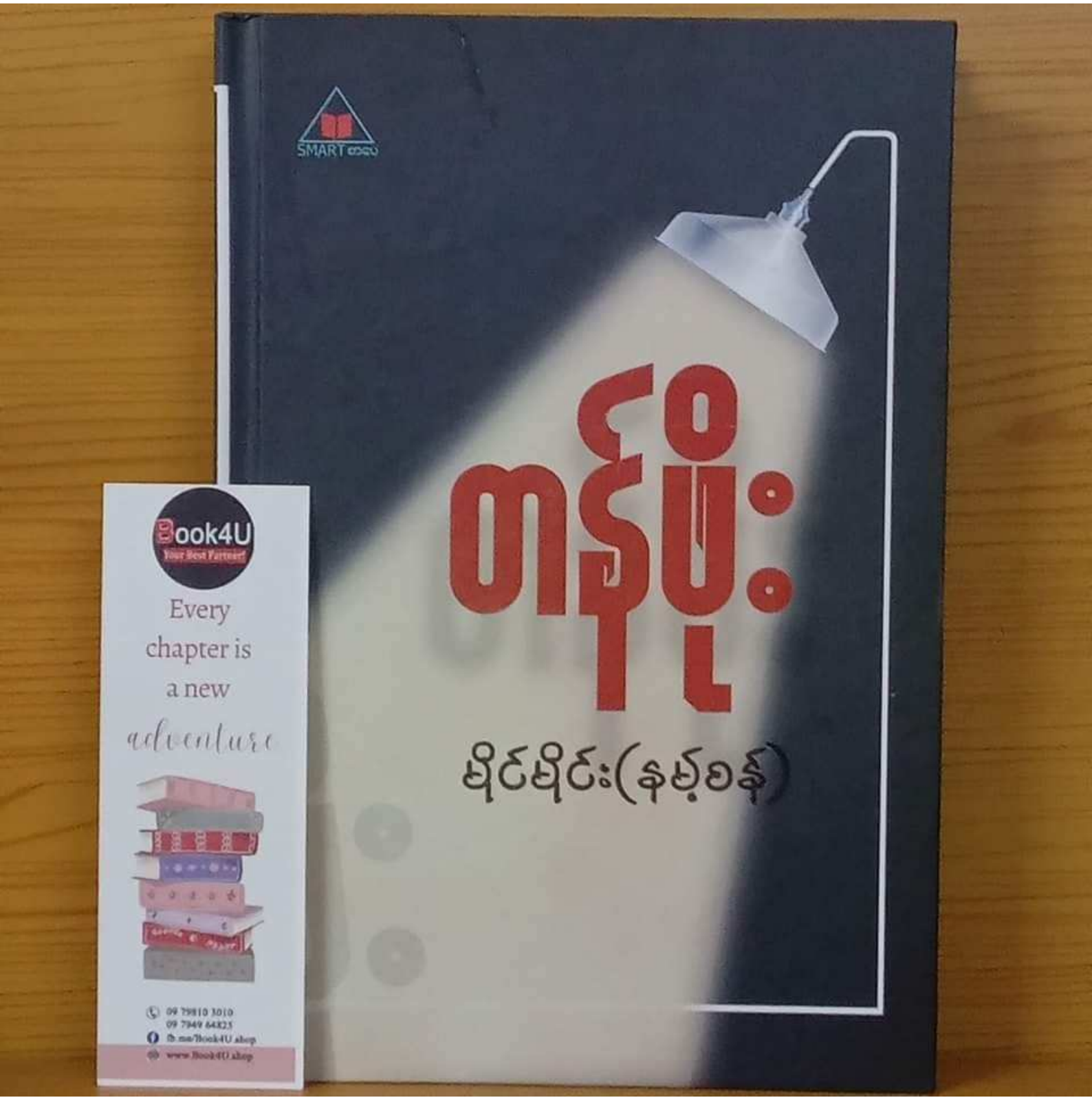

SMART
ဝေးကန်းပုံ
ဖိုးဖိုး(နေ့ဝန်)
Book4U
Your Best Partner
Every chapter is a new adventure
09 79810 3010
09 7949 64825
www.Book4U.shop

# မာတိကာ

ဦးအောင် (အောင်သမာဓိ) အမှာစာ

စာရေးသူ၏ အမှာစာ

* * *

## ဦးအောင် (အောင်သမာဓိ) ၏ အမှာစာ

တူလို သားလိုဖြစ်နေတဲ့ ကိုမိုင်းက သူ့ရဲ့အသစ်ထွက်မယ့်စာအုပ်မှာ အမှာစာရေးပေးဖို့ တောင်းဆိုလာတဲ့အတွက် ဒီအမှာစာလေးကို ရေးပေးလိုက်ပါတယ်။

စာရေးနေခြင်း၊ စာဖတ်နေခြင်းဟာ သွေးနေတဲ့ဓားလိုပဲ အမြဲထက်မြက်နေမှာပါ။ ထက်နေတဲ့ဓားကလည်း အသုံးပြုနေမှ တန်ဖိုးရှိသလို၊ စာတွေရေး စာတွေဖတ်ပြီးရင်လည်း လက်တွေ့ဘဝထဲမှာ လုပ်ဆောင် ကျင့်ကြံနေမှသာလျှင် တန်ဖိုးရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လောကီ၊ လူမှုစီးပွားတိုးတက်ဖို့ စာအုပ်တွေ အများကြီးဖတ်ဖို့ထက် မိမိအတွက် သင့်တော်ကိုက်ညီတဲ့စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ်ကို ဖတ်ပြီး တကယ်လက်တွေ့လိုက်နာကျင့်သုံးမယ်ဆိုရင် လိုရာပန်းတိုင် ရောက်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် စာအုပ်စာပေများကို လေ့လာပြီး မိမိနဲ့ သင့်တော်ကိုက်ညီတဲ့စာအုပ်တွေပါက ထိုစာအုပ်ထဲက နည်းလမ်းများကို လက်တွေ့ကျင့်ဆောင်ရပါမယ်။

ယခု ကိုမိုင်းရေးသားထားတဲ့ တန်ဖိုးဆိုတဲ့ စာအုပ်လေးကလည်း တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝအတွက် သင့်တော်ကိုက်ညီတဲ့စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ် ဖြစ်သွားခဲ့ရင် ကိုမိုင်း ပင်ပန်းရကျိုးနပ်တာပေါ့။

ရေးနိုင်၊ ဖတ်နိုင်၊ လိုက်နာနိုင်ကြပါစေ။

**ဦးအောင်**

*(အောင်သမာဓိ)*

## စာရေးသူ၏အမှာစာ

ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ကိုယ်တိုင်ကြုံခဲ့တဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေ၊ အတွေ့အကြုံတွေ၊ ကျွန်တော့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ တခြားသူတွေ ဖြစ်ပျက်ခဲ့တာတွေကနေ ရခဲ့တဲ့အသိတွေကို စဉ်းစားတွေးမိတဲ့အခါမှာ စာအဖြစ် ပြောင်းပြီး စာအုပ်ထဲမှာ ရေးထားလေ့ရှိပါတယ်။

အဲဒီလို ရေးထားတဲ့စာတွေထဲက တချို့စာတွေကို ကျွန်တော့်ရဲ့ Facebook Page မှာ တစ်ခါတလေ တင်လေ့ရှိပါတယ်။ Facebook Page မှာ တင်တဲ့စာတွေကို ကြိုက်တဲ့သူများကြပါတယ်။

အတွေးလေးတွေကို ရေးထားတဲ့မှတ်စုတွေကလည်း နည်းနည်းများလာတဲ့အခါ Facebook ပေါ် တင်တဲ့စာအချို့ကလည်း အားပေးခြင်းခံရတဲ့အခါမှာ ဒီစာတွေကိုစုပြီး စာအုပ်လေးထုတ်ဖို့ စိတ်ကူးခဲ့ပါတယ်။

အဲလိုနဲ့ ယခုစာဖတ်သူတို့လက်ထဲရောက်နေတဲ့စာအုပ်လေးဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ စာအုပ်ထဲကအတွေးလေးတွေက ကျွန်တော့်ဘဝအတွက် အလွန်တန်ဖိုးရှိပါတယ်။ တခြားသူတွေအတွက်လည်း တန်ဖိုးရှိမယ်လို့ ယုံကြည်တဲ့အတွက်ကြောင့် စာအုပ်နာမည်ကို "တန်ဖိုး" လို့ ပေးခဲ့ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်လေးကြောင့် စာဖတ်သူမိတ်ဆွေတို့ရဲ့ ဘဝမှာ တန်ဖိုးတွေ ထပ်တိုးပေါင်းထည့်နိုင်ပါစေလို့ ဆန္ဒပြုဆုတောင်းရင်း . . . ။

*မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)*
***Success Coach***
***Business Designer***
***One Session One Result***

## ကျေးဇူးတင်မှတ်တမ်း

ကျွန်တော့်ရဲ့ ဒုတိယစာအုပ်လေးထပ်မံထုတ်ဝေနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ငယ်ငယ်ကတည်းက စာဖတ်တတ်အောင် သင်ပေးခဲ့တဲ့အဖေနဲ့ ဥပမာကောင်းတွေနဲ့ အသိပညာတွေ၊ စည်းကမ်းတွေကို သင်ပေးခဲ့တဲ့ အမေ့ကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ကို အောင်မြင်စွာ ရေးနိုင်ခဲ့တဲ့ ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော်လည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

ပထမစာအုပ် ဝယ်ယူအားပေးခဲ့ကြတဲ့ ကျွန်တော့်ရဲ့စာဖတ်မိတ်ဆွေများကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ စာအုပ်အတွက် မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်းကို စိတ်ရှည်စွာ ဆွဲပေးခဲ့တဲ့ ဇင်လင်းထွန်း (တောင်ကြီး) ကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ စာသားတွေကို ကူညီစာရိုက်ပေးတဲ့ မေသက်နှင်း နှင့် ယွန်းဝတီခင်ဦးကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ စာအုပ်ထုတ်ဝေ၊ ဖြန့်ချိရေးကိစ္စ အားလုံး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးတဲ့ မခိုင်မာနှင့် SMART စာပေကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ကျွန်တော်ဝါသနာပါတာ၊ ကျွန်တော်လုပ်ချင်တာကို စိတ်ကြိုက်လုပ်နိုင်ရန် ပံ့ပိုးကူညီပေးသော ကျွန်တော့်ဇနီး လမင်းသူဇာကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

ယခုစာအုပ်ကို ဝယ်ယူအားပေးကြသော၊ စာအုပ်အတွက် Review ရေးပေးကြသော၊ တခြားသူများကို ဖတ်ဖို့ ညွှန်ပေးကြသော ကျွန်တော့် စာဖတ်မိတ်ဆွေများအားလုံးကိုလည်း အထူးကျေးဇူးတင်ကြောင်း လေးစားစွာဖြင့် မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။

*မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)*
***Success Coach***
***Business Designer***
***One Session One Result***

# True Story

ယခုလူကြီးမင်းလက်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ 'တန်ဖိုး' စာအုပ်လေးရဲ့ True Story လေးတစ်ခု ရှိနေပါတယ်။ ဒီစာအုပ်လေး ပထမအကြိမ်ထုတ်ဝေပြီးကတည်းက စာအုပ်လေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး တန်ဖိုးရှိတဲ့အမှတ်တရတစ်ခု လုပ်ချင်တဲ့ဆန္ဒ ရှိနေခဲ့ပါတယ်။ အဲ့ဒီဆန္ဒလေးကြောင့် စာအုပ်ကို လေလံတင်ပြီး ရလာတဲ့ ငွေကို မိဘမဲ့ကျောင်းတစ်ခုကို လှူဖို့ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ အနည်းဆုံး နှစ်သိန်းကျပ်လောက်ရမယ်လို့ ယုံကြည်ပြီး အများဆုံး ငါးသိန်းကျပ်လောက်ရမယ်လို့ မရဲတရဲ မျှော်လင့်ခဲ့ပါတယ်။

လေလံတင်ပြီး တစ်ရက်မပြည့်ခင်မှာပဲ အမြင့်ဆုံးဈေး ၁၀ သိန်းထိ ရောက်သွားခဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စာအုပ်ရသွားတဲ့သူကို အမှတ်တရဖြစ်စေချင်တဲ့ ဆန္ဒလေး ဖြစ်ပေါ်ပြီး မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းအချို့နဲ့ အနုပညာရှင်တချို့ကို အမှတ်တရ လက်မှတ်လေးထိုးပေးဖို့ အကူအညီတောင်းခံခဲ့ပါတယ်။ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းများနှင့် အနုပညာရှင်များကလည်း သဘောထားကြီးစွာဖြင့် ကူညီပေးခဲ့ကြပါတယ်။

စာအုပ်က အမြင့်ဆုံးဈေး သိန်း ၃၀ ထိရောက်သွားခဲ့ပြီး လေလံဟာ ပြီးဆုံးခဲ့ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်လေးမှာ ကျွန်တော်ရဲ့ စိတ်ကူးလေးတစ်ခု၊ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းများနှင့် အနုပညာရှင်များရဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ လေလံအောင်သွားသူရဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့ ပရဟိတစိတ်စေတနာ၊ ဝန်းရံပေးကြသော မိတ်ဆွေများရဲ့ မုဒိတာ၊ မိဘမဲ့ကလေးများအတွက် အုတ်တစ်ချပ်၊ သဲတစ်ပွင့် အလှူဒါနတို့ရဲ့ တန်ဖိုးရှိတဲ့အငွေ့အသက်လေးတွေ ပါဝင်နေပါတယ်။

'တန်ဖိုး' ဆိုတဲ့စာအုပ်လေးရဲ့ တန်ဖိုးရှိတဲ့မှတ်တမ်းလေးတစ်ခုက ဒီစာအုပ်နဲ့အတူရှိနေပြီး ကျွန်တော့်နှလုံးသားထဲမှာလည်း အမြဲ အမှတ်တရရှိနေမှာပါ။

ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူဖွယ်ရာ သမိုင်းမှတ်တမ်းလေး ဖြစ်ခဲ့တဲ့အတွက်လည်း ပါဝင်ကူညီပေးကြသူများ၊ လေလံဆွဲပေးကြသူများ၊ အမှတ်တရ လက်မှတ်ရေးထိုးပေးခဲ့ကြသူများ၊ ဝိုင်းဝန်း မုဒိတာပွားပေးကြသူများကို နှလုံးသားထဲက လှိုက်လှဲစွာ ကျေဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါတယ်။

မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)

# ရယူခြင်းနှင့် ပေးဆပ်ခြင်း

ရယူခြင်းမှာ ကျေနပ်ပျော်ရွှင်တဲ့ Level ကို ကျော်လွန်သွားမှ ပေးဆပ်ခြင်းမှာ ကျေနပ်ပျော်ရွှင်တဲ့ Level ကို ရောက်တာပါ။

- တချို့က မိသားစုအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတွေအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က အများအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က ကျန်းမာရေးနှင့်ဆေးပညာအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က နိုင်ငံအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က ကမ္ဘာကြီးအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က မေတ္တာတွေနဲ့ ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က အသိပညာတွေနဲ့ အခြားသူတွေအကျိုးအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က အတွေးအခေါ်တွေနဲ့ အခြားသူတွေအကျိုးအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က အချိန်တွေနဲ့ အခြားသူတွေအကျိုးအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က ငွေကြေးတွေနဲ့ အခြားသူတွေအကျိုးအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က လုပ်အားတွေနဲ့ အခြားသူတွေအကျိုးအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။

- တချို့က သူတို့တွေရဲ့ကျော်ကြားမှုတွေနဲ့ အခြားသူတွေအကျိုးအတွက် ပေးဆပ်ကြတယ်။
- တချို့က လုပ်နိုင်စွမ်းတွေနဲ့ အများအကျိုးအတွက် ပေးဆပ်နေကြပါတယ်။

တစ်ခုခုပေးဆပ်ဖို့ဆိုတာ မိမိဆီမှာ အရင်ရှိဖို့ ပေါ်ကြွယ်ဝဖို့လိုပါတယ်။ တခြားသူကို မေတ္တာတွေနဲ့ ပေးဆပ်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ဆီမှာ မေတ္တာတွေရှိဖို့လိုပါတယ်။ တခြားသူတွေကို ငွေကြေးတွေနဲ့ အကျိုးပြုပေးဆပ်နိုင်ဖို့ဆိုရင် မိမိဆီမှာ ငွေကြေးတွေ ရှိဖို့လိုပါတယ်။ တခြားသူတွေကို အချိန်တွေနဲ့ အကျိုးပြုပေးဆပ်နိုင်ဖို့ဆိုရင် မိမိဆီမှာ အချိန်တွေရှိဖို့ လိုပါတယ်။ တခြားသူတွေကို အသိပညာတွေနဲ့ အကျိုးပြုပေးဆပ်နိုင်ဖို့ဆိုရင် မိမိဆီမှာ အသိပညာတွေ ရှိဖို့လိုပါတယ်။ တခြားသူတွေကို အတွေးအခေါ်တွေနဲ့ အကျိုးပြုပေးဆပ်နိုင်ဖို့ဆိုရင် မိမိဆီမှာ အတွေးအခေါ်တွေ ရှိဖို့လိုပါတယ်။

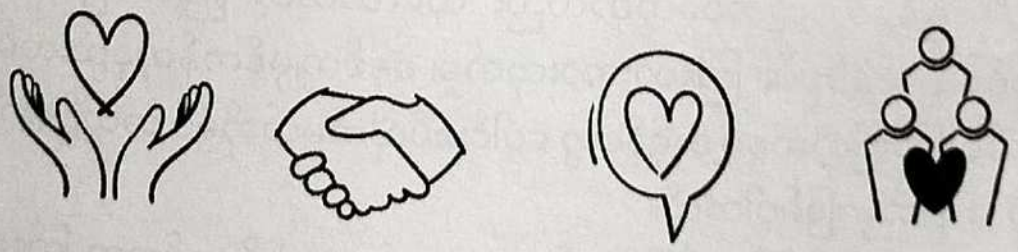
**တစ်ခုခုပေးဆပ်ဖို့ဆိုတာ မိမိဆီမှာ အရင်ရှိဖို့ ပေါ်ကြွယ်ဝဖို့လိုပါတယ်။**

ရယူပိုင်ဆိုင်တဲ့နေရာမှာတောင် တရားမျှတပြီး မှန်ကန်သောနည်းနဲ့ ရယူတာလည်း ရှိသလို တရားမမျှတသော၊ မမှန်ကန်သောနည်းနဲ့ ရယူပိုင်ဆိုင်တာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ **တရားမမျှတသော၊ မမှန်ကန်သောနည်းနဲ့ ရယူပိုင်ဆိုင်ထားတာတွေက ပူလောင်နေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။**

ကမ္ဘာကြီးတိုးတက်ပြောင်းလဲလာတာကိုက ပေးဆပ်သူတွေကြောင့်ပါ။ ဘယ်နေရာမှာမဆို ပေးဆပ်တဲ့သူတွေ၊ ပေးဆပ်တဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းတွေကသာ ငြိမ်းချမ်းပြီး တိုးတက်တာဖြစ်ပါတယ်။

အိမ်ထောင်ရေးမှာလည်း အိမ်ထောင်ဖက်အချင်းချင်း ရယူပိုင်ဆိုင်ခွင့်တွေအကြောင်း မပြောဘဲ ပေးဆပ်မှုတွေသာ ပြုလုပ်ပါ။ အဲဒီမိသားစုစိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်ပါလိမ့်မယ်။

- **မိမိရဲ့လူ့အဖွဲ့အစည်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်အတွက်လည်း ပေးဆပ်နိုင်တဲ့သူတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **မိမိကိုယ်ကိုယ်အတွက်လည်း ပေးဆပ်နိုင်တဲ့သူတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **မိမိမိသားစုအတွက်လည်း ပေးဆပ်နိုင်တဲ့သူတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **မိမိမိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတွေအတွက်လည်း ပေးဆပ်နိုင်တဲ့သူတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **မိမိရဲ့အသင်းအဖွဲ့တွေအတွက်လည်း ပေးဆပ်နိုင်တဲ့သူတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **မိမိရဲ့တပည့်တွေအတွက်လည်း ပေးဆပ်နိုင်တဲ့သူတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **မိမိရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်အတွက်လည်း ပေးဆပ်နိုင်သလောက် ပေးဆပ်ခဲ့ပါ။**
- **မိမိဘဝရဲ့ကုန်ဆုံးခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို ပြန်လှည့်ကြည့်ရင် မိမိ ဘာတွေပေးဆပ်ခဲ့လဲ တွေးတဲ့အခါမှာ မိမိကိုယ်မိမိ ကြွေးနေဖို့လိုပါတယ်။**



# အရှိန်

ခဲလုံးလေးတစ်လုံးကို လေပေါ် ပစ်ပေါက်လိုက်တယ်။ အဲဒီခဲလုံးလေးက လေပေါ်မှာ ဝဲပျံသွားတယ်။ ခဲလုံးလေးက အရှိန်ရှိနေသလောက် သူ ရှေ့ဆက်သွားတယ်။ သူ့အရှိန်ကုန်သွားတဲ့အခါမှာ အောက်ကို ပြုတ်ကျသွားတယ်။

အရှိန်ဆိုတာ အရာဝတ္ထုတွေကို လေပေါ်ရောက်စေတယ်၊ အရှေ့ကို ရောက်စေတယ်။ လူပေါင်း ၅၀၀ လောက် တင်ဆောင်ထားတဲ့ အလွန်လေးလံတဲ့ လေယာဉ်ကြီးတောင်မှ စနစ်ကျမှန်ကန်တဲ့ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်မှုလုံလောက်တဲ့ အင်ဂျင်ပါဝါနဲ့ အရှိန်တစ်ခုရှိမယ်ဆိုရင် လေပေါ်မှာ ပျံသန်းနိုင်ပါတယ်။ အရှိန်ကုန်သွားရင်တော့ မြေပေါ် ပြန်ကျလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

ထိုနည်းတူစွာပဲ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေမှာလည်း အထွဋ်အထိပ်ရောက်ဖို့အတွက် လုံလောက်တဲ့အင်ဂျင်ပါဝါနဲ့တူတဲ့ လုံလောက်တဲ့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု၊ စနစ်ကျမှန်ကန်တဲ့ နည်းလမ်း၊ လုံလောက်တဲ့ အရှိန်နဲ့တူတဲ့ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းတွေရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ လေယာဉ်ကြီးမှာ သူ့အတွက် လုံလောက်တဲ့အင်ဂျင်ပါဝါ၊ စနစ်ကျတဲ့ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်မှုနဲ့ အရှိန်ကို ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့အခါမှာ သူ အပေါ်ရောက်သွားပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေမှာလည်း လုံလောက်တဲ့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု၊ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်း၊ ကြိုးစားအားထုတ်မှု၊ စနစ်ကျမှန်ကန်တဲ့နည်းလမ်းနဲ့ စိတ်ရဲ့ ပြင်းပြတဲ့ဆန္ဒရဲ့အရှိန်တွေ ပေါင်းစပ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အထွဋ်အထိပ်ကို ရောက်မှာဖြစ်ပါတယ်။

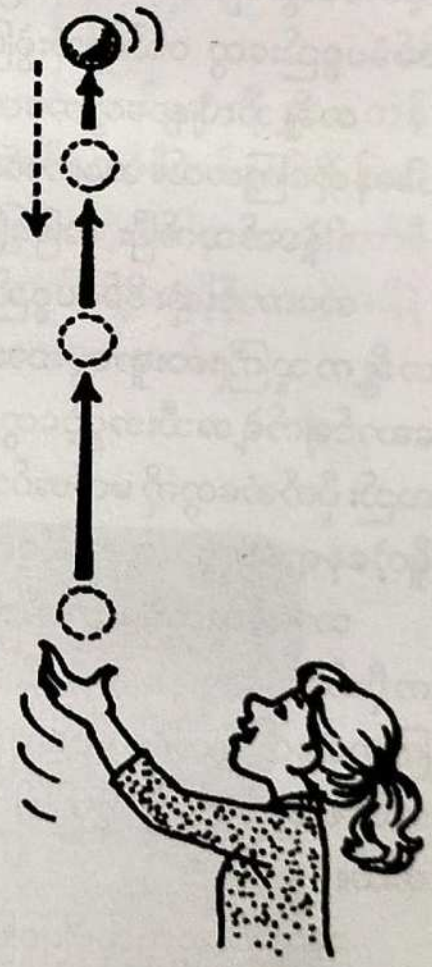
အကယ်၍ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေ၊ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းတွေ၊ ကြိုးစား

အားထုတ်မှုတွေကို ရပ်တန့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အရှိန်ကုန်သွားတယ်ဆိုရင်တော့ အောက်ကို ပြန်ပြုတ်ကျလာမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် အထွဋ်အထိပ်ကို ရောက်ချင်တယ်ဆိုရင် လုံ့လောက်တဲ့ ကြိုးတင်ပြင်ဆင်မှုရယ်၊ အရှိန်ရယ် ရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအထွဋ်အထိပ်မှာ ရောက်နေတဲ့ အောင်မြင်မှုကို ဆက်ထိန်းထားချင်တယ်ဆိုရင်တော့ မိမိရဲ့ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းတွေ၊ သင်ယူမှုတွေကို ရပ်တန့်လိုက်လို့ မရပါဘူး။

အဲဒါတွေကို စဉ်ဆက်မပြတ် လုပ်ဆောင်သွားမယ်ဆိုရင်တော့ သင်ဟာ အထွဋ်အထိပ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ အချိန်ကြာမြင့်စွာရှိနေနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

**အထွဋ်အထိပ်ကို ရောက်ချင်တယ်ဆိုရင် လုံ့လောက်တဲ့ ကြိုးတင်ပြင်ဆင်မှုရယ်၊ အရှိန်ရယ် ရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်။**



# ခံယူချက်နှင့် အမြင်

အင်တာနက်ပေါ်မှာ ကမ္ဘာ့အချမ်းသာဆုံး ဘီလျံနာတွေအကြောင်း မကြာခဏ သတင်းတွေ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။

တချို့ဘီလျံနာတွေက ရွှေကားတွေ၊ နန်းတော်ကြီးလို ခမ်းနားထည်ဝါတဲ့အိမ်တွေ၊ ကိုယ်ပိုင်လေယာဉ်တွေ၊ ကိုယ်ပိုင်ရွက်လှေတွေ၊ အကောင်းဆုံး ဇိမ်ခံပစ္စည်းတွေ ဝယ်ယူသုံးစွဲကြတယ်။

တချို့ဘီလျံနာတွေကတော့ သာမန်လူတစ်ယောက်လိုပဲ ပျော်ပျော်ပါးပါးနေထိုင်ကြတယ်။ အကောင်းဆုံးအသုံးအဆောင်တွေ သိပ်မသုံးကြဘူး။

ဒါနဲ့ပတ်သက်ပြီး အမြင်(၂)မျိုး ဖြစ်ပေါ်ကြတယ်။

အကောင်းဆုံး ဇိမ်ခံပစ္စည်းတွေသုံးနေတဲ့ဘီလျံနာတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး တချို့က သူကြိုးစားရှာဖွေထားတဲ့အရာတွေကို သူပြန်သုံးနေတာ၊ သူ့လုပ်ဆောင်ချက်ရဲ့အသီးအပွင့်တွေကို သူခံစားတာဆိုပြီး မြင်ကြတယ်။ တချို့က လည်း ပိုက်ဆံတွေကို မလိုအပ်ဘဲ ဖြုန်းတီးနေတာ၊ အဲ့ပိုက်ဆံတွေကို အကျိုးရှိတဲ့နေရာတွေမှာ လျှဒါန်းရင် ကောင်းတာပေါ့ဆိုပြီး မြင်ကြတယ်။

သာမန်လူတစ်ယောက်လိုနေတဲ့ ဘီလျံနာတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး တချို့က ပိုက်ဆံတွေရှိပေမယ့် မသုံးဘူး၊ ဘဝကို ရိုးရှင်းစွာ ဖြတ်သန်းတယ်လို့ မြင်ကြတယ်။ တချို့က ပိုက်ဆံတွေရှိပြီးတော့ ဘဝကြီးက ခြောက်ကပ်လိုက်တာ၊ ကပ်စေးနည်းတယ်၊ သူ့ကိုယ်သူတောင် မသထားနိုင်ဘူး စသဖြင့် မြင်ကြတယ်။

သူတို့ကို ဘယ်လိုပဲမြင်မြင် ဘာမှဖြစ်လာမှာမဟုတ်ဘူး၊ မြင်တာက ကျွန်တော်တို့ပါ၊ ဘဝက သူတို့ဘဝဖြစ်နေလို့ပါ။

**တခြားသူတွေရဲ့ဘဝကို ဝေဖန်ထင်မြင်ယူဆနေရုံနဲ့ ကျွန်တော်တို့ ဘဝတွေ ဘာမှဖြစ်လာမှာမဟုတ်ဘူး၊ ဘာမှပြောင်းလဲမှာ မဟုတ်ဘူး။**

သူများတွေရဲ့ဘဝတွေကို ကြည့်မယ့်အစား ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကြည့်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်လူတစ်ယောက်က ဆံပင်ညှပ်ရင် ၁၀၀၀ ကျပ်ပဲ အကုန်ခံပါတယ်။ အဲ့ထက် နည်းနည်းပိုအဆင်ပြေတဲ့သူက ဆံပင်ညှပ်ရင် ၃၀၀၀ တန်ဆိုင်မှာ ညှပ်ရင် ညှပ်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီထက် ပိုအဆင်ပြေတဲ့သူက ဆံပင်ညှပ်ရင် ၁၀၀၀၀ တန်ဆိုင်မှာ ညှပ်ပါလိမ့်မယ်။ ၁၀၀၀ (တစ်ထောင်)ဆံပင် ညှပ်တဲ့သူက ၁၀၀၀၀(တစ်သောင်း) တန်ဆံပင် ညှပ်တဲ့သူကို ငွေအပိုဖြုန်းတယ်လို့ မြင်ချင်မြင်မှာပဲ။

ဒါပေမဲ့ ၁၀၀၀၀ တန်ဆံပင် ညှပ်လိုက်လို့ ရတဲ့ခံစားမှုကို ၁၀၀၀၀ တန်ဆံပင် ညှပ်တဲ့သူပဲ သိတယ်။

ကိုယ်တိုင် အဆင်မပြေတဲ့အချိန်မှာ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို ၃၀၀ တန် သောက်တယ်။ နည်းနည်းပိုအဆင်ပြေလာရင်ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို ၆၀၀ တန် သောက်တယ်။ အဲဒီထက် ပိုအဆင်ပြေလာတဲ့အခါမှာတော့ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို ၁၅၀၀ တန် သောက်တယ်။ အဲဒီထက် ငွေတွေပိုရှိလာတဲ့အချိန်မှာတော့ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို ၆၀၀၀ တန် သောက်တယ်။

ကော်ဖီ ၃၀၀ တန် သောက်တဲ့သူက ကော်ဖီ ၆၀၀၀ တန် သောက်တဲ့သူကို "အလကားပါကွာ၊ ကော်ဖီချင်းအတူတူကို အပိုတွေလုပ်နေတယ်" လို့ ထိုင် အပြစ်တင်နေလို့မရပါဘူး။ တကယ် ၆၀၀၀ တန် သောက်တဲ့သူကပဲ ၆၀၀၀ တန်ရဲ့ခံစားမှုကို သိတာပါ။

သိပ်အဆင်မပြေတဲ့အချိန်မှာ အပေါစားဖုန်းပဲ သုံးတယ်။ နည်းနည်းအဆင်ပြေလာတဲ့အချိန်မှာ နည်းနည်းပိုကောင်းတဲ့ဖုန်း သုံးတယ်။ အဲဒီထက်အဆင်ပြေလာတဲ့အချိန်မှာ နည်းပညာပိုမြင့်တဲ့ဖုန်းတွေ သုံးတယ်။ အဲ့ထက်ပိုအဆင်ပြေတဲ့အချိန်မှာတော့ နောက်ဆုံးပေါ် iPhone တွေ သုံးတယ်။

အပေါစားသုံးတဲ့သူက "ဖုန်းပဲကွာ၊ ဖုန်းပြောလို့ရတယ်၊ ပုံရိုက်လို့ရတယ်၊ Facebook သုံးလို့ရတယ်၊ အဲ့လောက် သုံးစရာမလိုပါဘူးကွာ" လို့ ပြောရင် ပြောပါလိမ့်မယ်။

**ဘီလျံနာတွေ ဘာလုပ်နေလဲဆိုတာ အရေးမကြီးပါဘူး၊**
**ငါ ဘာလုပ်မလဲဆိုတာ ပိုအရေးကြီးပါတယ်။**

ဒါပေမဲ့လည်း နောက်ဆုံးပေါ် iPhone သုံးတဲ့အရသာကို သုံးတဲ့သူပဲ သိတာပါ။

အဲလိုပါပဲ၊ ငွေကြေးကြွယ်ဝတဲ့သူတွေက အကောင်းစားတွေ သုံးကြတယ်။ သူရှာနိုင်လို့ သူသုံးတာပါ။ သူ့ကြိုးစားမှုအတွက် သူ ပြန်ခံစားတာပါ။ **မသုံးနိုင်တဲ့သူကတော့ အဲဒါတွေကို ဖြုန်းတယ်လို့ မြင်ချင်မြင်ပါလိမ့်မယ်။**

အဲလို ကမ္ဘာ့အကောင်းဆုံးဇိမ်ခံပစ္စည်းတွေ သုံးတဲ့အရသာကို ကျွန်တော်တို့မှ မသိတာ။ အဲဒီအရသာကို သူတို့ သိတယ်လေ။

အဲဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ ဘာလုပ်မှာလဲ စဉ်းစားပါ။ ဘီလျံနာတွေ ဘာလုပ်နေလဲဆိုတာ အရေးမကြီးပါဘူး၊ ငါ ဘာလုပ်မလဲဆိုတာ ပိုအရေးကြီးပါတယ်။

ဘီလျံနာတွေ သုံးနေတာ၊ မသုံးဘဲနေတာတွေက သူတို့ဘဝပါ။ အဲဒါတွေကို ဝေဖန်သုံးသပ်နေတာ အရေးမကြီးပါဘူး။

တကယ်အရေးကြီးတာက ကိုယ် ဘယ်လိုအောင်မြင်အောင်လုပ်မှာလဲ၊ ဘယ်လောက်ချမ်းသာအောင် လုပ်မှာလဲဆိုတာပါပဲ။

ဘီလျံနာတွေရဲ့ဘဝကို ဟိုဟာဖြစ်တယ်၊ ဒီဟာဖြစ်တယ် ပြောနေရမှာ ကိုယ့်အလုပ်မဟုတ်ပါဘူး။

ကိုယ့်အလုပ်က ကိုယ် ဘယ်လောက်ချမ်းသာအောင်လုပ်မလဲဆိုတာရယ်၊ ချမ်းသာလာရင် ဘယ်လိုနေမလဲဆိုတာရယ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# အရသာ

ကျွန်တော် ငယ်ငယ်တုန်းက နယ်မြို့လေးတစ်မြို့မှာ နေတယ်။ အဲဒီ နယ်မြို့လေးမှာဆိုရင် ဆံပင်တစ်ခါညှပ်ရင် ၅၀၀ ကျပ် ပေးရတယ်၊ တချို့ ဆိုင်တွေမှာ ၁၀၀၀ ပေးရတယ်။ ကျွန်တော် အားကစားဂျာနယ်၊ မဂ္ဂဇင်း တွေ ဖတ်တဲ့အချိန်မှာ တချို့နာမည်ကြီးအနုပညာရှင်တွေ၊ နာမည်ကျော် အားကစားသမားတွေ ဆံပင်တစ်ခါညှပ်ရင် ဒေါ်လာ ၅၀၀၊ ၁၀၀၀ ပေး ပြီး ညှပ်တဲ့သတင်းတွေ ဖတ်ရရင် "ဆံပင်ညှပ်တာပဲကွာ၊ ဒါ သက်သက် အပိုဖြုန်းတာပါ" ဆိုပြီးတော့ တွေးခဲ့ဖူးတယ်။

အဲလိုပဲ ကျွန်တော်ငယ်ငယ်တုန်းက ကျွန်တော်တို့မြို့မှာ လက်ဖက် ရည်ဆိုင်၊ ကော်ဖီဆိုင်တွေမှာ လက်ဖက်ရည်၊ ကော်ဖီသောက်တယ်ဆိုရင် တစ်ခွက်ကို ၁၀၀၊ ၁၅၀၊ ၂၀၀ ဝန်းကျင်ပဲ ပေးရတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ တချို့ မြို့ကြီးတွေမှာ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို ၅၀၀၀၊ ၆၀၀၀၊ ၁၀၀၀၀ ပေးရတဲ့ သတင်းတွေ တွေ့တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကြော်ငြာတွေ တွေ့တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တစ် ယောက်ယောက်က ပြန်ပြောလို့ ကြားဖူးတာပဲဖြစ်ဖြစ် "ကော်ဖီချင်း အတူ တူပါကွာ၊ ဒါ သက်သက်ကို ပိုက်ဆံဖြုန်းနေတာပါ"လို့ ကျွန်တော် တွေးဖူး ပါတယ်။

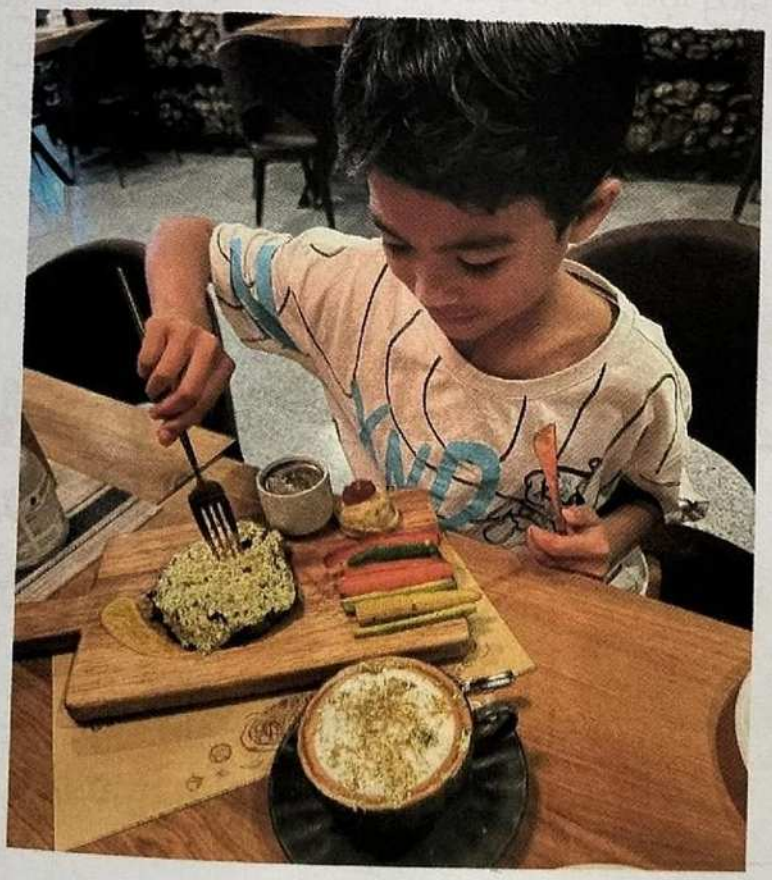
အဲဒီလိုပဲ ကျွန်တော်တို့ ငယ်ငယ်တုန်းက အကျီဝယ်တယ်ဆိုရင် ပုံမှန် အကျီတစ်ထည်ကို ၁၅၀၀ တန်၊ ၂၀၀၀ တန်လောက် ပေးဝယ်ရပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ တချို့အကျီတစ်ထည်ရဲ့တန်ဖိုးဟာ ၃ သိန်းတန်တယ်တို့၊ ၅ သိန်းတန်တယ်တို့ ပြောရင် "ဈေးသာ ကွာတာ ဒီအကျီလည်း တူတူပါပဲ၊ ဒါတွေက သက်သက် အပိုဖြုန်းတာပါ"ဆိုပြီး ကျွန်တော် တွေးဖူးခဲ့တယ်။

ဒါပေမဲ့ အချိန်တစ်ခုရောက်လာတဲ့အခါမှာ၊ အသက်အရွယ်တစ်ခု ရလာတဲ့အခါမှာ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်စွာနဲ့ ကျွန်တော် အခြားမြို့တွေ၊ တခြားနိုင်ငံတွေကို ခရီးတွေထွက်ဖြစ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီနေရာတွေမှာ ဆံပင်

ညှပ်ဖို့ လိုလာတဲ့အချိန်တွေမှာဆိုရင် ကျွန်တော် ၅၀၀၀ တန် ဆံပင်ညှပ်ဆိုင်မှာလည်း ဆံပင်ညှပ်ဖူးတယ်၊ အဲဒီထက် နည်းနည်းလေး ပိုကောင်းတဲ့ ၁၀၀၀၀ တန်ဆိုင်တွေမှာလည်း ကျွန်တော် ဆံပင်ညှပ်ဖူးခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ကျွန်တော် ဘာသိလာရလဲဆိုတော့ "ကြော် ၅၀၀ တန် ဆံပင်ညှပ်တာနဲ့ ၅၀၀၀ တန်ဆံပင်ညှပ်တာရဲ့ အရသာက မတူပါလား" ဆိုတာကို ကိုယ်တိုင်ခံစားပြီး သိခဲ့တယ်။

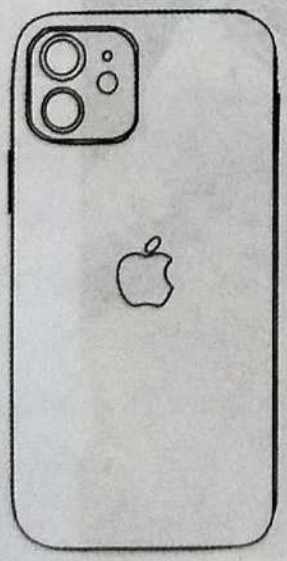
ထိုနည်းတူစွာပဲ တချို့မြို့တွေမှာ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို ၆၀၀၀ တန်လည်း သွားသောက်ခဲ့ဖူးတယ်။ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို ၁၀၀၀၀ တန်လည်း သွားသောက်ခဲ့ဖူးတယ်။ အဲဒီတော့မှ ကော်ဖီ ၁၀၀၀၀ တန်တစ်ခွက်ကို သောက်ရတဲ့အရသာနဲ့ခံစားချက်က ၂၀၀ တန် ကော်ဖီတစ်ခွက်ရဲ့ အရသာနဲ့ ခံစားချက်နဲ့ ဘယ်လိုမှမတူပါလားဆိုတဲ့အရာကို ကျွန်တော် သိလာတယ်။

အဲလိုပဲ အဝတ်အစားအကောင်းတွေ၊ Brand တွေ ဝတ်ရတဲ့အရသာကို ခံစားလိုက်ရတဲ့အချိန်မှာလည်း "ကြော် မတူပါလား"ဆိုတဲ့ အရာကို တွေးမိလာတယ်။



ဟိုးအရင်တုန်းက ဖုန်းဆို Keypad လေးတွေပဲရှိတော့ အဲဒါလေးတွေပဲ ကိုင်ရတယ်။ အဲ့နောက်မှာ ဖုန်းလေးတွေ ထပ်ပေါ်လာတယ်။ တချို့ဆို ဖုန်းတစ်လုံးကို ၂ သိန်းတန်၊ ၃ သိန်းတန်တွေ ကိုင်တယ်။ တချို့က သိန်း ၃၀ တန်၊ သိန်း ၅၀ တန်ကိုင်တယ်။ တချို့ဆို သိန်း ၇၀၀၊ ၈၀၀ တန် Vertu ဖုန်းတွေ ကိုင်ကြတယ်။ တချို့ကတော့ သိန်းထောင်ကျော်တန်ဖုန်းတွေအထိ ကိုင်ကြတယ်။ ဒီလိုအခြေအနေမှာဆိုရင်လည်း "ဒါ သက်သက် အလကားဖြုန်းတာပါကွာ၊ ဖုန်းဆိုတာ ဖုန်းပြောဖို့၊ Message ပို့ဖို့၊ ဓာတ်ပုံရိုက်ဖို့၊ Facebook သုံးဖို့ ဒီလောက်ပါပဲ၊ စျေးကြီးတာရော စျေးပေါတာရော တူတူပါပဲ" ဆိုပြီး ကျွန်တော် ပြောခဲ့ဖူးတယ်။ အချိန်တစ်ခုရောက်လာတဲ့အခါမှာ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် iPhone ကိုင်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ iPhone ကိုင်ရတဲ့အရသာကို ခံစားမိပြီး သြော်မတူပါလားဆိုတာကို ကျွန်တော်သိလာတယ်။

အဲဒီနောက်ပိုင်းမှာတော့ ကျွန်တော်ဟာ အကောင်းစားတွေ သုံးတဲ့သူတွေ၊ အကောင်းစားပစ္စည်းကိုင်တဲ့သူတွေကို ဘယ်တော့မှ မဝေဖန်တော့ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ မတူလို့ပါ။ အဲဒီနောက်ပိုင်းမှာ ကျွန်တော် တွေးလာတာကတော့ "ငါ ဘယ်လိုကြိုးစားမလဲ၊ ဘယ်လို အောင်မြင်အောင် လုပ်မလဲ၊ အဲဒီအကောင်းစားပစ္စည်းတွေကို ငါ ဘယ်လိုခံစားမလဲ"ဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာကိုပဲ ကျွန်တော် တွေးတယ်။



**ဖုန်းဆိုတာ ဖုန်းပြောဖို့၊ Message ပို့ဖို့၊ ဓာတ်ပုံရိုက်ဖို့၊ Facebook သုံးဖို့ ဒီလောက်ပါပဲ၊ စျေးကြီးတာရော စျေးပေါတာရော တူတူပါပဲ" ဆိုပြီး ကျွန်တော်ပြောခဲ့ဖူးတယ်။**

အခုအချိန်မှာလည်း နာရီတစ်လုံးကို သိန်းတစ်ထောင်ကျော်တန်၊ သိန်းနှစ်ထောင်ကျော်တန် ပတ်တဲ့သူတွေ သတင်းကြားရင်လည်း ကျွန်တော် သူတို့နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဘာမှဝေဖန်တာမျိုး မလုပ်ဘဲနဲ့ "ဩော် သူတို့ ဘယ်လောက်တောင် အရသာကောင်းတွေ ခံစားရမလဲ" ဆိုတာပဲ တွေးတယ်။ ကော်ဖီတစ်ခွက်ကို တစ်သိန်းတန်သောက်တဲ့သူ သတင်းကြားရင်လည်း "ဩော် အဲဒီအရသာက ဘယ်လောက်တောင်များ ကောင်းလိုက်မလဲ" ဆိုတာမျိုးကိုပဲ တွေးတယ်။

ဇိမ်ခံရွက်လှေတွေ၊ ကိုယ်ပိုင်လေယာဉ်တွေ စီးနိုင်တဲ့သူတွေ၊ အင်္ကျီတစ်ထည်ကို သိန်း ၂၀ တန်၊ ၃၀ တန် ဝတ်တဲ့သူတွေကို တွေ့ရင်လည်း "ဩော် သူတို့ ဘယ်လောက်တောင်မှ ကောင်းမွန်တဲ့အရသာကို ခံစားရမလဲ" ဆိုတာပဲ ကျွန်တော် တွေးတော့တယ်။

အရင်တုန်းက ကိုယ်မသုံးဖူးတဲ့အချိန်၊ မသိတဲ့အချိန်မှာတော့ အဲဒီ အရာတွေကို ကျွန်တော်က ဝေဖန်ပြစ်တင်တဲ့စိတ်ရှိတယ်၊ စိတ်ထဲမှာလည်း အလဟသ ဖြုန်းတီးတာ သက်သက်ပါကွာလို့ တွေးပေမယ့်လည်း နည်းနည်းလေး ပိုပြီးတော့ ကောင်းတဲ့အရာကို သုံးဖူးတဲ့အချိန်မှာကျတော့ အဲဒီ အရသာကို သိပြီးနောက်ပိုင်းမှာ အကောင်းစားပစ္စည်းတွေ သုံးတဲ့သူတွေ ကို ကျွန်တော် ဘယ်တော့မှ မဝေဖန်တော့ဘူး။

**ကျွန်တော် စဉ်းစားတာ တစ်ခုပဲ "ငါ ဘယ်လိုကြိုးစားမလဲ၊ ငါ့ရဲ့ အောင်မြင်မှုနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့အသီးအပွင့်တွေရဲ့ အရသာကို ငါ ဘယ်လို ခံစားမလဲ"** ဆိုတာကိုပဲ ကျွန်တော်စဉ်းစားတော့ပါတယ်။ အဲဒီလိုအကောင်းစားပစ္စည်း တွေ ကိုင်ပြီး၊ အကောင်းစား Brand တွေ၊ Limited Edition တွေသုံးတဲ့သူ တွေကို တွေ့တိုင်းလည်း သူတို့အစား ဂုဏ်ယူပါတယ်၊ သူတို့အတွက် မုဒိ တာ ပွားပေးတယ်။ ကျွန်တော်စဉ်းစားနေတာကတော့ တစ်ခုပဲ **"ငါ ဘယ်လို အောင်မြင်အောင် ကြိုးစားမလဲ၊ ငါ ဘယ်လိုအကောင်းစားပစ္စည်းတွေ သုံးမလဲ" ဆိုတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။**

* * *

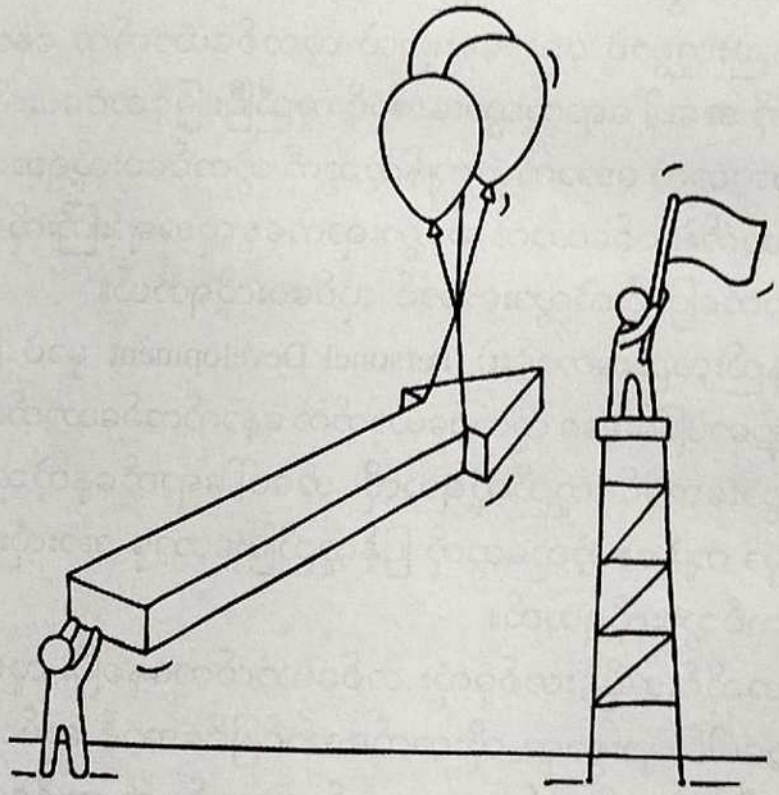
# အတွေး

ကျွန်တော် သူငယ်တန်းကျောင်းသားဘဝတုန်းက ဌက်တွေကို တွေ့တိုင်းဌက်တွေက လေပေါ် ပျံနိုင်ပြီး လူတွေက ဘာကြောင့် လေပေါ် မပျံနိုင်ရတာလဲဆိုပြီး စဉ်းစားဖူးတယ်။ အဲဒီမှာ ကျွန်တော် တွေးမိတာက ကျွန်တော်က ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်း နောက်တစ်ယောက်ကို ပွေ့လိုက်မယ်ဆိုရင် သူ လေပေါ် မြောက်သွားမယ်ပေါ့နော်။ လေပေါ် မြောက်တဲ့သူက ကိုယ့်ကို ပြန်ပွေ့ရင်လည်းကိုယ်လည်းလေပေါ် မြောက်သွားမှာပဲ။ ဒါဆိုရင် ကျွန်တော်တို့နှစ်ယောက် လေပေါ် ရောက်သွားပြီဆိုပြီး ကျွန်တော် တွေးဖူးတယ်။

အဲဒီလိုတွေးပြီးတော့ ကျွန်တော် ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းကို သွားပွေ့လိုက်တယ်၊ ပွေ့ပြီးတော့ သူကနေတစ်ဆင့် ကျွန်တော့်ကို ပြန်ပွေ့ခိုင်းတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ လေပေါ် မရောက်သွားဘူး။ ဘာကြောင့် ကျွန်တော်တို့ လေပေါ် ပျံလို့မရလဲဆိုတာ ကျွန်တော် စဉ်းစားလို့မရဘူး။ တကယ်တမ်းဆိုရင် သူ့ကို ကျွန်တော် ပွေ့လိုက်ရင် သူလေပေါ် မြောက်သွားမယ်၊ အပေါ်ကနေ သူ ကျွန်တော့်ကို ပြန်ပွေ့လိုက်ရင် ကျွန်တော်တို့နှစ်ယောက်လုံး လေပေါ် မြောက်သွားရမှာဆိုပြီး ကျွန်တော် ကလေးဘဝတုန်းက စဉ်းစားခဲ့ဖူးပါတယ်။

Gravity (ကမ္ဘာမြေကြီးရဲ့ ဆွဲအား)ကို ကျွန်တော် မသိခင်အချိန်တုန်းကပေါ့။ အချိန်တစ်ခုရောက်လာတဲ့အခါမှာ ကမ္ဘာမြေကြီးဆွဲအား အကြောင်းကို နားလည်လာတဲ့အချိန်မှာ လူတွေဟာ အထောက်အကူပစ္စည်းတစ်ခုခု မပါဘဲ လေပေါ် မပျံနိုင်ဘူးဆိုတာကို ကျွန်တော် သိသွားခဲ့ပါတယ်။ ဒါဟာ ကလေးဘဝတုန်းက တွေးခဲ့တဲ့ အတွေးပေါ့။

အခု အဲဒီအတွေးလေးက အချိန်တစ်ခုမှာ ပြန်ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီအတွေးနဲ့ အလားသဏ္ဌာန်တူတဲ့ အတွေးလေးတစ်ခုပါ ဆက်ပေါ်လာပါတယ်။ အဲဒါက ဘာလဲဆိုတော့ ဟုတ်ပါတယ် လူတွေဟာ အထောက်အကူပစ္စည်းမပါဘဲနဲ့ လေပေါ် မပျံနိုင်ပါဘူး၊ လူတစ်ယောက်က နောက် တစ်ယောက်ကို လေပေါ် မြောက်သွားအောင် ပွေ့လိုက်လို့ရပေမယ့် လေပေါ် မြောက်နေတဲ့လူတစ်ယောက်က အောက်ကလူကို ပြန်ပွေ့လို့ မရဘူး၊ နှစ်ယောက်လုံး လေပေါ် မြောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။



**တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်းဆိုရင်တော့**
**အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးကိုပဲ ရမှာဖြစ်ပါတယ်။**
**အစုအဖွဲ့နဲ့ဆိုရင်တော့ အောင်မြင်မှုအကြီးကြီးကို**
**ရမှာဖြစ်ပါတယ်။**

ဒါကို ကျွန်တော် သဘောပေါက်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ လူတစ်ယောက်က နောက်တစ်ယောက်ကို စီးပွားရေးလုပ်ငန်းမှာ အောင်မြင်အောင် ကူညီပေးလို့ရတယ်၊ အပေါ်မြောက်သွားအောင် လုပ်ပေးလို့ရတယ်။ အဲဒီအပေါ်မြောက်သွားတဲ့သူက ကျန်တဲ့သူတွေကို စီးပွားရေးလုပ်ငန်းမှာ အပေါ်မြောက်သွားအောင် ကူညီပေးလို့ရပါတယ်။ အဲလိုနဲ့ နောက်တစ်ယောက်၊ နောက်တစ်ယောက်နဲ့ ကိုယ့်ရဲ့မိတ်ဆွေ၊ အပေါင်းအသင်း၊ သူငယ်ချင်းတွေ၊ ကိုယ့်ရဲ့အဖွဲ့အစည်းတွေ၊ ကိုယ့်ရဲ့မြို့ရွာ၊ ကိုယ့်ရဲ့နိုင်ငံအဆင့်အထိ အားလုံး အပေါ်ရောက်သွားအောင် ကူညီပေးလို့ရတယ်။

ထိုနည်းတူစွာပဲ ပညာရေးမှာလဲ လူတစ်ယောက်က နောက် တစ်ယောက်ကို အပေါ်ရောက်သွားအောင် ကူညီပြီး မြှင့်တင်ပေးလို့ရတယ်။ မြင့်နေတဲ့သူကလဲ အောက်မှာကျန်တဲ့သူကို ဆွဲတင်ပေးလို့ရတယ်။ အဲလိုနဲ့တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ဆင့်ပွားရာကနေ လူအများကြီးကိုပညာရေးမှာ တိုးတက်ပြောင်းလဲသွားအောင် လုပ်ပေးလို့ရတယ်။

ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ Personel Development မှာပဲ ဖြစ်ပါစေ၊ ဘယ်ကဏ္ဍမှာပဲဖြစ်ပါစေ လူတစ်ယောက်က နောက်တစ်ယောက်ကို အပေါ်ရောက်သွားအောင် ကူညီလို့ရသလို အပေါ်ရောက်နေတဲ့သူကလည်း အောက်မှာ ကျန်နေတဲ့သူတွေကို ပြန်ကူညီပြီးတော့မှ အားလုံး တိုးတက်အောင် လုပ်သွားလို့ရတယ်။

လူအသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုလုံး တစ်ယောက်ကနေစပြီး လူအများကြီးကို ကဏ္ဍပေါင်းများစွာမှာ တိုးတက်အောင်မြင်အောင် လုပ်သွားပေးလို့ရတယ်။ **ဒါပေမဲ့ ဝမ်းနည်းစရာကောင်းတာတစ်ခုက ကျွန်တော်တို့ဟာ တစ်ယောက် အောင်မြင်လာရင် တစ်ယောက်မှာ မုဒိတာစိတ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ မနာလိုဝန်တိုစိတ်တွေ ဖြစ်လာတယ်။ ကိုယ့်ထက်ပိုပြီး မအောင်မြင်စေချင်ကြဘူး။**

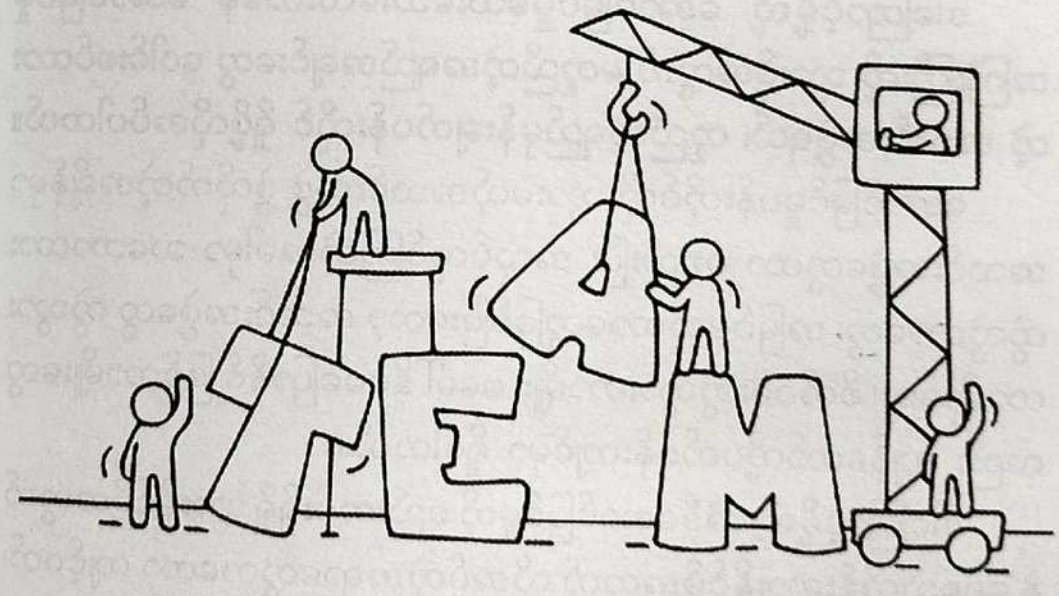
ဒါမျိုးတွေက ကိုယ့်ရဲ့ စီးပွားရေးပြိုင်ဘက်မှာမှ မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်ရဲ့ မိတ်ဆွေ၊ သူငယ်ချင်းကြားထဲမှာကို တွေ့နေရတယ်။ အောင်မြင်သွားတာကို မကြိုက်တာမျိုး၊ အောင်မြင်မှုကို မုဒိတာ မပွားပေးနိုင်တာမျိုးကို ကိုယ့်

မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းတွေ၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ တွေ့ရတယ်။

အဲဒီထက် ပိုဆိုးတာက ညီအစ်ကို၊ မောင်နှမ၊ မိသားစု ဆွေမျိုးသားချင်းထဲမှာတောင်မှ တစ်ယောက်အောင်မြင်သွားရင် တစ်ယောက်က မနာလိုတာမျိုး၊ မုဒိတာမပွားနိုင်တာမျိုးကို တွေ့နေရတာက အလွန်အင်မတန်ကိုမှ စိတ်မကောင်းစရာကိစ္စတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အောင်မြင်သွားရင် မုဒိတာမပွားနိုင်တာ၊ အောင်မြင်သွားရင် စိတ်ထဲမှာ မနာလိုဝန်တိုစိတ်ဖြစ်ရုံမျှမက တစ်ယောက်အောင်မြင်လာမှာကို အရမ်းကြောက်ပြီးတော့မှ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ဖိနှိပ်ထားတဲ့ပတ်ဝန်းကျင်၊ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခု ဖြစ်နေတာက တော်တော်ကို အခြေအနေမကောင်းတဲ့အနေအထားတစ်ခု ဖြစ်နေပါတယ်။

တစ်ယောက်က အောင်မြင်ဖို့ လမ်းစကို သွားနေပြီဆိုရင် နောက်တစ်ယောက်က အရှေ့ကနေ ပိတ်ပြီး နင်းချလိုက်တာမျိုးတွေ တွေ့နေရတာက တော်တော်ကို စိတ်မကောင်းစရာကိစ္စတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။



**ကိုယ့်ရဲ့နိုင်ငံက အာဆီယံနိုင်ငံတွေနဲ့ပဲပြိုင်ပြိုင်၊**
**ကမ္ဘာကြီးနဲ့ယှဉ်ပြီးပဲ အလုပ်လုပ်,လုပ်**
**တစ်ဦးတစ်ယောက်နဲ့ ဘယ်တော့မှ ပြိုင်လို့မရပါဘူး..**

ကျွန်တော်တို့တွေဟာ ကိုယ့်ရဲ့ နိုင်ငံက အာဆီယံနိုင်ငံတွေနဲ့ပဲ ပြိုင်ပြိုင်၊ ကမ္ဘာကြီးနဲ့ယှဉ်ပြီးပဲ အလုပ်လုပ်,လုပ် တစ်ဦးတစ်ယောက်နဲ့ ဘယ်တော့မှ ပြိုင်လို့ မရပါဘူး။ အသင်းအဖွဲ့နဲ့၊ အများနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှ သာလျှင် ကမ္ဘာကြီးကို ယှဉ်ပြိုင်လို့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်းဆိုရင်တော့ အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးကိုပဲ ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အစုအဖွဲ့နဲ့ဆိုရင်တော့ အောင်မြင်မှုအကြီးကြီးကို ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအစုအဖွဲ့တစ်ခုဖြစ်ဖို့အတွက် မတူညီတဲ့ အရည်အချင်းတွေနဲ့ တူညီတဲ့ရည်မှန်းချက်တွေ ရှိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ တစ်ဦးချင်းမှာရှိတဲ့ မတူညီတဲ့အရည်အချင်းတွေကို အသုံးချပြီး တူညီတဲ့ရည်မှန်းချက်ဆီ သွားမယ်ဆိုရင် တစ်ယောက်တည်း သွားလို့ရောက်မယ့် အောင်မြင်မှုအတိုင်းအတာနဲ့ ကြာချိန်အစား အသင်းအဖွဲ့နဲ့ သွားလိုက်တဲ့အချိန်မှာ အောင်မြင်မှုအတိုင်းအတာကလည်း အဆမတန်ကြီးမားပြီးတော့ အချိန်အားဖြင့်လည်း တိုတောင်းမှာဖြစ်ပါတယ်။

**ဒါကြောင့်မို့လို့ အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးကနေ အောင်မြင်မှုအကြီးကြီးကို သွားဖို့အတွက် မတူညီတဲ့အရည်အချင်းတွေ ပေါင်းစပ်ထားတဲ့ အသင်းအဖွဲ့ရယ်၊ တူညီတဲ့ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ရှိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။**

အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်ကို သွားမယ့်အသင်းအဖွဲ့ ဖွဲ့လိုက်တဲ့အချိန်မှာ အသင်းအဖွဲ့တွေဟာ စုစည်းပြီး အလုပ်လုပ်ကြတဲ့အခါမှာ သဘောထားကွဲလွဲတာတွေ၊ အမြင်မတူတာတွေဖြစ်ပြီးတော့ အသင်းအဖွဲ့တွေ ကွဲသွားတာမျိုးတွေ၊ စိတ်ဝမ်းကွဲသွားတာမျိုး၊ မခေါ်နိုင်မပြောနိုင် ဖြစ်တာမျိုးတွေလည်း ကျွန်တော်တို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ အဲဒီအောင်မြင်မှုကို စည်းကမ်းရှိရှိ သွားနိုင်ဖို့အတွက်နဲ့ ရေရှည်ထိန်းထားနိုင်ဖို့အတွက် လိုအပ်တဲ့အရာတွေကတော့ ကျင့်ဝတ်၊ စည်းကမ်း၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ထားရမယ့် နားလည်မှု၊ သစ္စာတရား၊ အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ ချမှတ်ထားတဲ့စည်းကမ်းကို လိုက်နာမှုစတာတွေ ရှိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။

မတူညီတဲ့အရည်အချင်းတွေကို ကျင့်ဝတ်တွေ၊ စည်းကမ်းတွေ၊ အပြန်အလှန် နားလည်မှုတွေ၊ လေးစားမှုတွေနဲ့ ပေါင်းစပ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အောင်မြင်မှုကြီးကြီးမားမား ရရှိမှာဖြစ်ပြီးတော့ အဲဒီကြီးမားတဲ့ အောင်မြင်မှုကို လည်း အချိန်အကြာကြီး ထိန်းထားနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# ဘ၀

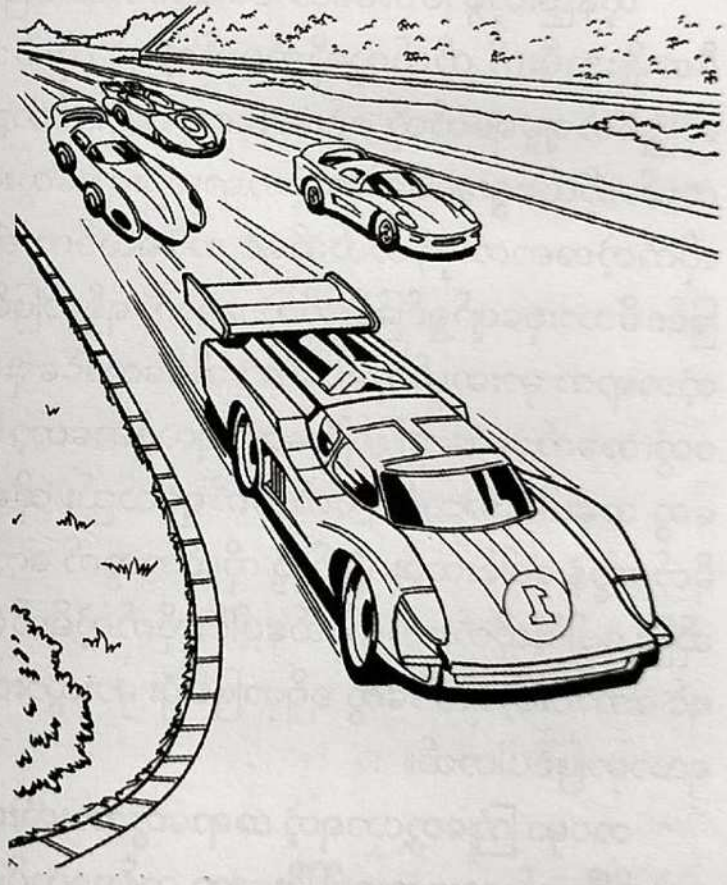
ဘ၀ဆိုတာ အနာဂတ်ကို ခန့်မှန်းပြီးတော့မှ တစ်ခုခုလုပ်နေရတဲ့ ပြိုင်ပွဲထဲကိုရောက်နေတာပါ။ ဘယ်လိုပြိုင်ပွဲတွေလဲဆိုတော့ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ပညာရေး၊ ဘာသာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း၊ မိသားစုရေး၊ ဂုဏ်သိက္ခာ စတဲ့ အရေးတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ ဘာတွေ ဖြစ်လာမလဲဆိုတာကို စဉ်းစားခန့်မှန်းပြီးတော့ တစ်ခုခုလုပ်နေရတဲ့ပြိုင်ပွဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဥပမာ ပညာရေးဆိုရင် ကိုယ်က ဒီပညာကို သင်လိုက်ခြင်းအားဖြင့် ကိုယ့်ဘ၀မှာ ဘယ်လိုအခွင့်အလမ်းတွေ ရောက်လာမလဲလို့ စဉ်းစားရတယ်။ စာရင်းကိုင်ပညာကို သင်ရင်လည်း ကိုယ့်ဘ၀အတွက် ဘယ်လို အခွင့်အလမ်းတွေ ရောက်လာမယ်ဆိုပြီးတော့ ကြိုတင်စဉ်းစားတယ်၊ ဖြစ်နိုင်ခြေကို တွေးတောပြီးတော့မှ အဲဒီပညာကို သင်တယ်။ အဲဒီအရာပေါ်မှာ နောက်ဆက်တွဲအနေနဲ့ ရလဒ်တစ်ခုခု ရလာလိမ့်မယ်။ ကိုယ်ခန့်မှန်းတဲ့ အရာ မှန်တယ်ဆိုရင် အဲဒီရလဒ်က ကောင်းသွားမယ်၊ ကိုယ် ခန့်မှန်းတဲ့ အရာမှားတယ်ဆိုရင် ရလဒ်က မှားသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

MBA၊ စာရင်းကိုင်၊ LCCI၊ ကွန်ပျူတာပညာ၊ ဆရာ၀နပညာ၊ အင်ဂျင်နီယာပညာ စသဖြင့် ပညာတွေကို သင်လိုက်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ဘ၀ အနာဂတ်မှာ စိတ်ချရမယ်ဆိုပြီးတော့ အဲဒီပညာတွေထဲက တစ်ခုကို ရွေးချယ်ပြီးတော့ သင်ယူလိုက်တယ်။ အဲဒီအပေါ်မှာ ကောင်းခြင်းဆိုးခြင်းတွေကို ရရှိလာတာဖြစ်ပါတယ်။

စီးပွားရေးဆိုရင်လည်း ဒီစီးပွားရေးဟာ အနာဂတ်မှာ ကိုယ့်ဘ၀ အတွက် ဝင်ငွေတွေကောင်းလာမယ်လို့ တွေးတောပြီးတော့ အဲဒီစီးပွားရေးကို လုပ်လိုက်တာဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ ထမင်းဆိုင်ဖွင့်တယ်၊ ကွန်ပျူတာ

ဆိုင်ဖွင့်တယ်၊ ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းလုပ်တယ်၊ အိမ်ဆောက်ပစ္စည်း ဆိုင်ဖွင့်တယ်၊ အလှပြင်ဆိုင်ဖွင့်တယ်၊ ကားပစ္စည်းရောင်းတဲ့ဆိုင်ဖွင့်တယ် စသဖြင့် စီးပွားရေးတွေထဲက တစ်ခုကို လုပ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အနာဂတ်မှာ စီးပွားရေးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဝင်ငွေအခွင့်အလမ်းတွေရရှိလာမယ်လို့ တွေးပြီး တော့ အဲဒီစီးပွားရေးကို လုပ်လိုက်တယ်။ အဲဒီအရာပေါ်မှာ ကိုယ်တွေးတော စဉ်းစားတဲ့အရာက မှန်သွားတယ်ဆိုရင် ရလဒ်အနေနဲ့ ကိုယ့်အတွက် ဝင်ငွေ တွေ ကောင်းလာမယ်။ ကိုယ်တွေးတောစဉ်းစားတာ မှားတယ်ဆိုရင်တော့ ဆုံးရှုံးသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။



**ဘဝမှာ**
**ကြုံတွေ့လာရတဲ့**
**အရာတွေအားလုံးက**
**အနာဂတ်မှာ ဘာဖြစ်မလဲဆိုပြီး စဉ်းစားတွေးခေါ်ပြီးတော့**
**တစ်ခုခုလုပ်ရတဲ့ ပြိုင်ပွဲပဲ ဖြစ်ပါတယ်...**

ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ ကျန်းမာရေးဆိုရင် အိပ်ရေးဝအောင် အိပ်မယ်၊ အာဟာရမျှတအောင် စားမယ်၊ စိတ်ချမ်းသာအောင် နေမယ်၊ လေ့ကျင့်ခန်း ပုံမှန်လုပ်မယ် အဲဒီပုံစံအတိုင်း ပြုမူနေထိုင်မယ်ဆိုရင် အနာဂတ်မှာ အသက်ရှည်ရှည်နဲ့ ကျန်းကျန်းမာမာနေရမယ်လို့ ကြိုတင်တွေးတောပြီး တော့မှ နေ့စဉ်ဘဝမှာ နေထိုင်တာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို စဉ်းစား တွေးတောပြီးတော့မှ လုပ်ဆောင်လိုက်တဲ့အရာက မှန်တယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကျန်းမာရေး ကောင်းမယ်။ ကိုယ်စဉ်းစားပြီး လုပ်လိုက်တာ မှားတယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်ကျန်းမာရေး ဆုတ်ယုတ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ထိုနည်းတူစွာပဲ အိမ်ထောင်ရေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြောရရင် ဒီအမျိုးသား၊ ဒီအမျိုးသမီးကို ကိုယ်ယူလိုက်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ဘဝအတွက် အနာဂတ် လုံခြုံစိတ်ချမှုရမယ်လို့ စဉ်းစားတွေးခေါ်ပြီးတော့မှ အိမ်ထောင်ပြုလိုက်တယ်။ ကိုယ်ရွေးချယ်လိုက်တဲ့အရာ၊ စဉ်းစားတွေးခေါ်လိုက်တဲ့အရာ၊ လုပ်လိုက်တဲ့အရာက မှန်တယ်ဆိုရင် အဲဒီရလဒ်က အိမ်ထောင်ရေး ပျော်ရွှင်ခြင်း၊ မိသားစုပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတဲ့အရာကို ရရှိမှာဖြစ်ပြီး ကိုယ်ရွေးချယ်လိုက်တဲ့အရာက မှားတယ်ဆိုရင်တော့ အိမ်ထောင်ရေးအဆင်မပြေမှုတွေ၊ ဒုက္ခတွေ၊ အခက်အခဲတွေဖြစ်ပြီးတော့ ရလဒ်ကတော့ ဆိုးမှာဖြစ်ပါတယ်။ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းနဲ့ပတ်သက်ရင်လည်း ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ ဒီမိတ်ဆွေနဲ့ ပေါင်းသင်းလိုက်လို့ ကိုယ့်အတွက် ကောင်းခြင်းတွေ ရလာမယ်ဆိုပြီး ပေါင်းလိုက်မယ်၊ ကိုယ်ပေါင်းလိုက်တဲ့မိတ်ဆွေက မှန်သွားတယ်ဆိုရင် ကောင်းတဲ့ရလဒ်တွေ ရရှိမှာဖြစ်ပြီး မှားသွားတယ်ဆိုရင် ဆိုးခြင်းတွေ ရလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

**ဘဝမှာ ကြုံတွေ့လာရတဲ့ အရာတွေအားလုံးက အနာဂတ်မှာ ဘာဖြစ်မလဲဆိုပြီး စဉ်းစားတွေးခေါ်ပြီးတော့ တစ်ခုခုလုပ်ရတဲ့ ပြိုင်ပွဲပဲဖြစ်ပါတယ်။**

ကံဆိုးစွာနဲ့ပဲ အဲဒီပြိုင်ပွဲကနေ မပါဘဲနဲ့ ဘေးထွက်ထိုင်နေလို့ မရပါဘူး။ သင် ပြိုင်ချင်သည်ဖြစ်စေ၊ မပြိုင်ချင်သည်ဖြစ်စေ အဲဒီပြိုင်ပွဲထဲကို သင် ရောက်ရှိနေတာဖြစ်ပါတယ်။

- ကိုယ်က မပါဘူးဆိုပြီး ဘာမှမလုပ်ဘဲ၊ ဘာပညာရပ်မှ မသင်ယူဘဲ ထိုင်နေတယ်ဆိုတာကိုက သင် တစ်ခုခုလုပ်နေတာဖြစ်ပါတယ်။ ဘာမှမလုပ်ခြင်းဆိုတဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေတာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအတွက်ကြောင့် ပညာရေးမှာ သင်ဆုံးရှုံးနစ်နာလိမ့်မယ်။
- စီးပွားရေးမှာလည်း ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ သင် ဘာမှမလုပ်ဘူး၊ ဘာမှ မသင်ယူ၊ မလေ့လာဘူးဆိုရင် ဝင်ငွေတွေမရဘဲ စီးပွားရေးမှာ ဆုံးရှုံးမှုကို ကြုံရမယ်။
- ကျန်းမာရေးမှာလည်း အတူတူပဲ စားချင်သလိုစား၊ နေချင်သလိုနေမယ်၊ သင့်ခန္ဓာကိုယ်ကို ဂရုမစိုက်ဘူးဆိုရင် ကျန်းမာရေးညံ့ဖျင်းလာခြင်းဆိုတဲ့ ဆုံးရှုံးမှုကို ရရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ထိုနည်းတူစွာပဲ အိမ်ထောင်ဖက်ကိုလည်း သေချာ မစဉ်းစား မတွေးခေါ်ဘဲ ရွေးချယ်လိုက်မယ်ဆိုရင် မှားယွင်းမှုတွေ ကြုံလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ ဘဝဆိုတာ အနာဂတ်မှာ ဘာဖြစ်မယ်ဆိုတာကို စဉ်းစားတွေးခေါ်ပြီး တစ်ခုခုလုပ်နေရတဲ့ပြိုင်ပွဲဖြစ်ပါတယ်။ သင်မလုပ်ဘူးဆိုရင်လည်း အဲဒီပြိုင်ပွဲထဲကို သင်ရောက်ရှိနေတာဖြစ်ပါတယ်။

ကံဆိုးစွာနဲ့ မပြိုင်လို့မရတဲ့ ဘဝပြိုင်ပွဲထဲကို လူတိုင်း ဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်ရမှာဖြစ်ပေမယ့် ကံကောင်းစွာနဲ့ပဲ ကျွန်တော်တို့ ဘဝမှာ သင်ယူလေ့လာစရာ အတွေ့အကြုံတွေ၊ အခွင့်အလမ်းတွေ အများကြီး ရှိတယ်။ အဲဒီ ကံကောင်းခြင်းတွေက ဘာလဲဆိုတော့ ကိုယ့်အရှေ့မှာ ဖြစ်ခဲ့တဲ့အရာတွေကို လေ့လာသင်ယူလို့ရတယ်။

တခြားသူတွေ ဘယ်လမ်းကို ရွေးချယ်ခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် အောင်မြင်သွားတယ် ဘယ်လမ်းကို ရွေးချယ်ခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် ဆုံးရှုံးသွားတယ်ဆိုတာကို ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လေ့လာပြီး သင်ယူစရာအများကြီး ရှိသလို နောက်ထပ် ကံကောင်းစွာနဲ့ပဲ စာအုပ်စာပေတွေ လေ့လာလို့ ရတယ်၊ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းတွေကနေ လေ့လာလို့ရတယ်။ ကိုယ် မသိ နားမလည်ရင် မေးမြန်းပြီးတော့မှ သင်ယူလို့ရတယ်။

ကိုယ် အဲဒီပြိုင်ပွဲကိုဝင်ပြိုင်နေရပေမယ့် ဘယ်ဟာသည် အနာဂတ်မှာ ကောင်းနိုင်တယ်၊ ဘယ်ဟာသည် ဆိုးနိုင်တယ်ဆိုတာကို မလုပ်ခင်မှာ လေ့လာသင်ယူခွင့်ရှိနေတာဟာ ကျွန်တော်တို့အတွက် ကံကောင်းခြင်း

တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ ကျွန်တော်တို့ဘဝမှာ ကြုံတွေ့လာရတဲ့ ကောင်းခြင်း၊ ဆိုးခြင်းအားလုံးဟာ ကျွန်တော်တို့နဲ့ပဲ ၁၀၀ % သက်ဆိုင်ပါတယ်။ ကောင်းချင်တယ်ဆိုရင် ကောင်းတဲ့အရာတွေ လုပ်ရမယ်၊ မသိဘူးဆိုရင် လေ့လာသင်ယူရမယ်။ ဘာမှမလုပ်ဘဲနဲ့ ဒီတိုင်းပဲ ဖြစ်သလိုနေမယ်ဆိုရင်တော့ ဆိုးခြင်းတွေ ကြုံလာမယ်။ အဲဒီဆိုးခြင်းတွေက ဘယ်သူ့ကြောင့်လဲဆိုတော့ ကိုယ့်ကြောင့်ပဲ ဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်ဘဝ အောင်မြင်စေချင်တယ်ဆိုရင် လေ့လာသင်ယူပါ။ ရလဒ်ကောင်းစေမယ့်အရာတွေကို ပြုမူကျင့်ကြံလုပ်ဆောင်ပါ။ မိမိဘဝကို အပြည့်အဝ ကိုယ်တိုင်တာဝန်ယူပါ။

* * *

# မိတ်ဆွေ

ဘဝဆိုတာ အတွေ့အကြုံတွေမျိုးစုံ ရရှိတဲ့နေရာတစ်ခုပါ။
"သင် အဆင်မပြေတာလည်း တွေ့ကြုံရမယ်"
"သင် အောင်မြင်တာတွေလည်း တွေ့ကြုံရမယ်"
"သင် ပျော်ရွှင်တာတွေလည်း တွေ့ကြုံရမယ်"
"သင့်ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်တာတွေလည်း တွေ့ကြုံရမယ်"
"တစ်ခါတလေမှာ အဆင်မပြေတာတွေလည်း ကြုံရမယ်"
"တစ်ခါတလေမှာ ကျရှုံးတာတွေလည်း ကြုံရမယ်"
"တစ်ခါတလေမှာ မပျော်ရွှင်တာတွေလည်း ကြုံရမယ်"
"တစ်ခါတလေမှာ မကျန်းမာတာတွေလည်း ရှိပါလိမ့်မယ်"

ကောင်းတဲ့အရာတွေ ရရှိတဲ့အခါမှာ ပျော်ရွှင်ဝမ်းသာကြပြီး မကောင်းတာတွေ ကြုံရတဲ့အခါမှာတော့ စိတ်ဓာတ်ကျအားငယ်ကြပါတယ်။

အဲဒီလို အကောင်းအဆိုး အဖြစ်အပျက်တွေထဲမှာမှ ကျွန်တော်တို့ ဘဝအပေါ် သက်ရောက်မှုအရှိဆုံးက မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းတွေပါပဲ။

တချို့မိတ်ဆွေ၊ အပေါင်းအသင်းကောင်းတွေကြောင့် ကျွန်တော်တို့ ဘဝအတွက် အကျိုးကျေးဇူးတွေ များစွာရရှိစေပါတယ်။

- တချို့မိတ်ဆွေတွေက အတွေးအခေါ်ကောင်းတွေ ပေးတယ်။
- တချို့မိတ်ဆွေတွေက အတွေ့အကြုံကောင်းတွေ ပေးတယ်။
- တချို့မိတ်ဆွေတွေက အခွင့်အလမ်းကောင်းတွေ ပေးတယ်။
- တချို့မိတ်ဆွေတွေက စိတ်အားတက်ကြွမှုတွေ ပေးတယ်။
- တချို့မိတ်ဆွေတွေက စီးပွားရေးအကျိုးအမြတ်တွေ ပေးတယ်။

- တချို့မိတ်ဆွေတွေက ကျန်းမာရေးအသိပညာတွေ ပေးတယ်။
- တချို့မိတ်ဆွေတွေက ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ခြင်းကို ပေးတယ်။

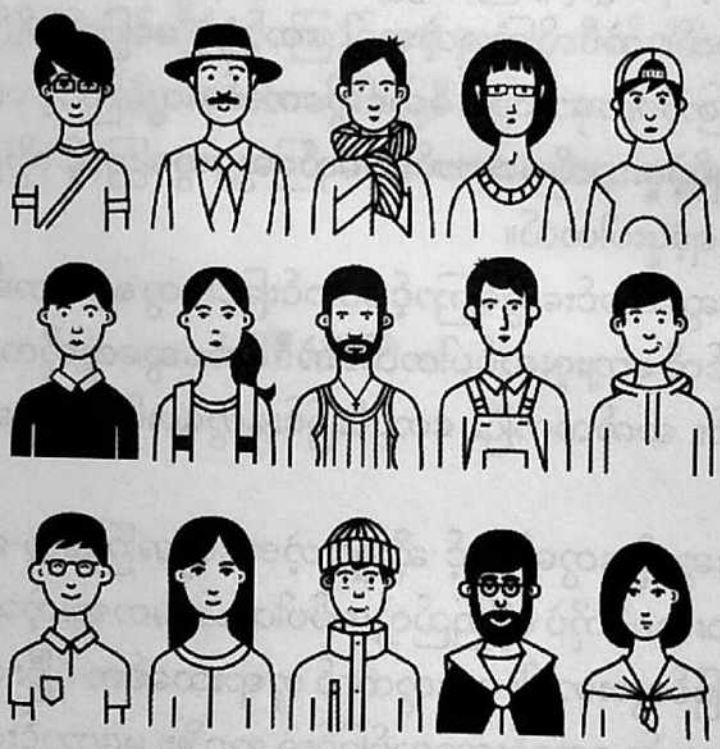
ကျွန်တော်တို့ဘဝမှာ မိတ်ဆွေကောင်းတွေရှိခြင်းက အခွင့်အလမ်းကောင်းတွေ၊ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွေ၊ အောင်မြင်ခြင်းတွေ ရရှိနိုင်ပါတယ်။

ဆန့်ကျင်ဖက်အနေနဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဘဝမှာ တစ်ခါတလေ မကောင်းတဲ့မိတ်ဆွေတွေနဲ့ ကြုံတွေ့ရတတ်ပါတယ်။

- မိတ်ဆွေဆိုးတွေက စိတ်ဒုက္ခတွေ ပေးတယ်။
- မိတ်ဆွေဆိုးတွေက သောကတွေ ပေးတယ်။
- မိတ်ဆွေဆိုးတွေက အပူအပင်တွေ ပေးတယ်။
- မိတ်ဆွေဆိုးတွေက ဒုက္ခတွေ ပေးတယ်။
- မိတ်ဆွေဆိုးတွေက စိတ်ညစ်မှုတွေ ပေးတယ်။

မိတ်ဆွေဆိုးတွေရှိနေခြင်းက အဆင်မပြေမှုတွေ၊ စိတ်ညစ်စရာတွေ ပဲ ရနိုင်ပါတယ်။ အဲလိုမိတ်ဆွေတွေကြောင့် စိတ်ညစ်စရာတွေ၊ စိတ်ပူစရာတွေ ရရှိခဲ့ပေမယ့် အဲဒီမိတ်ဆွေတွေကို ဆက်မပေါင်းတော့ဘဲ ဖြတ်လိုက်လို့ ရပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ဘဝရဲ့ ဒဏ်ရာတွေပေးတဲ့ မိတ်ဆွေဆိုးမျိုးကြုံခဲ့ဖူးမယ်ဆိုရင်တော့ သင် အမြဲခံစားနေရမှာပါ။



အဲဒီလို ကြုံဖူးခဲ့တဲ့၊ ခံစားဖူးခဲ့တဲ့သူတွေက သူတို့ရဲ့စိတ်ဒဏ်ရာကို တော်တော်နဲ့ဖြေဖျောက်လို့ မရတတ်ပါဘူး။

- မိမိရဲ့ယုံကြည်မှုကို အလွဲသုံးစားလုပ်သွားတာမျိုး
- မိမိရဲ့ငွေကြေးတွေကို မတရားယူသွားတာမျိုး
- မိမိရဲ့ရိုးသားမှုကို အသုံးချသွားတာမျိုး
- လူလည်ကျပြီး ကွက်ကျော်ရိုက်သွားတာမျိုး
- လိမ်လည်လှည့်ဖျားသွားတာမျိုး

- မတရားအနိုင်ယူသွားတာမျိုး
- အပေါ်ယံ ဟန်ဆောင်စကားတွေ ပြောပြီး အသုံးချသွားတာမျိုး
- မျှော်လင့်ချက်တွေပေးပြီး ရိုက်ချိုးသွားတာမျိုး
- ကတိတွေပေးပြီး ဖောက်ဖျက်သွားတာမျိုး
- လှည့်ကွက်တွေ အသုံးပြုပြီး လူလည်ကျသွားတာမျိုး

စသဖြင့် ပုံစံမျိုးစုံနဲ့ ကြုံတွေ့ပြီး ဘဝရဲ့ဆိုးရွားတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ ရတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုကြုံရတဲ့အခါ တော်ရုံနဲ့ မဖြေသိမ့်နိုင်ကြပါဘူး။

ကျွန်တော့်ဘဝမှာလည်း မိတ်ဆွေကောင်းတွေကြောင့် ကောင်းသော အရာတွေ ရရှိခဲ့ဖူးသလို မကောင်းတဲ့မိတ်ဆွေတွေကြောင့် ဆိုးရွားတဲ့အရာ တွေလည်း ရခဲ့ဖူးပါတယ်။

မိတ်ဆွေကောင်းတွေကြောင့် ကောင်းခြင်းတွေ ရခဲ့တဲ့အချိန်မှာလည်း ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ အဲဒီမိတ်ဆွေတွေကိုလည်း ကျေးဇူး တင်ပါတယ်။ ဆက်လက်ပြီး ကောင်းခြင်းတွေပေးဖို့လည်း ဆုတောင်းပါ တယ်။

မိတ်ဆွေဆိုးတွေကြောင့် ဆိုးရွားတဲ့အတွေ့အကြုံတွေ တွေ့ကြုံခဲ့ရင် လည်း ဘုရားသခင်ကိုပဲ ယုံကြည်လွှဲအပ်ပါတယ်။ မတရားတဲ့သူက မတရား တဲ့အတိုင်း ဖြစ်သွားမှာပါ။ လူတွေထက် ဘုရားသခင်က ပိုပြီး မျှတတယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။ ကောင်းတာလုပ်ခြင်းရဲ့အကျိုး၊ မကောင်းတာလုပ်ခြင်း ရဲ့အကျိုးတွေ ပြန်လည်ခံစားရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ယုံကြည်တယ်။

ဒီအရာနဲ့ပတ်သက်ပြီး ကိုယ့်ကို ကူညီပေးမယ့်သူ၊ မျှတမှုပေးမယ့်သူ၊ ကိုယ့်ရဲ့ရပိုင်ခွင့်ကို ရယူပေးမယ့်သူ မရှိတော့ဘူးဆိုရင်လည်း ကိုယ့်ဆီမှာ ဘုရားသခင်ရှိတယ်ဆိုတဲ့ ယုံကြည်ချက်ကိုပဲ ထည့်ထားပါတယ်။

- လူတွေ ပေးနိုင်တာထက် ဘုရားက ပိုပေးနိုင်ပါတယ်။
- လူတွေ မျှတတယ်ဆိုတာထက် ဘုရားသခင်က ပိုမျှတပါတယ်။
- လူတွေ ကူညီနိုင်တယ်ဆိုတာထက် ဘုရားသခင်က ပိုကူညီနိုင်ပါတယ်။

ဒီလို စိတ်အာရုံနှစ်ပြီး ဆိုးရွားတဲ့ အတွေ့အကြုံကို ဖြေသိမ့်ပါတယ်။ အရာအားလုံး ဘုရားသခင်ပေါ်ပဲ ယုံကြည်လွှဲအပ်လိုက်ပါတယ်။ ကောင်းတဲ့အရာတွေ ကြုံရင်လည်း ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်ချီးမွမ်းပြီး မကောင်းတာ ကြုံခဲ့ရင်လည်း ဘုရားသခင်ကိုပဲ ယုံကြည်လွှဲအပ်ထားလိုက်ပါတယ်။

ဘုရားသခင်ကို အပြည့်အဝယုံတယ်။ ကောင်းတာ၊ ဆိုးတာ လုပ်ဆောင်ခြင်းရဲ့ရလဒ်ကို ယုံကြည်တယ်ဆိုရင် သင့်စိတ်ဒဏ်ရာ ပျောက်ပါးသက်သာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလို ကြုံခဲ့တဲ့အဖြစ်ဆိုးတွေကြောင့် သင့်ဘဝမှာ ဘယ်လိုမိတ်ဆွေတွေကို ရှောင်သင့်လဲ၊ ဒီလိုမျိုး နောက်တစ်ခါမဖြစ်အောင် ဘာတွေ ကြိုတင် ပြင်ဆင်သင့်လဲဆိုတဲ့ ဘဝအတွေ့အကြုံကောင်းတစ်ခုတော့ ရသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# စည်းကမ်း

