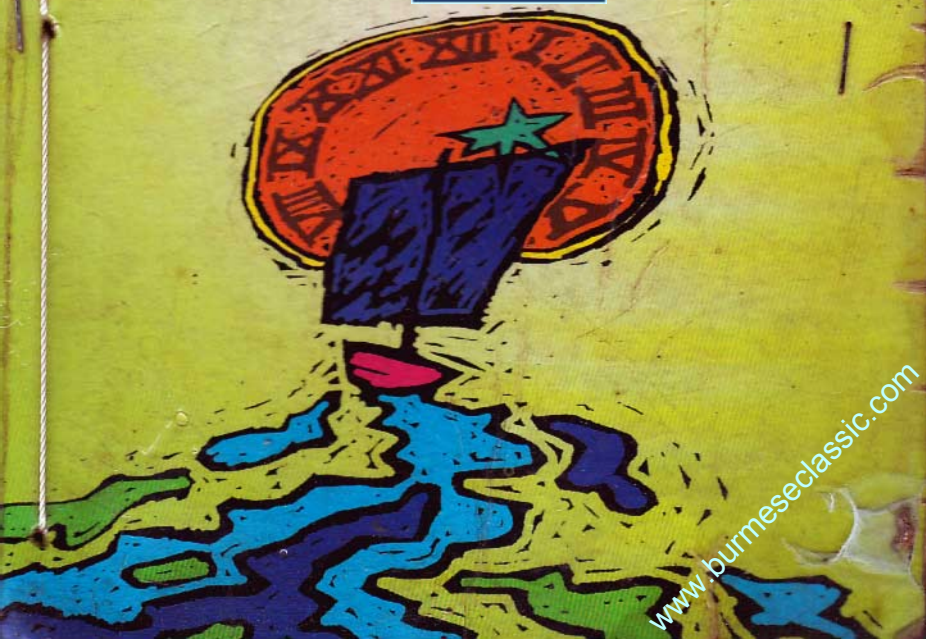




ဖောင်ပေါ်ထွန်း

စွန့်စားမှ အောင်မြင်မည်

BURMESE
CLASSIC
.com



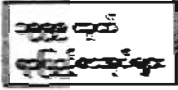
မောင်ပေါ်ထွန်း

ရခိုင်ပြည်နယ် မာန်အောင်မြို့နယ် ရေမျက်ဝရွာတွင် အဘ ဦးမောင်ပု၊ အမိ ဒေါ်အိန်းသာတို့မှ ၁၉၃၅ ခုနှစ်တွင် မွေးဖွားသည်။ အမည်ရင်းမှာ ဦးခင်မောင်ရိုး ဖြစ်သည်။

၁၅ နှစ်သားတွင် ရန်ကုန်မြို့သို့ ရောက်လာခဲ့ပြီး အလွတ်ပညာသင်ကျောင်း တက်သည်။ ၁၉၅၅ တွင် စာပေဗိမာန်၌ လက်နှိပ်စက် စာရေးအဖြစ် အမှုထမ်းသည်။ ၁၉၇၃ တွင် ဝိဇ္ဇာ(သမိုင်း) ဘွဲ့ရသည်။ ၁၉၇၉ တွင် စာပေဗိမာန်စာအုပ်အသင်း ကြီးကြပ်ရေးမှူး အဖြစ်မှ အငြိမ်းစားယူခဲ့ သည်။ ငွေတာရီမဂ္ဂဇင်းတွင် စာအုပ်လောက ကဏ္ဍကို ၁၉၆၇ ခုနှစ်မှ စ၍ ခြောက်နှစ်နီးပါး ဆက်တိုက် ရေးသားခဲ့သည်။ စာအုပ်လောက စာစောင်၊ ပန်မဂ္ဂဇင်း၊ ချယ်ရီမဂ္ဂဇင်း နှင့် ဓနမဂ္ဂဇင်းတို့တွင် အယ်ဒီတာ၊ အယ်ဒီတာချုပ် လုပ်ခဲ့သည်။ ဓနမဂ္ဂဇင်းတွင် အတိုင်ပင်ခံ အယ်ဒီတာ အဖြစ်လည်း ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။



ဘာသာပြန် လုံးချင်းစာအုပ် သုံးဆယ်ကျော် ပြန်ဆို ရေးသားခဲ့သည့်အနက် နိုင်းမြစ်ဝှမ်းမှ တော်လှန်ရေး၊ ကျွန်ုပ်မမျှတတဲ့ ဆူကာနို၊ ယက်ဗတူရှင်ကို၊ မောင်ဘက်တန်နှင့် အိန္ဒိယလွတ်လပ်ရေးတိုက်ပွဲ၊ စံပြ အရောင်းသမား၊ ကမ္ဘာ့ အအောင်မြင်ဆုံး စီးပွားရေး သူရဲကောင်းများ(၁)(၂)၊ ဟားဗတ် စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်မှာ မသင်ခဲ့ရသမျှ၊ အဆင့်မြင့် အောင်မြင်သူတို့၏ အလေ့အထများ၊ ရန်ကုန်သား ကျားဘမ်းသူဌေးကြီး၏ စီးပွားရေး စွန့်စား ခန်းများ၊ အမြန်ဆုံး သူဌေးဖြစ်နည်း (၁)(၂)၊ လုပ်ငန်းအောင်မြင်ရေး လျှို့ဝှက်ချက်၊ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စဖြင့် ကြီးပွားရေး၊ ကမ္ဘာ့ရစမ်းရေဆိုင် နှင့် စီးပွားတက်အောင်လုပ်နည်း တို့မှာ ထင်ရှားသည်။ 'ကမ္ဘာ့ရ စမ်းရေဆိုင်' ဖြင့် အမျိုးသားစာပေဆု (ဘာသာပြန်-ရသ) ကို ၁၉၉၇ ခုတွင် ရရှိသည်။



- ၁၀၁။ ထင်ရှားသော အာဇာနည်စိတ်နှင့် အညွန့်တလူလူ
- ၁၀၂။ ခင်အလှကြွယ်၏ နှလုံးသား အလှပေ
- ၁၀၃။ သဒ္ဓါတရားနည်းများ၏ ဆယ်ကျော်သက် အမျိုးသမီးလမ်းညွှန်
- ၁၀၄။ ဝမ်းသာစရာ တစ်ပုဒ်
- ၁၀၅။ မောင်ပေါ်ထွန်း၏ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စဖြင့် ကြီးပွားရေး
- ၁၀၆။ ဒဂုန်ဦးထွန်းမြင့်၏ ဝုဒ္ဓ၏ ဩဝါဒအမြူတော
- ၁၀၇။ ဦးသာညွန့်၏ မှတ်ဉာဏ် ထက်သန်စေလိုသော်
- ၁၀၈။ စာရေးဆရာများ၏ ပုဂံ
- ၁၀၉။ ပါရဂူ၏ စရက
- ၁၁၀။ ဇော်ဂျီ၏ ဝတ္ထုတိုပေါင်းချုပ်
- ၁၁၁။ ညွန့်ကြား၏ ဖန်မီးအိမ် နန်းချည်ကျမ်းဆောင်နှင့် နှစ်ဆယ်ရာစု နိုင်ငံရပ်ခြား ဝတ္ထုတိုများ
- ၁၁၂။ Harmony of Head and Heart by Moe Hein
- ၁၁၃။ ရွှေဥဒေါင်း၏ သူတော်စိန်
- ၁၁၄။ ကောင်းသား၏ ကန်သတ်မဲ့ အောင်မြင်ရေး(တစ်နှစ်နှင့်ကြီးပွားချမ်းသာနည်း)
- ၁၁၅။ စာရေးဆရာများ၏ မြေနှင့် နိုင်ငံတကာ ဝတ္ထုတိုများ
- ၁၁၆။ မောင်ထင်၏ ဝတ္ထုတိုပေါင်းချုပ်
- ၁၁၇။ နွယ်သစ်၏ ကမ္ဘာကျော် စာအုပ် ၁၀၀



၁၉၉၉ အောက်တိုဘာနှင့် နိုဝင်ဘာတွင် ထုတ်ဝေမည့် စာအုပ်များ

- ၁၁၈။ ဒေါက်တာဇော်သန်း၏ ဖန္တမ်းပင် ဒိုင်ယာရီ
- ၁၁၉။ ပါရဂူ၏ သားတော် ရာဟုလာ
- ၁၂၀။ မြသန်းတင့်၏ လွမ်းမောဖွယ် ကမ္ဘာစ
- ၁၂၁။ စာရေးဆရာများ၏ ဂျိမ်းဂျွှန်ကံ၏ ဝတ္ထုတိုများ
- ၁၂၂။ ကျော်အောင်၏ အကောင်းမြင်သမား
- ၁၂၃။ မောင်ခင်မင်(ဓနုဖြူ)၏ ဘဝရပ်ပုံလွှာ
- ၁၂၄။ ရွှေဥဒေါင်း၏ ဝန်ထမ်းနက်

ရာပြည့်စာအုပ် ၁၀၀

မောင်ပေါ်ထွန်း
 စွန့်စားမှ ဒေဘင်မြင်မည်
 [ထပ်မံ ဖြည့်စွက် ထုတ်ဝေခြင်း]



ရာပြည့်စာအုပ်ဂျီကီ

အမှတ် ၃၈၊ ၁၀၉ လမ်း၊ မင်္ဂလာတောင်ညွန့်၊ ရန်ကုန်မြို့။
 ဖုန်း။ ၀၁-၂၉၆၆၇၁ (အိမ်)၊ ၀၁-၂၅၂၇၉၀ (ဆိုင်)

[၁၊ စက်တင်ဘာ၊ ၁၉၉၉]

စာစုခွင့်ပြုချက်အမှတ် [၇၁၃ / ၉၈ (၁၂)]
နောက်နားပုံ ခွင့်ပြုချက်အမှတ် [၃၂ / ၉၉ (၃)]

စီမံခန့်ခွဲမှု
ရာပြည် ဦးစိုးညွန့်

ပုံနှိပ်ခြင်း

ပထမ အကြိမ် - (၁၉၉၄) ပန်းရွှေပြည်စာပေ
ဒုတိယ အကြိမ် - (၁၉၉၉) ရာပြည်စာအုပ်တိုက်
ဆုမ်းရေ [၂၀၀၀]

မျက်နှာပိုးရိုက်

ဦးမြသိန်း [၁၁၄၂၇]၊ သိန်းမြင့်ဝင်း၊ အောင်ဆန်း
အမှတ်၊ ၉၆၊ ၁၁ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ

ဦးတင်မောင်ဝင်း [၁၅၉၄၆]၊ သင်းလှဝင်း၊ ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ် ၁၊ ဗိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ယောမင်းကြီးရပ်ကွက်၊ ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်

ထုတ်ဝေသူ

ဦးလှကြိုင် [၁၂၃၃]၊ လောကစာပေ
အမှတ် ၃၊ ငါးထပ်ကြီးဘုရားလမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

စာအုပ်မျှပ်

ကိုမြင့်

မျက်နှာပိုး ပန်းချီ
ဝင်းမြင့်ဦး

တန်ဖိုး

(၂၅၀)ကျပ်



မာတိကာ

၁။ အောင်မြင်သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး	၇
၂။ အောင်မြင်လိုလျှင် အရုံးကို တုံ့ပြန်တိုက်ခိုက်	၁၄
၃။ ဘယ်သူတွေ စိတ်ချမ်းသာကြသလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ	၂၂
၄။ အောင်မြင်သူ၏ လျှို့ဝှက်ချက်	၂၉
၅။ မျှော်လင့်ချက်သည် အသက်ကယ်ဆေး	၃၈
၆။ အကျပ်အတည်းကို ကျော်လွှား၍ အောင်ပွဲဆင်	၄၅
၇။ စွန့်စားမှ အောင်မြင်မည်	၅၅
၈။ အကောင်းဆုံး ဘဝနေနည်း၊ နည်းလမ်းငါးသွယ်	၆၄
၉။ အောင်မြင်ရေးအတွက် လျှို့ဝှက်ဘာသာစကား	၇၁
၁၀။ အကောင်းဆုံး ဖြေရှင်းနည်း	၈၂
၁၁။ အကောင်းဆုံး ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု	၈၉

၁၂။ ဆွတ်ခွင်စွာ အသက်ရှင်ပါ	၉၅
၁၃။ ဆောင်မြင်ချင်လျှင် ဆရာကောင်းရှာ	၁၀၃
၁၄။ ကြွယ်ဝအောင် ဘယ်လိုလုပ်	၁၁၄
၁၅။ အချိန်ကိုက် ဆုံးဖြတ်နိုင်မှ ကြီးပွားမည်	၁၂၀
၁၆။ ဆောင်မြင်ချင်လျှင် ဆုံးဖြတ်ချက် မလောနှင့်	၁၂၉
၁၇။ ကြီးပွားချင်လျှင် အချိန်ကို လေးစားပါ	၁၃၈
၁၈။ ဆောင်မြင်ကြီးပွားရေး နည်းလမ်းငါးသွယ်	၁၄၈
၁၉။ အများနဲ့ မတူ၊ တစ်မူ ထူးခြားသူများ	၁၅၈



အောင်မြင်သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး

“ဒီပုဂ္ဂိုလ် ကြည့်ရတာ တော်တော် ကျက်သရေရှိတာပဲ။ တော်တော်ကို ဥပမိရုပ် ကောင်းတာ”

ရုပ်ရည်အားဖြင့် သူတကာထက် ထူးခြားပေါ်လွင်သော လူ တစ်ယောက်ကို မြင်ရသောအခါ ကျွန်တော်တို့တစ်တွေ ယင်းသို့လျှင် မှတ်ချက်ချတတ်ကြသည်။

အချို့ကဆိုလျှင် ထိုထက်ပို၍ “တော်တော်ခံညားတဲ့ လူပဲ” ဟူ၍ ပင် အမွမ်းတင်လိုက်ကြသေးသည်။

ကျက်သရေရှိတာ၊ ဥပမိရုပ်ကောင်းတာ၊ ခံညားတာကို အချို့က လည်း “ရုပ်ရည်ချောမောလှပခြင်း” အဖြစ် မှတ်ယူတတ်ကြသည်။

အမှန်ကတော့ ထိုသို့ မဟုတ်ပါချေ။ အဆိုပါ ဂုဏ်ရည်များမှာ “ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး” ကောင်းခြင်းသာ ဖြစ်ချေသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကောင်းခြင်းသည် ရုပ်ရည်ချောမောလှပခြင်းနှင့် ဘာမှ မဆိုင်ချေ။ ရုပ်ရည် ချောမောလှပခြင်းသည် လူတစ်ယောက်၏ ပြင်ပရုပ်သွင်နှင့်သာ ဆိုင်သည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကောင်းခြင်းကမူ အတွင်း အဇ္ဈတ္တသန္တာန်နှင့် ဆိုင်သည်။

စုပြိုင်စာတိုက်

မောင်မယ်တို့

လူတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် လျှို့ဝှက်နက်နဲသည်။ သံလိုက်ဘက်လို ဆွဲဆောင်မှုရှိသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကောင်းခြင်းကို သိသိသာသာ မြင်နိုင်သည်။ သို့သော် အကောင်အထည်ပေါ်အောင် ဖော်ပြရန် ထား ခက်ခဲသည်။

တကယ်တော့ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုသည်မှာ လူတစ်ယောက်၏ ဇာတိနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကောင်းသောအရည်အသွေးများ၏ အစုအပေါင်း ဝင် ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ထိုသူ၏ ကောင်းသော အပြုအမူ၊ အမူအရာ၊ ဟန်ဝန်နှင့် စိတ်နေစိတ်ထားတို့၏ အစုအဝေးပင် ဖြစ်သည်။

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် ပင်ကိုသဘာဝပေါ်တွင် အများအားဖြင့် အခြေပြုသော်လည်း ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို ပျိုးထောင်ပြုပြင်၍ ရသည်။

ကလေးငယ်များတွင် မွေးကတည်းကပင် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပါလာသည်။ သူတို့၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် ဖြူစင်သည်။ စစ်မှန်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့တွင် သူတို့နှင့် ပတ်သက်၍ မကောင်းသော ခံစားချက် မရှိသေးသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထိုအဆင့်တွင် သူတို့သည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဂရုစိုက်ခြင်း မရှိသေးသောကြောင့် သူတို့၏စိတ်သည် ဖြူစင်နေသည်။ သူတို့၏ ခံစားချက်သည် ဖြူစင်နေသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့တွင် အနှောင့်အယှက် အဟန့်အတား ကင်းရှင်းပြီး လွတ်လပ်မှု ရှိနေသည်။ ထိုအခြေအနေသည် အရွယ်ရလာ၍ ဆင်ခြင်ဉာဏ် ဝင်လာ၍ အခြားလူများ နှင့် ဆက်သွယ်မှု ပြုလာသည့် အချိန်အထိ တည်မြဲနေသည်။

အရွယ်ရောက်လာ၍ လူ့လောကထဲတွင် လူများနှင့် ဆက်ဆံပေါင်း သင်းလာရသောအခါ မူလကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပျက်စီးသွားတော့သည်။

အခြားသူများ၏ ပြီးပြခြင်း၊ ရယ်ပြခြင်း၊ မျက်မှောင်ကြွတ်ပြခြင်း၊ မျက်နှာမဲ့ပြခြင်းတို့သည် လူတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးအပေါ် အကောင်းအဆိုး ဩဇာသက်ရောက်မှု ရှိသည်။ လူတစ်ယောက်သည် ကိုယ် ကိုယ်ကိုယ် အလွန်သတိထားနေလျှင်၊ အလွန်ဂရုစိုက်နေလျှင်၊ သူတစ်ပါး၏

စွန့်စား ဆောင်မြင်ပညာ

အထင်အမြင်ကို အလွန်အလေးထားနေလျှင် မိမိ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပျက်စီးသွားတတ်သည်။

“သဘောကတော့ စက်ဘီးချိန်းကြိုးလိုပဲ။ ချိန်းကြိုး သိပ်ပြီးတင်းနေ ရင် ဘီးမလည်နိုင်တော့ဘူး။ လူတစ်ယောက်ဟာလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သိပ်ပြီး ဂရုစိုက်နေရင် သူ့စိတ်ဟာ တင်းမာသွားပြီး ပုံမှန်အနေအထား အတိုင်း မရှိတော့ဘူး” ဟု တွေးခေါ်ပညာရှင်ကြီး ဝီလျံဂျိမ်းက ပြောဖူးသည်။

နာမည်ကျော် နယ်လှည့်အရောင်းသမား၊ စာရေးဆရာနှင့် နယ်လှည့် ဟောပြောသူတစ်ဦးသည် ကိုယ့်အိမ်မှ အပြင်ထွက်သွားတိုင်း ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ် အလွန် ဂရုစိုက်သည့်စိတ်ထား ဝင်လာတတ်သည်။ ထိုအခါ သူ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးလည်း အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲပျက်စီးသွားသည်။

အထူးသဖြင့် သူသည် ဟိုတယ်ခန်းတွင် ထိုင်ပြီး စားသောက်လျှင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လိပ်ပြာမလုံ ဖြစ်တတ်သည်ဟု ဆိုသည်။

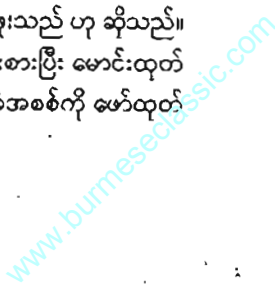
သို့ဖြင့် သူ့အဖြစ်ကိုသူ ပြန်လည် ဆင်ခြင်ကြည့်သည်။

‘ငါ အခုလို ဘာကြောင့် ဖြစ်ရတာလဲ။ လူမှုဆက်ဆံရေး၊ စေလွှတ်ရိုက် တွေကိုလည်း ငါသိတာပဲ။ ငါ့အိမ်က စားသောက်ခန်းမှာ စားတော့ အခုလို ဘာဖြစ်လို့ မဖြစ်တာလဲ၊ မခံစားရတာလဲ’

နောက်ဆုံး သူ ရရှိသောအဖြေမှာ ကိုယ့်အိမ်က စားသောက်ခန်းတွင် စားနေစဉ် သူက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဂရုစိုက်ခြင်း မရှိသောကြောင့် ဘယ်လိုမှ ခံစားရခြင်းဖြစ်သည် ဟူသော အချက်ပင် ဖြစ်သည်။

အလားတူပင် နာမည်ကျော် ပညာရေးသုခမိန်နှင့် စိတ်ပညာရှင်ကြီး အယ်လ်ဘတ် အက်ဒွပ်ဝစ်ဂမ်သည်လည်း စောစောပိုင်းက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဂရုစိုက်လွန်းသောကြောင့် တော်တော်ကို စိတ်ဆင်းရဲခဲဖူးသည် ဟု ဆိုသည်။

သူသည် ထိုစိတ်ဓာတ်ကို အမြဲတမ်းလိုလို ကြိုးစားပြီး မောင်းထုတ် နေရသည်။ တစ်နေ့တွင် သူသည် သူ့ဒုက္ခ၏ တရားခံအစစ်ကို ဖော်ထုတ် နိုင်ခဲ့သည်။



သူ့ကို နေ့စဉ် ဒုက္ခပေးနေသော တရားခံမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဂရုစိုက်လွန်းခြင်း မဟုတ်ဘဲ သူတစ်ပါးကို ဂရုစိုက်လွန်းခြင်း သာ ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ သူ့ပြောသမျှ၊ သူ့လုပ်သမျှ သူတစ်ပါးတွေက ဘယ်လို ထင်ကြလိမ့်မလဲ၊ အယ်လို ဝေဖန်ကြလိမ့်မလဲ ဟူသော တွေးတောစိုးရိမ်မှု သည်ပင် သူ့ကို ဒုက္ခပေးနေသော တရားခံ ဖြစ်နေသည်။

ဤသို့ အသိဝင်လာပြီးနောက် သူသည် သူတစ်ပါး ဝေဖန်ချက်ကို လှစ်လျှူရှုကာ မိမိတစ်ကိုယ်တည်း ရှိသောအခါ ခံစား တွေးခေါ် ပြောဆို ပြုမူသလို လူများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင်လည်း ပင်ကိုသဘာဝအတိုင်း ခံစား တွေးခေါ် ပြောဆိုပြုမူဖြစ်ရန် သတိထား၍ မိမိကိုယ်ကို ကြိုးစားပြုပြင် ခဲ့သည်။

ဤသို့ဖြင့် သူသည် နောက်ဆုံးတွင် ပရိသတ်ရှေ့၌ အပြောအဟော အကောင်းဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးအဖြစ် ထင်ရှားကျော်ကြားလာခဲ့သည်။

“ရှက်ကြောက်စိတ်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား သူရဲဘောင်ကြောင်သူများ အဖြစ် ဝန်တီးသည်”။

ဟု စာရေးဆရာကြီး ရှိတ်စပီးယားက ရေးသားခဲ့ဖူးသည်။ အမှန်က ရှက်ကြောက်စိတ်သည် ကွန်ပျူတာနှင့် တူသည်။ ကွန်ပျူ တာတွင် သတင်းအချက်အလက် အမှန်များကို ထည့်ပေးမှသာလျှင် အဖြေ မှန်ကို ရရှိနိုင်သည်။

အလားတူပင် လူတစ်ယောက်၏ အခြေခံ စိတ်နေစိတ်ထားနှင့် ယုံကြည်မှု မှန်ကန်မှသာလျှင် လိပ်ပြာသန့်သန့်ဖြင့် အမှားအမှန်ကို ဆုံးဖြတ် နိုင်သည်။ အခြေခံစိတ်ထား မမှန်လျှင် လိပ်ပြာမသန့်နိုင်၊ လိပ်ပြာမသန့်လျှင် ပြောဆိုပြုမူသမျှမှာလည်း အလွဲလွဲ အချော်ချော် ဖြစ်ဖို့သာ ရှိတော့သည်။

ဥပမာ- ငယ်စဉ်က မကြာခဏ အနိမ့်ခံရသော၊ အရိုက်ခံရသော၊ အပြစ်ပေးခံရသော လူတစ်ယောက်၏ လိပ်ပြာသည် ညှိုးငယ်သွားတတ် သည်။ ထိုအခါ သူသည် မိမိကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို ဖော်ထုတ်ရာတွင်

အမှားအယွင်းနှင့် ကြုံရလိမ့်မည်။ ကလေးတစ်ယောက်၏ ဒေါသစိတ်နှင့် ကြောက်စိတ်ကို အတင်း နှိမ်ချိုးထားလျှင် ထိုအပြုအမူကြောင့် လူရာမဝင် ဖြစ်သွားတတ်သည်။ ယင်းစိတ်(နှစ်) ခုကို မှန်မှန်ကန်ကန် ထိန်းကျောင်း ပြုပြင်ပေးနိုင်လျှင်မူ ကောင်းသောရလဒ်များ ရရှိနိုင်သည်။

အပယ်ခံစိတ်၊ လူရာမဝင်စိတ်ကြောင့် လူပေါင်း သန်းပေါင်းများစွာ ပျော်ရွှင်မှု ကင်းမဲ့ကြရသည်။ ဘဝတွင် ဆုံးရှုံးမှုနှင့် ရင်ဆိုင်နေကြရသည်။ ထိုအဖြစ်မျိုးမှ ကင်းလွတ်လိုလျှင် လူရာမဝင်စိတ်ကို ပယ်ဖျောက်၍ လူရာ ဝင်စိတ်ကို မွေးမြူရမည်။

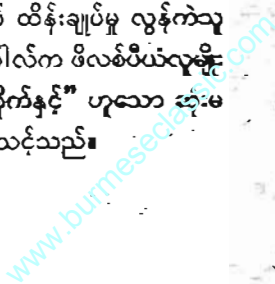
တကယ်တော့ မှန်ကန်သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် ပြည့်စုံခြင်း ဆိုသည်မှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ထိန်းချုပ်လွန်ခြင်းနှင့် ထိန်းချုပ်မှု အလွန် နည်းခြင်းတို့၏ စပ်ကြားတွင်ရှိသော အခြေအနေ ဖြစ်သည်။

လူတစ်ယောက်သည် အလွန် ဒေါသကြီးသည်။ ဆန္ဒစောသည်။ လုပ်ရပ်များသည်။ အမှားကိုလည်း ဘယ်တော့မှ ဝန်မခံတတ်။ စကားပြော လျှင်လည်း အလွန် ကျယ်လောင်သည်။

သို့ဆိုလျှင် ထိုသူသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ထိန်းချုပ်မှု အလွန်နည်းသူ ဖြစ်သည်။ ဤပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် တစ်စုံတစ်ရာကို မလုပ်မီ အကျိုးအပြစ်ကို သေချာစွာ စဉ်းစားသင့်သည်။

အကြင်သူတစ်ယောက်ကမူ အခြေအနေသစ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်သစ်နှင့် ဆက်ဆံရမည်ကို ကြောက်တတ်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အဖက်ဖက်မှ မပြည့်စုံသူဟု ခံယူထားသည်။ စိုးရိမ်စိတ်ကလည်း အမြဲရှိနေသည်။ စိတ် လှုပ်ရှား လွယ်သည်။ အိပ်၍လည်း မပျော်။ လူတော သူတောလည်း မဝင်ရ။

သို့ဆိုလျှင် ထိုသူသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ထိန်းချုပ်မှု လွန်ကဲသူ ဖြစ်သည်။ ဤပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် သူတော်စင် စိန်ပေါလ်က ဖိလစ်ပီယံလူမျိုး တို့အား မိန့်ကြားခဲ့သည့် “ဘယ်သူ့ကိုမျှ ဂရုစိုက်နှင့်” ဟူသော ဆုံးမ စကားနှင့် အောက်ပါနည်းလမ်းများကို လိုက်နာသင့်သည်။



- (၁) မိမိ ဘာပြောမည် ဆိုသည်ကို ဘယ်တော့မှ ကြိုပြီး မစဉ်းစားပါနှင့်။ ပါးစပ်ကို ဖွင့်ပြီး ပြောချင်တာကို ပြောချလိုက်ပါ။
- (၂) မလုပ်ခင် ဘာမှ တွေးမနေနှင့်။ မိမိ၏ လုပ်ရပ်တွေကို လုပ်ရင်း ငြင်းသွားပါ။ တွေးခေါ်ရှင်ကြီး အယ်လ်ဖရက် နော့သ်ဂိုက်တ်ဟက်ဒ်က “ကျွန်ုပ်တို့သည် ပထမဦးစွာ တွေးတောပြီး နောက်မှတော့ လုပ်ကြတာ မဟုတ်။ မွေးဖွားလာသည့် အချိန်မှစ၍ ကျွန်ုပ်တို့သည် အလုပ်လုပ်ကြရသည်။ နောက်တော့မှသာ လုပ်ရပ်ကို အတွေးဖြင့် လမ်းမှန်အောင် ထိန်းကွပ်ပေးကြရသည်” ဟု ဆိုခဲ့သည်။
- (၃) ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပြစ်ရှာခြင်းကို ရပ်ပစ်လိုက်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ထိန်းချုပ်လွန်သူတစ်ဦးသည် ဘယ်လောက်ဆေးငယ်သော အလုပ်ကိုပင် လုပ်လုပ်၊ “ဒီအလုပ်ကို ငါ လုပ်မှ လုပ်နိုင်ပါ့မလား” ဟု တွေးတတ်သည်။ ထို့ပြင် စကားပြောပြီးလျှင်လည်း “ငါ အဲဒီလို ပြောဖို့ မသင့်ပါဘူး” ဟု ပြန်လည် နောင်တ ရတတ်သည်။
အသုံးကျသော၊ အကျိုးရှိသော ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဝေဖန်ခြင်းသည် မသိစိတ်အရ အလိုအလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အသိစိတ်ဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဝေဖန်ခြင်းသည်လည်း ဖျူဖျူတတ် ဝေဖန်တတ်လျှင် ကောင်းသည်။ အကျိုးရှိသည်။ သို့သော် အမြဲတမ်း ဝေဖန်နေလျှင်ကား အကျိုးယုတ်တတ်သည်။
- (၄) စကားပြောလျှင် ခါတိုင်းထက် ခပ်ကျယ်ကျယ်ပြောပါ။ အော်ကြီးဟစ်ကျယ် ပြောရန် မဟုတ်။ ဒေါသသံကြီးဖြင့် ပြောရန် မဟုတ်။ စကားသံကို ပြောနေကျထက် အနည်းငယ် သိသိသာသာ မြင့်ရန်သာ ဖြစ်သည်။ ဤနည်းသည် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဖော်ဆောင်ရာတွင် အစွမ်းထက်သောနည်း ဖြစ်သည်။
- (၅) မိမိက တခြားလူများကို သဘောကျလျှင် ယင်းအချက်ကို သူတို့ သိကြပါစေ။ ထိန်းချုပ်လွန်သူသည် ကောင်းသော ခံစားချက်ကိုရော၊

မကောင်းသော ခံစားချက်ကိုရော ဖော်ထုတ်ရန် ဝန်လေးတတ်သည်။

အနည်းဆုံး တစ်နေ့လျှင် လူသုံးယောက်ကို ချီးကျူးစကား ပြောဖြစ်အောင် ပြောပါ။ အခြားလူတစ်ယောက်၏ လုပ်ရပ်၊ အဝတ်အစား၊ အပြောအဆို စသဖြင့် တစ်ခုခုကို မိမိက သဘောကျမိလျှင် ယင်းသို့ သဘောကျမိကြောငှား ထိုသူ သိပါစေ။ သွယ်ဝိုက်မနေပါနှင့်။

‘မင်းနာရီ ငါသိပ်ကြိုက်တာပဲ ရှိ၊’

‘မင်းဦးထုပ်က သိပ်လှတာပဲ မေရီ’

စသဖြင့် တိုက်ရိုက်သာ ပြောလိုက်ပါ။

တကယ်လို့ မိတ်ဆွေသည် အိမ်ထောင်သည်ဖြစ်လျှင် အိမ်ရှင်မကို အနည်းဆုံး တစ်နေ့နှစ်ကြိမ်-

‘သိပ်ချစ်တာပဲ...အချစ်ရယ်’

ဟု ပြောဖြစ်အောင် ပြောပါ။ ပါးစပ်က မပြောချင်လျှင် အမှုအရာနှင့်လည်း ပြောနိုင်ပါသည်။

[‘Unlock Your Real Personality’ by Dr. Maxwell Matz, R. D., Aug., 1961.]

အောင်မြင်လိုလျှင် အရှုံးကို တံ့ပြန်တိုက်ခိုက်

ကုမ္ပဏီကြီးတစ်ခု၏ ရုံးချုပ်အမှုထမ်း မန်နေဂျာတစ်ယောက်သည် အလုပ်ကိစ္စဖြင့် နှစ်ပတ်ကြာ ခရီးထွက်သွားခဲ့ပြီးနောက် ပြန်ရောက်သောအခါ သူ့စားပွဲတွင် လူသစ်တစ်ယောက်ထိုင်ကာ သူ့အလုပ်တွေ လုပ်နေသည်ကို တွေ့ရသည်။

အဖြစ်ကတော့ အဆိုပါ မန်နေဂျာ၏ အထက်လူကြီးဖြစ်သူ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌအား အလုပ်ဖြုတ်ပြီး၊ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌသစ် ခန့်ထားလိုက်သောကြောင့် ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌသစ်က သူ့လူကို ခေါ်လာပြီး မန်နေဂျာနေရာတွင် အစားထိုးလိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

အဆိုပါ မန်နေဂျာအား ကုမ္ပဏီအတွင်းမှာပင် အခြားအလုပ်တစ်ခုခု ရှာရန် ခြောက်လ အချိန်ပေးသည်။ သို့ဖြင့် သူသည် ဌာနခွဲကလေးတစ်ခုတွင် အလုပ်ရသည်။ အလုပ်သစ်မှာ သူ့အတွက် ရာထူးချခံရသော အလုပ်ပင် ဖြစ်သည်။ လစာကိုလည်း သုံးနှစ်အထိ အမြတ်ခံရသေး၏။

အပြိုင်တွေကြားတွင် တာရှည် ရပ်တည်နိုင်ရန်နှင့် ကုန်ကျစရိတ် သက်သာစေရန် ကုမ္ပဏီတွေက ဖော်ပြပါ လုပ်ရပ်များကို မကြာခဏ လုပ်ကြသည်။ ဤလုပ်ရပ်မျိုးသည် စက်မှုလုပ်ငန်း အမျိုးမျိုးတွင် အမြဲတမ်း ပေါ်ပေါက်နေသည်။

‘ဒီကနေ့ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတွေမှာ အလုပ်လုံခြုံမှုဆိုတာ စိတ်တူယာဉ် မျှော်လင့်ချက်မှာပဲ ရှိတော့တယ်’ ဟု အမေရိကန် မော်တော်ကားကုမ္ပဏီ အကြီးအကဲနှင့် စီမံခန့်ခွဲရေးပါရဂူ ဂျရယ်မေယာ က မှတ်ချက်ချသည်။

ထို့ကြောင့် ယခုခေတ်တွင် အမှုထမ်းတစ်ယောက်အနေဖြင့် အလုပ်ဖြုတ်ခြင်းကို ခံနိုင်ရည်ရှိခြင်းသည် အောင်မြင်မှုလှေကားကို တက်လှမ်းရာတွင် အဓိက အရည်အချင်းတစ်ရပ်လို ဖြစ်နေလေပြီ။

တကယ်တော့ အောင်မြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းလိုလို အလုပ်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ခါးသီးသော အတွေ့အကြုံများနှင့် ရင်ဆိုင်ခဲ့ကြရတတ်သည်။

အောက်ပါတို့မှာ အလုပ်ကိစ္စ အခက်အခဲကို ကျော်လွှားရန် နည်းလမ်းကောင်း အချို့ ဖြစ်သည်။

အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ပါ

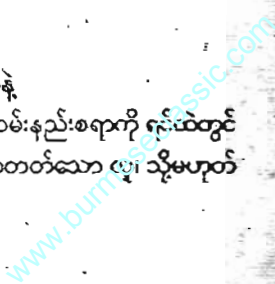
ဆိုခဲ့သော မန်နေဂျာသည် အလုပ်သစ်ကို အစွမ်းကုန် ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ရာ ၁၈ လ အတွင်း မူလရာထူးသို့ ပြန်လည်တိုးမြှင့် ခန့်ထားခံရသည်။

သူ့အတွေ့အကြုံနှင့် ခံစားချက်ကို သူက ဤသို့ ပြန်လည်ပြောပြသည်။

‘အခုအလုပ်မှာ ကျွန်တော် ပိုပြီး စိတ်ချမ်းသာပါတယ်။ ကုမ္ပဏီရုံးချုပ် အမှုထမ်းအဖြစ် လုပ်ရှုတာထက် အခုလို သေးသေးနဲ့ ထိရောက်တဲ့ ဌာနခွဲမှာ လုပ်ရတာက ဖိအားလည်း သိပ်မများဘူး။ ကိုယ့်အစွမ်းအစတို့လည်း ပိုပြီး ပြနိုင်တယ်’

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မညာနဲ့

အခက်အခဲကို တုံ့ပြန်တတ်သော လူစားမျိုးသည် ဝမ်းနည်းစရာကို ရင်ထဲတွင် တာရှည် သိမ်းမထားတတ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ညာတတ်သော လူ သို့မဟုတ်



နာကြည်တတ်သော လူစားမျိုးတွေကတော့ ခံစားချက်ထဲတွင် နစ်မျောပြီး တုံ့ပြန်လှုပ်ရှားရန် အားမာန်ကင်းမဲ့နေတတ်သည်။

ခြွေကလေးတစ်မြို့မှ အသက် ၃၁ နှစ်အရွယ် အမျိုးသမီး ပရဆေး ဆရာဝန်ယောက်သည် ပရဆေးဆိုင် တစ်ဆိုင်တွင် ဝင်လုပ်သည်။ ဆိုင်ရှင် အငြိမ်းစားယူသောအခါ ထိုဆိုင်ကို သူမအား ရောင်းရမည်ဟူသော ကတိဖြင့် အလုပ်ဝင်လုပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

နောင်အခါ ပရဆေးဆိုင်ခွဲများ ပိုင်သော ကုမ္ပဏီကြီးတစ်ခုက ဈေး ပိုမားသောကြောင့် ဆိုင်ရှင်က ဆိုင်ကို ရောင်းချလိုက်သည်။ ထိုအခါ အဆိုပါ အမျိုးသမီးမှာ အကြီးအကျယ် စိတ်ဓာတ်ကျသွားတော့သည်။

သို့သော် သူက အခက်အခဲကို တုံ့ပြန်တတ်သော လူစားမျိုး ဖြစ်သောကြောင့် တာရှည် စိတ်ဓာတ်ကျ မနေဘဲ။ အနီးအနားမှ ဈေးကွက်ထဲတွင် ကိုယ်ပိုင် ပရဆေးဆိုင်တစ်ဆိုင် ဖွင့်လှစ်လိုက်သည်။

ယနေ့ဆိုလျှင် သူ့ဆိုင်သည် အချိန်ပြည့် ဆေးစပ်ဆရာ နှစ်ယောက်၊ မန်နေဂျာတစ်ယောက်၊ အချိန်ပိုင်း အရောင်းသမားနှင့် လုပ်သား အယောက် ၃၀ တို့ဖြင့် ကြီးပွားတိုးတက်နေလေပြီ။

စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်ပါ

အောင်မြင်ခြင်းသည် ဆုံးရှုံးခြင်းထက် ကြီးကြီးတတ်သည်။ ဆုံးရှုံးခြင်း အတွက် အရင်းအနှီး နည်းတတ်သော်လည်း တစ်ကြိမ်အောင်မြင်ဖို့အတွက်မူ အကြိမ်ကြိမ် ကြိုးစားရတတ်သည်။ အချိန်အများကြီး ပိုပေးရတတ်သည်။

ရိမင်တန် မုတ်ဆိတ်ရိတ်ဓား ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင် ဗစ်တာကီမ်းက သူ၏ လုပ်ငန်းရှင်ဘဝ ရှေးဦးအတွေ့အကြုံကို အောက်ပါအတိုင်း ပြောပြဖူးသည်။

‘ပထမတုန်းက ကျွန်တော်က ပလေတက်စ် ကုမ္ပဏီအတွက် ဘရာ စီယာနဲ့ ခါးစည်းအဝတ်တွေ လှည့်လည်ရောင်းချတဲ့ အရောင်းသမားပါ။ တစ်နေ့မှာ စတိုးဆိုင်လေးတစ်ဆိုင်ကို ကျွန်တော်ရောက်သွားတော့ ဆိုင်ရှင်က

ဆိုင်ကြမ်းပြင်ကို တံမြက်စည်းလှည်းနေတာ တွေ့ရတယ်။ ဒါနဲ့ ကျွန်တော်က လက်ကမ်းပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မိတ်ဆက်ရွှိုက်တယ်။ ဆိုင်ရှင်က ပြန်မပြောဘူး။ ဒီအတိုင်း ငြိမ်ကြည့်နေတယ်။

‘ဒါနဲ့ ကျွန်တော်က လက်ဆွဲသေတ္တာဖွင့်ပြီး ကုန်ပစ္စည်းနမူနာတွေ ထုတ်ပြတယ်။ ဒီအခါ ဆိုင်ရှင်က ရုတ်တရက် ဒေါသပေါက်ကွဲပြီး ကျွန်တော့်ကို တံမြက်စည်းကြီးနဲ့ ယမ်းရင်း ဆိုင်ထဲက အတင်း မောင်းထုတ်တော့ တယ်။

‘ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်က ကိုယ့်စိတ်ကို ထိန်းပြီး ဘာမှပြန်မလုပ်ဘဲ ပြန်ထွက်လာခဲ့တယ်။ ပြီးတော့ ဒီလူ ငါ့ကို ဘာကြောင့် ဒီလို ဆက်ဆံရသလဲ ဆိုတာ လိုက်စုံစမ်းတယ်။ အခြား အရောင်းဝန်ထမ်းတစ်ယောက်က ပြောပြတော့မှ အဖြစ်မှန် သိရတော့တယ်။

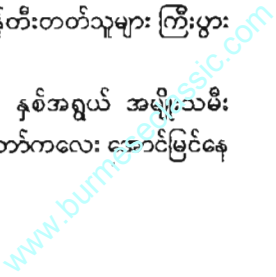
‘ဖြစ်ပုံက ဒီလိုပါ။ လက်စသတ်တော့ သူ့ဆိုင်မှာ မရောင်းရတဲ့ ကုန်တွေ ပုံနေလို့ သိပ်ပြီး စိတ်ညစ်နေတာကိုး။ ဒါနဲ့ ကျွန်တော်က သူ့ဆီ နောက်တစ်ခေါက်သွားပြီး သူ့ပစ္စည်းတွေကို တန်ရာတန်ဖိုးနဲ့ ကျွန်တော့်ကို ရောင်းဖို့ သွားပြောတယ်။

‘ဒီလိုနဲ့ အဲဒီဆိုင်ရှင်ဟာ ကျွန်တော့်အတွက် အကျိုးပြုတဲ့ မိတ်ဆွေကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်’

အပြောင်းအလဲ လုပ်သင့် လုပ်ပါ

ဘယ်လုပ်ငန်းမှာမဆို အပြောင်းအလဲဆိုတာ အချိန်အခါ အခြေအနေ အလျောက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်တဲ့အခါမျိုး ကြုံရတတ်သည်။ အပြောင်းအလဲကို လက်ခံပြီး အခြေအနေနှင့် လျော်ညီစွာ တီထွင်ဖန်တီးတတ်သူများ ကြီးပွားကြသည်။

အဝတ်အထည် ကုမ္ပဏီတစ်ခုတွင် ၄၁ နှစ်အရွယ် အမျိုးသမီး အရောင်းမန်နေဂျာတစ်ယောက်၏ လုပ်ငန်း အတော်ကလေး အောင်မြင်နေ



သည်။ သို့သော် သူတို့ကုမ္ပဏီ၏ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ပုံက တော်တော်
ခေတ်နောက်ကျနေသည်။

သို့ဖြင့် အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့က စီမံခန့်ခွဲရေး ကော်မတီအသစ် ဖွဲ့ပေး
သည်။ ထိုကော်မတီက နည်းလမ်းသစ်တွေ ပြဌာန်းသည်။ သို့သော် အရောင်း
မန်နေဂျာ အများစုက ယင်းနည်းလမ်းသစ်တွေကို ဆန့်ကျင်ကြသည်။ တင်း
တူလွန်း၍ ဘယ်နည်းနှင့်မျှ အလုပ်မဖြစ်နိုင်ဟု သူတို့က အကြောင်းပြ
သည်။

သို့သော် ဆိုခဲ့သော အမျိုးသမီးမန်နေဂျာကတော့ အပြောင်းအလဲကို
လက်ခံသည်။ နည်းလမ်းသစ်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးပြီး သူ့ကိုယ်သူ စံပြ
မန်နေဂျာဖြစ်အောင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်သည်။ စီမံကိန်း ချမှတ်ခြင်း၊ ဈေး
ကွက် သတ်မှတ်ခြင်း၊ ဖက်ရှင်ဒီဇိုင်း သုတေသနလုပ်ခြင်းတို့ဖြင့် အရောင်း
တိုးတက်ရေးကို ကိုယ်ဖိရင်ဖိ လုပ်ကိုင်သည်။ သူ့ဆောင်ရွက်ချက်ကို အုပ်ချုပ်
ရေးအဖွဲ့ကလည်း အထူး ချီးကျူးဂုဏ်ပြုသည်။

အချုပ်ဆိုရသော် အပြောင်းအလဲကို ဆန့်ကျင်ခဲ့သော အခြား
မန်နေဂျာ သုံးဦးအနက် တစ်ဦးက အသက်မစေမီ အငြိမ်းစားပေးခြင်း
ခံရသည်။ ဒုတိယ တစ်ဦးက ရာထူးချခံရသည်။ တတိယတစ်ဦးကိုတော့
လုံးဝ ထုတ်ပစ်လိုက်သည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားပေးပါ

ကျွန်ုပ်တို့၏ အလုပ်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ရုပ်ပုံလွှာတွင် အစိတ်အပိုင်းကြီး
တစ်ခုအဖြစ် ပါဝင်သည်။ ထို့ကြောင့် အလုပ်နှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ဓာတ်
ကျနေလျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ရုပ်ပုံလွှာလည်း ပျက်စီးတတ်သည်။ အလုပ်အကိုင်
ရွေးချယ်ရေး အတိုင်ပင်ခံနှင့် စာရေးဆရာ တွမ်ဂျက်ဆင် က အလုပ်ဖြုတ်
ခံရသူများအား စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားပေးတတ်ဖို့ အကြံ
ပေးသည်။

ဥပမာ-စက်ရုံတစ်ခု အလုပ်ပိတ်ပစ်ရတော့မည် ဆိုပါစို့။ သင်သည်
ထိုစက်ရုံမှ အလုပ်သမားတစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မှန်ထဲတွင်
ကြည့်ကာ “ငါဟာ အလုပ်လက်မဲ့ အလုပ်သမားတစ်ယောက် ပါလား”
ဟူ၍ တွေးမိသည် ဆိုပါတော့။

ယင်းသို့ တွေးမိလျှင် သင်သည် အရှုံးသမားဘဝမှ ဘယ်တော့မှ
တက်နိုင်လိမ့်မည် မဟုတ်တော့။

ထို့ကြောင့် တွမ်ဂျက်ဆင်က အောက်ပါအတိုင်း အကြံပေးသည်။
‘ကိုယ့်ကိုယ်ကို မှန်ထဲမှာကြည့်ပြီး “ငါဟာ စိတ်ကူးဉာဏ်ရှိတဲ့
လူသားတစ်ယောက်ပဲ” လို့ တွေးပါ။ အဲဒီအတွေး ဝင်လာရင် အလိုလို
အားမာန်တွေ ပြည့်လာပြီး အကြံဉာဏ်တွေလည်း တစ်ချိုးတစ်ခု ပေါ်လာ
လိမ့်မယ်’

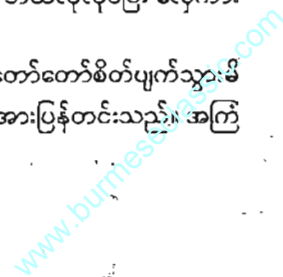
ဘယ်တော့မှ အလဲမလှဲပါနှင့်

အသက် ၃၃ နှစ်အရွယ် အိမ်ပြင်ဆင်သူ လက်သမားတစ်ယောက်သည်
လုပ်ငန်းအောင်မြင်ကာ တော်တော်ကြီးပွားနေသည်။ သူက ကျန်းမာရေး
ကောင်းပြီး ဖျတ်လတ်သွက်လက်သောကြောင့် အိမ်ခေါင်မိုးပေါ် တက်ရာ
တွင် အလွန်မြန်ဆန်သည်။

သို့သော် သူသည် တစ်နေ့တွင် ကားတိုက်ခံရပြီး ညာဘက် ခြေ
ထောက် ကျိုးသွားသဖြင့် အလုပ်ကို ရပ်လိုက်ရသည်။

‘ကျွန်တော် အကြီးအကျယ် စိတ်ဓာတ်ကျသွားမိတယ်။ ကျွန်တော့်
မှာ လက်သမားပစ္စည်းတွေရယ်၊ ကားရယ်၊ လက်သမားပညာရယ် ရှိနေသေး
ပေမယ့် ချိုင်းထောက်ကြီးနဲ့ လျှောက်နေရတော့ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး လှေကား
ပေါ် တက်နိုင်တော့မလဲ’

သူက ပထမတော့ ယင်းသို့တွေးပြီး တော်တော်စိတ်ပျက်သွားမိ
သည်။ သို့သော် နောက်တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားပြန်တင်းသည်။ အကြံ
ထုတ်သည်။



ထံအားလျော်စွာပင် သူက အသက်မွေးမှုသင်တန်းကျောင်းတွင်
ထောင်စုအသက်သာကို ထူးချွန်စွာ တတ်လာခဲ့သူ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် စားပွဲ
ကုလားထိုင်များ လုပ်၍ အသက်မွေးရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

ထို့နောက် အလုပ် လိပ်စာကတ်ပြားတွေ ရိုက်၍ ပရိဘောဂတိုက်များ
သို့ လိုက်ပေးသည်။ သင်တန်းကျောင်းမှ ထောက်ခံစာ တောင်း၍ အလုပ်
အပ်မည့်သူများကို လိုက်လံစည်းရုံးသည်။

ဤသို့ဖြင့် သူသည် ပရိဘောဂဆိုင်များနှင့် တစ်ဦးချင်းမှာသူများ
အများအပြား ရရှိလာသည်။ ထို့ပြင် သူတို့မြို့ရှိ သမိုင်းပြတိုက်အတွက်လည်း
ပရိဘောဂများ ပေးသွင်းရန် အမှာစာ ရလိုက်လေသည်။

ယနေ့သော် သူ၏ ကုမ္ပဏီမှာ တစ်နယ်လုံးတွင် မသိသူမရှိ အဆင့်သို့
ရောက်ရှိနေလေပြီ။

'ကျွန်တော်ဟာ ခြေထောက်မကျိုးခင်က လက်သမားလုပ်ငန်းကို
အကောင်းဆုံးလုပ်ပြီး အသက်မွေးခဲ့တယ်။ ဒါကြောင့် ခြေထောက်ကျိုးပြီးတဲ့
နောက်မှာလည်း ဒီလုပ်ငန်းကို ကျွန်တော် ဘာလို့ မလုပ်နိုင်ရမှာလဲလို့
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားပေးပြီး ကြိုးစားခဲ့လို့ ဒီအခြေအနေ ရောက်လာခဲ့တာ
ပါပဲ' ဟု သူက အားရဝမ်းသာ ပြန်လည်ပြောပြသည်။

ယနေ့ခေတ်တွင် ဘယ်လုပ်ငန်းခွင်၌မဆို အပြောင်းအလဲက အမြဲ
တမ်း ရှိနေသည်။ ဘယ်အလုပ်မှ တည်မြဲရေးအတွက် အာမခံချက် မရှိနိုင်။
ဤပြဿနာကို ဘယ်အလုပ်သမားမဆို တစ်နေ့မဟုတ် တစ်နေ့ မလွဲမသွေ
ရင်ဆိုင်ရတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဤပြဿနာမျိုး ကြုံလာလျှင် စိတ်ဓာတ်
မကျဘဲ အကောင်းမြင် အပြုစိတ်ဓာတ်ဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်လည်
အဖတ်ဆယ်နိုင်ဖို့ အလွန် အရေးကြီးသည်။ တစ်ကြိမ် ဆုံးရှုံးခြင်းအတွက်
အောင်မြင်မှုရရန် အကြိမ်ကြိမ် ကြိုးစားရသည် ဟူသော အချက်ကို အမြဲတမ်း
နုလုံးသွင်းပါ။

တစ်ခါက ကမ္ဘာကျော် သိပ္ပံပညာရှင်ကြီး သောမတ်အက်ဒီဆင်သည်

ဘက်ထရီအသစ်တစ်မျိုးကို စမ်းသပ်တီထွင်သည်။ မအောင်မြင်ဘဲ ကြိမ်ဖန်
များစွာ ဆုံးရှုံးပျက်စီးသည်။

ဤတွင် လူတွေက သူ့ကို မေးကြသည်။

'ဆရာကြီး ဒီလောက် အကြိမ်ကြိမ် လုပ်လို့မှ အကြိမ်ကြိမ် ဆုံးရှုံး
နေတာ ဘာလို့ ဆက်လုပ်နေသေးတာလဲ'

ထိုအခါ ဆရာကြီးက-

'ဘာ...အကြိမ်ကြိမ် ဆုံးရှုံးနေတာ ဟုတ်လား၊ ဟင့်အင်း...ကျုပ်

ဘာမှ မဆုံးရှုံးပါဘူး။ အခုဆိုရင် အလုပ်မဖြစ်တဲ့ နည်းပေါင်း ၅၀,၀၀၀
ကိုတောင် ကျုပ် သိရပြီးပြီဗျ' ဟူ၍ ပြန်ပြောလိုက်သတတ်။

['Setback ? Bounce Back !' by Andrew J. DuBrin,
R. D., October, 1992.]



