖောင်းသည်ကလည်း ခပ်သွက်သွက်ပါ။  
 'မေးစေဗျား။ မေးပါ။ မေးပါ' ဆိုပြီး ပြန်ပြောတယ်။ ကောင်းကင်ထက်မှာ  
 တလူလူလွင့်ပျံတက်နေတဲ့ မိုးပျံပူဖောင်းနီနီလေးကို ကလေးက လက်ညှိုး  
 ညွှန်ပြပြီး 'ဟိုမှာ- ပူပေါင်းနီနီလေး မိုးပေါ်ကို ပျံတက်သွားတယ်နော်'  
 တဲ့။ မိုးပျံပူဖောင်းသည်က 'အေးပေါ့' ဆိုပြီး ပြန်ဖြေတယ်။ ကလေးက  
 ဆက်ပြီး 'ပူဖောင်းပြာပြာလေးလည်း မိုးပေါ်ပျံတက်တယ်နော်' လို့ ဆက်  
 ပြောတယ်။ ပူဖောင်းသည်က ခပ်ပြုံးပြုံးပဲ 'အင်း' လို့ပြောတယ်။ ကလေး  
 က ဆက်မေးတယ်။ 'ပူဖောင်း အဝါရောင်လည်း တက်တယ်နော်' တဲ့။  
 ပူဖောင်းသည်က 'နီနီ၊ ပြာပြာ၊ ဝါဝါ မိုးပေါ်ပျံတက်ကြတာပဲ။ အဲဒီတော့  
 သားက ဘာသိချင်တာလဲ' လို့ ပြန်မေးတယ်။ ကလေးလေးက ခပ်သွက်  
 သွက်ပဲ 'အနက်ရောင်ပူဖောင်းကော မိုးပေါ်ပျံတက်နိုင်သလား' ဆိုပြီး  
 မေးလိုက်တယ်။

မိုးပျံပူဖောင်းသည်က ပထမတော့ ရယ်လိုက်ဦးမယ်လို့ပဲ။ ဒါပေမဲ့  
 မရယ်ဘူး။ ပူဖောင်းသည်ရဲ့ မျက်နှာက တည်ကြည်သွားတယ်။ ကလေး  
 လေးသိချင်တဲ့အဖြေကို လေးလေးနက်နက် ပြန်ဖြေပေးတယ်။

'သားရေ ပူဖောင်းရဲ့အရောင်က နီချင်နီမယ်၊ ပြာချင်ပြာမယ်။  
 အနက်ရောင်ဖြစ်ချင်လည်း ဖြစ်မယ်။ မိုးပေါ်ကို ပျံတက်ဖို့အတွက်  
 ပူဖောင်းရဲ့အရောင်က အရေးကြီးဘူး။ ပူဖောင်းထဲမှာ မိုးပေါ်ပျံတက်  
 မယ့်စွမ်းအား ၊ မိုးပေါ်ပျံတက်စေမယ့်အရာ ရှိဖို့သာလိုတယ်' တဲ့။

ဒီအဖြစ်အပျက်လေးမှာ တွေးစရာတွေ အများကြီးရှိတယ်။ အောင်  
 မြင်သူတွေ အောင်မြင်မှုရခြင်းရဲ့ အဓိကအကျဆုံးအချက်က သူတို့ကိုယ်  
 အတွင်းမှာ အောင်မြင်ချင်တဲ့ စိတ်ဓာတ် ရှိနေလို့ပါပဲ။ အောင်စိတ်မရှိဘဲ  
 မအောင်မြင်နိုင်ဘူး။ အောင်မြင်မှုကို လိုလားတဲ့သူဟာ ရှေးဦးပထမ

အောင်စိတ် ရှိကိုရှိရပါမယ်။

မိုးပေါ်ကို ပျံတက်ဖို့အတွက် ပူဖောင်းရဲ့အရောင်က အရေးကြီးသူး။ ပူဖောင်းထဲမှာ မိုးပေါ်ပျံတက်မယ့်ခွမ်းအား၊ မိုးပေါ်ပျံတက်စေမယ့်အရာ ရှိဖို့သာလိုတယ်ဆိုတဲ့ ပူဖောင်းသည် ပြောတဲ့စကားက အမှန်ပါပဲ။



## ဖိနပ် အရောင်းသမားနှစ်ယောက်

အင်မတန်ခေါင်တဲ့ ကျွန်းကလေးတစ်ကျွန်းပေါ်က မြို့ကလေးကို ဖိနပ်ကုမ္ပဏီက အရောင်းစာရေးနှစ်ယောက် ဖိနပ်အရောင်းမြှင့်တင်ဖို့ ဖိနပ်တွေ တစ်ပါတည်းယူပြီး ရောက်လာသတဲ့။

အရောင်းစာရေးနှစ်ယောက် ကျွန်းပေါ်က မြို့ကလေးကို အတူတူရောက်ပြီး မြို့ထဲကို ဟိုဟိုဒီဒီ လျှောက်ကြည့်တာပေါ့။ အရောင်းစာရေးတစ်ယောက်က မျက်စိပျက် မျက်နှာပျက် ဖြစ်နေတယ်။ အရောင်းစာရေးတစ်ယောက်ကတော့ ရွှင်ရွှင်ပျပျ ဖြစ်နေတယ်။

သူတို့နှစ်ယောက်လုံးပဲ အခြေအနေကို ကုမ္ပဏီရုံးချုပ်ပြန်ပြီး အစီရင်ခံစာပို့တယ်။

ပထမအရောင်းစာရေးက 'မနက်ဖန် ကျွန်တော် ပြန်လာခဲ့တော့မယ်။ ဒီကျွန်းပေါ်ကလူတွေက အရိုင်းအစိုင်းတွေပဲ။ ဖိနပ်စီးတဲ့ဓလေ့မရှိဘူး။ ဖိနပ်တစ်ရုံမှ ရောင်းရမှာမဟုတ်ဘူး' တဲ့။

ဒုတိယအရောင်းစာရေးရဲ့ စာကကျတော့ သူနဲ့မတူဘူး။ 'မနက်ဖြန် ဖိနပ်အရံ(၁၀၀၀၀) ထပ်ပို့ပါ။ ဒီကျွန်းပေါ်ကလူတွေ တစ်ယောက်မှ ဖိနပ် မရှိကြသေးဘူး။ ဈေးကွက်က အကြီးကြီးပဲ' တဲ့။

အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို မြင်တာခြင်းတူပေမဲ့ စူးမြင်ဆုံးဖြတ်တာချင်း မတူ  
ဘူး။ အချို့လူက ဒါ အခက်အခဲပဲလို့ မြင်တာကို အချို့က ဒါအခွင့်  
အရေးပဲလို့ မြင်တယ်။ အခွင့်အရေးကို မြင်တတ်တဲ့သူက အခွင့်အရေးကို  
ခံစားရတယ်။





## အမည်းစက်

တစ်နေ့တော့ ဆရာတစ်ယောက်က စကားပြောပြောတစ်ခွက်ရဲ့ အလယ်မှာ အမည်းစက်တစ်ခုချပြီး ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေကို တာမြင်သလဲလို့ မေးတယ်။

ဒီလိုမေးတော့ ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေက ချက်ချင်းမပြောဘဲ တုံ့ဆိုင်းနေတယ်။ တာကြောင့် လဲဆိုတော့ သူတို့ဆရာက အကြောင်းမဲ့တော့ ဒီမေးခွန်းမျိုး မမေးတန်လောက်ဘူး တွေးကြတာကိုး။ ဓာသင်ခန်းတစ်ခန်းလုံးလိုလို အတွေးနဲ့ အသံတိတ်နေတော့ ဆရာက ကျောင်းသူကျောင်းသား တစ်ဦးချင်းကို နာမည်ခေါ်ပြီး အဖြေပြောခိုင်းတယ်။

'အမည်းစက်မြင်တယ်'လို့ ရိုးရိုးဖြေတဲ့သူက များတယ်။ အချို့ကလည်း နည်းနည်းကွန်ပြီး 'အဖြူရောင်ပေါ်မှာ ထင်ရှားတဲ့ အမည်းစက်ကို တွေ့ပါတယ်။ ရိုးသားဖြူစင်တဲ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ မမှန်တာလုပ်သူက သိသာမြင်သာတယ်' လို့ ဖြေသူလည်းရှိတယ်။ 'လူ့ဘဝမှာ အမည်းစက်မထင်အောင် နေရမယ်' လို့မြင်ပါတယ် ဆိုပြီး ဖြေသူလည်းရှိတယ်။

ဆရာက 'မင်းတို့ မြင်ကြတာလည်း များပါဘူး' ဆိုတော့ ကျောင်း-

သူ့ကျောင်းသားတွေ ပြုံးကြတယ်။

‘မင်းတို့အားလုံးလိုလိုက အမည်းစက်ကိုပဲ မြင်ကြတယ်။ တကယ်ကတော့ ဧရိယာချင်းနှိုင်းယှဉ်ရင် အမည်းထက်အဖြူက ပိုများတယ်’ ဆိုပြီးပြောတော့ ကျောင်းသားတွေ ငြိမ်ပြီးနားထောင်နေကြတယ်။

ဆရာဆက်ပြောတာက ‘ဒို့တွေရဲ့ဘဝမှာ အဆင်ပြေတာလည်း ရှိတယ်။ အဆင်မပြေတာလည်း ရှိတယ်။ တကယ်တော့ အဆင်မပြေမှုက အဖြူရောင်စက္ကူပေါ်က အမည်းစက်လောက်ပဲရှိတာ။ ဘဝမှာ စာမဖွဲ့လောက်တဲ့ အဆင်မပြေမှုကို ရိုးမယ်ဖွဲ့မနေဘဲ အဆင်ပြေမှုတွေကို အင်အားအဖြစ်ခံယူပြီး ကြိုးစားရင် အောင်မြင်မယ်’တဲ့။



## ယုန်နဲ့လိပ် အပြေးပြိုင်ပွဲ

ဘဝမှာ မရုံးနိမ့်ဖူးတဲ့လူများ ရှိသလား။ ဘုရားအလောင်းတောင်မှ ကျင့်ကြံအားထုတ်တဲ့ နည်းလမ်းလွဲနေလို့ ဘုရားမဖြစ်နိုင်သေးဘဲ ကြန့် ကြာနေခဲ့ဖူးသေးတယ်။

ဒီနေ့အောင်မြင်နေတယ်ဆိုတဲ့ သူတွေလည်း အရုံးကို ရင်ဆိုင်ဖူး တာပဲ။ အဓိကကျတာက အရုံးကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင်သလဲ၊ အရုံးကို ဘယ်လိုကျော်ဖြတ်သလဲ ဆိုတာပါ။

ယုန်နဲ့လိပ် အပြေးပြိုင်ကြတဲ့ပုံပြင်ကို လူတိုင်းကြားဖူးပါတယ်။ ယုန်နဲ့လိပ် အပြေးပြိုင်ကြတယ်။ အပြေးသန်တဲ့ယုန်က ပြိုင်ဘက်လိပ်ကို အထင်အမြင်သေးတော့ ပြေးလမ်းပေါ်မှာ တစ်ရေးတစ်မောအိပ်တယ်။ လိပ်က ပြည်းပြည်းမှန်မှန်ပြေးရင်း ပန်းဝင်အိုင်ရသွားတယ်။ ဒါ လူတိုင်း သိတဲ့ပုံပြင်ပါ။ ပုံပြင်ရဲ့ သင်ခန်းစာက 'ဘယ်အလုပ်ကိုမဆို ပြည်းပြည်းနဲ့ မှန်မှန် ကြိုးစားအားထုတ်ရင် အောင်မြင်နိုင်တယ်' ဆိုတာပဲ။ သင်ပြ ယေတဲ့ ဆရာဆရာမကလည်း ပုံပြင်ဆုံးရင် ဒီလိုကောက်ချက် သင်ခန်းစာ ပေးတယ်။ မှန်လည်း၊ မှန်ပါတယ်။ ယုလည်း၊ ယုနိုင်တဲ့ သင်ခန်းစာပါပဲ။ အရေးကြီးတာက ဒီနေရာမှာပဲ ရပ်မနေကြဖို့လိုတာ။ ထောင့်စေ့အောင်

သင်ခန်းစာယူတတ်ဖို့ လိုတာ။

လူ့သဘာဝက ဇာတ်လိုက်နေရာကဝင်ပြီး ခံစားတတ်ရှိတယ်။ ဒါသဘာဝ။ ယုန်နဲ့လိပ်ပုံပြင်မှာ လိပ်ကဇာတ်လိုက်။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့က လိပ်နေရာက စဉ်းစားခံစားလေ့ရှိကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့က အရုံးသမားဖြစ်သွားတဲ့ ယုန်နေရာက စဉ်းစားခံစားကြည့်ဖို့ မေ့နေကြတယ်။ အရုံးသမားနေရာက ခံစားကြည့်ဖို့ တွန့်ဆုတ်တာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့လည်း ရုံးတဲ့အခါလည်း ရုံးဦးမှာ။

အင်တာနက်ထဲက ယုန်နဲ့လိပ် ပုံပြင်အသစ်တစ်ပုဒ်ကို ကျွန်တော်တွေ့မိတယ်။ ပုံပြင်ရေးတဲ့သူက သမာရီးကျ ယုန်နဲ့လိပ်ပုံပြင်ကို ဆက်စဉ်းစားထားတာပါ။ ယုန်က အပြေးပြိုင်ပွဲမှာ ရှုံးနိမ့်သွားတယ်။ ဒီမှာတင်ရပ်မနေဘူး။ ပြိုင်ပွဲပြီးသွားတဲ့အခါ ယုန်က သူ့ကိုယ်သူ ပြန်လည် သုံးသပ်တယ်။ ငါ့မှာ အရည်အချင်းတွေရှိရဲ့နဲ့ ဘာကြောင့်ရှုံးရတာလဲ။

အဖြေကို ခက်ခက်ခဲခဲ ရှာစရာမလိုပါဘူး။ အပြေးပြိုင်ပွဲ ယှဉ်ပြိုင်နေတဲ့အချိန် ပြေးလမ်းပေါ်မှာ အိပ်နေလို့ရှုံးတာ။ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ကို လုပ်ရမယ့်အချိန်မှာ မလုပ်ဘဲ မလုပ်သင့် မလုပ်ထိုက်တာလုပ်နေလို့ ရှုံးနိမ့်သွားတာ။ ဒါအဖြေပါပဲ။ ယုန်က သူ ရှုံးနိမ့်ရတဲ့ အကြောင်းရင်းကို အဖြေတွေ့တော့ ပြုပြင်ဖို့ ဆုံးဖြတ်တယ်။ လိပ်ကို နောက်တစ်ချိန် ယှဉ်ပြိုင်ဖို့ စိန်ပြန်ခေါ်တယ်။ ယုန်နဲ့လိပ် နောက်တစ်ကြိမ် အပြေးပြိုင်ပွဲ နှံ့ကြတယ်။

ဒီပြိုင်ပွဲမှာ ဘယ်သူ အနိုင်ရလိမ့်မယ်ဆိုတာ စာဖတ်သူတွေ ခန့်မှန်းသိရှိပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ယုန်မှာ အစွမ်းအစရှိတယ်၊ ရှုံးနိမ့်တဲ့အခါ ကိုယ့်အားနည်းချက် ကိုယ့်အမှားကို ပြန်သုံးသပ်ရှာဖွေတယ်။ ကိုယ့်အားနည်းချက်၊ ကိုယ့်အမှားကို ပြန်လည်ပြုပြင်တယ်။ ရှုံးနိမ့်ခဲ့ဖူးတဲ့ နယ်ပယ်ကို ကြောက်ရွံ့မနေဘဲ နောက်တစ်ကြိမ် ရင်ဆိုင်အနိုင်ယူတယ်။

ယုန်နဲ့လိပ်ပုံပြင်သစ်ကို ကျွန်တော် သဘောကျတယ်။ ဒါကြောင့် လည်း တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပြန်ပြောဖြစ်တယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်း မြင်းကောင်း ခွာလိပ်ဆိုတာလို အကြောင်းမသင့်လို့ဖြစ်စေ ကိုယ့်အားနည်းချက် တစ်ခုခုကြောင့်ဖြစ်စေ အရှုံးနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါတွေလည်း ရှိမယ်။ ရှုံးနိမ့် တဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့ ဘာလုပ်ကြမှာလဲ။

ရှုံးနိမ့်တဲ့အခါ အရှုံးကို ရင်ဆိုင်ကြတဲ့ပုံစံတွေ အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်လည် မဝေဖန်မသုံးသပ်ဘဲ သူများကို လက်ညှိုးထိုး မယ်။ သူများအပြစ်ကိုရှာပြီး လက်ညှိုးထိုးတတ်သူမျိုးဟာ ဘယ်တော့မှ အောင်မြင်မှုရမှာမဟုတ်ဘူး။ ဘောလုံးကစားကြတဲ့အခါ ကိုယ့်အသင်း ရှုံးရင် ဒိုင်ညစ်တယ်လို့ အပြစ်တင်သူကတင်တယ်။ ရာသီဥတုက ဘယ် လိုဖြစ်နေလို့ ရှုံးတာလို့ ရမည်ရှာ အကြောင်းပြတဲ့အခါ ပြတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ဓာတ်မျိုးက အောင်စိတ်မဟုတ်ပါဘူး။

အရေးကြီးတာက ယုန်နဲ့လိပ်ပုံပြင်သစ်လိုပဲ၊ အရှုံးကို ရင်ဆိုင်ရတဲ့ အခါ အဖြစ်မှန်ကိုတွေ့မြင်အောင် ပြန်လည်သုံးသပ်ဖို့၊ အမှားကိုမြင်ပြီး မှန်အောင် ပြုပြင်တတ်ဖို့ဟာ အောင်မြင်ရေးအတွက် အလွန်ပဲအရေးကြီး ပါတယ်။

ဘဝမှာ အရှုံးနဲ့ မကြုံတွေ့ရဖူးတဲ့သူရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ ရှုံးနိမ့်မှုနဲ့ ကြုံတွေ့ရတဲ့အခါ စိတ်အားငယ်ပြီး အရှုံးကိုရင်မှာပိုက်ပြီး ခေါင်းငိုက် စိုက်ချကာ တစ်သက်လုံး အရှုံးသမားကြီးလုပ်နေရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ လဲကျရင် ချက်ချင်းပြန်ထရမှာပါ။



## ဘဝ ပစ်တိုင်းထောင်

ဟောပြောပွဲတွေလုပ်တဲ့အခါ ပရိသတ်ထဲက မေးချင်တာရှိရင်မေးဖို့ ကျွန်တော် ဖိတ်ခေါ်လေ့ရှိတယ်။ နားထောင်သူက ဟောပြောသွားတာ တွေအပြင် သိချင်တာ မေးချင်တာလည်း ရှိတတ်တယ်။

ကျွန်တော့်ဘဝမှာ လက်ကိုင်အဖြစ် ဆောင်ထားတတ်တဲ့ ဆောင်ပုဒ်တို့ ဆိုရိုးစကားတို့ရှိရင် ပြောပြပါလို့ တောင်းဆိုသူနဲ့ ကြုံရ တယ်။ အဲဒီလိုကြုံရတဲ့အခါ ကျွန်တော် ဘဝအားမာန်အဖြစ် လက်ကိုင် ထားတဲ့ ကဗျာကို ပြန်ရွတ်ပြပါတယ်။

‘လဲသော်ခဏ

ချက်ချင်းထမယ်

ဘဝ ပစ်တိုင်းထောင် ’။

ဒီကဗျာကို ကျွန်တော် ရေးတာမဟုတ်ဘူး။ ဘယ်သူရေးမှန်း လည်း မသိဘူး။ တစ်ခါတုန်းက ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်နယ်မြေ ကမာရွတ် လှည်းတန်းက အပြင်ဘော်ဒါဆောင်တစ်ခုမှာ ငှားနေပြီး သင်တန်းတစ်ခု ကို တက်နေခိုက် ကျွန်တော်နေတဲ့အခန်း သုံးထပ်သားနံရံပေါ်မှာ တစ် ယောက်ယောက်က မြေဖြူနဲ့ ရေးထားပစ်ခဲ့တာ။

ကျွန်တော် နှစ်သက်သဘောကျပြီး အလွတ်ရနေတဲ့ကဗျာ။ ရာစုနှစ်ဝက်လောက် ကျွန်တော် လက်ကိုင်ထားတဲ့ ဘဝအားမာန် ကဗျာ ပါ။ ကျွန်တော် အခက်အခဲ ဘေးအန္တရာယ်နဲ့ ကြုံရတဲ့အခါ ဒီကဗျာကို ဂါထာတစ်ပုဒ်လိုရွတ်ပြီး အားတင်းတယ်။ အခက်အခဲတွေကို ကျော်ဖြတ် ခဲ့ပါတယ်။

အခက်အခဲဆိုတာကို လူတိုင်း ကြုံရစမြဲပါပဲ။ ကြုံရင် ဘယ်လို ရင်ဆိုင်မှာလဲ။ အရေးကြီးတာက အခက်အခဲကို အရှုံးမပေးဘဲ ရင်ဆိုင်ဖို့ ပါ။ စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်ဖို့၊ စွမ်းအားရှိဖို့၊ သတ္တိရှိဖို့ လိုတယ်။ စိတ်ဓာတ်ရော စွမ်းအားရော သတ္တိရောကတော့ ခုလိုခုထပြည့် ဘယ်ဟုတ်မှာလဲ။ လေ လျော့နေတဲ့ ပူဖောင်းလို လိုတဲ့အချိန် လေထိုးလိုက်ရင် ဖောင်းကားပြည့် တင်းလာသလို ချက်ချင်းတော့ ဘယ်ဖြစ်မှာလဲ။ ကြိုတင် ဖြည့်ထားရ မယ်။

အခက်အခဲအကျပ်အတည်းကို အခြားသူတွေ ဘယ်လိုဖြတ်သန်း သလဲဆိုတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို ကြိုတင်လေ့လာထားရမယ်။ စိတ်ဓာတ် ခွန်အား ဖြစ်စေမယ့်စာတွေ ဖတ်ထားရမယ်။ ဟောပြောချက်တွေ နား ထောင်ထားရမယ်။ လောကဓံ နိမ့်မြင့်ကြုံရင် မတုန်လှုပ်ဖို့ ဘာသာရေး အဆုံးအမတွေကို မှတ်သားနာယူ ဖြည့်ဆည်းထားရမယ်။ ကိုယ့်စိတ်နေ စိတ်ထားကို ရင့်ကျက်အောင် ပြုစု ပျိုးထောင်ထားရပါမယ်။

အခက်အခဲကို ရင်ဆိုင်ကျော်ဖြတ်တဲ့အခါ စွမ်းအားပြည့်ဝဖို့လည်း လိုပါတယ်။ စွမ်းအားဆိုရာမှာ သူ့ကိုစွန့်သင့်တော်မယ့် ဓန၊ ပညာ၊ ဂုဏ်၊ အာဏာ၊ သိက္ခာ အပေါင်းအသင်းစွမ်းအားတွေ ရှိထားနှင့်ရမယ်။ လူတိုင်းဟာ ဓန၊ ပညာ၊ ဂုဏ်၊ အာဏာတွေနဲ့ ပြည့်စုံနေဖို့တော့ မလွယ် ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ မိတ္တဗလလို့ ခေါ်ကြတဲ့ အပေါင်းအသင်းစွမ်းအား တော့ ပြည့်စုံချင်ရင် ဖြည့်လို့ ပြည့်နိုင်ပါတယ်။

လက်ရေ့သမားတစ်ယောက် ကြီးဝိုင်းထဲမှာ Knock out ကျအောင် အလဲထိုးခံလိုက်ရလို့ မျက်နှာ ကြမ်းပြင်ပေါ် မှောက်ကျနေတဲ့ အချိန်၊ ပြိုင်ဘက်က မာန်တကြွကြွနဲ့ အနိုင်ယူအောင်ပွဲခံဖို့ ပြင်ဆင်နေတဲ့ အချိန်၊ ဒိုင်လူကြီးက အရုံးအနိုင်ဆုံးဖြတ်ဖို့ တစ်-နှစ်-သုံး-လေး ရေ တွက်နေတဲ့အချိန်၊ ကိုယ်က အရုံးပေးလိုက်ရတော့ မှာလားလို့ စဉ်းစား ရတဲ့အချိန်။ ဒီအချိန်မျိုးမှာ ကိုယ့်ကိုအရုံးမပေးဖို့၊ လဲနေရာကပြန်ထဖို့ ကိုယ့်ဘက်က အားပေးတဲ့သူတွေရဲ့ အသံနဲ့ အားမာန်တင်းပြီး ပြန်ထ ပြိုင်ဘက်ကိုရင်ဆိုင် အနိုင်ယူတဲ့အဖြစ်မျိုး တွေရှိတယ်။ ဒီအဖြစ်မှာ ကိုယ့်ကိုအရုံးမပေးဖို့ အားပေးတဲ့ ကိုယ့်ဘက်သားတွေ ရှိနေဖို့လိုတယ်။ ဒီလိုရှိနေဖို့ ကိုယ့်အတွက် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတွေ ကြိုတင်စုဆောင်း ရမှာပါ။

ဘယ်လို စုဆောင်းမှာလဲ။ ကိုယ်က ကိုယ့်အပေါင်းအသင်းတွေ အတွက် မိတ်ဆွေကောင်း ဖြစ်ရမယ်။ သူများအရေး သူများကိစ္စမှာ ကိုယ်က ကိုယ့်အရေးကိစ္စလို ပါဝင်ကူညီထားရပါမယ်။ ဒါဆိုရင်တော့ ကိုယ့်အရေးကြုံတဲ့အခါ ဘယ်သူမှ လက်မနှေးဘဲ ကူညီကြမှာပါ။ ကိုယ့် မှာ ဓနအင်အား မရှိရင်တောင်မှ ကိုယ့်မိတ်ဆွေက ဓန၊ပညာ၊ ဂုဏ်၊ အာဏာရှိတဲ့ သူ့အပေါင်းအသင်းကို အကူအညီတောင်းပေးပါလိမ့်မယ်။