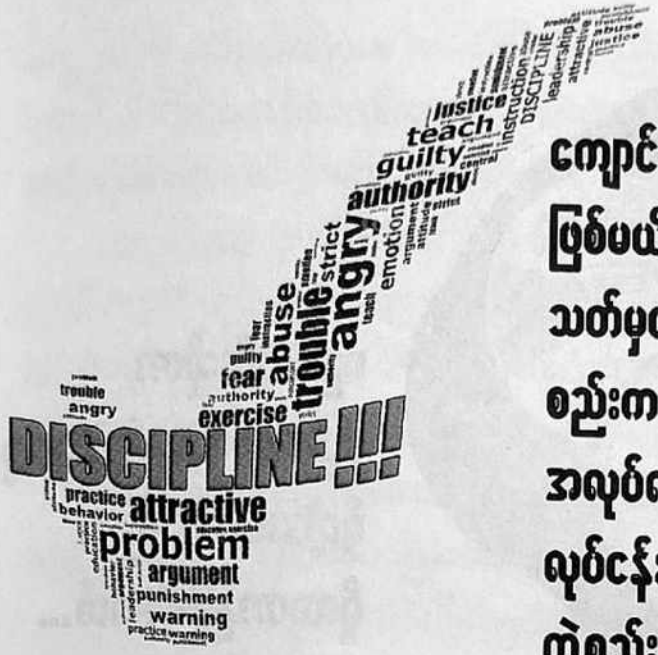
စာလုံးလေးက နှစ်လုံးတည်း၊ ဒါပေမဲ့ တန်ဖိုးတွေ အများကြီး ရှိနေပါတယ်။ နိုင်ငံအဆင့်မှစလို့လူမှုဆက်ဆံရေးအလယ်၊ မီးဖိုချောင်ကိစ္စအဆုံး စည်းကမ်းဆိုတာနဲ့ လွတ်သွားလို့မရပါဘူး။

တချို့နေရာတွေမှာ "စည်းကမ်းရှိပါ" လို့ဆိုင်းဘုတ်လေးရေးထားတာတွေ တွေ့ဖူးပါလိမ့်မယ်။ ဘာလို့ရေးရတာလဲ၊ စည်းကမ်းမရှိလို့ပါ။ တချို့နေရာတွေမှာ "အမှိုက်မပစ်ရ" တချို့နေရာတွေမှာ "ကွမ်းတံတွေးမထွေးရ"၊ တချို့နေရာတွေမှာ "လမ်းပြောင်းပြန် မဝင်ရ"၊ တချို့နေရာတွေမှာ "ပန်းမခူးရ" စသဖြင့် စည်းကမ်းရေးပြီး သတိပေးထားတာတွေ ရှိတယ်။ အဲဒီလို စည်းကမ်းတွေ ဘာလို့ရှိတာလဲဆိုတော့ အဲဒီစည်းကမ်းတွေကို ဖောက်ဖျက်တဲ့သူတွေရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် စည်းကမ်းဆိုပြီး ထုတ်ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့စာသင်ကျောင်းတွေမှာ၊ တချို့အိမ်တွေမှာ "အိမ်သာတက်ပြီး ရေလောင်းချပါ" ဆိုပြီး ဘာလို့ရေးထားတာလဲဆိုတော့ အိမ်သာတက်ပြီး ရေမလောင်းချတဲ့သူတွေရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် ရေးထားရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

**စည်းကမ်းတွေ ဘာလို့များလာရလဲဆိုတော့ စည်းကမ်းပျက်တဲ့သူတွေရှိခြင်းကြောင့် များလာရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။**

ကျွန်တော်တို့ကလေးဘဝတုန်းက ထုပ်စည်းတိုး၊ ဂျင်ပေါက်၊ ဂေါ်လီပစ်၊ သားရေကွင်းပစ်တာ စသဖြင့် ကစားနည်းမျိုးစုံနဲ့ ကစားခဲ့ကြတယ်။



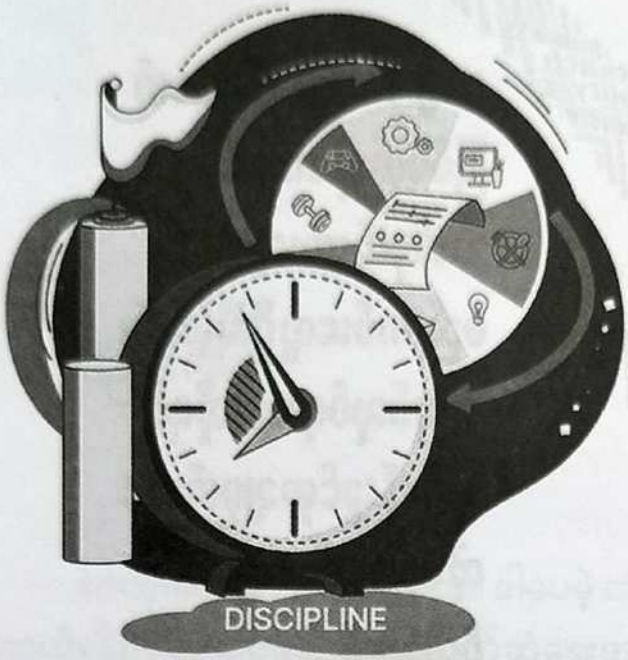

**ကျောင်းသားတစ်ယောက်ဖြစ်မယ်ဆိုကျောင်းက သတ်မှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းတွေ ရှိလိမ့်မယ်၊ အလုပ်လုပ်ရတယ်ဆိုရင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ သတ်မှတ်ထားတဲ့စည်းကမ်းတွေ ရှိလိမ့်မယ်...**

အဲဒီကစားနည်းတွေကို ပြန်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် စည်းကမ်းဆိုလို့ နှစ်ချက်၊ သုံးချက်လောက်ပဲ ရှိတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကလေးတွေက စည်းကမ်းထုတ်စရာမလိုတဲ့အတွက်ကြောင့်မို့လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဂျင်ပေါက်တမ်း ကစားရင်လည်း တစ်ယောက်က စည်းဝိုင်းဝိုင်းလိုက်တယ်ဆိုရင် ကျန်တဲ့ကလေးတွေက လက်ခံတယ်။ အကယ်၍ နည်းနည်းသေးတယ်၊ နည်းနည်းကြီးတယ်ဆိုရင်လည်း တစ်ယောက်က ပြောတယ် "မင်း စည်းဝိုင်းက နည်းနည်းသေးနေတယ်၊ ပြန်ဖျက်ပြီး ကြီးလိုက်" ဆိုရင်လည်း ပြန်ဖျက်ပြီး စည်းဝိုင်းကြီးကြီး ပြန်ဆွဲတယ်။

ဒီဟာနဲ့ပတ်သက်ပြီးပြန်ပြီး အငြင်းအခုန်မလုပ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဂျင်ပေါက်ရင် ဝိုင်းရမယ့်စည်းဝိုင်းသည် ဘယ်နှပေ၊ ဘယ်နှလက်မရှိရမယ်ဆိုတဲ့ စည်းကမ်းတွေ ထွက်မလာပါဘူး။ အကယ်၍ အဲဒီဟာကို ငြင်းခုန်မှုတွေ ဖြစ်နေတယ်ဆိုရင်တော့ အဲ့စည်းဝိုင်းဟာ ဘယ်နှပေ၊ ဘယ်နှလက်မ ရှိရမယ်ဆိုတဲ့ စည်းကမ်းတွေ ထွက်လာလိမ့်မယ်။

ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ ထုပ်စည်းတိုးတဲ့အချိန်မှာ စည်းတွေ တားကြ




**စည်းကမ်းဆိုတာ**
**စည်းကမ်းဖောက်တဲ့သူတွေ**
**ရှိတဲ့အတွက်ကြောင့်**
**ရှိလာတာဖြစ်ပါတယ်...**

တယ်။ ဆော့မယ့်သူတွေ အားလုံး ဝိုင်းလိုက်ကြတယ်၊ တစ်ယောက်က မြေကြီးမှာ စည်းတားလိုက်တယ်။ အဲဒီတားလိုက်တဲ့စည်းဟာ အတည်ပဲ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီမှာမှ စည်းကျယ်နေတာ၊ ကျဉ်းနေတာကို တစ်ယောက်က လာပြီး အကြံပေးမယ်ဆိုရင် ကျဉ်းနေတယ်ဆိုရင် ချဲ့လိုက်တယ်၊ ကျယ်နေရင် ပြန်ကျဉ်းလိုက်တယ်။

အကယ်၍ အဲဒီနေရာမှာ စည်းကျယ်တာ၊ ကျဉ်းတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အငြင်းအခုန်တွေ ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် ထုပ်စည်းတိုးတဲ့နေရာမှာလည်း စည်းကမ်းတွေ သတ်မှတ်လိုက်ရလိမ့်မယ်၊ စည်းအကျယ်က ဘယ်လောက်ရှိမှ၊ ဘယ်နှပေရှိမှ ဆိုပြီးတော့ပေါ့။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ တစ်ယောက်က လုပ်လိုက်တဲ့အရာကို ကျန်တဲ့သူတွေက နားလည်မှုနဲ့လက်ခံတယ်၊ နောက်တစ်ယောက်က အကြံပြန်ပေးတဲ့အခါမှာလည်း လုပ်တဲ့သူက ပြန်ပြီး စောဒကမတက်ဘဲ အဲ့အကြံကို လက်ခံပြီး လုပ်လိုက်တဲ့အတွက်ကြောင့် အဆင်ပြေသွားတယ်။

ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့နေ့စဉ်လူမှုဘဝတွေမှာ၊ အရောင်းအဝယ်တွေမှာ၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတွေမှာ၊ အလုပ်လုပ်တဲ့နေရာမှာတော့ စည်းကမ်း

အဲဒီထက်ပိုတဲ့ စည်းကမ်းတွေ ဖောက်ဖျက်လာရင်လည်း ထပ်တိုး စည်းကမ်းတွေ ထုတ်ရပါမယ်။ ဥပမာဆိုပါစို့ လောင်းကစားတွေလုပ်တယ်၊ မူးယစ်ဆေးဝါးတွေ သုံးစွဲတယ်၊ အလွန်အကျွံ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားတာတွေ ဖြစ်လာတယ်ဆိုရင် ကျောင်းထုတ်တဲ့အထိ အရေးယူမယ်ဆိုတဲ့ စည်းကမ်းတွေ သတ်မှတ်လာလိမ့်မယ်။

ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ လုပ်ငန်းခွင်မှာလည်း ဝန်ထမ်းနဲ့ အလုပ်ရှင် ကြားထဲမှာလည်း ကိုယ့်ဟာနဲ့ကိုယ် စည်းကမ်းတွေ သေချာလိုက်နာတယ် ဆိုရင် စည်းကမ်းတွေ ထွက်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။ အကယ်၍ စည်းကမ်းတွေ ပျက်လာတယ်ဆိုရင် ယူနီဖောင်းဝတ်ရမယ်၊ အလုပ်ချိန် မနောက်ကျရဘူး စသဖြင့် စည်းကမ်းတွေ အများကြီး သတ်မှတ်လာလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်လာတဲ့သူတွေ များလာလို့ပါ။


ထိုနည်းတူစွာပဲ ကိုယ့်ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ၊ ကိုယ့်ရဲ့မြို့မှာ၊ ကိုယ့်ရဲ့ကျောင်းမှာ၊ ဘယ်နေရာမှာမဆို စည်းကမ်းပျက်တဲ့သူတွေ များလာတယ်ဆိုရင် စည်းကမ်းတွေ ပိုပြီး များလာလိမ့်မယ်။ ဆန့်ကျင်ဘက်အနေနဲ့ စည်းကမ်းရှိတဲ့သူတွေ များလာရင်တော့ စည်းကမ်းတွေ နည်းလာမှာပါ။

တွေ သတ်မှတ်ရပါတယ်။ ဘာကြောင့် စည်းကမ်းတွေ သတ်မှတ်ရလဲဆို တော့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မှားယွင်းမှုတွေ၊ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ စည်းကမ်းဖောက်တာတွေ ဖြစ်လာမှာစိုးလို့ပါပဲ။

အလုပ်တွေ ဘယ်လောက်ကြီးလဲ၊ ငွေကြေးတွေ ဘယ်လောက်များလဲ အဲဒီလောက် စည်းကမ်းတွေ ဘက်စုံထောင့်စုံအောင် ထုတ်ရတယ်၊ လိုအပ်ရင် စာချုပ်တွေ ချုပ်ရတယ်။ လုပ်ငန်းကြီးတဲ့အလိုက် စည်းကမ်းတွေ၊ သတ်မှတ်ချက်တွေဟာလည်း ပိုပြီး များလာတာဖြစ်ပါတယ်။

**ဒါကြောင့်မို့လို့ စည်းကမ်းဆိုတာ စည်းကမ်းဖောက်တဲ့သူတွေရှိတဲ့ အတွက်ကြောင့် ရှိလာတာဖြစ်ပါတယ်။**

အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဘယ်ကဏ္ဍမှာမဆို စည်းကမ်းလိုက်နာတဲ့သူတွေ များလာတယ်ဆိုရင် စည်းကမ်းတွေ နည်းလာမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ ကျောင်းသားတစ်ယောက်သည် ကျောင်းသွားတဲ့အခါမှာ ကျောင်းက သတ်မှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းတွေကို လိုက်နာမယ်ဆိုရင် ချမှတ်ထားတဲ့စည်းကမ်းတွေ နည်းလာမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းမှာ အမှိုက်ပစ်တဲ့သူတွေ များတယ်ဆိုရင် "ကျောင်းတွင် အမှိုက်မပစ်ရ" ဆိုတဲ့ စည်းကမ်းတွေ ဖြစ်လာမယ်။ ကွမ်းတံတွေးထွေးတဲ့သူတွေ များလာမယ်ဆိုရင် "ကွမ်းမစားရ၊ ကွမ်းတံတွေး မထွေးရ"ဆိုတဲ့ စည်းကမ်းတွေ ထပ်သတ်မှတ်လာလိမ့်မယ်။

တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းအနေနဲ့ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကဏ္ဍတိုင်းမှာ ပါဝင် ပတ်သက်နေပါတယ်။ ကျွန်တော့်မှာ သားသမီးရှိတယ်ဆိုရင် ကျွန်တော် အဖေနေရာက ဖြစ်မယ်၊ ကျွန်တော့်မှာ မိဘရှိတယ်ဆိုရင် သားသမီးနေရာက ဖြစ်မယ်၊ ကျွန်တော့်မှာ အိမ်ထောင်ရှိတယ်ဆိုရင် အိမ်ထောင်ရှင်နေရာက ဖြစ်မယ် စသဖြင့် ကဏ္ဍတိုင်းမှာ စည်းကမ်းတွေရှိတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ ကျောင်းသားတစ်ယောက်ဖြစ်မယ်ဆို ကျောင်းက သတ်မှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းတွ ရှိလိမ့်မယ်၊ အလုပ်လုပ်ရတယ်ဆိုရင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ ချမှတ်ထားတဲ့စည်းကမ်းတွေ ရှိလိမ့်မယ်။

ဒီမြို့မှာနေတယ်ဆိုရင် ဒီမြို့ရဲ့စည်းကမ်းရှိလိမ့်မယ်၊ ဒီနိုင်ငံမှာနေတယ်ဆိုရင် ဒီနိုင်ငံက ချမှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းရှိလိမ့်မယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကဏ္ဍစုံနဲ့ပတ်သက်နေတဲ့အတွက်ကြောင့် အဲဒီကဏ္ဍစုံနဲ့ပတ်သက်တဲ့ နေရာတွေအတွက် စည်းကမ်းထုတ်စရာမလိုတဲ့သူဖြစ်အောင်၊ စည်းကမ်းလိုက်နာတဲ့သူဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်၊ နေထိုင်ရမယ်။ **လူဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူကျင့်ဝတ်၊ လူစည်းကမ်းတွေကို ကျွန်တော်တို့ လိုက်နာရမယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့၊ အများနဲ့နေတဲ့အတွက်ကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်၊ အများနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကျင့်ဝတ်တွေ၊ စည်းကမ်းတွေကို လိုက်နာရမယ်။**

စည်းကမ်းထုတ်ရတာ နည်းလေ ကျွန်တော်တို့ဟာ တန်ဖိုးရှိလေ ဖြစ်ပါတယ်။ စည်းကမ်းသည် လူ့တန်ဖိုးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ စည်းကမ်းထုတ်ရတာ များတယ်ဆိုရင်တန်ဖိုးဟာ လျော့ကျသွားမှာပါ။ စည်းကမ်းထုတ်ရတာ နည်းရင် တန်ဖိုးတက်တယ်။ စည်းကမ်း လုံးဝမထုတ်ရဘူးဆိုရင်တော့ တန်ဖိုးအရှိဆုံးဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့လို့ သူများ ကိုယ့်ကို စည်းကမ်းထုတ်စရာမလိုဘဲနဲ့ ကိုယ့်ဘဝနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ကဏ္ဍတိုင်းမှာ ကျင့်ဝတ်၊ စည်းကမ်းတွေ စောင့်ထိန်းပြီး တန်ဖိုးရှိတဲ့သူများ ဖြစ်လာကြပါစေခင်ဗျား။

* * *

# ဘဝဇာတ်လမ်း

တချို့ရုပ်ရှင်ဇာတ်လမ်းတွေက နည်းနည်းလေး စကြည့်ကတည်းက ဇာတ်သိမ်းဘယ်လိုဖြစ်မယ်ဆိုတာ သိနေတတ်ပါတယ်။

တချို့ရုပ်ရှင်ဇာတ်လမ်းတွေက ဇာတ်လမ်းအလယ်လောက်ရောက်မှ ဘယ်လိုဇာတ်သိမ်းမယ်ဆိုတာ သိကြပါတယ်။

တချို့ဇာတ်လမ်းတွေကတော့ ဇာတ်သိမ်းတဲ့အထိကို ဘာတွေ ဖြစ်မလဲ ရင်ခုန်စွာ စောင့်ကြည့်ရပါတယ်။

ဘယ်လိုဇာတ်သိမ်းမလဲ ခန့်မှန်းရခက်တတ်ပါတယ်။

ဇာတ်ညွှန်းရေးဆရာရဲ့ လှပတဲ့လှည့်စားမှုတွေကြောင့်ပေါ့။ ဘယ်လောက်တော်တဲ့ဇာတ်ညွှန်းရေးဆရာ ရေးတဲ့ဇာတ်ညွှန်းပဲဖြစ်ဖြစ် ဇာတ်လမ်းပြီးဆုံးချိန်မှာတော့ ဇာတ်လမ်းတစ်ခုလုံးကို သဘောပေါက်နားလည်သွားပါတယ်။

ဇာတ်လမ်းအစမှာ၊ အလယ်မှာ လှည့်စားမှုတွေကို နားမလည်ခဲ့တာတွေအားလုံး ဇာတ်လမ်းပြီးဆုံးသွားချိန်မှာတော့ သဘောပေါက်နားလည်သွားပါတော့တယ်။

**ဒီလိုပါပဲ၊ ကျွန်တော်တို့ဘဝဆိုတာကလည်း ဇာတ်လမ်းပေါင်း များစွာရိုက်နေရတာပါ။** စီးပွားရေးဇာတ်လမ်း၊ လူမှုဆက်ဆံရေးဇာတ်လမ်း၊ မိသားစုဆက်ဆံရေး ဇာတ်လမ်း၊ ကျင့်ဝတ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာ ဇာတ်လမ်း၊ ပညာရေးဇာတ်လမ်း၊ ကျန်းမာရေးဇာတ်လမ်း စသဖြင့် ဇာတ်လမ်းပေါင်းများစွာ ဇာတ်ကားပေါင်းများစွာနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ လူ့ဘဝဇာတ်လမ်းရှည်တစ်ခုပဲပေါ့။

တချို့ဇာတ်ကားတွေမှာ ကျွန်တော်တို့က မင်းသား၊ တချို့ဇာတ်ကားတွေမှာ ကျွန်တော်တို့က လူကြမ်း၊ တချို့ဇာတ်ကားတွေမှာ ကျွန်တော်တို့က ဇာတ်ပို့၊ တချို့ဇာတ်ကားတွေမှာတော့ ဗီလိန်ပေါ့။

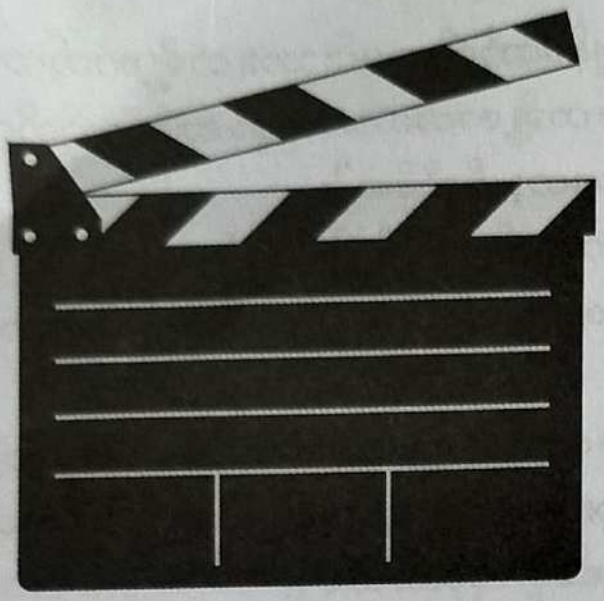
တစ်ခါတလေမှာ မိမိရဲ့ဇာတ်လမ်းကို မိမိကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ခွင့် ရှိသလို တစ်ခါတလေမှာ သူများရဲ့ဇာတ်လမ်းထဲမှာ ပါမှန်းမသိ ပါသွားရတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။

မိမိကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ရတဲ့ ဇာတ်လမ်းတွေမှာ မိမိက ကောင်းမွန်တဲ့၊ ကျင့်ဝတ်ရှိတဲ့ မင်းသားဖြစ်ရဲ့လား၊ မကောင်းတဲ့၊ ကျင့်ဝတ်မစောင့်ထိန်းတဲ့ ဗီလိန်ဖြစ်နေလား သေချာဆန်းစစ်ဖို့ လိုပါတယ်။

စီးပွားရေးဇာတ်လမ်းမှာ သမ်မာအာဇီဝရှိတဲ့ မင်းသားဖြစ်လား၊ လိမ်လည် ကောက်ကျစ်တဲ့ လူကြမ်းဖြစ်နေလား။

အိမ်ထောင်ရေးဇာတ်လမ်းမှာ ကျင့်ဝတ်သိက္ခာစောင့်ထိန်းတဲ့ မင်းသားဖြစ်လား၊ ဖောက်ပြန် လီဆယ်တဲ့ လူကြမ်းဖြစ်နေလား။

လူမှုဆက်ဆံရေးဇာတ်လမ်းမှာ ကတိသစ္စာစောင့်ထိန်းတဲ့ မင်းသားဖြစ်လား၊ လိမ်လည်လှည့်ဖျားတတ်တဲ့ လူကြမ်းဖြစ်နေလား။



**တခြားသူက သင့်ဇာတ်လမ်းဆုံးမှ သိတာဖြစ်ပေမယ့် ဇာတ်လမ်းစကတည်းက အဆုံးကို သိနေသူ နှစ်ဦးရှိလို့ပါပဲ...။**

ပညာရေးဇာတ်လမ်းမှာ ထူးချွန်ထက်မြက်ပြီး အများအကျိုးပြုတဲ့ မင်းသားဖြစ်မလား၊ ဆိုးမိုက်ပေတေပြီး ပညာမတတ်တဲ့ ဗီလိန်ဖြစ်မလား။

ကျန်းမာရေးဇာတ်လမ်းမှာ ကျန်းမာရေးကောင်းတဲ့ဘဝကို ပိုင်ဆိုင်တဲ့ မင်းသားဖြစ်မလား၊ ကျန်းမာရေးဂရုမစိုက်တဲ့အတွက်ကြောင့် တစ်ချိန်မှာ ဆေးရုံပေါ်မှာ ရောဂါတွေ၊ ဆေးဝါးတွေနဲ့ နပန်းလုံးနေရတဲ့ ဗီလိန် ဖြစ်မလား။

မိမိဇာတ်လမ်းမှာ လူတွေကို လှည့်စားလိမ်လည်ဖို့ ကြိုးစားရင် တချို့က ဇာတ်လမ်းစကတည်းက ဇာတ်သိမ်းကို သိနေသလို ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လိမ်လည်မှုကိုလည်း သိနေတတ်ပါတယ်။

မိမိဇာတ်လမ်းမှာ တခြားသူတွေကို နားလည်ပါးရိုက် အသုံးချဖို့ ဇာတ်လမ်းဆင်နေတာကို တချို့ကလည်း ဇာတ်လမ်းတစ်ဝက်လောက်ရောက်မှ သိသွားတာလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

မိမိဇာတ်လမ်းမှာ လူတွေကို ကောက်ကျစ်ယုတ်မာဖို့ ဇာတ်လမ်းဆင်နေတာကို လူတွေက ဇာတ်လမ်းပြီးသွားမှ သိသွားတာမျိုးလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။

ဇာတ်လမ်းအစမှာ ဇာတ်သိမ်းကို ကြိုခန့်မှန်းမိသွားရင်တော့ မင်းကို လူတွေ ရှောင်ဖယ်သွားလိမ့်မယ်။

ဇာတ်လမ်းတစ်ဝက်မှာမှ မင်းရဲ့ကောက်ကျစ်ယုတ်မာမှုကို သိသွားရင်တော့ မင်းကို ရွံရှာမုန်းတီးသွားပြီး မင်းနဲ့ အဝေးဆုံးထွက်သွားလိမ့်မယ်။

မင်းရဲ့ဟန်ဆောင်လှည့်ဖျားမှု ကောင်းတာကြောင့်ပဲဖြစ်ပါစေ၊ တစ်ဖက်လူရဲ့ရိုးသားမှုကြောင့်ပဲ ဖြစ်ပါစေ၊ ဇာတ်လမ်းပြီးသွားမှ မင်းရဲ့လိမ်ညာလှည့်ဖျားမှုကို သိသွားရင်တော့ မင်းကို နာကြည်းစက်ဆုပ်ရွံရှာ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

ကောင်းတဲ့မင်းသားပဲဖြစ်ပါစေ၊ ယုတ်တဲ့လူကြမ်းပဲဖြစ်ပါစေ ဘယ်လောက်ဟန်ဆောင်ကောင်းပြီးလှည့်ဖျားနိုင်ပါစေ ဇာတ်လမ်းပြီးသွားချိန်မှာတော့ ရှေ့မှာဖြစ်ခဲ့တာတွေကို အားလုံး နားလည်သဘောပေါက်သွားမှာပါ။

ကောင်းတဲ့ဇာတ်လမ်းဆိုရင်လည်း ကောင်းတာတွေ၊ အမှတ်ရစရာတွေ ကျန်ခဲ့သလို မကောင်းတဲ့ဇာတ်လမ်းဆိုရင်လည်း မကောင်းတဲ့အတွေ့အကြုံတွေ ကျန်ခဲ့မှာပါ။

ကိုယ့်ရဲ့ လှည့်စားလိမ်ညာဟန်ဆောင်တာ ကောင်းလို့ပဲဖြစ်စေ၊ တခြားသူရဲ့ ရိုးသားမှုကြောင့်ပဲဖြစ်စေ ဇာတ်လမ်းဆုံးမှပဲ ယုတ်မာမှုတွေ ပေါ်တယ်။ "ငါ့ကို ဘာမှလုပ်လို့မရဘူး၊ ဇာတ်လမ်းတစ်ခုလုံး ငါ့စိတ်ကြိုက် ဇာတ်လမ်း ဆင်နိုင်ခဲ့တယ်"ဆိုပြီး ပျော်နေလို့ မရပါဘူး။

တခြားသူက သင့်ဇာတ်လမ်းဆုံးမှ သိတာဖြစ်ပေမယ့် ဇာတ်လမ်းစကတည်းက အဆုံးကိုသိနေသူ နှစ်ဦးရှိလို့ပါပဲ။

တစ်ဦးကတော့ သင်ကိုယ်တိုင်ပေါ့။

နောက်တစ်ဦးကတော့ ဘုရားသခင်ဖြစ်ပါတယ်။

**ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဘဝမှာ ရိုက်ပြီးခဲ့တဲ့ဇာတ်လမ်းတွေကို ခဏလောက် ပြန်စောင်းငဲ့ကြည့်ပါဦး။**

**ဘယ်နေရာတွေမှာ ငါ မင်းသားဖြစ်ခဲ့ပြီး၊ ဘယ်နေရာတွေမှာ လူကြမ်းဖြစ်ခဲ့လဲ။**

ဘယ်ဇာတ်လမ်းတွေကတော့ ကောင်းမွန်ခဲ့ပြီး ဘယ်ဇာတ်လမ်းတွေကတော့ ဆိုးရွားခဲ့လဲ။

ဘယ်ဇာတ်လမ်းတွေကတော့ အခြားသူတွေရဲ့ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ရခဲ့ပြီး ဘယ်ဇာတ်လမ်းတွေကတော့ အခြားသူတွေရဲ့အမုန်းတရားတွေရခဲ့လဲ။

ကိုယ် ရိုက်ခဲ့တဲ့ဇာတ်လမ်းတွေအတွက် ပျော်ရွှင်နေလား၊ နောင်တရနေလား၊ ယုံကြည်မှုရှိနေလား၊ လိပ်ပြာလုံနေလား။

နောက်ထပ် ထပ်ရိုက်မယ့် ဇာတ်လမ်းတွေအတွက်ရော ဘာတွေစဉ်းစားထားလဲ၊ ဘယ်လို ပြင်ဆင်ထားပါသလဲ။ မိမိဘဝတစ်လျှောက်လုံးမှာ ရိုက်ခဲ့တဲ့ဇာတ်လမ်းမျိုးစုံအတွက် ဘုရားသခင်ပေးမယ့် အကယ်ဒမီကို မျှော်လင့်ရဲတဲ့သတ္တိ ရှိပါရဲ့လား။

* * *

# ရိုးသားမှု

လွန်ခဲ့တဲ့တစ်နှစ်လောက်က နာရီတွေရောင်းနေတဲ့ Live Sale တစ်ခုမှာ နာရီရောင်းပေးတဲ့မင်းသားက နာရီလေးတစ်လုံးကိုကိုင်ပြီး ဒီနာရီလေးဘယ်လောက်ကောင်းကြောင်း၊ Design ဆန်းကြောင်း၊ စျေးတန်ကြောင်း၊ ဒီတံဆိပ်ကိုသူဟိုးအရင်ကတည်းကကြိုက်ခဲ့ကြောင်း၊ သူတောင် ဒီနာရီလေးကြိုက်လို့ ဝယ်မယ်လုပ်ထားပြီး မဝယ်ဖြစ်သေးကြောင်း စသဖြင့် ပြောနေပါတယ်။

ထိုစဉ် Comment မန့်တဲ့သူတစ်ယောက်က ဘာတံဆိပ်လဲလို့ မန့်လိုက်တယ်။

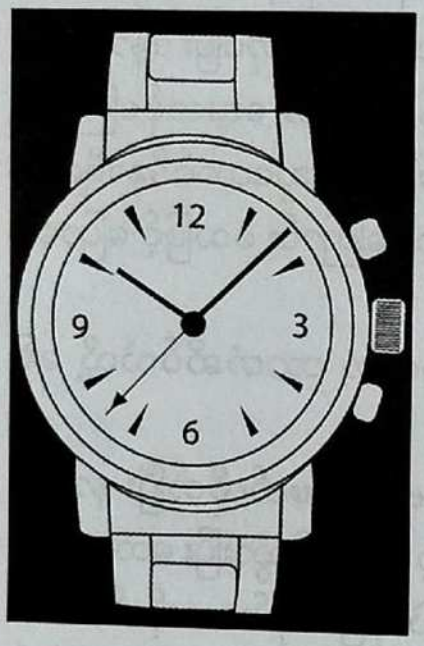
ရောင်းနေတဲ့ မင်းသားက ထို Comment ကို ဖတ်လိုက်ပြီး နာရီရဲ့ တံဆိပ်ကိုပြောဖို့ ကြည့်လိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ခဏာရပ်သွားပြီး ဘေးနားက အရောင်းသမားလေးကို ဒီနာရီဘာတံဆိပ်လဲဆိုပြီး လှမ်းမေးလိုက်တယ်။

အခုခေတ်မှာ နာရီတံဆိပ်ပေါင်းများစွာရှိတဲ့အတွက် နာရီတံဆိပ်ကို မသိတာ မဆန်းပါဘူး။ တချို့ Brand တွေက ရုတ်တရက် အသံထွက်ရခက်တဲ့အတွက် နာမည်ကို အသံမထွက်တတ်တာလည်း မဆန်းပါဘူး။

ဒါပေမဲ့ သူရှေ့မှာပြောခဲ့တဲ့ အရင်ကတည်းက ကြိုက်ခဲ့တဲ့ "တံဆိပ်လေးတို့၊ ဝယ်မလို့ လုပ်ထားတာတို့" ဆိုတဲ့ စကားလှလှလေးတွေက နောက်ဆုံးမှာ အရောင်းကောင်လေးကို မေးလိုက်တဲ့ ဘာတံဆိပ်လဲဆိုတဲ့စကားကြောင့် တန်ဖိုးမဲ့ သွားပါတယ်။ လိမ်ပြောတဲ့စကားမှန်း သိသာသွားစေပါတယ်။

**တစ်ခါတလေမှာ စကားလှလေးတွေကို ဘယ်လောက် ဟန်ဆောင်ပြီးပဲ ပြောခဲ့ပြောခဲ့ နောက်ဆုံးစကားလေးတစ်လုံးကြောင့် ရှေ့မှာ ပြောခဲ့တဲ့ စကားတွေအားလုံးက လိမ်ခဲ့တာဆိုတာ ထင်ရှားပေါ်လွင်သွားစေပါတယ်။**

ဒါကြောင့် မိမိရဲ့စီးပွားရေးလုပ်ငန်းမှာဖြစ်ပါစေ၊ မိသားစုဆက်ဆံရေးမှာဖြစ်ပါစေ၊ လူမှုဆက်ဆံရေးမှာဖြစ်ပါစေ၊ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာကိစ္စတွေမှာဖြစ်ပါစေ ဘယ်တော့မှ ဟန်ဆောင်လိမ်ညာစကားတွေ မပြောပါနဲ့၊ ရိုးသားမှုရှိပါ၊ မှန်ကန်တဲ့စကားကိုသာ ပြောဆိုပါ။




- **စီးပွားရေးမှာလည်း မိမိရဲ့ဖောက်သည်တွေအပေါ်မှာ ရိုးသားပါ။**
- **မိသားစုရေးမှာလည်း မိမိရဲ့မိသားစုဝင်တွေအပေါ်မှာ ရိုးသားပါ။**
- **လူမှုဆက်ဆံရေးမှာလည်း မိမိရဲ့မိတ်ဆွေတွေအပေါ်မှာ ရိုးသားပါ။**

ရိုးသားခြင်းဖြင့်သာ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်ခြင်းကို တည်ဆောက်လို့ ရပါတယ်။

* * *

# စိတ်ရဲ့အဆင့် (၃) ဆင့်

၁။ တစ်ခုခုကို တုံ့ပြန်တာ၊ စိတ်ဆိုးတာ၊ ဒေါသထွက်တာ
၂။ မြိုသိပ်တာ၊ သည်းခံတာ
၃။ ဘာမှကို မဖြစ်တော့တာ

ဒီအချက်လေးက ကျွန်တော်ရဲ့ သင်တန်းဆရာဘဝမှာ ကြုံတွေ့ခဲ့ရတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေနဲ့ သိရှိလာတဲ့ အသိတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ သင်တန်းဆရာ စလုပ်တဲ့အချိန်ကစပြီး အခုလို လူထောင်ချီ သင်တန်းများစွာ၊ ဟောပြော ပွဲများစွာ ပြောနေရတဲ့အချိန်ထိ ဝေဖန်မှုတွေခံခဲ့ရပါတယ်။ ဝေဖန်ခံရတာ တွေတော့ မပြောင်းလဲသွားပေမယ့် စိတ်ခံစားမှုအခြေအနေတွေကတော့ တိုးတက် ပြောင်းလဲသွားပါတယ်။

အဲဒီစိတ်ခံစားမှု ပြောင်းလဲသွားတဲ့ အဆင့်(၃)ဆင့်ကို ကြုံတွေ့ခဲ့ရပါ တယ်။

(၁) လက်ခံ တုံ့ပြန်တဲ့အဆင့်
(၂) လက်ခံ မြိုသိပ်တဲ့အဆင့်
(၃) စိတ်ကြိုက် စီမံတဲ့အဆင့်

မိမိနားထဲကို များစွာသောစကားတွေ ရောက်ရှိလာတတ်ပါတယ်။ အဲဒီထဲမှာ ကောင်းတာ၊ ဆိုးတာ၊ ချီးကျူးတာ၊ ပြစ်တင်ရှုံ့ချတာ၊ ဝမ်းသာစရာ၊ ဝမ်းနည်းစရာ၊ စိတ်အားတက်စရာ၊ စိတ်ဓာတ်ကျစရာ စသဖြင့် အပေါင်း သဘောဆောင်တဲ့ မှတ်ချက်များ၊ အနုတ်သဘောဆောင်တဲ့ မှတ်ချက်များ အစုံပါဝင်နေပါတယ်။

ဝင်ရောက်လာတဲ့စကားလုံး၊မှတ်ချက်များပေါ်မူတည်ပြီးကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ခံစားချက်တွေက ပြောင်းလဲနေပါတယ်။

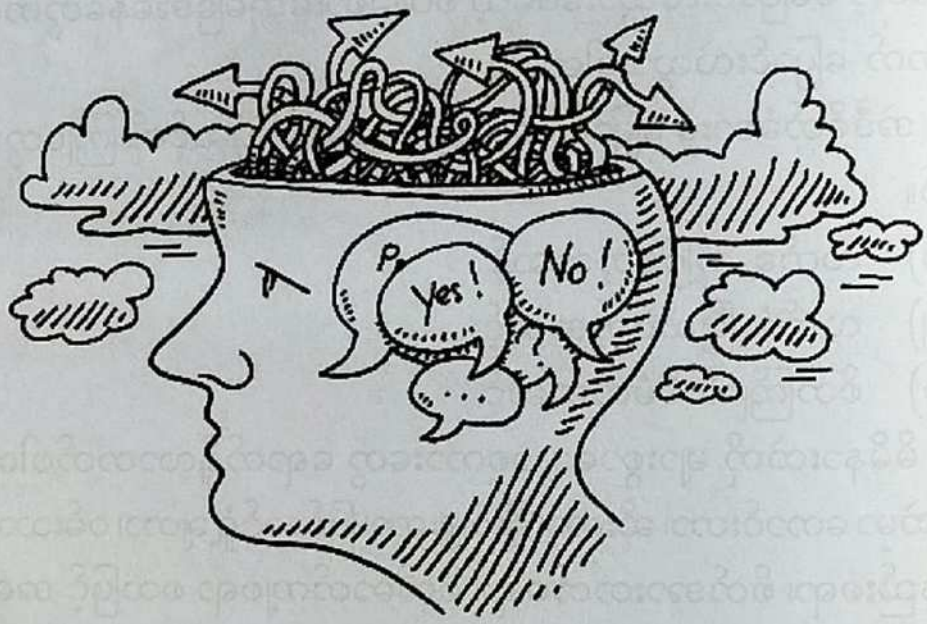
ကောင်းတဲ့စကားကြားရတဲ့အခါ ဝမ်းသာပျော်ရွှင်ကြပြီး၊ မကောင်းတဲ့ စကားများကြားရတဲ့အခါ စိတ်ညစ်ကြပါတယ်။

မိမိနဲ့ပတ်သက်ပြီး ချီးကျူးဂုဏ်ပြုစကားတွေကြားရတဲ့အခါမှာ ပျော်ရွှင်ပြီး၊ ဝေဖန်ကဲ့ရဲ့ခံရတဲ့အချိန်မှာ စိတ်ပျက်အားငယ်တတ်ကြပါတယ်။

ဒီလိုမျိုး အကောင်းအဆိုးတွေဆိုတာ အမြဲတမ်း ကြားနေရမှာပါ။ ရှောင်လွှဲလို့မရပါဘူး။ ဒါကို ဘယ်လိုစီမံမလဲ၊ ဒါကို ဘယ်လိုထိန်းချုပ်မလဲ ဆိုတာပဲ စဉ်းစားရမှာပါ။

ရှေ့မှာပြောခဲ့သလို အခုချိန်ထိ ကျွန်တော်လဲ ဒါမျိုးစကားတွေကြားနေရတုန်းပါပဲ။

အဲဒါတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး ကျွန်တော်ရဲ့ ပြောင်းလဲလာတဲ့ စိတ်ရဲ့ အဆင့် (၃)ဆင့်အကြောင်းကို မျှဝေပေးပါမယ်။

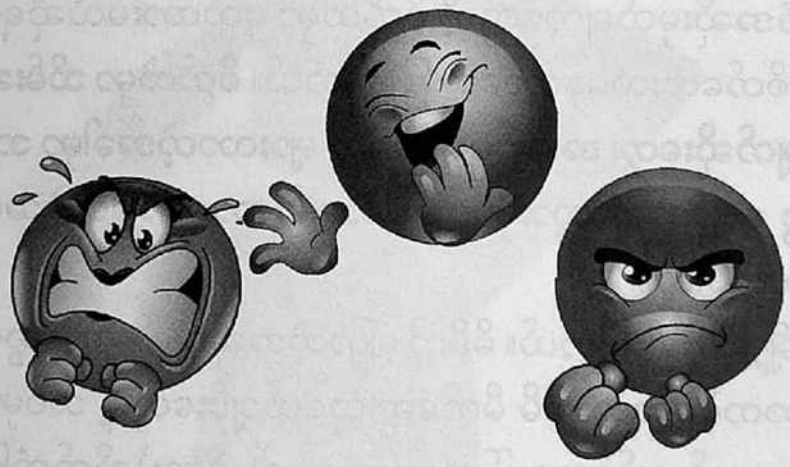


## (၁) လက်ခံတုံ့ပြန်တဲ့အဆင့်

စကားလုံးတွေ၊ မှတ်ချက်တွေ ကြားရတဲ့အခါမှာ အဲဒါတွေကို မိမိရဲ့ စိတ်က လက်ခံပြီး တစ်ခုခုတုံ့ပြန်မှု ပြုလုပ်တဲ့အဆင့်ကို ခေါ်ပါတယ်။

ဝမ်းသာစရာ ကြားတဲ့အခါမှာ ပျော်ရွှင်ရယ်မောတာမျိုး၊ မကောင်းတာတွေ ကြားရတဲ့အခါမှာ စိတ်ညစ်တာမျိုး။ ကောင်းတဲ့မှတ်ချက်တွေ ကြားရတဲ့အခါမှာ မိမိကိုယ်တိုင် စိတ်ကျေနပ် ပျော်ရွှင်ပြီး တခြားသူတွေကိုပါ လိုက်ပြောပြတာမျိုး၊ အခုခေတ်မှာဆို Facebook ပေါ်မှာပါ Post တင်ပြီး ပျော်ရွှင်တာမျိုးတွေ (တုံ့ပြန်မှု)လုပ်တာပါ။ မကောင်းတဲ့ မှတ်ချက်တွေ ကြားရတဲ့အခါမှာလည်း မိမိကိုယ်တိုင် စိတ်ပျက်အားငယ်တာ၊ တခြားသူတွေကိုပါ ရင်ဖွင့်တာ၊ Facebook ပေါ်မှာ တင်တာတွေ (တုံ့ပြန်မှု) လုပ်တာပါ။

စိတ်ခံစားမှု အနည်း၊ အများပေါ်မူတည်ပြီး တုံ့ပြန်မှု အကြီး၊ အသေးမတူနိုင်ပါဘူး။



**မှတ်ချက်တွေကို လက်ခံတုံ့ပြန်နေရင်**
**ပြဿနာများမယ်။**
**မှတ်ချက်တွေကို မြှုပ်သိမ်းထားရင်**
**စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုရမှာ မဟုတ်ဘူး။**

ကောင်းတဲ့မှတ်ချက်တွေကြုံရတဲ့အခါမှာ တုံ့ပြန်မှုတွေပြုလုပ်တာက အရမ်းအန္တရာယ် မများနိုင်ပေမယ့် (တချို့ အပျော်လွန်ပြီး အန္တရာယ်ဖြစ်တာတွေ ရှိပါတယ်)။ ဆိုးတဲ့ မှတ်ချက်တွေ ကြုံရတဲ့အခါမှာ တုံ့ပြန်မှုတွေ လုပ်တာက အဆင်မပြေမှုတွေ၊ အန္တရာယ်တွေ ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါတယ်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း ကျွန်တော့်ကို ဝေဖန်တာတွေလာလုပ်ရင် ပြန်တုံ့ပြန်တာတွေ လုပ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ အဲလိုလုပ်တဲ့အခါမှာ စကားများရတယ်၊ အမုန်းပွားရတယ်၊ မိတ်ဆွေတွေ အခင်အမင် ပျက်ရတယ်၊ စိတ်ပင်ပန်းရတယ်၊ အားအင်တွေ ကုန်တာတွေ ဖြစ်ရပါတယ်။

တခြားသူတွေကို ရင်ဖွင့်တာ၊ လိုက်ပြောပြတာတွေလုပ်ရင် ကိုယ့်မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတွေအတွက်ပါ စိတ်အနှောင့်အယှက်တွေ ဖြစ်ရပါတယ်။ Facebook ပေါ်တင်တဲ့အခါမှာ မိမိ Friend တွေအတွက် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရပြီး မိမိအား စိတ်ခံစားမှုကို မထိန်းချုပ်တဲ့သူအဖြစ်၊ မတည်ငြိမ်တဲ့သူအဖြစ် ထင်မှတ်သွားစေပါတယ်။

အဲဒီအဆိုးမှတ်ချက်တွေကို စိတ်ထဲမှာ မှတ်ထားမယ်ဆိုရင် စိတ်ပင်ပန်းတာ၊ စိတ်လေးလံနေတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ **စိတ်ထဲမှာ သိမ်းဆည်းထားတဲ့ မှတ်ချက်ဆိုးတွေ၊ အဆင်မပြေမှုတွေ များလာတဲ့အခါမှာ ဘဝရဲ့ ပျော်ရွှင်မှုတွေ ပျောက်ဆုံးသွားမှာပါ။ စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်တဲ့ဘဝကို ရမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။**

တချို့ဆို ပိုဆိုးပါတယ်။ မိမိကို ပြောတဲ့အဆိုးမှတ်ချက်တွေကို လက်ခံတုံ့ပြန်တာတင်မကဘူး မိမိ မိတ်ဆွေ၊သူငယ်ချင်းတွေရဲ့ ဘဝမှာ ကြုံရတဲ့အဆိုးတွေ၊မှတ်ချက်တွေပေါ်မှာပါ(သူများကိုယ်စား)လိုက်တုံ့ပြန်တာမျိုးတွေ လုပ်လေ့ရှိပါတယ်။

### (၂)လက်ခံမြိုသိပ်တဲ့အဆင့်

ကောင်းတဲ့ မှတ်ချက်၊ ဆိုးတဲ့မှတ်ချက်တွေ ကြုံတွေ့လာရတဲ့အခါမှာ စိတ်က လက်ခံလိုက်တဲ့ မှတ်ချက်တွေကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ တုံ့ပြန်ချင်တဲ့ စိတ်ခံစားမှု အခြေအနေကို ထိန်းချုပ်ပြီး မြိုသိပ်လိုက်ပါတယ်။

ပျော်စရာကြံ့ရင်လည်း လက်ခံလိုက်တယ်။ အရမ်းပျော်ရွှင်ပြတာမျိုး၊ ထုတ်ဖော်ပြုလုပ်တာ မရှိပါဘူး၊ တခြားသူတွေကို ပြောပြတာမျိုးတွေလည်း မလုပ်ပါဘူး၊ စိတ်ညစ်စရာတွေ၊ အဆိုးတွေ ဖြစ်လာရင်လည်း တုံ့ပြန်တာတွေမလုပ်ဘဲ မြိုသိပ်ထားလိုက်ပါတယ်။ တခြားသူတွေကို ရင်ဖွင့်တာတွေလည်း မလုပ်တော့ပါဘူး။ စိတ်ခံစားမှု အပြောင်းအလဲတွေဖြစ်ပေမယ့် ထုတ်ဖော်တုံ့ပြန်တာမျိုးတွေ မလုပ်ဘဲ မိမိ စိတ်ထဲမှာပဲ မြိုသိပ် သိမ်းဆည်းထားလိုက်ပါတယ်။ ဒီအဆင့်ကို လက်ခံမြိုသိပ်တဲ့အဆင့်လို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း ပထမအဆင့်မှာ ပြုလုပ်တဲ့ တုံ့ပြန်မှုတွေကြောင့် ရလာတဲ့ရလဒ် ဆိုးတွေများလာတော့ နောက်ပိုင်းမှာ တုံ့ပြန်တာမျိုးတွေ သိပ်မလုပ်တော့ပါဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာပဲ မြိုသိပ်ထားလိုက်ပါတော့တယ်။ အဲလိုမျိုး မြိုသိပ်ထားလိုက်တဲ့အခါမှာတော့ အရင်လို ပြဿနာ ဖြစ်တာ၊ ငြင်းခုံရတာတွေ မဖြစ်တော့ပါဘူး။ တော်တော်လေး အဆင်ပြေသွား

ပါတယ်။ ဘာပဲကြံ့ကြံ့ မြိုသိပ်မှုတွေ လုပ်ပြီးနေလာတာ များလာတော့ (အပြင်ပြဿနာတွေ၊ အဆင်မပြေတာတွေနည်းသွားပေမယ့်) စိတ်ထဲမှာ မွန်းကျပ်မှုတွေ၊ စိတ်ပင်ပန်းမှုတွေ၊ စိတ်လေးလံမှုတွေ၊ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ၊ ညအိပ်မပျော်တာတွေ၊ အားမလိုအားမရဖြစ်တာတွေ၊ ဒေါသတွေ အရမ်းများလာပါတယ်။ အလုပ်မှာ၊ မိသားစုဆက်ဆံရေးမှာ၊ လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ အဆင်မပြေတာမျိုးတွေဖြစ်လာတယ်၊ သားသမီးတွေ၊ ဝန်ထမ်းတွေ အပေါ်မှာ စိတ်မရှည်တာမျိုးတွေ ဖြစ်လာတယ်။

ပထမတစ်ခုရဲ့ အဖြေတွေပေမယ့် နောက်တစ်ခုရဲ့ အခက်အခဲတွေ ထပ်ရောက်လာပါတယ်။

**(၃) စိတ်ကြိုက်စီမံတဲ့အဆင့်**

အဲလို စိတ်ထဲမှာ မွန်းကျပ်တာတွေများလာတော့ မဖြစ်သေးဘူး "ငါ တစ်ခုခု ထပ်စဉ်းစားရမယ်" ဆိုပြီး တွေးမိတယ်။ ဘာလုပ်ရမလဲဆိုတဲ့ သေချာတိကျတဲ့ အဖြေတော့မရသေးဘူး။ အဲလိုပဲနေလာရင်းနဲ့ သင်တန်းလေးတွေလည်း တောက်လျှောက်လုပ်၊ စာအုပ်လည်းထုတ်၊ Facebook ပေါ်မှာလည်း အသိပညာပေး ဗီဒီယိုတွေတင်၊ စီးပွားရေးလည်းလုပ်၊ ကိုယ့်ဘဝအတွက်ချထားတဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်ဖို့ကိုလည်း ကြိုးစားနေရတော့ တခြားအပြင်ကို သိပ်အာရုံမထားနိုင်ခဲ့ဘူး၊ ကိုယ်လုပ်စရာရှိတာတွေကိုပဲ အာရုံစိုက်ပြီးလုပ်နေတော့တခြားအရာတွေကို အာရုံမရှိတော့ဘူး။

ကိုယ့်နှလုံးသားကတောင်းဆိုတဲ့အသံကိုပဲ အမြဲနားထောင်နေတော့ တခြားသူတွေရဲ့ဝေဖန်သံတွေကို သိပ်မကြားရတော့ဘူး။ ကိုယ့်ရည်မှန်းချက်ကိုပဲ အာရုံစိုက်နေတော့ တခြားသူတွေရဲ့မျက်လုံးတွေကို အာရုံမရှိတော့ဘူး၊ ကိုယ့်အနာဂတ်ကိုပဲကြည့်နေတော့ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ ပြစ်တင်မှုတွေကို မမြင်တော့ဘူး၊ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်နေတော့ တခြားသူတွေရဲ့ အလုပ်တွေ လုပ်စရာမလိုတော့ဘူး (တခြားသူတွေရဲ့အလုပ်ဆိုတာ သူများတွေရဲ့ ဝေဖန်မှုတွေ အဆိုးမှတ်ချက်တွေကြောင့် ဖြစ်လာတဲ့ စိတ်ခံစားမှုတွေကို မြိုသိပ်နေရတာတွေပါ)။

ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်က ကောင်းတဲ့သူတွေရဲ့ ကောင်းတဲ့အချက်တွေကို လိုက်ကြည့်နေတော့ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်က မကောင်းတဲ့သူတွေကို လိုက်ကြည့်ဖို့လည်း စိတ်မဝင်စားတော့ဘူး။

**ကိုယ့်ထက်သာတဲ့သူတွေ၊ ကိုယ့်ထက်တော်တဲ့သူတွေ၊ ကိုယ့်ထက်ပြည့်ဝတဲ့သူတွေကလည်း ကိုယ့်ကို ပြစ်တင်ဝေဖန်တာမျိုးတွေ မလုပ်ကြဘူး။** အဲတော့ဘဝကတော်တော်ကို စိတ်ချမ်းသာလာတယ်။ နေ့ရက်တိုင်းက စိတ်အားတက်ကြွမှုတွေ၊ စိတ်ခွန်အားအပြည့်တွေနဲ့ပဲ လန်းဆန်းနေတယ်။

ဝေဖန်မှုတွေ၊ အပြစ်တင်တာတွေ၊ အဆိုးမှတ်ချက်တွေကို အပြည့်အဝရှောင်လွှဲလို့ရလားဆိုတော့ မရပါဘူး၊ ရှိတော့ရှိနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရင်ကလောက်တော့ ကိုယ့်ဆီရောက်မလာတော့ဘူး။

ရှောင်လို့ရတာတွေကို ရှောင်လိုက်တယ်၊ နားမထောင်ဘဲနေလို့ ရတာတွေကို နားမထောင်တော့ဘူး၊ အဲဒီတော့ တော်တော်လျော့နည်းသွားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရှိတာတော့ရှိနေတုန်းပဲ။

ဒီလိုရှိနေတဲ့ အနုတ်သဘောဆောင်တဲ့ မှတ်ချက်တွေကိုတော့ ဘယ်လိုလုပ်မလဲ စဉ်းစားပါတယ်။

နောက်ပိုင်းမှာတော့ အဖြေကောင်းရခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအကောင်းအဆိုးမှတ်ချက်တွေကို လက်ခံတုံ့ပြန်တဲ့ ပထမအဆင့်အတိုင်းလဲ မလုပ်တော့ဘူး၊ လက်ခံမြှုသိပ်တဲ့ ဒုတိယအဆင့်အတိုင်းလည်း မလုပ်တော့ဘူး။

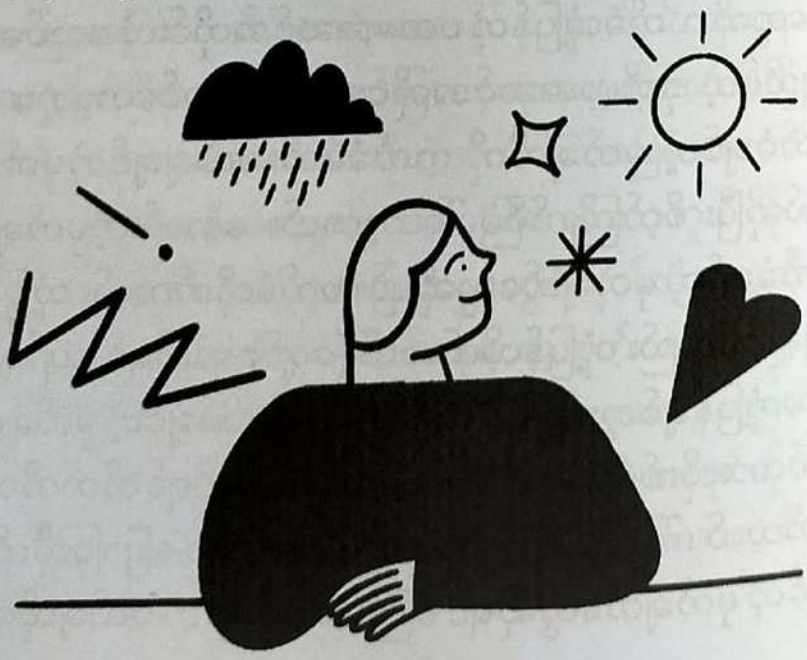
လက်ခံချင်တဲ့ မှတ်ချက်ကို လက်ခံမယ်၊ ပယ်ချချင်တဲ့မှတ်ချက်ကို ပယ်ချမယ်ဆိုပြီး စိတ်ကြိုက်စီမံပါတော့တယ်။ ကောင်းတဲ့မှတ်ချက်တွေ၊ ကိုယ်လက်ခံချင်တဲ့ မှတ်ချက်တွေဆိုရင် လက်ခံလိုက်တယ်။ တုံ့ပြန်ချင်တဲ့ မှတ်ချက်ဆိုရင်လည်း တုံ့ပြန်လိုက်တယ် (ပျော်စရာဆိုရင် ပျော်လိုက်တာမျိုးပေါ့)။ မတုံ့ပြန်ချင်ဘူး စိတ်ထဲမှာပဲထားပြီး မြှုသိပ်ချင်တဲ့ မှတ်ချက်မျိုးဆိုရင်မြှုသိပ်ထားလိုက်တယ်(အရမ်းပျော်စရာတွေဆိုရင် တိတ်တိတ်လေးပဲထားလိုက်တယ် ဒါမှမဟုတ် မိသားစုဝင်တွေကိုသာ ပြောပြလိုက်တယ်)။ ပယ်ချချင်တဲ့ မှတ်ချက်တွေဆိုရင် စကြားကတည်းက ပယ်ချလိုက်တယ်။

လက်လည်း မခံဘူး၊ ခေါင်းထဲလည်းမထည့်တွေးဘူး၊ စဉ်းလည်း မစဉ်းစားဘူး၊ အကြားမှာတင် ရပ်ထားလိုက်တယ်၊ တဖြည်းဖြည်းကျင့်ကြံရင်းနဲ့ နောက်ပိုင်းမှာတော့ စိတ်ကြိုက်စီမံလာနိုင်တယ်။

ဘာပဲကြားကြား လက်ခံချင်လက်ခံမယ်၊ တုံ့ပြန်ချင်တုံ့ပြန်မယ်၊ ပယ်ချချင် ပယ်ချမယ် အေးဆေးပဲ။

တချို့မှတ်ချက်ဆိုးတွေအပေါ် တုံ့ပြန်တာမျိုးလည်း ရှိခဲ့ပါတယ်။ ခေါင်းလာစားနေတဲ့သူတွေ ထပ်မစားတော့အောင် တစ်ခါတည်း တုံ့ပြန်ထားလိုက်တာမျိုး၊ ပေါက်ကရ ကောမန့်ရေးတဲ့သူတွေ၊ တစ်လွဲကောမန့် မန့်တဲ့သူတွေ ကောမန့်ဖျက်ပြီး ဘန်းထားလိုက်တာမျိုးတွေ၊ **သူတို့မှာလည်း လွတ်လပ်စွာ ဝေဖန်ခွင့်ရှိသလို ကိုယ့်ဆီမှာလည်း လွတ်လပ်စွာ ဂရုမစိုက်ခွင့်ရှိတယ်။** သူတို့က ဝေဖန်ရတာကြိုက်တယ်ဆိုရင် ကိုယ်ကလည်း လျစ်လျူရှုရတာကို ကြိုက်လိုက်ပါ။

- ကိုယ့်ကို ချီးကျူးအားပေးထောက်ခံတဲ့သူဆိုရင် ကျေးဇူးတင်လိုက်တယ်။
- ကိုယ့်ကို ချီးကျူးအားပေးတာ မလုပ်တဲ့သူဆိုရင် သူတို့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ခွင့်ကို လေးစားပေးတယ်။
- ကိုယ့်ကို ဝေဖန်ပြစ်တင်တဲ့သူဆိုရင် လျစ်လျူရှုထားလိုက်ပါတယ်။



– ဝေဖန်တဲ့သူတွေကလည်း ဝေဖန်တဲ့အလုပ်တွေလုပ်နေမှာပဲ။
ကိုယ်လည်း ကိုယ်လုပ်စရာရှိတာကို လုပ်ပါ။

**မှတ်ချက်တွေကို လက်ခံတုံ့ပြန်နေရင် ပြဿနာများမယ်။ မှတ်ချက်တွေကို မြှိုသိပ်ထားရင် စိတ်ချမ်းသာ ပျော်ရွှင်မှုရမှာ မဟုတ်ဘူး။ မှတ်ချက်တွေကို စိတ်ကြိုက်စီမံနိုင်မှသာလျှင် စိတ်ချမ်းသာ ပျော်ရွှင်မှုရမှာဖြစ်တယ်။**

ဒါကြောင့် တုံ့ပြန်တတ်တဲ့အကျင့်ရှိရင်လည်း ပြင်ရမှာဖြစ်သလို စိတ်ထဲမှာ မှတ်ထားတာတွေရှိရင်လည်း လွှတ်ချလိုက်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

မိမိဘဝစိတ်ချမ်းသာဖို့၊ မိမိဘဝ ပျော်ရွှင်ဖို့၊ မိမိဘဝ တိုးတက်အောင်မြင်ဖို့ မိမိကိုယ်တိုင် မဖြစ်မနေလုပ်ရမယ့်အရာတွေအတွက် တခြားသူတွေဆီက ခွင့်ပြုချက်တွေ တောင်းမနေပါနဲ့၊ တခြားလူတွေရဲ့ ထင်မြင်ယူဆချက်တွေကိုလည်း ဂရုစိုက်မနေပါနဲ့။ **ဘယ်သူတွေ သတ်မှတ်ထားမှန်းမသိတဲ့ သောက်တစ်လွဲစည်းမျဉ်းတွေနဲ့လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဘောင်ခတ်မထားပါနဲ့။**

လုပ်စရာရှိတာကို အခုချက်ချင်းသာ လုပ်လိုက်ပါ။

ဒါမှသာလျှင် ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ကုန်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကြွေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကြွေနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲ ဖြစ်ပါစေ။

* * *

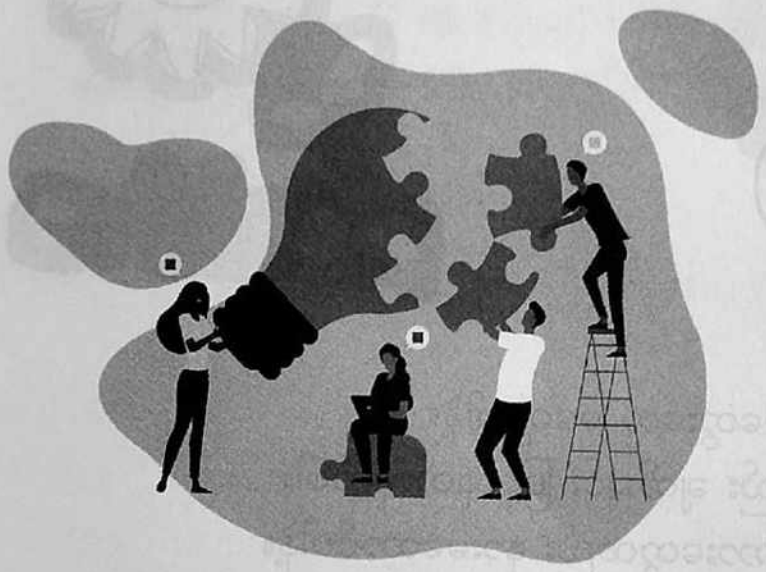
# တန်ဖိုး

ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဘယ်လောက်တန်ဖိုးရှိသလဲဆိုတာ အလွယ်ကူဆုံးနဲ့ အရိုးရှင်းဆုံး တိုင်းတာလို့ရမယ့် နည်းလမ်းလေးတစ်ခု ရှိပါတယ်။ ကိုယ့်တန်ဖိုးကိုယ် တိုင်းကြည့်တဲ့နည်းပေါ့။ နေ့စဉ် ကိုယ်ပြုမူ ဆောင်ရွက်လှုပ်ရှားနေတာကို သေချာပြန်ဆန်းစစ်ကြည့်ပါ။ အဲဒီဆောင်ရွက်ပြုမူကနေ-

၁။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကောင်းကျိုးဘယ်လောက်ဖြစ်စေလဲ၊
ကိုယ်တိုင်အတွက် ရလဒ်ကောင်းဘယ်လောက်ရလဲ။
၂။ ကိုယ့်မိသားစုအတွက် ကောင်းကျိုးဘယ်လောက်ဖြစ်စေလဲ၊
ကိုယ့်မိသားစုအတွက် ရလဒ်ကောင်းဘယ်လောက်ရလဲ။
၃။ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ၊သူငယ်ချင်းတွေအတွက် ကောင်းကျိုးဘယ်လောက်ဖြစ်စေလဲ၊
ကိုယ့်မိတ်ဆွေ၊သူငယ်ချင်းတွေအတွက် ရလဒ်ကောင်းဘယ်လောက်ရလဲ။
၄။ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ကောင်းကျိုးဘယ်လောက်ဖြစ်စေလဲ၊
ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ရလဒ်ကောင်းဘယ်လောက်ရလဲ။
၅။ ကိုယ့်မြို့အတွက် ကောင်းကျိုးဘယ်လောက်ဖြစ်စေလဲ၊
ကိုယ့်မြို့အတွက် ရလဒ်ကောင်းဘယ်လောက်ရလဲ။
၆။ ကိုယ့်မိသားစုအတွက် ကောင်းကျိုးဘယ်လောက်ဖြစ်စေလဲ၊
ကိုယ့်မိသားစုအတွက် ရလဒ်ကောင်းဘယ်လောက်ရလဲ။
၇။ ကမ္ဘာကြီးအတွက် ကောင်းကျိုးဘယ်လောက်ဖြစ်စေလဲ၊
ကမ္ဘာကြီးအတွက် ရလဒ်ကောင်း ဘယ်လောက်ရလဲ။

**တန်ဖိုး *(Value)***

ဒီအချက်ကို သုံးသပ်ကြည့်ရင် ကိုယ့်တန်ဖိုးကို သိနိုင်ပါတယ်။ အနိမ့်ဆုံးတော့ ကိုယ်တိုင်အတွက်နဲ့ မိသားစုအတွက်တော့ ကောင်းကျိုးရှိတာတွေကို မဖြစ်မနေလုပ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါလေးကို ပြောင်းပြန် စဉ်းစားကြည့်ရအောင်-



**အကယ်၍...**

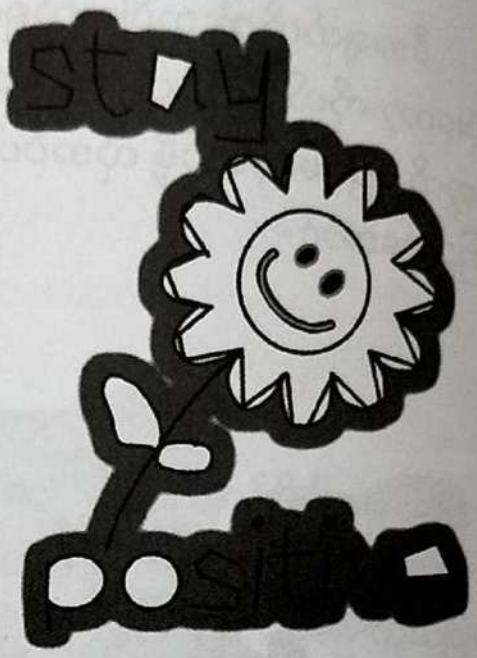
**ကိုယ်လုပ်နေတဲ့လုပ်ရပ်တွေက**

- **ကိုယ့်အတွက် ဆိုးကျိုးတွေပဲ ဖြစ်နေရင်**
- **မိသားစုအတွက် ဆိုးကျိုးတွေပဲ ဖြစ်နေရင်**
- **မိတ်ဆွေတွေအတွက် ဆိုးကျိုးတွေပဲ ဖြစ်နေရင်**
- **မြို့ရွာအတွက် ဆိုးကျိုးတွေပဲ ဖြစ်နေရင်**
- **နိုင်ငံအတွက် ဆိုးကျိုးတွေပဲ ဖြစ်နေရင်**
- **ကမ္ဘာကြီးအတွက် ဆိုးကျိုးတွေပဲ ဖြစ်နေရင်**

**အမြန်ဆုံး ပြောင်းလဲဖို့ လိုအပ်ပါပြီ။**

* * *

မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)




# အတွေး (၂)

Negative အတွေးတွေ မတွေးပါနဲ့။
တွေးမိရင်လည်း ချက်ချင်း ပြန်ထုတ်လိုက်ပါ။
Negative စကားတွေလည်း နားမထောင်ပါနဲ့။
ပြောနေတဲ့ နေရာကနေ ထွက်သွားလိုက်ပါ။

အကောင်းပဲတွေးပါ။ အကောင်းပဲ ပြောပါ။
အကောင်းပဲ နားထောင်ပါ။
အပြစ်ကိုကြည့်ရင် အပြစ်ပဲမြင်မယ်။
အကောင်းကိုကြည့်ရင် အကောင်းပဲမြင်မယ်။
အမြင်ဆိုတာ ကြည့်တဲ့သူပေါ်မှာပဲ မူတည်တယ်။

အကောင်းမြင်နိုင်ဖို့ ကိုယ်တိုင်က အမြင်ကောင်းဖို့လိုပါတယ်။
ကိုယ်တိုင်က အတွေးကောင်းဖို့ လိုပါတယ်။
အကောင်းမြင်တာ အကောင်းတွေးတာက ဘဝကို ပျော်ရွှင်စေပါ
တယ်။ အကောင်းတွေးတာ မျှားလာရင် အကောင်းမြင်တာ မျှားလာ
ရင် အကောင်းပြောတာ မျှားလာရင် လုပ်ရပ်တွေလည်း ကောင်းလာ

မယ်။ ရလဒ်တွေလည်း ကောင်းလာမယ်၊ အကောင်းမြင်ခြင်းဟာ အမြတ်တွေပါပဲ။

ဒါကြောင့် အပျက်သဘောဆောင်တဲ့ အတွေးတွေ၊ မကောင်းမြင်တာတွေကို ဖျောက်ပြီး အကောင်းတွေ တွေးကြရအောင်၊ အကောင်းတွေ ပြောကြရအောင်၊ အကောင်းတွေ မြင်ကြရအောင်။

**အားလုံးကို သိလာရင် အားလုံးကို နားလည်လာမယ်။**
**အားလုံးကို နားလည်လာရင် အားလုံးကို ခွင့်လွှတ်လာပါလိမ့်မယ်။**

* * *

မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)


# သင်ဟာ သင်ပဲ

အက်ဒီဆင်က ဘယ်လောက် တော်နေပါစေ၊ စားဖိုမှူး တစ်ယောက်လောက် ထမင်းချက်တတ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

စားဖိုမှူးတစ်ယောက် ဘယ်လောက်ပဲ ချက်ပြုတ်တာ ကျွမ်းကျင်ပါစေ၊ မာသာထရေဇာလောက် လူမှုရေး လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ မာသာထရေဇာ ဘယ်လောက်ပဲ လူမှုရေးလုပ်နိုင်ပါစေ၊ ရော်နယ်ဒိုလို ဘောလုံးကန်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ရော်နယ်ဒို ဘယ်လောက်ပဲ ဘောလုံးကန်တာ တော်ပါစေ၊ အောင်လအန်ဆိုင်းလို လက်သီးထိုးနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

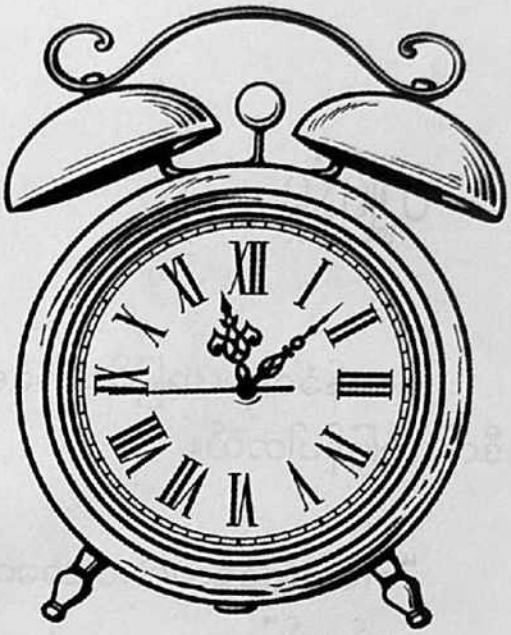
တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်ကို ဘယ်လိုမှ နှိုင်းယှဉ်လို့မရပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတူလို့ပါ။

ဒါကြောင့် ကိုယ်ဘယ်နေရာမှာ ထူးချွန်လဲ သိအောင်လုပ်ပါ။ ပြီးရင် တစိုက်မတ်မတ် ကြိုးစားပါ။

ပတ်ဝန်းကျင်က သင့်ကို သူများနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ပြောနေလို့လည်း စိတ်ဓာတ် မကျပါနဲ့။

သင်ဟာသင်ပဲ၊ သူဟာသူပဲ။ အကောင်းဆုံးကတော့ မနေ့က ကျွန်တော်နဲ့ ဒီနေ့ ကျွန်တော်ပဲ နှိုင်းယှဉ်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ပဲ ပြိုင်တာ ပိုအကျိုးရှိပါတယ်။

* * *

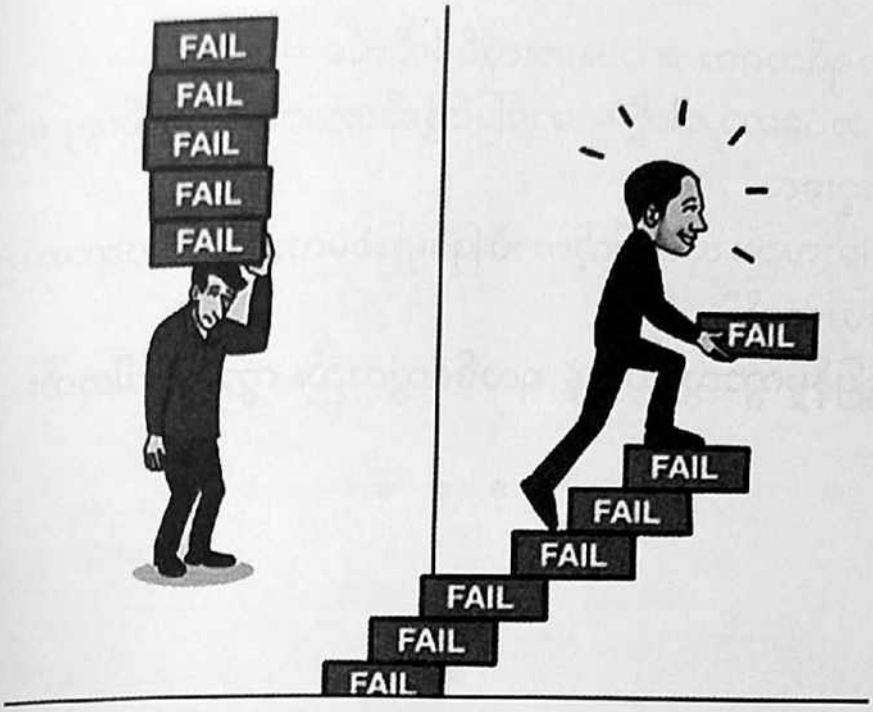


# အချိန်

ချမ်းသာတဲ့သူကလည်း ချမ်းသာလို့ အလုပ်တွေများပြီး မအားဘူး။ ဆင်းရဲတဲ့သူကလည်း ဆင်းရဲလို့ ရုန်းကန်နေရလို့ မအားဘူး။ အောင်မြင်တဲ့သူကလည်း အောင်မြင်မှုကို ထိန်းနေရလို့ မအားဘူး။ မအောင်မြင်သေးတဲ့သူကလည်း အောင်မြင်အောင် ကြိုးစားနေရလို့ မအားဘူး။

လောကမှာရှိတဲ့ လူအားလုံးနီးပါး သူ့ဟာနဲ့သူ မအားကြဘူး။ အချိန်က အလွန်တန်ဖိုးရှိ၊ အလွန်ရှားပါးလာပြီး ရတဲ့အချိန်လေးကိုအကျိုးရှိအောင် အသုံးပြုဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ အချိန်တွေ ပိုနေတာကတော့ လူငယ်တွေပါ။ လူငယ်တွေအနေနဲ့ အချိန်ကို တန်ဖိုးရှိစွာအသုံးချဖို့ လိုပါတယ်။ အရွယ်ရောက်လာတဲ့အချိန်မှ နုပျိုတဲ့အချိန်ကို ပြန်လိုချင်လို့ မရတော့ပါဘူး။

* * *




မအောင်မြင်သူ ပျင်းရိသူတွေက ဒီလိုတုံ့ပြန်တယ်။
"ငါ့ကို လာပြောတယ် ဟုတ်လား ငါ လုပ်နေတာပဲ၊ ငါ ကြိုးစားနေတာပဲ ဒါတွေကျတော့ မမြင်ဘူး အပြစ်တွေပဲလိုက်မြင်နေတယ်"
"တော်ပြီ. . . ဒီလောက်လုပ်နေတာတောင် အပြစ်တွေပဲ ပြောခံနေရတယ်ဆိုရင် ဘာမှမလုပ်တာတောင် ကောင်းသေးတယ် လုပ်လည်း လုပ်ရသေးတယ် အပြောလည်း ခံရသေးတယ်"
"အမှားဆိုတာ ရှိမှာပေါ့"
"မမှားချင်ရင် ဘာမှမလုပ်ဖို့ဘဲ ရှိတော့တယ်"
"လုပ်နေတာပဲ မှားတာမကြိုက်ရင်လည်း တော်ပြီ"
"ဘာမှလာမခိုင်းနဲ့ ဘာမှလည်း မလုပ်တော့ဘူး"
"နှိမ်နိုင်တုန်းတော့ နှိမ်ထားပေါ့"
"နောက်ဘဝကျရင် ပြန်နှိမ်ခံရမယ်"
"ငါတို့မှာ ဘာမှမရှိတာ နှိမ်ခံရမှာပေါ့"
"ဘဝပေး အခြေအနေမှ မတူတာလေ ဘယ်တတ်နိုင်မလဲ ကံပေါ့"
"အရင်ဘဝ ကုသိုလ်ကံပေါ့"

# တုံ့ပြန်မှု

ဝေဖန်ခံရရင်၊ အပြစ်ပြောခံရရင်၊ နှိမ့်ချခံရရင် အောင်မြင်သူတွေက ဒီလို တုံ့ပြန်ပါတယ်။

"ငါဝေဖန်ခံရတယ်၊ ငါအကောင်းဆုံးကိုပြင်ဆင်ပြီး တိုးတက်အောင် လုပ်မယ်"

"သူ ဝေဖန်ပေးလို့ ငါ့အားနည်းချက်ကိုသိရတာ ကျေးဇူးတင်တယ်"

"ငါ အပြစ်ပြောခံရတယ်၊ ငါ ဘာမှားလဲဆိုတာ သိရပြီ၊ အကောင်းဆုံး နောက်တစ်ကြိမ် ပြင်ဆင်ပြီး ကြိုးစားမယ်"

"ငါ့အမှားကို ပြောပေးတဲ့အတွက် ကျေးဇူးပါ၊ နောက်ထပ် မမှား အောင် ကြိုးစားမယ်"

"အမှားက အရှုံးမဟုတ်ဘူး၊ အောင်မြင်မှုရဲ့ လှေကားထစ်ပါ။ သင်ခန်းစာပါ၊ အတွေ့အကြုံပါ၊ ဒါကြောင့် ပြင်ဆင်မယ်၊ အမှားကို ပြောပေးတဲ့သူကို ကျေးဇူးတင်တယ်"

နှိမ်ချခံရရင် ဘာကြောင့်လဲ သေချာစဉ်းစားသုံးသပ်မယ်၊ ပညာကြောင့်လား၊ ငွေကြောင့်လား၊ ငါ အနှိမ်မခံရအောင် ဘာလုပ်မလဲ၊ အနှိမ်ခံရတဲ့ ခံစားမှုကို မခံချင်စိတ်၊ တွန်းအားအဖြစ် ပြောင်းလဲပြီး အရင်ထက် အဆများစွာ ကြိုးစားမယ်။

မသိသေးတာ သင်ယူမယ်၊ မတတ်သေးတာ လေ့လာမယ်၊ မေးမြန်းမယ်၊ မဆုတ်မနစ်တဲ့ ဇွဲနဲ့ အောင်မြင်မှုရအောင် ကြိုးစားရုန်းထွက်မယ်။

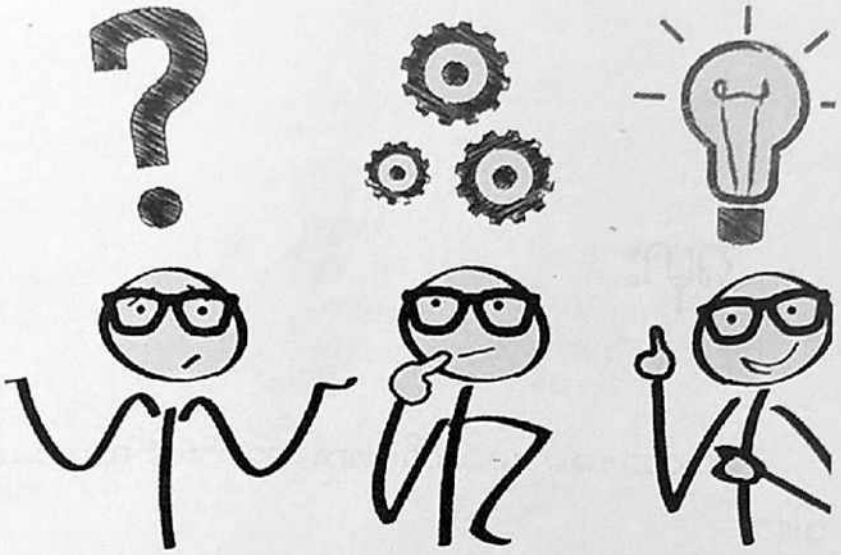
"အရင်ဘဝက ဘာအမှားလုပ်မိလို့လဲမှ မသိတာ"

"ဒီဘဝတော့ ငါတို့ အောင်မြင်ဖို့ဆိုတာ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူးလေ"

"ငါတို့လည်း လုပ်ကြည့်တာပဲ ဖြစ်မှဖြစ်မလာတာ ကံတရားက မျက်နှာလိုက်တယ်"

**တုံ့ပြန်မှုကွာသွားတာနဲ့ ရလဒ်တွေလည်း ကွာသွားပါတယ်။**

* * *



## တွန်းအား

ပြဿနာအခက်အခဲဆိုတာမရှိရင် အတွေ့အကြုံကောင်းဆိုတာ ရလာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

တိုင်ကြားချက်တွေ မကျေနပ်မှုတွေသာမရှိရင် ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းတွေ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

ဝေဖန်မှုတွေမရှိရင် ခံနိုင်ရည်ဆိုတာ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

မတရားပြောခံရခြင်းဆိုတာမရှိရင် သည်းခံမှုဆိုတာ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

နာကျင်မှုတွေမရှိရင် မခံချင်စိတ်တွေ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

စိန်ခေါ်မှုတွေမရှိရင် သတ္တိတွေ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

စမ်းသပ်မှုတွေမရှိရင် ကျော်ဖြတ်မှုတွေ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

စော်ကားမှုတွေမရှိရင် ခွင့်လွှတ်ခြင်းတွေ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

ကျွန်တော်တို့ဆီရောက်လာတဲ့ အဆိုးတွေ၊ အခြေအနေတွေကို ပြောင်းလဲပစ်ဖို့ အဓိက တစ်ချက်ပဲလိုတာပါ။ အဲဒါကတော့ သင်ခန်းစာ ယူတတ်ဖို့ပါ။

* * *

# အမှား

မှားတာ အမှားမဟုတ်ပါဘူး။ အမှားကို အမှားမှန်းမသိတာက အမှားပါ။

ဥပမာ လူတစ်ယောက်က ဆေးလိပ်သောက်တယ်၊ အဲဒါကို သူက အမှားလို့ မထင်ဘူး။ အပျော်လို့ ထင်တယ်၊ "**တစ်ခါတလေ သောက်တာပဲ ဘာဖြစ်လဲ**"လို့ ပြောတယ်။ သူဆေးလိပ်သောက်တာကို အမှားလို့ မသတ်မှတ်ဘူး။ အဲဒီကနေတစ်ဆင့် ဆေးလိပ်စွဲတယ်။ ဆေးလိပ်ကနေ တစ်ဆင့် ချင်းနဲ့ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲတဲ့အထိ သူ့အခြေအနေ ရောက်သွားတယ်။ သူ့ဘဝပါ ပျက်သွားတယ်။

အဲဒီအချိန်ကျမှ သူမှားမှန်းသိတယ်။ သူသိတဲ့အချိန်က နောက်ကျသွားပြီ။ သူသာ ဆေးလိပ်စသောက်ကတည်းက ဒါဟာ အမှားပါဆိုတာ သိခဲ့မယ်ဆိုရင် ဆေးလိပ်ဆက်သောက်မှာ မဟုတ်သလို မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲတဲ့အဆင့်ထိလည်း ရောက်မှာမဟုတ်ပါဘူး။

**လောင်းကစား**

ငွေအနည်းငယ်နဲ့ လောင်းကစား စပြီးလုပ်တယ်။ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အပျော်လို့ သတ်မှတ်ပြီး လုပ်တယ်။ လောင်းကစားကို အမှားလို့ မထင်ဘူး။ ဒီလောက်ငွေနည်းနည်းလေးနဲ့ ဘာမှမဖြစ်ပါဘူးလို့ တွေးတယ်။ ဒီလိုနဲ့ လောင်းကစားနောက်ကိုလိုက်ရင်း ဘဝပျက်သွားမှပဲ မှားမှန်းသိတော့တယ်။ သူသိတဲ့အချိန်က နောက်ကျနေပြီ။ အမှားအကြီးတွေ၊ ဘဝပျက်စေလောက်တဲ့ အမှားတွေက တစ်ခါတည်း တန်းပြီး ဖြစ်လာတာမဟုတ်ဘူး။ အမှားသေးသေးလေးကို လုပ်ရင်းလုပ်ရင်းနဲ့ ဖြစ်လာတာပါ။

**အမှားဆိုတာ အမှားမဟုတ်သေးပါဘူး။**
**အမှားကို အမှားမှန်းမသိရင်တော့**
**အမှားဖြစ်သွားပါပြီ...။**

အဲဒီ အမှားသေးသေးလေးတွေကို အမှားလို့ မထင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ထပ်ခါထပ်ခါ လုပ်တယ်။ အဲဒီကနေ တစ်ဆင့်ချင်း အမှားအကြီးတွေ လုပ်တယ်။ နောက်ဆုံး ဘဝပါပျက်တဲ့အထိ ဖြစ်သွားတယ်။

အဲဒါက အမှားကို အပျော်လို့ သတ်မှတ်လို့ပါ။ အကယ်၍ အမှားကို အမှားမှန်း သိမယ်ဆိုရင် သူ တစ်ခါတလေ လုပ်မိရင်တောင် ဆက်လုပ်တော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဒါဆိုရင် ဘဝပျက်စေလောက်တဲ့ အမှားအကြီးတွေဖြစ်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။

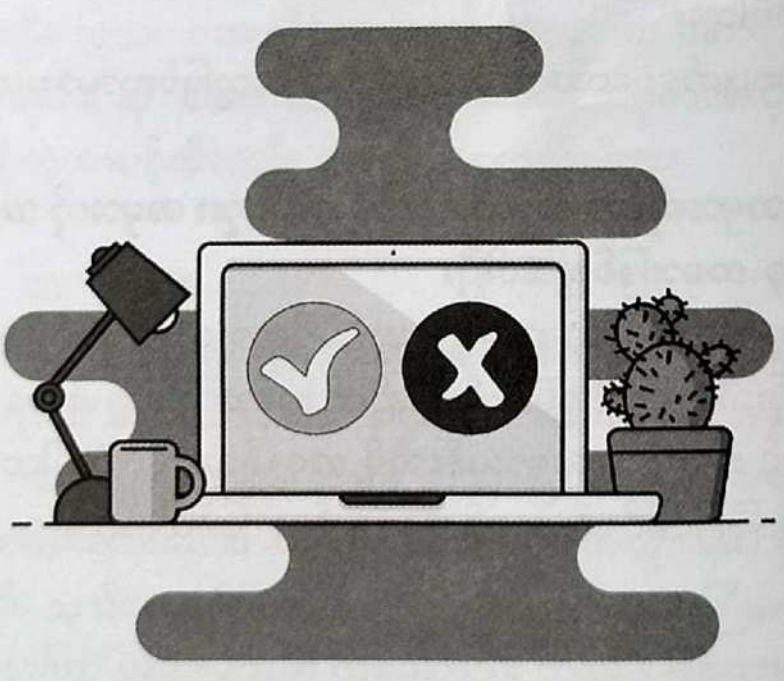
**ဒါကြောင့် အမှားဆိုတာ အမှားမဟုတ်သေးပါဘူး။ အမှားကို အမှားမှန်းမသိရင်တော့ အမှားဖြစ်သွားပါပြီ။**

လူဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် အမှားအယွင်းဆိုတာ လုပ်မိပါလိမ့်မယ်။ အဲဒါကို အမှားမှန်းသိပြီး ပြုပြင်ရပါမယ်။ ဒါဆိုရင် အမှားကြီးတွေ မဖြစ်တော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် အမှားကို အမှားမှန်းသိဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီအမှားကိုသိပြီး ပြုပြင်နိုင်ရင် အမှန်ကိုရောက်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# အကြွေး

| | |
|---|---|
| အပျော်အပါးကို | အကြွေးမထားဘူး။ |
| ဒေါသကို | အကြွေးမထားဘူး။ |
| ဝေဖန်မှုကို | အကြွေးမထားဘူး။ |
| ပြစ်တင်ပြောဆိုမှုတွေကို | အကြွေးမထားဘူး။ |
| Facebook ကို | အကြွေးမထားဘူး။ |
| အမုန်းတရားကို | အကြွေးမထားဘူး။ |



အကြွေးထားထားတဲ့အရာတွေကတော့ . . .

| | |
|---|---|
| ၁။ အလုပ်ကို | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၂။ ဘုရားတရားကို | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၃။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၄။ မိဘကို ပြုစုဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၅။ မိသားစုကို အချိန်ပေးဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၆။ ကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်ဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၇။ ခွင့်လွှတ်ပေးဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၈။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအားဖြည့်ဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၉။ စာဖတ်ဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၁၀။ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၁၁။ ပညာအသစ်တစ်ခု ထပ်လေ့လာဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၁၂။ မကောင်းတဲ့အကျင့်တွေ ပြင်ဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |
| ၁၃။ ကောင်းတဲ့အကျင့်တွေ မွေးမြူဖို့ | အကြွေးထားထားတယ်။ |

* * *

သင့်ရင်ထဲ မေတ္တာရှိရင် မေတ္တာတွေကို သင် မြင်ပါလိမ့်မယ်။

သင့်အမြင်တွေက သင့်အတွက်တော့ မှန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သင့်အမြင်က အများအတွက် မှန်ကန်ဖို့ဆိုရင်တော့ သင်ဟာ နှလုံးသားကြီးဖို့ လိုပါတယ်။ သင်ဟာ စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ သင်ဟာ ချင့်ချိန်တတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ သင်ဟာ သူတစ်ပါးနေရာကို ဝင်ခံစားပေးတတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ သင်ဟာ သူများကမ္ဘာကို လေးစားပေးဖို့ လိုပါတယ်။

သင်ဟာ အတ္တသမားတစ်ယောက်ဆိုရင်တော့၊ သင်ဟာ မမျှတသူတစ်ယောက်ဆိုရင်တော့၊ သင်ဟာ သင့်ကိုယ်သင်ပဲ အမြဲမှန်တယ်ထင်နေသူတစ်ယောက်ဆိုရင်တော့၊ သင့်အမြင်ဟာ အလွန်ကျဉ်းမြောင်းနေဦးမှာပါ။

သင့်အမြင်က လူအများနဲ့ ဆန့်ကျင်နေဦးမှာပါ။

ဒါကြောင့် သင်ဟာ အများနဲ့ အဆင်ပြေနိုင်တဲ့သူ၊ သင်ဟာ မျှဝေခံစားတတ်တဲ့သူ၊ သင့်အမြင်ဟာ အများအတွက် မှန်ကန်ပြီး အဆင်ပြေနိုင်ဖို့ နှလုံးသား ကျယ်ကျယ်ထားရပါလိမ့်မယ်၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားကို အခြေခံရပါလိမ့်မယ်၊ စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုနဲ့ လွှမ်းခြုံထားရပါလိမ့်မယ်။

* * *

# အတွေးအမြင်

သင်တွေးနေတဲ့အတိုင်းပဲ သင်မြင်ပါလိမ့်မယ်။ သင်ဖြစ်ချင်တဲ့အတိုင်းပဲ သင်မြင်ပါလိမ့်မယ်။

သင်ကိုယ်တိုင်က တရားသမားတွေနဲ့ ပေါင်းရင် တရားသဘောနှင့် မြင်ပါလိမ့်မယ်။

သင်က စီးပွားရေးသမားနဲ့ ပေါင်းရင် စီးပွားရေးသဘောအတိုင်း မြင်ပါလိမ့်မယ်။

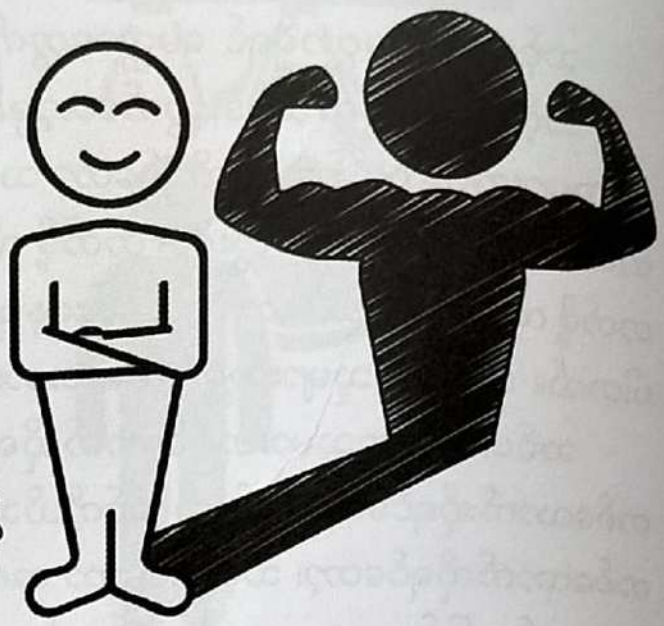
သင်က မကောင်းတဲ့ အပေါင်းအသင်းနဲ့ ပေါင်းရင် မကောင်းတဲ့အမြင်နဲ့ပဲ မြင်ပါလိမ့်မယ်။

**သင်သိထားတဲ့အတိုင်းပဲ သင်မြင်ပါလိမ့်မယ်။ သင်လုပ်ချင်တဲ့အတိုင်းပဲ သင် မြင်ပါလိမ့်မယ်။**

မိသားစု၊ သူငယ်ချင်း၊ ချစ်သူ၊ စီးပွားဖက် အားလုံးကို သင် လမ်းခွဲလိုလျှင် လမ်းခွဲစရာအကြောင်းတွေကို သင် မြင်ပါလိမ့်မယ်။ လက်တွဲလိုလျှင် လက်တွဲဖို့ အကြောင်းတွေကို သင် မြင်ပါလိမ့်မယ်။

သင့်ရင်ထဲ အမုန်းတွေရှိရင် မုန်းစရာတွေကို သင် မြင်ပါမယ်။ သင့်ရင်ထဲ အချစ်တွေရှိရင် ချစ်စရာတွေကို သင်မြင်ပါမယ်။

မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)



# ယုံကြည်မှုနှင့် မာန

မိမိကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိခြင်းဟာ ဘဝအောင်မြင် တိုးတက်ရေး အတွက် ကြီးမားတဲ့ အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါတယ်။

ယုံကြည်မှုရှိတာနဲ့ မာနရှိတာနဲ့တော့ မတူပါဘူး။ ကိုယ့်ဆီမှာရှိနေတာက ယုံကြည်မှုလား၊ မာနလားဆိုတာကိုတော့ သေချာဆန်းစစ်ဖို့ လိုပါလိမ့်မယ်။

ယုံကြည်မှုရှိတဲ့သူက ကိုယ်လုပ်တဲ့အရာကို အမြဲတမ်း ဆန်းစစ်တယ်။ သူများပြောတာတွေကိုလည်း လေးစားစွာ နားထောင်ပေးတယ်။ သူများရဲ့ အတွေ့အကြုံကနေလည်း ပညာယူတယ်။

ဒါကြောင့် ယုံကြည်မှုရှိတဲ့သူက ဘဝတိုးတက်အောင်မြင်ဖို့ လွယ်ကူမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မာနရှိတဲ့သူကတော့ ဘဝတိုးတက်အောင်မြင်ဖို့ ခက်ခဲနေဦးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# မျက်မှန်စိမ်း

အင်တာနက်မှာ အကြောင်းအရာတစ်ခု ဖတ်ဖူးတယ်။ အဲဒါကတော့ သူဌေးတစ်ယောက် မျက်စိနာတဲ့ရောဂါဖြစ်တယ်။ ဆရာဝန်တွေများစွာနဲ့ ပြတယ်။ မပျောက်ဘူး၊ နောက်ဆုံးဆရာဝန်တစ်ယောက်နဲ့ ပြတဲ့အခါမှာ ရောဂါရဲ့ဇာစ်မြစ်ကို ရှာတွေ့သွားတယ်။ သူက အစိမ်းရောင်ကိုပဲ ကြည့်လို့ ရတယ်။ ကျန်တဲ့အရောင်တွေကြည့်ရင် မျက်စိက နာတယ်။ ဒါကြောင့် အစိမ်း ရောင်ပဲ ကြည့်ပါလို့ ဆရာဝန်က မှာလိုက်တယ်။

ဒါနဲ့ သူလည်း ဆေးသုတ်တဲ့သူတွေခေါ်ပြီး တစ်အိမ်လုံး အစိမ်းရောင် တွေ သုတ်ခိုင်းလိုက်တယ်။

အစိမ်းရောင်တွေဖြစ်သွားတော့ သူလည်း အဆင်ပြေသွားတယ်။ သူ့ ဝန်ထမ်းတွေ အကုန်လုံးကိုလည်း အဝတ်အစားအစိမ်းရောင်ပဲ ဝတ်ခိုင်း တော့တယ်။

ဒီလိုနဲ့ တစ်ရက်ကျတော့ သူ့ကို ကုပေးတဲ့ဆရာဝန်က အဲဒီသူဌေးအိမ် ဘက်ရောက်ရင်း အိမ်ထဲဝင်သွားတယ်။ သူ့တပည့်တွေက ဆရာဝန်ကို ဆေး အစိမ်းရောင်တွေနဲ့ တစ်ကိုယ်လုံး လောင်းချလိုက်တယ်။

"ဘာဖြစ်လို့ အစိမ်းရောင်တွေ လောင်းရတာလဲ"လို့ ဆရာဝန်က မေး တော့ တပည့်တွေက ဖြေတယ်။ "ကျွန်တော်တို့သူဌေးက အစိမ်းရောင်ပဲ ကြည့်လို့ရတာ ဆရာဝတ်ထားတာက အဖြူရောင်ဆိုတော့ ဆရာ့ကိုမြင်ရင် ကျွန်တော်တို့သူဌေး မျက်စိနာမှာစိုးလို့"တဲ့။

ဆရာဝန်က အဲဒီစကားကိုကြားပြီး ပြောတယ်. . .