ဘယ်သူတွေ စိတ်ချမ်းသာကြသလဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ

လူတိုင်း စိတ်ချမ်းသာချင်ကြသည်။ သို့သော် လူတိုင်း စိတ်မချမ်းသာကြ။ တချို့လူတွေ ထာဝရ စိတ်ချမ်းသာမှု ရရှိကြသည်။ တချို့က စိတ်ချမ်းသာမှုကို ခေတ္တခဏသာ ခံစားဖူးကြ၏။ တချို့ကျတော့ လုံးဝ မခံစားဖူးကြ။

သို့သော်လည်း လူတစ်ယောက်သည် တစ်ချိန်တုန်းက ဘယ်လောက်ပင် သောကပင်လည်း ဝေခဲရစေကာမူ ပစ္စက္ခတွင် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရရှိနိုင်သည်။

ဤသည်မှာ စိတ်ချမ်းသာသူများ အမည်ရှိ စာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသည့် အယူအဆများ ဖြစ်သည်။

ထိုစာအုပ်ကို ရေးသူမှာ ကိုလံဘီယာ တက္ကသိုလ်မှ စိတ်ပညာ ပါမောက္ခ ကျီနာသန် ဖရီးဒ်မင် (Jonathan L. Freedman) ဖြစ်သည်။ ပါမောက္ခ ဖရီးဒ်မင်သည် အမေရိကန်လူမျိုးပေါင်း တစ်သိန်းနီးပါးကို မေးခွန်းလွှာများဖြင့် အသေးစိတ် မေးမြန်း သုတေသနပြုပြီးမှ အဆိုပါ စာအုပ်ကို ရေးသားခဲ့သည်ဟု ဆိုသည်။

စိတ်ချမ်းသာသူများ စာအုပ်သည် စိတ်ချမ်းသာမှုနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ယခင် အယူအဆများကို ခိုင်မာစေသည့်အပြင် အယူအဆသစ်များကိုလည်း ဖော်ပြနိုင်ခဲ့သည်။

ရရှိသူအုပ်စု

စွန့်စားမှ အောင်မြင်မည်

ဥပမာအားဖြင့်-

- လူများသည် အိုမင်းလာလေလေ စိတ်ဆင်းရဲရလေလေ ဆိုသည်မှာ မမှန်ပါ။
- စိတ်ချမ်းသာမှုကို ပိုက်ဆံနှင့် ဝယ်၍ မရပါ။
- ကလေးဘဝက စိတ်မချမ်းသာခဲ့ရလျှင် အရွယ်ရောက်လာသော အခါတွင်လည်း စိတ်ဆင်းရဲရမည် ဟူသော အယူအဆသည် မှားသည်။
- အမေရိကန်လူမျိုး အများစုသည် စိတ်ချမ်းသာကြသည်။ ပါမောက္ခ ဖရီးဒ်မင်နှင့် သူ၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ ပြုစုသော မေးခွန်းလွှာများကို မူလက ယနေ့စိတ်ပညာ (Psychology Today) နှင့် သီရိဂေဟာ (Good Housekeeping) မဂ္ဂဇင်းတွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။
- ပါမောက္ခ ဖရီးဒ်မင်သည် အခြားသော လေ့လာမှုပေါင်းများစွာမှ ရရှိသည့် ရလဒ်များကိုလည်း ဖြည့်စွက်ထားသောကြောင့် သူ၏ တွေ့ရှိချက်များသည် ယေဘုယျအားဖြင့် တစ်နိုင်လုံးကို ကိုယ်စားပြုသည်။
- စိတ်ချမ်းသာမှုနှင့် ပတ်သက်၍ ပါမောက္ခ ဖရီးဒ်မင်၏ တွေ့ရှိချက် အချို့မှာ-

အချစ်နှင့် လိင်ကိစ္စ

လူတွေက အချစ်ကို စိတ်ချမ်းသာမှု၏ သော့ချက် ဟု ယူဆကြသည်။ မှန်သည်။ သူတစ်ပါးကို ချစ်သောသူများသည် အခြားသူများထက် ပို၍ စိတ်ချမ်းသာကြသည်။

ကြီးပွားတိုးတက်ခြင်း၊ ရာထူးအဆင့်အတန်း မြင့်မားခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်း၊ ရုပ်ရည်ချောမောခြင်း၊ အိမ်ထောင်ပြုခြင်း၊ လိင်ဆက်ဆံခြင်း တို့သည် ပင်လျှင် အချစ်ကို အစားထိုး၍ မရနိုင်ချေ။

လူအများစုကြီးအတွက် စိတ်ချမ်းသာရေးတွင် လိင်ကိစ္စသည် အရေးကြီးသော အချက်တစ်ချက် ဖြစ်သော်လည်း "လူတစ်ယောက်သည် လိင်ကိစ္စ

ရရှိသူအုပ်စု

မရှိဘဲနှင့်လည်း စိတ်ချမ်းသာနိုင်သည်။ လိင်ကိစ္စ ရရှိလျက်နှင့်လည်း ခိတ်ဆင်းရဲနိုင်သည်” ဟု ပါမောက္ခ ဖရီးဒ်မင်းက ဆိုသည်။

လင်ကွာ မယားကွာ များသော ခေတ်ကြီးတွင် အိမ်ထောင်ရေး ဘဝသည် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ပို၍ ပေးနိုင်သည်။

“အိမ်ထောင်သည်ဘဝနှင့် လင်ကွာ မယားကွာ ကိစ္စများနှင့် ပတ်သက်၍ အမြင်များ ပြောင်းလဲလာကြသည့်တိုင်အောင် ကျွန်ုပ်တို့၏ လူဦးရေ အများစုကြီးသည် အိမ်ထောင်သည် ဘဝတွင် စိတ်ချမ်းသာခြင်းနှင့် တစ်ကိုယ်ရေ တစ်ကာယ ဘဝတွင် စိတ်ဆင်းရဲခြင်းတို့ကို သိသိသာသာ ခံစားမိကြရသည်” ဟု ပါမောက္ခ ဖရီးဒ်မင်းက ပြောသည်။

တစ်ကိုယ်ရေဘဝ

တစ်ကိုယ်ရေသမား ယောက်ျား မိန်းမများသည် အိမ်ထောင်ရှင် ယောက်ျား မိန်းမများလောက် စိတ်မချမ်းသာကြ။ ဤအချက်တွင် ယောက်ျားနှင့်မိန်းမ အလွန်ကွာခြားသည်။ လူလွတ်ယောက်ျားနှင့် အိမ်ထောင်သည် ယောက်ျားတို့၏ စိတ်ချမ်းသာမှု ကွာဟချက်သည် အသက်လေးဆယ်ကျော်လျှင် မရှိတော့။ သို့သော်လည်း အိမ်ထောင်မရှိ မိန်းမနှင့် အိမ်ထောင်ရှိ မိန်းမတို့၏ စိတ်ချမ်းသာမှု ကွာဟချက် ကတော့ အသက် လေးဆယ်ကျော်ပြီး နောက်တွင်မှ ပို၍ ကြီးမားသည်။

အထူးသဖြင့် အိမ်ထောင်မရှိ မိန်းမများအဖို့ အသက်ကြီးလာလေလေ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲရလေလေ ဖြစ်သည်။

ကွာရှင်း ဖြတ်စဲခြင်း

မကွဲမကွာ ပေါင်းသင်း နေထိုင်သော အိမ်ထောင်ရှင်များထက် ပြတ်စဲသော အိမ်ထောင်ရှင်များက ပို၍ စိတ်ဆင်းရဲကြရသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း ကွာရှင်း ဖြတ်စဲသူ အများစုသည် နောင်တစ်ချိန်တွင် ထပ်မံ အိမ်ထောင်ပြုကြခြင်း ဖြစ်သည်။

ထပ်မံ အိမ်ထောင်ပြုသူများသည် ထပ်မံ အိမ်ထောင်မပြုသူများထက် ပို၍ စိတ်ချမ်းသာကြရသည်ဟု သုတေသနစစ်တမ်းအရ သိရှိရသည်။

ဒုတိယ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းသည် ပထမအိမ်ထောင်တုန်းကကဲ့သို့ပင် စိတ်ချမ်းသာမှု ရရှိရန် အလားအလာ ရှိသည်ဟု ဆိုသည်။

“အိမ်ထောင်ဖက် လွဲခြင်း၊ အိမ်ထောင်ဖက် အရွေးမှားခြင်းနှင့် အဆင်မပြေသော အိမ်ထောင်သည် ဘဝတို့ကြောင့် အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ စိတ်ဆင်းရဲနိုင်သည်။ သို့သော်လည်း ဤအချက်သည် နောက် အိမ်ထောင် ပြုရာတွင် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ယေဘုယျအားဖြင့် မယုတ်လျော့စေနိုင်ချေ” ဟု သုတေသနစစ်တမ်းက ဆိုသည်။

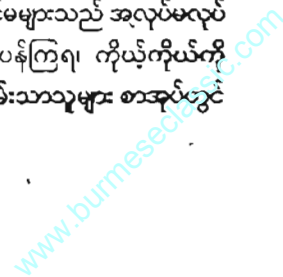
ထို့ပြင် ယောက်ျားအတွက် ဒုတိယအိမ်ထောင် ပြုခြင်းသည် ပထမ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းထက် ပို၍ စိတ်ချမ်းသာသည်။ မိန်းမများကမူ ပျမ်းမျှအားဖြင့် ဒုတိယအိမ်ထောင်ပြုရာတွင် စိတ်ချမ်းသာမှု လျော့နည်းကြသည်ဟု သိရသည်။

အလုပ်လုပ်သော အိမ်ထောင်ရှင်မများ

အလုပ်လုပ်သောသူက အလုပ်မလုပ်သောသူထက် ပို၍ စိတ်ချမ်းသာသည်ဟု ယူဆသောကြောင့် အလုပ်မလုပ်သော အိမ်ရှင်မများအနေဖြင့် အိပ်မပျော်ခြင်း၊ စိတ်ပူပန်ခြင်း၊ အဖော်မဲ့ခြင်း စသည်များကို ခံစားရပါသလား ဟူ၍ မေးခွန်းတစ်ခုတွင် မေးထားသည်။

ဤအချက်နှင့် ပတ်သက်၍-

“အလုပ်မလုပ်သော အိမ်ထောင်ရှင်များသည် အဆိုပါလက္ခဏာများကို ပို၍ ခံစားကြရသည်။ အလုပ်လုပ်သော အိမ်ရှင်မများသည် အလုပ်မလုပ်သော အိမ်ရှင်မများလောက် မစိုးရိမ်ကြရ။ မပူပန်ကြရ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလကား အသုံးမကျဟု မထင်ကြရ” ဟု စိတ်ချမ်းသာသူများ စာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသည်။



အသက်အရွယ်နှင့် စိတ်ချမ်းသာမှု

လူလတ်ပိုင်းအရွယ်သည် စိတ်အချမ်းသာဆုံးဟု အများအားဖြင့် ယူဆကြသည်။ ဤအယူအဆ မမှန်ပါ။ ထို့ပြင် အသက်အရွယ် ကြီးရင့်ခြင်းသည် စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းရင်း ဖြစ်သည်ဟူသော အယူအဆလည်း မှန်ဟု စစ်တမ်းက ဆိုသည်။

လူများသည် အသက် ၂၀ မှ ၄၅ နှစ် အရွယ်အထိ ကျန်းမာရေးကို အကြောင်းပြုပြီး စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်ကြသည်။ ထိုမှ နောက်ပိုင်းအရွယ်တွင် ဗု ရှားစွာ ထူးခြားမှု မရှိတော့။

အသက် ၄၅ နှစ်မှအထက် အရွယ်တွင် ကျန်းမာရေးသည် စိတ်မချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်းရင်း ဖြစ်သည်ဟု လည်းကောင်း၊ ပြဿနာတစ်ရပ် ဖြစ်သည်ဟု လည်းကောင်း သိသိသာသာ ပြောဆိုခြင်း မပြုကြတော့ဟု စစ်တမ်းအရ သိရှိရသည်။

အသက်ကြီးပိုင်းတွင် စိတ်မချမ်းသာရသည့် အဓိကအချက်များမှာ ဝင်ငွေနည်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်ဖက် ကွယ်လွန်ခြင်းနှင့် ငြီးငွေ့ဖွယ် အငြိမ်းစား ဘဝတို့သာ ဖြစ်သည်။

သို့သော်လည်း အားလုံးကို ခြုံကြည့်လျှင် “အငြိမ်းစားများ အပါအဝင် သက်ကြီးပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စိတ်ချမ်းသာမှုသည် အခြားအသက်အရွယ် အုပ်စုများအောက် မနည်း”ဟု စစ်တမ်းက ဖော်ပြသည်။

စင်စစ် စစ်တမ်းပါ အခြားအသက်အရွယ် အုပ်စုများအားလုံးထက် သက်ကြီးအုပ်စုက ပို၍ စိတ်ချမ်းသာသည်ဟု ထုတ်ဖော်ပြောကြားကြသည်။

ဝင်ငွေနှင့် ပညာအဆင့်အတန်း

စိတ်ချမ်းသာမှုအပေါ်တွင် ဝင်ငွေနှင့် ပညာအဆင့်အတန်းတို့၏ ဩဇာ သက်ရောက်မှုသည် အများအားဖြင့် မိမိ၏ မူလမွှော်မှန်းချက်အပေါ်တွင် တည်သည်။

မိမိက ပညာအများကြီးတတ်လို့ ပိုက်ဆံများများရတာပဲဟု ယူဆသူ

ဗုဒ္ဓဘာသာ အောင်မြင်မှု

များအတွက် မထူးခြားလှပါ။ သို့သော် မိမိ တတ်ထားသည့်ပညာထက် ရသည့်ပိုက်ဆံက ပိုနေသည်ဟု ထင်နေသူများကတော့ ပို၍ စိတ်ချမ်းသာ တတ်ကြသည်။

“ပညာအခြေခံ နည်းနည်းဖြင့် ပိုက်ဆံများများ ရရှိသူများသည် ပညာများများတတ်ပြီး ပိုက်ဆံများများ ရရှိသူများထက် စိတ်ချမ်းသာကြ သည်”ဟု စစ်တမ်းက ဆိုသည်။

အလုပ်နှင့် စိတ်ချမ်းသာမှု

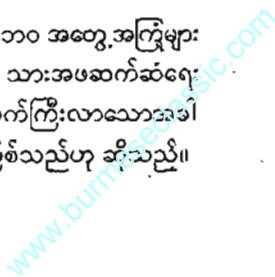
အချစ်နှင့် အိမ်ထောင်ရေးတို့မှတစ်ပါး မိမိအလုပ်တွင် ကျေနပ်မှုရှိခြင်းသည် စိတ်ချမ်းသာမှု၏ အဓိက အချက်တစ်ချက် ဖြစ်သည်ဟု စစ်တမ်းတွင် ဖော်ပြသည်။

အလုပ်အဆင့်အတန်းအလိုက် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ခွဲခြားရာတွင် စာရေးစာချီများက အနိမ့်ဆုံးဖြစ်သည်။ ယင်းတို့အထက်တွင် အတွင်းရေးမှူး စာရေးမများနှင့် စက်ရုံလုပ်သားများ ရှိသည်။ ထို့နောက် ဗိသုကာများ၊ ပါမောက္ခများ၊ သူနာပြုများနှင့် မန်နေဂျာများ ရှိလာသည်။ အားလုံးအနက် စိတ်အချမ်းသာဆုံးမှာ သာသနာ့ဝန်ထမ်းများ၊ စိတ်ပညာရှင်များနှင့် ဖြေဖျော်ရေး အနုပညာရှင်များ ဖြစ်ကြသည်။

ဤစစ်တမ်း၏ အထူးခြားဆုံး တွေ့ရှိချက်တစ်ခုမှာ “ရှေ့နေများနှင့် ဆရာဝန်များသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ စိတ်မချမ်းသာသူများအဖြစ် ဖော်ပြ ကြခြင်းပင် ဖြစ်သည်”ဟု ဖိုးဒ်မင်းက ရေးသားထားသည်။

ကလေးဘဝနှင့် လူငယ်ဘဝ

လူတစ်ယောက်၏ စိတ်ချမ်းသာမှုသည် သူ၏ကလေးဘဝ အတွေ့အကြုံများ ဆ်ာ်တွင် မတည်ပါ။ သို့သော်လည်း ကလေးဘဝက သားအမဆက်ဆံရေး နှင့် ကလေးဘဝက အပြစ်ကျူးလွန်မှုတို့သည် အသက်ကြီးလာသောအခါ စိတ်မချမ်းသာခြင်း၏ အဓိက အကြောင်းနှစ်ရပ် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုသည်။



မောင်ပေါ်ထွန်း

လူငယ်များအနေဖြင့်မူ လူငယ်ဘဝ စိတ်ချမ်းသာမှုသည် လူကြီးဘဝ စိတ်ချမ်းသာမှုနှင့် ဆက်စပ်မှု မရှိဟု ဆိုသည်။

လူရွယ်သည် ပြောင်းလဲတတ်ကြသည်။ အချိန်မရွေး ပြောင်းလဲသွားနိုင်သည်ဟု စစ်တမ်းက ဖော်ပြထားသည်။

ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ သက်ကြီးဘဝ စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ စိတ်ချမ်းသာမှုကို ကလေးဘဝနှင့် လူငယ်ဘဝ အတွေ့အကြုံများက မဆုံးဖြတ်ဟူသော အချက်ပင် ဖြစ်သည်။

သို့ဆိုလျှင် စိတ်ချမ်းသာမှုအတွက် ကျိန်းသေပေါက် ကုထုံး ဆိုတာ ရှိပါသလား။ မရှိပါ။

သို့သော် စိတ်ချမ်းသာသူများ၏ အတွေ့အကြုံကို အခြေပြုပြီး အဖြေတချို့တော့ ပေါ်ထွက်လာပါသည်။

- လူတွေကို ချစ်ခြင်း၊ လူတွေ၏ ချစ်ခြင်းကို ရယူခြင်း၊
 - အများကြီး မဟုတ်သော်လည်း သင့်တင့်လုံလောက်သော ဝင်ငွေ ရှိခြင်း၊
 - ဘဝရည်မှန်းချက် ရှိခြင်း၊ ဘဝလမ်းကြောင်း မှန်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို မိမိ ထိန်းသိမ်းနိုင်ခြင်း၊
 - မိမိ မျှော်မှန်းသည်ထက် ဘဝမှ အကျိုးအမြတ် ရရှိခြင်း၊
- ပါမောက္ခ ဖရီးဒ်မင်းက သူ့စစ်တမ်းကို အောက်ပါအတိုင်း နိဂုံးချုပ်ထားသည်။

“စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရရှိရန် ခက်ခဲ၏။ သို့သော် ဘယ်တော့မှ မရနိုင်တော့ပါဘူး ဟူ၍ စိတ်ဓာတ်ကျစရာကား မရှိပါ။ သင့်သည် အတိတ်ကာလက သော်လည်းကောင်း၊ ယခုကာလတွင် သော်လည်းကောင်း ဘယ်လောက်ပင် စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်ခဲ့ရ ဖြစ်နေ ရသည့်တိုင်အောင် အနာဂတ်ကာလတွင် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရှာဖွေ တွေ့ရှိနိုင်ပါသေးသည်။”

[သင့်ဘဝအောင်မြင်ရေးမဂ္ဂဇင်း၊ စက်တင်ဘာ၊ ၁၉၉၁]

အောင်မြင်သူ၏ လျှို့ဝှက်ချက်

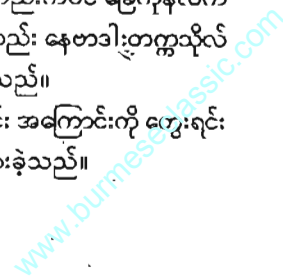
မိုက်ရှုရှက်စကီးသည် သူ့အားကစားအဖွဲ့၏ ရှေ့တွင် ခူးထောက်ထိုင်ချရင်း အိပ်မက်သာ ဖြစ်ပါစေတော့ဟု ဆုတောင်းလိုက်သည်။ သို့သော် သူ့အဖြစ်က အိပ်မက် မဟုတ်၊ စိတ်ချောက်ချားစရာ တကယ့်ဖြစ်ရပ်မှန်ကြီး ဖြစ်နေသည်။

သန်းပေါင်း ၃၀ မျှရှိသော ရုပ်သံပရိသတ်ကြီးက စိတ်ဝင်စားစွာ ကြည့်ရှုနေစဉ်မှာပင် သူတို့၏ ဂျွတ်တက္ကသိုလ် ဘတ်စကတ်ဘောအသင်းသည် အမျိုးသားဗိုလ်လုပွဲတွင် လုံးဝဗိုလ်ရခဲ့ပြီးမှ နေရာဒါးတက္ကသိုလ်အသင်းကို အရှုံးကြီး ရှုံးခဲ့ရသောမက အရှက်ကြီးလည်း ရှက်ခဲ့ရသည်။ ဖိုင်နယ်ပွဲတွင် ၁၀၃ မှတ်၊ ၇၃ မှတ်ဖြင့် ရှုံးခဲ့ခြင်းမှာ အားကစားသမိုင်းတွင် တစ်ဖက်သတ် အကျဆုံး ရှုံးနိမ့်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

သို့သော် အသင်းခေါင်းဆောင်ဖြစ်သူ ရှုရှက်စကီးအနေဖြင့် ကစားနေစဉ်အတွင်း လုံးဝ စိတ်ဓာတ်မကျခဲ့။ သူ့အသင်းဝင် အားကစားသမားများကိုလည်း တစ်ချိန်လုံး အားပေးစကား ပြောနေခဲ့သည်။

သို့ပါလျက် သူတို့အသင်း အရှုံးကြီး ရှုံးခဲ့ရသည်မှာ အကြောင်းရှိသည်။ သူတို့အသင်းသည် ဆီမီးဖိုင်နယ်ပွဲပြီးကတည်းကပင် ခြေကုန်လက်ပန်း ကျနေခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ တစ်ဖက်တွင်လည်း နေရာဒါးတက္ကသိုလ်အသင်းက အလွန်ကောင်းနေသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

ထို့နေ့ညက ရှုရှက်စကီးသည် သူတို့အသင်း အကြောင်းကို တွေးရင်း သူ့စိတ်အာရုံသည် အတိတ်ဆီသို့ ပြန်ရောက်သွားခဲ့သည်။



ဝက်ခံပျိုငှာစစ်တက္ကသိုလ်တွင် ပထမနှစ် သင်တန်းသားဘဝတုန်းက တင်ခဲ့သော နွေရာသီ ညနေခင်းအချိန် ဖြစ်သည်။ ထိုအချိန်တွင် သူနှင့် သူ၏ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်တို့သည် လမ်းလျှောက်လာစဉ် သူ့မိတ်ဆွေက ရွှေဗွတ်အိုင်တစ်ခုထဲကို အမှတ်တမဲ့ နင်းမိသည်။ ရှုရှက်စကီး၏ ဘောင်းဘီ နှင့် ရှူးပိနပ်များတွင် ရွှေရေတွေနှင့် ဗွတ်တွေ ပေကျဲကုန်သည်။

ရှေ့သို့ ဆယ်လှမ်းခန့် ဆက်လျှောက်လာမိသောအခါ ဗိုလ်လောင်း နှစ်ယောက်တို့သည် သူတို့ထက် အတန်းကြီးသူ တခြားဗိုလ်လောင်း တစ်ယောက်နှင့် ဆုံမိကြသည်။

‘ဒါက ဘယ်လိုဖြစ်တာလဲ၊ ယူနီဖောင်းကို သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ဝတ်ရ မယ်ဆိုတဲ့ စည်းကမ်းကို မင်း မသိဘူးလား’

အတန်းကြီးဗိုလ်လောင်းက ရှုရှက်စကီး၏ မျက်နှာကို စေ့စေ့ကြည့်၍ မေးသည်။

ဤတွင် ရှုရှက်စကီးက ခြေစုံရပ်ပြီး အလေးပြုရင်း...

‘ဘာဆင်ခြေမှ မပေးချင်ပါဘူး ခင်ဗျား’

ဟု ပြန်ပြောလိုက်မိသည်။

နောင်အခါ သူ ပြန်တွေးကြည့်တော့ သူပြောခဲ့တာ မှန်သည်ဟု သူ ယူဆသည်။

မှန်ပါသည်။ တကယ်တော့ ဘာဆင်ခြေမှ ပေးနေစရာ မလိုပါ။

ကြီးကြီးငယ်ငယ် အရှုံးနှင့် ရင်ဆိုင်ရပြီဆိုလျှင် ယင်းအတွက် တာဝန်ရှိသူမှာ တခြား ဘယ်သူမှ မဟုတ်။ မိမိသာ ဖြစ်သည်ဟု သူက သဘောပိုက်သည်။

သူသည် သူ့အရှုံးကို လက်ခံသည်။ တစ်သက်လုံး သတိရနေသည်။

အရှုံးထဲမှ အမြတ်ရအောင်လည်း အားသစ်လောင်း၍ ကြိုးစားမည်။

ရှုရှက်စကီးက ဤသို့ပင် ခံယူသည်။

ယခု ဘတ်စကက်ဘောပြိုင်ပွဲတွင် အရှုံးကြီးရှုံးတော့လည်း သူသည် စာနယ်ဇင်းသတင်းထောက်တွေ၊ ရုပ်မြင်သံကြားပရိသတ်တွေ အများကြီးနှင့်

ရင်ဆိုင်ရသည်။ သို့သော် သူက သူတို့အသင်း ရှုံးရခြင်းအတွက် ဘာမှ ဆင်ခြေမတက်။ အဆက်မပြတ် တဖျတ်ဖျတ်ရိုက်နေသော ဓာတ်ပုံကင်မရာ၊ ရုပ်ရှင်ကင်မရာတွေကို စေ့စေ့ကြည့်ပြီး သူက ရိုးရိုးသားသားပင် ပြန်ဖြေ သည်။

‘တစ်ဖက်အသင်းက ကျွန်တော်တို့ကို နည်းမျိုးစုံနဲ့ တိုက်ခိုက်တယ်၊ ကျွန်တော်တို့ ဘာမှ မတတ်နိုင်ဘူး။ ကျွန်တော်မှာ ဦးထုပ်သာပါရင် ဦးထုပ် ချွတ်ပြီးတောင် သူတို့ကို အလေးပြုလိုက်ချင်တယ်’

သို့သော် သူက ပရိသတ်အား ယင်းသို့ ပြောလိုက်သော်လည်း သူ့ ရင်ထဲမှာတော့ တစ်မျိုးပြောနေသည်။

“ဒါဟာ တို့အတွက် နောက်ဆုံးပွဲ မဟုတ်သေးပါဘူး။ နောက်ထပ် ပြိုင်ပွဲတွေ၊ အခွင့်အရေးတွေ ကျန်ပါသေးတယ်”

မိုက်ကယ်ဝီလျံရှုရှက်စကီးကို ၁၉၄၇ ခုနှစ်တွင် ချီကာဂိုမြို့၌ မွေးဖွား ခဲ့သည်။ သူ့ဖခင်မှာ ဓာတ်လှေကားမောင်း အလုပ်သမား ဖြစ်သည်။ မိခင် ကတော့ အဝတ်လျှော်သည်။ သူတို့မိသားစုသည် နှစ်ထပ်အိမ်ကလေးတွင် ခွေမျိုးတွေနှင့် စုပေါင်းနေထိုင်ကြသည်။

သူ့မိဘများက ပိုလန်ဇာတိတွေ ဖြစ်သလို သူ့အိမ်နီးချင်းတွေက လည်း ပိုလန်လူမျိုးတွေပင် ဖြစ်ကြသည်။

မိုက်သည် ကြီးပြင်းလာသောအခါ ကျောင်းနားက ကစားကွင်းမှာ သူငယ်ချင်းတွေနှင့် အမြဲတမ်း အားကစား လေ့ကျင့်သည်။ မိုက်က ဘတ် စကတ်ဘောမှာ “စတာ” ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ဝက်ခံပျိုငှာစစ်တက္ကသိုလ် ရောက်တော့ သူ့ကို လက်ထောက်အားကစားနည်းပြဆရာ ခန့်ခြင်း ဖြစ် သည်။

စစ်တက္ကသိုလ် ရောက်ရသည်မှာလည်း သူ ဝါသနာပါသောကြောင့် မဟုတ်။ မိဘများက အတင်းတိုက်တွန်းသောကြောင့် ရောက်လာခဲ့ခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

ခင်ဘက္ကသိုလ်သို့ ရောက်ပြီးနောက် မကြာမီတွင် သူ့အား ဆယ်
ဆင်းလေးသာ အလေးကို ဆွဲပေးပြီး ခုနစ်ပေနက်သာ ရေကူးကန်တစ်ခုသို့
ခေါ်လာခဲ့သည်။

‘ဒီဘက်ကနေပြီး ဟိုဘက် ရောက်အောင်ကူး’

သက်ကြီး ဝိုလ်လောင်းတစ်ဦးက အမိန့်ပေးသည်။

ရှုရှက်စကီးက စိတ်အားတင်းပြီး ကူးကြည့်သည်။ သို့သော် ကူးလို့
မရ၊ အလေးက သူ့ကို အောက်မှနေ၍ ဆွဲထားသည်။ သူ့ခမျာ အကြိမ်
ကြိမ် ကြိုးစားကူးရှာသည်။ သို့သော် တစ်ကြိမ်မျှ မအောင်မြင်။ အကြိမ်တိုင်း
ရေကန်အလယ်တွင် စုပ်စုပ်မြုပ်သွားရသည်ချည်း ဖြစ်သည်။

ထိုဖြစ်ရပ်ကြောင့် ရှုရှက်စကီးသည် သင်ခန်းစာကောင်းတစ်ခု ရရှိခဲ့
သည်။

‘ဆုံးရှုံးမှုဟာ အောင်မြင်မှုအတွက် အကောင်းဆုံးလမ်းပဲဆိုတာ
ဝက်စံပျိုင့်က ကျွန်တော့်ကို သင်ပြပေးခဲ့တယ်။ ဆုံးရှုံးမှုကို ကိုယ့်အတွက်
အမြတ်ထွက်အောင် ဘယ်လို အသုံးချရမယ်ဆိုတာကို သင်ခန်းစာ ပေးခဲ့
တယ်’

ဟု သူက ဆိုသည်။

အထက်တန်းရောက်တော့ ရှုရှက်စကီးသည် နည်းပြဆရာနိုက်၏
လက်အောက်တွင် ဘတ်စကတ်အား အသင်းခေါင်းဆောင် ဖြစ်လာခဲ့သည်။

တစ်ကြိမ်တွင် သူသည် အချိန်ပိုကစားပွဲ၌ ရှုံးပြီးနောက် မိန်းကလေး
မိတ်ဆွေတစ်ယောက်နှင့် ကော်ဖီဆိုင်တွင် သွားထိုင်နေသည်။ နှစ်ယောက်
သား ရယ့်ရယ်မောမော စကားပြောနေရာမှ မျက်နှာမော့ကြည့်လိုက်သော
အခါ နည်းပြဆရာနိုက်က ရှုရှက်စကီးအား စိုက်ကြည့်နေသည်ကို တွေ့ရ
သည်။

‘ရှုံးနိမ့်ရတာဟာ မင်းအဖို့ ဘာမှ အကြောင်းမဟုတ်ဘူးလို့ ထင်ရင်
တော့ မင်းအနေနဲ့ အသင်းခေါင်းဆောင်အဖြစ်က ထွက်သွားတာ အကောင်း
ဆုံးပဲ’

ဟု နိုက်က အပြစ်တင်သဖြင့် ပြောလိုက်သည်။

ရှုရှက်စကီးအဖို့ ထိုစကားသည် အလွန်လေးနက်သည်။ ဝက်စံပျိုင့်
တက္ကသိုလ်ကဲ့သို့ပင် နည်းပြဆရာနိုက်ကလည်း အတော်ဆုံး ကိုသာ လိုချင်
သည်။

တက္ကသိုလ်မှ ဆင်းပြီးနောက် ရှုရှက်စကီးသည် တပ်မတော်တွင်
အမြောက်တပ်ဗိုလ်အဖြစ် ငါးနှစ်စာချုပ်ဖြင့် အမှုထမ်းသည်။ အားကစား
နည်းပြဆရာလုပ်ရန် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ၁၉၇၄ ခုနှစ်တွင် စစ်တပ်မှ နုတ်ထွက်
လိုက်သည်။

အင်ဒီးယားနားတက္ကသိုလ်တွင် သူ့ဆရာနိုက်၏ လက်အောက်၌
လက်ထောက် အားကစားနည်းပြဆရာအဖြစ် တစ်နှစ်ဝင်လုပ်သည်။ ထို့
နောက် ဝက်စံပျိုင့်တွင် အားကစားနည်းပြဆရာအဖြစ် ပြောင်းရွှေ့လုပ်ကိုင်
သည်။ ၁၉၈၀ ပြည့်နှစ်တွင် ဂျွန်တက္ကသိုလ်က အားကစားနည်းပြဆရာ
ခေါ်သောအခါ သူ့ဆရာနိုက်၏ ထောက်ခံချက်ဖြင့် ထိုအလုပ်ကို
ရသည်။

သို့သော် ဂျွန်တက္ကသိုလ် အားကစားပရိသတ်များက ရှုရှက်စကီးကို
လုံးဝ မသိကြ။ ဘယ်သူလဲ၊ ဘယ်က အကောင်လဲ ဆိုပြီးတောင် ပြောင်
လှောင် ပြက်ရယ် ပြုကြသေးသည်။

ရှုရှက်စကီးသည် မြောက်ကာရီလိုင်နားပြည်နယ် ဒါဟမ်မြို့သို့
ရောက်လာသောအခါ အလွန်စိတ်ဓာတ်တက်ကြွနေသည်။ သူ့အသင်းသည်
စောစောပိုင်းတွင် အောင်ပွဲတွေ ဆင်နိုင်ခဲ့သော်လည်း နောက်ပိုင်းကျတော့
တစ်ပွဲပြီးတစ်ပွဲ အရှုံးနှင့်သာ ဆက်တိုက် ရင်ဆိုင်နေခဲ့ရသည်။

၁၉၈၃ ခုနှစ် မတ်လ ၁၁ ရက်နေ့တွင် ရှုရှက်စကီးတို့အသင်းသည်
ဗာဂျီးနီးယားအသင်းကို ၁၀၉ မှတ်၊ ၆၆ မှတ်ဖြင့် အရှုံးကြီး ရှုံးသည်။
ဤပွဲမှာ တက္ကသိုလ်အားကစားသမိုင်းတွင် အဆိုးရွားဆုံး ရှုံးနိမ့်ပွဲပင်
ဖြစ်သည်။ ပွဲပြီးတော့ အားကစားသမားများ တည်းခိုသော ဟိုဘယ်တွင်

ရွှေရှက်စက်အား အပေါင်းအသင်းများနှင့် ပရိသတ်များက ကုဋ္ဌနုနာသည် ဘင်ဦးမာ ဝိုင်းပယ် ရှောင်ရှားနေကြသည်။

ထိုညတွင် သူ၏လက်ထောက် နည်းပြဆရာများနှင့် ထိုင်နေစဉ် သူတို့အသင်းကို လူသစ်များနှင့် ပြန်လည်ဖွဲ့စည်းသင့်ကြောင်း တစ်ယောက် က အကြံပေးသည်။

‘လုံးဝဥသယ့် မလိုအပ်ဘူး’

ရွှေရှက်စက်က ပြတ်ပြတ်ပင် ငြင်းလိုက်သည်။

ထိုနောက် သူသည် နာမည်စာရင်း ငါးခုပါသော စာရွက်တစ်ရွက်ကို အင်္ကျီအိတ်ထဲမှ ဆွဲထုတ်လိုက်သည်။ ယင်းအနက် လေးယောက်မှာ နောက် ဆုံးပွဲ၌ မရှုမလှ ရှုံးခဲ့ကြသော လူဟောင်းများ ဖြစ်သည်။

ရွှေရှက်စက်က ဆက်၍ ပြောသည်။

‘ဒါဟာ နောက်နှစ်ပွဲအတွက် တို့ရဲ့ အမာခံတပ်စုပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အရှုံးသမားလို့ မထင်ရင် ရှုံးပေမယ့်လည်း အရှုံးသမား ဖြစ်မသွားဘူး။ ဒီတော့ ငါ့အနေနဲ့ ဒီချာတိတ်တွေကို ဘယ်နည်းနဲ့မှ ထုတ်မပစ်နိုင်ဘူး’

လက်ထောက်နည်းပြဆရာတစ်ယောက်က ရေခဲစိမ်လက်ဖက်ရည် ခွက်ကို မြှောက်ကိုင်လိုက်ပြီး...

‘ကိုင်း... ဒီပွဲလို ပွဲမျိုး ဘယ်တော့မှ မကြုံရပါစေနဲ့လို့ ဆုတောင်း ကြစို့’

ရွှေရှက်စက်က သူ့ခွက်ကို ကိုင်မြှောက်ကာ ဘေးပတ်ပတ်လည်ကို လှည့်ကြည့်ရင်း-

‘ကဲ... ဒီပွဲကို ဘယ်တော့မှ မမေ့ဖို့ ဆုတောင်းပါတယ်’

ဤသို့ဖြင့် သူတို့အသင်းသည် ၁၉၈၅-၈၆ ခုနှစ်အတွင်း အထက် တန်းပြိုင်ပွဲများတွင် ၃၇ ကြိမ်တိုင်တိုင် အနိုင်ရခဲ့ကြသည်။ သို့သော် အမျိုးသား တံခွန်စိုက်ဆုကိုတော့ သုံးမှတ်ကလေးဖြင့် လက်လွှတ်ခဲ့ရသည်။

တစ်ကြိမ်တွင် ပြိုင်ပွဲတစ်ခု၌ ရှုံးနိမ့်ခဲ့ပြီးနောက် ရွှေရှက်စက်တို့အသင်း

သည် ဒါဟာမိမြို့သို့ ဘတ်စ်ကားဖြင့် ပြန်လာခဲ့ကြသည်။ ရွှေရှက်စက်သည် သုံးနာရီ ခရီးရှည်ကြီး တစ်လျှောက်လုံးတွင် စကားတစ်ခွန်းမှ မပြောဘဲ ငြိမ်သက်စွာ လိုက်ပါလာခဲ့သည်။

သူတို့သည် ည ၇ နာရီတွင် ဂျစ်တက္ကသိုလ်သို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာ ကြသည်။ အားကစားသမားများသည် ဘတ်စ်ကားပေါ်မှ တစ်ယောက်ပြီး တစ်ယောက် တန်းစီဆင်းကာ မိမိတို့ အဆောင်များဆီသို့ သုတ်ခြေတင်ရန် ခြေလှမ်းပြင်ကြစဉ်တွင်ပင်-

‘ဟေ့ ဖြည်းဖြည်းလုပ်ကြစမ်းပါ။ နားဖို့ စိတ်မကူးကြနဲ့ဦး၊ လုပ်စရာ ရှိသေးတယ်’

ဟု ရွှေရှက်စက်က လှမ်းအော်ပြောလိုက်သည်။ အားကစားသမား များ အားလုံး တအံ့တဩဖြင့် ခြေလှမ်းရပ်သွားကြသည်။ ရွှေရှက်စက်က ဆက်ပြောလိုက်သည်။

‘အားလုံး ဝတ်စုံအပြည့် ပြန်ဝတ်ပြီး ကစားကွင်းထဲ ပြန်လာခဲ့ကြ။ ၁၀ မိနစ် အချိန်ပေးတယ်။ တို့ ထပ်ပြီး လေ့ကျင့်ကြမယ်’

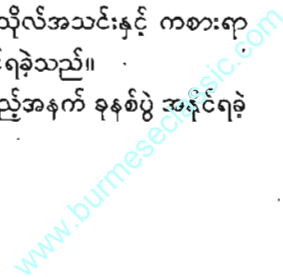
ဤသို့ဖြင့် သူတို့သည် ထိုနှစ်အတွင်း အပြင်းထန်ဆုံး လေ့ကျင့်ကြ သည်။

‘ဒါဟာ ငါက မင်းတို့ကို ပြစ်ဒဏ်ပေးတာ မဟုတ်ဘူး။ အောင်နိုင်ဖို့ အတွက် အခွင့်အရေး ပေးတာ။ ရှုံးခဲ့တာတွေကို အမြဲသတိရပြီးတော့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ အောင်နိုင်မလဲ ဆိုတာကို အမြဲတမ်း ကြံဆ။ ဒီခံယူချက်ကို မင်းတို့ရင်ထဲမှာ အမြဲတမ်း စွဲထားကြ’

ဟု ရွှေရှက်စက်က အသင်းသားများအား ပြောပြသည်။

မကြာမီတွင် ဂျော်ဂျီယာ စက်မှုတက္ကသိုလ်အသင်းနှင့် ကစားရာ သူတို့အသင်းက ၉၈ မှတ်၊ ၅၇ မှတ်ဖြင့် အနိုင်ရခဲ့သည်။

နောက်ပိုင်းတွင်လည်း ကိုးပွဲကစားသည့်အနက် ခုနစ်ပွဲ အနိုင်ရခဲ့ သည်။



သို့သော် အတ္တလန်တစ်ကမ်းခြေ ဝိုင်းလှပွဲ၌ မြောက်ကာရိုလိုင်နား
အောင်နှင့် လှည့်ပြိုင်ကစားသောအခါတွင်ကား ဖြစ် မှတ်၊ ၇၄ မှတ်ဖြင့်
အရှုံးကြီး ခံခဲ့လေသည်။

အပြန်ခရီးတွင် ဘတ်စ်ကားပေါ်၌ အားကစားသမား ၁၃ ယောက်
အဖို့ စိတ်ပျက်လက်လျှော့ဖြင့် ဖိုင်ငိုင့်ထိုင်နေကြစဉ်တွင် ရှုရှက်စကီးက-
'ဒီမယ် ကိုယ့်လူတို့၊ ဘာမှ စိတ်ဓာတ်ကျစရာ မလိုဘူး။ ဒီအတိုင်း
သာ တို့ ဆက်ကစားနိုင်ရင် အမျိုးသားတံခွန်စိုက်ချန်ပီယံဖြစ်မှာ သေချာ
တယ်' ဟု ပြောလိုက်သည်။

ရှုရှက်စကီးအနေဖြင့် ဤစကားမျိုးကို ယခင်က တစ်ခါမျှ မပြောခဲ့
ဖူးသောကြောင့် သူ့ အသင်းသားများ အားလုံးပင် အံ့ဩကြရသည်။

'အားကစားသမားဆိုတာ အရှုံးကို သေသေချာချာ ဆန်းစစ်တတ်ရင်
နောက်တစ်ကြိမ်မှာ အကောင်းဆုံး ကစားနိုင်တာချည်းပဲ'

ဟုလည်း သူက ဆက်ပြောသေးသည်။

ဤသို့ဖြင့် ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ် မတ်လကုန်တွင် ပြိုင်ဘက်ကင်းသော
နေဗားဒါးတက္ကသိုလ်အသင်းနှင့် ပြန်လည်ကစားရသည်။ ယခင်နှစ်တုန်းက
ဂျွန်အသင်းကို နေဗားဒါးအသင်းက အရှက်တကြဖြစ်အောင် အနိုင်ရခဲ့သော
ကြောင့် ယခုပွဲတွင်လည်း နေဗားဒါးအသင်းကပင် အပြတ်အသတ် အနိုင်
ရမည်မှာ သေချာသည်ဟု ပါရဂူတွေက ဟောကိန်းထုတ်ကြသည်။

မကစားမီတွင် ရှုရှက်စကီးသည် ယခင်ပွဲ၏ ဗီဒီယိုတိတ်ခွေကို
ဆွဲထုတ်လာသည်။ လက်ထောက်နည်းပြဆရာတွေက ထိုတိတ်ခွေကို ပြန်
မပြချင်။ မိမိတို့ အသင်းသားတွေကို ပြန်ပြီး ဖြစ်ခြောက်ပြသလို ဖြစ်နေမည်
စိုးသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

သို့သော် ရှုရှက်စကီးက မကြည့် မနေရဟု အတင်းအဓိန်ပေးသော
ကြောင့် အသင်းသားအားလုံး တိတ်ခွေကို ပြန်ကြည့်ကြရသည်။ အားလုံးပင်
မျက်လုံးအပိုင်းသားနှင့် ကြောက်ကြောက်လန့်လန့် ပြန်ကြည့်ကြရသည်။

ရုပ်ရှင်အုပ်စု

ပွဲ စတင်သောအခါ ဂျွန်အသင်းမှ အားကစားသမားများ အားလုံးပင်
အထူး စိတ်ဓာတ်တက်ကြွ နေကြသည်။ လေးမိနစ် ကြာသောအခါ ဂျွန်
အသင်းက ၁၅ မှတ်၊ ၆ မှတ်ဖြင့် အနိုင်ရနေသည်။ ပရိသတ်၏ ဩဘာ
ပေးသံသည် ကွင်းလုံး ညံ့သွားသည်။

နှစ်နာရီကြာ ကစားပြီးသောအခါ ဂျွန်အသင်းက နေဗားဒါးအသင်း
ကို ၇၉ မှတ်၊ ၇၇ မှတ်ဖြင့် ပွတ်ကာသိကာ အနိုင်ရလိုက်သည်။ တက္ကသိုလ်
ဘတ်စ်ကတ်ဘောပြိုင်ပွဲ သမိုင်းတွင် ရင်အပိုရဆုံးပွဲပင် ဖြစ်သည်။

နောက်နှစ်ရက်ကြာသောအခါ ဂျွန်အသင်းက ကင်းဆတ်အသင်းကို
ဆက်လက် အနိုင်ရလိုက်ပြန်သည်။

ရက်သတ္တပတ်အတွင်း ဂုဏ်ပြုချီးကျူးစာတွေ တဖွဲဖွဲရောက်လာကြ
သည်။ ယင်းစာများကိုဖတ်ပြီး ရှုရှက်စကီးမှာ မျက်ရည်များပင် လည်မိသည်။

ယခုတော့ ရိုကာဂိုမြို့အစွန်မှ ပိုလန်သွေးပါသော လူငယ်ကလေးမှာ
အရှုံးကို အရင်းပြု၍ အောင်ပွဲတွေ အဆင့်ဆင့် ရရှိခဲ့လေပြီ။

ဂျွန်တက္ကသိုလ်တွင် ရှုရှက်စကီးအား အားကစားသူရဲကောင်းအဖြစ်
အသိအမှတ် ပြုထားကြပြီ။ သူ သွားလေရာတွင် အားကစားပရိသတ်က
သူ့ထက်ငါ အလှအယက် တွေ့ဆုံနှုတ်ဆက်ကြသည်။ ချီးကျူးဂုဏ်ပြု
ကြသည်။

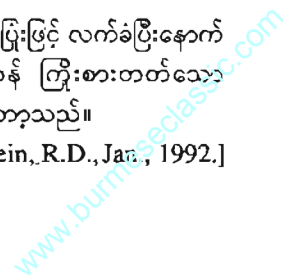
သို့ဆိုလျှင် ဤသို့သော အောင်မြင်မှုများကြောင့် ရှုရှက်စကီး
အနေဖြင့် ကျေနပ်နှစ်သိမ့် နေပါသလား။

'လုံးဝ မဟုတ်ပါဘူး။ တကယ်တော့ အရှုံးဟာ ကျွန်တော့်အတွက်
အနိုင်ရဖို့ အခြေခံပါပဲ'

ဟု သူက ပြုံးပြီးလေး ပြောသည်။

မှန်ပါသည်။ ရှုရှက်စကီးကား အရှုံးကို အပြုံးဖြင့် လက်ခံပြီးနောက်
တစ်ကြိမ် အနိုင်ရရှိရေးအတွက် အပြင်းအထန် ကြိုးစားတတ်သော
အားကစား လူရည်ချွန်တစ်ယောက်ပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

['A Winner's Secret' by John Feinstein, R.D., Jan., 1992.]



မျှော်လင့်ချက်သည် အသက်ကယ်ဆေး

“ဤလောကတွင် အရာခပ်သိမ်းကို မျှော်လင့်ချက်ဖြင့်သာ ပြုလုပ်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်” ဟု ဂျာမန်အမျိုးသား ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်ကြီး မာတင်လူသာ (၁၄၈၃-၁၅၄၆)က ဆိုခဲ့သည်။

အလားတူပင် အင်္ဂလိပ်ပညာရှင်ကြီး ဆင်မြူရယ်ဂျွန်ဆင်(၁၇၀၉-၁၇၈၄)ကလည်း “မျှော်လင့်ချက်သည် ဤလောက၏ အဓိက စိတ်ချမ်းသာမှုပင်တည်း” ဟု၍ မိန့်ဆိုခဲ့သည်။

မည်သို့ပင်ဆိုဆို မျှော်လင့်ချက်နှင့် ပတ်သက်၍ သေချာပေါက် ပြောနိုင်သော အမှန်တရားတစ်ခုတော့ ရှိသည်။ ယင်းမှာ မျှော်လင့်ချက် မရှိလျှင် မည်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ သို့မဟုတ် မည်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းမျှ သက်ဆိုးမရှည်နိုင် ဟူသော အချက်ပင်တည်း။

ပမာဆိုသော် မျှော်လင့်ချက်သည် စက်ယန္တရားကြီးနှင့် တူသည်။ မျှော်လင့်ချက် တည်းဟူသော ယန္တရားကြီးက လူ့မျိုးနွယ် တစ်ရပ်လုံးကို ရှင်သန်ခိုင်မြဲအောင် တည်ဆောက်ထားသည်။ လူသားတွေ စိတ်ကူးစိတ်သန်း ရှိလာအောင်၊ စီမံကိန်းတွေ ချမှတ်လာအောင်၊ တည်ဆောက်မှုတွေ အကောင်အထည် ပေါ်လာအောင် အဓိက ဦးဆောင်ညွှန်ကြားနေသူမှာ မျှော်လင့်ချက် ယန္တရားကြီးပင် ဖြစ်သည်။

မျှော်လင့်ချက်သည် အမှန်တရားနှင့် မဆန့်ကျင်၊ အပျက်ကိုသာ မြင်ခြင်းနှင့် စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းတို့ကိုသာ ဆန့်ကျင်သည်။ လောကတွင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ရေးကိုသာ ရှေးရှုသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အကျပ်အတည်း

စွန့်စားမှု အောင်မြင်မည်

နှင့် ကြုံရသောအခါတိုင်း မျှော်လင့်ချက်အားမာန်ကို အမြဲတမ်း ထိန်းသိမ်းထားလေ့ ရှိသည်။ ရပ်တည်၍ မရနိုင်သော အခြေအနေတွင် ရပ်တည်နေနိုင်အောင် ကြိုးစားကြသည်။ ဘာမှ လုပ်၍ မရနိုင်သော အချိန်တွင် တစ်ခုခု လုပ်နိုင်အောင် အားထုတ်ကြသည်။

ဤသည်မှာ လူသားတို့၏ သဘာဝ ဖြစ်သည်။ လူသားတို့၏ ကောင်းမြတ်သော စိတ်ဆန္ဒလည်း ဖြစ်သည်။

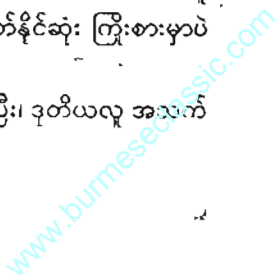
“ကြည်လင်ရွှင်လန်းသော နှလုံးသားသည် ဆေးစွမ်းကောင်းကဲ့သို့ အစွမ်းထက်၏” ဟု သမ္မာကျမ်းစာက ဆိုသည်။ ဤအဆိုသည် အလွန်ရှေးကျသော်လည်း ဟောင်းမသွား။ ယနေ့တိုင် သစ်ဆန်းနေဆဲ၊ မှန်ကန်နေဆဲပင်။

ဒုတိယ ကမ္ဘာစစ်ကြီးအတွင်းက ရန်သူအဖမ်းခံရသော အမေရိကန် စစ်သုံ့ပန်းများအနက် “ငါတို့ အဘယ်နည်းနှင့်မျှ မသေနိုင်၊ တစ်နေ့နေ့ ပြန်လွတ်ရမည်” ဟု မျှော်လင့်ချက်ထားသော စစ်သားများသည် “ငါတို့တော့ ရန်သူ့လက်ထဲ သေကြရတော့မှာပဲ” ဟု စိတ်တုံးတုံးချထားသော စစ်သားများထက် ရုပ်ပိုင်းရော စိတ်ပိုင်းပါ အခြေအနေ ကောင်းစွာဖြင့် ပြန်လွတ်လာခဲ့ကြသည်။

စိတ်ရောဂါကု ဆရာဝန်ကြီး ဖလန်းဒါးစ် ဒန်းဘားကလည်း အသည်းရောဂါ ဝေဒနာရှင် နှစ်ယောက်အကြောင်းကို ရေးသားဖူးသည်။

ဝေဒနာရှင်တစ်ယောက်က ‘ဆရာရယ် ကျွန်တော့်အသက်ကတော့ ဆရာလက်ထဲမှာပဲ ရှိပါတယ်။ ဆရာ ကုသနိုင်မှ ကျွန်တော် ဒီတောင်က ဘျော်နိုင်တော့မှာပဲ’ ဟု ပြောသည်။ နောက်ထပ်တစ်ယောက်ကမူ ‘ကျွန်တော်တော့ ဒီရောဂါနဲ့ မသေအောင် အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားမှာပဲ ဆရာ’ ဟု ပြောသည်။

ထိုနှစ်ယောက်အနက် ပထမလူ သေသွားပြီး၊ ဒုတိယလူ အသက် ချမ်းသာရာ ရသွားသည်။



ပင်ဆီလ်ဇးနီးယား တက္ကသိုလ်မှ ဒေါက်တာ မာတင်ဆီလစ်ဂမန် သည် သန်းပေါင်းများစွာသော် လူသားတို့အား နှစ်စဉ် ဒုက္ခပေးနေသော စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းရင်းကို သုတေသန လုပ်ခဲ့သည်။ ယင်းသို့ သုတေသန လုပ်ရာတွင် စိတ်ဓာတ်ကျနေသော လူများသည် သာမန် အသေးအဖွဲ့ အခက်အခဲကလေးကိုပင် ဖြေရှင်း၍ မရနိုင်သော ပြဿနာကြီး တစ်ခုလို သဘောထားတတ်ကြကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့သည်။ ထိုသူများသည် “ငါ ဘာလုပ်လုပ် အလကားပါပဲ” ဟု အမြဲတမ်း ခံယူထားကြသည်။

ထိုသူများအား ပြန်လည်၍ လူရာဝင်လာအောင် ကုစားနည်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်လာပြီး ကိုယ်ဘဝ ကိုယ်ထိန်းနိုင်မှုမှ စတင်သည်ဟု ဒေါက်တာ ဆီလစ်ဂမန်က ဆိုသည်။

ထို့ပြင် ကိုယ်တိုင် မျှော်လင့်ချက်၊ ယုံကြည်ချက် ရှိထားသောသူမှ လည်း သူတစ်ပါးကို ကူညီနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ‘အလွန်အမင်း စိတ်ဓာတ် ကျနေသော လူတစ်ယောက်သည် တစ်ပါးသူအား ကြင်နာထောက်ထားရန် အလွန်ခက်ခဲသည်’ ဟု ကဗျာဆရာ အေ.အီး. ဟောက်စမင်းက ဆိုဖူးသည်။ မှန်သည်။ မိမိကိုယ်တိုင် မျှော်လင့်ချက် ရှိသောသူမှသာလျှင် တစ်ပါးသူ အား မျှော်လင့်ချက် ပေးနိုင်မည်။ အကြင်နာတရားဖြင့် ကူညီနိုင်မည်။

လူတစ်ယောက်သည် သူ့မိန်းမ အရက်စွဲနေ၍ အမြဲတမ်း စိတ်ညစ် နေရသည်။ သို့သော် သူက စိတ်မပျက်၊ မျှော်လင့်ချက် မလျှော့။ တစ်ညတွင် ထိုမိန်းမ အရက်မှူးလွန်ပြီး အပေါင်းအသင်းများရှေ့တွင် လင်ဖြစ်သူကို အရှက်ခွဲသည်။ နောက်တော့ ထိုမိန်းမက လင်ဖြစ်သူအား ပိုပြီး မေးသည်။

‘ရှင် ကျွန်မကို ဘာဖြစ်လို့ ပစ်မသွားတာလဲ ဟင်’

ထိုအခါ လင်ဖြစ်သူက ‘ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကိုယ်က သိပ်လှတဲ့ မိန်းမတစ်ယောက်ကို ပစ်မသွားနိုင်လို့ပဲ၊ သူဟာ တစ်နေ့ကျတော့ ကောင်း လာလိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်နေလို့ပဲ’ ဟု ပြန်ပြောသည်။ နောက်ဆုံး၌ ထိုမိန်းမ အရက်ပြတ်သွားသည်။

သို့သော် ကျွန်ုပ်တို့သည် မျှော်လင့်ချက်ကို အချိန်မရွေး အမြဲ ထိန်းထားနိုင်ပါမည်လား။

အများစုသည် မထိန်းထားနိုင်ကြပါ။ မျှော်လင့်ရင်း မျှော်လင့်ရင်းဖြင့် စိတ်ပျက် လက်လျှော့ ဖြစ်သွားကြသူများသာ များသည်။

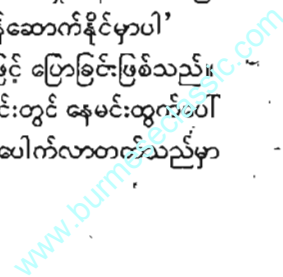
သို့သော် ဤသည်မှာ အဆန်းမဟုတ်ပါ။ သဘာဝသဘာ ဖြစ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မျှော်လင့်ချက်သည် အမြဲတမ်း တိုက်ပွဲဝင်နေ ရသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ စင်စစ် လူ့ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် လူတိုင်း တိုက်ပွဲဝင်နေရသည်ပင် ဖြစ်သည်။ အလင်းနှင့်အမှောင် တိုက်ပွဲဝင်နေရ သည်။ ပျော်ရွှင်မှုနှင့် စိတ်မချမ်းသာမှု တိုက်ပွဲဝင်နေရသည်။ ဤသို့ဖြင့် လူသားတိုင်း မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် အသက်ရှင်နေကြခြင်း ဖြစ်သည်။

မျှော်လင့်ချက်သည် လူသားနှင့်အတူ ပေါက်ဖွားလာသော သဘာဝ တရားကြီး ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် နောက်တစ်နေ့ နံနက်တွင် စိတ်သစ်လူသစ် ဖြစ်လာကြသည်။ အမှောင်ကာလကို ကျော်လွန် ပြီး အလင်းကာလသို့ ရောက်လာကြသည်။

ဒုက္ခမျိုးစုံ ဆက်တိုက်ကြုံရသော လူတစ်ယောက်ကို တွေ့ဖူးသည်။ သူ့မိန်းမ လင်ငယ်နောက် လိုက်သွားသည်။ မသန်စွမ်းသော ကလေး တစ်ယောက်ကို ပြုပြင်ရေးကျောင်းသို့ ပို့ထားရသည်။ နောက်ဆုံး အိမ်ကို ခိုးလောင်သည်။ ထိုသူသည် စိတ်ညစ်ပြီး မိမိကိုယ်ကို သေကြောင်းကြံသည်။ နောက်တစ်နေ့နံနက်တွင် သတင်းလာမေးသော မိတ်ဆွေအား သူက ပြော သည်။

‘ကျွန်တော် မနေ့က မသေခဲ့လို့ ဒီနေ့ အသက်ရှင်နေတာ သိပ်ပြီး တံ့ကောင်းတယ်ဗျာ၊ အိမ်ကိုလည်း မကြာခင် ပြန်ဆောက်နိုင်မှာပါ’

ထိုသူသည် ဤစကားကို မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ပြောခြင်းဖြစ်သည်။ မျိုးစေ့က အပင်ပေါက်လာသလို၊ နံနက်ခင်းတွင် နေမင်းထွက်လာပါ တာသလို မျှော်လင့်ချက်သည်လည်း ပြန်လည်ပေါ်ပေါက်လာတတ်သည်မှာ



သဘာဝဖြစ်သည်။ မျှော်လင့်ချက်သည် ပထဝီမြေလွှာ၊ မိုးကောင်းကင်၊ ရေပြင်နှင့် အားလုံးသော သက်ရှိများအပေါ် အုပ်စိုးထားသည်။ ခန္ဓာကိုယ်တွင် ဆဲလ်များ တိုးပွားလာကြသည်။ ပန်းပွင့်များ ပူးပွင့်ပွင့်ကားလာကြသည်။ သစ်ပင်များ ရွက်နုထွက်လာကြသည်။ တိရစ္ဆာန်များ သားမွေး၍ သားငယ်များကို စောင့်ရှောက်ကာကွယ်ကြသည်။ ဤသဘောသည် လောကကြီးတစ်ခုလုံးကို လွှမ်းမိုးထားသည်။ အားလုံးသည် အတူတူဖြစ်သည်။ အားလုံးသည် အနာဂတ်ကို ရည်မျှော်ကြသည်။ အလင်းရောင်ကို တောင့်တကြသည်။ ကြယ်ရောင်လင်းသော ကောင်းကင်ကို မြင်လိုကြသည်။

သို့သော် မျှော်လင့်ချက်သည် လူသားတို့၏ အဓိကသဘာဝ စိတ်ဆန္ဒ ဖြစ်သော်ငြားလည်း အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် မျှော်လင့်ချက် ဆုံးရှုံးတတ်ကြသည်။ အသက်ကြီးလာ၍ စိတ်စွမ်းအား လျော့ပါးလာသည်နှင့်အမျှ မျှော်လင့်ချက်လည်း လျော့ပါးလာတတ်သည်။

သို့ဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် မျှော်လင့်ချက်ကို မျှော်လင့်၍ ရနိုင်ပါမည်လား။ မျှော်လင့်ချက် ပျောက်ဆုံးနေချိန်တွင် မျှော်လင့်ချက်ကို ပြန်လည်ရရှိအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါမည်လား။

တကယ်တော့ လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ မျှော်လင့်ချက်သည် လူ့ဘဝ၏ အသက်ဖြစ်သည်။ မျှော်လင့်ချက်ကို ပိတ်ဆို့ထားသော အတားအဆီးများကို ဖယ်ရှားပစ်ခြင်းအားဖြင့် မျှော်လင့်ချက်ကို ပြန်လည်ရရှိနိုင်သည်။

အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာလေ့ကျင့်ခြင်းဖြင့် မျှော်လင့်ချက် ပြန်လည်ရရှိအောင် လုပ်နိုင်သည်။

[၁] လက်ငင်းအခြေအနေအတွက် မျှော်လင့်ချက်ထားပါ။

ကျွန်ုပ်တို့သည် အနာဂတ်ကာလအတွက် မျှော်လင့်ချက် ကင်းမဲ့နေသည့် ကာလအခြေအနေမျိုးနှင့် မကြာခဏ ကြုံရတတ်သည်။ ယင်းသို့ ကြုံရသည့်အခါ ပစ္စုပ္ပန်ကာလသက်သက်ကိုသာ ရှုပါ။ အရက်စွဲနေသူများသည် တစ်နေ့

တာအတွင်း မသောက်မိအောင် ဆင်ခြင်ရသကဲ့သို့ စိတ်ဓာတ်ကျနေသူများသည်လည်း တစ်နေ့တာ၏ ကောင်းကွက်ကလေးတစ်ခုခုကို မျှော်လင့်ချက်ထားရှိရန် လိုအပ်သည်။ တစ်နေ့တာ၏ ကောင်းကွက်ကလေးတစ်ခုခုကို ဆွေအောင်ရှာတတ်လျှင် စိတ်သတ္တိ ပြန်ဝင်လာလိမ့်မည်။ နောက်တစ်ချိန်၊ နောက်တစ်နာရီတွင် ကောင်းလာမည့် အခြေအနေကို မျှော်လင့်ပါ။ အစားအစာကောင်း ဖွားရခြင်း၊ အအိပ်ကောင်း အိပ်ရခြင်း၊ စာအုပ်ကောင်း ဖတ်ရခြင်းနှင့် ရုပ်ရှင်ကောင်း ကြည့်ရခြင်းတို့အတွက် ဝမ်းသာပါ။ ယနေ့ညတွင် ကောင်းကင်၌ ကြယ်ရောင်များ ထွန်းတောက်သာယာပါလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါ။ လက်ရှိပစ္စုပ္ပန်ကာလ ခဏတာတွင် ကောင်းသောမျိုးစေ့ ချပါက မနက်ဖြန်တွင် ကောင်းသောအပင်များ ပေါက်ပွားလာလိမ့်မည်။

[၂] အလုပ်ဖြင့် အကောင်အထည် ဖော်ပါ။

“ကျွန်တော်တော့ ထွက်ပေါက်ပိတ်ဆို့နေတဲ့ အခါတိုင်း အလုပ်တစ်ခုခု ချုပ်လုပ်လိုက်တာပါပဲ” ဟု မိတ်ဆွေတစ်ယောက်က ပြောဖူးသည်။ ဤအချက်သည် စိတ်ဓာတ်ကျနေသူများအတွက် အကောင်းဆုံး ဆေးတစ်လက်ဖြစ်သည်။ ထိုသူအား ပိတ်ဆို့နေသော အခြေအနေမှ လွတ်မြောက်စေနိုင်သည့် ထွက်ပေါက်လည်း ဖြစ်သည်။ “ကျွန်ုပ်တို့၏ တကယ်ဖြစ်မှုကြီးမှာ တိုက်ခိုက်ခြင်းနှင့် မိမိ၏ ပင်ကိုသဘာဝစွမ်းအားကို မသိခြင်းပင် ဖြစ်သည်” ဟု သတင်းစာဆရာ ချားလ်မိုက်ကေဆီက ရေးသားဖူးသည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် လေးဖက်လေးတန် ပိတ်မိနေသည့် ခန်းအောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တစ်နည်းနည်းဖြင့် ပြောင်းလဲစေနိုင်ကြောင်း အမြဲ သတိရပါ။

[၃] မျှော်လင့်ချက်ကို ယုံကြည်ပါ။

အဆိုမြင်သမားများသည် အမှန်တရားကို မမြင်နိုင်ပါ။ ၎င်းတို့သည် သံသယသဘောထဲတွင် မျက်စိလည်နေကြသည်။ ထို့ပြင် လူတစ်ယောက်သည်



‘မျှော်လင့်ချက် မရှိတော့ပါဘူး’ ဟု ပြောလိုက်သည့် စကားတွင် သူ့အဖို့ ဘာမှ လုပ်စရာ မရှိတော့ပါ။ ဘာမှ မလုပ်တတ်တော့ပါ။ ဤအချက်သည် အလုပ်လုပ်လိုစိတ်ကို ဟန့်တားသည့် အဓိက ရန်သူပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ‘မနက်ဖြန်ကျတော့ ပိုကောင်းလိမ့်မည်’ ဟူသော မျှော်လင့်ချက်ကို အမြဲတမ်း ယုံကြည်ပါ။