လူတိုင်း သိက္ခာစွမ်းအားရှိဖို့လည်း လိုတယ်။ မဟုတ်မမှန် တာ မတရားတာ မလုပ်တဲ့သူတိုင်းမှာ သိက္ခာစွမ်းအား ရှိကြတယ်။ ကံအကြောင်းမလှလို့ ကိုယ့်ကို မတရားအစွပ်စွဲခံရရင်တောင်မှ ကိုယ်က သိက္ခာရှိတဲ့သူဆိုရင် ကိုယ့်ဘက်က ရပ်တည်မယ့်သူ မရှားပါဘူး။

ကိုယ့်စိတ်ဓာတ်ကို ကောင်းမွန်အောင် ပြင်ဆင်ထားနိုင်ရင် ဘယ်အခက်အခဲမျိုးကိုမဆို ရင်ဆိုင်အောင်မြင်နိုင်တဲ့ သတ္တိရှိပါတယ်။





## သင့်ကို ဖျက်ဆီးနေတဲ့သူ

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု စိန့်လူးဝစ်က ကုမ္ပဏီတစ်ခုမှာပါ။

ကုမ္ပဏီဝန်ထမ်းတွေ နေ့လယ်စာစားဖို့ နားကြတဲ့အချိန်၊ စားသောက်ခန်းအဝင်တံခါးဝမှာ ထူးဆန်းတဲ့ ကြော်ငြာတစ်ခု ကပ်ထားတယ်။ ‘သင့်ဘဝတိုးတက်မှုကို နှောင့်ယှက်ဟန့်တားနေတဲ့သူ ဒီနေ့ သေသွားပြီ။ သူ့အလောင်းကို အားကစားခန်းမထဲမှာ ပြင်ဆင်ထားတယ်။ အသုဘရှု ကြွကြွပါ’တဲ့။

နေ့လယ်စာစားဖို့လာတဲ့သူတွေ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး စိတ်ဖြောင့်ဖြောင့် တန်းတန်း နေ့လယ်စာ စားနိုင်ပါ့မလဲ။ စားရင်းသောက်ရင်း အတွေးတွေက များနေတာပေါ့။ ‘ငါ့ဘဝတိုးတက်မှုကို နှောင့်ယှက်ဟန့်တားနေသူ ဆိုပါလား။ ငါ့ရာထူးတိုးကိစ္စတုန်းက မထောက်ခံတဲ့ မန်နေဂျာပဲ ဖြစ်မယ်၊ ‘ဘယ်ကောင်ပဲဖြစ်ဖြစ် ငါ့ရန်သူတော်တော့ သေပြီဆိုပဲ။ ဝမ်းသာလိုက်တာ’၊ ‘ငါ့ဘဝတိုးတက်မှုကို နှောင့်ယှက် ဟန့်တားနေတဲ့ကောင် သေပြီဆိုတော့ ရှေ့မှာ ငါ့ဘဝ တိုးတက်အောင်မြင်ဖို့ပဲ ရှိတော့တာပေါ့’၊ ‘ငါ့ဘဝ တိုးတက်မှုကို နှောင့်ယှက်ဟန့်တား နေတဲ့သူဆိုပဲ။ ဘယ်သူပါလိမ့်’ သိချင်စိတ်က တရွရွမို့ နေ့လယ်စာကို ဖြောင့်ဖြောင့် မစားနိုင်ကြဘူး။ အချို့ကလည်း စားနေတာရပ်ပြီး အသုဘ ပြင်ထားတယ်ဆိုတဲ့ အားကစားရုံကို သွားတယ်။

အားကစားရုံထဲဝင်မိတော့ ကိုယ့်အရင်ရောက်နေတဲ့ သူတွေက အများသား။ သေဆုံးသူကို ခန်းမလယ်မှာ ခေါင်းသွင်းပြီး ပြင်ထားတယ်။ ခေါင်းထဲကလူရဲ့ မျက်နှာကို ကြည့်ရဖို့ ကုမ္ပဏီဝန်ထမ်းတွေ တန်းစီနေ တယ်။ လူတန်းကြီးက အရှည်ကြီး။ တရွေ့ရွေ့နဲ့ ခေါင်းဆီရောက်အောင် သွားရတယ်။

လူရဲ့ မျက်နှာရှိတဲ့နေရာမှာ ခေါင်းကို လှုပ်ထားတယ်။ တရွေ့ရွေ့ တန်းစီလာတဲ့သူက ခေါင်းအနီးကိုရောက်တော့ ခေါင်းထဲက အသုဘရဲ့ မျက်နှာကို ငုံ့ကြည့်လိုက်တယ်။ ခေါင်းထဲမှာ မြင်လိုက်ရတာက ကိုယ့် မျက်နှာကြီးပါလား။ ခေါင်းထဲမှာ ကြည့်မှန်ချပ်ကြီး ထည့်ထားတော့ ငုံ့ကြည့်လိုက်တာနဲ့ ကိုယ့်မျက်နှာကြီး တွေ့ရတော့တာပေါ့။

ခေါင်းထဲ ငုံ့ကြည့်ပြီး ကိုယ့်မျက်နှာကြီး မြင်လိုက်ရသူတိုင်း တွန့်သွားလန့်သွားတယ်။ ထင်မထားဘူးလေ။ မှန်ဘေးမှာ စာတွေရေး ထားတယ်။ 'သင့်ဘဝ တိုးတက်မှုကို နှောင့်ယှက်ဟန့်တားမှု အပြုနိုင် ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သင်ကလွဲပြီး အခြားသူမရှိဘူး' တဲ့။

အားကစားရုံထဲက ပြန်ထွက်လာသူတိုင်းမှာ အတွေးကိုယ်စီနဲ့ ပေါ့။ 'ငါ့ဘဝတိုးတက်မှုကို နှောင့်ယှက်ဟန့်တားမှု အပြုနိုင်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ် ဟာ ငါကလွဲပြီး အခြားသူမရှိဘူးဆိုတာ အမှန်ပဲ။ 'ငါ့ပါးစပ်ကြီးက အပေါက်ဆိုးလို့ ငါ့ကို မုန်းတဲ့လူများနေတာ'၊ 'ငါ ရေသာခိုနေလို့ မတိုးတက်တာ၊ ဒီနေ့ကစပြီး ဒါကိုပြင်ရမယ်'၊ 'ငါ့ဘဝတိုးတက်မှုကို နှောင့်ယှက်ဟန့်တားနေတဲ့သူ ဒီနေ့သေသွားပြီတဲ့။ ဒါအမှန်ပဲ။ ဘဝကို တိုးတက်အောင် မကြိုးစားတဲ့သူ၊ ဆက်ဆံရေးမကောင်းတဲ့သူ သေသွား ပြီ။ အခုအချိန်ကစပြီး လူသစ်စိတ်သစ် ဘဝသစ်စမယ်ဆိုတဲ့ အတွေးတွေ နဲ့ အလုပ်ခွင်ကို ပြန်ဝင်ကြတယ်တဲ့။





### ဆရာကောင်းတပည့်

အောင်မြင်ကြီးပွားဖို့အတွက် ဆရာကောင်းကို ဆည်းကပ်ဖို့လိုတယ်။  
ဆရာမှားလို့ ငရဲလားရတာမျိုးတွေလည်း ဇာတ်တော်မှာပါတယ်။

အောင်မြင်လိုတဲ့သူက ဆရာကောင်းရဲ့အရိပ်ကို ခိုရတယ်။ ဆရာ  
ဆီကပညာကို ရအောင်ယူရပါတယ်။ ပညာသာမကဘဲ မေတ္တာပါ  
ရအောင် ယူနိုင်ဖို့လိုတယ်။ ဆရာမေတ္တာရရင် ဆရာက ပညာပေးရုံမက  
လိုအပ်တဲ့ လမ်းညွှန်မှုလေးတွေပါ ပေးလိမ့်မယ်။

ဆရာအရိပ်ကို တစ်သက်လုံး ခိုနေတာမျိုးတော့ အားမပေးပါဘူး။

ဆရာထံက အထိုက်အလျောက်ပညာရလို့ ကိုယ့်ခြေထောက်ပေါ် ကိုယ်  
 ရပ်နိုင်ရင် ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း ထူထောင်ရမယ်။ ဆရာအရိပ်ကို တစ်သက်  
 လုံးခိုနေရင် လောင်းရိပ်မိမယ်။ ကိုယ့်ခြေထောက်ပေါ် ကိုယ်ရပ်မယ်ဆိုတဲ့  
 ရည်မှန်းချက်ကိုလည်း အမြဲထားပြီး ဆရာပညာရအောင် ယူနေရမယ်။  
 ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း ထူထောင်မယ်ဆိုရင် ဆရာကို ခွင့်တောင်းမယ်။ ဆရာ  
 မေတ္တာရထားရင် ထူထောင်မယ့်လုပ်ငန်းကို ဆရာက ကြည်ကြည်ဖြူဖြူ  
 အားပေးအားမြှောက် လုပ်ပါလိမ့်မယ်။

\*

## ပန်းကောင်းအညွန့်ကျိုး

‘မသမာသူ ကျားငစဉ်းလဲက ဖျက်ဆီးလိုက်လို့ သမီးဘဝတော့ ပန်းကောင်းအညွန့်ကျိုး ဖြစ်ရပါပြီ’ လို့ ပြောတာ ကြားဖူးတယ်။

ကိုယ့်နဲ့တွဲတွဲကောင်က ကိုယ့်ကိုတန်ဖိုးမထားဘဲ ဖျက်ဆီးတာ ခံလိုက်ရသတဲ့။ ဘယ်လိုဖြစ်ရတာလဲ မေးကြည့်တော့ သူ့ကိုယ့်ပြီး သူခေါ်တဲ့ ဆိတ်ကွယ်ရာ လိုက်သွားမိတယ်။ ဆိတ်ကွယ်ရာမှာ အနိုင်ကျင့်တာ ခံရပါသတဲ့။ စိတ်မကောင်းစရာပါပဲ။ ကိုယ့်ကို တန်ဖိုးမထားမခံရတာ ဝမ်းနည်းစရာပေါ့။

ဒါပေမဲ့ စေ့စေ့စပ်စပ် စဉ်းစားကြည့်လိုက်တော့ ကိုယ်ကကော၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားခဲ့ရဲ့လား။ အလွယ်တကူ သူခေါ်ရာ လိုက်သွားမိတော့ အစော်ကား ခံလိုက်ရတယ်။ ခုအချိန်ရောက်မှ ငိုနေလည်း အပျို ပြန်မဖြစ်တော့ဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားတဲ့သူကိုမှ အခြားသူကလည်း တန်ဖိုးထားတတ်တာ သဘာဝပါ။ လမ်းဘေးမှာ ဖက်ရွက်ခင်း ရောင်းတဲ့ပစ္စည်းနဲ့ ကြွေပန်းကန်ထဲထည့် မှန်ရှိုးကော်စထဲ ထည့် ရောင်းတဲ့ပစ္စည်း၊ ပစ္စည်းချင်း အတူတူဖြစ်ရင်တောင်မှ တန်ဖိုးထားခံရတာချင်း မတူဘူး။

ကိုယ့်ကို သူများက လေးစားပါလို့ လိုက်ပြောနေလို့ အလေးစား  
ခံရမှာ မဟုတ်ဘူး။ လေးစားအောင် ပြုမူနေထိုင်ရင် အလေးစားခံရမယ်။  
အခြားသူတွေရဲ့ ချစ်ခင်နှစ်သက်မှုကို လိုလားရင် ကိုယ်က ချစ်ခင်နှစ်  
သက်စဖွယ်ဖြစ်အောင် ပြုမူနေထိုင်ရင် သူများရဲ့ မေတ္တာကို အလိုလို ရရှိနိုင်  
ပါတယ်။

အဓိကကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးရှိအောင် ကိုယ်တိုင်က  
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားပြီး တန်ဖိုးရှိအောင် နေထိုင်ပြုမူရမှာ ဖြစ်ပါ  
တယ်။



၊  
၊  
၊  
၊  
၊  
၊  
၊  
၊  
၊  
၊

## ပျင်းရင်ဖျင်းတယ်

လူဆိုတာကတော့ ရမည်လေးရှာရှာပြီး သက်သာသလိုနေချင်တဲ့ သဘာဝ ရှိမြဲပါပဲ။ အလုပ်တစ်ခု လုပ်ရမယ်ဆိုရင် စောပါသေးတယ်၊ နောက် တောင်မှ ကျသွားပြီ၊ ရာသီဥတုက ချမ်းပါသေးတယ်၊ ပူလိုက်တာ လွန်ပါ ရော ဒီလိုရာသီမျိုးမှာ ကျိုးကန်းတောင် အစာရှာမထွက်ဘူး၊ ဗိုက်က ဒီလောက်ဆာနေတာ အလုပ်ထွက်လုပ်ရင် ကျန်းမာရေး ထိသွားမှာပေါ့ ကြာကြာဝါးမယ့်သွား အရိုးကြည့်ရှောင်ရမယ်လို့ ဆိုထားတယ်လေ။ အစာစားထားတာ ဗိုက်ထဲမှာ ပြည့်အင်နေတာ ချက်ချင်းထ အလုပ်လုပ် လို့ မဖြစ်ပါဘူးဆိုတဲ့ အကြောင်းပြချက်အမျိုးမျိုးနဲ့ ပျင်းရိတတ်သူတွေ လည်းရှိတယ်။

ကျွန်တော်ငယ်စဉ်က ကျွန်တော့်ဖခင် ကျောင်းဆရာက တစ်သက် တာမှတ်သားရမယ့် ဆောင်ပုဒ်တစ်ခု ပေးထားတယ်။ 'ပျင်းရင်ဖျင်းတယ်၊ ဖျင်းရင်ပျင်းတယ်တဲ့' ။

အလုပ်တစ်ခုခုလုပ်ဖို့ ပျင်းရိတဲ့အခါ အဖေက 'မင်းပျင်းနေရင် လူဖျင်းဖြစ်မှာပဲ'လို့ သတိပေးနေသလိုပဲ။ ကိုယ်ဘာကြောင့် ပျင်းနေတာ လဲလို့ မေးခွန်းပြန်ထုတ်မိရင် 'ပျင်းမှာပေါ့ ကိုယ်ကလူဖျင်းကိုး'လို့ စဉ်းစား

လိုက်မိရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြိမ်တို့လိုက်သလိုပါပဲ။ ပျင်းတဲ့စိတ်တွေ ကြက်ပျောက်ငှက်ပျောက် ပျောက်သွားတယ်။

ကျောင်းဆရာရဲ့သားဖြစ်တာ ကျွန်တော် ကံကောင်းတယ်။ အဖေက ကျောင်းဆရာဆိုတော့ တပည့်အမြောက်အမြားကို ဆုံးမစကား ပြောလေ့ရှိတယ်။ ကျွန်တော်ကတော့ သူ့သားမို့ ဆုံးမစကားတွေ များများ ပိုကြားခဲ့ရတာပေါ့။ ကျွန်တော်ကလည်း လူငယ်ဘဝမှာ စာကျက်ရတာ ပျင်းတယ်။ အဖေမျက်စိ ရှေ့မှောက်မှာထိုင်ပြီး စာကျက်ရတဲ့အခါ ရမယ်ရှာပြီး ဟိုဟိုဒီဒီ ထသွားတတ်တယ်။ အများဆုံး လုပ်လေ့ရှိတာကတော့ ရေထသောက်တာနဲ့ ရှူရှူးထပေါက်တာပေါ့။ ဒီနှစ်ခုကလည်း တစ်ဆက်တစ်စပ်တည်းဆိုတော့ အလုပ်ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဖေစကားတစ်ခွန်းက တော်တော်အထိနာတယ်။ ‘လူပျင်းသေးပေါက်၊ နွားပျင်းရေသောက်’ တဲ့။ ကျွန်တော်က ကျေးလက်တောရွာမှာ မွေးဖွားကြီးပြင်းခဲ့ရတာဆိုတော့ နွားနဲ့လည်း မစိမ်းပါဘူး။ လှည်းဆွဲလာတဲ့နွားဟာ ရေချောင်းရောက်ရင် ရပ်တန့်ပြီး ရေသောက်လေ့ရှိတယ်။ နားတာပေါ့။

ရမည်လေးရှာ အကြောင်းကလေးပြုပြီး အသက်သာခိုရင် အခိုက်အတန့်တော့ သက်သာပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ‘ငယ်တုန်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် များများခိုင်းမထားရင် ကြီးတဲ့အခါ သူများခိုင်းတာ ခံရမယ်ဆိုတဲ့ စကား အတိုင်းပါပဲ။ အောင်မြင်ခဲ့သူတွေက အဆင်မပြေမှု မပြည့်စုံမှုတွေကို ရမယ်ရှာ အကြောင်းပြုပြီး ကိုယ့်ဘဝတိုးတက်မှုကို အဆုံးအရှုံးမခံဘူး။ အချို့က အမေသေလို့ ဘဝပျက်ပါပြီလို့အကြောင်းပြတယ်။ အမေသေလို့သာ ဘဝပျက်စတမ်းဆိုရင် သိဒ္ဓတ္တဟာ ဂေါတမဗုဒ္ဓဖြစ်မလာဘူး။ အချို့က ခေတ်မကောင်းဘူး ညည်းတွားတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းဟာ မြို့ပေါက်စလေးဖြစ်တဲ့ နတ်မောက်မှာမွေးဖွားပြီး သူ့ငယ်စဉ်ဘဝမှာ ပထမကမ္ဘာစစ်၊ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကို ရင်ဆိုင်ခဲ့ရတယ်။ ခုကာလမှာ သွား



ရေးလာရေး ချောမွေ့လာပြီဖြစ်ပေမဲ့ တစ်ခေတ်တစ်ခါက ရေတစ်တံ၊ ကုန်းတစ်တန်သွားရတဲ့ ပန်းတနော်မှာနေထိုင်တဲ့ ဦးသန့်ဟာ ကုလသမဂ္ဂအထွေထွေ အတွင်းရေးမှူးချုပ်အထိ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

ဘဝမှာ အခက်အခဲတွေ ဒုက္ခတွေ အမျိုးစုံကြုံရတာ မမ္မတာပဲ။ အောင်မြင်မယ့်လူဟာ ဒုက္ခတွေ့တဲ့အခါ ကျော်ဖြတ်ဖို့ နည်းလမ်း ရှာတယ်။ ကျော်ဖြတ်ဖို့ ကြိုးစားတယ်။ ဒီလိုနဲ့ လူ့အရည်အချင်း တိုးတက်သွားတယ်။ ဒီခံယူချက်နဲ့ ဒုက္ခကိုအရင်းတည်ပြီး ကြိုးစားသူက ရည်မှန်းချက် ပြည့်ဝအောင်မြင်တယ်။

လူအမျိုးမျိုး ဘဝအထွေထွေ ရှိကြတာမို့ ကိုယ့်ကျမှ ဘာဖြစ်ညာဖြစ်ရတယ် ရမည်ရှာ အကြောင်းပြပြီး မနေပါနဲ့။ ဘဝကို လက်မြောက်အရှုံးမပေးဘဲ ကြိုးစားသူတွေက အောင်မြင်သွားတဲ့ သာဓကတွေလည်း အများကြီးရှိတယ်။ ဆင်ခြေဆင်လက်ပေးပြီး အလုပ်မလုပ်ရင် အလုပ်မဖြစ်တာပဲ အဖတ်တင်တယ်။



## သင့်အတွက် တစ်နေရာ

လူတိုင်းမှာ သူနဲ့ထိုက်တန်တဲ့ နေရာတစ်နေရာက ရှိပြီးသားပါ။ လူတွေက နေရာပေးချင်နေတာ။

တစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ လူတိုင်းဟာ ထိုက်တန်တဲ့နေရာကို ရကြတယ်။ လူတွေက ဘယ်လိုနေရာမှာ ထားလေ့ရှိသလဲ။ အဲဒီသတ်မှတ်မှုက ကိုယ့်အပေါ်ပဲ တည်တယ်။ ကိုယ့်အလုပ်ပေါ်ပဲ တည်တယ်။ ကိုယ့်လုပ်ရပ်က အများအတွက် အထောက်အကူဖြစ်ရင် အများက ကိုယ့်ကို လိုလားမယ်၊ နေရာပေးမယ်။ လူရာဝင်မယ်။

အဲ..ကိုယ်က ယောင်တောင်ပေါင်တောင် ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်ကို ခေါ်ချင်ပြောချင်တဲ့သူတောင် ရှိမှာမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်က ရာထူးရာခံ တစ်ခုခုရှိနေရင် ကိုယ်နဲ့ပတ်သက် ဆက်ဆံချင်တဲ့သူတွေ ရှိမယ်။ ကိုယ်က ရာထူးက ပြုတ်သွားမယ်၊ ပင်စင်ယူသွားပြီဆိုရင် ဆက်ဆံရေးက ကျဲသွားမယ်။ ဒါသဘာဝပဲ။ ခံစားမနေနဲ့။ ဒါမှမဟုတ် ကိုယ်က (အပြင်) အလုပ်တစ်ခု လုပ်တယ်။ အောင်မြင်တယ်၊ နေရာပေးကြလိမ့်မယ်။ ကိုယ်က ဆက်မလုပ်တော့ဘူးဆိုရင် ကိုယ့်ကို အရင်လို နေရာပေးမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ဒါသဘာဝပဲ။ လူရာဆက်ဝင်ချင်ရင်တော့ အလုပ်

တစ်ခုခု လုပ်ရမှာပဲ။ နေရာတစ်ခုရအောင် ကြိုးစားရမှာပါပဲ။

ဒါကြောင့် နေရာတစ်ခုလိုချင်ရင် ကိုယ်က အများအတွက် အထောက်အပံ့ပြုနိုင်တဲ့ အလုပ်တစ်ခုခု လုပ်ရမယ်။ မလုပ်ရင်၊ ဒါမှ မဟုတ် မလုပ်တော့ရင်တော့ နေရာမရှိဘူး။



## ကြီးပွားမယ့် လက္ခဏာ ပါသလား

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင် သုံးယောက်ကို ကျွန်တော် အင်တာဗျူးပါတယ်။  
မေးခွန်းက တစ်ခုတည်းပါ။

မေး။ ။ လူတစ်ယောက်မှာ ကြီးပွားမယ့်လက္ခဏာ ပါသလား။

ယူဒီဦးခင်မောင်ဝင်း။ ။ ပြောရရင် ကျွန်တော်ကိုယ်နှိုက်က  
တပည့်ကောင်းကောင်းဖြစ်ခဲ့ဖူးလို့ ခုအချိန်မှာ ဆရာဖြစ်နေတာပါ။  
တပည့်ကောင်းမဖြစ်ဖူးတဲ့ လူတစ်ယောက်က ဆရာမဖြစ်နိုင်ပါဘူး။  
ကျွန်တော်ဆရာဖြစ်ခါစက ပထမတော့ တပည့်တစ်ယောက်၊ နှစ်  
ယောက်။ နောက်တော့ ၄-၅-၁၀ ယောက်။

အဲဒီနောက် ၁၀၀-၂၀၀။ နောက်၅၀၀ ဒီလိုနဲ့များလာတာ။ အလုပ်  
သမားတွေထဲမှာ ဘာတွေ့ရသလဲဆိုတော့ ဘယ်လိုလူတွေက ကြီးပွား  
ချမ်းသာမယ့် သူလဲဆိုတာ သူ့လက္ခဏာကြည့်ပြီး ခန့်မှန်းတတ်လာတယ်။  
ဒီတစ်ယောက်ဖြင့် မကြီးပွားနိုင်ဘူး။ ဘယ်လို အကဲဖြတ်သလဲဆိုတော့  
ပုဆိုးတရွတ်တိုက်နဲ့ လမ်းလျှောက်ရင် နှေးနှေးကွေးကွေး လျှောက်တတ်  
တဲ့သူမျိုး ရှိတယ်။ အဲဒီလိုလူမျိုးက တွေးတာခေါ်တာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချ  
တာ နှေးကွေးတော့မယ်။ ကြိုးစားအားထုတ်တာ နှေးကွေးတော့မယ်

ဆိုတာ ခန့်မှန်းမိလို့ မင်း လမ်းလေးမြန်မြန်လျှောက်ကွာလို့ စပြီး ပြုပြင်ရတယ်။

အောင်သမာမိ ဦးအောင်ဆန်းဝင်း။ ။ မင်း သခင်ဖြစ်ချင်သလား၊ ကျွန်ဖြစ်ချင်သလားမေးရင် ဘယ်သူဖြစ်ဖြစ် သခင်ဖြစ်ချင်တယ်လို့ ဖြေမှာပဲ။ ဆန္ဒခြင်းတူလျက်နဲ့ ဖြစ်လာတာ ဘာကြောင့်ကွာလဲ။

သခင်ဖြစ်မယ့်လူက သခင်စိတ်နဲ့လုပ်တယ်။ ခိုင်းမှလုပ်တာ မဟုတ်ဘူး။ လုပ်စရာကို ကိုယ့်အသိစိတ်နဲ့ လုပ်တယ်။ ဒီနေ့ အောင်မြင်နေတဲ့သူတွေဟာ သူများခိုင်းမှ ထလုပ်တတ်တာမဟုတ်ဘူး။ တစ်လျှောက်လုံး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ခိုင်းလာတာ။ လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို ကိုယ့်အသိစိတ်နဲ့ ကိုယ် တာဝန်ကျေကျေလုပ်တတ်ရင် ဒါက ကြီးပွားမယ့်လက္ခဏာပဲ။

ဦးသိန်းဝင်း( ဆံသ)။ ။ ကျွန်တော့်ဆီမှာ အလုပ်လုပ်နေတဲ့ တပည့်အချို့က ကျွန်တော်ပြောတဲ့စကားကို ရှေ့တွင်ပဲ နားထောင်တယ်။ ကွယ်ရင် ထင်ရာလုပ်တယ်။ ဆေးလိပ်မသောက်နဲ့၊ ကွမ်းမစားနဲ့၊ လောင်းကစားမလုပ်နဲ့၊ ကျွန်တော်က ဆုံးမတယ်။ ကျွန်တော့်မျက်ကွယ်လည်း ရောက်ရော ထင်ရာလုပ်တာပဲ။ လူကြီးသူမရဲ့ ဆုံးမစကားကို ရှေ့တွင်ရော ကွယ်ရာပါ လိုက်နာတတ်တဲ့သူတွေ ကြီးပွားတိုးတက်တယ်။