"ဒါနဲ့မျှားကွာ မျက်မှန်အစိမ်းတစ်ခု ဝယ်တပ်လိုက်ပါလား"

**ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံးကို ဆေးလိုက်ခြယ်နေမယ့်အစား သင့်အမြင်ကိုပဲ ပြောင်းလိုက်ပါ။ ဒါဆို ကမ္ဘာကြီးလည်း လိုက်ပြောင်းလာမှာပါ။**

ဒီအကြောင်းအရာလေးကနေ ဘာသင်ခန်းစာရသလဲဆိုရင်တော့ ကျွန်တော်တို့တွေက ကိုယ်ကြိုက်တာကိုပဲ အားလုံးကို လိုက်ကြိုက်စေချင်ကြတယ်။

**"ကမ္ဘာကြီးကို ဆေးမခြယ်ပါနဲ့
သင့်အမြင်ကိုပဲ ပြောင်းလိုက်ပါ"**

ကိုယ့်စိတ်ကူးထဲကအတိုင်း အားလုံးကို ဖြစ်စေချင်ကြတယ်။ လူတွေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်တွေကို ပြောင်းလဲဖို့ပဲ ကြိုးစားကြတယ်။

ကိုယ်နဲ့အကြိုက်မတူရင် မှားတယ်လို့ ထင်ကြတယ်။

ကိုယ်နဲ့ အကျင့်မတူရင် မှားတယ်လို့ ထင်ကြတယ်။

တကယ်တော့ ဘယ်သူမှ မှားနေတာမရှိဘူး။ လူအမျိုးမျိုး၊ အကြိုက်အမျိုးမျိုး၊ အကျင့်အမျိုးမျိုးရှိနေတာပါ။

သူက အစပ်ကြိုက်တယ်။ ကိုယ်က အငန်ကြိုက်တယ်။ သူက အချို့ကြိုက်တယ်။ သူက ညအိပ်ရင် မီးပိတ်ပြီး အိပ်တာကြိုက်တယ်။ ကိုယ်က မီးဖွင့်ပြီး အိပ်တာကြိုက်တယ်။

သူကခေါက်ဆွဲကြိုက်တယ်။ ကိုယ်ကခေါက်ဆွဲမကြိုက်ဘူး။ သူက အေးအေးဆေးဆေး နေရတာကြိုက်တယ်။ ကိုယ်ကပျော်ပျော်နေရတာ ကြိုက်တယ်။ သူက အပူကြိုက်တယ်။ ကိုယ်က အအေးကြိုက်တယ်။

သေချာပြန်စဉ်းစားကြည့်ရင် အကြိုက်တွေမတူတာ၊ အကျင့်တွေ မတူတာဖြစ်ပါတယ်။ မကောင်းတာမဟုတ်ဘူး။ ဒါဆိုရင် လူတိုင်းကို လိုက်ပြောင်းနေမယ့်အစား ကိုယ့်အမြင်ကိုပဲ ပြောင်းလိုက်ရင် အားလုံးအဆင်ပြေသွားမှာပါ။

ဒါကြောင့်

**"ကမ္ဘာကြီးကို ဆေးမခြယ်ပါနဲ့**
**သင့်အမြင်ကိုပဲ ပြောင်းလိုက်ပါ"**

* * *

# ငွေ

တချို့သူတွေက ကျန်းမာရေးအထိခိုက်ခံပြီး ငွေရှာကြတယ်။
ပြီးတော့ကျန်းမာရေးအတွက် ငွေကို ပြန်သုံးကြတယ်။
တချို့သူတွေက သိက္ခာကျခံပြီး ငွေကိုရှာကြတယ်။
ပြီးတော့ သိက္ခာကို ပြန်ဆယ်ဖို့အတွက် ငွေကို ပြန်သုံးကြတယ်။
တချို့သူတွေက ယုံကြည်မှုပျက်ခံပြီး ငွေကိုရှာကြတယ်။
ပြီးတော့ ယုံကြည်မှုပြန်တည်ဆောက်ဖို့ ငွေကို ပြန်သုံးကြတယ်။
တချို့သူတွေက အမှုတွေအဖြစ်ခံပြီး ငွေကိုရှာကြတယ်။
ပြီးတော့ အဲဒီအမှုက လွတ်ဖို့အတွက် ငွေကို ပြန်သုံးကြတယ်။
အဲလိုပုံစံမျိုးနဲ့ကတော့ စိတ်ချမ်းသာပြီး ပျော်ရွှင်တဲ့ဘဝကို ရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဘာပဲလုပ်လုပ် ရိုးသားပါ။
ရိုးသားခြင်းနဲ့သာ ပျော်ရွှင်ခြင်း၊ ကြီးကျယ်ခြင်း၊ မြင့်မြတ်ခြင်းနဲ့ ရေရှည်တည်တံ့တဲ့ အောင်မြင်မှုကို တည်ဆောက်နိုင်တာပါ။

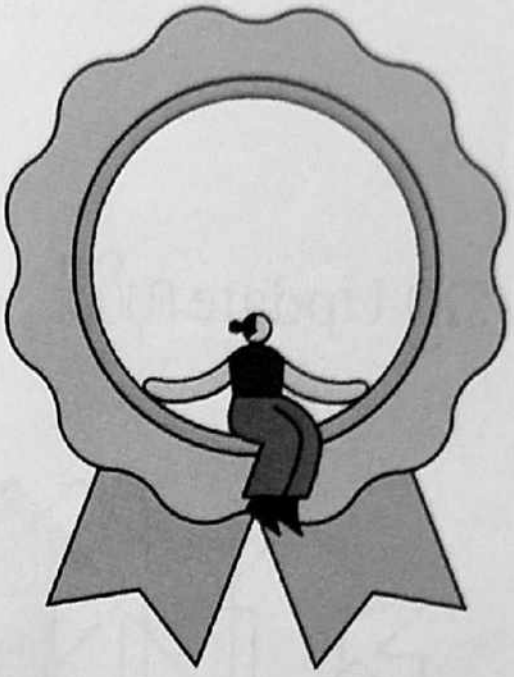
* * *

# အမြဲ Update လုပ်ပါ


ကျွန်တော်တို့ရဲ့အဝတ်အစားတွေကို အမြဲတမ်း ဒီဇိုင်းအသစ်တွေ၊ နောက်ဆုံးပေါ် တွေ ရွေးဝယ်ကြသလို ပညာတွေ၊ သင်ယူစရာတွေကိုလည်း အမြဲတမ်း ဒီဇိုင်းအသစ်တွေ၊ နောက်ဆုံးပေါ် တွေကို တက်ရောက် သင်ကြားနေရမယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဖုန်းတွေကို မော်ဒယ်အမြင့်ပြောင်းပြီး ကိုင်ကြသလို ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အတွေးအခေါ် တွေ၊ စဉ်းစားပုံတွေကို မော်ဒယ်အသစ် ပြောင်းရမယ်။

ကျွန်တော်တို့ ဖုန်းတွေ၊ ကွန်ပျူတာတွေက Software တွေ၊ Application တွေကို Update လုပ်ကြတယ်။ Version မြှင့်ကြသလို ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အလုပ်အကိုင်တွေ၊ အမူအကျင့်တွေ၊ အပေါင်းအသင်းတွေကို Update လုပ်ရမယ်။ Version မြှင့်ရမယ်။



# ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားကိုးပါ

သင့်ကို ကူညီပေးမယ့်သူ မရှိလို့ စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။ ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးမယ့်သူမရှိလို့ အရာအားလုံးကို သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်တတ်လာတာပါ။

သင့်ကို ဖေးမတွဲထူမယ့်သူမရှိလို့ စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။ ဖေးမတွဲထူမယ့်သူ မရှိလို့ လဲကျတိုင်း ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီး သင်ကိုယ်တိုင် ပြန်ထလာနိုင်တာပါ။

သင့်ကို လမ်းပြတွဲခေါ်မယ့်သူမရှိလို့ စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။ လမ်းပြ တွဲခေါ်မယ့်သူမရှိလို့ ကိုယ်တိုင် စမ်းသပ်တီထွင်ပြီး လမ်းသစ်ဖောက်နိုင်ခဲ့တာပါ။

သင့်ကို ချစ်ခင်ကြင်နာမယ့်သူမရှိလို့ စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။ ချစ်ခင်ကြင်နာမယ့်သူမရှိလို့ သင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ချစ်တတ်လာတာပါ။

သင့်ပြဿနာတွေကို ဝိုင်းဝန်းကူညီဖြေရှင်းပေးမယ့်သူ မရှိလို့ စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။ ဝိုင်းဝန်းကူညီဖြေရှင်းပေးမယ့်သူမရှိလို့ ပြဿနာတွေကို သင်ကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းတတ်လာတာပါ။

* * *

## တန်ဖိုး *(Value)*

Facebook ပေါ်မှာ စာတွေရေး၊ စာတွေဖတ်ကြသလို အပြင်မှာလည်း စာတွေရေး၊ စာတွေဖတ်ရမယ်။ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေကို အသစ်အသစ် ဖြစ်အောင် ပြောင်းလဲကြိုးစားနေသလို စိတ်ကူးတွေ၊ အတွေးတွေကိုလည်း အသစ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့အိပ်ခန်းတွေ၊ ဧည့်ခန်းတွေကို အမြဲသစ်လွင်သန့်ရှင်းနေအောင် ထားသလို ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဦးနှောက်နဲ့ နှလုံးသားကိုလည်း သစ်လွင် သန့်ရှင်းနေအောင် ထားရမယ်။ ကွန်ပျူတာတွေ၊ ဖုန်းတွေကို မကြာမကြာ Refresh လုပ်တယ်။ မလိုတာတွေ Delete လုပ်တယ်။ တချို့ဟာတွေ Format ချသလို ကျွန်တော်တို့ စိတ်ရောကိုယ်ပါ အနားယူပြီး Refresh လုပ်ရမယ်။ မကောင်းတဲ့အကျင့်တွေကို Delete လုပ်ရမယ်။ မကောင်းတဲ့ စိတ်တွေ၊ မကောင်းတဲ့အပေါင်းအသင်းတွေကို Delete လုပ်ရမယ်။

* * *

# ဟန်ဆောင်မှု

ပုံမှန်ကတိမတည်သူထက် ငါက ကတိတည်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ကတိမတည်သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်လိမ်တဲ့သူထက် ငါက မှန်ကန်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး လိမ်တဲ့သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ဟန်ဆောင်တဲ့သူထက် ငါက ပွင့်လင်းတယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ် ပြောပြီး ဟန်ဆောင်တဲ့သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ရိုင်းစိုင်းသူထက် ငါက ယဉ်ကျေးတယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ရိုင်းစိုင်းသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်မုန်းသူထက် ငါက ချစ်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး မုန်းတဲ့သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန် အမြဲ အယူပဲရှိတဲ့သူထက် ငါက ပေးကမ်းတတ်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ် ပြောပြီး ယူပဲယူသွားသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ကိုယ့်စကားကိုယ် တာဝန်မယူသူထက် ငါက ငါ့စကားတာဝန်ယူတယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ကိုယ့်စကားကိုယ်တာဝန်မယူသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ကျေးဇူးကန်းသူထက် ငါက ကျေးဇူးသိတတ်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ကျေးဇူးကန်းသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သူထက် ငါက အများကိုကြည့်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ကောက်ကျစ်သူထက် ငါက သဘောထားပြည့်ဝတယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ကောက်ကျစ်သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ကိုယ်ကျိုးကြည့်သူထက် ငါက အများအတွက်ကြည့်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ကိုယ်ကျိုးကြည့်သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်မသိမတတ်သူထက် ငါက သိတယ်၊ တတ်တယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး မသိမတတ်သူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်စိတ်ဓာတ်အောက်တန်းကျသူထက် လူရှေ့သူရှေ့တအားကောင်းပြပြီး တကယ်စိတ်ဓာတ်အောက်တန်းကျသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ခိုးသူထက် ငါက စာရိတ္တကောင်းတယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ခိုးသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်ခေါင်းဆောင်မပီသသူထက် ငါက ခေါင်းဆောင်ကောင်းလို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး လက်အောက်ငယ်သားပေါ် မမှီတသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်အိမ်ထောင်ဘက်အပေါ် ဆိုးသူထက် ငါက အိမ်ထောင်ဘက်ကောင်းလို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး တရားမျှတမှုမရှိသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်သမ္မာအာဇီဝမဟုတ်ဘဲ ငွေရှာသူထက် ငါက သမ္မာအာဇီဝနဲ့ ငွေရှာတယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး သမ္မာအာဇီဝမဟုတ်ဘဲ ငွေရှာသူက ပိုရှိစရာကောင်းတယ်။

ပုံမှန်စိတ်ရင်းကို ဖုံးကွယ်ပြီး လူအထင်ကြီးအောင်နေပြီး တကယ့်တကယ်မှာက ဟန်ဆောင်လိမ်ညာနေတာ ပို့ရ်ုစရာကောင်းတယ်။

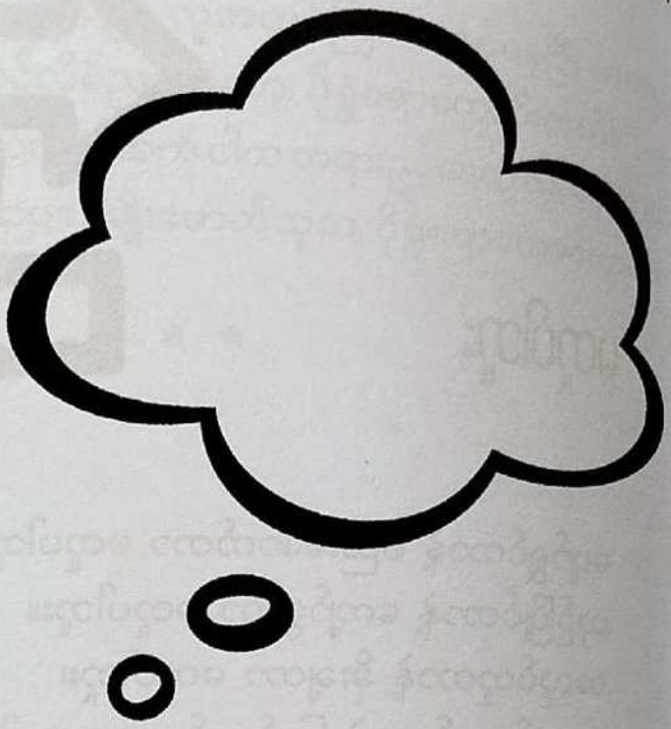
ပုံမှန်ဥပဒေကို ချိုးဖောက်သူထက် ငါက တရားဥပဒေကို လိုက်နာတယ်လို့ အကြိမ်ကြိမ်ပြောပြီး ဥပဒေချိုးဖောက်သူက ပို့ရ်ုစရာကောင်းတယ်။

* * *

# မတူပါဘူး

ပျော်ရွှင်တာနဲ့ စည်းဖောက်တာ မတူပါဘူး၊
ယှဉ်ပြိုင်တာနဲ့ ကျော်ခွတာ မတူပါဘူး။
အလုပ်တူတာနဲ့ ခိုးချတာ မတူပါဘူး၊
ဖောက်ထွက်တာနဲ့ ဖြတ်ခုတ်တာ မတူပါဘူး။
ဆန်းသစ်တာနဲ့ ကူးချတာ မတူပါဘူး။
တည်ကြည်တာနဲ့ မာနကြီးတာ မတူပါဘူး။
ပြုံးရွှင်တာနဲ့ ပေါတာ မတူပါဘူး။
သည်းခံတာနဲ့ ညံ့တာ မတူပါဘူး။
လွတ်လပ်တာနဲ့ ပေါ့ပျက်တာ မတူပါဘူး။
ပြတ်သားတာနဲ့ ရိုင်းစိုင်းတာ မတူပါဘူး။
စိမ်ခန့်ခွဲတာနဲ့ အုပ်ချုပ်တာ မတူပါဘူး။
ချစ်တာနဲ့ ချုပ်တာ မတူပါဘူး။
ခိုးကျူးတာနဲ့ မြောက်ပင့်တာ မတူပါဘူး။
လျစ်လျူရှုတာနဲ့ ဂရုမစိုက်တာ မတူပါဘူး။
ရောင့်ရဲတာနဲ့ မကြိုးစားတာ မတူပါဘူး။
ရိုးရှင်းတာနဲ့ ရည်မှန်းချက်မရှိတာ မတူပါဘူး။
ကောင်းစေချင်တာနဲ့ ဒေါသ မတူပါဘူး။

* * *



# လုပ်ဆောင်မှု

လူတွေ ငါ့ကို ချစ်တယ်၊ လူတွေ ငါ့ကို ရိုသေကြတယ်။
ငါဟာ စိတ်ကောင်းရှိတယ်၊ ငါဟာ သဘောကောင်းတယ်။
ငါဟာ မျှတတယ်၊ ငါဟာ ဦးဆောင်နိုင်တယ်။
ငါဟာ တော်တယ်၊ ငါဟာ ပြောင်းလဲနိုင်တယ်။

လူတွေ ငါ့ကို အကောင်းပြောကြတယ် စသဖြင့် ကိုယ်တိုင်ပါးစပ်က ထုတ်ပြောနေတိုင်း တကယ်မဟုတ်ပါဘူး။ အခြားသူတွေ ကိုယ့်ကို ပြောတာကမှ တကယ့်အမှန်တရားပါ။

ကိုယ်ပြောခိုင်းတာတွေ ကိုယ်ပြောနေတာတွေကို လူတွေက ပြောကြတာမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်လုပ်နေတာတွေကိုသာ လူတွေက ပြောကြတာပါ။

**ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဘယ်လိုလူလဲဆိုတာ သိချင်ရင် လူတွေ ကိုယ့်နောက်ကွယ်မှာ ဘာပြောနေသလဲဆိုတာ နားထောင်နိုင်ရမှာပါ။**

ကိုယ့်ရှေ့မှာ ပြောနေတာထက် ကိုယ့်နောက်မှာ ပြောနေတာက တကယ့်အမှန်တရားပါ။

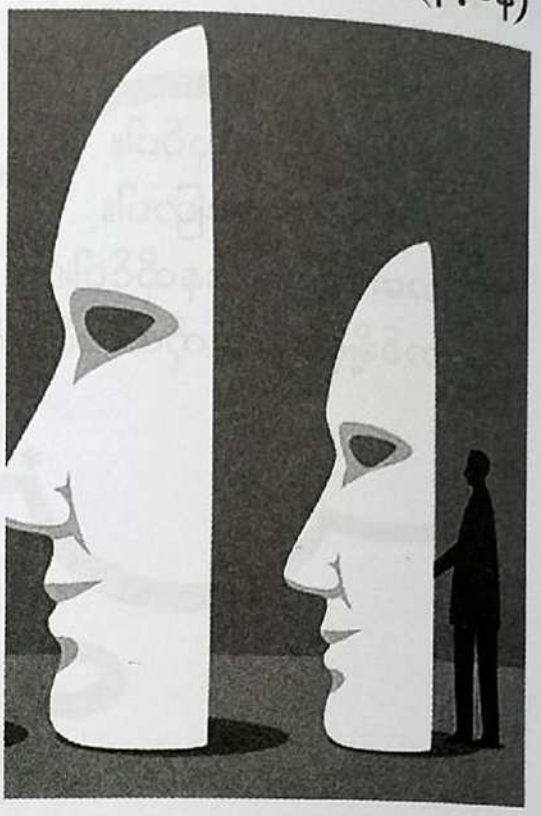
ဒါကြောင့်
အကောင်းဆုံးလုပ်ပါ။
အကောင်းဆုံးပြောပါ။
အကောင်းဆုံးနေထိုင်ပါ။
တစ်ချိန်ကျရင် ကိုယ်လုပ်ခဲ့တဲ့အတိုင်း အကျိုးပြန်ခံစားရမှာပါ။

* * *

လူတွေကို ငါက ရက်ရောတယ်လို့ ပြောဖို့ ရက်ရောပြနေတာကိုက မရက်ရောတာ။
လူတွေကို ငါက အလှူရှင်ပါလို့ပြောဖို့ လှူဒါန်းပြနေတာကိုက အလှူ မဟုတ်တာ။
လူတွေကို ငါက သိက္ခာရှိတယ်လို့ ပြောဖို့ သိက္ခာရှိပြနေတာကိုက သိက္ခာ မရှိတာ။
လူတွေကို ငါက ချမ်းသာတယ်လို့ ပြောဖို့ ချမ်းသာပြနေတာကိုက မချမ်းသာတာ။
လူတွေကို ငါက ပျော်နေတယ်လို့ပြောဖို့ ပျော်ပြနေတာကို မပျော်တာ။

* * *

မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)



# ဟန်ဆောင်ခြင်း

လူတွေကို ငါက ရိုးသားတယ်လို့ပြောဖို့ ရိုးသားပြနေတာကိုက မရိုးသားတာ။

လူတွေကို ငါက ဟန်မဆောင်တတ်ဘူးလို့ ပြောဖို့ ဟန်မဆောင်ပြနေတာကိုက ဟန်ဆောင်တာ။

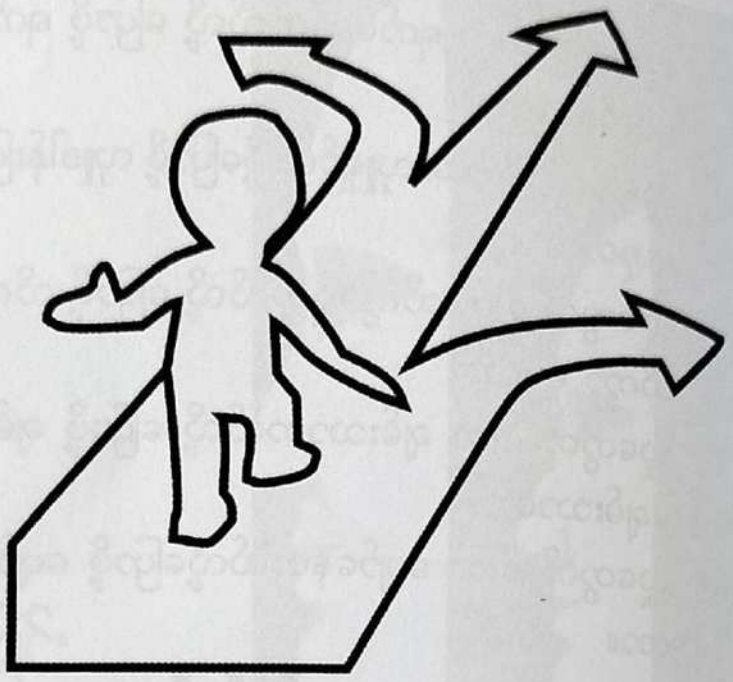
လူတွေကို ငါက သိတယ်၊ တတ်တယ်လို့ပြောဖို့ ဆရာလိုက်လုပ်ပြနေတာကိုက မသိမတတ်တာ။

လူတွေကို ငါက နှိမ့်ချတတ်တယ်လို့ ပြောဖို့ နှိမ့်ချပြနေတာကိုက မနှိမ့်ချတာ။

လူတွေကို ငါက သစ္စာရှိတယ်လို့ပြောဖို့ သစ္စာရှိပြနေတာကိုက သစ္စာမရှိတာ။

လူတွေကို ငါက ချစ်တတ်တယ်လို့ပြောဖို့ ချစ်ပြနေတာကိုက မချစ်တတ်တာ။

လူတွေကို ငါက အလုပ်လုပ်တယ်လို့ ပြောဖို့ အလုပ်လုပ်ပြနေတာကိုက အလုပ်မဟုတ်တာ။



# နည်းပြ

နည်းပြကောင်းတွေဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့လက်အောက်ငယ်သား (အသင်းသား) တွေရဲ့ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်တွေကိုသိရှိပြီး လူမှုန် နေရာမှုန် အသုံးချနိုင်ရပါမယ်။

အားသာချက်တွေကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပြီး နေရာမှုန်အသုံးချရင်းနဲ့ သူ့ရဲ့အရည်အသွေးတွေက ပိုပြီး တိုးတက်ကောင်းမွန်လာရပါမယ်။

အားနည်းချက်တွေကိုသိပြီး သူ အားနည်းတဲ့နေရာကို အသုံးမချဘဲ ရှောင်ကျဉ်နိုင်ခြင်းအားဖြင့် (လူတိုင်းမှာ အားနည်းချက်တွေရှိသော်လည်း) အားနည်းချက်တွေ မပေါ်သဖြင့် အားနည်းချက်တွေ မရှိသလိုဖြစ်အောင် စီမံနိုင်ရပါမယ်။

(ဘောလုံးနည်းပြ ဖြစ်ပါစေ၊ ခန္ဓာကိုယ်အလှနည်းပြ ဖြစ်ပါစေ၊ သီချင်းအဆိုနည်းပြ ဖြစ်ပါစေ၊ အလုပ်ခွင်ဝန်ထမ်းနည်းပြ ဖြစ်ပါစေ၊ ကျောင်းပညာနည်းပြ ဖြစ်ပါစေ၊ ဘဝနည်းပြ ဖြစ်ပါစေ)

ကိုယ့်အသင်းသားတွေ ဂိုးသွင်းတာ တော်လား၊ အဖျက် တော်လား၊ အလွတ်တည်ကန်ဘော တော်တာလား ကောင်းကောင်းသိရပါမယ်။ ဂိုးသွင်းကောင်းတဲ့သူကို နောက်တန်းမှာထားပြီး ညံ့တယ်လို့ ပြောမရပါဘူး။

သီချင်းအေးအေးနဲ့ လိုက်လား၊ အကြမ်းစားသီချင်းနဲ့ လိုက်လား သိရမှာက သီချင်းအဆိုနည်းပြရဲ့တာဝန်ပါ။

ကိုယ့်ဝန်ထမ်းစာရင်း နိုင်လား၊ အရောင်းတော်လား၊ စီမံခန့်ခွဲမှု ကောင်းလား သိရမှာက အလုပ်ခွင်က ဦးဆောင်သူရဲ့တာဝန်ပါ။

အားသာချက်၊ အားနည်းချက်တွေကိုမသိဘဲ နေရာမှားပြီး အသုံးချနေမယ်ဆိုရင်တော့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ ရလဒ်ကောင်းမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်က အရည်အချင်းကောင်းတွေလည်းရှိတယ်။ တော်တယ်လို့လည်း လူအများက ပြောကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူက အမှားတွေ များနေပြီး အရည်အချင်းတွေ ထုတ်မပြနိုင်ဘူးဆိုရင် သူ့ဆီမှာ နည်းပြကောင်းတစ်ယောက်မရှိလို့ပါပဲ။

အကယ်၍ နည်းပြလည်းရှိပြီး အရည်အချင်းကောင်းတွေ ထုတ်မပြနိုင်ဘူးဆိုရင်တော့ အဲဒီနည်းပြညံ့နေလို့ပါ။

Life Coach ဆိုရင်တော့ ပိုပြီး အန္တရာယ်ကြီးပါတယ်။ Life Coach တစ်ယောက်လုပ်တာပဲဖြစ်ဖြစ် Life Coach တစ်ယောက်ရွေးတာပဲဖြစ်ဖြစ် သတိထားဖို့ ပါးနပ်ဖို့ အမြော်အမြင်ရှိဖို့ လိုပါတယ်။

သေချာတာကတော့ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်တွေ ရှိကြပါတယ်။ အားသာချက်တွေကို အသုံးမချနိုင်ဘူးဆိုတာ နေရာမှားနေလို့ပါ။ ဘဝအတွက် Life Coach ပေါ်မှာပဲ အပြည့်အဝ မှီခိုထားလို့ မရပါဘူး။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း နေရာမှန် ရွေးချယ်တတ်ဖို့ ကြိုးစားရမှာပါ။

လူတွေရဲ့ အရည်အချင်းကောင်းတွေကို အသိအမှတ်မပြုတတ်တဲ့ Life Coach ဟာ ကောင်းတဲ့ အရည်အချင်းမရှိလို့ပါ။ Life Coach ရဲ့ အားနည်းချက်ပါ။ အရည်အချင်းကောင်းတွေကို အသိအမှတ်မပြုတဲ့ Life Coach နားမှာနေရင်တော့ တိုးတက်အောင်မြင်တဲ့နေရာတစ်ခုကို ရောက်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

## နည်းပြကောင်းတွေက

အသင်းသားတွေရဲ့အားနည်းချက်တွေကို ဖုံးဖိပေးပြီး အရည်အချင်းကောင်းတွေကို အသိအမှတ်ပြုပေးခြင်းဖြင့် ထူးချွန်ထက်မြက်တဲ့သူတွေကို မွေးထုတ်ပေးပါတယ်။

## နည်းပြညံ့တွေက

အားနည်းချက်တွေကို ဖိပြောဖော်ထုတ်ပြီး အသင်းသားတွေကို စိတ်ဓာတ်ကျအောင် လုပ်ပါတယ်။

## နည်းပြကောင်းတွေက

အသင်းသားတွေရဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အခက်အခဲပြဿနာတွေကို အမြန်ဆုံးနဲ့ အကောင်းဆုံး ဖြေရှင်းပြီး အနာဂတ်ကို ခရီးဆက်ပါတယ်။

## နည်းပြညံ့တွေက

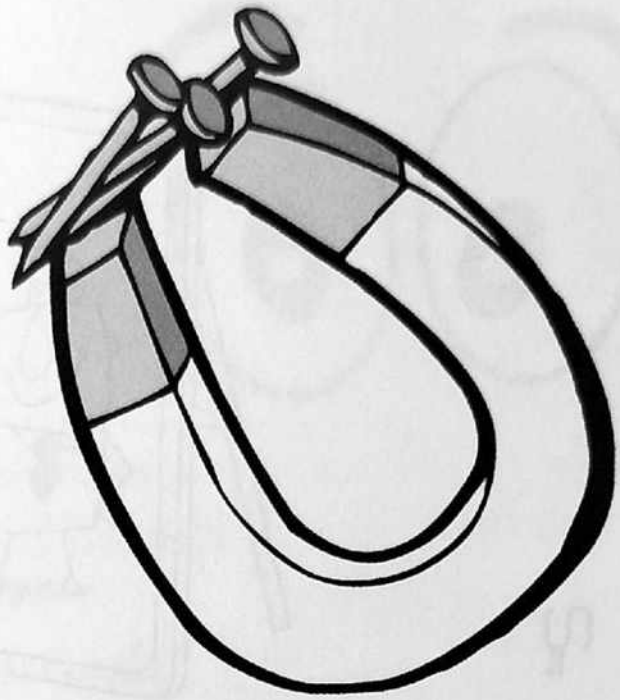
ဖြစ်ပြီးသား ပြဿနာအဟောင်းတွေကို မကြာမကြာ ပြန်လှန်ပြီး တူးဆွတတ်ကြပါတယ်။

**"နည်းပြကောင်းတွေက အနာဂတ်ကိုကြည့်ပြီး နည်းပြညံ့တွေက အတိတ်ကိုကြည့်ပါတယ်"**

နည်းပြကောင်းတွေဆီမှာနေတဲ့ အသင်းသားတွေက ဖြည်းဖြည်းမှန်မှန်တိုးတက်လာပြီး နည်းပြညံ့တွေဆီမှာနေတဲ့ အသင်းသားတွေက တဖြည်းဖြည်း စိတ်ဓာတ်ကျပြီး လက်လျှော့အရှုံးပေးတတ်လာပါတယ်။ ပြီးတော့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ပါ ပျောက်ပြီး ဦးတည်ရာမဲ့ဖြစ်လာပါတယ်။

**နည်းပြကောင်းတွေက အသင်းသားတွေရဲ့ နှလုံးသားကို အုပ်ချုပ်ပြီး နည်းပြညံ့တွေက အသင်းသားတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကိုသာ အုပ်ချုပ်နိုင်ပါတယ်။**

* * *



# ဖြစ်တည်မှု

သစ်ရွက်ခြောက်လေးက လိပ်ပြာတွေကို ငါ့ဆီလာပါလို့ ဘယ်လောက် အော်အော် ဘယ်လိပ်ပြာကမှ သစ်ရွက်ခြောက်ဆီ သွားမှာမဟုတ်ပါဘူး။ ပန်းပွင့်လေးသာဖြစ်လိုက် လာပါလို့ အော်နေစရာမလိုဘူး။ လိပ်ပြာလေးတွေ ဝဲနေလိမ့်မယ်။

သံချောင်းက သံတွေကို ငါ့ဆီလာပါလို့ ဘယ်လောက်အော်အော် ဘယ်သံကမှ သံချောင်းဆီ သွားမှာမဟုတ်ပါဘူး။ သံလိုက်လေးသာ ဖြစ်လိုက် လာပါလို့ အော်စရာမလိုဘူး။ သံတွေကပ်နေပါလိမ့်မယ်။

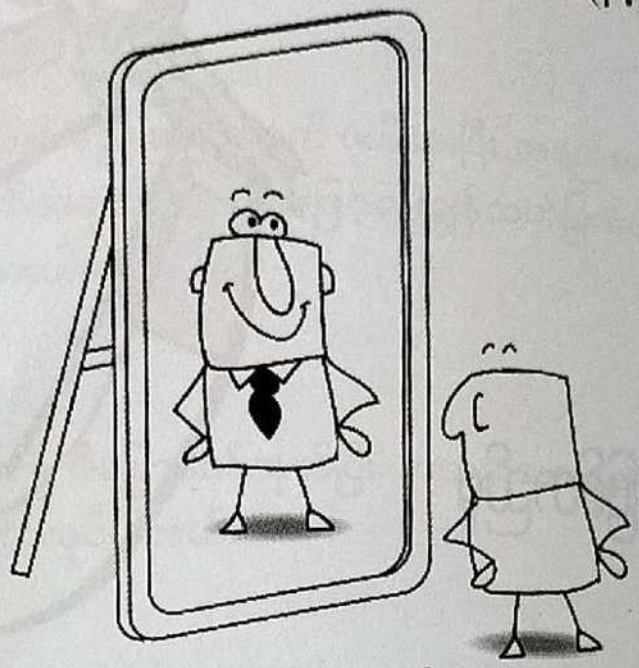
စိတ်ဓာတ်မကောင်းတဲ့သူက မိတ်ဆွေကောင်း၊ သူငယ်ချင်းကောင်း၊ အိမ်ထောင်ဖက်ကောင်း၊ ဝန်ထမ်းကောင်း၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ကောင်း၊ အသင်းသားကောင်း၊ ရလဒ်ကောင်း၊ အခွင့်အလမ်းကောင်းတွေကို လာပါလာ ပါလို့ ဘယ်လောက်ခေါ်ခေါ် လာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

**စိတ်ဓာတ်သာကောင်းလိုက် လာပါခေါ်နေစရာမလိုဘူး။**

မိတ်ဆွေကောင်း၊ သူငယ်ချင်းကောင်း၊ အိမ်ထောင်ဖက်ကောင်း၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ကောင်း၊ အသင်းသားကောင်း၊ ရလဒ်ကောင်း၊ အခွင့်အလမ်းကောင်းတွေက သူ့အချိန်အခါနဲ့အညီ ရောက်လာပါမယ်။

* * *

# လူ

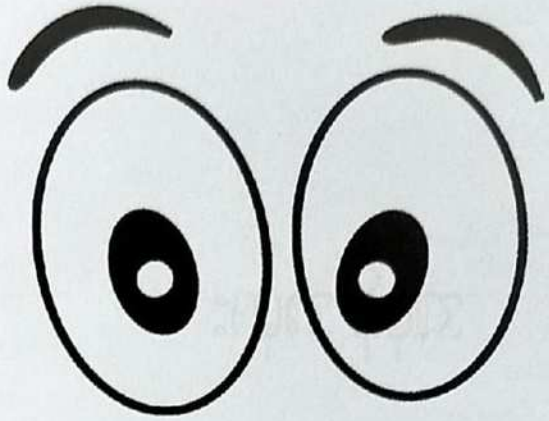


ကိုယ်ကသာ စည်းကမ်းမလိုက်နာတာ သူများကိုတော့ စည်းကမ်း
အပြည့် လိုက်နာတာပဲ လိုချင်တယ်။
ကိုယ်ကသာ စည်းဖောက်တာ သူများစည်းဖောက်ရင် မကြိုက်ဘူး။
ကိုယ်ကသာ ကတိမတည်တာ သူများ ကတိပျက်ရင် မကြိုက်ဘူး။
ကိုယ်ကသာ အပြစ်အနာမကင်းတာ သူများအပြစ်လုပ်ရင် မုန်းတယ်။
အဲလို ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်လာပြီဆိုရင် မှန်ထဲပြန်ကြည့်ပါ။
မှန်ကြည့်ဆိုတာ ကိုယ့်အားနည်းချက်ကို ကြည့်ရမှာပါ။
မှန်ကြည့်ဆိုတာနဲ့ ကိုယ့်အားသာချက်ပဲ ကြည့်တဲ့သူက ရှိသေး။
စင်းလုံးချော လိုချင်တာကိုက မဟုတ်တာပါ။

**ကျွန်တော်တို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လူတိုင်းလူတိုင်းက**
**အားသာချက်၊ အားနည်းချက်တွေ ကိုယ်စီရှိကြပါတယ်။**

ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့အားလုံးက လူတွေပဲလေ။

* * *



# တစ်ခါတလေ

ရိုးသားမှုကို ဟာသလုပ်ခံရတယ်။
အမှန်တရားကို မျက်ကွယ်ပြုခံရတယ်။
ဆင်းရဲမှုကို နှိမ့်ချခံရတယ်။
ယုံကြည်မှုကို ဖောက်ပြန်ခံရတယ်။
စေတနာကို စော်ကားခံရတယ်။
စိတ်ဓာတ်တက်ကြွမှုကို လျှောင်ရယ်ခံရတယ်။
ခွင့်လွှတ်မှုကို တန်ဖိုးချခံရတယ်။
အကြံပေးမှုကို စိတ်ဆိုးခံရတယ်။
ကူညီမှုကို ငြင်းပယ်ခံရတယ်။
သည်းခံမှုကို အခွင့်ကောင်းယူခံရတယ်။
ထူးချွန်မှုကို ရိုက်ချိုးခံရတယ်။
အသိပညာကို မျက်နှာလွှဲခံရတယ်။
မသိနားမလည်မှုကို အသုံးချခံရတယ်။
ဆန်းသစ်တဲ့အတွေးကို ပျက်ရယ်ပြုခံရတယ်။
မတူညီတာကို ခွဲခြားခံရတယ်။
ကြိုးစားမှုကို ဟန့်တားခံရတယ်။
သစ္စာတရားကို ဖောက်ဖျက်ခံရတယ်။
အချစ်ကို အရောင်ဆိုးခံရတယ်။
"ဒါတွေက လောကကြီးမှာ တစ်ကြိမ်မက ကြုံတွေ့ရမှာပါ။
ကြုံတွေ့ရတဲ့အချိန် ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ ခွန်အားသတ္တိ ရှိပါစေ"။

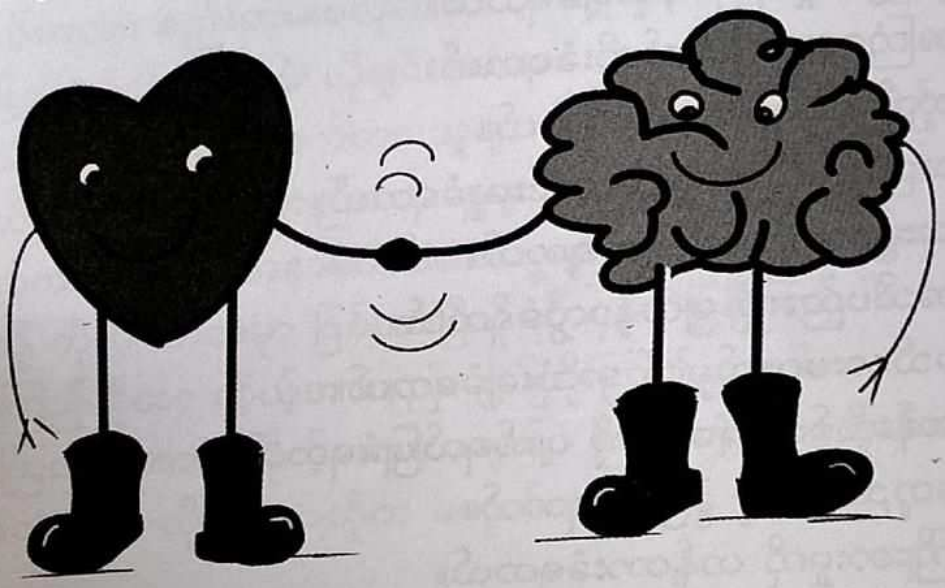
* * *

# အမှန် အမှား

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အမြဲတမ်း မှန်တယ်လို့ ထင်နေတာကလည်း အမှား တစ်ခုဖြစ်သလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အမြဲတမ်း မှားတယ်လို့ ထင်နေတာက လည်း အမှားတစ်ခုပါပဲ။

**ဘယ်သူမှ အမြဲမမှန်သလို ဘယ်သူမှလည်း အမြဲမမှားပါဘူး။**

အရေးကြီးတာက ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဘယ်ဟာအမှန်လဲ ဘယ်ဟာ အမှားလဲခွဲခြားတတ်ဖို့ပဲ လိုတာပါ။



**အမှားအမှန် ခွဲခြားနိုင်တဲ့ စဉ်းစားဆင်ခြင်ဉာဏ်ကသာလျှင် လူတစ်ယောက်ရဲ့တန်ဖိုးကို အဆုံးအဖြတ်ပေးသွားတာပါ။**

* * *

# အရှုံးမပေးနဲ့

ကျွန်တော် တစ်ခါမှ ပြုတ်မကျဖူးဘူး။ ဘယ်ကျဖူးမှာလဲ အမြင့်မှ မရောက်ဖူးတာကိုး။

ကျွန်တော် တစ်ခါမှ မမှားဖူးဘူး။ ဘယ်မှားဖူးမှာလဲ ဘာမှမလုပ်ဖူးတာကိုး။

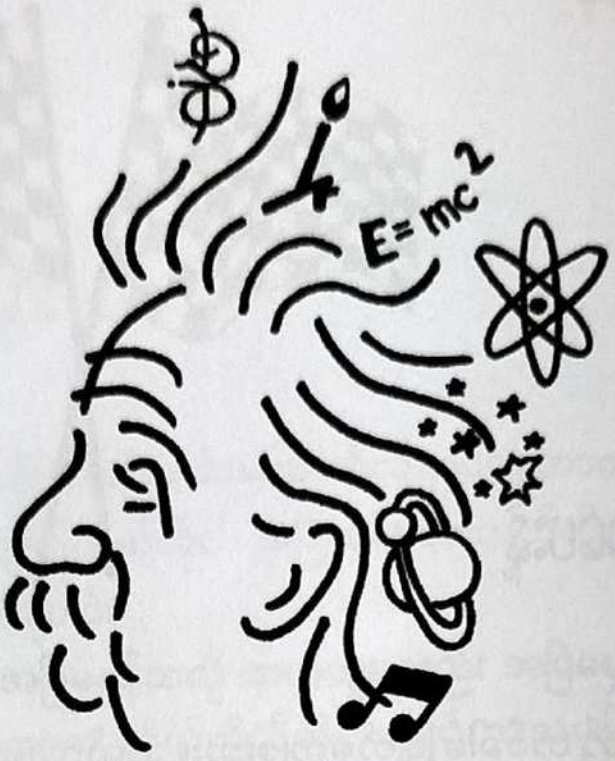
ကျွန်တော် တစ်ခါမှ မရှုံးဖူးဘူး။ ဘယ်ရှုံးဖူးဘူးမှာလဲ ဘယ်ပြိုင်ပွဲမှ မပြိုင်ဖူးတာကိုး။

မှားတာ၊ လဲကျတာ ရှုံးတာက ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ မစိုးရိမ်ပါနဲ့၊ ပြန်မပြင်တာ ဆက်မကြိုးစားတာကမှ တကယ်ရှုံးနိမ့်မှာပါ။ ဘဝရဲ့ပြိုင်ပွဲက ရေရှည်ပြိုင်ပွဲပါ။

ရေတိုရလဒ်တွေအပေါ် အရမ်းစိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။ သင်ကိုယ်တိုင် အရှုံးမပေးသ၍ ဘယ်တော့မှ မရှုံးသေးပါဘူး။ သေးသေးလေး ဆုံးရှုံးမှာကြောက်လို့ ဘာမှမလုပ်ရင် ကြီးမားတဲ့အောင်နိုင်မှု မရနိုင်ပါဘူး။

သေးသေးလေး မှားမှာကြောက်လို့ ဘာမှမလုပ်ရင် ကြီးမားတဲ့ မှန်ကန်မှုတွေ မရနိုင်ပါဘူး။ သေးသေးလေး ကျရှုံးမှာ ကြောက်လို့ ဘာမှမလုပ်ရင် ကြီးမားတဲ့ အောင်မြင်မှု မရနိုင်ပါဘူး။

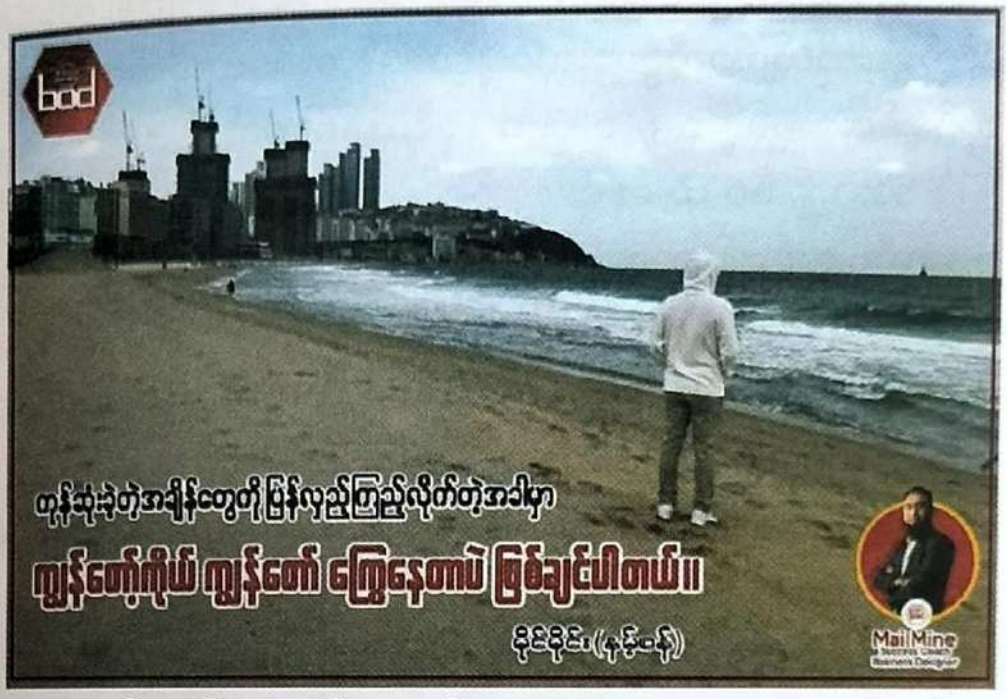
အိုင်းစတိုင်းကို မေးတယ်။ "ဘာလို့ အောင်မြင်တာလဲ" တဲ့။ သူက ပြန်ဖြေတယ်။ အရှုံးတွေနဲ့ ကြာကြာနေနိုင်လို့တဲ့. . . ။




အက်ဒီဆင်လည်း အရှုံးတွေနဲ့ ကြာကြာနေနိုင်ခဲ့တယ်။ ဒါကြောင့် အောင်မြင်ခဲ့တယ်။ KFC ရဲ့ ဆမ်းဒါးလည်း အရှုံးတွေနဲ့ ကြာကြာနေနိုင်ခဲ့တယ်။ သူလည်း အောင်မြင်ခဲ့တယ်။ ဘဝကစားပွဲမှာ အရှုံးဆိုတာ ကြုံတွေ့လာလိမ့်မယ်။ အဲဒီအချိန် ပြိုင်ပွဲက ထွက်သွားတဲ့သူက တကယ့်ရှုံးနိမ့်မှုနဲ့ ရင်ဆိုင်ရမယ်။ အရှုံးမပေးဘဲ ဆက်ကြိုးစားမယ်ဆိုရင် လိုချင်တဲ့ အောင်မြင်မှုတစ်ခုတော့ ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ




အခု ကျွန်တော့်အသက် ၃၅နှစ်. . .

အကယ်၍ ကျွန်တော်အသက် ၆၀ ထိ နေရမယ်ဆိုရင် နောက်ထပ် ၂၅ နှစ် ကျန်မယ်၊ ၆၀ အထိ နေရမှနော်။ နောက် ၂ လ၊ ၂ နှစ်၊ ၁၀ နှစ် ဘယ်လောက်နေရမလဲ မသေချာဘူး။ ကွေးသောလက် မဆန့်မီ၊ ဆန့်သော လက် မကွေးမီလို့ ရှေးလူကြီးတွေ ဆုံးမတယ်။ နေ့မြင်ညပျောက်၊ ရှင်သန်မှု က ခက်ခဲလာပြီး သေဆုံးမှုတွေ လွယ်ကူများပြားလာတဲ့ ယနေ့ခေတ်မှာ အသက်ရှည်ကျန်းမာဖို့ဆိုတာ မရဲတရဲနဲ့ မျှော်လင့်ရတဲ့ ဆုလာဘ်တစ်ခု ပါ။

ဂဲ ကျွန်တော် အသက် ၆၀ အထိ နေရတယ်ဆိုပါစို့. . .

နောက်ထပ် ၂၅ နှစ် ရှင်သန်ဖို့ အချိန်ရှိပါတယ်။ ကိုယ်လုပ်ချင်တာ တွေလုပ်ဖို့ အချိန် ၂၅ နှစ် ကျန်သေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ အသက် ၅၀ ကျော်ရင် ကျန်းမာရေးပြဿနာတွေ၊ အားအင်တွေ လျော့နည်းသွားတာကြောင့် ဘာမှ သိပ်လုပ်လို့ရမှာမဟုတ်တော့ပါဘူး။ ဒါဆို ၂၅ နှစ်ထဲက ၁၀ နှစ်

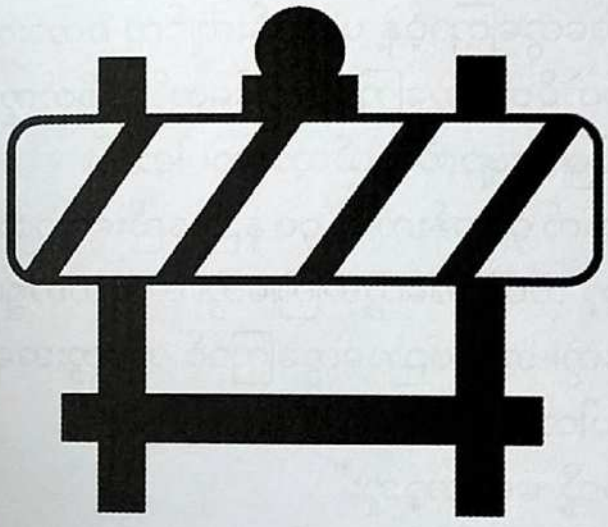
မလွယ်ကူပေမယ့် ဒီအရာတွေအားလုံးကို တစ်ပြိုင်တည်း ပိုင်ဆိုင်နိုင်ခွင့် ကျွန်တော့်မှာရော၊ မိတ်ဆွေတို့မှာရော လူတိုင်းမှာပါ ရှိပါတယ်။

ဒီအရာတွေ ပိုင်ဆိုင်ဖို့ လူတိုင်းနဲ့လည်း ထိုက်တန်ပါတယ်။

ဒီအရာတွေ အားလုံး တစ်ပြိုင်တည်း ပိုင်ဆိုင်ဖို့အတွက် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေ၊ ခံယူချက်တွေ၊ လုပ်ဆောင်ချက်တွေ မှန်ကန်ဖို့ လိုပါတယ်။

အသက် ၂၀ ဝန်းကျင်(၂၀နည်းနည်းအောက်နဲ့ ၂၀နည်းနည်းအထက်)မှာ ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိတဲ့ အရာတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။

မိမိဘဝရဲ့ရည်မှန်းချက်တွေ၊ စိတ်ကူးတွေကို လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ဖို့ စဉ်းစားလိုက်တိုင်းမှာ အတားအဆီးတွေ ရောက်ရောက်လာတာပါ။



အဲဒီအတားအဆီးက မိမိကိုယ်တွင်းကလည်း ပေါ်လာသလို ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။

မိမိကိုယ်တွင်းက အတားအဆီးတွေကတော့

"ငါ မလုပ်နိုင်ဘူးထင်တယ်"

"ဖြစ်မှဖြစ်ပါ့မလား"

"ငါ တစ်ခါမှ မလုပ်ဖူးတာ"

"ငါက တောမှာ မွေးတာ"

နုတ်တော့ လုပ်ချင်တာတွေလုပ်ဖို့ ၁၅ နှစ် ကျန်ပါတယ်။

တစ်ရက် ၂၄ နာရီရဲ့ ၃ ပုံ ၁ ပုံ၊ ၈ နာရီကို အိပ်ချိန်၊ မိသားစုကို အချိန်ပေးတဲ့အချိန်အဖြစ် ဖယ်လိုက်။

နောက်ထပ် ၃ ပုံ ၁ ပုံ၊ ၈ နာရီကို အလုပ်ချိန်၊ စားချိန်၊ လူမှုရေးချိန်၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများလုပ်ချိန်အဖြစ် ထပ်ဖယ်လိုက်ရင် ကျွန်တော် လုပ်ချင်တာလုပ်ဖို့ ၃ ပုံ ၁ ပုံ၊ ၈ နာရီကျန်ပါတယ်။

အသက် ၆၀ ထိ နေရမယ်ဆိုရင်တောင် ၁၅ နှစ်ရဲ့ ၃ ပုံ ၁ ပုံဖြစ်တဲ့ ၅ နှစ်ကိုပဲ လုပ်ချင်တာလုပ်ဖို့ အချိန်ရှိပါတယ်။ ဒါတောင် အသက် ၆၀ ထိ နေရမှနော်။

လူ့လောကမှာ လူဖြစ်ရတဲ့လူတစ်ယောက်အတွက် ဘဝရဲ့တာဝန်တွေက အများကြီးရှိပါတယ်။

**ငွေကြေးနဲ့ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်း ပေါများကြွယ်ဝချမ်းသာတာ တစ်ခုတည်းနဲ့တော့ ဘဝမှာ ပြီးပြည့်စုံပြီလို့ သတ်မှတ်လို့မရပါဘူး။**

**ကျန်းမာရေးကောင်းခြင်းဆိုတာဟာလည်း အဖိုးတန်တဲ့ပိုင်ဆိုင်မှုတစ်ခုပါ။ ဘာသာတရားယုံကြည်ချက်ရဲ့ တောင်းဆိုမှုတွေကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်ခြင်းဆိုတာကလည်း အရေးကြီးတဲ့ပိုင်ဆိုင်မှုတစ်ခုပါ။**

**ဂုဏ်သိက္ခာ၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ကျင့်ဝတ်စောင့်ထိန်းခြင်း၊ ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ သြဇာလွှမ်းမိုးမှုတွေကလည်း ရှားပါးပြီး ငွေနဲ့ဝယ်မရတဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုပါ။ မိသားစုစိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်ခြင်းဆိုတာကလည်း အလွန်တန်ဖိုးရှိတဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုပါ။ မိတ်ဆွေကောင်းဆိုတာလည်း ကောင်းမွန်တဲ့ပိုင်ဆိုင်မှုပါ။**

**သားသမီးတွေကို လူတွေနဲ့လောကကြီးကို နားလည်ပြီး အကောင်းအဆိုး၊ အကြောင်းအကျိုး၊ အမှားအမှန်ကို ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်ပညာရှိပြီး ကျင့်ဝတ်သိက္ခာရှိစွာ ရပ်တည်နိုင်တဲ့ ဘဝနေနည်းတွေ၊ ကျိုးကြောင်းဆင်ခြင်နိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်၊ အမြော်အမြင်ရှိတဲ့သူအဖြစ် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးနိုင်ခြင်းဟာလည်း တန်ဖိုးဖြတ်မရတဲ့ပိုင်ဆိုင်မှုပါ။**

ဒီအရာတွေအားလုံးကို တပြိုင်တည်း ပိုင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ဆိုတာ အလွန်ခက်ခဲပါတယ်။ ပေးဆပ်မှုတွေ ကြိုးစားမှုတွေ အများကြီးလုပ်ရပါမယ်။

"အရင်တစ်ခေါက်တုန်းကလည်း ငါ မအောင်မြင်ခဲ့ဘူး"
"လုပ်လိုက်လို့ မှားသွားရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ"
စတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။
အပြင်ကလာတဲ့ အတားအဆီးတွေဆိုတာက
"ငါ ဒီလိုလုပ်ရင် သူများဘာပြောမလဲ"
"ငါ မှားသွားရင် လူတွေ ဝေဖန်ကြမှာပေါ့"
"တစ်ခုခုမှားသွားရင် လူတွေကြားမှာ ရှက်စရာကြီး"
"ငါ့အမျိုးတွေ ဘာပြောကြမလဲ"
"လူတွေ ငါ့ကို ဒီလိုဝေဖန်ကြမှာ"
စတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို မိမိကိုယ်ထဲက လွဲမှားတဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေ၊ ကန့်သတ်ထားတဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေကြောင့်နဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်က စကားလုံးတွေ၊ ဝေဖန်မှုတွေကို ကြောက်တဲ့စိတ်တွေကြောင့် ကျွန်တော်တို့ စိတ်ကူးတွေတော်တော်များများက တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ်သွားကြပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ အသက် ၄၀ ဝန်းကျင် (၄၀ နည်းနည်းအောက်နဲ့ ၄၀ နည်းနည်းအထက်)မှာတော့ ဘဝရဲ့အတွေ့အကြုံတွေ၊ အသက်အရွယ်ကြောင့် ရလာတဲ့ ရင့်ကျက်မှုတွေ၊ အသိပညာတွေကြောင့် အတွေးအခေါ်တွေ တစ်မျိုးပြောင်းသွားကြပါတယ်။

"ငါ မလုပ်လို့ မရတော့ဘူး"
"ငါ မလုပ်ရင် မဖြစ်တော့ဘူး"
"အခုမလုပ်ရင် နောက်ကျသွားတော့မယ်"
"ဘယ်သူ ဘာပြောပြော ဂရုစိုက်နေလို့မရတော့ဘူး"
"ဝေဖန်တာတွေကို ကြောက်နေလို့ မရတော့ဘူး"
"ငါ မဖြစ်ဖြစ်တဲ့နည်းနဲ့ ရအောင်လုပ်ရတော့မယ်" စတဲ့ အတွေးတွေ ဝင်လာပါတယ်။ ဒါကြောင့် လုပ်စရာရှိတာတွေ လုပ်ပါတော့တယ်။ ဒါပေမဲ့ အသက်အရွယ်ကြောင့်၊ ကျန်းမာရေးကြောင့်၊ မိသားစုတာဝန်တွေကြောင့် အသက် ၂၀ တုန်းကလိုတော့ လုပ်နိုင်စွမ်း မရှိတော့ပါဘူး။

- အသက် ၂၀ တုန်းက လုပ်ချင်တာတွေ ၁၀ ခုရှိရင်တောင် အသက် ၄၀ မှာတော့ လုပ်ချင်တာက ၂ ခုလောက်ပဲရှိပါတော့တယ်။
- အသက် ၂၀ မှာတုန်းက ၁၀ ထိရောက်အောင် လုပ်နိုင်တဲ့စွမ်းအားတွေ၊ သတ္တိတွေ ရှိပေမယ့် ၄၀ မှာတော့ ၅ လောက်အထိပဲ လုပ်နိုင်ပါတော့တယ်။
- အသက် ၂၀ တုန်းက အချိန်တွေ အများကြီးပိုနေပေမယ့် ၄၀ မှာတော့ အချိန်ပိုတွေ နည်းသွားပါပြီ။
- အသက် ၂၀ မှာ လေ့လာသင်ယူဖို့အခွင့်အလမ်းတွေ၊ အချိန်တွေ၊ ရွေးချယ်စရာတွေ ရှိပေမယ့် ၄၀ မှာတော့ သိပ်ရွေးချယ်စရာမရှိတော့ပါဘူး။

ခြုံပြီးပြောရရင် အသက် ၂၀ မှာရှိတဲ့အခွင့်အရေးထက် အသက် ၄၀ မှာရှိတဲ့ အခွင့်အရေးက ၁၀၀ % မှာ ၂၀ % လောက်ပဲရှိပါတော့တယ်။

တချို့လူတစ်သန်းမှာ တစ်ယောက်လောက် အသက် ၄၀ မှာ ထိပ်ဆုံးထိ ထွန်းပေါက်အောင်မြင်သွားကြပေမယ့် လူတိုင်းအတွက်တော့ မလွယ်ကူ တော့ပါဘူး။

ဒါကြောင့် အသက် ၄၀ ဝန်းကျင်မှာ မှန်ကန်တဲ့အတွေးတွေ ရရှိလာ ပေမယ့် ဘဝရဲ့ရည်မှန်းချက်တွေ အားလုံးကိုတော့ လုပ်နိုင်စွမ်း မရှိတော့ ပါဘူး။

ဒီလိုနဲ့ အသက် ၆၀ ဝန်းကျင် (၆၀ နည်းနည်းအောက်နဲ့ ၆၀ နည်း နည်းအထက်) ရောက်တဲ့အခါမှာတော့ အတွေးအခေါ်တွေ တစ်မျိုး ထပ် ပြောင်းသွားပါတော့တယ်။

"သြော်အရင်တုန်းက လုပ်ချင်တာတွေ လုပ်ခဲ့လိုက်ရင် ကောင်းသား"
"လူတွေရဲ့ဝေဖန်ချက်တွေဆိုတာ ဘာမှမဟုတ်ပါဘူး"
"ငါ လုပ်ကြည့်လိုက်ရမှာ"
"လူတွေရဲ့ထင်မြင်ယူဆချက်တွေကို ဂရုစိုက်ခဲ့တာ မှားသွားတယ်"
"ငါ လုပ်ကြည့်လိုက်ရင် အောင်မြင်နိုင်တယ်"
"ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ဝေဖန်ချက်တွေဆိုတာ ခဏပါပဲလား"
"ငါ့ဘဝက ငါနဲ့ပဲ ဆိုင်တယ်"

"ငါ မလုပ်ခဲ့တာ မှားသွားတယ်"

စတဲ့ အတွေးတွေ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

သေဆုံးခါနီး လူ ၁၀၀ ကို ဘဝမှာ နောင်တအရဆုံးက ဘာလဲဆိုတဲ့ မေးခွန်းမေးပြီး သုတေသနတစ်ခု လုပ်ခဲ့ပါတယ်။

မတူညီတဲ့အဖြေတွေရှိခဲ့ပေမယ့် အားလုံးရဲ့တူညီတဲ့အဖြေတစ်ခုက **ဘဝမှာ လုပ်ချင်တာတွေကို အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် မလုပ်ခဲ့ရတာတွေအတွက် နောင်တရပါတယ်တဲ့။**

အကြောင်းအမျိုးမျိုးဆိုတာ ကျွန်တော်ပြောခဲ့တဲ့ အသက် ၂၀ ဝန်းကျင်က အတွေးတွေဖြစ်လိမ့်မယ်လို့ ကျွန်တော်ထင်ပါတယ်။

ကျွန်တော်ကတော့ အသက် ၄၀ တွေ ၆၀ တွေမှ အဲလိုနောင်တစ်မျိုးမရချင်တဲ့အတွက် အခုကတည်းက ကျွန်တော်လုပ်ချင်တာတွေ လုပ်ပါတယ်။(လူတွေအတွက်အနှောက်အယှက်ဖြစ်တာတွေ၊ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖောက်ပြားတာတွေနဲ့ ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ဆန့်ကျင်တာတွေတော့ မပါဘူးပေါ့)

အရင်ကဆို ကျွန်တော်နဲ့ သိပ်မရင်းနှီးတဲ့သူတွေ၊ မသိတဲ့သူတွေရဲ့ ဝေဖန်ပြစ်တင်ဖောင်းထုတာတွေကို ဂရုမစိုက်ခဲ့ဘူး၊ အာရုံထဲမထည့်ခဲ့ဘူး။

အခုဆိုရင် ကျွန်တော်နဲ့ ခင်မင်ရင်းနှီးတဲ့သူတွေ၊ သိတဲ့သူတွေရဲ့ ဝေဖန်ဖောင်းထုတာတွေကိုပါ အာရုံထဲ မထည့်တော့ဘူး။ (အပြုသဘောဆောင်တဲ့လမ်းညွှန်သင်ပြမှုတွေကိုတော့ အလေးအနက်ထား လက်ခံပါတယ်)

ကျွန်တော့်မှာ ခံယူချက်တစ်ခု ရှိတယ်။ စားရမှာလည်း သဲတစ်လျှပ်လျှပ်၊ ပစ်ရမှာလည်း အဆီတဝင်းဝင်းဆိုတဲ့ စကားပုံကို စားမယ်ဆိုလည်း သဲမကြောက်ဘူး၊ ပစ်မယ်ဆိုလည်း ဆီမနှမြောဘူးလို့ လက်ခံထားတယ်။

ဒါကြောင့် ကိုယ်လုပ်ချင်တဲ့အရာဆိုရင် မှားမှာ၊ ဆုံးရှုံးမှာ မကြောက်ဘဲ လုပ်တယ်၊ မလုပ်ချင်တဲ့အရာတွေဆိုရင် ဘာမှမနှမြောဘဲ ရဲရဲကြီး စွန့်လွှတ်လိုက်တယ်။

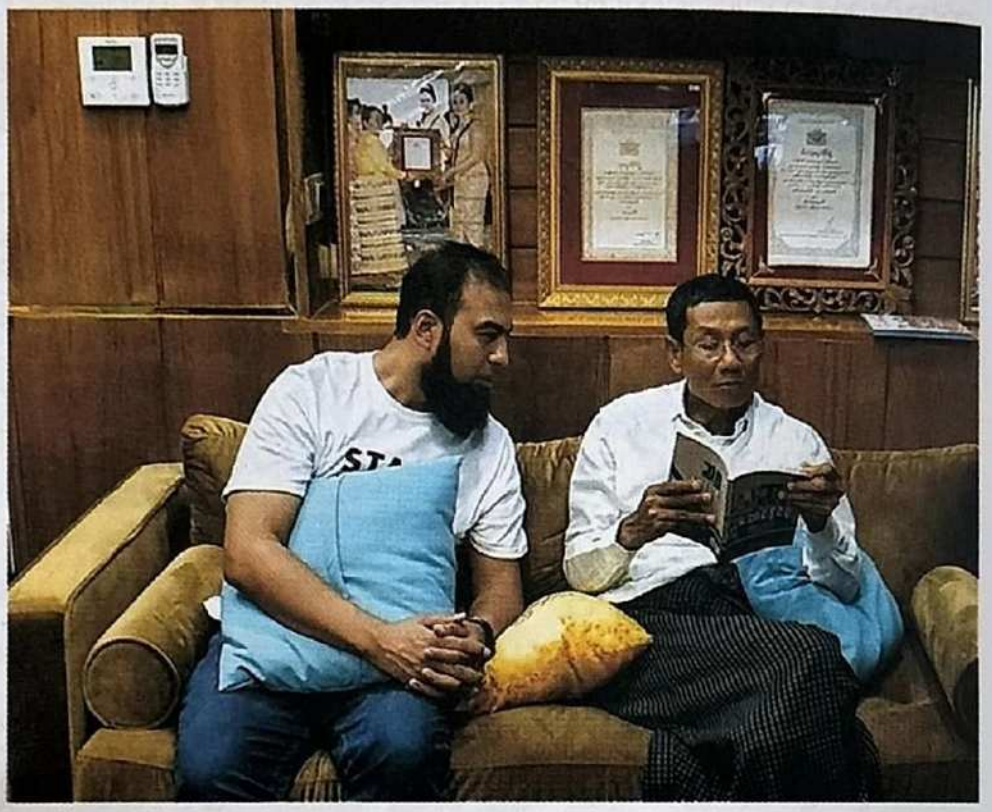
ဘာလို့လဲဆိုတော့ အသက် ၆၀ အထိ နေရမယ်ဆိုရင်တောင် ကိုယ်လုပ်ချင်တာလုပ်ဖို့ ၅ နှစ်ပဲ အချိန်ရှိတော့လို့လေ။

ဘုရားသခင် ကျေးဇူးပြုလို့ ကျွန်တော့်အသက် ၆၀ အထိ နေခဲ့ရမယ်ဆိုရင် ကျွန်တော့်ဘဝကို နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အချိန်မှာ ကျွန်တော့် ကိုယ်ကျွန်တော် အားမလိုအားမရ မဖြစ်နေချင်ဘူး။ ကျွန်တော့် ကိုယ် ကျွန်တော် ယူကျုံးမရ မဖြစ်နေချင်ဘူး။ ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် မကျေမနပ်ဖြစ် မနေချင်ဘူး။ ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် နောင်တ မရချင်ဘူး။

ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ ကုန်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် ကြွေနေတာပဲ ဖြစ်ချင်ပါတယ်။

* * *

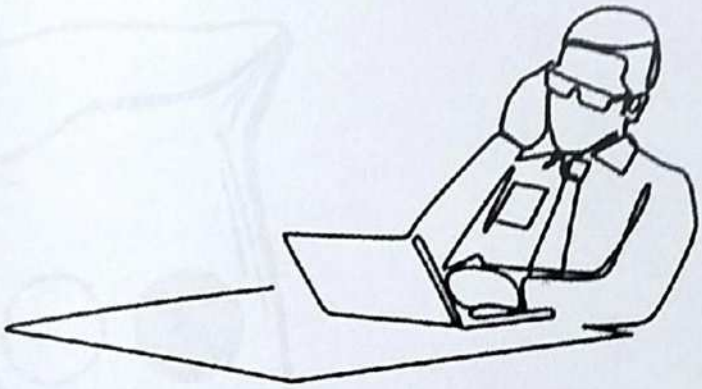
# ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေပြီလား



ကျွန်တော့်ဘဝမှာ စံနမူနာထားတဲ့သူ၊
လေးစားတဲ့သူ၊ အတုယူတဲ့သူတွေ အများကြီးရှိပါတယ်၊
အဲဒီထဲမှာမှ လောကကြီးမှာ မရှိတော့တဲ့သူတွေလည်း ပါပါတယ်။
(မရှိတော့တဲ့သူတွေကိုတော့ မပြောတော့ပါဘူး)

အခု သက်ရှိထင်ရှားရှိနေတဲ့သူတွေထဲမှာ ကိုယ်နဲ့အပြင်မှာ သိတဲ့သူနဲ့ မသိတဲ့သူတွေ ရှိပါတယ်။ သက်ရှိထင်ရှားရှိနေတဲ့ထဲက ကိုယ်နဲ့အပြင်မှာ မသိတဲ့သူဆိုရင် ဒီလေးကို ကြွေပါတယ်၊ သူ့ရဲ့ကြိုးစားအားထုတ်မှုတွေ၊ သူ့ဘဝကို စီမံခန့်ခွဲတာတွေနဲ့စီးပွားရေး စီမံခန့်ခွဲတာတွေ အစုံပေါ့။

သက်ရှိထင်ရှားရှိနေတဲ့ထဲက ကိုယ်နဲ့အပြင်မှာ သိတဲ့သူဆိုရင် ဦးအောင်(အောင်သမာဓိ) ကို ကြွေပါတယ်။



- ဘဝနေနည်းတွေ
- ကျေးဇူးသိတတ်မှုတွေ
- ဘဝမမေ့တာတွေ
- အတွေးအခေါ်တွေ
- လူမှုဆက်ဆံရေးတွေ
- **အခြားသူတွေကိုလေးစားမှုနဲ့ဆက်ဆံတာတွေ အများကြီးပေါ့။**

နောက်တစ်ယောက်က ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ပါပဲ။ ကျွန်တော့်ဘဝကို ကျွန်တော် နှစ်သက်တယ်။ ကျွန်တော့်ဖြစ်တည်မှုကို ကျွန်တော် ကျေနပ်တယ်။ ကျွန်တော့်စိတ်နှလုံးသားကို ကျွန်တော်ကြိုက်တယ်။

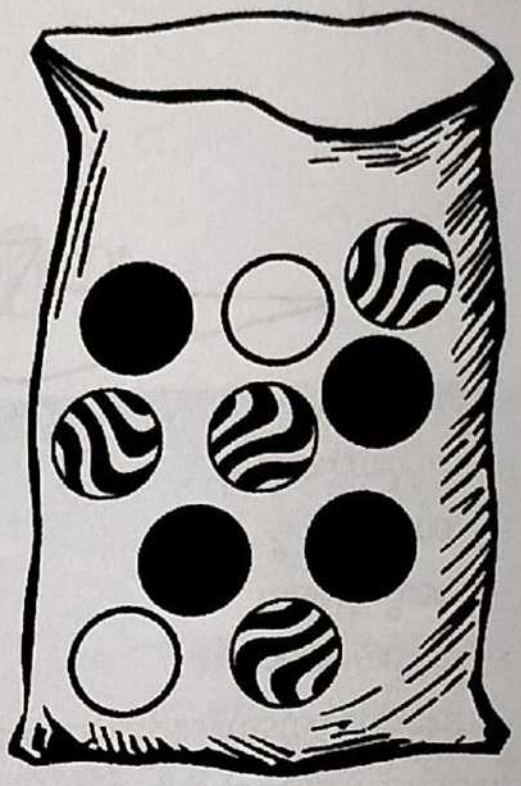
**ကျွန်တော့်ကိုကျွန်တော် ချစ်တယ်။**
**ကျွန်တော့်ကိုကျွန်တော် ကြွေပါတယ်။**

**မိတ်ဆွေတို့ကော မိတ်ဆွေတို့ဘဝမှာ ကြွေတဲ့သူတွေရှိလား၊**
**ဘယ်သူတွေကို ကြွေလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ။**

နောက်တစ်ချက် အရေးကြီးတာက ကိုယ့်ဘဝကိုရော ကျေနပ်ရဲ့လား၊ ကိုယ့်ဖြစ်တည်မှုကို လက်ခံနိုင်ရဲ့လား၊ ကိုယ်လုပ်ဆောင်ခဲ့တာတွေအတွက် ကျေနပ်ရဲ့လား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကော ကြွေရဲ့လား

အခုသေသွားခဲ့မယ်ဆိုရင် သင့်ကိုယ်သင် ကျေနပ်ပြီလား၊ ဖြေကြည့်ပါဦးခင်ဗျာ။

* * *



# ကြိုးစားခွင့်

လက်ထဲမှာ ၁၂ ရှိနေတာတောင်၊ ထပ်ဆွဲလိုက်တော့ ၁၀ တက်လာတာမျိုး၊

တစ်နေကုန် မီးလာနေတာဖုန်းအားသွင်းဖို့ ပလပ်ထိုးလိုက်ခါမှ မီးပျက်သွားတာမျိုး၊

ကားမောင်းနေရင်း တစ်လမ်းလုံး ဖြောင့်ဖြူးချောမွေ့နေတာ၊ ရေသောက်ဖို့ ရေဘူးပါးစပ်တေ့လိုက်ခါမှ လိုင်းတွေ ချိုင့်တွေနဲ့မို့ ကားကခုန်နေတာမျိုး၊

၁ မှတ်လေးနဲ့ ဂုဏ်ထူး ကပ်ပြုတ်တာမျိုး၊

ဘဝမှာ ရုတ်တရက် အလွဲတွေ ကြုံတာမျိုး၊

ဂရုစိုက်နေရင်းနဲ့ မှားသွားတာမျိုး၊

အဆုံးသတ်လေးနားရောက်မှ ပျက်သွားတာမျိုးတွေ တစ်ကြိမ်မက ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါတယ်။

ဒါတွေက ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်တွေပါပဲ၊ တစ်ခါတလေမှာ မျှော်လင့်သလို ဖြစ်မလာရင် စိတ်ဓာတ်ကျ စိတ်အားငယ်တတ်ပါတယ်။

- စီးပွားရေးမှာ
- ပညာရေးမှာ
- မိသားစုရေးမှာ
- ကျန်းမာရေးမှာ
- လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ
- ဘာသာရေးမှာ

ဘယ်အရေးကိစ္စမှာမဆို ကိုယ်သေချာကြိုးစားထားပါလျက်နဲ့ မျှော်လင့်သလို ဖြစ်မလာတာတွေ ရှိတတ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုပဲကြုံကြုံ ဘယ်လောက်ပဲ ဘူဘူ ထပ်ကြိုးစားခွင့်က ရှိနေပါတယ်။ တစ်ခါလဲကျလို့ အရှုံးပေးမယ်ဆိုရင် သင် လမ်းတောင် လျှောက်တတ်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဘူနေတာတွေကို ကောင်းတဲ့စိတ်နဲ့ပဲ လက်ခံပေးရပါမယ်။ စိတ်ဓာတ်ကျတာတွေကို တစ်ရက်ထက် ပိုပြီး မဖြစ်စေပါနဲ့။

- ၄ခါလဲကျရင် ၅ ခါပြန်ထပါ။
- ဘဝကစားပွဲမှာ သင်ကိုယ်တိုင် အရှုံးမပေးသရွေ့ ဘယ်တော့မှ မရှုံးသေးပါဘူး။
- ဆက်ကြိုးစားပါ။

ဘယ်လောက်ထိ ကြိုးစားရမလဲဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေတဲ့အထိ ကြိုးစားပါ။ သင့် Crush က သင်ကိုယ်တိုင်ဖြစ်တဲ့အထိ ကြိုးစားပါ။

* * *

# ရော်နယ်ဒို

အသက်တွေကြီးသွားပြီ၊ ဂိုးတွေမသွင်းနိုင်တော့ဘူး၊ အဆုံးသတ်ပိုင်းမသေချာတော့ဘူး၊ ကစားအားတွေလျော့သွားပြီ၊ ပင်နယ်ဒို (ပင်နယ်တီရမ္ပဲ ဂိုးသွင်းနိုင်တော့တာ)။ အသင်းနဲ့အဆင်မပြေတော့ဘူး၊ ထွက်ခွာဖို့ ဆွေးနွေးနေပြီ၊ အသင်းပြောင်းတော့မှာ၊ အိုဗျာ ဝေဖန်လေကန်သံတွေက စုံလို့ စုံလို့ သူ ဘာမှပြန်မပြောဘူး။

လေ့ကျင့်ရေးကွင်းကို အစောကြီးလာတယ်။ နောက်ဆုံးမှ ပြန်တယ်၊ ပိုးစိုးပက်စက် ကြိုးစားတယ်။ မနေ့က ဟက်ထရစ် ယူသွားတယ်။ ပင်နယ်တီ မပါဘူး။ ၂၅ ကိုက်ကနေ Power Kick တစ်လုံး သွင်းပြတယ်။ သမိုင်း တစ်လျှောက် ဂိုးသွင်းအများဆုံးဖြစ်တဲ့ သူ့စံချိန်ကို တော်ရုံဖျက်လို့မလွယ်တော့ဘူး။ ၁၆ ရာသီဆက်တိုက် ၁၀ ဂိုးအထက် သွင်းနိုင်တဲ့ စံချိန်ရသွားတယ်။

မှတ်ချက်။ ။ ကျွန်တော်ဘောလုံးပွဲ မကြည့်တာ ၅ နှစ်ကျော်ပါပြီ။ မနေ့က ပွဲလည်းမကြည့်ပါဘူး။ မနက် အင်တာနက်ဖွင့်တော့ သူ့သတင်းတွေ တက်နေလို့ လိုက်ဖတ်ကြည့်တာပါ။

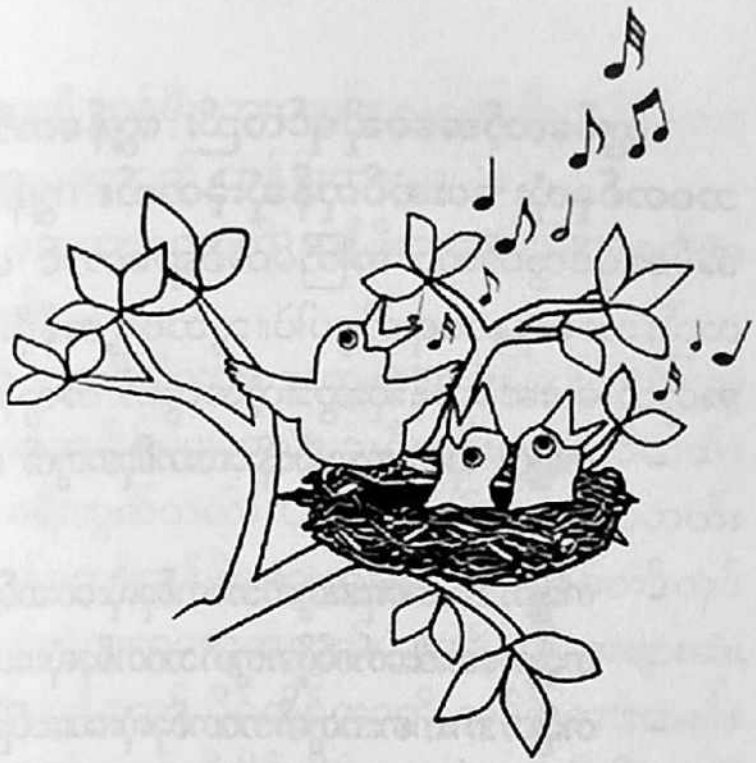
**ဝေဖန် ဖောင်းထုနေတဲ့သူတွေကို ဘာမှပြန်မပြောဘူး။**

**ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်ပြီး အကောင်းဆုံး သက်သေပြလိုက်တယ်။**

တစ်ကမ္ဘာလုံးက ချီးကျူးသံတွေ ထွက်လာတယ်။ အနည်းစုသော ဝေဖန်လေကန်တဲ့ကောင်တွေ အသံတိတ်သွားတယ်။

ဝေဖန်တဲ့သူတွေကတော့ အမြဲရှိနေမှာပါ။ ဝေဖန်တာကို အကောင်းဆုံးနဲ့ အသိရောက်ဆုံး တုံ့ပြန်နည်းကတော့ ရလဒ်ကောင်း ရအောင် ကြိုးစားပြခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝေဖန်တာကို အာရုံစိုက်ပြီး လိုက်တုံ့ပြန်မနေပါနဲ့။ ရလဒ်ကောင်းသာ ရအောင်ကြိုးစားပါ။

* * *



# တန်ဖိုးရှိတဲ့ဘဝ

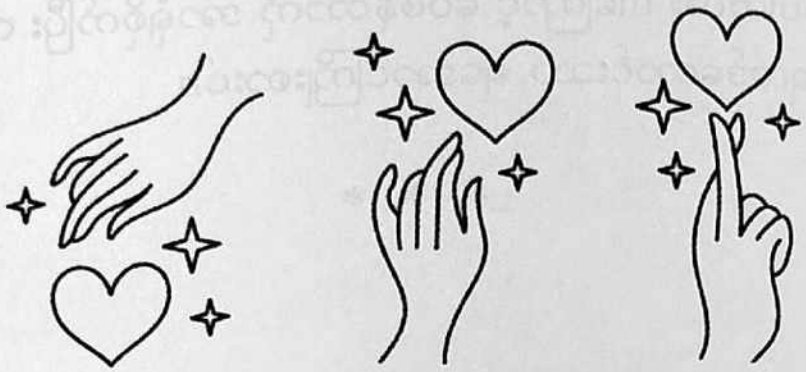
"Life is too Short" ဘဝက တိုတိုလေးတဲ့။ ဟုတ်ပါတယ် ဘဝက တိုတိုလေးပါ။ လူ့လောကမှာ ဘယ်လောက်နေရမလဲ၊ ဘယ်သူမှမသိပါဘူး။ ဘဝရဲ့အချိန်တွေဆိုတာ အလွန်တန်ဖိုးရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော့် ဘဝရဲ့အချိန်တွေကို ကျွန်တော်မချစ်တဲ့အရာတွေ၊ မလုပ်ချင်တဲ့အရာတွေ အတွက် အချိန်ကုန်မခံပါဘူး။

ကျွန်တော့်ဇနီးဘဝရဲ့ အချိန်တွေကိုလည်း ကျွန်တော်တန်ဖိုးထားတဲ့ အတွက် သူ'မလုပ်ချင်တဲ့အရာ'၊ သူ'မချစ်တဲ့အရာ'တွေပေါ်မှာ အချိန်ကုန် မခံခိုင်းပါဘူး။

ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့အချိန်တွေကို အလွန်တန်ဖိုးထားတဲ့အတွက် ပိုက်ဆံ ရှာတဲ့အလုပ်တစ်ခုတည်းမှာပဲ အကုန်မခံနိုင်ပါဘူး။ အဲ့လိုပြောလို့ ပိုက်ဆံ ရှာတဲ့အလုပ်မလုပ်နဲ့လို့ ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။

ကျွန်တော့်အဖေဆို သူ ကျောင်းသားဘဝကတည်းက အခု အသက် ၇၀ အထိ အလုပ်လုပ်နေတုန်းပါ။ သူ့မိသားစုအတွက်ရော၊ ကျွန်တော်တို့ မိသားစုအတွက်ရော သူစီးပွားရှာခဲ့တယ်။ သူ့ဘဝမှာ အလုပ်ကို တန်ဖိုး ထားတယ်။ အလုပ်ကို အလုပ်နဲ့တူအောင် လုပ်တယ်။ အဲဒီအတွက် ကျွန် တော် အရမ်းလေးစားဂုဏ်ယူပါတယ်။

# ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေအောင် ကြိုးစားပါ



သင့်ကို မနာလိုတဲ့သူတွေ၊ သင့်ကိုမုန်းတဲ့သူတွေကတော့ သင့်ကို အမြဲစောင့်ကြည့်ပြီး ဝေဖန်ဖောင်းထုနေမှာပါ။ အဲဒါတွေကို အာရုံစိုက်မနေပါနဲ့။ ကိုယ်လုပ်စရာရှိတာကိုယ်လုပ် ပိုးစိုးပက်စက်ကြိုးစားသင့်ကို ချစ်ခင်အားပေးတဲ့သူတွေလည်း အများကြီးရှိပါတယ်။

**သူများမကောင်းတာ လိုက်ကြည့်နေတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ဆီမှာ ကြည့်စရာ ကောင်းတဲ့အချက်မရှိလို့ပါ။ ဒါကြောင့် သူများဘာလဲဆိုတာ မသိချင်ပါနဲ့၊ ကိုယ်ဘာလဲဆိုတာပဲ သိအောင်လုပ်ပါ။**