မျှော်လင့်ချက်သည် လိမ်ညာလှည့်များခြင်း မဟုတ်။ သစ္စာတရား ဖြစ်သည်။ အမှန်တရား ဖြစ်သည်။ မျှော်လင့်ချက်ကြောင့်သာလျှင် လူ့ လောကကြီး တိုးတက်လာခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ မျှော်လင့်ချက်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ် များကသာလျှင် လူ့လောကအတွက် မြင့်မြတ်သော လုပ်ရပ်များနှင့် အာဇာနည် လုပ်ရပ်များကို ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် မျှော်လင့်ချက်ကို ခေါ်ယူပါ။ နွေဦးတွင် နေရောင် ပေါ်ထွန်းလာသလို မျှော်လင့်ချက်သည် မလွဲမသွေ ရောက်ရှိလာလိမ့်မည်။ မျှော်လင့်ချက်သည် လူ့ဘဝ၏ ပန်းတိုင်ဖြစ်သည်။ လူသား၏ သတ္တိလည်း ဖြစ်သည်။ စွမ်းအားလည်း ဖြစ်သည်။ ဘဝလည်း ဖြစ်သည်။ နှလုံးသားလည်း ဖြစ်သည်။

အချုပ်ဆိုသော် ကျွန်ုပ်တို့ ဒုက္ခရောက်နေချိန်တွင် ဖြစ်စေ၊ သေခါနီးတွင် ဖြစ်စေ မျှော်လင့်ချက်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား မည်သည့်အချိန်တွင်မဆို စိတ်ချမ်းသာမှုကို ပေးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

စိတ်ချမ်းသာမှု ရှိလာလျှင် မျှော်လင့်ချက်လည်း ကြီးထွားလာလိမ့်မည်။ ဒုက္ခရောက်နေသော အချိန်တွင်လည်း လောကဓံတရားကို ရင်ဆိုင်နိုင်သည့် စိတ်စွမ်းအားကို ပေးလိမ့်မည်။

[သင့်ဘဝမဂ္ဂဇင်း၊ အတွဲ (၃၅)၊ အမှတ် (၁၅)]

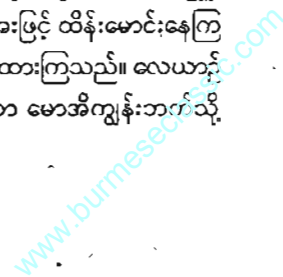
အကျပ်အတည်းကို ကျော်လွှား၍ အောင်ပွဲဆင်

“အေလိုဟာ” လေကြောင်းဌာနပိုင် ခရီးစဉ်အမှတ် ၂၄၄ လေယာဉ်သည် ဟီလိုမြို့မှ ဟိုနိုလူလူမြို့သို့ အမြင့်ပေ ၂၄,၀၀၀ မှ ပျံသန်းလာစဉ် ဝုန်းခန့် အသံမြည်ကာ စက်ခန်းတံခါး ပွင့်သွားသည်။ အေလိုဟာလေကြောင်းတွင် လုပ်သက် တစ်နှစ်ရှိပြီဖြစ်သော လေတပ်လေသူရဲကောင်း လေယာဉ်မှူး ဘာဘတ်ရွန်စတိန်းမားက နောက်ဘက်သို့ ကမန်းကတန်း လှည့်ကြည့်လိုက်သည်။

သက်တမ်းရှည်လှပြီဖြစ်သော ဘီ-၇၃၅ လေယာဉ်ကြီး၏ ခေါင်းပိုင်းမှာ သုံးပုံတစ်ပုံ ပွင့်ထွက်သွားလေပြီ။ ပထမတန်းမှ ခရီးသည်များအား အာကာသထဲတွင် လေတဟူးဟူး တိုက်ခတ်နေသည်။

ဤသို့သော အရေးပေါ် အခြေအနေမျိုးတွင် လေယာဉ်မှူးများ အနေဖြင့် လေယာဉ်ကို ဘယ်လို ကိုင်တွယ် မောင်းနှင်ရမည်ဟူသော မူသေ နည်းလမ်း မရှိ။ လေယာဉ်၏ လက်ဝဲဘက်အင်ဂျင်စက်မှာ လုံးဝ ရပ်သွားပြီ။ အန္တရာယ်အချက်ပြ မီးတွေကလည်း အဆက်မပြတ် အချက်ပြနေကြပြီ။

သို့သော်လည်း လေယာဉ်မှူး ရွန်စတိန်းမားနှင့် တွဲဖက်လေယာဉ်မှူး မိမိတွမ်ပကင်တို့သည် လေယာဉ်ကို ခေါင်းအေးအေးဖြင့် ထိန်းမောင်းနေကြသည်။ သူတို့သည် အောက်ဆီဂျင်ခေါင်းစွပ်များ စွပ်ထားကြသည်။ လေယာဉ်မှူးက ဆင်းသက်သည့်နေရာနှင့် အနီးဆုံးဖြစ်သော မောအိကျွန်းဘက်သို့ လေယာဉ်ကို ဦးလှည့်လိုက်သည်။



ခရီးသည် ၉၀ တို့မှာ မိမိတို့ ထိုင်ခုံများတွင် တွယ်ကပ်လျက်နှင့်ပင် လေယာဉ်သည် ဝေလငါးကြီးတစ်ကောင်ပမာ အမြီးပိုင်း တလှုပ်လှုပ်ဖြင့် ခြေကြီးပေါ်သို့ ဆင်းသက်လိုက်သည်။

လေယာဉ်ဘီးနှင့် မြေကြီးထိသောအခါ ရွှန်စတိန်းမားက ဘရိတ် အုပ်လိုက်သည်။ ထို့နောက် တွမ်ပကင်နှင့်အတူ လေယာဉ်စက်အားလုံးကို ဝိတ်ပစ်လိုက်သည်။

မိနစ်ပိုင်းအတွင်းမှာပင် ခရီးသည်အားလုံး လေယာဉ်ပေါ်မှ အန္တရာယ်ကင်းစွာ ဆင်းသက်နိုင်ခဲ့ကြလေသည်။

ကျွန်ုပ်သည် လေကြောင်းလိုင်းများအကြောင်း နှစ်ပေါင်းများစွာ ရေးသားလာခဲ့သော ဆောင်းပါးရှင်တစ်ယောက်ဖြစ်ရာ အရေးပေါ် အခြေအနေများတွင် လေယာဉ်မှူးများ၏ စိတ်တည်ငြိမ်မှုနှင့် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုတို့ကို သိရှိရသောကြောင့် အလွန်အံ့ဩခြင်း ဖြစ်ခဲ့ရပါသည်။

သို့သော်လည်း သက်စွန့်ဆဲများ မီးသတ်လုပ်ငန်းမှအစစီးပွားရေး လုပ်ငန်းကြီးများ၏ ခေါင်းမီးတောက်ရသော ပြဿနာများအဆုံး စက္ကန့်ပိုင်းအတွင်း အလျင်အမြန် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရသော အရေးပေါ် လုပ်ငန်းများအတွက် အသုံးဝင်သော နည်းလမ်းများ အမှန်တကယ် ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ဆိုခဲ့သော လုပ်ငန်းများဆိုင်ရာ ပါရဂူများနှင့် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးခဲ့ရာမှ ဤအချက်များကို သိရှိခဲ့ရခြင်း ဖြစ်သည်။

အောက်ပါ နည်းလမ်းခုနစ်သွယ်သည် အရေးပေါ် အခြေအနေများကို အမြန်ဆုံး ဖြေရှင်းနိုင်အောင် အထောက်အကူ ပေးပါလိမ့်မည်။

(၁) အကောင်းဆုံး ဖျော်လင့်၊ အဆိုးဆုံးအတွက် အသင့်ပြင်ဆင်ထား။

ကွန်နက်တီးကပ်ပြည်နယ် ဟတ်ဖိုမြို့ မီးသတ်ဌာနမှ တပ်ဖွဲ့မှူး ဖရက်ကရော့ကားက-

‘မီးလောင်မှုဖြစ်ပွားရင် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားတဲ့လူတွေက ကြိုတင်မပြင်ဆင်ထားတဲ့ လူတွေထက် ပိုပြီး အသက်ရှင်ဖို့ အခွင့်အလမ်း များ

ပါတယ်။ အိမ်မီးလောင်မှုတစ်ခုကို ကျွန်တော်တို့ ရောက်သွားတဲ့အချိန်မှာ အခြေအနေက တော်တော်ဆိုးနေပြီ။ မိသားစုအားလုံး ဘယ်သူတွေ ဘယ်ရောက်နေမှန်း လုံးဝ မသိကြတော့ဘူး။ မိဘတွေက ကလေးတွေ မီးထဲပါသွားမှာကို စိုးရိမ်နေကြတယ်။ ဒါပေမယ့် မိသားစုအားလုံးလိုလိုပဲ အတတ်နိုင်ဆုံး ခေါင်းအေးအေးထားပြီး လုပ်သင့်တာတွေကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် လုပ်ခဲ့ကြတာ တွေ့ရပါတယ်’ ဟု ပြောပြသည်။

ထိုမိသားစုတွင် သားကလေးတစ်ယောက် ကျောင်းတွင် မီးသတ်တပ်ဖွဲ့မှ မီးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး ဟောပြောပွဲကို နားထောင်ဖူးသောကြောင့် မိဘများအား မီးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး အစီအစဉ်များ လှုပ်ထားနေ့အကြံပေးခဲ့သည်ဟု ဆိုသည်။

‘ဒါနဲ့ တစ်ညမှာ ကျွန်တော်တို့ မိသားစုအားလုံး ရပ်မြင်သံကြားမကြည့်တော့ဘဲ မီးကာကွယ်ရေး လေ့ကျင့်ခန်းတွေ လုပ်ကြရတာပေါ့’ - ဟု ဖခင်ဖြစ်သူက ပြန်လည်ပြောပြသည်။

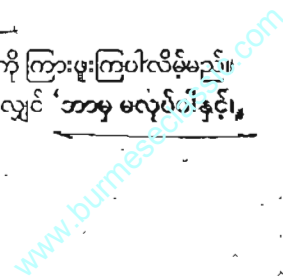
ဤသို့ဖြင့် နောက်တစ်လအကြာတွင် သူတို့အိမ်ကို မီးလောင်သောအခါ မိသားစုအားလုံး အသက်အန္တရာယ်မှ လွတ်ကင်းခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်သည်။

အရေးပေါ် အခက်အခဲအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းမှာ အသက်အာမခံထားခြင်းကဲ့သို့ ရိုးရိုးကလေးပင် ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုသော် မိမိမောင်းလာသော ကားရှေ့တွင် ကားတစ်စီး ရုတ်တရက် ရပ်သွားလျှင် မိမိ ဘာလုပ်မည်နည်း ဆိုသည်နှင့် အတူတူပင် ဖြစ်သည်။

ဤသို့ ဖြစ်နိုင်ခြေအတွက် အဆိုးဆုံးကို ကြိုတွက်ပြီး ကြိုတင်စီစဉ်ထားခြင်းဖြင့် အခက်အခဲကို လေးပုံသုံးပုံ ကျော်လွှားနိုင်ပါသည်။

(၂) အလျင် လေ့လာပါ၊ ပြီးတော့မှ လုပ်ပါ။

‘ရပ်မနေပါနှင့်၊ တစ်ခုခု လုပ်ပါ’ ဟူသော စကားကို ကြားဖူးကြပါလိမ့်မည်။ သို့သော် ပါရဂူတွေကတော့ အကျပ်အတည်းကြိုလျှင် ‘ဘာမှ မလုပ်ပါနှင့်၊ ရပ်နေပါ’ ဟု အကြံပြုကြသည်။



ဤသင်ခန်းစာကို မလိုက်နာမိခဲ့သောကြောင့် ပေါလ်အက်ပါလိန်းနှင့် သူ့အထိုင်အတော်များ သေလုနီးပါး အန္တရာယ်နှင့် ကြုံခဲ့ကြရခြင်း ဖြစ်သည်။

သူတို့သည် နယူးဂျာစီပြည်နယ် ပါရာမတ်စ်မြို့ ဘာကူန်နယ် အရေးပေါ်ဆေးသင်တန်းမှ အပျော်တမ်း အဖွဲ့ဝင်များ ဖြစ်ကြသည်။

တစ်နေ့တွင် သူတို့အဖွဲ့ လေ့ကျင့်ရေးသင်တန်း ဆင်းနေစဉ် ကားတိုက်မှု တစ်ခုနှင့် ပက်မင်းတိုးရသည်။ ကားကလေးက ထရပ်ကားကြီးအောက် ရောက်နေသည်။

အက်ပါလိန်းက ဖြစ်ပုံကို ဤသို့ ပြန်လည် ပြောပြသည်။

ကျွန်တော်တို့က အရေးပေါ် လုပ်သင့်တာတွေအားလုံး စနစ်တကျ လုပ်ကြတယ်။ သေသူ၊ ဒဏ်ရာရသူတွေကို ဆွဲထုတ်ပြီး လူနာတင် ထမ်းစင်ပေါ် သေသေချာချာ တင်ကြတယ်။ အဲဒီနောက် ကျွန်တော်တို့ သင်တန်းကြီးကြပ်ရေးမှူး ရောက်လာပြီး “အေး မင်းတို့လုပ်တာ တော်တော်ကောင်းတယ်။ ဒါပေမယ့် မင်းတို့အားလုံး မသာတွေ ဖြစ်မသွားတာ ပိုပြီး ကံကောင်းတယ်” လို့ ပြောပါတယ်။

ထို့နောက် သင်တန်းဆရာက သင်တန်းသားများကို ထရပ်ကား ဘေးသို့ ခေါ်သွားသည်။ ထရပ်ကား၏ ဘေးကားပေါင်ပေါ်တွင် ဓာတ်ကြိုးလှိုင်း ပြတ်ကျနေသည်။

‘ဒီ ဓာတ်ကြိုးက လျှပ်စစ်ဓိုအား ၁၀,၀၀၀ လောက်ရှိမယ်။ ဒါကြောင့် ဘယ်လို အန္တရာယ်ပုံကြုံကြ၊ အရင်ဆုံး အခြေအနေကို လေ့လာပြီးမှ လုပ်စရာ ရှိတာ ဆက်လုပ်’

ဟု သင်တန်းဆရာက ပြောသည်။

အလားတူပင် ရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များလည်း အန္တရာယ်ကြုံလာလျှင် ကမူးဂျူးထိုး လုပ်တက်ကြသည်ဟု နယူးယောက် ရဲတပ်ဖွဲ့ လူမှုဆက်ဆံရေးဌာနမှ ရဲမှူး ဝီတာရွန်းက ဆိုသည်။

‘ဒါကြောင့် ကျွန်တော်တို့က ရဲတပ်သားသစ်တွေကို သင်တန်း

ပေးတဲ့အခါ ကမန်းကတန်း ဆွဲဖွင့်ခိုင်းတယ်။ အဲဒီမှာ တံခါးနောက်ကွယ်မှာ သေနတ်ကိုင်ထားတဲ့ လူဆိုးတွေ၊ အပြစ်မရှိတဲ့ အရပ်သားတွေ တွေ့ရတာပဲ။ ဒီလို အခြေအနေမျိုးမှာ ရဲတပ်ဖွဲ့ဝင် တစ်ယောက်အနေနဲ့ ကိုယ်ဦးနှိုင်းမှ အသက်ရှင်မယ် ဆိုပြီး အလျင်အမြန် စွတ်ပြီး ပစ်ခတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အလုပ်ပြုတ်ကိန်း တစ်ခါတည်း ဆိုက်တာပဲ’

(၃) လုပ်လျှင် ထိထိရောက်ရောက် လုပ်ပါ။

‘များသောအားဖြင့် အကျပ်အတည်းကြုံလာရင် လူတွေက လိုအပ်သလောက် အားထုတ်မှု မရှိကြဘူး။ ဒါကြောင့် လုပ်သလောက် မအောင်မြင်ကြတာ’

ဟု ရာဘာဖလာဟာတီက ပြောသည်။ သူသည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း စီမံအုပ်ချုပ်မှု အခက်အခဲများကို ဖြေရှင်းပေးနေသော နယူးယောက်မြို့ ကက်ချမ်း ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေး ကုမ္ပဏီမှ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဖြစ်သည်။

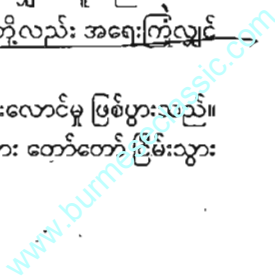
အားနှင့် မာန်နှင့် ထိရောက်စွာ ပြုလုပ်ခြင်းသည် မလုပ်မီ ကြိုတင် ခဉ်းစားခြင်းနှင့် မဆန့်ကျင်ပါ။ အကျပ်အတည်း ပြဿနာနှင့် ရင်ဆိုင်ရခြင်း သည် အဝေးပြေး လမ်းမကြီးပေါ်တွင် ကားတန်းကြီးထဲ ဝင်ရောက်သွားခြင်း နှင့် တူသည်ဟု ပါရဂူများက ဆိုကြသည်။

ထိုအခြေအနေမျိုးနှင့် ကြုံရလျှင် ပထမ ရပ်တန့်ပြီး အကဲခတ်ပါ။ စဉ်းစားပါ။ ထို့နောက် ဆက်လက်လုပ်ရှားရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်ပြီးသည်နှင့် ဘစ်ပြိုင်နက် အတင်းထွက်ခွာပါ။

(၄) အကူအညီ တောင်းပါ။

ရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များအား အရေးပေါ်ကိစ္စကြုံလျှင် ရနိုင်သမျှ အကူအညီ တောင်းရန် သင်တန်းပေးထားသည်။ ထို့အတူပင် ကျွန်ုပ်တို့လည်း အရေးကြုံလျှင် ရနိုင်သမျှ အကူအညီကို ရယူသင့်သည်။

ဟတ်ဖွိုမြို့တွင် ရုံးအဆောက်အအုံတစ်ခု မီးလောင်မှု ဖြစ်ပွားသည်။ ဒီသတ်တပ်ဖွဲ့ဝင်များ ရောက်သွားသောအခါ မီးများ တော်တော် ငြိမ်းသွား



ပြန်ကို အံ့ဩစွာ တွေ့ကြရသည်။ အကြောင်းမှာ ထိုနေရာမှ ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်သားများက ချက်ချင်း ဝိုင်းဝန်းငြိမ်းသတ်ကြခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။

‘မီးသတ်တပ်ဖွဲ့ကို သူတို့ သတင်းပို့တဲ့ အချိန်မှာ မီးက တတိယထပ် အထိ ရောက်နေပြီ’

ဟု မီးသတ်တပ်ဖွဲ့မှူး ဖရက်ကရောက်ကားက ပြန်လည်ပြောပြသည်။ ဤမီးလောင်မှုတွင် တစ်ယောက်မျှ သေဆုံးခြင်း မရှိသည်မှာ အလွန် အံ့ဩစရာ ကောင်းသည်။

‘မီးလောင်ရင် ပထမဆုံး ရနိုင်သမျှ အကူအညီ တောင်းပါ။ အဲဒီ နောက် လုပ်သင့်တာကို အမြန်ဆုံး လုပ်ပါ’

ဟု ကရောက်ကားက ဆိုသည်။

နယူးရောက်မြို့မှ မိသားစုနှင့် အိမ်ထောင်ရေး စိတ်ပညာရှင် နန်စီကျွ နပီးယားကလည်း...

‘စိတ်ခံစားမှုနှင့် ပတ်သက်တဲ့ ပြဿနာတွေမှာလည်း ဝေဒနာရှင်ဟာ တခြားလူဆီက အကူအညီ မရရင် လုံးဝ မပျောက်ကင်းနိုင်ပါဘူး။ ဥပမာ အရက်စွဲနေသူတွေကို ကြည့်ပါ။ ဒီကိစ္စမှာ ဝေဒနာရှင်ကို တခြားလူတွေက အကူအညီပေးဖို့ အများကြီး လိုအပ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုမှ မဟုတ်ဘဲ တစ်ယောက်တည်းသာ သီးခြား စခန်းသွားနေရရင်တော့ အခြေအနေ ပိုဆိုး လာမှာ သေချာတယ်’

ဟု ပြောသည်။

(၅) အသေးစိတ်လုပ်ငန်းမှာ မြုပ်မနေပါစေနဲ့။

နယူးယောက်မြို့ ဘရွတ်ကလင်မြို့နယ် လောင်အိုလင်ကောလိပ်ဆေးရုံမှ အရေးပေါ်ဌာန အကြီးအကဲ ဒေါက်တာနီးလ်ဖလိုမင်ဘမ်းက ဆေးရုံအရေး ပေါ် လူနာဌာနများတွင် တာဝန်ကျ ခေါင်းဆောင်များသည် တစ်ယောက် တည်းကို အထူးအာရုံပြုပြီး အသေးစိတ် လုပ်ကိုင်ပေးမနေဘဲ အများကိုခြံပြီး

အချိန်မီ အမြန်ဆုံး ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ရန် အထူးသတိပြုကြရသည်ဟု ပြောပြ သည်။

‘အရေးပေါ်အချိန်မှာ တစ်ယောက်ယောက်က နောက်ကရပ်ပြီး အခြေအနေအားလုံးကို စောင့်ကြည့်နေရမယ်။ နို့မဟုတ်ရင် တခြားလူနာ တစ်ယောက် အသက်ပျောက်သွားတာကို သတိမထားလိုက်မိတာမျိုး ကြိုရ တတ်တယ်’

အေလိုဟာလေယာဉ်ကြီး အာကာသထဲတွင် ပျက်သွားသောအခါ လေယာဉ်မှူး ရွန်စတီနီးနှင့် တွဲဖက်လေယာဉ်မှူး တွမ်ပကင်တို့၏ အဓိက ဆောင်ရွက်ချက်မှာ ပထမဆုံးလုပ်ရမည့် အလုပ်ကို မျက်ခြည်ပြတ် မခံခဲ့ခြင်း ပင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုသည်။

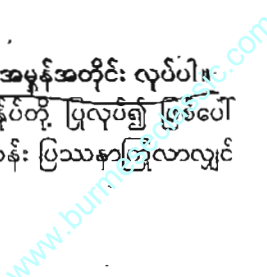
ထိုအခြေအနေကို ရွန်စတီနီးမားက ကျွန်ုပ်အား ဤသို့ ပြန်လည် ပြောပြသည်။

‘အဲဒီတုန်းက ကျွန်တော်တို့က လေးဖက်လေးတန် အခြေအနေဆိုး တွေနဲ့ ဝိုင်းဝိုင်းလည် ကြိုနေရတာ။ လေဖိအား ကျနုန်းကလည်း သိပ်ပြီး မြန်တယ်။ အင်ဂျင်ကလည်း ရပ်သွားပြီ။ ဟိုက်ဒရိုလစ်နဲ့ ထိန်းချုပ်အံ့ညွှန်း တွေလည်း အားလုံး တလွဲတွေ ဖြစ်ကုန်ပြီ။ ဆင်းသက်ဂီယာဆိုတာလည်း စိတ်မချရတော့ဘူး။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပထမဆုံး ဦးစားပေးအလုပ် က မြေကြီးပေါ် လေယာဉ်ဆင်းဖို့ပဲ။ အဲဒါပဲ ကျွန်တော်တို့ သိတယ်။ တခြား ဟာတွေ ဘေးချိတ်ထားလိုက်ပြီး အဲဒီအချက်ကို အထူးအာရုံစိုက်တယ်။

‘ဒါကြောင့် အရေးပေါ် လုပ်ဆောင်ချက်အားလုံးကို ခေါင်းအေးအေး နဲ့ တစ်ဆင့်စီ လုပ်ကိုင်ပြီး လေယာဉ်ကို ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ဆင်းသက် နိုင်ခဲ့တာပါပဲ’

(၆) ဘယ်လောက်ပဲ အခြေအနေ ဆိုးနေပါစေ၊ အမှုန်အတိုင်း လုပ်ပါ။

အကျပ်အတည်းပြဿနာ ကြုံရခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ ပြုလုပ်၍ ဖြစ်ပေါ် လာခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သွေးရူးသွေးတန်း ပြဿနာကြုံလာလျှင်



ဓားသောအားဖြင့် လက်သည်မပေါ်ဘဲ အဖြစ်မှန်ကို ဖုံးထားတတ်ကြသည်။ လိမ်ညှာ ပြောတတ်ကြသည်။

‘အဲဒီလို အဖြစ်မှန်ကို ဖုံးကွယ်တာဟာ ကိုယ်ကျင့်တရား ဖျက်ရာ လည်း ရောက်တယ်။ ဝေးခေါ်မှုလည်း မှားတယ်။ ပြဿနာကြိုလို့ အမှန် အတိုင်း ဝန်ခံလုပ်ဆောင်ရင် ပြဿနာတစ်ခုတည်းကိုပဲ ဖြေရှင်းရမယ်။ အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံဘဲ ဖုံးကွယ်ထားရင် ပြဿနာနှစ်ခုကို ဖြေရှင်း ရမယ်’

ဟု နယူးယောက်မြို့ “ရိုန်း” အတိုင်ပင်ခံလုပ်ငန်းမှ ကိုရင်ရိုန်းက ဆိုသည်။

ထို့ပြင် တခြားလူတွေက အမှန်အတိုင်း သိသွားသောအခါ လိမ်ညှာ ပြောသူမှာ သူ၏အပြစ်အတွက် တစ်သက်လုံး နောင်တရ၍ မဆုံးအောင် ဖြစ်သွားနိုင်သည်။

လွန်ခဲ့သောနှစ်က “ဆော်လမွန်ဘရာသား” ရင်းနှီးမြုပ်နှံမှု ဘဏ် လုပ်ငန်းရှင် အမှုထမ်း တော်တော်များများသည် ဘဏ္ဍာရေးလေလံတစ်ခု၌ တံစိုးလက်ဆောင် စားထားကြသည်။ ဤကိစ္စကို ထိပ်တန်းအာဏာပိုင် အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့က အစိုးရကို အသိမပေးဘဲ ဖုံးဖိထားကြသည်။

နောက်ဆုံး အဖြေမှန် ပေါ်ပေါက်လာသောအခါ ကုမ္ပဏီမှာ အကြီး အကျယ် သိက္ခာကျရတော့သည်။ အထက်တန်း အမှုဆောင်အရာရှိလေ ဦး အဖြတ်ခံရသည်။ ထိုမျှသာမက ဒေါသထွက်နေသော ဖောက်သည်များမှာ လည်း လုပ်ငန်းမှ နုတ်ထွက်သွားကြသည်။ အစိုးရက ကုမ္ပဏီအပေါ် တင်း ကျပ်သော ချုပ်ကိုင်မှုများ ပိုမို ပြုလုပ်လာသည်။

ဤသည်မှာ အမှန်တရားကို ဖုံးကွယ်ထားခြင်းအတွက် ခံစားရသော အပြစ်ဒဏ်ပင် ဖြစ်သည်။

‘အစိုးရလုပ်ငန်း အကျင့်ပျက်မှုတွေမှာ အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံတာဟာ အခဲရခက်ပေမယ့် အကောင်းဆုံး ဖြေရှင်းနည်းပါပဲ။ အမှားလုပ်ရပ်အတွက်

အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံတာကြောင့် လက်ရှိအလုပ် ပြုတ်ချင်ပြုတ်မယ်။ ဒါပေမယ့် ကာယကံရှင်အနေနဲ့ ဦးစားပေး အစီအစဉ်အတိုင်း ရွေးချယ်ရမှာပဲ’

‘အလုပ်ပြုတ်တာ၊ တရားစွဲခံရတာဟာ တိုက်ပွဲတစ်ပွဲ ရှုံးတာနဲ့ တူ တယ်။ တကယ့်စစ်ပွဲကြီးကတော့ မိမိရဲ့ တစ်သက်တာလုပ်ငန်း၊ မိမိရဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ မိမိရဲ့ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး စိတ်ချမ်းသာမှုပါပဲ။

ဟု “ကတ်ချွမ်း” အတိုင်ပင်ခံလုပ်ငန်းမှ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ရောက်ဖလာ ဟာရီက ပြောသည်။

(၇) အကောင်းဘက်ကိုသာ ကြည့်ပါ။

ယခင် “အမေရိကန် မော်တော်ကား” ကုမ္ပဏီဥက္ကဋ္ဌဟောင်း၊ ယခု ပစ်ခတ် တံဖြူ “ကာနေဂျီမယ်လွန်” စက်မှုလုပ်ငန်း အုပ်ချုပ်ရေးတက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခ ဂျာရယ်စီမေယား၏ အဆိုအရသော် အကျပ်အတည်း အခက်အခဲ အများစု သည် ဘာမှ မဟုတ်။ စိတ်ရှည်စွာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု လိုအပ်သော ပြဿနာ များပင် ဖြစ်သည်။

ပါမောက္ခ မေယားစံက-

‘စီးပွားရေးလုပ်ငန်းမှာ ဒေဝါလီခံရတာတိုင်း၊ ကုန်ထုတ်မှု ကျရတာ တိုင်းဟာ အမှုဆောင်အရာရှိတွေက ကြိုတင် သတိမထားလို့ ပေါ်ပေါက် လာရတဲ့ ပြဿနာတွေပါပဲ။ အကျပ်အတည်း အခက်အခဲ ပေါ်ပေါက်ရ တာဟာ အမှုဆောင်အရာရှိတွေ ပထမတုန်းက မလုပ်ခဲ့တာတွေကို ပြောင်းလဲ ပစ်တာ ဖြစ်ပါတယ်’

ဟု ပြောသည်။

ဤသဘောတရားသည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းမှာသာ မဟုတ်၊ ကျွန်ုပ် တို့၏ ပုဂ္ဂလိက ဘဝမှာလည်း မှန်ကန်သည်။ လင်မယား ကွာရှင်းခြင်း၊ ချစ်သူနှင့် ပဋိပက္ခဖြစ်ခြင်း၊ အလုပ်ပြုတ်ခြင်း၊ အနာတရဖြစ်ခြင်း စသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ကိစ္စများတွင်လည်း ဆိုခဲ့သည့် အတိုင်းပင် ဖြစ်သည်။

မောင်မယ်တို့

ကူလီဆိုအိဂလေစီဟာသည် ဘောလုံးချန်ပီယံ ဖြစ်ချင်သည်။ သို့
သော် သူသည် တစ်နေ့တွင် ကားတိုက်ခံလိုက်ရသောကြောင့် သူ၏ ဘဝ
ပြည့်စုံမှုများချွတ်ကြီး ပျက်စီးသွားခဲ့သည်။

ကူလီယိုသည် ဆေးရုံတက်နေရင်းမှ ဂီတာတီးနည်းနှင့် သီချင်း
ဆိုနည်း သင်သည်။

နောက် ငါးနှစ်ကြာသောအခါ သူသည် နိုင်ငံတကာ အဆိုပြိုင်ပွဲတွင်
ဗွပါစတာ အဆိုတော်ဆုကို ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့သည်။ ယခုအခါ သူသည် သီချင်း
ဇာတ်ပြားတွေ အများဆုံး ရောင်းချရသော ကမ္ဘာကျော် အဆိုတော် ဖြစ်ခဲ့
လေပြီ။

တကယ်တော့ သူ ဤသို့ အောင်မြင်လာခဲ့ခြင်းမှာ ကားတိုက်ခံရပြီး
ဆေးရုံတွင် ကုသခံနေစဉ်က ကြံခဲ့ရသည့် အခက်အခဲများမှ ပေါ်ထွက်လာ
သော ရလဒ်ပင် ဖြစ်သည်။

အကျပ်အတည်း အခက်အခဲကို ကျော်လွှား အောင်မြင်နိုင်ရေး
အတွက် နယူးယောက်မြို့ “တောင်တော်ဆီနိုင်” ဆေးရုံမှ စိတ်ရောဂါကု
ဌာန ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဆီးမောရီဆင်ဘလတ်က အကြံပြုသည်မှာ-

“အခက်အခဲဟာ ဘယ်လောက်ပဲ ကြီးမားပါစေ၊ ဒါဟာ ငါ့အတွက်
အခွင့်အရေးကြီးပဲလို့သာ စိတ်ထဲမှာ စွဲမှတ်ထားပါ။ တကယ်လို့ မအောင်
မြင်ဘဲ ဆုံးရှုံးသွားရင်တောင်မှ ခံစားရတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကြောင့် အသိ
အမြင် ကြွယ်ဝတဲ့ လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်ခဲ့ရင်တော့ ကိုယ့်ဘဝရဲ့
အကြီးဆုံး အောင်ပွဲကို ရလိုက်ပြီပေါ့။”

['Control Your Crisis' by Reynolds Dodson,
R.D., July, 1992.]

စွန့်စားမှ အောင်မြင်မည်

၁၉၉၀ပြည့်နှစ် “ဝင်ဘယ်ဒန်” တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲ ဆီမီးဖိုင်နယ်ပွဲစဉ်တွင် ၁၆ နှစ်
အရွယ် ယူဂိုဆလပ် အမျိုးသမီးကလေး မိုနိုကာဆယ်လီသည် အမေရိကန်
အမျိုးသမီး ဇီနာဂါရစ်ဆန်နှင့် ပြိုင်ရသည်။

ထိုပွဲတွင် ဆယ်လီ၏ ကြောက်စရာအကောင်းဆုံး ပြိုင်ဘက်မှာ ဂါရီ
ဆန် မဟုတ်ဘဲ ဆယ်လီကိုယ်တိုင်ပင် ဖြစ်နေကြောင်း အခြေအနေကို
ကြည့်၍ သိသာလှသည်။

“အဲဒီပွဲတုန်းက ကျွန်မတို့နှစ်ယောက်စလုံး သိပ်ပြီး လက်ရည်တူနေ
ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မက တစ်ချိန်လုံး ကိုယ့်ဘက်က အမှားမရှိအောင်
ကာကွယ်ကစားနေခဲ့တယ်။ တစ်ဖက်လူက နောက်တစ်ကြိမ် ထပ်ပေးတာကို
ဆောင်မှ အနိုင်မရိုက်နိုင်ခဲ့ဘူး။ ကြောက်စိတ်က များနေတယ်” ဟု နောက်
တော့ ဆယ်လီက ပြန်လည်ပြောပြခဲ့သည်။

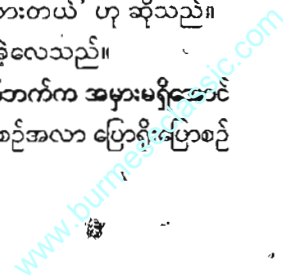
အခြားတစ်ဖက်တွင် ဂါရီဆန်ကတော့...

“ဒီပွဲကို ကျွန်မ နိုင်ကို နိုင်ရမယ်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားပေးနေခဲ့
တယ်။ ဒါဟာ အလကား အစမ်းကစားနေတာ မဟုတ်ဘူး။ အနိုင်အရှုံး
ကစားရမယ့် ပြိုင်ပွဲဆိုတာ ခေါင်းထဲမှာ စွဲမှတ်ထားတယ်” ဟု ဆိုသည်။

နောက်ဆုံးတွင် ဂါရီဆန်ကပင် အနိုင်ရခဲ့လေသည်။

“အခြေအနေ ဆိုးရွားခက်ခဲနေလျှင် ကိုယ့်ဘက်က အမှားမရှိအောင်
သတိထား၍ လုပ်ကိုင်ပါ” ဟူသော စကားမှာ အစဉ်အလာ ပြောရိုးပြောစဉ်

ရရှိထားသည်



တကယ်တော့ မိမိ၏ စွမ်းအားရှိသမျှ မကြိုးစားဘဲ အသေး
အမွှေးအနုအလေးများကိုသာ အာရုံစိုက်နေတတ်ကြသည်။

ဆယ်လီသည် ဤအချက်ကို နောက်မှ သိရှိခဲ့ရသည်။

ဘယ်အလုပ်တွင်မဆို ထိပ်တန်း စွမ်းဆောင်နိုင်သူများသည် မိမိတို့
ကြောက်နေသည့်အရာကို ထိပ်တိုက် ရင်ဆိုင်ခြင်းဖြင့် အနိုင်ရလာကြခြင်း
ဖြစ်သည်။

နာမည်ကျော် အမေရိကန် လက်ဝှေ့နည်းပြဆရာကြီး ကပ်စ်ဒါမာထို
က ...

‘သူ့ရဲကောင်းတွေရော၊ သတ္တိကြောင်သူတွေရော အားလုံး အတူတူ
ပါပဲ။ အားလုံး ကြောက်ကြတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကြောက်စိတ်ကို တုံ့ပြန်တဲ့
နေရာမှာကျတော့ သူ့ရဲကောင်းတွေက သတ္တိကြောင်သူတွေနဲ့ မတူဘူး’
ဟူ၍ ပြောဖူးသည်။

မိတ်ဆွေသည့် စွန့်စားရမည့် အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်ကိုင်ရန် ကြောက်
လန့်နေပါသလား။ မကြောက်ပါနှင့်။

မိတ်ဆွေ၏ ကိုယ်ထဲစိတ်ထဲတွင် မီးခဲပြာဖုံးဖြစ်နေသော စွန့်ရဲသည့်
စိတ်ဓာတ်အားမာန် ရှိနေပါသည်။ ထိုစိတ်စွမ်းအားကို အောက်ပါနည်းလမ်း
ငါးမျိုးဖြင့် ဖော်ထုတ်ပါ။ ကြောက်စိတ်ကင်း၍ အောင်ပန်းဆိုင်နိုင်မှာ သေချာ
ပါသည်။

(၁) ရည်မှန်းချက်ကို အလေးထား

“ကျွန်ုပ်တို့သည် အားလုံးကို သိသည်” ဟူသော အတွေ့အကြုံရင့် ပုဂ္ဂိုလ်
များကို နှေးမိတ်တတ်ကြသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုး နှင့် ကြုံရတတ်ကြသည်။ ထို့ပြင်
တစ်ခုခုကို မလုပ်ဖြစ်လျှင် မလုပ်ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းတရားတွေ ရှိတတ်
သည်။

စာတစ်ကြောင်းရေး၍ မဆုံးခင်မှာပင် ထိုအကြောင်းတရားများက
မိမိ၏စိတ်ကူးကို ချေဖျက်ပစ်လိုက်တတ်ကြသည်။

တစ်ခါက ပုံနှိပ်လုပ်ငန်းကြီးတစ်ခုမှ မန်နေဂျာတစ်ဦးက သူ၏
စာရင်းကိုင်မကလေးအကြောင်း ပြောပြဖူးသည်။ ကလေးမ၏ ရည်မှန်း
ချက်မှာ လက်ရှိလုပ်ငန်းတွင် စာရင်းစစ်ချုပ်ဖြစ်ရန် သို့မဟုတ် ကိုယ်ပိုင်
လုပ်ငန်း ထူထောင်ရန် ဖြစ်သည်။ သို့သော် သူက ဆယ်တန်းပင် မအောင်
သေး။ ဘာသန္တ ရ ဗဟုသုတဆို၍လည်း အင်္ဂလိပ်ဘာသာတစ်ခုသာ တတ်
သည်။ သို့တိုင်အောင် သူကတော့ လုံးဝ မကြောက်။ ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်
သို့ ရောက်အောင် လျှောက်လှမ်းမည်ဟု အခိုင်အမာ ဆုံးဖြတ်ထားသည်။

တစ်နေ့ကျတော့ မန်နေဂျာက ခေါ်၍ပြောသည်။

‘မင်းရဲ့ စာရင်းကိုင်ပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုကတော့ မဆိုးပါဘူး။ ဒါပေမဲ့
မင်းရဲ့ ပညာအရည်အချင်းနဲ့ သင့်လျော်တဲ့ အခြားအလုပ်တစ်ခုခု လုပ်ရင်
ပိုအကျိုးရှိလိမ့်မယ်’

ဤစကားကြောင့် စာရေးမကလေး အကြီးအကျယ် ဒေါသထွက်
သွားသည်။ ချက်ချင်းပင် အလုပ်မှ နုတ်ထွက်လိုက်သည်။ တစ်ချိန်တည်းတွင်
သူ၏ မူလ ရည်မှန်းချက်အတိုင်း ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း ထူထောင်မည်ဟုလည်း
ဆုံးဖြတ်ချက် ချလိုက်သည်။

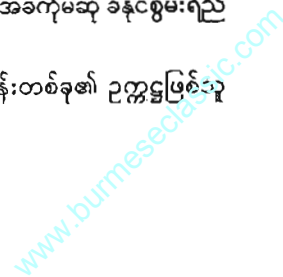
သူ ဘာလုပ်သည် ထင်သလဲ။

ကုမ္ပဏီကလေးတွေအတွက် စာရင်းပြုစုပေးသော စာရင်းကိုင်
လုပ်ငန်းကို ကိုယ်ပိုင် ထူထောင်လိုက်သည်။

ယခုအချိန်တွင် သူသည် လုပ်ငန်းခွဲ ငါးခုကိုပင် ပိုင်ဆိုင်လျက်
ငွေနေလေပြီ။

အမှန်ကတော့ ကျွန်ုပ်တို့သည် တခြားသူများ၏ အစွမ်းအစကို
အတိအကျ မသိနိုင်ကြပါ။ အထူးသဖြင့် သူတို့တွင် ပြင်းပြသော ဆန္ဒနှင့်
နိုင်မာသော ရည်မှန်းချက်ရှိလျှင် မည်သည့်အခက်အခဲကိုမဆို ခံနိုင်စွမ်းရည်
ရှိကြသည်။

ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် အတိုင်ပင်ခံ လုပ်ငန်းတစ်ခု၏ ဥက္ကဋ္ဌဖြစ်သူ
ဘာတရာဂရိုက်က-



ထိုသို့ လုပ်ငန်း စတင်တဲ့အချိန်မှာ အဓိက သတိထားဖို့ အချက်က
 လုပ်ငန်းစဉ်အတွက် ပျက်ပြားစေနိုင်တဲ့ အပျက်စကားပြောတဲ့ လူတွေ
 ထို လူတွေ ရှောင်ဖို့ပါပဲ။ လောကကြီးမှာ အပျက်စကားပြောတဲ့ လူတွေနဲ့
 ဆင်တန်းပြည့်နေတယ်။ သူတို့က လူတစ်ယောက်ရဲ့ ရည်မှန်းချက် ပျက်
 ပြီးအောင် အကြောင်းအချက်ပေါင်း သောင်းခြောက်ထောင်နဲ့ ဖျက်တတ်
 ကြတယ်။ သူတို့စကားကို နားမယောင်ပါနဲ့။ ကိုယ့်အစွမ်းအစကို ယုံယုံ
 ကြည်ကြည်နဲ့သာ ရည်မှန်းချက်ကို အကောင်အထည်ဖော်ပါ’
 ဟု ပြောသည်။

(၂) လုပ်နိုင်တာသာ လုပ်

ကျွန်ုပ်သည် ရေခဲပြင်လျှောစီး နည်းပြဆရာ လုပ်ခဲ့တုန်းက ပညာသင်များ
 အား ဓက်ခဲသော တောင်ဆင်းနည်းကို သင်ပြရသောအခါ ဤပညတ်ချက်၏
 တန်ဖိုးကို ကောင်းစွာ နားလည်ခဲ့ရသည်။

တောင်ကမ်းပါးအစွန်းသို့ ပြေးသွားပြီးနောက် တောင်အောက်သို့
 ငုံ့ကြည့်လိုက်သောအခါ ကြောက်စိတ်ပေါ်လာပြီးနောက် ပြန်လှည့်ပြေးလာ
 တတ်ကြသည်။

ထိုသို့သော ကြောက်စိတ်ကို မျှောက်ပစ်နိုင်ရန် ကျွန်ုပ်က သင်တန်း
 သားများအား ‘လျှောစီးနေစဉ်တွင် မိမိသည် တစ်တောင်လုံးကို စီးနေသည်
 ဟု သဘောမထားနှင့်။ တစ်လှမ်းတိုင်း တစ်လှမ်းတိုင်းကိုသာ မှန်မှန်လှမ်း
 သွားပါ’ ဟု ပြောပြရသည်။

ကျွန်ုပ်၏ စကားကြောင့် သူတို့၏ အာရုံစိုက်မှု ပြောင်းလဲသွားသည်။
 သူတို့သည် သူတို့ မလုပ်နိုင်မည့် အရာကို မကြည့်ကြတော့။ သူတို့ လုပ်နိုင်
 မည့် အရာကိုသာ ကြည့်ကြတော့သည်။

ထိုအခါ သူတို့သည် သုံးလေးကြိမ်လောက် လှည့်ပြီးနောက်တွင်
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု ရရှိလာပြီး ခြေချော်လက်ချော် မရှိဘဲ ဆင်ခြေ
 လျှောက် လွယ်ကူစွာ လျှောဆင်းနိုင်လေတော့သည်။

ဤနည်းသည် ဓိတ်ဆွေအတွက်လည်း အသုံးဝင်နိုင်သည်။ အလုပ်
 ဘစ်ချခုကို စတင်လျှင် လုပ်ငန်းတစ်ခုလုံးကို လုံးဝ မစဉ်းစားပါနှင့်။ ပထမ
 ခြုံလှမ်းကိုသာ အာရုံစိုက်ပါ။ ပထမအဆင့်ကိုသာ အကောင်အဆုံးဖြစ်အောင်
 လုပ်ပါ။

ယင်းသို့ တစ်လှမ်းပြီးတစ်လှမ်း၊ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် လုပ်ကိုင်
 သွားလျှင် နောက်ဆုံး၌ ပန်းတိုင်သို့ ကျိန်းသေပေါက် ဆိုက်ရောက်ပါ
 သိမ့်မည်။

(၃) မဖြစ်နိုင်တာ မရှိပါ

ဘစ်ခါတစ်ရံ ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြေအနေသစ် တစ်ရပ်နှင့် ရင်ဆိုင်ရသော
 အခါ အဆိုးရွားဆုံးအချက်ကို ကြိုတွေးပြီး မလုပ်ခင်က အရှုံးပေးသွားတတ်
 ကြသည်။

ဤအချက်နှင့် ပတ်သက်၍ အမျိုးသမီး ရှေ့နေမကလေး တစ်
 ဆောက်၏ အဖြစ်ကို သတိရမိသည်။

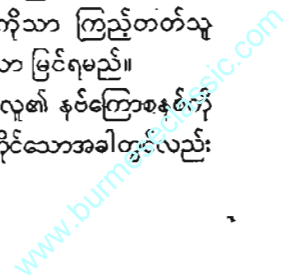
သူသည် ပထမဦးဆုံး အတွေ့အကြုံအဖြစ် တရားခွင်တွင် လျှောက်
 ထဲရတော့မည်။ သူ့ အလွန် စိတ်လှုပ်ရှားနေသည်။

တရားသူကြီးအဖွဲ့အပေါ်မှာ သူမအနေဖြင့် ဘယ်လို သဘောထား
 ဆဲလဲဟု ကျွန်ုပ်က မေးကြည့်ရာ-

‘တရားသူကြီးအဖွဲ့က ကျွန်မကို အတွေ့အကြုံ မရှိသူ၊ အသက်
 အရွယ်ရော ပညာအရည်အချင်းရော အလွန်နည်းသေးသူလို မမြင်စေချင်ဘူး။
 ဒါဟာ ကျွန်မအနေနဲ့ ပထမဆုံး တရားခွင် အတွေ့အကြုံလို သူတို့ မထင်
 စေချင်ဘူး။ ပြီးတော့လည်း...’ ဟု သူမက ပြန်ပြောသည်။

ဤရှေ့နေမကလေးသည် အပျက်ဘက်ကိုသာ ကြည့်တတ်သူ
 ဖြစ်သည်။ အပျက်ကိုသာ ကြည့်လျှင် အပျက်ကိုသာ မြင်ရမည်။

စိတ်ထဲတွင် ထင်မြင်သော ရုပ်ပုံလွှာသည် လူ၏ နှစ်ကြောစနစ်ကို
 သွယ်ရောက် လှုံ့ဆော်သောကြောင့် လက်တွေ့လုပ်ကိုင်သောအခါတွင်လည်း



မောင်ပေါ်ထွန်း

ဆိုလို့လျှောက်ပိုင်ပင် ဖြစ်လာတတ်ကြောင်း သုတေသန လေ့လာမှုများအရ သိရှိရသည်။

ဥပမာ- ဂေါက်သီးသမားတစ်ဦးက မရိုက်ရသေးခင် “ဂေါက်သီးကို ရေထဲကျအောင် မရိုက်နဲ့” ဟူ၍ သူ့ကိုယ်သူ ကြိုတင် မြင်ရလိမ့်မည်။ သို့ ဆိုလျှင် သူ့ဂေါက်သီးသည် ရေထဲကျသွားမည်မှာ သေချာနေပါတော့သည်။

ထို့ကြောင့် ပြဿနာအတွင်းထဲသို့ လက်တွေ့ မဝင်ရောက်သေး ခင်မှာ မိမိ ဖြစ်စေချင်တာကိုသာ အဓိက အာရုံစိုက်ပါ။

ကျွန်ုပ်ပဲသည် အထက်က ပြောခဲ့သော ရှေ့နေမကလေးအား နောက် တစ်ကြိမ် မေးဖြစ်ခဲ့သည်။

‘ပထမဆုံးအကြိမ် လျှောက်လဲရမယ့် တရားခွင်မှာ ဘယ်လို ဖြစ်စေ ချင်သလဲ’

ဤအကြိမ်တွင်မူ-
‘ကျွန်မကို တကယ့် အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ ရှေ့နေတစ်ယောက်အနေနဲ့ မြင်စေချင်ပါတယ်’

ဟု သူက ပြန်ဖြေသည်။
မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်ချက် အပြည့်ရှိသူအဖြစ် တရားသူကြီးအဖွဲ့က မြင်လာအောင် ပြုမူလှုပ်ရှားရန် ကျွန်ုပ်က သူ့ကို ပြောပြရသည်။

ဆိုလိုချက်မှာ တရားခွင်အတွင်း၌ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ချက် အပြည့်ဖြင့် သွားလာလှုပ်ရှားရန် ဖြစ်သည်။ ယင်းသို့ လှုပ်ရှားရာတွင် ကိုယ် အမူအရာဖြင့် စကားပြောနည်းကို အသုံးပြုရမည်။ သက်သေထွက်ဆိုမည့် လူကို ဖြစ်စေ၊ တရားသူကြီးများကို ဖြစ်စေ ပညာသားပါပဲ၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိဖြင့် မသိမသာ သော်လည်းကောင်း၊ သိသိသာသာ သော်လည်းကောင်း စောင်းငဲ့ ကြည့်တတ်ရမည်။ စကားပြောလျှင်လည်း တရားရုံးခန်းပြင်ဘက်က လာ ကြည့်နေကြသူတွေပါ ကြားလောက်အောင် ကျယ်ကျယ်ပြောရမည်။

ဤနည်းဖြင့် သူ့ကိုယ်သူ အစမ်းလေ့ကျင့်ပြီးသောအခါ ထိုရှေ့နေ

စာအုပ်တိုက်

နှစ်စားမှ အောင်မြင်မည်

၆၁

ကလေးသည် သူ၏ ပထမဆုံး တရားခွင်တွင် အောင်ပွဲဆင်နိုင်ခဲ့လေ သည်။

(၄) ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်း ချမှတ်ပါ

လောကတွင် သူများထက် ထူးချွန်စွာ အောင်မြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် စိတ်ကူးဉာဏ် လွတ်လပ်ကြသည်။ အစဉ်အလာကို ကျော်လွန်၍ တွေးတော လုပ်ကိုင်တတ်ကြသည်။ ရှိပြီးသား နည်းလမ်းများကို ပြုပြင်မွမ်းမံမည့်အစား ကိုယ်ပိုင်နည်းလမ်းသစ်များကို ဖော်ထုတ်တတ်ကြသည်။

၁၉၆၀ ပြည့် ဝန်းကျင်က ပြင်သစ်အမျိုးသား ရေခဲပြင်လျှောစီး အဖွဲ့ကို ဦးဆောင်ခဲ့သူ ယွန်ကလောဒီကီလီသည် ပြိုင်ပွဲတွင် အနိုင်ရရန် အပြင်းအထန် ကြိုးစားခဲ့သည်။

မနက် အရက်တက်သည်နှင့် အိပ်ရာမှထ၍ တောင်ဆင်းတောင် တက် လျှောစီးခြင်းကို အသည်းအသန် လေ့ကျင့်သည်။ ညနေကျတော့ အလေး မ သည်။ စပရိန် ဆွဲသည်။

သို့သော် အခြားပြိုင်ဘက်များကလည်း သူ့လိုပင် သဲသဲမဲမဲ လေ့ကျင့် နေကြသည်။ အပြင်းအထန် ကြိုးစားရုံနှင့် ပြိုင်ပွဲတစ်ခုကို မအောင်မြင်နိုင် ကြောင်း သူ တွေးမိသည်။

သို့ဖြင့် သူသည် အခြေခံလျှောစီးနည်း စနစ်များကို ချိုးဖောက်ရတော့ သည်။ သူသည် တောင်ဆင်းလျှောစီးခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ပို၍ မြန်ဆန် ကောင်းမွန်သော နည်းလမ်းသစ်များကို ကြံဆ လေ့ကျင့်သည်။

သူ စမ်းသပ်တီထွင်သော နည်းများမှာ ရိုးရာလက်ခံကျင့်သုံးနေသော နည်းလမ်းများနှင့် တခြားစီ ဖြစ်သည်။

သူသည် အလှည့်တစ်ခု ပြုလုပ်တိုင်း ခြေနှစ်ချောင်းကို ကျဲကျဲထား ကာ ကိုယ်ကို နောက်လှန်ထိုင်သည့် အနေအထားဖြင့် လှည့်၏။ ထို့ပြင် လျှောစီး တုတ်ချောင်းများကိုလည်း လှော်တက်သဘောမျိုးဖြစ်အောင် ဟန်ချက်ယူပြီး အသုံးချသည်။

စာအုပ်တိုက်

ဤသို့ဖြင့် ကိလိသည် ၁၉၆၆ နှင့် ၁၉၆၇ ခုနှစ်များတွင် လျှောစီး ပြိုင်ပွဲတိုင်း အောင်ပန်းဆွတ်ခူး နိုင်ခဲ့လေသည်။ နောက်နှစ် ဆောင်းရာသီ “အိုလံပစ်” ပြိုင်ပွဲတွင်လည်း ရွှေတံဆိပ်သုံးခု ရရှိခဲ့သည်။ သူသည် ရေခဲပြင် လျှောစီးသမိုင်းတွင် အမြင့်ဆုံးစံချိန်ကို တင်နိုင်ခဲ့သည်။

ကိလိ ယင်းကဲ့သို့ အောင်ပွဲရခဲ့ခြင်းမှာ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်း ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ လျှို့ဝှက်ချက်ကို သိရှိခဲ့သောကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်။

ယင်းလျှို့ဝှက်ချက်မှာ အခြားမဟုတ်။ တီထွင်ဖန်တီးရန် ပါရမီရှိပုံ၊ မလှို၊ အစဉ်အလာ ကျင့်သုံးနေသော အရာများကို ပြောင်းပစ်ရန်သာ လိုသည် ဟူသော အချက်ဖြစ်သည်။

(၅) အမှားထဲက အမှန်ရှာ

ဘယ်လောက်ပင် ကြိုတင်စီမံကိန်း ချထား ချထား။ လုပ်ငန်းသစ်တစ်ခုကို တကယ်လက်တွေ့ လုပ်ကြည့်သောအခါ အမှားမှား အယွင်းယွင်း ကြုံရမည် ကတော့ ကျိန်းသေဖြစ်သည်။

ဘယ် စာရေးဆရာမဆို မှားဖူးသည်။ ဘယ်အရောင်းကိုယ်စားလှယ် မဆို ချွတ်ချော်ဖူးသည်။ ဘယ် အားကစားသမားမဆို ရှုံးဖူးသည်။

သို့သော်လည်းကောင်း၊ လုပ်ငန်းမျိုးမှာမဆို မအောင်မြင်မှုနှင့် ကြုံရပြီးနောက်မှ အောင်မြင်မှု ပေါ်လာတတ်သည်မှာ နိယာမကောင်းဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် စီးတီးကော့ပံ ကုမ္ပဏီကြီး၏ ဥက္ကဋ္ဌဟောင်းဖြစ်သူ ဝေါ်လာတာရစ်စတန်က ‘အမှားဟာ ပြစ်မှုမဟုတ်။ အမှားထဲက အမှန်ကို မရှာတာသာ ပြစ်မှုဖြစ်တယ်’ ဟု ပြောခဲ့ခြင်းမှာ အလွန်မှန်သည်။

ဂျင်ဘတ်ခံသည် “ဥျန်ဆင်အင်ဥျန်ဆင်” (ဂျေအင်ဂျေ) ကုမ္ပဏီ၏ ကုန်ပစ္စည်းသစ် ထုတ်လုပ်ရေးဌာန အကြီးအကဲ ဖြစ်လာသည်။ သူသည် ပထမဆုံးအနေဖြင့် ကလေးများအတွက် ရင်ဘတ်လိမ်းဆေးသစ် တစ်မျိုးကို ထုတ်လုပ်လိုက်သည်။ ထိုပစ္စည်းမှာ ဈေးကွက်တွင် လုံးဝ မစွဲ၊ လက်ကျန်

ပစ္စည်းတွေ ပုံနေသည်။ သို့ဖြင့် “ငါတော့ အလုပ်ဖြုတ်ခံရတော့မှာ ကျိန်းသေပဲ” ဟု တွေးပူနေသည်။

မကြာခင်မှာပင် သူ့အား ဒါရိုက်တာဥက္ကဋ္ဌ ရောဘတ်ဝုဒ်ဂျန်ဆင်က ခေါ်တွေ့သည်။ သို့သော် ကြားလိုက်ရသော စကားကြောင့် သူ အလွန် အံ့ဩသွားရသည်။

‘ကျုပ်တို့ ကုမ္ပဏီပိုက်ဆံတွေ ဆုံးရှုံးသွားအောင်လုပ်တာ ခင်ဗျား လား။ ကောင်းပြီ၊ ခင်ဗျားကို ကျုပ် ဝုဏ်ပြုပါတယ်။ ခင်ဗျား အမှားကို လုပ်တာဟာ ခင်ဗျား စွန့်စားလုပ်ကိုင်ခဲ့လို့ပဲ။ စွန့်စားလုပ်ကိုင်မှု မရှိရင် ကျုပ်တို့ ကုမ္ပဏီကြီး ဘယ်လိုလုပ် ကြီးပွားနိုင်မှာလဲ’

နောက်အတန်ကြာပြီးနောက် သူကိုယ်တိုင် ဂျေအင်ဂျေ ကုမ္ပဏီ၏ ဥက္ကဋ္ဌ ဖြစ်လာသောအခါ ဘတ်ခံသည် ထိုစကားကို ဝါဒဖြန့်သလို အမြဲ ခပြတ် ပြောပြမဆုံး ရှိတော့သည်။

« အခက်အခဲကို ရင်ဆိုင်ခြင်းဖြင့် မိမိထင်တာထက် ပို၍ အောင်မြင်မှု ရရှိနိုင်သည်။ စိတ်လှုပ်ရှားစွာ စွန့်စားရသော လုပ်ငန်းသည် မိမိ၏ဘဝကို တစ်ဖြစ်လဲ ပြောင်းလဲစေနိုင်သည်။ စွန့်စားလိုစိတ်ကို အမြဲတမ်းရှင်သန် အနိုင်သည်။ အောင်မြင်မှုကို ပေးနိုင်သည်။ ဘဝသစ်ကို ဖန်တီးနိုင်သည်။ »

[ရိုးဒါးဒိုင်ဂျက်စ်၊ ဒီဇင်ဘာ၊ ၁၉၉၁]