**အောင်မြင်ကြီးပွားဖို့ သော့ချက်**

လူတိုင်း အောင်မြင်ကြီးပွားချင်တယ်။ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီး အောင်မြင်ကြီးပွားလာတဲ့သူ သုံးယောက်ကို ကျွန်တော်က မေးခွန်းတစ်ခု တည်းကိုပဲ မေးတယ်။

မေး။ ။ အောင်မြင်ကြီးပွားဖို့ အဓိကသော့ချက်က ဘာလဲ။

ဦးမျိုးသိန်း( မျိုးသိန်း အီလက်ထရောနစ်)။ ။ ကိုယ့်အလုပ်နဲ့ ကိုယ့် ဝါသနာ တစ်ထပ်တည်းကျရင် အချိန်တိုတိုအတွင်းမှာ အောင်မြင်မယ်။ ကိုယ်လုပ်နေရတာကတစ်မျိုး ကိုယ့်ဝါသနာက တစ်မျိုးဆိုရင်

အာရုံနောက်နေတတ်တယ်။ ကိုယ်ရဲ့တန်ဖိုးရှိတဲ့ အချိန်တွေလည်း  
 အလဟဿ ကုန်သွားတတ်တယ်။ ကျွန်တော် ငယ်ငယ်ကလေးကတည်း  
 က အသံနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ကိစ္စတွေကို ရူးသွပ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း  
 အသံနဲ့ဆိုင်တဲ့ စပီကာတွေ၊ ဆောင်းဘောက်တွေ ရောင်းတဲ့လုပ်ငန်းကို  
 လုပ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်ထပ်ဆင့်ပြီးတော့ ရေဒီယို၊ ကက်ဆက်  
 တီဗီ၊ နောက် မိုဘိုင်းဖုန်း။ ကျွန်တော် ဆက်ကြိုးစားရင်း ကြိုးစားရင်း  
 ဒီအခြေအနေကို ရောက်လာတာဖြစ်ပါတယ်။

တော်ဝင်ဦးကိုကိုထွေး။ ။ အောင်မြင်ဖို့အတွက် အဓိကလိုအပ်  
 ချက် တစ်ခုကတော့ အောင်မြင်လိုစိတ်ရှိရမယ်။ ဖြစ်ချင်တဲ့ဆန္ဒ ရှိရမယ်။  
 ရပါတယ်။ ထမင်းတစ်နပ်စားတာချင်း အတူတူ ဘာနဲ့စားစား ဗိုက်ပြည့်  
 ပြီးရောဆိုတဲ့လူမျိုး၊ ဘာဝတ်ရဝတ်ရ လုံရင်ပြီးတာပဲဆိုတဲ့လူမျိုး။ အဲဒီလို  
 လူမျိုး ဘယ်တော့မှ မကြီးပွားဘူး။

အောင်သမာဓိ ဦးအောင်ဆန်းဝင်း။ ။ လူတစ်ယောက်  
 အောင်မြင်ကြီးပွားဖို့ အဓိကလိုအပ်တာကတော့ ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်း၊  
 မိတ်ဆွေကောင်း၊ ဆရာကောင်းပဲ။



## အခွင့်အခါကောင်း

အောင်မြင်ကြီးပွားသူတွေမှာ အတွေ့အကြုံတွေ ရှိကြတယ်။ သူတို့အတွေ့အကြုံတွေထဲက မှတ်သားသင့်တာတွေ နမူနာယူသင့်တာ တွေရှိပါတယ်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင် သုံးယောက်ကို ကျွန်တော် မေးပါတယ်။

သူ့အမြင်ကိုယ့်အမြင် အမျိုးမျိုးပါပဲ။

အောင်သမာဓိ ဦးအောင်ဆန်းဝင်း။ ။ ကိုယ်လုပ်နေတဲ့ လုပ်ငန်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အခွင့်အရေးကို ကိုယ်က သူများထက် မြင်တတ်ရတယ်။ အခွင့်အရေးဆိုတာ ကိုယ်နဲ့ဆက်နွှယ်ရာကို မြင်တတ်တယ်။

ဦးအောင်ဆန်းဝင်းက ရွှေလုပ်ငန်းလုပ်နေတဲ့ လူဆိုတော့ ရွှေနဲ့ဆိုင်တဲ့ အခွင့်အရေးကို မြင်တယ်။ ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အခွင့်အရေးမျိုးကျတော့ ဦးကိုကိုထွေးက ဦးအောင်ဆန်းဝင်းထက် ပိုမြင်တတ်မှာ။ လျှပ်စစ်လုပ်ငန်း အီလက်ထရောနစ်လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အခွင့်အရေးမျိုးဆိုရင်တော့ ဦးမျိုးသိန်းက ဦးအောင်ဆန်းဝင်းထက် ပိုမြင်မယ်။ ပြောချင်တာကတော့ ကိုယ်နဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ ကိုယ့်အခွင့်အရေးကို မြင်နိုင်ဖို့လိုတယ်။ သူများမြင်ထားတာကို အားကျနေဖို့ထက် ကိုယ်တိုင်မြင်ပြီး အခွင့်အရေးကို ဆုပ်ကိုင်ပြီး အသုံးချနိုင်ရမယ်။

တော်ဝင် ဦးကိုကိုထွေး။ ။ ပြောင်းလဲနေတဲ့ စီးပွားရေးနယ်ပယ်  
မှာ ကိုယ်ကလည်း အခြေအနေနဲ့ အချိန်အခါနဲ့ ကိုက်ညီအောင် ပြောင်း  
လဲတတ်ဖို့လိုတယ်။ ဥပမာ အရင်က တယ်လီဖုန်း အရောင်းအဝယ်  
လုပ်တယ်။ အစိုးရဆီကထုတ်ပြီး အပြင်မှာရောင်းရင် သိန်း(၃၀)လောက်  
မြတ်တယ်။ အခုအချိန် ဖုန်းကတ်တွေ ထုတ်ရောင်းလို့ အရင်လို မရတော့  
ဘူး။

ဦးမျိုးသိန်း( မျိုးသိန်းအီလက်ထရောနစ် ) ။ ။ ဘာလုပ်ငန်းပဲ  
လုပ်လုပ်၊ မှန်တာပဲပြောမယ်၊ မှန်တာပဲလုပ်မယ်ဆိုတဲ့ အကျင့်ကို ရအောင်  
ယူပါ။ ကိုယ်အမှားတွေ မလုပ်မိတော့ဘူး။ အမှားတွေ မလုပ်မိတဲ့အတွက်  
အမှန်တွေ ပိုလုပ်ဖြစ်မယ်။



၂  
၃  
၄  
၅  
၆  
၇  
၈  
၉  
၁၀  
၁၁  
၁၂  
၁၃  
၁၄  
၁၅  
၁၆  
၁၇  
၁၈  
၁၉  
၂၀  
၂၁  
၂၂  
၂၃  
၂၄  
၂၅  
၂၆  
၂၇  
၂၈  
၂၉  
၃၀  
၃၁  
၃၂  
၃၃  
၃၄  
၃၅  
၃၆  
၃၇  
၃၈  
၃၉  
၄၀  
၄၁  
၄၂  
၄၃  
၄၄  
၄၅  
၄၆  
၄၇  
၄၈  
၄၉  
၅၀



## ငပျင်းတွေအတွက် အောင်မြင်ရေးနည်းလမ်း

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင် သုံးယောက်ကို ကျွန်တော် အင်တာဗျူးပါတယ်။  
မေးခွန်းက တစ်ခုတည်းပါ။

မေး။ ။ လူတစ်ယောက်က ကြီးပွားချင်တယ်။ ဒါပေမဲ့  
အကျင့်ဆိုးလေးတွေတော့ သူ့မှာ ရှိနေတယ်။ ပျင်းတယ်။ အအိပ်အစား  
မက်တယ်။ ဆင်ခြေပေးတတ်တယ်။ ပြုပြင်လို့ရသလား။

ယူဒီ ဦးခင်မောင်ဝင်း။ ။ ပြုပြင်ယူလို့ရနိုင်ပါတယ်။ ဂျပန်မှာ  
ဆိုရင် ဖရဲစိုက်ခင်းက ဖရဲသီးတွေကို ကားပေါ်တင်တဲ့အခါ အလုံးတွေ  
ဆိုရင် အရေအတွက်များများ မဆံ့တဲ့အတွက် ဖရဲသီးကို လေးထောင့်ဖြစ်  
အောင် ပုံသွင်းပါတယ်။ ဖရဲသီးကို လေးထောင့်ပုံသွင်းသလို အမျိုးမျိုး  
သော အခြားအသီးတွေကိုလည်း ပုံသွင်းလို့ရပါတယ်။ ဒါကတော့  
အသီးတွေ အပင်တွေကို ပုံသွင်းတာဖြစ်ပါတယ်။ သက်မဲ့တွေတောင်  
ပုံသွင်းလို့ရသေးတာ၊ သက်ရှိတွေကို ဘာလို့ပုံသွင်းလို့ မရနိုင်ရမှာလဲ။  
လူတိုင်းမှာ အားနည်းချက်ဆိုတာ ရှိတတ်ပါတယ်။ ကိုယ့်အားနည်းချက်  
ကို ပြုပြင်ပြီး ပြန်လည်ပုံသွင်းယူလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိကိုယ်ကိုယ် လိုသလို  
ပုံသွင်းနိုင်ကြတယ်။

ဦးသိန်းဝင်း ( ဆံသ ) ။ ။ လူတစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ပင်ကိုအရည်အသွေးချင်း မတူဘူး။ စာတစ်ပုဒ်ကို တစ်ယောက်က တစ်ခဏနဲ့ ကျက်လို့ရပေမဲ့ အခြားတစ်ယောက်က တစ်မနက်ခင်း ကျက်ရတာမျိုးရှိတယ်။ ကိုယ့်မှာ အားနည်းချက်ရှိရင် လုံ့လဝီရိယနဲ့ ဖြည့်ယူရမယ်။

သူများထက် ကိုယ့်အတွက် အချိန်ပိုလိုရင် အိပ်ရာက စေ့စောထမယ်။ မထနိုင်ထနိုင်အောင် ကြိုးစားရင် အောင်မြင်တာပဲ။ အလုပ်မလုပ်ချင်တဲ့သူက တောင်းစားရတဲ့ဘဝ ရောက်မယ်။ အလုပ်ကြိုးစားလုပ်တဲ့သူက ချမ်းသာတဲ့ဘဝ ရောက်တယ်။ ဒါ လောကနိယာမပဲ။ ကိုယ်ကသာ အဓိကပါ။ ကြိုးစားရင် ဘုရားတောင်ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုထားတာပဲ။

အောင်သမာဓိ ဦးအောင်ဆန်းဝင်း။ ကျွန်တော် ကွမ်းယာရောင်းရတဲ့ ဘဝတုန်းက ကွမ်းယာဆိုင်ကို ဘယ်ဘုရားဒကာမှ မလာဘူးလေ။ ကွမ်းယာသမား ဆေးသမားနဲ့ အရက်သမားတွေပဲ လာတာပေါ့။ ကိုယ်က ကွမ်းယာရောင်းတဲ့အတွက် မိုးလင်းကမိုးချုပ် လူမျိုးပေါင်းစုံကြားမှာ ကျင်လည်နေရတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က အဲဒီလူတွေနဲ့ ရောပါသွားပြီး မကြိုက်သင့်တာမကြိုက်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။ သံချောင်းတစ်ချောင်းကို ကျောက်တုံးတစ်တုံးထဲ ရိုက်ထည့်ကြည့်ပါ။ ဝင်ဖို့ခက်တယ်။ သစ်သားချောင်းထဲ ရိုက်ထည့်တော့ ရှောရှောရှူရှူ ဝင်သွားတယ်။ သံချောင်းနဲ့တူတဲ့ မကောင်းတဲ့စာရိတ္တ မကောင်းတဲ့သီလတွေ ကိုယ့်ဆီဝင်လာတဲ့အခါ ကိုယ်က ကျောက်တုံးလို တင်းခံနိုင်ရမယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ထဲမှာ သံချောင်းလို မကောင်းတဲ့ အကျင့်စရိုက်တွေရှိနေရင် အမြန်ဆွဲနုတ်နိုင်ရမယ်။ ကိုယ့်အမှားကိုယ် သိရှိရင် ပြင်ယူလို့ရတယ်။



## နှမြောတွန့်တိုရင် မအောင်မြင်

ဘဝကို တိုးတက်အောင်မြင်အောင် ကြိုးပမ်းနေသူတွေ၊ အောင်မြင်ပြီးသား လူတွေ လူပေါင်း(၁၀၀၀)ကျော်နဲ့ ဆက်ဆံကြည့်တဲ့အခါ ကိုယ့်ကို ကျေးဇူးပြုဖူးတဲ့သူကို ကျေးဇူးတုံ့ပြန်ဖို့ နှမြောတွန့်တိုတတ်သူတွေဟာ အောင်မြင်မှုနဲ့ အလှမ်းဝေးကြတာ တွေ့ရတယ်။ ထိုက်သင့်သလို လက်ဆောင်ပေးပြီး တုံ့ပြန်တတ်သူတွေက အောင်မြင်သူတွေ ဖြစ်လာတာ တွေ့ရပါတယ်။

‘ထောင်မြင်ရင် ရာစွန့်ဆိုတဲ့စကား ရှိတယ်’ ။ ‘ဆန်ပေးမှ ဆေးရတယ်’ ဆိုတဲ့ စကားလည်းရှိတယ်။ တစ်စုံတစ်ရာကို ‘ရစရာရှိရင် ကိုယ့်ဘက်ကလည်း ရင်းဖို့လိုတယ်’ ။ အချို့သူတွေဟာ သူ့အကျိုးအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးတဲ့သူကို ‘ကျေးဇူးတင်ပါတယ်’ ဆိုတဲ့ စကားမျိုးတောင်မှ ပြောဖို့ဝန်လေးတယ်။

‘ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်မြင်ရာ၏ဆိုတဲ့ ဆိုရိုးစကား’ လည်း ရှိတယ်။ ကိုယ်နဲ့ဆက်စပ်ပတ်သက်တဲ့သူတွေကို ပေးသင့်ပေးထိုက်တာ

မနုဗြာမတွန့်တို့ဘဲပေးရင် လုပ်ငန်းအဆင်ပြေတယ်။ လက်ဆောင်နဲ့  
'လာဘ်က စည်းပါးပါးလေး ခြားနေတယ်။ ပေးသင့်ပေးထိုက်တဲ့သူကို  
ထိုက်တန်တဲ့ လက်ဆောင်ပေးဖို့ လက်မနှေးစေချင်ပါဘူး။ သိတတ်ရင်  
အောင်မြင်ဖို့ မခက်ဘူး'။



## ORANGE ဆိုတာ လိမ္မော်သီး မဟုတ်ဘူး

ORANGE ဆိုတာ လိမ္မော်သီးမဟုတ်ဘူး။ ကမ္ဘာလှည့်သွားလို့ ပြောရင် ပြန်ငြင်းမယ့်သူတွေ များမှာပဲ။ ORANGE ဆိုတာ လိမ္မော်သီးလို့ ငယ်ငယ်ကတည်းက ကျောင်းမှာသင်ခဲ့တာ။ အဲဒီအတိုင်းပဲ အော်ကျက် ခဲ့တာ။ အိပ်ပျော်နေချိန်နီးမေး ORANGE ကို လိမ္မော်သီးလို့ပဲ ပြောမှာ တကယ်လို့ အင်တာနက်မှာ ORANGE လို့ ရှာကြည့်လိုက် ပုံက ကျွန်တော်တို့ ကမ္ဘာလှည့်သွားလို့ခေါ်တဲ့ အသီးပုံတွေ မယ်။ အတွင်း သားက လိမ္မော်သီးလို အမြွှာမြွှာ ကွဲမနေဘူး။ အင်တာနက်မှာ TAN GERINE လို့ ထပ်ရှာကြည့်လိုက်။ ကျွန်တော်တို့ လိမ္မော်သီးလို့ခေါ်တဲ့ အသီးကို ပုံတွေနဲ့ပြထားတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ တကယ်ကတော့ ORANGE ဆိုတာ လိမ္မော်သီး မဟုတ်ပါဘူး။

ORANGE ဆိုတာ လိမ္မော်သီး မဟုတ်ဘူး။ အမှတ်မှားနေကြ တာလို့ပြောရင် စိတ်ထဲမှာ အောင့်သက်သက်ဖြစ်မှာပဲ။ မှားနေပြီဆိုတု သိပေမဲ့ အလွယ်လက်မခံနိုင်ဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကိုယ်ငယ်စဉ် က ကိုယ်လေးစားရတဲ့ ဆရာဆရာမတွေက အဲဒီအတိုင်းပဲ သင်ပြထား တာကိုး။

ကျွန်တော်တို့ အစွဲကြီးကြတယ်။ ကိုယ်လေးစားတဲ့ဆရာက ပြောရင် အလွယ်တကူ လက်ခံတယ်။ ကိုယ်က အဖြူလို့ လက်ခံထားတာက အမည်းလို့ သိရချိန်မှာ ကိုယ့်မျက်စိကို ကိုယ်သံသယဝင်တယ်။

ဗုဒ္ဓက ကာလာမ ပုဏ္ဏားတွေကို ညွှန်ပြခဲ့တဲ့စကားထဲမှာ ကိုယ်လေးစားတဲ့ ဆရာရဟန်းရဲ့ စကားဆိုပြီးတော့လည်း ဟုတ်ပြီမှန်ပြီလို့ ချက်ချင်းအတည်မယူနဲ့လို့ သတိပေးထားကယ်။ ကိုယ်တိုင် ဆင်ခြင်သိမြင်ပြီးမှ ဆုံးဖြတ်ဖို့ အသိပေးတယ်။

ကိုယ်တိုင် သိတတ်မြင်တတ် ဆင်ခြင်တတ်ဖို့ဆိုတာက ကိုယ့်မှာ သိမြင်နိုင်တဲ့ အခြေခံတော့ရှိရမယ်။ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ဒီလိုအခြေခံမျိုး ရနိုင်သလဲဆိုရင်တော့ အသိအမြင်တွေ ရနိုင်တဲ့နေရာက ရှာဖွေရမယ်။ စုဆောင်းရမယ်။ ဟောပြောချက်တွေ၊ စာအရေးအသားတွေ၊ စကားဝိုင်းတွေ နေရာများစွာမှာ နား၊မျက်စိနဲ့ ဦးနှောက်အသိကို ဖွင့်ရမယ်။ အသိပညာတံခါးကို ဖွင့်ထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရေစက်ရေပေါက်တွေ စုပါများရင် အိုးခွက်တွေ ပြည့်လျှံနိုင်သလိုပဲ၊ အသိအမြင်တွေကို တဖြည်းဖြည်းချင်း ဆည်းပူးထားရင် ဆင်ခြင်နိုင်စွမ်း ရှိလာမှာပါ။

အောင်မြင်တယ်ဆိုတဲ့သူတွေဟာ ကိုယ်လက်ခံထားမိတာ အမှားမှန်းသိတဲ့အခါ ချက်ချင်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်တဲ့ သတ္တိရှိကြတယ်။



## အာလူးတွေ သယ်လာသူ

မူလတန်း ကျောင်းတစ်ကျောင်းမှာပါ။ ဆရာမက ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေကို 'မနက်ဖြန်ကျရင် ဂိမ်းတစ်ခုကစားကြမယ်'လို့ ပြောလိုက်တော့ ကလေးတွေ ပျော်ကြတာပေါ့။ 'ဂိမ်းကစားဖို့အတွက် မနက်ဖြန်ကျောင်းကိုလာရင် အိမ်က အာလူးသီးတွေ ယူခဲ့ကြ'ဆိုပြီး ဆရာမက ပြောတယ်။

'အာလူးသီးဘယ်နှလုံး ယူခဲ့ရမှာလဲ ဆရာမ' လို့ မေးကြတာပေါ့။ ဆရာမက 'အာလူးသီးတွေမှာ ကိုယ်မုန်းတဲ့သူရဲ့ အမည်ကိုရေးပြီး အိတ်ထဲ ထည့်ယူခဲ့ရမယ်။ ကိုယ်မုန်းတဲ့လူငါးယောက်ရှိရင် အာလူးငါးလုံး၊ ဆယ်ရောက်ရှိရင် အာလူးဆယ်လုံး ထည့်ယူခဲ့ကြပါ' လို့ ပြောတယ်။ နောက်ရက်မှာတော့ ကလေးတိုင်းဟာ သူတို့မုန်းတဲ့သူတွေရဲ့ အမည်ကို ရေးထားတဲ့ အာလူးသီးတွေ အိတ်ထဲထည့်ယူပြီး ကျောင်းကိုလာကြတာပေါ့။ အချို့ကလေးက အာလူးသီးနှစ်လုံး။ အချို့က သုံးလုံး။ အချို့က ကျတော့ လေး-ငါး-ဆယ်လုံးပါတယ်။

'ဆရာမတို့ ဒီနေ့ကစားကြမယ့် ဂိမ်းရဲ့စည်းကမ်းချက်ကို ပြောမယ်' ဆိုတော့ ကလေးအားလုံးလည်း စိတ်ဝင်တစား နားစွင့်တာပေါ့။ 'ကိုယ်

မုန်းတဲ့လူရဲ့ နာမည်ကိုရေးထားတဲ့ အာလူးသီးတွေ ထည့်ထားတဲ့အိတ်ကို ကလေးတို့ ဘယ်သွားသွား ကိုယ်နဲ့မကွာ ယူသွားရမယ်။ အိမ်သာတက် ရင်ဘောင်မှ အိတ်ကို ချန်ထားမပစ်ဘူး။ တစ်ပတ်တိတ် ဒီလိုလုပ်ကြ မယ်' လို့ စည်းကမ်းကို ပြောတယ်။

ကလေးတွေကလည်း ပျော်တာပေါ့။ မုန့်စားကျောင်းဆင်းချိန်မှာ အာလူးသီးအိတ်ကိုယ်စီနဲ့ မုန့်စားထွက်ကြတယ်။ မင်းက အာလူး ဘယ် နှလုံး ထည့်ထားသလဲ' လို့ အချင်းချင်းမေးတယ်။ အာလူးသီးများများ ထည့်လာတဲ့လူက ဂုဏ်ယူသလိုလိုပေါ့။ သွားလေရာရာ အာလူးသီးအိတ် တကိုင်ကိုင်နဲ့။

တစ်ရက်က နှစ်ရက်ကြာလာတော့ ကလေးတစ်ယောက်စ နှစ် ယောက်စက စောဒကတက်တယ်။ 'ဆရာမ အာလူးသီးအချို့က ပုပ်နေ ပြီ။ အနံ့ထွက်နေပြီ' တဲ့။ အာလူးသီးများများ ထည့်လာတဲ့ ကလေးအချို့ ကလည်း သူတို့အိတ်ကို သွားလေရာသယ်ရတော့ လေးလံတယ် ထင်လာ တယ်။ မသယ်ချင်တော့ဘူး။ အာလူး တစ်လုံးစနှစ်လုံးစပဲ ထည့်လာတဲ့ ကလေးတွေကတောင်မှ ဒီအိတ်ကိုသယ်ရတာ ရှုပ်တယ်လို့ ထင်လာ တယ်။

တစ်ပတ်ပြည့်တော့ ဆရာမက 'ဂိမ်း ပြီးသွားပြီ။ ကစားခဲ့ကြတဲ့ ဂိမ်းကို ဘယ်လိုမြင်သလဲ' မေးတာပေါ့။ ကျောင်းသူကျောင်းသားလေး တွေက နံ့စော်လေးလံတဲ့ အာလူးတွေကို တစ်ပတ်လုံးလုံး သွားလေရာ ဆောင်ယူရတာ စိတ်ပျက်ကြောင်းပြောကြတယ်။

'အခုကစားခဲ့ကြတဲ့ ဂိမ်းအတွေ့အကြုံအရ အာလူးပုပ်ရဲ့အနံ့ဆိုးနဲ့ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကို သွားလေရာသယ်ရတာ အင်မတန် ပင်ပန်းတယ်။ လူတစ်ယောက်အပေါ်မှာ အာယာတတွေ အမှန်းတွေကို ကိုယ့်နှလုံးအိမ် ထဲမှာထည့်ပြီး လျှောက်သွားနေသလိုပဲ။ အာလူးသီးရဲ့ အပုပ်နံ့ကို တစ်



ပတ်တောင်မှ မခံနိုင်ရင် အာဃာတအမုန်းတွေ တစ်ဘဝလုံး နှလုံးသားထဲ ထည့်ထားရတာ ဘယ်လောက်ပင်ပန်းမှာလဲ ၊ စဉ်းစားကြည့်ကြပါ'လို့ ဆရာမကပြောတယ်။

'လူတွေအပေါ်မှာထားမိတဲ့ အာဃာတတွေ အမုန်းတွေရှိခဲ့ရင် လွှင့်ပစ်လိုက်ပါ။ တစ်ဘဝလုံး ဒီဒုက္ခတွေကို သယ်မသွားနဲ့။ ခွင့်လွှတ်ခြင်းဆိုတာ အမွန်မြတ်ဆုံးစိတ်ဓာတ်ပဲ။ ကိုယ်သဘောမကျနိုင်တဲ့ လူကို တောင်မှ မေတ္တာထားပါ။ မေတ္တာစစ် မေတ္တာမှန်ဆိုတာ ပြီးပြည့်စုံတဲ့လူကို ချစ်တာမဟုတ်ဘူး။ မပြည့်စုံတဲ့လူကိုတောင်မှ မေတ္တာစေတနာထားပြီး ချစ်တာပါ'လို့ ဆရာမက ဆက်ရှင်းပြပါသတဲ့။