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အာရုံစိုက်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြိုးစား၊ ကြိုးစားတာလည်း တခြားသူကြိုက်ဖို့တို့၊ တခြားသူတွေ သိဖို့တို့၊ တခြားသူတွေ နှစ်သက်ဖို့တို့ မလုပ်ပါနဲ့။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြိုက်အောင်ကြိုးစား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်အောင်ကြိုးစား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေအောင် ကြိုးစားပါ။

ကျွန်တော်ဆိုလည်း ကျွန်တော့်ဘဝကျွန်တော် ကြိုက်အောင်ပဲ ကြိုးစားတယ်။ ကျွန်တော်လုပ်ချင်တာကိုပဲ လုပ်တယ်။ ကျွန်တော့်ကိုကျွန်တော် ကျေနပ်တဲ့အထိကြိုးစားတယ်။ ကျွန်တော့်ကိုကျွန်တော် ကြွေအောင် ကြိုးစားတယ်။

ကဲ အခုမေးမယ်။

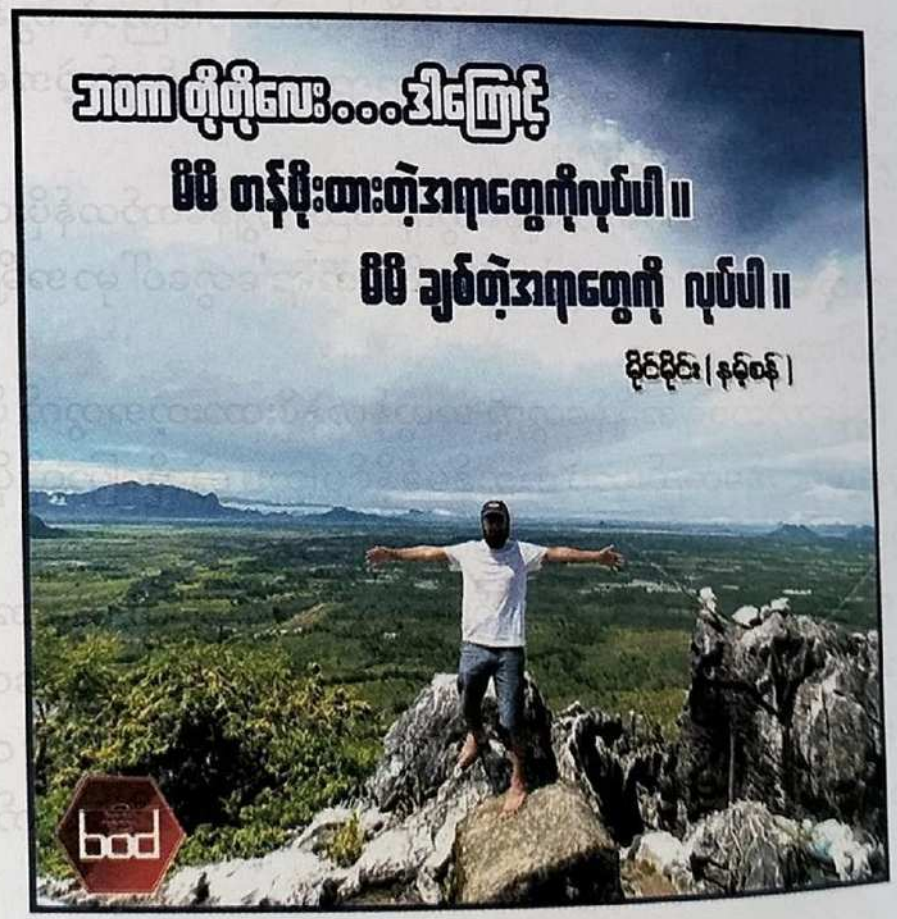
**သင့်ဘဝကို သင်ကျေနပ်ရဲ့လား၊ သင့်ကိုယ်သင် ကြွေရဲ့လား။**

**သင်အခုသေသွားမယ်ဆိုရင် သင့်ကိုယ်သင် ကျေနပ်အားရပြီလား။**

* * *

**ကျွန်တော့်အမေဆိုရင်လည်း ကျွန်တော်တို့မိသားစုအတွက်ပဲ သူ့ဘဝတစ်ခုလုံး ပေးဆပ်ကုန်ဆုံးခဲ့တယ်။** ကျွန်တော့်တစ်သက်မှာ အမေအိမ်အပြင်ထွက်တာ အကြိမ်တစ်ရာတောင် မရှိဘူး။ ထွက်တဲ့အချိန်ကလည်း သာရေးနာရေးကိစ္စပါပဲ။ သူ့ဘဝရဲ့တန်ဖိုးရှိတဲ့အချိန်တွေကို မိသားစုအတွက် ပေးဆပ်ကုန်ဆုံးသွားတဲ့အတွက် အလွန်လေးစားဂုဏ်ယူရပါတယ်။

- တချို့က သုသေတနလုပ်ငန်းလေးတစ်ခုအတွက် ဘဝတစ်ခုလုံး ပေးဆပ်မြုပ်နှံလိုက်ကြတယ်။
- တချို့က ဘာသာရေးအတွက် ဘဝတစ်ခုလုံးပေးဆပ်မြုပ်နှံလိုက်ကြတယ်။
- တချို့က ဆေးဝါးဖော်စပ်ပို့အတွက် ဘဝတစ်ခုလုံးပေးဆပ်မြုပ်နှံလိုက်ကြတယ်။
- တချို့က အားကစားအတွက် ဘဝတစ်ခုလုံးပေးဆပ်မြုပ်နှံလိုက်ကြတယ်။
- တချို့က စာပေအတွက် ဘဝတစ်ခုလုံးပေးဆပ်မြုပ်နှံလိုက်ကြတယ်။
- သူတို့ရဲ့တန်ဖိုးရှိတဲ့ဘဝကို သူတို့ချစ်တဲ့၊ တန်ဖိုးထားတဲ့အရာတွေအတွက် ပေးဆပ်ကုန်ဆုံးကြတယ်။



ကျွန်တော်က မိသားစုကို တန်ဖိုးထားတယ်။ လူတွေကို တန်ဖိုးထားတယ်။ အသိပညာတွေ မျှဝေရတာကို တန်ဖိုးထားတယ်။

အသစ်အဆန်းတွေ လေ့လာရတာကို တန်ဖိုးထားတယ်။ ပရဟိတအလုပ်ကို တန်ဖိုးထားတယ်။

ဒါကြောင့် ကျွန်တော့်ဘဝကို မိသားစုအတွက် အချိန်ပေးတယ်။ လူတွေ မိတ်ဆွေတွေနဲ့ တွေ့ဆုံအချိန်ပေးတယ်။ သင်တန်းတွေလုပ်တယ်။ မရောက်ဖူးတဲ့နေရာတွေ ခရီးထွက်တယ်။ CSR အလုပ်တွေ လုပ်တယ်။

ကျွန်တော့်ဘဝကို ကျွန်တော်တန်ဖိုးထားတဲ့အတွက် ကျွန်တော် လုပ်ချင်တဲ့အရာ၊ ကျွန်တော်ချစ်တဲ့အရာတွေအတွက်ပဲ အချိန်ကို အများဆုံးသုံးတယ်။ ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် ပိုင်ဆိုင်တာကို တန်ဖိုးထားတယ်။ ဘာပဲလုပ်လုပ် တစ်ခုခုက ကျွန်တော့်ကို ပိုင်ဆိုင်သွားတဲ့အလုပ်ဆို မလုပ်ဘူး။ စီးပွားရေးလည်း ဘယ်တော့မှ ကိုယ်တိုင်မလုပ်ဘူး။

စီးပွားရေးထဲနစ်သွားမှာစိုးလို့။ ကျောင်းဖွင့်ဖို့ မိတ်ဆွေတွေက အကြံပြုတယ်။ ကျွန်တော့်အတွက် အချိန်တွေမရှိတော့မှာစိုးလို့ ကျောင်းမဖွင့်ဘူး။ တစ်ခုခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် အဲဒီအလုပ်တွေက ကျွန်တော်ဝါသနာပါတဲ့ ကျွန်တော်ချစ်တဲ့အလုပ် မလုပ်နိုင်တော့တာမျိုးဖြစ်မယ်ဆိုရင် အဲဒါတွေကို မလုပ်တော့ပါဘူး။

**ဘဝက တိုတိုလေးပါ။ အဲတော့ တန်ဖိုးရှိတဲ့ဘဝမှာ မိမိလုပ်ချင်တဲ့ အရာတွေ မိမိချစ်တဲ့အရာတွေ၊ မိမိတန်ဖိုးထားတဲ့အရာတွေကို ရဲရဲသာ လုပ်ပါ။**

မချစ်တဲ့အရာတွေ၊ မလုပ်ချင်တဲ့အရာတွေကို ရဲရဲစွန့်လွှတ်ပစ်ပါ။ တစ်ခုခုလိုချင်ရင်တော့ တစ်ခုခုပေးဆပ်ရပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ့်ဘဝ ကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ပါ။ ကိုယ့်ရွေးချယ်မှုအတွက် ကိုယ်တိုင်တာဝန်ယူပါ။

ပတ်ဝန်းကျင်က သတ်မှတ်ထားတဲ့ သောက်တလွဲစည်းဘောင်တွေထဲမှာ ကိုယ့်ဘဝကို တန်ဖိုးမဲ့စွာ မကုန်ဆုံးလိုက်ပါနဲ့။ ဘဝက တိုတိုလေးပါ။

* * *

# ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပိုင်ရဲ့လား

ငါ့မှာ ကား ၂ စီးရှိတယ်၊ ငါ့မှာ အိမ် ၃ အိမ်ရှိတယ်။ ငါ့မှာ စီးပွားရေး လုပ်ငန်း ၅ ခုရှိတယ်။ ငါ ငွေ သိန်းတစ်သောင်းချမ်းသာတယ်။ ငါ့မှာ မြေကွက် ၁၅ ဧက ရှိတယ်။

ငါ့မှာ ---၊ ငါ့မှာ ---၊ ငါ့မှာ ---။ ဟုတ်ကဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေရှိတာ ကောင်းတာပေါ့။ ချမ်းသာတာ ကောင်းတာပေါ့။

ကျွန်တော်လည်း ချမ်းသာမှုကို ကြိုက်တယ်။ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေ လိုချင်တယ်။ အကောင်းစား အသုံးအဆောင်တွေကို ချစ်တယ်။ ငွေကိုလည်း ချစ်တယ်။ ဒါတွေနဲ့ပဲတော့ ပြီးပြည့်စုံနေပြီလို့ ပြောလို့မရပါဘူး။

- ငါ့အချိန် ငါပိုင်ရဲ့လား
- ငါ့ကျန်းမာရေး ငါပိုင်ရဲ့လား
- ငါ့မိသားစုပျော်ရွှင်မှု ငါပိုင်ရဲ့လား
- ငါ့လူမှုရေး ငါပိုင်ရဲ့လား
- ငါ့ဘာသာရေး ငါပိုင်ရဲ့လား
- ငါ့ငွေကိုရော ငါပိုင်ရဲ့လား
- ငါ့ကို ငါရော ပိုင်ရဲ့လား

အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှုအတွက် အပန်းဖြေခရီးထွက်ချင်ရင် ချက်ချင်းထွက်လို့ ရလား။ မိသားစုနဲ့ အေးအေးဆေးဆေး အနားယူလို့ရလား။ အလုပ်တွေကြောင့် အချိန်ပိုတွေ မရှိဖြစ်နေလား။

ကျန်းမာရေးပိုင်ဆိုင်မှုအတွက် စားချင်တာစားလို့ရလား၊ ဟိုဟာ မတည့်ဒီဟာ ရှောင်နေရလား၊ ဆရာဝန် မစားခိုင်းလို့ စားချင်လျက်နဲ့ မစားဘဲ နေနေရလား။

မိသားစုပျော်ရွှင်မှုအတွက် ထမင်းလက်ဆုံစားဖြစ်ရဲ့လား၊ သားသမီးကိုအချိန်ပေးဖြစ်ရဲ့လား၊ မိသားစုနဲ့အတူ ပျော်ရွှင်တဲ့အမှတ်တရအချိန်တွေ ရှိရဲ့လား။

လူမှုရေးအတွက် မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့ဆက်ဆံရေး ရှိရဲ့လား၊ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ပျော်စရာအချိန်တွေမှာ ကိုယ်ပါနိုင်ရဲ့လား။

ဘာသာရေးအတွက် ငြိမ်းချမ်းစွာတရားထိုင်ဖို့ အချိန်ရှိရဲ့လား၊ စိတ်အေးချမ်းတည်ငြိမ်စွာ ဝတ်ပြုဆုတောင်းနိုင်ရဲ့လား၊ စာအုပ်ဖတ်ဖို့ကော အချိန်ရှိရဲ့လား၊ အလှူအတန်းတွေကော လုပ်နိုင်ရဲ့လား။

ငါ့ကိုယ်ငါပိုင်ဆိုင်မှုအတွက် ကိုယ်ဝါသနာပါတာတွေ လုပ်နိုင်ရဲ့လား၊ ကိုယ်သွားချင်တဲ့နေရာတွေ သွားလို့ရရဲ့လား၊ ကိုယ့်ရပ်တည်ချက်နဲ့ ကိုယ်နေနိုင်ရဲ့လား၊ ကိုယ့်ဖြစ်တည်မှုနဲ့ ကိုယ့်ဘဝ ရှင်သန်နေရလား၊ ကိုယ့်ဆန္ဒတွေကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်ရဲ့လား။

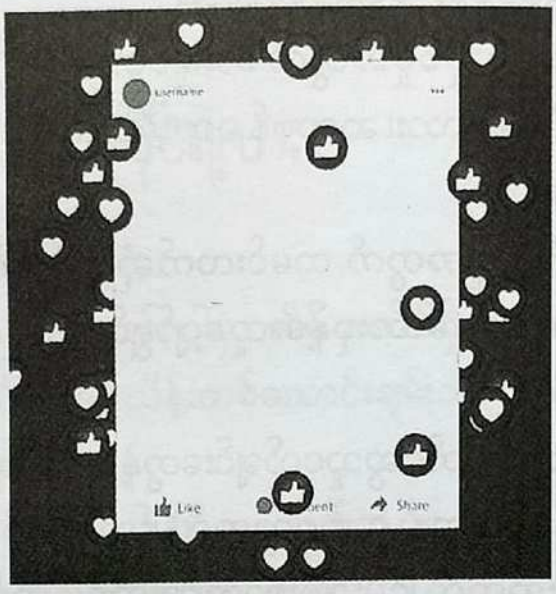
**အရာအားလုံးပိုင်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မပိုင်ရင် ဘဝက အဓိပ္ပာယ်မဲ့နေပါလိမ့်မယ်။**

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်တော့ပိုင်ပြီး တခြားအရာတွေ မပိုင်ရင်လည်း ပူပင်သောကတွေ ဖိစီးနေပါလိမ့်မယ်။ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေကိုလည်း ပိုင်ဆိုင်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ပိုင်မှသာလျှင် ဘဝမှာ နေရတာ တန်မှာပါ။ သင်ဘာတွေ ပိုင်ထားပြီးပြီလဲ၊ နောက်ထပ်ဘာတွေပိုင်ဖို့ ထပ်ကြိုးစားဦးမလဲ။

သေချာစဉ်းစားပြီး ဖြေကြည့်ပါဦးနော်။

* * *

# ပျော်ရွှင်မှုအတုနှင့် ပျော်ရွှင်မှုအစစ်




သူများဆီကလာတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုက ပျော်ရွှင်မှုအတုပါ။ ပစ္စည်းတစ်ခုခု ဝယ်တဲ့အချိန်မှာ ရတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုထက် အဲ့ပစ္စည်း ဝယ်ထားတာကို သူများက ချီးကျူးအသိအမှတ်ပြုတဲ့အချိန်မှာရတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုကပိုနေရင် ပျော်ရွှင်မှု အတုက ပိုနေပါပြီ။

ကိုယ့်ပုံကို Fb ပေါ် တင်ပြီး သူများက အသည်းပေးတာတွေ "ဟယ် လှလိုက်တာ"၊ "ချောလိုက်တာ"လို့ ပြောတဲ့အချိန်မှာ ပျော်တဲ့ ပျော်ရွှင်မှုက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မှန်ထဲကြည့်တဲ့အချိန်မှာ ပျော်တဲ့ပျော်ရွှင်မှုထက် ပိုနေရင် ပျော်ရွှင်မှု အတုက ပိုနေပါပြီ။

အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းတွေ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေ ပကာသနတွေ ပြနေရင်း အခြားသူများက အသိအမှတ်ပြုလို့ရတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုက မိမိတစ်ယောက်တည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရတဲ့ပျော်ရွှင်မှုထက် ပိုနေရင် ပျော်ရွှင်မှုအတုက ပိုနေပါပြီ။

ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ဖြစ်တည်မှု အရာရာတိုင်းရဲ့ အမှန်ကို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်လက်ခံပြီး ကိုယ့်နှလုံးသားထဲက လာတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုက ပျော်ရွှင်မှု အစစ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ၂ခုလုံးဟန်ချက်မျှမှသာလျှင် ပျော်ရွှင်အောင်မြင်တဲ့ ဘဝတစ်ခုကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အလုပ်ဆိုတာ ကျောင်းသားအတွက် ပညာရှာခြင်း၊ စီးပွားရေးသမားအတွက် ငွေရှာခြင်း၊ အားကစားသမားအတွက် လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း စသဖြင့် တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူပါဘူး။

ဘဝဆိုတဲ့ထဲမှာ ဘာသာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ မိသားစုပျော်ရွှင်မှု မိတ်ဆွေကောင်းများနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာတွေအပြင် တခြားအရာတွေလည်း ပါပါတယ်။

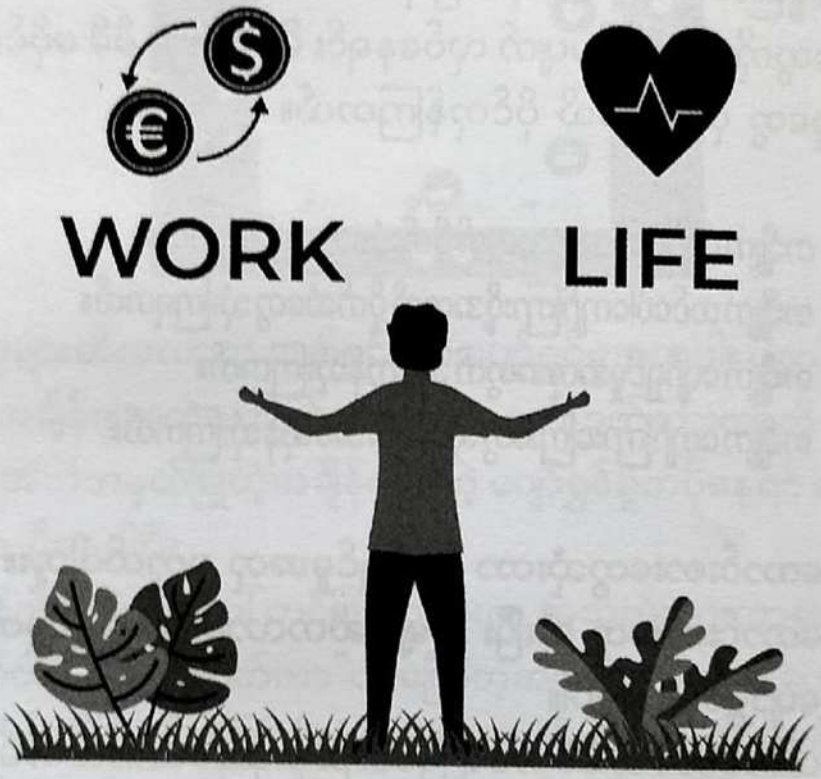
တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တန်ဖိုးထားမှုတွေ မတူပါဘူး။ မိတ်ဆွေကော အလုပ်နဲ့ဘဝ ဟန်ချက်မျှနေရဲ့လား။ ခဏလေးအချိန်ပေးပြီး စဉ်းစားကြည့်ပါဦး။

- ဘာတွေပြင်ဆင်ရမလဲ
- ဘာတွေထပ်တိုးရမလဲ
- ဘာတွေလျှော့ရမလဲ

အဖြေတစ်ခုခု ရသွားနိုင်ပါစေခင်ဗျာ. . . ။

* * *

# အလုပ်နဲ့ဘဝ ဟန်ချက်မျှဖို့




ရှင်သန်လှုပ်ရှားနေရတဲ့ လောကကြီးမှာ အလုပ်နဲ့ဘဝ ဟန်ချက်မျှဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ အလုပ်နဲ့ဘဝ ဟန်ချက်မျှဖို့လည်း တော်တော်ကို ကြိုးစားရပါတယ်။

လွယ်တော့ မလွယ်ပါဘူး။ အလုပ်ဖက် အာရုံစိုက်နေရင်း ဘဝအပိုင်းမှာ ဟန်ချက်ပျက်သွားတာ ဘဝပျော်ရွှင်ဖို့ ကြိုးစားနေရင်း အလုပ်ဖက်မှာ လျော့နည်းသွားတာမျိုးတွေ ကျွန်တော်တို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ အများကြီးတွေနေရပါတယ်။

ကိုယ့်ဖြစ်တည်မှုကို ဖုံးကွယ်ပြီးပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်ဘဝကို အခြားသူတွေရဲ့ကျေနပ်လက်ခံမှု ပေါ် တည်ဆောက်နေပြီး အခြားသူတွေရဲ့ အသိအမှတ်ပြုမှုတွေကနေ ရလာတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုဟာ ပျော်ရွှင်မှုအတုဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီပျော်ရွှင်မှုကိုမှ တမ်းတမ်းစွဲ ဖြစ်နေပြီဆိုရင်တော့ ကိုယ်က သူများတွေ အသိအမှတ်ပြုအောင် အမြဲ လုပ်ဆောင်နေထိုင်ရပါတယ်။

အသုံးအဆောင်တွေ သုံးပြရတယ်၊ အဝတ်အစားတွေ ဝတ်ပြရတယ်၊ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေနောက် လိုက်ပြရတယ်။

ဒါတွေကို စဉ်ဆက်မပျက် လုပ်နေရင်း မိမိဘဝကို မိမိ မပိုင်တော့ဘဲ တခြားသူတွေ ပိုင်မှန်းမသိ ပိုင်ကုန်ကြတယ်။

- **တချို့က ပျော်ရွှင်မှုအတုအတွက် ပိုက်ဆံတွေ သုံးကြရတယ်။**
- **တချို့က ထင်ပေါ်ကျော်ကြားဖို့အတွက် ပိုက်ဆံတွေ သုံးကြရတယ်။**
- **တချို့က ပျော်ရွှင်မှုအတုအတွက် ဘဝကုန်ဆုံးကြတယ်။**
- **တချို့က ကျော်ကြားကြေးတွေ သုံးပြရင်း ဘဝကုန်ဆုံးကြတယ်။**

**အကောင်းစားတွေသုံးတာ ပျော်ရွှင်မှုအတု မဟုတ်ပါဘူး။**

**အကောင်းစားတွေ သုံးပြီး သူများဆီကလာတဲ့ ပျော်ရွှင်မှုကို လိုချင်နေတာ ပျော်ရွှင်မှုအတုပါ။**

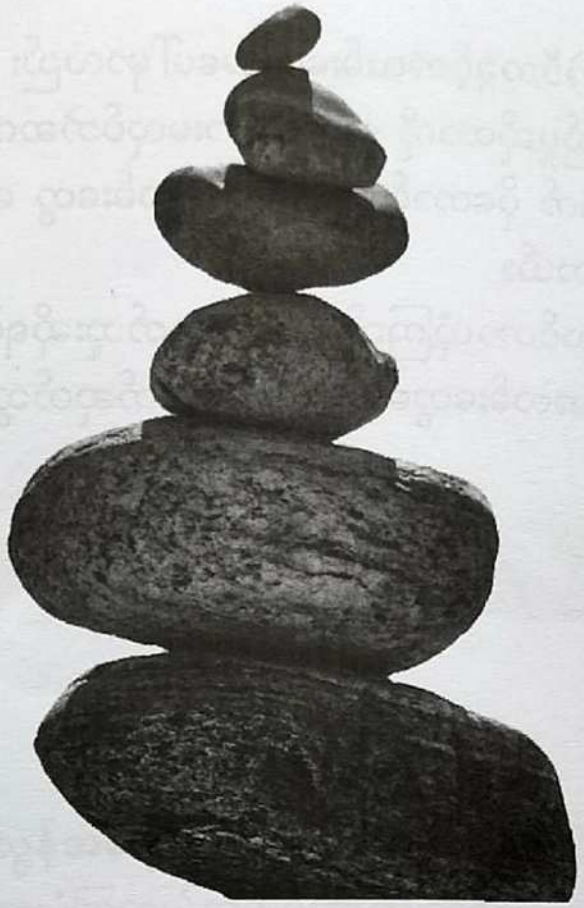
ဘယ်ကိစ္စမှာမဆို မိမိဘဝရဲ့ ဖြစ်တည်မှုကို နှစ်သက်လက်ခံပြီး နှလုံးသားထဲက ပျော်ရွှင်မှုရနေရင် ပျော်ရွှင်မှုအစစ် ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိဘဝရဲ့ အရှိတရားပေါ် ကျေနပ်ပျော်ရွှင်မှုမရှိဘဲ အခြားသူတွေရဲ့ အသိအမှတ်ပြုမှုကနေ ပျော်ရွှင်မှုကို ရှာနေတယ်ဆိုရင်တော့ ပျော်ရွှင်မှုအတုဖြစ်ပါတယ်။

ကဲ မိမိဘဝရဲ့ ဖြစ်တည်မှုအစစ်ကို မိမိ ဘယ်လောက်ထိ ကျေနပ်ပျော်ရွှင်မှုရှိသလဲ စဉ်းစားကြည့်လိုက်ပါဦးနော်။

* * *

မိုင်မိုင်း (နမ့်စန်)



# အသိအမြင်

ကျွန်တော်ဟာ အာလူးကျောက်တွေကို အကြိမ်များစွာ မြင်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကျွန်တော့်ခေါင်းထဲမှာ အာလူးကျောက်တွေကို ချေး(ဂျီး)တွန်းဖို့အတွက် အသုံးတည့်တယ်ဆိုတာထက်ပိုပြီး မမြင်ခဲ့ဖူးပါဘူး။

ဘယ်အရာမဆိုမူလသိရှိထားတဲ့ပညာ ကွာရင် ရလဒ်လည်း ကွာပါတယ်။ အနုပညာသမားတစ်ယောက် အားလူးကျောက်ကို မြင်ပုံကလှပလွန်းပါတယ်။ ကျွန်တော်က ဂျီးတွန်းကျောက်ခဲလောက်ပဲ မြင်နေပေမယ့် အနုပညာရှင်ကတော့ အများကြီးပိုမြင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘယ်အရာမဆို မိမိသိထားတာလောက်နဲ့ပဲ တွေးတော ဆုံးဖြတ်လို့ မရပါဘူး။ အခြားရှုထောင့်တွေ အခြားအတွေ့အကြုံတွေ၊ အခြားစဉ်းစားမှုတွေ အခြားပညာတွေနဲ့ ချင့်ချိန်လိုက်မယ်ဆိုရင် ပိုကောင်းတဲ့အဖြေရလာမှာပါ။

အဲဒီအခွင့်အလမ်းတွေအပေါ်မှာလည်း သစ္စာရှိစွာ လုပ်ဆောင်ပြီး ယုံကြည်မှုဆိုတာကို အလွဲသုံးစားမလုပ်ဘဲဆက်လက် ရပ်တည်မယ်ဆိုရင် အဲဒီထက် ပိုကောင်းတဲ့ အခွင့်အလမ်းတွေ နောက်ထပ်ရောက်ရှိလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သင်ဟာယုံကြည်ရတဲ့သူမဟုတ်ဘူးဆိုရင် သင့်ဆီရောက်နေပြီးသား အခွင့်အလမ်းတွေတောင် ပြန်နောက်ဆုတ်သွားနိုင်ပါတယ်။

* * *

# ယုံကြည်မှု

ယုံကြည်မှုဆိုတာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်ပါ။ သင့်ကို လူအများယုံကြတယ်ဆိုတဲ့ဂုဏ်ဟာ အလွန်ကြီးကျယ်ခမ်းနားပါတယ်။

ဒီလူကိုတော့ သတိထားနော်၊ သိပ်မယုံရဘူးဆိုတာ အလွန်ကို ဆိုးရွားပါတယ်။

သင်လိုအပ်လို့ တခြားသူက ထီးလေးတစ်ချောင်း ငှားလိုက်တယ်။ အဲဒီထီးလေးကို သင် သေချာမထိန်းသိမ်းဘဲ ပျက်စီးသွားတယ်(သို့မဟုတ်)ပျောက်သွားတယ် ဆိုပါစို့၊ သင် ထီးအသစ်တစ်ချောင်း အစားထိုးဝယ်ပေးလိုက်လို့ရတယ်။

ထီးပိုင်ရှင် ထီး မဆုံးရှုံးပေမယ့် ထီးအသစ်တစ်ချောင်း ပြန်ရသွားပေမယ့် သင့်အပေါ် မှာထားတဲ့သူ့ရဲ့ ယုံကြည်မှုကတော့ ပျက်စီးသွားပါတယ်။

**ယုံကြည်မှုဆိုတာ ပျက်စီးသွားပြီးရင် ပြန်တည်ဆောက်ရတာ အလွန်ခက်ပါတယ်။ သင်ဟာ ယုံကြည်ရတဲ့သူဆိုရင် သင့်ဆီကို အခွင့်အလမ်းကောင်းတွေ ရောက်ရှိလာပါလိမ့်မယ်။**

အများနဲ့ဆိုင်တဲ့ပြဿနာ ကိုယ်လည်းမရှင်းနိုင်၊ ရှင်းနိုင်တဲ့သူလည်း ရှာမတွေ့ဘူးဆိုရင် အားလုံးတောင် မရှင်းနိုင်သေးတာ ငါက ဘာလို့ထိုင်ပြီး စိတ်ညစ်နေမှာလဲ။

- **စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင်ထားမယ်၊ အနားယူမယ်**
- **ဘုရားတရားပိုလုပ်မယ်**
- **မိသားစုကို အချိန်ပိုပေးမယ်**
- **ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကူညီနိုင်တာကူညီမယ်**
- **လူတွေကို အကျိုးပြုတာတွေ လုပ်မယ်**
- **စာဖတ်မယ်**
- **လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်မယ်**
- **ဝါသနာပါတာ လုပ်မယ်**
- **ကျန်းမာရေးကောင်းအောင်နဲ့ စားဝတ်နေရေး အဆင်ပြေရပ်တည်နိုင်အောင် လောက်တော့ ရအောင်လုပ်မယ်။**

ထိုင်ပြီး စိတ်ညစ်ညည်းညူနေမယ့်အစား ကိုယ်လုပ်လို့ရတာ လုပ်စရာ ရှိတာ လုပ်သင့်တာ လုပ်ပါ။ ဘာမှမလုပ်ရင်တော့ ဘယ်လမ်းစမှ တွေ့မှာ မဟုတ်ဘူး။ လုပ်လို့ရတာလုပ်နေရင် လမ်းတစ်ခုခုတော့ တွေ့ပါလိမ့်မယ်။

* * *

# ပြဿနာ

ပြဿနာတစ်ခုဖြစ်လာရင်ပထမဆုံး စဉ်းစားရမှာက ကိုယ်တိုင်ဖြေရှင်းနိုင်လား၊ မရှင်းနိုင်ဘူးလား ဆိုတာပါ။

အဖြေက ၂ ခုထဲက တစ်ခုပဲ။

ရှင်းနိုင်တယ်ဆိုရင် ဘာလို့ စိတ်ညစ်နေမှာလဲ။

မရှင်းနိုင်ဘူးဆိုရင် ကိုယ့်မိတ်ဆွေတွေထဲမှာ အဲဒီပြဿနာကို ရှင်းပေးနိုင်သူရှိလား၊ မရှိလား ဆက်စဉ်းစားပါ။ ရှိရင် သူ့ကိုအကူအညီတောင်းလိုက်၊ ဒါပဲ စိတ်ညစ်နေစရာမလိုဘူး။

မရှိဘူးဆိုရင် ဆက်စဉ်းစားရမှာကဒါကို ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့သူ (Coach) ရှိလား၊ မရှိဘူးလားရှိရင် သူ့ဆီက ဝန်ဆောင်မှု ယူ။

မရှိဘူးဆိုရင် ဆက်စဉ်းစားပါ။ ဒီပြဿနာကို ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့သူ တစ်ယောက်ယောက်ရှိလား ရှိတယ်ဆိုရင် သူ့ကို အကူအညီတောင်း။

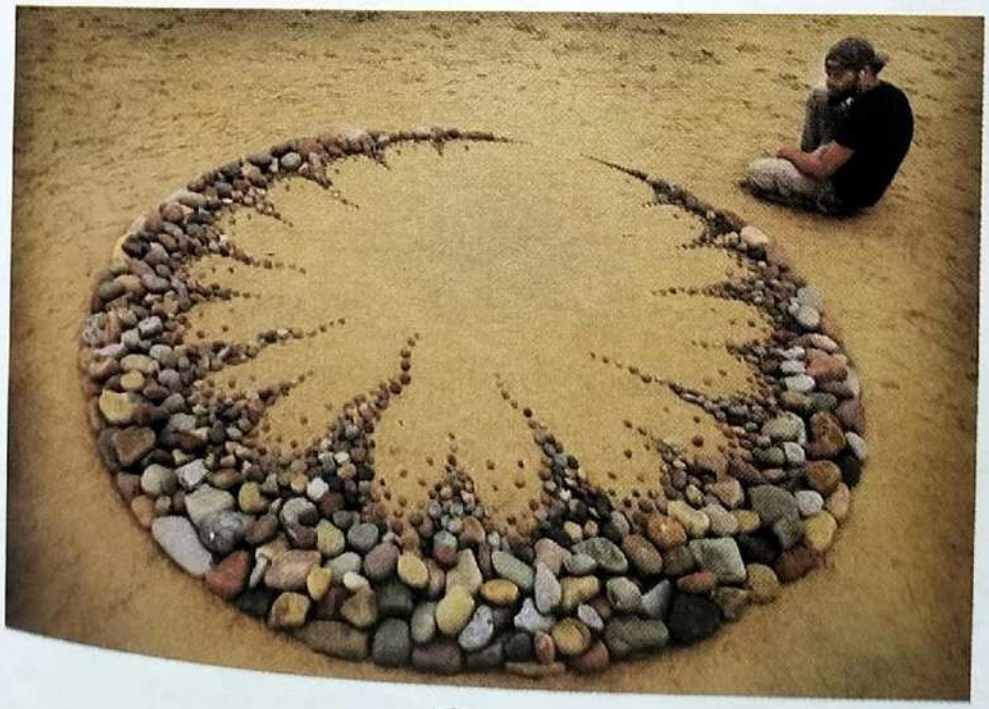
ရှင်းနိုင်တဲ့သူတစ်ယောက်မှမရှိဘူးဆိုရင်တော့ သေချာပြီ လူတွေအများကြီး(သို့) ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံး အဲဒီပြဿနာကို ရင်ဆိုင်နေရပြီ။

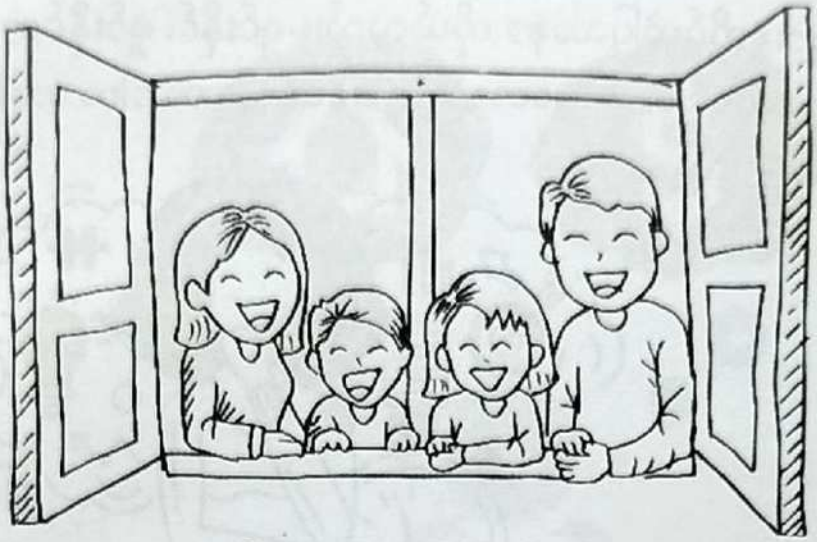
အများနဲ့ဆိုင်တဲ့ ပြဿနာဆိုရင်တော့အများက အဲဒါကို ဖြေရှင်းဖို့ ကြိုးစားနေပါပြီ။

ဥပမာ ကိုဗစ်လိုကိစ္စ။ ဒါဆိုရင် ဆက်စဉ်းစားပါ။

ဒါကြောင့်

- ပတ်ဝန်းကျင်ကို လေ့လာပါ
- မတူညီတဲ့ပညာများကို တန်ဖိုးထားပါ
- မတူညီတဲ့စကားတွေကို နားထောင်ပေးပါ
- ဘယ်အရာမဆို လက်လွတ်စပယ် မခြင်းပါနဲ့
- နှလုံးသားကျယ်ကျယ်ထားမယ်ဆို တန်ဖိုးရှိတဲ့ ရလဒ်တွေအများကြီး ရလာမှာပါ။





# မိသားစု ပျော်ရွှင်မှု

ကျွန်တော်တို့ဟာ ငွေကြေးအမြတ်ရဖို့ လက်ပေါက်ကပ်တဲ့ Customer အပေါ် ကိုတောင် စိတ်ရှည်စွာ ပြောဆိုပေးနိုင်ကြတယ်။

ငွေကြေးအမြတ်ရဖို့ ဘုကန့်လန့်လုပ်တဲ့ Customer အပေါ်ကို သည်းခံပေးနိုင်ကြတယ်။

စိတ်ဆိုးပြီး အပြစ်ပြောနေတဲ့ Customer ကို တည်ငြိမ်အေးဆေးစွာ သေချာရှင်းပြနိုင်ကြတယ်။

ဆက်ဆံရခက်တဲ့ Customer ကို ပြေပြစ်စွာ ပြောဆိုပေးနိုင်ကြတယ်။

Complain တက်နေတဲ့ Customer ကို စိတ်ကျေနပ်မှုရအောင် ဖြေရှင်းပေးနိုင်ကြတယ်။

"Customer is always right" ဆိုတဲ့စကားကို လက်ခံထားပြီး ကိုယ်မှန်နေရင်တောင် Customer ကို အကောင်းဆုံးပြောဆိုဆက်ဆံနိုင်ကြတယ်။

"မိသားစု ပျော်ရွှင်မှုရဖို့အတွက်ကျတော့" ကိုယ့်ဇနီးမယားအပေါ် စိတ်မရှည်နိုင်ကြတော့ဘူး။ နားလည်မပေးနိုင်၊ သည်းခံမပေးနိုင်ကြတော့ဘူး။ စိတ်ကောက်နေတဲ့ဇနီးကို မချော့နိုင်ကြတော့ဘူး။ သဘောထားမကြီးပေးနိုင်ကြတော့ဘူး။ ကြင်နာစွာ မဆက်ဆံနိုင်ကြတော့ဘူး။ နွေးထွေးမှု၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာတွေလည်း မပေးနိုင်တော့ဘူး။

ဇနီးမယားဘက်ကလည်း ကိုယ့်ခင်ပွန်းအပေါ် လေးစားမှု၊ တန်ဖိုးထားမှု၊ နားလည်မှု၊ စိတ်ရှည်မှု၊ အသိအမှတ်ပြုမှု၊ ချီးကျူးမှုလေးတောင် ပြန်မပေးနိုင်ကြတော့ဘူး။

"ဘယ်မှာလဲမိသားစုပျော်ရွှင်မှု"

ငွေနှစ်သောင်းလောက် အမြတ်ရဖို့ စိတ်တိုသွားတဲ့ Customer ကို စိတ်ကျေနပ်မှုရအောင် သည်းခံပြီး ရှင်းပြပြောဆိုနိုင်ပေမယ့် မိသားစုပျော်ရွှင်မှုရဖို့အတွက်ကျတော့ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး စိတ်ရှည်သည်းခံမှု မလုပ်နိုင်ကြတော့ဘူး။

ငွေနှစ်သောင်းလောက်အမြတ်ရဖို့ Customer က မှားနေရင်တောင် ပြောချင်နေတဲ့စကားတွေ၊ ထွက်နေတဲ့ဒေါသတွေ အကုန်မြိုသိပ်ထားပြီး အကောင်းဆုံး အယဉ်ကျေးဆုံး ပြောဆိုဆက်ဆံနိုင်ကြတယ်။

မိသားစုပျော်ရွှင်မှုရဖို့အတွက်ကျတော့ ဒေါသတွေ မမြိုသိပ်နိုင်ကြတော့ဘူး။

"မိသားစုပျော်ရွှင်မှုက ငွေနှစ်သောင်းလောက်တောင် တန်ဖိုးမရှိတော့တာလား" စိတ်ဆိုးပြီးလှည့်ထွက်သွားတဲ့ Customer ကို ကိုယ့် ကုန်ပစ္စည်းရောင်းရဖို့အတွက် အနောက်ကနေ တရိုတသေလေး ချိုသာစွာ လိုက်ခေါ်နိုင်ကြပြီး မိသားစုပျော်ရွှင်မှုရဖို့အတွက်ကျတော့ စကားမပြောတဲ့အိမ်ထောင်ဖက်ကိုတစ်ယောက်ယောက်ကစတင်ပြီးမခေါ်ပြောနိုင်ကြဘူး။

"မိသားစုပျော်ရွှင်မှုက ကုန်ပစ္စည်းတစ်ခုလောက်တောင် တန်ဖိုးမရှိတော့တာလား"

ကျွန်တော် Family Relationship Coach လုပ်ပါတယ်။ မိသားစုတွေ အဆင်မပြေဖြစ်တဲ့အကြောင်းအရင်းအမျိုးမျိုးတွေ့ရပါတယ်။

တချို့က ဘာမဟုတ်တဲ့ကိစ္စသေးသေးလေးတွေနဲ့ အဆင်မပြေ ဖြစ်ကြတယ်။ တချို့က ခံယူချက်တွေ အမြင်တွေ မတူကြတဲ့အတွက် အဆင်မပြေဖြစ်ကြတယ်။ တချို့က စီးပွားရေးမပြေလည်တဲ့အတွက် အဆင်မပြေ ဖြစ်ကြတယ်။

ဒါတွေက နည်းနည်းပါးပါး (၃ လမှ ၆ လ) ညှိနှိုင်းပေးလိုက်ရင် အဆင်ပြေသွားပါတယ်။

တချို့ကျတော့လည်း မာနတွေပြိုင်ကြရင်း အနိုင်ယူလိုစိတ်တွေကြောင့်၊ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့သွေးထိုးလှုံ့ဆော်မှုတွေကြောင့် မိသားစုဝင်အချင်းချင်း အဆင်မပြေ ဖြစ်ကြတယ်။

ဒါတွေကျ နည်းနည်းခက်တယ်။ (၆ လ-၁ နှစ်) လောက် Coach လုပ်ပေးရင်း အဆင်ပြေသွားကြတယ်။

တချို့အခြေအနေတွေကျ တော်တော်ဆိုးတယ်။ ယောကျ်ားလေးဘက်က တာဝန်ယူမှု တာဝန်ခံမှုမရှိတာ၊ ယောကျ်ားမပီသတာ၊ တချို့ဆိုတော်တော်ကို စိတ်ဓာတ်ပိုင်းဆိုင်ရာညံ့ဖျင်းတာ ဖိနှိပ်ဆက်ဆံတာ တော်တော်အခြေအနေဆိုးတာတွေ ကြုံတွေ့ရတယ်။

ဇနီးဘက်ကလည်း အလွန်ခေါင်းမာတာ၊ စကားကိုချဲ့ကားပြောဆိုတာ၊ လုပ်ကြံလီဆယ်ပြောတာ၊ ရှုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းတာတွေ ကြားရပါတယ်။

ဒီလိုအခြေအနေတွေနဲ့ အိမ်ထောင်ရေးက လောကရဲပါပဲ။ **အိမ်ထောင်ရေး၊ မိသားစုဘဝ သာယာပျော်ရွှင်တယ်ဆိုရင်လည်း ဒါဟာ လောကနိဗ္ဗာန်ပါပဲ။**

Family Relationship Coach လုပ်တာကြာလာတော့ အဲ့အလုပ်ကို ဆက်လည်း လုပ်ချင်တယ်၊ လုပ်လည်း မလုပ်ချင်တော့ဘူးဆိုတဲ့အတွေး ဖြစ်မိတယ်။

လုပ်ချင်တယ်ဆိုတာကတော့ သူများမိသားစု အိမ်ထောင်ရေးတွေ လည်း စိတ်ချမ်းသာ အဆင်ပြေသွားကြတာတွေကြောင့် ကျေနပ်ဝမ်းသာ ရတယ်။ ဝန်ဆောင်ခလည်းရတော့ ဝင်ငွေလည်းဖြစ်တာပေါ့။

မလုပ်ချင်တော့တာက တော်တော့်ကိုအခြေအနေဆိုးတဲ့ မိသားစု အကြောင်းတွေ ဆက်မကြားချင်တော့တာကြောင့်ပါ။

အဲ့လိုမိသားစုအကြောင်းတွေကြားသိရတာ တော်တော့်ကို စိတ်ထိ ခိုက်ရပါတယ်။ အဲ့လိုမိသားစုတွေကို Coach လုပ်ပေးရတာ အလွန်ပင်ပန်း တယ်။

တစ်ခါတလေ ကိုယ်ကမိသားစုနဲ့ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်လည်ပတ်နေတဲ့ အချိန် အဲ့လိုမိသားစုဝင်တွေထဲက တစ်ယောက်ယောက် ဖုန်းဆက်လာပြီး တစ်ခုခုဖြစ်တယ်ကြားရင် လက်ရှိပျော်ရွှင်နေတဲ့ ကိုယ့်မိသားစုပါ စိတ် ညစ်ပြီး မလန်းဆန်းတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် မလုပ်ချင်တော့တာပါ။

ကျွန်တော့်အနေနဲ့ အိမ်ထောင်ရေးသာယာပျော်ရွှင်ဖို့ တစ်ခုပဲ မှာချင် ပါတယ်။ အဲ့တစ်ခုကိုလိုက်နာရင် ကျွန်တော့်ဆီလည်း Relationship အတွက် ပိုက်ဆံပေးပြီး ဝန်ဆောင်မှုယူစရာလည်း မလိုတော့ပါဘူး။

**အဲ့ဒါကတော့ "ပေးဆပ်မှု" ဆိုတာပဲဖြစ်ပါတယ်။**

ယောကျ်ားကလည်း ဇ,မိန်းမဆီက ဘာတွေရပိုင်ခွင့်ရှိလဲ မစဉ်းစားဘဲ ဇ,ဇနီးကို ဘာတွေပေးဆပ်ရမလဲပဲ စဉ်းစားပါ။ ပြီးရင် အမှန်အကန် ပေး ဆပ်ပါ။ ဇနီးလုပ်ပေးနေသမျှအရာတိုင်းကိုလည်း တာဝန်တစ်ခုအနေနဲ့ မမြင်ဘဲ လေးစားတန်ဖိုးထားပါ။

မိန်းမကလည်း ဇ,ယောကျ်ားဆီက ဘာတွေ တောင်းဆိုရမလဲ ဘာတွေ

# အဖေ့ဆုံးမစကား (၁)

ကျွန်တော့်အဖေနဲ့ ဖုန်းပြောရင်း သူ ဆုံးမတာလေး တစ်ခု။

GYM သွားပြီး လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်နေသူက အချိန်ကြာလာတာနဲ့အမျှ ခန္ဓာကိုယ်က ကြွက်သားတွေ ကျစ်လစ်လာရမယ်တဲ့။ GYM သွားပြီး အားကစားလည်း လုပ်တယ်၊ အချိန်ကြာလာပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကြွက်သားတွေက မကျစ်လစ်လာဘူးဆိုရင် လုပ်ဆောင်ပုံတွေ နည်းစနစ်တွေ မှားနေပြီတဲ့။

မင်း စီးပွားရေးလုပ်နေတာ အချိန်ကြာလာတာနဲ့အမျှ လုပ်ငန်းတွေက ကျစ်လစ်လာရမယ်တဲ့။ စီးပွားရေးလုပ်နေတာ အချိန်ကြာလာပြီး လုပ်ငန်းတွေက မကျစ်လစ်လာဘူးဆိုရင် ဖရိုဖရဲတွေ ဖြစ်နေသေးတယ်ဆိုရင် လုပ်ဆောင်ပုံတွေ နည်းစနစ်တွေ မှားနေပြီတဲ့။

ငယ်ငယ်လေးကတည်းက သူ့အချိန်နဲ့သူ သူ့နေရာနဲ့သူ လိုက်ဖက်ပြီး ခေါင်းထဲကို တစ်ခါတည်း ရောက်စေမယ့် နားလည်လွယ်တဲ့ ဆုံးမစကားတွေ ပြောကြားသင်ကြားပေးတဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ် အဖေ။

* * *

မရလို့ စိတ်ဆိုးရမလဲ မစဉ်းစားဘဲ ငါ ဘာတွေဖြည့်ဆည်းပေးရမလဲ၊ ပါရမီ ဖြည့်ဖက်ကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ငါ ဘာတွေပြင်ဆင်သင့်လဲ၊ ဖြစ်လာတဲ့အခြေအနေပေါ် မူတည်ပြီး ပြဿနာကို ဘယ်လိုအကောင်းဆုံး နည်းနဲ့ဖြေရှင်းမလဲ စဉ်းစားလုပ်ကိုင်ရပါမယ်။

မိဘကလည်း သားသမီးဆီက ငါ့ကလေးကတော့ ဘာကြီးဖြစ်မှ ရမယ်၊ ငါ ချမှတ်တဲ့စည်းမျဉ်းပုံစံခွက်အတိုင်း နေရမယ်၊ ငါ ပြောသမျှနာခံ ရမယ် စတဲ့ဖြစ်စေချင်တဲ့စိတ်ဆန္ဒတွေနဲ့ အတင်းအကြပ်ပုံမသွင်းဘဲ သူတို့ ရဲ့ပင်ကိုယ်စွမ်းရည်တွေကို လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ် ရောက်အောင် ဆွဲတင်ပြီး နည်းမှန်လမ်းမှန်နဲ့အကောင်းဆုံးပေးဆပ် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သားသမီးကလည်း မိဘဆီက ဘာလိုချင်တယ်၊ ဘာလုပ်ပေးရမယ် ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာ ကိုယ်ရချင်တာတွေပဲတွေးပြီး စိတ်ဆိုးစိတ်ကောက် သားသမီးဆိုးလုပ်မနေဘဲ ငါ့မိဘတွေအသက်ရှိစဉ် ငါ ဘယ်လို ကျေးဇူး ပြန်ဆပ်မလဲ၊ ငါ့မိဘတွေဂုဏ်ယူရတဲ့သူတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ငါဘယ်နေရာ တွေပြင်ဆင်သင့်လဲ၊ အောင်မြင်အောင်ကြိုးစားသင့်လဲ၊ ငါ တစ်လ ပိုက်ဆံ ဘယ်လောက်ပြန်ရှာကျွေးမယ် စသဖြင့် မိမိဘက်ကပေးဆပ်နိုင်ဖို့ ကြိုးစား ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

**"ပေးဆပ်မှု" ဆိုတာ အလွန်အစွမ်းထက်သော မေတ္တာတရားပါ။ မေတ္တာလွှမ်းခြုံတဲ့အိမ်တစ်အိမ်ဟာ အမြဲလုံခြုံနွေးထွေးနေမှာအမှန်ပါပဲ။**

ဒါကြောင့်တစ်ဦးပေါ် တစ်ဦး "ပေးဆပ်တဲ့သူ"တွေ ဖြစ်ကြပြီး သာယာ ပျော်ရွှင်တဲ့မိသားစုဘဝ လောကနိဗ္ဗာန်ကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြပါစေကြောင်း ဆုတောင်းရင်း. . . ။

* * *

# အဖေ့ဆုံးမစကား (၂)


မနေ့ညက ကျွန်တော့်အဖေနဲ့ ဖုန်း တစ်နာရီလောက် ပြောတယ်။ ထုံးစံအတိုင်း သူပြောစရာတွေလည်း ပြောတယ်။ ဆုံးမစကားတွေလည်း အများကြီးပြောတယ်။

ဆုံးမစကားတွေက-

ဘယ်လိုအခြေအနေမှာဖြစ်ဖြစ် ဒေါသမထွက်နဲ့၊ မျိုချလိုက်တဲ့။

**အိမ်ထောင်ရေး၊ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး ဘယ်နေရာမှာမဆို ပြဿနာတွေရဲ့ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းက ဒေါသကြောင့်ပါတဲ့။**

ကိုယ်လုပ်တဲ့အလုပ်ဖြစ်စေ၊ ပြောတဲ့စကားဖြစ်စေ တစ်ခုခုမှားတာနဲ့ ပြန်တောင်းပန်ပါတဲ့။ တောင်းပန်ဖို့ နောက်မကျစေနဲ့၊ တောင်းပန်ဖို့ မရှက်နဲ့တဲ့။

တန်ဖိုး (Value)

ကိုယ်တိုင်အလုပ်လုပ်တယ်ဆိုရင် တစ်ခုပဲ ပြီးမယ်။ ကိုယ်တိုင်လည်း လုပ်တယ်၊ နောက်ထပ် ၁၀ ယောက်ကိုလည်း လုပ်ခိုင်းမယ်ဆိုရင် ၁၁ ခု တော့ ပြီးမယ်၊ ၁၁ ခုလုံးက Quality မမီနိုင်ဘူးတဲ့။

အခြေအနေဆိုးရင် ကိုယ်လုပ်တဲ့ တစ်ခုပဲ Quality မီပြီး ကျန် ၁၀ ခုက အရည်အသွေး ညံ့ဖျင်းနေလိမ့်မယ်တဲ့။

ကိုယ်တိုင်မလုပ်ဘဲ နောက်ထပ် ၁၀ ယောက်လုပ်တာကို လိုက်ပြီး သေချာ ကြီးကြပ်မယ်ဆိုရင်တော့ ၁၀ ခုပဲ ပြီးပေမယ့် မင်းရဲ့ စီမံခန့်ခွဲမှု ကောင်းရင် ၁၀ ခုလုံး Quality မီလိမ့်မယ်တဲ့။

(ဒီဆုံးမမှုကတော့ အခုမှမဟုတ်ဘူး ကျွန်တော်တို့ ငယ်ငယ်လေး ကတည်းက အဖေ ပြောနေကျစကားပါ)

ပန်းပဲဆရာ ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း သံမကောင်းရင် ဓားကောင်း မဖြစ်ဘူး။ သံဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း ပန်းပဲဆရာမကောင်းရင်လည်း ဓားကောင်း မဖြစ်ဘူးတဲ့။

မင်းမိဘ၊ မင်းဆရာ၊ မင်းအပေါင်းအသင်း ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း မင်းမကောင်းရင် မင်းစိတ်ဓာတ်မကောင်းရင် အလကားပဲတဲ့။

မင်း လိမ္မာနေတယ်ဆိုရင် မင်းကောင်းတာတွေ လုပ်နေတယ်ဆိုရင် အဲဒီကုသိုလ်တွေက သေသွားတဲ့ မင်းအမေဆီရောက်နေလိမ့်မယ်။ မင်းရဲ့ လုပ်ရပ်တွေက မင်းအမေမြှုပ်နှံထားတဲ့နေရာမှာ အဆုံးသတ်လိမ့်မယ်တဲ့။

* * *

၁၂၉

# အဖေ့ဆုံးမစကား(၃)
# ကုသိုလ်၊ ပိုက်ဆံ၊ ပညာ


မနေ့က ကျွန်တော့်အဖေဖုန်းဆက်တယ်။

နေကောင်းလား၊ ဘာလုပ်နေလဲ၊ ဘယ်မှာလဲ စသဖြင့် စကားပြောပြီး ဆုံးမစကားတွေ ဆက်ပြောတယ်။

မင်းဘာပဲလုပ်လုပ် တစ်ခုခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် မလုပ်ခင်မှာ အရင် စဉ်းစားပါ။

အဲဒါလုပ်ပြီးရင်ဘာရမှာလဲ

၁။ ကုသိုလ်ရလား

၂။ ပိုက်ဆံရလား

၃။ ပညာရလား

အဲဒီ(၃)ခုထဲက တစ်ခုခုရလားဆိုတာ မလုပ်ခင်အရင်စဉ်းစားပါ။

အဲဒီ(၃)ခုထဲက တစ်ခုခုမရရင် မလုပ်ပါနဲ့တဲ့။

ပတ်ဝန်းကျင်က မိတ်ဆွေကောင်းတွေရဲ့ ကောင်းတဲ့အကျင့်တွေ၊

လုပ်ဆောင်ချက်တွေ၊ ကောင်းတဲ့စကားတွေကြားပြီး၊ မြင်ပြီးရင်လည်း ကိုယ့်ဘဝအတွက် လိုတဲ့အရာတွေကို ပြုပြင်နေပါတယ်။

ဒီလိုပဲ ဆရာသမားတွေရဲ့ သွန်သင်ဆုံးမမှုတွေ၊ လမ်းညွှန်မှုတွေကိုလည်း ဂရုစိုက်နာယူပြီး မိမိဘဝ ပိုကောင်းအောင် ပြင်ဆင်နေထိုင်ပါတယ်။

အဖေရဲ့ ဆုံးမစကားတွေ ကြားပြီးတဲ့အခါမှာလည်း သေချာစဉ်းစား၊ တွေးတောပါတယ်။ ပြီးရင် အဲဒါတွေကို မိမိဘဝမှာ အသုံးချဖို့ အမြဲကြိုးစားပါတယ်။

ဒီကုသိုလ်၊ ပိုက်ဆံ၊ ပညာ ဆိုတဲ့ ဆုံးမစကားလေးကြားပြီး နောက်ပိုင်းဘဝက ပိုပြီးအဓိပ္ပာယ်ရှိလာပါတယ်။ တစ်ခုခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် အရင်စဉ်းစားပါတယ်။ ဒါလုပ်ပြီးရင် ငါဘာရမလဲ။

အဲလိုစဉ်းစားတတ်တဲ့ အလေ့အကျင့်လေးရှိလာပြီး နောက်ပိုင်းမှာ ဘဝက ပိုပြီး အဓိပ္ပာယ်ရှိလာပါတယ်။ အကျိုးမဲ့ ကုန်ဆုံးနေတဲ့အချိန်တွေ အရင်ကထက် လျော့နည်းလာတယ်။ အဓိပ္ပာယ်မရှိတဲ့အလုပ်တွေ အရင်ထက် လျော့နည်းသွားပါတယ်။

ငယ်စဉ်ကတည်းက ဘဝအတွက် ပညာမျိုးစုံသင်ကြားပေးခဲ့တဲ့ အဖေ၊ စိတ်ဓာတ်ခိုင်မာအောင် ပျိုးထောင်ပေးခဲ့တဲ့အဖေ၊ မိတ်ဆွေကောင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းတွေနဲ့ ထိတွေ့ဆက်ဆံပေးခဲ့တဲ့ အဖေ့ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

ဒီနေ့ဆုံးမစကားကတော့ ကျွန်တော့်ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ရှိအောင် လမ်းညွှန်ပေးတဲ့အရာလို့မှတ်ယူပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် တန်ဖိုးရှိအောင် ကုန်ဆုံးပါ။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် အဓိပ္ပာယ်ရှိအောင် ရှင်သန်ပါ။

မိမိဘဝရဲ့ ကုန်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေနေဖို့လိုပါတယ်။

ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲ ဖြစ်ပါစေ။

* * *

အမေသော့တွေခတ်ပြီး ရက်ပိုင်းအကြာမှာပဲ အဖေက အဲဒီသော့တွေ အကုန်ပြန်ဖြုတ်လိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ကျွန်တော့်ကို ကျွန်တော့်အမေရှေ့ ခေါ်တယ် ပြီးတော့ အလွန်တန်ဖိုးရှိတဲ့ ဆုံးမစကားတစ်ခုပြောပါတယ်။ ကျွန်တော်က မူလတန်း၊ အလယ်တန်းကျောင်းသားဘဝပဲ ရှိပါသေးတယ်။

အဖေ့ဆုံးမစကားတွေကို စကားလုံးအရတော့ နားလည်ပေမယ့် အဖေ့ဆုံးမစကားရဲ့ အမြော်အမြင်ကြီးမှုကိုတော့ နားမလည်ခဲ့ပါဘူး။ အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါမှပဲ ကောင်းစွာနားလည်ပါတော့တယ်။

အဖေ့ဆုံးမစကားက ၂ ခွန်းတည်းပါ။

အမေ့ကို ပြောတာတစ်ခွန်း၊ ကျွန်တော်နဲ့ အမေ့ကို နှစ်ယောက်လုံး ရည်ရွယ်ပြီး ပြောတာက တစ်ခွန်းပါ။

"ငါတို့က ငါတို့သားသမီးတွေကိုတောင်မယုံရင် နောက်ထပ် ဘယ်သူ့ကို ယုံရမှာလဲ"

"သော့တွေခတ်ထားလို့ ခိုးလို့မရလို့ မခိုးတာကို ငါမလိုချင်ဘူး၊ ဘာသော့မှမခတ်ထားဘဲ အချိန်မရွေး ခိုးလို့ရတဲ့ အခြေအနေမှာ မခိုးတာမျိုးကိုပဲ လိုချင်တာ" တဲ့။ အဲဒါကြောင့် သော့တွေ အကုန်ပြန်ဖြုတ်လိုက်တာတဲ့။

# အဖေ့ဆုံးမစကား(၄)

ငယ်ငယ်တုန်းက (ကလေးဘဝတုန်းက) မိဘဆီကနေ ပိုက်ဆံ(မုန့်ဖိုး) ဘတ်ဖူးကြလား။ ကျွန်တော်ငယ်ငယ်တုန်းကတော့ မိဘဆီက ပိုက်ဆံ ခဏခဏ ဘတ် (ခိုး) ဖူးပါတယ်။ ငယ်သေးတော့ မိဘက ပိုက်ဆံ ပေးမကိုင်ဘူး၊ စားချင်တဲ့မုန့်တွေ မိဘကိုယ်တိုင် ဝယ်ကျွေးတယ်။ အရုပ်တွေလည်း မိဘကိုယ်တိုင် ဝယ်ပေးတယ်၊ အင်္ကျီအဝတ်အစားနဲ့ တခြားလိုအပ်တာတွေလည်း မိဘကိုယ်တိုင်ပဲ စီမံပေးတာပါ။ တစ်ခါတလေ ကျောင်းမှာ သူငယ်ချင်းတွေက မုန့်တွေကိုယ်တိုင်ဝယ်စားတော့ ကျွန်တော်လည်း ပိုက်ဆံကိုင်ပြီး မုန့်ဝယ်စားချင်တာပေါ့။ အဲဒီလိုအချိန်မှာ မိဘဆီက ပိုက်ဆံတွေ ခိုးယူပါတယ်။ တစ်ခါတလေလည်း မိဘမသိလိုက်ဘူး၊ တစ်ခါတလေလည်း မိဘသိသွားလို့ ဆူခံရပါတယ်။

အရုပ်တွေ လိုချင်တဲ့အခါမှာလည်း ဆိုင်ရဲ့ပိုက်ဆံ အန်ဆွဲထဲက ခိုးဖူးပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ငယ်ငယ်က သီးချင်းခွေတွေ၊ ကက်ဆက် အသေးလေးတွေ ခေတ်စားတဲ့အချိန်ပေါ့။ သီချင်းစာအုပ်တွေ၊ သီချင်းခွေအသစ်ထွက်ရင်လည်း ပိုက်ဆံဘတ်ပါတယ်။ ကက်ဆက်သေးသေးလေး လိုချင်တုန်းကလည်း ဘတ်ပါတယ်။ ကျောင်းမှာ ဘောလုံးကန်ဖို့ ဘောလုံးလိုချင်တုန်းကလည်း ဘတ်ပါတယ်။ ခဏခဏလည်း မိပါတယ်။ ခဏခဏလည်း ဆူခံရပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ အမေက ဘီဒိုတံခါးကို သော့ခတ်လိုက်ပါတယ်။ ဆိုင်ရဲ့ ပိုက်ဆံထည့်တဲ့ အန်ဆွဲကိုလည်း သော့ခတ်လိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ ATM စက်ကြီးတွေက သော့တွေနဲ့ဖြစ်သွားတာပေါ့ဗျာ။ "သွားပြီ ငါတော့ တစ်ခုခု လိုချင်ရင် ဝယ်လို့မရတော့ဘူး" ဆိုပြီး စိတ်ဓာတ်တွေကျတာပေါ့။

ကျွန်တော်တို့ ညီအစ်ကိုတွေ အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါမှာလည်း အဲဒီအကြောင်းလေးကို အဖေက ပြန်ပြောပြပြီး ဆုံးမလေ့ရှိပါတယ်။

လူဆိုတာ ဘယ်သူမှမသိဘူး၊ ဘယ်သူမှမရှိဘူး ဆိုပြီး မဟုတ်တာလုပ်တာမျိုး မလုပ်ရဘူး။ မဟုတ်တာတော့ လုပ်ချင်တယ် လုပ်လို့မရလို့ မလုပ်တာမျိုးကြောင့် မလုပ်တာလဲမဖြစ်စေချင်ဘူး။ လူဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ ပင်ကို အသိစိတ်နဲ့ပဲ မဟုတ်တာ မလုပ်တာမျိုး ဖြစ်စေချင်တာတဲ့။ အကယ်၍ အဲတုန်းက သော့ခတ်ထားလိုက်လို့ ပိုက်ဆံမခိုးတာဆိုရင် ခိုးလို့ရတဲ့အချိန်မှာ ခိုးနေမှာဖြစ်တယ်တဲ့။

အခုလို အရွယ်ရောက်လာပြီး ကျင့်ဝတ်တွေ၊ ကတိတွေ၊ စည်းကမ်းတွေ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုတာတွေ သိလာတဲ့အချိန်ကျတော့ အဖေ့ဆုံးမစကားနဲ့ အဖေ့ရဲ့ သွန်သင်မှုတွေရဲ့ အမြော်အမြင်ကြီးမှုကို ပိုနားလည်လာတယ်။ ပိုတန်ဖိုးထားတတ်လာပါတယ်။

အဖေက ငါတို့ကို မိဘပိုက်ဆံ မခိုးတတ်အောင်ဘဲ သင်ပေးခဲ့တာ မဟုတ်ဘူး။ လူတစ်ယောက်မှာရှိရမယ့် တန်ဖိုးတစ်ခုကို သင်ပေးခဲ့တာဆိုတာကို နားလည်လာတယ်။

ဘယ်အရာမဆို မဟုတ်တာလုပ်ပြီး မယူရဘူး၊ တခြားသူတွေကို လိမ်လည်လှည့်ဖျားပြီး မယူရဘူး၊ အချောင်လိုချင်စိတ်မထားရဘူး၊ ကတိတည်ရမယ်၊ ဘယ်သူမှမသိဘူး၊ ဘယ်သူမှမရှိဘူး၊ ဘာစာချုပ်မှ မလုပ်ထားဘူး၊ ဘာသက်သေမှမရှိဘူးဆိုပြီးလည်း သူများဆီက အချောင်မလိုချင်အောင် ဆုံးမသွန်သင်ခဲ့တယ်ဆိုတာကို သဘောပေါက်လာတယ်။

ကျွန်တော်တို့ငယ်ငယ်တုန်းက (ကလေးတိုင်းနီးပါး) မိဘဆီကမုန့်ဖိုးတွေ ဘတ်ဖူးကြမယ်ထင်ပါတယ်။ ကလေးသဘောသဘာဝဖြစ်တဲ့ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်တစ်ခုကနေ ဘဝသင်ခန်းစာအထိ သင်ပေးခဲ့တဲ့ အဖေ့ကို ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ဒီအကြောင်းအရာလေးထည့်ရေးပြီး အသိအမှတ်ပြု ကျေးဇူးတင်လိုက်ရပါတယ်။

* * *

# ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဂုဏ်ယူရမယ့် အလုပ်တွေလုပ်ပါ

သင်တန်းတွေဆိုတာ ကျွန်တော့်ရဲ့စီးပွားရေး မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော့်ရဲ့ ရူးသွပ်မှုနဲ့ တွန်းအားတွေကြောင့် လုပ်ဖြစ်တာပါ။ ကျွန်တော်ငယ်ငယ်တုန်းက ကျောင်းမှာ စာမတော်ဘူး။ အဆင့် ၁ တွေ ၂ တွေ မရခဲ့ဖူးဘူး။ မထူးချွန်တဲ့အတွက် အခြားကလေးတွေနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ဆုံးမတာ ခဏခဏ ခံခဲ့ရပါတယ်။ အဲ့ဒါက အသက် ၂၀ ကျော်အထိပဲ ဆိုပါတော့။

"မင်းကအသုံးမကျဘူး"၊ "ဘာမှဖြစ်လာမယ့်ကောင် မဟုတ်ဘူး"၊ "သောက်စကားပဲများတတ်တယ်"၊ "သောက်ပြောပဲ လက်တွေ့ ဘာမှမလုပ်တတ်ဘူး"၊ "သောက်ပြောပဲကြီးတဲ့ကောင်"၊ "လေပဲရှိတဲ့ကောင်" အဲ့ဒီစကားတွေက ကျွန်တော်ကြားနေခဲ့ရတဲ့အရာတွေပါ။ ကျွန်တော့်ရဲ့ တွန်းအားတွေပေါ့။

ဒေးဗစ်ဘက်ခမ်းရဲ့ တစ်ရက်ဝင်ငွေက ဘယ်လောက်ရှိတယ်၊ မိုက်တိုင်ဆန်ရဲ့ တစ်ရက်ဝင်ငွေက ဘယ်လောက်ရှိတယ်၊ မိုက်ကယ်ဂျပ်ဆင်ရဲ့ တစ်ရက်ဝင်ငွေက ဘယ်လောက်ရှိတယ် စတဲ့သတင်းတွေမြင်တိုင်း ငါ ဘယ်လောက်တန်လဲဆိုပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တွေးကြည့်မိတယ်။

ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့မှတ်ချက်တွေအရတော့ ငါကတော်တော်ကို သုံးစားမရတဲ့ကောင်ပဲ။ အဲ့ကတည်းက တစ်ခုခုကို လုပ်ပြချင်တယ်။ ကမ္ဘာကျော်ဘောလုံးသမားလို့ စိတ်ကူးယဉ်လိုက်၊ ကမ္ဘာကျော်အဆိုတော်ကြီးလို့ စိတ်ကူးယဉ်လိုက်၊ စိတ်ကူးထဲမှာတော့ ဒေါ်လာတွေအပုံလိုက်နဲ့ ပရိသတ်တွေ အများကြီးနဲ့ပေါ့။

ကြားခံရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေမပါဘဲ ငါ့ကိုယ်ငါ ဘယ်လောက်တန်လဲဆိုတာ သိချင်စိတ်ကြောင့် ဘာလုပ်ရမလဲဘဲ စဉ်းစားနေဖြစ်တယ်။

အဖေ့ရဲ့ကျေးဇူးကြောင့် စာတွေဖတ်ဖြစ်ရင်း ၈ တန်းကတည်းက ဒေးကာနယ်ဂျီကိုသိခဲ့ရတယ်။ အဲ့ဒီကတည်းက ဟောပြောရေးဆရာ ဖြစ်ချင်ခဲ့တယ်။ တောနယ်လေးမှာနေတော့ အခွင့်အလမ်းတွေမရှိခဲ့ဘူး။

ကျောင်းပြီးနောက်ပိုင်းမှ အခွင့်အလမ်းတွေရခဲ့တယ်။ ကြိုးစားခဲ့တယ်။ FB ပေါ်မှာ စကားတွေပြောခဲ့တယ်။ စာတွေရေးခဲ့တယ်။ ဝေဖန်ခံခဲ့ရတာတွေလည်း အများကြီး။ အဲဒီလိုနေ့တွေဆို တစ်ညလုံးမအိပ်ဘဲ စာတွေဖတ်၊ သင်တန်းနဲ့ဆိုင်တဲ့ ဗဟုသုတဗီဒီယိုတွေ မိုးလင်းအထိ ကြည့်တယ်။ မိုးလင်းခဲ့တဲ့ညတွေ မရေတွက်နိုင်ဘူး။

ဝေဖန်ခံရတာမျိုးလို့ ငိုခဲ့ရတဲ့ညတွေ အများကြီး။ ဒါပေမဲ့လည်း ငါ ရအောင်လုပ်မယ်ဆိုတဲ့စိတ်ကို နည်းနည်းမှ မလျှော့ခဲ့ဖူးဘူး။ အဲ့လိုနဲ့ပဲ သင်တန်းဆရာဖြစ်လာတယ်ဆိုပါတော့။

အခုဆို စျေးကြီးတဲ့သင်တန်းတွေ၊ စျေးတော်တော်ကြီးတဲ့ သင်တန်းတွေ၊ စျေးအရမ်းအရမ်းကြီးတဲ့ သင်တန်းတွေတောင် ပို့ချနိုင်ခဲ့ပါပြီ။ ကျွန်တော်လိုချင်တဲ့အရာတော်တော်များများကိုလည်း ကြားခံစီးပွားရေးလုပ်ငန်းတွေကို အခြေမခံဘဲနဲ့ ရလာတဲ့သင်တန်းကြေးတွေနဲ့ပဲ ဝယ်ခဲ့ ပိုင်ဆိုင်ခဲ့ပြီးပြီ။


စာအုပ်အဆုံးသတ်အပြီးမှာ ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ မှတ်တမ်းအချို့ကို ပုံတွေ ထည့်ထားပါတယ်။ ကျွန်တော်သေပြီးတဲ့အချိန်မှာ ကျွန်တော်ထားချင်ခဲ့တဲ့အရာတွေပါ။

အဲ့ဒီနောက်မှာတော့ စာဖတ်သူတွေ ရေးချင်တာတွေရေးဖို့ စာရွက်အလွတ် ထည့်ပေးထားပါတယ်။ စာအုပ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး စာဖတ်သူကြိုက်တာ ရေးလို့ ရပါတယ်။ ကျွန်တော်သေပြီးတဲ့နောက်မှာ လူတွေအနေနဲ့ ကျွန်တော်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ကျွန်တော့်ဘဝကို ကြိုက်တာပြောလို့ ရတယ်လို့ အဓိပ္ပာယ်သက်ရောက်ပါတယ်။

ဆက်လက်ပြီးလည်း ကျွန်တော့်ဘဝကို အကောင်းဆုံးတည်ဆောက်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ထားပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ကုန်ဆုံးခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို ပြန်ကြည့်တဲ့အချိန်မှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေနိုင်ဖို့လိုပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကြွေနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲဖြစ်ပါစေ။

* * *

Zero Kilo ကားအသစ်တစ်စီး၊ ROLEX နာရီအပါအဝင် ကျွန်တော်လိုချင်တဲ့ တခြားအရာတွေ အများကြီးပေါ့။ ကျွန်တော်ဘယ်လောက် တန်လဲ။ ကျွန်တော့်ရဲ့ တန်ဖိုးတစ်ခုကို ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော်သိဖို့ လုပ်နိုင်ခဲ့ပြီးပြီ၊ ကြိုးစားခဲ့ပြီးပြီ၊ ကျွန်တော်ထားထားတဲ့ ကျွန်တော့်ရဲ့ တန်ဖိုးဆိုတဲ့ နေရာတစ်ခုကိုလည်း ရောက်ခဲ့ပြီးပြီ၊ ကျွန်တော်ရောက်ချင်တဲ့နေရာ၊ ဖြစ်ချင်တဲ့ရည်မှန်းချက်တွေလည်း ပြည့်ဝခဲ့ပါတယ်။

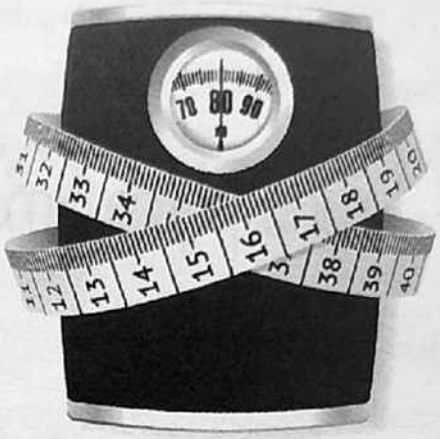
ဟိုးအရင်တုန်းက "မင်းပြောတဲ့စကား ဘယ်သူမှနားထောင်မှာမဟုတ်ဘူး" လို့ ဝေဖန်ခံရတော့ "ငါလူတစ်ထောင်ရှေ့မှာ စကားပြောနိုင်အောင် ကြိုးစားမယ်" လို့ စာအုပ်မှာချရေးခဲ့တယ်။

၁ နှစ်နဲ့ ၈ လအကြာမှာ တစ်ချိန်တည်း လူဦးရေ ၁၃၀၀ ပါတဲ့ အခမ်းအနားမှာ စကားပြောနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ အခုဆိုလူထောင်ပေါင်းများစွာကိုလည်း အသိပညာတွေ မျှဝေခဲ့ပြီးဖြစ်ပါတယ်။ တွန်းအားတွေ ပြင်းခဲ့တာကြောင့် ရည်မှန်းချက်တွေ အောင်မြင်ခဲ့တယ်။

အခုအချိန်မှာ ကျွန်တော်ပိုင်ဆိုင်ထားတာတွေ၊ ကျွန်တော်ရရှိထားတာတွေ တစ်ခုမှမကျန်ဘဲ သုည ဖြစ်သွားရင်တောင် ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော် ဂုဏ်ယူနေမှာပါ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ဖျောက်ဖျက်လို့မရတဲ့၊ အတုလုပ်လို့မရတဲ့၊ အလွန်ဂုဏ်ယူရတဲ့ သမိုင်းတစ်ခုကို ကျွန်တော်ရရှိပိုင်ဆိုင်ထားပြီးဖြစ်လို့ပါ။

အခုကျွန်တော်သေသွားမယ်ဆိုရင်တောင် ကျွန်တော်လုပ်ခဲ့တဲ့အရာတွေ၊ ကျွန်တော်ရရှိခဲ့တဲ့အရာတွေ၊ ကျွန်တော်ပေးဆပ်ခဲ့တဲ့အရာတွေ၊ ကျွန်တော်ဆုံးရှုံးခဲ့တဲ့ အရာတွေအားလုံးကို ကျွန်တော်ကျေနပ်ပါတယ်၊ ချစ်ပါတယ်။

ဒီအရာအတွက် ကျွန်တော် ယခင်ထွက်ထားတဲ့ "ဘဝကစားပွဲမှာ အောင်နိုင်ဖို့" စာအုပ်ရဲ့နောက်ဆုံးအခန်းမှာ တတိယနာမည်ဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာကို ရေးထားပြီးသားပါ။ ကျွန်တော့်ရဲ့ စာအုပ် နောက်ဆုံးအခန်းက ကျွန်တော့်ဘဝနောက်ဆုံးအချိန်ကို ရည်ရွယ်တာပါ။ သေသွားတဲ့အချိန်ပေါ့။



# ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တာဝန်ယူပါ

ထမင်း မချက်နိုင်ရင် တခြားသူကို ကူချက်ခိုင်းလို့ရပါတယ်။

စာရင်းမမှတ်နိုင်ရင်လည်း တခြားသူကို ကူမှတ်ခိုင်းလို့ရပါတယ်။

စားသောက်နေထိုင်မှုမမှန်လို့ ခန္ဓာကိုယ် ဖျားနာရင် တခြားသူကို ကူဖျားခိုင်းလို့မရဘူး။ ပြုမူကျင့်ဆောင်မှု မမှန်လို့ဘဝ ကျရှုံးရင်လည်း တခြားသူကို ကျရှုံးခိုင်းလို့မရပါဘူး။

ကိုယ့်ဘဝမှာ ကိုယ်လုပ်မှ ကိုယ်စံရမှာတွေရှိသလို၊ ကိုယ်မကြိုးစားရင် ကိုယ်ခံရမှာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ဘဝအတွက် ကိုယ်လုပ်စရာရှိတာကို တာဝန်ယူမှု အပြည့်နဲ့လုပ်ပါ။

ကိုယ့်ဘဝအတွက် ကိုယ်လုပ်မှဖြစ်မယ့်အရာတွေလုပ်ဖို့ တခြားသူတွေဆီက ခွင့်ပြုချက်တွေ တောင်းမနေပါနဲ့။

ကိုယ့်ဘဝအတွက် ကိုယ်ရွေးချယ်ရမှာဖြစ်ပြီး စံရတာ၊ ခံရတာ အားလုံး ကိုယ့်မှာပဲ တာဝန်ရှိပါတယ်။

မိမိကိုယ်မိမိ အပြည့်အဝ တာဝန်ယူပါ။ တိုးတက်ခြင်း ကျရှုံးခြင်း အားလုံး ကိုယ့်ပေါ်မှာပဲ တာဝန်ရှိပါတယ်။

မိမိဘဝရဲ့ ကုန်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေနေဖို့ လိုပါတယ်။

ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲ ဖြစ်ပါစေ။

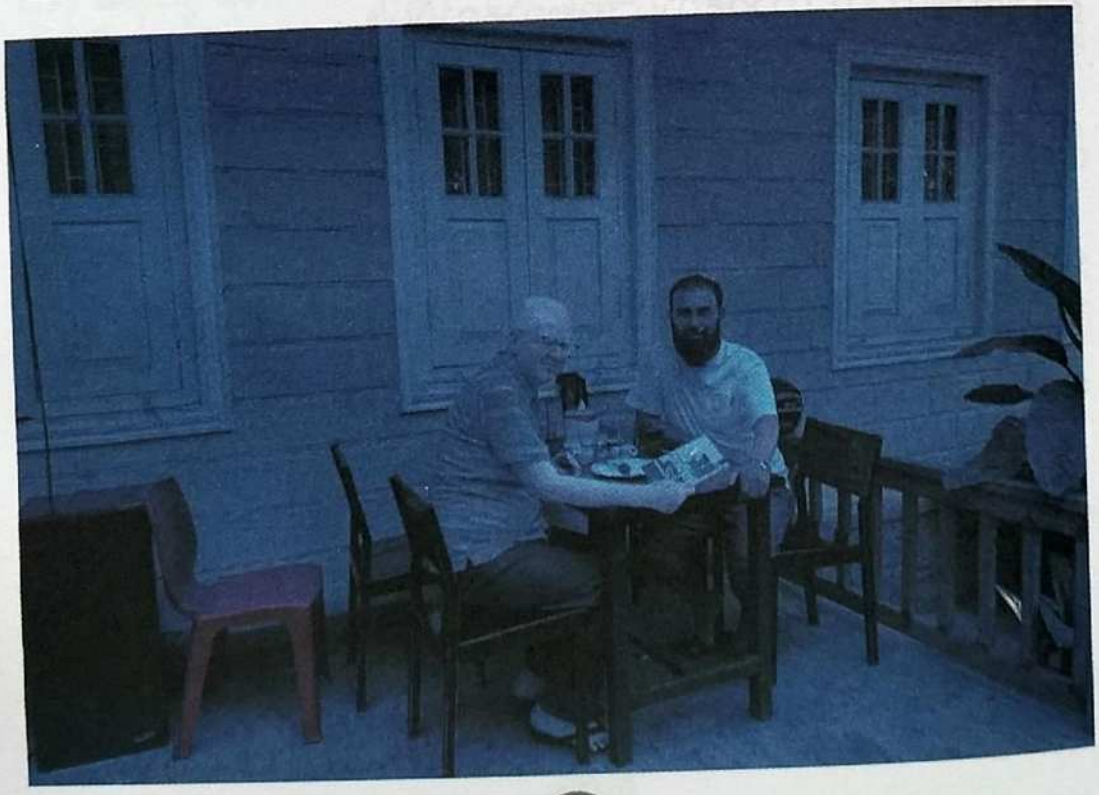
* * *

# လုပ်စရာရှိတာ ချက်ချင်းလုပ်

လွန်ခဲ့တဲ့ တစ်လလောက်က ကိုဘိုဖြူနဲ့ အလုပ်ကိစ္စတစ်ခု ဖုန်းပြောရင်း ကိုဘိုဖြူက မိုင်မိုင်း မင်းနဲ့ငါ ရိုက်ထားတဲ့ ဓာတ်ပုံရှိလားလို့မေးတယ်။ ကျွန်တော်ကလည်းမရှိဘူး ကိုဘိုဖြူ အစ်ကိုနဲ့ ကျွန်တော့်သားနဲ့ရိုက်ထားတာတော့ အများကြီးရှိတယ်လို့ ပြန်ဖြေလိုက်တယ်။

အမြဲလိုလို ဆုံဖြစ်နေပေမယ့် တစ်ခါမှ ဓာတ်ပုံမရိုက်ဖြစ်ဘူး။ ကိုဘိုဖြူက ဒီတစ်ခါဆုံရင် အမှတ်တရရိုက်ရအောင်ဆိုပြီး ပြောပါတယ်။

ဒီနေ့မှာ ကိုဘိုဖြူနဲ့ဆုံဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ဘဝထဲကလာတဲ့ အတွေ့အကြုံကို အခြေခံတဲ့ စကားတွေ အများကြီးကြားရပါတယ်။ နှစ်ယောက်သား လေကြောမိသွားတာ ၂ နာရီလောက်တောင် ကြာသွားတယ်။



ကိုဘိုဖြူ ပြောတဲ့စကားတွေထဲက တစ်ခုကို ပြန်မျှဝေပါရစေ။

အကြောင်းအရာတစ်ခုပြောနေရင်း သူပြောလိုက်တဲ့ စကားလေးက **"လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို မလုပ်သေးဘဲ ထားထားရင်းနဲ့ အဲဒီအလုပ်က ကိုယ့်ကို ပြန်ဒုက္ခပေးသွားတယ်"**။ အဲ့စကားလေးကို ကျွန်တော် တော်တော် ကြိုက်သွားတယ်။

ကိုဘိုဖြူကတော့ သူနဲ့ကျွန်တော် ပြောနေတဲ့အကြောင်းအရာကို အခြေခံပြီး အဲ့စကားလေးကို ပြောသွားတာ၊ ကျွန်တော် အိမ်ရောက်တော့ ဆက်စဉ်းစားတာ၊ အဲ့စကားက တော်တော့်ကို တန်ဖိုးရှိတာဗျ၊ ပြီးတော့ ဘယ်နေရာနဲ့မဆို ကိုက်ညီနေတာ တွေ့ရတယ်။

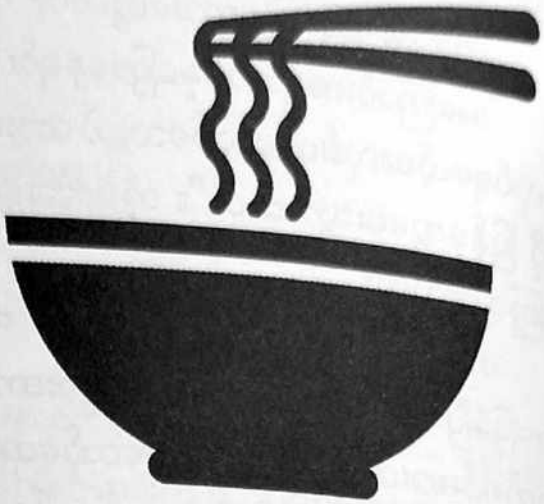
ကျန်းမာရေးအတွက် လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို မလုပ်ဘဲထားထားရင် ရောဂါဖြစ်လာပြီး အဲဒါက ကိုယ့်ကို ဒုက္ခပေးမှာ၊ ပညာရေးအတွက်လည်း အဲလိုပဲ၊ စီးပွားရေးအတွက်လည်း အဲလိုပဲ၊ ကုသိုလ်ရေးအတွက်လည်း အဲလိုပဲ၊ မိမိကိုယ်ကိုယ် တိုးတက်ရေးအတွက်လည်း အဲလိုပဲ။

**ကိုယ်လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို မလုပ်ဘဲထားထားရင် အဲဒီအရာက ကိုယ့်ကို ပြန်ဒုက္ခပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။**

မိတ်ဆွေတို့ကော ဘဝမှာ လုပ်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားပြီး မလုပ်ဖြစ်သေးတဲ့အရာတွေက ဘာတွေလဲ။ ဘယ်တော့လုပ်မှာလဲ။ အချိန်မဆွဲပါနဲ့။

**လုပ်စရာရှိတာ ချက်ချင်းသာ လုပ်လိုက်ပါ။**

* * *



# အမြင်

အုန်းနို့ခေါက်ဆွဲတစ်ပွဲကို ဗိုက်အရမ်းဆာနေတဲ့သူ၊ ခေါက်ဆွဲလဲ ကြိုက်တဲ့သူတစ်ယောက်က မြင်မယ်ဆိုရင် ပျော်သွားမှာ၊ စားချင်စိတ်လဲ ဖြစ်သွားမှာ၊ တကယ်စားလိုက်ရပြီဆိုရင်လည်း စိတ်ကျေနပ်မှုရသွားမှာ ပါ။

သွေးတိုးရောဂါရှိနေတဲ့သူ၊ အုန်းနို့နဲ့မတည့်သူက မြင်ရင်တော့ အဆင်ပြေမှာမဟုတ်ဘူး။ သူ့မျက်စိထဲ ကန့်လန့်ဖြစ်နေမှာ၊ သူ့ရန်သူလို့ပဲ မြင်မှာ၊ စိတ်ထဲက စားချင်နေရင်တောင် ရောဂါရှိနေတော့ စားလို့မရဘူး။

ထိုနည်းတူစွာ မလိုင်လုံးလေးကိုလည်း ကလေးလေးတစ်ယောက် မြင်ရင် ပျော်သွားမယ်၊ လိုချင်စိတ်ဖြစ်သွားမယ်၊ စားချင်စိတ်ဖြစ်သွားမယ်၊ စားလိုက်ရရင်လည်း ကျေနပ်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆီးချိုရောဂါသည်တစ်ယောက်မြင်ရင်တော့ အဆင်ပြေမှာမဟုတ်ဘူး။ သူ့မျက်စိထဲ ကန့်လန့်ဖြစ်နေမှာ၊ သူ့ရန်သူလို့ပဲ မြင်မှာ၊ စိတ်ထဲက စားချင်နေရင်တောင် ရောဂါရှိနေတော့ စားလို့မရဘူး။

အုန်းနို့ခေါက်ဆွဲကလည်း ဘာမှမပြောင်းလဲဘူး။
မလိုင်လုံးလေးကလည်း ဘာမှမပြောင်းလဲဘူး။
အဓိက က မြင်တဲ့သူပဲ ပြောင်းလဲသွားတာ။

ကြိုက်တဲ့သူက အုန်းနို့ကိုမြင်တာတစ်မျိုး၊ ရောဂါရှိတဲ့သူက မြင်တာတစ်မျိုး၊ အရောင်တွေမရှိတဲ့ကလေးက မလိုင်လုံးကို မြင်တာတစ်မျိုး၊ ရောဂါရှိတဲ့သူက မြင်တာတစ်မျိုး၊ ကြိုက်နေရင်တောင် စားလို့မရဘူးလေ။ စိတ်ထဲကပဲ ကြိုက်လို့ရမှာ၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သူတို့မှာ ရောဂါကြီးနဲ့။

အဲတော့ **သင်ဘာပဲလုပ်လုပ် သင့်ကိုကြိုက်တဲ့သူက တစ်မျိုးမြင်မယ်၊ မကြိုက်တဲ့သူက တစ်မျိုးမြင်မယ်၊ သင်နဲ့ တည့်တဲ့သူကတစ်မျိုးမြင်မယ်၊ မတည့်တဲ့သူက တစ်မျိုးမြင်မယ်၊ ဘယ်သူဘယ်လိုမြင်ပါစေ သင့်ပုံစံအတိုင်း သင်နေပါ။ သင့်ရပ်တည်ချက်အတိုင်း သင်လုပ်ပါ။ သင့်ခံယူချက်အတိုင်း သင်လျှောက်ပါ။**

သင်က ကောင်းတာလုပ်နေရဲ့သားနဲ့ သင့်အပေါ် အမြင်တွေ မကောင်းဘူးဆိုရင်၊ သင့်ကို ဝေဖန်ဖောင်းထုနေပြီဆိုရင်တော့ လွှတ်ထားလိုက်ပါ။ သူတို့မှာ ရောဂါတခုခုရှိနေလို့ပါ။ သင့်ကို ကြွေနေတယ်ဆိုရင်တောင် စိတ်ထဲမှာပဲ ကြိတ်ကြွေလို့ရမှာလေ၊ သူတို့ထုတ်ဖော်ပြောလို့မရဘူး။ ဘာလို့ဆို သူတို့မှာ ရောဂါကြီးနဲ့။ ဘာရောဂါလဲတော့ ကျွန်တော်လည်း မသိဘူး။

ရောဂါသည်ဆိုတာ သနားရမယ်၊ ကူညီရမယ်၊ ဖေးမရမယ်။ အဲလိုတွေ မလုပ်နိုင်ရင်တောင်မှ ရောဂါသည်ကို အနိုင်ယူဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။ သူတို့ခမျာ ရောဂါကြီးနဲ့၊ သနားစရာ။