အကောင်းဆုံး ဘဝနေနည်း
နည်းလမ်းငါးသွယ်

ယုံကြည်ချက်အတိုင်း လုပ်ပါ

၁၉၇၂ ခုနှစ်တုန်းက တယ်လီဗွီးရှင်းလုပ်ငန်းမှာ ကျွန်မ အလုပ် ၈ ဝင်တော့ အထက်အရာရှိတွေ အများစုက အမျိုးသမီး အမှုထမ်းတွေဟာ သူတို့ ခိုင်း သမျှကို ဘာတစ်ခွန်းမှ ပြန်မပြောဘဲ အမိန့်အတိုင်း လိုက်နာလုပ်ကိုင် ကြလိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်ကြတာကို တွေ့ရတယ်။ ဟုတ်တော့လည်း ဟုတ်ပါတယ်။ အခြားအမျိုးသမီး အမှုထမ်းတွေက တစ်သွေး တစ်သံ တစ်မိန့် အတိုင်း ခိုင်းသမျှ လုပ်ကြတယ်။ အဲဒီလို လုပ်တဲ့အတွက် ရာထူး တက်သွားကြတာကိုလည်း မြင်ရပါရဲ့။ ဒါပေမယ့် ကျွန်မကတော့ အဲဒီလို ခိုင်းတဲ့အတိုင်း လုပ်ရတာကို လုံးဝ ဘဝင်မကျဘူး။ ငါလည်း တခြားလူတွေ လို အထက်လူကြီး ခိုင်းတာကို ကျိုးကျိုးနွံနွံ လုပ်နိုင်ရင် ရာထူးတက်မှာပါပဲ လို့တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတိပေးမိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လက်တွေ့ကျ တော့ ကျွန်မ အဲဒီအတိုင်းလုပ်လို့ လုံးဝ မရပါဘူး။ လုံးဝ မလုပ်နိုင်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် ကျွန်မနည်း ကျွန်မ ဟန်နဲ့ပဲ လုပ်တယ်။ သူတို့ခိုင်းတဲ့ နည်းနဲ့ မလုပ်ဘူး။ ကျွန်မ ခံစားချက်အတိုင်း လုပ်တော့ တယ်လီဗွီးရှင်း သတင်းထောက်ကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်မက အထက်လူကြီး ခိုင်းတဲ့အတိုင်းတော့ မလုပ်ဘူး။ အဲဒီလို ကိုယ့်နည်း ကိုယ့်ဟန်နဲ့ လုပ်တဲ့အတွက်လည်း ဘာပြဿနာမှ မပေါ်ပါဘူး။ ကိုယ့်လူ

ရပ်ဟာ မှန်ကန်အောင်မြင်နိုင်ပြီး မူလလုပ်ရပ်ကိုလည်း မထိခိုက်နိုင်ဘူး ဆိုရင် ကိုယ်ယုံကြည်တဲ့အတိုင်း လုပ်တာဟာ အလုပ်ဖြစ်တယ် ဆိုတာ ကျွန်မ ကိုယ်တွေ့ပါပဲ။

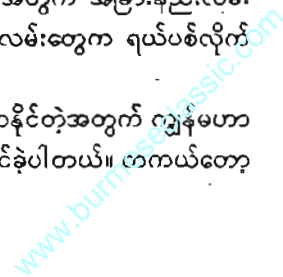
ဥပမာ... အဖြစ်ဆိုး တစ်ခုခုကြောင့် ပူဆွေးသောက ရောက်နေရတဲ့ လူရဲ့မျက်နှာနဲ့ ထိလုမတတ် စကားပြောခွက်ကပ်ပြီး မေးခွန်းထုတ် တတ်ကြတဲ့ တယ်လီဗွီးရှင်း သတင်းထောက်တွေရဲ့ လုပ်ရပ်မျိုးကို ကျွန်မ အလွန် မုန်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို အဖြစ်မျိုး ခံစားနေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တွေကို လောလောလတ်လတ်ကြီး တွေ့ဆုံမေးမြန်းမယ့်အစား ကျွန်မ ကတော့ တခြားနည်းလမ်းသုံးပြီး အဆက်အသွယ် လုပ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ သောကရောက်နေတဲ့ လူကို မျက်နှာရှေ့ကပ်ပြီး ဓာတ်ပုံတဖျတ်ဖျတ် ရိုက်မယ့်အစား ပေ ၅၀ အကွာလောက်ကပ် ရိုက်ယူပါတယ်။ အဲဒီလို ရိုက်ပြီး မြင်ကွင်း အခြေအနေကပ် အဖြစ်အပျက်ကို သူ့ဟာသူ ပြောစေ ပါတယ်။

သူများတွေ လုပ်တဲ့နည်းအတိုင်းပဲ လိုက်လုပ်နေရင် အဲဒီလူဟာ တာရှည်မခံပါဘူး။ ကျန်းမာ သေချာပါတယ်။ တကယ်တော့ ကိုယ်မကြိုက် ဘဲ သူများခိုင်းတဲ့အတိုင်း လုပ်ရတာဟာ မှန်ကန်တဲ့ နည်းလမ်းလည်း လုံးဝ မဟုတ်ပါဘူး။

အချိန်မရွေး ပြုံးရယ်ပါ

ကျွန်မက အခြားလူတွေရဲ့ ဒုက္ခကိုကြည့်ပြီး ရယ်ဖို့ကို ပြောတာ မဟုတ်ပါ ဘူး။ ဒါပေမယ့် ဘယ်သူမဆို ကိုယ့်ဒုက္ခကိုယ် ကြည့်ပြီးတော့ ရယ်နိုင် ပါတယ်။ အဲဒီလို မရယ်နိုင်ရင် ခံနိုင်ရည်ရှိဖို့အတွက် အခြားနည်းလမ်း တစ်ခုခု ရှာရမှာပဲ။ ဒါပေမယ့် အခြား နည်းလမ်းတွေက ရယ်ပစ်လိုက် တာလောက် မလွယ်ပါဘူး။

အဆိုးထဲက အကောင်းရှာပြီး ရယ်မောနိုင်တဲ့အတွက် ကျွန်မဟာ အဆိုးဆုံး အခြေအနေတစ်ရပ်ကို ကျော်ဖြတ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ တကယ်တော့



ဒါဟာ ကျွန်တို့အတွက် အရည်အချင်း တစ်ခုပါပဲ။ ၁၉၉၂ ခုနှစ်တုန်းက ကျွန်မ မှာ ရင်သားတင်ဆာ ဖြစ်လာတော့ ရင်သားနှစ်ခုစလုံးကို ဖြတ်ပစ်လိုက်ရ ပါတယ်။ အများသိကြတဲ့အတိုင်း ကင်ဆာရောဂါဆိုတာ သေဘေးနဲ့ အနီး ဆုံး ရောဂါပါ။ လူတိုင်း အကြောက်ရဆုံး ရောဂါပါ။ ဒါပေမယ့် အကောင်း ခြင် ဇိတ်တတ်ရှိရင် ကင်ဆာရောဂါဟာလည်း ကြောက်စရာ မဟုတ်ဘဲ ရယ်စရာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီနှစ် နွေရာသီမှာ ကျွန်မ ရေကူးချင်တဲ့အတွက် ရင်သားအတု တစ်ခု ဝယ်လိုက်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီရင်သားအတုကို အညွှန်းအတိုင်း ရေကူးဝတ်စုံနဲ့ ဖူးချည်ပြီး ရင်ဘတ်အရေပြားပေါ်မှာ ကပ်ထားရမယ့်အစား ကျွန်မက အဲဒါတွေကို ရေကူးဝတ်စုံအောက်မှာပဲ ရိုးရိုးကလေး ထည့်ထား လိုက်တယ်။

ဒါနဲ့ ကျွန်မ ရေထဲက ပြန်တက်လာတော့ လား...လား... ရင်သား အတုတစ်ခုက သူ့နေရာမှာ မနေတော့ဘဲ ကျွန်မ ကျောကုန်းပေါ် ရောက်နေ ပါလေရော။ ဒီအဖြစ်မျိုး ကြုံရရင် ဘာဖြစ်လို့ မရယ်နိုင်ရမှာလဲ။ ရယ်နိုင်ရင် ရယ်။ မရယ်နိုင်ရင်တော့ မျက်လုံးကျွတ်ထွက်အောင် ဝိုဖိုပဲ ရှိတော့တာပဲ။

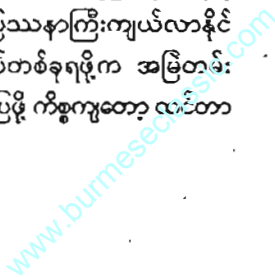
တစ်ခါတစ်ရံ ကိုယ့်ကိုကြည့်ပြီး သူများတွေကို ရယ်ခွင့်ပြုတာဟာ လည်း အလွန်ကောင်းတဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ခါတုန်းက ကြုံခဲ့ဖူးတဲ့ ရယ်စရာ ဖြစ်ရပ်ကလေးကို ပူပူနွေးနွေး မှတ်မိနေပါသေးတယ်။ အဲဒီတုန်းက ကျွန်မမှာ ကင်ဆာရောဂါဆေးတွေရဲ့ တန်ခိုးကြောင့် ဆံပင်တွေ ကျွတ်ကုန်တာနဲ့ မိတ်ဆွေအမျိုးသမီးတစ်ယောက်ကို ခေါ်သွားပြီး ဆံပင်တု ဝယ်ပါတယ်။ ပုံစံအမျိုးမျိုး ဆံပင်တုတွေ မြင်ရတော့ ကျွန်မတို့နှစ်ယောက် သား မအောင့်နိုင်တော့ဘဲ တခဲစခဲနဲ့ ရယ်မိကြတာပေါ့။ ဒီတော့ ကျွန်မနဲ့ ခင်နေတဲ့ စာရေးမက မျက်နှာပျက်သွားပြီး 'ရှင်က ဘာလို့ ရယ်တာလဲ၊ ရှင် သူငယ်ချင်းမက ကင်ဆာဖြစ်နေတာ။ ဒီရောဂါဟာ ရယ်စရာရောဂါ မဟုတ်ဘူး၊ ကြောက်စရာရောဂါရှင်' ဆိုပြီး ကျွန်မသူငယ်ချင်းမကို

ပြောပါတယ်။ ဒီတော့ ကျွန်မက 'အဲဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ ရှင် မသိဘူး၊ ကင်ဆာရောဂါဟာ ရယ်စရာ မဟုတ်ပေမယ့် ဆံပင်တုတွေကတော့ ရယ်စရာ အစစ်ပဲရှင်' လို့ ပြန်ပြောလိုက်ပါတယ်။ အဲဒီတော့မှ အရောင်းစာရေးမက ပြီးပြီး 'ဪ... ဟုတ်ပါရဲ့၊ ရှင်ပြောတာ မှန်ပါတယ်' လို့ ပြန်ပြော ပါတယ်။

ကျွန်မဟာ ဒီသဘောတရားကို ကိုယ်တိုင် လက်ခံကျင့်သုံးရုံတင် မဟုတ်ဘဲ သားသမီးတွေကိုလည်း လက်ခံကျင့်သုံးနေပါတယ်။ ကျွန်မရဲ့ ၂၃ နှစ်အရွယ် သမီးကြီးက ဆံပင်လည်း မရှိ၊ ရင်သားလည်း မရှိတဲ့ ကျွန်မ ကို ကြည့်ပြီး 'အမေပုံကြီးကလည်း အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ ရုပ်တုကြီး ကျနေ တာပဲ' လို့ ပြောတော့ ကျွန်မတို့ သားအမိနှစ်ယောက်စလုံး တဟားဟားနဲ့ ရယ်လို့ မဆုံးနိုင်အောင်ပါပဲ။ ကျွန်မ ထင်ပါတယ်။ ကျွန်မတို့ဟာ နေ့ကို ရင်ကော့ကြည့်ပြီးတော့ တဟားဟား ရယ်မောတာထက် သတ္တိရှိတာ ဘယ် ဟာမှ မရှိတော့ပါဘူးလို့။ ဟုတ်ပါတယ်၊ တကယ်တော့ ရယ်မောခြင်းဟာ လည်း သတ္တိတစ်မျိုးပါပဲ။

လူ့ဘဝမှာ အကောင်းဆုံးအရာတွေဟာ ရုပ်ဝတ္ထုတွေ မဟုတ်ပါ

ကျွန်မ ဆိုလိုတာက ကျန်းမာရေး၊ အချစ်၊ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း၊ အထူး သဖြင့် မိသားစုတွေကို ဆိုလိုတာပါ။ လူတစ်ယောက်ဟာ သူ့ရဲ့မိသားစုနဲ့ အသက်မွေးမှုအလုပ်ကို ဟန်ချက်ညီညီ မထိန်းနိုင်ရင် ဟန်ချက်က အလုပ် ဘက်ကိုပဲ တစ်ဖက်စောင်းနင်း ရောက်သွားလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုဖြစ်ရင် ရေတို မှာ မထောင်းသာပေမယ့် ရေရှည်မှာကျတော့ ပြဿနာကြီးကျယ်လာနိုင် ပါတယ်။ အလုပ်တစ်ခုပြုတ်ရင် နောက်အလုပ်တစ်ခုရဖို့က အမြဲတမ်း မခက်လှပါဘူး။ ဒါပေမယ့် မိသားစုဘဝ အဆင်ပြေဖို့ ကိစ္စကတော့ လင်တာ ထက် ပိုပြီး ခက်ခဲတတ်ပါတယ်။



ခုနေခါမှာ ကျွန်မရဲ့ သမီးနဲ့သားကို အလုပ်တာဝန် မရှိတဲ့ကလေးတွေ ပြန်ဖြစ်သွားရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲလို့တောင် တွေးမိပါတယ်။ အလုပ်က လူတစ်ယောက်ကို အမြဲတမ်း ပျော်ရွှင်မှု ပေးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သာသမီးတွေ အထူးသဖြင့် ကလေးတွေကတော့ အမြဲတမ်းလိုလို ပျော်ရွှင်မှု ပေးနိုင်ကြပါတယ်။

သူတို့က ဝတ်စုံပါတီပွဲက ပြန်လာကြပြီး ‘မေမေ မပါတာ သိပ်နာတာပဲ။ မေမေက အလုပ်ကိုပဲ မဲနေတာကိုး’ လို့ ပြောတာကို ကြားရတော့ အလုပ်ကိုတောင် မေ့သွားပါတယ်။

နပျိုချင်ရင် စိတ်ကို ပျော်ပျော်ထားပါ

ကျွန်မဖေဖေ ဆုံးပြီးတဲ့နောက်မှာ မေမေဟာ သူ့ဘဝကို လုံးဝလက်မြောက် အရှုံးပေးလိုက်ပါတယ်။ မိတ်သဟာတွေက ပွဲလမ်းသဘင် ဖိတ်တာကိုလည်း လက်မခံတော့ဘူး။ နောက်တော့ သူတို့ကလည်း မေမေကို ဘာပွဲအတွက်မှ မဖိတ်ကြတော့ပါဘူး။ မေမေဟာ ခရီးသွားလာတာကိုလည်း လုံးဝ ရပ်ပစ်လိုက်ပါတယ်။ ပထမ မြို့ပြင်ကို မထွက်တော့ဘူး။ နောက်တော့ အိမ်ပြင်ကိုတောင် မထွက်တော့ပါဘူး။ နောက်ဆုံးကျတော့ ထိုင်ရာကတောင် မထတော့ပါဘူး။

‘လာစမ်းပါ မေမေရယ်၊ သမီးတို့ ခြေဆန့်လက်ဆန့် တစ်နေရာရာ သွားကြရအောင်’ လို့ ကျွန်မက အတင်းဆွဲခေါ်တဲ့ အခါမှာလည်း ‘နေပါစေ သမီးရယ်၊ မေမေ ဘယ်မှ မသွားချင်တော့လို့ပါ’ ဆိုပြီး အမြဲတမ်းပဲ ငြင်းနေတော့တယ်။ ဒီလိုနဲ့ မေမေဟာ သုံးနှစ်အတွင်းမှာ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဝေဖြတ်ပြီးတော့ ဆုံးသွားရှာပါတယ်။ ကျွန်မဟာ မေမေကို သိပ်ပြီးချစ်သူလို သူ့ရဲ့ လက်နက်ချ အရှုံးပေးတဲ့ စိတ်ဓာတ်ကိုလည်း သိပ်ပြီး မုန်းမိပါတယ်။ ကနေ့အထိလည်း မုန်းနေတုန်းပါပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ မေမေဟာ သေချိန်မတန်သေးဘဲ အဲဒီစိတ်ကြောင့်ပဲ အစောကြီး သေသွားရတာလို့ ကျွန်မ ယုံကြည်နေတာကြောင့်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

စိတ်ပျောက်ကိုယ်နုနေတဲ့ လူအိုတွေကို ကြည့်ပါ။ သူတို့ဟာ စိတ်ဓာတ် မကျဘဲ အားမာန်တွေအပြည့်နဲ့ သွက်လက်ဖျတ်လတ်နေကြတုန်းပါပဲ။ နေ့စဉ်သတင်းစာတွေမှာပါတဲ့ လူသားအချင်းချင်း ရန်ပြုနိုင်စွမ်းနေကြတာကို ဖတ်ပြီး ဒေါသထွက်နေစရာ၊ စိတ်မချမ်းသာ ဖြစ်နေစရာ မလိုပါဘူး။ ဘကယ်တော့ ကိုယ့်အနေနဲ့ ပြောင်းလိုရနိုင်တဲ့ အခြေအနေတစ်ရပ်ကို အကောင်းဘက်သို့ ပြောင်းလဲယူနိုင်တဲ့ သတ္တိရှိဖို့ လိုပါတယ်။ စကားပုံတစ်ခု ခိုပါတယ်။ “သက်ကြီးရွယ်အိုဘဝဟာ သူ့ရဲ့ဘာကြောင့်တဲ့ လူတွေရဲ့ နေရာ မဟုတ်ဘူး” တဲ့။

မမျှော်လင့်တဲ့ ဧည့်သည်အတွက် နေရာထိုင်ခင်း အမြဲတမ်း ပြင်ထားပါ

အနာဂတ်မှာ ဖြစ်လာမယ့် ကိစ္စတွေအားလုံးကို ဘယ်သူမှ စီမံကိန်းချပြီး မထိန်းချုပ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် အဲဒါတွေအတွက် ကိုယ့်ဘက်က ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားဖို့တော့ မလွဲမသွေ လိုအပ်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဲဒီလို ပြင်ဆင်ထားရင် ကိုယ့်အနေနဲ့ အနည်းနဲ့အများ “နာ” ဖို့ သေချာ ပါတယ်။

ကျွန်မ သမီးကြီးမွေးပြီး သုံးလအကြာမှာ ဆရာဝန်ဆီသွားပြီး နမ်းသပ်စစ်ဆေးတဲ့အခါ ဆရာဝန်က ‘ဟာ...ခင်ဗျား ကိုယ်ဝန်ရှိနေပြန်ပြီပဲ’ လို့ ပြောလိုက်တော့ ကျွန်မ အကြီးအကျယ် အံ့ဩသွားမိပါတယ်။

ကျွန်မက ဒီလောက်အချိန်တိုကလေးအတွင်းမှာ နောက်ထပ်ကလေး တစ်ယောက် ထပ်မွေးဖို့ လုံးဝ စိတ်ကူးမရှိသေးတာ အမှန်ပါ။ ဒါပေမယ့် ...ကျွန်မအဖို့တော့ ဒီကလေးဟာ ကြိုဆိုလက်ခံရမယ့် မခေါ်ပင့်ရတဲ့ ဧည့်သည်ပါပဲ။

ဒါကြောင့် လူတစ်ယောက်ဟာ အလုပ်ဖြုတ်ခံရခြင်း၊ အိမ်ထောင်ဖက် နဲ့ ကွဲကွာခြင်း စတဲ့ ကြိုတင်မမျှော်လင့်နိုင်တဲ့ အာဂန္တူ “ဖြစ်ရပ်” တွေ

အတွက် ကြိုတင်ပြီး “နေရာထိုင်ခင်း” ပြင်ဆင်ထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ကျွန်မကိုယ်တိုင်လည်း အဲဒီဖြစ်ရပ်နှစ်ခုလုံးနဲ့ ကြုံခဲ့ရပါတယ်။

ကြိုဆိုလက်ခံဖို့ မိသင့်တဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကို လက်ခံရတာ သိပ်ပြီး ဝန်လေးနေပါတယ်။ ဥပမာ...ကင်ဆာရောဂါ ဖြစ်လာတာမျိုးပေါ့။ ဒါမျိုးကို ဘယ်သူမှ လက်နှစ်ဖက်ကမ်းပြီး လှိုက်လှဲဝမ်းသာ မကြိုဆိုနိုင်ပါဘူး။

ဒါပေမယ့် အဲဒီလို မကြိုဆိုလို့ မဖြစ်၊ လက်မခံလို့ မရတဲ့ မခေါ်မပင့် ဖြစ်ရပ်တွေအတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကို၊ ကိုယ့်စိတ်ကို အဆင်သင့် ကြိုတင်ပြင်ဆင် ထားနိုင်ရင်တော့ အဲဒီလူဟာ “ဘဝ အားကစားပြိုင်ပွဲ” မှာ အောင်ပန်း ဆွတ်ခူးနိုင်မှာ မြေကြီးလက်ခတ် မလွဲပါပဲ။

[‘The Five Best Things I Know’ by Linda Ellerbee, R.D.,Sept.,1993.]

အောင်မြင်ရေးအတွက် လျှို့ဝှက်ဘာသာစကား

လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှု ပြန်လည် သုံးသပ် ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုတွင် အထက် လူကြီးက အမှုထမ်းတစ်ဦးအား မေးလိုက်သည်။

‘တခြား လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေနဲ့ ဆက်ဆံရတာ ပြဿနာတွေ၊ ဘာတွေ ရှိသလား’

‘ဘာပြဿနာမှ မရှိပါဘူး ဆရာ’

အမှုထမ်းက ပါးစပ်မှ မရှိပါဘူးဟု ပြန်ဖြေလိုက်သော်လည်း သူ၏ သေစိတ်(အတွင်းစိတ်)ကတော့ “ရှိပါတယ် ခင်ဗျာ” ဟု ခေါင်းညိတ် အဖြေပေးနေသည်။ ဤသည်ကို အကဲခတ်မိသော အထက်လူကြီးက စိုးရိမ် စိတ်ဖြင့် မျက်မှောင်ကြွတ်လိုက်လေသည်။

ထိုသို့ ဘာကြောင့် ဖြစ်ရပါသနည်း။

‘လူတွေဟာ သူတို့ကြားရတာ၊ သူတို့မြင်ရတာကို မယုံတဲ့ အခါမှာ တို့ဗ်ခန္ဓာဘာသာစကား (Body Language) လို့ ခေါ်တဲ့ အမူအရာ အကဲခတ်ခြင်းကို အသုံးပြုတတ်ကြတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အမှန် စကားကို အဲဒီနည်းနဲ့ သိနိုင်လို့ပါပဲ။ လူတစ်ယောက်ဟာ စကားနဲ့ လှည့်ပတ် ဆိမ်းရှောင်လို့ ရပေမယ့် အမူအရာနဲ့ကျတော့ အဲဒီလို လုပ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး’

ရန်ကင်းတစ်

မောင်ပေါ်ကွန်း

နီးယားပြည်နယ် ကက်ပီတိုလာ (Capitola) ကုမ္ပဏီမှ
အလုပ်ပြင်ဆင် နှစ်စဉ်တင်က ပြောသည်။

တစ်ခါသော် နှစ်နှစ်သမီးအရွယ် ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် မိခင်
အလုပ်ပြင်ဆင်ခန်းထဲ ဝင်မွေကာ သူ့ကိုယ်သူ မျက်ခုံး မျက်လုံးတွေကို
သဘာဝရှိ ခြယ်သံနေစဉ် မိခင်က တွေ့သွားပြီး 'နောင်ကို ဒီလို ဘယ်တော့မှ
လုပ်ရဘူး'

ဟု ကြိမ်းလိုက်သည်။ သို့သော် သူ့မျက်နှာကတော့ ပြုံးတုန်းတုန်း။
နောက်နေ့ကျတော့ ကလေးငယ်သည် အလုပ်ပြင်ဆင်ခန်းထဲ တန်းဝင်
သွားပြီး ယမန်နေ့က အတိုင်းပင် သူ့ကိုယ်သူ အလုပ်ပြင်ဆင်တော့သည်။
ဤသို့ ဘာကြောင့် ဖြစ်ရပါသနည်း။

အဖြေက ရှင်းနေသည်။ ကလေးငယ်သည် မိခင်ဖြစ်သူ၏ အပြုံးကို
နားလည်သည်။ ဘယ်တော့မှ မလုပ်ပါနှင့်ဟု တားမြစ်ထားသော အရာကို
ထပ်လုပ်လိုက်သော်လည်း ဘာမှ မဖြစ်နိုင်ဘူးဟု ကလေးငယ်က သိထား
သည်။ ထိုကြောင့်-

'ပါးစပ်က ပြောတာနဲ့ စိတ်ထဲမှာ တကယ်ရှိနေတာတို့ရဲ့ ခြားနား
ချက်ကို ကလေးတွေက လူကြီးတွေထက် ပိုပြီး သိကြတယ်'

ဟု နှစ်စဉ်တင်က ဆိုပါသည်။
အလားတူပါပဲ။ နေ့စဉ်ပြောဆို လုပ်ကိုင်နေကြသော သာမန် လူမှု
ရေးရာ အဖြာဖြာတွင်လည်း အမြဲအမှ၊ အမူအရာတွေက အပြောအဆိုထက်
ပိုပြီး လှစ်ဟာ ဖော်ပြတတ်ကြသည်။

'ကျုပ်တို့က ပါးစပ်နဲ့ စကားပြောပေမယ့် မျက်နှာနဲ့ ဆက်သွယ်
နေကြတာ။ အသံအနေအထားက စပြီး တစ်ကိုယ်လုံးနဲ့ ဆက်သွယ် ဖော်ပြ
နေကြတာ'

ဟု ဆန်ဖရန်စစ္စကိုမြို့ ကာလီဖိုးနီးယားတက္ကသိုလ်မှ စိတ်ပညာရှင်
ပေါလ်အက်ကမန်း က ပြောသည်။

အောင်မြင်မှု

တကယ်တော့ ကိုယ်ခန္ဓာ ဘာသာစကားကို နားလည်ဖို့ ခက်ပါ။

သတိထားပြီး လေ့ကျင့်သွားလျှင် ကောင်းစွာ တတ်ကျွမ်းနိုင်သည်။

'တခြားသူတွေက မသိစိတ်နဲ့ အမှတ်တမဲ့ ပြောတာတွေကို ကိုယ်က
အသိစိတ်နဲ့ သတိထားပြီး အကဲခတ်လို့ ရပါတယ်။ အဲဒီလို သိထားရင်
အလုပ်မှာရော အိမ်မှာပါ ပြဿနာတွေ ဖြစ်မလာစင် တားဆီးနိုင်ပါတယ်'

ဟု ဖလော်ရီဒါတက္ကသိုလ်မှ ပညာရေးပညာရှင် မာရီလင်ဗေပယ်က
ပြောသည်။

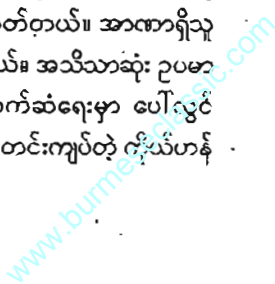
အလုပ်မှာ

အလုပ်ခွင်မှာ စကားနှင့် မဟုတ်သော ဆက်သွယ်မှုအားလုံးသည် တစ်ခု
တည်းသော အရာတွင် ဗဟိုပြုသည်။ ထိုအရာသည် အာဏာ ဖြစ်သည်။
အာဏာသည် အဆင့်အတန်းကို ပြဋ္ဌာန်းသည်။

နောက်တစ်ကြိမ် အစည်းအဝေး တက်ရသောအခါ တက်ရောက်လာ
သူ အားလုံးအနက် ဘယ်သူက အဆင့်အမြင့်ဆုံးလဲ ဆိုသည်ကို အကဲခတ်
ကြည့်ပါ။

တိရစ္ဆာန်လောကမှာရော လူ့လောကမှာပါ သူတစ်ပါးကို ချုပ်ကိုင်
လွှမ်းမိုးနိုင်သူများသည် ကြီးမားကြသည်။ သန်မာကြသည်။ သတ္တိရှိကြ
သည်။ မိမိတို့တွင် ဩဇာ အာဏာရှိကြောင်းကို လူဝံ့တွေက စူးစူးဝါးဝါး
ဆော်၍ ပြကြသည်။ ရင်ဘတ်ကို လက်ဖြင့် ရိုက်ပုတ်၍ ပြကြသည်။
အလားတူပင် လူတွေကလည်း ကိုယ့်နည်းကိုယ့်ဟန်ဖြင့် ပြကြသည်။

'လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ ဩဇာအာဏာရှိသူက သူ့အဆင့်အတန်းကို
သက်သာငှာသက်သာ ကိုယ်ဟန်အမူအရာနဲ့ ပြတတ်တယ်။ အာဏာရှိသူ
ကတော့ တင်းကျပ်တဲ့ ကိုယ်ဟန်မူရာနဲ့ ပြတတ်တယ်။ အသိသာဆုံး ဥပမာ
ကတော့ သာမန်စစ်သားနဲ့ အထက်အရာရှိရဲ့ ဆက်ဆံရေးမှာ ပေါ်လွင်
တယ်။ စစ်သားဟာ အထက်အရာရှိရှေ့ ရောက်ရင် တင်းကျပ်တဲ့ ကိုယ်ဟန်



ခုရာနဲ့ အလေးပြု ရပ်နေရတယ်။ သို့တစ်ကိုယ်လုံးဟာ တစ်ပြေးတည်း ဆောင့်တင်းနေတယ်။ အဲဒါဟာ သူ့ ရဲ့အဆင့်နိမ့်မှုကို ခယဝတ္တ ဖော်ပြတဲ့ အမှုအရာပဲ။

ဟု လော့စ်အိန်ဂျလ်စ်မြို့ ကာလီဖိုးနီးယား တက္ကသိုလ်မှ စိတ်ပညာ ပါမောက္ခ အယ်လ်ဘတ်မေရာဘီယံ က ဆိုသည်။ သြဇာအာဏာရှိသူများ၊ ခေါင်းဆောင်များသည် လူတွေ့ရှေ့တွင် လက်နှစ်ဖက်ကို နောက်စေပေါ်မှာ ယှက်တင်ထားပြီး ကုလားထိုင်ကို နောက်မှီ၍ ထိုင်နေတတ်ကြသည်။ မြေ နှစ်ဖက်ကို စားပွဲပေါ် လှမ်းတင်ထားတတ်ကြသည်။ တစ်စုံတစ်ရာ ပြောချင် သောအခါ ကိုယ်ကို ရှေ့သို့ကိုင်ပြီး ပြောတတ်ကြသည်။ သူတို့၏ ကိုယ်ဟန် မှုရာသည် ထည်ဝါသည်။ ရှင်သန်ပြောင်းလဲနေသည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိသည်။ စိုးမိုးပိုင်နိုင်ခွင့်ရှိသည်။

သို့သော် အဆင့်နိမ့်သူတွေကတော့ သူတို့၏ လက်ချောင်းများကို ယှက်ပြီး ရှေ့တွင် ဆုပ်ထားတတ်ကြသည်။ တချို့ကျတော့ လက်ပိုက်ထား တတ်ကြသည်။ တချို့ကမူ ကုလားထိုင်တွင် ကုန်းကုန်းကြီး ထိုင်နေတတ် ကြသည်။ တချို့ကလည်း 'နှာခေါင်းပွတ်လိုက်'၊ နှုတ်ခမ်းကိုင်လိုက်'၊ ခြေထောက်ကုတ်လိုက် လုပ်နေတတ်ကြသည်။

'အဲဒါတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကိုယ်လှည့်စားနေတဲ့ အမှုအရာ တွေပဲ။ စိတ်အကျပ်အတည်းကြုံနေတဲ့အချိန်မှာ အဲဒီအမှုအရာတွေ ပိုပြီး ပေါ်လာတတ်ကြတယ်'

ဟု စိတ်ပညာရှင် ပေါလ်အက်မန်း က ပြောသည်။

အလားတူပင် ဂုဏ်ဒြပ်မြင့်သူများလည်း အခြားသူများကို ထိတို့ ဆုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့် သူတို့၏ အဆင့်အတန်းကို ဖော်ပြတတ်ကြသည်။ သို့သော် အောက်လူက အထက်လူကို ထိတို့ ဆုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုးတော့ လုံးဝ မရှိ သလောက်ပင်။

အထက်လူက အောက်လူ၏ ပိုင်နက်ထဲသို့ အချိန်မရွေး ဝင်ရောက်

လာနိုင်သည်။ ကြိုက်သလို ထိတို့ဆုပ်ကိုင်နိုင်သည်။ အထက်လူက အောက် လူ၏ ပခုံးကို ဖက်ကိုင်ခြင်းသည် အကူအညီ ပေးလိုခြင်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ကျောကုန်းကို ပွတ်သပ်ခြင်းသည် အောက်လူကို နိမ့်သော အဆင့်တွင် ထားလိုက်ခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။

အထက်လူများသည် စကားပြောရာတွင်လည်း သူတို့ချည်း ပြော တတ်ကြသည်။

'သူများအပေါ် အထက်စီးနေချင်တဲ့ လူတွေဟာ စကားပိုင်းမှာ သူများထက် ပိုပြောတယ်၊ ပိုအသံကျယ်တယ်။ ပြီးတော့ သူများပြောနေတုန်း ဗြတ်ပြောတယ်'

ဟု စိတ်ပညာပါမောက္ခ အယ်လ်ဘတ်မေရာဘီယံက ပြောသည်။

သြဇာအာဏာရှိသူတို့၏ ကိုယ်အမူအရာသည် သူတို့၏ ဟန်ဆောင် နှုကို ဖော်ပြတတ်သည်။ ဥပမာ - အောက်ပါဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်ပါ။

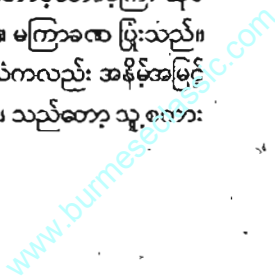
ကုမ္ပဏီတစ်ခုကို အခြားကုမ္ပဏီကြီးတစ်ခုက ဝယ်ယူလိုက်သည်။

အဝယ်ခံရသော ကုမ္ပဏီအကြီးအကဲက ထိုသတင်းကို အမှုထမ်းများအား ပြောပြသည်။

'ဒီသတင်းဟာ ကျုပ်တို့အားလုံးအတွက် တကယ့် မင်္ဂလာသတင်း ကြီးလို့ ပြောရင် မမှားဘူး။ အခု ဝယ်ယူတဲ့ ပိုင်ရှင်သစ်က ကျုပ်တို့ လုပ်နေတာတွေကို သိပ်ပြီးသဘောကျတယ်။ အမှုထမ်းတွေအဖို့ ဘာမှ ခွာရာ မရှိတော့ဘူး။ အလုပ်တည်မြဲရေးဟာ အရင်ကထက် ပိုပြီး သေချာ သွားပြီ'

ဟု သူက ပြောသည်။

သူ ယင်းသို့ ပြောနေစဉ် ကုလားထိုင်တွင် တောင့်တောင့်ကြီး ထိုင် နေသည်။ လက်ကို စားပွဲပေါ်တင်ပြီး ဆုပ်ထားသည်။ မကြာခဏ ပြီးသည်။ သို့သော် သူ့မျက်လုံးတွေက တည်တည်ကြီး၊ စကားသံကလည်း အနိမ့်အမြင့် ချို့တစ်သံတည်း၊ ခါတိုင်းထက်လည်း ပိုကျယ်သည်။ သည်တော့ သူ စကား ထို တကယ် ယုံရပါ့မလား။



ကြားရတာနဲ့ မြင်ရတာ ခြားနားချက်ကို မြင်အောင် ရှာကြည့်ပါ။ အထက်လူကြီးရဲ့ ကိုယ်အမူအရာဟာ အဓိကပါပဲ။

ဟု စီမံခန့်ခွဲမှု အတိုင်ပင်ခံ နန်စီဩစတင်က အကြံပေးသည်။ စိတ်ပညာရှင် အက်ကမန်း ကလည်း...

‘လူအများစုဟာ လိမ်ညာဟန်ဆောင်တဲ့အခါမှာ လှုပ်ရှားမှု ပိုပြီး နည်းတယ်။ သူတို့ရဲ့ လှုပ်ရှားမှုနဲ့ ကိုယ်ဟန်အနေအထား ပိုပြီး တင်းကျပ်မာတောင့်သွားတယ်’



ဟု ဆိုသည်။

လက်အောက်အမှုထမ်းက လုပ်ငန်းကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ သူ၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းကို တင်ပြသောအခါ အထက်လူကြီးက ပြုံးလျှင် သူ့က သဘောကျသွားပြီ။ လက်ခံသွားပြီဟု တစ်ထစ်ချ မထင်လိုက်ပါနှင့်။

‘အပြုံးတွေက လူတွေ ထင်တာထက် အများကြီး နက်နဲတယ်’

‘ဟု အက်ကမန်းက ဆိုသည်။ သူက အပြုံးပေါင်း ၁၈ မျိုးအထိ ခွဲခြားတင်ပြသည်။ အပြုံးအများဆုံးသည် ဟန်ဆောင်ပြုံးတွေသာ ဖြစ်သည်ဟု လည်း သူက ပြောသည်။ စီးပွာ ရေးလုပ်ငန်းတွင် အထက်လူကြီးတွေ အများဆုံး ပြုံးလေ့ပြုံးထရှိသော အပြုံးမှာ အပေါ်စီးအပြုံး (Qualifier Smile) ဖြစ်သည်။ အောက်လူ၏ တင်ပြချက်ကို ငြင်းပယ်လိုသောအခါ၊ အမှုထမ်း တစ်ယောက်ကို ဝေဖန်လိုသောအခါ ယင်းအပြုံးမျိုးကို ပြုံးတတ်ကြသည်။ ထိုအပြုံးမျိုး ပြုံးသောအခါ နှုတ်ခမ်းထောင့်များ တင်းနေတတ်သည်။ အောက် နှုတ်ခမ်းက အပေါ်သို့ မသိမသာ လန်နေတတ်သည်။

သို့ဖြစ်လျှင် အပြုံးစစ်၊ အပြုံးမှန်ကို ဘယ်လို သိနိုင်မည်နည်း။

ပြုံးသူ၏ မျက်နှာအပေါ်ပိုင်း တစ်ဝက်ကို သတိထား၍ ကြည့်ပါ။ အပြုံးစစ်၊ အပြုံးမှန်ဖြစ်လျှင် မျက်နှာကြွက်သားများပါ တင်းလာပြီး မျက်လုံး များကိုပါ ပီတိရိပ် ဖုံးလွှမ်းနေလိမ့်မည်။



အိမ်မှာ

ကလေးက နို့ဖန်ခွက်ကို မှောက်ပစ်သောကြောင့်၊ သို့မဟုတ် ကလေး၏ ပညာရှင်ပြ ကတ်ပေါ်တွင် အဆင့်နိမ့်နေသောကြောင့် မိခင်ဖြစ်သူက ဘယ်လိုမှ မခံစားရပါဘူးဟု ပြောလျှင်လည်း ကလေးက ယုံသည်မဟုတ်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မိခင်ဖြစ်သူ မျက်မှောင်ကြုတ်သွားသလား၊ သို့တည်း မဟုတ် အသံမာသွားသလားဟု ကလေးက အကဲခတ်တတ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

‘ကလေးတွေက အသံမထွက်တဲ့ ဘာသာစကားကို ပထမဆုံး ချစ်လာကြတာ။ ကလေးငယ်လေးလေး အသံမထွက်တဲ့ ဘာသာစကားက အရေးပါလေလေပဲ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူတို့မှာ တခြားလူတွေနဲ့ ဆက်သွယ်ဖို့အတွက် အဲဒီနည်းလမ်းပဲ ရှိတာကြောင့်ပါပဲ’

ဟု ဖလော်ရီဒါတက္ကသိုလ်မှ ပညာရေးပညာရှင် မာရီလင်မေပယ်က ပြောသည်။

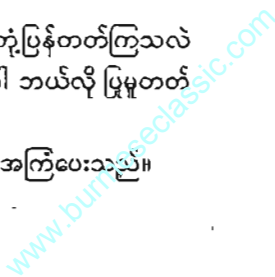
အသံမထွက်သော ဘာသာစကား(ကိုယ်ခန္ဓာဘာသာစကား)ကို မွေးခါစ ကလေးငယ်များပင် နားလည်ကြသည်။

‘မွေးခါစ ကလေးငယ်ဟာ သူ့မိခင်က သူ့ကို ကြမ်းကြမ်းကိုင်ရင် ချက်ချင်း ငိုတော့တာပဲ။ မိခင်ရဲ့ အကိုင်အတွယ် ပျော့ပျော့ပျောင်းပျောင်းရှိရင် ကလေးလည်း အေးအေးဆေးဆေး သက်သောင့်သက်သာ နေနေတော့တာပဲ’ ဟု စိတ်ပညာပါမောက္ခ မေရာဘီယံ က ပြောသည်။

ထို့ကြောင့် မိဘများသည် ကလေးငယ်များ၏ အသံမထွက်သော ဘာသာစကားကို လေ့လာထားသင့်သည်။

‘သူတို့ စိတ်အလိုမကျတဲ့အခါ ဘယ်လို တုံ့ပြန်တတ်ကြသလဲ ဆိုတာကို ကြည့်ပါ။ သူတို့ စိတ်တင်းကျပ်နေတဲ့အခါ ဘယ်လို ပြုမူတတ် သလဲ ဆိုတာကို ကြည့်ပါ’

ဟု ပညာရေးပညာရှင် မာရီလင်မေပယ် က အကြံပေးသည်။



နို့အရွယ် မိန်းကလေးသည် သူ့စိတ်ထဲတွင် မလုံမမြဲ ခံစားရသော အခါ ဆံပင်ကို ကုတ်ဆွဲတတ်သလား။ နို့အရွယ် ယောက်ျားကလေးသည် နို့ခိုင်းစိတ် ဖြစ်ပေါ်သောအခါ လျှာကို ကိုက်တတ်သလား။

ယင်းတို့သည် ကလေးငယ်အား ဝရုတစိုက် ယုယပြုစုဖို့ လိုအပ်ကြောင်း ဖော်ပြသော လက္ခဏာများပင် ဖြစ်သည်။

မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်း

ကိုယ်ခန္ဓာတာသစကားကို နားလည်ပြီး မှန်မှန်ကန်ကန် အသုံးပြုတတ်လျှင် လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် ပို၍ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရရှိနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် အောက်ပါအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးပါလေ။

(၁) မိမိ အပြုအမူကို သတိပြုပါ။ ။ တစ်နေ့လုံး မိမိ စကားပြောပုံ၊ အမူအရာ လုပ်ပုံ၊ လှုပ်ရှားပုံတွေကို အသေးစိတ် သတိထား၍ ကြည့်ပါ။ ရပ်နေသောအခါ ပခုံးနှစ်ဖက်ကို မတ်မတ်ထားပါ။ ရင်ဘတ်ကို ဖွင့်ထားပါ။ စန္ဒာကိုယ် အလေးချိန်ကို ခြေထောက်နှစ်ဖက်စလုံးပေါ်သို့ ဖျှထားပါ။ သို့သော် တုတ်ချောင်းကြီး ထောင်ထားသလို-တောင့်တောင့်ကြီး ရပ်မနေပါနှင့်။

‘မာတောင့်တောင့် ကိုယ်ဟန်အမူအရာဟာ စိတ်ကူးဉာဏ်ကိုလည်း မာတောင့်တောင့် ဖြစ်စေနိုင်တယ်’

ဟု မာရီလင်မေပယ် က ဆိုသည်။

ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး တင်းကျပ်လာချိန်တွင် မိမိ ပြုလုပ်မိသမျှ အသေအဖွဲ မကျန် သတိထား၍ စောင့်ကြည့်ပါ။ တချို့က ဆံပင်ကို လက်ဖြင့် ကုတ်ဆွဲနေတတ်သည်။ တချို့က ဖောင်တိန်ကို လှုပ်ကစားနေတတ်သည်။ ဤ အမူအရာတွေကို မလုပ်မိရန် သတိထား၍ ထိန်းချုပ်ပါ။

‘အဲဒီအမူအရာတွေဟာ မိမိ ပြောချင်တာတွေကို ဖော်ထုတ်ပြလိုက်တဲ့ အမူအရာတွေပဲ’

ဟု နန်စီဩစတင် က ဆိုသည်။

ထိုင်နေသောအခါ မိမိ၏ သိက္ခာကို ဖော်ပြလိုပါက ကိုယ်ကို တော်မတ်ထား။ ခြေနှစ်ချောင်းကို ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် ချ၍ ကုလားထိုင်တွင် မိမိပြားပြား ထိုင်ပါ။ လက်နှစ်ဖက်ကို စားပွဲပေါ် တင်ထားပါ။

‘ဒီအမူအရာဟာ ငါ မလှုပ်ရှားနိုင်ဘူးဆိုတဲ့ သဘောကို ပြောတာပဲ’ ဟု နန်စီဩစတင်က အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်သည်။

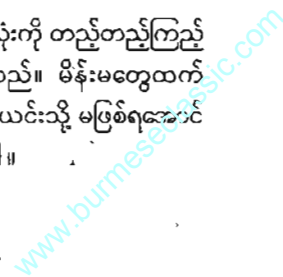
ကိုယ်ကို ကုန်းပြီး ခေါင်းငုံ့နေလျှင် သို့မဟုတ် ခြေထောက်ကို လှုပ်ရှားနေလျှင် စိတ်မဝင်စားခြင်း၊ စိတ်မငြိမ်ခြင်း သဘောကို ဖော်ပြသည်။ တတ်နိုင်လျှင်(ဖြစ်နိုင်လျှင်) မိမိကိုယ်ကို မိတ်ဆွေတစ်ယောက်အား နေထိုင်ရုံကိုင်ခိုင်းကြည့်ပါ။ ကိုယ်ကို အခြားလူတွေ မြင်ရသလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ခြိတ်ခြင်ရလိမ့်မည်။

(၂) လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်လျှင်။ ။လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်းသည် စီးပွားရေး လောကတွင် အရှိန်အဝါနှင့် အဆင့်အတန်းကို ဖော်ပြသည်။ ယုံကြည်မှုကို ဖော်ပြသော လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်းသည် တင်းတင်းရင်းရင်း ရှိသည်။

သို့သော် တအားညှစ်ဆုပ်ခြင်းမျိုး မပြုပါနှင့်။ လက်ကောက်ဝတ်ကို ဆွေးကောက်မထားပါနှင့်။ လက်ချောင်းများနှင့်သာ ဆုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုး လုပ်ပါနှင့်။

(၃) မျက်လုံးချင်း ဆက်သွယ်မှု။ ။ ‘မိမိအပေါ်မှာ အခြားလူရဲ့ ထင်မြင် ဆုဆချက်ဟာ များသောအားဖြင့် မျက်လုံးချင်း ဆက်သွယ်မှုပေါ်မှာ တည်တံ့တယ်။ လေးနက်မှု ရှိစေချင်ရင် တစ်ဖက်သားရဲ့ မျက်လုံးကို တည့်တည့် ကြည့်ပါ’ ဟု နန်စီဩစတင်က အကြံပေးသည်။

သို့သော်လည်း အချို့လူတွေက သူတို့မျက်လုံးကို တည့်တည့်ကြည့် နေလျှင် မနေတတ် မထိုင်တတ် ဖြစ်တတ်ကြသည်။ မိန်းမတွေထက် ယောက်ျားတွေက ယင်းသို့ ပို၍ ဖြစ်တတ်ကြသည်။ ယင်းသို့ မဖြစ်ရအောင် မျက်လုံးနှင့် မေးစေတို့အကြားကိုသာ စိုက်ကြည့်ပါ။



လုပ်ငန်းကိစ္စနှင့် ပတ်သက်တဲ့ နေရာတွေမှာ အရှိန်အဝါရှိတဲ့ လူက သာ အမြဲတမ်း စိုက်ကြည့်တတ်တယ်။ အဆင့်နိမ့်တဲ့ လူတွေကတော့ မျက်နှာ ဘည့်တည့် မကြည့်ရဲဘဲ တစ်ဖက်လွဲထားတတ်ကြတယ်။ လက်အောက် အမှုထမ်းက အထက်လှူကြီးရဲ့ မျက်နှာကို စူးစူးရှဲရှဲ စိုက်ကြည့်ရင် အထက် လှူကြီးအနေနဲ့ ကသိကအောက် ခံစားရတတ်တယ်။ အဲဒီလို ကြည့်တဲ့လူဟာ စိတ်ထဲက ဘယ်လိုမှ မရည်ရွယ်ပေမယ့်လည်း သူ့ကိုလာပြီး အန်တုယှဉ်ပြိုင် နေတာလိုတောင် ထင်တတ်တယ်'

ဟု ပေါလ်အက်ကမန်း က ဆိုသည်။

(၄)ကလေးနှင့် ဆက်ဆံရာတွင်။ ။ကလေးတွေနှင့် ဆက်ဆံသောအခါ မိမိ၏ ကိုယ်အမူအရာများသည် ဆက်ဆံရေးတွင် ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးကို ဖန်တီးနိုင်သည်။

မိမိက ကလေးနှင့် စကားပြောနေချိန်တွင် လက်ပိုက်ထားလျှင် သို့မဟုတ် ခြေထောက်နှစ်ချောင်းကို ကန့်လန့်ဖြတ် ချိတ်ထားလျှင် ဆက်ဆံ ရေး ပျက်ပြားသွားနိုင်သည်။ ခြေလှုပ်ကစားနေလျှင် စိတ်မရည်သော သဘောကို ပြရာ ရောက်သည်။ ကလေးတွေနှင့် စကားပြောလျှင် တံတောင် ထောက်၍ သော်လည်းကောင်း၊ ရှေ့သို့ကိုင်၍ သော်လည်းကောင်း သူတို့၏ မျက်လုံးကို ကြည့်ပြီး ပြောပါ။

တော်တော်ကြီးသော ကလေးများနှင့် စကားပြောသောအခါ နံရံကို မှီ၍သော်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန်ကို ခြေတစ်ချောင်းပေါ်တွင် စုထားပြီး ပြောပါ။ လက်နှစ်ဖက်ကို ဘေးသို့ ချထားပါ။ ယင်းအပြုအမူသည် မိမိက သူတို့၏ဆန္ဒကို ဖြည့်လိုသော သဘောကို ဖော်ပြသည်။

(၅)ပင်ကိုအတိုင်း နေပါ။ ။ အသံထွက်တဲ့ ဘာသာစကား ဆက် သွယ်မှုဟာ မိမိရဲ့ အတွင်းသန္တာန်ထဲက ထွက်ပေါ်လာတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားမှုထဲက ထွက်ပေါ်လာတာ။ ဒီဘာသာစကားကို ကျွမ်းကျင်ချင်လျှင် အတွင်းသန္တာန်ကနေပြီး စ သင်ရတယ်။ လေ့ကျင့်ရတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်

ပင်ကိုသဘာဝအတိုင်း သက်သောင့်သက်သာ ပြုမူလှုပ်ရှားရင် အလိုလို တွမ်းကျင်သွားလိမ့်မယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ငါ ဘယ်သူလဲလို့ သိတဲ့သူဟာ စကားပြောတဲ့ အခါမှာရော၊ ပြုမူလှုပ်ရှားတဲ့ အခါမှာရော အဆင်ပြေပြေ ချောချောမောမော ရှိပါတယ်။ အများနဲ့ ဆက်ဆံရာမှာလည်း အောင်မြင်နိုင် ခါတယ်'

ဟု ဖလော်ရီဒါ တက္ကသိုလ်မှ ပညာရေးပညာရှင် မာရီလင်မေပယ် က ဆိုသည်။

['The Secret Language of Success' by Dainne Hales, Reader's Digest., Jan., 1994.]



အကောင်းဆုံး ဖြေရှင်းနည်း

ငြီးငွေ့စရာကောင်းသော နွေဦးပေါက်ရာသီ နေ့တစ်နေ့၏ မွန်းလွဲပိုင်းတွင် မီးရထားသည် တခေါင်ခေါ် အသံမြည်ကာ တိုကျိုမြို့ပြင်တစ်လျှောက် ခုတ်မောင်းလာခဲ့သည်။ ကျွန်တော်တို့တွဲတွင် ခရီးသည် များများစားစား မပါပါ။ သားသည်မိခင် အနည်းငယ်နှင့် ဈေးဝယ်ထွက်လာသော သက်ကြီးရွယ်အို အချို့သာ ပါလာသည်။ ကျွန်တော်သည် ရထားလမ်းဘေး တစ်ဖက် တစ်ချက်ရှိ အိမ်စုတ်များနှင့် ဖုန်အလိမ်းလိမ်းကပ်နေသော ခြံစည်းရိုးတန်းများကို စိတ်မဝင်စားစွာ ကြည့်ရှုရင်း လိုက်ပါလာခဲ့ပါ၏။ ဘူတာရုံတစ်ခုတွင် ရထား ရပ်သွားသည်။ ရထားတွဲတံခါး ရက်တရက်ပွင့်သွားပြီး ဆူဆူညံညံ အော်ဟစ်ဆဲဆိုရင်း လူတစ်ယောက် တက်လာသည်။ သူသည် ရထားတွဲထဲ သို့ ဒယီးဒယိုင်ဖြင့် ဝင်လာသည်။ သူ့အဝတ်အစားက အလုပ်သမား အဝတ်အစား ကိုယ်လုံးကိုယ်ဖန်ကလည်း တော်တော်ထွားကျိုင်းသည်။ သူတော်တော် မူးနေပုံရသည်။ သူ တစ်ကိုယ်လုံးလည်း ညစ်ပတ်ပေရေနေ၏။

သူသည် ကလေးချိုထားသော အမျိုးသမီးတစ်ဦးအား အော်ဟစ်ပြီး ဆွဲယမ်းလိုက်သည်။ အမျိုးသမီးမှာ တစ်ပတ်လည်သွားပြီး ဘေးနားမှ အဘိုးကြီး လင်မယား၏ ရင်ခွင်ထဲသို့ ယိုင်ကျသွားသည်။ ကလေးငယ်အား ဘာမှ အထိအခိုက် မရှိသည်မှာ တော်တော်ကံကောင်းသည်။

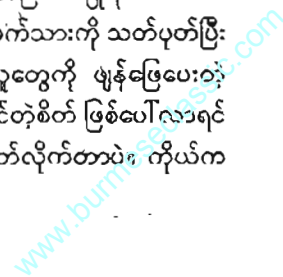
အဘိုးကြီး လင်မယားမှာ ကြောက်အားလန့်အားဖြင့် ရထားတွဲ တစ်ဖက်အစွန်သို့ လေးဖက်တွား ပြေးသွားကြသည်။ အမူးသမားက အဘွားကြီး၏ ကျောကုန်းကို ကမန်းကတန်း တစ်ချက်လှမ်းကန်လိုက်ရာ အဘွားကြီးက ဘေးသို့ ရှောင်လိုက်နိုင်သဖြင့် မထိဘဲ လွဲသွားသည်။ ဤတွင် အမူးသမားသည် ပို၍ ဒေါသထွက်သွားပြီး တွဲအလယ်မှ သံတိုင်ကို ဖမ်းဆုပ်ကာ အတင်းလိမ်ဆွဲ ချိုးဖဲ့သည်။ သူ့လက်တစ်ဖက်ကို ရှသွားပြီး သွေးတွေ နီးကျလာသည်ကို ကျွန်တော် လှမ်းမြင်လိုက်သည်။

ရထားသည် တုံ့ခနဲ တစ်ချက်ဆောင့်ပြီး ဘူတာမှ မောင်းထွက်လာခဲ့သည်။ ခရီးသည်အားလုံး ကြောက်ပြီး ငြိမ်ကုပ်နေကြသည်။ ကျွန်တော် ထိုင်နေရာမှ ထ ရပ်လိုက်သည်။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၀ ခန့်ကဖြစ်၍ ကျွန်တော်က တော်တော် အရွယ်ကောင်းသေးသည်။ ဗလကလည်း တော်တော်ကောင်းသည်။ ကျွန်တော်သည် လွန်ခဲ့သော သုံးနှစ်ခန့်က နေ့တိုင်းလိုလို တစ်နေ့လျှင် ရွစ်နာရီတိတိ “အိုက်ကီဒို” သင်တန်း တက်ခဲ့ဖူးသည်။ အိုက်ကီဒိုမှာ ဂျူဒို၊ ဂျူဂျစ်ဆုပညာများနှင့် သဘောချင်းဆင်သည်။ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် သတ်ပုတ်တိုက်ခိုက်နေသူများအား ဖမ်းချုပ်ဆွဲယမ်းပြီး လွှင့်ပစ်လိုက်ခြင်းဖြင့် လူချင်းခွဲပစ်သော ပညာရပ်ဖြစ်သည်။

ဤပညာရပ်ကို ကျွန်တော် တော်တော် ကြိုက်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ် ထိုက်လည်း တော်တော်သန်မာသည်ဟု ထင်သည်။ သို့သော် ကျွန်တော်က ဤပညာရပ်ကို တစ်ခါမျှ လက်တွေ့ အသုံးမချူးသေးပါ။ အိုက်ကီဒို သင်တန်းသား အချင်းချင်းလည်း လုံးဝ သတ်ပုတ်ခြင်း မပြုရပါ။

‘တကယ်တော့ အိုက်ကီဒိုပညာက တစ်ဖက်သားကို သတ်ပုတ်ပြီး အနိုင်ယူတဲ့ပညာ မဟုတ်ဘူး။ တိုက်ခိုက်နေသူတွေကို ဖျန်ဖြေပေးတဲ့ ပညာရပ်သာ ဖြစ်တယ်။ သူများကို တိုက်ခိုက်ချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရင် အဲဒီလူဟာ လောကကြီးနဲ့ အဆက်အသွယ် ဖြတ်လိုက်တာပဲ။ ကိုယ်က



...နဲ့သူ လွမ်းမိုးဖို့ ကြိုးစားရင် ကိုယ်ပဲ ရှုံးလိမ့်မယ်။ တို့က
...သောသို့ ဒီညာကို သင်ယူတာ မဟုတ်ဘူး။ ပဋိပက္ခကို ဖြေရှင်း
...သင်ယူတာသာ ဖြစ်တယ်'

စာ့ သင်တန်းဆရာက အမြဲတမ်း ပြောလေ့ရှိသည်။

ကျွန်တော်သည် ဆရာစကားကို နားထောင်ပြီး ပညာကို ကြိုးစား
သင်ယူသည်။ ဘူတာရုံတစ်ဝိုက်တွင် သောင်းကျန်းနေသော မြားပစ်သမား
လူကြမ်းတွေဝိုင်းကိုလည်း တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်သည်။ ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ်
ထိန်းနိုင်သောကြောင့် ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော်လည်း ဂုဏ်ယူမိသည်။
ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော် သန်မာသူဟုလည်း ယုံကြည်သည်။ စိတ်ကို
ထိန်းနိုင်သူဟုလည်း ယုံကြည်သည်။

သို့သော်လည်း ကျွန်တော့်ရင်ထဲမှာတော့ တစ်မျိုး ခံစားနေရသည်။
ကျွန်တော်က အပြစ်ကျူးလွန်သူကို မှတ်လောက်အောင် ဆုံးမပြီး အပြစ်မရှိဘဲ
အနိမ့်ခံရသူတွေကို ကယ်တင်ချင်သည်။

ထို့ကြောင့်လည်း စိတ်မချမ်းမြေ့စရာ စောစောက မြင်ကွင်းကို
မြင်ရသောအခါ ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော် ပြောလိုက်မိသည်။

'ဟုတ်ပြီ၊ အခွင့်အရေးတော့ ပေါ်ပြီ။ အပြစ်မဲ့သူတွေ သက်သက်မဲ့
နှိပ်စက်ခံနေရပြီ။ ငါ့အနေနဲ့ အချိန်မီ မတားဆီးလိုက်နိုင်ရင် အခြေအနေတော့
ဆိုတော့မှာပဲ'

ကျွန်တော် ရုတ်တရက် ထ ရပ်လိုက်သည်ကိုမြင်တော့ အမူးသမား
က ကျွန်တော့်ကို ဒေါသမျက်နှာကြီးဖြင့် စိုက်ကြည့်ပြီး-

'အဟား...မင်းက နိုင်ငံခြားသားပေါ့လား။ ကိုယ့်လူကို ကျပ်နဲ့ပဲခဲနဲ့
သင်ခန်းစာ ကောင်းကောင်းပေးလိုက်ရဦးမှာပဲ'

ဟု လှမ်းပြောသည်။ ကျွန်တော်က ခေါင်းပေါ်မှာ လက်ကိုင်သားရေ
ကွင်းကို ခပ်ဖော့ဖော့ ကိုင်ထားပြီး မုန်းတီးစွာ ကြည့်လိုက်သည်။ ကျွန်တော်
က သူ့တစ်ကိုယ်လုံးကို ချိုးဖဲ့ပစ်ရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။ သို့သော်လည်း

သူက အလျင် စတင်ပါစေ။ သူ ပိုပြီး ဒေါသထွက်လာအောင် လုပ်ရမည်။
ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်က သူ့ကို မခန့်လေးစား အမူအရာဖြင့် လျှာထုတ်ပြ
လိုက်သည်။

'အို...မင်းက ဒီလိုလား' သူက ဆော်ပြောသည်။ 'ကောင်းပြီ၊ မင်းကို
သင်ခန်းစာ ကောင်းကောင်း ပေးရမှာပေါ့'

ထို့နောက် အမူးသမားသည် ကျွန်တော့်ကို အတင်းဝင်ရောက်
တိုက်ခိုက်ရန် သူ့ကိုယ်သူ အားစုလိုက်သည်။

'ဟေး...ဟေး...'