## ကဏန်းပုံပြင်

လူတစ်ယောက် ပင်လယ်ကမ်းခြေမှာ လမ်းလျှောက်လာတယ်။ တစ်နေ့ ရာရောက်တော့ ပင်လယ်ထဲ ကဏန်းတွေဖမ်းနေသူတစ်ယောက်ကို တွေ့တာပေါ့။

ကဏန်းဖမ်းသူက ဖမ်းဆီးရတဲ့ကဏန်းတွေကို တောင်းတစ်လုံးထဲ စုထည့်ထားတယ်။ တောင်းကိုဖုံးအုပ်ပြီးလည်း မထားပါလား။

ကဏန်းဖမ်းနေသူကို လမ်းလျှောက်လာသူက 'ဒီပုံအတိုင်းဆိုရင် အိတ်ပေါက်နဲ့ဖားကောက်သလိုပဲ ကဏန်းတွေ လွတ်ကုန်တော့မှာပေါ့' လို့ ပြောလိုက်တယ်။

ကဏန်းဖမ်းသူက 'ဆရာက ကဏန်းတွေရဲ့သဘာဝကို မသိသေးလို့ပါ' ဆိုပြီး ပြန်ပြောတယ်။ 'ကဏန်းဆိုတာ တစ်ကောင်ကောင်က ကြီးစားပြီး အမြင့်ကိုတက်ရင် ကျန်တဲ့အကောင်က အောက်က ဆွဲချတာပဲ။ သူတို့ချင်း ဆွဲချနေတာကြောင့် ဘာမှဖုံးထားဖို့ မလိုပါဘူး' လို့ ဆက်ပြောတယ်။

ပင်လယ်ကမ်းခြေမှာ လမ်းလျှောက်လာတဲ့လူက ကဏန်းတွေ ဖမ်းထည့်ထားတဲ့တောင်းထဲကို ကြည့်လိုက်တော့လည်း ကဏန်းဖမ်းသူ

ပြောတာ အဟုတ်သား။ ကဏန်းတစ်ကောင်က သူ့လွတ်မြောက်မှု အတွက် တောင်းခံရုံကို တွယ်ကပ်ပြီး ကြိုးစားတက်နေရင် အောက်မှာ ရှိတဲ့ ကဏန်းတွေက သူ့ကို ပြန်ပြန်ဆွဲချလို့ အောက်ပြန်ပြုတ်ကျတယ်။ ကြည့်ရင်းကြည့်ရင်း သူတို့ရုံးကို ပြန်သတိရတယ်။ တစ်ယောက်ယောက်က တိုးတက်ရာတိုးတက်ကြောင်း ကြိုးစားရင် ချောက်ချချင်သူတွေလည်း ရှိနေတယ်။

ပင်လယ်ကမ်းခြေမှာ လမ်းလျှောက်လာသူက ကဏန်းတွေကို ကြည့်ပြီး ဆင်ခြင်မိသတဲ့။ လူ့လောကမှာလည်း ကဏန်းယုတ်လို စိတ်ဓာတ်နဲ့လူတွေလည်း ရှိတယ်။ ကိုယ်က ကဏန်းယုတ် မဖြစ်ဖို့လိုတယ်။ လူ့လောကမှာ ဒီလိုသဘာဝရှိနေတာကို သိလျက်နဲ့ တဝဲလည်လည် လုပ်မနေနဲ့။ ကြိုးစားတက်လှမ်းရမယ်။ အောက်ကဆွဲချမယ့် ကောင်တွေက ဆွဲချဖို့မမီတော့ရင် သူတို့ချင်းပဲ လုံးထွေးကျန်ရစ်ကြလိမ့်မယ်။



## ခေါင်းပေါ်က အမှိုက်ထုပ်

သာသာယာယာရှိတဲ့ မနက်ခင်းတစ်ခုမှာ ခရီးသွားစရာရှိလို့ လေဆိပ်ကို တက္ကစီငှားစီးပြီး ဆင်းခဲ့ပါတယ်။ တက္ကစီဒရိုင်ဘာက လူပျော်နဲ့ တူပါရဲ့။ လမ်းတစ်တစ်လျှောက်လုံးမှာ သီချင်းကို အေးဆေးလေချွန်ရင်း ကားကို မောင်းလာတယ်။

ဒီလိုမောင်းလာတဲ့ အချိန်မှာပါပဲ လမ်းဘေးမှာ parking ထိုးထားတဲ့ ကားတစ်စင်းက ကျွန်တော်တို့ တက္ကစီကားရှေ့ကို အရှိန်ပြင်းပြင်း ဖြတ်ပြီး မောင်းထွက်တယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ တက္ကစီဆရာ ဘရိတ်အုပ်တာ မြန်လို့သာပေါ့။ ဂျိန်းခနဲ ဆော်လိုက်မိကြလို့ကတော့ ဆေးရုံရောက်ရင် ရောက်မယ်၊ မသာပေါ်ရင်ပေါ်မယ်။ နှစ်ခုထဲက ကြိုက်ရာရွေးပဲ။ အံ့မယ် ရှေ့က သူကောင်းသားက လည်ပြန်ပြန်လှည့်ကြည့်ပြီး ဆဲသွားသေးတယ်။

ငပြူးက ပြီတယ်ဆိုတာမျိုးပေါ့။ သူကလည်း မှားသေး ဆဲလည်း ဆဲသေးဆိုတော့ ကျွန်တော်ဒေါသတွေ အလိပ်လိုက်ထွက်တာပေါ့ တက္ကစီ ဒရိုင်ဘာကတော့ ဒေါသထွက်တဲ့အပြင် ရှေ့ကဆဲသွားတဲ့ ကားဒရိုင်ဘာကို ပြူးတောင်ပြလိုက်သေးတယ်။

ကျွန်တော့်ဒေါသက တက္ကစီဒရိုင်ဘာအပေါ် စုပြုံကျတယ်။

'အဲဒီငတိကားက ဝင်တိုက်ရင် ခင်ဗျားရောကျုပ်ပါ မသာပေါ်မှာ ဒါကို ဘာကြောင့် ပြန်ပြုံးပြရတာလဲ'လို့ လေသံမာမာနဲ့ မေးလိုက်တယ်။ တက္ကစီ ဆရာကတော့ အေးဆေးပါပဲ။

'ဒီလိုလူမျိုးတွေက အမှိုက်ထုပ်တွေ အများကြီးတင်ထားတဲ့ အမှိုက်ကားနဲ့တူတယ်။ သူတို့မှာ အမှိုက်နဲ့တူတဲ့ ဒေါသတွေ၊ စိတ်ရှုပ်စရာတွေ၊ စိတ်ပျက်မှုတွေနဲ့ ပြည့်နေတာ။ သူ့အမှိုက်တွေက များလာတဲ့ အခါ အမှိုက်သွန်ချစရာ နေရာရှာတတ်တယ်'

ကျွန်တော် ငြိမ်ပြီးနားထောင်နေတယ်။ ကျွန်တော်လည်း ဒေါထွက်နေတာ။ ဆက်ပြောရင် ကျွန်တော်လည်း အမှိုက်ပုံကြီး ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။

'တစ်ခါတလေ သူ့ဒေါသအမှိုက်တွေ ခင်ဗျားအပေါ် သွန်ချလိမ့်မယ်။ ခင်ဗျားမယူရင်တော့ ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး။ ပြုံးပြသင့်ရင် ပြုံးပြလိုက်။ မသိသလို နေသင့်တဲ့အခါ မသိသလိုသာ နေလိုက်ပါ။ သူတို့ကို စိတ်မဆိုးနဲ့။ သူတို့အမှိုက်ကို ကိုယ်ကယူပြီး အခြားသူကို လက်ဆင့်မကမ်းမိစေနဲ့'

တက္ကစီဒရိုင်ဘာရဲ့ စကားက ဟုတ်တုတ်တုတ်။

'လူတော်တော်များများ မပျော်မရွှင်ဖြစ်နေကြတာ၊ စိတ်ညစ်နေကြရတာရဲ့ အဓိကအကြောင်းရင်းက သူများတွေပစ်လိုက်တဲ့ အမှိုက်တွေကို လက်ခံထားမိလို့ပါ။ အချို့လူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝထဲက မကျေနပ်မှုတွေ အလိုမကျမှုတွေ ဒေါသတွေကို သူများခေါင်းပေါ် ပုံချချင်ကြတယ်။ လက်ခံလိုက်မိလို့ကတော့ ကိုယ်လည်း အမှိုက်တွေပုံးလို့ နံစော်နေတော့မှာပေါ့'

တက္ကစီဒရိုင်ဘာ ကိုသန့်စင်က ဒါကြောင့် သီချင်းလေးတအေးအေးနဲ့ ပျော်ပျော်နေနိုင်တာကိုး။

\*

## ကြေးမုံ ၁၀၀၀

ဂျပန်ကျေးလက်တောရွာမှာ အိမ်ကလေးတစ်လုံး ရှိတယ်။ အိမ်ကလေးရဲ့ ထူးခြားချက်ကတော့ အိမ်နံရံမှာ မှန်အချပ်(၁၀၀၀) ချိတ်ဆွဲထားတာပါ။ တစ်နေ့မှာတော့ ရွှင်ပျပျော်မြူးနေတဲ့ ခွေးပေါက်စလေးတစ်ကောင် ဒီအိမ်ကလေးကို ရောက်လာတာပေါ့။ သူက ပျော်ရွှင်မြူးထူးစွာ အိမ်လှေကားထစ်တွေကိုတက်ရင်း အိမ်ထဲကိုဝင်မိတယ်။

ဒီအချိန်မှာပဲ ခွေးပေါက်စလေးအတွက် စိတ်ဝင်စားစရာကို တွေ့ရတော့တာပဲ။ ပျော်မြူးရွှင်ပျနေတဲ့ သူနဲ့ရွယ်တူ ခွေးပေါက်စလေးတစ်ကောင်က အမြီးကိုလှုပ်ယမ်းပြီး သူ့ကိုကြိုဆိုနေတာ တွေ့လိုက်ရတယ်။ ဟိုဟိုဒီဒီ ကြည့်လိုက်တော့ ခွေးပေါက်စလေးက တစ်ကောင်မကပါပဲ လား။ ခွေးပေါက်စလေး(၁၀၀၀)က သူ့ကို ကြိုဆိုနေတာတွေ့တော့ အံ့သြသွားတယ်။ သူက အချိုသာဆုံးအပြုံးနဲ့ ပြန်ပြုံးလိုက်တယ်။ ခွေးပေါက်စလေး (၁၀၀၀)ကလည်း သူ့ကို အပြုံးချိုချိုနဲ့ တုံ့ပြန်ကြိုဆိုကြတယ်။

ခွေးပေါက်စလေးက ဒီအိမ်ကလေးကို သိပ်သဘောကျသွားတယ်။ မကြာခဏ လာလည်ရမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ကျေနပ်ကြည်နူးစွာ

ပြန်လာခဲ့ပါတယ်။

နောက်ရက်မှာလည်း ခွေးတစ်ကောင်က ဒီအိမ်ကလေးကို ရောက်လာပြန်တယ်။ ဒုတိယခွေးကတော့ ပထမ ခွေးပေါက်စလေးလို ပျော်ရွှင် မြူးထူးတဲ့ စိတ်အခံမရှိဘူး။ အလိုလို စိတ်တိုနေတတ်တဲ့ ခွေးတစ်ကောင်ဆိုပါတော့။ သူက ခေါင်းငိုက်စိုက်ချပြီး လှေကားထစ်တွေကို နင်းတက်ကာ အိမ်ထဲကို လှမ်းဝင်လိုက်ပါတယ်။

ချက်ချင်းပဲ သူ့ခြေလှမ်းတွေ တုံ့သွားတယ်။ သူ့ရှေ့မှာ ခွေးတစ်ကောင်က သူ့ကို ဘုကြည့်ကြည့်နေပါလား။ သူက မာန်ဖီလိုက်တယ်။ ကြောက်စရာပါပဲ။ ခွေးပေါင်း(၁၀၀၀)က ကိုက်မယ်ခဲမယ်ဆိုတဲ့ပုံနဲ့ သူ့ကို ဝိုင်းမာန်ဖီနေကြတယ်။ သူလည်း အမြီးကုပ်ပြီး ဒီအိမ်ထဲက ပြန်ထွက်လာခဲ့တယ်။ ကြောက်မက်ဖွယ်ရာ ဆိုးဝါးလှတဲ့ ဒီနေရာကိုနောက်တစ်ခါ မလာတော့ဘူးလို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

ဘဝခရီးကိုသွားရာမှာ ကြေးမုံ (၁၀၀၀) အိမ်ဂေဟာထဲ ဝင်ရသလိုပါပဲ။ ကိုယ်က ဘယ်ပုံစံနဲ့ ခရီးနှင်မှာလဲဆိုတာက အရေးကြီးတယ်။



## ဟိုတစ်ဖက်က အသံ

သားအဖနှစ်ယောက် တောင်တန်းတွေပေါ် လျှောက်သွားတဲ့ တစ်နေ့မှာ  
ပေါ့။ သားငယ်လေးက လှပတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ရှုခင်းကို ငေးမောရင်းသွား  
တာမို့ လမ်းပေါ်က ကျောက်တုံးတစ်တုံးကို ခလုတ်တိုက်မိတယ်။ နာ  
လိုက်တာ။

‘အာလားလား’ လို့ သားလေးရဲ့ပါးစပ်က အလိုအလျောက်  
အော် လိုက်မိတယ်။

‘အာလားလား’

သူအော်သလို အော်သံ ဟိုဝေးဝေးဆီက ပြန်ကြားရတယ်။ သား  
ငယ် သိပ်စိတ်ဆိုးသွားတယ်။ ခလုတ်တိုက်လို့ ခြေထောက်နာပါတယ်  
ဆိုမှ ဘယ်သူက လှောင်ပြောင်ပါလိမ့်။

‘ဘယ်ကောင်လဲကွ’ လို့ ကောင်လေးက ဒေါသွက်ထွက်နဲ့ ပြန်  
အော်လိုက်တယ်။

‘ဘယ်ကောင်လဲကွ’ ဆိုပြီး ဟိုအဝေးဆီက အော်ပြန်တယ်။

‘လိုက်မပြောင်နဲ့’ လို့ ကောင်လေးက လှမ်းအော်တော့ ‘လိုက်  
မပြောင်နဲ့’ လို့ပြန်အော်တယ်။ ကောင်လေး မကျေနပ်ဘူး။ ‘ဖေဖေသား



ပြောသမျှကို ဟိုကောင်က လိုက်လိုက်အော်နေတယ်' ဆိုပြီး ကောင်လေးက သူ့အဖေကို ပြောတယ်။

သူ့အဖေက သားငယ်လေးကို 'မင်း ငတုံးပဲ' လို့ အော်ခိုင်းတယ်။ တစ်ဖက်အသံကလည်း 'မင်း ငတုံးပဲ' လို့ ပြန်အော်တယ်။ နောက်တစ်ခါ 'ခင်ဗျားကို လေးစားပါတယ်' လို့ သူ့အဖေက အော်ခိုင်းပြန်တယ်။ တစ်ဖက်က 'ခင်ဗျားကို လေးစားပါတယ်' လို့ ပြန်အော်သံကြားရတယ်။

အဖေက သားကို 'ဒါ ပဲ့တင်သံလို့ ခေါ်တယ်သား။ ကိုယ်က ကောင်းတဲ့အသံပြုရင် ကောင်းတဲ့အသံ ပြန်ကြားရတယ်။ ကိုယ်က မကောင်းတာပြောရင် မကောင်းတဲ့တုံ့ပြန်မှုပဲ ပြန်ရတယ်'ဆိုပြီး ရှင်းပြတယ်။

ကောင်လေးက 'အောင်-မြင်-ပါ-စေ' လို့ အော်တော့ တစ်ဖက်က 'အောင်-မြင်-ပါ-စေ' ဆိုတဲ့အသံကို သားငယ် ပြန်ကြားရပါတယ်။



## အချိုကြိုက်တဲ့သူချည်း

ဘယ်သူမဆို ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး အဆက်ဆံခံရတာကို ကြိုက်တယ်။  
ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း ပြုမူပြောဆိုခံရရင် မကြိုက်ဘူး။

ကိုယ့်ကိုယ်အမူရာ နှုတ်အမူရာက ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ရင် ကိုယ်  
လုပ်တဲ့အလုပ် ကိုယ်ပြောတဲ့အပြောက အောင်မြင်ဖို့ ပိုပြီးသေချာပါတယ်။

လူတွေ လူနေမှု အဆင့်မြင့်လာတဲ့အခါ အရိုင်းအစိုင်း အဖြစ်ကနေ  
မြို့ပြလူနေမှုပုံစံ အဆင်ပြေပြေ နေထိုင်တတ်လာတယ်။ ယဉ်ကျေးမှုလို့  
သတ်မှတ်သုံးနှုန်းတယ်။ ယဉ်ကျေးမှု မြင့်မားလာရင် အပြုအမူ အပြော  
အဆိုသာမကဘဲ အတွေးအမြင်ပါ မြင့်မားလာတယ်။

လူတိုင်း 'အချိုကြိုက်တဲ့လောကမှာ ကိုယ်က အခါဖြစ်မနေဖို့  
တော့ လိုပါတယ်။

\*

## စကားလုံးရဲ့စွမ်းအား

'စကားလုံးရဲ့ စွမ်းအားအကြောင်း ဟောပြောနေတဲ့ ဟောပြောပွဲမှာ လူတစ်ယောက်က မတ်တပ်ထရပ်ပြီး 'စကားလုံးတွေမှာ စွမ်းအားရှိသလား။ ခင်ဗျားပြောတာ ကျုပ်သဘောမတူဘူး။ ကျုပ်က ကံကောင်းစေသတည်း၊ ကံကောင်းစေသတည်း၊ ကံကောင်းစေသတည်းလို့ တစ်နေ့ကုန် ထိုင်ရွတ်နေလို့လည်း ကံကောင်းလာမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကံဆိုးလိုက်တာ၊ ကံဆိုးလိုက်တာ၊ ကံဆိုးလိုက်တာဆိုပြီး ပြောနေလို့လည်း ကံက ဆိုးသွားမှာ မဟုတ်ဘူး။ စကားလုံးတွေဟာ စကားလုံးတွေသာပါဘဲ။ ဘာစွမ်းအားမျှ မရှိဘူး' လို့ ပြောလိုက်တယ်။

ဟောပြောနေသူက ချက်ချင်းပဲ 'ခင်ဗျားက အရူးပဲ။ ပါးစပ်ပိတ်ထားစမ်း ။ ဒါတွေ ခင်ဗျား နားမလည်ပါဘူး' ဆိုပြီး ပြန်ပြောတော့ ဟောပြောပွဲလာတဲ့ ပရိသတ်လည်း ကြက်သေသေသွားတယ်။ အခမ်းအနားတစ်ခုလုံး အသံတိတ်သွားတာ အပ်ကျသံတောင် ကြားရမယ်။ စကားလုံးတွေမှာ ဘာစွမ်းအားမှ မရှိဘူးလို့ ပြောတဲ့သူရဲ့မျက်နှာက ဒေါသကြောင့် ရဲတွတ်သွားတယ်။ 'ခွေးမသားကြီး၊ သိပ်ရိုင်းတာပဲ' လို့ ချက်ချင်း ပြန်ပက်တယ်။ ဟောပြောနေတဲ့သူက 'ခွင့်လွှတ်ပါခင်ဗျာ။

ခင်ဗျားကို စိတ်အနှောက်အယှက်ဖြစ်စေတော့လို့ ကျွန်တော် မရည်ရွယ်ပါဘူး။ ဖြူစင်ရိုးသားစွာ ကျွန်တော် တောင်းပန်စကားပြောတာကို လက်ခံပေးပါ' လို့ ဆက်ပြောတယ်။

အသံတိတ်သွားတဲ့ ပရိသတ်လည်း တီးတိုးတီးတိုးနဲ့ သူတို့အချင်းချင်း စကားတွေကိုပြောကြတယ်။

ဟောပြောနေတဲ့သူက 'ဒါဟာ လူကြီးမင်းမေးတဲ့ မေးခွန်းအတွက် အဖြေပါပဲ။ စကားလုံးအချို့က လူကြီးမင်းကို ဒေါသထွက်စေတယ်။ စကားလုံးအချို့ကတော့ လူကြီးမင်းရဲ့စိတ်ကို အေးချမ်းစေတယ်။ စကားလုံးတွေမှာ စွမ်းအားရှိသလားဆိုတဲ့ မေးခွန်းအတွက် အဖြေပါပဲ' ဆိုပြီး ဆက်ပြောတယ်။

အောင်မြင်သူတွေက စွမ်းအားရှိတဲ့ စကားလုံးတွေကို ကောင်းကောင်း အသုံးပြုတတ်တယ်။



## ဥပေက္ခာ သားကောင်

‘မိုးရွာတုန်းရေခဲပါ’ တဲ့။

မိုးရွာတုန်း ရေခဲတာချင်းအတူတူ ခံတဲ့ခွက်ချင်းကွာရင် ရတဲ့ ရေ ပမာဏလည်း ကွာတယ်။ စဉ့်အိုးကြီးနဲ့ ရေခဲတဲ့သူ၊ ဒန်အိုးဒန်ခွက်နဲ့ ခံတဲ့သူ၊ မတ်ခွက်နဲ့ခံတဲ့သူ၊ လက်ဖက်ရည်ပန်းကန်လုံးနဲ့ ခံတဲ့သူ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ရတာချင်းမတူဘူး။ စဉ့်အိုးကြီးနဲ့ ခံတာတော့မှန်ပါရဲ့။ စဉ့်အိုးကို မှောက်ထားရင်တော့ ရေတစ်စက်မှ ရမှာမဟုတ်ဘူး။ ခံယူတဲ့ပုံစံကလည်း မှန်ဖို့လိုသေးတယ်။

လူကြီးသူမတွေက စေတနာထားပြီး လမ်းညွှန်ပြသတာမျိုး ရှိတယ်။ ဆရာတွေက သွန်သင်ဆုံးမတာမျိုး ရှိတယ်။ ကိုယ်ဘယ်လို ခံယူလေ့ရှိသလဲ။ အချို့သူတွေက ကိုယ့်ကို ဆရာလာလုပ်တယ်၊ သက်သက် လာကျပ်တယ်လို့ ယူဆပြီး လမ်းညွှန်ပြသ သွန်သင်ဆုံးမတာကို လက်မခံဘူး။

သူငယ်ချင်း အပေါင်းအသင်းတွေက လိုအပ်တဲ့အခါ အကြံပေးတာမျိုး ရှိတယ်။ အချို့က အချင်းချင်း ‘သေးသေးတင် မခံဘူးဆိုတဲ့ သဘောနဲ့ ‘လာမပြောနဲ့ သိပြီးသား ‘ဆိုတဲ့ အချိုးမျိုး ချိုးတတ်တယ်။

တစ်ခါကနှစ်ခါ ကြုံလာတဲ့အခါ လမ်းညွှန်ပြသ အကြံဉာဏ်ပေး  
 ကြသူတွေက ဥပေက္ခာ ပြုလေ့ရှိတယ်။ အခြားသူက ဥပေက္ခာပြုတာ  
 ခံရပြီဆိုရင် ကိုယ့်အတွက် အကျိုးများဖို့ထက် အကျိုးနည်းဖို့သာ ရှိတယ်။

တချို့သူတွေကတော့ ကိုယ့်ကို သွန်သင်ပြသ အကြံပေးတဲ့ကိစ္စက  
 ကိုယ်သိပြီးသား ကိုယ်တတ်ပြီးသား ဖြစ်နေရင်တောင်မှ မသိသေး  
 မတတ်သေးသလိုပုံနဲ့ ခံယူတတ်တာ တွေ့ရတယ်။ ဒီလို ခံယူတတ်သူကို  
 ချစ်ကြတယ်။ ကူညီချင်ကြတယ်။ ဉာဏ်ကောင်းတွေလည်း ပေးကြ  
 တယ်။



## ရွှေတိဂုံဘုရားမှာ ဘာတွေတွေ့

အမျိုးသားစာဆို ဆရာဇော်ဂျီ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်မှာ တာဝန်ထမ်းဆောင်နေစဉ်က ဆရာရုံးခန်းကို နိုင်ငံခြားသူတစ်ယောက် ရောက်လာပါတယ်။ ဆရာဇော်ဂျီကို အကူအညီတစ်ခု လာတောင်းတာပါ။

နိုင်ငံခြားသူက မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုအကြောင်း စာတန်းပြုစုနေတာတဲ့။ စာတန်းအတွက် အချိန်က သိပ်မရတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုတွေကို တစ်နေရာတည်းမှာ စုစုစည်းစည်းတွေ့နိုင်တဲ့ တစ်နေရာ ပြောပြဖို့ အကူအညီ လာတောင်းတာပါ။

ဆရာဇော်ဂျီကလည်း ရွှေတိဂုံဘုရားကို သွားဖို့ လမ်းညွှန်လိုက်ပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံက ဘယ်ဘုရားစေတီမှာမဆို မြန်မာ့ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှု၊ ဓလေ့ထုံးစံတွေကို တစ်စုတစ်စည်းတည်း တွေ့မြင်နိုင်တယ်။ ဘုရားစောင်းတန်းမှာ ရောင်းချနေတဲ့ပစ္စည်းတွေကိုပဲ လေ့လာမလား၊ ဘုရားရုပ်ပြင်မှာ ပျပ်ဝပ်ရိုကျိုး ရှိခိုးနေသူတွေ၊ ကိုယ့်ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုအလိုက် ဘုရားရေသပ္ပာယ်နေသူတွေ၊ ဂြိုဟ်ပြေန်ပြေ ထီးဖြူထီးနီ တံခွန်ကုက္ကား လှူနေသူတွေ၊ ဘုရားမှာ တန်ဆာဆင်ထားတဲ့ ပန်းချီ၊ ပန်းပု၊ ပန်းတမော့ လက်ရာအမျိုးစုံတွေ လေ့လာလို့ မကုန်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့်လည်း

အချိန်တိုတိုနဲ့ မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုကို လေ့လာနိုင်ဖို့ နိုင်ငံခြားသူကို ရွှေတိဂုံဘုရား သွားစေတာပါ။