တစ်ခါတလေ ကိုယ့်ကိုလည်း ပြန်ဆန်းစစ်နေရတယ်။
ကိုယ့်မှာလဲ ရောဂါရှိနေလားလို့။
ရှိနေရင် အမြန်ကုလိုက်တာ ကောင်းပါတယ်။

* * *

# တန်ဖိုးနှင့်နောင်တ

တချို့အရာတွေကရှိတုန်း တန်ဖိုးထားရတာ နောက်မှဆို နောင်တပဲ ရှိတော့တာ။ မိဘ၊ ဘာသာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ အချိန်၊ ငယ်ရွယ်နုပျိုမှု ဒါတွေက မရှိတော့ရင် ပြန်ရဖို့ မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး။ ကျွန်တော်ဆို အမေမရှိတော့ဘူး။ ငယ်ရွယ်နုပျိုတဲ့အချိန်မရှိတော့ဘူး။ ပြန်လဲမရနိုင်တော့ဘူး။

ငယ်ရွယ်ချိန်မှာ ပညာရှာချင်လဲ ထမင်းမေ့၊ ဟင်းမေ့ ရှာလိုရတယ်။ မှတ်ဉာဏ်လဲကောင်းတယ်။ အချိန်လဲရှိတယ်။ စီးပွားရှာချင်လဲ ရှာလို့ရတယ်။ အလုပ်ကို ပိုးစိုးပက်စက်လုပ်လို့ရတယ်။ ခွန်အားတွေလည်း ရှိတယ်။ လုပ်နိုင်စွမ်းတွေလည်းရှိတယ်။ သတ္တိလည်းရှိတယ်။ အရေးကြီးဆုံးက မှားခွင့်လည်း ရှိတယ်။ မှားသွားရင် ပြန်ပြင်ဖို့ အချိန်တွေရှိတယ်။ ငယ်ရွယ်နုပျိုမှုကို မှန်ကန်စွာ အသုံးချဖြတ်ကျော်ဖို့လိုတယ်။

**နောက်တစ်ခုကကျန်းမာရေး**

လူတစ်ယောက်ဘဝမှာ လုပ်ချင်တာလုပ်ဖို့၊ ဖြစ်ချင်တဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေအတွက် ကြိုးစားဖို့က အသက်ရှင်နေဖို့နဲ့ ကျန်းမာဖို့ လိုတယ်။ သေသွားရင်လည်း ဘာမှလုပ်မရတော့သလို၊ မကျန်းမာတာကလည်း သေခြင်းအသေးစားလေး ဖြစ်တယ်။

ကျန်းမာဖို့အတွက် အရေးကြီးတာ ၂ ခုကို ဂရုစိုက်ရမယ်။ အစားအသောက်နဲ့ အနေအထိုင်။ နေ့စဉ် Lifestyle ကို ပြန်သုံးသပ်၊ ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ် တန်ဖိုးထား၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်မှတန်ဖိုးမထားရင် ဘယ်သူမှလဲ တန်ဖိုးထားမှာ မဟုတ်ဘူး။

## နောက်တစ်ခုက အချိန်

တစ်ရက်ကို အပို အချည်းအနှီး ကုန်နေတဲ့ အချိန်ဘယ်လောက်ရှိလဲ၊ ၁၀ မိနစ်လောက် စဉ်းစားကြည့်။ အဲအချိန်တွေထဲက အချို့ကို မိမိဘဝ အတွက် အကျိုးရှိတာ တစ်ခုခုလုပ်မယ်ဆိုရင် နောက် ၃ နှစ်မှာ ဘယ်လို ရလဒ်ထွက်မလဲ။ ၁၅ မိနစ်လောက်တွေးကြည့်၊ မေးခွန်းကောင်းနဲ့ အတွေး ကောင်းတွေက ဘဝကို ပြောင်းလဲဖို့ တွန်းအားဖြစ်စေပါတယ်။

## နောက်တစ်ခုက မိဘ

မိဘနဲ့ပက်သက်ပြီးက ကျွန်တော် မပြောတော့ပါဘူး။ သက်ဆိုင်ရာ ဘာသာတရား အဆုံးအမတွေတိုင်းမှာလည်း ပါပြီးသား၊ မိဘနဲ့ပက်သက် ပြီး ထားရှိရမယ့် တာဝန်ဝတ္တရားကို လူတိုင်းလဲ သိပြီးသားမို့ပါ။

## နောက်တစ်ခုက ဘာသာရေး

ကျောင်းသားဘဝက တစ်ခုခုလိုချင်တာဝယ်ဖို့ မုန့်ဖိုး စုရတယ်မဟုတ် လား။ ဝန်ထမ်းဆိုလည်း တစ်ခုခုလိုချင်တာဝယ်ဖို့ လခထဲက ခွဲစုရတယ် မဟုတ်လား။ စီးပွားရေသမားဆိုလည်း တစ်ခုခုလိုချင်တာဝယ်ဖို့ အမြတ် ထဲက ခွဲစုရတယ်မဟုတ်လား။

ကားတွေ၊ အိမ်တွေ၊ တန်ဖိုးကြီး အသုံးအဆောင်တွေ၊ နိုင်ငံခြားခရီး တွေ ထွက်ဖို့၊ ကိုယ်လိုချင်တာတွေဝယ်ဖို့ ပိုက်ဆံလိုတယ်။ မရှိရင် ရှာရတယ်။ ပိုက်ဆံမရှိဘဲနဲ့ မနက်ဖြန်လိုချင်တယ်ဆိုပြီး အခုချက်ချင်းရှာလို့မှမရတာ။

လောကစည်းစိမ်ထက် အများကြီးသာတဲ့ ဘဝကူးကောင်းဖို့၊ လွတ် မြောက်မှုတွေ၊ လွတ်လပ်မှုတွေရှိရာ သုခဘုံကိုရောက်ဖို့၊ ကောင်းမှုကုသိုလ် တွေ စုရတယ်။ သေခါနီးမှ ကပ်ပြီးစုဖို့ မလွယ်ဘူး။ ဘာလို့ဆို ဘယ်နေ့ သေ မလဲမှမသိတာ။ အသက်ကြီးမှ လုပ်မယ်ဆိုလည်း မသေချာဘူး။ အသက် ကြီးထိနေရမှာလား မသေချာဘူးလေ။ အသက်ကြီးထိနေရတယ်ဆိုရင် တောင် အားအင်ရှိဦးမလား၊ ကျန်းမာနေပါ့မလား၊ စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်မှ မပါတော့တာ။ ဒါကြောင့် ကြိုစုပါ။

- ငါအောင်မြင်ရမယ်။
- ငါ့ရည်မှန်းချက်ပြည့်ဝရမယ်။
- ငါ့ကိုယ်ငါဦးဆောင်နိုင်တယ်။
- ငါ့ကိုယ်ငါကတိတည်တယ်။
- ငါလုပ်နိုင်တယ်လို့ရေးပါ။
- အပိုထပ်ရေးချင်တာရှိရင်လည်း ရေးပါ။
- ပြီးရင်အဲဒီစာရွက်ကို၅ရွက်လောက်ပွားလိုက်ပါ။

ဘီဒို့မှာ၊ အိပ်ခန်းထဲမှာ နေ့စဉ်မြင်သာတဲ့နေရာမှာ ကပ်ထားပါ။ ပိုက်ဆံ အိပ်ထဲလဲထည့်ထားပါ။ ဖုန်းနဲ့ပုံရိုက်ပြီး Wallpaper ပုံမှာထားပါ။ နေ့စဉ် ကြည့်ပေးပါ။

သင်တကယ်လုပ်ရင် သင်တကယ်ရပါမယ်။ လုပ်တဲ့သူတွေရသွားပါပြီ။ သင့်မှာအစွမ်းအစတွေရှိပါတယ်။ အစွမ်းကုန်ထုတ်သုံးဖို့ အချိန်တန်ပါပြီ။ ရလဒ်တွေက ရှေ့မှာ သင့်ကို စောင့်ကြိုနေပါပြီ။

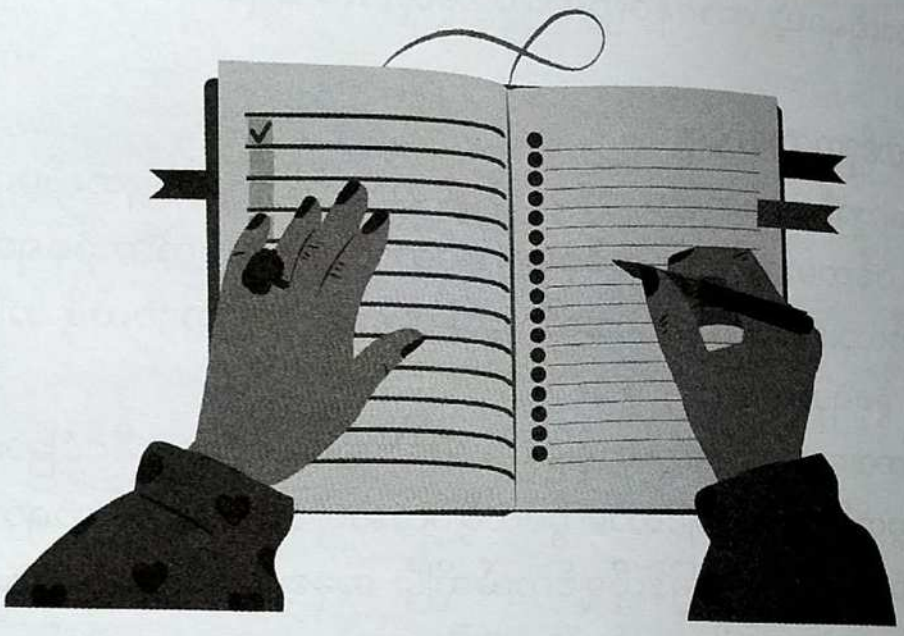
* * *

လောကစည်းစိမ်အတွက်တောင် ပိုက်ဆံကို ကိုယ်စွမ်း၊ ဉာဏ်စွမ်း ရှိသလောက်၊ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ရတယ်ဆိုရင် လောကစည်းစိမ်ထက် သာတဲ့ သုခဘုံအတွက် ကောင်းမှုကုသိုလ်နဲ့ စိတ်ကောင်းနှလုံးသားကို ကြိုစုထားဖို့ လိုပါတယ်။

ဒီစာလေးဖတ်ပြီးရင် အနည်းဆုံး ၁၀ မိနစ် တွေးပါ။

စာရွက်နဲ့ဘောပင်ယူထားပါ။

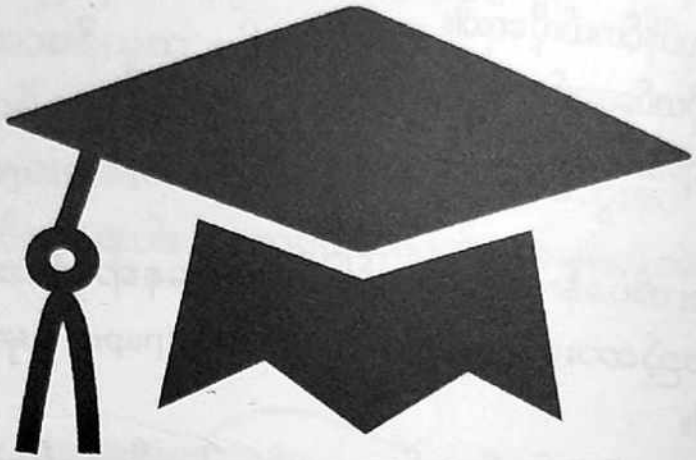
ခေါင်းစဉ်တစ်ခုချင်းကို သေချာစဉ်းစားပြီးတွေးပါ။ မျက်စိမိတ်ပြီး တွေးပါ။ ဖုန်း AirplaneMode လုပ်ထားပါ။ ဘာအတွေးပေါ်လဲ ပေါ်တဲ့ အတွေးကို ချက်ချင်းချရေးပါ။ ဘာလုပ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမိလဲ အဲဒါ ချက်ချင်း ချရေးပါ။



ပြီးရင် ဒီနေ့ ရက်စွဲထည့်ပါ ကိုယ်လုပ်မယ့်အရာကို စလုပ်မယ့်ရက်နဲ့ ပြီးဆုံးအောင်လုပ်မယ့်ရက် ချရေးပါ။

- **လက်မှတ်ထိုးပါ။**
- **ငါလုပ်နိုင်တယ်။**
- **ငါ့မှာ အရည်အချင်းတွေရှိတယ်။**
- **ငါ့ဘဝကို ငါတာဝန်ယူတယ်။**

# ကောင်းစေချင်ရင် အသိပညာပေးပါ



ကိုယ့်ရဲ့ မိသားစုဝင်၊ ကိုယ့်သားသမီး၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း ကိုယ့်တပည့် စသဖြင့် လူတစ်ဦးတစ်ယောက် လုပ်နေတဲ့အရာတစ်ခုမှားနေတာကို အမှန်ပြင်စေချင်တယ်ဆိုရင် ကိုယ်ပြင်စေချင်တဲ့ အကြောင်းအရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အသိပညာတစ်ခုကို အရင်ပေးပါ။ ပြီးမှ အမှန်ကိုပြင်ဖို့ ပြောပြပါ။

(တစ်ခါတလေ အဲဒီအသိပညာရသွားရင် ကိုယ်တောင်ပြင်ပေးစရာမလိုဘဲ ပြုပြင်ပြောင်းလဲသွားနိုင်ပါတယ်)

အမှားအမှန်၊ အသိပညာ အရင်မပေးဘဲ ပြုပြင်ပေးဖို့ကြိုးစားပါက အဆင်မပြေမှုတွေရှိနိုင်သလို အငြင်းပွားမှုတွေ ရရှိနိုင်ပါတယ်။ တစ်ခါတလေ ဒီလိုလည်းဖြစ်တတ်ပါသေးတယ်။ အဲဒီအသိပညာပေးတာကိုတောင် လက်မခံဘဲ၊ သူသိထားတဲ့ အမှားကြီးကို အမှန်လို့ ဇွတ်လက်ခံနေသူဖြစ်ပါက ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးဖို့ အလွန်ခက်ပါတယ်။

သင် သြဇာမလွှမ်းတဲ့သူမျိုးဆိုရင် ပြဿနာပါတက်နိုင်ပါတယ်။ အသိ

ပညာမရှိသူ၊ အသိပညာကို သင်ယူလိုစိတ်မရှိသူ၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲလိုစိတ်မရှိသူ၊ ခေါင်းမာသူ၊ မှားသိထားတာကို အမှန်လို့လက်ခံထားသူ စတဲ့သူတွေကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးဖို့ ခက်ပါတယ်။

လူတစ်ယောက်က နောက်လူတစ်ယောက်ကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးလို့လည်း မရပါဘူး။ အသိပညာပေးလို့ပဲရတယ်။ အမှားအမှန်ခွဲခြားပြပေးလို့ပဲရတယ်။ လမ်းညွှန်၊ လမ်းပြပေးလို့ပဲရပါတယ်။

ဒါကြောင့် ထိုကဲ့သို့ သူများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးဖို့ ကြိုးစားနေရင်တော့ သင်မောသွားပါလိမ့်မယ်။ လွတ်ထားလိုက်ပါ။ သူ့ကိုယ်သူ မသိသရွေ့ ဘာမှလုပ်လို့မရပါဘူး။ မိသားစုကိစ္စတွေ၊ လူမှုရေးကိစ္စတွေ၊ မိတ်ဆွေတွေရဲ့ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စတွေ၊ အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စတွေမှာ ထိုကဲ့သို့ အခြေအနေများ ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒီလိုအခြေအနေကြုံဖူးတဲ့သူဆိုရင် ကျွန်တော်ဆိုလိုတာကို ကောင်းကောင်း သဘောပေါက် နားလည်ပါလိမ့်မယ်။

ဒါကြောင့် သင် လူတစ်ယောက်မှားနေတာကို အမှန်ပြင်ပေးပေမယ့် လည်း သူက အသိပညာမရှိသူ၊ အသိပညာကို သင်ယူလိုစိတ်မရှိသူ၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲလိုစိတ်မရှိသူ၊ ခေါင်းမာသူဖြစ်နေပါက သူ့ကိုပြင်ပေးဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။ သူ့ကို အသိပညာပေးနိုင်သူတစ်ယောက်ယောက်နဲ့သာ အသိပညာပေးဖို့ ကြိုးစားပါ။

ဘယ်သူ ဘာပြောပြော လက်မခံဘူး။ ငါလုပ်ချင်တာ လုပ်မယ်ဆိုတဲ့ သူကိုတော့ ဘာမှလုပ်ပေးဖို့ မကြိုးစားပါတော့နဲ့။ သင်တကယ်ချစ်တဲ့သူ၊ သင်တကယ်တန်ဖိုးထားတဲ့သူ၊ သင်တကယ်ကို ကူညီချင်တဲ့သူ ဖြစ်နေပါက သူ့အတွက် လုပ်ပေးစရာတစ်ခုပဲ ရှိပါတယ်။ ဘုရားသခင်ဆီကိုသာ သူ့အတွက် ဆုတောင်းပေးလိုက်ပါ။

* * *

တာ မကောင်းတဲ့အကြောင်း၊ ထပ်မပြောဖို့ တားခဲ့ဖူးတယ်။

စီးပွားရေးမှာလည်း သူလုပ်လို့ မရတော့တဲ့အခါ မလုပ်ချင်လို့ပါ၊ လုပ်ရင် ဖြစ်တယ်၊ ဆက်မလုပ်ချင်တော့လို့ ဆိုတာမျိုး။

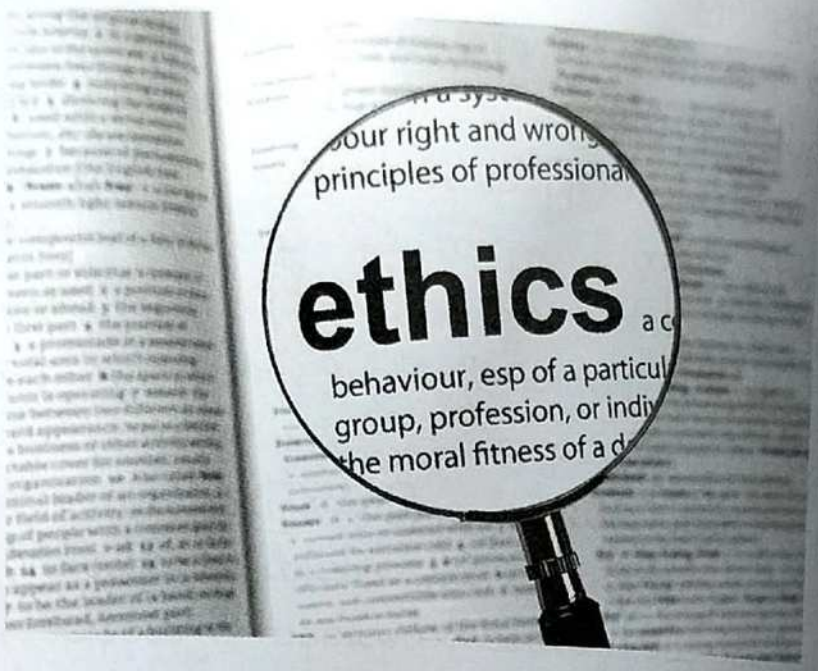
မိတ်ဆွေ၊ သူငယ်ချင်းတွေအချင်းချင်း ကိုယ်ရောက်ချင်တဲ့နေရာတစ်ခု၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေက ရောက်သွားတဲ့အခါ ဒီကောင် ဘာမှမဟုတ်ပါဘူး၊ ငါ့လောက်တောင်မတတ်ဘူး၊ ငါကမလုပ်ချင်လို့၊ လုပ်ရင် ဒီကောင့်ထက် အများကြီးသာတယ်၊ ဒီကောင် ဘာအထင်မှကြီးစရာမရှိပါဘူး စသဖြင့် ကြားဖူးပါတယ်။

တကယ်တော့ ကိုယ်လိုချင်တာရှိရင် ကိုယ်ရအောင်ကြိုးစားရပါမယ်။ နတ်ပြည်မဟုတ်တဲ့အတွက်ကြောင့်တော့ လိုချင်တာ အားလုံးရဖို့မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ လိုအပ်ချက်ကြောင့် ဆိုရင်လည်း ကိုယ့်အရည်အချင်းဖြည့်ရမှာပေါ့။

ဒီအရာမရတော့ရင်လည်း နောက်တစ်ခု ရအောင်ကြိုးစားရမှာပေါ့။ မရနိုင်ရင်လည်း အရှိတရားကို ရိုးသားစွာလက်ခံရပါမယ်။ မရနိုင်တော့တဲ့ အရာကို မကောင်းကြောင်း လိုက်ဖော်ထုတ်တာကတော့ အလွန်သေးသိမ်တဲ့ကိစ္စ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# ကျင့်ဝတ်



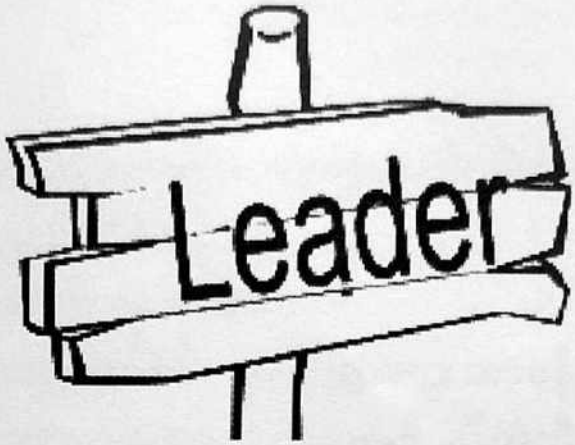

တချို့သူတွေမှာ (တချို့လို့ရေးထားပါတယ်နော် အဲဒီတချို့ကလည်း ကျွန်တော် တကယ်တွေ့ခဲ့ဖူးလို့ပါ)

ကိုယ်အရမ်းလိုချင်နေတဲ့အရာတစ်ခုကို မရနိုင်တော့ဘူးလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လက်ခံလိုက်တဲ့အခါမှာ အဲဒီအရာကို မလိုချင်တဲ့ပုံစံ၊ မကြိုက်တော့တဲ့ပုံစံမျိုး ဖော်ထုတ်ပြီး ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်ဖြေတတ်ကြတယ်။

လိုချင်တဲ့အရာဆိုတဲ့နေရာမှာ ဘဝရည်မှန်းချက်လည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ အသုံးအဆောင်တစ်ခုခုလည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ ကောင်မလေးလည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ စီးပွားရေးလည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ နေရာ(ရာထူး)လည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။

ကျွန်တော်တွေ့ဖူးခဲ့တာတွေကတော့

ဥပမာ ကျောင်းသားဘဝကဆိုရင် ကောင်မလေးတစ်ယောက်ကို ကြိုက်ပြီး အဖြေပြန်မရတဲ့အခါမှာ အဲဒီကောင်မလေး မကောင်းကြောင်းကို ကန်တင်းမှာ အားရပါးရထိုင်ပြောတဲ့သူတချို့ ဆုံခဲ့ဖူးတယ်။ အဲဒီလိုပြော




# ဦးဆောင်သူ

သစ်သားဘယ်လောက် တန်ဖိုးရှိရှိ ပန်းပုဆရာ အရည်အချင်း မရှိရင် လှပတဲ့အရုပ်တစ်ခု ဖြစ်မလာဘူး။

ဇာတ်ညွှန်းဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း ဒါရိုက်တာ မကောင်းရင် ဇာတ်လမ်းကောင်း မဖြစ်လာဘူး။

ဘောလုံးအသင်း ဘယ်လောက်တော်တော် နည်းပြည့်နေရင်ဆုဖလားတွေ ရမှာမဟုတ်ဘူး။

ဆေးနဲ့ စုတ် ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း ပန်းချီဆရာ မတော်ရင် လှပတဲ့ ပန်းချီကားတစ်ချပ် ဖြစ်မလာဘူး။

သီချင်းစာသား ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း အဆိုမကောင်းရင် သာယာနာပျော်ဖွယ် တေးတစ်ပုဒ်ဖြစ်မလာဘူး။

စိန်ဘယ်လောက် အရည်အသွေးရှိရှိ သွေးသူ ညံ့နေရင် လှပတန်ဖိုးရှိတဲ့ အဆင်တန်ဆာ ဖြစ်မလာဘူး။

ဘာသာတရား၊ အဆုံးအမ ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း ဘာသာဝင်ရဲ့ နှလုံးသားမကောင်းရင် တန်ဖိုးရှိတဲ့သူ ဖြစ်မလာဘူး။

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရည်အချင်း ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ယုတ်ညံ့နေရင် တန်ဖိုးရှိသူ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

နေရာဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း ဦးဆောင်သူညံ့နေရင် တိုးတက်မှုတွေ ဖြစ်မလာဘူး။

အသင်းအဖွဲ့ ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း ဦးဆောင်သူ ညံ့နေရင် ရလဒ်ကောင်းတွေ ဖြစ်မလာဘူး . . . ။

* * *

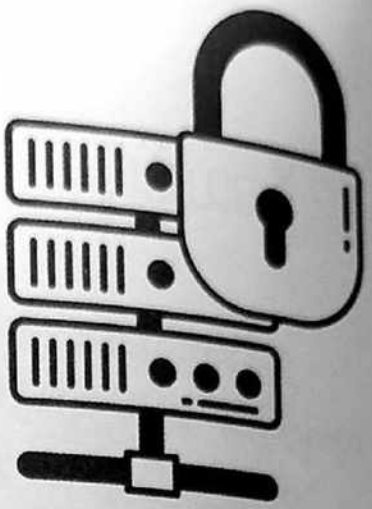
# နေရာ

တစ်ခါနှစ်ခါ ကျရှုံးတာနဲ့ ငါမလုပ်နိုင်တော့ပါဘူးကွာဆိုပြီး ကြိုးစားမှုကို ရပ်လိုက်တာ၊ အဲတာမှ တကယ် ကျရှုံးတာ၊ တစ်ခါ နှစ်ခါ ငြင်းပယ်ခံရတာနဲ့ ငါမဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူးကွာဆိုပြီး လက်လျှော့လိုက်တာ အဲတာမှ တကယ်ရှုံးတာ။

- လုံးဝမရပ်နဲ့၊ လုံးဝမလျှော့နဲ့
- ဆက်သွား
- ရဲရဲဆက်လျှောက်
- ဆက်လုပ်
- အမှားတွေကနေ သင်ခန်းစာတွေယူ
- ငြင်းပယ်ခံရမှုတွေကနေ မခံချင်စိတ်တွေယူ
- လဲကျမှုတွေကနေ စိတ်ဓာတ်ခိုင်မာမှုတွေယူ
- ဆက်သွား

ကြိုးစားမှု ပေးဆပ်မှုတွေနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့နေရာဆိုတာ ရှိကိုရှိပါတယ်။

* * *



# ကတိ၊ သစ္စာ၊ သီလ၊ သမာဓိ

"လူတွေကို ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားပါ"

ဒီအကြောင်းအရာကို ကျွန်တော် ပို့စ်တင်သည်ဖြစ်စေ၊ သင်တန်းတွေ၊ ပွဲတွေမှာ ပြောလိုက်သည်ဖြစ်စေ တချို့က မေးခွန်းလေးတစ်ခု မေးပါတယ်။

**"ဆရာ ကိုယ့်အပေါ် မကောင်းတဲ့သူတွေကိုရော ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားရမှာလား"**

**"ဆရာ ကိုယ့်ကို ဝေဖန်ထိုးနှက်ထားတဲ့သူတွေကိုရော ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားရမှာလား"**

**"ဆရာ ကိုယ့်အပေါ် မတရားပြုထားတဲ့သူတွေကိုရော ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားရမှာလား"**

**"ဆရာ ကိုယ့်အပေါ် လိမ်လည်လှည့်ဖြားတဲ့သူတွေကိုရော ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားရမှာလား"**

**"ဆရာ ကိုယ့်အပေါ် အနိုင်ကျင့်ပြုမူထားတဲ့သူတွေကိုရော ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားရမှာလား"**

ဒီအဖြေလေး မဖြေခင်မှာ ဆွေးနွေးစရာလေးတစ်ခုကို အရင်ဆွေးနွေးတင်ပြပါမယ်။

**လူလောကကြီးဆိုတာ ဆန့်ကျင်ဘက်အရာတွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေတာပါ။**

အလင်းရှိတယ်၊ အမှောင်ရှိတယ်၊ နေ့ရှိတယ်၊ ညရှိတယ်၊ အမှန်ရှိတယ်၊ အမှားရှိတယ်၊ အကောင်းရှိတယ်၊ အဆိုးရှိတယ်၊ အဖြူရှိတယ်၊ အမည်းရှိတယ်၊ အပူရှိတယ်၊ အအေးရှိတယ်၊ အဖိုရှိတယ်၊ အမရှိတယ်၊ တရားမျှတခြင်း ရှိတယ်၊ တရားမမျှတခြင်းရှိတယ် စသဖြင့် ရှိသလို လူကောင်းလည်းရှိတယ်၊ လူဆိုးလည်းရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ဘဝမှာ လူတွေကြောင့် ကောင်းခြင်းတွေလည်း ကြုံနိုင်သလို လူတွေကြောင့် ဆိုးခြင်းတွေလည်း ကြုံနိုင်ပါတယ်။ လူတိုင်း မိမိအပေါ် မကောင်းတာ၊ ဝေဖန်ထိုးနှက်တာ၊ မတရားပြုတာ၊

လိမ်တာ၊ အနိုင်ကျင့်တာတွေကို တစ်ကြိမ်မက ကြုံတွေ့ခဲ့ရဖူးမှာပါ။ ဒါဟာ လူလောကကြီးဖြစ်တဲ့အတွက် ရှောင်လွှဲလို့မရပါဘူး။

အဲလိုလူတွေအပေါ် ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားရမှာလား။

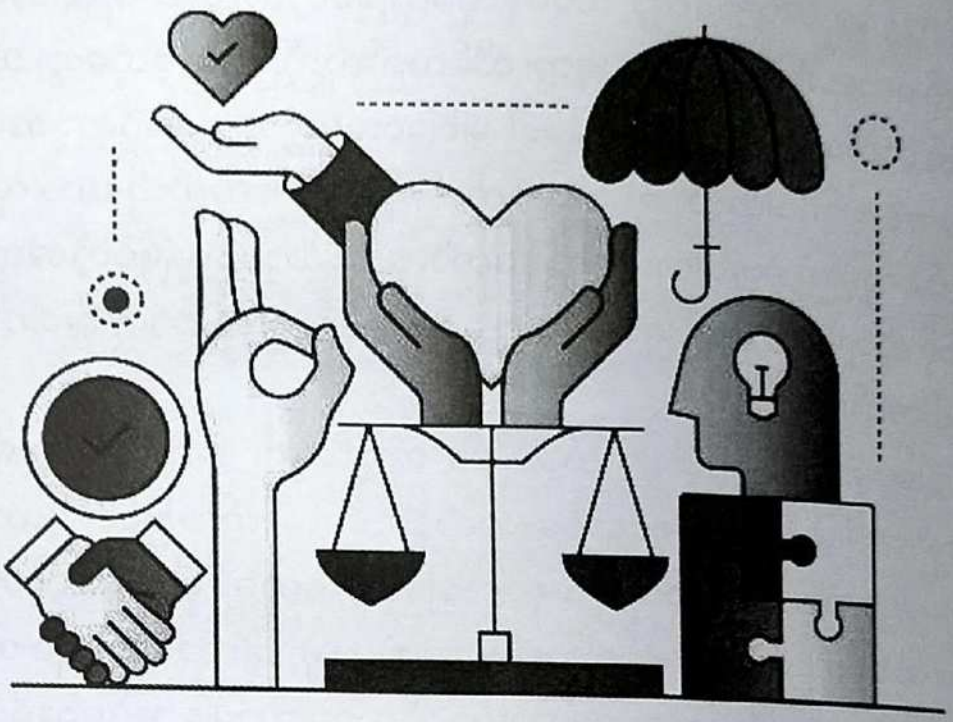
ဟုတ်ကဲ့၊ ထူးကဲမြင့်မြတ်လှတဲ့ သူတော်စင်၊ သူမွန်မြတ်တွေ၊ သာမန်ထက် မြင့်မြတ်တဲ့ သူတော်ကောင်းတွေကတော့ သူတို့အပေါ် ထိုကဲ့သို့ ဆက်ဆံတဲ့သူတွေအပေါ် ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားနိုင်ကြပါတယ်။ ထားလည်း ထားခဲ့ကြပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ကတော့ သာမန်လူတွေဖြစ်တဲ့အတွက် ကိုယ့်အပေါ် အဲဒီလို မတရားပြုကျင့်ခဲ့တဲ့သူတွေ၊ လိမ်လည်လှည့်ဖြားခဲ့တဲ့သူတွေ၊ သစ္စာဖောက် ကတိဖျက်ခဲ့တဲ့သူတွေအပေါ် ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားဖို့ဆိုတာ အလွန်အင်မတန်ခက်ခဲပါတယ်။ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း ထိုကဲ့သို့သော လူမျိုးတွေကို တွေ့ခဲ့ကြုံခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း သာမန်လူဖြစ်တဲ့အတွက် ကြောင့် ထိုသူတွေကို ချစ်ခြင်းမေတ္တာ မထားခဲ့နိုင်ဘူးဆိုတာကို ရိုးသားစွာ ဝန်ခံပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ယနေ့ခေတ်မှာ အခုလိုမျိုး အချင်းချင်း အဆင်မပြေမှုတွေ၊ ပြဿနာတွေဖြစ်လာပြီဆိုရင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်က ဖြစ်တဲ့ပြဿနာကို မဖြေရှင်းဘဲ တစ်ဖက်လူရဲ့ နောက်ကြောင်းတွေကို စုံစမ်းလေ့လာပါတယ်။ တစ်ဖက်လူရဲ့ နောက်ကြောင်းတွေထဲမှာ မှားခဲ့တာတွေရှိရင် အဲဒါတွေကို ဖော်ထုတ်ပြီး လူအများကြားမှာ သိကျွာချတာမျိုး လုပ်လေ့ရှိတာ ကျွန်တော်တို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ စိတ်မကောင်းစွာဖြင့် တွေ့နေရပါတယ်။

နောက်ထပ်အနေနဲ့ တစ်ဖက်လူကို ဘာဖြစ်ပါစေ၊ ညာဖြစ်ပါစေဆိုပြီး ကျိန်ဆဲတာမျိုးတွေ ပြုလုပ်တတ်ကြပါတယ်။ တစ်ဖက်လူရဲ့ အခြေအနေတွေကို စောင့်ကြည့်ပြီး တစ်ခုခု အဆင်မပြေတဲ့သတင်းတွေ၊ တစ်ခုခု ဆုံးရှုံးတယ်ဆိုတဲ့သတင်းတွေ၊ ရောဂါတွေဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ သတင်းတွေ ကြားရပြီဆိုရင် ဝမ်းသာပျော်ရွှင်တတ်ကြပါတယ်။ "ဖြစ်ပါစေ၊ ကောင်းတယ်"၊ "နည်းတောင်နည်းသေးတယ်" "ဒီထက် ပိုဖြစ်ရမှာ" စသဖြင့် ပြောတတ်ကြပါတယ်။

ကျွန်တော့်အနေနဲ့ အကြံပြုလိုတာက ခုနကလိုမျိုး လူတွေဘဝမှာ တွေ့ကြုံလာပြီဆိုရင် ချစ်ခြင်းမေတ္တာမထားနိုင်ရင် နေပါစေ၊ တစ်ဖက်လူရဲ့ နောက်ကြောင်းတွေ၊ အားနည်းချက်တွေကို ဖော်ထုတ်ပြီး လူအများကြားမှာ သိက္ခာချတာမျိုး၊ တစ်ဖက်လူရဲ့အနာဂတ်မှာ တစ်ခုခု အဆင်မပြေဖြစ်ဖို့ ကျိန်ဆဲတာမျိုး၊ တစ်ဖက်လူရဲ့အနာဂတ်မှာ တစ်ခုခုအဆင်မပြေဖြစ်တဲ့ သတင်းကို ကြားရတဲ့အခါမှာ ဝမ်းသာတာမျိုးတွေ မလုပ်စေချင်ပါဘူး။



ကျွန်တော့်ဘဝမှာလည်း အဲဒီလို ကတိဖျက်ပြီး လိမ်လည်လှည့်ဖျားတဲ့သူမျိုး ကြုံဖူးပါတယ်။ သူတို့ကို ချစ်ခြင်းမေတ္တာမထားနိုင်ပေမယ့် သူတို့ကို မမုန်းအောင် ကြိုးစားပါတယ်။ အဲလိုလူတွေနဲ့ မပတ်သက်ခဲ့မိရင် ကောင်းသားဆိုတဲ့ စိတ်လေးတော့ ဖြစ်မိတာပေါ့။ အဲလူတွေရဲ့အားနည်းချက်တွေ၊ မမှန်ကန်မှုတွေ၊ နောက်ကြောင်းမကောင်းတာတွေကို (ကိုယ်က ဖော်ထုတ်စုံစမ်းတာမျိုး မဟုတ်ဘဲနဲ့) အကြောင်းတိုက်ဆိုင်စွာ သိလာခဲ့ရသည့်တိုင်အောင် လူအများကြားမှာ ဂုဏ်သိက္ခာချတာမျိုးတော့ လုံးဝမလုပ်ခဲ့ဖူးပါ

ဘူး။ ကိုယ်ကြုံခဲ့ရတာတွေကနေ သင်ခန်းစာယူပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်လည်း နောက်ထပ် အဲလိုအဖြစ်တွေ မကြုံအောင် သတိထားနေနိုင်သလို၊ ကိုယ်ကြုံခဲ့တဲ့ သင်ခန်းစာကို အခြားသူတွေကို မျှဝေပြီး အခြားသူတွေ ကိုယ့်လို မကြုံရအောင် ပြောပြပါတယ်။

လူ့လောကမှာ လူဆိုးတွေ၊ လိမ်လည်လှည့်ဖြားတဲ့သူတွေရှိတဲ့အတွက် မတရားမှုတွေ၊ လိမ်လည်လှည့်ဖြားမှုတွေဆိုတာလည်း ရှိနေဦးမှာပါပဲ။

- **အရေးကြီးတာတစ်ခုက ထိုလူလိမ်က ကိုယ်မဖြစ်ဖို့လိုပါတယ်။**
- **တခြားသူတွေကို မတရားပြုတဲ့သူက ကိုယ်မဖြစ်လို့လိုပါတယ်။**
- **ကတိဖောက်ဖျက်တဲ့သူက ကိုယ်မဖြစ်ဖို့လိုပါတယ်။**

မိမိရဲ့ ကတိ၊ သစ္စာ၊ သီလ၊ သမာဓိနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘယ်လောက် မှန်ကန်အောင် ကြိုးစားရမလဲဆိုရင် အကြောင်းတစ်ခုကြောင့် ကိုယ်စွပ်စွဲခံရသည်ဖြစ်စေ၊ လိမ်တယ်လို့ နာမည်ဖျက်ခံရသည်ဖြစ်စေ၊ ခိုးတယ်လို့ စွပ်စွဲခံရသည်ဖြစ်စေ မိမိပတ်ဝန်းကျင်က လူအများစုက

"ဟာ ဒါတော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး"

"ဒီလူက လိမ်တယ်ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး"

"ဒီလူ ခိုးတယ်ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး"

"ဒီလူက အဲလိုမဟုတ်တာ လုပ်မယ့်လူမဟုတ်ဘူး"

"ဒါက တစ်ခုခုတော့ လွဲနေပြီ"

"တစ်ခုခုတော့ အထင်အမြင်မှားနေပြီ" လို့ ပြောဆိုခံရတဲ့အထိ ကြိုးစားပါ။

အကယ်၍ မိမိက တခြားတစ်ယောက်ယောက်နဲ့ အကြောင်းကိစ္စတစ်ခုမှာ အငြင်းအခုန်ဖြစ်နေတာမျိုး၊ ကတိပျက်တဲ့ကိစ္စနဲ့ အပြန်အလှန် စွပ်စွဲငြင်းခုန်ပြောဆိုနေတာမျိုး ကြုံတွေ့လာရတဲ့အခါမှာ ပတ်ဝန်းကျင်က လူအများက-

"ဒီလူတော့ မဟုတ်တာ မလုပ်လောက်ဘူး"

"ဒီလူကတော့ ကတိဖျက်မယ့်လူမျိုးမဟုတ်ဘူး"

"ဒီလူက လူမှန်"

"ဒီလူက သူတစ်ပါးအပေါ် ကောက်ကျစ်တာမျိုး လုပ်မယ့်လူမဟုတ်ဘူး" စတဲ့ စကားမျိုး ပြောဆိုခံရတဲ့အထိ မိမိ ကတိ၊ သစ္စာ၊ သီလ၊ သမာဓိ ကောင်းအောင် ကြိုးစားပါ။

* * *

# အောင်မြင်မှုဆိုတာ ဘာလဲ၊ အောင်မြင်တယ်ဆိုတာ ဘာလဲ

အောင်မြင်မှုဆိုတာ ဦးမြင့်မောင်မဟုတ်ပါဘူး။ အောင်မြင်တယ်ဆိုတာကလည်း အောင်ဆိုတဲ့ကောင်လေးက ကိုယ့်ကိုမြင်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ (အပျော်သဘောပါ)

အောင်မြင်မှုနဲ့ပတ်သက်ပြီး လူအချို့တွေးတောနေတာလေးတွေ ရှိပါတယ်။

**၁။ ဘီလ်ဂိတ်တို့၊ အီလွန်မားစ်တို့၊ ခရစ်တီယာနီ ရော်နယ်ဒိုလ်တို့လိုဖြစ်မှ အောင်မြင်တယ်လို့ခေါ်တာ**

**၂။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အောင်မြင်တယ်ဆိုတဲ့စကားမျိုးက မပြောသင့်ဘူး၊ မာနရှိရာကျတယ်၊ ဖင်ခေါင်းကျယ်တယ်လို့ ပြောခံရမယ်၊ ကြွားဝါတယ်လို့ ဖြစ်မယ် (ကိုယ့်ဝုဏ်ကိုဖော်မသူတော်တဲ့၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နှိမ့်ချပြီးပဲ နေရမယ်)**

**၃။ အောင်မြင်မှုဆိုတာ ကိုယ်တိုင်သတ်မှတ်လို့မရဘူး၊ လူအများက သတ်မှတ်ပေးတာ။ လူအများကအောင်မြင်တယ်လို့သတ်မှတ်မှသာလျှင် အောင်မြင်တယ်လို့ခေါ်တာ။**

ကျွန်တော်ကတော့ အဲလို မထင်ဘူးဗျ။ ကျွန်တော့်အတွက်တော့ အောင်မြင်မှုဆိုတာ ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ သေးသည်ဖြစ်စေ မိမိချထားတဲ့ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ပြည့်မြောက်တာကို ခေါ်တယ်။

ဥပမာ ဒီတစ်လတော့ ဒီစာအုပ်ပြီးအောင် ဖတ်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားတယ်ဆိုရင် တကယ် အဲဒီလမှာ အဲစာအုပ်ဖတ်ပြီးတယ်ဆိုရင် အောင်မြင်မှုတစ်ခုပဲ။

ကျွန်တော်လည်း ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ဖြစ်ချင်တဲ့ရည်မှန်းချက်လေးတွေ ချမှတ်ပြီး ကြိုးစားတယ်။ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုခု ချမှတ်လိုက်ပြီဆိုရင် အဲဒီ ရည်မှန်းချက်ပြည့်ဖို့ လုပ်ဆောင်ရမယ့်အရာတွေ ထပ်တိုးလုပ်ဆောင်တယ်။ အဲဒီရည်မှန်းချက်အတွက် အတားအဆီးဖြစ်စေတဲ့အရာတွေကို လျှော့ချ တယ်၊ တချို့အမူအကျင့်တွေဆိုရင် ဖျက်ပစ်တယ်။ အဲလိုနဲ့ အဲဒီရည်မှန်း ချက် ပြည့်သွားပြီဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အောင်မြင်မှုတစ်ခုရပြီလို့ သတ် မှတ်လိုက်ပါတယ်။

ဘီလ်ဂိတ်တို့၊ အီလွန်မားစ်တို့၊ ရော်နယ်ဒိုလ်တို့လို မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ တော့ မပြောပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အဲလိုတွေဖြစ်ဖို့က ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ တွေ၊ ပညာရေးအခြေအနေ၊ နိုင်ငံရေးအခြေအနေတွေနဲ့ အခြား အခြေ


**လူအများ သတ်မှတ်ပေးတာလည်း ဒအောင်မြင်မှုဖြစ်ပါတယ်။**
**လူအများ မသတ်မှတ်ပေးလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိတ်တိတ်လေးသတ်မှတ်လို့ ရပါတယ်။**

ဆေးလိပ်ဖြတ်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ဆေးလိပ်တကယ်ပြတ်သွားရင်လည်း အောင်မြင်မှုပဲ။

ကိတ်မုန့်ဖုတ်သင်တန်းတက်မယ်ဆိုပြီး ကိတ်မုန့်ဖုတ်သင်တန်း ပြီးသွားလို့ ကိတ်မုန့်ကောင်းစွာ ဖုတ်တတ်သွားတယ်ဆိုတာလည်း အောင်မြင်မှုပဲ။

ဘာသာစကားအသစ်သင်မယ်ဆိုပြီး ဘာသာစကားတစ်ခုကို အားသွန်ခွန်စိုက် သင်ယူပြီး တတ်မြောက်သွားတာလည်း အောင်မြင်မှုပဲ။

ဒီလ ငွေ (၃) သိန်း စုမယ်ဆိုပြီး လကုန်လို့ လက်ထဲမှာ ငွေ (၃) သိန်း ပြည့်အောင် စုဖြစ်သွားတာလည်း အောင်မြင်မှုပဲ။

မိသားစုနဲ့အတူ ခရီးထွက်မယ်ဆိုပြီး တကယ် မိသားစု စုံစုံလင်လင်နဲ့ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ခရီးထွက်ဖြစ်သွားရင်လည်း အောင်မြင်မှုပဲ။

ဆိုင်အသစ်တစ်ဆိုင်ဖွင့်မယ်ဆိုပြီး ဆိုင်ခန်းလေးငှားပြီး ကိုယ့်စိတ်ကူးလေးနဲ့ ကိုယ်ရောင်းချင်တာလေးတွေကို ရောင်းခွင့်ရှိတာလည်း အောင်မြင်မှုပဲ။

၃ လအတွင်း ပေါင် (၂၀)ချမယ်ဆိုပြီး ၃ လ ပြည့်လို့ ဝိတ်တကယ်ကျသွားရင်လည်း အောင်မြင်မှုပဲ။

အနေတွေ အများကြီး လိုအပ်ပါတယ်။ အဲဒီအခြေအနေတွေမရှိရင် မဖြစ်ဘူးလို့ ဆိုလိုတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်ဆိုလိုချင်တာက အဲလိုဖြစ်မှ အောင်မြင်တယ်လို့ ခံယူမယ်ဆိုရင် အောင်မြင်ဖို့ တော်တော်ခက်ပြီး လူတိုင်းအတွက် ဘယ်လိုမှမဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ အဲလိုဆို ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေက ဘယ်လို စိတ်ကျေနပ်၊ ပျော်ရွှင်စရာကောင်းတော့မှာလဲ။

မိမိချထားတဲ့ ရည်မှန်းချက်က သေးသည်ဖြစ်စေ၊ ကြီးသည်ဖြစ်စေ ဖြစ်မြောက်ပြီးစီးအောင် လုပ်နိုင်တယ်ဆိုတာကိုလည်း အောင်မြင်မှုလို့ သတ်မှတ်မယ်ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ဘဝ တိုးတက်ပျော်ရွှင်ပြီး လူတိုင်းလူတိုင်း အောင်မြင်မှု ရရှိနိုင်ပါတယ်။ လူတိုင်းရဲ့ဘဝကလည်း တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် တိုးတက်ပြောင်းလဲနိုင်ပါတယ်။

နောက်တစ်ချက် ကျွန်တော် ခံယူတာက သေးသေးလေးကိစ္စတွေ၊ ရည်မှန်းချက်တွေအတွက် အတွေးထဲမှာ စကားလုံးထဲမှာတောင် အောင်မြင်တယ်လို့ မပြောရဲဘူး၊ မပြောနိုင်ဘူးဆိုရင် တကယ့်လက်တွေ့ဘဝမှာလည်း အဲဒီအောင်မြင်မှုတွေ ဘယ်လိုရရှိနိုင်မှာလဲ။ **အတွေးထဲမှာ၊ စိတ်ကူးထဲမှာ၊ စကားလုံးထဲမှာတောင် မပိုင်ဆိုင်နိုင်တဲ့အရာတွေက လက်တွေ့ဘဝမှာလည်း ရရှိပိုင်ဆိုင်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။** ဒါကြောင့် မိမိချထားတဲ့ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုပြည့်တိုင်း "ငါ အောင်မြင်မှုတစ်ခုရပြီ" လို့ တွေးတောခံစားပါ။ "ငါ အောင်မြင်မှုတစ်ခုရပြီ" လို့ ပြောပါ။ ဒါမှသာလျှင် အောင်မြင်ခြင်းရဲ့ အရသာကို ခံစားကျေနပ်ပျော်ရွှင်ပြီး နောက်ထပ်အောင်မြင်မှုအသစ်တွေ ရရှိအောင် ကြိုးစားရင်း ဘဝက တိုးတက်ကောင်းမွန်လာမှာဖြစ်ပါတယ်။

လူအများ သတ်မှတ်ပေးတာလည်း အောင်မြင်မှုဖြစ်ပါတယ်။ လူအများ မသတ်မှတ်ပေးလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိတ်တိတ်လေး သတ်မှတ်လို့ ရပါတယ်။ မိမိချထားတဲ့ရည်မှန်းချက်ပြည့်ရင် အောင်မြင်တာပါပဲ။ လူအများ သတ်မှတ်ဖို့အချိန်ထိ စောင့်မနေပါနဲ့။ မိမိကိုယ်ကိုယ် သေးသေးလေးတွေကနေ စတင်ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ပါ။

အောင်မြင်မှုသေးသေးလေးတွေ တစ်ခုချင်း ရယူသွားပါ။ မိမိကိုယ်ကိုယ် အောင်မြင်သူလို့ ကိုယ်တိုင်တံဆိပ်အရင်ကပ်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်

တောင် အောင်မြင်သူလို့ မသတ်မှတ်နိုင်ရင် အများသတ်မှတ်ပေးတဲ့ အောင်မြင်သူ ဘယ်လိုဖြစ်လာမှာလဲ။ အများက သတ်မှတ်ထားတဲ့ အောင်မြင်သူတွေဆိုတာကလည်း မိမိကိုယ်ကိုယ် အောင်မြင်တဲ့သူလို့ အကောင်းစားအတွေးတွေ အရင်တွေးခဲ့တဲ့သူတွေပါ။

ဒါကြောင့် မိမိဘဝအတွက် အခြားအရာတွေကို သိပ်ခေါင်းခြောက်ခံပြီး စဉ်းစားမနေပါနဲ့။ မိမိဘဝအတွက် မိမိ သေချာစဉ်းစားပါ။ မိမိဘဝတိုးတက်ဖို့အတွက် လိုအပ်တဲ့ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်တွေ သတ်မှတ်ပါ။ မိမိဘဝတိုးတက်ဖို့ အတားအဆီးဖြစ်စေတဲ့ မကောင်းတဲ့အမူအကျင့်တွေ ဖျက်ပါ။ မိမိဘဝတိုးတက်ဖို့ လုပ်စရာရှိတဲ့အလုပ်တွေကို ပိုးစိုးပက်စက်လုပ်ပါ။ တခြားသူတွေရဲ့ ထင်မြင်ယူဆချက်တွေကို အာရုံမစိုက်ပါနဲ့။ မိမိဘဝရဲ့ အနာဂတ် တိုးတက်မှုကိုပဲ အာရုံစိုက်ပါ။ တခြားသူတွေရဲ့ ဝေဖန်ဖောင်းထုစကားတွေ နားမထောင်ပါနဲ့။ မိမိနှလုံးသားက အသံတွေကိုပဲ နားထောင်ပါ။

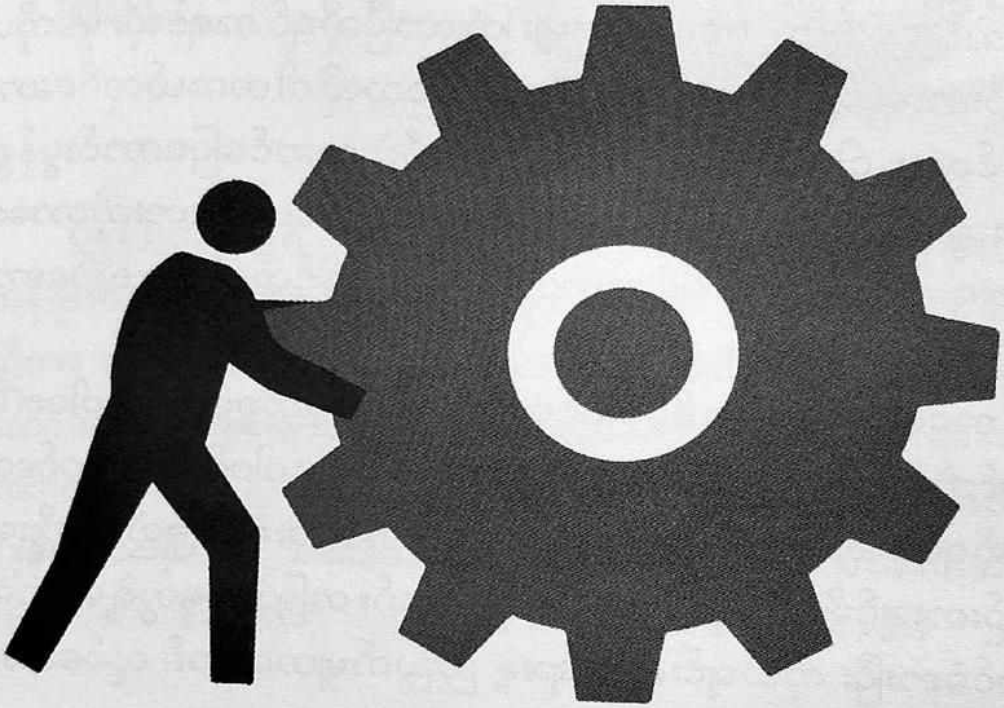
မိမိဘဝအတွက် ကိုယ်ပိုင် Plan အတိုင်းချပြီး အချိန်မကုန်ဘူးဆိုရင် တခြားသူတွေချထားတဲ့ Plan ထဲမှာ မိမိဘဝရဲ့အချိန်တွေ ကုန်ဆုံးရပါလိမ့်မယ်။ မိမိဘဝအတွက် ကိုယ်တိုင် စည်းကမ်းသတ်မှတ်ထားပြီး မနေဘူးဆိုရင် အခြားသူတွေ သတ်မှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းအတိုင်း နေရပါလိမ့်မယ်။ မိမိဘဝကို မိမိကိုယ်တိုင် ကြွေအောင် မကြိုးစားဘူးဆိုရင် တခြားသူတွေရဲ့ ဘဝတွေကို လိုက်ပြီး ကြွေနေရပါမယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ဘဝအတွက် ကိုယ်ပိုင် Plan ချပြီး ကြိုးစားပါ။ ကိုယ့်ဘဝအတွက် ကိုယ်တိုင် စည်းကမ်း သတ်မှတ်ပြီး နေပါ။

ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ကုန်ဆုံးခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေဖို့ ကြိုးစားပါ။ ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲဖြစ်ပါစေ။

* * *

တဲ့သူတွေက အဆင်ပြေတဲ့ရလဒ်တွေ ပိုင်ဆိုင်သွားမယ်လို့ ယုံကြည်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

"မင်း ကြိုက်သလို စီမံပေးလိုက်ပါ"လို့ ပြောတာ မိမိသည် စီမံခန့်ခွဲနိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်လို့၊ မိမိ စီမံလိုက်တဲ့အရာတွေက တခြားသူတွေအတွက် ကောင်းမွန်ခြင်းတွေ ရရှိမယ်လို့ ယုံကြည်လို့၊ မိမိမှာ စီမံနိုင်တဲ့အရည်အချင်းတွေရှိတယ်လို့ ယုံကြည်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။



"မင်း ကြိုက်သလိုလုပ်"ဆိုတိုင်း ငါ ကြိုက်တာ လုပ်လို့ရပြီ၊ ငါ လုပ်ချင်တာလုပ်လို့ရပြီလို့ ဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုပုံစံကြိုက်သလဲ၊ သူများကိုလည်း အဲလိုစဉ်းစားပေးပြီး စီမံပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ မိမိစိတ်ကြိုက်၊ မိမိထင်သလို လျှောက်လုပ်ဖို့ ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး။

"မင်းပဲ ညွှန်ကြားပေးလိုက်ပါ"လို့ ပြောတာက မိမိကို ညွှန်ကြားပေးနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းရှိတယ်လို့ ယုံကြည်လို့၊ မိမိညွှန်ကြားပေးမယ်ဆိုရင် တစ်ဖက်သူတွေ အဆင်ပြေသွားမယ်လို့ ယုံကြည်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

# ကိုယ်ချင်းစာတရား

လူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ဆိုင်သော ကိစ္စဖြစ်ပါစေ၊ လူအများနဲ့ဆိုင်သော ကိစ္စမှာဖြစ်ပါစေ -

**"မင်းအကောင်းဆုံးလုပ်လိုက်ပါကွာ"**

**"မင်းမျှတအောင်လုပ်ပေးလိုက်ပါကွာ"**

**"မင်းပဲအဆင်ပြေအောင်လုပ်ပေးလိုက်ပါကွာ"**

**"မင်းကြိုက်သလိုစီမံလိုက်ပါကွာ"**

"မင်းပဲ ညှိနှိုင်းဖြေရှင်းပေးလိုက်ပါကွာ" စသဖြင့် စကားများပြောပြီး မိမိကို တာဝန်ပေးလာပြီဆိုရင် အလွန်သတိထားဆောင်ရွက်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့

"မင်း အကောင်းဆုံးလုပ်ပေးလိုက်ပါ"လို့ ပြောတယ်ဆိုတာ မိမိကို အကောင်းဆုံးလုပ်ပေးနိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်လို့၊ အကောင်းဆုံးလုပ်ပေးနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းရှိတယ်လို့ ယုံကြည်လို့၊ ကိုယ်လုပ်ပေးလိုက်တဲ့သူတွေက အကောင်းဆုံးရလဒ်တွေ ပိုင်ဆိုင်သွားမယ်လို့ ယုံကြည်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

"မင်း မျှတအောင် လုပ်ပေးလိုက်ပါ"လို့ပြောတာက မိမိကို မျှတအောင်လုပ်ပေးနိုင်တယ်လို့ယုံကြည်လို့၊ မျှတအောင် လုပ်ပေးနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းရှိတယ်လို့ ယုံကြည်လို့ ကိုယ်လုပ်ပေးလိုက်တဲ့သူတွေက မျှတတဲ့ရလဒ်တွေ ပိုင်ဆိုင်သွားမယ်လို့ ယုံကြည်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

"မင်း အဆင်ပြေအောင် လုပ်ပေးလိုက်ပါ"လို့ ပြောတယ်ဆိုတာ မိမိကို အဆင်ပြေအောင် လုပ်ပေးနိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်လို့၊ အဆင်ပြေအောင် လုပ်ပေးနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းရှိတယ်လို့ ယုံကြည်လို့၊ ကိုယ်လုပ်ပေးလိုက်

အဲဒီလို တာဝန်ပေးလာပြီဆိုရင် တစ်ဖက်လူတွေရဲ့အခြေအနေတွေ ဖြစ်နေတဲ့အကြောင်းကိစ္စတွေအပေါ် သေချာစဉ်းစားသုံးသပ်ပြီး မျှမျှတတ ဖြစ်အောင်၊ တစ်ဖက်ဖက်က မနစ်နာရအောင် လုပ်ဆောင်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လတ်တလောအခြေအနေတွေကိုကြည့်ပြီး စဉ်းစားတဲ့အပြင် ရေရှည် ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ အခြေအနေတွေကိုပါ ထည့်သွင်းတွေးခေါ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုတွေ တာဝန်ပေးတာမျိုး ကြုံလာပြီဆိုရင် အရင်ဆုံး မိမိကိုယ် မိမိ စဉ်းစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ယုံကြည်သလို ငါတကယ်လုပ်ဆောင် ပေးနိုင်လား၊ ငါ လုပ်ပေးလိုက်ရင် တကယ်ပဲ အဆင်ပြေကောင်းမွန်စွာ ပြီးဆုံးသွားနိုင်လား၊ ငါ ပြီးစီးအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်လားဆိုတာတွေ စဉ်စားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ မိမိ တကယ်စွမ်းဆောင်နိုင်တယ်ဆိုမှ လုပ်ဆောင် ပေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

အရေးကိစ္စတွေမှာ မိမိပါဝင်ပတ်သက်နေတဲ့ကိစ္စတွေ ဖြစ်ပါစေ၊ မိမိ မပါဝင်ဘဲ အခြားသူများရဲ့အရေးကိစ္စတွေပဲဖြစ်ပါစေ ပါဝင်လုပ်ဆောင်တော့ မယ်ဆိုရင် နှလုံးသားကို ကျယ်ကျယ်ထားပြီး အားလုံးရဲ့ရေရှည် အကျိုးတွေ ကို စဉ်းစားချင့်ချိန်ပြီး လုပ်ဆောင်ဖို့ လိုပါတယ်။ တခြားသူတွေရဲ့နေရာတွေ ကို ဝင်ခံစားပြီး ကိုယ်ချင်းစာတရားနဲ့ ညီညွတ်မျှတအောင် လုပ်ဆောင်ဖို့ လိုပါတယ်။

ဒါမှသာ ကောင်းမွန်တဲ့ရလဒ်တွေ ထွက်ပေါ်လာမှာဖြစ်ပြီး၊ အများရဲ့ ယုံကြည်အားကိုးမှုဟာလည်း တန်ဖိုးရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# ပိုက်ဆံ

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဘဝမှာ ပိုက်ဆံဆိုတာ အရေးလည်း ကြီးပါတယ်၊ တန်ဖိုးလည်းရှိပါတယ်။ ပိုက်ဆံကို လူတိုင်းလိုချင်ကြပါတယ်။ ပိုက်ဆံရှိခြင်းဆိုတာ ကောင်းပါတယ်။ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝအခြေခံလိုအပ်ချက်ဖြစ်သော စားဝတ်နေရေးအတွက် ပိုက်ဆံလိုအပ်ပါတယ်။ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေးကဏ္ဍများမှာလည်း ပိုက်ဆံက အရေးကြီးလိုအပ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဘဝရဲ့အရေးကိစ္စအားလုံးနီးပါးမှာ ပိုက်ဆံက ပါဝင်ပတ်သက်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူတိုင်းဟာ ပိုက်ဆံရှာကြရပါတယ်။

**တချို့က ပိုက်ဆံရဖို့၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာကြွယ်ဝဖို့အတွက် ကျန်းမာရေးထိခိုက်ခံပြီးရှာကြပါတယ်။**
**တချို့က ပိုက်ဆံရဖို့၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာကြွယ်ဝဖို့အတွက် နာမည်ပျက်ခံပြီးရှာကြပါတယ်။**
**တချို့က ပိုက်ဆံရဖို့၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာကြွယ်ဝဖို့အတွက် မိသားစုဘဝပျက်စီးခံပြီးရှာကြပါတယ်။**
**တချို့က ပိုက်ဆံရဖို့၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာကြွယ်ဝဖို့အတွက် လိမ်လည်လှည့်ဖျားပြီးရှာကြပါတယ်။**
**တချို့က ပိုက်ဆံရဖို့၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာကြွယ်ဝဖို့အတွက် ကျင့်ဝတ်ချိုးဖောက်ပြီးရှာကြပါတယ်။**
**တချို့က ပိုက်ဆံရဖို့၊ ပိုက်ဆံချမ်းသာကြွယ်ဝဖို့အတွက် တရားမဝင်သော နည်းလမ်းများဖြင့် ရှာကြပါတယ်။**

ဘယ်သူ့ထိထိ ငါတို့နာတယ်၊ ငါတို့မှာ အရောင်တွေမရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ ခွဲခြားတဲ့စိတ်မရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ လျှောင်ပြောင်တဲ့စိတ်မရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ အတွေ့တွေမရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ မနာလိုမှုတွေမရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ ရန်ငြိုးတွေမရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ အမုန်းတွေမရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ အာဃာတတွေမရှိဘူး၊ ငါတို့မှာ ဒေါသတွေမရှိဘူး။

- ကုန်ကုန်ပြောမယ်ကွာ၊ ငါတို့မှာရန်သူတွေမရှိဘူး၊
- ငါတို့မှာ လူကောင်းနဲ့ လူဆိုးပဲရှိတယ်၊
- ငါတို့မှာ အမှန်နဲ့ အမှားပဲရှိတယ်၊
- ငါတို့မှာ တရားမှုနဲ့ မတရားမှုပဲရှိတယ်၊
- ငါတို့မှာ ဓမ္မနဲ့ အဓမ္မပဲရှိပါတယ်။

* * *

# မမ္မနဲ့ အမမ္မ

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ညီလေးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အစ္စလာမ်ဘာသာဝင် အစ်ကိုကြီးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ခရစ်ယာန် ဘာသာဝင်ညီမလေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ဟိန္ဒူဘာသာဝင် အစ်မကြီးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ နတ်ကိုးကွယ်တဲ့ ဦးဦးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘာသာမကိုးကွယ်တဲ့ အန်တီပဲ ဖြစ်ဖြစ် ငါတို့အားလုံးဟာ သွေးချင်းတွေပဲ။

ဟိုးထိပ်ဆုံး ပူတာအိုပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဟိုးအောက်ဆုံး ကော့သောင်းပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ဟိုးအရှေ့ဖက်ဆုံးတာချီလိတ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ဟိုးအနောက်ဖက်ကစစ်တွေပဲ ဖြစ်ဖြစ် အားလုံးဟာ မြန်မာနိုင်ငံထဲကပဲ။

အသားဖြူတဲ့သူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အသားညိုတဲ့သူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အသားနီတဲ့သူပဲ ဖြစ်ဖြစ် ငါတို့အားလုံးဟာ လူတွေပဲ။

ပညာတတ်သူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကျောင်းမနေရသူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သူဌေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အခြေခံလူတန်းစားပဲဖြစ်ဖြစ် ငါတို့အားလုံးဟာ ညီညီညွတ်ညွတ်ပဲ။

ခရစ်ယာန်အစ်ကိုကြီး ထိလည်း ငါတို့ နာတယ်၊ အစ္စလာမ် အစ်မကြီး ထိလည်း ငါတို့ နာတယ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ ညီလေး ထိလည်း ငါတို့ နာတယ်၊ ဟိန္ဒူ ညီမလေး ထိလည်း ငါတို့ နာတယ်၊ နတ်ကိုးကွယ်တဲ့ အန်တီကို ထိလည်း ငါတို့နာတယ်၊ ဘာမှမကိုးကွယ်တဲ့ ဦးလေး ထိလည်း ငါတို့နာတယ်။

တကယ်တော့ အဲဒီအရာတွေအားလုံးက ပိုက်ဆံထက် ပိုပြီး တန်ဖိုးရှိပါတယ်။ အဲဒီလို ပိုက်ဆံထက် တန်ဖိုးရှိတဲ့အရာတွေ ဆုံးရှုံးခံပြီးမှ ပိုက်ဆံတွေ ရလာတာက တန်ဖိုးမရှိပါဘူး။ အဲဒီလိုပုံစံနဲ့ ပိုက်ဆံချမ်းသာခြင်းဆိုတာဟာ သေးသိမ်မှုတွေ ရှိနေပါတယ်။ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ အပူအပင်တွေ ရှိနေပါတယ်။

လူတစ်ယောက်အတွက်ပိုက်ဆံတွေအများကြီးရှာချင်တာက အပြစ်မဟုတ်ပါဘူး။ ပိုက်ဆံတွေ အများကြီးရှိချင်တာက အပြစ်မဟုတ်ပါဘူး။ ပိုက်ဆံပေါကြွယ်ဝခြင်းဟာ လူသားအားလုံးနဲ့ ထိုက်တန်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ပိုက်ဆံရှာတဲ့နေရာမှာတော့ ပိုက်ဆံထက် ပိုတန်ဖိုးရှိတဲ့အရာတွေ ဆုံးရှုံးခံတာက မိုက်ရူးရဲဆန်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပိုက်ဆံတွေ ပိုရဖို့၊ ပိုက်ဆံတွေ ပေါကြွယ်ဝဖို့အတွက် မိမိရဲ့လေ့လာသင်ယူမှုတွေကို ပိုမိုအသုံးချသင့်ပါတယ်။

ပိုက်ဆံတွေ ပိုရဖို့၊ ပိုက်ဆံတွေ ပေါကြွယ်ဝဖို့အတွက် မိမိရဲ့အသိပညာတွေကို ပိုမိုအသုံးချသင့်ပါတယ်။

ပိုက်ဆံတွေ ပိုရဖို့၊ ပိုက်ဆံတွေ ပေါကြွယ်ဝဖို့အတွက် မိမိရဲ့တွေးခေါ်စဉ်းစားမှုတွေကို ပိုမိုအသုံးချသင့်ပါတယ်။

ပိုက်ဆံတွေ ပိုရဖို့၊ ပိုက်ဆံတွေ ပေါကြွယ်ဝဖို့အတွက် မိမိရဲ့လူမှု ဆက်ဆံရေးတွေကို ပိုမိုအသုံးချသင့်ပါတယ်။

ပိုက်ဆံတွေ ပိုရဖို့၊ ပိုက်ဆံတွေ ပေါကြွယ်ဝဖို့အတွက် မိမိရဲ့စဉ်းစားဆင်ခြင်ဉာဏ်တွေကို ပိုမိုအသုံးချသင့်ပါတယ်။

ဒါမှသာလျှင် တန်ဖိုးရှိတဲ့၊ အနှစ်သာရရှိတဲ့၊ ဂုဏ်သိက္ခာရှိတဲ့ ပိုက်ဆံပေါကြွယ်ဝတဲ့ဘဝကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

* * *

ရေးကိစ္စတွေ၊ မိသားစုကိစ္စတွေ၊ ကိုယ့်ရဲ့ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စတွေမှာ ဖြေရှင်းမရတဲ့ အခက်အခဲတွေဖြစ်နေပြီ၊ ဘယ်လိုရှေ့ဆက်လုပ်ရမလဲဆိုတာမသိဘူးဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်သင့်တယ်ဆိုတာမျိုးကို အကြံဉာဏ်ပေးနိုင်တဲ့သူတွေက အကြံဉာဏ် ပေးကြတယ်။

နောက်ဆုံး ဘာမှမရှိတဲ့သူတွေတောင်မှ ဘုရားသခင်ထံမှာ ဆုတောင်းပြီးတော့ ကူညီပေးကြတယ်။

လူတွေက တစ်ဖက်လူကို ကိုယ့်မှာရှိတဲ့အရာတွေနဲ့၊ နည်းလမ်းမျိုးစုံနဲ့ ကူညီပေးတတ်ကြတယ်။ ကူညီပေးရတာကို ပျော်တယ်၊ ကူညီပေးရတာကို ချစ်တယ်၊ ကူညီပေးရတာကို ဝါသနာပါတယ်။ ကိုယ် ကူညီပေးလိုက်လို့ တစ်ဖက်လူက သူ ခက်ခဲနေတဲ့အရာတစ်ခုခု အဆင်ပြေသွားတယ်ဆိုရင် စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်ကြတယ်။

အကယ်၍ တစ်ယောက်ယောက်က အကူအညီလာတောင်းလို့ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်ခုခု ကိုယ့်ကို လာကမ်းလှမ်းလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်ဆီမှာ ငွေအား၊ လူအား၊ အကြံဉာဏ်အား၊ အချိန်အားနဲ့ ကူညီကြတယ်။ နောက်ပြီး ဘာ

# ပိသားစု

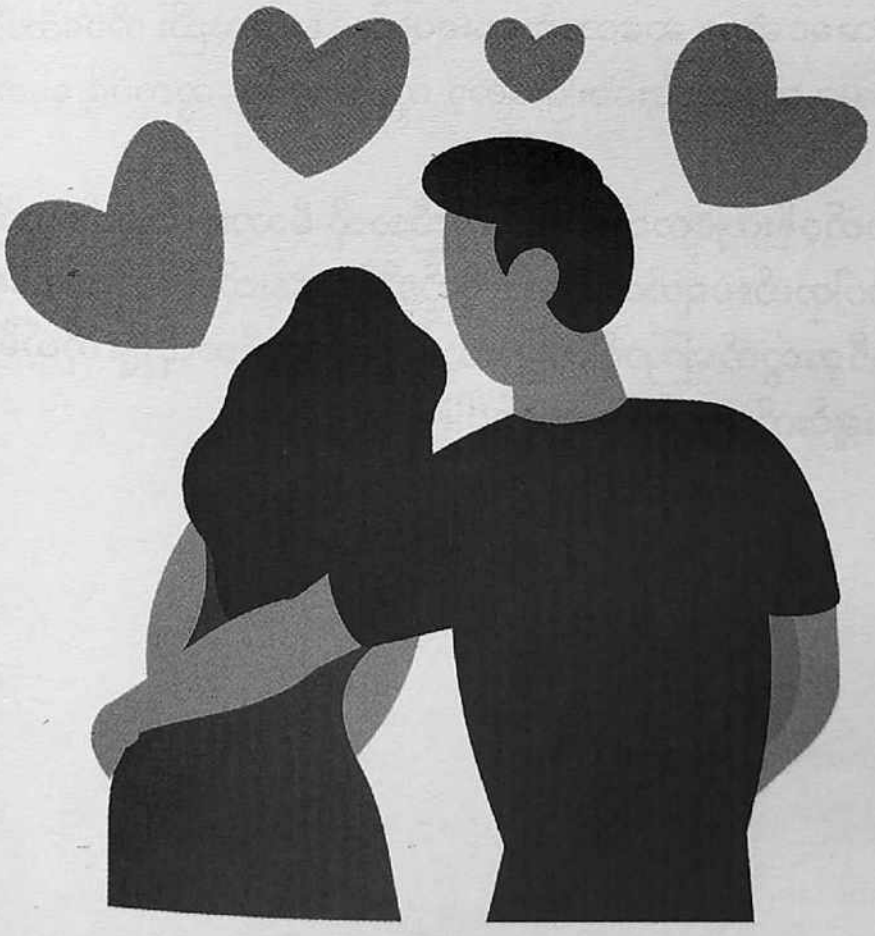
လူတော်တော်များများက အခြားသူတွေ၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ သူတွေကို ပုံစံမျိုးစုံနဲ့ ကူညီတတ်ကြပါတယ်။ တချို့ငွေကြေးချမ်းသာတဲ့သူ တွေက ငွေကြေးတွေနဲ့ ကူညီတယ်။ ဥပမာ တခြားလူတစ်ယောက် ဒုက္ခ ရောက်နေတယ်၊ အခက်အခဲဖြစ်နေတယ်၊ ဒါမှမဟုတ် အကြွေးတွေ တင် နေတယ်၊ နေမကောင်းဖြစ်နေတယ်၊ ဆေးရုံတက်နေရတယ် စသဖြင့် တစ် ခုခု သတင်းကြားတယ်ဆိုရင် သူ့ဆီ အကူအညီလာတောင်းတာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ သူသိတာပဲဖြစ်ဖြစ် သူ့ဆီမှာ ငွေကြေးတွေရှိတယ်ဆိုရင် အဲဒီအကူအညီ လိုအပ်နေတဲ့သူတွေကို သွားပြီး ကူညီတယ်။

တချို့ကျတော့ လူတစ်ယောက် အခက်အခဲတစ်ခုခု၊ အဆင်မပြေမှု တစ်ခုခု၊ ဒုက္ခတစ်ခုခုရောက်နေတယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ရဲ့အင်အားရယ်၊ အချိန် ရယ် ပေးပြီး သွားကူညီကြတယ်။ ဥပမာဆိုပါစို့ သူ တစ်ခုခု အဆင်မပြေ ဖြစ်နေတယ်ဆိုရင် လူကိုယ်တိုင်သွားပြီး အချိန်ပေးပြီး သွားကူညီတာမျိုး၊ လူကိုယ်တိုင် သွားစောင့်ပေးတာမျိုးတွေ စသဖြင့် အချိန်ပေးပြီး ကူညီကြ တယ်။ တချို့ကျတော့ တခြားသူတွေကို လုပ်အားဖြင့် ကူညီကြတယ်၊ အား ပေးစကားတွေ ပြောကြတယ်၊ ဥပမာ စိတ်ဓာတ်ကျတဲ့အချိန်မှာ အားပေး တာမျိုး၊ နေမကောင်းဖြစ်တဲ့အချိန်မှာ သတင်းမေးပြီးတော့ အားပေးတာမျိုး စတဲ့ လုပ်အားဖြင့် ကောင်းတဲ့စကားတွေပြောပြီးတော့မှ ကူညီပေးကြတယ်။

တချို့ကျတော့ အကြံဉာဏ်အားဖြင့် ကူညီပေးကြတယ်။ အခက်အခဲ တွေဖြစ်နေတယ် ဘယ်လိုဖြေရှင်းရမလဲမသိဘူးဆိုရင် သူ စဉ်းစားပြီး အကြံ ဉာဏ်တွေ ပေးတယ်။ တချို့သူတွေ ပြဿနာတွေ တက်နေတယ်ဆိုရင် သူ သွားပြီး ဘယ်လိုဖြေရှင်းရမလဲဆိုတာ အကြံဉာဏ်ပေးတယ်။ အိမ်ထောင်

တစ်ခုမှ မကူညီနိုင်ဘူးဆိုရင်တောင်မှ စိတ်ထဲမှာ အားမလိုအားမရဖြစ်ပြီး ငါ မကူညီပေးလိုက်ရလေခြင်းဆိုပြီး အားတုံ့အားနာတွေဖြစ်တယ်၊ စိတ်မကောင်းဖြစ်တယ်။

ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ မေ့နေတဲ့အရာတစ်ခုက တခြားသူတွေကို ကူညီသလို ကိုယ်နဲ့အနီးစပ်ဆုံးရှိတဲ့ မိသားစုအချင်းချင်း ကူညီဖို့ကို မေ့နေကြတယ်။ အထူးသဖြင့် အိမ်ထောင်ဘက်အချင်းချင်းပေါ့။ ကိုယ့်ရဲ့အမျိုးသားကလည်း ကိုယ့်ရဲ့ဇနီးအပေါ်မှာ ငွေအားနဲ့ ဘာတွေ ကူညီရမလဲပေါ့။ ငွေအားနဲ့ကူညီဖို့လည်း မေ့တယ်။ ဇနီးတစ်ယောက်ရဲ့ တစ်နေ့တာ ဝေယျာဝစ္စတွေကို လျော့ပေါ့သွားအောင် ငွေနဲ့ကူညီတာမျိုး၊ ဥပမာ အဝတ်လျှော်စရာမလိုအောင် အဝတ်လျှော်စက် ဝယ်ပေးတာမျိုး၊ ဒါမှမဟုတ် အိမ်ရဲ့ဝေယျာဝစ္စတွေလုပ်ဖို့အတွက် အိမ်အကူငှားပေးထားတာမျိုးတော့ လုပ်ပေးသင့်ပါတယ်။



ယောက်ျားတစ်ယောက်က သူမျှားသားသမီးကို ယူပြီးပြီဆိုရင် အနိမ့်ဆုံးအဆင့် ဇနီးရဲ့ ဝေယျာဝစ္စတွေကို လျှော့ပါးသွားအောင် ငွေကြေးအားဖြင့် ကူညီပေးဖို့အတွက် ယောက်ျားတိုင်းကြိုးစားသင့်ပါတယ်။ နောက်တစ်ဆင့်အနေနဲ့ ဘာတွေ ကူညီသင့်လဲဆိုရင် သူစားချင်တာ၊ သူဝယ်ချင်တာ၊ သူလုပ်ချင်တာတွေကို ဖြည့်ဆည်းပေးသင့်တယ်။ တစ်ဆင့်ထပ်ပြီးတော့ ပြည့်စုံတယ်၊ အဆင်ပြေတယ်ဆိုရင် ခရီးတွေခေါ်သွားတာမျိုး၊ အကောင်းစားပစ္စည်းတွေ ဝယ်ပေးတာမျိုး စသဖြင့် ကိုယ့်ရဲ့ Level အလိုက် တိုးပြီးတော့ ကူညီပေးသင့်တယ်။

အဲလိုပဲ ဇနီးကလည်း ကိုယ့်ရဲ့ယောက်ျားကို နှုတ်ရဲ့ချိုသာခြင်း၊ အားပေးစကားတွေ ပြောတာမျိုး၊ သူ့ကို ကူညီစဉ်းစားပေးတာမျိုး၊ အကြံဉာဏ်ပေးတာမျိုး၊ စိတ်ပင်ပန်းတဲ့အချိန်မှာ ပြေပျောက်သွားအောင် ကြင်နာယုယတာမျိုး၊ ကြင်နာယုယတဲ့စကားတွေ ပြောတာမျိုး ဒီလိုပုံစံမျိုးတွေနဲ့ ကူညီပေးသင့်တယ်။ အပြန်အလှန်အားဖြင့် ယောက်ျားကလည်း ဇနီးအပေါ်မှာ ဘုရားသခင်ဆီမှာ ဆုတောင်းပေးရမယ်၊ ဇနီးကလည်း အိမ်ထောင်ဘက်အပေါ်မှာ ဆုတောင်းပေးပြီးတော့ ကူညီတာမျိုးတွေလုပ်ဖို့ မေ့နေကြပါတယ်။

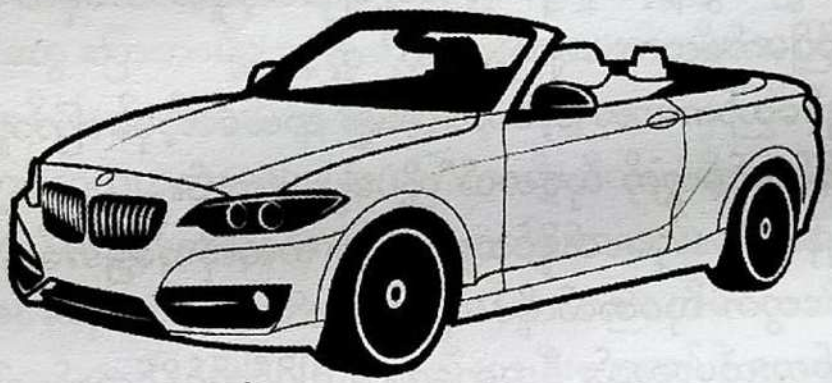
**ပတ်ဝန်းကျင်ကသူတွေကို ကူညီသလို မိသားစုကိုလည်း ကူညီပေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ပရဟိတဆိုတာ ကိုယ့်အိမ်ကနေ၊ ကိုယ့်မိသားစုကနေ စတာပါ။ အဲဒီအတွက်ကြောင့် တခြားသူတွေကို ကူညီသလိုမျိုး ကိုယ့်မိသားစုအချင်းချင်းကို ကူညီဖို့ မမေ့ကြပါနဲ့။**

* * *

Macbook, iPad စသဖြင့် ကျွန်တော်လိုချင်တဲ့အရာတွေ အတော်တော်များများကို သင်တန်းကရတဲ့ သင်တန်းကြေးနဲ့ပဲ ဝယ်ခဲ့ပါတယ်။

ကားမဝယ်နိုင်ခင်ကလည်း ကားပုံတွေထုတ်ပြီး အိမ်နံရံတွေ တံခါးတွေမှာကပ်ထားတယ်။ Dream Book ထဲမှာလည်း ကပ်ထားတယ်။ ဖုန်းထဲမှာလည်း ပုံတွေ Save ပြီး ခဏခဏကြည့်တယ်။

ကျွန်တော့်ရဲ့ အရင်ကထွက်ထားတဲ့ 'ဘဝကစားပွဲမှာ အောင်နိုင်ဖို့' ဆိုတဲ့စာအုပ်ထဲမှာလည်း ပုံတွေ ထည့်ထားပါတယ်။



## အကောင်းစားတွေမြင်တိုင်း
## ငါနဲ့ထိုက်တန်တယ်လို့ပဲ တွေးတောခံစားတယ်...

ရန်ကုန်ရောက်တဲ့အချိန်မှာလည်း Car Showroom တွေ လိုက်ကြည့်တယ်။ Car Showroom သွားကြည့်ရင်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တကယ်ဝယ်နိုင်တဲ့သူပုံစံပဲ စိတ်ကူးတယ်။ အရောင်းဝန်ထမ်းတွေကို သေချာမေးတယ်၊ လေ့လာတယ်။

ဟုတ်တယ်လေ Car Showroom တွေဆိုတာ ဝင်လေ့လာဖို့ ဖွင့်ထားတာပဲ၊ မဝယ်ရင် မဝင်ရလို့မှမရေးထားတာ။

BMW Test Drive ပွဲတုန်းကလည်း ကျွန်တော့်သားလေးခေါ်ပြီး သွားမောင်းခဲ့တယ်။ သူတို့က ဘယ်သူလာမောင်းမောင်း ခွင့်ပြုထားတာလေ၊

# အိပ်မက်တွေက လှပါတယ်

အရမ်းလှပတဲ့အရာတွေ၊ အကောင်းစားပစ္စည်းတွေ ခမ်းနားထည်ဝါတဲ့အိမ်တွေ တွေ့ရတဲ့အခါမှာ လူတချို့ပြောလေ့ရှိတာတစ်ခုက -

"အိပ်မက်တွေက ဈေးကြီးတယ်" တဲ့

ကျွန်တော်ကတော့ အဲ့စကားလုံးမျိုး ဘယ်တော့မှမပြောဘူး။

"အိပ်မက်တွေက လှပတယ်"လို့ပဲပြောပါတယ်။

ကျွန်တော် အခုမဝယ်နိုင်သည်ဖြစ်စေ၊ ဘယ်လိုအခြေအနေပဲဖြစ်စေ၊ အိပ်မက်တွေက လှပတယ်လို့ပဲ ပြောပါတယ်။

စိတ်ကူးထဲမှာလည်း ဒီအရာတွေကို ငါပိုင်ဆိုင်နိုင်တယ်၊ ငါနဲ့ထိုက်တန်တယ်လို့ပဲ တွေးတယ်။

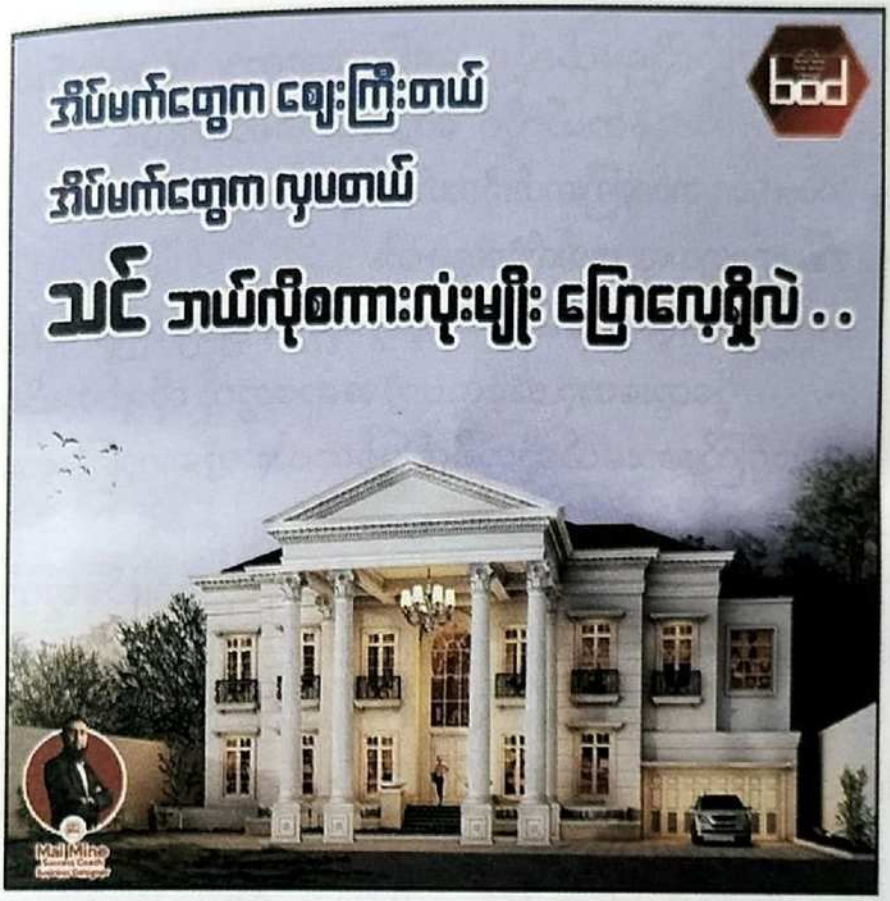
စိတ်ကူးထဲမှာတောင်ပိုင်ဆိုင်နိုင်မယ်လို့ မတွေးရဲရင် တကယ့် လက်တွေ့ဘဝမှာ အကောင်းစားတွေ ရလာမှာမဟုတ်ပါဘူး။

ကျွန်တော်ကတော့ ဟိုးအရင်ကတည်းက စိတ်ထဲမှာ အကောင်းစားတွေ အမြဲတွေးတယ်။

သင်တန်းတွေပြုလုပ်ပြီး ရလာတဲ့သင်တန်းကြေးနဲ့ ROLEX နာရီလေးဝယ်နိုင်ခဲ့တယ်။

Zero Kilo ကားအသစ်တစ်စီးဝယ်မယ်လို့ အမြဲတွေးတယ်၊ ပိုင်ဆိုင်နိုင်တယ်လို့လည်း စိတ်ကူးတယ်။

လွန်ခဲ့တဲ့ ၂ နှစ်ကျော်က Zero Kilo ကားအသစ်တစ်စီးဝယ်နိုင်ခဲ့တယ်။ အဲ့ဒါလည်းသင်တန်းတွေပြုလုပ်ပြီး ရလာတဲ့သင်တန်းကြေးနဲ့ပဲ ဝယ်ခဲ့တာပါ။


bod
အိပ်မက်တွေက ဈေးကြီးတယ်
အိပ်မက်တွေက လှပတယ်
သင် ဘယ်လိုစကားလုံးမျိုး ပြောလေ့ရှိလဲ . .
Mai Mine


bod
အိပ်မက်တွေက ဈေးကြီးတယ်
အိပ်မက်တွေက လှပတယ်
သင် ဘယ်လိုစကားလုံးမျိုး ပြောလေ့ရှိလဲ . .
THE X5
Mai Mine

ဝယ်မှမောင်းကြည့်လို့ရမယ်လို့မှ မပြောထားတာ၊ အကောင်းစားတွေ မြင်တိုင်း ငါနဲ့ထိုက်တန်တယ်လို့ပဲ တွေးတောခံစားတယ်။

- **အိပ်မက်တွေကရေးကြီးတယ်လို့ဘယ်တော့မှမတွေးဘူး။**
- **အိပ်မက်တွေကလှပတယ်လို့ပဲ တွေးတယ်။**
- **ရေးကြီးတယ်လို့တွေးရင် ငါမရနိုင်ပါဘူးကွာဆိုတဲ့စိတ်ဖြစ်ပြီး မကြိုးစားဖြစ်တော့ဘူး။**

လှပတယ်လို့တွေးတော့ အဲဒီလှပတဲ့အရာတွေကို လိုချင်တယ်။ လိုချင်တော့ ရအောင်ကြိုးစားမယ်ဆိုတဲ့စိတ်ဖြစ်တယ်။ အဲ့တော့ကြိုးစားတယ်။ တကယ်လည်း ရရှိပိုင်ဆိုင်ခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်တော် တွေ့ကြုံခဲ့ဖူးတဲ့ အောင်မြင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း သူတို့ရဲ့ဘဝမှာ လက်တွေ့ မအောင်မြင်ခင်ကတည်းက စိတ်ကူးအိပ်မက်ထဲမှာ အောင်မြင်တယ်လို့ အရင်တွေးတာပါ။ စိတ်ကူးထဲမှာ အရင်ခံစားတာပါ။ စိတ်ကူးထဲမှာ အရင်ယုံကြည်တာပါ။ ပြီးတော့ တကယ်ကို ကြိုးစားလုပ်ဆောင်တာပါ

အိပ်မက်တွေ လက်တွေ့ဖြစ်လာဖို့ အများကြီး ပေးဆပ်ခဲ့တာပါ။

**"ရရှိနေတဲ့အရာတွေကို လူတွေကအလွယ်တကူ မြင်တွေ့နိုင်ပေမယ့် ပေးဆပ်ခဲ့တဲ့အရာတွေကိုတော့ ပေးဆပ်ခဲ့ရတဲ့သူတွေသာ မြင်နိုင်ပါတယ်"။**

ဒါလေးကတော့ ကျွန်တော့်ရဲ့ **'ဘဝကစားပွဲမှာအောင်နိုင်ဖို့'** စာအုပ်ထဲက စာလေးပါ။

ကိုယ့်အတွေးတွေ ကိုယ့်စိတ်ကူးတွေကို ပြန်ဆန်းစစ်ပါ။ အကောင်းစားတွေတွေး အကောင်းဆုံးတွေလုပ်ပြီး အကောင်းစားရလဒ်တွေ ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြပါစေ။