သူ ဘာမှ မလုပ်ရသေးမီမှာပင် တစ်စုံတစ်ယောက်က လှမ်းအော်
လိုက်သည်။ ထိုအသံက တော်တော်မာသည်။ မှားထဲသို့ စူးဝင်သွားသလား
ထင်ရသည်။ သို့သော်လည်း ထိုအသံကို ကြားရသည်မှာ နားဝင်ချိုသည်။

ကျွန်တော်က လက်ဝဲဘက်ကို လှည့်ကြည့်လိုက်သည်။ အမူးသမား
ကလည်း လက်ယာဘက်သို့ လှည့်ကြည့်လိုက်သည်။ ကျွန်တော်တို့ နှစ်
ယောက်စလုံး မြင်ရသည်က ဂျပန်အဘိုးအိုတစ်ယောက်...။

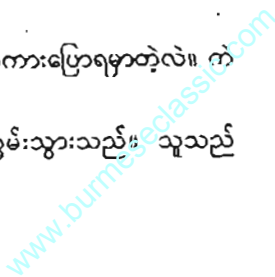
သူ့အသက်က အနည်းဆုံး ခုနစ်ဆယ်လောက်တော့ ရှိရောမည်။
သူ့ကိုယ်လုံးကိုယ်ဖန်က ပုပုညက်ညက်ကလေး။ သူသည် သန့်စင်သော
ကိရိမိုဝတ်စုံကို ဝတ်ထားသည်။

'လာပါဦးကွယ်၊ အဘနဲ့လာပြီး စကားပြောပါဦး'

ဤတွင် အမူးသမား လူထွားကြီးသည် ကြီးနှင့်ချည်ပြီး ဆွဲခေါ်
လိုက်သည့်အလား အဘိုးအိုထံသို့ တန်းတန်းမတ်မတ် လျှောက်သွားသည်။
သူသည် အဘိုးအိုရှေ့တွင် ဒယ်ဒယ်ရပ်ရင်း အသံကုန် ဆော်ပြောလိုက်
သည်။

'ကျုပ်က ခင်ဗျားကြီးနဲ့ ဘာကြောင့် စကားပြောရမှာတဲ့လဲ။ ကံ
ပြော...ပြောစမ်းပါဦး'

သူ့အသံက မီးရထားသံကိုပင် ဖုံးလွှမ်းသွားသည်။ သူသည်



ကျွန်တော်တော်ကို ကျော်ပေးပြီး ရပ်နေသည်။ သူ့တံတောင်ဆစ် နည်းနည်းကလေး လှုပ်ရှားလျှင် သူ့ကို အတင်းဖမ်းချုပ်ပြီး ကိုင်ပေါက်ပစ်လိုက်ရန် ကျွန်တော်က အသင့်ပြင်ထားသည်။

အဘိုးအိုက ပြုံးပြီး ဆက်ပြောသည်။

‘ဒါနဲ့ မောင်ရင်က ဘာအရက်သောက်လာတာတဲ့ကွယ့်’

‘ဆာကေး သောက်လာတယ်၊ ဒါ ခင်ဗျားအလုပ် မဟုတ်ပါဘူး’

အမူးသမား၏ ပါးစပ်မှ တံတွေးများ အဘိုးအို၏ မျက်နှာသို့ပင် စဉ်သွားသည်။

ဤတွင် အဘိုးအိုက-

‘ဪ...တယ်ဟုတ်ပါလားကွယ့်၊ တော်တော်ကောင်းတာပဲ။

ဟုတ်တယ်၊ အဘလည်း ဆာကေးကို သိပ်ပြီးကြိုက်တယ်ကွယ့်။ အဘသား မဟုတ်ဘူး၊ အဘရဲ့ အဘွားကြီးကလည်း ကြိုက်တာပဲကွယ့်။ သူက အသက် ၇၆ နှစ် ရှိပြီကွယ့်၊ အဲဒါ ညနေတိုင်းပဲ အဘတို့ လင်မယားနှစ်ယောက် ဆာကေးတစ်ပုလင်းယူပြီး ပန်းခြံထဲကို အမြဲတမ်း သွားတယ်။ ပန်းခြံထဲ ရောက်တော့ ခုံတန်းလျားပေါ်မှာ ထိုင်၊ ဆာကေးပုလင်းဖွင့်ပြီး တစ်ခုံစီ သောက်ရင်း နေလုံးကြီး ငုပ်လျှိုးဝင်သွားတာကို ကြည့်ကြတယ်။ ပြီးတော့ တည်ပင်ကြီး အခြေအနေ ဘယ်လိုရှိသလဲဆိုတာ လိုက်ကြည့်ကြတယ်။ အဲဒီ တည်ပင်ကြီးက အဘရဲ့အဘိုး...အ...အဘရဲ့ အဘီ စိုက်ခဲ့တဲ့ အပင်ကြီးပေါ့။ ပြီးခဲ့တဲ့ ဆောင်းရာသီတုန်းက ရေခဲတွေ သိပ်ပြီးဖုံးတော့ ဒီအပင်ကြီး သက်ဆိုးမှ ရှည်ပါ့မလားလို့ အဘတို့ သိပ်ပြီး စိုးရိမ်ကြတယ် လေ။ ဒါပေမဲ့ တော်ပါသေးရဲ့၊ တည်ပင်ကြီးက ဘာမှ မဖြစ်ဘူး။ အဲဒီလိုပဲ ကွယ့်၊ ဆာကေးကလေး တစ်ခွက် တစ်ကျိုက် မော့ပြီး ညနေစောင်းမှာ ပန်းခြံထဲ လျှောက်ကြည့်ရတာ စိတ်ချမ်းသာစရာ သိပ်ကောင်းတာပဲ။ မိုးရွာနေတာတောင်မှ ဇိမ်မပျက်ဘူးကွယ့်’

ထို့နောက် အဘိုးအိုက မျက်လုံးကလေး ပုတ်ခတ်ပုတ်ခတ်ဖြင့် အမူးသမား မျက်နှာကို စိုက်ကြည့်နေသည်။

အမူးသမားသည် အဘိုးအို၏ စကားကို စိတ်ဝင်စားစွာ နားထောင်နေရင်းမှ သူ့မျက်နှာ အမူအရာမှာလည်း ပျော့ပျောင်းသွားသည်။ တစ်ချိန် တည်းမှာပင် ဆုပ်ထားသော လက်သီးများလည်း ပြေလျော့သွားသည်။

ပြီးတော့ သူက-

‘ဟုတ်တယ်၊ ကျွန်တော်လည်း တည်ပင်ကို သိပ်ကြိုက်တာပဲဗျ’

ဟု အားယူပြီး ပြောလိုက်သည်။

ထိုအခါ အဘိုးအိုက ပြုံးရွှင်သော မျက်နှာဖြင့်-

‘ဒါပေါ့၊ မောင်ရင် မိန်းမကလည်း အိမ်ရှင်မကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်မယ် ထင်တယ်’

‘မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော့်မှာ မိန်းမ မရှိတော့ဘူးဗျ။ သေသွားပြီ’

သူသည် ရထား အရှိန်နှင့်အတူ ဘယ်ညာယိမ်းရင်း ရှိက်ငိုပါလေ တော့သည်။

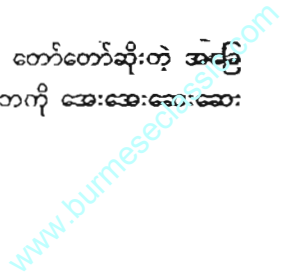
‘ကျွန်တော့်မှာ မိန်းမလည်း မရှိဘူး၊ အိမ်လည်း မရှိဘူး။ သိပ်ပြီး စွက်ဖို့ကောင်းတဲ့ဘဝ...’

သူ့မျက်နှာတွင် မျက်ရည်တွေ စီးကျလာသည်။ တစ်ကိုယ်လုံးလည်း တဆတ်ဆတ် တုန်နေသည်။

ဤတွင် ကျွန်တော့်အလှည့်သို့ ရောက်လာခဲ့ပြီ။ လောကကြီးမှာ အမှန်တရားအတွက် တိုက်ပွဲဝင်ရမည်ဟု အားခဲပြီး အခွင့်အရေးကို ရပ်စောင့်နေခဲ့သော ကျွန်တော်သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်တွေးပြီး အလွန်ရှက်သွားမိ လေသည်။ တကယ်တော့ ကျွန်တော်က အမူးသမားထက်ပင် အောက်တန်း တူသည့် အကောင်ပါလား။

ထို့နောက်တော့ ကျွန်တော်ဆင်းမည့် ဘူတာတွင် ရထားရပ်သွားသည်။ ရထားတွဲ တံခါးဖွင့်လာသည်။

‘ဪ...ဪ...အဖြစ်က ဒီလိုကိုး။ တော်တော်ဆိုးတဲ့ အင်အား အနေ ပါလား။ ကဲ...ကဲ ဒီမှာ ထိုင်ပါဦး။ အဘကို အေးအေးဆေးဆေး ပြောပြပါဦးကွယ့်’



အဘိုးအို၏ စကားကို ကျွန်တော် ကြားလိုက်ရသည်။ သူ့အသံတွင် ကြင်နာစိတ် အပြည့်အဝ ပါသည်ဟုလည်း အသိဝင်လိုက်မိသည်။

ကျွန်တော် နောက်ဆုံးအနေဖြင့် လှည့်ကြည့်လိုက်သည်။ အမူးသမားသည် ထိုင်ခုံတွင် ထိုင်ကာ သူ့မျက်နှာကို အဘိုးအို၏ ရင်ခွင်ထဲတွင် အပ်ထားသည်။ အဘိုးအိုက အမူးသမား၏ ထွေးယှက်ညစ်ပေနေသော ဆံပင်များကို အသာအယာ ပွတ်သပ်ပေးနေသည်။

ရထားကြီး ပြန်လည် ထွက်ခွာသွားပြီ။ ကျွန်တော်သည် ဘူတာရုံထဲမှ ခုံတန်းလျားတွင် တစ်ယောက်တည်း ထိုင်ကျန်ရစ်သည်။

ကျွန်တော်က လက်ရုံးအားကိုးဖြင့် ဖြေရှင်းမည်ဟု ငြိုးထားသော ပြဿနာတစ်ရပ်ကို အဘိုးအိုက မေတ္တာစကားဖြင့် ဖြေရှင်းသွားခဲ့လေပြီ တကား။

အိုက်ကီဒီပညာကို တကယ့်တိုက်ပွဲတွင် လက်တွေ့အသုံးချပုံကို ကျွန်တော် မျက်ဝါးထင်ထင် မြင်တွေ့လိုက်ရပြီ။ ဤပညာ၏ အနှစ်သာရမှာလည်း မေတ္တာတရားပင် ဖြစ်သည်။ ဤပညာကို ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ အသုံးချရန် ကျွန်တော်စိတ်ထားကို လုံးဝ ပြောင်းပစ်ရဦးမည်။ ပဋိပက္ခကို ဖြေရှင်းနိုင်ဖို့အတွက် ကျွန်တော် အချိန်အများကြီး ယူရပါဦးမည်။

['A Soft Answer' by Terry Dobsom, R. D., Oct, 1993.]

အကောင်းဆုံး ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု

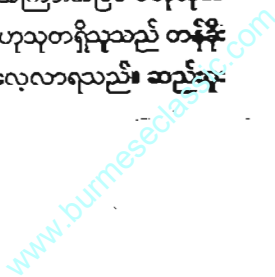
လာကတွင် လူတိုင်းလူတိုင်း မိမိဘဝ ကြီးပွားချမ်းသာရေးအတွက် ငွေကြေး သော ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်း အမျိုးမျိုးကို ရင်းနှီးမြှုပ်နှံကာ အလုပ်အမျိုးမျိုးကို နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် လုပ်ကိုင်နေကြသည်။

စင်စစ် မိမိဘဝ တိုးတက်ရေး၊ စိတ်ချမ်းသာရေးအတွက် အကောင်းဆုံး ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု (self-investment) ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိုးတက်အောင် လုပ်ကိုင်ခြင်း၊ ကိုယ်တိုင် လေ့လာဆည်းပူးခြင်း၊ ကိုယ်ထူးကိုယ်ချွန် ကြိုးစားခြင်း တို့ဖြင့်သာလျှင် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းရည်၊ ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးကို တိုးတက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။

လေ့လာဆည်းပူးပါ

လူတိုင်းတွင် ကိုယ်ပိုင်စွမ်းရည်တွေ ရှိကြသည်။ ယင်းတို့ကို အသိတရားဖြင့် ဖော်ထုတ်နိုင်လျှင် ဘဝတွင် အောင်မြင်မှု ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိနိုင်သည်။

ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စကို ဖော်ထုတ်ရာတွင် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဖြည့်ဆည်းခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ အကြားအမြင် ဗဟုသုတသည် တန်ခိုးကုဒ္ဒိပါဒ် ဖြစ်သည်။ အကြားအမြင် ဗဟုသုတရှိသူသည် တန်ခိုးကုဒ္ဒိပါဒ် ရှိသည်။ တန်ခိုးကုဒ္ဒိပါဒ် ရှိရန်အတွက် လေ့လာရသည်။ ဆည်းပူးရသည်။



လေ့လာဆည်းပူးခြင်းကို လူပုဂ္ဂိုလ်များမှ တစ်ဆင့် သော်လည်းကောင်း၊ စာအုပ်စာတမ်းများမှ တစ်ဆင့်သော်လည်းကောင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။ သို့သော် လူပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ ဆည်းပူးရန် အခါခပ်သိမ်း မလွယ်ကူချေ။ အဆင်မပြေလျှင် ငွေကြေးနှင့်အချိန် အများကြီး ပေးရသည်။

ထို့ကြောင့် စာအုပ်စာတမ်းများမှတစ်ဆင့် လေ့လာဆည်းပူးခြင်းသာလျှင် အလွယ်ကူဆုံး၊ အသက်သာဆုံး ဖြစ်သည်။

စီမံချက် ချမှတ်ပါ

ကြီးပွားလိုသူသည် စွန့်စားသူဖြစ်သည်။ အနစ်နာခံသူ ဖြစ်သည်။ အများကြီး ရရှိအတွက် အနည်းငယ်ကို စွန့်လွှတ်သူ ဖြစ်သည်။ လိုအပ်လျှင် အများကြီးကိုလည်း စွန့်လွှတ်ရသူ ဖြစ်သည်။

“ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိဘဝထံသို့ မည်သည့် အရင်းအနှီးများကို ထည့်သွင်း ရင်းနှီးမြှုပ်နှံကြသနည်း။ ထိုအရင်းအနှီး အနည်းအများအပေါ် တည်၍ မိမိတို့ဘဝ တိုးတက်မှု အနည်းအများကို ကျွန်ုပ်တို့ ခံစားကြခြင်း ဖြစ်သည်”။

ဟု အမေရိကန် စာပေပညာရှင်ကြီး အီမာဆင်က ဆိုခဲ့သည်။

တိုးတက်ကြီးပွားလိုသူသည် ဘဝရည်မှန်းချက်ရှိသူ ဖြစ်သည်။ ပန်းတိုင်ရှိသူ ဖြစ်သည်။ သူသည် သာမန်လူများကဲ့သို့ ပေါ့ပေါ့နေ ပေါ့ပေါ့စား လူစားမျိုး မဟုတ်။ သူသည် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ ချီတက်နေသူ ဖြစ်သည်။ သူသည် လူ့ဘဝတွင် အသက်ရှင်ရုံသက်သက် နေထိုင်ရန် လိုအပ် မဟုတ်။ လူတစ်လုံး သူတစ်လုံးအဖြစ် တိုးထက်ကြီးပွားရန် ခံစား ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် သူသည် သာမန်လူများထက် ကြီးစားသည်။ လေ့လာ ဆည်းပူးသည်။

လူ့လောကသည် လုပ်ငန်းမျိုးစုံတွင် အမျိုးစုံ တိုးတက်နေသည်။

ထို့ကြောင့် မိမိဘဝ တိုးတက်လိုလျှင် ရေမျောက်ကမ်းတင် ဘဝတွင် မျောနေ၍ မဖြစ်။ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စကို ယုံကြည်ပြီး၊ အားကိုးပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိုးတက်အောင် ကြိုးစားရမည်။

ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် ခိုးတက်အောင် ကြိုးစားသူတွင် ပျင်းရိခြင်း မရှိ။ ဆိုင်းမှိုင်းတွေဝေမှု မရှိ။ သူသည် အမြဲတမ်း နိုးကြားတက်ကြွနေသည်။ ထက်တွေ့ ဗဟုသုတနှင့် စာတွေ့ ဗဟုသုတကို ဆည်းပူးရန်၊ ရယူရန် မြဲတမ်း အဆင်သင့် ဖြစ်နေသည်။

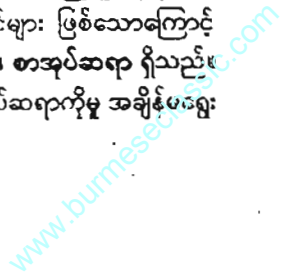
ထို့ပြင် သူ့တွင် စိတ်အားထက်သန်မှု ရှိသည်။ ယတိပြတ် ဆုံးဖြတ် ချက် ရှိသည်။ အစဉ်တစိုက် ကြိုးစားအားထုတ်မှု ရှိသည်။ ဤသုံးချက် သည်ပင်လျှင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်း၏ အခြေခံ အရင်းအနှီးများ ဖြစ်သည်။

ဟိသမ္မံ၊ ထိုစကားသည် အလွန်မှန်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်ုပ်တို့သည် အချိန်၊ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စ၊ စိတ်အားထက်သန်မှု၊ ကြိုးစား အားထုတ်မှုတို့ကို မည်သည့်အတိုင်းအတာ ပမာဏအထိ မြှုပ်နှံရင်းနှီးနိုင် သနည်း ဟူသော အချက်အပေါ်တွင် တည်၍သာလျှင် မိမိတို့ဘဝ အောင်မြင် နိုင်ဘက်မှုကို ရရှိနိုင်ကြသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် တိုးတက်ကြီးပွားလိုသူသည် နိုးကြားသော အသိ၊ အက်ကြွသော စိတ်ဓာတ်ဖြင့် အမြဲတမ်း လေ့လာဆည်းပူးကာ မိမိကိုယ်ကို မည်သည့်ဆည်းပူးနေရသည်။

မိမိကိုယ်ကို ဖြည့်ဆည်းရာတွင် စာဖတ်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံး၊ အလွယ်ကူဆုံး၊ အမြန်ဆုံးနည်းလမ်း ဖြစ်သည်။

စင်စစ် ကျွန်ုပ်တို့သည် အမြဲတမ်း လေ့လာဆည်းပူးနေရသော ပညာသင်များ (learners) ဖြစ်ကြသည်။ ပညာသင်များ ဖြစ်သောကြောင့် အရာ လိုလာသည်။ ဆရာတွင် လူဆရာ ရှိသည်။ စာအုပ်ဆရာ ရှိသည်။ ဘုဆရာကို အမြဲတမ်း ရရှိရန် ခက်ခဲသည်။ စာအုပ်ဆရာကိုမူ အချိန်ဖွဲ့ ရရှိနိုင်သည်။ နေရာမရွေး တွေ့နိုင်သည်။



သို့သော် အိမ်ထောင်ဖက်ကို ရွေးရသလို စာအုပ်ကိုလည်း ရွေးရသည်။ တိုးတက်ကြီးပွားလိုသူသည် အတတ်ပညာဆိုင်ရာ စာအုပ်ကောင်းများကို ရွေးဖတ်ရသည်။ မိမိစိတ်ဓာတ်နှင့် စာရိတ္တ ထိုးတက်စေနိုင်သည် သူတစ်ပါး၊ ရသစာပေများကို ရွေးဖတ်ရသည်။

နောက်တစ်ချက်မှာ တိုးတက်ကြီးပွားလိုသူသည် မိမိ၏ လုပ်ငန်းကို အစီအစဉ် (Program) ရေးဆွဲရသည်။ စီမံချက် (Plan) ချမှတ်ရသည်။ ထို့နောက်တွင် ထိုအစီအစဉ်၊ ထိုစီမံချက်အတိုင်း အတတ်နိုင်ဆုံး လိုက်နာ အကောင်အထည် ဖော်ရသည်။

အစီအစဉ်နှင့် စီမံချက် မပျက်စေရေးအတွက် အပိုအလုပ်များ၊ အကျိုးမရှိစွဲများ၊ စိတ်ခံစားမှုအလျောက် ဖြားယောင်းမှုနောက်သို့ လိုက်ပါခြင်းများကို အထူး သတိထား၍ ရှောင်ကြဉ်ရသည်။

ပျင်းရိမှု၊ ဖင့်နေမှု၊ အချိန်ဆွဲမှု၊ စိတ်အလိုလိုက်မှုတို့သည် တိုးတက်ကြီးပွားလိုသူအတွက် ကြီးစွာသော အဟန့်အတားများ ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် မိမိစားပွဲတွင် သို့မဟုတ် အမြဲတမ်း မြင်သာသော နေရာတွင်...

လုပ်ငန်းကို စီမံချက်ချပါ။

စီမံချက်အတိုင်း လုပ်ပါ

(Plan Your Work, Work Your Plan)

ဟူသော စာတမ်းကို ထင်ထင်ရှားရှား ရေးကပ်ထားပါ။

ထိုစာတမ်းသည် မိမိအား ရည်ရွယ်ချက် မပျောက်ရန်အတွက် အမြဲတမ်း သတိပေးနေလိမ့်မည်။

အချိန်ကို မဖြုန်းနှင့်၊ သုံးပါ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်း၏ အခြေခံ အရင်းအနှီး သုံးခုကို အထက်က ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ ယင်းသုံးခုတွင် အဓိကတစ်ခုမှာ အစဉ်တစိုက်

ရရှိခြင်းတို့

ကြီးစား အားထုတ်မှု (constant effort) ဖြစ်သည်။ စင်စစ် အစဉ်တစိုက်

ကြီးစား အားထုတ်မှု ဆိုသည်မှာ အချိန်ကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုမှု ပင်ဖြစ်သည်။

ကြီးပွားတိုးတက်လိုသူသည် အချိန်ဖြုန်းနေ၍ မဖြစ်။ သူ့တွင် ရည်မှန်းချက်ရှိသည်၊ ပန်းတိုင်ရှိသည်။ ထိုရည်မှန်းချက်၊ ထိုပန်းတိုင်ကို အချိန်မနှောင်းမီ ရောက်ရန် သူသည် အမြဲတမ်း ကြိုးစားလှုပ်ရှားနေရသည်။

ထို့ကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်း ဖြင့် တိုးတက်ကြီးပွားလိုသူအတွက် တိုတိုနှင့် လိုရင်းကျသော စကားလက်ဆောင်ကို လက်ဆင့်ကမ်းလိုသည်။

တိုးတက်ကြီးပွားချင်လျှင် အချိန်မဖြုန်းပါနှင့်၊ အချိန်ကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုပါ။

[သန္တတမြေစုစင်း၊ ဇူလိုင်၊ ၁၉၉၃]

‘အား...မောင်ရင်စာ ကျွန်ုပ်လိုပဲ ထိပ်ပြောင်ကြီး ပါပဲလား။ နို့နှစ်ယောက် ဆွေမျိုးတော်စပ်ပုံ ရတယ်’ဟု ရယ်စရာ ပြောသည်။
 သည်လိုနှင့် နောက်ထပ်သုံးကြိမ်လောက် ဆုံကြပြီးသည့် အခါတွင် ဆော့ သူက ကျွန်တော့်စိတ်နေစိတ်ထားနှင့် ပတ်သက်၍ မကျေနပ်သလို ညည်းစ ပြုလာသည်။ သူက ကျွန်တော့်အား နောက်ပြောင်ရယ်စရာတွေ ပြောသော်လည်း ကျွန်တော်က ဘယ်တော့မှ မရယ်ခြင်းကို သူ ဘဝင်မကျ ဖြစ်နေ၏။

ပျော်ရွှင်စွာ အသက်ရှင်ပါ

နှစ်အတော်ကြာက ကျွန်တော် သူနာပြုသင်တန်းတစ်ခု တက်ခဲ့သည်။ သူနာ ပြု သင်တန်းဆိုသော်လည်း ရိုးရိုးလူနာများအား ပြုစုရမည့် သင်တန်းမဟုတ်။ ဆေးတော့မည့် လူနာများအား မသေမီ အတတ်နိုင်ဆုံး ပြုစုစောင့်ရှောက် ပေးရမည့် သင်တန်းဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်၏ သင်တန်းဆရာတစ်ဦးမှာ ဖရန်စကစ် ဟူသော အငြိမ်းစား သူနာပြုဆရာမကြီး ဖြစ်၏။ သူက သူနာပြုလုပ်ငန်းပေါင်း များစွာကို စေတနာပေါက် ဆောင်ရွက်ခဲ့ဖူးသည်။ ကျွန်တော်က သူ့လက်ထောက်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ပါစေဟု ပြောတော့ သူက ကြည်ကြည်ဖြူဖြူ သဘောတူ၏။

ဆရာမကြီး ဖရန်စကစ်က ကျွန်တော့်အား အသက် ၇၆ နှစ်အရွယ် လူနာအဘိုးကြီး တစ်ဦးထံသို့ ခေါ်လာခဲ့သည်။ အဘိုးကြီး၏ အစာအိမ် ကင်ဆာရောဂါမှာ တစ်ကိုယ်လုံးသို့ ပျံ့နှံ့နေပြီဖြစ်သည်။

သူ့နာမည်က ရွှိုင်းတဲ့။ ရွှိုင်းမှာ မျက်လုံးများ လန်းဆန်းတောက်ပ နေသော်လည်း လူကတော့ အရိုးပေါ် အရေတင်ကာ ကမ္မဋ္ဌာန်းရုပ် ပေါက် နေပြီ။

သူက ကျွန်တော်နှင့် ပထမဆုံးအကြိမ် တွေ့ တွေ့ချင်း-

ရာပြည့်စုံချစ်ချစ်

မှန်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ကလေးဘဝကပင် အရယ်အပြုံး အလွန်နည်းခဲ့သူ ဖြစ်သည်။ ဤသို့ ဖြစ်ရသည်မှာလည်း ကျွန်တော်က လူ့ဘဝကို ပျော်ရွှင်စရာဟူ၍ မမြင်ဘဲ၊ ဒုက္ခဘုံကြီးအဖြစ်သာ ယေဘုယျ အားဖြင့် မြင်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော့်အဖို့ ပျော် နေ့ ချစ် ရွှင် ရွှင် ပြောဆိုနေထိုင်ရန် တော်တော်ခက်ခဲနေသည်။ အမှန်က ဆော့ ကျွန်တော်က အတွင်းကြိတ်ဖြိုးပြီး ဘဝမှန်ကို ဖုံးကွယ်ထားသူ တစ်ယောက်ပါ။

တစ်ညနေတွင် ဆရာမကြီး ဖရန်စကစ်က ကျွန်တော့်အား အဘရွှိုင်း နှင့် တစ်ယောက်တည်း ထားပစ်ခဲ့သည်။

အဘိုးကြီးအား ရေချိုးစန်းမှ ပြန်ခေါ်လာသောအခါ သူ့မျက်နှာ နှုတ်နေသည်ကို မြင်ရသည်။

‘ဆရာဝန် မကြာခင် လာတော့မှာပါ အဘ။ အဘ ဝတ်ထားတာကြီး ထလည်း ဝေါ့ဒစ္စနေ ကာတွန်းကားထဲက မစ်ကီးမောက်စ် ဝတ်စုံအတိုင်း ဝါပဲလား။ အဘအရွယ်နဲ့ ဒီထက်ပိုလိုက်တဲ့ ဝတ်စုံ ပြန်လဲပေးရမလား’ ဟု ကျွန်တော်က ပြောလိုက်သည်။ ဤတွင် သူက-

‘နေပါစေ၊ မလဲပါဘူး။ ကျုပ်က ဒါကိုပဲ ပိုကြိုက်တယ်။ မစ်ကီးဝတ် တဲ့ ဝတ်စုံဝတ်ထားတော့ ကျုပ် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေနိုင်သေးတယ်ဆိုတာ သတိရနေတယ်။ ဒါဟာ ဆရာဝန်ထိုးပေးတဲ့ ဆေးထက် ပိုစွမ်းတယ်ကွယ်။ အောင်ရင်လည်း ကျုပ်လိုပဲ ဝတ်ဖို့ ကောင်းတယ်’

ရာပြည့်စုံချစ်ချစ်

အထက ပြောရင်း ရယ်နေသည်။ ကျွန်တော်ကတော့ မရယ်။ သူက ဆက်ပြောသည်။

‘ဒီမှာ မောင်ရင်၊ ကျုပ် တွေ ဖူးသမျှ လူတွေထဲမှာတော့ မောင်ရင်ဟာ စိတ်ဓာတ်အညှိုးငယ်ဆုံး လူတစ်ယောက်ပဲ။ တကယ်တော့ မောင်ရင်က လူတော်တစ်ယောက်ပါ။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလို စိတ်ဓာတ် ညှိုးငယ်နေရင်တော့ မောင်ရင် ဒီကိုလာတာ ဘာမှ အကျိုးထူးမှာ မဟုတ်ဘူး’

အဘိုးကြီး စကားကြောင့် ကျွန်တော် ဒေါသထွက်သွားမိသည်။ ဝမ်းလည်း နည်းသွားမိသည်။ အမှန်ကတော့ ကျွန်တော် ကြောက်လန့်သွားမိခြင်း ဖြစ်သည်။

နောက်ပိုင်းတွင် အဘရွှင်းနှင့် ကျွန်တော် အဆက်ပြတ်သွားခဲ့သည်။ စိတ်ပျက်လက်ပျက်နှင့်ပင် သင်တန်းကလည်း ပြီးဆုံးတော့မည်။

သင်တန်းနောက်ဆုံးနေ့တွင် ဆရာမကြီး ဖရန်စကစ်က ကျွန်တော့်ကို ပြောသည်။

‘မစ္စတာရွှင်းတစ်ယောက်တော့ ဆုံးသွားရှာပြီကွယ်။ သူက မသေခင် မင်းအတွက် ဒါလေး ပေးသွားတယ်’ ဟု ပြောရင်း ဆရာမကြီးက ကျွန်တော့်အား စက္ကူအိတ်တစ်အိတ်ကို ပေးသည်။

အိတ်ကို ဖွင့်ကြည့်လိုက်တော့ ပလတ်စတစ်ဖြင့် ထုပ်ထားသော တီရှပ်အင်္ကျီ တစ်စုံတည်း အင်္ကျီရင်ဘတ်တွင်လည်း မစ်ကီမောက်စ်၏ အုလှိုက်သည်းလှိုက် ပြုံးရယ်နေသော မျက်နှာကြီးကို ရိုက်နှိပ်ထားသည်။

အင်္ကျီနှင့်အတူ စာတိုကလေးတစ်စောင်လည်း ပါသေးသည်။

“မောင်ရင်-
စိတ်ထဲမှာ တင်းကျပ်လာတဲ့အခါတိုင်း
ဒီအင်္ကျီကို ထုတ်ဝတ်ပါ။

အို... ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်
အမြဲတမ်း ဝတ်ထားတာ အကောင်းဆုံးပဲ။”

ရွှင်း

ယခုတော့ ကျွန်တော် ရယ်တတ်ပါပြီ။ ရယ်နိုင်ပါပြီ။ သူ့စာကို ဖတ်လိုက်ရသော အချိန်တွင် ကျွန်တော့်ဦးနှောက်ထဲ ဖျတ်ခနဲ လက်ဝင်းသွားသည်။ အဘရွှင်း ဆိုလိုသော အဓိပ္ပာယ်ကို ကျွန်တော် ချက်ချင်း သဘောပေါက်သွားမိသည်။

ဟာသသည် ပြက်လုံးတစ်ခုသက်သက် မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော့်အတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သော အခြေခံ အသက်ရှည်ဆေး (ဝါ)အခြေခံ သက်စောင့်လက်နက် တစ်ခုပင် ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့သည် တတ်နိုင်သမျှ ပြုံးရယ်ကြရန် အမှန်တကယ် လိုအပ်သည်။ ဒုက္ခခံစားနေရချိန်တွင် ပို၍ပြုံးရယ်ရန် လိုအပ်သည်။ ပြုံးရယ်ခြင်းသည် မိသားစုပြဿနာကိုလည်း ပြေလည်စေနိုင်သည်။ လုပ်ငန်းခွင် အခြေအနေ တင်းမာမှုကိုလည်း လျော့နည်းစေနိုင်သည်။

ထို့ပြင် ပြုံးရယ်ခြင်းသည် ဆေးရုံခုတ်ပေါ်တွင် ခံစားနေရသော ဆဒနာဒဏ်ကို ခံနိုင်ရည် ရှိစေနိုင်သည်။ ဓာတ်လှေကားထဲတွင် ပိတ်ကျပ်စွာ ရပ်စောင့်နေရခြင်းဒဏ်မှ သက်သာစေနိုင်သည်။ စစ်ဆေးရေးစခန်းတွင် အကြာကြီး တန်းစီနေရသော ဒုက္ခကို ခံနိုင်စွမ်း ရှိစေနိုင်သည်။

နှစ်ပေါင်းများစွာအတွင်း ကျွန်တော်သည် မိတ်ဆွေများစွာ၊ စီးပွားရေး သမားများစွာ၊ သေခါနီး လူနာများစွာတို့အား တွေ့ကြုံခဲ့ရသည်။ သူတို့သည် ဘဝတွင် အဆိုးရွားဆုံး ရင်ဆိုင်ရသော အကျပ်အတည်းများနှင့် ဆင်းရဲဒုက္ခများကို ဟာသဖြင့် ကုစားနိုင်ခဲ့ကြသည်။

သူတို့၏ နည်းလမ်းများကို လူတိုင်း လေ့ကျင့်တတ်မြောက်နိုင်သည်။ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း ယင်းနည်းလမ်းများကို လေ့ကျင့်ခြင်းဖြင့် အကျိုးထူး ခံစားနေရပါသည်။

စာဖတ်သူလည်း လေ့ကျင့်စေလိုသည်။ နေ့စဉ်ဘဝအတွက် အလွန် အဓိကအကျဆုံး နည်းလမ်းကောင်းများ ဖြစ်ကြောင်း ကိုယ်တွေ့ သိရ သိသည်။

အလုပ်ဖြစ်သမျှအတွက် ဂုဏ်ယူပါ

ခရစ်ယာန်ဘုန်းကြီး လောရင့်မာတင်ဂျင်ကိုက ၁၈ လအထိ လည်းကောင်း၊ ဆေးဗစ်ဂျင်ကိုက ၁၇ လအထိ လည်းကောင်း လက်ဘနွန်နိုင်ငံ ဘေရွတ် မြို့တွင် စားစာခံအဖြစ် ဖမ်းဆီးခံခဲ့ကြရသည်။ သူတို့နှစ်ယောက်စလုံးပင် စိတ်ဖောက်ပြန်မသွားအောင် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေထိုင်ခြင်းဖြင့် ထိန်းထား နိုင်ခဲ့ကြသည်။ သူတို့၏ နေ့စဉ် တွေ့ကြုံခံစားနေရသော ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ဆင်းရဲမှုကို လျစ်လျူရှုကာ အရာရာကို အကောင်းမြင်စိတ်ဖြင့်ပင် ရှုမြင် ခံစားခဲ့ကြသည်။

‘ညတိုင်း ညတိုင်း အစောင့်တွေက ကျုပ်တို့အတွက် သူတို့ ဘာလုပ် ပေးရမလဲဆိုပြီး မေးကြတယ်။ သူတို့က ကျုပ်တို့အတွက် ဘာမှ လုပ်မပေး နိုင်မှန်း သိကြပေမယ့် ကျုပ်တို့အားလုံးက “အငှားကားတစ်စီးပဲ ရှာပေးပါ” ဆိုပြီး တစ်သံတည်းပဲ အမြဲတမ်း ပြန်ဖြေကြတယ်’

ဟု ဘုန်းတော်ကြီး ဂျင်ကိုက ပြန်လည်ပြောပြသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် သာမန် အခက်အခဲ၊ အကျပ်အတည်းကလေးများနှင့် ရင်ဆိုင်ရလျှင်တောင်မှ ကောင်းကွက်ကို မကြည့်ဘဲ မကောင်းကွက်ကိုသာ ကြည့်ပြီး ညည်းညူတတ်ကြသည်။

ယနေ့မှစ၍ ယင်းစိတ်ထားကို တော်လှန်ပြောင်းလဲ ပစ်လိုက်ပါ။ ဘယ်တော့မဆို အခက်အခဲတစ်ခုခု သို့မဟုတ် မိသားစုပြဿနာ တစ်ရပ်ရပ် နှင့် ကြုံလာရသည့်အခါတိုင်း အပြုစိတ်ထားကိုသာ အမြဲတမ်း ကြိုးစားပြီး ဈေးမြှူပါ။ ဘဝကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် စိတ်ထားဖြင့် ရှုမြင်ကာ မိမိ၏ အောင်မြင် မှုများကို အသိအမှတ် ပြုပါ။

ယင်းတို့အတွက် ဂုဏ်ယူပါ။ ဝမ်းသာပါ။

ပျော်စရာတွေကို စာရင်းပြုစုပါ

သူနာပြုစခန်းတစ်ခုတွင် ကျွန်ုပ် လုပ်ကိုင်ခဲ့စဉ်က ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေထိုင် နည်း သင်ခန်းစာတစ်ခုကို ဝေဒနာရှင် လူငယ်တစ်ယောက်ထံမှ ကျွန်ုပ် ခံခဲ့ရဖူးသည်။

ထိုလူငယ် မသေမီကလေးတွင် ကျွန်ုပ်နှင့် နောက်ဆုံးအကြိမ် ဆွဲတော့ သူက ကျွန်ုပ်အား စာရွက်တွေ တစ်ထပ်ကြီး ပေးသည်။

‘ကျွန်တော် သေသွားပြီးတဲ့အချိန်မှာ ဒီစာရွက်တွေကို ကျွန်တော် အဖေနဲ့ မေမေကို ကျေးဇူးပြုပြီး ပေး ပေးပါ။ ဒါတွေဟာ ကျွန်တော်တို့ မိသားစုတွေ တစ်ချိန်တုန်းက ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေခဲ့ကြတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကို စာရင်းပြုစုထားတာပါ’ ဟု ထိုသူငယ်က ပြောသည်။

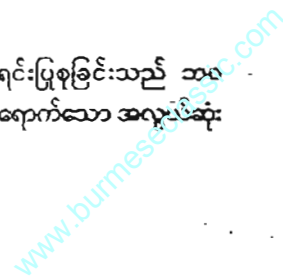
သူ့စာရင်းမှာ စုစုပေါင်း စာမျက်နှာ ခြောက်မျက်နှာတိတိ ရှိသည်။ ယင်းစာရင်းနှင့်အတူ စာတိုလေးတစ်စောင်လည်း ပါသည်။ ထိုစာတွင်-

ဖေဖေ မေမေတို့ ခင်ဗျား-

သားကို ဝေဒနာရှင်တစ်ယောက်လို သဘောမထားကြပါနဲ့။ သားအကြောင်းကိုလည်း ဘာမှတွေးပြီး ပူမနေကြပါနဲ့။ အရင်တုန်း က မိသားစုအားလုံး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ရယ်ရယ်မောမော နေခဲ့ကြ တာတွေကို တွေးပြီး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေကြပါ။ သားလည်းပဲ အဲဒီတုန်းက ဖြစ်ရပ်ကလေးတွေကို ပြန်တွေးပြီး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေနေပါတယ်။

ဟု ရေးထားသည်။

ပျော်စရာ ရွှင်စရာ ဖြစ်ရပ်များကို စာရင်းပြုစုခြင်းသည် သာ သာမာန်ကို ပြန်လည်ဖြည့်တင်းရာတွင် အလွန်ထိရောက်သော အလုပ်ဆုံး နည်းလမ်း ဖြစ်သည်။



ထို့ကြောင့် မိမိဘဝတွင် ပျော်စရာ ဖြစ်ရပ်ကလေးများ ကြုံရတိုင်း မှတ်စုစာအုပ်ထဲတွင် ရေးမှတ်ထားပါ။ ထို့နောက် စိတ်ညစ်စရာ ကြုံရသော အခါတိုင်း မှတ်စုစာအုပ်ကို ဖွင့်ဖတ်ပါ။ စိတ်ချမ်းသာလာပါလိမ့်မည်။

ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် ပျော်စရာ ရွှင်စရာ စာရင်း စတင်ပြုစုချိန်က စာကြောင်းသုံးကြောင်းသာ ရရှိခဲ့သည်။ သို့ဖြင့် ပျော်စရာ ဖြစ်ရပ်မှန်သမျှ နေ့တိုင်းမပြတ် မှတ်စုရေးသားလာခဲ့သည်။ နောက် ရှစ်နှစ်ကြာသောအခါ ကျွန်ုပ်၏ မှတ်စုတွင် ပျော်စရာဖြစ်ရပ်ပေါင်း ၃၀၀ ခန့်အထိ ဖြစ်လာခဲ့သည်။

စိတ်ခရီးထွက်ပါ

‘လူ့စိတ်ဟာ မကောင်းတာတွေ တွေးရင်း ခန္ဓာကိုယ်မှာ တင်းကျပ်လာတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်စိတ်ကူးကို ထိန်းချုပ်ပြီး ကောင်းတာတွေကိုသာ တွေးဖို့ လိုအပ်တယ်’

ဟု စိတ်ပညာရှင် ဂျန်းဘိုရီဆင်ကို က ပြောသည်။

ဤနည်းသည် အလွန်ကောင်းသော နည်းဖြစ်သည်။ စိတ်ညစ်စရာ ကြုံလာရသော အခါတိုင်း မိမိစိတ်ကို ပျော်စရာဘက်သို့ ဦးတည်မိစေရန် ကြိုးစားပါ။

‘ကျွန်တော်က အလုပ်မှာ စိတ်ညစ်စရာကြုံတိုင်း ကျွန်တော် ရေငုပ် တုန်းက စုထားတဲ့ ပစ္စည်းလေးတွေကို အမြဲတမ်း ထုတ်ကြည့်တယ်။ အဲဒါ တွေက ပင်လယ်ခရစ်လေးတွေ၊ သန္တာကျောက်ခက်လေးတွေ၊ အထူး အဆန်း ငါးလှလှလေးတွေပါ။ ဒါလေးတွေ မြင်ရတော့ ကျွန်တော့်စိတ်ထဲမှာ ပေါ့ပါးသွားပြီး အလုပ်ကိုလည်း စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်လာနိုင်ပါတယ်’

ယင်းစကားမှာ ရဲအရာရှိတစ်ဦး၏ စကားဖြစ်သည်။ အလားတူပင် ဦးနောက်နှင့် အာရုံကြော ဆရာဝန်ကြီး တစ်ဦးသည် လူနာအား ခွဲစိတ် နေချိန်တွင် ရိုးရာဂီတတေးသံကို အမြဲတမ်း ဖွင့်၍ နားထောင်သည်။

စက်ရုံမန်နေဂျာ အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ဧရာမ ဓာတ်ပုံကားချုပ်

တစ်ခုကို သူမ၏ စားပွဲပေါ်တွင် ကန့်လန့်ကာဖြင့် ဖုံး၍ တင်ထားသည်။ သူမ အလုပ် နားသောအခါတိုင်း ကန့်လန့်ကာကို ဆွဲဖွင့်လိုက်သည်။

ထို့နောက် ကြည်လင်အေးမြနေသော ဆွစ်ဇာလန်ရေကန် ဓာတ်ပုံ ကြီးကို တစ်ဖုံစိမ့် အာရုံခံပြီး ထိုင်ကြည့်နေသည်။

သူမသည် ထိုတဒဂ်တွင် ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံမှ ရေကန်ကြီး အနားသို့ ချောက်ရှိသွားသည်။ ဤသည်မှာ ကြိုတင်စာရင်းပေးခြင်းလည်း မရှိ၊ နှိတ်ဆံလည်း မကုန်သော အလွန်အကျိုးရှိသည့် “စိတ်ကူးယဉ်ခရီး” ပင် ဖြစ်သည်။

ပျော်စရာကိုသာ ရှုမြင်ပါ

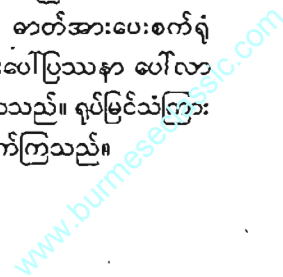
တစ်ခါတုန်းက ကုမ္ပဏီမန်နေဂျာ အမျိုးသမီးအား ကုမ္ပဏီက ညစာစားပွဲ တွင်းပ၍ ဆုချီးမြှင့်သည်။ ဆုကို လက်ခံယူပြီးနောက် ပြန်လျှောက်အလာ စဉ်မြင့်အလယ်သို့ အရောက်တွင် လက်ထဲမှ ဆု လွတ်ကျပြီး ကျိုးပျက်သွား သည်။

‘ဒီအဖြစ်ထက် ရှက်စရာအဖြစ်မျိုး ရှိပါဦးမလားရှင်၊ ပိုပြီးရှက်စရာ ဆောင်းတာက ဒီဆုက ရိုးရိုးဆု မဟုတ်ဘူး။ စက်ရုံလုံခြုံရေးကို အကောင်းဆုံး နီမံအုပ်ချုပ်နိုင်လို့ ချီးမြှင့်တဲ့ဆု ဖြစ်နေတယ်လေ’

ဟု ထိုအမျိုးသမီးက ပြောပြသည်။

သို့သော်လည်း ထိုအမျိုးသမီးသည် ထိုဖြစ်ရပ်အတွက် ရှက်မနေဘဲ ကြမ်းပြင်ပေါ်မှ ဆုကို ပြန်ကောက်ယူပြီးနောက် ပရိသတ်နှင့် အတူရေပြုံး တဟားဟား ရယ်ပစ်လိုက်သည်။ ဤသို့ဖြင့် ရှက်စရာ ဖြစ်ရပ်ကြီးကို ရယ်စရာအသွင်သို့ ပြောင်းကာ အောင်ပွဲခံလိုက်နိုင်သည်။

နောက်ဖြစ်ရပ်တစ်ခုမှာ နျူကလီးယား ဓာတ်အားပေးစက်ရုံ ကြီးကြပ်ရေးမှူးတစ်ယောက်သည် စက်ရုံ၌ အရေးပေါ်ပြဿနာ ပေါ်လာ သောကြောင့် စက်ရုံသို့ အလောတကြီး ရောက်ရှိလာသည်။ ရုပ်မြင်သံကြား သတင်းဌာနပေါင်းစုံက သူ့ကို ရုပ်မြင်သံကြား ရိုက်ကြသည်။



‘အဲဒီနေ့ည ရုပ်မြင်သံကြားမှာ ကျုပ်ပုံကို ကျုပ်မြင်လိုက်ရတော့ ကျုပ် အကြီးအကျယ် လန့်သွားမိတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကျုပ်က အိမ်က ကမန်းကတန်း ထွက်လာတော့ ကျုပ်ခေါင်းမှာ ကလစ်ကြီးက နောက်ဘက် ပြောင်းပြန်လှည့်ရက်သား ပါလာတာကိုးဗျ’

ဟု သူက တဟားဟား ရယ်မောကာ ပြန်လည်ပြောပြသည်။

ဤပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဆိုးဝါးသော အခြေအနေတစ်ရပ်နှင့် ပတ်သက်၍ အကောင်းဘက်ကို ပြောင်းတွေးယူတတ်ကြသူများ ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် အဆိုးထဲမှ အကောင်းကို ရှာယူတတ်ကြသူများ ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် စိတ်ခံစားမှုကို တင်းကျပ်မထားဘဲ အလိုက်သင့် လျှော့ပေးလိုက်ကြသည်။

ဤတွင် လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၄၀ ခန့်က ကျွန်ုပ်အဘွား ပြောဖူးသော စကားကို သတိရမိသည်။ ထိုစကားမှာ—

‘လူဆိုတာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေတတ်ရတယ်ကွယ်။ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် မနေတတ်ရင် မင်းဘဝဟာ ဘာမှ အဓိပ္ပာယ် ရှိတော့မှာ မဟုတ်ဘူး’ ဟူ၏။

[‘Lighten Up’ by C. W. Metcaff & Roma Felible, R.D.
Dec, 1992.

အောင်မြင်ချင်လျှင် ဆရာကောင်း ရှာ

ဇီဝိ အိုင်ယာကော့ကာသည် ၁၉၄၆ ခုနှစ်တွင် တက္ကသိုလ်မှ ဘွဲ့ရပြီးနောက် ဇင်ဆီလ်ပေးနီးယားပြည်နယ် ချက်စတာမြို့၌ ဖွဲ့ခံကုမ္ပဏီ၏ မော်တော်ကား ဇာပင်းသမားအဖြစ် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။

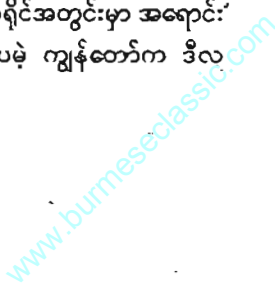
ဤတွင် သူသည် ဖွဲ့ခံ ကုမ္ပဏီ၏ အရှေ့ပိုင်းကမ်းခြေဒေသဆိုင်ရာ ဇန်နေဂျာ ချာလီဘီချမ်းနှင့် တွေ့ရ၏။

ဘီချမ်းကား လက်အောက်အမှုထမ်းများအား အလွန်တိုးတက်စေ ချင်သူ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အိုင်ယာကော့ကာမှာ သူ့ဆရာသမား ကျေနပ် ခု ရအောင် အလွန်ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ရသည်။ တစ်နေ့တွင် အိုင်ယာကော့ကာ သည် စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြင့် ကားရုံဘေးမှ ဖြစ်လျှောက်လာစဉ် ဘီချမ်းက သူ့နောက်မှ လိုက်လာပြီး ပခုံးကို သိုင်းဖက်လိုက်သည်။

‘မင်း ကြည့်ရတာ စိတ်ညစ်နေသလိုပဲ၊ ဘာဖြစ်နေတာလဲ’ ဟု ဘီချမ်းက မေးသည်။

‘အခြားကြောင့် မဟုတ်ပါဘူး ဆရာ။ ဒီခရိုင်အတွင်းမှာ အရောင်း ဇုန်နယ်ပေါင်း ၁၃ ဇုန်အထိ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်က ဒီလ အရောင်းစာရင်းမှာ နံပါတ် ၁၃ ပဲ ချိတ်ပါတယ်’

ဟု အိုင်ယာကော့ကာက ပြန်ပြောသည်။



‘ဪ...ဒါကြောင့်လား၊ ဘာမှ မပူနဲ့။ တစ်ယောက်ယောက် ကတော့ နောက်ဆုံးလူ ဖြစ်မှာပဲပေါ့။ ဒါပေမဲ့ နှစ်လဆက်တိုက် နောက်ဆုံးလူ မဖြစ်ဖို့တော့ သတိထားရလိမ့်မယ်’

ဤသို့လျှင် အိုင်ယာကော့ကာသည် ဘီချမ်း၏ အရောင်းစွဲနည်းများ ဖြင့် အခက်အခဲ ကျော်လွှားနည်းများကို မကြာမီအတွင်း ကောင်းစွာကျင့်သား ရလာခဲ့ပြီး အောင်မြင်သော အရောင်းသမားကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာ ခဲ့သည်။

ဘီချမ်းကလည်း အိုင်ယာကော့ကာ၏ စွမ်းဆောင်ရည်ကို သဘော ကျ၏။

နောက် ၁၀ နှစ်အကြာတွင် ဘီချမ်းသည် ကားအရောင်းဌာနမှူးအဖြစ် ရာထူးတိုးမြှင့်ခံရပြီး ကုမ္ပဏီရုံးချုပ်သို့ ပြောင်းရွှေ့ထမ်းဆောင်ရသည်။ အိုင်ယာကော့ကာကိုလည်း သူ့လက်အောက်တွင် ထရပ်ကား အရောင်း မန်နေဂျာအဖြစ် ခန့်ထားလိုက်သည်။

အသက် ၃၆ နှစ်အရွယ် အိုင်ယာကော့ကာသည် သူ့ဆရာ ဘီချမ်း၏ ကျောထောက်နောက်ခံ လမ်းညွှန်ကူညီမှုကြောင့် ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်တွင် ဖို့ဒ်ကုမ္ပဏီ၏ ဥက္ကဋ္ဌ၊ ထို့နောက် ခရိုက်စလာ ကုမ္ပဏီ၏ အကြီးအကဲ အသီးသီး ဖြစ်လာခဲ့၏။

လင်ဒါအယ်လာဘီသည် အသက် ၂၀ ကျော် အရွယ်တုန်းက ရန်း ကန်နေရသော ရုပ်မြင်သံကြား သတင်းထောက် ဖြစ်သည်။ သီတင်းပတ် ရက်အား အစီအစဉ်သစ်ကို ထုတ်လွှင့်သူ ရူဗင်ဖရန့်က အယ်လာဘီ၏ သတင်းဆောင်းပါးများကို သဘောကျသည်။ ထို့ကြောင့် ဖရန့်က သူမအား သူ၏ အစီအစဉ်ကို ပူးတွဲ ရေးသားစေသည်။ ပို၍ ပြောင်မြောက်သော ရိုက်ညွှန်းများ ရေးသားနိုင်ရန်လည်း လမ်းညွှန်ကူညီသည်။

‘ကျွန်မ ရေးထားတဲ့ ရိုက်ညွှန်းတွေကို ရူဗင်က တည်းဖြတ်ပေးတယ်။ သူက ကျွန်မ အမှားတွေကိုလည်း ထောက်ပြတယ်။ ပြီးတော့ ကျွန်မကို ကိုယ်တိုင် ပြန်ရေးခိုင်းတယ်’

ဟု အယ်လာဘီက ပြောသည်။ ဤသို့ဖြင့် ဖရန့် ရာထူးတက်လာသောအခါ အယ်လာဘီလည်း ရာထူးတက်လာသည်။ သီတင်းပတ်ရက်အား အစီအစဉ်ကြောင့် အင်မီဆုကို အယ်လာဘီ ရရှိခဲ့သည်။

ဖရန့်သည် အင်ဘီစီ(NBC) ရုပ်သံကော်ပိုရေးရှင်း သတင်းဌာန၏ ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် အယ်လာဘီအား ယနေ့ ရုပ်သံဇာတ်လမ်းစဉ်များနှင့် ညှိပိုင်း သတင်း အစီအစဉ်များကို သူနှင့်အတူ ပူးတွဲရေးသားစေသည်။ ဤလုပ်ရပ် ကြောင့် အယ်လာဘီသည် ရုပ်သံဆုတွေ ထပ်မံ ရရှိခဲ့သည်။

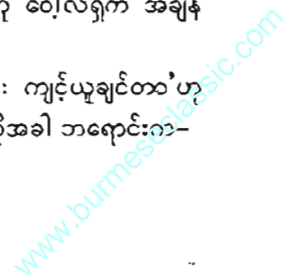
‘ရူဗင်ဟာ ကျွန်မရဲ့ အကြားအမြင် ဗဟုသုတနယ်ပယ်ကို ချဲ့ထွင် ခဲ့တဲ့ ဆရာတစ်ဆူပါ။ ကျွန်မကလည်း သူ့လို တော်ချင်လို့ အစွမ်းကုန် ခြိုးစားနေခဲ့ပါတယ်’

ဟု အယ်လာဘီက ဆိုသည်။

၁၉၆၈ ခုနှစ် တစ်ညနေတွင် ‘ထိုစဉ်က စင်စင်နာတီဘင်ဂေါလ် ဘောလုံးနည်းပြချုပ် ပေါလ်ဘရောင်းက ဘောလုံးနည်းပြဆရာ ဘီလ် ဆဲလ်ရှိ ထံသို့ ဖုန်းဆက်သည်။ ဘရောင်းက ဝေါလ်ရှ်အား သူတို့အသင်းတွင် အလယ် နောက်တန်းလူနှင့် ရှေ့တန်းလူ နည်းပြအဖြစ် ငှားရမ်းလိုခြင်း ဖြစ်၏။ ဝေါလ်ရှ်က ချက်ချင်းပင် အလုပ်ကို လက်ခံလိုက်သည်။ ထိုနောက် ဘရောင်းက ဝေါလ်ရှ်အား ဘောလုံးအသင်းတစ်ခုကို ကိုင်တွယ်ပုံ နည်းလမ်း ခြုံငုံ သင်ပြပေးသည်။

မကြာမီ ဂရက်ကော့စ် ဆိုသည့် အလယ်နောက်တန်းလူ အသစ် တစ်ယောက် ရောက်လာသည်။ သူက တော်တော် အရည်အချင်းရှိသည်။ သို့သော် အရိုးစွဲနေပြီးသော အကျင့်ဟောင်းများကို ဝေါလ်ရှ်က အချိန် တော်တော်ကြာ ပြုပြင်ပေးရ၏။

‘ကျွန်တော်က ဒီမောင့်ကို ဖြည်းဖြည်းချင်း ကျင့်ယူချင်တာ’ဟု ဝေါလ်ရှ်က သူ့ဆရာဘရောင်းကို ပြောပြသည်။ ထိုအခါ ဘရောင်းက-



‘သူ့လို စွမ်းရည်ရှိတဲ့လူမျိုးကို တစ်ခါတည်း လိုင်းဝင်သွားအောင် အတင်းကျင့်ယူရတယ်ဗျ’ ဟု လမ်းညွှန်သည်။

သို့ဖြင့် ဝေါလ်ရှိလည်း သူ့ဆရာ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း လူသစ်အပြင်းအထန် လေ့ကျင့်ပေးသည်။ လူသစ် ကော့စ်၏ ကစားကွက်များ အလွန်တိုးတက်လာသည်။ သူက အပြောင်းအလဲကိုလည်း နှစ်နှစ်သက်သက် လက်ခံပြီး ဆရာစကားကို တစ်သဝေမတိမ်း လိုက်နာလေ့ကျင့်၏။

‘ဒါဟာ ကျွန်တော့် အနေနဲ့တော့ အတွေ့အကြုံသစ် ရလိုက်တာပဲ။ တကယ်တော့ လူတွေဟာ ထင်တာထက်ပိုပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်ကြပါတယ်’

ဟု ဝေါလ်ရှိက ပြန်လည်ပြောပြသည်။

၁၉၇၉ ခုနှစ်တွင် ဝေါလ်ရှိအား ဆန်ဖရန်စစ္စကို “၄၉” ဦးအသင်း၏ နည်းပြချုပ်အဖြစ် ခန့်လိုက်သည်။ ဤအသင်းက တစ်လျှောက်လုံး ရှုံးခဲ့သောအသင်း ဖြစ်သည်။

သို့သော် သူ့ဆရာဘာရောင်း လမ်းညွှန်ခဲ့သော နည်းစနစ်များဖြင့် ဝေါလ်ရှိသည် ၁၉၈၈ ခုနှစ်တွင် ဘောလုံးလောကမှ အနားယူသွားသည်အထိ “၄၉ ဦးအသင်း” ကို ဆူပါဘိုးလ် ကစားပွဲတွင် သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် အနိုင်ရအောင် ဦးဆောင် လေ့ကျင့်ပေးနိုင်ခဲ့သည်။

အထက်ဖော်ပြပါ အောင်မြင်သူသုံးဦး၏ တူညီသောအချက်က ဘာလဲ။ အခြားမဟုတ်ပါ။ သူတို့၏ ပင်ကိုအစွမ်းအစကို ဖော်ထုတ်ပေးမည့် ဆရာကောင်းများ ရှိခဲ့ခြင်းပင် ဖြစ်၏။ သူတို့သည် သူတို့ကိုယ်တိုင် ရှိမှန်မသိသော ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စများကို ဆရာကောင်းများ၏ ကျေးဇူးကြောင့် ထုတ်ဖော် အသုံးချနိုင်ခဲ့သောကြောင့်သာ ယခုလို အောင်မြင်မှု ရရှိခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့်လည်း အစွမ်းအစရှိသူများအား ဆရာကောင်းလက်ထံ အပ်နှံ၍ လေ့ကျင့်ပေးခြင်း နည်းလမ်းကို ယခုအခါ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအတော်များများကလည်း ကျင့်သုံးလာကြသည်မှာ မဆန်းတော့။