ရွှေတိဂုံဘုရားကအပြန်မှာ ဆရာဇော်ဂျီရှိရာကို နိုင်ငံခြားသူ ပြန်ဝင်လာတယ်။ ဆရာဇော်ဂျီက 'အဆင်ပြေခဲ့လား' လို့ မေးတယ်။ နိုင်ငံခြားသူက မျက်စိပျက် မျက်နှာပျက်နဲ့ 'အဆင်မပြေပါဘူး' ဆိုပြီး ပြန်ဖြေတော့ ဆရာက အကျိုးအကြောင်း ပြန်မေးတာပေါ့။ နိုင်ငံခြားသူက 'ဘုရားမှာ ခွေးချေးတွေ များလိုက်တာ' ဆိုပြီး ပြန်ပြောတယ်။ နိုင်ငံခြားသူ ပြန်ပြောတာလည်း မမှားနိုင်ပါဘူး။ ဘုရားကျောင်းကန်ဆိုတာ ဘေးအန္တရာယ် ကင်းဝေးရာနေရာမို့ ခွေးတွေကြောင်တွေ ရှိမှာပါ။ တိရစ္ဆာန်တွေ ရှိတဲ့နေရာမို့ သူတို့မစင်တွေလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။

ဆရာဇော်ဂျီ ပြန်ပြောတဲ့မှတ်ချက်က ရိုးပေမဲ့ တာသွားလှပါတယ်။

'ရွှေတိဂုံဘုရား ရောက်ပြီး ခွေးချေးပဲ ကြည့်တတ်တဲ့သူက ခွေးချေးပဲ မြင်ခဲ့မှာပဲ' တဲ့။

ကျွန်တော်တို့တစ်တွေလည်း နေပျော်တဲ့ဘဝကို ရကြပါလျက်နဲ့ အဆင်မပြေမှုတွေကိုပဲ တစ်ဆိတ်ကို တစ်အိတ်လုပ်ပြီး နေနေကြရင်တော့ ခွေးချေးစော် နံနေမှာပဲ။





## ၉၀/၁၀ နိယာမ

၉၀/၁၀ နိယာမကိုသာ လိုက်နာကျင့်သုံးရင် ဘဝခရီးမှာ စိတ်ညစ်စရာ  
တွေ အဆင်မပြေတာတွေ တော်တော်နည်းသွားမယ်။ မခက်ပါဘူးတဲ့။  
The 90/10 Principle ဆိုတာကိုမိတ်ဆက်တာ Dr. Stephen R.  
Convey ကပြောတယ်။

၉၀/၁၀ နိယာမဆိုတာဘယ်လိုဟာလဲ။

နေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေရတဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေထဲမှာ ကိုယ်ထိန်းချုပ်နိုင်  
တာတွေရှိသလို မထိန်းချုပ်နိုင်တာ တွေလည်းရှိတယ်။ မိုးရွာလာတာ၊  
လေပြင်းတိုက်တာ၊ ခရီးသွားတဲ့အချိန်မှာ ကား၊ ရထား၊ လေယာဉ်၊  
သင်္ဘောနောက်ကျတာ၊ ယာဉ်ကြောကျပ်ပြီး မီးနီနဲ့တိုးနေတာ၊ ဒါတွေကို  
ကိုယ် မထိန်းချုပ်နိုင်ဘူး။ သူဖြစ်ချင် ဖြစ်တာပဲ။

အရေးကြီးပါတယ် ဆိုကာမှ လမ်းက ရထားလာမှာမို့ဆိုပြီး တံခါး  
ပိတ်ထားတယ်။ ဒါကို ကိုယ်မထိန်းချုပ်နိုင်ဘူး။ ရထားကဖြင့် မလာ  
သေးဘဲနဲ့၊ ခွေးမသားတွေ တံခါးပိတ်တာ ဝီရိယကို ပိုတယ်၊ ရထား  
တကယ်လာမယ်ဆိုမှ ထပိတ်ပါလား၊ အခုတော့ သွားမယ့်လာမယ့်သူ  
တွေ နှောင့်နှေးကုန်ပြီ။ သေရေးရှင်ရေးဆိုရင် မခက်ပါပဲလား။ မအေပေး

တွေ ကိုယ်ချင်းမစာဘူး။ ရထားလမ်းကူးတံခါး ပိတ်တာဖွင့်တာကို ကိုယ်က မထိန်းချုပ်နိုင်ပေမဲ့ ဒီကိစ္စကြောင့် ဒေါသထွက်အောင်တော့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ထိန်းချုပ်နိုင်တယ်။ တစ်နေ့တစ်နေ့ကျွန်တော်တို့ ကြုံတွေ့နေရတာတွေထဲမှာ ကိုယ်မထိန်းချုပ်နိုင်တာက အဖြစ်အပျက် ၁၀၀ မှာ ၁၀ခုလောက်ပဲ ရှိတာ။ ကျန်တာကတော့ ကိုယ်ကြုံတွေ့ရတဲ့ မထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့ အဖြစ်အပျက်အပေါ် ကိုယ်က ဘယ်လိုတုံ့ပြန်သလဲဆိုတာကို အခြေခံပြီး ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်လာတာ။

**Dr. Stephen Convey** က အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို နမူနာပေးပါတယ်။

မနက်ခင်းတစ်ခုမှာ မိသားတစ်စု မနက်စာ အတူတူစားနေကြတယ်။ ခင်ပွန်းနှစ်ဦးက အလုပ်သွားရမယ်။ သမီးလေးက ကျောင်းသွားရမယ်။ မသွားခင် မနက်စာစားနေကြတာ။ သမီးလေးက သူ့အဖေအတွက် ကော်ဖီခွက်ယူပေးတာ၊ အဖေကိုယ်ပေါ် မှောက်ကျပါရောလား။ ဖအေကရုံးသွားဖို့ အဝတ်အစား လဲထားပြီးပြီ။ ကော်ဖီတွေ ပေကုန်ပြီ။ ဖအေက ဒေါသထွက်တာပေါ့။ ‘ခွေးမသမီး။ လျှပ်စီးလက်လိုက်တာ၊ နှင့်အမေအတိုင်းပဲ’ ဆိုပြီး ဒေါသအလျောက် ပါးစပ်ထဲက စကားကြမ်းကြမ်းတွေ ထွက်သွားတယ်။ သမီးလေးလည်း အဖေအဆူခံရတော့ ကြောက်လန့်ပြီး တဖြဲဖြဲငိုတာပေါ့။

အလုပ်သွားကြရမယ့် အချိန်က နီးနေပြီ။ ယောက်ျားက အိမ်အပေါ်ထပ်တက်ပြီး အဝတ်ပြန်လဲရမယ်။ ဗီရိုကိုဖွင့်တယ်။ ဒေါသက ထွက်ထွက်ဆိုတော့ နက်ပြာရောင်ဘောင်းဘီက ရှာမတွေ့ဘူး။ အောက်ထပ်ကမိန်းမကို လှမ်းအော်တယ်။ အသံပြတ်နဲ့ ‘နက်ပြာရောင်ဘောင်းဘီ ဘယ်နားထားလဲဟေ့’။ မိန်းမကလည်း ခွေးမသမီး။ လျှပ်စီးလက်လိုက်တာ၊ နှင့်အမေအတိုင်းပဲလို့ ပြောကတည်းက ဒေါသကထွက်နှင့်

ပြီးသား။ 'ကိုယ့်မျက်စိနဲ့ ကိုယ်ကြည့်ရှာ'လို့ ပြန်အော်တယ်။ မောင်မင်း ကြီးသား ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီး အဝတ်လဲရတယ်။

အဝတ်လဲပြီးလို့ အိမ်အောက်ထပ် ပြန်ဆင်းလာတဲ့အထိ သမီး လေးက ငိုကြောရှည်တုန်း။ မနက်စာလည်း စားမပြီးသေးဘူး။ ဒီလိုပုံ ဒီအချိုးနဲ့တော့ ကျောင်းဖယ်ရီကား မိမှာမဟုတ်ဘူး။ တကယ်လည်း မမိပါဘူး။ ဖယ်ရီက မစောင့်ဘဲ ထွက်သွားပြီ။

ဇနီးချောက 'ကလေးကို ရှင့်ကားနဲ့ပဲပို့လိုက်' လို့ပြောပြီး သူ့အလုပ် ကိုသွားတယ်။ ငိုကြောရှည်မကို ကားပေါ်တင်ပြီး ကျောင်းလိုက်ပို့ရတယ်။ နာရီကိုကြည့်လိုက်တော့ အလုပ်နောက်ကျတော့မယ်။ မီးဝါကို ဖြတ် အမောင်း၊ ကိုယ်ထွက်ပြီးမှ မီးကနီတယ်။ ယာဉ်ထိန်းရဲနဲ့ ရှင်းရပြီ။ ကိုယ်က ဒေါသအခံရှိနှင့်ပြီးသားမို့ လေချိုမသွေးနိုင်တော့ဘူး။ နောက် ဆုံးတော့ ဒဏ်ကြေးဆောင်ရတယ်။ ကလေးကို ကျောင်းရှေ့ချတယ်။ ခွေးမလေးက ကျောင်းဝင်းထဲ အပြေးဝင်သွားတယ်။ ကိုယ့်ကိုလှည့် တောင် မကြည့်ဘူး။

အလုပ်ကိုနောက်ကျပြီးမှ ရောက်တယ်။ အိမ်ကသုတ်သီးသုတ်ပျာ ထွက်လာမိတော့ အရေးကြီး စာရွက်စာတမ်းတွေ ထည့်ထားတဲ့ ရုံးအိတ် က အိမ်ကျန်ရစ်ပြီ။ တစ်နေကုန် အလုပ်လုပ်ရတာမပျော်ဘူး။ ကိုယ့်ကို ရယ်ပြုံးပြီး နှုတ်ဆက်တဲ့သူတွေကိုလည်း မျက်နှာကြောတင်းတင်းပဲ။

ရုံးချိန်ကုန်ဖို့သာ စိတ်စောနေမိတယ်။ ရုံးထဲထိုင်နေရတာ တစ်စက် မှ မပျော်ပါဘူး။

ရုံးချိန်စေ့တော့ ဇောင်းကလွတ်တဲ့မြင်းလို အိမ်ကို တန်းပြန်လာ တယ်။ အိမ်မှာဇနီးကော သမီးကော ပြန်ရောက်နှင့်နေပြီ။ နှစ်ယောက် လုံးက ကိုယ့်ကိုမခေါ်မပြောနဲ့ တင်းနေကြတယ်။ ဒီလိုဖြစ်မှာမှန်းသိရင် အိမ်ပြန်မလာပါဘူး၊ ဘီယာဆိုင် သွားထိုင်မှာပေါ့။

တစ်နေ့တာလုံး စိတ်ဆင်းရဲကိုယ်ဆင်းရဲ ဖြစ်ခဲ့ရတာ ကော်ဖီမှောက်ချတဲ့ သမီးကြောင့်လား၊ ဇနီးကြောင့်လား၊ ယာဉ်ထိန်းရဲကြောင့်လား၊ ဒါမှ မဟုတ် ကိုယ့်ကြောင့်လား။ စေ့စေ့စပ်စပ် စဉ်းစားလိုက်တော့ ကော်ဖီ မှောက်ကျချိန်မှာ (၅) စက္ကန့်လောက်လေးအတွင်း ကိုယ့်တုံ့ပြန်မှုက ကိုယ့်ကို တစ်နေ့တာလုံး ဒုက္ခပေးတော့တာပါပဲ။ ကော်ဖီမှောက်ကျတာ က ကိုယ်မထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့ ကိစ္စ။ ကိုယ်ထိန်းရမယ့် ဒေါသကို မထိန်းမိ ဘူး။

ဒီအခြေအနေအတိုင်းပဲ နောက်တစ်မျိုးကတော့ အလုပ်မသွားခင် မနက်စာကို မိသားစုအတူတူစားနေခိုက် သမီးငယ်ယူလာတဲ့ ကော်ဖီခွက် က အဝတ်အစားလဲပြီးသား ဖအေအပေါ် မှောက်ကျပါလေရော။ သမီး ငယ်လည်း အပြစ်တင်ခံရမှာကို စိုးရွံ့တယ်။ သမီးလေးက ငိုမဲ့မဲ့။ 'သမီး လေး၊ ဖေကြီး ဘာမှမဖြစ်ဘူးနော်။ မငိုနဲ့။ နောက်တစ်ခါ မှောက်မကျ အောင်တော့ သတိထားနော်' လို့ ပြောတယ် ။ အိမ်အပေါ်ထပ်ကို ခပ် သုတ်သုတ်တက်သွားပြီး အဝတ်လဲမယ်။ ရုံးသွားဖို့ ပြင်ဆင်မယ်။ လိုအပ် တာတွေ ပါရဲ့လား စစ်ဆေးမယ်။ သမီးလေးကလည်း ကျောင်းသွားဖို့ အဆင်သင့်။ ကျောင်းကားရောက်လာတော့ လိုက်သွားတယ်။ ဇနီးက လည်း နှုတ်ဆက်ပြီး အလုပ်သွားတယ်။ ကိုယ်တိုင်လည်း စိတ်အေး ကြည်သာ အလုပ်ကို ကားမောင်းလာတယ်။ ရုံးရောက်တော့ အချိန် တောင်မှ နည်းနည်းစောနေသေးတယ်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေကို ပြုံးပြ နှုတ်ဆက်ပြီး ကိုယ့်အလုပ်ကို ကိုယ်လုပ်နေလိုက်တာ အချိန်ကုန်လို့ ကုန်မှန်းတောင် မသိလိုက်မိဘူး။ အချိန်တန်လို့ အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ဇနီးနဲ့သမီးက အပြုံးနဲ့ စောင့်ကြိုနေကြတယ်။ ညစာကို မိသားစုအတူတူ ကြည်ကြည်နူးနူး စားကြတယ်။

နေ့တစ်နေ့ရဲ့ စတင်ပုံချင်းအတူတူ အဖြစ်အပျက်ချင်းအတူတူ၊

တုံ့ပြန်မိပုံခြင်း မတူတာကြောင့် အခြေအနေတွေက မိုးနဲ့မြေလို ကွာခြား သွားတယ်။ အသေးအဖွဲ့လေးလို့ ထင်ရတဲ့တုံ့ပြန်မှုက ကိုယ့်ကို တစ်နေ ကုန် အဆင်မပြေအောင် ဒုက္ခပေးတယ်။ ဒီလိုနေ့ရက်တွေ များမယ်၊ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ စိတ်ညစ်စရာတွေချည်းဆိုရင် ကိုယ့်ဘဝကြီးက ပျော်စရာ မကောင်းတော့ဘူး။ မပျော်ရွှင်ရတဲ့ဘဝကို သူများတွေက ပေးတာထက် ကိုယ့်ကြောင့်ရယူရတာက ပိုများပါတယ်။

Dr. Stephen Convey ကတော့ The 90/10 Principle မှာ Event ( 10) + Response(90) = Outcome ( 100) လို့ အဖြေထုတ် ထားပါတယ်။ ကိုယ်ထိန်းချုပ်မရနိုင်တဲ့ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းကို ကိုယ့်တုံ့ပြန်မှု မမှန်ကန်လို့ ထွက်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးရလဒ်က မကောင်းတာ။ စိတ် မရှည်တာ၊ သည်းမခံနိုင်တာ၊ အလျဉ်လိုတာ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်လောတာ၊ မစဉ်းမစား တုံ့ပြန်တာ၊ မာန်မာနကြီးတာတွေကြောင့် ရလဒ်ဆိုး ထွက် တယ်။

ကိုယ့်နေ့စဉ်ဘဝတွေ ကျေနပ်စရာဖြစ်ဖို့ ကိုယ်ထိန်းချုပ်နိုင်ဘဲ ဖြစ်လာတွေအပေါ်မှာ ကိုယ့်တုံ့ပြန်မှုကောင်းအောင် လေ့ကျင့်ယူသွားရင် အောင်မြင်အဆင်ပြေမှာပါ။



## မိုးလင်းလို့ ကြက်တွန်တာ

တစ်ညတာလကလည်း သာတဲ့အချိန်မှာ ကိုအေးနဲ့မအေး လင်မယားနှစ်ယောက် အိမ်ဦးကပြင်မှာ သင်ဖျာကလေးခင်းပြီး အေးအေးလူလူ စကားပြောနေကြသတဲ့။

ကိုအေး။ ။ ငါ ကြားဖူးတဲ့ စကားပုံတစ်ခု ရှိသကွ၊ ကြက်မတွန်လို့ မိုးမလင်းဘူး။ ကြက်ဖတွန်မှ မိုးလင်းသတဲ့။

မအေး။ ။ တော်ပြောပုံက ဟုတ်သေးပါဘူး။ ဒါက ကိုယ့်ငါးချုံကိုယ်ချဉ်တဲ့ စကားပုံကြီးပါ။ ပြောစတမ်းဆိုရင် ကြက်မတွန်မှ မိုးလင်းတာပါ။

ကိုအေး။ ။ မင်း ခုတ်ရာတခြား ရှုရာတစ်လွဲ မလုပ်နဲ့။ ငါ ပြောတာက ကြက်ဖတွန်မှ မိုးလင်းတာ။

မအေး။ ။ ရှင့်စကားက ငါ့စကားနွားရ တစ်ဖက်သတ်ကိုး။

ကိုအေး။ ။ မင်း ဖားတုပြီးခရမခုန်နဲ့ အိုင်ပျက်ရုံပဲရှိမယ်။

မအေး။ ။ ရှင်တို့ယောက်ျားတွေက ဝမရှိဘဲ ဝိလုပ်နေလို့ ပြန်ရှင်းပြနေရတာ။

အပြန်အလှန်ငြင်းခုန်ရင်း လေသံတွေကလည်း မာလာတယ်။ သူတို့က နှစ်ယောက်ပေါင်းမှ တစ်နာမည်ပဲရှိတယ်။ တစ်စိတ်တည်း တစ်ဝမ်းတည်းဆိုတဲ့ ကိုအေးနဲ့မအေး လင်မယားငြင်းခုံရင်း ရန်ဖြစ်

တော့မယ်။

ကိုအေး။ ။ တို့အချင်းချင်း ငြင်းနေလို့ကတော့ အဖြေမှန်ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ရဲ့ အဆုံးအဖြတ် သွားယူမယ်။

လကလည်း ထိန်ထိန်သာနေတော့ လင်မယားနှစ်ယောက် ဘုန်းကြီးကျောင်းကို ထသွားကြတယ်။

ဘုန်းတော်ကြီး။ ။ ဒကာအေးနဲ့ ဒကာမအေးတို့ ညမိုးချုပ်မှ ဘာကိစ္စထူးထူးထွေထွေ ရှိလို့လာကြတာလဲ။

ကိုအေး။ ။ တပည့်တော်တို့ လင်မယား အငြင်းပွားနေတဲ့ ပြဿနာမဖြေရှင်းနိုင်လို့ အရှင်ဘုရားရဲ့အဆုံးအဖြတ် လာယူတာပါ ဘုရား။

ဘုန်းတော်ကြီး။ ။ ဘာပြဿနာလဲ လျှောက်ကြပါဦး။

ကိုအေး။ ။ ကြက်ဖတွန်မှ မိုးလင်းတယ်လို့ အစဉ်အလာ ပြောလာတဲ့စကား ရှိပါတယ်ဘုရား။ အဲဒါ အရှင်ဘုရားရဲ့ ဒကာမကြီးက လက်မခံဘဲ ကြက်မတွန်မှ မိုးလင်းတယ် ဇွတ်လုပ်နေလို့ ဘုရား။

ဘုန်းတော်ကြီး။ ။ ဒီကိစ္စ အငြင်းပွားကြတာကို။ တစ်သက် လုံး မှတ်သားထားကြပေတော့။ ကြက်ဖတွန်မှ မိုးလင်းတယ်ဆိုတာ လည်း မဟုတ်ဘူး။ ကြက်မတွန်မှ မိုးလင်းတယ်ဆိုတာလည်း မဟုတ် ဘူး။ မိုးလင်းလို့ ကြက်တွန်တာ။ ဒီစကားတွေက ကိုယ်လိုရာ ကိုယ်ဆွဲ ပြောကြတာ။ အမျိုးသားတွေက ပိုမြတ်တယ် အမျိုးသားတွေက ပိုစွမ်း ဆောင်နိုင်တယ်ဆိုတာလည်း မမှန်ဘူး။ သူ့ကဏ္ဍနဲ့သူ သူစွမ်းဆောင်နိုင် တာတွေ ရှိကြတယ်။ အရေးကြီးတာက

မိန်းမယောက်ျား မခွဲခြားဘဲ ကိုယ်လုပ်ရမယ့်အလုပ် ကြိုးစားပမ်း စား လုပ်ကြဖို့ပဲ။



## လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ငါး

ဂျပန်တွေက လတ်ဆတ်တဲ့ငါးမှ ကြိုက်တယ်။

ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာ ဝန်းရံနေတဲ့ ဂျပန်နိုင်ငံမှာ လတ်ဆတ်တဲ့ငါးကို ဝယ်ယူစားသုံးတာများတော့ ဂျပန်တွေအတွက် လတ်ဆတ်တဲ့ငါးကို အလုံအလောက်မရဘူး ဖြစ်နေတယ်။ ဒီတော့ ငါးဖမ်းသင်္ဘောကြီးကြီးတွေ တည်ဆောက်ပြီး ကမ်းဝေးပင်လယ်ထဲအထိသွားကာ ငါးဖမ်းရပါတယ်။ ငါးရဖို့ ပင်လယ်ထဲ ဝေးဝေးသွားလေ၊ ပြန်လာဖို့ အချိန်ကြာလေ ငါးတွေက မလတ်ဆတ်လေပဲ။ မလတ်ဆတ်ရင် မရောင်းရဘူး။

ငါးဖမ်းကုမ္ပဏီတွေက အအေးခန်းပါတဲ့ သင်္ဘောတွေ တည်ဆောက်တယ်။ ဖမ်းမိတဲ့ငါးတွေကို အေးခဲပစ်လိုက်တာပေါ့။ အအေးခန်းတွေပါလို့ ပင်လယ်ထဲကို ဝေးဝေးသွားနိုင်တယ်။ အချိန်ကြာကြာနေနိုင်တယ်။ ပြဿနာက ရေခဲရိုက်ငါးတွေကို စားသုံးသူက လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ငါးလောက် မကြိုက်တော့ ရောင်းရတာ ဈေးလျော့တယ်။

ငါးဖမ်းသင်္ဘောပေါ်မှာပဲ အအေးခန်းတွေအစား ငါးလှောင်ရေကန် အကြီးကြီးတွေ တည်ဆောက်တယ်။ ပင်လယ်ထဲကငါးတွေ ဖမ်းလို့ရရင် ငါးလှောင်ရေကန်ထဲမှာ အရှင်အတိုင်းထည့်တယ်။ ဈေးကွက်ရောက်တဲ့



အထိ ငါးက အရှင်အတိုင်းပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကုမ္ပဏီကောင်းတဲ့ ငါးအရှင်က ပင်လယ်ကမ်းနားမှာ တံငါသည်က လက်လီဖမ်းရောင်းတဲ့ ငါးလို့စားရတာ မချို့ပါဘူးလို့ စားသုံးသူက ပြဿနာလုပ်ပြန်ရော။ စီးပွားရေးလုပ်တဲ့ ငါးဖမ်းကုမ္ပဏီက အဖြေရှာရတယ်။

ပင်လယ်ထဲမှာ ငါးကိုဖမ်းပြီး ငါးလှောင်ရေကန်ထဲ ထည့်တယ်။ လည့်စမှာ ငါးတွေက နည်းနည်းပါးပါး ဟိုဟိုဒီဒီ ကူးခတ်သေးတယ်။ အချိန်နည်းနည်းကြာလာတော့ ရေလှောင်ကန်နံရံမှာ မှီပြီးမှေးနေတယ်။ အချိန်တန်လို့ ငါးစာကျွေးရင် စားတယ်။ ပြီးရင် ဆက်မှေးနေတယ်။ ကြာတော့ ငါးငပျင်းတွေဖြစ်ပြီး ဇိမ်နဲ့နေတော့တာပေါ့။ အလှုပ်အရှားနည်းတဲ့ ငါးငပျင်းတွေက အဆီတက်ချင်လည်း တက်နေမှာပေါ့။ ဈေးကွက်မှာ ရောင်းပန်းတော့မလှဘူး။

ငါးဖမ်းကုမ္ပဏီတွေက ဒါကိုဖြေရှင်းဖို့ နည်းလမ်းရှာကြတယ်။ အဖြေလည်း တွေ့ပါတယ်။ ပင်လယ်ကမ်းဝေးကို ငါးဖမ်းသင်္ဘောကြီးတွေ ထွက်ချိန်မှာ ငါးလှောင်ရေကန်တွေလည်း ထားမြဲထားပါတယ်။ ပြီးတော့ ငါးလှောင်ရေကန်ထဲမှာ ငါးမန်းပေါက်ကလေးတွေ တစ်ကောင်စီ ထည့်ထားလိုက်တယ်။

ဖမ်းမိတဲ့ငါးတွေ အရှင်အတိုင်း ငါးလှောင်ရေကန်ထဲ ထည့်လိုက်တဲ့အခါ အဆင်သင့်ရှိနေတဲ့ ငါးမန်းက သူ့အစာအဖြစ် စားဖို့ဖမ်းတယ်။ ပြေးနိုင်မှလွတ်တာမို့ ငါးတွေ ငါးမန်းနဲ့ အမြဲတမ်း ပြေးတန်းလိုက်တန်းကစားနေရတာပေါ့။ ငါးမန်းစာဖြစ်သွားတဲ့ ငါးလည်း အနည်းအကျဉ်းတော့ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ငါးတိုင်းဟာ ငါးမန်းစာမဖြစ်ရအောင် မနားမနေကူးခတ်ပြေးလွှားနေရတာမို့ ပင်လယ်ပြင်က ယခုမှ ဖမ်းလာတဲ့ ငါးတွေလို့ပဲ လတ်ဆတ်နေတယ်။