* * *

# ဝေဖန်မှုကို လျစ်လျူရှုပါ

အလုပ်လုပ်တဲ့သူကလည်း လုပ်စရာရှိတာ လုပ်ပါ။ ဝေဖန်တဲ့သူက လည်း ဝေဖန်တဲ့အလုပ်လုပ်နေတာပဲလေ။ ဝေဖန်တဲ့သူကတော့ရှိမှာပဲ။ ဝေဖန်တာတွေကြောင့် အလုပ်မလုပ်တော့ဘူးဆိုရင် လူတွေ တန်ဖိုးရှိတဲ့ အရာတွေ လူတွေ အသုံးတည့်တဲ့အရာတွေ ထွက်လာမှာတောင် မဟုတ်ဘူး။ ဝေဖန်တာတွေကြောင့် ဘာမှဆက်မလုပ်ဘူးဆိုရင် ထိပ်ဆုံးက ထူးချွန်သူတွေ၊ ထိပ်ဆုံးက အားကစားသမားတွေ၊ ထိပ်ဆုံးက အနုပညာရှင်တွေ၊ ထိပ်ဆုံးက အတတ်ပညာရှင်တွေ၊ ထိပ်ဆုံးက ပရဟိတသမားတွေ၊ ထိပ်ဆုံးက လူတွေဆိုတာ ဖြစ်လာစရာအကြောင်းမရှိဘူး။ အဲတော့ လုပ်စရာရှိတာ လုပ်ပါ။

ကိုယ်လုပ်တဲ့အရာသည် မိမိဘဝ တိုးတက်ရေးနဲ့ သက်ဆိုင်ရမယ်။ ဥပဒေနဲ့ ညီရမယ်။ ဘာသာတရားအဆုံးအမတွေနဲ့ ညီရမယ်။ မိမိနေတဲ့ နိုင်ငံရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ ညီရမယ်။

ဒါဆိုရင် ဆက်လုပ်ပါ။ **ဝေဖန်တဲ့သူတွေကိုတော့ လွှတ်ထားပေးလိုက်သူတို့လည်း သူတို့အလုပ်လုပ်တာပဲလေ။ သူတို့မှာ ဝေဖန်လေကန်တာထက် တန်ဖိုးရှိတဲ့အလုပ်မှ မရှိတာ။**

* * *

# မေးခွန်းကောင်းတွေ မေးပါ

အခုချိန် ဘာမှ လုပ်မရဘူး။ ရောဂါတွေက လည်း မငြိမ်သေးတော့ ဘာမှလုပ်မရဘူး။ အားလုံးဖြစ်နေတာပဲလေ။ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်းမှ မဟုတ်တာ။ ဘာလုပ်လို့ရမှာလဲ စသည့်စကားများ ပြောနေမယ့်အစား အခုချိန်ဘာလုပ်လို့ရမလဲ ငါဘယ်လိုလုပ်လို့ရနိုင်လဲ နောက်ထပ်ဘယ်လိုနည်းလမ်းရှိဦးမလဲ စတဲ့ မေးခွန်းကောင်းများ မေးပါ။

ဒါတောင် ဘာမှ လုပ်မရသေးဘူးဆိုရင် ငါအရည်အချင်းတိုးတက်အောင် ဘာတွေလေ့လာမလဲ။ အရင်က မအားလို့ မသင်ဖြစ်တဲ့အရာတွေက ဘာတွေလဲ။ အရင်ကမအားလို့ မလေ့လာဖြစ်တဲ့ပညာတွေက ဘာတွေလဲ ဒါမှမဟုတ် အရင်က အချိန်မရလို့ လုပ်တတ်ပေမယ့် မလုပ်ဖြစ်တဲ့ ကိုယ့်ဝါသနာက ဘာလဲ။ ဝါသနာရှိပေမယ့် မလုပ်တတ်လို့ သင်ဖို့ စိတ်ကူးထားတာတွေက ဘာတွေလဲ။

- **ပန်းချီဆွဲတာလား**
- **စာရေးတာလား**
- **မိတ်ကပ်လိမ်းတာလား**
- **အကျီချုပ်တာလား**

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မေးရင်မေးခွန်းကောင်းတွေ မေးရင် လုပ်စရာတွေ ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။

* * *

တင်နေလို့ ခေတ်က ကိုယ့်နားမှာရှိနေမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်မလိုက်နိုင်ရင် ကျန်ခဲ့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

**ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု မလုပ်ထားဘူးဆိုရင်တော့ နေရာတစ်ခုမှာ အောင်မြင်စွာ ရပ်တည်ဖို့ မလွယ်ကူတော့ပါဘူး။**

ကိုယ့်ရဲ့ ရွေးချယ်မှုက ကိုယ့်ဘဝပါပဲ. . . ။

* * *


# ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ

ကိုယ်မသိတဲ့အရာတစ်ခုကို အမှန်မဟုတ်ဘူးလို့ သတ်မှတ်လို့မရပါဘူး။ ကိုယ်သိထားတဲ့အမှန်နဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်ဖြစ်နေတိုင်းလည်း အမှန်မဟုတ်ဘူးလို့ သတ်မှတ်လို့ မရပါဘူး။

ကိုယ်မသိတဲ့ အမှန်တရားတွေ လောကမှာ အများကြီးရှိနေတဲ့အပြင် ကိုယ်သိထားတဲ့ အမှန်တရားနဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက် ဖြစ်နေတဲ့ အမှန်တရားတွေလည်း လောကမှာ အများကြီးပါပဲ။

သင်ယူစရာတွေနဲ့ ပြည့်နက်နေတဲ့ လောကကြီးမှာ နှလုံးသားနဲ့ ဦးနှောက်ကို ဖွင့်ထားပါ။ ဘာမှမသိခင် မငြင်းလိုက်ပါနဲ့။ အရာရာကို နားထောင်နိုင်အောင် လက်ခံနိုင်အောင် ပြင်ဆင်ထားပါ။

ဒီနေ့ ကိုယ်အမှန်ထင်နေတဲ့အရာသည် မနက်ဖြန်မှာ မှားနေနိုင်ပါတယ်။ အပြောင်းအလဲ သိပ်မြန်နေတဲ့ခေတ်ကြီးမှာ လိုက်လျောညီထွေစွာ နေတတ်မှ အဆင်မြင့်တဲ့နေရာတစ်ခုကိုရောက်မှာပါ။

နှလုံးသားနဲ့ဦးနှောက်ကို ပိတ်ထားလိုက်ပြီဆိုတာနဲ့ နောက်ကျကျန်ဖို့ ပြင်ဆင်လိုက်တာပါပဲ။ ကိုယ်လက်ခံသည်ဖြစ်စေ လက်မခံသည်ဖြစ်စေ ကမ္ဘာကြီးက အလျင်အမြန် ပြောင်းလဲနေမှာဖြစ်ပါတယ်။ ခေတ်ကို အပြစ်

# ယုံကြည်ချက်၊ အတွေး၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်

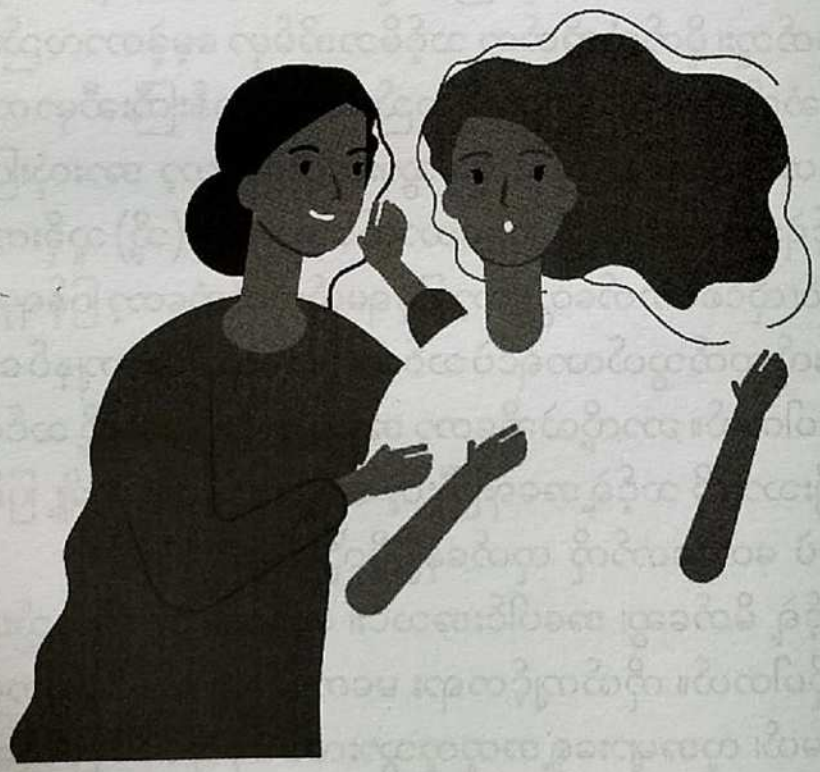
သင့်ရဲ့မှတ်ပုံတင်တွေ၊ လိုင်စင်တွေနဲ့ အရေးကြီးစာရွက်စာတန်းတွေ ပါတဲ့ ပိုက်ဆံအိတ် သူခိုးခိုးခံရတယ်ဆိုရင် ငါ့ပိုက်ဆံတွေ ပြန်မရရင် နေပါစေ မှတ်ပုံတင်လေး၊ လိုင်စင်လေး၊ စာရွက်စာတန်းလေးတွေ ပြန်ရရင် တော်ပါပြီဆိုပြီး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

ပိုက်ဆံအိတ်က သင့်ကိုပညာတွေသင်ပေးခဲ့တဲ့ ဆရာ့အိမ်မှာကျန်ခဲ့တာ မဟုတ်ဘူး၊ ပိုက်ဆံအိတ်က သင့်မိဘအိမ်မှာ မေ့ခဲ့တာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ပိုက်ဆံအိတ်က သင်ကြည်ညြိုဆည်းကပ်တဲ့ ဘုန်းကြီးဆီမှာ ကျန်ခဲ့တာလည်း မဟုတ်ဘူးလေ။ သူခိုးဆီပါသွားတယ်ဆိုတော့ အားလုံးပြန်ရဖို့ မမျှော်လင့်ရဲဘူး။ အကယ်၍ တစ်ယောက်ယောက်က (သို့) သူခိုးက သင့်ကို မှတ်ပုံတင်၊ လိုင်စင်ကတ်တွေတော့ ပြန်ရမယ်၊ ပိုက်ဆံတော့ ပြန်ရမှာမဟုတ်တော့ဘူးလို့ ဆက်သွယ်လာရင်ပဲ သင်အတိုင်းမသိ စိတ်ကျေနပ်ပျော်ရွှင်မှုရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အားလုံး ဆုံးရှုံးမယ်လို့ သင်ယုံကြည်လက်ခံပြီးသားကို သင့်ရဲ့အရေးကြီးတဲ့ စာရွက်စာတန်း တချို့ ပြန်ရတယ်ဆိုရင်ကိုပဲ တော်တော်ကို ဟုတ်နေပြီမို့လို့လေ။

သင့်ရဲ့ မိတ်ဆွေ၊ အပေါင်းအသင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်း သေချာစိစစ်ဖို့လိုပါတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား မကောင်းတဲ့ သူနဲ့ အမြဲတမ်းပေါင်းသင်းနေမယ်၊ လူအများရှေ့အတူတူသွားလာ နေထိုင်မိနေမယ်ဆိုရင် လူ

အများရှေ့မှာ၊ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ သင့်ရဲ့ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းမွန်မှု ရှိခြင်းဆိုတဲ့အရာ ရှိတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သင်ပေါင်းနေတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားမကောင်းတဲ့သူက သင့်ရဲ့ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းတယ်ဆိုတဲ့ အများရဲ့ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်ကို ဖျက်စီးလိုက်လို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲ့လို အခြေအနေမျိုးမှာ သင့်ကိုလူအများက နဲနဲယုံကြည်ရင်တောင် ဟုတ်လှပြီလို့ သတ်မှတ်ရမှာပါ။ အားလုံးယုံကြည်မှု မပျက်သွားတာဘဲ ကံကောင်းဆိုပြီး တွေးနေရမယ့် အခြေအနေ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

ထိုနည်းတူစွာပဲ နှုတ်မစောင့်တဲ့သူ၊ သူများအကြောင်းတွေ အရမ်းပြောတတ်တဲ့သူကို သင့်ရဲ့အတွင်းရေးကိစ္စတွေ၊ သင့်ရဲ့ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ လျှို့ဝှက်ချက်တွေ ထုတ်ဖော်ရင်ဖွင့် ပြောဆိုတိုင်ပင်မိတယ်ဆိုရင်လည်း သင်ပြောခဲ့တဲ့ သင့်ရဲ့အကြောင်းတွေအကုန်လုံး တခြားသူတွေကို လျှောက်မပြော ဖို့အတွက် စိတ်ပူနေရမှာပါ။ သင့်အကြောင်း အကုန်မပြောဘဲ နည်းနည်းပါးပါးပဲပြောတယ်ဆိုရင်တောင် "တော်သေးလို့ အကုန်မပြောလို့" ဆိုပြီး ကြံဖန် ကျေးဇူးတင်နေရဦးမှာပါ။



ထို့အတူပဲ ကတိမတည်တဲ့သူ၊ လိမ်လည်ကောက်ကျစ်တဲ့သူ၊ မုသားပြောတတ်တဲ့သူကို သင်ယုံကြည်စွာနဲ့ ငွေတွေထုတ်ချေးမိတာ၊ ငွေတွေပေးမိတာမျိုးလုပ်မိရင်လည်း သင်နောင်တရနေမိမှာအလွန်ပါပဲ။ သူ့ကို ချေးထားပေးထားတဲ့ငွေတွေ အကုန်မဆုံးရှုံးဖို့ ဆုတောင်းနေရမှာပါ။ ချေးထားပေးထားတဲ့ ငွေတွေ၊ ပစ္စည်းတွေထဲက အားလုံးမဆုံးရှုံးဘဲ တချို့ တစ်ဝက်ကိုပြန်ရရင်ကိုပဲ သူ့ကိုကျေးဇူးတင်ရမယ့် အခြေအနေဖြစ်သွားမှာပါ။

ဒီလိုပါပဲ၊ သင့်ရောဂါကို မကျွမ်းကျင်တဲ့ ဆရာဝန်နဲ့ သွားပြမိရင်လည်း သင် နောင်တတွေ ရနေမှာပါ။ သင်မသေတာကိုဘဲ ကြံဖန်ဝမ်းသာနေရတဲ့ အခြေအနေဖြစ်သွားမှာပါ။ ပိုက်ဆံတွေကုန် အနာတခြား၊ ဆေးတခြားဖြစ်မိသားစုဝင်တွေစိတ်ပင်ပန်း၊ လူပင်ပန်းတွေဖြစ်ပြီး စိတ်ဓာတ်တွေ ကျနေရမှာပါ။ ရောဂါက မပျောက်နိုင်၊ ဘာဖြစ်နေမှန်းလဲ သေချာမသိ၊ ကုတော့ကုနေတာပဲ ဒါပေမဲ့ ဘာမှ မတိုးတက်လာ၊ အဲလိုအခြေအနေမှာ ဆရာဝန်ရဲ့ မကျွမ်းကျင်မှုကို သိသွားပြီး အကြောင်းအရင်းမှန်ကို နားလည်သွားတဲ့ အခါ တော်သေးတာပေါ့၊ စောစောသိလိုက်ရလို့ မဟုတ်ရင် သေပြီဆိုပြီး အရင်က ကုန်ခဲ့တဲ့ပိုက်ဆံတွေ၊ ကုန်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေအတွက်ထက် မသေတာကိုပဲ ကျေနပ်ရမလိုဖြစ်နေမှာပါ။

ထိုနည်းတူစွာ ပညာမရှိတဲ့သူ၊ အမြော်အမြင်မရှိတဲ့သူ၊ ရေရှည်ကို မတွေးနိုင်တဲ့သူကို သင့်ဘဝ၊ သင့်အနာဂတ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး လမ်းညွှန်ချက်၊ လမ်းပြမှုသွားယူမိတယ်ဆိုရင်လည်း သင်နောင်တရနေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သင့်ကို ပေးတဲ့လမ်းညွှန်မှုအမှားတွေကို လိုက်လုပ်မိနေရင်းနဲ့ အချိန်တွေ ကုန်၊ လူပင်ပန်း၊ လိုချင်တဲ့ရည်မှန်းချက်တွေ မရောက်နိုင် ဖြစ်နေမှာမို့လို့ ပါ။

အားလုံးပြီးဆုံးသွားမှ သိလိုက်ရတာမျိုးထက် နှစ်အနည်းငယ်လောက် အတွင်းမှာ အမှန်ကိုသိလိုက်ရရင်ကိုပဲ တော်တော်စိတ်သက်သာရာရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တော်သေးလို့ စောစောသိလိုက်ရလို့၊ မဟုတ်ရင် ငါ့ဘဝတော့ သွားပြီ၊ အချိန်တွေကုန်ပြီး ဘာမှပြန်လုပ်လို့ မရတော့ဘူး၊ အခုလို စောစောသိလိုက်ရတာ တော်တော်ကို ကံကောင်းတာဆိုပြီး စိတ်သက်သာရာရမှာ

ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလိုတွေ ဖြစ်ရတယ်ဆိုတာ မကောင်းတဲ့မိတ်ဆွေ၊ မကောင်းတဲ့ဆရာ၊ မကောင်းတဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ လူဆိုတာ အမှားနဲ့မကင်းနိုင်ပါဘူး၊ ဒါပေမဲ့လည်း ဘဝမှာပြန်ပြင်လို့မရတဲ့ အမှားအကြီးကြီးတွေ၊ ဘာမှပြန်လုပ်လို့မရတဲ့ နောင်တအကြီးကြီးတွေ မရချင်ဘူးဆိုရင်တော့ ဆရာကောင်း၊ မိတ်ဆွေကောင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းရှာဖို့၊ အဲဒီဆရာကောင်း၊ မိတ်ဆွေကောင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းမှာ နေထိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ဒီလိုမကောင်းတဲ့ အပေါင်းအသင်း၊ မကောင်းတဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ကြောင့် အမှားတွေ၊ နောင်တရစရာတွေဖြစ်တတ်သလိုပဲ မကောင်းတဲ့ ယုံကြည်ချက်၊ မကောင်းတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ မကောင်းတဲ့ အတွေးအခေါ်၊ မကောင်းတဲ့ ပြုမူလုပ်ဆောင်မှုတွေကြောင့် မိမိဘဝတစ်ခုလုံးအတွက် မှားယွင်းမှုတွေ၊ နောင်တရစရာတွေ ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါတယ်။

မိမိဘဝရဲ့နောက်ဆုံးအချိန်တွေမှာ နောင်တမရဖို့ဆိုရင် ယုံကြည်ချက်မှန်ကန်ဖို့၊ တွေးခေါ်စွန့်စားမှု မှန်ကန်ဖို့၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်ဖို့နဲ့ နေ့စဉ်ပြုမူ ဆောင်ရွက်မှုတွေ ကောင်းမွန်ဖို့ လိုပါတယ်။

ဒါမှသာလျှင် ဘဝရဲ့ ကျန်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကြွေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- **ကိုယ့်ဘဝကိုယ်ကျေနပ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **ကိုယ့်ဘဝကိုယ်ကြွေနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။**
- **ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲ ဖြစ်ပါစေ။**

* * *

| **အကောင်းမြင်** | **အဆိုးမြင်** |
| --- | --- |
| သွက်လက်သူ | စွာတဲ့သူ |
| အနေအေးသူ | 'အ' သူ |
| ပြောရဲဆိုရဲသူ | စကားဖွာသူ |
| ယုံကြည်မှုရှိသူ | စောင့်ကြွစောင့်ကြွနေသူ |
| ရိုးအေးသူ | ငကြောက် |
| စွန့်စားရဲသူ | မစဉ်းစား မဆင်ခြင်သူ |
| သေချာချင့်ချိန်စဉ်းစားတတ်သူ | တွေဝေသူ |
| လှုပ်ရှားတက်ကြွသူ | အနေမငြိမ်သူ |
| ပြတ်သားသူ | မောက်မာသူ |
| လူမှုဆက်ဆံရေးကောင်းသူ | နေရာတကာပါတဲ့သူ |

စသဖြင့် လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဖြစ်တည်မှုတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး အမြင် ၂ မျိုးရှိတတ်ပါတယ်။ အဲဒီအမြင် ၂ မျိုး ကွဲသွားရတဲ့ အကြောင်းအရင်းတွေလည်း ရှိပါတယ်။

# ဖြစ်တည်မှု၊ ရပ်တည်ချက်နှင့် အရည်အချင်း

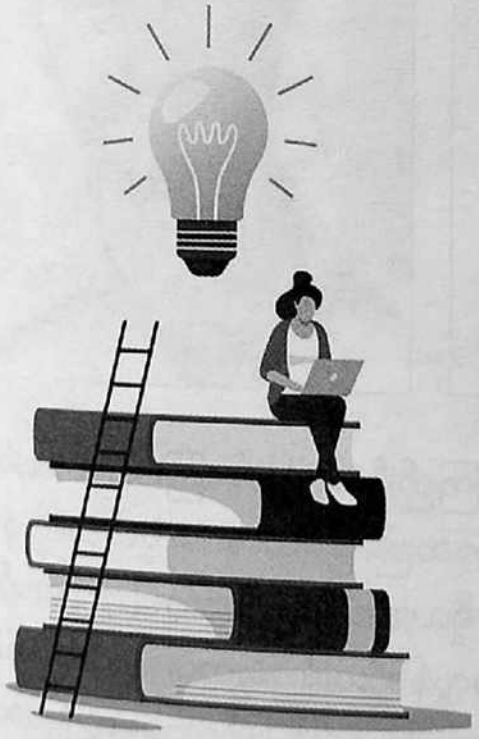
ဒီအကြောင်းအရာလေးကလည်း ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ကြုံတွေ့လာရတဲ့ အတွေ့အကြုံကနေ အခြေခံပြီး တွေးမိ၊ စဉ်းစားမိ၊ ခံစားမိတာလေးပါ။ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ပြန်လည်ပြုပြင်လို့မရတဲ့ စိတ်ကြိုက်ရွေးချယ်ခွင့်မရှိတဲ့ ဖြစ်တည်လာမှုတွေ ရှိကြပါတယ်။ ဘယ်မြို့မှာ မွေးမလဲဆိုတာ၊ ဖြူတာ၊ မည်းတာ၊ ပုတာ၊ ရှည်တာ၊ ဘယ်သူ့သားသမီးဖြစ်တာ စသဖြင့် ဖြစ်တည်လာမှုတွေက ပြန်လည်ပြုပြင်လို့မရပါဘူး။ ဖြစ်တည်လာမှုတွေက အလွန်ကိုကောင်းမွန်ပြည့်စုံတဲ့သူတွေလည်း ရှိသလို၊ အရမ်းကို ခက်ခဲဆိုးဝါးတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဖြစ်တည်လာမှုနဲ့အတူ နောက်ထပ်တစ်ခုက ဖြစ်တည်မှုပါပဲ။ တချို့သော ဖြစ်တည်မှုတွေက ပြုပြင်ပြောင်းလဲလို့ရပေမယ့်၊ တချို့သော ဖြစ်တည်မှုတွေကတော့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲလို့ ရတာတွေရှိပါတယ်။

ဥပမာတချို့က သွက်လက်တယ်၊ တချို့က အနေအေးတယ်၊ တချို့က မှတ်ဉာဏ်ကောင်းတယ်၊ တချို့က မှတ်ဉာဏ်အားနည်းတယ်၊ တချို့က သတ္တိရှိတယ်၊ တချို့က ကြောက်တတ်တယ် အဲလိုပဲ အများကြီးရှိပါတယ်။ အဲဒီလိုလူတစ်ယောက်ရဲ့ ဖြစ်တည်မှုတွေကိုလည်း အကောင်းမြင်တဲ့ဘက်က ရှိသလို အဆိုးမြင်တဲ့ဘက်ကလည်း ရှိပါတယ်။

ဖြစ်တည်မှုကို မြင်တတ်တဲ့အမြင်နှစ်ဖက်ကို ဥပမာလေးနဲ့ ပြောပြပါမယ်။

အကြောင်းအရင်းတစ်ချက်က ဖြစ်တည်မှုကို ပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့သူ ကိုယ်တိုင်က သူရဲ့ဖြစ်တည်မှုကို မှန်ကန်စွာ အသုံးမချတတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် အဆိုးမြင်ခံရတာလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ နောက်တစ်ချက်က ဖြစ်တည်မှုကို မြင်တဲ့သူတွေနဲ့ ဆိုင်ပါတယ်။ တခြားသူတစ်ယောက်ရဲ့ ဖြစ်တည်မှုက ကိုယ်ရဲ့ ဖြစ်တည်မှုနဲ့မတူရင် အဆိုးမြင်တတ်တာမျိုးပါ။ ဥပမာ ကိုယ်က အနေအေးတဲ့လူစားမျိုး ခပ်အေးအေးနေရတာကိုလည်း ကြိုက်တယ်၊ ခပ်အေးအေးနေခြင်းကို ကောင်းတယ်လို့ သတ်မှတ်ထားပြီး တခြားသူတွေ သွက်လက်တက်ကြွနေတာကို သူရဲ့အမြင်အရ အဆင်မပြေနေဘူး။ ဒါကြောင့် တခြားသူရဲ့ ဖြစ်တည်မှုကို အကောင်းဖက်က မမြင်ဘဲ အဆိုးဘက်က မြင်တာမျိုးဖြစ်လေ့ရှိပါတယ်။

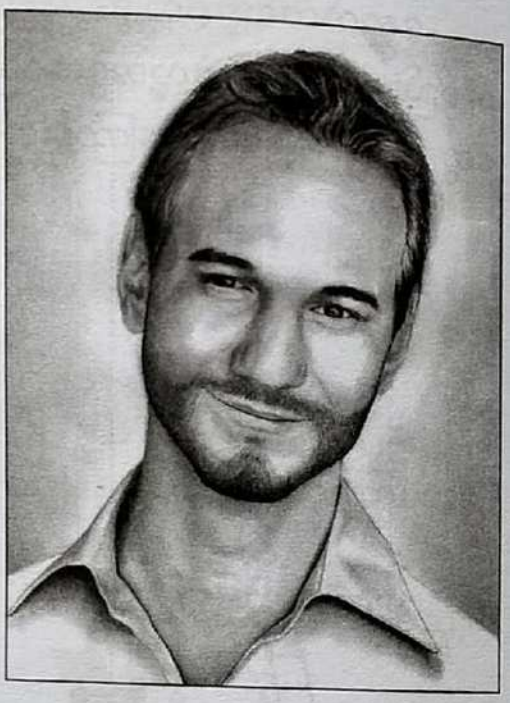
နောက်တစ်ချက်က အရေးကြီးဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ တိုးတက်တဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်း၊မတိုးတက်တဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်း၊ တိုးတက်တဲ့နိုင်ငံ၊ မတိုးတက်တဲ့နိုင်ငံတွေ ကွာခြားရခြင်းရဲ့အကြောင်းအရင်းတွေထဲကတစ်ခုလည်းဖြစ်ပါတယ်။



**ခုခေတ်လူငယ်တွေမှာ
အရည်အချင်းတွေ၊
ပြိုင်ဆိုင်ချင်စိတ်တွေ၊
ရူးစမ်းချင်စိတ်တွေ၊
သတ္တိတွေ အလွန်ရှိပါတယ်။**

အဲဒါကတော့ ဖြစ်တည်မှုတွေကို လက်ခံပေးပြီး အကောင်းမြင်ပေးခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်တည်မှုတွေကို အကောင်းမြင်ပေးတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်၊ ဖြစ်တည်မှုတွေကို လက်ခံအားပေးတဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းမှာရှိတဲ့အတွက် လူတွေရဲ့ ဖြစ်တည်မှုတွေကနေ အရည်အချင်းတွေ၊ ရပ်တည်ချက်တွေ ဖြစ်လာပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ဆီမှာတော့ အများအားဖြင့် ဖြစ်တည်လာမှုတွေကို အရမ်းကြည့်ကြ၊ ဖော်ထုတ်ကြတယ်၊ ဝေဖန်တတ်ကြသလို၊ ဖြစ်တည်မှုတွေပေါ်မှာလည်း ဝေဖန်ပြစ်တင်တတ်ကြပါတယ်။ လူတစ်ယောက်နဲ့နဲ့လေး အောင်မြင်လာပြီဆိုရင် နောက်ကြောင်းလှန်တာတွေ၊ ဖွတာတွေ၊ ဖြစ်တည်မှုတွေကို ပြစ်တင်ဝေဖန်ကြတာတွေက အလွန်ဆိုးတဲ့အရာဖြစ်ပါတယ်။



အဲလိုသာဖြစ်တည်မှုတွေကိုကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်ကြေးဆိုရင် အော်ပရာဝင်းဖရေး (Oprah Winfrey) ဆိုတာလည်း ဖြစ်လာမှာမဟုတ်သလို၊ နစ်ဗစ်နစ် (Nick Vujicic) ဆိုတာလည်း ရှိလာမှာမဟုတ်တော့ပါဘူး။ အော်ပရာဝင်းဖရေးရဲ့ ဘဝဖြစ်တည်မှုက အလွန်ဆိုးဝါးကြမ်းတမ်းခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့လူအဖွဲ့အစည်းက အော်ပရာဝင်းဖရေးရဲ့ ဖြစ်လာမှုတွေ၊ ဖြစ်တည်မှု

တွေကို မကြည့်ခဲ့၊ မဝေဖန်ခဲ့၊ မကဲ့ရဲ့ခဲ့ပါဘူး။ သူ့ရဲ့ ရပ်တည်ချက်တွေကို အားပေးခဲ့ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ အရည်အချင်းတွေကိုပဲ ဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်ခဲ့ကြပါတယ်။ Nick Vujicic ဆိုရင်လည်း သူ့ရဲ့ ဖြစ်တည်လာမှုတွေအတွက် ဘယ်သူကမှ အရေးတယူ ဝေဖန်ပြစ်တင် ကဲ့ရဲ့တာတွေလုပ်မနေပါဘူး။ သူ့ရဲ့ လုပ်နိုင်စွမ်းတွေ၊ သူ့ရဲ့ရပ်တည်ချက်တွေ၊ သူ့ရဲ့ အရည်အချင်းတွေကိုပဲ အားပေးဂုဏ်ပြုခဲ့ကြပါတယ်။ (ငယ်စဉ်အခါမှာ တချို့သောသူတွေရဲ့ ဝေဖန်မှုအချို့တော့ မလွဲမသွေရှိခဲ့မှာအမှန်ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့လူကြီး လူကောင်း အသိုင်းအဝိုင်းတွေ၊ လူအများစုတွေကတော့ ဖြစ်တည်လာမှုတွေကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ်ပြီး ဝေဖန်တာတွေ မလုပ်ကြပါဘူး။)

ကျွန်တော်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာတော့ လူတစ်ယောက်က သုညကနေ တစ်၊ တစ်ကနေ နှစ်၊ နှစ်ကနေ သုံးအထိ ရောက်လာရင်လည်း ဝေဖန်ပြစ်တင်ကြတယ်၊ ဖြစ်တည်လာမှုတွေ၊ ဖြစ်တည်မှုတွေကို ဝေဖန်ကြတယ်။ ၁၀ ထိ ရောက်ပြီး ထွန်းပေါက် အောင်မြင်သွားကြတဲ့သူတွေကိုပဲ အားပေးဂုဏ်ပြုကြတာပါ။ ဒါကြောင့် တော်တော်များများ လူငယ်တွေက သုည ကနေ တစ်၊ နှစ်၊ သုံး ရောက်ပြီး ဝေဖန်မှုတွေ လျှောင်ပြောင်မှုတွေကို မခံနိုင်လို့ ရှေ့ဆက်မရောက်ကြတော့ပါဘူး။ တိုးတက်တဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းမှာတော့ သုညကနေ တစ်ရောက်ပြီဆိုတာနဲ့ သူ့ဆီမှာ အရည်အချင်းရှိတယ်၊ အလားအလာရှိတယ်ဆိုပြီး ၁၀ ထိ မရောက်ရောက်အောင် ဝိုင်းပြီး ဆွဲတင်ကြတော့တာပဲ။

ကျွန်တော်တို့ လူ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာတော့ ရပ်တည်ချက်တွေ၊ အရည်အချင်းတွေက ထိုက်သင့်တဲ့ ဂုဏ်ပြုခံရမှုတွေ၊ အသိအမှတ်ပြု ခံရမှုတွေ၊ ချီးကျူးခံရမှုတွေ မရတတ်ကြပါဘူး။ ဆန့်ကျင်ဘက်အနေနဲ့ ဖြစ်တည်လာမှုတွေ၊ ဖြစ်တည်မှုတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဝေဖန်ခံရတာတွေ ရတတ်ကြပါတယ်။ ဒါကြောင့်လဲ အလွန်စိတ်ဓာတ်ခိုင်မာတဲ့သူ၊ တွန်းအားအလွန်မျှားတဲ့သူ၊ စိတ်ဆန္ဒပြင်းပြလွန်းသူတွေသာ အထွတ်အထိပ် အောင်မြင်မှုတွေ ရပြီး တော်တော်များများ လူငယ်တွေ၊ အရည်အချင်းရှိတဲ့သူတွေ၊ အလားအလာရှိတဲ့သူတွေက စိတ်မကောင်းစွာနဲ့ဘဲ တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ်သွားကြ

ပါတယ်။ ဒါကကြီးမားတဲ့လူသားရင်းမြစ်ဆုံးရှုံးမှုကြီးတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

တကယ်ဆိုရင် ဖြစ်တည်လာမှုတွေ၊ ဖြစ်တည်မှုတွေ၊ မတူညီမှုတွေကို ကြည့်ရမှာမဟုတ်ပါဘူး၊ ရပ်တည်ချက်နဲ့ အရည်အချင်းကိုပဲ ကြည့်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်ထပ် စိတ်မကောင်းစရာကိစ္စတစ်ခုကတော့ လူတစ်ယောက် ခက်ခက်ခဲခဲကြိုးစားတဲ့အချိန်မှာ ထိုက်သင့်တဲ့ အားပေးဝန်းရံမှုတွေ မရပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ သူဆက်ကြိုးစာရင်းနေရာတစ်ခုကိုရောက်လာပြီး အောင်မြင်လာတယ်။ အဲလို လူတစ်ယောက်ဆိုရင်လည်း အားပေးချီးမြှောက်ဝန်းရံတဲ့သူတွေရှိသလို သူ့နောက်ကြောင်း ဖြစ်တည်လာမှုတွေကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပြီး ထိုးနှက်တိုက်ခိုက်မှုတွေလုပ်ကြတာပါ။ အဲလိုနဲ့ပဲ တချို့အရည်အချင်းရှိတဲ့သူတွေက ပြန်ပျောက်ကွယ်သွားကြပါတယ်။

တိုးတက်တဲ့နိုင်ငံ၊ တိုးတက်တဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းဆိုတာ အရည်အချင်းရှိတဲ့သူတွေနဲ့ တည်ဆောက်ရတာပါ။ လူဖြစ်တဲ့အတွက် အရည်အချင်းကောင်းတွေရှိသလို လျှော့နည်းမှုတွေ၊ မှားယွင်းမှုတွေ၊ အားနည်းချက်တွေလည်း ရှိကြပါတယ်။ တချို့သူတွေဆို သူတို့ရွေးချယ်လို့မရခဲ့တဲ့ ဖြစ်တည်လာမှုတွေ ဆိုးရွားကြမ်းတမ်းတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။

အလုပ်အကြီးကြီးတွေ၊ ရည်မှန်းချက်အကြီးကြီးတွေကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ဖို့ကနေစပြီး လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု တိုးတက်မှုအပါအဝင်၊ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံတိုးတက်ဖို့အထိ ရောက်ရှိလာဖို့ဆိုရင် လူတွေရဲ့ ဖြစ်တည်လာမှုတွေ၊ ဖြစ်တည်မှုတွေကို ကြည့်နေလို့ ဝေဖန်ကဲ့ရဲ့နေလို့ မရပါဘူး။ လူတွေရဲ့ ရပ်တည်ချက်တွေ အရည်အချင်းတွေကိုပဲ အားပေးခြီးမြှောက်ဂုဏ်ပြုပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရှိနေတဲ့အရည်အချင်းနဲ့ ထိုက်သင့်တဲ့ အသိအမှတ်ပြုခံရမှုတွေ (သို့) ထိုက်သင့်တာထက်ပိုတဲ့ အသိအမှတ်ပြုမှုတွေလုပ်မှသာလျှင် အရည်အချင်းရှိတဲ့ နောက်ထပ်လူသားရင်းမြစ်တွေပေါ် ထွက်လာမှာပါ။

ဝေဖန်ကဲ့ရဲ့ ပြစ်တင်တဲ့ အလေ့အထမှသည် ခြီးကျူးဂုဏ်ပေး အသိအမှတ်ပြုတဲ့ အလေ့အထကို ပြောင်းလဲရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ခြီးကျူးဂုဏ်ပြုတဲ့ အလေ့အထတွေ ဖြစ်လာပြီဆိုရင် နောက်မျိုးဆက်လူငယ်တွေကလည်း ကြိုးစားချင်တဲ့ ဆွဲအားတစ်ခုဖြစ်လာပြီး အရည်အချင်းရှိတဲ့ လူတွေ များလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခုခေတ် လူငယ်တွေမှာ အရည်အချင်းတွေ၊ ပြိုင်ဆိုင်ချင်စိတ်တွေ၊ စူးစမ်းချင်စိတ်တွေ၊ သတ္တိတွေ အလွန်ရှိပါတယ်။ အဲဒီလိုရှိနေလို့လည်း နည်းပညာကျွမ်းကျင်တဲ့သူတွေ၊ Game တွေ ကျွမ်းကျင်တဲ့လူငယ်တွေရှိနေတာပါ။ ပြိုင်ဆိုင်ချင်စိတ်ရှိလို့လည်း ကားတွေ၊ ဆိုင်ကယ်တွေ၊ အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းတွေနဲ့ ပြိုင်ဆိုင်နေကြတာပါ။ စူးစမ်းချင်စိတ်ရှိလို့လည်း အသစ်တွေ လျှောက်လုပ်ရင်း မူးယစ်ဆေးရဲ့သားကောင်တွေ ဖြစ်နေရတာပါ။ တကယ်က လူငယ်တွေ လုံးဝမည့်ပါဘူး။ အခုလိုတွေဖြစ်နေတာက သူတို့မှာရှိတဲ့ အရည်အချင်းကောင်းတွေကို နေရာမှားပြီး အသုံးချမိနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူတွေမှာ အသိအမှတ်ပြုခံချင်စိတ်ဆိုတာ ရှိပါတယ်။ သူတို့တွေရဲ့ အရည်အချင်းနဲ့ ကိုက်ညီတဲ့ နေရာမှန်ကို အသုံးပြုနိုင်အောင် လူကြီးတွေ အနေနဲ့ လမ်းပြပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့အရည်အချင်းတွေကိုလည်း အသိအမှတ်ပြုပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကယ်၍ လူငယ်တွေကို ညံ့တယ်ဆိုပြီး အပြစ်ပဲပြောနေမယ်ဆိုရင် သူတို့အရည်အချင်းတွေကို နေရာမှားပြီး

သုံးနေမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲလိုဆိုရင် လူစွမ်းအားရင်းမြစ်တွေ များစွာ ဆုံးရှုံးနေမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် လူတစ်ဦးချင်းစီတိုင်းရဲ့ ဖြစ်တည်လာမှုတွေ၊ ဖြစ်တည်မှုတွေကို အပြစ်ပြောဝေဖန်တာတွေ လုပ်မနေဘဲ လူတစ်ဦးချင်းရဲ့ ရပ်တည်ချက်တွေ၊ အရည်အချင်းတွေကို အားပေးခြီးကျူးဂုဏ်ပြုပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

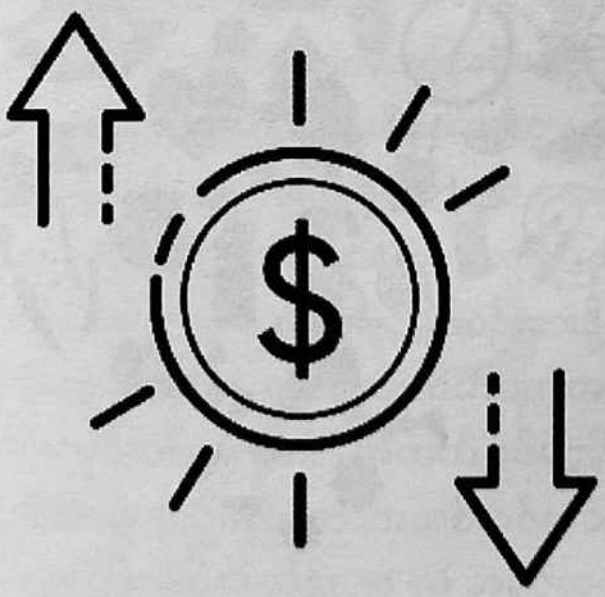
လူတစ်ယောက်ကို တစ်ခုခုဝေဖန်တော့မယ်ဆိုရင် ဖြစ်တည်လာမှု၊ ဖြစ်တည်မှု၊ ရပ်တည်ချက်၊ အရည်အချင်းတွေကို အရင် ခွဲခြားသိမြင်ပေးလိုက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်တည်လာမှု၊ ဖြစ်တည်မှုတွေကို ဝေဖန် ပြစ်တင်ခြင်း ကင်းပြီး ရပ်တည်ချက်တွေ၊ အရည်အချင်းတွေကို အသိအမှတ်ပြုပေးတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို မျှော်လင့်ရင်း။

* * *

# အရှုံး အမြတ်

အရှုံးအမြတ်လို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ လူတော်တော်များများက ငွေကြေး တစ်ခုကိုပဲ မြင်တတ်ကြပါတယ်။ စီးပွားရေးလုပ်တဲ့အချိန်မှာ တစ်ခါတလေ ငွေကြေးအမြတ်တွေရပြီး တစ်ခါတလေမှာ ငွေကြေးဆုံးရှုံးမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်ပါတယ်။ ဒီအရာပေါ်မှာပဲ အရှုံးအမြတ်ဆိုတာကို စဉ်းစားကြပါတယ်။

လူအများစုက အရှုံးအမြတ်ဆိုတာကို ငွေကြေးဘယ်လောက် မြတ်တယ်၊ ငွေကြေးဘယ်လောက် ဆုံးရှုံးသွားတယ်ဆိုတဲ့ အပေါ်မှာဘဲ အခြေခံပြီး စဉ်းစားလေ့ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်ကတော့ အရှုံးအမြတ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ ငွေကြေးတစ်ခုတည်းမဟုတ်ဘဲနဲ့ တခြားအရာတွေကိုပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားလေ့ရှိပါတယ်။ ကျန်းမာရေးကိစ္စ၊ အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှုကိစ္စ၊ ဘာသာရေးကိစ္စ၊ မိသားစု ရပိုင်ခွင့်ကိစ္စတွေအပြင် ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာကိစ္စတွေကိုပါ စဉ်းစားပါတယ်။



ကိုယ်လုပ်နေတဲ့အလုပ်က ငွေကြေးအားဖြင့် အကျိုးအမြတ်တော့ ရှိပါရဲ့၊ ကျန်းမာရေးအားဖြင့် အရှုံးတွေများလာနိုင်တယ်ဆိုရင် အဲအလုပ်ကို ဆက်လုပ်သင့်လား၊ ရပ်လိုက်သင့်လား၊ ပုံစံပြောင်းပြီး လုပ်သင့်လားဆိုတာ သေချာစဉ်းစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လက်ရှိလုပ်နေတဲ့အလုပ်က ငွေကြေးအမြတ် ၁၀ သိန်း ရနေပြီး ကျန်းမာရေးကြောင့်ဖြစ်လာမယ့်ဆိုးကျိုးက သိန်းတစ်ရာလောက်ကုန်မယ်ဆိုရင် အဲအလုပ်ကို ရပ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲအလုပ်ကို ရပ်လိုက်တဲ့အတွက် ငွေကြေးအရှုံးအမြတ်ရှုထောင့်အမြင်က ၁၀ သိန်း ဆုံးရှုံးသွားတယ်ဆိုပေမယ့် ကျန်းမာရေးအရှုံးအမြတ်ရဲ့ ရှုထောင့်နဲ့ ချိန်လိုက်တဲ့အခါမှာတော့ သိန်း ၉၀ မြတ်တယ်လို့ မြင်ရပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ကျန်းမာရေးကဏ္ဍမှာလည်း အရှုံးအမြတ်ဆိုတာရှိပါတယ်။

## အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှုအရှုံးအမြတ်

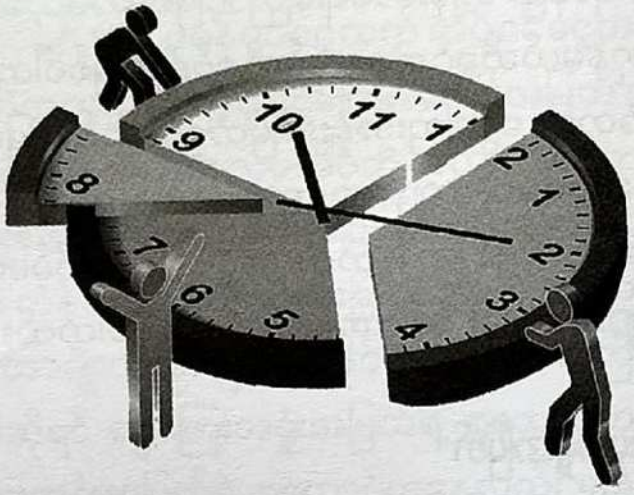
တစ်ခုခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် ထပ်စဉ်းစားရမှာက အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှုအရှုံးအမြတ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အလုပ်တစ်ခု လုပ်တယ်။ အဲအလုပ်ကနေ ငွေကြေးအမြတ်တစ်လကို ၅ သိန်း ရတယ်ဆိုပါစို့။ အဲအလုပ်ကြောင့် တခြားဘာအလုပ်မှ ထပ်မလုပ်နိုင်တော့လောက်အောင် အချိန်မအားတော့တာ၊ မိသားစုကို အချိန်လုံးဝ မပေးနိုင်တော့တာ၊ ကျန်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းအတွက် အချိန်ပို မထုတ်နိုင်တော့တာ၊ တခြားဝင်ငွေထပ်ရမယ့် စီးပွားရေးအသစ်တွေ ထပ်မလုပ်နိုင်တော့တာ၊ အပန်းဖြေခရီးမထွက်နိုင်တော့တာ၊ ဘာသာရေး၊ လူမှုရေးအတွက်အချိန် မပေးနိုင်တော့တာ၊ မိမိဘဝတိုးတက်ရေးအတွက် ပညာရှာဖို့အချိန်တွေလုံးဝမရှိတော့တာ စသဖြင့် မိမိအတွက်ကိုယ်ပိုင်အချိန်တွေ မရှိတော့ဘူးဆိုရင်တော့ ငွေကြေးအရှုံးအမြတ်နဲ့ အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှုအရှုံးအမြတ်ကို သေချာချင့်ချိန်စဉ်းစားဖို့ လိုပါတယ်။

ကိုယ်ရနေတဲ့ ငွေ ၅ သိန်းနဲ့ ကိုယ်ပေးလိုက်ရတဲ့အချိန်တွေတန်ရဲ့လား၊ နောက်ထပ်အလုပ်တစ်ခုမှာကော အဲထက် ဝင်ငွေပိုရနိုင်လား၊ ဒါမှမဟုတ် မိမိအတွက်အသုံးတည့်မည့်ပညာအသစ်တစ်ခု သင်ယူလိုက်မယ်ဆိုရင် တစ်လကို ငွေကြေးအမြတ် သိန်း ၂၀ ရဖို့ အခွင့်အလမ်းရှိနေလား။

## ကျန်းမာရေးအရှုံးအမြတ်

ဥပမာအားဖြင့် လူတစ်ယောက်က သူရဲ့ ပုံမှန်အလုပ်ချိန်အပြင် ညဘက်ကိုပါ အပိုချိန်အနေနဲ့ အလုပ်တွေလုပ်တယ်ဆိုပါစို့။ ညဘက် အပိုအလုပ်လုပ်တဲ့အတွက်ကြောင့် တစ်လကို ၃ သိန်းပိုရတယ်ဆိုရင် တစ်နှစ်ကို ၃၆ သိန်း အပိုဝင်ငွေရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်ရဲ့ ရှုထောင့်က ကြည့်မယ်ဆိုရင် သူရဲ့ပုံမှန်ဝင်ငွေထက် အပိုဝင်ငွေအနေနဲ့ တစ်နှစ်ကို ၃၆ သိန်း ပိုရတဲ့အတွက်ကြောင့် ငွေကြေးအကျိုးအမြတ် ၃၆ သိန်း ပိုရတာဖြစ်ပါတယ်။ ထိုနည်းအတိုင်း ညမအိပ်ဘဲ အလုပ်လုပ်တာ အချိန်ကြာလာတဲ့အခါမှာ ကျန်းမာရေးပြဿနာဖြစ်ပြီး ဆေးကုလိုက်ရတဲ့အတွက် သိန်း ၅၀ သိန်း ၁၀၀ ကုန်သွားတာမျိုးလည်းဖြစ်နိုင်သလို ပြန်ကုလို့မရတဲ့ ရောဂါတွေ ဖြစ်သွားတာမျိုးလည်း ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ တစ်ခုခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် ငွေကြေးအရှုံးအမြတ်ရဲ့ ရှုထောင့်တစ်ခုတည်းမဟုတ်ဘဲ ကျန်းမာရေးအရှုံးအမြတ်ရဲ့ ရှုထောင့်ကနေလည်း စဉ်းစားဖို့လိုပါတယ်။

ဒီအလုပ်ကို ရပ်ပြီး တခြားအလုပ်တစ်ခုပြောင်းလိုက်မယ်ဆိုရင် ယခုထက် ဝင်ငွေပိုရဖို့ အခွင့်အလမ်းရှိနေလား။ ဒီဝင်ငွေအတိုင်းကိုပဲ တခြားတစ်ခုခု မှာ လုပ်ပြီး အချိန်တွေ ပိုရတာမျိုးကော ရှိနိုင်လား။



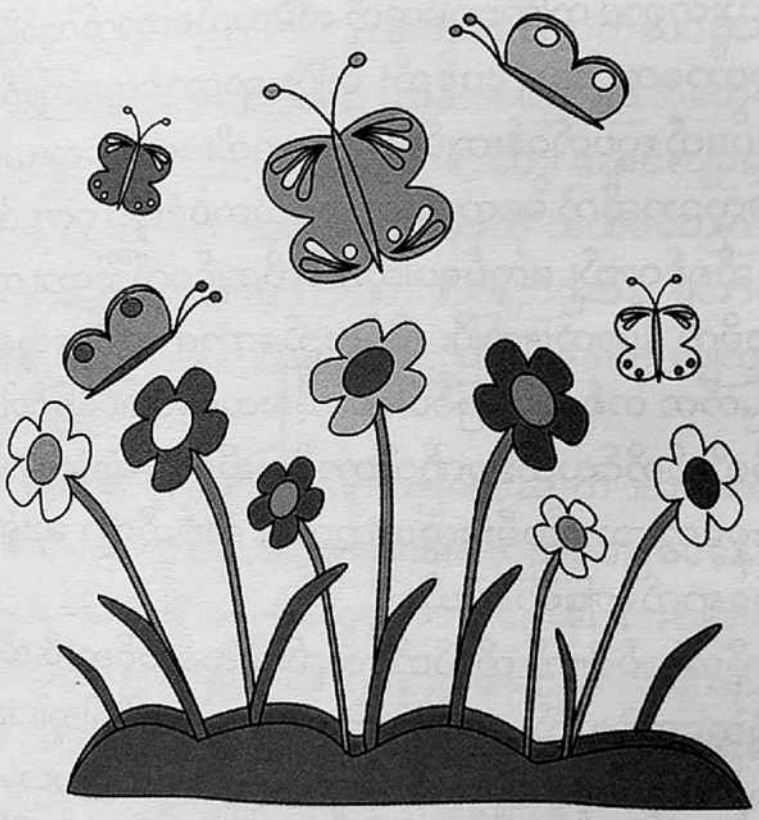
ဘက်စုံထောင့်စုံသေချာစဉ်းစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အကယ်၍ တခြား စီးပွားရေးတစ်ခုမှာ အဲထက်လည်း ငွေကြေး ပိုရမယ်၊ အဲဒီလောက်လည်း အချိန်ပေးစရာမလိုဘူးဆိုရင် ယခုလုပ်နေတဲ့အလုပ်ကို ရပ်သင့်ရင် ရပ်လိုက်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ရပ်ပြီးငွေကြေးအားဖြင့်လည်း ပိုမြတ်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ နဂိုမူလအလုပ်ကို ရပ်လိုက်တဲ့အတွက်ကြောင့် (အချိန်ကာလတစ်ခု အတိုင်းအတာ) ငွေကြေးဆုံးရှုံးမှုအချို့ ရှိကောင်းရှိနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရေရှည်မှာတော့ ငွေကြေးအားဖြင့်ရော အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှုအားဖြင့်ပါ ပိုမြတ်လာမယ်ဆိုရင် ပြောင်းလဲရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရှုံးအမြတ်လို့ဆိုရာမှာ အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှုကိုပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

**မိသားစုတန်ဖိုးအရှုံးအမြတ်**

အလုပ်တစ်ခုကို မိသားစုနဲ့ ခွဲပြီးသွားလုပ်တယ်ဆိုပါစို့။ လတွေ နှစ်တွေ ခြီပြီး မိသားစုနဲ့ ခွဲခွာနေရတယ်။ မိသားစုပျော်ရွှင်မှုတွေ မရှိဘူး၊ မိသားစု

## တန်ဖိုး (Value)

ညစာ တူတူမစားနိုင်ဘူး၊ ဇနီးကိုလည်း အချိန်မပေးနိုင်ဘူး၊ သားသမီးကို လည်း အချိန်မပေးနိုင်ဘူးစသဖြင့် မိသားစုတန်ဖိုးတွေ၊ မိသားစုပျော်ရွှင်မှု တွေ၊ မိသားစုရပိုင်ခွင့်တွေ ပျက်စီးလာပြီဆိုရင် သေချာပြန်စဉ်းစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိသားစုနဲ့ခွဲပြီး အလုပ်တွေသွားလုပ်တဲ့အတွက် တစ်လကို ၁၀ သိန်း ငွေကြေးအမြတ်ရတယ်ဆိုရင် ၃နှစ်ဆိုရင် သိန်း ၃၆၀ ငွေကြေး အမြတ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သို့ပေမဲ့ ကိုယ့်ရဲ့သားသမီးတွေကို သေချာမပြုစု မယွန်သင်နိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် သားသမီးတွေ ပျက်စီးသွားတယ်ဆိုရင် ကိုယ်ရှာထားတဲ့ငွေကြေးအမြတ်နဲ့တန်ပါ့မလား။ သားတွေ အပေါင်းအသင်း မှားပြီး ဆေးသမားဖြစ်သွားတာ၊ ဆိုးသွမ်းပြီး ခိုက်ရန်ဖြစ်လို့ အချုပ်တွေ ကျတာ၊ သားသမီးတွေလမ်းမှားရောက်သွားတာတွေက မိသားစုတန်ဖိုး တွေ ဆုံးရှုံးခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။



အဲလို အခြေအနေမျိုးတွေဖြစ်လာနိုင်တယ်ဆိုရင် လက်ရှိလုပ်နေတဲ့ အလုပ်ကိုရပ်ပြီး မိသားစုနဲ့အတူနေနိုင်မယ့်အလုပ်တစ်ခုကို ပြောင်းရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအတွက်ကြောင့် မူလရနေတဲ့ဝင်ငွေထက် လျော့နည်းတာ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ သို့ပေမဲ့လည်း မိသားစုတန်ဖိုးအပိုင်းမှာတော့ အကျိုးအမြတ်ရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရှုံးအမြတ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ မိသားစုတန်ဖိုးအရှုံးအမြတ်ကိုလည်း ချန်ထားလို့မရပါဘူး။

## ဂုဏ်သိက္ခာအရှုံးအမြတ်

တရားမဝင်တဲ့အလုပ်တွေ၊ ဥပဒေနဲ့ မလွတ်ကင်းတဲ့အလုပ်တွေကြောင့် ငွေကြေးအမြတ်တွေရရှိနိုင်ပေမယ့် အချိန်တစ်ခုရောက်လာတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ဘဝတစ်ခုလုံး ပြန်အဖတ်ဆယ်လို့မရတဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးရှုံးမှုတွေရှိလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ထိုနည်းတူစွာပဲ တခြားသူတွေကို လိမ်လည်ကောက်ကျစ်ပြီး ငွေကြေးအမြတ်ရှာတာတွေ၊ သူများပစ္စည်း ခိုးပြီး ရှာတာတွေကြောင့် ငွေကြေးအမြတ်ရပေမယ့် လူပတ်ဝန်းကျင်မှာ လူတောတိုးမရတာတွေ၊ ကတိ မတည်သူ၊ လူလိမ်လူညာဆိုတဲ့ မကောင်းတဲ့နာမည်တပ်ခံရပြီး ဂုဏ်သိက္ခာ အရှုံးတွေရှိမယ်ဆိုရင်လည်း မလုပ်ရပါဘူး။ ဒီလိုကျင့်ဝတ်သိက္ခာ၊ ကတိသစ္စာ၊ သီလသမာဓိကို ဖောက်ဖျက်ပြီး လိမ်လည်ကောက်ကျစ်မှုတွေနဲ့ ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်က တစ်ကျပ်ပဲဖြစ်ပါစေ၊ သိန်းတစ်ထောင်ပဲဖြစ်ပါစေ မတန်ပါဘူး။ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးရှုံးရမှာဖြစ်သလို၊ မိမိ မိသားစုတွေ၊ သားသမီးတွေအတွက်ပါ ဂုဏ်သိက္ခာ ဆုံးရှုံးမှုအကျိုးတွေ သက်ရောက်မှာဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုအလုပ်မျိုးကို ကိုယ်တိုင်လည်း မလုပ်သင့်သလို အဲဒီလိုဂုဏ်သိက္ခာမဲ့တဲ့သူတွေနဲ့လည်း အပေါင်းအသင်းမလုပ်သင့်ပါဘူး၊ အလုပ်တွေ အတူတူမလုပ်သင့်ပါဘူး။ ကျင့်ဝတ်သိက္ခာ၊ ကတိသစ္စာ၊ သီလသမာဓိ မဲ့ခြင်းကြောင့် ဂုဏ်သိက္ခာမရှိတဲ့သူဟာ သူကိုယ်တိုင် ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးရှုံးတဲ့အပြင် သူ့မိသားစု၊ သူ့အပေါင်းအသင်းတွေကိုပါ ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်း

ဆိုင်ရာ မကောင်းတဲ့သက်ရောက်မှုတွေ ရှိပါတယ်။

**ဒါကြောင့် တစ်ခုခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာ အရှုံးအမြတ်ကိုစဉ်းစားရမှာဖြစ်ပြီး ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာ အရှုံးတွေဖြစ်မယ်ဆိုရင် အဲဒီအလုပ်ကို လုံးဝမလုပ်ဖို့ ရှောင်ကျဉ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။** ကိုယ်ကမသိလို့ လုပ်လိုက်မိတယ်ဆိုရင်တောင် ရနေတဲ့ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်တွေကို မကြည့်ဘဲ ချက်ချင်းရပ်လိုက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မရပ်လိုက်ဘဲ ဆက်လုပ်နေမယ်ဆိုရင် ရလာမယ့်ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်တွေထက် မိမိရဲ့ဂုဏ်သိက္ခာအရှုံးတွေကြောင့် ဘဝသေသွားပါလိမ့်မယ်။ ဒါ့ကြောင့် အလုပ်တစ်ခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် ဂုဏ်သိက္ခာ အရှုံးအမြတ်ကိုပါ သေချာထည့်သွင်းစဉ်းစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

### ဘာသာရေးအရှုံးအမြတ်

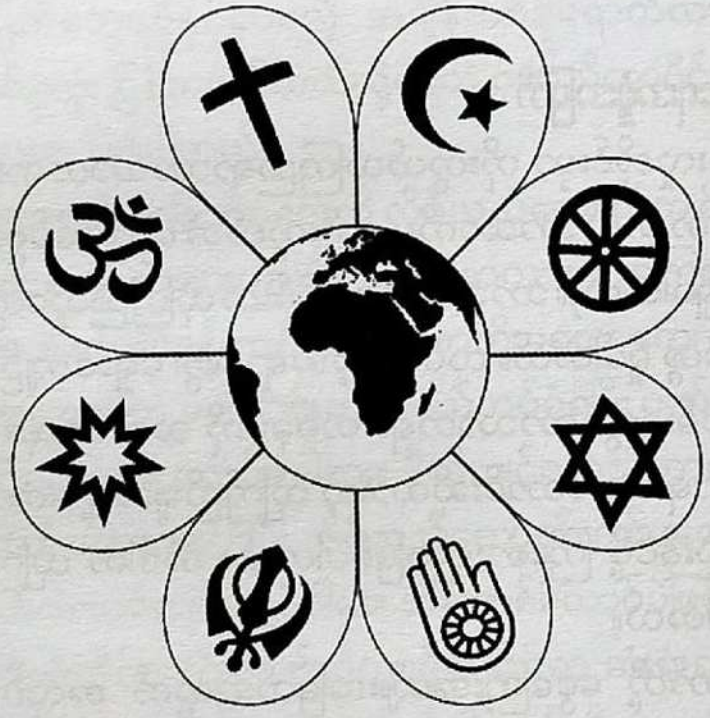
လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ကိုးကွယ်ယုံကြည်ရာဘာသာတရားဆိုတာ ရှိပါတယ် (အချို့က ဘယ်ဘာသာကိုမှ မကိုးကွယ်ဘဲ လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်သူတချို့လည်း ရှိပါတယ်)။ ဘာသာတရားတိုင်းက ယုံကြည်သူတွေကို တောင်းဆိုထားတာတွေ ရှိပါတယ်။ လုပ်ရမယ့်အရာတွေ၊ ရှောင်ကျဉ်ရမယ့်အရာတွေ၊ စည်းကမ်းတွေ၊ ဘာသာတရားတစ်ခုခုကို သက်ဝင်ယုံကြည်သူတွေက ဘာသာတရားက တောင်းဆိုထားတဲ့ ယုံကြည်ချက်ရဲ့ တောင်းဆိုမှုတွေကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်ဖို့ ကြိုးစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါက ယုံကြည်သူတို့ရဲ့ တာဝန်ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်အတွက် အလုပ်တွေလုပ်တဲ့အခါမှာ ဘာသာတရားရဲ့ အရှုံးအမြတ်ကိုလည်း မဖြစ်မနေထည့်သွင်းစဉ်းစားရပါမယ်။ အဲဒီအလုပ်တွေကြောင့် ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်တွေ ရပေမယ့် ယုံကြည်ချက်ရဲ့တောင်းဆိုမှုတွေကို ဖြည့်ဆည်းဖို့၊ စည်းကမ်းတွေကိုလိုက်နာဖို့ ပျက်ကွက်ပြီး ဘာသာတရားကိစ္စမှာ အရှုံးတွေဖြစ်မယ်ဆိုရင် အဲဒီအလုပ်ကို သေချာပြန်စဉ်းစားဖို့ လိုနေပါပြီ။

မိမိရဲ့ငွေကြေးအရှုံးအမြတ်ကိုကြည့်သလို ကုသိုလ်ရေး အကျိုးအမြတ်

ကိုလည်း ကြည့်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် အလုပ်တစ်ခုလုပ်တော့မယ်ဆိုရင် ဘာသာရေးအရှုံးအမြတ်ကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ တချို့အလုပ်တွေ ရပ်လိုက်လို့ ငွေကြေးရှုထောင့်အရ ဆုံးရှုံးမှု ဘယ်လောက်ရှိလဲဆိုတာကိုပဲ တွေးတတ်ကြပါတယ်။ ဒီအလုပ်ကိုရပ်လိုက်လို့ (သို့) နောက်အလုပ်တစ်ခုပြောင်းလိုက်လို့ ကျန်းမာရေးအကျိုးအမြတ်ရသွားတာတွေ၊ မိသားစု တန်ဖိုးထားမှု အကျိုးအမြတ်ရသွားတာတွေ၊ အချိန်ပိုင်ဆိုင်မှု အကျိုးအမြတ် ရသွားတာတွေ၊ ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာ အကျိုးအမြတ်ရသွားတာတွေ၊ ဘာသာရေး အကျိုးအမြတ်ရသွားတာတွေကိုလည်း တွေးမြင်တတ်ရပါမယ်။



**ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်လည်းရမယ့် တခြားဘဝရဲ့ အရေးကြီးတဲ့ တန်ဖိုးရှိတဲ့အရာတွေကိုလည်း အကျိုးအမြတ်တွေရမှသာလျှင် ပြီးပြည့်စုံတဲ့အမြတ်ရခြင်းဖြစ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။**

* * *

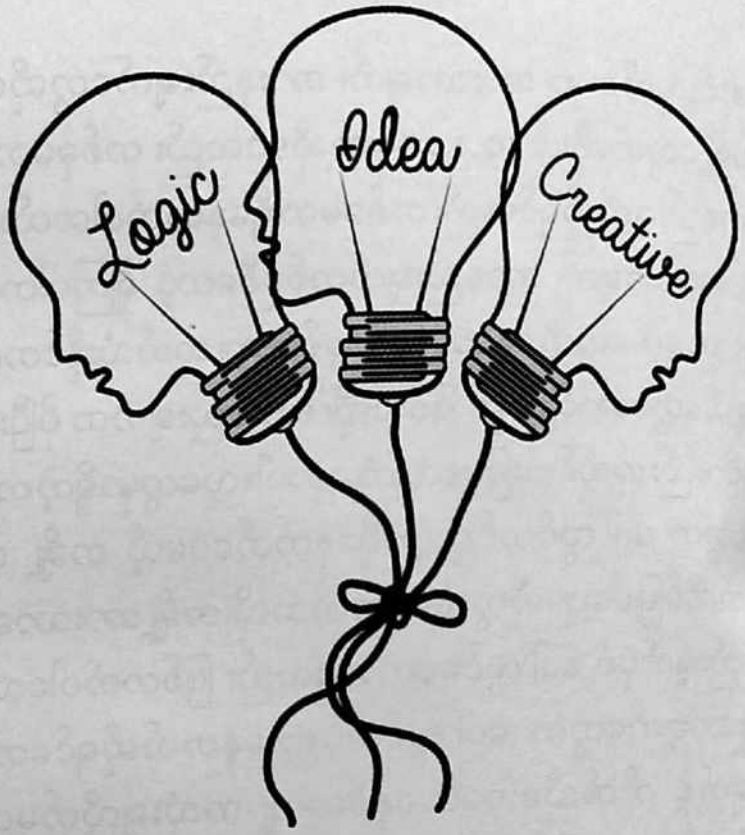
# ပညာနှင့်သတိ

လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်တွေဆိုတာ ရှိပါတယ်။ တချို့တွေမှာဆိုရင် အားသာချက်ဆိုရင်လည်း တစ်ခုမက ရှိတတ်သလို၊ အားနည်းချက်ဆိုရင်လည်း တစ်ခုမက ရှိနေတတ်ပါတယ်။ အနည်းဆုံးတော့ အားသာချက်၊ အာနည်းချက်တစ်ခုစီတော့ ရှိကြပါတယ်။

အားသာချက်တွေကို နေရာမှန်စွာစနစ်တကျ ထုတ်သုံးနိုင်တယ်ဆိုရင် ရည်မှန်းချက်တွေအောင်မြင်မှာ ဖြစ်သလို၊ အားနည်းချက်က ပိုပြီး လွှမ်းမိုးနိုင်သွားရင်လည်း အဆင်မပြေမှုတွေကြုံရမှာပါ။ လူတွေမှာရှိတဲ့ တချို့အားသာချက်တွေက ပေါ်လွင်ထင်ရှားစွာရှိနေတတ်ပေမယ့် တချို့ အားသာချက်တွေက တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ်နေတတ်သလို၊ အချို့အားသာချက်တွေက အားနည်းချက်ပုံစံ ပေါ်လွင်နေတာမျိုးလည်း ဖြစ်တတ်ပါသေးတယ်။

အားသာချက်တွေက ပေါ်လွင်ထင်ရှားနေတယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီအားသာချက်နဲ့ ကိုက်ညီအောင် စနစ်တကျ အသုံးချလိုက်မယ်ဆိုရင် အောင်မြင်မှုရရှိသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ အားသာချက်တွေက ပေါ်လွင်ထင်ရှားမှုမရှိဘဲ တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ်နေတယ်ဆိုရင်တော့ မိမိ ဘာအားသာချက်ရှိလဲဆိုတာ အရင်ဆုံး ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ (စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသိပညာတွေလေ့လာခြင်း၊ မိမိစိတ်ထဲမှာ မကြာမကြာဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အရာများကို သတိထား စောင့်ကြည့်ခြင်း၊ မိမိလုပ်ချင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသောအရာများကို အနည်းငယ် စမ်းသပ် လုပ်ဆောင်ကြည့်ခြင်းတို့ဖြင့် ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြောင်းကို အဓိက ရေးနေတာမဟုတ်တော့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနဲ့ပတ်သက်ပြီး စနစ်တကျ သိရှိလိုပါက စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအသိပညာများကို ဆက်လက်လေ့လာရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။)

မိမိရဲ့ အားသာချက်ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်ပြီဆိုရင် လက်တွေ့အသုံးချလို့ရပါပြီ။ အားသာချက်တော့ တွေ့ပါပြီ။ အဲဒီအားသာချက်ကို ဘယ်လို အသုံးချမလဲ။




**အားသာချက်ကို အရည်အချင်းဖြစ်လာအောင်၊ အကျိုးရှိအောင် အသုံးချဖို့ဆိုရင် အသိပညာဉာဏ်အမြော်အမြင်နှင့် ပေါင်းစပ်ဖို့လိုပါတယ်။** စဉ်းစားတွေးခေါ်ရတာ အားသာချက်ဖြစ်နေတဲ့သူတစ်ယောက်က အသိပညာဉာဏ်အမြော်အမြင်မပေါင်းထည့်ခင်ကဆိုရင် အမြဲစိတ်ကူးယဉ်နေသူ၊ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်မှုမရှိသူလို့ ထင်မြင်စရာ ရှိနိုင်ပါသည်။ စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုမှာ အသိပညာ ဉာဏ်အမြော်အမြင် ပေါင်းထည့်လိုက်တဲ့အခါမှာတော့ တွေးခေါ်ပညာရှင်၊ စွန့်ဦးတီထွင်၊ သိပ္ပံပညာရှင် စသည်ကဲ့သို့ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားရတာ အားသာချက်ဖြစ်နေတဲ့သူတစ်ယောက်က အသိပညာဉာဏ်အမြော်အမြင်ကို ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့အခါ

"ဒီကောင်က လေပဲရှိတယ်"

"ဒီကောင်က သောက်ပြောပဲရှိတာ၊ အလုပ်မဖြစ်ဘူး"

"အလုပ်ပြစ်ယဲ့ ကောင်မဟုတ်ဘူး၊ လေပဲရှိတာ"

"သောက်စကား အရမ်းများတဲ့ကောင်" စသဖြင့် ပြောခံခဲ့ရပါတယ်။

အဲဒီအချိန်ကတည်းက လူရှေ့သူရှေ့ ခဏခဏ ထွက်ခဲ့တယ်၊ စကားပြောဖို့ အခွင့်အလမ်းပဲ ရှာနေခဲ့တယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ယုံကြည်မှုရှိနေခဲ့တယ်။

ကျွန်တော်တို့ သင်တန်းဆရာတွေက ကုန်ပစ္စည်းလို ပစ္စည်းတွေ ရောင်းတာမဟုတ်တော့ အစပိုင်းမှာ တော်တော်ခက်ခဲခဲ့တယ်။ ကိုယ်တိုင် စာအုပ်တွေအများကြီး ဖတ်တယ်။ ကိုယ့်ထက်တော်တဲ့သူတွေထံကနေ အများကြီး လေ့လာသင်ယူတယ်။ တစ်ဖက်မှာလည်း ကြိုးစားတယ်။

ကုန်ပစ္စည်းရောင်းတာဆိုရင် ဝယ်သူက ပစ္စည်းတစ်ခုရတယ်၊ ပစ္စည်းရဲ့တန်ဖိုးကိုပေးရတယ် ရှိုးရှင်းတယ်။ ကျွန်တော်တို့က အတွေးအခေါ်၊ အသိပညာတွေကို စကားအဖြစ်ပြောပြပြီးရောင်းရတာဆိုတော့ ပြစရာ

မှာ အားကစားသမား ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

ဟာသဉာဏ်ရှိတဲ့သူက အသိပညာ ဉာဏ်အမြော်အမြင် မပေါင်းစပ်ခင်က သူငယ်ချင်းတွေကြားထဲမှာ ငပြောင်၊ ငပေါ်၊ ရီစရာကောင်းတယ်၊ ဟာသပြောတတ်တယ်၊ သူလာရင် ရယ်ရတယ် စသဖြင့် သာမန်လေးသာ ဖြစ်နေပေမယ့် ဟာသဉာဏ်ကို အသိပညာ ဉာဏ်အမြော်အမြင်ဖြင့် ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့အခါမှာတော့ ဟာသ စာရေးဆရာ၊ ဟာသပြဇာတ်ဆရာ၊ ကမ္ဘာကျော် ဟာသဖော်ဖြေရေးသမားတွေအထိ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မိမိရဲ့ အားသာချက်က ဘာလဲဆိုတာ အရင်ရှာဖွေ ဖော်ထုတ်ပါ။ အားသာချက်အစစ်အမှန်ကို တွေ့ရပြီဆိုရင် ဘယ်လိုအသိပညာ ဉာဏ်အမြော်အမြင်တွေနဲ့ ပေါင်းစပ်ရမလဲ သေချာစဉ်းစားပါ။

**မှန်ကန်တဲ့ ပေါင်းစပ်မှုတစ်ခုဖြစ်သွားပြီဆိုရင် အောင်မြင်တဲ့သူ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။**

နောက်တစ်ချက်က မိမိရဲ့ အားသာချက်က အားနည်းချက်ပုံစံအနေဖြင့် ထင်ရှားပေါ်လွင်နေတာမျိုးပါ။ အဲဒါမျိုးက တကယ်ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်ဆိုရင်လည်း အဲလိုအမျိုးအစားထဲမှာ ပါဝင်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ အားသာချက်တွေထဲက တစ်ခုက စကားပြောရဲတာ၊ လူမှုဆက်ဆံရေး ကျွမ်းတာ၊ လူရှေ့သူရှေ့ စကားပြောရဲတာ၊ စကားများတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိတာ ဖြစ်ပါတယ်။ စကားပြောရဲ၊ လူရှေ့သူရှေ့ထွက်ရဲတဲ့အားသာချက်ကြောင့် ဟောပြောဆရာ၊ သင်တန်းဆရာ ဖြစ်လာပါတယ်။ လိုချင်တဲ့ ရည်မှန်းချက်လည်း ပြည့်ဝကျော်လွန်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါတွေ မဖြစ်ခင်ဟိုးအရင်ကတော့။

ကျောင်းစာသင်ခန်းထဲမှာ စကား ခဏခဏများလို့ ဆရာမ အဆူခံခဲ့ရတာ၊ စကားအရမ်းများလို့ လေပေါကောင်လို့ ပြောခံရတာ၊ စကား အရမ်းများခဲ့လို့ ကျောင်းခန်းထဲမှာ ခဏခဏ ခုံပေါ် မတ်တတ်ထရပ်ခဲ့ရတာတွေ ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။

ကျောင်းပြီးလို့ လူငယ်အရွယ် အလုပ်ခွင်ထဲဝင်ရောက်တော့လည်း စကားများလို့ပဲ-

ဘာမှမရှိဘူး၊ အဲဒီတော့ အရင် လူရှေ့ထွက်ပြရတယ်၊ ကိုယ်သိတာတွေ၊ လေ့လာထားတာတွေကို ပြောပြရတယ်၊ လူသိအောင်လုပ်ရတယ်၊ ခေတ်စကားနဲ့ပြောရရင် Cele ဖြစ်အောင်လုပ်ရတယ်ပေါ့ဗျာ၊ နာမည်ကြီးအောင် ကြိုးစားရတယ်။ ကိုယ့်ကို လူတွေသိလာပြီး လက်ခံလာပြီးမှ သင်တန်းတွေ လုပ်ပေးခဲ့ရတာပါ။ သင်တန်းတွေ အများကြီး လုပ်ချင်တယ်၊ အောင်မြင်ချင်တယ် အဲဒီတော့ တစ်ဖက်ကလည်း အသိပညာတွေလေ့လာရသလို တစ်ဖက်ကလည်း နာမည်ကြီးအောင်လုပ်ရတာပေါ့ဗျာ။

အဲဒီကနေ ကျွန်တော် သိလာတာက အားသာချက်ဆိုတာ ရှေ့မှာ ကျွန်တော်ပြောခဲ့သလိုပဲ လူတိုင်းမှာ ပုံစံ(၃)မျိုးနဲ့ ရှိနေတတ်တယ်ဆိုတာကို ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့တယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ စကားများတဲ့အကျင့်ကို အသိပညာနဲ့ မပေါင်းစပ်ခင်က အားနည်းချက်ပုံစံနဲ့ ရှိနေပေမယ့် အသိပညာနဲ့ ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့အခါမှာတော့ အားသာချက်ပုံစံ အမှန်ဖြစ်သွားပါတယ်။

အဲဒီအားသာချက်အဖြစ်ရှိနေစဉ်မှာလည်း အခက်အခဲတချို့ အဆင်မပြေမှု တချို့ကတော့ရှိနေပါတယ်။ အဲဒါတာကတော့ တချို့သူတွေအတွက် မျက်စိစူးစရာဖြစ်နေတယ်။ ကျွန်တော်တို့က စိတ်ဓာတ်မြင့်တင်ရေးတွေ ပြောတဲ့သူဆိုတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း အမြဲတက်တက်ကြွကြွ နေတယ်။ တစ်ခါတလေမှာ အဲဒီလိုနေတာက ကြွတယ်၊ စောင့်ကြား စောင့်ကြားဖြစ်တယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်းအထင်ကြီးတယ်၊ မာန်တက်တယ် စသဖြင့် ဝေဖန်မှုတွေ ကြားနေရပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့အလုပ်က နာမည်ကြီးအောင် (လူသိအောင်) လုပ်ရတဲ့ အလုပ် ဖြစ်နေပြန်တော့ "နာမည်ကြီး ချင်တယ်"၊ "ထင်ပေါ်ချင်တယ်"၊ "ဟိုနေရာ၊ ဒီနေရာ အကုန်ပါချင်တယ်" ဆိုပြီးလည်း ဝေဖန်ခံရတတ်ပါသေးတယ်။

အောင်မြင်ရေး၊ စိတ်ဓာတ်မြင့်တင်ရေး၊ လူမှုဆက်ဆံရေး၊ စီးပွားရေး စတာတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး သင်ကြားနေတဲ့ သင်တန်းဆရာအဖြစ် ရှိနေတဲ့ အတွက်ကြောင့် နာမည်ကြီးအောင်လည်း လုပ်ခဲ့ရတာတွေရှိတယ်၊ ထင်ပေါ်အောင်လဲ လုပ်ခဲ့ရတာတွေရှိတယ်။ မိတ်ဆွေတွေများအောင်၊ လူသိ

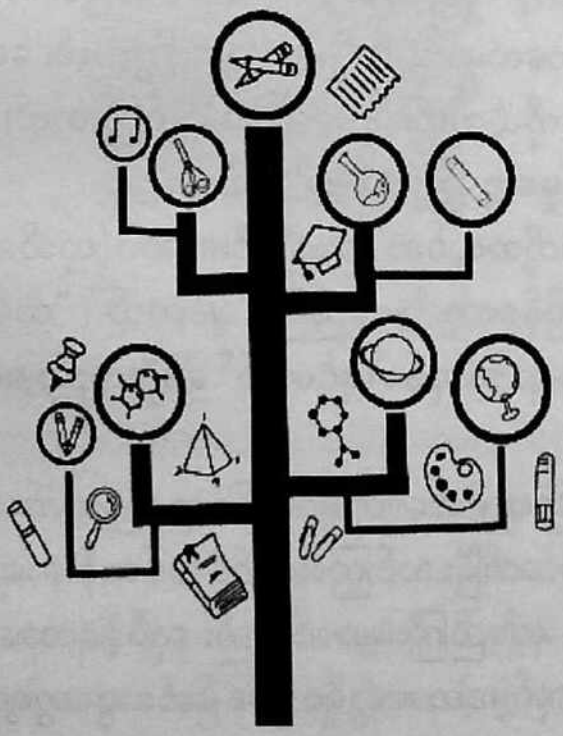
များလာအောင် နေရာတကာ ပါရတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါတွေကိုက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အလုပ်ဖြစ်နေတာပါ။

ဥပမာပြောရရင် ကုန်ပစ္စည်းတစ်ခုကို ရောင်းရဖို့ လူများများသိအောင် ကြော်ငြာရတယ်၊ နာမည်ကြီးအောင် ကြော်ငြာရတယ်၊ အဲဒီ ကုန်ပစ္စည်းကို ထင်ပေါ်အောင် နည်းမျိုးစုံသုံးပြီး လုပ်ရပါတယ်။

အခုကျွန်တော်တို့ရဲ့ အသိပညာတွေကိုက ကုန်ပစ္စည်းပုံစံဖြစ်နေတော့ ကျွန်တော်တို့ကို ကျွန်တော်တို့က လူသိအောင် လုပ်နေရတာပါ။

အဲလို လုပ်နေတဲ့အခါမှာ အဆင်မပြေတာတွေ၊ မှားယွင်းတာတွေ၊ ဝေဖန်ခံရတာတွေ ရှိတတ်ပါတယ်။ စကားပြောပါများတော့ စကားထဲမှာ တစ်ခါတလေ အမှားတွေပါတာ၊ မပြောသင့်တာတွေ ပြောမိတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ အလုပ်တွေလုပ်တာများတော့ လုပ်နေရင်းနဲ့ မှားယွင်းတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။

ကျွန်တော်က စိတ်ဓာတ်မြင့်တင်ရေး သင်တန်းဆရာ Positive Thinker အနေနဲ့ ဘဝကိုရပ်တည်တဲ့အတွက်ကြောင့် စကားပြောတိုင်းမှာ မရှိဘူး၊ မရဘူး၊ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ မလုပ်နိုင်ဘူးဆိုတဲ့အရာတွေကိုငြင်းပြီး ဖြစ်နိုင်အောင်



ကိုယ့်ဆီမှာရှိတဲ့ အားသာချက်ကိုတော့ အကောင်းဆုံးဖော်ထုတ် အသုံးချ ပြီး အခွင့်အလမ်း ဖန်တီးရတယ်။ တစ်ခါတလေ အဲလိုအခြေအနေတွေမှာ ဘေးလူတွေရဲ့ အမြင်နဲ့ကြည့်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးလွန်း တယ်၊ နာမည်ကြီးချင်တယ်၊ မာန်တက်နေတယ်၊ ယုံကြည်မှု လွန်ကဲနေတယ် စသဖြင့် မြင်နိုင်တတ်ကြပါတယ်။ ကိုယ်ကလည်း အောင်မြင်ရေးဆရာ၊ စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ရေးဆရာအနေနဲ့ SOWT Analysis ကို အကောင်းဆုံး အသုံးချနေရတယ်။ အဲဒါက ကိုယ့်ရဲ့အလုပ်ဖြစ်နေတယ်။

တစ်ဖက် လူအချို့ အဲလိုမြင်ပြီးဝေဖန်တာမျိုးတွေလည်း မကြာခဏ ကြုံရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ကို အပြစ်မမြင်ပါဘူး။ သူတို့မှာလည်းလွတ်လပ် စွာ ထင်မြင်ယူဆခွင့် ရှိတယ်လေ။ ကိုယ်လည်း ကိုယ့်အလုပ်ကို အကောင်း ဆုံး လုပ်ရမယ်။

အဲလိုတွေ ဖြစ်လာတော့ ငါ့ရဲ့အားသာချက်မှာ အသိပညာ ဉာဏ် အမြော်မြင်တင်မကဘူး ထပ်ပြီး Update လုပ်ရမယ်၊ တစ်ခုခုပေါင်းစပ်ဖို့ လိုလာပြီဆိုတာ သိလာရပါတယ်။ အဲဒါက သတိနဲ့ ဆင်ခြင်မှုပါ။

လူရှေ့သူရှေ့မှာ စကားတွေပြောတဲ့အခါမှာ သတိလက်လွတ်ဖြစ်ပြီး အမှားပါတတ်သွားတာမျိုးတွေရှိလာတော့ နောက်ဆိုရင် သတိထားရမယ် ဆိုပြီး သိလာပါတယ်။ ကိုယ်ကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နာမည်ကြီးအောင် လုပ်နေတာ တစ်ခါတလေမှာ အများအတွက် အနှောင့်အယှက်တွေ ဖြစ် လာတတ်တယ်ဆိုတာကို သိပြီးတဲ့နောက်မှာတော့ သတိလေးထားရမယ် ဆိုတာ နားလည်လာပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတိထားတဲ့အနေနဲ့ အမြဲတမ်း ဆင်ခြင် ပါတယ်။ မိမိရဲ့အားသာချက်ဖြစ်တဲ့ စကားပြောရဲခြင်း၊ လူရှေ့သူရှေ့ ထွက် ရဲခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိခြင်းတို့ကြောင့် အခွင့်အလမ်းတွေ၊ အောင်မြင်မှုတွေ၊ အကျိုးရလဒ်တွေရလာတဲ့အခါမှာ ယုံကြည်ကိုးကွယ် ရာ ဘုရားသခင်ကို ချီးမွမ်းကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ကျေးဇူးတင်ခြင်းနဲ့ ပတ် သက်တဲ့အလုပ်ကို နေ့စဉ်ပြုလုပ်ပါတယ်။ ကျေးဇူးတင်မှတ်တမ်း စာအုပ် ထားပြီးတော့ကို စနစ်တကျကို ကျေးဇူးတင်တာပါ။ ကျွန်တော့် ကျေးဇူး

ဘယ်လိုလုပ်မလဲ၊ ငါလုပ်လို့ရအောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ၊ ငါ ကြိုးစားရင် ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အောင်မြင်အောင်နည်းလမ်း ဘယ်လိုရှာရမလဲ စသဖြင့် အပေါင်းသဘောဆောင်တဲ့ စကားများသာပြောလေ့ရှိပါတယ်။

အခက်အခဲအတားအဆီးတစ်ခုခုကို ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ကြုံတွေ့ရတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တခြားသူတစ်ဦးဦးက အခက်အခဲတွေ အတားအဆီးတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး လာရောက်မေးမြန်း တိုင်ပင်တာပဲဖြစ်ဖြစ် အကောင်းဘက်ကပဲ တွေးတောစဉ်းစားပြီး အကြံပြုပေးရပါတယ်။ အရင်တုန်းကလည်း အခက်အခဲတွေ ရှိခဲ့ကြောင်း၊ ဘယ်လိုလုပ်ကိုင်ကျော်ဖြတ်ခဲ့ရလဲဆိုတာတွေ၊ အတွေ့အကြုံတွေကို အခြေခံပြီး ရှင်းပြပြောဆိုရပါတယ်။

စိတ်ဓာတ်မြင့်တင်ရေး ဆရာလည်းဖြစ်၊ အောင်မြင်ရေး သင်တန်းဆရာလည်းဖြစ်တဲ့ ကျွန်တော်က ကမ္ဘာကျော်ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အခက်အခဲ အတားအဆီးတွေကို ရင်ဆိုင်ကျော်ဖြတ်တဲ့ အကြောင်းတွေပဲ ပြောနေလို့ မရပါဘူး၊ ကိုယ်တိုင် ရင်ဆိုင်ကျော်ဖြတ် လုပ်ကိုင်ခဲ့တာတွေကိုလည်း တစ်ခါတစ်ရံမှာ ထည့်သွင်းပြောပြရတာတွေ ရှိပါတယ်။

အဲလိုတွေပြောလာတဲ့အခါမှာ တစ်ခါတလေ စကားလုံးတွေ မှားယွင်းတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု လွန်ကဲတဲ့ပုံစံတွေ၊ ကြွားဝါတဲ့ပုံစံတွေဖက်ကို ရောက်သွားတာမျိုးတွေလည်း ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ လုံးဝ မပြောလို့ကလည်း မဖြစ်ဘူးလေ။ ကိုယ့်ရှေ့က လာတိုင်ပင်တဲ့သူရဲ့ အခက်အခဲ၊ အတားအဆီးတွေ ကြီးလေလေ သူအားဖြစ်ဖို့ ကျွန်တော်သုံးရတဲ့ စကားလုံးတွေကလည်း လိုက်ကြီးပေးရတယ်။

အဲလိုအချိန်မှာ အဲဒီစကားတွေကို တခြားသူတွေ ကြားသွားတဲ့အခါမှာဆိုရင် နားထောင်ရတာ အဆင်မပြေတာတွေ၊ ကြွားဝါလွန်းတဲ့ ပုံစံအဖြစ် ပြောင်းသွားတာမျိုးတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အဲလိုစကားတွေကြောင့် ဝေဖန်ခံရမှုတွေလည်း ကြုံရပါတယ်။

Business မှာ SWOT Analysis ကို အသုံးပြုရသလို ကျွန်တော်တို့ရဲ့ Personal Branding တည်ဆောက်တဲ့နေရာမှာလည်း အသုံးပြုရပါတယ်။ အားနည်းချက်တွေကို သတိထားရတယ်၊ အတတ်နိုင်ဆုံး ဖုံးထားရတယ်။

တင်မှတ်တမ်းစာအုပ်ကို ကျွန်တော့်သင်တန်းသားတွေ အများကြီးတွေ့ဖူးပါတယ်။

ဒီလိုပါပဲ၊ ကျွန်တော့်ရဲ့အားသာချက်ကြောင့် **သတိလက်လွတ်ဖြစ်ပြီး မှားယွင်းသွားတဲ့အခါမျိုးမှာဆိုရင်တော့ ချက်ချင်း အမှားကို လက်ခံတယ်၊ ချက်ချင်း အမှားကို အမှားလို့ ဝန်ခံတယ်၊ တောင်းပန်စရာရှိရင် ချက်ချင်း တောင်းပန်လိုက်ပါတယ်။** လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့အတွက် အမှားတော့ မကင်းနိုင်ပါဘူး၊ အမှားတော့ ရှိမှာပါပဲ။ အဲဒီအမှားကို လက်မခံဘဲ မာန်တက်ပြီး ဆက်မှားမယ်ဆိုရင်တော့ လူမိုက်ဖြစ်သွားမယ်ဆိုတာ ကျွန်တော်သိပါတယ်။ ဒါကြောင့် အမှားတစ်ခုကြုံပြီဆိုရင် အမှားကို လက်ခံတယ်၊ အမှားကို ဝန်ခံရဲတဲ့သတ္တိ၊ အမှားကို တောင်းပန်နိုင်တဲ့ အရည်အချင်း မွေးမြူတယ်၊ လက်တွေ့လည်း လုပ်ဆောင်ပါတယ်။

ကျွန်တော့်ဘဝမှာကြုံလာတဲ့ အသိတရားတစ်ခုကို အနှစ်ချုပ်တင်ပြရမယ်ဆိုရင် လူတိုင်းမှာ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်တွေ ရှိတယ်။ အားသာချက်က ပုံစံ(၃)မျိုးနဲ့ ရှိနိုင်ပါတယ်။ အားသာချက်ကို အရည်အချင်းအဖြစ်ပြောင်းဖို့ အသိဉာဏ်ပညာအမြော်အမြင် ပေါင်းစပ်ရပါမယ်။ အဲဒီအားသာချက်ကြောင့် အမှားတွေ၊ ဆုံးရှုံးမှုတွေ၊ ပျက်စီးမှုတွေမဖြစ်ဖို့ သတိနှင့် ဆင်ခြင်မှုဆိုတဲ့ အရာနှစ်ခုဖြင့် ထိန်းကျောင်းရမယ်ဆိုတာပါ။

စာဖတ်သူ မိတ်ဆွေတို့လည်း မိမိရဲ့အားသာချက်တွေကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီး မှန်ကန်စွာအသုံးချနိုင်ကြပါစေ။ သတိနှင့်ဆင်ခြင်မှုထားပြီး ရေရှည်အောင်မြင်တဲ့ဘဝ၊ အကျိုးရှိတဲ့ဘဝကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြပါစေဗျာ။

* * *

# ရောင်ကြည်အပ်တဲ့အပေါင်းအသင်း (၂၀)မျိုး

၁။ ကုန်းဆင်း
၂။ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းစွာ ပြောဆိုတတ်သူ
၃။ ရည်မှန်းချက် မရှိသူ
၄။ အချိန်ဖြုန်းတီးလွန်းသူ
၅။ ငွေကြေးဖြုန်းတီးလွန်းသူ
၆။ အမြဲတမ်း ငြီးငြူနေတတ်သူ
၇။ အဆိုးမြင်လွန်းသူ
၈။ အတင်းပြောသူ
၉။ အပြန်အလှန် လေးစားမှု မရှိသူ
၁၀။ စိတ်ဆိုးတတ်သူ
၁၁။ အားမနာတတ်သူ
၁၂။ အခွင့်အရေးကို လိုတာထက်ပိုသုံးတတ်သူ
၁၃။ ထိုက်သင့်တဲ့တန်ဖိုး မပေးလိုသူ
၁၄။ စေးနဲတွန့်တိုသူ
၁၅။ ဘယ်အရာမဆို ကိုယ်မှန်တယ်ထင်တတ်သူ
၁၆။ အငြင်းသန်သူ
၁၇။ ခင်မင်မှုကို အသုံးချလွန်းသူ
၁၈။ အကူအညီကို ရပိုင်ခွင့်လို့ သတ်မှတ်သူ
၁၉။ ကတိသစ္စာမရှိသူ
၂၀။ ကိုယ်ကျင့်တရားမကောင်းသူ