ရပြည့်အချစ်တိုက်

ရှားရင်း-ပလောက် ဆေးဝါးထုတ်လုပ်ရေး ကုမ္ပဏီကဆိုလျှင် အမှုထမ်းသစ်များအား ထိပ်တန်းအမှုဆောင် အရာရှိကြီးများထံ အပ်နှံကာ လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးသည့် လုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်လာခဲ့၏။

‘ကျုပ်တို့က အမှုထမ်းတွေကို လုပ်ငန်းခွင်မှာ သိပ်ပြီး အောင်မြင်စေချင်တယ်။ အခုလို ဆရာကောင်းနဲ့ နီးနီးကပ်ကပ်တွဲပြီး လုပ်ကိုင်စေတာဟာ ကုမ္ပဏီတွင်းမှာ အထက်အောက် အချင်းချင်း ဆက်ဆံခြင်းလည်း သိပ်ပြီး ကောင်းလာတယ်’

ဟု ရှားရင်း-ပလောက် ကုမ္ပဏီ၏ ကနေဒါကုမ္ပဏီခွဲ အထွေထွေ ခန့်နေဂျာ ဒေးဗစ်စဘောက်က ပြောသည်။

စီးပွားရေးကုမ္ပဏီများ၏ ဆရာကောင်းဖြင့် လေ့ကျင့်ခြင်း အစီအစဉ်များ အောင်မြင်ရေးအတွက် ကနေဒါနိုင်ငံ ဗန်ကူးဗားမြို့ရှိ ဆရာကောင်းဖြင့် လေ့ကျင့်ရေးသိပ္ပံ (Mentoring Institute) က ဟျူးလက်-ပက်ကတ်-ကိုဒတ်နှင့် ဂျက်ပရိုပါးရှင်း ဓာတ်ခွဲဌာန စသည်တို့ အပါအဝင် ကုမ္ပဏီကြီးပေါင်း တစ်ဒါဇင်ခန့်နှင့် ပူးတွဲဆောင်ရွက်လျက် ရှိသည်။

ဤအစီအစဉ်၏ အဓိက ရည်ရွယ်ချက်မှာ အမှုထမ်းများအား ဆရာကောင်း၏ အထူးတလည် လက်ထပ်သင်ကြားမှုဖြင့် တစ်ဦးချင်း ရင်းနှီးစွာ ရယူခြင်း၏ အနှစ်သာရကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖော်ထုတ်ရန် ဖြစ်သည်။

မိမိတို့ရှေ့က ဦးစွာ လုပ်ကိုင်သွားခဲ့ပြီးသော အတွေ့အကြုံရင့် ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ အသိပညာ ဗဟုသုတများကို ဆည်းပူးလေ့လာ ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် လူ့လောကတွင် မည်သည့်လုပ်ငန်းမျိုးအတွက်မဆို အလွန် ကျေးဇူးများ နိုင်သည်။

အောက်ပါ သော့လေးချောင်းဖြင့် သင့်ဘဝအောင်မြင်ရေး တံခါးကို ဖွင့်ပါလေ။

ရပြည့်အချစ်တိုက်

[၁] အခွင့်အလမ်းကို တွေ့အောင်ရှာ

ဆရာကို ပညာနှင့် ရွေးပါ။ ဆရာကောင်းဟူသည် သင်၏ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စကို ယုံကြည်သူ ဖြစ်သည်။ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် သင့်အတွက် လိုအပ်သော အတွေ့အကြုံတို့ကို ပိုင်ဆိုင်သူ ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် သင့်အား ကူညီရန် အချိန်ပေးနိုင်သူလည်း ဖြစ်သည်။

သင်၏ အထက်လူကြီးသည်လည်း ဆရာကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်၏။ သို့သော် သင်က အချိန်မှန် အစီရင်ခံစာ မတင်ပြရသော ဆရာက ပို၍ကောင်း၏။

ဆရာကောင်းထံမှ အကြံဉာဏ်ကောင်း တောင်းပါ။ သင်တွေ့ရှိသော ပြဿနာတစ်ရပ်ကို ဖြေရှင်းရန် နည်းလမ်းကို တင်ပြပါ။ အထူးစီမံချက်များတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပါ။ လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ အသင်းအဖွဲ့ တစ်ခုခုတွင် တက်တက်ကြွကြွ ပါဝင်လှုပ်ရှားပါ။ သို့မဟုတ် ကုမ္ပဏီအတွက် စရိတ်သက်သာမည့် နည်းလမ်းတစ်ရပ်ကို ရှာ၍ သင့်ဆရာထံ တင်ပြပါ။ ဆရာကောင်းသည် သင်၏ ဆောင်ရွက်ချက်ကို အသိအမှတ် ပြုလိမ့်မည်။

ဝင်ဒီ နိုင်ငံတကာ စားသောက်ဆိုင်ခွဲများကို တည်ထောင်သူ ဒေဗ်သောမတ်က သူ၏ အောင်မြင်မှုသည် ဆရာကောင်းများ၏ ကျေးဇူးကြောင့်လည်း ဖြစ်သည်ဟု ထုတ်ဖော် ပြောပြခဲ့သည်။ သို့သော် သူ၏ အောင်မြင်မှု လျှို့ဝှက်ချက်မှာ သီးသန့်ဆရာများ လိုက်လံရှာဖွေနေခြင်းကြောင့် မဟုတ်။ သူ ဒီဗားလေရာရာတွင် သူ့အား ကူညီမည့်သူများနှင့် တွေ့ရခြင်းကြောင့်ပင် ဖြစ်၏။

သောမတ်သည် လူငယ်ဘဝက တင်နက်ဆီပြည်နယ် နောက်ဖိစီးလီမြို့ရှိ “ရီဂက်စ်” စားသောက်ဆိုင်တွင် ကားနောက်လိုက်အဖြစ် လုပ်ကိုင်ခဲ့ရသည်။

‘အဲဒီအလုပ်ဟာ ကျုပ်အတွက် အခွင့်အရေးကြီး တစ်ရပ်ပါပဲ။ ၁၉၄၈ ပြည့်လွန်နှစ်တုန်းက ဖရန်နို ကျောရိုက်စံတို့ဟာ ဒီကနေ့ ဝင်ဒီစားသောက်

ဆိုင်မှာ ကျုပ်တို့ပြောနေတဲ့ အကြောင်းအရာကိုပဲ။ ရစ်ချိန်လုံး မှာဆို ဆွေးနွေး နေခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီအကြောင်းအရာတွေက မဟုတ်ကြလုပ်ငန်း အခြေခံသဘောတရားတွေပါပဲ။ အဲဒီသဘောတရားတွေကို ကျုပ် လူငယ်ဘဝက ကြားနာမှတ်သားခွင့် ရခဲ့တာ ကျုပ်အတွက် အခွင့်အရေးကြီး ပါပေါ့’

ဟု သောမတ်က ပြန်လည်ပြောပြသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် သောမတ်သည် အင်ဒီယားနားပြည်နယ် ပိုထိုင်းမြို့မှ “ဟိုတီဟောက်စ်” စားသောက်ဆိုင်တွင် ကားနောက်လိုက်အဖြစ် ပြောင်းရွှေ့လုပ်ကိုင်သည်။ ဤတွင် သူသည် ပိုင်ရှင်ဖြစ်သူ ဆရာကောင်း ဖစ်လ်ကလောက်စ်နှင့် တွေ့ရ၏။ နောင်အခါ သောမတ်သည် မန်နေဂျာ ဖြစ်လာခဲ့သည်။ ကလောက်စ်သည် အိုဟိုင်းယိုပြည်နယ် ကိုလံဘတ်မြို့တွင် သူဝယ်ထားသော စားသောက်ဆိုင်ခွဲလုပ်ငန်းကို စီမံအုပ်ချုပ်စေသည်။ ထိုလုပ်ငန်းသည် ယခုအခါ ကင်တပ်ကီကြက် ကြော် နာမည်ဖြင့် ထင်ရှားကျော်ကြား နေလေပြီ။

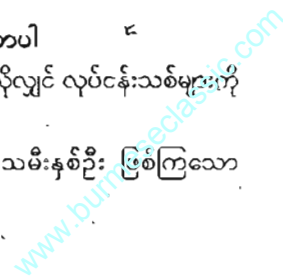
ထိုအချိန်က သောမတ် ‘တွေ့ခဲ့ရသော ဆရာကောင်းတစ်ဦးမှာ ကာနယ်ဟာလင်း ဆန်းဒါးစ် ဖြစ်သည်။ ဆန်းဒါးစ်သည် စားသောက်ဆိုင်လုပ်ငန်း အငယ်စားတစ်ခုကို လုပ်ကိုင်နေ၏။ သူက သောမတ်အား ဤလုပ်ငန်းနှင့် ပတ်သက်သမျှ သိမှတ်ဖွယ်ရာများကို လမ်းညွှန်ပြသ ပေးခဲ့သည်။

ဤသို့ဖြင့် ၁၅ နှစ် ကြာသောအခါ ဒေဗ်သောမတ်သည် ကိုယ်ပိုင် စားသောက်ဆိုင်ခွဲ လုပ်ငန်းကို အောင်မြင်စွာ ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့လေသည်။’

[၂] ထက်သန်စွာ လေ့လာပါ

ဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ ဂရုစိုက်ခြင်းကို ခံလိုလျှင် လုပ်ငန်းသစ်များကို တာဝန်ယူ လုပ်ကိုင်လိုစိတ် ရှိရမည်။

‘စွန့်စား စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင် အမျိုးသမီးနှစ်ဦး ဖြစ်ကြသော



ဟုတ်တယ်... ဘတ်စင်... ကိုလိုရီယာ ရာမီရက်စ်တို့တွင် သားရေကုန်ကြမ်းနှင့် ဝတ်သက်မှုကြောင်းစွာ ကျွမ်းကျင်သော အရည်အချင်းများ ရှိကြသည်။ သို့သော် သူတို့တွင် အဝတ်အထည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း အတွေ့အကြုံ မရှိကြ။ ဤလုပ်ငန်းကို ဘယ်လို စတင်လုပ်ကိုင်ရမည်ကို မသိကြ။

ထို့ကြောင့် သူတို့သည် သူတို့မြို့နယ်ရှိ အငြိမ်းစား စီးပွားရေးလုပ်ငန်း အမှုဆောင်အရာရှိကြီးများ၏ စေတနာ့ဝန်ထမ်းအသင်းသို့ သွားရောက်၍ အကူအညီ တောင်းကြသည်။ ထိုအသင်းက သူတို့အား အငြိမ်းစား စီးပွားရေး လုပ်ငန်း အမှုဆောင်အရာရှိကြီးများ ဖြစ်ကြသော ဂျမ်းဆတ်ချ်နှင့် ဂျွန်အို ရော့စ် တို့နှင့် မိတ်ဆက်ပေးသည်။

အမျိုးသမီးနှစ်ဦး၏ စိတ်အားထက်သန်မှုကို မြင်ရသော အခါ ဆတ်ချ်နှင့် အိုရော့စ်တို့ကလည်း ဝမ်းပန်းတသာ အကူအညီ ပေးကြ၏။

သူတို့က အမျိုးသမီးများအား စီးပွားရေးလုပ်ငန်း စီမံကိန်းတစ်ခုကို ရေးဆွဲစေသည်။ အရင်းအတွက် ဘတ်များမှ ငွေချေးစေသည်။ လက်လီ ဆိုင် ထောင်ရန် နေရာရှာစေသည်။

ဤသို့ဖြင့် နောက်ငါးလအကြာ ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ် အောက်တိုဘာ လတွင် ချီကာဂို သားရေဝတ်စုံဆိုင် မှာ အရင်းပေါ်ပြီး အမြတ်ထွက်ခဲ့၏။

'ကျွန်မတို့က အသစ်အဆန်းတစ်ခု တီထွင်မယ်။ ဘယ်လို စလုပ်ကိုင်မယ် ဆိုတာကို အကြံရတိုင်း ကျွန်မတို့ရဲ့ ဆရာနှစ်ယောက်စီ သွားပြီး အမြဲတမ်း တင်ပြကြတယ်။ ဒီဆရာနှစ်ယောက်ဟာ ကျွန်မတို့ရဲ့ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ လက်ဦးဆရာတွေပါပဲ။ သူတို့က ကျွန်မတို့ နှစ်ယောက်ရဲ့ ပညာလိုချင်တဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို သိပြီး သဘောကျကြတယ်'

ဟု ဟယ်လင်ဘတ်စင်က ပြောပြသည်။

[၃] ဆရာကို ကူညီပါ

ဆရာကောင်း ရလိုလျှင် ဆရာနှင့် ဆက်ဆံရာစွာ ဆရာရှုထောင့်မှ ကြည့်၍ ဆက်ဆံပါ။ ဆရာ၏ ကိုယ်ပိုင်ရည်မှန်းချက်ကို လက်ခံရန် အသင့်ရှိပါ။ ဆရာအပေါ် သစ္စာရှိပါ။

ကိုယ်အထက်လူကြီးအား ကူညီခြင်းသည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုးရှိသော အဖွဲ့အရေးတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။

ဒုတိယ ဗိုလ်ချုပ်ကြီး တွမ်ကယ်လီသည် ပင်လယ်ကွေ့ စစ်ပွဲအတွင်း စစ်ဦးစီးချုပ်များ အဖွဲ့၏ ဆောင်ရွက်ချက်များဆိုင်ရာ ညွှန်ကြားရေးမှူး ဖြစ်သည်။ ကယ်လီ၏ လက်ဦးဆရာမှာ ဗီယက်နမ် စစ်ပွဲကာလတုန်းက သူ၏ အထက်အရာရှိဖြစ်သူ ဒုတိယ ဗိုလ်မှူးကြီး ဂျွန်ဆီဂယ် ဖြစ်သည်။

ကယ်လီသည် ပြဿနာတစ်ရပ်ကို ဆီဂယ်၏ ရှုထောင့်မှ ကြည့်၍ သုံးသပ်ကြည့်သည်။ ဤသည်ပင်လျှင် ဆီဂယ် အလွန်သဘောကျသော သူ၏ အရည်အချင်း ဖြစ်သည်ဟု ကယ်လီက ယုံကြည်၏။

'ကျုပ်က ပြဿနာရဲ့ အဖြေကို သူ မတောင်းခင်ကတည်းက အင်ပြနိုင်အောင် အမြဲကြိုးစားတယ်'

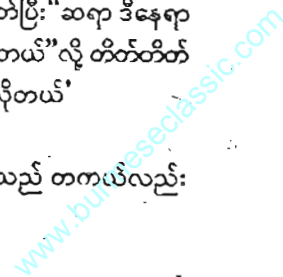
ဟု ကယ်လီက ပြောသည်။

ကယ်လီသည် လိုအပ်လျှင် အထက်လူကြီးနှင့် ထိပ်တိုက် ရင်ဆိုင်သည်။

'အထက်လူကြီး ပြောတိုင်း ခေါင်းညိတ်တတ်တဲ့ သူဟာ ပြဿနာကြောင့် သွေးရူးသွေးတမ်း ဖြစ်နေတဲ့ အထက်လူကြီးမျိုးနဲ့ အမြဲတမ်း တွေ့ရတတ်တယ်။ အထက်လူကြီးတိုင်းမှာ အခန်းတံခါးပိတ်ပြီး "ဆရာ ဒီနေရာမှာ ဆရာလုပ်တာ မှားနေပြီလို့ ကျွန်တော် ထင်ပါတယ်" လို့ တိတ်တိတ် အလေး ပြောပြမယ့် တပည့်တစ်ယောက်တော့ ရှိဖို့လိုတယ်'

ဟု သူက ဆိုသည်။

ကယ်လီ၏ ရှုမြင်သုံးသပ်ချက်နှင့် သစ္စာရှိမှုသည် တကယ်လည်း



အကျိုးရှိခဲ့သည်။ နောက်ပိုင်းတွင် သူ ဗိုလ်ချုပ်ကြီးအဆင့်အထိ တိုးတက်လာခဲ့ခြင်းမှာ ဆီဂယ်၏ ကျေးဇူးပင် ဖြစ်၏။

[၄] အကောင်းဆုံး ကျေးဇူးဆပ်ပါ

အချို့ ဆရာနှင့် တပည့် ဆက်ဆံရေးသည် အချိန်တိုတတ်သည်။ အကောင်းဆုံး ဆက်ဆံရေးသည်ပင်လျှင် အလွန်ဆုံး နှစ်နှစ်၊ သုံးနှစ်လောက်သာ ကြာတတ်သည်။ ထိုအချိန်တွင် တပည့်ကလည်း ဆရာနှင့် ရင်ပေါင်တန်းဖြစ်လာပြီး ဆရာနှင့်တပည့် ဆက်ဆံရေးမှာလည်း မိတ်ဆွေချင်း ဆက်ဆံရေးအဆင့်သို့ ရောက်လာ၏။

လင်ဒါ အယ်လာဘီနှင့် သူ့ဆရာ ရူဘင်ဖရန်တို့သည် မူထမတွင် တယ်လီဗေးရှင်း အစီအစဉ်များကို အတူတကွ ရေးဆွဲခဲ့ကြသည်။ ယခုအခါ အယ်လာဘီက ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင်ဖြစ်ပြီး ဖရန်က အတိုင်ပင်ခံ ဖြစ်လာသည်။

သို့သော် အယ်လာဘီက သူ့ဆရာကို ဆရာအဖြစ်ပင် အမြဲတမ်း ဆက်ဆံသည်။

‘သူက ကျွန်မကို အမြဲတမ်း ပညာပေးနေတဲ့ ကျေးဇူးရှင်ပါ’

ဟု အယ်လာဘီက သူ့ဆရာကို ဂုဏ်သင်သည်။

တပည့်ဖြစ်သူ၏ အောင်မြင်ခြင်းသည်ပင်လျှင် ဆရာကျေးဇူးကို အကောင်းဆုံး ဆပ်ခြင်းဖြစ်၏။ သက်သေပြခြင်းလည်း ဖြစ်၏။

နောက်တစ်နည်းမှာ တပည့်ကိုယ်တိုင် ဆရာဖြစ်လာအောင် ကြိုးစားခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ဘောလုံးနည်းပြဆရာ ဘီလ်ဝေါ့ရှ်သည် ဘင်ဂေါလ်အသင်း နည်းပြဆရာ ပေါလ်ဘရောင်း၏ တပည့် ဖြစ်ခဲ့သည်။

နောင်အခါ ဝေါ့ရှ်ကိုယ်တိုင် နည်းပြဆရာ ဖြစ်လာခဲ့ပြီး ၄၉ ဦးအသင်း၏ နာမည်ကျော် ဘောလုံးသမား ဂျော့ဘီးဖားနှင့် မင်နီဆိုတာ မိုက်ကင်း အသင်း၏ ချန်ပီယံ ဒင်းနစ်ဂရင်း စသူတို့ကို မွေးထုတ်ပေးနိုင်ခဲ့သည်။

ဆရာကောင်း ရှာခြင်းသည် အောင်မြင်မှုအတွက် ပေးရသော အပြင်အထန် ကြိုးစားအားထုတ်မှုကိုတော့ မလျော့နည်းစေနိုင်ပါ။ သို့သော် သင်၏ အခက်အခဲများကိုမူ ပို၍ လွယ်ကူစွာ ဖြေရှင်းပေးနိုင်၏။

‘အကူအညီ တောင်းခံလာသူကို ကူညီချင်တဲ့ အထက်တန်းပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီး ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ကို အတောင်အောက်မှာထားပြီး သယ်ဆောင်သွားမယ့် လူကို ထိုင်စောင့်မနေပါနဲ့။ ကိုယ်က အပြင်ထွက်ပြီး တွေ့အောင်ရှာပါ’

ဟု ဝင်ဒီ နိုင်ငံတကာ စားသောက်ဆိုင်ခွဲများ ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင် ဒေဗ်သောမတ်က အကြံပေးသည်။

['Someone to Watch over You' by Jean Parvin, R. D.(Sept., 1992.)

ကြွယ်ဝအောင် ဘယ်လိုလုပ်

အမေရိကန်နိုင်ငံထုတ် နာမည်ကျော် “ဖော့ဘ်စ်” (Forbes) မဂ္ဂဇင်းကြီးတွင် “ဖော့ဘ်စ်၏ ပုဂ္ဂိုလ်လေးရာ” (The Forbes Four Hundreds) စာရင်းကို နှစ်စဉ် ဖော်ပြသည်။ ထိုစာရင်းမှာ အခြားမဟုတ်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှ အချမ်းသာဆုံး လုပ်ငန်းရှင်ကြီး ၄၀၀ တို့၏ စာရင်းဖြစ်သည်။ ထိုစာရင်းကို ဖတ်ရသည်မှာ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အဆိုပါ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေ ဘယ်လိုဘယ်နည်း ချမ်းသာလာကြကြောင်းကို သိရသောကြောင့် ဖြစ်၏။ ထို့ပြင် နိုင်ငံ၏ နှစ်စဉ် ပြောင်းလဲတိုးတက်မှု ကိုလည်း သွယ်ဝိုက်သောနည်းဖြင့် သိရသောကြောင့် ဖြစ်၏။

“ဖော့ဘ်စ်” မဂ္ဂဇင်းသည် အဆိုပါစာရင်းကို ၁၉၅၂ ခုနှစ်တွင် ပထမဦးစွာ စတင်ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။ ထိုစာရင်းပါ အချမ်းသာဆုံး သူဌေးကြီး ဆယ်ဦးအနက် ငါးဦးမှာ “ဟန့်” မိသားစုဝင် ပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်ကြသည်။ သူတို့သည် တက္ကဆက်ပြည်နယ်တွင် ရေနံတွင်းတွေ တူးပြီး ချမ်းသာလာ ကြခြင်း ဖြစ်၏။

ကမ္ဘာမှာ အချမ်းသာဆုံး ဖြစ်ချင်သူတွေအတွက် ကုဋေကြွယ် သူဌေးကြီး ဂျော့ပေါ့လ်၊ ဂက်တီ ပြောဖူးသော ဩဝါဒတစ်ခု ရှိသည်။ ယင်းဩဝါဒမှာ “စောစောထ၊ ကြီးစားလုပ်၊ ရေနံတူး” ဟူ၏။ သို့သော် သူကိုယ်တိုင်ကတော့ ရိုးရာနည်းလမ်းအတိုင်း ဖခင်၏ပိုက်ဆံကို အရင်း တည်၍ ချမ်းသာလာခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

ရန်ကင်းတိုက်

အချမ်းသာခြင်း

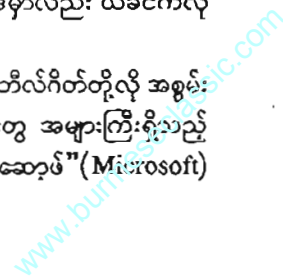
လွန်ခဲ့သော ၁၄ နှစ်ခန့်ကဆိုလျှင် ကမ္ဘာ့အချမ်းသာဆုံး စာရင်းတွင် အချမ်းသာဆုံး မိသားစုများ၊ ဒူးပွန် မိသားစုများနှင့် ဖရစ်စ်၊ ဂွမ်တန်၊ မယ်လွန် တို့သာ ပါဝင်ခဲ့၏။ သူတို့အားလုံးသည် ၁၉ ရာစုဝင် အချမ်းသာဆုံး သူဌေးကြီးတွေ ဖြစ်ကြသည်။ သူတို့အားလုံးပင် မိဘဘိုးဘွား အမွေကို အရင်းတည်ပြီး ကြီးပွားလာကြခြင်း ဖြစ်၏။

သို့သော်လည်း လွန်ခဲ့သောနှစ်က စာရင်းမှာတော့ မိဘဘိုးဘွား အမွေကို အမှီပြုပြီး ကြီးပွားချမ်းသာလာသူတွေ များများစားစား မပါတော့။ ဤအချက်သည် အမေရိကန်နိုင်ငံ၏ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုနှင့် ပတ်သက်၍ အခြားချက် ဖြစ်၏။

ပထမ ထူးခြားချက်မှာ အမွေရသော ပိုက်ဆံကို ကုဋေကြွယ် သူဌေးကြီးတွေတောင်မှ တာရှည်ထိန်းသိမ်းထားရန် မလွယ်။ အခွန် အောက်တွေကလည်း မိသားစုပိုင် ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုအတွက် “ယိုပေါက် ကြီး” တစ်ခု ဖြစ်သည်။ အမွေခံများက သတိနှင့်၊ လိမ်လိမ်မာမာနှင့် ရင်းနှီး မြှုပ်နှံမှု မပြုလုပ်နိုင်လျှင် မိဘဘိုးဘွားများ ရှာဖွေစုဆောင်းပေးခဲ့သော ပိုက်ဆံ တွေ နေ့ချင်းညချင်း သဲထဲရေသွန် ကုန်ခန်းသွားနိုင်၏။ ဒုတိယအချက်က ကြီးပွားချမ်းသာရေးအတွက် အစဉ်အလာ နည်းလမ်းဟောင်းများမှာ ထင် သလောက် အားမကိုးရခြင်း ဖြစ်သည်။ “ဖော့ဘ်စ်” မဂ္ဂဇင်းတွင် ဖော်ပြသော နောက်ဆုံး စာရင်းအရဆိုလျှင် အချမ်းသာဆုံး ပုဂ္ဂိုလ် ၄၀၀ အနက် (ဒူးပွန်မိသားစုဝင် သုံးဦးမှ လွဲ၍) ၄၃ ဦးသာလျှင် အမွေရ၍ ချမ်းသာ လာသူများ ဖြစ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် “ချမ်းသာလိုလျှင် ရေနံတွင်း တူးပါ” ဟူသော ကုဋေကြွယ်သူဌေးကြီး ဂက်တီ၏ ဩဝါဒမှာလည်း ယခင်ကလို မမှန်ကန်တော့ချေ။

တတိယအချက်မှာ အမေရိကန်နိုင်ငံသည် ဘီလ်ဂီတံတို့လို အစွမ်း အစ ရှိသော လူငယ်များအတွက် အခွင့်အလမ်းတွေ အများကြီးရှိသည် ဘုမိနက်သန် ဖြစ်နေခြင်းပင် ဖြစ်၏။ “မိုက်ကရိုဆော့ဖ်” (Microsoft)

ရန်ကင်းတိုက်



ကွန်ပျူတာကုမ္ပဏီပိုင်ရှင် ဘီလ်ဂိတ်သည် အချမ်းသာဆုံး အမေရိကန် သူဌေးကြီးများ စာရင်းတွင် ရော့ခဲဖဲလားတို့၊ မယ်လွန်တို့၊ ဂက်တီတို့၊ ကာနေဂျီတို့တို့ပင် ကျော်တက်နိုင်ခဲ့သည်။

ယနေ့ခေတ်တွင် စွန့်ဦးတီထွင် လုပ်ငန်းရှင်တွေအနက် တော်တော် များများမှာ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် နောက်ခံကောင်း မရှိသော သာမန်လူတွေ ဖြစ်ကြ၏။ သူတို့အနေဖြင့် စီးပွားရေးတွင် ထိပ်တန်းသို့ ရောက်လာကြ သည်မှာ ဇွဲကောင်းခြင်း၊ စိတ်ကူးဉာဏ်ကောင်းခြင်းနှင့် ကံကောင်းခြင်း တို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။ ၁၉၉၅ ခုနှစ်ထုတ် “ဖော့ဘ်စ်” မဂ္ဂဇင်း၏ “ပုဂ္ဂိုလ် ၄၀၀” စာရင်းတွင် ဘီလ်ဂိတ်နောက်မှ လိုက်သူမှာ ဝါရင်ဘတ်ဖက် ဖြစ်သည်။ သူသည် စတော့ ရှယ်ယာ အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်းဖြင့် ဒေါ်လာ ၁၂ ဘီလျံအထိ ချမ်းသာလာခဲ့သည်။ ဤလုပ်ငန်းတွင် သူ့ကို အိတော်ဆုံး ဟုပင် ခေါ်လောက်၏။ ဘတ်ဖက်သည် သူလို ငါလို လူတိုင်း ရှယ်ယာ ဝယ်ယူနိုင်သော ကိုကာ-ကိုလာ ဖျော်ရည်ကုမ္ပဏီ၊ ဂျစ်လက်(ဘလီတိမ်း) ကုမ္ပဏီနှင့် ဝါရှင်တန်ပို့စ် (သတင်းစာ)ကုမ္ပဏီတို့မှ အစုရှယ်ယာများ ဝယ်ယူပြီး ချမ်းသာလာခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

ဂိတလုပ်ငန်းရှင်ကြီး ဒေးဗစ်ဂက်ဖင်းသည် တစ်ချိန်တုန်းက “ဝီလျံ မောရစ် အေဂျင်စီ” တွင် စာရွေးဌာန၌ လုပ်ကိုင်ခဲ့၏။ အိပ်ချ် ရိုစ် ပီရော့သည် “အိုင်ဘီအမ်” ကုမ္ပဏီ၌ အရောင်းသမား လုပ်ခဲ့၏။ ဆွီဒင်မှ ပြောင်းလာသူ ကုန်စုံဆိုင် လုပ်ငန်းရှင်၏သား ကာတစ် အယ်လ် ကာလ်ဆင်သည် “ဂိုးလ် ဘွန်း တံဆိပ်ခေါင်း ရောင်းဝယ်ရေးကုမ္ပဏီ” ကို စတင် တည်ထောင်ခဲ့ပြီး နောက်ပိုင်းတွင် ဟိုတယ်လုပ်ငန်းနှင့် စားသောက်ဆိုင်လုပ်ငန်းရှင် ဘီလျံမှာ ကြီး ဖြစ်လာခဲ့၏။

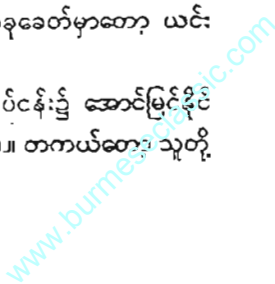
အချမ်းသာဆုံး လုပ်ငန်းရှင်ကြီး ၄၀၀ စာရင်းတွင် ပညာတစ်ပိုင်း တစ်စသာ သင်ခဲ့ရသူတွေလည်း မနည်းပါဝင်သည်။ “မိုက်ကရိုဆော့ဖ်” ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင် ဘီလ်ဂိတ်သည် ဟားဗတ်တက္ကသိုလ်မှ ဘွဲ့ မရဘဲ ကျောင်း

ထွက်လာခဲ့သူ ဖြစ်သည်။ (သူသည် ကွန်ပျူတာဆော့ဖ်ဝဲနှင့် တစ်ကိုယ်ရေသုံး ကွန်ပျူတာ အားလုံးနီးပါးအတွက် ဦးနှောက်စက်ကို တိုးတက်တီထွင်ခဲ့၏။) အမေရိကန်သို့ ပြောင်းလာခဲ့သော အာမေန်ယံလူမျိုး သစ်သီးဝလံ စိုက်ပျိုး သူ၏သား ကာထ်ကာကိုရီယံသည် အထွတ်အမြတ်ပင် မအောင်ခဲ့။ သို့သော် လည်း သူသည် ဟောလိဝုဒ်နှင့် လက်ဒီဂါတ်စ်တွင် တိုက်တာခြံမြေ လုပ်ငန်း ဖြင့် သန်းကြွယ်သူဌေးကြီး ဖြစ်လာခဲ့၏။ ယခုအခါ “ခရိုက်စလာ” ခေတ်တော်ကားကုမ္ပဏီတွင် အဓိက အစုရှယ်ယာပိုင်ရှင်တစ်ဦး ဖြစ်နေပြီ။ “ဘားနား” အသံလွှင့် ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင် တက်ဒ်တားနားသည်လည်း ဘွဲ့ မရခင် “ဘရောင်းတက္ကသိုလ်” မှ ကျောင်းထုတ်ခံခဲ့ရသည်။ (နောက်တော့မှ ဘွဲ့ ရ အောင် ပြန်ယူခဲ့၏။)

နောက်တစ်ယောက်က ဟယ်ရီဝိန်းဟိုင်းဇင်ဂါ။ သူလည်း ဘွဲ့ မရ ခင် ကျောင်းထွက်လာခဲ့ပြီး လော်ရီကားဟောင်းတစ်စီးကို အရင်းတည် တာ အမှိုက်ကျုံး လုပ်ငန်းဖြင့် စီးပွားရေးလောကသို့ ဝင်လာခဲ့သည်။ အသက် ၃၁ နှစ်အရွယ် ရောက်တော့ သူနှင့် သူ့လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ဖြစ်သူ ဒိန်းအယ်လ် ဆန်ထရော့ခဲတို့သည် ကမ္ဘာတွင် အကြီးဆုံး အမှိုက်ကျုံးလုပ်ငန်း ဖြစ်သော “ဆွစ် မန်းနေဂျမင် အင်ကော်ပိုရေးရှင်း” (Waste Management Inc.) ကို တည်ထောင်နိုင်ခဲ့ကြ၏။ နောက်ပိုင်းတွင် ဟိုင်းဇင်ဂါသည် ဗီဒီယိုတီပီခွေ လုပ်ငန်းကို ပြောင်းလဲ လုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။

သို့သော်လည်း သူတို့ကို အားကျပြီး အခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေ အနေဖြင့် သောတစ်ပိုင်းတစ်စဖြင့် ကျောင်းထွက်စရာ မလိုပါ။ သူတို့ခေတ်ကတော့ တက္ကသိုလ် ဘွဲ့ မရဘဲနှင့်လည်း သင့်လျော်ရာ အလုပ်တစ်ခုကို လွယ်လွယ် ထူထူ ရနိုင်သည် အခြေအနေမျိုး ရှိခဲ့သည်။ ယခုခေတ်မှာတော့ ယင်း အခြေ အနေမျိုး လုံးဝ မဖြစ်နိုင်သလောက်ပင်။

ပြီးတော့ သူတို့အားလုံးပင် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း၌ အောင်မြင်ခဲ့ ခဲ့သည့် အခြေခံ အရည်အချင်းတွေနှင့် ပြည့်စုံခဲ့ကြ၏။ တကယ်တော့ သူတို့



ဝါသနာပါသော ကိုယ်ပိုင်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်နိုင်ရန် ကျောင်းထွက်ခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်သည်။

“ဖော့ဘစ်” မဂ္ဂဇင်းပါ သူဌေးကြီးတွေ စာရင်းကို ယူကြည့်လျှင် ယခုခေတ်တွင် လုပ်ငန်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ကြီးပွားချမ်းသာနိုင်ကြောင်း အထင်အရှား သိရှိရ၏။ အချို့က ဂေါက်ကွင်းတွေ ဖွင့်ကြသည်။ အချို့က သရေစာ မုန့်ဆိုင်တွေ ဖွင့်ကြသည်။ အချို့က အငှားကား ကုမ္ပဏီတွေ ထောင်ကြသည်။

အဆိုပါ ကုမ္ပဏီကြီးတွေအနက် အများစုသည် ငွေကြေး အရင်းအနှီး တစ်ပုံတစ်ခေါင်းကြီးဖြင့် စတင်လုပ်ကိုင်ခဲ့ကြသည် မဟုတ်။ အရင်းအနှီး မဖြစ်စေလောက်ဖြင့် မြေအောက်ခန်းထဲတွင် သို့မဟုတ် ကားဂိုဒေါင်ထဲတွင် စတင် လုပ်ကိုင်ခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်၏။ “ဟျူးလက်-ပက်ကတ်” (Hewlett-Packard) ကွန်ပျူတာ ကုမ္ပဏီကြီးသည် ဒေးဗစ်ပက်ကတ်၏ ကားဂိုဒေါင်ထဲတွင် ၅၃၈ ဒေါ်လာတန် အိလက်ထရွန်နစ်ပစ္စည်း အစိတ်အပိုင်းများဖြင့် စတင်ခဲ့သည်။ “ဝေါလ်-မတ်” (Wal-Mart) ကုန်ပဒေသာတိုက်ကြီးသည် အာကန်ဆက်ပြည်နယ် နယူးပိုမြို့တွင် ငါးဒေါ်လာ ဆယ်ဆင့်တန် စတိုးဆိုင်ကလေးမှ စတင်ခဲ့၏။ ရစ်ချက် ဒီဖိုစ်နှင့် ဂျေးဗန်အင်ဒီတို့သည် သူတို့၏ “အမ်ဝေ” (Amway Corp.) ကုမ္ပဏီကြီးကို အိမ်အောက်ခန်းတွင် စတင်တည်ထောင်ခဲ့ပြီး ဒက်ထရိုက်မြို့ ဆေးဆိုင်တစ်ဆိုင်မှ ဝယ်ယူသော သန့်ရှင်းရေး ကိရိယာကို ဖြန့်ချိရောင်းချခဲ့ကြ၏။

ပေးလို့မကုန် လှူလို့မခန်း ကျိုကျိတ်ကံ ချမ်းသာသူတွေနှင့် ပတ်သက်၍ စာရေးဆရာကြီး စကော့ဖစ်ဂျရယ် ပြောဖူးသော ကမ္ဘာကျော်စကားတစ်ခွန်း ရှိသည်။

‘သူတို့က ခင်ဗျားနဲ့လည်း မတူ၊ ကျုပ်နဲ့လည်း မတူ တစ်မူ ထူးခြားတဲ့ လူတွေပါဗျာ’ တဲ့။

သို့သော် ထိုစကားကို “ဖော့ဘစ်” မဂ္ဂဇင်းပါ စာရင်းနှင့်တော့

ရပြန်တယ်လို့

သက်သေ မထူနိုင်။ ထိုစာရင်းပါ သူဌေးကြီးတွေက အမျိုးမျိုးအစားစား ကွဲပြား ခြားနားသည်။ အချို့က အရပ်ရှည်သည်။ အချို့က အရပ်ပုံသည်။ အချို့က ဝသည်။ အချို့ ပိန်သည်။ အချို့က ဉာဏ်ရည်ကောင်းကြသည်။ အချို့က ဉာဏ်ရည် မကောင်းကြ။ အချို့က ရက်ရောကြသည်။ အချို့က နှမြောကြသည်။

အံ့ဖွယ်အကောင်းဆုံးမှာ အဆိုပါ သူဌေးကြီးတွေအနက် လူအများစုသည် တစ်သက်လုံး သုံးမကုန်အောင် ချမ်းသာကြသော်လည်း မယုံကြည်နိုင်လောက်အောင် ခြီးခြံရွှေတာကြခြင်း ဖြစ်၏။ ၁၉၉၂ ခုနှစ်က ကွယ်လွန်သွားသော “ဝေါလ်-မတ်” ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင် ဘီလျံနာသူဌေးကြီး ဆမ် ဝေါလ် တန်ဆိုလျှင် ဇိမ်ခံကာ အကောင်းစားကို မစီးဘဲ ချက်ပလက် ကားစုတ်ကြီးကိုသာ စီးသွားခဲ့သည်။

တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ခြီးခြံရွှေတာရုံသာမက လူတော သူတောလည်း မတိုးကြ။ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှုကိုလည်း ရှောင်ကြသည်။ အလုပ်ကျတော့လည်း အိပ်ပျက်စားပျက်ခံကာ အချိန်အကြာကြီး လုပ်ကြသည်။ သူတို့သည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း အောင်မြင်ရေးအတွက် ယင်းသို့ လုပ်ကိုင်ကြခြင်း ဖြစ်သည်။ သူတို့ကို နမူနာတင်၍ အဖိုးတန် သဘောတရား တစ်ခု ရရှိနိုင်သည်။ ထိုသဘောတရားကား...

“မိမိ ဝါသနာပါပြီး စိတ်ချမ်းသာမည့် လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ရှာ၊ မိမိမှာ ရှိသမျှ ပုံအောရင်းနှီး၊ ထို့နောက်တော့ ပိုက်ဆံက ကျွဲကူးရေပါ အလိုလို ဝင်လာလိမ့်မည်” ဟူ၏။

[‘How the Rich Got Rich’ , R. D., April, 1996]



အချိန်ကိုက် ဆုံးဖြတ်နိုင်မှ ကြီးပွားမည်

“အက်ပယ်” ကွန်ပျူတာကုမ္ပဏီက “မက္ကင်တော့” ကွန်ပျူတာကို ၁၉၈၄ ခုနှစ်တွင် ဦးဦးဖျားဖျား စတင်ထုတ်လုပ်သည်။ မက္ကင်တော့ကွန်ပျူတာသည် ချက်ချင်းလိုလို နာမည်ထွက်သွားသည်။ သူ့လိုင်းတွင် ထိပ်တန်း ဖြစ်၍ အလားအလာကောင်း ရှိနေ၏။

သို့သော်လည်း မက္ကင်တော့ ကွန်ပျူတာ ကိုင်တွယ် သုံးစွဲပုံ နည်းစနစ် ကို အခြားကွန်ပျူတာ ကုမ္ပဏီများအား လွှဲပြောင်းရောင်းချရန်ကို လည်း ကောင်း၊ ကွန်ပျူတာ ထုတ်လုပ်မှုကို မိမိတို့ကသာ ထိန်းချုပ်ထားခြင်း မပြုရန်ကို လည်းကောင်း အက်ပယ်ကုမ္ပဏီ အာဏာပိုင်များက ဆုတ်ဆိုင်း ကြန့်ကြာနေခဲ့ကြသည်။

ထိုအချိန်တွင် ပြိုင်ဘက် “အိုင်ဘီအမ်” ကွန်ပျူတာများအတွက် “ပြတင်းပေါက်” စနစ်ကို “မိုက္ကရိုဆော့” ကုမ္ပဏီက ဆန်းသစ်တီထွင်လိုက် ၏။ မိုက္ကရိုဆော့ ကုမ္ပဏီသည် ကြိုက်ဈေးပေးသူတိုင်းအား ကွန်ပျူတာ ကိုင်တွယ်သုံးစွဲပုံ နည်းစနစ်ကိုလည်း ရောင်းချရာ လက်မလည်အောင် ရောင်းခဲ့ရသည်။

၁၉၉၄ ခုနှစ် စက်တင်ဘာလ ရောက်တော့မှ အက်ပယ်ကုမ္ပဏီက မက္ကင်တော့ နည်းပညာကို အခြားကုမ္ပဏီများသို့ စတင်ရောင်းချသည်။ သို့သော် ထိုအချိန်တွင် အခြားကုမ္ပဏီအများစုက မိုက္ကရိုဆော့ ကွန်ပျူတာ

နည်းစနစ်ကို ဝယ်ယူပြီး ဖြစ်နေပြီ။ ထို့ကြောင့် အက်ပယ်နည်းစနစ်ကို ဝယ်ယူသူမှာ အနည်းငယ်မျှသာ ဖြစ်၏။

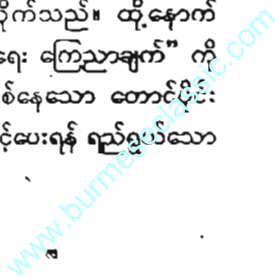
ဤဖြစ်ရပ်နှင့် ပတ်သက်၍ ဘဏ္ဍာရေး ဆန်းစစ်ပညာရှင် ဒေါက် တာလတ်ကကပ်စ် က-

‘အက်ပယ်ကုမ္ပဏီရဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ဟာ မှန်ကန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ ဆုံးဖြတ်ချက်က သိပ်ပြီး နောက်ကျသွားတယ်’ ဟု ဝေဖန်သုံးသပ် ခဲ့သည်။

တကယ်တော့ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စမှာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက် အစုအပေါင်းသည် ကျွန်ုပ် တို့၏ ဘဝပင် ဖြစ်၏။ ထို့ပြင် ဆုံးဖြတ်ချက်တိုင်းတွင်လည်း “ဘယ်အချိန် မှာ ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှားလဲ” ဟူသော အချက်သည် အလွန်အရေးကြီး သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက် သိပ်မြန်သွားလျှင် အကျိုးမရှိဘဲ အကျိုးယုတ်သွားတတ် သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက် သိပ်ပြီး နောက်ကျသွားလျှင်လည်း အခွင့်အလမ်း ကောင်းတွေကို လက်လွတ်သွားတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် “ဘယ်အချိန်မှာ ဆုံးဖြတ်မှားလဲ” ဟူသော အချက်သည် “ဘာကို ဆုံးဖြတ်မှားလဲ” ဟူသော အချက်ကဲ့သို့ပင် အလွန် အရေးကြီး၏။

ထိုသို့ အရေးကြီးသော ကာလမျိုး၌ ကျွန်ုပ်တို့အား ကူညီနိုင်သော သင်ခန်းစာများသည် နေ့စဉ်ဘဝနှင့် သမိုင်းဖြစ်စဉ်တို့တွင် ပြည့်နက်လျက် နှိမ့်သည်။

အမေရိကန် ပြည်တွင်းစစ်ကြီး ဖြစ်ပွားနေချိန် ၁၈၆၁ ခုနှစ် ဇူလိုင် လတွင် သမ္မတ အေဘရာဟမ်လင်ကွန်းသည် သူ့ဆုံးဖြတ်ချက်ကို တင်ပြရန် ဝန်ကြီးအဖွဲ့အား အိမ်ဖြူတော်သို့ ဖိတ်ခေါ်လိုက်သည်။ ထို့နောက် သမ္မတကြီးက ဝန်ကြီးအဖွဲ့အား “လွတ်မြောက်ရေး ကြေညာချက်” ကို ဖတ်ပြသည်။ ယင်းမှာ ပြည်ထောင်စုနှင့် စစ်ဖြစ်နေသော တောင်ပိုင်း ပြည်နယ်များမှ ငွေဝယ်ကျွန်များအား လွတ်လပ်ခွင့်ပေးရန် ရည်ရွယ်သော



ကြေညာချက် ဖြစ်၏။ ကြေညာချက်ကို သမ္မတကြီး ဖတ်ပြီးသွားသောအခါ ဝန်ကြီးတွေအားလုံး ဘာတစ်ခွန်းမှ မပြောဘဲ ပိတ်ပိတ်သား ငြိမ်ဆိုတ်ကြေညာသည်။ (ဤကိစ္စသည် ထိုအချိန်က အလွန်အရေးကြီးသောကိစ္စ ဖြစ်သောကြောင့် မြောက်ပိုင်းပြည်နယ်များ၌ပင် ပွက်လောရိုက်သွားနိုင်၏။)

ထို့နောက် နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး ဝီလျံဆီးဝါဒ်က ထ၍ ပြောသည် မကြာသေးမီတွင်ပင် ခွဲထွက်ရေးပြည်နယ် တပ်ပေါင်းစုက ပြည်ထောင်စု တပ်မတော်ကို ဝင်ရောက်တိုက်ခိုက်သွားကြောင်း၊ သမ္မတကြီး၏ ကြေညာချက်ကို သွေးရွေးသွေးတန်း လုပ်ရပ်အဖြစ် အဓိပ္ပာယ် ကောက်သွားကြမည်ဆိုပြီး ရိုက်ရကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် ပို၍ ရုပ်လုံးပေါ်လာသည့် အချိန်အထိ စောင့်ဆိုင်းသင့်ကြောင်းဖြင့် နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးက တင်ပြသည်။

သမ္မတကြီးက သဘောတူ လက်ခံပြီးနောက် ကြေညာချက်ထံ ရွှေ့ဆိုင်းထားလိုက်သည်။ (“အင်တီယက်တစ်” တိုက်ပွဲဖြင့် ခွဲထွက်ရေးပြည်နယ်တပ်ပေါင်းစုကို ဟန့်တားနိုင်သော စက်တင်ဘာလအထိ ကြေညာချက်ကို ရွှေ့ဆိုင်းထားခဲ့ခြင်း ဖြစ်၏။) ထိုအချိန်က ပြည်ထောင်စုစနစ်ထံ ထောက်ခံသူတိုင်းပင် အဆိုပါ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ကျေနပ်ဝမ်းသာ လက်ခံခဲ့ကြသည်။

ဥပဒေသ။ ။ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို ဆန့်ကျင်သူ များလေလေ ဆုံးဖြတ်ချက်ချသည့် အမှန်ကန်ဆုံး အချိန်ကာလကို အရွေးခက်လေလေ ဖြစ်သည်။

ဆုံးဖြတ်ချက် ချမည့်သူများသည် အမှန်ကန်ဆုံး ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ရွေးချယ် ချမှတ်နိုင်ရေးအတွက် သက်ဆိုင်ရာကိစ္စနှင့် ပတ်သက်သော သတင်း အချက်အလက်များ အသေးစိတ်ကို စုဆောင်းကြသည်။ ဆန်းစစ်ကြသည်။ ပြန်လည် သုံးသပ်ကြသည်။

အမေရိကန်နိုင်ငံ စတန်းဖို့ဒ်တက္ကသိုလ်မှ မဟာဗျူဟာနှင့် အသင်း

ရှုန်ဗာဒု အောင်မြင်မည်

အဖွဲ့ဌာန တွဲဖက်ပါမောက္ခ ကက်သလင်းအိုက်ဆင်ဟတ်သည် ကုမ္ပဏီ ၁၂ ခု တို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်ခြင်းနှင့် နှေးခြင်းတို့ကို သုတေသနပြုခဲ့သည်။

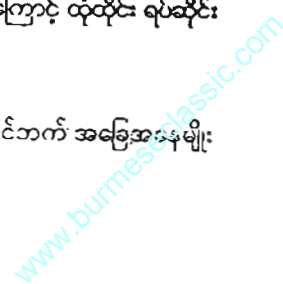
ယင်းသို့ သုတေသန ပြုရာတွင် ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်သူများသည် ကုန်ပစ္စည်းသစ် စတင်ထုတ်လုပ်ခြင်းကဲ့သို့သော အရေးကြီးသည့် ဆုံးဖြတ်ချက် တစ်ခုကို ချမှတ်ရန် နှစ်လမှ လေးလအထိ အချိန်ယူကြကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ ထိုကာလအတွင်း သူတို့သည် သတင်း အချက်အလက် နားကို ရရှိနိုင်သမျှ စုဆောင်းကြသည်။ အပြောင်းအလဲများကို ဖြစ်နိုင်သမျှ ကြိုဆင်ကြသည်။ သို့သော်လည်း သူတို့သည် နောက်ဆုံး သတင်းအချက်အလက်များကို ရရှိရန်လည်း မကြိုးစားကြ၊ ရာနှုန်းပြည့် သဘောတူညီမှု ရရှိရန်လည်း အားမထုတ်ကြ။

အခြားတစ်ဖက်တွင်မူ ဆုံးဖြတ်ချက် နှေးသူများသည် အလားတူ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ရရှိနိုင်ရန် ၁၈ လအထိ အချိန်ယူခဲ့ကြ၏။ သူတို့က သတင်းအချက်အလက် အားလုံးကို ရရှိရန်နှင့် ရာနှုန်းပြည့် သဘောတူညီမှု ရရှိရန် အထူး အားထုတ်ကြသည်။ သို့သော်လည်း နောက်ဆုံး ဆုံးဖြတ်ချက် ချသောအခါ သူတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်မှာ တစ်ခါတစ်ရံ မဆီမဆိုင် ဖြစ်နေတတ်၏။

ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်သူများသည် သတင်း အချက်အလက်များထဲတွင် နှစ်မြှုပ်နေခြင်း၏ အန္တရာယ်ကို သိကြသည်။ ယင်းသို့ဖြစ်လျှင် အခြေအနေကို ပီပီပြင်ပြင် မမြင်ရတော့သည့်အပြင် ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုလည်း မှန်မှန်ကန်ကန် မချနိုင်တော့။

ဥပဒေသ။ ။ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ခြင်းကြောင့် ထုံထိုင်း ရပ်ဆိုင်းသွားတတ်သည်ကို သတိပြုပါ။

သို့သော် ယင်းနှင့် အလွန်အလွန် ဆန့်ကျင်ဘက် အခြေအနေမျိုးတို့လည်း မဖန်တီးပါနှင့်။



ကျွန်တစ်လ လင်ဒီမင် ၂၇ နှစ်သည် ဥအိမ် အရည်တည်ရောဂါကို ခွဲစိတ်ခံရသည်။ ခွဲစိတ်နေစဉ်အတွင်း ဆရာဝန်များက ကင်ဆာဖြစ်နိုင်သော အခြေအနေကို စစ်ဆေးတွေ့ရှိကြသည်။ မီးယပ်ပါရဂူက သားအိမ်ကို ခွဲစိတ် ကုသရန် အကြံပေးပြီး ခွဲစိတ်ရန် ရက်သတ်မှတ်ပေးသည်။

မကြာခင် အိမ်ထောင်ပြုတော့မည် ဖြစ်သောကြောင့် လင်ဒီမင်က လက်မခံ။ သူက ဆုံးဖြတ်ချက် မမြန်ချင်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် နောင် အခါ ကလေးမရလျှင် သူနှင့် သူ့ခင်ပွန်းတို့ စိတ်မချမ်းသာ ဖြစ်ရမည်ကို စိုးရိမ်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

သို့ဖြင့် သူသည် အခြား မီးယပ်ပါရဂူတစ်ယောက်နှင့် ထပ်ပြုသည်။ ပါရဂူက စစ်ဆေးကြည့်သောအခါ သားအိမ် အတွင်းမြေ့ နေရာလွှဲနေသည် ကို တွေ့ရသောကြောင့် သန္ဓေတား စားဆေးပေး၍ ကုသည်။ ယခု ၁၄ နှစ် ကြာသည်အထိ အခြေအနေ ကောင်းလျက်ရှိ၏။

ဥပဒေသ။ ။ မြောင်းလွှဲရွေးချယ်မှု မပြုလုပ်ဘဲ ဆုံးဖြတ်ချက် ကို အလောတကြီး မချမှတ်ပါနှင့်။

ဒုတိယ ကမ္ဘာစစ်အတွင်းက ဟစ်တလာသည် “ဗာဆေးစာချုပ်” ကို ချိုးဖောက်ပြီး သူ့စစ်တပ်ကို ရိန်းလင်းဒေသသို့ ကျူးကျော် ချီတက်လာ သည်။ သို့သော်လည်း မဟာမိတ်အနောက်နိုင်ငံများက မည်သို့မျှ မတုံ့ပြန်ဘဲ လက်ပိုက် စောင့်ကြည့်နေကြသည်။ ထိုအခါ ဂျာမန်အာဏာရှင်ကြီးသည် ဥရောပနိုင်ငံများအား တစ်နိုင်ငံပြီး တစ်နိုင်ငံ ဝါးမျိုးတော့သည်။

အမေရိကန်သမ္မတ ဟယ်ရီထရူးမင်း၏ လုပ်ရပ်ကတော့ တစ်စုံ ကွဲပြား၏။ ၁၉၅၀ ပြည့်နှစ် ဇွန်လအတွင်းက သူသည် မစ်ဇူရီပြည်နယ် အနားယူ စခန်းသို့ ရောက်နေသည်။ တစ်နေ့တွင် ဝါရှင်တန်မှ တယ်လီဖုန်း လာ၏။

‘သမ္မတကြီးခင်ဗျား၊ တောင်ကိုရီးယားကို မြောက်ကိုရီးယားက

တိုက်ခိုက်

ကျူးကျော် ဝင်ရောက်နေပါပြီ’ ဟု နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး ဒီးန်အေချီဆန်က တောင်းပို့သည်။

ဤတွင် သမ္မတကြီးသည် ဝါရှင်တန်သို့ ချက်ချင်း သုတ်ခြေတွင် ဖြန့်လာခဲ့လေသည်။

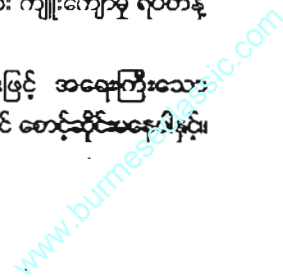
မြောက်ကိုရီးယား ကျူးကျော်မှုသည် လွတ်လပ်သော ကမ္ဘာနိုင်ငံ များ အတွက် အန္တရာယ်ကြီး ဖြစ်သည်ကို သမ္မတ ထရူးမင်းက ကောင်းစွာ သိ၏။ ဤလုပ်ရပ်သည် ဆိုဗီယက်ယူနီယံ၏ ပရိယာယ်လှည့်ကွက် ဖြစ်နိုင် သည်။ ဆိုဗီယက် ရုရှားနိုင်ငံက ဥရောပကို ဝင်တိုက်လျှင် အာရှတွင် အမေရိ ကန် နိုင်ငံထက် လက်ဦးအောင် ခြေကုပ်ယူထားဖို့ ရည်ရွယ်ခြင်း ဖြစ်နိုင် သည်။ သို့မဟုတ် သွေးရိုးသားရိုး ကျူးကျော်ဝင်ရောက်ခြင်း ဖြစ်သည့် တိုင်အောင် ရုရှားက သူ၏ မဟာမိတ် ကွန်မြူနစ် မြောက်ကိုရီးယားကို အကူအညီ ပေးကောင်း ပေးလိမ့်မည်။ ယင်းသို့ဆိုလျှင် တတိယကမ္ဘာစစ်ကြီး ဖြစ်လာနိုင်သည်။

ဘယ်ဘက်က တွက်တွက်၊ တောင်ကိုရီးယားကို လက်လွတ်ရမည် မှာ သေချာနေ၏။ ထို့ကြောင့် ထရူးမင်းသည် အချိန်မဆွဲနေတော့ဘဲ အရေး ခေါ် အစည်းအဝေး ချက်ချင်းခေါ်ကာ ဤကိစ္စကို ဆွေးနွေးသည်။ ထို နောက် ဘယ်အခြေအနေမျိုးပဲ ဖန်လာဖန်လာ၊ အမေရိကန်က တောင်ကို ရီးယားကို အကြွင်းမဲ့ ကူညီမည်ဖြစ်ကြောင်း ကြေညာချက် ထုတ်ပြန် လိုက်၏။

ဤသို့ဖြင့် ကိုရီးယားစစ်ပွဲ သုံးနှစ်တိုင်တိုင် ဆက်လက် ဖြစ်ပွား သည်။ သို့သော်လည်း နောက်ဆုံး၌ မြောက်ကိုရီးယား ကျူးကျော်မှု ရပ်တန့် သွားခဲ့၏။

ဥပဒေသ။ ။ စောင့်ဆိုင်းနေခြင်းဖြင့် အရေးကြီးသော ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခု ပျက်ပြယ်သွားမည်ဆိုလျှင် စောင့်ဆိုင်းနေပါနှင့်။ အခုချက်ချင်း ဆုံးဖြတ်ပါ။

တိုက်ခိုက်



တစ်ခါတစ်ရံ သတိကြီးစွာဖြင့် ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားသည့်တိုင် အောင် ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုသည် လွဲချော်သွားတတ်သည်။ ယင်းသို့ ဖြစ်ရ သည့်မှာ မသိစိတ်(ငုပ်စိတ်) က လက်မခံသော ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို သိစိတ်က လက်ခံသောကြောင့် ဖြစ်နိုင်၏။

ဘာကလေးမြို့ ကာလီမိုးနီးယား တက္ကသိုလ်တွင် ဆုံးဖြတ်ချက် သင်တန်း ပို့ချခဲ့ဖူးသော စာရေးဆရာမ အေဒရီးယန်းမီလာသည် ကားသစ် တစ်စီး ဝယ်ချင်သည်။ သို့နှင့် သူသည် ပေါက်ဈေးကို စုံစမ်းသည်။ မိတ်ဆွေ များထံမှ အကြံဉာဏ်တောင်းသည်။ ယင်းအချက်များကို အခြေခံကာ မော်ဒယ်တူ ကားနှစ်စီးကို ယှဉ်ကြည့်သည်။ တစ်စီးက နည်းနည်းသာသည်။ သို့သော်လည်း သူက အခြားတစ်စီးကို ရွေးလိုက်၏။

‘ကျွန်မဟာ ကျွန်မရဲ့ အတွင်းစိတ်က ပြောတာကို ဝယ်လိုက်တာပဲ။ အတွေ့အကြုံနဲ့ ခံစားချက်ကို တိုင်းတာလို့ မရနိုင်ပါဘူး’ ဟု သူက ပြော သည်။

အရည်အသွေးတူ ပစ္စည်းနှစ်ခုအနက် တစ်ခုခုကို အချိန်ဆွဲမနေဘဲ ချက်ချင်း ဝယ်ရတော့မည်ဆိုလျှင် ရွေးချယ်ရ ပိုခက်တတ်၏။ ယင်းသို့ အကျပ်အတည်း ကြုံရသောအခါ ခေါင်းပန်း လှန်၍ ဆုံးဖြတ်ရန် စီမံခန့်ခွဲမှု ပါရဂူ ဝါရင်တင်းနစ်က အကြံပေးသည်။

လက်နှင့် တောက်တင်လိုက်သည့် အကြွေစေ့ လေထဲမှာရှိနေတုန်း ကိုယ့်စိတ်ထဲက ခေါင်းကျပါစေဟု ဆုတောင်းမိလျှင် အတွင်းစိတ်က အကြံပေးတာကိုပဲ ရွေးလိုက်ပါ။