ဒီအကြောင်းအရာကို အင်တာနက်မှာ တစ်ယောက်ယောက်က

ရေးပြီး တင်ထားတာ ဖတ်ရတာပါ။ လုပ်ရပ်က သဘာဝကျတာ မကျ  
 တာထက် ပေးချင်တဲ့ message ကတော့ စိတ်ဝင်စားဖို့ကောင်းတယ်။  
 ရေးပြီးတင်ထားတဲ့သူက ဘယ်လိုမှတ်ချက်ပေးသလဲဆိုတော့ ငါးတွေဟာ  
 ငါးမန်းရဲ့အန္တရာယ်ကို ရှောင်တိမ်းရလို့ ငါးငဖျင်းတွေမဖြစ်ဘဲ အရည်  
 အသွေးမြင့် တန်ဖိုးတက်လာတယ်။ ကျွန်တော်တို့ လူတွေလည်း ရှင်  
 သန်ပြီး တန်ဖိုးမြင့်လာဖို့ ငါးမန်းလို စိန်ခေါ်ချက်တွေကို ရဲရဲရင်ဆိုင်ရ  
 မယ်။ စိန်ခေါ်ချက်တွေနဲ့ ကံကောင်းတယ်မှတ်ပါတဲ့။

\*

## မျောက်စိတ်

ကျွန်တော်တို့အဖြစ်က တော်တော်ခွကျတာ။ လက်ရှိအချိန် ဒီနေ့ (ပစ္စုပ္ပန်) မှာ မနေချင်ဘူး။ ဖြစ်ခဲ့ပြီးတဲ့ အရင်က အတိတ်အကြောင်းတွေကို ပြန်စဉ်းစားချင် စဉ်းစားနေမိတယ်။ ပြင်လို့မရနိုင်တော့တဲ့ အတိတ်ကို တန့်န့်ပြန်တွေးရင်း အချိန်ကုန်ချင် ကုန်နေတတ်တယ်။ မဖြစ်လာသေးတဲ့ မနက်ဖြန် သဘက်ခါ အနာဂတ်ကို ကြိုတွေးပြီး ပူပန်သောက ရောက်ချင်ရောက်နေမိတာ။

ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်တဲ့ ဒီနေ့မှာ အာရုံမထားမိတော့ လုပ်သင့်တာတွေ မလုပ်လိုက်မိဘဲ လစ်ဟာသွားရော။ မနက်ဖြန်အတွက် မပြင်ဆင် မစီစဉ်ရသေးဘဲ အဆင်သင့် မဖြစ်သေးဘဲ မနက်ဖြန်ဆိုတာကို ရင်ဆိုင်လိုက်ရရော။

ခရီးတစ်ခုသွားတယ်ဆိုရင် ခရီးလမ်းမှာ ကြုံတွေ့ရတဲ့ သဘာဝအလှတွေ ရှုခင်းတွေကို မခံစားမိဘဲ အတွေးက အဝေးတစ်နေရာကို ရောက်လိုရောက်။ အနာဂတ်ကို စိတ်ကူးယဉ်နေမိတော့ ပစ္စုပ္ပန်ရဲ့အရသာ ဘာမှန်း မသိလိုက်တော့ဘူး။

အစားအစာ စားနေရင်လည်း စားနေတဲ့အစာရဲ့ အရသာကို

အပြည့်အဝ ခံစားရအောင်၊ စာဖတ်ရင်လည်း ဖတ်နေတဲ့စာကိုပဲ အာရုံ စူးစိုက်မယ်၊ အလုပ်တစ်ခု လုပ်နေတယ်ဆိုရင်လည်း အာရုံမထွေပြားဘဲ အလုပ်ထဲပဲ စူးစိုက်ထားကြည့်မယ်ဆိုရင် နေရတာ ပိုပြီးအဆင်ပြေလာ တာ တွေ့ရတယ်။

ဒါက အပြောလွယ်ပေမဲ့ အလုပ်ခက်ပါတယ်။ ၁၀၀ ရာနှုန်းပြည့် အာရုံမထွေပြားဘဲ နေဖို့ဆိုတာ မလွယ်ဘူး။ စာသင်ခန်းထဲမှာ ဆရာ စာသင်နေရင် အာရုံစိုက်မိတာ အချိန်တစ်ဝက် ( ၅၀ %) ရှိရင် တော် တော်ဟုတ်တာ။

'လူ့စိတ်ဆိုတာ မျောက်စိတ်လိုပဲ' တဲ့။ ဟိုခုန်ဒီကူးလေ။ ထိန်းချုပ်ရ အခက်သား။ အချိန်ပြည့် ထိန်းထားဖို့မလွယ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ တောထဲက အရိုင်းကိုယဉ်အောင် တဖြည်းဖြည်းချင်း ကျင့်ယူရသလိုပေါ့။ ခုန်ပေါက် နေတဲ့ မျောက်စိတ်ကို စမ်းထိန်းကြည့်ရအောင်။ အတိတ်တွေ အနာဂတ် တွေ လျှောက်ပြေးလျှောက်ပြေးနေရင် 'ဒီနေ့' မှာ အာရုံစိုက်လာအောင် ဆွဲခေါ်ကြည့်ရအောင်။

ဒီနေ့မှာ အာရုံစိုက်နိုင်လာရင် ဒီနေ့လုပ်သင့်တာတွေ လုပ်နိုင်လာ ရင် ဒီနေ့ပေါင်းများစွာကို ကိုယ်က ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဆုတ်ကိုင်နိုင်လာရင် အောင်မြင်ဖို့ ရှေ့ကို ခြေတစ်လှမ်း တိုးတာပါပဲ။

ဒီနေ့ ရရှိခံစားနေရတဲ့ သုခချမ်းသာတွေကို အထိခိုက်ခံပြီး မနက် ဖြန်မှာ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်လာမယ့် အခက်အခဲတွေအတွက် ကြိုတင်ပြီး သောက ရောက်မနေစေချင်ပါဘူး။ ပြင်မရနိုင်တော့တဲ့ အတိတ်မှာ တဝဲ လည်လည် ဖြစ်မနေစေချင်ပါဘူး။



## ဘယ်တော့မှ နောက်မကျဘူး

အိပ်မက်အသစ်တွေ ထပ်မက်ဖို့ ဓမ္မာန်များချက်ပန်းတိုင်အသစ်တွေ ထပ်မံဖို့ နောက်ကျသွားပြီ၊ အသက်ကြီးပြီ အိုမင်းသွားပြီလို့ မရှိပါဘူး။

လူ့ဘဝမှာ ကောင်းတဲ့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုတွေ လုပ်ဖို့အတွက် အချိန်နောက်ကျနေပြီလို့ မရှိဘူး။ လက်ရှိအနေအထားထက် တိုးတက်မြင့်မားတဲ့ အခြေအနေကို ရချင်တယ်ဆိုရင် လက်ရှိအတိုင်း နေလို့တော့ မဖြစ်ဘူး။ တိုးတက်ဖို့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရမယ်။

ဘာတွေ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရမှာလဲ။ ကိုယ့်အခြေအနေကို ကိုယ်ပြန်ပြီး ဝေဖန်သုံးသပ်ရမယ်။ ကိုယ့်အရည်အချင်းက လူတန်းစေ့ရဲ့လား၊ ဘာတွေဖြည့်ဆည်းဖို့ လိုနေသလဲ။ ဘာတွေ ဖြည့်ဆည်းနိုင်သလဲ။ ကိုယ့်အလေ့အထ ကိုယ့်သွင်ပြင်လက္ခဏာ ကိုယ့်အကျင့်စရိတ်က လူကောင်းတွေ အောင်မြင်ပျော်ရွှင်သူတွေနဲ့ တူရဲ့လား။ ဘာတွေ ပြောင်းလဲရမှာလဲ။ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်က တိုးတက်အောင်မြင်မှု ဖြစ်မယ့်နေရာ ဟုတ်ပါရဲ့လား။ အလားအလာကောင်းတွေ ရှိရဲ့လား။ မရှိဘူးဖြစ်ရင် ပတ်ဝန်းကျင်အသစ် ရှာရမယ်။ 'သေချင်တဲ့ကျား တောပြောင်း'ဆိုတာ လူညံ့တွေပေးတဲ့ ဆင်ခြေပါ။ 'တစ်ရွာမပြောင်း သူကောင်းမဖြစ်'တဲ့

စာဆိုရှိတယ်။

လူဆိုတာ ရုန်းကန်လှုပ်ရှား ကြိုးစားနေမှ အသက်ဝင်တာ။  
ရှင်သန်တာ။ ကောင်းတာလုပ်ဖို့ ကောင်းတဲ့ပြုပြင် ပြောင်းလဲမှုလုပ်ဖို့  
ဘယ်တော့မှ နောက်မကျဘူး။ ခုပဲ စဖို့။

\*

## ကျန်းမာရေး အကြွေး

စက်ကိရိယာတွေကို မသုံးဘဲ ပစ်ထားတာကြာရင် သံချေးတက်သလိုပဲ လူ့ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းတွေလည်း အလှုပ်အရှားနည်းရင် ဖောက်ပြန် ပျက်စီးတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုကို ကျန်းမာရေး အတွက် လုပ်ဖို့လိုတာ။

ဘယ်သူမဆို နေသာသလို နေချင်တာချည်းပဲ။ 'အိပ်လို့ကောင်း တယ်၊ စားလို့ကောင်းတယ်၊ နေရထိုင်ရတာ သက်သောင့်သက်သာ ရှိတယ်ဆိုရင် အဲဒါ မကျန်းမာတော့မယ့် လက္ခဏာပဲ' လို့ ကျန်းမာရေး ပညာရှင်တစ်ယောက်က ပြောတယ်။ စားကောင်းတိုင်းစား၊ အလှုပ်အရှား နည်းလာရင် လူ့ကိုယ်ခန္ဓာက သံချေးတက်တော့မယ်။ အဆီတွေစု အဆီ တွေပိတ်ပြီး မအိမ်သာဖြစ်တော့မယ်။ ဒါကြောင့် သိပ်ငြိမ်နေလို့ မဖြစ် ဘူး။ လှုပ်ပေးဖို့လိုတယ်။

'ငယ်ရွယ်နုပျိုချိန်မှာ တရားအားထုတ်ရမယ်လို့ မဟာစည်ဆရာ တော်ကြီးက ညွှန်ပြဖူးတယ်။ ကျွန်တော်တို့က တရားဆိုတာ အသက် အရွယ်ကြီးမှ အားထုတ်ရတာမျိုးလို့ ထင်တာ။ တကယ် အသက်ကြီးလို့ တရားအားထုတ်မယ်ဆိုတော့ ကြာကြာမထိုင်နိုင်တော့ဘူး။ ကိုက်ခဲ

နာကျင်နေတာနဲ့ပဲ တရားနဲ့ဝေးရော။

ကျန်းမာရေးကိစ္စလည်း ဒီလိုပဲ။ ငယ်ရွယ်နုပျိုစဉ်ကတည်းက လေ့ကျင့်လိုက်စားမှ တန်ကာကျတာ။ အရိုးရင့်မှ၊ အကြောတွေမာမှ ထလုပ်ရင် အဆင်မပြေတော့ဘူး။ မကွေးနိုင် မညွတ်နိုင် မလှုပ်ရှားနိုင်ဘဲ တောင့်တင်းနေမှာ။ အရိုးအဆစ်တွေကလည်း သံချေးတက်လို့ မပျော့ပြောင်းတော့ဘူး။ ဗိုက်ခေါက်ထဲမှာ အဆီတွေစုပြီး ဖောင်းနေပြီ။ လည်ကုပ်က ကျိုးပေါင်းတက်နေပြီ။ ဒူးကလည်း မခိုင်ချင်တော့ဘူး။ မနက်ဖြန်ဆိုရင် နောက်ကျသွားပြီ။ ဒီနေ့ပဲ ကျန်းမာရေးအတွက် စလှုပ်ရှားရမယ်။

အရွယ်ကောင်းစဉ်ကတည်းက ကျန်းမာရေးမလုပ်ဘဲ ပစ်ထားမိလို့ ကျန်းမာရေးအကြွေးတင်သွားရင် အချိန်တန်တော့ ပြန်ဆပ်ရတယ်။ အရင်းတွင်မက အတိုးနဲ့ပါ ဆပ်ရတာ။ တစ်သက်တာ ရှာဖွေခဲ့သမျှ ဆေးရုံဆေးခန်းက စားဖို့ ဖြစ်သွားတယ်။ ငွေကုန်ရုံမက ကိုယ်က ဝေဒနာခံစားရသေးတယ်။

မကျန်းမာရင် ဘာမှ လုပ်လို့မရတော့ဘူး။ စီးပွားလည်း မရှာနိုင်ဘူး။ အလှအပတွေ အနဲ့အရသာတွေတောင်မှ ပြည့်ပြည့်ဝဝ ခံစားလို့ မရနိုင်တော့ဘူး။ ကျန်းမာရေးတော့ အကြွေးမထားတာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။





## အဲဒီတုန်းက အလုပ်သမားခေါင်းက ငါ မဟုတ်ဘူး

စကော့(စ)မင်း ( Scotsman ) ဆိုတဲ့သူနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာ တစ်ခုကို ဖတ်မိပါတယ်။

စကော့(စ)မင်းက မနေမနား အလုပ်ကို ကြိုးစားပမ်းစား လုပ်လေ့ ရှိသူ။ တစ်ရက်တော့ သူ့အပေါင်းအသင်းတွေက ပြောသတဲ့-

‘စကော့(စ) ရာ။ အေးဆေးနေစမ်းပါ။ ရောမမြို့ကြီးကို တစ်ရက် တည်းနဲ့ ဆောက်ခဲ့တာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ မင်း မကြားဖူးဘူးလား’ ။

စကော့(စ) ပြန်ပြောခဲ့တာက- ကြားဖူးတာပေါ့။ အဲဒီတုန်းက အလုပ်သမားခေါင်းက ငါ မဟုတ်ဘူးလေ’ ။

ဖတ်မိတာက စာကြောင်း(၁၀)ကြောင်း မပြည့်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ တွေးစရာတွေက အများသား။

လူတစ်ယောက်ပြောတဲ့စကား၊ ပြုမူပုံကိုကြည့်ပြီး သူဟာ အနာဂတ်မှာ အောင်မြင်နိုင်သူ ဟုတ် မဟုတ် ခန့်မှန်းလို့ရတယ်။

တချို့သူတွေက ရောမမြို့ကြီးကို တစ်ရက်တည်းနဲ့ တည်ဆောက်ခဲ့တာ မဟုတ်ဘူး။ မရှိလို့လုပ်စားတာ ဖြည်းဖြည်းပေါ့လို့ ဝီရိယအားလျှော့တဲ့ အတွေးရှိသူတွေလည်း ရှိတယ်။

စကော့(စ) ဆိုတဲ့လူရဲ့ စိတ်ဓာတ်က ခေါင်းဆောင်စိတ်ဓာတ်။ တွေးတဲ့ အခါ သူ့ကိုယ်သူ ခေါင်းဆောင်နေရာက တွေးတယ်။ အပျက်ထက် အဖြစ်ဘက်က တွေးတယ်။ ရောမမြို့ကြီး တည်ဆောက်ချိန်မှာ သူ့သာ အလုပ်သမားခေါင်းဆိုင်ရင် အောက်ကအလုပ်သမားတွေကို ဖိဖိစီးစီး အလုပ်လုပ်ခိုင်းမှာ သေချာတယ်။ တည်ဆောက်ရေးလုပ်ငန်းတွေ ကြံ ကြာနေမှာ မဟုတ်ဘူး။

ဒီလိုစိတ်ဓာတ်ရှိတဲ့သူ အောင်မြင်မှာပဲ။

\*

## ဘာအရေးအကြီးဆုံးလဲ

ဘာအရေးအကြီးဆုံးလဲဆိုတာ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် သတ်မှတ်ပုံ  
ချင်း မတူဘူး။

လူတစ်ယောက်က သူ့အတွက် အရေးကြီးတယ်လို့ သတ်မှတ်  
ထားတာက နောက်တစ်ယောက်အတွက် ဘာမှမဟုတ်တဲ့ သာမန်ကိစ္စ  
ဖြစ်ရင်ဖြစ်တာပဲ။ သူက အရေးကြီးတယ်ထင်ပြီး တမြတ်တနိုး လုပ်နေ  
တာတစ်ခုကို ကိုယ်ကပေါ့ပေါ့တန်တန် ဖြစ်အောင်တော့ သွားမလုပ်  
သင့်ဘူး။ (ရန်များတယ်။) ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က အရေးကြီးတယ် သတ်မှတ်  
ထားတာကို အခြားသူတွေက လိုက်အရေးမကြီးတဲ့အခါတော့ ခံစားမနေ  
လေနဲ့။ ကိုယ်ခံစားရတာ သူတို့ သိချင်မှတောင် သိမယ်။ တကယ်တော့  
ကိုယ့်ကိစ္စက သူတို့အတွက် အရေးမပါတတ်တာ လက်ခံထားလိုက်ပါ။  
လူသဘာဝက ကိုယ့်ကိစ္စမှ အရေးကြီးတယ်ထင်တာ။ ကိုယ်က ကိုယ့်  
ကိစ္စတစ်ခုကို မိုးလောက်ကြီး အလေးအနက်ထားနေချိန်မှာ အခြားသူ  
အတွက် ဒီကိစ္စက နှမ်းစေ့လောက်တောင် အရေးမပါတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်နေ  
မှာပဲ။

အရေးကြီးတာက ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က ကိုယ့်အတွက် ဘာအရေး

ကြီးလဲဆိုတာ ကိုယ်တိုင်သိဖို့ပါပဲ။ သိပ်အရေးမပါတဲ့ ကိစ္စတစ်ခု၊ ပစ္စည်းတစ်ခုကို ကိုယ်က ရေးကြီးခွင်ကျယ် လုပ်နေမိရင် ကိုယ့်အတွက် ဝန်ထုပ် ဝန်ပိုး ဖြစ်တာပဲ။

အရေးအကြီးဆုံးကတော့ အရေးမပါတာတွေကို ရေးကြီးခွင်ကျယ် လုပ်ပြီး ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတွေ ကိုယ့်ဘဝခရီးမှာ သယ်ဆောင်မနေမိဖို့ပါ။

တကယ် စေ့စေ့ပေါက်ပေါက် ပြန်စိစစ်ကြည့်လိုက်ရင် ဘယ်ဟာမှတော့ သေရေးရှင်ရေး အရေးကြီးလှတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီနေ့ အရေးကြီး လှချည်ရဲ့ ထင်နေတဲ့ကိစ္စက နောက်တစ်နှစ်နေ့လို့ ပြန်ကြည့်တော့ ဘာမှ မဟုတ်ပြန်ဘူး။

အရေးမကြီးတာတွေကို အာရုံများနေရင်၊ တကယ်အရေးကြီးတာ ကို လွတ်သွားတတ်ပါတယ်။ တကယ်အရေးကြီးတာက ဝိတ်လျှော့ တတ်ဖို့ပဲ လိုတယ်။



## အနီးအဝေး

ကျောင်းစာသင်ခန်းတစ်ခုမှာ ဆရာက ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေကို မေးတယ်။ 'ဒေါသထွက်တဲ့အချိန်မှာဘာကြောင့် လူတွေက အော်ဟစ်ပြီး ပြောကြတာလဲ' တဲ့။ ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေလည်း စဉ်းစားတယ်။ အဖြေကို အလွယ်မတွေ့ဘူး။

ကျောင်းသူတစ်ယောက်က 'စိတ်တည်ငြိမ်မှုတွေ ပျောက်ဆုံးသွားလို့ အော်ဟစ်မိတာပါ' ဆိုပြီး ဖြေတယ်။ ဆရာက 'ကိုယ်ပြောမယ့် တစ်ဖက်လူက ကိုယ့်အနီးမှာရှိတာပဲ။ အေးအေးဆေးဆေး ပြောရင်ရဲ့နဲ့ ဘာကြောင့် အော်ပြောတယ်လို့ ထင်သလဲ' ဆိုပြီး မေးခွန်းထပ်မေးတယ်။ ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေလည်း တစ်ယောက်တစ်ပေါက် ကိုယ်တွေ့မိတာ ကိုယ်ဖြေကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျေနပ်စရာကောင်းတဲ့ အဖြေတော့ ဘယ်သူမှ မပေးနိုင်ကြဘူး။

'လူနှစ်ယောက် စိတ်ဆိုးဒေါသထွက်ကြချိန်မှာ သူတို့စိတ်ချင်း သိပ်ကို ကွာဝေးသွားတယ်။ အကွာအဝေးရှိနေတော့ အော်ပြောမှ ထိရောက်မယ်ထင်ပြီး အော်ပြောမိတယ်။ အော်လေ ဒေါသထွက်လေ၊ ဒေါသထွက်လေ စိတ်ချင်းက ပိုကွာဝေးလေ၊ ပိုအော်ပြောမိလေပဲ' ဆိုပြီး

ဆရာက ပြောပြတယ်။

ဆရာကဆက်ပြီး 'သမီးရည်းစားနှစ်ယောက် ကြည်ကြည်နူးနူး စကားထိုင်ပြောနေတာ တွေ့ဖူးကြတယ် မဟုတ်လား။ ဒေါသထွက်တဲ့ လူနှစ်ယောက်နဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်။ စိတ်ချင်းက သိပ်နီးတော့ တီးတိုး တီးတိုးပဲ ပြောတယ်။ စိတ်ချင်းနီးလေ၊ နားလည်မှုပိုရှိလေ။ တစ်ခါ တလေ စကားနဲ့ပြောဖို့တောင် မလိုဘဲ အမူအရာနဲ့တင် နားလည်တယ်။ မျက်လုံးချင်း စကားပြောတယ်' လို့ ပြောတယ်။ ကျောင်းသူကျောင်းသား တွေကတော့ ပြုံးစေ့စေ့ပေါ့။

'လူတွေအချင်းချင်း စိတ်ချင်းမဝေးကြပါစေနဲ့။ ငြင်းခုံစရာကြုံ လာရင်တောင်မှ စိတ်ချင်း ကွာဝေးမသွားကြပါစေနဲ့။ စိတ်ချင်းဝေးကွာ သွားစေမယ့် စကားမျိုးကို ဘယ်တော့မှ မပြောရဘူး။ စိတ်ဆိုးကြတယ် ဆိုရင် စိတ်တွေပြေမှ စိတ်ရဲ့ကွာဝေးမှု မရှိတော့မှ ပြေပြေလည်လည် ဆွေးနွေးကြရမယ်' လို့ ဆရာက ရှင်းပြတယ်။



## ကွဲနေတဲ့ ပြတင်းပေါက်မှန်ချပ်

ပြတင်းပေါက်မှန်တစ်ချပ် ကွဲနေတာ မြင်ဖူးမှာပေါ့။ ကိုယ့်အိမ်က ပြတင်းပေါက်ဖြစ်ရင် ဖြစ်မယ်။ သွားရင်းလာရင်း သူများအိမ် ဒါမှမဟုတ် ရုံးဌာနက ပြတင်းပေါက်မှန်လည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်လိမ့်မယ်။

The Broken Window Theory ဆိုတာ နိုင်ငံတကာမှာ နာမည်ကြီးတဲ့ သီအိုရီတစ်ခုပါ။ ပြတင်းပေါက်မှန်တစ်ချပ် ကွဲနေတာကို မပြင်ဘဲ လျစ်လျူထားမိရင် နောက်ထပ်မှန်ချပ်တွေ ထပ်ကာထပ်ကာ ကွဲတတ်တယ်။ အခွဲခံရပါလိမ့်မယ်တဲ့။

စာသင်ခန်းထဲမှာ စည်းကမ်းမဲ့တဲ့ ကျောင်းသားတစ်ယောက် ရှိနေတယ်။ သူ့ကိုမဆုံးမဘဲ လွတ်ထားမိရင် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ စာသင်ခန်းတစ်ခုလုံး ထိန်းမနိုင်သိမ်းမရ စည်းကမ်းဖျက်ကြလိမ့်မယ်။

အလုပ်ခွင်မှာ စည်းကမ်းကို မလိုက်နာဘဲ ဖောက်ဖျက်နေတဲ့သူ တစ်ယောက် ရှိနေတာကို မျက်ကွယ်ပြုထားမိရင် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အများစုက ထင်ရှားစိုင်းလာလိမ့်မယ်။ သူတောင်မှ နေသေးတာ ငါလည်း နေမယ်ဆိုတဲ့စိတ်တွေ တစ်ဌာနလုံး ဖြစ်လာတတ်တယ်။

အမှိုက်ပုံးထဲမပစ်ဘဲ ပြီးစလွယ်ချထားတဲ့ အမှိုက်စတစ်စရှိရင်

အမှိုက်တွေအများကြီး အမှိုက်ပုံးအပြင်မှာ ချပစ်သွားကြလိမ့်မယ်။

အသေးအမွှားဆိုပြီး အလေးမထားဘဲနေလို့ မရပါဘူး။ တစ်ယောက်ကစ တစ်ရာဖြစ်သွားတတ်တဲ့ သဘာဝရှိပါတယ်။

ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်၊ ကိုယ့်အလုပ်ခွင်၊ ကိုယ့်မိသားစုမှာ ပြတင်းပေါက်မှန်တစ်ချပ် ကွဲနေတဲ့အဖြစ်မျိုး မရှိအောင် သတိထားရမယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်မှာလည်း မကောင်းတဲ့ အကျင့်ဆိုးတစ်ခုခု မစမိဖို့ လိုတယ်။ ရှိလာတာနဲ့ ဆက်တိုက်ဆက်တိုက် ဆက်ဖြစ်မလာအောင် လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။

အသေးအဖွဲ့လို့ ထင်ရပေမဲ့ အကျင့်ဆိုးကစမိရင် အလှေအထဖြစ်သွားတယ်။ သုံးပတ်လောက်လေ့ကျင့်ရင် အလှေအထဖြစ်တယ်။ ဥပမာ ဆိုပါတော့ အိပ်ရာက စောစောမထဘူး။ ဒါပေမဲ့ နှိုးစက်ပေးပြီး မနက်စောစော ကြိုးစားပြီး အိပ်ရာကထရင် သိပ်မကြာခင်မှာ အိပ်ရာက စောစောနိုးတဲ့ အလှေအကျင့် ဖြစ်လာတယ်။ အိပ်ရေးမဝတာမျိုးလည်း မရှိတော့ဘူး။