ဘယ်လိုအပေါင်းအသင်းတွေကြောင့် စိတ်ညစ်ဖူးကြလဲ၊ ဘယ်လို အပေါင်းအသင်းမျိုးကို အကြောက်ဆုံးလဲ။

ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ကြုံခဲ့ဖူးပြီး၊ စိတ်ညစ်ခဲ့ဖူးတဲ့ အပေါင်းအသင်းပုံစံ လေးတွေကို စုစည်းထားတာပါ။

အမြင်ပြီးငြူနေတတ်တဲ့သူတွေ၊ အဆိုးမြင်လွန်းတဲ့သူတွေကြောင့် ကိုယ် တိုင် စိတ်ဓာတ်တွေကျခဲ့ဖူးတယ်၊ လုပ်မယ်လို့ဆုံးဖြတ်ထားတဲ့ တချို့အလုပ် တွေ မလုပ်ဖြစ်တော့ဘဲ နောက်မှနောင်တရတာတွေ ဖြစ်ဖူးတယ်။ သူတို့နဲ့ စကားပြောရင်ကိုပဲ ခန္ဓာကိုယ်ထဲက အားအင်တွေ စုပ်ယူခံလိုက်ရသလိုမျိုး ဖြစ်သွားပြီး စိတ်တွေညစ်၊ အာရုံတွေနောက်သွားတတ်လို့ နောက်ပိုင်းမှာ အဲလိုအမူအကျင့်ရှိတဲ့သူတွေကို အလွန်သတိထားပါတယ်။

ခင်မင်မှုကို အခွင့်အရေးယူတတ်သူတွေကိုလည်း မပေါင်းချင်တော့ ဘူး။ အရေးပေါ်လိုလို့ဆိုပြီး ငွေချေးတယ်ပြီးတော့ ပြန်မပေးဘူး၊ တောင်း တော့ စိတ်ဆိုးတယ်။ မိတ်ဆွေ၊ သူငယ်ချင်းပဲဆိုပြီး အကူအညီတွေ ပေး

ထိုက်သင့်တဲ့ တန်ဖိုးမပေးလိုသူတွေနဲ့၊ အပြန်အလှန်လေးစားမှုမရှိသူတွေကိုလည်း ခပ်ကင်းကင်းနေဖို့ ကြိုးစားပါတယ်။ အဲလိုအခြေအနေကတော့ သင်တန်းဆရာဘဝမှာ မကြာမကြာ ကြုံတွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်က စီးပွားရေးသင်တန်းတွေ၊ စီးပွားရေးအကြံပေးအလုပ်တွေ လုပ်တော့ ကုန်ပစ္စည်းတွေလိုမျိုး ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အကြံအဉာဏ်ကို လက်ဆုပ်လက်ကိုင် ပြလို့မရပါဘူး၊ ကုန်ပစ္စည်းတွေကတော့ တန်ဖိုးတွေ သတ်မှတ်ထားတယ်၊ ကြိုက်တာကို သူ့တန်ဖိုးပေးပြီးဝယ်လိုက်ရုံပဲ ကျွန်တော်တို့က ကုန်ပစ္စည်းလိုပြလို့မရတော့ မိတ်ဆွေတွေဆီက ဝန်ဆောင်ခ တောင်းရတာ ခက်ပါတယ်။

တချို့ကလည်း ခင်မင်မှုကိုအကြောင်းခံပြီး မေးစရာရှိလို့၊ အကြံတောင်းစရာရှိလို့ဆိုပြီး သာမန်မေးမြန်းမှုပုံစံတွေကို အတိုင်းထက်ကျော်လွန်ပြီး မေးမြန်းတာတွေ လုပ်တတ်ကြပါတယ်။ ကိုယ့်ဘက်ကလည်း မကောင်းတတ်ပါဘူး၊ အားနာပါတယ်၊ ခင်မင်မှုပျက်သွားပါမယ်ဆိုပြီး မေးသမျှတွေ ဖြေပေးပါတယ်။ အချို့က အခွင့်အရေး ယူလွန်းအားကြီးတာမျိုးတွေလည်း ကြုံရပါတယ်။

တဲ့အနေနဲ့ ငွေတွေချေးပေးဖူးတယ်။ ဒါပေမဲ့ (များသောအားဖြင့် တော်တော်များများကပေးထားတဲ့ကတိအတိုင်းပြန်မဆပ်ကြဘူး၊ တောင်းတော့လည်း စိတ်ဆိုးတယ်၊ မတောင်းဘဲနေတော့လည်း အတိတ်မေ့သလိုလို ရွှေ့ပျောက်သလိုလိုနဲ့ အရှုးကွက်နင်းပြီး မေ့ချင်ယောင်ဆောင်နေတယ်။ တချို့ဆို မျက်နှာပူလောက်အောင်ကို တောင်းရတယ်။ တောင်းတဲ့သူကပဲ အားနာနေရတယ်။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံနဲ့ကိုယ် လူမှုန်းခံရတော့ နောက်ပိုင်း ငွေချေးတဲ့အလုပ် လုံးဝမလုပ်တော့ဘူး၊ ငွေတင်မက ခင်မင်မှုကို အသုံးချပြီး တခြားအခွင့်အရေးယူတဲ့သူတွေကိုလည်း ရှောင်လိုက်တော့တယ်၊ မပေါင်းချင်တော့ဘူး။

အဆိုးဆုံးကတော့ အကူအညီကို ရပိုင်ခွင့်အဖြစ်သတ်မှတ်ထားသလို လူမျိုးတွေကိုပဲ။ အဲလိုလူတွေကို အကြောက်ဆုံးပဲ။

တစ်ဖက်လူကို အကူအညီတောင်းတဲ့အခါမှာ တစ်ဖက်လူက ကူညီပေးရင် ကျေးဇူးတင်ရမှာပါ။ မကူညီနိုင်လို့ငြင်းရင်လည်း နားလည်ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အကူအညီကို ရပိုင်ခွင့်ပုံစံသတ်မှတ်ထားသူတွေက သူတို့တောင်းတဲ့ အကူအညီကို ပေးကိုပေးရမယ်ဆိုတဲ့ ပုံစံထင်နေကြတယ်၊ တောင်းတဲ့အကူအညီမပေးရင် စိတ်ဆိုးတတ်ကြတယ်။

တချို့ဆို ပိုတောင်ဆိုးသေး၊ အကူအညီလဲအမြဲတောင်းတတ်တယ်။ သူတောင်းတဲ့အကူအညီတွေလည်း အမြဲပေးတယ်။ တစ်ခါတလေ မလုပ်ပေးနိုင်လို့ငြင်းမိရင်ကို စိတ်တွေဆိုးသွားရောဗျာ။ ရှေ့မှာ ကူညီခဲ့တာတွေကိုပါ မေ့သွားတယ်။ ကူညီခဲ့တာတွေအတွက် ကျေးဇူးတင်စကားမကြားရတာ စိတ်ထဲ သိပ်မခံစားရပါဘူး။ အမြဲတမ်း အကူအညီပေးတယ်၊ တစ်ခါတလေလေးမကူညီနိုင်လို့ ငြင်းမိတာကို အပြစ်တစ်ခုကျူးလွန်လိုက်သလိုမျိုး ဆက်ဆံခံရတာတော့ ရင်ထဲ နာပါတယ်၊ စိတ်မကောင်းဖြစ်ခဲ့ရဖူးပါတယ်။

နောက်ပိုင်းတော့ အားနာတတ်တဲ့အကျင့်ကို ကြိုးစားဖျောက်ပြီး No ပြောဖို့လိုရင် ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပဲ No ပြောလိုက်ပါတော့တယ်။ No ပြောတတ်တဲ့အကျင့်ကို ရအောင် လေ့ကျင့်လိုက်ပါတယ်။

နောက်ပိုင်းမှာတော့ အခွင့်အရေးယူလွန်းသူတွေ၊ ထိုက်သင့်တဲ့တန်ဖိုးမပေးလိုသူတွေ၊ အပြန်အလှန် လေးစားမှုမရှိသူတွေကို ခပ်ကင်းကင်းပဲ နေလိုက်ပါတော့တယ်။

အရင်တုန်းကတော့ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း စကားတတ်တော့ ငြင်းခုန်တာတွေ လုပ်လေ့ရှိပါတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာတော့ ငြင်းခုန်တာတွေက မကောင်းဘူးဆိုတာ သိလာရပါတယ်။ ငြင်းခုံတဲ့အကျင့်ကို ရှောင်လိုက်သလို ဘယ်အရာမဆို ငါမှန်တယ်လို့ထင်နေသူတွေနဲ့လည်း သိပ်စကားမပြောဖြစ်တော့ပါဘူး၊ တကယ်လိုအပ်လို့ ပြောရရင်လည်း လိုအပ်သလောက်ကိုသာ သတိထားပြီးပဲ ပြောပါတော့တယ်။

ကတိမတည်သူတွေ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားမကောင်းတဲ့သူတွေကတော့ တော်တော်ဆိုးပါတယ်။ ဘာဝမှာ အဲလိုလူတွေနဲ့လည်း ဆုံခဲ့ဖူးပါတယ်။ အဲလိုလူတွေနဲ့ ပတ်သက်မိတဲ့သူတိုင်း နောင်တမရတဲ့သူဆိုတာ မရှိပါဘူး။

မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းကောင်းလိုချင်ရင် ကိုယ်တိုင်လည်းတခြားလူအတွက် မိတ်ဆွေ၊ သူငယ်ချင်းကောင်း ဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ လူတစ်ယောက်နဲ့ အပေါင်းအသင်းလုပ်တော့မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အလုပ်တွေလုပ်တော့မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ငွေတွေချေးပေးတော့မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အိမ်ထောင်ရေး ပတ်သက်မှု ပြုလုပ်တော့မှာပဲဖြစ်ဖြစ် မလုပ်ခင် သေချာလေ့လာ သုံးသပ် စဉ်းစားဖို့ လိုပါတယ်။ အပေါ်ယံထင်မြင်ယူဆချက်တွေနဲ့ပဲ ကြည့်ပြီးလုပ်မိတယ်ဆိုရင် အဆင်မပြေမှုတွေ၊ ဆုံးရှုံးမှုတွေ၊ မှားယွင်းမှုတွေ ကြုံတွေ့လာရနိုင်ပါတယ်။

သူများကြောင့်လည်း မိမိအတွက် ဘယ်အရာမှ ဆုံးရှုံးသွားတာမျိုး မဖြစ်အောင်ကာကွယ်လုပ်ဆောင်ဖို့လိုသလို မိမိကြောင့်လဲ တခြားသူတွေ ဆုံးရှုံးနစ်နာမှုမဖြစ်အောင် မှန်ကန်စွာနေထိုင်ဖို့လိုပါတယ်။

**မိမိဘဝရဲ့ကုန်ခဲ့တဲ့အချိန်တွေကို နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါ**
**ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။**
**ကိုယ့်ဘဝကိုယ်ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ကြွေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။**

# ငွေကြေး

"ငွေ" စကားလုံးက တစ်လုံးတည်း ဝင်လာတဲ့နည်းလမ်းတွေကလည်း အများကြီးရှိသလိုထွက်သွားတဲ့နည်းလမ်းတွေကလည်း အများကြီး။

"ငွေ" သူ့ကို ကိုယ်က ခိုင်းနှိုင်ရင်ခိုင်း၊ မဟုတ်လို့ကတော့ သူက ကိုယ့်ကို ခိုင်းနေလိမ့်မယ်။

"ငွေ" သူ့ကို ကိုယ်က ထိန်းချုပ်နိုင်အောင် ထိန်းချုပ်မှ မဟုတ်ရင် သူက ကိုယ့်ကို ထိန်းချုပ်ထားလိမ့်မယ်။

ကျွန်တော်တို့ဘဝမှာ ငွေနဲ့အမြဲထိတွေ့ ကိုင်တွယ် ဆက်ဆံနေရပေမယ့် ငယ်စဉ်အခါက ငွေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ပညာတွေကို မသင်ခဲ့ရဘူး။

တချို့တွေက ငွေရှိလွန်းသွားပြီး လမ်းလွဲလမ်းမှားရောက် ပျက်စီးပြီး ဘဝတွေ ပျက်သွားကြတယ်။ တချို့တွေက ငွေမရှိလို့ကြံမိကြံရာလုပ်၊ မဟုတ်တာတွေ၊ တရားမဝင်တာတွေလုပ်ပြီး ဘဝတွေ ပျက်သွားကြတယ်။

ဒါတွေကို ကျွန်တော်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ မြင်တွေ့နေရပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ဟာ ငယ်စဉ်အချိန်ကတည်းက ငွေကို ဘယ်လိုစီမံရမလဲ၊ ငွေကို စနစ်တကျ ဘယ်လိုရှာရမလဲဆိုတာ သေချာသင်ကြားပေးခြင်း မခံခဲ့ရဘူး။

ငွေရှာတယ်ဆိုတာ ဒုံးပျံလွတ်တာ မဟုတ်ပေမယ့် ငွေကြေးပညာ မတတ်တဲ့သူတွေအတွက်တော့ ငွေရှာရတာ အင်မတန်ခက်ခဲနေပါတယ်။

ငွေကြေးပညာတတ်တဲ့သူတွေအတွက်ကျပြန်တော့လည်း ငွေရှာရတာ လွယ်လွယ်လေး ဖြစ်နေပြန်ရော။

တချို့ကပြောကြတယ် ပိုက်ဆံမရှိချင်နေပါစေ ရိုးသားဖို့လိုတယ်တဲ့။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကြွေနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲ ဖြစ်ပါစေ။

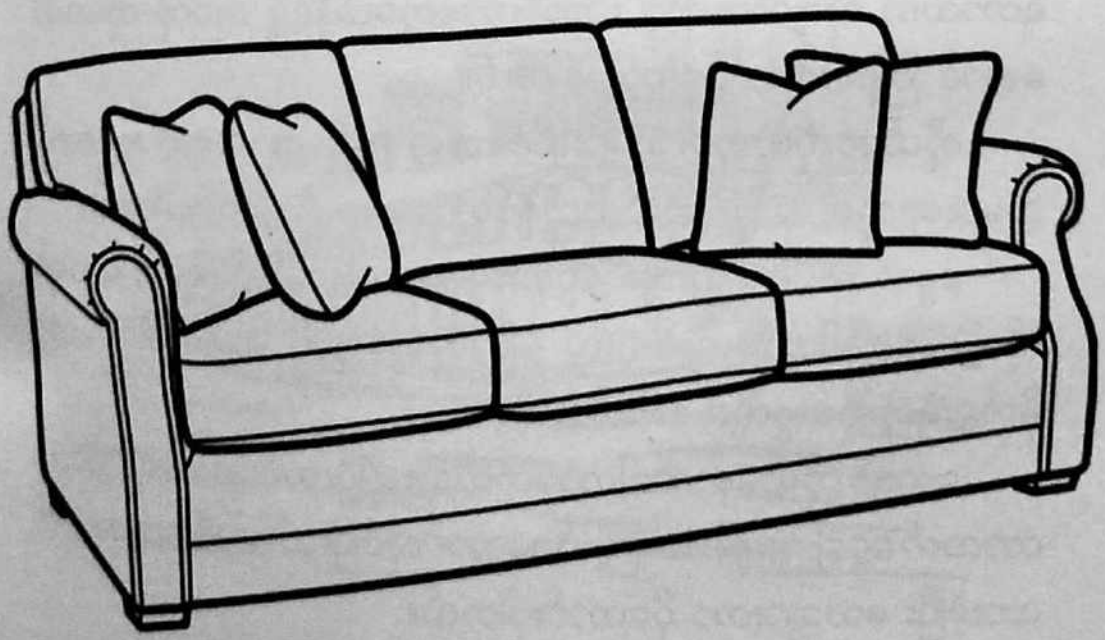
* * *

ကျွန်တော်က ပြန်ပြောတယ်၊ ပိုက်ဆံလည်းရှိပြီး ရိုးသားတာ ပိုမကောင်းဘူးလားလို့။ တချို့ကပြောကြတယ် ပိုက်ဆံချမ်းသာလည်း ထမင်း (၃)နပ်ပဲ၊ မချမ်းသာလည်း ထမင်း (၃)နပ်ပဲတဲ့ ဟုတ်ပါတယ်၊ မှန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပိုက်ဆံချမ်းသာတဲ့သူတွေအတွက်တော့ ထမင်း (၃)နပ်ကို ဘာဟင်းတွေနဲ့ စားမလဲ၊ ဘယ်နေရာတွေမှာ ဘယ်လိုပုံစံနဲ့ စားမလဲ။

စိတ်ကြိုက် ရွေးချယ်ခွင့်ရှိပြီး ပိုက်ဆံမရှိသူတွေအတွက်တော့ သိပ်ရွေးချယ်စရာမရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် ပိုက်ဆံမရှိဘဲ ထမင်း (၃)နပ်စားရတာနဲ့ ပိုက်ဆံရှိပြီး ထမင်း (၃)နပ်စားရတာ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ မတူနိုင်ပါဘူး။

တချို့ကလည်း ပြောကြသေးတယ်၊ ငွေမချမ်းသာရင် နေပါစေ၊ စိတ်ချမ်းသာဖို့လိုပါတယ်တဲ့၊ ကျွန်တော်က ပြန်ပြောတယ် ငွေချမ်းသာပြီး စိတ်ချမ်းသာရင် ပိုမကောင်းဘူးလားလို့။

တချို့ကလည်း ပြောကြသေးတယ် BMW စီးပြီး စိတ်ညစ်နေတဲ့သူတွေ အများကြီးတဲ့။ ကျွန်တော်ကလည်း ပြန်ပြောလိုက်တယ်၊ BMW စီးပြီး စိတ်ချမ်းသာတဲ့သူတွေလည်း အများကြီးလို့။ BMW စီးပြီး စိတ်ညစ်နေ တဲ့သူတွေကို မကြည့်ပါနဲ့လို့။ BMW စီးပြီး စိတ်ချမ်းသာနေတဲ့သူတွေကို ကြည့်ပါလို့။



တချို့ကလည်း ပြောကြသေးတယ်၊ ပိုက်ဆံနဲ့ အရာအားလုံးကို ဝယ်လို့ မရပါဘူးတဲ့။ ကျွန်တော်က ပြန်ပြောလိုက်တယ် ၊ ပိုက်ဆံနဲ့ အရာအားလုံး နီးပါးကို ဝယ်လို့ရပေမယ့် ပိုက်ဆံမရှိရင်တော့ အရာအားလုံးနီးပါးကို ဝယ်လို့မရဘူးလို့။

တချို့က ငွေရှာဖို့၊ ချမ်းသာအောင်လုပ်ဖို့ မကြိုးစားချင်တာနဲ့ဘဲ ငွေရဲ့ မကောင်းကြောင်းတွေ၊ ငွေရှိတဲ့သူတွေရဲ့ မကောင်းတာတွေကို ပြောလေ့ ရှိပါတယ်။ ငွေကို မချစ်သရွေ့၊ ငွေကို မကောင်းပြောနေသရွေ့တော့ သင့်ဆီ ငွေကြေးချမ်းသာကြွယ်ဝမှုတွေ ရောက်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ငွေမကောင်းကြောင်းပြောတဲ့သူအများစုက သူတို့ငွေချမ်းသာအောင် မကြိုးစားချင်တာကို ဖုံးကွယ်ဖို့ စိတ်ဖြေပြောနေတာပါ။

**ငွေက အရေးမကြီးပါဘူး၊ ငွေနဲ့အရာအားလုံး ဝယ်လို့မရပါဘူးလို့ ပြောတဲ့သူတွေ အများစုက ငွေကြေးပြဿနာတက်နေတာကို အံ့သြဖွယ် တွေ့ရှိရပါလိမ့်မယ်။**

ဘဝကို ဆင်းရဲချို့တဲ့မှုကြောင့် နှစ်သိမ့်နိုင်အောင် ကြိုးစားနေထိုင်ရ တာထက် ဘဝကို ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုကြောင့် နှစ်သက်နိုင်အောင် ကြိုးစား တာ ပိုကောင်းပါတယ်။

လိုချင်တာတွေ၊ လိုအပ်တာတွေ မဝယ်နိုင်လို့ တင်းတိမ်အောင် နေထိုင် ရတာထက် လိုချင်တာတွေ၊ လိုအပ်တာတွေဝယ်နိုင်ဖို့ ဘဝကို တိုးတက် အောင် ကြိုးစားတာ ပိုကောင်းပါတယ်။

ကိုယ်ငွေလိုတဲ့အခါ သူများဆီက အကူအညီတောင်းရတဲ့ ဘဝထက် သူများငွေလိုတဲ့အချိန် ကိုယ်ကူညီနိုင်တဲ့ ဘဝက ပိုကောင်းပါတယ်။

ငွေက အရေးမကြီးဘူး၊ ငွေနဲ့အရာအားလုံးဝယ်လို့မရဘူး၊ သေရင် ကိုယ့်နောက်ပါတာမဟုတ်ဘူးလို့ ပြောတဲ့သူတွေကို ကျွန်တော်ကတော့ မိုက်ရူးရဲတဲ့သူတွေလို့ပဲ ထင်ပါတယ်။

သေရင် ကိုယ့်နောက်ပါတာမဟုတ်ဘူးဆိုပြီး ဆင်းဆင်းရဲရဲသေသွား တာထက် ငွေကြေးချမ်းသာကြွယ်ဝအောင်လုပ်ပြီး သားသမီးတွေအတွက် ထားခဲ့ပြီး သေသွားတာ ပိုကောင်းပါတယ်။

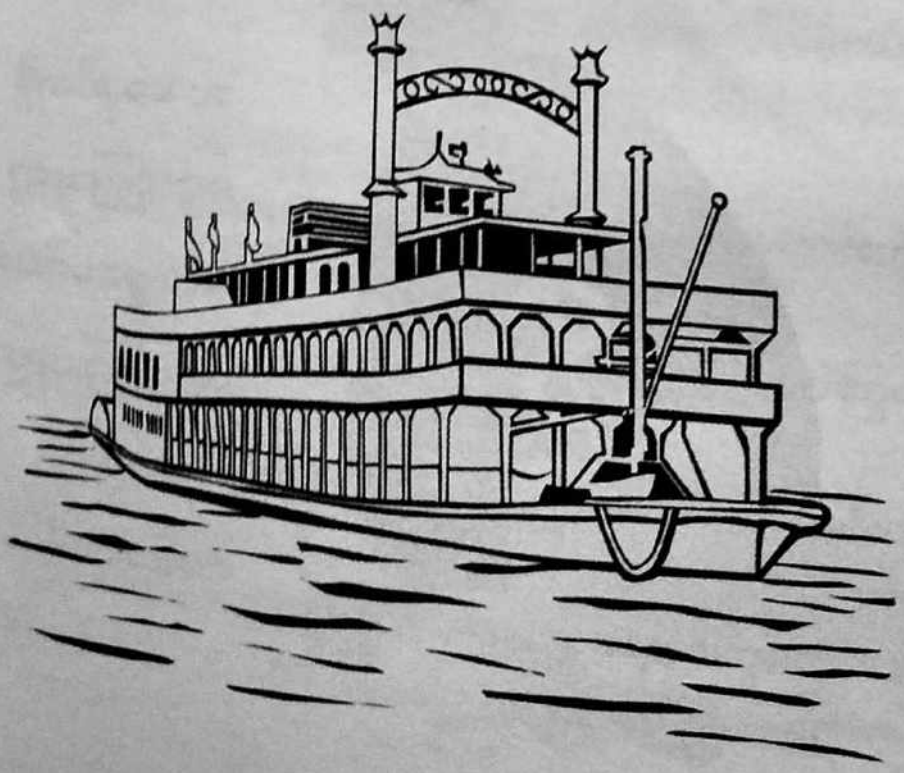
ငွေကြေးချမ်းသာကြွယ်ဝအောင်လုပ်ပြီး အများအကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေ (ဆေးရုံ၊ စာသင်ကျောင်း ဆောက်တာ၊ ရေတွင်းတူးတာ၊ လမ်းခင်းပေးတာ) တွေလုပ်ပြီး သေသွားတာ ပိုကောင်းပါတယ်။

ငွေကြေးချမ်းသာကြွယ်ဝအောင်လုပ်ပြီး လူသားအကျိုးပြုကုညီမှုတွေ၊ ဘိုးဘွားရိပ်သာတွေ၊ မိဘမဲ့ကျောင်းတွေ လှူဒါန်းတာလုပ်ပြီး သေသွားတာ ပိုကောင်းပါတယ်။

သားသမီးတွေအတွက် ဘာမှမထားခဲ့တာထက်၊ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေ ထားပေးခဲ့တာ ပိုကောင်းပါတယ်။

ကိုယ့်အတွက် ငွေကို အလုပ်လုပ်ခိုင်းရင်ခိုင်း၊ မဟုတ်လို့ကတော့ ငွေအတွက် ကိုယ်က အလုပ်လုပ်ရပါလိမ့်မယ်။

Discount တွေ၊ Promotion တွေ ရှိချိန်မှာ စောင့်ပြီး လိုချင်တာတွေ ဝယ်ထားထက် Update တွေ နောက်ဆုံးပေါ်တွေ၊ နောက်ဆုံးထွက်တွေ၊ Limited Edition တွေ ဝယ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။



သားသမီးတွေကို ကျောင်းစာပညာ၊ ကွန်ပျူတာပညာ၊ အင်္ဂလိပ်စကားပြောသင်တန်းတွေ သင်ပေးသလို ငွေကြေးပညာကိုလည်း မဖြစ်မနေသင်ပေးဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ငွေကြေးပညာဆိုတာ ငွေရှာနည်း၊ ငွေအလုပ်လုပ်ပုံ၊ ငွေကို စနစ်တကျ စီမံပုံ၊ ငွေကို ထိန်းသိမ်းပုံ၊ ငွေကို ထပ်ပွားအောင်ပြုလုပ်ပုံ၊ မိမိအတွက် ငွေကို အလုပ်လုပ်ခိုင်းပုံ၊ ငွေကို ငွေချင်းပြန်ခိုင်းပြီး ငွေတွေ ထပ်ပွားအောင် ပြုလုပ်ပုံတွေ ပါပါတယ်။

သားသမီးကို ငွေကြေးတွေ အမွေပေးသလို ငွေကြေးပညာကိုလည်း သင်ပေးပါ။

ကားတော့ဝယ်ထားပြီး ကားမမောင်းတတ်ရင် အဆင်မပြေပါဘူး။ ကိုယ်တိုင်မောင်းတတ်အောင် သင်ရပါမယ်၊ မမောင်းတတ်ရင် မောင်းတတ်တဲ့သူကို ငှားရပါမယ်။

ကားတော့ဝယ်ထားပြီး ကိုယ်တိုင်လည်းမမောင်းတတ်၊ မောင်းတတ်တဲ့သူလည်း မရှိရင် ဒီကားက ဘာမှ အကျိုးမပြုပါဘူး၊ အချိန်ကြာလာတာနဲ့အမျှ တန်ဖိုးက ကျသွားမှာပါ။

ငွေရှိပြီး ငွေကြေးပညာမရှိရင် ငွေတွေ ဆုံးရှုံးသွားပါလိမ့်မယ်။

သားသမီးတွေကို ငွေကြေးပညာသင်ပေးဖို့ဆိုရင် မိမိကိုယ်တိုင် ငွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ခံယူချက်တွေ ကောင်းရပါမယ်။

မကောင်းတဲ့ခံယူချက်တွေရှိရင်လည်း ထုတ်ပစ်ပြီး ကောင်းတဲ့ခံယူချက်တွေ ထည့်ရပါမယ်။

ငွေကို ချစ်ရပါမယ်၊ ငွေကို တန်ဖိုးထားရမယ်၊ ငွေကြေးပေါ်ကြွယ်ဝမှုကို လိုချင်စိတ်ရှိရမယ်၊ ငွေရှာရပါမယ်။

ငွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘယ်လောက်ထိကြိုးစားရမလဲ တစ်ခွန်းတည်း ဖြေဆိုရင် ယခုလိုဖြေချင်ပါတယ်။

**သင့်အတွက် အခု ဈေးကြီးတဲ့အရာတွေ ဈေးပေါသွားတဲ့အထိ ကြိုးစားပါ။**

* * *

အပေါစားပစ္စည်းတွေရှာပြီး ဝယ်သုံးတာထက်၊ အကောင်းစားပစ္စည်းတွေကို ဝယ်သုံးနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။

သားသမီးတွေကို ဟိုကျောင်းထားလဲ အတူတူပဲ၊ ဒီကျောင်းထားလဲ အတူတူပဲလို့ မတွေးဘဲ ကျောင်းကောင်းကောင်းတွေမှာ ထားနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။

ကျွန်တော်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ငွေကြေးချမ်းသာကြွယ်ဝလို့ ပျော်ရွှင်နေတဲ့သူတွေကိုမြင်တွေ့နေရသလို၊ ငွေမရှိလို့ အခက်အခဲဖြစ် ဒုက္ခရောက်ရတဲ့သူတွေလည်း မြင်တွေ့နေရပါတယ်။ **ငွေက အရေးမကြီးဘူးလို့ ပါးစပ်က ဘယ်လောက်ပဲပြောပြော လက်တွေ့ဘဝမှာ ငွေရဲ့ အရေးပါမှုက တော်တော်ကို သက်ရောက်မှု ရှိနေတာ ငြင်းလို့မရပါဘူး။** ဒါတွေကို မြင်တွေ့နေရတာတောင် ကျွန်တော်တို့ဟာ ငွေကြေးပညာနဲ့ပတ်သက်ပြီး လျစ်လျူရှုထားကြတယ်။ သားသမီးတွေကို ငွေကြေးပညာသင်ပေးဖို့ မေ့လျော့ ပျက်ကွက်နေကြပါတယ်။

**သားသမီးကို ငွေကြေးတွေ အမွေပေးသလို ငွေကြေးပညာ ကိုလည်း သင်ပေးပါ...**

# အကန့်တွေခွဲထားပါ

တစ်ဦးချင်း၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ၊ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း၊ အများနဲ့ဆိုင်တဲ့ကိစ္စတွေမှာ အကန့်တွေ ခွဲထားရပါမယ်။ အကန့်တွေ ရောထွေးလိုက်မယ်ဆိုရင် အဆင်မပြေတော့ပါဘူး။

ဥပမာအနေနဲ့ ကျွန်တော့်ဆီ လူတစ်ယောက်က Social Influencer ဒါမှမဟုတ် Social မှာ Personal Branding တည်ဆောက်ဖို့အတွက် Coach ယူတယ်ဆိုပါစို့။

ကျွန်တော်သူ့ကို Facebook မှာ ဘယ်လို Content တွေ ရေးရမယ်၊ ဘာတွေ လုပ်ရမလဲဆိုတာတွေကို ပြောပြပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ရက်ကို Content (၂) ခု နေ့စဉ်မပြတ် တင်ရမယ်၊

ဘယ်လို Post အမျိုးအစားတွေ တင်ရမယ်၊

တစ်ပတ်ကို Video (၃) ခု မပြတ်တင်ရမယ်၊

Content တွေ၊ Design တွေကို ဘယ်လို Idea Creation လုပ်ရမယ် ဆိုတာမျိုးတွေကို ပြောပြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုကိစ္စမျိုးတွေ ရှောင်ရမယ်၊ မတင်ရဘူး စသဖြင့် ကျွန်တော်သူ့ကို လမ်းညွှန်ပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ သူ့ကို ကျွန်တော်လုပ်ခိုင်းတဲ့အလုပ်တွေ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် လုပ်ချင်မှ လုပ်ပါလိမ့်မယ်။ ကျွန်တော်က Facebook မှာ တစ်ရက်တည်း Post (၅)ခု တင်ချင်လည်း တင်မယ်။ ၂ လလောက် ဘာမှမတင်ဘဲ နေချင်နေမယ်။

အဲဒါကို ဆရာက သူများကိုတော့ နေ့စဉ် Post တင်ဖို့ ပြောတယ်။ ဆရာကျတော့ မတင်ဘူးလားဆိုပြီး ပြောလို့မရပါဘူး။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သူနဲ့ ကျွန်တော်နဲ့ ရည်ရွယ်ချက်၊ ရည်မှန်းချက် မတူလို့ပါ။ သူက Social Influencer ဖြစ်ချင်တာ။ ကျွန်တော်က ကိုယ့်အချိန်ကိုယ်ပိုင်တဲ့အချိန် လွတ်လပ်သူဖြစ်ချင်တာ။ ရည်ရွယ်ချက် မတူရင် လုပ်ဆောင်ချက်လည်း တူမှာမဟုတ်ပါဘူး။

Social Influencer ဖြစ်ချင်တဲ့သူက နေ့စဉ် Content တွေ စဉ်ဆက်မပျက် ဖန်တီးပေမယ့်အချိန် လွတ်လပ်မှုရချင်တဲ့ ကျွန်တော်က Facebook မှာ နေ့စဉ် စဉ်ဆက်မပြတ် အချိန်ပေးနေလို့ မရဘူးလေ။

သူကို Post တင်ရင် စာအရှည်ကြီးတွေမရေးဖို့ ကျွန်တော်ပြောရင် ပြောမှာ ဖြစ်ပေမယ့် ကျွန်တော်ကတော့ စာအရှည်ကြီးလည်း ရေးချင် ရေး

မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်လုပ်နေတာတွေကိုလည်း သူ့ကို အတင်းအကြပ် လုပ်ခိုင်းလို့မရဘူးလေ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အကန့်တွေ မတူလို့ပါ။

ဒါကြောင့် များသောအားဖြင့် တခြားသူတစ်ယောက်ကို "မင်း ဒီလိုလုပ်တာ မှားတယ်"၊ "မင်းဒီလိုလုပ်သင့်တယ်"၊ "မင်းဟိုလို လုပ်သင့်တယ်"၊ "ဒါတော့ မင်းမလုပ်သင့်ဘူး"၊ "ငါဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မှာ" စတဲ့ စကားတွေ ပြောလေ့မရှိပါဘူး။

အကယ်၍ အရမ်းပြောချင်တယ်ဆိုရင်တောင် သူ့ရည်ရွယ်ချက်၊ ရပ်တည်ချက်ကို အရင်သိအောင် လုပ်ပါတယ်။ အဲဒါသိသွားတဲ့အခါမှာ ကိုယ်စဉ်းစားထားတာတွေက လွဲနေတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ကိုယ်စဉ်းစားထားတာတွေက ပိုသင့်တော်နေတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။

လွဲနေရင် တိတ်တိတ်လေးနေလိုက်တယ်၊ သင့်တော်မယ်ထင်ရင်တော့ (သူလက်ခံနိုင်မယ့် ပုံစံရှိရင်၊ အကြံပြုတာကို ကြိုက်မယ်လို့ယူဆရင်) အကြံပြုပေးလိုက်တယ်။

တချို့က ဘာမှမမေးဘဲ ဇွတ်ဆရာကြီး၊ ဇွတ် အကြံပေး ပညာရှင်တွေ ဇွတ် ဇွတ်ကို လုပ်တာ။

"ဟိုဟာ ဟိုလိုဖြစ်တယ်"

"ဒီဟာ ဒီလိုဖြစ်တယ်"

"ငါဆိုရင် အဲလိုမလုပ်ဘူး"

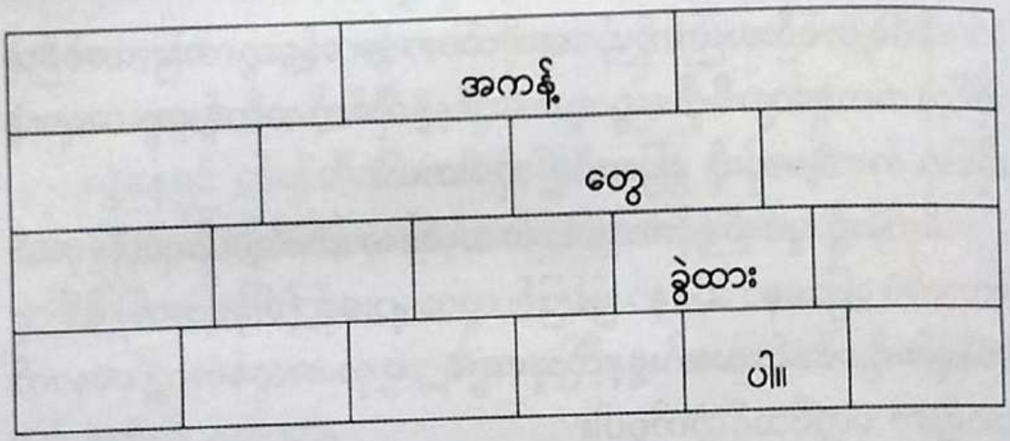
"ငါဆိုရင် ဟိုလိုလုပ်မှာ" တခြားသူရဲ့ ရည်မှန်းချက်၊ ရည်ရွယ်ချက်တွေကို ဘာမှမမေးဘဲ ဇွတ်ကို အကြံပေးပညာရှင်တွေ လုပ်ကြတာ။

ဘာနဲ့တူလဲဆိုတော့ ကိုယ့်ရောဂါအတွက်သောက်နေရတဲ့ဆေးတွေကို တခြားသူတွေကို လိုက်တိုက်နေသလိုပဲ။ ငါ နေမကောင်းဖြစ်တော့ ဒီဆေးသောက်တယ် မင်းလဲ နေမကောင်းဖြစ်နေပြီ ဒီဆေးဘဲသောက်ဆိုတာမျိုး။ ဘာရောဂါလဲမသိ၊ ဘာဖြစ်လို့နေမကောင်းလဲမမေး၊ ဆရာဝန်ဘာဆေးပေးတာလဲမစုံစမ်း၊ ဇွတ်ကို ဆေးတွေလိုက်တိုက်နေသလိုမျိုး။

အဲလိုလုပ်လို့မရဘူး၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အကန့်တွေမတူလို့ ဒီနေရာ

ကျွန်တော်ရဲ့ Life Style နဲ့ပတ်သက်ပြီး ကျွန်တော်က ပေ့ါပေ့ါပါးပါး နေပါတယ်။ ကျွန်တော်တန်ဖိုးထားတဲ့အရာတွေ၊ ကျွန်တော်ရည်မှန်းချက်ထားတဲ့အရာတွေအတွက် လုပ်ဆောင်ပါတယ်။ နောက်တစ်ဦးအနေနဲ့ ကြည့်ရင် သူ့ Life Style နဲ့တူမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ တန်ဖိုးထားမှုမတူလို့ပါ။ ဒါကို "ဟိုလို လုပ်ပါလား၊ ဒီလိုနေပါလား၊ ငါသာမင်းနေရာမှာဆို ဒီလိုနေမှာမဟုတ်ဘူး" ဆိုတာမျိုးတွေ ပြောလို့မရပါဘူး။

(ခုနပြောခဲ့တဲ့ မှားယွင်းနေတဲ့ကိစ္စတွေအတွက် အပြုသဘောဆောင်တဲ့ ဆုံးမပဲ့ပြင်ပေးမှုမျိုးတွေကို မဆိုလိုပါ)



ဘာလို့လဲဆိုတော့ တန်ဖိုးထားမှုတွေ မတူလို့ပါ။

အကန့်တွေ မတူလို့ပါ။

ဥပမာ မဟတ္တမဂန္ဒီကို လူတစ်ယောက်က သူ့ဆီမှာ ပိုက်ဆံဘယ်လောက် ချမ်းသာကြောင်း၊ အိမ်အကောင်းစား၊ အဝတ်အကောင်းစားတွေရှိကြောင်း သွားပြောပြနေလို့ ဘာမှမထူးပါဘူး။ ဘိလ်ဂိတ်လိုလူတစ်ယောက်ကို သူ့ဆီမှာ ပိုက်ဆံဘယ်လောက် ချမ်းသာကြောင်း၊ အိမ်အကောင်းစား၊ အဝတ်အကောင်းစားတွေရှိကြောင်း သွားပြောပြနေလို့ ဘာမှမထူးပါဘူး။

ခရစ်တီယာနိုရော်နလ်ဒိုကို လူတစ်ယောက်က သူ မိတ်ကပ် ဘယ်လောက် ပြင်တတ်ကြောင်း၊ ဘယ်လို မိတ်ကပ်ပညာရှင်ဖြစ်ကြောင်း သွားပြောနေလို့ ဘာမှမထူးပါဘူး။

ခရစ်တီယာနိုရော်နလ်ဒိုကို လူတစ်ယောက်က သူ ဘောလုံး ဘယ်

မှာ နောက်ထပ်အကန့်တစ်ခုက ကိုယ့်ရဲ့တူ တူမတွေ၊ ကိုယ့်တပည့်တွေ၊ ကိုယ့်သူငယ်ချင်းတွေ၊ ကိုယ့်သူငယ်ချင်းရဲ့သားသမီးတွေ လမ်းလွဲလမ်းမှားရောက်ပြီး မဟုတ်တာ (မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးတာ) မျိုးတွေ လုပ်နေတာကိုတွေ့ရင်တော့ နှုတ်နဲ့ ဆုံးမနိုင်ရင် ဆုံးမရမယ်၊ လက်နဲ့ ဆုံးမဖို့လောက်အထိ ရင်းနှီးပတ်သက်မှုရှိရင် ထိုးပစ်လိုက်၊ ကောင်းကောင်းတွယ်ပြီး ဆုံးမလိုက်လို့ ရပါတယ်။

မိမိရဲ့ ခင်မင်ရင်းနှီးပတ်သက်မှုပေါ် အခြေခံပြီး ကိုယ်ထိလက်ရောက်တားဆီး ဆုံးမလို့ရပါတယ်။

ဒါကဘာလို့လဲဆိုတော့ အကန့်မတူလို့ပါ။

မိမိရဲ့ တစ်ဦးတည်း ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ အကန့်တွေ၊ အခြားတစ်ဦးနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အကန့်တွေ၊ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အကန့်တွေ၊ အများနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အကန့်တွေကို ခွဲခြားသိဖို့ လိုပါတယ်။

မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းအချင်းချင်း ဘယ်လောက်ပဲ ရင်းနှီးရင်းနှီး၊ ဘယ်လောက်ပဲ ပြောမနာ ဆိုမနာ ဖြစ်ဖြစ်၊ လူအများရှေ့ (ဒါမှမဟုတ်) မိမိ သူငယ်ချင်းကို ခင်မင်လေးစားနေတဲ့သူတွေရဲ့ ရှေ့မှာ အလွန်အကျွံ စနောက်တာမျိုးက မလုပ်သင့်တဲ့ကိစ္စပါ။

အချင်းချင်းရှိနေတဲ့အချိန် ဘယ်လောက်ပဲ နောက်ပြောင်နေပါစေ၊ တခြားသူအများရှေ့မှာတော့ Respect ရှိပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဘာလို့လဲဆိုတော့ အကန့်မတူလို့ပါ။

ကျွန်တော့်ဆီ Business Design အပ်တဲ့ လုပ်ငန်းတွေအတွက်ဆိုရင်လည်း သူတို့လိုချင်တဲ့ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို သိအောင်လုပ်ပြီး ကိုက်ညီမယ့် Design တွေ ချပေးရပါတယ်။ အဲဒီ Idea ကို ကျွန်တော့်လုပ်ငန်းအတွက် ကျွန်တော်သုံးချင်မှ သုံးပါလိမ့်မယ်။

ကျွန်တော်ကျင့်သုံးတဲ့ Idea တွေကိုလည်း တခြားသူတွေကို လုပ်ခိုင်းချင်မှ လုပ်ခိုင်းပါလိမ့်မယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ Business Type, Business Model, Target Customers တွေ မတူလို့ပါ။

အကန့် မတူဘူးပေါ့ဗျာ။

လောက်ကန်တာ တော်ကြောင်း သွားပြောနေလို့ ဘာမှမထူးပါဘူး။

တန်ဖိုးထားမှုမတူတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အဲဒီအရာက တစ်စုံတစ်ယောက်ဆီမှာ အလွန် ပေါကြွယ်ဝပြီး ရှိနေတာပဲ ဖြစ်ဖြစ် သူ့ကိုသွားပြောပြနေလို့ ဘာမှ မထူးပါဘူး။

ကျွန်တော်က အချိန်လွတ်လပ်ပိုင်ဆိုင်မှုကို တန်ဖိုးထားတဲ့သူဖြစ်တဲ့ အတွက်ကြောင့် တခြားတစ်ယောက်ကို နေ့စဉ် အချိန်အတိအကျနဲ့ ဘာတွေလုပ်ပါလို့ ပြောပြပေမယ့် အဲဒီအရာတွေကို ကျွန်တော် လုပ်ချင်မှ လုပ်မှာပါ။

ဆရာဝန်တစ်ယောက်က သူ့လူနာကို ဆေးပေးသလိုပေါ့။ သူ့ဆီလာတဲ့ လူနာရဲ့ရောဂါကို သိအောင်လုပ်ပြီး ရောဂါနဲ့ကိုက်တဲ့ ဆေးတွေ ပေးမှာပါ။ အဲဒီလူနာကို ပေးတဲ့ဆေးကိုတော့ ဆရာဝန်က သောက်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ ဆရာဝန်က သူ့ဆီမှာရှိတဲ့ ရောဂါအတွက်ပဲ ဆေးသောက်မှာပါ။ လူနာကိုလည်း သူသောက်တဲ့ ဆေးတွေ မတိုက်ပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ရောဂါ မတူလို့ပါ။ အကန့်မတူလို့ပါ။

တချို့ဆို သိပ်သနားဖို့ ကောင်းတယ်။

လူတစ်ယောက်အကြောင်းကို အဲဒီလူကိုယ်တိုင်ထက်တောင် ပိုစိတ်ဝင်စားတယ်။

လူတစ်ယောက်အကြောင်းကို အဲဒီလူကိုယ်တိုင်ထက်တောင် ပို သိချင်ကြတယ်။

လူတစ်ယောက်ကို အဲဒီလူကိုယ်တိုင်စိတ်ပူတာထက်ကို သူတို့ကပိုပူနေကြတယ်။

တကယ်တော့ တခြားလူတွေအကြောင်းတွေသိဖို့ထက် ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် သိဖို့ ကြိုးစားပါ။

တခြားသူတွေအကြောင်း စိတ်ဝင်စားဖို့ထက်ကို ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် စိတ်ဝင်စားဖို့ ကြိုးစားပါ။

တခြားသူတွေအတွက် စိတ်ပူဖို့ထက် ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် စိတ်ပူဖို့ ကြိုးစားပါ။

ဒါကြောင့် ကိုယ်သောက်နေတဲ့ဆေးတွေ လူအများကို လိုက်တိုက်ဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့၊ သူများသောက်နေတဲ့ဆေးတွေလည်း လိုက်သောက်ဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။ ကိုယ့်ဘဝအတွက်၊ ကိုယ်တန်ဖိုးထားတဲ့အရာ၊ ကိုယ့် ရည်မှန်းချက်၊ ကိုယ့်ရပ်တည်ချက်အတွက်ပဲ ကြိုးစားပါ။

အကန့်တွေ အကုန် သေချာခွဲထားပါ။ အကန့်တွေ ရောလိုက်ရင် လိုင်းတွေ ပူးပြီး ရှော့တွေဖြစ်ကုန်မှာပါ။

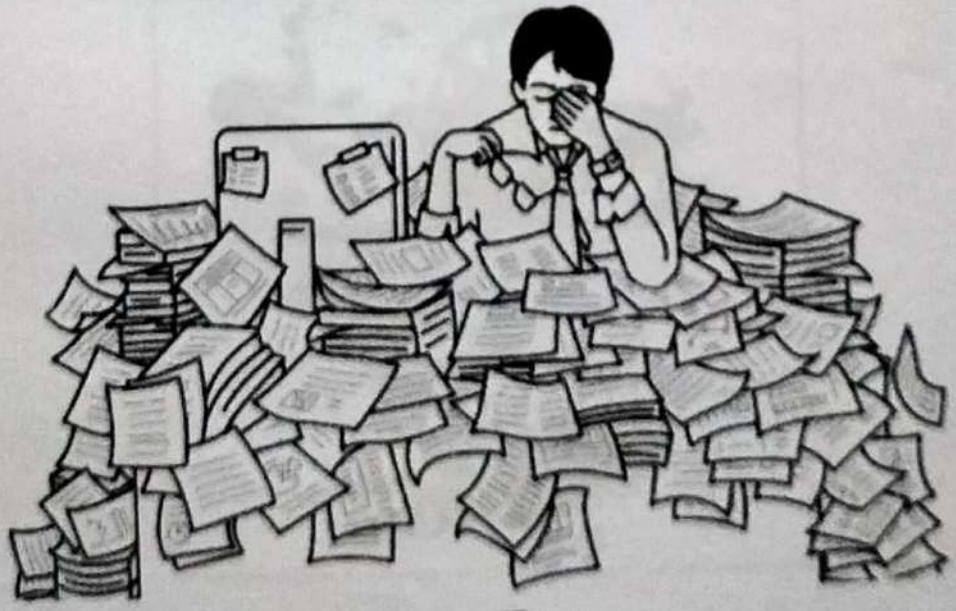
* * *

လူဘဝထဲမှာ လူတွေနဲ့ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနေထိုင်ရတာ ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် သင့်ကို ချစ်တဲ့သူလည်း ရှိသလို မုန်းတဲ့သူလည်း ရှိမှာပါ။ ဘယ်လောက်ပဲ မုန်းတဲ့သူရှိပါစေ ကိုယ့်ရဲ့ အသုံးမကျမှုကြောင့် လူမုန်းခံရတာမျိုးတော့ မဖြစ်စေပါနဲ့။

- ကတိတွေ၊ဘာသာမှတ်တတ်တဲ့အကျင့်ကြောင့် မုန်းခံရတာ
- လုန်ရင်းကြမ်းတမ်းစွာပြောဆိုနေထိုင်တတ်တဲ့အကျင့်ကြောင့် မုန်းခံရတာ
- ဖိုင်းဆိုင်းတဲ့အပြုအမူတွေကြောင့် မုန်းခံရတာ
- လိမ်ညာတတ်တဲ့အကျင့်ကြောင့် မုန်းခံရတာ
- ကိုယ်ကျင့်တရားမကောင်းတဲ့အတွက်ကြောင့် မုန်းခံရတာ

ဘဝမှာ အောင်မြင်ခြင်းတွေရှိသလို ကျရှုံးခြင်းတွေလည်း ကြုံတွေ့ရမှာ မုချပါပဲ။ မိမိရဲ့ အသုံးမကျမှုကြောင့် ကျရှုံးတာမျိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့။

- သင်ယူမှုတွေ မလုပ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကျရှုံးခြင်း
- လေ့လာမှုတွေ မလုပ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကျရှုံးခြင်း
- ဖျင်းဂိုဏ်နေထိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကျရှုံးခြင်း
- မကြိုးစားတဲ့အတွက်ကြောင့် ကျရှုံးခြင်း
- ဇွဲလုံ့လဝီရိယမရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် ကျရှုံးခြင်း
- သင်ခြေတွေ အမြဲပေးတတ်တဲ့အကျင့်ကြောင့် ကျရှုံးခြင်း
- ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တာဝန်ယူမှု၊တာဝန်ခံမှုမရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် ကျရှုံးခြင်း



# မိမိရဲ့ အသုံးမကျမှုကြောင့် မဖြစ်စေပါနဲ့

လူဆိုတာ တစ်နေ့သေရမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ အသုံးမကျမှုကြောင့် သေတာမျိုးတော့ မဖြစ်စေပါနဲ့။

- မူးယစ်ဆေးသုံးပြီး ဆေးလွန် ရော့ဖြစ်ပြီး သေတာမျိုး
- သောက်စားမူးယစ်တဲ့အကျင့်ကြောင့် ရောဂါဖြစ်ပြီး သေတာမျိုး
- စည်းကမ်းမရှိတဲ့ သွားလာမှုကြောင့် Accident ဖြစ်ပြီးသေတာမျိုး
- မိုက်ရူးရဲတဲ့အတွက်ကြောင့် ဒုက္ခရောက်ပြီးသေတာမျိုး
- စည်းကမ်းမလိုက်နာတဲ့ ယာဉ်မောင်းနှင်မှုကြောင့် တိုက်ခိုက်ပြီးသေတာမျိုး
- စားသောက်နေထိုင်ပုံ မမှန်တဲ့အတွက်ကြောင့် ရောဂါဖြစ်ပြီး သေတာမျိုး

စသဖြင့် မိမိရဲ့ အသုံးမကျမှုတွေကြောင့် သေတာမျိုး မဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

စီးပွားရေးတွေ လုပ်နေတဲ့သူတွေအတွက်လည်း အမြတ်တွေရသလို အရှုံးတွေလည်း တွေ့ကြုံရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့ အသုံးမကျမှုကြောင့် ဆုံးရှုံးတာမျိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့။

- မလေ့လာမရှုံးစမ်းဘဲ အလုပ်တွေလုပ်တာကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
- ဘာမှမသိဘဲ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုလုပ်တာကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
- မကောင်းတဲ့လူမှုနိုးသိရက်နဲ့ ပေါင်းပြီး အလုပ်တွေလုပ်တာကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
- စိတ်ဝံစားမှုတွေကို အလွန်ရှေ့တန်းတင်ပြီး စီးပွားရေးလုပ်တာကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
- ပေါ့ပျက်ပျက်အလုပ်တွေလုပ်တာကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
- စည်းကမ်းမရှိတာကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
- လောင်းကစား၊ အပျော်အပါးတွေ လိုက်စားတာကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
- အထိန်းအကွပ်မရှိဘဲ ပရမ်းပတာ လုပ်ဆောင်မှုတွေကြောင့် ဆုံးရှုံးခြင်း

လူတွေရဲ့ ပင်ကိုယ်စိတ်ပိုင်း၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မတူညီတဲ့အရည်အချင်းတွေကြောင့် လူတောမတိုးရဲတာ၊ လူရှေ့မထွက်ရဲတာတွေ ရှိတတ်ကြပါတယ်။ မိမိရဲ့ အသုံးမကျမှုကြောင့် လူတောမတိုးရဲတာ၊ လူရှေ့မထွက်ရဲတာမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့။

- လူတွေကို ကတိတွေဖျက်ထားတာကြောင့် လူရှေ့မထွက်ရဲခြင်း
- လူလည်ကျ အမြတ်ထုတ်ထားတာတွေကြောင့် လူရှေ့မထွက်ရဲခြင်း
- လူတွေကို လိမ်လည်လှည့်ဖြားထားတာကြောင့် လူရှေ့မထွက်ရဲခြင်း
- ကိုယ်ကျင့်တရား မကောင်းတာကြောင့် လူရှေ့မထွက်ရဲခြင်း
- တပါးသူကို မတရားတွေ လုပ်ထားတာကြောင့် လူရှေ့မထွက်ရဲခြင်း
- စိတ်ထားယုတ်ညံ့တာတွေကြောင့် လူရှေ့မထွက်ရဲခြင်း

မိသားစုဘဝတွေမှာလည်း အဆင်ပြေမှုတွေရှိသလို တစ်ခါတလေမှာ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ ပြဿနာလေးတွေရှိတတ်ကြပါတယ်။ မိမိရဲ့ အသုံးမကျမှုတွေကြောင့် မိသားစုပြဿနာဖြစ်တာတွေ၊ အိမ်ထောင်ကွဲတာတွေ မဖြစ်ပါစေနဲ့။

- အိမ်ထောင်ဖက် မသိအောင် ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း
- အပြန်အလှန် နားလည်မှုမရှိခြင်းကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း
- ရိုးသားပွင့်လင်းမှုမရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း
- တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှုမရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း
- လိမ်ညာလှည့်ဖြားမှုတွေကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း
- မတရားနိုပ်စက်ညှင်းပန်းမှုတွေကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း
- ဒေါသမထိန်းနိုင်မှုကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း

လောကကြီးမှာ ဘယ်အရာမဆို ဆန့်ကျင်ဘက်တွေ ရှိပါတယ်။ နေ့နဲ့ည၊ အလင်းနဲ့အမှောင်၊ အကောင်း အဆိုး၊ အောင်မြင်ခြင်း၊ ကျရှုံးခြင်း၊ အဆင်ပြေခြင်း၊ အဆင်မပြေခြင်း၊ မြတ်ခြင်း ရှုံးခြင်း၊ ရှင်ခြင်း သေခြင်း စသဖြင့် မလွဲမသွေ ကြုံတွေ့ရမှာပါ။

ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ကပ်ရောဂါတွေကြောင့်၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ဘေးအန္တရာယ်တွေကြောင့်၊ နိုင်ငံရေး မတည်ငြိမ်မှုတွေကြောင့်၊ ငွေကြေး ဖောင်းပွမှုတွေကြောင့်၊ ခိုးဆိုးလုနိုက် လူမိုက်တွေကြောင့်၊ ကတိသစ္စာ ကျင့်ဝတ် မစောင့်ထိန်းသူတွေကြောင့်၊ လိမ်ညာလှည့်ဖြား မတရားပြုလုပ်တဲ့ ကိုယ်

ကျင့်တရား မကောင်းတဲ့သူတွေကြောင့် စသဖြင့် မိမိနဲ့မသက်ဆိုင်တဲ့ အခြေအနေတွေကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ ဆုံးရှုံးမှုတွေလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။

ဒီလိုအခြေအနေတွေအတွက်တော့ ကိုယ်တိုင်ထိန်းချုပ်နိုင်မှု မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ ဒီလိုတွေကြုံလာခဲ့တဲ့အတွက် အဆိုးတွေရရှိခဲ့တယ်ဆိုရင်တောင် အဲဒီအဆိုးကို ရေရှည်လက်မခံထားဖို့၊ အဆိုးထဲကနေ ရုန်းထွက် လွတ်မြောက်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ အဆိုးတွေကနေ သင်ခန်းစာတွေ အတွေ့အကြုံတွေရယူပြီး နောက်တစ်ခါမဖြစ်ဖို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုပဲ အဆိုးတွေ၊ ကျရှုံးမှုတွေ တွေ့ကြုံပါစေ၊ အဲဒီအရာတွေကို မိမိရဲ့ အသုံးမကျမှုတွေကြောင့်တော့ မဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

* * *

# နလုံးသားကို သန့်သန့်လေးထားပါ

ငြိမ်းချမ်းမှုလား ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
လွတ်မြောက်မှုလား ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
မျှတမှုလား ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
ကြွယ်ဝမှုလား ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
ပျော်ရွှင်မှုလား ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
အေးချမ်းမှုလား ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
ကျန်းမာခြင်းလား ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
အစစ်အမှန်တွေအားလုံး ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတယ်။
အဲဒီအစစ်အမှန်တွေ ရဖို့ဆိုရင် ဘုရားသခင်ဆီမှာ တောင်းရမယ်။
ဘုရားသခင်ဆီကနေ ဘယ်လိုရရှိနိုင်မလဲ။

သင့်ရဲ့ စိတ်နှလုံးသား သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုနဲ့ သင့်ရဲ့ ပြုမူဆောင်ရွက်ချက်တွေ မှန်ကန်ကောင်းမွန်မှုနဲ့ တောင်းယူနိုင်ပါတယ်။

**အကယ်၍ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ သောကတွေ၊ အပူတွေ၊ မငြိမ်းချမ်းမှုတွေ၊ တရားမမျှတမှုတွေ ကြုံတွေ့နေရပြီဆိုရင် သင့်ရဲ့ စိတ်နှလုံးသားနဲ့ ပြုမူဆောင်ရွက်ချက်တွေကို ပြန်ဆန်းစစ်ဖို့ လိုပါတယ်။**

မီးခဲကို လက်ထဲမှာကိုင်ထားပြီး "ပူတယ်" "ပူတယ်"၊ "ငြိမ်းချမ်းချင်တယ်"၊ "အေးချမ်းချင်တယ်" လို့ ဘယ်လောက်ပဲ အော်အော်၊ ဘယ်လောက်ပဲ လိုချင်တောင်းတနေပါစေ၊ ရမှာမဟုတ်ပါဘူး။

အစစ်အမှန် အေးချမ်းမှုကိုလိုချင်ရင် ပါးစပ်က အော်နေတာရပ်ပြီး လက်ထဲက မီးခဲကို လွတ်ချလိုက်မှပဲ ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဘဝမှာလဲ ဘုရားသခင်ဆီမှာရှိတဲ့ အစစ်အမှန်တွေကို လိုချင်တယ်ဆိုရင် နှလုံးသားထဲမှာရှိတဲ့ မကောင်းတဲ့အတွေးတွေ၊ မကောင်းတဲ့ အကြံအစည်တွေ၊ မကောင်းတဲ့ စိတ်ကူးတွေ၊ မကောင်းတဲ့ စီစဉ်ကြံဆမှုတွေ၊ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မနာလိုဝန်တိုမှု ၊ အမုန်းတရားတွေ အကုန် ထုတ်ပစ်မှရပါမယ်။

ပြုမူဆောင်ရွက် ပြောဆိုမှုတွေဟာလည်း ရိုးသားပြီး မှန်ကန်ဖို့လိုပါတယ်။ ဒါမှသာလျှင် ဘုရားသခင်ဆီက အစစ်အမှန်တွေ ရရှိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

**လူတွေမျှတတယ်ဆိုတာထက်ဘုရားသခင်ကဝိုမျှတပါတယ်။**
**လူတွေပေးနိုင်တယ်ဆိုတာထက်ဘုရားသခင်ကဝိုပေးနိုင်ပါတယ်။**
**လူတွေကူညီနိုင်တယ်ဆိုတာထက်ဘုရားသခင်ကဝိုကူညီနိုင်ပါတယ်။**
**လူတွေချီးမြှင့်နိုင်တယ်ဆိုတာထက်ဘုရားသခင်ကဝိုချီးမြှင့်နိုင်ပါတယ်။**

သင်ဟာ ဘုရားသခင်ကို လုံးဝယုံကြည်တယ်ဆိုရင်

စိတ်နှလုံးသားနဲ့ ပြုမူဆောင်ရွက်မှုတွေရဲ့ အကျိုးကို ယုံတယ်ဆိုရင် ကောင်းတာလုပ်ခြင်းရဲ့ ကောင်းသောရလဒ်တွေရမယ်လို့ ယုံတယ်ဆိုရင် လောကကြီးမှာအဆင်မပြေမှုတွေ၊ မမျှတမှုတွေ၊ ပူပင်သောကတွေ ကြုံတွေ့လာရတဲ့အခါမှာလောကကြီးနဲ့လူတွေကိုအပြစ်တင်နေတာမလုပ်ဘဲ ကိုယ့်ရဲ့နှလုံးသားနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ပြုမူဆောင်ရွက်မှုတွေကိုပဲ ပြန်ဆန်းစစ်ပါ။

ဘုရားသခင်ဆီကနေ အစစ်အမှန်တွေလိုချင်ရင် ကိုယ့်ရဲ့နှလုံးသားနဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေ စစ်မှန်နေဖို့ လိုပါတယ်။

ကိုယ့်ရဲ့ နှလုံးသားကို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေနေဖို့လိုတယ်။

ကိုယ့်ရဲ့ ပြုမူပြောဆို လုပ်ဆောင်မှုတွေကို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေနေဖို့ လိုပါတယ်။

* * *

# ပညာ၊ လုပ်သောင်ချက်၊ ရလဒ်

ကျွန်တော် ကလေးဘဝတုန်းက ရှမ်းပြည်တောင်ပိုင်း နမ့်စန်မြို့မှာ နေခဲ့ပါတယ်။ နမ့်စန်ဆိုတာ အရင်တုန်းက ဘာမှမတွန်းကားသေးတဲ့ နယ်မြို့လေးတစ်မြို့ ဖြစ်ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ် ၂၀၊ ၃၀ တုန်းက ဘာမှမဖွံ့ပါဘူး။ တော်တော်လေးကို မဖွံ့ဖြိုးသေးတဲ့ မြို့ငယ်လေး ဖြစ်ပါတယ်။ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး၊ လျှပ်စစ်မီး၊ စီးပွားရေး ဘာမှမဖွံ့ဖြိုးမတိုးတက်သေးပါဘူး။ (အခုတော့ အများကြီး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပါပြီ။)

အဲလိုအခြေအနေမှာ လူတွေရဲ့ ဘဝအောင်မြင်ဖို့၊ အနာဂတ်ဘဝ လုံခြုံစိတ်ချဖို့အတွက်ဆိုရင် ပညာတစ်ခု လိုပါတယ်။ အဲဒီပညာက အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ အသိပညာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။

ကျွန်တော်တို့မြို့မှာဆိုရင် ဘယ်ကဏ္ဍမှာမဆိုကျွမ်းကျင်သူတစ်ယောက်လောက်စီပဲ ရှိပါတယ်။ ဥပမာ ဆေးခန်းဆိုရင်လည်း တစ်ခု နှစ်ခုလောက်ပဲ ရှိတယ်။ မုန့်တွေ လုပ်တတ်တဲ့သူဆိုရင်လည်း တစ်ယောက်လောက်ပဲ ရှိတယ်၊ စက်ဘီးပြင်တတ်တဲ့သူ၊ ကက်ဆက်၊ ရေဒီယို၊ တီဗီ ပြင်တတ်တဲ့သူ၊ ပန်းချီဆွဲတတ်တဲ့သူ၊ အကျီချုပ်တတ်တဲ့သူ၊ ပန်းရံလုပ်တတ်တဲ့သူ၊ ဆံပင်ညှပ်ဆိုင် စသဖြင့် ဘယ်အလုပ်မှာမဆို၊ ဘယ်ပညာရှင်မဆို တစ်ဦး နှစ်ဦးလောက်ပဲရှိပါတယ်။

ပညာရှင်ဆိုတာ အလွန်ရှားတဲ့ခေတ်ပါ။ အဲလိုပညာရှင်ဖြစ်ဖို့ဆိုရင် ကျွမ်းကျင်တဲ့သူဆီမှာ နှစ်များစွာ တပည့်ခံပြီးမှ အဲဒီပညာကို အမွေရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပညာတစ်ခုကို ကျွမ်းကျင်စွာ တတ်မြောက်ဖို့ တော်တော်ကို ခက်ခဲပါတယ်။ ပညာရှင်တွေကလည်း လူတိုင်းကို သူတို့ပညာကို လွယ်

လွယ်နဲ့မပေးပါဘူး။ တော်တော့်ကို လိုလားတဲ့သူ၊ နှစ်ပေါင်းများစွာ သူ့ဆီမှာ အလုပ်လုပ်တဲ့သူတွေထဲက တစ်ယောက်လောက်ကိုသာ ပညာအမွေပေးတာပါ။

ဒါတောင် ပညာအကုန် မပေးပါဘူး။ ဆရာစားချန်တယ်ဆိုတာ ရှိပါသေးတယ်။ သူတို့လုပ်တဲ့အလုပ်တွေရဲ့ အဓိက လျှို့ဝှက်ချက်တွေကိုဖွက်ပြီး လုပ်ကြပါတယ်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ တပည့်ခံပြီးမှ လက်ဆင့်ကမ်း ပညာအမွေရတာဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို ပညာအမွေရတဲ့သူကလည်း သူ့ဘဝ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအတွက် စိတ်ချရသွားပါပြီ။ အဲဒီပညာနဲ့ သူ့မိသားစုကို ရှာဖွေကျွေးမွေး လုပ်ကိုင် စားသောက်လို့ရသွားပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကတော့ ပညာခေတ်ပေါ့ဗျာ။

အဲဒီနောက်ပိုင်းမှာ ခေတ်က နည်းနည်း ပြောင်းလဲလာတယ်။ ခရီးလမ်းဆက်သွယ်ရေးတွေ လွယ်ကူလာတယ်။ နိုင်ငံက တိုးတက်လာတယ်။ အင်တာနက်တွေ ရလာတယ်။ တစ်မြို့နဲ့တစ်မြို့ လွယ်ကူစွာ သွားလာဆက်သွယ်လို့ ရလာတယ်။

အဲဒီခေတ် ရောက်လာတဲ့အခါမှာ **အရင်လို ပညာဖွတ်တဲ့ခေတ် မဟုတ်ဘဲ ပညာဖွာတဲ့ခေတ် ဖြစ်လာတယ်။ သတင်းဖွတ်တဲ့ခေတ် မဟုတ်ဘဲနဲ့ သတင်းဖွာတဲ့ခေတ် ဖြစ်လာတယ်။** အဲလိုဖြစ်လာတဲ့အခါကျတော့ အတတ်ပညာ၊ အသိပညာတွေ ကိုသင်ယူရတာ လွယ်တဲ့ခေတ်ဖြစ်လာပါတယ်။ လေ့လာသင်ယူစရာ အခွင့်အလမ်းတွေ များလာပါတယ်။

ဒံပေါက်ဖောက်နည်းသင်တန်းတက်ချင်တာလား၊ ကော်ဖီ၊ အအေးဖော်တဲ့နည်း သင်ချင်တာလား၊ အနုပညာတူရိယာတီးခတ်တဲ့သင်တန်းတက်ချင်တာလား၊ ဒီဇိုင်းဆွဲတဲ့သင်တန်းတက်ချင်တာလား၊ ကွန်ပျူတာပညာ၊ ဘာသာစကားပညာ၊ စက်ပြင်တဲ့ပညာ ဘာပညာမဆို သင်တန်းတွေ တက်ပြီး လေ့လာသင်ယူလို့ ရသွားပါတယ်။

ပညာဒါနသင်တန်းတွေ၊ အခမဲ့သင်တန်းတွေကနေလည်း လွယ်လွယ်ကူကူ လေ့လာလို့ရတဲ့ အခွင့်အရေးတွေ ရှိလာပါတယ်။ Google တွေ၊ Youtube တွေကနေလည်း လွယ်ကူစွာ လေ့လာလို့ရသလို၊ သင်တန်းကြေးတွေ

ပေးပြီးလည်း သင်ယူလို့ရပါတယ်။

အဲဒီလို အခွင့်အလမ်းတွေဖြစ်လာတော့ လူတွေက အလုအယက်ပဲ သူတို့လေ့လာချင်တဲ့ပညာတွေကို အပြိုင်အဆိုင် လေ့လာကြပါတော့တယ်။

သူတို့ ဝါသနာပါရာ၊ အားသာရာ၊ သူတို့ဘဝအတွက် လိုအပ်မယ် ထင်တဲ့ပညာတွေကို လေ့လာသင်ယူကြပါတယ်။

အဲဒီလိုတွေ သင်ယူကြရင်းနဲ့ ပညာရှင်တွေများလာတဲ့ခေတ်ကို ရောက်လာပါတယ်။ လူတိုင်းလိုလို အတတ်ပညာတွေ၊ အသိပညာတွေ ကျွမ်းကျင်လာကြပါတယ်။ တချို့ဆို ပညာ နှစ်ခု သုံးခု ကျွမ်းကျင်တဲ့ သူတွေ ဖြစ်လာကြတယ်။ ပညာတွေ အများကြီးတတ်တဲ့သူတွေတောင် ရှိလာကြပါတယ်။

အဲဒီလိုပညာရှင်တွေ များလာတဲ့အခါမှာကျတော့ ပညာဘယ်လောက် တတ်လဲဆိုတာ သိပ်အရေးမကြီးတော့ဘဲ တတ်ထားတဲ့ပညာကို ဘယ်လောက်အသုံးချလဲ၊ ဘယ်လိုအသုံးချလဲဆိုတာ အရေးပါလာပါတော့တယ်။ **သိခြင်းဆိုတာထက် သုံးခြင်းဆိုတာက ပိုအဓိကကျလာပါတယ်။** ပညာတွေ တော့တတ်ပြီး မသုံးဘူးဆိုရင် မတတ်တာနဲ့ တူတူပဲဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ ခေါက်ဆွဲလုပ်တဲ့ပညာတတ်ပြီး ခေါက်ဆွဲမလုပ်ဘူးဆိုရင် ဘာမှဖြစ်လာမှာ

ဥပမာ လယ်စိုက်တဲ့ အလုပ်ဆိုပါစို့။

ပထမဆုံးခေတ်က လယ်စိုက်တဲ့ အသိပညာ၊ မျိုးစေ့ ဘယ်လိုချမလဲ၊ ဘယ်အချိန်မှာ ရေသွင်းရမလဲ၊ ဘယ်လိုမျိုးစေ့ကို ရွေးချယ်ရမလဲ၊ ဘယ်လို ထိန်းသိမ်းရမလဲ၊ ဘယ်လို ရိတ်သိမ်းရမလဲ သိတဲ့သူနည်းတယ်။ အဲခေတ်မှာ သိတဲ့သူက ဆရာကြီးပဲ။ သိတဲ့သူက အောင်မြင်တဲ့သူပဲ။

အဲနောက်ပိုင်းမှာကျတော့ သိတဲ့သူတွေများလာတယ်။ သိတဲ့သူတွေများလာတော့ လုပ်တဲ့သူလည်း များလာတယ်။ လုပ်တဲ့သူများလာတဲ့ခေတ်မှာ ဘယ်သူက အလုပ်ပိုလုပ်လဲ၊ သူက အကျိုးရလဒ် ပိုရတာဖြစ်ပါတယ်။

မနက်အစောကြီးထ လယ်ထဲဆင်း၊ ပေါက်ပြားနဲ့မြေတူး၊ မျိုးစေ့ချ၊ ရေလောင်း၊ ပေါင်းတင်၊ ထိန်းသိမ်း၊ အသီးအပွင့်ထွက်လာရင် ရိတ်သိမ်း၊ တကယ့်ကို ပင်ပင်ပန်းပန်း ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ရပါတယ်။ လုပ်တဲ့သူ များလာတော့ လယ်တစ်ခုထဲမှာပဲ နှစ်သီးစား၊ သုံးသီးစားတွေ စိုက်လာကြတယ်။ အလုပ်ကို ပိုမိုကြိုးစား လုပ်ဆောင်လာကြတယ်။

မဟုတ်ဘူး။ တတ်ထားတာကို လက်တွေ့လုပ်တဲ့သူက အကျိုးရှိသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အလုပ်ကို ပိုးစိုးပက်စက် လုပ်တဲ့ခေတ်ကို ရောက်လာပါတယ်။ အလုပ်ဘယ်လောက်လုပ်သလဲ၊ လုပ်သလောက် ရလဒ်ရလာတဲ့ ခေတ် ဖြစ်လာပါတယ်။ တချို့ဆို တစ်ရက်ကို ၁၆ နာရီလောက် အလုပ်လုပ်တယ် ဆိုတဲ့ အကြောင်းတွေ ကြားဖူးကြမှာပါ။ တစ်ပတ် ၇ ရက် အလုပ်လုပ်ကြတယ်။ နေ့မအား ညမနား အလုပ်တွေလုပ်ကြပါတယ်။ ထမင်းမေ့ဟင်းမေ့ အလုပ်တွေ လုပ်ကြတယ်။ နဖူးကချွေး ခြေမ ကျတဲ့အထိ အလုပ်တွေလုပ်ကြတယ်။

အလုပ်လုပ်တဲ့သူတွေက အောင်မြင်တိုးတက်ကြတယ်။ အဲခေတ်မှာ ဆို အလုပ်သာအဓိက။ အလုပ်မလုပ်တဲ့သူက တော်တော်ကို သိမ်ငယ်ရတယ်။ အလုပ်ဟူသမျှဂုဏ်ရှိစွ ဆိုတဲ့ စကားပုံအတိုင်း ဘယ်အလုပ်မဆို လုပ်ကြတယ်။ အလုပ်ကို ကြိုးစားပမ်းစားလုပ်ပြီးမှ ရှာဖွေစုဆောင်းတဲ့ ခေတ် ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်တိုင် အလုပ်လုပ်တဲ့သူပဲဖြစ်ပါစေ၊ သူများအလုပ်တွေမှာ ဝန်ထမ်းလုပ်တဲ့သူပဲ ဖြစ်ပါစေ အလုပ်ပို လုပ်တဲ့သူက အခွင့်အလမ်းတွေ ပိုရှိလာပါတယ်။ အလုပ်ပိုလုပ်တဲ့သူက ပိုအောင်မြင်တိုးတက်တဲ့ ခေတ်ကို ရောက်လာပါတယ်။

ဒါက ခေတ်တစ်ခေတ်ပေါ့။

အခုခေတ်မှာကျတော့ ထပ်ပြီး ပြောင်းလဲသွားပါတယ်။

ပညာရှင်တွေလည်း အလွန်များလာတယ်။ ပညာသင်ဖို့ အခွင့်အလမ်းတွေကလည်း အလွန်များလာတယ်။ တော်တော်များများတန်ဖိုးရှိတဲ့ ပညာတွေကိုတောင် အခမဲ့သင်ယူဖို့ အခွင့်အလမ်းတွေရှိလာတယ်။ နည်းပညာတွေလည်း တိုးတက်လာတယ်။ အထောက်အကူပစ္စည်းတွေလည်း ပေါလာတယ်။ လူတိုင်း နည်းပညာကို လွယ်ကူစွာ အသုံးချနိုင်လာကြတဲ့ အခါမှာတော့ **အလုပ်ဘယ်လောက်လုပ်လဲဆိုတာထက် ရလဒ် ဘယ်လောက် ဖော်ဆောင်နိုင်လဲဆိုတာက ပိုအရေးကြီးပြီး ပိုအဓိကကျလာပါတယ်။**

ဘယ်သူပိုလုပ်နိုင်လဲ၊ ပိုလုပ်နိုင်တဲ့သူက ပိုအောင်မြင်တဲ့ခေတ်ပေါ့။

အခုခေတ်ကျတော့ အဲလိုမဟုတ်တော့ဘူး။ လယ်စိုက်တဲ့သူက အထောက်အကူပစ္စည်းတွေ သုံးလာတယ်။ လယ်ထွန်စက်၊ စပါးစိုက်တဲ့စက်၊ စပါးရိတ်တဲ့စက်၊ စပါးခြွေတဲ့စက်တွေ သုံးလာကြတယ်။ လူ ၅ ယောက်က ၁၀ ရက်လောက်လုပ်တဲ့အလုပ်ကို စက်ကိရိယာနဲ့ အသုံးပြုပြီး တစ်နာရီလောက်အတွင်းမှာ ပြီးစီးအောင် လုပ်လို့ရနေပြီ။ အလုပ် ဘယ်လောက်လုပ်လဲဆိုတာထက် ရလဒ်ကို ဘယ်လောက်ဖော်ဆောင်နိုင်လဲဆိုတာ ပိုအဓိကကျသွားပါတယ်။

အရင်တုန်းက အနုပညာတစ်ခု ဖန်တီးဖို့ဆိုတာ တော်တော်ကို ခက်တဲ့ခေတ်ပေါ့၊ အခုကျတော့ နည်းပညာတွေ၊ ကွန်ပျူတာတွေနဲ့ Animation တွေ၊ Music တွေကို အခန်းတစ်ခန်းထဲမှာ ထိုင်ပြီး ဖန်တီးလို့ ရနေပါပြီ။ အရင်က အိမ်တစ်လုံးအတွက် Design ဆွဲတာ၊ အိမ်ဆောက်တာတွေအတွက် တော်တော်ကို အချိန်ပေးရတယ်။ Design တစ်ပုံရဖို့ တစ်လလည်းကြာနိုင်သလို သုံးလလည်း ကြာနိုင်ပါတယ်။ အခုကျတော့ နည်းပညာ တိုးတက်လာတော့ Design တစ်ပုံကို တစ်ရက်နဲ့လည်းပြီးနိုင်ပါတယ်။ အရင်က ကားတစ်စီးဖြစ်ဖို့ ၆ လလည်းကြာတယ်။ အခုက ၂ မိနစ်ကို ကားတစ်စီးထုတ်နေကြပါပြီ။ အရင်က အိမ်တစ်လုံးကို ၃နှစ်နဲ့ ဆောက်ပေမယ့် အခု အိမ်တစ်လုံးကို ၆လနဲ့လည်း ပြီးအောင်ဆောက်နေကြပါပြီ။

**အလွန်ကို လွယ်ကူမြန်ဆန်တဲ့ခေတ်ဖြစ်လာပါတယ်။**
**ဒါကြောင့် ဒီခေတ်က ရလဒ်ကို ဖော်ဆောင်တဲ့ခေတ်ဖြစ်လာပါတယ်။**

ကျွန်တော်တို့ဆိုရင်လည်း တချို့အလုပ်တွေ ကိုယ်တိုင်လည်း မလုပ်တတ်ဘူး၊ တချို့အလုပ်တွေ ကိုယ်တိုင်လုပ်တတ်ပေမယ့်လည်း ကိုယ်တိုင်မလုပ်ဘူး အထောက်အကူပစ္စည်းတွေကို အသုံးချပြီး လုပ်ပါတယ်။

တချို့အလုပ်တွေ ကိုယ်တိုင်မလုပ်တတ်ရင် ဘယ်အထောက်အကူပစ္စည်းတွေ၊ ဘယ်နည်းပညာတွေသုံးမလဲ စဉ်းစားရပါမယ်။ အဲဒီအထောက်အကူပစ္စည်းတွေ၊ နည်းပညာတွေကို ကိုယ်တိုင်မသုံးတတ်ရင်လည်း သုံးတတ်တဲ့ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တွေနဲ့ ဘယ်လို ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်မလဲဆိုတာ

စဉ်းစားရပါမယ်။

အဲဒီလိုလုပ်တဲ့အခါမှာ ကိုယ်တိုင်လုပ်ရင် ၂ လ ၃ လ ကြာမယ့်အရာက ၂ ရက် ၃ ရက်နဲ့လည်း ပြီးမြောက်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီလိုခေတ်မှာ အလုပ်ကို ကိုယ်တိုင်လုပ်မှရမယ်တို့၊ ချွေးထွက်အောင်လုပ်တို့၊ တစ်ရက်ကို ၁၀ နာရီ အလုပ်လုပ်တို့ဆိုတာတွေက သိပ်အဆင်မပြေတော့ပါဘူး။ အလုပ်ဘယ်လောက်လုပ်တယ်ဆိုတာ အရေးမကြီးတော့ပါဘူး။ ရလဒ်ဘယ်လောက်ရလဲဆိုတာပဲ အရေးကြီးပါတယ်။

လူတစ်ယောက်က ကျောက်တုံးတစ်တုံးကို လက်နဲ့တစ်နေကုန် တွန်းရွှေ့နေတာ ၁၀ ပေ ရောက်တယ်။ နောက်တစ်ယောက်က တုတ်လေးနဲ့ကော်ပြီး နာရီဝက်အတွင်းမှာ ပေ ၂၀ ရွှေ့သွားတယ်။ နောက်တစ်ယောက်က စက်ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို အသုံးချပြီး ၁၀ မိနစ်အတွင်းမှာ ပေ ၁၀၀ ကို ရွှေ့သွားတယ်ဆိုပါစို့။

သူက ၁၀ မိနစ်ပဲ အလုပ်လုပ်တာ၊ ငါက တနေကုန်လုပ်တာဆိုပြီး ပြောနေလို့ မရတော့ဘူး၊ တစ်နေကုန်လုပ်ပြီး ၁၀ ပေပဲ ရွှေ့တာနဲ့ ၁၀ မိနစ်လုပ်ပြီး ပေ ၁၀၀ ရွှေ့တာ မတူပါဘူး။

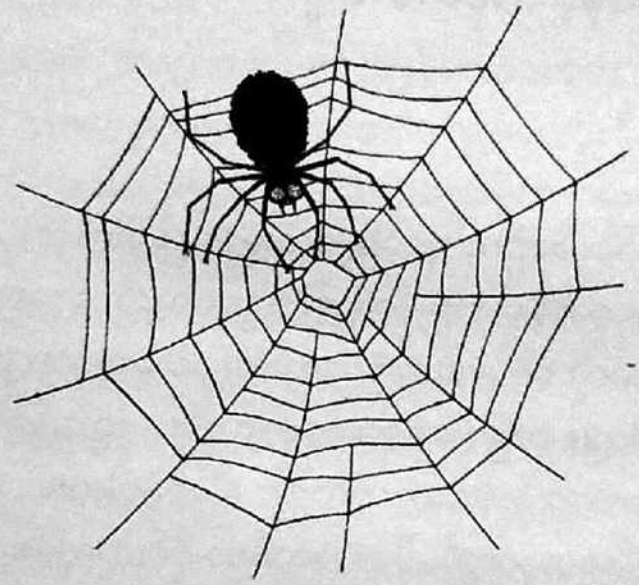
ဘယ်လောက်အလုပ်လုပ်လဲဆိုတာ မကြည့်တော့ဘူး၊ ဘယ်လောက်အလုပ်ပြီးလဲဆိုတာပဲ ကြည့်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အခုခေတ်က ရလဒ်ကို ကြည့်တဲ့ခေတ်ဖြစ်နေပါပြီ၊ ရလဒ်ကို ဘယ်လိုဖော်ဆောင်မလဲ၊ ဘယ်လောက် ရလဒ်ရအောင်လုပ်မလဲဆိုတာကို သေချာစဉ်းစားပြီး လုပ်ဆောင်ရမှာပါ။

**အိပ်ယာထဲကနေ ပညာသင်လို့ရတဲ့ခေတ်၊ အိပ်ယာထဲကနေ အလုပ်လုပ်လို့ရတဲ့ခေတ်၊ အိပ်ယာထဲကနေ စျေးရောင်းလို့ရတဲ့ခေတ် ဖြစ်နေပါပြီ။ ဒါကြောင့် လူတိုင်း အောင်မြင်နိုင်ပါတယ်။** စကားကို အဆုံးထိ ခပ်ကုန်ကုန်ပြောပြီး ဥပမာပေးရမယ်ဆိုရင် သင် အရည်အချင်းမရှိရင်တောင် အောင်မြင်နိုင်တဲ့ခေတ်ကို ရောက်နေပါပြီ။ ပြိုင်ပွဲကိုတော့ ရွေးချယ်တတ်ရမှာပေါ့။ သင်ပျင်းရိတယ်ဆိုရင်တောင် ချမ်းသာနိုင်တဲ့ခေတ်ကို ရောက်နေပါပြီ။ နည်းလမ်းတော့ မှန်ရမှာပေါ့။

**အတောင်ပံပါတဲ့အကောင်ကို စားဖို့ အတောင်ပံပါစရာမလိုပါဘူး။ နေရာနဲ့ဗျူဟာ မှန်ဖို့ပဲ လိုတာပါ။ ဥပမာ ပင့်ကူကိုကြည့်ပါ။**

လုပ်ငန်းကြီးတွေရဲ့ ရှေ့ကိုရောက်ဖို့ လုပ်ငန်းကြီးစရာလိုပါဘူး။ Positioning နဲ့ Strategy မှန်ဖို့ပဲလိုတာပါ။



သင်ဟာ အရည်အချင်းတွေနည်းတယ်၊ သင်ဟာ ပျင်းရိတယ်ဆိုရင် တောင် အောင်မြင်နိုင်ပါတယ်။ စဉ်းစားတွေးခေါ်တဲ့ပုံစံနဲ့ လုပ်ဆောင်တဲ့ နည်းလမ်းမှန်ဖို့ပဲ လိုတာပါ။

* * *

# ဦးဇောင်နှင့် အမှတ်တရများ

ကျွန်တော်ငယ်စဉ်က နယ်မြေ့လေးမှာနေခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်က ထူးချွန်တဲ့သူ မဟုတ်ခဲ့ပါဘူး။ ကျောင်းတွေမှာလည်း စာတော်တဲ့ကျောင်းသားမဟုတ်ခဲ့သလို ကျောင်းအားကစားအသင်းတွေမှာလည်း ထူးချွန်တဲ့သူ မဟုတ်ခဲ့ပါဘူး။ တခြားနေရာတွေမှာလည်း မထူးချွန်ခဲ့ဘူး။ လိမ္မာတဲ့ကျောင်းသားကောင်းတစ်ယောက်လည်း မဖြစ်ခဲ့ပါဘူး။

ကျောင်းပြီးတော့လည်း မိဘအလုပ်မှာ ဝိုင်းကူလုပ်ပေးတဲ့ အနေအထားပဲရှိခဲ့တာပါ။ စီးပွားရေးမှာ၊ အလုပ်မှာ၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာမှာလည်း အသိအမှတ်ပြုခံရလောက်တဲ့ ထူးချွန်မှုတွေ၊ လုပ်ဆောင်မှုတွေ မရှိခဲ့ပါဘူး။ ကျောင်းသားဘဝကတည်းကစပြီး လူငယ်အရွယ်ရောက်လာတဲ့အထိ တခြားကိုယ်နဲ့ရွယ်သူတွေ အသိအမှတ်ပြုခံရတဲ့အခါ၊ ချီးကျူးခံရတဲ့အခါ၊ ဂုဏ်ပြုခံရတဲ့အခါ၊ လေးစားခံရတဲ့အခါတွေမှာ အားကျခဲ့ရပါတယ်။ ငါလည်း အဲလိုချီးကျူးတာမျိုး၊ အသိအမှတ်ပြုခံရတာမျိုး၊ ဂုဏ်ပြုခံရတာမျိုး၊ လေးစားခံရတာမျိုးတွေ လိုချင်လိုက်တာဆိုပြီး စိတ်ထဲမှာ အမြဲဖြစ်ပါတယ်။

အသိအမှတ်ပြုခံချင်စိတ်၊ ချီးကျူးခံချင်စိတ် သေလောက်အောင်ဖြစ်ပေမယ့်လည်း ကျွန်တော့်ဆီမှာ အသိအမှတ်ပြုစရာ၊ ချီးကျူးစရာ၊ လေးစားစရာက ဘာမှမရှိ။

အဲလိုနဲ့ ၂၀၁၃ ခုနှစ်မှာ ကျွန်တော် တောင်ကြီး ရောက်လာတယ်။ သင်တန်းတွေ စလုပ်တယ်။ မန္တလေးနဲ့ ရန်ကုန်မြို့တွေမှာပါ သင်တန်းတွေ

လုပ်ဖြစ်လာတယ်။ ကျွန်တော့်ဘဝကို ပထမဦးဆုံး လေးစား အသိအမှတ်ပြုပြီး လက်တွဲခေါ်ခဲ့တာ ဆရာကျော်နီကျော်မိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ကို ကျွန်တော့်ရှေ့မှာရော ကျွန်တော့်နောက်မှာပါ အလွန် ခိုးကျူးဂုဏ်ပြုပေးတယ်။ အလွန်လေးစားစွာ ဆက်ဆံပေးပြီး သင်တန်းဆရာဘဝအတွက် လက်တွဲခေါ်ပေးခဲ့ပါတယ်။

တကယ်ဆိုရင် ဆရာ့အပေါ်မှာ ကျွန်တော်ဖက်က ဘာကျေးဇူးမှ မရှိဘူး။ အဲလို ဘာကျေးဇူးမှမရှိဘဲ ဆရာက ကျွန်တော့်ကို လေးစားစွာနဲ့ နေရာပေး လက်တွဲခေါ်ပေးခဲ့ပါတယ်။ ဆရာကျော်နီကျော်မိုးရဲ့ ကျေးဇူးတွေ ကျွန်တော့်အပေါ်မှာ များစွာရှိပါတယ်။

ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့နောက်ထပ်တန်ဖိုးရှိတဲ့အမှတ်တရတစ်ခုကတော့ ဦးအောင်နှင့် တွေ့ဆုံရင်းနှီးမှုရခဲ့ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဦးအောင်ထံကနေ ကျွန်တော့်ဘဝအတွက်၊ စီးပွားရေးအတွက်၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအတွက် အများကြီး လေ့လာသင်ယူခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။

အသိပညာတွေလေ့လာသင်ယူခွင့်ရသလိုဦးအောင်ရဲ့အတုယူစရာ

ကောင်းတဲ့ ဘဝနေနည်းတွေကိုပါ သင်ယူလေ့လာခွင့် ရခဲ့ပါတယ်။

အိမ်နီးနားချင်းတွေအပေါ် လစဉ် ကူညီပေးမှုတွေ၊ ကျေးဇူးရှိခဲ့ဖူးသူတွေကို လစဉ်၊ နှစ်စဉ် ကူညီစောက်ရှောက်ပေးမှုတွေ၊ မိဘအပေါ် ရိုသေစွာ ဆက်ဆံမှုတွေ၊ ရဟန်းသံဃာတွေ၊ ဆရာသမားတွေအပေါ် လေးစားမှုနဲ့ ဆည်းကပ်နာယူမှုတွေ၊ တရားစခန်းပြုလုပ်ထားတာ၊ အလှူအတန်းတွေနှင့် အခြားအကြောင်းအရာတွေ အများကြီးကို လေ့လာသင်ယူခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။

အသိအမှတ်ပြုခံရမှု၊ ချီးကျူးခံရမှုတွေကို သေလောက်အောင် လိုချင်နေတဲ့ ကျွန်တော့်လို လူငယ်တစ်ယောက်အတွက် တန်ဖိုးဖြတ်မရတဲ့ အချိန်တွေရှိခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်တော့်ဘက်ကနေ ဦးအောင်အတွက် ဘာကျေးဇူးပြုမှုမှမရှိထားပါဘူး၊ ဦးအောင်ရဲ့ကျေးဇူးတွေသာ ကျွန်တော့်အပေါ်မှာ များစွာရှိတာပါ။

အသိအမှတ်ပြုခံချင်လွန်းတဲ့ကျွန်တော်က ဦးအောင်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးထံကနေ အသိအမှတ်ပြုမှုတွေ များစွာရခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီထဲက တကယ့်အမှတ်တရအချိန်၊ အလွန်ကိုပျော်ရွှင်ခဲ့ရတဲ့အချိန် (၇)ချိန် ရှိခဲ့ပါတယ်။