ဥပဒေသ။ ။ ဆုံးဖြတ်ချက် ချသောအခါ အတွင်းစိတ် က အကြံပေးတာကို လျစ်လျူမပြုပါနှင့်။

ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် သတ်မှတ်ရက် ကုန်ဆုံးချိန် (Deadline) သည် မည်မျှသက်ရောက်မှု ရှိသနည်း ဟူသော အချက်ကို လော့စ်အိန်

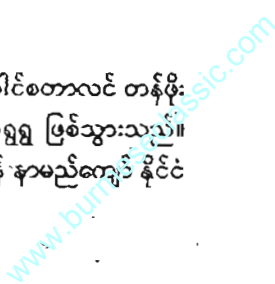
ကျွမ်းလိပ်မြို့ ကာလီမိုးနီးယားတက္ကသိုလ် အင်ဒါဆင် စီမံခန့်ခွဲရေးကျောင်းမှ ကျွန်ုပ်တို့ကုန်ဆစ်က ၁၀ နှစ်တိတိ လေ့လာသူတေသန ပြုခဲ့သည်။ ရလဒ်မှာ အောင်မြင်စွာ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသည်။ လုပ်ငန်းစီမံချက်တစ်ခု၏ အစ တလနှင့် အဆုံးသတ်ကာလအတွင်း တစ်နာရီအလို၌ ဖြစ်စေ၊ တစ်နှစ် အလို၌ဖြစ်စေ လုပ်ငန်းကို လက်တွေ့ အကောင်အထည် ဖော်ကြသည်။

စင်စစ် ယင်းသို့ ကြားကာလထဲ ရောက်ရှိနေသောအခါ မည်သူမျှ အောင်မြင်သော ဆုံးဖြတ်ချက်မျိုးကို မကြာခဏ ချမှတ်ရတတ်၏။ သတ်မှတ်ချိန်မှ အချိန်ဘယ်လောက် ကုန်သွားပြီလဲ ဆိုတာထက် သတ်မှတ် ချိန်ကုန်ရင် အချိန်ဘယ်လောက် ကျန်သေးသလဲ ဆိုသည်က ပို၍ အရေးကြီး သည်။

ကျွန်းမာရေးစီမံခန့်ခွဲမှု အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့အား ဆေးရုံမန်နေဂျာများအတွက် နေရာဖလှယ်ပွဲတစ်ခု ပြုလုပ်ရန် တာဝန်ပေးသည်။ ပထမတွင် ကြီးကြပ်သူ ဆွေက အမှုထမ်း “ယုံကြည်မှု” ကိစ္စကို အလေးထားပြီး ဆွေးနွေးကြသည်။ သို့သော် ဆွေးနွေးပွဲ တစ်ဝက်ရောက်ချိန်တွင် အမှုထမ်းယုံကြည်မှုကိစ္စသည် ဆူတူယူကျွန်း ပေးဝါးဝါး ပြဿနာကြီး ဖြစ်နေကြောင်း သဘောပေါက် ထာသောကြောင့် လက်တွေ့ ရင်ဆိုင်နေရသော ပြဿနာများကိုသာ ပြောင်းလဲဆွေးနွေးကြသည်။ သတ်မှတ်ချိန် ကုန်ဆုံးသောအခါ သူတို့သည် ဆွေးနွေးသည့် အဆင့်မှ ဆုံးဖြတ်ချက်ချသည့် အဆင့်သို့ ပြောင်းလိုက်ကြ ရ၏။

ဥပဒေသ။ ။ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခု ချရန် နောက်ဆုံးရက် ကို အမြဲတမ်း သတ်မှတ်ထားပါ။

၁၉၉၂ ခုနှစ် စက်တင်ဘာလတွင် ဗြိတိသျှ ပေါင်စတာလင် တန်ဖိုး ဆက်မှုကြောင့် ကမ္ဘာ့ငွေကြေး ဈေးကွက် လှုပ်လှုပ်ရွရွ ဖြစ်သွားသည်။ ဤတွင် ကုန်သွယ်ရာ၌ ဈေးအကျကို စောင့်ရှုဝယ်ရန် နာမည်ကျော် နိုင်ငံ



တကာ ရင်းနှီးမြုပ်နှံသူ ဂျော့ဆိုးရိုးစံအား သူ၏လက်ထောက်များက အကြံပေးကြသည်။ အလွန်အကျွံ မလုပ်ဘဲ အသင့်အတင့်သာ လုပ်ရန်လည်း သူတို့က သတိပေးကြသည်။

သို့သော် ဆိုးရိုးစံက သူတို့စကားကို နားမထောင်။ သူက 'ကျုပ်တို့ လုပ်တာကို ကျုပ်တို့ မယုံရင် ဘယ်လိုလုပ် အလုပ်ဖြစ်မှာလဲ' ဟု ပြောပြီး "အချို့ကြီး" အရောင်းအဝယ် လုပ်လိုက်သည်။ သူ့လုပ်ရပ်သည် ကွက်တီ အချိန်ကိုက်သည်။ ဤလုပ်ရပ်(ဤဆုံးဖြတ်ချက်)ကြောင့် သူ့အတွက် ခါးပိုက်ဝင် အိတ်ဝင် ဒေါ်လာ ၁.၆ ဘီလျံ ရလိုက်၏။

ဥပဒေသ။ ။ လုပ်ငြိဆိုလျှင် အင်နှင့် အားနှင့် လုပ်ပါ။

တကယ်တော့ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းတွင် တစ်ချို့တည်းနှင့် ဒေါ်လာ တစ်ဘီလျံ အသားတင်မြတ်နိုင်သူမှာ လူနည်းစုသာ ဖြစ်လိမ့်မည်။ ဘယ်လိုပင် ဖြစ်ဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးတွင် အရေးကြီးသော ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ ချမှတ်စရာ ရှိကြသည်။

ထို့ကြောင့် မိတ်ဆွေ၏ အရေးကြီးသော ဆုံးဖြတ်ချက်ကို အချိန်ကိုက် နောက်ဆုံးချမှတ်သောအခါ အထက်က ဖော်ပြခဲ့သည့် ဥပဒေသများက မလွဲမသွေ အထောက်အကူ ပြုပါလိမ့်မည်။

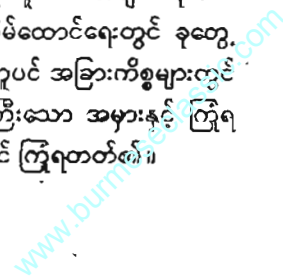
['Your Most Important Decision' , R.D., May, 1995]

အောင်မြင်ချင်လျှင် ဆုံးဖြတ်ချက် မလောနှင့်

အခြေအနေတစ်ရပ်ကို အမိအရ ဆုပ်ကိုင်ပြီး ထင်မြင်ယူဆချက် အမြန် နှစ်ထုတ်နိုင်သောကြောင့် သူတို့ကိုယ်သူတို့ အလွန် ဂုဏ်ယူသည့် လူစား ချီးကို မိတ်ဆွေ တွေ့ဖူးပါသလား။ ဆုတ်ဆိုင် နှောင့်နှေးမနေဘဲ ဆုံးဖြတ် ချက် တစ်ရပ်ကို အလျင်အမြန် ချမှတ်နိုင်သည့်အတွက် သူတို့၏ အရည် အချင်းကို မိတ်ဆွေ အားကျမိပါသလား။

အားကျချင်လျှင် ကျနိုင်ပါသည်။ သို့သော် အလွန်အမင်းတော့ အထင်မကြီးလိုက်ပါနှင့်။ တကယ်တော့ ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်ခြင်းသည် အကောင်းကြီး မဟုတ်ပါ။ သုတေသနပြု လေ့လာမှု အားလုံးလိုလိုကပင် စဉ်းစဉ်းစားစား ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်ခြင်းကို ထောက်ခံခဲ့ကြသည်။

"လောကြီးတော့ အချည်းနှီး ဖြစ်တတ်သည်" ဟူသော စကားပုံ ရှိသည်။ ပြဿနာတစ်ရပ်ကို ဖြေရှင်းရာတွင် သတိတရားဖြင့် ဆင်ဆင် ခြင်ခြင် ဆုံးဖြတ်မှသာလျှင် အောင်မြင်နိုင်သည် ဟူသော အချက်ကို စိတ် ပညာ သုတေသီများက သဘောတူကြ၏။ အိမ်ထောင်ရေးတွင် ခုတွေ့ ခုချစ်လျှင် ခုကဲ့ ခုပြီ ဖြစ်တတ်သည်။ အလားတူပင် အခြားကိစ္စများတွင် လည်း ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်ခြင်းကြောင့် ကြေးကြီးသော အမှားနှင့် ကြိုရ တတ်၏။ တစ်ခါတစ်ရံ ဘဝပျက်သည် အထိပင် ကြိုရတတ်၏။



စိတ်ပညာရှင်များ မကြာခဏ ကိုးကား ဖော်ပြလေ့ရှိသော စံဝင် သုတေသန စစ်တမ်းတစ်ခု ရှိသည်။ ယင်းစစ်တမ်းအရ ပင်လယ်ကူး သင်္ဘောကြီးများအတွက် စိတ်အချရဆုံး အရာရှိများ ရရှိရန် စစ်ဆေးစမ်းသပ်မှု တစ်ရပ် လုပ်သည်။

လျှောက်ထားသူအားလုံးသည် ရေကြောင်း အတတ်ပညာနှင့် ပတ်သက်၍ အတွေ့အကြုံ ရှိကြသည်။ ၎င်းတို့အား မြူနှင့်တွေ ပိတ်ဆို့နေစဉ် ရှေ့တည်တည်မှ အခြား သင်္ဘောတစ်စင်း အရှိန်နှင့် ခုတ်မောင်းလာသည့် အခြေအနေမျိုး ဖန်တီးပေးသည်။

ပထမ အုပ်စုသည် သင်္ဘောနှစ်စင်း ပက်ပင်းတိုး ဝင်တိုက်တော့မည့် အရေး တွေးပြီး အကြောက်လွန်ကာ အချိန်မနှောင်းမီ မှန်ကန်သော အမိန့်ကို မပေးနိုင်ကြ။

ဒုတိယ အုပ်စုကတော့ အလွန်မြန်သည်။ ပထမဆုံး ပေါ်လာသည့် စိတ်ကူးအတိုင်း ချက်ချင်း ဆောင်ရွက်သည်။

တတိယ အုပ်စုကမူ အတိတ်က အတွေ့အကြုံနှင့် ဗဟုသုတတွေကို အသုံးချလျက် အခြေအနေကို တည်ငြိမ်စွာ လေ့လာသုံးသပ်သည်။ ပြီးတော့မှ မှန်ကန်သော အမိန့်ကို ခိုင်မာတိကျစွာ ပေးသည်။

အထက်ပါ လေ့လာချက်အရ “အမြန် ဆုံးဖြတ်သူများအား အချိန်ယူ ဆုံးဖြတ်သူများလောက် စိတ်မချရ” ဟူသော ယေဘုယျ သဘောတူညီချက်ကို စိတ်ပညာရှင်များက လက်ခံကြ၏။

သည်တော့ ဤအချက်ဖြင့် ဘာကို သိရသနည်း၊ အလွယ်ဆုံး ပြောရလျှင်တော့ အရေးပေါ် ပြဿနာနှင့် ထိပ်တိုက် ကြုံလာလျှင် ခေါင်းအေးအေးဖြင့် တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည်သာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏။ လုံခြုံမှုရှိလျှင် ရှိသလောက် အချိန်ပေး၍ ဆင်ဆင်ခြင်ခြင် ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည်သာ ပို၍ အကျိုးရှိ၏။

အသေးအပွဲ ပြဿနာများကို လျင်မြန်စွာ ဆုံးဖြတ် ဆောင်ရွက်တတ်ပြီး ပြဿနာကြီးတွေနှင့် ရင်ဆိုင်ရတော့ သွေးရူးသွေးတန်း ဖြစ်ကုန်

တတ်သူများ ရှိကြသည်။ ထိုလူစားမျိုးသည် အများအားဖြင့် သာမန်ဆုံးဖြတ်ချက်မျိုးလောက်သာ လိုအပ်သော လုပ်ငန်းများတွင် အောင်မြင်မှု ရှိကြသည်။ သို့သော်လည်း တာဝန်ပိုကြီးသော လုပ်ငန်းမျိုးကျတော့ သူတို့အနေဖြင့် အောင်မြင်မှု မပေးနိုင်ကြတော့။

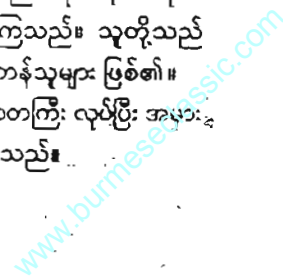
ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်သူများသည်(စိတ်ပညာ သဘောအရ) ဦးဆောင်မှုကို လွယ်လွယ်ကူကူ ခံယူတတ်ကြသည်။ သူတို့သည် သူတို့အား လုပ်ခိုင်းသော အလုပ်ကိုသာ လုပ်တတ်သော လူစားမျိုး ဖြစ်၏။ ထို့ပြင် ထိုလူစားမျိုးသည် ဖြစ်နိုင်လျှင် သူများကိုသာ တာဝန်ပေးပြီး မိမိက တာဝန်ရှောင်တတ်၏။

ဆုံးဖြတ်ချက် နှေးသူများကတော့ ခေါင်းဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိကြသည်။ သူတို့သည် ဘယ်လို အခြေအနေမျိုးမှာပင် ဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်ချကြသည်။ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေတတ်ကြသည်။

ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်သူသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုကို ပြသဖို့ ထက် သူ့ကိုယ်သူ အစွမ်းပြဖို့ကိုသာ ပိုပြီး အားသန်သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက် နှေးသူက သူ့အစွမ်းအစကို ပို၍ ယုံကြည်သည်။ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို မလုပ်ခင် အချိန် လုံလောက်စွာ ယူပြီးမှ ဆုံးဖြတ်ချက် ချသည်။

ဆုံးဖြတ်ချက် နှေးသူများသည် အုပ်စုအနေဖြင့် ဆောင်ရွက်ရာတွင်လည်း ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်သူတွေထက် ပိုပြီး အောင်မြင်ကြသည်။ သူတို့သည် အများထင်သလို မဟုတ်ဘဲ အသိဉာဏ်လည်း ပိုရှိကြသည်။ လူချစ်လူခင်လည်း များကြသည်။ သူတို့ကို အတင်းအဓမ္မ ခိုင်း၍မရ၊ သူတို့က အဆင်သင့်ဖြစ်မှ အလုပ် စကြသည်။ လုပ်သောအခါမှာလည်း လုပ်ငန်းအလိုက် အခြေအနေ အရပ်ရပ်ကို သုံးသပ်ဝေဖန်၍ လုပ်ကြသည်။ သူတို့သည် အထက်တန်း အမှုဆောင်အရာရှိ ရာထူးနှင့် ထိုက်တန်သူများ ဖြစ်၏။

“မခုန်ခင် ပြန်ကြည့်တတ်သူ” သည် အလောတကြီး လုပ်ပြီး အများအတွက် နောင်တကြီးစွာ ရတတ်သူထက် ပို၍ သာသည်။



သို့သော်လည်း ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်လွန်းခြင်းနှင့် ဆုံးဖြတ်ချက် နှေးလွန်းခြင်းတို့၏ ကြားတွင် အကောင်းဆုံး ရလဒ်ရှိသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ အားလုံး ယင်းအဆင့်ကို ရအောင် ကြိုးစားသင့်သည်။ အစွန်းတစ်ဖက်ကို ရောက်ခြင်းသည် ဘယ်အလုပ်မျိုးတွင်မှ မကောင်းကျိုး မပေးနိုင်။

လီယိုနက် ဂရူးမန်းသည် ဤအချက်ကို သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးခန်း ဖွင့်ပြီးနောက် မကြာမီတွင် သိရှိခဲ့ရသည်။ သူသည် သူ့ပညာရပ်ဆိုင်ရာ သင်တန်း အောင်ပြီးပြီ။ သို့သော် သူက အသက်ငယ်သေးသည်။ စီးပွားရေး လုပ်ငန်း အတွေ့အကြုံလည်း လုံးဝ မရှိသေး။

‘၁၉၄၇ ခုနှစ်က ကျွန်တော် အလောတကြီး ဆုံးဖြတ်ချက် ချခဲ့ မိတယ်။ အဲဒီကတည်းက အဲဒီလုပ်ရပ်အတွက် အကြွေး ပြန်ဆပ်နေခဲ့ရ တာပဲ’

ဟု သူက ပြောသည်။

ဂရူးမန်းသည် ၁၉၄၆ ခုနှစ်တွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာဘွဲ့ ရသည်။ သို့သော် သူ့မှာ ကိုယ်ပိုင်ပိုက်ဆံ ဟူ၍ တစ်ပြားမှ မရှိ။

‘ဘွဲ့ ရတဲ့ နေ့ဟာ ကျွန်တော့်ဘဝမှာ အရေးအကြီးဆုံးနေ့ပဲ။ ဘွဲ့ ရပြီးတော့ ဘာလုပ်မှာလဲ ပြဿနာကြီး ပေါ်လာတယ်။ လူတိုင်းလိုလိုက ကိုယ်ပိုင် ဆေးခန်းဖွင့်ဖို့ တိုက်တွန်းကြတယ်။ “အကျိုးအမြတ်ရှိဖို့ကတော့ တော်တော်ကြာကြာ စောင့်ရလိမ့်မယ်။ ဒါပေမယ့် နောက်ဆုံးကျတော့ မင်း စိတ်ချမ်းသာရမှာပါ” ဆိုပြီး သူတို့က ပြောကြတယ်။

‘သူတို့ ပြောတာကို ကျွန်တော် လက်ခံတယ်။ အဲဒါနဲ့ ဆေးခန်းဖွင့်ဖို့ နေရာလိုက်ရှာတယ်။ လ ပေါင်းများစွာ ကြာသွားတယ်။ ဒါပေမယ့် နောက် ဆုံးကျတော့ အကောင်းဆုံး တစ်နေရာ တွေ့တယ်။ အကောင်းစား မြို့နယ် တစ်ခုထဲက အသစ်ကျပ်ချွတ် တိုက်ခန်းပဲ။ ကျွန်တော့်မှာ ပိုက်ဆံ သိပ်မရှိ ဘူး။ ဒါပေမယ့် တစ်လ ဒေါ်လာ ၂၀၀ နဲ့ တစ်နှစ် အငှားစာချုပ် ချုပ်နိုင် လောက်အောင်တော့ ရှိပါတယ်။ အဲဒီနောက်တော့ ဆေးခန်းဖွင့်နိုင်အောင်

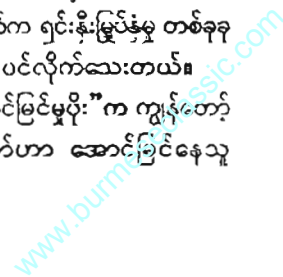
ငွေကြေး အကူအညီ ပေးကြဖို့ ဆွေမျိုးတွေနဲ့ မိတ်ဆွေတွေဆီ လိုက်ပြီး အကူအညီ တောင်းခံပါတယ်။

‘ဒီလိုနဲ့ လိုအပ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေ ဝယ်ယူနိုင်ခဲ့တယ်။ အကြွေးကလည်း ဒေါ်လာ ၃,၀၀၀ လောက် တင်သွားတယ်။ အဲဒီ အကြွေးဟာ ကျွန်တော့် အတွက်တော့ နည်းတဲ့ ပမာဏ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော် ကြိုးစားပမ်းစား လုပ်ခဲ့သမျှရဲ့ တန်ဖိုးပဲ။ ဒါနဲ့ ဆေးခန်းဖွင့်ပြီး သုံးလေးလလောက် ဆိုရင်ပဲ ဘျွန်တော့် အခြေအနေ မဆိုးဘူးဆိုတာ ကျွန်တော် သိလာရတယ်။ အဲဒီ နယ်မြေက အသစ်ဆိုတော့ သွားဆရာဝန်တွေကလည်း များများစားစား ခရီးဘူးလေ။ ဒီတော့ ကျွန်တော့် အခြေအနေက ဟန်နေတော့တာပေါ့။

‘တစ်နှစ် ပြည့်ပြီးတဲ့နောက်မှာတော့ ကျွန်တော် ဒီလုပ်ငန်းနဲ့ ရပ်တည်နိုင်ပါပြီ။ ငွေရေးကြေးရေး ကိစ္စအတွက် ဘာမှ ပူစရာ မလိုတော့ဘူး။ ဒီလိုနဲ့ ကျွန်တော် ဒေါ်လာ ၄,၀၀၀ ကျော်တန် ကားတစ်စီး ဝယ်လိုက်တယ်။ ဦးတော် အဝတ်အစားတွေလည်း ဗီဂိုအပြည့် ဝယ်တယ်။ ကုန်ကုန်ပြောရရင် ကျွန်တော် ကြိုက်တဲ့ ပစ္စည်းဆိုရင် ဈေးဘယ်လောက်ပဲ ကြီးကြီး ဝယ်လိုက် တာပဲ။

‘ဒီလိုနဲ့ နှစ်ပေါင်း တော်တော်ကြာသွားပြီးတဲ့ နောက်မှာတော့ ကျွန်တော်ဟာ “သောက်လေ သောက်လေ၊ ငတ်မပြေ” ဖြစ်လာတယ်။ “ရလေ လိုလေ၊ အိုတစ္ဆေ” ဖြစ်လာတယ်။ ပိုက်ဆံတွေဟာ ကျွန်တော့် လက်ကြားထဲက ရေလို စီးဆင်းသွားကြတယ်။ သိပ်ပြီး တန်ဖိုးကြီးတဲ့ စာအုပ်တွေ၊ ကက်ဆက်တွေ၊ တီဗီတွေ ဆိုရင်လည်း ငွေကမနေေးဘဲ ဝယ် လိုက်တာပဲ။ ကျွန်တော် နေထိုင်တဲ့ တိုက်ခန်းအသစ်ထဲမှာ အကောင်းစား ပစ္စည်းတွေချည်းပဲ ရှိနေစေချင်တာကိုး။ ကျွန်တော်က ရှင်းနီးမြှုပ်နှံမှု တစ်ခုခု လုပ်ဖို့အတွက် ပွဲစားတစ်ယောက်နဲ့တောင် တိုင်ပင်လိုက်သေးတယ်။

‘အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံရမယ်ဆိုရင် “အောင်မြင်မှုပိုး” က ကျွန်တော့် ဦးနှောက်ထဲ ဝင်ရောက်သွားခဲ့ပြီ။ ကျွန်တော်ဟာ အောင်မြင်နေသူ



တစ်ယောက် ဖြစ်နေပြီ ဆိုတာ ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော့် သံသယမရှိ ယုံကြည်နေပြီ။ ငွေရေးကြေးရေးအတွက် ကျွန်တော် ဘယ်တော့မှ မပူပူ တော့ပါဘူး။

‘ကျွန်တော့် အဲတွက်တော့ အားလုံးဟာ ကောင်းဖို့ ဖန်လာတာ ချည်းပဲ ဖြစ်နေတယ်။ ဒီလိုနဲ့ တစ်နေ့ မနက်ကျတော့ ကျွန်တော် ဆေးခန်းကို လာခဲ့တယ်။ ထုံးစံအတိုင်း ချိန်းဆိုချက် မှတ်တမ်းစာအုပ်ကို လှန်ကြည့်တယ်။ ပြီးတော့ စားပွဲပေါ်က စာတွေ တစ်ပုံကြီး ဖွင့်ဖောက် ဖတ်ကြည့်တယ်။ ကျွန်တော့်ကို ဆေးခန်းငှားတဲ့ တိုက်တာ အဆောက်အအုံ ရောင်းဝယ်ရေး ကုမ္ပဏီတံဆိပ်နဲ့ စာတစ်စောင် ရုတ်တရက် ပေါ်ထွက်လာတယ်။ အဲဒီစာကို ဖောက်ဖတ်ကြည့်လိုက်တဲ့ အခါမှာတော့ ကျွန်တော့် မျက်နှာပေါ်မှာ အဖြူ မရှိတော့ပါဘူး။’

‘သူတို့က ဆေးခန်းငှားခကို လက်ရှိနှုန်း တစ်လ ဒေါ်လာ ၂၀၀ ကနေပြီး ဒေါ်လာ ၂၅၀ အထိ တိုးပေးဖို့ တောင်းဆိုထားပါတယ်။ နောက်ထပ် တစ်နှစ် ထပ်ငှားဖို့ စာချုပ်အသစ် ချုပ်ထားတာ ဘာမှ မကြာ သေးပါဘူး။ အခု ပိုက်ဆံ ပိုတောင်းနေပြီ။ ဒါဟာ ကျွန်တော် ဝင်ငွေ ကောင်းနေတာ မြင်ပြီး သူတို့က တမင် တိုးတောင်းတာပဲ။ သူတို့ မတရား ဘူး။ ကျွန်တော့်ကို သူတို့ စော်ကားတာ။ အဲဒီတော့ သူတို့တောင်းတာလည်း ကျွန်တော် မပေးနိုင်ဘူး။ ကျွန်တော် ဒီနေရာက ထွက်သွားမယ်။ သူတို့က အခွင့်ကောင်းယူပြီး ကျွန်တော့်အပေါ် အမြတ်ထုတ်တာ ကျွန်တော် မခံ နိုင်ဘူး။ နောက်ထပ် တစ်နေရာ သွားငှားမယ်။ ကျွန်တော်က ဒေါသ ထွက်ထွက်နဲ့ စိတ်လိုက်မာန်ပါ အဲဒီလိုပဲ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။’

‘အဲဒီ ဖြစ်ရပ်ကို မနေ့တစ်နေ့က ဖြစ်ပျက်ခဲ့သလိုပဲ ကျွန်တော် အသေးစိတ် မှတ်မိနေပါသေးတယ်။ ဒါနဲ့ ကျွန်တော်က ချက်ချင်းပဲ တယ်လီဖုန်း လှမ်းဆက်လိုက်တယ်။ ကျွန်တော် ဒီအခန်း ပြန်အပ်မယ် ဆိုပြီး ပြောလိုက်တယ်။ အဲဒီနောက် ကျွန်တော် ကုလားထိုင်မှာ ပြန်ထိုင်ပြီး

သူတို့ဆီက တယ်လီဖုန်းအလာကို စောင့်နေမိတယ်။ သူတို့က ကျွန်တော့်ကို တောင်းတောင်းပန်ပန်နဲ့ ပြန်ညှိလာလိမ့်မယ်လို့ ကျွန်တော်က ထင်နေမိ တာကိုး။

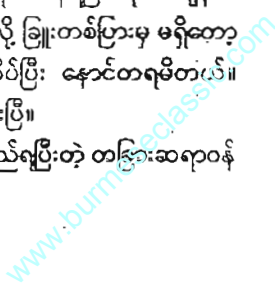
‘ဒါပေမယ့်... သူတို့ဆီက နောက် သုံးလေးရက် ကြာတော့မှ နောက်ထပ် စာတစ်စောင် ရောက်လာပါတယ်။ အဲဒီစာက အခန်းငှားမယ့် အခြားလူတစ်ယောက်ကို တိုက်ခန်းအခြေအနေ လာပြုခွင့် တောင်းတဲ့ စာပါ။’

‘အဲဒီအချိန်မှာ ကျွန်တော်က ဘယ်လိုမှ နောက်မဆုတ်နိုင်တော့ ဘူး။ ဒါဟာ တမင် မောင်းထုတ်ဖို့ လုပ်တာလို့ ယူဆတယ်။ ဒါနဲ့ ကိုယ့်ဘက်က ပရိယာယ် သုံးပြီး “ကျွန်တော် သဘောတူပါတယ်၊ ညနေ ၅ နာရီ နောက်ပိုင်း ဘယ်အချိန်ဖြစ်ဖြစ် လာခဲ့ပါ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်ကို ဖုန်းတော့ တစ်ရက် ကြိုဆက်ပါ” လို့ စာပြန်လိုက်တယ်။’

‘ဒီလိုနဲ့ ကျွန်တော် ခံလိုက်ရတယ် ဆိုပါတော့။ နောက် တစ်ပတ် နှစ်ပတ် အကြာမှာပဲ ကျွန်တော် ဆေးခန်းက မောင်းထုတ်ခံရတော့တယ်။ ကျွန်တော် အကြီးအကျယ် စိတ်ညစ်သွားတယ်။ တစ်မြို့လုံး အနံ့ နောက် တစ်နေရာ လိုက်ရှာတယ်။ အရင်တိုက်ခန်းလို ကောင်းတဲ့နေရာ တစ်နေရာမှ မတွေ့ဘူး။ တိုတိုပြောရရင် နောက်ဆုံးတော့ ကျွန်တော်ပဲ အရုံးပေးလိုက် ရတယ်။ ဆေးခန်းသုံးပစ္စည်းတွေ အားလုံး စတိုခန်းထဲ သိမ်းထားလိုက်ရ တော့တယ်။’

‘ကျွန်တော်က အမြဲတမ်း ခေါင်းမာတဲ့ လူ၊ ကိုယ်ထင်ရာ စွပ်လုပ် တတ်တဲ့လူ။ အဲဒါကြောင့် အခု ကျွန်တော် ဒုက္ခရောက်နေရပြီ။ ဟိုတစ်ချိန်က လက်ဖျား ငွေသီးခဲပေမယ့် အခုတော့ ဝင်ငွေဆိုလို့ ခြူးတစ်ပြားမှ မရှိတော့ ဘူး။ ကျွန်တော့်အများအတွက် ကျွန်တော် သိပ်ပြီး နောင်တရမိတယ်။ ဒါပေမယ့် ပြင်လို့ မရတော့ဘူး။ နောက်ကျသွားပြီ။’

‘ဒီလိုနဲ့ တခြား လုပ်စရာ မရှိတော့ နာမည်ရပြီးတဲ့ တခြားဆရာဝန်



တစ်ယောက်ဆီမှာ အကူလခစား ဝင်လုပ်ခဲ့ရတယ်။ ငါးနှစ်ကြာတော့မှ အရင် အောင်မြင်ခဲ့တဲ့ အဆင့်ကို ပြန်ရောက်လာတယ်။

‘ဒါပေမယ့် ခေတ်ကြီးက ပြောင်းနေပြီ။ ကျွန်တော် ဘွဲ့ရခါစ အခြေအနေနဲ့ မတူတော့ဘူး။’ ၁၅ နှစ်လောက် အလကား အချိန်ကုန်သွားတယ်။ အဲဒီအချိန်တွေကို ပြန်မရနိုင်တော့ဘူး။

‘အခုတော့ ကျွန်တော်က အသက်လည်း ကြီးလာပြီ။ အသိတရားလည်း ရှိလာပြီ။ အလျင်စလို ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး ကျွန်တော့်ဘဝကို အပျက်မခံနိုင်တော့ဘူး။ တကယ်လို့ ကျွန်တော်ကသာ တစ်လ ဒေါ်လာ ၅၀ ပိုပေးခဲ့မယ်ဆိုရင် အခုအချိန်မှာ သူဌေးကြီး ဖြစ်နေပြီ။’

‘ကျွန်တော့် အခန်းကို ငှားတဲ့ လူကလည်း သူ့လုပ်ငန်းမှာ အအောင်မြင်ဆုံး လူတစ်ယောက် ဖြစ်နေပြီ။ အမှန်ကတော့ ကျွန်တော် မှားတာပဲ။ ကျိုးကြောင်း ညီညွတ်အောင် ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်းသာ မပြုခဲ့လို့ အရာရာမှာ ခေါင်းမမာဖို့ သတိပေးတဲ့ မိတ်ဆွေတွေရဲ့ စကားကို နားမထောင်ခဲ့လို့ ကျွန်တော့်ဘဝမှာ အောင်မြင်သင့်သလောက် မအောင်မြင်ခဲ့တာပဲ’

လောကတွင် ဂရုမန်းလို အလောတကြီး ဆုံးဖြတ်ချက်ကြောင့် နောင်တကြီးစွာ ရမိသူတွေ တစ်ပုံကြီး ရှိကြသည်။

မိမိ၏ လက်ရှိ အခြေအနေကို မကျေနပ် မရောင့်ရဲနိုင်ခြင်း၊ စိတ်မရှည်ခြင်း၊ လောဘကို မချုပ်တီးနိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် လူတွေ ဆုံးဖြတ်ချက် မှားကြ၏။ ဆုံးဖြတ်ချက် မှားသောကြောင့် ဘဝပျက်ကြရ၏။ အထူးသဖြင့် ဆန္ဒစောပြီး ဆုံးဖြတ်ချက်မြန်ခြင်းသည် ကောင်းကျိုးထက် ဆိုးကျိုးကိုသာ ပေးနိုင်၏။

အကယ်၍ မိတ်ဆွေအနေဖြင့် ဇာတာစန်းလက် တက်ပြီး အလွန်ကဲကောင်းနေရင်တော့ ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်ခြင်းကြောင့် အခွင့်အလမ်းကောင်းနှင့် တိုးကောင်း တိုးနိုင်သည်။ သို့သော်လည်း ကံတရားသည် စိတ်မချရာ၊ အလွန် အပြောင်းအလဲ မြန်၏။ ကံတရားကား မိတ်ဆွေအား ယနေ့ ပြုံးပြနေသော်လည်း မနက်ဖြန်ကျတော့ မဲ့ပြချင် မဲ့ပြလိမ့်မည်။

ရတနာအုပ်စိုက်

အချုပ်ဆိုသော ရေရှည်တွင် ဆုံးဖြတ်ချက် မြန်ခြင်းသည် အဓိကအကျိုးတို့၊ ဆုံးဖြတ်ချက် မှန်ဖို့သာ အဓိကဖြစ်၏။ ဘယ်အခြေအနေမျိုးတွင် ဆို ဘာလုပ်ရမည် ဆိုသည်ကို အတိအကျသိသူ ဟူ၍ မရှိ၊ သိသည်ဟု ဆိုလျှင်လည်း ထိုသူသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လိမ်ညာသူ၊ ကြားဝါသူသာ ဖြစ်လိမ့်မည်။

ထိုကြောင့် ကြီးပွားအောင်မြင်ပြီး တစ်သက်တာ စိတ်ချမ်းသာလိုလျှင် ဘယ်လို ဆုံးဖြတ်ချက်မျိုးကိုမဆို ဆင်ခြင်တုံတရားဖြင့်၊ သတိတရားဖြင့် ဆုံးဖြတ်ပါ။ မိမိ၏ လှုပ်ရှားတိုင်းကို အသိဉာဏ်ဖြင့်၊ သတိသမာန်ဖြင့် ဆန်းစစ်ပြီး ဆောင်ရွက်ပါ။

သို့ဆိုလျှင် မိတ်ဆွေအနေဖြင့် မမြင်ရသော ကံတရားကို မျှော်ကိုးဆရာ မလိုတော့။ မိမိ၏ မှန်ကန်သော ဆုံးဖြတ်မှု၊ မှန်ကန်သော ပြုလုပ်မှုသည်ပင်လျှင် မိတ်ဆွေအား မလွဲမသွေ “စင်” ပေါ်သို့ တင်ပေးပါလိမ့်မည်။

[Ref: ' Are Snap Judgments Trustworthy? ']

ကြီးပွားချင်လျှင် အချိန်ကို လေးစားပါ

ဒါကလေးကို ခင်ဗျား အားတဲ့အချိန်မှာ လုပ်ပေးစမ်းပါ။

ဤစကားကို လူတွေ မကြာခဏ ပြောလေ့ရှိကြသည်။ တကယ်တော့ လောကမှာ “အားလပ်ချိန်” ဟူ၍ မရှိပါ။ ရေကူးကန်ထဲမှာ ပက်လက်လှန်နေသော်မှ ယင်းသို့ နေခြင်းသည် အားလပ်နေခြင်း မဟုတ်။ အနားယူနေခြင်းသာ ဖြစ်၏။

“အချိန်တိုင်းမှာ တန်ဖိုးရှိသည်” ဟူသော အဆိုကို သက်သေပြရန် အမေရိကန် စီးပွားရေး လုပ်ငန်းကြီးတစ်ခုမှ အထက်တန်း အမှုဆောင်အရာရှိကြီး တစ်ဦးက သုတေသန ပြုခဲ့ဖူးသည်။ သူက အစည်းအဝေးတက်လာသူတိုင်းအား အချိန်မှတ်ခိုင်းသည်။ အစည်းအဝေး တစ်ကြိမ်မှာ တိုင်း အားလုံး၏အချိန်ကို တန်ဖိုးတွက်သည်။ ပြီးနောက် ထိုတန်ဖိုးကို အမှုထမ်းအသီးသီး၏ လစာနှင့် ယှဉ်ပြီး ဒေါ်လာငွေအဖြစ် ပြောင်းလဲသတ်မှတ်သည်။

ဤတွင် အဆိုပါ အမှုဆောင် အရာရှိကြီးက တွက်ပြ၏။ လူတွေက အစည်းအဝေး လုပ်ချိန်ကို အားလပ်ချိန်လို သဘောထားကြသည်။ သို့သော် အမှန်က ယင်းသို့ မဟုတ်။ အစည်းအဝေးလုပ်ချိန်သည် အလွန် တန်ဖိုး

ရရှိစွမ်းရည်

ရှုထောင့်အားဖြင့်

ကြီးသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် အချိန်သည် ငွေဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် အအောင်မြင်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်များသည် အချိန်ကုန် သက်သာသော နည်းလမ်းများကို တီထွင် ကျင့်သုံးကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ယင်းနည်းလမ်းများကို အောက်တွင် ဖော်ပြပါမည်။

စူးစိုက် လုပ်ကိုင်ပါ

အလုပ်တစ်ခုကို ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်သောထိပ်တန်းပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဦးစားပေးစနစ်ကို ကျင့်သုံးကြသည်။

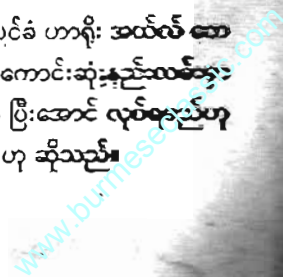
“ကော့စမိုဖိုလီတန်” မဂ္ဂဇင်း၏ အယ်ဒီတာချုပ် ဟယ်လင်ဂါလီ ဘရောင်းသည် သူ့စားပွဲပေါ်တွင် မဂ္ဂဇင်းတစ်စောင် အမြဲတမ်း တင်ထားလေ့ရှိ၏။ မဂ္ဂဇင်းလုပ်ငန်းနှင့် မသက်ဆိုင်သော အခြားကိစ္စတစ်ခုခုကြောင့် အကျိုးမဲ့ အချိန်ကုန်ရတော့မည့် အခြေအနေမျိုး ကြုံနေရပြီဆိုလျှင် သူက စားပွဲပေါ်က မဂ္ဂဇင်းကို စောင်းကြည့်လိုက်သည်။ ထို့နောက် သူ၏ အဓိက အလုပ်ကို ပြန်လုပ်သည်။

ရှင်မှာ ဦးစားပေး အစီအစဉ် မရှိရင် တစ်နေ့ကုန် ပင်ပန်းပန်း လုပ်ပေမယ့် အဓိကအလုပ် ဘယ်တော့မှ ပြီးမှာ မဟုတ်ဘူး။ စ လုပ်ခါစ ထက်တောင် ပိုပြီး ပန်းတိုင်နဲ့ ဆေးသွားလိမ့်မယ်” ဟု ဘရောင်းက ပြောသည်။

ဦးစားပေးစနစ်ကို ကျင့်သုံးနိုင်ရန် စီစဉ်သော နည်းလမ်းတစ်ခုမှာ လုပ်ရမည့် အလုပ်စာရင်း ထားရှိခြင်း ဖြစ်၏။ နောက်တစ်နေ့ အပြီးလွတ်ရမည့် အဓိက အလုပ်များကို ညနေတိုင်း ရေးမှတ်ထားပြီးတော့ ယင်းစာရင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ပြန်ပြီးစစ်ဆေး။

ကနေဒါလူမျိုး အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု အတိုင်ပင်ခံ ဟာရီး အယ်လ် တာလာ ကတော့ အလုပ်တစ်ခု ပြီးမြောက်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ လုပ်ရမည့် အလုပ်တိုင်းကို ဘယ်နေ့၊ ဘယ်ရက် ပြီးအောင် လုပ်နေသည်ဟု အချိန်အတိအကျ သတ်မှတ်ထားခြင်း ဖြစ်သည်ဟု ဆိုသည်။

ရရှိစွမ်းရည်



ကျွန်က လုပ်စရာ အလုပ်တွေကို ပြီးစီးရက် အထိုအကျ သတ်မှတ်ပြီး ဒိုင်ယာရီထဲမှာ ရေးထားတဲ့အတွက် သတ်မှတ်ထားတဲ့ရက်မှာ အားလုံး ပြီးတာပဲ ဟု သူက ပြောသည်။

“၈၀/၂၀” ဥပဒေကို လိုက်နာပါ

မိမိ၏ လုပ်စရာ အလုပ်စာရင်းထဲက ဘယ်အလုပ် အရေးကြီးဆုံးလဲ ဆိုတာ ဘယ်လိုလုပ် သိနိုင်မည်နည်း။ သိနိုင်သည့် နည်းလမ်းတစ်ခုမှာ “၈၀/၂၀” ဥပဒေကို လိုက်နာခြင်း ဖြစ်၏။

ဝိလျံအီးဗီးသည် သင်္ဘောဆေး ရောင်းတုန်းက ထိုနည်းကို အောင်မြင်စွာ အသုံးပြုခဲ့သည်။ ထိုစဉ်က မိုးသည် တစ်လမှ ဒေါ်လာ ၁၆၀ ခန့်သာ ဝင်ငွေရှိ၏။ ထို့ကြောင့် သူက သူ၏ အရောင်းမှတ်တမ်းကို ပြန်လည် စစ်ဆေးကြည့်သည်။ သူ၏ ဝင်ငွေ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းမှာ ဖောက်သည် ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းထံမှ ရခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရှိရ၏။ (သို့သော်လည်း သူက ဖောက်သည်အားလုံးအပေါ်တွင် အချိန်အတူတူပေး၍ အရောင်းအဝယ်စကား ပြောခဲ့၏။

ထို့ကြောင့် သူ့ထံမှ ဝယ်ယူမှု အနည်းဆုံးဖောက်သည် ၃၆ ယောက်ကို အခြားအရောင်းသမားများအား လွှဲပေးပြီး သူက ဝယ်ယူမှု အများဆုံးဖောက်သည်များကိုသာ အထူးအာရုံစိုက်၍ ရောင်းချသည်။ သို့ဖြင့် မကြာမီတွင်ပင် သူသည် တစ်လလျှင် ဒေါ်လာ ၁,၀၀၀ အထိ ဝင်ငွေ ရှိလာပြန် နောက်ဆုံးတွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု အနောက်ဘက် ကမ်းရိုးတန်းဒေသ၌ ထိပ်တန်းအရောင်းသမား ဖြစ်လာခဲ့၏။ ဤသို့လျှင် သူသည် “ကယ်လီ-မိုး” သင်္ဘောဆေး ကုမ္ပဏီ၏ ဥက္ကဋ္ဌအဆင့်အထိ တက်လှမ်းနိုင်ခဲ့သည်။

ထိရောက် မြန်ဆန်အောင် လုပ်ပါ

ထိပ်တန်းကို ရောက်လာသော ပုဂ္ဂိုလ်အများစုသည် လုပ်ငန်းကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံသောအခါ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ကျေးဇူးတင်

ရရှိသူများပိုမို

အများစု၊ စမ်းနည်းခြင်း သဝဏ်လွှာများ၊ ဝမ်းမြောက်ခြင်း သဝဏ်လွှာများ သည်တို့ကို ကိုယ်တိုင်လက်ရေးဖြင့် ရေးသားပေးပို့ကြသည်။ သို့သော်လည်း သူတို့သည် နေ့စဉ် လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် မှတ်စုများ၊ ပေးစာများ၊ အချက်အလက်များ၊ ပုံစံများအတွက်တော့ အချိန်ကုန် မခံကြ။ ယခင် ရှိပြီးသား၊ ရေးသားထားပြီးသား အဟောင်းများကိုသာ အသုံးပြုကြ၏။

“အက်ဆင့်စ်” မဂ္ဂဇင်း၏ အယ်ဒီတာချုပ် ဆုဆန်တေလာဆိုလျှင် အချိန်ကုန်သက်သာပြီး လွယ်ကူမြန်ဆန်အောင် ပုံစံ ၄၀ ခန့်အထိ အဆင်သင့် ပြုလုပ်ထားသည်။ ယင်းတို့တွင် ပယ်သော စာမျှ ပြန်ပို့သောစာမှ စ၍ အလှူခံစာအတွက် ပြန်ကြားစာအထိ ပါဝင်၏။

သူက ယင်းနမူနာပုံစံများကို ကွန်ပျူတာထဲသွင်းပြီး သိမ်းထားသည်။ အသုံးပြုရန် လိုအပ်သောအခါ ကွန်ပျူတာ ခလုတ်ကို နှိပ်လိုက်သည်။ မိတ္တူ ပြန်ကူးသည်။ အခြေအနေအရ လိုအပ်လျှင် အရေးကြီးသော စကားလုံး သုံး လေးလုံး ပြန်ပြင်ပြီး အသုံးပြုသည်။ တစ်ခါတလေ လိုအပ်လျှင် ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ရင်းနှီးမှုကို ဖော်ပြသည့် အနေဖြင့် ပေးစာ၏ အောက်ဆုံးတွင် ကိုယ်တိုင် လက်ရေးဖြင့် နှုတ်ခွန်းဆက်စာ ထပ်ဖြည့်လိုက်၏။

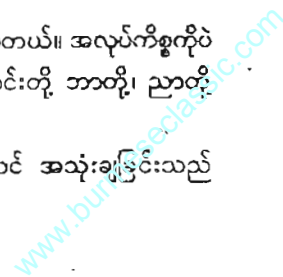
တယ်လီဖုန်းကို အကောင်းဆုံး အသုံးပြုပါ

ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု လုပ်ငန်းရှင်ကြီး ကျော်ဖိုးကွားသည် တယ်လီဖုန်းကို အကောင်းဆုံး အသုံးပြုပြီး ကြီးပွားချမ်းသာ သွားခဲ့သည်။ သူ၏ အရေးအကြီးဆုံး မဟာဗျူဟာမှာ တစ်စုံတစ်ယောက်ထံ တယ်လီဖုန်း မဆက်ခင် စုံစုံလင်လင် ဗတ်စုထုတ်ခြင်း ဖြစ်၏။

‘ဒါပေမဲ့ ကျွန်က လိုရင်းအချက်ကိုပဲ ပြောတယ်။ အလုပ်ကိစ္စကိုပဲ အဓိက ပြောတယ်။ မဆိုင့်တဲ့ ရာသီဥတုအကြောင်းတို့ ဘာတို့၊ ညာတို့ လုံးဝ မပြောဘူး’ ဟု ဖိုးကွားက ပြောပြသည်။

တယ်လီဖုန်း ပြောချိန်ကို အကျိုးရှိအောင် အသုံးပြုခြင်းသည်

ရရှိသူများပိုမို



စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတွင် အဓိက အရည်အချင်းတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ဤပညာ ရပ်ကို စီးပွားရေးလုပ်ငန်း ပညာသင်ကျောင်းများ၌ အလေးထား၍ သင်ပေး သင့်သည်ဟု သူက ဆိုသည်။

တယ်လီဖုန်းသံတွေ အဆက်မပြတ် တဂွမ်ဂွမ် မြည်နေပြီး အလုပ် မဖြစ်လျှင် အလကား အချိန်ဖြုန်းခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် တစ်ဖက်လူ ထံမှ တယ်လီဖုန်း “မက်ဆေဂျ်” ကို ချက်ချင်း ပြန်ကြားပါ။ သို့မှသာ မိမိ ၏ တယ်လီဖုန်း “မက်ဆေဂျ်” တွေ တစ်ဖက်လူ၏ စားပွဲတွင် ပုံမနေမည် ဖြစ်၏။

အချိန်နည်းဗျူဟာ ကျွမ်းကျင်သူတွေကတော့ တစ်ဖက်မှ ပုဂ္ဂိုလ် အလုပ်များနေလျှင် ပြန်ခေါ်ရန် ရက်ချိန်းပေးလေ့ ရှိကြသည်။ တစ်ဖက်လူနှင့် မတွေ့လျှင် “မက်ဆေဂျ်” ကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ပေးထားခဲ့ပါ။ ယင်းသို့ လုပ်ခြင်း ဖြင့် အကြာကြီး စကားပြောနေရခြင်းမျိုးမှလည်း သက်သာနိုင်၏။ တစ်ဖက်မှ ပြန်ကြားချက်ကိုလည်း မြန်ဆန်စွာ ရရှိနိုင်၏။

ယခုချက်ချင်း လုပ်ပါ

ကွယ်လွန်သူ ဆူဆန်ကေးဂီးလ်သည် နာမည်ကျော် အရောင်အသွေး အတိုင် ပင်ခံ ပညာရှင် ဖြစ်သည်။ သူသည် နာမည်ကျော် ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် အိမ်ပုံစံများနှင့် အဝတ်ဗိုရီများကို ဒီဇိုင်းပုံစံ ဆွဲပေး၏။

သူသည် အလုပ်ပြီးမြောက်ရေးအတွက် စက်ချုပ်သမံ သူ့အဘွား ပေးခဲ့သော နည်းလမ်းကို အမြဲတမ်း ကျင့်သုံးသည်။ ယင်းနည်းလမ်းမှာ အလုပ်လာအပ်လျှင် ချက်ချင်း ထ လုပ်ခြင်းပင် ဖြစ်၏။

‘လူတွေ တော်တော်များများဟာ အလုပ်တစ်ခုကို စတင်အဆင် မှာပဲ အချိန်တွေ တော်တော်ဖြုန်းနေတတ်ကြတယ်။ စ လုပ်ဖို့ ပြင်နေတာနဲ့ပဲ အချိန်တွေ ကုန်နေတတ်ကြတယ်’ ဟု ကေးဂီးလ်က ပြောသည်။

ထို့ကြောင့် (လုပ်စရာရှိလျှင် အချိန်ဆွဲမနေပါနှင့်၊ ချက်ချင်း လုပ်ပစ်လိုက်ပါ။ စတင် လုပ်ဖြစ်သွားလျှင် လုပ်ရင်း လုပ်ရင်းနှင့် တာထက် လွယ်လွယ်ကူကူ ပြီးစီးသွားသည်ကို အံ့ဩစွာ တွေ့ရလိမ့် မည်။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၀ လောက်ကပင် သစ်ပင်တစ်ပင်စိုက်ရန် အကောင်းဆုံးအချိန် ဖြစ်ခဲ့သည်ကို သတိရပါ။ ဒုတိယ အကောင်းဆုံး ကတော့ ယခုလက်ရှိ အချိန်ပါပဲ။

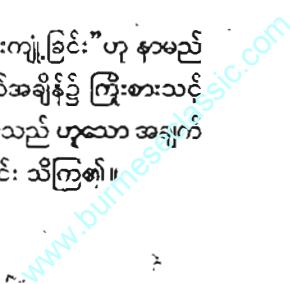
အချိန်ကိုက်ဖြစ်အောင် လုပ်ပါ

အထယ်တော့ အကောင်းဆုံး လုပ်တတ်သူများလည်း အချိန်ဆွဲတတ်သူများ ဖြစ်သလိုပင် အချိန်ဖြုန်းတတ်ကြ၏။

“ဝါချီဗီးယား” ကော်ပိုရေးရှင်း၏ ဥက္ကဋ္ဌဟောင်း သောမတ် အဘီလျှံက လေ့လာကြည့်ရာတွင် ဘဏ်လုပ်ငန်း၌ များစွာသော လူငယ် များအောင်အရာရှိများသည် စီမံကိန်းတစ်ခုအတွက် သုတေသနလုပ်ငန်းကို အယ်အချိန်တွင် ရပ်ပြီး၊ ဘယ်အချိန်၌ လုပ်ငန်း စတင် အကောင်အထည် ဖော်ပြမည် ဆိုသည်ကို မသိကြကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

ထိုလူငယ်များသည် အင်ဂျင်နီယာတွေထံမှ ပညာယူသင့်၏။ အယ်ကြောင့်ဆိုသော် လုပ်ငန်းတစ်ခုအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်နိုင်သော အခြေကို သတ်မှတ်ချိန်တွင် အချိန်ကိုက်ရရှိရန် အောင်ရွက်ကြဖို့ ၎င်းတို့အား သူတို့ပေးထားသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

အင်ဂျင်နီယာတွေက ဤလုပ်ရပ်ကို “ဒီဇိုင်းကျူခြင်း” ဟု နာမည် ထားကြသည်။ အကောင်းဆုံး ရရှိအောင် ဘယ်အချိန်၌ ကြိုးစားသင့် သည်၊ ဘယ်အချိန်တွင် ရသလောက်နှင့် ကျေနပ်သင့်သည် ဟူသော အချက် များအောင်မြင်သော အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု မန်နေဂျာတိုင်း သိကြ၏။



အလုပ်အစီအစဉ်ကို ထိန်းချုပ်ပါ

“တားနား” အသံလွှင့်ဌာန တီဗွီအစီအစဉ်မှာ ကျွန်တော် လုပ်ကိုင်နေတုန်းက တစ်နေ့မှာ အလုပ်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်ပြီး ကုမ္ပဏီဥက္ကဋ္ဌ တက်တားနားနှင့် တွေ့ဖို့ လိုအပ်လာသည်။

‘ကျုပ် အလုပ်သိပ်များနေတယ်၊ ခင်ဗျားကို ငါးမိနစ်ပဲ အချိန်ပေးနိုင်မယ်’ ဟု သူက ပြောသည်။ သို့နှင့် ကျွန်တော်က ပြောစရာရှိတာကို ခပ်မြန်မြန် ပြောပြသည်။ ပြောရင်း ပြောရင်းနှင့် ငါးမိနစ်ကျော်ပြီး စက္ကန့်အနည်းငယ် ပိုသွား၏။ ကျွန်တော်က စကားရပ်ကာ နောက်ထပ် ဆက်ပြောမည်လုပ်တော့ မစွတာတားနားက ကြားဖြတ်ပြီး-

‘ခင်ဗျားပြောတာ ငါးမိနစ်ကျော်သွားပြီ၊ ခင်ဗျားကို ကျုပ် ခင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လောလောဆယ် ကျုပ် သွားစရာရှိသေးလို့ပါ။ ကဲ... ခံရစွမတ် ပျော်ရွှင်ပါစေ’

ဤသို့ဖြင့် တွေ့ဆုံပွဲ ပြီးဆုံးသွားခဲ့၏။

ကျွန်တော်တို့သည် ချိန်းဆိုထားသည့် အချိန်ထက် နောက်ကျပြီး ရောက်သွားသည့် အဖြစ်မျိုး ကြုံရတတ်ကြသည်။ သို့သော်လည်း ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့နှင့် စကားပြောနေသော တစ်ဖက်လူကို အနှောင့်အယှက် မပေးဘဲ စကားကို အဆုံးမသတ်နိုင်ကြပါ။ ထို့ကြောင့် မစွတာတားနား လုပ်သလို လာရောက်သော ဧည့်သည်အား အချိန်ကန့်သတ်ပြီး ကိုယ့်အလုပ် အစီအစဉ်ကို ထိန်းချုပ်ထားပါ။ သူ ပြောနေတာ အချိန်လွန်သွားပြီဖြစ်ကြောင်း တစ်ဖက်သားအား ပြောင်ပြောင်တွင်းတွင်း ပြောရမည်ကို အားနာလျှင် သိမ်မွေ့စွာ အရိပ်အခြည် ပြနိုင်သည်။ ဥပမာ ထိုင်နေရင်းမှ ကိုယ်ကို ရှေ့သို့ ကိုင်ပြခြင်း၊ စားပွဲပေါ်မှ စာရွက်စာတမ်းများကို အပုံလိုက် ထပ်ပြခြင်း၊ မိမိက ဘာမှ မတုံ့ပြန်ဘဲ တော်တော်ကြာကြာ ငေးငိုင်နေခြင်း စသည့် အမူအရာမျိုး ဖြစ်၏။

တွေ့ဆုံပွဲတစ်ခုသည် မိမိ သတ်မှတ်ထားချိန်ထက် ကျော်လွန်သွားလျှင်...

‘စိတ်မရှိပါနဲ့ဗျာ၊ အခုမှ ကျွန်တော် နာရီကို ကြည့်မိလို့ပါ။ နောက်ထပ် ဘာများ ပြောစရာ ရှိပါသေးသလဲ’ ဟု ပြောပြီး တွေ့ဆုံပွဲကို ပြီးပြတ်စေနိုင်သည်။

စာအုပ်ထုတ်ဝေရေး တိုက်တစ်တိုက်မှ ကောလိပ်ကျောင်းသုံး စာအုပ်အရောင်း ကိုယ်စားလှယ် ကရင်အီးရှက်ပတ်ကတော့ သူ့ပိုက်ဆံအိတ်ထဲတွင် နှိုးစက်နာရီ ထည့်ထားသည်။ နှိုးစက်က အသံမြည်လာလျှင် သူ နောက်ဘစ်နေရာသို့ သွားစရာရှိသေးကြောင်း တစ်ဖက်လူအား ပြောပြီး စကားပြောရပ်လိုက်သည်။ ဆက်ပြောချင်လျှင်တော့ နှိုးစက်ကို ပိတ်ပစ်လိုက်သည်။

အလွယ်ဆုံး ငြင်းပယ်နည်း သုံးပါ

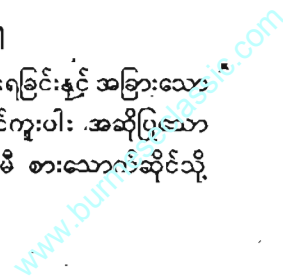
ကျွန်တော်တို့ အားလုံးလိုလိုပင် ကိုယ် မတက်ရောက်ချင်သော ပါတီပွဲမျိုး၊ အခမ်းအနားမျိုး စသည်တို့ကို ဖိတ်ကြားခြင်း ခံရတတ်ကြ၏။ ယင်းသို့ ကြုံလာလျှင် အလွယ်ဆုံး ငြင်းပယ်နည်းမှာ-

‘ကျွန်တော် တက်ချင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီနေ့မှာ ကျွန်တော် တက်နိုင်မယ် မထင်ဘူး ခင်ဗျာ’ ဟူ၍ တုံ့ပြန်ခြင်းပင် ဖြစ်၏။

ဘာကြောင့် မတက်ရောက်နိုင်ကြောင်း ဘယ်တော့မှ မရှင်းပြပါနှင့်။ ရှင်းပြလျှင် မိတ်ဆွေများက လက်ခံမည် မဟုတ်သလို ရန်သူများကလည်း ဆုံလိမ့်မည် မဟုတ်။

ရှေ့ဆုံးက နေနည်းကို သုံးပါ

အရှည်ကြီး တန်းစီရခြင်း၊ အကြာကြီး ကားရပ်ထားရခြင်းနှင့် အခြားသေးအချိန်ကုန်သည့် အဖြစ်များကို စာရေးဆရာ ကင်ကူးပါး အဆိုပြုသော ရှေ့ဆုံးက နေနည်းဖြင့် ရှောင်ကြဉ်ပါ။ လူမစည်မီ စားသောက်ဆိုင်သို့



စောစောသွားပါ။ သောကြာနေ့ ညနေပိုင်းတွင် ချက်လက်မှတ်ဖြင့် ဘဏ်မှာ
ငွေသွားမထုတ်ပါနှင့်။ ညနေစာ စားချိန်တွင် ကုန်စုံဆိုင်မှာ ဈေးဝယ်ပါ။
(ထိုအချိန်တွင် လူများစုသည် အိမ်မှာ ညစာစားနေကြသည်။) သို့မဟုတ်
ည ၉ နာရီကျော်မှ သွားဝယ်ပါ။ အားလပ်ရက်မှာ လက်ဆောင်ပစ္စည်းများ
သွားမဝယ်ပါနှင့်။

ရုံးက မိတ္တူကူးစက်ကို နေ့လယ်စာ စားချိန်တွင် အသုံးပြုပါ။
ထိုအချိန်တွင် လူတိုင်း အပြင်ထွက်နေ၍ စောင့်မနေရတော့။ အလုပ်ခွင်သို့
စောစောလာပါ။ သွားရေးလာရေး ပို၍ မြန်သည်။

တစ်ပဲနီ ချွေတာပြီး၊ တစ်ဒေါ်လာ မဖြန်းပါနှင့်

တစ်ခါက လှစ်ဗီဂတ်မြို့မှ ကာစီနိုလောင်းကစားပွဲတွင် နံနက်စာ ဝယ်ရန်
တန်းစီနေသော လူတန်းကြီးမှာ ကိုက် ၁၀၀ လောက် ရှည်သည်။ လေး
ဒေါ်လာထန် နံနက်စာအတွက် တစ်နာရီကြာ စောင့်နေရသောကြောင့်
အဖိုးတန်သော အချိန်တွေကို အလဟဿ ဖြန်းပစ်ရာ မရောက်ပေဘူးလား။

အကယ်၍သာ ပေ ၅၀ ခန့် ဝေးသော စားသောက်ဆိုင်သို့ သွားဝယ်
ခဲ့လျှင် သုံးဒေါ်လာမျှ ပိုပေးရုံဖြင့် နံနက်စာကို ချက်ချင်းထိုင်စား၍ ရနိုင်၏။

လူများစုသည် တစ်ပဲနီ ချွေတာပြီး ငှာစံဒေါ်လာ ဖြန်းပစ်တတ်
ကြသည်။ ပိုက်ဆံကုန်မည်စိုးသောကြောင့် အရေးကြီးသော ကိစ္စအတွက်
အငှားကားမစီးဘဲ ဘတ်စကား စီးကြသည်။ တစ်ဂိတ်ပြီး တစ်ဂိတ် ရပ်နေ၍
အချိန်ကုန်၏။

စက်မှုနည်းပညာကို အသုံးပြုပါ

ဖြစ်နိုင်လျှင် လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ မှတ်စုများကို မှတ်စုစာအုပ်တွင် ရေးမထား
ပါနှင့်။ ကွန်ပျူတာစက်ထဲမှာ သိမ်းထားပါ။ ကွန်ပျူတာက ဘယ်အကြောင်း
ရပ်ကိုမဆို စက္ကန့်ပိုင်းအတွင်း သိမ်းဆည်းထားနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

အိတ်ဆောင် တယ်လီဖုန်း ဝယ်ရန် စိတ်ကူးပါ။ မလိုအပ်ဘူးဟု
ထင်ကောင်း ထင်လိမ့်မည်။ သို့သော် သုံးကြည့်စမ်းပါ။ မရှိမဖြစ်ဟု ယူဆ
လာလိမ့်မည်။

အတွင်းရေးမှူး စာရေးမကို ခေါ်ပြီး ပေးစာတွေ မရေးခိုင်းပါနှင့်။
အိတ်ဆောင် အသံသွင်းစက်ကို အသုံးပြုပါ။ စာလုံးရေ ၁၅၅ လုံး ပါဝင်သော
စာတစ်စောင်ကို ရေးသားရာတွင် အသံသွင်းစက်နှင့် သွင်းခြင်းက စာရေးမ
အား လိုက်ရေးခိုင်းစေခြင်းထက် သုံးဆပိုမြန်ကြောင်း သုတေသန ပြုကြည့်၍
သိရှိရ၏။

လုပ်ငန်းတာဝန်တစ်ရပ်ကို မြန်ဆန်စွာ ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်
သောအခါတွင် ဖြစ်စေ၊ ပြဿနာတစ်ရပ်ကို ဖြေရှင်းသောအခါတွင် ဖြစ်စေ
အချိန်ကုန် သက်သာလျှင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရာမှာလည်း ပျော်စရာ
ကောင်းလာလိမ့်မည်။

“သင့်ဘဝကို သင် တကယ် ချစ်ပါသလား၊ ချစ်သည်ဆိုလျှင် အချိန်
ကို အလဟဿ မဖြန်းပစ်ပါနှင့်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဘဝဆိုသည်မှာ
အချိန်နှင့် ပြုလုပ်ထားသောအရာ ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။”

ဟူ၍ ပညာရှင် ကြီး ဘင်ဂျမင် ဖရန်ကလင်က မိန့်ဆိုဖူး၏။

['Take Charge of Your Day' by B. Eugene Griessman,
R.D., Nov, 1994.]