အလှေအကျင့်က အလှေအထဖြစ်တာမို့ အမှိုက်ကို လက်လွတ်စပယ် ပစ်ချတတ်တာ၊ မီးပွိုင့်မှာ မီးနီနေပေမဲ့ လစ်ရင်လစ်သလို ဖြတ်သွားတတ်တာ၊ စတဲ့စတဲ့ မကောင်းတဲ့စရိုက်မျိုးတွေ ကိုယ်က မလုပ်မိအောင် ဆင်ခြင်ဖို့လိုတယ်။ မကောင်းတဲ့ စရိုက်ဆိုးတစ်ခုကို လက်ခံမိရင် ပြတင်းပေါက်မှန်တစ်ချပ် ကွဲသလိုပဲ။ ကိုယ်ဟာ 'သုံးစားမရတဲ့လူ' ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။

The broken windows theory ကိုလူမှုသိပ္ပံပညာရှင် James Q. Wilson နဲ့ George L. Kelling တို့က ၁၉၈၂ခုနှစ်မှာ မိတ်ဆက်တယ်။ ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ်တွေမှာနယူးယောက် ရဲမင်းကြီး William Bratt<sup>၈၈</sup> နဲ့ မြို့တော်ဝန် Rudy Giuliani တို့က လက်တွေ့အသုံးပြုတယ်။



လူ့ အသိုက်အဝန်းနဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့ အမူအကျင့်တွေကို အမြစ်မတွယ်ခင် ဖယ်ရှားရှင်းလင်းပေးတယ်။ ကောင်းမွန်တဲ့ လူမှုဝန်းကျင်တွေ ဖော်ဆောင် ပေးတယ်။ ဒီတော့ ရာဇဝတ်မှုခင်းတွေ နည်းပါးသွားတဲ့ ကျေးဇူးကို ရတယ်တဲ့။

\*

## လှေပြိုင်ပွဲ

မှတ်သားစွဲလန်းနေတဲ့ ဟာသပုံပြင်တစ်ပုဒ် ရှိပါတယ်။

တစ်ခါတုန်းက အင်္ဂလန်လှေအသင်းနဲ့ ဂျပန်လှေအသင်းတို့ ပြိုင်ကြသတဲ့။ ဂျပန်လှေက တစ်မိုင်လောက် ဖြတ်ကျော်ပြီး ရှေ့ကပန်းဝင်သွားတော့ အင်္ဂလိပ်လှေတော်သားတွေ စိတ်ဓာတ်ကျသတဲ့။ ဒါကြောင့် အုပ်ချုပ်ရေးမှူးချုပ်က ဘာကြောင့် ယခုလို ခွက်ခွက်လန် ရှုံးနိမ့်ရသလဲ ဆိုတာကို စုံစမ်းစစ်ဆေးရေးအဖွဲ့ ဖွဲ့စည်းပြီး စစ်ဆေးစေတယ်တဲ့။

စစ်ဆေးချက် အစီရင်ခံစာသုံးသပ်ချက်က ဂျပန်အသင်းမှာ လှေလှော်တဲ့ လှေတော်သားက ရှစ်ယောက်၊ ပဲ့ကိုင်တစ်ယောက်နဲ့ ဖွဲ့စည်းထားပြီး အင်္ဂလိပ်အသင်းမှာ လှေလှော်မယ့် လှေတော်သားက တစ်ယောက်ရှိပြီး ပဲ့ကိုင်ရှစ်ယောက်နဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ကွာခြားချက်ကို တွေ့ရှိတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် အင်္ဂလိပ်လှေအသင်း အုပ်ချုပ်ရေးဒါရိုက်တာအဖွဲ့က အကြံပေးကော်မရှင်တစ်ဖွဲ့ကို ငှားရမ်းပြီး အနိုင်ရရှိရေး အကြံပေးစေတယ်တဲ့။ အကြံပေးကော်မရှင်က လှေလှော်မယ့် လှေတော်သားကို အားစိုက်လှော်ခတ်စေဖို့၊ စနစ်တကျ ကြပ်မတ်ကွပ်ကဲနိုင်ဖို့အတွက် လှေတော်သား တစ်ယောက်၊ ပဲ့ကိုင် လေးယောက်၊ အထူးတန်းပဲ့ကိုင် သုံး

ယောက်နဲ့ ပဲ့ကိုင်အရာရှိချုပ် တစ်ယောက် ပါဝင်တဲ့ ဖွဲ့စည်းပုံအသစ်ကို ရေးဆွဲတင်ပြတယ်တဲ့။

ဖွဲ့စည်းပုံအသစ်နဲ့ လှေတော်သားကို အားစိုက်လှော်ခတ်ဖို့ အထူး ကြပ်မတ်ညွှန်ပြ ယှဉ်ပြိုင်ပေမဲ့ ဂျပန်လှေအသင်းက အင်္ဂလိပ်လှေအသင်း ကို နှစ်မိုင်လောက် ဖြတ်ကျော်အနိုင်ယူသွားတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် လှေတော်သားကို ကြိုးစားအားထုတ်မှု ညံ့ဖျင်းမှုနဲ့ အရေးယူ အပြစ်ပေး လိုက်တယ်။ လှေတွေတက်တွေအားလုံးကို အပြတ်ရောင်းချပစ်လိုက် တယ်။ လှေအသင်း ဖွဲ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု ဆက် လက်မပြုလုပ်တော့ဘဲ ရန်ပုံငွေအားလုံးကို ဒါရိုက်တာအဖွဲ့၊ အုပ်ချုပ်ရေး မှူးချုပ်နဲ့ ပဲ့ကိုင်အရာရှိများက ဆုတော်ငွေအဖြစ် ခွဲဝေရယူလိုက်ကြပါ သတဲ့။

ဒီပုံပြင်က ဆရာများနေတဲ့ အင်္ဂလိပ်တွေရဲ့ စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ်ကို သရော်တာပါ။ ဒါပေမဲ့ အရှုံးကိုသုံးသပ်ရာမှာ နည်းမှန်လမ်းမှန် မဝေဖန် တာကြောင့် ရှုံးပြီးရင်း ရှုံးတတ်တာကိုလည်း မြင်တွေ့ရပါတယ်။



## အပျော်ဆုံးလူ

အာဖရိက ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ရှိတယ်။

ဘုရင်တစ်ပါးဟာ မပျော်မရွှင်ဖြစ်နေသတဲ့။ ဒါကြောင့် မင်းချင်းတွေကို ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပျော်ဆုံးလူကို လိုက်ရှာစေတယ်။ တွေ့ရင် နန်းတော်ကို ခေါ်ခွဲဆိုတဲ့အမိန့်နဲ့ပေါ့။ အပျော်ဆုံးလူတွေ့ရင် သူ့ဆီက ပျော်ရွှင်စေတဲ့ နည်းလမ်းတွေ ယူမယ်။ အပျော်တွေ ဓာတ်ကူးမယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့။

ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပျော်ဆုံးလူကို ရှာရတာ သိပ်တော့မလွယ်ဘူး။ ပျော်နေတယ် ထင်ရတဲ့သူတွေကိုတွေ့လို့ စေ့စေ့စပ်စပ် မေးကြည့်လိုက်ရင် သူတို့မှာ သောကကိုယ်စီ မပျော်နိုင်တဲ့ အကြောင်းကိုယ်စီနဲ့။ တစ်နေရာမှာတော့ သစ်ပင်ပေါ်တက်ပြီး သီချင်းတကြော်ကြော် အော်ဆိုနေတဲ့ လူငယ်လေးတစ်ယောက်ကို မင်းချင်းတွေက တွေ့တယ်။ မေးကြည့်တော့လည်း ပျော်သတဲ့။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပျော်ဆုံးလူပါတဲ့။

ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပျော်ဆုံးဆိုတဲ့လူကို တွေ့ရတော့ မင်းချင်းတွေလည်း ဝမ်းသာတာပေါ့။ တာဝန်ကျေပြီ။ ဒီသူငယ်ကို နန်းရင်ပြင် ခေါ်လာပြီး ဘုရင်ကြီးရှေ့တော်မှောက် သွင်းလိုက်တယ်။ ဘုရင်ကြီးလည်း

ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပျော်ဆုံးလူဆိုတာကို ရှုစားတော်မူလိုက်တော့ အပျော်ဆုံး လူဆိုတာမှာ ဝတ်စရာအင်္ကျီတောင်မရှိလို့ ဝတ်မထားဘူးတဲ့။

ဒီအာဖရိကပုံပြင်ကို ဖတ်ရတော့ ကျွန်တော် သိပ်သဘောကျ တာပဲ။ အပျော်ဆုံးလူဆိုတာမှာ ဝတ်စရာအင်္ကျီတောင် မရှိဘူးဆိုတဲ့ ဒဿနကို တော်တော်ကြိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် ကြိုကြိုက်တဲ့အခါ ဒီအာဖရိက ပုံပြင်ကို ပြန်ပြောပြဖူးတယ်။

'ပျော်ရွှင်ခြင်းကိစ္စကို ကျွန်တော် စိတ်ဝင်စားပါတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ဘယ်နိုင်ငံက နိုင်ငံသားတွေက အပျော်ဆုံးဖြစ်ကြမှာလဲ။ ဗဟုသုတအိုး ထဲ Happiest Country ဆိုပြီး ကျွန်တော် မွှေးနှောက်ရှာဖွေကြည့်တယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ နံပါတ်(၁) အပျော်ဆုံးနိုင်ငံက ဖင်လန်နိုင်ငံ၊ နံပါတ်(၂)က နော်ဝေ၊ နံပါတ်(၃)က ဒိန်းမတ်တဲ့။ ဒါဆိုရင် ကမ္ဘာမှာ မပျော်ဆုံးနိုင်ငံ တွေက ဘယ်နိုင်ငံတွေ ဖြစ်ကြမှာလဲ။ Least happy Country မှာ ရှာဖွေကြည့်လိုက်တော့ မပျော်ဆုံးနိုင်ငံ နံပါတ် (၁) က ဘူရန်ဒီ ရီပတ် ဘလစ်တဲ့။ နံပါတ် (၂) က ဗဟိုအာဖရိက ရီပတ်ဘလစ် ၊ နံပါတ်(၃)က တောင်ဆူဒန်နိုင်ငံ။

ဘူရန်ဒီ ရီပတ်ပလစ်နိုင်ငံအကြောင်း ဆက်လေ့လာတော့ ကမ္ဘာမှာ မပျော်ဆုံးနိုင်ငံက ကမ္ဘာမှာ အငတ်မွတ်အခေါင်းပါးဆုံး၊ အဆင်းရဲဆုံးလို့ တွေ့ရတယ်။ ကမ္ဘာမှာ ပျော်ရွှင်မှုဘိတ်ချေးနိုင်ငံ သုံးနိုင်ငံလုံးဟာ အာဖရိက မှာ ရှိတာကို တွေ့ရတယ်။ သောကပင်လယ်ဝေတဲ့ နိုင်ငံတွေကလည်း အာဖရိကမှာပဲ။

တစ်ဆက်တည်းပဲ ကမ္ဘာမှာ အပျော်ဆုံးလူဆိုတဲ့ အာဖရိကပုံပြင်ကို ပြန်လည်သတိရတယ်။ တစ်ချိန်က ကျွန်တော်သဘောကျခဲ့တဲ့ အပျော် ဆုံးလူဆိုတာမှာ ဝတ်စရာအင်္ကျီတောင် မရှိဘူးဆိုတဲ့ ဒဿနက လိမ်ဆင် ကြီးပဲ။ ရေသောက် ဗိုက်မှောက်နေရတဲ့ အမွဲဆုံးနိုင်ငံက နိုင်ငံသားတွေ

ဘယ့်နယ်ပျော်နိုင်ပါ့မလဲ။ ဗိုက်က ဆာလောင်မွတ်သိပ်လာရင် ဒေါသက အလိုလိုထွက်မြဲ။ ဗိုက်ဆာလို့ ပျော်တယ်ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဝတ်စရာအင်္ကျီတောင် မရှိအောင် ဆင်းရဲမွဲတေတဲ့သူတွေကို ညာတာပါတေးနဲ့ နှစ်သိမ့်ထားတဲ့ ပုံပြင်ပါလားလို့ တွေးလိုက်မိတယ်။

ပုံပြင်တွေရဲ့ ဒဿနတချို့ကို ကောင်းတယ်လို့ မြင်ပါတယ်။ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲဖို့ အသိအမြင်ပေးတာဆိုရင် လက်ခံချင်စရာပါ။ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲတယ် ဆိုတာတောင်မှ စားစရာသောက်စရာတွေ အလှူပယ်ရှိပေမဲ့ သင့်ရဲ့ပဲစားသောက်ပြီး တင်းတိမ်ရောင့်ရဲတာဆိုရင် ကောင်းပါရဲ့။ စားစရာမရှိလို့ မစားနိုင်တာကို တင်းတိမ်ရောင့်ရဲတာနဲ့ ရောချပြီး ကောင်းတယ်လို့တော့ မပြောစေချင်ဘူး။ နောက်ဆုံးပေါ်တွေ နောက်ကို မီးခိုးမဆုံး မိုးမဆုံး လိုက်နေတာမျိုးကို အားမပေးပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ လူတိုင်း လူတန်းစေ့စေ့ နေနိုင်သုံးနိုင် စားနိုင်သောက်နိုင်ဖို့တော့ လိုတယ်။

လူတန်းစေ့စေ့ နေနိုင်သုံးနိုင် စားနိုင်သောက်နိုင်ဖို့အတွက် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ကို ကြိုးစားလုပ်ဖို့တော့ လိုအပ်တယ်။ ထိပေါက်အောင် ထိုင်စောင့်နေရင်တော့ အိုပြီးသာ သေသွားမယ်။ မလွယ်ဘူး။ ထိပေါက်တဲ့သူ တော်တော်များများလည်း ရတဲ့ဥစ္စာ ကြာကြာမခံဘူးလို့ သုတေသနတစ်ခုက ပြောတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်အားကိုးပြီး လူတန်းစေ့စေ့ နေနိုင်စားနိုင်တဲ့ ဘဝအဆင့်တော့ ရအောင်လုပ်ကြရမယ်။

ဒါမှ ပျော်နိုင်ကြမယ်။



## Knowledge is Power ဆိုတာ ဟုတ်ပါ့မလား

Knowledge is Power လို့ ပြောတဲ့လူက ပြောတာပဲ။ ဒါကို အလွတ်ကျက်မှတ်ထားပြီး အခမ်းအနားတွေဘာတွေမှာ အမှာစကားပြောတဲ့ လူကြီးမင်းတွေကလည်း Knowledge is Power တို့ Knowledge ခေတ် ရောက်နေပြီတို့ လျှောက်ပြောတာပဲ။ ထိုင်နားထောင်တဲ့ပရိသတ်ကလည်း ဟုတ်မှာပဲ၊ ဟုတ်တာပဲလို့ သဘောထားလိုက်တယ်။ ပြီးတော့လည်း မေ့မေ့ပျောက်ပျောက် ဖြစ်သွားတယ်။

တကယ်တော့ Knowledge is Power ဆိုတာ တကယ်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ Knowledge is Information ဗဟုသုတဆိုတာ အချက်အလက်တွေပါ။ ဆိုရှယ်မီဒီယာတွေကို ကြည့်လိုက်ရင် တစ်ရက်တစ်ရက် ရလိုက်မယ့် ဗဟုသုတတွေ စုံသလားမမေးနဲ့။ ဒန့်သလွန်သီးက သွေးတိုးကျတယ် ဆိုတာရော၊ သုံးလအတွင်း ပေါင် ၃၆၀ ရှိတဲ့ လူကြီးရဲ့ပေါင် ၁၆၀အထိ ဝိတ်ချနည်းရော၊ ဆီးရောဂါပျောက်ကင်းတဲ့ သဘာဝဆေးနည်း၊ ဗိုက်ခေါက်ထူတဲ့ ကိုကိုမမတွေအတွက် သတင်းကောင်းရော အချိန်ပေးရင် ပေးနိုင်သလောက် ဗဟုသုတတွေ ရနိုင်တယ်။

ရရှိတဲ့ ဗဟုသုတအချက်အလက်တွေကို ဘယ်လိုလက်ခံကျင့်သုံး

သလဲ။ အကျိုးရှိအောင် လက်ခံကျင့်ကြံနိုင်ရင်တော့ အဲဒီ ဗဟုသုတတွေက အကျိုးဖြစ်မယ်။ Knowledge is Power ဖြစ်မယ်။ အသိအမြင် ဗဟုသုတတွေကို ကိုယ်အချိန်ပေးဖတ်ရှုတဲ့အခါ စဉ်းစားဆင်ခြင်စရာ ရှိပါတယ်။ ကိုယ်နဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ အချက်အလက် ဟုတ်ရဲ့လား၊ ကိုယ် ပေးနိုင်တဲ့ အချိန်ထက်ပိုပြီး နှစ်မျောနေမိသလား။

အစားမှားလို့ အစာမကြေတာ ရင်ပြည့်ရင်ကယ်ဖြစ်တာက မြင်သာပေမဲ့ ကိုယ်နဲ့မဆိုင်တဲ့ အချက်အလက်နဲ့ ကိစ္စဝိစ္စတွေ ကိုယ့်ဆီမှာ လာအမှိုက်ရှုပ်နေလို့ ဒုက္ခဖြစ်စေတာက မမြင်သာဘူး။





## ပေါက်စီသည်

တောသားကြီး တစ်ယောက်အကြောင်း ပြောရဦးမယ်။

တောသားကြီးတစ်ယောက်ဟာ ကြီးပွားချမ်းသာချင်တာကြောင့် မြို့ကို ပြောင်းခဲ့တယ်။ သူက ပေါက်စီလုပ်တတ်တော့ ပေါက်စီလေး အနည်းအကျဉ်းလုပ်ပြီး အထမ်းနဲ့ မြို့ထဲ လည်ရောင်းတာပေါ့။ ပေါက်စီ ကကောင်းတော့ ရောင်းရတယ်။ တစ်ရက်တစ်ရက် ရောင်းရတာ အများ ကြီးပဲ။ အထမ်းနဲ့လည်ရောင်းလိုက်၊ ပေါက်စီရောင်းလို့ကုန်ရင် အိမ်ပြန် ယူလိုက်နဲ့ ခြေတိုတာပေါ့။ ဒါနဲ့ ဆိုင်ခန်းလေးတစ်ခန်းငှားပြီး ပေါက်စီ ဆိုင် ဖွင့်ရောင်းတယ်။

ပေါက်စီသည်ကြီးမှာ သားကလေးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ ပေါက် စီရောင်းရတာ အဆင်ပြေတော့ သားလေးကို ကျောင်းထားနိုင်တယ်။ ပေါက်စီသည်ကြီးကိုယ်တိုင် ငယ်စဉ်က ကျောင်းမနေခဲ့ရလို့ စာမတတ် ပါဘူး။ သားကလေးကတော့ စာသင်ရတာ ဝါသနာပါတယ်။ တစ်နှစ် တစ်တန်း အောင်ပါတယ်။

ပေါက်စီသည်ကြီးရဲ့ လုပ်ငန်းကလည်း အဆင်ပြေတယ်။ တစ် ဆိုင်ကနှစ်ဆိုင်၊ နှစ်ဆိုင်ကသုံးဆိုင် ဆိုင်ခွဲတွေ မြို့ထဲမှာ ထပ်ကာထပ်ကာ

ဖွင့်ရတယ်။ ပေါက်စီကို သူတစ်ယောက်တည်းလုပ်လို့ မနိုင်တော့ဘူး။ လက်ထောက်တပည့်တွေမွေး ပညာသင်ပေးပြီး လုပ်ငန်းကို တိုးချဲ့တယ်။ သူ့သားလေးကလည်း စာကြိုးစားတယ်။ စီးပွားရေး ဝါသနာပါတော့ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ် ဆက်တက်တယ်။

ပေါက်စီသည်ကြီးလည်း သူနေတဲ့ မြို့တွင်မကဘဲ အခြားမြို့တွေမှာပါ ဆိုင်ခွဲတွေအများကြီး ဖွင့်နိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းရှင်ကြီး ဖြစ်လာတယ်။ လုပ်ငန်းရှင်ကြီးသာ ဖြစ်လာတယ်။ ပေါက်စီသည်ကြီးက စာမတတ်တော့ သတင်းစာတောင်မှ မဖတ်နိုင်ပါဘူး။ ရေဒီယိုလည်း နားမထောင်ဘူး။ တီဗီကို စာတံကားလောက်ပဲ ကြည့်တာ။ နိုင်ငံခြားကားဆိုရင် အောက်ကထိုးတဲ့စာတန်းတွေ မဖတ်တတ်လို့ စိတ်မဝင်စားဘူး။ တီဗီနဲ့လည်း ခပ်ကင်းကင်းနေတာပါပဲ။

နှစ်ကာလကြာလာတော့ ပေါက်စီသည်ကြီးလည်း လုပ်ငန်းရှင် သူဌေးကြီး ဖြစ်လာတယ်။ သူ့သားလည်း စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်က ဘွဲ့ရလို့ အိမ်ပြန်လာတယ်။ သူ့ကိုယ်တိုင်က စာမတတ်တော့ ပေါက်စီသည်ကြီးက သူ့သားကို သိပ်အထင်ကြီးတယ်။ အားလည်းကိုးတယ်။ သူ့သားက ဗဟုသုတနဲ့ ပြည့်စုံတယ်လို့လည်း ယုံကြည်ပါတယ်။

သူ့သားက နိုင်ငံခြားသတင်းစာတွေလည်း ဖတ်တယ်။ နိုင်ငံတကာ သတင်းတွေကိုလည်း စိတ်ဝင်စားတယ်။ တစ်ရက်မှာတော့ သားက ပေါက်စီသည်ကြီးကို 'အဖေ၊ နိုင်ငံတကာမှာတော့ စီးပွားရေးပျက်ကပ်ဖြစ်ဖို့ အရိပ်အရောင်သမ်းနေပြီ' လို့ ပြောတယ်။ ပေါက်စီသည်ကြီးက စီးပွားရေးပျက်ကပ်လည်း မသိပါဘူး။ ဒါကြောင့် စီးပွားရေးဘွဲ့ရလာတဲ့ သားက အတိတ်ကဖြစ်ဖူးတဲ့ စီးပွားရေးပျက်ကပ်အကြောင်း၊ ဘဏ်တွေ ပြုလဲကုန်တဲ့ အကြောင်းတွေ ပြောပြတယ်။ ပေါက်စီသည်ကြီးကတော့ 'ငါ့ပေါက်စီတော့ ရောင်းကောင်းသားကွ' ဆိုပြီး ပြန်ပြောတယ်။ သား

ကတော့ နိုင်ငံတကာရဲ့ အခြေအနေက ရိုက်ခတ်လာမှာ ဖြစ်ကြောင်း၊ သတိထားပြီး ပြင်ဆင်ရမယ့်အကြောင်း ပြောပြတယ်။

ပေါက်စီသည်ကြီးက သားကို အားကိုးယုံကြည်တယ်။ ဒါကြောင့် သူ့သားရဲ့ စကားကို နားထောင်ပြီး နောက်ရက်ကစလို့ ကုန်ကြမ်းအမှာ တွေကို တဖြည်းဖြည်းလျှော့ချတယ်။ ပေါက်စီလည်း လျှော့လုပ်တယ်။ ဝယ်နေကျဖောက်သည်တွေက သူတို့လိုသလောက် ပေါက်စီ ဝယ်မရ တော့ နောက်ရက်ကျ လာမဝယ်တော့ဘူး။ ပေါက်စီအရောင်းလည်း ကျကျလာတယ်။ ပေါက်စီသည်ကြီးကတော့ သူ့သားကို အမြော်အမြင် ရှိတယ်လို့ ချီးကျူးတယ်။ သူ့ရောင်းအားက ထိုးကျသွားပြီလေ။ 'သား၊ မင်းပြောတာ သိပ်မှန်တာပဲ။ ဒို့လုပ်ငန်းကိုလည်း စီးပွားရေးပျက်ကပ်က ရိုက်ခတ်ချလိုက်ပြီ ။ မင်း ကြိုတင်သတိပေးတာ ကျေးဇူးသိပ်တင်တယ်' လို့ ပြောတယ်။

နောက်ဆုံးတော့ ပေါက်စီသည်ကြီးရဲ့ လုပ်ငန်းက လုံးဝရပ်သွား တယ်။

တကယ်ဖြစ်ခဲ့တဲ့ ဒီဖြစ်ရပ်မှာ အတတ်ပညာကို ချင့်ချိန်စဉ်းစား အကဲဖြတ်ဆုံးဖြတ်တတ်မှုနဲ့ လက်တွေ့ဘဝမှာ ဘယ်လိုဆက်စပ် အသုံး ချမှာလဲဆိုတာ စဉ်းစားစရာ ဖြစ်လာတယ်။ စွယ်စုံပညာရှင်ဖြစ်တိုင်း လုပ်ငန်းအောင်မြင်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်တာတော့ မဟုတ်ဘူး။ ပညာ တတ်ရင်ပိုကောင်းတယ်၊ ပိုပြီးကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် မြင်နိုင်တယ်။ သိမြင် တာနဲ့ အကဲဖြတ်အသုံးချတာ တွဲတတ်ဖို့တော့ လိုပါတယ်။



## ပုဆိန်သွေးချိန်

မောင်မောင်လှတစ်ယောက် သစ်ထုတ်လုပ်ရေးကုမ္ပဏီမှာ သစ်ခုတ်လုပ်သားတာဝန် ထမ်းဆောင်ခဲ့တာ ငါးနှစ်တောင်ကြာပြီ။ ဒါပေမဲ့ ရာထူးကတော့ မတိုးသေးဘူး။ ကုမ္ပဏီက မောင်မောင်မြကို သစ်ခုတ်လုပ်သားအဖြစ် ထပ်ခန့်တယ်။ ခန့်ပြီး တစ်နှစ်ပဲကြာသေး ကုမ္ပဏီလူကြီးတွေက မောင်မောင်မြကို သစ်ခုတ်လုပ်သားခေါင်းရာထူး တိုးပေးလိုက်တယ်။