၁။ တောင်ကြီးမြို့ကို ဦးအောင်ရောက်နေတဲ့အချိန်မှာ ကျွန်တော်တစ်ခု တောင်းဆိုခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော် သင်တန်းပို့ချနေတဲ့ အထက (၅) ကျောင်းကို လာရောက်ပြီး ဟောပြောပို့ချပေးဖို့အတွက်ပါ။ ကျွန်တော်ရဲ့ ကမ်းလှမ်းဖိတ်ခေါ်မှုကို လက်ခံပေးခဲ့ပြီး လာရောက် ပို့ချပေးခဲ့ပါတယ်။ ဦးအောင်နဲ့အတူတူ ဟောပြောခွင့် ရလိုက်တာဟာ ကျွန်တော့်အတွက် တန်ဖိုးဖြတ်မရတဲ့ အမှတ်တရတစ်ခုပါ။

၂။ လူ ၄၀၀ ဝန်းကျင်လောက် တက်ရောက်နေတဲ့ အောင်သမာဓိရဲ့ အခမဲ့ရွှေသင်တန်းရဲ့ နောက်ဆုံးရက်မှာ သင်တန်းသားများရဲ့ မေးခွန်းတွေကို ဖြေပေးတဲ့ အစီအစဉ်လုပ်နေခဲ့ပါတယ်။ စင်ပေါ်မှာ ဦးအောင်နဲ့အတူ ဆရာအချို့ရှိနေပြီး သင်တန်းလာတက်ကြတဲ့ သင်တန်းသားတွေရဲ့ မေးခွန်းတွေကို ဖြေပေးနေတာပေါ့။ အဲဒီအချိန်မှာ သင်တန်းသားတစ်ယောက်က "ဘဝဆိုတာ ဘာလဲ" ဆိုပြီး မေးခွန်းလေး မေးပါတယ်။ အဲဒီမေးခွန်းကို ကြားတော့ "ဒီမေးခွန်းကို ဦးအောင် မဖြေဘူး။ ဦးအောင်ရဲ့သားလို တပည့်လို ဖြစ်နေတဲ့သူတစ်ယောက်ကို ဖြေခိုင်းမယ်" ဆိုပြီး၊ "မိုင်မိုင်းရေ စင်ပေါ် လာခဲ့ဦး။ ဒီမေးခွန်းကို ဖြေပေးလိုက်" ဆိုပြီး ခေါ်ပါတယ်။ ကျွန်တော် မေးခွန်းကို ဖြေပြီးတော့ "မင်း စင်ပေါ်တက်ချင်နေတာ မဟုတ်လား၊ ငါသိပါတယ်" ဆိုပြီး ပြောပါတယ်။ ကျွန်တော့်လို သာမန်လူငယ်လေးတစ်ယောက်ကို ယခုလို နေရာပေးပြီး အသိအမှတ်ပြုပေးတဲ့အတွက် အလွန်ကို ပျော်ရွှင်ခဲ့ရပါတယ်။

၃။ တစ်ရက် မန္တလေးမှာ လူငယ်လေးတွေနဲ့ ညစာစားရင်း စကားပြောနေကြတဲ့အချိန်ပေါ့။ ဦးအောင် က ကျွန်တော့်ကို ဖုန်းဆက်လာပြီး "သား ဘယ်မှာလဲ"၊ ဦးအောင်နဲ့တွေ့ဖို့ကိစ္စ အချိန်ပြောကြတယ်။ ကျွန်တော်က ဒီစားသောက်ဆိုင်လေးတစ်ခုမှာ လူငယ်လေးအချို့နဲ့ စကားပြောနေကြောင်း ပြောတော့ ကျွန်တော်ရှိတဲ့နေရာကို မေးပြီး

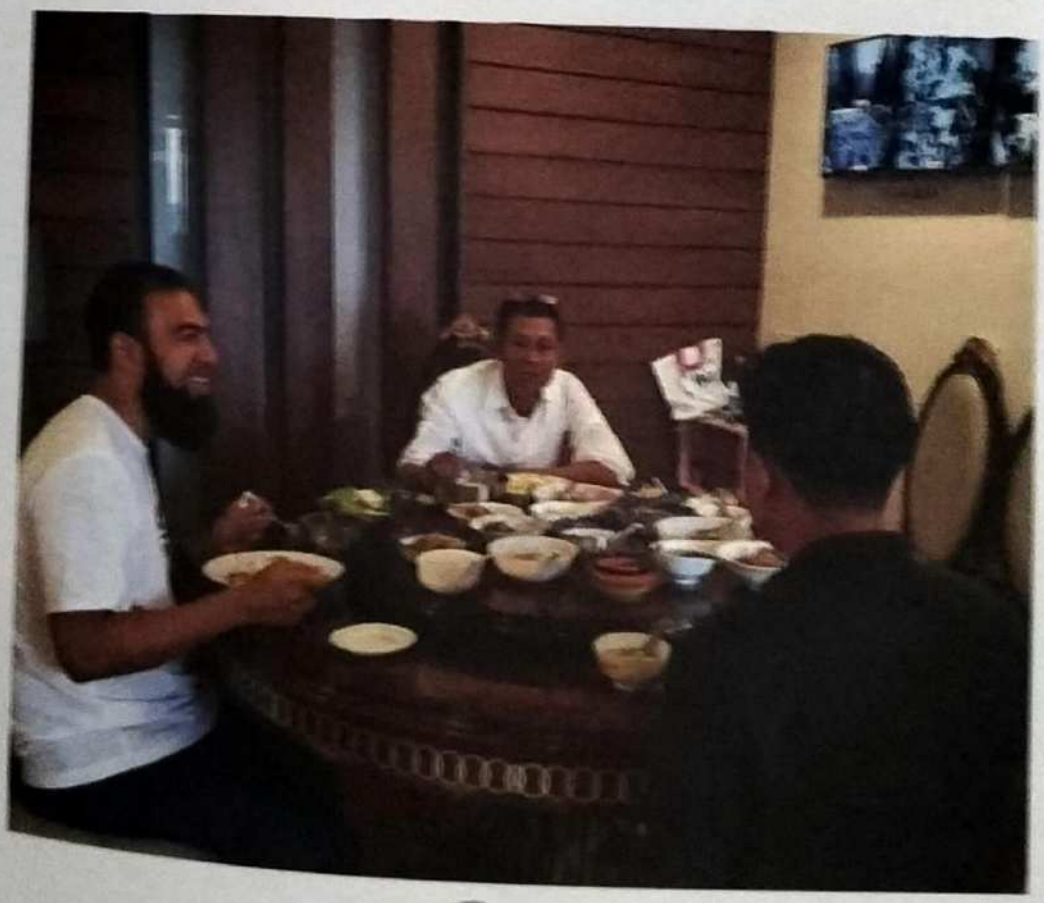
သူရောက်လာခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်နဲ့ရှိနေတဲ့ လူငယ်တွေလည်း အလွန်ကို အံ့သြပျော်ရွှင်သွားကြတယ်။ တစ်နာရီကျော်လောက် စကားတွေပြောကြ၊ ဦးအောင်နှင့် အမှတ်တရ ဓာတ်ပုံတွေရိုက်ကြ ရင်း အချိန်ကုန်ခဲ့ပါတယ်။ အဲနေ့က တွေ့ဆုံပြီး ဦးအောင် စကားပြော တာကို ကျွန်တော့်ရဲ့ Facebook Page မှာ တင်ခဲ့ပါတယ်။ ကြည့်ရှု သူ သန်းချီခဲ့ပါတယ်။ ဦးအောင်နဲ့ နှစ်ဦးတည်း သီးသန့် တွေ့တဲ့အချိန် မှာ "သားရေ "သို့မဟုတ် "မိုင်မိုင်းရေ"လို့ ခေါ်တတ်ပေမယ့် လူအများ ရှေ့မှာ "ဆရာမိုင်း" လို့ ခေါ်သွားပေးတဲ့ ဦးအောင်ကို ကျေးဇူးတင် မဆုံးပါဘူး။ ကျွန်တော့်လို သာမန်လူငယ်တစ်ယောက်ကို အသိ အမှတ်ပြုပြီး ဆက်ဆံပေးခဲ့တာ ဘဝရဲ့ မေ့မရတဲ့ အမှတ်တရတစ်ခု ပါပဲ။ ဦးအောင်လို နိုင်ငံကျော်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက ကျွန်တော်တို့ရှိတဲ့နေရာ ကို ရောက်လာပြီး အချိန်ပေးသွားတာက တော်တော့်ကို တန်ဖိုးရှိပါ တယ်။

၄။ လူငယ်တွေနဲ့ စကားပြောတဲ့နေရာမှာ ဦးအောင်က သူ့အကြောင်း တွေပဲ ပြောရင်လည်းရပေမယ့် ကျွန်တော့်ရဲ့ "ဘဝကစားပွဲမှာ အောင် နိုင်ဖို့" စာအုပ်အကြောင်း စာအုပ်ရဲ့ကောင်းတာတွေ၊ သူကြိုက်တဲ့ အချက်တွေ၊ စာအုပ်ထဲမှာပါတဲ့ အကျင့်ဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာ ကြောင့် သူဂေါက်ဖ်ရိုက်တာ လျော့သွားတဲ့အကြောင်း၊ ဒီစာအုပ်လေး ကို ဖတ်ဖို့ဆိုပြီး ပြောသွားပေးပါတယ်။
ကျွန်တော့်လို သာမန်လူငယ်လေးတစ်ယောက်ရေးတဲ့ စာအုပ်လေး ကို ဦးအောင်လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးက အသိအမှတ်ပြု ချီးကျူးပေးခံခဲ့ရတာ ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ မေ့မရတဲ့ အမှတ်တရတွေထဲက တစ်ခုပါပဲ။

၅။ မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးမှ လူဦးရေ ၃၀၀၀ လောက်ပါဝင်တက်ရောက် ကြတဲ့ John .C .Maxwell ရဲ့ Leadership ပွဲကြီးမှာ ဦးအောင် ဟော ပြောဖို့ အလှည့်ကျရောက်လာပါတယ်။ ဦးအောင် စင်ပေါ်တက်ပြီး

စစချင်း နှုတ်ခွန်းဆက်စကားမှာ ယခုလိုမျိုးပွဲကြီးမှာ ဆရာလင်းသိုက် ညွှန်တို့၊ ဆရာမိုင်းတို့ ပါဝင်တာကို မြင်တွေ့ရတာ ဝမ်းသာကြောင်း ပြောပါတယ်။ ဒီလိုပွဲကြီးမျိုးမှာ တွေ့ဆုံနှုတ်ဆက်ကြတို့ ထုတ်ဖော် ပြောကြားပေးတဲ့အတွက်လည်း အလွန်တို့ လေးစားမိပါတယ်။ အလွန်လဲ ဝမ်းမြောက်မိပါတယ်။ အသိအမှတ်ပြုခံချင်မှုတွေ၊ ခိုးကျူး ဂုဏ်ပြုခံချင်မှုတွေရှိနေတဲ့တွေ့ဆုံတွေ့အတွက်တော့ တကယ့်တို့ အမှတ်တရ တစ်ခုပေါ့ဗျာ။

၆။ အဲဒီတစ်နေ့တုန်းကတော့ တကယ့်တို့ ဝမ်းသာပျော်ရွှင် ဂုဏ်ယူမဆုံးတဲ့ နေ့ပေါ့။ ဘယ်နေ့လဲဆိုတော့ တစ်နေ့တုန်းလုံး ဦးအောင်ရဲ့ အိမ်မှာ ဦးအောင်နဲ့အတူ တူနှစ်ခဲ့တဲ့နေ့ပေါ့။ ဦးအောင်နဲ့ တွေ့ခွင့်တောင်းပြီး ဦးအောင်တ လက်ခံခဲ့တယ်။ ဦးအောင်ရဲ့အိမ်တို့ ဖိတ်ခေါ်ခဲ့တယ်။ ဦးအောင်လို အလုပ်တွေများ၊ အချိန်တိုင်းတ တန်ဖိုးရှိနေတဲ့သူတစ်ဦး တ တွေ့ဆုံတော်နဲ့အတူ တစ်နေ့တုန်း အချိန်ပေးခဲ့ပါတယ်။ အသိပညာ



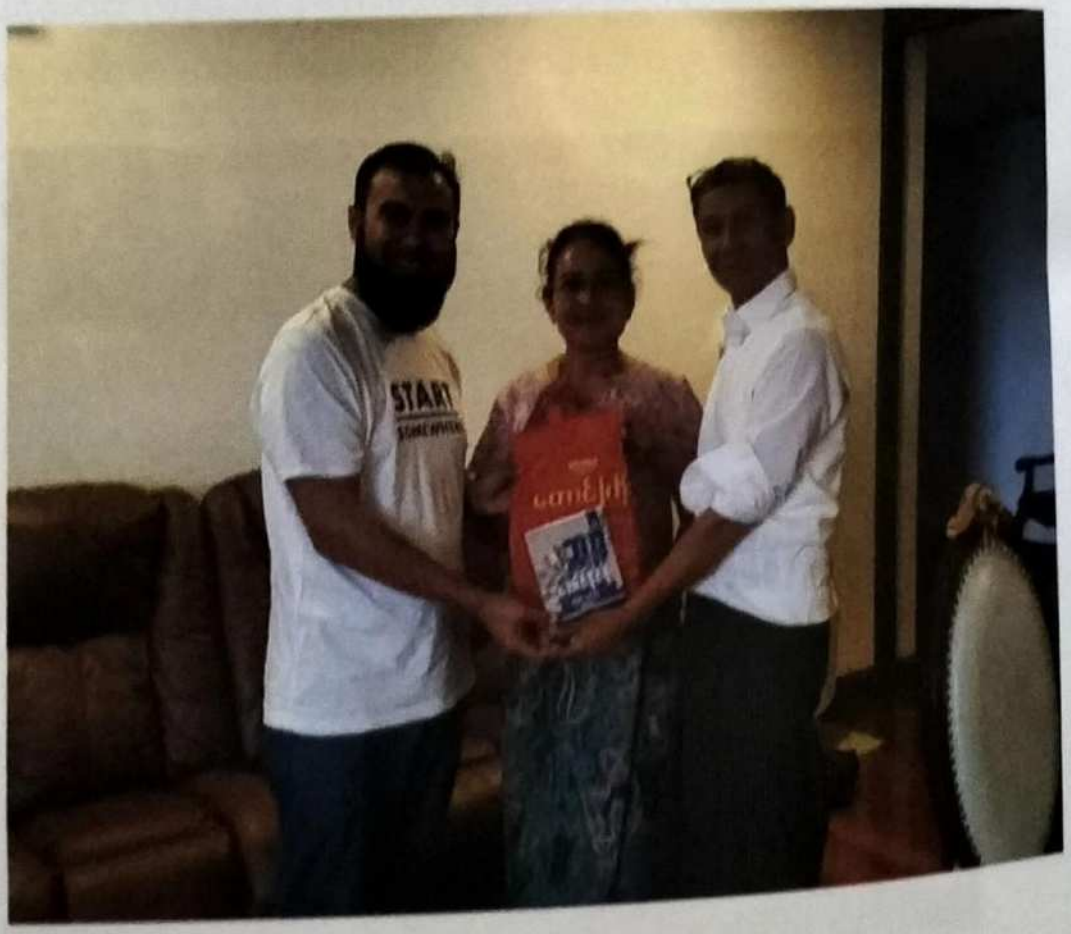
စီးပွားရေး စလုပ်တဲ့အခါမှာလည်း မမှားသင့်တာမမှားဖို့၊ အစစ အရာရာ ဂရုစိုက်ဖို့၊ ကိုယ်တိုင်လည်း လမ်းမမှားဖို့ လိုပါတယ်။ လုပ်ငန်းက စနစ်တကျလည်ပတ်သွားပြီဆိုရင်၊ လမ်းကြောင်းမှန်ပေါ် ရောက်သွားပြီဆိုရင် မင်း အေးဆေးထိုင်နေရုံပဲတဲ့။ ကျွန်တော့်လို သာမန်လူငယ်လေးတစ်ယောက်ကို တစ်နေကုန်နီးပါး အချိန်ပေးပြီး ရင်းနှီးခင်မင်စွာ စကားလက်ဆုံပြောပေးတယ်။ အသိပညာတွေ၊ ဘဝပညာတွေ၊ စီးပွားရေးပညာတွေ သင်ပေးတယ်။ ကျွန်တော့်လို သေလောက်အောင် အသိအမှတ်ပြုခံချင်နေတဲ့ သူတစ်ယောက်ကဦးအောင်လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးရဲ့ အချိန်ပေးမှု၊ အသိအမှတ်ပြုမှုတွေရတာ အတိုင်းအထက်လွန် ဂုဏ်ယူမဆုံးပါပဲ။

၇။ ကျွန်တော့်ရဲ့ ယခုစာအုပ် "တန်ဖိုး" အတွက် ဦးအောင်ထံကနေ အမှာစာလေးလိုချင်ခဲ့တယ်။ ဒီစာအုပ်မှာ ဦးအောင်ရဲ့ အမှာစာလေးကို ပါစေချင်ခဲ့တယ်။ စာအုပ်လေး အချောပြီးသွားတော့ ဦးအောင်ကို ဆက်သွယ်ပေမယ့် ဖုန်းပိတ်ထားတော့ အဆက်အသွယ်မရခဲ့ဘူး။ တရားစခန်းဝင်နေတာလား၊ နေမကောင်းဖြစ်လို့မျှား နားနေတာလား တစ်ခုခုကြောင့်ပဲဆိုပြီး ဦးအောင်ကို ထပ်မဆက်ဘဲ ဆရာဦးမော်ကို ဆက်သွယ်ခဲ့တယ်။

ဆရာဦးမော်ပြောပြမှသိရတာ "နိုင်ငံခြားမှာ Medical Checkup သွားလုပ်နေတာပါ" တဲ့။ ကျန်းမာရေးမကောင်းလို့တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ နည်းနည်းပါးပါး ပြစရာလေးရှိလို့ သွားလိုက်တာပါတဲ့။ ကျွန်တော်ရဲ့ စာအုပ်အတွက် အမှာစာလေး လိုချင်ကြောင်း ဦးအောင်ကို ပြောပေးဖို့ပဲ ပြောလိုက်ပါတယ်။ ဦးမော်ကလည်း ဦးအောင်ကို ပြောပေးထားလိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဦးအောင်ကို "ကိုယ်တိုင်ဆက်သွယ်လည်း ရတယ်၊ ဆက်သွယ်လိုက်ပါ" လို့ ပြောပေမယ့် ကျန်းမာရေးကိစ္စကြောင့် သွားတာဆိုတော့ အားနာပြီး မဆက်သွယ်ခဲ့ပါဘူး။ ဦးမော်ဆီကနေတစ်ဆင့် ကျွန်တော့်စာအုပ် အဖုံးပုံ၊ မာတိကာနှင့်

များစွာကိုလည်း ပေးခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီတစ်နေ့က ကျွန်တော့်အတွက် အလွန်တန်ဖိုးရှိတဲ့နေ့တစ်နေ့ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီနေ့က ဆုံးမစကားတွေ အများကြီးထဲက တစ်ခုကို ပြန်မျှဝေပေးရမယ်ဆိုရင် "**မိုင်မိုင်း စီးပွားရေး စလုပ်တယ်ဆိုတာ စွန်လွတ်သလိုပဲ**" ကွ။ '**စွန်**' စပြီး အပေါ်မတက်ခင် စွန်ကို သစ်ပင်တွေနဲ့မည်အောင်၊ ဓာတ်ကြိုးတွေနဲ့မည်အောင် ဂရုစိုက်ရတယ်။ လေကြောမိအောင်လည်း ရှာရတယ်။ အောက်ကိုပြုတ်မကျအောင်၊ ရေအိုင်တွေထဲ ပြုတ်မကျအောင်၊ ဆူးပင်နား မပြုတ်ကျအောင်လည်း သတိထားရသေးတယ်။ စွန်လွတ်နေတဲ့ ကိုယ်တိုင်လည်း ခလုတ်မတိုက်မိအောင်၊ ကြွင်းတွေဘာတွေထဲ မပြုတ်ကျအောင် သတိရှိရတယ်။ လေကြောမိပြီး စွန်ကအပေါ် ရောက်သွားပြီဆိုရင်တော့ ဘီးလုံးလေးကိုင်ပြီး အေးဆေးထိုင်နေရုံပဲတဲ့။



စာတစ်အုပ်လုံးကို PDF File ကို ဦးအောင်ဆီပို့ပေးခဲ့ပါတယ်။ အမှာစာ
လေး ရေးပေးဖို့လည်း တောင်းဆိုလိုက်ပါတယ်။
တစ်ရက်အကြာမှာတော့ ဦးအောင်က ဆက်သွယ်လာပြီး အမှာစာလေး
ပေးခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော်အလွန် ပျော်ရွှင်သွားရပါတယ်။ ကျနော်မှာရေး

ကိစ္စနှင့်ပြည်ပရောက်နေတာတောင် ကျွန်တော့်ရဲ့ ကမ်းလှမ်းတောင်းဆို မှုလေးကို အသိအမှတ်ပြု လက်ခံပေးတဲ့အတွက်ကြောင့်ပါ။ ဦးအောင်နှင့် အမှတ်တရအကြောင်းတွေကို ကျွန်တော့်ဇနီးနဲ့ပြောရင်း ဇနီးက မေးတယ် "ကို အရမ်း ပျော်နေတာပေါ့"နော်တဲ့။ ကျွန်တော်က "ဟုတ်တယ် ပျော်တာပေါ့လို့ **"နင်ပိုက်ဆံရှိရင် အောင်သမာဓိက ရွှေတစ်ပိဿာ လည်း ဝယ်လို့ရပေမယ့် နင့်ပိုက်ဆံနဲ့ ဦးအောင်ဆီက ခင်မင်ရင်းနှီးမှု ကိုတော့ ဝယ်လို့ မရဘူးလေ"** လို့ ပြန်ဖြေလိုက်ပါတယ်။

ကျွန်တော်က အရင်ကတည်းက အသိအမှတ်ပြုခံရဖို့ အမြဲကြိုးစားနေ တဲ့သူပါ။ ကျွန်တော်ကြိုးစားပေမယ့်လည်း ချီးကျူးအသိအမှတ်ပြုခံရ တာတွေ သိပ်မရခဲ့ပါဘူး။ မရခဲ့တာတွေ များခဲ့ပါတယ်။

အသိအမှတ်ပြုခံချင်တဲ့ လူငယ်လေးတစ်ယောက်ကို ဦးအောင်လို ပုဂ္ဂိုလ် မျိုးထံကနေ (ကျွန်တော့်ဘက်ကနေ ဘာကျေးဇူးမှမရှိဘဲ) အသိအမှတ် ပြုခံရမှုတွေ အကြိမ်များစွာ ရခဲ့တဲ့အတွက် ဝမ်းသာဂုဏ်ယူမဆုံးပါဘူး။ ဒီလို **အတုလုပ်လို့မရတဲ့ ဘဝရဲ့ မှတ်တမ်းကောင်းတွေအတွက်လည်း အလွန်ပဲ ကျေနပ်ပျော်ရွှင်မိပါတယ်။**

ဦးအောင်နှင့် အန်တီမော်တို့ မိသားစုအားလုံး ကျန်းမာကြပါစေ။လို အင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝပြီး လုပ်ချင်တဲ့အလုပ်များ ပြီးမြောက်အောင် လုပ်ဆောင် နိုင်ကြပါစေဖို့ ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သလိုက်ရပါတယ်။

ဦးအောင်နှင့် အမှတ်တရတွေထဲက အမှတ်တရအချို့ကို ကျွန်တော်ရဲ့ စာအုပ်လေးထဲမှာ မှတ်တမ်းတင်ရင်း၊ ဦးအောင်ကိုလည်း အထူး ကျေးဇူး တင်ရှိပါကြောင်း လေးစားစွာ မှတ်တမ်းတင်လိုက်ရပါတယ်ခင်ဗျာ။

* * *

# စိုင်းလက်ရုံးနှင့် မြင်းလှည်း

ကျွန်တော် မင်္ဂလာဆောင်တစ်ခုကိုသွားရင်း အောင်ပန်းကိုရောက်နေတယ်။ မင်္ဂလာဆောင် အိမ်ထဲမှာ ထိုင်စကားပြောနေတုန်း မာမားရေ မြင်းလှည်းရပ်ပေးပြီဆိုပြီး စိုင်းလက်ရုံး ပြေးဝင်လာတယ်။ ဘာလဲဆိုပြီး ထွက်ကြည့်တော့ မြင်းလှည်းတစ်စီး အိမ်ရှေ့မှာရပ်ပြီး သူခေါ်နေလို့ ရပ်လိုက်တာတဲ့။ သားက "ပါပါ၊ မြင်းစီးချင်တယ်" လို့ ပြောတယ်။

အဲလိုပြောနေတုန်း အိမ်ရှေ့နားမှာထိုင်နေတဲ့ ဦးလေးတစ်ယောက်က ကျွန်တော့်သားလေးကို ကြည့်ပြီး

"သူမြင်းလှည်း တားနေတာ ၃ စီးရှိပြီတဲ့၊ အရှေ့က မြင်းလှည်းတွေက ကလေး တားနေတာဆိုတော့ မရပ်ပေးဘူး"

"ဒီတစ်စီး ရပ်ပေးတာတဲ့ ကျွန်တော်က မြင်းလှည်းဆရာကို ဆရာရေ တစ်ပတ် ပတ်စီးရအောင်ဗျာ" ဆိုပြီး ကျွန်တော့်သားရယ်၊ ကျွန်တော်ရယ်၊ ကျွန်တော့်ဇနီးရယ် အဲဒီအိမ်က ကလေးတစ်ယောက်ကို တင်လိုက်တယ်။ မြို့တစ်ပတ် ပတ်ပြီး အိမ်ပြန်လာလိုက်တယ်။

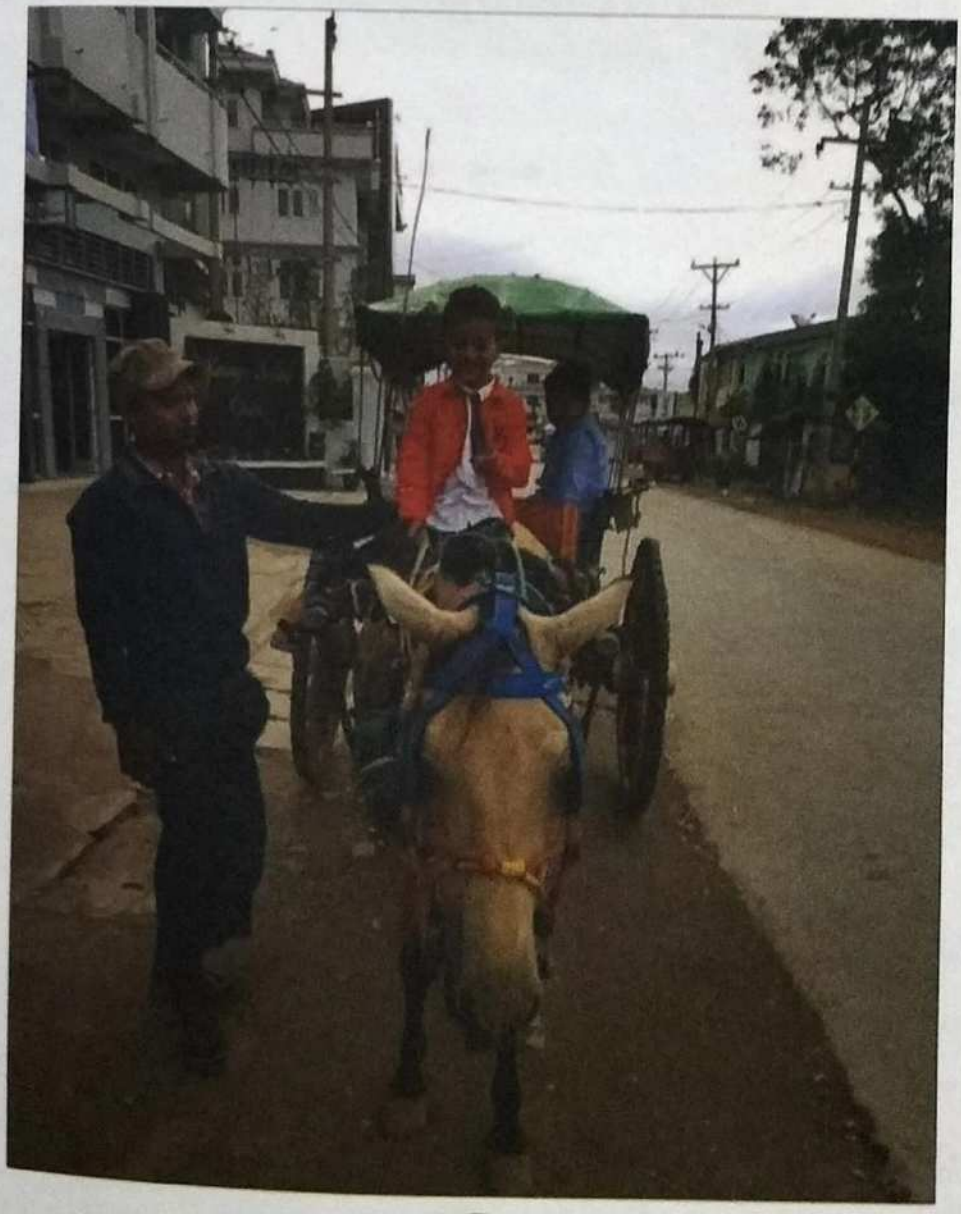
ပြောချင်တာလေးက ပထမမြင်းလှည်း ၃ စီးက ကလေးတားနေတာ သူ ငှားစီးမှာမဟုတ်ဘူးဆိုပြီး ကျော်သွားလိုက်တယ်။

ဒီကနေ ဘာသင်ခန်းစာရလဲဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့တွေဟာ တချို့ အခွင့်အရေးတွေကို ဒါတော့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူးလို့ ကိုယ့်အထင်နဲ့ကိုယ်တွေးပြီး

ဘယ်လောက်တောင် လက်လွတ်လိုက်မိလဲ။

တချို့ စျေးဝယ်သူတွေကို သူတို့က ဝယ်မယ့်ပုံမရှိပါဘူးဆိုပြီး ဘယ်နှကြိမ်လောက် ပေါ့ပေါ့ဆဆနဲ့ ဆက်ဆံလိုက်ပြီးပြီလဲ။

တချို့သူတွေကို ဒီလူက အလကားပါလို့တွေးပြီး ဘယ်လောက် ဂရုမစိုက်ဘဲ နေပြီးပြီလဲ။ တချို့အချိန်တွေကို ငါ့မှာ အချိန်တွေ အများကြီး ရှိပါသေးတယ်ဆိုပြီး ဘယ်လောက်ဖြုန်းတီးလိုက်ပြီးပြီလဲ။ တချို့သူတွေကို ဒီလူက ငါ့လောက် မတတ်ပါဘူးလို့ ကိုယ့်အထင်နဲ့ကိုယ်တွေးပြီး ဘယ်လောက် မလေးမစား လုပ်မိပြီးပြီလဲ။



**တစ်ခါတလေမှာ ကိုယ်မထင်ထားတဲ့နေရာကနေ ကိုယ့်အတွက် အခွင့်အလမ်းတွေ ရလာနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်မထင်ထားတဲ့နေရာကနေ ကိုယ့်အတွက် ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်တွေရလာနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်မမျှော်လင့်ထားတဲ့နေရာကနေ ကိုယ့်အတွက် ပညာတွေ ရလာနိုင်ပါတယ်။**

ကိုယ်မတွေးထားတဲ့နေရာကနေ ကိုယ့်အတွက် အောင်မြင်မှုတွေ ရလာနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ်မထင်မှတ်ထားတဲ့သူတွေဆီကနေ ကိုယ့်အတွက် တန်ဖိုးဖြတ်မရတဲ့ အကူအညီတွေ၊ အသိပညာတွေ အများကြီးရနိုင်ပါတယ်။ ဘယ်အရာကိုမှ ပျေပျေဆဆမလုပ်မိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ အရာအားလုံးကို သတိရှိရှိ ဂရုပြုရပါမယ်။

* * *

# စာတွေနှင့်လက်တွေ့ ဘယ်ဟာပိုအရေးကြီး

စာတွေနှင့်လက်တွေ့(သို့မဟုတ်)အတွေ့အကြုံနှင့် သီအိုရီ။ ဒီအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သတ်ပြီး ဆွေးနွေးမှုတွေ၊ အငြင်းပွားမှုတွေ များစွာရှိပါတယ်။ အတွေ့အကြုံများတဲ့သူတွေကလည်း အတွေ့အကြုံကို ပိုပြီးအားထားကြသလို၊ အတွေ့အကြုံကပိုပြီး အရေးကြီးတယ်လို့ ယုံကြည်ကြတယ်။ Theory ပိုင်း ပိုင်နိုင်ကျွမ်းကျင်တဲ့သူကလည်း Theory ကို စနစ်တကျ အသုံးချ လုပ်ဆောင်ပြီး Theory ပိုင်းက ပိုအရေးကြီးကြောင်း မှတ်ချက်တွေပေးကြပါတယ်။ နှစ်ခုစလုံးကလည်း သူ့နေရာနဲ့သူ လိုအပ်နေပါတယ်။ တချို့နေရာတွေအတွက်ကျတော့ အတွေ့အကြုံတစ်ခုတည်းနဲ့ ရပေမယ့် တချို့ကိစ္စတွေမှာကျပြန်တော့ အတွေ့အကြုံတစ်ခုတည်းနဲ့ မရဘဲ Theory ပါလိုအပ်လာပါတယ်။ တချို့နေရာတွေမှာကျတော့ Theory တစ်ခုတည်းနဲ့ အဆင်မပြေဘဲ အတွေ့အကြုံက စကားပြောလာပြန်တယ်။ ဒီနှစ်ခုက ဟိုဘက် ဒီဘက် အမြဲတမ်းဆွေးနွေး ပြောဆို ငြင်းခုန်နေရတဲ့အကြောင်းအရာတစ်ခု ဖြစ်နေပါတယ်။

အတွေ့အကြုံနဲ့ Theory ဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာလေးကို ကျွန်တော့်ရဲ့အမြင် ကျွန်တော့်ရဲ့ရှုထောင့်ကနေ အပိုင်း (၃) ပိုင်းခွဲပြီး သုံးသပ်ပေးပါမယ်။

ရေကူးသင်ဖို့ လိုအပ်လာတဲ့အခါမှာဆိုရင် စာတွေနဲ့ လက်တွေ့ နှစ်ဦး ဘယ်သူ့ဆီမှာ သင်မလဲ။ စာတွေရှိတဲ့သူကလည်း ပြောတယ်။ သူက ရေကူးနည်းစာအုပ်တွေ အများကြီးဖတ်ထားတယ်၊ ရေကူးနည်း အမျိုးအစားတွေကို စနစ်တကျခွဲခြားပြနိုင်တယ်။ ရေကူးနည်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဗီဒီယိုတွေ

အများကြီးကြည့်ထားတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူကိုယ်တိုင် တစ်ခါမှ ရေထဲ မဆင်းဖူးဘူး။

နောက်တစ်ဦးကတော့ ပင်လယ်ဘေးမှာနေတယ်၊ ငါးဖမ်းတဲ့အလုပ်လုပ်တယ်၊ ယေင်ယက်တည်းက ပင်လယ်ထဲဆင်းပြီး ငါးဖမ်းတဲ့ အလုပ်လုပ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူက ရေကူးနည်းစာအုပ်လဲ တစ်အုပ်မှမဖတ်ဖူးဘူး ရေကူးနည်းအမျိုးအစားတွေရဲ့ နာမည်တွေလဲ သူမသိဘူး၊ ရေကူးနည်းဗီဒီယိုတွေလည်း သူမကြည့်ဖူးဘူး။

အဲဒီနှစ်ဦးဆိုရင် ဘယ်သူ့ဆီမှာ သင်မလဲ။ အလွန်ရှင်းပါတယ်။ အားလုံးက ဒုတိယတစ်ယောက်ဆီမှာပဲ သင်ဖို့ ရွေးချယ်မှာပါ။

ဒုတိယအကြောင်းအရာတစ်ခုက ၁၀ တန်းကျောင်းသားတစ်ဦးက Chemistry (ဓာတုဗေဒ) ဘာသာမှာ ဂုဏ်ထူးထွက်ချင်တယ်၊ ဓာတုဗေဒဘာသာမှာ အမှတ်ပြည့်ရချင်တယ် ဆရာတစ်ယောက်ကို ရွေးချယ်ရမယ်။ ပထမတစ်ဦးက ၁၀ တန်း ဓာတုဗေဒဘာသာရပ် စာအုပ်တွေကို သူမလေ့လာဖူးဘူး၊ ၁၀တန်း ဓာတုဗေဒမေးခွန်း ဟောင်းတွေအကြောင်းလဲ သူမသိဘူး၊ ၁၀ တန်း ဓာတုဗေဒဘာသာရပ် အမှတ်ပေးစည်းမျဉ်းတွေလည်း သူမသိဘူး၊ သူက ဓာတုဗေဒနဲ့ဆိုင်တဲ့ ဓာတ်ခွဲခန်းတွေမှာ နှစ်မျိုးစွာ အလုပ်လုပ်တယ်။ ဓာတုဗေဒလုပ်ငန်းတွေကို ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်တယ်။

ဒုတိယတစ်ဦးကတော့ ဓာတုဗေဒ ဓာတ်ခွဲခန်းလည်း တစ်ခါမှမသွားဖူးဘူး၊ ကိုယ်တိုင် ဓာတ်ခွဲတဲ့အလုပ်လည်း တစ်ခါမှ မလုပ်ဖူးဘူး။ ဒါပေမဲ့ ၁၀ တန်း Chemistry ဘာသာရပ်ကို နှစ်ပေါင်းများစွာ သင်လာတဲ့ ဆရာတစ်ယောက်ဖြစ်တယ်။ ဓာတုဗေဒဘာသာရပ်က Theory တွေ ပုစ္ဆာတွေကို ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စွာ သင်ကြားပေးနိုင်တယ်။

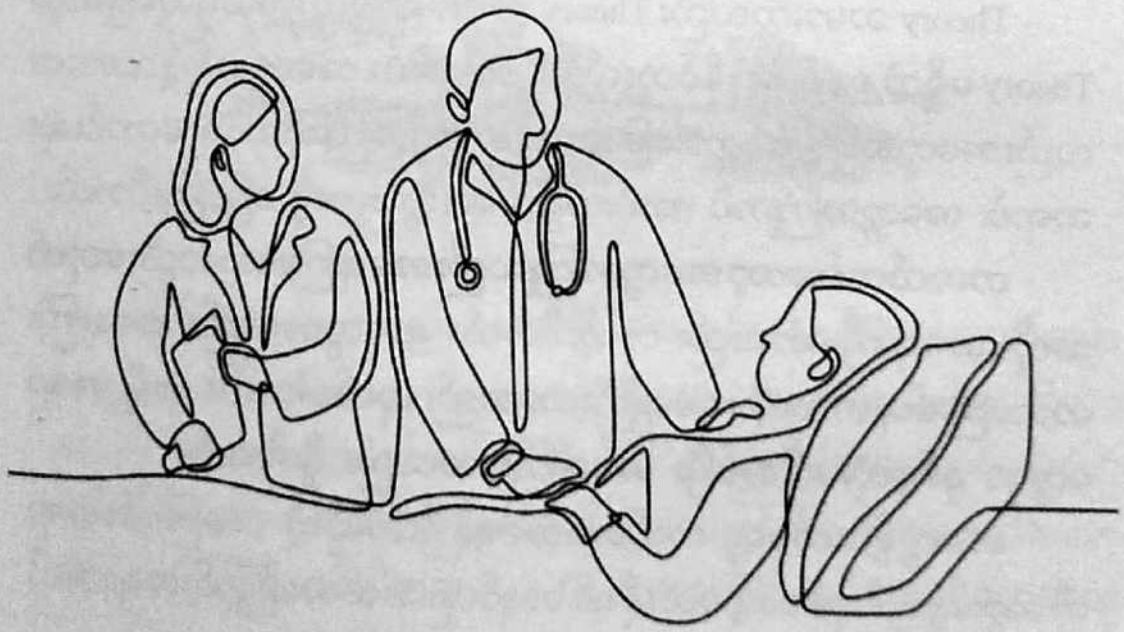
ဒီဆရာနှစ်ယောက်တည်းက တစ်ယောက်ကို ရွေးချယ်ရမယ်ဆိုရင် ဘယ်သူ့ကိုရွေးမလဲ။ ဒါလဲ ရှင်းပါတယ်။ ဒုတိယတစ်ယောက်ကိုပဲ မဖြစ်မနေရွေးရမှာပါ။

တတိယအကြောင်းအရာတစ်ခုက ကျွန်တော့်ရဲ့အမေက နှလုံးခွဲ

စိတ်ရမယ့် ကုသမှုကိုလုပ်ဆောင်ရတော့မယ်။ ဆရာနှစ်ဦးထဲက တစ်ဦးကို ရွေးရမယ်။ ဆရာတစ်ယောက်က နှလုံးအကြောင်းကို စာအုပ်တွေအများကြီးဖတ်ဖူးတယ်၊ နှလုံးခွဲစိတ်တဲ့စာပေတွေ သေချာလေ့လာဖူးတယ်။ နှလုံးခွဲစိတ်မှုလုပ်တဲ့ ဗီဒီယိုတွေအများကြီး ကြည့်ထားတယ်။ နှလုံးအကြောင်းကို သူကောင်းကောင်း နားလည်တယ်။ ဒါပေမဲ့ နှလုံးခွဲစိတ်မှုကို တစ်ခါမှ မလုပ်ဖူးဘူး။

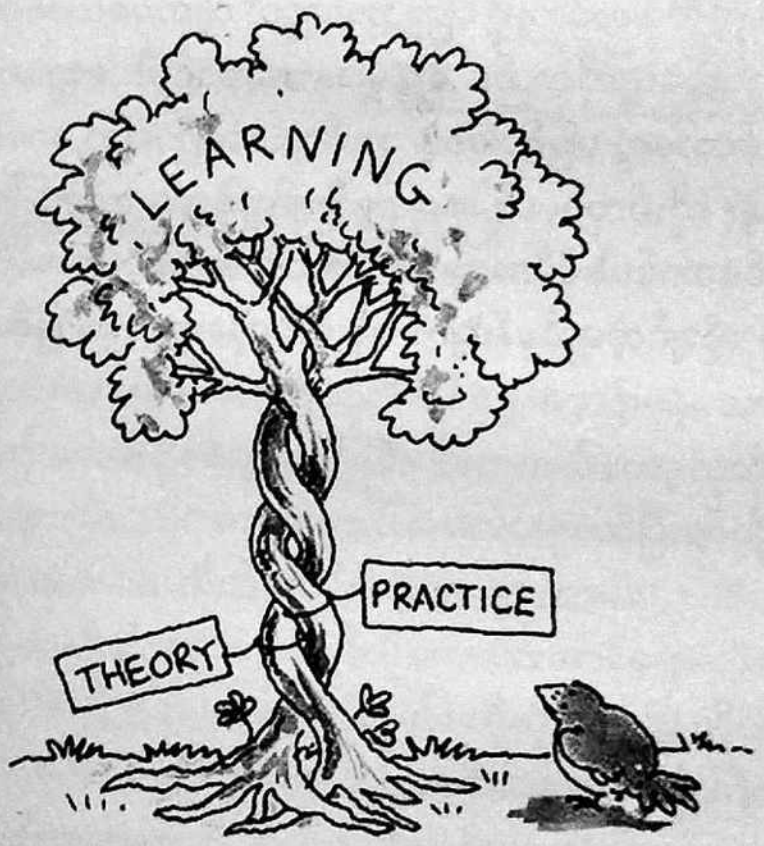
ဒုတိယဆရာတစ်ဦးကတော့ ဆေးရုံတစ်ရုံမှာ အလုပ်လုပ်တယ်။ နှလုံးခွဲစိတ်တဲ့ ပါရဂူနားမှာ လက်ထောက်အနေနဲ့ လုပ်ပေးတယ်။ နှလုံးခွဲစိတ်တာကို နှစ်ပေါင်းများစွာမြင်ဖူးတဲ့ အတွေ့အကြုံရှိတယ်။ သူက ဆေးမှတ်မမီလို့ ဆေးကျောင်းမတက်ခဲ့ရတော့ နှလုံးနဲ့ပတ်သက်တာတွေ စာတွေ့ဘာတစ်ခုမှ မလေ့လာခဲ့ရဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကံကောင်းထောက်မစွာနဲ့ နှလုံးခွဲစိတ်ဆရာဝန်ကြီးရဲ့ အထူးလက်ထောက်တပည့်ဖြစ်နေတော့ လက်တွေ့အနေနဲ့ ခွဲခန်းထဲမှာ သေချာမြင်ဖူးတယ်။ ဆရာဝန်ကြီး ခွဲစိတ်နေတာတွေ ကူပြီးလုပ်ကိုင်ပေးဖူးတယ်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ အတွေ့အကြုံရှိတယ်။ အဲဒီ ဆရာနှစ်ဦးထဲက တစ်ဦးကို ရွေးရမယ်ဆိုရင် ဘယ်သူကို ရွေးမလဲ။

ကျွန်တော်ဆိုရင်တော့ တစ်ယောက်မှရွေးမှာမဟုတ်ဘူး။ နှလုံးခွဲစိတ်ခြင်းကိစ္စမှာတော့ စာတွေ့အနေနဲ့လည်း နှစ်ပေါင်းများစွာလေ့လာဖူး



ကဏ္ဍကို ဆွေးနွေးနေတာလဲဆိုတာ စဉ်းစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကဏ္ဍတွေ မတူတာနဲ့အတူ အရေးကြီးမှုတွေလည်း အနည်းအများကွာသွားပါတယ်။

အဓိကစဉ်းစားရမှာက ကိုဘာလုပ်နေလဲ၊ ကိုယ်လုပ်နေတဲ့အလုပ်မှာ စာတွေ့တစ်ခုတည်း လုံ့လောက်လား၊ အတွေ့အကြုံတစ်ခုတည်း လုံ့လောက်လား၊ နှစ်ခုလုံးလိုလား သေချာစဉ်းစားရပါမယ်။ တစ်ခုတည်းနဲ့ရတာတွေ ရှိသလို နှစ်ခုစလုံး လိုအပ်နေတာလည်း ရှိနေပါတယ်။ ဘယ်ဟာပိုလိုအပ်လဲ လိုအပ်တဲ့ဟာကိုလေ့လာပါ။ နှစ်ခုလုံးလိုအပ်ရင် နှစ်ခုလုံး လေ့လာပါ။




ကျွန်တော်ဆိုရင်လည်း အောင်မြင်ရေးသင်တန်း၊ စီးပွားရေးသင်တန်းတွေ ပို့ချတယ်။ Business Design ဆွဲတာတွေ Marketing Design ဆွဲတာတွေ လုပ်ပေးရတယ်။ တစ်ဖက်မှာ ကိုယ်တိုင်လည်း စီးပွားရေး လုပ်ငန်းတွေ လုပ်ကိုင်နေတယ်။ သင်တန်းတွေ ပို့ချတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ Business Design ဆွဲတာပဲဖြစ်ဖြစ် တစ်ခါတလေမှာ Theory အတိုင်း လုပ်ဆောင်ရတာတွေ

ရမယ်။ နှလုံးအကြောင်းစာတွေအနေနဲ့လည်း ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်ရမယ်။ ဆေးကျောင်းမှာပဲ ပုံစံတူနှလုံးတွေနဲ့ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ လက်တွေ့ခွဲစိတ်လုပ်ဆောင်တာတွေ လုပ်ဖူးရမယ်။ အဲဒါနဲ့ မလုံလောက်သေးဘူး။ နှလုံးခွဲစိတ်ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦးရဲ့ လက်အောက်မှာလဲ နှစ်ပေါင်းများစွာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ဖူးရမယ်။ အဲဒီလို ဆရာဝန်မျိုးကိုပဲ ရွေးချယ်မှာဖြစ်ပါတယ်။

တခြားဥပမာတွေထပ်ပေးမယ်ဆိုရင်လည်း အများကြီးရှိပါသေးတယ်။ ဆံပင်ညှပ်တဲ့သူ နှစ်ယောက်၊ တစ်ယောက်က စာပဲဖတ်ဖူးတယ်။ ဆံပင်ပုံတွေအများကြီး စာအုပ်ထဲမှာ လေ့လာဖူးတယ်၊ တစ်ခါမှ ဆံပင်မညှပ်ဖူးဘူး၊ နောက်တစ်ယောက်ကတော့ ဆံပင်ညှပ်တဲ့ စာအုပ်လည်း မဖတ်ဖူးဘူး၊ ဆံပင်ညှပ်ဆိုင်မှာ အလုပ်လုပ်တယ်၊ ဆံပင်ညှပ်ဆရာနားမှာ အချိန်များစွာသင်ယူပြီး လက်တွေ့ညှပ်ဖူးတယ်။ ဒါပေမဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်မှ မဖတ်ဖူးဘူး။ ဘယ်သူ့ဆီညှပ်မလဲ။ ဒီလိုပဲ လေယာဉ်မောင်းတဲ့ ပိုင်းလော့ ရွေးရမယ်ဆိုရင်ကော၊ ကွန်ပျူတာသင်တန်း ဆရာရွေးရမယ်ဆိုရင်ရော၊ သိုင်းသင်တန်းတက်တော့မယ်ဆိုရင်ကော စသဖြင့် တချို့ အကြောင်းအရာတွေမှာ Theory စာတွေတစ်ခုတည်းနဲ့ ရသလို၊ တချို့အကြောင်းအရာတွေမှာ လက်တွေ့တစ်ခုတည်းနဲ့လည်း ရပါတယ်။ တချို့အကြောင်းအရာတွေမှာ စာတွေရော၊ လက်တွေ့ရော လိုနေအပ်ပါတယ်။

Theory သမားကလည်း Theory ကအရေးကြီးတယ် မရှိလို့မဖြစ်ဘူး၊ Theory မရှိဘဲ စနစ်မကျနိုင်ဘူးလို့ ပြောပါတယ်။ အတွေ့အကြုံသမားကလည်း အတွေ့အကြုံက စကားပြောတယ်၊ အတွေ့အကြုံဆိုတာ အကောင်းဆုံးဆရာပဲ၊ အတွေ့အကြုံကပဲ အဆုံးအဖြတ်ပေးသွားမှာလို့ ပြောကြပါတယ်။

**တကယ်တမ်းတော့ အတွေ့အကြုံလည်း အရေးကြီးတာလည်း မဟုတ်သလို၊ အရေးကြီးတာလည်း ဟုတ်ပါတယ်။ စာတွေကလည်း အရေးကြီးတာလည်းမဟုတ်သလို အရေးကြီးတာလည်း ဟုတ်ပါတယ်။ တချို့နေရာတွေမှာ နှစ်ခုလုံး လိုအပ်ပြီး အရေးကြီးတာလည်း ရှိပါတယ်။**

စာတွေနဲ့လက်တွေ့ ဘယ်ဟာအရေးကြီးလဲဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာကို ဆွေးနွေးငြင်းခုန်တော့မယ်ဆိုရင် အရင်ဆုံး ဘယ်အကြောင်းအရာ ဘယ်

ရှိသလို တစ်ခါတလေမှာ အတွေ့အကြုံပေါ် အခြေခံပြီး လုပ်ဆောင်ရတာတွေ ရှိပါတယ်။

Theory လုံးဝ မသုံးဘဲနေလို့ မရသလို။ Theory ပဲ သုံးနေလို့လည်း မရဘူး။ အတွေ့အကြုံတွေကိုပဲ စံနှုန်းသတ်မှတ်လို့မရသလို အတွေ့အကြုံတွေကိုလည်း ပစ်ပယ်လို့မရဘူး။ လိုအပ်တဲ့နေရာမှာ လိုအပ်သလို ချိန်ဆပြီး အသုံးချနေရပါတယ်။

တချို့က တစ်ဖက်စွန်းရောက်ပြီး အတွေ့အကြုံကပဲအဓိက၊ တချို့ကလည်း Theory ကပဲ အဓိကလို့ ပြောတာတွေကို လိုက်မယောင်စေချင်ဘူး၊ သူများပြောတာတွေကိုလည်း သေချာနားထောင်ပါ တွေဝေတာတွေ၊ အာရုံနောက်တာတွေ မဖြစ်ပါစေနဲ့၊ ဘယ်သူဘာပြောပြော ဝေဝါးတာတွေ မဖြစ်ပါစေနဲ့။ ကိုယ်လုပ်မယ့် အကြောင်းအရာနဲ့သာ ချင့်ချိန်ပြီး သေချာစဉ်းစားလုပ်ဆောင်ပါ။ မိမိအတွက် တကယ်လိုအပ်တာ၊ တကယ်ကိုက်ညီတာဖြစ်မှပဲ လိုချင်တဲ့ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်ကိုရောက်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

* * *

# ကိုယ့်စာမေးပွဲ ကိုယ်ဖြေရတာပါ

ကျောင်းသားချင်းအတူတူ ကိုယ်တိုင်ကျ အတန်းမှန်အောင် မတက်ဘဲ သူများကို စာမေးပွဲ စစ်ချင်နေကြတယ်။ တကယ်တော့ လူတိုင်းက ဘဝကျောင်းထဲမှာ ကိုယ်တိုင် စာသင်တယ်၊ လေ့လာရတယ် ပြီးရင် ကိုယ့်စာမေးပွဲ ကိုယ်ဖြေရတာပါ။ ကိုယ့်သမိုင်း ကိုယ်ရေးရတာပါ။

တချို့ကျ ကိုယ့်သမိုင်းကို ဘယ်လိုကောင်းအောင်ရေးမလဲ မတွေးဘူး။ သူများသမိုင်း လိုက်ဝေဖန်ချင်ကြတယ်။ ကိုယ့်စာမေးပွဲ ကိုယ်အောင်ဖို့ ဘယ်လိုဖြေရမလဲ မစဉ်းစားဘူး။ သူများကို စာမေးပွဲစစ်ဖို့ ကြိုးစားနေကြတယ်။ ကိုယ့်ဘဝအတွက် ကိုယ်လုပ်စရာရှိတာ ကိုယ်လုပ်ရမှာပါ။ ကိုယ်လုပ်ခဲ့တဲ့အရာတွေကို ပြန်သုံးသပ်ရမှာပါ။ ပြီးရင် ကိုယ့်စာမေးပွဲကို ဖြေရမှာပါ။

တခြားသူတွေရဲ့ အားနည်းချက်ကို လိုက်ရှာနေတာ၊ တခြားသူတွေကို လိုက်ဝေဖန်နေတာ၊ ဟိုလိုလုပ်ရမှာ၊ ဒီလိုလုပ်ရမှာ၊ ဟိုဟာက ဟိုလိုဖြစ်တယ်၊ ဒီဟာက ဒီလိုဖြစ်တယ် လိုက်ဝေဖန်နေတဲ့သူတွေက တကယ်တော့ သနားစရာပါ။ ဘာနဲ့တူလဲဆိုတော့ ကျောင်းသားချင်းအတူတူ ကိုယ်တိုင်

ကျ အတန်းမှန်အောင် မတတ်ဘဲ သူများကို စာမေးပွဲ စစ်ချင်နေကြတဲ့သူ နဲ့ တူပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် နောက်ဆုံး အဆုံးအဖြတ်ပေးမှာက အောင်စာရင်းစာ ရွက်ပါပဲ။ ကိုယ့်အောင်စာရင်းမှာ ကျန်းမာရေးက အမှတ်ဘယ်လောက် ရလဲ၊ ပျော်ရွှင်ခြင်းက အမှတ်ဘယ်လောက်ရလဲ၊ မိသားစုဘဝ အမှတ် ဘယ် လောက်ရလဲ၊ အချိန်လွတ်လပ်မှုက အမှတ်ဘယ်လောက်ရလဲ၊ ပညာရေး က အမှတ်ဘယ်လောက်ရလဲ၊ ဘာသာရေးက အမှတ်ဘယ်လောက်ရလဲ ဒါအရေးကြီးပါတယ်။

**ကိုယ့်စာမေးပွဲအတွက်ကိုပြင်ဆင်ပါ။**

**ကိုယ့်အတွက်ကိုယ်စဉ်းစားပါ။**

ကိုယ့်အမှတ်စာရင်းထွက်လာရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကြွေနေဖို့က အရေး ကြီးပါတယ်။ ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲဖြစ်ပါစေ။

* * *

# ပင်လယ်ရေ

ပင်လယ်ရေသောက်လို့မကုန်ဘူးဆိုရင် တခြားနေရာ သွားသောက်ပါ။ သူများ ရှာထားတဲ့နေရာ၊ ကြည်လင်အောင် လုပ်ထားတဲ့နေရာ၊ သန့်ရှင်းအောင် လုပ်ထားတဲ့နေရာ၊ ခပ်ဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်အောင်လုပ်ထားတဲ့နေရာ၊ ဦးထားတဲ့နေရာတွေကိုတော့ လုပြီး သွားမသောက်နဲ့ပေါ့၊ လူလည်ကျပြီး သွားမသောက်နဲ့ပေါ့၊ ခိုးပြီး သွားမသောက်နဲ့ပေါ့။ လူတွေကြားမှာ လူကျင့်ဝတ်ရှိသလို စီးပွားရေးမှာလည်း စီးပွားရေးကျင့်ဝတ် ရှိပါတယ်။

iPhone နဲ့ Samsung လည်း ပြိုင်နေတာပဲ အပြန်အလှန် တရားစွဲနေတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ၂ မျိုးလုံးက စျေးတက်ပြီးရင် တက်သွားကြတယ်။ ဒီမှာက ပြိုင်ရင်းပြိုင်ရင်းနဲ့ စျေးတွေ ကျပြီးရင်းကျ၊အတုတွေ ပေါ်ပြီးရင်းပေါ်၊ စျေးကွက်တွေ ပျက်ရင်းနဲ့ပျက် တဖြည်းဖြည်း ဦးနာအောက်လို ဖြစ်နေပြီ။

Business မှာ Brand ဖြစ်အောင်လုပ်၊ Personal လည်း Brand ဖြစ်အောင်လုပ်၊ Product လည်း Brand ဖြစ်အောင်လုပ်၊ Company လည်း Brand ဖြစ်အောင်လုပ်၊ Brand ဖြစ်ပြီဆိုရင် အောက်လုံးတွေနဲ့ ပြိုင်စရာမလိုတော့ပါဘူး။ စျေးကွက်ဖျက်ပြီး ပြိုင်စရာမလိုတော့ပါဘူး။ ကျင့်ဝတ်ဖောက်ပြီး

ပြိုင်ဝင်ရာ မလိုတော့ပါဘူး။ သူများနေရာက ပင်လယ်ရေ သွားလုသောက် စရာမလိုတော့ပါဘူး။

Brand ဖြစ်လာပြီဆိုရင် ကိုယ်ပိုင် ပင်လယ်ပြာ(Blue Ocean) ထဲမှာ အေး ဆေး နီးပန်ဆဲ ထိုင်သောက်နေရုံပဲ။ ဒါကြောင့် Brand ဖြစ်အောင် လုပ်ပါ။

| | |
|---|---|
| ကိုယ် Business ကို | ကိုယ်ကြွေးအောင်လုပ် |
| ကိုယ် Product ကို | ကိုယ်ကြွေးအောင်လုပ် |
| ကိုယ် Company ကို | ကိုယ်ကြွေးအောင်လုပ် |
| ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် | ကြွေးအောင်လုပ် |
| ကိုယ် Crush တ | ကိုယ်ပဲဖြစ်ပါတော။ |

* * *

# တစ်နေ့ဆိုတာ ဘယ်တော့လဲ

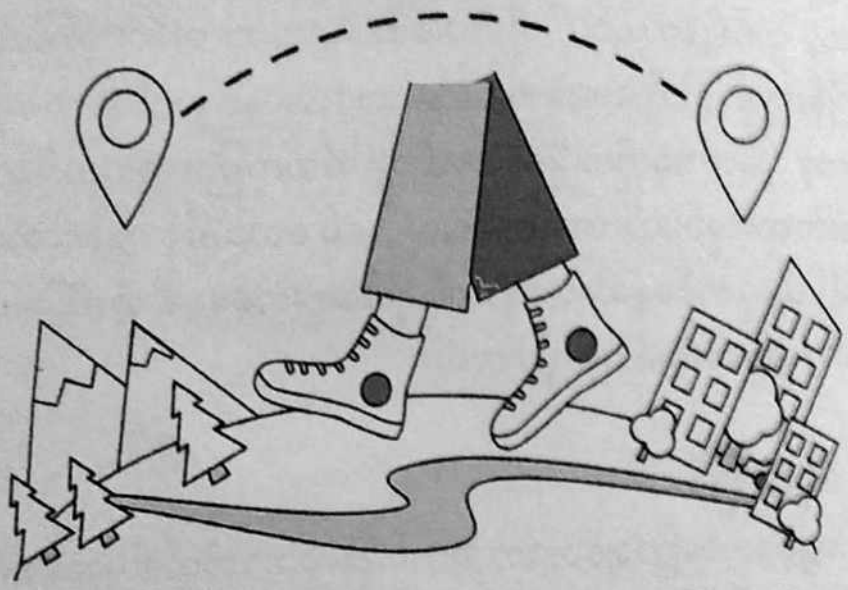
လူ တော်တော်များများ ပြောလေ့ပြောထရှိတဲ့အကြောင်းအရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကျွန်တော် နည်းနည်းလေး မျှဝေချင်ပါတယ်။ အဲဒါ ဘာလဲဆိုတော့ တစ်ချိန်ကျရင် ငါတို့အေးအေးဆေးဆေး အနားယူကြမယ်တို့၊ တစ်ချိန်ကျရင် ငါတို့ အေးအေးဆေးဆေးလေးနေကြမယ်တို့၊ တစ်ချိန်ကျရင်တော့ ငါ့မိသားစုကိုအချိန်ပေးမယ်တို့၊ အသက်ကြီးလာတဲ့အချိန်ကျရင် ဘုရားတရားလုပ်မယ်၊ ဘာသာရေးလုပ်မယ် စသည်ဖြင့် ကျွန်တော်တို့မှာ တစ်ချိန်ဆိုတဲ့ တစ်နေ့ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်တွေ၊ တစ်နေ့ဆိုတဲ့ အိပ်မက်တွေနဲ့ စကားပြောလေ့ပြောထရှိပါတယ်။

## ခရီးထွက်ခြင်း

ကျွန်တော်ပြောချင်တာက အဲ့တစ်ချိန်ဆိုတာ ဘယ်တော့ရောက်လာမှာလဲ။ အဲ့တစ်ချိန်ရောက်တဲ့အချိန်မှာ အပန်းဖြေခရီးထွက်မယ်လို့ စိတ်ကူးလိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲ့တစ်ချိန်ရောက်တဲ့အချိန်က ဘယ်တော့လဲ၊ အဲ့တစ်ချိန်ရောက်တဲ့အချိန်မှာရော ကျွန်တော်တို့ကျန်းမာရေးတွေ ကောင်းနေမှာလား၊ အဲ့တစ်ချိန်ရောက်တဲ့အချိန်မှာရော ကျွန်တော်တို့အားအင်တွေရှိမှာလား၊ အဲ့တစ်ချိန်ရောက်တဲ့အချိန်မှာ ကျွန်တော်တို့အချိန်တွေ ရှိမှာလား။ မိမိဘဝမှာထား ထားတဲ့ရည်မှန်းချက်တွေက အဲ့ OneDay ဆိုတဲ့ နောက်တစ်ချိန်မှဖြည့်စရာမလိုဘဲ၊ အခုလည်း ကျွန်တော်တို့ ဖြည့်လို့ရပါတယ်။

အေးအေးဆေးဆေးတစ်ချိန်ကျ ခရီးထွက်မယ်ဆိုရင် အခုရောထွက်လို့ မရဘူးလားလို့ ကျွန်တော် မေးချင်ပါတယ်။ အဲ့လိုမေးတဲ့အချိန်မှာ လူတွေက ခရီးဆိုတာနဲ့ ဟိုအဝေးကြီး အမေရိကန်တွေသွားမှ၊ ဂျပန်တွေ သွား

မှ၊ ဟိုမြို့တော်ကျွန်းစုတွေ သွားမှ၊ ဟိုပူတာအိုတွေသွားမှ ခရီးလို့ သတ်မှတ်တယ်။ တကယ်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ခရီးဆိုတာ ကျွန်တော်တို့မြို့လေးမှာ ရှိတဲ့၊ အနီးအနားမှာရှိတဲ့ နေ့ချင်းပြန် One Day Trip သွားတာလည်း ခရီးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ One Day Trip လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ တစ်လမှာ တစ်ရက်လောက် ကတော့ အားလပ်ရက်အတွက် အချိန်ထုတ်လို့ရပါတယ်။ မိသားစုနဲ့အတူ တူ ကိုယ်ရဲ့မြို့အနီးနားမှာရှိတဲ့ တစ်နေရာကို သွားလိုက်တာလည်း ခရီး တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။



တချို့ကလည်း ခရီးထွက်တယ်ဆိုတာ ပိုက်ဆံရှိတဲ့သူတွေအတွက်ပဲ အဆင်ပြေတာ၊ ခရီးထွက်ရင် ပိုက်ဆံတွေအများကြီးသုံးရတယ်၊ ပိုက်ဆံ ကုန်တယ်၊ ပိုက်ဆံမရှိရင် ခရီးထွက်ဖို့မလွယ်ပါဘူး စသဖြင့်ပေါ့။

မိမိရဲ့မြို့စွန်၊ မြို့ထွက်၊ တောစပ်တစ်နေရာရာကိုသွားတာ၊ ကိုယ့်မြို့ရဲ့ အနီးက ညောင်ပင်ကြီးလို အပင်ကြီးတွေရှိတဲ့ စိမ်းလန်းတဲ့နေရာလေးကို သွားတာလည်း ခရီးဖြစ်ပါတယ်။ မနက်စောစော စားစရာတွေ၊ ချက်ပြုတ် စရာတွေယူပြီး မိသားစုနဲ့အတူသွား၊ တစ်နေကုန်စကားတွေပြော၊ ကလေး တွေနဲ့ဆော့ကစားပြီး ညနေမှ အိမ်ပြန်လာရင်လည်း ခရီးထွက်ပြီး အနားယူ သက့ဲသို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ့်မြို့မှာ ရေချောင်း၊ ရေကန်လေးရှိတယ်ဆိုရင်လည်း စားစရာတွေ၊ အသီးအနှံတွေနဲ့ငါးမျှားတံလေးတွေယူပြီး မိသားစုနဲ့အတူ မနက်အစောကြီးသွား၊ တစ်နေကုန် အစားစားလိုက်၊ ငါးမျှားလိုက်၊ ရေကူးလိုက်နဲ့ ပျော်ပျော်ပါးပါးဖြတ်သန်းပြီး ညနေမှ အိမ်ပြန်လာတာလည်း ခရီးဖြစ်ပါတယ်။

One Day Trip သွားနိုင်တဲ့သူကလည်း သွား၊ နှစ်ရက်၊ သုံးရက် (ရက်တို) ခရီးသွားဖို့အချိန်ပေးနိုင်တဲ့သူကလည်း သွား၊ မရောက်ဖူးတဲ့နေရာတွေ၊ မရောက်ဖူးတဲ့နိုင်ငံတွေ၊ အဝေးကြီးသွားရတဲ့ခရီးတွေကို မိသားစုနဲ့အတူ အချိန်ပေးပြီး သွားနိုင်တဲ့သူကသွား အဆင်ပြေသလို မိသားစုနဲ့ အချိန်ပေးပြီး ခရီးသွားပါ။

## မိသားစုခရီးထွက်ဖို့ကိုခက်အောင်မလုပ်ပါနဲ့

ကျွန်တော်တို့က အမြဲတမ်း ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်းသုံးပြီး သွားလာလှုပ်ရှား လုပ်ကိုင်နေရသလို ဦးနှောက်ကလည်း တွေးခေါ် စဉ်းစားပြီး အကြံထုတ် အလုပ်လုပ်နေရပါတယ်။ အချိန်ကြာလာတာနဲ့အမျှ လူပင်ပန်း၊ စိတ်ပင်ပန်းတာတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဦးနှောက်ကလည်း အသုံးပြုတာများတဲ့ အတွက်ကြောင့် အနားပေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ မိသားစုနဲ့ အချိန်ထုတ်ပြီး မရောက်ဖူးတဲ့နေရာတွေ သွားတာ၊ ခရီးတွေ ထွက်ပေးတာ၊ မတူညီတဲ့ နေရာဒေသတွေ သွားလိုက်တာတွေကြောင့် ဦးနှောက်က လန်းဆန်းပြီး အတွေးတွေ၊ စိတ်ကူးဉာဏ်အသစ်တွေ အများကြီး ထွက်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မကြာမကြာ ခရီးထွက်ပါ။

## မိသားစုအချိန်ပေးခြင်း

ဒီနေ့ခေတ်မှာ လူအများစုက အလုပ်တွေ အများကြီးလုပ်ပြီး မအားကြတော့ဘူး၊ စက်ရုပ်တွေလိုပဲ မနက်မိုးလင်းကနေ ညနေအထိ အလုပ်တွေ လုပ်ကြတယ်။ အဖေကလည်း အချိန်ပြည့် အလုပ်၊ အမေကလည်း အချိန်ပြည့် အလုပ်၊ သားသမီးတွေကလည်း အချိန်ပြည့် ကျောင်းတွေ၊ သင်တန်းတွေနဲ့ မိသားစုဆုံပြီး ထမင်းစားတာ၊ စကားပြောတာ၊ အချိန်ပေးတာတွေ

မလုပ်နိုင်ကြတော့ဘူး။

**သူစိမ်းတွေနဲ့ မိသားစုတွေဖြစ်နေကြပြီး မိသားစုနဲ့ကျတော့ သူစိမ်းတွေလို ဖြစ်နေကြပါတယ်။** တိုးတက်လာတဲ့ခေတ်ကြီးမှာ ကလေးတွေကလည်း မိဘရှိရဲ့သားနဲ့ မိဘမဲ့တွေလို ဖြစ်နေကြတယ်။

တကယ်တမ်း သေချာပြန်စဉ်းစားကြည့်မယ်ဆိုရင် မိသားစုကိုနေ့တိုင်းအချိန်ပေးလို့ရပါတယ်။ မနက်စာ (Breakfast) ကို မိသားစုနဲ့အတူတူစကားပြောရင်း စားလို့ရသလို၊ ညစာ (Dinner) ကိုလည်း မိသားစုနဲ့ အတူတူစကားပြောရင်း လက်ဆုံစားလို့ရပါတယ်။ တကယ်ဆိုရင် နေ့တိုင်း မိသားစုကို အချိန်ပေးလို့ရပါတယ်။ (အကြောင်းကိစ္စတွေကြောင့် ခရီးထွက်တာကလွဲလို့ပေါ့)။ ဒါကြောင့် မိသားစုကို အချိန်ပေးဖို့ လုပ်ဆောင်ပါ။ မိသားစုနဲ့ အတူ လက်ဆုံထမင်းမစားဖြစ်တာ ဘယ်လောက်ကြာပြီလဲ တွေးကြည့်ပါ။ မိသားစုစကားပြောဖို့၊ လက်ဆုံထမင်းစားဖို့ အစီအစဉ်ဆွဲပါ။ မိသားစုကို အချိန်ပေးဖို့ လုပ်ဆောင်ပါ။

## အနားယူခြင်း

လူအများ ပြောလေ့ပြောထရှိတဲ့စကားကတော့ အသက်ကြီးလာတဲ့အခါမှာ အေးဆေးအနားယူမယ်ဆိုတဲ့စကားဖြစ်ပါတယ်။ အသက်ကြီးလာရင် အေးအေးချမ်းချမ်းလေးပဲ အနားယူပြီး နေချင်တယ်ဆိုပြီး Facebook မှာလည်း Post တွေတင်တတ်ကြပါတယ်။ အနားယူတယ်ဆိုတာ အခုရောလုပ်လို့ မရဘူးလား၊ အသက်ကြီးမှပဲလုပ်လို့ရမှာလား။ တကယ်တော့ ဘယ်အချိန်မဆို လုပ်လို့ရပါတယ်။ အနားယူတယ်ဆိုတာ Five Star Hotel တွေရဲ့ Luxury အခန်းတွေမှာသွားနေ၊ ရေကူးကန်မှာ ရေကူး၊ Dinner ကို ဒေါ်လာနဲ့ European Food တွေ စားတာကိုမှ အနားယူတယ်မခေါ်ပါဘူး။

ညနေ (၅)နာရီ အလုပ်သိမ်းပြီးတာနဲ့ ဖုန်းပိတ်(သို့) Silent လုပ်၊ တစ်ညလုံး အေးဆေးနားဖို့အတွက် ပြင်ဆင်၊ ရေကို အကြာကြီးဇိမ်ခံပြီး ချိုး၊ ညစာကို စိန်ပြေနားပြေစား၊ စာဖတ်လိုက်၊ တရားထိုင်လိုက်၊ ပန်းချီဆွဲလိုက် ဒါမှမဟုတ် ကိုယ်ဝါသနာပါတာလေး လုပ်ပြီးလည်း အနားယူလို့ရပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ် အလုပ်သိမ်းပြီး ရေကိုအေးဆေးဇိမ်ခံချိုး၊ စားစရာတွေ အအေးတွေယူပြီး ကိုယ့်မြို့လေးရဲ့ တောင်ပုလေးတစ်ခုပေါ် တက်ပြီး နေဝင်တာကိုကြည့်တာလဲ အနားယူတာဖြစ်ပါတယ်။ နေဝင်တာကြည့်ပြီး အိမ်ပြန်လာ မိမိဝါသနာပါတာတွေလုပ်၊ မနက်အစောကြီးနေမထွက်ခင် ထ၊ တရားခဏထိုင်ပြီး အပြင်ထွက်လမ်းလျှောက်၊ တောင်ထိပ်လေးပေါ် တက်ပြီး နေထွက်တာသွားကြည့်တာလည်း အနားယူတာဖြစ်ပါတယ်။

နေဝင်တာ နေထွက်တာကို အရသာခံပြီး မကြည့်ဖြစ်တာ ဘယ်လောက်ကြာပြီလဲ။ လပြည့်ညရဲ့ ပြည့်ဝန်းနေတဲ့ နို့နှစ်ရွှေရောင်လမင်းကြီးကို အေးဆေးထိုင်ကြည့်ပြီး ငယ်ငယ်တုန်းက ပျော်စရာအကြောင်းတွေ မစဉ်းစားဖြစ်တာ ဘယ်လောက်ကြာပြီလဲ။

အနားယူတယ်ဆိုတာ နိုင်ငံခြားထွက်ပြီး အကောင်းစား Hotel တွေမှာတည်း၊ အကောင်းစား အစားအစာတွေ စားတာမှ မဟုတ်ပါဘူး။ လုပ်တတ်မယ်ဆိုရင် အရမ်းလွယ်ပါတယ်။ တစ်လ တစ်ရက် အနားယူလို့လည်း

ရသလို တစ်ပတ်တစ်ရက်လည်း အနားယူလို့ရပါတယ်။

**သင်သာဆန္ဒရှိမယ်ဆိုရင် နေ့တိုင်းတောင် အနားယူလို့ ရပါတယ်။**

အားလုံးကို ခဏမေ့ပြီး ကိုယ်ရောစိတ်ပါ အနားမယူတာ ဘယ်လောက် ကြာပြီလဲ။ အခုရောအနားယူဖို့ အစီအစဉ်တွေရှိပြီလား၊ မရှိသေးရင် လုပ်လိုက်ပါဦး။

**ဘာသာတရား**

ကျွန်တော်နောက်ဆုံး ပြောချင်တာက ဘာသာတရား။ အသက်ကြီးလာရင် ဘုရားတရားလုပ်ပြီးပဲ နေတော့မယ်။ ငယ်တုန်းပညာရှာ၊ အရွယ်ကောင်းတုန်း ဥစ္စာရှာ၊ အသက်ကြီးရင် တရားရှာဆိုပြီးတော့လည်း ပြောကြတာရှိပါတယ်။ ဘုရားတရားက အသက်ကြီးမှ လုပ်ရမယ့်အရာမဟုတ်သလို ပညာဆိုတာလဲ ငယ်တုန်းပဲရှာလို့ရတာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ ငယ်စဉ်ကတည်းက ဘုရား သိရမယ်၊ တရားရှိရမယ်။ ဘုရားမသိ၊ တရားမရှိဘူးဆိုရင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွေ၊ မနာလိုစိတ်တွေ၊ အကုသိုလ်စိတ်တွေနဲ့ အမြဲပူလောင်နေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကောင်းအဆိုး၊ အကြောင်းအကျိုး မခွဲခြားနိုင်တော့ပါဘူး။ လုပ်သင့်တာ၊ မလုပ်သင့်တာတွေလည်း မဆင်ခြင်နိုင်တော့ပါဘူး။ တရားမျှတမှုရှိတာတွေ၊ တရားမျှတမှု မရှိတာတွေလည်း မခွဲခြားနိုင်တော့ဘဲ လောဘရမက်တွေ၊ မှားယွင်းမှုတွေ၊ မဆင်ခြင်မှုတွေနဲ့ဘဲ အဆင်မပြေမှုတွေ၊ အမုန်းတွေ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းသဘောတွေကို နားလည်မယ်၊ ကံ၏အကျိုးအလုပ်၏အကျိုးကို သဘောပေါက်မယ်၊ မိမိရဲ့ လုံ့လဝီရိယတွေကို အပြည့်အဝစိုက်ထုတ်မယ်၊ တစ်ဖက်မှာလည်း ဘုရားကို သတိရှိပြီး တရားကို ရှုမြင်မယ်ဆိုရင် ဘဝရဲ့ရှင်သန်ရပ်တည်မှုတွေက အဓိပ္ပာယ်ရှိပြီး စိတ်အေးချမ်း သာယာလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဘုရားမသိ၊ တရားမရှိဘူးဆိုရင် လောဘမောဟဒေါသတွေ မျှားလာမယ်၊ မနာလိုဝန်တိုစိတ်တွေကြောင့် အမြဲပူလောင်နေမယ်။ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ တခြားသူတစ်ယောက်ယောက် အဆင်ပြေပြီး အောင်မြင်နေတာ

တွေ တွေရင်လည်း ချစ်တဲ့မျက်စိတွေ၊ မုဒိတာစိတ်တွေထားနိုင်မှာမဟုတ်ဘူး။

သူများ အဆင်ပြေပြီး အောင်မြင်နေတာကို စိတ်ထဲမှာ မနာလိုမှုတွေနဲ့ မကျေမနပ်ဖြစ်ပြီး နှုတ်ကပါ-

"ဒီကောင်ဘာတွေမဟုတ်တာတွေလုပ်လဲမသိဘူး"

"ဒီကောင်တစ်ချိန်ကျရင် ခွေးကျ၊ ဝက်ကျ ကျမှာပါ"

"ဒီကောင် ဘာကောင်မှ မဟုတ်ပါဘူး၊ အလကားမာန်တက်နေတာ၊ ပြုတ်ကျတဲ့အခါမှ သိမယ်"

စသဖြင့် လူတကာကို လိုက်ပြောနေတာတွေ၊ မနာလိုစိတ်တွေကြောင့် မျက်နှာမှာ အကြည်ဓာတ်ပျောက်တာတွေ ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။

မနာလိုဝန်တိုစိတ် များတဲ့သူတွေကို တွေ့ဖူးပါလိမ့်မယ်။ သူတို့ မျက်နှာက အကြည်ဓာတ်မရှိဘူး၊ နှုတ်ကလည်း သူများမကောင်းကြောင်းတွေ၊ အတင်းအဖျင်းတွေ မနာလိုစိတ်ကြောင့်ဖြစ်လာတဲ့ စကားလုံးတွေပဲ ထွက်နေပါတယ်။ မနာလိုစိတ်ရှိတဲ့သူတွေ စုမိပြီဆိုရင် အားရပါးရ ရယ်မောပြီး သူများအကြောင်းကို အပုပ်ချ ပြောဆိုနေတာတွေ၊ တခြားသူရဲ့ အောင်မြင်မှုကို မရှုစိမ့်တာတွေကိုသာ ဝိုင်းဖွဲ့ပြီးပြောကြ ထောက်ခံကြနဲ့ ဟန်ဆောင်ပျော်ရွှင်နေတာတွေ တွေ့ရပါမယ်။

သူတို့ကိုကြည့်လိုက်ရင် အမြဲတမ်းပူလောင်နေတယ်၊ သူတို့ဆီက ထွက်လာတဲ့ စကားလုံးတွေကလည်း ပူလောင်နေတယ်။ တချို့ဆို သူတို့နာမည်ကြားရင်ကို ပူလောင်နေပါတယ်။

တချို့သူတွေရဲ့ မနာလိုဝန်တိုစိတ်တွေ၊ တရားမသိတာတွေ၊ အကုသိုလ်စိတ်တွေ ဘယ်လောက်များလဲဆိုရင် အဲလူနာမည်ကြားတာနဲ့ တခြားသူတွေ ပူလောင်သွားတယ်။ အဲလူ အကြောင်းကြားရင်ကိုပဲ ကိုယ့်ဆီက Energy တွေ စုပ်ယူခံလိုက်ရသလို ခံစားရတယ်။ အဲလူနာမည်လည်း မကြားချင်ဘူး၊ သူ့ကိုလဲ မမြင်ချင်ဘူး၊ သူ့အကြောင်းလဲ မကြားချင်ဘူးဆိုတာမျိုးတွေ ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒါ အကုသိုလ်စိတ်ကြောင့်ဖြစ်လာတဲ့ Bad Energy ပဲ။

တရားရှိတဲ့သူကျတော့ အဲလိုမဟုတ်ဘူး။ အကောင်းမြင်စိတ်ရှိတယ်၊ တခြားသူတွေရဲ့အဆင်ပြေမှုတွေအတွက် ဝမ်းသာစိတ်ရှိတယ်။ တခြားသူတွေရဲ့ အောင်မြင်မှုတွေအတွက် မုဒိတာစိတ်တွေရှိတယ်။ သူ့ရဲ့နှလုံးသားက ကောင်းတဲ့အတွက်ကြောင့် အရာရာအပေါ်မှာ အကောင်းမြင်စိတ်နဲ့ မြင်နိုင်တယ်။ တခြားသူတွေရဲ့ အောင်မြင်မှုကိုလည်း မြင်သလို၊ အောင်မြင်အောင်ကြိုးစားလာတဲ့ကောင်းတဲ့အချက်တွေကိုလည်းမြင်ပြီး အားကျအတုယူတယ်၊ ကောင်းတာတွေ တွေးနိုင်တယ်။

**နှလုံးသားမကောင်းတဲ့သူကျတော့ အောင်မြင်နေတဲ့ တခြားသူတွေရဲ့ကောင်းတဲ့အချက်တွေကို မမြင်နိုင်ဘဲ၊ နှလုံးသားကောင်းတဲ့သူကျတော့ အကောင်းမြင်နိုင်သွားပါတယ်။**


**အကောင်းမြင်နိုင်ဖို့ အမြင်ကောင်းတဲ့ မျက်စိရှိဖို့လိုပါတယ်၊**
**အမြင်ကောင်းတဲ့ မျက်စိရှိဖို့ နှလုံးသားကောင်းဖို့လိုပါတယ်။**

ပါ။ အရင်တုန်းကလည်း လုပ်မယ်ဆိုပြီး မလုပ်ဖြစ်တဲ့အရာတွေအတွက် ဘယ်လောက်တောင် နောင်တရပြီးပြီလဲ၊ ထပ်ပြီးနောင်တ မရစေနဲ့တော့ ဗျာ။

တစ်နေ့ကျရင်ဆိုတဲ့ဟာကို မမ့်ပစ်လိုက်၊ တောတောင်ကြီးရဲ့ အောက်ထဲမှာရှိနေတဲ့ ရွှေတစ်ပိဿာထက်၊ လက်ထဲမှာရှိတဲ့ ရွှေတစ်ကျပ်သားက ပိုတန်ဖိုးရှိပါတယ်။ တောင်ထဲက ရွှေတစ်ပိဿာက ကျွန်တော်တို့ ရနိုင်မလား မသေချာဘူး၊ တူးနိုင်မလားလဲမသိဘူး၊ အဲဒါကြီးတူးဖို့ အင်အားတွေ၊ အချိန်တွေ ရှိမလားလည်း မသိဘူး။ တကယ်ရဖို့ မရဖို့ မသေချာဘူး၊ လက်ထဲက ရွှေတစ်ကျပ်သားကတော့ တန်ဖိုးရှိပါတယ်။

တစ်နေ့ဆိုတာ တကယ်ရမှာလားမသိဘူး၊ ရခဲ့ရင်ရော အချိန်တွေရှိမလား၊ အင်အားတွေရှိမလား မသိဘူး၊ ကျွန်တော်တို့ ပြောနေတဲ့ တစ်နေ့ဆိုတာ ကျွန်တော်တို့ တကယ်ပိုင်ဆိုင်နိုင်မလားလဲမသိဘူး၊ အခုရှိနေတဲ့ တစ်နေ့ကတော့ တန်ဖိုးဖြတ်မရပါဘူး။ အခုဆိုတာ စွမ်းအားပဲ၊ အခုဆိုတာ စွမ်းအင်ပဲ၊ အခုဆိုတာ အခွင့်အလမ်းပဲ၊ အခုဆိုတာကို အကောင်းဆုံး အသုံးချပါ။

ကိုယ့်ရဲ့ နှလုံးသားကောင်းတဲ့အခါမှာတော့ အားလုံးကောင်းသွားပါတယ်။ နှလုံးသားကောင်းဖို့က ဘုရားသိခြင်း၊ တရားရှိခြင်းက လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ငယ်စဉ်ကတည်းက စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ လူမှုရေး၊ မိသားစုရေး၊ လူမှုဆက်ဆံရေး ဘယ်အရေးကိစ္စမှာမဆို ဘုရားသိခြင်း၊ တရားရှိခြင်းနဲ့ တွဲလိုက်မှသာလျှင် စိတ်ချမ်းသာတဲ့ဘဝကို ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့က မရှိခြင်းဆီက လာပြီး၊ မရှိခြင်းဆီကို ပြန်သွားနေတာပါ။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ် ၁၀၀ က ဒီကမ္ဘာကြီးပေါ်မှာ ကျွန်တော်တို့မရှိခဲ့ပါဘူး၊ နောက် နှစ် ၁၀၀ ဆိုရင်လည်း ဒီကမ္ဘာပေါ်မှာ ကျွန်တော်တို့ မရှိတော့ပါဘူး။ ကမ္ဘာကြီးရဲ့သက်တမ်းနဲ့ ကျွန်တော်တို့သက်တမ်းကို ယှဉ်ကြည့်မယ်ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့သက်တမ်းက မျက်စိတစ်မှိတ်မျှစာပဲ ရှိပါတယ်။

အဲဒီအချိန်နည်းနည်းလေးမှာ ဒီကမ္ဘာကိုရောက်လာတယ်။ အတွေ့အကြုံတွေ လာရှာတယ်။ ခဏလေးရတဲ့ လူဘဝသက်တမ်းကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားတည်ဆောက်ရပါမယ်။ တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့က ဘာမှမဟုတ်ပါဘူး၊ ပျောက်ကွယ်သွားမယ့်အရာတွေပါ။ အစက်အပျောက်လေးပါ၊ မြေကြီးဖြစ်သွားမှာပါ။ သေသွားပြီး နှစ်အနည်းငယ်ဆိုရင်လည်း ကျွန်တော်တို့ကို အားလုံးက မေ့သွားကြမှာပါ။ ကျွန်တော်တို့က ဘာဆိုဘာမှ မဟုတ်တော့ပါဘူး။

ခဏလေးနေရတဲ့ ကမ္ဘာကြီးမှာ အကျိုးရှိတဲ့အရာတွေ လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။ ကောင်းတဲ့အရာတွေ လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။ လုပ်ချင်တဲ့ဆန္ဒရှိရင် တွေဝေမနေနဲ့ လုပ်သာလုပ်လိုက်ပါ။ သတ္တိရှိရှိသာလုပ်လိုက်စမ်းပါ။

**ကိုယ့်ဘဝမှာ လုပ်ချင်တာတွေလုပ်ဖို့ တခြားသူတွေရဲ့ ခွင့်ပြုချက်တွေ စောင့်မနေပါနဲ့။ ဘယ်သူကိုမှလည်း အာရုံ စိုက်မနေပါနဲ့၊ ကိုယ့်ဘဝနဲ့ကိုယ်ပဲ လုပ်စရာရှိတာ မြန်မြန်သာ လုပ်ပစ်လိုက်ပါ။**

(လူအများ၊ မိသားစု၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဒုက္ခဖြစ်စေတဲ့အရာ၊ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုကို ဖောက်ပြားစေတဲ့အရာ၊ ယုံကြည်ကိုးကွယ်ရာ ဘာသာတရားအဆုံးအမရဲ့ အပြင်ဖက်ကိုရောက်သွားစေမယ့်အရာတွေတော့ မဖြစ်စေနဲ့ ပေါ့ဗျာ) အဲဒီတော့ အခု စိတ်ထဲမှာ ဘာလုပ်ချင်တဲ့ဆန္ဒရှိလဲ လုပ်ပစ်လိုက်

သေဆုံးခါနီးလူတွေကို "ဘဝမှာ ဘာကိုနောင်တအရဆုံးလဲ" ဆိုတဲ့ မေးခွန်းမေးတော့ သူလုပ်ချင်တာတွေ၊ လုပ်မယ်ဆိုပြီး မလုပ်ဖြစ်လိုက်ရတာတွေကို နောင်တရပါတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်တို့ လုပ်ချင်တာတွေ ရှိရင် လုပ်လိုက်ပါ။ One Day ဆိုတာ ဘယ်ပြက္ခဒိန်ထဲမှာမှ မရှိပါဘူး။

ဒီနေ့ခေတ်က ရှင်သန်မှုအတွက်ခက်ခဲပြီး သေဆုံးမှုတွေ လွယ်ကူနေတဲ့ခေတ်၊ ရောဂါကပ်ဘေးတွေ ထူပြောနေတဲ့ခေတ်၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်တွေ ပတ်ပတ်လည်ဝိုင်းနေတဲ့ခေတ်၊ အန္တရာယ်တွေကြားမှာ ကူးခတ် သွားလာနေရတဲ့ခေတ်ပါ။

ကျွန်တော်တို့ ဘယ်အချိန်သေဆုံး ပျောက်ကွယ်သွားမလဲဆိုတာ မသိဘူး။ ဒါကြောင့် ရှင်သန်နေတဲ့ အခုကို အမိအရအသုံးချဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

ဒါမှသာလျှင် ဘဝရဲ့ ကျန်ခဲ့တဲ့ အချိန်တွေကို နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ပြန်လှည့်ကြည့်တဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကြွေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကြွေနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့် Crush က ကိုယ်ပဲဖြစ်ပါစေ။

* * *

## စာရေးသူ၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း

၁၉၈၇ ခုနှစ်တွင် ရှမ်းပြည်နယ်၊ လွိုင်လင်မြို့တွင် ဦးအောင်လွင် + ဒေါ်စီစီတို့မှ ဖွားမြင်သည်။ အမည်ရင်းမှာ ဝေဖြိုးအောင် ဖြစ်ပါသည်။ နမ့်စန်မြို့တွင် ကြီးပြင်းပြီး တောင်ကြီးတက္ကသိုလ်မှ ဥပဒေပညာဖြင့် ကျောင်းပြီးခဲ့သည်။ စာရေးသားခြင်းနှင့် သင်တန်းများ ပို့ချခြင်းကို ၂၀၁၃ ခုနှစ်တွင် စတင်ခဲ့ပြီး လက်ရှိအချိန်ထိ သင်တန်းအကြိမ်ပေါင်း ၄၀၀ ကျော် ပို့ချခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

"ဘဝကစားပွဲမှာ အောင်နိုင်ဖို့" ဆိုတဲ့စာအုပ်ကိုလည်း ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါတယ်။

ယခုအချိန်မှာလည်း စာရေးသားခြင်းများနှင့် သင်တန်းပို့ချခြင်းများကို ဆက်လက်လုပ်ကိုင်နေပါသည်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအနေဖြင့် လည်း ရန်ကုန်၊ မန္တလေး၊ ပြည်နှင့် တောင်ကြီးမြို့များတွင် SAFARI ရေသန့်စက်နှင့် အပိုပစ္စည်းဖြန့်ချိရေး နာမည်ဖြင့် ရေသန့်စက်နှင့် အပိုပစ္စည်းများ ဖြန့်ချိခြင်းအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်လျက် ရှိပါသည်။ ကိုယ်ပိုင် အမှတ်တံဆိပ် RECARDO အမည်ဖြင့်လည်း ရေသန့်စက်များ ဖြန့်ချိ လုပ်ကိုင်နေပါသည်။

လက်ရှိတွင် ဆရာမိုင်မိုင်းသည် ဇနီး လမင်းသူဇာ၊ သားအကြီး စိုင်းလက်ရုံး၊ သားငယ် စိုင်းရဲမင်းအိမ်တို့နှင့်အတူ မန္တလေးမြို့တွင် နေထိုင်လျက်ရှိပြီး သင်တန်းများ၊ စာပေဟောပြောပွဲများ၊ Seminar များ၊ Corporate Training များ ပို့ချလျက် ရှိပါသည်။ Business Operation Design များလည်း ဆွဲပေးနေပါသည်။