အောင်မြင်ကြီးပွားရေး နည်းလမ်းငါးသွယ်

ကျွန်တော်မိတ်ဆွေ ဒန်ရှလစ်သည် ဂီတကို အလွန်ဝါသနာပါသည်။ သူသည် အထက်တန်း ကျောင်းသားဘဝတုန်းက စာဆိုရင်း ဒရမ်တီးသည်။ သို့သော်လည်း (ကျွန်တော် မှတ်မိသလောက်) သိပ်မစွဲပါ။ ပြီးတော့ သူက သီချင်းလည်း ဆိုချင်သေးသည်။ ဆိုပြန်တော့လည်း စည်းဝါးကိုက်အောင် မဆိုနိုင်ပါ။

နောက်ပိုင်း ကျွန်တော်တို့နှစ်ယောက် အဆက်အသွယ် ပြတ်သွားကြသည်။ ကျွန်တော်က တက္ကသိုလ် တက်သည်။ ဘွဲ့ရပြီးနောက် နော်တစ်ဒီမ်း တက္ကသိုလ်မှာ ဆရာလုပ်နေသည်။ ဒန်ရှလစ်ကတော့ အဆိုတော်နှင့် တေးပြုစာဆိုဖြစ်အောင် ကြိုးစားမည်ဆိုကာ နက်ရှိုင်းလိမ့်။ သို့ ပြောင်းသွား၏။

ဒန်သည် နက်ရှိုင်းလိမ့်တွင် ရသလောက် အခြေအနေကလေးဖြင့် သူ့ရည်မှန်းချက်ကို အကောင်အထည် ဖော်သည်။ ပထမဦးစွာ ကားအဟောင်းဇာစ်စီး ဝယ်သည်။ ကားထဲမှာပင် အိပ်သည်။ ညဘက်တွင် လှုပ်ရှားသော အလုပ်တစ်ခုရှာ၍ လုပ်သည်။ နေ့ဘက်ကျတော့ တေးသံသွင်း ကုမ္ပဏီတွေဆီ သွားသည်။ ဂီတ တီးတတ်အောင်လည်း လေ့ကျင့်သည်။

ကျော်စွာစိန်

ရှုမော့ အောင်မြင်သည်

သည်လိုနှင့် သီချင်းရေးလိုက်၊ အဆိုလေ့ကျင့်လိုက်၊ တေးသံသွင်းကုမ္ပဏီတွေဆီ သွားလိုက်ဖြင့် နှစ်ပေါင်း တော်တော်ကြာသွားခဲ့သည် ဆိုပါတော့။

တစ်နေ့တွင် ဒန်နှင့် ရင်းနှီးသော မိတ်ဆွေတစ်ယောက်က ကျွန်တော်ထံ တယ်လီဖုန်းဆက်သည်။

‘ဒါလေး နားထောင်ကြည့်ပါဦးဗျ’

သူက ယင်းသို့ ပြောကာ တယ်လီဖုန်းကို ရိုကော်ဒါအနားသို့ တပ်လိုက်သည်။ သီချင်းသံ ပေါ်ထွက်လာသည်။ သီချင်းလည်း ကောင်း၏။ ဆိုသူလည်း ကောင်း၏။

‘အဲဒါ ဒန်လေ’ မိတ်ဆွေက ဆက်ပြောသည်။ ‘ဒီသီချင်း တော်တော်

အမည်ကြီးတယ်ဗျ၊ ခင်ဗျား ယုံသလား’

ကျွန်တော် လုံးဝ မယုံပါ။ ဒန်ရှလစ်ရေးတဲ့သီချင်း၊ အသံသွင်းပြီးပြီ၊ နောက်ဆုံးတော့ သူ့ အလုပ်ဖြစ်သွားပြီကော။

နောက်တစ်ကြိမ် ကျွန်တော် အိမ်မှာရှိနေတုန်း အခြား မိတ်ဆွေတစ်ယောက်က မေးပြန်၏။

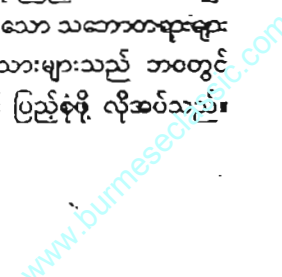
‘ခင်ဗျား “ဖဲသမား” သီချင်း နားထောင်ပြီးပြီလား၊ အဲဒါ ဒန်ရေးတဲ့

သီချင်းဗျ။ သိပ်ပြီး နာမည်ကြီးတာ၊ တစ်နိုင်ငံလုံးမှာ အစွဲဆုံးသီချင်းပဲ’တဲ့။

ထိုအချိန်အထိ ဒန်သည် နံပါတ်(၁)သီချင်းပေါင်း ၂၃ ပုဒ်တိတိ အသံသွင်းပြီးပြီ။ မိမိ ဝါသနာပါသော အလုပ်ကို အဆက်မပြတ် စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်ကိုင်မှုကြောင့် အောင်ပန်းကို ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့ကြောင်း သက်သေထုတ်ဖော် ခြင်းပင် ဖြစ်၏။

ဒန်၏ အောင်မြင်မှု အကြောင်းရင်းကို ရှာကြည့်သောအခါ ကမ္ဘာ့စာပေဆု ဖတ်ရှု၍ ကျွန်တော် လေ့လာသိရှိထားသော သဘောတရားများအပေါ် အခြေတည်ကြောင်း တွေ့ရှိရ၏။ လူသားများသည် ဘဝတွင် အောင်မြင်မှုရရှိရန် အခြေခံအချက် ငါးချက်နှင့် ပြည့်စုံဖို့ လိုအပ်သည်။ ထိုအခြေခံအချက် ငါးချက်မှာ-

ကျော်စွာစိန်



(၁) ပန်းတိုင်ကို တိကျစွာ သတ်မှတ်ပါ။

အောင်မြင်မှုကို ရှာဖွေခြင်းသည် ပစ်မှတ်တစ်ခုနှင့် အမြဲတမ်း စတင်သည်။

‘မင်းကိုယ်မင်း ဘယ်ကို သွားနေမှန်း မသိရင် သိပ်ပြီး သတိထားဖို့ လိုတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဘယ်ကိုမှ မရောက်ဘဲ ဖြစ်နေမှာကြောင့်ပဲ’ ဟု တစ်ခါက ဘေ့စ်ဘောချန်ပီယံ ယောဂီဘာရာက ပြောဖူးသည်။

လူများစုသည် အိပ်ရင်း လမ်းလျှောက်နေသူတွေနှင့် တူကြသည်။ သူတို့သည် နေ့စဉ်နေ့တိုင်း လုပ်နေကျအတိုင်းသာ စခန်းသွားနေကြ၏။ သူတို့သည် “ငါ့ဘဝမှာ ငါ ဘာတွေ လုပ်နေသလဲ” ဟူ၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မေးခွန်းထုတ်ဖို့ သတိမရကြ။ သူတို့မှာ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် တိတိကျကျ မရှိသောကြောင့် သူတို့ ဘာလုပ်နေကြောင်းကို မသိကြခြင်း ဖြစ်သည်။

ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် သတ်မှတ်ခြင်းသည် တစ်စုံတစ်ခုသော ဦးတည်ရာသို့ သွားလိုသည့် စိတ်ဆန္ဒကို စူးစိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။ မိမိ ဘာ လိုချင်သည် ဆိုသည်ကို ပြတ်ပြတ်သားသား သိသော ခံယူချက်နှင့် စတင်ပါ။ မိမိ၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို စာနှင့် ရေးမှတ်ထားပါ။ ပန်းတိုင်သို့ ရောက်မည့် ရက်စွဲကိုလည်း အတိအကျ သတ်မှတ်ပါ။ မိမိ ရလို့ ပိုင်လိုသော ပစ္စည်းများထက် မိမိ ပြုလုပ်လိုသော ဆန္ဒကို ပို၍ အာရုံစိုက်ပါ။

ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ကို ရောက်ရမည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်သည် အလွန်အရေးကြီးသည်။ မအောင်မြင်သူတို့သည် မအောင်မြင်မှု၏ အပြစ် များကိုသာ မြင်ကြသည်။ အောင်မြင်သူတို့သည် အောင်မြင်မှု၏ အကျိုး တရားကိုသာ မြင်ကြသည်။ အထူးသဖြင့် အားကစားသမားများ၊ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းရှင်များနှင့် ပရိသတ်ရှေ့တွင် ဇဟာပြောသူများတွင် ယင်းအဖြစ်မျိုး ကို အများဆုံး တွေ့ရ၏။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း ယင်းအဖြစ်မျိုးနှင့် ရင်ဆိုင်ခဲ့ရဖူးသည်။ ဖြစ်ပုံမှာ ကျွန်တော်က လေယာဉ်စီးရမှာကို အလွန်ကြောက်တတ်သည်။ လုံးဝ ကြောက်စရာမရှိကြောင်း မိတ်ဆွေတွေက သက်သေ သာမကတွေ့နှင့်

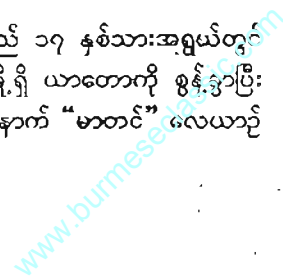
အမျိုးမျိုး ပြောပြသော်လည်း ကျွန်တော်အတွက် ဘာမှ မထူးပါ။ ကြောက်မြဲ ကြောက်နေတုန်းပင်။ လေယာဉ်ပျက်ကျသော သတင်းဆေးခွင်းပါးများကို မြင်မကောင်း၊ ရှုမကောင်း ကြောက်စရာ ဓာတ်ပုံများနှင့်တကွ ကျွန်တော် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဖတ်ရှုခဲ့ရဖူး၏။ မျက်စိထဲတွင်လည်း ထင်ထင်ရှားရှား မြင်နေ၏။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်သည် လေယာဉ်ခရီးကို အတတ်နိုင်ဆုံး ရှောင်နေခဲ့သည်။

သို့သော်လည်း တစ်ကြိမ်တွင်မူ မိတ်ဆွေများနှင့်အတူ သီးသန့် လေယာဉ်ဖြင့် အပန်းဖြေခရီးထွက်ရန် ကြံလာ၏။ အလွန်ပျော်စရာကောင်း မည် သည်ခရီးကို ကျွန်တော်ကလည်း အလွန်လိုက်ချင်နေသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်သည် နေရောင်လွှမ်းပြီး ရာသီဥတု သာယာကောင်းမွန်သော နေ့တွင် တင်္ဂြိုဟ်ငြိမ် လေဟုန်စီး၍ လိုက်ပါသွားပြီး မြေပြင်ပေါ်သို့ လေယာဉ် ညင်သာစွာ ဆင်းသက်ပုံကို ရက်သတ္တ နှစ်ပတ်တိတိ အာရုံပြုရင်း စိတ်ထဲက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အားဖြည့်နေခဲ့၏။

ခရီးထွက်မည့်နေ့ ရောက်တော့ ကျွန်တော် အလွန် စိတ်အား သက်သန်နေသည်။ ကျွန်တော် ခြေသွက်သွက်ဖြင့် လေယာဉ်ပေါ် တက်သည်။ ထိုင်ခုံမှာ ဝင်ထိုင်ပြီး အေးဆေးသက်သာစွာ လိုက်ပါလာခဲ့ သည်။ ကျွန်တော်အဖြစ်ကို ကြည့်ပြီး မိတ်ဆွေတွေက အံ့သြနေကြသည်။ လေယာဉ်ပေါ် တက်ချိန်ကစ၍ လေယာဉ်ပေါ်မှ ဆင်းချိန်အထိ တစ်လျှောက်လုံး ကျွန်တော် စိတ်ချမ်းသာနေခဲ့၏။ ထိုနေ့က ကျင့်သုံးသော နည်းကို ယခုတိုင် ကျွန်တော် အမြဲတမ်း ကျင့်သုံးနေဆဲပင်။

(၂) ကိုယ့်ထက် ‘တတ်သူကို ရှာပါ။

ကျွန်တော်အဖေ (အိပ်ချ်၊ တီ၊ မောရစ်)သည် ၁၇ နှစ်သားအရွယ်တွင် မြောက်ကာရီလိုင်နားပြည်နယ် ကင်မီရွန်မြို့ရှိ ယာတောကို စွန့်ခွာပြီး ဆာလ်တီမိုးမြို့သို့ ထွက်ခွာလာခဲ့၏။ ထို့နောက် “မာတင်” လေယာဉ်



ထင်လှပဲရေး ကုမ္ပဏီတွင် အလုပ်လျှောက်သည်။ အင်တာဗျူးတွင် 'မင်း ဘာလုပ်သလဲ' ဟု မေးတော့ အဖေက 'ဘာမဆို လုပ်ချင်ပါတယ်' ဟု ငြိန်ဖြေလိုက်သည်။

ထို့နောက် သူ၏ ရည်ရွယ်ချက် ပန်းတိုင်ကို ပြောပြသည်။ သူက ခက်ရုံတွင် အလုပ်တိုင်းကို လေ့လာချင်သည်။ ဌာနတစ်ခုသို့ သွားပြီး ထိုဌာနတွင် ဘာအလုပ်တွေ လုပ်နေကြသလဲဆိုတာကို သိချင်သည်။

သို့ဖြင့် မာတင်ကုမ္ပဏီမှာ အဖေ အလုပ်ရသည်။ ကြီးကြပ်ရေးမှူးက အဖေ လုပ်ပုံကို ပုံကို သဘောကျသည်။ ထို့ကြောင့် အဖေဆန္ဒအတိုင်း အဖေအား ဌာနတစ်ခုပြီးတစ်ခု ပြောင်းရွှေ့လုပ်ကိုင်စေသည်။ အခြား အမှုထမ်းတွေကတော့ အဖေကိုကြည့်ပြီး "ဒီလူ အရူးပဲ" ဟု ထင်ကောင်း ထင်ကြလိမ့်မည်။

သို့သော် သူတို့က ဘယ်လိုပဲထင်ထင်၊ ကျွန်တော့်အဖေ (အိပ်ချ်၊ တီ၊ မောရစ်) ကတော့ အသက် ၂၀ အရွယ်တွင် လေယာဉ်စက်ရုံကြီးမှာ လခကောင်းကောင်းနှင့် အလုပ်ရပြီး ဒီဇိုင်းသစ်တွေ တီထွင်ထုတ်လုပ်နေပြီ။

ဖေဖေသည် ဌာနသစ်တစ်ခုသို့ ပြောင်းရွှေ့လုပ်ကိုင်ရတိုင်း သူ့ထက် တတ်သည့် လူတွေကို အမြဲတမ်း ဆရာတင်သည်။ သူ မသိတာ မှန်သမျှကို မေးသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း ပညာလိုလားသော ထိုလူငယ်လေးကို လိုလိုချင်ချင် သင်ပေးကြသည်။ ဤသို့ဖြင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် အဖေ၏ လုပ်ငန်းခွင် ဥပဏ္ဍာယ်ဆရာများ ဖြစ်လာခဲ့ကြ၏။

မိမိ ပန်းတိုင်သည် ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် လုပ်ငန်းခွင်တွင် ကိုယ့်ထက်တတ် သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် အမြဲတမ်း လက်တွဲ၍ လုပ်ကိုင်ပါလေ။ မိမိ၏ တက်လမ်းအတွက် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များကို နမူနာထား၍ ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ပါလေ။

(၃) စွဲမြဲစွာ လုပ်ကိုင်ပါ။

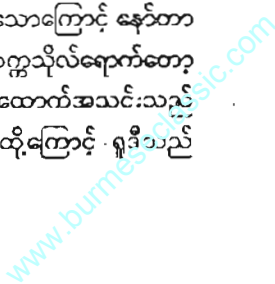
အောင်မြင်သူနှင့် မအောင်မြင်သူတို့၏ အကြီးဆုံး ခြားနားချက်သည် ဝါသနာ ဝီရိယ အပေါ်တွင် မတည်။ စွဲမြဲစွာ လုပ်ကိုင်ခြင်း အပေါ်မှာသာ တည်၏။

များစွာသော လူတော်တွေ မအောင်မြင်မီ လက်လျှော့ အရှုံးပေးသွားကြသည်။ ၁၈၈ ၁၈၈ အလဲထိုးခံရခြင်းဒဏ်ကို ဘယ်သူ ခံနိုင်မည်နည်း။ အဆင့်မြင့် အောင်မြင်သူတွေကတော့ ခံနိုင်ကြသည်။ သူတို့သည် ဘယ်တော့မှ အလဲ မလှဲကြ။ သူတို့သည် လဲသွားပေမယ့် ပြန်ထတတ်ကြသူတွေ ဖြစ်ကြ၏။

တစ်မနက်တွင် ကျွန်တော် အလုပ်သို့သွားရင်းမတ်တတ် ဒင်နီယယ်၊ အီး၊ ရူတီဂါ(ရူဒီ)နှင့် ဆုံမိသည်။ ရူဒီမှာ ပရိသတ်ရှေ့တွင် အလွန် အဟော အပြော ကောင်းသူ ဖြစ်၏။ သူသည် အီလီနွိုက်ပြည်နယ် ဂျီလီယက်မြို့တွင် ကြီးပြင်းခဲ့သည်။ နော်တာဒီမ်းတက္ကသိုလ် ဘာလုံးသင်း၏ သတင်းကောင်း ချားကို ရူဒီ အမြဲတမ်း ကြားသိနေခဲ့ရ၏။ ထို့ကြောင့် တစ်နေ့တွင် သူလည်း ထိုအသင်းတွင် ပါဝင်ကစားခွင့်ရသူ ဖြစ်ရမည်။ အမြဲတမ်း စိတ်ကူးနေခဲ့၏။ သို့သော်လည်း သူ့ မိတ်ဆွေတွေက 'မင်းပုံစံမျိုးနဲ့ တက္ကသိုလ်လည်း ဘယ် ဘာမှ မရောက်နိုင်ဘူး၊ အားကစားသမားလည်း ဘယ်တော့မှ မဖြစ်နိုင်ဘူး' ဟု ဖျက်ကြသည်။ သို့နှင့် သူသည် သူ၏ မူလရည်မှန်းချက်ကို စွန့်လွှတ်ပြီး ဧကန်တစ်ခုခွဲ အလုပ်ဝင်လုပ်၏။

မကြာမီ သူ့ မိတ်ဆွေတစ်ယောက် အလုပ်လုပ်ရင်း မတော်တဆ အန္တရာယ်ကြောင့် သေဆုံးသွားသည်။ လူ့ဘဝသက်တမ်းက အလွန် တိုတောင်းလှပါကလား၊ မိမိရည်မှန်းချက် မအောင်မြင်မီ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်ပါကလားဟု တွေးမိပြီး ရူဒီ အလွန် လန့်သွားမိ၏။

သူသည် အသက် ၂၃ နှစ်အရွယ် (၁၉၇၂ ခုနှစ်)ရောက်တော့ အင်ဒီယားနားပြည်နယ် ဆောက်သ်ဘင်မြို့ "ဟောလီးခရော့စ် ဂျူနီယာ ဘောလိပ်" သို့ ဝင်ရောက်သည်။ အဆင့်ကောင်း ရသောကြောင့် နော်တာဒီမ်း တက္ကသိုလ်သို့ ပြောင်းရွှေ့သင်ကြားခွင့် ရ၏။ တက္ကသိုလ်ရောက်တော့ "ကင်းထောက်လူငယ်အသင်း" သို့ ဝင်သည်။ ကင်းထောက်အသင်းသည် တက္ကသိုလ်အားကစားပွဲများကို စီစဉ်ပေးရသည်။ ထို့ကြောင့် ရူဒီသည်



သင်နေစဉ်တွင်ပင် တက္ကသိုလ် ဘောလုံးအသင်းဝင် လျှောက်ထားသည်။ သူ့လျှောက်လွှာ ပယ်ချခံရသည်။

သို့သော် ရူဒီ စိတ်ဓာတ်မကျ။ နောက်နှစ် အားကစားရာသီ နောက်ဆုံးပွဲတွင် ပါဝင်ကစားခွင့်ရရန် သူ ထပ်လျှောက်သည်။ သူ့ကို လက်ခံသည်။ ရူဒီ အကြီးအကျယ် ဝမ်းသာသွား၏။

ပွဲနေ့ရောက်တော့ နည်းပြဆရာက 'ကဲ...ကိုယ့်လူ၊ အားကစား ဝတ်စုံသာ သွားဝတ်ချေတော့' ဟု ပြောသည်။

ပွဲကစားနေတုန်း ရူဒီသည် ဝတ်စုံအပြည့်နှင့် ခုံတန်းတွင် ထိုင်ကြည့် နေ၏။ ပွဲပြီးရန် ၂၇ စက္ကန့်သာ ကျန်တော့သည့် အချိန်ရောက်တော့မှ ကျောင်းသားတစ်ယောက်က ထ အော်လိုက်သည်။

'ရူဒီကို ပွဲထုတ်ပါ။ ရူဒီကို ပွဲထုတ်ပါ' အခြားကျောင်းသား ပရိသတ် ကလည်း အလားတူ လိုက်အော်ကြ၏။

ဤသို့ဖြင့် ရူဒီ အသက် ၂၇ နှစ် အရွယ်တွင် ကစားကွင်းထဲသို့ ဆင်းခွင့်ရပြီး နောက်ဆုံးရိုးကို သွင်းပေးနိုင်ခဲ့၏။ သူ၏ အောင်မြင်မှုအတွက် သူတို့အဖွဲ့သားတွေက သူ့ကို ပခုံးပေါ်ထမ်းပြီး ဂုဏ်ပြုခဲ့ကြ၏။

နောက် ၁၇ နှစ် ကြာသောအခါ နော်တာဒီမ်း အားကစားရုံ အပြင်ဘက် ကားရပ် ကွက်လပ်တွင် ရူဒီကို ကျွန်တော် ပြန်တွေ့ရသည်။ ရုပ်ရှင်အဖွဲ့သားတွေက သူ့ကိုခိုင်းပြီး ရုပ်ရှင်ရိုက်နေကြသည်။ သူ့အတ္ထုပ္ပတ္တိ ဖြစ်သော "ရူဒီ" (Rudy) ရုပ်ရှင်ကားကို ရိုက်နေခြင်း ဖြစ်၏။

ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ စွဲစွဲမြဲမြဲ ချီတက်လျှင် တစ်နေ့တွင် မလွဲ မသွေ ရောက်ရမည်သာဖြစ်ကြောင်း ရူဒီ၏ဖြစ်ရပ်က သက်သေထူနေ၏။

(၄) စိတ်ပါလက်ပါ စွန့်စားလုပ်ကိုင်ပါ။

လေးလေးနက်နက် စိတ်ပါလက်ပါ စွန့်စားလုပ်ကိုင်ခြင်း မရှိလျှင် ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရန် မလွယ်ပါ။ စီးပွားရေးမှာပင်ဖြစ်ဖြစ်၊ လူမှုရေး

မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ကျန်းမာရေးမှာပင်ဖြစ်ဖြစ် အောင်မြင်မှု ကြီးမားလေလေ စွန့်စားရမှု ကြီးမားလေလေ ဖြစ်၏။ စိတ်ပါလက်ပါ စွန့်စားရမှု အမြဲတမ်း လိုအပ်လေ ဖြစ်၏။ ဘဝတွင် အောင်ပန်းဆင်လိုလျှင် စွန့်စားမှု မရှိဘဲ ဘယ်တော့မှ မရရှိနိုင်။ တစ်နှစ်တွင် ကျွန်တော်၏ ဒဿနဗေဒ သင်တန်း၌ ကျောင်းသား ၂၉ ယောက် ရှိသည်။ အားလုံး ဘောလုံးသမားတွေချည်း ဖြစ်၏။ ပထမစာမေးပွဲတွင် ၂၆ ယောက် ကျသည်။ ကျန်တော် ဘာလုပ် ရမည်နည်း။ ကျွန်တော်က သူတို့ကို စာတတ်စေချင်၏။ စာမေးပွဲအောင်ရုံ သက်သက်အတွက်တော့ အောင်မှတ် ဖြည့်မပေးချင်။

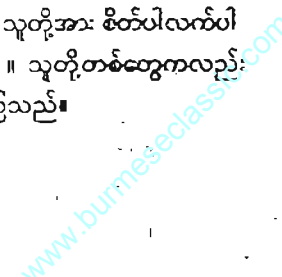
ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်က သူတို့အတွက် ကလပ်တစ်ခု ဖွဲ့ပေးသည်။ ယခင်စာမေးပွဲတွင် အဆင့်(၃)နှင့် (၃)အောက် ရသော ကျောင်းသားတွေ အားလုံး ပါဝင်သည်။ အားကစားသမားရော၊ အားကစားသမား မဟုတ် သူရော အားလုံးပါဝင်သည်။

ကလပ်ကို "အဆင့်(၃)အောက်ကလပ်" ဟု နာမည်ပေးသည်။ ကလပ်၏ ဆောင်ပုဒ်ကတော့ 'ဦးခေါင်းကို ရေပေါ်မှ အမြဲတမ်း ဖော်ထား ပါ။' "အဆင့်(၃)အောက် ကလပ်" သို့ ကြာသပတေးနေ့ ညတိုင်း လာပါ' ဟု၍ ဖြစ်၏။

စုစုပေါင်း ကလပ်အသင်းဝင် ၅၀ ကျော် လာရောက်ကြသည်။ အားလုံးလိုလိုပင် အားကစားသမားကောင်းများ ဖြစ်ကြ၏။ သို့သော် သူတို့ သည် အားကစားဘက်တွင် တော်သလောက် ကျောင်းစာဘက်တွင် အလွန် ညံ့နေကြသည်။ စိတ်ပျက်ပြီး အချိန်မရွေး ကျောင်းထွက်သွားနိုင်၏။

သို့သော်လည်း ကျွန်တော်က ဒဿနဗေဒ ဘာသာရပ်ကိုလည်း ချစ်သည်။ သူတို့ကိုလည်း ချစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့အား စိတ်ပါလက်ပါ နှင့် အထူး ကြိုးစားပြီး အချိန်ပို သင်ပြပေး၏။ သူတို့တစ်တွေကလည်း စိတ်ပါလက်ပါနှင့် အထူးကြိုးစားပြီး သင်ယူကြသည်။

ရလဒ်ကတော့ အံ့သြစရာပင်။



ယခင် ပထမစာမေးပွဲတုန်းက လုံးဝကျသူတွေနှင့် အဆင့်(၄) ရသူ တွေအားလုံး ယခု ဒုတိယပတ် စာမေးပွဲတွင် အဆင့်(၂)တွေ၊ အဆင့်(၃+) တွေ ရှိကြ၏။

(၅) ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။

ပြန်လည်သတ်မှတ်ပါ။

မိမိ၏ ရေးမှတ်ထားသော ရည်မှန်းချက်များကို မကြာခဏ ပြန်လည် ပတ်ရှုပါ။ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုကို ပြန်ပြင်သင့်သည် သို့မဟုတ် ပို၍ ကောင်းသော အခြားတစ်ခုနှင့် အစားထိုးသင့်သည်ဟု ဆုံးဖြတ်လျှင် ဆုံးဖြတ်ချက် အတိုင်း လုပ်ပါ။

ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်လျှင် သို့မဟုတ် ကြီးမားသော တိုးတက်မှု တစ်ခု ရရှိလျှင် အောင်ပွဲခံပါ။ ယင်းသို့ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဝမ်းသာကြည်နူးမှု ရနိုင်၏။ အတွေးအမြင် ပို၍ ကြည်လင်နိုင်၏။

သို့သော် ထိုမျှလောက်နှင့် ရပ်တန့်မနေပါနှင့်။ ကျေနပ်မနေပါနှင့်။ လူများစွာတို့သည် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိပြီးနောက် သွေးအေးသွားတတ်ကြသည်။ ဤအကြောင်းကြောင့်ပင်လျှင် ယခုနှစ် “အတော်ဆုံး” အရောင်းသမားသည် နောက်နှစ်တွင် “အရှော်ဆုံး” အရောင်းသမား ဖြစ်သွားရခြင်း ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်သည် နှစ်ပေါင်း တော်တော်ကြာကြာ အိမ်ဟောင်းကြီးနှင့် နေလာခဲ့သည်။ ချမ်းအေးသောနေ့တွင် အပူချိန်ညှိ(သာမိုစတက်) ကိရိယာကို ကျွန်တော် ခလုတ်ဖွင့်တိုင်း ရှေးဟောင်းမီးလင်းဖိုကြီးက အမြဲတမ်း ဒုက္ခပေးသည်။ အပူချိန် မတက်ခင် ရပ် ရပ် သွားသည်။ အပူချိန်က ဘယ်တော့မှ တက်မလာ။

ကျွန်တော်တို့ လူသားတွေလည်း ထိုသဘောပင် ဖြစ်၏။ ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့ ရည်မှန်းချက်ထားသော ပန်းတိုင်သို့ မရောက်ခင်

ရေပြင်အောက်တိုက်

နောက်သို့ ပြန်ဆုတ်သွားတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် အောင်မြင်ကြီးပွားလိုလျှင် မျှော်လင့်ချက်ကို တစ်ဆင့်တက်၍ မြှင့်ပေးရမည်။ နောက်တစ်ဆင့်သို့ အမြဲတမ်း တက်လှမ်းပါ။ ပန်းတိုင်သစ်ကို အမြဲတမ်း တည်ဆောက်ပါ။

မိတ်ဆွေ၏ ဘဝသည် တိုးတက်မှု မရှိဘဲ အေးစက်တည်ငြိမ်နေလျှင် အပြောင်းအလဲ တစ်ခုခုလုပ်ပါ။ အပူချိန်ကို မြှင့်တင်ပါ။ အားသွန်ကြိုးစားပါ။ အကျိုးကျေးဇူး ခံစားရပါလိမ့်မည်။

['Make Your Own Breaks' by Thomas Y. Morris, R.D., March, 1996.]

အများနဲ့မတူ၊ တစ်မူထူးခြားသူများ

အတိတ်သမိုင်းကို ပြန်လှန်လျှင် နပိုလီယံအကြောင်း၊ သို့မဟုတ် လင်ကွန်း အကြောင်း၊ သို့မဟုတ် မိုက်ကယ်အိန်ဂျယ်လိုအကြောင်း၊ သို့မဟုတ် မက်စီယာဗယ်လီ အကြောင်းတို့သာ အပုံကြောင်းထပ်နေတတ်ကြသည်။ အရေအတွက် နည်းသော်လည်း အရေးပါသော တခြား ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုမူ သမိုင်းမှတ်တမ်း မတင်ဘဲ ပေယျာလက် ပစ်ထားတတ်ကြသည်။

အောက်တွင် ဖော်ပြမည့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေအကြောင်းကို စာဖတ်သူ မိတ်ဆွေ ကြားပင် ကြားဖူးကြမည် မဟုတ်။ သို့သော် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် သာမန် လူသားများ ဖြစ်သော်လည်း အများနှင့်မတူ တစ်မူထူးခြားသူများ ဖြစ်ကြ၏။ ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝကို တစ်နည်းမဟုတ် တစ်နည်းဖြင့် ပြောင်းလဲတိုးတက်အောင် အကျိုးဆောင်ခဲ့သူများလည်း ဖြစ်ကြ၏။

ထရပ်ကားသမား

သူ့နာမည်က မာလကွန် မက္ကလီန်း။ သူ့ကို အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု မြောက်ပိုင်း ကာရိုလိုင်းနားပြည်နယ် မက်တေန် တောမြို့ကလေးတွင် ၁၉၁၃ ခုနှစ်က မွေးဖွားခဲ့သည်။ သူသည် ၁၉၃၁ ခုနှစ်တွင် ထရပ်ကားတစ်စီး ဝယ်သည်။ နောက်ခြောက်နှစ်ကြာသောအခါ နယူးဂျာစီပြည်နယ် ဟိုဘိုကင် မြို့၌ သူ့ထရပ်ကားပေါ်မှ ပစ္စည်းများကို သင်္ဘောပေါ်သို့ တင်သည်။ အချိန် အလွန်ကြာသောကြောင့် သူ စိတ်မရှည် ဖြစ်မိ၏။

ခုပြန်တစ်ဖန်

နိဗ္ဗာန်အောင်မြင်မှု

ဤတွင် သူ စိတ်ကူးတစ်ခု ရလာသည်။ ဤပစ္စည်းတွေကို ထရေလာ ဖြင့် သင်္ဘောပေါ်သို့ တင်နိုင်လျှင် အချိန်လည်း သက်သာမည်၊ လုပ်အား လည်း သက်သာမည်။ သူက ယင်းသို့ စိတ်ကူးမိ၏။

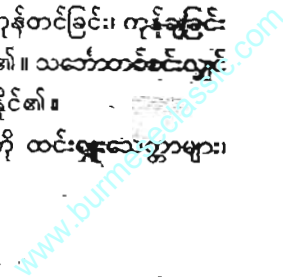
နောက် နှစ်ပေါင်း နှစ်ဆယ်ကျော် ကြာသောအခါ သူသည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် အကြီးဆုံးဖြစ်သော ကုန်တင်ကား ကုမ္ပဏီ (McLean Trucking) ကို တည်ထောင်နိုင်ခဲ့သည်။ သို့သော် စောစောက စိတ်ကူးသည် သူ့ဦးနှောက်ထဲတွင် ရှိနေဆဲ ဖြစ်၏။

၁၉၅၅ ခုနှစ်ကျတော့ သူသည် ကုန်တင်သင်္ဘောလုပ်ငန်းကလေး ဖြစ်သော "ပင် အတ္တလန္တိတ်" (Pan Atlantic) ကုမ္ပဏီကို ဝယ်လိုက်သည်။ ထိုကုမ္ပဏီပိုင် သင်္ဘောများတွင် ကုန်ပစ္စည်းများကို အရွယ်တူ သတ္တု ထုတ်ကုန်များဖြင့် သယ်ယူပို့ဆောင်သည် စနစ်ကို စတင် အသုံးပြုသည်။ ၁၉၅၆ ခုနှစ် ဧပြီလ ၂၆ ရက်နေ့တွင် မက္ကလီန်း၏ ပထမဦးဆုံး ကုန်သေတ္တာ ထင် သင်္ဘောသည် ပိုထန်နယူးအာ့ခ် ဆိပ်ကမ်းမှ စတင်ထွက်ခွာသည်။ ထိုသို့ကြားထဲ မလိုလားသည့် အခြားသင်္ဘောကုမ္ပဏီတွေ၊ မီးရထားကုမ္ပဏီ တွေ၊ အလုပ်သမား သမဂ္ဂတွေ၏ ဆန့်ကျင်မှုကို ဆယ်နှစ်ခန့် အပြင်းအထန် ခြံခံရပြီး မက္ကလီန်း၏ နိုင်ငံတကာ ကုန်သေတ္တာတင် သင်္ဘောကြီး ၁၉၆၆ ခုနှစ်တွင် ရိုတင်ဒန်မြို့သို့ ထွက်ခွာတော့မှ ပဋိမက္ခ ငြိမ်းသွားတော့သည်။

ကုန်သေတ္တာတင် သင်္ဘောလုပ်ငန်းသည် ကမ္ဘာ့ကုန်သွယ်ရေးကို ပြောင်းလဲစေခဲ့၏။ ပြောင်းလဲပုံမှာ ရွက်သင်္ဘောမှ မီးသင်္ဘောသို့ ပြောင်းလဲပုံ ချို့ ဖြစ်သည်။ ကုန်သေတ္တာဖြင့် ပို့ဆောင်ရေးစနစ်ကြောင့် အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုမှ ဥရောပနိုင်ငံများသို့ ကုန်ပစ္စည်းပို့ဆောင်ရာတွင် ရက်သတ္တ လေးပတ်မျှ အချိန်ကုန် သက်သာသွားစေ၏။ ကုန်တင်ခြင်း၊ ကုန်ချခြင်း လုပ်ငန်းကို ရက်ပိုင်းမှ နာရီပိုင်းအတွင်း ပြီးစေနိုင်၏။ သင်္ဘောတင်စင်လျှင် ထောင်ကထက် ကုန်ပစ္စည်း ငါးဆပို၍ ပို့ဆောင်နိုင်၏။

ယခင်တုန်းကဆိုလျှင် ကုန်ပစ္စည်းများကို ထင်းရှူးသေတ္တာများ၊

ခုပြန်တစ်ဖန်



သေထုတ်များ၊ ပီပါများ၊ အိတ်များဖြင့် ထည့်သွင်းသယ်ဆောင်ခဲ့ကြသည်။
ယခုသော် ခိုတ်ပိတ် ကုန်သေတ္တာများဖြင့် ပို့ဆောင်သောကြောင့် သေတ္တာထဲမှ
ပစ္စည်းကို ကွန်ပျူတာစက်ဖြင့် စစ်ဆေးမှသာ သိရှိနိုင်၏။ ဤစနစ်သည်
အလွန်တိကျသည်။ နှစ်ပတ်ကြာ သင်္ဘောရောက်မည့် အချိန်ကို ၁၅ မိနစ်
အတွင်း သိရှိနိုင်သည်။ ဤစနစ်ကြောင့် ကမ္ဘာ့စီးပွားရေး အခြေခံ အဓိက
အချက်ကြီး တစ်ချက်ကိုလည်း အထောက်အကူ ပြုသည်။ ယင်းအချက်မှာ
တခြားမဟုတ်။ ကမ္ဘာနှင့်အဝန်း ကုန်ပစ္စည်းများကို “အချိန်ကိုက်” ထုတ်လုပ်
နိုင်ခြင်း ဖြစ်၏။ ဥပမာ ဂျပန်ကား အင်ဂျင်စက်များသည် ယင်းတို့ကို
မော်တော်ကားထဲတွင် မတပ်ဆင်မီ တစ်နာရီ မပြည့်သော အချိန်အတွင်း
ကင်တပ်ကိပြည်နယ်မှ စက်ရုံသို့ ကုန်သေတ္တာများဖြင့် ရောက်ရှိနိုင်သည်။

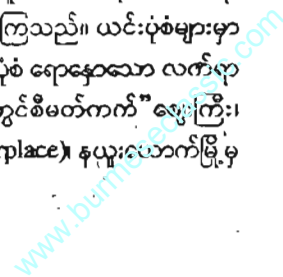
ဗီသုကာ ပညာရှင်

ဗစ်တာ ဂရူယင်သည် ၁၉၃၈ ခုနှစ် ဇူလိုင်လတွင် အိတ်ကပ်ထဲ၌ ပိုက်ဆံ
ရှစ်ဒေါ်လာဖြင့် ဩစတြီးယာမှ အမေရိကန်သို့ ရောက်လာ၏။ သူ့ပစ္စည်း
အိတ်ထဲတွင်လည်း ဗီသုကာသုံး “တီ” စက္ကယားတစ်ခု ပါလာသည်။ သူသည်
သူ့ဇာတိနိုင်ငံတွင် အများပြည်သူအတွက် တိုက်တာ အဆောက်အအုံ
ဆောက်လုပ်ရာ၌ နာမည်ကြီးသည်။ သူ့လက်ရာများသည် ခေတ်မီ ဆန်းသစ်
သောကြောင့် လူကြိုက်များသည်။ ဗီယင်နာမြို့မှ ကုန်ပဒေသာ စတိုးဆိုင်
များကို ဆောက်လုပ်ရန် တင်ဒါ ရရှိသောအခါ ဩစတြီးယာကို ဟစ်တလာ၏
ဂျာမန်တပ်များက ကျူးကျော်တိုက်ခိုက်သည်။

သို့ဖြင့် အမေရိကသို့ ထွက်ပြေးလာခဲ့သည်။ ယင်းသို့ ထွက်ပြေး
လာရာတွင် သူ့ခေါင်းထဲ၌ ဆန်းသစ်သော စိတ်ကူးတစ်ခုလည်း ပါလာခဲ့
သည်။ ယင်းစိတ်ကူးမှာ အခြားမဟုတ်။ သူ ငယ်ငယ်တုန်းက လည်ပတ်
ကြည့်ရှုဖူးသော အလယ်ခေတ် ဩစတြီးယာနှင့် ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံတို့မှ ဈေး
အဆောက်အအုံများနှင့် အီတလီနိုင်ငံမှ အမိုးပါသော ဈေးကွက်လပ်
အဆောက်အအုံကြီးများ၏ ဗီသုကာလက်ရာ ပုံစံများပင် ဖြစ်သည်။

ဂရူယင်သည် .ယင်းစိတ်ကူးကို ၁၉၅၀ ပြည့်လွန်နှစ်များတွင်မှ
မင်နီဆိုတာပြည်နယ်၌ စတင် အကောင်အထည် ဖော်ခွင့်ရသည်။ သူသည်
ကုန်တိုက်ကြီးတစ်ခုကို ဆောက်လုပ်ခွင့်ရသည်။ ပုံစံမှာ ကုန်ပဒေသာတိုက်
ကြီး နှစ်တိုက်မှ အကွာအဝေး တူညီသော ဗဟိုရင်ပြင်ကြီး ဖြစ်သည်။
ယင်းကုန်တိုက်ကြီးကို “ဆောက်သ်ဒေးလ်” (Southdale) ဟု နာမည်ပေးပြီး
၁၉၅၆ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ ၈ ရက်နေ့တွင် စတင် ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။
ယင်းကုန်တိုက်ကြီးမှာ အမိုးပါသော ဟင်းလင်းပြင် ရှေးမ အဆောက်အအုံ
ကြီး ဖြစ်သည်။ ယင်း အဆောက်အအုံအတွင်းမှ သီးသန့် စတိုးဆိုင်များ
ဆောက်လုပ်ရာ၌ ကုန်ကျစရိတ် သက်သာအောင် ရည်ရွယ်၍ တမင်တကာ
ပုံစံသစ် ဆောက်လုပ်ထားခြင်း ဖြစ်၏။ ထူးခြားချက်မှာ အဆိုပါ ကုန်တိုက်
ကြီး တစ်ခုလုံးကို ဆောက်လုပ်ရာ၌လည်း ကုန်ကျစရိတ် အများကြီး
သက်သာခြင်း ဖြစ်သည်။

ဤသို့ဖြင့် ဗီသုကာပညာရှင် ဂရူယင်အား တိုက်တာအဆောက်အအုံ
လုပ်ငန်းရှင်များက လက်မလည်အောင် ငှားရမ်းလာကြသောကြောင့်
မကြာမီတွင်ပင် အဓိကမြို့ကြီး ခြောက်မြို့၌ ဗီသုကာလုပ်ငန်း ရုံးခွဲများ
ဖွင့်လှစ်ခဲ့ရသည်။ သူသည် မြို့လယ်ရပ်ကွက်များကို တစ်နယ်မြေလုံး
ပြန်လည် ပုံစံရေးဆွဲပေးရသည်အထိ အထူး အောင်မြင်ကျော်ကြား လာခဲ့
သည်။ ယင်းသို့ အောင်မြင်မှု အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ရှိနေချိန်တွင်
အီရန်နိုင်ငံမှ ရှားဘုရင်က တဟီရန်မြို့တော်ကို မြို့ကွက် ပြန်လည်ရေးဆွဲ
ပေးရန် ဂရူယင်အား ငှားရမ်းအပ်နှံခဲ့သည်။ နောက်ပိုင်းတွင်လည်း မျိုးဆက်
သစ် တိုက်တာအဆောက်အအုံ ပညာရှင်များက ဂရူယင်၏ ဗီသုကာလက်ရာ
ပုံစံများကိုသာ အထူးအသားပေး ဆောက်လုပ်ခဲ့ကြသည်။ ယင်းပုံစံများမှာ
အရှေ့တိုင်း ရှေးဟောင်းမြို့တော်များ၏ ဗီသုကာပုံစံ ရောနှောသော လက်ရာ
များ ဖြစ်ကြသည်။ ဥပမာ-ဟော့စတန်မြို့မှ “ကွင်စီမတ်ကက်” ဈေးကြီး၊
ဆော်လ်တီမောမြို့မှ “ဟားဘားပလေ့စ်” (Habonplace) နယူးယောက်မြို့မှ



“ဆောက်သံစတရီဆီးပို့ထိ” (South Street Seaport) စသည်တို့မှာ လူ့ယင်၏ ရှေးဟန်နှင့် ခေတ်ဟန် ပေါင်းစပ်ထားသော ဗိသုကာလက်ရာ ဇာဝင် ဖြစ်၏။

အင်ဂျင်နီယာ ပညာရှင်

အလက်ဇန်ဒါ၊ အမ်၊ ပွန်နီယာတော့မံသည် ရှုရှားပြည်တွင်းစစ်အတွင်းက ကွန်မြူနစ်များကို တိုက်ခိုက်ခဲ့သော ဇာဘုရင်တပ်မတော်မှ လေသူရဲဟောင်း တစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့သည်။ သူသည် ၁၉၂၇ ခုနှစ်တွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုသို့ ပြောင်းမလာမီ တရုတ်ပြည်၌ အင်ဂျင်နီယာ လုပ်ခဲ့သေးသည်။ နောက်ပိုင်း အမေရိကန်သို့ ပြောင်းလာတော့ သူ၏ ကြီးမားသော ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရေးအတွက် ပြုပြင်စရာတွေ အများကြီး ကျန်သေးကြောင်း သိရှိ ရ၏။

ပွန်နီယာတော့မံသည် ၁၉၄၄ ခုနှစ်တွင် “အမ်ပက်စ်” (Ampex) ကုမ္ပဏီကို တည်ထောင်သည်။ ထို့နောက် သူ၏ ဦးဆောင်မှုအောက်တွင် လူငယ်အင်ဂျင်နီယာများ ဖြစ်ကြသော ချားဂင်စဘတ်နှင့် ရေးဒေါလ်ဘီတို့က ဗီဒီယို တိတ်ရီကောဒါကို တိုးတက်တီထွင်ကြသည်။

သူတို့ တီထွင်သော စက်ကို ၁၉၅၆ ခုနှစ် ဧပြီလတွင် ပြုလုပ်သော အမျိုးသား အသံလွှင့်လုပ်ငန်း ညီလာခံတွင် ပထမဆုံး ဖွင့်လှစ်ပြသသည်။ ဝယ်ယူသူများမှာ မျှော်လင့်သည်ထက် ပိုများသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း ၁၂ နှစ်တာ ကာလအတွင်း “အမ်ပက်စ်” ကုမ္ပဏီ၏ ပိုင်ဆိုင်မှုတန်ဖိုးသည် ဒေါ်လာသန်းပေါင်း ၂၂၀ အထိ တိုးတက်လာခဲ့ခြင်း ဖြစ်၏။

၁၉၅၉ ခုနှစ် ဇူလိုင်လတွင် ရှုရှားနိုင်ငံ မော်စကိုမြို့၌ ဖွင့်လှစ်သော အမေရိကန် ကုန်စည်ပြပွဲတွင် “အမ်ပက်စ်” ကုမ္ပဏီကလည်း ပါဝင်ပြသ သည်။ “အမ်ပက်စ်” ကုမ္ပဏီ ပြခန်းတွင် အမေရိကန်သမ္မတ နစ်ဆင်နှင့် ရှုရှားကြီးချုပ် ခရုရှက်တို့၏ သမိုင်းဝင် “မီးဖိုချောင် ဆွေးနွေးပွဲ” ပြုလုပ်ရာ ထိုဆွေးနွေးပွဲကို “အမ်ပက်စ်” ကုမ္ပဏီထုတ် ဗီဒီယိုတိတ်ရီဖြင့် မှတ်တမ်း

ရရှိခဲ့သည်ကို



တင်ခဲ့၏။ ထို့ပြင် ၁၉၆၃ ခုနှစ် ဆောင်းဦးပေါက်တွင် အမေရိကန်ရေတပ်မှ နာမည်ကျော် နောက်တန်း ဘောလုံးသမား ရော်ဂျာစတော ဘက်ချိန်၏ အစွမ်းပြ ကန်ကွက်များကို လည်းကောင်း၊ သမ္မတ ကနေဒီအား လုပ်ကြံသူ လီဟာပေးအော့စ်ဆေါလ် အား ဂျက်ရှုဘီက ပစ်သတ်ပုံကိုလည်းကောင်း “အမ်ပက်စ်” ဗီဒီယိုစက်ဖြင့်ပင် မှတ်တမ်းတင်နိုင်ခဲ့၏။

၁၉၈၀ ပြည့်နှစ်တွင် ပွန်နီယာတော့မံ ကွယ်လွန်သွားခဲ့သည်။ ထိုအချိန်တွင် သူ့ကုမ္ပဏီမှာ နှစ်စဉ် ဒေါ်လာ သန်း ၅၀၀ ဝင် ကုမ္ပဏီကြီး ဖြစ်နေလေပြီ။ နောက်ပိုင်းတွင် သူ၏ အင်ဂျင်နီယာတွေက “အမ်ပက်စ်” တိတ်ရီကောဒါပညာကို ဂျပန်နိုင်ငံမှ “ဆိုနီ” (Sony) ကုမ္ပဏီသို့ ရောင်းလိုက် သည်။ သို့ဖြင့် ဆိုနီကုမ္ပဏီက ဗီဒီယို ကက်ဆက်ရီကောဒါကို တိုးတက် တီထွင်နိုင်ခဲ့၏။

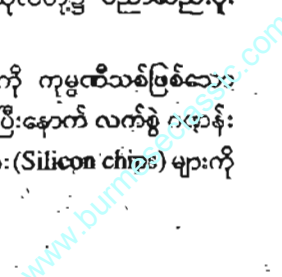
ပွန်နီယာတော့မံ တီထွင်ထုတ်လုပ်ခဲ့သော ဗီဒီယို တိတ်ရီကောဒါ သည် ပြန်ဖွင့်၍လည်း ရပြီး ပြင်ဆင်တည်းဖြတ်၍လည်း ရသောကြောင့် လူမှုဆက်သွယ်ရေး နည်းလမ်းတစ်ရပ်ကို ပြောင်းလဲတိုးတက်စေခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ဒေါ်လာ ၁၅ ဘီလျံ ကြွယ်ဝသော စက်မှုလုပ်ငန်းကြီး တစ်ရပ်ကို လည်း ပေါ်ထွန်းစေခဲ့သည်။

ကွန်ပျူတာ ဝညာရှင်

ဇာဆီယံ(တက်ဒ်)ဟော့ဖ် [Marcian (Ted) Hoff] ကို ၁၉၃၇ ခုနှစ်တွင် မွေးဖွားသည်။ နယူးယောက်ပြည်နယ် နေ့သံချိုလီမြို့တွင် ကြီးပြင်းသည်။ ရင်ဆယ်လာစက်မှုသိပ္ပံနှင့် စတန်းဖို့ဒ် တက္ကသိုလ်တို့၌ ပညာဆည်းပူး ခဲ့သည်။

တက္ကသိုလ်ဘွဲ့ ရပြီးသောအခါ ဟော့ဖ်ကို ကုမ္ပဏီသစ်ဖြစ်သော “အင်တယ်” (Intel) ကုမ္ပဏီက ခေါ်ယူခန့်ထားပြီးနောက် လက်စွဲ ဝန်ထမ်း တွက်စက်ထဲတွင် ထည့်ရန် ဆီလီကွန်ပြားကလေး (Silicon chip) များကို

ရရှိခဲ့သည်ကို



ဒီခိုင်းပြုလုပ်ရေးအတွက် အခြား အင်ဂျင်နီယာများနှင့်အတူ တာဝန်ပေးခြင်း ခံရသည်။

သို့သော် ဟော့ဖ်နှင့် သူ့လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များက အားလုံးကို စုပေါင်းပြီး လက်သည်းခွဲအရွယ် ဆီလီကွန်ပြားကလေး တစ်ခုတည်း တီထွင်လိုက်သည်။ ယင်းပစ္စည်းသည် အိတ်ဆောင် ဂဏန်းတွက်စက်သာ မဟုတ်၊ ကွန်ပျူတာစက်အတွက်လည်း အသုံးဝင်၏။ တကယ်တော့ သူတို့ တီထွင်လိုက်သော ပစ္စည်းမှာ “မိုက်ကရိုပရိုဆက်ဆာ” (Micro processor) ပင် ဖြစ်သည်။

ယင်းမိုက်ခရိုပရိုဆက်ဆာသည် အိတ်ဆောင် ဂဏန်းတွက်စက်ထက် အများကြီးပို၍ အလုပ်လုပ်နိုင်သည်။ သို့သော်လည်း ဟော့ဖ်နှင့် သူ၏ အထက်လူကြီးများက ထိုပစ္စည်း၏ အသုံးဝင်မှုကို အတိအကျ မသိကြ။ ၁၉၇၁ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ ၁၅ ရက်နေ့တွင် “အင်တယ်” ကုမ္ပဏီက “အီလက်ထရွန်နစ်သတင်း” (Electronic News) စာစောင်၌ ကြော်ငြာ တစ်ခု ထည့်လိုက်သည်။

ယင်းကြော်ငြာတွင် “အင်တယ်” ကုမ္ပဏီက ဆီလီကွန်ပြားကလေး တစ်ခုကို အသစ်တီထွင်ထားသည်။ ထိုပစ္စည်းကို ဘယ်လို အသုံးချနိုင် ကြောင်း စမ်းသပ်ကြည့်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါသည် ဟု ဖော်ပြထားသည်။

ယခုခေတ်တွင် မိုက်ကရို ပရိုဆက်ဆာသည် ကွန်ပျူတာစက်၏ အသည့်နှလုံး ဖြစ်ရုံသာမက၊ ပေါင်မုန့်မီးကင် ကိရိယာအဖြစ်မှသည် မော်တော်ကား အင်ဂျင်စက်များတွင် ဓာတ်ဆီရောခြင်းနှင့် လေတို့ကို ထိန်းချုပ်နိုင်သည်အထိ အမျိုးမျိုး အသုံးဝင်သည်။

သို့သော်လည်း အင်တယ်ကုမ္ပဏီသည် ထိုပစ္စည်းအတွက် မူပိုင်ခွင့် မှတ်ပုံတင် မရရှိခဲ့။ ဟော့ဖ်ကိုယ်တိုင်မှာလည်း သူ တီထွင်သော ပစ္စည်း ကြောင့် ဘယ်တော့မှ မချမ်းသာခဲ့။ သူကား မိမိကိုယ်ကို နှိမ့်ချတတ်သူ ဖြစ်၏။

ရုပ်ရှင်ကဏ္ဍ

“ဒီပစ္စည်းကို ကျွန်တော် မတီထွင်ရင်လည်း တခြားတစ်ယောက်က တီထွင်မှာပါ” ဟုပင် သူက ပြောခဲ့၏။

တကယ်တော့ “ဆီလီကွန်နယ်မြေ” (Silicon Valley) မှ စက်မှု တီထွင်သူတစ်ဦး ဖြစ်သည့် ဂီလ်ဘတ်ဟယတ် (Gilbert Hyatt) ကလည်း မိုက်ကရိုပရိုဆက်ဆာကို တီထွင်ပြီး ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သူပင်လျှင် မူပိုင်နှင့် မှတ်ပုံတင် ရရှိခဲ့၏။

ဟော့ဖ်မှာတော့ အင်တယ်ကုမ္ပဏီ အကျိုးအတွက်ပင် ဆက်လက်၍ ကြိုးစား အမှုထမ်းနေခဲ့သည်။ နောက်ပိုင်းတွင် သူသည် “အေတာရီ” (Atari) ကုမ္ပဏီသို့ ပြောင်းရွှေ့လုပ်ကိုင်၏။ အေတာရီကုမ္ပဏီမှာ တစ်ကိုယ်ရေသုံး ကွန်ပျူတာ ထုတ်လုပ်သော ပထမဆုံး ကုမ္ပဏီများအနက် တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်သည်။

ယခုအခါ ဟော့ဖ်သည် တစ်ဝက်တစ်ပျက် အငြိမ်းစားယူရင်း တီထွင်မှု မူပိုင်ခွင့်နှင့် ဆိုင်ရာ ဥပဒေ အတိုင်ပင်ခံအဖြစ် လုပ်ကိုင်နေ၏။ ဟော့ဖ်သည်လည်း “ဆီလီကွန်နယ်မြေ” စွန့်ဦးတီထွင်မှုများ၏ သန္ဓေ ဘည့်ရာ ဖြစ်သော ကားဂိုဒေါင်ထဲ၌ပင် သူ၏ တီထွင်မှုကို စတင်ခဲ့သူ ဖြစ်၏။

အထက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်များကို ပြန်ကြည့်လျှင် သူတို့သည် သာမန် လူသား များပင် ဖြစ်သော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့အတွက် ထူးဆန်းသော၊ ဖြစ်နိုင်သော အရာများကို တီထွင် ဖော်ထုတ်ပေးခဲ့ကြသည်ကို တွေ့မြင်နိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝ ဖြစ်ရပ်များကို ပြန်ကြည့်လျှင် လောကကြီးသည် နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ပြောင်းလဲနေသည်ကို တွေ့ရပေလိမ့်မည်။ လူ့ဘဝသည် ဤ နေပျော်စရာ ကောင်းလာသည်ကိုလည်း တွေ့ရလိမ့်မည်။

['The People who Made a Difference ' by Phil Patton, R.D., March, 1996.]