မောင်မောင်လှက ဒီလိုလုပ်တာတော့ မခံချင်ဘူး။ ဒါကြောင့် ကုမ္ပဏီဥက္ကဋ္ဌကို ဝင်တွေ့တယ်။ သူ့ထက် လုပ်သက်နုတဲ့ မောင်မောင်မြကို ဘာကြောင့် သူ့ကိုကျော်ပြီး ရာထူးတက်ပေးရတာလဲ မေးတာပေါ့။

‘မင်း အလုပ်ကြိုးစားတာလည်း မြင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်း သစ်ခုတ်ရာမှာ ခုတ်နိုင်တဲ့ သစ်ပင်အရေအတွက်က မင်းအလုပ်စလုပ်တဲ့ လွန်ခဲ့တဲ့ငါးနှစ်က အရေအတွက်ထက် တိုးတက်မလာဘူး။ ဒို့ကုမ္ပဏီက ထုတ်လုပ်မှုပမာဏကို အဓိကဦးစားပေးတယ်။ မင်းခုတ်တဲ့ သစ်ပင်အရေအတွက် မြင့်တက်လာရင် ငါတို့ ရာထူးတိုးပေးမယ်’ လို့ ပြန်ဖြေတယ်။

မောင်မောင်လှလည်း အဲဒီရက်ကစလို့ အလုပ်ကို ပိုကြိုးစားလုပ်တယ်။ အချိန်ပိုတွေ လုပ်တယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း ခုတ်လှဲနိုင်တဲ့ သစ်ပင်အရေ

အတွက်ကတော့ တိုးတက်မလာဘူး။ အရင်အတိုင်းပဲ။

ဒီတော့ ကုမ္ပဏီဥက္ကဋ္ဌဆီ ပြန်လာပြီး သူလည်း အလုပ်ကြီးစားလုပ်ကြောင်း ဒါပေမဲ့ ခုတ်လှဲချတဲ့ သစ်ပင်အရေအတွက် တက်လာအောင် သူ မစွမ်းဆောင်နိုင်တဲ့အကြောင်း ပြောတယ်။ ဥက္ကဋ္ဌကတော့ ‘မောင်မောင် မြဆီက အကြံဉာဏ် တောင်းကြည့်ပေါ့ကွာ။ မင်းလည်းမသိ၊ ငါလည်း မမြင်တဲ့ လိုအပ်ချက်တွေ သူ ပြောကောင်းပြောနိုင်လိမ့်မယ်’ လို့သာ ပြန်ပြောတယ်။

မောင်မောင်လှလည်း မောင်မောင်မြကို ဆရာတင်တယ်။ ‘သစ်ပင်တွေ ပိုပြီးခုတ်လှဲနိုင်မယ့် နည်းလမ်းရှိရင် ပြပေးပါ’ ပြောတာပေါ့။ မောင်မောင်မြက ‘ငါကတော့ သစ်ပင်တစ်ပင် ခုတ်လှဲပြီးတိုင်း ငါးမိနစ်နားတယ်။ နားပြီး ငါ့ပုဆိန်ကို ပိုထက်အောင် သွေးတယ် ။ မင်းရဲ့ ပုဆိန်ကို နောက်ဆုံးအနေနဲ့ ဘယ်အချိန်က သွေးခဲ့သလဲ ’ ဆိုပြီး ပြန်မေးတယ်။ မောင်မောင်လှလည်း ပထမ ခေါင်းကိုကုတ်တယ်။ သူ့ပုဆိန် ဘယ်တုန်းက သွေးခဲ့ပါလိမ့် ပြန်စဉ်းစားတယ်။ မေ့တောင်နေပြီ။ စဉ်းစားရင်း သူ အဖြေကို တွေ့သွားပါတယ်။ သူက အလုပ်တွေကို ကြိုးစားပမ်းစား မနားမနေလုပ်ခဲ့တာတော့ မှန်ပါရဲ့၊ ဒါပေမဲ့ ပုဆိန်အတုံးကြီးနဲ့ သစ်ပင် ခုတ်လှဲနေခဲ့တာကိုး။

လူတစ်ယောက်ဟာ ခွန်အားပြည့်ဖြိုးဖို့အတွက် နေ့စဉ် အစားအစာ စားသောက်ဖို့ လိုအပ်သလို စိတ်ဓာတ်ခွန်အားဖြစ်စေဖို့ အသိအမြင်ဗဟု သုတတွေလည်း ပုံမှန်ဖြည့်ဆည်းဖို့ လိုတယ်။ ပေါက်ကရ အာဟာရ မဖြစ်တဲ့ အစားအစာတွေပဲ စားနေသူဟာ ကျန်းမာရေးထိခိုက်ပြီး အသက် မရှည်သလိုပဲ အလေအလွင့် အတင်းအဖျင်း စုတ်စုတ်ပဲ့ပဲ့ အကြောင်း အရာတွေမှာသာ ပျော်မွေ့တတ်သူရဲ့ စိတ်နေစိတ်ထားကလည်း အောက်တန်းနောက်တန်း ကျမြဲဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် ပုဆိန်ကို ပုံမှန်သွေးဖို့ လိုအပ်သလို ကိုယ့်ကျန်းမာရေး ပိုကောင်းဖို့ ကိုယ့်အတွေးအမြင်ပိုပြီး ထက်မြက်အောင် အမြဲမပြတ်လုပ်ရ မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြည့်ဆည်းနေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

\*

## မြေလျှောက်လိပ်ပြာ

ဇီဝဗေဒဆရာက ခူကောင် ပေါက်ဖတ်ကနေ လိပ်ပြာတစ်ကောင် ဘယ်လိုဖြစ်လာသလဲဆိုတာ သင်ပြတယ်။ နာရီနည်းနည်းကြာရင် ပိုးအိမ်ထဲကနေ လိပ်ပြာတစ်ကောင် ထွက်လာလိမ့်မယ်လို့ ပြောထားတယ်။ ပြီးတော့ စာသင်ခန်းထဲက အပြင်ကို ထွက်သွားတယ်။

ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေလည်း ပိုးအိမ်လေးကို စောင့်ကြည့်နေပါတယ်။ ပိုးအိမ်ထဲကနေ အကောင်သေးသေးလေးတစ်ကောင် ထွက်လာဖို့ ပြုတစ်ပြုတစ် လုပ်နေတယ်။ ဒါပေမဲ့ တော်တော်နဲ့တော့ ထွက်မလာသေးဘူး။ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေဆဲပဲ။ ဒါကို ကြည့်နေတဲ့ ကျောင်းသားတစ်ယောက်က ပိုးအိမ်ထဲက ထွက်မြောက်ဖို့ ကြိုးပမ်းနေတဲ့ အကောင်ကို သနားတယ်။ ဒါကြောင့် ပိုးအိမ်ထဲက အကောင်လေး ထွက်နိုင်အောင် ပိုးအိမ်ကို ဖြဲပေးတယ်။ အကောင်လေး ထွက်လာပြီ။ သူ့ကိုယ်ကို ဆန့်လိုက်တော့ အတောင်ပံတစ်စုံနဲ့ လိပ်ပြာလေး။

လိပ်ပြာလေးက စားပွဲပေါ်မှာ တရွေ့ရွေ့ လျှောက်သွားတယ်။ အတောင်ပံကို ဖြန့်တယ်။ ဒါပေမဲ့ မပျံနိုင်ဘူး။ ဆရာ အခန်းထဲပြန်ဝင်လာတဲ့အထိ ဟိုဟိုဒီဒီပဲ လျှောက်သွားနေတယ်။ ဆရာက မြေပေါ်မှာ

လျှောက်သွားနေတဲ့ လိပ်ပြာကိုမြင်တော့ 'ပိုးအိမ်ကို ဘယ်သူဖွင့်ပေးသလဲ' မေးတယ်။ သနားတတ်တဲ့ကျောင်းသားက သူ ဖွင့်ပေးတယ် ဆိုတာ ပြောတယ်။

ဆရာက လိပ်ပြာတို့သဘာဝက ပိုးအိမ်အပေါက်သေးသေးလေးကို ဖြတ်ပြီး အပြင်ရောက်အောင် လိပ်ပြာလောင်းက အားစိုက်ခွန်စိုက်ရုန်းထွက်ရတယ်။ ဒီလိုအားထုတ်ပြီး ရုန်းကန်ရင်းမှ လိပ်ပြာရဲ့ကိုယ်ခန္ဓာကြွက်သားတွေက သန်မာလာတယ်။ ကြွက်သားတွေသန်မာမှ အတောင်ပံကို အားပြင်းပြင်းခတ်ပြီး ပျံသန်းနိုင်တယ်။ ဒီလိပ်ပြာလေးကို သနားလို့ဆိုပြီး ပိုးအိမ်ထဲက အလွယ်တကူထွက်နိုင်အောင် ကူညီပေးလိုက်တဲ့အချိန်မှာ သူ့ခွန်အား ကြွက်သားတွေက ချိနဲ့သွားလို့ မပျံနိုင်တော့ဘဲ မြေလျှောက်လိပ်ပြာ ဖြစ်သွားတာလို့ ဆရာက ရှင်းပြပါတယ်။

သားသမီးတွေကို သနားလို့ဆိုပြီး မိဘက အရာရာ လိုက်လုပ်ပေးရင် မပျံသန်းနိုင်တဲ့ မြေလျှောက်လိပ်ပြာတွေ ဖြစ်လာတတ်တယ်လို့ ဆရာက ပြောပြပါတယ်။





## မျှော်လင့်ချက်နဲ့ အသက်ရှင်သူ

လူရယ်လို့ ဖြစ်လာရင် မျှော်လင့်ချက် ရည်မှန်ချက် ရှိရမယ်။ ဒါမှလည်း ဘဝမှာ အသက်ရှင်ရတာ အဓိပ္ပါယ်ရှိမှာပေါ့။

မျှော်လင့်ချက်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ဖတ်ဖူးတာ တစ်ခုရှိပါတယ်။

မြင်းဖြူရယ်၊ မြင်းနက်ရယ် သူငယ်ချင်းမြင်းနှစ်ကောင် ရှိကြတယ်။ တောထဲမှာ ရေကြည်ရာမြက်နုရာ ရှာဖွေစားသောက်ရင်း လွတ်လွတ်လပ်လပ် ရှင်သန်နေထိုင်ကြတာပေါ့။ တစ်နေ့တော့ ဟိုဒီသွားရင်း မြို့ဆင်ခြေ ဖုံးအနီးက ကွင်းစပ်ကို ရောက်သွားတယ်။ ကွင်းထဲမှာလည်း လူတွေက ရွက်ဖျင်တဲတစ်လုံး ထိုးနေတာ မြင်ရတယ်။ သူတို့နဲ့ မလှမ်းမကမ်းမှာ လည်း မြင်းပုလေး သုံး၊ လေးကောင် မြက်စားနေတာတွေ့တယ်။ စပ်စုချင် တဲ့မြင်းဖြူက မြင်းပုလေးတွေအနီးကို ချဉ်းကပ်ပြီး စကားစမြည်ပြောတာ ပေါ့။

ဒီကွင်းပြင်မှာ ဆပ်ကပ်အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ မကြာခင်ဖျော်ဖြေဖို့ ပြင်ဆင် နေတာတဲ့။ မြင်းပုလေးတွေကလည်း ဆပ်ကပ်ထဲကတဲ့။ 'ဆပ်ကပ်ထဲ နေရတာ ဘယ်လိုနေသလဲ'လို့ မြင်းဖြူကမေးတော့ 'သိပ်ပျော်စရာကောင်း တယ်'လို့ မြင်းပုလေးတွေက အလှအယက် ဖြေတာပေါ့။ အင်မတန်

လင်းထိန်တဲ့ မီးရောင်စုံတွေအောက်မှာ လှပတဲ့ ချပ်ဝတ်ကန်တာတွေကို ဝတ်ဆင်ပြီး ဆပ်ကပ်ဇာတ်ရုံအလယ်က ကွင်းပြင်မှာ လှည့်ပတ်ဖြေ တာကို ပရိသတ်က လက်ခုပ်ဩဘာပေးပြီး အားပေးတဲ့အကြောင်း။ အချို့က သဘောကျလွန်းလို့ လက်ခေါက်တွေ ဘာတွေတောင်မှုတ်ပြီး အားပေးကြောင်း။ ဒီလိုဖျော်ဖြေရာမှာ ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်ရဲ့သမီးနဲ့ မိန်းမချော လေးတွေက ဘောင်းဘီတိုတို ကိုယ်ကျပ်အင်္ကျီ လှလှတွေဝတ်ကာ မြင်း တွေနဲ့အတူ ညစဉ်ဖျော်ဖြေကြောင်း၊ ရွန်းရွန်းဝေအောင်ပြောတော့ မြင်း ဖြူကြီးက သူလည်းလိုက်ချင်ကြောင်း လိုက်လို့ရမလား မေးတယ်။ မြင်း ပုလေးတွေကလည်း ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်ကို ပြောပေးမယ်ပေါ့။

မြင်းဖြူက ဆပ်ကပ်ထဲလိုက်သွားဖို့ မြင်းနက်ကို အဖော်စပ်တော့ မြင်းနက်က တောထဲမှာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် လွတ်လွတ်လပ်လပ်နေရတာ ပိုကောင်းတယ်လို့ ပြန်ပြောတယ်။ မြင်းဖြူကတော့ ဆပ်ကပ်ထဲလိုက်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပြီ။

နောက်နေ့ရောက်တော့ ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်လည်း မြင်းပုလေးတွေနဲ့ အတူ တောစပ်ကို လိုက်လာတယ်။ အဆင်သင့်စောင့်နေတဲ့ မြင်းဖြူကို တွေ့တော့ ဆပ်ကပ်ထဲလိုက်ချင်ရင် လက်ခံမယ့်အကြောင်း ပြောတော့ မြင်းဖြူက သိပ်ပျော်သွားတယ်။ မြင်းနက်ကတော့ ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်နောက် ပါသွားတဲ့ သူ့သူငယ်ချင်းကို စိတ်မကောင်းစွာကြည့်ရင်း တောစပ်မှာ ကျန်နေရစ်ခဲ့တယ်။

မြင်းဖြူကို ဆပ်ကပ်ထဲမှာ ကပြဖို့ လေ့ကျင့်သင်ပြပေးတယ်။ မြင်းဖြူကလည်း စိတ်အားထက်သန်နေတာဆိုတော့ အချိန်တိုတိုနဲ့ တတ်မြောက်တယ်။ ပထမဆုံး ပြတဲ့ညမှာပဲ မြင်းဖြူကြီးကို ပွဲထုတ်ပါ တယ်။

ရောင်စုံမီးလုံးတွေ လင်းချည်၊ မှိတ်ချည် လှပနေတဲ့အောက်က

ကွင်းပြင်ထဲကို ကကြီးတန်ဆာတွေဆင်ထားတဲ့ မြင်းဖြူကြီးက အကျော  
 သား ထွက်လာတယ်။ သူနဲ့အတူတူ ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်ရဲ့ သမီးချောလည်း  
 ထွက်လာတယ်။ သူတို့ကို မီးမောင်းဖြူဖြူထိုးလိုက်တော့ အင်မတန်  
 ကြည့်ကောင်းတယ်။ ပရိသတ်က လက်ခုပ်တွေတီး လက်ခေါက်တွေ  
 မှုတ်။ မြင်းဖြူကြီး ဘဝင်ရွှေသွားတယ်။

ကောင်မလေးက သူ့လက်ထဲက ကြာပွတ်ကို လေထဲမှာ ရွမ်းခနဲ  
 ရွမ်းခနဲ ရိုက်လိုက်တော့ မြင်းဖြူကြီးက ပုတပ်ရပ်တယ်။ မရပ်လို့ မဖြစ်  
 ဘူး။ လှေကျင့်တုန်းက ကြာပွတ်ကို လေထဲ ရွမ်းခနဲရိုက်လို့ ပုတပ်မရပ်ရင်  
 အဲဒီကြာပွတ်က မြင်းဖြူကြီးရဲ့တင်ပါးပေါ် ရွမ်းခနဲကျလာတာ။ စပ်လည်း  
 စပ် နာလည်း နာတယ်။ ဒါပေမဲ့ မြင်းဖြူကြီးကတော့ ပျော်ပါတယ်။

နောက်တော့ ကောင်မလေးက မြင်းဖြူကြီးကို ခွစီးတယ်။ ကွင်းကို  
 နှစ်ပတ်လောက် အသားကျစီးတယ်။ ပြီးတော့ မြင်းဖြူကြီးကျောပေါ်မှာ  
 မတ်တတ်ရပ်ပြီးစီးတယ်။ နောက်တော့ ကျွမ်းထိုးပြီးစီးတယ်။ မြင်းဖြူကြီး  
 ကလည်း ကောင်မလေး အဆင်ပြေအောင် အောက်က အလိုက်သင့်  
 နေပေးပါတယ်။ ဒီပြကွက်ကို ဆပ်ကပ်အဖွဲ့ ရောက်လေရာ မြို့ရွာတိုင်းမှာ  
 ပြပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ ရက်လကြာလို့ တစ်နှစ်ကာလ ရောက်သွားတယ်။ မြင်းဖြူ  
 ကြီးနေခဲ့တဲ့မြို့ကို ဆပ်ကပ်အဖွဲ့ နောက်တစ်ကျော့ ပြန်ရောက်လာတယ်။  
 အရင်ဖျော်ဖြေကပြခဲ့ရာ ကွင်းမှာပဲ ကပြမယ်။ မြင်းဖြူကြီးနဲ့ မြင်းပုကလေး  
 တွေလည်း အနီးအနားက တောစပ်ကိုဝင်ပြီး မြက်ခင်းနုနုလေးကို စား  
 တာပေါ့။

ဆပ်ကပ်အဖွဲ့ လာတယ်ကြားတော့ မြင်းနက်ကလည်း သူ့သူငယ်  
 ချင်းမြင်းဖြူ ပါလာမှာလားလို့ တောစပ်က လာမျှော်တယ်။ တိုက်တိုက်  
 ဆိုင်ဆိုင်ပါပဲ။ မြင်းနက်နဲ့မြင်းဖြူ သူငယ်ချင်းဟောင်းနှစ်ယောက် ပြန်

တွေ့တယ်။ မြင်းနက်က မြင်းဖြူကို ဆပ်ကပ်ထဲလိုက်ရတာ အဆင်ပြေရဲ့ လားမေးတော့ မြင်းဖြူရဲ့မျက်နှာက ညှိုးသွားတယ်။ ဆပ်ကပ်ထဲမှာနေရတာ မလွတ်လပ်တာတွေ၊ အစားအစာ ဝဝလင်လင် မစားရတာတွေ ကြာပွတ်ဒဏ် မကြာခဏ ခံရတာတွေ ပြန်ပြောတယ်။ မြင်းနက်က မြင်းဖြူကို ဒါဆိုရင်လည်း ဆပ်ကပ်ထဲ ပြန်မသွားနဲ့တော့ အခုပဲ တစ်ခါ တည်း တောထဲပြန်လိုက်ခဲ့တော့ ခေါ်တယ်။ မြင်းဖြူက သူ မလိုက်နိုင်သေးတဲ့အကြောင်း၊ သူ့မှာ မျှော်လင့်ချက်တစ်ခု ရှိနေသေးလို့ အဆင်မပြေပေမဲ့ ဆပ်ကပ်ထဲပဲ ပြန်လိုက်မယ့်အကြောင်း ပြောတယ်။ မြင်းနက်ကလည်း ဘယ်လိုမျှော်လင့်ချက် ရှိသလဲလို့ ပြန်မေးတော့ မြင်းဖြူက သူတွေ့ကြုံရတဲ့ အဖြစ်အပျက်နဲ့ သူ့မျှော်လင့်ချက်ကို ပြန်ပြောပြတယ်။

တစ်ရက်မှာ ပြကွက်အတွက် မြင်းဖြူကြီးနဲ့ ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်ရဲ့သမီးတို့ လေ့ကျင့်ကြတယ်။ ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်ကြီးကလည်း ဘေးမှာ ရပ်ကြည့်နေတာပေါ့။ ကောင်မလေးက မြင်းဖြူကြီးရဲ့ကျောပေါ်မှာ မတ်တတ်ရပ်ပြီး စီးတယ်။ မြင်းဖြူကြီးက ကွင်းထဲပတ်ပြေးတယ်။ ဒီလိုလုပ်နေရင် ကောင်မလေးက မြင်းဖြူကြီးကျောပေါ်က ခြေချော်ပြီး လိမ့်ကျပါလေရာ။ ဒါက အစမ်းလေ့ကျင့်နေတာမို့ တကယ့်ပြကွက်မှာသာ အခုလို ခြေချော်ကျရင် အင်မတန် ရုပ်ပျက်တယ်။ ဆပ်ကပ်ပိုင်ရှင်လည်း တော်တော်ပဲ ဒေါသထွက်တယ်။ ဒါကြောင့် သူ့သမီးကို 'သေသေချာချာ' ဂရုတစိုက်လုပ်၊ နောက်တစ်ခါ ချော်ကျရင် နင့်ကို အဲဒီမြင်းနဲ့ ပေးစားပစ်မယ်' လို့ ပြောတယ်။

မြင်းဖြူကြီးက မြင်းနက်ကို သူ့အဖြစ်အပျက် ပြောပြပြီးနောက် 'အဖြစ်ကတော့ ဒါပါပဲကွာ၊ ငါလည်း ကောင်မလေး နောက်တစ်ခါ ခြေချော်ကျမလားလို့ စောင့်နေတာ' တဲ့။

ဒီပုံပြင်က ဘာသင်ခန်းစာများ ထုတ်ယူလို့ရမှာလဲ။

လူရယ်လို့ ဖြစ်လာရင် မျှော်လင့်ချက်ရည်မှန်းချက် ရှိရမယ်။  
 ဒါမှလည်း ဘဝမှာ အသက်ရှင်ရတာ အဓိပ္ပာယ်ရှိမယ်ဆိုတာ အမှန်ပါပဲ။  
 ဒါပေမဲ့ ကိုယ်မျှော်လင့်နေတာက တကယ်ကော ဖြစ်လာနိုင်တာမျိုး ဟုတ်  
 ရဲ့လား။ အလုပ်ရှင်က ပါးစပ်ထဲတွေ့ကရာ ‘အညော်ပြေ’ ပြောလိုက်တာ  
 ကို အဟုတ်မှတ်ပြီး အနစ်နာခံပြီး မျှော်နေမိတာလား။ လူရယ်စရာ  
 မဖြစ်ဖို့တော့ လိုပါလိမ့်မယ်။



## မျှော်လင့်ချက်တွေ ပစ်လိုက်ပါ

အကောင်းဆုံးကတော့ မျှော်လင့်ချက်ထားတာတွေ စွန့်ပစ်လိုက်ပါ။

တချို့ကတော့ အဖေအမေသေရင် အမွေတွေရမှာပဲ မျှော်လင့်ပြီး မိဘတွေ သေမယ့်ရက်ကို ထိုင်စောင့်နေသူလည်းရှိရဲ့။ ကျွန်တော်တို့မှာ အမွေမျှော်အကျင့်၊ အမွေပေးတဲ့အလေ့ကြောင့် ကိုယ့်ခြေထောက်ပေါ်ကိုယ်မရပ်၊ ကိုယ်လုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်ကိုမလုပ်၊ ကြိုးစားအားထုတ်မှု လျော့နေတတ်ပါတယ်။ လက်ကြောမတင်းချင်ကြဘူး။

သုံးချင်စွဲချင်လှပြီ။ အမေအဖေက မသေနိုင်သေး၊ ကျန်းမာရေးက ဒေါင်ဒေါင်မြည်ဆိုတော့ မကြံကောင်း မစည်ကောင်းတာတွေကို လုပ်တာလည်းရှိရဲ့။ အမွေလိုချင်လို့ အဖေကို သားနဲ့ချွေးမက မီးရှို့ပြီးသတ်တဲ့ အကြောင်းလည်း သိကြမှာပါ။

ဘဝမှာ ကိုယ့်ဘဝကို ကိုယ်ပဲ ထူထောင်မယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်က သာ အကြံခိုင်ဆုံး၊ အသေချာဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ရင် ဘယ်သူ့မှလည်း မျှော်စရာ မလိုတော့ဘူး။ ဘယ်ဘူဆီကမှ ရရမရရ ဘာမျှမထူးဘူး။ အကောင်းဆုံးကတော့ တခြားသူဆီက ဘာမျှ မမျှော်လင့်ဘဲ ရပ်တည်တဲ့သူဟာ ခွန်အား အရှိဆုံးပါပဲ။

အခြားသူတွေရဲ့ အားပေးတဲ့ လက်ခုပ်သံကြားရပြီး အားတက်တာ ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုအပြည့်နဲ့ လဲနေရင် ပြန်ထမယ်။ မတ်မတ်ရပ်တည်နိုင်အောင် ကြိုးစားမယ်။ ကိုယ့်ဘဝကို ကိုယ့်ဟာကိုယ် ထူထောင်မယ်ဆိုတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး ကြိုးစားကြည့်စမ်းပါ။ ဒါဆိုရင် အောင်မြင်မှုဆီ အရောက်ပို့မယ့် ခွန်အားတွေ ကိုယ့်မှာ ရှိပြီ။

ဒါကြောင့် တခြားသူတွေဆီက ဘာမှ မမျှော်လင့်နဲ့။ အမျှော်တွေ အားလုံး မေ့ပစ်လိုက်ကြစို့။ အခုအချိန်ကစပြီး ကိုယ့်ခြေထောက်ပေါ်မှာ ကိုယ်ရပ်လို့ ကိုယ့်အောင်မြင်ရေးခရီးကို ကိုယ် ဆက်ကြပါစို့။





လျှင်းတွေ  
အတွက်

အောင်မြင်ရေးနည်းလမ်းများ

ကျွန်းကျွန်း

*P. Mite*

ISBN9789997117298



KYMZ

9 789997 117298

MMK 4,000.00